伝統料理を次世代へ

町では、古くから季節折々の食材を年中行事や 風習のなかで先人より引継ぎ、健康食品として食 べ続けてきた、神石高原の伝統料理を次世代に伝 えようと、『神石高原町残しておきたいおふくろ の味』を発行しました。神石公民館いきいき教室 に集まったメンバーはこの本を発行するまでの6 年間、古い記憶をたどり一品ずつ春夏秋冬、旬の 野菜や山野草など、食材の特徴を生かした調理方 法を少しずつ再現していきました。食の大切さが 忘れられようとしている現在、この本を活用する ことにより、それぞれの地域の豊かな味覚や文化 を見直し、自然の中で生き抜く力を担う手助けに なることを願っています。

なお、この本は図書館で貸し出していますので みなさんご活用ください。







設立の趣旨を説明する牧野町長

業に取り組みます。「神石高原ブランド」 この協議会は、 大手コンビニ等で構成され 町内の農業団体関係者 進し「神石高原ブニ宿泊等)の融合に 産直市 の融でである。 れました。 等に

「神石高原町6次産業化推進協議会」

事業に取り組みます。
市職の指進をはじめ、
一時のでは、大手コンビニ等で
のが、大手コンビニ等で プレド」を確立する目的で設立されますると、企業(販売、観光、宿泊等)ので、次産業(販売、観光、宿泊等)ので、生産)、2次産業(加工、製造)を 生され)次産業化推進協議会」 5月28日、三和公民館 産)、2次産業(加工、製造)及び3かしながら、1次産業(農林水産物のれました。神石高原町の自然や特徴を次産業化推進協議会」設立総会が開催5月28日、三和公民館で「神石高原町

もっと知りたい!後期高齢者失療制 平成24年度の保険料は前年中の所得金額等によって決定し、 個人ごとの保険料は7月中旬にお知らせしますので、詳しくはお手元に届いた通知書をご覧ください。 【保険料の決まり方】

均等割額 42.262 円

所得割額^{*}所得割率 8.07%

(年間保険料(限度額 55 万円)

※所得割額=(前年中の総所得金額等-基礎控除(33万円))×8.07% ▶ 58 万円以下の方は、所得割額が5割軽減されます。

一人ひとりが納めます。

◆中途で加入された場合は、加入月分から計算され、中途で喪失された場合の喪失月分は計算されません。

【所得の低い世帯の被保険者は、均等割額が軽減されます】

軽減割合	世帯の総所得金額(被保険者と世帯主の所得の合計額)		軽減後の均等割額
9割軽減	「33万円」	世帯内の被保険者全員が年金収入80万円以下(その他各種所得なし)の場合	4,226円/年
8.5 割軽減	以下の場合	上記以外の方	6,339円/年
5割軽減	「33 万円+ 24.5 万円×世帯の被保険者数(世帯主の場合は除く)」以下の場合		21,131 円/年
2割軽減	「33 万円+ 35 万円×世帯の被保険者数」以下の場合		33,809円/年

【協会けんぽや健康保険組合などの被扶養者だった方は保険料が軽減されます】

後期高齢者医療に加入される直前に協会けんぽや健康保険組合などの被扶養者だった方は、所得割額がなく、 均等割額も軽減されます。今年度も均等額割が9割軽減となり、年間保険料は4,226円になります。 【保険料の納め方】

原則. 保険料は特別徴収(年金天引き)ですが、詳しくは7月中旬にお知らせする保険料額決定通知書でご 確認ください。

【保険料納付方法の変更】

保険料の納め方を特別徴収(年金天引き)から普通徴収(口座振替)に変更することができます。変更をされ る方は、申出書が必要となりますので、福祉課へご相談ください。

て1割に軽減しています。 担割合が2割ですが、国の施に交付されるもので、本来

- 来は自己な 施策によ

っ負方

になっています。一般保険者証と高齢受給者証が1

れます。

更新はあり

食育ミニ知識

毎月19日は食育の日

食中毒予防のポイント

<手洗い>

見た目はきれいでも、手には多くの細菌がついています。 丁寧に手を洗う習慣をつけましょう。

冷蔵庫や冷凍庫は保存に便利ですが、過信は禁物。早めに 食べ切るようにしましょう。

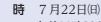
- ・冷蔵庫や冷凍庫は詰めすぎない。(容量の7割を目安に)
- ・冷蔵庫の温度は10℃以下に、生ものを入れる場所は 4℃以下に、冷凍庫は-15℃以下を維持する。
- ※多くの細菌の増殖は 10℃くらいで遅くなり、0℃くらいで停止 する。ただし- 15℃でも死滅するわけではないので注意が必要
- ・肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食材に触れな いようにする。
- ・温かい食品は冷ましてから入れる。
- ・ドアの開閉はできるだけ早く、回数を少なくする。

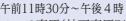
<調理>

調理は清潔な手で行い、食材は過熱することを心がけま しょう。あやしいと感じた食品は捨 てましょう。

神石高原町食育推進ネットワーク協議会 食生活改善部会

高原BBQ in スコラ





高原の大自然を満喫しながらバーベキューパー

ティーで素敵な出会いを見つけてみませんか。

女性 午前9時30分 福山駅

男性・女性ともおおむね25歳から45歳までの

男性・女性各20名

※応募者多数の場合は抽選により決定させていただきます。

神石高原町ブライダルセンター事務局 (まちづくり推進課内)

5月27日のパーティーでは10組のカップルが誕生しました。

婚活 テ

が設立されましたー

午前11時30分~午後4時

所 スコラ高原(神石高原町相渡)

●集合時間・場所

午前9時30分 スコラ高原

(女性の方で現地集合の方は午前11時にスコラ高原) ●参加資格

独身の方

●参加費 男性5,000円 女性1,500円

●定員

●締め切り 7月10日(火)

●お問い合せ先

在お持ち き続き利用される場合は、 持ち の方は、過用・標準

国民健康保険限度額適用認定証等 有効期限 一額認 定証を

世帯主に簡易書留で郵しい被保険者証は7月 色は薄緑色 まま変わ 送 31 日まで

分新

の前 黄 色

○証の色り

受給者証は、各世帯で必者証を提示してくださいも有効期限切れになった被は、必ず新しい被保険多のでは、必ず新しいをは、必ずがしいをは、必ずがしいをはない。 方法で破棄してくださ 以降も被保険者証が届かない場合 ・被保険者証・病院等に行く た被保険者証・ 必ず 受給 実な

○新しい受給者証の交付に lacksquare| 薄緑色 は、

ひとり親家庭等医療費受給者証

簡易書留で郵送します新しい受給者証は7月 31 日までに

有効期限

W

てな

はおは

 \blacksquare 黄 色

青

色

里度心身障害者医療費受給者証

*入院等により見せるで郵送されます。ら個別に普通郵便で郵送されます。に広島県後期高齢者医療広域連合か 額認定証を現在お 入院等により ものが被保険者証と一緒に郵ものが被保険者証と一緒に郵 申請は不要です 限度額適用・標準負 緒に郵送さ

・受給者証が変わります い被保険者証3日となって、現在有効期 齢受給者証 て期 薄紫色

療被保険者

 \blacksquare

/k

色

国民健康保険被保険者証

)70歳から 限が平

74歳の方は、

年 7

V, 31

交付

70歳未満の方の被保険者証

被保険者証 を ます

斉 更 新 ら被保険者証

8

お問い合わせ 福祉課 ☎89-3335