

広  
報

星小日  
Since 1952  
ひる

美  
幌

2020

1

No. 1185

# 新年明けましておめでとうございませう

美幌町長 平野 浩 司

町民の皆様、新年明けましておめでとうございませう。

皆様には、輝かしい新春を穏やかに迎えのこととお慶び申し上げますとともに、日頃より町政運営に對しまして深いご理解と温かいご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

昨春に行われました町長選挙におきまして、多くの町民の皆様のご支援をいただき、第二十六代目の美幌町長として町政を担わせていただくこととなりました。地方自治体を取り巻く厳しい環境の中、その職責の重さに大変身の引き締まる思いであります。

昨年五月に美幌町長に就任して初めての新年を迎えましたが、この間、職責を果たすことができずしたのは、町民の皆様への「支え」によるものと実感しております。

昨年の台風十五号及び十九号により、被害に遭われた皆様にご心よりお見舞い申し上げますとともに、犠牲になられた方々にご遺族の皆様にご心よりお悔やみを申し上げます。

全国各地で自然災害が発生し、いまだ避難生活を続け不安や困難が続く方々を思う時、深い悲しみに思いは尽きません。苦境にある方々に対して、我がことと思いを重ね、災害のない新年であってほしいと祈るものであります。

かねてから準備を進めてまいりました役場新庁舎及び消防新庁舎の建設工事が始まりました。

現庁舎は、老朽化やバリアフリー機能の不足、大規模地震発生時における耐震性の不足、経済部や民生部の事務室の分散化による町民サービスや行政効率の低下など様々な課題を抱えております。

新庁舎の建設により、町民皆様の利便性が向上し、福祉の増進に寄与するとともに、近年多発する自然災害時の防災拠点施設として、町民皆様の安全・安心を守る役割を果たしてまいります。

昨年、元号が平成から令和へと変わり、時代が大きく変化する中で、人口減少と少子化・高齢化の進展を背景として、私たちの「ふるさと美幌」も大きな転換期を迎えております。

「ふるさと」とはこれまで「自分が生まれた場所」「遠くにあるもの」と思われてきましたが、近年は「自分が働く、学ぶ場所」「自分でつくるもの」など、「ふるさと」の定義が変わってきていると言われております。

「ふるさと美幌」は、生まれ育った人はもとより、そこに移り住んだ人、そこで働く人や学ぶ人、そして遠くから応援してくださる人、美幌町に関わりのある全ての人々の想いによって支えられ、成り立っております。

この町の未来を展望したとき、人口減少と少子化・高齢化を避けて通ることはできませんが、どのような課題や問題であろうとも、「ふるさと美幌」に想いを寄せる人々の力を結集することで、必ずや美幌町の未来を切り拓くことができると私は信じております。

私は、昨年五月の就任以来、選挙公約で皆様にお約束した『美幌の活力を高め、次代につなげるまちづくり』をスローガンとして、産業の活力、人の活力、地域の活力を高め、先人が築き上げた「誇りある美幌町」を次代につなげていくための「人財」を育てるとともに、町民の皆様にお約束した項目の実現に向け、全力を尽くしてまいりました。

引き続き、町民の皆様の視点で考え、耳を傾け、十分に話し合い、歴代の町長が多くの困難を抱えながら町民とともに切り拓いてきた「ふるさと美幌」の歩みを着実に進め、活力に満ちた美幌町を必ず実現するとの決意で町政に取り組んでまいります。

どうか、本年も町政推進に変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げ、皆様のご健康とご多幸を心からご祈念申し上げます。

本年が希望に満ちた大きな飛躍の年となりますことを、心よりお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

## ●年末・年始の町の施設業務日程表

施設名	電話番号	12月				1月					
		28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)
役場	73-1111	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○
国保病院	73-4111	△	△	○	△	△	当番	△	△	△	○
しゃきっとプラザ(運動室・プール)	73-1111	○	○	×	×	×	×	×	×	×	○
しゃきっとプラザ(2階事務室)	73-1111	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○
町民会館	73-4187	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○
博物館	72-2160	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
図書館	73-3016	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
マナビティーセンター	72-2300	○	○	×	×	×	×	×	×	×	○
スポーツセンター・トレーニングセンター	73-4117	○	○	×	×	×	×	×	×	×	○
あさひ体育センター	73-2665	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
コミュニティセンター	73-4411	○	○	×	×	×	×	×	×	×	○
児童センター	73-4411	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
子育て支援センター	73-3240	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
子ども発達支援センター	73-3014	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○
幼児ことばの教室(美幌小学校内)	72-4730	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○
老人憩の家	73-1111	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
常設老人クラブ	内線258	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
グリーンビレッジ美幌	72-1994	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
林業館「きてらす」	73-2211	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○
物産館「ぼっぼ屋」	73-2211	○	○	×	×	×	×	×	○	○	○
美幌峠レストハウス	75-0700	○	○	○	×	□	×	×	○	○	○
峠の湯びほる	73-2121	○	○	○	▲	▲	○	○	○	○	○
消費生活相談窓口	72-0366	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○

○=通常業務 ×=お休み △=急患のみ ▲=午前10時から午後5時まで □=午前6時から8時まで

## ●病(医)院の診療体制

医療機関名	電話番号	12月					1月					
		27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)
工藤医院	73-3356	○	△	当番	×	×	×	×	×	×	×	○
田中医院	73-2913	○	△	×	△	×	×	×	当番	×	×	○
田島医院	73-2035	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	○
玉川医院	75-2780	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×
平間医院	72-1881	△	×	×	×	×	当番	×	×	×	×	○
美幌皮膚科	73-4112	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	○
びほる耳鼻咽喉科クリニック	73-3900	○	△	×	×	当番	×	×	×	△	×	○
みやざわクリニック	75-0800	○	△	×	×	×	×	×	×	△	当番	○
美幌療育病院	73-3145	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
美幌町立国民健康保険病院	73-4111	○	×/救急	×/救急	○	×/救急	×/救急	当番	×/救急	×/救急	×/救急	○
女満別中央病院	74-2181	○	△	×/救急	△	×/救急	×/救急	×/救急	×/救急	△	×/救急	○
東藻琴国民健康保険診療所	66-2611	○	△	×	△	×	×	×	×	△	×	○
丸玉木材津別病院	76-2121	○	△/救急	×/救急	△/救急	×/救急	×/救急	×/救急	×/救急	×/救急	×/救急	○

※玉川医院は1月7日(火)から平常診療 ※美幌療育病院は12月26日は平常診療、1月15日(水)から平常診療

○=全日診療 △=午前診療 ×=休診(全日休診) 当番=休日当番 救急=救急病院

## ●ごみの収集について

- 一般ごみ(市街地区) 12月31日(火)から1月5日(日)の期間は収集を行いません。(1月6日(月)から通常どおり収集)
- " (農村地区) 第1水曜日(1月1日)の収集対象地区は1月8日(水)に変更します。(対象地区:福住、豊富、古梅、日並)
- その他プラ(市街地区) 第1水曜日(1月1日)の収集対象地区は1月8日(水)に変更します。(対象地区:南1丁目、南2丁目、南町東、南3西、北1丁目、仲町1東)  
第1金曜日(1月3日)の収集対象地区は1月10日(金)に変更します。(対象地区:北2丁目、北3丁目、北4丁目、栄町東、栄町西、東町)
- 資源ごみ(農村地区) その他プラ含む(月1回) 変更はありません。
- 粗大ごみ(月1回) 1月3日(金)が1月10日(金)に変更になります。
- し尿くみ取り 12月28日(土)から1月13日(月)までの期間は休み。
- 登栄廃棄物処理場 受入れ 12月31日(火)午後3時まで (1月4日(土)から通常どおり受け入れ)

# 美幌峠初日の出フェスティバル



「美幌峠レストハウス」を、1月1日午前6時から同8時まで開放します。

2階無料展望休憩室で、雄大な“美幌峠からの初日の出”をご覧ください。また、美幌峠物産館が恒例の「ビンゴゲーム大会」を実施します。ビンゴカードを1枚500円で販売し、当選者には、豪華景品が用意されています。今年の運試しは美幌峠で！

■日 時 令和2年1月1日(水・祝) 午前6時～8時

■場 所 美幌峠レストハウス

※天候により中止する(開館できない)場合がありますのでご了承ください。

## 来場者特典

■峠名物「あげいも」を50円引きで販売！



〈問合先〉 商工観光グループ観光担当 (内線293)

# みどりの村から初日の出を見よう！

今年も休憩施設を無料開放します



■日 時 令和2年1月1日(水・祝)  
午前6時～午前7時30分

■場 所 みどりの村休憩施設「すずらん」

■内 容 お汁粉限定30杯と暖かい飲み物を無料サービスします。

※吹雪等により中止する場合があります。

〈問合先・申込先〉みどりの村振興公社 (☎ 72-0178)

# — 令和2年 消防出初式 —



町民に対する防火・防災意識の啓発と、消防職・団員の士気の高揚を図り、町の無火災・無災害を願う「消防出初式」を行います。

■日 時 令和2年1月6日(月)  
午後1時30分(サイレン吹鳴)

■場 所 美幌町民会館(1階小ホール)

※今年は消防庁舎改築工事のため、消防庁舎前での分列行進等を行いません。

〈問合先〉美幌消防署グループ警防担当 (☎ 73-1446)

# 成人の集い



■日 時 令和2年1月12日(日)  
受付12時30分 式典13時30分～15時  
(終了後写真撮影を行います)

■場 所 美幌町民会館大ホール「びほーる」

■対 象 平成11年4月2日～平成12年4月1日生の方

■内 容 成人の集い実行委員会「はたちのつどい」の進行により、懐かしい写真やビデオレターの上映等を行います。

〈問合先〉町民会館内社会教育担当 (☎ 73-4187)

