

広報

へんがし

2007
(平成19年)

4

No.522



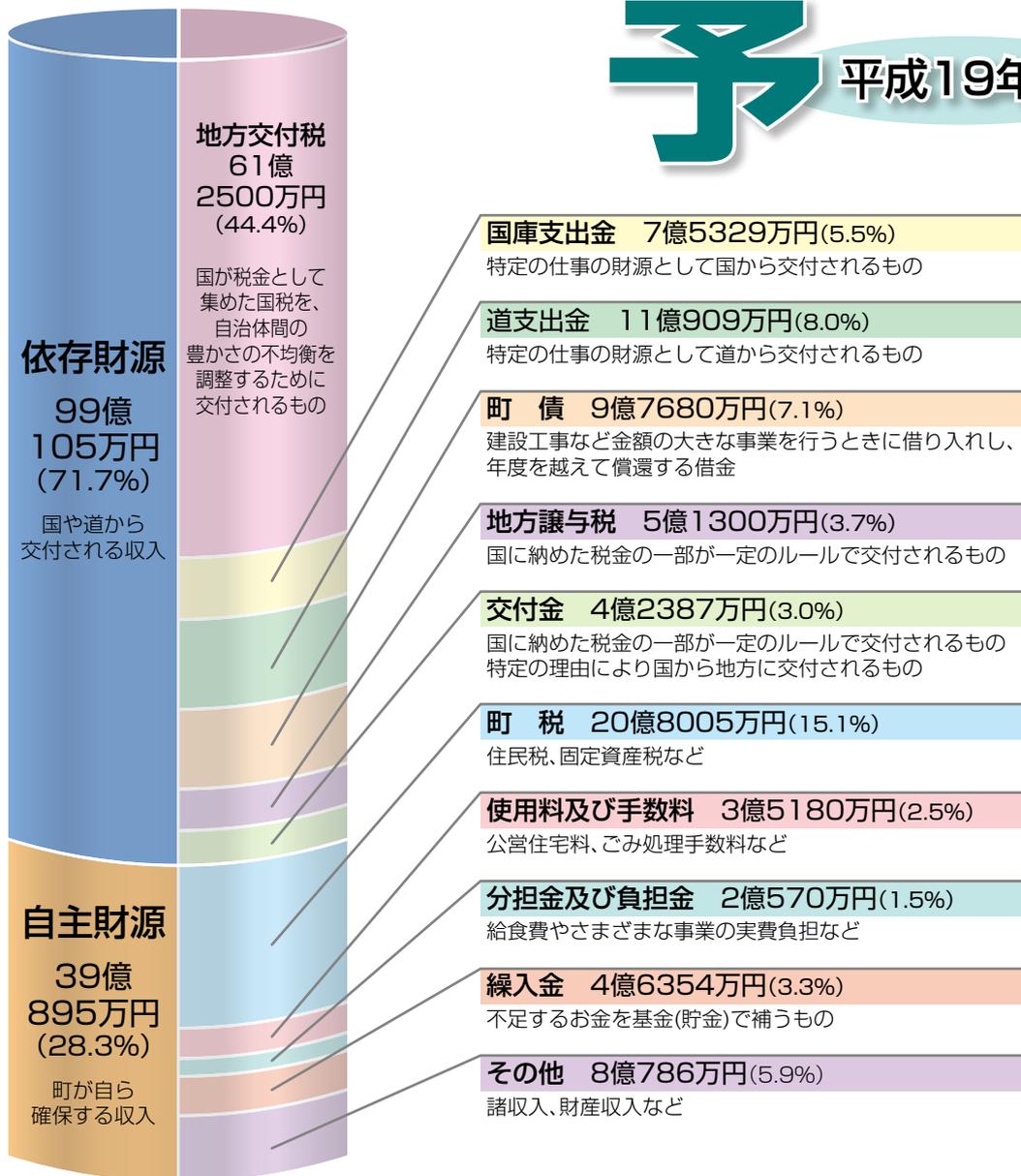
予 算 平成19年度

当初予算は骨格予算

平成19年度当初予算については、町長・町議会議員の改選の年であることから、骨格予算となります。

町税や地方交付税など自由に使える一般財源の増加が望めない中、収入に見合った支出を組むことを基本とし、「施策の重点事項」を定め、限られた財源の重点的・効果的な配分に努めました。

なお、新規の事業費等については、6月補正において当初予算に肉付けされることとなります。



収入

1000万円



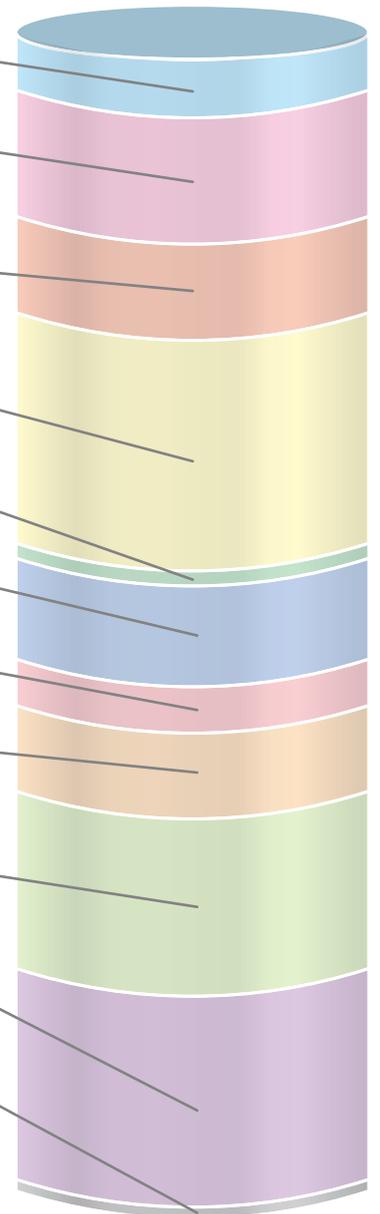
一般会計は、138億1000万円、対前年当初比はマイナス6億3000万円、4.2%の減です。

特別会計は、5特別会計の合計で、61億1500万円、対前年当初比は2億7000万円、4.6%の増です。これは、老人保健会計の減、国保会計の増で、医療費の増減が主な要因です。

また、**企業会計**は、病院と水道事業の支出合計、29億1400万円、対前年当初比では2億4100万円、9.0%の増です。これは、病院事業で、病院建設に係る基本設計・実施設計費など約9400万円を計上し、水道事業では、国営かんがい排水事業別海地区の完了に伴う負担金1億2800万円を計上したことが主な増額の要因です。

