広報
http://www.town.shikama.miyagi.jp/
Public Information Of Shikama Town Administration

しかま

2021
2 February 月号
令和３年２月１日　第594号

かつぱのふるさと色麻町

～イナカの良さ、強さ、
美しさを活かしたまちづくり～

～祝 成人　令和２年度成人式～

冬の成人式は、約半世紀ぶりの開催。
振袖姿の新成人が式典に一段と華を添えてくれました。　（撮影日　１月10日㈰）

町の災害情報や避難情報をお知らせする**「色麻町登録メール」**を配信しています。
t-shikama@mail.shikama-saigai.jp

申告相談のお知らせ

令和２年分の所得税の確定申告と住民税の申告相談を役場１階ホールにて行います。１月に配布しております「申告相談のお知らせ・日程表」を確認の上、指定期日に申告されますようお願いいたします。なお、必ずマスク着用の上、お越し願います。「申告相談のお知らせ・日程表」は、町ホームページにも掲載しています。

申告相談日		受付時間	申告開始時間
肉用牛の方（繁殖・肥育農家）	２月12日（金）・15日（月）	午前の部 ８：00～11：00 午後の部 12：00～15：00 ※２月16日・17日・26日、３月８日・９日・12日の午後の受付は14：00まで	午前の部 ９：00～ 午後の部 13：00～
肉用牛の方以外	２月16日（火）～３月12日（金） ※土・日・祝日は除く		
夜間受付日	２月26日（金）	16：00～18：30	17：00～

●本人確認書類として、
①マイナンバーカードや通知カード（もしくはその写し）
②身元確認書類（運転免許証等もしくはその写し）が必要です。①と②の両方持参願います。

●書類や帳簿等については、記入・集計の上、お越しください。記入・集計していない方は受付をお断りする場合があります。

●夜間受付日、２月22日・３月12日の指定した日に来られない方の日は、大変混み合うことが予想されますので、肉用牛（繁殖・肥育）の方はご遠慮願います。

●新型コロナウイルス感染症に関連し、休業や売上が減少した事業者が申請し受給した協力金・支援金等は申告が必要ですので、忘れずに申告をしてください。なお、特別定額給付金（１人当たり10万円）は、申告の必要はありません。

感染症予防対策として、次のことを実施いたします。 ※係員が誘導等いたします

○**申告会場での検温・手指消毒**
検温の結果、熱がある（37.5℃以上）場合、当日の申告相談はできません。

○**申告を待つ際、待合室での待機人数の制限**
密にならないよう、車などで待機をお願いする場合があります。

問い合わせ先　税　務　課　☎65－2155

町議会定例会１月会議
（１月５日開会）

議決された主な内容

□議案

★令和２年度色麻町一般会計補正予算（第10号）
歳入歳出予算の総額に一千四百六十八万九千円を増額し、歳入歳出予算総額五十四億三千百二十三万九千円になりました。

◇歳出の主なもの
・農業経営支援金　二千八百六十万六千円
・スクールバス等運行事業者感染症対策空気清浄機設置奨励金　三百十五万一千円
・小・中学校手洗い温水器設置工事　三百万円

ご寄贈ありがとうございました

12月24日、ＪＡ加美よつば様より、子育て支援活動の一環として、色麻町のお子様の誕生を祝い、安心して子育てができる環境支援を目的に、母子健康手帳ケースを50個を寄贈いただきました。
今後、色麻町に妊娠届を提出する妊婦の方へ順次お配りいたします。
ありがとうございました。

健康で過ごすために

公立加美病院 院長　今野　文博

色麻町は男女ともメタボリックシンドロームの方が多いです。BMI（いわゆる肥満度の指標）も県内では悪い方です。そもそも、メタボは全国的に見ても宮城県は「ひどい」と言われています。その中で色麻町の成績が悪いということは、日本最低に近いといえるのです（失礼）。ちょっと短絡的と言われるかもしれませんが、この太りすぎから想像されるのは、糖尿病が多そうであること、血圧に無頓着であること、高脂血症といって中性脂肪やコレステロールが高そうであること、などでこれはある程度データでも裏付けられています。特に男性は、お酒を飲む頻度が高いです。女性はお酒・たばこも少ない摂取となっており、そこは褒められる点でしたけれども…。

では、どのようにこれらを改善していったらよいのでしょう？

一般的にいわれている健康寿命を延ばす**「7つの習慣」**をあげてみます。

⑴生活習慣病を知る！そして予防する！

生活習慣病は、食習慣・運動習慣・休養・喫煙・飲酒などの生活習慣により引き起こされる病気のことで、がん、循環器疾患、糖尿病などを指します。これらは、健康寿命の最大の阻害要因となるため、これらの疾患を知り予防することが肝要です。

⑵適切な食生活を目指そう！

主食・主菜・副菜をバランスよくとり、野菜多めのメニューにしましょう。塩分の取りすぎは胃がんを増やし、高血圧を招きます。6～9g／日程度の摂取が理想です。果物を適度に取ることも良いでしょう。赤みの肉（＝牛・豚・羊の肉など。鶏肉は入らない）が大腸がんを増やし、野菜・果物などの繊維が大腸がんを減らすという説もあります。

⑶適度な運動をしよう！

適度な運動は、心臓病・脳卒中・がん・足腰の痛みなど多くの病気のリスクを下げることがわかっています。18歳～64歳は歩行以上の身体活動を毎日60分、息がはずみ汗をかく程度の運動を毎週60分行うと良いと言われていますが、65歳以上は強度を問わず、毎日40分の身体活動が適切だとか。これは結構ハードルが高いですが、できれば実践を！

⑷十分な睡眠をとろう！

休養が健康には大切ということです。健やかな睡眠があってこそ、健康があります。精神衛生的にもぐっすり眠ることは重要ですね。規則正しい生活を送ると体内時計が整い、ホルモン分泌や生理的な活動が調整され快眠へ導かれます。適度な運動とも関連して、大事なことだと思います。

⑸禁煙しよう！

はっきり言います。『タバコは百害あって一利なし！』たばこの煙には、ニコチンやタールをはじめ、約200種の有害物質、約70種の発がん物質が含まれており、脱毛・血行障害にも関連。良いことが無いです。問題は喫煙者が吸い込む煙（主流煙）より、たばこから立ちのぼる煙（副流煙）の方に有害物質が多いことです。吸う方より周囲に迷惑が及ぶなんて、こんな理不尽なものはありません。明日から、イヤ、今すぐ禁煙しましょう!!

