

# 広報

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  
べつかい

BETSUKAI

# 別海

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



町ホームページ  
<https://betsukai.jp/>



町公式Facebook  
[@betsukai.jp](https://www.facebook.com/betsukai.jp)



町公式Twitter  
[@betsukaitytown](https://twitter.com/betsukaitytown)



2020(令和2年)

# 11

No.685

フットパスツアー  
旧標津線 上春別駅跡  
令和2年10月10日



# 町税の未納はありませんか？

## 町税の未納が続く場合、 滞納処分が執行されます。

### 滞納の現状

町税や国民健康保険税の滞納額の推移は、表1のとおりです。差し押さえなどの滞納処分の強化により、滞納額は減少へと向かっていますが、令和元年度末時点でも9千万円以上の滞納額があります。

### 滞納処分の流れ

納期限を過ぎても納付されない場合、納期限後20日以内に督促状を発送します。督促状を送付した日から起算して

10日を過ぎても完納しない場合、法律に基づき財産調査、差し押さえを行います。これは裁判所の令状なく徴税機関が独自に行えるもので、事前連絡などは行いません。

表1 滞納額および徴収率

	滞納額	徴収率
平成27年度	168,851,936円	94.96%
平成28年度	145,956,558円	96.06%
平成29年度	108,057,051円	96.48%
平成30年度	99,975,943円	97.00%
令和元年度	95,982,951円	97.24%

#### 納期限を過ぎても納付されない場合

地方税法の規定により、20日以内に督促状を発送します。

#### 督促状を送付後、 10日以内に完納しない場合

金融機関の預貯金の有無や勤務先からの給与支給状況など、差し押さえ可能な財産を調査します。

#### 差し押さえ

換価可能な財産が判明した場合、差し押さえを行います。

財産の差し押さえ後、納税相談がなく、理由もなく滞納が続く場合は、差し押さえた財産を換価し、滞納している税に充当します。

表2 差し押さえ件数と取り立て金額の状況

区 分	預 貯 金		国・道税還付金		給 与		そ の 他		合 計	
	(件)	(円)	(件)	(円)	(件)	(円)	(件)	(円)	(件)	(円)
平成27年度	162	5,561,105	47	858,108	5	548,600	32	327,166	246	7,294,979
平成28年度	106	4,271,110	29	765,345	1	0	21	999,175	157	6,035,630
平成29年度	86	4,190,290	41	992,298	2	180,000	2	829,100	131	6,296,888
平成30年度	70	3,689,982	11	453,119	13	775,880	1	465,800	95	5,384,781
令和元年度	136	6,127,050	11	325,120	3	253,200	5	2,080,714	155	8,807,884

差し押さえ物品の一例



差し押さえた財産は換価され、滞納税への充当を行います

金融機関や勤務先、生命保険会社等へ調査を行い、財産が判明した場合、差し押さえを行います。その後、納税についての相談がない場合や滞納が続く場合には差し押さえた財産を換価し、滞納税へ充当します。町税を分割納付で納めている方でも、虚偽の申告や新たに財産を発見した場合には、随時差し押さえ処分を行います。

釧路・根室広域地方税滞納整理機構への引き継ぎ

税の滞納が続き、滞納の解消が困難な場合には、釧路・根室広域地方税滞納整理機構へ徴収権を引き継ぎ、滞納整理が行われます。同機構は、釧路・根室管内11町村で構成され、差し押さえや公売などの滞納処分を前提に滞納整理を行います。

納付が困難な場合は必ずご相談ください

病気や失業など納付が困難な事情があり、一時的に納付ができない場合や、期別での納付ができない場合には、計画的な納付ができるよう分納のご相談を受け付けています。また、新型コロナウイルス感染症に係る国民健康保険税の減免制度や、町税の猶予制度など、納税に関する制度のご相談も受け付けていますので、納期内の納税が難しい場合には、下記担当にご相談ください。

## 町税の一斉納税催告を実施します

11月から12月にかけて、町税滞納者に対して、一斉に納税催告書を送付します。催告書が届いたら、速やかに完納するか、諸事情により完納できない場合は、下記担当にご相談ください。

相談がなく、完納されていない場合は、滞納処分（差し押さえ）を行います。

### 本年度の債権調査と差押件数

- 債権の調査 767件
- 債権の差押 12件  
(令和2年9月末現在)

問合せ／税務課収納対策担当（内線1115・1116）

## 敬老の日記念事業 内閣総理大臣百歳祝状

敬老の日を記念し、毎年、百歳になられる方々に内閣総理大臣から祝状と記念品が贈られます。

本町では、高橋ツタエさん(中西別)、堤坂みつさん(別海)、齊藤隆三郎さん(大成)、安部正雄さん(上風連)、曾根一男さん(別海)、阿部敏さん(美原)、村上ミエさん(西春別)の7名の方へ北海道根室振興局から新型コロナウイルス感染予防のため、郵送により伝達されました。

百歳、本当におめでとうございます。

※承諾された方のみ氏名を掲載しています。

## 行政相談出前授業

9/9・30

本町の行政相談委員が、西春別小学校、西春別中学校、上西春別中学校で行政相談出前授業を行い「行政」の役割や「行政相談」について説明しました。

児童からの行政相談で改善された事例紹介などを行い、分かりやすく実りある授業となりました。



## 「交通事故死ゼロを目指す日」 街頭啓発

9/30

町職員が、役場庁舎前の国道沿いで「交通事故死ゼロを目指す日」に「スピードダウン」「シートベルト着用」の旗を掲げて、ドライバーに安全運転を呼び掛けました。



## 長寿90歳 おめでとう

※承諾された方のみ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」が森高照子さん(昭和5年9月8日・中西別)、長田吉雄さん(昭和5年9月18日・別海)、高橋カヨ子さん(昭和5年9月20日・別海)、横田ハツ子さん(昭和5年9月24日・別海)、寶柳恒治さん(昭和5年9月30日・興行)、渡部久夫さん(昭和5年9月30日・西春別)に贈られました。

※新型コロナウイルス感染予防のため、当分の間、写真撮影は取り止めることとしました。

## 北海道青少年基金事業顕彰伝達式 尾岱沼下の句カルタ少年団



9/30

青少年の健全育成に顕著な功績のあった団体に北海道青少年育成協会から贈られる、北海道青少年基金事業顕彰の伝達式が、役場庁舎で行われました。

受賞した尾岱沼下の句カルタ少年団は、下の句カルタを通じた青少年健全育成を長年にわたり継続してきたことが高く評価され、受賞の運びとなりました。

町長から「別海町の下の句カルタは道内でも強豪として有名。これからも継続して頑張っていただきたい」と激励があり、尾岱沼下の句カルタ少年団の指導者である富崎吉勝さんは「少子化の問題はあるが、次代の指導者も育ててきている」と話し、今後の活動に意欲を見せていました。

## チャレンジスクール学習会

9/22・10/17

東公民館では青少年の体験や交流活動を通じて、生きる力と社会性を養うことを目的に少年事業「チャレンジスクール」を実施しています。

9月22日に「町内施設見学」、10月17日に「西別岳登山体験」を実施しました。

施設見学では町民体育館と旧奥行臼駅通所を見学したほか、体育館ではミニテニス体験、駅通所ではトロッコ体験を実施し、元気に活動していました。

登山体験では通称「がまん坂」に悪戦苦闘しながらも、一面に広がる紅葉や摩周湖の景色に感動していました。



## 尾岱沼寿大学学習会

10/9

尾岱沼寿大学の学習会として「町内施設見学」を実施しました。

旧奥行臼駅通所、町民体育館、町営パークゴルフ場、郷土資料館、加賀家文書館、図書館など多くの施設を見学しました。

駅通所や資料館などでは当時の話や道具などを見て懐かしく昔を振り返り、体育館やパークゴルフ場では元気に活動していました。



## 別海高校野球部 ペンキ塗りボランティア



10/18

冬期間の体力づくりの場として町民に親しまれている町営スケートリンクの維持管理のためのペンキ塗りが町スケート協会を中心に実施され、別海高校野球部の部員23名と指導者3名がボランティアとして参加されました。

