

生産資材購入費の一部を支援

主食用米以外の作物生産に取り組む農家を支援
水田作付転換等生産資材費支援事業



市では、新型コロナウイルス感染症の影響などにより、農業収入が減少した農家を支援するため、主食用米以外の作物生産に取り組む農業経営体に対し令和4年産の生産に必要な生産資材の購入経費を支援します。

■対象 JAいわて花巻などの認定方針作成者に参画し、主食用米の生産調整として補助対象作物を生産している市内農業経営体
※認定方針作成者…米穀の生産調整に関する方針を作成し、農林水産大臣から認定を受けたコメの生産出荷団体(JAいわて花巻、株式会社渡嘉商店、関庄糧穀株式会社、有限会社すぐね、有限会社板垣農場)

■補助対象作物・経費
○主食用米以外の作付け生産の場合…令和4年中に収穫する▶ムギ▶ダイズ▶子実用トウモロコシの種子購入に要する経費
○永年性牧草生産の場合…除草剤、肥料の購入に要する経費

■補助額 補助対象作物ごとに定められた10%当たりの次の補助単価を作付面積に乗じた額
▶ムギ…1,600円▶ダイズ…900円▶子実用トウモロコシ…1,400円▶永年性牧草…2,500円

※補助単価…購入経費の3分の1相当額

■申請方法
○農業経営体…経営所得安定対策などの申請手続きに必要な営農計画書などの関係書類を花巻市農業推進協議会に提出
○花巻市農業推進協議会…農業経営体から提出のあった内容を取りまとめ、市に申請書類を提出

*農業経営体は、市に直接補助金申請をする必要はありません

【問い合わせ】農政課(☎23-1400)

種子等購入費の一部を支援

米の生産農家を対象に種子等購入経費を支援
主食用米種子等購入費支援事業



市では、新型コロナウイルス感染症の影響などにより、令和3年産米価が下落した市内主食用米生産農家を支援するため、農業経営体を対象に令和4年産米の種子等購入経費を支援します。

■対象 JAいわて花巻などの認定方針作成者に参画し、主食用米を生産している市内農業経営体
※認定方針作成者…米穀の生産調整に関する方針を作成し、農林水産大臣から認定を受けたコメの生産出荷団体(JAいわて花巻、株式会社渡嘉商店、関庄糧穀株式会社、有限会社すぐね、有限会社板垣農場)

■補助対象経費 令和4年産主食用米の生産に必要な水稻種子(水稻苗)購入経費
※花巻市農業推進協議会が提示する主食用米の生産面積(生産目安)の範囲内が対象

■補助額 補助単価…10%当たり700円
※補助単価…購入経費の3分の1相当額

■申請方法
○農業経営体…経営所得安定対策などの申請手続きに必要な営農計画書などの関係書類を花巻市農業推進協議会に提出
○花巻市農業推進協議会…農業経営体から提出のあった内容を取りまとめ、市に申請書類を提出

*農業経営体は、市に直接補助金申請をする必要はありません

【問い合わせ】農政課(☎23-1400)

3月はこころの不調に要注意！
自分でできる
こころの健康づくり

これから段々と暖かくなり、春を感じる機会が増えてくるでしょう。春は気候のほか、引っ越しや転職など「環境の変化」の多い季節です。そのため、急な変化に体やこころが追い付かず強いストレス状態が続き、体やこころの不調を感じる人が増えるといえます。



ストレスは上手に付き合うことが大切

ストレスは、生きていく中で、誰もが感じるものです。ストレスと聞くと、つらいことや嫌な出来事を想像する人が多いと思いますが、実は仕事の昇進や結婚などが、一見うれしいこともストレスの原因となります。そのため、ストレスを「なくす」ことは難しいため、「うまく付き合う」方法を身に付けることが大切なのです。

ストレスとうまく付き合うために
ストレスをどう対処する？

- ①まずは気付く
ストレスサインを知り、自分がストレスを抱えていることに「気付く」ことが大切です。
【気持ちに現れるサイン】
○イライラしたり、怒りっぽくなる
○ちよつとしたことで驚いたり、急に泣き出したりする
○気分が落ち込み、やる気がなくなる
○人と接するのが面倒になり、避けるようになる

【体に現れるサイン】

- 肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが出てくる
- 寝つきが悪くなったり、夜中に目が覚める
- 食欲が低下したり、食べ過ぎしてしまう
- 下痢や便秘が続く
- めまいや耳鳴りがする

ストレスのサインに気づいたら、こころと体を休ませる時間を作ろう！

Have a Relax time



②解消方法を知る

「好きなものを食べる」「運動をして汗をかく」「お風呂でリラックスする」「趣味に没頭する」「誰かに話す」など、ストレス解消法はさまざまです。皆さんは、どんな時に気持ちが落ち着いたり、楽しいと感じたりしますか？自分に合った方法を見つけ、小まめにストレスを解消させるための時間を作りましょう。

③相談する

大きなストレスを抱えたとき

は、自分一人の力で解決することが難しい場合もあります。その時は、信頼できる人や専門機関への相談が必要です。市でも、こころの相談を受け付けています。ストレスを抱え込んで落ち込んだ状態が続く場合は、健康づくり課の保健師までお気軽にご相談ください。

市では、「あなたに寄り添う電話帳」を作成してあります。市役所や各総合支所、保健センターで配布しているほか、市ホームページに掲載しています



▲あなたに寄り添う電話帳

市では、自分や身近な人のストレスをチェックできるサイト「こころの体温計」を開設しています。ぜひご利用ください。



QRコード

【問い合わせ・相談先】
健康づくり課(☎41-3613)