

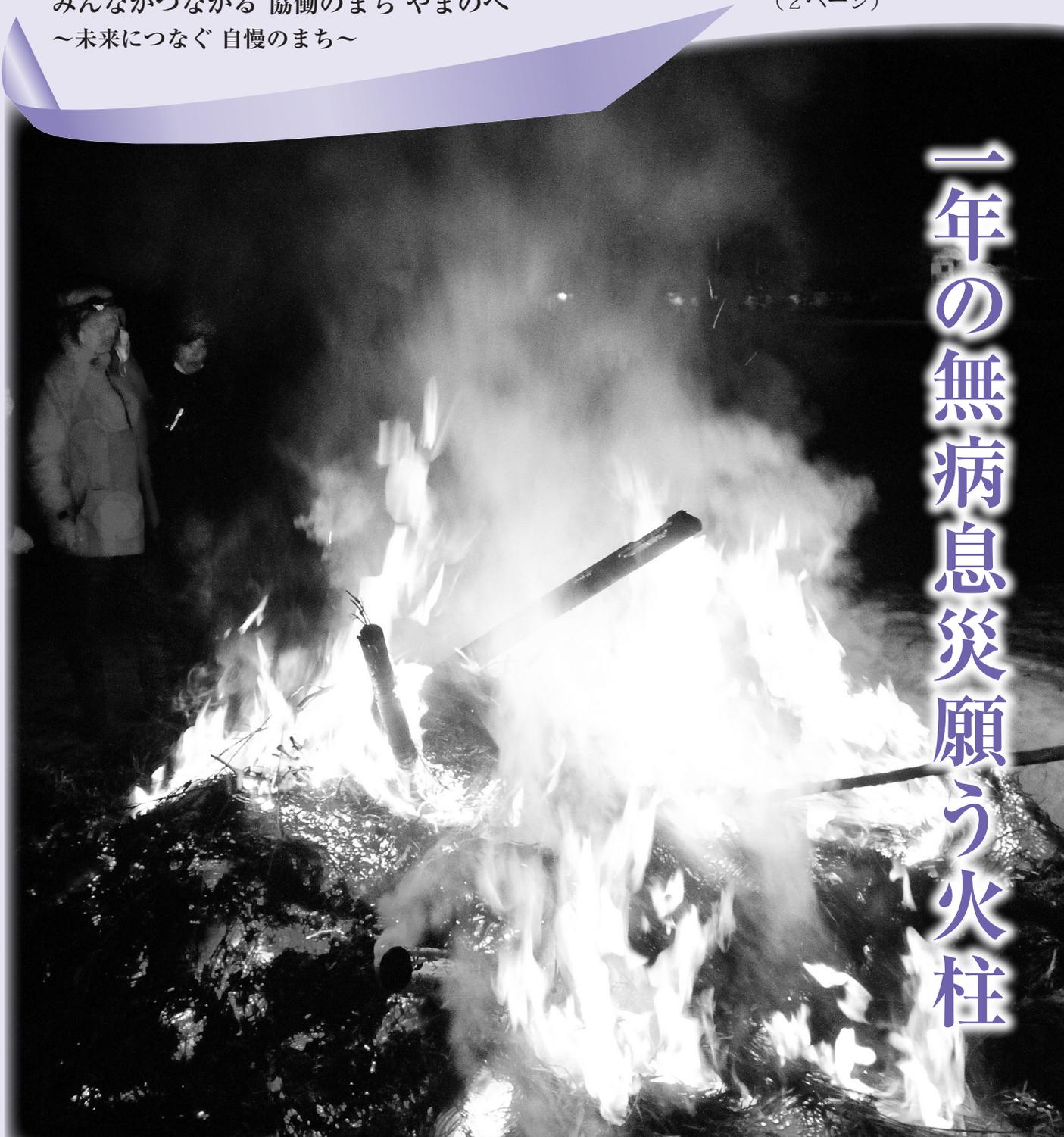
やまのべ

みんながつながる 協働のまち やまのべ
～未来につなぐ 自慢のまち～

主な内容

○町税のコンビニ・スマホ収納
(2ページ)

一年の無病息災願う火柱



町公式facebookを開設しました

■山辺町公式facebook

<https://www.facebook.com/yamanobe.town/>



▲ 1月中、小正月の伝統行事「どんと祭」が中地区などで行われました。正月のしめ飾りやお札、お守りなどを燃やす「どんと祭」。地区のみなさんが持ち寄った稲わらや竹などで組んだやぐらに火を放ち、1年の無病息災を願うとともに、年神様をお送りしました。

4月からスタート! 町税のコンビニ・スマホ収納

〈問合せ〉 税務課 収納対策室 ☎(667)1105

令和3年4月以降に発行する新しい納付書から、町内はじめ全国の主要コンビニエンスストア(以下「コンビニ」)やMMK(公共料金収納端末)設置店で町税が納付できるようになるほか、スマホ決済にも対応します。納付に係る手数料は無料ですので、ぜひご利用ください(スマホ決済の場合、通信料は利用者の負担となります)。

納付書の様式が変わります

- ① 納付書の様式がコンビニ納付、スマホ決済に対応したバーコード付きに変わります。
- ② 軽自動車税(種別割)の納付書が圧着はがきに変わりますが、これまでどおり、継続検査用の納税証明書欄が付いています。
- ③ これまでの納付書はまとめて綴じていましたが、4月以降は1枚1枚バラバラでお送りします。納付の際は、あらかじめ納期(例:1期、2期、...)の記載をご確認ください。納期を誤って納付すると、未納分について後日督促状が送付され、納付額に加え督促手数料も納付していただくこととなりますので、十分にご注意ください。

