

健康環境課からのお知らせ

①生き生き幸せ食生活応援団事業（旧称：ハッピーイートプログラム事業）

平成27年9月から行っている「生き生き幸せ食生活応援団事業」（旧称：ハッピーイートプログラム事業）は、町内にお住まいの65歳以上の方を対象に、管理栄養士等が訪問してお話を伺い、健康増進のためにより良い食生活が送れるようお手伝いさせていただいております。どうぞお気軽にお問い合わせください。

②栄養教室を開催します！

健康で長生きするための食事についての話や調理実習を開催します。



【実施内容】健康に役立つお話と調理実習
(600kcal以内、塩分2g前後のバランスのよい食事)

【対象者】鏡石町在住の方ならどなたでも

【定員】各回20名程度

【開催場所】町勤労青少年ホーム
2階調理実習室・会議室

【持ち物】筆記用具、電卓、エプロン、三角巾

【参加費】1回 360円

※調理実習の食材発注がありますので、お申し込みは各日程の1週間前までをお願いします。

	日程	内容（予定）
①	6月28日(金) 10時～13時	減塩食 ～減塩のコツを知ろう～
②	7月19日(金) 10時～13時	メタボ予防 ～食生活改善のヒントを見つけよう～
③	10月25日(金) 10時～13時	カルシウムたっぷり食 ～丈夫な骨を目指そう～
④	11月15日(金) 10時～13時	風邪予防 ～免疫力を高める食事をしよう～
⑤	12月13日(金) 10時～13時	食物繊維をたっぷりとり ～食物繊維の働きを知ろう～

▼問い合わせ先 健康環境課 ☎62-2115（担当：大概）

【改元に伴う税に関する文書等の元号標記について】

「元号を定める政令（平成31年政令第143号）」が公布され、本年5月1日から元号が「令和」に改められました。

税に関する納税通知書・申告書・納付書は、年度当初に行う事務処理の関係から、本年5月1日以降に発送するものであっても、賦課年度を「平成31年度」と標記します。町税に関する証明書の年度標記についても「平成31年度」と標記されます。

「平成31年度」と標記された賦課年度は、本年5月1日以降であっても法律上の効果は変わらず有効です。

そのため、改めて文書などを発送することはいりませんので、新元号に読み替えていただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。

▼問い合わせ先 税務町民課 ☎62-2114

鏡石町図書館 臨時休館のお知らせ

図書館システムとパソコン入れ替えのため、令和元年7月1日（月・通常休館日）～4日(木)まで図書館を臨時休館いたします。

利用者の皆様には大変ご不便をお掛けしてしまいますが、ご理解とご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。7月5日(金)からは通常どおり開館いたします。

▼問い合わせ先

町図書館 ☎62-1288

広報担当のつぐやま

先月の広報紙でご紹介した「牧場のあーさー」のぬいぐるみですが、私もさっそく購入して3歳の娘にプレゼントしました。とても気に入ってもらえたようで、枕元において毎日一緒に寝ています。「牧場のあーさー」のぬいぐるみは今月の広報クイズのプレゼントにもなっていますので、ぜひ応募してくださいね！（浅川）



今月の1ショット



岩瀬農業高校の皆さんには田んぼアートの測量作業にもご協力をいただきました。

