

低住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金

エネルギー・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯（住民税非課税世帯）に対し、1世帯当たり3万円を支給します。

対象世帯

令和5年5月1日（基準日）において、宮古島市に住民登録している世帯で、世帯全員が令和5年度の住民税均等割が非課税の世帯

手続方法

7月初旬ごろに市から「口座情報確認書」を送付します。

①確認書に記載の口座に振り込みを希望する場合

→申請は不要です

②確認書に記載の口座とは異なる口座への振り込みを希望する場合

→以下の必要事項の記入及び必要書類を揃えて**7月20日（必着）**までに返送してください。

・確認書裏面の【給付金を受け取る口座】を記入し、署名と連絡先を記入してください。

・世帯主の本人確認書類のコピーと、振込先口座のコピーを添付

③確認書の支給口座欄が空欄の場合

→・確認書裏面の【給付金を受け取る口座】を記入し、署名と連絡先を記入してください。

・世帯主の本人確認書類のコピーと、振込口座のコピーを添付してください。

※令和5年1月2日以降に宮古島市に住民登録した方のいる世帯は申請が必要になります。

宮古島市ホームページまたは市生活福祉課窓口、市役所各出張所にて配布します。

給付時期

上記①、②の場合と③で7月20日までに受け付けされた方は8月上旬以降順次振込予定。20日以降に受け付けされた場合は、受付後3週間程度かかります。

給付期限

令和5年10月31日（火）

【お問い合わせ先】

生活福祉課 ☎73-1981

令和5年度 無料セミナー参加者募集のお知らせ

厚生労働省委託「地域雇用活性化推進事業」

受講料無料

宮古島市雇用創造協議会では、求職者支援及び地域産業活性化の一環として、様々なセミナーを開催しています。

対象者：求職者・転職希望者

○就業スキル習得セミナー ～PCスキル・ビジネススキル 宮古島の食の機能性について学ぼう～
第3期 令和5年9月4日～15日（月～金）全10日間 ※締切8月31日（木）17時まで
講座時間 9:30～16:30（※先着20名）

対象者：事業主・従事者・創業希望者

○創業支援セミナー～地域特性を活かした 創業ノウハウ、事業展開のヒント～
令和5年9月19日～22日（火～金）4日間 ※締切9月14日（木）17時まで
講座時間 18:30～21:30（※先着5社）

○地域活性6次産業化セミナー

～地域食材のメリットを最大限に活かした販売・流通戦略～
第2期 令和5年10月3日～6日（火～金）4日間 ※締切9月28日（木）17時まで
講座時間 18:30～21:30（※先着8社）

申込方法

電話：79-5296 HP（メール）：「宮古島市雇用創造協議会」で検索
直接来所：お気軽にお越し下さい。（平日8:30～17:00）

※諸事情により各種日程、セミナー会場等が変更となる場合がございます。ご了承下さいませ。

※詳細は宮古島市雇用創造協議会（琉銀ビル4F406）☎79-5296 FAX：79-5289

乳幼児の貧血に気をつけましょう！

【乳幼児貧血の症状と影響】

【症状】顔が青白い 唇の色が悪い スプーン爪

食欲不振 不機嫌になる 疲れやすい 免疫力低下

【影響】貧血は、鉄欠乏症状になっている。乳児期に鉄欠乏の状態が続くと

脳の神経発達に影響することが報告されている。

【貧血予防のポイント】

○赤血球やヘモグロビンのもとになるタンパク質や

吸収効率を上げるビタミンCと一緒に鉄の多い食品をとる。

○離乳食中期から食べ物からの鉄やタンパク質の需要が増すため

タンパク質食品の開始を遅らせず、月齢にそって離乳食を進める。

“妊娠中にママが貧血になったと母乳育児は特に注意が必要です”



ヘム鉄の多い食品

・豚、鶏レバー ・牛肉、豚肉
・まぐろ ・かつお



非ヘム鉄の多い食品

・あさり ・しじみ
・大豆、大豆製品 ・卵
・ひじき ・小松菜 ・ほうれん草



ビタミンCの多い食品

・みかん ・いちご ・柿
・キウイ ・芋類 ・ゴーヤー



造血作用の多い食品

・VB6：かつお・まぐろ・レバー類
バナナ
VB12：鮭・あさり・しじみ・レバー類
のり
葉酸：レバー類・菜の花・枝豆・ブロッコリー

組み合わせる

宮古島市 児童生徒選手派遣補助金

4～6月派遣分の申請書提出は

7月15日メ切です



詳しくはHPでご確認ください。

問 学校教育課 ☎72-9959、
または各小中学校へ

青い羽根募金にご協力ください

毎年、海の日を中心として7月1日～8月31日までは「青い羽根募金」の強調期間となっています。この募金は船舶の遭難や海洋レジャー事故の際の人命救助やその訓練、機材の購入等に活用されます。皆様のご協力をお願いします。

【募金の振込先】

- ①沖縄銀行 高橋支店 普通預金 1526329
- ②琉球銀行 壺屋支店 普通預金 4139
- ③海邦銀行 泊支店 普通預金 0-508-276
- ④ゆうちょ銀行 01780-5-46048

名義：公益社団法人琉球水難救済会
※宮古島市役所水産課でも受付可。

問 公益社団法人琉球水難救済会
☎098-868-5940

