

町農業委員会では、毎年遊休農地の発生防止や解消、無断転用防止を目的として、農地パトロールを行っています。本年度の調査は8月下旬から農業委員などが行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

◎農地の無断転用は違法行為、農地を農地以外(山林や宅地、

8月下旬から農地パトロール

雑種地などに利用するためには農地転用の許可が必要です。農地以外として利用する計画がある人は、事前に農業委員や町農業委員会事務局へご相談ください。

◆相談先・問い合わせ 町農業委員会事務局(☎82-3111 1内線217)へどうぞ。



令和2年成人式の様子

令和4年成人式

実行委員を募集します

町では、来年の成人式を運営する実行委員を募集します。自らの手で忘れられない式を作り上げてみませんか。

▽対象者

平成13年4月2日～14年4月1日までに生まれた人

▽委員の活動内容

式典の企画、運営進行、受付、記念品の選定など

※委員会は5回程度開催予定

▽申込期限 9月22日

◎第1回実行委員会

▽日時 9月24日(金)

午後7時～8時

▽場所

町中央公民館2階視聴覚室

◆申込先・問い合わせ 町生涯

学習課社会教育係(☎82-3

111内線625)へどうぞ。

“わ”で奏でる東日本応援 コンサート2021 in 山田

日時 9月5日(日)午後3時～5時
午後2時半受付開始

場所 町中央公民館 大ホール

出演 サークス、山口マリー、くるみee、山崎鮎子、
山田吹奏楽団、山田中学校吹奏楽部、
コーラス泉の会、山田町民合唱団

費用 無料(入場整理券をお持ちください)

入場整理券は、16日から町生涯学習課で配布

◆問い合わせ 町生涯学習課社会教育係(☎82-3111内線625)へ。



▷留意事項 ▶体調がすぐれない人は来場をご遠慮ください。▶来場の際は、マスクを着用し、客席の間隔を開けての着席となります。▶感染状況を踏まえて、延期や中止を判断する場合があります。

国民年金保険料は前納がお得

今年度下期の申請は31日まで

国民年金保険料は、前納することで割引され、口座振替での前納は割引額が最も多くなります。口座振替やクレジットカード納付は、払い忘れ防止や非接触式で感染症対策にも有効ですので、ご利用ください。

◎2年前納で約1万6千円分の割引
口座振替で2年分を前納することで割引額が最も多くなります。◎クレジットカード納付でポイントが貯まる

納は現金納付と同じ割引額ですが、ポイントが貯まるカードであれば、お得になります。

◎今年度下期(10月分)来年3月分の前納は8月31日まで
新たに口座振替・クレジットカード納付での前納を希望する人は31日までに手続きをしてください。手続きに必要な申出書は町民課で配布しています。

◆申請先・問い合わせ 宮古年金事務所(☎62-1963) / 町民課住民記録係(☎82-3111内線122)へ。

◆割引額早見表

| 振替・納付方法 | 口座振替 | 現金・クレジットカード納付 |
|----------|-----------|---------------|
| 毎月払い | | |
| 毎月「早割」払い | 600円割引 | |
| 6カ月前納 | 2,260円割引 | 1,620円割引 |
| 1年前納 | 4,180円割引 | 3,540円割引 |
| 2年前納 | 15,850円割引 | 14,590円割引 |

※「2年前納」は2年分の割引額

社会生活基本調査にご協力をお願いします

総務省は、国民の生活時間の使い方を調査し各種施策の基礎資料とするため、社会生活基本調査を行います。調査にご協力をお願いします。

- ▷ 調査内容 ▶ 1日のうち、仕事や家事に費やしている時間▶ 過去1年間の自由時間や余暇中にどのような活動を行ったか——など
- ▷ 調査対象 無作為に選定された世帯
- ※調査対象となった世帯には9月ごろに調査員が伺います。
- ▷ 回答方法 配布される調査票に記入し、調査員へ提出
- ※パソコンやスマートフォンからも回答できます。
- ※調査員は調査員証を携帯します。調査を装った詐欺にご注意を。

