

広報

べっかい

2007
(平成19年)

2

No.520



● おしらせ	2 ~ 5
● まちのできごとNEWS	6 ~ 7
● 教育委員会通信・ふれット	8 ~ 9
● 保健・医療	10・13~14
● お知らせ伝言版	15~21
● 裏表紙	22

戸籍事務がコンピュータ化されます

平成6年に戸籍法が一部改正され、戸籍事務のコンピュータ化が可能になりました。別海町では行政サービスの向上、戸籍事務の迅速化、より円滑な戸籍証明書の発行を目的として、コンピュータシステムによる戸籍事務が始まります。

コンピュータ化後の戸籍(例)

(1の1) 全部事項証明	
本籍 氏名	北海道野付郡別海町別海常盤町280番地 別海 太郎
戸籍事項 戸籍改製	【改製日】平成19年2月17日 【改製事由】平成6年法律省令第51号附則第2条第1項による改製
戸籍に記録されている者	【名】太郎 【生年月日】昭和15年12月20日 【配偶者区分】夫 【父】別海一郎 【母】別海ハナ 【続柄】長男
身分事項 出生	【出生日】昭和15年12月20日 【出生地】高知県高知市 【届出日】昭和15年12月22日 【届出人】父
婚姻	【婚姻日】昭和43年12月19日 【配偶者氏名】小島遊なみ子 【従前戸籍】高知県高知市理光489番地 別海一郎
戸籍に記録されている者	【名】なみ子 【生年月日】昭和18年3月3日 【配偶者区分】妻 【父】小島遊晃 【母】小島遊登志子 【続柄】長女
身分事項 出生	【出生日】昭和18年3月3日 【出生地】東京都世田谷区 【届出日】昭和18年3月5日 【届出人】父
婚姻	【婚姻日】昭和43年12月19日 【配偶者氏名】別海太郎 【従前戸籍】東京都世田谷区松原一丁目750番地 小島遊晃
以下余白	

発行番号 00001
これは、戸籍に記録されている事項の全部を証明した書面である。
平成19年1月11日 北海道野付郡別海町 別海 健太郎

2月19日(月)から戸籍証明書などがかわります。

戸籍証明発行時間が短縮されます

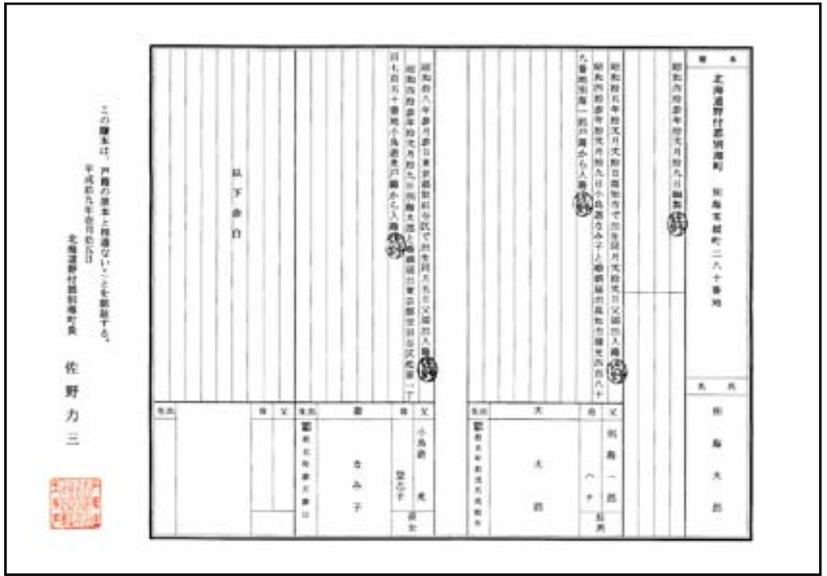
コンピュータ化により、届出内容の記載時間や発行のための作業時間が短縮され、早く正確に発行できるようになります。

戸籍証明書が見やすくなります

縦書きの文書体で記載されていた戸籍原本が、A4判の横書きに算用数字で表記されるようになります。

今までの戸籍は、手書きやタイプライターで和紙などに書かれていたため、婚姻などの戸籍届出の内容を記載するにも、時間と手間がかかっていました。





今までの戸籍(例)

証明書の名称が変更になります

- 「戸籍謄本(全員のもの)」
↓「全部事項証明書」
 - 「戸籍抄本(個人のもの)」
↓「個人事項証明書」
- 交付手数料は一通450円で今までと変わりません。

これまでの戸籍は「改製原戸籍」になります

コンピュータ化後の戸籍には、コンピュータ化前に、死亡・婚姻などでの戸籍から除かれた方や、一部の事項(離婚事項など)は記載されません。これまで使用していた戸籍は、コンピュータ化後は「改製原戸籍」として保管されますので、必要な方は請求してください。交付手数料は一通750円です。

戸籍証明の変更事項

項目	コンピュータ化前	コンピュータ化後
名称	戸籍謄本	全部事項証明
	戸籍抄本	個人事項証明
様式	B4判横	A4判縦
	B5判縦	
用紙	白色上質紙	改ざん防止用紙
書式	文書体縦書き	項目別横書き
職(公)印	朱肉印	黒色電子印
手数料	一通450円(除籍・改製原戸籍は750円)	

戸籍証明書の申請は今までと変わりません

今回、コンピュータ化の対象になる戸籍は本籍が別海町にある方の戸籍です。住所が別海町であっても、本籍が別海町以外の市区町村にある方については、別海町での戸籍の証明はできませんのでご注意ください。本籍が別海町にある方の戸籍証明書などは、別海町民課戸籍住民年金担当・別海町役場各支所・出張所で交付を受けることができます。



地番や生年月日も
今までの漢数字から
算用数字に変わり、
とても読みやす
くなります。

漢和辞典に載っている文字を使用します

現在、戸籍に記載する文字は、辞書に載っている文字を使わなければならないことになっていますが、昔の戸籍は手書きなために、書き癖や略字などの文字が現在まで残っていて、氏名が辞書に載っていない文字で書かれているものもあります。コンピュータ化は、辞書に載っている文字で氏名を記載しますが、このことにより氏名が変更になるものではありません。また、住民票も戸籍と同じ文字になります。なお、印鑑登録や健康保険証などの変更は不要です。対象となる方には、昨年十二月に文書でお知らせしています。戸籍のコンピュータ化後に、辞書に載っていない文字になった方で、証明が必要なときは証明書を発行します。交付手数料は無料です。

戸籍の附票もコンピュータ化されます

「戸籍の附票」は、その戸籍に記載されている方の住民票の住所の異動を記録したものです。コンピュータ化後の附票には、最も新しい住所が記載されます。コンピュータ化前の附票は5年間(平成19年2月17日を起算日とする)保存されます。

■問合せ/町民課戸籍年金担当

(内線1225)

申告は自分で書いてお早めに

根室税務署での確定申告日程

開催期間	時間帯	会場名	申告対象項目
2月16日(金)～3月15日(木)	9:00～17:00	根室税務署 2階会議室	所得 税
2月16日(金)～4月2日(月)	9:00～17:00		個人消費 税
2月1日(木)～3月15日(木)	9:00～17:00		贈 与 税

※土・日・祝日の受付は行っていませんのでご注意ください。



**所得税の確定申告の
受付は根室税務署、
役場(各支所・出張所)へ
2月16日(金)から
3月15日(木)まで**

申告はお早めに

平成18年分の所得税の確定申告の受付が2月16日から始まります。申告相談および申告書の期限は、所得税の確定申告が3月15日、消費税および地方消費税(個人事業者)の確定申告が4月2日までです。

