

広報

# べっかい

2009  
(平成21年)

9

No.551



「ピンに向かって、飛んでいけー！」(第8回ウェスタンカーニバル「ニアピングゲーム」)  
※関連記事は3ページをご覧ください。

## いじめは人権の侵害

7/14

法務局根室支局主催による「人権擁護教室」が西春別小学校で開かれました。

「いじめ」と「人権擁護について」のビデオを見終わった子どもたちから、「いじめは人権侵害なの?」「どうしたらいじめはなくなるの?」など、多くの質問や意見が出て、子どもたちが人権を知る大切な時間となりました。



## 原爆の悲惨さを伝えて

7/25-26

7月25～26日、第16回原爆写真展が中央公民館で開催されました。

原爆展実行委員会が主催したもので、広島・長崎の原爆投下当時の大型写真を展示し、被爆記録映画の上映も行いました。

来場者は、目を覆いたくなるような悲惨な事実を前に、平和を誓いました。



## きれいにしてくれてありがとう



7/30

夏休みに入った別海中央野球少年団の児童25名が、自分たちができるボランティアとして、お世話になったみなさんへ感謝の気持ちを込めて、図書館の本拭きをしました。

昨年からはじまったこの活動は、今回で4回目。移動図書館車で利用されていた約3,000冊の本が一冊一冊丁寧に磨きあげられ、図書館の本棚へ納められました。



前田 澄子さん (別海)  
大正8年8月7日生

## 長寿90歳 おめでとう

※承諾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」が次の方に贈られました。

## 別海の子供たちと剣道で交流



7/18

東京別海ふるさと会の新家会長が別海町に帰省した機会を活かし、別海町剣道少年団15人の子供たちと稽古に汗を流しました。新家会長は、剣道7段の腕前。「ふるさとの子供たちと一緒に稽古をしたい」とふるさと会の総会で夢を語っていましたが、今回の帰省の際にそれが実現しました。稽古を終えて「東京の子供たちに比べると元気がよい。まだまだふるさとの子供たちの底力は大丈夫。また機会を見つけて一緒にやりたい。」と話していました。

## 床丹金刀比羅神社例大祭

7/29

7月29～31日に床丹金刀羅神社例大祭が行われました。

29日(水)夜は、神社横に設置されたステージでアトラクションが行われました。

保育園児の紅白祭り太鼓で幕を開けたアトラクションは、カラオケや地元小中学校の先生方の出し物、抽選会などで大変盛り上がりました。



## 春別川クリーンいかだ下り

8/2

第23回春別川クリーンいかだ下り（別海町自然に親しむ会主催）が、中春別で開催されました。

地域住民のふれあいと、地域を流れる春別川を親しみを持って大切にしようと毎年行われています。

中春別市街地を流れる春別川沿いを1時間ほどゴミ拾いした後、子供から大人まで約50人が12隻の手作りいかだに乗り、蛇行した川を下りました。

ジャングルさながらに樹木が生い茂った川を下るのは、ちょっとした冒険。参加者は「ぶつかるぞ!」「そっち漕いで!」などと歓声を上げて存分に楽しんでいました。

川下りの後は、焼肉などを食べて交流イベントを楽しみました。



## 野鳥を見ながら読書を

7/30

カ笹会より、「バードウォッチングを楽しみながら本を読んでほしい。」との思いから、巣箱の材料が図書館に提供されました。

巣箱は別海中央野球少年団の児童が作成し、図書館裏の林に設置しました。



## ウエスタンカーニバル

8/8

西春別地区の夏の大会となった「第8回ウエスタンカーニバル」が西春別駅前スケートリンクで真夏の青空の下、開催されました。

恒例となった「ニアピンゲーム」「牛乳早飲み選手権」などのアトラクションに観客は大きな拍手と声援を送っていました。お昼には「焼肉無料試食会」が盛大に開催され、来場者は暑い日差しと熱い炉に汗を流しながら、美味しいお肉に舌鼓していました。



## 北方領土返還要求運動に役立てます

8/19

宗教法人念法真教（大阪府）の念法青少年一行79名が、北方領土視察研修旅行で北方展望塔を訪れました。

視察研修旅行は今年で25回目となり、毎年「北方領土返還運動支援」として寄付金をいただいております。寄付金を受け取った町長は、「長年にわたり寄付をしていただきありがとうございます。今後も北方領土返還実現のために大切にに使わせていただきます。」と感謝と決意を述べました。



75歳以上の方と65歳～74歳で一定の障がいのある方が対象

後期高齢者医療制度

# 長寿医療制度のお知らせ

## ●「医療費通知」について

北海道後期高齢者医療広域連合では、加入者(被保険者)の皆様にご健康や医療に対する理解を深めていただくとともに、制度の健全な運営を図るために、医療費通知を行っています。

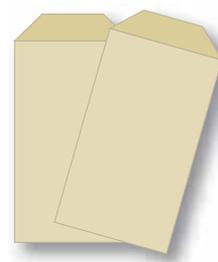
今年度につきましては、2回の発送を予定していますが、9月末に平成21年1月から6月診療分の医療費通知を北海道後期高齢者医療広域連合から送付します。

なお、医療費通知は、請求書ではなく、医療機関等からの診療報酬明細書に基づき「医療費の総額」を記載しており、記載されている月に病院や薬局(等)にかかれた一覧です。受け取られたことにより、申請等の手続きをされる必要はありません。また、本通知によりまして、受診を制限するものではありません。

医療機関等の請求の遅れ等のため、医療費通知に記載されないことがあります。ご不明な点がございましたら、北海道後期高齢者医療広域連合または下記の役場担当窓口へお問い合わせください。

### ・平成21年度の医療費通知の発送予定

診療月	平成21年1月～ 平成21年6月	平成21年7月～ 平成21年12月
医療費通知を発送する時期	平成21年9月末	平成22年3月末



※医療費通知は領収書ではありませんので、確定申告時の医療費控除証明書としては、使用できません。

## ●「健康診査(健診)」について

町では、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の早期発見および予防を目的に、北海道後期高齢者医療広域連合から委託を受け、被保険者の方々の健診を実施しています。

定期的に健診を受けることは、疾病の早期発見・早期治療につながり、自らの健康管理を見直すきっかけにもなりますので、毎年受けましょう。

健診の対象となる方へは、5月末に健診のご案内と受診券を送付しておりますので、健診の実施期間、場所等受診方法をご確認ください。(施設に入所している方、入院中の方等は対象外)

**健診で受けられる項目**：既往歴の調査・自覚症状及び他覚症状の検査・身体計測・血圧・  
血中脂質検査・肝機能検査・血糖検査・尿検査



### ※ 受診の際にご注意いただきたいこと

対象となる方全員へ受診券を送付しています。現在、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病で通院治療中の方は、既に上記と同項目の検査が済んでいると考えられますが、健診を受けるかどうかは、各自の医療機関への受診状況等により判断されるようお願いいたします。

問合せ

北海道後期高齢者医療広域連合 電話 011-290-5601  
別海町役場 町民課後期高齢者・医療給付担当 電話 75-2111(内線1241)



