

[特集] 運動不足、生活リズムの乱れ、コロナ疲れ…自粛生活でなまった心と体を回復しよう！

RYUOH

広報りゅうおう PUBLIC RELATIONS MAGAZINES

6

June 2020
No.557

◀ 元気をつくる方法を教えてください! ▶

食べて、寝て、
よく動くが
正解。

健康推進員さんに
聞いてみた



Contents

- 02 竜王町長選挙
- 04-05 10万円特別定額給付金の申請について
- 06-07 特集
運動不足、生活リズムの乱れ、コロナ疲れ…
自粛生活でなまった心と体を回復しよう！
元気をつくるのは、やっぱりコレ！
食べて、寝て、よく動くが正解。
- 08-11 暮らし
紙おむつの購入費用の一部を助成します
2019年度 情報公開・個人情報保護制度の運用状況
児童手当の現況届は6月末までに／男女共同参画週間
ふるさと納税寄附状況の公表／竜王安心ほっとメール／国民年金
令和2年度 町県民税・国民健康保険税について
- 11 木造住宅・ブロック塀・耐震シェルター等にかかる補助制度
コラム
地域の健康づくり応援隊
- 12 未来レシピ③
- 13 お知らせ掲示板
- 14 1歳のバースデー
めざましON野菜～de減塩～
腸活みそ汁

●新型コロナウイルスの基本的な感染対策
「新しい生活様式とは？」
●みんなでコロナを乗り切ろう！
「つながる支援の輪」
●新型コロナウイルス感染症関連
第1次対策予算

おもて

うら



Thank you so much!
【今月の取材協力】
hiromi misaki
mieko hayakawa



竜王町では町内の生産者、企業、関係組織、行政が連携し、近江牛を基軸に、まちの魅力を効果的に発信する「竜王スキヤキプロジェクト」を実施しています。



路線バス
通学定期利用促進
プロジェクト

竜王町では近江鉄道バス・近江タクシーと共同で町内の学生を対象に、通学定期の半額補助と夜間特別便（予約制相乗りタクシー）の運行を実施しています。



竜王町長選挙

投票には入場券をお忘れなく

投票日 6月14日(日) 時間 7:00～20:00



入場券に書いてある投票所の場所を必ず確認してください。なお、町内で転居された人についても当日の投票所は入場券に書いてある場所となります。万一、入場券が届かなかったり紛失したりした場合は、投票所の係員に申し出てください。

<p>山之上コミュニティセンター 対象 西出・東出</p> <p>第1投票所</p>	<p>西山公民館 対象 西山・新村</p> <p>第2投票所</p>	<p>岡屋構造改善センター 対象 山中・さくら団地・岡屋</p> <p>第3投票所</p>	<p>川守会議所 対象 岩井・川守</p> <p>第4投票所</p>
<p>綾戸農村集落センター 対象 島・駕輿丁・綾戸・田中</p> <p>第5投票所</p>	<p>小口公民館 対象 小口・薬師・希望が丘</p> <p>第6投票所</p>	<p>鷺川ふれあいプラザ 対象 七里・鷺川・橋本・須恵</p> <p>第7投票所</p>	<p>林公民館 対象 林・庄・信濃</p> <p>第8投票所</p>
<p>弓削コミュニティセンター 対象 川上・弓削・西川</p> <p>第9投票所</p>	<p>鏡集落センター 対象 鏡・松陽台・山面・西横間</p> <p>第10投票所</p>	<p>美松台コミュニティホール 対象 美松台</p> <p>第11投票所</p>	<p>松が丘自治会館 対象 松が丘</p> <p>第12投票所</p>

投票日に投票に行けない人も投票できます

期日前投票・不在者投票期間

6月10日(水)～13日(土)

時間 8:30～20:00

投票所 / 竜王町役場 1階 102会議室 ※正面玄関入って右

※新型コロナウイルス感染症への対応として、投票所が変更される可能性があります。

投票日の当日に仕事や旅行などで投票に行けない人は、前もって期日前投票・不在者投票ができますので、入場券(未着の場合は不要)を持ってお越しください。

※事前に入場券裏面の「期日前投票宣誓書」に必要事項の記入をお願いします。

新型コロナウイルス感染症対策に伴う投票所への来場について

投票日当日は9時～11時、期日前投票は土曜日が混み合うことが予測されます。感染症対策には万全を期して対応していますが、なるべく混雑を避けて投票いただくことをご検討ください。

自分で投票することが困難な場合

代理投票と点字投票…投票の際、本人が投票所で係員に申し出てください。

郵便などによる投票…次の①②に該当する人に限ります。

①身体障害者手帳または戦傷病者手帳をお持ちの人で、その内容が一定の基準を満たしている人

②介護保険法上の要介護者で、介護保険の被保険者証に要介護状態区分が「要介護5」と記載されている人

※事前に「郵便等投票証明書」が必要となります。手続きについては、お問い合わせください。

「広報りゅうおう」の配布方法

▶各世帯にポスティングでお届け
毎月1日に届かない場合があります。3日経っても届かない場合は、未来創造課 ☎58-3701までご連絡ください。

モバイルでもっと便利に!

