

広  
報

# 日根

Since  
1952

びほろ



2023

9

No. 1229

Photo : 第37回ビホロ100kmデュアスロン大会

# 第30回 町民手作りの秋祭り! 美幌ふるさと祭り

## ステージショー

**4日** 16:30~ 吹奏楽演奏 (美幌高等学校 吹奏楽部)  
(月) 17:20~ 大正琴アンダンテ  
19:00~ Mix jam

**5日** 13:20~ 藤間勘喜美会  
(火) 14:00~ 美幌カラオケ連合会  
16:30~ 吹奏楽演奏 (美幌中学校 吹奏楽部)  
18:00~ お笑い芸人ショー

**6日** 17:00~ 自衛隊音楽演奏 (第5旅団音楽隊)  
(水) 19:15~ だるまっしょんず

## 大道芸人ショー

**4日** 18:00~19:00 ステージ前  
(月) 19:00~19:30 神社前

14:30~15:00 神社前  
15:00~16:00 ステージ前  
**5日** 16:00~16:30 神社前  
(火) 17:00~17:30 ステージ前  
17:30~18:00 神社前  
19:00~20:00 ステージ前

15:00~15:30 ステージ前  
15:30~16:00 神社前  
**6日** 16:00~16:30 ステージ前  
(水) 16:30~17:00 神社前  
18:00~19:00 ステージ前  
19:00~20:00 神社前

## お笑い芸人ショー



小島よしお



ゆってい

## 遊具コーナー

ファファゾウ、ふわふわランド、  
バッテリーカー、巨大迷路、  
スマートポール

## こども横丁



4日(月) 16:30~18:00  
5日(火) 13:30~18:00  
6日(水) 13:30~18:00

※会場内は喫煙場所(左図地図)以外での喫煙は禁止です。  
※会場には駐車場がありませんので、バスなどをご利用ください。

**9月4日月 5日火 6日水**

16:00~21:00

10:00~21:00

10:00~21:00

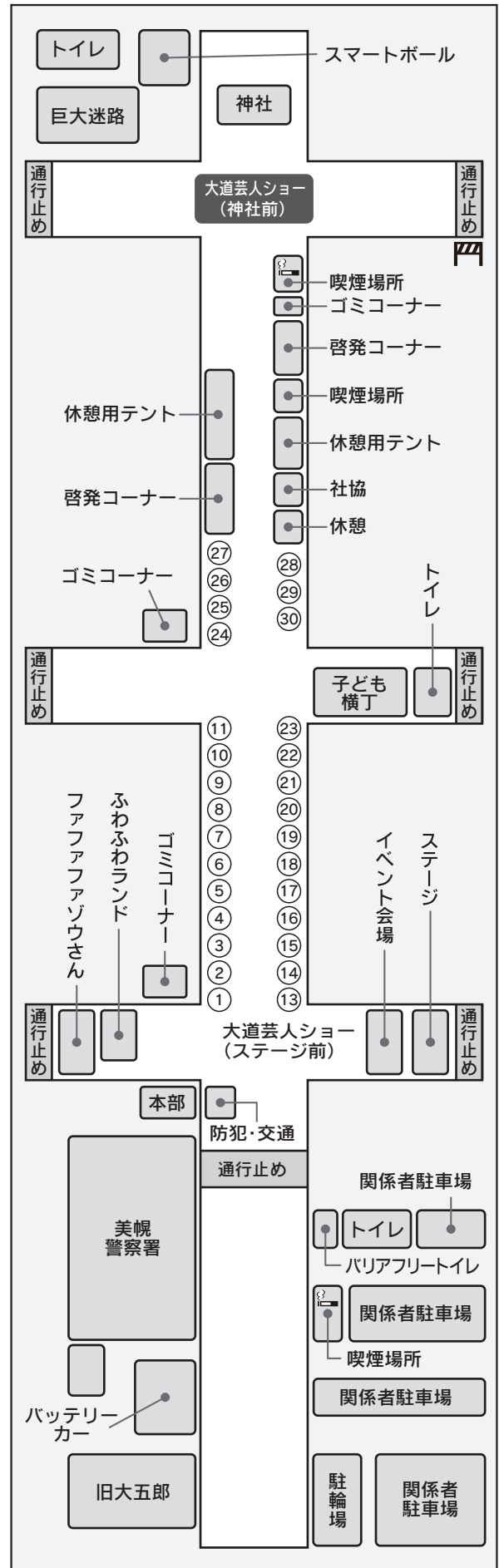
主催 / 美幌町手作り出店実行委員会

# 30店の手作り出店

焼き鳥、焼きそば、わたあめ、たこ焼き、かき氷、おもちゃ、など



団体名	品名
① 朝日フード	おやき・射的 など
② いっとう商	おやき・たこ焼き など
③ 天上天	串から揚げ・焼き鳥 など
④ 焼肉ダイニングチャンピオン	生ビール・焼肉 など
⑤ 株式会社バルククリエイト	ポテから・ほるから など
⑥ 旭ベ-スポーツクラブ	わたあめ・射的
⑦ なつかし屋withアルパトロスwith蘭奢待	お好み焼き・生ビール など
⑧ 美幌ロータリークラブ	ラーメン・フランクフルト など
⑨ THEまつり実行委員会	射的・ドーナツ など
⑩ 気楽家	トルネードポテト・ジュース など
⑪ よっちゃん食品	焼きそば(目玉焼き付)・チュロス など
⑫ AKランド	くじ・おやき など
⑬ ファイブ5	ナポリタン・たこ焼き など
⑭ fine's	しいたけのからあげ・生ビール など
⑮ キティランド	おもちゃくじ・おもちゃ など
⑯ WONDER	ハンバーガー・ヤンニョムチキン など
⑰ NAGIとOZIKO	たこ焼き・生ビール など
⑱ 美幌スキー連盟	ミニたい焼き・餃子 など
⑲ (公社)隊友会美幌支部	焼き鳥・焼きそば など
⑳ 夢ふうせんこの花	ごぼう茶・的あて など
㉑ J Aびほろ	水中コイン落とし
㉒ 有限会社 前橋玩具店	くじ引き・おもちゃ など
㉓ サン・フード	おやき
㉔ 桃次郎商店	焼き鳥・チョコバナナ など
㉕ びほろっじ	焼き鳥・生ビール など
㉖ 美幌峠太鼓保存会	クレープ
㉗ 焼亭龍月	美幌ざんぎ・美幌やきそば など
㉘ めし屋 和幸	焼きそば・焼き鳥 など
㉙ ラーメンアシュラ	西山製麺のやきそば・かき氷 など
㉚ ぼーず	焼き鳥・ビール など



美幌町



Library Festival

# 図書館フェスティバル

# 2023



## 9月30日(土)・10月1日(日)



### 行事一覧



#### 9月30日(土)

##### お話ふわっとたまたまばこ

10時30分～11時30分 / 2階視聴覚室

###### 第1部(0～2才向け)

- 大型絵本  
「もこもこもこ」
- パフォーマンス  
「たまご」ほか

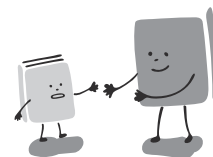
###### 第2部(3才～8才向け)

- パネルシアター  
「ねこのおいしゃさん」
- 腹話術  
「がんちゃん」ほか

##### アニメ映画会

13時～ / 2階視聴覚室

「アナと雪の女王2」



#### 10月1日(日)

##### イキイキピアノ

10時～12時  
図書館駐車場

軽トラピアノが古本市にやって来ます！  
飛び入り参加も大歓迎です♪

##### 第28回古本市

9時30分～12時 / 図書館外

- 子ども限定ゲームコーナー、風船コーナー同時開催
- 古本を購入した人、ゲームに参加した人は、トモビーグッズなどが当たるガチャガチャが1回できます！ ※ 図書館は休館します

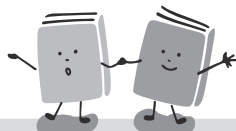


#### 9月30日(土)～10月8日(日)

##### しおり配布

1階カウンター

美幌町図書館キャラクター「トモビー」のしおりを配布します。



##### 読書クイズ

1階児童コーナー

本を読んでクイズに挑戦！正解した人は、トモビーグッズなどが当たるガチャガチャが1回出来ます！

##### 手づくり絵本展

2階ギャラリー

美幌手づくり絵本の会の皆さんの作品と、手づくり絵本講習会に参加された方の作品を展示します。



# 防災の日



9月1日は防災の日です。

被害が甚大化している災害に対し、各家庭での準備・心構えをしておきましょう。

## 非常持出品の準備・点検しましょう

いざというとき、ただちに避難をするためには、日頃から非常持出品を準備し、点検しておくことが必要です。

町では非常用持出袋を配布済ですが、災害時に必要なものは一人ひとり異なります。中身は下記を参考に自分用にアレンジして準備・点検を行きましょう。

### 非常用持出品の一例

- 飲料水・食料(最低3日分、できれば1週間分)
- マスク、手指消毒液、体温計、除菌シートなどの感染症対策用品
- 救急用品、トイレットペーパー、携帯トイレ、ビニール袋
- 上靴、タオル、着替え、カイロ
- 懐中電灯、携帯ラジオ
- 情報通信機器、充電器
- 貴重品(現金、通帳、身分証明書等)
- その他生活用品など

小さいお子さんがいる方や、持病のある方は、これに加え、乳幼児用品やお薬などの準備も大切です。



### 点検ポイントの例

- 飲料水・食料の消費期限
- 懐中電灯や携帯ラジオが作動するかどうか
- 新たに追加すべき防災グッズ、避難用品  
特に赤ちゃんやお子さん、高齢者のために、新たに必要になったもの

