

広報

B E T S U K A I

別海

人がつながり 未来につながる
海と大地に夢があふれるまち
べっかい

編集／別海町役場総務部総合政策課まちづくり推進担当
〒086-0205 北海道野付郡別海町別海常盤町280番地
TEL 0153-75-2111 FAX 0153-75-0371
Eメール sougouseisaku@betsukai.jp



町ホームページ
<https://betsukai.jp/>



町公式Facebook
@betsukai.jp



町公式Twitter
@betsukaitown



2019(令和元年)



No.671

別海高等学校「第56回別高祭」
令和元年7月21日



長寿90歳 おめでとう

※承諾された方のみ写真および氏名を掲載しています。

町内在住で90歳を迎える方を祝う「別海町長寿賞」が島影愛子さん（昭和4年7月2日・中春別）、出田精司さん（昭和4年7月5日・中春別）、横田五三さん（昭和4年7月10日・別海）に贈られました。



島影 愛子さん（中春別）



出田 精司さん（中春別）



横田 五三さん（別海）

寄付を頂きました

7/31

カラオケサークルのさくら愛唱会（西村 松子 代表）から、7月15日に中央公民館で開催されたチャリティーコンサート「第7回歌で元気、別海さくら祭り」の収益金の一部を寄付いただきました。寄付金は、別海町生涯学習センター建設資金として活用させていただきます。



女性のためのなんでも相談所

7/21

「女性のためのなんでも相談所」が別海町マルチメディア館で開かれました。相談者を女性に限定し、女性の人権擁護委員が相談に応じました。



第26回原爆写真展開催

7/28・29

本年度で26回目の開催となる「原爆写真展」（原爆展実行委員会主催）が西公民館で開催されました。熱心に写真に見入る親子連れや、戦争を体験し当時のことを思い出しながら戦争の悲惨さを語る年配の方など、2日間で延べ80名ほどの町民が訪れました。29日には「くさぶえの会」による朗読コンサートも行われ、参加された方々は詩や絵本の朗読、演奏や歌を通して平和への思いを新たにしました。



第33回春別川クリーンいかだ下り開催



8/4

別海町自然に親しむ会主催の「第33回春別川クリーンいかだ下り」が中春別地区で開催され、本年も多くの方々が清掃活動やいかだ下りを行いました。

全道優勝、入賞おめでとう！

7/30

「第37回北海道小学生陸上大会」（7月14日から15日 札幌市）に出場し、優勝や入賞を果たした別海陸上スポーツ少年団の選手2名が、結果報告を兼ねて町長と教育長を表敬訪問しました。

大森選手、永野選手それぞれから結果報告と今後の目標、感謝の言葉が述べられ、町長、教育長からは2年連続の優勝・入賞した功績を称える言葉が送られました。

惜しくも入賞とならなかった選手も自己ベストを更新できた選手が大勢いたと伺っています。今後もさらなる高みを目指して、頑張ってください。

優勝、入賞を果たした大森選手、永野選手、本当におめでとうございます。



■大会結果

大森 悠斗（おおもり ゆうと）選手

- ・コンバインドB 2,098点（第2位）
（走り幅跳び1,157点、ジャベリックボール投げ941点）
- ・6年男子走り幅跳び 4m94cm（優勝）

永野 日華莉（ながの ひかり）選手

- ・4年女子100m 15秒44（第3位）

別海中央中学校 中体連等全道大会出場



7/19

「令和元年度北海道中学校体育大会」（7月から8月 道内各地）および「北海道中学生軟式野球大会」（8月10日から15日 岩見沢市）への出場に向け、別海中央中学校生徒11名が副町長と教育長を表敬訪問しました。

団体競技は選手を代表して主将が、個人競技は各選手が大会に対する抱負を述べ、副町長と教育長からは「それぞれの会場で自分の本当の力を出せるようにしっかり準備をして、悔いのないように頑張ってきてほしい」と、健闘を祈る激励の言葉が送られました。

出場した部活は次のとおりで、サッカー部はベスト4の好成績を残しました。

- ・女子、男子バスケットボール部・サッカー部・野球部
- ・女子バレーボール部・ソフトテニス部・陸上競技部

別海中央ジュニアイーグルス 全道大会出場

7/23

「第37回ホクレン旗争奪北海道少年軟式野球選手権大会」（8月3日から5日 札幌市）への出場に向け、別海中央野球スポーツ少年団（別海中央ジュニアイーグルス）の選手達13名が、副町長と教育長を表敬訪問しました。

チームを代表して主将から「日頃支えてくださっている方々への感謝を忘れず、初戦突破を目指して頑張ってきます」と大会への意気込みが語られ、副町長と教育長からは「予選で敗退したチームの気持ちを背負って、立派な試合をしてきてほしい。別海町から応援している」とチームの健闘を祈る激励の言葉が送られました。



交通安全街頭啓発の実施

7/11

街頭啓発

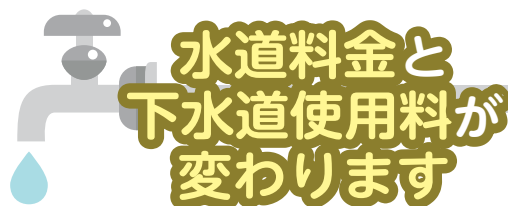


7/25

街頭啓発



別海町交通安全協会中春別分会と中西別分会が、地域の交通安全意識を高めるために、ドライバーに対して啓発品の配布、旗波運動を行いました。



令和元年10月1日から消費税率の引き上げに伴い、水道料金と下水道使用料が下表のとおり変わります。

11月検針分（12月請求）から適用となりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

水道料金（月額）

用 途	基本水量	基本料金	超過料金 (1㎡増すごとに)
家庭用	5㎡まで	983円	181円
業務用	10㎡まで	2,002円	205円
営農用	60㎡まで	6,600円	92円
浴場用	80㎡まで	7,216円	90円
準公共	使用水量 1㎡につき 205円		
牧場用	使用水量 1㎡につき 92円		
臨時用	使用水量 1㎡につき 338円		
季節用	使用水量 1㎡につき 338円		

水道メーター使用料（月額）

口 径	水道使用者がメーターボックスを	
	設置していない 場合	設置している 場合
13mm	440円	335円
20mm	561円	456円
25mm	583円	478円
40mm	803円	645円
50mm	2,970円	2,813円
75mm	3,337円	3,180円

※休水中でも、メーター使用料はかかります。

下水道使用料（月額）

用 途	基本水量	基本料金	超過料金 (1㎡増すごとに)
家庭用	5㎡まで	894円	165円
業務用	8㎡まで	1,430円	165円

●水道・下水道の使用の手続きについて

次に該当する場合は届け出が必要です。下記担当へご連絡ください。

- ・住宅を新築または引っ越しで水道および下水道の使用を開始する場合
- ・引っ越しにより住宅の水道および下水道の使用を休止する場合
- ・住宅の売買によって住宅の所有者が変わる場合
- ・事業の開始や休止によって用途が変わる場合