郵便局(ゆうちょ銀行)でも納付できます

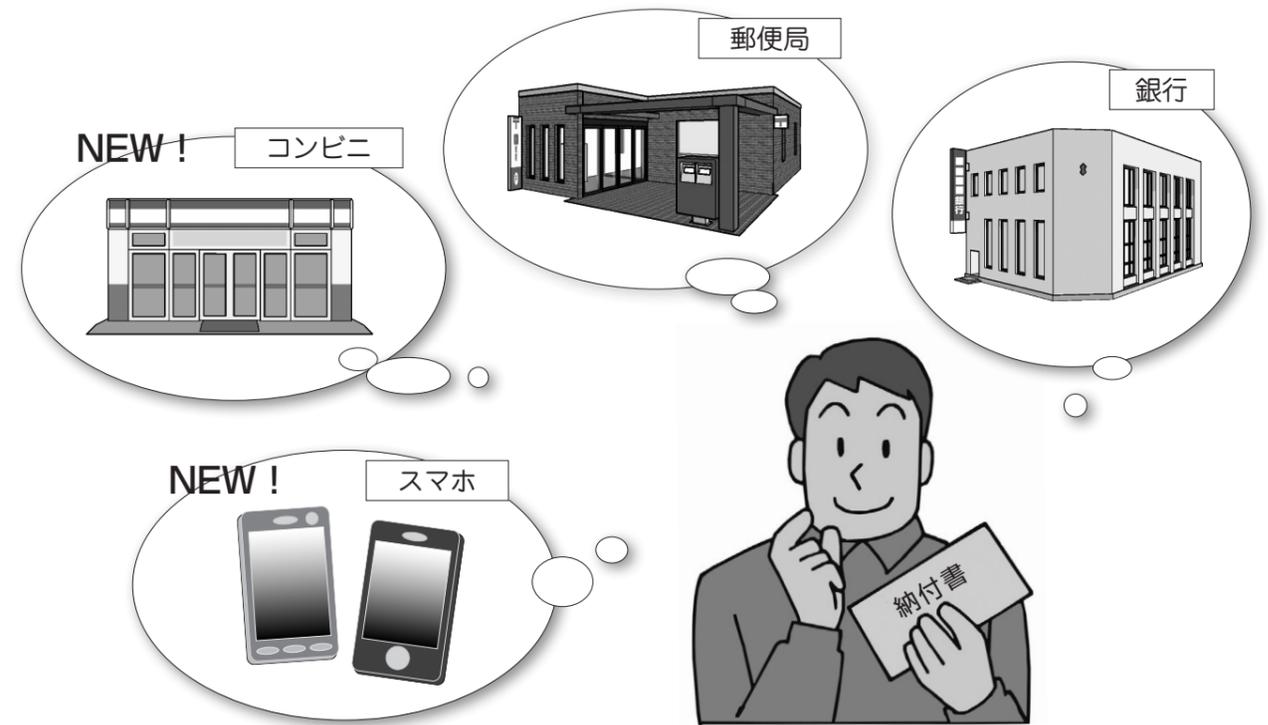
町内はじめ東北6県の郵便局(ゆうちょ銀行)でも納付できます。納付書1枚当たりの金額が30万円を超えるものでも納めることができます。

新しい町県民税(普通徴収)、固定資産税、国民健康保険税(普通徴収)の納付書

取りまとめ店 980-8794 仙台貯金事務センター 口座番号 加入者名 02250-4-961061 山辺町会計管理者	納付書兼納入済通知書 納付番号: 1120001791386 確認番号:	令和3年度 納入書(原符) 納付額 21,000円 督促手数料 円 延滞金 円 合計金額 円 納期限 令和3年 月 日 納付者 保険証番号 1234567890 領収日付印	令和3年度 領収証書 納付額 21,000円 督促手数料 円 延滞金 円 合計金額 円 納期限 令和3年 月 日 納付者 保険証番号 1234567890 領収日付印
---	--	---	--

新たにバーコードが印字されます

※イメージです。開発中のものであり、変更の可能性があります。



口座振替が便利です

口座振替を利用すると、納期ごとに指定した口座から自動的に町税などが引き落とされます。

山形銀行、荘内銀行、きらやか銀行、東北労働金庫、山形農業協同組合、郵便局(ゆうちょ銀行)、役場税務課のいずれかの窓口に通帳と届出印を持参のうえ、申し込んでください。

※口座情報は名義人ごとに登録しています。相続などの理由で固定資産の名義人を変更された際には、再度申し込みが必要です。

簡単

一度の手続きで継続して振替

安全

現金や納付書を持ち歩かなくてOK

口座振替

便利

納期ごと出かなくて済む



コンビニ納付

便利

- ・休日や夜間を問わず、いつでも納付
- ・お買い物ついでに納付

町内で納付できるコンビニ

- ・セブンイレブン山辺町山辺店
- ・ローソン山形やまのペド
- ・ファミリーマート山辺町店

コンビニ・スマホ決済で納められる町税

- 町県民税(普通徴収)
- 軽自動車税(種別割)
- 固定資産税
- 国民健康保険税(普通徴収)

コンビニ・スマホ決済で納められない納付書

- 納付書1枚当たりの金額が30万円を超えるもの
 - 金額を訂正したもの
 - バーコード印字がないもの
 - 傷や汚れなどによりバーコードが読み取れないもの
 - 納付書に記載の納期限から一定期間過ぎたもの
- (納付書にコンビニでの取扱期限が印字されていますので、ご確認ください)