⑹お酒と上手につきあおう！

適量のお酒は、気持ちをリラックスさせ血流を促進したり、良い面もあります。しかし、多量のアルコール摂取は肝臓だけではなく全身に健康被害をもたらします。詳細は別の機会に述べますが、厚生労働省の推奨する適度な一日の飲酒量は以下の通りです。

ビール：中瓶1本　日本酒：1合　酎ハイ：350ml缶1本　ウイスキー：ダブル1杯

⑺歯・口腔の健康を守ろう！

近年、歯周病と全身の病気との関連が報告されています。健康な歯でよく噛んで生活することが、脳の衰えも防ぎ認知症の予防・改善にもつながるとわかってきました。毎日の歯磨きと定期的な歯石除去などを行って歯周病を予防しましょう。

このようにあげてきましたが、いずれ、もっと詳しくお伝えする機会を作りたいと思います。その際は、是非足をお運び頂き、活発に討論したいと思います。

令和３年度色麻町奨学生募集のお知らせ

町では、自分の夢や目標を持ち修学意欲のある学生に対し、奨学資金貸付制度を設けております。この奨学資金は「貸付」であり、卒業後に返済が必要です。他の奨学制度の貸与を受けていないことなどの貸付条件もありますが、無利子で手続きも簡単で、大変利用しやすい奨学資金貸付制度となっております。どうぞお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先
教育委員会 教育総務課　☎65−2212

※奨学資金は予算の範囲内での貸付となりますので、該当とならない場合もあります。あらかじめご了承ください。

◆貸付金額（月額）
高校生３万円・短大生等４万円・大学生等５万円
◆貸付利率　無利子
◆返済方法
卒業後１年据え置きで、以後10年以内に月賦、半年賦、年賦のいずれかで返還
◆申込期間　２月15日（月）～３月26日（金）
◆申込方法
教育総務課に必要書類を添えて申込みください。（申込書類は教育総務課にあります）
なお、申込みには連帯保証人２名（家族から１名のほかに家族以外から１名。ただし、町内外は問いません）が必要となります。

新型コロナウイルス感染症の予防について

新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち重症化しやすいのは、高齢者と基礎疾患（慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満）のある方です。

30歳代と比較した場合の各年代の重症化率　※厚生労働省ホームページより

年代	10歳未満	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	90歳以上
重症化率	0.5倍	0.2倍	0.3倍	１倍	４倍	10倍	**25倍**	**47倍**	**71倍**	**78倍**

引き続き、皆様の感染対策をお願いいたします。感染リスクが高まる「５つの場面」を避けましょう。

①飲酒を伴う懇親会　②大人数や長時間におよぶ飲食　③マスクなしでの会話
④狭い空間での共同生活　⑤居場所の切り替わり（仕事の休憩時間など）

コロナ禍の今こそ禁煙を！

タバコはあらゆる病気の原因となり、新型コロナウイルス感染症を重症化させてしまうことも言われています。コロナ禍の今こそ禁煙を始めてみませんか？
町では禁煙外来治療で禁煙できた方へ１万円を上限に、治療費の半額を助成しています。

【手続き方法】

１．申請
保健福祉課へ
→
２．禁煙外来治療開始
大崎管内の医療機関
→（約５回通院）
３．治療終了
→
４．助成金交付手続き
保健福祉課へ

禁煙して、新型コロナウイルス感染症に負けない体にしよう！

助成手続きの際必要なもの：
□毎回の領収書と明細書
□禁煙外来治療が完了したことがわかる文書
□印鑑
□本人名義の通帳

まずは、お気軽にお問い合わせください。　**問い合わせ先** 保健福祉課 保健係　☎66−1700

「色麻の河童」に魅力を感じて… ～加美農生がサイエンスコンクールで入選～

第64回学芸サイエンスコンクール（㈱旺文社主催）で、加美農業高等学校農業科1年の阿部耕平さんが、人文社会科学研究部門で、「旺文社　赤尾好夫記念賞」を受賞。県内唯一の受賞となりました。

「『色麻の河童』についての研究」と題し、河童の外見的な特徴や性格、嗜好等について、図書館の本、色麻町史、大学の先生や研究者の指導の下、論文を完成させました。

受賞に際して、「論文作りはとても良い経験となりました。まだ受賞の実感はなく、家族の協力がなければここまで出来なかった。論文に対し、アドバイスをもらえたこともよかった。」と話していました。

受賞作品は「広報しかま」でも紹介させていただきます

新たな門出 ～祝 成人～

1月10日（日）、町民体育館で令和2年度成人式が行われました。

今年度の新成人は男性42名、女性40名の計82名で、当日は、男性33名、女性30名、計63名が出席し、振袖やスーツに身を包み、マスク越しの笑顔で晴れの日を迎えました。

式では、早坂町長から「皆さんの思いがあれば、無理なことはありません。若いエネルギー、活力に期待しています。幸せの多い人生を歩んでください。」とお祝いの言葉が贈られました。その後、今野トエニさん（宿）、佐藤莉央子さん（大原）が新成人を代表して誓いの言葉を述べました。

コロナ禍の中、無事開催できたことに出席者からは感謝の言葉も寄せられました。

健康貯筋事業抽選会を開催！

12月23日、令和2年度健康貯筋事業抽選会を開催し、1等から3等までの全14本を食育推進委員等関係者により抽選を行いました。

健康貯筋事業は、日頃の健康づくりを楽しみながら取り組める事業で、ポイントは通年で貯めることができます。『町の事業に参加してもらえるポイント』と『日々の生活で取り組んだ健康づくりのポイント』を合わせて100ポイントになると応募でき、1人何口でも応募可能となっています。