# ジャンボ滑り台

陸上自衛隊美幌駐屯地のみなさん手作りの  
巨大滑り台。

2020

# 1/26日

AM10:00~PM 15:00



豚ジンギスカン

## 人寒パーティ

今年も寒中で楽しむ「人寒パーティ」を開催！美幌の  
美味しい豚ジンギスカンをお楽しみください。

●ジンギスカン前売券 1,000円 ●当日券 1,100円

販売場所：美幌商工会議所、美幌観光物産協会、  
美幌町役場

販売日：令和2年1月7日(火)

※無くなり次第終了



## 千人鍋・模擬店

今年も千食のアツアツの  
豚汁（美幌産食材使用）  
を無料提供します。さら  
に冷えた体を温める美味  
しい飲み物や模擬店が並  
びます。





# びほろ 冬まつり

笑顔あふれる楽しい時間！  
とき



## 第4回世界大会

### びほろスノーバスケット

チーム対抗による雪上雪入れ大会。

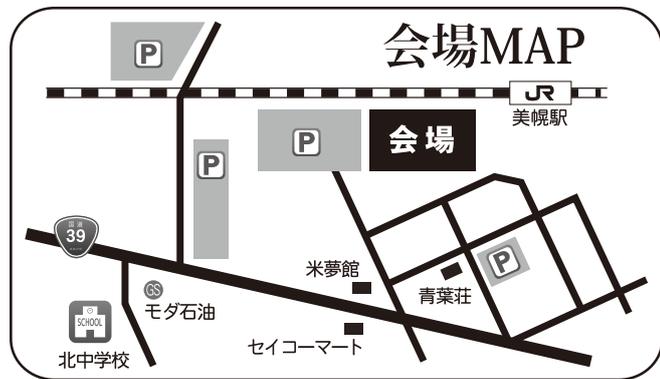
#### 小学生の部&一般の部の参加チームを募集！

- ①小学生の部…学年や男女の制限がない小学生のチームです。  
優勝1万円、準優勝5千円、3位3千円
- ②一般の部…中学生以上のチームです。  
優勝5万円、準優勝3万円、3位1万円
- 仮装賞…順位に関係なく仮装で注目されたチームに「仮装賞」(最優秀賞2万円)を贈呈しますので、会場の目を引く仮装をお待ちしています。

#### <お申し込み>

1月15日(水)までに事務局へお申し込みください。  
 申込用紙は事務局にあります。町のホームページからもダウンロードできますので、ご利用ください。また、申込は電子メールでも受け付けします。下記アドレスまでお申し込みください。

◇電子メールアドレス：kankout@town.bihoro.hokkaido.jp



- 会場/JR美幌駅横
- 駐車場/ 駐車場は限りがあり大変混雑が予想されますので、お車でのお越しの方はなるべくお乗り合わせいただきご来場ください。

## 1月6日からは旧ごみ袋(黄色)の収集は行いません

「旧ごみ袋(黄色)」での収集は、昨年(12月)の最終収集日で終了となりました。今月からは旧ごみ袋の収集は行いませんので、必ず「新しいごみ袋(青色)」を使用しておみを出してください。皆さまのご協力をお願いします。

### 旧ごみ袋(黄色)から新ごみ袋(青色)への差額交換を行っています

◎旧ごみ袋(黄色)を使いきれずに手元に残っている場合は、旧ごみ袋に差額分を支払うことで新しいごみ袋(青色)と交換します。ただし、ごみ袋は同じ容量(リットル)のみの交換となります。

#### ■交換イメージ

(例:10枚入/1組を差額交換する場合)

ごみ袋の種類	旧料金	差額料金	新料金
10リットル袋	200円	+ 50円	250円
20リットル袋	400円	+ 100円	500円
30リットル袋	600円	+ 150円	750円
40リットル袋	800円	+ 200円	1000円

#### ■受付日時

令和2年1月6日(月)～令和2年3月31日(火)  
午前9時～午後5時まで(閉庁日を除く)

#### ■交換場所 美幌町役場(庁舎1階)窓口

■持参するもの 差額代金(現金)・旧ごみ袋(黄色)  
※交換対象は未使用のごみ袋とし、1枚単位から行います。

#### ■交換方法

混雑が予想されるため、各家庭の「一般ごみの収集曜日」(月曜日～金曜日)の日に来庁いただき、交換受付を行います。また、差額交換を希望する方は、種類ごとの交換枚数を事前に確認したうえで、来庁くださるようお願いします。

〈問合先〉環境生活グループ環境衛生担当 (内線 238・239)

### 新成人の皆さんへ

## 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は、20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられていますので、20歳になったら忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう!



#### 国民年金のポイント

##### ■将来の大きな支えになります!

国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任を持って運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

##### ■老後のためだけのものではありません!

国民年金は、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。

また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

##### ■「学生納付特例制度」

学生の方は所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予されます。

(申請は、20歳の誕生日前日から行うことができます。また申請の際には、印鑑及び学生証(コピー可)または、在学証明書の原本が必要となります。)

##### ■「納付猶予制度」

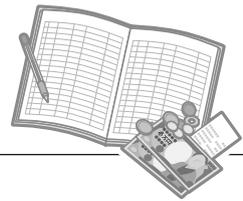
学生でない50歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料の納付が猶予される制度です。(平成28年6月以前の期間は、30歳未満であった期間が対象となります)

※保険料には学生納付特例制度、納付猶予制度の他、免除制度があります。

〈相談・手続き等の問合先〉北見年金事務所 国民年金課 ☎0157-25-9635  
環境生活グループ戸籍年金担当 (内線232・234)

## 確定申告が始まります

令和元年中に住宅をローンで購入された方や、一定額以上の医療費負担のあった方などは、確定申告により所得税が還付される可能性があります。



### 年金所得者の還付申告

- 日 時  
2月7日(金)・10日(月)・12日(水)・13日(木)  
午前9時30分～11時30分 午後1時～4時
- 場 所 しゃきっとプラザ1階 集団健診ホール

### 所得税の確定申告

- 日 時  
2月17日(月)～3月16日(月)(土・日・祝日を除く)  
午前9時30分～11時30分 午後1時～4時
- 場 所 しゃきっとプラザ2階 会議室1

営業・不動産・譲渡・山林所得の確定申告、消費税の申告に関しては、直接税務署へご相談ください。

網走税務署(網走市南6条東5丁目)

受付期間 2月17日(月)～3月16日(月)(土・日・祝日を除く) 午前9時～午後4時まで

※税務グループでは、1月中旬頃から確定申告書や手引きなどをお渡します。

駐車場には限りがあり、施設利用者も多数ご来庁されることから、徒歩もしくはバスなどでのご来庁にご協力をお願いします。

〈問合せ先〉 税務グループ課税担当(内線226・227)

## 事業主のみなさんへ

### 給与支払報告書・償却資産申告書の提出期限は、令和2年1月31日(金)です

#### 給与支払報告書の提出にあたっての留意点

1. 専従者給与 \_\_\_\_\_  
専従者に給与を支払う場合、給与支払報告書の種別に「専従者給与」や「専給」と記載してください。(通常の給与・賃金とは区別して、計算します)

令和 年分 給与所得の源泉徴収票	
専給	

2. 社会保険料控除 \_\_\_\_\_

#### 町からのお願い

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の支払いが「年金天引き」の場合、年金天引き分は年末調整しないでください。(年金報告書で控除するため重複控除となります)

3. その他 \_\_\_\_\_

年末調整をしていない場合、控除対象扶養親族の欄に記載があったとしても、扶養控除は適用になりません。給与所得者の扶養控除等(異動)申告書の提出がある場合は、年末調整後の給与支払報告書を必ず提出してください。

※詳細については、税務署から送付されている「給与所得の源泉徴収等の法定調書の作成と提出の手引」をご確認ください。

#### 償却資産を所有している方へ

- 令和2年1月1日現在で、事業に使用する償却資産を町内に所有されている方は、償却資産申告書の提出が必要です。
- 申告書等は12月中旬に発送済みですが、届いていない事業所等がありましたら、問合せまでご連絡ください。

〈問合せ先〉 税務グループ課税担当 給与支払報告書について(内線226・227)  
償却資産について(内線228・229)

## 入学準備金支給のお知らせ



町では、令和2年4月に美幌町の小・中学校に入学予定の児童生徒の保護者で、就学援助の要件に該当する方に、就学援助の入学準備金を入学前の3月に支給します。

### ■補助の内容

小学校新1年生 **50,600円**

中学校新1年生 **57,400円**

※支給予定時期：令和2年3月上旬

### ■補助の対象者

令和2年4月に美幌町立小学校及び中学校へ入学予定の児童生徒の保護者で、右記の認定基準に該当する方

※令和2年3月末日以前に町外に転出される方は対象外です。

### ■入学後の就学援助について

入学前に入学準備金の支給を受けた方であっても、入学準備金以外の就学援助(学用品費や給食費等)の支給については、入学後に再度審査を受けることが必要となります。4月に改めて学校へ申請書を提出してください。

### ■補助の認定基準

- ①生活保護が停止または廃止となった世帯
- ②税金が減免されている世帯
- ③国民年金掛金が免除(半額以上)されている世帯
- ④国民健康保険料が減免されている世帯
- ⑤ひとり親家庭で児童扶養手当が支給されている世帯
- ⑥前年の所得が低い世帯

### ■申込方法

1月20日(月)に発送を予定している就学通知に申請書を同封しますので、ご記入のうえ、添付書類と合わせて2月7日(金)までに教育委員会へ提出してください。

〈問合先〉学校教育グループ学校教育担当(内線305)

## 小・中学校の就学校の指定変更について



教育委員会では、町立小学校・中学校の通学区域を定め、就学の際に住居登録地の属する校区の学校を就学指定校として通知しています。

しかし、特別な事情があり指定校以外の学校を希望される場合で、教育委員会が変更の理由を相当と認めるときは、一定の期間、指定されている学校の変更をすることができます。

