

御 ONJUKU 宿

No.700

6月

2020.令和2年

写真：紫陽花小径（最明寺）

- P2、3 熱中症を予防しましょう
- P4 いすみ医療センターにPCR検査室を開設
- P5 令和2年度後期高齢者医療保険料について
- P6 重度心身障害者（児）医療費助成制度をご利用ください
- P7 「魅力ある地域づくり推進事業補助金」対象事業を募集
ピックアップ防災
- P8、9 お知らせ版
- P10 地域おこし協力隊の活動報告、サマージャンボ宝くじ
- P11 まちのできごと
- P12 介護ワンポイント

熱中症を予防しましょう

「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』」における熱中症予防

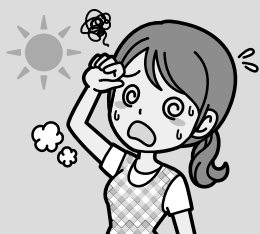
新型コロナウイルスの感染を防ぐため、一人ひとりが感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避けるといった『新しい生活様式』を実践することが求められています。

このように、今夏はこれまでとは異なる生活環境下で迎えることとなり、例年以上に熱中症に気をつける必要があります。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防にもこれまで以上に心掛けましょう。

熱中症を引き起こす3つの要因

要因 その1 環境

気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、急に暑くなった日、閉め切った屋内



要因 その2 からだ

高齢者や乳幼児・肥満の方、下痢や感染症での脱水状態の方、糖尿病等の持病をお持ちの方、二日酔いや寝不足といった体調不良の方



要因 その3 行動

激しい筋肉運動、慣れない運動、長時間の屋外作業、水分補給できない状況



環境、からだ、行動の3つの要因により**熱中症**を引き起こす可能性があります！

体温の上昇と調整機能のバランスが崩れると、どんどん身体に熱が溜まってしまいます。このような状態が**熱中症**です。

予防するためには

熱中症を予防するためには、「暑さを避ける」「こまめな水分補給」「暑さに備えたからだ作り」が大切です。詳しくは次ページに紹介しています。



熱中症が疑われたら

まずは涼しい場所へ移動しましょう。衣服をゆるめ、濡れタオルをあて扇いだりするなどして、からだを冷やします。水分補給をし、汗をかいている場合は、スポーツドリンクや塩あめ等、塩分も併せて補給しましょう。



注意

自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！



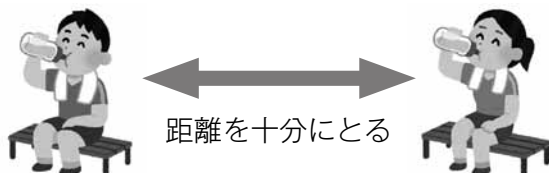
「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

(1) 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



(2) 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

(3) こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



(4) 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

(5) 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

環境省
熱中症予防情報サイト

<https://www.wbgt.env.go.jp/sp/>



厚生労働省HP

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/index.html



スポーツ庁HP

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html



いすみ医療センターにPCR検査室を開設しました

いすみ医療センターでは、新型コロナウイルス感染症第2・第3波対策として、検査体制の拡充、医療体制の確保を図るため、国の防疫基準に準拠したPCR検査室を設置し、夷隅医師会の協力を得て、新型コロナウイルス核酸検出検査（PCR検査）を実施することとなりました。また、検体採取については、ドライブスルー方式の導入を準備中です。

これにより、PCR検査が必要であると認められた住民の方が早期に検査を受けられるようにし、治療・療養が必要かどうかを確実に見極めていきます。

なお、PCR検査室に直接来られても検査を受けることはできません。

PCR検査室開設日

令和2年6月22日(月)から

ドライブスルー検査開始予定日

7月13日(月)

検査の対象者

- ・ 夷隅医師会の医療機関（かかりつけ医）で受診し、医師からPCR検査が必要と診断され、紹介された方
- ・ いすみ医療センターを受診し、医師からPCR検査が必要と診断された方
- ・ 保健所より検査を指示された方

