

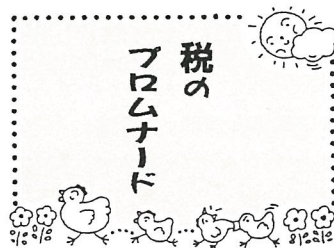


チームワークで競う 駅伝大会参加チーム募集

期 日 2月4日(日) 予備日11日
 集 合 午前8時
 発 走 午前10時
 参加資格 町内居住者及び町内勤務者
 コー ス 一 般 6区間
 中学男子 6区間
 中学女子 7区間
 小学生 7区間

申込期限 1月14日(日)
 申込・問合せ

生涯学習課(町民会館)
 ☎841358



1月31日まで

給与や賃金を支払う方

源泉徴収票・ 給与支払報告書

平成12年中に給与・賃金などを
 支払う事業所、事業主は、「給与
 所得の源泉徴収票」を作成し、1
 月31日までにすべての受給者に交

付するとともに、一定金額以上の
 ものは税務署に提出することになっ
 ています。

また、「給与所得の源泉徴収票」
 と同時に複写作成される「給与支
 払報告書」は、金額の多少にかか
 わらずすべてを受給者の住所地
 (1月1日現在)の市町村に提出
 することになっています。

また、青色申告をする方で専従
 者給与を支払う方、臨時で従業員
 を雇う方も忘れないで提出してく
 ださい。

1月31日まで

償却資産の申告

償却資産の申告書はもうお手元
 に届きましたでしょうか。

平成13年1月1日現在の償却資
 産の所有状況を申告書に記載のう
 え、1月31日までに提出してくだ
 さい。



償却資産が前年と変更のない場
 合でも、申告書の備考欄に「前年
 中異動なし」と記載のうえ、申告
 書を提出してください。

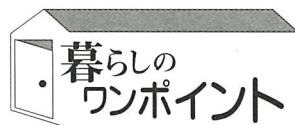
また、家屋についても、平成12
 年1月2日以降に新増築された家
 屋(まだ評価が済んでいないもの)
 や既存家屋の取り壊し等がありま
 したら、お知らせください。

問合せ先 税務課 ☎841211

フリージングのコツ
 は、食品をできるだけ
 空気に触れさせないこ
 と。せっかくラッピン
 グをしても、中に空気
 が含まれていると凍り
 にくくなり、酸化して
 味も栄養も落ちます。

調理済みのハンバー
 グなどは、冷ました後
 に1個ずつラップで包
 み、さらに市販のファスナー
 つき冷凍パックに。中にすき
 間が残らないように空気を押
 し出し、ぎりぎりまで閉めた
 ファスナーの端からストロー
 を入れ、中の空気を吸い出し
 て密封します。

カレーやシチューなど非固
 形物は直接冷凍パックに。一
 パックを一人分程度に小分け
 しておけば、食べるときに必
 要な量だけ解凍できるので便
 利です。



食品を凍らせ
 て保存するフ
 リージング。買い込
 み過ぎた食材だ
 けでなく、最近
 は初めから冷凍
 することを考え
 て、おかずを多
 めに作っておく
 家庭が増えてい
 ます。味や鮮
 度をできるだけ落
 とさないポ
 イントを紹介しま
 しょう。

フリージング

空気を絶って薄く平らに

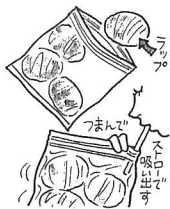
このとき、なるべく薄く平
 らな形にすること。収納しや
 すく、凍りやすく、解凍しや
 すいメリットがあります。こ
 はんをラップに包んで保存す
 るときも、形を薄くすると効
 率的です。

熱を通した食品は冷まして
 から冷凍するのが基本。そし
 て冷凍庫に入れてからは
 急速冷凍で。食品は凍る
 までの間に細胞が破壊さ
 れるので、ゆっくり凍ら
 せると味や栄養が損なわ
 れます。

最近急速冷凍機能が
 ついた冷蔵庫もあります
 が、熱伝導の早いアルミ
 のトレーに載せたりアル
 ミ箔に包んだりすること
 でも冷凍が早く進みます。

冷凍パックは、中身が
 分かるように食品名と冷凍し
 た日を書いておきましょう。

なまものは2週間、調理品は
 1ヶ月が保存の目安。計画的
 な献立で、効率よく使い切る
 ようにしましょう。



納期限

1月31日(水)は、国民健康保険税第7期分と介護保険料第4期分の納期です。
 納め忘れのないようお早めに。