

contents.

年金生活者支援給付金制度が始まります ③

幼稚園、保育所、認定こども園の利用料が無償化されます ④

きらりコンポストを配布します！ ⑦

除雪サービスを希望する方はお申し込みを！ ⑩



冬季自主運動教室と高齢者向け 基礎体力向上講座の参加者募集

運動には様々な種類があり、運動の種類によって効果が異なります。高齢者でも運動の種類や強度に注意して行えば、基礎代謝の向上、筋肉の強化を図ることができます。

運動を行うと、血流の改善、食欲がわく、腸の働きがよくなる、気分がよくなるなどの効果が得られ、例えばウォーキングは、心肺機能の向上のほか、骨が丈夫になる効果も得られます。また、筋力トレーニングやバランス訓練は筋肉量が増え、筋力を強化でき、ストレッチは筋肉の柔軟性が促され関節の動きが滑らかとなります。

さらに、運動は生活習慣病予防やもの忘れなどにも効果があるといわれています。

羽幌町では、高齢期に適切な運動を行い、筋肉量の増大や筋力強化、歩行能力や身体機能の向上を図るため、冬季自主運動教室・高齢者向け基礎体力向上講座を開催します。参加希望の方は下記まで申込・お問い合わせください。

昨年度 高齢者向け基礎体力向上講座の様子



➡ 申込・お問い合わせ

すこやか健康センター内
健康支援課介護保険係

☎ 62-6020（課直通）まで

① 冬季自主運動教室

募集期間 令和元年10月 1日 から
令和元年10月18日 まで

活動期間 令和元年11月 1日 から
令和2年 3月31日 まで

募集対象 町内に居住する65才以上の方

参加料 無料

定員 200名

場所 総合体育館

その他 服装は動きやすいものであれば普段着でも良いです。

上履（運動靴）が必要です。

利用方法 体育館の利用券をお渡ししますので、総合体育館の受付で利用券を提示して下さい。また、月1回の体成分分析機（体の筋肉量や体年齢が計れます）を無料で利用できます。

※講師はあなた自身です。自分のペースで身体と相談しながら運動しましょう。



② 高齢者向け基礎体力向上講座

開催日 令和元年11月8日、11月22日、12月13日、
令和2年1月24日、2月7日、2月21日、3月6日

時間 午後1時00分から午後2時00分まで

募集対象 町内に居住する65才以上の方

参加料 無料

定員 20名

場所 総合体育館

内容 講師によるコーディネーショントレーニングとなります。



※ほっと号を利用される場合は、

2便 朝日団地（体育館前）午後0時22分着

3便 朝日団地（体育館前）午後3時04分発
が便利です。ぜひご利用ください。

令和元年10月1日より

年金生活者支援給付金制度がはじまります

年金生活者支援給付金は、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。

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。

手続きは
お早めにオロ！！



対象となる方

▶ 老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

◎65歳以上である

◎世帯全員が市町村住民税非課税である

◎年金収入額とその他所得額の合計が879,300円（※1）以下である

（※1）令和元年度の基準額となります

▶ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下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（※2）である

（※2）扶養親族の数により増減します

請求手続き

①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）に記入し提出してください。

②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年金事務所または羽幌町役場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

日本年金機構や厚生労働省から、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の請求手続きで
お困りの際は、下記までお問い合わせください。

⇒ お問い合わせ

給付金専用ダイヤル ☎ 0570-05-4092（ナビダイヤルとなっております）

留萌年金事務所国民年金課 ☎ 0164-43-7212（自動音声案内 2番 → 2番）

羽幌町福祉課国保医療年金係 ☎ 68-7004（課直通）

年金給付金 検索



認可外保育施設等の利用

【対象となる施設・事業】

・認可外保育施設に加え、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を対象とします。

《注1》認可外保育施設とは、一般的な認可外保育施設、地方自治体独自の認証保育施設、ベビーシッター、認可外の事業所内保育等を指します。（都道府県への届出がなされていて、国の基準を満たす施設が対象。対象外の施設でも5年間の猶予期間が設けられます。）

《注2》他市町村の施設等の利用を希望される場合は事前にご相談ください。

【対象者・利用料】

・無償化の対象となるためには、「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。

《注1》保育所、認定こども園等を利用できていない方が対象となります。

《注2》「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件（保育所の利用と同等の要件）があります。

・3歳から5歳までの子どもたちは月額3.7万円まで、0歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもたちは月額4.2万円までの利用料が無償化されます。

就学前の発達支援サービスを利用する子どもたちについても、3歳から5歳までの利用料が無償化されます。

➡ お問い合わせ 福祉課子ども係（課直通） ☎ 68-7004

✉ f-kodomo@town.haboro.lg.jp

ごみの分別について～正しい分別の徹底を！～

令和に改元して、気持ちも新たに生活をスタートした今春、みなさまの家庭などから出るごみの処理施設で5月21日に火災が発生しました。

分別収集が始まって、年月が過ぎましたが、ほとんどの方がルールを守って、気持ちよく生活されている中、ほんの一部のルールを守れない方のために施設の機能がストップしてしまい、ごみの収集に支障が出ることもあります。

