

### 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料が減免になります

新型コロナウイルス感染症の影響により、次の要件を満たす人は、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料が減免になります。

対象者	減免される保険税または保険料	減免割合	要件
新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯の人	国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	全額	
新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれる人	国民健康保険税 後期高齢者医療保険料 介護保険料	所得に応じ一部	下記の①②③の全てに該当する人 下記の①および③に該当する人

- ①事業収入や給与収入など、収入の種類ごとにみた収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
- ②前年の所得の合計額が1,000万円以下であること
- ③収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

ご自身が減免の対象となるか不明な人や申請に必要な書類等の詳細については、税務課にお問い合わせください。

☎ 税務課 (内線：2115、2118)

### 金ヶ崎芸術大学校開校日のお知らせ

<p><b>昔ばなしの時間</b> 侍住宅のお座敷で語り部が昔ばなしを語ります。 ■開催日 7月4日(土)、8月1日(土)、9月5日(土) ■時間 午前11時～正午、午後1時～2時 ■その他 参加無料、出入り自由</p>	<p><b>ずこうの時間</b> 大学校の一室をみんなで使える図工室に改装します。 ■開催日・内容 7月5日(日)設計、7月26日(日)作業、8月23日(日)大工 ■時間 午後1時～4時 ■その他 参加無料、出入り自由</p>	<p><b>野生の時間</b> 大学校の周囲をお散歩しながら食べられる野草を探します。 ■開催日 7月25日(土) ■時間 午前10時～正午 ■その他 参加無料</p>
<p><b>うるしの時間</b> 誰でも参加できる漆芸工房で塗り箸の制作体験ができます。 ■開催日 7月25日(土) ■時間 午後1時～5時 ■その他 参加無料、出入り自由</p>		

■場所 旧菅原家(旧狩野家)侍住宅(西根表小路9-2)  
☎ 金ヶ崎芸術大学校(旧菅原家侍住宅)  
担当：市川 ☎ 080-7225-1926  
Mail : kanegasakiartcollege@gmail.com Webサイト

※新型コロナウイルスの影響により、中止となる場合があります。最新の情報はお問い合わせください。

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、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)」を避けるなどの「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは次のとおりです。

#### (1) 暑さを避けましょう

- ① エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整
- ② 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
- ③ 暑い日や時間帯は無理をしない
- ④ 涼しい服装にする
- ⑤ 急に暑くなった日等は特に注意する

(2) 適宜マスクを外しましょう

- ① 気温・湿度が高い中でのマスク着用は要注意
- ② 屋外で人と十分な距離(2倍以上)を確保できる場合には、マスクを外す
- ③ 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うえで、適宜マスクを外して休憩する

#### (3) こまめに水分補給しましょう

- ① のどが渇く前に水分補給を
- ② 1日あたり1・2リットルを目安に
- ③ 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

- ① 日頃から体温測定、健康チェック
- ② 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

- ① 暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ② 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ③ 「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、障がい者の方は、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、周囲の人からも積極的な声かけをお願いします。

☎ 保健福祉センター 元氣100歳健康支援係 ☎ 44-4560



## 身体障がい者義肢・装具等補装具 巡回相談のお知らせ



身体障害者手帳をお持ちで、補装具(車いす・義肢・装具等)の交付や修理等が必要な人は、この機会にご相談ください。

なお、事前に申し込みが必要ですので、希望する人は申込期限までに保健福祉センターへ申し込みください。

※新型コロナウイルス感染症予防対策のため、マスク着用のうえ、お越しください。

■日時 8月6日(木)午後1時～4時(受け付けは午後1時30分まで)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となる場合があります。

■場所 奥州市水沢地区センター(奥州市水沢聖天 85番地 2)

■申込期限 7月20日(月)

■持ち物 身体障害者手帳、マイナンバーがわかるもの、印かん  
※再交付や修理の場合は、現在使用している補装具などを持参してください。

☎ 保健福祉センター (☎ 44-4560)

## 子育て支援員研修受講者を募集します！

「子どもが好き」「保育に関わる仕事がしたい」「子育てに役立てたい」など興味がある人、保育所などの保育の現場で保育士の補助をするために必要な知識や技術を習得したと認められる、全国に通用する「子育て支援員研修(地域保育コース)」を受講してみませんか。

