

# 土地の地目変更、 建物の新增築等をされた方へ

固定資産税は、毎年1月1日に土地、家屋を所有している方に課税されます。土地は1月1日現在の状況を評価して課税され、家屋は1月1日に現存する建物をお持ちの方に課税されます。以下の場合に該当する方は届出等をお願いします。

## 土地の地目変更や用途変更をした場合

住宅地から住宅地以外の用途にした場合、または住宅地以外の工場・倉庫等から住宅地に変更した場合には、長野地方財務局佐久支局での登記の変更と、役場税務係に申し出いただきますようお願いいたします。

### (参考)

土地の地目を変更する場合は、不動産登記法により「その変更があった時から1ヶ月以内に、地目の変更登記を行わなければならない」と定められています。長野地方財務局佐久支局（電話0267-671-2272）で変更登記手続きを行ってください。

## 建物を新築、または取り壊した場合

建物を新築・増築した時にはその翌年から課税の対象となり、取り壊した時にはその翌年から課税されなくなります。

すでにご連絡いただいたもの、または役場の家屋調査が済んだものを除き、本年中に建物を新築・増築した場合、または建物を取り壊した場合にはご連絡をお願いします。取壊しの場合は建物全体であるか一部であるかは問いません。

- ・ 建物を新築・増築した（建物の面積が増えた）
- ・ 建物を取り壊した（面積が減った）
- ・ 未登記の建物を売買・贈与・相続した

以上のような場合には、その都度届出をお願いします。



# こちら 地域包括支援センターです！ 高齢者支援係

## 口腔ケアでお口の健康を保ちましょう！

— 口腔ケアは体全体の元気の源です —

口や歯の健康や食べ物をかんだり飲み込んだりする機能は、私たちが思っている以上に重要です。また、口の中が不衛生な状態だと、全身の健康にも影響します。

口の健康が保たれていないと、食べる楽しみを持てなかったり、人との交流が減ってしまったり、低栄養状態になったりして元気に活動することができなくなります。よく噛んで食べることは、脳を刺激して認知症の予防になり、口の手入れは、歯の病気や口臭を防ぎます。さらに舌やほおなどの筋肉を鍛え、飲み込む力を高め、誤嚥性肺炎も防げます。毎日の口の手入れと、よく噛んで食べることを習慣にしましょう。

### 日常生活でできる 口腔清掃と口腔体操

#### 口腔清掃

- ① 毎食後の歯磨き  
歯ブラシ、歯間ブラシ、糸ようじなどを上手に使い分けましょう。
- ② 義歯（入れ歯）の手入れ  
専用の歯ブラシでみがき、寝るときははずして保管しましょう。
- ③ 舌の手入れ  
細菌繁殖や口臭予防のために、舌の汚れ（舌苔）もとりましょう。



#### 口腔体操

- ① 口を閉じたまま、ほおをふくらませたり、すぼめたりする。
- ② 口を大きく開けて、舌を出したり引っ込めたりする。
- ③ 舌を出して、上下や左右に動かしてみる。

