

① 特定保健指導を受けて、いつまでも健康的な生活を続けましょう

この印の事業は高知健康パスポートのヘルシーポイントの対象事業です。

特定保健指導って何?

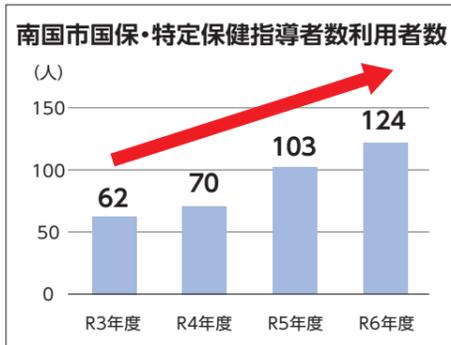
特定保健指導とは、生活習慣を改善し、病気の発症や重症化(脳梗塞、虚血性心疾患など)を予防するために、保健師や管理栄養士などがアドバイスをすることです。

特定保健指導の対象になる人は?

特定健診受診者(40歳~74歳)のうち、現状のままでは生活習慣病を発症してしまうリスクが高い方です。

毎年特定保健指導利用者は増加しており、市民の健康意識が高まっています。重症化したら、日常生活はガラッと変わり、経済的破綻にもつながりかねません。

対象者には、保健福祉センターや委託医療機関から特定保健指導のご案内がありますので、健康長寿のため、ぜひ特定保健指導をご利用ください。



利用者が
増えているって
知らせなきゃ!!



■この記事に関する問い合わせ/市民課国保係 ☎088-880-6555
国保の特定保健指導に関すること/保健福祉センター ☎088-863-7373

① 高知県後期高齢者医療の被保険者の方へ

医療費通知の送付が年度1回になります

高知県後期高齢者医療広域連合が送付している医療費通知は、令和7年度から1年度につき1回になります。(令和6年度までは1年度内に複数回送付)

【次回送付(令和7年度分)】

- 対象者/高知県後期高齢者医療の被保険者
- 送付時期/令和8年2月上旬予定
- 記載される診療月/令和6年12月~令和7年11月診療分



■問い合わせ/長寿支援課いきいき長寿係 ☎088-880-6556

「広報なんこく」有料広告募集中

サイズ (縦×横)	掲 載 料			
	1カ月	3カ月	6カ月	12カ月
A 4.6cm×8.0cm	11,000円	30,000円	57,000円	108,000円
B 4.6cm×17.0cm	22,000円	60,000円	114,000円	216,000円

- 申込方法/所定の申込書で完成版下原稿またはデータを添えて、お申し込みください。
- 新規店舗紹介や求人募集など1カ月でも掲載できます。長期連載がお得です。



詳しくはこちらから

補聴器 オーディカ 専門店 **Audika**

「聴こえ」で毎日が広がるつながる。

特別年末キャンペーン開催中!

聴こえのご相談で **500円分** をプレゼント!*

オーディカ **Audika 高知店**

旧: 新日本補聴器センター高知店
高知県高知市北本町 2-1-12

認定補聴器専門店
認定技能者在籍

☎088-885-5855

※木・金曜日は訪問販売対応のため留守となる時間帯があります。事前にお問い合わせください。

高知駅
ホームセンター
K's ケース
テンキ
Comfort
Hotel
Audika 高知店
至はりまや橋

定休日 日・月・祝日
営業時間 9:00~12:00 / 13:00~17:00

※さらに特典あり! 詳しくは店頭へ

① 税務課からのお知らせ

事業用資産は申告が必要です

固定資産の課税対象には、土地、家屋の他に「償却資産」があります。

事業を行っている個人事業主、法人の方は1月末までに償却資産の申告をお願いします。申告方法や申告書は市のホームページをご覧ください。



業 種	主な償却資産の内容
共 通	パソコン、コピー機、ルームエアコン、応接セット、キャビネット、レジスター、(袖)看板、広告塔、ネオンサイン、案内板、舗装路面、駐車場設備、太陽光発電設備、ブラインド、LAN設備、受変電設備など
農 業	ビニールハウス、自走式耕運機・田植機、乾燥機、もみすり機など
製 造 業	金属製品製造設備、食品製造設備、旋盤、ボール盤、梱包機、受変電設備、工場などの動力幹線設備、機械の給排水設備など
建 設 業	大型特殊自動車(分類番号が「0.00~09及び000~099」、「9.90~99及び900~999」)、重機、建機など
喫茶・飲食店	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、テレビ、カラオケ機器など
不動産貸付業	門扉・塀・緑化施設などの外構工事、駐車場などの舗装、太陽光発電設備、中央監視制御装置など

家屋調査にご協力ください

令和8年度固定資産税の課税に向けて、家屋の調査(新築・増築・取り壊しなど)をしています。調査へのご協力をお願いします。

■新築・増築・取り壊し

令和7年中に、家屋の新築や増改築などによる床面積の増減、または取り壊しをした場合は、12月中にご連絡ください。また、新築で未登記の家屋の場合、納税義務者申告書を提出してください。

※すでに税務課職員による聞き取り調査が終了している場合は、連絡不要です。

■所有者の変更は届け出を

売買・贈与・相続などで、未登記の家屋(法務局で登録されていない建物)の所有者を変更した場合は、届け出をお願いします。

※登記家屋などの所有者変更は、法務局での手続きですので、税務課への届け出は不要です。



軽自動車・バイク・農耕車などの廃車の手続きはお済みですか?

4月1日までに軽自動車やバイクなどの廃車手続きをしていない場合、翌年度も軽自動車税が課税されます。「もう手元がないのに税金が…」とならないよう、早めに手続きをお願いします。



車両やナンバープレートがない場合でも、廃車手続きができる場合があります

手続き先や手続き方法をご案内しますので、下記までご相談ください。
※南国市役所税務課の窓口でナンバープレートを交付している車両は、盗難に遭った場合や経年により劣化した場合を除き、ナンバープレートを紛失した場合は1枚につき150円の弁償金が発生します。



■届出・問い合わせ/税務課 ☎088-880-6554
資産税係(家屋調査・償却資産)、税務管理係(軽自動車・バイク)