

▷ contents.

こんにちは！地域包括支援センターです ②

はいかい高齢者等SOSネットワーク ④

財政状況（平成23年度下半期） ⑧

こんにちは保健師です | 特定健診を健康づくりにいかそう ⑪

情報プラザ | 緊急メールを携帯電話へお知らせします ⑯



住み慣れた地域で安心して暮らすために

こんにちは！

ちいさなほっぺがつかえん

地域包括支援センターです

高齢者の暮らしや介護について、お困りのことや聞いてみたいことはありませんか。地域包括支援センターにご相談ください。すこやか健康センター内に開設しています。



係長
奥山洋美 保健師
主任ケアマネジャー

地域包括支援センターは 高齢者の総合相談窓口です

羽幌町にお住まいの高齢者ご本人やご家族の様々な相談に応じます。相談にはケアマネジャーや保健師など専門の職員が応じます。相談内容によっては、他の医療や保健・福祉の関係機関と連携して、一緒に考え、支援します。

■ どんなことが相談できるの？

高齢者の暮らしや介護に関することなら何でも相談できます。「どこに相談すればいいのかわからない」といった内容でも構いません。お気軽にご相談ください。

たとえば・・・

- ・介護のことで誰かに相談したい。
- ・毎日の介護で疲れてしまい困っている。
- ・介護サービスを利用したい。
- ・どんな介護サービスや福祉サービスがあるか知りたい。
- ・ご近所に心配な1人暮らしの高齢者がいる。
- ・今は入院しているが、退院後の生活が不安、誰かに支援してほしい。
- ・一人暮らしだけれど、このごろ家事が大変になった。
- ・最近つまづきやすくなったので心配。どうしたらいい？
- ・足腰が弱くならないように、簡単な運動を知りたい。
- など



すこやか健康センターは、健康や介護に関する事業の拠点施設です

地域全体で高齢者を支える しくみづくりを進めましょう

高齢者のみなさんが地域で安心して暮らすためには、普段から地域で、ご近所の高齢者をさりげなく見守り、支え合うことが大切です。

ご近所の高齢者で、次のような「小さな気付き」や心配な様子などがあれば、センターへご連絡ください。

さりげなく見守るポイント・・・

ご本人に関すること

- ・地域の集まりに、以前は参加していたが、この頃参加しなくなった。 ・挨拶をしても返事をしなくなった。
- ・言葉使いが荒くなった。 ・表情が乏しくなった。
- ・身なりが汚れている。または、季節にそぐわない格好をしている。 ・最近よく転んでいる様子がある。
- ・家族環境が大きく変化した。(配偶者の死別) など

家の周囲に関すること

- ・郵便物や新聞が溜まっている。
- ・カーテンを閉め切っている。 ・庭の草木が荒れている。
- ・ゴミ出しができない。あるいは、溜まっているようだ。
- ・リサイクル業者や、見知らぬ人が出入りするようになった。 など

■ まずは、安心してご相談ください

①

お電話ください
☎ 62-6021

②

訪問します
職員がお宅へうかがいます。
天売、焼尻へもお伺いします。

③

お越しください
羽幌町南6条3丁目14番地
すこやか健康センター
(中央公民館のすぐ近く)



上田千歌子 保健師・ケアマネジャー

相談時間：月～金曜日(祝祭日を除く) 8時45分～17時30分
相談は無料です。

出前講座をご利用ください

介護や、介護状態にならないための予防、認知症などの知識を広くみなさんに知っていただくために出前講座を実施しています。

正しい知識と理解は、ご自身にとって役立つばかりでなく、高齢者を地域全体で支えるやさしいまちづくりにも通じます。

町内会やグループで、ぜひ受講してみませんか。お申込は地域包括支援センターへ。料金は無料です。

【出前講座メニュー】

◆介護教室◆

高齢者の理解、在宅で受けられる介護サービスとさまざまな生活支援。

◆介護予防教室◆

介護状態にならないために、成年期からの介護予防について

◆認知症予防教室◆

認知症の原因、認知症の早期発見とその対策。認知症の正しい理解。



ご家族のことで、

ご自身のことで、

ご近所の高齢者のことで、

「こんなことを聞くのは恥ずかしい」「何をどう話せばいいか、...」と心配せずに、まずは相談してください。専門の職員が対応しますから、大丈夫です。相談には適正に対応し、相談者の個人情報を守ります。情報が外部にもれることはありません。安心してご相談下さい。

地域で支えあい安心して暮らせる町づくりを目指して

羽幌町はいかい高齢者等 SOSネットワーク事業

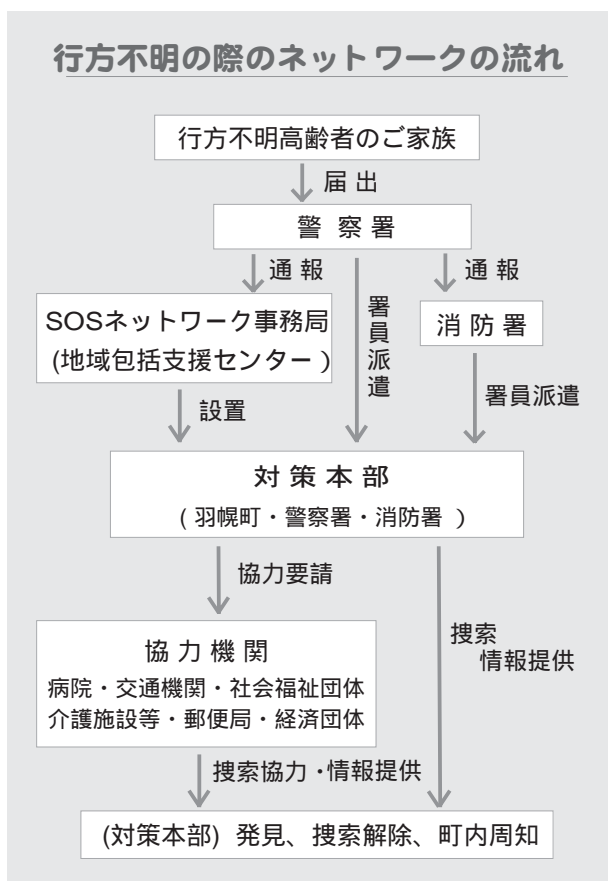


「認知症」は、さまざまな原因によって脳の働きが衰える病気です。そして、認知症の特徴のひとつに「はいかい」という症状があります。

高齢の方にとって長時間の「はいかい」は事故など、生命にも関わり、家族にとっては大変心配な問題です。

「はいかい」などにより行方不明になった場合に、役場福祉課・地域包括支援センターを中心に、医療、交通、社会福祉関係の機関や経済団体など地域全体が連携して情報を共有し、できるだけ早期に発見、安全の確保（保護）をすることが目的の事業です。

