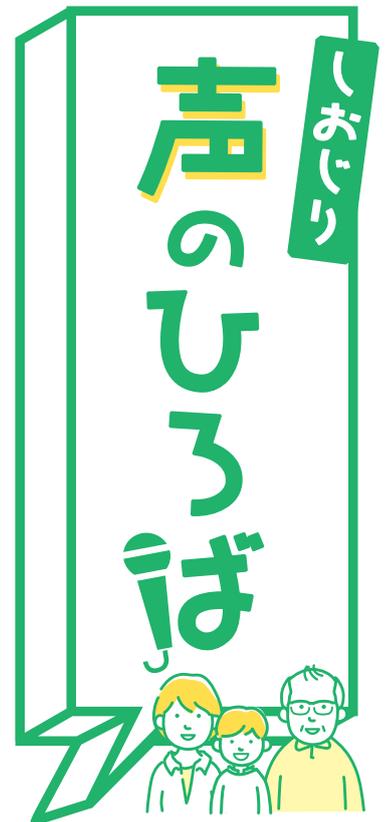


「しおじり声のひろば」は、皆さんの声をお届けする広場です。
「市長への手紙」や市ホームページ「しおじり声のひろば」からいただいたご意見・ご感想などをご紹介します。※紙面の都合により、内容を一部変更しています。

Q 自転車に乗る際、自転車用ではなく登山用や産業用として売られているヘルメットを購入する場合も補助の対象になりますか。また、災害時の転用も考えています。

A **お答えします**
令和5年4月1日から自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務化されたことに伴い、ヘルメット着用を促進するため、自転車用ヘルメット購入費用の一部を補助しています。補助の対象であるヘルメットは、「自転車用」であることが条件となります。この際、安全基準は「自転車用ヘルメット」として認証されている必要があります。例えば、CE認証では「EN1078」の認証コードが自転車用ヘルメットの基準になるため、このコ



今月のテーマ

自転車用ヘルメット購入費用の補助について

問 都市計画課計画係
☎02633-00689

補助内容
5年度末の年齢が16～18歳、または65歳以上の市民
5年4月1日以降に購入した、安全基準を満たした新品の自転車用ヘルメットについて、購入金額の3分の2(上限3000円)を補助
この機会にヘルメットを購入しましょう。

対象
ド以外での認証では原則として補助制度の対象となりません。制度を利用する場合は、「自転車用ヘルメット」として市が指定する認証の基準を満たしたものをご購入ください。その他、補助の対象や内容などは次のとおりです。

市政へのご意見は
しおじり声のひろば
市長への手紙から

しおじり声のひろば(市ホームページ)



(<https://www.city.shiojiri.lg.jp/site/toiawase/>)

お寄せいただいたご意見などには、おおむね1週間以内に回答します。また、各担当課へのお問い合わせも同様に受け付けています。

市長への手紙

お寄せいただいたご意見は、おおむね1週間以内に回答します。
■受付先 市役所1階総合案内、各支所
■投函箱の設置場所 市役所1階市民ホール
※郵送の場合は、84円切手を貼って郵送してください。

自転車用ヘルメットの購入補助についてお聞きます。

市民インタビュー

自転車用ヘルメットを購入する人向けの補助金について、実際に補助金を活用した人にお聞きしました。

ヘルメットの普及につながってほしい
孫たちと一緒にサイクリングをしたり、近くの場所に行ったりする時に自転車を利用しています。年齢を重ねるごとに筋力などが弱まっていくこともあるため、守ってくれるものが必要だと思いヘルメットを購入しました。多くの人に制度を知っていただき、補助がきっかけでヘルメットが普及してほしいです。

渡辺 智子さん (大出)

▶▶▶自転車用ヘルメット購入費用の補助申請受付中◀◀◀

■申請方法 市役所2階都市計画課または市ホームページにある申請書に記入の上、次の書類を添付して提出してください。
○購入日が分かる領収書の写し
○安全基準を満たすことが分かる書類(取扱説明書の写し、本体に貼付してある適合マークの写真など)
※未成年者は保護者が申請してください。
※詳細は市ホームページをご覧ください。



グレータス キッチン



グレータスが
健康レシピをお届け!

塩尻市食育推進
キャラクター
グレータス

ワンポイント

豆腐を入れることで柔らかく仕上がります。豆腐ときな粉からたんぱく質が取れるため高齢者やお子さんのおやつにピッタリです。



白玉だんご

材料(4人分)

白玉粉 120グラム
絹ごし豆腐 150グラム
きな粉 大さじ3
砂糖 大さじ2
ゆであずき 80グラム

*1人分栄養量 エネルギー...236kcal、たんぱく質...7.8g、
脂質...3.7g、炭水化物...45.1g、塩分...0.0g

作り方

- 1 白玉粉と絹ごし豆腐をよくこねて耳たぶくらいの硬さにする。食べやすい大きさに一つずつ丸めて真ん中をくぼませ、クッキングシートに並べる。
- 2 鍋に湯を沸かし①を入れ、白玉だんごが浮いてきてから、さらに1分ほどゆでて、水に取る。(トータル約5分ゆでる)
- 3 きな粉と砂糖を混ぜ合わせる。
- 4 水を切った②と③とゆであずきを盛り付けたら、出来上がり。

気をつけよう!

消費生活

トラブル



屋根修理などの無料点検商法に関する相談が急増しています。ご注意ください!

実例

一人暮らしをしている自宅に突然屋根の修理業者が数人で訪ねてきて、「近所です住宅工事をする事になったのであいさつに来た。もし良かったら、お宅の屋根を無料で点検しますよ」と言われた。無料ならいいか、と思いついてもらったところ、「今度、雪や大雨が降ったら雨漏りするかもしれない。すぐ修理した方がいい。今なら特別に安くする」と言われた。

対処法

無料点検後に「このままだと大変なことになる」などと不安をあおり、「今だけ特別に値引きする」と言って、強引に高額な工事契約を結ばせる手口です。

- 契約する前に、信頼できる身近な人に相談しましょう。
- 工事を検討するのであれば、数社から見積もりを取りましょう。
- 契約後でも、クーリング・オフや契約の取り消しができる場合があります。

どうするか考えたかったが、業者に囲まれて「早くした方がいい」と執拗に仕事を勧められたので、その場で契約してしまっただけで、冷静になって考えると、本当に必要な工事なのかと疑問に感じている。契約をやめたい。

問

塩尻市消費生活センター
☎内線1129
消費者ホットライン
☎188

困ったことがあれば一人で悩まず、消費生活センターへ早めにご相談ください。