○調査の詳細は右のQRコードからご確認ください。



◆問い合わせ 岩手県調査統計課 (☎019-629-5305)へどうぞ。

町長交際費と旅費・食糧費の執行状況

町では、より公正で透明な町政を運営するため、四半期ごとに町長交際費と旅費・食糧費の執行状況(支出額)を公表しています。今回は、令和3年度予算の第1・四半期(4月1日～6月30日)です。町長交際費は、町長が行政執行上に必要な外部との交際に要する経費で、各種総会・大会や会費・負担金などがあります。

なお、四捨五入しているため、合計が合わないことがあります。

◆町長交際費の執行状況

| 項目 | 件数 | | 支出額(千円) | |
|-------------|-----|----|---------|------|
| | 当期分 | 累計 | 当期分 | 累計 |
| 総会・大会などの祝い金 | 4 | 4 | 20 | 20 |
| 会費・負担金 | 1 | 1 | 4 | 4 |
| 寸志など | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 激励金 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 見舞金 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 折衝・懇談 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 香典 | 2 | 2 | 26.5 | 26.5 |
| 土産品 | 2 | 2 | 15 | 15 |
| 合計 | 9 | 9 | 65.5 | 65.5 |

◆旅費・食糧費の執行状況

(単位：千円)

| 課名 | 旅費 | | 食糧費 | |
|------------|-------|-------|-----|----|
| | 当期分 | 累計 | 当期分 | 累計 |
| 総務課 | 1,092 | 1,092 | 0 | 0 |
| 財政課 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| 政策企画課 | 168 | 168 | 0 | 0 |
| 税務課 | 11 | 11 | 0 | 0 |
| 農林課 | 151 | 151 | 0 | 0 |
| 水産商工課 | 80 | 80 | 0 | 0 |
| 町民課 | 166 | 166 | 2 | 2 |
| 長寿福祉課 | 149 | 149 | 0 | 0 |
| 健康子ども課 | 758 | 758 | 0 | 0 |
| 建設課 | 16 | 16 | 0 | 0 |
| 都市計画課 | 10 | 10 | 0 | 0 |
| 上下水道課 | 33 | 33 | 0 | 0 |
| 消防防災課 | 10 | 10 | 0 | 0 |
| 議会事務局 | 401 | 401 | 0 | 0 |
| 選挙管理委員会事務局 | 4 | 4 | 0 | 0 |
| 監査委員事務局 | 22 | 22 | 0 | 0 |
| 農業委員会事務局 | 78 | 78 | 0 | 0 |
| 学校教育課 | 614 | 614 | 0 | 0 |
| 生涯学習課 | 657 | 657 | 0 | 0 |
| 合計 | 4,424 | 4,424 | 4 | 4 |



海にジャンプ(B&G海洋教室)

おしらせ

山田町役場 ☎82-3111

町のホームページアドレス

<https://www.town.yamada.iwate.jp/>

復興と防災の研修会 釜石市で開かれます

◎女性の視点から考える復興・ 防災に関する研修会

- ▷日時 10月10日(日)
- ▶1回目…午前10時半～正午
- ▶2回目…午後1時～2時半
- ▷場所 鶴住居公民館(釜石市鶴住居町)
- ▷対象 どなたでも参加可能
- ▷定員 各25名
- ▷費用 無料
- ▷申込方法 ▶専用申込フォーム(<https://bit.ly/3hs5TFf>)
- ▶メール(danjo@aaina.jp)▶ファクス(019-606-1765)
- ▷申込期限 10月1日午後5時
- ◆申込先・問い合わせ 岩手県男女共同参画センター(☎019-606-1761)へどうぞ。