令和３年度の抽選会に向けて、皆様の応募お待ちしております

第9回　健康づくり・食育ポスター及び標語コンクール表彰者（敬称略）

●ポスターの部（4年生）

①最優秀賞　北舘ゆうみ
②優秀賞　鈴木　日翔　③藤岡　恭輔
④教育長賞　飯田　柚稀
⑤社会福祉協議会長賞　浅野　心那
⑥健康増進・食育推進委員会長賞　佐藤　和奏

●標語の部（5年生）

・最優秀賞　清水　尚
『リラックス　心の休けい　たいせつだ』
・優秀賞　早坂　環希
『「いただきます」「ごちそうさま」　感謝の気持ち　わすれずに』
・優秀賞　田中　憂音
『健しんは　うけなきゃダメよ　自分のため』
・教育長賞　関井　美結
『残さずに　感謝をこめて　いただきます』
・社会福祉協議会長賞　早坂　詩音
『あなたの体本当に大丈夫　しっかり行こう健しんに』
・健康増進・食育推進委員会長賞　渡邊　茉奈
『しっかりと　健診受けて　けんこう色麻』

各種検診申込みが始まります

～年１回は検（健）診を受け、自分の健康状態の管理に役立てましょう～

○令和３年度 各種検診予定　検診の申込みは２月10日（水）までです。

検診名	対象者	検査項目	検診時期及び会場	自己負担額
結核・肺がん検診	40歳以上	胸部レントゲン	6/23㈬～26㈯ 夜間：24日㈭ 場所：保健福祉センター ※結核・肺がん検診は単独実施となります。	無　料
	40歳以上で必要な方のみ	痰（たん）の検査		1,000円 70歳以上500円
一般健康診査	19歳～39歳	診察・血圧・血液・尿検査・腹囲測定等（腹囲測定は74歳以下の方となります。）	6/10㈭ ～6/15㈫ 夜間：14日㈪ 場所：保健福祉センター ※胃がん検診は夜間行いません。 ※結核・肺がん検診は別日程になります。	2,000円
国保特定健診	40歳～74歳の色麻町国民健康保険加入の方			1,000円
後期高齢健康診査	満75歳以上			無　料
胃がん検診	35歳以上	胃部レントゲン （バリウムによる胃透視）		2,000円 70歳以上1,000円
大腸がん検診	40歳以上	検便（便潜血２日法）		500円
前立腺がん検診	50歳～69歳の男性	血液検査		1,000円
肝炎ウイルス検査	40歳～70歳の方で町の肝炎検査を受けたことがない方	血液検査		無　料
成人歯科健康診査	40・45・50・55・60・65・70歳の方	歯と歯ぐきの検査	6～12月 加美郡内の歯科医院	500円
乳がん検診	30歳～39歳の女性 全員対象	超音波	5/13㈭･14㈮･15㈯ 場所：保健福祉センター	2,000円
	40歳以上の女性（２年に１回） 40歳の方は全員、41歳以上の方は令和２年度に町で受けていない方（申込書が空欄の方）	マンモグラフィ		40歳～64歳 3,000円
				65歳～69歳 2,000円 70歳以上1,000円
子宮がん検診	20歳以上の女性	頸部細胞診・超音波検査 （体部がん検診は必要な方のみ別途料金）	7/30㈮・7/31㈯・8/2㈪ 場所：保健福祉センター ※日曜日は実施しませんのでご注意ください。 ※子宮がん検診と骨粗しょう症検診は同日実施になります。	2,000円 70歳以上1,000円
骨粗しょう症検診	30歳～70歳の女性	かかとの超音波法による音響的骨評価		1,000円 70歳以上500円

検診の対象年齢は令和４年３月31日を基準としております。

○国保特定健康診査（40歳～74歳）・肝炎ウイルス検査（40・45・50・55・60・65・70歳）・成人歯科健康診査は対象の方に直接受診票を送付しますので申し込みの必要はありません。

○検診料金について

40歳・50歳の方及び生活保護世帯の方は検診料金が無料となります。
（ただし特定健診と成人歯科健康診査は対象外です。生活保護世帯の方はすべての検診が無料。）
乳がん検診は２年に１度の検診のため、40歳・41歳、50歳・51歳が無料となります。
子宮がん検診は20歳が無料となります。
令和２年度より、検診単価の上昇・消費税増税の伴い、70歳以上の方にも自己負担をお願いいたします。

○乳がん検診について

41歳以上の方は２年に１回の受診のため、**令和２年度に町で受けていない方が対象**です。
（申込書が空欄の場合、受けることができます。）

○国保加入の方への検診助成について

胃がん・乳がん・子宮がん検診では色麻町国保加入者へ1,000円の助成があります。
受付時に健康保険証をお持ちください。

問い合わせ先　保健福祉課 保健係　☎66－1700

2月の健診・予防接種

会場：保健福祉センター

保健福祉課☎66-1700

新型コロナウイルス感染症の影響により健診内容が変更になる場合があります。受付時間は対象の方に個別でお知らせいたします。
なお、発達・発育、予防接種、食事などの相談は随時行っております。

行　事　名	日・受付時間		対　象　者	内　　容	持参するもの
乳児健康診査	5日（金）	13:00～13:20	令和２年10月生まれ 令和２年５月生まれ	身体計測、問診、内科診察 保健・栄養相談	・問診票 ・母子健康手帳 ・バスタオル
３歳児健康診査	26日（金）	12:45～13:00	平成29年 ５月～７月生まれ	身体計測、問診、尿検査、 目・耳の検査、歯科講話、 内科・歯科診察 保健・栄養相談	・問診票 ・母子健康手帳 ・バスタオル ・尿検査容器 ・目、耳の検査表 ・アンケート

問診票・予診票は、事前に記入してお持ちください。

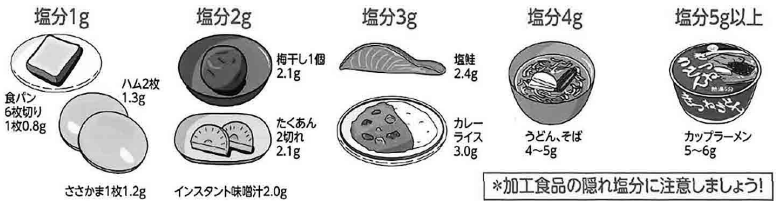
＊２ヵ月児健康診査は、母子手帳別冊の実施医療機関にて、添付の健康診査票を記入のうえ受けるようにしましょう。
＊予防接種は体調のよい日に受けましょう。風邪をひいた時は治ってから２週間経過後に受けるようにしましょう。
＊１歳を過ぎたら麻しん・風しん混合ワクチンを受けましょう。
＊日本脳炎ワクチンを３回接種した方は、９歳を過ぎたら日本脳炎ワクチンの４回目を受けましょう。
＊保護者（父、母）以外の人と予防接種に行く時には委任状が必要になります。委任状は保健福祉課にあります。

