

✦ contents.

市街地区で町政懇談会を開催しました ②

10月1日 路線バスダイヤ改正
～道立羽幌病院バス停を移転します～ ⑦

情報プラザ | 除雪サービスを希望する方はお申し込みを ⑫





市街地区で 町政懇談会を開催しました

6月29日に未就学児童及び乳幼児保護者、7月20日に市街地区一般の町政懇談会を開催し、たくさんのご意見、ご要望を伺いました。今月号ではその一部をご紹介します。

町からは、町長をはじめ、副町長のほか関係課の職員が出席し、参加者とのフリートークを行いました。

◆印は参加者の発言内容▼印は町長はじめ、町の発言内容です。掲載の都合から、発言の内容は一部抜粋し掲載しています。

未就学児童及び 乳幼児保護者

◆ここ（子育て支援センター）で、子どもをいつも遊ばせていただいています。トイレトレーニングをさせてもらっていて、大人も同じトイレを使うのですが、和式が2つで洋式が1つだけです。人数が多いと行列ができてしまいます。また、お年寄りの方も洋式が増えれば使い勝手が良くなると思います。公民館も和式が多くて洋式が少ないので同じことを感じています。

▼簡単に「はい、分かりました」ということは言えないのですが、この施設もできてからそれなりの年月が経過しており、その中で、時期は明言できませんが、改修のタイミングで考えていきたいなと思っております。しばらくはご不便をかけるかも知れませんが、あるものの中でご利用いただければ幸いです。

▼以前の子育て支援センター（旧羽幌保育園）には子ども用のトイレはたくさんあったのですが、建物の老朽化と認定こども園への移行があり、こちらに移転した経緯があります。そういった事情により、元々子育て専用の施設ではないためご不便をおかけしていることは承知しております。

◆子どもの遊び場をもう少し増やしてほしいなと思います。オロちゃんランドなども雨が降ったら遊べません。雪の日、風の日などもやっぱり遊べません。室内遊び場というのが少なく、こども午前中は曜日が決まっています。午後からは大体この学年は寝るため、遊びません

ので、午前も毎日開放してくれたらと思います。例えば、秩父別にある室内遊技場のよう、そこまで大規模でなくても、滑り台とか室内で体を動かして思いっきり遊べるような場所を提供していただくと良いなと思います。

▼公民館や総合体育館はどうでしょうか？

◆公民館も総合体育館も使えますが、遊具という遊具がありません。

▼公園の遊具を利用している方の声をよく聞きますが。

◆公園は晴れた日にはよく活用させていただいていますが、ハイハイする時期の子だと感染症の心配があるので、外ではさせたくないのが正直なところ。室内で思いっきり遊ばせてあげたいです。

▼希望は分かりました。担当課で検討いたします。

◆子どもが大きくなって使わなくなったものを広告に載せてみるのはどうでしょうか。意外と使える期間が短くて、それを上手く活用出来たらと思います。

▼使ってもらいたい人もいます。

でしょうし、あげたい人もいます。

◆転勤族のみなさんとかですと、知り合いが少ないので情報がなかなか回ってきません。情報が保護者に分かるようにしてもらえたらと思います。

▼担当課で検討いたします。

市街地区一般

◆受動喫煙について。役場の正面玄関向かって左手にタバコの吸殻入れが設置されていますが、匂いがします。親子連れの利用者の方もおられると思うのですが、やっぱり匂いは気になると思います。議会は玄関前に置いていたのを、職員玄関下に持って行きましたよね。あそこからだ匂いはしません。吸うのであれば、そこで吸っていただければ良いと思います。なぜ今も正面玄関側に置いているのかをお聞きしたいです。それともう1点、学校は敷地内含めて禁煙にしていたのかないかと駄目だと思っています。どのように対応なされているのかこの2点についてお聞きしたいです。

▼今おっしゃられた通り、正面玄関向かって左手のちよつと奥まったところですけれども、来客用ということで1基設置しております。ご指摘の通り、吸わない人にもその煙が行くということもあるのかとは思いますが。私も毎日出入りしておりますが、正直なところそんなに影響あるのかな、どうなのかな、という部分もあります。来客者に全く吸わせない環境になるというのは、先ほどおっしゃられたようにそういうことにもならないので、どのくらい煙の影響があるのかも一度確認をし、対応について検討したいと思います。もう少し奥に置けばそれで良くなるかもしれませんが、職員玄関下にしてしまうとそれはそれで分かりづらいつつといった意見もあるでしょう。

◆一般の人向けには玄関に案内版でも付ければ良いのではないのでしょうか？職員や議会議員もそこで吸っていると思いますし。

▼ちよつとした会議が役場であつて、ほんの4〜5分程度の休憩時間で吸うという人も

いるかと思いますが、そういう状況も鑑みつつ、どういう形がいいのかを考えたいと思います。

◆地下にしても遠くはありませんし、役場には小さなお子さんも来ます。今はこういう時代ですし、くれぐれも影響のないようにお願いしたいです。

▼影響を及ぼさないように考えていきたいです。

◆学校の方はどうでしょうか。過去には外行事の時などにそこかしこで吸って、吸殻をばい捨てするということがあり、PTAと協議をして灰皿を置いた経緯があります。しかし、最近は敷地内全面禁煙ということでご協力いただいている状況になっております。

◆はい、分かりました。

お問い合わせ

地域振興課広報広聴係
☎6817013
(課直通)

北海道羽幌高等学校 キャリア教育講習会の開催について



9月20日（木）
冬季五輪メダリスト
ノルディック複合で冬期五輪
3度出場、W杯2位
阿部 雅司
「金メダルへの道のり」



9月25日（火）
オリンピック
女子アルペンスキーで冬期五輪
3度出場、W杯3位
川端 絵美
「世界に挑み、そして今思うこと」

会場 羽幌町中央公民館大ホール
受付・入場 13時00分から
開始時間 13時30分
入場料 無料（どなたでも参加できます）
申込み 不要（ただし、満席の場合は立ち見になります）

主催 北海道羽幌高等学校
後援 羽幌高校PTA、羽幌高校同窓会

☎ お問い合わせ
北海道羽幌高等学校 ☎ 62-1050



↓

③想像してみてください
高齢者には貴重な筋肉、加齢により減少していたかもしれない25kg（2,554kg×年1％）を加味すると、合計32kgもの筋肉が増量されたと考えることができます。
脂肪についても、66人で20kgの脂の固まりを減少させたことになります。持ち上げるのもちょっと大変です。
筋肉と脂肪、差引で合わせると52kg、一人あたり780gのステーキが夕食に出てきたら食べられますか？しかも4割は脂身なので、なんだか想像しただけで胸やけがしそうですね。

