

☞ contents.

【9月は防災月間】 いま一度 確認しよう！

気象情報(警報・注意報)と避難情報について ②

後期高齢者医療制度のお知らせ～窓口負担割合の見直しについて～ ⑤

除雪サービスを希望する方はお申し込みを！ ⑭



避難情報について

町は、大雨や洪水、土砂災害などが発生するおそれがある場合、河川の水位、気象庁が発表する警報・注意報や現地の状況などにより、警戒レベルをつけて「高齢者等避難」・「避難指示」・「緊急安全確保」を発令し町民の皆さんに避難を呼びかけます。

避難情報と町民の皆さんがとるべき行動は次のとおりとなります。

警戒レベル	行動を促す情報	状況	住民がとるべき行動
5	緊急安全確保 (羽幌町が発令)	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！
～ 警戒レベル4までに必ず避難！ ～			
4	避難指示 (羽幌町が発令)	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難
3	高齢者等避難 (羽幌町が発令)	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難
2	大雨・洪水注意報 (気象庁が発表)	気象状況悪化	自らの避難行動を確認
1	早期注意情報 (気象庁が発表)	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める

※ 高齢者等避難が発令された場合は高齢者のほか、障がいのある方や子どもなど、避難に時間のかかる方は避難してください

※ 令和3年5月から「避難勧告」は廃止となり、上記の5段階となっています

避難情報のポイント

- 町から警戒レベル3や警戒レベル4が発令されたら、危険な場所から避難しましょう。
(気象庁が発表する「警戒レベル相当情報」とは必ずしも一致しませんので、ご注意ください)
- 「避難」とは「難」を「避」けることです。
安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は小中学校・公民館だけではありません。
安全な親戚・知人宅などに避難することも考えてみましょう。

“防災infoはぼろ”で羽幌町の防災情報を入手しよう！

① スマートフォンをお持ちの方

専用アプリ(アットインフォカナル)をインストールすることで、通知音とプッシュ通知で情報が届きます。



このアイコンが目印



iPhone用



Android用

② 携帯電話を持っていない方 (ガラケーのメールが使えない方)

ご自宅内で、音声で聞くことのできる戸別受信機を貸し出しています。

申請が必要ですので、詳しくは、お問い合わせください。

貸し出しは無料！



☎お問合せ 総務課総務係 ☎ 62-1211

【9月は防災月間】 いま一度 確認しよう！

気象情報（警報・注意報）と 避難情報 について

これから秋ごろにかけて台風や前線の影響で、大雨や洪水などの自然災害が発生しやすい時期となります。

いつ起こるかかわからない自然災害から身を守るため、気象庁が発表する気象警報や注意報、町が発令する避難情報について事前に確認しておきましょう。

気象警報・注意報について

気象庁は、大雨や強風などによって災害が起こるおそれのあるときは「注意報」を、重大な災害が起こるおそれのあるときは「警報」を、さらに重大な災害が起こるおそれが著しく大きいときは「特別警報」を発表して注意や警戒を呼びかけます。

対象となる現象や災害の内容によって、6種類の「特別警報」、7種類の「警報」、16種類の「注意報」を発表しています。

注意報	警報	特別警報
災害が起こるおそれのあるときに注意を呼びかけて行う予報	重大な災害が起こるおそれのあるときに警戒を呼びかけて行う予報	警報の基準をはるかに超える数十年に一度の大雨等が予想され、最大級の警戒を呼びかける場合
大雨注意報 大雨による土砂災害や浸水害	大雨警報	大雨特別警報
洪水注意報 河川の上流域での大雨や融雪によって下流で生じる増水による洪水災害	洪水警報	
大雪注意報 降雪や積雪による住家等の被害や交通障害など、大雪による災害	大雪警報	大雪特別警報
強風注意報 強風による災害	暴風警報	暴風特別警報
風雪注意報 雪を伴う強風による災害	暴風雪警報	暴風雪特別警報
波浪注意報 高波による遭難や沿岸施設の被害など	波浪警報	波浪特別警報
高潮注意報 台風や低気圧等、異常な潮位上昇による災害	高潮警報	高潮特別警報
雷注意報 落雷のほか、急な強い雨、竜巻等の突風、降ひょうといった積乱雲の発達に伴い発生する激しい気象現象による人や建物への被害		
濃霧注意報 濃い霧による災害		
乾燥注意報 空気の乾燥による災害(大気の乾燥により火災・延焼等が発生する危険が大きいとき)		
なだれ注意報 なだれによる災害		
着氷注意報 著しい着氷による災害(水蒸気や水しぶきの付着・凍結による通信線・送電線の断線、船体着氷による転覆・沈没等)		
着雪注意報 著しい着雪による災害(雪が付着することによる電線等の断線や送電鉄塔等の倒壊等)		
融雪注意報 融雪による災害(積雪が融解することによる土砂災害や浸水の発生など)		
霜注意報 霜による災害(春・秋に気温が下がって霜が発生することによる農作物や果実の被害など)		
低温注意報 低温による災害(低温による農作物の被害や水道管の凍結や破裂など)		





生ごみからできた堆肥

きらりコンポストを配布します！

この肥料は、苫前町・羽幌町・初山別村の家庭等から排出された生ごみを発酵させたもので、窒素・リン酸・カリ等を含んだ有機物主体の特殊肥料です。家庭菜園などにご利用ください。

なお、今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては急ぎょ中止となる場合があります。

日時 10月15日（土曜日）
10時00分～

羽幌神社様

場所 羽幌町役場 職員駐車場(国道側)