いずれの場合も、保険診療の対象となります。

※かかりつけ医がない方は、お近くの医療機関又はいすみ医療センターへご連絡ください。

検査の流れ ※かかりつけ医からの紹介の場合

1. 発熱や風邪の症状などがある場合は、事前にかかりつけ医へ電話で相談します。
2. かかりつけ医の判断で、PCR検査が必要とされた場合、かかりつけ医からいすみ医療センターPCR検査室に検査を予約します。（完全予約制）
3. 予約後、かかりつけ医から受診予約票が渡されますので、受診予約票に記載された予約日時に検査場所までお越しください。
4. ドライブスルー方式により自動車に乗ったままで、医師が車外から検体を採取します（7月13日以降）。検査結果については、1時間程度で判明しますので、自動車に乗ったままPCR検査室駐車場にてお待ちください。検査結果判明後は、いすみ医療センターの医師の指示に従ってください。

いすみ医療センター 院長 伴 俊明
夷隅医師会 会長 川俣 達男
国保国吉病院組合 管理者 太田 洋

問合せ

いすみ医療センター ☎86-2311



▲陰圧検査室外部



▲陰圧検査室内部

令和2年度後期高齢者医療保険料について

後期高齢者医療制度では、保険料は被保険者一人ひとりにご負担いただくこととなります。保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と被保険者の前年所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算します。年度の途中で新たに被保険者になったときは、保険料はその月からの月割りで計算します。また、年度の途中で被保険者でなくなったときは、その前月分までの月割りで計算します。保険料を決める基準である「均等割額」と「所得割額（所得割率）」は2年ごとに見直され、千葉県内で均一です。

令和2年度の保険料額決定通知書は、7月中旬にお送りします。

令和2・3年度の保険料計算方法

$$\text{均等割額 } 43,400\text{円} + \text{所得割額 } \text{賦課のもととなる所得金額}(\ast) \times \text{所得割率 } 8.39\% = \text{年間保険料額 (上限は64万円) (注) 100円未満切捨て}$$

※「賦課のもととなる所得金額」とは、前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から基礎控除額33万円を控除した額です（ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません）。

保険料の軽減

所得の低い方や被用者保険の被扶養者であった方に対する保険料の軽減があります。所得の申告をされていない方については、軽減の適用を受けるために、所得の申告が必要となる場合があります。

◎所得の低い方の均等割額の軽減

世帯の所得状況に応じて均等割額が軽減されます。

世帯内の被保険者と世帯主の総所得金額等の合計		軽減割合	軽減後の均等割額
33万円以下の場合	下記以外の場合	7.75割	9,765円
	被保険者全員が年金収入80万円以下（その他各種所得なし）の場合	7割	13,020円
33万円+（28万5千円×被保険者の数）以下の場合		5割	21,700円
33万円+（52万円×被保険者の数）以下の場合		2割	34,720円

(注) 均等割額の軽減判定における総所得金額等は、退職所得を含みません。また、専従者控除、譲渡所得の特別控除の税法上の規定は適用されません。

(注) 65歳以上(1月1日時点)の方の公的年金等にかかる所得金額については、その所得から特別控除額15万円を差し引いた額で軽減判定します。

◎会社の健康保険などの被扶養者であった方の保険料の軽減

後期高齢者医療制度加入の前日に会社の健康保険や共済組合など被用者保険の被扶養者であった方は、保険料の均等割額が軽減され、所得割額はかかりません。

	均等割額	所得割額
軽減内容	5割軽減 〔後期高齢者医療制度に加入した月から2年間のみ〕	負担なし(0円)

(注) 国民健康保険および国民健康保険組合の被保険者であった方は対象になりません。

(注) 所得の低い方の均等割額の軽減に該当する場合は、軽減割合が高い方が優先されます。

(注) 会社の健康保険などの加入者本人が後期高齢者医療制度に加入したことにより、その方の扶養家族（被扶養者）が会社の健康保険から脱退することになった場合は、被扶養者は国民健康保険等への加入が必要となります。

