



# あいさい

2021  
(令和3年)

2  
No.191



- P2 || 新型コロナウイルス感染症対策のお知らせ
- P3-5|| 確定申告のお知らせ
- P6 || 食卓を野菜でカラフルに!!
- P7 || 「脳若トレーニング教室」の参加者募集
- P8 || 先輩からの応援メッセージ
- || ご存知ですか?地域包括支援センター



愛西市  
公式アカウント  
友だち募集中!



# 新型コロナウイルス感染症対策のお知らせ

がんばろう  
愛西

令和2年12月25日時点



市では、新型コロナウイルス感染症予防対策における生活の維持・回復のための支援策として、次の事業を実施します。

## ◆修学旅行企画料等支援事業

☎ 学校教育課 ☎(55)7136

目的：修学旅行を見直し、行き先を変更した場合に発生する企画料などを支援する。

内容：市内小中学校が修学旅行を見直し、行き先を変更したことにより発生した企画料を支援します。

## ◆公開型地理情報システム事業

☎ 都市計画課 ☎(55)7126

目的：都市計画、農地、道路・水路、下水道施設に関する地図データなどの情報をインターネットを通じ広く提供する。人の移動を抑制し、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するとともに、利用者の利便性の向上、業務の効率化を図る。

内容：現在、都市計画、農地、道路・水路、下水道施設に関する地図データなどの情報の案内は、窓口でおこなっていますが、公開型の地理情報システムを構築することで、遠隔地でもこれらの情報を入手できる環境を提供します。



## ◆ひとり親世帯臨時特別給付金「基本給付」再支給事業

☎ 子育て支援課 ☎(55)7118

(詳しくは、11ページをご覧ください。)

目的：新型コロナウイルス感染症の影響により、特に大きな困難が生じているひとり親世帯などの生活を支援する。

内容：「基本給付」の再支給をします。

対象：すでにひとり親世帯臨時特別給付金「基本給付」を受けている方または申請をしている方

支給額：1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

## ◆キャッシュレス決済事業

☎ 経営企画課 ☎(55)7133

目的：人との接触を減らし、金銭の受け渡しを極力避けるため、4月から窓口でのキャッシュレス決済、市税、保険料などのスマートフォン決済および体育施設へ電子マネー対応券売機を導入し、市民の利便性の向上および納付機会を増やす。

### ●窓口キャッシュレス決済事業

内容：市役所および支所の各窓口 QRコードを設置し、手数料などをスマートフォン決済アプリで支払えるようにします。

### ●スマートフォン決済事業

内容：市税(市県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税)および保険料(介護保険料、後期高齢者医療保険料)の納付書記載のバーコードを使い、スマートフォン決済アプリで納付をできるようにします。



### ●体育施設キャッシュレス事業

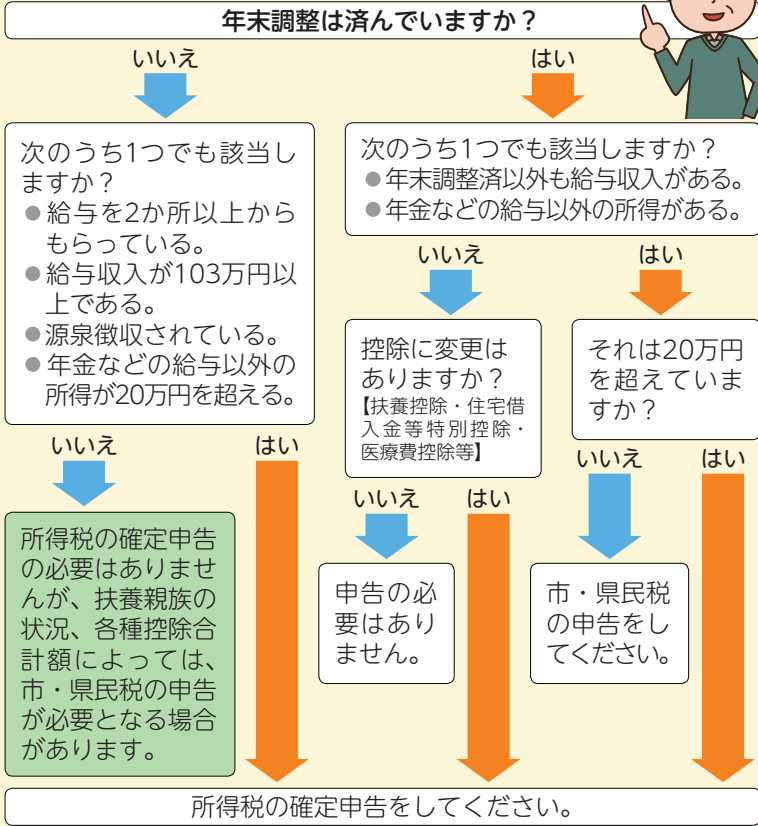
内容：親水公園体育館トレーニングルームに電子マネー対応の券売機を導入します。

★キャッシュレス決済についての詳しい内容は、広報3月号でお知らせします。

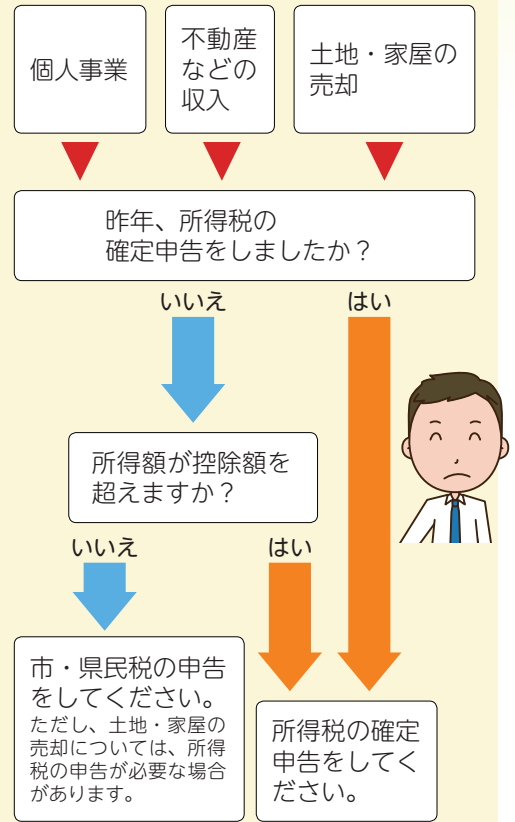
感染症拡大防止のため、詳細はお電話などでお問い合わせください。

# あなたの申告は? (下記の①②③④のあてはまる) ところでご確認ください。

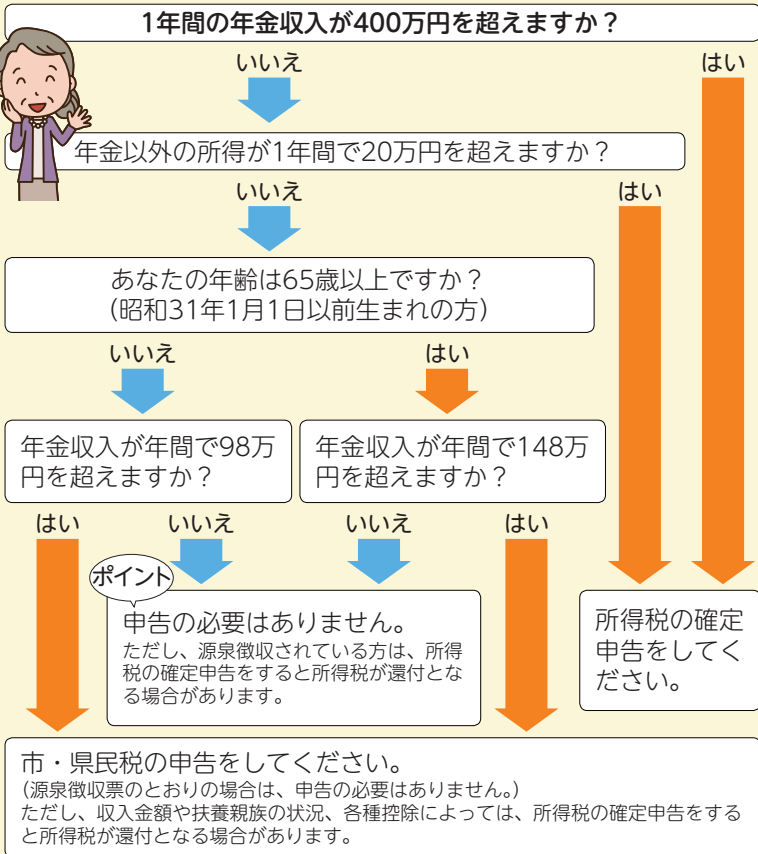
## ① 給与



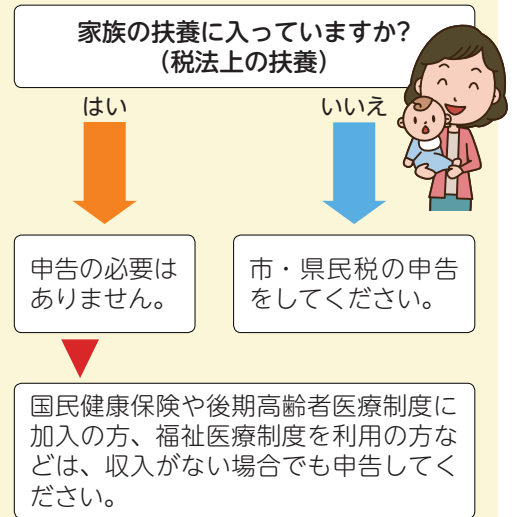
## ② 個人事業など



## ③ 年金



## ④ 上記の「①・②・③」のいずれにもあてはまらない方



※給与所得と年金所得がある方は、年金収入が400万円以下であっても、給与所得が20万円を超えていれば、今までどおり確定申告が必要です。

# 確定申告のお知らせ

税務課  
☎(55)7123

税務署からのハガキをお持ちの方は、必ずご持参ください。

開設期間：2月16日(火)～3月15日(月) 市役所閉庁日(土・日曜日、祝日)を除く。  
申告会場：市役所 南館1階 会議室1-3・1-4 佐織庁舎 2階 第1会議室、第2会議室  
立田庁舎 1階 第1会議室 八開地区コミュニティセンター 1階 会議室1-1・1-2  
開設時間：午前8時30分～11時 午後1時～4時

