



おしらせばん

村田町役場総務課／村田町大字村田字迫6（☎83-2111）

村田町ホームページアドレス

<http://www.town.murata.miyagi.jp/>

『フォトコンテスト』作品募集中!!

観光物産協会では、第22回みちのく宮城の小京都・村田フォトコンテストの作品を募集しています。村田の自然風景や観光スポット、各種イベントなど村田の魅力を捉えた作品をお待ちしております。

▼応募規定

- ・平成25年1月から12月までに村田町で撮影した未発表のもの。
- ・応募点数は一人3点までです。
- ・撮影対象となる人物・施設等についての撮影許可及び撮影後の公表についての許可は、応募者の責任において事前に行ってください。
- ・サイズは四切プリント（254mm×305mm・ワイド可）とA4（210mm×297mm）に限ります。
- ・入賞作品の著作権は村田町観光物産協会に帰属し、入賞者には原版（フィルム）又はデジタルデータを提出していただきます。

▼応募方法・締切日

- ・題名、撮影場所及び撮影日、住所、氏名、年齢、連絡先を明記してください。
- ・締切日：1月10日（金）

▼審査方法・発表

2月中旬頃に行い入賞者のみに通知します。

▼展示・表彰式

- ・写真展：3月22日（土）～23日（日）
蔵の町並み（応募の全作品を展示）
- ・表彰式：3月22日（土）
- ・賞：金賞1点、銀賞2点、銅賞3点、特別賞3点、佳作5点

【応募先・問い合わせ先】

〒989-1392 村田町大字村田字迫6番地
村田町観光物産協会（地域産業推進課内）
☎83-2113 ☒83-2114



▲昨年の金賞作品「ほっと一息」
高田 恭輔さん（郡山市）

65歳以上の要介護認定者の障害者控除制度について

要介護認定1～5の認定を受けている65歳以上の方について、寝たきりや認知症など身体状況の程度が身体障害者等に準ずる者として市区町村長の認定を受けた場合、所得税の確定申告の際に障害者控除の対象となります。

町では、右記の対象要件に該当する方で、申請により障害者控除の対象者と認定された方に対して、「障害者控除対象者認定書」を交付しております。

確定申告にて障害者控除を受ける場合は、あらかじめ健康福祉課窓口にて、本人または親族の方が申請し、認定書の交付を受ける必要があります。

認定結果と認定書は後日送付いたします。確定申告の際に、届いた認定書を持参して会場で提示してください。

また、認定書は複数年使用できます。大切に保管して、対象者の障害事由などに変更がありましたら健康福祉課までご連絡ください。

【対象要件】下記のいずれにも該当する方

- ・65歳以上の方
 - ・要介護認定1～5の認定を受けている方
- ※身体障害者手帳（1～2級）や療育手帳（A）、精神障害者保健福祉手帳（1級）の交付を受けている方は申請の必要はありません。

【問】健康福祉課 高齢福祉班 ☎83-6402

平成26年度村田町臨時職員の登録について

平成26年度の村田町臨時職員の登録者を募集します。登録を希望する方は、下記によりお申し込みください。

●職務内容

一般事務補助、保健師、保育士、幼稚園教諭など

●勤務条件

①勤務場所＝本庁または出先機関

②雇用期間＝短期間から最長6カ月。事業計画の進捗や勤務実績により、最長6カ月の期間を延長する場合があります。

③勤務時間

原則、午前8時30分から午後5時15分（職種により勤務時間が変わる場合があります。）

●申込対象要件

①年齢要件＝満18歳以上（平成26年4月1日現在）

②その他＝心身共に健康な方

●申込方法

指定の履歴書に必要事項を記入し、写真を貼付のうえ、役場総務課秘書人事班まで申し込みください（郵送可）。なお、提出していただいた履歴書は返却いたしませんのでご了承下さい。指定の履歴書は、総務課でお渡ししておりますが、村田町ホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。

●受付期間

1月15日から随時受け付けします。

●登録有効期限

平成26年4月1日から平成27年3月31日までの間です。

なお、就職等により登録を取り消したい場合は、速やかに電話などで連絡してください。

●採用方法

各部署の必要に応じ、登録された方の中から審

査（面接審査や書類審査等）を実施し、採用者に対し連絡します。

採用は不定期（随時）で、雇用開始日は、各部署により異なります。また、採用は選考によるものであり、登録された順番によるものではありません。

●備考

職種、職務内容等によっては、必要に応じて各部署で募集する場合があります。

【問・申込み】

総務課 秘書人事班 ☎ 83-2111

〒989-1392（住所記入不要）

2013みやぎふるさとCM大賞で『映像賞』を受賞しました！

12月4日、KHB東日本放送が主催する「2013みやぎふるさとCM大賞」の発表審査会が、日立システムズホール仙台で開催されました。

宮城県をはじめ県内30市町から42作品の応募があり、村田町は「むらたび」というタイトルでCMを制作し、見事、『映像賞』を受賞しました。

CMと発表審査会の様子は、1月3日（金）午後4時から東日本放送で放送される予定ですので、ぜひご覧ください。

なお、このCMは1月から12月までの1年間、宮城県内で30回、無料放送されます。



元気が出る！**こころ**と**カラダ**のはなし

口と歯の健康 ドライマウス(口腔乾燥症)について

ドライマウスとは唾液の分泌量が少なくなること
で口の中が乾いた状態になる症状です。

はじめは口の粘つき、パサついた食べ物が飲み
込みにくくなり口臭などが出てきます。症状が進
むとしゃべりづらくなり、舌がひび割れ食事が摂
れなくなり、強い口臭があらわれ虫歯や歯周病な
どの口腔疾患にもつながります。