至 苫前方面

国道

至 初山別方面

予定数量 2,000袋（無料）

（10時00分～10時20分までの間は、お1人様5袋までとさせていただきます。）

セブン
イレブン様

にじいろ

フルール
ハビネス様



配付
場所

役場

駐車場

- 役場駐車場の一部を規制しています。係員の指示に従い駐車していただきます。

新型コロナウイルス感染症の予防にご協力ください

- 来場の際は検温、マスクの着用、咳エチケットをお願いします。
- 発熱などの症状、体調がすぐれない方は、ご来場をお控えください。
- 近距離での会話や接触を極力避けてください。
- 当日は間隔をあけて並んでいただきます。コンポスト受け取りの際は係員が誘導しますので指示に従ってください。

肥料取締法に基づく表示

肥料の名称 堆肥

肥料の種類 堆肥

届出をした都道府県

北海道5568号

表示者の氏名又は名称及び住所

羽幌町外2町村衛生施設組合

苫前郡羽幌町字築別815番地

正味重量 5kg

原料 生ごみ

主要成分の含有量

窒素全量 2.55%

リン酸全量 2.07%

カリ全量 1.18%

炭素窒素比 11

水分含有量 15.7%



- ※本品は「肥料取締法」により特殊肥料として指定されています
- ※有害物質の水銀、カドミウム、ヒ素は規制値以下です
- ※表示された成分を確認のうえご利用ください

➡お問合せ 町民課環境衛生係 ☎ 68-7003（課直通）

✉ c-kankyoutown.haboro.lg.jp

後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 窓口負担割合の見直しについて ～

令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始めることから医療費の増大が見込まれる一方、窓口負担を除く後期高齢者医療費の約4割を子や孫などの現役世代が負担しており、今後も拡大していく見通しとなっています。現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくため、窓口負担割合の見直しが行われます。

一定以上の所得のある後期高齢者医療の被保険者の医療費の窓口負担割合が変わります

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。窓口負担割合の変更対象となる方は、後期高齢者医療の被保険者全体のうち約20%です。

窓口負担割合が2割となる方は、以下の項目すべてに該当する方です

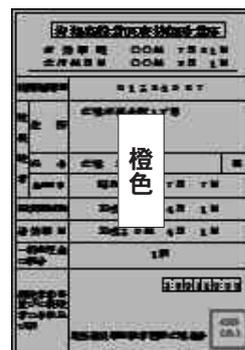
- 住民税課税世帯で、3割負担（現役並み所得者）ではない方
- 同一世帯に住民税の課税所得が28万円以上の被保険者がいる方
- 年金収入 + その他の合計所得金額が、
 - ・ 被保険者が1人の世帯の場合、200万円以上の方
 - ・ 被保険者が2人以上の世帯の場合、合計320万円以上の方

10月1日から保険証(被保険者証)が新しくなります

現在ご使用の保険証の有効期限が令和4年9月30日をもって満了となり、新しい保険証（橙色）を9月中旬に交付します。

なお、10月以降の窓口負担割合が引き続き1割または3割の方も、保険証が新しくなります。

- ※ 新しい保険証の有効期限は、令和5年7月31日です
- ※ 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、福祉課国保医療年金係までお申し出ください
- ※ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）、限度証（限度額適用認定証）は有効期限が令和5年7月31日までのため、再交付しません



窓口負担割合が2割となる方には負担を抑える配慮措置があります

令和4年10月1日の施行後3年間（令和7年9月診療分まで）は、2割負担となる方を対象に、1か月の外来医療の負担増加額を3,000円までとする配慮措置があります（入院の医療費は対象外です）。

配慮措置の適用で払い戻しとなる方は、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払い戻します。

2割負担となる方で高額療養費の口座が登録されていない方へ

2割負担となる方で高額療養費の口座が登録されていない方には、令和4年10月中旬に申請書を郵送します。申請書がお手元に届いたら、記載内容に沿って、口座の登録をしてください。

【配慮措置が適用される場合の計算方法】

例：1か月の医療費全体額が50,000円の場合

窓口負担割合1割の時 ①	5,000円
窓口負担割合2割の時 ②	10,000円
負担増 ③(②-①)	5,000円
窓口負担増の上限 ④	3,000円
払い戻し (③-④)	2,000円

