

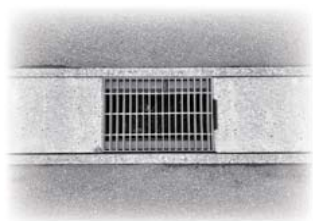
市道の側溝に蓋を設置するには申請が必要です

車両の乗り入れや転落防止のために、承認なく側溝に蓋を設置することは、法律で禁止されています。

承認を受けず側溝にブロックや鉄板を設置すると、降雨時に道路から側溝への雨水の流れを妨げるだけでなく、蓋がずれ落ちたり、車両の重さに耐えきれず壊れたりして、事故の原因になります。事故が発生した場合、設置者(所有者または使用者)に損害賠償責任が及ぶことがあります。

市道の側溝に蓋を設置する場合は、市に道路工事施工承認の申請をしてください。

必要書類や申請方法などの詳細は、市ホームページでご確認いただくか、土木課にお問い合わせください。



■道路工事施工承認
道路工事施工承認を受けると、市道に関する工事を行うことができます。工事完了後は、市道の一部となり、管理は市が行います。
申請費用は無料ですが、工事費は申請者負担になります。

■蓋がけ承認基準

- 使用する側溝蓋はコンクリート蓋、グレーチング(※)ともに耐荷重25t以上のもの
- 4m内に1m以上のグレーチング(※)を設置するもの
- 3mを超えて連続するコンクリート蓋の設置は不可
- 鉄板やブロック塀などに使う穴あきのコンクリートブロックの設置は不可

※金属製の格子状になっている側溝蓋

〒都市整備部土木課(庁舎3階) ☎43-0505

ひとりで悩んでいませんか

相談無料・秘密厳守

女性の人権問題 電話相談窓口

パートナー等からの身体的・精神的暴力や、セクシュアル・ハラスメントなどを我慢していませんか。暴力やセクシュアル・ハラスメントは決して許されるものではありません。「つらい」と感じたときは、ひとりで悩まず、右記の窓口にご相談してください。

11月18日～24日は、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間
11月12日～25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間
11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際デー」

相談・連絡先

- 加東市配偶者暴力相談支援センター ☎43-0411
8時30分～17時(月曜日～金曜日) ※祝日を除く
- 兵庫県警察ストーカー・DV相談電話 ☎078-371-7830
24時間対応
- 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810(ナビダイヤル)
日時 11月18日(金)～24日(木) 8時30分～19時
※19日(土)、20日(日)、23日(水)は10時～17時
※人権擁護委員、法務局職員が相談に応じます。

かとうのもち麦 魅力発見

いいにほんしょく
11月24日は「和食の日」!
和食と食物繊維のはなし

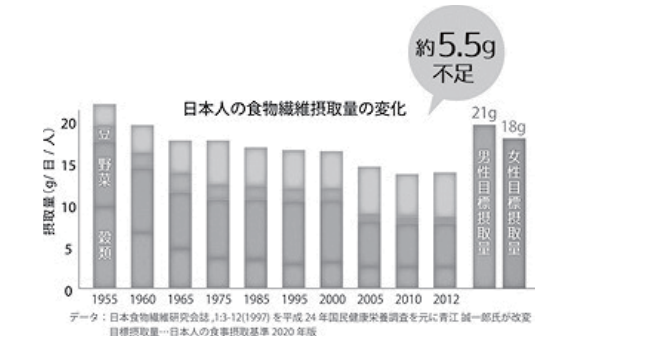
11月24日は「和食の日」です。日本の食文化にとって重要な実りの秋に、一人ひとりが和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となるように、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを機に制定されました。

和食には、四季に合わせた旬の食材や地域食材のほか、食物繊維を多く含む穀類・いも類・豆類などがたくさん使われています。そのため、日本人の平均食物繊維摂取量は、1950年代には一人あたり一日20gを超えていました。

しかし、食の多様化・欧米化が進む中、平均食物繊維摂取量は一日あたり14g前後と推定され、穀類・いも類・豆類の摂取量は減少傾向にあります。

「日本人の食事摂取量(2020年版)」(厚生労働省2020年)によると、食物繊維の一日あたりの目標摂取量は、18歳～64歳で男性21g以上、女性18g以上となっており、この摂取量を満たすためには、食物繊維を積極的に摂取する必要があります。

また、厚生労働省によれば、食物繊維の必要量は「一日に一回、定期的に排便がある」ことがひとつの目安といわれています。排便量としては、一日に約150g(見た目ではMサイズの鶏卵で約3個分)です。



まずは、この便量を作り出すための食物繊維を、食事から摂取できているか確認してみましょう。

食物繊維を手軽に摂取したい方には、主食の穀物から摂取する方法をおすすめします。

加東市産もち麦は、食物繊維をしっかりと含む食材です。主食のごはんをもち麦ごはんへ、パンや麺をもち麦入りに変えてみることで、無理なく食物繊維を摂ることができます。

更には、秋に旬を迎えるさつまいも、かぼちゃといった野菜類や、きのこ類にも食物繊維が多く含まれるため、旬の食材からもおいしく上手に食物繊維を取り入れましょう。

〒産業振興部農政課(庁舎3階) ☎43-0518



インボイス制度開始まで
いよいよ1年!

開始までの準備はこれでOK! 今すぐ聴いておきたい インボイス制度対策セミナー開催!!

日時：11月14日(月) 14:00～16:00 場所：小野市うるおい交流館エクラ 大会議室
主催：(税)佐藤会計事務所 講師：小野事務所 所長 税理士 三宅真介

お申し込みはこちらまで☎0794-63-3548 (参加無料)

※新型コロナウイルス感染症対策のため…予約制とさせていただきます。「広報かとうを見た」とお気軽にお電話ください。

広告

設計士と直接話しながらかつくる家
住みやすく、
「大人カッコイイ」家づくり。

実例多数掲載中! /
www.yoriken.com

ヨリフジ建設 検索

一級建築士事務所
ヨリフジ建設株式会社
〒673-1415 加東市下久米1044番地
☎0120-01-8511

お悩みの方、まずはお気軽にご相談ください

- 交通事故 ○債務整理・破産 ○相続・遺言 ○労働事件
- 土地・建物 ○離婚 ○債権回収 ○会社法務 ○刑事事件

その他一般民事を幅広く取り扱っています。

相談料30分5,000円(税別)
※法律相談は予約制です。休日・夜間相談についてはお問い合わせください。

やしろ法律事務所
弁護士 吉田圭孝
〒673-1431 加東市508-4 白池ビル1F
TEL:0795-38-8583
FAX:0795-38-8584
http://yashiro-law.jp/
営業時間 9:30～17:30 休日/土日祝日

広告