たんぼぼ学級と 折り紙教室開催

- ◎たんぼぼ学級
- ▷日時 9月7日(火) 午前10時～11時半
- ▷場所 町中央公民館小ホール
- ▷内容 親子で遊ぶ運動
- ▷講師 高橋佳奈氏
- ◎折り紙教室
- ▷日時 9月11日(土)
- ▶午前10時～11時半
- ▶午後1時半～3時
- ▷場所 町中央コミュニティセンター2階第1研修室
- ▷内容 丸い折り紙で菊の花作り
- ▷定員 各回6人(先着順)
- ◆申込先・問い合わせ 町生涯学習課社会教育係(内線623、624)へどうぞ。

9月分の納税

町 県 民 税(第2期)
国民健康保険税(第2期)
納 期 限…8月31日(火)
(口座振替日)
～期限内に納付を～

ひとり親家庭の悩み 無料で相談できます

(一社)岩手県母子寡婦福祉連合会では、母子・父子家庭が抱えるお悩みなどを相談できる「ひとり親家庭等無料法律相談」を開催します。秘密厳守で相談に応じますので、安心してご参加ください。

- ▷日時 9月17日(金) 午前10時～午後3時
- ▷場所 宮古地区合同庁舎1階相談室(宮古市五月町)
- ▷対象 ひとり親家庭の母子や父子など
- ▷内容 弁護士へ離婚や親権、養育費などの相談
- ▷費用 無料
- ※参加を希望する人は、事前にお申し込みください。
- ◆申込先・問い合わせ 宮古保健福祉環境センター(☎64-2213)/(一社)岩手県母子寡婦福祉連合会(☎019-623-8539)へどうぞ。

ひきこもり家族教室 20日に宮古市で開催

宮古保健所では、ひきこもり状態の人の家族を対象に「ひきこもり家族教室」を開催します。日常のお悩みや困りごとの相談もできますので、お気軽にご参加ください。

- ▷日時 8月20日(金) 午後1時半～3時
- ▷場所 宮古地区合同庁舎1階第2会議室A(宮古市五月町)
- ▷対象者 原則として18歳以上のひきこもり状態にある人(精神疾患の診断を受けている人を含む)の家族など
- ▷内容 ▶講話「ひきこもりに関する知識と理解(仮)」▶相談会
- ▷費用 無料
- ※参加を希望する人は、事前にお申し込みください。
- ◆申込先・問い合わせ 宮古保健所保健課(☎64-2218内線249)へどうぞ。

宮古高校通信制の 入学試験行います

宮古高等学校通信制では、後期転編入学者の入学試験を行います。年齢を問わず入学できますので、高校卒業資格の取得をお考えの人はお問い合わせください。

- ▷学習内容 日曜日のスクーリングとレポート提出・添削で学習を進めます。
- ▷願書配布期限 8月27日
- ◆願書配布場所・問い合わせ 宮古高等学校通信制(☎63-7428)へどうぞ。

女性対象に建設業 経理士養成科開講

遠野高等職業訓練校では、女性の就業援助を目的に「建設業経理士養成科」を開講します。

- ▷講習期間 9月28日(火)～11月10日(水)のうち25日間
- ▷講習内容 試験対策カリキュラム、実務につながる学習
- ▷講習場所 遠野高等職業訓練校(遠野市青笹町)
- ▷受講料 無料
- ※別途、テキスト代6,930円と訓練保険料がかかります。
- ▷申込期限 9月15日
- ▷選考日 9月21日
- ◆申込先・問い合わせ 遠野高等職業訓練校(☎0198-62-6310)へどうぞ。

危険物取扱者試験 申し込みください

- ◎危険物取扱者試験
- ▷試験日 10月16日(土)
- ▷試験場所 宮古市(県立大学宮古短期学部他)
- ▷試験種類 甲種、乙種全類、丙種
- ▷受講手数料 ▶甲種…6,600円▶乙種…4,600円▶丙種…3,700円
- ▷申込期間 ▶電子申請…8月16日～23日午後5時締切▶書面申請…8月19日～26日(当日消印有効)
- ▷願書配布場所 山田消防署予防係(☎82-3139)
- ◆申込先・問い合わせ (一財)消防試験研究センター岩手県支部(☎019-654-7006)へ。