別海高校野球部は「地域に応援されるチーム」を目指し、これまでもクリーン作戦やふゆとぴあ雪像づくり等の町内イベントに積極的に参加されており、ペンキ塗りボランティアは今回で4回目となります。

## 別海中央中学校野球部 全道大会優勝



9/30

「全日本少年春季軟式野球北海道予選会・第17回北海道中学校軟式野球選手権大会」(9月19日から21日 新十津川町ほか2市)に出場し、見事優勝を飾った別海中央中学校野球部が、結果報告のため町長と教育長を表敬訪問しました。

チームを代表して副主将から「全道制覇を目標に大会に臨み、これまで支えてくれた人たちのおかげで目標を達成することができた。これからは、別海町、地域、そして北海道の代表として責任を持ち、しっかりとした生活、行動を心掛けていきたい」と応援、支援に対する感謝の言葉、また、翌年3月に予定されている全国大会に向けた決意の言葉が述べられ、町長、教育長からもそれぞれ功績を称える言葉が贈られました。

全国大会に向けて、町民みんなで応援していきましょう！

選手の皆さん、改めておめでとうございます！

## 総務課から

### 別海町マルチメディア館

#### 開館時間変更のお知らせ



本年11月1日から、次のとおり開館時間を変更します。

■変更後の開館時間 午前9時から午後6時

なお、午後6時以降、施設内メディアホールや会議室等の使用を希望される方は、使用希望日の前日までに、下記までお申し込みください。

申込み・問合せ／

開館日の午前9時から午後6時

マルチメディア館 TEL75-1191

休館日および上記時間外

指定管理者：株式会社オーレンス TEL79-5100

## 総合政策課から

### 別海町ふるさと応援制度

#### 寄付を頂きました

9月中旬に、延べ348名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。

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。

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。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）



## 防災交通課から

### 冬の交通安全運動

11月13日(金)から22日(日)までの10日間、冬の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・高齢者をはじめとする歩行者の安全確保
- 2 スリップ事故防止と全席シートベルト着用
- 3 飲酒運転の根絶

問合せ／防災・交通担当（内線2116・2117）

## 税務課から

### 固定資産税の軽減措置について

新型コロナウイルス感染症の影響により、本年2月から10月までの任意の連続した3カ月間で、事業収入が前年の同期比より30%以上減少した中小企業者等の方は「事業用家屋」および「設備等の償却資産」にかかる令和3年度の固定資産税が申告により軽減される制度があります。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

#### ■申告期間

令和3年1月6日(水)から令和3年2月1日(月)

※令和3年償却資産の申告と併せて申告してください。

町ホームページ  
検索キーワード

固定資産税の軽減



検索

問合せ／課税担当（内線1113・1114）

## ジェネリック医薬品の利用について

医療機関で処方される薬には、新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）があります。

ジェネリック医薬品の処方を希望される方は、医師や薬剤師にその旨を相談するか、被保険者証送付時に同封した「ジェネリック医薬品希望シール」を貼った被保険者証、または「おくすり手帳」を医療機関や薬局の窓口で提示してください。

「ジェネリック医薬品希望シール」をお持ちでない方には下記担当窓口でお渡しします。



### 効き目、安全性について

ジェネリック医薬品は、新薬と同等の効果、効能を持ち、安全性も新薬と同等と認められた医薬品です。

### 価格について

ジェネリック医薬品を利用すると、薬代が安くなります。薬によって異なりますが、新薬より3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。

問合せ／国民健康保険担当（内線1215～1217）

## 別海町ごみの減量化大作戦!

その55



### 無料収集で使用する袋について

家庭ごみのうち、無料で収集しているごみの一部は、レジ袋などに入れて出していただくこととしていますが、レジ袋に限らず「透明または半透明の袋」であれば使用することができます。

また、本年7月1日から有料化されたことで、レジ袋に対する考え方も変わり、気軽に手に入れることができるというイメージではなくなってきています。

これらのことから、すでに配布しているごみ出しポスターや事典で「レジ袋」または「レジ袋など」と表記している部分は「レジ袋などの透明または半透明の袋」と読み替えてご使用くださいますようお願いいたします。

### 「レジ袋などの透明または半透明の袋」に入れて出すごみの一覧

- 貝殻 ●調理くず ●細かい枝・雑草・落ち葉類
- 割り箸 ●危険ごみ ●テレビ以外の小型家電
- きれいな古繊維 ●使えるくつ・かばん

「貝殻」「危険ごみ」「テレビ以外の小型家電」「きれいな古繊維」「使えるくつ・かばん」については、袋の表面に品目名の記入もお願いします。

詳しくは「ごみ出しルールポスター」や「べつかいのごみ出し百科事典」をご確認ください。

### ごみ袋の中身が見えるように排出してください

ごみ袋の中身が見えないと、収集の際に適切な分別の確認ができず、万が一、危険物や不審物が混入していた場合、収集員のけがや機器の破損等の事故につながる危険性があります。

チラシやダンボール、不透明な袋等により、ごみ袋の中身が確認できない状態で排出しないようにご協力をお願いします。

チラシ、紙袋は「紙製容器包装・雑がみ」、ダンボールは「ダンボール」の区分があります。

紙は分別することで貴重なリサイクル資源になりますので、ご協力をお願いします。

### 【悪い例】

紙袋等で中身を覆ってしまうと、分別が確認できません。



問合せ／町民生活担当（内線1212・1213）

## し尿と家庭廃水のくみ取りのお知らせ



12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、奥行となります。

くみ取りが必要な方は、**くみ取り月の前月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）をご用意ください。

なお、12月から3月までの冬期間、凍結するため家庭廃水のくみ取りは行いません。

積雪や屋根からの落雪でくみ取り口がふさがっていると、くみ取りできない場合があります。くみ取り口周辺の除雪をお願いします。

### ■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。  
各支所と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）

## 福祉課から



高齢者及び障がい者（児）バス・ハイヤー共通利用券（2万円分）の申請を随時受け付けています。平成30年7月から対象者の条件を改正していますので、改正前は該当しなかった方も、次の点を再度確認の上、申請してください。

### ■対象者

下記に該当する方で、本人および世帯に属する方の住民税課税標準額が定める額を超えない方

#### 【高齢者バス・ハイヤー共通利用券】

- 本町に居住する満70歳以上の方

#### 【障がい者（児）バス・ハイヤー共通利用券】

- 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持する方
- 上記手帳を有し、高等養護学校に在学する方（親権者が町内に居住）

※第1種の障害者手帳所持者、療育手帳Aの所持者および7歳以上12歳未満の障がい児は、申請により介護者1人分が利用券の交付対象となります。

※6歳未満の障がい児は、介護者分のみが交付対象となります。

### ■よくある質問

Q世帯に家族の車があっても該当になりますか。

A世帯に家族や本人の車があっても対象になります。

Q施設入所者でも該当になりますか。

A本人がバスやハイヤーを利用できる方は対象になります。

Q課税世帯でも該当になりますか。

A課税世帯でも対象になる場合があります。

### ■住民税課税標準限度額について

本人および世帯に属する方の住民税課税標準額が、規定する額を超える場合は対象となりません。限度額については下記担当までお問い合わせください。

### ■共通利用券の有効期間

令和3年6月30日まで

### ■受給登録者証について

共通利用券を使用する時は、必ず受給登録者証の提示が必要です。

初めて申請される方、もしくは前年度の受給者登録証から写真を変更したい方のみ、顔写真の提出をお願いします。顔写真の作成に当たっては、次の点にご注意ください。

- 大きさは、縦4センチ以上、横3センチ以上としてください。
- 帽子やサングラスを着用せず、最近撮影したものとしてください。
- スナップ写真、コンビニプリントでも問題ありません。