●原因はさまざまです

一般的には加齢による唾液の分泌量の低下、精
神的な緊張などによるストレスや糖尿病、腎臓病
等の病気、薬の副作用などがあげられます。

また、柔らかいものばかりを食べることであご
周辺の筋肉が低下し、唾液分泌量の低下や飲酒、
喫煙などの生活習慣にも関与しています。

口の乾きを感じたら早めにケアをすることが大
切です。

●まずは口の乾きをチェックしてみましょう

- ☐ 口の乾きが3カ月以上毎日続いている
- ☐ あごの下が繰り返しあるいはいつも腫れている
- ☐ 日中水をよく飲む
- ☐ 夜間にのどが乾いて水を飲む
- ☐ 乾いた食品が噛みにくい
- ☐ 食べ物が飲み込みにくい
- ☐ 口の中がねばねばする
- ☐ 口の中が粘ってしゃべりにくい
- ☐ 口臭がある
- ☐ 義歯をしているせいで傷つきやすい

《鶴見大学歯学部付属病院ドライマウス専門外来ドライマウス問診票より》

当てはまる項目数が多いほど、ドライマウスの
可能性が高くなります。

●口の乾きを防ぐ日常生活のポイント

○食事のときはよく噛んでたべましょう。

噛むことで唾液が出やすくなります。

○歯みがきをして口の中を清潔に保ちましょう。

○リラックスしましょう。

精神的に緊張すると唾液が出にくくなります。
自分の趣味や軽い運動などをして息抜きをしま
しょう。

唾液は口の中を守る様々な働きがあります。生
活習慣を見直しても尚、気になる症状がある時は
早めにかかりつけの歯科医師に相談しましょう。

●お口は健康の窓口です

お口の健康は心身全体の健康に影響します。家
族みんなで元気に過ごせるようにお口のケアをし
ていきましょう。

【問】保健センター ☎ 8 3 - 2 3 1 2

女性医師による女性の健康相談

女性医師が思春期や更年期の身体的・精神的不
調、家庭や職場でのストレスで悩んでいる女性の
相談に応じます。(完全予約制・相談無料)

▼相談日＝2月1日(土)

午後2時～4時

▼場 所＝大河原町

※会場は予約時にお伝えします。

※仙台市に通勤・通学している方は、仙台市会場
(エルソーラ仙台)でも相談を受けることがで
きますので、ご相談下さい。

▼予約先＝宮城県女医会女性の健康相談室

☎ 0 9 0 - 5 8 4 0 - 1 9 9 3

▼受付時間＝午前9時～午後5時

(土日祝日を除く)

【問】宮城県健康推進課

☎ 0 2 2 - 2 1 1 - 2 6 2 3

生活保護の相談窓口

▼日時＝1月6日(月)、2月3日(月)

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 生活保護班

☎ 5 3 - 3 1 2 2

健康福祉課 社会福祉班

☎ 8 3 - 6 4 0 2

あなたの地区の民生委員・ 児童委員が新たに委嘱されました

任期満了に伴い、下記の方々が12月1日付けで厚生労働大臣から民生委員・児童委員に新たに委嘱されました。任期は3年です。

民生委員は、地域住民の見守りと支援活動など、ひとり暮らし高齢者や障害者の方々が安心して暮らせるよう地域福祉の最前線で活動しており、関係機関等とのパイプ役を担っています。

(敬称略)

行政区	氏 名
本 町	竹 野 幸 子
	佐 藤 正 一
	星 静 子
荒 町	赤 間 貞 子
	佐々木 陽 子
	山 家 裕 美
内 町	丹 羽 貴 道
	蘆 武 陽 子
本 郷	高 野 尚 子
	佐 山 純 江
石 生	三 浦 安 子
	高 橋 正 美
小泉西町	高 橋 政 雄
小泉中	高 橋 千代子
小泉東	大 沼 繁
姥ヶ懐	渡 邊 千 治
薄 木	大 沼 政 彦
足立東	渋 口 眞知子
足立西	星 秀 賢
	櫻 中 壽 郎
寄 井	吉 野 義 美
千 塚	吉 野 正 子
	小 川 隆 秀
沼辺北	駒 板 光 雄
沼辺南	岩 間 保 雄
関 場	佐 藤 豊 子

沼 田	村 上 秀 雄
菅生上	高 橋 直 子
菅生下	佐 藤 圭 司
主任児童委員	浦 山 ひろえ
	鎌 田 キヨ子

また、任期満了に伴い次の方々が退任されました。

多年にわたり地域福祉にご貢献いただきありがとうございました。

(敬称略)