配慮措置

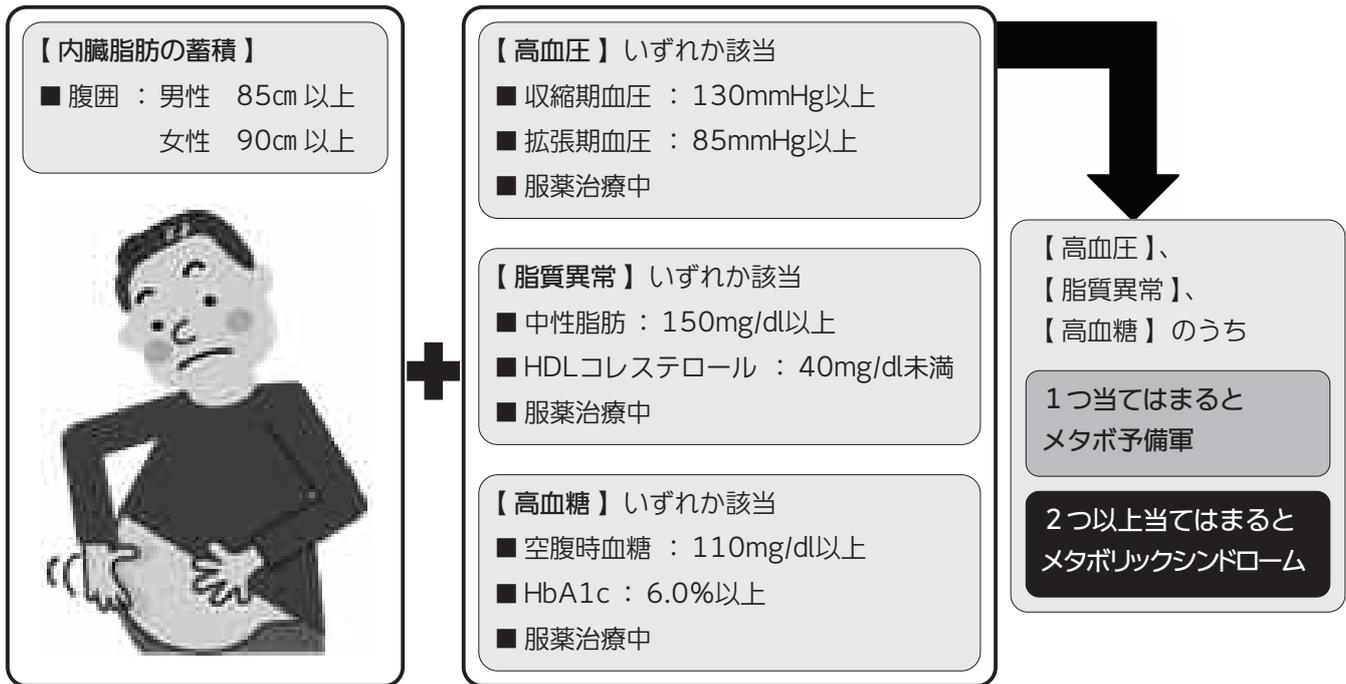
1か月5,000円の負担増を3,000円に抑制するため差額を払い戻します

➡お問合せ 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601
福祉課国保医療年金係 ☎ 68-7004（課直通）

「メタボリックシンドロームについて」 文 = 高田 美月 (保健師)

メタボリックシンドロームとは？

メタボリックとは「代謝」を意味しており、内臓脂肪の蓄積に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖など代謝に異常をきたしている状態を代謝症候群＝メタボリックシンドロームと言います。診断基準は、内臓脂肪の蓄積をみる「腹囲」が男性の場合85cm以上、女性の場合90cm以上に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖の3つのうち1つが当てはまるとメタボ予備軍、2つ以上が当てはまるとメタボリックシンドロームに該当となります。



メタボリックシンドロームを放置すると、どうなる？

過剰な内臓脂肪からは、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病をより悪化させる物質が分泌されます。そのため、メタボリックシンドロームは生活習慣病の引き金となります。さらに、生活習慣病と内臓脂肪は、血管が硬くなる動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中(脳梗塞・脳出血)などの重い病気を起こしやすくなりますので、メタボリックシンドロームの状態を放置しないことがとても重要となります。

羽幌町はメタボが多い？

令和3年度に羽幌町の特定健診を受診した者の中でメタボリックシンドロームに該当した者の割合は29.0%でした。つまり、4人に1人以上がメタボリックシンドロームであるということです。これは、同じ人口規模の市町村や全国、全道の値と比較してもとても高い割合であり、羽幌町にはメタボリックシンドロームの人が多いいえます。

メタボリックシンドロームの原因の多くは、生活習慣に起因したものであり、改善には食事や運動といった生活習慣の改善が必要です。

※ 10月号は食事について、11月号は運動について詳しくご紹介します。

65歳以上の方を対象とした 冬期高齢者自主運動事業・高齢者向け基礎体力向上講座 参加者募集

冬はどうしても外出の機会や活動量が減り、筋力が低下しやすい季節です。

町では65歳以上の方を対象とした「冬期高齢者自主運動事業」および「高齢者向け基礎体力向上講座」を次のとおり行います。

体育館を上手に活用し、積極的に身体を動かして筋力を保ち、元気に冬を乗り越えましょう。

冬期高齢者自主運動事業

募集期間 9月13日(火) から 10月20日(木) まで

実施期間 11月1日(火) から 3月31日(金) まで

対象 町内に居住する65才以上の方(冬期間継続して総合体育館へ通える方)

※ 実施期間中に65歳を迎える方で参加を希望される場合は、対象年齢に達した時点で利用券をお送りします

場所 羽幌町総合体育館

定員 250名

持ち物 上履き(運動靴)・動きやすい服装であれば普段着で良いです

利用方法：総合体育館の利用券を交付しますので、受付で提示してください

体成分分析機(体の筋肉量や体年齢が計れます)も無料で利用できます
ご自分のペースで、無理のない運動を行いましょ

➡申込・お問合せ すこやか健康センター(羽幌町地域包括支援センター) ☎ 62-6021

高齢者向け基礎体力向上講座

初回日時 11月18日(金) 13時00分~14時00分

※ 全6回実施

※ 初回参加時に日程表を配布します

場所 羽幌町総合体育館 武道場

対象 町内に居住する65才以上の方

講師 合同会社福祉トータルサポート「紬生」

介護予防指導士 佐々木 一樹 氏

参加料 無料

定員 25名



➡申込・お問合せ すこやか健康センター(羽幌町地域包括支援センター) ☎ 62-6021

※ 体調管理、体温測定、マスク着用、手指消毒等、感染症予防対策にご協力をお願いします

※ 冬道は滑りやすいので、羽幌町内循環バス「ほっと号」を利用すると便利です

2便 朝日団地(体育館前) 10:04 到着・出発

3便 朝日団地(体育館前) 12:22 到着・出発

4便 朝日団地(体育館前) 15:04 到着・出発

ライアンですよろしくお願ひします

前任のゲラート・ヴィクトリアさんに代わって、新しくALT（外国語指導助手）として羽幌にやってきたマゾラ・ライアン・ジョセフさん。いろいろお話を伺いましたのでご紹介します。



