

残さず食べよう！ 30・10(さんまるいちまる)運動

長野県は、全国の中でもトップクラスで1人1日当たりのごみ排出量(一般廃棄物量)が少ない県となっています。更なるごみ減量は、この美しい自然を次世代へと引継ぐためにも重要な課題となっています。

食べ残しが多いといわれている「宴会の料理」。7月から9月は、暑気払いやお盆など宴会の席が増える時期です。誰でもできるごみ減量の取り組みのひとつが食べ残しをしないこと。

食べ残しを減らすために、「最初の30分間と最後の10分間」は自分の席についてお料理を楽しみ、「たべきり」で気持ちのいい宴会にしましょう！

飲食店、宿泊施設、食料品販売関連事業者の皆さまへ

「食べ残しを減らそう県民運動」e・プロジェクト」協力店に登録しませんか？

食品ロス削減のための取り組みを行ってくださるお店を、県が協力店として登録しています。

小田井宿まつりが開催されます

皇女和宮の降嫁行列を再現する第32回「姫の宿 小田井宿まつり」が、8月16日(日)に開催されます。

和宮に扮した少女と、拝領した童子の人形をかごに乗せ、当時を再現した衣装を身に着けた行列が宿場内を練り歩きます。

当日は姫行列、龍神太鼓の演奏のほか、さまざまな出店

「町内の事業者の方へ」 長野県の移住支援金マッチングサイトに 求人掲載する企業等を募集しています

町では、東京圏(埼玉県、千葉県、東京都および神奈川県)、愛知県または大阪府から県内に移住し、県が開設・運営するマッチングサイトに掲載する求人に応募して採用された方に、移住支援金を支給する制度を実施しています。県では、このマッチングサイトに求人情報を掲載する企業等を随時募集しています。

求人掲載メリット

●掲載料無料

●民間求人サイトと連携し、広く情報発信をしているため、御代田町への移住を検討している都市部人材の採用に結び付けられます。

移住者の方にとつてのメリット

●当サイト掲載企業へ就職することで、町が実施する「御代田町UーJターン就

8月10日(月) 児童手当支給日 入金のご確認を

令和8年6月分と7月分の児童手当を8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》

第1、2子…15,000円
第3子以降…30,000円
《3歳～高校生年代》
第1、2子…10,000円
第3子以降…30,000円

※お子さまの出生など、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。

問い合わせ先

町民課(ども係)

(32)3114



楽しみながら介護予防、 お口の健康教室のお知らせ

食べこぼす、むせる、噛めない食品が増えた…など、お口の衰えが気になったことはありませんか？ご自身の歯やお口の働きを見直し、さらなる健康を目指しましょう！毎年参加者のみなさまには大変好評の教室です！

◇お口の健康教室◇

対象者 町内在住の65歳以上の方で、全日程(4回)参加可能な方

日時 別表参照

場所 役場2階大会議室

講師 長野県歯科衛生士会

持ち物 飲み物、めがね(必要な方)、入れ歯(お使いの方)
定員 15名

★参加人数の把握、準備のため事前申込制としています。

申込期間 8月28日(金)まで

内容 お口の健康に関する講話、口腔ケア、お口の体操など。お口の健康チェックでは、舌圧測定器、咀嚼力判定ガムなどを使って、お口の健康状態を確認します。

申し込み・問い合わせ先

保健福祉課地域包括支援係

(31)2510



使い忘れに
ご注意ください!

「みよたくらし応援券」の利用期限は 8月31日(月)

4月に町内全世帯※に配布しました「みよたくらし応援券」の利用期限が迫っています。期限を過ぎた応援券は一切ご利用いただけません。使い忘れないように、必ず期限までにご利用ください！

利用期限
8月31日(月)まで

※配布対象者

令和8年3月1日時点で、御代田町の住民基本台帳に登録されている方

無料法律相談会を 開催

町では、長野県弁護士会佐久在住会と連携して、無料法律相談会を開催します。債務や相続、契約などのトラブルでお困りの方は、ご利用ください。完全予約制です。秘密は固く守られますので安心してご相談ください。

日時 9月3日(木)

午後1時30分～3時30分
相談会場 役場2階相談室5
(控室・役場2階会議室)

申込時間
午前8時30分～
午後5時15分

申込締め切り (土日・祝日を除く)
8月26日(水)

申込者 町内在住者
相談人数 4人(先着順)

相談時間 30分程度

その他 相談内容によっては、利益相反の事情から相談を受けられない場合もありますのでご了承ください。

申し込み・問い合わせ先

総務課行政係

(32)3111

退職金 中小企業を、 応援します。

中退共の

退職金制度なら

安心

● 確実な退職金支払
● 安心の資産運用

有利

● 掛金の一部を国が
助成
● 掛金は全額非課税

簡単

● 外部積立型で管理
が簡単
● 退職金試算額も
お知らせ

パートタイマーや
家族従業員も加入できます

詳しくは
こちら



(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03)6907-1234

	日程	内容
第1回	9月7日(月) 午前10時～正午	・講話：フレイル、オーラルフレイルについて ・お口の健康チェック(個別) ・舌とお口の体操、舌訓練、唾液腺マッサージ等
第2回	10月5日(月) 午前10時～11時30分	・講話：お口の働き、唾液の働き、窒息について ・舌とお口の体操、舌訓練、唾液腺マッサージ等
第3回	11月2日(月) 午前10時～11時30分	・講話：口腔ケアと誤嚥性肺炎、歯周病について ・実習：舌、粘膜ケア ・舌とお口の体操、舌訓練、唾液腺マッサージ等
第4回	11月30日(月) 午前10時～正午	・お口の健康チェック(個別) ・舌とお口の体操、舌訓練、唾液腺マッサージ等 ・アンケート、まとめ、修了証・受講証交付



舌圧測定器

(注：内容は変更になる場合があります。)