

Public information of Taiki



広報

たいき

主な内容 平成20年度財政
状況報告／児童手当を受給し
ている方へ／長寿医療制度の
お知らせ／防災だより／ほか

2009 **6** No.52



阿曾湯の里 春まつりで行わ
れた、こけ玉教室の様子

平成20年度財政状況報告

大紀町では、みなさんに町の財政がどのように運営され、どのような状況にあるのかを知っていただくため、「町の財政状況」を公表することになっています。

今回の財政状況は、平成20年度(平成20年4月1日から平成21年3月31日)を対象としたもので、みなさんから納められた税金や国・県の補助金・交付金などがどのように使われているのか、また町の借金(町債)がどれくらいあるのかなどについて公表するものです(なお、1万円未満の値は四捨五入等の端数調整をしています)

一般会計 歳入の状況

科 目	予算額	収入率
	収入済額	
町 税	7億7,241万円	100.9%
	7億7,968万円	
地方譲与税	5,860万円	70.2%
	4,113万円	
地方消費税交付金	8,475万円	100.0%
	8,475万円	
地方交付税	35億7,128万円	106.2%
	37億9,239万円	
分担金及び負担金	5,221万円	94.3%
	4,926万円	
使用料及び手数料	6,453万円	98.5%
	6,355万円	
国庫支出金	8億902万円	26.5%
	2億1,403万円	
県支出金	3億4,713万円	76.6%
	2億6,595万円	

科 目	予算額	収入率
	収入済額	
財 産 収 入	1億1,203万円	16.3%
	1,829万円	
繰 入 金	2億5,614万円	100.0%
	2億5,614万円	
繰 越 金	2億8,311万円	100.0%
	2億8,311万円	
諸 収 入	1億6,136万円	93.0%
	1億5,006万円	
町 債	10億5,650万円	41.4%
	4億3,690万円	
そ の 他	6,066万円	94.3%
	5,719万円	
計	76億8,973万円	84.4%
	64億9,243万円	

一般会計 歳出の状況

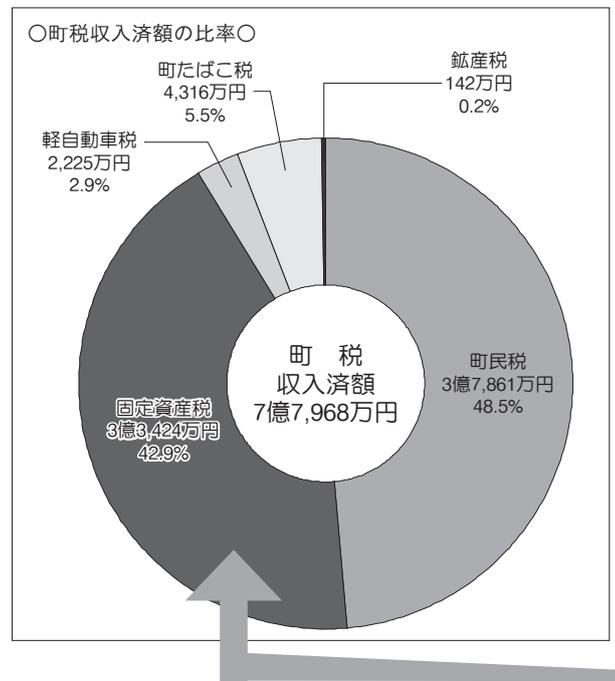
科 目	予算額	執行率
	支出済額	
議会費	8,231万円	98.8%
	8,136万円	
総務費	10億9,466万円	75.1%
	8億2,261万円	
民生費	16億1,430万円	77.2%
	12億4,616万円	
衛生費	6億7,561万円	98.0%
	6億6,189万円	
農林水産業費	4億8,326万円	79.0%
	3億8,161万円	

科 目	予算額	執行率
	支出済額	
商工費	3億6,450万円	80.3%
	2億9,282万円	
土木費	3億9,832万円	66.9%
	2億6,653万円	
消防費	4億5,770万円	97.8%
	4億4,765万円	
教育費	7億3,002万円	92.5%
	6億7,548万円	
災害復旧費	1万円	0.0%
	0円	

科 目	予算額	執行率
	支出済額	
公債費	12億9,816万円	99.9%
	12億9,670万円	
諸支出金	4億6,224万円	96.8%
	4億4,744万円	
予備費	2,864万円	0.0%
	0円	
計	76億8,973万円	86.1%
	66億2,025万円	

各特別会計の予算執行状況
(平成21年3月31日現在)