▶竜王町ホームページ 竜王町
http://www.town.ryuoh.shiga.jp



役場の開庁日時 | 月～金曜日(平日) / 8:30～17:15

- ▶役場が休みのときの届出について
役場南側駐車場の職員通用口から当直室へお越しください。
- ▶戸籍の届出(受付のみ)
届出に伴う手続きが必要な場合は後日ご連絡します。
- ▶死亡の届出(受付時間 8:30～17:15)
受付および埋火葬の許可証の交付と布引斎苑で火葬される場合は利用許可書を交付します。

まちフォト募集!



町ホームページの「まちフォト」コンテンツで、町内のイベントや季節写真など、旬の話題や竜王の風景写真をお寄せください。

応募は
こちらから



推進しています!
スポーツライミング

2024年に開催される滋賀国民スポーツ大会のスポーツライミング競技の開催地として、普及啓発に取り組んでいます。



竜王町子育て支援サイト「りゅうすく」

子育てに役立つ情報や学校の行事、子育てに関する行政サービスについての情報を手軽に入手できるまちの子育て専用サイトです。

はじまりました。
新型コロナウイルス
感染症緊急経済対策

10万円 特別定額 給付金

ひとりひとりの暮らしのために。
新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、
竜王町においても申請の受付を行っています。



申請は
お済みですか?

特別定額給付金の申請について

給付対象者

令和2年4月27日(基準日)において、
住民基本台帳に記録されている全ての人

受給権者

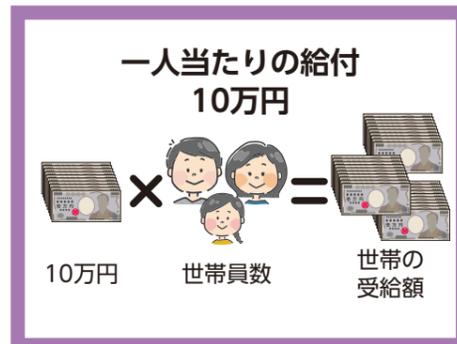
世帯主が世帯員の分も含めて受給します。

受給額

給付対象者一人につき10万円

申請期限

令和2年8月17日まで
※お住まいの自治体によって申請期限が異なります。



申請方法

感染拡大防止の観点から対面での受付を避けるため、給付金の申請は①郵送申請を基本とし、給付は原則として世帯主義の銀行口座へ振り込みにより行います。また、世帯主がマイナンバーカードをお持ちの場合は、オンラインによる申請も可能です(「マイナポータル」にアクセスしてください)。なお、郵送申請ができない場合は、②の窓口において申請を受け付けます。

1 基本の受付は 郵送で申請

竜王町から送付された申請書に受取口座や必要事項を記入し、本人確認書類(免許証や健康保険証など)のコピーと受取口座の確認書類(通帳またはキャッシュカード)のコピーを貼り付け、返信用封筒に入れて返送してください。
※記入漏れや提出書類に不足がないか確認してください。

2 郵送申請ができない場合は 窓口で申請

竜王町から送付された申請書に受取口座や必要事項を記入し、下記の窓口へ提出してください。
■受付窓口 竜王町役場 庁舎内 9:00~17:00
■持ち物 郵送された申請書類一式/世帯主の印鑑/世帯主の本人確認書類(免許証や健康保険証など)/受取口座の確認書類(通帳またはキャッシュカード)
※代理人が申請する場合は、申請書の委任欄に世帯主が事前に記入を済ませておいてください。この場合、世帯主と代理人の本人確認書類(免許証や健康保険証など)が必要です。

給付の方法

書類審査後、随時、希望された口座へ振込手続きを行います。
振込時期については給付決定通知書を送付します。

特別定額給付金 Q & A

質問	回答
申請書以外に準備する書類は?	①本人確認書類(運転免許証や健康保険証など)のコピー ②受取口座の確認書類(通帳やキャッシュカード)のコピー
世帯で分けて口座振込はできる?	できません。 1世帯につき、1つの口座に限られます。
4月27日(基準日)に生まれた子どもは給付対象になる?	給付対象者となります。 ただし、4月28日以降に生まれたお子さんは給付対象者になりません。
世帯主の身体が不自由で自分で申請できない。どうやって申請したらいい?	代理人による申請も可能です。 ■4月27日(基準日)時点での世帯構成者や法定代理人、親族その他、日ごろから世帯主の身の回りの世話をしている者で町長が特に認める者(民生委員、高齢者施設等の職員など)による代理申請が認められます。 ■代理人が同一世帯の構成者以外の場合は、世帯主と代理人との関係を説明する書類などを提出してください。

おねがい

申請書が届いたことや手続きをしたこと、給付金が振り込まれたことなど、給付金に関することは世帯の中で共有しましょう。

問い合わせ

竜王町未来創造課 暮らし・経済対策チーム

☎ 58-3717

総務省 特別定額給付金コールセンター

☎ 0120-260020



総務省
特別定額給付金ホームページ

総務省

▶ <https://kyufukin.soumu.go.jp/>

給付金のサギに注意!!
絶対に教えない! 渡さない!
暗証番号/口座番号/通帳/キャッシュカード/マイナンバー

市区町村や総務省などが以下を行うことは絶対にありません!

