

# 平成27年度からの 軽自動車税の税額改正のお知らせ

地方税法と栗山町税条例の改正により、軽自動車税の税額が改正されます。

平成27年度以降の税額分、右表の金額となります。2輪などの軽自動車税は、平成27年度からの増額を予定していましたが、1年延長し平成28年度からの増税となりました。

## 超過税率から標準税率へ

今まで、栗山町の軽自動車税は、標準税率の1.2倍の超過税率としていましたが、平成27年度からは標準税率に戻すことになりました。

## 軽自動車税について

平成26年度以前に所有している車や中古車を取得した場合には①の税率が適用されます。

車種区分	今までの税額	平成27年度 (今年度)	平成28年度 (予定)
原動機付自転車 50cc 以下	1,200円	1,000円	2,000円
原動機付自転車 50cc 超 90cc 以下	1,400円	1,200円	2,000円
原動機付自転車 90cc 超 125cc 以下	1,900円	1,600円	2,400円
原動機付自転車ミニカー 50cc 以下	3,000円	2,500円	3,700円
2輪 125cc 超 250cc 以下	2,800円	2,400円	3,600円
2輪 250cc 超	4,800円	4,000円	6,000円
小型特殊 農耕用	1,900円	1,600円	1,900円
小型特殊 農耕用以外	5,600円	4,700円	5,600円
① 4輪 自家用乗用	8,600円	7,200円	7,200円
4輪 自家用貨物	4,800円	4,000円	4,000円
4輪 営業用乗用	6,600円	5,500円	5,500円
4輪 営業用貨物	3,600円	3,000円	3,000円

# ごみ分別のさらなる ご協力をお願いします

【問い合わせ】 環境政策課環境政策グループ ☎73-7511

## 生木類の出し方

現在、町の指定袋に入らない生木類（剪定枝や根など）については、直接、環境センターへ自己搬入となっておりますが、町内大井分にある共立道路(株)において生木類の処理が可能となりました。今後は、直接、共立道路(株)へ自己搬入されますようお願いいたします。

◆搬入可能物  
生木類（剪定枝および根）



生木類は、共立道路(株)へ

※土は、できるだけ落として搬入をお願いします。  
※生木類以外の大型ごみは、環境センターへ搬入をお願いします。  
【受入曜日】  
月～金曜日  
※曜日により、受け入れできない場合がありますので、搬入の際は、必ず電話で確認をお願いします。

## 不法投棄は犯罪 です!!

【受入時間】  
(5～12月)  
午前8時～午後5時  
(1～2月)  
午前9時～午後4時50分  
(3～4月)  
午前8時～午後4時50分  
【搬入先】  
共立道路(株) (大井分)  
【料金】  
10kg80円(消費税別途)  
【問い合わせ】  
共立道路(株)製品部  
☎2111

家庭から出たごみや事業・活動などに伴って出たごみは、定められたルールに従って適正に処理しなければいけません。しかし、中にはルールを無視して、山林や原野、河川、道路などに勝手にごみを捨てる人や事業者が町内でも増えています。このような行為が「不法投棄」であり、絶対に許せない行為です。不法投棄されたごみは、自然環境や美観を損なうだけでなく、河川を汚染したり、悪臭の原因となり、私たちの健康や生活にも悪影響を及ぼす恐れがあります。快適な生活環境を後世に引き継ぐため、不法投棄は絶対にしていただきません。



減らない 不法投棄

もし、不法投棄を発見した場合は、「投棄者の車両ナンバー」や「投棄されたもの」「場所」を把握して環境政策課または栗山警察署に通報をお願いします。  
【連絡先】  
町環境政策課 ☎73-7511  
栗山警察署 ☎2110