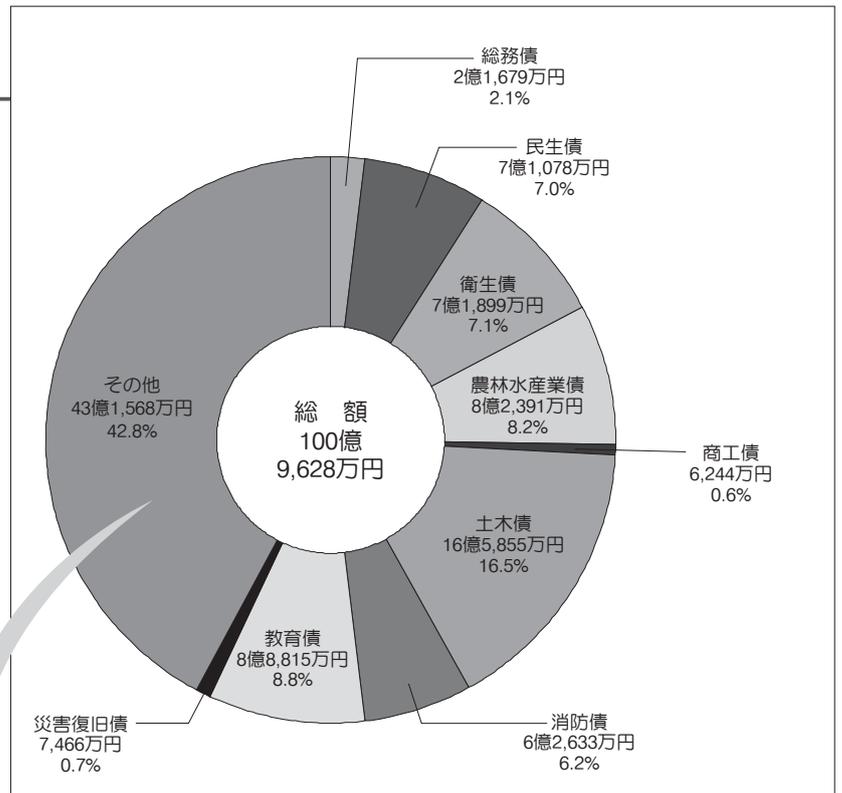
会計名	歳入		歳出	
	予算額	収入率	予算額	執行率
	収入済額		支出済額	
住宅新築資金等 貸付特別会計	2,209万円	107.2%	2,209万円	99.5%
	2,369万円		2,197万円	
国民健康保険 特別会計	16億1,728万円	88.2%	16億1,728万円	89.8%
	14億2,647万円		14億5,308万円	
老人保健 特別会計	2億2,511万円	103.7%	2億2,511万円	95.3%
	2億3,348万円		2億1,442万円	
介護保険 特別会計	11億2,666万円	98.1%	11億2,666万円	87.0%
	11億512万円		9億8,008万円	
簡易水道事業 特別会計	7億1,775万円	69.6%	7億1,775万円	90.1%
	4億9,967万円		6億4,661万円	
後期高齢者医療 事業特別会計	2億3,573万円	99.3%	2億3,573万円	94.2%
	2億3,415万円		2億2,209万円	



町債の状況

(平成21年3月31日現在)

総務債	2億1,679万円	2.1%
民生債	7億1,078万円	7.0%
衛生債	7億1,899万円	7.1%
農林水産業債	8億2,391万円	8.2%
商工債	6,244万円	0.6%
土木債	16億5,855万円	16.5%
消防債	6億2,633万円	6.2%
教育債	8億8,815万円	8.8%
災害復旧債	7,466万円	0.7%
その他	43億1,568万円	42.8%
合計	100億9,628万円	100.0%



その他		43億1,568万円	42.8%
内訳	地域改善債(旧紀勢町分)	1,775万円	0.2%
	辺地対策債(旧紀勢町分)	529万円	0.1%
	過疎対策債(旧紀勢町分)	9億5,861万円	9.5%
	臨時税収補てん債	4,108万円	0.4%
	減税補てん債	1億8,163万円	1.8%
	臨時財政対策債	23億8,425万円	23.6%
	合併特例債(基金造成分等)	7億2,707万円	7.2%

問い合わせ

総務財政課 TEL86-2212

6月7日(日)

大紀町戦没者追悼式



コンベンションホールで大紀町戦没者追悼式が行われました。出席した戦没者の遺族の方々は花をたむけ、故人のご冥福を祈りました。

全日本都道府県対抗 剣道大会出場

4月29日に大阪市で開催された全日本都道府県対抗剣道優勝大会へ当町体育協会の西村勝敏さんと阪井啓之さんが三重県代表として出場しました。この大会で三重県代表はベスト8になり、西村勝敏さんは出場選手の中から優秀な10人にのみ授与される優秀賞に選ばれました。



▲5月13日(水)、服部教育長(写真左)から激励金を受け取る西村勝敏さん(写真右)

5月17日(日)

阿曾湯の里 春まつり

阿曾湯の里で春まつりが行われました。当日は小学生以下を対象にした宝探し、また、こけ玉教室やネームプレート作りなどが行われ多くの方が参加していました。

また開店1周年を迎えた旬彩では来場者に野菜や花の苗が配られました。



▲宝さがしの様子



◀山野草の展示も行われました。



市外局番・・・0598
事務内容が不明な方は、
本庁総務財政課(Tel.86-
2212)にお電話ください

未来に残そう青い海

6月1日から6月30日まで
の1ヶ月間は海洋環境保全推
進月間

- ゴミのポイ捨てをしない!
- 家庭のゴミを海に捨てない!
- 使用しなくなった船や筏を
放置したり、捨てない!
- 尾鷲海上保安部は熊野灘の美
しい海を守ります。

