

✦ contents.

第64回羽幌町民芸術祭 ②

町の土地を売り払います ③

北海道民の食事と運動に関する調査について ⑤

老後の貯筋足りてますか？
～冬期自主運動教室の参加者を募集します ⑩

情報プラザ | 家屋調査にご協力ください ⑭



第64回 羽幌町民芸術祭

展示部門

10月30日(日)～
11月 3日(木)

午前9:00～午後9:00
(最終日のみ午後5:00まで)



- ・写真展
- ・書道展
- ・短歌展
- ・陶芸展
- ・工芸展
- ・緬羊工房展
- ・ミニ盆栽展
- ・いちい大学作品展
- ・成人講座作品展
- ・子ども自然教室 など
- ・絵画展
- ・俳句展
- ・川柳展
- ・手芸展
- ・華道展

茶会



10月30日(日)
午前11:00～午後1:00
「茶会」茶道みどりの会

舞台部門

11月3日(木)

開場 午後1:30 開演 午後2:00



出演予定団体

- ・はぼろコールスマイル
- ・おしどり会
- ・うぐいす会
- ・こきりこ唄保存会
- ・オロロン太鼓の会
- ・荒関社中
- ・PLMBAバトン
- ・LUSH Dance School
- ・Smug face
- ・もみじ会
- ・吟友会
- ・藤の会

あざらしおはなし会



10月30日(日)

1回目 午前11:00～午前11:30
2回目 午後1:30～午後2:00

大型絵本/大型紙芝居
/パネルシアター

/手遊び ※変更の可能性があります

文化の秋。子どもからお年寄りまでみなさんの作品を一堂に展示し、発表します。中央公民館へぜひお越しください。

町の土地を売り払います

町では住宅用地として下記の場所を売り払います。購入を希望される方は売り払い条件にしたがつてお申込みください。
(区画や価格などは表または地図、写真参照)

◆売り払いの条件及び方法

- 1 羽幌町民（転入予定者を含む）で平成31年11月30日までに自ら居住する住宅建設に着手できる方とします。
- 2 所有権移転後、5年間は所有権の移転及び他の者への貸し付けはできません。
- 3 1区画に2人以上の申込があった場合は抽選により購入予定者を決定します。
- 4 購入予定者が決定したら売買契約を行い手付金として20万円を納めていただきます。
- 5 購入予定者が住宅建設のための建築確認申請をした後、売買価格から手付金を差し引いた残額を納めていただき土地の所有権を移転します。

◆申込方法

役場財務課へ申込用紙を提出してください。

◆申込期限

平成28年11月11日 午後5時30分まで

◆お問い合わせ

羽幌町役場財務課管財係
☎68・7001
(課直通)

申込用紙は財務課に用意しているほか、町ホームページからもダウンロードできます。
土地の状況や区画の境界など事前の現地確認も随時受け付けます。

◆売り払う土地と価格

番号	所在地	面積 (㎡)	坪	価格 (円)
①	南6条6丁目9番地1	382.57	115.93	2,151,000
②	緑町45番地14	235.20	71.27	878,000

①南6条6丁目9番地1



②緑町45番地14



北海道民の食事と運動に関する調査について

H27年7月に町民の皆様にご協力していただきました「北海道民の食と運動に関する調査」の結果について一部お知らせします。この調査は北海道大学大学院医学研究科公衆衛生分野と羽幌町を含む28市町村が共同で実施し、調査結果は北海道の健康づくりの基礎資料となります。

羽幌町の結果からは、男性では肥満の割合や塩分の摂取量が多い割合が高い、女性では喫煙率や朝食の欠食率が高い、男女ともに野菜の摂取量が少ない傾向など様々な課題が見られました。一方、葉物野菜や生の魚介類を自家栽培や自家漁、知人から分けてもらうなどで入手している割合が、全道28市町村平均と比べてみても高く、新鮮な食材が手に入りやすい恵まれた環境だということを確認できました。今回の調査でわかった課題を改善していくために、地元のおいしい食材をどのように組み合わせて食べればよいかということをご一緒に考えていきたいと思っております。



実施市町村

【調査方法】

- 1 調査対象 15～74歳の住民を性別と5歳きざみの年齢群で層化し無作為抽出した480名
- 2 調査内容 食習慣、生活習慣・健康に関する調査
- 3 調査方法 調査票を対象者に送付し、自己記入したものを返送
- 4 調査数 調査票送付数 480通 調査票返却数 198通 有効回答 196通

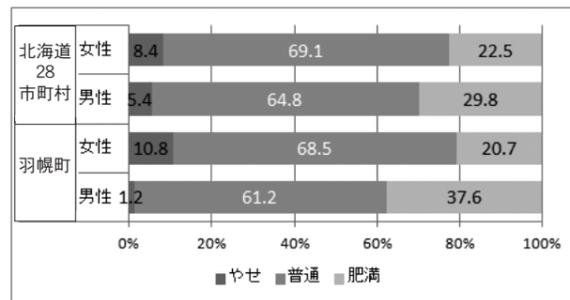
【調査結果】

1 肥満度

- ・男性の肥満の割合が高く、3人に1人が肥満
- ※やせ・普通・肥満はBMIで区分

BMI=体重(kg) ÷ (身長(m) × 身長(m))

	BMI
やせ	～18.4
普通	18.5～24.9
肥満	25～

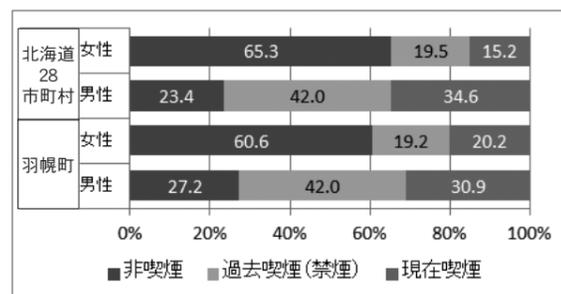


2 喫煙状況 (20歳以上)

