

広報

べっかい

2009
(平成21年)

3

No.545





小貫 寛さん(床丹)
大正8年2月4日生



松尾 義明さん(本別海)
大正8年1月29日生



今野マサヨさん(別海)
大正8年1月13日生

長寿90歳 おめでとう

※希望された方のみ掲載しています
町内在住で90歳を迎える方を祝う「別海町長寿賞」が蛸山ユキさん(大正8年1月13日生)と次の方々に贈られました。



小雪像コンクールで1位になった作品「龍の如く」

1/31~2/1

寒い冬を
楽しんじゃえー!

ふゆとぴあ



オープニングを飾った極真空手演武



息をのむ雪上の戦い「雪合戦」



子どもに大人気の
大雪像すべり台



難問続出「耐寒〇×クイズ」



チビッコ雪上ばんば宝探し

ふゆとぴあ in Betsukai2009が別海町農村広場で開催されました。

2日間とも、寒い真冬日での開催となりましたが、来場者は寒さを忘れ、多くのアトラクションで冬を満喫したようです。

1/31

自己記録へ挑戦!

第39回町民スケート大会が小雪の降るなか、町民スケートリンクで開催されました。大会には幼児から一般までの約250名が参加し、選手たちはゴールをめざし、力いっぱいのすべりを見せていました。



アスリート(少年団等に所属)【小1】500M/山口大飛・坂本滯、1000M/山口大飛・坂本滯【小2】500M/松隈柊太、1000M/森井駿【小3】500M/奥山大輝・松隈梨乃、1000M/本荘斗基・松隈梨乃、1500M/福原祥真【小4】500M/石川斗来・酒井美里、1000M/石川斗来・中村瑠菜、1500M/福原充生・酒井美里【小5】500M/近内祐介・沼崎樹実、1000M/森田航貴・金子京夏、【小6】500M/竹崎僚太・染谷華香、1000M/竹崎僚太、1500M/新濱立也・染谷華香【中学校】5000M/岩崎優斗、3000M酒井宏入・宮森美都、500M/竹崎堅太・吉田楓、1000M/近内大祐・高橋芽里、1500M/近内大祐・宮森美都

(結果は次のとおりです。1位のみ掲載、敬称略)

一般【幼児】50M/岩谷弥美、100M/田口香奈英、200M/新田杏樹、500M/新田杏樹【小1】山崎篤司・仙台珠希、200M/加藤皇臣・田中那奈子、500M/山崎篤司・田中那奈子【小2】100M/芳賀奈月、200M/田中聡平・阿部瑠那、500M/田中聡平・青木ゆうり【小3】200M/高山成夢・眞下優香、500M/稲原周作・山崎美有、1000M/仙石洋斗・山崎美有【小4】200M/斉藤芽衣、500M/佐藤譲二・岩谷亜美、1000M/八谷友季野【小5】200M/戸田博也、500M/戸田博也・新井田光葵、1000M/宮川侑文【小6】500M/田中恭佑・赤崎友加、1000M/田中恭佑・赤崎友加



氷上の戦い! 長靴アイスホッケー

2/7

第15回雪印種苗杯中西別地区長ぐつアイスホッケー大会の決勝大会が中西別スケートリンク場の特設リンクで開催されました。

予選では23チーム総参加数212名が3日間を戦い、ABC各リーグの頂点を目指しました。



下の句カルタ大会

2/15

今年で33回目となる別海町少年少女下の句カルタ大会が中央公民館で開催されました。

町内各地から集まった小中学生の49チームがトーナメント形式により、日頃の練習の成果を発揮すべく、熱い戦いを繰り広げました。



白鳥まつり

2/8

第41回白鳥まつりが尾岱沼の白鳥台特設会場で開催され、小雪降る中、多くの来場者は別海町の特産品に舌鼓みしながら、大漁引きや白鳥の湖ゲーム、ビンゴゲームで盛りだくさんの特産品の景品を獲得していました。



大盛り上がりのビンゴ大会



白鳥の気持ちも体験?



いいものが当たるかな?

届け出を忘れずに 知ってて
安心!

国保だより 第58号
今回は広報で

平成21年から 国民健康保険の一部が 変わります



65歳から74歳までの方

① 保険料の納付方法が変わります …保険税の納付にご協力ください

平成21年3月まで

- 世帯内の国保被保険者が全員65歳以上の方は、原則年金からの天引き。
- 保険料の滞納が直近2年間ない方は申し出により口座振替へ変更できます。

⇒

平成21年4月から

左記の要件がなくなり、「年金からの天引き」か「口座振替」で納めるか、選択できるようになります。

ただし、収納状況等によっては口座振替を選択できない場合があります

70歳から74歳までの方

② 医療費の自己負担割合の2割への引上げが1年間延長されます

平成21年3月まで

1割負担

⇒

平成21年4月から

~~2割~~ ⇒ 1割負担
(1年間延長されます)

* 1割負担の高齢受給者証の記載内容が変更になるため、3月中に新しい高齢受給者証を郵送します。
(更新について届出は必要ありません)

70歳から74歳までの方

③ 「現役並み所得者」の基準について

現役並み所得者となった人で、一定の条件を満たす人について、申請により「一般」の区分と同様とし、1割負担とすることになりました。

平成21年1月からの現役並み所得者となる新たな基準は次の通りとなります。

同一世帯に住民税課税所得145万円以上の70歳以上75歳未満の国保被保険者がいる人。
ただし、70歳以上75歳未満の国保被保険者の収入合計が、2人以上で520万円未満（単身世帯の場合383万円未満）の場合は申請により、「一般」の区分と同様となります。

また平成21年1月から、同一世帯に後期高齢者医療制度に移行する人（旧国保被保険者）がいて現役並み所得になった国保被保険者1人の世帯の場合、後期高齢者医療制度に移行した旧国保被保険者を含めた収入が520万円未満の人は申請により「一般」の区分と同様となり1割負担となります。



月の途中で75歳になる方

④ 長寿医療制度（後期高齢者医療制度）へ移った月の自己負担限度額が通常の2分の1になります

平成20年12月まで …両制度の自己負担限度額を負担することになるので、前月までの2倍になります。

	4月	5月	75歳到達日	6月	7月
国 保	44,400円	44,400円			
長 寿 医 療			44,400円	44,400円	
自己負担限度額	44,400円	88,800		44,400円	

平成21年1月から …それぞれ2分の1の自己負担限度額になることで、前月までと同じ限度額になります。

	4月	5月	75歳到達日	6月	7月
国 保	44,400円	22,200円			
長 寿 医 療			22,200円	44,400円	
自己負担限度額	44,400円	44,400円		44,400円	

⑤ 出産育児一時金について

平成20年まで

35万円

⇒

平成21年1月1日から

38万円（下記に該当しない場合は35万円）

- ・ 在胎週数12週に達した日以後の出産
- ・ 産科医療補償制度加入医療機関での出産

（当該印が押された領収書か請求書又は出産証明書が必要です）

* 受領委任払い（事前の申請により出産育児一時金を医療機関が受け取る制度）の場合も同様

国保に加入するとき・やめるとき…早めの届出をお願いします。

国保に加入するとき

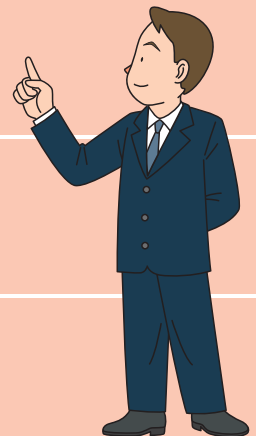
- ・ 他の市町村から転入してきたとき
- ・ 職場の健康保険をやめた（退職した）とき
- ・ 子どもが生まれたとき
- ・ 生活保護を受けなくなったとき

