

広報

# べっかい

2009  
(平成21年)

12

No.554



## 最後のキラキラステージ

11月9日、床丹へき地保育園で最後のお遊戯会が開かれました。  
テーマの「キラキラステージ」のとおりに、園児7名の輝いた熱演に観客は惜しめない拍手を送っていました。

平成20年度の決算がまとめ、9月には町議会に決算審査特別委員会が設置され、内容について審議されています。

町では、毎年6月と12月に財政状況を公表することになっていますが、今月号では20年度の決算と21年度上半期の予算執行状況をお知らせします。

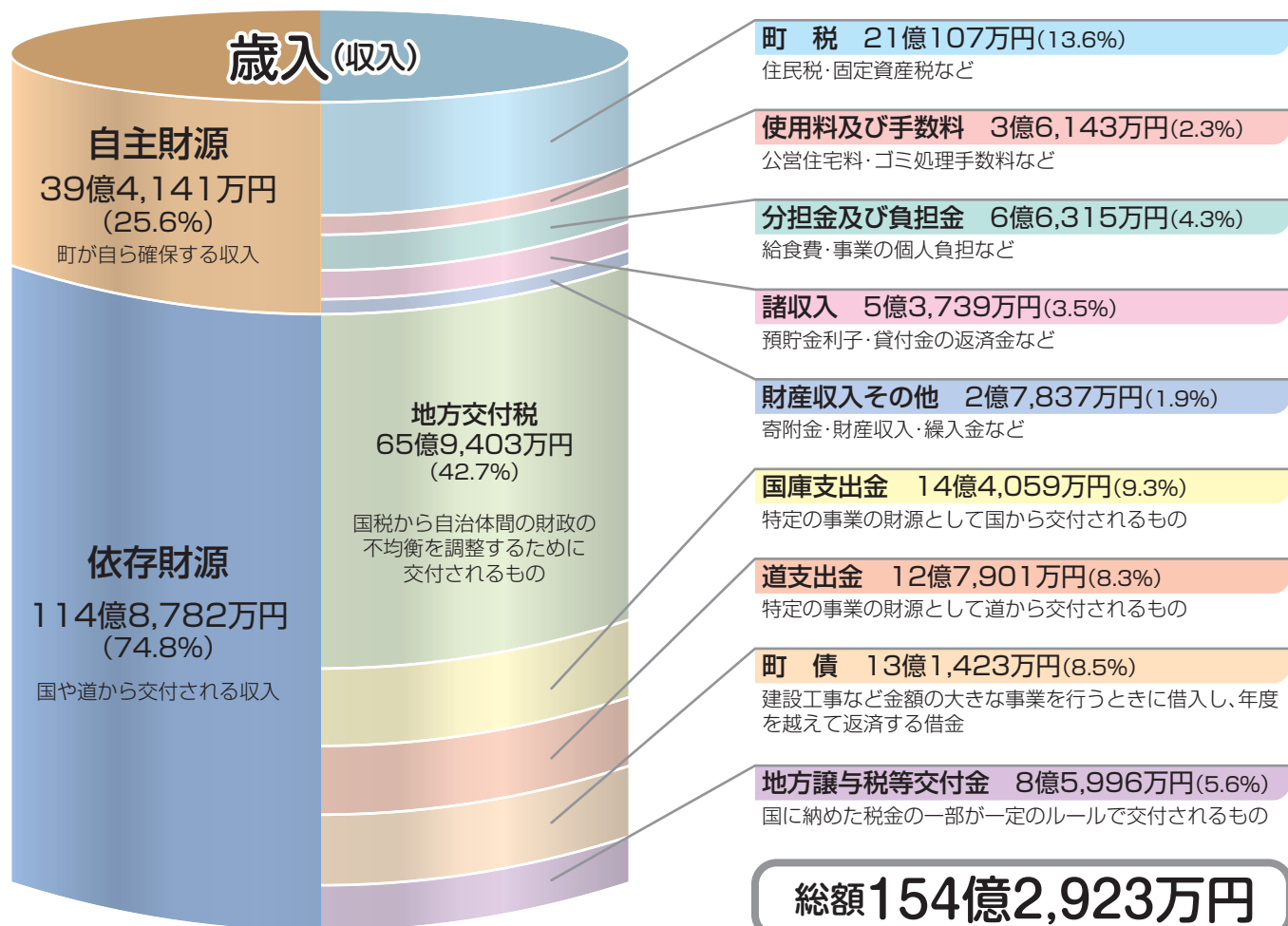
# 私たちの町の 財政状況

## I 平成20年度 一般会計決算状況について

### 歳入決算状況について

町の財政は、皆さんからの税金や各種手数料などの自主財源と国から交付される地方交付税などの依存財源で成り立っています。自主財源で最も基本的な収入である町税の割合は、歳入全体の13.6%と低く自主財源全体でも25.6%で、依存財源が歳入の大きな割合を占めています。

依存財源の中でも一番多いのが地方交付税ですが、決算額で65億9,403万円となり前年度と比較して1千9,864万円（3.1%）の増となっています。交付税が増えた主な要因としては、交付税で措置される借金の償還元金が増えたことによるもので、自由に使えるお金（一般財源）である地方交付税は町の財政に大きな影響があります。





## 財政の状況を表す指標として（地方公共団体の財政状況を表す数字です。）

**健全化判断比率** 平成19年度決算から導入された新しい指標で、地方公共団体の総体的な財政状況を示す指標です。

- **実質赤字比率** ー%（黒字 1.47%）  
標準財政規模に対する一般会計の実質収支赤字の割合を示します。
- **連結実質赤字比率** ー%（黒字 28.75%）  
標準財政規模に対する町の会計全体での実質収支赤字の割合を示します。
- **実質公債費比率** 17.8%  
標準財政規模に対する、借金の返済額（公債費）に加え、公営企業・広域連合・一部事務組合の借金の繰出しを反映させた負担割合を示します。この数値が18%を超えると起債許可団体となり、町債の借入に国の許可が必要となります。
- **将来負担比率** 128.7%  
標準財政規模に対する、将来（翌年度以降）第三セクター等への債務の負担を含めた実質的債務の割合を示します。  
※標準財政規模 91億5,357万円  
標準的な行政活動を行うために必要な経常的な一般財源の総量をいいます。

**財政力指数** 29.1%

標準的な支出に対する標準的な収入の割合を示す指数で、100%に近いほど財政力が高く、国や都道府県からの特定目的の財源と自主財源で支出をまかなえることを示します。

**経常収支比率** 87.5%

町税や国・道からの交付金などの経常的収入に対する、人件費や施設管理維持経費などの経常的支出の割合で、この数値が低いほど収入に余裕があり財政上の柔軟性があることを示します。

## 歳出決算状況について

平成20年度は主な事業として、災害時避難施設建設、児童ディサービスセンター整備、スクールバス車庫建設、学校耐震化推進事業、車両（生活福祉バス・スクールバス・水槽付ポンプ車・交通安全広報車等）の購入を行いました。

前年度と比較すると、国土交通省道路局所管国庫補助事業や防衛施設周辺道路整備事業などの減により土木費で7,014万円（△5.3%）、人件費の削減により1億3,002万円（△5.3%）の減額となりましたが、矢臼別演習場周辺施設設置助成事業（家畜飼料施設ほか）などの増により農業費で12億6,640万円（49.4%）の増額、総額でも12億5,605万円（9.0%）の増額となりました。

**総務費** 11億8,753万円(7.7%)

全体的な管理事務・企画・財政管理などに要する経費

**民生費** 15億0,546万円(9.9%)

高齢者や障がい者の生活支援、保育園運営など福祉のための経費

**衛生費** 11億4,253万円(7.5%)

健康づくり・ごみ処理・病院事業への繰出金などの経費

**土木費** 12億6,015万円(8.3%)

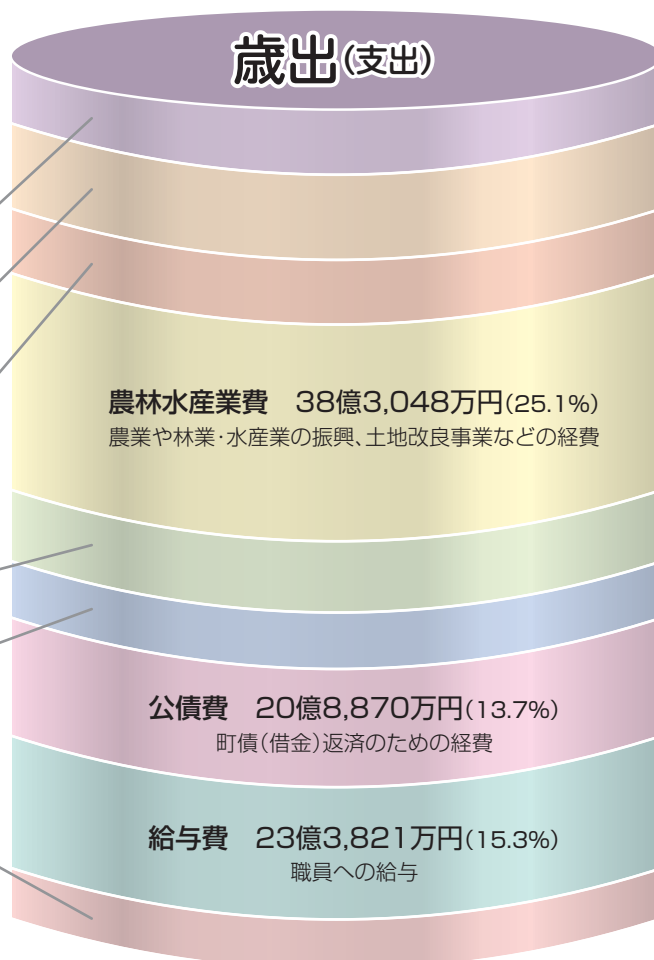
道路の整備、公営住宅などの維持管理経費

**教育費** 9億9,766万円(6.5%)

小中学校・幼稚園・図書館・公民館・体育館の運営・整備などの経費

**議会費その他** 8億9,194万円(4.6%)

議会・労働・災害復旧などの経費



**総額152億4,266万円**

## Ⅱ 平成20年度 特別会計・企業会計決算状況について

### 特別会計

特別会計は、特定の事業を行う場合に、そのお金の流れを分かりやすくするために一般会計と区別して法律や条例に基づいて設置します。

| 会 計 名       | 決 算 額      |            | 事 業 内 容                                                         |
|-------------|------------|------------|-----------------------------------------------------------------|
|             | 歳 入        | 歳 出        |                                                                 |
| 国 民 健 康 保 険 | 23億1,199万円 | 23億8,115万円 | 国民健康保険の加入者が保険税を負担し合い、医療費をまかなう相互扶助の制度です。                         |
| 老 人 保 健     | 1億4,870万円  | 1億4,870万円  | 老人保健制度は平成20年4月から、後期高齢者医療制度開始に伴い移行されましたが、平成20年3月診療分までの精算を行っています。 |
| 下 水 道 事 業   | 11億4,836万円 | 11億4,834万円 | 特定環境保全、農業・漁業集落排水の3つの事業により、下水道処理を行っています。                         |
| 介護サービス事業    | 8億1,134万円  | 8億1,110万円  | 「老人保健施設」「特別養護老人ホーム」「デイサービスセンター」「訪問看護ステーション」の4事業所がサービスを提供する事業です。 |
| 介 護 保 険     | 8億5,036万円  | 8億 333万円   | 65歳以上の寝たきりや認知症などの方と40～64歳で特定の疾病により介護が必要と認められた方がサービスを受けられる制度です。  |
| 後期高齢者医療     | 1億2,201万円  | 1億2,063万円  | 75歳以上の高齢者等を対象とする、他の健康保険と独立した医療保険制度です。                           |

### 企業会計

企業会計は、「独立採算制」を原則とする企業の要素が強い事業を行う場合に法律や条例に基づいて設置しています。

| 会計名     | 決 算 額 |            |       |            |
|---------|-------|------------|-------|------------|
| 病 院 事 業 | 収益的収入 | 16億4,183万円 | 収益的支出 | 16億8,760万円 |
|         | 資本的収入 | 1億3,895万円  | 資本的支出 | 1億6,800万円  |
| 水 道 事 業 | 収益的収入 | 6億7,879万円  | 収益的支出 | 4億9,316万円  |
|         | 資本的収入 | 199万円      | 資本的支出 | 2億8,338万円  |