山田 静 子 (本 町)
里見 みき子 (内 町)
佐藤 庄一郎 (小泉東)
大沼今朝治郎 (足立西)
大槻 千枝子 (沼辺北)



【問】健康福祉課 社会福祉班
☎ 8 3 - 6 4 0 2

伝統的建造物群保存地区の区域決定(案)に 関する説明会のお知らせ

村田字町の一部の区域において、伝統的建造物群保存地区の選定を目指しており、これに伴う区域決定の説明会を次のとおり開催します。

▼日時＝1月15日(水) 午前10時

▼場所＝中央公民館ホール

【問】生涯学習課 ☎ 8 3 - 2 0 2 3

建設課 建設班 ☎ 8 3 - 6 4 0 7

生涯学習課・公民館からのお知らせ

◎平成26年 村田町成人式

平成26年村田町成人式を次のとおり開催します。

▼日時＝1月12日（日）午前11時

※受付は午前10時から行います。

▼会場＝村田町民体育館

▼対象者＝平成5年4月2日から平成6年4月1日生まれ
の町内に住んでいる方、または村田第一中学校及び村田第二中学校卒業生

◎各地区新年会のお知らせ

□沼辺地区年始会

▼日時＝1月12日（日）午後1時30分

▼場所＝沼辺地区公民館 和室

□菅生地区新年会

▼日時＝1月26日（日）午前10時

▼場所＝菅生地区公民館 大ホール

□姥ヶ懐地区新年会（移動新年会）

▼日時＝1月5日（日）午前9時30分

▼場所＝白石市

◎中央公民館施設改修工事のお知らせ

中央公民館において、東日本大震災に伴う災害復旧工事並びにトイレの改修工事を行います。

施設利用について、一部不便をきたし大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解をいただけますようお願いいたします。

▼工事期間＝1月～3月下旬

【問】生涯学習課（中央公民館内）

☎83-2023

今月の歴史みらい館

◎企画展『北の猫神さま～猫と養蚕～』を開催中!

江戸から明治・大正にかけて、繭の豊作や鼠除けとして、蚕影山・二十三夜・オシラサマ・蛇神など多くの神様に祈願しました。

その中には、猫神もありました。今回の企画展では、岩手南部から宮城北部の神社に伝わる、猫



の木像、猫を描いた絵馬、猫の絵が入った版木など、猫神信仰の貴重な資料を展示しております。

▼会期＝1月19日（日）まで

▼場所＝歴史みらい館 企画展示室

▼観覧料＝無料

◎文化体験プログラム事業

『小正月行事を体験してみよう!!』を開催します

元旦を大正月というのに対して、1月14日から16日にかけてを小正月といいます。

昔から小正月に行われてきた風習や行事を、楽しみながら体験してみませんか。

▼日時＝1月13日（月・祝） 午前10時～正午

▼場所＝歴史みらい館

▼内容＝餅つき、団子刺し体験、関場七福神舞、関場田植踊の鑑賞

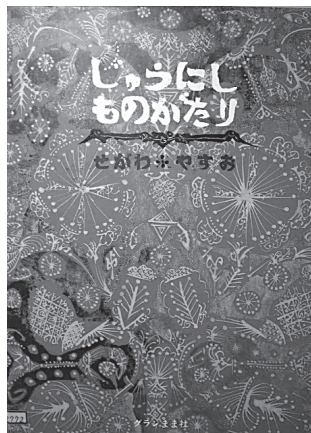
▼参加費＝無料

※事前申込は不要、どなたでも参加できます。



見てみらいん!

今月のおすすめ本



「じゅうにのものがたり」

／せがわ やすお 著
／گرانまます社

神様が動物たちにおふれを回しました。1年のはじめの日に、みんな集まるように。1番はじめに来たものから、12番目までのものに、名誉の

職を与えよう、というお達しです…。

ねこはなぜ十二支に入らなかったのか？ねずみの視点で描く、ユーモラスで躍動に満ちた絵巻物語。鮮やかな色づかいの絢爛豪華な絵にも注目です

●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）

●1月の休館日＝6日・14日・20日・27日

【問】歴史みらい館 ☎83-6822

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 1月の行事予定

○わんぱく広場 対象：2歳以上

日時＝1月23日（木） 午前10時15分～11時

場所＝子育て支援センター

内容＝「鬼の面作り」

○よちよち広場 対象：0歳・1歳

日時＝1月30日（木） 午前10時15分～11時

場所＝子育て支援センター

内容＝「手作りおもちゃ」

～牛乳パックで「パッカとボックス」～

【問】 子育て支援センター（村田児童館内）

☎・📠 83-3901

認知症研修会「認知症ってなに？」

ふれあいの郷あいやまでは、認知症についての基礎知識や認知症高齢者を介護している家族について学び、住み慣れた地域で暮らし続けるためにはどのように支えていけばよいのかを考える機会となるよう、認知症研修会を開催します。ぜひご参加ください。