立田庁舎・八開地区コミュニティセンターについては、隔日開設します。  
開設期間：立田会場は偶数日(カレンダー黄色)・八開会場は奇数日(カレンダー青色)  
◎各会場では、3密を避け、来場者の感染防止対策として、入場制限などを行います。  
◎感染対策を講じるため、受付を早めに終了する場合があります。

※各会場相談定数(1日)：市役所	午前	50人	午後	60人	合計	110人
佐織庁舎	午前	25人	午後	30人	合計	55人
立田庁舎	午前	20人	午後	24人	合計	44人
八開地区コミュニティセンター	午前	20人	午後	24人	合計	44人

2021年2月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

2021年3月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## 申告に必要な書類(申告内容によって異なります。)

- 印鑑、税務署からのハガキ、利用者識別番号等通知、源泉徴収票など
  - 個人番号カード、通知カードなどのマイナンバーがわかるもの
  - 運転免許証、健康保険証などの本人確認ができるもの
  - 生命保険料および地震保険料の控除証明書、社会保険料〔(国民年金保険料)控除証明書、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付済額証明書〕など
  - 医療費控除を受けられる場合は、医療費控除の明細書(指定様式があります。)
- ※「医療費控除の明細書」は領収書に基づき[人ごと、医療機関ごと]に金額を記載する必要があるため、必ず事前に作成しておいてください。
- ※青色決算書や白色収支内訳書は、作成しておいてください。

市役所申告会場(南館1階 会議室1-3・1-4)での税理士による無料相談日  
2月16日(火)～26日(金)※市役所閉庁日(土・日曜日、祝日)を除く。

## ◆新型コロナウイルス感染対策を下記のとおり実施します。◆

感染拡大防止の観点から、申告書の郵送提出やe-Taxによる確定申告にご協力をお願いします。

### 【市の対策】

#### ●入場人数の制限

申告会場に入場できる人数を制限させていただきます。受付で番号表を受け取った後は、入場時間まではお車などでお待ちいただきます。

#### ●消毒、飛沫対策など

- ・会場に消毒液を設置します。会場のテーブルやイスは適宜、消毒作業を行います。
- ・待合室では、席の間隔を開けて座っていただきます。
- ・職員と対面でお話しになる場合には、飛沫防止シートを設置します。

### 【来庁する方へのお願い】

#### ●検温のお願い

受付時の検温にご協力をお願いします。来庁の際は、事前にご自宅で検温していただき、体調不良・発熱などの症状がある場合は来庁をご遠慮ください。

#### ●マスク着用、手指消毒のお願い

申告会場に入場する際は、マスクの着用および手指消毒をお願いします。

#### ●来庁は少人数で

# 津島税務署からのお知らせ

## ◆確定申告会場にお越しになる方へ～感染リスク軽減のための対応～

新型コロナウイルス感染症の感染リスクを軽減するため、ご自宅から申告できるe-Taxをぜひご利用ください。相談は、国税庁ホームページ掲載のチャットボットやお電話でも可能です。

※チャットボットはAIを活用した「税務職員ふたば」がお答えする自動会話プログラムです。

## ◆確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、確定申告会場の混雑緩和を図る観点から、入場整理券を活用して会場内へご案内することを予定しております。確定申告会場に入場するためには「入場整理券」が必要です。

## ◆入場整理券の配付方法について

「入場整理券」は、当日、会場で配付しますが、全て配付した場合など配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることもありますので、あらかじめご了承ください。

## ◆国税庁のLINE公式アカウントから事前発行も行っています！

まずは、QRコードを読み込んで、国税庁LINE公式アカウントと友達になってください。



## ◆ご注意ください！

- ・入場時に、当日配付した「入場整理券」もしくはLINEで事前発行した際に表示される「受付完了」画面を確認しますので、必ずお持ちください。
- ・「入場整理券」には、会場へ入場できる時間帯が記載されていますので、指定された時間内に会場へお越しください。
- ・指定された時間に遅れた場合は、入場できない場合があります。また、会場の混雑状況に応じ、指定された時間内であっても入場をお待ちいただく場合があります。

## ◆確定申告会場へお越しになる方へのお願い

### ● 検温を実施します！

確定申告会場への入場の際には、検温を実施します。37.5度以上の発熱が認められる場合や検温にご協力いただけない場合には、入場をお断りさせていただきます。なお、発熱などの症状がある方や体調のすぐれない方は、無理をせず、後日、来場していただくようお願いいたします。

### ● マスクの着用、手指消毒をお願いします！

ご来場の際は、マスクを着用していただき、入口などで手指消毒液をご利用ください。

### ● 少人数での来場をお願いします。

ご来場の際は、できるだけおひとりでお越しいただき、複数名でお越しの場合もできるだけ少人数でお越しください。

## ◆会場における感染症対策のご紹介

- 会場内では、ソーシャルディスタンスを確保しています。
- 会場は、清掃・消毒を毎日行い、日中もこまめに換気やパソコンなどの消毒を実施します。
- 職員は、マスクとフェイスシールドを着用して対応し、自らも頻りにアルコール消毒を行っています。また、毎日の検温など体調管理を徹底しています。

## ◆確定申告会場(昨年と異なります！)



問 津島税務署 ☎(26)2161

※電話は自動音声により案内していますので、音声案内に従い「2」を選択してください。

# 食卓を野菜でカラフルに!!

## めざそう! 野菜1日350g!



愛知県民の成人1日当たりの  
野菜摂取量は平均約230g!  
あと約120g足りない!!



野菜100gの目安は、  
お浸しやサラダなら小鉢2品程度。  
普段の食事に野菜を2品増やして  
みましょう!

### 野菜を食べるとこんなイイ効果が!!

- **食物繊維** ⇨ 血糖値の急激な上昇を抑える  
最初に野菜を食べると、血糖値の急激な上昇を抑えることができます。
- **カリウム** ⇨ 高血圧予防に大切なミネラル  
カリウムは、余分な塩分を体外に出してくれるため、高血圧予防につながります。  
※腎臓を患っている人はカリウムの排泄が十分にできないことがあるため、注意が必要。
- **ビタミンA** ⇨ 風邪の予防に効果あり  
免疫機能の低下などを引き起こす活性酸素の働きを抑えるため、免疫力維持につながります。
- **抗酸化物質** ⇨ 動脈硬化などの予防に効果あり  
人参などに含まれるβカロテン、トマトなどに含まれるリコピンなどは抗酸化物質と言われ、動脈硬化の予防や胃がんなどの発生リスクを低くする効果があるとされています。
- **葉酸** ⇨ 認知症の予防効果も期待されている  
葉物野菜に多く、血や細胞を作るほか、認知症の予防効果も期待されています。

### バランスの良い食事を心がけましょう!!

#### 主食

米、パン、麺類など主に  
エネルギー源になる料理



#### 主菜

魚や肉、卵、大豆製品などを主  
にたんぱく質を多く含む料理



#### 副菜

野菜、きのこ、海藻などを使っ  
たビタミン・ミネラル・食物繊  
維を多く含む料理



### みんなでつくろう 笑顔あふれる 『健康あいさい』

この機会に**野菜の効果**で、メタボや糖尿病を予防し、体の中から健康になりましょう!!  
第2次愛西市健康日本21計画(きらり☆あいさい21)では、“野菜の摂取”を市民のみなさんに積極的に取り組んでほしい習慣のひとつとして挙げています。

# 脳若トレーニング教室の参加者を募集します

## 『脳若トレーニング教室』とは…

貸出用タブレット型コンピューター (iPad) を使い、講師の指導のもとゲームなどを行って仲間と一緒に「**脳を鍛える**」ことが目的の教室です。



教室の様子

【対象】 市内在住の65歳以上の方

【定員】 各日程20人(定員を超えた場合は抽選。  
令和2年度の参加者も受け付けますが、  
新規参加者を優先します。)

【参加期間】 4月～令和4年3月 【回数】 月1回(計12回予定)

【料金】 無料

【持ち物】 筆記用具、上履き(スリッパは不可)、飲み物、マスク着用  
※ 教室で使用するタブレット型コンピューターは貸し出します。

【申し込み】 2月18日(木)までに地域包括支援センターへ

## 【日時および会場】

【A日程】 JAあいち海部 永和支店 火曜日 午後1時30分～3時30分					
4月 6日	5月 11日	6月 1日	7月 6日	8月 3日	9月 7日
10月 5日	11月 2日	12月 7日	1月 11日	2月 1日	3月 1日

【B日程】 JAあいち海部 永和支店 火曜日 午後1時30分～3時30分					
4月 20日	5月 18日	6月 15日	7月 20日	8月 17日	9月 21日
10月 19日	11月 16日	12月 14日	1月 18日	2月 15日	3月 15日

【C日程】 JAあいち海部 佐織支店 水曜日 午前9時30分～11時30分					
4月 7日	5月 12日	6月 2日	7月 7日	8月 4日	9月 8日
10月 6日	11月 10日	12月 8日	1月 12日	2月 2日	3月 2日

【D日程】 JAあいち海部 佐織支店 水曜日 午前9時30分～11時30分					
4月 21日	5月 19日	6月 16日	7月 21日	8月 18日	9月 22日
10月 20日	11月 17日	12月 15日	1月 19日	2月 16日	3月 16日

【E日程】 JAあいち海部 立田支店 水曜日 午後1時30分～3時30分					
4月 7日	5月 12日	6月 2日	7月 7日	8月 4日	9月 8日
10月 6日	11月 10日	12月 8日	1月 12日	2月 2日	3月 2日

【F日程】 JAあいち海部 立田支店 水曜日 午後1時30分～3時30分					
4月 21日	5月 19日	6月 16日	7月 21日	8月 18日	9月 22日
10月 20日	11月 17日	12月 15日	1月 19日	2月 16日	3月 16日

※新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を講じた上で教室を実施します。

※開催日や会場は都合により変更することがあります。

- 各日程の定員を超えた場合は抽選となります。抽選の場合は、3月2日(火)午後2時より市役所北館1階会議室1-1で抽選を行います。ご希望の方は見学が可能です。
- 利用についての決定は、3月下旬に郵送します。