国保をやめるとき

- ・ 他の市町村に転出したとき
- ・ 職場の健康保険に加入したとき
- ・ 死亡したとき
- ・ 生活保護を受け始めたとき

そ の 他

- ・ 住所が変わったとき
- ・ 世帯主や氏名が変わったとき
- ・ 修学のため町外に転出するとき
- ・ 保険証をなくした・汚れて使えなくなったとき



「国保のしくみ」については、町民課国民健康保険担当 ☎75-2111（内線1215・1216・1217）、「国保税

住民窓口

事務のご案内

問合せ／町民課戸籍年金担当(内線1225)

ご存知ですか？



①住所に変更があった時などは？

※届出人の本人確認のため、運転免許証・パスポート等、顔写真付きの証明書をご持参ください。

届出の種類	ど ん な 時？	いつ？(期限)	必 要 な も の
転 居 届	町内で住所を異動した時	引越した日から14日以内	届出人印鑑・国民健康保険証・乳幼児・後期高齢者医療被保険者証・国民年金手帳・介護保険被保険証など
転 出 届	町外へ住所を異動する時	新住所に引越する予定の2週間前から	届出人印鑑・国民健康保険証・乳幼児・後期高齢者医療被保険者証・印鑑登録証・介護保険被保険証など
世帯変更届	住所に変更はないが、世帯主を変更する時など	変更のあった日から14日以内	届出人印鑑・国民健康保険証・乳幼児・後期高齢者医療被保険者証など
転 入 届	別海町へ引越してこられた時または転出先での届出	新住所へ移ってから14日以内	前住地の市区町村が発行する転出証明書 届出人印鑑・国民年金手帳

ご注意

- ☆窓口を持参するものの中で、国民健康保険証・国民年金手帳・後期高齢者医療被保険者証・介護保険被保険証は、加入者または該当者のみ必要です。
- ☆学生の方でも転出届は必要です。学生だから別海町から他市町村に移り住んでも親元に住所をそのままにしておいて良いということはありません。
- ☆正当な理由がなくて届出をしない方は過料に処せられることがあります。

②住民票・戸籍の全部・個人事項証明書・身分証明書・印鑑証明書の交付方法は？

	交付する場所	必要なもの	申請時の記入・必要事項	代理でこられる方へ
住 民 票	本庁、支所、連絡事務所のどこでも、町内全域の方のものを交付します	窓口に来た方の本人確認ができる運転免許証・パスポート・写真入りの住民基本台帳カードなど 同居の家族以外が申請する場合は、委任状が必要となります。	①窓口にくられた方の住所氏名 ②住民票の交付を受けられる方の住所・氏名・世帯主氏名 ③住民票の使用目的 ※使用目的に応じ、プライバシーを守るため、一部記載の事項を省略し交付しております	特に代理でこられる方は、必ず左記の事項を十分に確認された上で窓口においてください 使用目的・本籍地番・筆頭者・住所等不明の場合、交付することができません
戸 籍 の 事項証明等	本庁、支所、連絡事務所のどこでも、別海町に本籍を有する方のものを、交付します	窓口に来た方の本人確認ができる運転免許証・パスポート・写真入りの住民基本台帳カードなど	①窓口にくられた方の住所氏名 ②戸籍の交付を受けられる方の本籍地番・筆頭者氏名 ③全部事項か個人事項の別 ④使用目的	
身分証明書		本人・直系の親族以外の方は委任状が必要となります。	戸籍の①②と同様です	
印鑑証明書	本庁、支所、連絡事務所のどこでも、町内全域の登録者のものを交付します	印鑑登録証	①登録している方の住所氏名等 ②窓口に来られた方の住所氏名	登録証を必ず持参ください 本人でも登録証を持参しなければ、(登録印鑑を持参しても)交付することはできません

◆ご注意 戸籍の全部・個人事項証明書・身分証明書は別海町に本籍がある方でないと交付できません。
別海町に本籍がない方は、本籍地の市区町村役場に直接または郵便で申請してください。

平成21年4月より

別海町児童デイサービスセンター

(役場横：旧水道庁舎) を開設します。

ことばの遅れや運動の遅れなど発達や成長に心配のあるお子さんに対し、ひとりひとりにあったプログラムに基づいて、遊びや運動を通しお子さんが持っている力を十分に引き出しながら、運動面・精神面の発達を促し、生活する力が身につくように支援するところです。

ここは“こども発達支援センター”機能も担っています。お子さんの発達・成長で不安を持っている方は気軽に相談ください。

このセンターは社会福祉法人北海道社会福祉事業団白糠学園に管理・運営を委託して行います。これにより、別海中央小学校に開設していた『別海ことばの教室』を3月末で閉室いたします。
※当センターでは、親しみのもてる「愛称」を募集しています。採用された方には、粗品を贈呈いたします。

(メ切3月31日)

問合せ／福祉課社会・障がい福祉担当 (内線1219・1312)



別海町子育て支援センター「はみんぐ」

3月の予定



*こんにちは『はみんぐ』です。

インフルエンザもすい分流行したようですが、皆さんお変わりなくお過ごしですか？

いよいよ3月になりました。悩ましかった雪ですが、まもなくお別れかと思うと雪の日の散歩や外遊びも名残惜しく感じてしまいますね。草木が芽吹き、生命の躍動感を感じる春まではあともう少し…はみんぐで皆さんと一緒に春を待ちたいなあと思っています。

3月もぜひ、はみんぐに遊びにいらしてくださいね。お待ちしております。

「はみんぐ」1週間のスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10:00～11:30	午前・午後	はみんぐひろば	赤ちゃんひろば	個別相談	ひよこはみんぐ
13:00～16:00	自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます	(予約制)	自由に遊べます

*はみんぐセミナーは3日(火)午前11時から行います

今月のメニューは、消防署の方から乳幼児の救急時の応急処置について学びます。

乳幼児の心臓マッサージの方法や誤飲した時の応急処置の仕方について、赤ちゃん人形などを使いながら、具体的に分かりやすく教えていただきます。「備えあれば憂いなし」いざという時のために、ぜひみんなで勉強しましょう。予約はいりませんので、どうぞお気軽にご参加ください。

問合せ／子育て支援センター「はみんぐ」 電話&FAX 75-1828 メール hamingu@arens.or.jp

町民生活担当から ◇し尿と家庭廃水のくみ取りのお知らせ◇

○4月のくみ取り地区は中西別、西春別駅前、西春別、泉川、大成、本別、上春別、上風連、

奥行となります。くみ取りが必要な方は3月20日までにお申込みください。

○4月から家庭廃水のくみ取りを再開します。

○し尿定期くみ取りの申込を受付けています。定期的なし尿のくみ取りが必要な方が対象です。

申込み先 ◎渡邊清掃株式会社(0120-57-9310)・◎役場町民課、各支所・連絡事務所



ご協力をお願いします

冬期間はくみ取り口付近に雪が積もるなどしてくみ取りが行えない場合があります。

雪が降った際はくみ取り口付近も雪かきをしていただくなどご協力をお願いします。

問合せ／町民課町民生活担当 (内線1212・1213)

北海道社会貢献賞受賞

去る2月2日に札幌市で行われた「平成20年度北海道交通安全功労者等表彰式」において、本町の交通安全指導員である、川原寛さんが北海道社会貢献賞（交通安全功労者）を受賞いたしました。

川原さんは昭和60年から交通安全指導員として奉職され、現在は西春別班の班長として町の行事はもとより、地域の交通安全街頭啓発活動や春の交通安全期間中における新入学児童への交通指導をはじめとする各期ごとの年間を通じた活動などをしており、精力的な活動が認められての受賞となりました。



振り込め詐欺にご用心!

最近、「身に覚えのないお金を請求するハガキなどが送られて来た。」という相談が中標津警察署に来ていま!

そのような怪しいハガキやメールが来てもすぐに相手に電話をしないで、知人や警察などに相談をするようにしましょう。また、定額給付金を装った「振り込め詐欺」にも気をつけましょう。



車上ねらいに注意!