▼日時＝2月16日（日）

午前10時～正午

▼場所＝ふれあいの郷あいやま ふれあいホール

村田町大字村田字相山100-5

▼内容＝①認知症の概要

②「わたしの手帳」の使い方

③寸劇「ある家族の日常から」

▼募集人員＝40名（事前申込みが必要です）

▼参加費＝無料

【問・申込み】

小規模多機能型居宅介護あいやま（担当 加藤）

☎ 82-2380 📠 83-6808

税務課からのお知らせ

平成26年度町・県民税申告相談について

平成26年度の町・県民税申告の時期が近づいてきました。

町では、各地区公民館を会場に下記の日程で申告相談を行います。各地区の詳しい日程については、後日配布される「申告相談のお知らせ」をご確認ください。

●西足立地区公民館ホール

2月3日（月）～7日（金）

●小泉地区公民館ホール

2月10日（月）～17日（月）

●沼辺地区公民館ホール

2月18日（火）～27日（木）

●村田町中央公民館ホール

2月28日（金）～3月13日（木）

●菅生地区公民館ホール

3月14日（金）～17日（月）

【問】 税務課 住民税班 ☎ 83-6403

大河原税務署からのお知らせ

確定申告書はe-Taxが便利です!!

e-Taxを利用して所得税及び復興特別所得税の申告をすると、

①国税庁ホームページから簡単に申告

②添付書類が提出不要

③還付金がスピーディー など便利です。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

○平成25年分所得税及び復興特別所得税確定申告書の提出期限

2月17日（月）～3月17日（月）

○e-Taxの利用期間

1月4日（土）～3月17日（月）

○還付申告書の提出期限

1月1日（水）～3月17日（月）

■国税庁ホームページ

<http://www.nta.go.jp>

【問】 大河原税務署 ☎ 52-2202

※音声案内で2番を選択してください

宮城県(産業別)最低賃金が改定されました

地域別最低賃金	時間額	効力発生日
宮城県最低賃金	696円	平成25年10月31日

宮城県産業別最低賃金	時間額	効力発生日
鉄 鋼 業	798円	平成25年12月15日
電子部品・デバイス・電子回路・電気機械器具・情報通信機械器具製造業	757円	平成25年12月19日
自動車小売業	763円	平成25年12月15日

【問】 宮城労働局労働基準部賃金室

☎ 022-299-8841

守ろう！暮らしの安全・安心

宝くじの助成金で「可搬式小型動力ポンプ、サーチライト」を設置

平成25年度コミュニティ助成事業（地域防災組織育成助成事業）により、町消防団第5分団第3班に可搬式小型動力ポンプとサーチライトが設置されました。



町の消防団では、今回設置された機器を防災訓練や火災・災害発生時に活用していきます。

【問】総務課 防災班 ☎ 83-2111

平成26年1月の納税・保険料・使用料

期限内の納入をお願いします。

- ①固定資産税 4期分
- ②国民健康保険税 10期分
- ③介護保険料 10期分
- ④後期高齢者医療保険料 7期分
- ⑤水道使用料 1月分
- ⑥下水道使用料 1月分

【口座振替をご利用ください】

指定口座から自動振替されますので納め忘れもなく安心です。また、わざわざ金融機関に出かける必要もなくなつて便利ですよ。

○取扱金融機関

みやぎ仙南農業協同組合・七十七銀行・仙南信用金庫・郵便局（ゆうちょ銀行）

○利用できる税目等

町県民税（普通徴収）・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料・水道使用料・下水道使用料・住宅使用料

○利用の手続き

- 金融機関・郵便局の窓口で申込んでください（町内の金融機関・郵便局には依頼書を備え付けてあります）。
- 町外の金融機関・郵便局で手続きをする場合は、下記までご連絡ください（町外の金融機関・郵便局には依頼書がありません）。
- 申込みをする際には、通帳と通帳届出印をご持参ください。

【問】〈固定資産税・国保税・介護保険料・後期高齢者医療保険料〉税務課 ☎ 83-6403
〈水道使用料〉水道事業所 ☎ 83-2870
〈下水道使用料〉建設課 ☎ 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㈱、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下さい。

●相談所開設日

▼日時＝1月15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】 安部哲男さん

大字村田字下河原1-20 ☎ 83-2358

放射線対策に関するお知らせ

平成25年11月6日から12月5日までの測定結果の概要は、次のとおりです

■空間線量測定結果

単位: $\mu\text{Sv/h}$

測定場所	回数	空間線量
村田町役場敷地	22	0.05～0.06
村田小学校	4	0.05～0.06
村田第二小学校・沼辺児童館	4	0.05～0.06
村田第一中学校	4	0.06～0.08
村田第二中学校	4	0.08～0.10
村田幼稚園	4	0.08～0.09
沼辺幼稚園	4	0.04～0.06
村田保育所	4	0.08～0.08
村田児童館	4	0.08～0.08

学校等の空間線量は、校庭中央等1ヶ所の測定値を掲載しています。

■食品等簡易放射能測定結果

区分	検体	基準値超過数
町内産農林産品等	15	0
給食 食材	村田保育所	0
	村田第一中学校	0
	村田第二小学校 村田第二中学校	0
住民持込み農林産品等	12	2