- ・女性の喫煙率が高い
- ・男性の約4割が過去喫煙していたが、現在は禁煙している

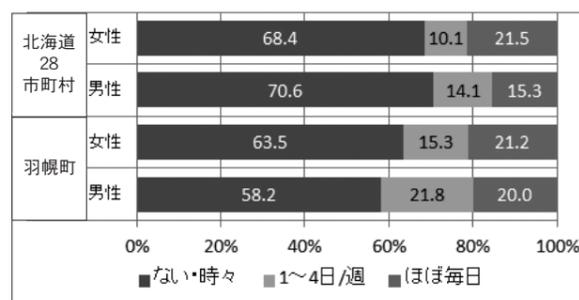
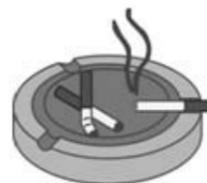
※参考 H26国民健康栄養調査結果における習慣的に喫煙しているもの (20歳以上)

	喫煙率
男性	32.2%
女性	8.5%



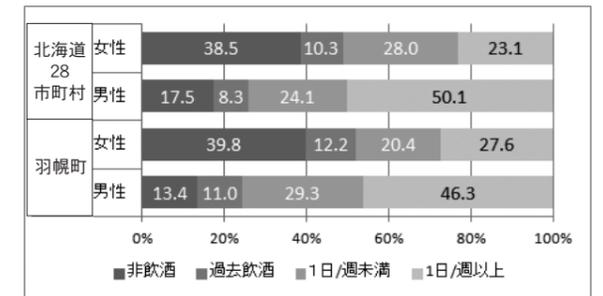
3 喫煙しない者における受動喫煙

- ・男女ともに約2割は毎日受動喫煙がある
- ・男性は職場で、女性は自宅で受動喫煙がある割合が高い



4 飲酒習慣 (20歳以上)

- ・週1日以上の飲酒習慣があるものは男性で約半数、女性で約3割

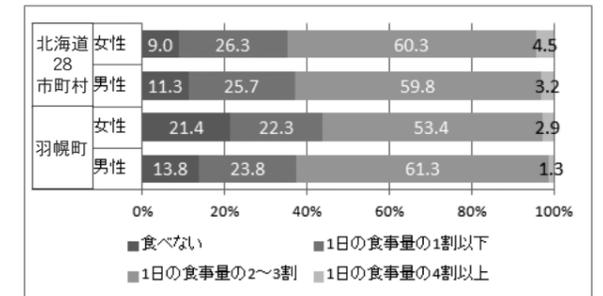


5 朝食の摂取状況

- ・女性の欠食率が約2割と高い
- ・朝食をとっていても1日の食事量の1割以下が男女ともに約2割

※参考 H26国民健康栄養調査結果における朝食欠食率 (20歳以上)

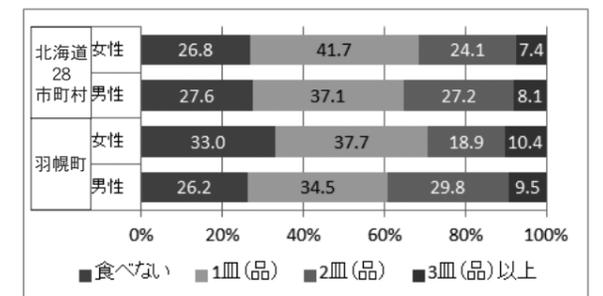
	欠食率
男性	14.3%
女性	10.5%



6 夕食における主菜の摂取状況

- ・男女ともに夕食の主菜は1皿の割合が高いが、男性の4人に1人、女性の3人に1人は夕食で主菜を食べていない

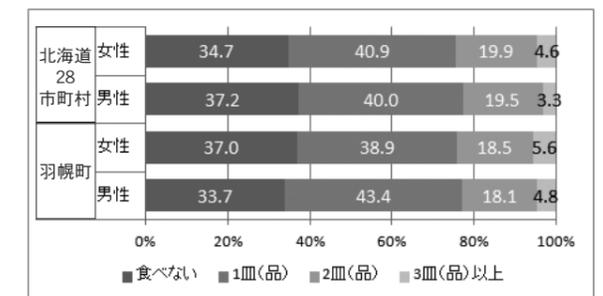
※主菜とは肉、魚、卵、大豆および大豆製品などを主な材料とする料理



7 夕食における副菜の摂取状況

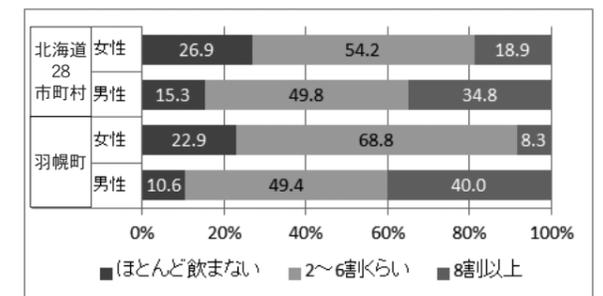
- ・男女ともに夕食の副菜は1皿の割合が高いが、男女ともに3人に1人は夕食に副菜を食べていない

※副菜とは野菜、いも、豆類、きのこ、海藻などを主な材料とする料理 (漬物を除く)



8 めん類のスープ・汁を飲む量

- ・男女ともにめん類のスープ・汁は2～6割くらい飲む割合が高いが、男性の4割は8割以上飲んでおり、女性の2割はほとんど飲まない



お問い合わせ
すこやか健康センター内 健康支援課保健係 ☎62-6020



Dr. 佐々尾の健康カルテ

例年になく厳しく長かった夏が終わったかと思えば、もうそろそろ冬の準備にとりかからなければならぬ季節ですね。病気にも季節によって増える病気があり、夏と冬では血圧が変動します。夏は血圧が低く、冬にかけて上昇します。その影響もあり、心筋梗塞を発症する患者さんが増えます。夏よりも2倍多く発症するという報告もあります。

年内での死亡の4人に1人がヒートショックによる死亡と言われているので、決して他人事ではありません。家の中のリビングや自室は暖められていても、脱衣所が寒くて血圧が急上昇します。そこに入浴することによりさらに血圧が上昇し、その後血管が拡張して血圧が急激に下がることで発症します。

これを防ぐためには極端な温度差に注意が必要になります。「ヒートショック」といわれますが、寒暖差が大きいことにより、さまざまな疾患を引き起こします。まず、家の中と外で温度が違います。きちんと厚着をして防寒対策をして外出しましょう。忘れがちなのが、家