↓

④2年目の運動教室を終えて
普通に生活していても、毎年1％ずつ減少する筋肉量、しかも「冬期」「お正月」と、高齢者に限らず体にとっては非常に厳しいシーズン中の事業としては、皆さんの努力の結果「効果が期待できる」事業結果を得ることができたと思います。このため、引き続き事業を継続し、効果を見守りたいと考えています。

**今年度も冬期自主運動教室の参加者を募集します
～今年は1ヶ月早めた11月からスタート～**

募集期間 平成30年10月1日～平成30年10月15日まで
開催期間 平成30年11月1日～平成31年 3月31日まで
募集対象 町内に住む65才以上の方
参加費 無料
定員 200名
場所 総合体育館
服装など 上靴（運動靴）が必要です。動きやすい服装であれば、普段着でも構いません。



その他
・教室参加者は月1回、総合体育館（体力測定室）で体成分分析機（両手両足、部位毎の筋肉量や体年齢などが計れます）を無料で利用していただけます。具体的な数値で体の成分を見ることができますので、運動意欲の維持にも効果的です。
・この事業の効果を測りたいと思いますので、最初と最後の最低2回は計測をお願いします。

内容
・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運動する必要はありません。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。

➡ 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（課直通） まで

突 然ですが、加齢により30～40代をピークに毎年1％ずつ筋肉量が減少していき、特に下半身に関しては、60代の筋肉量は20代に比べて20％以上も減少しているとの説があるそうです。「つまり先があがらない」「最近よくつまずく」などなど、なにか思い当たることはありませんか？
さらに、怪我などで入院・安静にしていると、高齢者の場合、2週間で2割の筋肉を失うとも言われています。1年で1％の自然減と考えると、2週間の入院で一気に20才分も歳をとってしまうかもしれません。
元々の体重や骨格・身長などが違うので、何割失ったら寝たきりになるのかは個人差がありますが、高齢者は筋肉量に余裕のある方が少ないため、寝たきりまでのボーダーラインは意外と近い場合が多く、せっかく怪我や病気を治療してもらっても、立ち上がれなくなつては元も子ありません。
これまで、加齢による運動機能の低下は当たり前のことと思っ

ちょきん

貯筋	で	防	ご	う	
運動	器	症	候	群	

「転ばぬ先の杖」改め「転ばぬ先の貯筋」、筋肉量に余裕を持って、不意のケガや病気に備えましょう。

の健康番組などで取り上げられるようになっていきます。
「〇〇症候群」などと大仰な名称を付けられたり、テレビを見てみると「自分は病気？」と心配になります。が、大丈夫です。医療（治療）が必要な場合を除いて、大概の人は栄養と運動で予防・回復が可能です。（栄養と運動でしか予防できないとも言えます。）
普段から栄養や運動に気を配り、コツコツと貯筋に励みましょう。

**平成29年度
冬期自主運動教室の状況**

昨年度、2年目の冬期自主運動教室には、119名の方々に参加いただきました。
2年目は、新たな試みとして体成分分析機を活用していただきましたので、皆さんの努力の結果（測定結果）をお知らせしたいと思います。

①最初と最後の測定値の平均（66名の平均値）

筋肉量	38.7kg → 38.8kg	0.1kgの増
脂肪量	16.7kg → 16.4kg	0.3kgの減
体脂肪率	28.1％ → 27.9％	0.2％の減

平均値では、僅かですが筋肉量の増加、脂肪量の減少が見られました。



②最初と最後の実際の量を比較
左の平均値をご覧になって「な～んだ、全部小数点以下でたいした効果は無いじゃないか」と思われますか？
しかし、筋肉量と脂肪量の測定者全員の実量を積み上げた値を比較してみると・・・。
筋肉量 2,554kg → 2,561kg 7kgの増
脂肪量 1,103kg → 1,083kg 20kgの減