## 先輩からの応援メッセージ ～活躍する女性をめざすあなたに～

活躍する女性をめざす方を応援するため、先輩の体験談やアドバイスをお届けします。

今回は、市や海部地区の卓球協会の役員で、複数の卓球クラブの指導者であり、自身も卓球選手として活躍し、全国大会にも出場されている渡辺和子さん(町方町)です。



**問：**指導者や役員を務める中で、工夫されていることは何ですか。

**答：**自分の思ったことは、声に出すようにしています。女性役員の登用や、会議、試合運営の負担軽減のためにいろいろな提案をしてきました。また、自分だけで抱え込まず、仲間で役割を分担し、誰か一人に負担が集中しないように工夫しています。役割分担することにより、みんなでやろうという雰囲気を作ることができました。

**問：**活動の原動力になっているものは何ですか。

**答：**仲間です。仲間と一緒にやれること、仲間が喜んでくれることが私の楽しみとなっています。クラブ全員が楽しく活動できるように、活動の仕方を考え、悩んでいる人がいたら声をかけ、みんなに卓球を楽しんでもらえるように考えています。また、自分のやりたいことを応援してくれる家族にも感謝しています。家事も助けてくれますし、快く送り出してくれます。家族の理解も大きな力です。

**問：**これから活躍する人をめざす方に一言お願いします。

**答：**自分がやりたいと思ったことをやってみる事です。やってみて失敗したら、反省し、次に活かせばいいと思います。まずは、自分の考えを口に出すこと、行動することで、何を考え、何を思っているのかを伝えることが大切です。一人だけで頑張ろうとしないで、声に出して、一緒に頑張ってくれる仲間を作り、楽しんでやってみましょう。

☎ 市民協働課 ☎(55)7113

## ご存知ですか？ 地域包括支援センター

介護保険のサービスを利用したい、心配事があるけれど、どこへ相談してよいかわからない、介護予防の相談をしたい、こんなときは、**地域包括支援センター**へご相談ください。

地域包括支援センターは、ご高齢の方がいきいきと安心して暮らし続けることができるように皆さんを支える機関です。

保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が相談・支援を行います。



**お住まいの地区の地域包括支援センターにお気軽にご相談ください**

### 佐屋地区の方

- ・佐屋小学校区および佐屋西小学校区の方  
地域包括支援センター(市役所内)  
☎(55)7117
- ・市江小学校区および永和小学校区の方  
佐屋苑地域包括支援センター(愛厚ホーム佐屋苑内)  
☎(32)1999

### 立田・八開地区の方

市社協地域包括支援センター(八開総合福祉センター内)  
☎(37)5333

### 佐織地区の方

地域包括支援センターサブセンター(佐織庁舎内)  
☎(25)5300・(25)5341

※令和3年4月から佐織地区の地域包括支援センターが変わります。詳しくは広報3月号でお知らせします。



叙勲

後藤毅氏に瑞宝双光章

後藤毅氏(諸桑町)が瑞宝双光章を受章されました。氏は、多年にわたり教育の発展に尽力されたことが認められ、今回の受賞となりました。



寄附

令和2年12月31日までに、次のとおり寄附をいただきました。ご意向のとおりに活用させていただきます。心より感謝申し上げます。

感染症対策に

- 【アルコール製剤】
- 株式会社 義津屋 様
- 【マスクスリーパー】
- 愛西ライオンズクラブ 様

げんき広場様から

12月10日に洲高町のげんき広場様から、市事業に役立ててくださいと現金1万2千200円の寄附をいただきました。ご意向のとおりに活用させていただきます。ありがとうございます。

佐藤良幸様から

12月10日に西保町の佐藤良幸様から、市事業に役立ててくださいと現金1万円の寄附をいただきました。ご意向のとおりに活用させていただきます。ありがとうございます。

愛西市ふるさと応援寄附金

12月1日から31日の間に、市外にお住まいの479人の方から総額1557万2千円を「愛西市ふるさと応援寄附金」として受領いたしました。心より感謝申し上げます。



ふるさと応援寄附金にご協力を

問財政課 ☎(55)71332

市外にお住まいの友人、知人、ご親戚の方など、多くの方に愛西市を応援していただけるよう、この制度をぜひご紹介ください。



募集

有料広告・バナー募集

問秘書広報課 ☎(55)71335

【広報あいさい】

- ▼媒体 / 「広報あいさい」最終ページ(裏表紙) 毎月1回(各月1日付)発行
- ▼対象期間 / 5〜10月号
- ▼広告数・規格 / 毎月(月)1枠 最終ページ(裏表紙)縦27cm×横18cm 表紙裏面4色刷り
- ▼掲載料 / 1枠 10万円(税込)
- ▼申し込み / 各期限までに申請書・必要書類を添え、問い合わせ先へ(先着順)

掲載号	申込期限
5月号	3月10日(水)
6月号	4月9日(金)
7月号	5月7日(金)
8月号	6月10日(木)
9月号	7月9日(金)
10月号	8月10日(火)

【ホームページバナー】

- ▼媒体 / 市ホームページ
- ▼対象期間 / 4月〜令和4年3月
- ▼広告数・規格 / 9枠 トップページ:縦60ピクセル×横120ピクセル サイズ:7KB以内 ファイル形式:GIF(JPEG(アニメーション不可)またはJPEG
- ▼掲載料 / 1枠 5万円/年(税込)
- ※月単位の場合は、5千円/月(税込)
- ▼申し込み / 申請書・必要書類を添え、問い合わせ先へ
- ▼申込期限 / 2月1日(月)〜15日(月)
- ※掲載料には、広告デザイン料・制作費は含まれません。
- ※「愛西市広告掲載要綱」に基づく審査有り



お知らせ

暮らしに便利

あいさい見聞録

健康ガイド

スポーツ

イベント

子育て1・2・3

まちかどtopics

愛西市地域強靱化計画(案)にご意見を  
パブリックコメントへ

問危機管理課 ☎(55)71300  
✉kkikanri@city.aisai.lg.jp

▼募集期間/2月4日(木)～3月3日(水)

▼閲覧場所/ふれあい箱設置場所、市ホームページ

▼意見提出方法/所定の用紙に必要事項を記入し、ふれあい箱へ投函または郵送・FAX・メールで提出。ホームページからも提出可(期限内必着)

▼その他/意見に対し個別の回答はしません。ご了承ください。

津島高等学校定時制課程入学者募集

問津島高等学校 ☎(28)4158

▼課程/夜間定時制課程 普通科

▼募集人数/40人

▼入学検査日/前期:3月4日(木)

後期:3月24日(水)

▼入学検査/作文、面接

▼入学検査料/950円

▼必要書類/入学願書、出身中学校の発行する調査書、自己申告書など

▼受付期間/

前期:2月25日(木)午前9時～午後4時

2月26日(金)午前10時～午後3時

後期:3月19日(金)午前9時～午後4時

3月22日(月)午前10時～午後3時

愛知県立旭陵高等学校  
(通信制・普通科)生徒募集

問旭陵高校 ☎052(71)5371  
http://www.kyokuryo.ed.jp/

自宅学習を中心とした通信教育で、高校卒業資格が得られる高校です。出校日数は1年間に20日程度です。

▼出願期間/

【前期】

2月19日(金)～22日(月)

【新入生(後期)】

3月22日(月)～26日(金)

【転入生・編入生(後期)】

3月18日(木)・19日(金)・22日(月)～24日(水)

▼検査日/

【前期】

2月28日(日)

【新入生・転入生・編入生(後期)】

3月28日(日)

放送大学入学生募集

問放送大学愛知学習センター  
☎052(831)1771

▼出願期間/

・第1回 2月28日(日)まで

・第2回 3月16日(火)まで

▼その他/資料無料、問い合わせ先へ請求

放送大学とは…テレビなどの放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

暮らし

指定管理者決定

問環境課 ☎(55)7114

令和2年7月15日～8月28日に募集しました総合斎苑の管理運営を行う「指定管理者」が、次のとおり決定しました。

▼指定管理者/あいさい市総合斎苑管理グループ

▼指定管理期間/4月1日～令和8年3月31日(5年間)

軽自動車の名義変更、廃車の届出  
お忘れなく

問軽自動車検査協会愛知主管事務所  
☎050(3816)1770  
http://www.keikenkyo.or.jp

毎年3月は軽自動車税申告などの関係から、軽自動車の名義変更、廃車の届出が集中し、窓口が大変混雑します。名義変更、廃車の届出は、3月中旬までにお済ませください。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、マスクの着用、手指のアルコール消毒、適切な距離を保ち3密の回避に努めてください。



ふとん洗濯・乾燥・消毒サービス

問市社会福祉協議会 ☎(37)33313  
http://shakyo.or.jp/hp/1054/  
高齢福祉課 ☎(55)7117

▼実施予定日/5月17日(月)～21日(金)・24日(月)

▼対象者/

・65歳以上のひとり暮らしの方で要介護1から5の認定を受けている方

・65歳以上の高齢者のみの世帯で要介護1から5の認定を受けている方

・身体障害者(児)【身体障害者手帳1または2級】

・知的障害者(児)【療育手帳A判定】

・精神障害者(児)【精神障害者保健福祉手帳1級】

※2月1日現在、該当すること

▼申し込み/2月1日(月)から19日(金)までに問い合わせ先または各支所へ

※以前に利用されている方も毎回申請が必要です。

※申請書は問い合わせ先のホームページからダウンロード可

▼持参するもの/印鑑、該当する障害関係手帳または介護保険被保険者証

▼取扱寝具/掛ふとん、敷ふとん、毛布、シーツの中から合計4点まで

※同一種類は2点まで

▼利用料/無料

※実施日の午前中にお預かりし、原則当日中にお届けします。

## ひとり親世帯臨時特別給付金

☎子育て支援課 ☎(55)7118

ひとり親世帯を支援するため、臨時特別給付金事業を実施しています。対象となる方でまだ申請がお済みでない場合は、2月26日(金)までに子育て支援課または各支所へ申請してください。

### 【基本給付】

▼対象／児童扶養手当の支給要件にあてはまり、次のいずれかに該当する方  
①公的年金などを受給し、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方

