

皆様のご協力に 心より感謝



青少年健全育成町民会議

1年の活動を振り返る

青少年健全育成町民会議の1年の諸活動が、多くの皆さんの深いご理解とご協力により終了しました。
皆様のご支援に心より感謝申し上げます。

新入学児童下校時安全指導

■日時 4月12日(水)、13日(木)
■場所 小学校通学路
安全・安心推進協会、老人クラブ連合会、女性団体連絡協議会、民生委員児童委員協議会の皆さんとともに、通学路7カ所を実施しました。

新1年生の元気のよいあいさつが、安全を見守っていた皆さんの耳に心地よく響きました。



新1年生の交通安全を見守る

青少年健全育成のつどい

■日時 6月11日(日)
■場所 ゆめりあ
「夢、希望、願い」をテーマに、小中学生8人が発表しました。発表者の皆さんは、自分の思いを素直に表現し、堂々と発表しており、大変立派でした。



作文発表した小中学生の皆さん

後半は、株式会社コンサドーレ(北海道コンサドーレ札幌)代表取締役社長CEO野々村芳和氏から「子どもの夢や希望を叶えるために」と題してご講演いただきました。
夢を叶えるための準備やサッカー選手に育て上げる大人の姿勢、これからのコンサドーレの目標などを分かりやすくお話ししてくださいました。

野外慈善ビールパーティ巡視

■日時 7月29日(土)
■場所 会場周辺
安全・安心推進協会と町民会議役員理事の総勢42人がそろいの帽子をかぶり、青少年の安全確保のために、にぎわう会場の周辺を巡視しました。



子どもの安全を確保する巡視

地域安全パトロール

■日時 9月27日(水)、28日(木)
■場所 小学校通学路
地域の子どもは地域で守るという考えのもと、通学路要所8カ所で、子どもたちへの安全指導や声かけ、あいさつなどを行いました。

多くの関係団体や地域から、2日間で延べ93人の参加をいただきました。

町民会議理事研修会

■日時 11月8日(水)
最初に、空知教育局社会教育指導班主査から、地域住民による子ども見守り活動の実践事例が紹介されました。
その後は、滝川警察署生活安全課長から、インターネット被害の防止策についての講話をいただきました。

町民会議では、今後も青少年健全育成のための情報を共有して活動していきます。



講話に聞き入る理事



下校時の子どもへの声かけ

上下水道料金の助成について

上下水道料金には、皆さんの生活負担を軽減する制度があります。条件に該当する方は、申請し承認されると、基本料金の支払い金額が引き下げられます。



	軽減額	該当条件 (共通)	該当条件	申請期間	問合せ
水道料金	基本料月額 2,430円 (税込) のうち626.4円	○生活保護世帯の方 ○母子または父子家庭で次の全てに該当する方 ・児童扶養手当の受給者 ・満20歳未満の子ども1人以上を扶養 ・母または父の年齢が65歳未満 ・当該年度の町民税が非課税世帯または均等割のみの課税世帯	70歳以上の単身世帯で、当該年度の町民税が非課税世帯の方	随時 受け付け	西空知広域 水道企業団 ☎76-2486
下水道料金	基本料月額 1,512円 (税込) のうち540円		65歳以上の老人世帯で、当該年度の町民税が非課税世帯の方		建設課 都市管理 グループ ☎76-2139

地下水を利用している皆さんへ

地下水を利用して下水道に排出する汚水は、届出により使用水量を認定しています。世帯員が減少した場合、この認定水量を減らすことにより下水道料金を減額することができますので、就学、就職などで転出した場合などは、忘れずに届出をしましょう。
また、出生などにより世帯員が増えた場合にも必ず届出をし、公平な負担にご協力をお願いします。
地下水を下水道に排出した場合は、次の表により使用水量を認定しています。

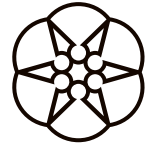
用途別	飲料、炊事、洗濯、手洗いなど	入浴	水洗便所
一般用	1戸3人まで6㎡	1人につき1㎡	1人につき1㎡
	1人増すごとに2㎡を加算		

※水道水と地下水を併用している場合は、水道メーターによる水量に、この表により認定した地下水の水量を加算します。

口座振替を利用しませんか？

口座振替納付は、一度手続きすれば、指定した金融機関の口座から毎月27日(土日祝日の場合は休み明け)に自動的に振替納付される便利な制度です。
利用される方は、口座振替依頼書を窓口でお渡ししますので、建設課都市管理グループまでお越しください。記載した依頼書を各金融機関に届出いただくと口座振替が開始されます。
※27日に振替できなかった場合は、翌月の10日に再振替が行われます。

こんにちは! ヘルスマイトです



新十津川町
食生活改善推進員協議会

食生活改善推進員（ヘルスマイト）とは？



「私たちの健康は私たちの手で」を合い言葉に、家族や地域の方々に食の大切さを伝えているボランティアです。

バランスのとれた食生活の定着を目的に、家族・お隣さん・お向かいさんへ、地域ぐるみのよりよい食習慣づくりを目指して活動しています。

養成講座（食と運動力アップ教室）が終了

平成29年10月19日～12月8日の全7日間で、食生活改善推進員養成講座（食と運動力アップ教室）を実施し、22人がヘルスマイトとなる資格を取得しました。

調理実習や自主献立作成、健康講座や運動講座を受講し、受講者からは、生活習慣予防や、家庭での食生活の見直しに良いきっかけとなったとの声があがりました。

今後は、ヘルスマイトとして、料理教室などを通じて皆さんの健康づくりのお手伝いをしていきます。

※ヘルスマイトの活動に興味のある方は、事務局までお問合せください。



<おすすめレシピ紹介>

鮭の蒸し焼きあんかけ

1人分150kcal、カルシウム32mg、塩分1.1g

鮭に含まれるたんぱく質は、体をつくる材料となります。野菜と一緒に調理することで、一品でバランスのとれたおかずになります。養成講座で実施したメニューです。

材料（4人分）

- ・生鮭（1切れ70g）・・・4切れ
- A {
 - 塩、こしょう・・・少々
 - 酒・・・大さじ1
- ・もやし・・・200g
- ・人参・・・50g
- ・ピーマン・・・20g
- ・長ネギ・・・30g
- ・しょうが・・・8g
- ・酒・・・大さじ2
- ・だし汁・・・150ml
- ・しょうゆ・・・大さじ1
- ・片栗粉・・・大さじ1
- ・水・・・大さじ1

《作り方》

- ①生鮭にAで下味をつける。
- ②もやしは水で洗っておく。人参、ピーマンは千切り、長ネギは表面の白い部分は千切り（白髪ネギ）にし、水にさらす。残りは斜め薄切りにする。しょうがは千切りにする。
- ③フライパンにもやし、人参、しょうが、①、酒を入れて、ふたをして中火にかける。5分ほど蒸し焼きにしたら、ピーマンと斜め薄切りにした長ネギを加えて、更に2分蒸し焼きにする。火が通ったら皿に盛りつける。
- ④同じフライパンに、だし汁、しょうゆを入れて煮立たせる。煮立ったら水で溶いた片栗粉を入れて、とろみをつけて、あんを作る。
- ⑤③に④のあんをかけて、白髪ねぎを飾る。