申告書は、前年の「申告書の控え」などを参考に自分で作成し、お早めに提出してください。

また、申告書は、国税庁ホームページ【<http://www.nta.go.jp>】の「確定申告書等作成コーナー」で簡単に作成することができます。作成した申告書は、郵送などの送付により提出できます。

申告は自分で書いてお早めに！



【所得税】

平成18年分の所得税の確定申告の相談・受付が始まります。所得税は、自分の所得内容を最もよく知っている納税者が自ら税額を正しく計算し、申告や納税をすることとなります。前年の申告書の控え等を参考に、自分で作成し、提出してください。

なお、e-Tax(インターネット)での申告も可能となっていますので、ぜひご利用ください。

○申告が必要な方

①事業をしている方②土地や家を人に譲渡や賃貸をして収入のある方③給与収入のある方で、年末調整を行っていない方④年金収入のある方など

【消費税】

平成16年分の課税売上高が一千万円を越えている個人事業者の方は、平成18年分消費税・地方消費税の申告が必要です。申告が必要かどうか不明の方は、税務署へご相談ください。

申告に必要な用紙は 国税庁ホームページからも！

所得税・消費税・贈与税の申告や申請・届出に必要な用紙は、国税庁ホームページの確定申告書作成コーナー等から簡単に手に入れることができます。もちろん、これらのコーナーにおいて各種の計算書・申告書も作成できるので大変便利です。ぜひご利用ください。

大変便利な振替納税を

所得税、消費税、町・道民税、固定資産税などの納税には振替納税という制度を利用できます。これは、金融機関に向くことなく、預金口座からの引き落としによって納税を済ますことができるので、納め忘れなどを防ぐことができます。

ご利用を希望される方は、預金口座のある金融機関、町役場、支庁税務課、税務署までご連絡ください。

電子納税(国税)を始めませんか

自宅や事務所のパソコンからインターネットを利用して納税ができます。金融機関の窓口と並ぶ手間が省け大変便利です。

税務署への届け出だけで開始でき、また電子証明書があれば、全ての国税の申告・納税や各種申請・届出が可能です。

問合せ／根室税務署 ☎ 01153-2313261 (代表)

問い合わせについては、お答えできませんのでご了承ください(ご本人、またはご本人の委任状をお持ちになり直接役場税務課、各支所・出張所まで起こし願います)。

◎申告が必要な人

平成19年1月1日現在、別海町内に住んでいた人で次のような人は申告が必要です。(所得税の確定申告をした人は町・道民税申告はしなくてもよいことになっています。)

- (1)平成18年中に所得があった人
- (2)給与所得者で次に掲げる人
 - ①給与の支払者(勤務先)から給与支払報告書が提出されていない人
 - ②給与所得以外の所得があった人
- (3)平成18年中に勤務先を退職した人
- (4)給与の支払者(勤務先)で所得税

の年末調整をしなかった人
 (3)平成18年中に災害を受けたことによる雑損控除や、本人や家族が医療費控除などを受けようとする人

◎平成18年中に収入のなかった人も申告をお願いします

前年中に収入がなかった人でも国民健康保険税の申告はしなければなりません。また、申告がありませんと課税・所得証明等が発行されません。したがって、町営・公営住宅、児童手当、児童扶養手当、福祉手当、福祉年金、施設入所措置費、補装具

助成、授業料の免除、保育園入所、老人医療、高額医療費、扶養認定などの証明、判定ができないこととなります。

◎土地等の譲渡所得などを申告される人は

平成18年中に土地等を譲渡された人や贈与を受けた人は、課税の特例などにより所得税等を申告する場合もありますので、なるべく根室税務署の巡回相談をご利用されますようお願いいたします。

税務課からのお知らせ

町民税・道民税(国民健康保険税)の申告は
3月15日(木)役場(各支所・出張所)まで

◎平成19年度分

町道民税の主な改正点

①個人住民税の所得割の税率が一律10%(町6%、道4%)になります。
 所得税から住民税への税源移譲により住民税の所得割の税率が現在の3段階の超過累進税率から、一律10%(町6%、道4%)の比例税率に変わります。

②調整控除が創設されます。

税源移譲によって個々の納税者の負担が変わらないよう、個人住民税において、所得税と住民税の人的控除の差に基づく負担増を調整する減額措置が講じられます。

③定率減税が廃止されます。

平成11年度から適用されている、定率減税(18年度:所得割の7.5%相当額、限度額2万円)が廃止されます。

④65歳以上の人に適用される非課税

措置廃止に伴う減額措置が引き続き行われます。平成18年度より、年齢が65歳以上で、合計所得金額が125万円以下の人に対して適用される住民税の非課税措置が廃止されました。
 平成17年1月1日現在65歳に達していた人(昭和15年1月2日以前生まれ)については、昨年度に引き続き19年度分は計算された税額から約3分の2(平成20年からは全額)が課税されます。

月 日	相 談 対 象	相 談 会 場
例年より早めになっております。 2月9日(金) 9:00~15:30	根室税務署巡回確定申告相談 (営・庶業、還付申告者、譲渡、山林所得者、 贈与税申告者、消費税申告者)	別海町役場101・102会議室
2月16日(金)~3月15日(木) 9:00~17:00 (土、日曜日を除く)	一般確定申告 (営・庶業、還付申告者及び住民税申告者)	別海町役場103・104会議室
2月16日(金)~3月15日(木) 9:00~17:00 (土、日曜日を除く)	営・庶業、還付申告者、譲渡、山林所得者	根室税務署 根室市弥栄町1丁目18番地 (根室地方合同庁舎) ☎(0153)23-3261

※会場にお越しの際は、印鑑、前年の確定申告書の控え、使い慣れた計算器具をお持ちください。

申告の問合せ 根室税務署(☎0153-23-3261)または別海町役場税務課課税担当(☎0153-75-2111内線1111~1114)へ。なお、国民健康保険税の支払金額の電話でのお



根本 ミサさん (別海宮舞町)
大正6年1月5日生



※希望された方のみ掲載しています



山田 清吉さん (西春別本久町)
大正5年12月24日生



萩 己代子さん (別海)
大正6年1月21日



荒 ツヨさん (中春別)
大正6年1月7日

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。

決意を新たに別海消防団出初式

新春を飾る恒例の別海消防団(石戸谷保団長)の出初式が1月5日に別海消防庁舎前などで行われました。町内にある7つの分団と団員110名が参加し、通常点検を受けた後消防駐車場から中央公民館までを分列行進しました。

中央公民館では、日頃から消防団活動に協力している西春別自動車工業に感謝状が贈られ、また、長年にわたって活動されている団員が表彰されました。

町長から「きびきびした動きは訓練の賜物。これからも住民の安全を守るために精進願いたい。」とあいさつがあり、石戸谷団長は「被害を最小限に抑えるために日頃からの努力が大切」と訓示しました。



佐藤豊氏、黄綬褒章受章

おうじゅほうしょう

昨年の11月に黄綬褒章を受章した前野付漁業協同組合長の佐藤豊氏の記念祝賀会が12月23日、中標津町のホテルで行われました。



佐藤氏は若いころより漁業に携わり、平成3年に理事、平成9年には組合長に選出され、平成18年3月まで務めました。沿岸漁業の経営基盤強化と組合経営の安定、資源管理型の確立、また、北海道水産業の発展にも寄与されました。

