

広報

むらた

2021
6
No.558



第29回フォトコンテスト受賞者決定!

金賞 村田町長賞「彩、繁盛」

【関連記事：16～17ページ】

～新型コロナウイルス感染症感染防止対策の徹底と最大限の警戒を～

村田町長から皆さまへのメッセージ

町民の皆さまにおかれましては、長期間にわたり新型コロナウイルス感染症に対するさまざまな自粛や感染防止対策にご理解をいただき、心より感謝申し上げます。

宮城県に適用されていたまん延防止等重点措置は、5月11日をもって解除となりましたが、宮城県・仙台市による独自の緊急事態宣言（3月18日発令）については、5月31日までをリバウンド防止徹底期間として延長し、さらなるご協力をお願いしたところです。

こうした状況のなか、県内においても変異株の感染が急増し、さらなる感染予防の対策が急務であると判断しております。

町では、新型コロナワクチンを一日あたりの接種率が高い集団接種を採用し、65歳以上になる方を対象に5月6日から県内においてもいち早く開始いたしました。

私は、以前から新型コロナウイルス感染症の収束については、可能な限り多くの方がワクチンを接種し、抗体を得ることが鍵を握ると認識し、ワクチン接種を希望する町民の皆さまに一日も早くワクチンを接種していただける体制を構築することが最優先の使命であるとの考えから、職員と一丸になって鋭意取り組んでまいりました。職員には、接種者の目線に重きを置いた体制を指示し、最初の電話予約の折には電話がつながりにくい状況となり、ご不便をおかけしましたが、この後の改善策の実施、さらに各地区からの無料の送迎バスの巡回、タクシー利用時の助成などの移動支援、接種会場における接種者の移動距離を減らすことによる接種所要時間の短縮などに結びついたものと捉えています。これらの取り組みにより、65歳以上の対象者のうち、約85%の方から予約を受け付けさせていただいております。

今後においても、接種を希望する皆さまのワクチン接種が、円滑かつ確実に実施できるよう、関係機関と連携を図りながら、万全な実施体制を整え対応してまいります。

なお、ワクチン接種に関するお知らせは、町ホームページや広報紙などで随時お知らせいたします。

町民の皆さまには、引き続き警戒を緩めることなく、感染のリバウンドを防ぐためにも、新型コロナウイルス感染症感染予防対策の徹底に継続とお一人お一人が最大限の警戒をし、これまでと同様に「感染しない行動」と「感染させない行動」に努めていただきますよう、重ねてお願い申し上げます。今後も、さまざまな場面でご不便やご苦勞をおかけいたしますが、これ以上の感染拡大をみんなで防ぐという意識を共有し、町民の皆さまが四季折々の魅力を感じて、日々の暮らしを心豊かに楽しむことができるよう、町民一丸となりこの困難を乗り越えてまいりましょう。

令和3年6月1日

村田町長 大沼 克巳

… 6月は土砂災害防止月間です…

土砂災害は、集中豪雨や長雨によって起こるケースがほとんどで、雨が地中にしみ込み土の抵抗力が弱まるために起こります。1時間に20ミリ以上の雨が降ったり、降り始めからの雨量が100ミリを超えたら注意が必要です。

梅雨入りや台風の襲来など、これからの季節は特に警戒が必要です。普段から災害に対する知識を深め、防災意識を高めることで、いざという時の被害を最小限に抑えることができます。この機会に家族・地域ぐるみで避難場所や避難方法について話し合い、避難体制を作り上げ、また危険を感じたら速やかに避難するようにしましょう。

こんな前兆現象がでたら見逃さないでください!! 土砂災害から身を守る

がけ崩れ

急斜面が崩れ落ちる災害

- 斜面から水がわき出す
- 小石がパラパラと落下する
- 斜面がふくらむ
- 斜面に裂け目ができる



地すべり

地層が滑り落ちる災害

- 急に水がわき出す
- 山腹に亀裂や段差が生じる
- 地鳴りがする
- 池や沼の水位が急変する



土石流

大量の水と土砂が流れる災害

- 渓流内で石が転がる音がする
- 渓流の水が急に減る
- 川の水位が急激に濁る
- 木が流れてくる



～活用しましょう【ハザードマップ】～

ハザードマップとは、災害が予測されるさまざまな災害（洪水、土砂災害等）に対し、「浸水想定区域」「土砂災害警戒区域」などの危険区域や避難に関する情報を地図にまとめたものです。災害時に備えて自宅周辺の地域など事前に確認しましょう。また、ハザードマップはすぐに見られるように保管してください。町ホームページからもダウンロードできますのでご活用ください。



【洪水ハザードマップ】



【防災ハザードマップ】

令和3年5月20日から警戒レベル4の避難指示で必ず避難 避難勧告は廃止です!

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	災害発生または切迫 きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
～～ <警戒レベル4までに必ず避難!> ～～		
4	災害のおそれ高い ひなんしじ 避難指示 ※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	災害のおそれあり こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難 ※3	避難準備・高齢者等避難開始
2	気象状況悪化 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ 早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。**警戒レベル5緊急安全確保**の発令を待ってはいけません!

避難勧告は廃止されます。これからは、**警戒レベル4 避難指示**で危険な場所から**全員避難**しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、**警戒レベル3 高齢者等避難**で危険な場所から**避難**しましょう。

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じて普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。
 [内閣府(防災担当)・消防庁資料より引用]

【問】総務課 防災班 ☎ 83-2111 建設水道課 建設班 ☎ 83-6407

新型コロナワクチン接種のお知らせ

5月6日から、65歳以上の方を対象とした集団接種が始まりました。

接種当日は、多くの方が予約時間を守って来場され、持ち物もしっかり準備していただいているおかげで、スムーズに接種することができています。

皆さまのご理解とご協力に改めて感謝申し上げます。

65歳以上の方の接種に必要な『町へのワクチンの配送』は、6月末までに完了する見込みです。

ワクチン接種会場 (村田町民体育館) 案内図



⑤ 接種済証 交付

予防接種済証を
お渡しします。

⑥ 2回目予約

受付番号と同じ席で
お待ちください。
職員が席にうかがい
予約をとります。

救護所



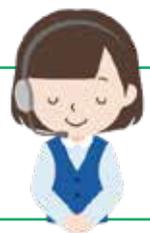
接種当日は食事を
しっかり食べましょう。
待ち時間はゆったりと
お過ごしください。
体育館内での水分補給も可能です。
お茶や水などの飲み物を
ご持参ください。



梅雨時期となり、
気温の高い日や
肌寒い日があると
思われます。
上着等で暑さ・寒さの調節が
できるような服装でおいでください。



65歳以上の方の予約の受付は 6月4日(金)正午まで



65歳以上の集団接種の最終受付は、**6月4日(金)正午**です。
キャンセルされた方も含め、ワクチン接種予約がまだの方は、
早めにお申し込みください。

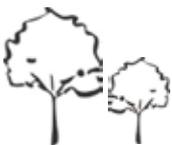
※ 電話番号のかけ間違いにご注意ください

新型コロナウイルス ワクチン接種予約・相談ダイヤル

☎ 0120-695-771 (無料)