↓ 次ページ③へ

「特定保健指導を受けましょう！」

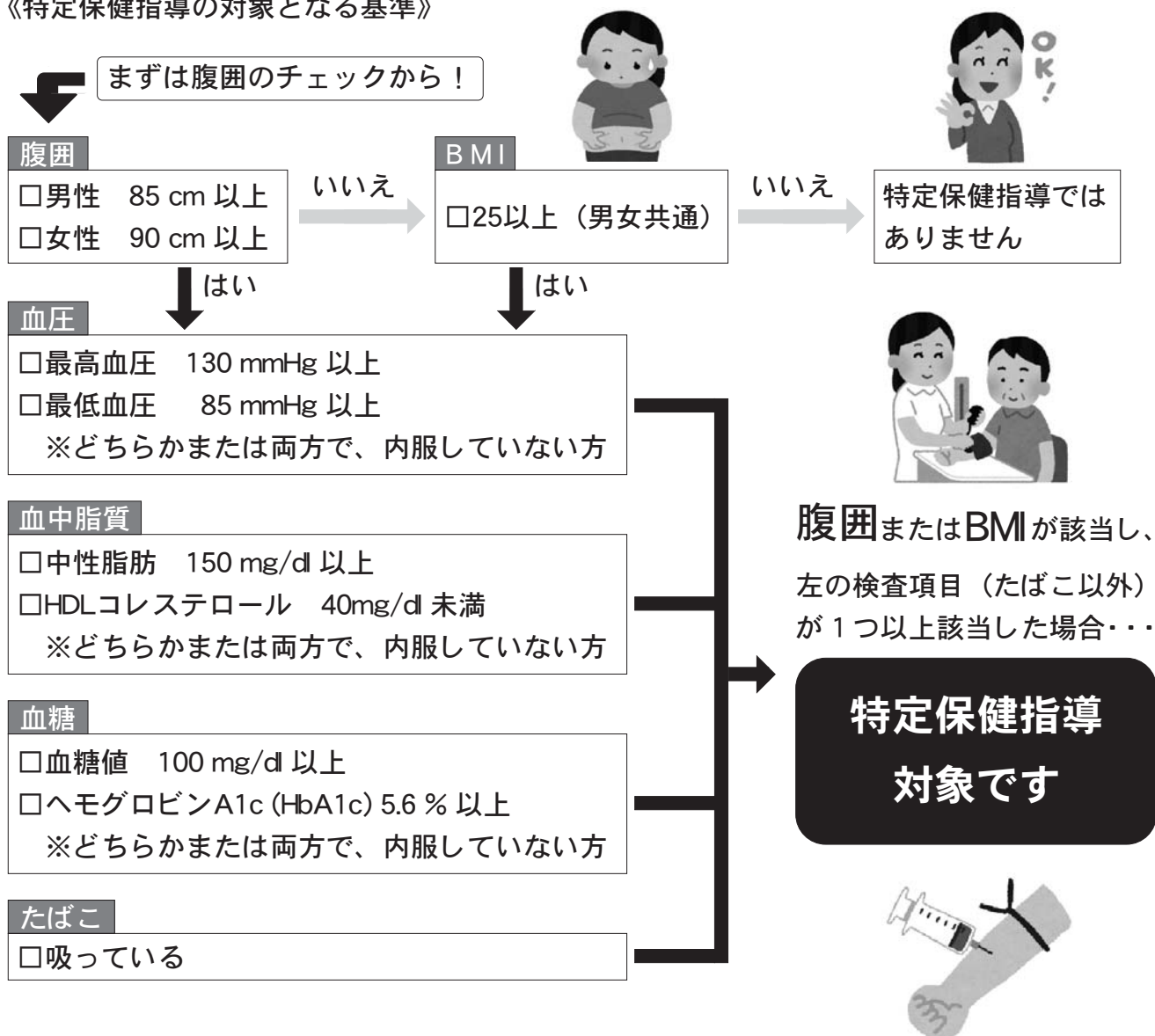
文＝竹内 志保（保健師）

生活習慣病は、一人ひとりがバランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身につけることにより予防可能です。そのために健診は毎年受けて、ご自身の健康状態（健診結果）を確認し健康づくりにつなげていくことが重要です。受けっぱなしでは意味がありません。

羽幌町では、健診を受けた結果をみて、生活習慣病を発症するリスクが高く、生活習慣の改善によりその予防効果が高く期待できる方に対して、保健師・管理栄養士による生活習慣の見直しや減量へのサポートを行う特定保健指導を行っています。

対象となる方は、羽幌町国民健康保険に加入する40歳～74歳の方で、内臓脂肪蓄積の程度と病気になるリスクの数により選び出されます。対象となった方には、健診の1ヶ月後くらいに個別にご連絡しています。連絡を受けた方はぜひご利用ください。一緒に健康で美しいからだを目指しましょう！

《特定保健指導の対象となる基準》

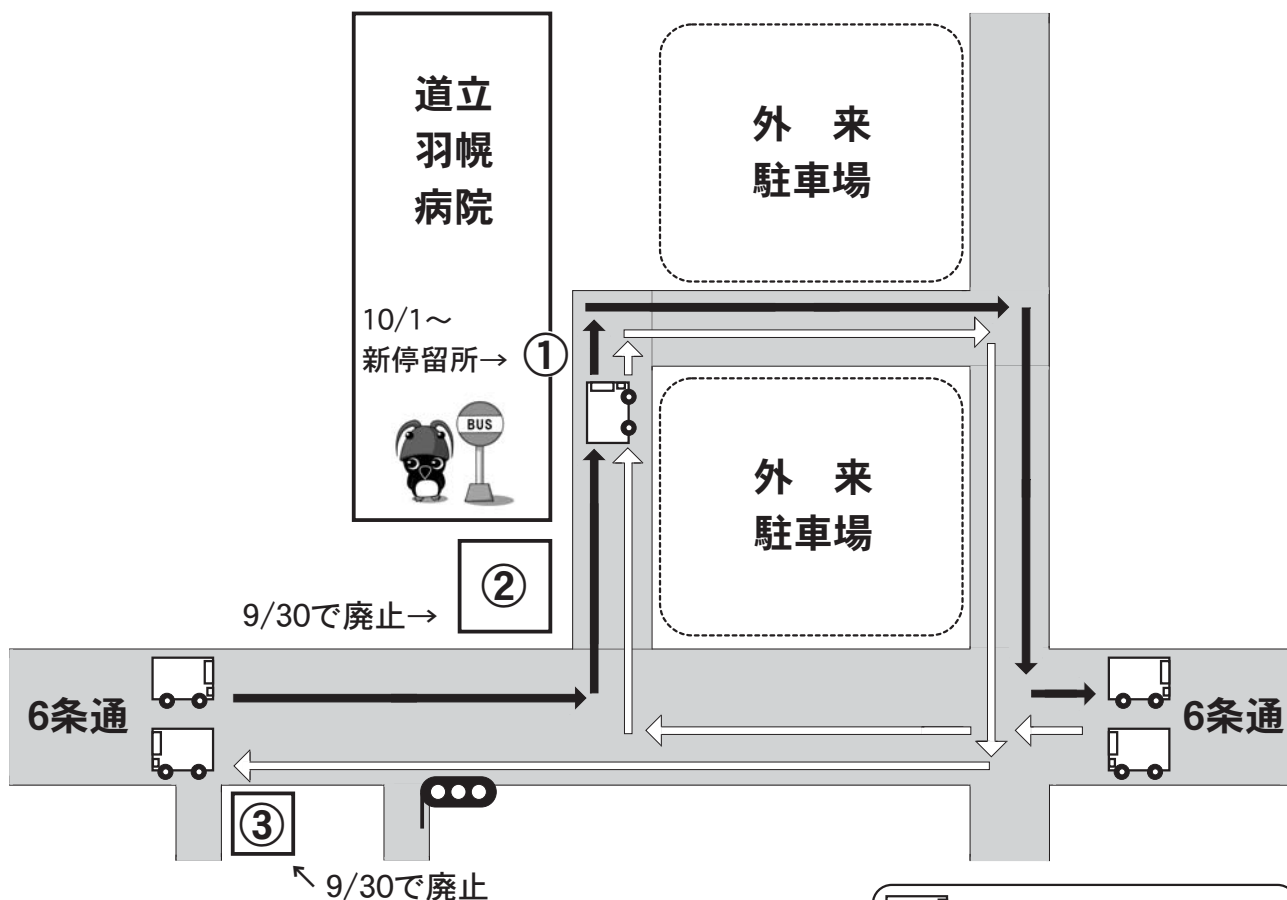


10月1日 路線バスダイヤ改正 ～道立羽幌病院バス停を移転します～

10月1日より路線バスの6条通から道立羽幌病院玄関前への乗り入れが開始になります。
また、ダイヤ改正も実施します。

【変更点】

- ・「道立羽幌病院」バス停を病院玄関口に移設します。(①参照)
- ・6条通の現停留所は9月30日をもって廃止します。待合所についても廃止になります。
(②・③参照)
- ・一部の便の通過予定時刻を見直します。新ダイヤは9月中旬に発表予定です。