昨年2月と3月に中標津警察署管内で『車上ねらい』が多発しています。また、今年の1月には中標津町内のスーパー駐車場で車上ねらいが連続して発生しています。

犯人は鍵穴を壊したり、窓ガラスを割って、車の中から物を盗んでいますので、車の中には大切な物を置かないようにしてください。また、駐車場などで不審な人を見かけたら、すぐに警察に通報をしましょう。

※車にセンサーを取り付けるなどして防犯対策に心掛けましょう。



【「あいさつ」「みまもり」「たすけあい」安全安心どさんご運動実施中!】

【3月更新時講習予定日（優良）】3月11日（水）13:30～ 別海町交流館「ぶらと」

★受講の注意点～受講前に必ず中標津警察署で所定の手続きを行なってください。手続きを行っていないと受講できませんのでご注意願います。

《後部座席の同乗者にもシートベルトを着用させましょう。》

問合せ／総務部防災交通担当（内線2117）

～町税の未納はありませんか?～

3月2日の国民健康保険税の第8期納期終了をもって、町道民税・固定資産税・軽自動車税を含む4税の全納期が終了しました。

納付を忘れてしまったり、何らかの事情で納期内納付ができなかった方もいらっしゃると思いますが、納期限を過ぎた税についても、お手持ちの納付書により下記の金融機関窓口等で納付が可能ですので、早急に納付をいただくようお願いします。

税は、良好な行政サービスを維持していくため、すべての住民の方に公平な負担をお願いしております。税の公平性を維持していくために、滞納者に対しては、差押等の滞納処分が実施されますので、特別な事情により納付が困難な方は、お気軽に税務課までご相談ください。

<町税取扱金融機関>

- 大地みらい信用金庫本店及び各支店
- 別海町内各農・漁業協同組合
- 中標津町農業協同組合
- 計根別農業協同組合
- 標津町農業協同組合
- 北洋銀行中標津支店
- 釧路信用組合中標津支店
- 北海道労働金庫中標津支店
- 全国の各郵便局
- 納付書裏面記載の各コンビニエンスストア
- 別海町役場・各支所・各連絡事務所

◇町税についてのお問合せ・ご相談はこちらまで

課税担当（内線1111・1112・1114）・収納対策担当（内線1115・1116）・FAX75-2773

べつかい協働のまちづくり フォーラムの 日程変更について

広報2月号にてお知らせしておりました「べつかい協働のまちづくりフォーラム」は、2月21日（土）に開催する予定でありましたが、前日から発達した低気圧による強い風と大雪の影響で、下記のとおり日程を延期いたしましたのでお知らせいたします。



「フォーラム」開催のリハーサル



町民会議の様子

べつかい協働のまちづくり町民会議の1年半に渡る活動報告を行いますので、是非ご参加いただきますようお願い申し上げます。

日程：平成21年3月8日（日）
時間：午前10時30分開始
場所：別海町マルチメディア館
主催：べつかい協働のまちづくり町民会議
共催：別海町

第6次別海町総合計画

～別海町らしいまちづくりを目指して～

計画期間
平成21年度
▼
平成30年度

総合計画策定審議会から答申が町長へ！

2月16日、総合計画策定審議会、大槻会長から町長へ総合計画（原案）についての答申がありました。

総合計画策定審議会では、平成20年9月、町長から諮問を受け、新たな総合計画の基本構想・基本計画について4回の会議を開催し、慎重な審議を重ねて頂きました。

答申には、『協働の推進』『内部評価・外部評価の実施』『効率的な行財政運営』などに十分配慮した計画の推進についての要望が記載されています。

今後10年先の別海町の将来像を描き、町民全体で実効するための新たなまちづくり計画が、まもなくスタートします。



今後の予定

- ・ 3月上旬：町議会への提案
- ・ 4月1日：第6次別海町総合計画スタート

上記についての
お問い合わせはこちらまで

担当／総合政策課企画振興担当(内線2211・2212)
E-mail:sougouseisaku@betsukai.jp 地域ポータルサイト <http://betsukai.tv/>

【小学生の部】

1年生 優秀賞 菅野 諒人
(別海中央小)2年生 優秀賞 牧野ひより
(豊原小)5年生 最優秀賞 千葉 留衣
(別海中央小)

第31回公害防止及び 自然保護ポスターコンクール

今年で31回目となる当コンクールは、別海町内の児童・生徒に、公害の未然防止と自然環境の保護保全等の環境問題について興味を持って、自然の大切さを考えてもらう事を目的に実施しております。

今回は小・中学生合わせて123点の応募があり、審査の結果、次の児童・生徒が入賞しました。

3年生 最優秀賞 村山 璃音
(別海中央小)4年生 最優秀賞 富崎 帆波
(野付小)

【中学生の部】



1年生 最優秀賞 橋場 赴太(別海中央中)



3年生 優秀賞 木原佐和子(中春別中)



6年生 最優秀賞 牧野あかり(豊原小)

上記以外の入賞者【小学校】1年生 佳作：大堀さくら(美原小)／3年生 佳作：中島拓都(別海小)／4年生 優秀賞：山戸愛佳(野付小)・千葉 蒼(別海中央小) 佳作：小崎理乃(野付小)・戸田浩隆(野付小)・富崎翔太(野付小)・八谷友季野(中春別小)／5年生 優秀賞：高下伶菜(別海中央小)・太田美優(西春別小) 佳作：沼崎樹実(西春別小)・熊生雪那(西春別小)・齋藤汐里(西春別小)／6年生 優秀賞：青木祐美(別海中央小)・長谷わかな(別海中央小) 佳作：西田 昂(西春別小)・小野寺紗良(西春別小)・土田友咲(西春別小)【中学生】1年生 優秀賞：青山 南(上風連中)・本田夢花(上風連中) 佳作：河原侑希(別海中央中)・青柳美里(別海中央中)・中村ゆり香(別海中央中)／3年生 佳作：佐藤秋乃(中春別中)

緊急雇用対策「町有林の枝打ち作業」始まりました

非常に厳しい雇用状況下において、厳冬期における離職者等の雇用対策として、町有林の枝打ち作業が1月30日より本別海地区で始まりました。事前募集により59人の町民を雇用し、この日は15人(その他、森林組合作業員3名)が出役しました。

作業開始前に根室森づくりセンターより枝打ちの方法及び効果の説明と実演指導が行われ、3班に分かれて作業が開始されました。厳冬期での作業となり、参加者は皆防寒服にヘルメット着用、手鋸を持ち枝打ち作業に汗を流しました。また、作業に当っては枝打ち高、枝の切断位置等を確認しながら、熱心に作業に取り組んでいる姿が見られました。

枝打ち作業は3月中旬まで(天候状況により変更あり)町内一円の町有林で実施されます。 問合せ／水産みどり課みどり担当(内線1611・1613)



町の保健室

平成21年度各種健康診査等のお知らせ(4~5月分)

今年度の各種健康診査について下記日時・場所で予定します。ぜひお受けください。尚、昨年受診された方においては(子宮・乳がん以外)問診表の発送を行います。不要な方はご一報ください。各種健診についての内容等詳細については下記をご覧ください。(特定健診は別海町国民健康保険加入者を対象としています。)尚、**レディースデイ健診の受付は随時行っており、7月17日締め切り**とします。(6月以降の検診予定は来月の広報にて掲載いたします。)

月 日	曜日	会 場	時 間	特定 健診	胃がん	肺がん (喀痰)	大腸 がん	若者 検診	口腔 チェック	子宮・ 乳がん 検診	エキノ コックス	
4月21日	火	西 春 別 み ら い 館	6:00～10:00	●	●	●	●	●	●	－	●	
4月22～25日	水～土	西春別ふれあいセンター										
4月26日	日	床丹ファミリー体育館										
5月10日	日	走古丹地域防災センター	6:00～ 8:00	●	●	●	●	●	●	－	●	
5月10日	日	上風連地域センター	10:00～12:00									
5月11日	月	中 西 別 福 祉 館	6:00～10:00									
5月12日	火	上春別地域センター										
5月13～14日	水～木	中 春 別 福 祉 館										
レディース デイ	8月19日	水	尾 岱 沼 き ら く る	7:00～15:00 (原則時間指定不可)	－	－	－	●	－	●	－	
	8月20日 ～ 22日	木～土	別海町民保健センター		●	●	●		●			－
	8月23日	日	西春別ふれあいセンター		－	－	－		－			●