### さらに、点検と合わせて

- 新たに家具を購入するなどして、家の中で危険な箇所は増えていないか
- 避難場所までの経路に変わりがないか
- 避難経路に危険そうな箇所が新たにできていないか

などについてもチェックしておくとし、いざというときにより安心です。

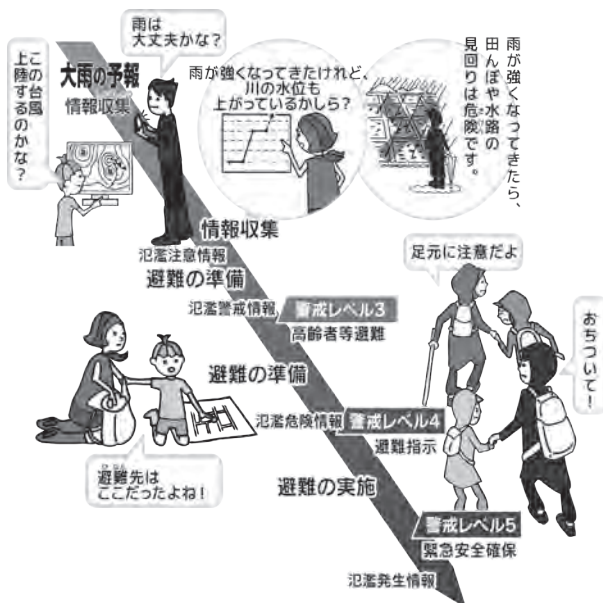
## マイ・タイムラインを作成してみましょう

### マイ・タイムラインとは

台風の接近等による大雨によって河川の水位が上昇し、避難指示などが発令されたとき、“自分だけは大丈夫”と思ったことはありませんか？

いざというときにあわてずに行動するために、自分自身がいつ、何をするのかを整理しておきましょう。

それが、マイ・タイムラインです。町のハザードマップをご確認のうえ家族でよく話し合っ、マイ・タイムラインをつくっていきましょう。



## 詳しくはこちらを確認ください

国土交通省ホームページ  
「マイ・タイムライン」



美幌町  
ハザードマップ

問合先 危機対策課 危機対策グループ(☎77-6528)

ご来庁ください

## マイナンバーカード手続き 休日開庁

マイナポイントは、2月28日までにマイナンバーカードの申請をされた方のみ受け取ることができ、その際の申請期限が9月30日に迫っています。

マイナンバーカードの受け取りや、マイナポイントの申請がお済みでない方は、この機会にぜひご来庁ください。

マイナポイント第2弾による最大20,000円分のマイナポイントを受け取るためには、マイナンバーカードを事前に受け取る必要があります。

**日時** 9月9日(土)・10日(日) 9:00～12:00 **場所** 庁舎1階 戸籍保険課(窓口③番) ※出入口は役場の正出入口

### 手続きの種類

#### ① マイナンバーカードの受け取り

##### [必要なもの]

- 交付通知書(ハガキ)
- 通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)、マイナンバーカード(お持ちの方のみ)
- 本人確認書類  
＜1点で確認できるもの＞  
運転免許証、パスポート、在留カード等  
＜2点で確認できるもの＞  
健康保険証、年金手帳、診察券、通帳、学生証、キャッシュカード等

交付は原則本人のみとなります。病気や障がいなどのやむを得ない理由により来庁が難しい場合はご相談ください。

#### ② マイナポイントの申請

##### [必要なもの]

- マイナンバーカード
- ご本人名義の通帳またはキャッシュカード
- 暗証番号(設定した4桁の数字)
- ポイントを付与するカード、決済サービス

#### ③ マイナンバーカードの申請

##### [必要なもの]

- 本人確認書類
- 申請書(お持ちの方のみ)

#### ④ その他マイナンバーカードに係る手続き(暗証番号再設定等)

休日開庁の際に  
来庁できない方は、  
ご相談ください

仕事などで平日の役場開庁時間内に来庁することができない場合は、事前に戸籍年金グループまでお電話ください。

問合先 戸籍保険課 戸籍年金グループ(☎77-6532・窓口③番)

### 忘れずに申請を

## 令和5年度 北海道低所得世帯臨時特別給付金

物価高騰による負担増を踏まえ、町が行う住民税非課税世帯への給付金の対象とならない低所得世帯に対し、北海道からの給付金が支給されます。

#### 1 支給対象世帯

令和5年6月1日以降に北海道に在住している方で、次の①または②に該当する世帯主に支給されます。

- ① 「令和5年度の町道民税均等割」(美幌町の場合は5,000円)のみが課税されている方のみで構成されている世帯
- ② 上記の「令和5年度の町道民税均等割」のみ課税されている方と、「令和5年度の住民税が非課税」の方とで構成されている世帯

※ 現在美幌町で実施している「令和5年度 非課税世帯臨時特別給付金」(3万円)と重複して受給することはできません。

#### 2 支給額

一世帯当たり 1万2千円

#### 3 給付金の手続き

＜受付期間＞

令和5年12月1日(金) ※当日消印有効

＜申込方法＞

令和5年1月2日以降

住所変更を  
していない世帯

他市町村から現住所  
に転入された方

該当する世帯に対して、北海道から順次確認書が発送されます。

北海道のホームページから「申請書」をダウンロードし、必要事項を記入して、北海道へ郵送してください。

問合先 北海道給付金事務局専門ダイヤル(☎0120-175-043)

ご確認ください

## 固定資産税（家屋）の減額制度

### 新築住宅に対する減額

新築住宅は、固定資産税の2分の1を減額します。

#### 【対象家屋】

専用住宅(床面積が50㎡～280㎡)、店舗等併用住宅(居住部分の割合が2分の1以上)、マンション等(専有部分と共用部分で判定)

#### 【減額範囲】

居住用の床面積として120㎡まで(超える場合は120㎡が上限)

#### 【減額期間】

- 一般住宅…3年
- 長期優良住宅…5年

### 住宅改修工事等による固定資産税の減額

減額を受けるためには、令和6年3月31日までに工事が完了し、工事完了後3か月以内に申請が必要です。詳細は、税務課課税グループまでお問い合わせください。

#### ○バリアフリー改修による減額

##### 【対象家屋】

新築から10年以上を経過し(賃貸を除く)改修工事を行った家屋

##### 【要件】

- (1)下記いずれかの方が居住していること
  - ・65歳以上の方
  - ・要介護または要支援の認定を受けている方
  - ・障がいをお持ちの方(手帳等の交付を受けている方)
- (2)補助金を除いた自己負担額が税込50万円を超え、下記の改修工事を行ったもの

通路等の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室の改良、便所の改良、引き戸への取り替え、手すりの取付け、床の滑り止め化、段差の解消 など

#### ○耐震改修による減額

##### 【対象家屋】

昭和57年1月1日以前から現存している住宅(賃貸を除く)で、現在の耐震基準に適合する工事を行った家屋

##### 【要件】

- (1)耐震改修費用が税込50万円を超えていること
- (2)増改築等工事証明書等を提出すること

#### ○省エネ改修工事による減額

##### 【対象家屋】

平成26年4月1日以前から現存している住宅(賃貸を除く)で、改修工事を行った家屋

##### 【要件】

- (1)断熱改修部位がいずれも現行の省エネ基準相当に新たに適合すること
- (2)改修工事費用が税込60万円(補助金を除いた自己負担額)を超えていること
- (3)下記の①～③工事のうち、窓の改修工事を含んだ工事を行い、増改築等工事証明書等を提出すること

- ①床の断熱改修工事、天井の断熱改修工事、壁の断熱改修工事
- ②太陽光発電装置の設置工事
- ③高効率空調機の設置工事、高効率給湯器の設置工事、太陽熱利用システムの設置工事

問合せ 税務課 課税グループ(☎77-6535・窓口②番)

### 9月10日実施

## 令和5年 消防訓練

消防職団員消防訓練を次のとおり実施します。

**日時** 9月10日(日) 13時～16時

**場所** 美幌小学校グラウンド

**内容** ● 小隊訓練 ● 消防ポンプ車操法  
● 体力練成訓練



問合せ 美幌消防署グループ 消防担当 (☎73-1446)

### ご理解をお願いします

## きてらす臨時休館のお知らせ

「きてらす」内の遊具等の清掃を行うため、次の期間は臨時休館します。

### 臨時休館期間

9月25日(月) 9:00から  
9月29日(金) 17:00まで

問合せ 農林政策課 耕地林務グループ (☎77-6547)

発刊しました

## 令和4年版 「美幌町統計書」

「美幌町統計書」は美幌町の人口、産業、経済及び文化などの各分野にわたる基本的な統計資料を総合的に収録したものです。(前回は平成29年に発刊)

この統計書は役場政策課政策統計グループまたは図書館にて貸出、閲覧ができます。

また、町のホームページでデータ(PDF版・エクセル版)を提供していますので、ご利用ください。



問合先 政策課 政策統計グループ (☎77-6529)

持ち歩ける統計書

## 「びほろポケット統計」 2023年版を発行しました

美幌町の人口、経済、社会等の構成に関する基本的な統計情報をわかりやすく紹介しています。

この統計書は9月1日(金)からホームページで閲覧することができます。また、希望者には配布しますのでお問い合わせください。



問合先 政策課 政策統計グループ (☎77-6529)

ご協力ください

## 令和5年住宅・土地統計調査

9月から10月にかけて、令和5年住宅・土地統計調査が実施されます。

調査結果は、国や道、町などの住生活に係る施策立案の基礎資料などとして利用され、私たちの住生活の向上に必要な役割を果たしますので、調査へのご協力をお願いします。

### 【調査基準日】

令和5年10月1日

### 【対象地域・世帯】

美幌町は31地区が調査対象区域となっており、その中から調査対象世帯(約530世帯)が抽出されます。

### 【調査概要】

調査対象区域の世帯へは、9月上旬に調査員が調査の概要を示したチラシを配布します。その中から、調査の対象に選ばれた世帯へは、9月下旬に調査員が伺いますので、調査票への記入をお願いします。

なお、ご回答いただいた内容は、統計以外の目的に使用することは、統計法に基づき固く禁じられていますので、安心してありのままをご記入ください。

問合先 政策課 政策統計グループ (☎77-6529)

## 検査内容が充実！お得！ 「生活習慣病予防健診」とその後のケア

協会けんぽでは、35～74歳の被保険者(ご本人)さまを対象に「生活習慣病予防健診」を実施しております。年度内1回に限り、健診費用の一部を補助しておりますが、令和5年4月からは皆さまの健診費用のご負担が軽減され、総額18,865円の健診が5,282円で受けられます。また、5大がん検診を含めた充実した検査項目をご用意しています。

協会けんぽのお得で充実した内容の「生活習慣病予防健診」をぜひご利用ください！

健診は受けるだけで終わらせず、その後の行動につなげることが大切です。健診結果に応じて、健康サポート(特定保健指導)の利用や、医療機関へ早期に受診をしましょう。



問合先 全国健康保険協会(協会けんぽ)北海道支部 (☎ 011-726-0352)



