

## 市・県民税の納税通知書を発送します

市・県民税の納税通知書（普通徴収）を6月12日(金)に発送します。令和2年度の所得証明書等が必要な方は、6月15日(月)以降、税務課で申請してください。※市税の納付は口座振替が便利です。

■1期の納期限 6月30日(火)

### ■問い合わせ先

税務課 ☎(32)8891

## 栃木税務署の庁舎移転

栃木税務署は、6月22日(月)から栃木地方合同庁舎に移転します。

### ■所在地

〒328-8666  
栃木市河合町1番29号  
栃木地方合同庁舎

### ■問い合わせ先

栃木税務署  
☎0282(22)0885

## 介護保険料額の改定

介護保険料は、消費税引き上げにともない、軽減が強化されています。

### ■令和2年度の介護保険料

第1段階	20,000円
第2段階	33,300円
第3段階	46,600円
第4～第11段階	改定なし

### ■問い合わせ先

税務課 ☎(32)8891

## 新型コロナウイルス感染症の予防のために

新型コロナウイルス感染症の感染予防対策は、長期間にわたって必要となります。ご自身にできることから取り入れ、引き続き予防に努めましょう。



### 長期的な感染予防対策

- 手洗い、咳エチケット等の基本的な感染症予防
- 人出のあるところに行く際は、マスクを着用
- 「密閉（換気の悪い空間）」「密集（人が集まる環境）」「密接（近距離での会話や発声が行われる場面）」の3つの密を避ける
- 感染が流行している地域への移動は自粛
- 「人との接触を8割減らす10のポイント」を実践
- 医療機関を受診するときは、事前に電話で連絡
- 発熱が続く場合や、倦怠感がある場合は、栃木県コールセンターに相談（特に、妊娠されている方、高齢の方、基礎疾患がある方は、できるだけ早めに相談しましょう）

栃木県コールセンター ☎0570(052)092  
(土日含め24時間対応)

### 人との接触を8割減らす10のポイント

- 1 ビデオ通話でオンライン帰省
- 2 スーパーは1人または少人数で、すいている時間に
- 3 ジョギングは少人数で、すいている時間、場所を選ぶ
- 4 待てる買い物は通販で
- 5 飲み会はオンラインで
- 6 診療は遠隔診療、定期受診は間隔を長めに調整
- 7 筋トレやヨガは自宅で、動画を活用
- 8 飲食は持ち帰りや宅配で
- 9 仕事は在宅勤務
- 10 会話はマスクをつけて

### マスク着用時の熱中症に要注意

マスク内は湿度が高くなるため、のどの渇きを感じにくく、水分補給が不足しがちです。

のどが渇いていなくても、時間を決めて、こまめに水分を補給しましょう。

日射しが強いときは日傘をさすなど、熱中症に対する備えを十分にしておいて、今年の夏を乗り切りましょう。



### マスクやティッシュの捨て方

感染症に感染した方や、その疑いのある方がご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、次のことを心がけましょう。

- ごみに直接触れない
  - ごみ袋はしっかりしばって封をする
  - ごみを捨てた後は手を洗う
- ご家族はもちろん、皆さんが出したごみを扱う方々を守ることもつながります。

### しもつけエール飯

下野市商工会と石橋商工会が外出自粛で影響を受けている飲食店などを応援するために開設した特設サイト「しもつけエール飯」では、テイクアウト販売や出前を行っているお店を紹介しています。

下野市の「食」にエール！

#### 石橋エリア

📍<https://ishilo.com/yell/>

#### 国分寺・南河内エリア

📍<https://www.shimotsuke-station.com/pickup/yell>