## 衣類・タオル類 の分別のお願い

衣替えにより、たくさんのお洋服が出される時期となりました。

## 行政相談

悩みや苦情は まず相談を

窪相談委員の定例相談

【日時】  
毎月第2月曜日  
午前10時～正午

【会場】  
カルチャープラザ「Eki」  
サークル室

片山相談委員の定例相談

【日時】  
偶数月第1火曜日  
午前10時～正午

【会場】  
角田農村環境改善センター  
研修室A





## たくさんの厚意に感謝 老舗まつり義援金進呈

くりやま老舗まつり実行委員会、小林酒造株式会社、谷田製菓株式会社が4月16日、くりやま老舗まつりで集まった義援金進呈のため町を訪れました。町内外から約30,000人が来場し、義援金の呼びかけにたくさんの方のご厚意が集まりました。今回集まった義援金の額は77,557円で小林酒造（小林精志専務）と谷田製菓（谷田進太郎社長）から椿原紀昭町長に手渡されました。進呈された義援金は日本赤十字社栗山分区を通して、東日本大震災の復興に役立てられます。



## 栗山初の女性消防団誕生 女性消防団員入団式

女性からの視点で火災予防活動を推進するため、栗山消防団に初めて女性消防団が誕生し、4月1日に女性消防団員10人の入団式が行われました。女性消防団員は、会社員や農業、主婦など幅広く、今後、独居高齢者宅の査察や応急手当普及員となり、救急講習会や各種消防訓練などに参加し活動します。消防団に入っていた父の姿をみて入団を決意した尾泉美佳さん（24歳）は、「女性ならではの親しみやすさを生かして、地域のために貢献したい」と話していました。



## 地域を変えていく新しい力 栗山町地域おこし協力隊

今年度から受け入れを開始し地域おこし協力隊員となった7人の委嘱状交付式が、4月6日行われました。農業の新たな担い手となるための研修などを行う「農業支援員」5人と、自然体験教育へのサポートなどに取り組む「自然教育支援員」2人に椿原紀昭町長から委嘱状が手渡されました。

### 【地域おこし協力隊とは】

人口減少や高齢化による地域活動の衰退や担い手不足などの課題を解決するため、都市圏の若者を対象に、地域活性化のため、さまざまな支援活動を行う隊員を町が任命するものです。

### （農業支援員）

- 大久保 真さん 栃木県宇都宮市から着任
- 横澤 美樹さん 東京都新宿区から着任
- 蜂屋 瑞貴さん 札幌市（北海道大学）から着任
- 菅 京介さん 札幌市（北海道大学）から着任
- 目黒 温樹さん 札幌市（北海道大学）から着任

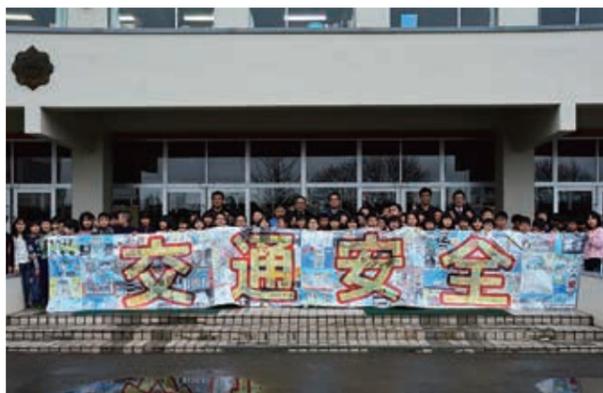
### （自然教育支援員）

- 田中 成明さん 札幌市から着任
- 西脇 宏伸さん 札幌市から着任

## 個 体数、今年は減少

### 春の里山でカエル・サンショウウオの産卵調査

ハサンベツ里山において4月19日、カエルとサンショウウオの産卵調査が実施されました。全国で7カ所ある調査地の1カ所として指定され、例年行われているものです。当日は、ハサンベツ里山計画実行委員やボランティアの調査員20人が調査を実施。カエルの卵497塊と、サンショウウオの卵173塊を確認しました。同実行委員会の高橋慎事務局長は「例年よりも産卵の確認できる数が少ないと思います。アライグマに食べられて減少したのかもしれない」と話していました。



## 交通安全をPR 栗山興産が横断幕を作成

栗山興産株式会社が交通安全を呼びかける横断幕を作成し、4月16日、栗山小学校でお披露目会が開かれました。社会見学での訪問など、交流のある栗山小児童のために同社が企画。横断幕には4年生が交通安全をテーマに描いた、彩り豊かな68枚の絵を使用。4年2組の川島一乃（いちの）さんは「みんなで描いた絵が1つになってうれしい」と喜び、河野社長は「登下校の安全につながれば」と話していました。横断幕は道道角田栗山停車場線と町道南大通りの交差点に設置されます。

