

虫歯のない子



3歳児健診でむし歯が1本もなかった子どもたちです。



草薙 れな ちゃん
(中野)

これからも歯みがきを毎日
欠かさずにがんばります。



大久保 伸治 ちゃん
(第一暁)

これからも歯みがきをがん
ばんします。



渡邊 理登 ちゃん
(東高方町)

毎日の歯みがきをがんばっ
ています。



齋藤 惺志郎 ちゃん
(元本堂北部)

これからも歯みがきをがん
ばんします。



今川 結花 ちゃん
(千屋南部)

毎日の歯みがきをがんばっ
ています。



久米 彩翔 ちゃん
(後三年)

仕上げみがきを毎日がん
ばんします。



佐藤 梨帆ちゃん
(羽貫谷地)

ひとりできがんで歯みが
きをしています。

食改さんの 試してレシピ

～もっと野菜を食べよう～

ねぎたっぷりおもちのスープ

材料(4人分)

角餅…………… 2個	ねぎ…………… 1本
水…………… 800ml	しょうが… 少々
中華スープの素… 小さじ2杯	酒…………… 大さじ2杯
焼き豚…………… 4切れ	しょうゆ、塩、こしょう …………… 各少々

作り方

- ① 餅は1cm角くらいに切り、焼き豚は細切り、ねぎ、しょうがはせん切りにする。
- ② 鍋に水を入れて火にかけ、煮立ったら中華スープの素、酒、しょうが、焼き豚、餅を入れる。餅が柔らかくなったらねぎを入れ、しょうゆ、塩、こしょうで味を調えたら出来上がり。

子どもの食育や生活習慣病の予防食を勉強している美郷町食生活改善推進協議会(食改=しょっかい)会員の皆さんが、野菜を使った体にやさしいヘルシーレシピを紹介します。



ワンポイントアドバイス

お正月の残ったお餅で作ります。ねぎとしょうがで風邪予防!!

食改会長の
出雲房子さん

国民年金からのお知らせ

～届出は忘れずに～

日本国内に住む20歳以上60歳未満の全ての人は、国民年金に加入し、保険料を納めることが義務付けられています。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やけがで障害が残ったときや、一家の働き手が亡くな

ったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。ただし、加入の届出や保険料の納め忘れがあると年金が受けられないこともあります。

「あの時に…」と後悔しないためにも、国民年金の届出は忘れずに行いましょう。

■国民年金の加入区分

	どんな人が加入するの？	保険料の納付は？
第1号被保険者	学生、無職、自営業者等	自分で納付
第2号被保険者	会社員、公務員等	勤務先で納付
第3号被保険者	第2号被保険者に扶養されている配偶者	無し（配偶者の制度が負担）

■こんな時は届出が必要です。

どんなとき？	どんな届け出？	届出先
退職したとき	加入年金の変更手続き（2号→1号への変更）	役場住民生活課
結婚や退職等で配偶者（2号）の扶養になったとき	加入年金の変更手続き（1号→3号または2号→3号への変更）	配偶者の勤務先
配偶者（2号）が会社を変わったとき	引き続き第3号被保険者となる手続き	配偶者の新しい勤務先
配偶者の扶養から外れたとき	加入年金の変更手続き（3号→1号への変更）	役場住民生活課

問い合わせ

町住民生活課 戸籍年金班 ☎0187(84)4903(内線1405)

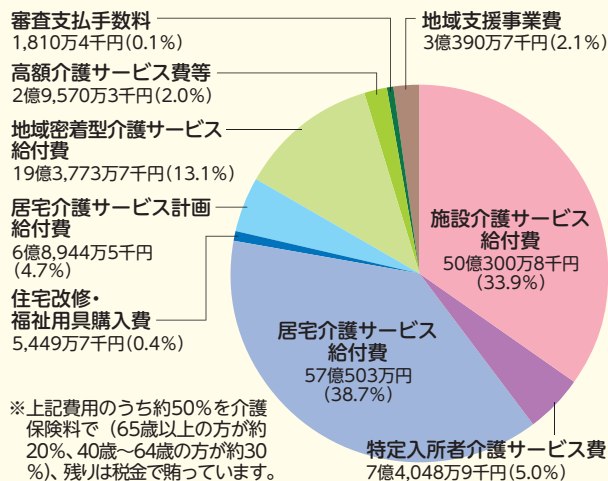
介護保険事務所からのお知らせ

介護保険料はこのように使われています

40歳以上の方々から納めていただいている介護保険料は、介護保険サービスの費用に使われています。また、同サービス費用は税金によっても賄われています。

介護保険サービスの費用内訳（平成24年度決算額より）

費用合計：147億4,792万円



※大曲仙北広域市町村圏組合が大仙市、仙北市、美郷町の介護保険事業をまとめて運営していることから、金額は3市町分の総額となっています。

- 施設介護サービス給付費…特別養護老人ホーム等の施設サービス利用に係る費用
- 特定入所者介護サービス費…施設介護サービス等利用時の食費・居住費への助成費用
- 居宅介護サービス給付費…ホームヘルプ・デイ・ショートステイサービス等の利用に係る費用
- 住宅改修・福祉用具購入費…自宅への手すりの取付け工事等や腰掛便座等を購入した際の助成費用
- 居宅介護サービス計画給付費…居宅介護サービス利用計画作成に係る費用
- 地域密着型介護サービス給付費…自宅や住み慣れた地域で生活を継続するためのグループホーム等のサービス利用に係る費用
- 高額介護サービス費…1カ月のサービス費用の自己負担分が高額になった利用者への助成費用
- 審査支払手数料…介護保険サービス事業所がサービスに係る費用を請求した際の審査に係る手数料
- 地域支援事業費…要介護・要支援状態になるおそれのある方への介護予防事業や、介護している家族への支援事業等に係る費用

問い合わせ

大曲仙北広域市町村圏組合
介護保険事務所 企画管理班
☎0187(86)3910