

広報

# べっかい

2008  
(平成20年)

1

No.531



12月8日、東公民館で地元の子どもを対象とした「もちつき大会」が開催されました。  
つきたてのお餅は、お雑煮などの料理で楽しみ、また地域の高齢世帯へも配布されました。

# でございます



別海町長  
水 沼 猛

輝かしい希望に満ちた新春を迎え、ご家族お揃いで迎えられたこと、謹んでお喜び申し上げます。

また、皆様には日ごろより行政の推進に暖かいご理解とご協力を頂いておりますことに厚くお礼申し上げます。

私にとりまして昨年は、人生の大きな節目の年でありました。40年ぶりに行われました町長選挙では、町内の大勢の方々から力強いご支援を賜り、町長に就任させていただきました。

町民の代表として、重要課題が山積する町政を担当させていただく責任を重く受け止めております。新年を迎え皆様の期待に添えるよう決意を新たにしております。

昨年を振り返りますと、基幹産業であります酪農畜産経営は生産抑制と、数年来続いた乳価の低下により経営は悪化し、加えてバイオエタノール生産に端を発する飼料穀物価格の急騰、原油の高騰による燃料・生産資材の高騰など、今だかつてない経営環境の悪化を経験しました。

これらの危機的状況を踏まえ、昨年末から関係機関に対策の実施を訴えてきました。長期的には輸入穀物依存型の経営から脱却し、この地の草地資源を生かした環境保全型農業、多様な経営体の共存による地域農業の確立に向けて努力します。

また、地域産業を守るため、EPA交渉・WTO交渉に向けて引き続き幅広い運動を展開してまいります。

水産業につきましては、昨年は漁獲量・販売額共に好調でありましたが、安定的経営のため引き続き増養殖事業や管理型漁業の推進をしてまいります。また、安心・安全な食料の提供が大きな流れとなっていることから、生産から加工・流通にいたる衛生管理を重点とした漁港や関連施設の整備に取り組んでまいります。

新病院建設につきましては、町民の皆様や関係者のご意見を伺い、医療制度の動向を見極めながら、町民の生命と健康を守り、安心して暮らせる別海町にふさわしい病院にしてまいります。

本年4月から予定しております、上春別・上風連出張所の連絡事務所化と光進小中学校の統廃合につきましては、地域の皆様のご理解に深く感謝申し上げますとともに、円滑に移行できますよう更なるご協力をお願い申し上げます。

地方自治体を取り巻く環境は、少子高齢化や町民ニーズの多様化、行財政改革の流れの中で大きく変化してきており、自主財源の少ない本町にとりましては依然として厳しい状況が続くものと予測されます。

これらを踏まえ、第5次別海町総合開発計画が本年度で終了することから、今後10年間の方向を示す第6次別海町総合計画の策定に着手いたします。新たな視点に立ち、町民と行政が互いに連携しあう簡素で効率的な、自立のまちづくりに向け、皆が心豊かな、夢と希望を持って暮らすことのできる別海町の将来像を描いてまいります。

総務省では2008年度決算から自治体財政健全化法による基準を公表いたしました。地域経済が回復しない中で大変厳しく受け止めております。一刻と社会が変化し様々な問題に直面しておりますが職員と一丸となって取り組みます。

そして、健全な財政運営に向けて、行財政改革プランを更に推進しながら、新たな時代に相応しい大胆な発想と町民とのパートナーシップでまちを築く「協働のまちづくり」を進めてまいりますので、一層のご支援とご理解をお願い申し上げます。

年頭にあたり、町民の皆様のご多幸とご健勝を心から祈念申し上げてございさつといたします。





別海町議会議長  
渡 邊 政 吉

# 町民の皆様 あけまして おめ

あけましておめでとうございます。  
町民の皆様には、お健やかに平成20年の輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃から町議会活動にあたたかいご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

私こと、昨年5月の改選後初議会で、議員各位のご推挙により議長の要職につくこととなり8ヶ月が過ぎましたが、責任の重さを痛感いたしているところであります。

過ぎ去った平成19年は、猛暑が続き牛が死亡したり、馬インフルエンザが流行するなど、本町でも着実に進みつつある地球環境の変化がもたらす異常気象の現れを感じたところであります。

さて、別海町議会も昨年から議員定数を22名から18名に削減するなど議会改革を進めながら、議会の役割と責任を果たすべく頑張つてまいりました。なにとぞ本年もよろしくお力添えご指導をいただきますようお願い申し上げます。

今、時代は政府を挙げた地方分権の取り組みにより、機関委任事務制度の廃止をはじめとする成果が積み重ねられてきました。しかし、その過程で残された課題は多く、行政面だけではなく、財政面、立法面を含めた分権の実

現がとくに強く求められており、国民、住民のための地方自治を担うべき地方、政府の確立に向けた分権改革が待ったなしの状況となっています。いまこそ、つぎなる分権改革へと大胆な歩みを刻むべき時機であり、基礎自治体については、さらなる体制の充実強化が必要であり、このことは将来の道州制の本格的な導入の道筋をつけるものと考えます。

本町は今、大変厳しい財政運営の中にあつて難しい行財政問題が山積しております。今年は、第5次別海町総合開発計画の総仕上げの年度であり、又、平成21年度からスタートする「第6次別海町総合計画」の策定年度でもあります。もとより、人口の減少、財政規模の縮小はもちろん、これを容認するものではなく、更なる町政発展のために各種施策を講ずる必要があります。豊かで活力ある地域社会づくりに向け、農・漁業や商工業・観光の振興、医療・福祉の充実と子育て支援など総合的な社会福祉政策、環境対策、



教育問題などの課題解決が急務となっております。このような状況のなかで、協働のまちづくりの主役であります町民の皆様の熱意と努力、知恵と創造で「将来を見据えた施策」の展開ができる、別海町の英知を結集したすばらしい総合計画の策定を期待しています。

町民の皆様への負託を受けた私たち議会議員は、その責務と役割の重大さを深く自覚し、清新で活発な議会活動に取組む決意であります。どうか、これからの町政、町議会にこれまで以上に関心を持っていただき、町民の皆様が積極的にご意見などを寄せていただきますようお願い申し上げます。

年のはじめにあたり、町民の皆様のご健勝とご活躍をこころから祈念いたしまして、私の挨拶とさせていただきます。



角田キヨノさん（別海）  
大正6年12月5日生



山本 保子さん（別海）  
大正6年11月25日生



坂田 ミサさん（別海）  
大正6年11月24日生

町内在住で90歳を迎える方を祝う「別海町長寿賞」が次の方々に贈られました。



※希望された方のみ掲載しています

## 文化・スポーツ功労者表彰

本町の文化・スポーツ振興において長年にわたり功績のあった方や、各種スポーツ大会等で優秀な成績を収められた方を表彰する「平成19年度別海町文化・スポーツ功労者表彰式」が、11月27日、役場会議室で行なわれました。