### ■申請先

役場福祉課窓口または各支所、各連絡事務所  
※必ず印鑑をお持ちください。

問合せ／社会・障がい福祉担当（内線1310）

11月は児童虐待防止  
推進月間です

体罰や暴言によらない子育てを広げよう

■保護者の体罰禁止が法定化

4月1日から、子どものしつけに際し「保護者による体罰の禁止」が法律で定められました。

■どんなことが体罰にあたるの？（一例）

- ・何度も言葉で注意したが、言うことを聞かないので頬を叩いた。
- ・いたづらをしたので、長時間正座させた。 ・宿題をしなかったので、夕食を与えなかった。

■体罰や暴言が子どもに与える影響（一例）

- ・脳の発達に深刻な影響を及ぼす。 ・我慢ができず、攻撃性が強くなる。
- ・感情がうまく出せなくなる。
- ・恐怖心から保護者の顔をうかがうようになり、子どもがSOSを出せなくなることでいじめや非行などの問題に発展する可能性がある。

そうは言っても、子育てでイライラして、手が出そうな時はあるものです。

■体罰や暴言によらない子育てのポイント

- ・子どもの成長・発達段階にあった伝え方をする。  
→低年齢の子に長々言っても伝わりません。
- ・「ダメ」だけではなく、どうしたら良いのかを具体的に伝える。  
→「ここでは静かにしようね」など、肯定的、具体的に伝える。
- ・良いこと、できていることを具体的に褒めましょう。  
→子どもの良い態度や行動を褒めることは、子どもの自己肯定感を育むことになります。
- ・時間や心に余裕のない時はイライラをうまく逃がしましょう。  
→深呼吸する、別の部屋に行くなど少し離れる、風にあたる、数を数えるなど
- ・育児を一人で抱えこまない。  
→家族で家事、育児の分担をしたり、子育ての苦労や悩みについて家族や友達、保健師等に相談しましょう。また、ファミリー・サポート・センターなどの子育て支援サービスを有効に活用しましょう。



問合せ/こども・子育て担当（内線1313）

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
11月	12日(木)	10日(火)	17日(火)
12月	10日(木)	8日(火)	15日(火)

※会場の都合や天候、新型コロナウイルス感染症の状況により予定を変更することがあります。

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。

※検温、マスク、手指消毒など感染症予防についてもご協力をお願いします。

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。

おうちで「頭」と「体」のエクササイズ!

やってみよう!

「頭」を使いながら「体」を動かすことで認知症予防の一助になります!

今月のエクササイズ

- 床に足を伸ばして座ります。
- その場でお尻歩きをリズムよくしてみましよう。
- リズムに慣れたら声に出して、しりとりをしながらやってみましよう。



※この運動は尿失禁予防にもなります。

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/TEL 79-5500（直通） 役場1階福祉部内

参加費  
無料



## 町立公園冬季閉園のお知らせ

11月1日から令和3年4月30日までの間、町民憩の森公園、小野沼公園、鉄道記念公園、中西別公園、尾岱沼みなと公園、本別海公園、風蓮湖畔公園を冬季閉園します。

たくさんのご来園、ありがとうございました。

※鉄道記念館は一年を通して開館しています。

問合せ／みどり担当（内線1511）



## 造林地の殺そ剤 空中散布のお知らせ

造林木に食害を及ぼす野ネズミの駆除を目的として、北海道防除実施基準に基づきヘリコプターによる殺そ剤の空中散布を実施しますので、薬剤散布期間中は、町有林および民有林に近づかないようご理解とご協力をお願いします。

なお、本薬剤は毒物及び劇物取締法による指定から除外されており、環境に優しく、河川や土壌などに及ぼす影響はないほか、家畜などにも被害を与えることはありません。

ご不明な点は右記担当または別海町森林組合までお問い合わせください。

### ■散布実施期間

11月上旬 おおむね午前9時から午後4時  
※荒天などの影響によりヘリの運航状況が変わるため、詳しい日程は随時別海町ホームページで更新します。

### ■散布区域

町内全体(町有林と民有林の一部)

### ■殺そ剤の種類

リン化亜鉛1%含有粒剤

### ■事業実施者

別海町、別海町森林組合

町ホームページ  
検索キーワード

野ネズミ駆除



問合せ／みどり担当（内線1611）

別海町森林組合 TEL75-2016



## 町の除雪について

町の除雪と除雪時の注意事項について、次のとおりお知らせしますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 除雪は、雪質や天候を考慮した上で、おおむね10cm程度の積雪を目安に午前5時から開始します。夜間や、吹雪などの異常気象時は、事故防止のため行いません。
- 除雪作業は、①バス路線、医療機関、消防施設 ②各路線 ③生乳搬出路、要保護世帯、公共施設の順に行います。
- 作業中は、除雪車両から20m以上離れて、安全を確保してください。
- 路上駐車や道路への排雪は、除雪作業の妨げになりますので、控えてください。
- 作業上やむを得ず、玄関先やゴミステーション付近に雪が残る場合があります、また、空き地へ雪を集積させていただく場合があります。
- 本町の雪捨て場は、①別海町コミュニティーセンター前の農村広場駐車場 ②上西春別保育園横 ③西春別地域センターみらい館裏の3カ所です。融雪後に家庭ごみや、廃タイヤなどの混入が見受けられます。マナーを守ってご利用ください。

問合せ/管理・維持担当（内線3111～3114）



# 子どもたちの将来を見据えた 「ふるさと別海を支える教育」

本町独自の事業である「生き抜く力アッププロジェクト事業」では「子どもたちの将来を見据えた教育・ふるさと別海を支える教育」を推進するため「ふるさと教育」「学びの土台づくり」「教師力向上」を3本柱として、さまざまな取り組みを行っています。

ふるさと教育

## 新たな取り組み

- 先進地の取り組みを手本とした社会科副読本の調査・研究
- 「別海町キャリアパスポート」の研究・作成

ふるさと別海に興味と関心を持ち、好きになれるよう、別海の良さを知ることができる魅力ある社会科副読本の研究と作成に取り組みます。

また、系統的なキャリア教育を行うための「別海町キャリアパスポート」の研究と作成を行います。

学びの土台づくり

## 新たな取り組み

- 毎月最終月曜日を「別海新聞の日」に制定
- 別海町ビブリオバトル
- 複数社の新聞を全校に配布

「別海新聞の日」に全小中学生に新聞を配布するほか、各学校の新聞コーナーに複数社の新聞を設置する「NIE」の取り組みや、別海町ビブリオバトルなどの読書活動を通じた「読解力の育成」により、子どもたちの「学びの土台づくり」を進めています。

※「NIE」については広報9月号にて詳しく掲載しています。

教師力向上

## 継続した取り組み

- 先進地から優れた教師を招き「スーパーティチャー研修会」および、国立教育政策研究所の元調査官による講演会の開催

先進地での成功例や専門家からの助言を受けて「教師力向上」を図るとともに、町内全教員が、一方的な説明と板書の授業に終始する「チョーク&トーク」から脱却し「主体・対話的で深い学び」を目指した授業づくりに取り組みます。

### ■「社会科副読本」の調査・研究

全国的に見た中でも教育の先進地である秋田県横手市では、郷土学のための副読本「よこてだいすき」を導入しています。「郷土愛をはぐくむこと」に特化していることはもちろん、小中学校の全教科と学習活動や自由研究に活用できる発展性があり、紙面の見やすさ、使いやすさへの工夫に加え、二次元バーコードを活用することでウェブ上の情報を取り出すことも可能であるといった特徴があります。こういった先進事例を調査し、別海町の学習スタイルに合った副読本の研究を進めます。

### ■教材「別海町キャリアパスポート」とは

児童生徒一人一人の社会的・職業的自立に向け、必要な基盤となる能力を育てる「キャリア教育」に関わる諸活動について、子どもたちの主体的な学びに向かう力の育成や自己実現につなげるための小中学校9年間の学びの過程を記述し、自分自身の蓄積した学びを振り返ることができる教材です。

