

市総合計画後期基本計画等市民説明会開催

コミュニティかみごう

第2次遠野市総合計画後期基本計画及び小さな拠点による地域づくりが、令和3年度から本格的に始まることに伴い、3月17日（水）に上郷地区センター第3会議室で遠野東中学区（上郷・青笹・土淵）を対象とした市民説明会が開催され、町民4名が参加しました。

今回の説明会は、新型コロナウイルス感染症対策のため、オンライン会議システム（Zoom）を使用し、市役所本庁舎と各地区センターを繋ぐ方式で行われました。

説明会では、後期基本計画、令和3年度当初予算、行政区及び消防団の再編などの概要について説明が行われ、参加者は、市の主要施策等について理解を深めていました。

市総合計画後期基本計画の概要版については、今月4日（木）に全戸配布しておりますので、ご覧ください。



発行

上郷町地域づくり
推進協議会

令和3年3月18日
【第368号】

施設使用前の検温等の実施について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、地区センターや生涯学習スポーツ施設を利用する際は、利用前に利用者全員の検温（自宅でも各自検温することも可）を実施していただきますようお願いいたします。

また、施設を利用する団体等の代表者又は責任者の方は、各施設に備え付けの利用者名簿に必要事項を記入のうえ、下記のとおり提出をお願いいたします。

施設利用申請先の変更について

4月から始まる地区センターの指定管理者制度導入に伴い、令和3年度から上郷地区センター、上郷生涯学習スポーツ施設（旧上郷中体育館、グラウンド）、学校開放施設（上郷小体育館、グラウンド）の施設利用申請等の届出先が下記のとおり変更となります。

なお、各施設の予約状況の確認のお問い合わせについても下記届出先のとおり変更となりますので、ご注意ください。

【施設名等】	【提出先等】
上郷地区センター（開館中）	上郷地区センター事務室
上郷地区センター（閉館中）	上郷地区センター「なんでも相談箱」に投函又は上郷地区センターへFAX
上郷生涯学習スポーツ施設（上郷地区センター開館中）	上郷地区センター事務室
上郷生涯学習スポーツ施設（上郷地区センター閉館中）	備え付けの封筒に名簿を同封し、上郷地区センターのポストに投函又は上郷地区センターへFAX

【施設名】	【届出先】
上郷地区センター	上郷町地域づくり推進協議会事務局 (電話 65-2022)
上郷生涯学習スポーツ施設	【原則】 市生涯学習スポーツ課 (電話 62-4413 内線 214) ※事前に予約状況を確認済の場合は、上郷町地域づくり推進協議会事務局も可。
学校開放施設	

上郷町の予定（3～4月）

3月 19日（金）	上郷保育園卒園式 10：00
22日（月）	官公署連絡会議 13：30
29日（月）	地推協第2回通常代議員会
4月 1日（木）	上郷町地域づくり推進協議会職員辞令 交付式 13：30 区長定例会 13：30 文書配布日
5日（月）	民児協定例会 13：30
6日（火）	春の全国交通安全運動～15日
7日（水）	体協定例会 19：00 安協定例会 19：00
13日（火）	白樺樹液採取体験学習 13：50
14日（水）	地推協第1回役員会 18：30
15日（木）	文書配布日

上郷町ごみ収集日（3～4月）

毎週火曜日	もえるごみ
3月25日（木）	びん類・プラ製容器包装
4月1日（木）	もえないごみ・粗大ごみ
4月8日（木）	紙類・プラ製容器包装
4月15日（木）	ペットボトル・缶類

買い物ツアー参加者募集中

みんなで築くふるさと遠野推進事業補助金を活用し、上郷町で実施している買い物ツアーの参加者を随時募集しています。

3月1日現在の買い物ツアーの利用登録者は23名となっており、利用登録者が徐々に増えていることから、令和3年度はツアーの回数を増やす予定としています。

ツアーについてのお問い合わせは、上郷町地域づくり推進協議会事務局（電話65-2022）までお願いいたします。


【利用者の声】

・たくさんの買い物ができ、スタッフの方々に荷物の運搬を手伝っていただけて助かっています。

合同送別会・歓迎会の中止について

新型コロナウイルス感染症の発症者が県内でも依然として確認されていることや、歓送迎会をはじめとした大人数での会食による感染拡大の懸念を踏まえ、令和2年度上郷町合同送別会及び令和3年度上郷町合同歓迎会の開催を中止することを決定しました。

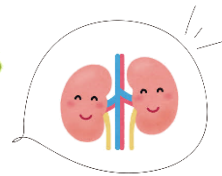
例年、多くの町民の皆様にご参加いただいておりますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

栄養士からのミニ健康情報 

ご存知ですか？

シーケーディー

新たな国民病 **CKD**



★CKD (chronic kidney disease) とは慢性腎臓病のこと。

★腎臓の働きが健康な人の60%以下に低下する、もしくは、たんぱく尿が出る等の腎臓の異常が続く状態を言います。

放っておくと、...

・腎不全（透析）

・脳卒中、心筋梗塞のリスクが3倍に!!

★CKD 発症の原因になるもの

高血圧

糖尿病

脂質
異常症

肥満

加齢

など...

★健診結果のココに注目!



①eGFR (糸球体ろ過量)

60ml/分/1.73m² 未満

②尿たんぱく

±(プラスマイナス) 以上

どちらかに当てはまる場合
要注意!!



★CKD を予防するための5項目

適度な運動

減塩

バランスの取れた食事

禁煙

ストレスの軽減

健康福祉の里 健康長寿課 栄養士 柿木