☎ 0224-86-5335

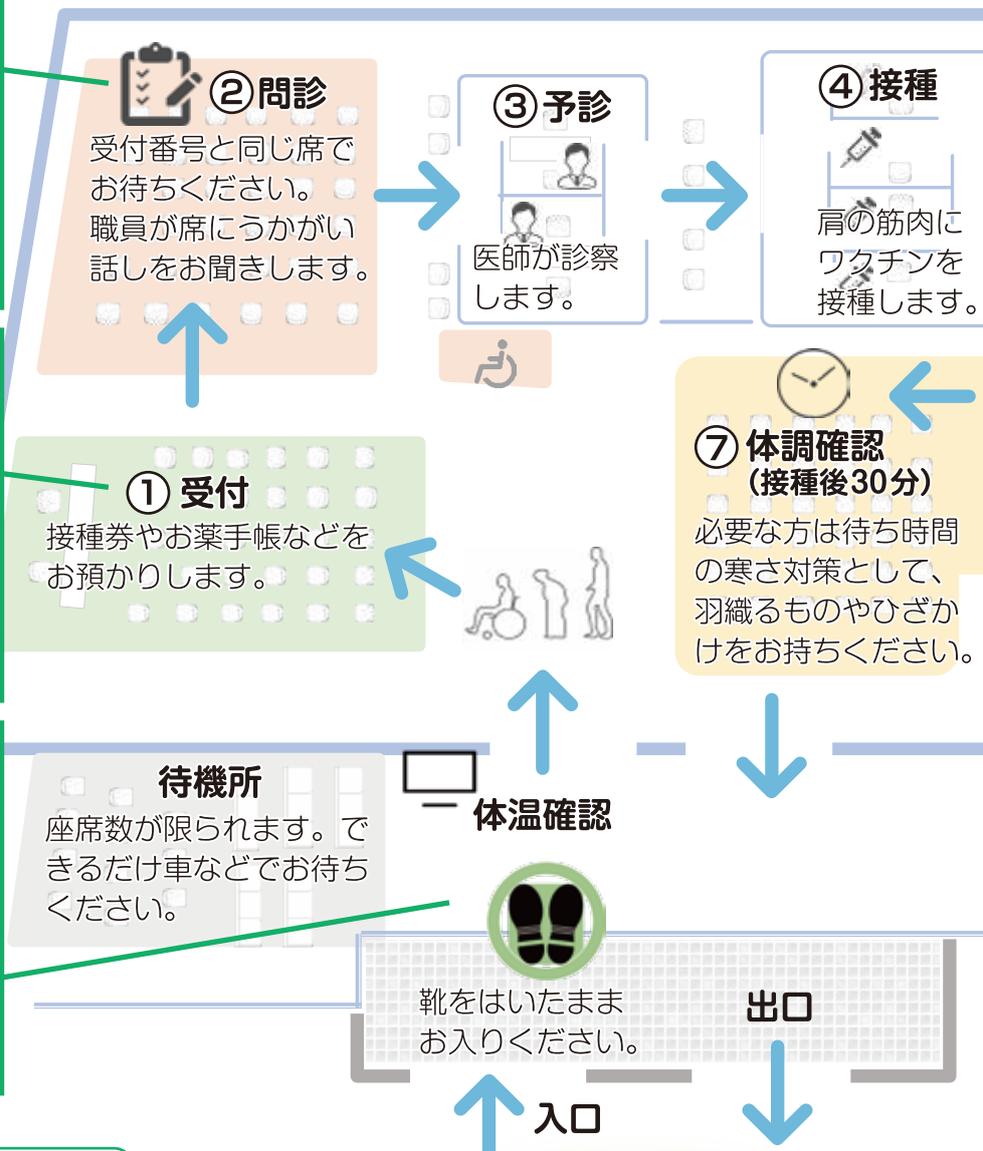
受付: 平日 午前9時~午後5時



ワクチン接種をする方へ ~ご協力ください~

- **持ち物の準備**：接種券、お薬手帳、予診票、水やお茶などの水分、羽織るものやひざかけ
- **予約時間厳守**：密を避けるため、入場人数を制限します。予約時間に合わせておいでください。
- **体調の管理**：発熱やかぜ症状のある方は、入場できません。接種に向けて体調を整えてください。
- **主治医への確認**：治療中の方は、主治医から接種の了解を得てください。
- **予防接種の間隔**：新型コロナワクチンは、20日以上の間隔で2回接種します。

他の予防接種を受ける場合は、新型コロナワクチン2回接種完了後に予約をしてください。
 ※他の予防接種(肺炎球菌ワクチンなど)との間隔は、14日以上あける必要があります。



ワクチン接種が終わった方へ

接種後も感染対策の継続をお願いいたします。

- マスクの着用
- 3つの密の回避
- 手洗い・手指消毒など



午前の開場は**8時45分**、午後は**1時**です。
 予約時間は30分ごとに区切っているため、接種までの待ち時間はほとんどありません。
 安心して予約時間内にお越しいただきますよう、
 お願いいたします。

マイナンバーカード交付のための休日窓口開設のお知らせ

6月13日(日)、7月11日(日)、8月8日(日)、9月12日(日)

マイナンバーカード交付を申請し、町から「個人番号カード交付通知書」(はがき)がお手元に届いている方を対象に、次のとおり休日窓口を開設します。ぜひご利用ください。

休日窓口開設日	6月13日(日)、7月11日(日)、8月8日(日)、9月12日(日)
受付時間	午前9時から11時30分まで
対応窓口	村田町役場(本庁舎1階)町民生活課
取扱業務	マイナンバーカード交付、電子証明書更新、暗証番号再設定、マイナンバーカード交付申請案内等マイナンバーカードに関することのみ

※マイナンバーカード関係のお手続きのみです。

住所変更の手続き、諸証明等発行等の取り扱いは行いませんのでご了承ください。

【問】町民生活課 総合窓口班 ☎83-6401

村田町職員採用試験(上級・大学卒業程度)を行います

▼職種・採用予定人数

行政 若干名/土木 1名/保健師 1名

▼職務内容

行政: 行政事務に従事しますが、税務、用地交渉、施設管理等の業務に従事することもあります。

土木: 土木に関する技術的業務に従事しますが、事務的業務に従事することもあります。

保健師: 保健に関する専門的業務に従事しますが、事務的業務に従事することもあります。

▼受験資格

行政: 平成3年4月2日以降に生まれた方で、大学を卒業した方または令和4年3月31日までに卒業見込みの方。

土木: 昭和56年4月2日以降に生まれた方で、大学の土木専門課程を卒業した方または令和4年3月31日までに卒業見込みの方。

保健師: 平成3年4月2日以降に生まれた方で、保健師の資格を有する方または令和4年3月31日までに取得する見込みの方。

上記の資格を有し、次のいずれにも該当しない方。

- ①日本の国籍を有しない方
- ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでの方またはその刑の執行猶予の期間中の方その他その執行を受けることがなくなるまでの方
- ③村田町職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない方
- ④日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した方

▼申込方法

役場総務課に受験申込書を請求の上、お申し込みください。郵便で受験申込書を請求する場合は、封筒の表に「職員採用統一試験受験申込書請求」と朱書きし、宛先を明記の上、120円切手を貼った返信用封筒(A4サイズが入る大きさ)を必ず同封してください。