祝賀会の謝辞では「漁業一筋55年、そして役職11期を組合運営に参画させていただき、信念を持ってやってこられたことを皆様に感謝しながら誇りに思っています」と話していました。

凛々子さんが故郷でライブ

シンガーソングライターの凛々子さんが、1月6日、別海のウルリー牧場のサイロ小屋でコンサート

を開きました。凛々子さんは昨年の3月まで神奈川県で小学校の先生をしており、今年度、シンガーソングライターとして歩み始めました。

1月末には「凛々子」ではなく「リリコドール」の名前で初のCDが全国発売しています。

ホームページ <http://www12.ocn.ne.jp/~ririko/>



「桜の花の咲く頃に」の老木がオブジェに

平成17年4月と12月に北海道文化放送（フジテレビ系列全国放送）で放送されたドキュメンタリー番組「桜の花の咲く頃に」で注目を集めた桜の木がオブジェとしてよみがえりました。

この桜の木は平成18年6月に老木のため倒れてしまいましたが、有名になった桜の木を何らかの形で残したいと町内在住の加藤エミ子さんが持ち主から木をもらい受け、松かさで作ったふくろうなどで6体のオブジェを作成しました。

オブジェは現在中央公民館ロビーに飾られていますが、6体の内3体は別海高校、番組プロデューサー、町に寄贈予定です。加藤さんは「まだ残っている木で小さいオブジェを作り番組に出演した方々にプレゼントできれば。」と話していました。



町民スケート大会



1月21日、第37回町民スケート大会が行われました。

（1位のみ掲載、敬省略）

【幼児】50m／三宅弘人、100m／牧野智宏、200m／森井駿、500m／森井駿、【一般】500m／松本芳樹、【リレー】別海白鳥OB

◆アスリート（少年団等に入っている人）

【小学校1年】200m／桜田隆誠、500m／小村逸・中山果林、1000m／奥山大輝・中山果林【小学校2年】500m／石川斗来・菊池聖花、1000m／石川斗来・菊池聖花【小学校3年】500m／近内祐介・沼崎樹実、1000m／近内祐介・沼崎樹実、1500m／森田航貴【小学校4年】500m／竹崎僚太・染谷華香、1000m／

鈴木瑛二・染谷華香、1500m／新濱立也【小学校5年】500m／田中友基・吉田楓、1000m／金子章・石川小春、1500m／田中友基・吉田楓【小学校6年】500m／竹崎堅太・藤原つむぎ、1000m／新濱伊吹・藤原つむぎ、1500m／竹崎堅太・戸田未来【中学校】500m／庄司悠希・門脇優美、1000m／庄司悠希・高橋芽里、1500m／竹崎勝太・高橋芽里、3000m／山口一斗・加我有絵、5000m／山口一斗

◆一般

【小学校1年】100m／池田悠輔・奥田温美、200m／森田岬・若林花恵、500m／川崎摩周【小学校2年】100m／鈴木健二・上田美咲、200m／酒井啓弥・岩谷亜美、500m／松田純輝・岩谷亜美【小学校3年】200m／中島彰良、500m／坂野下大輔・宮川侑女、1000m／宮川瑤貴・宮川侑女【小学校4年】200m／高田拓実、500m／田中恭佑・鈴木愛花、1000m／田中恭佑・鈴木愛花【小学校5年】200m／郡司ゆうき、500m／山崎裕也・宮森美都、1000m／宮森美都【小学校6年】500m／小坂慶太郎・坂野下舞奈、1000m／坂野下舞奈【中学校】500m／田口皓基・田口香織、1000m／坂元みちる



寺井建設が図書購入に寄付

12月28日、寺井建設（寺井範男代表取締役）が図書の購入に活用して欲しいと教育委員会を訪れ、寄付をしました。寺井建設は毎年、社会貢献の一環として年末に寄付をしています。

また、地域貢献の一環として町立別海保育園の駐車場内縁石取り替えと木製フェンスの塗装も行っていきます。



別海町にも「いじめ」があります その1

昨年は全国的にいじめによる痛ましい児童生徒の自殺が相次いだこと、その後の文部科学大臣への「自殺予告」も相次ぎ、教育界に大きな波紋を投げかけました。いずれの事件も学校や教育委員会等の対応も含めて大きな論議を呼んだところです。

1 別海町での取り組み

12月、北海道教育委員会で独自に全道全ての小中学生を対象に「いじめアンケート」を実施しましたが、別海町でも、平成9年より、別海町幼小中高生徒指導連絡協議会（別海町の幼稚園・小学校・中学校・別海高校の生徒指導担当教諭で構成されています。）において、「いじめアンケート」を実施してきました。初めは4年生以上、高校生のアンケートでスタートし、途中で保護者も加えたり、項目について改善を図ったりしながら10年間の歩みとして継続しながら取り組んで来ています。この取り組みは別海町小中高校全体での「いじめの実態把握」もありますが、各学校の実態把握により、児童生徒や保護者から出された問題に積極的に対応することをねらいとしています。

2 平成18年度「いじめアンケート」の結果から一部掲載（18年8月実施）

(1) 普段の人間関係について（回答数 小477人・中516人・高350人）

	小学校(%)	中学校(%)	高校(%)
学校の友達との関係でいやな思いをしている	125人(26)	97人(19)	63人(18)
いやな思いが1ヵ月ぐらい続いている	30人(24)	35人(38)	27人(43)
いやな思いが3ヵ月以上続いている	36人(29)	46人(50)	26人(41)
いやな思いの解決の方法がわからない	51人(36)	36人(43)	26人(42)

「学校の友達との関係でいやな思いをしている子」は、学年が上がるほど比率は低くなっていますが、中高校生ほど「1ヵ月・3ヵ月以上」と長期化している傾向にあります。しかも「解決の方法が分からない」と助けを求めている子の比率が高くなっています。今回の調査では、「1ヵ月以上いやな思いをしている子」は町内全ての小中高にいる事が分かりました。いじめの発見は、本人や周りの訴え、担任の気付き、保護者や関係機関からの連絡等様々です。保護者が「いじめを知ったきっかけ」は、小中高生とも60%前後が「子どもの訴え」で、「子どもの様子の変化から」を含めると80%を超えています。その中で、「担任に連絡した」のは小学校で23%、中学生では9%、高校生では8%と少ない状況です。解決には「早期発見・早期対応」が肝心であり、学校と保護者、関係機関（教育委員会）等の連携が不可欠です。

3 教育委員会として

これらの状況も踏まえ、10月の「緊急校長会議」や月ごとの定例校長会教頭会議の中でも、他市町で起こっている痛ましい事故を「対岸の火事」としないこと、別海町の子ども達にも関わることを、どこの学校でも起こりうることを考え、「いじめを受けている」と感じている児童生徒に、教職員の取り組みが見える形で具体的な展開となるよう各学校の実践交流も含めて働きかけたところですが、各家庭におかれましても日頃から、子ども達といじめについての話し合いの時間を持っていただきますようお願い申し上げます。

なお、紙面の関係上、各学校の取り組み等は次号に掲載いたします。



みんなで取り組む生涯学習の取り組み

生涯学習課では、町民の皆さんが学習活動やまちづくりに参加するための様々な事業をおこなっています。今回はその中でも「ふれあいトーク宅配講座」の取り組みを紹介いたします。



別海町教育委員会 生涯学習課

●生涯学習って何？

「いつでも、どこでも、だれでも、なんでも」という言葉に代表されるように、生涯学習は、学校の勉強に限らず、家庭や職場においても、また社会の第一線から退いても、技術、趣味、ライフワークとして何かを学び続け、継続した学習を通して自分を高めて行くことが不可欠であるという考え方です。

