

私たちが火災予防を呼び掛けてます

火の用心



りひと
佐藤 理人さん
(入谷小学校5年)



りゅうせい
上田 琉晟さん
(入谷小学校6年)



ひなた
山内 日向さん
(入谷小学校6年)



まや
三浦 麻椰さん
(名足小学校6年)



かい
三浦 權波さん
(名足小学校6年)



むう
千葉 夢生さん
(名足小学校6年)



今回、初めての企画で、少年消防クラブ員の音声を録音し、火災予防広報を実施しました。入谷小学校の3名は11月中の1カ月間10時と3時の防災無線広報と、入谷、志津川、戸倉地区の消防車両巡回広報を、名足小学校の3名は、歌津地区の消防車両巡回広報をしています。

両小学校共に、「録音するときは緊張したようでしたが、素晴らしい音源を提供して頂きました」と消防署の職員も褒めていました。

担当した児童からは、「緊張したけど、うまく話せて良かった」、「火事の危険性を再確認できた。この放送を聞いて、町の人たちにも気を付けてほしいです。」と話していました。

今回のように地元小学生の声で火災予防の呼び掛けを行うことで、家庭や地域における火災の発生を防止し、防火意識の高揚にもつながるのではないかと期待されます。

東日本大震災資料展

～2011.3.11 あの日を忘れない～

- 展示期間 令和2年10月26日(月)から
令和3年2月14日(日)まで
午前9時～午後5時
- 展示場所 戸倉公民館 文化財展示室1
- 展示物 東日本大震災の写真など約50点

☎ 戸倉公民館 ☎46-9920

おきなぐらミニ作品展

- 展示期間 11月26日(木)から12月7日(月)まで
午前9時～午後5時
- 展示場所 戸倉公民館 会議室1・2
- 展示団体 戸倉公民館で活動しているカルチャー団体
- 展示物 絵手紙、フラワーアレンジ、ハンドメイドなど約50点

☎ 戸倉公民館 ☎46-9920

健康コラム

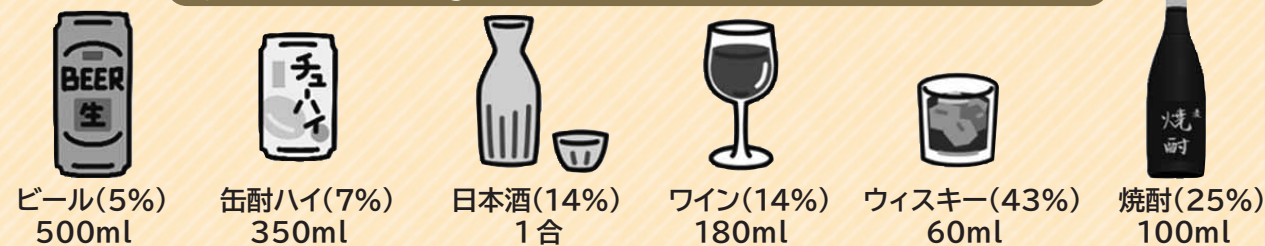
11月10日から16日は、アルコール関連問題啓発週間です。
お酒を楽しく健康的に飲むには、正しい情報を知ることが大切です。
この機会にご自身のお酒の飲み方を確認してみませんか。

1日の適量を知ろう

1日の飲酒は、純アルコール約20g以内を目安にしましょう。

女性や高齢者は半分の約10g程度がちょうどよい量です。週に2日はお酒を飲まない『休肝日』を作り、肝臓を休ませることも大切です。

純アルコール20gの目安(%)はアルコールの度数を示しています。



お酒と体の働きについて知ろう



例えば

ビール500mlを3本、夜12時まで飲んでいたらとすると…
⇒翌朝9時ごろまで体内にアルコールが残ります。それより早い時間に車を運転する場合は、酒気帯び運転となる可能性があるため、注意が必要です。