行方不明の際のネットワークの流れ



■ 対象となるのは

認知症や、障がい、病気などにより「はいかい」のおそれのある方。また、その他町長が必要と認めた方です。

■ 「はいかい」高齢者等事前登録制度

「はいかい」などの心配のある方は、事前に町に登録しておくことができます。

ご家族の同意を得て、基本的な情報や特徴、写真などの情報を、あらかじめ登録しておくことで、早期発見に役立てます。

事前の登録により、すみやかに捜索が開始され、発見が早くなることに役立ちます。保護された時の身元の確認も早くできます。

また、ご家族にとって安心につながります。

■ 心配な方は事前の登録を

登録をご希望の方は、地域包括支援センター（すこやか健康センター内）にご相談ください。

羽幌町はいかい高齢者等SOSネットワーク協力機関一覧

羽幌町役場：福祉課・総務課 / 羽幌警察署 / 羽幌消防署 / 病院：北海道立羽幌病院、加藤病院 / 羽幌郵便局

交通機関：(株) 沿岸ハイヤー、(有) 共和交通 / 社会福祉団体：羽幌町社会福祉協議会、羽幌町民生委員協議会、羽幌町老人クラブ連合会

羽幌町認知症の人とともに歩む会 / 介護施設等：羽幌町特別養護老人ホームしあわせ荘、羽幌地域訪問看護ステーション、

(株) 萌福祉サービス / 経済団体：JAオロロン農業協同組合、北るもい漁業協同組合、羽幌町商工会

事務局・登録申込・お問い合わせ・羽幌町地域包括支援センター 南6条4丁目14番地（すこやか健康センター内）
☎ 0164-62-6021 FAX 0164-69-2040

住宅用地にご活用ください

町の土地を売り払いしています

町では、住宅用地として土地10区画を売り払いしています。購入を希望される方は売り払い条件にしたがつてお申し込みください。(区画や価格などは表または地図参照)

◆売り払いの条件及び方法

- 1 羽幌町民で売買契約日から3年以内に住宅建設に着手できる方とします。
- 2 購入予定者が決定したら売買契約を行い、手付金として20万円を納めていただきます。
- 3 購入予定者が住宅建設のための建築確認申請または住宅資金の申し込みをした後、売払価格から手付金を差引いた残額を納めていただきます土地の所有権を移転します。

◆申込方法

役場財務課地籍管財係へ申込用紙を提出してください。申込用紙は財務課に用意してあるほか、町ホームページからもダウンロードできます。土地の状況や区画の境界など、事前の現地確認も随時受け付けます。

◆申込期限

随時申し込みを受け付けています。

売り払う土地と価格

区画	所在	面積：㎡	坪	価格：円
2	南町4番地9	295.73	89.6	1,792,000
4	南町4番地12	296.25	89.7	1,546,000
5	南町4番地13	297.40	90.1	1,552,000
6	南町4番地14	298.53	90.4	1,558,000
7	南町16番地167	581.73	176.2	3,017,000
8	南町16番地168	425.77	129.0	2,328,000
10	南6条6丁目9番地1	382.57	115.9	3,098,000
13	栄町103番地43	509.56	154.5	2,791,000
14	栄町104番地33	413.67	125.3	2,150,000
16	栄町104番地35	418.40	126.7	2,174,000

番号がない区画は売り払い済みです。



南町(2・4・5・6・7・8)



栄町(13・14・16)



南6条6丁目(10)

☞ 申込・お問い合わせ 財務課地籍管財係 ☎ 62-1211



漁獲量日本一の甘エビが主役の一大イベント。今年は更にパワーアップして開催です。今年も漁船が特別操業！希少特大甘エビも登場！

まつりに使われる甘エビは、大型船3隻と小型船6隻がまつりのためにフル操業して漁獲します。今年も、昨年の3トンを大きく上回る、どんと5トン

羽幌が誇る一大イベント 甘エビまつりを盛り上げよう！

オリジナルの甘エビ料理を味わえる「Eビーングランプリ」も開催します。参加は、今年の6店舗から10店舗に増えました。

今年も、地元羽幌から、「えび粉入り生パスタエビソース」と、「甘エビの押し寿司」も参戦。もちろん「羽幌えびたこ焼き餃子」も参加します。

ホタテやイカなど甘エビ以外の海産物販売やアスパラをはじめとした農産物の直売所も開設。羽幌の地元ブランド「焼尻サフォーク肉」は、昨年のなんと2倍の10頭を特別価格で限定販売します。会場には焼き台も準備、その場でバーベキューが楽しめます。

羽幌の特産品が目白押し

主催の羽幌町観光協会甘エビまつり実行委員会では、元気なまちづくりに繋げようと今年もボランティアスタッフが広く募集して取り組んでいます。

甘エビをはじめ羽幌の特産品の魅力をひとりでも多くの方に味わっていただくよう町内外の親戚や友人に会場に足を運んでもらえるよう呼びかけて、みんなで、「甘エビまつり」を盛り上げよう！

オロ坊も羽幌のイベントを応援するよ！



オロ坊

羽幌町を盛り上げるぞ！

今年、羽幌町のイメージキャラクターに登場したオロ坊。これからさまざまなイベントが開催されますが、オロ坊も羽幌町のPRに活躍します。

～オロ坊のプロフィール～
名前の理由 羽幌 (haboro)の逆さ読み(orobah)と、オロロン鳥の「オロ」をもとに、親しみを込めて

性別 オス
職業 羽幌町の観光を盛り上げることとイベントに出没すること

甘エビ今年はどんと5トン！

甘エビ 2kg 3,000円お一人様3箱まで (税・発泡箱・保冷剤込み)
希少特大甘エビ 1kg 2,500円限定販売 (税・発泡箱・保冷剤込み)



新鮮海の幸 漁師の店
焼尻サフォーク肉 限定販売 昨年の2倍! 10頭分!

第2回

まじはぼろ まつりエビ

日時 2012年6月23日(土)・24日(日) 10:00～15:00(雨天決行)

場所 はぼろバラ園(道の駅「ほっと♥はぼろ」内)
主催/羽幌町観光協会 ■お問い合わせ/0164-62-6666

EVENT information

6/23(土) 風船のおもちゃ箱バルーンアーティストあい ■時間/①10:30～②14:00～

6/24(日) 特命戦隊 ゴーバスターズ キャラクターショー ■時間/①10:30～②14:00～

当日限りのオリジナル甘エビ料理 Eビーングランプリ 同時開催

- | | |
|--|--|
| 1 各日500食 600円
札幌らっきょ 甘エビと春雨の アジアン風 スープカレー | 2 各日500食 500円
カレーハウス コロンボ 甘エビ ポールカレー |
| 3 各日300食 600円
元祖 海老そば 札幌らーめん 緑や 海老そば | 4 各日400食 500円
富良野でっばん お好み焼き まき屋 甘エビ入り鉄板焼きとんかつ ～富良野産野菜と共に～ |
| 5 各日750食 650円
いしかり バーガー エビカツ バーガー2号 | 6 各日300食 500円
はぼろ温泉 サンセットプラザ 羽幌えびたこ 焼き餃子 |
| 7 各日500食 300円
礼文島 スコトン岬 島の人 エビカマロール | 8 各日500食 500円
オホーツク北見 塩焼きそば 推進協議会 オホーツク北見塩焼きそば |
| 9 各日300食 500円
ラ・フラスカ えび粉入り生パスタ (ルルロツ) 甘エビのソース | 10 各日200食 500円
なか川 羽幌産甘エビの 押し寿司 |