減塩を心がけよう！

１日あたりの食塩の目標量は健康な男性で『７ｇ未満』、健康な女性で『6.5ｇ未満』といわれています。今回は、減塩のコツを紹介します。

～食品の選び方～

1．こんぶ、しいたけ、かつお節などのだしのうま味を使い、塩味を引き立てる
2．旬の食材を選び、食材の持ち味を生かす
3．酢や柑橘類などの酸味を生かす
4．香辛料・香味野菜を上手に活用する
5．減塩の調味料を利用し、食塩含有量の多い食品を控える



～献立の工夫～

1．焼きたて、揚げたての香ばしさを生かす
2．汁物は具だくさんにし、汁の量を少なくする
3．おかずの味に濃淡をつけ、味の濃い物は一品にする
4．調味料は「かける」から「つける」へ

減塩は、美味しく楽しく行うことが続けるポイントとなります。今回紹介したコツを参考にし、実践してみてください。

こんにちは 地域包括支援センターです

問い合わせ先
色麻町地域包括支援センター
☎66－1071

～フレイルを知って健康に過ごしましょう！～

「フレイル」とは高齢期に心身の機能が衰えた虚弱の状態を言います。健康な状態と、介護が必要になる状態の中間の状態で、対策をとることで健康な状態に戻ることが出来ます。

●フレイル自己チェック

□筋力（握力）が低下した。
□６ヶ月で体重が２～３kg以上減った。
□体を動かすことが減った。
□疲れやすくなった。
□歩くのが遅くなった。

●判定　１～２つ当てはまる人　「フレイル予備軍」
３つ以上当てはまる人　「フレイル」　です。

●「フレイル」対策

【食事編】主食、主菜、副菜バランス良くしっかり食べましょう。
【運動編】ウォーキングや筋肉トレーニングなどの運動習慣をつけましょう。

●高齢でも筋肉は増える！

筋肉量が多いほど、病気やけがをしにくくなると言われています。特に足腰を中心に下半身の筋肉を鍛えると効率よく筋力アップ出来ます。

下半身強化に最適！！「スクワット」

○膝がつま先から前へ出ないよう注意してゆっくりと腰を後ろへ下ろします。
○ゆっくりと元の位置まで立ち上がります。
○５回～10回程度繰り返しましょう。

公民館 インフォメーション

公民館・社会教育課　☎65−3110
色麻町コミュニティセンター　☎65−3616

★色麻町公民館図書コーナー「おはなし会」

期　間　2月27日（土）
午前10時45分～11時15分
【毎月第４土曜日】
場　所　色麻学園内学校図書館
対象者　町民一般　ほか

※図書館につきましては新型コロナウイルス感染症の影響により、一部制限を設けて開館しております。ご理解・ご協力をお願いいたします。なお、今後の情勢によっては、変更等が生じる場合もございますので、ご了承ください。

学校図書館 ２月の休館日のお知らせ

休 館 日：7、11、14、21、23、28日
特別整理休館日：26日（金）
開館時間：**午前の部**
午前10時30分～正午
午後の部
午後１時30分～**5時**
※土曜日は午後４時で閉館します。

＊おすすめの図書＊

今月は、色麻学園学校図書館内公民館図書コーナーから、話題の本をご紹介します。

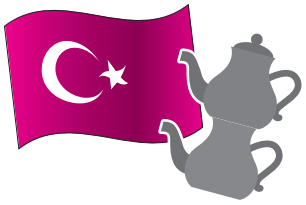
家庭で作れるトルコ料理 改訂版

出版社：河出書房新社
著　者：荻野恭子

世界三大料理といえばフランス料理、中国料理、トルコ料理ですが、今回はあまり馴染みのない「トルコ料理」を家庭でも楽しめるレシピ本を紹介いたします。

著者がホームステイ先で、トルコのお母さんたちから学んだ家庭料理や郷土料理を、日本でも手に入りやすい食材を使ってできるオリジナルレシピが多数掲載された一冊です。

2009年に出版された同所の改訂版となり、改訂にあたりディップやソースのレシピ８品が新たに追加されています。ご家庭でも気軽にトルコ料理を味わってみたい方や、新たな料理にチャレンジしたい方などにオススメです。



せせらぎ短歌集

妻を看取りおえたる後になどと
真面目に思いおりしよ哀れ　天野　辰夫

杉古木凛然として廃れたる
道のしるべの名残りとどむる　千葉　修子

孫の写真見せ合う媼ら満ちており
我はひ孫の写真持ちおり　佐藤　宮子

去年の春逝きし友への賀状とめ
親しき呼び名面影の顕つ　早坂とし子

テレビから若鶯のうた流れれば
予科練に行きし兄偲ばるる　浅野　はつ

新しき箸で味わう雑煮餅
今年は傘寿の春を迎えり　佐藤美智子

今日も又「大丈夫か」と孫の声
コロナ禍おきて電話増えたり　菅原知恵子

大雪で外出できず友達と
会うを諦め数日こもりぬ　小松　きよ

習慣となる検温を今朝も終え
施設清掃の勤め路急ぐ　小松れい子

口角はわづかに上げて睡りませう
明日もほほゑみうかべるやうに　いしかわこう

川柳クラブ「田園」

《朝一番 今日も元気に 水を飲む》
《雪遊び 昔懐かし 竹スキー》　小松　きよ

《断捨離が 苦手で減らぬ 不用品》
《藁靴で 通った学校 語り草》　戸叶　松子

《ぽっくりの 紅い鼻緒の 七五三》
《荒れる海 ことこと煮込む 鰤大根》　早坂　実里

《食事会 皿の一個が 食べ残る》
《外カマの ハの字に並ぶ 靴の跡》　鈴木せい子

《寒の入り 妻の背に貼る ホッカイロ》
《雪融けて また降り融けて 春を待つ》　佐藤　遊子

《正念場 わらじの紐を 締め直す》
《世を終える 光と影の 人生譜》　畑山　護

町消費生活相談窓口からのお知らせ

新型コロナウイルスに便乗したトラブルに気をつけて！

コロナに便乗した詐欺や悪質商法のトラブルが発生しています。また、今後、新たな手口の勧誘が行われる可能性がありますので、十分に注意しましょう。

《トラブル事例》

1．知らない業者が２人自宅に来た。「新型コロナウイルスの件で、保健所から依頼されて来た。自宅で検査ができる商品があり、海外ではブームになっている。本来10万円するところ、今回特別に選ばれた方に５万円で販売する」と言われた。

