

広報
びほろ

美幌

Since
1952

2014 ソチオリンピック
sochi 2014
久保恒造選手・石田正子選手・藤村
美幌町表彰式



2014

5

No. 1117

Photo ソチオリンピック・パラリンピック日本代表選手&コーチが勢揃い「美幌町表彰式」

ぴっかぴかの 笑顔は宝物

ぴっかぴかのランドセルに、ぴっかぴかの靴、そして「ぴっかぴかの笑顔」。今年も入学式の季節がやってきました。

4月7日に開催された小学校の入学式。この日、新一年生になったのは、美小、旭小、東陽小合わせて約140名。お父さんお母さんに手を引かれ緊張した面持ちで登校してくる子、「早く行こう!」とお父さんお母さんの手を引き、満面の笑みで登校してくる子などなど。不安と期

待を胸に小学校生活がスタートしました。

上級生に名札を付けてもらった新一年生は、いよいよ教室へ。自分の席に座り、落ち着かない様子で、入学式が始まる





のを待ちます。入学式では、校長先生のお話をきちんと聞くことができました。式が終わり教室へ戻るとほっとした表情を見せる子どもたちでした。

写真を撮影させていただいた新一

年生は、「がんばって歩いて学校へ通う」、「算数をがんばる」、「理科をがんばる」、「体育をがんばる」、「運動会をがんばる」など、それぞれの小学校での目標を教えてくださいまし

役場の新鮮力!



美幌町のためにがんばります。よろしくお願いします。

前列左から太田、相原、森下、古屋、阿部。後列左から古本、田口、八重柏、稲場、高田、中川。

新規採用職員のご紹介

中川 滋雄(総総務グループ 庶務担当)	稲場 崇仁(経農政グループ 農務担当)
相原 知枝(総総務グループ 秘書担当)	古本 慎吾(建建設グループ 施設担当)
阿部 凌(総税務グループ 課税担当)	古屋 美緒(教学校教育グループ 学校教育担当)
高田 秀昭(総税務グループ 納税担当)	太田 宗孝(教社会教育グループ 社会教育担当)
田口 雄大(民保健福祉グループ 民生担当)	八重柏 誠(教博物館グループ 学芸担当)
森下 佳奈(民環境生活グループ 戸籍年金担当)	

人事異動

町長発令

■総務部

▽まちづくり主幹

露口 哲也

▽(建建築主幹)

那須 清二

▽総合計画主幹

小室 保男

▽財務主幹

石坂 聡

▽契約財産主幹

斉藤 浩司

▽総務グループ

佐久間 大樹

▽防災担当主査

野澤 牧人

▽(教社会教育G主査社会教育担当)

中元 由紀子

▽(民環境生活G主査戸籍年金担当)

宮崎 博史

▽オホーツク総合振興局派遣

佐々木 司

▽(総総務G職員担当)

遠藤 智茂

▽(教学校教育G学校教育担当)

大場 正規

▽(民保健福祉グループ)

関 弘法

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

竹下 護

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

大江 一晃

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

村田 剛

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

宏美

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

佐藤 大樹

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

長尾 英孝

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

関 弘法

▽(民環境生活G主査環境衛生担当)

大場 正規

総＝総務部、建＝建設水道部、民＝民生部、経＝経済部、教＝教育委員会、病＝国保病院、農＝農業委員会、G＝グループ

(建設G主査維持担当)

▼環境生活グループ

▽環境衛生担当 成田健士朗

(総務G電気保安担当)

■経済部

▼農政グループ

▽農務担当主査 渡辺 靖行

(経農政G主査計画担当)

▽農務担当 安藤 守

(農事務局農地担当)

▼耕地林務グループ

▽調整担当主査 澤田 孝洋

(経耕地林務G主査森林担当)

▽森林担当主査 後藤 秀人

(総まちづくりG主査政策担当)

▼商工観光グループ

▽商工労政担当主査

菅原 教介

(教博物館G主査管理担当)

■建設水道部

▽建設水道部長 矢萩 浩

(総財務主幹)

▽建設水道部建設主幹

川原 武志

(経耕地林務G主査調整担当)

▽建設水道部建築主幹

中沢 浩喜

(総総務G主査防災担当)

▼建設グループ

▽道路担当主査 森口 尚博

(建水道G主査設備担当)

▽維持担当主査 田中 修

(建建設G主査作業担当)

▽建設担当 伊藤 康徳

(建建設G維持担当)

▽維持担当 鵜沼 順

(総税務G納税担当)

▼水道グループ

▽営業担当主査 吉田 善一

(出納審査室主査出納審査担当)

▽設備担当主査 石山 隆信

(建建設G主査道路担当)

▽施設担当 舟久保理基

(建建設G施設担当)

■出納審査室

▽出納審査担当主査

但馬 大輔

(教スポーツ振興G主査管理担当)

国民健康保険病院発令

▽名誉院長 内澤 公伸

(病院長)

▽病院長 松井 寛輔

(循環器内科部長)