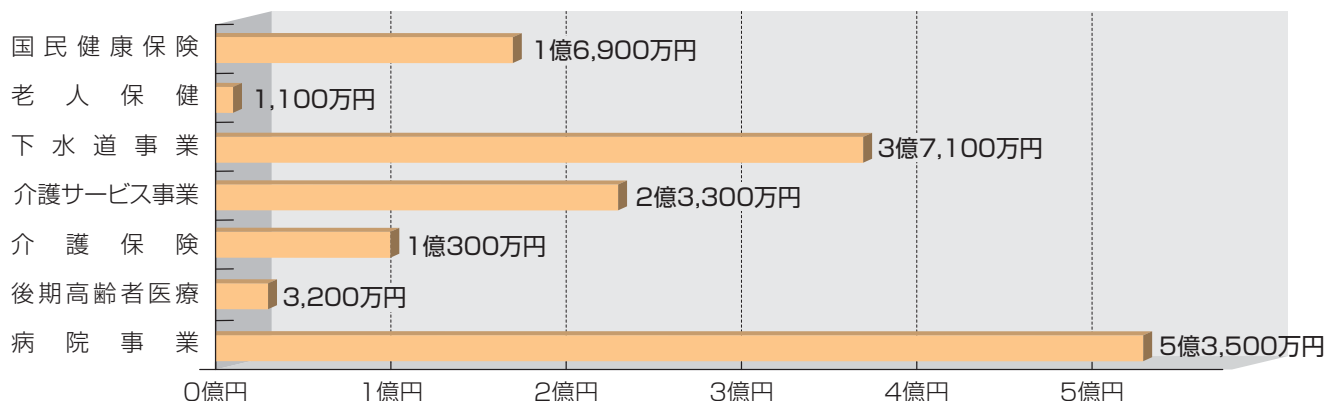
※収益的収入・支出…企業の経常的経営活動に伴う収入と支出

※資本的収入・支出…施設等の建設改良に伴う収入と支出

### 平成20年度 特別会計、企業会計への繰出額

繰出とは一般会計と各特別会計、企業会計相互間において支出される経費です。（例としては、特別会計への赤字補てんなどがあります。）

平成20年度の繰出総額は約14億5,400万円となっています。

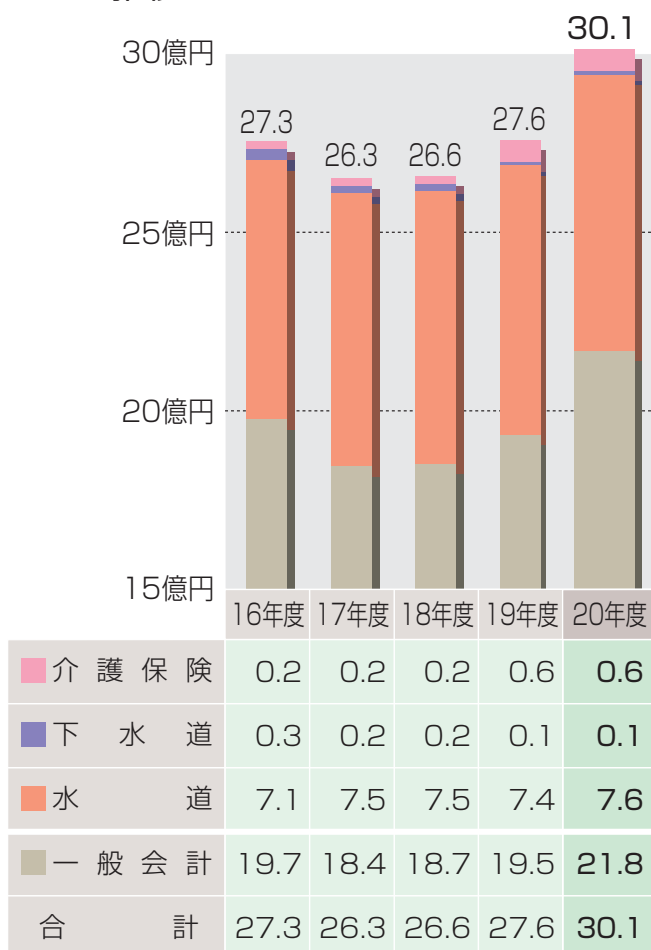


### Ⅲ 基金・町債の状況について

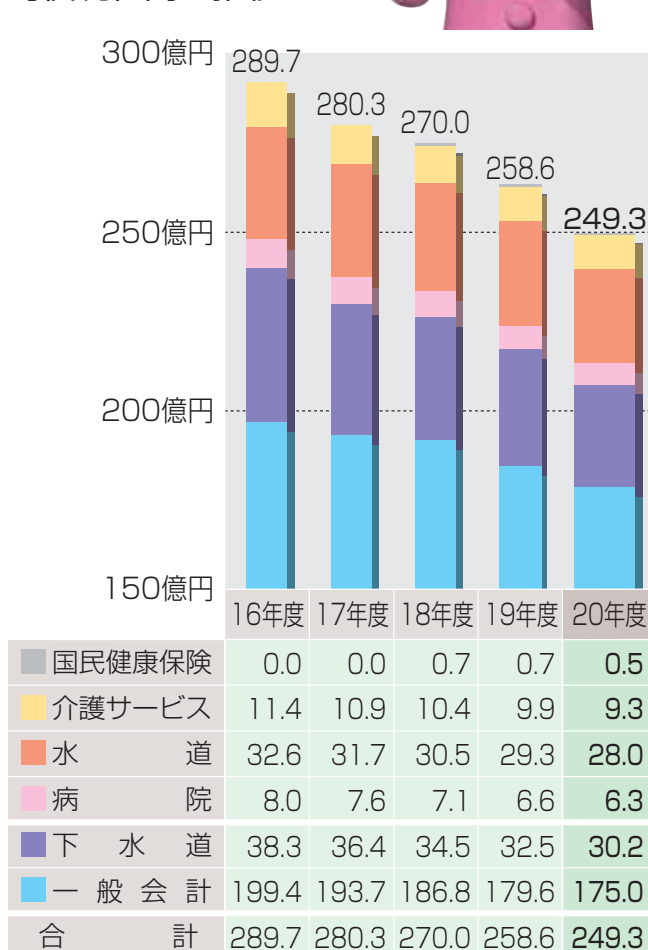
平成20年度末における町の預貯金（基金・積立金）の合計額は、約30億円となり前年度と比較し約3億円の増加となっています。  
借金（町債）は約249億円となり毎年9億円程度減少しています。



#### 基金の推移



#### 町債現在高の推移



### Ⅳ 一時借入金（一般会計）について

一時借入金とは、会計年度中に支払い現金が不足した場合に、その不足を補うために借りるお金です。一時的な資金不足を補うためのお金なのでその年度の出納閉鎖日（5月31日）までに返済することになっています。

（単位：億円）

|          | 平成16年度 | 平成17年度 | 平成18年度 | 平成19年度 | 平成20年度 |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 年間累計額    | 34.0   | 30.0   | 15.0   | 18.0   | 18.0   |
| 借入残高最高額  | 19.0   | 21.0   | 13.0   | 18.0   | 19.0   |
| 借入最高限度額※ | 40.0   | 40.0   | 40.0   | 40.0   | 40.0   |
| 最高借入時期   | 3月31日  | 3月31日  | 3月31日  | 3月31日  | 3月31日  |
| 3月31日残額  | 19.0   | 21.0   | 13.0   | 18.0   | 19.0   |
| 5月31日残額  | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      |

※借入最高限度額：地方自治法第235条の3第2項により、予算で定められた借入残高額の最高限度額

## V 平成21年度 上半期の予算執行状況

### 一般会計の執行状況について

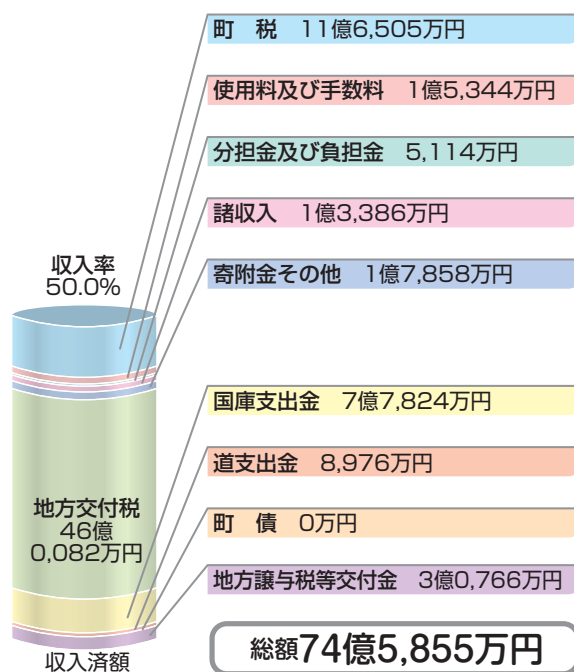
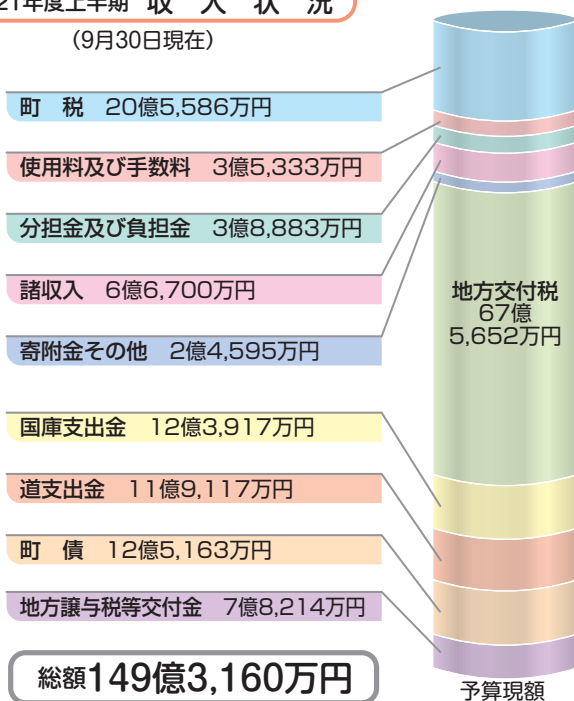
平成21年9月補正後の予算額は、149億3,160万円となり、20年度からの繰越額7億9,099万円を加えると、予算総額で157億2,259万円となっています。

平成21年度に行っている主な事業としては、町道・農道の整備、農地造成や災害時避難施設建設等のほか、小学校補修事業（野付小）、住宅用太陽光発電システム設置補助、戸春別橋架換事業等を実施しています。