▼申込先

〒989-1392(住所記入不要) 村田町役場総務課 秘書人事班 あて

▼受付期間

6月9日(水)まで ※申込受付は、平日の午前8時30分から午後5時までです。

郵便の場合は、6月9日(水)までに上記の受験申込先に届いたもの限り受け付けますので、「簡易書留郵便」等の確実な方法によって送付してください。

▼試験日・場所

〈第一次試験〉 7月11日(日) 会場:TKPガーデンシティ仙台(仙台市青葉区)

〈第二次試験〉 8月下旬~9月中旬頃

※災害等により、試験開始時刻を変更または中止する場合には、村田町ホームページ(新着更新情報)にてお知らせします。

【問】総務課 秘書人事班 ☎83-2111

木造住宅耐震診断助成事業

昭和56年5月31日以前に着工した木造在来軸組構法及び枠組壁構法の戸建て木造住宅を対象に耐震診断士を派遣し、住宅の耐震診断と耐震改修計画作成を行います。

▼耐震診断にかかる料金

	延床面積200㎡以下
診断料	150,800円
助成額	147,400円
自己負担額	3,400円

▼募集概要について

募集件数	2件（申込多数の場合調整有）
募集期間	令和4年1月28日(金)まで 随時募集
その他	・延床面積が200㎡を超える場合は診断料・自己負担額等が変わります。 ・予定件数に達した場合はその時点で募集終了となります。 【問・申し込み】 建設水道課 建設班 ☎83-6407

木造住宅耐震改修工事促進助成事業

対象住宅	(1) 昭和56年5月31日以前に着工した木造在来軸組構法又は枠組壁構法の戸建て木造住宅。 (2) 町実施の耐震一般診断助成事業において上部構造評点1.0未満の住宅で、改修工事施工後上部構造評点1.0以上に改修又は建替え工事を実施する住宅等。 (3) その他要件に該当する住宅。
補助額	(1) 耐震改修工事のみの場合 最大補助額 100万円 (2) 耐震改修工事とその他改修工事を行う場合 最大補助額 110万円
募集件数	1件（申込多数の場合調整有）
募集期間	12月24日(金)まで 随時募集
その他	・予定件数に達した場合はその時点で募集終了となります。 【問・申し込み】 建設水道課 建設班 ☎83-6407

村田町ブロック塀等除却事業の募集

道路に面するブロック塀等を除却する方に、除却費用の一部及び除却後に生け垣やフェンス等を設置する費用の一部を助成します。

補助の対象	・道路に面したブロック塀等で、道路からの高さ1m以上（擁壁上の場合は擁壁上のブロック等が0.6m以上）のもの。 ・ブロック塀等の助成を受けて、ブロック塀を除去した跡地に塀等（生け垣、フェンス、板塀等）を設置する工事。
最大補助額	25万円
募集件数	5件
募集期間	募集件数に達し次第終了となります。
その他	・申し込み多数の場合は危険度の高いところから優先的に補助対象とさせていただきます。 【問・申し込み】 建設水道課 建設班 ☎83-6407

児童手当現況届の提出について

児童手当を受給している方は、毎年6月に「現況届」を提出していただく必要があります。届出がない場合は、6月分以降の支払いが差し止めとなりますので、必ず**6月30日(水)**までに提出してください。



対象の方には「令和3年度児童手当・特例給付現況届」を送付しますが、対象の方で通知書が届かない場合は下記までご連絡ください。

なお、詳しい内容は村田町ホームページにも掲載しています。

※令和3年5月以降に第一子が生まれた方や、村田町へ転入した方は提出の必要はありません。

※公務員の方は勤務先での手続きとなります。

【問】 子育て支援課 ☎83-6405

河川雑草刈払について

毎年町では、河川の正常な機能を維持し、郷土を洪水などの災害から守り優れた自然環境を育む川を愛護するため、地域の皆さまのご協力をいただき、河川堤防の清掃と雑草刈払を実施しております。

現在、新型コロナウイルスの感染拡大収束が見えない状況にありますが、参加者の感染対策に関するご理解をいただき、本年も6月27日(日)午前5時より実施予定となっておりますのでご協力をお願いいたします。

※作業日時は行政区により異なる場合があります。

作業内容につきましては地区ごとにお知らせいたしますので、当日は行政区長の指示に従い、怪我などには十分に気をつけて作業を行ってください。

※雨天時は、7月4日(日)へ延期となります。

本作業は地域の皆さまの善意により奉仕作業として実施しており、参加者確認等はいりませんのでご理解とご協力をお願いいたします。

各行政区において、新型コロナウイルスの感染予防の観点から三密を避けた状態で作業していただきますようお願いいたします。

【問】 建設水道課 建設班 ☎83-6407

第63回水道週間のお知らせ

『生活も ウイルス予防も 蛇口から』

6月1日から7日までは「水道週間」です。

水道週間は水道を中心とした飲料水、家庭用水に対する認識を高めることを目的として毎年実施されています。

みなさんも、毎日のくらしに欠かせない水道の水を大切に使うように心がけましょう。

町では、定期的な水質検査や老朽化した配水管の更新事業などを行い、安全で良質な水道水の安定供給に努めています。これからも、水道に対するご理解とご協力をお願いいたします。

【問】 建設水道課 管理班 ☎83-6407

今月の歴史みらい館



見てみらいん！ 今月のおすすめ本

「オリンピックに賭けた人生

ゴールドメダリストへの夢

三宅義信 文 ジアース教育新社

前回の東京オリンピックに出場した、村田町の名誉町民・三宅義信氏。三宅氏は村田町出身の重量挙げ選手です。東京オリンピック等4度のオリンピックに出場し、金メダル2、銀メダル1、4位入賞という偉業を成し遂げました。また、世界ではじめて兄弟で表彰台にもあがっています。



三宅氏はどんな人生を送ってきたのでしょうか。この本には、三宅氏の半生が記されており、オリンピックにかける思い・困難との向き合い方を知ることができます。ぜひみなさんに読んでいただきたい一冊です。

◇歴史みらい館図書室に来てみらいん！！◇

歴史みらい館の図書室は、人気の小説をはじめ、子育て関連書、歴史専門書、児童書など生活に役立つ本から学術書まで幅広い分野の本を揃えています。

また、ソファもあり、町内外の方どなたでも気軽に本を楽しんでいただけます。ぜひお越しください。

なお、歴史みらい館にない本は、宮城県図書館等から取り寄せて借りることができます。

(本の取り寄せ方法)

- ①借りたい本の題名・作者・出版社などを窓口にお知らせください。
- ②窓口で貸出状況を確認し、手続きをします。
- ③後日、ご依頼の本が歴史みらい館に届きましたら、お電話にてご連絡いたします。
(貸出期間は、貸出日を含めて15日間です。)

※詳しくは窓口にてご確認ください。



●開館時間＝午前9時～午後5時

(展示室への入室は午後4時30分まで)