## 福祉入浴券利用のお知らせ

平成21年度福祉入浴券の交付を受けていない方は、お早めに申請してください。

9月末までに申請された方は6枚、10月以降申請された方は3枚になります。

対象者：満65歳以上の高齢者／身体障害者手帳1～3級の方／療育手帳所持者／精神障害者保健福祉手帳所持者

問合せ／社会・障がい福祉担当（内線1312）



## 別海町子育て支援センター「はみんぐ」

9月の予定



\*こんにちは「はみんぐ」です。

短い夏も終わり、木の葉も色づきはじめ秋の気配を感じます。

心地よい秋風を感じながら、お子さんと気軽に『はみんぐ』へ遊びにきてください。

また、子育てに不安や、悩みがありましたら、相談日（木曜日・予約制）もあります。ゆっくり、静かにお話を聞く事ができます。スタッフに気軽にお話ください。

スタッフ一同お待ちしております。

### 「はみんぐ」1週間のスケジュール

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

\*お知らせ\*

9月3日【木】午前・お休み。

9月4日【金】午前・午後お休み

9月15日【火】午後・お休み。

9月18日【金】午前・自由遊び。

9月25日【金】読み聞かせの会のみなさんによる絵本の読み聞かせがあります。

11：00～11：30までで、予約はいりません。

たくさんのご参加お待ちしております。



問合せ／子育て支援センター「はみんぐ」

電話& FAX (0153) 75-1828 メール hamingu@aurens.or.jp

## ◇し尿と家庭廃水のくみ取りのお知らせ◇

10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、興行となります。10月にくみ取りが必要な方は9月20日までにお申込みください。

※12月から3月までは、凍結するなどの理由のため、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込みください。



問合せ／町民課町民生活担当（内線1212・1213）

# 地上デジタル放送完全移行

# 2年

2011年7月24日まであと

を切りました

今までのテレビ放送(アナログ放送)は2011年7月24日までに終了し、デジタル放送に移行します。  
アナログテレビをお使いの方は、デジタル放送移行後、そのままではテレビ放送(デジタル放送)を見ることができません。

## 地デジを見るにはどうするの？

UHF アンテナ



アナログテレビ

+



デジタルチューナー  
又はデジタルチューナー  
内蔵録画機器

### アナログテレビを 使い続ける

現在お使いのテレビ(アナログテレビ)に、地上デジタルチューナーもしくは、地上デジタルチューナー内蔵録画機器を接続すると視聴できます。

地上デジタルチューナー

●価格：約1万円～数万円程度

地上デジタルチューナー内蔵録画機器

●価格：約5万円～30万円程度



UHF アンテナ



地上デジタル放送対応テレビ

### デジタルテレビに 買い替える

地上デジタル放送対応テレビをアンテナにつなぎ、設定することで視聴できます。

地上デジタル放送対応テレビ

●大きさ：13型～50型程度

●価格：約4万円～60万円程度

※50型以上の大型もあります。

※UHFアンテナの設置や交換が必要な場合があります。

### 悪質商法に ご注意ください！

テレビの調査会社やアンテナ工事業者を装って、地上デジタル放送を受信するための費用を不正に請求したり、工事の勧誘を行う例が起きています。  
地上デジタル放送に関する誤った情報や不十分な情報に基づいて関連商品・サービスを売りつける悪質商法にご注意ください。

問合せ／総務省地デジコールセンター 電話：0570-07-0101 (平日9時～21時 土・日・祝日9時～18時)

※IP電話など、ナビダイヤルが繋がらない方は 電話：03-4334-1111

### お知らせ

総務省 北海道東テレビ受信者支援センター(通称:デジサポ道東)が、10月に別海町内各地区において地域住民対象の「地上デジタル放送説明会」を開催します。

詳しい日程・会場は、次月号の広報および総務省からの全戸配布ダイレクトメールでお知らせいたします。

地上デジタル放送について詳しく知りたい方や疑問をお持ちの方は是非ご参加ください。

# 9月1日は 防災の日です!

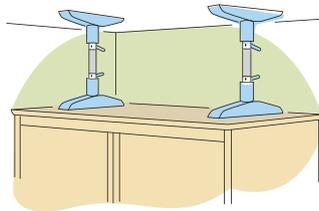
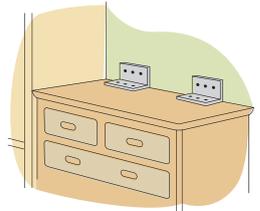


「防災の日」は今から86年前の大正12年に関東大震災が発生した日で、この日にちなんで昭和35年に制定されており、9月1日を含む8月30日から9月5日を「防災週間」として、日本各地で、防災訓練などが実施されております。

別海町では、過去に数回の大きな地震を体験しておりますが、本年、国の地震調査委員会から発表された「今後30年以内に震度5以上の地震が発生する確率」は、60%程度とされております。

この数字は、根室半島沖を震源とする地震の発生周期が70年とされており、前回の地震発生から35年経過しているため、高確率となっているものと思われます。

「防災の日」及び「防災週間」を機会に、今一度町民の皆さん、一人ひとりが身の回りで起きうる災害について



考え、地震に対する対策（家具などの転落・落下を防止する対策をする等）を見直していただきたいと思っております。

## 安心 安全 地域安全ニュース

問合せ／防災・交通担当（内線2116・2117）

## 平成21年度 秋の全国交通安全運動について

9月21日から9月30日までの10日間、秋の全国交通安全運動が実施されます。期間中は、

- 高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時の歩行者と自転車の交通事故防止
- 全ての座席のシートベルト・チャイルドシートの正しい着用
- 飲酒運転の根絶



を、重点として交通事故の撲滅を目指し各種啓発活動などが実施されます。

本年からは、9月に大型の連休もあるため、行楽型の事故増加が懸念されます。交通事故及び事故での被害を少なくするために、

### ※全座席での「シートベルト」の着用

シートベルトはあなたと同乗者の“命綱”です。

### ※「スピード」を落とす

スピードの出しすぎは“重大事故”に直結します。

### ※「うっかりミス」や「だろろう運転」をなくす

交通事故は、ちょっとした“不注意・ミス”や危険予測が不十分な「だろろう運転」により発生します。

などのポイントに注意し悲惨な交通事故の撲滅にご協力ください



【9月更新時講習予定日（優良）】9月9日（水）13:30～ 別海町交流館「ぷらと」

★受講の注意点～受講前に必ず中標津警察署で免許更新の手続きをしてください。手続きをしていない場合は受講できませんのでご注意ください。

《後部座席の同乗者にもシートベルトの着用を！》



# 設置していますか？ 住宅用火災警報器！



近年、全国的に住宅火災で死亡する人が増えており、その原因の多くが『逃げ遅れ』です。別海町内においても、本年中（8月1日現在）に発生した火災13件のうち、住宅火災は4件で、幸い死者はでておりませんが、火災による負傷者は多数でております。

