

✦ contents

要介護認定を受けている方の税控除 ②

道立羽幌病院だより ③

こんにちは保健師です | 脂質異常症の改善方法 ⑤

地産地消レシピ(16) | 長いもと鶏から揚げのサラダ ⑥

情報プラザ | 年末年始の休みと水道事業者の当番 ⑩

要介護認定を受けている方の税控除

介護保険要介護認定者の障害者控除及び特別障害者控除について

年齢が満65歳以上で介護保険の要介護認定を受けている方のうち、一定の要件(以下の表を参照)を満たす方に「障害者控除対象者認定書」を交付します。

この認定書により、平成20年分の所得税及び平成21年度分道町民税の申告(確定申告)時に、障害者控除又は特別障害者控除を受けることができます。

ただし、身体障害者手帳もしくは療育手帳の交付を受けている方は、申告の際にその手帳を提示することで控除を受けられますので、認定書は必要ありません。

[認定書の交付の要件]

控除区分	障害者控除対象者	要介護度 ※	日常生活自立度 ※	
			障がい高齢者	認知症高齢者
障害者控除	知的障がい者(軽度・中度)に準ずる障害者控除対象者	要介護1～3	—	II以上
	身体障がい者(3級～6級)に準ずる障害者控除該当者	要介護1～3	Aランク以上	—
特別障害者控除	知的障がい者(重度)に準ずる障害者控除対象者	要介護3～5	—	III以上
	身体障がい者(1級～2級)に準ずる障害者控除該当者	要介護3～5	Bランク以上	—
	寝たきり高齢者に準ずる障害者控除対象者	要介護4～5	Cランク以上	—

※ 基準日は平成20年12月31日現在。(基準日以前に死亡している場合は死亡月日を基準日とします)

注) 要介護認定を受けていない方、または介護度が「要支援1・2」の方は対象になりません。

▶申請に必要なもの

申請書、印鑑、介護保険被保険者証(青い被保険者証です)

▶申請書設置及び受付場所

役場総合窓口、すこやか健康センター、天売・焼尻支所

▶申請の受付開始

平成21年1月13日(火)から開始します。

※電話による、認定書交付の対象になるかどうかの照会はお受けできませんのでご了承ください。



☎ お問い合わせ 【障害者控除については】 財務課税務係 ☎ 62-1211(内線256)

【認定書の交付に関することは】 福祉課介護保険係 ☎ 62-6020



北海道立羽幌病院からのお知らせ

道立羽幌病院だより

今月号から北海道立羽幌病院の情報提供により、広報はぼろを通して医療・福祉に関する話題や情報をお知らせします。毎月連載の町保健師による「健康コラム」とあわせてご覧ください。



【ご存じですか？ ミルキー外来】

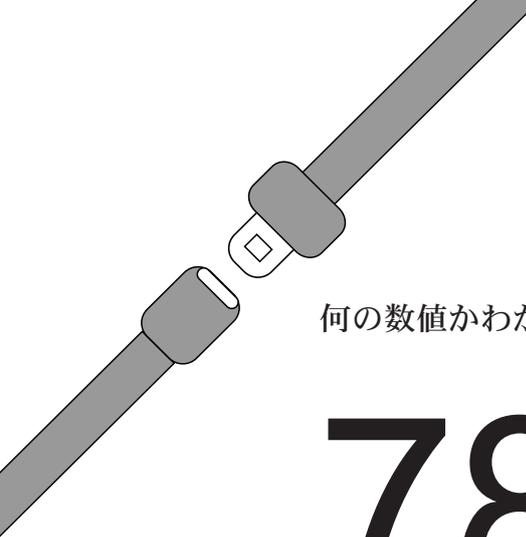
助産師による妊婦さんのための外来です。当院では、留萌市立病院での出産を予定し医師に許可された妊婦さんに対して、妊婦健診を当院助産師が行っています。また、出産後の乳房管理や体調に関する相談も行っています。受診の際は事前に電話でご予約下さい。

【外来診療体制：平成21年1月分】

診療科	月		火		水		木		金		対応医師	受付時間等
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
内科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		8:00～11:00、13:30～15:30
禁煙外来	—	—	—	—	—	—	—	予約	—	—		14:00から診療
外科	○	—	○	○	○	○	○	○	○	—		8:00～11:00、13:30～15:30
小児科	木曜日は小児科医師が9:00～12:00まで診療 木曜以外は外科又は内科医師が10:30～12:00まで診療										留萌市立病院より	8:00～10:30
整形外科	○	—	○	予約	○	予約	○	予約	○	—	当院外科医師	8:00～10:30
整形専門外来	—	—	—	—	—	—	予約	予約	予約	—	留萌市立病院より	8:00～10:30
婦人科	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	金野医師	8:00～11:00、13:30～15:00
ミルキー外来	—	—	予約	予約	—	—	—	—	—	—	当院助産師	電話にて申し込み
眼科	—	—	○	—	予約	—	—	—	—	—	旭川医大より	8:00～11:00
皮膚科	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	札幌医大より	8:00～11:00
耳鼻咽喉科	第1・3水曜日(7日・21日)午前中のみ										札幌医大より	8:00～11:00
泌尿器科	第2・4金曜日(9日・23日)午前中のみ										札幌医大より	8:00～11:00
精神科	月1回(紹介患者のみ、完全予約制)										札幌医大 齋藤教授	