お得なバスツアーのご案内などイベントの詳細情報は羽幌町観光協会ホームページで! <http://www.haboro.tv/> 羽幌 観光 検索

7/7(土)・8(日) 焼尻 焼尻めん羊まつり

7/21(土) 羽幌 夜空を彩る はぼろ花火大会

7/28(土)・29(日) 天売 島で獲れたクニなど 新鮮海産物を 移安にご提供! 日本一の味覚天売ウニまつり

特別会計

(単位:千円)

区分	予算現額	収入済額	執行率(%)	支出済額	執行率(%)
国民健康保険事業	1,180,520	934,368	79.1	1,064,541	90.2
後期高齢者医療事業	104,169	96,067	92.2	98,888	94.9
介護保険事業(保険事業)	771,784	586,679	76.0	682,978	88.5
介護保険事業(サービス事業)	111,067	63,267	57.0	104,540	94.1
下水道事業	507,212	88,977	17.5	442,407	87.2
簡易水道事業	65,000	18,025	27.7	59,994	92.3
港湾上屋事業	295,223	5,827	2.0	12,745	4.3
合計	3,034,975	1,793,210	59.1	2,466,093	81.3

水道事業会計

(単位:千円)

収益的収入及び支出		予算現額	執行額
収入	水道事業収益	246,295	247,461
	(営業収益)	246,284	246,309
	(営業外収益)	11	1,152
	(特別収益)	0	0
支出	水道事業費用	246,701	212,992
	(営業費用)	203,913	174,254
	(営業外費用)	40,788	38,738
	(予備費)	2,000	0
資本的収入及び支出		予算現額	執行額
収入	資本的収入	0	0
	(補償金)	0	0
支出	資本的支出	138,272	129,819
	(建設改良費)	48,447	39,995
	(企業償還金)	89,825	89,824

▶ 水道事業会計(企業会計)とは?

原則町税を収入財源とせず、独立採算制を追求する企業的色彩の強い事業を行う場合に、地方公営企業法の規定を受けて設置する会計です。民間企業と同様の経理を行います。

町債の予定額

区分	借入予定額
港湾の整備	1億1,740万円
農業の振興	400万円
消防施設(救急車)	1,630万円
医師確保対策	500万円
公営住宅建設	2,700万円
その他	2億6,076万円
合計	4億3,046万円

▶ 23年度借入予定額

建設事業に充てるため予定している町債です。「その他」については事業に充てるものではなく、交付税の振り替え措置等によるもので、臨時財政対策債といてこの償還額(返済)分は、交付税で措置されるものです。

町の貯金(基金)

区分	3月末現在金額
財政調整基金	9億637万円
減債基金	5億6,875万円
まちづくり事業基金	2億7,919万円
交通対策事業基金	1億6,070万円
国民健康保険給付費支払準備基金	2億2,228万円
天売島オロロン鳥保護基金	501万円
地域福祉基金	2億3,904万円
役場庁舎等整備基金	8,102万円
人づくり事業基金	4,440万円
特別養護老人ホーム整備基金	2,640万円
介護保険給付費等準備基金	6,828万円
奨学基金	967万円
まちづくり応援基金	388万円
介護従事者処遇改善臨時特例基金	18万円
教育施設整備基金	3億円
町営住宅等整備基金	1,028万円
合計	29億2,545万円

▶ **基金とは?** 今後の財政調整、事業実施などのため特定の目的をもち貯金をしているのが「基金」です。災害復旧、大規模建設事業、その他財政運営のお金が不足したときに備え積み立てているのが「財政調整基金」、町の借金の返済に充てるため積み立てているのが「減債基金」です。

町の借金(町債)

区分	3月末現在元金
一般会計	61億3,910万円
下水道事業特別会計	31億181万円
簡易水道事業特別会計	1億1,500万円
介護保険特別会計	8億6,000万円
港湾上屋事業特別会計	1,043万円
合計	102億2,634万円

▶ **町債とは?** 大きな事業を起こすときは、国などからお金を借りて事業を進めます。その借金を「町債」といい、この町債の概ね6割程度は後年度に交付税で補填されます。

一般会計 | 歳入

(単位:千円)

科目	予算現額	構成比(%)	収入済額	執行率(%)
町税	687,600	11.4	668,341	97.2
(町民税)	(299,440)	-	(274,030)	-
(固定資産税)	(259,157)	-	(257,789)	-
(軽自動車税)	(13,664)	-	(14,047)	-
(町たばこ税)	(72,905)	-	(79,872)	-
(都市計画税)	(36,450)	-	(35,472)	-
(入湯税)	(5,984)	-	(7,131)	-
地方譲与税	61,699	1.0	45,067	73.0
利子割交付金	2,800	0.0	2,301	82.2
配当割交付金	503	0.0	773	153.7
株式等譲渡所得割交付金	230	0.0	201	87.4
地方消費税交付金	84,012	1.4	85,853	102.2
ゴルフ場利用税交付金	281	0.0	40	14.2
自動車取得税交付金	12,925	0.2	6,645	51.4
地方特例交付金	11,245	0.2	11,245	100.0
地方交付税	3,211,333	53.0	3,211,333	100.0
交通安全対策特別交付金	1,251	0.0	596	47.6
分担金及び負担金	4,569	0.1	4,368	95.6
使用料及び手数料	143,796	2.4	137,147	95.4
国庫支出金	333,877	5.5	268,111	80.3
道支出金	547,063	9.0	259,655	47.5
財産収入	33,124	0.6	31,898	96.3
寄附金	3,412	0.1	4,410	129.2
繰入金	42,811	0.7	27,353	63.9
繰越金	238,768	3.9	239,818	100.4
諸収入	183,347	3.0	174,114	95.0
町債	451,064	7.5	4,500	1.0
合計	6,055,710	100.0	5,183,769	85.6

一般会計 | 歳出

(単位:千円)

科目	予算現額	構成比(%)	支出済額	執行率(%)
議会費	64,503	1.1	59,760	92.6
総務費	455,134	7.5	275,353	60.5
民生費	922,574	15.2	628,463	68.1
衛生費	466,788	7.7	381,639	81.8
労働費	6,240	0.1	5,624	90.1
農林水産業費	522,857	8.6	241,268	46.1
商工費	145,913	2.4	132,590	90.9
土木費	874,266	14.4	407,408	46.6
消防費	297,589	4.9	295,830	99.4
教育費	472,475	7.8	340,001	72.0
災害復旧費	28,297	0.5	23,021	81.4
公債費	891,199	14.7	754,253	84.6
諸支出金	898,835	14.9	876,395	97.5
予備費	9,040	0.2	0	0.0
合計	6,055,710	100.0	4,421,605	73.0