## 「BIHORO BASE」 LIFE IN BIHOROにて開催！

赤いテントが目印の美幌マルシェ「BIHORO BASE」。

地域の新鮮野菜や、ハンドメイド雑貨、びほろブランド認証品、キッチンカーや食べ物屋さんなどが約20店舗程集まります。LIFE IN BIHORO屋内ではワークショップなども開催。皆さんのお越しをお待ちしています。

- 日時:9月17日(日)10:00~15:00
- 場所:LIFE IN BIHORO(旧美幌後楽園)



10月15日(日)も  
開催予定！



BIHORO BASE  
Instagram

問合先 美幌観光物産協会 (☎73-2211)

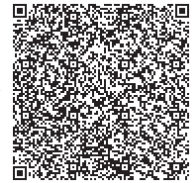
## ドリーミントオホーツク号の 運賃が改定されます

**実施日** 10月1日(日)  
(予約受付開始:8月1日~【2ヵ月前予約】)

**実施内容** 乗車日により運賃が変動する変動運賃制(カレンダー運賃)となります。  
また、早期の予約・決済で割引となる「早割」が導入され、早期の予約や閑散期などでは現在の運賃よりも安く利用することができるようになります。

**その他** 今回の制度の導入に伴い、現在販売されている往復券、回数券については10月1日より販売が終了します。  
なお、既にご購入いただいている回数券は販売終了から1年間(2024年9月30日まで)ご利用いただけます。

詳細はQRコードより  
ご確認ください。



問合先 美幌観光物産協会 (☎73-4182)

### 必ず受診ください

## 就学時健康診断

来春、小学校へ入学予定のお子さん(平成29年4月2日生から平成30年4月1日生)を対象に、就学時健康診断を行います。

9月下旬に通知しますので、必ず保護者の方同伴で受診してください。

**日時** 10月22日(日) 9時から16時まで  
※昨年度までコロナ感染対策のため、2日間で実施していましたが、5類移行に伴い、1日で実施します。  
(消毒作業等の感染対策は継続します。)

**会場** 美幌小学校

**内容** 内科検診・歯科検診・視力・聴力・ことば・知能検査等

**その他** ●通知が届かない場合は、下記問合先までご連絡ください。  
●新型コロナウイルス感染症の影響により、開催日時や検査内容等が変更となる場合があります。開催日時等は、改めて10月広報に掲載します。

問合先 学校教育課 学校教育グループ (☎77-6557)

### 申請していない方は早めに申請を

#### <物価高騰等対策特別支援事業>

## 北海道お米・牛乳 子育て応援事業

道では、食料品などの物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減と道産品の消費拡大を図るため、平成17年4月2日から令和5年9月30日までにお生まれの子どもがいる道内の世帯に、商品券等を支給する事業を実施しています。

申請期間: **9月30日(土)まで**

< 詳細は特設サイトをご覧ください >



<https://hkd2023kosodate-ouen.jp>

問合先 北海道お米・牛乳子育て応援事業事務局コールセンター  
(☎011-350-7371) 受付時間 9:00~17:00

秋季体育祭を開催します

令和5年度秋季体育祭



大会名	日程	時間	場所	申込み・問合せ先
第11回少年野球 新人戦大会	9月3日	9:00 ～15:00	柏ヶ丘公園 少年球場	氏家 良幸 (☎72-0878・090-9082-7810)
町民体力測定会	9月17 ～18日	9:00 ～17:00	スポーツ センター	鹿野 早苗 (☎080-1872-9598)
2023年美幌町民 ペタンク大会	9月24日	8:30 ～13:00	南町グラウンド	田中三智雄 (職☎77-6558)
ソフトテニス大会	9月24日	9:00 ～16:30	美富 テニスコート	野田 稔浩 (☎090-8897-6796)
パークゴルフ 協会長杯大会	10月1日	8:00 ～12:00	網走川河畔公園 パークゴルフ場	小島 一彦 (☎73-0749) 美幌町在住の方及び協会員 9月18日まで
町民 バドミントン大会	10月1日	9:00 ～13:00	スポーツ センター	浅野千鶴子 (☎72-2703)
町民テニス大会	10月8日	8:30 ～15:00	いなみ テニスコート	事務局 森 一也 (☎73-2212)
第54回美幌陸上競技 記録会	10月9日	8:30 ～14:00	柏ヶ丘公園 陸上競技場	後藤 秀人 (☎090-1307-9855)
剣道大会	10月17日	18:30 ～20:00	あさひ 体育センター	事務局 佐藤 寿洋 (☎080-3239-4933)
第30回親睦3時間 スイムマラソン	10月21日	12:00 ～17:00	B&G 海洋センター	田口 雄大 (☎090-1524-5511)
ミニバレー大会	11月5日	8:30 ～11:50	あさひ 体育センター	大津 康裕 (☎73-0165) 混成の部・60歳以上の部 10月20日まで
相撲大会	11月11日	9:30～	あさひ 体育センター	事務局 白尾 聡 (☎090-8273-0439)
柔道大会	11月11日	13:00～	あさひ 体育センター	事務局 白尾 聡 (☎090-8273-0439)
第3回会長杯争奪 サッカー大会	11月12日	9:00 ～17:00	サニーセンター	事務局 栗原 務 (☎090-8427-2144)

令和5年度 スポーツ賞授賞式・スポーツ講演会・実技研修会

■ スポーツ賞授賞式・スポーツ講演会 ■

**日時** 10月13日(金)  
17時～／スポーツ賞授賞式  
18時～19時20分／スポーツ講演会

**会場** 美幌町民会館 中ホール(申込不要)

■ 実技研修会 ■

**日にち** 10月14日(土)

**会場** 網走川河畔公園パークゴルフ場

**内容** 9:00～10:00  
小・中学生講習／20名  
10:30～11:00  
スキルアップ講習／24名

■ スポーツ講演テーマ ■

「パークゴルフの今と昔・そして未来」

**講師** <sup>はぎ</sup> <sup>ふみ</sup> <sup>ゆき</sup>  
萩 史之氏

1977年11月22日生  
ミスノアドバイザースタッフ  
帯広市パークゴルフ協会 普及指導部長



1996年に「JALカップ全日本パークゴルフ選手権大会」で史上最年少優勝。2011年には史上初の4度目の栄冠に輝く。毎年自ら企画・運営する「親睦パークゴルフ大会」を開催し、全国各地から大勢のプレーヤーを集めている。各種講習会の講師も務めるなど、パークゴルフの普及活動も行っている。

**主催** NPO法人美幌町スポーツ協会 **後援** 美幌町(美幌町ふるさとづくり事業)／美幌町教育委員会  
**問合せ先** 美幌町スポーツ協会 (☎73-0700)

ご参加ください

## 長生きを楽しめるまちづくり講演会

### 「お口の健康からはじまるフレイル予防」

講師:小柳 伸之 氏  
(美幌歯科医師会 小柳歯科医院 院長)

### 「人生会議ってなんですか?」

講師:斉藤 高彦 氏  
(北見赤十字病院 副院長)

**日時** 10月1日(日)  
13時~15時(受付12時30分から)

**場所** しゃきっとプラザ 集団健診ホール

**料金** 無料

**申込み** 9月27日(水)までにお電話で申し込みください。

**主催** 美幌町保健・医療・福祉ネットワーク  
推進委員会

申込・問合先 保健福祉課 健康推進グループ (☎77-6545)

## 自治会に加入しましょう!

### <主な自治会の活動>

#### ■ 防犯・防災・交通安全

地域の安心安全のため、子どもの見守りなど様々な啓発活動を行っています。

#### ■ 環境美化

一斉清掃や花壇整備など身の回りをきれいにする活動を行っています。

#### ■ 社会福祉活動

高齢者への声かけ、食事会など高齢者の交流の場づくりや、地域の親睦を図るためイベントやお祭りを開催しています。

#### ■ 情報発信

自治会からのお知らせや町の広報誌など暮らしに必要な情報をお届けしています。

### 自治会の加入方法

自治会長や担当役員に連絡してください。連絡先が分からない場合は、役場町民活動課町民活動グループ(☎77-6537)へご連絡ください。

ご長寿をお祝いして

## ご長寿甘美なお祝い事業

新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、敬老会の開催を検討いたしましたが、感染リスクがある中、対象者の皆様をご招待しての開催は、誠に残念ながら中止することといたしました。対象者(昭和23年9月30日以前に生まれた方)の皆さまへ菓子引換券(500円分)を郵送(一部除く)します。また、特別記念品該当者の皆さまには、菓子引換券のほかに長寿を祝う記念品をお送りします。発送は9月11日(月)の予定です。

### 特別記念品該当者

- 77歳 (昭和20年10月1日~昭和21年9月30日生) 記念品
- 88歳 (昭和9年10月1日~昭和10年9月30日生) 記念品
- 99歳 (大正13年4月1日~大正14年3月31日生) 記念品
- 100歳 (大正12年4月1日~大正13年3月31日生) 記念品、お祝い状
- 101歳以上(大正12年3月31日以前生) 記念品

※菓子引換券は、次の美幌菓子商組合加盟店で使用できます。

菓子司ひらの、石田屋、ベーカリーほそかわ、御菓子処花月、山本菓子舗、八十島せんべい店(順不同)

**使用可能期間** お手元に届いた日から  
令和5年11月30日(木)まで

※菓子引換券は再発行できませんので、紛失等にご注意ください。

問合先 保健福祉課 高齢介護グループ (☎77-6542/77-6543)

## 総務省・デジタル活用支援推進事業

### スマホ教室

美幌町・美幌消費者協会・(一社)北海道消費者協会が連携して「スマホ教室」を開催します。スマホをお持ちの方はもちろん、お持ちでない方にも機器を貸し出しますので、ぜひご参加ください。

- 内容**
- SNSの使い方
  - マイナポータルの活用方法  
※ログインには暗証番号(4桁)が必要です。
  - マイナンバーカードの申請方法
  - スマホを安全に使うためのポイント

**日時** 9月8日(金) 10:00~15:00

**場所** しゃきっとプラザ2階 会議室

**定員** 12名(先着順) **参加料** 無料



申込先 美幌消費者協会 (☎72-0366)