# 就学援助制度入学準備金 申請受付開始のお知らせ

本町では、経済的な理由により就学が困難と認められる児童生徒の保護者に対し、次のとおり小学校と中学校入学前の3月に「入学準備金」の援助を行います。



■小学校新入学の場合に支給の対象となる方 次の条件全てに該当する方が対象です。

- 令和2年11月1日から令和3年1月31日現在、町内に居住している方
  - 「令和2年度別海町就学援助制度」の認定基準で「準要保護」の基準に該当する方
  - 下記受付期間内に教育委員会から配布される申請書を提出された方
- ※申請書は就学時健康診断案内と一緒に同封して配布しています。

■中学校新入学の場合に支給の対象となる方 次の条件全てに該当する方が対象です。

- 令和2年11月1日から令和3年1月31日現在、町内に居住している方
  - 「令和2年度別海町就学援助制度」の認定基準で「準要保護」の基準に令和3年1月31日現在で該当する方
- ※本年度中に認定を受けている方は、再度申請いただく必要はありません。

■受付期間 令和2年11月2日(月)から令和3年1月29日(金)

■提出先 別海町教育委員会学校教育課 (別海町別海常盤町280番地)  
※申請書の提出は各支所と各連絡事務所でも受け付けています。

■支給額 小学校51,060円 中学校60,000円

■支給予定日 令和3年3月1日(月) 問合せ／学校教育・適正化等担当 (内線3511)

## 令和3年 別海町成人式の開催について

別海町成人式を令和3年1月7日(木)午後1時30分から中央公民館で開催します。

対象者は、平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方です。本町に住民登録をされている方は、12月上旬に生涯学習課から案内を送付する予定です。

また、住民登録をしていない方で本町の成人式に出席を希望される方は、事前に下記担当までお知らせください。

問合せ／生涯学習担当 (内線3713)

### 元気未来っ子 1歳6カ月児

( )内は保護者名  
※希望された方を掲載しています。



森 だい 大くん  
(友佑)



新井田 いちか 李愛ちゃん  
(順光)



長内 あらた 新汰くん  
(俊之)



岩澤 さくらこ 桜子ちゃん  
(裕介)



桐島 すずちゃん  
(裕人)



木原 みつき 充紀くん  
(直紀)



友貞 こまち 小町ちゃん  
(学)



坂下ひまりちゃん  
(貴宏)

## 還暦トレーニング教室

本年も還暦者を対象とした冬季のトレーニング教室を開講します。ふゆとぴあイベントへの参加、バス遠足など、今年も楽しいプログラムを企画しています。毎年参加されている方はもちろん、まだ参加したことのない方もぜひ、ご参加ください。

- 日 時 12月7日から3月15日  
(毎週月曜日の全12回を予定)  
午前10時から午前11時または午前11時から正午  
※感染症拡大防止のため2つのグループに分けて行う予定です。  
参加者には後日スケジュールと名簿を郵送します。
- 対象 60歳以上の男性、50歳以上の女性
- 定員 20名程度
- 参加料 2,000円 ※初回に集めます。  
施設使用料はかかりません。
- 初回集合場所 町民体育館
- 持ち物 上靴、汗拭きタオル、飲み物
- 申込締切 12月4日(金)



## エンジョイ軽運動

運動不足になりがちなこの時期に、みんなで楽しみながら体力作りをしませんか。ウォーキングやストレッチなどの軽い運動をして、寒さで縮こまった身体をほぐしましょう。

- 日 時 12月14日から3月15日  
(毎週月曜日の全11回を予定)  
午後1時から午後2時
- 対象 軽運動に興味のある方
- 定員 15名 (別海町在住の方優先)
- 参加料 無料  
※施設使用料のみ受講者負担
- 初回集合場所 町民体育館
- 持ち物 上靴、汗拭きタオル、飲み物
- 申込締切 12月7日(月)

## トレーニング講習会 ～基本的な身体の使い方～

多くのスポーツに共通する基本的な身体の使い方と、トレーニング方法や身体のケア方法を学び、さまざまなスポーツの競技力向上を目指します。

- 日 時 11月28日(土) ①トレーニング関係 午前10時から午前11時30分  
②身体ケア関係 午後1時から午後2時
- 会場 町民体育館
- 対象 スポーツ指導者、選手、保護者、興味のある方
- 定員 ①トレーニング関係40名  
②身体ケア関係40名 ※両方の参加も可
- 参加料 一般 100円 (①②両方に参加する場合は200円)  
65歳以上 50円 (①②両方に参加する場合は100円)  
高校生以下、未就学児の付き添いの保護者、部活動、少年団活動等の指導者 無料
- 持ち物 上靴、動ける服装
- 申込締切 11月20日(金)
- 講師 桑野 倫英氏 【スポーツ鍼灸院K.air's Teshikaga】  
陸上チームのトレーナーとして実業団4チームと大学1チームの国内・海外合宿に帯同



問合せ・  
申込み

別海町総合スポーツセンター

お申し込みの際は、氏名、年齢、住所、電話番号をお伝えください。

TEL75-2882 FAX75-0418 Eメールsports@betsukai-pf.or.jp

## 地域情報カレンダー

(令和2年10月23日現在)

日	曜日	イベント内容
11/11	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぴらと 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。
12/9	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぴらと 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。

11月10日(火)  
13:00～17:00

社会保険事務  
相談所開設

11月11日(水) 13:00～17:00  
12月8日(火) 9:00～14:00

12月9日(水) 9:00～14:00  
中標津町役場 会議室 ※事前の予約が必要です。  
予約先/釧路年金事務所 TEL0154-61-6000

## ぬいぐるみのおとまり会

ぬいぐるみたちが一晩、夜の図書館でおとまり会をします。おとまり会の様子は1冊のアルバムにし、ぬいぐるみたちが選んだ本と一緒に、翌日のお迎えの際にお渡しします。

※おとまり会の前に、おはなし会を行います。

- 日時 12月22日(火) おはなし会 午後3時30分から午後4時(要保護者)
- 場所 図書館2階 視聴覚室
- 対象 3歳から6歳(町内在住の未就学児)
- 申込期間 11月17日(火)午前10時から11月22日(日)午後4時  
※受付期間前の申し込みは無効となりますのでご注意ください。
- 申込み 電話、FAX、カウンターにて図書館まで
- 定員 5名(先着順ですが、過去に未参加の方が優先となります)



当日は、  
なかよしのぬいぐるみを  
1体連れてきてください。



## 移動図書館車巡回日程のお知らせ

はくちょう号巡回日程(11月、12月)



移動図書館車「はくちょう号」の11月と12月の巡回日程は次のとおりです。

貸し出しは1人5冊まで、貸出期限は2週間です。利用者カードは本館と共通です。

カードは即時発行しますので、初めて利用される方もすぐに本を借りることができます。

図書館から遠い地域の方は、ぜひ町内を巡回する移動図書館車をご利用ください。

地区ステーション名	時間	11月	12月
上風連(役場連絡事務所)	13:25~13:35	10	8
上春別(役場連絡事務所)	14:55~15:10	12、26	10
西春別駅前(東官舎前)	11:20~11:35	13、27	11
西公民館前	11:40~11:55	13、27	11
西春別駅前(西官舎前)	13:00~13:20	13、27	11
西春別駅前(役場支所前)	13:25~13:55	13、27	11
西春別(町内会館裏)	15:20~15:35	13、27	11
中春別(消防署分遣所前)	16:10~16:25	17	1、15
尾岱沼支所	13:20~13:35	6、20	4、18
東公民館前	13:40~13:55	6、20	4、18

## 小さい子のお話の時間

■日時 11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

図書館職員が赤ちゃん絵本の読み聞かせや手あそびなどをします。気軽にご参加ください。  
※密集を避けるため、参加は3組までとさせていただきます。



## 11月の夜間開館日

6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)  
午前10時から午後7時(試行中)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、各種予定が変更となる場合があります。

※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。

11月の休館日 2日、9日、16日、23日、24日、26日(月末休館日)、30日

12月の休館日 7日、14日、21日、28日から31日(年末年始の休館日)