問合せ 保健福祉課 保健事業班 ☎68-6717
千葉県後期高齢者医療広域連合 資格保険料課 ☎043-308-6768

重度心身障害者(児)医療費助成制度をご利用ください

重度心身障害者(児)医療費助成制度について、精神障害者保健福祉手帳1級所持者が対象となります。

対象者

- 身体障害者手帳 1、2級
- 療育手帳 ㉠、㉡の1、㉢の2、Aの1、Aの2
- 精神障害者保健福祉手帳 1級(令和2年8月より)
※65歳以上で新規に手帳を取得した方、生活保護を受給している方、手帳の期限が切れている方は対象外となります。

所得制限

原則として、同じ医療保険に加入している家族の市町村民税所得割が23万5千円以上の方は対象外となります。

助成の範囲

医療保険の一部負担金から自己負担分(住民税課税状況に応じて1回300円または0円)を差し引いた額

- ※他の公費負担医療制度がある場合、その公費負担制度を優先して使っていただく必要があります。精神科の通院診療の際は自立支援医療(精神通院)の受給券も医療機関の窓口で提示してください。

助成の方法

原則として、受給券を医療機関に提示し、自己負担分のみを支払います。

県外の医療機関など、受給券が使えない医療機関を受診した場合は、償還払いにより後日支給します。

新規に申請する場合に必要なもの

保険証の写し、マイナンバーカード等個人番号がわかるもの、
印鑑、手帳

- ※手帳の期限が切れている方は、お早めに更新手続きをお願いします。
- ※申請が遅くなると助成の開始が遅くなりますので、ご注意ください。
- ※詳細は、保健福祉課福祉介護班(2階②窓口)までお問い合わせください。

問合せ

保健福祉課 福祉介護班
☎68-6716



みなさんのまちづくりを支援します

「魅力ある地域づくり推進事業補助金」対象事業を募集します

町では活力と魅力ある地域づくり活動を推進するため、補助金により住民の皆さんの主体的なまちづくりを支援しています。交付を希望する場合は申請書を提出してください。

補助対象事業

- (1) イベント等の開催により活力あるまちづくりに資する事業であること
 - (2) きれいな環境の創造に資する事業であること
 - (3) 町民の健康づくりに資する事業であること
- (1)~(3)の事業であり以下のすべてに該当するもの
- ・ 町内において展開される事業であること
 - ・ 事業の実施効果が多数の町民に還元されることが期待できるもの
 - ・ 御宿町の他の補助金などの交付を受けていない、または受ける予定のないもの
 - ・ 営利を目的としないもの
 - ・ 政治活動、宗教活動または施設整備等に該当しないもの

補助額 補助対象経費の2分の1以内
※ただし補助限度額は50万円です。

申込方法

7月31日（金）までに申請書を企画財政課（4階②窓口）へ提出してください。郵送も可能です（締切日必着）。申請書等は町ホームページからもダウンロードできます。

<http://www.town.onjuku.chiba.jp/sub4/4/miryoku-hojo.html>



新型コロナウイルス感染症対策について

イベント等の開催にあたっては、その規模によらず、「3つの密」が発生しない工夫や、人との距離の確保、マスクの着用、参加者名簿を作成して連絡先等を把握しておくことなど、開催中や前後における出演者や参加者等に係る行動管理など、基本的な感染防止策を講じてください。

施設を使用する事業にあつては、千葉県から施設の使用停止の再要請があった場合には、適切に対応してください。

申込・問合せ 企画財政課 ☎68-2512

ピックアップ防災 Vol.70

違反対象物を公表しています

夷隅郡市広域市町村圏事務組合消防本部では、建物を利用する方が、自らその危険性に関する情報を入手し、利用について判断ができるように、重大な消防法令違反がある建物の情報を公表しています。

- 対象となる建物 不特定多数の者が出入りする建物が対象となります。
- 対象となる違反 屋内消火栓設備、スプリンクラー設備、自動火災報知設備が消防法令に違反して設置されていない建物を公表
- 公表内容 建物の名称・所在地・違反の内容
- 公表方法 消防本部のホームページに掲載
- 建物関係者の方へ 用途の変更や増改築などを行うと、新たな消防用設備等の設置が必要になる場合がありますので事前にご相談ください。