全会計総額では、**222億3900万円**で、対前年当初比はマイナス9200万円、0.4%の減となっています。

- 総務費** 6億8764万円(5.0%)
一般的な管理事務、企画・財政管理などに要する経費
- 民生費** 14億9602万円(10.8%)
高齢者や障害者の生活支援、保育所運営など福祉のための経費
- 衛生費** 11億4478万円(8.3%)
ごみ処理、健康づくり、病院事業への繰出金、環境対策などの経費
- 農林水産費** 27億4702万円(19.9%)
農業や林業・水産の振興、土地改良事業などの経費
- 商工費** 1億8169万円(1.3%)
商工の振興、観光事業などの経費
- 土木費** 12億16万円(8.7%)
道路の整備や維持管理、公営住宅などにかかる経費
- 消防費** 5億5922万円(4.0%)
消防活動などの経費
- 教育費** 10億2159万円(7.4%)
町立の小中学校・幼稚園の運営・整備、図書館、公民館、体育施設などの経費
- 公債費** 21億2006万円(15.4%)
町債(借金)返済の経費
- 給与費** 25億2490万円(18.3%)
職員の給与
- その他** 1億2692万円(0.9%)
議会費、労働費、災害復旧費など



支出

会計区分	平成19年度予算	平成18年度予算	増減額	伸率
一般会計	138億10百万円	144億13百万円	△6億3百万円	△4.2%
特別会計	61億15百万円	58億45百万円	2億70百万円	4.6%
国保	23億10百万円	19億69百万円	3億41百万円	17.3%
老人保健	13億26百万円	14億65百万円	△1億39百万円	△9.5%
介護サービス	8億42百万円	8億28百万円	14百万円	1.7%
介護保険	8億91百万円	8億75百万円	16百万円	1.8%
下水道	7億46百万円	7億8百万円	38百万円	5.4%
病院事業会計	19億70百万円	18億55百万円	1億15百万円	6.2%
水道事業会計	9億44百万円	8億18百万円	1億26百万円	15.4%
総合計	228億39百万円	229億31百万円	△92百万円	△0.4%

一般会計 138億

行財政改革で経費の削減に努めます

歳入では、町民税で約2億2000万円の増額で、これは、所得税から住民税への税源移譲によるものと、定率減税の廃止による影響額です。また、交付税については、ほぼ前年当初と同額程度を計上しています。

歳入全体では、税源移譲に伴う所得譲与税の減や定率減税の廃止に伴う特例交付金の減額などで、ほぼ前年当初と同額となっています。

歳出では、人件費で職員採用の抑制や議会議員定数の減により2100万円削減したほか、生活バス運行管理や地域会館管理の民間委託など経費の節減に努めました。また、児童手当乳幼児加算の創設に伴い、約1700万円を計上しています。

なお、当初予算で3億3000万円を超える財源が不足したため、財政調整基金等(町の貯金)で補っています。



町立別海病院 改築の方向性が 固まりました

町立別海病院は、昭和47年に全面改築を行い、その後増改築をしながら施設整備の充実に努め、地域住民の医療需要に応えてきました。改築後34年が経過し、施設設備の老朽化や診療部門等が手狭で、地域住民に良質な医療を提供していくことが困難になってきたことや、建物の70%が耐震基準に適合していないなどの大きな問題を抱えているため、早期に改築を図ることが重要かつ緊急な課題となっています。

このため、地域の医療サービスを提供できる病院として、継続的な地域医療の確保と医療水準の向上のために、議会や医師、町民代表の意見を聞き、「町立別海病院建設基本構想」を取りまとめました。

今後はさらに、町民の皆さんへの説明と意見を聞きながら、信頼され愛される病院になるよう、改築の実現に向けて取り組んでいきます。

次に「町立別海病院基本構想」の要点を紹介します。



ひびが入り老朽化した地下1階

1、病床数

現在の入院患者数や地域の医療施設との連携を踏まえ、将来の人口減少、高齢化の進行、平均在院日数の短縮などを考慮し、一般病床84床とします。

建設にあたっては、患者のプライバシーの保護、入院環境の向上を考慮し、病室を個室・2床室・4床室の構成とします。



2、診療科目

診療科目については、地域住民の継続的な医療需要の対応が求められていることから、内科・外科・小児科・産婦人科・耳鼻咽喉科・皮膚科・整形外科・精神科・眼科・リハビリテーション科の10診療科目とします。

また、高度医療や専門性の高い医療については、中核病院や専門病院と連携を強化し、補完体制（紹介・移送・出張）をとる等、患者の皆さんに不安を与えないよう、安心・信頼の医療環境を整えます。



3、運営方針

当病院は、保健・医療・福祉の一体となったサービス提供の推進役として積極的にかかわりを持ち、地域と密着した柔軟な医療サービスの提供や、予防医療の強化、災害時に対応出来る病院を目指します。

また、情報システムを導入するなどして、病院の経営改善にも努めます。

4、整備方針

(1) 整備計画

町民に親しまれ、信頼される病院とするために以下の点に留意し計画します。

- ①利用者の立場にたった病院
- ②機能性を重視した病院
- ③高齢者や障害のある方に配慮した病院
- ④安全性と衛生管理に優れた病院
- ⑤医療の発展に対応した病院
- ⑥経済的な病院

平成19年度に、より詳しい建物の面積や工事費等の概要がわかりますので、随時町民の皆さんに、報告していきたいと思っています。

新病院の建設についての計画内容を知りたい方や、建設にあたっての希望などがございましたら遠慮なくご連絡ください。

(2) 移転改築の場所

新しい病院の場所は、地域の保健・福祉・医療施設との連携や、防音事業での移転改築、医療の継続性、患者の利便性を考慮し、総合的に立地場所を検討した結果、「町民憩の森公園」の南東側とします。



(3) 駐車場の確保

病院利用者が利用する自家用車について、通院利便性を向上させるため、必要台数の確保が可能な駐車場を整備します。

(4) 建設計画

平成19年度に調査及び設計を行い、その後建設工事に着手して新病院の開設は平成24年頃を予定しています。

なお、建設にあたっては、国の補助事業を予定しているため、状況によっては開設時期が変わることもあります。

総費用は、建物・外構・駐車場・医療機器・什器備品等を含めて、35億円程度で計画しています。

- ・ホームページアドレス <http://betsukai.tv/>
- ・別海町役場 病院建設準備室 (内線2921) メールアドレス b-jyunbi@betsukai.jp
- ・町立別海病院 ☎0153-75-2311 メールアドレス byouin@betsukai.jp



幸田孝之助さん
(西春別駅前曙町)
大正6年3月2日生



村山利男さん
(尾代沼港町)
大正6年3月3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



小川シヨウジさん
(西春別駅前曙町)
大正6年2月26日生



林センジさん
(上春別)
大正6年3月3日生

栄誉を祝して 別海町表彰式

長い間、市政の進展、産業文化の振興、社会福祉の増進などに寄与した人に贈る「別海町表彰式」が3月6日、ウェディングプラザ別海で行われました。

受賞者には町長から賞状と記念品が贈られ、受賞者を代表して篠田さんは、「地域の皆さんのご理解、ご協力、ご支援があったからこそ、長い間努めることができました」と謝辞を述べました。



【自治功労賞】
伊藤 尚定さん(別海旭町)

昭和62年から平成15年までの4期16年を町議会議員として町政発展のために貢献しました。



【自治功労賞】
伊原 利博さん(西春別宮園町)

昭和44年から平成18年までの37年間、別海消防団の団員として活躍し、消防活動に貢献しました。



【産業功労賞】

佐藤 豊さん(床丹)