厳しい財政状況の中、財政の健全化や住民福祉を向上のための予算執行に心がけています。

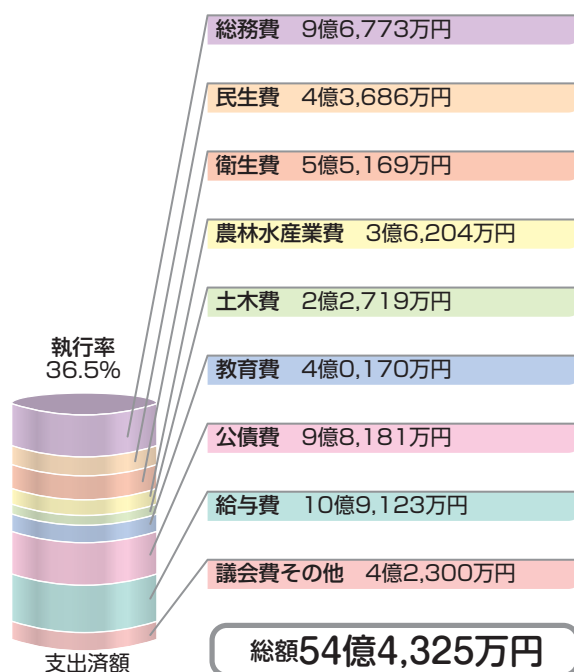
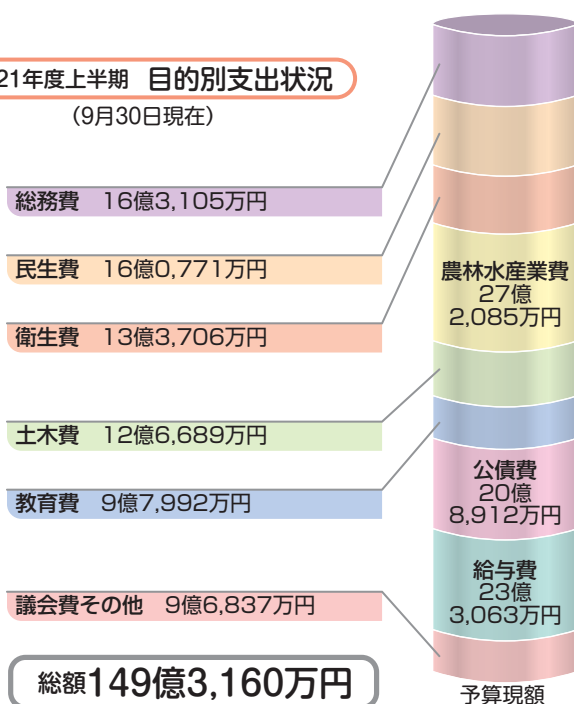
#### 平成21年度上半期 収入状況

(9月30日現在)



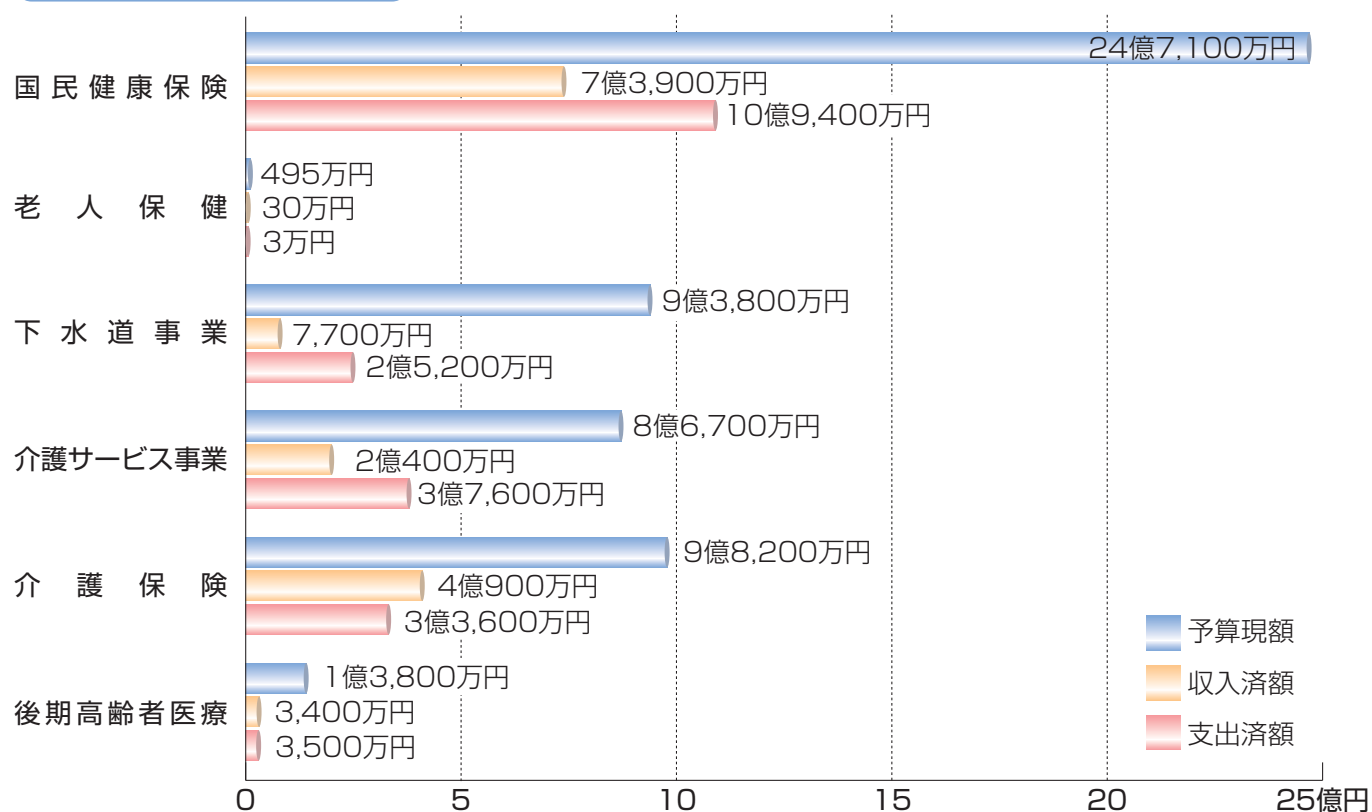
#### 平成21年度上半期 目的別支出状況

(9月30日現在)

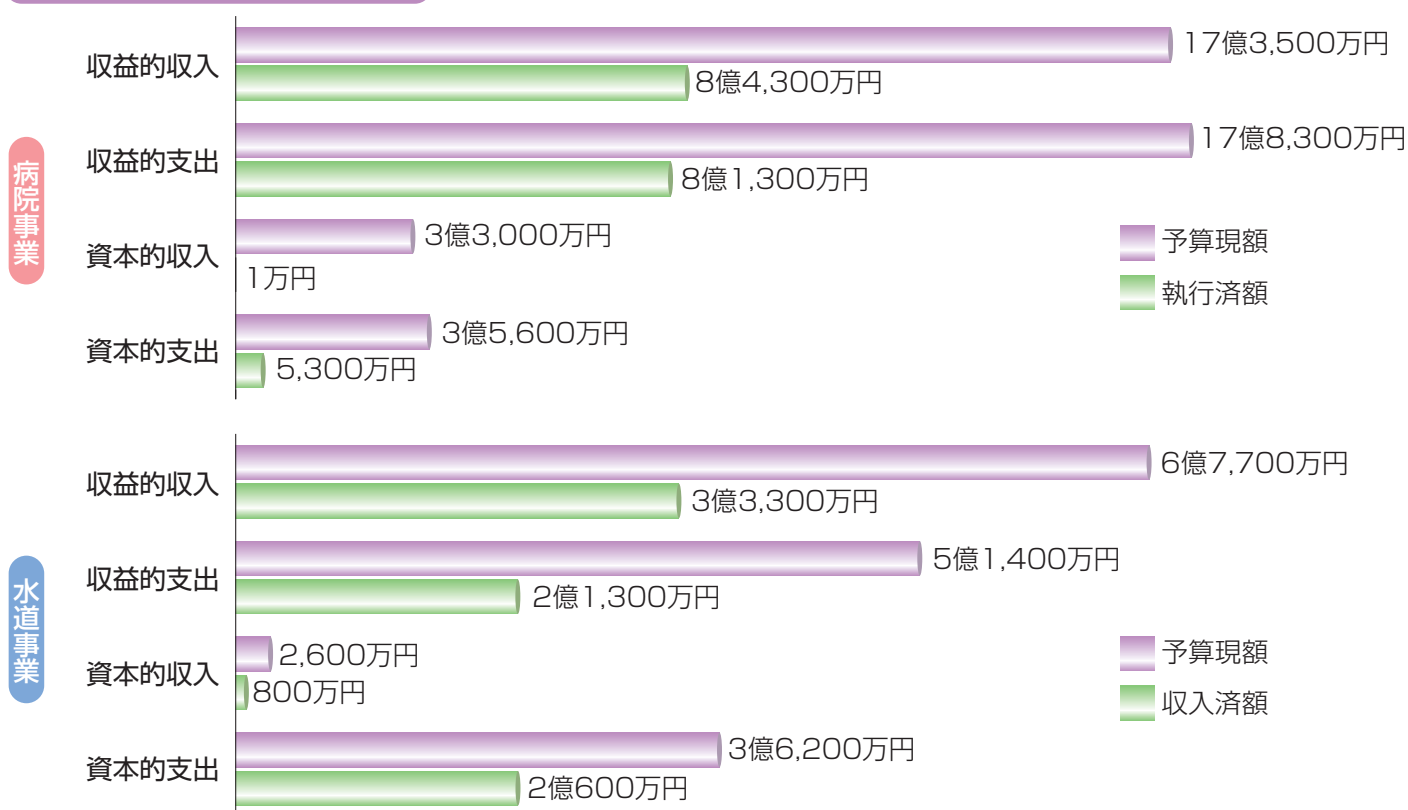


## 特別会計・企業会計の執行状況について .....

### 特別会計上半期執行状況



### 企業会計上半期執行状況



財政状況の詳しい内容は、町のホームページと財政課（本庁舎2階）で公表しています。  
 問合せ／財政課 ☎ 75-2111（内線2311） 別海町ホームページ <http://betsukai.jp/>



## 北海道社会貢献賞と根室支庁長表彰を受賞しました

11/10

北海道社会貢献賞（納税功労者）に福島納税貯蓄組合、根室支庁長表彰（納税功労者）に北栄納税貯蓄組合と常盤納税貯蓄組合が



受賞され、役場応接室でそれぞれの団体へ根室支庁長から表彰状と記念品が贈られました。

## 酪農郷元気セミナー

11/10

第2回目の酪農郷元気セミナーがマルチメディア館で開かれました。今回は「農業にかける夢 伊賀の里で花開く」という題で講師である「農事組合法人 伊賀の里モクモク手作りファーム」専務理事の吉田修氏から年間総売り上げ40億円となるまでの苦労と職場の仲間たちと協同で実施してきた事業内容などが講演されました。「自分たちで



作ったものの価格を自分たちで決められるようにならなきゃおかしい。」との言葉に参加者は強くうなずいていました。

## 技能士会 奉仕活動を行う

11/8

別海町技能士会（佐々木仁会長）が技術や活動を理解してもらうため、交流館ぶらとを会場に家庭用包丁をとぐ奉仕活動を行いました。



この活動は技能士会創立30周年記念行事として始まり、今年で第4回目を迎えましたが、例年人気が高く、1本200円で一家族3本までの制限の中で244本が持ち込まれました。ひとつひとつ丁寧に上げられた包丁を受け取った町民はプロの腕前に満足し、「また来年もやってほしい。」と話していました。

## 青年部出前講座

10/21

野付漁協青年部と別海漁協青年部が子どもたちに地元の漁業や魚のことをもっと知ってもらい、魚とふれあう機会を増やすことを目的に町内各小学校で出前講座を行いました。

インフルエンザの流行で学校閉鎖もあり、開催が危ぶまれましたが、サケのさばき方やイクラづくりを楽しく体験しました。



## ラジオ体操表彰式・ラジオ体操コンクール

10/24

中央公民館でラジオ体操表彰式、釧根



地区ラジオ体操連盟のラジオ体操コンクールが開催されました。（釧根地区ラジオ体操会主催）

表彰式では、長年ラジオ体操の普及に貢献された方に地方表彰・地区表彰が授与され、別海町からは田保和枝さんが地区表彰を受けました。



コンクールでは、少年の部、ファミリーの部など5部門で、律動感のある正しい技能や、集団としての演技力を競いました。

## 職業奉仕活動表彰式

10/28

別海ロータリークラブでは10月の職業奉仕月間にあわせ、地元で長年にわたり商売を営んだ優れた商人として丹羽善勝さんと小野節子さんの2人へ表彰状を贈りました。

受賞された丹羽さんは「身に余る賞をいただきありがとうございます。これからも地元でがんばりたいと思います。」また、小野さんからは「別海町にきて



54年経ちました。これまでこれたのも皆様のごひいきがあったからです。」と感謝のことばが述べられ、会員から拍手が贈られました。



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

## ○高額介護合算制度について

「高齢介護合算療養費」の申請を受け付けています。

世帯内の後期高齢者医療制度加入者の方全員の「お医者さんにかかったときの自己負担額」と、「介護保険のサービスを利用したときの利用者負担額」の1年分の自己負担額を合算した金額が、「介護合算算定基準額（下表）」を超えると、超えた分が高額介護合算療養費として支給されます。

