

国民年金保険料の納付は、口座振替がお得です

問 岡谷年金事務所 ☎23-3661 または 住民福祉課 国保年金係 ☎62-9111

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。口座振替で納めると手間がかからず、納め忘れもなくとても便利です。

★口座振替には、月々50円割引される早割制度や現金納付よりも割引額が大きい6カ月前納・1年前納・2年前納もあり大変お得です。

【お申し込み方法】

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印をお持ちのうえ、ご希望の金融機関または年金事務所、住民福祉課国保年金係へお申し出ください。

※平成30年4月分からの前納（6カ月前納・1年前納・2年前納）のお申し込みは平成30年2月末までとなっておりますので、お早目にお申し込みください。



平成29年4月より、口座振替に加えて現金・クレジットカード納付についても割引額の大きな2年前納をご利用できるようになりました。

●現金（納付書）による前納

任意の月から翌年度末までの前納が可能となり、最大で、4月分から翌々年3月分までの2年分の前納が可能です。

●クレジットカードによる前納

新たに2年前納が可能となり、現在の口座振替による2年前納と同じく、4月分から翌々年3月分までの保険料を4月末に納付いただきます。（お申込みは平成30年2月末まで）

詳しくは、岡谷年金事務所へお問い合わせください。

「食育推進チーム」だより

問 住民福祉課 保健予防係
☎62-9134
(担当) 町保育園 栄養士



かしこく選んで、おいしく食べよう!

今年度も町内の保育園では、なすやピーマン、きゅうりなどの夏野菜、さつまいも、大根など様々な野菜を栽培しました。収穫した野菜は、普段の給食やカレー会などの行事食に登場し、おいしくいただきました。苦手な野菜がある子ども『僕、私が作った』という気持ちから、いつもより食べている様子が見られました。

『自分たちで栽培した野菜を食べる』ことは、食物を育てる大変さを知り、感謝して食べる心が育つと考えられます。また、地場産物を食べることは、フードマイレージ（食材の重量×輸送距離…この値が大きいほど、輸送にかかる燃料や二酸化炭素の排出量が多くなります）を小さくし、環境に与える負荷を減らすことができます。食事を通して子ども達の豊かな心が育つよう、これからも園の野菜、地場産の野菜を積極的に給食に取り入れていきたいと思えます。

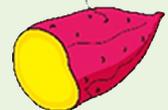
スイートポテト ~保育園のさつまいもを使ったおやつ~

◆材料 (2人分)

さつまいも……1本(200gくらい)
さとう……25g
バター……12g
生クリーム……12g
卵黄……適量

◆作り方

- ①さつまいもはふかす、またはゆでてつぶす。
- ②さとう、バター、生クリームを入れて滑らかになるように混ぜる。
- ③楕円形に形を整え、表面に卵黄を塗る。
- ④オーブンを160度に熱し17分ほど焼いて出来上がり。



【お詫びと訂正】広報ふじみ1月号の「食育推進チームだより」において、担当者が、富士見中学校栄養教諭となっていました。訂正しお詫び申し上げます。