

市委政法委集中学习习近平总书记讲话精神

刘桦要求学深悟透

本报讯 1月17日，市委政法委集中学习贯彻习近平总书记在中央政法工作会议上的讲话精神。市委常委、市委政法委书记刘桦参加。

会上，大家学习了习近平总书记在中央政法工作会议上的讲话。

刘桦指出，习近平总书记的讲话深刻阐述了新时代政法工作方向性、全局性、战略性的重大问题，具有极强的思想性、理论性、针对性，是指导推动新时代政法工作的根本遵循和行动指南。他要求，全市各级政法部门要把深入学习贯彻习近平总书记重

加快能源旅游综合服务站项目建设

赵荣要求2019年开工建设8个建成5个

本报讯 1月17日，市人民检察院检察长赵荣就能源旅游综合服务站重点项目建设情况进行调研。

旅游综合服务站项目占地面积160亩，将建设25个能源综合服务站，属于我市重点建设工程。该项目自2016年底开始谋划，截至2018年12月，项目已完成第一、二批13个加油站规划选址和圈外5个站点用地国土测绘，7个站立项备案和总体设计方案，完成了主城区5个核心站国土报批手续、第三批2个和新增“十三五”外6个站点的规划选址和资产转让政府审

批手续办理，明确了项目经营模式，并完成了具体商务合作方案。

赵荣要求，做好政策创新等工作，对涉及的土地、审批等方面，千方百计进行政策创新，加强联络沟通工作，牵头部门要扛起责任、主动作为，将旅游综合服务站项目服务好、将试点建设工作落实好；加快能源旅游综合服务站开工建设，争取2019年开工建设8个建成5个。

(本报记者 杨旭东 通讯员 褚婷婷 彭娜)

永定区库存柑橘9000余吨

谁来帮忙销售出去

本报讯 “我们已销售本地椪柑80万斤，争取2月底前再销售70万斤。”1月17日，张家界绿航果业董事长郑应学向永定区政府承诺。近日，永定区有关部门商讨如何尽快把库存柑橘销售出去。

永定区现有柑橘面积13.96万亩，2018年全区柑橘预计总产量20.5万吨。由于柑橘产能过剩，导致全区柑橘销售形势不容乐观。目前全区库存柑橘9142.72吨，其中柚类库存1054.6吨，橙类库存124.72吨，椪柑库存

7963.4吨。为此，该区要求有关部门一定要想尽千方百计把椪柑销售出去，不能让群众的利益受损。区总工会向全区所有基层工会发出倡议书，积极采购部分贫困户的柑橘，发放给本单位的工会会员。张家界微生活电子商务有限公司、张家界菊花芯柚专业种植合作社等企业纷纷表示，充分利用各类媒体、网络等平台做好产品推介，拓展营销渠道，将库存柑橘全部销售出去。

(本报记者 宁惠 通讯员 田贵学 覃华兰)

市税务部门承诺 一般性涉税事宜全省率先实现一次办结

本报讯 1月19日，记者从全市纳税服务工作会议上获悉，市税务部门把2019年作为纳税服务质效全面提升年，力争在全省率先实现一般性涉税事宜在办税服务厅一次性办结。

2018年，市税务部门持续缩短纳税人办税事项等待时间，尽可能为纳税人办税提供方便。

2019年，全市税务系统将以纳税人满意度为出发点，针对纳税服务工作中的“痛点”“堵点”“难点”，以问题为导向，全面提升纳税服务质效。

继续深化落实“最多跑一次”改革，进一步优化办税流程，缩短办税时间。坚持业务团队建设，切实赋予业务团队涉税办理权限，做到审批前移，力争在全省率先实现一般性涉税事宜在办税服务厅一次性办结。落实好税制改革、减税降费、社保非税划转系列改革举措，充分释放改革红利，服务实体经济和小微企业发展，营造良好营商环境，助力张家界经济社会高质量发展。

(本报记者 王芳 通讯员 李妮)