元号もあたらしくなった『令和元年』、友人や家族との会話や町内会の集まりなどの際に、ごみの分別について再確認をお願いします。

今年の4月から、新たに「雑がみ」の分別をお願いしております。ルールを守らない方がいると、みなさんで利用するごみステーションが気持ちよく利用できないこととなります。分別収集にご協力をお願いします。

- ライターは、ガスを抜いて「破碎ごみ」で出してください。
- カミソリは、刃をガムテープで覆い、「破碎ごみ」で出してください。
- スプレー缶等は、穴を開けてからステーション内の空いているカゴに出してください。
- 缶などに異物を入れないでください。
- 缶、ビン、ペットボトルは、中を水洗いして出してください。
- プラスチック類は、汚れを落として、水洗いして出してください。プラスチック類を二重に袋に入れて出すのは、やめてください。
- 「雑がみ」と「シュレッダー屑」は、混ぜないで別々の袋で出してください。
- 分別を間違わないでください。

➡ お問い合わせ

町民課環境衛生係（課直通） ☎ 68-7003

羽幌町外2町村衛生施設組合 ☎ 68-1001

令和元年10月1日から

幼稚園、保育所、認定こども園などの

3歳から5歳まで

利用料が無償化されます。

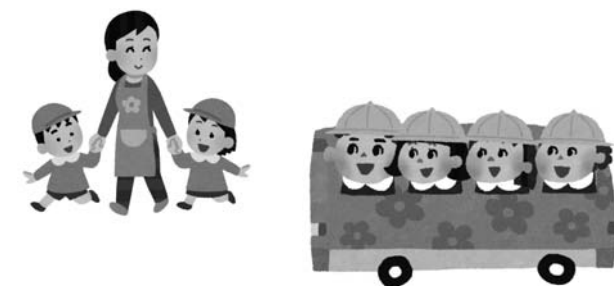
※0歳から2歳までの住民税非課税世帯も対象になります。

幼稚園、保育所、認定こども園等の利用

【対象となる施設・事業】

・幼稚園、保育所、認定こども園
・地域型保育、企業主導型保育事業（標準的な利用料）

《注》地域型保育とは、小規模保育、家庭的保育、居宅訪問型保育、事業所内保育を指します。（※当町には該当施設はありません。）



【対象者・利用料】

・3歳から5歳まで
幼稚園、保育所、認定こども園（保育・幼稚園）等の利用料が無償化されます。

◎無償化の期間は、満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間です。

《注》幼稚園については、入園できる時期に合わせて、満3歳から無償化となります。

・0歳から2歳まで
住民税非課税世帯を対象として利用料が無償化されます。

・利用料以外（送迎費、行事費など）の実費徴収分は、これまでどおり負担いただくことになります。

3歳から5歳までで保育所や認定こども園の保育を利用する子どもの副食費が実費徴収化されます。

■現在、主食費（ごはん・パン）は保育料と別に実費負担（又は各自持参）となっていますが、副食費（おかず）は保育料に含まれています。

■今回の保育料無償化にあたり、3歳から5歳までの子どもについては、幼稚園や認定こども園を利用する子どもたちと同様に、副食費も実費徴収化されることとなります。

ただし、年収360万円未満相当の世帯や第3子以降の子どもは、副食費を免除することになります。

（幼稚園も同様です。なお、免除の対象者へは個別に通知します）支払免除の対象とならない場合は、各施設が定める額の副食費を施設へ納めていただくこととなります。なお、0歳から2歳までの子どもにつきましては、現在の取扱いと変わりません。

幼稚園の預かり保育の利用

【対象者・利用料】

・無償化の対象となるためには、お住まいの市町村から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。

《注》「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件（保育所の利用と同等の要件）があります。

・幼稚園の利用に加え、利用日数に応じて、最大月額1.13万円までの範囲で預かり保育の利用料が無償化されます。



「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種について」 文= 清水 雅代 (保健師)

肺炎は細菌やウイルスなどが身体に入りこむことで起こる肺の炎症です。

日本人がかかる肺炎の中で最も原因になりやすいのが「肺炎球菌」といわれ、その種類は90種類以上あります。肺炎球菌予防接種は、そのうち多くかかりやすい23種の型に対し、重症化防止などの効果が期待できます。

羽幌町では以下のとおり実施していますので、接種を希望される方はお申込みください。

【定期接種対象者】

65歳以上で、このワクチンを接種したことがない方を対象に、令和5(2023)年度までの間に1人1回、定期接種の機会を設けています。

①令和元年度定期接種の対象になる方 (65歳から5歳刻みの年齢)

65歳	昭和29年4月2日生 ~ 昭和30年4月1日生
70歳	昭和24年4月2日生 ~ 昭和25年4月1日生
75歳	昭和19年4月2日生 ~ 昭和20年4月1日生
80歳	昭和14年4月2日生 ~ 昭和15年4月1日生
85歳	昭和 9年4月2日生 ~ 昭和10年4月1日生
90歳	昭和 4年4月2日生 ~ 昭和 5年4月1日生
95歳	大正13年4月2日生 ~ 大正14年4月1日生
100歳以上	大正 9年4月1日以前生