※年末年始の休診は、12月27日(土)から1月4日(日)までです。

☞ 診療の予約・お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 0164-62-6060 <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/hbb/>



何の数値かわかりますか？

78.7%



実は、危険な後席同乗者の割合です。(後席シートベルト非着用率)

着けていますか？ 後部座席のシートベルト

後部座席も着用が義務化

今年の6月1日から改正道路交通法が施行され、車の後部座席(以下、「後席」)でのシートベルト着用が義務化されました。羽幌町では6月以降、通常のシートベルト着用調査に加え後席シートベルトの着用調査も実施してきました。その結果、運転席99.3%、助手席97.8%の着用率に比べ、後席は21.3%と非常に低い着用率となりました。(※1)

これは、8割近くの後席同乗者がシートベルトを着用しないまま乗車していることとなります。万が一、事故が起きた場合、シートベルトをしていない後席同乗者の体は無防備に投げ出されて、車内各部への激突や車外放出など自分の命に危険がおよぶだけでなく、前席でしっかりとシートベルトをしている乗員をも押しつぶしてしまう危険性があります。

シートベルトで安全性が3倍に



シートベルト効果
体験車での様子

運転席や助手席と比べ安全な気がする後席ですが、後席でシートベルト非着用の場合、着用時と比較しその致死率は約3倍。さらに前席乗員の死亡重傷率までもが2倍になるという調査結果もあります。(※2)

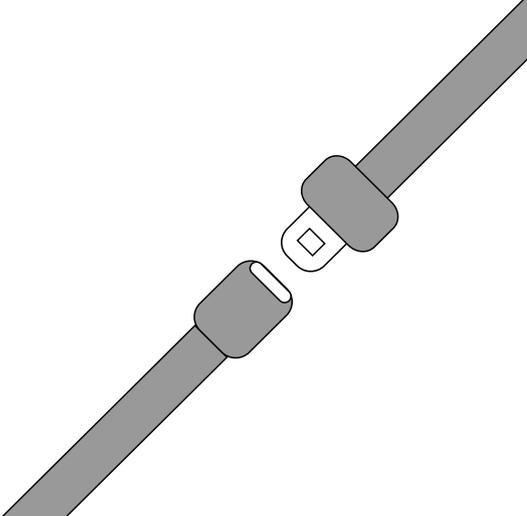
逆にいうと、シートベルト着用で安全性が3倍になるのです。

シートベルトは自動車に乗る者の責任

シートベルトの着用やチャイルドシートの使用、たったこれだけのことで、自分の安全も大切な同乗者の安全も守ることができるのです。どの席でもシートベルトの着用が、私たち自動車に乗る者の責任といえます。

※1 町内にて平成20年7月～10月の間に4回実施。数値は4回の調査を集計し算出。

※2 (財)交通事故総合分析センター調べによる。



【連載】メタボリック健診シリーズ⑦

脂質異常症の改善方法

文=清水 雅代(保健師)

脂

脂質異常症は、心臓病や脳血管疾患などの動脈硬化性疾患を引き起こす最大の危険因子といわれており、動脈硬化を予防するにはLDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪を適正に保つことが大切です。また、LDLコレステロールと中性脂肪は、同じ脂質でも種類が違いますので、それぞれの生活習慣に合わせた対策が必要です。

食事

それぞれの課題に合わせた食事内容の改善が必要です。(下表参照)

運動

中性脂肪を減らし、HDL(善玉)コレステロールを増やす効果があります。直接、運動でLDLコレステロール値を下げることはできませんが、HDLコレステロールが増加することで結果的に値を下げることに繋がります。

(運動のポイント)

脂質を消費するには、1回の運動は15分以上続ける。運動の成果は継続することであられるので、2日に1回程度行つ。起床後2時間以内、食事の前後1〜2時間は激しい運動を避ける。

喫煙

タバコに含まれるニコチンはHDLコレステロールを減らすだけでなく、血管が収縮して動脈硬化を促進します。さらには、血液の粘度が高まります。禁煙を心がけましょう。

生活習慣の改善は、長く継続することで効果がでてきます。無理のない範囲で、できることから改善をすすめましょう。より詳しい改善方法を知りたい方は、すこやか健康センターへご相談ください。

表：タイプ別食事のポイント

項目	LDL(悪玉)コレステロールが高い場合	中性脂肪が高い場合
基本的なポイント	肥満がある場合は肥満を解消する → 全体的に食べる量を減らす 栄養バランスに気をつける → 特定の食品に偏らず量に気をつけ、バランスよく食べる	
控える食品	コレステロールを多く含む食品 ※鶏卵、魚卵、ハム等加工食品、脂肪の多い肉類、マヨネーズ、レバー、洋菓子など 飽和脂肪酸(常温では固体になる油) ※体内で固まりやすく血液粘度が高まるバター、マーガリン、ラード、肉類の脂肪分、チーズ等乳製品	アルコール 砂糖や果糖などを多く含む食品 ※体内ですぐに脂肪に変わりやすい菓子類、果物、甘味飲料、缶コーヒーなど
多くとりたい食品	抗酸化食品(血管の酸化を防ぎ、動脈硬化を予防する) ※ビタミンA,C,E、βカロチンを多く含む緑黄色野菜・さつまいもなど 食物繊維(コレステロールを体外に排出する効果がある) ※海藻類、きのこ類、野菜など	

