

毎月19日は食育の日

6月は食育月間です

食育とは、「健全な食生活を送るために、食に関する知識と選択力を育むこと」です。食育と聞くと、「子どもたちが学校で教わるもの」というイメージを持つと思いますが、食育が必要なのは子どもだけではなくありません。赤ちゃんから高齢者まで全世代が食育に取り組み、正しい知識を身につけ、健全な食生活を実践する必要がある

町は「さわやか健康しずくいし21・食育推進計画（第2次）改訂版」により、4つの重点施策を定め推進しています。

①規則正しい食生活と適正な塩分摂取の推進▼「お腹がすいた」という感覚がもてるよう、リズムある食習慣を身につけましょう。

②楽しい食事や料理の推進▼1日1回家族や仲間と食事を楽しみましょう。

③地元食材の消費普及の推進▼地元食材をいただき、食を大切にす

④郷土の食文化の伝承▼ふるさとの料理、食文化を楽しみましょう。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、普段とは違う生活を余儀なくされていると思います。手軽にできるインスタント商品に頼ってしまい、野菜が不足がちになっていない人もいます。ではないでしょうか？私たちの体は、私たちが食べたものから作られています。早寝・早起きをし、3食しっかり食事をとることが、生きていくための強いエネルギーとなります。当たり前のことのようにですが、今の時期だからこそ、より一層の心がけが大切です。6月の「食育月間」を機に健康な生活の基礎を築く「食育」に取り組みしましょう。



健康診査を延期します

町は、毎年6月から健康診査（特定健康診査・後期高齢者健康診査・基本健康診査）を行っていましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年健康診査を延期します。

今年健康診査は9月開始を予定しています。詳細は本誌で改めてお知らせしますのでご確認ください。※前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査についても、健康診査と同期間に実施します。その他がん検診については、現時点で予定通り実施しますが、新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては変更となる場合があります。

【お問い合わせ】

▶特定健康診査

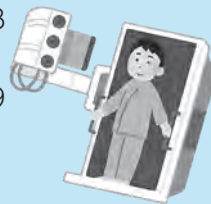
町民課国保年金担当 ☎ 692-6478

▶後期高齢者健康診査

町民課給付医療担当 ☎ 692-6479

▶基本健康診査

健康子育て課 ☎ 692-2227



7 健康子育て課 ☎ 692・2222

町の旬な情報を発信中！



ツイッター



フェイスブック



元祖しずくいし軽トラ市開催中止のお知らせ

6月7日（日）の「しずくいし軽トラ市」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、出店者様およびお客様の健康と安全面を第一に考慮し、中止とさせていただきます。

また、今後の開催につきましても当面の間は中止とさせていただきます。開催の目処が付き次第、あらためてお知らせします。

☎しずくいし軽トラ市実行委員会（栗石商工会内） ☎ 692-3321

元祖 軽トラ市

募 集

町シルバー人材センター会 員を募集します

町シルバー人材センターでは60歳以上の人の会員を募集しています。趣味の会費などの経費に充てたい人、お孫さんにもっとお小遣いをしてほしい人、組織に入り多くの友達をつくりたい人、社会貢献したい人など、技術・資格を生かしてみませんか。

☎ 雫石シルバー人材センター（雫石町総合福祉センター内） ☎ 692-6351 担当：細川・小田

周 知

禁煙治療に係る一部費用を 助成します

5月31日～6月6日は「禁煙週間」です。禁煙は、これからも健康で長生きするためにとても大切なことです。町は、禁煙治療に係る一部費用の助成を行っています。助成を受けるには医療機関へ受診をする前に申請が必要となりますので、印鑑をお持ちになり、健康子育て課で手続きをお願いします。

【対象】20歳以上の町民で禁煙を希望する人【対象経費】初診料、再診料、処方箋料など【助成額】対象経費に係る自己負担の半額（上限10,000円）。

☎ 健康子育て課 ☎ 692-2227



南部よしゃれ全国大会ならびに 雫石よしゃれ祭中止のお知らせ

雫石よしゃれ祭実行委員会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、8月10日（月・祝）に開催を予定していた「雫石よしゃれ祭」を中止することとしました。また、町は8月上旬に開催を予定していた「南部よしゃれ全国大会」を、同様の理由から中止となります。

さまざまなイベントの開催を楽しみにされていた多くの町民の皆さまには大変申し訳ございませんが、引き続き、新型コロナウイルス感染予防、感染拡大の防止に努めていただき、来年以降の開催に

ご支援とご協力をお願いします。
☎ 観光商工課 ☎ 692-6407



昨年の雫石よしゃれ祭の様子

周 知

「ままのほっとタイム」 開催休止について

毎月、町総合福祉センターで開催している「ままのほっとタイム」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間休止いたします。再開する際は町社会福祉協議会のホームページなどでお知らせいたします。

☎ 雫石町民生委員児童委員協議会事務局（町社会福祉協議会内） ☎ 692-2230

周 知

消防操法等競技会および 消防演習の中止について

5月31日（日）に開催予定の雫石町消防操法等競技会ならびに7月5日（日）に開催予定の雫石町消防演習は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となりました。