マゾラ・ライアン・ジョセフ

MAZZOLA RYAN JOSEPH

1999年1月生 23歳

アメリカ・コロラド州出身

デンバー大学卒業

ALT（Assistant of Language Teacher
外国語指導助手）として8月3日に着任。

趣味は ハイキング、スキー、マンガ、
ゲーム など

聞き手 来日して大変なことはありませんか？

ライアン 今年の6月にデンバー大学を卒業して間もなく羽幌に来ました。日本語は独学で3ヶ月程度学んだだけなので、上手に伝えられないことがあります。

聞き手 どうしてALTになろうと思ったのですか？

ライアン 子どもの時から日本の自然や文化、アニメに興味があり、ALTになるチャンスがあったので申し込みました。

聞き手 日本の自然に興味があるようですが何が好きですか？

ライアン 富士山など日本の山が好きです。折角日本に来たので行ってみたいです。

聞き手 日本食は好きですか？

ライアン 全部好きですが、特にマグロとウニの寿司が大好きです。

あまりにも美味しくて、日本に来てから少し太りました（笑）

聞き手 羽幌の印象は？

ライアン 私が挨拶すると必ず挨拶を返してくれます。羽幌のみなさんはやさしく、親切で心が広いと思いました。

聞き手 まだ夏休み中（取材日は8月17日）ですが、羽幌の子どもたちにはもう会いましたか？

ライアン まだお会いしてませんが、これから一緒に勉強できることを楽しみにしています。

聞き手 羽幌には市街地のほかに天売島や焼尻島にも子どもたちがいます。フェリーに乗って天売島・焼尻島に行くこともありますが

どのような気持ちですか？

ライアン コロラド州は海に面しておらず、来日前は海に一度しか行ったことがないので

天売島・焼尻島に行くことも楽しみです。ただ、フェリーに乗ることは飛行機に乗ることよりも珍しいことなので緊張します。

聞き手 最後に町のみなさんに一言お願いします。

ライアン 頑張りますのでよろしくお願ひします。

※ALT（外国語指導助手）とは
天売、焼尻を含む各学校で授業に参加するほか、幼稚園等へも行き、実践的な英語の指導を行います。



◆◆◆ あたらしい本 ◆◆◆

一般書

- 氷点・『氷点』を旅する 三浦 綾子 著
- ざっくりわかる簿記の本 宇田川 敏正 監修
- 不登校後を生きる 樋口 くみ子 著
- 粉100、水50でつくるすいとん minokamo 著

児童書

- こうもり アヤ井 アキコ 作
- バスが来ましたよ 松本 春野 絵
- むかしむかし3 内田 麟太郎 文
- トラからぬすんだ物語 テェ・ケラー 作

◆◆◆ 今月のおすすめ図書 ◆◆◆



紙バンドで楽しくミニチュアの世界
村田美穂 / 著 プティック社

紙バンドを好みの幅に切ったり、貼ったり、編んだり、塗ったり、自由な発想でデザインできる、紙バンドで作るミニチュアの世界のトランクをあけて楽しんでくださいね♪

様々なミニチュア制作のための本が出版されていますが、本書は「紙バンド」を使ってリアルな花や雑貨などを作っていきます。かごやバッグを製作するときを使用する紙バンドでこんな世界を作り出せることにびっくりです。

あざらしおはなし会

えほんをよんだり おんがくをやるよ！
あそびにきてね！



10月8日(土)
14時00分 から

※ 新型コロナウイルス感染症の状況により中止する場合があります

どうしてトウガラシはからいの？
なぜカキの種はゼリーみたいなの？
果肉に包まれているの？
夜にさく花がいるのはどうして？
そういわれてみれば、
どうしてなんだろう？



バナナの種はどこへいった？
川幡智佳 / 著 実務教育出版

「植物？草とかでしょ。あんまり～」って思ってる？
たしかに動物みたく動かないね。でも動かないからこそその工夫が彼らの暮らしにはいっぱい詰まってるんだ。



お兄ちゃんと一緒に遊ぶのが大好きです！

左：原田 律くん (3才2カ月)
右： 諧くん (8才)



掲載希望の3才くらいまでのお子さんを募集中！
詳しくはお問い合わせください。

こちらから直接
申込むことが
できます



地域振興課広報広聴係
☎ 0164-68-7013 (課直通)
✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

図書室カレンダー

9月						
日	月	火	水	木	金	土
		13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15

○印は「図書室がお休み」の日です
☆印は「あざらしおはなし会」の日です



工藤 隊員

地域おこし協力隊日記 #13



三好 隊員

地域おこし協力隊日記を始めて1年が経ちました！

こんにちは、羽幌地区地域おこし協力隊の三好です。協力隊の任期は最長3年のため、私の任期もあと半分となりました。これからもよろしくお願いします！

地域の漁業・農業を応援したい！～シーバードフレンドリー認証制度の再設計～ 文：三好隊員

『シーバードフレンドリー(SBF)』認証制度を聞いたことがありますか？環境にやさしい取り組みの輪を広げるために2018年度にスタートした、羽幌町のローカル認証制度です。羽幌町が進める重点プロジェクトの1つになっています(羽幌町の環境を守る基本計画)。

今年度は、農業・漁業で取り組みを行う方々をもっと応援できる制度へ再設計しています。持続可能な漁業を目指す漁師さんや地域と密着した観光業の方に知見をいただきながら、打ち合わせを重ねています。