財政状況

平成23年度下半期 (H23.10.1~H24.3.31)

羽幌町では条例に基づいて、毎年2回定期的に予算の執行状況をお知らせしています。

これは町の財政を知っていた、町の施策へのご理解とご協力をお願いするものです。

今月号では平成23年度下半期(平成23年10月1日~平成24年3月31日)の財政状況をお知らせします。

上半期の状況については、平成23年11月号をご覧ください。

なお、一般会計、特別会計については、今回の数字に5月末までの収入、支出が加わって最終の決算額となります。

平成23年度の一般会計当初予算額は55億7,000万円でしたが、予算補正などを経た最終的な予算額は、60億5,571万円となっています。



平成23年度下半期 (H23.10.1~H24.3.31)

(単位:千円)

歳入	予算現額	構成比(%)	収入済額	執行率(%)
分担金及び負担金	497,020	64.0	497,020	100.0
(苦前町)	(147,293)	-	(147,293)	-
(羽幌町)	(265,655)	-	(265,655)	-
(初山別村)	(84,072)	-	(84,072)	-
使用料及び手数料	21,876	2.8	21,611	98.8
財産収入	14,559	1.9	15,184	104.3
繰越金	16,072	2.1	16,072	100.0
諸収入	5,531	0.7	5,788	104.6
道支出金	103,500	13.3	0	0
組合債	117,700	15.2	0	0
合 計	776,258	100.0	555,675	71.6
歳出	予算現額	構成比(%)	支出済額	執行率(%)
議会費	380	0.0	268	70.5
総務費	53,335	6.9	52,393	98.2
衛生費	453,140	58.4	367,724	81.2
公債費	259,403	33.4	259,339	100.0
予備費	10,000	1.3	0	0.0
合 計	776,258	100.0	679,724	87.6

組合の借金(組合債)

(単位:千円)

区分	3月末残高
し尿処理施設	24,577
ごみ処理施設	1,181,495
合 計	1,206,072

羽幌町外2町村 衛生施設組合 財政状況

羽幌町外2町村衛生施設組合では、条例に基づいて予算の執行状況等を公表しています。組合構成町村にお住まいのみなさんに当組合の財政状況をお知らせするため、町広報誌にも掲載しお知らせします。

この下半期の数字に5月末までの収入・支出額を加わせ、平成23年度の決算額となります。

平成24年度の予算は、前年度と比較し260,878千円の減額となっています。

減額となった主な要因は、広域火葬場整備事業に係る経費の減額によるものです。



平成24年度予算

(単位:千円)

歳入	24年度	構成比(%)	23年度	増減
分担金及び負担金	516,820	76.7	569,078	△52,258
(苦前町)	(152,528)	-	(168,510)	(△15,982)
(羽幌町)	(277,575)	-	(304,827)	(△27,252)
(初山別村)	(86,717)	-	(95,741)	(△9,024)
使用料及び手数料	19,246	2.9	18,166	1,080
道支出金	45,900	6.8	120,000	△74,100
繰越金	100	0.0	100	0
財産収入	11,000	1.6	11,000	0
諸収入	10	0.0	10	0
組合債	80,600	12.0	216,200	△135,600
合 計	673,676	100.0	934,554	△260,878
歳出	24年度	構成比(%)	23年度	増減
議会費	380	0.1	380	0
総務費	54,145	8.0	62,061	△7,916
衛生費	365,434	54.2	600,922	△235,488
公債費	243,717	36.2	261,191	△17,474
予備費	10,000	1.5	10,000	0
合 計	673,676	100.0	934,554	△260,878

お問い合わせ

羽幌町外2町村衛生施設組合

☎0164-68-1001

特定健診を健康づくりにいかそう！

文=上西 由加子(保健師)

BMIの算出方法

体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

やせ = 18.5未満

標準 = 18.5 ~ 25未満

肥満 = 25以上

例) 身長150cm で体重50kgの人は
 $(50\text{kg}) \div (1.5\text{m}) \div (1.5\text{m}) = 22.2$

標準体重の算出方法

身長(m) × 身長(m) × 22

身長と体重を元に算出するBMIの数値から、肥満度がわかります。数値が、25以上が肥満です。男女とも、22のときに高血圧、

身長・体重で何がわかるの？

今月から特定健診の検査項目の意味や数値について注目し、シリーズでご紹介します。

特

特定健診を受けていますか？特定健診の検査結果は、日頃の生活習慣が反映され、自覚症状のない生活習慣の早期発見につながります。また、生活習慣を改善する指標にもなります。

脂質異常症などの病気になる率が最も低くなることにつながっています。

昨年度の町の特定健診では約3割の人が肥満でした。(グラフ1)自分の標準体重を知り、BMIの数値を、22に近づけていくことが健康への秘訣です。

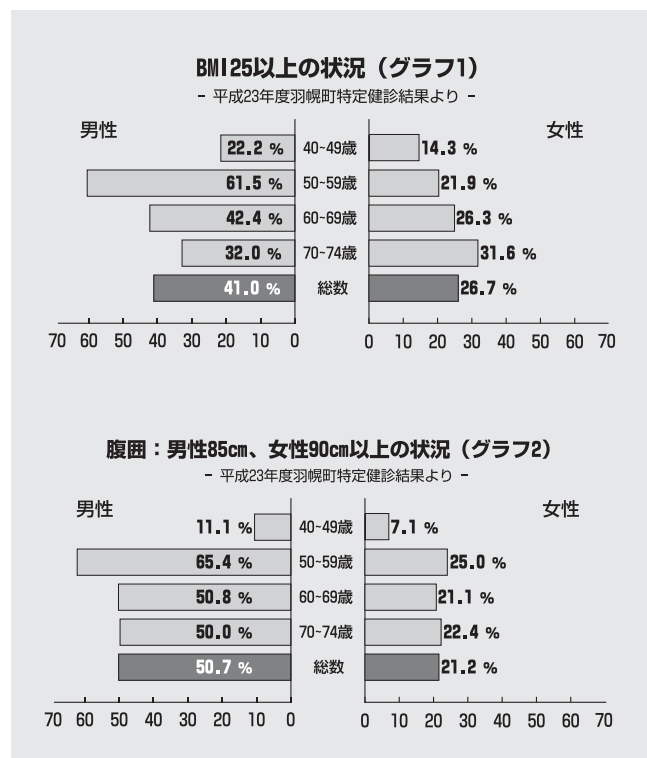
腹囲で何がわかるの？

おへその高さを測定することで、メタボリックシンドロームのベースとなる内臓脂肪の蓄積がわかります。

BMIの数値が大丈夫でも腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上であれば、内臓脂肪が蓄積している可能性があります。昨年度の町の特定健診では、約3割の人が腹囲の基準値を越えていました。(グラフ2)

