

税金などの納付は口座振替がオススメです

町に納めていただく町税や下記の保険料などの納付は、口座振替を利用すると便利です。納期のたびに町役場や金融機関などへ出向く必要がなく、納付忘れも防ぐことができるため、不在がちな人や仕事で忙しい人には特にオススメです。

●口座振替とは

町役場や取扱金融機関に申し込み、納期ごとに指定した口座から自動的に振り替えて納付する制度です。

振替日は納期月の25日です（休日の場合は取扱金融機関の翌営業日となります）。

●注意事項

※申し込みは、随時、町役場（上下水道料金以外）と取扱金

融機関で受け付けしていますが、口座振替の開始まで日数を要しますので、手続きはお早めをお願いします。

※口座の残額が不足していると振り替えができませんので、納期月には口座の残額を確認してください。

※申込書（口座振替依頼書）は、町役場と取扱金融機関に備え付けていますが、必要な場合は郵送しますので担当課へお問い合わせください。

●コンビニ納付もできます

町が発行する税金などの納付書のうち、後期高齢者医療保険料と学校給食費を除きコンビニエンスストアでも納付ができます。納付場所の一覧などは、町ホームページをご確認ください。



税金などの納付場所について

口座振替ができる科目	町役場担当課・問い合わせ先	取扱金融機関	申込先
町税（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）	税務課 管理収納担当 ☎ 692-6482	<ul style="list-style-type: none"> ■新岩手農業協同組合 ■岩手銀行 ■北日本銀行 ■東北銀行 ■岩手県信用農業協同組合連合会 ■ゆうちょ銀行（郵便局） ■東北労働金庫 ■盛岡信用金庫 	町役場の担当課または左記の取扱金融機関窓口に通帳と通帳届出印を持参してください。 ※ゆうちょ銀行（郵便局）の口座をご利用の場合は、ゆうちょ銀行（郵便局）窓口にて直接申し込みしてください。
保育料	健康子育て課子ども子育て支援室 ☎ 601-5428		
介護保険料	総合福祉課 介護保険担当 ☎ 692-6476		
後期高齢者医療保険料	町民課 給付医療担当 ☎ 692-6479		
町営住宅使用料	地域整備課 住宅公園担当 ☎ 692-6579		
町営駐車場使用料			
学校給食費 奨学資金返還金	教育委員会 学校教育課 ☎ 692-6412		
上下水道料金	上下水道課 ☎ 692-6408	<ul style="list-style-type: none"> ■新岩手農業協同組合 ■岩手銀行 ■北日本銀行 ■ゆうちょ銀行（郵便局） ■東北労働金庫 左記の取扱金融機関窓口に通帳、通帳届出印、お客様番号がわかるもの（検針票など）を持参してください。	

新岩手農業協同組合雫石町役場出張所が閉所します

本紙1月本号でお知らせしていますが、新岩手農業協同組合の店舗統廃合により、3月31日をもって雫石町役場出張所が閉所します。

閉所後の業務は雫石支所に引き継がれますが、雫石町の右記記載の税金・料金などについては4月1日以降も現在の窓口で納付できます。なお、入出金や、振込、県税や他市町村税（雫石町以外の税金）、各種公共料金などは町役場内で納付できなくなりますのでご注意ください（役場庁舎入口のATMは引き続き利用できます）。

2021年4月1日以降も町役場内で納付できるもの		担当課
町税	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、入湯税	税務課
料金	保育料	子ども子育て支援室
	介護保険料	総合福祉課
	後期高齢者医療保険料	町民課
	町営住宅使用料、町営住宅駐車場使用料	地域整備課
	学校給食費、奨学資金返還金	学校教育課
	簡易水道料金	上下水道課
その他	上下水道料金、町下水道事業受益者負担金	上下水道課

新型コロナウイルスワクチン接種について

町のワクチン接種に関する情報は、3月お知らせ版と同時に配布されているチラシをご確認ください。

《新型コロナウイルスワクチン接種についてのQ&A》

Q1. ワクチンを接種したら、制限なく行動できるようになるのでしょうか？

A1. ワクチン接種を受けた人は、新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されていますが、接種を受けた人から他の人への感染をどの程度予防できるかはまだ分かっていません。また、すぐに多くの人が予防接種を受けられるわけではなく、接種を受けた人も受けていない人も、ともに社会生活を営んで

いくこととなります。このため、引き続き、3密の回避、マスクの着用、手洗いの励行などの感染症対策の継続をお願いします。

Q2. 新型コロナウイルスワクチンの接種にリスクはありますか？

A2. 一般的に、ワクチンなどの医薬品は正しく使用しても一定の割合で副反応（副作用）が発生する可能性があります。最終的に接種するかどうかはワクチン接種のリスクと効果の双方を考慮して、ご本人の意思で判断していただくこととなります。

その他、新型コロナウイルスワクチンに関する情報は、首相官邸ウェブサイト、厚生労働省ウェブサイトにて掲載されています。

【相談窓口】

厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター（受付時間：9時～21時、土日・祝日も実施） ☎ 0120-761-770