の中での温度が違ふことです。とくにお風呂です。日本国内での「ヒートショック」によると考えられる入浴中の死亡は交通事故の2倍、また高齢者の自

宅内での死亡の4人に1人がヒートショックによる死亡と言われているので、決して他人事ではありません。家の中のリビングや自室は暖められていても、脱衣所が寒くて血圧が急上昇します。そこに入浴することによりさらに血圧が上昇し、その後血管が拡張して血圧が急激に下がることで発症します。

予防する方法として、①家の中の温度を一定にし、脱衣所も暖房します。②浴室はシャワーを出しておき事前に暖めます。③湯温は低めに設定します(38〜40度)。④入浴する前にぬるめのお湯で体を洗って慣らします。⑤飲酒後の入浴は避け、入浴前後に水分をきちんととりまします。

（北海道立羽幌病院 内科 佐々尾 航 医師）

北海道立羽幌病院からのお知らせ【平成28年11月分外来診療体制】

診療科	月		火		水		木		金		応援医師	受付時間等
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
内科 ※	○	○	○	—	○	○	○	—	○	○		8:00~11:00, 13:30~15:00
(循環器内科)	第5水曜日(30日)午前中のみ※完全予約制										留萌市立病院より	8:00~11:00
(呼吸器内科)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	11月は都合により休診	
(消化器内科)	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	(佐々尾医長)	8:00~11:00※電話予約可 診察は10:00から
(禁煙外来)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	11月は都合により休診	
外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00~11:00
整形外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00~11:00
整形専門外来	第2・4火曜日(8日・22日) 午後										渡部整形外科より	※完全予約制
小児科	○	○	○	—	○	—	○	—	○	—	旭川医大 井上講師 第1・3月曜日 午前・午後 (7日・21日)	8:00~11:00 13:00~15:00
婦人科	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—		8:00~11:00, 13:30~15:00
ミルキー外来	—	—	予約	予約	—	—	—	—	—	—	当院助産師	電話にて申し込み
眼科 ※	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	旭川医大より※完全予約制	8:00~11:00
皮膚科	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	札幌医大より	8:00~11:00
耳鼻咽喉科	第1・3・5水曜日(2日・16日・30日)午前中のみ(予約制)										札幌医大より	8:00~11:00
泌尿器科	毎週木曜日 午前中のみ(予約制)										札幌医大より	8:00~10:30
精神科	月1回(紹介患者のみ)										札幌医大 小林講師	※完全予約制
巡回診療	上築中央集会所：第1火曜日(1日) / 中央老人寿の家：第2木曜日(10日)											14:30~15:30

【内科】※予約をしないで内科を受診する方は、9時30分からの診療となります。【眼科】※コンタクトレンズの処方を行っています。

【お知らせ】レスパイト入院を行っています。ご家族の都合や疲労のため一時的に患者さまを入院させたい場合は、医師や看護師へご相談ください。(期間は最大21日)

お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060

夜間・土日・祝日の診療についてのおお願い 夜間、土日、祝日の診療は緊急性のある重篤な方に限らせていただきます。緊急性のない軽症の方は、平日の診療時間内に受診するようご協力をお願いします。(症状などで心配なことや、受診を希望される方は、電話でご相談ください。看護師がお受けし、内容によっては医師と相談して受診の必要性を判断させていただきます)

B型肝炎ワクチンの定期接種(無料)がはじまります

文=山田 朋枝(保健師)

B型肝炎ってなに？

B型肝炎は、B型肝炎ウイルスの感染により起こる肝臓の病気です。一過性の感染で終わる場合と、そのまま感染している状態が続いてしまう場合（これをキャリアという）があります。キャリアになると慢性肝炎になることがあり、一部の人では肝硬変や肝がんなど命に関わる病気を引き起こすこともあります。

B型肝炎ワクチンとは？

ワクチンを接種することで、一過性の肝炎だけでなく、キャリアになることを予防でき、周りの人への感染も防ぐことができます。

接種はいつから？

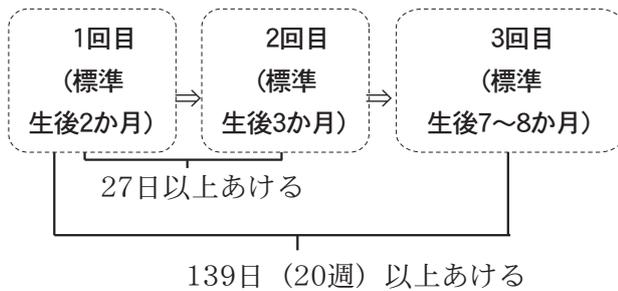
平成28年10月からです。

対象者は？

平成28年4月1日以降に生まれた0歳児です。（1歳になる誕生日の前日まで対象）

ワクチンは何回接種が必要なの？

1歳になる前に3回の接種を終える必要があります。
（接種間隔は左図参照）



※注意

平成28年4月から7月生まれのお子さんは右にある標準的接種期間で接種できませんが、接

種間隔を守って3回目まで1歳を過ぎないように早めに接種しましょう。1歳を過ぎると定期接種対象外になります。

平成28年3月31日以前に生まれた子は接種できないの？

B型肝炎ワクチンの接種は可能ですが任意接種の対象となります。

平成28年4月から羽幌町は1歳未満まで接種費用の助成をしています。1歳未満であれば無料で受けられます。

副反応は？

軽い副反応として発熱、発疹、倦怠感及び接種部位の痛み、発疹、腫れなどがみられます。また、極めてまれですが、アナフィラキシー様症状、急性散在性脳脊髄炎などの重い病気にかかることもあると言われています。

いつ予防接種ができるの？

- 接種できる日
 - ・毎週水曜日
 - ・第1・3木曜日
- 時間 14時00分から
- 場所 道立羽幌病院小児科外来

※予防接種する日の次の日が祝祭日の場合は、接種できません。
※10月20日は中止します。
※希望日の8日前までに「すこやか健康センター」へお申込みください。

お願い

すべての予防接種においてですが、効果と副反応を考慮のうえ、お子さんの接種についてご判断いただきますようお願いいたします。ご不明な点がありましたら、すこやか健康センターまでお問い合わせください。

↓申込・お問い合わせ
(すこやか健康センター内)
健康支援課保健係
☎ 62・6020

まちの出来事

from
photoclip

9月 | Sep

1 第4回道北地区はばろ還暦軟式野球大会が開催され、羽幌オロロンファイターズをはじめ、道北ブロックに所属する12チームが優勝目指して競い合いました。(9/17、18)

