

／がんばろう／ 中小零細企業 応援給付金

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて事業収入が大きく減少する中、感染拡大を予防しながら事業継続に取り組む中小零細企業者等を支援するため、感染対策に活用する経費を応援給付金として支給します。

◇**給付金名**…新型コロナウイルス感染症対策中小零細企業応援給付金(県・市連携【えひめ版応援金】)
 問**地域活力創出課** ☎964-4414

給付金の対象者

- 以下の条件を全て満たす中小零細企業者等が対象です。
- ①令和3年5月1日時点で市内に本社・本店を有する法人及び住所を有する個人事業主 ※医療法人、農業法人、NPO法人など会社以外の法人も対象。
 - ②新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年1月～5月いずれかの月間売上が令和元年又は2年の同

- 月比で30%以上減少している
- ③市税等を完納している
- ④比較対象月を含む年間売上が法人240万円以上、個人事業主120万円以上である
- ⑤令和3年4月8日以前に創業
- ⑥将来に向かって効果が持続する形で感染対策に取り組んでいる
- ⑦応援給付金の給付を受けた後も事業を継続する意思がある

●次の場合は対象外です。

- ①県の時短要請に基づく協力金の支給対象者、緊急事態宣言及びまん延防止等重点措置に伴う一時支援金又は月次支援金の受給者
- ②暴力団及び暴力団と関係がある、風俗営業及び性風俗関連特殊営業である
- ③国、公共法人、政治団体、宗教団

- 体、大企業及びみなし大企業等
- 対象要件に該当しない事実や虚偽、不正等が発覚した場合は、交付決定を取り消し、応援給付金を返還いただくとともに、事業者名等を公表する場合があります。
- 予算の上限に達した際には、支給できない場合があります。

給付金額

法人 **20**万円/事業所

個人事業主 **10**万円/事業所

申請期間と窓口

申請期限 **10月29日** 金
 当日17時まで必着(土日祝除く)

申請窓口
 〒791-0211
 東温市見奈良495番地3
 東温市商工会 ☎964-1254

申請書類などお気軽にご相談ください。



計算の例

対象年	(売上月額)				
	1月	2月	3月	4月	5月
H31年/R元年	200,000円	①…250,000円	200,000円	230,000円	190,000円
令和2年	200,000円	②…200,000円	100,000円	130,000円	180,000円
令和3年	150,000円	③…150,000円	180,000円	200,000円	170,000円

<対象月を2月とした場合>

平成31年との比較:(①250,000円-③150,000円)/①250,000円×100=40% ▶ **対象**

令和2年との比較:(②200,000円-③150,000円)/②200,000円×100=25% ▶ **対象外**

※いずれかが30%以上であることが条件です。



山瀬理恵子のアス飯®

Asameshi® vol.15

飲む点滴!
 スパイシー甘酒丼

材料(2人分)

- ごはん お茶わん2杯分
- 鶏むね肉 200g
- 玉ねぎ 1/2個
- ごぼう 1/2本
- ピーマン 1個
- にんにく、しょうが 各1片
- オリーブ油、黒こしょう 適宜

- 肉の漬け込み液(あらかじめ混ぜ合わせる)
- 甘酒(米麹) 100cc
- ヨーグルト、しょう油 各大さじ2
- カレー粉 大さじ1

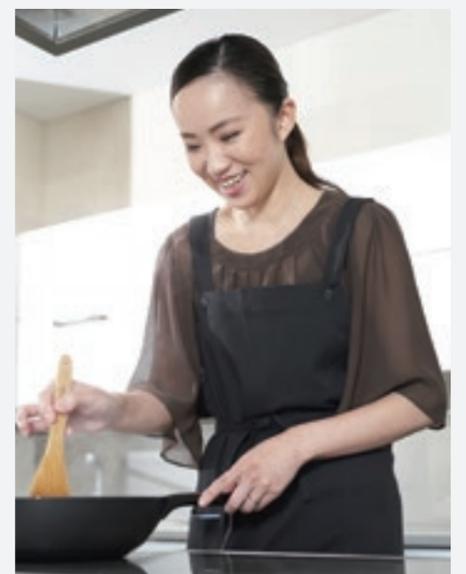
作り方:①鶏むね肉は食べやすい大きさに切り肉の漬け込み液に浸しておく。②フライパンにオリーブ油、みじん切りしたにんにく、しょうが、玉ねぎとごぼうのスライスを入れ、しんなりするまで炒めて①を入れる。③②に食べやすい大きさに切ったピーマンを入れ、野菜と汁気を絡めながら鶏むね肉に火が入るまで炒める。ご飯の上に盛り付ける。

解説:夏真っ盛り! 猛烈的な暑さで食欲が落ち気味のときにこそ心身に活力をつける、パンチのあるスパイシー丼ぶりをご紹介します。手軽に摂取できる米麹甘酒は、奈良時代の歴史書「日本書紀」に登場するほど古くから日本人に親しまれてきた伝統的な発酵ドリンクです。江戸時代の書物「守貞漫稿」には、夏に多くの甘酒売りが甘酒を売り歩く様子が記載されています。ノンアルコールで砂糖を使わない自然の甘さに加え、「飲む点滴」と呼ばれるほど栄養が凝縮されています。消化が良く、疲れた胃腸にも優しいため老若男女問わず安心して飲めることも特長です。効率の良いエネルギー源で、水分補給と栄養補給が同時にできる夏バテ防止飲料として重宝します。さらに肥満、血圧上昇、健忘症の予防・改善効果が期待できることも示唆され、注目を浴びています。

強烈的な紫外線から身体を守るには夏野菜に豊富な抗酸化物質の摂取に加え、疲労回復食材も意識していきたいところ。鶏むね肉には、2003年からスタートした産官学連携「疲労定量化および抗疲労食薬開発プロジェクト(大阪)」で疲労回復効果が科学的、客観的に証明された、注目のイミダペプチドが含まれています。優れた抗酸化作用があり、消耗の激しい脳や筋肉にピンポイントに届く特性があります。焼いたり炒めたりしても変質しませんが、水溶性のため肉汁も余すことなくいただくレシピにしました。

ケルセチンが豊富な玉ねぎ、ルテオリンやピラジンを含むピーマン(たねやわたに豊富)、「食べる薬」と呼ばれ、黒こしょうを使うことで栄養の吸収率が上がるカレー粉は、共に強力な抗炎症作用や血流改善効果に優れた重要な栄養源となります。

乳酸菌発酵食品の代表格であるヨーグルトをはじめ、大腸に届いて腸内細菌の餌になる「ごぼうのイヌリン(水溶性食物繊維)」を摂り入れることで、ビフィズス菌などの有用菌が優勢となり腸内環境の改善に役立ち、カルシウムなどミネラルの吸収を高めることができます。食べ物はしっかりと咀嚼することで唾液の分泌を促し、消化を助けたり、顔まわりの筋肉を鍛えることができます。にんにくやしょうがなどの香味野菜は健康食材の王道ですが、カレー粉との相乗効果で食欲増進効果が期待できます。五感で食すことを意識しながら、美味しく夏を乗り越えていきましょう!



山瀬 理恵子さん
 やませ・りえこ
 Profile アス飯®料理研究家【アスリート食/専門は植物化学】元小学校教諭。夫はサッカー元日本代表、現愛媛FC所属の山瀬功治選手(東温市観光大使)。大学他各教育機関にて栄養講演・調理実習、メディア出演、連載多数。