肥満、内臓脂肪はなぜ悪いの？

お腹の中にたまった内臓脂肪は蓄積すると体に悪影響となる物質が分泌し、脂質異常、高血圧、高血糖になりやすく、



しょう。

減らそう体重、内臓脂肪！

体重を約5%減らすと検査の値が改善するといわれています。

体重1kgに対し、腹囲は約1cmに相当しますので、1ヶ月に1~2kg程度の無理のない減量をしていきましょう。

毎年健診を受け、自分の身体の状態を知ること、そして

早めに生活習慣を改善し、肥満を解消あるいは予防することで、健康な毎日をすごしま



まちの出来事

from
photoclip

5月 | May

1 環境省羽幌自然保護官事務所が4月にあらたに設置した天売島の繁殖地内のカメラにより、抱卵しているウミガラスの姿が、はじめて確認されました。順調に育てば、6月下旬～7月上旬頃にはヒナが生まれる見通しです。(5/27)

2 ビオトープ「自然空間はぼろ」で植樹が行われました。羽幌みんなで作る自然空間協議会会員のほか、北るもい漁協女性部、羽幌高校1年生など約100名が参加し、550本の苗木を植えました。(5/28)

3 公民館主催の羽幌町子ども自然教室が開校し、初回は公民館を出発して町民スキー場まで、サイクリングに出かけました。みんな元気にペダルをこいで春の羽幌の自然を満喫しました。(5/12)

4 羽幌保育園の園児たちが、農業試験所で、いも植えを行いました。年中・年長さん14名が、先生からじゃがいもを受け取り、間隔をあけて置き、やさしく土をかけていました。(5/21)

5 天売島で観光シーズンを前に小中高生あわせて22名が合同で島内のクリーン作戦を実施しました。(5/12)

6 羽幌町人権擁護委員が、町内の幼稚園、保育園を訪れ紙芝居「白い魚とサメの子」を上演。子どもたちに、やさしさや思いやりの心、自分らしさが大切と伝えました。(5/22)

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。



1



2



3



6



4



3



今月の料理 | カレーパン

毎月19日は「食育の日」

子どもの食べる楽しさを育む ②

簡単カレーパン

食育をテーマに親子で作れる簡単料理を隔月で紹介しています。
幼児期から食べものをバランスよく食べるため、さまざまな知識を身につけることが必要です。親子で一緒に料理を作って、食べることを通して「食」を楽しむ気持ちや食べものの大切さなどを育みましょう。

【材料：4個分】

- | | |
|----------------|-----------|
| 食パン(8枚切り)・・・8枚 | 卵・・・・・・2コ |
| レトルトカレー・・・150g | パン粉・・・適量 |
| ゆで卵・・・・・・1コ | 植物油・・・適量 |
| ピザ用チーズ・・・・40g | |

【作り方】

- 1 食パンは耳を切り落とす。
- 2 ゆで卵は粗みじん切りにする。
- 3 カレーの具を少しつぶし、ゆで卵を混ぜ合わせる。
- 4 食パンの4辺を2cmくらいめん棒で軽くつぶし、そこに溶き卵をぬる。
- 5 食パンの上に3をのせ、その上にチーズをのせる。
- 6 もう一枚の食パンを上にかぶせて、食パンの4辺をフォークの先でつぶして、しっかり貼り合わせる。
- 7 6の両面に溶き卵をつけ、全体にパン粉をまぶす。
- 8 ホットプレートで熱して油をしき、両面をこんがり焼く。
(フライパンや油で揚げても可)

手作りカレーを使うとよりおいしくなりますよ！

◆アレンジ

カレー以外にも焼きそばやポテトサラダなど具をいろいろと変えてもおいしくいただけます。



村上 ^{まお} 茉生さん(8) / 熊谷 ^{りな} 莉菜さん(9)

2人は、同じクラスで、習いごとピアノとバトントワリングと一緒にしている仲のいいお友だちです。お母さんも小学校からの同級生ともあって終始、和やかな雰囲気の中、料理に挑戦しました。料理が出来あがり「お母さんに分けてあげるの？」と質問すると、2人とも即答で首を横に振る場面も。最後に、おじいちゃんやおばあちゃんにも作ってあげるといふことで、みんなで作業工程を復習していました。



毎年6月は食育月間です。食育の浸透を目的として、国や地方公共団体等が協力して、食育推進運動を重点かつ効果的に実施するために「食育推進基本計画」で決められたものです。

「食育基本法」が平成17年に制定されてから7年が経ち、食育という言葉はかなり浸透してきましたが、朝食の欠食や肥満の増加などまだまだ多くの問題があります。

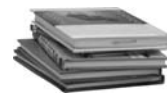
羽幌町でも今年度「羽幌町地産地消・食育推進計画」が策定され、今後も様々な機会での食育の推進をすすめていきたいと思っています。その計画では、各ライフステージでの取り組みを示しており、小中学生にあたる6～15歳は、親子と一緒に買物に行き、いろいろな食材にふれて、新鮮な食材の選び方を学んだり、調理の手伝いをして簡単なメニューを習得する時期とされています。

この食育月間をきっかけに家庭内で食育についてできることを実践してみましょう。

監修・文 = 金子 和恵(管理栄養士)

チャレンジしたい親子を募集中！

- 内容 ▶ 親子と一緒に料理を作り、試食。「食」について学ぶ。
- 対象 ▶ 町内在住の小学生以下のお子さん(きょうだいも可)とその親
- 申込 ▶ すこやか健康センターへご連絡ください。



◇◇◇ 今月の新刊 ◇◇◇

一般書

起終点駅

桜木 紫乃 著

はなちゃんのみそ汁

安武 信吾・千恵・はな 著

僕がパパに育つまで

マシュー・ロゲリン 著

一生役立つ「お金のしつけ」

たけやきみこ 著

生きもののへんな顔

小宮 輝之 監修

ほら、あれ！楽しい物忘れ・ど忘れ

解消トレーニング 今井 弘雄 著

太一×ケンタロウ 男子ごはんの本 (その4)

国分太一・ケンタロウ 著

児童書

女王さまのむらさきの魔法

あんびるやすこ 作

だれも知らない犬たちのおはなし

エミリー・ロッダ 作

楽しもう！自転車の世界

谷田貝 一男 監修

筆であそぼう書道入門

座右宝刊行会 編

世界の海1001のさがしもの

ケイティ・デインズ 作

モモンガのはいたつやさん

ふくざわ ゆみこ 作

おめでとう！

いもとようこ 作

◇◇◇ おすすめ ・ ご案内 ◇◇◇



親バカってすばらしい！

陰山 英男 著 / 講談社

小学1年生になるまでの子育てに大切なことは？ 子育てや家族関係などに不安や悩みを抱えているすべてのママたちへ送る、「すぐに効く」メッセージ！！



翔子

金澤 翔子 著 / 角川マガジンス

「お母様が好きだから生まれてきたのよ」ダウン症の女流書家・金澤翔子が折に触れて母親に伝えた愛情あふれる言葉の数々を、渾身の書とともに紹介。

雑誌やコミックも貸し出ししています

雑誌やコミックも貸し出しの予約ができます。予約は1人10冊まで。貸出期間は1週間です。



北海道道立図書館のインターネット利用案内

個人が直接インターネットを利用して北海道立図書館から本を借りることができます。受取は自宅または公民館図書室。詳しくは図書室まで。



あざらしおはなし会 7月14日(土) 午後2:00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。



高木 みずき 瑞生ちゃん (1才6カ月)