問合せ 夷隅郡市広域市町村圏事務組合消防本部 予防課 ☎0470-80-0132

国民年金保険料には免除制度があります

第1号被保険者(日本国内に住所のある20歳以上60歳未満の人)は、年齢・性別・所得に関係なく、20歳から60歳までは定額の保険料を納めることになっています。

経済的な理由等で保険料を納めることが困難な場合には、「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」がありますので、未納にすることなく手続きを行ってください。申請書は税務住民課住民班(3階①窓口)に備え付けてあります。

令和2年度分(令和2年7月分から令和3年6月分まで)の免除等の受付は令和2年7月1日から開始となります。

※ご本人の保険料未納期間の確認については、年金事務所へお問い合わせください。

【問合せ】

ねんきん加入者ダイヤル TEL 0570-003-004

千葉年金事務所国民年金課 TEL 043-242-6320

税務住民課 住民班 TEL 68-6695

介護職員初任者研修受講料を助成します

町では、高齢者等の介護に従事する人材を育成するため、介護職員初任者研修を修了した方に対し、当該研修に係る受講料の助成を行っています。

【助成対象者】

介護職員初任者研修を修了した方で、次のすべてに該当する方

- ・御宿町内に住所を有する方で、申請時に満60歳未満の方
- ・補助金交付後御宿町に5年以上居住することを確約できる方
- ・御宿町における税で未納がないこと

【助成額】

介護職員初任者研修に係る受講料(テキスト代、実習に要した費用等を含む)とし、1人当たり10万円を上限(千円未満の端数は切り捨て)

※雇用保険法に基づく教育訓練給付金の額を控除した額

【申請方法】

受講料助成金の交付を受けようとする方は、あらかじめ、事前申請書をご提出いただきます。

また、研修を修了した後に交付申請書に必要な書類を添えて申請が必要となります。

詳細は、保健福祉課福祉介護班(2階②窓口)までお問い合わせください。

【提出・問合せ】

保健福祉課 福祉介護班

TEL 68-6716



海水浴場及び町営ウォーターパークの開設中止について

今夏の海水浴場(中央海水浴場、岩和田海水浴場、浜海水浴場)及び町営ウォーターパークは、新型コロナウイルス感染症の影響により、その感染リスクが懸念されることを踏まえ、町民や来場者の安全・安心を確保することが最優先と判断し、開設は行わないこととしました。

【問合せ】産業観光課 商工観光班 TEL 68-2513

令和2年度上半期交通事故巡回相談について

万が一交通事故に遭い、お困りの方のために、県内34市町を専任相談員が巡回し、損害賠償請求、保険金請求や示談、その他の解決手続きのご相談をお受けする交通事故巡回相談を行います。

相談は無料ですので、お気軽にご相談ください。

【交通事故相談日時】

7月17日(金) 10:00~12:00、13:00~15:00

※巡回相談は予約制のため、相談日の2日前までに総務課 防災総合対策班(4階③窓口)までご予約ください。

(土日を除く)

【場所】役場2階 相談室

【問合せ】総務課 防災総合対策班 TEL 68-2511

戦没者等のご遺族の皆さまへ

戦没者等のご遺族に弔慰の意を表すために支給される「第十一回特別弔慰金」の受付を開始しました。

【対象者】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日(基準日)において公務扶助料や遺族年金などの受給者がいない場合に、次の順番で先順位のご遺族一人に支給されます。

- (1) 基準日までに弔慰金の受給権を取得した方
- (2) 戦没者等の子
- (3) 戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
- (4) 上記以外の三親等内の親族で戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた方

【受付場所】税務住民課 住民班(3階①窓口)

【受付期間】

令和5年3月31日(金)まで 9:00~17:00

(土日・祝日を除く)

詳細は、お問い合わせください。

【問合せ】

千葉県 健康福祉指導課 TEL 043-223-2337

税務住民課 住民班 TEL 68-6695

おんじゅく お知らせ版

発行日 令和2年6月25日 No. 795

会計年度任用職員を募集します

【勤務内容】保健福祉課保健事業班 一般事務補助

【勤務期間】8月1日(土)～3月31日(水)

9:00～17:00 原則週休2日

【応募要件】年齢不問・資格不問

【応募方法】

令和2年度会計年度任用職員応募申込書に必要事項を記入のうえ、写真を貼付し、**7月15日(水)までに**総務課行政班(4階③窓口)へ直接又は郵送(締切日必着)で提出してください。