※病院玄関口へバス停移設に伴い、
道立羽幌病院駐車場が一方通行になります。



①10/1～ 新停留所



②9/30最終便で廃止
現停留所・待合所



③9/30最終便で廃止
現停留所・待合所

まちの出来事

from.
photoclip

8月 | Aug

1 総合体育館で札幌国際情報高校なぎなた部が来年3月に兵庫県で行われる新人戦に向けて3泊4日の合宿を行いました。(8/8～11)

2 はぼろサンセットビーチにおいてサンセットビーチCUPビーチバレーボール大会が開催されました。2人制、4人制の部に全道各地から48チーム160名が参加しました。(8/5)

3 総合体育館において札幌英藍、札幌丘珠、札幌北陵、旭川東、天塩高校女子バレーボール部が合同合宿を行いました。顧問10名、選手56名が参加しました。2日目からは、試合形式を中心とした練習を行いました。(8/12～14)

4 総合体育館で神奈川大学剣道部の夏合宿が行われました。9月に行われる「関東学生剣道優勝大会」に向け、男女合わせて58名のみなさんが練習に励みました。(8/20～25)

5 中央公民館で羽幌町戦没者追悼式が行われ、遺族や来賓39名が参列しました。はじめに戦没者369柱の名簿を献上し、サイレンとともに黙祷を捧げ、式辞、追悼のことばが述べられました。(8/20)

6 特別養護老人ホームでしあわせ会主催の盆踊り会が開催されました。ホールには模擬店も出店され、入居者ほか約250人が盆踊りを楽しみました。(8/9)

7 商工会青年部主催の大盆踊り大会が役場総合車両車庫にて行われました。会場は帰省客などの参加者で賑わい、夏の終わりを満喫していました。(8/14)

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



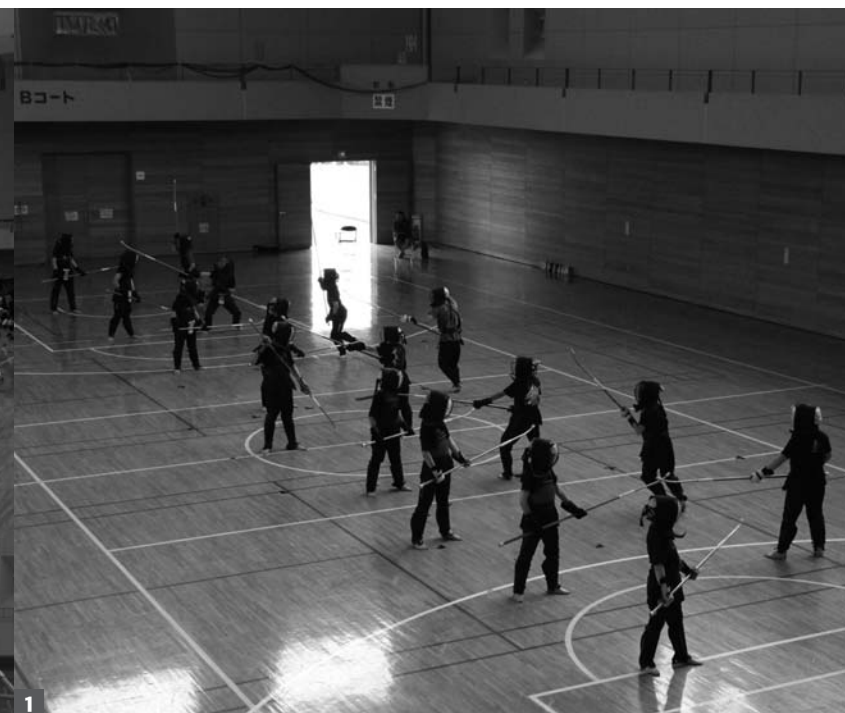
6



4



7



1



2



Dr. 佐々尾の健康カルテ

「先日来院していた研修医の先生から聞いたお話。温泉に入っていたら患者さんに「今日病院に行って、点滴してくれな」と言われたけど、点滴してほしかった」と言われたそうです。そして「本人はサウナに入って元氣そうなんですけどね」とも。たしかに外来で「点滴してください」と言われることがあります。患者さんは、「ご飯が食べられないから」「熱があるから」など、様々な理由をおっしゃいます。点滴は血管の中に水分や薬を直接入れるものです。たしかに直接入るといふことだと、よく効きそうなイメージを持つかもしれませんが、全く食事を自分で摂ることができない場合の水分補給や、体の中のミネラルのバランスが崩れているときの調整、重度な感染症を起こした場合の抗菌薬などでは有効です。しかし、水分を自分で少しずつでも摂ることができる場合は、積極的に行う必要がありません。点滴は単なる水ではありません。

水分補給の意味のある点滴であっても、様々な種類があり意義も異なります。例えば、体の全体に行き渡るものや、血管の中に残りやすいもの、腎臓の悪い方には使えないもの、カリウムのあるものなど、それぞれ患者さんの病状に応じて使用します。心不全のある患者さんに点滴をすると、心臓に負担をかけてしまいやすいです。腎臓の悪い方だと体のミネラルのバランスを崩してしまふこともあります。またカリウムは、一般的に外来で使えるものには200キロカロリーしか入っていませんから、栄養補給の意義は低いのです。冒頭の患者さん。温泉に入りに行けるので元氣ですし、結局点滴してもサウナで汗を外へ出ますし、カリウムも消費します。基本的には水分は腸から吸収する方が体には良いので、食欲がないときでもこまめな水分補給や、液体型の栄養補助食品を活用することが良いでしょう。

(北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師)