今年は文化功労賞2名、文化奨励賞に1個人・1団体、スポーツ功労賞1名、優秀選手賞に8個人・1団体が表彰され、今西教育委員長から表彰状と楯が贈られました。

各賞の受賞者は次のとおりです。（敬称略）

|         |                |       |                |
|---------|----------------|-------|----------------|
| 文化功労賞   | 笹村 胤雄（書道）      | 優秀選手賞 | 川崎みなみ（スケート）    |
| 文化功労賞   | 高畑 正（囲碁）       | 優秀選手賞 | 石川陽向子（スケート）    |
| 文化奨励賞   | 小野 良太（美術）      | 優秀選手賞 | 新濱 立也（スケート）    |
| 文化奨励賞   | 町立上春別中学校（かべ新聞） | 優秀選手賞 | 平井 佑樹（ラグビー）    |
| スポーツ功労賞 | 渡邊 昇（バレーボール）   | 優秀選手賞 | 小野 陽平（野球）      |
| 優秀選手賞   | 菅原 脩司（スケート）    | 優秀選手賞 | 橋場 赴太（陸上）      |
| 優秀選手賞   | 上田 志樹（スケート）    | 優秀選手賞 | 別海高等学校定時制男子卓球部 |

## 町立別海病院で手術や検査を体験

12月1日、手術や検査などの医療を体験する「内科検査・外科手術体験キッズセミナー」が町立別海病院で、町内21人の中学生が参加して行われました。このセミナーは、医師や看護師との交流により病院への親近感を深め、検査や手術の機器に触れることで医療への関心を持ち将来は医療人となって地域の病院に戻って来てもらいたいと医師や看護師が企画しました。



セミナーでは、「がん」にみたてた鶏肉を超音波凝固切開装置で切除する模擬体験手術や胃内からクリップを取り出す内視鏡挿入疑似体験、超音波診断装置による造影診断模擬体験などが行なわれ、参加した生徒からは「手術室とか普段みることができない場所を見ることができてとても面白かった」、「医師、看護師の仕事は素敵だと思うので将来就いてみたい」などの感想が寄せられました。

病院スタッフは、子ども達の関心の強さを実感し、今後一般を対象とした講座の開設も検討しています。





## 牛乳をおいしく食べよう

12月5日、酪農学園ミルク産業活性化推進会議主催の「牛乳は極めて優れた食品！」が、ウェディングプラザ別海にて行われました。

酪農学園大学客員教授の仁木良哉氏が講演を行い、食品としての牛乳の素晴らしさを科学的に解説しました。また、酪農学園大学短期大学部准教授の筒井静子氏の講演では牛乳を使用した料理の紹介と、ホワイトカレー、クリームパスタなどの試食が行われ、参加者は今後の牛乳消費拡大のキッカケとして興味深く味わっていました。



## ミュージカルで大賑わい

11月26日、根室地域協働防災フェスタの一環として、劇団ふるさときゃらばんによるミュージカル「地震カミナリ火事おやじ」が総合スポーツセンターで開催されました。

この日はミュージカル以外にも、防災パネル展や、牛乳の消費拡大活動などが行われ、1,000人を越える来場者で会場は大賑わいでした。

生バンドによる演奏で行われた本格的なミュージカルは、消防団の意義や苦労をコミカルに描いたもので、観客は「感動した」「おもしろかった」「また見たい」など、満足そうな表情で感想を話していました。



## ミルク王国の国王からプレゼント

12月12日、酪農家の有志でつくるミルク王国（佐々木茂成 国王）は、上西春別保育園を訪れ、園児一人ひとりに文房



具を手渡し、「牛乳を毎日飲んで元気に育ってね」と牛乳の消費拡大をアピールしました。この催しは今年で19回目を迎え、12月10日から14日の日程で町内全ての保育園・幼稚園を訪問しました。

王冠にマント姿の国王が登場すると、子どもたちは大喜び。「好きな人はいますか」という質問に、佐々木国王は「みんなのことが大好きだよ」と、優しい表情で答えていました。

## 環境を考える町民の会が寄付

11月30日、「環境を考える町民の会」は同月9日に開催した「不都合な真実」上映会で集めた募金を、財団法人北海道環境財団に寄付しました。同会は、世界的規模で進む環境破壊によって引き起こされている地球温暖化などの現象を他人事と思わず、一人ひとりが環境について考えていこう、との目的で活動を行っています。

今後は北海道環境財団など、目的を同じくする団体と協力しながら、学習会などを開催していく予定とのこと。



## 民生・児童福祉委員に感謝状

12月6日、民生・児童福祉委員の任期満了に伴い19名の方が退任され、厚生労働大臣、北海道知事、並びに別海町長より感謝状が授与されました。

厚生労働大臣感謝状は、民生委員・児童委員として2期6年以上活躍された10名の方に贈られました。

厚生労働大臣感謝状授与者（敬称略）

村山晴美、千葉常雄、酒井清孝、高橋良吉、武田清、三島木司朗、上川床一雄、木村修子、我妻松子、齋藤則子

北海道知事、別海町長感謝状授与者（敬称略）

上記感謝状授与者及び、村上慎、山崎誠二、川崎のり子、佐々木正彦、伊藤洋子、清野武男、藤本ひろみ、石川隆子、森本恵湖



# 子どもらが 夢を見続け 希望持ち 目標実らす 新玉の年

別海町教育委員会 教育長 山口 長 伸

## 嬉しいな 学校統合 話したら

### 10人以上も 赤ちゃん産まれ

新年、明けましておめでとうございます。昨年の日本は、子どもたちを巻き込んだ暗く悲しい出来事の多い年でしたが、わが町・別海町では、そんな事件・事故もありませんでした。町民の皆様方のお陰と、深く感謝申し上げます。

さて、少子化は日本全国の問題になっており、別海町も例外ではありませんでした。そこで、別海町教育委員会では、平成16年度に、「別海町立小中学校適正配置計画(案)」を出しました。すると、平成22年度末で統合を予定していた上風連地区では、平成17年に15人、19年には11人の赤ちゃんが産まれました。嬉しい誤算で、計画の見直しをしなければならなくなりました。ちなみに、別海町の合計特殊出生率は、全道第2位の1.81人です。子どもを産み育てる温かい環境が、別海町にはあるのですから、今年の干支に因んで、ねずみ算式に産まれてくることを祈っています。



## スポーツで 文化で活躍 子どもたち 文武両道 生涯学習

別海町は、今まで町民の健康づくりのために、スポーツの振興発展に力を入れてきました。特にスケートではオリンピック選手を輩出するなどの成果を上げ、陸上競技でも、国内・海外に通用する選手が育っております。

ところが、最近では文化面での活躍が目立ってきました。今年度の別海町文化奨励賞授賞の上春別中学校のかべ新聞づくりは、全道でも連続して優秀な成績を収めています。合唱では、中西別中学校の全校合唱が、NHK合唱コンクール釧根地区大会で2年連続銀賞の栄誉を受けています。全校生徒24人という少人数でも、努力の結果が栄冠につながるという証明です。上西春別中学校のリコーダーも全道出場常連になってきています。

スポーツと文化は、生涯学習の町・別海町の両輪となる活動です。子どもからお年寄りまで、全員が健康で、今年の更なる活躍を期待しております。





## ちゃんと食べてる？ 別海町朝食の現状

別海町生涯教育研究所事務局

別海町では、様々な生涯学習活動が行われています。ふれット第102号では、昨年度生涯教育研究所が実施したアンケートからみた別海町の食事の現状について考えてみましょう。