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

## 初冬の野鳥観察会 ユキホオジロ・コクガンを観察しよう

- 日時 11月29日(日) 午後1時から午後5時
- 場所 野付半島  
(集合、解散は野付半島ネイチャーセンター2階)
- 講師 野付半島ネイチャーセンター  
センター長 藤井薫 氏
- 申込み 電話、FAX、Eメールにて氏名と電話番号を11月27日(金)までにご連絡ください。
- 定員 15名
- その他 観察場所は、野付半島最後の番屋から徒歩で先端まで行ったところ。防寒着をご着用ください。当館でも若干貸し出しますが、ヘッドライト(懐中電灯)、図鑑、双眼鏡をお持ちの方はご持参ください。



コクガン

11月の休館日 11月1日、3日、7日、9日、15日、21日、23日、29日

問合せ／郷土資料館

TEL・FAX 75-0802

12月の休館日 12月5日、6日、14日、19日、20日、28日から31日

Eメール kyoudo@betsukai.jp

## 中央公民館から

第61回別海町芸術文化祭  
中止のお知らせ

例年、町内各地域の芸術文化が一堂に会し開催している別海町芸術文化祭は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本年の開催を中止しますのでお知らせします。

なお、各地域で開催される文化祭等については、感染症対策を実施のうえ作品展示等の一部のみ開催する地域もございますので、各地域の実行委員会や各公民館へお問い合わせください。

問合せ／別海町文化連盟・別海町芸術文化祭実行委員会 事務局  
中央公民館内 TEL75-2146

## 消防署から



11月に入り、本格的な寒さを感じる季節となりました。これから暖房器具を使い始める方、すでに使用している方が多いと思いますが、暖房器具は誤った方法で使用すると火災発生の原因となりますので、いま一度、火の元の確認と点検をお願いします。

## 火災を未然に防ぐポイント

- 布団、カーテン等の燃えやすい物のそばで、暖房器具を使用しない。
- 暖房器具の上や周囲に洗濯物をつるさない。
- 外出時、就寝時にはできるだけ暖房器具の電源を切る。
- まきや石炭ストーブは、煙突内にすすやタールが溜まるので定期的に清掃する。
- 故障した器具や配線の修理は自分で行わず専門業者に依頼する。
- 燃料の補給は、確実に消火しているのを確かめて行う。



## 酪農家の方へ

冬期間の子牛の暖房としてハッチ等に設置している作業用投光器やヒーターが落下して、敷きわらが燃えて発生する火災が過去に何度も起きています。

ヒーターが落下しないように確実に固定するなどして、十分に注意してください。

また、牛舎内はホコリが溜まりやすく、湿気も多いため電気器具やコンセント類から出火しやすい環境です。定期的に点検や清掃を実施するようお願いいたします。

問合せ／予防課 TEL 75-2200

自衛官募集

自衛隊では次のとおり、自衛官等を募集します。詳しくは左記までお問い合わせください。

募集種目	試験会場	受付締切	試験日
自衛官候補生 (受験年齢:33歳未満)	帯広	11月16日(月)	11月21日(土)
	釧路	11月30日(月)	12月6日(日)
高等工科大学	中標津	11月1日(日)~ 令和3年1月6日(水)	令和3年 1月23日(土)

高等工科大学入学後、毎月、生徒手当が支給されます。

問合せ

自衛隊帯広地方協力本部  
中標津地域事務所  
TEL 0153-72-0120  
Eメール hq1-obihino@

pco.mod.go.jp  
ホームページ  
<http://www.mod.go.jp/pco/obihno/>

ほっかいどう健康づくりツイッター

北海道では、道民の健康づくりに有益な情報を、SNSを利用する幅広い世代に情報発信するため、本年4月からツイッターアカウント「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しました。

このアカウントでは「栄養・食生活」「運動」「休養」「歯科保健」「受動喫煙対策防止」といった健康づくりに関する内容の他、がん・生活習慣病などの疾病予防に向けた生活習慣に関する情報について発信しています。

ぜひフォローしていただき、まずは「見る」ことから健康づくりを始めませんか？

[https://twitter.com/Hokkaido\\_health](https://twitter.com/Hokkaido_health)

問合せ

中標津保健所  
TEL 0153-72-2168



11月30日は「年金の日」

厚生労働省では「国民の一人お一人に『ねんきんネット』等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11(五)月30(みらい)日を「年金の日」としています。

この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基にさまざまなパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、釧路年金事務所までお問い合わせください。

■日本年金機構ホームページ  
<https://www.nenkin.go.jp/index.html>

問合せ

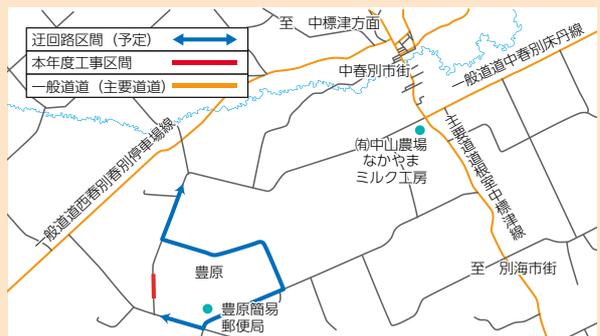
釧路年金事務所 お客様相談室  
TEL 0154-61-6000  
TEL 0154-61-6001

町道床丹第2地区第8号線 道路工事のお知らせ

工事期間中は通行止めの交通規制を行いますので、付近を通行の際はご注意ください。

- 通行止め期間 6月中旬から11月下旬(予定)
- 工事内容 道路横断管の改修工事
- 工事に関する問合せ

別海町役場 建設水道部 事業課 建設担当  
TEL0153-75-2111 (内線3211・3215)



年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の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。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

対象となる方

■老齢基礎年金を受給している方  
次の要件を全て満たしている方

る必要があります。

- 65歳以上である
- 世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- 年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下である

障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

次の要件を満たしている必要があります。

- 前年の所得額が約462万円以下である

請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

### 町道中西別上風連線 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。

工事期間に付近を通行する際はご注意ください。

#### ■工事期間

4月から12月中旬

(令和6年全線完了予定)

#### ■問合せ

別海町役場 TEL0153-75-2111

事業課 建設担当(内線3211・3218)

総合政策課 まちづくり推進担当  
(内線2211)



#### ■日本年金機構や厚生労働省

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から10月中旬頃から、お知らせを送付しています。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し提出してください。令和3年2月1日までに請求手続が完了しますと、令和2年8月分からさかのぼって受け取ることが出来ます。

#### ②年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

#### 11月10日は「技能の日」

「技能士」とは、厚生労働省が行う技能の国家検定試験に合格した優れた技能者に与えられる称号です。11月は、国が定めた職業能

を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客さまの家族構成や金融機関の口座番号や暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求められることはありません。

#### ■問合せ

「ねんきんダイヤル」

TEL0570-05-11165

(ナビダイヤル)

#### 北海道立釧路高等技術 専門学院 訓練生募集

北海道立釧路高等技術専門学院では、訓練生を募集します。

2年制の訓練で、確かな技能習得と就職を目指します。

#### ■学科・募集人数

力開発促進月間であり、11月10日を「技能の日」と定め、技能尊重機運の醸成を図っています。

確かな技術と知識を持つ技能士の活用で、安心・安全・信頼できる工事にしましょう。

#### ■問合せ

北海道技能士会  
TEL011-845-4845

電気工学科 20名  
建築技術科 10名  
自動車整備科 20名

#### ■応募資格

学校教育法で定める高等学校等を卒業した方(令和3年3月卒業見込みを含む)、またはこれと同等以上の学力を有すると認められる方

#### ■就学期間 2年間

#### ■入校経費等

入学科、授業料、教科書・工具代など

※一定の要件を満たす場合に授業料の減免措置があります。

#### ■出願期間

推薦選考  
11月1日(日)から11月20日(金)

#### ■試験日

推薦選考  
11月25日(水)

#### ■試験会場

推薦選考  
11月16日(水)