- ▲現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ▲受給に当たり、手数料の振込を求めること
- ▲メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

「怪しいな?」と思ったら
遠慮なくご相談ください

消費者ホットライン
☎ 118 (局番なしの3桁)

新型コロナウイルス給付金関連
消費者ホットライン ☎ 0120-213-188

ながら運動メニュー

参考:「コロナウイルス予防は手洗い×睡眠・食事×運動」(筑波大学久野研究室)
参考:「LET'S「ながら」体操」(株式会社東京法規出版)

活動量が低下すると、体力の低下、生活習慣病などの発症や生活機能の低下(フレイルやロコモティブシンドローム、認知症等)をきたすリスクが高まります。スキマ時間や気分転換など、ちょっとやってみる程度でも、体を動かすことが大切です。何かしながらできる「ながら運動」を、早速日常に取り入れてみましょう。



目安は
10回1セット。
各動作は4秒間で
無理なく
行いましょう

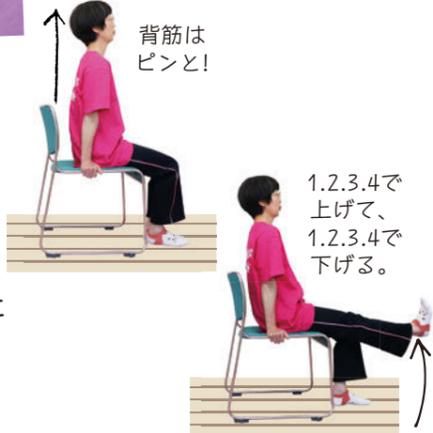
買い物の途中で 肩すくめ

- ★両手に荷物を持つ
- ★顔は正面向き
- ★息を吐きながら肩をすくめる



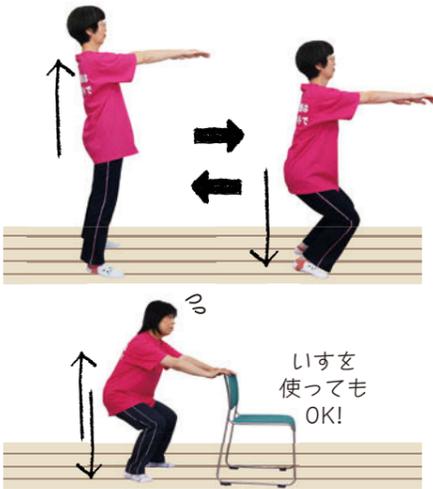
デスクワークの合間に ひざ伸ばし

- ★背筋を伸ばし、いすに浅く座る
- ★両手でいすの座面前側を軽く押さえる
- ★足が床と平行になるように力を入れて4秒間で上げ、4秒間で下げる



食事の後で スクワット

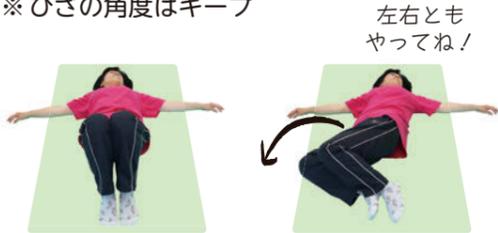
- ★両足は肩幅に広げる
- ★顔は正面向き
- ★4秒間かけて股関節を意識して腰を落とし、4秒間かけて元に戻す
- ※ひざはつま先より出さない



朝目覚めたら 腰のストレッチ

- ★両腕を真横に開き、おお向けになる
- ★ひざを曲げて、左右交互に倒す
- ※ひざの角度はキープ

目安は30秒間。
息を細く長く吐きながら伸ばす



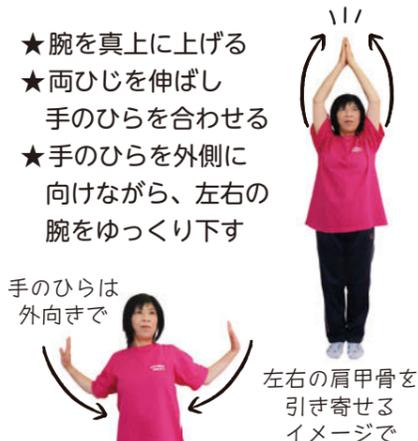
テレビを見ながら つま先立ち

- ★テーブルやいすの背もたれを持って立つ
- ★息を吐きながらつま先立ち



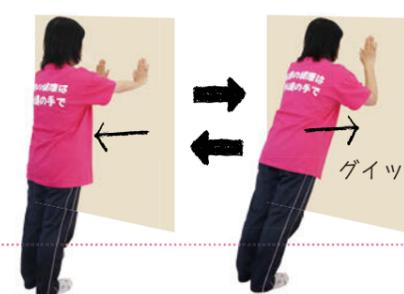
疲れたなーと思ったら 肩甲骨のストレッチ

- ★腕を真上に上げる
- ★両ひじを伸ばし手のひらを合わせる
- ★手のひらを外側に向けながら、左右の腕をゆっくり下す



洗濯が終わるのを待ちながら 壁押し腕立て

- ★手を前に水平に突き出し、壁に付くまで前進する
- ★手の付く位置を手のひら一つ分、下にずらし、そのまま沈み込む
- ★息を吐きながら、ひじを伸ばす



運動不足、生活リズムの乱れ、コロナ疲れ…
自粛生活でなまった心と体を回復しよう!

食べて、
寝て、よく動く
が正解

元気をつくるのは、
やっぱりコレ!

