

介護予防サポーター(きらめき隊)養成講座受講者募集

介護予防サポーターは、市と一緒に地域での介護予防の取り組みを推進、普及するボランティアです。市の介護予防教室のお手伝いや地域でサポーターとして活動します。自分のできる範囲でできることを一緒に考え、楽しみながら活動してみませんか。仕事や子育てにひと段落したあなたの参加もお待ちしております。

- 内容／
 ①《講義》介護予防、活動について
 《実技》レクリエーションについて
 ②《実技》高齢者の運動と効果等
 ※2回コースで行います。お近くの会場でお申し込みください。
 ●会場と日程／
 ◎角館交流センター
 ①2月27日(金)10時～12時
 ②3月20日(金)10時～12時
 ◎田沢湖健康増進センター
 ①3月2日(日)10時～12時
 ②3月13日(金)13時30分～15時30分
 ●申込期限／2月24日(火)
 ※申込みされた方には、後日詳しい日程・内容をお知らせします。
 ●問合せ／包括支援センター(西木庁舎) ☎ (43) 22833

06

仙北市の放射性物質測定状況(一般食品)

仙北市の放射性物質測定状況(一般食品)は次のとおりです。
 ●実施日／1月5日(日)～31日(土)
 ●検査調理場／田沢湖・角館・西木の各給食センター、生保内・神代・にこにこ・ひのきない・角館(白岩小百合、角館西、中川)の各保育園、にしき園
 ※角館地区の保育園では、角館保育園が給食食材を一括購入しています。
 ●測定項目／セシウム134・セシウム137
 ●測定結果／測定下限値未満
 ※測定下限値10¹ Bq/kg
 ※50¹ Bq/kg以上の測定値が出た場合は食材の使用を中止させます。
 ●問合せ／生活環境課(角館庁舎) ☎ (43) 33008

07

仙北市免許返納者優遇制度を創設しました

運転免許を返納または失効した方が市の公共交通機関を利用する際、利用料金の支払い時に割引回数券を運転員に渡すことで、その料金が1回の乗車につき100円引きとなります。
 割引回数券の発行を希望される方は仙北警察署で発行される証明書を持参のうえ、企画政策課や各地域センター・出張所に提出してください。
 なお、回数券は書類を審査・確認が必要ですので即日交付とはなりません。ご了承ください。
 ●警察署で発行される証明書類／次のうちいずれか1つ。②、③は手数料が掛かります。
 ①運転免許の取消通知書



- ②運転経歴証明書
- ③運転免許経歴証明書(65歳以上の交付対象者)
- 回数券の発行枚数／おひとり様100枚
- 回数券を使用できる路線／
 ◎仙北市管内を運行する羽後交通路線(秋北バスが運行する八幡平線と観光バスは除きます。)
 ◎デマンド型乗合タクシー(白岩・神代・西木北部・西木南部(普通タクシー)では使用できません。)
 ◎秋田内陸線 全線
 ◎たっこちゃんバス・スマイルバス 全路線
 ●問合せ／企画政策課(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11112

東日本大震災により仙北市へ避難されている皆さまへ

東日本大震災により被災した市町村から仙北市へ避難されている方々に、『全国避難者情報システム』への登録をおすすめています。全国避難者情報システムに登録された方々には、避難元の県や市町村から大切なお知らせが届く

10

- ようになりまます。
 システムへの登録、住所異動や避難終了の際は、左記へお問い合わせください。
 ●問合せ／総務課総務係(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11111

外国人旅行者を対象とした消費税免税店制度 免税店になって売り上げアップ!

近年、国外からの旅行者が年々増加しています。平成25年には1000万人を超え、平成26年も10月ですでに1100万人を数え、今後も増加傾向が続くと予想されています。
 国では外国人旅行者の国内消費を増やすため、昨年10月から一般物品(家電、バッグ等)に加え、消耗品(食品、飲料、薬品等)も免税販売ができるよう制度を拡充しました。
 外国人旅行者が多い地域では、消費税が免除されることで利用が増加し、売り上げがアップする可能性も十分にありまます。
 県内の免税店はまだ少ないことから、この機会に免税店申請の検討をはいかがでしょうか。

08

- 免税店となるためには／
 ◎販売場があり、対応する人員(専属の必要なし)がいて、手続きに必要なカウンター等があること
 ◎税務署の許可を受けること
 ◎国税の納税義務を適正に履行していることが認められること
- 免税の要件／
 ◎一般物品は、1人1店舗で1日の販売額が1万円を超える場合に免税該当
 ◎消耗品は、1人1店舗で1日の販売額が5千円を超え50万円までの場合に免税該当
 ◎消耗品については、指定された方法により包装すること
 ●問合せ／商工課(中町庁舎) ☎ (43) 3351
 東北運輸局国際観光課 ☎ 022-791-7510

毎月19日は食育の日

食育って何だろう?

仙北市では、市民の皆さんが正しい食習慣を身につけ、健康で元気に暮らすための指針として「第2期仙北市食育推進計画」を策定しました。市民の皆さんに「食育」について知っていただくため、関連情報を掲載しますので、仙北市ホームページに掲載中の計画もあわせてご覧ください。



- ライフステージごとの食育
 健康で元気に暮らすためには、子どもだけでなくあらゆる世代において、ライフステージにあった食習慣を身につけることが大切です。
 仙北市では、第2期仙北市食育推進計画で、ライフステージを妊娠・授乳期、乳幼児期、学童期、思春期、青年・壮年期、高齢期の6つに区分し、各ライフステージでの取り組み目標を定めています。
 例えば、高齢期の場合は、目標を「食で元気に、食文化を次世代に伝えましよう」と定め、食事等のポイントとして次のことを挙げています。
 ①野菜だけを食べているより、肉や魚をしっかり食べている方が元気であること
 ②高血圧や糖尿病を抱えて塩分制限・カロリー制限を必要とされている方でも栄養価の高い鶏卵や魚卵は週1〜2回程度は食べても大丈夫であること
 ③肥満に注意し、一日30分程度の歩行やストレッチなど無理のない運動を心がけること
 ④料理に自信のある方は、積極的に料理教室等に参加し、伝統料理等を次世代に伝えること
 各ライフステージで、「家庭・社会における役割」、「食生活」、「体の健康」、「心の健康」、「歯の健康」について、理解し実践しながら、生涯を通じた望ましい食習慣を身につけ健やかな人生を送りたいものです。
 なお、ライフステージごとの取り組み目標については、市のホームページに掲載している『第2期仙北市食育推進計画』をご覧ください。