このような状況から消防法が改正され、新築住宅については平成18年6月1日に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。既存住宅についても、根室北部消防事務組合火災予防条例によって平成23年5月31日までに設置が義務付けられています。

ご家族の生命と財産を守るためにも、まだ設置していないご家庭は早めに住宅用火災警報器を設置してください。

## 住宅用火災警報器Q&A

### Q1. 家のどこに設置すればいいの？

**A1.** 住宅用火災警報器の設置場所は、寝室です。寝室が2階以上にある場合はその階の階段にも設置しなければなりません。また、1つの階に寝室として使用していない居室（7㎡以上）が5部屋以上ある場合は、その階の廊下又は階段に設置しなければなりません。

設置場所



### Q2. どこに売っているの？

**A2.** お近くの電気店やホームセンターなどで購入できます。

### Q3. 取り付け方は？

**A3.** 住宅用火災警報器の取り付け方は、住宅の居住者が行います。取り付けのために特別な資格は必要なく、誰でも取り付けることができます。

### Q4. アパートや借家では誰が設置するの？

**A4.** 住宅の「所有者」「管理者」又は「占有者」の全てに設置義務があります。設置については、所有者と相談してください。

## 住宅用火災警報器の 奏功事例

○ 概要等

- 発生日時 平成20年11月
- 出火建物 公営住宅
- 出火原因 ガスコンロの消し忘れによる鍋の空焚き

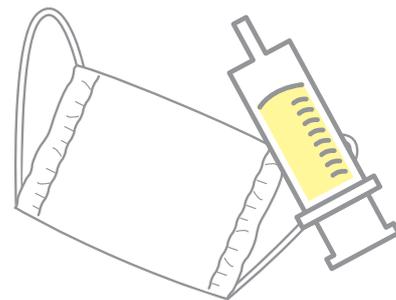
一人暮らしの家主が、ガスコンロに鍋を掛けラーメンを作っている中に寝てしまい、鍋が空焚き状態となり発煙し、居間及び寝室の住宅用火災警報器が鳴動した。警報音に気づいた家主がコンロの火を止めたもので、住宅用火災警報器による早期発見により火災に至らなかった事例です。



悪質な訪問販売に **ご注意** ください!!



# 8月10日から、北海道の 新型インフルエンザへの 対応が変わりました。



急な発熱、咳、のどの痛み、鼻水などのインフルエンザ様症状のある方は、原則として全ての医療機関で、直接、受診できるようになりました。

※発熱相談センターのご案内

北海道中標津保健所 電話0153-72-2168

受付時間：午前8時45分～午後5時30分

受付日：平日

これまで、発熱等の症状がある方は、まず、保健所の発熱相談センターにお電話いただき、「発熱外来」の受診を勧めてきたところですが、これからは医療機関に直接受診できるようになりました。

事前に医療機関に電話した上で受診してください。

- ・受診しようとする医療機関に事前に電話連絡し、受診時間帯や受診方法などについて指示を受けてください。

町立別海病院 (TEL75-2311) ・西春別駅前診療所 (TEL77-2350) ・尾岱沼診療所 (TEL0153-86-2625)

受診の際にはマスクを着けましょう。

- ・健診や他の病気を受診する方などへの感染防止のため、できるだけマスクを着用してください。
- ・自家用車で行くなど、公共交通機関の利用はできるだけ避けてください。  
(公共交通機関を利用する場合は、マスクを着用してください。)

慢性の病気をお持ちの方は「かかりつけ医」に電話連絡してから受診するか、「かかりつけ医」が紹介する医療機関を受診してください。

妊娠中の方は「かかりつけの産婦人科医」に電話連絡し、受診する医療機関の紹介を受けてください。  
・受診時の事前連絡やマスクなどの留意事項は上記と同じです。



問合せ／別海町新型インフルエンザ対策本部事務局 保健課 TEL 75-0359

## 長距離高速無線LAN事業 電波不通地域対策について

平成19年5月にサービスを開始しております「別海町長距離高速無線LAN事業」の電波不通地域につきましては、これまで現況把握調査および対策方法についての検討を行ってまいりましたが、具体的対策計画の立案を目的とするための詳細調査を7月下旬から実施いたしました。

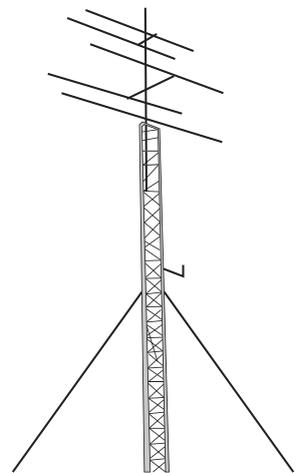
この調査に係る調査手法およびスケジュールについては、下記のとおりとなります。

なお、この調査により送信局の増設候補箇所を選定するなどの総合的な計画を立案いたします。また、この計画をもとに、国が進める「ブロードバンド・ゼロ地域解消事業」に基づき、これからも電波状況の改善を図りたいと考えておりますので、よろしくお願いたします。

### ◆調査手法およびスケジュール

工 程	内 容
7月下旬～8月中旬	関係資料による置局設計
8月中旬～下旬	置局予定場所における建設可否および電源確保等の検証
9月上旬～中旬	現地調査
9月中旬～10月	報告書作成、結果報告

問合せ／地域政策担当（内線2210・2214・2215）



## 別海町ふるさと応援制度

～寄附をいただきました～

この度、兵庫県在住 野田敬二さんから寄附をいただきました。

平成21年度は、このほか4名の方からいただいており、寄附総額は11万円となっています。今後、酪農・水産・商工観光等の振興発展に関する事業、高齢者・障がい者の支援に関する事業等に有効活用させていただきます。

### お詫び

広報8月号13ページ掲載した『「別海町ふるさと応援制度」寄附の状況』の内容の一部に誤りがありましたので、下記のとおり修正しお詫びいたします。

【訂正内容】 誤：佐原 圭介（大阪府） 正：作原 圭介（神奈川県）

問合せ／企画振興担当（内線2211・2212）

別海町乳幼児母親家庭教育学級（通称すくすく学級）の実践

# 遊びながら、楽しみながら 子どもと一緒にチャレンジ

別海町生涯教育研究所 所員 楠瀬 克子



すくすく学級では、1年間の学習計画の中に食育に関する学習を2回実施しています。

1回目は『望ましい食事で健康な体を育てよう』をテーマに「母乳育児、離乳食、自分で食べる、好き嫌い、我が家の食卓の見直し」など、栄養士さんを講師に月齢に合わせて知識の学習をしました。子どもの胃袋の大きさや、飲料水の糖分等に驚き、子どもの状況に置き換え一喜一憂。お母さん達が日頃困っている事や疑問に思っている事を質問し、即回答していただき勉強しました。

2回目は、料理体験教室「遊びながら、楽しみながら、子どもと一緒にチャレンジ」をテーマに実践しました。その時の様子を紹介します。

## 献立 お好み焼き・サンドイッチ・ヨーグルト和え

\*オープニング お店屋さんごっこ 歌に合わせてお買い物  
八百屋さん・パン屋さん・果物屋さん・魚屋さん  
♪♪おかいもの、おかいものラララなにをかきましょうか♪♪

