まちの行事予定

9月

6	水 仏滅	◆乳幼児予防接種 （受付）13:10 ～ 13:30　としべつ
7	木 大安	◆３か月、１歳６か月、３歳、５歳児健診 （受付）13:00 ～ 13:15　としべつ
8	金 赤口	
9	土 先勝	
10	日 友引	◆日曜当番医　道南口イヤル病院　☎84-5011
11	月 先負	
12	火 仏滅	◆女性のがん検診（乳がん・子宮がん） （実施）8:00 ～ 14:00　としべつ ◆いきいき元気クラブ（イストレ）
13	水 大安	◆中学生以上予防接種 （受付）15:00 ～ 17:00　今金診療所
14	木 赤口	
15	金 友引	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
16	土 先負	
17	日 仏滅	◆日曜当番医　せたな町立国保病院　☎84-5321
18	月 大安	敬老の日
19	火 赤口	**☆今金八幡宮例大祭（宵宮祭）**
20	水 先勝	**☆今金八幡宮例大祭（本祭）**
21	木 友引	**☆今金八幡宮例大祭（後祭）**
22	金 先負	**☆今金高等養護学校公開研修会　9:00 ～ 15:10** ◆認知症カフェ「いまカフェ」 （実施）13:30 ～ 15:00　としべつ
23	土 仏滅	秋分の日
24	日 大安	◆日曜当番医　今金町国保病院　☎82-0221
25	月 赤口	
26	火 先勝	◆いきいき元気クラブ（イストレ）
27	水 友引	◆乳幼児予防接種 （受付）13:10 ～ 13:30　としべつ
28	木 先負	
29	金 仏滅	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
30	土 大安	

10月

1	日 赤口	◆日曜当番医　せたな町立国保病院　☎84-5321
2	月 先勝	
3	火 友引	
4	水 先負	
5	木 仏滅	◆３か月、１歳６か月、３歳、５歳児健診 （受付）13:00 ～ 13:15　としべつ

お知らせ

まちの行事予定については、広報発行日前までに決まっている行事を掲載しておりますが、予定が変更になる場合もございます。

お出かけ前に各施設等に確認の上、ご利用くださいますようお願いいたします。

◇いきいき元気クラブ◇

ふまねっとクラブ	9/15	10:00 ～ 11:30	としべつ
	9/29	10:00 ～ 11:00	
イストレ	9/12, 26	13:30 ～ 14:30	あったからんど

【今金町無料法律登記相談】
日　時／９月21日（木）10:00 ～ 12:00
　　10月19日（木）10:00 ～ 12:00
場　所／町民センター
予　約／相談日の前日、正午までに予約が必要
問合せ／役場総務財政課　☎82-0111

【ひやま北部法律相談センター相談日のご案内】
日　時／９月８日（金）13:00 ～ 16:00
場　所／せたな町民ふれあいプラザ
問合せ／せたな町役場総務課　☎84-5111

コリドール交流ネットワーク情報

出かけよう！となりまち

【八雲町八雲地域】

＼八雲の秋を楽しもう／
「八雲町　秋の味覚祭りinパノラマパーク(仮)」開催！

秋八雲の魅力あふれる食を堪能できるイベントを開催。当日はテントでの飲食・物産販売のほか、キッチンカーや様々な催しを予定。ぜひご来場ください。

【日時】令和５年９月16日（土）・17日（日）
午前９時～午後３時を予定
（商品なくなり次第終了）
※小雨決行、雨天中止
【場所】〒049-3124　八雲町浜松368-8
噴火湾パノラマパーク特設会場
（パノラマ館正面入口横）
【主催】一般社団法人　八雲観光物産協会
【問合せ】事務局　八雲町役場　商工観光労政課内
☎62-2116

【八雲町熊石地域】

熊石海洋深層水を分水中！

海洋深層水の分水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設行っており、ポリタンクやペットボトルなどへの小口分水と車両に積載された大型タンクへの大口分水の２種類の分水施設があります。さまざまな効果が期待されていますので、ぜひお試しください。なお、冬期間（12月～３月）については、小口販売機の営業が平日のみとなります。

【町外利用者】小口分水　一般用（20ﾘｯﾄﾙ）・100円
業務用（1立米）・620円
大口分水　一般用（1立米）・620円
業務用（1立米）・620円
【問合せ】熊石海洋深層水総合交流施設 ☎01398-2-2300

【長万部町】

ミュージカル「O．G.」チケット好評発売中！

劇団ＮＬＴ所属、今金町出身の「阿知波悟美」さんと宝塚スター「旺なつき」さんの“ふたりミュージカル”