※応募申込書は総務課窓口又は町ホームページでダウンロードできます。郵送を希望する方は、120円切手を貼った返信用封筒(角2A4サイズ)を同封し、『御宿町会計年度任用職員応募申込書希望』と明記して総務課まで送付してください。

【面接日程】7月20日(月) 詳細は後日連絡します。

【申込・問合せ】

〒299-5192 千葉県夷隅郡御宿町須賀1522
御宿町役場 総務課 行政班 TEL 68-2511

令和2年度第2四半期の粗大ごみ 戸別収集について

実施予定日	7月22日(水)	8月27日(木)	9月24日(木)
申込締切	7月15日(水)	8月17日(月)	9月15日(火)

【申込方法】

用紙に粗大ごみ収集希望と記載し、住所、氏名、電話番号、品目を明記のうえ、FAX・持参・郵送(ハガキ可)いずれかの方法にて、清掃センター(持参する場合は役場建設環境課でも可)まで提出してください(書式は問いません)。

※収集するものは1回の申込みで5点までです。

【実施の連絡】

申込締切後、時間を調整し、申込者に電話で連絡します。

【処理料金(手数料)】

1kg当たり90円。積み込みの際に計量を行い、その場で料金を頂きます。また、家電4品目(テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、エアコン、洗濯機、衣類乾燥機)は、郵便局でリサイクル料金を支払い、リサイクル券を用意した物のみ収集が可能となり、別途に指定引取場所までの運搬料(1kg当たり3円)を頂きます。

【申込書提出先・問合せ】

〒299-5102 御宿町久保1041
清掃センター TEL・FAX 68-4613

令和2年度国民健康保険税の税率を 改定しました

国民健康保険は、皆さんが病気や怪我をしたときに安心して医療が受けられるよう、加入者の皆さんで相互扶助する制度です。

今年度の国民健康保険税は、地方税法施行令の改正をふまへ御宿町国民健康保険税条例の見直しにより、国民健康保険税率、賦課限度額、軽減判定所得額を下表のとおり改定しました。

【国民健康保険の税率改定について】

	区分	平成31年度 (令和元年度)	令和2年度	比較
医療分	所得割の算定率	5.60%	5.60%	0.00%
	均等割額(1人当り)	17,000円	17,000円	0円
	平等割額(1世帯当り)	20,000円	20,000円	0円
	賦課限度額	610,000円	630,000円	20,000円
支援分	所得割の算定率	2.40%	2.40%	0.00%
	均等割額(1人当り)	9,000円	9,000円	0円
	平等割額(1世帯当り)	8,000円	8,000円	0円
	賦課限度額	190,000円	190,000円	0円
介護分	所得割の算定率	1.50%	1.50%	0.00%
	均等割額(1人当り)	8,000円	8,000円	0円
	平等割額(1世帯当り)	5,000円	5,000円	0円
	賦課限度額	160,000円	170,000円	10,000円

【国民健康保険税の軽減判定所得の引き上げについて】

平等割と 均等割の 軽減割合	世帯の総所得金額	
	平成31年度 (令和元年度)	令和2年度
7割軽減	330,000円以下	330,000円以下
5割軽減	330,000円+(280,000円×被保険者数と特定世帯員の合計人数)以下	330,000円+(285,000円×被保険者数と特定世帯員の合計人数)以下
2割軽減	330,000円+(510,000円×被保険者数と特定世帯員の合計人数)以下	330,000円+(520,000円×被保険者数と特定世帯員の合計人数)以下

国民健康保険税の軽減判定所得の算定において、世帯の総所得金額は令和元年中(平成31年中)の世帯主と国民健康保険に加入している世帯員の合計金額となります。軽減判定には国民健康保険に加入していない世帯主の所得も加算され、合計が一定以下の世帯は保険税「均等割額」及び「平等割額」が軽減されます。