2．行政の職員を名乗り「ワクチン接種のために予約金が必要だ」などと現金を要求する電話が来た。

3．魚介類の販売業者から「過去に注文実績がある顧客にお得な魚介類の販売を案内している」という電話があった。「コロナ禍で地元の観光客が減少している」という話をされたので同情してしまい、注文してしまった。電話してきた業者と過去に注文した業者は別の業者で、送ってきた品物も値段に見合わない物だった。

トラブルにあわないためには

- 行政機関の職員を名乗る、行政から委託されたという業者などからの怪しい電話や訪問、心当たりのない送信元からの怪しいメール・SMS、SNSなど、怪しい・おかしいと思うものには反応しないようにしましょう。
- 新型コロナウイルスに便乗した悪質な勧誘を行う業者には耳を貸さないようにしましょう。
- 不審に思った場合やトラブルにあった場合は、消費生活相談窓口にご相談ください。

町消費生活相談窓口（役場１階町民生活課内）
☎0229－25－9559（相談専用直通電話）
相談日／毎週　月・木（午前９時～午後４時）

色麻のむかしばなし

『色麻町史』に掲載されている、昔話の中から一つを紹介致します。

【火の用心のお札】

まぬけでとんまなじんぺいさんのお話し。

ある日、じんぺいさんがへいさくさんのところへ、よこと歩いていると、その村一番の物知りの旦那に出会いました。

「おい、じんぺいさん。どこに行くんだ？」

「はい。へいさくさんが新しく家を建てたので、お祝いに行こうと思って」

「なるほど、なるほど。新築祝いだったらなぁ、このお札を持って行くといい。かならず喜んでもらえるぞ。」

「へえー、なんですか？火、火、火…」

「火の用心のお札だ。もしもどこかに穴があいたら、このお札を貼ると穴も隠れるし、火の用心にもなる、と言ってお札をあげるんだ。そうしたら喜ばれること受け合いだ。」

「なるほど、これは良いものをいただいたな。では、いってきまーす。」

じんぺいさんは、旦那からもらったお札を持ってへいさくさんの家にやってきました。

「新築おめでとう。これをどうぞ。どこか穴があったら、貼るといい。穴も隠れるし、火の用心にもなる。」

じんぺいさんは、早速教えられたとおりにやると、へいさくさんはもちろん、隣近所の人はみんな大喜びです。

「じんぺいさん。間抜けだ、とんまだと言っていたけれど、間抜けでもとんまでもなかった。立派なもんだ。」と感心しました。

そこへパッカ、パッカと馬を引いた人がお祝いにやってきました。それを見たじんぺいさんは、懐から1枚のお札を出して、「その馬にも、このお札を差し上げよう。穴も隠れるし、火の用心にもなる。」と馬のおしりにペタンと貼ろうとしたところ、ヒヒーンと馬が暴れてじんぺいさんのことを蹴り飛ばしてしまいました。じんぺいさんは、蹴り飛ばされてあっという間に家に戻ってきてしまったのでした。

こんでよっこさけた。

参照：『色麻町史』、『しかまのむかしばなし②』

『『最後まで油断しない』を教訓に成長』

早起き野球大崎支部リーグ戦に、東京都町田市出身で、「獣医」という異色の肩書を持つ選手がいる。スワッカーバニーズ高橋知也選手（38歳・登米市米山在住）。

「子供の頃から動物好きで、犬や猫、ウサギまで飼うほどの家庭」だったという。日本獣医生命科学大学で獣医師の資格を取得し、現在は縁あって「宮城県農業共済組合」に所属し、家畜診療を行っている。「獣医も野球も、先の展開を考えて行動するなどの共通点がある」と話す。

小学生の時、野球好きの父親と、横浜スタジアムでの、プロ野球観戦がきっかけで始めた野球。日大三中から日大三高で軟式野球を続け、内外野をこなしていた。高校３年夏の東京都大会準決勝は、生涯忘れることはない。

６－０で勝利目前の最終回、エラーと四球でピンチを招く。「必死になって引き締めを図った」が、相手に傾いた流れは、簡単には止められず、連続タイムリーで、瞬く間に同点にされた。何とか食い止めるも、延長10回、サヨナラ負けとなる。「中学時代から６年間、ほぼ同じメンバーで切磋琢磨し、まとまりの良さが強みのチームだった」という。強豪の創価高校に逆転負けは悔しいが、良い経験と捉え「最後まで油断しない」は、大きな教訓となった。最後の夏の敗戦は、その後の野球人生に活かされる。

大学では準硬式野球で、６部制の東都大学リーグで活躍した。１年時が５部、２年時で４部、３年時は副主将として、３部にまでチームを押し上げた事が、今でも自信となっている。

「何事も粘り強く続け、大きい選手に出来ないプレー」を心掛けている。小柄で選球眼が良く、ファウルで粘り四球を選ぶ。すかさず盗塁し、得点に結びつけるのが持ち味の一つ。出塁率の高さが勝敗のカギになって行く。

趣味は、昨年生まれた１歳になる歩楓（ほのか）ちゃんを「あやす事が何よりも楽しみ」と〝新米パパ〟としての顔を覗かせる。

今年大崎支部で開催される県大会に、初出場を決めているスワッカーバニーズ。高橋選手の獣医と野球の経験を生かして〝ウサギ〟達は県大会１勝を目指す。

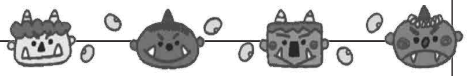
2月子育て支援センター事業予定

ーお母さんとちびっ子の遊びの広場ー

◇なかよしキッズクラブ、すくすくサロンは合同で火・木曜日開催です！◇

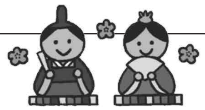
○なかよしキッズ対象年齢：誕生日が平成26年４月２日～平成30年４月１日までのお子さん
○すくすくサロン対象年齢：誕生日が平成30年４月２日以降のお子さん