検診項目	目 的 ・ 内 容	参考料金 (昨年度自己負担)
特定健康診査 (別海町国民健康 保険加入者対象)	40歳~74歳の方の生活習慣病を予防する健診です！いわゆるメタボ検診です！ 【対象】：別海町国民健康保険加入者 生年月日 S10.4.1生~S45.3.31生 (ただし、年度内に75歳になる方でも健診当日74歳であれば受けられます。) 【内容】：身長・体重・腹囲・血圧・尿検査・心電図・眼底検査・医師診察 血液検査(血糖検査、脂質検査、腎機能検査、肝機能検査、貧血検査)	2,000円
胃がん検診	胃がん等の早期発見。 【対象】：30歳以上(S55.3.31以前生) 【内容】：胃バリウムエックス線撮影	1,200円
肺がん検診 (喀痰検診)	肺がん・結核等の早期発見。高リスク者(ヘビースモーカー・血痰等)に希望でレントゲンだけではわかりにくいがんを見つけるための喀痰検診も併せて実施。 【対象】：30歳以上(S55.3.31以前生) 【内容】：肺エックス線撮影(喀痰細胞診3日法：検診当日に説明し容器を渡すので後日提出となります。)	200円(600円)
大腸がん検診	大腸がんの早期発見。 【対象】：30歳以上(S55.3.31以前生) 【内容】：便潜血2日法(便を2日間容器に少量採りその中の血液反応をみます)	500円
若者検診	若いときからの健康管理をサポートします。 【対象】：19~39歳(S45年4月1日~H3年3月31日生) 【内容】：特定健診の内容から眼底検査を除いたもの。	2,000円
口腔チェック	お口の健康をサポートします。 【対象】：19歳以上 【内容】：つばの酸性度(PH)と歯肉炎検査	無 料
子宮がん検診	子宮頸部がんの早期発見。 【対象】：20歳以上(1989年以前生で西暦奇数年生の方優先) 【内容】：子宮頸部細胞診	1,500円
乳がん検診	乳がんの早期発見。 【対象】：40歳以上(1969年以前生で西暦奇数年生の方優先) 【内容】：視触診・乳房エックス線撮影	50歳未満 2,000円 50歳以上 1,600円
エキノ コックス検査	道東に特有の「エキノコックス」に感染していないかを調べます。 【対象】：過去5年間でエキノコックス検査をしていない方。 【内容】：血液採血	無 料

★金額はあくまでも現時点での参考です。後日送付案内される書類等でご確認ください。

★従来行ってきた結核検診は肺がん検診のレントゲン撮影の中に組み込んでの実施となります。肺がん検診をお受けください。

★がん検診は70歳以上半額になります。

詳細は保健センターまでお問合せください。電話：75-0359

※この裏面の専用FAX用紙でお申込みできます。

子宮・乳がん検診が レディースデイ健診として生まれ変わります

《検診時期》

8月になり、5日間に増えます。

《申し込み方法》

必ず事前申込が必要、3月より随時申込を受け付けます。(特定健診などの関係上、原則午前、午後の希望は受け付けません。) **7月17日締め切りです。(但し定員になり次第締め切ります)**

問診票は検診日の2週間前に発送しますので、時間はその案内でご確認ください。

《検診項目》

子宮がん・乳がん・大腸がん検診に合わせて、**保健センター(3日間)**では**特定健診、若者健診、胃がん・肺がん検診も受けられます。**

子宮がん検診・乳がん検診のどちらかを受診する方に限り、他の検診も受けられます。

《女性限定》

婦人科(子宮・乳がん)以外の検診も行いますが、**レディースデイ(女性限定)**なので、**安心して受けられます。**

【申込み・問合せ】 町民保健センター 電話：75-0359 FAX：75-0337 Email：hoken@betsukai.jp

※Fax・Emailには2日以内に必ず返信しますので返信のない方は必ずお問い合わせください。直接保健センターに来て申し込んでもかまいません。

各種検診 申込み FAX 用紙 別海町民保健センター：FAX75-0337

受けるものに○	名 前	住 所	生年月日	電話・FAX	受診希望日
子宮がん・乳がん 胃がん・肺がん 大腸がん 特定・若者		別海町	年 月 日	電話 FAX	月 日
子宮がん・乳がん 胃がん・肺がん 大腸がん 特定・若者		別海町	年 月 日	電話 FAX	月 日
子宮がん・乳がん 胃がん・肺がん 大腸がん 特定・若者		別海町	年 月 日	電話 FAX	月 日
子宮がん・乳がん 胃がん・肺がん 大腸がん 特定・若者		別海町	年 月 日	電話 FAX	月 日

* 申し込まれた内容は基本的に変更できません。どうしても変更希望という方は早めにご連絡ください。前日・当日の変更は受けかねます。

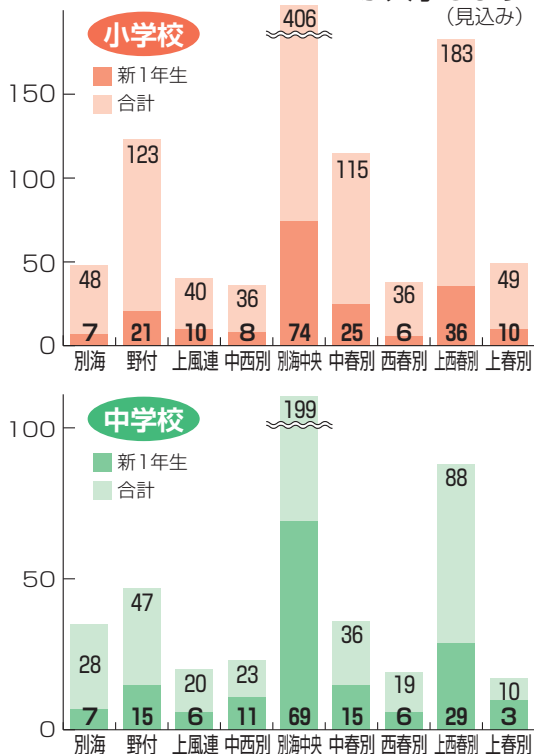
* 以下の太枠内はこちらでファックスを返信する際に使用いたしますので何も書き込まないでください。

受 付 日	月 日	上記の内容で申込みを承りました。
-------	-----	------------------

教育委員会 だより

今年の新1年生は
小学生197人 中学生161人

が入学します
(見込み)



就学指定校の変更手続きについて

就学すべき小・中学校は、「別海町小中学校通学区域規則」により定められておりますが、指定された小・中学校以外の小・中学校への通学を希望する場合の手続きを定めた「別海町立学校の就学指定の変更に関する取扱要綱」を制定しております。

通学の利便性・転居・部活動・いじめ・不登校・保護者の事情等の各種事情により指定校以外の小中学校への通学を希望される場合は、教育委員会へ申し出願います。

小・中学校の就学援助制度について

経済的理由により就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対し、学用品費・学校給食費など、就学に係る費用の一部を援助を行っています。

認定は、平成20年の収入額をもとに、家族構成等を考慮し行われます。

申請される方は、各小中学校を通じて関係書類を提出してください。

○対象となる世帯

要保護世帯／生活保護（教育扶助）を受給している世帯

準要保護世帯／生活保護世帯に準じると認められる世帯（生活状況等の審査をし、認定されます）

○援助の対象となるもの

学用品費・通学用品費・学校給食費・新入学学用品費・修学旅行費など。（ただし、要保護・準要保護の区分や児童生徒の学年により援助の対象は異なります）

詳しくは、教育委員会・各小中学校へお問い合わせください。

問合せ／学務課学校教育担当（内線3613）

郷土資料館 だより

〒FAX75-0802
メール kyoudo@betsukai.jp

郷土の歴史・自然を学ぼう！

～講座・観察会・特別展のお知らせ～

加賀家文書歴史講座

幕末の別海～日記ノツケ伝蔵から～

加賀伝蔵の日記から幕末の別海の様子をご紹介します。

- 日時 平成21年3月22日（日）午前10時30分～12時
- 場所 郷土資料館
- 講師 別海町郷土資料館 調査員 戸田 峯雄
- 定員 30名（電話・FAX・メールにて氏名・電話番号をご連絡ください。）