住民持込み農林産品（町内産原木しいたけ）から基準値を超えるセシウムが検出されました。

個々の詳細な測定結果は、村田町ホームページ（東日本大震災関連情報）をご覧ください。

【問】町民生活課 環境衛生班 ☎ 83-6401

●自動車事故被害者の救済制度のお知らせ

自動車事故で重度の後遺症が残った方や、亡くなられた方（加害者・被害者を問わず）のご家族を救済するため次の制度があります。

▼交通遺児等育成資金貸付制度〈無利子貸付〉

- ◇貸付金額 一時金 155,000 円
月々 20,000 円
 - ◇貸付要件 市町村民税が非課税又は均等割のみ課税世帯
 - ◇対象者 0歳から中学3年生までのお子様
 - ◇返還方法 割賦による20年以内の均等払い
- ※進学する場合は返還の猶予あり

▼介護料支給制度

- ◇受給資格 自動車事故により、重度の後遺障害が残ったため常時又は随時の介護を必要とする方
- ◇支給額 月額 29,290 円～136,880 円
(障害の程度、介護に要する費用に応じて支給)

【問・申込み】

自動車事故対策機構 仙台主管支所

☎022-204-9902



●えずこホール イベント情報

AZ9 ジュニア・アクターズ第21回公演

『丸森キャッツ』

▼日時＝2月15日(土)・16(日)

午後2時開演

▼チケット(全席指定)＝一般1,000円、学生600円、親子ペア1,400円(当日200円増) ※発売中

えずこクラシックフレンズVol. 1

神谷未穂(V n)×田村緑(P f)ゲスト徳永二男(V n)

▼日時＝2月23日(日) 午後2時開演

▼チケット(全席指定)＝一般2,500円、学生1,000円、(当日500円増) ※発売中

えずっこひろば

▼日時＝1月16日(木) 午前10時～正午

▼会場＝えずこホール ホワイエ

▼対象＝どなたでも ※参加費無料

【問】えずこホール ☎52-3004

●ことりはうすイベント情報

ことりはうすのお正月

▼内容＝①臼で餅つき体験②団子さし体験

▼期日＝①・②1月11(土)・12(日)

▼時間＝①1回目 午前11時30分 2回目 午後0時30分 ②正午～2時

▼場所＝蔵王野鳥の森自然観察センター

▼参加費＝①・② 無料

▼定員＝①・② 先着50名 ※当日受付

雪上トレッキング

▼内容＝雪山をスノーシューやカンジキで歩き、動物の足跡などを探します。

▼日時＝1月13日(月)・19日(日)・26日(日)

▼時間＝午前10時～正午

▼場所＝蔵王野鳥の森自然観察センター

▼参加費＝500円(ホットドリンク付)

▼定員＝20名 ※当日受付

【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



●放送大学4月入学生募集

放送大学はテレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

▼募集期間＝2月28日(金)まで

【問】放送大学 宮城学習センター

☎022-224-0651

<http://www.ouj.ac.jp>

みやぎ県南中核病院からのお知らせ

当院では病院の機能充実のため助産師・看護師、診療放射線技師、臨床検査技師を募集しています。詳しくは病院ホームページまたは総務課人事係までお問い合わせください。

▼職種・採用予定人数

助産師・看護師 20名 診療放射線技師 1名
臨床検査技師 若干名

▼受付期間＝1月22日(水)まで

▼試験日＝2月1日(土)

【問】みやぎ県南中核病院 総務課人事係

(平日、午前8時30分から午後5時まで)

☎51-5500(代)

E-mail: [jinji@southmiyagi-mc.jp](mailto:jinja@southmiyagi-mc.jp)

お知らせをいっぱい詰め込んでお届けします。掲載依頼は総務課総務班へお寄せください。

☎83-2111 📠83-5740

情報

ポ ケ ッ ト

1

月



暮らし

●エイズ・クラミジア・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っており、性感染症相談は匿名で受けられます。

- ・感染が気になる（可能性のある）方は無料。
- ・検査は予約が必要です。
- ・検査内容：問診、採血（10ml）
- ・検査結果は、次の検査日に来所していただき、直接お知らせします（代理や郵送不可）。

▼日時＝1月14日(火)、28日(火)

エイズ・クラミジア検査 午後1時～3時

B型・C型肝炎検査 午後3時～4時

▼場所＝宮城県仙南保健所

（性感染症や肝炎に関する相談）

- ・電話相談は、平日 午前8時30分～午後5時15分まで随時受け付けています。
- ・上記の検査日時には、面接相談（無料）も可能です。

【予約・問合せ】

宮城県仙南保健所 疾病対策班 ☎53-3121

●保健所で骨髄バンクドナー登録ができます

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）

- ・骨髄バンク登録の説明、問診、申込書記入
- ・採血（2ml）

▼日時＝1月14日(火)、28日(火)

