

Information

お知らせ ● 御代田町役場：☎0267・32・3111

自分と家族のために禁煙を始めましょう。

5月31日は世界禁煙デーです。また、禁煙デーに始まる1週間は禁煙週間です。これをきっかけに禁煙してみませんか。

喫煙の害

喫煙による呼吸器系への影響は大きく、喫煙者の約8割に肺気腫という病気がみられます。タバコには30〜40種類もの発がん物質が含まれており、口からのどを通して肺に入り、肝臓で代謝され、尿に排泄されます。このため、その通り道にある臓器は、すべてがんになる危険にさらされているということになります。特に生涯タバコを吸う人の約2割は肺がんになると予測されています。

禁煙の身体的メリット

・せきやたんが減って呼吸が楽になる。

・味やにおいがよく分かるようになる。

・寝つきや目覚めが良くなる。顔色や胃の調子が良くなる。

禁煙を始めるには

・タバコや、ライター、灰皿を捨て、吸いたくても吸えない状況を作りましょう。

・「病気になるたくない」「家族の健康によくない」「禁煙する理由を、しっかりと確認しておくことが大切です。

・禁煙を宣言することで、周りの人の協力が得られます。
禁煙は何よりも続けることが大切です。一日、一日の積み重ねを大事にして、今日から禁煙を始めましょう。

問い合わせ先

保健福祉課 健康推進係
(32)2554

学生納付特例制度のお知らせ

— 20歳以上の学生で 国民年金に加入している皆さんへ —

学生納付特例制度は、在学期間中の国民年金保険料を猶予する制度です。大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校等に在学する20歳以上の人で、学生本人の所得が118万円以下の人を対象になります。

手続きはどのくらいかかりますか？

保健福祉課健康推進係(旧人権啓発センター2階)または、小諸社会保険事務所で手続きが行えます。手続きには学生証の写しか在学証明書、印鑑が必要になります。※前年の所得を確認するため、申請は毎年行ってください。

どんなメリットがあるの？

メリット①
在学期間中のけがや病気で障害が残ったり、死亡し

たりといった方が一のときに障害基礎年金の受給資格が発生します。

メリット②

国民年金の納付の時効は2年間ですが、学生納付特例の承認を受けた期間は、承認されてから10年間保険料を納めること(追納)が出来ます。

※高齢基礎年金を受給するためには、年金資格期間(保険料納付期間、免除・猶予承認期間など)が25年以上満額受給するためには40年以上の保険料納付期間が必要となります。

問い合わせ先

保健福祉課健康推進係
(32)2554
小諸社会保険事務所
(22)1080

(広告欄)

かんたん ガスコンロ・IHクッキングヒーター 灯油給湯機・エコキュート

ご家族と、お友達と、ぜひお越し下さい。

中部電力

日時 6/13・14日 9:00~17:00

場所 中部電力(株)旧小諸営業所 ※じっくり相談したい方、ご予約ください。6/8(月)締切。

佐久営業所で同時開催 オール電化相談承ります。(契約メニュー/エコキュート補助金制度など)

お問い合せ・ご予約先 中部電力(株)佐久営業所 0267-62-1623 8:30~17:10 ※土・日・祝日は除く

みよた広報 やまゆり6月号(8)

そばの種子を無料で頒布します

町では、増加する遊休農地の解消と防止のため、そばを作付けし農地を有効に利用していただく目的で、そばの種子を無料で差し上げます。

申込期限 6月25日(木)

※申込用紙は産業経済課にありまして印鑑を持参してください。

頒布条件

- 農地を所有している方。
- 10aあたり6kg位の頒布。(品種は信濃1号)

本年度種子を頒布した方は、来年度から3年間は自己収穫した種子を播種してください。頒布した種子をまかなかつた場合などは種子の返却または相当額の返還を請求します。

※頒布日は、後日連絡します。

コンバインでの刈り取りを希望する場合

- 農地の一筆が10a以上で、2t車が入れるくらいの道路に接していること。
- 刈り取り料は、10a当り7,000円。
- 種まきは、うね幅50cmのすじまきにするよう収量も増えます。

※刈取り日は後日連絡します。

問い合わせ先

産業経済課農政係(内線64)

寄贈御礼

4月22日ミネベア株式会社様から車いす利用者用の体重計をいただきました。

この体重計はハートピアみよたへ設置され、今まで月1回の体重測定を職員がおんぶをして量っていました。これからは車いすに乗ったまま量れるようになりました。

体重は健康のパロメーター。今後健康推進のため活用させていただきます。ありがとうございました。



こんにちはは農業委員会です

御代田町農業委員会事務局 32-3-1-1 内線27-64

農地にはこんな機能があります!

農地には食料を生産する以外にも、たくさん大切な機能ががあります。

○災害を防止する機能

市街地ではアスファルト舗装などで地表が覆われているため、大雨になると雨水がそのまま流れ、水害が発生しやすくなっています。

農地は雨水を一時的に蓄えて徐々に排水路や川に流したり、地中に浸み込ませていくなどの働きがあるため、地域の水害を防ぐ機能があります。

また、農作物が風雨の影響をよわらげ、土壌の侵食を防止する機能もあるといわれています。

○環境を保全する機能

水田には二酸化炭素を吸収して酸素を放出する『大気保全機能』があり、その機能は、なんと森林の持つ大気保全機能の約半分、との調査結果があります。

また、亜硫酸ガスなどを吸収し無害な物質に変えるような機能を、二酸化炭素を回収するコストや酸素を製造するコストなどに換算すると『水田10アール当たり6万1千円分もの環境保全の働きがある』との試算もあります。

良好に耕作された農地にはバクテリアなどの微生物が生息し、家畜排泄物や生ごみなどの有機性廃棄物を分解して農作物を育てる養分となります。農地は安全・安心な農作物の生産基盤であるとともに、かけがえのない多面的機能が、『地域の農地を守ることが、地球の環境を守ること』エコーにつながる」といっても過言ではありません。

農地の持つ他面的機能を見直して、一人ひとりが意識をして遊休農地を減らし、地域の優良農地の保全に努めましょう。

(広告欄)

長野県民の6.7人(≒)に1人が加入しています!

お預かりした掛金は大切に使っています

① 共済金を真っ先に

何よりも共済金。お支払いを最優先にしています。

② コストを抑えて

経費を必要最小限にするため、低コストの運営に徹しています。

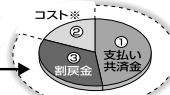
③ 剰余金は割り戻し

剰余金は割戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

昨年度もムダなく健全に! 平成19年度も、掛金の8割強が共済金と割戻金に当てられました。

右図: 県民共済グループの収支状況(平成19年度、すべての共済事業の合計)
※(異常危険連済金・事業費など)

掛金還元率...82.08%
この部分でご加入者へ還元されます



長野県民共済

共済取扱団体 / 長野県認可 長野県民共済生活協同組合
共済元受団体 / 厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

[上田] ☎0268-24-3985(代)
〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

八十二銀行 ゆうちょ銀行

資料請求はホームページからどうぞ。

長野県民共済 www.nagano-kyosai.or.jp/

携帯から <http://kyo-sai.jp/nagano/> 携帯サイトのQRコード