2 藤幼稚園の運動会が開催されました。雨で総合体育館に場所を変更しましたが、運動会は園児はもちろん保護者が参加し、たいへんな盛り上がりで会場は声援の渦の中でした。(9/10)

3.4 町の発展に貢献されたみなさんのご長寿をお祝いし、今年満100歳の方2名、満88歳の方49名に記念品を贈呈しました。また、100歳になる清水アイさんには内閣総理大臣からの感謝状とお祝いを贈呈しました。(9/23)

5 羽幌町応援大使事業の一環で町民のみなさんと野球スポーツ少年団の子どもたちが札幌ドームへ日本ハムファイターズの応援に行きました。応援大使の白村選手と記念撮影を行い、6月の甘エビまつりでみなさんからいただいた応援メッセージを手渡しました。(9/18)

6 羽幌小学校5年生が田んぼで稲刈りを体験しました。鎌を片手に一株ずつ刈りました。はさがけをして自然乾燥した稲は10月頃に、自分たちで脱穀をする予定です。(9/20)

7 中央公民館で羽幌町子ども自然教室「綿羊クラフト体験」が開催され羽幌のゆるキャラ「オロ坊」を作りました。出来上がった作品は持ち帰りますが、10月末から11月上旬に行われる羽幌町民芸術祭に展示されます。(9/17)

まちの出来事はホームページの「フォトクリップ」コーナーでもご紹介しています。



5



3



1



6



4



7



2

老後の

ちよきん

貯筋

足りてますか？

昨今の栄養事情や医療技術の発達により、60代を老後と呼ぶにはまだまだ早すぎます。しかし、町が平成26年に行った調査では、60代では緩やかだった体力低下が、75〜80歳の間に急に低下している結果となっております。これは75歳以上の方の介護サービス利用が若年老人の約10倍となっております。実態とも一致しています。40代、50代で経験した「体の節目」が80歳を目前に再度やってくるのかもしれない。

老後の生活費に加えて介護サービス費や医療費の不安、若い頃より生活をやり繰りして老後に向けた貯金をし、現在も節約した生活をおくられていると思いますが、次の節目を乗り越えるため「貯筋」も始めませんか？

もちろん70代からでも間に合いますが、お金と同じで、コツコツ貯めるしか方法はありません。油断しているとお金も筋肉もあっという間に無くなってしまう。若い頃に貯えた貯筋（金）で生活している60代、残筋（金）が足りなくなる前に対策を！

冬期自主運動教室の参加者を募集します

募集期間

平成28年11月1日〜

平成28年11月15日

開催期間

平成28年12月1日〜

平成29年3月31日

募集対象

町内に住む65歳以上の方

定員 100名

参加費 無料

※最初と最後のアンケートに協力していただきます。

場所 総合体育館

（2階ウォーキングスペースまたは、トレーニング室）

服装など

動きやすい服装であれば、普段着でも構いません。上靴（運動靴）が必要です。

申込・お問い合わせ

すこやか健康センター内

健康支援課介護保険係

☎ 62-6020

老化は足もとから、足腰の筋力強化が大切です。寒い冬場ですが、天候に関係ない体育館で自分の好きな時間にウォーキングなどをしてみませんか？

総合体育館のシーズン利用券をお渡ししますので、日時・運動内容は自分の都合でかまいません。自分の体と相談しながら運動しましょう。

講師（トレーナー）はあなた自身です。いきなり大汗をかくまでがんばって歩く必要はありません。自分のペースで、日にちが開いてもかまいません。月単位、年単位で継続できそうなペースを覚えましょう。「貯筋」はコツコツがポイントです。



「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が 発行されます ～年末調整・確定申告まで大切に保管してください！～

なぜですか？・・・国民年金保険料は、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されるからです。

控除の対象となるのは？・・・平成28年1月から12月までに納められた保険料の全額が対象です。
(過去の年度分や追納された保険料も含まれます)
また、ご自身の保険料だけでなく、**配偶者やご家族(お子様等)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、その保険料も合わせて控除が受けられます。**

控除を受けるには？・・・平成28年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには**年末調整や確定申告を行わなければなりません。**
その時に領収証書などの保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。
このため、平成28年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送られますので、**申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。**(平成28年10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納められた方へは、翌年の2月上旬に送られますので、**確定申告が必要となる場合があります**)

■ 問い合わせ先の名称 **ねんきん加入者ダイヤル**

■ ☎ 0570-003-004 (ナビダイヤル)
050から始まる電話でおかけになる場合は
☎ 03-6630-2525

〈受付期間〉

平成28年11月1日(火)～平成29年3月15日(水)

〈受付時間〉

- 月～金曜日 午前8時30分～午後7時00分
 - 第2土曜日 午前9時00分～午後5時00分
- ※ 祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用できません。

※ ナビダイヤルは一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。
ただし、一般の固定電話以外(携帯電話等)からおかけになる場合は通常の通話料金がかかります。

※ 「03-6630-2525」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。

はぼろ温泉サンセットプラザ全館休業のお知らせ

はぼろ温泉サンセットプラザが、館内配管工事のため次の期間全館休業となります。この間、宿泊、温泉をはじめ、レストラン、宴会などのご利用ができません。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

期間 11月14日(月)・15日(火)・16日(水) 3日間

➡お問い合わせ先

はぼろ温泉サンセットプラザ ☎ 62-3800



トイレに異物を 捨てないようにお願いします！

トイレブラシ、水に溶けない繊維シート(おしりふきなど)、オムツなどは、トイレに捨てないようにお願いします。これらのゴミが、汚水をきれいにするための機械に絡まると、機械の故障やトラブルの原因になってしまいます。

きれいな水と環境を守っていくために、みなさんのご理解とご協力をお願いします。



➡お問い合わせ先

羽幌浄化センター ☎ 62-2332

上下水道課業務係 ☎ 68-7006(課直通)

町民課環境衛生係 ☎ 68-7003(課直通)

※下水道接続をお考えの方は、補助金や融資の制度があります。詳しくは、本誌「情報プラザ16ページ」をご覧ください。

し尿汲み取りについてのお願い

例年、11～12月は降雪前のため申込みが殺到し汲み取り作業が遅れがちになります。汲み取り作業は天候にも左右されますので、日にちに余裕をもって申込みされますようご協力をお願いします。