●6月の休館日＝7日・14日・21日・28日

【問】村田町歴史みらい館 ☎83-6822

定住促進住宅入居者募集

▼入居募集戸数（17戸）

建物説明・ 住宅名・	定住促進住宅 住所：村田町大字村田字塩内161番地2	
	3DK 風呂付 5階建	
部屋番号・ 空き数・	1号棟：9部屋	2号棟：8部屋
	303、306、401、402、 406、503、504、505、 506	302、303、402、403、 404、503、504、505
家賃月額	1～3F：43,000円 4F：40,000円 5F：38,000円	子育て世帯、若年夫婦世帯又は転入世帯以外の世帯
	1～3F：37,000円 4F：34,000円 5F：32,000円	子育て世帯、若年夫婦世帯又は転入世帯
	1～3F：31,000円 4F：28,000円 5F：26,000円	子育て世帯、かつ、子どもが2名以上いる世帯
入居資格	<ul style="list-style-type: none"> ・町内に定住を希望し、住宅を必要としている方。 ・子育て世帯、若年夫婦世帯、または転入世帯であること。 ・世帯収入が、規則で定める基準額以上であること。 ・税金等の滞納がない方。 ・暴力団関係者でないこと（世帯員含み） 	
申込期間	6月1日（火）～6月15日（火）	
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・その他入居資格条件がありますので、建設水道課へお問い合わせ下さい。 <p>【問・申し込み】建設水道課 管理班 ☎83-6407</p>	

町営住宅入居者募集

▼入居募集住宅（8戸）

住宅名	建物説明	部屋番号	家賃月額
金谷住宅	3DK 風呂釜有・ 中耐3階	5-11号	20,800円 ～ 34,000円
北の内住宅	3DK 風呂釜無・ 中耐3階	1-23号 2-21号 2-23号	14,900円 ～ 24,100円
石生住宅	3DK 風呂釜無・ 中耐3階・中耐2階	1-23号 1-32号 1-33号 3-21号	15,600円 ～ 25,800円
入居資格	<ul style="list-style-type: none"> ・現在、住宅に困っていることが明らかの方。 ・税金等の滞納が無い方。 ・公営住宅法に定める収入基準額を満たしている方。 ・暴力団関係者でないこと（世帯員含み） 		
申込期間	6月1日（火）～6月15日（火）		
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・その他入居資格条件がありますので、建設水道課へお問い合わせ下さい。 <p>【問・申し込み】建設水道課 管理班 ☎83-6407</p>		

高血圧とは？

血圧とは、血液が動脈を流れる際に血管の内側にかかる圧力のことです。血圧は、心臓から押し出される血液の量と、血管の太さ・弾力性によって決まります。最高血圧が140mmHg以上、最低血圧が90mmHg以上のときに『高血圧』と診断されます。

宮城県では、40～75歳の男性の4割、女性の3割が高血圧であり、全国を上回っています。

※出典：データからみたみやぎの健康 令和元年度

高血圧の原因になること

肥満や塩分のとりすぎは体内の血液量を増加させます。血液量が多くなると血管の壁にかかる圧力が強くなり、血圧が高くなります。また、喫煙は血管を細くさせ、血圧が高くなります。他には、ストレスや外気温の急変も原因になります。

家族に高血圧の方がいる場合は、体質だけでなく、生活習慣が高血圧を引き起こす要因になっていることが考えられます。



『高血圧』あなたの危険度は？

- 味の濃い食事(塩分のとりすぎ)
- 太りすぎ
- 飲酒量が多い
- ストレスが溜まっている
- タバコを吸う
- 運動をあまりしない



▶あてはまるものが多いほど危険が高くなります。日本人の最大の原因は、塩分のとりすぎです。

高血圧の予防

高血圧の予防に欠かせないのは、食塩摂取量の制限です。日本人の食生活は食塩が多くなりやすい特徴があります。運動や禁煙などとあわせて、次のような減塩に有効な食生活を心がけましょう。

- ・麺類の汁物は残す
 - ・むやみに調味料を使わない
 - ・外食や加工食品を控える
 - ・低ナトリウムの調味料を使う(酢、ケチャップなど)
- 『健幸レシピ』では、血管に優しい献立を掲載しています。あわせてご覧ください。

【問】保健センター

☎ 83-2312

子育て支援センター からのお知らせ

子育て支援センター6月の行事

○なかよし広場

- ▼対 象=未就学児
- ▼日 時=6月16(水)午前10時～11時
- ▼場 所=子育て支援センター
- ▼内 容=「パネルシアターを楽しもう！」
- ▼講 師=パネルシアターの会「そらまめ」
- ▼申込締切=6月9日(水)

○なかよし広場

- ▼対 象=来館児童対象
- ▼日 時=6月28(月)～7月2日(金)
- ▼場 所=子育て支援センター
- ▼内 容=七夕飾りを作って遊ぼう！
キットをお渡ししますので製作コーナーで自由に七夕飾りを作ってみましょう。申し込みは不要です。

○お誕生カードのプレゼント

- ▼対 象=6月生まれの未就園児
- ※来館時に手形を押した誕生カードをプレゼントします。



○「預かり保育」を行っています(有料)

午前9時～正午の間、午後1時～4時の間お預かりいたします。

- ▼料 金=午前9時～正午の間 500円
午後1時～4時の間 500円

詳しくは子育て支援センターにお問い合わせください。

▼開館日=月曜日～金曜日(土・日・祝日休み)

▼利用時間=午前9時～午後5時

※4月から子育て支援センターは多世代交流多センター(村田字大槻下5番地)に移転しました。

【問】子育て支援センター(村田町児童館内)

☎ ☎ 83-3901

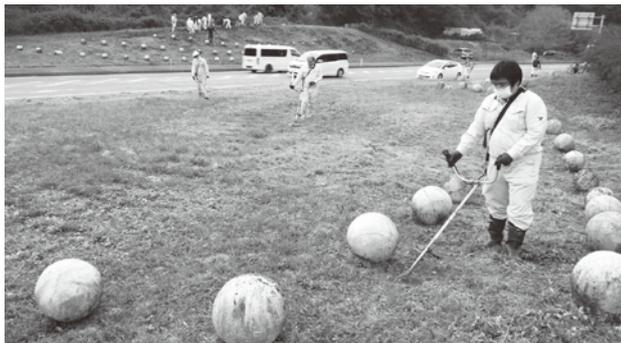
村田町職員が ボランティア作業を行っています

村田町職員が、勤務時間終了後に1時間程度ボランティア作業を行いました。

ボランティア作業は職員約70名が4月21日午後5時30分から城山公園内の草刈りと町道追線の草むしりとごみ拾いを行いました。

また、5月6日の午後5時30分からは、姥ヶ懐地区の民話の道(雪のひろば)などの草刈りと草むしりを行いました。

今後も、町内の公園など公共施設の維持管理に関するボランティア作業を続けていきます。



【問】総務課 ☎83-2111

生活保護の相談窓口

▼日時＝6月10日(木) 午前10時～午後3時

▼場所＝村田町役場3階 ミーティングルーム

※当日は、宮城県仙南保健福祉事務所の担当者が相談に応じます。

【問】仙南保健福祉事務所 生活支援班
☎53-3122
健康福祉課 社会福祉班 ☎83-6402

令和3年6月の納税・保険料・使用料

期限内の納入をお願いします。

- | | |
|--------------|-----|
| ①町県民税 | 1期分 |
| ②国民健康保険税 | 2期分 |
| ③介護保険料 | 3期分 |
| ④水道使用料 | 6月分 |
| ⑤下水道使用料 | 6月分 |
| ⑥下水道事業受益者負担金 | 全期分 |