### ●ちゃんと食べてる？ 別海町朝食の現状

別海町生涯教育研究所では、平成18年度町内の幼稚園・保育園・小・中学校・

高校の児童生徒を対象に保護者・各施設の皆様の協力のもと「健康と生活に関するアンケート」を実施しました。

アンケートは別海町の保育園、公立私立を含む幼稚園、小学校、中学校、高校から2,231名の回答がありました。

アンケートの全体的なとりまとめについては、年度末に町ホームページ等にて広く公開する予定ではありますが、今回は「食」の中でも特に「朝食」について考えてみたいと思います。

### ●児童生徒の朝食の現状

「朝食をいつも食べますか？」の問に対する回答

|          | 小学校(低) | 小学校(高) | 中学生   | 高校生   |
|----------|--------|--------|-------|-------|
| いつも食べる   | 89.7%  | 80.3%  | 76.1% | 68.0% |
| 食べる方が多い  | 8.4%   | 11.5%  | 14.9% | 15.4% |
| 食べない方が多い | 1.9%   | 7.0%   | 7.8%  | 10.9% |
| いつも食べない  | 0.0%   | 1.2%   | 1.2%  | 5.7%  |

※小学校(低)は1.2.3年生、(高)は4.5.6年生を示す。

左の表は別海町の児童生徒の朝食の状況聞いた設問の結果を示した図です。学年が進むに連れて「いつも朝食を食べる」と答えた人が段々と減っていきます。関連した朝食を取らない理由を問うた設問では「朝時間がない」といった回答が多く、早寝・早起きといった生活習慣の乱れと大きく関係していることがわかります。

### ●全国で取り組まれる朝ご飯（食育）関連運動について



#### 1) 「早寝早起き朝ごはん」運動

現在の子どもたちは、昔の子ども比べると就寝時間は遅くなったり、朝食をとらないなど生活習慣の乱れが指摘されています。

基本的生活習慣の乱れは、学力や体力低下をさせるだけでなく、非行の一因ともいわれています。特に、食生活については食育の重要性が一段と高まっており、「早寝早起き朝ごはん」に「テレビを消して外遊び」を加えて、生活リズムを向上させ、読書や外遊び・スポーツなど様々な活動を行う事が重要とされています。

#### 2) 「食事バランスガイド」運動



「食事バランスガイド」は、望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたら良いかをイラストにしたものです。

特に「1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムをつくること」「主食、主菜、副菜を基本に、バランスの良い食事をとること」は重要です。

現在、食事バランスガイドHP (<http://www.j-balanceguide.com/shokuiku/>)では、実際に自分の食生活をシミュレーションし、チェックすることができます。

#### 3) 根室管内他市町村の特徴的な食育事業について

それぞれの町の現状や団体の現状に合った様々な事業が取り組まれています。特に中標津町では地域の食材だけを使用した「中標津丸ごと給食」や根室市では食育をテーマにしたペープサート（紙人形劇）の公演が行われています。

### ●まとめ

これまで、このふれットを含め様々な機会を見つけて「食育」や生活習慣についてお知らせしてきました。また、最近では、「食事バランスガイド」がテレビCMで大々的に放送しています。しかし、行政がいくら頑張っても食事の多くは家庭で取るものであることはいつの時代も変わりません。それは給食を日頃食べている児童生徒も同じです。家庭の教育力の低下が言われる今、まずは食事という身近な部分から取り組んでみてはいかがでしょうか。

# 2007年 こんなことも ありました

10月

第12回  
遊ぼっとスポーツ in 別海開催

10月

第31回別海町福祉大会開催

10月

バンドフェスティバル開催

11月



晩秋の自然を楽しむ講演と  
音楽の集い開催

11月

パッチワークキルト展開催

12月



「キエレス・マテQuieres Mate?」  
演奏会開催

12月

絵本作家・野村たかあき  
講演会開催

5月

別海町畜産総合共進会開催

5月

小野沼公園まつり開催

6月

交通安全パレード開催

7月



平成19年度今年のしごと配布

8月

ホテル鑑賞会開催

8月



第13回「ふれあいの集い・  
すぽれくまつり」開催

8月

陸上自衛隊別海駐屯地  
創立42周年記念行事開催

9月



陸上自衛隊北部方面音楽隊  
演奏会開催

1月



日の出鑑賞会開催

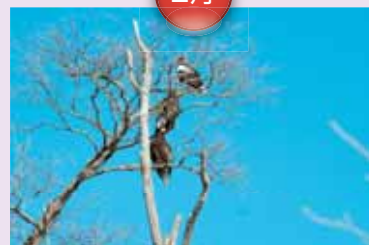
1月

Bフレッツ別海市街全面開通

2月

戸籍事務のコンピュータ化開始

2月



オジロワシ・オオワシ観察会開催

3月

第9回管内  
ソフトバレーボール大会開催

4月

根室北部広域ごみ処理施設  
本格稼動

4月

第16回統一地方選挙

4月



佐野町長20年の任期を務め退任



# 高齢者医療制度の見直しのお知らせ

高齢化にともない医療費が増大する中、医療保険制度を将来にわたり持続可能なものとするため、平成20年4月から新たな高齢者医療制度が創設されます。これにともないさまざまな医療制度の改正についてお知らせしてまいりましたが、このたび高齢者の負担が激変することのないよう見直しが行われ、次のような措置がとられることとなりましたのでお知らせします。

## 70～74歳の方へ

平成20年4月～平成21年3月までの  
1年間お医者さんにかかったときの自己負担が**1割**に据え置かれます

制度改正によって平成20年4月から、70～74歳の方のうち現役並みの所得がある方以外は、お医者さんにかかったときの自己負担が2割に引き上げられることになっていましたが、この見直しが凍結され、**平成20年4月～平成21年3月までの1年間は、お医者さんにかかったときの自己負担限度額が1割に据え置かれます。**

※現役並みの所得がある方で、すでに3割負担をいただいている方は除きます。

※後期高齢者医療制度の対象となる一定の障害があると認定された方は除きます。

## ●70～74歳の方の自己負担割合

平成20年4月～平成21年3月まで **自己負担割合 1割**

(現役並みの所得がある方は自己負担3割)

また、70～74歳の方(一般)の医療費が高額になった場合の自己負担限度額も、平成20年4月～平成21年3月まで据え置かれます。

70～74歳の方(現役並み所得者を除く)の自己負担について、平成20年4月から2割負担に見直されることとされていたものを1年間据え置くもので、その分の財源は国が負担します。**なお、新たな高齢受給者証を3月にお届けする予定です。**

問合せ／町民課国民健康保険担当(内線1215)

## 75歳以上の被扶養者の方へ

新たに加入する後期高齢者医療制度の保険料は平成20年4月～9月までの6か月間は**無料**となり平成20年10月～平成21年3月までの6か月間は均等割保険料の**9割を軽減**した額となります

平成20年4月分からスタートする「後期高齢者医療制度」では、今まで保険料を自分で負担していなかった会社の健康保険や共済組合などの被扶養者の方も新たに保険料を負担します。被扶養者の保険料は被保険者の資格を得た日のある月から2年間軽減(均等割保険料を5割に軽減)されることになっていますが、さらに**平成20年4月～9月までの6か月間は保険料は全て免除され無料となり、平成20年10月～平成21年3月までの6か月間は所得割保険料は免除され、均等割保険料の9割を軽減した額となります。**