笑顔があれば
なおOK!



健康推進員「2020」
「自宅でいながらできる
「ながら運動」を
教えてもらいました!

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、
長引く外出自粛や在宅勤務による慣れない生活スタイルへの変化から、
運動不足やコミュニケーション不足などによる健康への影響が心配されています。
また、自分もいつ感染するか分からないという不安を抱えて暮らすことに疲れを感じるなど、
いわゆる「コロナ疲れ」に悩む人が増えています。こんなときだからこそ、忘れてはいけないのは笑顔。
笑顔であれば自然と前向きでやる気に満ちた心を保てるだけでなく、体も健康でいられます。
いつでも日常を取り戻せるよう、食べて、寝て、よく動いて、
「コロナに負けない心と体づくり」に取り組みましょう。

栄養の力で免疫力アップ

1日3食、規則正しく、栄養バランスの良い食事を取ることが大切です。食欲が落ちて料理をする気力がない場合には、惣菜や冷凍食品なども利用して主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を心掛けましょう。

- ✓ 朝食を食べる
- ✓ 野菜を食べる
- ✓ たんぱく質を食べる
- ✓ 発酵食品を食べる
- ✓ バランス良く食べる



規則正しい生活と睡眠

こんなときは、「あなたのおうち時間」を充実させるチャンス。1週間の流れを書き出し、習慣や日課を見直してみましょう。また、人とのつながりは心が元気になります。メールや電話でおしゃべりの機会をつくりましょう。

- ✓ 仕事や遊び、休息の適切なバランス
- ✓ 規則正しい就寝・起床時間に戻す
- ✓ 好きなこと、夢中になれることをやろう (DVD鑑賞・編み物・お菓子作りなど)
- ✓ 家族や友人と電話で話す など



応援ありがとうございます！ ふるさと納税寄附状況の公表

☎商工観光課 商工観光係 ☎58-3718

ふるさと応援寄附制度により、以下のとおりいただいた寄附は、竜王町の魅力を高め発展させるため、大切に使用させていただきます。令和元年度事業別寄附件数・寄附金額

事業の種類	件数	寄附金額
自然を愛し、緑豊かな美しいまちを守る安らぎづくり事業	1068件	3609万9440円
おはよう、こんにちはがこだまするうらおいのある地域づくり事業	178件	529万6000円
心とからだを鍛え、明るい家庭が育つ温もりづくり事業	351件	1329万1000円
仕事にはげみ、豊かで活力のあるまちづくり事業	304件	974万7500円
若い力を育て、夢と希望にあふれる人づくり事業	997件	3102万円
「緑と文化の町」にふさわしいまちづくりのために町長が必要と認める事業	2652件	8928万6500円
合計	5550件	1億8474万440円

防災・防犯の情報収集のツール「竜王安心ほっとメール」

☎生活安全課 消防防犯係 ☎58-3703

町内の防災・防犯に関する情報を携帯電話などへ電子メールで配信します。非常時の情報収集のツールとして活用いただくためにもぜひ、ご登録ください。



【配信内容】避難情報等災害情報／気象情報／地震情報／土砂災害警戒情報／国民保護情報／光化学スモッグ注意報等／交通事故多発情報／不審者情報／犯罪多発情報
 【登録方法】二次元コードを読み取り、メールを送信してください。希望する配信情報を選択した後、登録完了メールが届きます。
 ※事前に「haishin@town.ryuoh.shiga.jp」からのメールが受信できるよう、設定してください。

紙おむつの購入費用の一部を助成します

☎福祉課 ☎58-3705 / 健康推進課 ☎58-1006

在宅の要介護高齢者などの経済的負担を軽減し、在宅福祉の増進を図るため、紙おむつの購入費用の一部を助成します。

- 【対象者】町内在住の住民税非課税世帯で、負担能力のある親族などに扶養されていない人のうち、次の①～③のいずれかに該当する人
- ①要支援もしくは要介護の認定を受けている人
 - ②次の手帳をお持ちの3歳以上の障がい児者
 - 身体障害者手帳1級または2級
 - 療育手帳A1またはA2
 - 精神障害者保健福祉手帳1級
 - ③診療情報提供書などにより泌尿器疾患がある人 ※医療機関への入院期間などは非該当となります。
- 【申請方法】「受給者資格申請書(現況届)」を下記の窓口へ提出してください。
- 福祉課 高齢者福祉係(福祉ステーション)
 - 健康推進課 障がい福祉係(保健センター)

2019年度 情報公開・個人情報保護制度の運用状況

☎未来創造課 人権広報係 ☎58-3701

竜王町では、竜王町情報公開条例に基づき、情報公開を実施しています。また、竜王町個人情報保護条例に基づき、町が保有する個人情報に適切に取り扱い、個人の権利利益の保護に努めています。

情報公開制度	
請求件数	町長部局19件
公開状況	公開9件(部分公開含む) 非公開10件 不服申し立て0件

※教育委員会部局、農業委員会、選挙管理委員会、公平委員会、監査委員、固定資産評価審査委員会および議会に対しては、情報公開制度に係る請求はありませんでした。

個人情報保護制度	
請求件数	4件
開示状況	開示4件(部分開示含む) 不開示0件 訂正0件 利用停止0件

国民年金 毎年6月に「年金振込通知書」が送付されます

☎草津年金事務所 ☎077-567-1311 / 竜王町役場住民課 医療年金係 ☎58-3702

毎年6月に日本年金機構から年金受給者に対し、その年度の年金額をお知らせする「年金振込通知書」が送付されます。通知書が送付された後に年金額や振込口座に変更がなければ、翌年の6月まで通知書は送付されません(通知書が送付されない月でも年金は支払われます)。なお、年金額や振込口座などに変更があった場合は、その都度、通知書が送付されます。