【問】〈町県民税・国民健康保険税・介護保険料〉
税務課 ☎83-6403
〈水道使用料・下水道使用料・下水道事業受益者負担金〉 建設水道課 ☎83-6407

今月の行政相談

行政相談は、国や独立行政法人、特殊法人(東日本高速道路株、NTT、郵便局など)が行っている業務について、皆さんが持っている苦情や要望、意見などの相談に応じ、その解決や実現のお手伝いをするものです。

行政相談委員はいつも自宅などで相談に応じていますが、今月は次の日程で行政相談所を開設します。

相談は無料で、秘密は厳守します。匿名の取扱いもできますので、どうぞお気軽にご相談ください。

●相談所開設日

▼日時＝6月16日(水)

午前10時～正午

▼場所＝村田町役場3階

ミーティングルーム

【行政相談委員】大内光夫さん

沼辺字竹ノ内260番地

☎52-6826



ごみ分別アプリ「さんあーる」について

資源・ごみの分別方法や収集日などについて、迷ったことはありませんか。

ごみ分別アプリ「さんあーる」は、ごみに関するさまざまな情報を簡単に確認できますので、ぜひご利用ください。

●主な機能

①ごみ分別検索

- ・品目を入力するだけで、ごみの種類や出し方を簡単に検索できます。

②収集日カレンダー

- ・お住まいの地域の収集日を週ごとや月ごとのカレンダーで表示します。

③出し忘れ防止アラート

- ・指定したごみの収集日を前日や当日にお知らせします。

④お知らせ通知

- ・ごみに関する情報や災害時の仮置場などに関する最新の情報が通知されます。

●使い方／アップストアまたはGoogle Playより「さんあーる」で検索しダウンロードしてください。

下記のQRコードからもダウンロードできます。



【Androidの方】



【iPhoneの方】

●アプリ利用料

無料です。ただし、通信料は利用者負担となります。

【問】町民生活課 環境衛生班 ☎83-6401
仙南地域広域行政事務組合 ☎52-2870

消費者の窓

「金」と「美」の消費者トラブルに注意!

民法改正により、2022年4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。成年になって結んだ契約は未成年者取消権の行使が出来なくなり、儲け話や美容関連の消費者トラブルに、成年になったばかりの18歳・19歳も巻き込まれるおそれがあります。

【事例1】 街中でエステの無料体験に誘われた。体験後、有料エステの勧誘を受け、断り切れずに20万円のコースの契約をしてしまった。後日、初回の施術を受けに行くと、頭金として7万円を請求され、持ち合わせがないと言ったところスマホを勝手に使われ7万円をリボ払いにされた。支払が不安になり解約したいと言ったところ、初回施術料約6万円を払うように言われた。契約を取り消したい。

【事例2】 動画投稿サイトで「初回無料、送料500円のみ」と記載されている広告を見てダイエットサプリを申し込んだ。購入後、販売サイトをよく見ると、小さな文字で



「2回継続が条件である」と記載されていた。2回目の商品は、初回商品を受け取ってから6日後に約3万5,000円の代金となっていた。高校生のため支払えないと考え販売業者に電話で連絡したがつながらない。

・インターネット広告や、SNSで知り合った人からのうまい話ほうのみにせず、きっぱり断りましょう。

※2022年3月31日までは20歳未満の未成年者が親の同意を得ずに契約した場合には、その契約を取り消すことができます。消費者を保護するルールを身に付け、いざというときには活用しましょう。

☆消費生活相談 まずはお電話を!

【問】 町民生活課 総合窓口班 ☎83-6401
・県大河原合同庁舎 県民サービスセンター
午前9時～午後4時 月～金 ☎52-5700
・宮城県消費生活センター
平日 午前9時～午後5時(土日は午後4時まで)
☎022-261-5161

※祝日・年末年始はお休みです。

ご存じですか?

「産前産後期間」の保険料が免除になります

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料は、届出により保険料が全額免除になります。産前産後期間として免除が認められた期間は、保険料を納付したのものとして将来の老齢基礎年金受給額に反映されます。

【対象になる方】

国民年金第1号被保険者

【届出時期】

出産予定日の6か月前から届出が可能です(出産後でも届出可能)。また、すでに保険料を納付済みの場合は届出後に還付されます。

【届出に必要なもの】

年金手帳、母子手帳

【届出先】

年金事務所または役場町民生活課

※申請書等は日本年金機構ホームページからダウンロードができます。新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、郵送での提出にご協力願います。

国民年金

会社を退職したときは手続きが必要です

満20歳以上60歳未満の方は、公的年金への加入が法律で義務付けられています。会社を退職したときは国民健康保険の加入と、併せて国民年金の加入手続きが必要です。

【届出に必要なもの】

- ①年金手帳
- ②厚生年金保険の喪失日が確認できる書類(退職時に会社から渡される「喪失証明書」または「離職票」など)

【届出先】

年金事務所または役場町民生活課

※期間を空けずに再就職するときは、新しく勤務する事業所にて厚生年金への加入手続きをします。年金手帳を事業所に提出してください。

【問】 大河原年金事務所 ☎(51)3111
町民生活課 保険年金班 ☎(83)6401
ねんきんダイヤル
(加入者用) ☎0570(003)004
(受給者用) ☎0570(05)1165
日本年金機構ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp/>

情報

ポケット

6月

●アルコール専門相談

アルコールの問題は、心身の健康を損ない、家族にも大きく影響するものです。精神保健福祉士が相談をお受けします。本人だけでなく家族が相談することもできます（要予約）。

日時	6月16日（水） 午後2時30分～4時30分
場所	仙南保健所

【予約・問合せ】

仙南保健所 母子・障害班 ☎53-3132

●中退共の退職金制度を知っていますか？

中退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき設けられた中小企業のための国の退職金制度です。中退共制度をご利用になれば、安全・確実・有利で、しかも管理が簡単な退職金制度が手軽につくれます。

詳細については、お問い合わせください。

国の制度だから安心・確実・有利

- ・新規加入や掛け金月額を増額する場合、掛け金の一部を国が助成します。
- ・掛け金は全額非課税で、手数料もかかりません。外部積立型だから管理が簡単
- ・従業員ごとの納付状況や退職金試算額を事業主にお知らせします。
- ・退職金は中退共から直接従業員へ支払われます。
- ・転職先でも引き継げる「通算制度」があります。
- ・パートタイマーや家族従業員も加入できます。
- ・パートタイマーのための特例掛け金月額もあります。