### 対象者

75歳以上の方(一定の障害があると認定された65歳以上の方)で、後期高齢者医療制度の被保険者となる日の前日(平成20年3月31日または75歳の誕生日の前日)において被用者保険(注1)の被扶養者となる方。 注1：政府管掌健康保険や会社の健康保険、公務員の共済組合などで、国民健康保険は該当しません。

後期高齢者医療制度の被保険者となる被扶養者の方の保険料軽減策として、被保険者となってから2年間は所得割保険料を免除し、均等割保険料の5割を軽減することとされていますが、今回の措置はそれに加えて行われるものです。この措置に係る財源は国が負担します。

問合せ／町民課医療給付担当(内線1241)

## 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 ●上風連出張所 ☎75-7326 ●上春別出張所 ☎75-6011

### 第19回別海町読書感想文 コンクール作品募集

#### ○対象／

高校生の部…別海高校生または町内在住の高校生  
一般の部…別海町内在住、在勤の成人の方

○応募規定／対象図書…自由（マンガ・雑誌・写真集・画集等は対象外）

応募点数…1人1点

応募用紙…400字詰めB4版原稿用紙6枚程度（実

施要項、応募用紙が必要な方は図書館、移動図書館車でお渡しします）

○応募締切／平成20年1月24日（木）午後6時まで

○応募先／別海町図書館（移動図書館車でも受け付けます）

詳細・問合せ／別海町図書館 ☎75-2266

### ふるさとの森の立入禁止について

ふるさとの森で風倒木処理、支障木除伐工事を行なうため、下記の期間立入禁止となりますのでお知らせいたします。

○工事期間／1月21日（月）～2月29日（金）

○立入禁止期間／工事実施期間中

○その他／工事実施期間が決定しておりませんので、決定しましたら立看板によりお知らせいたします。（ふるさとの森入口、酪農工場裏入口、動物館内）

問合せ／商工観光課観光・交流担当（内線1622）

### コミュニティ助成事業で太鼓を購入

（財）自治総合センターが、実施している「コミュニティ助成事業（市町村や町内会



が行うコミュニティ活動の健全な発展と宝くじの普及広報を目的に実施）の助成を受け、このほど美原連合町内会が太鼓一式を購入いたしました。

問合せ／総合政策課企画調整担当（内線2212）

### 別海町国民健康保険優良家庭表彰

別海町国民健康保険では、毎年11月1日に「前年度一年間病院にかからなかった」「保険税を納期内に完納した」世帯を優良家庭として表彰しており、本年も58世帯を表彰しました。

|            |      |
|------------|------|
| 13年間連続表彰世帯 | 1世帯  |
| 8年間連続表彰世帯  | 1世帯  |
| 5年間連続表彰世帯  | 1世帯  |
| 4年間連続表彰世帯  | 3世帯  |
| 3年間連続表彰世帯  | 1世帯  |
| 2年間連続表彰世帯  | 12世帯 |
| 単年度表彰世帯    | 39世帯 |
| 計          | 58世帯 |

今、高齢化などにより医療費が増加し、医療保険の財政が厳しい状況になっていきます。このまま医療費が増え続けられ、いずれは「国民皆保険制度」が成り立たなくなってしまうかもしれません。少しでも医療費を大切にするため、自分自身いつまでも健康でいるために、毎日の健康づくりが大切です。

問合せ／町民課国民健康保険担当（内線1215）

## 地域情報カレンダー

（12月18日現在）

| 日   | 曜日 | イベント内容                                              |
|-----|----|-----------------------------------------------------|
| 1/1 | 祝  | 初日の出ツアー 野付半島ネイチャーセンター 6:00～10:00                    |
| 3   | 木  | 第29回別海町新春スプリント大会《山根杯》 町営スケートリンク 9:00～               |
| 5   | 土  | 別海町消防団出初式 消防庁舎駐車場 10:00～<br>別海町新年交礼会 別海温泉ホテル 12:00～ |
| 7   | 月  | 別海町成人式 中央公民館 13:30～                                 |
| 9   | 水  | 優良運転者免許更新時講習会 交流館ばらと 13:30～                         |
| 2/2 | 土  | 第38回別海町々民スケート大会 町営スケートリンク 9:00～                     |
| 9   | 土  | 第28回別海ロータリークラブ杯別海町選手権大会 町営スケートリンク 9:00～             |

### 第33回 別海町消費者大会

問合せ／商工観光課商工担当（内線1623）

日時／2月22日（金） 10:00～13:00（受付9:30～）

会場／別海町中央公民館 参加自由ですのでぜひお越しください。

主催／別海町消費者協会

参加無料



根室税務署からのお知らせ

還付申告等署外受付・相談会場日程

| 開催期間                 | 時間                        | 会場名                | 申告受付・相談の主な対象者等                 |
|----------------------|---------------------------|--------------------|--------------------------------|
| 平成20年2月6日(水)～2月7日(木) | 9:00～12:00<br>13:00～16:00 | 中標津町役場<br>3階301会議室 | 給与所得者<br>年金受給者<br>譲渡所得者<br>贈与税 |
| 平成20年2月8日(金)         | 9:00～12:00<br>13:00～15:00 |                    |                                |

今年度の署外会場日程は、中標津会場のみとなっております。お間違えのないようご注意ください。

自宅が窓口！e-tax  
(国税電子申告・納税システム)

e-taxとは、インターネットを利用して申告や納税、各種申請・届出などができる便利なサービスです。今

年のポイントは：  
①ホームページからの簡単申告

②最高五千円の税額控除

③添付書類が不要

④還付金がスピーディー

詳しくは「確定申告」で検索を  
<http://www.nta.go.jp/>

問合せ／根室税務署

0153-23-3261

平成20年度の  
奨学生募集について

教育委員会では、別海町奨学資金貸付条例に基づき平成20年度の奨学生を募集しています。

○資格要件／別海町の町民であり、就学資金の支弁が困難と認められる方で、次の学校へ在学または合格した方

●医療大学、教員養成大学、看護学校、看護師養成所、特殊な技能教育または専門教育で適当と認められる学校

●前記以外の大学等で適当と認められる学校(学校教育法に規定する専門学校を含む)

○必要書類等／奨学資金貸付申請書、家庭状況調査書、推薦書、合格通知書の写しまたは在学証明書、身元保

証人(連帯保証人2名(うち1名は保護者)保証人の町税完納証明書

○貸付額／月額2万円または3万円

○申込期限／3月24日(月)

申込・問合せ／教育委員会学務課学校教育担当(内線3613)

○開催日時／1月27日(日)午前9時

○開催場所／総合スポーツセンター

○参加資格／別海町民(18歳以上、高校生不可)

○申込み切／1月16日(水)

申込・問合せ／金澤貴士(別海川上町4-2 ☎751-3221)

2008  
「北方領土の日」  
根室管内住民大会  
日時／2月7日(木)12:00～  
場所／根室市総合文化会館  
問合せ／総合政策課広報・演習場担当(内線2214)

第2回別海会長杯ソフト  
バレーボール大会のご案内

一般・初心者向けの大会を開催いたしますので、参加をお待ちしています。

○開催日時／1月27日(日)午前9時

○開催場所／総合スポーツセンター

○参加資格／別海町民(18歳以上、高校生不可)

○申込み切／1月16日(水)

申込・問合せ／金澤貴士(別海川上町4-2 ☎751-3221)

別海町地域 No.15  
包括支援センターから

介護予防  
～「長寿」から  
「元気で長生き」へ～  
口腔編

次の3つの項目に該当するところがありますか？

- ( ) 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか  
( ) お茶や汁物等でむせることがありますか  
( ) 口の渇きが気になりますか

肺炎の危険!!