「ねんきんネット」による年金振込通知書の内容確認と再交付について

「ねんきんネット」内容確認と交付申請

利用にはIDが必要です。お持ちでない場合は登録した後、申請してください。

電話での再交付申請

「ねんきんダイヤル」または草津年金事務所へご依頼ください。

年金ダイヤル ☎0570-05-1165(ナビダイヤル)

窓口での再交付申請(即日交付可能)

草津年金事務所または「街角の年金相談センター草津」へお越しください。

※即日交付できない場合もあります。

振込通知書に記載されている金額は、現時点での1年間の予定額です。

↑ねんきんネットの登録はこちら
日本年金機構

出し忘れにご注意！ 児童手当の現況届は6月末までに

☎健康推進課 子育て支援係 ☎58-1006

児童手当を受給している人は、毎年6月に「児童手当・特例給付現況届」の提出が必要となります。提出がない場合は、手当の受給要件を満たしていても6月分以降の手当の支給が停止されますので、出し忘れにご注意ください。

【支給対象児童】0歳から中学校修了まで(15歳になった後、最初の3月31日まで)

【現況届について】現況届は毎年6月1日時点における受給者の現況を確認し、引き続き児童手当を受給できるかどうかを確認するためのものです。該当する人には後日通知しますので、必要書類をご確認の上、必ず期限までに提出してください。

【提出期限】6月30日☺まで

info. 請求手続は出生や転入から15日以内に!

児童手当を受給するためには、認定請求の手続きが必要です。手続きは出生・転入などから15日以内に行ってください。詳しくはお問い合わせください。

6月23日～29日は「男女共同参画週間」 自分らしい生き方って素晴らしい

☎未来創造課 人権広報係 ☎58-3701

そっか。
いい人生は、いい時間の使い方なんだ

全 てる人が性別にかかわらず、自分らしい充実した人生を実現できることは素晴らしいことです。そのためには、「仕事」や「家事・育児・介護」、「学び」、「趣味・娯楽」などに、どのように時間を使ってバランスを取るかを考えることが必要です。また家族や地域、社会もそれを後押しするような雰囲気が必要で、この週を機に、みんなで「ワクワク・ライフ・バランス」を実現できる取り組みを考えてみましょう。



ベストパートナー(夫婦)、
info. ベストファミリー(家族)を募集

皆さんの家庭での工夫や秘訣をお話いただけませんか? 詳しくは、未来創造課へお問い合わせください。

地震の対策は万全ですか？ 木造住宅・ブロック塀・耐震シェルター等にかかる補助制度

問 建設計画課 ☎58-3716 / 生活安全課 ☎58-3703

万 一の災害に備えて生命と住まいを守るため、木造住宅の無料耐震診断やブロック塀等の耐震対策工事に要する費用の補助を行います。詳しくは各課へお問い合わせください。



木造住宅の耐震対策

町が実施する無料の耐震診断を受け、診断の結果、総合評点で「倒壊または大破壊の危険がある(総合評点0.7未満)」の判定が出された場合に、①②の補助制度が受けられます。

募集戸数 ▶ 8戸

①木造住宅耐震補強案作成

総合評点を0.7以上に補強するための補強案を無料で作成します。

募集戸数 ▶ 8戸

②木造住宅の耐震改修工事

補強案に基づき、総合評点を0.7以上にする耐震改修工事費用を補助します。

補助金額 ▶ 工事費の23% (工事費が50万円以下の場合を除く。83万8000円を上限)

ブロック塀等の耐震対策

地震に対する安全性の向上を目的として、ブロック塀等の高さを60センチメートル未満にする耐震対策工事費用を補助します。

補助金額 ▶ 工事費の3分の2 (10万円を上限)

耐震シェルターなどの設置

箱型およびベッド型の構造物(耐震シェルターなど)の設置費用を補助します。詳しくは生活安全課へお問い合わせください。

各補助制度の要件について

いずれの制度も必ず工事着工前に申請してください。対象となる住宅やブロック塀などの要件については、町ホームページをご覧ください。

申請受付期限 6月1日(月)～9月30日(水)



Kensui-kagami 2019.12.14

高齢者には懐かしく、子どもたちには珍しい郷土料理

#伝統#こけら寿司#押し寿司#郷土#竜王町の観光#祭り#地域料理

鏡/推進員6名

郷土料理や伝統料理を未来に伝えつなげる機会として、地区の高齢者らが鏡地区の祭りで作っている「こけら寿司(押し寿司)」を子どもたちと一緒に作りました。調理しながら料理の由来や先人の知恵など食の大切さを伝え、子どもたちも「こけらって何？」など興味津々に聞き返していました。

