

申告と納税はお早めに

問い合わせ
廿日市税務署 ☎0829-1217

平成28年分の申告・納期限

所得税および復興特別所得税・贈与税 3月15日(水)

消費税および地方消費税(個人事業者) 3月31日(金)

納税は便利な口座振替をご利用ください【振替日】

所得税および復興特別所得税 4月20日(木)

消費税および地方消費税(個人事業者) 4月25日(火)

申告手続などにはマイナンバーの記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。ただし、e-Taxで送信すれば本人確認書類の提示などは不要です。



詳しい情報は国税庁ホームページの
確定申告特集をご覧ください。

国税庁で検索
www.nta.go.jp



年金のはなし

No.245

確定申告には
「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の
添付をお忘れなく

問い合わせ
広島西年金事務所 ☎082-5335-1505
保険介護課 ☎2141

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告
で全額が社会保険料控除の対象となります。

控除の対象となるのは、平成28年1月から12月
中に納めた保険料の全額です。自身の保険料だけ
でなく、配偶者や子どもの保険料を支払っている
場合、その保険料もあわせて控除が受けられます。

なお、その際は家族分の控除証明書も一緒に添
付する必要があります。

国民年金保険料控除証明書の送付時期について

○平成28年1月1日から9月30日までの間に国民
年金保険料を納付した方

↓平成28年11月上旬

○平成28年10月1日から12月31日までの間に初め
て国民年金保険料を納付した方

↓平成29年2月上旬

確定申告で国民年金保険料を社会保険料控除と
して申告する場合は、必ず控除証明書が必要です。
大切に保管してください。再発行が必要な方は、
ねんきん加入者ダイヤルに連絡してください。

税法上、とても有利な国民年金は、老後ももち
ろん、不慮の事故など万が一のときにも心強い味
方です。そのためにも保険料は納め忘れのないよ
うにしましょう。

問い合わせ

ねんきん加入者ダイヤル 0570-003004
050から始まる電話の方は 03-6630-2525

子育てのアドバイス

No.21

夜泣きに困っています

問い合わせ 子育て支援センター ☎00021
福祉課 ☎2148

7カ月の男の子です。夜泣きの対処法はありま
すか？

アドバイス

夜泣きとは、夜中に起きて、授乳などをした後
も泣いてなかなか寝ないことをいいます。どの親
子も経験し、時期や程度にはかなりの個人差があ
ります。

生後6カ月から1歳過ぎによく見られ、早い子
は3カ月から始まり、2歳を過ぎても夜泣きをす
る子もいます。夜泣きの原因は、はっきりと解明
されていません。日中、赤ちゃんの脳は情報収集
でフル回転し、夜もその記憶が残っているため、
夜泣きが起こるともいわれています。また、来客
や昼寝しなかったなど、生活リズムが崩れた日に
多く起こる傾向もあります。

対策

【生活リズムを整える】朝は決まった時間に起こして、
昼間は散歩や外遊びをしてよく遊ばせましょう。外
出しない日は、オムツを替えるときに股関節を回し、
体操させると良いですね。夜はお風呂でしっかり体
を温めた後、20時までに布団に入ること目標にし
ましょう。スキンシップを欠かさないことで寝つき
がスムーズになります。

【合図・環境を作る】毎日同じ方法で寝かせ、寝る前
の合図を作ること、「今からは寝る時間」と体に
覚えてもらいましょう。また、寝室を薄暗くし、静
かにするなど、睡眠環境も見直してみましょ。

夜泣きは必ずおさまります。発達の1つとら
えて、前向きに付き合おうといいですね。