### ◆指定した就学校の変更を相当と認める要件

- ①病気、心身の障がい等の理由により、指定校への就学が困難な場合
- ②住宅の新築により転居を予定されていて、入学時から転居予定地の学区の学校に就学を希望する場合
- ③住宅金融公庫等の借り入れに関わる住所異動で、実際の異動が遅れる場合
- ④年度途中で住所を他通学区域に異動した場合(学期末まで・最終学年は卒業までの間許可)
- ⑤すでに就学校の変更をしている小学6年生または中学3年生の兄弟がいる場合(兄弟の卒業までの間許可)
- ⑥入学・転学先の指定校に希望する部活動がなく、従前(少年団活動等)からの継続的な活動が認められる場合(中学生のみ)
- ⑦いじめや不登校の改善に向けて配慮を必要とする場合
- ⑧児童の帰宅時に保護者が不在となる家庭で、祖父母宅、保護者の勤務先等に預けるため、預け先の学区にある学校へ就学を希望する場合(小学生のみ)
- ⑨その他特別な事情があり、配慮が必要であると認める場合

### ◆手続き方法

変更を希望される場合は、教育委員会学校教育担当へご相談ください。申立書に記入・捺印していただきますので、印鑑と変更理由を証明する書類をご持参ください。

### ◆就学校変更の決定

申し立てに対し、教育委員会が「指定した就学校の変更を相当と認める要件」に照らし、許可するかどうかの決定を行います。

申し立てが許可された場合は、保護者へ「就学学校指定変更通知書」を送付いたします。

〈手続・問合先〉学校教育グループ学校教育担当(内線305)

## 子宮がん検診・乳がん検診・大腸がん検診のご案内

(美幌町立国民健康保険病院で実施)

子宮がん、乳がん、大腸がんの早期発見・早期治療を目的に国保病院で検診を実施しています。この機会に検診を受けていただき、健康づくりにお役立てください。

※年齢は令和2年3月31日現在の年齢



	子宮がん検診	乳がん検診	大腸がん検診
対 象	20歳以上	35歳以上	
受診間隔	2年に1回 ※町の助成を受けて受診できるのは2年に1回です。 ただし、今年度無料クーポン券該当の方は、2年連続して受けることができます。	年1回	
内 容	細胞診	マンモグラフィ(エックス線撮影) ・35～49歳:2方向 ・50歳以上:1方向	便検査 事前に送付した容器に便をとり提出していただきます。
料 金	500円	・35～49歳:600円 ・50歳以上:500円	200円
日 時	月・火曜日 13～16時 水・木・金曜日 9時～11時	月～木曜日 12時50分	月～金曜日 8時45分～16時
実施期間	令和2年1月31日まで (休診日を除く)		令和2年3月31日まで (休診日を除く)
申込先	大腸がん検診:保健福祉グループ 成人保健担当 ☎73-1111(内線287・288) 子宮がん・乳がん検診:国保病院検診担当 ☎73-4111(内線104) 電話予約時間帯(平日8:45～17:15) ※子宮がん・乳がん検診は検診日の前々日までに予約が必要です。		

〈問合先〉保健福祉グループ成人保健担当(内線287・288)

### 診療体制変更のお知らせ

〈泌尿器科〉

泌尿器科の診療日は、令和2年2月1日から毎週水曜日と木曜日に変更となります。

2月1日からの診療体制

月	火	水	木	金
休診	休診	午前 午後	午前 午後	休診

受付時間:午前(窓口) 8:45～11:00  
(再来受付機) 8:00～11:00  
午後(窓口) 12:30～16:00  
(再来受付機) 12:30～16:00

〈婦人科〉

令和2年2月29日をもちまして婦人科診療を担当しております小松孝之医師は、都合により退職することとなりました。

医師退職に伴いまして、2月16日以降、婦人科は休診となります。

患者様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご了承くださいませようお願い申し上げます。

〈問合先〉美幌町立国民健康保険病院(☎73-4111)

### プレママクラス(妊婦教室)のお知らせ

プレママクラスを開催します。

参加ご希望の方は事前にお申込みください。託児が必要な方は参加の1週間前までにお申込みください。

日 時	内 容	場 所	持ち物
1月31日(金) 19:00～20:30	■両親学級～栄養士のお話、沐浴体験、ベビグッズ紹介	しゃきつとプラザ1階和室	母子手帳
2月7日(金) 10:00～12:00	■助産師のお話～妊娠中の過ごし方、安産体操	しゃきつとプラザ1階和室 ※託児あり	母子手帳
2月14日(金) 19:00～20:30	■両親学級～パパの妊婦体験、パパに役立つ育児の基本	しゃきつとプラザ1階和室	母子手帳
番外編	■子育て支援センター見学	子育て支援センター	日程はプレママクラス内でお知らせします。



※QRコードからの申込みもできます



〈申込・問合先〉保健福祉グループ 母子保健担当(内線287)

## 美幌町教育大綱(案)

### パブリックコメント(意見公募)を実施しています

#### 案件名

#### 美幌町教育大綱(案)

町では、平成28年1月に策定した「美幌町教育大綱(計画期間:平成27～30年度)の期間が終了したことから、令和元年度以降の教育大綱(計画期間:令和元～4年度)の素案を策定しました。この大綱は、美幌町の明日を担う人材を育成するため、ふるさと美幌で子どもたちが生き生きと学び育つことができ、あらゆる世代が生涯にわたり自ら学び、各人が学習の成果を地域社会に生かせるよう、美幌町の教育の基本である「美幌町教育目標」の実現をめざして、今後の教育、学術及び文化の振興に関する総合的な施策の方針を示すために定めるものです。

#### 募集期間

令和元年12月16日(月)～令和2年1月14日(火)

#### 資料・意見提出用紙の配布 閲覧場所・意見提出先

- ・町ホームページ
- ・教育委員会学校教育グループ(役場庁舎2階)

教育委員会学校教育グループ  
〒092-8650 美幌町字東2条北2丁目25番地  
FAX:0152-72-4869  
E-mail gkyouiku@town.bihoro.hokkaido.jp  
※氏名、住所、電話番号、FAX番号を明記してください。記載がない場合は、取り扱えませんので、留意願います。  
※書面の持参、郵送、FAX、電子メールのいずれかの方法により提出してください。電話や来庁による口頭でのご意見は受け付けておりませんのでご了承ください。

## 令和2年度

### 学童保育所入所児募集

- 施設 美幌学童保育所、東陽学童保育所、旭学童保育所
- 対象 昼間、保護者の勤務などで留守家庭となる小学1～3年生までの児童
- 開所時間  
平日午後1時～5時30分、土曜日午前8時30分～午後5時30分(春・夏・冬休み期間中は午前8時30分～午後5時30分)  
※申請により最大で午前30分、午後30分(※土曜日を除く)の延長可。
- 申請書交付・受付  
令和2年2月3日(月)から2月14日(金)まで  
※事前に連絡をいただけますと、午後5時30分以降でも対応いたしますのでご相談願います。  
※希望者が定員を超える場合は、選考のうえ決定する場合があります。  
※集団生活に心配なことがある場合は、必ず事前にご相談ください。

(交付・受付・問合せ先) 児童支援グループ業務担当(内線376・390)

## 令和2年度

### 美幌町競争入札参加資格審査申請(中間年申請)の受付を行います

令和2年度に美幌町が発注する「工事」「委託」「物品」に係る入札参加資格審査申請の受付を行いますので、希望される方は受付期間内に申請書類を提出してください。

なお、今回は中間年の受付となります。申請書類などの詳しい内容については、町ホームページをご確認ください。

- 受付期間  
令和2年1月15日(水)～2月14日(金)  
(郵送時は期間内必着)
- 受付時間 9時～17時まで  
※ただし、12時～13時までの時間を除く
- 提出方法 持参又は郵送  
※郵送時は封筒表面に競争入札参加資格申請書在中と記載し、返信用封筒(84円切手貼付)を同封してください。

(受付場所・問合せ先) 財務グループ契約財産担当(内線341)

## 空き家の適正管理・有効活用

### 空き家を正しく管理していますか

空き家を放置し続けると、雑草や害虫の発生、屋根や壁の一部の飛散、木の一部が隣の敷地に覆い被さるなど、近隣の方の生活に影響を与えてしまうことがあります。「空家等対策の推進に関する特別措置法」に基づき、空き家の所有者等は、日頃から建物や土地の状態を確認し、適切な管理をお願いします。

### 北海道空き家情報バンクの活用

北海道空き家情報バンクとは、所有者から売買等の希望があった北海道内の空き家や空き地について、利用を希望する方に情報を提供する北海道が運営している制度です。

現在使用していない空き家や空き地がある場合は、当制度に登録し、有効活用してみませんか。

詳しくは「北海道空き家情報バンク」のホームページを確認または下記担当までお問い合わせください。



(問合せ先) まちづくりグループ政策担当(内線299)

## 第5音楽隊

### 自衛隊音楽隊演奏会

陸上自衛隊第5音楽隊(帯広)による演奏会を開催します。第5音楽隊は帯広を中心に、隊員の士気高揚、儀式及び、広報のための音楽演奏を主な任務としており、演奏技術も高く評価されています。

- 日時 令和2年1月21日(火) 午後6時
- 場所 町民会館「びほーる」
- その他 入場は無料ですが、入場整理券が必要です。詳しくはお問合せください。



〈問合せ〉総務グループ駐屯地担当(内線219)

## 「フレイル」の予防法

### 長生きを楽しめるまちづくり講演会

フレイルとは、加齢に伴って心身の機能が低下し、介護が必要な状態に陥るリスクが高まっている状態のことです。食事や運動など具体的な予防法についてお伝えします。

- 内容
  - ◇講演「シニア世代の食事の基本」  
講師 美幌町役場 栄養指導担当主査  
管理栄養士 如澤 恵子 氏
  - ◇講演・運動実践  
「長く健康に生活するための運動法」  
～しゃきつと体操でフレイル予防～  
講師 一般社団法人地域ウェルネス・ネット  
代表理事 福岡 永告子 氏
- 日時 令和2年1月25日(土) 午後1時30分～3時
- 場所 しゃきつとプラザ 集団健診ホール
- 主催 美幌町保健・医療・福祉ネットワーク推進委員会  
1月23日(木)までにお申し込みください。  
※健康マイレージ対象の講演会です。