☎健康子育て課 ☎ 692-2227



周知

福祉タクシー助成券を交付します

町は、重度障害者などに福祉タクシー助成券を交付しています。2021年度分の申請受付および交付は、4月1日から総合福祉課窓口で行いますので、希望者は、障害者手帳と印鑑をお持ちいただき、申請してください。

なお、障がいの程度によって交付の対象とならない場合もあります。詳しくは、総合福祉課障がい福祉グループにお問い合わせください。

【助成券】

1枚540円の助成券を24枚交付

※年度途中の申請についてはひと月2枚として申請月より交付枚数が変わります。

☎総合福祉課 ☎ 692-6473

募集

広報しずくいし 広告を募集しています

町は、「広報しずくいし」に有料広告を掲載しています。皆さんの事業のPR媒体としてご活用ください。

【申込方法】町ホームページに掲載の「広告掲載申込書」と「掲載希望する広告を印刷したもの」を併せて担当までお送りください。

【広告サイズ】縦55mm、横

88mmの1枠

【掲載期間】2021年5月号～11月号（毎月10日発行号）

【広告料】1枠1カ月5,000円（税別）

【その他】広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、広告内容などを町が推奨するものではありません。

☎政策推進課 ☎ 692-6570



広報しずくいし
広告掲載について

国民年金保険料 2021年度は月額16,610円

2021年4月から1年間の国民年金保険料は、月額16,610円となります。毎月の保険料は、日本年金機構から毎年4月上旬に送られてくる1年分の「納付書」によって、翌月の末日までに金融機関（ゆうちょ銀行を含む）またはコンビニエンスストアで納めます。また、ほとんどの金融機関で口座振替もできます。

《お得な前納割引制度》

保険料は、2年分・1年分・6カ月分など、定められた月数分を前納すると割引が適用されます。

例えば、2021年度の1年分の保険料を4月末までに現金で前納すると195,780円で、年間3,540円の割引となります。また、4月分～9月分を4月末までに現金で前納する場合、または10月分～3月分を10月末までに現金で前納する場合、それぞれ810円の割引となり

ます。

加えて、口座振替を利用するとさらにお得になります。

※注意 2年分・1年分・6カ月分（4月分～9月分）の口座振替前納の申し込みは2月末で終了しました。10月分～3月分の口座振替前納の申込期限は8月末です。

☎盛岡年金事務所 ☎ 623-6211

町民課年金担当 ☎ 692-6478

「山火事防止」に努めましょう！

県は、「あなたです 森を火事から 守るのは」をスローガンに、3月1日から5月31日までを山火事防止運動月間に定め、山火事に対する注意を呼びかけています。

林野火災の多くは、野焼きなど人為的な原因で発生しています。

昨年は県内で38件の山火事が発生し、うち6割以上の26件が3～5月に発生しています。

春は空気の乾燥や強風など、火が燃え広がりやすい状況となり、山火事が発生しやすい時期です。次のことに注意し山火事を防止しましょう。

- ・強風時および乾燥時には、たき火、野焼き、火入れをしないこと
- ・燃え広がりやすい枯れ草などのある場所でたき火、野焼きをしないこと
- ・たき火や野焼きの場所を離れるときは、完全に消火すること

- ・たき火や野焼きは一人で行わず、水など消火の備えをすること
- ・たき火、野焼き、火入れをするときは、消防署に届け出ること
- ・火入れを行う際は、市町村長の許可を必ず得ること
- ※森林の周囲1kmの範囲内での「寄せ焼き」や「筋焼き」による野焼きは、火入れとみなされます。
- ・たばこは、指定された場所で喫煙し、吸い殻は必ず消し、投げ捨てないこと
- ・火遊びはしないこと

山火事はちょっとした心掛けで防ぐことができます。皆さんの協力で、森林資源を守りましょう。

問 農林課 ☎ 692-6495、防災課 ☎ 692-6410

奨学資金貸付・就学援助の希望者を募集します

町は、奨学資金貸付制度と就学援助制度の2021年度希望者を募集します。

●奨学資金貸付制度

高等学校以上（専修学校なども含む）に在学し、本人または家族の住所が町内にある学生・生徒を対象に資金を貸し付けします。

【貸付月額(上限)】15,000円～35,000円以内

※高等学校や大学、公立、私立などによって月額限度額が異なります。

【申込期限】5月6日(木)

