

フェリー「カランセ奥尻」の江差港着岸場所変更について

江差港岸壁工事及び船体整備のため、次のとおりフェリー江差港着岸場所が変更となっております。

期間 2022年10月4日(火) ~ 2023年4月16日(日)

また、期間中はフェリーターミナルから江差港新北埠頭岸壁まで無料送迎バスが運行されています。



江差港新北埠頭までの無料送迎シャトルバス運行について 運行期間：2023年1月1日～3月31日

○奥尻発～江差行フェリーとの接続

	フェリー 奥尻港～江差港新北埠頭		江差港新北埠頭～江差フェリーターミナル 無料送迎シャトルバス		
	奥尻港発	江差港新北埠頭着	江差港新北埠頭発	駐車場	江差フェリーターミナル着
1/1～3/31	8:15	10:35	10:43	10:44	10:45

○江差発～奥尻行フェリーとの接続

	江差フェリーターミナル～江差港新北埠頭 無料送迎シャトルバス		フェリー 江差港新北埠頭～奥尻港	
	江差フェリーターミナル発	江差港新北埠頭着	江差港新北埠頭発	奥尻港着
1/1～3/31	12:30	12:35	13:00	15:20
	12:40	12:45		
	12:55	12:57		

税を考える週間表彰が奥尻高校・中学校、奥尻・青苗小学校で行われました！

江差税務署では、今年も税を考える週間(11月11日～17日)の一環として、税に関する書道展を海洋研修センターにおいて開催し、また「税に関する高校生の作文」や「中学生の作文」、「小学生の税の書道」の表彰状等の授与を各校で行いました。多数の応募の中から見事受賞された方々は、次のとおりです。

- 江差税務署長賞 **青木日菜さん** (奥高1年)
- 江差税務署長金賞 **高橋安澄さん** (奥中3年)
- 江差地方法人会会長 銀賞 **松前愛琉さん** (奥小5年)
- 江差間税会会長 銀賞 **まつもり森彩友さん** (青小6年)
- 江差間税会会長 銀賞 **たけなゆの乃さん** (奥小3年)
- 江差間税会会長 銀賞 **い井田圭太さん** (奥小5年)



北方領土の日特別啓発期間

1月21日から2月20日まで
「北方領土の日特別啓発期間」です。

我が国、固有の領土である歯舞群島・色丹島・国後島及び択捉島からなる北方四島の早期返還の実現に向けて、様々な運動を展開しています。

奥尻町でも、役場と青苗支所の窓口において署名コーナーを設置していますので、町民皆様のご理解とご協力をお願いいたします。





奥尻消防署通信

消防水利の除雪について



住民の皆様には、日頃より自宅付近の消火栓や防火水槽の除雪にご協力いただき、心より感謝申し上げます。奥尻消防署では、冬期間には計画的に消火栓や防火水槽の除雪を行っていますが、大雪などで作業が遅れる場合があります。

消火栓や防火水槽は火災に重要な水源となりますので、消防水利への排雪や車両の駐停車をしない等、今後ともご協力を宜しくお願い致します。

また、消火栓や防火水槽の定期的な調査や整備は行っておりますが、もし不備や標識が倒れているなどを発見した際は、危険ですので、触らずに奥尻消防署までご連絡下さいませようお願い致します。

知っていますか？インボイス制度

令和5年10月から消費税の仕入税額控除の方式として、インボイス制度（適格請求書等保存方式）が開始されます。

インボイス（適格請求書）とは、売手が買手に対し正確な適用税率や消費税額等を伝えるための手段であり、一定の事項が記載された請求書や納品書等をいいます。

買手は、仕入税額控除の要件として、原則、売手から交付を受けたインボイスを保存する必要があります。

売手は、インボイスを交付するためには、事前にインボイス発行事業者（適格請求書発行事業者）の登録申請が必要です。

なお、制度開始時にインボイス発行事業者となるためには、原則、令和5年3月31日までに登録申請が必要となります。登録を予定されている方は、お早めに申請手続きをお願いいたします。

