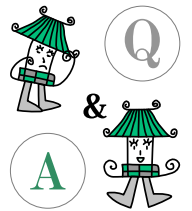




こんなとき  
どうしたら  
いいの？

## 安心して動物と暮らしていく方法を 教えて！



**Q** 猫を飼うときの注意点について教えてください。

**A** 猫を飼うときには、次の点に気をつけてください。

### 猫は室内で飼いましょう

放し飼いにされた猫が、知らない間に迷惑をかけている場合があります。猫は上下運動が大事。タンスや冷蔵庫の上などに自由に登れるような空間を作って、室内で遊んであげてください。

飼い猫には  
名札をつけておきましょう

万が一、飼育場所を離れてしまった猫も、飼い主の名前や連絡先の書かれた名札がついていれば、飼い主のところへ戻ることができます。

### 適正に管理できる頭数には 限度があります

数をコントロールするために、不妊手術などの繁殖制限をするように努めましょう。

**Q** 犬を飼い始めたら、まず何をすればいいですか？

**A** 生後91日以上の犬を飼うときは登録と予防注射が必要です。詳しくは、本紙18ページをご覧ください。

**Q** 犬や猫が家に寄り付いて困っています。

**A** 家に寄せ付けない対策として、次の方法があります。

- 猫の通り道や、フンをする場所に水をまいておく。(猫は乾いた軟らかい土や砂の上を好みます)
- 猫や犬の専用忌避剤を購入して使用する。

● 飼い主が分かっている場合は、困っていることを伝えましょう。

● どんなことで困っているか具体的に伝え、冷静に話し合しましょう。

**問** 保健センター ☎ 33・8000

### これらの行為は 行わないでください

#### 動物を捨てる

動物の愛護及び管理に関する法律で、飼っている動物を遺棄することは禁止されていますので、絶対に捨てないでください。違反すると、最大100万円の罰金が科せられます。

#### 野良猫などにエサを与える

かわいそうだからと野良猫などにエサを与え続けたり、食べ残しのごみの管理をきちんとしていなかったりすると、フンによる害や鳴き声による騒音など、まわりの迷惑になるのでやめましょう。

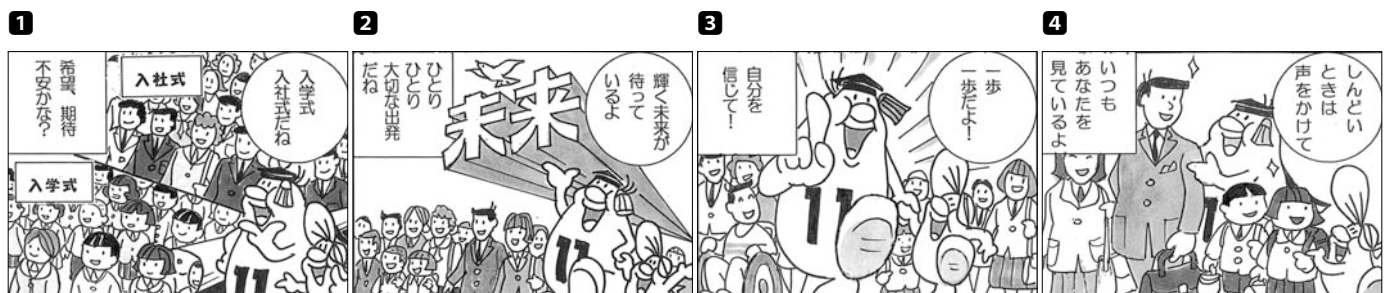
### 犬の飼い主の皆さんへ 犬のフンは、飼い主が必ず持ち 帰ってください

散歩中のフンは飼い主が必ず持ち帰ってください。これは犬を飼ううえでの最低限のマナーです。

快適な生活環境をつくるために、飼い主一人ひとりの自覚と責任ある行動をお願いします。

# てんいち先生

※「てんいち」とは、てん(英語の10)と、いち(1)を合せて11(毎月11日は人権を確かめあう日)という意味です。





## 年金保険料を前納するとお得です

### 現金による1年前納の場合

187,080円 → 183,760円 (3,320円割引)

### 現金による6ヵ月前納の場合

93,540円 → 92,780円 (760円割引)

※1年前納は4月末、6ヵ月前納は4月末と10月末が納付期限です。月末が金融機関の休業日の場合は、翌営業日が納付期限となります。

申請方法 日本年金機構から学生納付特例申請書(ハガキ)が届いた人は、申請書に必要事項を記入し返送してください。申請書が届かない人は、年金手帳・印鑑・学生納付特例を希望する期間が学生であることが分かる学生証や在学証明書などを持って桜井年金事務所または、町住民保険課国保医療・年金係で申請してください。



老後の備えに!

知ろう国民年金

## 4月から国民年金保険料が引き上げになります

桜井年金事務所 ☎ 42-0033

町住民保険課国保医療・年金係 ☎ 34-2097

平成27年4月から国民年金保険料が次のとおり引き上げになります。

平成26年3月まで  
1万5250円

平成27年4月から

1万5590円

学生納付特例制度を申請する皆さんへ

毎年申請が必要です

学生(20歳以上)で年金保険料の納付困難な場合、本人の前年所得が一定額以下であれば申請により保険料の納付を猶予する制度です。

対象者 大学・大学院・短大・高等学校・高等専門学校・専修学校・各種学校などに在籍する学生(一部、対象とならない学校もあります)

申請期間 平成27年度分は4月から申請ができます。(2年1ヵ月前まで遡って申請できます)

## 簡単! バランス朝ごはん

### 作り方

- 1 ジャがいもは洗ってラップに包み、電子レンジ(600W)で5~6分加熱し、中まで火を通す。皮をむき、小さめの乱切りにする。
- 2 アスパラガスは洗って、根元の皮をむき、ラップに包んで電子レンジ(600W)で2分加熱し、4~5cm幅に切る。
- 3 ベーコンは1cm幅に切る。
- 4 フライパンにベーコンを入れ、脂が出るまで炒める。
- 5 4に1・2、Aを加えて炒め、器に盛り付ける。

アスパラガスは、古くから疲労回復効果の高い食材として知られています。豊富なタンパク質、特にアミノ酸の一つであるアスパラギン酸を多く含み、また、疲労回復効果の高いビタミンB1も多く含んでいるためです。

調理をする際、切らずに長いまま加熱することで、うまみや栄養成分をのがさずに食べることができます。



### アスパラとベーコンの炒め物

1人分エネルギー 215kcal

### 材料(4人分)

- ▶アスパラガス.....5本
- ▶ジャがいも.....3個
- ▶ベーコン.....3枚
- ▶A バター.....10g 粉チーズ.....大さじ2  
塩・こしょう.....適量