午前9時～10時

▼場所＝宮城県仙南保健所

※献血ルーム（アエル20・杜の都AOBA）でも登録できます。

【予約・問合せ】

宮城県仙南保健所 疾病対策班 ☎53-3121

●思春期・引きこもり相談

思春期の悩みを抱えている本人、家族、関係者の方を対象に精神科医・相談員による相談を実施しています。お気軽にご相談下さい（要予約）

▼日時＝1月16日(木)、30日(木) 午後1時～3時

▼場所＝宮城県仙南保健所

【予約・問合せ】

宮城県仙南保健福祉事務所 母子障害班

☎53-3132

●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。本人や家族を対象に相談を行っています（要予約）。

▼日時＝1月23日(木) 午後1時～3時

▼場所＝宮城県仙南保健所

【予約・問合せ】

宮城県仙南保健福祉事務所 母子障害班

☎53-3132

●ごぞんじですか？検察審査会

検察審査会は、選挙権を有する一般国民から選ばれた11人の検察審査員が、いわば国民を代表して、検察官が被疑者を裁判にかけなかったこと（これを「不起訴処分」といいます）のよしあしを審査することを主な仕事にしているところで、刑事手続きの中に国民の良識を反映させ、よりよい刑事司法を実現するために設けられているものです。

事件や事故にあわれた方や、その遺族の方等で、検察官から「事件は不起訴処分とした。」旨の連絡があった場合、その処分に納得がいけないときは、検察審査会の審査を求めることができ、費用はいっさいかからず、申立人の秘密は固く守られます。

【問】仙台検察審査会事務局

☎022-222-4750

<http://www.courts.go.jp/kensin/>

『自分だけは大丈夫』が一番危険です! 振り込め詐欺にご注意ください

新聞やテレビで報道されていますが、子や孫を装い、突然電話で「事故を起こして困っている」、「会社のお金を使い込んでしまった」などと窮状を訴えたり、「医療費の特別控除の還付金がある」と言葉巧みにATM（自動預払い機）に誘導し高額な金額を振り込ませる“振り込め詐欺”の被害が相次いで発生しています。

相手はだましのプロです。あの手この手を使い、老後のためにせっかく蓄えた財産を狙っています。

【被害に遭わないための3つのポイント】

- ①電話や郵便物などで高額な現金を相手の言うがままに振り込んではいけません。
- ②携帯電話でATMの操作を指示しながら振り込ませる手口や宅配便で現金を送れと指示があったら、すぐ警察に連絡しましょう。
- ③万一に備えて、振り込み利用限度額を引下げておきましょう。

振込詐欺の手口は、次々と新しく、かつ巧妙になってきています。心配な時は最寄りの警察、ある

いは消費生活センターにご相談ください。

『自分だけは大丈夫』が一番危険です。現金を渡してしまうとほとんど取り戻すことができません。

現金を振り込む前や宅配便で送る前にもう一度確認しましょう。

また、点検商法も横行しています。ガスや水道、電気の点検に来たと言って点検し、その場で現金を請求する。しかし、事前連絡もなしに点検し、現金をその場で支払えと言う事は、まずありません。

くれぐれも、ご注意ください。

不安なときは、お金を払う前に相談しましょう!

○消費生活相談へまずはお電話を!

- ・村田町消費生活センター（東庁舎4階）
（午前9時～午後4時 月・水・金） ☎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 午前9時～午後4時
☎022-261-5161

※祝日・年末年始はお休みです。

【問】町民生活課 総合窓口班 ☎83-6401

ご存じですか?

国民年金

20歳からのスタート! 国民年金

20歳を迎えられたみなさんおめでとうございます。

国民年金への加入は成人になられた皆さんの大切な義務の一つです。加入期間が長期にわたる公的年金制度は、スタート時にその内容、役割を正しく理解しておくことが重要です。

【みんなが加入する国民年金】

国民年金と被用者年金（厚生年金及び共済年金）を合わせて公的年金と言います。中でも国民年金は、公的年金全てに共通する「基礎年金」として位置づけされています。

日本に在住する20歳以上60歳未満の方は、職業・性別・国籍などに関係なく、基礎年金である国民年金に加入し保険料を納めなくてはなりません。

【加入のしかたは3種類】

いずれかの種類に加入します。

■国民年金第1号被保険者

- ・学生、自営業、またはアルバイト等の方。
- ・定められた保険料を直接納付。

■国民年金第2号被保険者

- ・厚生年金または共済組合に加入している方。（厚生・共済年金と同時加入になります）

・保険料は本人と事業主が半額ずつ納付。

■国民年金第3号被保険者

- ・第2号被保険者に扶養されている配偶者。
- ・保険料は厚生年金・共済年金加入者が全体で負担。配偶者の給与から天引きされることはない。

【万一のときの保障も】

公的年金には障害年金・遺族年金など、条件を満たせば満65歳未満でも受け取れる年金があります。ただし、未納が一定期間以上ある場合は受給申請ができません。

万一に備えるためにも、国民年金保険料は期限までに納めるようにしましょう。

公的年金等の源泉徴収票が送付されます

老齢または退職による公的年金を受給している方へ、「公的年金等の源泉徴収票」が1月中旬に交付されます。

扶養親族等申告書を2枚以上提出している方、年金以外に所得がある方は、確定申告に源泉徴収票を持参して下さい。

源泉徴収票の未着・紛失があった場合には、日本年金機構の「ねんきんダイヤル」または年金事務所窓口にお問い合わせください。

【問】大河原年金事務所 ☎51-3112
町民生活課 保険年金班 ☎83-6401
日本年金機構ホームページ（ねんきんネット）
<http://www.nenkin.go.jp/>
年金相談ダイヤル ☎0570-05-1165