開催日・時間 10:00～11:00	活　動　名	備　考　・　準　備　物
2月2日（火）	**節分ごっこ**	・簡単な製作をした後に、皆で豆まきごっこを楽しみます。
2月4日（木）	**小麦粉粘土あそび**	・子どもたちに大人気の小麦粉粘土で遊びます。
2月9日（火）	**ひな飾りを作ろう！**	・かわいいひな飾りの製作をします。
2月16日（火） ＊おはなし会	**お誕生会** ＊身長、体重測定日	・２月生まれのお子さんは、誕生カード代250円を集金させていただきます。 ＊終了後『おはなし会』へもご参加ください。
2月18日（木）	**音楽あそび** 講師：小原真理先生	・子どもたちの好きな歌や、先生のピアノに合わせてお友だちや親子で音楽あそびを楽しみます。
2月25日（木）	**わいわい広場** ～コーナーあそび～	・ボールプール、トンネル、マットの山、ボックス等で自由に遊びます。



※３月１週目のおしらせ

3月2日（火）	**きょうはたのしいひなまつり♪**	・ステキな着物を作っておひなさまに変身！
3月4日（木）	**すくすくトーク**	・この１年間の子どもの成長や子育てを振り返りながら、気軽にお話ししましょう！



令和３年度

「なかよしキッズクラブ」・「すくすくサロン」新規・継続申し込みについて

○令和３年度のなかよしキッズクラブ・すくすくサロンの会員を募集します。（年間を通して随時受付しています。）入会ご希望の方は子育て支援センターまでお申込みください。現在会員の方は、来月のお便りでお知らせします。

①**対　　象**／乳幼児（未就学児）とその保護者
②**参 加 費**／行事に応じて集金あり。（クリスマス会、おわかれ会等）
③**活動内容**／毎週火曜日と木曜日に「あそびの広場」を開催。歌、手あそび、ゲーム、季節の製作あそびなど年齢に応じた楽しい活動を行っています。特別保育事業では、遠足、運動会、体育あそび、レクリエーション、各種鑑賞会、子育て講座などを予定しています。

子育てホットダイヤル ご利用について

子育て、お子さんの健康、栄養等で何か気になることなどありませんか？お気軽に何でもご相談ください。

♪利用時間♪
月～金曜日
午前９時～午後４時

児童相談所 全国共通ダイヤル

いち　はや　く
189

◇虐待を受けたと思われる子どもを見つけたとき‥
◇ご自身が子育てに悩んだとき‥

おはなし会

2月16日㈫ 10：50～

母親クラブよさこい練習日

2月3日㈬・17日㈬
10：30～11：30

♪子育てホットメール
kosodate@town.shikama.miyagi.jp

子育て支援センター
☎66-1718・FAX66-1717

※コロナ感染防止対策により、利用者の制限をさせて頂く場合があります。ご了承ください。

みんなの情報ひろば Information

役　場
総　務　課 ☎65－2111
☎65－2210
企画情報課 ☎65－2127
教育委員会・教育総務課
☎65－2212
産業振興課 ☎65－2128
担い手支援センター
☎65－2154

農業委員会 ☎65－2223
税　務　課 ☎65－2155
町民生活課 ☎65－2156
会　計　課 ☎65－2123
議会事務局 ☎65－2157
建設水道課（建設）
☎65－2224
建設水道課（上下水道）
☎65－2225

保健福祉課 ☎66－1700
公　民　館 ☎65－3110
農村環境改善センター
☎65－3110
色麻町コミュニティセンター
☎65－3616
かっぱのゆ ☎65－4505
農業伝習館 ☎65－4390
色麻町学童保育施設 ☎65－5070

社会福祉協議会 ☎65－2260
シルバー人材センター
☎25－3370

○デイサービスセンター
☎65－5678
○地域包括支援センター
☎66－1071
○子育て支援センター
☎66－1718

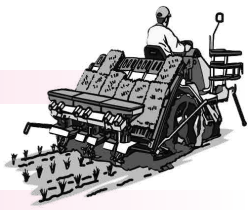
各課へお問い合わせされる際は、上記の直通番号をご利用くださいますよう、ご協力をお願いいたします。

農地の相続の届出について

相続等で農地の権利を取得したときは、農地のある農業委員会に届出が義務づけられています。

届出が必要な方

相続（遺産分割や包括遺贈によるものを含む）
法人の合併や分割
時効取得



届出の時期

権利取得を知った日から
おおむね10ヶ月以内

届出方法

届出書（農業委員会にあります）と権利取得の内容がわかる書類の写しを農業委員会事務局へ提出してください。

問い合わせ先
色麻町農業委員会事務局　☎65－2223（直通）

町長の日記から

町長の動静をご理解いただくために１月の公務の一端をお知らせします。

４日	新年の挨拶、職員辞令交付、定例連絡会議、新型コロナウイルス感染症対策本部会議
５日	町議会定例会１月会議
10日	成人式
12日	子牛市場（美里町）
18日	加美郡保健医療福祉行政事務組合議会議員全員協議会
20日	町農業再生協議会臨時総会
21日	議員全員協議会
28日	区長・実行組合長・農用地利用改善組合長合同会議
29日	鳴瀬川等・北上川下流等各減災対策協議会並びに各流域治水協議会

マイナンバーカードを作りましょう

これからはマイナンバーカードの利活用の範囲が広がり、手放せないカードになってきます。
町では、申請に必要な顔写真を無料で撮影し、申請のお手伝いをしています。
お気軽にご利用ください。

問い合わせ先　町民生活課 ☎65－2156（直通）

マイナンバーカード関係手続き停止のお知らせ

２月17日（水）は住基ネットワークシステムのメンテナンスのため、終日マイナンバーカード関係の手続き等ができません。お客様にはご迷惑をおかけしますが、ご了承願います。