宮古市民文化会館で 高校芸術展あります

- ◎令和3年度宮古下閉伊地区高校芸術展
- ▷日時 ▶8月21日(土)午後1時～5時▶22日(日)午前9時～午後4時
- ▷場所 宮古市民文化会館展示室(宮古市磯鶏沖)
- ▷内容 美術工芸や書道、写真、華道などの作品展示
- ◆問い合わせ 岩手県高等学校文化連盟宮古支部(宮古北高校)(☎87-3513)へどうぞ。

参加者募集 グラウンドゴルフ交流会

岩手県陸中海岸青少年の家では「第60回マリンランド陸中杯グラウンドゴルフ交流会」を開催します。体を動かし参加者たちとともに楽しんでみませんか。

- ▷開催日時 9月2日(木) 午前9時半～午後2時半
- ※荒天の場合は、7日(火)に開催
- ▷場所 岩手県立陸中海岸青少年の家
- ▷対象 概ね50歳以上の人(定員100名)
- ▷申込期限 8月20日
- ▷費用 千円(昼食代、保険代など)
- ◆申込先・問い合わせ 岩手県陸中海岸青少年の家グラウンドゴルフ交流会事務局(☎84-3311)へどうぞ。



Health Guide

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、町健康子ども課健康づくり係(☎82-3111内線615)へどうぞ。

9月号

保健だより

各種健診・教室などについて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、延期や中止となる場合がありますので、ご了承ください。

○乳幼児健診

場所：保健センター

| 名 称 | 期 日 | 受 付 時 間 | 対 象 者 |
|-----------|-----|---------------|----------------------|
| 3～4カ月児健診 | 13日 | 午後0時50分～1時00分 | 令和3年5月11日～6月10日生まれ |
| 6～7カ月児健診 | 13日 | 午後1時10分～1時20分 | 令和3年2月11日～3月10日生まれ |
| 9～10カ月児健診 | 13日 | 午後1時00分～1時10分 | 令和2年11月11日～12月10日生まれ |
| 1歳半児健診 | 29日 | 午後0時50分～1時00分 | 令和2年1月22日～3月20日生まれ |
| 4歳半児健康相談 | 28日 | 午後1時～ | 平成29年1月21日～3月25日生まれ |

▷持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
※対象者には事前に通知しますが、該当月に受けられなかった場合は他の月でも受診できますので、ご連絡ください。
※定期健診時に、対象月齢以外のお子さんに関する育児相談も受け付けます。
▷4歳半児健康相談 身体測定や言葉の検査、栄養指導を行います。受付時間は事前に送付される案内をご確認ください。
◆問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線604)へどうぞ。

○ハロー赤ちゃん教室

| 期 日 | 場 所 | 時 間 | 対 象 者 | 内 容 |
|-----|-------------|----------|---------|-----------------|
| 19日 | 保健センター2階ホール | 午前10時～正午 | 妊婦とその家族 | お産の経過、夫や家族の役割など |

ハロー赤ちゃん教室は、安心して赤ちゃんを迎えるための教室です。親になる人のほか、家族の人の参加も大歓迎です。
▷持ち物 母子健康手帳、飲み物(水分補給のため)
▷申込期限 9月17日
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○子育てサロン※要予約(午前・午後各6組まで)

| 開催日 | 時 間 | 場 所 |
|-------|------------|-----------|
| 毎週木曜日 | 午前10時～11時半 | オランダ島ハウス |
| ・金曜日 | 午後0時半～2時 | または保健センター |