アルコールと血圧の関係

アルコールは血圧を一時的に下げることがありますが、飲酒が続くと結果的に血圧が上昇します。高血圧症をはじめとする生活習慣病予防のためにも適量を心掛けてください。



睡眠への影響

寝酒(床につく前に飲む酒)は、寝つきが良くなったと感じることもありますが、浅い眠りになったり、数時間で目が覚めるなど、眠りの質を悪くします。習慣になると、徐々にお酒の量が増えていくことがありますので注意しましょう。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

令和3年度 南三陸町放課後児童クラブ利用申請のお知らせ

令和3年4月からの利用申請受付を実施します。
利用を希望する人は、受付日・場所などを確認の上、手続きを行ってください。

志津川地区・歌津地区・戸倉地区放課後児童クラブ申請受付

1 申請書類配布

- 配布開始日 11月24日(火)
- 場 所 保健福祉課子育て支援係、歌津総合支所、志津川地区放課後児童クラブ、歌津地区放課後児童クラブ



2 利用申請受付

- 受付日時 12月14日(月) 午前9時～午後6時
- 場 所 総合ケアセンター1階 いきいきルーム



3 その他

- ①新1年生については、入学式前の令和3年4月1日から利用が可能です。
- ②年度途中からの利用を希望される場合は、利用開始希望日1カ月前に保健福祉課子育て支援係窓口へ申請してください。
- ③南三陸町HPで申請に必要な書類の様式をダウンロードできます。

☎ 保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402 子育て支援センター ☎46-3042

11月30日は「年金の日」です

厚生労働省では、「国民一人ひとりが『ねんきんネット』などを活用しながら、高齢期の生活設定に思いを巡らせていただく日」として、11月30日を「年金の日」としました。
この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

ねんきんネットをご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることができます。

ねんきんネットについては、日本年金機構のホームページで確認いただくか、石巻年金事務所に問い合わせください。

☎ 石巻年金事務所 ☎0225-22-5115

林業退職金共済制度（林退共）のお知らせ

この制度は事業主の皆さまが、従業員の働いた日数に応じて掛け金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界をやめたときに林退共から退職金を支払うという、いわば林業界全体の退職金制度です。

- 掛け金は、税法上について、法人では損金、個人企業では必要経費となります。
- 掛け金の一部を国が免除します。
- 雇用自業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。



詳しいことは、最寄りの支部または本部へお問い合わせください。

問 独立行政法人勤労者退職金共済機構林業退職金共済事業本部
〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1 ニッセイ池袋ビル
☎03-6731-2889 FAX 03-6731-2890

南三陸消防署からのお知らせ

秋の火災予防運動実施中！



11月9日から11月15日まで秋の火災予防運動を行っています。

これからの時季は空気が非常に乾燥します。また、暖房器具の使用も始まるため、全国的に火災が起こりやすくなります。これを機に、今一度火災予防についての意識を高めましょう。



問 南三陸消防署 ☎46-2677／歌津出張所 ☎36-2222

～身につけましょう！4つの習慣～

- ・寝たばこは、絶対やめましょう。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使いましょう。
- ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消すようにしましょう。
- ・家の周りに、燃えやすいものをむやみに置かないようにしましょう。



しんぎょうどうさん 神行堂山

神行堂山は、入谷地区では最高峰の標高461メートルの山で、そこからの眺めは、春には桜、秋には紅葉がみられ、その景色は京都の山々を眺めているようだと言われ、歌に詠まれたほどです。志津川地区の惣内山と同様、入谷地区に広がる花崗岩（マグマが冷えて固まってできた火成岩の一種）の帯の外縁部にあたる位置にあります。「神行堂山」という山の名前は山岳修験に関わるもので古くから信仰の場であったと伝えられ、南麓にある花崗岩の巨石と神行堂山頂が信仰の対象でした。神行堂山周辺では、弘法大使ゆかりと伝わる独鈷（密教の道具のひとつ）や蔵王権現像を持ち伝える旧家があります。

問 教育委員会生涯学習課 ☎46-2639