【申込先】 (有)羽幌町清掃社 ☎ 62-2356

◆◆◆ 今月の新刊 ◆◆◆

一般書

室町無頼

垣根 涼介 著

ゆけ、おりょう

門井 慶喜 著

危険なビーナス

東野 圭吾 著

罪の声

塩田 武士 著

私の消滅

中村 文則 著

みかづき

森 絵都 著

九十歳。何がめでたい

佐藤 愛子 著

ラグビー-日本代表を変えた「心の鍛え方」

荒木 香織 著

いただきます！

かんたん・おいしい幼児のごはん

牧野 直子 監修

猪俣友紀のまいにちの布こもの

猪俣 友紀 著

児童書

クルツのごきげんしゃしんかん

加藤 晶子 絵

ぼくの自然観察記 机の上の植物園

おくやま ひさし 著

ファーブル先生の昆虫教室

奥本大三郎 文

転んでも、大丈夫

ぼくが義足を作る理由

臼井 二美男 著

アリスのうさぎ

斉藤 洋 作

あざらしおはなし会

11月12日(土)

午後2:00から



絵本の読み聞かせをしています。紙芝居や楽しい遊びもありますよ。気軽にご参加ください。

◆◆◆ おすすめ ・ ご案内 ◆◆◆



切ったら絵が出るちいさなべこもち

秋山 直美 著 / 誠文堂新光社

「べこもち」は東北、北海道で親しまれている郷土菓子です。材料はだんご粉と砂糖だけなので、とてもシンプル。作って楽しく、食べておいしい、ちいさなべこもち「デコもち」にぜひトライしてみてください。



親なら知っておきたい学歴の経済学

西川 純 著 / 学陽書房

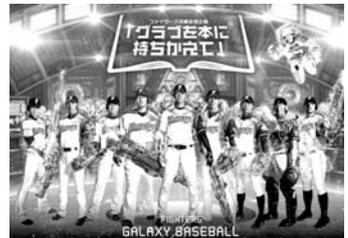
わが子が本当に生き残れるための賢い進路選びをするにはどうしたらいいのか？！有利な人生を選択するための考え方や、情報収集の仕方を具体的に紹介。

ファイターズ読書応援企画展

「クラブを本に持ちかえて」

10月3日から開催中！

秋の読書週間に合わせて、ファイターズの読書応援企画展示を行っています。少年時代、天体を仰ぎ無限の星空に憧れを抱いた栗山監督と選手たちが、宇宙にまつわる書籍・絵本を紹介しています。



秋の読書週間スタンプラリーも同時開催！

小学生以下の児童を対象にファイターズ企画展の期間中に展示された本を含めて10冊(コミックを除く)借りた方に「動物ボールペン」を一人1回プレゼント！賞品がなくなり次第終了となります。ぜひ参加して下さい。



「トーマス」と甘いものが大好きです。

だいき 原田 大輝くん(3才)

父 宜明さん

母 千鶴さん



掲載希望の3才位までのお子さん募集中。詳しくはお問い合わせください。

地域振興課広報広聴係

☎ 0164-68-7013(課直通)

✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

お知らせ

リサイクル・布類の収集にご協力ください

資源として再利用するため布類の回収を次のとおり行います。洗濯した後、透明又は白色系の袋に入れてお近くの収集場所までお持ちください。料金は無料で、羽幌消費者協会が回収します。

日時 11月8日(火) 午前9:00～午後1:00

場所 ・川北老人福祉センター
・幸町南集会所
・中央公民館(第2研修室)

回収するもの 綿50%以上の衣類など
※背広、ジャージ、ジーパン、布団などは回収できません。

お問い合わせ
町民課環境衛生係 ☎ 68-7003(課直通)

「きらりコンポスト」を活用ください

生ごみからできた堆肥「きらりコンポスト」を配布します。この堆肥は、苫前町・羽幌町・初山別村の家庭などから収集した生ごみを発酵させたもので、窒素・リン酸・カリ酸などを含んだ有機物主体の特殊肥料です。家庭菜園などにご活用ください。

日時 10月22日(土) 午前10:00
場所 中央公民館駐車場(レストパーク側)
数量 3,000袋(無くなり次第終了)
※ただし、受け渡しできる堆肥の数は、原則ひとり5袋以内。

お問い合わせ
町民課環境衛生係 ☎ 68-7003(課直通)

大雪山系旭岳で初冠雪、雪虫が飛びまわったなど朝晩の冷え込みも日に日に強くなり秋の深まりを感じています。これからは紅葉も深まり美しい景色が私たちの目を楽ませてください。今月も盛りたくさんの情報プラザをお楽しみください。

海鳥センターの開館時間が変わります

北海道海鳥センターでは、地球温暖化対策(CO₂削減)のため次の期間、開館時間を変更します。

期間 平成28年11月1日(火)～平成29年3月31日(金)
開館時間 午前9:00～午後4:00



お問い合わせ
北海道海鳥センター ☎ 69-2080

家屋調査にご協力ください

町では、固定資産税の適正な課税のため町内全域を対象とした家屋の一斉調査を実施しています。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

対象となる家屋
固定資産税の対象となる家屋は次の3点を基本としています。

外気分断性	屋根・壁があり、雨風をしのげる状態であるか
土地定着性	土地に建物が定着しているか ※面積が10m ² 以上ある建物については、建物の自重により固定されているものとします。
用途性	建物の使用目的とする用途に適した状態にあるか

※カーポート、ビニールハウス等は固定資産税の対象とはなりません。

お問い合わせ
財務課税務係 ☎ 68-7002(係直通)

忘れずに！10月31日納期限の税金は、
道町民税(第3期分) 国民健康保険税(第4期分)

秋の全道火災予防運動「10月15日～31日」

統一標語
「消しましょう その火その時 その場所で」

秋も深まり暖房器具の使用などにより、火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、町民みなさんの火災予防に対する意識を一層高め、高齢者等の死者の減少、財産の損失を防ぐ目的のため、秋の火災予防運動を実施します。

▶**住宅用火災警報器の点検・お手入れ忘れずに！**
住宅用火災警報器の設置が義務化されて7年経過しました。火災発生時にきちんと作動するように日頃から点検と、年に1回程度、布で乾拭きするなどお手入れをしておきましょう。また、電池交換時期(本体裏側に表示)の確認も忘れずに！