【問】独立行政法人勤労者退職金共済機構

中小企業退職金共済事業本部

☎03-6907-1234

●クルマの不正改造は犯罪です！

国土交通省では、騒音の増大を招くマフラーの取り外し等の不正改造を施された車両を排除するために、「不正改造車を排除する運動」を全国的に展開し、取り組んでいます。

特に6月を「不正改造車排除強化月間」として一層強力に取り組むこととしています。

ぜひ、この機会に不正改造の防止についての理解を深めていただき、その排除にご協力をお願いします。

【問】国土交通省 東北運輸局 宮城運輸支局 検査整備保安部門

☎022-235-2517



暮らし

●エイズ・クラミジア・梅毒・B型肝炎・C型肝炎の相談、抗体検査

相談・検査ともプライバシーはかたく守られ、性感染症相談は匿名で受けられます。

日時	6月8日（火）、22日（火） 午前10時～正午
場所	仙南保健所
その他	感染が気になる方は原則無料。 検査は予約が必要です。 検査内容：問診・採血（10ml） 検査結果：次の検査日に来所していただき、直接お知らせします（代理不可）。

<性感染症や肝炎に関する相談>

- ・電話：平日、午前8時30分～午後5時15分
- ・面接：検査日時に無料で受けられます。

【予約・問合せ】

仙南保健所 疾病対策班 ☎53-3121

●骨髄バンクドナー登録

白血病などで骨髄移植を希望する方に提供者が見つかるよう、登録にご協力ください。

登録要件	年齢：18歳以上、54歳以下の健康な方 体重：男性45kg以上、女性40kg以上
登録の流れ	登録の説明→問診→申込書記入→採血
日時	6月8日（火）、22日（火） 午前9時～10時
場所	仙南保健所 ※献血ルーム（アエル20・AOBA）でも登録できます。

【予約・問合せ】

仙南保健所 疾病対策班 ☎53-3121

●思春期・ひきこもり専門相談

思春期のトラブルや引きこもりの悩みに対して、精神科医や相談員による相談を行います。本人だけでなく、家族や関係する方が相談することもできます（要予約）。

日時	6月14日（月）、21日（月） 午後1時30分～4時30分
場所	仙南保健所

【予約・問合せ】

仙南保健所 母子・障害班 ☎53-3132



催 し

●ことりはうすイベント情報

盆栽風コケ園芸

自分だけのオリジナルなコケ盆栽を作ってみませんか。

▼日 時＝6月5日(土)、6日(日)
午前10時～正午

▼参加費＝300円

▼定 員＝15名(要予約)

野鳥の森ハイキング

野鳥、花々や草木を楽しみながら、野鳥の森を歩きます。

▼日 時＝6月5日(土)、6日(日)、13日(日)、
19日(土)、20日(日)
午前10時～正午

▼参加費＝200円

▼定 員＝15名(予約不要)

子どもハイキング

子どもを中心とした野鳥の森の散策です。

▼日 時＝6月27日(日)
午前10時～正午

▼参加費＝200円

▼定 員＝15名(予約不要)

※子どもは保護者同伴願います。

※各イベントには、ことりはうす入館料が別途必要です。

※新型コロナウイルス感染予防のため内容の変更または中止、延期となる場合もありますので事前に電話またはHPで確認をお願いします。

【問】蔵王野鳥の森自然観察センター「ことりはうす」
☎0224-34-1882 ㊟0224-34-1871



募 集

●令和3年度国家公務員

「税務職員採用試験」(高校卒業程度)のお知らせ

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティあふれる税務職員を募集しています。

国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

▼受験資格

①令和3年4月1日において高校卒業後3年を経過していない方及び令和4年3月までに高校を卒業する見込みの方

②人事院が①に掲げる方に準ずると認める方

▼申込受付期間

6月21日(月)から6月30日(水)まで

▼受験申込方法＝インターネット申込みとする。

<https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>

▼第1次試験日＝9月5日(日)

【問】仙台国税局人事第二課試験研修係

☎022-263-1111(内線3236)

人事院東北事務局 ☎022-221-2022

●「人権擁護委員の日」特設相談所開設のお知らせ

6月1日は「人権擁護委員の日」です。家庭内のいざこざ、離婚、相続、近所とのトラブルなどについてお悩みの方は人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で予約も不要です。相談内容は一切秘密に扱われますので、お気軽にご相談下さい。

※体調のすぐれないかたは参加をご遠慮ください。

※新型コロナウイルス感染症防止対策等により中止になる場合がありますので、ご了承ください。

日 程	開設場所・時間
6月2日(水)	角田駅コミュニティプラザ
	午前10時～午後3時
6月5日(土)	白石市中央公民館
	午前10時～午後3時
6月9日(水)	大河原町役場
	午前10時～午後3時
6月9日(水)	丸森町まちづくりセンター
	午前9時～11時30分

【問】大河原人権擁護委員協議会

(仙台法務局大河原支局内) ☎52-6053

●障害者検診事業のご案内

身体に障害がある方の運動機能(筋力・関節の動き等)を評価する検診事業を実施します。

二次障害の予防や生活機能の維持・向上のため、身体状況をチェックしませんか。

▼対 象＝身体障害者手帳(肢体不自由)を所持している18歳以上の方で、医療機関等で継続的なリハビリを受けていない方
※その他、要件がありますので、詳しくは下記までお問い合わせください。

▼検査項目等＝運動機能の測定・検査(日常生活動作(ADL)検査、四肢計測等)、医師による医療相談

▼実施日及び会場

実施日	会 場
6月16日(水)	宮城県リハビリテーション支援センター(名取市)
7月7日(水)	
7月14日(水)	
8月18日(水)	大河原合同庁舎

▼申 込＝予約制・先着順です。下記まで電話でお申し込みください。

▼申込締切＝開催日一週間前

▼費 用＝無料

※新型コロナウイルス感染症防止対策等により中止になる場合がありますので、ご了承ください。

【問・申込】宮城県リハビリテーション支援センター
クリニック班 ☎022-784-3592

町のようす 令和3年4月末日現在

人口…10,522人(-13人)
 男… 5,239人(-3人)
 女… 5,283人(-10人)
 転入… 39人 転出 40人
 出生… 5人 死亡 17人
 世帯数… 4,054戸(+4戸)

喜びと悲しみ

結婚おめでとう(敬称略)



佐藤 琉 (千塚)
 榊原 姫香 (千塚)

誕生おめでとう(敬称略)



赤ちゃん	保護者	行政区
佐藤 繕くん (文哉・憂佳)	本郷	本郷
関 明香里ちゃん (達士・彩織)	小泉東	小泉東
渡邊 真仁くん (英之・亜己)	石生	石生

おくやみ申し上げます(敬称略)



氏名	年齢	世帯主	行政区
半沢よし子 (69)	壽	一	沼田
山家 良子 (83)	本人	千塚	千塚
大内キヨ子 (91)	保夫	寄井	寄井
岩間ツヤ子 (87)	本人	小泉東	小泉東
岩山 悦子 (81)	一男	足立西	足立西
佐藤としゑ (87)	金平	荒町	荒町
大沼ケイ子 (83)	佐藤一男	沼辺北	沼辺北
菊地 順郎 (77)	本人	内町	内町
佐藤今朝吉 (90)	英雄	小泉東	小泉東

「哀悼のこぼれ」について

町では町内在住の死亡された方に対し、「哀悼のこぼれ」を死亡届けの際にお渡し申し上げます。弔意を表しております。
 告別式において、弔電ご披露の折にご奉読をお願いしております。