問い合わせ

尾鷲海上保安部
Tel.0597-250118



スポーツ講演会のお知らせ

度会郡体育協会50周年事業
として左記の日程で講演会を
行います。

とき
平成21年7月5日(日)

時間
午後1時30分～

ところ

玉城町保健福祉会館

内容

- ①子どものスポーツ活動中の
水分補給について
- ②成長期の運動指導と生活習
慣

講師

スポーツMAX

平岡 令孝さん 他

参加料

無料

問い合わせ

大紀町教育委員会生涯学習課
Tel.72-4040

クレジット・サラ金等

無料相談会開催

サラ金等の多重債務に悩ん
でおられる方々を対象に司法
書士による無料相談会を次の
要領で開催します。お気軽に

ご相談ください。

とき
平成21年7月16日(木)

午後5時30分～午後8時30分
※午後8時までにご来場くだ
さい。

開催場所

松阪市民活動センター 大会議室
(松阪市日野町7-800)

問い合わせ

三重県司法書士会 松阪支部
Tel.0598-2314638
Tel.0598-2113755

毎年、6月は食育月間

家族団らんしていますか?
子どもだけでなく大人にとっ
ても家族みんなで温かい雰囲
気の中での食事は情緒を安
定させます。食卓を楽しく囲
みましょう。



平成21年

「経済センサス基礎調査」
にご協力をお願いします

▼調査の時期

平成21年7月1日現在で実施します。

▼調査の対象

全国すべての事業所及び企業が対象となります。

▼調査の目的

この調査は、事業所及び企業の活動状況を調査し、すべての産業分野における事業所及び企業の従業者規模等の基本的構造を全国及び地域別に明らかにすること、各種統計調査実施の為の基礎資料を得ることを目的としています。

※6月下旬から調査員がお伺いをして、調査票を配布いたしますので、ご記入いただきますようお願いいたします。

問い合わせ 企画調整課 Tel.86-2214

児童手当を受給している方へ

お忘れなく

6月は現況届の提出月です

現在、児童手当を受給している方は、今月上旬に配布いたしました「児童手当・特例給付・就学前特例給付現況届」を添付書類と共に6月末日までに役場本庁、各支所・出張所の住民窓口まで提出してください。この届を提出されませんと6月分以降の児童手当を引き続き受けることができませんのでご注意ください。

問い合わせ

住民課 Tel.86-2217



医療制度)のお知らせ



● 保険証について

平成21年8月1日から保険証(被保険者証)が変わります!
(20年中の所得等を基礎として自己負担割合を算定します)

平成21年7月下旬頃に新しい保険証(ピンク色)を後期高齢者医療広域連合から簡易書留郵便で送付します。現在、ご使用いただいている保険証(薄い緑色)は平成21年7月31日までの有効期限となっています。8月から必ず新しい保険証で診療を受けてください。

お知らせ

世帯全員が住民税非課税である場合、入院された場合等に自己負担額が減額される、後期高齢者医療の「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付が受けられます。該当すると思われる方は、健康福祉課までお申し出ください。

● 保険料について

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに対して保険料を算定し、賦課を行います。原則7月中旬頃に保険料額及び納付方法の通知を送付します。

▼ 保険料の算定

保険料額は被保険者均等割額及び所得割額の合計額となります。

$\{ \text{平成20年中の総所得金額} - \text{基礎控除額}(33\text{万円}) \} \times \text{所得割率}(\%)$

平成20年度及び平成21年度の保険料率 (原則、県内均一です)

被保険者均等割額 . . . 36,758円 所得割率 . . . 6.79%

▼ 保険料の軽減措置

◆ 低所得世帯に属する方に対する軽減

被保険者、同一世帯の世帯主及び同一世帯に属する他の被保険者の所得の合算額の状況により、被保険者均等割額の軽減措置があり、該当の方には軽減措置を行った後の額を通知します。

【均等割9割軽減の新設】

軽減判定所得の合計額が33万円以下で、かつ世帯の被保険者全員がそれぞれ年金収入で80万円以下(その他の所得はない)の場合、均等割が9割軽減となります。

【均等割7割軽減の方】

軽減判定所得の合計額が33万円以下で、上記の均等割9割軽減にあてはまらない場合、本来は7割軽減ですが、平成21年度につきましても、追加軽減(8.5割)が検討されています。

【所得割5割軽減の継続】

平成21年度においても、所得割を算定する基準所得が58万円以下の場合、所得割が5割軽減されます(収入が年金のみの方の場合、153万円を超え211万円までの方が対象となります)

◆ 後期高齢者医療制度に加入する前日に被用者保険(※)の被扶養者であった方に対する軽減資格取得時から2年間に亘り、被保険者均等割額を5割軽減し、所得割は賦課しません。

さらに、平成22年4月までの保険料額は、被保険者均等割額が9割軽減した額となります。

(※)被用者保険とは、協会けんぽ(旧政府管掌健康保険)、企業の健康保険組合による健康保険、船員保険、公務員の共済組合などのことをいい、国民健康保険及び国民健康保険組合は含まれません。