消防団員随時募集中！

入団に関するお問い合わせ

☎ 防災課 ☎ 692-6410

使用済み食用油の回収にご協力ください

町は、「しずくいし・菜のテクノロジープロジェクト」の一環として、家庭から出る使用済み食用油を資源として有効利用するため、回収協力店などで拠点回収を行っています。回収後は、雫石町福祉作業所かし和の郷が、軽油代替燃料（BDF）に精製しています。

●使用済み食用油の出し方

油かすなどの不純物を取り除き、よく冷ましてからペットボトルなどの密閉できる容器に入れ、周囲を汚さないようフタを閉めて備え付けの回収箱に入れてください。

●回収する食用油

液体状の食用油（サラダ油、コーン油、なたね油、ごま油など植物を原料としたもの）に限ります。

●回収できない食用油

ラードなどの動物脂、バターやマーガリンなど固形状のもの

●回収協力店など

雫石地区▶ 町役場駐輪場、町健康センター、雫石公民館、福祉作業所かし和の郷、ジョイス雫石店、ビッグハウス雫石店

御所地区▶ 御所公民館、エーコープ御所店、鶯宿温泉観光協会、高橋酒

店

西山地区▶ 西山公民館、なかゆ食品

御明神地区▶ 御明神公民館

※回収時間は営業などの時間内に限ります。

☎ 町民課環境対策室 ☎ 692-6403



新型コロナウイルス関連情報

◆特別定額給付金について

- 対象 基準日（令和2年4月27日）において、栗石町の住民基本台帳に記録されている人
 - 手続きを行う人 手続きができるのは、世帯主です（同一世帯全員分の申請）。
 - 給付額 受給対象者1人につき10万円
 - 申請開始日 5月18日（月）※対象となる世帯主へ申請書を送付しています。
 - 手続き方法 ①郵送申請 ②オンライン申請（マイナンバーカード所持者）
 - 手続き期限 郵送方法の申請受付開始日から3カ月以内
- ☎ 栗石町新型コロナウイルス感染症対策本部特別定額給付金対策班 ☎ 692-6525（直通）

「おかしいな」と思ったらすぐ相談！給付金詐欺に注意！

町役場から、現金自動預払機（ATM）の操作のお願いや、メールでの申請手続きの請求、手数料などの振込を求めることはありません。不審にお思の際は下記相談窓口へご連絡ください。

【相談窓口】

- ☎ 栗石町新型コロナウイルス感染症対策本部特別定額給付金対策班 ☎ 692-6525（直通）
- ☎ 新型コロナウイルス給付金関係消費者ホットライン ☎ 0120-213-188
毎日10時～16時（土日祝日含む）
- ☎ 消費者ホットライン 188 ☎ 188（局番なし3桁番号）または警察相談専用電話
☎ #9110



◆持続化給付金（事業者向け）について

- 概要 事業の継続を下支えし、再起の糧として事業全般に広く使える給付金
- 給付額 中小法人などは200万円、個人事業者などは100万円※ただし、昨年1年間の売り上げからの減少分を上限とする。 ※前年の総売上（事業収入）－（前年同月比▲50%月の売上×12カ月）
- 申請開始日 5月1日（金）
- 手続き方法 WEB申請（持続化給付金の申請用ホームページ <https://jizokuka-kyufu.jp>）
- 必要書類 2019年の確定申告書類の控え、売上減少となった月の売上台帳の写し、身分証明書の写し（個人事業者の場合）、通帳の写し

【相談窓口】

- ☎ 持続化給付金事業コールセンター 8時30分～19時 5・6月（毎日）、7～12月（土曜日を除く日曜日から金曜日）
☎ 0120-115-570 [IP電話固定回線] ☎ 03-6831-0613

◆町税の徴収猶予の「特例制度」について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少し、町税を納期限内に納付できない場合、申請により、特例で1年間の徴収猶予を受けることができます。担保の提供不要かつ、延滞金もかかりません。

- 対象 次の①②を満たす納税者・特別徴収義務者（個人・法人、規模は問わず）
 - ① 2020年2月以降の任意の期間（1カ月以上）において、事業などに係る収入が前年同期に比べておおむね20%以上減少していること。
 - ② 一度に納付することが困難であること。
 - 対象となる町税 2020年2月1日から2021年1月31日までに納期限が到来する住民税・固定資産税・軽自動車税など、ほぼ全ての税目
 - 申請期限 6月30日（火）または納期限のいずれか遅い日
 - 必要書類 ①申請書 ②収入や現金・預金の状況がわかる資料など
- ※申請書は町ホームページに掲載しているほか、税務課窓口にも備え付けています。
- ☎ 税務課債権管理対策室 ☎ 601-5427

健康センターだより

☎健康子育て課 ☎ 692-2227 FAX 692-0308

成人男性の風しん抗体検査・予防接種について

30～50代男性の風しんの流行を受け、町は、次のとおり「風しん抗体検査及び予防接種」を実施しています。【対象】1962年4月2日から1979年4月1日生まれの男性（昨年度、クーポン券を利用して抗体検査および予防接種を受けた人は除く）【実施期間】2022年3月31日まで※本年度中に送付するクーポン券については、有効期限が2021年3月31日までとなっておりますので注