注)HDL(善玉)コレステロールを増加させる食品は基本的にはありません。食事内容の改善により、体重減少や中性脂肪の値が低下することでHDLコレステロール値は上がってきます。

地産地消レシピ 16 「長いもと鶏から揚げのサラダ」



[塩分 1.3 g / エネルギー 194 kcal]

【材料:2人分】

長いも	100g	
きゅうり	1/2本	
レタス	30g	
ブロッコリー	30g	
ミニトマト	4コ	
かいわれ	少量	
鶏むね肉	60g	
おろししょうが	小さじ2	
酒・しょうゆ	小さじ1	
片栗粉	適量	
揚げ油	適量	
白すりごま	大さじ2	ドレッシング
酢	大さじ1	
しょうゆ	小さじ2	
砂糖	小さじ1	

【作り方】

- 1 長いもは4~5cm長さの拍子木に切る。水気をとって、油でさっと揚げる。
- 2 きゅうりは縦じまに皮をむき、厚さ7~8mmの輪切りにする。
- 3 レタスは食べやすい大きさにちぎる。
- 4 ミニトマトは2~4等分に切る。
- 5 ブロッコリーは塩茹でし、食べやすい大きさに切る。
- 6 鶏肉を一口大に切り、おろししょうが、酒、しょうゆで下味をつける。汁気をきり片栗粉をまぶして油で揚げ、食べやすい大きさに切る。
- 7 皿に野菜、長いも、から揚げを盛り付け、よく混ぜ合わせたドレッシングをかける。

今月の素材



長いも

長 いもなどの芋類は、レタスやブロッコリーなどと同じ野菜ですが、他の野菜とは違う特徴をもっています。

芋類は他の野菜に比べエネルギーの源となる炭水化物を多く含んでいるので、主食である米の代わりとして食べられることがあります。一方で、野菜に多く含まれるビタミンCやカリウム、食物繊維などの栄養素も同じように含まれています。つまり、芋類は主食としての一面と他の野菜と同じように煮物やサラダなどのおかずとしての一面を合わせ持っているスーパー野菜なのです。

冬期間は、長期保存ができる芋類の活躍の機会が増えると思いますが、種類や品種に合わせた料理・調理方法でおいしく味わいましょう。

今回の料理は「長いもと鶏から揚げのサラダ」です。油の摂り過ぎが気になる人は、長いもを揚げずに生のままで食べるのもよいでしょう。また、ドレッシングの白すりごまは、黒ごまにしてもおいしいですよ。

料理監修・文 = 金子 和恵(栄養士)

今月の新刊 | books.

中央公民館図書室の新刊の一部を紹介しています。蔵書は羽幌町ホームページで検索することができます。図書室はどなたでも自由にご利用いただけます。初めての方もぜひ、ご来室ください。



一般書

少しだけ欠けた月
重松 清 著

おばさん未満
酒井 順子 著

月下天使
高橋 克彦 著

黒の狩人 (上・下)
大沢 在昌 著

最強師団の宿命
保阪 正康 著

あの日、ぼくが見た空
サラ・ウィークス 著

遊行の門
五木 寛之 著

皇妃エリザベート
藤本 ひとみ 著

プレゼント
星野 夏 著

覇王の番人 (上・下)
真保 裕一 著

児童書

トコロウとテンジロウ
山口 マオ 著

しゅっぱつしんこう
渡辺 茂男 著

どんぐりのき
亀岡 亜希子 著

ウェディング・ウェブ
ネット・ヒルトン 著

おにいちゃん
後藤 竜二 著

崖の上のポニョ
宮崎 駿 著

チェラブ Mission3
ロバート・マカモア 著

はんぶんぺちゃん
村中 李衣 著

ルネちゃんおして
つるみ ゆき 著

ふしぎなもるもくん
斉藤 洋 著



あぼやん
新野 剛志 著

遠藤慶太は29歳。大航ツアーリストの企画課から成田空港支所に飛ばされてきた。遠藤は「本社に振り返るぞ」と心に誓うが……。空港で起こるトラブルを解決する「あぼやん」の活躍を描く。



みじかい命を抱きしめて
ロリー・ヘギ 著

12歳にしてその肉体年齢はおよそ80歳の娘アシュリー。遺伝子異常によって普通の10倍近いスピードで老化していく早期老化症(プロジェリア)という過酷な宿命を背負いながら、今を前向きに生きる。母親が語った愛と勇気！



豚のPちゃんと32人の小学生
黒田 恭史 著

平成2年から4年にかけて、大阪北部の小学校で豚の飼育を通して教育を考え、命を見なおそうとした実践が展開され話題となった。答えを求め続けた900日間にわたる「命の授業」の記録。



からだにうれしい野菜の便利帳
板木 利隆 編集

健康への意識もあり、年々野菜に対する期待感が高まっている。そこで、おいしい食べ方、栄養知識、安全、旬、正しい選び方など、いくつかの視点から広く流通している野菜の魅力と楽しみ方を紹介。101の簡単レシピつき。