該当の方には軽減措置を行った後の保険料額を通知しますが、被用者保険の被扶養者であった方で軽減措置が行われていない場合は、お手数をおかけしますが、健康福祉課(Tel.86-2216)にお知らせください。



長寿医療制度(後期高齢者)

▼ 保険料の減免、徴収猶予

災害に遭われた場合や生活困窮により保険料の納付が著しく困難な方(概ね生活保護基準に準じる程度の場合)は、申請を行っていただくことにより、保険料の減免や徴収猶予の措置を受けることができる場合があります。健康福祉課にご相談ください。

▼ 保険料の徴収

保険料の徴収方法は、原則として特別徴収(年金からの天引き)となります。ただし、年金の受給額が年額18万円未満の方や、介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた1回あたりの天引き額が、年金の1回あたりの支給額の1/2を超える場合は、納付書や口座振替などで納付していただく普通徴収となります。

◆ 特別徴収となる方は、保険料額決定通知書と10月以降の年金支給月ごとに天引きさせていただきます。額を通知します。

特別徴収の徴収月

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
4月	6月	8月	10月	12月	2月

特別徴収の算定方法

$$\boxed{\text{10月・12月・2月の年金天引き額}} = \boxed{\text{平成21年度保険料(20年中の所得を基礎)}} - \boxed{\text{4月・6月・8月の年金天引き額(19年中の所得を基礎とする仮徴収額)}}$$

◆ 普通徴収となる方は、保険料額決定通知書及び納付書を送付します

普通徴収の徴収月

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回
7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月

◆ 納付方法を年金天引きから口座振替へ変更できます

口座振替への変更については、以前は一定の要件がありましたが、平成21年4月から要件が撤廃されました。

口座振替への変更をご希望の方は申請が必要です(すでに変更の申請をされた方や引き続き年金天引きを希望される場合は申請の必要はありません)。

なお、申請の時期により、口座振替への変更時期が異なります。

● 長寿医療健康診査について

平成21年7月以降に受診券等を後期高齢者医療広域連合から送付します。詳細は12頁をご覧ください。



問い合わせ

三重県後期高齢者医療広域連合事業課
健康福祉課

TEL059-221-6883 又は 6884
TEL86-2216



ごみの減量化にご協力をお願いします

ゴミが増え続けると、ゴミ処理にたくさんのエネルギーが必要になり、CO₂が増え、地球温暖化の原因になります。さらに家庭や事業所からのゴミ処理の費用には、皆さんの大切な税金が使用される事になります。平成20年度は約1億8千万円(見込み)かかりました。また平成20年度の1人1日当りの家庭ゴミの排出結果が出ました(図1)。昨年より減少傾向にありますが、依然、大紀町は他の市町に比べゴミの排出量が多くなっています。ゴミの減量化にご協力ください。

町では、ゴミの減量化や資源の再生化を図る為、再生資源回収事業を、下記の予定で実施致しますので、ご協力頂きますようお願い申し上げます。

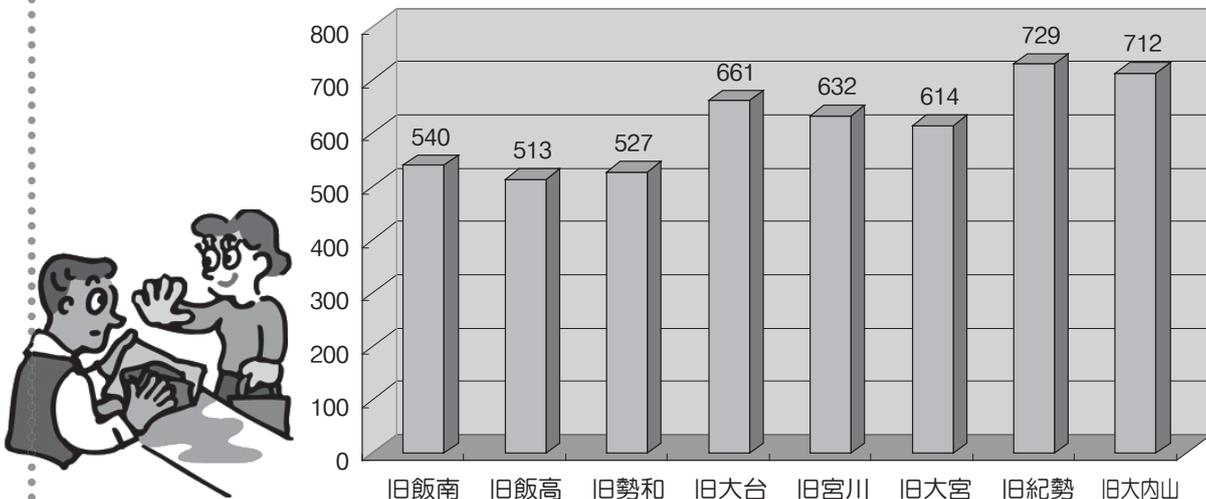


●平成21年度今後の予定

再生資源回収事業実施場所	日 程
役場本庁駐車場(滝原)・山村広場駐車場(野添)	平成21年 7月11日(土)
三ヶ野生活改善センター駐車場(崎) 大内山B&G海洋センター駐車場(大内山)	平成21年11月21日(土)
役場本庁駐車場(滝原)・山村広場駐車場(野添)	平成21年12月12日(土)
老人福祉センター駐車場(錦)	平成22年 2月20日(土)
役場本庁駐車場(滝原)・山村広場駐車場(野添)	平成22年 3月13日(土)