※世帯の中で所得の申告をしていない方がいると、軽減を受けることができません。所得のない方も忘れずに申告をしてください。

【問合せ】税務住民課 税務班 TEL 68-6692

地域おこし協力隊の

活動報告



地域おこし協力隊
多世代交流・
生活支援・支え合い
事業関係担当

宮崎 勢太郎

まだまだ落ち着かない日々が続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

先日、インターネットのサービスを利用し「オンライン料理教室」を開催しました。参加者の皆さんで「白菜とチキンの簡単ホワイトソース」をつくり、画面越しではありますが「いただきます」と一緒に手を合わせ試食し、楽しい時間を過ごしました。

今後開催予定のイベント等の情報を、町民の皆さんが見つけやすくなる仕組みを現在考えていますので、この場をお借りしてまたお伝えできればと思います。



▲鶏肉の処理方法など、大変勉強になりました。



今年のサマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせ7億円！
ご購入は、ぜひ千葉県内の宝くじ売り場で！

発売期間：7月14日(火)～8月14日(金)
抽選・支払：8月21日(金)抽選 8月26日(水)支払開始
発売価格：300円/枚



等級	サマージャンボ 販売総額630億円 (ユニット数21)	サマージャンボミニ 販売総額240億円 (ユニット数8)
1等	5億円(21本)	1,000万円(80本)
1等の前後賞	1億円(42本)	
1等の組違い賞	10万円(2,079本)	
2等	1,000万円(42本)	5万円(3,200本)
3等	100万円(630本)	1万円(80万本)
4等	1万円(12万6,000本)	300円(800万本)
5等	3,000円(210万本)	
6等	300円(2,100万本)	

宝くじの収益金は、公益財団法人千葉県市町村振興協会を通じて、各市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。御宿町では、災害対策事業に活用しました。

また、昨年発行のサマージャンボ宝くじ(第800回全国自治宝くじ)及びサマージャンボミニ(第801回全国自治宝くじ)の支払期限は8月18日(火)ですので、ご注意ください。

問合せ 企画財政課 財政係 ☎68-2512



子どもたちの役に立てればと エビマードレから 手づくりマスク 190枚を寄贈



▲様々な可愛らしい柄で作られた手づくりマスク

町内小中学校の授業が再開した6月1日(月)、手作りマスク190枚が匿名で御宿小学校に寄贈されました。

マスクの送り主は町のシンボルキャラクター「エビアミーゴ」の母である「エビマードレ」と名乗り、職員玄関前に段ボール1箱が置いてありました。



エビアミーゴの母
エビマードレ



「店頭には大人用のマスクはあるようですが、子供用はあまり見かけないので手づくりしました」と手紙が添えられ、寄贈されたマスクは後日全校児童180人に配布されました。

「消す」を楽しく！勉強も楽しく！ 千葉工業大学「富士山消しゴム」寄贈



▲前後左右バランス良く消すと先端が富士山の形になります。

6月1日(月)、千葉工業大学から250個の「富士山消しゴム」が寄贈されました。

6月から授業が再開した小学校の児童に少しでも楽しみながら学ぶことができるようにと包括連携協定を締結している町の児童に届けられました。

この消しゴムは「文房具総選挙2020」で大賞を受賞したもので、文字を消すことにより自分だけの富士山を持つ嬉しさを感じられるものです。

開発者は千葉工業大学大学院の卒業生で、消すことを楽しみながら自分だけの富士山を作り、勉強を一層楽しんでもらいたいという思いが込められています。



▲消し心地が抜群な「富士山消しゴム」

介護保険料について

介護保険料のしくみ

市町村は、3年を1期として介護保険事業計画を策定し、3年ごとに見直しを行っています。介護保険料は、その事業計画に定めるサービス費用見込額等に基づいて、3年間を通じて財政の均衡を保つように設定されます。

現在は、第7期介護保険事業計画期間中(平成30年度～令和2年度)で、次の改定は令和3年度です。

65歳以上の方の介護保険料は所得などに応じて決まります

介護保険料は、基準額を基に所得段階に応じて9段階に分かれています。それぞれの段階での令和2年度介護保険料は、以下の表のとおりとなります。なお、所得段階が第1段階から第3段階までの介護保険料は、令和元年10月から軽減が強化されています。