■このコーナーでは、結婚・誕生・死亡のお知らせを行っています。掲載を希望される方は、戸籍の届けの際、窓口にある「お知らせ依頼書」に記入し、申請してください。

地域包括 支援センター

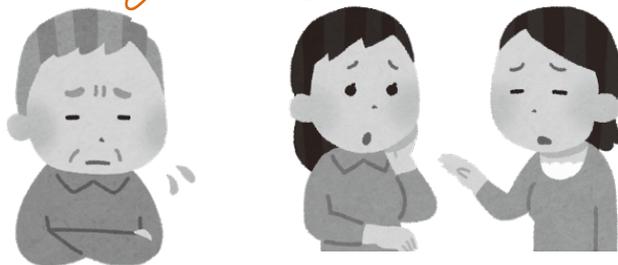
いきいき通信

「いざ」という時の強い味方 成年後見制度をご存知ですか？

身寄りがないので、入院したときの手続きや支払いが心配

今は元気だけど、将来認知症になって自分のことができなくなったらどうしよう…

隣のおばあちゃん、最近、もの忘れがすすんで訪問販売で高額な商品を買わされているみたい



このように、認知症や障がい、事故や病気による後遺症などにより、「判断能力」が低下した方が安心して生活できるよう支援するのが「成年後見制度」です。家庭裁判所に申立てを行い、支援者が選任され、本人に代わって金銭管理や法律行為（契約など）を行います。

成年後見制度には、以下の2つの種類があります。

法定後見制度…判断能力が低下し、援助を必要とする場合に申立てを行います。

任意後見制度…将来、判断能力が低下した時に備えて誰にどのような支援をしてもらうか公正証書で契約を結んでおく制度です。

今後思いがけず判断能力が低下した場合にも自分らしく過ごすためには、元気なうちから自分の想いを形に残す「エンディングノートの活用」も手軽に始められる方法としておすすめです。

◎【成年後見制度】や【エンディングノートの始め方】について「もっと詳しく聞きたい」「利用について相談したい」時は…

村田町地域包括支援センター（役場健康福祉課内）にお気軽にご相談ください。直接、来所いただいても、お電話でも構いません。

◎今月のおれんじカフェ

▼日 時=6月23日(水) 午前10時~11時

▼場 所=多世代交流センター

【問】地域包括支援センター

☎83-6413

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

日	曜	6月1日～6月30日
6/1	火	
2	水	生活相談 (13:00～16:00) 多世代交流センター (相談室)
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	朝のひとはぎ運動
7	月	
8	火	こころの健康相談 (13:30～15:30) 保健センター 要予約
9	水	1歳お誕生相談 (受付 9:15～9:30/R2.6.1～6.30 生) 保健センター 2歳6か月児歯科健康診査 (受付 12:15～12:30 / H30.10.8～12.2 生) 保健センター 生活相談 (13:00～16:00) 多世代交流センター (相談室)
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	母子手帳交付 (13:00～15:00) 保健センター
15	火	
16	水	行政相談 (10:00～12:00) 村田町役場 生活相談 (13:00～16:00) 多世代交流センター (相談室)
17	木	
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	生活相談 (13:00～16:00) 多世代交流センター (相談室)
24	木	育児相談 (9:30～10:30) 保健センター
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	母子手帳交付 (13:00～15:00) 保健センター
29	火	
30	水	3歳6か月児健康診査 (受付 12:10～12:30 / H29.10.1～12.20 生) 保健センター 4か月児健康診査 (受付 13:40～13:50 / R3.1.29～3.25 生) 保健センター 人権相談 (13:00～15:00) 多世代交流センター (多目的室) 生活相談 (13:00～16:00) 多世代交流センター (相談室)

6月 休日当番医

- 6** (日)
 - 内科 さくら内科消化器科 (大河原) ☎53-5151
 - 外科 宮上クリニック (柴田) ☎55-4103
 - 歯科 としみ歯科クリニック (大河原) ☎52-8143
 - 歯科 目黒歯科クリニック (丸森) ☎79-2818
 - 調剤 仙台調剤大河原店 (大河原) ☎51-4040
 - 調剤 こうめ薬局 (柴田) ☎59-2777
- 13** (日)
 - 内科 しばた協同クリニック (柴田) ☎57-2310
 - 外科 みやぎ県南中核病院 (大河原) ☎51-5500
 - 歯科 いのうえ歯科医院 (大河原) ☎53-8020
 - 歯科 広瀬歯科医院 (白石) ☎26-1871
 - 調剤 つばき薬局船岡店 (柴田) ☎58-1065
 - 調剤 仙台調剤大河原西店 (大河原) ☎51-4011
- 20** (日)
 - 内科 日下内科医院 (大河原) ☎52-1058
 - 外科 善積医院 (村田) ☎83-2172
 - 歯科 内田歯科医院 (柴田) ☎57-1818
 - 歯科 谷津歯科医院 (丸森) ☎72-1234
 - 調剤 村上薬局 (大河原) ☎52-4275
 - 調剤 ばんどう調剤薬局村田店 (村田) ☎83-2885
- 27** (日)
 - 内科 太田内科 (柴田) ☎55-1702
 - 外科 みやぎ県南中核病院 (大河原) ☎51-5500
 - 歯科 えんどう歯科医院 (大河原) ☎53-2555
 - 歯科 村上歯科医院 (蔵王) ☎33-4125
 - 調剤 船岡調剤薬局 (柴田) ☎58-1189
 - 調剤 アイランド薬局 (大河原) ☎53-4189

村田町保健センター ☎83-2312

- ◆予防接種…母子健康手帳、予診票
- ◆乳幼児健診…母子健康手帳、バスタオル、問診票
- ◆1歳お誕生相談…母子健康手帳、問診票、1回分のおやつ、「天使の笑顔」依頼書と写真 (希望の方)
- ◆母子健康手帳交付：妊娠届、個人番号カード等 (できるだけ本人が来所してください)
- ※4か月児健診及び1歳お誕生相談時には、絵本の配付をしています。
- ※「こころの健康相談」は予約制です。事前に保健センターへご連絡ください。

村田町多世代交流センター ☎83-5422

- ◆生活相談＝毎週水曜日 (祝日を除く) 午後1時～4時

保健センター、多世代交流センターご利用の皆さまへ
 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、事業が中止や変更となる場合があります。
 利用される方が感染症にかかっている場合やその可能性がある場合は、ご利用をお控えください。

お子さんの急な発熱やけがなどで、すぐに受診させた方がよいのか、様子を見ても大丈夫なのか迷ったときは……

宮城県子ども安心夜間コール 相談時間：19:00～8:00 (毎日)	プッシュ回線からの固定電話、携帯電話からは局番なしで ☎#8000 プッシュ回線以外の固定電話、PHSなどからは ☎022-212-9390
---------------------------------------	---

平日夜間初期救急外来		
仙南夜間初期急患センター ☎51-9986 (みやぎ県南中核病院の正面敷地内)	受付時間 18:45～21:30 月～金曜日 (土日、祝日、12/29～1/3を除く)	診療科目 内科 (中学生以上の方) ・急な発熱など救急患者 ・自家用車などで来院できる方

～村田の魅力を再発見!!～

第29回 フォトコンテスト受賞者決定!!