支給額は、後期高齢者医療制度と介護保険で支払った自己負担額の割合に応じて、それぞれの保険者から支払われます。

| 区 分      |     | 自己負担額の合計<br>の 基 準 額 |
|----------|-----|---------------------|
| 現役並み所得者  |     | 67万円（89万円）          |
| 一 般      |     | 56万円（75万円）          |
| 住民税非課税世帯 | 区分Ⅱ | 31万円（41万円）          |
|          | 区分Ⅰ | 19万円（25万円）          |

通常、毎年8月からその翌年の7月末までの医療保険と介護保険の自己負担額の合計をもとに計算します。

なお、平成20年4月から制度が開始されたため、平成20年度に限り、平成20年4月から平成21年7月末の16か月間の合計額で計算することができます。その場合の自己負担額の合計の基準額は、（ ）内の金額です。

※後期高齢者医療制度又は介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

※支給額が、500円未満の場合は支給されません。

※所得区分は、毎年7月31日現在の窓口負担割合が適用されます。

・ **現役並み所得者**：住民税の課税所得が145万円以上ある加入者（被保険者）とその方と同じ世帯にいる加入者（被保険者）の方です。

・ **住民税非課税世帯**

区分Ⅱ：世帯全員が住民税非課税である方に適用されます。

区分Ⅰ：世帯全員が住民税非課税である方のうち次のいずれかに該当する方に適用されます。

- ・ 世帯全員が所得0円かつ公的年金受給額80万円以下の方
- ・ 老齢福祉年金を受給されている方

## 《申請手続き》

支給の対象となる方へは、平成22年1月以降に申請手続きのご案内を予定しています。

ただし、平成20年4月から平成21年7月の間に町外から転入された方や75歳に到達された方々へは、申請手続きのご案内をできない場合があります。このようなときは、以前の医療保険や介護保険での自己負担額証明書とともに役場後期高齢者医療給付担当窓口へ申請が必要となります。

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）



## 「子育て応援特別手当(平成21年度版)」給付停止に関するお知らせ

町では、平成21年度の国の補正予算に「経済危機対策」として盛り込まれた「子育て応援特別手当(平成21年度版)」の支給に向けて、準備を進めてきましたが、このたび、厚生労働大臣から『「子育て応援特別手当(平成21年度版)」に関しまして、その趣旨を活かしつつ、より充実した新しい「子ども手当」の創設など、子育て支援策を強力に推進するため、執行を停止させていただきます。』との通知があり、「子育て応援特別手当(平成21年度版)」の支給は停止することになりましたのでお知らせします。

平成21年10月15日

厚生労働大臣 長妻 昭

### お 詫 び

#### 子育て応援特別手当(平成21年度版)の執行停止について

皆様に、お詫びを申し上げなければならないことがございます。

子育て応援特別手当(平成21年度版)に関しまして、その趣旨を活かしつつ、より充実した新しい「子ども手当」の創設など、子育て支援策を強力に推進するため、執行を停止させていただくことといたしました。

この子育て応援特別手当(平成21年度版)では、本年度において小学校就学前3年間に属するお子様一人あたり、3万6千円を支給することとなっていました。

支給対象者の皆様をはじめ、多くの方々に大変なご迷惑をおかけいたしましたことを心よりお詫び申し上げます。

私どもといたしましては、安心して子どもを育てられる社会の構築に向けて、より一層の努力を続けてまいりますのでございます。

今後ともご指導を賜りますようお願い申し上げます。

問合せ／児童福祉担当(内線1313・1314)

## 別海町子育て 支援センター

# 「はみんぐ」

12月の予定



\*こんにちは「はみんぐ」です。

早いものでもう師走。過ぎてしまえば1年の月日はあっという間です。

厳しい寒さがやってきますが、風邪などひかないように、栄養バランスの良い食事、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

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     |
|-------------|------------------|---------|---------|---------------|---------|
| 時間          |                  |         |         |               |         |
| 10:00~11:30 | 午前・午後<br>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<br>(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\*

12月3日(木) 午前:お休み

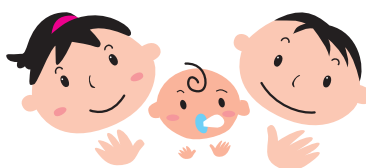
12月10日(木) 午後:お休み

12月11日(金) 午後:お休み

12月15日(火) 午後:お休み

12月18日(金) お楽しみ会

12月28日(月)~1月15日(金) 自由遊び



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@arens.or.jp

## 新任民生児童福祉委員の お知らせ

民生児童福祉委員は、生活上の様々な悩みをかかえている住民の皆さんの相談・援助・調査などを行うとともに行政とのパイプ役として活動していますので、お気軽に各地区の委員におたずねください。

□本別地区担当 相 澤 温(あいざわ あつし)氏

別海町本別8番地の1 (Tel 77-3627)



## 農業委員会から

# 農業者年金は安心できる公的年金です

- ①国民年金の第1号被保険者で
- ②年間60日以上農業に従事する
- ③20歳以上60歳未満の方なら  
どなたでも加入できます。

奥様や後継者も  
ぜひ、ご加入を

高齢者の家計費は？  
世帯主が65歳以上の夫婦2人で  
家計費は、現金支出で  
**月額約23万円**  
平成15年 農林水産省統計



老後なんてまだまだ先と思うかもしれませんが、20代から農業者年金に加入しておく、と、長期にわたって支払えるため、やがては大きな財産となります。30代、40代は何かとお金のかかる世代ですから「今のうち」ということもしえるのではないのでしょうか。

結婚しているなら自分のことだけではなく、パートナーの将来についても考えることが必要でしょう。

35歳未満の認定農業者の場合、保険料の国庫補助の中でも、もっとも有利な条件となる半額の補助（2万円のうち1万円）を受けることができます。（保険料補助を受けられる要件があります）



子育て真っ最中の家庭では、家計が大変かもしれません。農業者年金は、保険料を2万円から1,000円単位で6万7千円まで設定できます。いつでも保険料の見直しができ、そのときの経営状況に合わせることが可能です。

経営が安定期に入ると、頭を悩ますのは税金のことではないでしょうか。農業者年金は、公的な年金であるため支払った保険料は全額社会保険料控除の対象となりますので、有利な節税効果を見込めます。



(注) 法令上、加入者が納付した保険料の総額を年金原資が下回らないという保証はありませんが、安全性の高い資産構成割合の採用や、単年度の運用成績がマイナスになった場合に備えるための仕組み（付利準備金）を導入しています。

ご確認ください!

農業者年金についての問合せ

**別海町農業委員会(内線1812) または最寄の農業協同組合へ**



## 別海町公募型補助金

## べつかい協働のまちづくり補助金

## 後期採択事業決定!

べつかい協働のまちづくり補助金の後期審査会が開催され、各申請者による熱意あふれるプレゼンテーションをもとに審査が行われました。

後日、今西審査委員長から町長へ審査結果の報告があり、下記の事業が採択されました。今回採択された事業は、下記のとおりの内容となっていますので、町民の皆さんも参加してみませんか。

町では、協働によるまちづくりを推進するために、まちを元気にする活動を募集しています。

本補助金の次回募集時期は、改めてお知らせいたします。



審査結果報告

| 事業名                              | 申請団体                            | 交付予定額    | 事業実施予定月  | 事業内容                                    |
|----------------------------------|---------------------------------|----------|----------|-----------------------------------------|
| We Can Do<br>(ウィ・キャン・ドゥ)<br>セミナー | We Can Do<br>セミナー実行委員会<br>木村也寸志 | 200,000円 | 平成21年12月 | 「大人の行動等を通して、次世代を担う子供たちに夢を与える」ためのセミナーの開催 |
| 協働のまちづくり<br>フォーラム                | べつかい協働の<br>まちづくり協議会<br>会長 佐藤 浩二 | 500,000円 | 平成22年3月  | まちづくりに関する映画の上映会およびワークショップ               |

問合せ／企画振興担当（内線2212） メール [sougouseisaku@betsukai.jp](mailto:sougouseisaku@betsukai.jp)

## 町民課から

## ◇し尿と家庭廃水のくみ取りのお知らせ◇

1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、床丹となります。1月にくみ取りが必要な方は12月20日までにお申込みください。

また、急な申込みは、先に申込みをしている方に迷惑をかけることになります。槽が一杯にならなくてもくみ取りは行いますので早めの申込みをお願いします。

## ご協力をおねがいします

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ねがいします。

問合せ／町民課町民生活担当（内線1212・1213）

別海町地域 No.37  
包括支援センター  
から

## 住宅改修費の支給（事前の申請が必要です）

足腰の衰えや病気などの理由で住宅改修が必要になった時、その費用が介護保険から支給される制度があります。

【支給対象者】 介護保険の要介護認定で、要支援1・2もしくは要介護1～5に認定された方

【支給対象となる工事】 ○手すりの取り付け（廊下・階段・浴室・トイレなど）

○段差解消のためのスロープの設置

○滑り防止などのための床または通路面の材料の変更

○引き戸などへの扉の取り替え

○洋式便器などへの便器の取り替え

○上記の改修に伴って必要となる工事

【支給限度額】 一人につき上限20万円（かかった費用の1割は自己負担）

【利用のポイント】 ○事前申請工事の前にあらかじめ申請が必要です。

※平成18年4月から、町による住宅改修の事前審査が義務付けられました。改修を行ってからの申請は認められませんのでご注意ください。

○改修が認められるのは、現在の身体の状態からみて必要な改修です。「今は必要ないけど将来必要だろうから」という改修は支給対象にはなりません。

○状況確認改修の前後で役場の職員がご自宅へ伺い、身体状況や住宅の状況を確認します。

問合せ／地域包括支援センター（Tel 79-5500）



## 歳末特別警戒の実施～安全・安心どさんこ運動

歳末に向けて、例年、金融機関やコンビニエンスストア等を対象とした強盗事件や、各種犯罪・交通事故が多く発生していることから、事件・事故等を抑止するため、パトロールの強化や防犯ボランティアと協力した街頭活動等により、特別警戒を実施します。

地域住民一丸となって『安全で安心なまち』づくりのために、自主防犯活動を積極的に推進しましょう！



### 本格的な冬季を迎えて

これから冬季を迎えますが、タイヤや灯油の盗難が増加しています。

#### 防止対策は

- ☆タイヤは鍵のかかる場所に保管する
- ☆ホームタンクのふたには鍵をつける
- ☆灯油ポリタンクは施錠した物置等に保管することです。

### 引き続き…振り込め詐欺被害防止

同窓会名簿等を使用し、実名を名乗ることもありますので注意してください。

#### ほくとくん防犯メール

犯罪の発生・防犯対策等の情報をリアルタイムにメール配信します。

北海道警察ホームページ「ほくとくん防犯メール登録」から登録できます。

## 別海町防災センターについて

これからの季節は強風や高潮による冠水などの被害が発生することが予想されます。

町では、気象情報や現地の状況を確認し、状況悪化や災害発生が予測される場合には、関係地域の防災センターにおいて、早めに受け入れ態勢を整えることが出来るよう準備をしています。

また、防災無線や携帯メールを活用した情報提供も併せて実施することとしておりますので、緊急時には早めの避難をお願いいたします。

## 災害時における町からの情報について

町では、災害時の避難勧告や避難指示の情報伝達方法については、防災無線や広報車、報道機関を活用

し住民の皆さんへ情報をお知らせしておりますが、この度、北海道防災対策支援システムについても、情報伝達の手段として活用することといたしました。

このシステムは、個人の携帯電話から登録していただくことで、気象警報等の情報や町が発令する非難勧告・避難指示等の情報も携帯電話のメール機能でお知らせすることができるシステムです。

登録は、無料で携帯電話から行えますので、ぜひ登録をお願いいたします。

●携帯電話URL <http://www.bousai-hokkaido.jp/mobile/>

●パソコンURL <http://www2.bousai-hokkaido.jp/pc/>

au、DoCoMo、SoftBankの公式メニューからもアクセスできます。



問合せ／北海道 総務部 危機対策局 防災消防課

### ～交通安全情報～

## 交通安全教室開催!!

11月12日、中春別へき地保育園で別海町交通安全専任指導員の、みどりのおばさん7人による、交通安全教室が開催されました。

専任指導員は、各地区の登校時間に交通指導を行いながら、交通安全教室での発表内容の練習などに取り組んでおり、毎年この時期に町内の保育園等を訪問し、交通安全教室を開催しております。