あざらしおはなし会 1月10日(土) 午後2:00から
図書室で本の読み聞かせをしています。
だれでも参加できます。おともだちと来てね。



まちの出来事

from.
photoclip

11月 | November

1 町民芸術祭が開催され、文化・芸術の分野で活動されるみなさんの力作が一堂に展示されました。会場の中央公民館では各作品が所狭しと紹介され、参観者を楽しませていました。(11/1-3)

2 秋の叙勲で瑞宝単光章を受章された木崎昭藏さんに勲記(賞状)と勲章が伝達されました。天売消防団員として37年の長きにわたり郷土防災に情熱を傾けられ、卓越した識見と旺盛な責任感から地域消防力の強化推進、団運営に尽力されました。(11/26)

3 「北海道洞爺湖サミット展in留萌」に海鳥センターを拠点に活躍するジュニアレンジャーが参加しました。会場では高橋はるみ知事も同席のなか、海鳥保護の紙芝居を披露しました。(11/16)

4 「メタボ予防!運動講座」が開催されました。健康づくりに関心のある約60名が、ストレッチやリズムカルな有酸素運動で汗を流しました。(11/12)

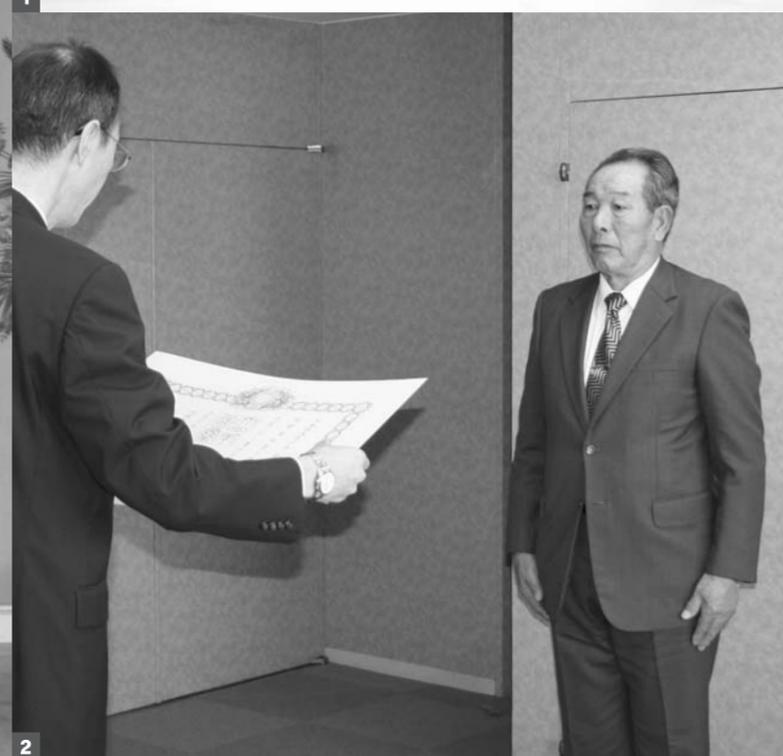
5 パワデルフェスティバル「町民玉入れ大会」が行われました。平成10年のオープンから満10歳となった総合体育館で、幼児からお年寄りまで約200人が一堂に会し、白熱した競技と応援が繰り広げられていました。(11/16)

6 羽幌町功績者・善行者表彰式が行われました。今年度の表彰は自治及び産業功績が各1名、善行表彰が1個人3団体です。表彰式では舟橋町長から表彰楯及び記念品などが贈られました。(11/5)

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。



平成20年度 羽幌町功績者・善行者表彰式



もうすぐクリスマス。今からワクワクしている子どもたちの姿が目に見えます。そして、この時期になるとイルミネーションでライトアップされた住宅や店舗が多くなるのも定着してきました。雪の白さとも相まったその幻想的な光景には思わず引き込まれてしまいますよね。来るべき年もみなさんにとって明るい年でありますように。

☎ 0164-62-1211(代表)

🌐 <http://www.town.haboro.hokkaido.jp/>

✉ seisaku@town.haboro.hokkaido.jp

お知らせ

定額給付金をよそおった詐欺等にご注意

定額給付金の給付について、国(総務省)で検討されていますが、現時点では具体的な給付方法は決まっておられません。定額給付金の給付をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」の被害にご注意ください。

- ・ATM(銀行などの現金自動預払機)の操作をお願いすることは絶対にありません。また、ATMを自分で操作して他人からお金を振り込んでもらうこともできません。
- ・「定額給付金」の給付のために、手数料などの振込みを求めることは絶対にありません。
- ・現時点で、住民のみなさんの世帯構成や口座番号などの個人情報を照会することは絶対にありません。

ご自宅や職場に、役場や総務省などの職員をかたった電話がかかってきたり、郵便が届いた場合は迷わず警察署にご連絡ください。

お問い合わせ

政策推進課行革推進係 ☎62-1211 (内線221)

11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11月における各件数などのお知らせです。

乾燥、圧雪、アイスバーンと路面状況は常に変化します。スピードダウンでゆとりのある運転を!