●生涯学習講座について

しかし、急に「あなたにはこんな知識が必要。」「何か学習しなさい。」と言われても戸惑ってしまうことの方が多くのように思います。

そこで別海町教育委員会では、「別海町まなびの木」で各年代別の学習課題を示し、公民館やスポーツセンターなどの各施設において、住民が抱える問題に対応した講演講座等を開いています。

また、平成13年からは、町民皆さまの「知りたい・学びたい」気持ち、行政からの「伝えたい」気持ちを取り入れた「ふれあいトーク宅配講座」を開講しています。

●「ふれあいトーク宅配講座」について

「ふれあいトーク宅配講座」は、教育の分野だけでなく、広く住民課題の解決や町民と行政が一体となった「まちづくり」を進めていくための43のメニューを用意し、直接担当職員が地域や学校へ出向いてお話をさせていただき形式をとっています。

平成18年度は、これまで34の申し込みがあり、開催件数は年々増加傾向にあります。特に平成18年度は、「肥満問題」や「介護」などの保健福祉に関する講座の開催が多く、健康問題への町民の関心の高まりが感じられる一年となりそうです。

これからも「ふれあいトーク宅配講座」を利用し、身近な疑問の解決や町内会・団体での講演に活用いただきたいと思います。



「ふれあいトーク宅配講座」メニュー一覧 (平成19年1月現在)

番号	講座メニュー	担当課	番号	講座メニュー	担当課
			14	考えてみよう！血糖値	保健課
1	町議会のはなし	議会事務局	15	何が悪いコレステロール	保健課
2	町の予算と決算について	財政課	16	食べながら考える食生活	保健課
3	IT社会がやってきた！	総合政策課	17	貴方のお口はバイキンだらけ！	保健課
4	なるほど納得！北方領土	総合政策課	18	かめば体が強くなる！	保健課
5	税のはなし	税務課	19	肥満して何が悪い！	保健課
6	介護保険制度について	福祉課	20	子どもの肥満について	保健課
7	障害者手帳とサービス	福祉課	21	更年期を考える	保健課
8	高齢者の在宅福祉サービス	福祉課	22	こころのなぜ「うつ病」	保健課
9	ふれあい・いきいきサロン	福祉課	23	子どもにもっと運動を！	保健課
10	戸籍と住民票	町民課	24	血圧をコントロールする方法	保健課
11	生活環境について	町民課	25	脳が病気になるとき	保健課
12	国保と年金について	町民課	26	健康べつかい21	保健課
			27	心臓を考えよう	保健課
13	奥さん危ない！ カウチポテトは肥満の敵	保健課	28	お酒！飲んででも飲まれるな	保健課
			29	遊漁について	水産みどり課
			30	林業について	水産みどり課
			31	酪農畜産について	農政課
			32	別海の隠れた観光スポット	商工観光課
			33	けがのない住宅について	建築課
			34	老後に備えた住宅改造	建築課
			35	下水道の整備	下水道課
			36	安全な水が家庭に届くまで	水道課
			37	農業者年金のしくみ	農業委員会
			38	救命手当の基本	消防署
			39	火災から命を守るために	消防署
			40	いざという時のために	消防署 総務防災
			41	コンビニスポーツ教室	総合スポーツセンター
			42	なるほど・ザ・べつかい1	郷土資料館
			43	なるほど・ザ・べつかい2	郷土資料館

「ふれあいトーク宅配講座」問い合わせ先

生涯学習課生涯学習担当 ☎0153-75-2111(内線3711) Fax 0153-75-0637 E-mail syougai@betsukai.gr.jp

“こころ”の健康だいじょうぶ? Part.7

体験者の手記

3年間前の初秋に、それまでは寝付きが悪くて睡眠導入剤を使用していたのですが、いつしか**早朝覚醒**が現れるようになりました。薬を変えて増量していったのですが、**早朝覚醒は消えないし日中は眠くてだるいし**…つらい日々が続きました。

すでにうつ病になっていたのです。主治医はうつ病と診断し、即座に「しばらく休みなさい」と言いました。「最繁忙期に休めません!」と返事をして、結局半年ぐらい**がんばってしまいました**。症状がだんだん悪くなり、新聞が読めなくなり、無理に読んででも少しも頭に入らなくなりました。昼休みに身体は休息・睡眠を欲しているのに、横になっても少しも休めない。仕事がおもう様にできない。**自分を責める気持ち**が出てきて、「**不安感**」が強くなり、悪循環に落ちいってしまいました。



これではだめとおもい病気休暇を申請。精神疾患である自分、仕事をしていない自分を受け入れられなくて悶々としていました。この時期にうつ病に関する本をいくつか読むことによってだとおもうんですが「**開き直り**」というか初歩の段階の「病気の受け入れ(受容)」がようやくできたのではないかとおもいます。**休養期に重要な事は「脳」を十分に休ませることだ**と知ったのは後のことです。

…同居する家族は何も言わずに見守ってくれました。**家族からのプレッシャーがなかったと言う点で私は幸運でした**。…休養期からの気分の波を繰り返しながら、落ち着いていく…。この先に回復があるのだと確信しました。…振り返ると療養の中で「**あせり**」の感情に負けてしまい、調子が良くなる**と何かやって自分(脳)にストレスをかけることを繰り返し、再燃を繰り返したのかな**とおもいます。
(月刊誌 ぜんかれん より抜粋)

この方のように、うつ病のつらい時期を乗り切ると、そのときのことを落ち着いて振り返る時期もやってきます。

この「月刊誌 ぜんかれん」は体験者の記事や最新の薬、治療の情報、書籍の紹介などが載っています。保健センターにあり、貸し出すこともできますのでご利用ください。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎が全国でも例年より多く発生しています。冬期間は、発症しやすいので、今後も注意が必要です。

【感染経路・症状】

- ノロウイルスは、ほとんどの場合、口から体内に感染し、その潜伏期間は1～2日です。主な症状は、吐き気・おう吐・腹痛・下痢・発熱で風邪のような症状の場合もあります。症状があれば、早めに医療機関を受診してください。
- 幼児や高齢者は、脱水症状を起こすなど重症になることがありますので注意が必要です。
- 発症後、3日くらいで回復しますが、便には、通常1週間程度、長いときには1ヶ月程度ウイルスが含まれているので、注意が必要です。

【感染を予防するには】

- 予防のためには手洗いが大事です。外から帰ったとき、トイレのあと、食事の前、調理の前など、必ず石けんで十分に手を洗いましょう。
- 食品は、十分に加熱(中心温度85度以上、1分以上加熱)してから食べましょう。
- おう吐物や、ふん便で汚れた衣類、床などの消毒には、次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)が効果的です。
問合せ/健康管理担当

予防接種(麻しん・風しん混合予防接種)について

平成19年度、小学校に入学する方(平成12年4月2日～平成13年4月1日生)は、平成19年3月31日まで
に必ず接種して下さい。
健康管理担当

広報ベツかいについて あなたの声をお聞かせください

より親しまれる広報紙を作るため町民のみなさんの意見・要望をお聞かせください。
寄せられた意見は今後の広報紙作りに反映させていただきます。

記入の仕方

- 下記の質問事項に記入の上、点線にそって切り取り、折ってのり付けし、切手を貼らずにそのままポストへ投函してください。
- この封筒の差出有効期限は平成19年3月10日ですので、それまでにお出してください。
- 住所・氏名・電話番号の記入は強制ではありません。匿名でもかまいません。
- 別海町ホームページでも掲載しています。

