

人間ドックを受けませんか？

～ 人間ドック費用の助成 ～

志賀町国民健康保険では、加入者の疾病の早期発見と健康維持、増進を応援するため、人間ドック・脳ドックの費用の一部助成を行っています。

人間ドック・脳ドックを受診されたことがない人は、この機会に受けてみてはいかがでしょうか？

申込み資格 志賀町国民健康保険の加入者で、次の条件に該当する人

- ・ 30 歳以上（脳ドックは 69 歳以下）の人
- ・ 人間ドック A（脳ドック）は現に脳神経外科系の疾病により療養の治療を受けていない人
人間ドック B（1泊2日）は現に内科系の疾病により療養の治療を受けていない人
- ・ 昨年度（2020 年度）にこの制度の助成を受けていない人
- ・ 国民健康保険税を完納している世帯に属する人
- ・ 志賀町の国民健康保険に加入してから 1 年以上経過している人
- ・ 2021 年度に実施する志賀町の「特定健康診査（町の健康診断）」を受けない人



申込み方法 志賀町役場住民課または、富来支所窓口で申請してください

受診日までに、人間ドックの「受診券」を送付します。指定の受診日に「受診券」を持って、医療機関で受診してください。

- ・ 申込開始日： **4月15日**（木）から
 - ・ 持参するもの： 印鑑と国民健康保険証
- ※受診日は申し込み順となります。
近年、混み合っているため、
早めの申し込みをお願いします。

主な検査項目と実施機関など

健診の種類	検査内容	公立能登総合病院	公立羽咋病院	町立富来病院
人間ドックA (脳ドック) <small>※対象は30歳以上 69歳以下</small>	・ 特定健診：診察、身体計測、血圧測定、尿検査、 心電図検査、血液検査など ・ 胸部レントゲン ・ 脳ドック：頸部エコー、脳 MRI など	助成後の 自己負担額 8,000 円		実施して いません
人間ドックB (1泊2日) <small>※対象は30歳以上 74歳以下</small>	・ 特定健診：診察、身体計測、血圧測定、尿検査、 心電図検査、血液検査など ・ 胸部レントゲン ・ 腹部超音波 ・ 胃がん検診 ・ 大腸がん検診 ・ その他：頸部エコー、 肝炎ウイルス検査など ・ 【男性】 前立腺がん検診 ・ 【女性】 卵巣がん検診（公立能登総合病院のみ）	助成後の 自己負担額 10,000 円	実施して いません	助成後の 自己負担額 9,000 円

※上記の検査項目に含まれない追加検査（オプション）については、個人負担となりますのでご了承ください。

※同一年度内に人間ドック A、B の両方を受けることはできません。

公益社団法人 志賀町シルバー人材センター **会員募集**

● 仕事を依頼したい

「人を雇うまでもなく、専門業者に頼むほどでもないが、誰かに頼むあてがない」…

● 仕事をしてみたい

町内に住む健康で働く意欲のある 60 歳以上の方なら、誰でも会員になれます。

まずは、お電話ください！！

☎(0767) 42-2170 (富来行政センター内)



シルバー人材センターマスコット
キャラクター「チエブクロー」

手話

should be do watch
should be do watch = みるべき



今月は、
役場の手話担当職員
です。

手話



- ① 両手の人差し指を向かい合わせる
- ② 糸巻を巻くように2回転させる

通訳



- 右手親指を立てて、口元で
左右に往復させる

担当です



- 右手の5指を軽く折り曲げて、
右肩にポンとのせる

健康福祉課 加藤 博子 (かとう ひろこ)

高齢障がい、手話通訳を担当しています。町民の皆さんに元気をお届けできるよう、日々、笑顔で仕事に取り組み、一生懸命がんばります。



志賀消防署

火災・救急・救助は 119 番！

☎ 志賀消防署 ☎ 32-1776 ☎ 富来分署 ☎ 42-1211

STOP! 山火事、枯れ草火災

令和3年 全国山火事予防運動統一標語

「あなたです 森を火事から 守るのは」

- ◆ 山火事や枯れ草火災のほとんどは、人の不注意によって発生しています。つまり、私たち一人一人が火の取り扱いを注意することで、山火事などが防止できるということです！