◁ 次の4ページでは、スマホ決済アプリを利用した町税の納付について掲載しています。

山辺町食生活改善推進協議会

私たちの健康は 私たちの手で

〈問合せ〉
保健福祉センター
☎(667) 1177

Q 食改ってどういう人たちのこと？



→ 食生活改善推進員の略称、“ヘルスマイト”とも呼ばれています。

『私たちの健康は私たちの手で』をスローガンに、「食」を通して、生活習慣病予防や健康づくりの輪を地域に広げる案内人としてボランティア活動を行っています。ピンク色のエプロンと三角巾をトレードマークに、小さなお子さんの食育活動や各地区での伝達講習など食に関するさまざまな活動を展開しています。

～こんな活動をしています～

▼ 食育事業

毎年、町の保育所を訪問して一緒にスイートポテトなどのお菓子をつくり、子どもたちに手づくりの楽しさを伝えています。また、年長から小学3年生の親子を対象にした『おやこ料理教室』も行っています。親子での調理体験を通して、食事の大切さや調理の楽しさを学ぶことを目的とした教室で毎年大好評です。

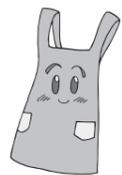


▼ 食改員の学習会（栄養教室）

年5回行っている食改員の学習会（栄養教室）で、今年度は災害時に役立つパッキングについて学びました。災害時の限られた環境下でも衛生的に調理し、食べ慣れた食事をすることは健康を維持するためにもとても重要です。災害食についてさらに学習を深め、町民のみなさんに広めていきます。

◆ 活動紹介

- ・各地区での伝達講習会
 - ・各地区行事への参加
 - ・保育所での食育体験事業
 - ・おやこ料理教室
 - ・地場産物を使った料理講習会
 - ・高校生や高齢者など各世代向けセミナー
 - ・食改員同士の学習会や交流会 など
- さまざまな活動を行っています！



◆ 私たちと一緒に活動しませんか？

一緒に活動してくれる食改員を募集しています！
☆料理が好きな人
☆食や健康づくりを楽しく・おいしく学びたい人
☆ボランティア活動に興味がある人

どんな方でも大歓迎です。
食改員になるためには、町が開催する「養成講習会」を受講する必要があります。詳しくは保健福祉センターに問い合わせください。

スマホ決済での注意事項
領収書は発行されませんので、アプリの納付履歴でご確認ください。スマホ決済で納付する場合、領収印が押されないため、二重納付とならないように、納付書に納付済みであることを書き込むなどの対応をおすすめします。金融機関窓口、コンビニ店頭や役場会計課ではアプリを提示しての納付はできません。

- 一部スマホ決済にも対応
〈電子マネー〉
○ Pay Pay 請求書払い
○ LINE Pay 請求書支払い
○ 支払秘書
〈銀行口座払い〉
○ Pay B

スマホ決済

確認
納付状況を履歴ですぐに確認

安全
現金を持ち歩く必要なし

便利
・24時間365日、いつでも簡単に納付
・納付に出かけなくて済む

▼ スマホ決済での支払い手順

STEP 1 納付書を用意する

支払いたい納付書をお手元に用意する。

STEP 2 バーコードを読み取る

アプリを起動し、納付書のバーコードを読み取る。

STEP 3 支払い完了

確認画面に表示される支払内容に間違いがないことを確認して、支払う。

STEP 4 納付履歴の確認

支払いの詳細は、アプリの納付履歴で確認する。

※詳細は町ホームページに掲載しています。

よくある質問

- Q 令和3年3月以前に発行された納付書は、コンビニ・スマホで納められますか？
- A コンビニ・スマホでは納められません。これまでどおり金融機関窓口や役場会計課で納付してください。
- Q 軽自動車の継続検査（車検）用の納税証明書がすぐに必要なのですが…？
- A スマホ決済の場合、納税証明書は発行されません。必要な場合は、納付書など別の納付方法で納めるようにしてください。口座振替を利用する場合は、5月中旬に納税証明書付きの領収書を圧着はがきで発送します。お急ぎの場合は通帳への記載で引落しが確認できれば、申請により役場税務課の窓口で納税証明書を発行できます。また、督促状や口座振替不能通知書の納付書によりコンビニで納めた場合は、町で納付が確認できるまで1～2週間程度かかりますので、領収印が押された「領収証書」を本人確認書類（運転免許証やマイナンバーカードなど）とともに役場税務課の窓口で提示していただければ、納税証明書を発行できます。
- Q 納付書を紛失した場合はどうすればいいですか？
- A 再発行しますので、役場税務課までご連絡ください。

健全育成のために活動しています ～街頭啓発運動「一斉声掛け運動」～



昨年11月5日に街頭啓発運動「一斉声掛け運動」を行い、子どもたちの健全育成を啓発しました。

《青少年育成推進員の研修報告》

昨年9月27日に大江町で開催された村山地区青少年育成連絡協議会推進員部会研修会に参加しました。

第1部は、山形県福祉相談センター岸本先生の講演会で、児童の生活に関する諸問題と児童虐待の現状についての話がありました。少年非行の若年化や児童虐待防止法改正に関する説明に改めて驚きを覚えるとともに、青少年育成推進員として自分に何ができるのかを考えさせられる時間となりました。市町村と児童相談所の連携についても説明があり、児童の健全育成に対する我々の負うべき役割の大きさを感じました。

第2部は各市町の青少年育成推進員との意見交換会でした。さまざまな活動実績や悩みなどを直接聞くことができ、参考になりました。特に、青少年育成推進員の活動が広く認知されていないことを痛感しました。

今後は青少年健全育成という願いを広く町民にPRし、今回の研修で学んだことを生かして活動を充実していきたいと考えています。



青少年育成推進員 佐藤 光之さん

《山辺町青少年育成町民会議 会長あいさつ》

町青少年育成町民会議は、山辺町を担う青少年が、自主性と自立性を備え、人間性と社会性豊かな近未来の担い手・主役となることを目指し、地域社会の方々と一緒に青少年健全育成運動を展開しています。



会長 三浦 康市さん

コロナに負けるな!

