PRSRT STD
U.S. Postage Paid
St. Louis, MO
Permit No. 5004

Kansas City Chinese Journal

Tel **(913) 850-0781**
Fax **(314) 991-2554**
https://slcj.us/
廣告 **ad-slcj@slcjmail.com**
新聞 **slcj@slcjmail.com**
No. 2504101488
All Rights Reserved

Southern News Group
堪城新聞
Kansas City Chinese Journal

發行：**St. Louis Chinese Journal**
社長 **黃江文**
Director **Wen Hwang Hsia**
Add **8517 Olive Blvd.**
St.Louis, MO 63132
Tel **(314) 991-3747**
Fax **(314) 991-2554**
https://slcj.us/
廣告 **ad-slcj@slcjmail.com**
新聞 **slcj@slcjmail.com**
All Rights Reserved

威奇托連續第三年被評爲花粉過敏最嚴重的城市

每年，美國有超過1億人經歷各類過敏，統稱「花粉過敏」。患者的通常表現是噴嚏打個不停，鼻涕流個不停，鼻子和眼睛則癢個不停。除了一般不發燒，看上去與感冒症狀很類似。

美國哮喘與過敏基金會（Asthma and Allergy Foundation of America）發布2025年報告，根據花粉濃度、用藥情況及過敏專科醫師可及性，評出全美對季節性過敏最具挑戰性的100個城市。

堪薩斯州威奇托市（Wichita）連續第三年被評為花粉過敏最嚴重的城市。波士頓則被評為對過敏者來說最不具挑戰性的城市，可能是因為花粉濃度低，加上當地過敏專家數量眾多。

花粉過敏最嚴重的十個城市

1. 威奇托，堪薩斯州（Wichita, Kansas）
2. 新奧爾良，路易斯安那州（New Orleans, Louisiana）
3. 薩拉索塔，佛羅里達州（Sarasota, Florida）
4. 里士滿，弗吉尼亞州（Richmond, Virginia）
5. 聖安東尼奧，德克薩斯州（San Antonio, Texas）
6. 奧蘭多，佛羅里達州（Orlando, Florida）
7. 邁阿密，佛羅里達州（Miami, Florida）
8. 傑克遜，密西西比州（Jackson, Mississippi）
9. 孟菲斯，田納西州（Memphis, Tennessee）
10. 諾克斯維爾，田納西州（Knoxville, Tennessee）

天氣影響

美國南部與東部城市普遍災情較重。新奧爾良去年排名第34，今年因雜草花粉急劇增加躍升至第二名。這一變化可能與2024年9月登陸的颶風「弗朗辛」（Francine）帶來的濕氣有關。此外，2024年11月是路易斯安那州有記錄以來最暖的一個月，溫暖的氣候延長了植物生長季節。

部分被評為「優於平均水準」的城市大多位於美國東北部，那裡的花粉高峰通常出現在秋季。不過，2024年的乾旱可能減少了雜草花粉量。例如，紐約州波基普西（Poughkeepsie）在2024年樹花粉濃度下降，可能是東北部乾旱所致。相比之下，愛達荷州博伊西（Boise）在2023與2024年樹木花粉濃度顯著升高，可能與2022－2024年降雪量高於平均值有關，這為樹木生長提供了充足水分，導致花粉增多。

花粉過敏小貼士

芝加哥大學醫學中心小兒過敏與免疫科主任克莉絲蒂娜・夏丘（Dr. Christina Ciaccio）說，由昆蟲傳粉的植物，如蘋果或櫻桃樹，「對我們影響不大」。

「那類花粉不會像風媒花粉那樣進入空氣。」夏丘醫生說，「風媒植物，例如橡樹或榆樹，才是問題所在。那種花粉會隨風飄散，被我們吸入，引發過敏症狀。」

美國氣喘與過敏基金會研究主任漢娜・賈菲（Hannah Jaffee）在一封電子郵件中告訴CBS說，「無論你住在哪裡，都有許多可用且可獲得的選擇來幫助你找到過敏緩解方法。」