令和2年度介護保険料

所得段階	対象者	基準額に対する割合	保険料(年額)
第1段階	・生活保護受給者 ・世帯全員が町民税非課税で、老齢福祉年金を受給している方 ・世帯全員が町民税非課税で、前年の「課税年金収入額 + その他の合計所得金額」が80万円以下の方	0.3 (変更前0.375)	19,800円 (変更前24,750円)
第2段階	・世帯全員が町民税非課税で、前年の「課税年金収入額 + その他の合計所得金額」80万円を超え120万円以下の方	0.5 (変更前0.625)	33,000円 (変更前41,250円)
第3段階	・世帯全員が町民税非課税で、前年の「課税年金収入額 + その他の合計所得金額」が120万円を超える方	0.7 (変更前0.725)	46,200円 (変更前47,850円)
第4段階	・世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は町民税非課税で、前年の「課税年金収入額 + その他の合計所得金額」が80万円以下の方	0.9	59,400円
第5段階 (基準額)	・世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は町民税非課税で、前年の「課税年金収入額 + その他の合計所得金額」が80万円を超える方	1.0	66,000円
第6段階	・本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方	1.2	79,200円
第7段階	・本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上の方	1.3	85,800円
第8段階	・本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が200万円以上の方	1.5	99,000円
第9段階	・本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が300万円以上の方	1.7	112,200円

※合計所得金額…収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。合計所得金額から「長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除」及び「公的年金等にかかる雑所得を控除(保険料段階が第1～5段階のみ)」した金額を用います。

令和2年度介護保険料のお知らせは、7月中旬ごろ送付します。

40歳から64歳までの医療保険加入の方(第2号被保険者)

加入されている健康保険(職場の健康保険や国民健康保険など)ごとに算定方法が定められており、健康保険料とともに納付することとなっております(算定方法は、加入している医療保険の保険者にお問い合わせください)。

問合せ 保健福祉課 福祉介護班 ☎68-6716

介護タクシー

特定非営利
活動法人

御宿コアラ

介護度をお持ちでなくても、おひとりでの
外出が困難な方ならご利用になれます。

0470-68-4132 御宿町六軒町462



タウンカレンダー 7月

1	水	●献血 10:45~11:45 保健 ●健康づくり教室すこやか 13:00~16:00 保健
2	木	
3	金	
4	土	●乳がん健診(マンモグラフィー、エコー) 9:00~14:30 保健
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	●健康づくり教室すこやか 13:00~16:00 保健
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	●乳幼児相談 13:30~15:00 こども園
15	水	●健康づくり教室すこやか 13:00~16:00 保健
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	●健康づくり教室すこやか 13:00~16:00 保健
23	木	
24	金	
25	土	●可燃ごみ特別収集
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	●健康づくり教室すこやか 13:00~16:00 保健
30	木	●つくしくらぶ 13:30~15:30 こども園 ●介護保険料第1期納期限 ●後期高齢者医療保険料第1期納期限
31	金	●国民健康保険税第1期納期限 ●固定資産税第2期納期限

保健：保健センター 公民：公民館
B&G：B&G海洋センター 御児：御宿児童館

まちのうごき

- 人口 7,344 (▲7)
男 3,501 女 3,843
世帯数 3,680
(令和2年5月29日現在)
- 慶弔
出生 0 死亡 11
(令和2年5月届出)
- 交通事故発生状況
発生件数 5 死者数 0
負傷者数 7
(令和2年1月1日~5月31日)
- 御宿分署の出動状況
火災発生件数 0
救急件数 36
(令和2年5月中)
- ダム貯水状況
貯水量 516,000 m³
貯水率 89.1 %
(令和2年6月8日現在)
- 町浄水場の水質検査
令和2年5月20日
採水の検査結果
放射性セシウム 『不検出』
- エピアミー号利用状況
乗車人数 309人
(令和2年5月中)
- ふるさと納税寄附受付
寄附件数 146件
寄附総額 362万7千円
(令和2年4月1日~5月31日)