## ふるさとに新たな1ページ サケ稚魚放流会&魚道設置記念セレモニー

今年で8回目となるサケの稚魚放流会が雨煙別川で4月4日行われました。サケの里親など約100人が参加し10,000匹ほどのサケの稚魚を放流。その後、3月20日に完成した栗沢頭首工の魚道に移動し設置記念セレモニーが行われました。魚道の愛称が「サーモンロード」と発表され、愛称を考えた村上颯一君（7歳）は「この魚道にサケが早く上ってきてほしいです」と話していました。セレモニー終了後、参加者による魚道見学会が行われ、今秋のサケ遡上を楽しみにしていました。



## 将来の農業の担い手に期待 栗山町青年農業賞

栗山町青年農業賞の表彰式が3月27日、カルチャープラザ「Eki」で行われ、桜山の鷲尾正臣さん、ひとみさん夫妻が受賞しました。鷲尾さんは平成11年に後継者として就農。現在は農地30ヘクタールで水稲や大豆などを栽培し、良質な農産物の生産に努めています。特に水稲は一昨年の「米-1グランプリ in らんこし」で準グランプリを受賞。鷲尾さんは「この賞を励みにして、これからも高品質な作物を消費者に提供したい」と決意を語りました。



【問い合わせ】  
町保健福祉課  
健康推進グループ  
☎ 73-2256

### 有効期間が2年間に！ くりやま健康マイレージ

くりやま健康マイレージは、特定健診や各種がん検診の受診、健康づくり講演会、健康講話に参加してポイントのため、素敵な賞品と交換できる事業です。

家族みんなでポイントをためることができると、楽しみながら参加できるのも魅力のひとつです。

「家族で増やそう元気なからだマイレージ」をキヤッチフレーズに、今年度も実施しますので、是非、ご参加ください。

●**まずまず参加しやすくなりました！**  
平成26年度までは、ポイントの有効期間を1年間としていましたが、もっとたくさんの方に参加していただくために、有効期間を2年間にしました。  
また、ポイントカードのサービスポイントも増やしています。これにより、これまで、なかなかポイントをためることができなかった方も、参加しやすくなります。

●**ポイントカードはいつでももらえるの？**  
4月下旬から、各地区の健康づくり推進員より、ポイントカード付きチラシを随時配布しています。ポイントカードはチラシの前面に付いていますので、そちらを切り取ってお使いください。  
●**ポイントをためて健康になりましょう！**  
なんといつでもポイントをたくさんためることができると、特定健診や各種がん検診を受けることができます。是非、特定健診などの各種検診を受診してください。

何より、体の健康状態を見直す機会にもなりますので、健診を受けましょう。



対象事業の案内には、上記のイラストがついています。健康づくり推進協議会からの回覧や広報でチェックしてください。

※くりやま健康マイレージの詳しい内容については、ポイントカード付きチラシをご覧ください。

### 健(検)診のお知らせ

- ◆5月の健(検)診  
【期 日】5月28日(木)  
【場 所】札幌検診センター(北海道対がん協会)  
※役場から無料送迎バスが出ます。
- ◆6月の健(検)診  
【期 日】6月14日(日)  
【場 所】総合福祉センター「しゃるる」  
健診機関(結核予防会)

◆受診できる項目  
特定健診・生活習慣病予防健診  
いきいき健診・各種がん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳)

※それぞれの項目には対象があります。詳細は「保健サービスガイド」をご確認ください。



こんにちは！ 保健師です!!