#### ■問合せ

北海道立釧路高等技術専門学院  
TEL0154-57-8011

#### ■学科・募集人数

電気設備技術科 20名  
ビジネスワーク科 15名

#### ■職業訓練受講生募集

北海道職業能力開発促進センター釧路訓練センター(ポリテクセンター釧路)では、1月からの職業訓練受講生を募集しています。

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kss>

個人事業税・第2期の納期限は11月30日(月)です

納期限までに必ず納めましょう。

金融機関、振興局窓口、コンビニエンスストアから納税できます。

コンビニエンスストアからの納税は、バーコードが印字されているのに限りです。詳しくは、根室振興局税務課までお問い合わせください。

#### ■問合せ

根室振興局税務課  
TEL087-85880

根室市常盤町3丁目28番地

課税に関すること(課税係)

TEL0153-24-5479

納税に関すること(納税係)

TEL0153-24-5466

■対象

ハローワーク求職登録者

■見学会

11月13日(金)、20日(金)

■選考日

12月3日(木)

■訓練期間

令和3年1月4日(月)から  
令和3年6月29日(火)

■費用 教科書代

20,000円程度

■申込期間

10月26日(月)から11月30日(月)

■申込み

ハローワーク釧路

TEL 0154-41-1201

■問合せ

ポリテクセンター釧路

TEL 0154-57-5938

11月は「労働保険適用促進強化期間」

事業主の皆さん、労働保険の加入はお済みですか。

労働保険とは、労災保険と雇用保険の総称で、労働者の生活の安定、福祉の増進等を図るため、国が直接管理運営している保険です。農林水産業の一部を除き、労働者を一人でも雇用する事業については、法人・個人を問わず加入が義務付けられています。

労働者が安心して働ける職

場となるよう、まだ労働保険に加入していない事業主の方は、速やかに最寄りの労働基準監督署または公共職業安定所(ハローワーク)へご相談ください。

■問合せ

厚生労働省北海道労働局総務部労働保険徴収課

TEL 011-709-2311

釧路労働基準監督署

TEL 0154-42-9711

ハローワーク根室

TEL 0153-23-2161

■場所

別海町役場103・104

会議室

■対応者

根室人権擁護委員協議会所属の人権擁護委員

■問合せ

根室人権擁護委員協議会(釧路地方法務局根室支局内)

TEL 0153-23-4874

人権週間特設なんでも相談所

根室人権擁護委員協議会が人権週間特設なんでも相談所を開設します。

いじめ、いやがらせ、暴力、虐待などの人権問題から、ご家庭、ご近所の困り事など、あなたの悩みの解決のため、良い方法を一緒に考えます。

相談内容の秘密は固く守られ、無料で予約も必要ありません。

どの町の方でも相談できますので、一人で悩まず、まずは相談してみませんか。

■日時

12月7日(月)

午後1時から午後4時

別海町民憲章

わたくしたちは、明るい希望の朝日をオホーツクの海に迎え、美しく映える感謝の夕日を西別川の清流にひろがる広野におくる、自然のめぐみ豊かで、ますます開けゆく別海町の町民です。

わたくしたちは、開拓の精神を受け継ぎ、強く逞しく前進する町を築くことを誇りとし、この憲章を高くかかげてその実践につとめます。

- 一 元気で働き、生産を高め豊かな町をつくりましょう。
- 一 みんな仲よく助けあい、あたたかい町をつくりましょう。
- 一 きまりを守り、住みよい明るい町をつくりましょう。
- 一 子供に夢と希望を与え、平和な町をつくりましょう。
- 一 教養を高め、美しい文化の町をつくりましょう。

人権相談



法務局では、差別や虐待などのさまざまな人権問題についての相談を常時受け付けています。配偶者やパートナーからのDVにお悩みの方は「みんなの人権110番」や「女性の人権ホットライン」に電話してください。また、児童生徒の皆さんは、フリーダイヤル「子どもの人権SOS-eメール」を活用してください。そして、DVや虐待を見聞きした方も、どうぞ私たちにご連絡ください。秘密は守ります。安心してください。一人で悩まずに、どうぞご連絡ください。

11月12日から18日までは、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。期間中は、平日の受付時間を延長して、土日にも対応します。

■通常の電話受付時間 平日 午前8時30分から午後5時15分

■強化週間中の受付時間

- ・11月12日から11月18日のうち平日 午前8時30分から午後7時
- ・11月14日(土)、11月15日(日) 午前10時から午後5時

さまざまな人権問題についての相談はなんでも

みんなの人権110番 0570-003-110

いじめ・虐待など子どもの人権問題に関する相談はこちら

子どもの人権110番 0120-007-110



インターネットでも人権相談を受け付けています  
インターネット受付  
インターネット人権相談で検索  
パソコン、スマートフォン共通  
<https://www.jinken.go.jp/>

家庭内暴力など女性の人権に関する相談はこちら

女性の人権ホットライン 0570-070-810

■実施機関 釧路地方法務局および  
釧路人権擁護委員連合会

# 今こそ「毎日野菜をプラス1皿」

生活習慣病予防、免疫力アップ、腸活など健康維持のために野菜摂取は欠かせません。成人のからだに必要な1日の野菜摂取量である350gから400gは、小鉢料理で5皿から6皿程度です。道民の1日の野菜摂取量は約280gで、あと70g（小鉢1皿分）を加えると目標の350gに到達します。このフレーズは、CMで聞いたことがあるのではないのでしょうか。まずは、1回の食事に野菜の小鉢料理を1皿以上食べることを目指しましょう。

小鉢1皿分とは、野菜サラダ、キュウリとわかめの酢の物、ホウレン草のおひたしやごま和え、貝たくさんみそ汁などをイメージしてください。野菜の煮物や炒め物は、小鉢2皿分に相当します。

感染症も流行する時期ですので、しっかり野菜が摂れるよう今こそ「プラス1皿」を意識してみませんか。

また、町ホームページでは、かんたんな野菜レシピを紹介していますので、参考にしてください。



## <道民の1日野菜摂取量>

男性平均 276g  
女性平均 280g

350gまであと70g!



## <野菜70gの目安>

- トマト.....半分
- ピーマン.....2個分
- ブロccoli...小房5個分
- モヤシ.....1/3袋
- 白菜.....中間の葉1枚分
- 大根.....厚さ2センチ分



ナスの煮浸し



ホウレン草の胡麻和え



きんぴら



ゆでブロッコリー



野菜炒め

問合せ/町民保健センター TEL75-0359

## まるまる 協力隊の〇〇な話



原田 佳美

こんにちは原田です。今、町で生涯学習センターが建設されていることは皆さまご存じのことかと思えます。そしてそのセンターのシンボルマークとロゴを別海高等学校の美術部員の生徒さんたちが担当して制作されるのですが、その第1回目の講義とワークショップへ先日見学に行かせていただきました。その中で、付箋に学習センターのコンセプトなどからイメージする言葉を書き出しましたが、私では思い付かないような柔軟で素敵な言葉が挙がっていて、面白いなと感じました。一人では限られた言葉やイメージしか出てきませんが、みんなと作り上げることで、一人では想像できないような素敵なモノが出来上がるんでしょうね。どんなシンボルマークとロゴが出来上がるか楽しみです。

私事ではありますが、10月で別海町に来て1年が経ちました。コロナの影響で移住定住促進の活動が思うようにいきませんが、コロナとうまいこと付き合いながら、自然豊かな別海町の魅力をどんどん発信していきたいと思えます。2年目もがんばります！皆さまご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



11月のUshi-caオープン日 交流館ぐらと1F (キヨスク跡地)

5日、6日、12日、13日、19日、20日、26日、27日

(木曜日、金曜日 午前9時から午後5時まで)

※業務の状況の変更などで急きょ変更する場合があります。



令和2年度

# インフルエンザ予防接種

本町では、インフルエンザの発症、重症化を防止するために、ワクチン接種を行っています。  
町内の医療機関の接種日等は次のとおりですので、接種希望の方は接種開始日等を確認の上、お早めに接種をお願いします。