※学力や経済状況などを審査の上、6月に貸付対象者を決定します。

【利子】無利子

【返済】高等学校や大学などを卒業後、貸付期間の4倍の期間で返済となります。

【返還免除】 栗石高校の卒業生で、町奨学資金の貸付を受けた人を対象に、返還開始時点で町内に居住し、かつ、正規雇用されている場合は、返還金（年額）の2分の1

を免除します。

問 学校教育課 ☎ 692-6412

●就学援助制度

経済的な理由で就学困難と認められる小・中学生の保護者を対象に、学用品費、修学旅行費などを援助します。

※新入学児童生徒学用品費などの入学前支給を申請し認定を受けた人も、この制度を希望する場合は手続きが必要です。

問 お子さんが通学している学校（新入生は入学先の学校）または学校教育課 ☎ 692-6412

※制度の詳細については、町ホームページをご確認ください。



奨学資金貸付制度について



就学援助制度について

新型コロナウイルス感染症 相談・受診の流れ

熱などの症状がある場合

まずは、かかりつけ医や身近な医療機関に電話相談を。

夜間・休日など相談する医療機関に迷う場合は「受診・相談センター（☎651-3175・24時間）へ相談を。

全般的な相談

新型コロナウイルス感染症相談窓口
☎629-6085（土日・祝日含む9時～21時）

町の旬な情報を発信中！

SNSで栗石町の魅力を発信するときは「#虹の似合うまち栗石町」を付けて投稿してね♪



ツイッター



フェイスブック

令和3年度のがん検診が始まります

4月に「令和3年度各種検診申し込み調査票」を世帯ごとに配布します。職場などで検診を受ける機会がない人は、町の検診を受けて健康管理に努めましょう。

【検査内容】①結核検診・肺がん検診(40歳以上)、②大腸がん検診(40歳以上)、③胃がん検診(40歳以上)、④子宮頸がん検診(20

歳以上で満年齢が偶数歳の女性)、⑤乳がん検診(40歳以上で満年齢が偶数歳の女性)、⑥肝胆膵腎超音波検診(35歳以上)、⑦前立腺がん検診(50~74歳で満年齢が偶数歳の男性)、⑧節目総合健康診査(35、40、45、50、55、60歳) ※年齢基準日は2022年3月31日

心と体のメンテナンスを

卒業や就職、引越しなどで環境が変わる人が多い時期です。良くも悪くも生活の変化はストレスになります。ストレス要因が重ならないように注意しましょう。

《ストレッチで心身のストレスを発散しましょう!》

ゆったりとした呼吸で10秒ぐらい伸ばしましょう。

肩回りストレッチ▶両手を肩の上に乗せます。両肘をくっつけるように前回し、後ろ回しします。

手足ストレッチ▶仰向けに寝ます。両手足を天井に向けて上げ、ぶらぶらさせます。

もも裏ストレッチ▶膝を立てて寝ます。片足を持ち上げ、軽く上半身に引き寄せましょう。

自立支援医療（精神通院医療）について

自立支援医療（精神通院医療）は、精神疾患で通院治療が必要な人が、医療費の自己負担額を原則1割負担へと減額できる制度です。健康子育て課へ申請することで受給することができます。

【対象者】精神障がい（てんかんを含む）により、通院による治療を続ける必要がある人

【手続きに必要なもの】①印鑑②

診断書（更新の場合は2年に1度）③被保険者証④市町村民税所得課税証明書（転入者のみ）⑤生活保護受給者は直近の決定通知書⑥障害年金受給者は年金証書の写し、または年金振込通知書の写し、または年金受給している通帳の写し⑦マイナンバーカードまたは通知カード（初めて申請する人のみ）

☎健康子育て課 ☎ 692-2227

◆ 4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
9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30分	保
12日(月)	2歳6カ月児健康診査	2018年9月、10月生まれ	13時~13時10分	保
16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
19日(月)	3歳6カ月児健康診査	2017年9月、10月生まれ	13時~13時30分	保
20日(火)	心の健康相談	心の悩みのある人(要予約)	14時30分~17時30分	保
28日(水)	赤ちゃん相談	1歳までのお子さん	9時30分~11時	保
毎週木曜日	話しこするべ	思いや悩みを聞いてもらいたい人	10時~12時	保

※乳幼児健診の対象者▶3~4カ月児=2020年12月生まれ、9~10カ月児=2020年6月生まれ、1歳児=2020年4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の感染状況により、中止または延期することがあります。

雫石診療所 4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。
- 土曜日の診察がある場合は、午前中のみです。
- 夜間・休診日の場合、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。
- ※担当医は予告なく変更となる場合があります。
- ※病棟への面会は、感染防止のため、お断りさせていただきます。

日にち	午前	午後
1(木)	七海	七海
2(金)	七海	七海
5(月)	七海	七海
6(火)	七海・増田	藤沢・増田
7(水)	七海・増田	七海・増田
8(木)	七海	七海
9(金)	七海	七海
12(月)	七海	七海
13(火)	七海・増田	藤沢・増田
14(水)	七海・増田	七海・増田
15(木)	七海	七海
16(金)	七海	七海
19(月)	七海	七海
20(火)	七海・増田	藤沢・増田
21(水)	七海・増田	七海・増田
22(木)	七海	七海
23(金)	七海	七海
24(土)	七海	
25(日)	休日当番医	
26(月)	七海	七海
27(火)	七海・増田	藤沢・増田
28(水)	七海・増田	七海・増田
30(金)	七海	七海

◆◆◆ 健康ミニ情報 ◆◆◆

マーガリン vs バター

油脂の加工・精製過程でトランス脂肪酸が生成されます。このトランス脂肪酸には血液中の悪玉コレステロールを増やし、善玉コレステロールを減らす働きがあり、毎日食べ続けていると、動脈硬化などのリスクを高める可能性があります。マーガリンに含まれるトランス脂肪酸は100gあたり7.00g、バターは1.95g。どちらを選びますか？