\*準備 手洗い、身支度

\*作業 お母さんが手を添えて切る・ちぎる・ほぐす・混ぜる・入れる・ひっくり返すなど

\*配膳手伝い 食器の用意・配食・配る

\*食事マナー

- ・挨拶 いただきます・ごちそうさま
  - ・立って歩かないようにしましょう
  - ・いろいろなものを食べてみよう
  - ・自分で食べるスプーン、はしの持ち方など
  - ・後片付け 洗い場へ下げる・拭く・食器片づけなど
- 月齢に応じて出来る事に手を添えながらやってみる。



## 感想 おかあさんの声

- ・家でやらせたことがなかったけど意外とできるんだね。
- ・キャベツなど包丁で切らなくてもちぎる方法もいいね。
- ・野菜も混ぜると食べられるね。
- ・お友達の食事の様子もみられて良かった。
- ・はしを上手に持っている子のそれまでの過程が聞けた。
- ・お友達が一緒なのでよく食べたetc。



## 子どもの声 おいしかった！切れたよ！手伝ったよ！楽しかった！

日常育児に忙しいお母さん。子どもと一緒にすることの大切さはわかっているけど、「時間がかかる・汚される・まだ出来ないだろう」と思い込み、なかなか実施できない状態。これを機に時間に余裕のあるとき、ゆっくりお話ししながらチャレンジしてみるのもいいですね。食べ物への興味を示し、楽しく、おいしく、バランス良く食べる子を目指して…。

別海町生活習慣改善スローガン **「早寝・早起き・朝ごはん テレビを止めて外遊び！」**

# スポーツセンター

だより

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

「スポーツ@BETSUKAI」ブログ

http://www.betsukai.net/blog/sports/

## 『スポーツセンター祭り・2009夏』

～8月9日開催～

### 小学生少年団員140名が16種目に挑戦しました。

少年団対抗綱引きでは、団員も大人も日ごろのチームワークを発揮し、体力測定では日ごろの練習の成果を披露してくれました。そして、体育協会加盟団体が用意してくれたユニークな種目では苦戦したりわくわくしたり、スポーツを通じて交流を深めました。

選手のみならず、運営に協力して下さった中学生、高校生、スタッフの皆様、本当にありがとうございました。次のスポーツセンター祭りは、6年生から高校生までを対象に3月を予定しています。

#### ◆少年団対抗つな引き王座決定戦

優勝：上春別スポーツ少年団 準優勝：中春別スポーツ少年団 第3位：別海サッカー少年団

#### ◆体力測定種目 ※各部門トップのみ

◇握力	低学年 男子 小野寺恵太・女子 福原 詩苑	中学年 男子 田邊 海斗・女子 高橋 杏茄
	高学年 男子 組村 利春・女子 三戸 夏実	
◇長座体前屈	低学年 男子 高田 蒼也・女子 松岡 美沙	中学年 男子 小村 逸・女子 高橋 杏茄
	高学年 男子 近内 祐介・女子 外村 千秋	
◇立ち幅跳び	低学年 男子 野々村太陽・女子 石渡 由莉	中学年 男子 高橋 唯人・女子 松隈 梨乃
	高学年 男子 小椋 翔貴・女子 島影 美希	
◇反復横とび	低学年 男子 森野 太陽・鈴木 風雅・女子 石渡 由莉	
	中学年 男子 小野寺幸太・女子 松隈 梨乃	高学年 男子 手塚 翔・女子 金子 京夏
◇上体おこし	低学年 男子 阿部 龍毅・女子 福原 詩苑	中学年 男子 森重 航・女子 佐藤 りな
	高学年 男子 石川 斗来・女子 酒井 美里	
◇50m走	低学年 男子 野々村太陽・女子 田中奈那子	中学年 男子 稲原 周作・女子 松隈 梨乃
	高学年 男子 近内 祐介・女子 吾妻 穂香	
◇ソフトボール投げ	低学年 男子 山口 大飛・女子 田中奈那子	
	中学年 男子 稲原 周作・女子 高橋 杏茄	
	高学年 男子 石川 斗来・女子 金子 京夏	
◇20mシャトルラン (高学年のみ)	高学年 男子 森田 航貴・女子 金子 京夏	



#### 《ご協力ありがとうございました》

別海町体育指導委員会・別海町体育協会・別海町スポーツ少年団本部・別海町指導者協議会・別海町交通安全協会・別海町ソフトボール協会・別海町剣道連盟・別海町ソフトバレーボール連盟・別海サッカー協会・別海町ラジオ体操会・別海町バスケットボール協会・別海町ラグビーフットボール協会

#### \*\*\*\*\*秋はスポーツイベント目白押し!\*\*\*\*\*

9月5日(土)	広瀬哲朗氏講演会 (マルチメディア館)午後6時開演
9月6日(日)	競技力向上セミナー「広瀬哲朗氏野球教室」(町営野球場)午前9時開会式 根室管内交歓大会 (根室市開催)午前9時開会式
9月7日(月)	競技力向上セミナー「バスケットボール」午後4時30分開講
9月13日(日)	第37回別海町中学校駅伝競走大会 (農村広場)午前9時開会式
9月23日(祝)	第45回別海町駅伝競走大会兼第13回別海町女子駅伝競走大会 (西春別運動広場スタート)午前9時開会式
9月27日(日)	第14回遊ぼっとスポーツin別海 (総合スポーツセンター他)午前9時開会式
10月3日(土)	第31回別海町パイロットマラソン開会式 (町民体育館)午後5時開会
10月4日(日)	第31回別海町パイロットマラソン (町営陸上競技場スタート) フルマラソン午前10時スタート・5km午前10時45分スタート

**郷土資料館**  
だより

FAX75-0802  
メール kyoudo@betsukai.jp

# かわいいコウモリたちを観察しました

ふるさと講座・自然系・コウモリ観察会

7月24日(金)に道指定有形文化財「奥行臼駅通」で「コウモリ観察会」を実施しました。講師は道東のコウモリの調査研究をしている根室市歴史と自然の資料館主任学芸員の近藤憲久さんです。

コウモリの生態についてのお話のあと、コウモリを捕獲するために駅通の裏に設置したかすみ網の前で、餌を求めて飛び立つコウモリを観察しました。残念ながら上空を旋回したり、網の下を飛ぶなど捕獲するところは見られませんでした。あらかじめ捕獲していたコウモリを駅通内で観察することにしました。



捕獲されたコウモリは、ホオヒゲコウモリとウサギコウモリでした。雌雄の判別、計測、捕獲場所などが記録されたリングを取りつける作業を行いながら、じっくりとコウモリを観察しました。「キーンキーン」と鳴くコウモリを写真撮影したり、翼にさわると、普段なかなか見ることの出来ないコウモリに参加者は釘付けでした。コウモリは、世界で970種・日本で35種・北海道で19種・別海町で9種確認されています。1頭あたりのコウモリは、蚊であれば1日500匹ぐらい食べるようで害虫駆除に役立っているそうです。

