

6月は「土砂災害防止月間」です ～みんなで防ごう土砂災害～

土砂災害から町民の生命、身体を守るため、増水期を迎える6月を「土砂災害防止月間」と定め、土砂災害に対する町民の皆さまの理解と関心を深めていただくよう町内での点検運動を実施します。この機会にぜひ、大雨時の対応について家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。

☎ 建設課土木建築係 ☎46-1377

思春期・引きこもり専門相談

思春期のこころの悩みや、引きこもりの問題を抱えている人と、そのご家族、関係者に対して、精神科医による専門相談を行います。

- 日時 7月8日(水) 午前11時～午後4時30分
- 場所 気仙沼保健所
- 予約期限 7月1日(水)

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356

いきいき百歳体操をはじめませんか？ 現在町内では20地区でいきいき百歳体操を実施しています。

戸倉	荒町ふれあいセンター 戸倉復興住宅集会所 沖田集会所	志津川	林生活センター 志津川西復興住宅第1集会所 小森親僞会館
入谷	大船地区公民館（一区） 葦の浜コミュニティセンター	志津川	大森文化センター 志津川中央復興住宅集会所 沼田ふれあいセンター
歌津	寄木集会所 伊里前復興住宅集会所 港親義会館 一燈サロン（旧伊里前保育所）	志津川	志津川東復興住宅第1集会所 志津川東復興住宅第2集会所 袖浜生活センター 清水団地集会所 西田・細浦集会所

新たに体操を始めたい団体や地区での体操に参加したい人は、お気軽にご連絡ください。

また、いきいき百歳体操などの地域活動を支援する「地域介護予防活動支援事業補助金」がありますので、希望する場合はご連絡ください。

☎ 地域包括支援センター ☎46-5588（総合ケアセンター南三陸内）

認知症と介護のしゃべり場

認知症の人や介護している家族、地域の人などどなたでも自由に参加できる集いの場です。おいしいコーヒー・お茶を飲みながら、ゆっくりお話しませんか？出入りは自由です。お気軽にお越しください。

- 日 時 7月8日(水) 午前10時～11時30分
- 場 所 生涯学習センター
- 対象者 町内在住の人
- 参加費 100円（飲み物代）

※参加される人は感染症予防のため当日の体調確認と、マスクの着用をお願いします。

☎ 地域包括支援センター ☎46-5588
（総合ケアセンター南三陸内）

健康コラム

教えて！あなたの健康づくり⑯

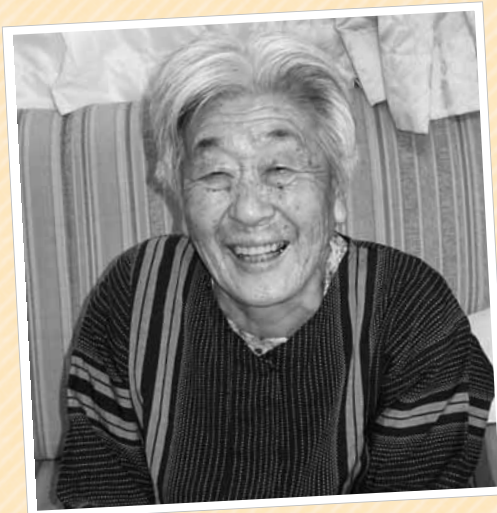
今月は沼田にお住まいの佐藤艶子さんにお話を伺いました。

Q 健康づくりのための取り組みを教えてください

新型コロナウイルス感染症防止のために現在は活動をしていませんが、百歳体操やコーラス、手芸の集まりに参加していました。今は家の中で、座ってできる体操や階段の段差の昇り降りを30回しています。2～3カ月毎の病院受診は、天気の良い日は途中で休みながら歩いています。もうすぐ93歳ですが自分の歯は16本あり、きゅうりやお肉も食べられます。好き嫌いはありません。

今日着ている服は自分で縫ったものですが、このように着物をほどこいて服を縫ったりネクタイから袋を作ったりしています。手芸の集まりで刺し子を3枚縫って、孫に1枚ずつあげました。今度はマスクを作ろうと考えていて、こういうものにしようか考えるのが楽しいです。

その他には、新聞に毎日目を通し、家族に図書館から本を借りてもらって読書をしています。



Q 取り組みを続けられる秘訣は何ですか？

年が明けると、あと2年頑張ろうと思います。出来るうちは、自分のことは自分でやりたいと思っています。私にとって家族は大切な存在です。朝、もう少し寝ていようかなと思う時も、ひ孫が起こしに来てくれます。いつも食事はだいたい家族そろって食べています。その後はひ孫と何をして遊ぼうか考えたり、一緒にテーブルでピンポンをしたりして遊びます。洗濯物をたたみ、アイロンかけや繕い物をするのが私の役割ですよ。

また、地域の集まりの『秋の会』の皆さんは、参加するように声をかけてくれます。話が聞こえにくい時は紙に書いてくれるのでありがたいです。活動が再開する時は、皆さんに会いに参加しようと思っています。

Q 今後挑戦したいことは？

今までやってきたことを続けたいです。若いときにしたことは年をとっても忘れないものですよ。

お話を聞きまして…

笑顔でたくさんのお話を聞かせてくださった艶子さん。身のこなしがとても若々しく、年齢を伺って驚きました。ご自身の体調の変化に関心があり、受診したり体によいと聞いたことを取り入れて体の元気を保つだけでなく、家族の一員として家事を行い、様々な活動に参加していることが気持ちの若さにつながっていると感じます。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

新型コロナウイルス感染症の影響により 納税が困難な場合には猶予制度があります

新型コロナウイルス感染症の影響により、税金を一時的に納付することができない場合、申請をすることにより、猶予の要件のすべてに該当するときは、原則として1年以内の期間に限り猶予が認められます。申請の期限は令和2年6月30日です。内容について、詳しくは電話にてお問い合わせください。

☎ 町民税務課税務係 ☎46-1372

震災伝承施設の名称募集のお知らせ

町では、令和3年秋に供用開始を予定する「震災伝承施設」の名称を募集しています。



応募資格を拡大し、応募期間を延長しました。
道の駅の名称ではなく、震災伝承施設の名称です。

提供：隈研吾建築都市設計事務所

応募資格

中学生以上の人（法人その他団体含む）
※お一人で何件でも応募できます。
※町外の人でも応募できるように応募資格を拡大しました。

応募方法

①震災伝承施設の名称（ふりがな）、②名称の理由 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号をご記入のうえ、郵送、FAXまたは電子メールにより下記まで応募してください。
【郵送】南三陸町企画課 【FAX】0226-46-5348
【電子メール】oubo@town.minamisanriku.miyagi.jp

応募期間

6月30日(火)まで

☎ 企画課企画情報係 ☎46-1371

野焼きは法律で 禁止されています！



野焼きとは、適法な焼却施設以外でごみを燃やすことおよび家庭ごみ、剪定枝などを野外で焼却することです。そのまま積み上げて燃やしたり、穴を掘って燃やしたり、ドラム缶などの簡易な構造の焼却炉の使用も原則禁止です。

野焼きは一部の例外を除き「廃棄物の処理及び清掃に関する法律第16条の2」で禁止されており、違反した場合には5年以下の懲役、1,000万円以下（法人は3億円以下）の罰金または両方が科せられます。

☎ 環境対策課環境政策係 ☎46-5528