相談

相談名	日時	場所	問合先	備考
行政相談	２月20日（土）10：00～12：00	農村環境改善センター	総務課 ☎65-2111	当面の間、開催時間を短縮して実施します
人権相談			町民生活課 ☎65-2156	
消費生活相談	毎週月曜日・木曜日 9：00～16：00	町民生活課内	相談専用直通電話 ☎25-9559	祝日の場合はお休みします。
農家相談日	２月10日（水）9：00～15：00	農業委員会	農業委員会 ☎65-2223	
生活相談	随時	町社会福祉協議会	町社会福祉協議会 ☎65-2260	
アルコール関連問題相談・家庭教室	２月２日（火）11：00～	大崎合同庁舎	県北部保健福祉事務所（大崎保健所 母子・障害第二班）☎87-8011 ※相談は予約制です	アルコールやギャンブルなど複雑な問題で困っている方の相談に応じます
思春期・青年期ひきこもり相談	２月15日（月）13：00～			自宅に引きこもっている方やその家族の方の相談に応じます
精神保健福祉相談	２月19日（金）14：00～			心の悩みを抱えている方の相談に応じます
がんなんでも相談	平日 9：00～16：00	面談の場合は宮城県対がん協会（仙台市青葉区）	宮城県がん総合支援センター ☎022－263－1560	

お知らせ

「(仮称)ウィンドファーム八森山環境影響評価方法書」の住民説明会の中止について

２月４日㈭、町農村環境改善センターにて開催を予定しておりました（仮称）ウィンドファーム八森山に係る住民説明会につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止することといたしました。

なお、説明会での使用を予定しておりました資料は、下記の縦覧場所に設置しております。

方法書は、下記のホームページによりご覧いただけます。

【縦覧場所・時間】
役場（１階ホール）
※土・日・祝祭日を除く開庁時
【期間】 ２月15日㈪まで
【電子縦覧】
http：//greenpower.co.jp/category/information/
株式会社グリーンパワーインベストメント

◆愛宕山販売の日◆
今月の実施はありません

◆地産地消の日◆
・２月５日（金）
午前10時～午後１時
・役場内待合ロビー

◆特産品販売の日◆
今月の実施はありません

※但し、中止となる場合もあります。

古川税務署からのお知らせ

問古川税務署　個人課税第一部門
☎22-1711（代表）

古川税務署は、２月１日㈪から３月15日㈪まで申告書作成会場を開設しています。（土日祝を除く）

申告書作成会場は混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は各会場での当日配付とＬＩＮＥによる事前発行があります。

※配付方法の詳細は、国税庁ホームページ等によりご確認ください。

※「入場整理券」の配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることもあります。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

王城寺原演習場での射撃訓練等実施のお知らせ

問建設水道課　☎65-2224

今月も王城寺原演習場で、“射撃訓練”等が実施される予定です。

演習場内は、大変危険ですので、絶対に立ち入らないでください。

加美郡内出身の学生の方へ

問申〒981-0904　仙台市青葉区旭ヶ丘２丁目18番16号
一般財団法人　加美奨学会理事
中澤幸一郎　☎022-234-9154

－加美学寮　寮生募集のお知らせ－

加美学寮は、仙台市内の各学校に向学心を抱く加美郡出身者の学生寮確保のため、当時の郡内出身者で仙台市内の篤志家の寄付金で「財団法人加美奨学会」を設立し、加美郡内出身者の学生寮を運営しています。

加美郡内出身の学生（大学生・短大生・各種専門学校生・予備校生・高校生で男女は問いません）を募集しています。

所在地　仙台市青葉区霊屋下4-1
（広瀬川河畔にあり東北大・東北学院大近く）

内　容　木造鉄筋二階建（８室）、１室16.5㎡、各室にクローゼット・エアコン・ユニットバス・シャワー・水洗トイレ・冷蔵庫設置

料　金　月額２万９千円～３万２千円

敷　金　月額利用料の１ヶ月分
（契約期間終了時に清掃代などを控除し精算します）

検察審査会とは？

検察審査会制度は、20歳以上で選挙権を有する国民の中からくじで選ばれた11人の検察審査員が、検察官が被疑者を起訴しなかったことがよかったのかどうかを審査する制度です。

事件等を起こした人が「不起訴処分」となったことに納得がいかない場合は、犯罪の被害にあった人や犯罪を告訴・告発した人などがその処分の当否について、検察審査会に審査を求めることができます。審査の申立てに費用はかかりません。

検察審査会は、毎年、市区町村選挙管理委員会の選挙人名簿に登録されている方の中からくじで選ばれる「検察審査員候補者」の中から選ばれます。検察審査員候補者や検察審査員・補充員に選ばれた方には、検察審査会事務局から通知が届きます。

詳しくは、検察審査会のホームページ（https://www.courts.go.jp/kensin/）をご覧いただくか、古川検察審査会事務局（☎22-1601）までお問い合わせください。

空間放射線量測定に関する情報

福島第一原発事故に伴い、町では空間放射線量を測定しています。

■測定結果（参考値）　単位:マイクロシーベルト毎時

施　設　名	月　日	測　定　値
役場前（地上1m）	1月15日（月に１回）	0.02
色麻幼稚園（旧清水小）（園庭50cm）		0.05
色麻小学校･色麻中学校（校庭1m）		0.05
色麻保育所（所庭50cm）		0.02
清水保育所（所庭50cm）		0.04

◆測定場所の（　）内は、地面の状態及び測定高さ

２月の税・使用料金の納期

項　目	月・期別	納　期
固定資産税	第４期	２月25日（木）
介護保険料	第６期	
後期高齢者医療保険料	第８期	
下水道分担金	第４期	
奨学資金返還金	２月分	２月25日（木）
スクールバス利用者負担金		
保育所保育料		
学校給食費	２月分	口座振替 ２月25日（木）
上下水道使用料 清水地区（上郷～小栗山）	２月分	口座振替／２月25日（木） 集金･納付書／２月26日（金）
住宅使用料	２月分	２月26日（金）

※口座振替納付の方は、あらかじめ預金残高をご確認願います。

年金 国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

古川年金事務所 ☎23−1200

国民年金は、二十歳以上であれば学生も加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。対象となる方は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限一年以上である課程）に在学する学生等で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】
118万円＋｛扶養親族等の数 ×38万円｝