②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

▼給付額／1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

### 【基本給付の再支給】

▼対象／基本給付の申請を行う方

▼給付額／1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

### 【追加給付】

▼対象となる方／次のいずれかに該当し、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した方  
①基本給付の①に該当する方

②令和2年6月分の児童扶養手当が支給されている方で、今までに追加給付の申請をされていない方

▼給付額／1世帯5万円

## 一人で悩まず ご相談ください

子育てや家庭のことで、どこに相談したらいいのかわからない悩みはありませんか？  
相談内容の秘密は固く守られます。必要に応じ関係機関と連携を取りながら支援を行います。

### 妊娠や子育ての相談

#### ●あいさいっ子相談室(子育て世代包括支援センター)

妊娠・出産、子育て、しつけ、保育園・幼稚園・学校、兄弟・家族のことなど妊娠中から子育てをしている方を対象に切れ目のない支援を行っています。

▶相談日時／月～金曜日(土・日曜日、祝日・年末年始は休み)  
午前9時～午後4時

▶相談方法／面接・電話

☎「あいさいっ子相談室」 子育て支援課 ☎(55)7131  
健康推進課(佐屋保健センター) ☎(28)5833



### 子どもや家庭の相談 ひとり親家庭に関する相談

#### ●家庭相談員

子どもに関わる家庭内・学校・交友関係・しつけなどの相談や、児童虐待についての相談・通報などを受け付けています。

#### ●母子・父子自立支援員

ひとり親家庭の方、これから離婚を考える方などが抱える悩み、生活の安定や子育て、就業に関する相談などを総合的に行っています。

▶相談日時／月～金曜日  
(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)  
午前9時～午後4時30分

▶相談方法／面接・電話

☎ 子育て支援課 ☎(55)7118



### 女性の悩みごと相談

#### ●県女性相談センター

##### 社会福祉課

配偶者やパートナーからの暴力、家庭内の不和やストーカー行為など、女性が直面するさまざまな悩みに関する相談を受け付けています。

▶相談日時／月～金曜日  
(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)  
午前9時～午後4時30分

▶相談方法／面接・電話

☎ 県女性相談センター海部駐在室

☎(24)2134

社会福祉課

☎(55)7115



市税の納め忘れはありませんか？

問取納課 ☎(55)7121

市税は市民の皆さんの生活に必要な行政サービスを行う財源であり、所得や資産の状況に応じて、公平に負担していただくものです。納期限を過ぎても市税を納付していない場合は、早急に納めてください。

Q. 市税を納め忘れて納期限が過ぎってしまった。このまま放置しているとどうなるの？

A. ①納期限の翌日から延滞金が増算されます。②納期限後20日以内に督促状を送付します。③そのまま滞納した状態が続くと、財産の差押えを行い、滞納している市税に充てる手続きを進めます。

差押えの状況	
令和元年度	127件
財産の内訳	預貯金・給与・生命保険などの債権、不動産など
実績(収入)	約1,882万円

病気、事業の休廃止、失業などのやむを得ない理由で、一括納付が難しい場合には、分割納付に応じることができません。まずは、納付できない理由をお聞かせください。

イベント・催し中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、参加者および関係者の皆様の健康と安全を配慮し、次のイベント・催しを中止します。

・社会教育講演会

▼日にち／2月6日(土)

・親子観劇会「モノガタル劇場」

▼日にち／2月28日(日)

問生涯学習課 ☎(55)7137

・ファミリー★シアター

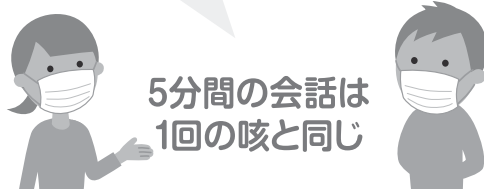
「杉山兄弟スーパードンシャボン玉ショー」

▼日にち／2月21日(日)

問佐織公民館 ☎(26)1123

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします

会話をするときは  
マスクをつけましょう!



5分間の会話は  
1回の咳と同じ



特殊詐欺被害に遭わないために

皆さんは特殊詐欺について日頃からテレビや新聞報道などで知識を得ていると思います。

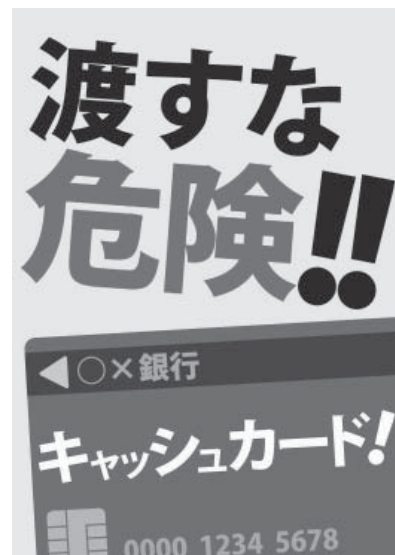
「わたしはそんなのにひっかからない。絶対大丈夫!」といませんか？

津島警察署管内では昨年中10件以上の被害がありました。

犯人は被害者が誰かに相談する隙を与えません。被害者は誰にも相談できず、一人で判断して被害に遭っています。

被害に遭わないために次の事を確認しましょう。

- ・キャッシュカードを渡さない、暗証番号を教えない
- ・不審な電話は家族、警察に相談する
- ・官公庁をかたる電話は一旦切り、自分で電話番号を調べて電話をし、確認する
- ・「電子マネー」や「ATM」のキーワードが出たら詐欺を疑う



問 津島警察署 ☎(24)0110

## 2月の平日夜間・休日診療

●平日夜間および休日診療に関するお問い合わせは、消防署または救急医療情報センターへおたずねください。

**愛西市消防本部 …… ☎(26)1100 救急医療情報センター …… ☎(26)1133**

### 海部地区急病診療所 津島市莪原町字郷西37 ☎(25)5210

◆大切なお知らせ◆

- ・診療日および時間帯について、下記のとおり変更しております。
- ・保険証を必ずご持参ください。
- ・発熱がなくても必ず電話連絡をしてください。

診療科目	診療日	受付時間
内科 小児科	日曜日・祝日・休日	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
歯科	日曜日・祝日・休日	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分

☎ <http://amaq.sakura.ne.jp> (お気軽にアクセスしてください)

### くすり安心電話をご利用ください!

津島海部薬剤師会会員が薬の相談に応じます。  
夜間：午後9時～午前0時

☎ 090 (2136) 3858

※つながりにくい場合は、時間を置いておかけ直してください。

### 休日診療〈外科〉

◎診療時間/日曜日・祝日…午前9時～午後5時

※午後5時以降は、消防本部☎(26)1100へおたずねください。

外科専門外の患者さんは、お断りする場合があります。

日(曜)	病院名	電話番号	住所
7(日)	彦坂外科	0567(25)8355	津島市東愛宕町3-93-1
11(祝)	駅前ふじたクリニック	052(462)0222	あま市甚目寺五位田103KAFOビル
14(日)	こじま整形外科	0567(25)9911	愛西市内佐屋町西新田81-1
21(日)	小林クリニック	052(444)4500	あま市上萱津深見5
23(祝)	脳神経外科のぞみクリニック	052(443)5533	あま市篠田寺後75
28(日)	つつみ整形外科クリニック	0567(97)0223	蟹江町学戸2-120

☎ 収納課 ☎(55)7121

☎ 下水道課 ☎(55)7124

☎ 上水道課 ☎(55)7146

## 令和2年度 納税月別予定表

市税などは納期限までに納付しましょう(口座振替をご利用の方は、振替日の前日までにご入金ください)。

月分	税目										納期限
	市県民税 (普通徴収)	固定資産税	国民健康 保険税 (普通徴収)	介護保険料 (普通徴収)	後期高齢者 医療保険料 (普通徴収)	上水道料金 (佐織・八開地区)	農業集落排水等 使用料・維持 管理分担金	公共下水道 使用料 (佐織・佐屋地区)	公共下水道 受益者 負担金等	その他	
4月		1期分		1期分		2・3月分	2・3月分	2・3月分			4月30日
5月										軽自動車税(種別割)	6月1日
6月	1期分			2期分		4・5月分	4・5月分	4・5月分			6月30日
7月		2期分	1期分		1期分						7月31日
8月		2期分	2期分	3期分	2期分	6・7月分	6・7月分	6・7月分	1期分		8月31日
9月			3期分		3期分						9月30日
10月		3期分	4期分	4期分	4期分	8・9月分	8・9月分	8・9月分	2期分		11月2日
11月			5期分		5期分						11月30日
12月		3期分	6期分	5期分	6期分	10・11月分	10・11月分	10・11月分	3期分		令和3年1月4日
令和3年1月	4期分		7期分		7期分						2月1日
2月		4期分	8期分	6期分	8期分	12・1月分	12・1月分	12・1月分	4期分		3月1日
3月			9期分		9期分						3月31日

注1 納期限は原則としてその月分の月末ですが、金融機関などが休みのときは繰り下げた直近の営業日です。

注2 令和2年度から、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の納期が7月開始の全9期に変更されていますのでご注意ください。

注3 公共下水道使用料は公共下水道に接続された方に限り、上水道料金と併せて請求されます。佐屋地区で公共下水道に接続された方は、上記に関わらず海部南部水道企業団の定める納期限となります。

◎市税などの納付は、口座振替をご利用ください。 ※納期限の2か月前までにお申し込みください。

### 口座振替取扱金融機関

- ☆三菱UFJ銀行
- ☆愛知銀行
- ☆あいち海部農業協同組合
- ☆いちい信用金庫
- ☆大垣共立銀行
- ☆桑名三重信用金庫
- ☆十六銀行
- ☆第三銀行
- ☆中京銀行
- ☆東海労働金庫
- ☆名古屋銀行
- ☆尾西信用金庫
- ☆百五銀行
- ☆三重銀行
- ☆ゆうちょ銀行・郵便局

### 口座振替申し込み場所 収納課、各支所および各取扱金融機関

※市外の取扱金融機関をご利用の際は各担当課までご連絡ください。「愛西市市税等預金口座振替依頼書(自動払込利用申込書)」を郵送させていただきます。

- ・行事名後の丸囲みの数字は、広報紙の該当ページ番号(例:①は1ページ)
- ・四角囲みの数字は、過去の広報紙に掲載していることを表示(例:②月)は2月号)
- ・**予**…予約制 **申**…申込開始日
- \* 時間など詳細はページ番号を参照してください。