北海道立羽幌病院からのお知らせ【平成30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	内科第1診療室	○	○	○		○	⑩は消化器 佐々尾医師 ⑪は呼吸器 ⑫は禁煙外来 重原医師(*19日完全予約) (第4水曜日24日は休診)	8:00~11:00
						◎			
							◎		
	予約制	内科第2診療室	○	○	○	○	○	⑬は循環器(*第4水曜日 24日) 留萌市立病院 高橋医師 札幌医大 木村教授(11日予定) *変更となる場合もあります	※完全予約制
					◎	*			
午後	予約外	内科・外科・整形外科 (総合診療医)	○	○	○	○	○	札幌医大 木村教授(11日予定) *変更となる場合もあります	8:00~11:00
	予約制	整形外科		○				引野医師(2日)	※予約制
	予約優先	整形外科	○			○		大野医師(11日)・覺田医師(22日)	8:00~11:00
	予約制	内科 (呼吸器・禁煙外来)					◎	重原医師(*19日完全予約)	13:30~15:00
	予約外	内科・外科・整形外科 (総合診療医)	○	○		○		(1日・2日・4日・9日・11日・15日・16日 ・18日・22日・23日・25日・29日・30日)	13:30~15:00 (9日・23日は内科のみ)
	予約制	整形外科		○				渡部医師(9日・23日)	※完全予約制
小児科			○	○	○	○	○	旭川医大 井上講師(1日・15日予定) *変更となる場合もあります	8:00~11:00 13:00~15:00
婦人科 (毎週火曜日)				○				金野医師	8:00~11:00 13:30~15:00
眼科 (毎週火曜日及び第1・3水曜日)				○	○			旭川医大より	※全日完全予約制
泌尿器科 (毎週木曜日)						○		札幌医大より	8:00~10:30
耳鼻咽喉科 (第1・3・5水曜日)					○			札幌医大より(3日・17日・31日)	※完全予約制
皮膚科 (毎週金曜日)							○	札幌医大より	8:00~11:00
巡回診療			上築集会所：第1火曜日(2日) / 中央老人寿の家：第1木曜日(4日)						14:30~15:30
人間ドック・特定健診			人間ドック：毎週水・木曜日 / 特定健診：月～金曜日						※予約制

- 注1 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみ受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。
 注2 内科と外科・整形外科を同日受診希望の方は、同日の内科の午後外来を予約できます。
 注3 応援医師等は変更されることがあります。実際に受診される場合は事前に病院までお問い合わせください。

***平成30年9月から、皮膚科は毎週月曜日から金曜日に変更となりました。**

☎お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060



◇◇◇ 今月のおすすめ図書 ◇◇◇



一億円のさようなら

白石 一文 著/徳間書店

連れ添って20年。発覚した妻の巨額隠し資産。次々と明らかになる家族の秘密。爆発事故に端を発する化学メーカーの社内抗争。もう誰も信じられない。鉄平は人生を取り戻すための大きな決断をする…。



星空を届けたい

出張プラネタリアム、はじめました!

高橋 真理子 文/ほるぷ出版

どんなに空が晴れていても、どんなに大切な願いがあっても、本物の星空を見られない子どもたちが同じ日本にいます。プラネタリアムを持って、病院や被災地へ! 幸せと希望を運びます。

◇◇◇ 新着図書<一部をご紹介します> ◇◇◇

一般書

悪玉伝 朝井 まかて 著

スケルトン・キー 道尾 秀介 著

鏡の背面 篠田 節子 著

四十歳、未婚出産 垣谷 美雨 著

ありえないほどうるさいオルゴール店 瀧羽 麻子 著

燃える波 村山 由佳 著

銀幕のメッセージ 女子大生 桜川東子の推理 鯨 統一郎 著

メ太よ 原田 宗典 著

インジョーカー 深町 秋生 著

生きるとか死ぬとか父親とか ジェーン・スー 著

児童書

おしりたんてい みはらしそうのかいじけん トロル 著

秘密基地のつくり方教えます 那須 正幹 作

NEWウォーリーのふしぎなたび

マーティン・ハンドフォード 作・絵

5分後に意外な結末 オレンジ色に燃える呪文

桃戸 ハル 編著

ナイスキャッチ! III 横沢 彰 作

ローズさん 澤井 美穂 作

みえるとか みえないとか ヨシタケシンスケ さく

シロクマのしゅくだい ティラ・ヒーダー 作

ふねのとしょかん いしい つとむ 作

ごろりん たまねぎ いわさ ゆうこ さく

お知らせ!

① 2018 上半期(1~6月)ベストリーディング

1位: おらおらでひとりいぐも/若竹千佐子

2位: おちゃめに100歳! 寂聴さん/瀬尾まなほ

3位 (同率3冊): ①この世の春 上下/宮部みゆき ②道標/今野敏

③婚活中毒/秋吉理香子

② 2018 敬老の日読書のすすめ

公益社団法人 読書推進運動協議会が「心ゆたかに生涯読書」を目標に、中・高年の方々に読書を楽しんでいただくために進めている運動です。図書室にある選定されたおすすめの本を読んでみませんか?

あざらしおはなし会



10月13日(土) 午後2時から
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。

図書室カレンダー

○印は図書室がお休みの日です

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	16	17	18	19	20



はづき
赤坂 蓮月ちゃん(0才2カ月)
父 大地さん 母 祐子さん

元気いっぱい! 笑顔いっぱい!
素敵な女の子になつてね♡



掲載希望の3才くらい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

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	1件	(2件)
死者	0人	(0人)
負傷者	1人	(2人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	19件	(227件)
搬送人員	18人	(222人)
火災件数	0件	(4件)
損害額	0円	(21,951千円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(1人)

公証週間のお知らせ

10月1日（月）から10月7日（日）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！」

公正証書遺言は、自筆遺言証書のように裁判所での検認は必要ありませんし、原本は公認役場で保存していますので、偽造・変造や紛失の心配もありません。また、公証人が自宅や病院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。

お問い合わせ

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

消費税の軽減税率制度に関する説明会の開催について

2019年10月に実施される、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。

内 容

- ①軽減税率制度の概要及び中小企業者への支援措置について
②インボイス制度の概要について

対象者 全ての事業者の方
日 時 平成30年9月28日（金）
午後2:00～午後3:00

会 場 羽幌町商工会（ハートタウンはぼろ3階）
主 催 留萌税務署・羽幌町・苫前町・初山別村・羽幌町商工会・苫前町商工会・初山別村商工会・留萌間税会・一般社団法人留萌地方法人会・留萌地方青色申告会連合会・留萌小売酒販組合