●水道料金と下水道使用料の支払いについて

各料金は、納入通知書によるお支払いのほか、口座振替がご利用できます。コンビニエンスストアや金融機関等の窓口へ足を運ぶ必要がありませんので、ぜひご利用ください。

■口座振替の申し込み方法

下記金融機関の窓口にて、通帳と通帳の印鑑をご持参の上、お申し込みください。

■口座振替が利用できる金融機関および口座振替日

金 融 機 関	口座振替日
大地みらい信用金庫本店・各支店、 北海道労働金庫本店・各支店、 全国のゆうちょ銀行、 北海道銀行本店・各支店	毎月23日
道東あさひ農業協同組合本所・各支所、 中春別農業協同組合、計根別農業協同組合、 標津町農業協同組合、別海漁業協同組合、 野付漁業協同組合	毎月25日

※振替日が土曜日、日曜日、祝日、金融機関の休日の場合は翌営業日に振り替えとなります。

■口座振替のご注意

毎月の振替日前に必ず口座残高をご確認ください。
残高不足による未納が3カ月間続いた場合、翌月以降は納入通知書によりお支払いいただきます。

●長期間不在にする等で水道を使用しない場合

事前に休止の届け出をすることで基本料金を削減することができますが、今後使用する予定がない住宅や施設であっても、水道に接続している場合はメーター器が給水管に設置されるため、毎月メーター使用料が請求されます。

水道の廃止には、メーター器の撤去工事に1万5千円の費用がかかります。撤去工事を希望される場合は、下記担当までお問い合わせください。

問合せ／管理担当（内線4511～4514）

住宅用火災警報器は 10年を目安に交換を

住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を正常に感知しくなりますので、10年を目安に交換しましょう。

別海町の新築住宅では平成18年から、既存の住宅は平成23年から住宅用火災警報器の取り付けが義務化されています。ご自宅の火災警報器の設置年月を確認しましょう。

新しい火災警報器に交換したら

本体の側面などに、油性ペンで設置年月を記入しましょう。



定期的に作動確認し、音を聞きましょう。

ボタンを押す、またはひもを引いて作動確認をします。

定期的に家族で火災時の警報音を確認しましょう。



ご注意ください

- 火災警報器の種類によって、注意点が異なる場合があります。製品に付属している取扱説明書を必ずご覧ください。
- お手入れや作動確認は、高所での作業となり、転倒や落下などの危険があります。安定した足場を確保して、作業を行ってください。
- 捨てる際は、本体と電池を別にしましょう。ごみの分別ルールを守って廃棄してください。

問合せ／予防課 75-2200



消防職員教養訓練の実施

下記の日程で行方不明者発生を想定した捜索訓練を実施します。この訓練は別海消防署と北海道防災航空室の合同訓練となっており、北海道消防防災ヘリコプターが別海町に飛来します。訓練場所では騒音や飛散物等が予想されますので関係者以外の立ち入りを制限させていただきます。

住民の皆さまには大変なご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

- 実施日時 10月15日(火) 午後0時30分から午後3時
- 予 備 日 10月21日(月) 同時間 ※15日に実施できなかった場合
- 訓練場所 ふるさとの森、別海町農村広場（訓練時間の立ち入り制限あり）
- 問 合 せ 警防課訓練係 TEL75-0366



ヒグマに注意!

野生動物が冬眠を迎える準備のために木の実や山菜などを採り歩く季節でもあります。

入山や入林の際は、事前に出没情報を確認し、複数人での行動を心掛け、笛や鈴、ラジオなどの音の出るもので人がいることをヒグマに知らせるなど、十分な注意をお願いします。

町内のヒグマ出没情報は「別海町地域安全情報システム まもメール」でご確認いただけます。

ヒグマに遭遇したり、足跡などの痕跡を見つけた場合は下記担当まで情報提供をお願いします。

町ホームページ
検索キーワード

まもメール

検索

問合せ／みどり担当（内線1612・1613）

別海町酪農女性のつどい 第47回 開催のお知らせ

今回は「おいしくムダなく野菜の冷凍保存 作ってみよう！簡単乳和食」をテーマに、野菜の上手な冷凍保存方法についての講座や、乳和食についての実演講座などを行います。

会場には、無料の託児ルームを設けていますので、小さなお子さんのいる方もぜひご参加ください。



主催 別海町 別海町酪農女性のつどい実行委員会

後援 道東あさひ農業協同組合 中春別農業協同組合 計根別農業協同組合 別海町女性農業士会
根室農業改良普及センター

■開 催 日 10月8日(火)

■時 間 午前10時30分から午後2時30分
受付は午前10時から

■場 所 中央公民館

■参加対象 別海町在住農村女性および酪農研修生

■参加費用 100円 ■申込締切 9月17日(火)

■申 込 先 各農業協同組合 または 下記担当

※昼食にお弁当を用意しています。

お子さんのお弁当を注文する場合は1個500円いただきます。

別海町酪農研修牧場研修生募集のお知らせ



別海町酪農研修牧場では、就農を目指す研修生を随時募集しており、未経験の方も研修から新規就農までサポートします。また、将来的に独立就農をお考えの方も随時相談を受け付けています。

詳しい内容や申し込み方法、就農の相談は、右記問合せ先にご連絡ください。

■受 入 条 件 ・おおむね40歳未満までの夫婦またはパートナーのいる方

・18歳以上30歳未満の独身の方

・研修終了後、町内で就農または酪農関連業務に従事する方

■研 修 期 間 原則3年間(経験や力量の程度により調整します。)

■研修生の待遇 酪農研修生は(有)別海町酪農研修牧場の職員となります。(各種保険等完備)

■研 修 手 当 月額183,200円(夫婦で366,400円)を支給

■募 集 期 間 随時募集中

■申込み・問合せ 〒088-2576 別海町西春別347番地63

有限会社別海町酪農研修牧場

TEL 77-1050 担当 嶋野

商工観光課から

食品衛生責任者講習会 受講料の一部を補助します

本町では都市との観光交流の推進を目的として、ファームイン等の食事提供やチーズ等の加工品販売時に必要となる食品衛生責任者の資格を習得するための講習会受講料に対し、補助金を交付しています。

■補助対象者 町内に在住する農協組合員等でファームイン等の食事提供やチーズ等の加工品販売を行う予定のある方

■補 助 金 額 講習会受講料の3分の2以内

■申 請 方 法 交付申請書と講習会修了証の写しを講習会の翌月末までに下記担当へ提出してください。

※交付申請書は下記担当で配布しています。

■そ の 他 講習会の日程等は、北海道食品衛生協会のホームページ等をご確認ください。

申請・問合せ／観光・交流担当 (内線1621)