〈申込・問合せ〉保健福祉グループ健康推進担当(内線288・395)

## 介護に関心のある方

### 「入門的研修」を開催いたします!

日常で役に立つ介護の知識や介護職として必要な基本的知識・技術などを無料で学ぶことができます。また、介護分野での就労を希望する方は、研修終了後、専門スタッフによるきめ細かなマッチング支援を受けられます。

研修はDVDによる映像講義のため、気軽に楽しく受講することができます。オホーツク管内では初開催となりますので、この機会に是非、受講ください。

- 日時 令和2年1月21日(火)～24日(金)
- 場所 オホーツク総合振興局 3号会議室
- 受講料 無料(会場までの交通費、昼食等は各自負担)
- 定員 30名(先着順とし、定員になり次第締切)
- 参加対象

介護未経験者で、介護に関心がある方であればどなたでも受講いただけます。

- 申込方法
  - ・申込用紙に記入の上、郵送又はファクスにて下記までお申込みください。申込受理後、「受講決定通知」によりお知らせいたします。
  - ・申込用紙は、保健福祉グループ介護保険担当(しゃきつとプラザ2階)にあります。
  - ・締切は、令和2年1月10日(金)まで

《申込先》社会福祉法人 北海道社会福祉協議会 研修部 研修課  
〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目1番地 かでの2.7 3階  
TEL:011-241-3979 / FAX:011-271-0459  
HP (<http://www.dosyakyo.or.jp/>)

定年等により退職予定の方、子育てが一段落した方、学生、介護の仕事を検討している方など、幅広く募集します。



- カリキュラム  
※基礎講座のみの受講も可能です。

日 程	時 間	内 容
1 日 目	開会	9:15～9:30 開講式
	基礎講座	9:30～11:00 介護に関する基礎知識【講義】
		11:10～12:40 介護の基本【講義】
2 日 目	入門講座	13:30～17:30 基本的な介護の方法①【講義】
		9:30～12:00 基本的な介護の方法②【講義】
		13:00～16:30 基本的な介護の方法③【演習】
3 日 目	入門講座	9:30～11:30 障がいの理解【講義】
		12:30～16:30 認知症の理解【講義】
4 日 目	説明	9:15～11:15 介護における安全確保【講義】
		11:25～12:25 北海道福祉人材センターによる説明
	閉会	12:25～ 閉講式・修了証明書授与

- 主 催 北海道保健福祉部福祉局地域福祉課  
(受託事業者:社会福祉法人 北海道社会福祉協議会)

〈問合せ〉保健福祉グループ介護保険担当(内線252・283)

町民の皆様へ

美幌町長 平野 浩司  
美幌町教育委員会教育長 矢萩 浩

### 町民会館空調設備是正工事のお知らせ

町民の皆様におかれましては、日頃より町行政へのご理解を賜り感謝申し上げます。  
さて、11月広報でお知らせしていた空調設備是正の施工方法等が決まりましたので、次のとおりご報告いたします。  
今後、同様の事案を発生させないよう、設計及び施工において、細心の確認注意を図り職員一丸となって取り組み、信頼回復につとめてまいりたいと存じます。

#### 記

#### 1. 施工期間

\*工事期間中は1F小ホール及び2F、3Fは使用できません。

部屋名	期 間
1F 小ホール・2F 全室	令和2年3月6日(金)～23日(月)
3F 中ホール・和室	令和2年3月9日(月)～31日(火)

\*1F会議室1～4及び大ホール“びほーる”のご利用に影響はございません。

#### 2. 是正内容

部屋名	区分	現状設置機器	現状充足率	是正内容	是正後充足率
小ホール(1F)	冷房	地中熱エアコン【2台】	39%	電気エアコン【1台増設】	122%
	暖房	地中熱床暖房	90%	他室余剰分振替配分	100%
中ホール(3F)	冷房	地中熱エアコン【3台】	25%	地中熱エアコン【2台増設】 電気エアコン【2台増設】	103%
	暖房	地中熱床暖房	98%	他室余剰分振替配分	100%
会議室5・6	冷房	電気エアコン【2台】	94%	電気エアコン【1台交換】	119%
会議室7・8	冷房	電気エアコン【2台】	96%	電気エアコン【2台交換】	108%
地域活動室	冷房	電気エアコン【2台】	84%	電気エアコン【2台交換】	104%

【充足率は必要能力に対する充足率】

## 地域おこし協力隊 便り

こんにちは。地域おこし協力隊の河本真由子です。  
元号が『令和』に変わってから初めての年越しを迎えますね。

今年も元日の一大イベント『美幌峠初日の出フェスティバル』が開催されます！

私の観光PR活動を見て道外から「夏のバイクツーリング」で美幌町を訪れてくださった方が、このイベントを「冬のキャンピングカーツアー」に組み込みご参加くださるそうで、お会いできるのが今から楽しみです。

前回は風も弱く快晴と絶好の条件の中、美幌峠の雲海から顔を出す縁起の良いご来光を臨む事ができました。写真は前回参加したときに私が撮影したものです。今年も『ビンゴゲーム』を開催予定です。新年のめでたい瞬間を一緒に過ごしませんか？皆さまのお越しをお待ちしております。



#### 『初日の出フェスティバル』

■日 時 1月1日午前  
6時～8時まで

■内 容 『ビンゴゲーム』ビンゴカードを1枚500円で販売

『美幌町地域おこし協力隊』の  
Facebookはこちら→  
日々の活動をご覧ください。



### 令和元年度

## 自衛官採用試験



#### ■種目・資格

①自衛官候補生(男・女) 18歳以上33歳未満の方  
試験日 2月15日(土)  
場 所 陸上自衛隊美幌駐屯地(予定)  
受付期間 年間を通じて行っています。

②予備自衛官補(男・女)

◆一般 18歳以上34歳未満

◇技能 18歳以上53～55歳未満

試験日 令和2年4月18日(土)

場 所 陸上自衛隊美幌駐屯地(予定)

お持ちの国家資格により変わるため詳しくはお問い合わせください。

#### ■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

※自衛隊帯広地方協力本部 ホームページ  
<http://www.mod.go.jp/pco/obihiro/>

※自衛官募集ホームページ

<http://www.mod.go.jp/gsd/f/jieikanbosyu/>

12月10日 美幌観光物産大使任命

## ギタリスト門馬由哉さん

美幌町出身で全国的に活躍されているギタリストの門馬由哉さんが、美幌観光物産大使に任命されました。佐藤雄一さんとのギターユニット「PETIT PARTY」のライブ前に行われた任命式では、任命書と町のPR名刺が門馬さんに手渡され、「美幌町が大好き。晴れて町と一緒にPR活動をすることができて、とてもうれしいです」と話してくれました。

ライブでは、2人で奏でるアコースティックギターの美しい音色を披露。町民会館小ホールに訪れた150人のお客さんを魅了しました。



11月22,23日 命の尊さ、防災意識の大切さを次代へ

## 岩佐孝子さん防災講演会



美幌町が復興を応援している宮城県山元町の議会議員、岩佐孝子さんを講師に迎えての防災講演会が、しゃきつとプラザで開かれました。2011年の東日本大震災を経験した岩佐さんは、災害で得た教訓を伝える活動を全国で行っています。

講演会では写真や映像を交えて、震災直後や現在の山元町の様子を説明。岩佐さんは「生きたくても生きられなかった人たちのためにも、命の尊さ、防災意識の大切さを次の世代へ伝えていかなければならない」と語りました。

12月6日 美幌観光ボランティアガイドの会

## 秋季日本善行表彰受賞

美幌観光ボランティアガイドの会が、令和元年度の秋季日本善行表彰を受賞しました。善行表彰は、日本善行会より国内で行われた善行や社会貢献活動を表彰するもので、観光ボランティアガイドの会は、町内イベントへの参加や美幌峠の歌碑の清掃、期間限定バス「女満別美幌号」での観光ガイドなど、幅広い活動が評価され「公共生活への貢献」として表彰されました。

受賞報告のため来庁してくれた新堀瞭子会長は「長年やってきたことが表彰されて、本当によかったです」と話してくれました。



12月4,5日 美幌保育園・東陽保育園「もちつき」



Event  
催し

家庭の味噌汁塩分測定コーナー  
「あなたはこの味噌汁、濃し味ちよどよい」

ヘルスリーダーが測定器を使い、ご家庭のみそ汁の塩分濃度を測ります。0.7%を「ちよどよい」の基準として診断します。お気軽にご参加ください。

■日時 1月23日(木)

午前9時半～11時半

■場所 しゃきつとプラザ1階ロビー

■持参方法 50cc程度を容器などに入れて持参してください。

■対象 どなたでもご参加いただけます。

■その他 測定は無料。申込は必要ありません。

■問合せ

栄養指導担当(内線286)

カレンダーリサイクル市

ご家庭や事業所で使わないカレンダーや手帳を町民皆さんの善意でご提供いただき、格安で販売し、その益金を障がい福祉のために役立てる催しです。多くの皆様のお越しをお待ちしています。

■日時 1月12日(日)

午前10時半～正午

■場所 しゃきつとプラザ1階  
集団健診ホール

■お願い

お使いにならない未使用カレンダー・手帳を収集しています。ご提供いただける方は、1月9日までに、社会福祉



協議会へお持ちください。

※12月31日～1月5日は、しゃきつとプラザが休館のためお受け取りできません。ご了承ください。

■問合せ

カレンダー市実行委員会

(社会福祉協議会内 721165)

アムノルドフルート  
アンサンブル新春コンサート

毎年グリーンビレッジで合宿中の「アムノルドフルートアンサンブル」のコンサートです。素敵な演奏をお楽しみください。

■日時 令和2年1月12日(日)

午後5時～7時

■場所 グリーンビレッジ美幌  
ロビー

■定員 50名

■参加費 500円

■申込期限 1月9日(木)まで

■申込問合せ みどりの村振興公社

雪の遊び広場

冬も楽しめるみどりの村に遊びにきませんか。

宿泊券が当たるゲームもあります！

■日時 1月25日(土)