## 募集します

### 自衛官募集

#### 防衛医科大学校(看護学科学生)1次試験

**対象** 18歳以上21歳未満の方(細部要項による)

**試験日** 10月14日(土)

**場所** 帯広、北見、釧路 **締切** 10月4日(水)

#### 防衛医科大学校(医学科学生)1次試験

**対象** 18歳以上21歳未満の方(細部要項による)

**試験日** 10月21日(土)

**場所** 帯広、北見、釧路 **締切** 10月11日(水)

#### 防衛大学校学生1次試験

**対象** 18歳以上21歳未満の方(細部要項による)

**試験日** 10月28日(土)

**場所** 帯広、北見、釧路 **締切** 10月18日(水)



公式HP



申込・問合せ先 自衛隊帯広地方協力本部 網走地域事務所 (☎0152-44-5743)

## 「下水道の日」は1961年が始まりです

### 9月10日は「下水道の日」です

「下水道」とは、汚水や雨水を流す管や、川や海へ流すためにきれいな水にする終末処理場などの施設のことをいいます。

「下水道の日」は、そんな下水道の役割や重要性について皆さまの理解と関心を一層深めることを目指しています。

#### 下水道の効果

水質汚濁は、日常生活から出る汚れた水が主な原因といわれています。

下水道は生活環境の改善や浸水を防ぎ、川や海の水質を守る役割を果たし、私たちの生活をより良いものにしてれています。

#### 下水道への接続のお願い

下水道は、清潔で快適な生活環境の向上や川や海の水質保全のために欠かすことのできない大切な公共施設です。下水道が未接続の方で下水道区域内のご家庭や事業所は、速やかに接続をお願いします。

問合せ先 上下水道課 営業グループ (☎77-6554)

## 開催します

### 第21回 町民防火パークゴルフ大会

**日時** 10月7日(土)小雨決行

▶ 受付/8時

▶ 開会式/8時30分

▶ 競技開始/開会式終了後

**場所** 網走川河畔公園パークゴルフ場  
(つつじ・いちいコース)

**対象** 美幌町民

**参加料** 無料(パークゴルフ場使用料の1人  
200円は各自で負担願います)

**競技方法** 36ホール・ストロークプレー

**申込方法** 消防本部とパークゴルフ場の休憩所に申込用紙がありますので必要事項を記入し、消防本部グループ予防・調査担当へ10月1日(日)までにお申し込みください。

**表彰** 優勝・準優勝・上位賞等、男女別に表彰

**その他** 会場で住宅用火災警報器の説明と展示があります。

たくさんのご参加を  
お待ちしております。



主催:美幌消防署

共催:美幌町自治会連合会防火防災部会

美幌防火協会・美幌町防火管理連絡協議会

問合せ先 消防本部グループ 予防・調査担当 (☎73-1308)

## 策定しました

### 美幌町災害廃棄物処理計画

大規模災害が発生した場合、美幌町においても膨大な量の災害廃棄物が発生することが想定されます。

町民の健康・衛生環境面での安全・安心の確保や速やかな災害復旧を目的として、災害廃棄物を迅速かつ適正に処理するための「美幌町災害廃棄物処理計画」を策定しました。

計画書は町のホームページで公開しています。また、役場環境衛生グループでもご覧いただけます。

問合せ先 環境管理課 環境衛生グループ (☎77-6550)

## 公用車を売払います

### 売払車両

**1** ダンプ  
(三菱 P-FP418FD)



■ 平成2年車  
■ 車検:車検なし  
■ 走行距離:282,184km

**2** パッカー車  
(いすゞ KK-FSR33G4)



■ 平成11年車  
■ 車検:車検なし  
■ 走行距離:238,028km

**3** ロータリ除雪車  
(ニッセキ HTR81)



■ 昭和63年車  
■ 車検:車検なし  
■ 走行距離:21,082km

**4** コンパクター  
(キャタピラー 950F)



■ 平成10年車  
■ 車検:車検なし  
■ 走行時間:13,178hr

### 入札車両の公開

公開場所:美幌町字登栄3番地の1  
(美幌町廃棄物処理場内)

公開日時:9月1日(金)から9月14日(木)まで

※車両確認を希望する際は、事前に契約財産グループまでご連絡ください。

### 入札日時・入札場所

9月19日(火) 13時10分  
美幌町役場庁舎 2階 第3会議室

詳しくはホームページを  
ご覧ください



### 入札見積受付期間

**9月1日(金)から**  
**9月14日(木)まで**

平日8時45分から正午、  
13時から17時30分まで  
提出先:財務課契約財産グループ

(申込書、市町村が発行する納税証明書、  
誓約書が必要です。)

※郵送による受付も可能。郵送の場合も

**9月14日(木)必着**

問合せ 財務課 契約財産グループ(☎77-6531)

## ご存じですか? 道の「苦情審査委員」制度

- 道が行った業務や制度の内容を審査する制度が「北海道苦情審査委員」制度です。
- 皆さん自身の利害に関する苦情であれば苦情審査委員に申し立てができます。
- 皆さんに代わって苦情審査委員が公正で中立的な立場から、道の関係機関に対し、必要な調査等を行います。
- 審査の結果、道の業務に不備な点や制度に問題があるときは、道の機関に是正や改善を求めます。
- もちろん個人情報の保護にも十分配慮します。

- 窓口は道庁の道政相談センターまたは各総合振興局(振興局)総務課です。
- 申し立て方法や申立書様式、リーフレット等は北海道公式ホームページにも掲載しています。

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/dsc/kujyou-mousitate.html>



苦情の申し立て方法 北海道 検索

- 苦情の申し立てに必要な事項を記入し、窓口へ提出してください。また、郵送、ファックス、メールでも申し立てができます。

※ 電話や匿名での申し立ては受け付けておりません。

問合せ

- 北海道総合政策部知事室道政相談センター TEL 011-204-5523(直通)  
〒060-8588 札幌市中央区3条西6丁目 FAX 011-241-8181  
メール kujyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp
- 各総合振興局(振興局) 総務課

## ～ 外国語指導助手メッセージ ～

### シンクレア・ジョアン・ロウィーナ さん



出身／ニュージーランド  
任期／令和5年8月7日から  
1年間(更新あり)

はじめまして!新しい外国語指導助手の  
シンクレア ジョアン ロウィーナです!

私は日本の文化や教育、学校の雰囲気  
に興味があり、今回、日本での外国語指  
導助手を希望しました!

教師として英語を指導した経験もあります  
ので、美幌町で英語を教えられることを  
嬉しく思います。

これからは美幌町の外国語指導助手とし  
て子どもたちのために頑張ります!

### リー・ジャスティン・ジョンウェイ さん



出身／ニュージーランド  
任期／令和5年8月7日から  
1年間(更新あり)

美幌町のみなさん、はじめまして!新しい  
外国語指導助手のリー ジャスティン ジョ  
ンウェイです!

私は日本の文化に興味があり、将来は日  
本で働きたいとも考えており、今回、外国  
語指導助手を希望しました!

大学では日本語を専攻し、日本の大学へ  
の留学経験もあります!

これからは、美幌の子どもたちに、たくさん  
英語を教えられるよう頑張ります!

## 町公式YouTubeチャンネルを 開設しました

チャンネルでは、まちのニュースや魅力を  
発信中。フレッシュなニュースや情報をお伝  
えています。

### チャンネルの見つけ方

《YouTubeで検索》

《QR》



美幌町公式チャンネル 検索

### ◎動画が気に入ったらチャンネル登録を!

チャンネル登録すると、自分で調べなくて  
も動画を見つけやすくなります。まずは動画  
を一本ご覧いただき、ぜひチャンネル登録を  
お願いします。

※チャンネル登録なしでも見ることができます。

### 公開中のおすすめ動画



【びほろニュース】  
夏まつり  
9000人来場の大盛況  
【2023/8/11】  
～2分04秒

問合せ先 町民活動課 広報相談グループ (☎77-6538)

## 地域おこし協力隊だより

### 第42回美幌観光 和牛まつりを経験して

地域おこし協力隊の早坂武洋です。

7月16日(日)4年ぶりに開催された“第  
42回美幌観光和牛まつり”。美幌観光物産  
協会の次長として、初めて関わりました。

3か月近く前から、自分を含む多くの町民  
が“成功”へ向け頑張っていました。

開催1週間前からは、日々変わる16日の  
天気に一喜一憂し、迎えた当日。朝7時の告  
知の花火に始まり、会場のアレだ、コレだ  
に、追われながら、あっという間。大きなト  
ラブルはなく、無事に終わることができま  
した。

家路につくと、もうへろへろ。曇りでした  
が、シャワーを浴びた時、日焼けの後がヒリ  
ヒリ痛むことに衝撃を受けました。その痛  
みを吹っ飛ばしたのは、お土産の和牛まつ  
りの“牛肉パック”。濃厚な牛肉のうま味が  
「うまい」の一言。何だかんだ、最も印象深  
かったです。



8月22～25日 北中陸上部3選手

## 標準突破し全国中学に出場

北中学校陸上部の曾根天太さん、高倉悠歳さん、久保柑奈さんの3名が愛媛県で開催の第50回全日本中学陸上競技選手権大会に出場。

全国大会出場は非常に高い標準記録の突破が条件となっている狭き門です。そんな中、曾根さんは男子100mと200m(出場は200mのみ)、高倉さんは男子800m、久保さんは女子800mで標準記録を突破。夢の舞台への切符を手に入れました。

曾根 天太さん(3年)

出場種目:男子200m 資格記録:22秒52

高倉 悠歳さん(3年)

出場種目:男子800m 資格記録:1分59秒47

久保 柑奈さん(2年)

出場種目:女子800m 資格記録:2分15秒61



(↑左から曾根さん、高倉さん、久保さん)

### 全国を決めてのコメント

ゴールした瞬間にまず感じたのは安心の気持ちです。通信大会で標準を切れていなかったのが不安だったけれども、自信を持って走ることによって突破できました。

嬉しい気持ちも大きいけれど、驚きのほうが大きいです。レース中の通過タイムを見て標準を切れそうだと思い、気持ちを切り替えた結果、今までで一番力を出し切れました。

一年生から全国出場を目標にやってきましたが、去年は全国を決められず悔しい思いをしました。去年から部のみんなで支え合って練習してきたので、全国を決められて嬉しいです。

8月19日 緊急時への備えは日頃から

## びほーるで避難訓練コンサート



びほーるオープンから10年目で初の試みとなる、避難訓練を兼ねたコンサートが行われました。

「いざというとき」の対応を学ぶことを目的に行われた避難訓練コンサート。ビッグバンド「Sound Arc」のコンサート中に緊急事態が発生したことを想定し、観客が会場の外へ避難しました。