昭和46年から33年間野付漁業協同組合の監事、理事を務め、平成9年から平成18年までは同組合の組合長として、地域漁業の振興に貢献しました。



【産業功労賞】

篠田 糺さん(中春別東町)

昭和63年から平成18年までの18年間別海町商工会会長として町内の商工業の活性化、地域経済発展のために貢献しました。



【産業功労賞】

阿部 什男さん(西春別)

昭和47年から平成15年の31年間別海町商工会の監事、副会長を歴任され、商工業の振興と活性化に尽力されました。



別海消防団第6分団長
小原雅二さん(西春別昭栄町)

小原 雅二さんが消防庁長官永年勤続功労章

が、平成18年度消防庁長官永年勤続功労章を受章されました。

永年勤続功労章は、現職消防団員で勤続25年以上団員として活動し、功績のある方に贈られる章です。

小原分団長は、昭和47年5月に入団、以来34年間数多くの災害に出動し、地域住民の生命財産を守り、防火思想の普及に努め、消防団幹部として団員の指導育成など消防体制の強化に努めたことが認められたものです。

第32回別海町消費者大会

2月23日、「明日につなげる確がなくらし」を大会テーマに第32回別海町消費者大会が中央公民館で開催されました。

大会では、フリーペーパー「こらぼ」の編集長白井貴之さん、網元直販「魚真」代表大橋吉太郎さん、役場町民課の山崎さおりさんによる講演の後、別海町の特産品の牛乳と鮭を使った「まきばなべ」の試食と牛乳パックデザインコンクールの投票、毎年恒例となったフリーマーケットも行われ大いに賑わいました。



牛乳パックデザインコンクールの入賞者は次のとおりです。

イメージデザイン部門

【1年生】若木優作(上春別小) / 【2年生】前田春香(別海中央小) / 【3年生】小林桃華(美原小) / 【4年生】鬼澤暢慈(美原小) / 【5年生】河原勇次(上春別小) / 【6年生】西原英里(美原小)

ユニバーシアード報告

1月17日～27日の日程で、イタリアのトリノで開かれていた、第23回ユニバーシアード(スピード・スケート)大会に、日本代表選手として出場した、上田志樹さん(中西別)、川崎みなみさん(別海)が、佐野町長に結果報告のため帰省しました。

上田さんは、500mに出場し6位入賞。川崎さんは3000mで14位、女子パシュート(団体)では見事に銅メダルを獲得しました。

二人とも、「次のオリンピックを狙う、世界のレベルがわかった。」「課題を修正し、日本代表としてオリンピック出場を狙いたい。」と力強く語りました。



自主防犯組織「ガーディアンズ」結成



地域住民の安全確保、犯罪の未然防止などの活動に取り組むことを目的とした、別海町防犯協会自主防犯組織「別海ガーディアンズ」が設立され、3月13日役場駐車場にて結成式が行われました。

この組織は、隊員15名で結成され、青色灯の設置を許可された車両によりパトロールを行います。

クッションなどを寄贈

町内のパッチワーク愛好会(福原利子代表)は3月12日、老人保健施設にクッションやタペストリー(壁飾り)を寄贈しました。



老人保健施設に寄贈して4年目にあたる今回は、町内6サークルあるうちの3地区(本別海・中春別・上風連)の愛好会が寄贈

したもので、仕事や自分の趣味の合間を利用して作ったものです。

新一年生に「愛の鈴」をプレゼント

3月16日、別海町商工会女性部(穴戸清子部長)は新一年生に交通安全祈願の愛の鈴を渡して欲しいと教育委員会を訪れました。

この「愛の鈴」は昭和53年から続けられており、女性部の親睦福祉委員会が中心となって手編みで作られたものです。今年は166個作成し、交通安全を守り、交通事故に気をつけて欲しいという気持ちが込められています。



第15回 いい歯の子 表彰式

3月26日、町民保健センターで「いい歯の子」表彰式が行われました。
今回は、平成18年8月から19年3月までに3歳児歯科健診を受け、むし歯のなかった子が対象です。
むし歯ゼロの子は年々増加傾向で、今回は121人中83人(69%)が表彰されました。



加藤樹音、橘唯斗、平澤菜乃子、吉田和、鎌田拓寿、藤本七海、村岡倫太郎、森重夢月、西牧樹里、木村叶羽、羽石雛乃、砂越一輝、大石智毅、奥田蒼菜、藤井望恵、大村壮矢、金子英一郎、窪田初音、早坂隆摩、伊東優花、松本夏鈴、池田光基、佐藤直輝、岡崎高耶、志賀翔、藤田栞奈、荒川凌太郎、井上隼、清水菜々子、大西來花、藤沢萌、阪本真理、佐々木海斗、笹川優羽、駒形聖、清實野々香、渡會秀太、佐野みつぎ、今井八公子、花岡征吾、大木戸杏瞳、山崎凜、高木虎鉄、奥村舞野、橋本心良、内藤羅依、廣木里緒奈、八木華暖、山田いおり、本田凜々花、苅田梨緒、長谷部朋哉、澤田恵花、小牧実聖、安井勘太郎、阿部聖々、齊藤丈虎、高浪舟、戸叶萌子、森野ころろ、鈴木涼馬、寺尾龍人、福原遥乃、島影映見、大谷陽人、佐々木杏璃、小野瀨彩人、上石瑞樹、村上大知、上川床由衣、楠瀬さら、小野尋都、佐藤匠真、小島怜唯、小村唯、佐藤聖連、津田愛奈、中野陽向、二田翔、我妻遥斗、渡辺颯斗、徳富木乃実



北海道内の児童虐待は増加傾向にあり、いじめの受けている生徒も約2万人いることが明らかになりました。こうしたことから、いじめ・虐待問題について北海道・北海道教育委員会・北海道警察本部は「子どものいじめ・虐待防止緊急宣言」を発表しました。

子どものいじめ・虐待防止宣言

～道民一丸となっていじめや虐待をなくすために～

道内の児童虐待は増加傾向にあり、先日も、苫小牧市において、虐待により尊い幼い命が失われるという痛ましい事件が発覚し、また、北海道教育委員会の調査で、道内の児童生徒のうち約2万人がいじめを受けているということが明らかになりました。このように虐待やいじめにより心に傷を受け、尊い命が失われていることは、胸が痛むと同時に残念でなりません。

「虐待」や「いじめ」から子どもたちを守るためには、道民のみなさんが子育てに関心を持ち、子どもの見守りや声かけなど、社会全体で支え合う仕組みづくりが何よりも大切なのです。

●心のふれあう明るい家庭づくりを

家庭は、家族の温かい人間関係を通してお互いの気持ちを伝え合う大切な場です。また、子どもたちが基本的な規範意識や生活習慣を学ぶなど、人格形成の場です。

道民家庭の日（毎月第3日曜日）や道民育児の日（毎月19日）も有効に活用して、家族の絆をあらためて確認し、団らんの中で次代を担う子どもを慈しみ育てる家庭であってほしいのです。