来年度の新制度スタートに向けて、SBFプロジェクトの広報やモニターツアーも進めていくため、どうぞよろしくお願いいたします！



『シーバードフレンドリー』マーク
海鳥＝地域の自然のシンボルに、森里川海を大切にする取り組みの輪を広げます！

天高生による生活体験発表 文：工藤隊員



天売高校 生活体験発表の様子

7月26日(火)、天売高校で高校生による生活体験発表があり、聴きに行きました。テーマは自分の成長したところ。各自7分を目標に壇上で発表しました。

発表を聴いて、生徒の皆さんに限られた時間のなかで自分の課題とまっすぐに向き合い、それを克服するために努力してきたのだということが分かり、目頭が熱くなりました。

審査員5名による審査の後、全道大会に出場する上位3名は発表があり、3位は豊田くん(一年生)の「相手を見るところ、成長するということ」、2位は菅原くん(二年生)の「頑張るということ」、1位は渡部くん(二年生)の「理不尽」でした。長いようで短い高校生活、よいものにしてもらいたいと思う今日この頃です。

羽幌の自然すなっぷ

「こっちを見ているエゾシカの親子」
シカの夏毛模様は、地面に差し込んだ木漏れ日を真似しています



羽幌町地域おこしFacebookもぜひご覧ください！

協力隊の活動や日々の出来事を発信していきます。

登録はこちらから ⇒





まちの出来事

from.
photoclip

8月 | AUGUST



1 羽幌高校グラウンドで第75回北海道高等学校ラグビーフットボール南・北選手権大会旭川支部予選会兼第102回全国高等学校ラグビーフットボール大会旭川支部予選会が開催されました。23日は富良野高校に24対8で勝ち進み、24日の旭川龍谷高校に5対50で敗れて惜しくも準優勝となりましたが、全道大会の出場権を得ることができました。(8/23 - 24)

3 平成25年4月から9年間、羽幌町教育委員会教育長に就任している山口教育長に北海道町村教育委員会連合会功労者表彰が贈られました(写真左が山口教育長)。(8/2)

2 羽幌町観光協会主催の「はぼろ花火大会」が開催されました。30分間、約1,400発の打ち上げ花火が羽幌の夜空を彩りました。(8/13)

4 札幌ベルエポック製菓調理ウェディング専門学校の研修旅行で製菓調理師課2年生20名が訪れ、上築有機米生産組合でお話を伺ったり、町内の事業所(村上農園、江幡農園、ダイマル乳品、マリナシーフーズ)で生産現場の体験を行いました。(8/10 - 11)

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。

森林認証を取得しました

町有林及び私有林が「森林認証」を取得しました

6月27日付けで町有林919ha、さらに留萌中部森林組合により町内の私有林2,787haがSGEC/PEFCの森林認証を取得しました。

有効期間は5年間で、令和9年6月26日までです。

羽幌町では、るもい森林認証協議会(9市町村、4森林組合、1企業、計14団体)へ令和3年7月の設立当初より加入し、他の市町村や森林組合等と連携し森林認証の取得に取り組んできました。

「環境に配慮し持続可能な山林の維持」を目指す取組を開始しました

森林認証の取得により、7月から町及び森林組合では管理ルールに基づき「環境に配慮し持続可能な山林の維持」を目指した取組を開始しました。

今後は、協議会の活用により、るもい地域が一体となって地域の木材のブランド化に取組み、将来選ばれる木材を目指していく予定です。

森林認証制度とは

森林認証制度とは、世界で取り組まれている環境保護活動のひとつで、SDGsにも貢献する取り組みです。

適正に管理された森林から木材を産出し、持続可能な森林の利用と保護を図ろうとする、世界的な民間の制度です。種類はSGEC/PEFCとFSCがあります。

SDGsの15番目の目標「陸の豊かさを守ろう」に深く貢献する取り組みとなっています。

↓お問合せ

るもい森林認証協議会事務局

(遠別初山別森林組合内)

☎ 016321712412

農林水産課水産林務係 ☎ 6217008

けいさつミニ広報紙

ピッシリ山

文 = 諏訪 純一 (北大通交番)



秋の全国交通安全運動

実施期間：9月21日(水)～9月30日(金)までの10日間

交通事故防止のポイント

夕方から夜間にかけて、歩行者や自転車の見落としや発見遅れによる交通事故を防ぐために、交差点での安全確認を徹底し、対向車や前車がない時は、ハイビームを活用しましょう。

歩行者の方は、道路を横断する前にしっかり左右を確認し、夜間外出する際は、明るい色の服を着たり、持ち物に反射材を付けましょう。

飲酒運転の根絶

飲酒運転は悪質な犯罪です。

「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」を徹底し二日酔い運転を含めた飲酒運転を根絶しましょう。

車両は早めのライト点灯！
安全速限での走行を！



特殊詐欺に気をつけて！！

インターネットを閲覧中に「あなたのパソコンはウイルスにかかっています。」と突然広告が表示され、広告をクリックすることにより、ウイルス対策ソフト購入費用の名目で多額の現金や電子マネーを請求される特殊詐欺被害が羽幌町で発生しています。

ホームページで突然表示される「パソコンがウイルスにかかっています。」などの広告は詐欺の可能性が非常に高いので、絶対に広告のクリックや記載されている電話番号への連絡はしないでください。

セキュリティ意識を高めよう

サイバー被害に遭わないように次のことに気をつけましょう。

- IDやパスワードは、自分自身でしっかり管理する
- 身に覚えのないメールの添付ファイルやURLは開かない
- 定期的にバックアップデータを保存する

ヒグマとの事故に注意

ヒグマとの事故を防ぐために次のことに気をつけましょう。

- 複数で行動しましょう
- ヒグマの出没情報を確認しましょう
- ゴミの処理には注意しましょう
- フンや足跡を見つけたらすぐに引き返しましょう
- 落ち着いて行動しましょう