新型コロナウイルスの感染が拡大しており、収束の兆しが見えません。コロナ禍の影響で社会、経済は甚大なダメージを受けています。

日本赤十字社のチラシでは、新型コロナウイルスには「3つの感染症」という顔があり、第1に病気そのもの、第2に不安と恐れを持ち、第3には、嫌悪・偏見・差別の顔を持つウイルスであるとのこと。いじめなどに発展するこの感染症の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別がさらなる病気の拡散につながることに注意喚起しています。私たちがそれぞれの立場でできることを行い、このコロナ禍を断ち切りましょう。

なお、昨年犯罪被害に発展しかねない子どもに対する声かけ事案の認知件数が、6月以降の下校時に増加しているといった報告があります。子どもの力・大人（保護者）の力・地域の力をそれぞれ高めながら連携していくことが、私たちができる最大の防犯活動になります。社会全体で情報を共有しながら、子どもたちをしっかりと守っていきましょう。

令和2年度 町青少年育成町民会議事業

令和2年	6月30日	常任委員会・総会
	8月17日～	夏季地域巡回活動（夜間）
	8月31日	有害図書類実態調査
令和3年	11月5日	県民運動街頭啓発「一斉声掛け運動」
	1月29日	青少年指導機関との懇談会
	3月下旬	春季地域巡回活動

青少年だより「りんどう」

《問合せ》 山辺町青少年育成町民会議事務局（中央公民館内） ☎（664）6033

今年度の青少年だより「りんどう」では、青少年活動の一環として「令和2年度“いじめ・非行をなくそう”やまがた県民運動標語」と町青少年育成町民会議の活動を紹介します。

“いじめ・非行をなくそう”やまがた県民運動標語とは？

山形県では、将来を担う子どもたちが、夢と希望を持って健やかに成長していくことを願い、いじめのない地域、学校づくりを推進するために、家庭・地域・学校において、子どもたちや大人がどのような取り組みを行えばいじめの防止・根絶が図られるかを簡潔な言葉で表現した標語を募集し、小・中学生のいじめの防止・根絶にかかわる意識の啓発を促進することを目的に標語を毎年募集しています。

今回は、町内の小・中学校で募集した中から各学校の優秀作品を紹介いたします。町青少年育成町民会議は、これからも“いじめ・非行をなくそう”やまがた県民運動の取り組みを推進していきます。

《山辺小学校》

- 1年 阿部 悠さん じぶんがされて やなことは ひとにしない
- 2年 高橋 陸斗さん そのことば みらいのじぶん みすえてる？
- 3年 岩瀬 智大さん 悪口だめ 無視もだめ 明るい笑顔で遊ぼうよ
- 3年 飛塚 天希さん 想像してみよう 自分一人が いじめられる場面を
- 3年 多田 杏梨さん 「イジメ」をやる側もやられる側も全然得することはいっさい無い
- 4年 阿部 翔太さん 悪いこと きっと誰かが 見ているよ
- 5年 高橋 いろはさん だれに何をされようと 一度相談してみよう 先生や家族に

《相模小学校》

- 1年 庄司 琴美さん やさしいきもち やさしいことば みんななかよし
- 2年 庄司 悠人さん “いやなきもち” ストップ それいじめです
- 2年 広野 愛桜さん やっちゃだめ 自分がされて いやなこと
- 4年 遠藤 咲愛さん かんがえて そのひとことが ぶきになる
- 4年 大通 恵鈴さん やめようよ いじめは人を きずつける
- 4年 多田 莉登さん やめようよ いじめをされたら 先生に

《作谷沢小学校》

- 2年 樋口 愛音さん 一度言ったことばは けしごむじゃ けせないよ

《山辺中学校》

- 1年 鈴木 徠斗さん 軽い気持ちでその言葉 心に重く刺さっているかも
- 1年 金子 遼介さん いじめだよ している人と見てる君 されてる人の気持ちになって
- 2年 佐藤 琴春さん ならないで!! 目で見ただけの傍観者一言半句声いちごんはんくを發して
- 2年 武田 千尋さん ひとつの見過ごしで多くの涙が出る。ひとつの助けで多くの笑顔が出る。
- 3年 高橋 喜奈さん よく考えて 今の言葉 あなたが言われたらどう？
- 3年 阿部 華蓮さん 「やめようよ」 その一言を 言う勇氣
- 3年 富田 七美さん 人の心は そんなに強くないんだよ
- 3年 大津 志亜璃さん 「何もない…」 気づいて あなたに向けてのSOS
- 3年 村岡 愛日さん 気づいてる？ いじめる自分と 相手の気持ち
- 3年 小川 郁哉さん ほんとに その笑顔って ほんとうの笑顔？

山辺町ふるさと応援寄附 山辺への温かい思いをまちづくりに

《問合せ》 政策推進課 総合戦略係 ☎(667)1110

今年度の「山辺町ふるさと応援寄附」は、昨年度の同時期と比較すると約4倍の件数となり、全国のみなさんから多くの寄附金をいただいています。

町へ寄せられた寄附金は、ご希望をいただいた4つの分野の財源として有効に活用しています。

《寄附金の使い道別寄附状況》(令和2年12月31日時点)