10時～13時

■場所 美幌みどりの村野外緑地広場・美幌博物館

■内容

そり遊び・滑り台・かまくら・雪だるま作り、かんじき体験、宝探し、輪投げ、豚汁100円、お餅100円、温かい麦茶無料サービス

■申込問合せ みどりの村振興公社



国有林モニター募集

【募集人数】48人  
 【依頼期間】令和2年4月から令和4年3月までの2年間  
 【依頼内容】・国有林や森林、林業に関するアンケート調査への回答・モニター会議への出席・現地見学会への参加  
 【応募資格】北海道にお住まいで、国有林に関心のある満20歳以上の方。  
 【募集期限】令和2年2月21日(金)必着  
 【応募方法】以下の必要事項をご記入の上、郵送・FAX・メールのいずれかの方法で、下記応募先までご応募ください。  
 ①氏名(ふりがな)、②性別、③住所、④郵便番号、⑤年齢(令和2年4月1日現在)、⑥職業、⑦電話番号、⑧メールアドレス(お持ちの方のみ)、⑨国有林モニターを知ったきっかけ(〇〇新聞、〇〇のホームページなど)⑩応募理由(100字程度)※応募いただいた個人情報は、国有林モニターに関する目的以外には使用いたしません。  
 【問合せ・応募先】  
 〒064-8537 札幌市中央区宮の森3条7丁目70番 林野庁 北海道森林管理局企画課 国有林モニター担当  
 ☎011-622-5228 FAX 011-622-5194 E-MAIL:h\_kikaku@maff.go.jp

Hobby & Culture

趣味・教養

冬休み子供工作教室

■日時 1月17日(金)

午前10時～正午

■場所 美幌高等職業訓練校

(スポーツセンター南側)

※小学生を対象とした工作教室です。事前申込不要で、当日は上履き持参の上、直接お越しください。※原則として保護者同伴ですが、送迎していただければお子さんだけの参加も可能です。

■作製品 本立て、小物入れ、万能台

■問合せ 美幌職業訓練協会

(☎73)23335

小学生～高校生のための  
春休み海外研修交流事業 参加者募集

公益財団法人・国際青少年研修協会では、海外生活を通して交流を体験し、国際感覚を養うことを目的に海外研修を実施します。事前研修会では仲間作りからサポートいたしますので、安心してご参加いただけます。

【研修国】イギリス・オーストラリア・カナダ・サイパン・ニュージーランド・フィリピン・カンボジア・ネパール

【内容】ホームステイ・英語研修・文化交流・地域見学・野外活動等

※コースにより体験内容をお選びいただけます

【説明会】全国10都市にて開催(予約不要・入場無料)

【日程】3月25日(水)～4月5日(日)の内6～11日間

【対象】小3～高3の方まで

【定員】10～20名

【参加料】25.8～49.9万円

【締切】1月31日(金)締切まで受付します。

【問合せ・資料請求】

公益財団法人 国際青少年研修協会

住所：東京都品川区西五反田7-15-4 第三花田ビル4F

☎03-6417-9721 FAX 03-6417-9724

E-MAIL: info@kskk.or.jp

URL: http://www.kskk.or.jp

Consult

相談

交通事故巡回相談(予約制)

■相談員による相談

①1月8日(水) 午後1時～午後4時

②1月9日(木) 午前10時～午後2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

1月6日(月)までに

オホーツク総合振興局環境生活課へ。

(☎0152)410627

精神保健相談(予約制)

■相談日 1月15日(水)

午後1時30分～3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)24137

調停委員・人権擁護委員による

悩み心配事相談(予約制)

■日時 1月15日(水)

午後1時～午後3時

■場所 しゃきつとプラザ2階相談室

■申込先

前日の午後3時まで住民活動担当へ。(内線346・窓口⑩番)

こころの健康相談(予約制)

■相談日 1月17日(金)

■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成人保健担当へ。

(☎73)5755

健康相談(予約制)

健康相談・栄養相談を行っています。治療中の方は事前に主治医と相談してください。

■相談日 1月30日(木)

午前9時30分～午後4時

Contribution

寄附

■場所 しゃきつとプラザ

■連絡先 成人保健担当

(内線287・288)

■松緑神道大和山美幌支部(支部長 永澤則次)様より、児童福祉のために役立ててほしいと、30万円。

■ふるさと納税制度「ふるさとを思うところが届く美幌町ふるさと寄附金」11月分186件569万7千円のご寄附をいただきました。ありがとうございました。

「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1.66%(令和元年11月1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。

《問合せ先》 教育ローンコールセンター  
☎ 0570-008656(ナビダイヤル)  
☎ (03)5321-8656



# 怖い依存症

インターネット依存が増えています！

厚生労働省研究班は、インターネット(以下ネット)依存が疑われる成人は421万人、中高生は93万人(中高生の7人に1人)に上ると推計しています。スマートフォンを使ったゲームや会員制サイト(SNS)の普及が背景にあると考えられており、中高生はこの5年間で倍増しています。

## ■ ネット依存とは

勉強や仕事といった生活面や体や心の健康面などよりも、インターネットの使用を優先してしまい、使う時間や方法を自分でコントロールできない状態をいいます。

## ■ ネット依存による症状

### ◇ 体の問題

ネットの過剰使用により栄養が偏った食生活を続けることで、栄養失調になることがあります。また運動不足により体力低下、骨密度低下が起きます。

### ◇ 心の問題

昼夜逆転の生活による睡眠障害や、ネット環境がない場合にイライラしたり、無気力になったり感情をコントロールできなくなることがあります。

### ◇ 家族的・社会的問題

家族がネットを強制的にやめさせたり、注意をしたりすると暴言・暴力を振るうなど家族関係が悪化することもあります。また学生の場合、ネットを優先してしまい、遅刻、成績不振、不登校などになることもあります。

## ■ ネット依存の原因

ネット依存の90%が「ゲーム障害」です。ゲーム障害はWHO(世界保健機関)で新たな病気として2019年5月に国際疾病分類に加わりました。

オンラインゲームは、どんな時間に遊んでも他のプレイヤーがいるので、自分だけが特別に没頭している訳ではないと思ってしまう恐れがあります。複数人で遊べ、メッセージ・会話機能などもあるため過剰使用につながってしまう可能性があります。

## ■ ゲーム障害による脳への影響

私たちの行動は脳によってコントロールされています。ゲーム障害が起こると「理性」をつかさどる脳の働きが悪くなり、「本能」「感情」をつかさどる脳に支配されるため、依存状態から抜け出すのが難しくなります。特に、未成年者は脳が未発達なため、ゲーム障害が起こりやすく、将来にわたって影響が続く可能性があると考えられています。

## ■ ゲーム障害の兆候

・使用時間がかかなり長くなった ・夜中まで続ける ・朝起きられない ・絶えず気にする  
・他のことに興味を示さない ・注意すると激しく怒る ・使用時間や内容などについて嘘をつく ・課金が多い

## ■ ネット依存を予防する方法 ネット使用のルールを決めましょう!

・親が購入し、子供には貸し出す ・使用時間や場所、金額を決める ・書面に残し、目のつくところに貼る ・ルールは親子で一緒に決める ・ルールは子供だけではなく親も守る

## ■ ネット依存度テスト

久里浜医療センターのホームページに、依存症スクリーニングテストが掲載されています。

依存症は、ネットに長時間持続することだけが問題ではなく、生活背景や環境が影響していることもあります。同じ条件でネットを始めても、すべての人がなるわけではありませんが、誰でもなりえる可能性はあるので注意が必要です。

【参考文献】・NHK健康チャンネル「ネット依存から子どもを守る」・きょうの健康2019年2月号

〈問合せ先〉保健福祉グループ成人保健担当(内線286)



## 高齢期をずっと元気で 過ごすためのポイント ～認知機能の低下に気をつけよう～

認知症は発症を遅らせることのできる病気です

認知症とは、いったん発達した知能が、脳や体の病気によって、ふだんの社会生活に支障をきたすまで低下した状態をいいます。認知症を完全に治す方法はまだ見つかっていませんが、前段階である「軽度認知障害(MCI)」の段階で生活習慣を変えることで、認知症の発症を遅らせることができることがわかってきています。

### 軽度認知障害(MCI)の特徴を知ろう

- もの忘れが増えた
- 日付や曜日がわからない
- 簡単な計算ができなくなった
- テレビのドラマの内容が理解できなくなった
- 料理や家事などができなくなってきた
- 話しかけられると今までしていたことを忘れてしまう
- 今まで楽しかったことへの意欲がなくなった



いくつかの項目にあてはまるようでしたら、認知機能が衰えている可能性があります。

認知機能障害かもしれないと思ったら、かかりつけ医、もの忘れ外来などの専門医療機関、地域包括支援センターに相談してみましょう。



次回は認知症予防のポイントについてお伝えします。

美幌町地域包括支援センター

TEL (0152) 75-3220 FAX (0152) 73-4787

## メタボ撃退こんだて講座

メタボ予防に効果的な料理を作ってみませんか？循環器系疾患の予防として期待される、お魚をメインとした食物繊維たっぷりの献立です。

■内 容 ミニ講話と調理実習

日 時	調理実習
1 回目 1月28日(火) 10時～13時	◇カロリーコントロール編 夕食向き低カロリー献立(565kcal、塩分2.3g) ・ごはん・まぐろの中華風照り焼き ・ひじきのカッターチーズサラダ ・人参と大豆の和え物・キャベツときのこのスープ
2 回目 2月13日(木) 10時～13時	◇食事バランス編 缶詰、乾物も活用したバランス献立 (628kcal、塩分2.8g) ・サバみそ煮缶の炊き込みごはん ・ベーコンと切り干し大根の卵焼き ・切り干し大根の甘酢サラダ ・ちくわのなんば漬け・ミルクトマトスープ