俳句愛好会【おんじゅく俳壇】 今月の兼題【万緑・梅雨晴れ】

●磨崖仏 自然の崖壁を利用し彫刻された仏像

●河童忌 芥川龍之介の忌日

●梅雨晴や姉さんかぶり紅を差し
梅雨晴や連絡船の少し揺れ
河童忌や田端たずねて葉鴨まで
父の日や目を見ず渡す贈物
万緑や微笑みみならず磨崖仏
たんぼの独り占めして分譲地
宅配の青年清き汗光る
有明の月に鳴いてるホトトギス
売出しの店に日傘の連なれる
梅雨晴る船宿の客動きだす
日々送る花の便りはスマホから
イチローを夢見る少年光る汗
梅雨晴やところ狭しとシーツの帆
柏餅喜ぶ子らも少年に

岡本 俊康 菊池 武夫 山口 美子 永谷 愛 石橋 風花 近藤 昌子 井出 榮子 松田 栄子 山下 泰久 李 泰久 西川 百 松村 美津子 安岡 信子 庄司 範義 佐野 志保子 聖成 けさ子

社会で生き抜く力を身につける

学校法人 中央国際学園

中央国際高等学校

御宿町久保1528 0120-89-0044

水廻り・電気のトラブル・家電の使い方等
お困り事なら

PANA CLAIR シーズ あきば

御宿町新町312
TEL 68-2157

買ったあともおまかせください！
『即日訪問』で安心サポート

ブログで私たちの仕事を紹介中 ▶▶▶ オール電化 御宿町 検索

ぼくの夢 わたしの夢

サーフィンのプロ

御宿中学校 3年
まつなが けんしん
松永 健新 さん



今、僕は毎日サーフィンの練習を熱心に行っています。まだアマチュアで活動していますが、これからも一生懸命練習をして、結果を出してプロになりたいと思っています。そして、日本でも活動しつつ、海外などのQ Sツアーでも活動できたらいいなと思っています。そのために今よりもっと練習しないといけません。最終的にはサーファーとして、最後までサーフィンをやり続けようと思います。

今できること

御宿中学校 3年
つるおか すず
鶴岡 涼々 さん



私の将来の夢は、幸せな家庭を築くことです。家族で旅行をしたり、家では休日に両親や兄弟家族を呼んでバーベキューやお泊り会をしたりし、家族と楽しい生活を送るのが理想です。また、御宿町に新しく家を建てて過ごしたいとも思っています。

私は医療系の仕事に興味があるので、将来は歯科衛生士か臨床検査技師になって、自分の夢を叶えるために働きたいです。今のうちにたくさん勉強を頑張り、夢を追い続けたいと思います。



御宿町食生活改善会（ヘルスマイト）は、町との協働により減塩やバランスの良い食事などをテーマとした健康づくりのための啓発活動を行っています。

簡単に作ることができる「おすすめレシピ」を掲載しますので、参考にしてください。



ジャーマンポテトオムレツ

今回のレシピは、彩りの良いオープンオムレツです。主菜と副菜の両方の食材を使っているため栄養バランスもよく、簡単に作ることができるので、忙しい朝の食事にもおすすめです。

材料(4人分)

じゃがいも……………中1個
ウィンナー……………4本
ブロッコリー……………1/2株
ホールトマト缶……………60g
卵……………3個
黒こしょう……………少々
塩……………ひとつまみ
サラダ油……………大さじ1
レモン汁……………小さじ1
粒マスタード……………大さじ1/2

1.人分の栄養価

・エネルギー…187kcal ・たんぱく質…9.4g ・脂質…12.8g ・塩分…0.8g

作り方

- 1 じゃがいもはよく洗いきし切りにし、5分程度電子レンジで加熱する。
- 2 ウィンナーは斜めに切り、茹でる。
- 3 ブロッコリーは小房にし、塩茹でする。
- 4 ホールトマト缶はかるく水気を絞り、ざく切りにしておく。
- 5 卵をときほぐし、黒こしょうと塩を入れ、かき混ぜる。
- 6 フライパンにサラダ油を熱し、5を流し入れた後、4のトマトをちらし、1～3を置き、蓋をして卵に火が通るまで蒸し焼きにする。
- 7 6を4等分し、器に盛り付けレモン汁をふりかけ、粒マスタードを添える。

問合せ 保健福祉課 福祉介護班 ☎68-6716 (管理栄養士 上野 千晶)