父 俊和さん
母 未来さん

お散歩が大好き、「ワンワン、ニャンニャン」も大好きです。



井田 しゅうた 秀太くん (1才3カ月)

父 透さん
母 康香さん

名前を呼ぶと「ハイ！」と手を上げて上手にお返事できるよ！



掲載希望の3才までのお子さん募集中。詳しくはお問い合わせください。

総務課広報広聴係

☎ 0164-62-1211

✉ s-kouhou@town.haboro.lg.jp

田植えが終わり、カエルの鳴き声が聞こえてきて、清々しく気持ちのいい季節になりましたね。今月開催される羽幌町の一大イベント「甘エビまつり」を皮切りにさまざまなイベントが始まります。羽幌の特産品などを食べにお出かけしましょう。さて、今月も情報プラザをゆっくりとご覧ください。

☎ 0164-62-1211(代表)
🌐 <http://www.town.haboro.lg.jp/>
✉ s-kouhou@town.haboro.lg.jp

お知らせ

緊急メールを携帯電話へお知らせします

町では、災害発生時に新たな情報伝達として、携帯電話事業者各社（NTTドコモ、KDDI「au」、ソフトバンク）がサービス提供している、「緊急速報メール」などのサービスを開始しました。町内で発生した緊急性の高い災害情報を町内エリアにある携帯電話へ配信するものです。月額使用料のほか通信料や情報料も含め無料でご利用できます。

- 配信情報**
- ・避難準備情報
 - ・避難勧告、指示
 - ・警戒区域情報
 - ・津波注意報、警報
 - ・大津波警報
 - ・土砂災害警戒情報など

配信の特徴

- ・事前の登録や申込みは不要です。（機種によっては受信設定が必要な場合があります。）
 - ・受信料は無料です。
 - ・受信すると専用着信音が流れ表示されます。
 - ・一時的に町内にいる方や、観光客なども情報を受信できます。
- 注意事項**
- ・機種によっては、このサービスの全部または一部がご利用できない場合があります。
 - ・受信可能機種の確認や、受信設定など詳しくは、それぞれの携帯電話会社へお問い合わせください。

お問い合わせ

総務課総務係 ☎ 62-1211

焼尻サフォーク肉を特別価格で販売します

羽幌町の地元ブランド「焼尻サフォーク肉」の定着と地産地消を図るため、町民のみなさんに特別価格で販売します。希望される方は必ずご予約のうえ購入してください。



- 販売期間** 7月25日(水)~8月11日(土)
販売価格 1キログラム 3,500円(税込み)
予約締切日 7月15日(日)
予約先(販売店)
- ・大山商店 TEL 62-1067 / FAX 62-5858
 - ・工藤精肉店 TEL 62-1155 / FAX 62-3613
 - ・杉下精肉店 TEL 62-1412 / FAX 62-4936
 - ・はた精肉店 TEL 62-1732 / FAX 62-4579

予約制とし、ひとり2キログラムまで購入できます。ただし、販売予定数量に達した場合、予約締切日にかかわらず終了とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。なお、これは町が羽幌肉商組合へ補助して実施するものです。

お問い合わせ

産業課農政係 ☎ 68-7008 (課直通)

忘れずに！6月30日納期限の税金は、道町民税（第1期分）

【毎月27日は納税出張窓口を開設しています】

会場：川北老人福祉センター ☎62-1424
時間：午前9:00～正午

「子ども手当」は「児童手当」になりました

平成22年度から支給されていた「子ども手当」は、平成24年4月から「児童手当」になりました。児童手当の概要は次のとおりです。

児童手当制度への変更

制度の内容は、平成23年10月からの「子ども手当」制度と同じですが、平成24年6月分の手当から所得制限が設けられます。（6月に支給される手当は平成24年5月分までの分の手当ため、10月支給の手当から所得制限が導入されることとなります）

支給対象

0歳から中学校終了前の児童を養育している方

支給額（一人当たり）

年齢	区分	金額
3歳未満	一律	月額 15,000円
3歳以上小学校修了前	第1子・第2子	月額 10,000円
	第3子以降	月額 15,000円
中学生	一律	月額 10,000円
所得制限を越える方（特例給付）	一律	月額 5,000円

所得制限の基準額は、子どもの人数によって異なります。夫婦と子ども2人の場合、年収960万円が基準です。

支払い時期 原則として2月、6月、10月にそれぞれの月の前4ヵ月分ずつ支給。

現在受給している方は、6月中に現況届を忘れずに！

すでに、受給中の方に用紙は郵送しています。引き続き手当を受けられるかどうかの大切な手続きです。届出をしないと6月以降の手当が受けられなくなりますので、必ず提出してください。



お問い合わせ

福祉課社会福祉係 ☎ 68-7004 (課直通)

広報はほろ5月号の訂正について

「羽幌町まちづくり応援寄付金運用状況」に一部誤りがありました。訂正してお詫びします。
【訂正箇所】平成23年度基金取崩額
(誤) 900,000円 (正) 90,000円

5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5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	3件	(8件)
死者	0人	(0人)
負傷者	4人	(11人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動	33件	(161件)
搬送人員	33人	(166人)
火災件数	0件	(4件)
損害額	0千円	(5,113千円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(0人)

イベント・行事

古部賢一×鈴木大介 デュオコンサート

オーボエとギターの世界一流の音楽

国内外の数多くのオーケストラのソリストとして活躍しているオーボエ奏者の古部賢一と世界のコンクールで数多くの受賞経験を持つギター奏者の鈴木大介によるデュオ。ぜひ世界一流の音楽をご鑑賞ください。



日時 7月29日(日)
午後1:30開場 / 午後2:00開演

会場 中央公民館大ホール

入場料 500円(当日・前売り共通、全席自由)

未就学児童は入場できません。

本コンサートは、(公財)三井住友海上文化財団の助成により低料金で設定しています。

チケット販売所 中央公民館またはポスター掲示店で
お買い求めください。

お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-5880

相談



巡回無料法律相談会を開催します

旭川弁護士会では、弁護士が常駐していない市町村を会場に、毎月1回、管内を巡回し相談会を開催します。身近に法律に関する問題がありましたら、この機会にお気軽にご相談ください。なお、相談には事前予約が必要です。