学生納付特例の承認期間は四月から翌年三月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合は、四月初めに再申請の用紙が届きます。引き続き学生納付特例制度の申請を希望される場合は、必要事項を記入の上、ご返送ください。

【国民年金保険料学生納付特例の申請について】

学生納付特例制度により、令和二年度に保険料納付を猶予されている方で、令和三年度も引き続き在学予定の方へ、三月末に基礎年金番号等が印字された八ガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。同一の学校に在学されている方は、この八ガキに必要事項を記入して返送いただくことにより、令和三年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。）なお、令和三年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、納付書を作成して送付します。お手数をおかけしますが、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

支えたら　支えてもらう　国民年金

令和3年1月分保険料の納付期限（口座振替日）は令和3年3月1日(月)です。

平成31年1月分納付書の使用期限は、令和3年2月28日(日)です。

わが町から無年金者をなくしましょう

窓

・令和２年12月中の届け出です。敬称は省略させていただきます。掲載を希望しない場合は、町民生活課窓口で届け出の際にお申しつけください。

出　生

行政区	氏　名	父	母
宿	伊邉　凛柑（りんか）	和幸	光恵
向町	佐藤　煌河（こうが）	正也	千聖
上郷	髙橋　菫礼（すみれ）	将也	美幸

結　婚

- 飯田　恵之（王城寺）
  日下智恵子（白石市）
- 木村　敏幸（新田）
  鈴木美由紀（加美町）

お悔やみ

行政区	尊　名	年齢	世帯主
上黒沢	山内くにゑ	89	−
一の関	田中みつぎ	91	壽
大原	佐藤つね子	90	忠一
北大	佐藤富二男	67	はるみ
鷹巣	小松　栄子	85	秀雄
上郷	今野ふみ子	91	−

人口と世帯

令和２年12月末日現在

（　）内は前月比　※外国人の方も含む

世帯数	2,079戸（＋３戸）
人　口	6,648人（－５人）
男	3,215人（－１人）
女	3,433人（－４人）

12月のうごき

出　生	4人	死　亡	6人
転　入	12人	転　出	15人

12月までのうごき

出　生	35人	死　亡	98人

●２月の燃えないごみ収集●

収集日	収　集　区　域
2日(火)	南大、北大、大原、伝八・除上黒沢、吉田、志津、鷹巣
3日(水)	宿、新田、下黒沢、下高城上高城
4日(木)	一の関、道命、袋、上郷王城寺、花川沢口
5日(金)	向町、二反田、清水、高根平沢、小栗山

●２月の燃やせるごみ収集●

収集日	収集区域
毎週月・木曜日	全区域

●リサイクルの日（紙・布類）収集●

収集日	収　集　区　域
2日(火) 16日(火)	南大、北大、大原、伝八・除向町、二反田、上郷、王城寺、花川沢口、新田下黒沢、下高城、上高城
9日(火) 23日(火)	一の関、道命、袋、宿、上黒沢、吉田、志津、鷹巣清水、高根、平沢、小栗山

●プラスチック製容器包装収集●

収集日	収集区域
毎週水曜日(祝祭日も収集)	全区域

交通事故と火災を予防しよう

■町内の交通事故（令和２年１月～12月）

発生件数	115件
死亡者数	0人
負傷者数	15人

■町内の火災（令和２年１月～12月）

発生件数	3件
建物火災	3件
車両火災	0件
林野火災	0件
その他火災	0件

■広報しかま　令和3年2月1日発行（№594）　編集と発行／色麻町役場企画情報課　〒981-4122　宮城県加美郡色麻町四竃字北谷地41　☎0229-65-2127　■印刷　㈲中村印刷

新成人のみなさん、おめでとうございます！

色麻町成人式 1/10

▶司会進行をした浅野孝章さん、小山優斗さん

▶会場入り口での検温、手指消毒を実施。コロナ対策は万全

▶新鮮な振袖姿…中にはおばあちゃんの着物を着たという新成人も

▶式終了後に、旧清水小学校の卒業生にはタイムカプセルがお披露目され思い出話に大盛り上がり

●2月の休日当番医●

おとな救急電話相談　☎022-706-7119 又は#7119

こども夜間安心コール　☎022-212-9390 又は#8000

診療日	日中（9:00～17:30）	夜間（18:00～22:00）大崎市古川
7日(日)	鈴木内科医院　☎63-3056（加美町・中新田地区）	片倉病院（内科）☎22-0016 〃（外科）〃
11日(木)	森皮膚科医院　☎72-2244（大崎市・岩出山地区）	三浦病院（内科）☎22-6656 〃（外科）〃
14日(日)	中新田民主医院　☎63-2156（加美町・中新田地区）	大崎市民病院（内科）☎23-3311 〃（外科）〃
21日(日)	遊佐クリニック　☎81-1133（大崎市・鳴子地区）	永仁会病院（内科）☎22-0063 〃（外科）〃
23日(火)	髙橋医院　☎72-1005（大崎市・岩出山地区）	佐藤病院（内科）☎22-0207 徳永（整）病院（外科）☎22-1111
28日(日)	おのだクリニック☎67-2228（加美町・小野田地区）	大崎市民病院（内科）☎23-3311 〃（外科）〃

●公立加美病院の休日夜間の急患受付●

急患については、土曜日、日曜日、祝日も受付をいたします。

ただし、救急車の対応や入院患者の急変などにより長時間お待ちいただく場合があります。

また、頭や心臓などの疾患や外傷、小児科については対応できないこともあります。

受診される際は、必ず事前にご連絡ください。
☎66－2500

かっぱのゆ　春寒・日帰りプラン

今月の休館日 ◆8日・22日　今月のラッキーデー ◆15日(月)

●期　間／令和3年2月1日(月)～26日(金)
●温泉入浴と個室の食事（お弁当）がセットになったお得なプランです。2名様から承ります。（3密防止の為、一室5名様以内）平日4時間・個室付き。

3日前までにご予約を!

●料　金／お一人様　1,600円
●メニュー／豚の塩麹焼き、炒り卵の海老チリソースかけ、平沢豆富の揚だし、ご飯、味噌汁、香の物

■平沢交流センターかっぱのゆ ☎65-4505

スタンプ2倍 3日、10日、17日、24日、26日