桑植县拆除养殖网箱15万余平方米

本报讯 近日，笔者从桑植县畜牧兽医水产局获悉，截至2019年1月中旬，该县已拆除养殖网箱152645平方米。

桑植县涉大鲵保护区网箱养殖鱼类面积达18.5万平方米，占全市应退养网箱任务的75%。该县畜牧兽医水产局挑选50多名精兵强将，深入人湖

溪、官地坪、芙蓉桥、竹叶坪、洪家关5个乡镇，进村入户宣讲党的政策，讲清保护生态环境的意义，促使大多数网民主动自觉地拆除网箱，走上岸去，搞起了绿色种植产业。

(皮运楚 向绍武)

我市集中整治‘保健’市场

本报讯 日前，记者从有关部门获悉，我市铺开集中开展“保健”市场摸排清查整治百日行动。

此次行动将重点整治老年人保健品虚假宣传、夸大宣传等突出问题。截至目前，市工商局执法人员共对32家“保健”市场经营主体进行检查。

其中直销类经营店6家，涉嫌会议营销类(会销类)经营店6家，立案涉嫌虚假宣传案件2件。关停会销类经营店2家，关停直销“保健”类经营店1家，商品下架2家，收缴非法宣传资料600余份，拆除虚假宣传牌30余个。

(本报记者 罗红艳 通讯员 王云)



日前，永定区崇实南校二年级3班举办“诵经典文化，展少年风采”中华经典美文诵读活动。本报记者 虞兴亮 通讯员 燕丽芳 谭晶摄

确保个税改革红利惠及千家万户

——一个税热点问题面面观

新华社记者 郁琼源 刘红霞 胡璐 桑彤

研究院研究员张斌说，个税新制度从建立到完善不可能一蹴而就，需要包括纳税人在内的社会各界共同参与。

教育支出抵扣，哪些人群能受益？子女教育支出包括新生儿吗？非婚生子女能受益吗？

六项专项附加扣除中的子女教育支出，规定仅限纳税人子女年满3岁后到博士研究生教育的相关支出，每个孩子按每月1000元标准定额扣除。父母双方可一方100%扣除，也可以双方各扣扣一半。

记者了解到，规定所说的子女，包括婚生子女、非婚生子女、继子女、养子女等。

在继续教育方面，不少人关心：哪些可以列入技能人员职业资格和专业技术人员职业资格培训扣除？

李旭红说，纳税人参加技能技能培训能否获得继续教育支出扣除，一是看纳税人是否在2019年之后取得符合条件的职业教育资格证书，二是可查阅人社部2017年发布的国家职业资格目录，该目录范围内的职业资格证书都能抵扣，其中技能人员职业资格包括焊工、家畜繁殖员等81项；专业技术人员职业资格包括教师、注册会计师等59项。

买房租房如何获得个税抵扣？

“我卖了第一套房后又买了一套，算首套住房吗？”“我的房在老家，我在外地工作还租着房，能同时享受住房贷款利息、住房租金两项扣除吗？”

新个税法实施以来，住房贷款利息或住房租金专项附加扣除成为大家关注的热点，纳税人千差万别的情况也使得抵扣面临诸多挑战。

如果你是有一族，想要享受到住房贷款利息专项抵扣，首先要确定自己购房办理贷款时是否享受了首套住房贷款政策，这是认定房屋是否属于首套房的一个重要条件，符合条件就可申请每月1000元的贷款利息专项扣除，纳税人及其配偶可约定选择由一方扣除。

当然，该扣除只能在实际发生贷款利息的年度享受，最多不超240个月，且只能享受一次首套住房贷款的利息扣除。也就是说，如果首套房贷还清了，那么就无法再享受此项扣除。此外，纳税人在一个纳税年度不

能同时分别享受住房贷款利息和住房租金专项附加扣除。

如果你无房，是个租客，你可以依据所在城市获得每月800至1500元的房租抵扣。具体城市的扣除标准可在税务总局网站上进行查询。

赡养老人信息造假怎么办？

今后子女赡养老人支出可以抵扣个税，但如何申请抵扣成为近期热点。根据规定，纳税人赡养年满60岁父母的支出，独生子女可按每月2000元的标准定额扣除；非独生子女可由其与其兄弟姐妹分摊每月2000的扣除额度，每人分摊的额度不能超过每月1000元。