※予定は行事等で変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。詳細につきましては今後、回覧等でご案内致しますのでご確認ください。

図1：平成20年度1人1日当りの家庭系ゴミ排出量(単位：g)



●事業所の皆さんへ

個人事業(商店・飲食店外)や会社などの事業活動に伴って生じたゴミ(事業系ゴミ)は、自己の責任において適正に処理する事が廃棄物処理法で定められています。量の多少にかかわらず町では収集しておりませんので、家庭から出るゴミと一緒に、ゴミステーションには出さないようにお願いします。事業系ゴミの処理は町が許可した業者に依頼するか、事業系一般廃棄物搬入届出書を役場環境水道課に提出し、自ら「香肌奥伊勢資源化プラザ」に直接搬入してください。また、分別をすすめゴミとして排出せず、資源としてリサイクルに回しましょう。

問い合わせ 環境水道課 TEL86-2245



防災安全課だより 梅雨の季節です

毎年、この季節になると梅雨前線や台風の影響で集中豪雨が発生します。被害を少しでも減らすために、集中豪雨の対策について考えてみましょう。

集中豪雨とは短時間のうちに狭い地域に集中して降る豪雨のことです。河川の氾濫による浸水や土砂崩れを引き起こし大きな災害につながる可能性があります。また突発的に起こるため、予測は比較的困難といわれています。集中豪雨の災害から身を守るため、日ごろから次のことを注意し準備しておくといいいでしょう。

- ▽屋根のとい等、雨水の通り道を掃除しておく。
- ▽低地にお住まいの方は浸水対策で大切なものは二階に移動しておく。
- ▽非常用持ち出し品を準備し、すぐに持ち出せるようにしておく。
- ▽家族で自分たちの住んでいる地域の危険箇所や、避難場所を確認しておく。
- ▽いざというときの為に日ごろから家の回りを点検しておく。



増水した河川は大変危険ですので絶対に近づかないようにしましょう。また、災害時には気象台が発表する最新の防災気象情報に注意しながら行動しましょう。

問い合わせ 防災安全課 TEL73-3318

年金だより 国民年金の免除・若年者納付猶予申請時期と 申請対象期間のお知らせ

免除・若年者納付猶予

申請時期	対象年度	申請対象期間
平成21年7月1日(水)～ 平成21年7月31日(金)	平成20年度	平成20年7月分～平成21年6月分
	平成21年度	平成21年7月分～平成22年6月分
平成21年8月1日(土)～ 平成22年6月30日(水)	平成21年度	平成21年7月分～平成22年6月分
平成22年7月1日(木)～ 平成22年7月31日(土)	平成21年度	平成21年7月分～平成22年6月分
	平成22年度	平成22年7月分～平成23年6月分

※7月中の申請は、2年度にわたる申請が可能です。2年度にわたる申請を希望される場合は、申請書を2枚提出してください。

※若年者納付猶予の申請対象期間は、上表の申請対象期間内に30歳到達するときはその前月までとなります。

※平成20年4月1日～平成21年3月31日の期間に退職された方が退職(失業)による特例を申請される場合は、平成22年3月31日までに申請書の提出が必要です。

また、学生納付特例は平成21年4月1日～平成22年4月30日まで(対象年度：平成21年度)となっています。

問い合わせ 伊勢社会保険事務所 TEL0596-27-3604





8月号(8月21日発行予定)掲載の締切りは7月17日(金)です。

※応募の際には必ず電話番号等の連絡先を記載して下さい。
 ※漢字にはふりがなをふってください。
 ※応募多数の場合は紙面の都合上、次号に繰り越させていただきます。
 (問)企画調整課広報たいき担当
 Tel86-2214 メール kik@town.mie-taiki.lg.jp

短歌

瀬戸内の周防の島で一人住む受話器の向こうの妹は元気
 風ありて花ふぶき舞ふこの峡は花の盛りを今し過ぐるか
 五十年を支え給いし友ら夫婦 子ら孫みんな私の至宝
 昭和維新唄へば涙ぐみて来る十六歳の日を思ひ起して
 昨日漬けたかなに水の上りきぬ岩肌に汐がさしくるやうに
 たましひの無き花びらは池の面に白く重なり光放てり
 夏伐りて皮を剥ぎたる杉千本山一面に白く横たふ
 寒の入り思はせるかに疾風吹き如月二日まだ冬は居る
 わが後もこの庭ありて紅の牡丹芽吹くを直に待まむ
 明けやらぬ東の空よりざわめきて海鳥の声市場覆ひぬ