狂犬病予防注射は お済みですか

犬の飼い主は、狂犬病予防法により年1回飼い犬に狂犬病予防注射を受けさせることが義務付けられています。狂犬病は犬だけではなく、人間にもうつる恐ろしい感染症です。感染を防ぐため、必ず予防注射を受けさせてください。

予防注射は毎年5月に地域を巡回する集合注射以外に、動物病院でも受けさせることができます。根室管内外で予防注射を受けさせた場合は、狂犬病予防注射済票が交付されないため、動物病院の注射済証（証明書）をご持参の上、下記担当で交付手続きを行ってください。

また、病気などにより予防注射が猶予されている場合や、飼い犬が死亡している場合は必ず下記担当までご連絡ください。

問合せ／町民生活担当（内線1212・1213）

消費者ホットライン 188とは



消費者ホットライン188（局番なし）とは、お近くの消費生活センター等の消費者生活相談窓口をご案内するサービスです。

消費者庁 消費者ホットライン188イメージキャラクター「イヤヤン」

別海町で188にかけると役場町民課につながり、職員が消費者生活相談の最初の一步をお手伝いさせていただきます。

「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使ってケガをしてしまった」などの消費者トラブルで困っていることはありませんか。

そんなときは一人で悩まずに、全国どこからでも3桁の電話番号でつながる消費者ホットライン「188（いややん!）」にご相談ください。相談員がトラブル解決を支援します。

問合せ／町民生活担当（内線1212・1213）

秋のすずらん無料法律相談のお知らせ



釧路弁護士会では、法律事務所が開設されていない町村で無料法律相談を企画しており、本町でも次のとおり開催します。

弁護士不在地区における無料相談は、住民の生活の安全を図るための有益な方策です。

また、弁護士の存在を身近に感じていただく良い機会です。どうぞ気軽にご相談ください。

- 日 時 10月9日(水)
午後1時30分から午後5時
- 場 所 別海町役場
- 相 談 料 無料
- 予約期間 9月2日(月)から10月7日(月) ※予約制
- 予約・問合せ 町民生活担当（内線1213）

地域情報カレンダー

（令和元年8月23日現在）

日	曜日	イ ベ ン ト 内 容
9/11	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ばらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
14	土	第50回別海町産業祭
15	日	別海町農村広場 両日10:00～ 雨天決行
10/6	日	第41回別海町パイロットマラソン 町営陸上競技場 フルマラソン 10:00スタート 5km 10:45スタート
8	火	特設行政相談所 東公民館1階 小会議室 10:00～12:00 ※事前予約不要・相談無料
9	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ばらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
13	日	第59回西別川あきあじまつり 別海新港特設会場 10:00～(予定)

社会保険事務
相談所開設

9月3日(火) 13:00～17:00 10月1日(火) 13:00～17:00
9月4日(水) 9:00～14:00 10月2日(水) 9:00～14:00

※完全予約制となり、事前の予約が必要です。 予約先／釧路年金事務所 TEL0154-61-6000

し尿と家庭廃水の くみ取りのお知らせ

10月のくみ取り地区は、中西別、西春別駅前、西春別、泉川、大成、本別、上春別、上風連、奥行です。

くみ取りが必要な方は、くみ取り月の前月20日までに申し込みください。

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）をご用意ください。

くみ取り申込先

渡邊清掃株式会社 TEL75-2861

フリーダイヤル 0120-57-9310

※携帯電話からはフリーダイヤルにつながりません。各支所および各連絡事務所でも受け付けできます。

問合せ／町民生活担当（内線1212・1213）



年金生活者支援給付金制度が始まります

年金生活者支援給付金とは、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。請求手続きは早めにお済ませください。

■対象となる方

- 老齢基礎年金を受給している方
次の3点を全て満たしている必要があります。
 - ①65歳以上であること
 - ②世帯員全員の町民税が非課税であること
 - ③年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下であること
- 障がい基礎年金または遺族基礎年金を受給している方
次の点を満たしている必要があります。
 - ①前年の所得額が約462万円以下であること

■請求手続き

- 平成31年4月1日以前から年金を受給している方
対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月上旬から順次届きます。
同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し、役場町民課窓口または最寄りの年金事務所に提出してください。
- 平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方
年金の請求手続きと併せて役場町民課窓口または最寄りの年金事務所で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。
口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

■年金生活者支援給付金についてお困りになったときは「給付金専用ダイヤル」にお電話ください。
給付金専用ダイヤル 0570-05-4092（ナビダイヤル）



通院交通費を助成しています

本町では、難病患者や重度心身障がい者等の方々に對して、道内の医療機関（町内を除く）への通院に要した交通費の一部を助成しています。令和元年度前期の申請を受け付けますので、対象となる方は早めの手続きをお願いします。

- 対象者 ①特定医療費（指定難病）受給者証、特定疾患医療受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けている方
②重度心身障がい者医療費受給認定を受けている方（後期高齢者医療加入者で課税世帯のため受給者証の交付を受けていない方を含む）
③上記の方の介護者1名（通院に自家用車を利用しない場合のみ）
※上記①の方は受給者証に記載されている疾患の治療、上記②の方は障害者手帳等に記載されている疾患の治療のために要した交通費が対象です。
- 助成対象期間 申請月の1年前から申請月まで
（例）平成30年9月から支払った通院医療費の助成を受けたい場合は、令和元年9月までに申請が必要です。
- 助成額 通院距離に応じて算出
- 必要書類 ①申請書 ②請求書 ③通院証明書
④介護者を必要とする医師の証明書（介護者がいる場合のみ）
※特定医療費（指定難病）受給者証、特定疾患医療受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けている方は、受給者証のコピーも必要です。
- 申請期限 9月26日（休）
- 申請書類配布・提出先 役場町民課窓口、各支所、各連絡事務所
問合せ／後期高齢者・医療給付担当（内線1242・1243）

いきいき元気あっぷ 健康体操教室日程

9:45～受付 10:00～11:30体操教室

	中央公民館	東公民館	西春別 ふれあいセンター
9月	12日(木)	10日(火)	17日(火)
10月	10日(木)	8日(火)	15日(火)

※会場の都合や天候により予定を変更することがあります。

地域包括支援センターから

高齢となっても健康寿命を延ばし地域でいきいきとした生活が送れることを目標として、月1回、運動指導や健康維持に関する教室を開いています。

認知症予防にもつながる「脳活性化を意識した運動」も行います。

参加
対象者

- ①65歳以上の方で、体力、気力の低下が気になる方
- ②誰かと一緒に運動したり、健康寿命を延ばす活動をしてみたい方(64歳以下でも可)