②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方 (身障手帳1種1級程度)

【任意予防接種対象者】

65歳以上で、定期接種対象年齢以外は任意予防接種となります。羽幌町では、任意予防接種においても接種にかかる費用助成をおこなっています。

ただし、過去に助成を受けたことがある方は全額自己負担となります。

【実施方法】

実施場所 道立羽幌病院、加藤病院、天売診療所、焼尻診療所

実施日時 申し込み時に病院と各自調整

接種内容 成人用肺炎球菌ワクチン
(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン)
皮下または筋肉内注射 1回

接種費用 自己負担額 3,000円
(定期接種・任意接種どちらも)

※今までに町の助成を受けたことがある方は全額自己負担となるため費用が異なります。病院に直接確認してください。

申 込 接種を希望する医療機関に事前予約申込後、接種日までに病院もしくはすこやか健康センターで予診票をお受取りください。

そ の 他 ①町外の医療機関で実施する場合は全額自己負担となります。

②このワクチンを接種した人が短い期間で再接種した場合、強い副反応が出ると言われているため、再接種する場合には5年以上の間隔をあける必要があります。

⇒お問い合わせ

健康支援課保健係 (羽幌町すこやか健康センター内) ☎ 62-6020



生ごみからできた堆肥

「キラリコンポスト」を配布します！

この肥料は、苫前町・羽幌町・初山別村の家庭等から排出された生ごみを発酵させたもので、窒素・リン酸・カリ等を含んだ有機物主体の特殊肥料です。家庭菜園などにご利用ください。

日時 令和元年10月19日（土曜日）午前10時00分～

場所 中央公民館 駐車場（レストパーク側）

予定数量 3,000袋

連絡事項

- ①配布は午前10時00分に開始します。ただし午前10時20分までの間は、お1人様5袋までとさせていただきます。
- ②配布は、無くなりしだい終了します。

肥料取締法に基づく表示

肥料の名称 堆肥

肥料の種類 堆肥

届出をした都道府県

北海道5568号

表示者の氏名又は名称及び住所

羽幌町外2町村衛生施設組合

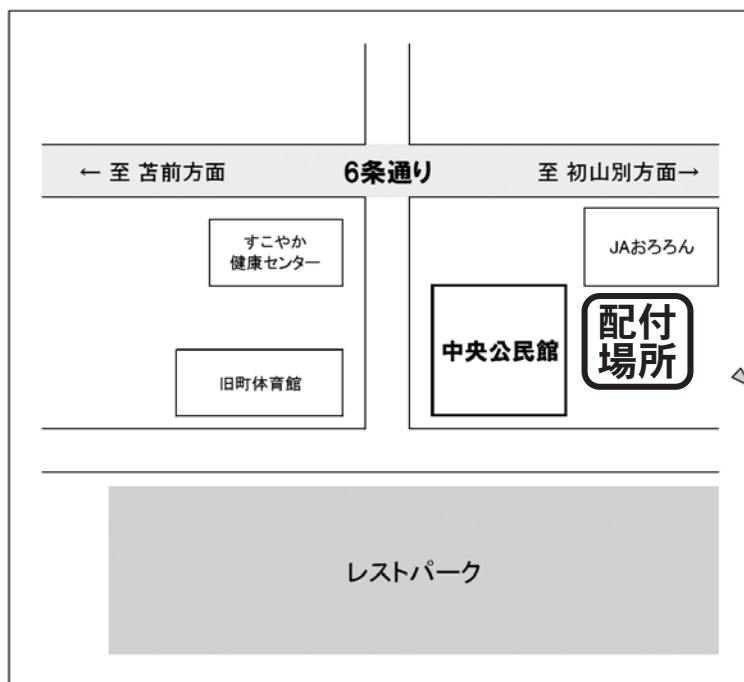
苫前郡羽幌町字築別815番地

正味重量 5kg

原料 生ごみ

主要成分の含有量

窒素全量	3.0%
リン酸全量	1.78%
カリ全量	1.30%
炭素窒素比	10
水分含有量	18.4%



※本品は「肥料取締法」により特殊肥料として指定されています。

※有害物質の水銀、カドミウム、ヒ素は規制値以下です。

※使用する場合は、表示された成分を確認のうえご利用ください。

☞お問い合わせ 町民課環境衛生係 ☎ 68-7003（課直通）
メールアドレス c-kankyou@town.haboro.lg.jp

中央公民館 図書室だより books.