俳句

夜桜の枝垂る先の静寂かな
 菖蒲湯の楽しむ老等生々と
 山水を土に呑ませて代田搔く
 一本の桜あかりに田水張る
 白足袋と袴で神楽春田道
 ライトアップ消えて桜も眠るかな
 午後からは雨となるらし蛙鳴く
 風渡り風葬のごと花の散る
 あんなことこんなこと秘めた花吹雪
 蛙鳴く消えることなきコンビニの灯
 蜜蜂や花から花へ蕊深く
 のどけしや廃校今は人気なき
 燕来る里の旧家の深庇
 花は葉に祭りの多き小京都
 踏まれてもなほ強く咲く野のすみれ
 リアリズムや蟬の羽化呼び核融合
 うすうすと春の色たつ響石
 どっかりと座して十葉抜きにけり

米倉 懐行
 大西貴美子
 小林 佳子
 小関 辰夫
 村田 薩子
 小山ます代
 生駒 さが
 小倉 千代
 紙谷 孝代
 中世古起和

菌部 唯逸
 清水 梅風
 山添 公路
 小倉きよなみ
 宮原 達洲
 畔地佳永子
 生駒ちづ代
 根来 千代
 清原 房
 宮原 千枝
 浮田 美代
 西村 霏雨
 喜多 次
 山畑 正巳
 喜多千保子
 仲山あつし
 植村金次郎
 奥田 松峯

「神様よ私をボケ老人にしないでね」時々頭は空白になる
 砂に消ゆる水の如くにさみしさはひろがりてゆく一人身となりて
 青春ドラマの男森田が千葉の知事快刀乱麻の手腕を望む
 亡き夫に呼び掛けられし気配して振り向く肩を春の風過ぐ
 煌ける春陽の中に蓬摘む吾に語るごとうぐいすの声
 座り込み漬菜する吾春めきし今日花つけし高奈揉みをしり
 いつの間に散り終わりしか裏庭のもくれんの花誰にも見られず
 納骨の夫に添えたる吾が文は感謝の心知らせまいらす
 通院の老母支えにぎりたるしわめく掌のぬくもり伝ふ
 ぼつぼつと当たる雨さえ愛おしく桜の花の涙のよう

中井 敦子
 糸川 恵子
 服部 勝人
 中桐 綾
 服部 利恵
 伊藤 みさ
 越水 好恵
 米倉 弘子
 米倉 悦
 小野 朱美

さくらさくらさわいでさわいでちるさくら
 筍へずぶりと入れるなんば飯
 母子草子猫一匹迷い込む
 膝に来て土の匂いの春の猫
 散る桜横断歩道を渡りけり
 桜散るテストの点数全部散る
 春耕の黒土大きな深呼吸
 露の躰踏んで足裏くすぐらる
 先生をチャンづけで呼ぶ花延
 れんぎようや老婆の心真昼なり
 地を舐めてしだれ桜の盛りかな
 春灯や織き鎖骨に魚食ぶる
 碑の方には多き落花かな
 沈丁花さし木の枝に花開く
 親子の背もうすぐ同じチューリップ
 学校を元気にしているチューリップ
 大千湯屈む親子の影の伸び
 古道行く遍路一人に花桃のあかさ

奥山 泉
 奥山 和子
 奥山津々子
 小倉 稜子
 卓球 路
 神戸 裕貴
 北村やうこ
 瀬古 多永
 出口 美敏
 中村 チエ
 西 扶左男
 濱草 坪
 東 砂都市
 見並 康子
 宮原 浩美
 宮原 来実
 吉田 落陽
 吉田 弘一



野菜・果物の摂取と健康的な生活との関連性

野菜・果物が代表的な生活習慣病である脳卒中や虚血性心疾患、また部位によっても異なりますが、がんのリスクを低下させるとする疫学的研究は多く発表されています。



Q. 栄養素はどうして野菜でとった方がいいのでしょうか??

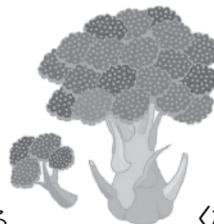
A. 栄養機能食品が多く売られていますが、栄養成分はいろんな栄養が影響しあって吸収され、体の中で働くと言われていています。野菜そのものを摂取することにより、バランスよく安全で安価に必要な栄養素が摂取できます。野菜には未知の有効成分も含まれるので、特定の野菜に偏らず、幅広くとることが大切です。

分類	例
葉菜	ほうれんそう、白菜、レタス、
果菜	トマト、かぼちゃ、なす、赤ピーマン
茎菜	セロリ、グリーンアスパラ、しょうが
根菜	にんじん、大根

Q. 野菜をバランスよくとるコツは??

A. 葉菜、果菜、茎菜、根菜のバランスに注意しましょう。“葉”や“果”など、抗酸化物質は野菜のさまざまな部分に含まれています。ビタミン、ミネラル、食物繊維も同様に、葉果茎根のバランスに気を配ることはこれらの機能性成分をくまなく摂取することにつながります。