※健康チェックは行いませんので、体調に不安のある方は事前に主治医への確認をお願いします。

参加費
無料

地域包括支援センターは、高齢者の介護や生活の困り事の総合相談窓口です。

■申込み・問合せ／TEL79-5500（直通） 役場 1 階福祉部内

納期内納税の重要性について

町税には、どの税目にも納期限があり、その納期限内に納めていただくのが納税の基本です。理由を問わず、納期限内に納付されなかった町税は「滞納」となり、法律に基づき納期限後20日以内に督促状が発送されます。滞納は、努めて納期限内に納税している大多数の納税者との公平性を欠く行為ですので、納期限内に納税できない事情がある場合は、必ず下記担当へご相談ください。

相談が無いままの滞納は調査および差し押さえの対象となります

税務課から

本年度の債権調査と 差押件数

■債権の調査	632件
■債権の差押	43件
(令和元年7月末現在)	

問合せ／収納対策担当
(内線1115・1116)

秋の全国 交通安全運動

9月21日(土)から30日(月)の10日間、秋の全国交通安全運動を実施します。

交通ルールとマナーを守り、安心安全なまちを目指しましょう。

重点項目

- 1 子どもと高齢者の安全な通行の確保
- 2 高齢運転者の交通事故防止
- 3 夕暮れと夜間の歩行中や自転車乗車中の交通事故防止
- 4 全ての座席でのシートベルトとチャイルドシート正しい着用の徹底
- 5 飲酒運転の根絶

問合せ／防災・交通担当（内線2116・2117）

防災交通課から

別海町ふるさと応援制度 寄付を頂きました

寄付金は、活力あるふるさとづくりのために有効活用させていただきます。

なお、氏名および住所の公表を承諾された方については、町ホームページに掲載しています。

また、本町では、まちの魅力や地場産品等のPRのため返礼品の充実を図っており、返礼品を提供していただける事業者を随時募集していますので、詳しくは下記担当までお問い合わせください。

町ホームページ
検索キーワード

ふるさと納税

検索

問合せ／企画振興担当（内線2213・2214）

総合政策課から

7月中に、延べ162名および1団体の方々から寄付を頂きました。たくさんの応援をありがとうございます。

第2回別海町ビブリオバトルを開催しました

本町では、まちの未来を担う子どもたちの将来を見据えた教育を推進しており、独自の事業として「別海町生き抜く力アッププロジェクト」に取り組んでいます。

「生き抜く力」のうちの一つである読解力を育むため町内全校で読書活動を推進しており、昨年度からは「別海町ビブリオバトル※」を開催しています。

※別海町ビブリオバトルとは

各校の代表3名が「町内の小中学生に読んでほしい本」を選び、5分間の中でその本を魅力的に紹介し、参加者全員の発表後「読みたくなった本」への投票が一番多かった本を「チャンプ本」とする書評合戦です。

「ビブリオ」とはラテン語由来の言葉で「本」を意味します。

第2回別海町ビブリオバトルの様子

第2回となる別海町ビブリオバトルが7月26日に別海町役場で開催され、町内全小中学校から代表3名ずつ計48名が一堂に会しました。

紹介内容はどの学校も読み上げるだけの発表ではなく、参加者が「読んでみたい」と思う魅力的な発表でした。

「ビブリオバトル」には台本やシナリオはありません。発表後の質疑応答では、形だけの質問ではなく、参加者全体が関心を寄せるような質の高い質問が出ていました。

さらに、質問をしっかりと受けとめ、その場で臨機応変に対応する子どもたちの姿を見ることができました。こういった場面で見られる力は、これから社会の中で普及していくであろう人工知能（AI）にはない、人間の特有の強みであるコミュニケーション能力等の「生き抜く力」だと考えます。これからも、町全体でこれらの力を育んでいきます。

今回の結果は、僅差でしたが参加者間の投票により、

小学校の部は別海中央小学校の紹介した「あるかしら書店」が、

中学校の部は野付中学校の紹介した「世界でいちばん貧しい大統領のスピーチ」がチャンプ本に選ばれました。今回紹介された本はポスターにまとめ、各小中学校、図書館、各公民館に配布し読書推進に役立てる予定です。

来月号では「保幼小連携」の具体的な取り組みについてお知らせします。



別海中央小学校の紹介の様子



野付中学校の紹介の様子

9月前半の主な学校行事等

- ◆3日(火) 上春別中学校 修学旅行～6日
- ◆4日(水) 中西別中学校 マラソン大会、上春別中学校 第2学年職場体験学習
- ◆6日(金) 中西別小学校 祖父母参観日、西春別小学校 収穫フェスタ、別海中央小学校 ロング参観日
野付中学校 北方少年少女塾
- ◆8日(日) 別海町中学校駅伝大会、上西春別小学校 開校記念日
- ◆9日(月) 上風連保小中合同避難訓練、上春別小学校 収穫祭、野付中学校 保育実習
- ◆10日(火) 上西春別中学校・上風連中学校 第2学年職場体験学習、西春別中学校 マラソン大会
- ◆11日(水) 上春別小学校 マラソン大会、野付中学校 第2学年職場体験学習
- ◆12日(木) 野付小学校 収穫祭、中西別小学校 修学旅行～13日、中西別中学校 祖父母参観日
- ◆13日(金) お弁当の日、中春別中学校 第2学年職場体験学習

役場1階に
教育委員会の
棚を設置
しました



各小中学校や町立幼稚園、別海高校、給食センター、図書館、各公民館、郷土資料館等から発行されたおたより等を設置していますので、ぜひ、ご覧ください。お持ち帰り自由となっています。



令和元年度「別海町文化功労者表彰」 「別海町スポーツ功労者表彰」 の推薦について

本町では、芸術・科学・教育・スポーツにおける功労者表彰の推薦を募集しています。

なお、大会の規模等に応じた表彰基準がありますので、詳しくは下記担当までお問い合わせください。

文化功労者表彰基準

■別海町文化功労賞

- 本町の芸術、科学、教育等の分野の発展に貢献し、その功績が特に顕著な個人または団体

■別海町文化奨励賞

- 本町の芸術、科学、教育等の分野の発展に貢献し、その功績が顕著であり、今後の活動が特に期待される個人または団体
- 全道規模以上の発表会等において、優秀な成績を収めた個人または団体

推薦締切 9月30日(月)

スポーツ功労者表彰基準

■別海町スポーツ功労賞

- 地域や職場においてスポーツの健全な普及発展に貢献し、優れた企画や指導の実践を重ねるなど、スポーツ振興の功績が顕著である個人または団体
- ※個人は10年以上、団体は20年以上町内で活動している方が対象です。

■別海町優秀選手賞

- 平成30年10月1日から令和元年9月30日までの期間に、中体連、高体連、学生体育連合、JOC加盟団体等が主催する大会に出場し、優秀な成績を収めた個人または団体
- ※町内に住所を有し、居住している方または町内の小学校および中学校に5年以上在籍していた方が対象です。

推薦締切 10月9日(水)

問合せ／文 化 功 労 者 生涯学習担当 (内線3714)