【開館時間】午前10時00分～午後5時00分

【公民館休館日】9月22日(日曜日)

※図書室のおやすみ 毎週月曜日と公民館の休館日

【電話】0164-62-1178(中央公民館内)

(新刊や蔵書は羽幌町ホームページで検索できます。)



◆◆◆ 今月のおすすめ図書 ◆◆◆



ブルーチーズドリーマー 世界一のチーズをつくる。
伊勢 昇平 著/エイチエス株式会社

JAL、ANA国際線ファーストクラスに採用された、北海道産「江丹別の青いチーズ」。今までの苦勞が報われたと思った矢先の3ヶ月後、今度は僕の顔が青くなり、またしても体が震えました。



ころべばいいのに
ヨシタケシンスケ 作/ブロンズ新社

キラいなひとつって、いるよねー。イヤな気持ちって、自分じゃどうしようもない。そんなときはね…！ヨシタケシンスケ流ころべの処方箋。

◆◆◆ 新着図書 <一部をご紹介します> ◆◆◆

一般書

- 我らが少女A 高村 薫 著
- むらさきのスカートの女 今村 夏子 著
- さよならの儀式 8 Science Fiction Stories 宮部 みゆき 著
- 将軍家康の女影武者 近衛 龍春 著
- 東京湾臨海署安積班 炎天夢 今野 敏 著
- トランスファー 中江 有里 著
- カリスマvs.溝鼠 新堂 冬樹 著
- ブスの自信の持ち方 山崎 ナオコーラ 著
- こねこ 岩合 光昭 著
- トマト・ブック 坂田 阿希子 著

児童書

- きょうふのしりとり 武田 美穂 作
- アッチとドッチのフルーツポンチ 角野 栄子 さく
- おばけとしゃかん 齊藤 洋 作
- だれのパンツ? シゲリ カツヒコ 作
- ねこの小児科医ローベルト 木地 雅映子 作
- 魔女の子ども ケリー・バーンヒル 著
- しょうぎのくにであそぼう
- はじめてのしょうぎえほん 中倉 彰子 作
- キャベたまたんていじごくツアーへごしょうたい 三田村 信行 作

お知らせ!

留萌管内図書館職員研修会として、童心社の橋口英二郎さんを講師にお迎えして紙芝居講習会「紙芝居の魅力と演じ方」を開催します。紙芝居に興味のある一般の方も参加できます。

開催期日：9月28日(土)午後1時30分から

会場：羽幌町中央公民館小ホール

申込先：羽幌町中央公民館 図書室

申込方法：9月20日(金)までに図書室へ直接または電話でお申込下さい。



あざらしおはなし会

10月12日(土)午後2時00分から



絵本の読み聞かせをしています。紙芝居や楽しい遊びもありますよ。気軽にご参加ください。



○印は図書室がお休みの日です

9月						
日	月	火	水	木	金	土
				12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19



ひな
浅井 陽奈ちゃん(11か月)
父 駿さん 母 李湖さん

キラキラするものが大好き!



掲載希望の3才くらいまでのお子さんを募集! 詳しくはお問い合わせください。

地域振興課広報広聴係

☎ 68-7013(課直通)

✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

まちの出来事

from.
photoclip

8月 | AUGUST



1



2



4



3



5

まちの出来事はホームページの「フォトクリップ」コーナーでもご紹介しています。

2 はぼろサンセットビーチでサンセットビーチCUPビーチバレーボール大会が開催されました。

2人制、4人制の部に全道各地から48チーム160名が参加し、蒸し暑さと強い日差しの中熱い戦いを繰り広げました。(8/4)

3 オリンピック金メダリスト清水宏保氏の講演会が中央公民館で行われました。講演会では「どんな小さなことでもチャレンジする大切さ」について、現役時代や引退後のエピソードを交えて話し、会場を沸かせました。(8/6)

1 焼尻めん羊まつりが開催されました。生産頭数が少ない貴重な焼尻めん羊肉が安価で提供され、来場者はジューシーなめん羊肉をその場で炭火焼きにして味わいました。そのほかにも花火大会、生ウニの販売、餅つきイベントなどが行われ、2日間で約800の方が来場されました。(8/3 - 4)

4 特別養護老人ホームで盆踊り会が開催されました。あいにくの荒天により屋内での開催となりましたが、ホール内に模擬店も出店され、みんなで盆踊りを楽しみました。(8/8)

5 はぼろバラ園で商工会青年部主催の大盆踊り大会が行われました。会場は帰省客など多数の参加者で賑わい、夏の終わりを満喫しました。(8/14)

先月号の情報プラザでもお知らせしたとおり、9月は秋のイベントが目白押しとなっております。食欲の秋、スポーツの秋、芸術の秋などなど、みなさんも自分にあった秋を見つけてみてはいかがでしょうか。暑かった夏も終わり過ごしやすいくれぐれもお気を付けください。それでは、情報プラザをご覧ください。

☎ 0164-68-7013 (地域振興課直通)
🌐 <http://www.town.haboro.lg.jp/>
✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

お知らせ

赤い羽根共同募金運動にご協力を

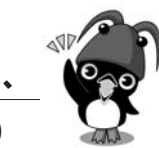
10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります。この募金は、高齢者、障がい者、子どもたちなどへの地域福祉活動に役立てられます。地域の住民や企業の方々、みなさんの想いを赤い羽根共同募金へお寄せください。