寄附金の使い道	寄附件数(件)	
	令和2年度	令和元年度
子育てと元気のまちに関する事業	8,789	2,231
こだわりの「ものづくり」のまちに関する事業	3,172	1,180
協働と安全安心のまちに関する事業	1,086	250
町政一般に対する寄附	4,539	984
計	17,586	4,645

■ 町民のみなさんのご協力をお願いします

町では、全国のみなさんからの寄附金を有効に活用し、まちづくりのための各種事業に取り組んでいます。山辺町をもっと元気にするために、県内外にお住まいのご家族やご友人などに、制度のPRや寄附の呼びかけをお願いします。

寄附の申し込み方法は、町ホームページ「ふるさと納税サイト」のページでご確認ください。希望者には、寄附に関するパンフレットなどをお送りします。

■ ふるさと応援寄附記念品を募集しています

町では、5,000円以上の寄附をされた方へ、町特産品などの記念品を贈っています。現在、約400品目の記念品を用意しています。

記念品として、町の特産品などを提供いただける方を随時募集していますので、下記により申請してください。

申請資格／農林水産業、製造業、サービス業を営む方で、町内に住所または主たる事務所がある企業または個人

記念品／農畜産物、林産物、加工食品、工業製品および体験・サービスの提供など
※複数の商品の組み合わせも可能です。

記念品の価格…／50万円未満

※30万円以上の品を登録する場合は条件などがありますので、問い合わせください。

申請方法／申請書に必要事項を記入し、提出してください。その後、審査会を開催して結果を文書でお知らせします。

※申請書は、政策推進課(役場2階)で配布しています。また、町ホームページからのダウンロードも可能です。



山形連携中枢都市圏 連携市町が増えました

《問合せ》 政策推進課 総合戦略係 ☎(667)1110

昨年1月に、圏域の中心(連携中枢都市)となる山形市と近隣の市町村との間で、「山形連携中枢都市圏」の連携協約を締結し、さまざまな取り組みを行ってきました。

このたび、1月12日に中心市である山形市と尾花沢市・大石田町との間で山形連携中枢都市圏連携協約を締結しました。これにより、山形連携中枢都市圏の連携市町が、村山地区全域の7市7町(※)に増えました。各市町の強みを組み合わせ一丸となり、東北地方の中でも一番元気なエリアとして発展していくことを目指します。



※山形市・寒河江市・上市市・村山市・天童市・東根市・尾花沢市・山辺町・中山町・河北町・西川町・朝日町・大江町・大石田町

▼ 山形市で行われた締結式の様子

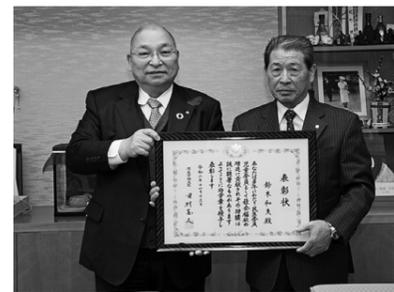


▲ 山辺町はオンラインで参加

【山形連携中枢都市圏とは】

各市町が連携してさまざまな施策を実施し、地域の活性化を通じて魅力ある圏域となることを目指しています。これにより、人口減少・少子高齢化社会にあっても、山形県ひいては東北地方の中核として人口のダム機能を果たしていくことが期待されています。

連携による広域観光の促進、次世代型医療用重粒子線照射装置利用のPR、子育て支援センターの相互利用など、今後もさまざまな連携事業を実施し、圏域の活性化を図っていきます。



12月28日、町長から伝達しました

鈴木和夫さんが厚生労働大臣表彰を受賞されました。平成7年12月から町の民生委員・児童委員として活動している鈴木和夫さん(根拠3)が、厚生労働大臣表彰を受けました。相談者の立場に寄り添ったきめ細やかな活動や、民児協会長としての会のスムーズな運営に尽力されるなど、地域福祉の向上への貢献が称えられました。

