

県税納税証明書交付申請時の

本人確認・委任関係確認を行っています 問上北県税事務所納税管理課 ☎ 0176-22-8111(内線 290)

県では、納税証明書の交付申請の際、窓口に来た人の本人確認および代理人申請の場合の委任関係確認を行っています。

◆納税証明書の交付申請に必要な物

証明書の種類	必要な物	本人確認書類 (※)	青森県 収入証紙 (400円分/1部)	自動車 検査証 (写し可)
個人事業税、法人県民税・事業税・特別税		○	○	
自動車税種別割(滞納がない旨の証明)		○	○	○
自動車税種別割(継続検査用)		○		○

※マイナンバーカード、運転免許証などの顔写真付き公的書類(顔写真が付かない書類の場合は、2枚の提示が必要です。)

●代理人が申請する場合は、家族または従業員であっても、本人(法人の場合は代表者)からの委任状が必要です。

納税証明書は、納税者の皆さんの大切な情報を証明するものですので、ご理解とご協力をお願いします。

年末に向けた特別警戒を実施します

年末は、強盗事件や特殊詐欺、飲酒運転による交通事故の発生が懸念される時期です。県警察では、犯罪の未然防止と交通安全の確保のため、パトロールや交通指導取り締まりの強化などの「年末特別警戒取締り」を実施します。

期間 12月11日(木)～31日(水)

■「+1」から始まる電話番号にご注意ください

警察官を名乗り、個人情報聞き出そうとする不審な電話が県内で急増しています。少しでも不安を感じた場合は、最寄りの警察署へご相談ください。

問十和田警察署 ☎ 0176-23-3195

青森県最低賃金改定

青森県最低賃金は、県内で働く全ての労働者に適用されています。

時間額 1,029円(11月21日～)

問青森労働局 ☎ 017-734-4114

詳しくはこちらから▶



戦没者遺族の相談員をお知らせします

戦没者遺族の年金・給付金や、利用することのできる社会福祉施設などの相談および必要な助言などを行います。

相談員 河村 幸利

電話番号 0176-53-7360

問生活福祉課 ☎ 0176-51-6718

プラス10分「今よりもちょっと多く体を動かす」生活

体を動かすことで、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の発症率が低くなると言われています。家事や通勤の隙間時間を活用し、体を動かす時間を増やしましょう。

①座りっぱなしを減らす

▶ 30分に1回立ち上がる ▶ トイレに立ったついでに体を伸ばす
▶ テレビのCM中に立つ

②健康アプリ「とわ歩」の活用

雪の日におすすめ。家にいながら楽しく体を動かしましょう。「とわ歩」のポイントももらえます。

▶ エクササイズ動画 + 5pt

▶ ラジオ体操 + 5pt

▶ いきいき体操動画 + 5pt

問健康増進課 ☎ 0176-51-6791

親子で楽しく体を動かそう

厚生労働省・文部科学省では、子どもが1日60分以上体を動かすことや、座りっぱなしの時間を減らすことを勧めています。市の肥満傾向の子どもの割合は、幼児期から増え始め、小・中学生では全国より高い状況です。冬は運動不足になりがちですが、普段の生活の中で親子で体を動かす時間を増やしてみませんか。

室内で動こう

▶ 雑巾がけやモップがけなどの掃除、部屋の片づけ ▶ 歌って踊る

外で動こう

▶ ごみ出し、雪かき ▶ 雪遊び、そり遊び、スキーなど

問こども家庭センター

☎ 0176-51-6792

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女参画係 ☎ 0176-51-6702



QRコード

10言語対応「広報とわだ」 デジタルブックで配信中!

Available in 10 Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

○ ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める

○ 読みやすいUDフォントで表示し、サイズも調整できる

○ 動画や写真も楽しめる

○ 10言語で読める・聞ける(音声読み上げ対応※)

無料

FREE APP



※【音声読み上げ】ブラウザによっては対応していない場合があるため、専用ビューア「Catalog Pocket (カタポケ)」《無料》をご利用ください。