



## お知らせ

### 固定資産(償却資産)の申告

資産税課

☎229-3132 FAX229-3331

事業を営んでいる人は、1月1日時点で所有している事業の用に供することができる償却資産の申告を1月31日(火)までに行ってください。

**提出方法** 資産税課または同課分室、各総合支所市民福祉課へ直接持参するか、郵送で資産税課(〒514-8611 住所不要)へ  
※eLTAX(エルタックス)でも提出可。申告用紙が必要な場合はご連絡ください。

### 1月26日は文化財防火デー

教委生涯学習課

☎229-3251 FAX229-3257

74年前の昭和24年1月26日の朝、法隆寺の金堂が火災に遭い、国宝の壁画の大半が焼失しました。その後も、貴重な文化財の焼

損が相次いだことから、昭和30年にこの日を文化財防火デーと定め、全国的に文化財の防火運動を展開しています。

市内には、国宝の専修寺御影堂・如来堂(一身田町)をはじめ、貴重な文化財がたくさんあり、毎年、地域住民の皆さんの参加・協力を得て、各地で防火訓練を実施しています。

文化財は、私たちみんなの共有財産です。地域一体となり、日頃から文化財保護に努めましょう。

### 白バラクイズ正解発表

選挙管理委員会事務局

☎229-3236 FAX229-3338

広報津12月16日号の白バラクイズに多数のご応募をいただきありがとうございました。

正解は、「①統一 ②4 ③辞職 ④市町村合併 ⑤津市長選挙」でした。正解者多数のため、抽選で10人の当選者を決定し、賞品の

発送をもって発表に代えさせていただきます。

### 津中部中地域包括支援センターの移転

地域包括ケア推進室

☎229-3294 FAX229-3334

観音寺町にあった津中部中地域包括支援センター(☎271-6535)が、淡見町554-69に移転しました。電話番号に変更はありません。



## イベント

### ひさい音楽祭

久居総合支所地域振興課

☎255-8812 FAX255-0960

**とき** 1月29日(日)12時～16時40分(11時30分開場)

**ところ** 久居アルスプラザときの風ホール

**内容** 久居東中学校吹奏楽部の演奏、市内で活動する音楽団体によるコーラス、ギター、マンドリンなどの演奏

## コロナ禍とこころの健康

問い合わせ 健康づくり課 ☎229-3310 FAX 229-3346

### こころの抵抗力をアップ! セルフケアで自分を大切に

#### 休養・睡眠

忙しい時こそ、しっかり休んで、疲れを長引かせないことが重要です。

睡眠は最良の疲労回復法! 十分な睡眠をとりましょう。

#### 笑顔の効果

顔の表情筋と脳の神経はつながっています。「作り笑顔」でも口角を上げれば脳が笑っていると錯覚し、気分がほぐれてきます。

#### コミュニケーション

人とのつながりを大切に、家族など身近な人にこそ意識して声をかけましょう。まずは「おはよう」から始めてみませんか。

### 誰かに話そう、伝えよう

つらい気持ちを抱え込んでいませんか。自覚していなくても、積み重なる疲労やストレスでこころが疲れていることがあります。一人で悩まずにまずは誰かに伝えてみましょう。公的な相談窓口「よりそいホットライン(☎0120-279-338)」では24時間相談できます。また、厚生労働省のホームページではSNSやメール、電話相談などさまざまな相談先を紹介しています。食欲がない、眠れないなどのこころや体の症状が2週間以上続く時は、早めにこころの専門家に今の苦しさを相談しましょう。

厚生労働省  
ホームページ