今年の目標額 1,500,000円

お問い合わせ 羽幌町社会福祉協議会内
羽幌町共同募金委員会 ☎ 69-2311

お忘れなく！
9月30日(月)納期限の税金は、
国民健康保険税(第3期分)



除雪サービスを希望する方はお申し込みを！

高齢または身体上などの理由で自力で除雪することが困難な世帯を対象に、除雪サービスを実施しています。希望される方はお申し込みください。

対象世帯

羽幌町在住で65歳以上の除雪支援が必要と思われる単身・夫婦世帯及び65歳未満で、障がいや難病等により除雪が困難で支援が必要な世帯(ただし、次に該当しない方)

- ①町民税課税世帯
- ②町内に家族等が在住している
- ③除雪の労力を確保できる世帯



除雪サービスの内容

積雪がおおむね15cm以上となった場合、1日1回、玄関前の除雪を実施。

申込期限 10月4日(金)

除雪サービスの可否

訪問調査・課税状況等の内容をもとに、地域ケア会議で利用可否を決定して、文書で結果をお知らせします。※詳しくはお問い合わせください。

申込・お問い合わせ すこやか健康センター内
健康支援課地域包括支援センター係 ☎ 62-6021
(離島地区は役場支所で申込できます。)

実施期間 令和元年12月1日～令和2年3月15日(予定)
利用者負担 無料

「消費者ホットライン188」にご相談を！

消費者ホットライン188(局番なし)は、お近くの消費生活センター等の消費生活相談窓口をご案内することにより、消費生活相談の最初の一步をお手伝いするものです。

「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使ってけがをしてしまった」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「188(いやや!)」にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。



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」

一人で悩まず、まずは相談

大切なのは、すぐに相談することです。『泣き寝入りは超いやや(188)!』で覚えてね。

お問い合わせ

消費者庁消費者教育・地方協力課
消費者ホットライン担当
☎ 03-3507-9190
✉ g.hotline188@caa.go.jp

知っていますか？建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

加入できる事業主：建設業を営む方
対象となる労働者：建設業の現場で働く人
掛金：日額310円

詳しくは、建退共ホームページをご覧ください。下記の建退共支部までお問い合わせください。

建退共

検索

お問い合わせ

建退共北海道支部 ☎ 011-261-6186

8月の交通事故・消防に関するお知らせ

羽幌警察署並びに消防署から8月における各件数などのお知らせです。

交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	1件	(5件)
死者	0人	(0人)
負傷者	1人	(5人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	46件	(256件)
搬送人員	46人	(250人)
火災件数	0件	(4件)
損害額	調査中	(-)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(1人)

公証週間のお知らせ

10月1日(火)から10月7日(月)までは公証週間です。公証人は、公証役場において遺言や大切な契約などの公正証書の作成、会社を設立する際の定款の認証などを行っています。公証人は、法務大臣によって任命される公務員です。

「遺言は公正証書で！」

公正証書遺言は、自筆遺言証書のように裁判所での検認は必要ありませんし、原本は公認役場で保存していますので、偽造・変造や紛失の心配もありません。

また、公証人が自宅や病院へ出向いて遺言書を作成することもできます。

公証制度の詳細については、公証役場又は法務局にお問い合わせください。

お問い合わせ

- ①旭川公証人合同役場
旭川市6条通8丁目37番地22 ☎ 0166-23-0098
- ②名寄公証役場
名寄市西1条南9丁目35 ☎ 01654-3-3131
- ③旭川地方法務局
旭川市宮前1条3丁目3番地15号 ☎ 0166-38-1144

募集



赤ちゃんと一緒にベビーダンス!

ベビーダンスでは、赤ちゃんを抱っこしたままステップを踏みます。産後のエクササイズや赤ちゃんの寝かしつけにも効果的です。抱っこひもの装着ポイントも学んで、赤ちゃんとのスキンシップを楽しみましょう。赤ちゃんの首がすわっていれば参加できます。

日時 10月2日、11月6日、12月4日、
1月8日、2月5日、3月4日
(毎月第1、または第2水曜日)
午前10時30分～午前11時30分

定員 各回5組まで

場所 公民館図書室

申込 前日の午後5時までに図書室に電話、または直接お申込ください。

講師 ベビーダンスインストラクター 杉澤 豊子さん

参加料 無料

持ち物 赤ちゃんとお大人のお飲み物、使いなれた抱っこひも(スリング可)、汗ふきタオル、おむつ着替えなど、赤ちゃんのお出かけグッズ、バスタオル

申込・お問い合わせ

中央公民館内 公民館図書室 ☎ 62-1178



相談



「子育てのお悩み、LINEで相談してみませんか？」

子育て、不登校、夫婦・家族の問題、DVなど。地域の見守りボランティアである主任児童委員の近藤麻子(羽幌町)さんが、子育ての相談を受け付けるLINE@を開設しました。どんなお悩みでも構いませんのでお気軽にご相談ください。