## 3月の主なイベント

3日(水)  
市立中学校卒業式

---

19日(金)  
市立小学校卒業式

### 《注意》

新型コロナウイルス感染症などの影響により、イベントなどの予定変更や施設を休館する場合があります。ご了承ください。

## 施設案内

### 市役所

☎ 0567(26)8111  
FAX 0567(26)1011

### 保 佐屋保健センター

☎ 0567(28)5833  
FAX 0567(28)8001

### 文 文化会館

☎ 0567(28)3000  
FAX 0567(28)3017

### 公 佐織公民館

☎ 0567(26)1123  
FAX 0567(26)4674

### 永 永和地区公民館

☎ 0567(31)0004

### 図 図書館

中央図書館  
☎ 0567(28)7760  
立田図書館  
☎ 0567(24)3637  
佐織図書館  
☎ 0567(26)1145

### 体 体育館

親水公園総合体育館  
☎ 0567(32)5455  
立田体育館  
☎ 0567(24)3637  
佐織体育館  
☎ 0567(24)3837

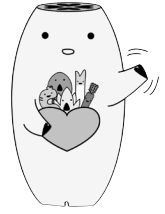
### 八開診療所

☎ 0567(37)0351

木 THU	金 FRI	土 SAT
<p>4</p> <p>保 10か月児相談(佐屋) ②④</p> <p>可燃ごみ</p>	<p>5</p> <p>カン</p>	<p>6</p> <p>図 10:00~11:30 移動図書館車「めぐりん」⑫月 ②①</p> <p>廃乾電池回収日(佐屋・立田地区)</p> <p>ビン</p>
<p>11 建国記念の日</p> <p>可燃ごみ</p>	<p>12</p> <p>休館 公民館・図書館</p> <p>紙・布</p>	<p>13</p>
<p>18</p> <p>保 離乳食教室(佐屋) ②④ 予 保 2歳6か月児歯科健康診査(佐織) ②④</p> <p>可燃ごみ</p>	<p>19 食育の日</p> <p>カン</p>	<p>20</p> <p>図 10:00~11:30 移動図書館車「めぐりん」⑫月 ②①</p> <p>廃乾電池回収日(佐織・八開地区)</p> <p>ビン</p>
<p>25</p> <p>保 2歳児歯科健康診査(佐織) ②④</p> <p>可燃ごみ</p>	<p>26</p> <p>保 3歳児健康診査(佐屋) ②④</p> <p>紙・布</p>	<p>27</p>
<p>4</p> <p>保 2歳6か月児歯科健康診査(佐屋) ②④</p> <p>可燃ごみ</p>	<p>5</p> <p>カン</p>	<p>6</p> <p>図 10:00~11:30 移動図書館車「めぐりん」⑫月 ②①</p> <p>ビン</p>

# 2 February.

このページはそのまま取り外し、壁などに貼ってご活用ください。



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED
1/31	2/1 休館 文化会館・公民館・図書館・体育館 可燃ごみ	2 プラごみ	3 保 3か月児健康診査(佐織) 24 手話 社会福祉課窓口 9:00~16:00 延長 市民課関係窓口 17:15~19:00 粗大ごみ
7	8 保 9:30~10:45 すくすくひろば(佐屋) 24 休館 公民館・図書館・体育館 可燃ごみ	9 プラごみ	10 手話 社会福祉課窓口 9:00~16:00 延長 市民課関係窓口 17:15~19:00 不燃ごみ
14 開庁 市民課関係窓口 8:30~12:00	15 保 ママパパ教室(妊娠編) 24 休館 文化会館・公民館・図書館・体育館 可燃ごみ	16 保 1歳6か月児健康診査(佐屋) 24 プラごみ	17 保 3歳児健康診査(佐織) 24 手話 社会福祉課窓口 9:00~16:00 延長 市民課関係窓口 17:15~19:00 ※戸別粗大ごみ予
21 家庭の日	22 休館 公民館・図書館・体育館 可燃ごみ	23 天皇誕生日 プラごみ	24 保 9:30~10:45 すくすくひろば(佐織) 24 手話 社会福祉課窓口 9:00~16:00 延長 市民課関係窓口 17:15~19:00 休館 公民館・立田図書館・佐織図書館 不燃ごみ
28	3/1 休館 文化会館・公民館・図書館・体育館 可燃ごみ	2 プラごみ	3 手話 社会福祉課窓口 9:00~16:00 延長 市民課関係窓口 17:15~19:00 粗大ごみ

2月暮らしの相談日

※新型コロナウイルス感染症等の影響により、中止する場合があります。実施状況は、お問い合わせください。

相談名	日時	場所	問い合わせ
行政相談	5日(金) 午後1時30分～3時30分	八開地区コミュニティセンター 相談室 中止	総務課 ☎(55)7120
	9日(火) 午後1時30分～3時30分	佐織庁舎 相談室	
	19日(金) 午後1時30分～3時30分	市役所 北館 2階 相談室	
	25日(木) 午前10時～正午	立田庁舎 相談室	
	3月5日(金) 午後1時30分～3時30分	八開地区コミュニティセンター 相談室	
海部地域消費生活センター巡回相談(要予約)	毎週金曜日(閉庁日を除く) 午後2時～4時30分	市役所 北館 2階 相談室	産業振興課 ☎(55)7128
人権相談	2日(火) 午前10時～11時30分	八開総合福祉センター 相談室 中止	社会福祉課 ☎(55)7115
	3月2日(火) 午前10時～11時30分	立田庁舎 相談室	
年金相談(※欄外参照)	9日(火) ①午前10時～正午 ②午後1時～3時  (注意)受付定員に限りがあります。相談時間が1人約20分のため、相談が完了しない場合があります。ご了承ください。	市役所 北館 3階 相談室	保険年金課 ☎(55)7119
弁護士による法律相談(要予約)	5日(金) 午後1時30分～3時30分	市役所 北館 1階 相談室	市社会福祉協議会 ☎(37)3313
	12日(金) 午後1時30分～3時30分	佐織総合福祉センター	
	19日(金) 午後1時30分～3時30分	立田庁舎 相談室	
	26日(金) 午後1時30分～3時30分	八開総合福祉センター	
	3月5日(金) 午後1時30分～3時30分	市役所 北館 1階 相談室	
司法書士相談(相続・登記関係)(要予約)	18日(木) 午後1時～3時	市役所 北館 1階 相談室	市社会福祉協議会 ☎(37)3313
	3月18日(木) 午後1時～3時	八開総合福祉センター 相談室	
行政書士による行政手続き相談(要予約)	24日(水) 午後1時～3時	市役所 北館 1階 相談室	市社会福祉協議会 ☎(37)3313
	3月24日(水) 午後1時～3時	八開総合福祉センター	
健康相談	9日(火)・16日(火) 午前9時30分～11時30分	佐屋保健センター	健康推進課 ☎(28)5833
こころの健康相談(要予約)	18日(木) 午後2時～3時30分	佐屋保健センター	健康推進課 ☎(28)5833

※9日(火)年金相談：午前8時30分から1階 保険年金課付近で整理番号札を配布します。受付定員は①午前4人 ②午後4人です。新型コロナウイルス感染症対策のため、定員が少なくなっています。年金相談では、届出人の身分証明書が必要です。届出人の方が代理人であるときは、委任状も必要です。

### 愛西データファイル

総人口	62,634人	(+2)
男	30,623人	(+14)
女	32,011人	(△12)
世帯数	23,762世帯	(+9)

1月1日現在、( )は前月比

マチイロ  
マチを好きになるアプリ

広報あいさい配信中  
愛西市のお知らせをアプリを通じてスマートフォンやタブレットにお届けします。

マチイロに関する問い合わせは  
株式会社ホープ ☎092(716)1404まで

### 防災無線テレフォンサービス

防災無線が聞き取れないときなどにご利用ください。  
放送内容を確認できます。

☎(26)0202

### ご利用ください 音声の広報

ボランティア団体の協力を得て音声の広報をご用意しています。ご利用される場合は、秘書広報課へご連絡ください。

お知らせ  
暮らしに便利  
あいさい見聞録  
健康ガイド  
スポーツ  
イベント  
子育て1・2・3  
まちかどtopics



## 粗大ごみの戸別回収をご利用ください(500円必要)

戸別回収の流れ

	注意事項
<b>1</b> 受付センターに電話で予約する (予約受付期間に予約)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●回収日は毎月第3水曜日です。日程は「一般家庭ごみ収集カレンダー」などをご確認ください。</li> <li>●予約申込の受付日時は、回収日2週前の月曜日から1週前の金曜日の午前9時から午後4時までです。(土・日曜日、祝日、年末年始は除く)</li> </ul>
<b>2</b> 住所、氏名、電話番号、品目、およびその大きさ、数量を伝える	<ul style="list-style-type: none"> <li>●申込点数は、1回の予約につき1世帯5点までです。</li> <li>●粗大ごみは事前に大きさを測って伝えてください。</li> <li>●ソファや食器棚など、分かれるものは、それぞれで1点となります。</li> <li>●受付期間内であれば、追加や変更は可能です。</li> <li>●「受付番号」を受付センターより案内します。</li> </ul>
<b>3</b> 戸別粗大ごみシールを購入し、受付番号を記入して見やすいところに貼る	<ul style="list-style-type: none"> <li>●今まで通りの販売店もしくは環境課窓口で戸別粗大ごみシール500円券を購入してください。</li> <li>●複数点出す場合は、それぞれにシールを貼ってください。</li> </ul>
<b>4</b> 回収日の午前8時までに、自宅敷地内の道路際に粗大ごみを出す	<ul style="list-style-type: none"> <li>●申し込み時に確認した場所に粗大ごみを出してください。(建物内からの搬出はしません)</li> <li>●立ち会いは不要ですが回収時間は指定できません。</li> <li>●申し込みのされていないもの、戸別粗大ごみシールの貼っていないものは回収しません。</li> </ul>

受付センター ☎(22)2480  
受付時間 午前9時～午後4時(土・日曜日、祝日、年末年始は除く)