如果你所在城市排名較差，在外出時可戴上太陽鏡與帽子，並選擇低花粉日出門。回來後進門前要脫鞋、戶外活動後要洗澡更衣，這樣可有效防止花粉進入家中及臥室。

另外，在花粉季開始前兩週服用過敏藥物，有助於在高峰期發揮最大療效。

避免電話等待；使用國稅局線上工具更快獲得幫助

隨著2025年報稅季的到來以及總統日假期期間國稅局電話線路的預期高需求，美國國稅局鼓勵納稅人訪問IRS.gov並使用線上工具來獲得即刻解答。

根據國稅局統計資料，總統日週末通常是報稅季的開始繁忙時間，此時國稅局電話線路的來電量通常最高。

國稅局有資源幫助納稅人避開高峰期。在IRS.gov上，納稅人可以使用“讓我們幫助您”頁面，該頁面涵蓋了報稅季及以後的大多數主題。此外，人們還可以通過自助服務選項線上獲得免費幫助。

國稅局提供多種免費報稅選項。還有關於提交個人聯邦所得稅表的分步幫助。

無需郵寄：以電子方式報稅並選擇經轉帳直接存款

大約93%的納稅人以電子方式提交聯邦所得稅表，大多數人選擇經轉帳直接存款來接收退稅。根據財政部財政服務局的資料，紙質退稅支票出現問題的可能性高出16倍，例如支票丟失、誤寄、被盜或未兌現。

國稅局通過IRS Free File、IRS Direct File（英文）和免費報稅服務(VITA)和老年人稅務輔導(TCE)專案，為符合資格的納稅人提供免費的線上和面對面報稅選項。

* 2024年收入不超過84,000美元的納稅人現在可在10月15日之前使用國稅局Free File指導式稅務軟體。國稅局免費報稅可填寫式表格（英文）對任何收入水準都免費提供，提供人們可填寫的試算表來自行電子申報。

* Direct File（英文）現已在25個參與州開放，納稅人可以使用Direct File直接向國稅局免費進行電子申報。這是一項免費的基於網路的服務，提供英語和西班牙語版本，適用於手機、筆記型電腦、平板電腦或臺式電腦。它通過一系列問題引導納稅人按步驟準備聯邦稅表。Direct File會自動引導納稅人使用州工具完成州稅申報。通過英語和西班牙語的即時聊天功能獲得國稅局客戶服務代表的說明。感興趣的納稅人可以訪問directfile.irs.gov（英文），在那裡他們可以確定自己是否符合資格。

* VITA和TCE專案通過社區合作夥伴網路，由國稅局認證志願者為社區中符合條件的人員提供免費的稅表準備服務。VITA專案已經運行了50多年。VITA網站為需要協助準備稅表的人提供免費的稅務幫助，這些人包括收入通常為67,000美元或以下的人員、殘疾人士和英語水準有限的納稅人。除了VITA，TCE專案志願者也提供免費稅務幫助，特別是針對60歲及以上的人員，專門解答老年人特有的養老金和退休相關問題。

* MilTax（英文）是國防部的一個專案，通常為所有軍人和一些退伍軍人提供免費的聯邦稅表和最多三份州稅表的申報準備和電子報稅軟體，沒有收入限制。

避免等待：通過個人線上帳戶獲得稅務資訊

個人如果擁有社會安全號碼或個人報稅識別號碼(ITIN)，可以創建或安全地訪問其國稅局線上帳戶來獲取有關其聯邦稅務帳戶的最新資訊。

通過國稅局線上帳戶，納稅人可以：

* 從最近提交的稅表中獲取他們的稅務記錄，包括調整後的總收入。
* 查看、批准並簽署稅務專業人士的授權。
* 申請和查看其身份保護個人識別號碼(IP PIN)，這是一個只有納稅人和國稅局知道的六位元數位，可防止其他人使用其資訊來提交稅表。
* 查看退稅狀態。
* 驗證並保存銀行帳戶。
* 查看餘額、付款歷史記錄並創建付款計畫。
* 付款並安排或取消未來的付款。
* 獲得有關到期餘額和付款相關問題的線上說明。
* 管理他們的通訊偏好。

無需思慮：線上查看退稅狀態

IRS.gov上受歡迎的“我的退稅在哪裡？”（英文）工具提供了有關納稅人退稅狀態的最新資訊。“我的退稅在哪裡？”工具的最新改進將允許納稅人以簡單的語言查看更詳細的退稅狀態訊息，從而減少納稅人致電國稅局的需要。

如果納稅人選擇經轉帳直接存款並且稅表沒有其它問題，大多數低收入家庭福利優惠（EITC）或附加子女減稅優惠（ACTC）（英文）的相關款項應在3月3日之前存入銀行帳戶或借記卡。納稅人可以查看“我的退稅在哪裡？”（英文）來瞭解他們的個人退稅日期。“我的退稅在哪裡？”將於2月22日之前為大多數EITC或ACTC早期申報人更新狀態。