交通安全教室では信号機の見方を題材にした人形劇や紙芝居などを利用して、園児へ交通安全の大切さを伝えました。



《「あいさつ」「みまもり」「たすけあい」安全安心どさんこ運動実施中!》

【12月更新時講習予定日（優良）】12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!》

# 注意 火災多発

町内では本年17件の火災が発生しており、特に9月中旬からは4件の火災が立て続けに発生し、極めて優慮すべき事態となっております。これからの季節は一段と寒さが厳しく、暖房機器等の使用により火災の発生が懸念されることから、火の取り扱いには十分な注意をお願いいたします。

## 次のポイントに注意!!

1. ストーブ、ボイラー等のフィルターや裏側の清掃を定期的に行ってください。
2. コンセントと差込みプラグとの間を定期的に清掃し、ほこりが溜まらないようにしてください。
3. 電気ブレーカーがよく落ちる場合は漏電の可能性がありますので、業者に点検依頼してください。
4. 屋外でのゴミ焼きをしていませんか？ゴミ焼きは犯罪です。絶対に行わないでください。

## 『古い消火器』に注意!!

最近、古い消火器を使用し容器が破損して死傷する事故が全国各地で発生しています。事故防止のため、容器の腐食や変形等のある消火器は絶対に使用しないでください。また、古くなった消火器を廃棄する際には、ゴミとして処理できませんので、購入先、販売店、消防設備取扱店に依頼し、適切な処理を行ってください。

## 『住宅用火災警報器』の設置状況調査について

平成21年度、消防職員と団員が町内一般住宅を対象に住宅用火災警報器の設置状況調査を実施しました。

消防団員による調査は4月に市街地以外を、消防職員による調査は6月から9月にかけて市街地を対象に実施し、現在集計作業を行っています。今後、機会を見て調査結果をお知らせいたします。

本年度の調査は終了しましたが、突然の訪問の中、ご協力いただきありがとうございました。

また、全国において、消防職員・団員を装った住宅用火災警報器や消火器等の不当販売及び不当点検等の被害が発生しておりますのでご注意ください。

なお、消防では住宅用火災警報器及び消火器等の斡旋・販売はしておりませんので、不審に感じた場合は、会社名・名前・連絡先等を確認し、その際は消防へも御一報くださいますようお願いいたします。



## 歳末特別警戒の実施について



歳末の火災多発期を迎え、地域住民の防火意識の高揚を図ることを目的として、12月24日（木）～12月30日（水）までの7日間にわたり、歳末特別警戒を実施します。

警戒期間中の夜間、消防車による広報及び防火パトロールを消防団員が行います。歳の瀬を迎え、何かと忙しいこの時期、火に対する注意がおろそかになりがちです。火を使った後やお出かけ前、お休み前には、もう一度火の元を確かめましょう。

## 平成22年度町立幼稚園園児募集

別海町立幼稚園3園は次のとおり、22年度の園児募集を行いますのでお知らせします。

募集期間／平成21年12月9日(水)から平成21年12月22日(火)まで

募集年齢／(3歳児) 平成18年4月2日から平成19年4月1日までに出生したお子さん

(4歳児) 平成17年4月2日から平成18年4月1日までに出生したお子さん

(5歳児) 平成16年4月2日から平成17年4月1日までに出生したお子さん

入園料／1人につき3,000円 保育料／1人につき月額6,500円

連絡先／中西別幼稚園(電話75-6604) 上西春別幼稚園(電話77-2653)

野付幼稚園(電話0153-86-2836)

問合せ／各幼稚園にお問い合わせください。





## 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/>

### 参加者募集!

## 『2009-2010還暦☆トレーニング教室』

メ切:12月14日(月)

冬季の体力づくりに、恒例となった還暦者対象のスポーツ教室(女性は50歳からOKです)を開催しています。自分の体力や体調と相談しながら参加してください。

仲間と一緒に、ワイワイ楽しく「ガハハッ」と大笑いしながら体を動かします。お友達をお誘い合わせのうえ、スポーツセンターへお申し込みください。



【内 容】体力測定、ふまネット、歩くスキー、ミニテニス、雪中パークゴルフ、最終日「お疲れ様会」など

【日 時】12月18日～平成22年3月19日(年末年始を除く毎週金曜日・12回) 10:00～11:15

【対象者】男性:60歳以上 女性:50歳以上 【参加料】2,000円(初回時にお持ちください)

【会 場】町民体育館ほか(初回時は町民体育館)

【持ち物】タオル・運動靴など(歩くスキー・ミニテニスなど、用具は貸し出しもあります)

冬も  
外でいっぱい  
遊びましょう!

### 参加者募集!

## 『2009-2010チャレンジザ☆スケート教室』

メ切:12月18日(金)

### 【チャレンジ ザ☆スケート教室は…】

☆寒さに負けないで外遊びを楽しめる、強い体と気持ちを育てます。

☆幼児からおじいちゃん&おばあちゃんまで、リンクで多世代間交流が楽しめます。

☆『氷上アメまき大会』や、町内大会への参加者には、おいしいお土産や“うれしい事”も用意しています♪



【コース】 ◆幼児コース(平成17年4月1日生まれ～小学校入学前まで)

14:40～15:20

◆小学生・一般コース(85歳位までの町民)

15:30～16:30

【会 場】別海町営スケートリンク

【講 師】スポーツセンター職員・スケート協会員・少年団OB・少年団員など

【持ち物】スケート靴・手袋・帽子・防寒着など

【その他】※大人の参加者及び講師補助の方のための託児を用意します。

お申込み時に託児希望のお子様の年齢をお伝えください。

【内 容】歩行&滑走～技術練習まで全8回コース

\*レベルに合わせてグループを分け、段階に応じた指導をします。

【開講日】12月24日(木)・28日(月)

\*1月、2月の開講日は後日お知らせします

\*全日程参加できなくてもOKです

### メール登録しませんか??

ご希望の方は、メール登録希望と記載のうえ、参加申込みをメールにてお申込みください。

スケート教室の天候悪化による中止や変更の際に、メールにて即時にお知らせいたします。

## スポーツ施設のお知らせ

■町民体育館・町民温水プール併設トレーニング室・西春別体育館は、月曜日及び12月25日～1月7日までの間は休館です。

■12月～3月までの冬期間、休館日となる月曜日の午前中(10:00～正午)を、ウォーキングタイムとして町民体育館アリーナを無料で開放します。冬の体力づくりとして、体育館内をウォーキングしてみませんか?(年末年始及び祝日の場合は休館)



## たんぽぽからの贈り物

手作りの布絵本やフェルトの小物などを寄贈していただいている「手作り布絵本サークルたんぽぽ」（加藤ひろみ代表）の皆さんから、このたび、「アンパンマンと仲間たち」の人形が寄贈されました。手にとって自由に遊ぶことができますのでご利用ください。



## 別海高校美術部展 『うみそら彩展』

期 間／平成22年1月9日（土）～15日（金）

ところ／図書館エントランスホール

\*別海高校美術部員による絵画などの作品を展示します。  
一年間の集大成をご覧ください。

### たのしいお話の時間

と き／2・9・16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／4・11・18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。

<12月の休館日> 7日・14日・21日・23日・28日・30日～1月6日（年末年始）です。

平成22年1月7日（木）から通常開館（午前10時～午後6時）いたします。

休館中の返却は玄関横の返却ポストをご利用ください。



直立で240センチ、道東で1、2位をあらそう

## 巨大ヒグマ 展示公開中

昨年、10月に春別川さけます捕獲場付近で捕獲されたヒグマの剥製が完成し、郷土資料館の展示室で公開中です。近年、道東で捕獲されたヒグマの中では、1、2位をあらそう大きさです。見学に来られた方はその大きさに圧倒されています。大迫力の剥製をぜひ、ご覧ください。

- 推定年齢／15歳
- 性別／オス
- 体長／2m40cm（直立測定値）
- 体重／390キロ



## 今と昔の生活を考える！ ～別海中央小学校4年生の来館～



10月20日と21日の2日間、別海中央小学校の4年生が、社会科の「昔のくらしとまちづくり」の学習で、昔の人の生活で使われていた道具を実際に見て、別海町の昔の生活について知ることが目的で来館されました。

興味のある資料を見つけ道具の名前、使い方、年代などを調べていました。郷土資料館には、見たことも使ったこともない昔の道具がたくさん展示されていますが、使い方などを説明すると「なるほど」と思う事が多かったようです。

また、蓄音機を実際に動かして音を聞きましたが、デジタルの音にはない暖かいアナログの音にじっと聞き入っていました。電気や水道のない時代の昔の人々の暮らしを知ることにより、便利になった今の生活を実感できた事と思います。

12月の休館日 5日・6日・14日・19日・20日・23日・28～31日

## 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

### 12月は滞納処分強化 月間です

12月は道税の滞納処分強化月間です。税金の納め忘れはありませんか？

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。

なお、12月10日(木)は、夜間納税相談窓口として、根室支庁税務課にて午後8時まで開設します。

未納の方については、この機会にぜひお越しください。  
問合せ／根室支庁地域振興部税務課納税係 ☎0153(24)5466

### 小規模企業共済制度のご案内

小規模企業共済制度は、個人事業主または会社等の役員の方が事業をやめられたり退職された場合に、生活の安定や事業の再建を図るための資金をあらかじめ準備しておく国がつくった共済制度で、いわば「小規模企業の経営者のための退職金制度」といえます。

この制度は、掛金は全額所得控除があり、受け取る共済金も退職所得扱い又は公的年金等の雑所得扱いとなります。

詳しい内容のお問い合わせと加入申込みは、商工会、商工会議所、青色申告会、金融機関の本支店の窓口で取扱いしています。制度の運営は、独立行政法人中小企業基盤整備機構が行っています。

問合せ／共済相談室 ☎050(554)7171 〈平日9時～19時・土曜10時～15時〉

### 経営セーフティ共済(中小企業倒産防止共済制度)のご案内

経営セーフティ共済は、取引先の突然の倒産が原因で、経営悪化の危機に直面してしまつたときに資金を借入れることができる制度で、中小企業を守るために国がつくった共済制度です。無担保・無保証人で、積み立て掛金の10倍の範囲内(最高3,200万円)で被害額相当の共済金が借入れ可能です。毎月の掛金も税法上、必要経費または損金に算入することができます。

詳しい内容のお問い合わせと加入申込みは、商工会、商工会議所、金融機関の本支店の窓口で取扱いしています。

制度の運営は、独立行政法人中小企業基盤整備機構が行っています。

問合せ／共済相談室 ☎050(554)7171 〈平日9時～19時・土曜10時～15時〉

### 職場でのトラブルで お困りのみなさまへ

職場でのトラブル(解雇、配置転換、賃下げ、いじめなど)でお困りではありませんか。

北海道労働局の各総合労働相談コーナーでは、こうした労働相談に応じて各種情報をご提供するとともに、無料・簡易・迅速な紛争解決システムとして、「あつせん」などのサービスをご用意しております。

まずは、お近くの「総合労働相談コーナー」にお気軽にご相談ください。なお、北海道労働局のホームページ(<http://www.hokkaido-labor.go.jp>)でも制度に関する概要を掲示しておりますのでご覧ください。

### ●あなたの街の

#### 総合労働相談コーナー

釧路総合労働相談コーナー

(釧路労働基準監督署内)  
釧路市柏木町2-12 ☎0154(42)6711

○相談時間は9時～16時30分、土日祝日、年末年始を除きます。

### 預金保険制度を 知っていますか

預金保険制度とは、金融機関が預金保険料を預金保険基金に支払い、万が一、金融機関が破たんした場合に、一定額の預金等を保護するための保険制度です。

預金取扱金融機関が破たんした場合は、「無利息・要求払い・決済サービスを提供できること」という3要件を備えた決済用預金が全額保護となるほか、その他の預金保険対象預金(利息のつく普通預金や定期預金など)は定額(1千万円までの元本とその利息)保護されます。

