

# いきいき元気あっぴ 健康体操教室日程

9:45～受付 10:00～11:30体操教室

	中央公民館	東公民館	西春別ふれあいセンター
10月	12日(木)	10日(火)	17日(火)
11月	9日(木)	14日(火)	21日(火)

※会場の都合や天候により予定を変更することがあります。

## 地域包括支援センターから

高齢となっても健康寿命を延ばし地域でいきいきとした生活が送れることを目標として、月1回、運動指導や健康維持に関する教室を開いています。

認知症予防にもつながる「脳活性化を意識した運動」も行います。

参加  
対象者

①65歳以上の方。体力、気力の低下が気になる方。  
②誰かと一緒に運動したり、健康寿命を延ばす活動をしてみたい方(64歳以下でも可)。

※健康チェックは行いませんので、体調に不安のある方は事前に主治医への確認をお願いします。

**参加費無料**

地域包括支援センターは、高齢者の介護や生活の困り事の総合相談窓口です

■申込み・問合せ/TEL79-5500(直通) 役場1階福祉部内

## 町民課から

# 秋の一斉清掃を実施します

実施日

**10月15日(日)**

道路や空き地に散乱しているごみや空き缶を拾い、町をきれいにする秋の一斉清掃を実施します。地域や町内会で計画を立て、みんなでごみを拾いましょう。

なお、町内会によって実施日が異なる場合があります。参加するときは、町内会に確認の上、参加してください。

### 一斉清掃に参加するときのお願い

- ごみの分別は、可燃物(紙類、繊維類、食物類、皮革類)と不燃物(可燃物以外のもの、木くず類)に分けてください。
- ごみの収集袋として肥料袋は使用しないでください。(透明または半透明の袋をお願いします)
- 廃タイヤ、廃家電等不法投棄されたものは、収集せず下記担当までご連絡ください。現地確認の上、町が対応します。
- 家庭や町内会から出たごみは、絶対に持ち込まないでください。

問合せ/町民生活担当(内線1212)

## 行政相談週間・特設行政相談所を開設します

10月16日から22日は行政相談週間です。20日には、行政相談委員が、住民の皆さんからの行政に対する苦情や意見等の相談に応じる相談所を開設します。

■日時 10月20日(金) 午前10時から正午まで

■場所 別海町役場1階ロビー 予約不要、相談料無料

本町の行政相談委員

及川 實さん、小西美紀子さん

問合せ/町民生活担当(内線1213)

## し尿と家庭廃水のくみ取りのお知らせ



11月のくみ取り地区は、別海、本別海、走古丹、中春別、豊原、美原、尾岱沼、

床丹、野付半島となります。11月にくみ取りが必要な方は、10月20日までにお申し込みください。

※12月から3月までは、凍結するため、家庭廃水のくみ取りを行いません。家庭廃水のくみ取りが必要な方は忘れずにお申し込みください。

問合せ/町民生活担当(内線1211・1213)



## 除雪をしてくれる 団体を募集

町では、要保護世帯に対し、緊急事態に備え、福祉の向上を図る目的で除雪事業を行っていますが、近年、除雪作業団体の減少により除雪の実施に支障が生じています。

除雪事業を継続していくため、右記のとおり除雪作業団体を募りますので協力していただける団体はご連絡ください。

- 期 間 平成29年12月1日から平成30年3月31日
- 範 囲 町内の市街地
- 内 容 降雪10センチ以上のときに町からの指示により出勤し、玄関先から公道までの人力除雪を行う
- 委 託 料 町の算出規定に基づき別途契約
- 募集締切 10月27日(金)

問合せ／社会・障がい福祉担当（内線1310）



## 上杉貞賞の 推薦について

町では、下記のとおり「上杉貞賞※」の被表彰者の推薦を募集しています。

この賞は、知的障がいのある方で、「社会貢献などにより、他の模範や励みとなった方」を表彰するものです。該当となる方がいる場合は、ぜひ、ご推薦ください。

- 募 集 期 間 10月10日(火)から31日(火)まで
- 推 薦 対 象 者 町内に居住する知的障がい者で、自立更生、善行、社会に貢献するなど、他の模範や励みとなった方
- 推 薦 方 法 所定の推薦書に記入し、下記担当へ提出してください。
- 被表彰者の決定 11月中に審査会を実施し町長が決定します。表彰式は障害者週間（12月3日から9日）の間に行う予定です。

※上杉貞賞は、名誉町民である上杉貞氏の遺徳をしのび、ご家族から福祉の向上に寄与することを目的に寄せられた資金「上杉貞賞基金」により実施しています。

問合せ／社会・障がい福祉担当（内線1311）

## ファミリー・サポート・センター 会員新設のお知らせ

町が実施しているファミリー・サポート・センター事業では、子育てのお手伝いをしてほしい方（利用会員）と子育てのお手伝いができる方（協力会員）を随時募集し、子育て支援の輪を広げています。

10月1日からは、これまでの「利用会員・協力会員・両方会員」に加え、活動内容を保育施設等の送迎に限定した「準協力会員・準両方会員」を新設しましたのでお知らせします。

### ■会員要件

#### 準協力会員

- 健康で積極的に活動できる20歳以上の方（保育士等の資格は不要。子育て経験者大歓迎。）

※会員登録後、子育てに関する知識（主に交通関係）を学ぶ講習会に参加していただきます。

#### 準両方会員

- 利用会員と準協力会員を兼ねる方

### ■協力（両方）会員と準協力（両方）会員の違い

#### 活動内容

- 協力（両方）会員：子どもの預かり・保育施設等の送迎・その他育児のために必要な援助
- 準協力（両方）会員：保育施設等の送迎

#### 講習内容

- 協力（両方）会員：4日間計24時間
- 準協力（両方）会員：1日間計4時間

### ■こんな方におすすめ

- お手伝いはしたいが、24時間の講習を受けるのが難しい方
- 自宅で子どもを預かるのに抵抗がある方
- 少年団の遠征など乗り合わせで移動する際に保険があると安心だという方

### ■申込方法

印鑑、申請者の顔写真（縦4cm×横3cm）を用意し、下記担当または各支所までお越しください。

### ■講習会について

今年度の講習会の日程や内容の詳細については、協力会員・準協力会員の登録状況により、別途お知らせします。

問合せ／こども・子育て担当（内線1314・1331）