健康推進員の地区活動をご紹介します

Health Mate

地域の健康づくり応援隊

Kensui-shimura 2020.1.19

たくさん笑って心も体も健康に

#笑いの健康法#笑う門には福来る#食の栄養バランス#地元産野菜

新村/推進員3名

高齢者を対象に開かれている「友愛サロン」で、健康推進協議会のレシピ集の中から、野菜やカルシウムたっぷりの料理を役員の皆さんと一緒に作って提供し、栄養バランスの取れた食事法やカルシウム摂取の大切さを伝えました。みんなで、たくさん笑って話を花を咲かせ、楽しい食事のひとつを過ごしました。

令和2年度 町県民税・国民健康保険税について



問 税務課 住民税係 ☎58-3750

皆さんから納めていただく町税は、福祉・教育・土木など、住民の皆さんへの身近なサービスの提供やまちづくりに欠かせない財源として重要な役割を果たしています。納め忘れのないよう、ご注意ください。

町県民税(個人住民税)

町県民税を納める人

町県民税は、令和2年1月1日現在、竜王町内に住所がある人(納税義務者)に対し、前年の所得に応じて課税されます。

※年の途中で転出または死亡された場合でも、その年度の町県民税は竜王町に納めることになります。※海外に転出する場合は税務課へご相談ください。

通知書の送付について

●「普通徴収」(年4回の個人納付)の人の納税通知書は、6月8日(月)に発送予定です。

●「給与所得者の特別徴収」(毎月給与から天引き)の税額通知書は、5月11日付で勤務先へ送付済みです。

所得(課税)証明書の交付について

令和2年度の所得証明書および課税(非課税)証明書は、6月8日(月)から交付が可能です。

※コンビニエンスストアのマルチコピー機による証明書の発行(コンビニ交付)は6月15日(水)からとなります。

町県民税の納期限	国民健康保険税の納期限
第1期 6月30日(水)	第1期 6月30日(水)
第2期 8月31日(金)	第2期 7月31日(金)
第3期 11月2日(月)	第3期 8月31日(月)
第4期 2月1日(水)	第4期 9月30日(水)
	第5期 11月2日(月)
	第6期 11月30日(月)
	第7期 12月28日(月)
	第8期 2月1日(水)
	第9期 3月1日(水)
	第10期 3月31日(水)

納税には安心・確実な口座振替がお勧めです

町内に支店のある金融機関または郵便局で、通帳と口座届け出の印鑑を持参の上、お申し込みください。

新型コロナウイルス感染症の影響により納税が困難な人へ

新型コロナウイルス感染症の影響により事業などの収入に相当の減少があった人、町税を一時に納付することにより事業の継続または生活の維持を困難にするおそれがある人は、納税の猶予を受けられる場合があります。滞納を放置すると財産の差押えなどの処分を受ける場合がありますので、そのままにせず、税務課へご相談ください。

国民健康保険税(国保税)

保険税を納める人

国民健康保険加入世帯を単位とし、世帯主が納税義務者となります。世帯主本人が加入者であるかにかかわらず、世帯の中に一人でも加入者がいれば納税義務者は世帯主になります。

通知書の送付について

令和2年度の「国民健康保険税納税通知書」は、6月中旬に発送予定です。※年10回納付

低所得世帯の負担を軽減する「軽減措置」

低所得世帯の負担を軽減するため、世帯主とその世帯に属する被保険者の総所得金額の合算額が一定の基準以下の場合、均等割額と平等割額の一定割合が軽減されます。軽減適用の判定を行うため、前年中の所得について申告が必要な場合があります。

非自発的失業者の保険税の軽減制度

倒産・解雇などにより離職した人(特定受給資格者)や雇止めなどにより離職した人(特定理由離職者)で、離職の翌日から翌年度末までの期間に雇用保険の失業等給付を受ける人は保険税が軽減されます。申請手続きは、税務課へお越しください。

保険税額の決定方法

算定方法は①医療分②支援分③介護分で構成され、それぞれ、前年中の所得に応じて負担していただく(イ)所得割、本年度の固定資産税額に応じて負担していただく(ロ)資産割、被保険者(国民健康保険の加入者)の人数に応じて負担していただく(ハ)均等割、全世帯に同額負担していただく(ニ)平等割の合計で計算します。

※年度途中の加入脱退は月割りで計算します。

令和2年度の国民健康保険税率・税額			
区分	①医療分	②支援分	③介護分
(イ)所得割	6.0%	2.1%	2.1%
(ロ)資産割	10%	3%	4%
(ハ)均等割	2万7000円	9400円	1万1200円
(ニ)平等割	2万800円	7300円	5700円
課税上限額	63万円	19万円	17万円

※令和2年度の税率は、前年度から改正しています。

Population 竜王町の人口推移

全体	11945人 (+57)
男	6200人 (+53)
女	5745人 (+4)
世帯数	4476世帯 (+74)

令和2年4月末現在 / ()内は前月比

転入	127人 (54)
転出	67人 (99)
出生	5人 (3)
死亡	8人 (11)