意ください。【料金】無料【抗体検査・予防接種の流れ】①クーポン券を受け取り、最寄りの医療機関や検査機関で抗体検査（血液検査）を受けます。②検査の結果、抗体値が十分でない場合に医療機関で麻しん風しん混合（MR）ワクチンを接種します。【町内の実施医療機関】篠村医院（☎692-5151）上原小児科医院（☎692-3907）雫石大森クリニック（☎691-2345）雫石診療所（☎692-3155）

「密閉」空間にしないよう、こまめに換気を

「部屋が広ければ大丈夫」、「狭い部屋は危険」というものではありません。新型コロナウイルス感染症対策のカギは「換気」です。●2方向の窓を、1回、数分間程度、全開にしましょう。

●窓が1つしかない場合でも、入り口のドアを開ければ、窓とドアの間に空気が流れます。扇風機や換気扇を併用すると、換気の効果はさらに上がります。●1時間に2回以上換気回数を確保しましょう。

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

本年度の歯と口の健康週間では、「咲かそうよ 笑顔の花を 歯みがきで」の標語の下、歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発を実施します。歯ブラシだけでは汚れは約60%しか取れないと言われております。1日1回はデンタルフロスや歯間ブラシも使用するなど、これを機会に、自身の歯の健康について考えてみましょう。

う。また、町は次の歯科検診を実施しています。●成人歯科検診【対象】今年度40歳、50歳、60歳、70歳になる町民【検診期間】2020年6月1日～2021年1月31日【料金】1,500円 ●80歳歯科健診【対象】1940年1月1日～12月31日生まれの町民【健診期間】2020年6月1日～7月31日【料金】無料

◆6月の乳幼児健診、各種相談

会場▶保：保健センター
健：健康センター

実施日	内容	対象者	受付時間	会場
5日(金)	乳幼児健康診査	3～4カ月児、9～10カ月児、1歳児	13時～13時10分	保
12日(金)	ことばの相談	ことばについて心配や相談がある就学前のお子さん（要予約）	10時～	保
15日(月)	2歳6カ月児相談	2017年9月、10月、11月生まれ	13時～13時10分	保
16日(火)	ママパパ学級	妊婦とその夫	9時15分～9時30分	保
16日(火)	心の健康相談	心の悩みがある人（要予約）	14時30分～17時30分	保
24日(水)	赤ちゃん相談	1歳までのお子さん	9時30分～11時	保
26日(金)	3歳6カ月児健康診査	2016年9月、10月生まれ	13時～13時10分	保

※乳幼児健診の対象者▶3～4カ月児＝2020年2月生まれ、9～10カ月児＝2019年8月生まれ、1歳児＝2019年6月生まれ
※乳幼児健診などの母子健康手帳の受け付けは、保健センターで正午から行います。また、オリエンテーション・問診は13時から行います。
※新型コロナウイルス感染状況により、中止または延期することがあります。

雫石診療所 6月のご案内

問い合わせ先☎692-3155

◆◆◆ 外来診療 ◆◆◆

受付時間▶8時30分～11時30分
13時30分～16時30分

- 診療は内科のみです。
- 土曜日は午前中のみ診察です。
- 夜間・休日診療の場合、当診療所を受診している患者さまについてはお問い合わせください（休日当番医は実施します）。
- ※発熱症状で受診希望の方は、あらかじめお電話でご相談ください。
- ※病棟に面会の際は、感染防止のため、マスクをお持ちになりご着用ください。
- ※担当医は予告なく変更となる場合があります。

日にち	午前	午後
1 (月)	千葉・七海	千葉・七海
2 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
3 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
4 (木)	千葉・七海	千葉・七海
5 (金)	千葉・七海	千葉・七海
8 (月)	千葉・七海	千葉・七海
9 (火)	千葉・七海・増田	千葉・増田
10 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
11 (木)	千葉・七海	千葉・七海
12 (金)	千葉・七海	千葉・七海
13 (土)	七海	
15 (月)	千葉・七海	千葉・七海
16 (火)	千葉・七海・増田	七海・増田
17 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
18 (木)	千葉・七海	千葉・七海
19 (金)	千葉・七海	七海
22 (月)	千葉・七海	千葉・七海
23 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
24 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
25 (木)	千葉・七海	千葉・七海
26 (金)	千葉・七海	千葉・七海
27 (土)	千葉	
29 (月)	千葉・七海	千葉・七海
30 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田

◆◆◆ 健康ミニ情報 ◆◆◆

新型コロナウイルス感染症に関する健康相談窓口

▶厚生労働省電話相談窓口フリーダイヤル
☎0120-565653 FAX 03-3595-2756
(土日祝日も実施 9時～21時)

▶岩手県新型コロナウイルス感染症相談窓口(コールセンター)
☎019-629-6085 FAX 019-626-0837 (土日祝日も実施 9時～21時)