ヘルスマイト



ヘルスマイト

〈作り方〉

- ①鶏肉は食べやすい大きさに切り、両面を塩、コショウをする。
- ②ブロッコリーは少し柔らかめに茹で、飾り用に4房取り分けておく。
- ③ブロッコリーソースを作る。
②のブロッコリーと牛乳、生クリームをミキサーにかけ、ブロッコリーの粒が粗く残る程度にする。
- ④フライパンにバター（飾り用のブロッコリーを炒める分を少し残しておく）を入れて火にかけ、①の鶏肉の皮を下にしてこんがり焼く。皮がカリカリになったら油を捨て、今度は皮を上にして焼いて取り出す。
- ⑤④のフライパンに③のブロッコリーソースを入れてとろみがでるまで煮る。
- ⑥バターで飾り用のブロッコリーを炒め、塩、コショウで味付けをする。
- ⑦④の鶏肉の上に⑤のソースをかけて、ミニトマトを添える。

〈材料4人分〉

鶏肉	320g
塩	小さじ1/4
コショウ	少々
ブロッコリー	1/2株
牛乳	90ml
生クリーム	90ml
バター	20g
付け合せ	
ミニトマト(小)	8個

(1人分) エネルギー 317kcal タンパク質 16.6g 脂質 25.3g 塩分 0.7g





生活機能評価(介護予防健診)のお知らせ

の健診はメタボリックシンドロームの発生リスクが高い方を発見し、生活習慣の改善を図ることで病診を実施いたしますので、是非受診してください。

長寿医療健康診査	健康増進法健康診査	生活機能評価
75歳以上の方(昭和9年8月31日以前の生まれ)で長寿(後期高齢者)医療の加入者 ※長期入院中の方及び施設(養護老人ホーム、介護保険施設等)に入所されている方は対象外となります。	40歳以上の方で医療保険未加入者	65歳以上の方で基本チェックリストの結果、特定高齢者(介護予防の必要が高い方)の候補者となった方
【個別(三重県内医療機関)健診】 7月~11月 ※集団(町内公共施設実施)健診は受診できません		7月~11月 特定健康診査・長寿医療健康診査及び健康増進法健康診査を受診される時に、同時に受診してください。
受診券、保険証、質問票、自己負担金	受診券、質問票	
住民税課税世帯の方：500円 住民税非課税世帯の方：200円	無料	
昭和9年7月・8月生まれの方は、ご自分の誕生日が過ぎてから受診してください。		
三重県後期高齢者医療広域連合 TEL059-221-6884	健康福祉課保健師 TEL86-2216	



誕生月によって受診券の発送時期が異なるので、ご注意ください。

●1歳6カ月児・3歳6カ月児健康診査/2歳6カ月児歯科健診

持 母子手帳、問診票(3歳児は目と耳のアンケートと尿)

*対象児には個別に通知します。

22日(水) 滝原公民館

●受付13:00~13:20

2歳6カ月(H18.11.1~H19.1.31生まれ)

●受付13:20~13:40

1歳6カ月(H19.11.1~H20.1.31生まれ)

3歳6カ月(H17.11.1~H18.1.31生まれ)

●マタニティサロン

7日(火) 13:30~15:30 滝原公民館

●乳幼児救急法

5日(日) 11:00~12:00 いきいきプラザ

●妊婦・産婦・育児相談 持 母子手帳

2日(木) 10:00~11:30

大宮子育て支援センターきらり

日時などに変更がある場合は行政6チャンネルで連絡いたします



こんにちは保健師です

《特定健康診査・長寿医療健康診査・健康増進法健康診査》

昨年4月より医療保険者（健康保険証を発行している機関）が実施する健康診査が始まりました。こ
 気の発症と重症化を防止することを目的としています。以下の通り、今年度も各対象者に合わせて健

	健康診査	特定健康診査
対象	30歳～39歳の方（昭和55年3月31日～昭和45年4月1日生まれ）で国民健康保険の加入者	◆40歳～74歳の方（昭和45年3月31日～昭和10年4月1日生まれ）で国民健康保険加入者。 ◆今年度75歳になる方の内、昭和9年9月1日～昭和10年3月31日生まれで国民健康保険加入者
	※妊産婦及び厚生労働大臣が定める者（海外在住、長期入院の方など）は対象外となります。	
実施期間及び実施場所	【集団（町内公共施設実施）健診】 9/ 2(水)紀勢老人福祉センター 9/11(金)滝原公民館 9/18(金)野原生活改善センター 9/28(月)ふるさと館	9/10(木)いきいきプラザ 9/16(水)阿曾公民館 9/25(金)コンベンションホール
	個別（三重県内医療機関実施）健診は受診できません	個別（三重県内医療機関実施）健診 7月～11月 ※集団健診・個別健診のいずれか1回
持ち物	保険証、質問票、自己負担金	受診券、保険証、質問票、自己負担金
自己負担金	一律1,000円	
注意事項	受診券はありません	昭和9年9月～11月生まれの方は、ご自分の誕生日前日までに受診してください。
担当及び問い合わせ先	住民課 TEL86-2217 又は 健康福祉課保健師 TEL86-2216	