お問い合わせ先

羽幌警察署 ☎ 62-1110 北大通交番 ☎ 62-1569

羽幌警察署HP

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/00ps/haboro-syo/>

『三ない運動+1』の推進！

暴力団を『利用しない』『恐れない』『金を出さない』

+ 『交際しない』

赤い羽根共同募金運動にご協力を

10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります。この募金は、高齢者、障がい者、子どもたちなどへの地域福祉活動に役立てられます。地域の住民や企業の方々、みなさんの想いを赤い羽根共同募金へお寄せください。



今年の目標額 1,400,000円

お問合せ 羽幌町社会福祉協議会内
羽幌町共同募金委員会 ☎ 69-2311

8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8月における各件数などのお知らせです。

交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	2件	(6件)
死者	0人	(0人)
負傷者	2人	(7人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	43件	(271件)
搬送人員	41人	(260人)
火災件数	2件	(3件)
損害額	調査中	(0円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(0人)

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円
9月21日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/21(水)~10/21(金)

公益財団法人北海道市町村振興協会

information

情報プラザ

9月になり朝晩は涼しくなりました。この時期は日中と夜とで気温がかなり違います。体調を崩されぬようくれぐれもお気を付けください。それでは情報プラザをご覧ください。

☎ 0164-68-7013 (地域振興課直通)

🌐 <http://www.town.haboro.lg.jp/>

✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

おしらせ

令和5年10月1日から インボイス制度が始まります

インボイス制度とは、売手であるインボイス登録事業者が、買手である取引相手（消費税課税事業者）から求められたとき、正確な適正税率や消費税額等を記載したインボイス（適格請求書）を交付しなければならないものです。

インボイスは税務署長の登録を受けたインボイス登録事業者（適格請求書登録事業者）以外は交付できませんので、登録を予定している事業者は登録申請書を早めにご提出ください。

提出期限 令和5年3月31日

提出先・お問合せ

留萌税務署 ☎ 0164-42-6661

※ 来署してご相談の場合は、事前に予約が必要です

インボイス制度説明会・登録申請相談会のご案内

税務署では、インボイス制度の概要を説明する「インボイス制度説明会」や登録申請を希望する方へ、スマートフォンを利用した登録申請手続を説明する「登録申請相談会」を開催しています。

- 消費税の基本的な仕組みから理解されたい方向けの「インボイス説明会」も開催しています
- 国税庁ではオンライン説明会を開催しています
※ 説明会の模様はYoutubeチャンネルでいつでも視聴可能です

詳細は札幌国税局ホームページに掲載していますのでご確認ください。



第68回羽幌町民芸術祭作品募集

本年の町民芸術祭（展示部門）の作品を募集します。出展要領などの詳細は町ホームページをご覧ください。

- 展示期間** 10月29日（土）～ 31日（月）
出品資格 町民による未発表作品とする
募集作品 写真、絵画、書道、俳句、短歌、川柳、手芸、工芸など自由な作品
申込期限 9月30日（金）
申込・お問合せ 中央公民館内
羽幌町民芸術祭実行委員会事務局 ☎ 62-1178

イベント・行事

いちい大学祭作品展

- いちい大学の活動で学生が作成した作品を展示します。
期 間 9月30日（金）～10月3日（月）
会 場 中央公民館展示ロビー
申込・お問合せ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178

相談

弁護士による出張無料法律相談会

旭川弁護士会では、弁護士が常駐していない市町村を会場に、毎月1回管内を巡回し相談会を開設しています。法律に関する相談がありましたらご利用ください。

対象者 羽幌町、留萌市、増毛町、小平町、苫前町、初山別村に住んでいる方

実施日・場所

実施日	実施自治体	実施場所
10月27日（木）	羽幌町	羽幌町勤労青少年ホーム

- 相談時間** 13時00分～16時00分まで（1枠30分）
相談内容 法律相談全般（例：債務整理、離婚・相続、成年後見、民事・刑事事件など）
申込方法 実施日前日までに、下記までお申し込ください。
相談料 無料
主催 旭川弁護士会
申込・お問合せ 福祉課社会福祉係 ☎ 68-7004（係直通）

募集

羽幌町職員の募集

次のとおり羽幌町職員を募集します。希望される方はご応募ください。

- 募集人員** 電気係職員
採用予定 ① 令和4年度：2名
② 令和5年度：1名
- 勤務場所** 焼尻発電所（羽幌町大字焼尻字豊崎）
職務内容 発電所業務
（電力動向の監視、発電設備の保守・点検及び建物の維持管理等）
- 資格要件**
- ・高等学校卒業の資格を有する者（卒業見込み含む）
 - ・年齢40歳未満（令和5年3月31日時点）で、焼尻島に居住可能の者
※ 希望者は住宅（有償）あり
 - ・地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない者
 - ・普通自動車運転免許（A T 限定不可）を有する者（採用時まで取得見込み可）
 - ・第2種電気工事士、乙種第4類危険物取扱者の資格を有する者または、採用後5年以内に自己負担で取得可能な者

- 採用日** ① 令和4年11月1日
② 令和5年 4月1日
- 給与等** 職員の給与に関する条例等による
- 申込書類** (1) 受験申込書（羽幌町指定様式）
※ 縦4cm×横3cmの写真を貼付
(2) 身上申告書（羽幌町指定様式）
(3) 成績証明書（最終学校分）
(4) 有している免許証・資格証の写し

(1)と(2)は総務課職員係にご請求ください
羽幌町ホームページからもダウンロードできます

- 申込期限** 9月30日（金）17時30分まで（郵送可）
試験方法 面接（口頭試問）、小論文
試験日等 後日申込者に通知します
申込・お問合せ 〒078-4198 羽幌町南町1番地の1
羽幌町役場 総務課職員係 ☎ 62-1211（内線215）