令和2年4月中の届け出 / ()内は前月数

RYUOH TOWN 面積44.55平方キロ

Tax 税と料金

納期限 **6月30日**※

- 町県民税
- 国民健康保険税
- 水道料金
- 下水道使用料
- 保育所保育料
- 幼稚園保育料 (預かり保育料のみ)
- 学校給食費
- 通学自動車使用料

Event まちの行事予定

新型コロナウイルス感染症に係る竜王町等主催行事の中止について

6月中	第28回竜王町親子でよい歯のコンクール 竜王キッズクラブ ドラゴンカレッジ
6/7日	竜王町消防ポンプ操法大会
6/13日	第1回漢字能力検定

詳細は町HPで
竜王町

弁護士無料法律相談会

◆とき：6月19日(金) 13時～15時
◆場所：竜王町勤労福祉会館1階研修室
◆相談内容：離婚、相続などの家庭問題、不動産問題、多重債務など
◆相談形式：弁護士による面談方式(一人30分)
◆定員：4人(先着順)
◆申込期限：6月12日(金)まで ※要予約
☎竜王町社会福祉協議会 ☎58・1475

6月1日～7日は「第62回水道週間」です

本年度は「飲み水を 未来につなごう ぼくたちが」をスローガンに、全国的にさまざまな事業が展開されます。

不正改造は犯罪！

まわりのみんなが迷惑！

マフラーの切断・取り外しなど改造すること、改造した自動車を走行させることは法律により禁じられています。

6月は「不正改造車を排除する運動」の強化月間です

58・3708

上下水道課 上下水道係 ☎58・3708

安全な水道水

第62回水道週間ポスター (公益社団法人 日本水道協会)

の機会に、私たちの暮らしを支える水道について、今一度、考えてみましょう。

不正改造車を見かけたら情報をお寄せください。

滋賀運輸支局 検査・整備・保安部門(迷惑黒煙・不正改造車情報提供窓口) ☎077・585・7252 ☎http://www.tenken-seibi.com

令和2年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新のお知らせ

年度更新申請書の書き方や申告・納付方法などについては厚生労働省のホームページをご覧ください。

◆更新期間：6月1日(月)～8月31日(日) ※新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、延長します。

☎滋賀労働局 労働保険徴収室 ☎077・522・6520



未来 レシピ

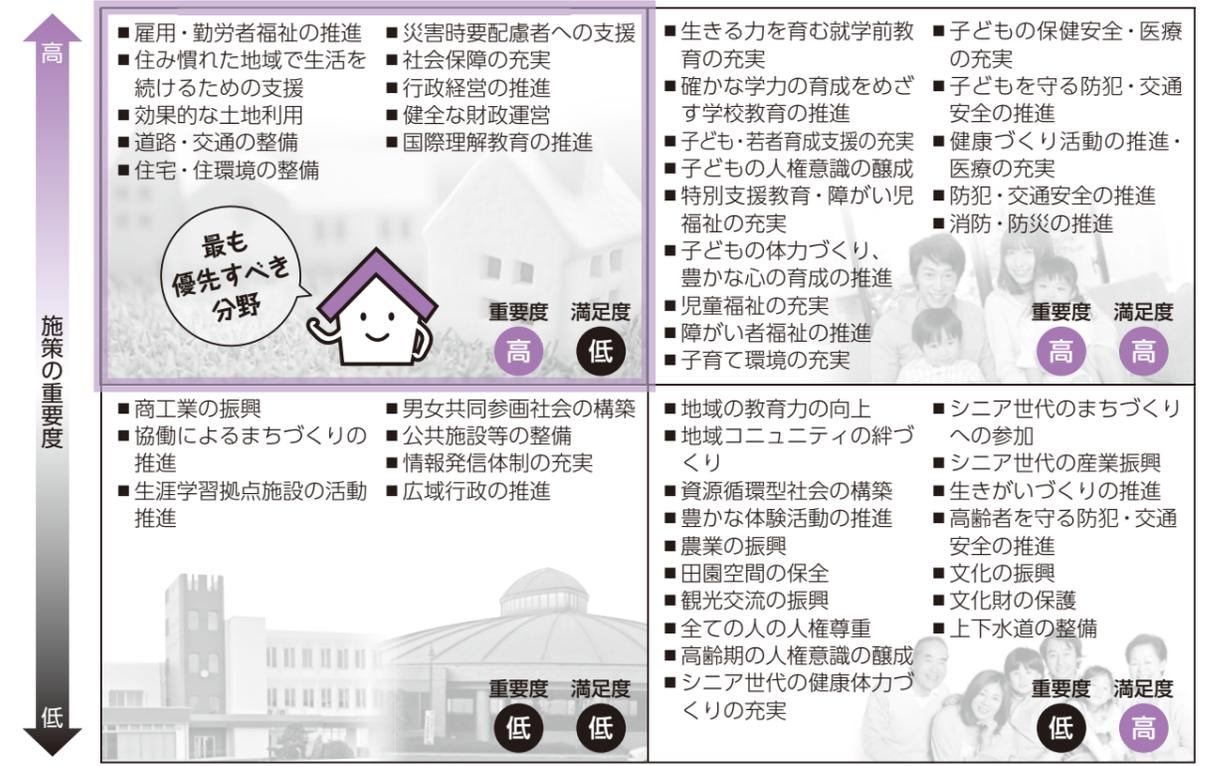
私たちの未来をつくる新たなまちの計画づくりがスタート！

竜王町はより魅力あるまちをめざし、令和3(2021)年度から10年間のまちづくりの基本となる「第六次竜王町総合計画」を町民の皆さんと共につけていきます。

☎未来創造課 政策推進係 ☎58-3701



昨年度、まちづくりのニーズを把握するため、町民の皆さんの暮らしや町の取り組みに対する満足度・重要度など、18歳以上の町民の中から無作為に抽出した2500人を対象にアンケート調査を実施しました。