問合せ／別海町役場総合政策課広報メディア担当 ☎75-2111内線2223

◆広報紙で一番読む記事は何ですか？

- 1 特集 2 町のできごとニュース 3 教育委員会通信 4 ふれット
5 町の保健室 6 診療案内 7 お知らせ伝言板 8 別海町の文化財
9 元気ちびっこ未来っ子 10 その他 ()

◆広報紙の記事の中で必要ないと思う記事がありますか？

- 1 ある 2 ない
※ 「1ある」と答えた方のみ記入願います。
1 特集 2 町のできごとニュース 3 教育委員会通信 4 ふれット
5 町の保健室 6 診療案内 7 お知らせ伝言板 8 別海町の文化財
9 元気ちびっこ未来っ子 10 その他 ()

◆広報紙に掲載してほしい記事がありますか？

- 1 子育てに関する記事 2 地場産品料理のレシピ 3 インタビュー記事
4 介護に関する記事
5 その他
()

◆広報紙と一緒に配布されるチラシの中で広報紙に掲載してほしい記事がありますか？

- 1 ごみ出しニュース 2 としょかんだより 3 郷土資料館だより
4 その他 ()

◆その他広報紙に関するご意見がありましたら自由に記載願います。

ご協力ありがとうございました。

キリトリ線

折り線

キリトリ線

料金受取人払

別海局
承認

2

差出有効期間
平成19年3月
10日まで
(切手不要)



別海町別海常盤町280番地

別海町役場
総合政策課 広報メディア担当 行

0860205

折り線

折り線

山折り

山折り

キリトリ線

キリトリ線

◆その他広報紙以外でも町政に対する意見・要望などがありましたら記載願います。

.....
.....
.....
.....
.....

ご住所	
お名前	TEL

キリトリ線

保健センターからの
お知らせ

2・3月の
保健業務予定



日	曜日	予定内容	場所	時間
2/2	金	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
6	火	乳幼児相談	東公民館	10:00~11:30
		母親教室(第1課)	母子健康センター	10:00~12:00
7	水	1歳半健診	町民保健センター	12:30~13:00(受付時間)
8	木	母親教室(第3課)	母子健康センター	10:30~12:00
9	金	乳幼児相談	町民保健センター	9:15~11:20, 13:00~15:00
13	火	母親教室(第4課)	母子健康センター	10:00~12:00
		母親教室(第5課)	母子健康センター	13:30~14:30
14	水	3歳児健診	町民保健センター	12:30~13:00(受付時間)
15	木	離乳食教室	町民保健センター	10:30~12:00
20	火	1歳3ヵ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
22	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
23	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30~11:30, 13:00~15:30
27	火	母親教室(第2課)	母子健康センター	11:00~12:30
28	水	3ヵ月こあら教室	町民保健センター	12:45~13:00(受付時間)
3/6	火	母親教室(第1課)	母子健康センター	10:00~12:00
		乳幼児相談	町民保健センター	9:15~11:20, 13:00~15:00
7	水	1歳半健診	町民保健センター	12:30~13:00(受付時間)
9	金	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30

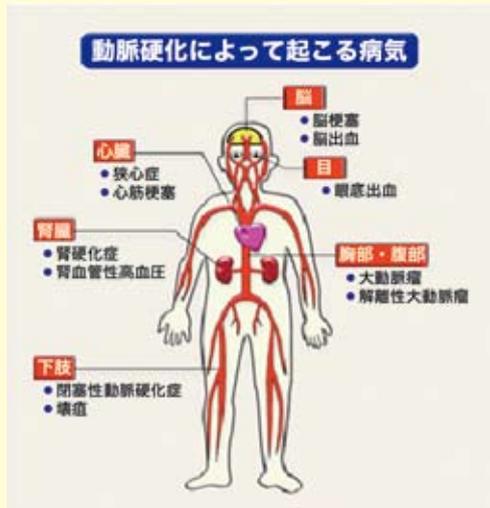
町の保健室 動脈硬化ってなあに? と、聞かれることがあります。今月は動脈硬化のお話です。

身体のみずみずまで栄養を行き届かせている動脈(血管)。動脈をはじめとする血管は弾力性に富んでいますが、年をとるとともに血管も老化現象が起こります。弾力性が失われて硬くなったり、内部にさまざまな物質が沈着して血管の通り道が狭くなり、流れが滞るような状態を「動脈硬化」といいます。(イメージとして:ホースも古くなると硬くなって水漏れしたり、内側に水垢がたまって狭くなる様子に似ていますね。)

動脈硬化が起こることが原因で、身体にさまざまな症状が現れているものを「動脈硬化症」といいます。動脈硬化によって起こる病気は図のとおりです。

動脈硬化の危険因子にはさまざまな要素があります。危険因子がいくつも重なると、動脈硬化の危険性が高くなると考えてよいでしょう。次に危険因子の例を挙げてみます。

高脂血症 高血圧 高血糖 肥満 高尿酸 ストレス過多 運動不足 加齢 性(男性の方が危険が高い。女性は閉経後が危険が高い。) 遺伝 喫煙 過度の飲酒 栄養の偏り



みなさん いくつ 当てはまるでしょう。

「動脈硬化」を進行させないための生活の工夫を 町民の皆さんが実践できるように お手伝いするのが保健センターの仕事です。

日本医師会ホームページより作成

問合せ/町民保健センター ☎75-0359 E-mail: hoken@betsukai.gr.jp

2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 ~



特集
NEWS
教育
医療
お知らせ

診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備考	
内科	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) 本間(毎週水曜日午前:市立根室病院へ派遣) 火曜日の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	-	-	秋野	
	午後	1診	本間	秋野	秋野	今村	本間	
		2診	禁煙外来 秋野	-	-	-	-	
	夜間診療	-	-	内科医	-	-	受付時間は17:15~18:30です。	
外科	午前	曾ヶ端	曾ヶ端	曾ヶ端	曾ヶ端	曾ヶ端	※2月16日の午後は休診になります。	
	午後	-	-	-	-	※曾ヶ端		
整形外科	午前	-	-	-	-	-		
	午後	林	林	林	林	-		
産婦人科	午前	山内	山内	山内	山内	山内		
	午後	-	-	-	-	-		
小児科	午前	春日	春日	春日	春日	春日	本曜の午後は乳児健診及び予防接種のため、一般の 診療は休診となります。 また、予防接種は乳児健診の終了後です。早く受付 されてもお待ちいただくこととなりますので、予 防接種の受付は13時30分からお願致します。	
	午後	春日	春日	春日	予防接種	春日		
精神科	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
循環器内科	7日 水	午前	島村 浩平医師	市立根室病院
	21日 水	午前		
耳鼻咽喉科	13日 火	午前・午後	坪田 大医師	札幌医大
	14日 水	午前		
	26日 月	午前・午後		
皮膚科	27日 火	午前	新谷 朋子医師	札幌医大
	8日 木	午前・午後		
	9日 金	午前		
	22日 木	午前・午後		
小児神経科	23日 金	午前	柳澤 健二医師	札幌医大
	9日 金	午前・午後		
眼科	15日 木	午前	山田 大樹医師	町立中標津病院
	22日 木	午前		
乳腺外来	16日 金	午後	九富 五郎医師	札幌医大