スポーツ功労者 社会体育担当 (内線3711)

廃棄雑誌を住民還元します

保存年限の経過した廃棄雑誌を希望者へ無料で配布します。併せて雑誌の付録も希望者に配布しますのでご利用ください。

■日時 9月27日(金)から10月20日(日)

■場所 図書館エントランスホール

※先着順ですのでご了承ください。事前の予約はできません。

※廃棄雑誌には廃棄印が押してあります。

図書館の蔵書とお間違えのないよう、ご注意ください。

図書館から

第70回 古本市開催

皆さんから寄せられた本を安価で販売し、その収益で図書館に新刊が寄贈されます。古本の提供も随時受け付けています。

■日時 10月12日(土) 午前10時から午後4時

■場所 図書館エントランスホール

■主催 読書サークル東雲

小さい子のお話の時間

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。

■日時 9月6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金) 午前11時から15分程度

■場所 図書館「お話のコーナー」 ■対象 0歳から3歳程度

9月の休館日 2日、9日、16日、17日、23日、24日、26日(月末休館日)、30日

10月の休館日 7日、14日、15日、21日、22日、28日、31日(月末休館日)

問合せ／図書館 TEL 75-2266 FAX 75-0506 Eメール tosy@betsukai.jp

※月末休館日は、図書整理等のため休館させていただきます。

※休館中の返却は玄関横の返却ポストをご利用ください。

郷土資料館だより サマースクール

「大昔のべつかい まが玉作りに挑戦しよう!」を実施しました

8月1日(水)参加者20名で古代の装飾品まが玉づくりに挑戦しました。滑石(かっせき)という古代から使われている比較的削りやすい石(黒、白、ピンク)を使いました。3種類の紙やすりを使い2時間ほどかけて削り、まが玉を作ることができました。大昔にべつかいでも生活していた古代の人々の偉大さを感じた一日となりました。

9月の休館日 1日、7日、9日、15日、16日、21日、23日、29日

10月の休館日 5日、6日、14日、19日、20日、22日、28日

問合せ／郷土資料館

TEL・FAX 75-0802

Eメール kyoudo@betsukai.jp



バス運転体験と就職相談会

阿寒バスと根室交通では、生活交通路線の維持を目的に運転手不足解消のため「バス運転体験と就職相談会」を開催します。

開催日時

- 9月15日(日)
①午前10時から正午
②午後1時から午後3時

会場

中標津町自動車学校
中標津町丸山2丁目26番地

対象

バス運転手の仕事に興味や関心のある方
来春高校卒業見込みの方も歓迎

条件

バス運転体験には普通自動車運転免許以上が必要です。

申込み

開催日の①、②それぞれの開始時間までに会場でお申し込みください。

事前予約は必要ありません。

問合せ

阿寒バス
TEL 0154-37-2226
根室交通
TEL 0153-24-2202

多いのに見えない障がい 高次脳機能障害を学ぶ

高次脳機能障害リハビリテーション講習会中標津ブロックでは、高次脳機能障害への理解と今後の課題のために「多いのに見えない障がい高次脳機能障害を学ぶ」をテーマに講師をお招きし、左記のとおり開催しますので、ぜひ、ご来場ください。

日時

9月21日(土)
午後1時30分から午後4時
(開場 午後1時)

場所

中標津町総合文化会館
「じるべつ」小ホール

問合せ

NPO法人手をつなぐ白かばの会 工藤ういんくる
(鈴木 TEL 0153-74-9580)

一般社団法人 ゆっくりん
(星 TEL 090-22273-1304)

アイヌの方々のための 電話相談

公益財団法人 人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々の悩みをお受けするフ

リーダイヤルを開設しています。嫌がらせ、差別、プライバシー侵害などのご相談をアイヌの相談員がお受けします。ので、気軽にご相談ください。相談は無料です。匿名でも構いません。秘密は厳守します。

受付

月曜日から金曜日
(※祝日、12月29日から1月3日を除く)

時間

午前9時から午後5時

相談先

公益財団法人 人権教育啓発推進センター
TEL 0120-771-208
FAX 03-5777-1803
ホームページ
<http://www.jinken.or.jp/>

10月1日から7日は 全国労働衛生週間です

「健康づくりは 人づくり みんなでつくる 健康職場」をスローガンに、事業場における労働衛生意識高揚と自主的な労働衛生管理活動の促進を図るため「全国労働衛生週間」が実施されます。

この期間中に作業管理、作

業環境管理、メンタルヘルスケア等の健康管理に取り組むなど、労働衛生管理活動の定着化を図りましょう。

問合せ

釧路労働基準監督署
釧路市柏木町2番12号
TEL 0154-42-9711

林業退職金共済制度 (林退共)の退職金請求

林退共は林業界で働く方々のための退職金制度です。昭和57年以降、林業の仕事に従事されたことがあり、林退共制度に加入していた、もしくはは加入していたかもしれない方で、退職金請求手続きをしたお心当たりのない方は、気軽に最寄りの支部または本部へお問い合わせください。

問合せ

独立行政法人 勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
TEL 170-8055
東京都豊島区東池袋1-24-1 ニッセイ池袋ビル
TEL 03-6731-2889
FAX 03-6731-2890
ホームページ
<http://www.rintaikyotaisyokukin.go.jp/>