会場に足を運んだ248名は、Sound Arcの美しい演奏に聴き入りながらも、避難訓練時には落ち着いて行動し、緊急時への理解を深めました。

8月6日 美小・東陽小バンド&北中吹奏楽部

## 地区コンクール金賞で全道へ

8月5日～6日に行われた北見地区吹奏楽コンクールで代表権を獲得した美幌小・東陽小合同バンドと北中学校吹奏楽部が、札幌コンサートホールKitaraで開催の北海道吹奏楽コンクールに参加します。



美幌小・東陽小合同バンド(30名) 小学生部門 金賞演奏曲「ブレイブ」- P.ドイル作曲 P.スパーク編曲



北中学校吹奏楽部(17名) 中学生C編成 金賞演奏曲「月に寄せる哀歌」- 松下 倫士作曲

町制施行  
100周年  
記念事業

ビホロ100km START デュアスロン

## ビホロ 100km デュアスロン大会

美幌町制施行 100 周年記念大会として、元スピードスケート選手の高木菜那さんをスペシャルゲストに迎え開催されたビホロ 100km デュアスロン大会。当日は悪天候の中、250 名の鉄人たちが完走しました。



デュアスロン大会の動画は  
こちらから視聴できます。







# びほろ夏まつり

びほろ夏まつりの動画は  
こちらから視聴できます。



今年で10回目となる  
びほろ夏まつり。多くの  
参加者が縁日や盆踊り、  
納涼花火大会など、夏の  
風物詩を満喫しました。



# 札幌交響楽団コンサート

札幌交響楽団によるコンサートでは、ベートーベンやシューベルト、モーツァルトの聞きなじみのある  
代表作が演奏され、多くの来場客がプロの演奏に酔いしれていました。



**催し**

美幌みどりの村ふれあいまつり

■日時 9月10日(日)  
10時～14時

(雨天内容一部変更・小雨決行)

■場所 みどりの村各施設・美幌博物館・K-I-T-E-N

■内容 稲刈り体験、じゃんけん大会、野菜重量当て、射的、マイ箸作り、お宝をさがせ、輪投げ、竹馬、バルーンアートほか、フォトコンテスト発表

みどりの村で体験しよう  
第2回『秋の落ち葉で楽しもう』

秋の落ち葉で彩られた森を楽しみながら、落ち葉や松ぼっくりを拾ってリースを作ったり、焼き芋を味わってみませんか？

■日時 9月30日(土)  
9時30分～12時

■場所

みどりの村森林公園キャンプ場

■募集期間 9月28日(木)まで

■対象 お子様のいるご家族

■定員 15名(先着順)

■持ちもの 野外活動できる服装・飲み物・軍手・マスク

■参加費 1人 500円  
■予約・問合先 みどりの村

(☎72-0178)

※雨天中止(小雨でも中止とさせていただきます)

家庭の味噌汁塩分測定コーナー  
「あなたは何味？濃い味？ちよどよい？」

お味噌汁を持参していただくと、塩分濃度の測定をします。

0.1%単位で測定が可能で、0.7%を「ちよどよい」の基準として診断します。

■日時 9月21日(木)

午前 10時～12時

午後 13時30分～15時30分

■場所

しゃきつとプラザ1階ロビー

■味噌汁の持参方法

50cc程度の量があれば測定ができます。容器などに入れて持参してください。

■対象 どなたでも

■その他 測定は無料、申込は必要ありません。直接お越しください。

■問合先

保健福祉課健康推進グループ

(☎77-6545)

**趣味・教養**

パン作り講習会

■日時 9月22日(金)

9時～14時

■場所

グリーンビレッジ美幌加工室

■定員 10名

■募集期間 9月15日(金)まで

(定員になり次第締め切り)

■参加費 2,000円

■内容 角食パンと菓子パン

(クリームパン、クルミレーズン、カボチャあんぱん、バターロール)をお持ち帰ります。

■持ち物 エプロン、バンドナ、飲み物、昼食、持ち帰り用の箱

■マスク着用

■申込・問合先 みどりの村

(☎72-0178)

手打ちそば講習会

今年の新そばを使用します。

■日時 9月17日(日)

13時～15時

■場所 美幌町字大通南1丁目

美幌手打ちそば道場

(たかはしカイロプラクティック様隣、看板あり)

■定員 6名(最小催行3名に達しなかった場合は中止)

■募集期間 9月15日(金)まで

(定員になり次第締め切り)

■参加費 2,000円

■持ち物 エプロンまたは前掛け、三角巾、持ち帰りの入れ物、マスク、上履き

■申込・問合先

美幌手打ちそば同好会 事務局

茂木まで

(☎090-7644-3238)

(職場☎72-0606)



宝くじがネットで購入できる!

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)

TEL 011-330-0777 (有料)

## 相談

### 交通事故巡回相談 (予約制)

相談員による相談

- ① 9月4日(月)・10月4日(水)  
13時30分～16時30分
- ② 9月5日(火)・10月5日(木)  
9時～13時

会場

- ① 北見交通安全研修センター  
(北見市青葉町5番16号)
- ② オホーツク総合振興局交通事故相談所  
(網走市北7条西3丁目)

申込先

オホーツク総合振興局環境生活課  
(☎0152-41-0627)



### 定例行政相談 (予約制)

相談日 9月11日(月)

13時30分～16時

場所 役場庁舎 相談室1

相談員 行政相談委員

・谷川 明弘 ・志布 純子

申込先 相談日の前日15時まで  
に広報相談グループへ

(☎77-6538)

### 人権擁護委員による 悩み心配ごと相談 (予約制)

相談日 9月13日(水)

13時～15時

場所 役場庁舎 相談室1

申込先 相談日の前日15時まで  
に広報相談グループへ

(☎77-6538)

### 弁護士による無料法律相談 (予約制)

相談日 9月13日(水)

13時～16時

場所

しゃきつとプラザ2階社協窓口  
申込先 美幌町社会福祉協議会  
(☎72-1165)



### 「こころの健康相談 (予約制)

相談日 9月15日(金)

9時30分～16時

場所 しゃきつとプラザ

相談員 精神保健福祉士

申込先 相談日の前の週まで  
に健康推進グループへ

(☎77-6544 / 77-6545)

### 定例健康相談 (予約制)

相談日 9月28日(木)

9時30分～16時

場所 役場庁舎 相談室4

連絡先 健康推進グループ  
(☎77-6544 / 77-6545)

### 精神保健相談 (予約制)

相談日 9月20日(水)

13時30分～15時30分

場所 北見保健所 相談室

相談員 精神科医 (北見市)

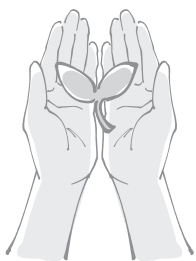
申込先 北見保健所

(☎0157-24-4137)

## 寄附

株式会社ビホク車輛 (松本直樹代表取締役) 様より、美幌町のために役立ててほしいと車両1台。

ふるさと納税「ふるさとを思う心が届く美幌町ふるさと寄附金」7月分576件586万5千円のご寄附をいただきました。



## 「あんしんねっとびほろ」に登録しましょう

登録した方に防災などの情報が配信されます。スマートフォンだけではなく、パソコンやメール機能が使用できる携帯電話をお持ちであれば、どなたでも受信が可能です。

### 登録方法

携帯電話等で以下のメールアドレスか、QRコードを読み取って、空メールを送信してください。数分後に、仮登録メールが届きますので、メールの内容に沿って本登録を行ってください。  
touroku@anshin.town.bihoro.hokkaido.jp



登録カテゴリ	配信内容
① Jアラート連携情報	気象情報、防災情報、ミサイルなどの国民保護情報
② 防災情報	防災情報、気象情報、除雪などの情報
③ 不審者情報	子どもの被害情報、防犯対策情報など
④ 美幌町認知症高齢者等 SOS ネットワーク	行方不明者の情報
⑤ 防犯関係情報	特殊詐欺情報、盗難情報など

健

康

メ

モ

受けてますか？「がん検診」

日本人が生涯でがんになる確率は58.4%（男性65.5%・女性51.2%）で、およそ2人に1人ががんになるという計算がされています。また、死亡原因で最も多くを占めているのがんとなっています。

このように、誰でもなる可能性があり、命を落とす人も多いがんですが、早期発見・早期治療による5年後の生存率は90%以上であるということがわかっています。

がんを早期発見するためには、定められた受診間隔で定期的ながん検診を受けることが大切です！ぜひ、町のがん検診をご利用ください。

しゃきっとプラザ（集団検診）で受けることができるがん検診

\*年齢は令和6年3月31日までに到達する年齢です。

種類	胃がん検診	肺がん検診		大腸がん検診	前立腺がん検診
対象	35歳以上	35歳以上	50歳以上	35歳以上	50歳以上男性
内容	胃部X線 バリウム 検査	胸部 レントゲン 検査	低線量肺 CT検査	便潜血検査	血液検査
料金	500円	100円	2,500円	200円	600円
日程	11月30日(木)・12月1日(金)・2日(土) (11月30日は肺CT検査はありません)				

種類	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象	20歳以上	35歳以上
内容	細胞診	マンモグラフィ (乳房エックス線検査)
料金	500円	35~49歳：600円 50歳以上：500円
日程	10月2日(月)・11月6日(月)・7日(火)・ 令和6年2月3日(土) (10月2日、令和6年2月3日は乳がんのみ)	



### 受診方法

事前の予約が必要です。

電話、ホームページ等から、必ず事前にお申し込みください。

〈申込・問合せ〉保健福祉課 健康推進グループ (☎77-6544/77-6545)

## 美幌町地域 包括支援センターだより

認知症になっても安心して  
暮らせる美幌町に



### 認知症を知ろう

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが徐々に低下し、記憶力や判断力などが低下し、日常生活に慢性的に支障が出ている状態です。通常の老化による衰えとは違いますが、初期の段階では、通常の老化やうつ病などとの区別がつきにくく判別が難しいと言われてしています。

### 基本的な症状

**記憶** 新しいことを覚える、知っているはずの記憶の呼び覚ましがおぼつかしい。

**見当識** 時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握がおぼつかしい。

**実行** 旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することがおぼつかしい。

**理解・判断力** 2つ以上のことの同時処理やいつもと違うささいな変化への対応がおぼつかしい。

### 行動・心理症状

不安やあせり、心身の不調、周囲の適切でない対応などが影響して妄想や幻覚、攻撃的な言動、無気力などの症状が出ることがあります。

認知症は突然おこるわけではありません。認知症は私たちの生活の一部、人生の一部です。突然、何もできなくなるわけではありません。認知症になってもできることは沢山あります。それを理解したり協力してくれる人が近くにいることで、自分らしく生きることが出来ます。どんな風に生きていきたいかを決めるのは、本人自身です。