これは65歳以上の方を対象にした介護予防の口腔機能に関する基本チェックリスト項目です。

口腔機能は…見逃されやすく知らず知らず低下

～使わないと衰える口腔機能…むせや誤えんに～

飲み込む時には気管のフタが大きな役割と思いがちですが、実際には舌や、気管のフタの周囲の筋肉が大きな役割をしています。筋肉が衰える最大の原因は脳卒中など病気の影響もありますが、その筋肉を使わないことだといわれています。(誤えん～水や食べ物が気管に入ること)

～口の細菌数が増える…口の乾燥と口の汚れ～

口が渇くという方の中に、口が乾燥するという方が多くおられます。乾燥すると口の中に食べ物が残りやすくなったり舌に汚れが溜まり、味覚の低下や食欲が低下し低栄養状態へ、また、乾燥は細菌数が増えやすい口腔となって誤えんすると肺炎を起こしやすくなります。

☆包括支援センターでは

基本チェックリストの3項目のうち2個以上該当する方は口腔機能向上のための積極的な介護予防が必要といわれています。包括支援センターでは、このような方たちの相談にのり、保健課歯科衛生士と連携して口腔機能向上のためのお手伝いをしています。

介護者の集いのお知らせ

日時：平成20年1月16日(水)午後1時～2時30分  
平成20年3月19日(水)午後1時～2時30分  
場所：別海町役場1階103・104会議室  
申込先：地域包括支援センター ☎0153-79-5500

## 合併処理浄化槽の設置に対し補助金を交付しています

別海町では、海や河川、地下水の水質汚濁を防止するために、生活排水全般を処理できる「合併処理浄化槽」の普及を推進しており、設置者に対し補助金を交付しています。

合併処理浄化槽を設置する事により、下水道処理区域以外に居住している方でも、トイレを水洗化する事ができ、くらしを住みやすく快適にする事ができます。

今後住宅の新築を予定している方や、既存住宅に合併処理浄化槽の設置を希望する方、現在使用している単独処理浄化槽から合併処理浄化槽に設置替えをする方は、ぜひこの補助制度をご利用ください。

ただし、年度の予算は限られていますので、予定基数を超えた場合は抽選となります。



### ◆補助の対象

- 1 別海町民で下水道処理区域外の住宅に合併処理浄化槽を設置する方(アパート・貸家・社宅等は除外)
- 2 処理対象人数が10人槽以下の合併処理浄化槽を設置する方
- 3 町税等を滞納していない方

### ◆補助金の限度額

| 人 槽  | 金 額        |
|------|------------|
| 5人槽  | 1,035,000円 |
| 7人槽  | 1,235,000円 |
| 10人槽 | 1,660,000円 |

※1 住宅内部の改築、便器等の購入、浄化槽本体までの配管工事、消費税は補助対象になりません。

※2 上記の補助限度額は現時点での金額であり、今後変更する事もあり得ます。

### ◆申込について

- 1 申込期間 平成20年1月7日(月)～平成20年2月8日(金)まで(申込期限厳守)。
- 2 申 込 先 申込用紙に所定の事項を記入のうえ、下水道課、または支所・出張所まで提出願います。
- 3 申込用紙 下水道課及び支所・出張所に備え付けてあります。なお、別海町のホームページからもダウンロードが可能です。

### ◆注意事項

- 1 浄化槽設置後は、適正な維持管理を行って頂きます。(法定検査の受検、保守点検、清掃業者との契約)
- 2 浄化槽の維持管理費については、浄化槽の人数により異なりますが、概算で年間7万5千円から9万円程度(電気代も含めて)必要となります。詳細については申込用紙裏面に記載しておりますので参照願います。

問合せ／建設水道部下水道課(内線3414)

国  
民  
年  
金

## 国民年金保険料の納付は、口座振替が便利でおトクです

### 早割制度を利用すると

月額  
50円  
割引!!

通常：月額14,100円×12ヶ月＝169,200円

早割：月額14,050円×12ヶ月＝168,600円

年間  
600円  
おトク!

○当月保険料を当月末に口座振替することにより割引を受けられます。

※お申し込み日によって、口座振替の開始月が異なりますので、詳細については釧路社会保険事務所までお問い合わせ願います。

※残高不足で当月末に引き落としができなかった場合は割引を受けられないのでご注意ください。

他にも、1年前納(4～3月)は3,550円、6ヶ月前納(4～9月、10月～3月)は960円おトクですが、お申し込み時期等については、釧路社会保険事務所にお問い合わせください。

注)保険料額、割引額は平成19年度額です

手続きは、年金手帳、預(貯)金通帳、印鑑(お届け印)をお持ちになり、社会保険事務所または口座をお持ちの各金融機関窓口で行なってください。また、インターネットで申込用紙をダウンロードし郵送にて申し込むこともできます。

### 納め忘れがなく便利な口座振替をぜひご利用ください!

口座振替申込用紙のダウンロード先 [http://www.sia.go.jp/top/zenwari\\_jp/](http://www.sia.go.jp/top/zenwari_jp/)  
 問合せ／釧路社会保険事務所 釧路市栄町9丁目9番地2 ☎0154-22-0111

社会保険  
事務相談所  
開設

2/19(火)  
13:00～17:00

2/20(水)  
9:00～11:30

中標津  
経済センター

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)

1月の相談所開設日に誤りがありました。誤：1月15日(火)～16日(水)→正：1月22日(火)～23日(水)



酪農家なら誰でも経験したこと。三ヶ日位は生まないで、  
などと思ってもそうはいかないのが牛のお産。元氣な産声  
に仕事がまた一つふえるが先ずはめでたい。  
今西 青峰

## 初春や牛の産声して明ける

佐藤 政治



## みなさんの声をお待ちしています

役場に寄せられたご意見の中でみなさんにお伝えしたいことや無記名のため本人に回答できなかったことなどを紹介します。

### 町広報と議会広報の記事の重複について (11/5 投稿 町民).....

「広報べつかい」と「議会だより」の両方に町主催の地域懇談会の内容が掲載されていますが経費の無駄遣いではないでしょうか。出来れば無駄になった税金を返してください。町と議会の役割分担はどうなっているのでしょうか。こんなことを思ったのは私だけでしょうか。

### 回答.....

議会だより43号の特集につきましては、現在の町政の重大な問題の一つに病院改築問題があるとの認識から、地域懇談会における町民の皆様のご意見を「病院改築問題」にしばって掲載しました。

地域懇談会に参加した議員の目からみて、病院改築問題について、①多様な意見がある。②地域による違いもある。という点、並びに町民各位の活発な意見交流がこれからも重要ではないかということを感じ、そのことをお伝えしようというのが記事の趣旨です。そういう点では、町の広報と記事の組み方や意図に相違があり、両者を読まれることで、より複合的に問題を捉えていただけるのではないかと考えた次第です。