お知らせ

○「皮膚科外来」

木曜日の診療開始は10時30分からとなります。

○「小児科外来」

2月7日と14日の午後は1歳半・3歳児健診があるため診療開始が遅れます。

次の期間、春日亜衣小児科医長が不在となります。不在中は出張医が担当します。
2月7日~9日、21~23日

○「乳腺外来」

乳腺外来は毎月第3金曜日午後の診療を行っておりますが2月16日の診療より予約制となります。

予約は、外科外来で月~金曜日の午前9時から午後0時30分までです。(電話予約可)

○「内科外来」

2月より木曜日午前の2診がなくなり、月・火・金曜日になります。

○「インフルエンザ外来」

毎週火・木・金曜日の午後に行っていましたインフルエンザ外来は1月で終了致しましたので、これから接種を希望される方は内科診療日に受診されまよう願致します。

○「眼科」の外来診療開始について

お待たせしておりました眼科外来が2月15日から毎週木曜日の午前診療の日程で開始します。

担当医師は、町立中標津病院の山田大樹医師です。

受診の際には次のことにご注意下さい。

- 町立中標津病院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必ず町立中標津病院の紹介状をご持参して下さい。(お早めに交付を受けて下さい。)
- 次の治療等では、受診できません。
 - ①白内障手術等の入院が必要な手術。
 - ②コンタクトレンズの処方。
 - ③3歳児健診後の精密検査。

町立別海病院は、病院内・駐車場を含め敷地内全てが禁煙となっておりますので、皆様のご理解ご協力をお願い致します。

特定疾患患者等に対する
通院交通費の助成について

町では、特定疾患及び重度心身障害者等が治療を受けるために医療機関への通院に要する交通費の助成をしています。申請を受け付けますので、早目に手続きを行ってください。

○対象者／特定疾患患者・小児慢性特定疾患患者（医療受給者証所持の方）・重度心身障害者医療費受給認定者（老人保健医療対象の方で課税世帯により受給者証の交付がない方も対象となります）および前記の方の介護者

○助成対象期間／申請月の1年前からとします

○申請に必要な書類／①申請書

②通院証明書 ③介護を必要とする医師の証明書 ④受給者証のコピー

○助成額／通院距離に応じて算出します

○申請書は役場・支所・出張所でお渡ししています

○申請期限／3月2日（金）まで申請・問合せ／町民課保険医療担当（内線1217）

平成19年度以降合併処理浄化槽
設置整備事業のお知らせ

別海町では平成11年度から、海

河川、地下水の水質汚濁防止と生活環境の改善を図るため、合併処理浄化槽を設置する方、及び単独浄化槽から合併処理浄化槽への切替をする方を対象に補助金を交付しています。

平成19年度以降の浄化槽設置希望の申込受付は次のとおりとなっておりますので、合併処理浄化槽の設置を希望される方は期間内に申込用紙の提出をお願い致します。

○申込期間／2月5日～3月9日（期限厳守）

○提出先／下水道課、各支所・出張所（申込用紙はこちらにあります。）

問合せ／下水道課管理担当（内線3414）

男女雇用機会均等法が
変わります

職場で働く人が性別により差別されることなく、また、働く女性が母性を尊重されつつ、その能力を十分発揮することができる雇用環境を整備するため、性別による差別禁止範囲の拡大、セクハラ防止措置の義務化、妊娠等を理由とする不利益取り扱いの禁止等を定めた改正男女雇用機会均等法が4月1日施行されます。

問合せ／北海道労働局雇用均等室（011-709-2715）

別海町営畜牛育成牧場
臨時作業員の募集

- 職種／預託牛の管理業務
- 募集人員・応募資格／10名程度（家畜飼養経験のある方）
- 雇用期間／平成19年4月中旬～平成19年12月上旬まで
- 申込方法／
●提出書類：申込用紙、住民票、健康診断書
※申込用紙については産業振興部農政課まで取りに来て頂くか、農政課ホームページからもダウンロード可能です。
http://www.betsukai.gr.jp/homepage/yakuba/301_nousei/rakunou/rinnjibosyuu.htm
- 申込期限／3月9日（金）
- 提出先／農政課酪農畜産担当
- その他／勤務条件については、面接時に説明します。
- 面接日時／4月初旬（3月下旬に改めて通知します。）
- 面接場所／別海町役場
問合せ／農政課酪農畜産担当（内線1416）

町民卓球大会



12月23日、第36回町民卓球大会兼第23回町長杯卓球大会が町民体育館で行われました。優勝者は次のとおりです。（敬称略）

【小学生低学年】男子／川嶋友輝（野付スポーツ）、女子／山戸美彩恵（野付スポーツ）、【小学生高学年】男子／川嶋貴一（野付スポーツ）、女子／平賀由姫（野付スポーツ）、【中学生】吉田正裕（別海中央）、女子／北潟さゆき（野付スポーツ）、【一般】男子／佐藤圭一、女子／平賀未姫、【一般ダブルス】男子／荒井豊・佐藤圭一、女子／平賀未姫・水本望

2月7日は北方領土の日

2007「北方領土の日」根室管内住民大会

場所・日時／根室市総合文化会館大ホール
2月7日（水）12:00～
内容／住民大会・管内1市4町の中学生による弁論大会



問合せ／総合政策課協働行政・演習場担当（内線2214）

平成19年度

町職員
採用試験
公募

○募集職種、人員及び応募資格（年齢は平成19年4月1日現在）

- | | | | | |
|---|---------|-----|----|---------------------|
| 1 | 看護師 | 若干名 | 資格 | 看護師・准看護師免許取得（見込）者 |
| 2 | 嘱託准看護師 | 若干名 | 資格 | 高等学校卒業程度以上 通勤可能な者 |
| 3 | 臨時事務員 | 若干名 | 資格 | 高等学校卒業程度以上 通勤可能な者 |
| 3 | 臨時幼稚園教諭 | 5名 | 年齢 | 満50歳未満の者 |
| | 臨時保育士 | | 資格 | 幼稚園教諭、保育士免許取得（見込）者 |
| 4 | 臨時公務補 | 4名 | 年齢 | 満45歳未満の者 |
| | | | 資格 | 学歴・資格不問通勤可能な者 |
| 5 | 嘱託介護員 | 2名 | 年齢 | 満40歳未満の者 |
| | | | 資格 | 介護福祉士またはヘルパー2級以上取得者 |
| 6 | 嘱託看護補助員 | 2名 | 年齢 | 満50歳未満の者 |
| | | | 資格 | 学歴・資格不問夜間勤務可能な者 |

○勤務条件等詳細については、面接の際説明します。

○申込期限 平成19年2月13日(火)（書類必着）

○試験日及び試験内容等

	職 種	試 験 日	集 合 時 間	試 験 内 容
1	看護師・嘱託准看護師	2月21日(水)	9時	面接
2	臨時事務員	2月21日(水)	9時	教養試験、面接
3	臨時幼稚園教諭・保育士	2月20日(火)	9時	教養試験、面接
4	臨時公務補	2月20日(火)	後日連絡	作文、面接
5	嘱託介護員	2月20日(火)	後日連絡	作文、面接
6	嘱託看護補助員	2月21日(水)	後日連絡	面接