交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	1件	(11件)
死者	0人	(1人)
負傷者	1人	(11人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	30件	(333件)
搬送人員	28人	(325人)
火災件数	1件	(9件)
損害額	3千円	(1,100千円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(2人)

消防歳末特別警戒「12月25日～31日」

例年、この時期は年末の忙しさにまぎれ、不注意や不始末などから火災が発生しています。各家庭での火気使用箇所の再点検をお願いします。

ご質問やご相談があれば気軽にご連絡ください。

点検のポイント

- 暖房器具の適切な取扱いと、就寝時・外出時の火の元点検をしましょう
- 危険物(灯油、ガソリン、プロパンガスなど)が安全に保管されているか、今一度点検しましょう
- 住宅火災を早期に見検できるように、住宅用火災警報器を設置しましょう
- 避難口や窓はいつでも使用できるように、常に除雪や点検をしておきましょう

統一防火標語

「火のしまつ 君がしなくて 誰がする」



各消防団出初式の日程

- 天売消防団 1月5日(月)
- 焼尻消防団 1月5日(月)
- 羽幌消防団 1月7日(水)

お問い合わせ

北留萌消防組合消防署予防課 ☎ 62-1246

除排雪作業にご理解とご協力を!

除雪の方法はこれまでと同様に、降雪量や吹雪などの状況に応じ早朝から実施します。(排雪方法もこれまでと同様です)みなさんには次の点に留意されますとともに、今一度周辺の点検をお願いします。

除排雪の障害となる物件の撤去、移動

車庫前のスロープ、ブロック類、商店ののぼり用つか石など。

路上駐車禁止

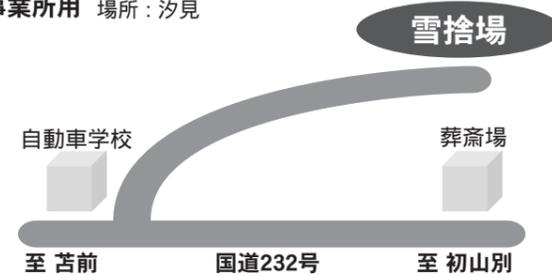
除排雪時間を長くする要因となり、限られた時間でより広い区域の除排雪ができなくなります。

雪捨て場所は次のとおりとなっています。搬入時にはなるべく奥まで行って捨てるよう、留意願います。多くの方が使いますのでルールを守りましょう。

一般家庭用 場所：朝日(6条通りと朝日団地の間)



事業所用 場所：汐見



お問い合わせ

(株)北一組(市街地区除排雪業務受託者) ☎ 62-2166
建設水道課維持係 ☎ 62-1285

忘れずに! 1月5日納期限の税金は
道町民税(第4期分)
国民健康保険税(第6期分)

来月の納税出張窓口
1月27日(火) 午前9:00~正午
川北老人福祉センター ☎62-1424

年末年始の休みと水道事業者の当番

役場の業務は年末12月30日で終わり、新年は1月6日から行います。住民票や各種証明書などが必要な方は早めにご請求ください。なお、休み中の死亡などの届出は、役場庁舎正面右側の職員通用口の「宿直室」で取り扱います。

各施設及び業務

施設/業務	休館(休業)日
中央公民館	12月30日~1月3日
総合体育館	12月30日~1月5日
老人福祉センター	12月30日~1月5日
行政サービスコーナー	12月31日~1月5日
北海道海鳥センター	12月31日~1月5日
ごみ収集業務	12月31日~1月4日

水道事業者当番

月日	事業者名	電話番号
12月31日	北日本設備(株)	62-3592
1月1日	柏谷管工業	62-5888
2日	サワスイ(有)	62-2027
3日	(有)イワサキ設備機器	62-5031
4日	(有)マツダ興業	62-1600
5日	北日本設備(株)	62-3592

「暮らしぶりの映し ~北の光が続く道~」

ルート内の取り組み

▼10月4日~5日、恵庭市恵み野RBパークを会場に開催された「全国まちづくり会議2008in北海道恵庭」において、萌える天北オロロンルートもお時間と場所をお借りして、留萌管内のPRとディスカッションをしてきました。

12月 留萌管内イベント情報

14日 (日) トナカイホワイトフェスタ2008

時間：午前11時~午後4時
場所：幌延町トナカイ観光牧場

問い合わせ 幌延町地域振興課
電話：01632-5-1111

■ご覧になりましたか?