※秘密は厳守されます。誰が登録されているか、ほかの登録者には伝わりません。

「子育てママの心の相談室」
LINE ID:@zxx0453n



!! 第28回おろちゃんマラソン大会

第28回おろちゃんマラソン大会の申込受付を開始しました。健康増進や体力づくりに日ごろジョギングをされている方はもちろん、親子で一緒に走ることができる『ファミリー部門』もあります。ご家族お揃いでお越しください。



日時 10月13日(日)
午前10時00分スタート(雨天決行)

参加資格 小学生以上の方

コース 総合体育館～中央方面(往復)

参加料 無料

申込期限 9月20日(金)必着

競技方法 2～10kmコース各種目タイム順位
(1～6位まで賞状・メダルが授与されます)

ファミリーの部(男女共通)

- ・ファミリーの部A 2km 小学生1～3年生と親
- ・ファミリーの部B 2km 小学生4～6年生と親

※申込用紙は総合体育館と中央公民館にあります。

ファイターズガールも来るよ!

当日は北海道日本ハムファイターズのファイターズガールが応援に駆けつけます!!

日時 10月13日(日) 午前10時00分スタート

場所 羽幌町総合体育館

その他 表彰ブースの写真撮影コーナーで撮影会を行います。(正午まで)



申込・お問い合わせ

中央公民館内 社会教育課体育振興係
おろちゃんマラソン大会事務局
☎ 62-1178 / FAX 62-1372

!! いちい大学祭作品展

木製時計や生け花など、いちい大学の活動で学生が作成した作品を展示します。

期間 10月4日(金)～8日(火)

会場 中央公民館ロビー

申込・お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178

!! 手紙を守るためのルールがあります

手紙やはがきなどの信書は、原則として日本郵便株式会社及び信書便事業者だけが取り扱うことができると定められています。(※宅配便やメール便では原則として信書の送付はできません。)

詳細については、
「総務省情報流通行政局郵政行政部」
<http://www.soumu.go.jp/yusei/index.html>
「信書便制度周知チラシ」
http://www.soumu.go.jp/main_content/000606670.pdf
または、総務省情報流通行政局郵政行政部郵便課
☎ 03-5253-5975
✉ shinsyo_soudan@soumu.go.jp まで

お問い合わせ

総務省 北海道総合通信局 信書便監理官 新城
☎ 011-709-2311(内線 4684) FAX 011-709-2481
✉ sinsyobin-hokkaido@soumu.go.jp

イベント・行事



!! 宝井梅福 ～ 講談の夕べ (講師20周年・真打10周年記念公演)

羽幌町出身の女性講談師・宝井梅福さんの記念公演を開催します。日本の伝統芸能である講談は張り扇で釈台を叩きパパンと音を響かせ調子よく語ります。独特のリズミカルな話芸をぜひご覧ください!



日時 10月12日(土曜日)
開演 午後6時30分(開場 午後6時00分)

場所 羽幌町中央公民館 大ホール

料金 1,000円(高校生以下無料)

チケット販売所 羽幌町中央公民館ほか

お問い合わせ 中央公民館内
羽幌町文化事業実行委員会事務局 ☎ 62-1178

!! 交通事故被害者援護制度のご案内

◆**介護料支給**

自動車(バイク含む)事故による重度後遺障害(脳損・脊損)により介護を要する方へ、後遺障害の程度に応じて月額35,400円～209,430円を支給します。

◆**交通遺児等育成資金貸付**

自動車(バイク含む)事故により死亡または重度後遺障害(脳損・脊損)を負われた方の義務教育終了前の子弟に対し、月々一定額の育成資金を無利子で貸付します。

◆**交通遺児等戸友の会入会**

自動車(バイク含む)事故により死亡または重度後遺障害(脳損・脊損)を負われた方の義務教育終了前の子弟のいる家庭に対し、交流会やレクリエーションを開催しています。

お問い合わせ

自動車事故対策機構旭川支所 ☎ 0166-40-0111

!! 2020年農林業センサスが実施されます

農林水産省では、令和2年2月1日現在で、「2020年農林業センサス」を実施します。この調査は、我が国の農林業・農山村地域の実態を明らかにする最も基本的な調査です。

令和元年12月中旬から調査員が農林業関係者の方々を訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いします。

調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されませんので、ご協力をお願いします。



お問い合わせ

総務課情報管理係 ☎ 62-1211(課直通)

!! 「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき350万円以内を固定金利年1.71%(※令和元年8月15日現在)で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることができます。

詳しくは「国の教育ローン」で検索していただくか、下記のコールセンターへお問い合わせください。

お問い合わせ 教育ローンコールセンター
☎ 0570-008656(ナビダイヤル)
または ☎ 03-5321-8656



Dr. 佐々尾の健康カルテ

例年より長く暑い夏は終わろうとしています。今年は湿度が高かったため、例年と同じ気温でも暑く感じたようです。

さて、当院では昨年11月から「フレイル外来」を設けました。改めて「フレイル」を復習しておく、「健康」と「要介護」の中間に当たる状態のことです。「健康」な人がある日突然「要介護」になるわけではなく、加齢とともに心身の機能は低下していくのです。運動機能が衰える人もいますし、抑うつ気味になっていく方もいます。どの機能が衰えるのかは個人差があるので、全員にあてはまる治療方針ではなく、オーダーメイドに個別の対策をとる必要があります。「フレイル外来」で評価して治療を検討しています。