【日時】９月10日(日)午後２時30分開場
午後３時開演
【場所】長万部町学習文化センター（自由席）
【料金】一般　2,500円　高校生以下　1,000円
※当日券は500円増し
【問合せ】長万部町教育委員会社会教育課
☎01377-2-2748

【せたな町北檜山区】

『勇壮な太鼓合戦は必見！真駒内神社例大祭』

五穀豊穣を祝い、豪壮華麗な５台の山車や神輿が町内をねり歩き、華やかに着飾った踊り子が華麗な舞を披露します。威勢のいい太鼓合戦で祭りは最高潮に盛り上がります。今年は４年ぶりに復活です！

【開催日】宵宮９月14日(木)　例大祭15日(金)
※15日午後７時からこさき食料品店前交差点で５台の山車による勇壮な太鼓合戦があります。
【問合せ】真駒内神社社務所　☎84-4940

【せたな町瀬棚区】

『事比羅神社祭典』

秋の風物詩である「事比羅神社祭典」。厳かな行列、勇壮な神輿が秋を彩ります。秋一番の賑わいを見せる瀬棚の伝統行事です。

【開催日】宵宮９月９日（土）例大祭10日（日）
【問合せ】事比羅神社社務所　☎87-3010

未来と笑顔の社会
「老齢年金、障害・遺族補償」

国民ねんきん

令和５年度保険料の『免除・納付猶予申請』を受付しています。

※詳細につきましては、
税務住民課戸籍年金グループ　☎82-0111
へおたずねください。

国民年金保険料を納めず、未納のままですと老後の「老齢年金」だけでなく、万が一のときの「障害年金」「遺族年金」も受け取ることができない場合があります。

経済的に納付が困難な場合は、免除・納付猶予制度がありますのでご相談ください。

【免除の種類】

❶申請免除（全額・一部）制度 第１号被保険者の方で前年所得が一定額以下の場合や失業した場合など一定の要件に該当する方は、申請により保険料の納付が全額または一部免除になります。	❷納付猶予制度 20歳から50歳未満の方で本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合には、申請により保険料の納付が猶予になります。
❸学生納付特例制度 学生の方で本人の前年所得が基準以下の場合、申請により保険料の納付が猶予になります。	❹法定免除 第１号被保険者の方で生活保護を受けている方や障害（基礎・厚生・共済）年金の１・２級を受けている方は、申請により保険料が免除になります。

★産前産後期間の保険料免除制度があります！

出産予定日又は出産日が属する月の前月から４カ月間の保険料が免除されます。国民年金第１号被保険者で出産日が平成31年２月１日以降の方が対象です。なお、保険料免除の適用は平成31年４月以降の期間に限ります。

栄養士ネットワーク掲示板

問合せ先：
今金町栄養士ネットワーク(※)
今月の担当：
今金国保病院・介護老人保健施設
吉田（☎82-0221）
※町内各施設に所属する管理栄養士、栄養士で構成された団体です。

今金町の食材を使った料理を紹介
☆3色白玉みたらし団子☆

人参に含まれる栄養素の代表「βカロテン」は体内でビタミンAに換えられ、皮膚・鼻や喉の粘膜を丈夫に保つ働きをします。今回は人参等の野菜を使ったおやつレシピをご紹介します。

【材料（４人分）】
〈３色白玉〉※白玉生地の様子を見て必要あれば水を加える
（オレンジ）★人参(すりおろし)40g＋★白玉粉40g
（緑）★ブロッコリー（茹でた花部分を刻む)40g＋★白玉粉40g
（白）★大根(すりおろし)40g＋★白玉粉40g
〈みたらしあん〉
☆砂糖　大さじ2　☆しょうゆ　小さじ2
☆水　50g　☆片栗粉　小さじ1



≪作り方≫
① それぞれの野菜と白玉粉を捏ねて、各色８個の団子を作る（３色で24個）。
② ①を茹で、浮き上がってから２分茹でて冷水にとる。冷えたらザルにあけて水気を切る。
③ ☆を耐熱容器に入れてよく混ぜ、電子レンジ500wで１分40秒ほど加熱する。加熱もよく混ぜる。トロっとしていたらOK。
④ ②を器に６個（３色×２個)づつ盛り付けて③をかけて完成。きな粉や胡麻だれをかけても美味しい。

（１人あたり　エネルギー142kcl、たんぱく質2.6ｇ、脂質0.3ｇ、炭水化物30.7ｇ、カルシウム11mg、食物繊維0.6ｇ、塩分0.3ｇ）