※今までどおりごみ集積場所に粗大ごみを出される「通常収集」の場合は、予約の必要はありません。

☎ 環境課 ☎(55)7114

# あいさい見聞録

その32 町の起源・佐屋2



今年、愛西市が平成の合併(2005(平成17)年)により成立して15年の節目です。市の南東部に位置する佐屋地区は、1955(昭和30)年、旧佐屋村に旧市江村の一部、1956(昭和31)年に旧永和村の一部が合併して旧佐屋町になりました。

市の南部は木曾川三角州(デルタ)の河口部に位置するため、昔の地誌を認識することは困難ですが、多くの伝承が残されています。例えば、戦国時代に豊臣秀吉と徳川家康が覇権を争った戦場(大野蟹江の戦い)と

して大野町に大野城跡があります。あるいは、織田信長の長島一向一揆に伴い火事で焼失した伝承が東條町にある西照寺に伝わっています。

東條町には西照寺に隣接して青樹英一翁記念碑が立っています。青樹英一氏は明治時代の政治家・実業家であり、日本初の蒸気機関を利用した尾西鉄道や孫宝排水機場などを整備し、当地の近代化に貢献されました。墓碑は東條町の青樹山成満寺にあります。



大野城跡



西照寺



成満寺

☎ 市観光協会 ☎(55)9993



## 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口・受診方法について

### 〈相談・受診方法〉

1. 発熱などの症状が生じた場合は、まずは、**かかりつけ医**などの地域で身近な医療機関に電話でご相談ください。
2. かかりつけ医などを持たない場合や相談する医療機関に迷う場合は、「**受診・相談センター**」もしくは「**県救急医療情報センター**」へ電話でご相談ください。

#### ●受診・相談センター

愛知県津島保健所	☎(24)6999
開設時間	平日：午前9時～午後5時30分

夜間・休日相談窓口	☎052(856)0315
開設時間	平日夜間：午後5時30分～翌午前9時 土・日曜日、祝日：24時間体制

#### ●救急医療情報センター(24時間)

津島市	☎(26)1133
県	☎052(263)1133

3. 1または2で案内された「診療・検査医療機関」に電話連絡し、医療機関の指示に従って受診してください。  
\*「**感染しない、感染させない**」ため、日頃から3つの密が発生する場所を徹底して避けるとともに、マスクの着用、手洗い、消毒など基本的な感染防止対策の徹底をお願いします。

### 〈高齢者肺炎球菌の予防接種〉

接種期間：3月31日(水)まで

対象の方には、4月に「高齢者肺炎球菌予防接種券」と案内を送付しています。

### 〈愛知県広域予防接種について〉

子どもおよび大人の予防接種について、疾病や里帰りなどの事情で区域外の医療機関にかかっている場合、愛知県内の広域予防接種協力医療機関で接種することができます。

接種を希望される場合は、事前に手続きが必要です。

### 〈昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性の方へ〉

風しんの予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、抗体保有率が他の世代に比べて低く(約80%)なっています。自らの感染がご家族やこれから生まれてくる世代の子ども達の感染につながるかもしれない、この機会に風しんの抗体検査と予防接種をお受けください。

予防接種法に基づき、令和4年3月31日までの間に限り、風しん抗体検査・予防接種が公費で受けられます。

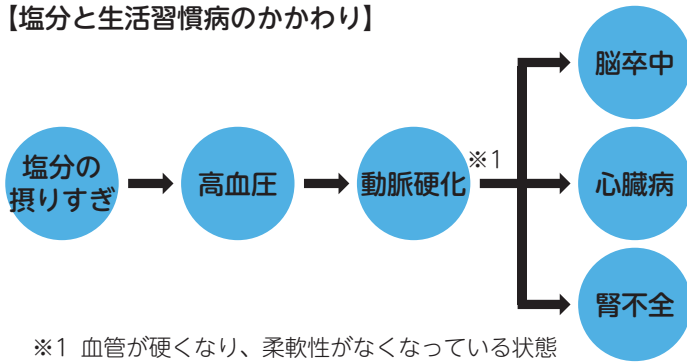
対象者	クーポン券について
昭和47年4月2日～ 昭和54年4月1日生まれ	既にお手元にあるクーポン券の有効期限は2020年3月と記載してありますが、 <u>2021年3月まで延長してご使用いただけます。</u> そのままご使用ください。
昭和37年4月2日～ 昭和47年4月1日生まれ	令和2年5月末にクーポン券を発送しました。

# 高血圧を予防しよう

～食生活を見直して、減塩生活～

塩分の摂り過ぎは高血圧を引き起こし、脳卒中や心筋梗塞など生活習慣病の原因になります。塩分は思いの外さまざまな食品に多く含まれています。特に調味料や加工食品、インスタント食品に多く含まれる塩分。この機会に今までの食生活を振り返り、ちょっとした工夫でできる減塩生活を始めましょう。

## 【塩分と生活習慣病のかかわり】



※1 血管が硬くなり、柔軟性がなくなっている状態

## 塩分摂取量の目標値 (1日の目標とする量)

- ★男性…7.5g未滿
- ★女性…6.5g未滿
- ★高血圧の人…6.0g未滿

この量って…  
実際どれくらい？



【参考】日本人の食事摂取基準(2020年度版)、日本高血圧学会

## ◎減塩を成功させるポイント

1. 塩分の多い加工食品、外食は控える
2. 新鮮な材料で素材の味を生かす
3. 酸味や香辛料、天然だしの旨味を利用する  
(例)レモンなどの柑橘類やお酢、しょうがなどの香味野菜
4. 塩分量が少ない調味料を使う
5. めん類の汁は残す  
特にカップめんは1日の塩分目標量(約5～8g)と同量の塩分が含まれています  
スープを半分残せば食塩摂取量を約2g減らせます

## 塩分を多く含む食品例

※( )内は各食品に含まれる塩分量



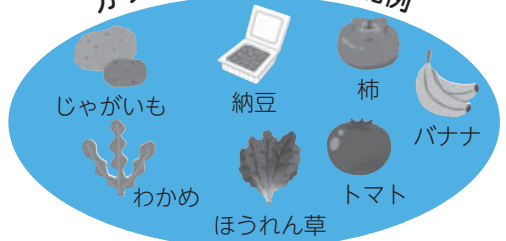
【参考】五訂増補日本食品標準成分表

## ◎カリウムを摂取しましょう

カリウムには腎臓から塩分を排泄しやすくする働きがあります。野菜や果物、大豆製品に豊富に含まれるカリウム。これらの食品を組み合わせると1食に1品追加し、無理のない食生活を長く心がけることが高血圧予防につながります。

※2 腎臓の病気がある人はカリウム摂取の制限が必要な場合があるので、主治医と相談する必要があります

## カリウムを多く含む食品例



## 歯の健康講座

### あなたのお口臭！

ほとんどの口臭の原因は口の中にあります。口の粘膜は皮膚の垢と同じように、細胞が剥がれ落ちて、舌に白く溜まり腐敗します。これが舌苔です。舌苔は最大の口臭源で、口臭の6割が舌苔から発生します。食事をきちんと噛まなければ舌苔が増え口臭の原因になります。食べ物をよく噛むことで舌をキレイにすることができます。

口臭の主な原因は揮発性硫黄化合物(硫化水素やメチルメルカプタン)です。歯周病原因菌は、硫化水素より悪臭の強いメチルメルカプタンを大量に産生します。ですから、歯周病は強烈な口臭があり、まわりの人から嫌がられますので、予防しないとダメです。

1日の口臭の変化で、多くの人の口臭は早朝が最も強く、食後に口臭が減ります。したがって、朝食を抜く人は口臭が非常に強いこととなりますので朝食を必ず摂りましょう。ただし流動食ではなく、きちんと歯で噛む食事をしてください。さらに、昼食前や夕食前も口臭が強くなりますので注意しましょう。

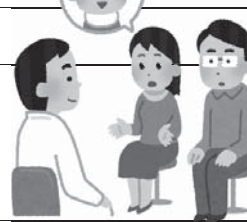
女性の場合、生理周期に一致して口臭が強くなる人がいます。人によりタイプが異なりますが、月経期間中、排卵中そして両期間の間に口臭が強くなる可能性があります。しかし、歯周病の予防と口臭予防方法で十分予防できますのでご心配はいりません。

原因のほとんどは口にありますので、口臭が気になる方は半年毎に歯科健診して口臭予防に心がけることは、現代社会で必要なエチケットなのです。

ただしその他の病気が原因という可能性もあるため、体の調子に注意し、異常があれば、速やかにかかりつけ医に相談してください。  
(海部歯科医師会)

## 不育症、不妊症と診断された夫婦への医療費を助成しています

### 不育症治療費助成について

助成内容	不育症の検査および治療費(医療保険適用と適用外の両方)	
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・婚姻が確認できる法律上の夫婦で、指定医療機関で不育症と診断された方</li> <li>・不育症の治療を受けた妻の年齢(治療開始時点の年齢)が43歳未満の夫婦</li> <li>・治療および申請日に、夫または妻のいずれかまたは両方が、市内に住所がある方</li> </ul>	
補助金額	1年度あたり上限 10万円(本人負担額の1/2以内)	
支給要件	夫および妻の前年の所得額(1月から5月までの間に申請をする場合は、前々年の所得)の合計が730万円未満	
補助期間	2年間(県内の市町村で同制度の助成を受けていた場合にはその期間も含みます。)	

### 一般不妊治療費助成について

助成内容	一般不妊の検査および治療費(医療保険適用と適用外の両方)
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・婚姻が確認できる法律上の夫婦で、産科・婦人科・泌尿器科・皮膚泌尿器科を標榜する医療機関で不妊症と診断された方</li> <li>・不妊症の治療を受けた妻の年齢(治療開始時点の年齢)が43歳未満の夫婦</li> <li>・治療および申請日に、夫または妻のいずれかまたは両方が、市内に住所がある方</li> </ul>
補助金額	1年度あたり上限 10万円(本人負担額の1/2以内)
支給要件	夫および妻の前年の所得額(1月から5月までの間に申請をする場合は、前々年の所得)の合計が730万円未満
補助期間	2年間(県内の市町村で同制度の助成を受けていた場合にはその期間も含みます。)

※上記の助成を受けた後に出産し、さらに次の出産を希望される方は、再び助成対象となります。  
 ※特定不妊治療費助成(体外受精、顕微授精)は、津島保健所☎(26)4137へお問い合わせください。