無需致電：線上獲得稅務問題的解答

IRS.gov上的互動式稅務助手ITA（英文）工具針對個人特定情況提供了許多稅法問題的解答。根據輸入資訊，互動式稅務助手能夠確定一個人是否應該提交稅表、其報稅身份、某人是否符合被撫養人資格、某類收入是否應納稅、申報人是否有資格申請稅收抵免或某項費用是否可扣除等。

無需煩惱：準備報稅時使用線上清單

納稅人可以在IRS.gov上瞭解提交準確、完整稅表所需的稅務檔和記錄。納稅人在準備稅表之前應準備好所有重要且必需的文件。他們還應該檢查常見錯誤和遺漏（英文），它們會減慢稅務處理速度，包括退稅時間。

如果納稅人收到表格1099-K，他們應該訪問如何處理1099-K表格來幫助他們確定這筆款項是否應在聯邦稅表上申報為收入。缺少W-2表格？某些稅務資料申報表檔可在國稅局個人線上帳戶中找到。大家可以登錄並獲得W-2表（工資和稅務報表）、1095-A表（健康保險市場報表）和1099-NEC表（非雇員薪酬）的副本。這些表格針對2023和2024納稅年度提供。

無需猜測：使用線上稅務助手查看是否有資格獲得EITC

低收入家庭福利優惠EITC幫助中低收入員工和家庭獲得稅收減免。國稅局預估，大約五分之一的符合低收入家庭福利優惠資格的納稅人沒有申請這項寶貴的稅收抵免。如果納稅人符合條件，他們可以使用這項稅收抵免來減少所欠稅款，甚至可能增加退稅。

IRS.gov上的低收入家庭福利優惠助手可以幫助個人確定：

- 他們是否有資格申請低收入家庭福利優惠。
- 他們是否有任何符合資格的子女或親屬。
- 預估的抵免額
- 他們應該使用的報稅身份。

無需擔憂：使用IP PIN防範稅務相關身份盜竊

身份保護個人識別號碼(IP PIN)是防範稅務相關身份盜竊的積極辦法。當有人使用被盜的個人資訊（包括社會安全號碼）提交稅表並申領欺詐性退稅時，就會發生與稅務相關的身份盜竊。如果一個人懷疑自己是身份盜竊的受害者，應該繼續繳稅並提交稅表，即使他們必須提交紙質稅表。請訪問身份盜竊中心瞭解更多資訊。

身份保護個人識別號碼(IP PIN)是一個只有納稅人和國稅局知道的六位元數字，可防止其他人使用其社會安全號碼或個人報稅識別號碼提交稅表。它可以說明國稅局在提交電子或紙質稅表時驗證一個人的身份。申請和獲取IP PIN的最快方法是創建個人線上帳戶（英文）。如果民眾想要獲得IP PIN，但尚未在IRS.gov上擁有帳戶，則必須註冊來驗證身份。

避免壓力：在IRS.gov上查找信譽良好的稅務專業人士

國稅局還提醒納稅人，值得信賴的稅務專業人士可以準備稅表並提供有用的資訊和建議。大家可以使用國稅局具有證書和精選資質的聯邦稅表代報稅人名錄（英文）來尋找擅長稅務準備和準確提交所得稅表的代報稅人。

大多數代報稅人提供出色且專業的稅務服務。然而，選擇錯誤的代報稅人每年都會給納稅人帶來經濟損失。請務必查看選擇代報稅人的提示以及如何避免不道德的“幽靈”代報稅人。

雖然所有稅務專業人士必須列出其報稅員稅務識別編號(PTIN)並在稅表上簽名，但有的人卻沒有這麼做。這些人被稱為“幽靈報稅員”，他們鼓勵納稅人利用他們沒有資格享受的稅收抵免和福利。有時他們會收取退稅的很大一部分費用，甚至盜領全部退稅。稅表準備好後，這些“幽靈報稅員”可能會消失得無影無蹤，讓善良的納稅人承擔後果。

國稅局鼓勵人們使用值得信賴的稅務專業人士，因為即使代報稅人在稅表上簽名，納稅人最終對其稅表上報告的每項內容的準確性負責。請訪問IRS.gov查找信譽良好的稅務專業人士。