センターでは認知症の相談を受けています。また、認知症の段階に応じたサポートをまとめた「認知症のしおり」（美幌版）も無料で配布しています。

参考：東京法規出版 認知症あんしんガイド

美幌町地域包括支援センター  
TEL75-3220・FAX73-4787

## けんしんであんしん!

8月16日現在

### しゃきっとプラザで実施する健診

申込みは先着順となっていますので、あらかじめご了承ください。申込状況で×と記載してある時間帯でも検査内容により申込が可能な場合もあります。

【特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診・エキノコックス検査・肝炎検診】

	6:00	6:30	7:00	7:30	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30
11月30日(木)	○	○	○	○	○	▲	○	○	○	○
12月1日(金)	○	○	○	○	×	▲	×	×	○	○
12月2日(土)	▲	○	×	○	▲	○	×	○	○	○

※肺CT検査を実施しない日：11月30日

【レディース検診】 検診内容：子宮がん検診・乳がん検診・大腸がん検診

	午前 (9:00-10:30)	午後 (12:30-14:00)	午後 (16:00-18:30)
10月2日(月)	/		○
11月6日(月)			×
11月7日(火)	○	○	/
2月3日(土)	○	○	

※10月2日(月)、2月3日(土)は、乳がん検診と大腸がん検診のみ実施します。  
※子宮がん・乳がん検診の受診間隔は2年に1回です。

(○：申込み可 ▲：若干名申込み可 ×：申込み不可)  
申込先：健康推進グループ ☎77-6545



## プレマクラス

全日両親そろって参加できます。妊婦さんだけの参加も大歓迎です。託児はありませんが、お子さんと一緒に参加することもできます。

日時	内容	場所
9月30日(土) 10:30~12:00	■歯科衛生士のお話 ■沐浴体験、ベビーグッズ紹介	しゃきプラ 1階和室
10月14日(土) 10:00~12:00	■助産師のお話、安産体操	役場庁舎 1階第1会議室
10月28日(土) 10:00~12:00	■パパの妊婦体験 ■パパに役立つ育児の基本 ■ママバトーク	役場庁舎 1階第1会議室
	■食べて学ぼう！へるすlunch☆ ※材料費としてお一人300円負担していただきます。	しゃきプラ 3階講習室
番外編	①子育て支援センター見学 ②赤ちゃんのおもちゃづくり 日程はプレマクラス内でお知らせします。	

※母子手帳をお持ちください。  
※準備の都合上、1週間前までにお申し込みください。  
※プログラムは変更になる場合がありますのでご了承ください。  
※次回は1月27日(土)から実施します。詳しくはお問い合わせください。

こちらからも  
お申込みできます。



【申込・問合せ先】保健福祉課 健康推進グループ  
☎77-6544/☎77-6545



# たのしく 子育て



## 美幌町次世代育成支援推進協議会委員を募集

子ども子育て支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進に関し、必要な事項及び当該施策の実施状況を調査審議する「美幌町次世代育成支援推進協議会」の委員を募集します。

- 対象 象 子育て中または子育てに関心のある方で、次の要件に該当する方
  - ①美幌町在住の18歳以上の方
  - ②年2回程度で18時30分頃からの会議に出席できる方
- 募集人員 4人(委員総数20名)
  - ※応募多数の場合は、応募の動機や年齢、職業などの均衡を総合的に審査のうえ、選考します。
  - なお、本町の他の付属機関等の委員となっていない方を優先します。
- 任期 委嘱の日から2年(令和5年11月～令和7年10月の間)
- 報酬 会議に出席された場合は、5,600円をお支払いします。
- 応募方法 社会福祉課児童支援グループに備え付けの「応募用紙」に必要な事項を記入のうえ、9月22日(金)までに直接持参していただくか、郵送またはファックス、電子メールにより提出してください。
  - ※応募用紙は、町ホームページからもダウンロードできます。
- 郵送・問合せ先 〒092-8650 美幌町字東2条北2丁目25番地  
美幌町役場 社会福祉課 児童支援グループ  
電話:0152-77-6541 FAX:0152-72-4869  
mail:jidou@town.bihoro.hokkaido.jp

問合せ 社会福祉課 児童支援グループ(☎77-6541)

9月  
活動予定

## 子育て支援センター ぽかぽか

[コミセン内 73-3240]

### センター開放日

・午前(10:00～11:30)  
6・7・12・15・21・22・25・27日  
・午後(13:30～16:00)  
11日以外の月～金曜日(祝日を除く)  
好きな時間に来て、親子で楽しい時間を過ごしてください。  
体操、手遊び、紙芝居、絵本の時間があります。

### 休日開放

9日(土)9:30～11:30 13:00～15:00  
10日(日)9:30～11:30  
ぜひご家族で遊びに来てください。

### 初めての日の日

1日(金)10:00～11:00  
センターを初めて利用される方専用の日です。  
職員紹介、施設紹介、紙芝居等を行います。  
妊婦さんも遊びに来てくださいね。

### 赤ちゃん広場

4日(月)、19日(火)10:00～11:00  
0歳児(生後2か月～12か月)対象の日です。  
同じ年齢のお子さんがあるお母さん同士、子育ての情報交換をしながら楽しい時間を過ごしてみませんか?

8時45分～17時30分までは、子育て・育児相談を受けています。  
月～金曜日(祝日・振替休日を除く)※お電話でもお受けしています。

### 公園で遊ぼう 「あおやま南公園」

8日(金)10:00～11:30 現地集合・現地解散です。  
雨天の場合は中止で、センターを開放します。町のHPでご確認ください。

### ①お誕生会

13日(水)10:00～ 9月生まれのお友達が対象です。  
定員10組程度 皆でケーキを食べましょう。  
※生クリームを食べたことがないお子様には、スポンジケーキを用意しますので、申込時にお伝えください。

### ②遊びの広場

14日(木)2・3歳児 26日(火)0・1歳児  
10:00～ 定員各10組程度  
親子で製作遊びなどを楽しんでみませんか?

### ③ミニスポーツ

28日(木)10:00～11:30  
定員10組程度(託児は10組まで)  
<持ち物> 運動靴・飲み物(動きやすい服装で来てください)  
\*託児を希望する方は、おむつとお子さんの飲み物を用意してください。参加者1人あたり保険料150円が必要です。センターに来てお申し込みください。キャンセルは、保険料をお返しできません。申込締切は、9/21(木)です。

### ④園開放日

20日(水)「美幌保育園」 29日(金)「東陽保育園」  
9:30～11:00(定員各10組程度)現地集合・現地解散  
保育園のお友だちと一緒に遊びませんか?

### ⑤子育て講座

「子どもの育ちについて ～ライフステージの中で子育てを考える～」  
5日(火)10:00～11:30 定員10組程度(託児あり)

※①～⑤は事前申込が必要です。定員になり次第受付を締め切ります。

# ママといっしょ



こうだ うた  
合田 羽安ちゃん [R5.1.13生]  
母：結菜さん

ママが大好きな甘えん坊さんです。(笑)  
最近できることがたくさん増えて大変なこと  
もあるけど楽しい毎日です。これからもすく  
すく大きく育ってね。大好きだよ！



やまだ さく  
山田 朔空ちゃん [R5.1.13生]  
母：ななみさん

家族みんなを笑顔にしてくれるさっくん。ず  
り這いで沢山動き回れるようになって、毎日  
お家の中を探検してます。どんなおもちゃよ  
りも、パパとのダイナミックな遊びが大好き  
！これからも色々なこと経験して、優しく  
強い男の子になってね♪



うえと たいよう  
上戸 太陽ちゃん [R4.8.11生]  
母：里緒さん  
父：智樹さん

色々なことに興味があり、日々出来ることが  
どんどん増え成長が毎日間近で見れて嬉しく  
思います。元気で優しい子に育ってほしいです。

9月

健診・相談

4か月児健診 (対象4か月)

受付/26日(火) 13:15~

しゃきっとプラザ

10か月児健診 (対象10か月~11か月)

受付/26日(火) 12:45~

しゃきっとプラザ

3歳児健診 (対象3歳~4歳児未満)

受付/5日(火) 12:30~

しゃきっとプラザ

乳幼児相談 (対象2か月~未就学児)

受付/25日(月) 09:30~11:30

しゃきっとプラザ

田中医院 (☎73-2913)

毎週月~金曜日 9:00~11:00/14:00~17:00

毎週土曜日 9:00~11:00

日本脳炎 (小学生以上の方に限ります)・子宮頸がん  
※接種日の3日前までに予約が必要です。

予防接種(事前予約が必要です)

国保病院 (☎73-4111)

毎週月~金曜日

10:30~11:30/13:30~14:30

ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、水痘、麻しん・風しん混  
合、日本脳炎、おたふくかぜ、BCG、ロタウイルス、B型  
肝炎、子宮頸がん

※接種日の3日前までに予約 ※月曜日は午後のみ

中村記念愛成病院 (☎0157-33-3088)

毎週月~土曜日 診療時間内

ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん・風しん  
混合、水痘、日本脳炎、B型肝炎、ロタウイルス、おたふく  
かぜ、子宮頸がん

※接種日の1週間前までにWEBまたは電話で予約

北見赤十字病院 (☎0157-24-3115)

毎週木曜日

ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん・風しん混  
合、水痘、日本脳炎、B型肝炎、ロタウイルス、おたふくかぜ  
※北見日赤の小児科に通院中の方のみ



## はぐのんの

美幌町子育て世代包括支援センター

～素敵なふれあいの場です～

10ヶ月健診のブック  
スタート(絵本のプレゼン  
ト)の1コマです。

図書館ボランティアさん  
とお子さんのふれあい  
が何とも微笑ましく、癒  
されます。



美幌町子育て世代包括支援センター はぐのんの  
(健康推進グループ ☎77-6544・窓口⑥番)

## 新成人サークル「はたちのつどい」

一生に一度しかない「二十歳の集い」を企画、運営してみませんか？ 自分たちの手で創る式典は、きっと忘れられない思い出になります！

### 【活動説明会】

■日時 10月5日(木) 19:00～(1時間程度)

