

# 広報かねがさき Kanegasaki -お知らせ版-

Mar. 2022  
**3**  
No. 35

Kanegasaki town  
Public relations

## 投票に行こう！

### — 金ヶ崎町長選挙 —

■投票日 令和4年 **3**月 **6**日(日)

午前7時～午後6時

■投票所 町内11投票所 ※入場券をご確認ください

#### 期日前投票のご案内

##### ■日時・場所

▶金ヶ崎町役場3階会議室(全日程)

3月2日(水)～3月5日(土) 午前8時30分～午後8時

▶イオンスーパーセンター金ヶ崎店

3月3日(木) 午前10時～午後8時

#### 入場券について

入場券は、世帯ごとに2人分ずつ印刷しています。投票の際は、自分の名前が記載されているかを確認して持参ください。

投票日当日は、入場券に記載の投票所で投票ができます。その他の投票所や役場での投票はできません。

#### その他

告示日(3月1日)の立候補届出の状況により、無投票となる場合があります。

☎ 金ヶ崎町選挙管理委員会(42-2111)



## 心をラクにする心理学講座を開催します

毎年好評いただいている講座に、今年も田口先生が来町します。心理学の専門分野から、ストレスや悩みへの対処法を分かりやすくレクチャーしていただきます。

■日時 3月24日(木)午後1時30分～3時30分

■場所 中央生涯教育センター

■対象者 町民または町内に就業している人

■内容 「ストレスケア～ここからだのリラクゼーション～」

講師：盛岡心理カウンセリングセンター公認心理士 田口由香氏

■参加費 無料

■申込期限 3月18日(金) ※定員になり次第締め切ります。

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

## 県立花きセンター 令和4年度花き消費者研修受講生募集

専門家から花苗の寄せ植えやコミュニティガーデン(花壇)作りについて学びます。

■日程 4月～11月

■場所 県立花きセンター フラワーレッスンルーム

■コース・定員・回数

①花苗の寄せ植えコース

定員40人(午前20人、午後20人)、全2回(6月8日、11月9日)、

②コミュニティガーデンコース

定員20人、全4回(5月11日、7月13日、9月14日、10月19日)

※詳細は県立花きセンターのホームページをご覧ください。

■参加費

①花苗の寄せ植えコース：各回2,000円(材料代)

②コミュニティガーデンコース：初回のみ1,000円

■申込期間 3月7日(月)～18日(金)、受付時間：平日午前10時～午後4時 ※先着順のため、定員になり次第締め切ります。

☎・申込先 県立農業大学校研修科(花きセンター)  
(☎ 43-2107)

## 東日本大震災で亡くなられた方々へ黙とうをお願いします

東日本大震災発生から3月11日で11年が経過します。

3月11日(金)は、地震が発生した午後2時46分に合わせてサイレンを吹鳴します。震災の犠牲となられた方々に対し、黙とうを捧げられますようお願いいたします。

☎ 保健福祉センター 福祉係 (☎ 44-4560)

## 3月11日は「東日本大震災津波を語り継ぐ日」です

これまでの復興の歩みの中で得られた多くの絆や、人と人が支え合うことの大切さを胸に、東日本大震災津波を語り継ぎましょう。一人ひとりの大切な人に想いを寄せながら、力を合わせて未来に向けて、ふるさと岩手を築いていきましょう。

☎ 県復興防災部 (☎ 019-629-6945)

## 水沢税務署から 確定申告に関するお知らせ

◇令和3年分の確定申告期限と納期限

▶申告所得税および復興特別所得税・贈与税：3月15日(火)

▶消費税および地方消費税：3月31日(木)

納税は、便利で確実な振替納税を利用ください。

◇令和3年分確定申告分の振替日

▶申告所得税および復興特別所得税：4月21日(木)

▶消費税および地方消費税：4月26日(火)

☎ 水沢税務署 (☎ 24-5111、音声案内で「0」を選択)