制度概要については、金融庁及び預金保険機構のホームページに掲載されておりますのでご覧ください。また、預金保険制度にかかる資料をご希望の方は、北海道財務局までご連絡ください。

金融庁ホームページ：  
<http://www.fas.go.jp/policy/payoff/index.html>  
預金保険機構ホームページ：  
<http://www.dic.go.jp/>  
北海道財務局総務部財務広報相談官：☎011(709)2311(内線4270,4247)  
e-mail [kouhou@mof-hokkaido.go.jp](mailto:kouhou@mof-hokkaido.go.jp)

### 電気計器の有効期限は 切れていませんか

貸しビルやアパートなどに設置している電気計器(子メーター)は計量法で定める検定の有効期間内のものでなければ使用できません。

使用できる期限は、計器類に添付している「検定ラベル」や「検定票」に表示してありますのでご確認ください。

問合せ／北海道経済産業局資源エネルギー環境部資源エネルギー環境課 ☎011(700)2283・日本電気検定所北海道支社 ☎011(608)2437



## 「下請代金法講習会と弁護士無料相談会」の開催

下請代金支払遅延等防止法は親事業者の不公平な取引を規制し、下請事業者の利益の保護を図ることを目的としています。

今般、下請代金法講習会を開催いたしますので、この機会にぜひご参加ください。(参加費無料)

日時／平成22年1月15日(金)  
会場／道東経済センタービル  
釧路市大町一丁目

時間／講習会 13時～15時  
(開場12時30分) 講習会終了後、希望者を対象に弁護士無料相談会(事前予約制)を行います。

問合せ及び申込み／平成21年度「地域巡回セミナー」事務局 Tel 03(3423)4180 FAX 03(3423)4108  
ホームページ <http://www.the-convention.co.jp/junkai-seminar/>

## 戦没者遺児による慰霊友好親善事業の実施について

(財)日本遺族会では、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。本事業は、厚生労働省から委託・補助を受け実施しており、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目的としています。

費用は、賛助金として一律10万円となります。

| 実施地域     | 実施時期                 | 募集人数 | 申込締切           |
|----------|----------------------|------|----------------|
| 西部ニューギニア | 平成22年2月1日(月)～10日(水)  | 35名  | 平成21年12月15日(火) |
| 東部ニューギニア | 平成22年2月6日(土)～13日(土)  | 70名  | 平成21年12月20日(日) |
| フィリピン    | 平成22年3月3日(水)～10日(水)  | 120名 | 平成21年12月25日(金) |
| ミャンマー    | 平成22年3月12日(金)～21日(日) | 45名  | 平成22年1月25日(月)  |
| 中国       | 平成22年3月18日(木)～26日(金) | 60名  | 平成22年1月30日(土)  |

問合せ先：(財)日本遺族会事業課事業係 03-3261-5521 (内線3656～8)

申込み先：(財)北海道連合遺族会 0166-51-1040

## 製造事業所の皆様へ 統計調査に御協力ください

平成21年工業統計調査を12月31日現在で行います。調査の実施に当たっては、本年12月から来年1月にかけて調査員がお伺いします。

なお、調査票に記入していただいた内容については、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確な御記入をお願いします。

経済産業省 北海道 別海町

<http://www.meti.go.jp/statistics/>

## 多重債務者無料相談会の開催

釧路弁護士会及び釧路司法書士会では多重債務者を対象に無料相談会を開催します。

日時 12月12日(土曜日)10時～15時

場所 中標津町総合文化会館 第2・3研修室

相談方法 → 関係書類をご持参の上、直接会場へお越しください。

問合せ 梅本法律事務所(72-5670)

## 北方四島交流 人材育成研修に 参加しませんか

日本固有の領土「北方四島」についての理解を深めていただくために、講演会を開催することにしました。また、根室管内4町の地域で活躍できる人材を育てる専門研修講座を、今年度から2か年間開催します。

### 第1部 北方四島交流講演会

日時／平成22年1月25日(月)午後5時～

場所／中標津町総合文化会館(しるべつと)

コミュニティホール

参加料／無料

「北方四島交流について」

講師／外務省欧州局ロシア課長 武藤 顕氏

「北方領土隣接地域の振興について」

講師／北海道根室支庁長 岡崎 博繁氏

### 第2部 北方四島交流ロシア語習得専門研修講座

講師／垣内 あと氏(ロシア語・ウクライナ語、通訳・翻訳、札幌市在住)

日程／平成22年1月25日(月)～1月30日(6日間)

午後7時～午後9時

場所／中標津町総合文化会館(しるべつと)第2研修室

内容／北方四島交流のロシア語に精通する人材を育てる専門研修

受講料／4,000円

定員／20名

申込み&問合せ

12月25日(金)までに中標津町役場内北方四島交流人材育成実行委員会事務局へ電話かファックスでお申込みください。

Tel 73-3111(内線525)  
FAX 73-5333

## メリスマコール&グリーンエコー クリスマスチャリティーコンサート

～童謡、クリスマスソングを一緒に歌いましょう～

12月12日(土)別海中央公民館大集会室

開場／午後6時30分 開演／午後7時

問合せ／中央公民館 75-5654



出演／メリスマコール・グリーンエコー・手話の会

サックス演奏(大椿菜採、古屋佳代、菅野るみ子)

※募金については  
特別養護老人ホームに  
寄付いたします。

曲目／メリスマコール(はやおきどけい、

虫の声、この木なんの木 他)

グリーンエコー(東京ブギウギ、青い山脈、東京の花売 他) など

## 平成22年度 放送大学4月入学生の募集

放送大学はテレビなどの放送により授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。ただいま、平成22年4月入学生を募集しています。

詳しい資料の無料送付もありますので、下記あてに、お問い合わせください。

### 募集学生の種類

科目履修生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)

選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)

全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)

授業料 1科目 11,000円(半年間)

※大学院もあります。

受付期間 平成21年11月15日(日)  
～平成22年2月28日(日)

資料請求(無料)・問合せ

〒060-0817

札幌市北区北17条西8丁目(北海道大学構内)

放送大学北海道学習センター TEL011(736)6318

放送大学ホームページ <http://www.u-air.ac.jp>

## 別海医療サポート隊「医良同友」の会員を募集

この会は、地域医療を守るため町民と医師のコミュニケーションを図り、相互の親睦と交流することを目的としています。活動内容は、地域医療の確保に向けた各種活動の推進、会員と医師・医療スタッフ交流事業、学習活動、札幌医大の地域医療活動への協力などを行います。趣旨に賛同いただける方は、別海町民及び別海町内の企業等並びに団体であれば誰でも入会できます。

詳細につきましては、別海病院のホームページに掲載していますのでご覧ください。

～問合せ～

事務局 (一般社団法人 北海道中小企業家同友会南しれとこ支部別海地区会内)

電話 0154-31-0923 FAX 0154-31-0944

## 講座開催の お知らせ

べつかい協働のまちづくり協議会では、別海町の歴史・文化など地域について学び、別海町の協働によるまちづくりの今後を考えるために下記のとおり講座を開催しますので皆さんの参加をお待ちしております。

講座テーマ 「幻の町キラクを探る

～野付通行屋跡遺跡発掘調査から～

講師 別海町郷土資料館 主任 石渡 一人氏

日時 平成21年12月17日(木) 19時～21時

場所 別海町交流館 ぶらと 第1会議室

参加費 無 料

定員 50名(先着順) 参加希望の方は、下記へ電話にてお申込ください。

連絡先 べつかい協働のまちづくり協議会事務局

電話 75-2111(内線2212)

主催 べつかい協働のまちづくり協議会・財団法人北海道地域活動振興協会

## 社会保険事務相談所開設

12/8(火) 12/9(水)  
13:00～17:00 9:00～11:30

1/12(火) 13:00～17:00 1/13(水) 9:00～11:30

中標津町役場 会議室

## 地域情報カレンダー

(11月25日現在)

| 日    | 曜日 | イベント内容                                           |
|------|----|--------------------------------------------------|
| 12/5 | 土  | クリスマスお楽しみ会 図書館 13:30～                            |
| 6    | 日  | 別海町民謡チャリティー 中央公民館 10:00～                         |
| 9    | 水  | 優良運転者免許更新時講習 交流館ぶらと 13:30～                       |
|      |    | クリスマス子どもの集い 中央公民館 10:00～                         |
| 12   | 土  | メリスマコール&グリーンエコー<br>クリスマスチャリティーコンサート 中央公民館 18:30～ |
|      |    | 子ども餅つき大会 東公民館 10:00～                             |
| 13   | 日  | 子どもクリスマスの集い 西公民館 9:45～                           |
|      |    | 別海町カラオケチャリティー 中央公民館 10:00～                       |
| 23   | 祝  | 札幌交響楽団 別海町演奏会 町民体育館 19:00～                       |
| 1/1  | 祝  | 初日の出ツアー 野付半島ネイチャーセンター 6:00～8:00                  |
| 5    | 火  | 別海町消防団 出初式 消防庁舎駐車場 10:00～                        |
|      |    | 別海町新年交礼会 ウエディングプラザ 12:00～                        |
| 7    | 木  | 別海町成人式 中央公民館 13:30～                              |

## 平成22年別海町 新年交礼会

日時／平成22年1月5日(火)

午前11時～受付

正午～開始

会場／ウエディングプラザ

会費／2,000円

(当日でも参加できます)

主催／別海町町内会連絡協議会

別 海 町

問合せ／総務課総務行政担当(内線2111)

## 保険料の免除制度があります

国民年金には保険料納付が困難な方で本人、配偶者、世帯主の前年度の所得が一定以下の方が申請することで、国民年金の保険料が免除される制度があります。（一部納付制度もありますが、この場合は保険料の一部を納付しなければ未納期間となります。）

ただし、失業・倒産・事業の廃止・天災など（※1）が原因で収入が無くなったことにより国民年金の保険料が納付できない方は、その事実が確認できる公的機関の証明書（※2）の写しを添付していただくと、その方の前年度所得は審査対象外となります。

※1 免除を申請する日の属する年度またはその前年度に失業（退職）された方が対象です。

※2 「雇用保険受給資格者証」「雇用保険被保険者離職票」「離職者支援資金の貸付決定通知」など

|                       | 申請者(本人)の前年度所得 | 配偶者の前年度所得 | 世帯主の前年度所得 |
|-----------------------|---------------|-----------|-----------|
| 一般の免除申請               | 審査対象          | 審査対象      | 審査対象      |
| 申請者(本人)が失業したことによる特例申請 | 審査対象外         | 審査対象      | 審査対象      |

※配偶者または世帯主が失業した場合にもそれぞれ所得審査対象外となります。

申請は役場の国民年金担当窓口・支所、社会保険事務所で行ってください。

なお、申請の際には公的機関の証明書のほかに

①印鑑（印鑑「本人が署名する場合は不要です」

②他の市区町村から転入された方は、前年の所得を証明する「所得証明書等」をお持ちください。

問合せ／町民課戸籍年金担当（内線1225）

## 中小企業大学校旭川校 講座カリキュラムのご案内

北海道の企業の実態に即した人材育成ニーズにお応えし、下記以外にも多種多様な講座をご用意しております。

講座や研修内容につきましてご質問等ございましたらお気軽にお問い合わせください。

| 講座カリキュラム                 | 対象者                          | 期間<br>(平成22年)       | 受講料     |
|--------------------------|------------------------------|---------------------|---------|
| チームの効率・創造性を<br>アップさせる仕事術 | 新たな視点で業務効率を<br>飛躍的に高めたい方     | 1月12日（火）<br>～14日（木） | 33,600円 |
| サービスドライバー<br>養成講座        | ドライバーの役割を見直し、<br>顧客満足を追求したい方 | 1月14日（木）<br>～15日（金） | 23,100円 |

問合せ／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  
TEL (0166) 65-1200

SAPPORO SYMPHONY ORCHESTRA

**札幌交響楽団**

★2009年12月23日(水・祝)  
●19:00開演(18:30開場)  
★別海町町民体育館 別海町別海141-10 TEL:0153-75-2882

★指揮:高関 健(札幌正指揮者) ★管弦楽:札幌交響楽団

※ロッシーニ/歌劇「ウィリアム・テル」序曲より「スイス軍の行進」  
※チャイコフスキー/「くるみ割り人形」組曲より  
行進曲  
アラビヤの踊り  
トレバック  
あし笛の踊り  
花のワルツ

