

「食品ロスをなくそう」
寄贈ありがとうございました



▲大山町婦人会会長の遠藤幸子さんより受け取りました

4月26日に鳥取県連合婦人会（奥本範子会長）から、保育所・小学校の児童に対し、食品ロスを題材とした絵本『グリーンマンとちきゅうをまもる』を寄贈いただきました。鳥取県連合婦人会では、食品ロスの半分は家庭から出ていることに注目し、削減に向けた取り組みをされています。

これまでの大人向けの啓発活動に加え、幼少期向けの啓発活動の一環として、手作りの絵本を作成されました。

「この絵本を通じて、子供たちに食べ物の大切さを知ってほしい」との願いが込められています。

国民年金保険料の納付が困難な場合は
保険料免除・猶予の制度があります

保険料を未納のままにしておくと、将来の年金（老齢年金や、障害や死亡といった不測の事態が生じたときに「障害年金」や「遺族年金」を受けとることができない場合があります。そのような状況を防ぐため、経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合には、「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。申請書は役場の窓口にありますので、ご相談ください。

令和3年度分免除・納付猶予申請

受付開始日 令和3年7月1日

対象期間 令和3年7月分～

令和4年6月分

過去2年（申請月の2年1ヵ月前の月分）までさかのぼって免除申請できます（すでに保険料納付済の月を除く）。

免除等の承認を受けた期間は、10年以内であれば、後から納めること（追納）もできます。ただし、追納する対象期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納する場合、加算金が増加されます。

米子年金事務所

☎0859-34-6111

役場本庁住民課

☎0859-54-5210

大山支所総合窓口室

☎0859-53-3311

中山支所総合窓口室

☎0858-58-6111

熱中症の予防に“5つの声かけ”を実践しよう

鳥取県内では、昨年度の熱中症の救急搬送者は、高齢者(65歳以上)が65%で、西部ではそのうち半数以上が自宅などの屋内での発症でした。屋内での発症の多くはエアコン未設置または故障中、あるいはエアコンを作動させていない状況がほとんどで、中にはリモコンの誤った操作で暖房に切り替わって、その影響で熱中症になったケースもありました。

マスク着用による熱中症に注意！

新型コロナウイルス感染拡大の予防対策にはマスク着用が基本の1つです。気温・湿度が高い中でマスクの着用は、熱中症のリスクが高くなる恐れがあります。

マスク着用時は、強い負荷の作業や運動は避け、こまめに水分補給をしましょう。

“5つの声かけ”を実践

1. 温度に気をくばろう

今いるところの温度、これから行くところの温度を、温度計や天気予報で知るようにする。

2. 飲み物を持ち歩こう

いつでもどこでも水分補給ができるように、飲み物を持ち歩く。

「出かける前のコップ一杯」を夏の習慣にし、のどがかわく前に水分補給する。

3. 休息をとろう

屋外で暑さや疲れを感じたら、無理をせず早めに涼しい場所に移動する。

寝苦しい夜は、窓を開けて風の通りをよくしたり、通気性の良い寝具を使う等して、ぐっすり眠れる工夫をする。

4. 栄養をとろう

バランスよく食べる、朝食をしっかり食べる。

5. 声をかけ合おう

家族やご近所で「水分とってる?」、「少し休んだ方がいいよ」など、声をかけ合う。