子どものわずかな変化を見逃さないでください。いじめを受けている子は、一人で苦しんでいます。「何があっても大丈夫」と一声かけて、悩みやつらさを受け止めてください。

●子育てに悩んでいるあなたに

あなたが、子どもをうまく受け入れられない、つい、イライラして子どもにきつく当たってしまう時、立ち止まる勇気をもってください。子どもにとってあなたは大切な存在なのです。

日頃の子育ての心配、不安、疑問を、身近な市町村や児童相談所などに気軽に相談してほしいのです。

●児童生徒のみなさんに

いじめを受けている人のつらさを考えてください。

いじめでつらい思いをしている人は、決して一人で悩まず、誰かにそのつらさを伝える勇気をもってください。

電話による相談を、24時間受け付けています。

北海道の未来を担う宝である子どもたちが、心豊かに成長することができるよう、地域のみなさんと一体となって、虐待やいじめの根絶を目指し社会全体で安心して子どもを産み育てることのできる地域づくりに向けて積極的に取り組みます。

平成19年3月7日

北海道
北海道教育委員会
北海道警察本部

【相談窓口】

- いじめに関すること
 - ・北海道立教育研究所（☎0120-3882-56）
 - ・北海道根室教育局（☎0153-23-2715）
- 児童虐待に関すること
 - ・北海道釧路児童相談所（☎0154-23-7147）
 - ・釧路こども家庭支援センター（☎0154-32-1150）

別海町には、北海道の歴史を今に伝える様々な文化財があります。別海町教育委員会では平成18年度から「別海町文化財子ども教室」と題し、地域の生活文化や文化財を愛する心を育て、文化財愛護の普及・啓発促進を図る事業をはじめました。



地域の歴史を伝える試み。～別海町文化財子ども教室～

(別海町教育委員会生涯学習課)

1、はじめに

文化財子ども教室とは、少年少女の地域の文化・歴史を学ぶ機会として、文化財愛護の普及・啓発促進を図ることを目的に、今現在数多くの自治体で実施されている体験型事業です。平成18年度別海町では、北海道文化財協会からのご支援をいただき、別海町中央公民館のアドベンチャースクールとの合同事業として、平成19年3月3～4日（土・日）の2日間の日程で実施しました。

2、別海町の文化財

現在、別海町にある文化財は北海道指定文化財が1件、別海町の指定文化財は建造物・樹木・化石と15個が指定されています。それぞれが大切な別海町の歴史、北海道の歴史を伝えています。（下記一覧）。

3、文化財から地域を学ぶ意味

1) 学習1「別海町の歴史」について



1日目は別海町郷土資料館戸田峯雄調査員による講義を中央公民館にて実施しました。「古代の北海道」から「別海町の歴史」の歴史まで幅広く取り上げ、写真や映像などの資料をとおり、自分の住む土地の成り立ちについて学習しました。

2) 学習2「奥行臼駅通」施設見学について



2日目は、体験的に文化財や地域の歴史を学習することを目的として、北海道指定文化財「奥行臼駅通」を見学し、展示されている昔の道具と現在の道具との比較をして、素材や機能がどのように変化したか・どれだけ便利になったかを調べ、過去から現在までの歴史の積み重ねや昔の別海町について学習しました。

まとめ

講義の最後には参加した子どもたちに、「おじいちゃん、おばあちゃん、家族や地域の人に昔のはなしを聞いてみてください」と話し、文化財子ども教室を閉めました。



情報化社会と呼ばれる現在、一見すべての情報がインターネット等を通し、集まるようにも見えます。しかしながら、国際交流が、まず自身の国を知るところからはじまるように、歴史の学習もテキストやインターネットからの情報だけではなく、自分の地域・町・人を知るところから初めて欲しいと考えています。

別海町における文化財一覧

番号	種類	名	称	番号	種類	名	称
58	道指定	奥行臼駅通		10	町指定	蟬山の松	
1	町指定	ヤチカンバ群落地		11	町指定	本別海の一本松	
2	町指定	西別開基の松		12	町指定	役場支所の柏	
3	町指定	野付の千島桜		13	町指定	広野開拓六気の柏	
4	町指定	試作場の桜		14	町指定	旧別海村宮軌道風連線奥行臼停留所	
5	町指定	オクユキウスの大榎・山藤の松		15	町指定	上西春別小学校の柏	
6	町指定	風連の榎林・開拓記念のスモモ		16	町指定	加賀家文書	
9	町指定	奥行臼駅		17	町指定	野付半島沖マンモスゾウ化石群	

※番号は指定における番号。欠番を含む。

くみ取りのご案内

くみ取りの申し込みはお早めに

5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」の4地区となります。まだ申し込みをされていない方は4月20日までにお申し込みください。また、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。

定期くみ取りの受付を開始

し尿の定期的なくみ取りが必要な方にお知らせです。1度の申し込みで1年間定期的にくみ取りを行う「定期くみ取り」の申し込み受付を平成19年4月からスタートします。

別海町役場町民課、各支所出張所に備えてある「し尿くみ取り申込書（定期）」申込用紙に必要事項をご記入いただくだけで、くみ取り業者が1年間（平成20年3月31日まで）定期的にくみ取りに伺います。

※但し、証紙を事前に購入していないなど、注意事項を守っていただけないような

場合には、申し込みをお断りすることがありますのでご了承ください。詳しい説明は担当で行いますのでお気軽にお電話ください。
問合せ／町民課町民生活担当
（内線1212・1213）

イベント用AED 貸し出し中



心肺停止状態時に心臓機能にショックをあてるAED

救命率の向上を目的に各種イベント、スポーツ大会などにAED（自動体外式除細動器）の貸し出しをしています。問合せ／別海消防署警防課救急係（☎75-0366）

町営畜牛育成牧場入牧

町営畜牛育成牧場では、平成19年度夏期預託牛の受け入れを5月中旬から予定しております。入牧の申し込みについては、各農協を通じての申し込みとなります。

なお、本年度から預託料の見直しを行い、畜主に対してわかりやすい料金体制にしました。併せて受精卵移植対象牛の受け入れも開始しました。

料金表

	1頭1日につき		1頭につき
一般家畜	人工授精対象家畜及び受精卵移植対象家畜	舎飼をする家畜	受精卵移植対象家畜捕獲料
190円	260円	525円以内	2,100円

問合せ／農政課酪農畜産担当（内線1416）、別海町営畜牛育成牧場（☎75-6458）

地域情報カレンダー

（3月27日現在）

日	曜日	イ	ベ	ン	ト	内	容
4/6	金	入学式	別海・野付・上風連・別海中央・中春別・豊原・西春別・上西春別・光進小学校、光進中学校 10:00～ 美原小学校 11:00～ 中西別・上春別小学校 10:30～ 別海・上風連・中西別・別海中央・西春別・上西春別・上春別中学校 13:30～ 野付・中春別中学校 13:00～				
8	日	第16回統一地方選挙	(北海道知事選挙・北海道議会議員選挙)				
10	火	入園式	中西別・上西春別・野付幼稚園	10:00～			
22	日	第16回統一地方選挙	(別海町長選挙・別海町議会議員選挙)				
29	日	べつかい子どもまつり	中央公民館	11:00～14:00			