▶**灯油の取り扱いや保管に注意してください！**
私たちの身の回りにある暖房器具の多くは灯油を燃料としています。その取扱いを誤れば火災等の事故を引き起こす危険性があります。灯油を安全に取り扱うため、保管や取扱いに注意することが大切です。
■石油ストーブ等に灯油を補給する場合は、必ず火を消し、灯油が漏れないように注意すること。
■灯油を保管する容器は専用の物で安全性に関する推奨マーク及び認定証が貼付されているものを使用し、必ず栓で密閉し火気から遠ざけて保管すること。

お問い合わせ
北留萌消防組合消防署予防課 ☎ 62-1246

必ずチェック！北海道最低賃金

道内で事業を営む使用者及びその事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイトなどを含む)に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。

最低賃金額 時間額 786円
効力発生年月日 平成28年10月1日

※最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金、時間外等割増賃金は算入されません。最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。

なお、特定の産業で働く方には北海道の特定(産業別)最低賃金が適用されます。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ
留萌労働基準監督署 ☎ 0164-42-0463

9月の交通事故・消防に関するお知らせ

羽幌警察署並びに消防署から9月における各件数などのお知らせです。

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	1件	(4件)
死者	0人	(0人)
負傷者	1人	(5人)

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	40件	(304件)
搬送人員	39人	(293人)
火災件数	0件	(3件)
損害額	0円	(267千円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(0人)

全国地域安全運動(10月11日～20日)

みんなで築こう、安全で安心な大地
犯罪に遭わないために以下の点に注意しましょう！

- 防犯標語「いかのおすし」などを使った防犯指導を繰り返し行い、子どもたちの登下校には見守り活動を！
「ついていけない」「くるまにのらない」「おおきなこえをだす」「すぐににげる」「だれかにしらせる」
- 特殊詐欺被害の防止
詐欺の例① 息子や甥を語り「会社のお金を入れたカバンが盗まれた」などと言ってお金を要求してきたら**詐欺です！**
詐欺の例② 「医療費の還付金を近くのATMで受け取れます」、「不正に使用されたキャッシュカードを自宅へ取りに伺います」などと言われたら**詐欺です！**

※特殊詐欺の被害に遭わないため、お金の要求や儲け話には注意をして、怪しいと感じたらすぐに家族や警察相談電話(＃9110)に相談しましょう。

お問い合わせ
羽幌警察署 ☎ 62-1110

「よりみちの駅フェスタ2016」開催します

留萌管内の特産品とイベントが満載のおいしくて楽しい、「よりみちの駅フェスタ2016」。

6回目の今年も盛りだくさん！ぜひご家族揃ってお越しください。



日時 10月22日(土) 午前10:00～午後2:00
場所 北海道留萌合同庁舎 (留萌市住之町2丁目1-2)
内容 住まいのリフォームセミナー、よりみちマルシェ、フリーマーケット、抽選会、ゆるキャラ大集合 ほか
主催 北海道留萌振興局「よりみちの駅」

お問い合わせ

留萌振興局総合案内 ☎ 0164-42-8404

募集



平成29年羽幌町成人式参加者募集

平成29年の新成人をお祝いします。

町外からの出席も可能ですのでお申込みください。



日時 平成29年1月8日(日) 午後1:00から
会場 中央公民館大ホール
対象 平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの方
申込方法

- 羽幌町に住居登録のある方
申込みの必要はありません。
- 羽幌町に住居登録のない方
12月5日までにお申込みください。(保護者からの申込みも可)なお、12月5日以降に申し込まれた場合、式典には参加できませんが、成人者名簿に記載されません。

申込・お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 0164-62-1178

イベント・行事



農業まるごとふれあい広場2016を開催

農家のお母さんたちが丹精込めて作った留萌管内の農産物や加工品を販売します。ぜひご来場ください。

日時 10月15日(土) 午前10:30～午後0:30
場所 羽幌町総合車輛庫(南町グラウンド向かい)
内容 農産物・加工品・手工芸品の販売
炊き込みごはん・牛乳などの飲食コーナー、
酪農クイズ、ドライフラワーアレンジメント、
ハロウィンかぼちゃランタン作りなど
主催 留萌管内農村女性ネットワーク「オロロン」
中留萌支部



お問い合わせ

留萌農業改良普及センター(羽幌) ☎ 62-1779
農林水産課農政係 ☎ 68-7008 (課直通)

羽幌町社会教育・PTA研究大会

地域の課題に対して町民、PTA、行政などが一体となって取り組み、課題解決を図るため毎年開催しています。今回は女子柔道オリンピック金メダリスト上野3姉妹の母、上野和香子さんを講師に招き、子育て全般をテーマに講演会を開催します。

日時 11月17日(木) 午後7:00
会場 中央公民館大ホール
テーマ 「子育てについて」
講師 NPO法人とうまスポーツクラブ理事長
上野 和香子 氏

お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178

学校・家庭・地域みんなでチャレンジ！
「早寝・早起き・朝ごはん」運動



水道管の漏水調査および洗浄を実施します

深夜、場所によって10分程度の断水もあります

貴重な水資源の有効利用を図るとともに、道路陥没などによる事故の未然防止を目的として、水道管の水漏れを発見するための漏水調査と水道管の洗浄をあわせて実施します。

実施時間は深夜となりますが、この作業により場所によっては10分程度水が出なくなる時間帯が発生します。町民のみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、水道水にニゴリが見られる場合がありますので、ニゴリがなくなるまで蛇口から水を出していただき、キレイになった後に利用してください。

調査区域 市街地区全域
調査期間 10月17日(月)～11月30日(水) ※土・日除く
実施時間 午前0:00～午前6:00頃まで

※日中は、漏水調査のため敷地内の水道メーターに作業員が立ち入る場合がありますので、ご協力願います。

お問い合わせ

上下水道課管理係 ☎ 68-7006 (課直通)

引越しの際は、住民票の異動も忘れずに！

住民票の異動の届出(転出届・転入届・転居届など)は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。このため、住所を正確に登録していただく必要があります。