申込・お問い合わせ
留萌税務署 調査部門 ☎ 0164-42-0664

「働き方」が変わります！！～2019年4月1日から働き方改革関連法が順次施行～

- ①時間外労働の上限規制（月45時間、年350時間）が導入されます！【施行：2019年4月1日～】
※中小企業は、2020年4月1日～
- ②年次有給休暇の確実な取得（毎年5日、時季を指定）が必要です！【施行：2019年4月1日～】
- ③正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の不合理な待遇差（基本給や賞与など）が禁止されます！
【施行：2020年4月1日～】
※中小企業は、2021年4月1日～

詳細は北海道労働局ホームページをご覧ください。
https://jsite.mhlw.go.jp/hokkaido-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/koyou_kintou/hourei_seido/_120025.html

申込・お問い合わせ 北海道労働局
雇用環境・均等部 企画課 ☎ 011-788-7874

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 1,450,000円

お問い合わせ 羽幌町社会福祉協議会内
羽幌町共同募金委員会 ☎ 69-2311

狂犬病予防注射を実施します

生後3カ月以上の犬は、法律で年1回の狂犬病予防注射と生涯1回の登録が義務付けられています。次の日程で狂犬病予防注射と登録受付を行いますので、都合の良い会場で受けてください。なお、犬を連れてくるときは、首輪、口輪等をしっかりとつけて犬に慣れた人が連れてきてください。飼い主が押さえることができない犬は、予防注射を受けられない場合があります。犬の登録をしていない場合は、メモ用紙等に「飼い主の住所・氏名・電話番号、犬の種類・毛色・生年月日・名前・特徴」を書いて持参してください。当日は大変込み合い、登録手続きに時間がかかる場合がありますので、事前に役場で登録することをお勧めします。

日 時 9月21日(金) 午前10:00～午後4:30
注射料金 3,110円(毎年1回)
訪問料 600円(戸別訪問希望者のみ)
登録料 3,000円(犬の生涯に1回)

時間	場所
午前 10:00 ～ 10:20	川北老人福祉センター
午前 10:30 ～ 10:50	旧漁協会館(港町3丁目)
午前 11:00 ～ 11:20	幸町南集会所
午前 11:30 ～ 11:50	栄町コミュニティセンター
午後 1:10 ～ 1:30	羽幌消防署
午後 1:40 ～ 2:00	羽幌上水道浄水場
午後 2:10 ～ 2:30	羽幌町役場
午後 2:40 ～ 4:30	戸別訪問 ※事前に申し込みが必要

※当日は同封の狂犬病予防注射済票証を忘れずに持参してください。
※飼い主、飼い犬の異動（死亡、譲渡、所在地の変更）があった場合は、役場へ届出をしてください。春（5月）に予防接種を受けた犬は、今回受ける必要はありません。

戸別訪問の申込・お問い合わせ
町民課環境衛生係 ☎ 68-7003(課直通)

information 情報プラザ

9月に入り、日が短くなり暗くなる時間も早まっています。夕暮れ時、車からは歩行者や自転車がとても見えづらく、交通事故の危険性が高まります。記事にも掲載しておりますが、運転者はもちろん、歩行者や自転車に乗る方も事故に注意するとともに、明るい服装や反射材の利用、早めのライトの点灯をお願いします。

☎ 0164-68-7013(課直通)
➡ <http://www.town.haboro.lg.jp/>
✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

お知らせ

除雪サービスを希望する方はお申し込みを

高齢または身体上の理由などで自力で除雪することが困難な世帯を対象に、除雪サービスを実施しています。希望される方はお申し込みください。

対象世帯

- 羽幌町在住で65歳以上の除雪支援が必要と思われる単身・夫婦世帯及び65歳未満で障がいや難病等により除雪が困難で支援が必要な世帯
(ただし、次に該当しない方)
- ①町民税課税世帯
②町内に家族等が在住している
③除雪の労力を確保できる世帯



実施期間 平成30年12月1日～平成31年3月15日(予定)
利用者負担 無料

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 10月5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・お問い合わせ 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みできます。

忘れずに！ 10月1日納期限の税金は、
国民健康保険税(第3期分)

❗ いちい大学祭作品展

七宝焼きや羊毛クラフト、生け花など、いちい大学生の作品を展示します。

期 間 10月12日(金)～16日(火)

会 場 中央公民館ロビー

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

募集



❗ 羽幌町職員（電気係職員）の募集

次のとおり職員を募集しています。希望される方はご応募ください。

募集職種 電気係職員 募集人員 1名

勤務場所 焼尻発電所(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)

資格要件 ・高等学校卒業の資格を有する(見込みの)者
・年齢30歳以下(平成31年 3 月31日時点)で、焼尻島に居住可能な者※町有住宅(有償)あり。
・普通自動車運転免許(AT限定不可)を有する(見込みの)者
・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 平成30年11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写真貼付
- (2) 身上申告書(羽幌町指定様式)
※(1)、(2)の様式は羽幌町へ請求していただくか、ホームページからダウンロードしてください。
- (3) 成績証明書(最終学校分)
- (4) 取得している免許証・資格証の写し

申込期限 平成30年9月28日(金) 午後5:30 (必着) 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・お問い合わせ 〒078-4198 羽幌町南町1番地の1
総務課職員係 ☎ 0164-62-1211

❗ 第28回おろちゃんマラソン大会

第28回おろちゃんマラソン大会の申し込みを開始しました。健康増進や体力づくりに日ごろジョギングやランニングをされている方はもちろん、ファミリー部門もありますので、ご家族おそろいでご参加ください。



日 時 10月7日(日)
午前10:00スタート(雨天決行)

参加資格 小学生以上の方

コ ー ス 総合体育館～中央方面(往復)

参 加 料 無料

申込期限 9月21日(金) 必着

競技方法 2～10 kmコース各種目タイム順位
(1～6位まで賞状・メダルが授与されます)

ファミリーの部 (男女共通)

- ・ファミリーの部A 2km 小学生1～3年生と親
- ・ファミリーの部B 2km 小学生4～6年生と親

※申込用紙は、羽幌町総合体育館及び羽幌町立中央公民館にあります。

申込・お問い合わせ

中央公民館内 おろちゃんマラソン大会実行委員会
(事務局) ☎ 62-1178 FAX 62-1372

❗ 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、留萌市民の健康増進のために活躍している経験豊かなシニアナース集団、るもいナースコール「結」の代表・副代表を講師に招き「よりよい人間関係づくりのため自己を知る」をテーマに「エゴグラム(性格適性検査)」を取り入れ、仕事・子育て・介護などを前向きに考えることを目的とした講演会を開催します。