▼萌える天北オロロンルートのホームページが新しくなりました。
<http://rumoifan.net/moeten/index.html>

▼これまでのルートブログにも活動報告が掲載されています。
<http://fine.ap.teacup.com/moetenororon/>

萌える天北オロロンルート
運営代表者会議事務局
電話 0164-42-3871 FAX0164-42-2200
メール tenpoku-ororon@moeru.fm

※るもい管内の情報が満載!
るもいfan.net <http://rumoifan.net>

萌える天北オロロンルート

日本の凧展

全国各地の珍しい凧がご覧になれます。ぜひお越しください。

期間 平成20年12月26日～平成21年1月15日
会場 中央公民館展示スペース



お問い合わせ

社会教育課社会教育係 ☎ 62-5880

募集

教育委員会嘱託職員の募集

次のとおり天売小中学校の嘱託職員を募集します。希望される方はご応募ください。

勤務場所 天売小中学校
勤務内容 公務補(学校の保守業務)
募集人員 1名
資格要件 年齢65歳以下の方(平成21年4月1日現在)
勤務時間 1週間平均30時間以内とし、別途定める
雇用期間 平成21年4月1日～平成22年3月31日
報酬 羽幌町臨時職員取扱規程による
保険 健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険に加入
応募方法 市販の履歴書(顔写真貼付)に必要事項を記入のうえ、平成21年1月16日(必着)までに学校管理課または天売支所に応募する。
選考方法 履歴書による書類審査、面接
日程は後日通知します



お問い合わせ

学校管理課総務係 ☎ 62-1211(内線412)

運転免許証がICカード化されます

北海道警察では、平成21年1月4日からICカード免許証を導入します。

ICカード免許証とは

名前など運転免許証記載情報を記録したICチップを埋め込んだ運転免許証です。

ICカード免許証になると

- 偽造・変造が極めて困難で不正使用を防止します。
- 本籍はICチップのみに記録されるためプライバシーが保護されます。
- 暗証番号制度により、安全性を確保します。申請時に暗証番号(4桁の数字を2組)を設定します。

ICチップ導入により申請時の手数料が変わります

交付手数料 2,100円
再交付手数料 3,650円
更新手数料 2,550円

お問い合わせ

羽幌警察署 ☎ 62-1110

イベント・行事

「どんど焼き祭」の開催

町民のみなさんの無病息災を願って、新年も例年同様にどんど焼き祭を実施します。

日時 平成21年1月15日(木) 午前10:00
持込期間 1月13日(火)午後1:00～15日(木)午前10:00
持込場所 羽幌神社境内 各自持込

しめ飾り・門松は分別をして持ち込み願います

しめ飾り、門松などには塩化ビニールやプラスチック素材が多く使われ、お焚きの際に環境汚染が懸念されますので、これらの部品を外して持ち込み願います。また、お焚きあげの品々を入れてきたビニール袋などはお持ち帰り願います。なお、塩化ビニールやプラスチック製部品は町の収集ごみとして出していただくこととなりますが、気が引けるとい方は神棚の塩で清めてから出してください。



主催協力

羽幌神社・羽幌町聖徳太子奉賛会

調理師業務従事者届を忘れずに

調理業務に従事している調理師の方は、2年ごとに12月31日現在の調理従事場所などを届け出なければなりません。今年は届出が必要な年となっていますので、忘れずに届出してください。

届出が必要な調理師

- ・寄宿舍、学校、病院、社会福祉施設など多数人に食物を調理して供与している施設
- ・飲食店営業、魚介類販売業、そうざい製造業

届出期間 平成21年1月15日まで

届出方法など詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ

留萌保健福祉事務所保健福祉部 ☎ 0164-42-8326
北海道全調理師会留萌支部 ☎ 0164-42-7766

工業統計調査にご協力ください

経済産業省では、工業統計調査を平成20年12月31日現在で実施します。調査の実施にあたっては本年12月から来年1月にかけて調査員がお伺いします。

なお、調査票に記入していただいた内容については、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確なご記入をお願いします。

実施機関 経済産業省・北海道・羽幌町

お問い合わせ

総務課情報管理係 ☎ 62-1211(内線421)

平成20年度農地パトロール実施

農業委員会では「耕作放棄地解消ガイドライン」により、全国的に増加傾向にある耕作放棄地の解消に向けて、10月29日に農地パトロールを実施しました。

これは市町村だけでなく、国においても耕作放棄地の実態を把握する作業を始めており、現状の報告を求められているものです。今後は農業的利用ができる土地か否かに振り分け、農業上、重要な地域を中心に平成23年度までに耕作放棄地の解消に取り組みます。



お問い合わせ

農業委員会 ☎ 62-1211(内線332)

事業主及び季節労働者のみなさんへ

オロロン留萌中部・北部通年雇用促進協議会からのお知らせ

当協議会が実施する季節労働者向けの事業を紹介します。

▶ 季節労働者資格取得促進支援事業

北海道や厚生労働大臣が指定する教育訓練講座のうち、通年雇用化に役立つ資格(大型免許など)を取得した季節労働者に対し、資格取得経費の一部を助成するものです。受講前に当協議会へ申請・承認を受ける必要があります。

(助成対象者)

通年雇用を希望する方で、今年度または前年度に雇用保険の短期特例求職者給付の受給資格を得ている方のうち、現在、雇用保険一般被保険者以外の方。

(対象経費)

教育訓練に要する入学料及び受講料などの対象経費の10分の3以内で、10万円を限度として助成します。ただし、資格取得が条件です。

条件を満たしていない場合や予算などの都合上、申請を受理できない場合があります。まずはお問い合わせください。

▶ 季節労働者向け通年雇用意識啓発セミナー

就職選択のためのアドバイスや就職に役立つ資格の説明、面接対策のポイントなどわかりやすく説明します。

(遠別会場)

日時 平成21年1月29日(木) 午後1:30～午後3:30
場所 遠別町生涯学習センター マナビィ21 2階視聴覚室

(苫前会場)