■対 象 美幌町在住の概ね65歳未満の方

■定 員 各日12名

■講 師 管理栄養士 美幌町ヘルスリーダー

■健康マイレージ対象事業 各日1ポイント

■申込み方法

1月20日(月)までに、電話またはしゃきとプラザ窓口でお申し込みください。

<申込・問合せ先> 保健福祉グループ栄養指導担当(内線286)

## さあ! にぎやがにいただく シニアのバランスクッキング

美幌町ヘルスリーダーが、肉、乳製品、野菜、海藻など身近な食材を使ったシニア向けのおいしいレシピを作りました。お気軽に参加ください。

■日 時 2月20日(木) 10:00～13:00

■場 所 しゃきとプラザ 3F 調理室

■内 容 栄養ミニ講話(管理栄養士)  
調理実習(ヘルスリーダー)

<実習メニュー>

- ・主 食 ごはん
- ・主 菜 肉団子と白菜の中華風煮物
- ・副菜1 キャベツの粒マスタード和え
- ・副菜2 ひじきのさっぱり和え
- ・汁 物 ミルクスープ
- ・デザート ほうじ茶プリン

■対象・定員: 概ね65歳以上の町民 12名

※65歳未満でも定員に満たなければ参加できますので、問合せください。

■受講料 300円 当日徴収します。

■持ち物: エプロン 三角巾

■健康マイレージ対象事業 1ポイント

■申込み方法 2月12日(水)までに電話または窓口へ直接お申し込みください。

<申込・問合せ先> 保健福祉グループ栄養指導担当(内線286)

# 子育てサポート・ボランティア講座参加者募集

子育て支援センターでは、当センターの行事や地域の活動において託児のお手伝いをしていただける方を養成する講座を開催します。



- 対象 地域の子育て支援やボランティア活動に関心のある方
- 開催期間 令和2年 2月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)
- 定員 10名程度 ■問い合わせ 子育て支援センター ☎73-3240
- 申し込み 令和2年 1月7日(火)～1月31日(金)まで(土・日・祝日を除く)  
午前9時～午後5時まで
- 参加費 無料

## 託児ボランティア実施具体例

子育て講座、ママの手作りクッキング、保護者のリフレッシュ事業等の託児  
年間8回程度。

- \* 託児の対象は0歳から3歳までです。保育士がサポートします。
- \* 全講座を修了された方には、修了証書をお渡します。その後、子育て託児ボランティアとして登録させていただきます。
- \* お子さんのいる方は受講の際、託児をすることができます。
- \* 消防署の講座を受講された方には、普通救命講習修了証が発行されます。



## 講座日程・内容

\*開講式 令和2年2月7日(金) 10:00～ 子育て支援センター

	日時・場所	講座内容	講師
第1回	2月7日(金) 10:00～11:30 子育て支援センター	「ボランティアとは」	社会福祉協議会職員
第2回	2月14日(金) 10:00～11:30 子育て支援センター	「子育ての現状と子どもの発達について」 「食事とおやつ」	保健福祉グループ 保健師 栄養士
第3回	2月21日(金) 9:00～12:00 子育て支援センター	「救急教室」～乳幼児の心肺蘇生法 (異物除去法) AEDの使用法について～	美幌消防署職員
第4回	2月28日(金) 10:30～11:30 子育て支援センター	「子育て支援センターってどんなところ」(見学・参加実習) 「修了式」	子育て支援センター職員

〈申込・問合せ先〉子育て支援センター (☎ 73-3240)

子育て支援センター

ぽかぽか

行事予定

1月

## センター開放日

- ・午前(10:00～11:30)  
6、7、8、9、10、14、15、16、17、21、28、31日
  - ・午後(13:30～16:00)  
6、7、9、14、16、21、23、27、28、30日
- 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。

## 遊びの広場

- 24日(金) 0・1歳児 10:00より
  - 27日(月) 2・3歳児 10:00より
- 各10組程度 事前申し込みが必要です。  
親子で、製作遊びを楽しんでみませんか?

## 休日開放

- 18日(土) 9:30～11:30、13:00～15:00
  - 19日(日) 9:30～11:30
- ご家族で遊びに来てください。

## お誕生会

- 29日(水) 1月生まれのお友達が対象です。  
10:00より 10組程度 申し込みが必要です。

## 園開放日

- 22日(水) 9:30～11:00  
東陽保育園 現地集合・現地解散  
申し込みが必要です。20組程度  
保育園のお友だちと一緒に遊びませんか。

## ミニスポーツ

- 30日(木) 10:00～11:30  
20組程度(託児は15組まで)
- 運動しやすい服装と運動靴、託児を希望する方は、おむつと飲み物を用意してください。  
申込みは23日(木)までです。

\*ミニスポーツは保険加入のため氏名・生年月日・住所等の記入、参加者1人当たり保険料100円が必要です。センターに遊びに来て申し込みをしてください。また申し込み後のキャンセルは、保険料をお返しできませんのでご了承ください。

〈お問合せ〉子育て支援センター ☎ 73-3240

# ママといっしょ

YUKI



ふくい ゆき  
福井 結希ちゃん [H31.3.13]  
母：良美さん

キラキラしたもの、歌が大好き。目が合うと両手足をバタバタさせてとても喜んでくれます。私たち家族に笑顔を運んできてくれた結希。希望に満ちあふれた未来でありますように！

KOUTAROU・MOMOKO



あべ こうたろう  
阿部 晃太郎 ちゃん [H28.1.26]  
あべ ももこ  
阿部 桃子 ちゃん [H31.1.31]  
母：みさきさん

今年の1月にももが産まれてお兄ちゃんになった晃太郎。2人で仲良く遊んでいる姿を見ると、とってもうれしい気持ちになります。ずっと仲良く助け合える兄妹でいてね！

MASAHIRO・MISATO



つじ まさひろ  
辻 将宏ちゃん [H29.4.17]  
つじ みさと  
辻 美里ちゃん [H30.11.10]  
母：宏美さん

いつも元気いっぱい新幹線が大好きな将宏。とびきりの笑顔でいないいないばあ！をしてくれる美里。これからも兄妹仲良く元気にすくすく育ててね。

健診・相談（会場しゃきとプラザ）

4か月児健診 対象 / 4か月児

受付 / 29日(水) 12時45分～13時

10か月児健診 対象 / 10か月～11か月

受付 / 29日(水) 13時～13時15分

1歳6か月児健診 対象 / 1歳6か月～2歳児未満

受付 / 15日(水) 12時45分～13時

3歳児健診 対象 / 3歳～4歳児未満

受付 / 8日(水) 12時45分～13時

乳幼児相談 対象 / 2か月～未就学児

受付 / 31日(金) 9時30分～11時30分

国保病院 【水曜】15時30分～16時30分  
(☎73-4111)

麻しん風しん混合、水痘(水ぼうそう)、日本脳炎、おたふくかぜ

田中医院 【月・火・木・金曜】9時～11時  
15時～17時  
【水曜】9時～11時

ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、4種混合、BCG、麻しん風しん混合、水痘(水ぼうそう)、日本脳炎、おたふく風邪、口タウウイルス

※予防接種は事前予約が必要です。

※休診日は予防接種も実施しません。

予防接種

## 冬季休業中の 学校閉庁日のお知らせ

町内小・中学校の冬季休業中に学校閉庁日を設けます。

学校閉庁日には、学校に教職員が不在となりますので、事故等の緊急の際は、下記の連絡先までご連絡ください。

閉庁日

12月29日(日)～1月3日(金)の6日間



緊急時の連絡先

教育委員会学校教育担当 ☎0152-73-1111 (内線305)

※12月31日以降は年末年始休業中のため役場当直に繋がりますので、学校教育宛とお伝えください。

**美** 小コミュニティスクール「親子でお正月を楽しもう」

地域のおじさん、おばさんがいろいろな正月遊びを教えてください。どなたでも参加できます。お誘い合わせの上お越しください。

- 日時 1月13日(月) (成人の日)  
10:00~12:00
  - 場所 美幌小学校 体育館
  - 内容 羽根つき、書き初め、カルタ、宝引き、輪投げ、トントン相撲、バルーンアートなど
- ※美小以外の学校に通っている方もぜひお越しください。
- 問合せ 美幌小学校校区コミュニティスクール運営委員会(美幌小学校 ☎ 73-2019 担当 小中教頭先生)



**令** 和2年度明和大学の学生募集のお知らせ

「美幌町明和大学」では4月からの新学期にむけて、2月1日から令和2年度の学生募集受付を始めます。明和大学は65歳以上の学生さんが、町民会館で月に2回程度の学習やクラブ活動を行います。



多くの友だちも出て、皆さん楽しく過ごしておられます。詳しくは2月1日号の広報でお知らせします。町民会館内の明和大学事務局では、いつでもご相談にに応じています。この機会に是非入学をご検討ください。 ※お問い合わせは町民会館内事務局まで

**キ** ッズカルチャークラブ 日本舞踊クラブ

- 日時 1月25日(土) 10:00~12:00
  - 対象 小学生(定員5名)
  - 場所 町民会館
- ※詳しくは小学校で配布されるびほろっ子プレイガイドを ごらんください。



**フ** チアートギャラリー「絵手紙びほろ」

- 色鮮やかな絵手紙が新年のマナセンを飾ります。どうぞごらんください。
- 展示期間 1月10日(金)~1月30日(木)
  - 場所 マナビティーセンターロビー



**第** 17回「明るい家庭づくり」絵画コンクール 全道コンクール 2019入賞作品移動展の開催

子どもたちの力作を次の日程で移動展を行います。

会場	展示期間
図書館	1月8日(水)~15日(水)
美幌中学校	1月15日(水)~22日(水)
北中学校	1月22日(水)~29日(水)
旭小学校	1月29日(水)~2月5日(水)
美幌小学校	2月5日(水)~12日(水)
東陽小学校	2月12日(水)~19日(水)
町民会館	2月19日(水)~26日(水)

開館時間等につきましては各場所により異なりますので、町民会館までお問い合わせください。

文化イベント情報

びほーる Information

グランドピアノ弾いてみませんか?