需要注意的是，被赡养老人包括子女均已去世的年满60岁的祖父母、外祖父母，但不包括配偶的父母。

有人提出极端假设情形，4个兄弟姐妹分别在4个城市，各自申报自己为独生子女，要求享受每月2000元的扣除，造假信息能否核查？

张斌表示，赡养老人专项附加扣除要填报老人的身份信息，如果一个老人的身份信息在税务系统数据库中由不同的纳税人以独生子女的身份享受专项附加扣除，是可以被筛查出来的。“纳税人要对所提交信息的真实性、准确性、完整性负责，如果弄虚作假要承担相应的法律责任。”

李旭红说，申请赡养老人专项附加扣除不但需要填写被赡养人的信息，还要填写共同赡养人的信息，如果分摊信息不符合规定后台系统可以筛选甄别，通过数据核对可以实现有效的税收监管。

“在电子税务时代，信息会说话。”北京大学教授刘怡表示，此次个税改革为便利纳税人，尽可能不增加申报负担，但前提是纳税人要诚信申报，改革将加快诚信社会建设。

如何有效保障纳税人信息安全？

新个税法开启了我国个性化办税时代，为了尽早让纳税人享受到减税红利，大部分附加扣除在预扣预缴环节就可以享受，仅大病医疗一项，由于只有到年底才能算出一年花了多少医药费，所以要在第二年汇算清缴时才能扣除，需要纳税人自行申报专项扣除。不过，很多纳税人也担心，跑到税务局申报是否很麻烦？

根据规定，大病医疗由纳税人在办理年度汇算清缴时在8万元额度内据实扣除。纳税人享受此项扣除应当在专项附加扣除信息表填报相关信息，并留存医药服务收费及医保报销相关票据原件(或者复印件)等资料备查。

记者了解到，纳税人在次年3月1日至6月30日汇算清缴期限内，可以选择远程办税端报送相关信息，也可以选择就近到税务机关现场办理。税务机关鼓励纳税人远程报送相关信息。

此次个税申报过程中，不少人也担心填报个人信息是否安全？也有纳税人发现“任职受雇信息”中出现自己从未任职的单位信息，担心信息被盗。

对此，税务总局12366北京纳税服务中心回应说，遇到身份信息被冒用情况，纳税人可在App上点击该单位名称，并通过右上角的“申诉”按键发起“申诉”；税务部门也将尽快核实处理纳税人的涉税信息冒用问题，如情况属实，将对冒用单位或个人的涉税违法问题依法进行处理。

李旭红说，纳税人运用远程报送方式手机下载个人所得税App，注册时可选择人脸识别注册方式，有效保障信息使用者的信息安全。关于扣缴义务人获得纳税人的信息，目前仅限填写个税专项附加扣除信息表时纳税人自行填写并允许任职受雇单位获取的相关信息。

此外，根据税收征管法，纳税人、扣缴义务人有权要求税务机关为纳税人、扣缴义务人的情况保密。税务机关也会依法为纳税人、扣缴义务人的情况保密。

西南财经大学教授汤继强表示，我国个人所得税改革既符合国际通行做法，也符合我国税制和税收征管改革趋势。这次改革将是一个长期过程，出现的不少问题是全面深化改革进程中各领域积累问题的阶段性显现。税务、财政、公安、住建、金融、民政、人社、教育、卫生、医保等各政府部门的密切配合，以及广大纳税人支持改革的过程，将不断促进我国国家治理能力和治理体系现代化，必将进一步促进我国经济社会健康发展。(参与采写：王锦萱)

新华社北京1月18日电

市住房公积金中心获省级殊荣

本报讯 1月18日，从全省住房城乡建设暨党风廉政建设工作会议上传来喜讯，市公积金管理中心荣获全省公积金管理工作突出单位称号。

2018年，市住房公积金管理中心坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，树牢“四个意识”，坚决做到两个“维护”，严格秉承以人民为中心的发展思想，锐意进取，大胆改革，内强管理，外树形象，主要业务开展稳步向好，“最多跑一次”改革和创建省级文明单位等特色工作开展成效显著，干部职工队伍精神面貌焕然一新，综合服务效能全面提升，为全市广大干部职工办理住房公积金相关业务创造了和谐、文明、高效的服务环境。(胡艳群)