お知らせ

INFORMATION

妊婦インフルエンザ予防接種費用を助成します

町では、県の一部補助を受けて令和2年度限りの特別措置として、妊婦さんを対象にインフルエンザ予防接種費用の助成を行っています。

助成額／1人につき1回限り上限3,000円

※勤務先などによる他の助成制度を使用した場合は、接種料金から他の助成額を差し引いた額と、3,000円の内、いずれかの低い額が町の助成額となります。

対象者／接種日の時点で町内に住所があり、母子手帳交付を受けている妊婦

対象期間／令和2年10月1日～令和3年1月31日までに接種したもの

【手続きに必要なもの】

- ①領収書（領収書に「インフルエンザ予防接種」の記載があり、予防接種の金額、接種日、医療機関名が記載されているもの）
- ②母子手帳
- ③振込先の通帳



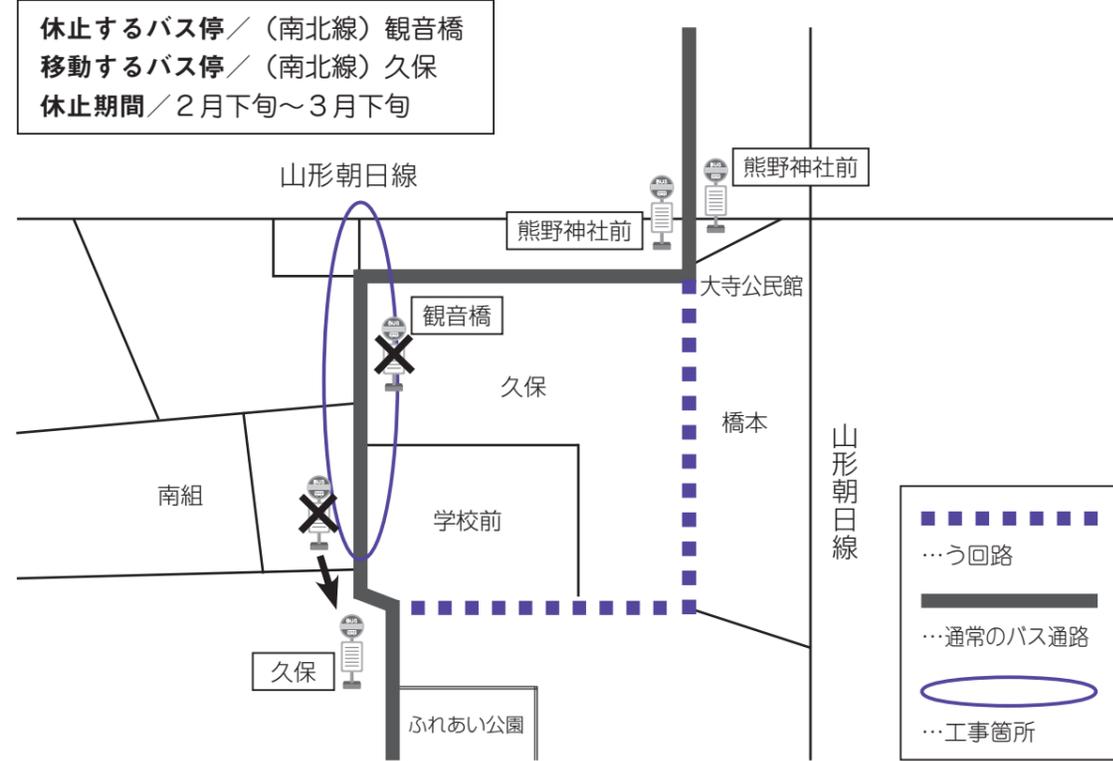
④印かん
手続き期限／2月26日（金）
手続きの窓口／町保健福祉センター

※月々金曜日（祝日除く）の午前8時30分～午後5時までに手続きをお願いします。

問合せ
 保健福祉センター
 ☎（667）1177

コミュニティバスのう回運行・バス停の休止について

大寺地区内における送水管布設替工事のため、下記の期間中、バスのう回運行およびバス停を休止または移動します。う回により発着時間が多少ずれることがありますので、ご了承ください。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



問合せ 山辺観光タクシー ☎（664）5030
 町民生活課生活環境係 ☎（667）1109

パストラボ山形ワイヴァンズホームゲーム「山辺町民応援デー」

パストラボ山形ワイヴァンズが実施する「山辺町民応援デー」について、お知らせします。B2で熱戦を繰り広げるワイヴァンズに、あなたの熱い声援を送ってみませんか。

日時／

- ・3月6日（土） 午後6時試合 開始予定
- ・3月7日（日） 午後2時試合 開始予定

※3月6日のみイベント開催します。

場所／山形県総合運動公園 対戦チーム／仙台89ERS
応援デー実施概要／観戦チケットを割引します。

【割引後価格】

- 〈1階自由席〉 一般1,350円、中学生850円、小学生650円
- 〈2階自由席〉 一般500円、小中高生無料

対象者／町に在住・在勤の方
観戦チケット購入方法／前売券は町民総合体育館窓口でご購入ください。

問合せ
 町民総合体育館
 ☎（664）7263

町営住宅の入居者を募集します

町営住宅の入居者を募集します。入居を希望する方は、申込書類の提出が必要です。で、お問い合わせください。

受付期間／2月22日（月）～3月5日（金）
入居開始日／3月下旬～4月上旬

募集住宅／
 ▼町営近江住宅 3DK3戸
応募資格／

- ①現に同居し、または同居しようとする親族がいる方
- ②所得などが公営住宅法の規定に該当する方
- ③諸税を滞納していない方
- ④入居しようとする方全員について、暴力団員ではないこと、または暴力団員と親密な関係を持つ者ではないこと

※詳しくは、建設課（役場2階）または町ホームページでご確認ください。

応募・問合せ
 建設課管理用地係
 ☎（667）1113

お知らせ インフォメーション

お知らせ インフォメーション

登録制メール（登録サイトアドレス） 一度の登録で、町の災害情報などをメールで入手できます。
（登録時、メール受信時などに発生する通信料は、登録した方の負担となります。）

パソコン	https://service.sugumail.com/yamanobe/member/
携帯電話・スマートフォン	https://service.sugumail.com/yamanobe/ ※右のQRコードをご利用ください。



防災放送自動音声応答電話番号 ☎（629）0011 毎月1日の午後7時にサイレンが鳴ります



**婚活イベントに
参加しませんか？**

婚活イベント「月山和紙
雪洞（ほんぼり）づくり
de
LOVE STORY」を開
催します。

日時／3月13日（土） 午後2時
～5時30分

場所／天童最上川温泉「ゆび
あ」

対象／県内在住でおおむね30
～45歳の独身男女（男女各5
人）

参加費／男性2,000円、
女性1,000円

申込み期限／3月5日（金）

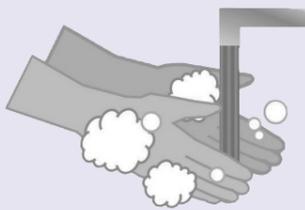
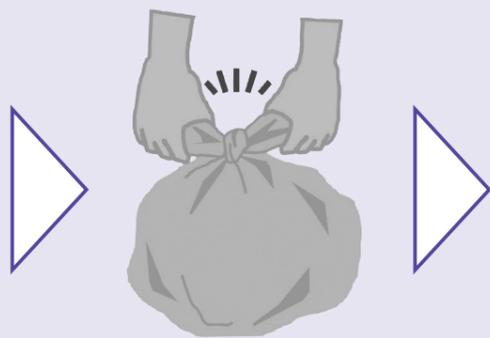
申込み・問合せ
村山総合支庁子ども家庭支援課
☎（927）1151
FAX（927）1139
メール：bonbori2021@
pref.yamagata.jp