グランドピアノ(YAMAHAS6B)の演奏を無料で体験できる日を作りました。この機会にグランドピアノで演奏してみませんか。

- 日時 2月4日(火) 10:00~17:00
  - 場所 町民会館びほーるギャラリー
- ☆ピアノの受付について
- ・時間内に町民会館受付で必要事項を記入
  - ・演奏時間は1人30分です。
- ※ギャラリーは休憩される方など、自由解放いたしますのでご了承ください。
- ※その他詳しい注意事項などはお越しの際にご説明させていただきます。
- ※電話予約は受け付けません。



びほーるギャラリーコンサート

チョコッと気軽に バレンタインコンサート



- 日時 2月1日(土) 13:00 開場 13:30~(1時間程度)
  - 場所 町民会館びほーるギャラリー
- 津別町より「Sola」の皆さんをお迎えして、小さなお子様から大人まで気軽に楽しめるコンサートを開催します。一度は聞いたことがある曲がどんどん登場します。ご家族一緒にお越しください。
- 演奏曲 into the unknown(アナと雪の女王2)、アンパンマン、ドラえもんなど
  - 入場料 1人100円(当日お持ちください) ※BGCメンバーズカードがある方は、お持ちください。

駐車スペースに限りがありますので、あらかじめご了承ください 【申込・問合せ先】 町民会館

# 今月の Pick up

## 冬季体育祭

### 美 幌町ピンポン大会

- 日 時 1月13日(月) 9:00~15:30
- 参加対象 一般町民
- 会 場 スポーツセンター
- 申込・問合せ 青木達男 (携帯) 090-2696-2252



### 親 睦ソフトバレーボール大会

- 日 時 1月19日(日) 18:30~
- 参加対象 一般町民
- 会 場 スポーツセンター
- 申込・問合せ 深田裕二 (自宅) 73-0822 (職場) 73-5251

### 第 53回町民スキー大会(クロスカントリーの部)

- 日 時 2月11日(火)9:00~12:00
- 参加対象 小学各学年男女、中学男女、高校男女、一般男女
- 会 場 柏ヶ丘公園陸上競技場
- 申込・問合せ 那須清二 (職) 73-1111

### 第 51回美幌町民スピードスケート大会

- 期 日 2月9日(日)  
開会式 9:00 / 競技開始 9:30~
- 会 場 大正橋スケート場
- 競技種目

区分	競技種目	区分	競技種目
ちびっこ(就学前)	50m・100m	小学6年生男子	250m・500m・1500m
小学1・2年生男女	100m・250m	中学生女子	500m・1000m
小学3年生男女	250m・500m	中学生男子 高校生・一般男子	500m、1500m 3000m
小学4・5年生男女 小学6年生女子	250m・500m 1000m	ママさん	500m
区 分		競技種目	
小学校低学年男女リレー		800m	
小学校高学年・中学生男女リレー		2,000m	
一般リレー(小・中・高校生の混合含む)		800m、2,000m	

- ※出場種目は1人2種目まで(リレーを除く)
- ※小学4~6年男女250mは、オープン競技とする。
- ※リレーは小学生低学年男女(1~3)、小学校高学年男女(4~5)中学生男女で学年別ではない。
- 申込・問合せ  
1月31日(金)までに美幌スケート協会事務局  
一戸猛導 (携帯) 090-2697-2998 (自宅) 73-0656

### 第 2回ビホロチャレンジカップ スピードスケート大会

- 期 日 1月12日(日) 開会式9:30 / 競技開始 10:00
- 会 場 大正橋スケート場
- 参加資格 美幌町内に在住の幼児・小・中学生
- 参加料 無料

区分	競技種目	区分	競技種目
幼児	50m・100m	中学生男女	500m・1000m
小学1・2年生男女	100m・250m	小学校低・高学年リレー	800m
小学3~6年生男女	250m・500m	中学生リレー	2000m

- ※出場種目は1人2種目を限度とする。(リレーを除く)
- ※リレーは小学生低学年男女(1~3)、小学校高学年男女(4~6) 中学生男女で学年別ではない。
- ※リレーは学校単位での参加とし、低学年+高学年は高学年とする。
- 申込方法 申込一覧表を提出 ■申込期限 1月6日(月)必着
- 申込・問合せ 美幌スケート協会事務局 米田佳弘 電話・FAX:73-0305 mail:yone1544@yahoo.co.jp

### 町 民体力測定会

- 日 時 1月18日(土) 9:00~正午(受付8:30より)
- 参加対象 4歳以上の一般町民
- 参加料 無料
- 会 場 スポーツセンター
- 申込期限 1月12日(日)まで
- 申 込 びほろスポーツクラブBeet事務局(トレセン内)へお申し込みください。

- その他  
1)運動できる服装と上靴を持参。  
2)テスト実施後、運動能力テスト 級別合格章を送ります。

○測定種目は5種目、(時間往復走、上体起こし、腕立て伏せ、立ち幅跳び、5分間走)です。年齢に応じた得点で1級から5級と敢闘賞があります。



### な でしこスポーツ教室 今年も軽スポーツ!

- 日 時 2月3、10、17、25日(計4回)
- 場 所 スポーツセンター
- 対 象 成人女性20名程度
- 参加料 Beet会員800円 一般1200円 (保険は各自対応ください)
- 申込期間 1月7日(火)~1月24日(金)
- 申 込 先 びほろスポーツクラブBeet事務局までお申し込みください。(電話申込み可)
- 内 容 フロアカーリング、ミニバレー等
- その他 託児サービスを設けます。受付の際にお申し込みください。(無料) ※対象は満1歳以上。定員は10名。

【申込・問合せ先】  
休館日

トレーニングセンター(トレセン)  
なし  
閉館時間:9時~21時30分

TEL 73-4117



「ネズミ」をテーマにした本を紹介します。



「七夜物語」

川上 弘美／著  
朝日新聞出版

小学4年生のさよは、図書館で手にした「七夜物語」という本をきっかけに、同級生の灰田君と共に本の世界に入り込んでしまう。大ねずみのグリクエルに導かれ、不思議に満ちた七つの夜を旅するが…。



「鼠、江戸を疾る」

赤川 次郎／著  
角川書店

甘酒屋治郎吉は、町でも遊び人で通っているが、実は裏の顔を持っている。小太刀を使いこなす妹の小袖と共に、江戸の町の悪と戦う「鼠小僧」の活躍を描く人気シリーズの第1作目です。



「ちいさなかわいいハーベストマウス」

MdN編集部／著  
エムディエヌコーポレーション

チューリップの花の中に入ったり、麦の穂につかまってゆれる小さな小さなネズミ。日本では「カヤネズミ」として知られるハーベストマウスの魅力が詰まった写真集です。

**明** りい家庭づくり絵画コンクール移動作品展

1月8日(水)午前10時～15日(水)／※最終日は午後3時まで/2階ギャラリー/明るい家庭づくり絵画コンクールの入賞作品展です。ぜひご覧ください。

**絵** 本とあそぼ!

1月9日(木)午前10時30分/23日(木)午後2時 / 2階視聴覚室/0～2歳児向けのお話し会

**お** 楽しみ文学館スペシャル

「鉄道員 ぽっぽや」(114分)/1月10日(金)/午後1時30分/2階視聴覚室/監督:降旗康男/出演:高倉健 大竹しのぶ 他

**お** はなしのへや

1月16日(木)、30日(木)/午後3時/2階視聴覚室/絵本の読み聞かせ、おはなし、紙芝居など

**英** 語とあそぼ!

1月18日(土)午前10時～10時30分/2階視聴覚室/対象:5～7歳/ALTのカトリーナさんが、英語の手遊びや英語絵本の読み聞かせをします。みんなで聞きに来てね♪

**新** 聞無償譲渡

1月28日(火)～2月2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。

**図** 書館ボランティアの日

1月31日(金)/午前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。皆様のご協力をお願いします。

特集コーナー  
「第162回直木賞・芥川賞コーナー」

1月15日(水)に受賞作が発表になる、第162回直木賞・芥川賞の受賞作・候補作を展示しています。直木賞・芥川賞受賞作家の過去作も展示しますのでぜひお手に取ってみてください。ご来館をお待ちしております。<2月28日(金)まで>

除雪について

まもなく雪の季節を迎えます。冬季間の降雪・積雪に伴う除・排雪作業において、夜間の無断駐車が除雪の妨げになります。これまで同様、夜間の駐車場の使用をお断り申し上げます。





ミズキ



ハナミズキの仲間であるミズキ科の樹木です。小枝が揃って上を向く美しい姿のためか、お正月に餅や団子を飾る「繭玉飾り」に使われます。

若い幹や枝は赤く、冬の森でも目立ちます。みどりの村にあるので、探してみてください。

企画展「おひろめコレクション展」

平成30年度に、博物館に寄贈された生活資料や未公開の美術資料を展示します。なつかしい道具やすてきな絵画がご覧になれます。ご家族おそろいでお越しください。

- 期 間 1月19日(日)まで
- 場 所 博物館2階 特別展示室
- 時 間 午前9時30分～午後5時
- 観 覧 料 企画展のみのご観覧は無料



「小さなごみも見逃さない! マイクロプラスチックを探せ!!」

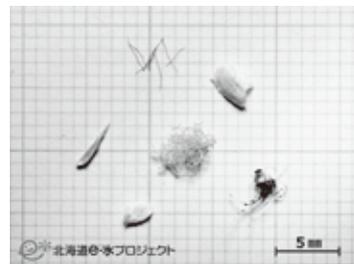
5mm以下のプラスチックごみをマイクロプラスチックと呼びます。近年、このマイクロプラスチックが自然環境に大きな悪影響を与えていることがわかりました。ロビー展では、マイクロプラスチックの問題について紹介します。

- 日 時 3月31日(火)まで 午前9時30分～午後5時
- 場 所 博物館2階 □ビー
- 観 覧 料 □ビー展のみのご観覧は無料
- そ の 他 本展示は「北海道e-水プロジェクト」の助成を受けて行っております。
- 共 催 網走川流域の会

プチ工房「化石を掘り出そう」

石の中に隠された化石を大発掘!アンモナイトやサメの歯などの化石が発見できます。(所要時間:30分～)。

- 日 時 1月22日(水)・24日(金) 午前10時～正午、午後2時～午後4時で自由入室し、作品ができ次第終了。
- 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 1個 300円



雪の遊び広場 (in博物館)

おいしいマシュマロ焼き体験や、せっけん作りが無料で楽しめます!小学3年生以下の方は、保護者と一緒にご参加ください。

- 日 時 1月25日(土)
- ◇マシュマロ焼き 午前10時～午後1時
- ◇手作りせっけん 午前10時～午後2時
- ◇コーヒーサービス 午前10時～午後2時
- 場 所 博物館前庭、博物館
- 参 加 費 無料
- 申 込 み 不要。直接会場へお越しください。



自宅のひな人形を飾りませんか?