## 加賀家文書館第7回特別展 「近世の別海をさぐるⅡ」

近世(江戸時代)シリーズの第2弾、海岸線を中心に(ベツカイ・ニシベツ・ノツケを除く)「加賀家文書」や同年代に書かれた文献史料(絵図など)により、わかりやすくご紹介します。ぜひご覧ください。

- 開催期間 平成21年9月15日(火)～10月30日(金)
- 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。

9月の休館日 5日・6日・14日・19日～23日・24日・28日

**図書館**  
だより

75-2266  
FAX75-0506  
メール tosyo@betsukai.jp

## 【梅澤 俊氏 講演会 「植物っておもしろい」】

植物写真の第一人者であり、「北海道の高山植物」や「北海道夏山ガイド」など多数の著書を発行されている梅澤俊氏の講演会を開催します。

日 時／平成21年10月17日(土) 午後1時30分～3時30分 場 所／図書館2階 視聴覚室  
対 象／中学生以上(託児はありません)

参加料／無料ですが、事前申込みが必要です。図書館窓口か電話(0153-75-2266)・fax(0153-75-0506)でお申し込みください。なお、定員(80名)になり次第締め切らせていただきます。

\*講演終了後、若干ですが質疑応答の時間を設けます。また、講演会終了後、梅澤先生の著書の販売とサイン会を行います。

## <9月の図書展示> 「早寝早起き朝ごはん テレビを止めて外遊び」に関する本展

子どもにとってなぜ早寝・早起きや朝ごはんを食べること、体を動かすことが大切なの？  
テレビの弊害ってなに？などについて書かれた本を展示します。

### たのしいお話の時間

と き／9・16・30日 午後3時～3時30分  
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／毎週金曜日 午前11時～11時15分  
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。

<9月の休館日～休館中の返却は玄関横の返却ポストをご利用ください。>

1～6日(パソコン入替えに伴う臨時休館)・7日・14日・21日・22日・23日・24日(月末休館日)・28日

\*毎月最終木曜日は月末休館日(図書整理日)のため休館します。

個別的労使紛争のあっせん  
（労働者個人と使用者の  
間の紛争を調整します）

北海道労働委員会では、道の各支庁労働相談所と連携して、労働条件その他労働問題に関する個々の労働者と使用者との間の紛争（解雇や未払賃金など）の「あっせん」を行っています。「あっせん」とは、労働問題に精通したあっせん員が労働者個人と使用者の間に立って紛争が解決できるようお手伝いする制度です。  
あなたのプライバシーは守ります。どうぞお気軽にご利用ください。  
問合せ／根室支庁労働相談所 労働相談ホットライン（TEL 0120-8116105）

中小企業大学校旭川校  
おすすめ講座のご案内  
(10月分)

講座名／「業績を左右する」トップの自己演出法  
対象者／周りを惹きつける魅力をさらに高めたい経営者・経営幹部  
実施期間／10月23日（金）～24日（土）2日間

受講料／15,750円（税込）  
問合せ及び申込み／独立行政法人 中小企業基盤整備機構 中小企業大学校旭川校 受託事業者（株）東京リーガルマインド TEL0166-6511200

平成22年度学生募集について

北海道立釧路高等技術専門学院では、地域ニーズや産業界の要望に応えるため、平成15年度から高卒2年制3科目（電気工学科、建築技術科、自動車整備科）の体制で職業訓練を実施しています。今後、産業界の担い手となる技能者の育成に努めていくこととしております。  
平成22年度の学生募集については下記の通りです。  
募集科目／電気工学科、建築技術科、自動車整備科  
訓練期間／2年  
定員／各科20名（うち推薦入学10名）  
願書受付／推薦は平成21年10月1日～10月20日  
一般は平成21年11月2日～

## 旧郊楽苑の リニューアルオープンについて

今年2月で閉館した旧郊楽苑につきましては、第三セクターを解散し、昨年民間への売却に向けた検討を進めましたが、買主がなく、改めて施設を貸し付けるための公募を行い、借り受け希望者の中から選考の結果、7月下旬に(株)郊楽苑と賃貸契約を締結いたしました。

この度、改修工事が進められ、まず入浴施設から営業を始め、レストラン、宿泊部門も順次オープンすると聞いております。

町民の皆様には昨年から大変心配をおかけしておりましたが、いよいよ民間活力の導入により、リニューアルオープンすることになりましたのでお知らせいたします。



問合せ／商工観光課(内線1620・1621)

11月20日  
※土・日曜日、休日以外は施設を一般開放  
問合せ／北海道立釧路高等技術専門学院 訓練課 (0154)5718011  
学院ホームページ <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kss>

定額給付金の  
締め切りは  
10月2日です!

申請書を紛失された方、またはご不明な点等がありましたら、担当までご連絡ください。  
問合せ／総務課総務行政担当 (内線2111)

### 地域情報 カレンダー

日	曜日	イベント内容
9/6	日	第19回奥行白駒通祭 午前10時～
9	水	優良運転者免許更新時講習会 (別海町交流館ぷらと) 午後1時30分～
19-20	土・日	第40回別海町産業祭 (農村広場) 午前10時～ (詳細については16頁をご覧ください。)

(8月26日現在) ※スポーツイベントにつきましては、12ページをご覧ください。

### 社会保険 事務相談所 開設

9/8(火) 13:00～17:00  
9/9(水) 9:00～11:30  
10/13(火) 13:00～17:00  
10/14(水) 9:00～11:30  
中標津町役場 会議室





秋の味わい  
きたしび  
ラー  
参加費0円

雨天決行  
9/19±20日

第40回

別海町

産業祭

別海町農村広場



別海町を彩る、秋の祭典

9/19

10:00~16:00 イベント

- 第36回 馬事競技大会
- 水産フェア
- 酪農畜産フェア
- 別海町秋の味覚
- 別海町特産品展示即売
- 乳製品の販売
- 農漁村加工体験施設展示・試食(そばうち実演)
- 別海ジャンボホタテバーガー販売
- 木をもちいたプランターづくり・パネル展
- 太陽光発電環境パネル展
- 農業農村事業パネル展
- 農機具・酪農機器・暖房用機器展示販売
- 防災の広場
- 各種バザー&フリーマーケット

10:00~15:00 アトラクション

- 郷土芸能太鼓演奏会(大地人、美原子童太鼓)
- 吹奏楽演奏会(中央小、中央中、別海高校)
- 幼年消防クラブ鼓笛隊演奏会(くるみ幼稚園)
- パントマイム&風船パフォーマンス

主催/別海町  
主管/産業祭実行委員会  
事務局/別海町役場農政課 TEL75-2111

9/20

10:00~16:00 イベント

- 第36回 馬事競技大会
- 水産フェア
- 酪農畜産フェア
- 別海町秋の味覚
- 別海町特産品展示即売
- 乳製品の即売
- 農漁村加工体験施設展示・試食(そばうち実演)
- 別海ジャンボホタテバーガー販売
- 木をもちいたプランターづくり・パネル展
- 太陽光発電環境パネル展
- 農業農村事業パネル展
- 農機具・酪農機器・暖房用機器展示販売
- 牛乳料理・手作りソーセージの試食他
- 体験乗馬・花馬車
- 防災の広場
- 各種バザー&フリーマーケット

