

## 条例指定寄附金に係る 住民税の税額控除が拡充されました

個人住民税の寄附金税額控除が次のとおり拡充され、平成24年1月1日以降の寄附金から適用されます。

1. 指定寄附金（財務大臣が指定する寄附金）  
（例）山口大学、大島商船高等専門学校等（入学に係るものを除く）
2. 特定公益増進法人への寄附金  
（例）社会福祉法人…周防大島町社会福祉協議会等  
※その他の寄附金控除対象法人・団体については、寄附希望先の法人等または税務課までお問い合わせください。

### ■寄附金税額控除額について

（寄附金総額－2千円）×税率10%が翌年の個人住民税から控除されます。  
※控除対象寄附金総額の上限＝総所得金額等の30%  
（申告の際は証明書等が必要となります。）

### ◆問い合わせ

税務課 ☎0820(74)1008



「良いですね」という話が心に残りました。地域のみなさんが元気に過ごせるよう健康づくりを推進していきたいと思えます。

周防大島町食生活改善推進協議会 会長 中元みどり

周防大島町食生活改善推進協議会総会および研修会を5月21日に「たばなケアプラザ」にて開催しました。町長のご祝辞に、今年は「幸せに暮らせるまちづくり」の実現に向けて、特に健康づくりの推進、防災対策の充実、定住促進の推進の三つの事業に力を入れていきたいと申されました。「食は命なり」という言葉があるように、健康で過ごすためには良い食生活が大切だと思います。平成24年度は「素材を活かしておいしくうす味」を活動キャッチフレーズに、町の食生活の重点目標の塩分摂取を減らすことについて取り組みます。



講演「地域を動かす人づくり」  
講師 ラポールやまぐち 林孝行先生

7月・8月は  
特に注意！！

## 熱中症を予防しましょう

熱中症は気温の高い日が続く7月から8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう

### ○熱中症とは

高温・多湿なところで、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことで、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。

↓急に暑くなった日は特に注意！

↓室内にいる時も注意が必要！

### ○熱中症の予防法

熱中症の予防は「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

### ▼水分・塩分補給

こまめな水分の補給（特に高齢者はそののどを感ぜなくとも、こまめな水分補給を）  
▼熱中症になりにくい室内環境  
扇風機やエアコンを使った

温度調節。遮光カーテンやすだれなどで室温が上がらない工夫を。

### ▼体調に合わせた対策

こまめな体温測定。通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用。保冷剤・氷・冷たいタオルなどによる体の冷却。

### ▼外出時の注意

日傘や帽子の着用。日陰の利用、こまめな休憩。通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用。天気の良い日は昼下がりの外出はできるだけ控える。

### ○熱中症が疑われる人を見かけたら

- ① 涼しい場所へ避難させる。
  - ② 衣類を脱がせ、身体を冷やす。
  - ③ 水分・塩分を補給する。
- ※自力で水が飲めない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請しましょう！

### ■問い合わせ

健康増進課 健康づくり班  
☎0820(77)5504