日時 平成21年1月30日(金) 午後1:30～午後3:30
場所 とままえ温泉ふわっと 2階会議室
各会場とも定員20名(受講料無料)

▶ 技能講習事業

車輛系建設機械運転・小型移動式クレーン運転・玉掛けの技能講習を平成21年2月に羽幌町で実施予定。

▶ スキルアップセミナー

エクセル(表計算)を中心にインターネットや文書作成などの講習会を平成21年2月に羽幌町、天塩町で実施予定。

(オロロン留萌中部・北部通年雇用促進協議会)

場所 羽幌町南3条2丁目1番地(相談窓口)
電話 62-5060 雇用促進支援員が対応します。

お問い合わせ

商工観光課商工労働係 ☎ 62-1211(内線362)

1月の保健カレンダー

あいあいサークルを除き、対象となる方にはお手紙で通知しています。あいあいサークルの参加を希望される方は、事前に電話でお申し込みください。

日程	事業	受付・実施時間	会場
7日(水)	あいあいサークル	午前9:45～	健康センター
8日(木)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
14日(水)	乳児健診	午後1:00～	健康センター
15日(木)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
17日(土)	市街地区総合健診	午前6:00～	健康センター
18日(日)	市街地区総合健診	午前6:00～	健康センター
19日(月)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
21日(水)	あいあいサークル	午前9:45～	健康センター
21日(水)	1歳6カ月児健診	午後12:30～	健康センター
26日(月)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
28日(水)	離乳食教室	午前10:00～	健康センター

申込・お問い合わせ 福祉課保健係
すこやか健康センター内 ☎ 62-6020

温泉活用健康増進事業

テーマ「お手軽体操」

外出する機会の少ない高齢者のための健康教室です。今回は地域包括支援センター職員による講話を行います。健康相談も併せて行いますので、気軽に楽しみながらご参加ください。送迎バスも運行しますので、ご利用の方は申し込みの際にお知らせください。

日時 1月27日(火) 午後1:30から
会場 はぼろ温泉サンセットプラザ
参加料 入浴料 550円(回数券・割引券使用可)
対象者 65歳以上で温泉入浴に支障の無い方
申込期限 1月20日(火)まで
送迎バス運行時刻

午後1:05	栄町南団地バス停前
午後1:08	栄町団地バス停前(旧道立病院)
午後1:10	東出商店前(幸町)
午後1:15	沿岸バス羽幌ターミナル前(旧駅)
午後1:17	喫茶店イフ前(南大通3)
午後1:20	朝日生命前(南大通1)

申込・お問い合わせ 福祉課保健係
すこやか健康センター内 ☎ 62-6020

心配ごと相談

羽幌町社会福祉協議会では、住民のみなさんの心配ごとへの対応として、心配ごと相談所を毎月1回開催しています。どうぞお気軽にご利用ください。

日時 1月21日(水) 午後1:30～午後4:00
会場 勤労青少年ホーム
相談員 秋山 俊一 氏

お問い合わせ
羽幌町社会福祉協議会 ☎ 69-2311

健康相談

保健師と栄養士による健康相談です。町内在住の方なら誰でも利用できます。毎回軽い運動と体重・体脂肪測定、血圧測定、健康の話をしています。

期日 1月29日(木)
運動 ストレッチ体操
服装 動きやすい服装でお越しください。
会場 川北老人福祉センター(午前10:00～午前11:30)
すこやか健康センター(午後1:00～午後3:00)
健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。



お問い合わせ 福祉課保健係
すこやか健康センター内 ☎ 62-6020

健康

1月の救急当番医

道立羽幌病院については土・日曜日及び祝祭日を含め、救急診療を行っています。

18日(日) 苫前クリニック
(苫前町字苫前)
☎ 64-9070



相談

あきらめずに相談を！クーリング・オフ

クーリング・オフとは、訪問販売や電話勧誘販売など特定の取引について、いったん契約した場合でも一定期間は消費者が自由に契約を解除できる制度です。悪質な業者は、ひとり暮らしの高齢者(特に誰にも相談できない方)を狙っています。契約内容に不安があるなどクーリング・オフをお考えの場合はご相談を。

相談・お問い合わせ
北海道立消費生活センター ☎ 050-7505-0999
町民課町民生活係 ☎ 62-1211(内線113)

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。請求の際には、印鑑や通帳等必要なものがありますので事前にお問い合わせすることをおすすめします。

日時 1月8日(木) 午前10:00～午後4:00
会場 役場4階 大会議室

お問い合わせ
留萌社会保険事務所 ☎ 0164-43-7211

行政相談

行政についてわからないことなどがあれば、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 1月13日(火) 午前9:00～正午
会場 役場1階 相談室
行政相談委員 弓庭 登 氏
相談例

- ・苦情がある、困っていることがある
- ・苦情を申し出たが、説明や措置に納得がいかない
- ・手続き、サービスなどで制度や仕組みがわからない

お問い合わせ
町民課総合受付係 ☎ 62-1211(内線101)