自賠責保険・自賠責共済のご案内

「自賠責 切れていませんか？」

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、令和3年の事故発生件数は約31万件、死傷者数は約36万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済では、すべてのクルマ・バイク1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

一人ひとりが、より一層自賠責制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

自賠責保険・共済未加入での運行は法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務付けられており、自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですのでご注意ください。

- お問合せ**
国土交通省北海道運輸局旭川運輸支局輸送・監査担当 ☎ 0166-51-5272

除雪サービスを希望する方はお申し込みを！

高齢または身体上などの理由で自力で除雪することが困難な世帯を対象に、今年度も除雪サービスを実施します。希望される方はお申し込みください。

- 対象世帯**
- ・65歳以上の単身または夫婦世帯で自力で除雪ができない世帯
 - ・65歳未満で障がいや難病等により自力で除雪ができない世帯
（ただし、次の①から③に該当しない世帯）
①町民税課税世帯
②町内に家族等が在住している世帯
③除雪の労力を確保できる世帯



- 実施期間** 令和4年12月1日～令和5年3月15日（予定）
利用者負担 無料

公証週間のお知らせ

10月1日（土）から10月7日（金）までは公証週間です。公証人は、公証役場において遺言や大切な契約などの公正証書の作成、会社を設立する際の定款の認証などを行っています。公証人は、法務大臣によって任命される公務員です。

「遺言は公正証書で作成してみませんか？」

遺言者の家族関係にふさわしい形で財産を継承させるには、遺言しておくことが一番です。遺産争いを予防し、紛失の心配もないので、後に残された方々が困りません。原本は公証役場で保存していますので、偽造・変造の心配もありません。また、公証人が自宅や病院（施設）へ出向いて遺言書を作成することもできます。

公証制度の詳細については、公証役場又は法務局にお問い合わせください。また、日本公証人連合会のホームページにおいても、公証制度を紹介していますので、ご利用ください。

- お問合せ**
- ①旭川公証人合同役場
旭川市6条通8丁目37番地22 68ビル5階 ☎ 0166-23-0098
 - ②名寄公証役場
名寄市西1条南9丁目35番地 ☎ 01654-3-3131
 - ③旭川地方法務局
旭川市宮前1条3丁目3番15号 ☎ 0166-38-1144

- 除雪サービスの内容**
積雪がおおむね15cm以上となった場合、1日1回、玄関前の除雪を実施。
- 申込期限** 9月30日（金）
除雪サービスの可否
訪問調査・課税状況等の内容をもとに、地域ケア会議で利用可否を決定して、文書で結果をお知らせします。
※詳しくはお問い合わせください。
- 申込・お問合せ** すこやか健康センター内
健康支援課地域包括支援センター係 ☎ 62-6021
（離島地区は役場支所で申込できます。）

北海道立羽幌病院からのお知らせ【令和4年10月分外来診療体制】

		月	火	水	木	金	応援医師等	受付時間
午前	予約優先	○	○	○		○	◎は消化器 佐々尾医師	8時00分～11時00分
					◎		◎は呼吸器 ◎は禁煙外来 重原医師(*6日・20日完全予約)	
	予約制	○	○	○	○	○	(第4水曜日 26日は休診)	※完全予約制
				◎*			◎は循環器(*第4水曜日 26日) 留萌市立病院 高橋医師	
	予約外	○	○	○	○	○	砂川市立病院 木村医師(27日) ※変更となる場合もあります	8時00分～11時00分
予約制	○					引野医師(3日)	※予約制	
	整形専門外来			○	○	八島医師(5日・20日・26日)		
予約優先						○ 穴口医師(14日・21日・28日)	8時00分～11時00分	
午後	予約制	○					佐々尾医師	※完全予約制
						◎*	重原医師(*6日・20日)	※完全予約制
	予約優先		○		○		(4日・6日・11日・13日・18日・20日・25日・27日)	13時30分～15時00分 (6日・11日・13日・20日・25日・27日は内科のみ)
	予約制		○				渡部医師(11日・25日)	※完全予約制
					○		八島医師(6日)	
予約優先	整形専門外来	○				覺田医師(3日・24日)	13時30分～15時00分	
					○	穴口医師(13日・20日・27日)		
小児科		○	○	○	○	○	旭川医大医師(日程未定) ※変更となる場合もあります	8時00分～11時00分 13時00分～15時00分
婦人科(毎週火曜日)			○				金野医師(4日・11日・18日・25日)	8時00分～11時00分 13時30分～15時00分
眼科(毎週火曜日及び第1・3水曜日)			○	○			旭川医大医師(4日・5日・11日・18日・19日・25日) ※変更となる場合もあります	※全日完全予約制(5日・19日は予約検査のみ)
泌尿器科(毎週木曜日)					○		札幌医大医師(6日・13日・20日・27日)	8時00分～10時30分
耳鼻咽喉科(第1・3水曜日)				○			札幌医大医師(5日・19日)	※完全予約制
皮膚科(毎週金曜日)						○	札幌医大医師(7日・14日・21日・28日)	8時00分～11時00分
人間ドック・特定健診		人間ドック:毎週水曜日 / 特定健診:月～木曜日						※予約制

注) 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみでの受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。

注) 午前の内科診療は予約の方を優先に診療します。受診の前日までに電話等で予約されることをお勧めします。

砂川市立病院木村医師の総合診療は、希望された方全てへの診療はできない場合があります。

☎お問合せ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060

健康

10月の急病診療当番医

道立羽幌病院については土・日曜日及び祝日を含め、救急診療を行っています。

16日(日)
加藤病院(羽幌町) ☎ 62-1005



10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の日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
6日(木)	乳児健診*	13時00分～	健康センター
		7時45分～	
11日(火)	婦人科検診*	11時00分 13時00分～ 15時00分	健康センター
12日(水)	婦人科検診*	7時45分～ 12時00分	健康センター
27日(木)	3歳児健診*	12時30分～	健康センター
24日(月)	うさこちゃん 毎週 遊びの広場★	9時30分～	健康センター
31日(月)	火・金		
毎週水	すくすく★	9時30分～	健康センター
毎週木	あいあいサークル★	9時30分～	健康センター