保健師 後藤恵理

### 今回のテーマは、乳幼児健診です

栗山町では、3～4カ月、6～7カ月、12カ月、1歳6カ月、2歳、2歳6カ月歯科検診、3歳児健診の計7回の乳幼児健診を実施しています。

乳幼児健診は、より子どもが健やかに育つよう、地域で支えるための1つの事業です。子どもは日々いろいろな刺激を受けて育ちます。よりたくさんの刺激を受けて、のびのびと育ってほしいですね。

乳幼児健診の流れは、保健師の問診・身体計測・小児科医師による診察・栄養状態の確認・歯科健診・育児相談があり、6～7カ月健診では、BCGの予防接種と、図書館からの絵本プレゼントもあります。日々の子育てに役立っていただけたらと思います。

乳幼児健診は、毎月第2木曜日に実施します。体調やご都合の悪い時は、日程を変更したり、きょうだいで受診など、ご希望には可能な限りお応えしますので、気軽にご相談ください。マイレージポイントもたまりますよ！

仕事でお忙しいお母さんもうらっしゃるかと思いますが、是非、ご利用ください。

## 健康のコラム



栗山赤十字病院管理栄養士 真井睦子

### 健康食品と食生活

健康食品を使用していますか？ 飲み物や錠剤などさまざまな形で店頭並ぶ健康食品。この健康食品やサプリメントは、国の機関である消費者庁の審査がされているものと、そうでないものがあります。

消費者庁の審査が必要な商品は、妊産婦や授乳婦用粉ミルクなどの特別用途食品、トクホと言われる特定保健用食品で、マークが記載されています。(図1) このマークのない商品も健康食品として販売されていて、国が制度化しているわけではなく、表示の許可、認証、届出といった規制はありません。私たちが使用する目的として、健康の維持、栄養成分の補給、疲労回復、

図1



ダイエツトがあり、大人だけでなく、高校生、小学生、幼児にも拡大しています。使用すると良い効果が得られる、と宣伝されていますが、長期間使用していて本当に大丈夫なのでしょうか？  
【知っておきたい上限量】  
実は、厚生労働省において、45年ほど前より、日本人の栄養摂取基準が設定されています。これは、国民の健康維持・増進と病気の予防を目的として、最新の国内外の学術論文を最大限に活用し、見直し改定を行っています。  
この栄養摂取基準は、カロリー、タンパク質やビタミン、カルシウムなどのミネラルを年齢別にして上限量を設定しています。理由は過剰摂取による健康被害予防のためです。  
厚生労働省のホームページに詳細が記載されていますので、興味のある方はご覧ください。

有効成分であるクルクミンは、抗酸化作用を持ち、胆汁の分泌を促進させ、肝機能改善に効果ありと宣伝されていますが、逆に肝障害の事例が報告されています。体に悪いものではないと思いますが、注意が必要と言えます。  
ビタミンEは、米国の心臓学会で過剰摂取が心臓の機能に影響を与える可能性があると注意を呼びかけています。  
コラーゲンはタンパク質です。「美肌」や「関節」に期待したいところですが、顔の皮膚や膝の関節などという特定の部位でコラーゲンが合成されるかどうかは、今のところ不明です。妊娠中・授乳中であつたり、タンパク制限している方は、過剰摂取は避けたほうが良さそうです。  
脂肪を減らすと言われるサプリメントは、「生活習慣を改善する事が大事」と付け加えられていることがあります。主に便秘改善するものが多いようです。前回のコラムで述べましたが、体の脂肪分解や代謝は、持続的な運動と食事が重要です。飲んで脂肪が減る、

などということは期待しないほうが良いと思います。  
カルシウムは、栄養摂取基準において、2500mgと上限量が設定されています。上限量を超えない程度に、カルシウムのサプリメントを摂取することは良いと思いますが、同時に卵や鮭などのビタミンDや、納豆や緑野菜などのビタミンKを摂取する必要があります。そして運動による骨への刺激により骨を丈夫にしていきます。  
【やっぱり食生活と運動】  
健康食品やサプリメントに頼ることが悪いわけではありません。過剰摂取には注意が必要です。大事なことは、「栄養、運動、休養」ですかね。おいしく、そして楽しく食べて、大いに笑って、時々運動する！これが大事なのではないでしょうか。



食事、栄養に関しては、まだまだネタがあったのですが、担当は今回で終了させていただきます。ご覧いただいた町民の皆さん、何か質問がありましたら、お気軽に栗山赤十字病院までお問い合わせください。

※栗山町地域医療協議会のご協力により、町内で開業している医師・歯科医師・薬剤師さんによる「リレー方式」で連載しています。