



## 心も体もリフレッシュ

### 多彩な企画で交流

#### 茨商連共済会

#### 健康まつり

茨商連共済会は9月10日石岡市の「ひまわりの館」で第11回健康まつりを開催。県内各地から82人が県南から18人が参加しました。午前は健康アドバイザーの藤田和子さんから認知症予防のための指の体操や、より効果の高まるラジオ体操、ひざや腰の痛みの緩和方法などについて学びました。また、ギターを伴奏にみんなであうたこえを響かせました。昼食の後は、ターゲットバードゴルフに挑戦し、からだを動かしました。最後の企画は、認知症や心臓疾患など6つのテーマ別に健康談義。参加者自身が抱えている病気体験やその苦勞、健康維持のための実践法などについて交流しました。今回の企画は、多彩で内容の濃い健康まつりとなりました。

## 医療費控除は明細書や医療費通知書の添付で 領収書は提出不要に

所得税法の改正で、これまでに医療費控除を受ける際には、確定申告書に医療費の領収書を添付または提示が必要でしたが、平成29年分からは提出が不要となります。その代わり、医療保険者からの医療通知書や明細書の添付が必要です。また、これに基づいて税務署発行の「医療費控除の明細書」に記載したものを提出すれば控除が受けられることとなります。なお、これまでとおり領収書の添付でも控除は受けられますが、平成31年までで終了となります。領収書の保存期間は5年となりますので、明細書を提出しても領収書は大事に保存する必要があります。

**平成29年分の確定申告から適用になります**

## 全国業者婦人決起集会 東京・日比谷

全国の業者婦人が一堂に結集します。県南からもみんなで参加します。ぜひ、ごいっしょに!!!

● 10月26日(木) 集会は13時より

## 建設国保の加入が民商でも

個人で建設業を営む事業者は、建設国保加入の資格があります。一般の国保との違いは、建設国保では保険料が定額で休業補償や医療費の一定額以上の場合の還付制度があります。しかし、所得金額や扶養家族数の関係で、保険料が割高となる事があるので事前に試算する必要があります。

## 婦人部が定期総会



民商婦人部は9月3日、民商事務所で第36回総会を開催し14人が参加しました。来年の「わくわく交流会」の会場は県南が担当になることや所得税法56条問題などを話し、新方針を決定。新部長には江口直子さんが再選されました。

**いま守りたい いのち・暮らし・商売を!**

そうだ、決起集会行こう!

10月26日 東京・日比谷野外音楽堂  
第15回全国業者婦人決起集会

28	26	22	11	10	4	<b>10月予定表</b>
土	木	日	水	火	水	
県婦人部役員会	全国業者婦人決起集会	総選挙投票日	理事会	総選挙公示 婦人部役員会	法律相談会	

### 建設国保の加入は民商へ

- 個人事業で建設業の方が対象です
- 保険料は定額制なので安心です
- 休業5日以上の場合、補償があります
- 医療費が月17500円以上は還付に

### 労災・雇用保険は民商へ

- 建設業なら事業主のみでも加入が可能 (大工・土木・左官・管・電気・塗装等)
- 保険料は年3回の分割払い
- 他の組合よりも手続き費用がお手頃

### 民商共済会はあなたの味方

- ◆ 会員・配偶者は無条件加入ができます
- ◆ 月1000円の掛金で入院1日3000円
- ◆ 3日以上入院で1日目から120日分給付
- ◆ 75歳で5万円の長寿祝金 (65才未満加入)