

『環境にやさしい行動』のススメ vol.16

生活環境課 (☎ 42-2111)

■ごみの減量にご協力を
ごみ処理には、多くのエネルギーを必要とするだけでなく、地球温暖化の原因となる二酸化炭素をはじめ、環境に負荷を与える物質が発生します。町は、環境負荷を軽減するための取り組みの一つとして「4R」を推進しています。

【4Rとは】
① Refuse (リフューズ) 不要な物は断りごみを出さない
② Reduce (リデュース) 工夫してごみを減らす
③ Reuse (リユース) 繰り返し使う・修理して長く使う
④ Recycle (リサイクル) 分別して資源として再利用する

■使わなくなった衣類は町の古着回収へ
6月19日(土)に実施した第1回古着回収では、約600世帯から総重量10・23トンの衣類を提供いただきました。
回収された古着は、東南アジアなどで衣類として再利用されます。家庭で眠ったままの衣類がある場合は、ぜひ古着回収をご利用ください。
第2回古着回収は、10月16日(土)に実施します。

■使用済み小型家電のリサイクルにご協力を
今までごみとして捨てられていた小型家電も、適切に処理すれば資源としてリサイクルできます。限りある資源を有効に利用するため、家庭で不要になった小型家電の回収にご協力ください。

【回収ボックス設置場所】
役場庁舎エントランスホール、各地区生涯教育センター、各地区生涯教育センターに町と協定を締結しているリネットジャパンリサイクル(株)に申し込みください。
※回収品目にパソコン本体が含まれている場合、1箱分の回収料金が無料となります。

レッツリサイクル!



リネットジャパン
リサイクル(株)
▶ <https://www.renet.jp>
☎ 0570-085-800

男女共同参画連載②

～多様な生き方が尊重される魅力的なまちを目指して～

中央生涯教育センター 社会教育係 (☎ 44-3123)



男女共同参画推進相談員
横田 恵子さん

昭和62年から平成18年まで岩手県婦人相談員として各種婦人相談業務に従事。

平成19年からは町男女共同参画推進相談員として月2回DV(ドメスティックバイオレンス)相談に対応し、年間10数件の相談を受ける。

豊富な経験により、調停手続きやシェルター移送手続き等適切に対応し、被害者の保護、自立支援に尽力。

「わたしもあなたも大切に」
寄稿 男女共同参画推進相談員 横田恵子

皆さんは男女共同参画という言葉をご存知ですか？私は昭和62年に岩手県婦人相談員を務めて以来、約30年間にわたり男女共同参画に携わって来ましたが、多くの人のために中々馴染みのない言葉かなと思います。

私が生まれた昭和の時代には、男は家族を養い、女は家庭を守ると言われたのですが、男女共同参画とはこのように「男とは」「女とは」という枠組みに捉われない考え方のことです。

しかしながら、私たちは知らず知らずのうちに決めつけられているものが沢山あります。

例えば、男らしくて素敵、お淑やかで女らしい、という言葉は、自分が誉め言葉と聞いていても性別による偏見を含んでいます。

さて、そんな偏見を取り除き、男女共同参画を実現するために私たちが出来ることは何でしょうか。

それは性別という鎖を外し、人と人同士がお互いを大切に思うことではないでしょうか。考え方や生き方はそれぞれ、男、女と一括りにせず、その人の個性が活かせる世の中になってほしいものです。

お知らせ news 子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外)

子育て支援課 (☎ 44-4611)

■支給対象者 次の全てに当てはまる人(ひとり親世帯分の給付金受給者を除く)

①令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合20歳未満)を養育する父母等 ※令和4年3月末までに生まれた新生児等も対象になります。

②令和3年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった人

■支給額 児童一人当たり一律5万円

■手続きに必要な書類 ▶低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外分)申請書(請求書) ▶簡易な収入(所得)見込額の申立書※申請書、申立書は子育て支援課にあります。▶運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなどの本人確認できる書類の写し▶申請・請求者の世帯の状況、児童との関係性を確認できる書類の写し※戸籍謄本、住民票など

▶振込口座の通帳の写し▶給料明細書、年金振込通知書など、収入額が分かる書類

お知らせ news 介護予防講座「体操ショッピングバス」開催

町社会福祉協議会 (☎ 44-6060)

町社会福祉協議会は、介護予防を目的とした体操講座と買い物支援を組み合わせた講座を開催しています。健康づくりをしながら、参加者同士での交流や町内での買い物ができる講座となっておりますので、ぜひこの機会にご参加ください。

■開催日 8月12日(木)午前10時～午後3時30分

■場所 福祉センター、町内商業施設(ビッグハウスやイオン) ※自宅から無料送迎します。

■内容 ①健康チェック・問診・軽体操②昼食・交流③買い物

■対象者 町内在住のおおむね65歳以上の高齢者

■費用 無料(買い物は自己負担) ※ふれあい食堂で定食(550円)を注文できます(昼食持参も可)。

■申込締切 8月5日(木)

■定員 20人

■その他 マスクを着用し、運動しやすい中履きとタオルを持参ください。

おうち時間を楽しむ 食改さんの押しレシピ

保健福祉センター 元気100歳健康支援係 (☎ 44-4560)

新しい生活様式が求められるなか、家族で食卓を囲む時間が増えています。家庭の食卓を豊かに健やかにするため、役立ててみてはいかがでしょうか。

ごまご飯



■材料(4人分)

- もち米 2合
- 水 350ml
- すりごま(黒) 1袋(55g)
- A 砂糖 大さじ3
- しょうゆ 大さじ2
- 湯 大さじ2

■1人分の栄養価

- ・エネルギー 400kcal
- ・たんぱく質 8.4g
- ・食塩相当量 1.3g
- ・食物繊維 2.3g

■作り方

- 1 2合のもち米は洗ったらすぐに炊飯器に入れ、水350mlを加えて炊く。
- 2 Aを混ぜておく。※すり鉢で混ぜるとよい
- 3 もち米が炊き上がったから、2を加え混ぜ、5分ほど蒸らす。

そのほかのレシピも町ホームページで公開中!!



母に教えてもらったレシピで手軽におはぎの味わいが楽しめます。主食にもおやつにもなり、地域の仏事のもてなしの一品でもあります。

町食生活改善推進員
高橋ミサヲさん

レシピ提供：町食生活改善推進員協議会西部支部