平成19年度調理師試験の実施

○試験日時 平成19年8月29日(水)午後1時30分から午後4時まで

○試験地 釧路市

○受験資格 学校教育法(昭和22年法律第26号)第47条に規定する方(調理師法附則第3項の規定により学校教育法第47条に規定する方とみなされる者を含む。)であつて、多人数に対して飲食物を調理して提供する寄宿舎、学校、病院等の施設または食品衛生法施行令(昭和28年政令第229号)第35条第1号(飲食店営業)、第14号(魚介類販売業)、若しくは第32号(そごう製菓業)に掲げる営業において平成19年6月1日までに2年以上調理の業務に従事した方



○願書受付期間 平成19年5月7日(月)から平成19年6月1日(金)

○合格発表 平成19年10月15日(月)

○提出書類 調理師試験受験願書及び調理師試験受験者整理カード

○受験手数料 6,700円(北海道収入証紙)

受付・問合せ/北海道中標津保険所 健康推進課保健予防係(☎0153-7212168)

交通事故被害者のために

社団法人日本損害保険協会では、「自動車保険請求相談センター」を設置し、自動車損害賠償責任保険および任意自動車保険の請求について無料で相談を受けています。交通事故にあつてはどうしようと思つたらまずはご相談ください。

○相談日 月曜日～金曜日(祝日を除く) 9時～12時・13時～17時

○弁護士相談日 毎月第2・4木曜日 13時～16時

(予約制・相談無料・要面談)

連絡先/社団法人日本損害保険協会北海道支部札幌自動車

保険請求相談センター(☎011-2001-881)

別海町地域 No.7 包括支援センターから

別海町地域包括支援センターでは、広報べつかい平成18年10月号から平成19年3月号の6回にわたり、地域包括支援センターの業務について掲載しました。

平成19年度は、もっと多くの方に高齢者の介護について関心を持っていただけるよう、介護に関する新しい情報や、わたしたちがお会いした地域の高齢者をご紹介していきたいと思ひます。

今月は、「ご本人の努力や周囲のサポートにより自信を取り戻したAさん」のご紹介です。

【Aさん 87歳 一人暮らしの女性】

(Aさんの様子)

- 60歳代前半から一人暮らし
- 心臓病のため重い物を持ったり床拭きをすると動悸や息切れがする
- 不眠・もの忘れ・気分の落ち込みに悩まされる
- 不安のために体調が悪く入退院を繰り返す

↓ 一人暮らしを続けるために、介護サービスが必要になりました。

そして、

- 82歳の時に要介護1(介護度の中では軽度)と認定され、外出・家事・入浴について、介護保険のサービスを利用し始めた

↓ 平成18年4月に介護保険法が改正され、それに伴い「介護予防サービス」に切り替わりました。

- 要支援2と認定され、外出時のサービスが利用できなくなりました

↓ サービスが利用できなくなった所は、ご自身の努力でカバーできました。

- 杖を頼りに自分で歩ける距離が長くなった
- 公共交通機関を利用して外出するようになった
- 病院に行った時には、自信のない所は知り合いに助けてもらい一人で病院に行けるようになった

↓ そして、今は…

- 不安が少なくなり、入院・退院を繰り返すことがなくなりました
- 笑顔が多くなり、デイサービスに行ったり、友人の家を訪ねたりと楽しみを持ちながらいきいきと生活されています
- 地域包括支援センターでは、今後もAさんが地域でできる限り生活を続けられるよう、支援を続けていきます。

別海町地域包括支援センター(役場1階福祉課内、☎79-5500)では、高齢者の介護や生活に関して、窓口での来所相談、電話相談を行っています。お気軽にご相談ください。

(Aさんの気持ち)

一人暮らしに自信がない。不安がいっぱい…

サービスを利用できるようになって少しは安心したけれど、やっぱり一人暮らしは不安…

本当に困った…でも、自分でできることをがんばってみよう

やってみたらできた!! 友達も助けてくれた!! 一人暮らしも何とかやっていけそう。

郵便局のミニレター

2月26日から、別海・西春別駅前・中春別・中西別郵便局の中に、配達や集荷を専門に行う「配達センター」を新たに設けています。

1 不在で受け取ることができなかった郵便物

- 土・日曜日も含め、各配達センターからお届けします。
- 事前に連絡いただければ、窓口の営業時間内に、どこの郵便局窓口でも受け取ることができます。

★「郵便物のお預かりのお知らせ」が自宅に入っていた場合

配達担当者がお客様の郵便物を持ち出していますので、事前の連絡なく郵便局へ取りに来た場合、郵便物はお渡しできません。



連絡をいただかなくても、ご不在の翌日以降、配達にお伺いいたします。郵便局の窓口で受け取る場合は、事前にご連絡ください。

2 ゆうパック

- 集荷の受付 ご連絡いただければ、土曜・日曜日も含め各配達センターからお伺いいたします。
- 窓口での受付 「郵便局の窓口」(平日9:00から17:00)及び「ゆうパック取扱所」で受付しています。

3 郵便物に関するお問合せ

- ご不在で受け取ることができなかった郵便物に関すること
- 集荷に関すること

中標津コールセンター
(郵便物の問合せ・集荷)

0153-78-7762



ヒグマに注意

4月7日(土)から5月13日(日)はヒグマ注意特別月間です。
山菜採り等で入林・入山する時は、ホイッスル等を用意するなどしてヒグマに対する注意を怠らないようお願いいたします。
役場産業振興部・支所出張所・公民館に啓発用リーフレットがありますので参考にしてください。
問合せ/水産みどり課みどり環境担当(内線1511)



平成19年度

危険物取扱者試験日程表

◎危険物取扱者試験

※試験地は近隣市町村のみ掲載

試験日	受付期間	試験の種類	試験地
第1回 平成19年 6月17日(日)	4月23日(月)から 5月9日(水)まで	甲種	釧路市他6市
		乙種(第1~6類)	
		丙種	
第2回 9月2日(日)	7月10日(火)から 18日(水)まで	乙種(第1~6類)	根室市他11市町
		甲種	
		丙種	
第3回 11月18日(日)	10月1日(月)から 10日(水)まで	甲種	釧路市他6市
		乙種(第1~6類)	
		丙種	
第4回 平成20年 2月17日(日)	12月10日(月)から 19日(水)まで	乙種(第1~6類)	中標津町他12市町
		甲種	
		丙種	

◎消防設備士試験

※試験地は近隣市町村のみ掲載

試験日	受付期間	試験の種類	試験地
第1回 平成19年 6月17日(日)	4月23日(月)から 5月9日(水)まで	甲種(第1~5類)	釧路市他6市
		乙種(第1~7類)	
第2回 9月2日(日)	7月10日(火)から 18日(水)まで	甲種(特類)	札幌市
		甲種(第1~5類)	
		乙種(第1~7類)	
第3回 平成20年 2月17日(日)	12月10日(月)から 19日(水)まで	甲種(第1~5類)	釧路市他6市
		乙種(第1~7類)	