## 働く妊婦の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症への感染について、不安やストレスを感じたり、通勤や働き方で悩み、困っている妊婦の人は「母性健康管理措置等に係る特別相談窓口」に相談ください。相談は無料です。  
☎ 県労働局雇用環境・均等室「母性健康管理措置等に係る特別相談窓口」(☎ 019-604-3010)  
受付時間：午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

## 胆江地区衛生センターで 汚泥肥料を無料配布中

し尿の処理工程で発生する汚泥を原料とした肥料を生産しています。この肥料は、農林水産省の肥料登録をしており、野菜や園芸などに使うことができます。希望者に一人20袋(1袋15kg)まで無料配布していますので利用ください。

■肥料の概要(主要な成分)

窒素全量2.1%、リン酸全量2.8%、加里全量0.2%、炭素窒素比6

■配付日時 平日午前8時45分～午後4時45分

☎ 奥州金ケ崎行政事務組合胆江地区衛生センター (☎ 24-5821、奥州市水沢佐倉河字仙人49)

## 小学校入学前のお子さんへの 麻しん・風しん予防接種はお済みですか？

麻しん・風しん混合第2期予防接種の接種期間は、小学校就学前の一年間です。未接種の人は、早めに接種してください。

子どもの予防接種は、健康を守るだけでなく、その家族を守ることにも繋がります。

■対象者 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの人

■接種期間 令和4年3月31日(木)まで

■その他 対象者には、令和3年4月に予診票を発送しています。転入や紛失などで予診票をお持ちでない人は、問い合わせください。

☎ 子育て支援課 (☎ 44-4611)

## 「ほいくのしごと出張相談」開催

保育士として働きたいけれど未経験・ブランクがあって心配な人、保育士として就労中の人、何から始めたら良いか迷っている人など、一度相談してみませんか？

■対象者 保育士の就職について相談したい人(学生可)

■内容 保育に関する就職相談、専任コーディネーターから保育に関する情報提供など

■日時 3月10日(木)午後1時30分～3時30分

■場所 ジョブカフェさくら(北上市芳町2-8、北上地区合同庁舎1階きたかみ就労・生活支援フロア内)

■その他 当日参加可能ですが、予約すると時間をかけずに案内できます。

☎・申込先 岩手県保育士・保育所支援センター (☎ 019-637-9605)

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)

## 3月は自殺対策月間です

# ～ 広げる つなげる 支援のこころ ～

☎ 保健福祉センター 元気 100 歳健康支援係 (☎ 44-4560)

### ◇ 「疲れたこころ」に気づいたら…

3月は、就職や進学、転勤など生活環境が大きく変わること、疲れやすくストレスを感じやすい時期です。

また、長期化する新型コロナウイルス感染拡大は、健康問題だけでなく仕事や経済的な問題、社会とのつながりの減少などさまざまな影響をもたらしています。

こころの不調（不安、孤独、無気力など）を感じたり、身体の不調（不眠、食欲低下など）が続く場合は、ひとりで抱え込まず誰かに相談してみませんか。

専門の相談機関はもちろん、家族や友人など身近な人に打ち明けることでこころが軽くなり、対処法を見つけやすくなります。

### ■ 専門の相談窓口

相談窓口機関（受付時間）	連絡先（電話番号）
こころの健康相談統一ダイヤル （平日午後 6 時 30 分～午後 10 時）	☎ 0570-064-556
よりそいホットライン （24 時間対応）	☎ 0120-279-338
奥州保健所 （平日午前 9 時～午後 4 時 30 分）	☎ 0197-22-2831
岩手県精神保健福祉センター （平日午前 9 時～午後 6 時）	☎ 019-622-6955

### ◇ 身近な人たちができること

こころの不調は本人が自覚していないことが多いため、身近な人の「気づき」が大切です。いつもと違う様子に気づいたら、まずは一声かけ、ゆっくり話を聴きましょう。

### ～ためしてみませんか？こころの体温計～

「こころの体温計」は、スマートフォンや携帯電話、パソコンで気軽にメンタルヘルスチェックができるシステムです。

質問に答えると、あなたのストレス度や落ち込み度を表示します。  
右の QR コードまたは町ホームページからお試してください。