入学・就職・転勤等で引越しをされ、住所を異動される方は住所変更の届出を行ってください。

他の市区町村に転出・転入する場合

■引越し前の市区町村では
転出前に「転出届」を提出して「転出証明書」を受け取る。

■引越し先の市区町村では
転入した日から14日以内に「転出証明書」を添えて「転入届」を提出する。

町内で転居する場合

転居した日から14日以内に「転居届」を提出する。

お問い合わせ

町民課総合受付係 ☎ 68-7003(課直通)

▶水洗便所改造等補助金制度 (平成31年3月31日まで)

世帯区分	汲取り便所改造と排水設備接続を行った場合	し尿浄化槽撤去と排水設備接続を行った場合
一般世帯	200,000円	100,000円
高齢者世帯・低所得者世帯	300,000円	150,000円
集合住宅	300,000円	150,000円
社宅・貸家(一戸建て)	150,000円	75,000円

※高齢者世帯・低所得者世帯の要件はお問い合わせください。
※世帯区分の判定のため申請者世帯及び同居世帯の課税、納税状況を調査するため同意書の提出が必要になります。

▶水洗便所改造等資金あっせん制度

無利子で工事資金をあっせんする制度です。上記の補助金と同時に活用できます。

工事内容	あっせん限度額
汲取り便所改造、排水設備接続	800,000円
し尿浄化槽撤去、排水設備接続	300,000円

※貸付については、羽幌町の提携金融機関の審査を要します。詳細はお問い合わせください。

使用料の
減免制度も
あります！

同居する世帯全員が道町民税非課税の場合、ご本人が申請するとその世帯の下水道基本使用料の30%を減免します。

☎お問い合わせ 上下水道課管理係 ☎ 68-7006(課直通)

羽幌町では、町全体の衛生環境と川や海などの自然環境を守るため、下水道への接続をお願いします。

水洗便所改造等補助金の交付も延長していますので、この機会に下水道への早期接続をお願いします。

下水道接続を考えているみなさまへ
水洗便所改造等補助金制度等について

11月の保健・子育てカレンダー

町内の保健事業や子育て教室などの日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
7日(月)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
9日(水)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
10日(木)	あいあいサ〜クル	午前9:30～	健康センター
10日(木)	1歳6ヵ月児健診	午後0:30～	健康センター
14日(月)			
15日(火)	市街高齢者インフルエンザ予防接種	午後1:00～	中央公民館
28日(月)			
29日(火)			
15日(火)	天売高齢者インフルエンザ予防接種	午後1:00	天売診療所
～17日(木)			
29日(火)			
15日(火)	焼尻高齢者インフルエンザ予防接種	午後1:30	焼尻診療所
～17日(木)			
29日(火)			
17日(木)	あいあいサ〜クル	午前9:30～	健康センター
21日(月)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
24日(木)	乳児健診	午後1:00～	健康センター
28日(月)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター

※インフルエンザ予防接種については、配布されているチラシをご覧ください。(申込期限10/24厳守)

お問い合わせ すこやか健康センター内
健康支援課保健係 ☎ 62-6020

「うさこちゃん あそびの広場」であそぼう

親子で参加できる子育て教室です。楽しい子育ての輪、友だちの輪を広げませんか。

日時 毎週火・金曜日 午前9:30～午前11:00
会場 すこやか健康センター
対象 幼稚園・保育園に未入園のお子さんと保護者
内容 保育士による手遊びほかに

お問い合わせ 羽幌保育園内
子育て支援センター ☎ 62-1656

ママのための「学び」サークル 羽幌まなび

ママさんがいろいろなことを学ぶ事ができる講座を開催しています。興味のある講座に参加してみてください。メンバー募集中です。

10月・11月の予定

10/17(月) 心と体を癒すヨガ講座
11/ 6(日) 子どもの野菜ぎらい対策講座～ミニライブ付
11/16(水) ハギレでお洒落なリースを作ろう♪

詳細はこちらから

羽幌まなびHP <http://www.c-sqr.net/c/cs32357/>
Facebookページ 「羽幌まなび」

お問い合わせ 竹中・工藤
竹中☎ 090-9242-0670 ✉tomokinha_dur@ezweb.ne.jp

11月の定例相談

年金相談

年金の加入状況の確認、納付書や年金手帳の再発行依頼など年金に係る相談を受け付けています。

相談には予約が必要です

希望される方は、相談日の一週間前までにご予約ください。(定員になり次第、締め切ることがあります)

日時 11月10日(木) 午前10:00～午後4:00

会場 役場4階 大会議室

予約・お問い合わせ

日本年金機構留萌年金事務所 ☎ 0164-43-7211

行政相談

行政に関することでわからないことがあれば、お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は厳守されます。

日時 11月9日(水) 午前10:00～正午

会場 役場1階 記者室(職員玄関側)

お問い合わせ

町民課総合受付係 ☎ 68-7003(課直通)

心配ごと相談

住民のみなさんの心配ごとへの対応として、毎月1回開催しています。

日時 11月21日(月) 午後1:30～午後4:00

会場 勤労青少年ホーム

お問い合わせ

羽幌町社会福祉協議会 ☎ 69-2311

健康



11月の急病診療当番医

道立羽幌病院は、土・日曜日及び祝日を含め、救急診療を行っています。

20日(日) 加藤病院
(南6条5丁目)
☎ 62-1005



羽幌町民スキー場臨時職員の募集

次のとおり臨時職員を募集します。希望される方はご応募ください。

募集人員 1名
勤務場所 羽幌町民スキー場「びゅー」
勤務内容 一般事務・ロッジ清掃業務・券売業務など
資格要件 ・年齢18歳以上の方(平成28年12月1日現在)
・普通自動車免許所有者
勤務時間 1日8時間程度 週38時間45分以内
午前9:00～午後9:00までの間でシフト制
雇用期間 平成28年12月1日～平成29年3月31日まで
賃金 時給 870円
福利厚生 社会保険、雇用保険、非常勤公務災害に加入
申込方法 市販の履歴書(顔写真貼付)に必要事項を記入し、10月31日(必着)までに申し込んでください。※郵送可
選考方法 履歴書による書類審査、面接※日程は後日通知

申込・お問い合わせ 中央公民館内

〒078-4106 羽幌町南6条2丁目

社会教育課体育振興係 ☎ 62-1178

相談



健康相談

軽い運動や体重・体脂肪など各種測定、健康の話をしていきますのでお気軽にご利用ください。

期日 11月22日(火)

会場 川北老人福祉センター(午前10:00～午前11:00)