#### 【所得額について】

所得額=所得合計額(年間収入金額-必要経費)-80,000円(社会保険料等相当額)-諸控除額

#### 【申請の受付】

令和2年3月診療分から令和3年2月診療分までを、3月15日(月)までに申請してください。

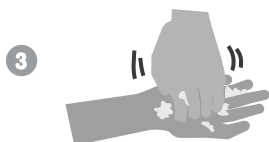
☎ 健康推進課 ☎(28)5833

## ・・感染症予防は手洗いから・・・・・

### 正しい手の洗い方

手洗いの前

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのばすようにこすります。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、  
清潔なタオルやペーパータオルで  
よく拭き取って乾かします。

首相官邸  
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



# 全国大会出場おめでとう

市では、賞賜金制度を通して、スポーツや芸術、文化などの各分野で頑張る皆さんを応援しています。

全国大会出場を果たされた方のご申請をお待ちしています。



☞申請書などの詳細はこちら

ベストボディ・ジャパン  
2020日本大会



山岸 和生さん  
(草平町)

日本小学生バドミントン  
フェスティバル  
INくまがや



桑野 駿さん  
(立田北部小学校・宮地町)

## 愛西さわやかウォーキング参加者募集

**実施日** 3月7日(日) ※小雨決行

**目的地** 日本ラインうぬまの森



<b>出発時間 及び場所</b>	【午前8時出発】	【午前8時15分出発】	【午前8時30分出発】
	ルート① ルート② 八開地区コミュニティーセンター駐車場 ⇒	立田体育館駐車場 ⇒ 市役所駐車場 佐織庁舎駐車場 ⇒ 市役所駐車場	⇒ 市役所駐車場

※申し込み状況により変更する場合があります。

**参加資格** 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方  
※小学生1人につき必ず保護者1人以上の同伴が必要です。  
なお、保護者についても参加人数に含まれます。

**参加費** 無料 ※昼食、飲み物は各自でご用意ください。

**定員** 32人 ※1人につき2人まで(代理可)の申し込み可



(イメージ)

**申込受付** 2月7日(日) 午前9時から 親水公園総合体育館のみ  
上記で受け付けを行いますが、午前9時の段階で定員を上回った場合は、抽選を行います。  
また、電話での受け付けは行いません。  
なお、当日定員に達しなかった場合は、受付日翌日の2月8日(月)から26日(金)までスポーツ課で受け付けを行います。 ※先着順で定員に達し次第終了します。

**注意事項**

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日はマスクの着用、手指消毒、検温実施にご協力をお願いします。
- ・当日、発熱・風邪症状のある方は参加をお断りします。
- ・バスの座席は1席ずつ間隔を空けて着席してください。
- ・新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止または変更となる可能性があります。

主催：市教育委員会 問 スポーツ課 ☎(55)7138

# イベント・講座

※新型コロナウイルス感染症等の影響によりイベント・講座が急遽中止や延期など変更する場合があります。

## ハローワーク津島就職フェア

**時** 3/4(木) 午後1時30分～4時  
(開場：午後1時)

**場** 津島市文化会館 大ホール

**内** 採用に意欲的な地元企業28社(予定)が参加する就職フェア

**対** 就職氷河期世代の方、令和3年3月に高校を卒業する方で就職を希望する方、就職・転職をめざし就職活動中の方など

**他** マスクの着用をお願いします

**問** ハローワーク津島 企業支援・専門援助部門 ☎(43)3911  
職業相談部門 ☎(26)3159

## 傾聴講座

～高齢者見守り訪問員養成講座～

**時** 2/26(金)・3/5(金)いずれも  
午後1時30分～4時30分

**場** 文化会館 3階 第2会議室

**内** 外出の機会や人との関わりが少ないひとり暮らし高齢者のお宅を訪問、見守りし、話し相手(傾聴)をするボランティアの養成(全2回)

**講** 傾聴ボランティア「みみの木」代表 早川一枝氏

**対** 市内在住で2回とも出席でき、高齢者見守り訪問員としての活動に関心のある方

**定** 10人

**申** 2/19(金)までに問い合わせ先へ(定員になり次第締切)

**問** 地域包括支援センターサブセンター  
☎(25)5300・5341

## 認知症サポーター

フォローアップ講座

**時** 2/16(火) 午後2時～3時30分  
(受付開始 午後1時30分)

**場** 佐織総合福祉センター 2階 会議室

**内** 認知症の知識や対処方法、認知症のある方を支えるためのサービスの情報などについて

**対** これまでに認知症サポーター養成講座を修了されている方

**講** あすわひのきケアプランセンター 下鶴紀之氏

**定** 20人

**申** 事前に問い合わせ先へ

**問** 高齢福祉課 ☎(55)7116

地域包括支援センター

☎(55)7117

地域包括支援センター

サブセンター

☎(25)5300・5341



## あいさいウォーキング・スタンプラリー ～信長生誕地編～



勝幡駅から各名所を周遊してスタンプを集めてスピードくじやWチャンス抽選に参加しよう!!

▶日時／3月7日(日) 午前8時30分～午後1時 \*雨天中止\*

▶場所・時間／参加受付場所：勝幡駅北出口前ロータリー  
スタート受付時間：午前8時30分～10時  
ゴール受付時間：開始時刻～午後1時

▶企画内容／・スタンプラリー達成者を対象に参加賞として勝幡城跡をモチーフにした割り箸をプレゼント!! またその場で景品が当たるスピードくじやWチャンスに応募していただくと後日、抽選で愛西市の特産品が当たる!(スタンプラリー参加人数先着300人)  
・各名所にガイドさんがいますので名所についてお気軽におたずねください。  
・佐織公民館では勝幡城跡に関する展示と津島祭礼図屏風の展示を行います。

▶スタンプ設置名所周遊コース／

スタート勝幡駅→奥津神社→釜地藏寺→佐織公民館→勝幡城跡→勝幡神社→ゴール勝幡駅

**問** 市観光協会 ☎(55)9993



## 永和地区公民館

(※広報4月号申込注意参照)

問 永和地区公民館 ☎(31)0004

### あふれる光 ～光が作る影絵アート～ (切り絵3Dアート制作)

時 3/2(火)・9(火)

午前10時～正午 全2回

場 永和地区公民館

内 童話の有名な場面を切り絵で作ってみましょう

講 影絵サークル「ほたる」

代表 丸山有香氏

定 一般 15人

料 500円

申 2/16(火)～ 永和地区公民館

### 図書館deぶっくみくじ

時 2/13(土) 午前9時～

場 中央図書館 1階

内 おみくじを引いて、運気があがる(かもしれない)開運本を借りてみませんか。まだ読んだことのないジャンルの本に出会えるかもしれません。(大人対象)

問 中央図書館 ☎(28)7760

### リサイクル本配布会

時 3/2(火) 午前9時～

場 中央図書館正面玄関付近ワゴン

内 リサイクル本の配布を開始します。感染予防対策として「密」を防ぐため、資料は一度に配布せず随時補充する形の提供になります。お持ち帰り用の袋をご持参ください。

問 中央図書館 ☎(28)7760

### 病気とともに暮らすお子さんの 家族のためのオンライン交流会

時 3/4(木) 午前10時～正午

内 講演会「安心して園や学校で過ごすためのヒント」・交流会  
※講演会のみ参加可

講 藤田医科大学 保健衛生学部 准教授 田崎あゆみ氏(小児看護専門看護師)  
交流会アドバイザー  
藤田医科大学 准教授 田崎あゆみ氏・難病のこども支援東海ネットワーク会員・愛知心臓病の会運営委員

対 県内在住の病気とともに暮らすお子さんをもつご家族

申 2/18(木)までに問い合わせ先へ  
他 インターネットにつながるスマートフォンまたはパソコンが必要

問 津島保健所 健康支援課  
☎(26)4137

## 令和2年度海部歴史研究会講演会

時 3/13(土) 午後2時～4時(午後1時30分開場)

場 蟹江町産業文化会館 4階大会議室、3階会議室

内 海部歴史研究会は発足から30年を迎えます。講演会では原点に立ち返り「郷土研究」に焦点をあて、海部各地の学芸員が2つのテーマに分かれて報告を行う分科会形式にて開催します。

### 「海部歴史研究会30年をむかえて ～郷土研究の諸相～」

#### ●フロアA「地域史の再検討」

大坪恵里佳氏  
(弥富市歴史民俗資料館学芸員)  
「長島一向一揆に関する通説の再検討—海部地域を中心として—」

石田泰弘氏  
(佐織公民館館長)  
「海部から歴史を読み直す」

#### ●フロアB「地理環境と地域の分化」

森川紀子氏  
(大治町立公民館学芸員)  
「尾張西部の河川の流れと文化の道」

大野麻子氏  
(蟹江町歴史民俗資料館主任学芸員)  
「海部地域の子供ザイレン」

定 合計100人(事前申込制)

申 2/19(金)までに蟹江町歴史民俗資料館窓口へ  
※参加を希望するフロアを選択してください。  
※希望者多数の場合は抽選

主 蟹江町教育委員会

協力 津島市、愛西市、弥富市、あま市、大治町、飛島村の各教育委員会、あま市七宝焼アートヴィレッジ

問 蟹江町歴史民俗資料館(月曜日休館) ☎(95)3812

### ファミリー・サポート・センター 【研修会】

時 2/23(祝) 午後1時30分～3時30分

場 津島市生涯学習センター 第6会議室

内 「小学生の子育て」～良いコミュニケーションのためのヒント～  
怒りやストレスの対処について

講 女性ライフサイクル研究所フェリアン副所長 津村薫氏

対 子育て支援活動に関心のある方、ファミサポ会員、子育て中の方  
定 会場受講40人、オンライン受講30人

他 会場受講の場合は託児あり(先着5人程度・要予約)