新型コロナウイルスに係るご家庭でのマスクなどの捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方が使用した鼻水などの付着したマスクやティッシュなどのごみを捨てる際には、以下のごみの捨て方に沿って、“ごみに直接接触しない”、“ごみ袋はしっかりしばって封をする”、“ごみを捨てた後は手を洗う”ことを心がけましょう。

ごみの捨て方

- ①ごみ箱にごみ袋をかぶせます。いっぱいになる前に早めに②のとおりごみ袋をしばって封をしましょう。
- ②マスクなどのごみに直接接触することがないようにしっかりしばります。
- ③ごみを捨てた後は石けんを使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万が一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。

問合せ 町民生活課生活環境係 ☎（667）1109

介護保険事業計画（案）、障がい福祉計画（案）、第4次山辺町行財政改革大綱（第1稿）パブリックコメントを実施します

町民のみなさんから広くご意見をいただくため、下記のとおりパブリックコメントを実施します。貴重なご意見をお寄せください。

◆ 介護保険事業計画（案）、障がい福祉計画（案） … ①

令和3年度から5年度までを期間とする「山辺町高齢者保健福祉計画・第8期介護保険事業計画」と「第6期山辺町障がい福祉計画・第2期山辺町障がい児福祉計画」の策定に取り組んでいます。

◆ 第4次山辺町行財政改革大綱（第1稿） … ②

令和3年度から10年度までを期間とする「第4次山辺町行財政改革大綱」の策定に取り組んでいます。

閲覧方法／町ホームページからダウンロードできます。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、役場や町内施設窓口での、印刷物による閲覧は行いません。インターネット環境のない方は、個別にご相談ください。

意見を提出できる方／町内にお住まいの方、町内に事務所または事業所がある方、町内に通勤・通学している方

意見の提出方法／住所・氏名・電話番号・意見の要旨を記入し、次のいずれかの方法で提出してください。提出様式は問いません。「山辺町高齢者保健福祉計画・第8期介護保険事業計画」「第6期山辺町障がい福祉計画・第2期山辺町障がい児福祉計画」「第4次山辺町行財政改革大綱（第1稿）」のいずれかを明確にして提出してください。

- ① 郵送…〒990-0392 山辺町緑ヶ丘5番地 政策推進課
- ② メール…kouhou@town.yamanobe.yamagata.jp
- ③ ファクス…FAX（667）1112

意見の取り扱い

▽提出された意見は、意見の概要をとりまとめて、これに対する町の考えをもとに、後日ホームページで公表します。

▽個々の意見に対して、個別の回答は行いません。

▽住所・氏名などの個人情報公表しません。

▽電話や口頭での意見や、住所・氏名などが明記されていない場合は受け付けできません。

提出期間／2月15日（月）～3月1日（月）午後5時まで

問合せ

〈①について〉 保健福祉課福祉係・介護保険係 ☎（667）1107

〈②について〉 政策推進課行革推進係 ☎（667）1110

やまのべ うま レシピ

食生活改善推進員の

ナスでかさ増し！ヘルシーに！
～ナス入りしゅうまい～

毎月19日は
食育の日
毎月19日は家族そろって
食事をしましょう。



※町ホームページではカラー写真で掲載していますので、ぜひご覧ください

【材料】(4人分)

- | | | | | |
|----------|------|-------|------------|------|
| ・しゅうまいの皮 | 16枚 | | [A] | |
| ・豚ひき肉 | 100g | | ・しょうが(おろし) | 小さじ2 |
| ・鶏ひき肉 | 80g | | ・スキムミルク | 大さじ2 |
| ・ナス | 140g | | ・酒 | 小さじ2 |
| ・たまねぎ | 1/2個 | | ・しょうゆ | 小さじ1 |
| ・塩 | 少々 | | ・鶏ガラだしの素 | 小さじ1 |
| ・キャベツ | 80g | | ・片栗粉 | 小さじ4 |
| | | | ・ごま油 | 小さじ1 |

【作り方】

- ①ナス、たまねぎをそれぞれみじん切りにし、塩を振って5分程度置く。出てきた水気をしっかりと絞る。
- ②ボウルに豚ひき肉、鶏ひき肉、①の具を入れて、よく混ぜ合わせる。粘り気が出てきたら、Aの調味料を加えてさらによく混ぜ、16等分に分ける。
- ③しゅうまいの皮の真ん中に②をのせて、軽く握って形を整える。
- ④大きい平皿にキャベツをしき、その上に③のしゅうまいがくっつかないように並べる。
- ⑤蒸気が上がった蒸し器に皿ごと入れて、10分程蒸したら、できあがり！

ナスやたまねぎがたっぷり入ったヘルシーなしゅうまいです。あっさりしているので、食欲がないときでも食べやすい一品です。



【広告】

複合介護健康施設 しらかば

施設長 笠原一人

日頃より温かいご支援とご理解を賜り心より感謝申し上げます。開設以来『年齢、障がいに関わらずあなたを応援します。』を基本理念に、ご利用者様の健康維持、向上支援に努めてまいりました。地域の皆様には、運動不足の解消、体力づくりなどの目的でご利用頂き、更に地域に愛される施設を目指し職員一同努力を重ねてまいります。今後とも、よろしくお願い申し上げます。