桑植县跟踪评审财政投资项目

本报讯 1月19日，桑植县财政投资评审办工作人员对几个财政投资民生项目送审资料进行集中评审。

近年来，该办积极推进财政投资项目评审体制机制建设，聚力抓实重点项目工程造价全过程管理。一是抓好预算评审，如对农村公路改扩建项目、易地扶贫搬迁集中安置点建设等项目采取加班加点、深入现场进行评审，为相关领导科学决策提供可靠依据；二是抓好过程控制，成立由县发改、住建、财政、审计等单位组成的计量计价组，全程跟踪评审，对工程投资进行有效控制，确保建设资金效益最大化；三是督促建设责任主体完善相关手续，把握投资控制关键节点。(邱德师)



工作人员对紫舞公园对面人行道电力设施进行维修。



市城区大庸府城某角落堆放的杂物。

武陵源区朝阳路北侧临时停车场边垃圾成堆。

(本栏目图片均由社会监督员提供)



杏林之窗
张家界市中医医院协办

大寒过后，时令又将轮回到春季，人体内的湿气也会日益加重。体内湿气过多会影响到身体健康。湿气遇寒则成为寒湿，遇热则成为湿热，遇风则成为风湿，湿气在皮下就形成肥胖。

判断体内有湿简单的方式就是看大便。体内有湿的情况下，大便溏软不成形。此外，舌苔腻，舌苔白厚，看起来滑而湿润，说明体内有寒湿；如果舌苔黄腻，说明体内有湿热。体内湿气过重，觉得困倦、四肢沉重、没有食欲、手脚冰冷、皮肤起疹、脸上黏腻不舒服，甚至出现肠胃道症

状，即中医讲的“湿重如裹”。专家指出可以用以下方法祛除身体湿气。

勤运动利代谢

运动可缓解压力、活络身体器官运作，加速湿气排出体外。试试慢跑、健走、游泳、瑜伽、太极等健身运动，有助于气血运行，增加水分代谢。

避免潮湿环境

日常生活最好减少暴露在潮湿环境中，尤其对湿气敏感的人，更应留心，如不要直接睡地板、潮湿下雨天减少外出、不要穿潮湿未干的衣服等。

饮食清淡适量

肥甘厚味等油腻食物不易消化，易造成肠胃闷胀、发炎。甜食油炸品会让身体产生过氧化物，加重发炎反

中医教你祛体湿

应。生冷食物、冰品或凉性蔬果，会让肠胃消化吸收功能停滞，不宜过食，如生菜沙拉、西瓜、大白菜、苦瓜等，最好在烹调时加入葱、姜，降低其寒凉性质。

祛除体内湿气，薏米红豆粥是佳品，既能当茶喝，又能当饭吃。薏米，治湿痹，利肠胃，消水肿，健脾益胃，久服轻身益气。红豆，利水、消肿、健脾胃之功效。在熬薏米红豆粥时，不要加大米进去。因为大米长在水里，含有湿气，湿性黏稠，所以大米一熬就稠了。

此外，中医运用芳香、发汗及苦温药材，也是祛湿法宝。热辣辣的姜汁发汗，最适合在淋雨之后驱散身体

湿气，预防感冒。食疗防湿品还有‘高粱、玉米、薏苡仁、扁豆、水芹、洋葱、冬瓜、马齿苋、鲫鱼、鲍鱼、田螺等。这些祛湿食物，具有健脾和中、消食化湿、利水渗湿、清热利湿、通便解毒的功效。通常祛湿汤有玉米排骨汤、冬瓜煲老鸭、荠菜荠骨汤等。

拔罐灸灸去湿很方便

拔罐疗法是传统中医常用的一种治疗疾病的方法，这种疗法可以逐寒祛湿、疏通经络、祛除瘀滞、行气活血，具有调整人体的阴阳平衡，解除疲劳、增强体质的功能，从而达到扶正祛邪、治愈疾病的目的。而且拔罐相对操作方便，很适合在家中自我养护身体，祛除湿气。艾叶味苦性辛温，具有温经止血、祛寒止痛的作用，“以之灸火，能透诸经而除百病”，艾灸能够温经通络、行气活血、散寒除湿及养生保健，对祛除湿邪很有疗效。