ふるさと講座・自然系

オジロワシ・オオワシ観察会

～よくばりバードウォッチング in 風蓮湖～

オジロワシ・オオワシを主に観察しますが、春の渡りの季節で、たくさんの鳥たちが観察できると思います。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 平成21年3月29日（日）午前9時30分～12時
- 場所 風蓮湖
- ※郷土資料館へ9時30分まで集合ください。
- ※観察場所への移動は、当館で送迎しますが、自家用車での移動もできます。
- 定員 15名（電話・FAX・メールにて氏名・電話番号をご連絡ください。）
- 持物 双眼鏡・図鑑（当館で若干貸出しします。）



加賀家文書館第6回特別展

近世の別海をさぐる I

近世（江戸時代）の別海の様子を「加賀家文書」や同年代に書かれた文献史料（絵図など）より、わかりやすく紹介します。ぜひご覧ください。

- 開催期間 平成21年3月10日（火）～31日（火）
- 場所 別海町郷土資料館附属施設加賀家文書館
- 観覧料 常設展示（大人300円）で観覧できます。高校生以下は無料です。

3月の休館日 1日・7日・9日・11日・26日・31日

スポーツセンター

だより

☎75-2882・FAX75-0418
メール sports@betsukai.jp

『根室管内体育協会連絡協議会主催 第1回根室管内親睦ミニテニス交流会』

メ切:3月5日

管内の愛好者が集い、交流大会を楽しみます。別海町の選手を募集しています。

期 日:平成21年3月20日(金・春分の日) 8:30~

会 場:中標津体育館 参加料:無料

種目及び構成:女子の部・男女混成の部(それぞれ、青年の部/60歳以下・壮年の部/61歳以上)

参加者 募集!

※詳細はお気軽にお問合せください。

『スポーツ@BETSUKAI事業 スポーツセンター祭り・2009春』

メ切:3月16日

『スポーツセンター祭り2008夏』に次ぐ、スポセン祭り第二弾。

今回は、春からの本格的始動を前に、中・高校生の応援イベントとして「身体を知る。身体を守る。」をテーマに、楽しく充実した内容を計画しています。

期 日:平成21年3月28日(土) 8:30~13:00

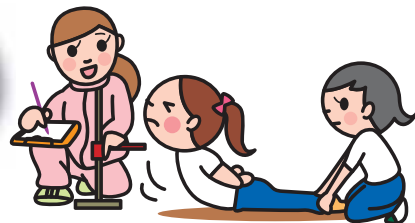
会 場:町民体育館

参加料:無料

対 象:町内の小学6年生(平成21年度中学1年生)~高校生

内 容:◆体力王決定戦(体力測定・団体種目)など

◆実技講習「中・高校生のためのセルフケア」佃文子氏(びわこ成蹊スポーツ大学准教授)



メ切:3月16日

『競技力向上セミナー スポーツ障害から身体を守る』

シンクロナイズドスイミングの五輪メダリストをはじめ、数々のトップアスリートのトレーナーとして実績のある佃氏をお招きして、勉強会を開催します。今すぐ使えるお得な情報が満載です!

期 日:平成21年3月29日(日) 13:30~16:00

会 場:町民体育館

参加料:無 料 対 象:町内のスポーツ関係者、少年団・部活動指導者など

内 容:『スポーツ障害から身体を守るためのケアとテーピング指導』

*講義...①成長痛について ②ケガをした場合の応急処置

*実技...①テーピング指導 ②簡単マッサージ

講 師:(財)日本体育協会公認アスレチックトレーナー 佃 文子氏(びわこ成蹊スポーツ大学准教授)

【主なスポーツ指導歴】(株)日立製作所ソフトボール部トレーナー・日本スケート連盟トレーナー・

第28回アテネ五輪シンクロチームトレーナーなど



図書館

だより

☎75-2266
FAX75-0506
メール tosyos@betsukai.jp

読書感想文の広場

図書館主催の読書感想文感想文事業は『読書感想文の広場』としてリニューアルしました。

たくさんのご応募ありがとうございました。

<応募点数>小学生の部 84点、中学生の部 43点、高校生の部 60点

提出された直筆の原稿で読書感想文集を作成しています。完成後は図書館で閲覧できます。

たのしいお話の時間

と き/毎週水曜日 15:00~

ところ/図書館「お話のコーナー」

協 力/読み聞かせボランティア「どんぐり」

*0歳から参加できます。どんぐりの皆さんが絵本の読み聞かせや手遊びなどをします。

小さい子のお話の時間

と き/6日・13日・27日(金) 11:00~

ところ/図書館「お話のコーナー」

対 象/0歳~3歳程度

*図書館職員が赤ちゃん絵本の読み聞かせや手遊びなどをします。

【休館日のお知らせ】3月の休館日は2日・9日・16日・20日・23日・26日・30日です。

お知らせ伝言板

別海町役場 ☎75-2111 ●西春別支所 ☎77-2131 ●尾岱沼支所 ☎(0153)86-2166 ●上風連連絡事務所 ☎75-7326 ●上春別連絡事務所 ☎75-6011

福祉灯油・暖房用燃料 購入費の助成について

申請期間は

平成21年3月31日までです。

灯油及び他の燃料購入費領収書（10,000円以上購入したことのあるもの）、印鑑、振込を希望する口座のわかるものを持参して役場福祉課社会・障がい福祉担当又は最寄の役場支所、連絡事務所へお越しください。
問合せ／福祉課社会・障がい福祉担当（内線1219・1312）

平成21年度労働保険年度 更新時期変更について

平成21年度から労働保険の年度更新時期が、社会保険の算定基礎届の提出期間と統一され、従来の4月1日～5月20日までが、6月1日～7月10日までに変わります。

なお、労働保険料の算定対象期間は、従来どおり4月1日～3月31日に変更はありません。

年度更新申告書は、6月初旬に郵送されます。

問合せ／釧路労働基準監督署
電話0154-4219711

平成20年度高等学校通学費 補助制度の手続きは 3月末までに

町外の高等学校へバス通学している生徒がいる家庭に対し、バス定期券購入費の一部を補助しています。

○補助対象者（①から③の全ての条件に該当）

①別海町住民基本台帳に登録していること

②定期券を一人当たり1カ月20,250円以上購入していること

③世帯の「平成20年度町民税所得割課税額の合計」が293,500円以下であること

○申請手続き／10月から3月までの購入分については3月末まで

※申請書類については、4月から8月分まで申請され、半年分補助金が交付されている方については教育委員会から直接郵送いたしております。それ以外の方は各高等学校を通じて補助の対象となるバス通学生にお渡ししますが、3年生についてはお渡しできない場合がありますので、お手数ですが問合せください。

ほくでん停電情報サービスのお知らせ

停電発生時に専用フリーダイヤルへおかけいただきますと、無料で現在の停電地域などの情報を音声メッセージによりお知らせいたします。

専用フリーダイヤル **0120-547-121**
(24時間対応)

北海道電力株式会社 釧路支店 お客さまセンター

※学費補助の決定は、町で申請書類等を受理後、補助対象条件を満たしているか確認し、後日、文書でお知らせします。
○補助金の交付／支払済みの一カ月の通学バス定期購入から20,250円を差し引いた額の5割を購入月分補助します。補助金は半年ごとの交付になります。4月分から9月分を申請していない場合はまとめて申請することができます。
問合せ／教育委員会学務課学校教育担当（内線3513）

地域情報カレンダー

(2月23日現在)