※ベートーヴェン/交響曲第5番ハ短調op.67「運命」  
※都合により公演内容の一部が変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

**札幌交響楽団 別海町演奏会**

**入場無料** 整理券は次の各所で配布いたします。予定枚数配布終了の際はご了承ください。  
●別海町教育委員会生涯学習課 ●別海町役場支所 ●別海町公民館(中央・西・東)  
●別海町商工会

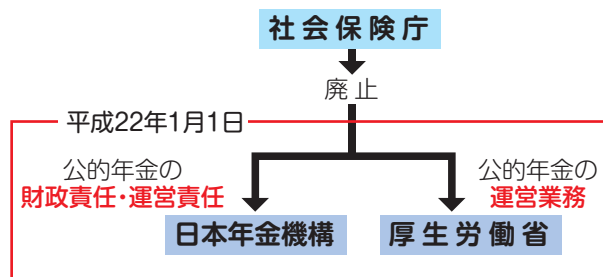
■主催/北海道地域文化芸術振興プラン推進実行委員会、文化庁、別海町教育委員会、札幌交響楽団 ■後援/別海町文化連盟

●お問い合わせ 別海町教育委員会生涯学習課 ☎0153-75-2111(内線3711)

## にっぽん 「日本年金機構」が 来年1月1日からスタート!

～社会保険庁が廃止され、  
新たに「日本年金機構」がスタートします。～

- 国民の皆様の信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。
- 現在あるお近くの社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。





# 年末年始の休館日

町有施設などの年末年始の休みは下記のとおりです。

| 施 設                                 | 休 み 期 間                                                    | 問 合 せ                                                                                                |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 役 場 庁 舎<br>各 支 所 ・ 連 絡 事 務 所        | 12月31日(木)～1月5日(火)<br>※死亡届出等の戸籍届け、埋火葬関係は<br>受付いたします。        | 役場／75-2111<br>西春別支所／77-2131<br>尾岱沼支所／<br>0153-86-2166<br>上風連絡事務所／<br>75-7326<br>上春別連絡事務所／<br>75-6011 |
| 別 海 病 院                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-2311                                                                                              |
| 西 春 別 駅 前 診 療 所                     | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 77-2350                                                                                              |
| 尾 岱 沼 診 療 所                         | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 0153-86-2625                                                                                         |
| 西 春 別 駅 前 歯 科 診 療 所                 | 12月29日(火)午後～1月4日(月)                                        | 77-2021                                                                                              |
| 尾 岱 沼 歯 科 診 療 所                     | 12月30日(水)～1月4日(月)                                          | 0153-86-2744                                                                                         |
| 中 央 公 民 館                           | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-2146                                                                                              |
| 西 公 民 館                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 77-2250                                                                                              |
| 東 公 民 館                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 0153-86-2141                                                                                         |
| 図 書 館                               | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-2266                                                                                              |
| 郷土資料館・加賀家文書館                        | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-0802                                                                                              |
| 少 年 会 館                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 教育委員会生涯学習課<br>(内線3712)                                                                               |
| 町民体育館・西春別体育館                        | 12月25日(金)～1月7日(木)                                          | スポーツセンター<br>75-2882                                                                                  |
| 町 民 温 水 プ ー ル<br>併 設 ト レ ー ニ ング 室 等 | 12月25日(金)～1月7日(木)                                          |                                                                                                      |
| 中 央 児 童 館                           | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-0866                                                                                              |
| 西 児 童 館                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 77-3850                                                                                              |
| 子育て支援センターはみんぐ                       | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-1828                                                                                              |
| 別 海 北 方 展 望 塔                       | 12月30日(水)～1月4日(月)                                          | 0153-86-2449                                                                                         |
| 野付半島ネイチャーセンター                       | 12月30日(水)～1月5日(火)<br>※「初日の出観賞会」のため、元旦6:00<br>～8:00は開館しています | 0153-82-1270                                                                                         |
| マ ル チ メ デ ィ ア 館                     | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 75-1191                                                                                              |
| ごみ収集・処理場への持ち込み                      | 12月31日(木)～1月3日(日)                                          | 役場町民課<br>(内線1212)                                                                                    |
| し 尿 収 集                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          |                                                                                                      |
| 地 域 バ ス                             | 12月31日(木)～1月5日(火)                                          | 役場車両管理担当<br>(内線5631)                                                                                 |

冬の陽が弱々しく射し込む牧場。といってもせいぜい牛の運動のためのものだが、それでも放してもらう牛は幸せ。

今西 青峰

塩見 善美

## 短日や牧場に牛のシルエツト



## 排水設備工事責任技術者資格登録更新のお知らせ

排水設備工事責任技術者資格の有効期間は4年間で、資格登録者は4年ごとに資格登録更新の手続きをする必要があります。

更新対象者には、資格登録更新実施案内及び申込書等を後日送付しますので、定められた期間内に手続きを行ってください。

### 更新対象者

平成17年度に北海道排水設備工事責任技術者試験に合格した方または資格登録更新手続きを行った方で資格登録期間が平成22年3月31日で満了する方

### 受付期間

平成22年1月18日（月）～22日（金）  
午前8時45分～午後5時30分

### 更新方法

手続き終了後、更新用テキストを配布します。

### 手数料

5,000円  
更新手数料（テキスト代込）及び  
資格認定証交付等手数料として

問合せ／上下水道課 管理担当（内線4513）

## ○建物を新築・解体していませんか？○

「1月1日」時点の資産の所有者の方に、その年の固定資産税（土地、家屋、償却資産）がかかりますので、本年中（平成21年1月2日～平成22年1月1日）に建物（住宅、倉庫など）の新増築・解体があった場合には、平成22年1月6日までに税務課へ連絡をお願いします。（地杭（束石）の倉庫、ガス・水道等の備わったコンテナハウスも固定資産税の対象です）

## ○その知識、間違っていないですか？（コンテナハウス編）○

基礎がないコンテナハウスも水道、下水道などを設置すると固定性があると認められ課税の対象となります。今一度ご確認ください。

問合せ／税務課課税担当（内線1114）

## 人の動き

平成21年10月31日現在（ ）は前月比

|     |            |
|-----|------------|
| 人口  | 16,233(+7) |
| 男   | 8,089(+4)  |
| 女   | 8,114(+3)  |
| 世帯数 | 6,263(+5)  |
| 外国人 | 162(±0)    |

出生 20 死亡 15 転入 41 転出 38

その他 -1

## 交通事故発生状況

（ ）は平成21年1月からの累計

|     |        |
|-----|--------|
| 発生  | 0件（14） |
| 死者  | 0人（1）  |
| 負傷者 | 0人（24） |

## 火災と救急

（ ）は平成21年1月からの累計

|          |          |
|----------|----------|
| 火災       | 2件（17）   |
| 救急       | 52件（419） |
| 救助       | 1件（14）   |
| ドクターヘリ搬送 | 4件（0）    |

### ドクターヘリに関するお願い

10月5日からドクターヘリが運行を開始しております。離発着場においては、騒音及び小石等の飛散がありますので、ヘリの離発着時は近づかないようにお願いします。

## お誕生おめでとう

| 氏名             | 保護者         | 住所 |
|----------------|-------------|----|
| 岩崎万里花（まりか）ちゃん  | 女 伸行（西春別）   |    |
| 木村 叶夢（かのん）ちゃん  | 女 典義（別海）    |    |
| 中道 楓太（ふうた）ちゃん  | 男 大輔（尾岱沼）   |    |
| 干場 瑛太（えいた）ちゃん  | 男 英宏（別海）    |    |
| 安部 華佳（はな）ちゃん   | 女 淳和（別海）    |    |
| 松木 優磨（ゆうま）ちゃん  | 男 吉孝（別海）    |    |
| 中岡 洸瑠（ひかる）ちゃん  | 男 真澄（中西別）   |    |
| 落合 沙幸（さゆき）ちゃん  | 女 繁郎（尾岱沼）   |    |
| 富崎 莉（れい）ちゃん    | 女 吉勝（尾岱沼）   |    |
| 紫藤 来那（ゆきな）ちゃん  | 女 有策（豊原）    |    |
| 紫藤 勇那（いさな）ちゃん  | 女 有策（豊原）    |    |
| 佐藤 恒星（こうせい）ちゃん | 男 昌壽（別海）    |    |
| 刈屋ひなた（ひなた）ちゃん  | 女 剛（別海）     |    |
| 吉野 天人（てんと）ちゃん  | 男 和年（西春別駅前） |    |
| 伊藤 恵太（けいた）ちゃん  | 男 武彦（西春別）   |    |
| 大垣 結愛（ゆめ）ちゃん   | 女 真（西春別）    |    |
| 池田 創思（そうし）ちゃん  | 男 卓也（別海）    |    |
| 猿谷 環太（かんだ）ちゃん  | 男 浩和（中春別）   |    |
| 吉川 愛希（あいぎ）ちゃん  | 男 純平（西春別）   |    |
| 今井 柔陽（とうや）ちゃん  | 男 大輔（本別海）   |    |

## お誕生・ご結婚

10月31日  
届出分まで

## ご結婚おめでとう

| 氏名                 | 住所 |
|--------------------|----|
| 森重 信洋・能登 陽子さん（上風連） |    |
| 佐藤 雄亮・坂本のぞみさん（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
- 平沢 清さん（奥行）
- 芳賀 節子さん（別海）
- 小林 勲さん（中春別）
- 斉藤 信義さん（中西別）

# 町の保健室

平成21年度生活習慣改善啓発普及事業

別海町 子供のための運動健康教室

## 遊んで動いて元気になる!

### 日常的に使わない筋肉への刺激 魅力的な運動遊び

「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力や運動能力は現在まで20年近くにわたって低下の傾向が続いているといわれています。

しかも、肥満傾向の子どもの割合が増加しており、将来の生活習慣病につながる恐れが懸念されます。「運動不足ー体重増加ー疲れやすいー運動嫌いー運動不足」という悪循環に陥らないよう、「安全」で「効果的」な「楽しい」運動プログラムの体験型運動健康教室を開設します。



- ◆開催日程 **平成22年 1月7日(木)・8日(金)**
- ◆会場・時間
 

|               |    |               |
|---------------|----|---------------|
| 西春別駅前ふれあいセンター | 7日 | 13:30 ~ 15:00 |
| 町民保健センター      | 8日 | 10:30 ~ 12:00 |
| 尾岱沼地域センターきらくる | 8日 | 13:30 ~ 15:00 |
- ◆対象者 町内の小学生 定員各20名

自分の好きな  
運動プログラムが  
見つかるといいね!