日時 6月27日(水) 午後1:00～午後4:00(1人30分程度)
会場 中央公民館 第3研修室
相談内容 法律相談全般(例：多重債務・交通事故・相続・犯罪被害など)

相談料 無料
相談担当 堀田 健 弁護士
(オロロンひまわり基金法律事務所：留萌市)

主催 旭川弁護士会
その他 羽幌会場以外にも、他の管内市町村会場へも申込み可能です。詳しくは、お問い合わせください。



予約・お問い合わせ
旭川弁護士会 ☎ 0166-51-9527

健康相談

保健師と栄養士による健康相談です。軽い運動や体重・体脂肪など各種測定、健康の話をしていますのでお気軽にご利用ください。



期日 7月31日(火)
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)

お問い合わせ すこやか健康センター内
福祉課保健係 ☎ 62-6020

町村職員採用資格試験応募者受付中

平成25年度の留萌管内町村職員採用資格試験(第1次試験)の案内です。受験を希望される方は次によりご応募ください。なお、試験会場など詳しくはお問い合わせください。

試験区分 上級(一般事務)
職務内容 町村長部局、教育委員会等各種委員会事務局、議会事務局等に勤務し、一般行政事務に従事。

受験資格
昭和57年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方で、学校教育法による大学(短大を除く)を卒業または平成25年3月までに卒業見込みの方。
受付期間 平成24年6月22日(金)まで
平日の午前9時から午後5時まで。郵送の場合は6月22日(金)までの消印があるものに限り受け付けます。
応募先 留萌町村会(留萌市住之江町2 留萌合同庁舎内)
第1次試験日 平成24年7月22日(日)

お問い合わせ
留萌町村会 ☎ 0164-43-4456
総務課職員係 ☎ 62-1211

マラソン大会出場者受付中

第34回オロロンライン全道マラソン大会

ランナーが事前に予想タイムを登録し、実際の走行タイムとの誤差により順位を決定する「宣言タイム制」マラソン大会の参加申込を受け付け中です。自分のペースで走ることができますので、日頃ジョギングをされている方にもおすすめです。入賞の秘訣は自分のペースを守ることです!

期日 7月22日(日) 雨天決行
コース 総合体育館～汐見方面往復
参加資格 小学3年生以上
参加料 一般の部(高校生以上)3,000円
少年の部(中学生以下)1,800円
申込期限 6月30日(土)まで

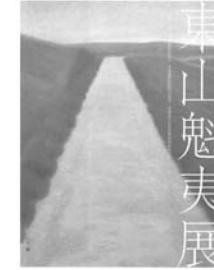


申込・お問い合わせ 羽幌町総合体育館パウダール内
NPO法人羽幌町体育協会 ☎ 62-6030

移動芸術鑑賞バスツアー

日本画の巨匠・東山魁夷展

自然を愛し、深い情感をたたえた静謐な風景画で日本画の新境地を開拓した東山魁夷。日本人の自然観や心情までも反映したとされるその芸術世界をご堪能ください。



期日 7月22日(日)
会場 北海道近代美術館
(札幌市中央区北1条西17丁目)
日程 ・午前7:30 中央公民館前集合、出発
・正午 北海道近代美術館到着
・午後3:00 北海道近代美術館出発
・午後7:30 中央公民館前到着、解散
対象 町民(中学生以下は保護者同伴)
参加費 一般 1,000円/高大生600円/小中生 400円
(10名以上の団体割引料金) 昼食代は自己負担
申込期限 7月5日(木)まで
募集人数 40名

応募多数の場合は抽選とします。また、10名に達しない場合は中止とします。

申込・お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-5880

募集



ホームステイ受入れ家庭募集!

ドイツ・イギリス・ブラジル・モンゴル・韓国・フィリピン・バングラデシュなどから北海道大学に留学している方、20名が来町します。

羽幌町国際交流協会ではホームステイの受入家庭を募集しています。小さな、そしてあたたかい一夜の国際交流をしてみませんか。



期日 6月23日(土)～6月24日(日)
申込期日 6月20日(水)まで

申込・お問い合わせ
羽幌町国際交流協会事務局 ☎ 62-4461(小川)

焼尻サフォークの羊毛でクラフト体験

焼尻めん羊牧場内「ふれあいファーム」でサフォークの羊毛を使ったクラフト作りが体験できます。親子、友達仲間との旅の思い出にいかがですか。



期日 7月7日(土)、8日(日)、15日(日)、22日(日) 29日(日)
時間 午前10:00～午後3:00
会場 焼尻めん羊牧場内 ふれあいファーム
7月7日、8日は焼尻めん羊まつり会場内(焼尻港周辺)
受付 会場で随時受付しています。
参加費 ひとり1回 500円(材料費含む)
製作物 ハガキ大の板に羊毛を貼って羊の形にするクラフト(所要時間はおよそ30分です)
その他に立体の羊を作成するコースも用意しています。



お問い合わせ
羽幌町観光協会 ☎ 0164-62-6666

羽幌小学校プールの一般開放スタート

羽幌小学校プールの一般開放を実施します。どうぞご利用ください。なお、天候により水温が上がらない場合は、開放開始日が延期になる場合があります。ご利用の際はスイミングキャップを忘れずに。

開放期間 6月14日(木)～9月11日(火)
開放時間 (平日) 午後3:00～午後9:00
夏休み期間中は午後1:00から
(土曜日) 午後1:00～午後9:00
(日曜日) 午前10:00～午後9:00
休館日 毎週月曜日 / 7月8日～10日 / 8月13日～16日



お問い合わせ 中央公民館内
社会教育課社会教育係 ☎ 62-5880

7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などの日程を掲載しています。事業内容など詳しくはお問い合わせください。

日程	事業	受付・実施時間	会場
2日(月)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
4日(水)	あいあいサ～クル	午前9:30～	健康センター
11日(水)	乳児健診	午後1:00～	健康センター
12日(木)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
18日(水)	あいあいサ～クル	午前9:30～	健康センター
23日(月)	苺くらぶ	午前9:30～	健康センター
27日(金)	離乳食教室	午前10:00～	健康センター
30日(月)	小苺くらぶ	午前9:30～	健康センター

