

小型除雪機購入に補助金が交付されます

町では、小型除雪機の購入に対し、助成を行います。助成を受けようとする場合は、購入前に申請が必要です。予算の範囲内での助成となりますので、早めにご相談ください。

1. 対象

- ①『新品』の小型除雪機
- ②町内に住所を有し、現に居住している個人
- ③申請者及び世帯内に町税等の滞納がないこと
- ④小型除雪機を所有していない世帯又は7年以上使用した除雪機を買い替える世帯



2. 補助額

1世帯、購入費の3分の1以内(千円未満切り捨て)※上限10万円

3. 申請に必要なもの

- ①見積書
- ②カタログ
- ③同意書(町税等に滞納の無い事の確認、町職員が除雪機の購入状況について現地確認することの同意)※用紙は健康福祉課にあります。
- ④更新の場合、現所有機の取得時期、更新理由を記載した書面

休日歯科診療当番表(8月分)

8月分の休日歯科診療の当番は下記のとおりです。

診療時間 【午前9時から午後5時まで】 ※市外局番はすべて0224です。

月日	白石・角田支部			柴田支部		
	医院名	所在地	電話番号	医院名	所在地	電話番号
8月7日	かおる歯科医院	白石	24-3777	菊池歯科医院	柴田	57-2950
8月11日	さいとう歯科医院	角田	62-0112	大河原歯科医院	大河原	52-2250
8月14日	亘理歯科医院	白石	26-2563	後藤歯科医院	大河原	52-2533
8月21日	穴戸歯科医院	角田	63-1670	こや歯科医院	柴田	54-5005
8月28日	小野歯科医院	白石	25-8007	榊原歯科医院	村田	83-2419

診療時間 【午前9時から午後3時まで】 ※市外局番はすべて0238です。

置賜地区						
月日	医院名	所在地	電話番号	月日	医院名	電話番号
8月7日	林歯科医院	米沢	22-8148	8月11日	鈴木歯科医院	米沢 23-0370
8月14日	佐藤歯科クリニック	南陽東置	47-2888	8月15日	りんせんじ歯科	米沢 21-6487
8月21日	村越歯科医院	南陽東置	40-3295	8月28日	長谷部歯科医院	米沢 22-8110

すくすく見守り隊の活動報告

出産したお子さんにプレゼントを渡しました

里帰り出産から帰ってきた10月生まれの安藤灯縁(ひより)ちゃん、3月に出産された渡部琉生(るい)くんのふたりに、出産のプレゼントを渡しました。0歳児のお子さんを持つ保護者も参加されて、皆さんからもたくさんの「おめでとう！」がありました。

最近は、転入された方たちが出産することが多いと感じています。プレゼントの機会を通して初めて会う方も多く、すくすく見守り隊も緊張しながらの会となりました。ママたちは、お互いの離乳食の進み方についてや、保育所についての情報交換が賑やかに行われていました。近い時期に出産したママたちが、回を増すごとに仲良くなっていく姿を近くで見ることができ、嬉しく思います。



▲安藤灯縁(ひより)ちゃん



▲渡部琉生(るい)くん



▲楽しい時間を過ごしました

「夏バテ」予防のための食事について

夏は「全身が何となくだるい」「食欲が出ない」といった身体の変化が出やすい季節のため、そうめん等冷たくさっぱりしたものが多くなったり、アイスやジュースを飲む機会が増えたりと、栄養バランスが崩れがちです。

量より質を意識	十分な水分を補給
<p>◎単品料理をやめましょう 〔おにぎりやそうめん等の単品のみは×〕</p> <p>◎手軽な食材でたんぱく質を！ 〔冷やっこ、サバの缶詰、ゆで卵、納豆など〕</p>	<p>◎こまめな水分補給が大切！ 〔起床時・食事中・外出の前後・入浴前後・就寝前など〕</p> <p>◎ジュース等は飲みすぎ注意！ 〔糖分の過剰摂取は夏バテを引き起こす原因に〕</p>
食欲増進の助けに	季節の野菜を食べましょう
<p>◎食欲増進に香辛料！ 〔生姜、ニンニク、カレー粉など〕</p> <p>◎疲労回復効果のクエン酸！ 〔酢やレモン、梅干しなど〕</p>	<p>◎夏野菜は、体を冷やしたり、ストレスに対する抵抗力を高めたりする効果あり！</p> <p>◎季節の野菜は栄養価が高いので積極的に選びましょう</p>