狩猟期間中における 道有林への入林自粛

エゾシカ狩猟期間中(地域によって異なりますが、多くの地域では10月1日から3月31日まで)は、多くの狩猟者が道有林へ入林します。

狩猟に伴う事故防止のため、この期間の狩猟目的以外での入林はお控えください。

エゾシカによる森林等被害を低減するため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問合せ

北海道水産林務部森林環境局 道有林課 道有林管理グループ
TEL 060-8588
札幌市中央区北3条西6丁目
TEL 011-204-5519



町道中西別上風連線に係る 道路工事のお知らせ

工事期間中は片側交互通行（夜間開放）の交通規制を行いますので、自衛隊部隊が別経路で移動する場合があります。

工事実施時期に付近を通行の際はご注意ください。

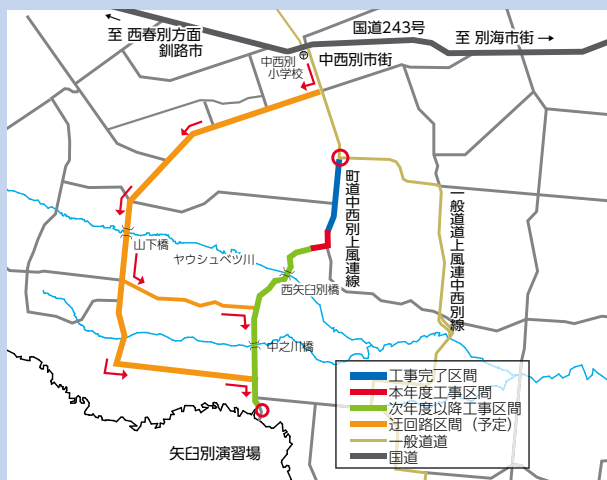
■工事期間 4月から11月中旬まで
（令和6年全線完了予定）

■問合せ

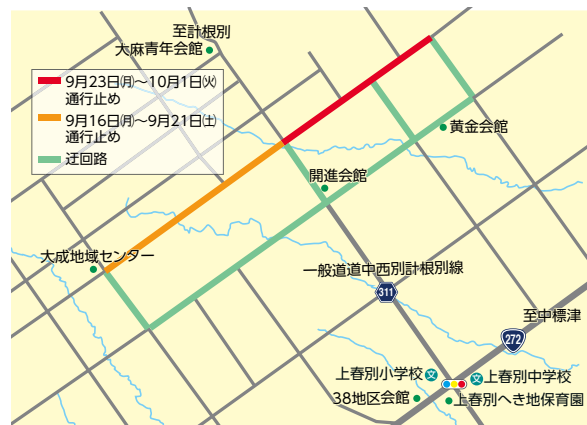
別海町役場 TEL75-2111

建設水道部 事業課 建設担当（内線3211・3215）

総務部 総合政策課 まちづくり推進担当
（内線2211）



町道南1号線防雪柵工事に 係る通行止めのお知らせ



工事期間中は一部通行止め（夜間含む）の交通規制を行うため、付近を通行の際は迂回路をご利用ください。

■通行止め期間

9月16日(月)から21日(土)まで

9月23日(月)から10月1日(火)まで

■問合せ

北海道根室振興局農村振興課農村整備係

TEL0153-23-6904

寺井・別海経常建設共同企業体

TEL0153-75-2009

元気未来っ子

1歳6か月児

（ ）内は保護者名
※希望された方を掲載しています。



伊東 大伍くん
(勇希)



小倉梨里叶ちゃん
(有希)



久瀬田一晟くん
(佳奈子)



田端 初ちゃん
(顕仁)



富崎 瑛太くん
(晃一)



木下 優里ちゃん
(悠葵)



木下 遊馬くん
(大介)



村山 芽衣ちゃん
(角太郎)



林 篤人くん
(幸市)



猫塚陽菜乃ちゃん
(祐紀)



斎藤 庵志くん
(裕平)



林 真白ちゃん
(康弘)

べっかい 産業祭

第50回

9/14[±]15^日

両日 午前 10時開催

雨天 決行

別海町農村広場 北海道野付郡別海町別海132-60





キャラクターショー
観覧無料
9月15日^日
1回目 10:00~
2回目 12:00~
場所: 産業祭特設ステージ

タレント
ステージ
SHOW



Rihwa

9月14日[±]
12:45~



りんごちゃん

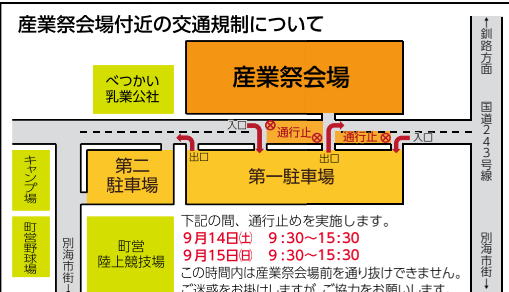
9月15日^日
13:00~

第46回
馬事競技大会
同時開催

詳しいイベント情報はWEBで検索!

この事業は
サマージャンボ宝くじの
収益金を活用して
実施しています。

産業祭会場付近の交通規制について



産業祭会場
第一駐車場
第二駐車場
町営 陸上競技場
別海町役場
別海町
国道43号線

下記の間、通行止めを実施します。
9月14日[±] 9:30~15:30
9月15日^日 9:30~15:30
この時間内は産業祭会場前を通り抜けできません。
ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

主 催 / 別海町産業祭実行委員会 0153-75-2111 (内線1414)

健康クッキング教室

5分でパパッと!野菜をプラス



7月20日に健康クッキング教室を行いました。その中から、豆苗を使った野菜レシピをご紹介します。かんたんにでき、食べやすくなるので、忙しいときのプラス1品にもおすすめです。

保健センターでは、今後も同様の教室を開催予定です。開催が決まりましたら、広報、チラシ、町ホームページ等でお知らせします。

7月20日の教室の様子は、町ホームページの「別海町からのお知らせ」で公開中です。



豆苗の和風コールスロー

(材料 2人分)

豆苗..... 1袋 (約100g)
青じそ..... 5枚
塩昆布..... 6g (2つまみ)
オリーブ油..... 小さじ1

※彩りに少量のニンジン (千切り) などを入れてもよいでしょう。

(1人分の栄養価)

エネルギー	35kcal
タンパク質	2.5g
脂質	2.2g
炭水化物	2.9g
食物繊維	2.0g
塩分	0.6g

(つくり方)

- ①豆苗は根元を切り除き、3センチ長さに切り洗う。青じそは千切りにする。
- ②豆苗の水気をキッチンペーパーで取る。ボールに豆苗、青じそ、塩昆布を入れ、全体を混ぜる。少ししんなりとなったらオリーブ油を加えてよくあえ、なじませる。

問合せ / 町民保健センター TEL75-0359 FAX75-0337

9月10日から16日は 自殺予防週間です。

自殺対策基本法では9月10日から16日を自殺予防週間と定めており「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、地方公共団体と関係団体等が連携して相談事業と啓発活動を実施します。

相談窓口

(全国統一)

こころの健康相談統一ダイヤル	SNS 相談事業
TEL 0570-064-556 (有料)	[厚生労働省 SNS 相談] で検索
よりそいホットライン 24 時間対応	
TEL 0120-279-338 (無料)	FAX 03-3868-3811

(北海道・別海町)

相談内容	窓口・連絡先	電話番号	受付時間
こころの悩み	別海町民保健センター こころの健康相談	0153-75-0359	平日8:45～17:00
	中標津保健所 こころの健康相談	0153-72-2168	平日8:45～17:30
生活・心身の障害等の悩み	別海町役場福祉課	0153-75-2111	平日8:45～17:30
ひきこもりの相談	北海道ひきこもり成年相談センター	011-863-8733	平日9:30～16:00
多重債務・破産等の相談	法テラス サポートダイヤル	0570-078-374	平日9:00～21:00
	釧路弁護士会根室法律相談センター	0154-41-3444	平日9:00～17:00
家庭生活・DV(配偶者からの暴力)に関する相談	別海町役場町民課	0153-75-2111	平日8:45～17:30
	北海道根室振興局 配偶者暴力相談支援センター	0153-24-5756	平日9:00～17:00
精神科医療	別海病院(精神科・心療内科外来)	0153-75-2311	要予約