※受験願書・問合せ/別海消防署予防課予防係 ☎0153-75-2200(予防課直通)



【地震から身を守る対策チェック】

- ストープ付近に燃えやすいものがないか確認し、揺れを感じたらすぐに火の始末をする。
- とっさに玄関のドアや窓などを開け、避難口の確保をする。
- テーブルの下にもぐるなどして、落下物や転倒物から身を守る。
- 倒れやすい家具からは下敷きになる恐れがあるので、すばやく離れる。
- あわてて外に逃げ出さない。
- 割れ物が散乱してないかよくみて行動する。食器やガラスの破片でケガをしないよう、スリッパなどはく。
- 震動やゆがみで窓ガラスが割れる恐れがあるので注意して離れるようにする。
- 万が一火災が発生してもあわてずに消火する(天井に燃え移る前なら大丈夫)。
- パニックに陥らず、落ち着いて正しい情報に基づき、的確に行動する。



今月の納期

平成18年度の町税の納期は全て終わっています。お忘れの方はお早めに。

問合せ/税務課収納対策担当
(内線1115-1116)

**労働保険年度更新の
手続きはお早めに!**

労働保険(労災保険・雇用保険)年度更新の手続きを行う時期となりました。申告・納付期間は4月1日から5月21日までとなります。期限までに最寄りの金融機関・郵便局または労働基準監督署を通じて申告・納付をお願いします。

また、今年度より「石綿による健康被害の救済に関する法律」により、石綿(アスベスト)健康被害の救済費用に充てるため「一般拠出金」を負担していただくこととなりますのでご注意ください。

5月には申告に関する相談、申告書等の受付、保険料の領収を予定しておりますのでご利用ください。

労働保険年度更新説明会

- 日時/4月16日(月) 13時30分~15時30分
- 会場/中標津経済センター労働保険集合収集会場
- 日時/5月11日(金) 10時~15時
- 会場/中標津町商工会

その他の会場については問合せ/銚路労働基準監督署 労働課 適用徴収係

0154-42-9711

振替納税をご利用の方へ

平成18年分の申告所得税(第3期分)の振替納付日(口座引落日)は、4月20日(金)です。また、消費税及び地方消費税(確定申告分)の振替納付日は、4月26日(木)です。確実に振替納税できるよう振替納付日の前日までに預貯金残高の確認をお願いします。なお、残高不足等の理由により振替納付ができなかった場合は、法定納期限の翌日から納付の日まで、延滞税が加算されます。また、この場合には延納制度が利用できません。



国民年金

第1号被保険者の方は、こんなとき必ず届出を!

こんなとき	種別	届出先	必要なもの
会社や役所などに就職した時	厚生年金に加入した時	勤務先・市区町村国民年金担当窓口	年金手帳など
	共済組合に加入した時		印鑑、共済組合員証
被扶養配偶者	1号→3号	配偶者の勤務先	年金手帳など
住所が変わったとき	1号	市区町村国民年金担当窓口	印鑑、年金手帳
氏名が変わったとき			印鑑、年金手帳など
任意加入するとき			印鑑、年金手帳、学生証など
保険料を納めるのが困難なとき			預(貯)金通帳、通帳届出印、年金手帳
学生で保険料を納めるのが困難なとき			金融機関・郵便局・農協・漁協・社会保険事務所
保険料を口座振替で納めたいとき			

第2号被保険者の方は、こんなとき必ず届出を!

こんなとき	種別	届出先	必要なもの
会社や役所などに就職した時	本人	市区町村国民年金担当窓口	印鑑、年金手帳、資格喪失証明書・離職証明など退職の証明ができるもの
	被扶養配偶者		印鑑、年金手帳、資格喪失証明書など
会社を退職し配偶者の扶養となるとき(配偶者が第2号被保険者の場合)	2号→3号	配偶者の勤務先	年金手帳など

第3号被保険者の方は、こんなとき必ず届出を!

こんなとき	種別	届出先	必要なもの
会社や役所などに就職した時	厚生年金に加入したとき	勤務先	年金手帳など
	共済組合に加入したとき		
配偶者に扶養されるようになったとき(配偶者が第2号被保険者の場合)	1号→3号 2号→3号	配偶者の勤務先	
第3号被保険者が配偶者の扶養からはずれたとき(離婚・収入増のとき)	3号→1号	市区町村国民年金担当窓口	印鑑、年金手帳、資格喪失証明書
住所・氏名が変わったとき	3号	配偶者の勤務先	年金手帳など
年金手帳をなくしたとき		住所地の社会保険事務所	本人確認ができるもの

*手続きや相談のときは、年金手帳(基礎年金番号通知書)を必ず持参してください。またそのほかに書類等が必要になることがありますので、手続きの前に電話等で必ずご確認ください。
*印鑑は、被保険者本人が署名の場合は不要です。

社会保険
事務相談所
開設

5/15(火)
13:00~17:00

5/16(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)

「広報べつかい」に対する
ご意見ありがとうございました

平成19年2月号で実施した
「広報べつかい」へのアンケート
結果をまとめました。参考
になるご意見・ご要望があり
ありがとうございました。

アンケートの結果から改善
した点をお知らせいたしま
す。

○一番読む記事は何ですか
↓ 町のできごと・ニュース
※少しでも読みやすくなるよ
うに、字体を細いゴシック
に変更しました。

○必要のないと思う記事は
↓ 「なご」との回答が多
かったです

○広報紙に掲載してほしい
記事は ↓ 「料理レシピ」
「インタビュー記事」

※今月号から地場産品の料理



春の空縄張り守る鳥かな

水本源 一

動物・鳥類から虫に至るまで、何によらず縄張り（テリ
トリ）があるが、繁殖期になると特に強くなり、鳥もそ
の例に漏れない。時には襲ってくることもある。

今西 青峰

レシピを裏表紙に掲載して
います。「インタビュー記
事」については紙面の関係
から現在検討中です。「子
育てに関する記事」「介護
に関する記事」の希望もあ
りました。介護に関する記
事は地域包括支援センタ
ーからのお知らせで掲載して
いきます。また子育てにつ
いては、今後特集等での掲
載を考えています。

○広報に掲載してほしいチ
ラシは ↓ 「ごみ出し
ニュース」

※チラシが多すぎるとの意
見が多かったのですが、予
算の関係上、全部のチラシ
を広報紙に掲載することは
難しいので、一番要望の多
かった「ごみ出しニュース」
を今月号から掲載していま
す。

○その他意見より

●「寄付」の欄の社会福祉協
議会への寄付は、「社協だ
より」でも掲載していると
のご意見から、今月号より
広報紙への掲載をやめまし
た。

●もっと安い用紙でも良いの
ではとのご意見から、今ま
での用紙よりも安価な用紙
に変更しました。

●ページの構成等についての
意見がありましたので、「お
知らせ伝言板」の書体を細
いゴシックに変更し、広報
紙全体の構成も一部変更し
ました。

※他にも色々なご意見があり
ました。ページ数（予算）
の関係上掲載できる記事は
限られますが、今後取り入
れられるものについては取
り入れていこうと思ってい
ますのでご理解願います。

