

商工業者の皆さまへ

借入金の利子に対する補給金を交付します

昨今の経済情勢の変化は、御代田町の商工業へも多大な影響を及ぼしています。御代田町では、町内の商工業者の皆さまを支援するため、借入金の利子を補給する事業を実施します。

対象者	御代田町内で商工業を営む方で、次のいずれかの資金を利用している方 ・長野県中小企業融資規程に定める融資のうち、経営健全化支援資金(運転資金に限る) ・日本政策金融公庫資金のうち、経営改善貸付資金(運転資金に限る)
利子補給率	貸付利率のうち1パーセント
利子補給期間	貸付日から3年間(36か月間)
利子補給時期	毎年度末
利子補給対象	平成20年12月1日から平成21年3月31日までに資金融資を受けた方で融資額1,000万円を上限とする。
申請方法	次の書類を担当まで提出ください。 ・所定の申請書類(御代田町役場もしくは御代田町商工会に用意してあります) ・融資を受けたことを証明できる書類
その他	詳しくは、担当までお問い合わせください。

問い合わせ先 産業経済課商工観光係 内線31

所得税の確定申告は **e-Tax** で!

利用開始までのステップ

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を活用して利用開始!

1 準備しよう

電子証明書の取得 ※役場町民課で、住民基本台帳カード(電子証明書付、電子証明書500円)を発行してもらう。(住民基本台帳カードは発行までに10日程かかります)



ICカードリーダーライタの取得

※電器店などで購入してください。



パソコンの準備、ソフトのインストール

2 登録しよう



利用者識別番号等を発行します。

開始届出書の提出
初期登録作業



※書面で提出した場合には、後日税務署から利用者識別番号等を記載した通知書を交付します。

3 利用開始

e-Tax(電子申告)はインターネットで申告・納税などができる便利なサービスです。

e-Taxで申告のポイント!

- 還付金がスピーディー
- 最高5,000円の税額控除 ※平成19年分の確定申告で本控除の適用を受けた方は平成20年分では控除を受けられません。
- 添付書類を提出省略
※確定申告期限から3年間、書類の提出又は提示を求められることがあります。

問い合わせ先

佐久税務署個人課税第一部門
0267-67-3462

e-Taxホームページ
www.e-tax.nta.go.jp

こころのやすらぎ



心理相談員
浅川佳子

あけまして

おめでとうございます。

俳句に

「去年今年(こぞことし)」があります。

意味としまして「一夜、明ければ昨日は去年であり今日は今年である。たちまちのうちに年去り、年来るといふ時の歩みの速さに深い感慨を覚える」。

昨日だったのが、昨年になります。旧年だったのが新年になります。新しい年の初めに旧年を振り返り昨日はもう去年になったのだと時間が過ぎることを感じます。

新しい年が変わる時、私の心の中でこのような思いがありますので、昨年(平成20年)の一月号と同じことを書かせてもらいました。

毎日なにげなく過ごしている時間、楽しくて瞬間に過ぎてしまう時間、あるいは忙しく過ごしている時間。人によって過ごし方が違うこともあるのでしょうか。

しかし、過ごし方が違っても一年を過ごす時間は変わりませんね。

だれでもが同じ時間を得ているのですが、過ごし方が違うために「時間が早く過ぎた」と感じたり「時間の進み方が遅い」と感じたりしたことがあるかと思えます。

一年間過ごした時間を皆さんはどのように感じていきますでしょうか。

毎日過ごしている時間が生活していることへの積み重ねでもあると思います。

自分自身で「幸せな時間を過ごしている」と思えるような日々にしていきたいですね。

目標を決めてみませんか？

新しい年を迎えました。昨年過ごしたことを振り返りながら、今年の目標を掲げてみませんか。

自分にとつて、やる気が出る目標。たとえば、成功したらとても嬉しい目標。できるかな？できないかな？ガンバレバできそうと思える目標。チャレンジ精神が湧いてくるような目標などはいかがでしょうか？

目標を決めると自分自身とも向き合ったり、自分自身の手も知ることができるようになります。また自分にとって必要な努力もしていけるのではないのでしょうか。

子どもたちも、目標や将来の夢など楽しいことをえがいていることでしょうか。学校が休み中でもありますので、ぜひ

ひご家族みんなで、目標を掲げて話しをしていただきたいと思えます。

家族一人一人の目標が理解できていると、苦勞や困難があるときでも家族で励ますこともできます。

励ますことを知ること、相手に対して思いやりや優しさも身に付くように思います。そして励ましてもらう側もありがたき・感謝の気持ち、温かみを感じるのではないのでしょうか。

お互い励ましあいながらイキイキと生活できる家族・心も元氣な家族でありたいですね。

目標が決まりましたらノートや手帳に書きとめるメモ法もお勧めします。

思ったことなどを書きとめることは、お仕事等でも活用されていると言われていますので、メモ法を試してみたいかがでしょうか。

今年も子どもたちと皆さんが、元氣で楽しい毎日になりますように…願います。

心理相談室の利用について

心理相談室では、教育にかかわる心理的な悩みや、お子さんについての心配なこと、学校での心配ごとをお気軽に相談ください。

相談日・相談時間

相談日：水曜日
相談時間：午後2時～5時

あらかじめ電話で相談日時を決めます。水曜日、午後2時～4時30分の間にお電話ください。

相談場所：心理相談室
相談料：無料

予約・問い合わせ先

エコールみよた
(32)9100へ
かけていただきます
心理相談室または
内線117番へ
繋ぐようお願いください。