■場所 町民会館 会議室

■対象

平成15年4月2日～平成16年4月1日生の方

■活動

- ・二十歳の集い企画会議
- ・二十歳の集い進行、運営

※対象者宛にチラシを郵送しますのでご覧ください。

■申込み

10月2日(月)までに町民会館までご連絡ください。



## サークル開設講座「大正琴体験教室」

アンサンブル(ベース、テナー、アルト、ソプラノの合奏)の楽しさを感じてみませんか？もちろん初心者大歓迎です！

■日時 9月25日(月)、26日(火) 全2回  
13:00～14:30

■場所 マナビティーセンター会議室

■内容 大正琴の基礎、優しい曲に伴奏をつけて弾く

■対象 町民(定員7名)

■持ち物 筆記用具

※大正琴は貸出可能です。

■主管・指導

マナセン利用サークル「アンダンテ」

■申込

9月20日(水)までに電話で町民会館までお申し込みください。



## 令和6年『美幌町二十歳の集い』

■開催予定日時

令和6年1月7日(日)

13:30～15:00

■会場

町民会館 びほーる

### 二十歳の集いに関わる今後の予定

10月 「二十歳の集い」企画会議を開始

11月 町外在住者申込受付開始

12月 町内対象者及び申込者へ式典案内の発送

※詳細が決まり次第、町広報及び町ホームページに掲載を行います。



## サークル開設講座「はじめての手話講座」

手話に興味のある方、手話ってどんなものか知ってみたい方、楽しく手話を体験してみましょう。

■日時 9月21日(木)、28日(木)、10月5日(木)  
全3回 19:00～20:30

※1回の参加のみも可能です。

■場所 町民会館 会議室3・4

■内容 初心者向けの基本的な手話を学びます。

■対象 町民(定員10名)

■主管・指導

マナセン利用サークル「手話の会ピポロ」

■申込

9月18日(月)までに電話で町民会館までお申し込みください。



教育委員会公式YouTubeチャンネルで「手話の会ピポロ」の活動を紹介しています。QRコードからご覧いただけます。







## 美幌町育成強化選手奨励金制度

～未来のオリンピック・パラリンピアンを支援します～

将来のトップアスリートとして期待される子どもたちのスポーツ強化活動に係る経済的負担を軽減し、競技力の向上を図ることを目的に、『美幌町育成強化選手奨励金』を交付します。

### ■対象者

本人または保護者が町内に在住、在学していて、指定強化選手の認定を受けている、または所属団体が推薦する満12歳～19歳の選手

### ■交付手続

所定の申請様式を、町内の所属団体または学校を通じ提出してください。なお、所属団体がいない場合などは保護者による申請が可能ですので、トレーニングセンターまでお問い合わせください。

### ■交付申請期限

9月29日(金) ※今回は上半期分

### ■強化選手指定団体／奨励金額

- ① 日本オリンピック委員会（JOC）、日本パラリンピック委員会（JPC）、日本スポーツ振興センター／20万円
- ② JOC・JPC加盟競技の中央団体、中央競技団体が行う全国競技大会／10万円
- ③ JOC・JPC加盟競技の北海道競技団体／5万円

※交付は年度内1回とし、審査委員会が決定します。  
※所属団体による推薦は、北海道代表選手に選拔され全国大会に出場、全道大会で入賞し全国大会に出場した者などを推薦することが出来ます。

## 秋季町民ハイキングの集い

美幌町自治会連合会体育部会では、町民ハイキングの集いを開催します。

### ■日 時

9月24日(日) ※小雨決行  
役場前集合：8時30分  
役場着解散：15時頃

### ■場 所

釧路湿原

### ■対 象

小学生以上(小学生は保護者の同伴が必要)

### ■定 員

79名(定員になり次第締め切ります)

### ■参加料

1,000円(小学生以上・損害保険料含む)

### ■持ち物

昼食、飲み物、敷物、帽子、雨具

### ■申込期間

9月5日(火)～9月15日(金)まで

### ■申込先

トレーニングセンター(☎73-4117)

※参加料を添えて直接お申し込みください。

## 中3・高校生トレーニング教室

運動の基礎、理論、器具の使い方を学びます。

### ■日 時

9月20、21、27、28、29日

17時～18時30分 計5回

### ■場 所

トレーニングセンター

### ■対 象

中学3年生～高校生

### ■定 員

15名

### ■内 容

トレーニング講話・実技、栄養講話

### ■参加料

600円(スポーツ傷害保険料)

### ■申 込

9月15日(金)まで

### ■申込先

トレーニングセンター

### ■その他

受講者にはトレーニングルーム入場許可証を発行します。



## レベルアップトレーニング教室

体力筋力向上を目標とした教室です。

### ■日 時

10月5、12、19、26日(木)

18:30～20:00 計4回

### ■場 所

スポーツセンター

### ■対 象

高校生～60歳まで

※医師に運動制限をされていない方

### ■定 員

20名

(定員になり次第締め切ります。)

### ■参加料

600円(スポーツ傷害保険料)

### ■講 師

①Body switch 代表

インストラクター 部田 夏子氏

②川原 陽水氏

### ■内 容

トレーニング実技

・サーキットトレーニング  
・格闘系ボクササイズ  
・ケガ予防のためのストレッチ 等

### ■持ち物

タオル・飲み物・上靴・着替え

### ■申込期間

9月5日(火)～28日(木)まで

### ■申込先

トレーニングセンター



「バスケットボール」をテーマにした本を紹介します。



「ぼくたちのアリウープ」  
五十嵐 貴久／著  
PHP 研究所

中学でバスケット部キャプテンを務めたジュンペーは、もっと良い環境でバスケットをするため、文武両道の名門校「国分学園」に入学する。早速バスケット部に入部届を提出したジュンペーだったが、3年生が不祥事を起こしたため1年間の公式試合出場禁止であると伝えられて…。



「その先の世界へ」  
宮地 陽子・伊藤 亮／著  
集英社

マンガ『SLAM DUNK』の作者である井上雄彦氏が「バスケットボールに恩返しをしたい」という志から始まったスラムダンク奨学金制度。本書では、この制度を活かしてアメリカへ留学した14人のスラムダンク奨学生のインタビューが掲載されています。



「チャレンジング・トム」  
トム・ホーバス／著  
ワニブックス

本書は、東京オリンピックでバスケットボール女子日本代表の監督を務め、現在バスケットボール男子日本代表の監督を務める著者の、選手たちを動かした言葉の数々が紹介されています。シンプルで前向きな言葉が多いため、スポーツの場だけではなく、日常生活でも参考になる一冊です。

**東** 陽小学校夏休み作品展

9月10日(日)まで／2階ギャラリー／東陽小学校の皆さんが作った夏休みの作品を展示します。

**お** はなしのへや

9月7日(木)、21日(木)／15時／2階視聴覚室／絵本の読み聞かせ、おはなし、紙芝居など

**お** 楽しみ文学館

「Shall we ダンス？」(136分)／9月8日(金)／13時30分／2階視聴覚室／監督：周防正行／出演：役所広司 草刈民代 他

**新** 聞無償譲渡

9月12日(火)～17日(日)図書館1階／図書館で保存期間(1年間)が過ぎた新聞をお譲りします。

**シ** ルバー写真クラブ作品展

9月13日(水)～22日(金)／2階ギャラリー／シルバー写真クラブの皆さんの作品を展示します。

**絵** 本とあそぼ!

9月14日(木)10時30分・28日(木)14時／2階視聴覚室／0～2歳児向けのお話し会

**図** 書館ボランティアの日

9月22日(金)／9時30分／2階視聴覚室／除籍した本や雑誌の「廃棄シールはり」や図書館だよりを折る等の仕事です。お手伝いいただける方は、当日直接図書館までおいでください。

**ま** ち・ひと・ほんコーナー

○防災  
9月10日(日)まで／1階カウンター前／9月1日は防災の日です。日ごろの備えや避難経路などを確認してはいかがでしょうか。図書館では特集コーナーを設置し、防災・災害に関する図書等を展示します。

○9月21日は世界アルツハイマーデー  
9月13日(水)～9月30日(土)／1階カウンター前／世界アルツハイマーデーにちなみ、認知症に関する図書やパンフレットを展示します。

**お** はなしのへやプチスペシャル

10月5日(木)15時／2階視聴覚室／一年に一度の特別版！大型絵本や紙芝居の読み聞かせなど。来てくれた人にはトモビーグッズなどが当たるガチャガチャが1回できます。

## 博物館でお宝をさがせ！

博物館にかくされている5つのナゾをといってみよう。

- 日 時：9月1日(金)～30日(土)  
9時30分～17時  
開催期間中の休館日：毎週月曜日  
(9月18日は除く)、9月19日
- 場 所：博物館 常設展示室
- 参加料：展示室観覧料に準じます(高校生以下・町内在住65歳以上は無料)。  
※9月10日(日)、9月18日(月)は、どなたも無料です。
- 内 容：受付で用紙を受け取り、ナゾときに挑戦！ナゾがとけたら、ガチャがひけます。  
(お一人様1日1回限り)



## プチ工房「型染めハガキ」

型染めで、秋を彩るハガキを作ろう！  
(所要時間：30分～)



- 日 時：9月1日(金)・2日(土)  
10時～正午、14時～16時で自由入室し、作品が出来次第終了。
- 場 所：博物館1階 講座室
- 対象：どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)
- 参加費：300円(お一人様2点まで)



## 博物館講座(芸術編)「ヤングアダルトに読んで欲しい本を翻訳してー長友恵子の世界」

美幌町出身の英米児童文学翻訳家 長友恵子さんをお迎えし、これまで手掛けられた作品や翻訳家という職業についてなどをお話していただきます。



【NO FIXED ADDRESS (住所、不定)】  
(長友恵子訳)

- 日 時：9月23日(土)10時～11時30分
- 場 所：博物館2階 視聴覚室
- 講師：長友 恵子氏(英米児童文学翻訳家)
- 対象：中学生以上～一般  
(小学生以下は保護者同伴のうえ参加が可能)
- 参加費：無料
- 申込方法：直接会場へお越しください。