詳しくはこちら



また、税務署ではインボイス制度を理解していただくため、インボイス制度説明会を開催しており、お電話等で事前申込をお願いしています。

お問合せ先 江差税務署 ☎ 0139-52-6011（直通）

国税の納付は、キャッシュレス納付をご利用ください！

国税の納付には様々な方法がありますが、中でもキャッシュレス納付は、簡単・便利に納付ができますので是非ご利用ください。

キャッシュレス納付を利用すれば、確定申告期等の窓口が混雑する時期に、金融機関や税務署に出向くことなく自宅や事務所で納付ができます。

詳しくはこちら



◆振替納税

事前に税務署又は金融機関に届け出ることで、振替日に預貯金口座から自動的に納付ができます。なお、一度届出を行えば継続してご利用が可能です。

◆クレジットカード納付

パソコン・スマホ等から「国税クレジットカードお支払サイト」にアクセスし、必要事項を入力するだけで納付でき、事前の届出は必要ありません。なお、納付税額に応じた決済手数料がかかります。

◆その他の納付手段

スマホアプリ納付・QRコードを利用したコンビニ納付・ダイレクト納付・電子納税等、ご自身に合った納付手段を選択できます。
※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

お問合せ先 江差税務署 Tel:0139-52-0078（代表）

教えてください!! 管理栄養士さん

Vol.16

お正月休み明けは、「食欲がないから朝、食べなくてもいいかなあ」と朝食抜きの習慣につながる心配があるかもしれませんね。最近注目の時間栄養学によって「いつ、なにを、どう食べるか」が肥満や老化などにも影響することはご存知かもしれません。

朝食を抜く、「ちょっとした」食事リズムのずれが体内時計（脳や胃、肝臓、小腸や大腸だけではなく、すべての細胞に体内時計はあるそうです。）を乱し、心身にストレスが生じて、体がだるくなったり、やる気が出ない、肌荒れ、老化や肥満の原因にもなるなど、体に様々な影響を及ぼすことがわかってきました。

体内時計を乱さないために一番大切なのは、起床後出来れば1時間以内に朝食をとることだそうです。朝食ではご飯やパン、めん類やいもなど炭水化物を多く含む食べ物にプラス、たんぱく質の多い食品である肉や魚、卵、豆腐、納豆、厚揚げ、ヨーグルト、牛乳や豆乳などをとることで、体内時計を整えることができます。これが最近耳にする「朝たん」の意味です。

さらに、たんぱく質は、夜にとるよりも、朝にとるほうが、筋肉量の増加や維持に効果が高いとわかりましたので、朝食ではたんぱく質の多い食品をたっぷり食べることをお勧めします。（朝食を食べる習慣がなければ塩分は高いですが、まずはたんぱく質の多い、ちくわやカニカマ、さつま揚げ、スライスチーズなら食べられるかもしれませんね。）

(奥尻町国保病院 管理栄養士 鈴木恵子)



フェリー運航ダイヤ変更

1/1～ 奥尻発 8:15 → 10:35
3/31 江差発 13:00 → 15:20

【お問い合わせ先】 ハートランドフェリー(株)
奥尻支店 Tel.01397-2-3131

新型ゴミ収集車(パッカー車)が導入されます

町では老朽化により故障が多かった「ゴミ収集車」を令和4年12月に更新しました。

令和3年12月に更新したバキューム車と同様に今までの「緑色」から「紺色」がベースの車両に変更となりますのでゴミ収集(ゴミ出し)の際は、お間違えの無いようご注意ください。



活躍が期待されます!

新刊図書案内 海洋研修センター図書室からのお知らせ

一般図書

- だしの研究—だしの仕組みを理解して、自在に使いこなすための、調理とサイエンス—/山本 晴彦
- 超筋トレが最強のソリューションである—筋肉が人生を変える超科学的な理由—/Testosterone
- 敗者の古代史—「反逆者」から読みなおす—/森 浩一
- スタッフロール/深緑 野分
- マーガレット・サッチャー—政治を変えた「鉄の女」—/富田 浩司
- 江戸500藩全解剖—関ヶ原の戦いから徳川幕府、そして廃藩置県まで—/河合 敦
- 日本の古代豪族100/水谷 千秋
- 仕事が速いのにミスしない人は、何をしているのか?/飯野 謙次

児童書

- パンどろぼう おにぎりぼうやのたびだち/柴田 ケイコ
- さかさまがっこう/菊田 澄子
- つくしちゃんとおねえちゃん/いとう みく
- たまごのえほん/いしかわ こうじ
- ポレポレゆきのなか/たしろ ちさと
- ピヨピヨハッピーバースデー/工藤 ノリコ



図書室の蔵書検索はこちらどうぞ!



<https://www.lib-finder.net/okushiri/>