別海町が北海道自殺総合対策モデル事業のモデル地域に指定されました。
これからは道と町が一丸となって自殺対策を推進します。

別海町自殺対策キャラクター「おせっかいばあさん」のご紹介

昔は近所に住んでいる婆(ばあば)たちが、ゲートキーパーとしての役割を担い、困っている人を見つけては「おせっかい」を焼き、地域の相談役と見守り役を担っていました。そのようなちょっとした「おせっかい」を焼いてくれる婆(ばあば)は、本町が目指す「お互いが見守り合える温かく住み心地の良い地域の象徴」と考え「おせっかいばあさん」を自殺対策キャラクターとしました。

「ゲートキーパー」とは、身近な人の変化から自殺の危険を示すサインに気づき、関わり、見守り、支援につなげることができる人のことです。



おせっかいばあさんの仲間たちのご紹介

身近な人の異変に気付いたら

身近な人に悩みを打ち明けられたら、ゆっくりと話を「聴く(リッスン)」ことが重要です。



りっすん
(聞き上手なエゾリス)

よかったら話を聞かせてね



そばにいるよ
ウナズク
(耳を傾け相づちを打つミズク)

そばにいるよ

気持ちがつらいときには

気持ちがつらいときには深呼吸そして魔法の言葉「じゃ～ま～い～か～」をゆっくりと唱えてみます。心が少し軽くなるかもしれません。



ジャマイカ
(「じゃ～ま～い～か～」が口癖のイカ)

じゃ～ま～い～か～...
じゃ～ま～い～か～♪

つらい出来事やうれしい出来事をしみじみと思い出しているときの涙は、人生に深みと味わいを与える出汁(だし)です。

泣きたいときは泣いてもいいよ



シミジミ
(何でも心に染みるシミジミ)

保健センター からの

お知らせ

9・10月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
9月	4	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:00
	5	木	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:30 13:00～14:00
	10	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30～12:00
	11	水	4 カ 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:20～12:30(受付)
	12	木	3 歳 児 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00(受付)
	24	火	1歳3カ月歯磨き教室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00～11:30
	26	木	フ ッ 素 塗 布	尾岱沼地域センター	10:00～11:00
	27	金	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30～11:30 13:00～15:30
10月	8	火	離 乳 食 教 室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:30～12:00
	9	水	4 カ 月 健 診	町 民 保 健 セ ン タ ー	12:20～12:30(受付)
	10	木	1歳6カ月児健診	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00(受付)
	15	火	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00～11:00
	16	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00～11:00
	17	木	乳 幼 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:30 13:00～14:00
	24	木	5 歳 児 相 談	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:15～9:30 13:15～13:30(受付)
	25	金	フ ッ 素 塗 布	町 民 保 健 セ ン タ ー	9:30～11:30 13:00～15:30
	30	水	1歳3カ月歯磨き教室	町 民 保 健 セ ン タ ー	10:00～11:30

※平成31年4月から、1歳6カ月児健診は偶数月、3歳児健診は奇数月に実施しています。

■9月の4カ月健診対象者 対象者には個別に通知します ■9月の3歳児健診対象者 平成28年7月・8月生まれのお子さん

母子健康センター からのお知らせ



マタニティクラス

かわいい赤ちゃんを迎えるために、妊娠、出産について学ぶ教室です。分からないこと、心配なこと、何でもご相談ください。たくさんの参加をお待ちしています。

対 象 本町在住の妊婦さん

申込締切 各開催日の前日までに、下記へご連絡ください。
コース途中での参加もできます。
開催日は、日程の近いものから掲載しています。

時 間 午後1時から午後2時30分まで

開催日	内 容	担当者
9月11日(水)	・おっぱいのことについて ・1歳になるまでの成長	助産師
9月18日(水)	・出産のおはなし	助産師
9月25日(水)	・赤ちゃんをお風呂に入れてみよう ・写真撮影	助産師
10月2日(水)	・お腹の中で育つ赤ちゃんの様子 ・妊婦さんの生活・食事について	助産師 管理栄養士
10月23日(水)	・妊婦さんに必要な野菜の量って？ ・妊娠中のお口のケア	管理栄養士 歯科衛生士 助産師

インファントマッサージ教室

お母さんと赤ちゃんの絆を深めるための、オイルを使用したマッサージです。

申込締切
9月13日(金)

時間 午前10時から
午前11時30分ごろまで

10月コース

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

全4回

料金 町内に住所のある方 1,000円
1回 その他の方 2,000円

10月3日(木)
10月10日(木)
10月17日(木)
10月24日(木)

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定し、母子健康手帳の交付を受けるよう言われた方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要です。個人番号カードをお持ちの方は個人番号カードを、お持ちでない方は通知カードと運転免許証等の写真付きの身分証明になるものをお持ちください。不明な点は、お問い合わせください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんのことなど困ったときは、いつでもご利用ください。
問合せ／母子健康センター TEL 75-2262 FAX 75-0337



9月の診療案内

受付時間
(午前) 8:15~11:00 (午前) 8:30~
(午後) 12:30~15:00 (午後) 13:30~
(夜間) 17:15~18:30 (夜間) 17:30~

病院敷地内は
全て禁煙です。

町立別海病院

☎(代表) 75-2311

<https://betsukai.jp/bhp/index.html>



受動喫煙防止
シンボルマーク

診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考
内 科 院長 西村 進 名誉院長 今村 洋 内科医長 鈴木 英雄 内科医長 水谷 彰吾	午 前	西 村 水 谷 ※30日	鈴 木	西 村	西 村 鈴 木	鈴 木 水 谷 ※13日、20日	- 血液、免疫、リウマチ専門外来を金曜日午後(西村院長 予約制)に実施していますので、詳しくはお問い合わせください。 - 健康診断は平成29年から予約制となっています。ご迷惑をお掛けしますが、お電話か、受付窓口へお申し込みください。 9月の今村名誉院長の診察は休診予定です。
	午 後	鈴 木	西 村	水 谷 ※11日、18日、25日 内科医 ※4日	水 谷 ※12日、19日、26日 内科医 ※5日	内科医 ※13日、20日 西 村 (予約制)	
	夜間診療	—	—	西 村	—	—	
外 科 外科医長 中島 太 外科医長 山田 能之	午 前	山 田	山 田	中 島 ※5日、12日、26日	中 島	中 島	- 外科診療は、緊急手術実施の際に休診または診療体制変更の可能性がありますので、あらかじめご了承ください。 - 肛門外来(月曜日午前、火曜日午前、金曜日午後)を実施しています。
	午 後	中 島	手術日 休診	山 田	中 島 ※19日	山 田	
産 婦 人 科 副 院 長 山内 修	午 前	山 内	山 内	山 内	山 内	山 内	午後の診察は、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承ください。
	午 後	山 内	—	—	山 内	—	
小 児 科 小児科医長 横澤 正人	午 前	横 澤	横 澤	横 澤	横 澤 ※5日、19日 館 ※12日、26日	横 澤 ※6日、20日 館 ※13日、27日	火、木曜日の予防接種は曜日ごとに接種内容が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。 - 乳児健診は予約制となっており、火曜日午後1時から診察開始します。 - 心臓、慢性疾患外来(火曜日午後)、アレルギー外来(木曜日午後)は予約制となっています。
	午 後	横 澤	予防接種	横 澤	予防接種	横 澤 ※6日、20日 館 ※13日、27日	
精神科・心療内科 医 師 浮田 充	午 前	—	浮 田	—	浮 田	—	- 原則予約制です。受診については事前にお問い合わせください。 - また、電話での予約変更およびお問い合わせ(初診も含む)は、火曜日(午前、午後)、水曜日(午後)、木曜日(午前、午後)の診療日におかけください。 - 患者様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
	午 後	—	浮 田	浮 田	浮 田	—	
	夜間診療	—	—	浮 田	—	—	