お問合せ すこやか健康センター内
★子育て支援センター ☎ 62-1656
*健康支援課保健係 ☎ 62-6020

**「どごうさ」開放中です!
(13時00分～16時00分)**

小学校入学前のお子さんと保護者を対象に、すこやか健康センター内で保育士を常駐させて遊び場を開放しています。育児相談なども随時行っていますので、ぜひご利用ください。

<お知らせ>
「どごうさに行きたいけど、小学生の兄弟がいるから行けない!」という方、乳幼児の弟妹が利用している場合は、一緒に小学生も入室可能です。
※ただし、保護者の同伴が必要です。

生活・仕事相談会のご案内

自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」では、生活や仕事などでお困りの方を対象に相談を行っています。詳しくは下記の予約・お問い合わせ先までご連絡ください。

日時 9月22日(木)・10月6日(木)
13時30分～15時20分(1枠50分)
※要事前予約
【相談日の前日 15時00分まで】

場所 羽幌町勤労青少年ホーム 相談室
料金 無料

予約・お問合せ
自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」
☎ 0164-56-1616

10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、締め切る場合があります)

日時 10月13日(木) 10時00分～16時00分
※新型コロナウイルス感染症の状況により延期
または中止の場合があります

会場 役場4階 大会議室
予約・お問合せ
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 10月13日(木) 13時30分～15時30分
※新型コロナウイルス感染症の状況により延期
または中止の場合があります

会場 役場1階 相談室
お問合せ 町民課総合受付係 ☎ 68-7003(課直通)

▶障がいに関する相談

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
9時00分～17時00分(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・お問合せ NPO法人 ウェルアナザーデザイン
☎ 0164-56-1662/080-5723-9264(携帯電話)

人のうごき

令和4年8月届出分を掲載（希望者のみ）

ごっこん

武田 海斗さん 佐藤 瑠菜さん 南6の2
向井 唯人さん 佐藤 ゆめかさん 寿町

おくやみ

島 麻里さん 70歳 栄町
中村 忠男さん 80歳 南3の1
平尾 幸子さん 83歳 南町
逢坂 友男さん 90歳 南2の5
多田 琴美さん 84歳 南5の3

人口と世帯数（8月末）

人口	6,415人	(-13)
男	3,083人	(-8)
女	3,332人	(-5)
世帯数	3,450世帯	(-14)

()は前月比

戸籍の届出について

戸籍の届出は休日も対応しています。休日にお越しの際には連絡事項等がございますので、事前に町民課総合受付係までお電話ください。(☎ 68-7003 ※休日可)

編集後記

8月13日に「はぼろ花火大会」が開催されました。昨年も写真撮影をしましたが、暗い場所で僅かな光を撮ることはかなり難しいです。

8月25日から26日の2日間、札幌市で2年ぶりに広報広聴技術研究会が開催され、撮影時のカメラ設定について学びました。この知識がある状態で写真撮影したら、もう少し良い写真が撮れていたかもしれませんね。(N)



Dr. 佐々尾の健康カルテ

国民のうち病気やけが等で症状がある方（有訴者）に関する統計を厚生労働省がまとめており、最新の2019年のデータでは人口1000人あたり302.5人とされており約3割の方が、65歳以上に限ると433.6人で43%以上がなにかしらの自覚症状があります。「腰痛」「肩こり」「手足の関節痛」の順に多いそうで、65歳以上に限ってみると、これらの症状がある方は30%を超えるとの結果です。

外来では「湿布もついでにもらいたい」と言われることが多くあります。上記の通り、湿布を使いたくなる症状の方は多くおり、病院を受診される年齢層はとくに多いからでしょう。2016年以降国の方針で湿布の処方に関して制限が設けられるようになりました。ありふれた症状に対する薬を保険診療で処方されることは、国の医療費を増大させることにつながるからです（80億円以上との試算があります）。もちろん、骨折や捻挫などの急な痛み、関節リウマチによる慢性の痛みの場合には、医療機関で湿布が処方されるべきです。

処方枚数の制限もあり、「足りない！」と言われることもあります。しかし、話を聞けば「1日で1袋使う」という方もいてびっくりします。「湿布は薬である」ということをぜひ認識していただきたいと思います。湿布は痛み止めとして使用される成分を含み、飲み薬と比べて臓器への負担は少ないものですが、当然枚数が増えると負担がかかります。4枚以上連日貼付すると胃潰瘍の危険度が上がるとの報告が従来ありますが、当院ではそれまでの枚数ではない方でも胃潰瘍を発生される方もいらっしゃいます。最近ではロキソプロフェンテープ1日2枚が5日を超えると内服に匹敵するとの報告もあります。

湿布は局所の炎症に対して用いるため、炎症が起こっていない場所に貼ってもあまり意味をなしません。骨折や捻挫、打撲、筋肉痛など炎症があれば有効ですが、脊柱管狭窄症など神経障害による痛みやしびれなどは、炎症ではないので湿布の効果は得づらいと考えられます。また急な痛み・鋭い痛みは冷やす方が良いですが、慢性的な痛み・鈍い痛みは暖める方が効果が高く、入浴してよく体を温めたり、蒸しタオルを当てて患部を温めることが有効です。薬局にも湿布が販売されていますので活用してかまいませんが、使用方法や使用量は注意しましょう。

(北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師)

