



地域おこし協力隊活動日誌 vol.92

肩の力を抜いてお話ししませんか？

11月1日、健康づくりの拠点施設である「きほう健康ふらざ」がオープンしました。

この施設内で、健康コンシェルジュとして、相野谷診療所や、同施設内の保健師や訪問看護師と連携を図りながら、地域の方々の心と体の健康のお手伝いをさせていただいています。

人生には、晴れの日や雨の日があるように、突然、心のケアを必要とするときがくるかもしれません。

地域活動がんばっている方、子育てをがんばっている親御さん、生き辛さを抱えている方、大切な人を亡くされた方など、どんな方にも家庭や職場とは異なる心休まる第三の場所が必要です。

私自身も、もっと地域の方々といろんなお話しをしたいと思っています。「きほう健康ふらざ」で肩の力を抜いてお話ししませんか。お待ちしております。



◆ 健康相談

【場所】 きほう健康ふらざ内 相談室

【日時】 月～金曜日（月・木は保健師が対応）
午前8時30分～午後5時15分

▶ 予約など詳しくは、きほう健康ふらざ（☎29-3511）まで

Police 紀宝警察署 からのお知らせ

1月10日は110番の日

◆ 事件事故、緊急通報は110番

110番は、事件・事故などの緊急通報専用電話です。110番の正しいご利用にご協力をお願いします。スマートフォンや携帯電話などによる移動しながらの通報は、途中で通話が途切れたり、聞こえなくなったりすることがありますので、必ず立ち止まってから通話してください。

◆ ご存じですか？ 警察安全相談 #9110

緊急でない相談などの110番は、緊急の事件・事故への警察官の対応を遅らせることがありますので、紀宝警察署や警察安全相談電話「#9110」へかけてください。「#9110」は、平日の午前9時から午後5時までの間、受け付けています。

—— 紀宝警察署（☎33-0110） ——

Resources ごみは資源 のコーナー

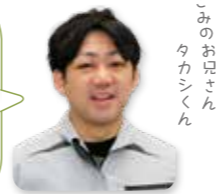
使用済みの食用油は、そのままの状態です捨てないで！

揚げものや炒めものなどで使用後に出る食用油は、市販の凝固剤で固めるか、新聞紙や布などに浸み込ませてから「可燃ごみ」の日に出してください。

台所に流すと、水質の悪化や排水管の詰まり、合併浄化槽の機能低下の原因になるので絶対に流さないでください。

ポイント♪

ポリ袋やレジ袋などに新聞紙か吸油性のよい紙を入れてから、冷ました食用油を入れると処理が楽で捨てやすいです。



たかし たくしき

—— 役場環境衛生課（☎33-0338） ——

活力あふれる若者 定住応援事業

【対象】 5年以上町に定住する予定の29歳以下の方で次のいずれかに該当する方

- ※公務員は対象外
- ・令和5年3月1日以降に高校、大学などを卒業し、地元企業に就職または起業するか、本町を拠点としてテレワークなどを行う方
- ・令和5年3月1日以降に転入し、新たに就職または起業した方
- ・令和5年3月1日以降に転入し、自己の意思により、

若者定住促進奨学金 返還支援事業

【対象】 5年以上町に定住する予定の39歳以下の方で次のすべてを満たす方

- ※公務員は対象外
- ・令和4年3月1日以降に大学などを卒業した方
- ・奨学金を滞滞なく返済している方

【補助額】 申請年度中に奨学金を返還した額。最大50万円（最大10万円/年、最長5年）

Q 昨年度大学を卒業し、紀宝町に転入後、新たに就職したのですが、いつからこれらの支援制度に申請できますか？

A 5年以上紀宝町に住む予定であれば、どちらの支援制度もすぐに申請が可能です。ただし、前年中に収入がない場合は、市町村民税が課税されませんので、活力あふれる若者定住応援事業は、転入2年目以降に申請されるのがお得です。※年齢制限に注意してください。



移住定住ポータルサイト

町 では、移住定住を促進し、町の活性化を図るため各種支援制度を実施しています。今回は、若者向けに実施している支援制度のうち2つをご紹介します。

本町を拠点として移住元の業務をテレワークなどで引き続き行う方

【補助額】 申請年度中に納めた市町村民税相当額。最大25万円（最大5万円/年、最長5年）

▼そのほかの条件もありませんので、詳しくは次の二次元コードを確認するか、役場企画調整課（☎33-0334）までお問い合わせください。

今月のテーマ
若者向け支援制度
あなたも支援対象かも！



Eco シリーズ ストップ地球温暖化 その173 家庭でできる温暖化対策 ~できることから始めよう~

今月のテーマ ファンヒーター

寒い冬に大活躍のファンヒーターは、室温の低下を防ぐため、暖まった空気を逃がさない工夫が大切です。そのため、効率よく部屋を暖めるためにも、出入り口に向けて置かない、吹き出し口付近に物を置かない、窓に直面して置かないなど、部屋全体が暖まるように工夫しましょう。

また、一度暖まった室温はすぐには下がらないので、電源はお出かけや寝る15分ぐらい前に切るのが節約のコツです。

▼詳しくは、役場環境衛生課（☎33-0338）までお問い合わせください。



室温設定は20℃を目安に
外気温度6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合（使用時間：9時間/日）

年間削減効果	年間節約金額
灯油 10.22 ℓ CO ₂ 25.4 kg	約880円

【出典：経済産業省資源エネルギー庁/一般向け省エネ情報】