20日のみ  
無料巡回バス  
運行

10:00~15:00 アトラクション

- キャラクターショー
- YOSAKOI(西春別花翔舞)
- 生しいたけ重量当てクイズ
- 丸太切り大会
- 別海ミルク王国競技大会
- パントマイム&風船パフォーマンス

侍戦隊  
シンケンジャーショー

9/20日 1回目 10:00~ 2回目 12:30~  
※ショー終了後、記念撮影会・サイン色紙販売がございます。(有料)

別海町地域 No.34  
包括支援センター  
から

先月は福祉用具の貸与について説明しましたが、今回は介護保険を利用した福祉用具の購入について紹介します。

入浴や排泄等に関する直接肌に触れる福祉用具に関しては、貸与の対象とはなりません。購入後に9割の支給を受けることができるものがあります。(1年間に10万円までの上限あり) 購入費支給の対象となる福祉用具は次のようなものがあります。

- (1) 腰掛便座 (2) 特殊尿器 (3) 入浴補助用具(入浴用椅子、浴槽台、浴槽手すりなど)  
(4) 簡易浴槽 (5) 移動用リフトのつり具の部分

購入費支給対象の福祉用具のなかでも、浴槽手すりは工事をしなくても簡単に浴槽に手すりを取り付けることができるもので、利用者の方より「浴槽の出入りが楽になった」との声をいただいております。

福祉用具の購入費支給の申請を行うには、介護認定を受けている必要があります。都道府県による指定を受けた事業所で福祉用具を購入する必要があります。

介護認定、福祉用具の貸与・購入についてのご質問・ご相談は、地域包括支援センターでもお受けします。

問合せ/別海町地域包括支援センター(別海町役場1階福祉課) 直通電話0153-79-5500



別海高校だより

# 新 是 日 日

ひびくれあらたなり

<http://www.bekkai.hokkaido-c.ed.jp>

## ◎3D水本 零君、全国大会へ！

8月12日、道東ブロックの9校（10クラブ）が参加して東北海道学校農業クラブ連盟技術競技大会が標茶高校で行われました。本校からは酪農経営科の15名の生徒が4つの競技に出場しました。

出場生徒は夏休みも返上し競技会に向け学習を重ね、学習の成果を発揮し、農業鑑定競技畜産コースで水本君（3D）が、平板測量競技で合田君、飯山君、浦山君のチームがそれぞれ優秀賞となりました。

この結果、水本君は10月7・8日茨城県で実施される日本農業クラブ全国大会への出場権を得ました。



## ◎1日体験入学の実施について

例年実施している「1日体験入学」を次のように実施します。

期 日 平成21年9月28日（月曜日）

会 場 北海道別海高等学校

- 内 容
- ① 部活動体験（2つまで選択可）
  - ② 実習体験（農業他）
  - ③ 模擬授業（1科目を選択）
  - ④ 学校説明（学科の紹介、生徒会・農業クラブの活動）
  - ⑤ 高校生との交流（生徒会、農業クラブ・ボランティア局）
  - ⑥ 個別相談（学習、進路、学校生活、酪農経営科）

※④以外は自由に選択に選択できます。

中学校を通して申し込みください。中学3年生、父母の皆様の多数の参加をお待ちしています。

## ◎生徒の下宿先を探しています

遠隔地から本校を希望する生徒が増えてきております。そこで、別海市街地で高校生の下宿を引き受けていただける方がおられましたら別海高校までご連絡ください。

連絡先：TEL75-2053・FAX75-2263  
担当：教務部 佐藤

## 新しい外国語指導助手が 赴任しました

## はじめまして ジョシュアです



町では、平成23年度から小学校で始まる外国語活動に対応するため、この2学期から現在勤務しているエマさんの他に2人目のALT（外国語指導助手）として、ジョシュア・デュエイさんを採用しました。

ジョシュアさんは、アメリカ合衆国ウィスコンシン州グリーンベイ市出身の24歳の男性です。大学では経営学を専攻しました。

今回、日本に来るのは初めてですが、町内の小学校や中学校を訪問して、児童・生徒の皆さんや先生方と楽しく英語や外国の歴史、文化を学ぶことそして日本語と日本の文化、伝統を学びあえることを楽しみにしています。街で会ったり、お店で顔を見かけたら気軽に声をかけてください。

## ジョシュアさんからのメッセージ

Hello, my name is Joshua Dhuey. I am the new English teacher in addition to Emma, the current ALT. I am from Green Bay, Wisconsin which is in the northern part of America just north of Chicago by Lake Michigan (one of the five great lakes). I grew up in a small farming town near Green Bay, very similar to Betsukai. I am anxious to see if the winters in Betsukai are more severe than the winters I experience in Wisconsin. I have three sisters, one brother, two nephews and one niece. I enjoy anything outdoors and love trying new things, especially if they are related to the Japanese culture. I also like trying to cook and photography. I greatly anticipate getting to know each one of you and becoming an integral part of this community. I apologize in advance for my lack Japanese. I hope to learn soon.

こんにちは。私の名前はジョシュア・デュエイです。エマに続いて2人目となる、新たに赴任した英語教師(ALT)です。アメリカ北部にあるウィスコンシン州グリーン・ベイ出身です。グリーン・ベイは、ミシガン湖(5大湖のひとつ)のそばにあるシカゴの真北にあります。私はグリーン・ベイのそばにある小さな酪農の町で育ちました。別海にとってもよく似ています。私がウィスコンシンで経験した冬より、別海の冬の方が厳しいかどうか確かめたいと思っています。

私には3人の姉妹と1人の弟、2人の甥、1人の姪がいます。アウトドア活動なら何でもやりますし、新しいことに挑戦するのが好きです。日本文化に関係することなら特にそうです。それから料理をしたり写真を撮ったりすることも好きです。

別海町のみなさんと知り合いになれることをとても楽しみにしています。この町の欠かせない一員になればと思います。日本語ができないことを前もって謝っておきます。すぐに覚えられればと思います。

# 献血のお知らせ

平成21年度・第2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
9月10日(木)	別海消防署	9:00～10:30
	フクラ別海店	12:00～16:00

年間総献血量は、  
男性：1,200ml以内 女性：800ml以内  
です。

※献血カード（裏面）記載しております  
“次回献血可能日”をご確認のうえ、ご  
協力をお願い致します。

**400ml献血にご協力を!!**



日本赤十字社別海町分區  
別海町別海西本町36番地  
(別海町社会福祉協議会内)  
TEL (0153) 75-2148



## 独り身の眺むる桜紅葉かな

澤井 一枝

桜は他の木に比べて紅葉するのが早く、当地でも八月半ばになると色付いくくる。開拓時代夫とともに汗を流した妻の感懐。

今西 青峰

## 人の動き

平成21年6月30日現在 ( ) は前月比

人口 / 16,158 (- 20)  
男 / 8,041 (- 22)  
女 / 8,117 (+ 2)  
世帯数 / 6,218 (- 10)  
外国人 / 167 (+ 4)

出生 12 死亡 15 転入 23 転出 40

その他 0

## 交通事故発生状況

( ) は平成21年1月からの累計

発生 2件 ( 9 )  
死者 1人 ( 1 )  
負傷者 6人 ( 14 )

## 火災と救急

( ) は平成21年1月からの累計

火災 3件 ( 13 )  
(死者 0件 ( 0 ))  
救急 37件 ( 266 )  
救助 3件 ( 8 )

### 酪農家の皆様へ!

牧草の収穫時期を迎え農業機械から出火し、火災に至るケースが多発しています!