議会だよりの1ページ1ページが町民の皆様の税金で成り立っているという認識のもと、より良い議会便りにするよう、今後とも、精進を重ねてまいります。広聴に関する問合せ／総務課総務行政担当（内線2111）

## 人の動き

平成19年11月30日現在（ ）は前月比

人口／16,509(－13)

男／8,223(－7)

女／8,286(－6)

世帯数／6,198(－15)

外国人／136(－3)

出生 19 死亡 12 転入 35 転出 55

## 交通事故発生状況(11月)

( )は平成19年1月～11月までの累計

発生 3件 (24)

死者 0人 (1)

負傷者 3人 (30)

## 火災と救急(11月)

( )は平成19年1月～11月までの累計

火災 1件 (18)

救急 29件 (460)

救助 4件 (14)

### 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し出ししています。(消防署予防係 ☎75-2200)



## 【津波について知識を高めよう!①】

～正しい津波の知識とは～

### ●津波は必ずしも地震と一緒に発生するものではない!

⇒揺れの小さな地震や日本から離れたところで発生した地震でも津波は発生することがあります。平成18年11月15日発生の子島列島沖地震(震度2)や平成19年8月17日発生のパルー沖地震(体感震度なし)の時に津波警報・注意報が発令されています。

### ●津波は必ずしも引潮から発生するものではない!

⇒一般的に「津波が来る前には必ず海の水が引く」といわれていますがそれは間違いです。海の水が引かなくても津波が発生することがあります。

問合せ／総務課防災交通担当(内線2116・2117)

## お誕生・結婚

11月30日  
届出分まで

### ■お誕生おめでとう

| 氏名                  | 保護者   | 住所      |
|---------------------|-------|---------|
| 加藤 蒼一郎 (そういちろう) ちゃん | 男 司   | (上 春 別) |
| 椎木 香里奈 (かりな) ちゃん    | 女 孝   | (別 海)   |
| 北出 謙心 (けんしん) ちゃん    | 男 道 雄 | (別 海)   |
| 玉川 美月 (みづき) ちゃん     | 女 勉   | (西 春 別) |
| 廣保 理玖 (りく) ちゃん      | 男 貴 宣 | (泉 川)   |
| 穴戸 桃花 (ももか) ちゃん     | 女 一 哉 | (大 成)   |
| 千葉 剛琉 (たける) ちゃん     | 男 洋 平 | (泉 川)   |
| 小田島 悠 (ゆう) ちゃん      | 男 雅 信 | (中 春 別) |
| 赤堀 香流亜 (かるあ) ちゃん    | 女 泰 左 | (別 海)   |
| 今井 涉 (しょう) ちゃん      | 男 豊   | (別 海)   |
| 白川 愛叶 (あいな) ちゃん     | 女 忠 臣 | (大 成)   |
| 尾崎 柚果 (ゆうか) ちゃん     | 女 貴 宏 | (別 海)   |
| 小倉 優彩 (ゆうい) ちゃん     | 女 靖 広 | (別 海)   |
| 堀内 愛深 (まなみ) ちゃん     | 女 孝 志 | (別 海)   |
| 小西 柚奈 (ゆな) ちゃん      | 女 秀 弥 | (別 海)   |
| 西塚 彩那 (あやな) ちゃん     | 女 利 幸 | (別 海)   |
| 酒匂 貴太 (かんだ) ちゃん     | 男 靖 広 | (別 海)   |
| 阿部 華音 (かのん) ちゃん     | 女 徹   | (西春別駅前) |
| 櫻田 準平 (じゅんぺい) ちゃん   | 男 一 広 | (尾 岱 沼) |

### ■ご結婚おめでとう

| 氏名             | 住所      |
|----------------|---------|
| 廣島 勝洋・山田 雅子さん  | (別 海)   |
| 宮川 良太・齋藤 真美さん  | (別 海)   |
| 宮古 忠幸・佐藤 晴美さん  | (別 海)   |
| 飯井 智一・柳田 祐里さん  | (中 西 別) |
| 村上 雄弥・三浦 綾子さん  | (別 海)   |
| 原田 翼・鈴木 桃子さん   | (尾 岱 沼) |
| 尾之内 恒星・清水 有希さん | (西 春 別) |
| 林 健司・大高やよいさん   | (尾 岱 沼) |

※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 ありがとう  
付 ごさいました

### ●特別養護老人ホーム清翠園

▷ 松田 正則さん (西春別)

▷ 西春別駅前長命クラブ  
会長 西本 力壮 (西春別駅前)



## 町の保健室

### こんな人がいましたよ

## 漢方薬、なら大丈夫？

☆30歳代女性。「脂肪を減らす」と書かれている漢方薬、を飲み始めましたが…

健診の結果

|        |       | 基準値      | H18.11月 |
|--------|-------|----------|---------|
| (検査結果) | GOT   | ～40IU/dl | 15      |
|        | GPT   | ～35IU/dl | 15      |
|        | γ-GTP | ～73IU/dl | 24      |

お酒が好きで、週末のみ、350ml缶を5～6本飲んでいました。

「テレビのCMでも宣伝していたし、体にいいものなのかと思っていた」  
「市販の“漢方薬”だから、大丈夫だと思った」  
「こんなに辛い思いをしたのに、脂肪は全然減らなかった。みんなも気をつけてほしい」

| H19.9月                                                          |
|-----------------------------------------------------------------|
| 『脂肪を減らす』<br>漢方薬を飲み始めると…<br>☆ ひどく体がだるい！<br>☆ 尿の色が、ウーロン茶のような濃い色に！ |

2週間後、病院を受診

| H19.10月 | →お医者さんとお話してから… |
|---------|----------------|
| 175     | ・漢方薬を飲むのをやめた   |
| 460     | ・お酒をいっさい飲まなかった |
| 733     |                |

肝臓の数値が急激に悪化！

1ヵ月後…

| H19.11月 |
|---------|
| 17      |
| 30      |
| 102     |

数値はほぼ改善



『漢方薬』だからといって、体に良いものとは限りません。

体重の増えてしまいやすい冬ですが、こんな場合もあるということを頭において、お体に気をつけてお過ごしください。

## はじめての体力測定教室が開催されました

平成18年度から実施しているヘルスコンダクター※養成講座を受講された皆さんが、体力測定教室を12月5日中央公民館で開催しました。

握力測定や手伸ばしチェック・上体起こしなどに、30代から80代の約40名の皆さんが挑戦し、簡単な足踏み体操も行いながら、楽しい時間を過ごしました。

最後には、総合体力判定を行って体力年齢を調べ、参加された皆さんは結果に一喜一憂していました。今回の結果にがっかりした方は次回の教室に再挑戦できるように、今から体力づくりに取り組みましょう。

### ※ヘルスコンダクターとは

平成18年度に、地域で住民のリーダーとなって健康づくりを行うことを目的に養成講座を実施し、その単位を修得された方たちです。今年度は、より活動を高めるための研修を経て、今回の教室を自ら開催することになりました。



## ノロウイルスによる感染症胃腸炎・食中毒にご注意ください

### ★ノロウイルスによる感染症胃腸炎・食中毒について

ノロウイルスは、ウイルスの中でも特に小さく、「小型球形ウイルス」と呼ばれています。このウイルスによる感染症や食中毒は1年を通じて見られますが、11月くらいから発生件数が増加をはじめ、1月から2月が発生のピークとなる傾向にあり、冬から春にかけて注意が必要です。