※受診券・質問票は6月末頃発送予定です（長寿医療健康診査は7月以降）。また、今年75歳になられる方は、

7月の

くらしのカレンダー

※7月の健康相談はお休みします。

●健康体操

9日(木) 10:10～11:30 七保出張所
13:10～14:30 阿曾公民館

●にこにこ会

1日(水) 13:30～15:00 阿曾公民館
8日(水) 13:30～15:00 滝原公民館
9日(木) 10:00～11:30 紀勢老人福祉センター
16日(木) 10:00～11:30 コンベンションホール
16日(木) 13:30～15:00 ふるさと館
17日(金) 10:00～11:30 いきいきプラザ
21日(火) 10:00～11:30 ミケ野生活改善センター
30日(木) 13:30～15:00 野原生活改善センター

●がん検診

2日(木) 9:30～11:30 紀勢老人福祉センター
13:30～14:30

●骨密度健診

13日(月) 七保地区
15日(水) 柏崎地区
24日(金) 阿曾・滝原地区
28日(火) 大内山地区
29日(水) 錦地区
31日(金) 大内山地区

※時間・場所等の詳細については各戸配布のチラシをご覧ください。



初夏の風物詩

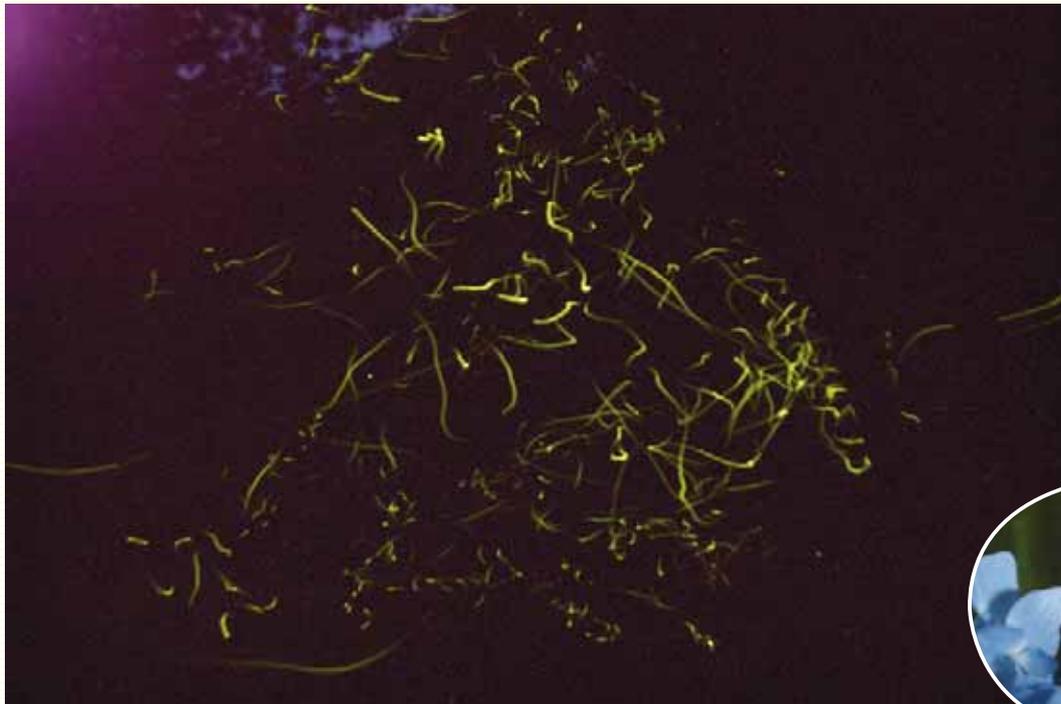
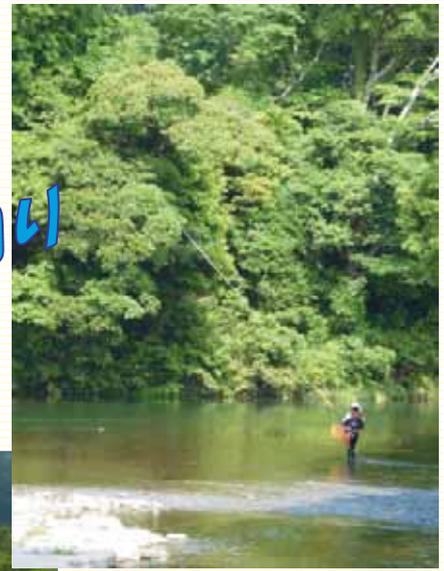


紫陽花



鮎の友釣り

6月1日から大内山川で鮎の友釣りが解禁になりました。



『ホタルの乱舞』
M.K

6月の納税など

町県民税
国民健康保険税
介護保険料
水道料金

町のすがた5月末現在()内は前月比

人口	10,515人 (−21)
男	4,957人 (−14)
女	5,558人 (−7)
世帯数	4,302戸 (−5)

阿 湯 泉
入浴割引券(大紀町)
有効期限: 4.21.7末
200円(1人)
(1家族5名まで)