■対象者 町内に在住または在勤(保育や子育て分野)の人、町内の地域型保育施設等で保育補助員として従事することを希望する人

■内容 5日間(9月15日、9月29日、10月6日、10月13日、10月27日)の講義、時間：午前9時～午後4時、2日間の実習  
※新型コロナウイルス感染症の状況によって研修を中止または研修内容を変更する場合があります。

■受講料 テキスト代 2,750円(税込み)

■募集人数 20人

■場所 金ケ崎町役場

■申込期限 7月31日(金)

■申込先・☎ 教育委員会事務局 (☎ 42-2111)



## 岩手県介護支援専門員実務 研修受講試験日程について

令和2年度岩手県介護支援専門員実務研修受講試験については、次のとおりです。試験案内は保健福祉センターで配布します。

■試験日時 10月11日(日)午前10時～

■試験会場(予定)

岩手大学 学生センターA棟およびC棟

■申込期間 6月29日(月)～7月27日(月) ※消印有効

■申込先・☎ (公財)いきいき岩手支援財団 総務・健康支援課 (☎ 019-626-0196)

## 精神保健福祉相談のご案内

精神科医師による精神保健福祉相談を行い、精神障がい者およびその疑いがある人の早期発見、早期治療の促進、対象者の社会適応を援助します。

■開催日(予約制)

7月22日(水)	8月26日(水)
9月23日(水)	10月28日(水)
11月25日(水)	12月16日(水)
1月27日(水)	2月17日(水)
3月10日(水)	3月24日(水)

■受付時間 午後1時～3時

■場所 奥州保健所 2階健康相談室(奥州市水沢大手町5-5)

■申し込み方法 相談日前日までに電話等で申し込んでください

■申込先・☎ 奥州保健所 (☎ 22-2831)

## 表示登記無料相談会のお知らせ

土地の分筆・合筆、境界確定および建物の登記などの不動産表示登記全般に関する無料相談を実施します。

■日時 7月31日(金)午前10時～午後3時

■場所 最寄りの土地家屋調査士事務所

■相談料 無料

☎ 岩手県土地家屋調査士会水沢支部 担当：阿部 (☎ 22-7428)

## こころサロン奥州のご案内

家族や親族等大切な人を自死で亡くされた同じ経験を持つ遺族で集まり、お互いの悲しみや生きることを理解し支え合いませんか。

■開催日

7月4日(土)	9月5日(土)
11月7日(土)	1月9日(土)
3月6日(土)	

■時間 午後1時30分～3時

■場所 奥州保健所 2階第3相談室(奥州市水沢大手町5-5)

■申し込み方法 当日参加可能ですが、初めて参加する人は事前に申し込んでください

■申込先・☎ 奥州保健所 (☎ 22-2831)

## 「高齢者健康増進事業助成券」 をご活用ください



心身の健康保持増進を図るため金ケ崎町生涯スポーツセンターの利用に対し、1人3,600円分の高齢者健康増進事業助成券を交付します。

■対象者 後期高齢者医療被保険者

■助成内容 1人あたり100円の利用助成券を年間36枚交付(先着100人まで)

■利用施設 森山総合公園生涯スポーツセンター ※予約制

■利用期間 交付日から令和3年3月12日(金)まで

■申請方法 後期高齢者医療被保険者証を持参し保健福祉センターに申請する

■申請先・☎ 保健福祉センター 元気100歳健康支援係 (☎ 44-4560)

## 岩手県「食の匠」DVD を寄贈いただきました



胆江地方食の匠研究会から町立図書館に「食の匠」のDVD7種類を寄贈いただきました。

DVDは町立図書館で貸し出しますので、昔から受け継がれてきた郷土食の作り方を動画でご覧ください。

■DVDの種類 ①ピーマン饅頭/すいとん料理②三色す・あ・ま/くるみ豆腐③しめじの佃煮/果報団子④ジューネ料理/黒豆入り味付け餅⑤きゅうり加工漬⑥かぼちゃ大福⑦ゴマヒメ

■貸出場所・☎ 町立図書館 (☎ 41-1900)

DVDの内容に関する☎ 奥州農業改良普及センター (☎ 35-6741)

防災情報、クマ目撃情報、町からの大切な情報を



「金ケ崎町からのお知らせ」メールで配信しています

★「もしも」の前に、今すぐ登録



←登録方法はこちら  
(町ホームページ)