各種スキー教室の参加者募集

各種スキー教室を開催します。閉じこもりがちなこの季節、思い切って外にとび出してみませんか。会場はいずれも町民スキー場「びゅー」です。

「ジュニア・スキーキャンプ」

実施日 平成21年1月16日、23日、24日、30日、31日、2月6日、13日、20日(計8日間)
時間 金曜開催(6回) 午後7:00～午後8:15
土曜開催(2回) 午前10:30～午前11:45
参加対象 小学3年生～6年生
参加料 3,000円(リフト券は各自で購入願います)
保険料 500円(夏の水泳教室やスキー学校に参加し、保険に加入済みの方は不要)
申込書 学校を経由し配布します
申込期限 1月15日までに参加料等を添えて申し込む
主管 羽幌スキー連盟

「ナイタースキー教室」

実施日 平成21年1月15日、20日、22日、27日、29日、2月3日(毎週火・木の6日間)
時間 午後7:00～午後8:30
参加対象 中学生～一般
参加料 3,000円(リフト券は各自で購入願います)
保険料 1,500円(中学生は500円)
申込期限 1月14日までに参加料等を添えて申し込む
主管 羽幌スキー連盟



申込・お問い合わせ はぼろ総合型スポーツクラブ
総合体育館内 ☎ 62-6030

平成20年度自衛官募集

次のとおり自衛官を募集します。試験種目など詳細はお問い合わせください。

(自衛隊生徒)
応募資格 中卒(見込含)の17歳未満の男子
受付締切 平成21年1月6日
試験期日 平成21年1月10日(一次試験)

お問い合わせ
自衛隊留萌地域事務所 ☎ 0164-42-4650

人のうごき

平成20年11月届出分を掲載(希望者のみ)

おたんじょう

高松 翔弥 <small>しょうや</small> くん	(久博・沙智江)	南2の2
坂本 凜 <small>りん</small> ちゃん	(浩之・友香)	南6の1
松金 龍翔 <small>りゅうと</small> くん	(友和・律子)	北2の2
小森 美依那 <small>みいな</small> ちゃん	(真二・美佳)	南町
新谷 瑠南 <small>るな</small> ちゃん	(憲一・千穂)	南町
舘野 纏 <small>まとい</small> ちゃん	(雅人・友枝)	栄町

ごけっこん

土清水 彬 <small>あき</small> さん	松永 かなえ <small>かなえ</small> さん	南5の5
柏倉 裕 <small>ゆう</small> さん	水口 千春 <small>ちゆん</small> さん	緑町
横山 陽章 <small>やうしやう</small> さん	竹花 佳須美 <small>よしみ</small> さん	北3の3

おくやみ

木村 健 <small>けん</small> さん	80歳	南1の1
荒木 孝一 <small>たかひこ</small> さん	79歳	南4の1
櫛引 克弘 <small>かつひろ</small> さん	64歳	南5の3
山村 勉 <small>つとむ</small> さん	80歳	南5の3
高田 武夫 <small>たけだ たけお</small> さん	59歳	南6の4
庄中 一 <small>かず</small> さん	77歳	北大通
伊藤 富江 <small>とみえ</small> さん	51歳	北町
竹谷 アイ子 <small>あいこ</small> さん	81歳	幸町
中村 善作 <small>ぜんさく</small> さん	91歳	南町
大水 由次郎 <small>ゆじらう</small> さん	94歳	栄町
山川 テル <small>てる</small> さん	94歳	栄町
太田 克史 <small>かつし</small> さん	74歳	栄町
畠山 治 <small>ぢ</small> さん	68歳	天売

人口と世帯数(11月末)

人口	8,411人	(-15)
男	4,001人	(-11)
女	4,410人	(-4)
世帯数	3,934世帯	(-4)
	()は前月比	



今月の表紙 | オジロワシ (写真:海鳥センター提供)

「そろそろ年賀状の準備を」と、お考えの方もいらっしゃるのではないのでしょうか。最近では、電子メールの普及などで年賀状のやりとりをしない方が増えている傾向にあり、2008年に日本郵政グループが取り扱った年賀状は29億600万通(1月7日までに投函された総数)と前年に比べ4.0%減少したそうです。書く手間が面倒だとか紙のムダと思うかもしれませんが、やはり年始のあいさつはハガキで受け取るほうが気持ちいいですよ。来年年賀状には紙全体に色がついた、いろどり年賀状というものもあるそうです。人気商品のためすでに売り切れているかもしれませんが、逆にいえばあなたの元にも届くかもしれません。いつもと違った年賀状で日本の風習を味わうのも正月の楽しみの一つとなるのでは。(Y)

編集後記

ホームページのフォトクリップでも紹介していますが、今月の初め、町にAED(自動体外式除細動器)の寄贈がありました。これまでの町に対するAEDの寄贈は3件で6台となり、それぞれ寄贈者の意向を踏まえ各施設に配置させていただいています。AEDといえはみなさんご存じのとおり、けいれんによって血液を送るためのポンプ機能を失い、心停止状態にある心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための機器です。使用方法は音声ガイドにより一般の方でも簡単に操作できるといわれていますが、一刻を争う時には慌ててしまうもの、使う機会が無いほうが良い知識ですが、いざという時のために身に付けておきたいですね。町の出前講座「救急救命講座」で受講できますよ。(一)

