

まちの行事予定

9月

6	土 先負	☆図書室おはなし会 11:00～11:30 町民センター
7	日 仏滅	◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
8	月 大安	
9	火 赤口	◆いきいき元気クラブ(イストレ)
10	水 先勝	◆中学生以上予防接種 (受付) 15:00～17:00 今金診療所
11	木 友引	
12	金 先負	◆認知症カフェ「いまカフェ」 (実施) 13:30～15:00 としべつ
13	土 仏滅	
14	日 大安	◆日曜当番医 道南口イナル病院 ☎84-5011
15	月 赤口	敬老の日
16	火 先勝	
17	水 友引	◆乳幼児予防接種 (受付) 13:10～13:30 としべつ
18	木 先負	
19	金 仏滅	◆いきいき元気クラブ(ふまねっとクラブ) ☆今金八幡宮例大祭(宵宮祭)

20	土 大安	☆今金八幡宮例大祭(本祭)
21	日 赤口	◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321 ☆今金八幡宮例大祭(後祭)
22	月 友引	
23	火 先負	秋分の日
24	水 仏滅	
25	木 大安	◆簡易脳検査 (受付) 8:15～16:15 としべつ ☆認知症講演会 (実施) 18:00～19:00 町民センター
26	金 赤口	◆簡易脳検査 (受付) 8:15～16:15 としべつ ☆今金高等養護学校公開研修会・講演会 (時間) 12:50～14:40 今金高等養護学校
27	土 先勝	◆簡易脳検査 (受付) 8:15～9:50 としべつ
28	日 友引	◆日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
29	月 先負	
30	火 仏滅	◆すくすく親子広場・プレママサロン (受付) 9:45～10:00 としべつ ◆いきいき元気クラブ(イストレ)

10月

1	水 大安	
2	木 赤口	◆3か月、1歳6か月、3歳、5歳児健診 (受付) 13:00～13:10 としべつ
3	金 先勝	
4	土 友引	◆健康まつり (実施) 10:00～15:00 総合体育館
5	日 先負	◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321

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	9/19	10:00～11:00	としべつ
イストレ	9/9, 30	13:30～14:30	総合体育館

【今金町無料法律登記相談】

日 時 / 9月18日(木) 10:00～12:00
10月16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12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

今月の特集

行政情報

各種情報

まちの話題

情報かわら版

まちの行事予定

学びの道標へ

防災行政無線の放送内容をメールとホームページから確認できます。



★メールの受取り登録の方法

下のメールアドレスに空メールを送信するか、下のQRコードを読み取って登録できます。
bousai.imakane-town@raiden3.ktaiwork.jp



★ホームページでの確認方法

下のURLにアクセスするか、下のQRコードを読み取って確認できます。
http://260bousai.jp/navi/imakane/



ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円

9月19日(金)2種類同時発売!

発売期間 9/19(金)~10/19(日)

公益財団法人北海道市町村振興協会

暮らし助ける支え合い

「老齢年金、障害・遺族補償」

国民ねんきん

令和7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】 マイナポータルを利用した電子申請はこちらから



①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。

②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。

③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。

④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

**今金町の食材を使った料理を紹介
☆豆乳シフォンケーキ☆**

問合せ先:
今金町栄養士ネットワーク(※)
今月の担当:
今金小学校・今金町学校給食センター
本田(☎82-0224)
※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。

今回は大豆製品の1つである「豆乳」を使った「豆乳シフォンケーキ」をご紹介します。栄養価が高いといわれている豆乳ですが、イソフラボンやサポニン、ビタミンB群といった美容にもいい成分も多く含まれています。

【材料(17cm型1ホール)】

- ★卵 4個
- ★上白糖 60g
- ★薄力粉 60g
- ★豆乳 40ml
- ★ベーキングパウダー 2g
- ★サラダ油 大さじ2



《作り方》

- ※1 オープンは170℃で予熱しておく。
- ※2 薄力粉は、一度粉をふるっておく。
- ※3 ポウルA(生地用)、ポウルB(メレンゲ用)
- ①卵を卵黄と卵白に分ける。(卵白は冷蔵庫に入れておくとメレンゲが作りやすい)
- ②ポウルAに卵黄を入れて泡立てる。そこに砂糖を10gほど入れてよく混ぜる。
- ③サラダ油と豆乳を少しずつ入れ、乳化するようにしっかりと混ぜる。
- ④薄力粉を再度ふるいながら加え、ベーキングパウダーも加えてよく混ぜる。
- ⑤ポウルBに卵白を入れ、砂糖を10gほど加えて、やや泡立つ程度に混ぜる。
- ⑥砂糖を20g程度入れ、メレンゲが十分に膨らんできたら残りの砂糖を全て加えて、ツノが立つくらいまで混ぜる。(ハンドミキサーがあると便利)
- ⑦ポウルAにゴムベラでメレンゲをひとすくい加えて、生地になじぶようよく混ぜる。
- ⑧ポウルBにポウルAの生地を何度か分けて加え、その都度ゴムベラで切るように混ぜる。
- ⑨型に生地を流し込む。生地を菜ばしでかき混ぜて空気を抜いた後、170℃で35分焼く。
- ⑩焼きあがったら、型を逆さにして冷まして完成。

(1人1/8カットあたり エネルギー 140kcal、たんぱく質 4.5g、脂質 7.1g、炭水化物 13.5g、カルシウム 24mg、食物繊維 0.2g、塩分 0.2g)