申 2/4(木)から問い合わせ先へ

#### 【移動事務所】

時・場

①2/5(金) 午前11時～正午  
立田北部子育て支援センター

②2/17(水) 午前11時～正午  
草平児童館

③3/4(木) 午前11時～正午  
市江児童館

※依頼会員の登録は、印鑑と母子健康手帳をお持ちください。

問 市ファミリー・サポート・センター  
☎(31)6677 FAX(28)5505



# 子育て歳時記

家族の大切さ、昔から大切にされてきた親子の絆が感じられる作品を紹介させていただきます。

## こんなにも 愛されていて 雪よ降れ

～ 木村 梢 ～



夫婦ゲンカした時、父の言った「子どもが生きる支えだろ？」って一言。寝たふりしてたけど嬉しかったよ。いつも私がグチをこぼすと、「そんならやめれば」って言う母。なんでだろう。「負けるな」って聞こえてくるんだ。寒い中、手に息吹きかけて、扉を開ければ「おかえり」の声。これほど広い世の中で、こんなにやすらげる場所は、ここにしかない。…ただいま。

子どもたちは、親の背中を拝み、生きる勇気と力を学びとっています。

～親子のふれあう 明るい地域づくりをめざして～ 愛西市家庭教育推進連絡協議会 問 生涯学習課 ☎(55)7137

# 子育てインフォメーション

〈母子保健事業〉

問 健康推進課(佐屋保健センター) ☎(28)5833

内容	場所	日程	対象	内容	場所	日程	対象
母子健康手帳交付	佐屋	月～金曜日 (閉庁日を除く)	妊娠された方	1歳6か月児健康診査	佐屋	2月16日(火)	R元年7月生
ぴよぴよサロン	佐屋	3月23日(火)	R2年12月・R3年1月生		佐織	3月10日(水)	R元年7月6日～8月31日生
ママパパ教室	佐屋	妊娠編 2月15日(月)	初めてママ・パパになる方 (ママのみの参加も可)	2歳児 歯科健康診査	佐屋	3月25日(木)	H31年 2月・3月生
		出産・育児編 3月23日(火)			佐織	2月25日(木)	
すくすくひろば (育児相談)	佐屋	2月8日(月)	乳幼児と その保護者	2歳6か月児 歯科健康診査	佐屋	3月4日(木)	H30年 8月・9月生
	佐織	2月24日(水)			佐織	2月18日(木)	
離乳食教室	佐屋	2月18日(木)	生後5～6か月頃	3歳児健康診査	佐屋	2月26日(金)	H29年11月11日～12月20日生
3か月児健康診査	佐屋	3月9日(火)	R2年10月16日～11月30日生		佐織	2月17日(水)	
	佐織	2月3日(水)	R2年9月11日～10月20日生				
10か月児相談	佐屋	2月4日(木)	R2年3月1日～4月15日生				
	佐織	3月15日(月)	R2年4月・5月生				

※乳幼児健康診査、10か月児相談、ママパパ教室(出産・育児編)、ぴよぴよサロンの対象の方には、個人通知をします。母子健康手帳交付、離乳食教室は予約制です。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、延期または中止となる可能性がありますので、ご了承ください。

◆表記 佐屋：佐屋保健センター 佐織：佐織保健センター □ <https://www.city.aisai.lg.jp/>





「偉人もみんな悩んでいた」

こざきゆう／文 真山知幸／文  
 樫出版社  
 ナポレオンや、西郷隆盛など、いろいろな時代の「偉人」たち。「ザ・カンペキ人間」なのでしょうが？友だちの事や、勉強の事、偉人達も悩みがあったようです。どう向き合ったのでしょうか？



「見たい!知りたいたい! 博物館はうら側もすごい!」

齋藤靖二／監修 WAVE出版  
 博物館ってどんな場所なのでしょう？  
 展示されている資料だけでなく、収蔵庫の中にもたくさんの資料が保管されています。  
 ふだんは見られない博物館のうら側をみてみませんか？

♣今月のおはなし会はお休みします。

不登校等相談のお知らせ

- 受付時間** 午前9時～午後3時  
(土・日曜日、祝日を除く)
- 場所** 市江地区コミュニティセンター  
佐織総合福祉センター
- 内容** 「不登校・ひきこもり」などで悩む市内の小中学生の保護者を対象に相談を行っています。まずは、お電話でご相談ください。
- 問** すまいる佐屋 ☎(33)1120  
すまいる佐織 ☎(24)9735

「あいさいさん☆給食コンクール」受賞者紹介

最優秀賞・優秀賞に選ばれた料理は、「わくわく給食レシピ」でもご紹介しますので、お楽しみに♪

- 最優秀賞：清水 由芽さん (西川端小学校)
- 優秀賞：鶴見 杏樹さん (佐屋中学校)
- 優秀賞：林 祥誠さん (永和小学校)
- 佳作：伊藤 聡汰さん (立田中学校)
- 佳作：中野 瑛達さん (立田北部小学校)
- 佳作：中野 寧人さん (北河田小学校)
- 佳作：水野 和泉さん (草平小学校)
- 佳作：加藤 蓮翔さん (西川端小学校)

問 学校給食センター ☎(24)2635

わくわく給食レシピ

「水菜とカリフラワーのピリ辛和え」

No.35



- ◆にんじんそぼろごはん ◆牛乳 ◆筑前煮
- ◆水菜とカリフラワーのピリ辛和え



子ども達の様子、声

- ・枝豆がいいアクセントになってとてもおいしかったです。また食べたいです。
- ・カリフラワーの味ははっきりでいたり、水菜のシャキシャキした食感やさっぱりした味付けとかがすごくよくて、相性のいいサラダだと思いました。

材料(小学生4人分)

- ◆水菜 ..... 80g ☆砂糖 ..... 小さじ1
- ◆カリフラワー ..... 60g ☆黒いりごま ..... 小さじ1/3
- ◆えだまめ(むき身) ..... 24g ☆黒すりごま ..... 小さじ1/3
- ◆塩(茹で用) ..... 適宜 ☆一味唐辛子 ..... 少々
- ☆しょうゆ ..... 小さじ2弱

作り方

- ① 水菜は2cmくらいの長さ切る。カリフラワーは小房に切り分ける。
- ② ①とえだまめは、食感が残る程度に茹で、冷ましておく。
- ③ ②を☆の調味料で和える。

食育ポイント♪

- ・冬が旬の水菜は、愛西市でも栽培しています。旬のカリフラワーとともに味わってください。
- ・ごまには、強い抗酸化作用をもつ「ゴマリグナン」が含まれています。毎日、少量食べると良いと言われています。

(愛西市教職員会 栄養教諭・学校栄養職員部会)



12月  
20日

## 美しい音色にうっとり

～あいさいクラシックコンサート～

文化会館で「あいさいクラシックコンサート」が開催されました。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、2018年から始まった「あいさい音楽祭」を中止せざるを得なくなりました。しかし、こんな時だからこそ、励みとなる音楽を届けたいと新しい形で開催することとなりました。

コンサートでは、アヴェ・マリアのメドレー、美しい弦楽演奏や希望の歌～交響曲第九番～、あいさい音頭など圧巻の歌声も披露され、観客は元気をもらうことができました。



12月  
28日

## 年末夜警を実施しました！

～市消防団 年末夜警激励～

市消防団による年末夜警の実施にあたり、嚴重な感染防止対策を取った上で、市消防本部にて、団員への激励が行われました。

市長や市議会議長から「市民が安全に、安心して新年を迎えられるよう夜警に従事してほしい。防火のため、皆さんにご尽力を賜りたい」と激励されました。

各分団では、3日間にわたり防火啓発と警戒に重点を置きながら、感染症拡大防止の広報も交え、管轄地域を精力的に巡回しました。



12月  
13日

## 地域づくりは話し合い

～地域づくりと協働の講演会～

この日、高崎経済大学教授の櫻井常矢氏をお招きし、これからの地域づくりへのヒントをテーマに講演会が開催されました。

地域づくりとは、地域のくらしを支えることであり、地域の課題を明らかにすることが地域づくりの基本であるということ。地域のくらしを支えるためには、地域で話し合いを重ね、本当に必要な取り組みは何かを考えていくプロセスが大切であるとお話がありました。講演中は、真剣に聞いている参加者の姿が印象的でした。





お知らせ

暮らしに便利

あいさい見聞録

健康ガイド

スポーツ

イベント

子育て1・2・3

まじか話題



## 祝・成人

～市成人式～

文化会館、佐織公民館で行われた成人式。今年も、新型コロナウイルス感染症の影響により、万全な対策をし、この日を迎えることができました。

会場に集った新成人は、一生に一度の成人式が開催できた喜びを胸に、これまでの周囲の人々の支えに感謝の気持ちを表すとともに、新成人としての決意を新たにしていました。



## 今月の表紙



## 応援、ありがとうございます！

～あいさいさん宛年賀状～

今年も全国の方から、あいさいさんへ年賀状が届きました。ありがとうございます！

かわいいイラスト入り年賀状や「応援しています」、「がんばってください」など心温まる年賀状をたくさんいただきました。

新型コロナウイルス感染症が一日も早く収束し、皆さんとお会いできるのを楽しみにしています。



# いちご狩り 40分 食べ放題!

愛西市は愛知県の中でもいちごの生産量がトップクラスで、バランスのとれた甘さと酸味、食感と果汁で人気のある「ゆめのか」の生産に力を入れています。その愛西市の摘みたての新鮮で完熟したいちごを多くの方に楽しんで味わっていただくために、2017年の冬に当農園はスタートしました。



- 開園期間:2020年12月1日~2021年5月下旬
- 開園時間:9:30~14:30(最終入園)
- 休園日:不定休 ※時期・育成具合により変動あり

いちご狩り料金表 (40分食べ放題・税込)	大人 中学生以上	小学生	幼児 3歳以上
12月1日~4月第2日曜	2,000円	1,700円	1,400円
4月第2月曜~5月GWまで	1,700円	1,500円	1,200円
5月GW以降~5月下旬	1,400円	1,300円	900円

団体割引:20名様以上はお一人様100円の団体割引をいたします

※練乳チューブは1本200円で販売しております(練乳の持ち込みもしていただけます)



ホームページの  
ご予約は  
カレンダーを  
ご利用ください

15yume.jp

検索

※11名様以上・団体様はお電話でご予約していただけます。

ご予約・お問い合わせ ☎ 0567-69-6651

【所在地】〒496-8033 愛知県愛西市鶯多須町松原57



愛西市でお待ちしております!

## アクセスMAP



いちご  
夢ファーム  
愛西は  
ココ!