町

のようす

平成25年11月末日現在
(前月比)

人口… 11,690人(-11人)
 男… 5,823人(-14人)
 女… 5,867人(+3人)
 転入… 30人 転出… 35人
 出生… 5人 死亡… 11人
 世帯数… 3,868戸(+6戸)

喜びと悲しみ

結婚おめでとう(敬称略)



奥山 充 (本町)
 佐藤 紘子 (本町)

誕生おめでとう(敬称略)



赤ちゃん	両親	行政区
ささき ゆうな 佐々木優菜ちゃん (基起・美子)	足立西	
たまて いちか 玉手唯華ちゃん (裕生・加奈)	千塚	
むらかみ せいま 村上聖磨くん (仁・志麻)	本郷	
いしい ふうや 石井楓也くん (力也・愛海)	荒町	
あらき えみ 荒木もも慧ちゃん (亘・明子)	本郷	

おくやみ申し上げます(敬称略)



氏名	年齢	世帯主	行政区
大宮 まつひ	(99)	重義	小泉西町
大沼 公市	(83)	勇	足立西
大友 澄子	(81)	眞言	荒町
太田 幸平	(82)	一幸	沼辺南
高橋 とし	(91)	富士夫	菅生上
大沼 けさ	(95)	雅俊	薄木
大沼 せん	(99)	良昭	小泉中
大沼 一郎	(76)	本人	薄木

「哀悼のことば」について

町では町内在住の死亡された方に対し、「哀悼のことば」を死亡届けの際にお渡し申し上げ、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、戸籍の届けでの際、窓口にある「お知らせ依頼書」に記入し、申請してください。

村田町保健推進委員会おすすめ! ヘルシー献立

1月の献立 中華丼

▼一人分の材料

ごはん150g 豚肉うす切25g 人参10g 白菜60g
 たけのこ(水煮)15g ピーマン10g きくらげ1g
 ゆでうずら卵2個 むき海老15g A(鶏ガラスープ
 100cc 砂糖小さじ1/2 酒大さじ1/2 しょうゆ小さ
 じ2/3 塩少々) B(片栗粉大さじ1/2 水大さじ1と
 1/2 ごま油大さじ1/2)

▼作り方

- ①豚肉は3cmの長さに切る。
- ②にんじんは皮をむき、短冊切にする。白菜は縦半分に切り、白い軸の部分は食べやすい大きさのそぎ切、葉はざく切にする。たけのこはうす切にする。ピーマンはへたと種を取り、食べやすい大きさに切る。きくらげは水で戻し、石づきを取り、食べやすい大きさに切る。
- ③中華鍋に半量のごま油を入れ熱し、豚肉を炒め、にんじん、たけのこを加えて炒め合わせ、残りの具とAを加えてひと煮立ちさせる。
- ④③にBを流し入れ、全体を混ぜながらとろみをつける。最後に残りのごま油をまわし入れて香りをつけ、ごはんにかける。

献立のエネルギー 510キロカロリー 塩分2.1g

※白菜は甘味があり、くせのない淡泊な味は他の材料と調和がよく、調理法も選びません。その栄養は約95%が水分と決して栄養価が高いわけではありませんが、ビタミンC以外に鉄・マグネシウム(カルシウムの吸収に必要な成分です)・カリウム(塩分を体外に排出する働きをします)を含んでいます。とくに注目すべきはそのエネルギー量で、甘みの少ない分100gあたり14kcalと極めて低カロリーです。

たくさんのおいしい食べ物に囲まれてつつい食へ過ぎてしまう今の時代、肥満防止にもってこいの健康野菜と言えるでしょう。

白菜に含まれる食物繊維は決して多いほうではありませんが、煮込むとかさが減って、一度にたくさん摂れることが魅力です。それに加えトロリとしていて消化もいいので、胃腸の弱い人にピッタリです。排便が促されるとその分、発がん物質と腸が接触する時間が短くなります。白菜を上手にとり、お通じを良くして、大腸がん予防をしましょう!

※この献立は昨年度、男の料理教室で実施した献立です。



【問】保健センター ☎83-2312

1

睦月



町民カレンダー

日曜	1月1日～1月31日
1/1 水	元日
2 木	
3 金	
4 土	
5 日	
6 月	官庁仕事始め 母子手帳交付 (13:00～15:00) 保健センター
7 火	食生活・健康相談 (13:00～15:00 / 要予約) 保健センター
8 水	生活相談 (13:00～16:00) 社会福祉協議会 すくすく離乳食教室 (9:00～9:15 / H25.6・7月生) 保健センター
9 木	
10 金	
11 土	
12 日	
13 月	成人の日
14 火	
15 水	生活相談 (13:00～16:00) 社会福祉協議会 1歳お誕生相談 (9:00～9:15 / H25.1月生) 保健センター
16 木	
17 金	
18 土	
19 日	
20 月	
21 火	こころの健康相談 (9:30～11:30 / 要予約) 保健センター
22 水	生活相談 (13:00～16:00) 社会福祉協議会
23 木	
24 金	
25 土	
26 日	
27 月	母子手帳交付 (13:00～15:00) 保健センター
28 火	
29 水	人権相談 (13:00～15:00) 社会福祉協議会 生活相談 (13:00～16:00) 社会福祉協議会
30 木	育児相談 (9:00～10:00) 保健センター 1歳6か月児健康診査 (12:00～12:15 / H24.5・6月生) 保健センター 4か月児健康診査 (13:30～13:45 / H25.9月生) 保健センター
31 金	
2/1 土	
2 日	
3 月	食生活・健康相談 (13:00～15:00 / 要予約) 保健センター
4 火	
5 水	2歳6か月児歯科健診 (12:15～12:30 / H23.6・7月生) 保健センター