- ☆ショートステイ 急用時、退院後など在宅生活に不安のある方をサポート致します。
- ☆デイサービス 少人数制で個々に寄り添い温かい雰囲気皆様をお迎え致します。

見学、体験 随時受け付けております。 TEL 664-5155 山辺町大字山辺 675 番 1 号



お知らせ

INFORMATION

緊急情報の伝達訓練を実施します

全国一斉に緊急情報の伝達訓練を行います。防災放送や登録制メールから訓練放送が配信されますので、災害と間違わないようお願いいたします。気象状況・地震発生などによつては、訓練を中止することがあります。

日時／2月17日(水)午前11時頃
問合せ 防災対策課危機管理係
☎(667) 1119

「やまがたWEB ワークフェス」(合同企業説明会)

日時／3月11日(木)～13日(土)
場所／オンライン開催
参加企業／最大150社(各日最大50社)予定
対象／令和4年3月卒業予定の学生、令和3年3月卒業予定の学生、Uターン希望者など、山形県内企業での就職を

希望する方
参加方法／特設ホームページ
(<https://y-work-fes.com>)より事前登録が必要
問合せ 山形県産業労働部雇用対策課
☎(630) 2375

自動車の検査・登録手続きはお早めに！

自動車の検査・登録手続きは、年度末の窓口がたいへん

混み合います。自動車の継続検査(車検)や名義変更、抹消などの登録手続きはお早めに済ませてください。
登録手続きに必要な書類などの案内は、山形運輸支局のホームページ (<http://www.tb.mlit.go.jp/tohoku/yg/yg-index.htm>) の利用が便利です。
ヘルプデスク(手続き方法)
・山形運輸支局 ☎050(5540)2013
・庄内自動車検査登録事務所 ☎050(5540)2014

みんなでごみを減らしましょう！

町民生活課 生活環境係
☎(667) 1109



12月は前年同月より、もやせるごみの量が減りました。分ければ“資源”、まぜれば“ごみ”です。ごみの分別と削減に努めましょう。

【令和2年12月のもやせるごみ量】



※令和元年12月との比較：-8.79 t
(家庭系：-6.62 t、事業系：-2.17 t)

旧曆初市を中止します

2月23日(火・天皇誕生日)に開催を予定していた山辺町旧曆初市は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から開催を中止します。ご理解の程、よろしくお願い致します。

問合せ 山辺町初市運営協議会
☎(664) 5939

つくってみよう！マイナンバーカード



身分証明書として使えるほか、今後ますます活用が広がるマイナンバーカードをつくってみませんか？

▽カード交付について
町民生活課住民係 ☎(667) 1109

▽マイナンバーについて
総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 ↑申請方法





幸せづくりは元気な身体から…

健康づくりの定期便

カルテ No.25

保健福祉センター ☎ (667) 1177



知っておこう「血圧」のこと

日々変動する「血圧」。そのリズムや関連する生活習慣などについて正しく理解し、血圧をコントロールすることは、日々の健康管理に役立ちます。

血圧とは？

心臓の動きは、収縮と拡張を繰り返して血液を全身へ送り込んでいます。心臓から送り出された血液が血管の壁に与える圧力を血圧といいます。

◆上の血圧

心臓が収縮して血液を送り出され、動脈の血管に圧がかかっている状態です。

◆下の血圧

心臓が拡張して血液が心臓に補充され、動脈の血管の圧は低くなっている状態です。

高血圧とは？

血液が血管を流れるとき、正常よりも血管壁に高い圧力がかかっている状態です。重症化すると、肩こり・動悸・頭痛・息切れ・むくみや手足のしびれなどを感じることがあります。

高血圧を放っておくと？

血管が硬くなり弾力性が失われ、動脈硬化を招き、やが

て脳卒中や心疾患、腎不全などを引き起こします。

年齢とともに血圧は上昇しやすいため、どなたにとっても高血圧予防の生活習慣が大切です。

血圧コントロールの方法

①「減塩」…行動を起こすなら減塩から。減塩タイプの食品活用などを意識しましょう。

②「運動」…階段の活用や、徒歩10分以内は歩いて移動するなど、ちょっとした面倒を取り入れてみましょう。

③「野菜」…野菜や果物には、食塩の排泄を助ける「カリウム」が含まれ、減塩効果アップ。

※カリウム制限のある方は要注意

④「禁煙」…禁煙外来などに通い、気軽にトライ。

⑤「お酒」…薄めて飲んだり、ほろ酔いでやめるなど、適量を意識しましょう。

⑥「適正体重」…BMI22を基準に計算してみましょう。
適正体重(㎏) = 身長(m) × 身長(m) × 22

編集後記

「ポイ活」をご存じですか？キャッシュレス決済など、さまざまな方法で貯められるポイントを効率的に活用することで。その「ポイ活」にハマっており、現金をあまり持ち歩かなくなりました。ポイントがどんどん貯まってお得なうえ、手軽に支払いができる点がメリットだと思います。

2〜4ページでも紹介しましたが、町でも4月から、町税のスマホ収納が始まります。ふだんからスマホ決済をご利用の方は、いつでもどこでも納付できるスマホ決済を利用されてはいかがでしょうか？

暦の上では春になったものの、まだまだ寒い日が続きます。暖かくして、また一カ月お健やかに。

(西山)

●人のうごき (令和3年2月1日現在) ※ () 内は前月からの増減

人口14,022人 (-7) 【男6,838人 (-5) 女7,184人 (-2)】 世帯数4,835 (+6) 出生5人 死亡14人 転入25人 転出23人