インフォメーション

お知らせ掲示板

交通災害共済へ加入しましょう！ ～少ない掛金で大きな保証～

平成31年度の東北信市町村交通災害共済は、4月1日から適用となっています。

まだ加入手続きがお済みでない方は、町から郵送しました「平成31年度交通災害共済加入のご案内」（ハガキ）に会費を添えて、お早めにお申し込みください。

万が一の事故に備え、家族全員で加入しましょう！

会員期間
平成31年4月1日～令和2年3月31日
※4月1日以降に申し込まれた方は、申し込み翌日からの適用となります。

掛金
15歳未満　掛金と手続不要
15歳以上　400円
※15歳未満は、町が掛金を負担し、加入手続を行います。
※6月30日以降に加入する場合は掛金が減額されますので、総務課15番窓口までお越しください。

会費納入場所
●㈱八十二銀行本支店
●上田信用金庫本支店
●ゆうちょ銀行
（長野、新潟県内に限る）
●佐久浅間農業協同組合
（町内の支所に限る）

町に転入された方や、ハガキを紛失した場合は、再発行します。問い合わせ先までご連絡ください。

詳しい内容は、広報やまゆり3月号2ページをご覧ください。

問い合わせ先
総務課庶務係　（32）3111

脱メタボ!! 働き盛りの「健康実践セミナー」

10歳若返りを目指す トレーニング術

働き盛りの人たちの生活習慣病予防、メタボ予防を目的に健康実践セミナーを開催します。今年度は「誰でも簡単！ルーティンワークの健康体操の獲得～運動を習慣化して新しい自分を手に入れよう～」をテーマに、初回は、体のゆがみを測定し、自分の姿勢をチェックします。このゆがみの情報から筋肉などの張りや緩みの状態を知り、自分にあった運動をアドバイスします。

脱メタボ、本気でやってみたい方を経験豊かなトレーナーがしっかり鍛えます。皆さまの参加をお待ちしています。

日時
7月12日（金）、19日（金）、26日（金）計3日間
午後7時～9時

場所　エコールみよた（あつもりホール）

対象
町民のうち30～65歳の方（定員30名）

内容
ゆがみ測定、筋力チェック、ストレッチ、エアロビクスなど

講師
理学療法士、パーソナルトレーナー、健康運動指導士など

申込締め切り　6月28日（金）

持ち物
動きやすい服装、タオル、室内シューズ、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル

申し込み・問い合わせ先
保健福祉課健康推進係　（32）2554

「みよたメール配信サービス」登録2次元コード

詳しくは、「広報やまゆり1月号（22ページ）」をご覧ください。

6月の主な納税（税金などは納期限までに納めましょう）

- 町県民税（1期分）
- 国民健康保険税（1期分）
- 保育料（6月期分）
- 町営住宅使用料（6月分）
- 上水道使用料（6月期分）
  大口5月使用分、一般4・5月使用分
- 下水道使用料（6月期分）
  大口5月使用分、一般4・5月使用分　町営水道区域
  一般2・3月使用分　佐久水道区域
- 農集排使用料（6月期分）
  2・3月使用分
- 個別排水使用料（6月期分）
  4・5月使用分

納期限　7/1（月曜日）

麻しん・風しんの定期予防接種があります

今年度、幼稚園または保育園の年長児に相当するお子さまは第2期麻しんおよび風しんの定期予防接種の対象者です。体調を整えて接種期間内にお受けになることをおすすめします。

接種期限
令和2年3月31日

実施医療機関
井田医院、みよたファミリークリニック
町外の医療機関で接種を希望する場合は医療機関に「市町村間相互乗入れ制度」に加入されているかあらかじめ、次の問い合わせ先までご確認ください。

持ち物
予診票、母子手帳
※予診票の再発行は、保健福祉課6番窓口で行います。母子手帳をお持ちの上、お越しください。
※平成31年度暮らしのカレンダー10ページに麻しん風しん第2期が未掲載でした。お詫びして訂正いたします。

問い合わせ先
保健福祉課健康推進係　（32）2554

第42回 歯の健康相談にお越しください

一生自分の歯でおいしく食べられるように、北佐久歯科医師会では8020運動（80歳になっても自分の歯を20本以上に保とう）を行っています。いつまでも食べる楽しみと話す楽しみのある人生を送るには、若いときからお口の健康に気を付けることが重要です。

この運動目的から北佐久歯科医師会などでは、「歯の健康相談」を開催しますので、この機会に、皆さまもお口の健康について考えてみてはいかがでしょうか。ぜひお気軽にご参加ください。

日時　6月9日（日）
午前10時～午後3時

場所　ツルヤ御代田店

内容
歯の検診、ブラッシング指導、歯科相談、位相差顕微鏡によるお口の中の細菌観察（全て無料）

主催
北佐久歯科医師会、長野県歯科衛生士会小諸佐久支部

問い合わせ先
中山歯科クリニック　（32）2000

保育園に遊びにきませんか 第1回にこにこ広場開催

未就園児のご家庭の皆さまに、日ごろの保育園の様子を見ていただくとともに、お子さまが多くのお友だちと関われる場になることを願って、「にこにこ広場」を開催します。お気軽に、保育園に遊びに来てください。

参加を希望される方は、6月4日までにお電話にて、各保育園へお申し込みください。

第1回テーマ
「はじめましてのごあいさつ」

日時　6月5日（水）
午前10時～11時ごろ

受付
午前9時30分～9時45分
※時間になるまで、園内を自由に見たり、ホールのおもちゃで遊んだりしておお待ちください。

集合場所
やまゆり保育園・雪窓保育園の正面玄関入口

持ち物　親子の上はき（お子さま用は靴）、帽子、飲み物（お茶など甘くないもの）、着替え、タオル

申し込み・問い合わせ先
やまゆり保育園（32）2436
雪窓保育園　（32）4166

児童手当支給 6月中現況届の提出を

平成31年2月分から令和元年5月分までの児童手当を6月10日（月）に指定口座へ振り込みます。受給者の皆さまは入金をご確認ください。

支給額（1人当たり月額）
《3歳未満》
一律…15,000円
《3歳～小学校修了前》
第1、2子…10,000円
第3子以降…15,000円
《中学生》
一律…10,000円
※所得制限を超過している受給者には、児童1人につき一律5,000円を支給します。
※お子さまの出生や中学生以下のお子さまの転入など、世帯員に異動があった場合には、児童手当の手続きが必要です。

現況届の提出を忘れずに

現在、児童手当を受給されている方は、6月中に「現況届」の提出が必要です。用紙などは、6月上旬に送付します。「現況届」を提出していただかないと、6月分以降の手当を受けられなくなる場合がありますので、必ず提出してください。

現況届の添付書類
●健康保険被保険者証の写しなど（受給者が会社員で厚生年金等に加入している方。国民健康保険加入者は提出不要）
●この他にも、必要に応じて提出していただく書類があります。

問い合わせ先
町民課こども係　（32）3114