日	曜日	イベント内容
3/1	日	外来生物問題講演会 野付半島ネイチャーセンター 13:00～
5	木	地域間交流セミナー講演会 マルチメディア館 13:30～
11	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぶらと 13:30～
12	木	卒業式 上風連・中春別・上春別中学校
13	金	卒業式 別海・野付・中西別・別海中央・西春別・上西春別中学校
17	火	心の健康づくり講演会 マルチメディア館 18:00～
18	水	卒業式 西春別小学校
19	木	卒業式 別海・野付・上風連・別海中央・美原・豊原・上西春別・上春別小学校
20	祝	映画「ふるさとをください」上映会 マルチメディア館 13:30～
21	土	美原小学校閉校式並びに思い出を語る会 10:30～
22	日	豊原小学校閉校式 10:30～
23	月	卒業式 中春別小学校
24	火	卒業式 中西別小学校



このコラムが読まれる頃には決定されていることを願っていますが、国会の最大の焦点となっている定額給付金。これが最大の焦点となること自体がおかしい。

今は、百年に一度と言われる、未曾有の世界同時不況の中にあり、あらゆる政策を一刻も早く実行することが一番肝心なことです。一日遅れば、何人が失業し、何人が生活困窮するか、政治家は考えるべきです。

話は変わりますが、佐野前町長から引き継いだ、私の大きな課題の一つが別海の呼称についてです。今年度中に結論を出したいと思っています。検討委員会を設置して、歴史的検証を含めて議論をしていただきましたが、検討委員会の答申や町民の皆さんの意見を参考にして、どう呼ぶことが自然であるのか、充分熟慮して決めてまいります。どちらでも良いという意見もありますが、この議論がこれからも続くことは、良いことではないと思います。

別海町長 水 沼 猛

あなたの声がまちをつくる

いま役場内で考えていること

役場内で検討をしていること等を早めにお知らせします。

公共施設の 全面禁煙を検討しています。

現在、役場では、受動喫煙の防止を徹底するため、4月1日から公共施設の全面禁煙の実施に向けて検討を進めています。

現段階では、各施設における現状の調査を実施し、全庁的な方針をまとめる作業中です。3月上旬までに方針を決定し、広報べつかい4月号やホームページ等において詳細をお知らせする予定です。

別海町役場庁舎においては、施設内からタバコの自動販売機、分煙機、灰皿を撤去する予定です。

全面禁煙の実施に際しては、施設内に「禁煙」の掲示等を行い周知徹底を図ってまいります。町民の皆様におかれましても受動喫煙の防止について深いご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。



広聴に関する問合せ／総務課総務行政担当(内線2111)

国

民年金

社会保険
事務相談所
開設

3/17(火)
13:00~17:00

3/18(水)
9:00~11:30

中標津
経済センター

学生納付特例制度ってどんな制度？

所得の無い学生の方が、将来、年金を受け取ることができなくなることや不慮の事故等により障がいが残ってしまった場合に、障害基礎年金を受けることができなくなること等を防止するため、本人の申請により保険料の納付が猶予される制度のことです。

学生納付特例制度の申請手続きが簡素化されています！

これまで、学生納付特例制度のご利用を希望される場合は、毎年必要書類を添付した申請書を提出する必要がありましたが、平成19年度以降に学生納付特例制度の承認を受けた方で、翌年度も引き続き同じ学校に在学される予定であることが社会保険事務所において確認できている方については、ご自宅に学生納付特例申請書（ハガキ）を送付いたしますので、必要事項をご記入のうえ、返送することにより翌年度についても学生納付特例の申請を行うことができます。

なお、このハガキにより申請を行う場合は、学生証や在学証明書等の添付書類は必要ありません。※ハガキが送られない方については、従来どおり学生証や在学証明書等の添付した申請書を提出する必要があります。

在学する学校が変更になる方は…

ハガキが送られた方であっても、在学する学校が変更になる方は、新たに在学期間の確認が必要となるためハガキによる申請はできませんので従来どおりの申請手続きが必要になります。手続きは、本庁の国民年金担当窓口・支所で行ってください。

手続きの際には、**学生証の写しまたは在学証明書（写し不可）**

印鑑（ご本人が申請書を記入する場合は不要）

が必要になります。

国民年金保険料の納付は、安心・便利・確実な口座振替・自動振込みで！ 問合せ／町民課戸籍年金担当(内線1225)

『映画上映会』・『講演会』のお知らせ

～マルチメディア館ホールで開催されます～

『映画上映会』

ドキュメンタリー映画『アース』

地球の“今”を、知性ではなく心で感じられる作品



日 時:4月11日(土)13:00～

入場料:無 料(別海町のみどりを守るため「別海町川を考える月間」募金箱に100円募金願います。)

主 催:別海町ロータリークラブ

後 援:別海町

『ふるさとをください』

～明日はみんなに
くるんだよね!～

ほのぼのと
心あたまる
ヒューマン・
ドラマ



日 時:3月20日(祝)13:30～

入場料:500円(高校生以下・障がいのある方300円)

主 催:別海町みずならの会

後 援:別海町・別海町教育委員会・
別海町社会福祉協議会

『講演会』

心の健康づくり講演会

うつ病・依存症という病気を知っていますか?

日 時:3月17日(火)18:00～20:00

入場料:無 料

演 題:「もっと知りたいこころの健康の話
～うつ病・依存症～」

講 師:医療法人北仁会 石橋病院
院長 白 坂 知 信 氏

参加申込み:3月12日(木)まで(当日参加可能)

問合せ・申込み/中標津保健所健康推進課

☎72-2168

地域間交流セミナー講演会

「観光による地域間交流」をテーマにした講演会

日 時:3月5日(木)13:30～15:00
(開場13:00)

入場料:無 料

演 題:「交流」は
「きずな」のきっかけ

講 師:株式会社
パークゴルフビュー

代表取締役 梶原 順治 氏

問合せ/商工観光課 観光交流担当(内線1623)



酪農講座 12月に行なわれた講座の続きです

日 時:3月14日(土)・21日(土) 入場料:無 料

共通主題:資材価格高騰・金融不安定時代における酪農・畜産経営

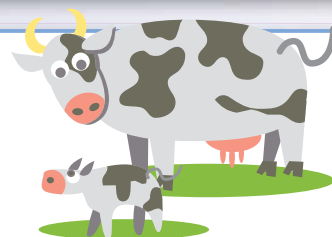
1)自給飼料の有効活用 14日(土)10:30～12:30

根釧農業試験場技術普及部 次長 石 田 亨 ※申込み3/11(水)まで

2)資材価格高騰下における酪農・畜産経営 21日(土)10:30～12:30

きくち酪農コンサルティング 菊 地 実 ※申込み3/18(水)まで

問合せ・申込み/農政課 農業政策担当(内線1412)・各農協営農部



3月の診療案内

受付時間（午前） 8：15～11：00
（午後）12：30～15：00
診療開始（午前） 9：00～
（午後）13：30～

病院敷地内は
全て禁煙です。



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考
内 科 院長 今村 洋 医 長 本間 栄志	午 前	今 村	本 間	今 村	本 間	今 村	
	午 後	本 間	—	—	今 村	—	
	夜間診療	—	—	内科医	—	—	受付時間は17時15分～18時30分です。 診療開始は17時30分からです。
外 科 医 長 曾ヶ端 克哉	午 前	曾ヶ端	曾ヶ端	出張医 (札幌医大)	曾ヶ端	曾ヶ端	※注 整形外科について 整形外科は外科外来を受診のうえ完全予約制で月に2度の診療を行っておりますが、4月からは毎週水曜日の午後の診療になります。これまでのように事前に外科外来にかかる必要はありませんが大変混み合うことが予想されるため原則予約制とさせていただきます。予約が無い場合は待ち時間が長時間になる場合や診療できないこともございますので予めご了承願います。 【予約時間】 午後1時30分～5時 外科外来まで 整形外科医師 藤部 正人(さっぽろ厚別通整形外科)
	午 後	—	—	整形外科 (外科受診後の予約制)※注	—	—	
産 婦 人 科 副院長 山内 修 医 長 佐藤 正樹	午 前	山 内	佐 藤	山 内	山 内	佐 藤	
小 児 科 医 長 山本 大 医 長 武越 靖郎	午 前	山 本	武 越	山 本	武 越	山 本	【木曜日の午後について】 ・一般診療は休診です。 ・予防接種の受付は13時30分からお願致します。 ※注 3月18日(水)の午後は休診いたしますのでご了承願います。
	午 後	武 越	山 本	武 越 ※注	予防接種 乳幼児健診	武 越	
精 神 科 心 療 内 科 医 師 浮田 充	午 前	—	浮 田	—	—	—	
	午 後	—	浮 田	—	—	—	