始まってから10ヶ月が経ちますが、一番多いのが運動機能低下が見られる方です。その方々は自宅でするリハビリによる対策で十分な方が多いですが、中には入院してリハビリすると多少の回復が可

(北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師)

10月の保健・子育てカレンダー

町内の保健事業や子育て教室の日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
2日(水)	こっこくらぶ★	午前 9:30～	健康センター
6日(日)	婦人科検診*	午前 7:45～ 午後 3:00	健康センター
7日(月)	婦人科検診*	午前 7:45～ 午後 0:00	健康センター
7日(月)	苺くらぶ★	午前 9:30～	健康センター
9日(水)	小苺くらぶ★	午前 9:30～	健康センター
10日(木)	乳児健診*	午後 1:00～	健康センター
21日(月)	小苺・苺くらぶ★	午前 9:30～	健康センター
24日(木)	3歳児健診*	午後 0:30～	健康センター
25日(金)	離乳食教室*	午前10:00～	健康センター
30日(水)	こっこくらぶ★	午前 9:30～	健康センター
毎週	うさこちゃん 火・金 遊びの広場★	午前 9:30～	健康センター
毎週木	あいあいサークル★	午前 9:30～	健康センター

お問い合わせ すこやか健康センター内
★子育て支援センター ☎ 62-1656
*健康支援課保健係 ☎ 62-6020

10月の定例相談

▶年金相談

年金の加入状況の確認、納付書や年金手帳の再発行依頼など年金に係る相談を受け付けています。

相談には予約が必要です

希望される方は、相談日の一週間前までにご予約ください。(定員になり次第、締め切りがあります)

日時 10月10日(木) 午前10時00分～午後4時00分
会場 役場4階 大会議室

予約・お問い合わせ

日本年金機構留萌年金事務所 ☎ 0164-43-7211

▶行政相談

行政に関することでわからないことがあれば、お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は厳守されます。

日時 10月10日(木) 午後1時30分～午後3時30分
会場 役場1階 相談室

お問い合わせ 町民課総合受付係 ☎ 68-7003 (課直通)

▶障がいに関する相談

年齢や障がいの種類、障害者手帳の有無は問いません。無料で相談できますので気軽にご利用ください。

日時 毎週水曜日
午前9時00分～午後5時00分(祝日除く)

会場 スタジオ囲炉裏(羽幌町寿町2番地の5)
連絡・お問い合わせ NPO法人 ウェルアナザーデザイン
☎ 0164-56-1662/080-5723-9264 (携帯電話)

北海道立羽幌病院からのお知らせ【令和元年10月分外来診療体制】

		月	火	水	木	金	応援医師等	受付時間
午前	予約優先	○	○	○		○	㊦は消化器 佐々尾医師	8:00～11:00
	予約制	○	○	○	○	○	㊦は呼吸器 ㊧は禁煙外来 重原医師(*4日・18日完全予約) (第4水曜日 23日は休診)	
	予約外	○	○	○	○	○	㊨は循環器(*第4水曜日 23日) 留萌市立病院 高橋医師	※完全予約制
	予約制	○	○	○	○	○	札幌医大 木村教授(7日) ※変更となる場合もあります	8:00～11:00
午後	予約制		○				引野医師(1日) 穴口医師(3日・4日・17日・18日) 八島医師(10日)	※予約制
	予約優先	○					阿部医師・佐々尾医師(完全予約)	13:30～15:00
	予約制						㊦は呼吸器 ㊧は禁煙外来 重原医師(*4日・18日完全予約)	13:30～15:00
	予約優先	○	○	○	○	○	(1日・3日・7日・8日・10日・15日・17日・ 21日・24日・28日・29日・31日)	13:30～15:00 (8日・29日は内科のみ)
小児科	○	○	○	○	○	旭川医大医師(日程未定) *変更となる場合もあります	8:00～11:00 13:00～15:00	
婦人科(毎週火曜日)		○				金野医師	8:00～11:00 13:30～15:00	
眼科(毎週火曜日及び第1・3水曜日)		○	○			旭川医大より	※全日完全予約制	
泌尿器科(毎週木曜日)					○	札幌医大より	8:00～10:30	
耳鼻咽喉科(第1・3・5水曜日)			○			札幌医大より(2日・16日・30日)	※完全予約制	
皮膚科(毎週金曜日)					○	札幌医大より	8:00～11:00	
巡回診療	中央老人寿の家：第1木曜日(3日) / 上築集会所：第1金曜日(4日)							14:30～15:30
人間ドック・特定健診	人間ドック：毎週水・木曜日 / 特定健診：月～金曜日							※予約制

注1 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみ受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。