日 時 平成30年10月23日(火) 午後7:00

会 場 羽幌町立中央公民館 大ホール

講 師 るもいナースコール「結」
代表 長尾佳子、副代表 貝森凉子

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

イベント・行事



❗ 移動芸術鑑賞バスツアー

『京都国立近代美術館名品展 極と巧 京のかがやき(前期展)』

京都国立近代美術館が誇る日本画と工芸の名品が札幌の秋を鮮やか彩ります。磨かれる、美と手わざの極みと巧み。伝統と革新の日本画、超絶技巧の工芸、美の双壁ともいえるコレクションが一同にご覧いただけます。今回、当バスツアーでは前期展を鑑賞します。この機会に是非、京の名品をご堪能ください。



期 日 10月13日(土)

会 場 北海道立近代美術館
(札幌市中央区北1条西17丁目)

日 程 午前 7:30 中央公民館前 集合／出発
午前11:30 アリオ札幌 (予定) 昼食／休憩
午後 1:00 北海道立近代美術館 到着
午後 3:00 北海道立近代美術館 出発
午後 7:00 中央公民館前 到着／解散

対 象 町民(中学生以下は保護者同伴)

参加費 一般1,100円/高次生600円/中学生400円/
小学生以下無料(10名以上の団体割引料金)/
旅行傷害保険料100円(当日徴収)
※昼食代は自己負担

申込期限 10月8日(月) まで

募集人数 40名(応募多数の場合は抽選です。10名に達しない場合は中止します。)

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

❗ のんびり自然観察会「秋の野山散策」

羽幌近郊の身近な自然を楽しむ「のんびり自然観察会」。今回は羽幌川の支流に遡上するサケや、そのサケを狙うワシ類など、羽幌の秋を探します。

日 時 10月6日(土) 午前9時30分～午後0時まで
※悪天候の場合は翌7日(日)に延期

集合場所 北海道海鳥センター

参 加 料 100円(傷害保険料として)

申 込 不要

持 ち 物 長靴(無ければ歩きやすい靴)、水筒、
双眼鏡(貸出用もあります)

お問い合わせ 北海道海鳥センター ☎ 69-2080

❗ 「秋の交通安全運動」が実施されます！

運動期間 9月21日(金)～30日(日)の10日間

～交通事故防止のポイント～

▶歩行者のみなさんへ

横断前に左右をよく確認し、横断途中の道路中央でも左を確認しましょう。また、外出するときは、明るい服装で夜光反射材を身に付けましょう。

▶ドライバーのみなさんへ

これから、日没が早くなり、歩行者や自転車を見落さないため、ライトを早めに点灯し、対向車や前車がない時はハイビームに切り替えましょう。

また、すべての座席でシートベルト、チャイルドシートをしましょう。



※飲酒運転を根絶しましょう！

飲酒運転を「しない、させない、許さない」を合言葉に、一丸となって飲酒運転根絶に取り組みましょう。

お問い合わせ 羽幌警察署 ☎ 62-1110

❗ 介護保険係からのお知らせ

①10月から介護保険住宅改修に必要な書類が変わります

要介護・要支援認定を受けられた方で、心身の状況等から住宅改修が必要と認められた場合、住宅改修費が一部払い戻される制度があります。住宅改修費の支給申請には工事前に次の書類が必要となりますので、担当ケアマネジャーまたは地域包括支援センターにご相談ください。

必要な書類

- ・申請書
- ・理由書(ケアマネジャー等が作成)
- ・改修前の写真と改修内容・規模が分かる書類
- ・工事費見積書
※平成30年10月から複数の業者からの見積もりが必要になります。
- ・住宅所有者の承諾書

②10月から介護保険福祉用具貸与(レンタル)価格の上限が設定されます

要介護・要支援認定を受けられた方が自宅で日常生活が送れるよう、心身の状況等に合った福祉用具を借りることができます。

平成30年10月から貸与価格の上限が設定されます。貸与価格の上限を超える商品は介護保険の対象外となりますので、担当のケアマネジャーに確認ください。

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(課直通)
地域包括支援センター係 ☎ 62-6021(課直通)

＋ 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
1日(月)	苺くらぶ*	午前9:30～	健康センター
3日(水)	小苺くらぶ*	午前9:30～	健康センター
4日(木)	あいあいサークル*	午前9:30～	健康センター
4日(木)	乳児健診★	午後1:00～	健康センター
5日(金)	離乳食教室*	午前10:00～	健康センター
10日(水)	こっこくらぶ*	午前9:30～	健康センター
11日(木)	あいあいサークル*	午前9:30～	健康センター
18日(木)	あいあいサークル*	午前9:30～	健康センター
21日(日)	婦人科健診★	午前8:45～午後4:00	健康センター
22日(月)	婦人科健診★	午前7:45～午後0:00	健康センター
22日(月)	小苺・苺くらぶ*	午前9:30～	健康センター
25日(木)	あいあいサークル*	午前9:30～	健康センター
25日(木)	3歳児健診★	午後0:30～	健康センター
31日(水)	こっこくらぶ*	午前9:30～	健康センター
毎週火金	うさこちゃん遊びの広場*	午前9:30～	健康センター

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
＊子育て支援センター ☎ 62-1656

「ごごうさ」開放中です！（午後1:00～4:00）

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＞

「ごごうさに行きたいけど、小学生の兄姉がいるから行けない！」という方、今後、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。

人 「特設行政相談所」を開設します

10月15日から21日までの一週間を行政相談期間と定め、これに伴い次のとおり特設の行政相談所を開設します。

日時 10月11日(木) 午前10:00～午後0:00

会場 役場1階 記者室

お問い合わせ 町民課総合受付係 ☎ 68-7003（課直通）

健康

＋ 介護予防事業「運動と健康寿命の関係」

健康寿命という言葉をご存じですか？現代は超高齢社会と言われていますが、ただ単に寿命を延ばすだけではなく、いかに健康的に自立した生活ができる期間を延ばすかが重要です。運動と健康寿命の関係について、この機会にぜひ一緒に学習してみませんか？

日時 平成30年10月15日（月）
午後1時00分から午後3時00分
（受付は午後0時30分から）

場所 羽幌町中央公民館 小ホール
講師 財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団
健康運動指導士 佐竹 恵治 氏