飾る場所がないなどの理由で、しまったままのひな人形を博物館に飾りませんか?先着3名様。

- 対 象 5段飾り以上のひな人形
- 募集期間 1月26日(日)午後5時まで
- 申 込 み お電話で博物館まで。
- 展示期間 2月8日(土)～3月3日(火)
- そ の 他 博物館職員が飾り付けを行います。費用はかかりません。展示終了後にひな人形はお返しします。

【問合せ先】

TEL

172  
日、2  
6日、1  
60

14日、  
20日、  
27日

## 消費生活相談

### 覚えの無いサイトからの不審なメールに注意!!

**Q.** 着信したメールに記載されていたURLをタップした。大手携帯電話事業者のようだったのでID、パスワードを入力したところ、利用した覚えのないゲームの利用代金として15万円を請求された。一体どういうことか納得できない。対処法は。(70歳代男性)

**A.** 大手携帯電話事業者を装った詐欺業者と思われる。利用した覚えのないサイトからの不当請求に遭った場合は、慌てずに以下のように対処しましょう。

- 1) 慌てて相手先の業者に連絡しないこと。業者に連絡すると氏名や電話番号等の新たな個人情報を知らせることになったり、様々な理由をつけて不当な要求を突きつけられたりしますので、絶対にやめましょう。ID、パスワードを入力してしまった場合には、悪用される恐れがあるため、パスワード等も変更するとよいでしょう。
- 2) 身に覚えのない料金は絶対に支払わないこと。一度でも支払うと、様々な理由をつけて更に請求をします。執ような請求があっても決して支払わないことです。必要に応じて、電話の受信拒否の設定、メールアドレス変更等の対策も行いましょう。

〈消費生活のご相談は〉  
美幌町消費生活センター 電話・FAX 0152-72-0366  
月～金曜日10時～16時(年末年始・土日祝日を除く)

## 消防だより

### 喉に食べ物を詰ませた時の対処法

お正月や新年会があるこの時期は、お餅などを食べて喉に詰まらせてしまうことが多くなります。食べるときには十分気を付けるようにしましょう。

#### もし喉に食べ物を詰まらせてしまったら・・・

- 本人自身に咳をするよう促しましょう。
  - 手のひらの付け根で背中(肩甲骨の間)を力強く連続で叩きましょう。
  - 後ろから抱えるように両腕を回し、片手に握りこぶしを作ります。その親指側をみぞおちの下に当て、すばやく手前上方に向かって突き上げましょう。
- ※小さなお子さんや妊婦さんには実施しないでください。
- 意識がない場合には胸骨圧迫(心臓マッサージ)を実施してください。

※119番通報も忘れずに!



消防署では、異物除去法を含めた救命講習を随時受け付けています!詳しい内容については、当組合のホームページに掲載していますのでご参照ください。

〈問合せ〉美幌消防署グループ救急担当 ☎ 73-1446

## 交通安全メモ

### 《スリップ事故にご用心!》

#### スリップ事故防止のポイント

- ☆対向車とすれ違うときやカーブの手前では、早めにスピードを落とす。
- ☆直前での強いブレーキはスリップの危険!
- ☆車間距離は長めにとって運転に余裕を!
- ☆無理な追越しは絶対にしない!

### 《冬道安全運転講習会》

- 目的 北海道特有の冬道を体験しながらの運転技術を学び、安全運転意識の高揚と事故防止を図る。
- 日時 1月28日(火)午前10時～12時  
当日は美幌自動車学校へ9時45分までにお越しください。
- 場所 美幌自動車学校(稲美255-1)
- 内容 ①講話  
②実技講習(雪道、氷上コース等)
- 講習料 無料
- 申込み 申込み定員 先着50名  
受講希望者は、事前にお申し込みください。(電話可)  
美幌自動車学校(73-2996)  
まちづくりグループ交通安全担当  
(内線318・347)

令和元年町内交通事故状況(12月5日現在累計)  
発生件数17件(前年比±0)/死者1人(前年比+1)/傷者19人(前年比-3)  
・町内での死亡交通事故ゼロ日数 170日(12月1日現在)  
・町民による死亡交通事故ゼロ日数 502日( " )

## 地域安全ニュース

### ～緊急通報は「110番」 相談電話は「#9110」に!～

1月10日は110番の日です。

110番は、事件・事故などが発生した場合に、警察へ緊急通報するための電話です。

110番に出た警察官が、事件・事故の内容に基づいて必要な事項を質問しますので慌てず落ち着いて正しく答えてください。

携帯電話で110番する場合は、移動していると通話が途切れることがありますし、車を運転しながらの通報は法令違反となります。

必ず安全な場所に停止して通報してください。

また、警察官が早く現場に到着できるように、その場所の住所や付近の目標となる建物などを正しく伝えてください。

急を要しない相談や照会などは、警察相談電話「#9110」又は最寄りの警察署、交番・駐在所へお問い合わせください。

皆様の110番の正しい利用をお願いします。

〈問合せ〉美幌警察署 ☎ 72-0110

# 新庁舎建設進捗状況 Vol.2

今月は、10～11月の工事内容などについてお知らせします。

## 地中熱ポアホール

新庁舎では、地中熱ヒートポンプを採用します。その採熱方式は「ポアホール方式」で、地下100mボーリングし、熱交換するチューブを入れます。チューブは20本入れることとしております。（試験で既に1本入れていますので、全部で21本使用します。）深い地中の温度は一定です。これにより、暖房時は外気より高い温度、冷房時は外気より低い温度が地中より採熱でき、省エネルギーで機器を運転できます。



## 掘削



基礎工事のための掘削を行いました。

2.5m程度掘削しています。

## コンクリート打設

新庁舎は「鉄筋コンクリート造」です。地階部分の基礎コンクリートを打設しました。

打設とは、建築の基礎となる生コンクリートを枠の中に流し込む作業です。



約400m<sup>3</sup>のコンクリートを打設しました。生コンクリート車100台分です。

工事期間中は駐車台数に限りがあるため、自動車での来庁をお控えいただくなど、町民の皆様には大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

# BIHORO 新庁舎

人と未来をつなぐ空間

新庁舎建設について連載しております。お知りになりたい情報や、内容への質問等はこちらでご連絡ください。

〈問合せ〉

総務グループ庁舎建設担当(内線290)

# 1月の CALENDAR

1(水)	美幌峠初日の出フェスティバル P5 みどりの村から初日の出を見よう P5
2(木)	
3(金)	
4(土)	町民新年交礼パーティー 12月号 P32
5(日)	
6(月)	消防出初式 P5
7(火)	
8(水)	3歳児健診 P21
9(木)	
10(金)	
11(土)	
12(日)	成人の集い P5 カレンダーリサイクル市 P16 アムノルドフルーツアンサンブル新春コンサート P16
13(月)	
14(火)	
15(水)	競争入札参加資格審査申請受付開始 P12 悩み心配事相談 P17 1歳6か月児健診 P21
16(木)	中学校始業式
17(金)	冬休み子供工作教室 P17 こころの健康相談 P17
18(土)	
19(日)	
20(月)	
21(火)	陸上自衛隊第5音楽隊演奏会 P13 小学校始業式
22(水)	
23(木)	
24(金)	
25(土)	長生きを楽しめるまちづくり講演会 P13 雪の遊び広場 P16
26(日)	びほろ冬まつり P6・P7
27(月)	
28(火)	冬道安全運転講習会 P26
29(水)	4か月児・10か月児健診 P21
30(木)	健康相談 P17
31(金)	給与支払報告書・償却資産申告書提出期限 P9 乳幼児相談 P21

## 1月の休日当番病(医)院

診察時間/午前9時～午後5時

- 1日(水)…平間医院 ☎72-1881
- 2日(木)…美幌町立国保病院 ☎73-4111
- 3日(金)…田中医院 ☎73-2913
- 5日(日)…みやざわクリニック ☎75-0800
- 12日(日)…女満別中央病院 ☎74-2181
- 13日(月)…田島医院 ☎73-2035
- 19日(日)…工藤医院 ☎73-3356
- 26日(日)…玉川医院 ☎75-2780

## 1月の運転免許証更新時講習

会場/美幌町民会館2階(会議室7・会議室8)

- 9日(木)…優良 13:00～13:30  
違反 14:00～16:00
- 16日(木)…一般 13:00～14:00  
初回 14:30～16:30
- 23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

4月～10月 午前8時～午後6時  
11月～3月 午前8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	19,267人(－ 7)
男	9,352人(－ 4)
女	9,915人(－ 3)
世帯数	9,512世帯(+ 6)

2019年11月末現在 ※( )は前月末との比較

## 1月の納期

### 国民健康保険税(第7期)

納期限 1月31日(金)

## 美幌町PR名刺をご活用ください

PR名刺は4種類。皆さんの名刺と一緒に配るタイプのものが2種類と、名前や会社名を印刷できるスペースを設けたものを2種類用意しています。

町外の方に名刺をお渡しする際に活用いただき「美幌町のセールスマン」としてご協力ください。



【問合・名刺配布付】広報担当(内線218)