注2 内科と外科・整形外科を同日受診希望の方は、同日の内科の午後外来を予約できます。

注3 応援医師等は変更されることがあります。実際に受診される場合は事前に病院までお問い合わせください。

***札幌医大木村教授の総合診療は、希望された方全てへの診療はできない場合があります。**

☎お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060

「ごごうさ」開放中です! (午後1時00分～午後4時00分)

小学校入学前のお子さんと保護者を対象に、すこやか健康センター内で保育士を常駐させて遊び場を開放しています。育児相談なども随時行っていますので、ぜひご利用ください。

〈お知らせ〉

「ごごうさに行きたいけど、小学生の兄弟がいるから行けない!」という方、乳幼児の弟妹が利用している場合は、一緒に小学生も入室可能です。

※ただし、保護者の同伴が必要です。



10月の急病診療当番医

道立羽幌病院については土・日曜日及び祝日を含め、救急診療を行っています。

20日(日)
加藤病院(羽幌町)
☎ 62-1005





地域おこし協力隊 天売隊員の日記

今年の夏、天売島に訪れた外国人観光客が対応させて頂く機会がありました。天売島の外国人観光客の数は年々増加傾向にあるように思います。国籍も様々で、私が知っている限りで、アメリカ、台湾、タイ、スイス、イタリア、イギリス、ドイツから来られた方がいました。タイ籍の方は、天売島に海鳥・野鳥撮影目的で来島され、私もガイドと一緒に同行させて頂きました。早朝、午前3時頃にウトウの出巢の観察に行き、親鳥・雛が断崖絶壁から海に戻る光景は圧巻で、タイ籍の方も非常に感動されました。他にも、天売島の海鳥・野

鳥の撮影を楽しまれていたように感じます。ノゴマ・ヒガラ・ツツドリ等、天売島では比較的一般的に見られる鳥に關しても、興味を持って撮影されていました。天売島での宿泊についても、旅館の雰囲気・食事などに非常に満足されていました。次にドイツ国籍の方がキャンプで宿泊をされておられ、天売島の観光案内をさせて頂きました。その方は2泊されており、一緒にごはんを食べる機会を持つ事が出来ました。北海道を4週間程旅行する予定で、たまたま天売島の事を知り、来島されたとの事でした。食



赤岩の写真

事の中で、天売島の珍味を差し上げたところ、北欧の食べ物と似ていて美味しいと伺いました。外国人観光客の方々と触れ合う事で、天売島の魅力の再認識に繋がります。またその方の自国の文化などを教えてもらう事が出来、非常に楽しい経験を持つ事が出来ました。

「天売地区観光振興担当

平野 健司

人のうごき

令和元年8月届出分を掲載(希望者のみ)

おたんじょう

藤田 絵真 ^{えま} ちゃん	(俊悟・枝里子)	南5の5
岡部 紬希 ^{つむぎ} ちゃん	(裕祈・恵)	南4の1
福田 達己 ^{たつみ} くん	(大和・真希絵)	南3の5
今村 琉惺 ^{りゅうせい} くん	(駿平・蒼生)	南3の3
長内 俐来飛 ^{りくと} くん	(武寿・佳重)	港町

おくやみ

小林 千代子 ^{ちよこ} さん	83歳	幸町
西村 進 ^{しん} さん	85歳	寿町
熊木 昭雄 ^{あきお} さん	88歳	南町
浦木 勲 ^{いさむね} さん	82歳	寿町
細井 朝尾 ^{あすお} さん	103歳	栄町
杉山 秀雄 ^{ひでお} さん	81歳	幸町
木村 登美子 ^{のぼみこ} さん	62歳	緑町
古川 芳吉 ^{よしきち} さん	91歳	港町
齋藤 登美子 ^{のぼみこ} さん	84歳	南大通

人口と世帯数(8月末)

人口	6,861人	(-7)
男	3,302人	(-1)
女	3,559人	(-6)
世帯数	3,574世帯	(±0)

()は前月比

※広報はぼろ8月号の訂正について

広報はぼろ8月号11頁「おろちゃんマラソン大会」の表題に誤りがありました。お詫び申し上げますとともに次のとおり訂正します。

(誤) 第29回おろちゃんマラソン大会

(正) 第28回おろちゃんマラソン大会

新たな地域おこし協力隊を募集しています！

令和2年4月からの着任を目指し、下記任務の「地域おこし協力隊」を募集しています。都市圏にお住まいの本町出身者やお知り合いの方で本町へのU Iターンを希望されている方など、お心当たりの方はご紹介をお願いします。また、着任した際には改めてお知らせしますので、協力隊の受け入れについてご理解とご協力をお願いします。

募集任務・人数

- ①天売高校生徒募集業務(天売地区 1名)
- ②自然環境保全等推進業務(市街地区 1名)
- ③移住定住促進及びシティプロモーション業務(市街地区 1名)

募集締切

令和元年10月31日(木) 必着

※募集の詳細は町ホームページでご確認ください。

☎申込・お問い合わせ 地域振興課政策推進係 ☎ 68-7013(課直通)