人の動き

平成19年2月28日現在（ ）は前月比

人口	16,648(+ 9)
男	8,302(± 0)
女	8,346(+ 9)
世帯数	6,235(+ 1)
外国人	103(+ 7)

出生	8	死亡	8	転入	34	転出	25
----	---	----	---	----	----	----	----

交通事故発生状況(2月)

()は平成19年1月～2月までの累計

発生	5件 (5)
死者	0件 (0)
負傷者	5件 (5)

火災と救急(2月)

()は平成19年1月～2月までの累計

火災	0件 (2)
救急	43件 (85)
救助	2件 (4)

春の火災予防運動期間 4月20日～30日

雪解けが進み、空気が乾燥するこれか
らの時季は、火災多発期間です。このこ
とから、全道一斉に火災予防運動が実施さ
れます。当町においても予防運動期間
中、火災の未然防止を目的として消防団
員による防火点検を実施しますので、ご
協力をお願いいたします。



2月1日～28日
届出分まで



お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
武田 悟空 (ごくう) ちゃん	男 文 吉 (西 春 別)	
高野 瑚雪 (ごゆき) ちゃん	女 孝 太 (美 原)	
小倉ゆきの (ゆきの) ちゃん	女 大 (中 西 別)	
藤井 詠真 (え ま) ちゃん	女 隆 史 (別 海)	
本間 萌香 (も ゆ か) ちゃん	女 栄 志 (別 海)	
田中 ひな (ひ な) ちゃん	女 真 志 (別 海)	
稗田 空 (そ ら) ちゃん	男 徹 也 (西 春 別)	
千田 涼太 (りょうた) ちゃん	男 和 幸 (別 海)	

ご結婚おめでとう

氏名	住所
丹羽 有司・紫藤 真弓さん (別 海)	
松本 勇樹・藤原 直子さん (西 春 別)	
和田 恭平・西牧 愛さん (別 海)	
上月 健史・戸澤 陽子さん (別 海)	
町屋 勝・埜邊 麻里さん (西 春 別)	
五十嵐優希・鈴木 明さん (大 成)	
佐藤 修一・佐藤 薫さん (豊 原)	
齋藤 厚士・谷向 咲さん (中 西 別)	

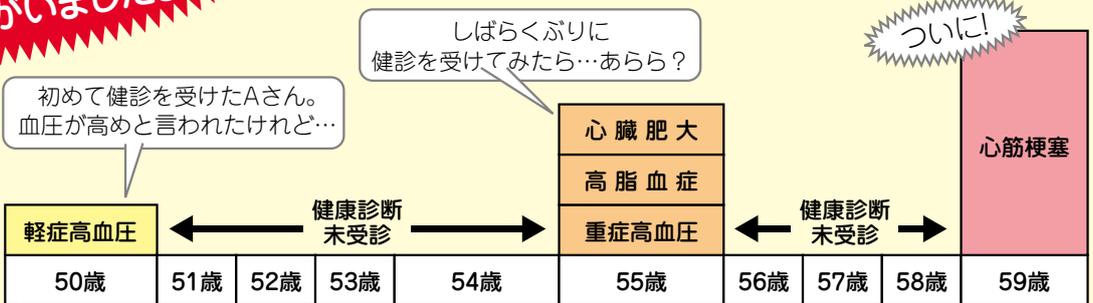
※戸籍届出時に窓口で承諾された方々のみ掲載しています

町の保健室

あなたは予防できますか？

59歳Aさん、心筋梗塞で倒れてしまいました！

こんな人がいましたよ



「自分の体はなんともない。忙しくて毎年は受けられない」
 「要注意・やや高めなら、数年おきでいいだろうと思っていた」
 「健診で何を見ているのかわからない。」

参考：保健活動を考える研究会 作成資料

何をどうすれば良かったのでしょうか。
 健診を継続して受けることで、
 早く気づき予防できたのでは？

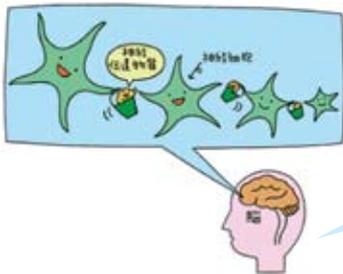
総合健診を受けましょう！

(総合健診の内容・日程等については広報折込チラシをご参照ください)

“こころ”の健康だいじょうぶ？ Part.6 うつ病：どうして薬が効くのか

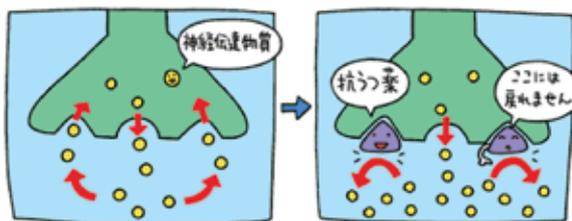
人間の脳は約1000億個の神経細胞からできています。そして、脳内での情報(命令や指令)は“神経伝達物質”という物質の仲介によって、細胞から細胞にスムーズに伝えられるシステムになっています。

パケツリレーをイメージしてみると分かりやすいかもしれません。



しかし、うつ病の人では、この神経伝達物質のうちセロトニンやノルアドレナリンという物質が減少してしまい、情報がスムーズに伝わらなくなります。セロトニンやノルアドレナリンは意欲や活力を伝える働きをしているため、この情報の伝達がスムーズにできなくなると憂うつや意欲の低下など、うつ病の症状が現れるようになります。

抗うつ薬を投与しない場合 抗うつ薬を投与した場合



○抗うつ薬が神経伝達物質のバランスの乱れを修正

抗うつ薬はこのセロトニンやノルアドレナリンが再び取り込まれる入り口に蓋をして、細胞への再取り込みを防ぎます。これによって、うつ病の人で減少している細胞間隙のセロトニンやノルアドレナリンの量が増加するため、意欲や活力などの情報伝達が繰り返しスムーズに行われるようになり、抑うつ気分や不安感が改善されるというわけです。

効き目がでるのに時間を要しますので、担当医や薬剤師によく相談してください。勝手にやめたり増やしたりしないことが肝心です。

「めだか教室」 参加者募集

子どもの成長や育児でお困りの方のために教室を行います。

- 対象／言葉が遅い、落ち着きがない、表情がかたい、友達と遊べない、動きがぎこちないなどのために、どのように子どもと過ごして良いかわからない、子どもの遊ばせ方を知りたい方。育児疲れ等でイライラするなどの悩みをお持ちの方。
- 定員／親子10組程度
- 期間／5月～平成20年3月まで(月1、2回程度)
- 場所／中央児童館等
- 担当／保健師・児童厚生員(児童館スタッフ)・ことばの教室指導員
- 申込期限／4月20日(金)
- 申込み・問合せ／健康づくり担当