「うさこちゃん あそびの広場」で輪を広げよう

親子で参加できる子育て教室です。保護者の方が安心して子育てできるようお手伝いをしています。楽しい子育ての輪、友だちの輪を広げませんか。

日時 毎週火・金曜日

午前9:30～午前11:00

会場 すこやか健康センター

対象 0歳から6歳までの幼稚園・保育園に未入園のお子さんとその保護者

お問い合わせ すこやか健康センター内
福祉課保健係 ☎ 62-6020



北海道立羽幌病院からのお知らせ【平成24年7月分外来診療体制】

診療科	月		火		水		木		金		応援医師	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※	○	—	○	—	○	—	○	△※	○	—	留萌セントラルより(第2・4木曜)	8:00～10:30※13:30～15:30
(循環器内科)	—	—	—	—	予約※	予約※	—	—	—	—	留萌市立病院より(隔週)	8:00～10:30
(呼吸器内科)	—	—	—	—	—	—	—	—	○	予約	重原医師	8:00～10:30
(総合内科)	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	留萌市立病院より	8:00～10:30
(禁煙外来)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	予約		診療は14:00から
外科・整形外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00～10:30
整形専門外来	①第2・4火曜日(10日・24日) 午前・午後 ②第1・3木曜日(5日・19日) 9:00～17:00										①渡部整形外科より ②留萌市立病院より	※完全予約制
小児科	△※	△※	—	—	—	—	○	○	—	—	①札幌医大小児科より ②旭川医大 井上講師	8:00～11:00 13:30～15:00
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	—	—	○※	—	—	—	—	—	—	—	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(4日・18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(13日・27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)										札幌医大 齋藤教授	※完全予約制

【内科】 当面の間、午後の診療は休診。ただし、第2・4木曜は留萌セントラルクリニックの協力により、午後診療も行う予定です。
※循環器内科(予約制)は、隔週水曜日の診療となります。
・予約をしないで内科を受診する方は、9時からの診療となりますのでご了承ください。

【小児科】 旭川医大井上講師の診療は第1・2・3月曜日となります。

【眼科】 コンタクトレンズの処方はありません。

夜間・土日・祝日の診療についてのお願い

・夜間、土日、祝日の診療は緊急性のある重篤な方に限らせていただきます。緊急性のない軽症の方は、平日の診療時間内の受診にご協力をお願いします。(症状などで心配なことや、受診を希望の場合は、電話でご相談ください。看護師がお受けして、内容によっては医師と相談して受診の必要性を判断させていただきます)

プチっと健診(血糖値)をはじめました!

血糖値が気になるけれど時間がなくて検査を受けられないという方に、予約なしで約10分で済み、気軽に受けられる検査です。結果については、医師が判定してお知らせするので安心です。

受付時間 9:00～17:00(受付に「プチっと健診を受けたい。」とお申し出ください。)

料金 736円

用意するもの 返信用封筒と80円切手(病院売場でもセットで100円で販売しています)

お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060

健康



「ヘルシークッキング教室」参加者募集!

健康のためにはやっぱり食事のバランスは大切です。偏った食事を続けていると高血圧や糖尿病などの生活習慣病の原因にもなります。

日頃の食事を見直し、バランスのよい食事を知る機会としてぜひご参加ください。

日時 6月28日(木) 午前10:30～午後1:00

会場 すこやか健康センター

対象 町内在住の20歳以上の女性

内容 食事や栄養に関する講話
調理実習

- ・ツナと切り干し大根のスパニッシュオムレツ
- ・桜エビとアスパラの春雨サラダ
- ・味噌汁

参加費 300円

申込期限 6月21日(木)まで

主催 羽幌町食生活改善協議会



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

7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。

15日(日) 加藤病院
(南6条5丁目)
☎ 62-1005



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、締め切ることがあります)

日時 7月12日(木) 午前10:00～午後4:00

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 7月13日(金) 午前9:00～正午

会場 役場 会議室



お問い合わせ

町民課総合受付係 ☎ 68-7003(課直通)

心配ごと相談

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、心配ごと相談所を開催しています。

日時 7月20日(金) 午後1:30～午後4:00

会場 勤労青少年ホーム

お問い合わせ 羽幌町社会福祉協議会 ☎ 69-2311

障がいに関することご相談ください

生活のしづらさを感じている方や将来に不安を感じている方などのために、巡回相談を行っています。

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 木曜日 午前9:00～午後5:00(祝日除く)

会場 川北老人福祉センター

お問い合わせ

留萌圏域障がい者総合相談支援センター「うる」

☎ 0164-43-7575 ✉ wel-sien@bz01.plala.or.jp

人のうごき

平成24年5月届出分を掲載(希望者のみ)

おたんじょう

辻 雷斗 ^{らいと} くん	(智也・友美)	港町
北岡 野花 ^{のか} ちゃん	(樹利・芽依)	南町
西田 咲希 ^{さき} ちゃん	(洋・千里)	朝日

ごけっこん

小笠原 聡^{さと}さん 深田 亜紀子^{あきこ}さん 北5の1

おくやみ

遠藤 義雄 ^{よしお} さん	78歳	南大通5
辻村 勝三郎 ^{かつさぶろう} さん	90歳	南3の5
高本 タミ ^{たみ} さん	98歳	北大通2
齋藤 春美 ^{はるみ} さん	74歳	栄町
小柳 鉄太郎 ^{てつたろう} さん	70歳	緑町
小林 テル ^{てる} さん	82歳	中央
川上 成男 ^{なるお} さん	80歳	中央



「食」を通した健康づくりのボランティア

羽幌町食生活改善協議会

健康のためには
まず、食の改善から
はじめましょう

「協議会ができて、今年で20年目。健康に生きるためには、やっぱり食から。だから私達の活動って大切なことなんだなと思っています」そう語るのは食生活改善協議会会長の都築悦子^{つとむき えつこ}さん。

協議会では、各世代を対象とした料理教室や親子の食育などヘルシーメニューの普及活動を続け、4月に、食生活改善功労者として北海道留萌振興局長表彰を受賞しました。現在会員は34名、みなさん町主催の食生活改善講座を受講して、食や栄養、健康に関する知識や技術を学び、食生活改善推進員になられた方々です。

「会にはいつて塩分や野菜のとり方をすごく気をつけるようになったよね」「薄味にもなれてきているよね」「今年は『カルシウムをたっぷりとり』を活動テーマにしています」「講習の献立を作ったり力ロリー計算もやるんですよ」「教室で実際にやる前に事前講習をやって会員みんなの意見を聞いたり、町の栄養士さんの指導を受けたりしてやるんですが、勉強になるしね、楽しいです」と役員のみなさん。

「今月はヘルシークッキングを開催しますので、若い方にもぜひ参加してほしいです」と笑顔で話してくれました。

編集後記

羽幌の真東にある山ピツシリ山の雪もすっかり消え、山並みが青々と見える季節ですね。先月21日、日本の広い地域で金環日食の観測が大きな話題となりましたが、羽幌でもお天気がよくて、朝、三日月のような部分日食を見ることができました。ご覧になりましたか？お日様の光が少し薄暗くなるのがわかり、なんだか感動してしまいました。表紙の子どもフェスティバルは日食の前日に開催、日食を見るための日食グラス作りが大人気でしたが、役に立つたかな。

日常の雑事に追われがちですが、わくわくする心や、感動する心常に大切にしていきたいものです。日本でも次に金環日食が出現するのは18年後のH42年6月1日の北海道。羽幌でも見れるんだそうですよ。(M)

人口と世帯数(5月末)

人口	7,934人	(-17)
男	3,759人	(-10)
女	4,175人	(-7)
世帯数	3,844世帯	(-3)

()は前月比