### ★予防方法

- (1) 手洗いの励行
  - 外から帰った時、トイレの後、調理の前、食事の前には手を洗いましょう。
- (2) 食品の十分な加熱
  - ノロウイルスは比較的熱に弱く、食品の中心温度85℃以上で1分以上加熱を行えば感染症がなくなるとされています。食品は中心まで十分に熱を通すようにしましょう。

## 高齢者インフルエンザ予防接種について

### ★高齢者インフルエンザの発症、重症化を防止するため予防接種を実施しております。

実施期間は、平成20年1月31日となっておりますので早期に接種しましょう。



# 保健センター からの お知らせ

## 1・2月の 母子保健 業務予定



| 月  | 日  | 曜日 | 予定内容        | 場 所         | 時 間                    |
|----|----|----|-------------|-------------|------------------------|
| 1月 | 8  | 火  | 母親教室(助産師)   | 母子健康センター    | 13:00～15:00            |
|    |    |    | 乳幼児相談       | 町民保健センター    | 9:15～11:20/13:00～15:00 |
|    | 11 | 金  | 乳幼児相談       | 西春別ふれあいセンター | 10:00～11:20            |
|    | 15 | 火  | 母親教室(助産師)   | 母子健康センター    | 13:00～15:00            |
|    | 16 | 水  | 1歳半健診・3歳児健診 | 町民保健センター    | *時間は後日個別に連絡します。        |
|    | 18 | 金  | 1歳3ヶ月歯磨き教室  | 町民保健センター    | 10:00～11:30            |
|    | 22 | 火  | 2歳児ぱくぱく幼児教室 | 町民保健センター    | 10:30～12:00            |
|    | 24 | 木  | 離乳食教室       | 町民保健センター    | 10:30～12:00            |
|    | 25 | 金  | 3ヶ月児こあら教室   | 町民保健センター    | 13:15～15:00            |
|    | 29 | 火  | 母親教室(歯科医師)  | 母子健康センター    | 10:00～11:30            |
| 2月 | 31 | 木  | フッ素塗布       | 町民保健センター    | 9:30～11:30/13:00～15:30 |
|    | 5  | 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            |
|    | 7  | 木  | 乳幼児相談       | 東公民館        | 10:00～11:20            |
|    | 8  | 金  | 乳幼児相談       | 西春別ふれあいセンター | 10:00～11:20            |
|    | 12 | 火  | 母親教室(小児科医師) | 母子健康センター    | 13:00～14:00            |
|    |    |    | 母親教室(助産師)   | 母子健康センター    | 14:00～16:00            |
|    | 14 | 木  | 母親教室(歯科衛生士) | 母子健康センター    | 10:30～12:00            |

## 元気未来っ子 1歳6ヵ月健診

12月19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。



五石 瑞貴ちゃん  
(裕一)



相和 煌徠くん  
(宏美)



関矢 杏弥ちゃん  
(泰朗)



佐藤 母ちゃん  
(和美)



佐藤 陸くん  
(勤)



磯部 光くん  
(司)



郷 正雪くん  
(太志)



石川 優奈ちゃん  
(正憲)



阿部 春琉斗くん  
(洋一)



宮坂 大地くん  
(陽白)



黒田 悠翔くん  
(圭人)



清水 柚花ちゃん  
(彰)



蛸名 桜和子ちゃん  
(康夫)



菊地 陽菜ちゃん  
(裕太)



鈴木 ささらちゃん  
(雄介)

# 1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。



☎(代表)75-2311

| 診療科目                             | 診療時間 | 月           | 火   | 水   | 木    | 金   | 備 考                                                                                   |
|----------------------------------|------|-------------|-----|-----|------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 内 科<br>院長 今村 洋<br>秋野 公臣<br>本間 栄志 | 午前   | 1診 今 村      | 本 間 | 今 村 | 本 間  | 今 村 | 秋野(毎週木曜日午前:市立根室病院へ派遣)<br>本間(毎週水曜日午前:市立根室病院へ派遣)<br>火・木曜日午前の2診は検査業務終了次第始めますので診療開始が遅れます。 |
|                                  | 2診   | 秋 野         | 今 村 | —   | 今 村  | 秋 野 |                                                                                       |
|                                  | 午後   | 1診 本 間      | 秋 野 | 秋 野 | 今 村  | 本 間 | 毎月第2、第4月曜日です。(今月は14日が祝日のため28日のみとなります。)                                                |
|                                  | 2診   | 禁煙外来<br>秋 野 | —   | —   | —    | —   |                                                                                       |
|                                  | 夜間診療 | —           | —   | 内科医 | —    | —   | 受付時間は17時15分~18時30分です。<br>診療開始は17時30分からです。                                             |
| 外 科<br>曾ヶ端 克哉                    | 午 前  | 曾ヶ端         | 曾ヶ端 | 曾ヶ端 | 曾ヶ端  | 曾ヶ端 |                                                                                       |
| 産 婦 人 科<br>副院長 山内 修              | 午 前  | 山 内         | 山 内 | 山 内 | 山 内  | 山 内 |                                                                                       |
| 小 児 科<br>山本 大                    | 午 前  | 山 本         | 山 本 | 山 本 | 山 本  | 山 本 | 【木曜日の午後について】<br>●一般診療は休診です。<br>●予防接種の受付は13時30分からお願い致します。                              |
|                                  | 午後   | 山 本         | 山 本 | 山 本 | 予防接種 | 山 本 |                                                                                       |
| 精 神 科<br>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                | 派遣元           | 備 考                                                                                                                                                        |
|---------|-------|-------|---------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 耳鼻咽喉科   | 7日 月  | 午前 午後 | つばた ひろし 大医師         | 札幌医大          |                                                                                                                                                            |
|         | 8日 火  | 午前 —  | 坪田                  |               |                                                                                                                                                            |
|         | 21日 月 | 午前 午後 | こんどう あつし 敦医師        | 札幌医大          |                                                                                                                                                            |
|         | 22日 火 | 午前 —  | 近藤                  |               |                                                                                                                                                            |
| 皮 膚 科   | 10日 木 | 午前 午後 | ひだ ときまさ 時征医師        | 札幌医大          | 木曜日の診療開始は午前10時30分からになります。                                                                                                                                  |
|         | 11日 金 | 午前 —  | 肥田                  |               |                                                                                                                                                            |
|         | 24日 木 | 午前 午後 | おさ い やす え 泰江医師      | 札幌医大          |                                                                                                                                                            |
|         | 25日 金 | 午前 —  | 箴井                  |               |                                                                                                                                                            |
| 小児神経科   | 11日 金 | 午前 午後 | たち ぬのただ 延忠医師        | 札幌医大          | 毎月1回の診療です。                                                                                                                                                 |
| 脳神経外科   | 25日 金 | — 午後  | たかはし よし お 義男医師      | とまこまい 脳神経外科病院 | 次回の診療予定は3月21日です。                                                                                                                                           |
| 眼 科     | 9日    | 水     | なか まさ ひこ 昌彦医師       | 町立中標津病院       | 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、 <b>通院中の病院の紹介状をご持参して下さい。</b><br>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。<br>①白内障手術等の入院が必要な手術<br>②コンタクトレンズの処方<br>③3歳児健診後の精密検査 |
|         | 16日   |       |                     |               |                                                                                                                                                            |
|         | 23日   |       |                     |               |                                                                                                                                                            |
|         | 30日   |       |                     |               |                                                                                                                                                            |
| 乳 腺 外 来 | 18日   | 金     | く とみ こ う 九 富 五 郎 医師 | 札幌医大          | 予約が必要です。<br>お問い合わせ、ご予約は外科外来で受付しております。<br>(電話受付時間~午後1時30分から午後5時まで)                                                                                          |
|         | 25日   |       |                     |               |                                                                                                                                                            |