○受付場所 別海町役場 2階総務課

○提出書類 所定の申込書がありますので別海町役場総務課又は役場支所・出張所に請求してください。

○提出先 〒086-0205

野付郡別海町別海常盤町280番地

別海町役場 総務部総務課 人事厚生担当 ☎0153-75-2111（内線2114）

屋根から落ちる雪や氷に注意

屋根に積もった雪、氷、つららが落ちてケガや死亡したりすることが起こっています。次のことに注意願います。

- 軒下を通行する場合は落氷雪に注意してください。また、軒下では子供を遊ばせないでください。
- 屋根の雪、氷、つららが道路に落ちる建物には、雪止めをつけるようにしてください。
- 気温が上昇した時に落ちやすくなるため、早めに落とすようにし、歩行者や遊んでいる子供に注意してください。
- 交通事故・障害防止のため、落氷雪や敷地内の積雪は道路に出さないでください。

問合せ／釧路開発建設部管理課企画係（☎0154-24-7000）

砂箱を設置します

寺井建設㈱では、別海市街のセイコーマート富田屋前と役場前の交差点に歩行者用の砂箱を2月中旬ごろ設置します。

歩道が凍結し歩行者の転倒防止のため、砂箱の中に砂の入ったペットボトルが入っていますので、ご自由にお使いください。



別海高校だより

高 日日是新

ひびこれあらたなり

◎健康づくり研究発表大会終わる

11月に健康づくり研究発表大会が行われ、1年生は「いじめについて」、酪農科2年生は「クラスについて」、普通科2年生は「自由課題」で全員がクラス発表をし、代表が全体発表しました。当日は中央中学校の2年生も来校し熱心に耳を傾けていました。

最優秀賞 1年 小杉君
優秀賞 2年 小野君
1年 白崎さん



◎空手道部男子団体 2年連続全国大会出場!



第24回北海道空手道選抜大会において、男子団体組手で3位に入賞、男子個人組手でも2年宇居宏明君が2位に入賞し3月に和歌山県で行われる全国大会への出場権を獲得しました。

☆男子団体組手

(選手: 宇居、宗像、二瓶、久末、岡本、佐々木、菅名)
3回戦 対 北海 (3-2)
準決勝 対 恵庭南 (0-3)
3位決定戦 対 札幌篠路 (3-2)

☆男子個人組手 (2年 宇居宏明)

準決勝 対 小樽潮陵 (8-7)
決勝 対 恵庭南 (2-6)



●津波予警報の種類 (気象庁)

津波注意報		
津波の高さ	津波注意 0.5m	
津波警報		
津波の高さ	津波 1 m, 2 m	大津波 3 m以上

別海町では津波警報は避難勧告、大津波警報は避難指示を発令することとしています。

●警報発表基準 (気象庁)

警 報 名		発 表 基 準 (予 想 値)
暴 風 (平均速度)		陸上 20m/s 以上 海上 25m/s 以上
暴風雪 (平均速度)		陸上 18m/s 以上 海上 25m/s 以上
波 浪		6 m以上
高 波		花咲港 1.0m以上
大 雨 (雨 量)	1時間雨量	50mm以上
	3時間雨量	70mm以上
	24時間雨量	120mm以上
洪 水 (雨 量)	3時間雨量	70mm以上 ※ただし融雪期には、雨量と融雪量 (相当推量) の合計
	24時間雨量	120mm以上
大 雪	12時間降雪量の深さ、 又は12時間積雪の差 (3時間毎の増分の合計)	40cm以上

気象警報については、状況を確認して必要があれば、避難勧告・避難指示を発令することとしています。

別海町地域 No.5
包括支援センターの
ご利用について

業務その4
包括的・継続的
ケアマネジメント事業



高齢者が安心して生活できるような地域づくりを目指します。

- ①保健、医療、福祉の公的な関係機関との連携はもとより、民生委員、ボランティアなどの民間組織と協力し、高齢者のくらしを支える仕組みをつくります。
- ②地域の介護支援専門員(介護保険制度のケアマネージャー)からのさまざまな相談も受けています。

《こんなことを行います。》

- 入院中の方が自宅に戻るとき、うまくサービスがつかっていくよう体制作りをします。
- さまざまな人が支援している高齢者について、これからどう関わっていったらよりよいか話し合います。

別海町地域包括支援センター(別海町役場1階福祉課内)
専用電話 0153-79-5500

ふゆとぴあ in BETSUKAI 2007
2/3±4日
18:00~10:00~
別海町農村広場

2月3日(土) 2人羽織り早食い競争、ビンゴ大会、花火大会
4日(日) ラジオ体操、チビッコ宝探し、
ホールインワンチャレンジ、雪合戦、
歩くスキー、ビンゴ大会、餅つき

甘酒・ホットミルクは無料配布
豚汁、そば、うどん、牛乳、ヨーグルトなど販売してるよ

★貝つきホタテ浜値販売!!
★ホットミルクサービス
★ホタテ浜焼き
ホタテ串焼き
アサリ汁
焼きそば
肉まん
あんまん
★大漁引き
★ビンゴ大会
★四角い太陽の撮影会
★馬ソリ試乗体験
★寒寒! 白鳥の湖ゲーム

第39回 元祖
2月11日(日)
午前10時~午後2時
別海町尾代活(白鳥台特設会場)
主催/別海町・別海町観光協会
主管/第39回白鳥まつり実行委員会
問合せ/商工観光課TEL(0153)75-2111・内線1620~1625

予防接種の済んでいない愛犬家の皆様へ 狂犬病予防注射の接種について

狂犬病予防のため、毎年1回予防注射をすることが法律で義務づけられています。

狂犬病予防注射を受けていない場合は、早急に接種をお願いします。

別海町では予防注射の実施者を下記の獣医師に委託しています。下記以外で接種された方は、注射を受けた証明を役場の町民課町民生活担当まで提出し、注射済票の交付を受けてください。

◇**狂犬病予防注射代金** 1頭につき3,040円
(注射料金 2,490円・注射済票交付手数料 550円)

◇契約獣医師

住 所	獣医師名	病 院 名	連 絡 先
別 海 町	田中 賢一	たなか獣医科病院	☎0153-75-0025
	田中 暁子		
中 標 津 町	秋本 浩志	青い鳥動物病院	☎0153-72-0465
	中田千佳夫		
	任 有治		
	森田 正治		
根 室 市	小林 弘文	小林動物病院	☎0153-24-1175

※犬が死亡している場合や、所有者が変わっているときは役場まで連絡願います。

飼い犬の登録をお願いします

犬を飼っている方は、犬を取得したときには登録することが必ず必要になります。

狂犬病予防注射も、登録をしていない場合は接種することはできません。

まだ登録をされていない方は、お早めに登録をお願いします。

◇**犬の登録手数料** 1頭につき3,000円

◇犬の登録のしかた

役場、各支所・出張所で、犬の登録の申請書を書くことで手続きができます。

※町外から引越しをして、犬を連れてきた場合も手続きが必要になります。

なお、以前住んでいた町で登録をしている場合は、手数料がかかりません。

問合せ／町民課町民生活担当(内線1212)

国民年金

自分の年金のこと、もっと知りたいんだけど？

年金相談窓口や電話相談、ホームページなどをご活用ください。

年金制度に関する質問や個人の年金についての相談などは、電話や窓口などで対応しています。お気軽にお問い合わせください。

ねんきんダイヤル

年金に関する電話での相談が、全国どこからでも市内電話料金で利用できます。受付時間は午前8時30分から午後5時15分までです(土・日・祝、12月29日～1月3日を除く)。

年金請求などの年金相談は

0570-05-1165 いろいろこ

すでに年金を受けている人の年金相談は

0570-07-1165 いろいろこ

※IP電話やPHS、プリペイド方式の携帯電話などからは利用できない場合があります。つながらない場合は、社会保険事務所をご利用ください。

社会保険事務所

年金制度についての質問や免除制度、加入記録などについてのご相談、保険料の納付、口座振替の申し込みなどができます。相談時間の延長や休日年金相談開設もしていますので、お問い合わせください。