作業前の点検・整備を確実に  
行ない大切な財産を火災から  
守りましょう。

## 第19回 奥行白駒通祭

来で・見で・感動!  
ふるさと再発見



9/6日

午前10時～(荒天中止)

北海道指定文化財 奥行白駒通

- 歴史の里探索クイズ
- 古き伝統の技法体験コーナー
- 昔の食べ物アラカルト

問合せ/教育委員会 生涯学習課(内線3712)

### お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
酒井 琉翔(るいと)ちゃん	男 雅敏	(別海)
金田 琉紀(りゅうき)ちゃん	男 真吾	(別海)
斎藤 はな(はな)ちゃん	女 裕平	(別海)
今西 月乃(つきの)ちゃん	女 大夢	(西春別駅前)
瀬下 奈夏(なな)ちゃん	女 陽介	(上風連)
久保利美結(みゆ)ちゃん	女 健太	(中西別)
永野日華莉(ひかり)ちゃん	女 泰弘	(本別海)
清実 柚稀(ゆずき)ちゃん	女 司	(別海)
小林似衣奈(にいな)ちゃん	女 正樹	(中西別)
蛭田 隼人(はやと)ちゃん	男 健太郎	(本別)
吉田 和輝(かずき)ちゃん	男 和行	(西春別駅前)

### お誕生・結婚

7月31日  
届出分まで

### ご結婚おめでとう

氏名	住所
相川 拓人・松本 文さん	(別海)
勝俣 翔・柳本百合香さん	(西春別)
井関 徹・町屋 渚さん	(西春別駅前)
高木 豊和・加藤 奈摘さん	(尾岱沼)
志賀 新作・鶴谷満里子さん	(別海)
中野目昌俊・高橋 詩織さん	(上春別)
鈴木 晋一・竹内あす美さん	(西春別)
小貫 裕嗣・岩井 友美さん	(床丹)

\* 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

寄付 ありがとう  
ございました

● 特別養護老人ホーム清翠園  
宮舞町女性部 別海町別海宮舞町

# 町の保健室『かかりつけ薬局』を持ちましょう。

## ■その3 「かかりつけ薬局」はどのように選べばいいの？

◎保険薬局、保険調剤、基準薬局、処方せん調剤、処方せん受付などの表示のある薬局では処方せんによる調剤を行っています。

次の4項目を満たしてくれる薬局をおすすめします。

- 1 薬についてきちんと説明してくれる。
- 2 わからないことを気軽に相談できる。
- 3 必要に応じておくすり手帳や文書で情報が受けられる。
- 4 信頼できる薬剤師がいる。

※ 薬剤師も医師と同様、患者さんの病気や服用薬などプライベートな事項は守秘義務がありますので、プライバシーを侵害されることはありません。

## ■「おくすり手帳」を持ちましょう。(おくすり手帳は、薬局でもらえます。)

おくすり手帳には自分の飲んでいる薬等が記録され、重複投与や飲み合わせによる副作用を未然に防止でき、また、ふだん持ち歩くことで、自分の使っている薬を正確に伝えることができます。

# ミニレベルアップ2009 レクリーダー養成講座

特定健診（メタボ健診）が始まる中で、運動などの生活習慣改善への興味関心が高まっていますが、「一人では続けられない」「実際どうしていいわからない」という声も聞きます。健康運動指導士などがサポートしますので仲間たちと一緒に自分・家族・地域でできることを考えてみましょう！

この講座を修了した方に保健センターで企画する運動教室のリーダーとして活動できるレクリーダー講座修了証・ネームプレート（新規の方のみ）を発行いたします。

## 1 実施日時、場所、内容

	講座名	※実施時間	単位	内容	場所
第1回目	9月15日(火)	夜の部	2	運動の実際1	別海町温水プール
	9月16日(水)	昼の部			
第2回目	9月28日(月)	夜の部	2	別海町の運動	
	9月29日(火)	昼の部			
第3回目	10月5日(月)	夜の部	2	運動の実際2	
	10月6日(火)	昼の部			
第4回目	10月13日(火)	夜の部	2	健康と運動	別海町町民保健センター
	10月14日(水)	昼の部			

※ 実施時間／夜の部 19:00～20:30・昼の部 10:30～12:00（夜・昼とも内容は同様になります）

2 対象：健康・運動に興味のある別海町民の方。先着20名まで（夜・昼の部 計40名）

3 申し込み締め切り：9月11日まで

4 料金：無料（ただし、プールの使用料310円/回がかかります。シーズン券をお持ちの方は**毎回確認します**のでご持参ください。）

5 準備するもの：運動靴、タオルなど（水には入りません!!）

●講座8単位中6単位以上取得で、「レクリーダー講座終了証」と「ネームプレート（新規の方のみ）」を発行します。

●スポーツ保険はかけませんので、各自で対応をお願いします

保健センター  
からの  
**お知らせ**

9・10月の  
母子保健  
業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
9月	1	火	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:20
	2	水	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:15~11:20/13:00~15:00
	3	木	1歳6か月児健診	町民保健センター	9:15~9:45(受付)
			3歳児健診	町民保健センター	13:00~13:30(受付)
	11	金	離乳食教室	町民保健センター	10:30~12:00
	15	火	4か月児健診	町民保健センター	12:45~13:00(受付)
	17	木	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
	18	金	2歳児ぱくぱく幼児教室	町民保健センター	10:30~12:00
	29	火	フッ素塗布	尾岱沼地域センター	10:00~11:30
	30	水	フッ素塗布	町民保健センター	9:30~11:30/13:00~13:30
10月	1	木	1歳6か月児健診	町民保健センター	9:15~9:45(受付)
			3歳児健診	町民保健センター	13:00~13:30(受付)
	6	火	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:20
	7	水	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:15~11:20/13:00~15:00
8	木	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00~11:20	

◆9月の4か月児健診対象者 平成21年5月生まれのお子さん ◆9月の1歳6か月児健診対象者 平成20年2月生まれのお子さん  
◆9月の3歳児健診対象者 平成18年8月生まれのお子さん ◆9月のマタニティクラス対象者 平成21年12月~平成22年1月出産予定の方