保健センターからの

お知らせ

4・5月の保健業務予定



※4～5月分の1歳半健診、3歳児健診の日程については現在調整中のため、対象者にはおって通知します。

総合健診日程については、広報折込チラシをご参照ください。

月日	曜日	予定内容	場所	時間
4/3	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
5	木	乳幼児相談	東公民館	10:00~11:30
6	金	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
10	火	母親教室(助産師)	母子健康センター	14:00~16:00
		母親教室(小児科医師)	母子健康センター	13:00~14:00
12	木	母親教室(歯科衛生士)	母子健康センター	10:30~12:00
13	金	1歳3ヵ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
17	火	離乳食教室	町民保健センター	10:30~12:00
23	月	3ヵ月こあら教室	町民保健センター	13:15~14:30
24	火	母親教室(栄養士)	母子健康センター	10:30~12:00
		2歳児ぱくぱく幼児教室	町民保健センター	10:30~12:00
26	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
27	金	フッ素塗布	町民保健センター	9:30~11:30, 13:00~15:30
5/1	火	母親教室(助産師)	母子健康センター	13:00~15:00
7	月	乳幼児相談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
8	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

元気未来っ子

1歳6ヵ月健診

3月7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。



乃一 琢真くん (誠)



齋藤 大翼くん (文秀)



木村 夢叶ちゃん (拓也)



高橋 淳絆くん (国弘)



村山 葵ちゃん (直江)



藤本 藍史ちゃん (治)



都染 由美ちゃん (清史)



姉崎 豊くん (正義)



外川 天ちゃん (由佳)



杉本 萌々菜ちゃん (拓也)



古田 華凜ちゃん (純一)



富崎 涼雅くん (誠)



花岡 嵩郎くん (芳征)



佐久間 樹莉ちゃん (龍亮)



小原 直海くん (幹)



乾 夏子ちゃん (知広)



横山 陽向ちゃん (誠司)



二色 夏菜ちゃん (吉次)

4月の診療案内

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

病院敷地内は
 全て禁煙です。



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考		
内 科	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)	
		2診	秋 野	今 村	-	今 村	秋 野		
	午後	1診	本 間	秋 野	秋 野	今 村	本 間	火・木曜日の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	禁煙外来 秋 野	-	-	-	-		今月は9日(月)と23日(月)です。
		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	4月からは午前だけの診療となりました。		
産婦人科	午 前	山 内	山 内	山 内	山 内	山 内			
小 児 科	午 前	山 本	山 本	山 本	山 本	山 本	●木曜の午後は乳児健診及び予防接種のため、一般の診察は休診となります。 ●予防接種は乳児健診の終了後です。早く受付されなく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分からお断り致します。		
	午 後	山 本	山 本	山 本	予防接種	山 本			
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	備 考
耳鼻咽喉科	9日 月	午前 午後	坪田 大医師	札幌医大	
	10日 火	午前			
	23日 月	午前 午後	新谷 朋子医師	札幌医大	
	24日 火	午前			
皮 膚 科	12日 木	午前 午後	神谷 崇文医師	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。
	13日 金	午前			
	26日 木	午前 午後	荻野 次郎医師	札幌医大	
	27日 金	午前			
小児神経科	6日 金	午前 午後	舘 延忠医師	札幌医大	毎月1回の診療です。
眼 科	4日	水 午前	仲 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、必ず通院中の病院の紹介状をご持参して下さい。 また、町立別海病院では次の治療等では受診できませんのでご注意ください。 ①白内障手術等の入院が必要な手術 ②コンタクトレンズの処方 ③3歳児健診後の精密検査
	11日				
	18日				
	25日				
乳腺外来	20日 金	午後	九富 五郎医師	札幌医大	予約が必要です。予約は、外科外来で月~金曜日の午前9時から12時30分まで受付けております。(電話予約可)

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。

「小児科医師」の異動について

春日亜衣小児科医長が3月31日付けで本院を退職されます。後任には山本大医師(札幌医大)が着任されます。

「整形外科」について

4月から医師不在のため診療しておりません。

「眼科外来」診療日が変更になります

4月から眼科外来の診療日は変更になります。

変更前 毎週木曜日の午前



変更後 毎週水曜日の午前

「禁煙外来」診療日が変更になります

4月から禁煙外来の診療日は変更になります。

変更前 毎週月曜日 午前



変更後 毎月 第2月曜日 午後
 第4月曜日 午後

べっかい産 いただきます～す!



野付漁協女性部 村山 満子さん

「ホタテのジャガイモコロッケ」

ホタテの子と耳を美味しく食べよう



材料(4人分)

ホタテの子(卵)	200g
ホタテの耳	少々
ジャガイモ	400g
たまねぎ	300g
にんじん	50g
バター	大さじ1
塩	適量
コショウ	適量
揚げ油	適量
(衣用)	
卵	1個
小麦粉	適量
パン粉	適量

【作り方】

- ① ジャガイモはゆでて水を切り、ボウルに潰しておきます。
- ② ホタテの子と耳は、ゆでてみじん切りにしておきます。
- ③ たまねぎはみじん切りに、にんじんはすりおろしておきます。
- ④ フライパンにバターを溶かし玉ねぎを炒め、しんなりしてきたら、ホタテの子、ホタテの耳、にんじんを加えて炒め、塩、コショウをします。
- ⑤ ①のジャガイモと④の炒めた野菜を混ぜ合わせ、少し冷まして8等分にします。
- ⑥ 形を整えたら、小麦粉、卵、パン粉の順に衣を付け、熱した油でこんがり揚げます。
- ⑦ 器に盛り付け、付け合せの野菜を添えます。

表紙の説明

礼儀を学ぶ 「下の句かるた大会」

2月25日、中央公民館で第31回別海町少年少女下の句かるた大会が行われ、小学生39チーム117人、中学生6チーム18人が参加しました。

参加した児童たちは、耳を澄まし鋭い視線でかるたに集中していました。

優勝チーム(敬省略)◆小学校【低学年の部】昇竜のすい星(中春別/角田偵徒・川本紗矢・八谷友李野)【中学年の部】中央の龍(別海中央/小林海斗・鈴木琢人・玄恵利華)【高学年の部】白銀の龍(別海中央/山口大樹・玄みずほ・佐々木遥香)◆中学校 白銀の粉雪(別海中央/玄亜沙美・小林遼太郎・竹中麻里奈)



ブラックコーヒー

◆2年ほど身体の調子を整えるために漢方薬を飲んでいたので、最近飲むのを止めた途端に風邪をひいてしまいました。この漢方薬は3日おきに煎じ、身体の状態によつて処方も変わるときに本格的なものでした。飲んでいたら、劇的に身体の調子が良くなったという感じではなかったのですが、そこは漢方薬。じわりと身体に効いていたのでしょう。気づいてみるとこの2年間風邪をひいたことはありませんでした。やはり中国4000年の歴史はあなどれません。(1)

◆いい歯の子の表彰式(P8)では約7割がむし歯ゼロだった。平成14年は約半分で、4年でこんなに上がるとは。歯科衛生士、親に脱帽だ。歯磨きする時は泣くこともあるだろう。暴れることもあるだろう。でも習慣にしないと、永久歯になってからむし歯になると大変だ。歯は一生付き合っていくものだから、80歳になった時、20本が自分の歯であることを目指して、親も子どもがんばらなくは。(たく)