結果

最も優先すべき分野は、満足度が低く、重要度が高い「道路・交通」や「住宅・住環境」などのハード面の整備、「雇用・勤労者福祉」や「社会保障」、「災害時の対策」など安心につながる施策、「行政経営」などとなっています。この結果を踏まえながら次期総合計画の検討を進めていきます。

平田歯科医院

一般歯科・歯科口腔外科
小児歯科・矯正歯科

〒520-2531 竜王町山之上3456
ご予約・お問い合わせは
TEL 0748-57-0600
http://www.hiradental.com

家族団らんの家

住宅から公共工事まで30年
技術と実績×思いやり

4優 絆

本社 竜王町山之上 3276
展示場 TEL:0748-57-1100

栗東 栗東市上鈎 10
展示場 TEL:077-553-9933

「住まい」の匠

株式会社 ヤマタク創建

ISO-9001 認定取得
ISO-14001

ヤマタク創建 検索

○あなたの大切な人生に安心をお届けすることが行政書士の役割です○

「離婚」・「遺言」・「相続」

行政書士西村法務事務所でございます。当事務所は、離婚や遺言・相続を主たる業務としており、その他にも農地転用や各種契約書の作成を承っております。

行政書士 登録番号：第18251123号
https://nishimura-office.net

西村法務事務所

ホームページなら24時間
メールフォームからお問合せいただけます。

〒520-2514 滋賀県蒲生郡竜王町橋本 386-5
TEL 0748-58-1426
受付時間 / 9:00～18:00 (土日祝も受付可)

当事務所は弁護士法72条等による法的紛争性のある業務は請負っておりません。

名倉個別教室

静かな環境で、今より上を目指しませんか？
無料体験授業 受付中！

竜王町内小中学校 (小5～中3) 完全対応

算数・国語・数学・英語・高校受験指導

1:2個別指導塾

月曜日～金曜日、17時～21時15分、時間割固定制

【随時受付中】お気軽にお問い合わせ下さい。

竜王町美松台団地本校 (竜王町山田386-20) TEL.090-9116-0117
nakucci83@yahoo.co.jp ☎https://nakurakobetsu.jimdofree.com/
駐車場・送迎用ロータリー有 / 講師も募集中

1坪からの増改築

予算内で 夢実現

ハウスクーター

(株)三共

【本社】彦根市和田町41-11
【近江八幡支店】
【大坂支店】

雨漏れ
屋根補修・葺替
漆喰
塗装

☎0120-272-852 ローンOK!

住民の皆さんの目に触れる機会の多い「広報りゅうおう」に 広告を掲載してみませんか？

お店などのPRにぜひご活用ください

掲載料 ①年間通して(連続した1年分の号)の掲載は10万円、②①を下回る回数の掲載は1回につき1万5000円 申し込み ■「竜王町有料広告掲載の取扱いに関する要綱」をご確認の上、掲載希望月の2カ月前までにお申し込みください。(要綱は町ホームページに掲載しています)問い合わせ ■未来創造課 人権広報係 ☎58-3701

* 広告のご依頼は未来創造課 ☎58-3701へお問い合わせください。掲載要領は町ホームページでもご覧いただけます。



7月生まれの1歳大募集!

締切日 6/10(水)

①お子さんの名前(ふりがな)/誕生日②保護者名/住所と自治会名/電話番号をお知らせください。お問い合わせは、未来創造課 ☎058-3701まで。



ケータイで簡単に応募できます



ふくい たかと
福井 高登 ちゃん
小口



まつむら あらた
松村 荒汰 ちゃん
新村



いっしき まつり
一色 祭里 ちゃん
岡屋



かねだ こうすけ
金田 浩介 ちゃん
美松台

掲載者には「おうみ戦国武将パスポート」プレゼント!

近江にゆかりのある戦国武将の歴史と周辺グルメや観光・お土産を一冊にまとめた滋賀の歴史探訪本です。書店・コンビニでも販売中!

グルメやクーポンも満載!!



presented by: アインズ株式会社



町ホームページでレシピ動画を公開中!

腸活みそ汁

材料(2人分) ※野菜1人70g使用

ゴボウ.....1/4本	乾燥ひじき.....大さじ1
玉ネギ.....1/4個	だし汁.....300ml
キャベツ.....1枚	みそ.....20g
ニンジン.....輪切り1cm	ヨーグルト.....大さじ1
しめじ.....1/5パック	

作り方

- ① 玉ネギは縦に細切り、キャベツとニンジンは短冊切り、しめじは食べやすく割き、ゴボウはささがきにする。
- ② 乾燥ひじきは、たっぷりの水で戻して水けを切っておく。
- ③ 鍋にだし汁・ゴボウ・ニンジンを入れて煮る。途中でひじき以外の残りの野菜を入れ、柔らかくなってきたらひじきを入れ、再度沸騰したら火を止めて、みそとヨーグルトを溶かし入れる。

季節の野菜もたくさん入れて、おいしく腸活しよう!



エネルギー57kcal / 塩分1.5g / (1人分)