対象者 羽幌町に住む60歳以上の男女（障害や疾病によって運動に支障の無い方）

持ち物 運動靴、タオル、飲み物、運動しやすい服装

申し込み すこやか健康センターまで

締め切り 平成30年10月10日（水）

メールアドレス k-houkatsu@town.haboro.lg.jp

お問い合わせ すこやか健康センター内
羽幌町健康支援課地域包括支援センター係 ☎ 62-6021

＋ 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。

21日(日)

加藤病院（羽幌町）

☎ 62-1005



人 スキー指導員等受検者募集

羽幌スキー連盟では指導員等受検者を募集します。

① **S A J公認スキー指導員**

資格 満21歳以上の方でS A J基礎スキー準指導員を取得後2年以上経過している方

② **S A J公認準指導員**

資格 満18歳以上で級別テスト1級以上の方

③ **北海道認定指導員**

資格 満18歳以上で級別テスト2級以上の方

年齢基準日 平成31年4月1日

募集の期限 平成30年10月5日(金)まで

申込・お問い合わせ

羽幌スキー連盟 佐々木・大西まで ☎ 62-1211

相談

人 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11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 10月11日(木) 午後1:30～3:30

会場 役場1階 記者室

お問い合わせ 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 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）

人 羽幌町職員募集のお知らせ（臨時職員）

平成30年度の臨時職員を募集しています。希望者は次の条件等を参照のうえお申し込みください。

募集職種 老人福祉センター清掃員（臨時職員）1名

募集要件 ①平成30年10月15日から翌年 3月31日まで勤務可能な者
②羽幌町に在住し、通勤可能な者（在住予定者含む）

勤務条件 月～金曜日
午前 9時00分～午前11時00分（休憩なし）
※休日は土・日・祝祭日及び12月30日～翌年1月5日

賃金 時給 875円

福利厚生 非常勤公務災害等加入

勤務場所 羽幌町老人福祉センター（羽幌町北大通2丁目）

申込方法 市販の履歴書に写真を貼付し、提出ください（郵送可）

試験方法 書類選考、面接試験（書類選考合格者）

申込期限 平成30年 9月28日（金）
午後 5時30分まで（必着）

試験日時 10月上旬 ※後日、応募者へ個別周知します

申込・お問い合わせ

〒078-4198 北海道苫前郡羽幌町南町1番地の1
羽幌町役場 福祉課社会福祉係 ☎ 0164-68-7004（課直通）

人 第66回羽幌町民芸術祭作品募集

今年も町民芸術祭（展示部門）を開催します。サークル・団体に属していない方でも大歓迎です。みなさんの力作を出品していただき、芸術祭と一緒に盛り上げましょう！出品規格など詳細はお問い合わせください。

開催期間 10月27日(土)～29日(月)

会場 中央公民館ロビー

出品資格 町民であればどなたでも出品できます。

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(日)

本来、第4日曜日は休館日となりますが、10月の休館日は無しとします。町民芸術祭実施のため貸館はできませんが、図書室や共用スペースは通常通りご利用いただけます。

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

人のうごき

平成30年8月届出分を掲載(希望者のみ)

おたんじょう

服部 蒼来^{そら}くん (勇吾・星香) 北大通

おくやみ

松金 忠^{ちゅう}さん 76歳 北2の2
小野 義則^{よしのり}さん 82歳 北5の1
東原 博^{ひろ}さん 77歳 栄町
土田 つま^{つむ}さん 100歳 中央
本間 柳^{やなぎ}さん 94歳 栄町

人口と世帯数(8月末)

人 口	7,042 人	(- 2)
男	3,383 人	(- 1)
女	3,659 人	(- 1)
世帯数	3,620 世帯	(+ 3)

() は前月比

編集後記

朝夕はピリッと寒さを感じるようになりましたね。そろそろ半袖シャツからの衣替えの季節なのかもしれませんね。みなさんはこの夏はどのようにお過ごしでしたか？ 児童、生徒のみなさんは、夏休みの宿題、課題をきちんとされたことでしょうか。町民のみなさまにはお盆には、ご家族、ご親戚が家に大集合と年に2回あるか無いかの賑わいだったと思います。

9月に入っても色々なイベント・行事がありますのでいましばらく楽しんでください。体調にだけは充分ご注意ください。(k)

地域おこし 協力隊 天売隊員の日記



「い！」と普段の反動がやってくる。とがあり、今回の旅行はそれです。フリービンの交通マナーはめちゃくちゃで、歩行者が道を渡りたくても車やバイクが途切れることはほぼありません。少しでも切れた間を猛ダッシュで駆け抜けるしか術はなく、道を渡るだけかなり楽しいです。

向こうではバイクの後ろに乗るバイクタクシーが主な移動手段です。声をかけ、値段交渉が始まります。相場がわからず、とりあえず値切り、300ペソが150ペソになりました。交渉人西井と呼んでくれと少し誇らしげだったので、その後で調べてみると、その相場は70ペソでした。2倍以上ぼったくられています。

そんなぼったくりとの攻防を繰り返しながら、目的だったダイビングスポットに着きます。とてもきれいな海でした。ですが、かなり荒れています。波が高くマリンスポーツが中止になりトボトボ帰る団体が前を通り過ぎます。それでも自分のダイビングは中止にならず、大荒れの海を頼りないボートで突き進みダイブしました。正直、船酔いしすぎてほとんど海の中の景色を覚えていません。終わった時の(や、やつと帰れるー)という記憶が一番強いんです。何事にも体調が一番大切だということですね。



信号待ちをするバイク

「天売高校生徒募集担当
西井 香南

今月のサークル紹介

茶道みどりの会(裏千家)

当会は平成4年より活動し、毎年、町民芸術祭では公民館口ビーにて御園棚を平向社中協力のもとかけさせていただき、町内外からの皆様と日本文化のお茶の世界を楽しませていただいております。

当会は只今、会員を募集しております。 茶道に興味のある方、一緒に活動しませんか。 ご入会をお待ちいたしております。



☆入会希望者は下記まで☆
北條 090-3891-1486

■活動場所
羽幌町立中央公民館



広報はぼろ 平成30年9月号 No.663 発行 羽幌町 078-4198 北海道苫前郡羽幌町南町1番地1 編集 地域振興課
電話 0164(68)7013 FAX 0164(62)1219 メール c-kouhou@town.haboro.lg.jp ホームページ www.town.haboro.lg.jp