今年で29回目となるフォトコンテストは、令和2年10月30日から令和3年1月12日までの応募期間に33名の方から76点の作品をご応募いただきました。

そして2月4日に宮城県写真連盟会長、村田町長、村田町観光物産協会会長の計3名による審査会を行い、計10点の入賞作品を決定しました。

どの作品も村田町の魅力を捉えた素晴らしい作品となっています。町ホームページには宮城県写真連盟会長からいただいた各作品の講評も掲載されていますので、ぜひご覧ください。
(敬称略)

金 賞



村田町長賞『彩、繁盛』 佐藤 和夫(仙台市)

銀賞



村田町観光物産協会会長賞
『龍島院庭園』千葉 弘(仙台市)



村田町商工会会長賞
『コロナ禍の「成人式」』岩間 雅彦(村田町)

銅賞



村田町観光物産協会会長賞
『蔵の町より・届け希望の夢花火』
山崎 進(大河原町)



村田町観光物産協会会長賞
『花見』
山本 正彦(仙台市)



みやぎ仙南農業協同組合賞
『「ゆずもってげ、ほれ」』
鈴木 麻由(大河原町)

特別賞



一般財団法人村田町
ふるさとリフレッシュセンター賞
『秋の深まり「民話の里」』
宍戸 一恵(仙台市)



株式会社ソネック賞
『秋の陽射し』
内海 敬一(利府町)



スポーツランドSUGO賞
『見事な飛び出し』
佐々木 均(多賀城市)



村田町議会議長賞
『山車行列』
村上 勇一郎(仙台市)



交 通死亡事故ゼロ1年間達成！

昨年(2020年)の4月15日以来1年間、交通死亡事故の発生がなかったことから、「死亡事故ゼロ1年間」を達成し、4月16日に村田町役場で宮城県警察本部長からの「祝詞」の伝達式が行われ、大河原警察署長より町に伝達されました。

これも各種交通安全関係団体のみなさんをはじめ、町民のみなさんの交通安全に対する取り組みの成果です。これからも交通事故のない町を目指していきましょう。



子 育て支援センターがオープンしました！

4月から多世代交流センターに移転した子育て支援センターが、5月12日にオープンしました。リニューアルに伴い、町長をはじめ子育てサークル代表の親子や関係者の方々によりテープカットを行いました。

午後から施設を開放し、利用を待ち望んでいた皆さんが、早速新しい遊具や屋外に設置しているアンパンマンの遊具で遊ぶ姿が見られました。皆さんのお越しをお待ちしています。



（株）F・K・S・O・L・U・T・I
ONS代表取締役岡田浩幸様より、新型コロナウイルス感染症拡大防止用として子ども用マスク五百枚を村田保育所へ寄贈していただきました。保育所の園児の感染対策のために、大切に使用させていただきます。



みやぎ仙南農協青年部委員長村上利行様より、一輪車を村田小学校（写真）と村田第二小学校に各一台ずつ寄贈していただきました。小学校の子どもたちの活動のために、大切に使用させていただきます。

善意の寄附

～健やかで 幸せな食卓を～ 体にやさしい健幸レシピ

健康な体づくりに日々の食事は欠かせません。生活習慣病の予防、体力の維持・向上、質の良い睡眠。あらゆるところで食が関わります。

日本全国の食品がいつでもどこでも買える今、地元食材にも目を向けてみませんか。土地のものも上手に食卓に取り入れ、バランスよく食べ、健やかな毎日を過ごしましょう。

今月の地元食材「ねぎ」

ねぎ塩豆腐

〈材料2人分〉

木綿豆腐 1丁

片栗粉 大さじ2

油 小さじ2

ねぎ 1本

鶏がらスープのもと 小さじ1

塩 小さじ1/4

ごま油 小さじ1

〈作り方〉

①木綿豆腐を8等分に切り、片栗粉をまぶし、油をひいたフライパンで両面を焼く。

②耐熱容器にみじん切りにしたねぎ、鶏がらスープの素、塩、ごま油を入れて混ぜ、ラップをかけて電子レンジ600Wで1分加熱する。

③器に豆腐と②を盛り付ける。

～健康一口メモ～

～血管に優しい食生活ポイント～

血管を強くする食生活の一つに「減塩」があります。薄味にするだけでなく、食塩の成分であるナトリウムを体外に出す野菜や大豆製品等の食材も積極的にとるよう心がけましょう。

栄養成分
(1人分あたり):
205 kcal
食塩: 2.8 g
野菜の量: 30 g



【問】保健センター 83-2312

～保健推進員のおすすめポイント～

普段あるもので簡単にできます。ねぎの甘味が引き立つ一品です。豆腐のかわりに脂肪の少ない鶏肉や白身魚にしてもおいしく食べられます。

足立東地区: 兎内茂子さん 菅生上地区: 石垣律子さん

※今回のねぎは石垣さんから提供いただきました。地元食材は村田町物産交流センターや直売所等でお求めいただけます。



《 羽アリを見つけたら赤信号 》

白蟻防除(5年保証) 坪6,500円+税

詳しい内容はホームページをご覧ください!!

『シューテックプロ』で検索

TBCラジオにてCM絶賛! 放送中!!

有限会社シューテックプロ

富谷市富谷清水仲119-4-101 TEL022-779-0636

◇ 広告募集中です ◇

広報むらたでは紙上に掲載する企業の広告を募集しています。

広告掲載料は月額 10,000 円で、サイズは縦 45mm × 横 88mm です。

その他詳細については総務課・総務班 (☎83-2111) までお問い合わせください。

ふれあいひろば

このページは、町民の皆さんがつくるページです。【問】総務課 総務班 ☎83-2111

「らくがきコーナー」は、黒色のサインペンやボールペンを使って、はつきりと描いてください。(ペンネームだけでなく、住所や氏名、行政区もきちんと書いてね)「町民文芸」も募集中です。初投稿の方も大歓迎です!
※投稿作品が多い場合や投稿内容によっては、総務課で掲載作品を選ばせていただきます。

（町民文芸）
俳句

放棄地が

山に帰ると

名残り梅

小林 光正



次号の対象となるのは、令和元年10月～12月生まれのお子さまです。
掲載を希望する場合は、1カ月以内に撮影した写真と掲載依頼書を保健
センターの「1歳児お誕生相談」の際にお持ちください。

お問合せ <掲載について> 総務課 総務班 ☎83-2111
<1歳児 お誕生相談について> 村田町保健センター ☎83-2312



ひらま みなと
平間 心湊くん
(保護者：健斗・愛梨奈) 足立東
●1歳おめでとう♪すくすくと元気に育ってね
(パパ・ママより)



まかべ さくら
眞壁 咲良ちゃん
(保護者：里・美幸) 本町
●1歳おめでとう！陽気で笑顔が可愛い咲良ちゃん。お兄ちゃん達と仲良く元気に育ってね
(家族みんなより)



おおい がわ さつき
大井川 爽月ちゃん
(保護者：沢良・秋乃) 千塚
●おたんじょうびおめでとう！お姉ちゃんと一緒にいっぱい遊ぼうね。
(パパ・ママより)



さやま ひなた
佐山 ひなたちゃん
(保護者：芳幸・永) 足立東
●いつもここに笑顔のひなた。これからも元気に育ってね！
(家族みんなより)