●出張医による診療科

診療科目	診療日	診療時間	派遣医師
耳鼻咽喉科	9日 月	午前 午後	新谷 朋子 医師 (札幌医大)
	10日 火	午前 —	
	23日 月	午前 午後	坪田 大 医師 (札幌医大)
	24日 火	午前 —	
皮 膚 科	13日 金	午前 午後	高田 知明 医師 (札幌医大)
	27日 金	午前 午後	肥田 時征 医師 (札幌医大)
小児神経科	6日 金	午前 午後	たか 延忠 医師 (札幌医大)
脳神経外科	13日 金	— 午後	たかはし 義男 医師 (とまこまい脳神経外科病院)
眼 科	4日		
	11日	水 午前 —	なか 昌彦 医師 (町立中標津病院)
	18日		
	25日		
乳 腺 外 来	13日 金	— 午後	かめしま 秀和 医師 (札幌医大)

お知らせ欄もご覧ください。

お知らせ欄もご覧ください。

お 知 ら せ

■小児科外来からヒブワクチンについて

広報べつかい1月号(13P)でもお知らせしておりますが、2008年12月からヘモフィルス・インフルエンザ菌(Hi)に対するワクチンが日本でも接種できるようになりました。

この細菌は、髄膜炎・肺炎・喉頭蓋炎などの重い病感染を引き起こすことがあり、死亡例や、後遺症を残すこともあります。国内での一年間のこの細菌による髄膜炎患者数は500人前後と推定されています。患者さんは5歳未満の乳幼児がほとんどです。

重症感染症を起こすヘモフィルス・インフルエンザ菌は、ほとんどがb型(Hib=ヒブ)のため、ワクチンはこの型に対して作られ、ヒブワクチンと呼ばれています。

日本での商品名はヒブワクチンです。ヒブワクチンは既に世界100ヶ国以上で接種されており、それらの国ではヒブによる重症感染症は激減しています。大きな副作用もなく、有効性と安全性の高いワクチンと考えられています。

アクトヒブは生後2ヶ月から5歳未満の乳幼児が対象です。生後2ヶ月から7ヶ月未満は計4回、7ヶ月から1歳未満は計3回、1歳以上5歳未満は1回の接種となっています。欧米など多くの国では費用は公費負担となっていますが、日本では任意接種となっております。

しばらくの間は供給量が少ないため、希望されても接種できなかったり接種まで時間がかかることがあります。町立別海病院でも接種ができますのでお問い合わせください。

料金 7,500円/回 完全予約制です
お問い合わせは小児科外来まで

■眼科外来

他の病院の眼科に通院中の方が町立別海病院の眼科を受診される場合には、通院中の病院の紹介状をご持参願います。

また、町立別海病院では次の治療等での受診はできませんのでご注意ください。

- ①白内障手術等の入院が必要な手術
- ②コンタクトレンズの処方
- ③3歳児健診後の精密検査

■乳腺外来

予約が必要です。お問い合わせ、ご予約は外科外来で受付しております。

電話受付時間 午後1時30分～午後5時

出張医による診療科は、天候・交通機関等の理由により診療開始が遅れる場合や休診となる場合もございますので予めご了承願います。

町立中標津病院からのお知らせ

皮膚科外来診療体制が変更になります

新年度から常勤医師1名体制となるため、**3月23日（月）から診療日・受付時間が変更**となります。患者様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

3月23日（月）以降の皮膚科診療体制

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午 前	診 療 小池・出張医	診 療 小池・出張医	休 診	診 療 小池	診 療 小池
午 後	診 療 小池・出張医	診 療 小池・出張医	休 診	休 診	診 療 小池(出張医) 受付14:30まで
15:30～ 16:30	児童・学生 完全予約外来	児童・学生 完全予約外来			

受付時間：午前の部 8：30～11：00（自動再来受付機は7:45から稼動）

午前の部 正午～15：30（ただし、金曜日は14:30まで）

※休診日や受付時間外であっても、急患の場合は診療可能な場合もありますので、皮膚科外来までお問合せください。

～お知らせとお願い～

中標津病院の内科外来は、昨年7月から医師の退職等により外来診療の一部を制限した診療を行なっておりますが、新年度以降においても内科常勤医師の増員は非常に厳しい状況となっております。このため、現在の一部を制限した診療体制を今後も引き続き行なってまいりますので、下記のことについて皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

○内科外来診療制限内容

- ・中標津町外の初診（予約外）患者様は、**地元の病院・診療所からの紹介状が必要**となります。
- ・中標津町内の患者様についても、**予約外の患者様の午後受付はお受けできません**。

問合せ／中標津病院医事課 72-8200

別海町地域 包括支援センター から

今回は、介護予防に積極的に取り組んでいるHさんご夫婦をご紹介します。
Hさんご夫婦とは、地域包括支援センターが、昨年町内の各老人クラブを訪問して介護予防や健康体操教室を紹介した時に会いました。ご夫婦は、その後月一回開催の健康体操教室に参加され、また、習った体操メニューをほぼ毎日自宅でも行っており、ご自分でチェックシートも作っているそうです。「これからも自分達が元気であるために一人一人が介護予防をしていく必要がある。」「毎日体操を頑張っているのは妻と2人でやっているからかな?」と少し笑って話されていましたが、介護予防に対する強い意識を感じました。奥さんも「膝の痛みが少し引いて、以前より続けて歩けるようになった、体操をしてきたおかげかもしれない。」と話していました。

地域包括支援センターでは、介護予防・健康体操教室など高齢者の皆さんが元気に生活を送れるよう、これからもお手伝いをしていきます。

介護予防・健康体操教室についての問い合わせは地域包括支援センターまでご連絡ください。

問合せ／地域包括支援センター TEL 75-2111（内線1319）（直通79-5500）

保健センター からの

お知らせ

3・4月の 母子保健 業務予定



3月の4ヶ月健診対象者
平成20年11月生まれのお子さん

3月の1歳半健診対象者
平成19年8月生まれのお子さん

3月の3歳児健診対象者
平成18年2月生まれのお子さん

月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
3月	3	火	母親教室（助産師）	母子健康センター	13:00～15:00
	5	木	1歳半健診	町民保健センター	9:15～9:45
			3歳児健診	町民保健センター	13:00～13:30
	6	金	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:20
	10	火	乳幼児相談	町民保健センター	9:15-11:20/13:00-15:00
			母親教室（助産師）	母子健康センター	13:00～15:00
	12	木	離乳食教室	町民保健センター	10:30～12:00
	17	火	1歳3ヶ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00～11:30
	18	水	4ヶ月健診	町民保健センター	12:45～14:30
	19	木	フッ素塗布	尾岱沼地域センター	10:00～11:30
4月	23	月	フッ素塗布	町民保健センター	9:30-11:30/13:00-15:30
	24	火	母親教室（歯科医師）	母子健康センター	10:00～11:30
	2	木	1歳半健診	町民保健センター	9:15～9:45
			3歳児健診	町民保健センター	13:00～13:30
	7	火	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:20
	8	水	乳幼児相談	尾岱沼地域センター	10:00～11:20
	9	木	乳幼児相談	町民保健センター	9:15-11:20/13:00-15:00

元気未来っ子 1歳6ヵ月健診

2月5日 町民保健センターで撮影（ ）内は保護者名 ※承諾された方のみ掲載しています。



大高 廉大くん
(一真)



角川 太一ちゃん
(具哉)



山岸 優斗くん
(貴洋)