## ■町内医療機関の接種日時

### ●乳幼児、小学生、中学生の方

医療機関名	曜日	受付時間	接種開始日
町立別海病院	火・木	乳幼児 午後0時30分から午後3時 小中学生 午後3時から午後4時	11月5日(木)
西春別駅前診療所	月～金	午前8時30分から午前11時 午後1時30分から午後4時 ※木曜日の午後は、午後1時30分から午後3時	11月2日(月)
尾岱沼診療(予約制)	月～木	午後1時30分から午後3時	11月4日(水)

### ●高校生、一般の方

医療機関名	曜日	受付時間	接種開始日	
			65歳以上	65歳未満
町立別海病院	月～木	午後0時30分から午後3時	10月1日(木)	10月26日(月)
西春別駅前診療所	月～金	午前8時30分から午前11時 午後1時30分から午後4時 ※木曜日の午後は、午後1時30分から午後3時		11月2日(月)
尾岱沼診療(予約制)	月～木	午前10時30分から午前11時 午後1時30分から午後3時 ※水曜日の午前は、第1・第3のみ	10月5日(月)	11月4日(水)

本町ではワクチン接種を受ける方に費用の助成を行っています。

## ■助成対象者

本町に住所のある方で

- ①6カ月児から中学3年生までの方
- ②65歳以上の方など

- ・65歳以上の方
- ・60歳から64歳で、心臓や腎臓、呼吸器の機能に障がいがあり、身の周りの生活を極度に制限される方
- ・60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる、免疫の機能に障がいがあり、日常生活のほとんどが可能な方

■本人負担額 ・乳幼児、小学生 1回500円 ・中学生 1回1,000円 ・65歳以上の方など 1回1,000円

■助成回数 ・乳幼児、小学生 2回 ・中学生 1回 ・65歳以上の方など 1回

■助成期間 令和3年1月31日(日)まで

※町内医療機関での助成手続きは必要ありませんが、町外の医療機関で接種し、費用の全額を負担された方も助成の対象となりますので、下記担当までご連絡ください。

※中標津こどもクリニックで接種希望の方は直接予約してください。

皆さまへのお願い

- ・感染予防の3つの基本である ①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い の徹底をお願いします。
- ・インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、発症を必ず防ぐわけではなく、接種時の体調によっては副反応が生じる場合があります。医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後、体調に異変が生じた場合は医療機関にご相談いただくようお願いします。

【申込み・問合せ】町民保健センター TEL 75-0359

# 保健センターからの

## お知らせ

### 11・12月の 母子保健 業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
11月	4	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00 (予約制)
	5	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:00 (予約制) 13:00~14:30 (予約制)
	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	12:40~13:00 (受付)
	12	木	3 歳 児 健 診	町民保健センター	9:00~10:30 (受付)
	25	水	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	西春別ふれあいセンター	10:00~11:30
12月	27	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30~11:30 13:00~15:30
	1	火	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~15:00 (受付)
	2	水	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00~11:00 (予約制)
	3	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:00 (予約制) 13:00~14:30 (予約制)
	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	12:40~13:00 (受付)
	10	木	1歳6カ月児健診	町民保健センター	9:00~10:30 (受付)
	17	木	フ ッ 素 塗 布	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
	18	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30~11:30 13:00~15:30
	22	火	1歳3カ月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30

※令和2年4月から、乳幼児相談の尾岱沼会場は偶数月、西春別会場は奇数月の実施となっています。

※新型コロナウイルス感染症の影響により予定が変更になる場合がありますので、その際にはあらためてお知らせします。

■11月の4カ月健診対象者 対象者には個別に通知します

■11月の3歳児健診対象者 平成29年9月・10月生まれのお子さん

## こころの健康相談

町民保健センターでは、  
町民を対象に、臨床心理士による  
「こころの健康相談」  
を行っています。

月～金 (予約制)  
9:00～17:00

相談は  
無料  
です

誰かに話すことで  
気持ちが楽になったり、  
考えが整理されたりするこ  
とがあるはずです。  
お気軽にご相談ください。

新型コロナウイルス感染症にかかわるさまざまな不安や、活動の自粛によるストレスなどの相談は「こころの健康相談」をご利用ください。

からだへの影響

- ・疲れやすい
- ・体調不良
- ・不眠
- ・食欲不振 など

こころへの影響

- ・涙もろくなる
- ・イライラする
- ・怒りっぽくなる
- ・何となく常に緊張している など

「こころの健康相談」では

- ・ゆっくりとお話を伺います。
- ・リラクゼーションなどストレス対処法に取り組み、心と体の調子を整えます。
- ・医療の必要性の有無などについて話し合います。

困ったときの相談窓口～かけがえない命を守るために～

■死にたい気持ちについての相談窓口

- ・北海道いのちの電話 011-231-4343 (24時間対応)
- ・旭川いのちの電話 0166-23-4343 (24時間対応)
- ・自殺予防いのちの電話 0120-738-556 (毎月10日のみ8:00～24時間)

※ご本人ではなくても相談できます。 ※相談の際、自分の名前は教えずとも大丈夫です。

■借金・多重債務についての相談窓口

- ・法テラス 0570-07-8374 [9:00～21:00(月～金) / 9:00～17:00(土)]
- ・多重債務相談窓口 011-807-5144 [9:00～17:00(月～金)]

■ひきこもり・自死遺族・その他メンタルヘルスについての相談窓口

- ・別海町傾聴ボランティア「みえるの会」中河 090-1640-8797 佐藤 080-5584-3906
- ※日時 毎月第3土曜日 10:00～12:00 / 場所 町民保健センター

■予約先・相談場所 町民保健センター母子保健担当 TEL75-0359

すでに精神科・心療内科通院中の方は、主治医の了解を得てからご予約ください。



# 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の、妊娠、出産について学ぶ教室です。分からない事、心配な事、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、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

開催日	内 容	担当者
11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
11月18日(水)	・出産のおはなし	助産師
11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

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事など困ったときは、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



## 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**  
11月13日(金)

**時間** 午前10時から午前11時30分

**対象** 1歳未満のお子さんとお母さん

**料金** 町内に住所のある方 1,000円  
1回 その他の方 2,000円

**12月コース**

**全4回**

12月3日(木)  
12月10日(木)  
12月17日(木)  
12月24日(木)

※母子健康センター事業は、新型コロナウイルスの感染リスクを抑えるため、少人数での開催となります。参加人数が多い場合は、人数と日程を調整させていただく場合がありますのでご理解をお願いします。

## 母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定した方は、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などが必要となりますので、マイナンバーカード等マイナンバーを確認でき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。

## 町立別海病院からのお知らせ

### 電話問診による処方箋の交付等について

新型コロナウイルスの感染拡大を防止する観点から、次のとおり対応しています。

なお、医師の判断により診療行為が必要とされる方は、通常の受診が必要となりますので、ご協力をお願いします。

詳しくは町立別海病院のホームページをご覧ください。

**対象者…慢性疾患等を有する方で、症状に変化がなく  
処方切れで継続処方をご希望される方**

通院先	対 応	電話受付時間	備 考
町立別海病院 (内科・外科)	電話問診による 処方箋の交付	(月)~(木) 15:00~17:00	処方箋の交付 は翌日以降
西春別駅前 診療所	電話問診による 処方箋の交付	(月)~(金) 8:30~16:00 ※(木)は15:00まで	11:00~ 13:30は 受付不可
尾岱沼 診療所	電話問診による 院内処方	(月)~(金) 9:00~15:00	11:00~ 13:30は 受付不可

※処方箋の有効期限は発行日から4日以内となっていますのでご注意ください。

問合せ・申込み／町立別海病院 TEL 75-2311  
西春別駅前診療所 TEL 77-2350  
尾岱沼診療所 TEL 0153-86-2625

### 検査棟増改築工事について

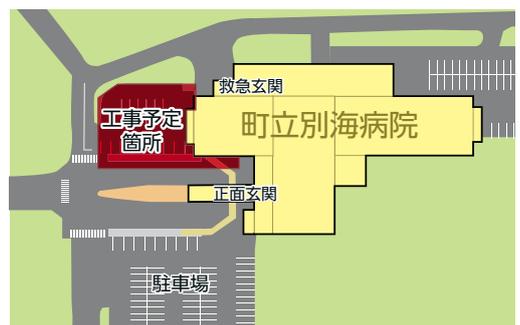
本院では、本年度に超電導磁気共鳴断層装置 (MRI) の導入を予定しており、合わせて検査棟の増改築工事を行っています。