お問い合わせ すこやか健康センター内
健康支援課保健係 ☎ 62-6020

障がいに関するご相談ください

年齢や障がいの種類、障害者手帳の有無は問いません。無料で相談できますので気軽にご利用ください。

日時 毎週 水曜日 午前9:00～午後5:00(祝日除く)

会場 スタジオ囲炉裏(羽幌町寿町2番地の5)

連絡・お問い合わせ

NPO法人 ウェルアナザーデザイン

☎ 0164-56-1662/080-5723-9264(携帯電話)

青年海外協力隊・シニア海外ボランティア募集

現地の人と暮らしながら、その国の発展を支援する草の根レベルの国際協力に参加しませんか？

応募資格 平成28年11月4日現在、20歳以上39歳未満の日本国籍保持者(シニアは40歳以上69歳未満)。ただし、青年海外協力隊は平成29年4月1日現在で満20歳であれば応募可能です。

応募期限 11月4日

待遇 往復渡航費及び現地での生活・住居費を支給

※応募方法等の詳細はお問い合わせください。

申込・お問い合わせ

JICA A旭川デスク ☎ 0166-22-8805

ホームページ <http://www.jica.go.jp/sapporo/>

JICA 北海道

検索

特別講座

姿勢美人教室

腰痛や肩こりは、正しい姿勢を知ること改善できることがあります。姿勢に関するお話と実演の本講座。今年は実技を中心に、時間を少し延長して開催します。ふだん、自分の姿勢が気になる方や腰痛肩こりに悩んでいる方など、興味のある方は、ぜひご参加ください。



[日時] 11月10日(木) 午後7:00～午後9:00

[会場] 中央公民館 小ホール

[講師] KCSセンター札幌白石院
姿勢科学士 相澤 幸一郎氏

[受講料] 無料 **[定員]** 30名

[申込期限] 11月4日(金)

申込・お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178



地域おこし 協力隊 焼尻隊員の日記

者と子育て支援関係で焼尻地区の福祉業務を行っていきます。焼尻は、若かりし頃にバイクツーリングで途中断念した場所でした。そんな焼尻に移り住むことになり、ワクワクドキドキの毎日を過ごしています。島の高齢化率は、約60%と聞いていましたが、お会いした高齢者の方々は、皆さん実年齢よりも若く、元気いっぱいな方

りです。当初、思い描いていた支援は全くと言った良いほど「無用の長物」ではと感じました。でも、自分にでも何か支援できることがあるはずと知恵を絞って活動していきたくと思っています。まずは、一人でも多くの方々と触れ合い、一日でも早く「島の住民」になれるよう努力していきたくです。

今後は、高齢者のみなさんだけではなく、児童生徒のみなさんが一緒に交流しながら、これまでに体験したことのないようなことを提供して、お互いが楽しめるような活動をしていきたいと考え

初めまして！7月より焼尻地区担当の地域おこし協力隊員として着任しました。釧路市出身で十勝の音更町から来ました三浦信行です。焼尻では、離島デイサービスや診療所の移送業務を中心に、高齢者

「焼尻地区
高齢者支援等担当
三浦 信行」
これからの任期中、よろしくお願いたします！



工兵街道から望む天売島
～お気に入りの風景～

人のうごき

平成28年9月届出分を掲載(希望者のみ)

おたんじょう

佐藤 胡桃 ^{くるみ} ちゃん	(朋弥・桃子)	南4の5
野田 一花 ^{いちか} ちゃん	(隼人・悠)	朝日
佐藤 海斗 ^{かいと} くん	(喬則・香織)	北町
小野寺 音羽 ^{おとは} ちゃん	(敦史・千紗)	緑町
小林 大成 ^{たいせい} くん	(将大・遥)	南2の5

ごけっこん

林 将人 ^{まさひと} さん	上田 璃奈 ^{るいな} さん	南町
松尾 卓也 ^{たけや} さん	高橋 くみ ^{くみ} さん	栄町
楠美 佑馬 ^{ゆうま} さん	長内 美穂 ^{みほ} さん	南3の6
東谷 嶺 ^{みね} さん	寿 理菜 ^{りな} さん	南2の1
福田 大和 ^{だいわ} さん	坂川 真希絵 ^{まき絵} さん	北5の1

おくやみ

江川 典男 ^{のりお} さん	55歳	栄町
金木 元義 ^{げんぎ} さん	96歳	栄町
高丸 弘一 ^{ひろいち} さん	88歳	南2の1
大柳 いろ ^{いろ} さん	97歳	栄町
上野 シズエ ^{しずえ} さん	79歳	北2の1
大柳 富雄 ^{とみお} さん	87歳	南大通
松尾 エミコ ^{えみこ} さん	87歳	浜町
山本 美根代 ^{みねしろ} さん	93歳	南町
太田 善司 ^{ぜんじ} さん	70歳	南大通
神尾 幸吉 ^{ゆききち} さん	87歳	南6の1

人口と世帯数(9月末)

人口	7,337人	(-23)
男	3,503人	(-11)
女	3,834人	(-12)
世帯数	3,668世帯	(-10)
()は前月比		

はぼろコースマイル

元気と笑顔をもっとに平成25年に結成しました。会員は32名です。留萌地方サークル交歓会、町民芸術祭、歌と踊りの交流まつりに参加し、今年はデイサービスの慰問も計画しております。男性が5名に増え、若い御夫婦の参加もあり歌声に厚みが増しました。多くの方の加入をお待ちしております。一緒にハーモニーを楽しんでみませんか。

☆入会希望者は下記まで☆
公民館 ☎62-1178

- 練習日時 毎週木曜日 午後7:00から
- 場所 中央公民館大ホール



オリンピックイヤーの今年、さまざまなアスリートたちの活躍に感動を覚え、何か運動を始めてみようと思ってる方も少なくないと思います。運動といえば、本誌の中で自主運動教室の参加者募集について載せています。65歳以上の方を対象に、総合体育館のシーズン券をお渡しして、自分の好きな時間、ウォーキングなどの運動をしてみたいものです。これから、寒い季節で外でのウォーキングはちよつと・・・と思われる方も、天候に関係ない室内でゆつくり自分のペースで運動をしてみるのはいかががでしょうか。毎日ではなくても、コツコツ続けていくことが大切だと思います。私も今年の冬は頑張ります！ (K)

編集後記