火入れ（たき火）の際の注意点！

- ① 火を見張る人を必ず置くこと
- ② 現場を離れるときは、完全に消火すること
- ③ 消火に必要な水の入ったバケツなどを必ず準備すること
- ④ 必ず日没までに終わること
- ⑤ 緊急に備えて消防への連絡体制を確保しておくこと
- ⑥ 風の強い日は、絶対に火入れをしないこと
- ⑦ 強風注意報や火災警報が発せられた場合は、火入れを中止すること
- ⑧ 火入れをするときは、延焼しないよう周囲の可燃物を除去すること



志賀町内で発生した火災の約 **40%** が枯れ草や家庭ゴミの焼却（過去5年間）

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で、

廃棄物の焼却は一部の例外（※）を除き原則として禁止されています。

事前に役場へ確認してください。（※ 風俗習慣上の行事、農業などを営む上でやむを得ないものなどが該当します。）違反すると5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金のいずれか、または両方が科せられます。

焼却禁止の例外と認められた場合は、あらかじめ消防署（分署）へ

「火災とまぎらわしい煙または火災を発生おそれのある行為の届出書」の届け出が必要です。

山火事を防いで大切な**緑**を守りましょう！

こんにちは!

ハローワーク羽咋です!



◆ 仕事をお探しの人へ

ハローワークで、雇用保険失業給付の手続きや公開されている求人に応募するには、仕事探しの申込みが必要です。

◆ 自宅のパソコンやスマートフォンからの「事前の求職申込み」をおススメします。

ハローワークでは、皆さんの待ち時間解消のため、自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンからでも、求職申込み情報の入力（仮登録）ができます。

自宅などで事前に仮登録することで、ハローワークに来た際に、よりスムーズに手続きできます。窓口の混雑解消のためにも、ぜひ仮登録にご協力ください。

◆ 事前の「求職申込み」入力の方法

- ① 自宅のパソコンやスマートフォンから、「ハローワークインターネットサービス（厚生労働省サイト）」にアクセスして「求職申込み（仮登録）」をクリック（選択）してください。
- ② 自分の氏名や住所、希望条件など、各項目を入力してください。なお「必須」の項目は必ず入力してください。
- ③ 入力が終わったら「完了」をクリックしてください。これで、事前の「仮登録」が完了します。

仮登録完了日の翌日から 14 日以内にハローワークへ来てください

- ※ 期限を過ぎた場合、入力したデータは自動で削除され、復元されませんのでご注意ください。
- ※ 期限日がハローワーク閉庁日（土・日・祝・年末年始など）の場合には、前閉庁日までにお越しください。
- ④ ハローワークに来所したら「インターネットで事前に求職申込みをした。」ことを受付で申し出てください。窓口で事前に仮登録した内容や希望条件を確認して「求職申込み」は完了です。

問 ハローワーク羽咋 ☎ 0767-22-1241

相法 談律

・弁護士 國田 武二郎（堀松出身）
 東京地検、名古屋地検、横浜地検、仙台高等検察庁検事等を歴任。現在は「あすなろ法律事務所」を開設し弁護士として活動しています。愛知学院大学の特別教授も務めています。



死後の手続きについて（その4）

Q …父親が亡くなり、母親が一人で住んでいます。その母親も亡くなり、実家が空き家になりました。長男である私も弟も都会に出て実家に戻らなりました。と、とりあえず、私が、相続人として、年間10万円の固定資産税を支払っています。また、万が一を考えて火災保険も払い続けていますが、このまま支払いを続けるのが苦痛です。どうしたらよいでしょうか。

A …実家を空き家にして、衛生上有害となるおそれ、倒壊、保安上危険となるおそれのある状態になると、自治体は「空き家対策特別措置法」により「特定空き家」に指定します。分かりやすく言うと、周辺に迷惑をかける空き家は「特定空き家」になる可能性があるということです。こうなると固定資産税は通常の3倍（土地200㎡以上）から6倍（200㎡以下）に跳ね上がります。不動産業者に売却を依頼しても、都会ならともかく、地方では買い手がつかないか、ついても、安く買いたたかれます。そこで放置しておく、自治体から「特定空き家」に指定したので危険だから建物を壊すように勧告を受け、その勧告を無視すると50万円以下の過料に処せられた上に、自治体が強制的に解体し、解体費用（通常200万円）300万円前後も相続人に請求がいきます。このように実家は「塩

漬け負債」の状態になります。

これを回避する方法として、まず思い切った親の生前に売却してしまうことが考えられます。自宅の売却なら「居住用財産の特別控除」により3000万円までは税額控除が受けられます。税額控除を受けて売却した現金をもとに、施設に入るか、あるいは面倒を見てもらう子に生前贈与するといったかと思えます。