和田 朋大くん
(雅人)



吉野 樹里ちゃん
(雅博)



水足 結衣ちゃん
(智)



菊地 龍くん
(謙一)



藤浪 あいちゃん
(克仁)



森重 凛桜ちゃん
(直治)



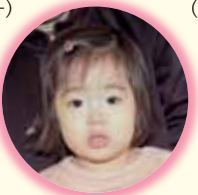
安部 紗弥花ちゃん
(克寿)



木下 夏香ちゃん
(恭平)



櫻田 彩月ちゃん
(裕二)



佐藤 愛理ちゃん
(直樹)



松山 七美ちゃん
(哲也)

べっかい
歳時記

白鳥の点となるまで 見送りぬ

安達 静子

誰でも経験したことがあると思う。編隊を組んでフウコウと鳴きながら次第に小さくなり、チラチラしながら遂には見えなくなる。
北国の早春風景。

今西 青峰

人の動き

平成21年1月31日現在 () は前月比

人口 / 16,283 (- 16)
男 / 8,116 (- 8)
女 / 8,167 (- 8)
世帯数 / 6,213 (- 9)
外国人 / 150 (+ 15)

出生 10 死亡 21 転入 27 転出 31
その他4

交通事故発生状況(1月)

() は平成21年1月からの累計

発生 1件 (1)
死者 0人 (0)
負傷者 1人 (1)

火災と救急(1月)

() は平成21年1月からの累計

火災 1件 (1)
[死者 0件 (0)]
救急 43件 (43)
救助 1件 (1)

集合煙突の点検・清掃をしましょう!

暖房器具を使用する時季になり、集合煙突内部のタールに着火する事故が発生しています。特に、薪や石炭ストーブを使用している場合はタールが煙突内に付着しやすいので、年2回程度の点検・清掃を心掛けてください。

なお、集合煙突の清掃用具を貸出しています。

問合せ/別海消防署予防係75-2200

平成21年
4月1日から

役場の開庁時間に変更になります



現在 午前8時30分～午後5時30分

変更後 午前8時45分～午後5時30分 (休憩時間:正午～午後1時)

開庁時間に変更となる機関

役場庁舎・西春別支所・尾岱沼支所・町民保健センター・母子健康センター

献血のお知らせ

平成20年度・第3回献血を実施いたします。

下記の日程で移動採血車「ひまわり号」が町内を巡回します。



実施月日	実施場所	実施時間
3月17日 (火)	根室地区農業共済組合	9:00～10:30
	別海農業協同組合	12:00～17:00
3月18日 (水)	陸上自衛隊別海駐屯地	9:00～12:00
	西春別農業協同組合	13:30～16:30
3月19日 (木)	野付漁業協同組合	9:00～10:00
	中春別農業協同組合	10:45～12:30
	(株)べっかい乳業興社	14:00～15:00
	雪印乳業(株)別海工場	15:30～16:30
3月23日 (月)	別海町役場	12:30～16:30
3月24日 (火)	上春別農業協同組合	9:00～11:00
	明治乳業(株)西春別工場	12:45～14:00
	森永乳業(株)別海工場	14:30～16:00

※陸上自衛隊別海駐屯地での献血は、自衛隊員を対象としております。

大変申し訳ありませんが、一般の方はご遠慮ください。

問合せ/日本赤十字社別海町分區 ☎75-2148

お誕生・ご結婚

1月31日
届出分まで

お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
佐瀬 巧 (たくみ) ちゃん 男 尚 弘 (西春別駅前)		
小崎 蓮 (れん) ちゃん 男 大 雄 (西春別駅前)		
石川かなで (かなで) ちゃん 女 貴 工 (西春別駅前)		
猪俣 雪朔 (ゆづき) ちゃん 女 彰 (別海)		
稲澤 一帆 (かずほ) ちゃん 男 茂 (西春別駅前)		
前田 千依 (ちい) ちゃん 女 伸 介 (別海)		
植本 初音 (はつね) ちゃん 女 勝 (別海)		
神谷 嘉音 (ひろと) ちゃん 男 典 亜 (西春別駅前)		
佐竹琥太郎 (こたろう) ちゃん 男 和 仁 (別海)		

ご結婚おめでとう

氏名	住所
相澤 和也・日下 亜希さん (別海)	
浄土 恭輔・板岡 瞳さん (別海)	
庄司 靖弘・大野 真琴さん (西春別)	
伊藤 大輔・山下 由香さん (別海)	
平野 智也・向谷地 香さん (床丹)	
横田 和之・三枝 恭子さん (別海)	
長沼 翔太・坂下 愛さん (尾岱沼)	
倉澤 直充・小西 千尋さん (本別海)	
大村 一樹・中嶋 悠端さん (尾岱沼)	
前田 陽介・民部 由香さん (別海)	

※戸籍届出時に窓口で承諾された方々のみ掲載しています



ありがとう
ございました

・特別養護老人ホーム清翠園
佐藤 信廣さん (泉川)
・老人保健施設すこやか
渡辺よし子さん (上風連)



べっかい産いただきます～す!



牛肉のしらたき巻き



別海町食生活改善連絡協議会(別海農協地区)

【作り方】

- ① しらたきは熱湯でゆでて水気を切り、フライパンでAを加えて汁がなくなるまで炒める。人参は細切り、万能ねぎは肉の長さに合わせて切る。
- ② 牛肉、しらたき、万能ねぎ、人参は4等分しておく。
- ③ ラップに黒こしょうを散らし、その上に1人分の牛肉を広げる。牛肉の上にしらたき、万能ねぎ、人参をのせて巻く。残りも同様にし、4本作る。
- ④ フッ素樹脂加工のフライパンを熱し、③の巻き終わりを下にして入れ、弱火でふたをして焼く。
- ⑤ ④をそれぞれ食べやすい大きさ(4～5等分)に切り分ける。お好みの野菜とともに皿に盛り、Bのたれをかけていただく。

材 料(4人分)

牛もも薄切り肉…… 200g
粗びき黒こしょう…… 適量
しらたき…………… 300g
万能ねぎ…………… 20g
人参…………… 10g

A [めんつゆ… 大さじ1と1/2
水…………… 大さじ1と1/2
B [めんつゆ…………… 小さじ2
水…………… 小さじ2
*A、Bとも2倍濃縮のめんつゆ使用

食改さんからの一言

ローカロリーのしらたきでボリューム感たっぷり、食べごたえもありますよ。肉の付け合せにはブロッコリーやトマトなどを合わせると、いづれもよく栄養バランスアップ!!

一人分栄養価

エネルギー —— 152kcal(※1,700kcal/日)
蛋白質 —— 10.0g(※50g/日)
脂 質 —— 10.4g(※45g/日)
炭水化物 —— 4.0g(※250g/日)
カルシウム —— 44mg(※600~700mg/日)
塩 分 —— 0.6g(※8g未満/日)
※一般成人女性の基準。

3月は道税の納税推進強調月間です

道税の納め忘れはありませんか?根室支庁では3月を納税推進強調月間として、財産の差押えなどの滞納処分積極的に取り組み、滞納整理の促進に努めます。みなさんの暮らしを支える道税の納税にご協力ください。



【3月の夜間納税窓口】

日時:3月26日(木)午後8時まで

場所:根室支庁税務課

電話:0153-24-5466(納税係直通)

◆今年のイベントはあまり天候に恵まれていません。初日の出鑑賞会・ふゆとぴあ・白鳥まつりなど大きく荒れることはありませんが、小雪が降ったり、真冬日だったり、撮影時の寒さは本当に身体に堪え、毎回寒さ対策には苦労しています。私の場合はイベント当日の最低気温をテレビで確認し、気温を目安に携帯カイロを懐に入れ、幾重にも重ね着をして撮影に向かいます。しかし、今度は動きづらくて、着ぶくれ状態に…さらに肩まで凝るなど、なかなかうまくいきません。でも、そんな寒さにも負けずに、今日もカメラを片手にみなさんの元に向かいます。(K)

ブレンドコーヒー