表にある※の日には診察予定日です。

●出張医による診療科

診 療 科	日付	時間	担当医師
皮 膚 科	12日(木)	午 後	飯田 憲治 医師
	13日(金)	午 前	
	19日(木)	午 後	
	20日(金)	午 前	
	26日(木)	午 後	
	27日(金)	午 前	
耳 鼻 いんこう科	9日(月)	午前・午後	大國 毅 医師 (札幌医大)
	10日(火)	午 前	
	24日(火)	午前・午後	
神 経 内 科	10日(火)	午 前	宮田 遼 医師 (札幌医大)
	25日(水)	午 前	
神 経 内 科	12日(木)	午 後	館 延忠 医師 (北海道千歳リハビリテーション大学)
循環器内科	27日(金)	午前・午後	小笠原 惇 医師 (釧路孝仁会記念病院)
脳神経外科	20日(金)	午 後	高橋 義男 医師 (とまこまい脳神経外科)

※出張医による診療科は、天候、交通機関等の都合により休診および時間変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

診 療 科	日付	時間	担当医師
手・整形外科	10日(火)	午 前	川西 洋平 医師
	11日(水)	午 前	
膝・整形外科	19日(木)	午前・午後	新庄 琢磨 医師
肩・整形外科	5日(木)	午 前	北山聡一郎 医師
	6日(金)	午 前	
	19日(木)	午 前	
腰・整形外科	20日(金)	午 前	徳永 茂行 医師
	2日(月)	午 前	

外来からのお願い

就学中のお子様を受診される場合は、病状を説明する必要がありますので、保護者の方の同伴をお願いします。

禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来を毎週水曜日午前に予約制にて実施しています。詳しくは下記にお問い合わせください。

TEL 75-2311 (代表) Eメール kin-en@hp.betsukai.jp



新涼や噂さりと聞き流し

谷口 智子

つまらない噂話などは気にしないことだがこの季節はそれを助けてくれる。秋になって涼しくなることを新涼というが単に涼しでは夏。

今西 青峰

人の動き

令和元年7月末現在()は前月比

人口	14,960(- 22)
男	7,537(- 15)
女	7,423(- 7)
うち外国人	335(+ 5)
世帯数	6,680(- 9)
出生	7
死亡	15
転入	36
転出	49
その他 +1	

※平成31年1月から外国人を含む人数を掲載しています。

交通事故発生状況

()は平成31年1月からの累計

発生	3件(4)
死者	0人(0)
負傷者	5人(7)

火災と救急

令和元年
7月30日現在

()は平成31年1月からの累計

火災	0件(8)
[死者 0件(0)]	
救急	65件(363)
救助	1件(7)
ドクターヘリ搬送	2件(21)

脱水症について

暑さが続くこの時期は熱中症と併せて脱水症に気を付けてください。年齢、性別を問わず起こる可能性があります。高齢者の方は特に陥りやすいです。小まめに水分とミネラルを摂取し予防に努めてください。

(別海消防署 救急係 75-0366)

矢臼別演習場での訓練日程等について

町ホームページでお知らせしていますが、閲覧できない場合は、電話で対応することができますので、お手数ですが下記までお問い合わせ願います。

問合せ／別海駐屯地業務隊総務科 TEL 0153-77-2231 (内線311)

別海町役場総務部総合政策課 まちづくり推進担当

TEL 75-2111 (内線2211・2212・2216)

お誕生・ご結婚

令和元年7月1日から7月31日届出分まで

※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。



お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
平賀 拳心 (けんしん) くん	男 庄 太 (床 丹)	
谷川 賢一 (けんいち) くん	男 正 孝 (上 春 別)	
林 莉久 (り く) くん	男 健 生 (別 海)	
工藤 紬 (つ む) くん	男 勇 馬 (別 海)	
槻木 綾人 (あ や と) くん	男 伸 昭 (別 海)	
平沢 朗人 (あ き と) くん	男 優 作 (奥 行)	
安部あおい (あ お い) ちゃん	女 克 寿 (上 風 連)	



ご結婚おめでとう

氏名	住所
渡辺 仁弥・安藤 萌花 さん (中 春 別)	
池田 拓矢・瀧尾 千穂 さん (尾 岱 沼)	
北村 壮・三浦 なな さん (本 別)	
千葉 雄泰・ハーンリートク・ヴェラリア さん (別 海)	



今月の納期

国民健康保険税 (3期) は 9月30日(月)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)



サンマとショウガの牛乳ごはん 甘酢ミョウガ

食塩相当量59%カット!

材料 (2人分)

基本	*牛乳..... 180ml
	*米酢..... 大さじ1弱
	*米..... 1合(180ml)
	*サンマの蒲焼き(缶).... 1缶(100g)
	*ショウガ(千切り)..... 大1かけ分
	*細ネギ(小口切り)..... 2本分

作り方

- ①分量の牛乳と米酢で、チーズと乳清を作る。(作り方は広報4月号またはJミルクのホームページで確認できます。)
 - ②米は30分間以上浸水させた後、水気を切って内釜に入れる。冷ました乳清100mlとサンマの缶汁を入れ、1合分の目盛に水加減して、サンマを米の表面にのせて炊く。
 - ③炊き上がったらショウガと①のチーズを混ぜて、茶わんに盛りネギを散らす。
(甘酢ミョウガ)
- ・ミョウガ15コ(約300g)は縦半分に切っておく。
 - ・小鍋に乳清とすし酢各大さじ3を合わせ、煮立ったらミョウガを加える。
 - ・クッキングシートで落としぶたをし、弱火で2分から3分間煮てそのまま冷ます。
- ★ポイント 乳清と缶汁の調味だけで、ごはんを風味豊かに炊き上げます。
基本の炊き込みごはんは、サケやサバ、イワシ缶でも。



※写真はイメージです。

Jミルクのホームページで作り方の動画を見ることができます。

■ホームページ <http://www.j-milk.jp/nyuwashoku/recipe.html>