説例のように母親が亡くなって実家を相続する場合は、なるべく早く売却すべきです。なぜなら、死後3年までなら「空き家譲渡の特例」が使えて、3000万円までは譲渡所得が非課税になるからです（ただし、この特例は1981年5月末日までに建てられた家屋で、耐震リフォームを行ったか、更地にした不動産にしか利用できません）。不動産に価値がない場合は、最後の手段として相続放棄という選択もあります。ただし、その場合裁判所で相続財産管理人の選任が必要で、その費用が50万円前後かかります。また、市町村に「寄付」したり、相続税の「物納」という手もありますが、簡単ではありません。実家を「塩漬け負債」にしないためには、安くても売却を目指すか、賃貸して借りてもらうなど、とにかく「空き家」にならない方法を考えるべきです。

Royal Hotel 能登

日頃より皆さまのご利用まことにありがとうございます！
 ロイヤルホテル能登では定休日なしにランチを行っております！
 お客様の声を反映し飽きる事の無いよう毎週の週替わりメニューと毎月新しい料理内容を考えております！ボリュームたっぷりのランチを是非お楽しみください！
 休業日など、詳細に関しては下記までお問い合わせください
 石川県羽咋郡志賀町矢蔵谷ラ-1 ☎925-0156
 お問い合わせ 0767-32-3111

ランチ営業時間 11:30~14:00 (ラストオーダー13:30)



イメージ



和食料理人:西岡 剛

有料
広告
欄



志っ祭り フィットネス



— 健康や体力の維持・向上を目指した運動やストレッチを紹介します —

腰回りのストレッチ



① 足を伸ばし、両手を後ろに置く。左脚を右脚に乗せる。



② ゆっくりと右脚のかかとを体の方に引き寄せる。30秒深呼吸しながらキープする。



③ 足をゆるめ、そのまま腰をひねりながら、右側の床に左脚をおろしていく。30秒深呼吸しながらキープする。反対側も行う。

POINT

- (1) お尻の筋肉を伸ばしましょう。
- (2) 背中が丸くならないようにしましょう。
- (3) 足を床におろすときに、肩を正面に向けたままにしましょう。

【注意】

- ・体調が悪い日は、無理せずしっかり休養をとりましょう。
- ・治療中の病気がある場合は、主治医に相談のうえ、始めましょう。



ミズスポーツサービス (株)
インストラクター 西 紘希

地域安全ニュース



子どもの安全対策

新入学の季節です。保護者は、緊急の避難場所である子ども110番の家を子どもと一緒に確認しましょう。防犯ブザーはすぐ手の届くところに携帯し、電池切れやストラップが外れて紛失していないか定期的に点検しましょう。

「いかのおすし」を教えましょう

- ◎ 知らない人について「**い**」かない
- ◎ 知らない人の車に「**の**」らない
- ◎ 「**お**」お声で叫ぶ
- ◎ 「**す**」ぐ逃げる
- ◎ 「**し**」らせる



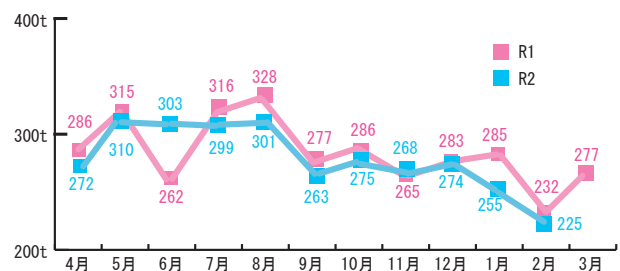
登下校の安全に関しては、学校・家庭・地域の連携が不可欠です。犬の散歩や花の水やりなどの日常生活を子どもの登下校の時間帯に合わせるだけでも、地域の防犯力が高まります。地域全体で子どもを見守りましょう。不審者・不審車両に関する情報は羽咋警察署、最寄りの交番・駐在所までご連絡ください。(緊急のときは110番通報してください。)

羽咋警察署 ☎ 22-0110・羽咋郡市防犯協会連合会 ☎ 22-4970

ゴミメーター

(家庭から収集した燃えるごみの量)

昨年より7t
減量!
今月もがんばって
もうひとしぼり!



環境安全課 ☎ 32-9321