工事に伴い救急玄関側の駐車場が使用できませんので、特別養護老人ホーム清翠園の駐車場もしくは公園側駐車場をご利用いただきますようお願いいたします。

ご利用されます皆さまには、ご迷惑、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■工事期間 令和3年2月28日まで(予定)

■工事箇所 救急玄関側駐車場全面



# 11月の診療案内

受付時間 (午前) 8:15~11:00 (午後) 12:30~15:00 (夜間) 17:15~18:30  
 診療開始 (午前) 8:30~ (午後) 13:30~ (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 内科医長 鈴木英雄 内科医長 水谷彰吾 内科医長 越智龍太郎	午前	西村	鈴木 ※17日、24日	西村	西村	鈴木 ※6日、20日	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>健康診断は予約制となっています。お電話が受付窓口でお申し込みください。</li> <li>夜間診療時の健診は行いませんので、ご注意ください。</li> </ul>
		越智	水谷	越智	鈴木 ※5日、19日	水谷 ※6日、13日、20日	
	午後	鈴木 ※2日、16日、30日	西村	水谷	越智	越智	
	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	中島	中島	<ul style="list-style-type: none"> <li>緊急手術実施の際は、<b>休診</b>または<b>診療体制変更</b>の可能性があるので、あらかじめご了承ください。</li> <li><b>肛門外来</b>(月曜午前、火曜午前、金曜午後)を実施しています。</li> </ul>
	午後	中島	手術日 休診	山田	手術日 休診	山田	
産婦人科 副院長 山内修	午前	山内	山内 ※10日、17日 出張医 ※24日	山内 ※4日、11日、18日 出張医 ※25日	山内 ※5日、12日、19日 出張医 ※26日	山内 ※6日、13日 出張医 ※20日、27日	<ul style="list-style-type: none"> <li>午後の診察は検査が入るとお待ちいただく場合がありますのでご了承ください。</li> </ul>
	午後	山内	-	-	山内 ※5日、12日、19日 出張医 ※26日	-	
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 舘 ※12日、26日	横澤 ※6日、20日 舘 ※13日、27日	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>乳児健診は<b>予約制</b>となっており、火曜日午後1時から診察を開始します。</li> <li>心臓、慢性疾患外来、アレルギー外来(水曜日午後)は<b>予約制</b>となっています。</li> </ul>
	午後	横澤	予防接種	横澤	予防接種	横澤 ※20日 舘 ※13日、27日	
精神科・心療内科 医師 浮田充	午前	-	浮田	-	浮田	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>原則<b>予約制</b>ですので、受診については事前にお問い合わせください。</li> <li>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(午前、午後)、水曜(午後)、木曜(午前、午後)の診療日におかけください。</li> </ul>
	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	5日(木)	午後	飯田 憲治 医師
	6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	25日(水)	午前	角木 拓也 医師 (札幌医大)
	12日(木)	午後	舘 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)

診療科	日付	時間	担当医師
手・整形外科	2日(月)	午前	川西 洋平 医師
	4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	16日(月)	午前	河合 伸昭 医師
	30日(月)	午前・午後	
腰・整形外科	27日(金)	午前	徳永 茂行 医師

\*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。

## 脳神経内科の受診について

脳神経内科の受診をご希望の方は、あらかじめ電話でご相談ください。

≪相談日時≫ 火曜日、水曜日、木曜日 午後3時30分から午後4時

## 禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来は、本年12月末で休診とします。  
 つきましては、新規患者さまの受付は休止しますので、ご了承ください。

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

風除けや雪囲いをして冬に備えることを冬構というが、掲句の通り囲いの中では外の様子が見られなくなる。

今西 青峰

## 冬構視野順々に狭まりぬ

谷口 智子



ベツカイ 歳時記

## 矢日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をお願いします。  
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

町ホームページ  
検索キーワード

令和2年度演習

検索

TEL 0153-75-2111

(内線2211・2212・2216)



今月の納期

## 国民健康保険税(5期)は11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)

## お誕生・ご結婚

令和2年9月1日から9月30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
尾形 佳音 (かのん)ちゃん	女 航輝(尾岱沼)	
瀬戸 敢太 (かんた)くん	男 太雅(西春別駅前)	
猫塚 陽葵 (ひまり)ちゃん	女 祐紀(別海)	
伊東 璃子 (りこ)ちゃん	女 勇稀(別海)	
寺崎 広隼 (ひろと)くん	男 斗貴人(別海)	
武藤 要 (かなめ)くん	男 拓己(中西別)	
皆川蓮太郎 (れんたろう)くん	男 好太郎(別海)	

氏名	保護者	住所
浦山 朝陽 (あさひ)くん	男 大地(上春別)	
清実あかり (あかり)ちゃん	女 篤(別海)	
金谷 詩季 (しき)ちゃん	女 竜介(別海)	



ご結婚おめでとう

氏名	住所
石橋 昂大・福岡みなみさん	(別海)
中山 裕大・木村 唯さん	(別海)

## 人の動き

令和2年  
9月末現在

( )は前月比

人口	14,829(±0)
男	7,502(+3)
女	7,327(-3)
うち外国人	418(±0)
世帯数	6,779(+10)
出生	10
死亡	13
転入	39
転出	39

その他 +3  
※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

令和2年  
9月末現在

( )は令和2年1月からの累計

発生	1件(1)
死者	0人(0)
負傷者	1人(1)

## 火災と救急

令和2年  
9月末現在

( )は令和2年1月からの累計

火災	1件(9)
[死者]	0件(0)
救急	37件(386)
救助	1件(14)
ドクターヘリ搬送	2件(12)

### 救命講習について

新型コロナウイルス感染症の影響により、休止していた救命講習を10月1日から再開しています。感染症予防を図りながらの講習となりますので、従来とは若干異なった講習となります。なお、感染症の発生状況により開催の有無を判断し、場合によっては休止となることもありますので、詳しくは別海消防署救急係までお問い合わせください。

(別海消防署 救急係 75-0366)

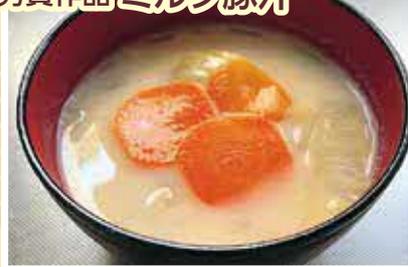
### 別海町応援企画

### 優秀賞作品 ミルク豚汁

### 乳和食オリジナルレシピ コンテスト入賞作品

考案者 上西春別中学校

草野雄哉、小島飛羽、斎藤悠汰、  
本田千枝都、吉田陽和



### 材料(4人分)

*牛乳	200ml
*みそ	大2
*細ネギ	2本
*かつお節パック	10g
*熱湯	500ml
*豚バラ薄切り	100g
*ニンジン	50g
*タマネギ	100g
*ジャガイモ	100g
*大根	50g
*ゴボウ	20g

### 作り方

- ①茶こしにかつお節パックを入れ、熱湯をゆっくり注いでだし汁を作る。
- ②鍋に①のだし汁、ニンジン、タマネギ、ジャガイモ、大根、ゴボウを加えて煮る。煮立ったら豚肉を加え、ふたをして弱火で野菜が柔らかくなるまで煮る。(10分程度)
- ③②に牛乳を加え、ふつふつとしてきたら火を止め、みそを加える。
- ④器に盛り付け、細ネギを散らす。

■ポイント 豚汁といったらみそだけど、牛乳がメインでおいしく味わえるようにしました。野菜を北海道の食材にして、牛乳は別海牛乳を使用しました。

乳和食公式サイトでは、レシピや調理動画がご覧いただけます。