出張医による診療科は、天候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ご了承願います。

## インフルエンザワクチン接種について

- 大人の方は内科外来で毎週月~金曜日の午後に接種できます。
  - 事前に体温を測ってご来院下さい。
  - 料金 / 1回3,000円
- 小児科は予約制となります。
  - 接種は月~木曜日の午後です。(祝祭日の前日は行いません。)
  - 電話による予約受付時間は午後1時30分から5時までです。
  - 料金 / 1回2,000円



# ごみ出しニュース

第60号

問合せ／町民課町民生活担当  
(内線1212)

**あけましておめでとうございます。** 2008年もごみ分別、リサイクルについてよろしくお願いします。

## 3Rの秘密

皆さんは「3R(スリーアール)」という言葉聞いたことがありますか。環境のことを考えるとき、まず覚えてほしい3つの言葉、それがリデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、リサイクル(Recycle)で、この3つの英語の頭文字「R(アール)」をとって「3R(スリーアール)」と呼んでいます。リデュースはごみを減らしたり出さないように工夫すること、リユースは一度使ったものをごみにしないで何度も使うようにすること、リサイクルは使い終わったものをも一度資源にもどし再利用することです。



### 3Rの例

- リデュース**
- ・ 買い物をするときはマイバッグを持参する。(ごみになるレジ袋をなるべくもらわない)
  - ・ 詰替製品のあるもの、詰替製品を買う。(シャンプー、洗剤など)
  - ・ 再生品を買うようにする。(トイレットペーパー、ノートなど)
- リユース**
- ・ リターナブル容器\*を選ぶようにする。
  - ・ 故障をしても買い替えでなく、修理サービスを利用する。
  - ・ 不用になったものはフリーマーケットやリサイクルショップへ。
- リサイクル**
- ・ 資源ごみをきちんと分別排出する。

※リターナブル容器～使用後に容器としてそのまま再利用できる容器のことで、ビールびん・一升びん・焼酎びん・牛乳びんなど

### ●環境のことを考えた商品を買いましょう。

下記のマークは環境に配慮した商品についています。参考にしてみてください。

  
再生PET樹脂  
リサイクル推進マーク  
PETボトルを再商品化した製品につけられるマーク。

  
グリーンマーク  
古紙を一定以上の割合で原料に使用した紙製品に表示されるマーク。

  
リターナブルびんマーク  
販売店に返却して、繰り返し使うガラスびんのマーク。

  
牛乳パック再利用マーク  
使用済み牛乳パックを再利用した商品のマーク。

  
再生紙使用マーク  
再生紙の古紙配合率を表示するマーク。表記の数字は古紙の配合率を示す。

  
エコマーク  
環境保全に役立つと認められた製品に表示されるマーク。

## し尿くみ取りのお知らせ

2月の  
くみ取り  
地区

- 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

まだ申込みをされていない方は1月20日までにお申込みください。

### ご協力ください

証紙がないとくみ取りできませんので、事前に必ず別海町収入証紙(し尿処理専用)を用意しておいてください。

また、平成20年度分のし尿定期くみ取りの申し込みを受け付けます。一年間に定期的なし尿のくみ取りが必要な方が対象です。

問合せ／町民課町民生活担当(内線1212・1213)



# べっかい産 いただきます～す!



棚橋礼美子さん

## 鮭ライスパーク



### 材料(4人分)

生鮭…………… 300g  
玉ネギ…………… 1/2個  
パン粉…………… 1/2カップ  
卵…………… 1/2個  
マヨネーズ…………… 大さじ1  
みそ…………… 大さじ1  
クレージソルト…………… 2ふり  
(タレ)  
だし汁…………… 100cc  
しょう油…………… 大さじ4  
みりん…………… 大さじ2  
砂糖…………… 大さじ2  
かたくり粉…………… 大さじ1(水溶き)

### (ライス)

ご飯…………… 3膳分  
白ごま、塩、しょうゆ、  
スライスチーズ…………… 適宜

### (チリソース)

水…………… 50cc  
砂糖…………… 大さじ2  
豆板醤…………… 小さじ1/2  
片栗粉…………… 小さじ2  
酢…………… 大さじ2  
トマトケチャップ…………… 小さじ1  
にんにく…………… 小さじ1/2  
塩…………… ひとつまみ

### 【作り方】

- ① 生鮭は骨をはずして包丁でたたいてミンチにする。
- ② 玉ネギは炒めて、ミンチ状にした鮭と他の材料を全部混ぜ合わせる。
- ③ 4つに分け丸く形を整えてフライパンで焼く。
- ④ タレの材料を全部鍋に入れ、ひと煮立ちさせ焼いたミンチをくぐらせる。
- ⑤ ライスは材料を全部入れて混ぜ合わせ小麦粉大さじ1をふり混ぜる。
- ⑥ 形を整えスライスチーズをのせてフライパンで焼く。
- ⑦ 焼いたライスにレタス、ミンチ、チリソースの順でのせてライスサンドにする。うす塩鮭を使っても良い。

## 鮭 カ ツ

別海のヨーグルト屋さん  
ソースかけ



### 材料(4人分)

鮭ミンチ…………… ライスバーグと同量  
(別海のヨーグルト屋さんソース)  
別海のヨーグルト屋さん…………… 大さじ4  
マヨネーズ…………… 大さじ4  
ゆで玉子…………… 1個  
ピクルス…………… 大さじ1

### 【作り方】

- ① 生鮭は骨をはずして包丁でたたいてミンチにする。
- ② 玉ネギは炒めてミンチ状にした鮭と他の材料を全部混ぜ合わせる。
- ③ 分割して形を整え、小麦粉、たまご、パン粉の順に衣をつける。
- ④ 油で揚げ、ソースをかける。



## 今月の納期

### 国民健康保険税(第4期)

いろいろな事情で町税を一度に納めることが困難な場合は、ご相談下さい。

事前に連絡をいただければ、夜間の相談も行っています。

問合せ/税務課収納対策担当(内線1115・1116)

### フレンドコピー

◆ 昨年は広報の取材や統計調査にご協力いただきありがとうございました。今年も、引き続きよろしく願っています。

現在、統計調査では、住宅・土地統計調査の単位区設定という作業を行っており、指導員が地図をもって住宅街を巡回調査しています。怪しいものではありませんのでご協力よろしくお願いします。

また、工業統計調査も行っていますので、対象になっている事業所につきましては併せてご協力をお願いいたします。広報紙に掲載希望の記事等がありましたらご連絡願います。なお、広報紙に掲載した写真は、ご希望の方に差し上げていきますのでご連絡ください。(一)