- ◆内 容
 

|                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| (1)「自分だけの運動カレンダーの作成」 | 自分の体力を知り無理のない目標を決める     |
| (2)運動遊びプログラム体験       | (3)ストレッチ体操 柔軟&バランスプログラム |
| (4)リズム体操 有酸素運動プログラム  | (5)ボール体操 コーディネーションプログラム |
| (6)パンチ&キック           | 筋トレプログラム                |

問合せ・申込み／町民保健センター健康づくり担当 電話 75-0359 fax 75-0337

申込締切 12/28まで

この健康教室は「平成21年度ふるさと雇用生活習慣改善啓発普及事業」として北海道保健福祉部の委託を受けて、特定非営利活動法人健康保養ネットワークが実施する事業です。

## 新型インフルエンザワクチン接種の予約を受付けています

町立別海病院及び西春別駅前診療所、尾岱沼診療所において予約を受付けています。

### 1. 接種の予約

接種の予約は、診療時間内で電話又は来院時に受付します。  
本院の内科、小児科、産婦人科の窓口及び各診療所で受付します。  
優先接種対象者の順位に関係なく受付します。

### 2. 優先接種対象者

国が示す優先接種対象者に以下の順で接種いたします。



- ①医療従事者(救急隊を含む) ②妊婦及び基礎疾患を有する方(最優先)
- ③基礎疾患を有する方(その他)及び幼児(1歳~就学前) ④小学校1~3年生
- ⑤1歳未満児の保護者等と優先接種対象者(幼児~小学校3年生までに限る)のうち  
身体上の理由により予防接種が受けられない方の保護者等
- ⑥小学校4~6年生 ⑦中学生、高校生、高齢者

### 3. 接種費用

1回目 3,600円 2回目 2,550円(ただし、1回目の接種をした医療機関と違う場合は、3,600円)

### 4. 接種日時

ワクチンが確保され次第、予約者に接種の日時をお知らせいたします。

### 電話での予約

町立別海病院 0153-75-2311 西春駅前診療所 0153-77-2350 尾岱沼診療所 0153-86-2625

## 新型インフルエンザワクチン 接種費用の助成申請受付中

町では低所得者世帯の方の費用軽減のため、ワクチン接種費用の助成を行っております。ワクチン接種を希望される方は申請書兼同意書を提出してください。(申請書および同意書は町広報11月号に折込済みです)

なお、ワクチン接種を希望される方は直接医療機関に予約が必要です。

- 1 対象要件 国が定めた優先接種対象者で生活保護世帯および市町村民税非課税世帯
- 2 受付期間 平成22年2月26日(金)まで
- 3 提出および問合せ先 町民保健センター(別海町別海西本町101番地) 電話 57-0359

問合せ／町民保健センター ☎75-0359 メール hoken@betsukai.jp



# 保健センター からの お知らせ

12・1月の  
母子保健  
業務予定



| 月   | 日  | 曜日 | 予定内容                | 場 所             | 時 間                     |
|-----|----|----|---------------------|-----------------|-------------------------|
| 12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)         |
|     | 4  | 金  | 乳 幼 児 相 談           | 尾岱沼地域センター       | 10:00~11:20             |
|     | 10 | 木  | 2歳児ぱくぱく幼児教室         | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 10:30~12:00             |
|     | 11 | 金  | 離 乳 食 教 室           | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 10:30~12:00             |
|     | 14 | 月  | 1 歳 3 か 月 歯 磨 き 教 室 | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 10:00~11:30             |
|     | 15 | 火  | 4 か 月 児 健 診         | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 12:45~13:00(受付)         |
|     | 16 | 水  | フ ッ 素 塗 布           | 尾岱沼地域センター       | 10:00~11:30             |
| 1月  | 17 | 木  | フ ッ 素 塗 布           | 西春別ふれあいセンター     | 10:00~11:30/13:00~15:00 |
|     | 18 | 金  | フ ッ 素 塗 布           | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 9:30~11:30/13:00~15:30  |
|     | 22 | 火  | 4 か 月 児 健 診         | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 12:45~13:00(受付)         |
|     | 8  | 金  | 乳 幼 児 相 談           | 西春別ふれあいセンター     | 10:00~11:20             |
|     | 13 | 水  | 乳 幼 児 相 談           | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 9:15~11:20/13:00~15:00  |
|     | 14 | 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)         |
|     | 15 | 金  | 離 乳 食 教 室           | 町 民 保 健 セ ン タ ー | 10:30~12:00             |

◆12月の4か月児健診対象者 平成21年8月生まれのお子さん  
◆12月の3歳児健診対象者 平成18年11月生まれのお子さん

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

## 元気 未来っ子 1歳6か月児健診

11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。



阿部 剛弥くん(弘昭)



永井 拓人くん(裕也)



山崎 遊ちゃん(陽弘)



大須賀凛々ちゃん(一城)



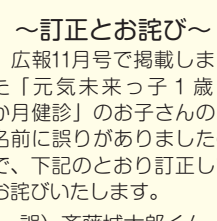
高橋 春翔くん(和馬)



乾 竜太郎くん(友広)



高橋 詠翔くん(直人)



正 斉藤城太郎くん

～訂正とお詫び～  
広報11月号で掲載しました「元気未来っ子 1歳6か月健診」のお子さんのお名前に誤りがありましたので、下記のとおり訂正してお詫びいたします。

誤) 斉藤城太郎くん  
正) 斉藤城太郎くん

# 12月の診療案内

受付時間(午前)8:15 ~ 11:00  
(午後)0:30 ~ 3:00  
診療開始(午前)9:00 ~  
(午後)1:30 ~

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                                                              |
|---------------------------------------------------------------|------|-----|-----|---------------|---------------|-------------------|------------------------------------------------------------------|
| <b>内科</b><br>院長 西村 進<br>名誉院長 今村 洋<br>内科医長 鈴木 英雄<br>内科医長 宮西 秀二 | 午 前  | 今 村 | 西 村 | 今 村           | 西 村<br>鈴 木    | 今 村               |                                                                  |
|                                                               | 午 後  | 西 村 | 鈴 木 | 宮 西           | 今 村           | 宮 西               |                                                                  |
|                                                               | 夜間診療 | —   | —   | 今 村           | —             | —                 |                                                                  |
| <b>外科</b><br>副院長 曾ヶ端 克哉                                       | 午 前  | 曾ヶ端 | 曾ヶ端 | 出張医<br>(札幌医大) | 曾ヶ端           | 曾ヶ端               |                                                                  |
| <b>産婦人科</b><br>副院長 山内 修<br>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<br>又 は<br>佐 藤 |                                                                  |
| <b>小児科</b><br>出張医 福村 忍                                        | 午 前  | 福 村 | 福 村 | 福 村           | 福 村           | 出張医               | <b>【木曜日の午後について】</b><br>・一般診療は休診です。<br>・予防接種の受付は午後1時30分からお願いたします。 |
|                                                               | 午 後  | 福 村 | 福 村 | 福 村           | 予防接種<br>乳幼児健診 | 出張医               |                                                                  |
| <b>精神科・心療内科</b><br>医 師 浮田 充                                   | 午 前  | —   | 浮 田 | —             | 浮 田           | —                 | ※原則予約制です。予約がない場合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

### 耳鼻いんこう科

7日(月) 午前／午後  
8日(火) 午前  
郷 充 医師  
(札幌医大)

21日(月) 午前／午後  
22日(火) 午前  
新谷 朋子 医師  
(札幌医大)

### 皮 膚 科

11日(金) 午前／午後  
肥田 時征 医師  
(札幌医大)

25日(金) 午前／午後  
遠藤 元宏 医師  
(札幌医大)

### 乳 腺 外 来

18日(金) 午後  
亀嶋 秀和 医師  
(札幌医大)

予約制ですが、平成22年3月までは予約がいっぱいになっておりますのでご了承願います。

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

### 整 形 外 科

毎週水曜日の午後  
2日、9日、16日

藤部 正人 医師  
(さっぽろ厚別通整形外科)

※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

### 小児神経科

9日(水) 午後 舘 延忠 医師(札幌医大)

### 宮西内科医長の紹介



11月から新ひだか町立静内病院を退職し、内科医長として着任しました宮西秀二です。

別海町をはじめ、道東の地域医療に少しでもお役に立てればと考え石川県より単身赴任で参りましたのでどうぞよろしくお願いいたします。

専門は消化器内科です。

【経歴】金沢大学医学部卒、以降北陸三県の基幹病院を中心に勤務しました。

【趣味】風景写真撮影

### 【整形外科診療休診のお知らせ】

整形外科の診療については都合により12月16日(水)をもって休診いたします。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。

### 【年末・年始の休診のお知らせ】

年末・年始は別海病院、西春別駅前診療所、尾岱沼診療所ともに次のとおり休診となりますので、通院中の患者様におかれましては、休診期間中にお薬が切れることのないようご留意願います。

休診期間 平成21年12月31日(木) ~ 平成22年1月5日(火)まで

### 【尾岱沼診療所から休診のお知らせ】

医師不在のため、12月11日(金)の午後は休診いたします。

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。



# 脱 特定健診のお部屋から

## メタボリック 21年度の結果から別海町の傾向を分析!! Part2

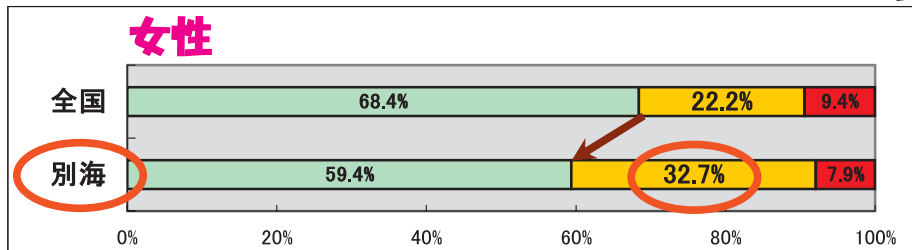
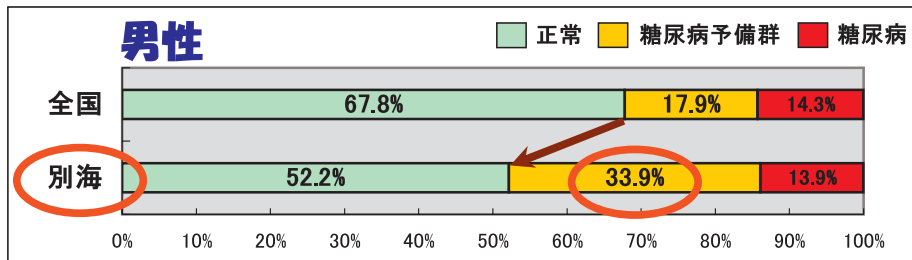
国民健康保険加入者で  
40～74歳のうち受診数

**2,043人** 男性 919人  
女性 1,124人



今回は

**別海町の「糖尿病」と  
「糖尿病予備群」の現状**  
をお伝えします。



### 深刻な事態

「**糖尿病予備群**」が全国に比べて1.5～2倍近く多い状況!!近い将来糖尿病になる人が増加することが予測できます。糖尿病になると様々な血管病を引き起こしやすいことや、そのことで医療費も高くなるため、非常に深刻な問題です。

**20～39歳対象の若者健診**でも**男性の11.6%**が**女性の5.2%**が「**糖尿病予備群**」でした。

### ～血糖値を下げた方々とのお話の中から実例～

毎日甘い缶コーヒー  
3本飲んでいたのを  
お茶にした

#### 毎日36gの砂糖減

1ヶ月だと1kgの砂糖1袋とらずに  
済んだことになります!

ちなみに  
炭酸飲料500ml中  
約50～55g  
スポーツドリンク500ml中  
約25～35gの砂糖が入ってます

牛舎に行く前の  
菓子パン1個を  
おにぎり1個にした

菓子パンは単純糖質  
が多く、**血糖を急激  
に上げてしまうので  
注意!**  
ごはんの方が糖の上  
がり方がゆるやかで  
す。ただし、量に注意!

食事の時、  
まず野菜を先に  
食べることを心がけた

野菜の食物繊維を先に食べると、  
その後に食べた糖質の吸収がお  
だやかになり、**食後の高血糖をお  
さえます。**  
ちなみにコレステロールが高い  
人にも効果がある方法です。ただ  
し、野菜にマヨネーズや油の入  
ったドレッシングをたっぷりかけ  
てはもとのもくあみ...

あなたの生活習慣の中に血糖値が上がる理由があるはずです。

…となると

**子供の頃からの  
生活習慣が  
大事!!**

**食を楽しみながら  
少しだけ努力!  
何ならできそうですか?  
今日からチャレンジ!**

問合せ／町民保健センター  
75-0359



**今月の納期**  
**国民健康保険税**  
**(6期)は**  
**12月25日(金)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)

**ブレンドコーヒー**

◆今年も残すところ1ヶ月となりました。年を重ねるほど、1年の経つのが本当に早く感じます。

今月は床丹へき地保育園の遊戯会に取材に行ってきました。(表紙)今年度で閉園となるため、「最後のお遊戯会」は保育園で行いたい」と例年の床丹地域会館から保育園内の小さな遊戯室に場所を移しての開催でした。

せまい会場にはお父さんお母さんとなった卒園生や親戚などといっぱいとなり、冬なのに園生の一生懸命な姿とそれを大きな声と拍手で応援する姿にとっても暖かい気持ちになりました。子どもたちも小さな保育園での地域の大きな愛情を一生忘れることはないでしょう。(KO)