子育てサロンは、乳幼児の遊び場であり、保護者や妊婦がホッとできる場です。開催場所やサロンの様子は、ブログをご確認ください。(QRコード)
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○健康2倍デー

| 期 日 | 場 所 | 時 間 | 内 容 |
|-----|-------------|----------|----------------------|
| 9日 | 保健センター2階ホール | 午後1時半～3時 | きっかけ運動教室(体操) |
| 16日 | まちなか交流センター | 午前10時～正午 | ちよび塩クッキング教室 ※参加費300円 |

▷申込期限 各開催日の前日まで
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線616)へ。

○自殺関連こころの相談、精神保健相談

| 名 称 | 開 設 日 | 時 間 | 場 所 |
|--------|-------|----------|-------|
| こころの相談 | 9日 | 午前10時～正午 | 宮古保健所 |
| 精神保健相談 | | 午後1時半～ | |

①「自殺関連こころの相談」では、うつ状態や不眠などでお悩みの人や自死遺族などの相談に保健師が対応します。
②「精神保健相談」では、ストレスや不安、いらいらなどの心の悩みに専門の医師が対応します。
▷申込期限 ①9月8日 ②9月7日
◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線616)へ。

食生活を見直し生活習慣病予防を

暑い日が続くと、冷たいものや一品料理で食事を済ませることが多くなり、食生活が乱れがちです。食べすぎや飲みすぎが続くと高血圧や糖尿病、心臓病などの生活習慣病につながりますので、毎日の食生活を見直して病気のリスクを下げましょう。

①エネルギーの取りすぎに注意

腹八分目を意識して、甘いものや脂っこいものは取りすぎないようにしましょう。毎朝体重を計り、記録する習慣をつけることも大事です。

②栄養バランスの良い食事を取る

主食・主菜・副菜がそろった食事で、さまざまな栄養素をバランスよく摂取しましょう。昔ながらの「一汁三菜」の和食がおすすめです。

③野菜(350g以上)と果物(100g)を毎日取る

野菜や果物は、体の調子を整える栄養素が多く含まれています。食物繊維はコレステロールの吸収や血糖値の上昇を抑える働きがあります。ビタミンやミネラルは動脈硬化を予防する働きがあります。

④塩分の取りすぎに注意

麺類の汁を全て飲まないことや「かけ醤油」を「つけ醤油」にすることを習慣づけて、出汁や香辛料を生かした調理を心掛けましょう。

⑤脂質の取りすぎに注意

脂質の多い食品を取りすぎると心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めます。魚や大豆製品を毎日1品取って血液中のコレステロールを減らしましょう。

○びよびよランド

| 期 日 | 場 所 | 時 間 | 対 象 者 |
|-----|-----------|-----------|-------------------|
| 15日 | 豊間根保育園ホール | 午前10時～11時 | 3カ月～1歳未満の子どもとその家族 |

びよびよランドは、1歳未満のお子さんやその保護者同士がゆっくり交流する場です。情報交換や育児相談をして、子育ての不安を解消しましょう。

▷持ち物 バスタオル、おむつ、着替え、飲み物

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。

○とことこランド

| 期 日 | 場 所 | 時 間 | 対 象 者 |
|-----------|-----------|-----------|-------------------------|
| 8日 22日 | 豊間根保育園ホール | 午前10時～11時 | 幼稚園や保育園に入園していない乳幼児とその家族 |

とことこランドは、未就園児親子が交流し、子育ての悩み相談などをする場です。

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。

○おでかけ広場

| 期 日 | 場 所 | 時 間 | 対 象 者 |
|--------------------------|-----------------|-----------|-----------|
| 3日 | 船越保育園ホール | 午前10時～11時 | 未就学児とその家族 |
| 1日、6日、13日 21日、27日、29日 | 町中央コミュニティセンター和室 | | |

おでかけ広場は、未就園児とその家族が交流する場です。参加を希望する人は直接会場へお越しください。

◆問い合わせ 山田町地域子育て支援センター(☎070-4394-3329)へどうぞ。