## 博物館第1展示室リニューアルオープンと開館記念日(無料開館)

10月1日(日)は、博物館開館記念として、博物館を無料開館し、各種イベントを開催します。

- 日 時：10月1日(日)9時30分～17時  
※入館は16時30分まで
- 場 所：博物館
- 観覧料：無料(イベントも全て無料)
- 内 容：・第1展示室リニューアルオープン  
・美幌町のなつかしい映像上映(9時30分～17時)  
・もちつき体験(9時30分～正午まで)  
※ついたちは試食できます。  
・工作「おばけ風船をつくろう」(9時30分～13時まで)
- 対象：どなたでも

## 博物館が無料開館

9月10日(日)は美幌みどりの村ふれあいまつり、9月18日(月)は敬老の日を記念して、無料開館します。

- 時 間：9時30分～17時※入館は16時30分まで

9月20日(水)まで、博物館屋根修繕工事に伴い正面駐車場の一部が使用できなくなります。満車の場合は階段下大駐車場をご利用ください。

## 消費生活相談 Q&A

### 官公庁を名乗る不審電話に気を付けて！

**Q** 通信局を名乗る女性から電話があり「携帯電話が不正に利用されていて、被害届を出さないと使えなくなる」と知らされた。その後、警察官をかたる男性から電話があり、「お金の動きを調べるのでネット銀行を開設する必要がある。まず、保険証の番号も教えるように」と言われ、情報を伝えてしまった。パソコンやスマホでの操作はしていないし、通信トラブルもないが心配だ。(50歳代・女性)

**A** 何らかの名簿を入手した悪質な業者が、次々と実在する官公庁や事業者名等をかたって、手あたり次第に電話をしていると思われます。つまり個人情報伝えてしまうと「強制執行」「差し押さえ」「自宅に出向く」などの不安をあおる脅し文句で、根拠のない請求はがきやメールが届く場合があります。しばらく様子を見て、新たなトラブルに巻き込まれないよう気を付けましょう。  
身に覚えのない請求は一切相手にせず、まずご相談ください。

消費生活の  
ご相談は

美幌町消費生活センター  
TEL・FAX 72-0366  
月～金曜日10時～16時(年末年始・土日祝日を除く)

## 交通安全メモ

### 秋の交通安全運動

9月21日(木)～30日(土)

#### 【重点項目】

- こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- 夕暮れ時と夜間の歩行者事故防止及び飲酒運転等の根絶
- 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

### おはようコール「旗の波」運動

通学・通勤時間帯に合わせ、黄色い交通安全旗により交通安全を呼びかける「旗の波運動」を実施しますので、町民皆さまの参加をお願いします。

日 時：9月22日(金)

午前7時30分から午前8時00分

場 所：町内46ヶ所

(各自治会の交通安全部長へお問い合わせください。)

令和5年町内交通事故状況(7月末日現在累計)

発生件数	12件(前年比+1)
死者	1人(前年比+1)
傷者	20人(前年比+7)
・町内での死亡交通事故ゼロ日数	144日
・町民による死亡交通事故ゼロ日数	1840日

## 消防だより

### 救急車の適正利用

全国的に救急出動件数は増加傾向にあり、軽い症状でも救急車を利用する人が増え社会問題となっています。これらの中には「タクシーだとお金がかかる」、「救急車で行けば早く診てもらえる」などといった、緊急性のない救急要請も含まれます。

本来救急車の必要のない人のために出動することにより、本当に救急車を必要とする人への救命処置が遅れてしまいます。救急車の適正な利用をお願いします。

～こんな症状の時は、すぐに119番を～



突然の激しい頭痛



締め付けられるような持続する胸の激痛



突然片方の腕や足に力が入らなくなる



急な息切れ呼吸困難

救急医療週間 9月3日～9月9日

問合先 消防本部グループ 警防・救急担当 (☎73-1446)

## 地域安全ニュース

### ヒグマとの事故を防ごう

9月は、ヒグマが冬眠にそなえるための季節で、食糧を探して活動が活発になります。以下の点に注意して、ヒグマによる人身被害を防止しましょう。

- ① **複数で行動し、音で存在を知らせましょう**  
野山には1人で入らず、複数で行動し、また、入山するときは、クマ鈴やラジオ等を持って、人の存在を知らせましょう。
- ② **ヒグマの出没情報等に気を付けましょう**  
薄暗いときの行動は避け、野山に入る前には、新聞やテレビなどヒグマの出没情報等を確認しましょう。
- ③ **残飯や生ゴミの処理には注意しましょう**  
ヒグマはゴミの味を覚えると、ゴミ捨て場などに出没するようになるので、ゴミの放置や埋めたりするなどしないようにしましょう。
- ④ **フンや足跡、食べた跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう**  
ヒグマのフンや足跡、草や木などが食いちぎられた跡などを見つけた時は、すぐに引き返しましょう。
- ⑤ **落ち着いて行動しましょう**  
逃げたり、騒いだりすると、かえってヒグマを興奮させ、襲われる危険があります。ゆっくりと静かに立ち去りましょう。

# 減らそう食品ロス！

# 「食べきり」で

# おいしく簡単に削減！



食材を上手に保存したり、余った食材を組み合わせることで活用すれば、「食品ロス」(未使用食品や食べ残し)が減らせます。

おいしく食べて、家計にも地球にも優しい「食べきり」の実践で、食品ロスを減らしましょう！



## 余った食材で創作レシピを楽しみましょう！

冷蔵庫に余った食材、作りすぎて残った料理は、リメイクやアレンジレシピなどで食べきり！  
楽しいアイデアで食材を無駄にせず、おいしい料理を楽しみましょう！

今回は消費者庁のレシピより、2種類を紹介。  
どちらも美味しそうですね！

### 食材を無駄にしないレシピ公開中！

消費者庁では食品ロスを削減するためのレシピを「クックパッド」で公開中！

今回紹介したレシピの他、900以上のレシピが掲載されていますので、ぜひ参考にしてください♪

消費者庁のレシピはこちら→



### 【リメイク】ポテトのミートソースグラタン

残ったミートソースをグラタンに変身させます。



#### 材料(4人前)

じゃがいも	中3個
ピザ用チーズ	40g
ミートソースの残り	80~100g
パン粉	大さじ4
パセリ	少々
バター	適量

#### 作り方

- 1 じゃがいもは1cm程度の角切りにして、楊枝が刺さる程度軽くゆでるか蒸す。耐熱性のグラタン皿にバターを薄く塗っておく。
- 2 1のじゃがいもをグラタン皿に並べ、ミートソース、ピザ用チーズ、パン粉、パセリをのせる。
- 3 表面に焦げ目がつく程度、オーブンで焼いて完成。

### ブロッコリーのザーサイ

「もったいないクッキング サンクスレシピ集」(長野県松本市)【野菜まるごとレシピ】



#### 材料(1人分)

ブロッコリーの茎	150g
塩	小さじ1/2
ラー油	小さじ1/3
ごま油	小さじ1
鶏ガラスープの素	小さじ1/4

#### 作り方

- 1 ブロッコリーの茎は端から薄く輪切りにする。
- 2 耐熱皿に入れて、ラップをし、電子レンジで4分ほど加熱する。
- 3 塩、ラー油、ごま油、鶏ガラスープの素を合わせて、調味料を作っておく。
- 4 2が熱いうちに3を加えてよく混ぜ、器に盛り完成。

## 「ごみ分別アプリ」好評配信中！

ごみの分別検索やひと目でわかるごみ収集カレンダーなど、「ごみの分け方・出し方」に関する情報をわかりやすく配信しています。悪天候による収集中止情報なども発信中。ぜひご活用ください。



問合せ先 環境管理課 環境衛生グループ(☎77-6550)

# 9月カレンダー

1 (金)	
2 (土)	
3 (日)	体育祭 (少年野球) P10
4 (月)	美幌ふるさと祭り (6日まで) P2・P3
5 (火)	3歳児月健診 P23
6 (水)	
7 (木)	
8 (金)	
9 (土)	マイナンバーカード手続き休日開庁 (10日まで) P6
10 (日)	消防訓練 P7 みどりの村ふれあいまつり P18
11 (月)	定例行政相談 P19
12 (火)	
13 (水)	悩み心配ごと相談 P19 無料法律相談 P19
14 (木)	
15 (金)	こころの健康相談 P19
16 (土)	
17 (日)	BIHORU BASE P9 体育祭 (町民体力測定会※18日まで) P10
18 (月)	
19 (火)	
20 (水)	
21 (木)	秋の交通安全運動 (30日まで) P28
22 (金)	おはようコール「旗の波」運動 P28
23 (土)	
24 (日)	体育祭 (ベタンク・ソフトテニス) P10 秋季町民ハイキングの集い P25
25 (月)	乳幼児相談 P23
26 (火)	4か月児・10か月児健診 P23
27 (水)	
28 (木)	定例健康相談 P19
29 (金)	
30 (土)	図書館フェスティバル (10月1日まで) P4

**バス運休**

美幌駅循環線 > 日・祝  
美幌駅旭小学校線 > 日・祝  
登下校線・美高線 土・日・祝

※美幌高校線2便は、美高の行事によって運行時間を変更する場合があります。  
※申込バス「モービー」は毎日運行します。

## ⊕ 9月の休日当番病 (医) 院

診療時間／午前9時～午後5時

- 3日(日) 玉川 医 院 / ☎75-2780
- 10日(日) 美幌町立国保病院 / ☎73-4111
- 17日(日) 田 中 医 院 / ☎73-2913
- 18日(月) 美幌療育病院 / ☎73-3145
- 23日(土) 津 別 病 院 / ☎76-2121
- 24日(日) こばやし内科クリニック / ☎73-3356

## ⊖ 9月の運転免許証更新時講習

会場／町民会館

- 7日(木)…優良13:00～13:30  
違反14:00～16:00
- 14日(木)…一般13:00～14:00  
初回14:30～16:30
- 21日(木)…優良13:00～13:30  
違反14:00～16:00

※免許証の更新手続きが完了していない方は受講できません。

## 🌐 水 道 修 繕

- 美幌管工事業協同組合 (☎73-5050)

受付時間 午前9時～午後5時

※上記以外の緊急時→役場当直 (☎73-1111)

## 人のうごき

人口	17,889人 (-32)
男	8,729人 (-29)
女	9,160人 (-3)
世帯数	9,356世帯 (-7)

令和5年7月末現在

※ ( ) は前月末との比較

## 9月の納期

- 固定資産税(第3期)
- 都市計画税(第3期)
- 国民健康保険税(第3期)

**納期限 10月2日(月)**

支払いには、便利な口座振替を!