市区町村の国民年金担当窓口

年金制度についての質問や免除制度などについてのご相談ができます。保険料の納付はできませんのでご注意ください。

社会保険庁

ホームページでは、制度の解説や年金に関するニュース、全国の社会保険事務所の所在地などが見られるほか、年金見込み額の試算などもできます。

社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp/>

問合せ／町民課戸籍年金担当(内線1225)

12月1日から12月31日届出分まで

お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
古賀 柑菜 (かんな) ちゃん (女) 雅之 (上風連)		
伊藤 さくら (さくら) ちゃん (女) 憲一 (別海)		
森井 悠 (ゆう) ちゃん (男) 義徳 (西春別)		
佐藤 壺樹 (かずき) ちゃん (男) 慶司 (西春別駅前)		
佐久間 暁也 (あかや) ちゃん (男) 淳 (上春別)		
新保 遥悠 (はるひさ) ちゃん (男) 弘文 (上風連)		
松本 結愛 (ゆい) ちゃん (女) 博史 (別海)		
篠原 有来 (ゆうき) ちゃん (男) 秋彦 (中春別)		
谷本 光翼 (こうすけ) ちゃん (男) 樹亮 (別海)		

ご結婚おめでとう

氏名	住所
櫻田 裕二・中林 さゆり さん (尾岱沼)	
北島 佳樹・松浦 友美 さん (床丹)	
中澤 徹大・渡部 ゆかり さん (別海)	
櫻井 和弘・牧野 紀恵 さん (西春別駅前)	
太田 智享・渡部 恵 さん (上春別)	

※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



べつがい
歳時記

豆撒の五合枴は祖父のもの
まめまき ぶんごうます
松尾真由美

節分には大豆を煎り一升枴などに入れ、神棚に供えてから撒いたもの。年の数だけ豆を食べるとも言う。落花生になつた今は語り草。祖父のものはその時代からということ。
今西 青峰

寄付

- ・特別養護老人ホーム 清翠園
 - ▷藤 商店 藤 淳一 (別海常盤町)
 - ▷別海調剤センター薬局 玉村 武広 (別海西本町)
 - ▷丹羽 善勝さん (別海旭町)
 - ・社会福祉協議会
 - ▷農事組合法人ヤマギシズム 生活北海道別海実蹟地 (別海)
 - ▷中田 幸英さん (本別海)
 - ▷西島 洋治さん (別海旭町)
 - ▷戸田 好則さん (尾岱沼)
 - ▷和田 且美さん (尾岱沼港町)
 - ▷奥山とし子さん (別海川上町)
 - ▷本田 敏さん (別海)
 - ▷村山 涼子さん (尾岱沼港町)
 - ▷齊藤 實さん (尾岱沼港町)
 - ▷坂本 トシさん (西春別駅前柏町)
 - ▷横山 義和さん (西春別駅前栄町)
 - ▷大 麻 地区 会 (大成)
 - ▷福原 俊治さん (別海川上町)
 - ▷佐藤 雅浩さん (走古丹)
 - ▷原 幸弘さん (本別海)
 - ▷蒔苗 静枝さん (別海)
- ありがとうございました

地域情報カレンダー

(1月26日現在)

日	曜日	イベント内容
2/3	土	ふゆとぴあ in BETSUKAI 2007 18:00~
4	日	ふゆとぴあ in BETSUKAI 2007 10:00~
		西部地区スケート大会 西春別駅前スケートリンク 9:00~
		東部地区スケート大会 尾岱沼スケートリンク 9:00~
10	土	中西別長靴アイスホッケー大会 中西別スケートリンク
11	日	元祖白鳥まつり 尾岱沼白鳥台特設会場 10:00~
12	祝	別海ロータリークラブ杯スケート大会 町営スケートリンク 9:00~
25	日	第31回別海町少年少女下の句カルタ大会 中央公民館 10:00~

2月の運転免許更新時講習会

この講習会は優良運転者で、更新手続きを終了された方のみ受講することができます。

日時/2月14日(水) 13:30~
会場/交流館ぶらと

毎月第2水曜日

社会保険事務相談所開設

日時/3月13日(火) 13:00~17:00、14日(水) 9:00~11:30
会場/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・自動振り込みで!
問合せ/町民課戸籍年金担当 (内線1225)



元気未来っ子
1歳6か月健診

1月10日 町民保健センターで撮影
()内は保護者名
※希望された方のみ掲載しています。

山田 唯仁くん (哲史) 佐久間巧丞くん (淳) 蛭川沙也夏ちゃん (英樹) 塚田 翔五くん (一雄) 松山 彩瑛ちゃん (拓史)

佐藤 未来ちゃん (太志) 佐々木心南ちゃん (隆博) 関口 太樹くん (政広) 木戸口小桃ちゃん (誠) 上田 咲世ちゃん (泰治) 中村 朝飛くん (勉) 大隅 凧子ちゃん (敬士郎)

郵便局のミニレター

平成19年用お年玉年賀はがき・年賀切手(くじ付)
当せん番号 (A・B共通)

払戻しの際は、証明資料の提示

名義人であることの確認のため、郵便預金の払出しの際は証明資料の提示をお願いすることがあります。

- 高額な取扱い
郵便預金の払戻し、国債の買取り、払戻証書、年金の払渡し、貸付、郵便振替口座からの払出し
- 印章の変更
- 暗証番号の照会
- 紛失・盗難による通帳等の再発行・証書払
- ICカード発行申込み・生体情報の登録・抹消・変更の申込み
※本人以外が請求される場合は、家族であっても「委任状」が必要です。
※上記以外でも、証明資料の提示をお願いする場合があります。

確認する証明資料

運転免許証、健康保険証、国民年金手帳、旅券(パスポート)、母子健康手帳、身体障害者手帳、外国人登録証明書など
※確認できない場合は払戻し等の請求を受けることができませんので、あらかじめご了承ください。
※お客様の大切な財産をお守りするため、ご協力をお願いします。

等級	内 容	当せん番号
1等	①わくわくハワイ旅行	157788
	②にこにこ国内旅行	457190
	③ノートパソコン	
	④DVDレコーダー＋ホームシアターセット	
	⑤デジタル一眼レフカメラ＋プリンタセット	
	以上から1点	
2等	地域の特産品小包1個	(下4ケタ) 5161
		7093
		7485
		9614
3等	お年玉切手シート	(下2ケタ) 64
		79

引換期間：平成19年1月15日(月)～7月17日(火)

ひとの動き 平成18年12月31日現在 ()は前月比

人 口 / **16,654(-13)**

男 / 8,313(-10)

女 / 8,341(-3)

世 帯 数 / 6,238(-8)

外 国 人 / 104(±0)

出生 **10** 死亡 **14** 転入 **36** 転出 **46**

12月の交通事故発生状況
()内は平成18年1月～12月までの累計

- 発生件数 3件 (40)
- 死者数 0件 (6)
- 負傷者数 4件 (50)

12月の火災と救急
()内は平成18年1月～12月までの累計

- 火災件数 1件 (10)
- 救急件数 54件 (516)
- 救助件数 2件 (13)

悪質な訪問販売には十分注意してください! 最近、北海道内で住宅用火災警報器および消火器の悪質な訪問販売が増えています。消防署及び消防団で住宅用火災警報器等を販売しておりませんし、特定の業者に委託することはありません。