※保健センターご利用の皆さまへ

保健センターは、小さなお子様が多く利用しております。
 小さなお子様等、利用される方が感染症にかかっている場合は保健センターご利用をお控えいただき、次回実施予定日にご利用くださいますよう、ご理解ご協力をお願いします。

休日当番医

1月	1 日 (水曜日・元日)		
内科	平井内科	(大河原)	☎52-2777
外科	さくらの杜診療所	(大河原)	☎51-4625
歯科	飯淵歯科医院	(柴田)	☎56-1026
薬局	甲子調剤薬局	(大河原)	☎51-5085
	ベガサ薬局	(大河原)	☎87-6097
2 日 (木曜日・年始)			
内科	日下内科医院	(大河原)	☎52-1058
外科	みやぎ県南中核病院	(大河原)	☎51-5500
歯科	安藤歯科医院	(大河原)	☎53-2348
薬局	村上薬局	(大河原)	☎52-4275
	アイランド薬局	(大河原)	☎53-4189
3 日 (金曜日・年始)			
内科	さくら小児科医院	(大河原)	☎51-5355
外科	みやぎ県南中核病院	(大河原)	☎51-5500
歯科	あいほら歯科医院	(大河原)	☎53-8138
薬局	仙台調剤大河原店	(大河原)	☎51-4040
	カメイ調剤薬局大河原店	(大河原)	☎51-3121
5 日 (日曜日)			
内科	村田内科クリニック	(村田)	☎83-6061
外科	庄司クリニック	(大河原)	☎51-3741
歯科	小田部歯科医院	(大河原)	☎53-2134
薬局	やすらぎ調剤薬局	(村田)	☎83-6890
	さとう調剤薬局	(大河原)	☎51-4431
12 日 (日曜日)			
内科	中核病院村田診療所	(村田)	☎83-2445
外科	さくらの杜診療所	(大河原)	☎51-4625
歯科	おたべ歯科クリニック	(柴田)	☎56-1853
薬局	アイン薬局村田店	(村田)	☎82-1682
	ベガサ薬局	(大河原)	☎87-6097
13 日 (月曜日・成人の日)			
内科	甘糟医院	(大河原)	☎53-1460
外科	みやぎ県南中核病院	(大河原)	☎51-5500
歯科	川口歯科医院	(柴田)	☎55-5493
薬局	ひがし薬局大河原	(大河原)	☎51-3055
	仙台調剤大河原西店	(大河原)	☎51-4011
19 日 (日曜日)			
内科	玉淵医院	(柴田)	☎56-1012
外科	みやぎ県南中核病院	(大河原)	☎51-5500
歯科	菊池歯科医院	(柴田)	☎57-2950
薬局	槻木中央薬局	(柴田)	☎56-3169
	アイランド薬局	(大河原)	☎53-4189
26 日 (日曜日)			
内科	村川医院	(柴田)	☎54-2316
外科	乾医院	(柴田)	☎56-1451
歯科	大河原歯科医院	(大河原)	☎52-2250
薬局	もみの木薬局	(柴田)	☎54-3837
	柴田薬局	(柴田)	☎56-3715
2月	2 日 (日曜日)		
内科	ふなばさま医院	(柴田)	☎58-2220
外科	船岡今野病院	(柴田)	☎54-1034
歯科	こや歯科医院	(柴田)	☎54-5005
薬局	トミザワ薬局船泊店	(柴田)	☎58-1211
	すずらん薬局	(柴田)	☎57-1322

保健センター ☎83-2312

- ◆予防接種…母子健康手帳、予防票
- ◆乳幼児健診…母子健康手帳、バスタオル、問診票
- ◆1歳児お誕生相談…母子健康手帳、問診表、1回分のおやつ、
「天使の笑顔」掲載希望の方は依頼書とスナップ写真
- ※母子健康手帳交付(妊娠届)の際は、できるだけ本人が来所してください。
- ※お子さんが感染症などにかかっている場合、次回の健康診査日・相談日をご利用ください。
- ◆「食生活相談・健康相談」と「こころの健康相談」は予約制です。事前に健康福祉課ご連絡ください。
【社会福祉協議会 ☎83-5422】
- ◆生活相談＝毎週 水曜日(祝日を除く)
午後1時～4時



毎月第3日曜日は
「家庭の日」です

○探してみよう！
家族はみんなの宝物 1月は19日です。

青少年のための宮城県民会議・仙南地区青少年のための市町民会議協議会