**元気** 未来っ子  
1歳6か月児健診

9月3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。



西牧 稜真くん  
(健)



坂野下瑛太くん  
(英也)



藤本 琉生くん  
(哲也)



茂木優乃介くん  
(直矢)



齋藤 まりちゃん  
(太香詞)



栗栖 玲美ちゃん  
(津奈樹)



大和田康太郎くん  
(暁)



山口 泰樹くん  
(雄司)



小野官九郎くん  
(昌弘)



天神 美結ちゃん  
(勝雄)



八木研太郎くん  
(一洋)



春日 優ちゃん  
(正樹)



金川 柚葉ちゃん  
(一義)



山本 滯羅ちゃん  
(博一)



白川 愛叶ちゃん  
(忠臣)

# 9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 西村進 名誉院長 今村洋	午 前	今 村	西 村	今 村	西 村	今 村	
	午 後	西 村	-	-	今 村	-	
	夜間診療	-	-	今 村	-	-	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 副院長 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	
産婦人科 副院長 山内修 医 長 佐藤正樹	午 前	佐 藤	山 内	佐 藤	佐 藤	山 内	・午後の診察については、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承願います。
	午 後	山 内	-	-	-	山 内 又は 佐 藤	
小 児 科 出張医 福村忍	午 前	福 村	福 村	福 村	福 村	出張医	【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 いいたします。
	午 後	福 村	福 村	福 村	予防接種 乳幼児健診	出張医	
精 神 科 医 師 浮田充	午 前	-	浮 田	-	浮 田	-	・9月10日から木曜日の診療も開始 します。 ※原則予約制です。予約のない場合は お待ちいただくこともあります。
	午 後	-	浮 田	-	浮 田	-	
心療内科 医 師 浮田充	午 前	-	浮 田	-	浮 田	-	・9月10日から木曜日の診療も開始 します。 ※原則予約制です。予約のない場合は お待ちいただくこともあります。
	午 後	-	浮 田	-	浮 田	-	

## ●出張医による診療科

<h3>耳鼻いんこう科</h3> <p>7日(月) 午前/午後 8日(火) 午前 黒瀬 誠 医師 (札幌医大)</p> <p>28日(月) 午前/午後 29日(火) 午前 新谷 朋子 医師 (札幌医大)</p>	<h3>皮 膚 科</h3> <p>11日(金) 午前/午後 肥田 時征 医師 (札幌医大)</p> <p>25日(金) 午前/午後 柳澤 健二 医師 (札幌医大)</p>	<h3>乳 腺 外 来</h3> <p>4日(金) 午後 大村 東正 医師 (札幌医大)</p> <p>18日(金) 午後 九富 五郎 医師 (札幌医大)</p> <p>予約制です。 電話予約受付時間 午後1時30分から 午後5時00分まで 75-2311 外科外来まで</p>	<h3>整 形 外 科</h3> <p>毎週水曜日の午後 2日、9日、16日、30日 藤部 正人 医師 (さっぽろ厚別通整形外科)</p> <p>※原則予約制です。 予約が無い場合は長時間 お待ちいただくことや受 診できない場合もあ ります。 電話予約受付時間 午後1時30分から 午後5時00分まで 75-2311 外科外来まで</p>
<h3>小児神経科</h3> <p>4日(金) 午前/午後 舘 延忠 医師 (札幌医大)</p>	<h3>脳神経外科</h3> <p>18日(金) 午後 高橋 義男 医師 (とまこまい脳神経外科)</p>	<p><b>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。</b></p>	

※9月10日(木曜日)から、精神科・心療内科の診療は週2回となります。  
 ※当院では、8月から11月末までの間、臨床研修医を受け入れております。診療等に同席させていただく場合がございますのでご了承願います。



# 脱 メタボリック

# 特定健診のお部屋から

## 糖尿病治療とは

### 「薬を飲むこと」だと思いませんか？

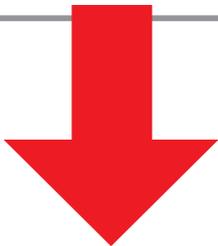
今回のテーマ

〔速報〕

### 7月分特定健診 地区別受診率

●尾岱沼全体	41.0% ↑ (昨年度28.1%)
潮見町	42.6%
港町	44.6%
岬町	48.6%
尾岱沼の番地	29.8%
●本別海	38.0% (昨年度38.6%)

21年度目標  
受診率は45%



## お願い

別海町国民健康保険に加入している方で、もし個人のドック健診や、職場健診を受けた方は、保健センターに連絡してください！

# 特定健診を受けたことになります!!

健康の応援もさせていただきます！

〔問合せ先〕別海町民保健センター TEL75-0359

## 酪農経営

### Aさん(50歳代男性) 健診結果

菓子パンが食事代わり  
ジュース大好き!

糖尿病検査高め

3年後 糖尿病!!

データの推移	平成18年健診 空腹時血糖 108 HbA1c 6.1	平成18年 内科で 「境界型糖尿病」です	平成21年5月特定健診 空腹時血糖 281 HbA1c 10.1
～健診結果説明会～	「HbA1c6.1」は「糖尿病の可能性を否定できない」に入ります。詳しい検査をしておきましょう。	今はまだ薬は飲む段階ではありませんが、「食事療法と運動療法」が必要です。2ヶ月に1回は定期的に血液検査しましょう。	<b>合併症の危険のある重症な糖尿病</b>
Aさんの気持ち	「保健師の説明を聞いたら糖尿病かもしれない。早めに病院に行って詳しい検査をしてもらおう」	な～んだ、薬飲まなくていいなら大丈夫だな！ 保健師はすぐ脅かすんだから…	気をつけていれば良かった…



- ① 「食事療法」も「運動療法」も大事な治療です!
- ② 「境界型糖尿病」と言われた時点から「食事療法」、「運動療法」を行い、必ず定期的に通院検査すること  
(ただし、持病の中で運動療法が制限されている方もいるのでお医者さんに相談してください)

自覚症状が出るのは糖尿病がかなり悪化してからです!



## 今月の納期

### 国民健康保険税(3期)は 9月30日(水)まで

※納税には、便利な口座振替をご利用ください。  
問合せ/税務課収納対策担当(内線1115・1116)

◆今年は何年になく天候が安定しない日々が続く、夏なのに長袖が手放せません。エルニーニョ現象が影響しているのではないかと報道されています。お盆に実家のある山形へ帰省しましたが、山形も同様で梅雨の様にじめじめした天候でした。久々に帰省するとあつという間に、なまりが復活してしまいます。

少し山形弁を紹介!

「んたすね、そつだよね」  
「わらわら、け(急いで)食へなさい」  
「へ、す。(食べるよ)」  
「やん、やん。(おれ、行かへ)」  
「ちよこ、あべ。(ちよこ、一緒に)行かん」  
「こやちてみるとかなり短縮してしゃべっているんだと改めて実感してしまいます。」

別海町にも山形に縁のある人がいると思いますので、懐かしく思い出してもらえればと思います。  
(K-T)

ブレンドコーヒー