▽総看護師長 藤井よし子

(外来看護師長)

▽小児科医長 古賀 正啓

(新規採用)

▽総務主幹 岩田 憲次

(農業委員会事務局長)

▼看護グループ

▽病棟担当 菊地 幸江

(新規採用)

▽病棟担当 深尾 由紀

(新規採用)

美幌町農業委員会発令

▽事務局長 西 俊男

(総総務G主査宮城県山元町派遣)

美幌町教育委員会発令

▼学校教育グループ

▽学校教育主幹 石澤 憲

(選挙管理委員会事務局長)

▽学校教育担当 吉村 太一

(総税務G課税担当)

▼社会教育グループ

▽社会教育担当主査

野村 太一

(教社会教育G社会教育担当)

▽社会教育担当 一色 真樹

(総税務G納税担当)

▼スポーツ振興グループ

▽スポーツ振興担当主査

遠國 求

(総財務G主査契約財産担当)

▽管理担当 中谷 賢司

(民保健福祉G民生担当)

▼博物館グループ

▽管理担当主査 井上 和俊

(経農政G主査畜産担当)

美幌町議会発令

▽議会事務局次長 高崎 利明

(建建設主幹)

▽議会事務局次長 橋本 美典

(病総務G総務主幹)

▽議会事務局庶務係・議事係

(議会議事事務局庶務係・議事係)

美幌町選挙管理委員会・監査

委員室発令

▽選挙管理委員会事務局次長・監査

委員室次長(嘱託)

監査委員室長(嘱託)

(総まちづくり主幹)

小西 守

美幌町選挙管理委員会・監査

委員室次長(嘱託)

監査委員室長(嘱託)

(総まちづくり主幹)

小西 守

美幌町選挙管理委員会・監査

委員室次長(嘱託)

監査委員室長(嘱託)

(総まちづくり主幹)

小西 守

美幌町選挙管理委員会・監査

委員室次長(嘱託)

監査委員室長(嘱託)

(総まちづくり主幹)

小西 守

美幌町選挙管理委員会・監査

委員室次長(嘱託)

監査委員室長(嘱託)

(総まちづくり主幹)

小西 守

兼務

(総総務G秘書担当)

成田 好

3月31日付退職発令

建設水道部長
議会事務局次長
総務部契約財産主幹
経済部公社主幹
建設水道部建設グループ主査
議会事務局庶務係
国保病院副院長
国保病院小児科医長
国保病院外科医長
国保病院総看護師長
国保病院看護グループ

二博 憲
美博 憲
純一 純
孝志 孝
英敏 英
郁志 郁
昌志 昌
彦治 彦
功治 功
和子 和
久江 久

3月31日付北海道交流職員派遣終了

総務部税務グループ主査

齊藤 誠

後期高齢者医療制度のお知らせ

～保険料率の見直しについて～

■保険料率が変わりました

被保険者の皆さまにお支払いいただく保険料は、2年ごとに定める保険料率をもとに決めることになっています。平成26・27年度の新しい保険料率は、次のとおりです。

均 等 割 (被保険者が等しく負担)	平成24・25年度 (年間) 47,709円	→	平成26・27年度 (年間) 51,472円 (3,763円増)
所 得 割 (被保険者の所得に応じて負担)	平成24・25年度 10.61%	→	平成26・27年度 10.52% (0.09ポイント減)
賦 課 限 度 額 (1年間の保険料の上限額)	平成24・25年度 55万円	→	平成26・27年度 57万円 (2万円増)

■均等割2割・5割軽減の範囲が拡大しました

平成25年度まで

軽 減 割 合	所得が次の金額以下の世帯
5 割 軽 減	33万円 + (24万5千円 × <u>世帯主以外</u> の被保険者数) ※単身世帯の方は該当しません
2 割 軽 減	33万円 + (35万円 × 世帯の被保険者数)



平成26年度より

軽 減 割 合	所得が次の金額以下の世帯
5 割 軽 減	33万円 + (24万5千円 × <u>世帯</u> の被保険者数) ※ <u>単身世帯</u> の方も該当になります
2 割 軽 減	33万円 + (<u>45万円</u> × 世帯の被保険者数)

◆ 保険料の計算方法（平成26年度）

保険料額は、被保険者が等しく負担する「均等割額」と、所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

均 等 割 【1人当たりの額】 51,472円	+	所 得 割 【被保険者本人の所得に応じた額】 (平成25年中の所得 - 33万円) × 10.52%	=	1年間の保険料 (100円未満切り捨て)
---	---	---	---	--------------------------------

●年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

平成26年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。

■保険料の軽減について

次の①～③に当てはまる被保険者の方は、保険料が軽減されます。

① 均等割の軽減

世帯の所得に応じて、4段階の軽減があります。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割軽減
33万円	8.5割軽減
33万円 + (24万5千円 × 世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円 + (45万円 × 世帯の被保険者数)	2割軽減



平成26年度	前年度比
5,147円	約 400円 増
7,720円	約 600円 増
25,736円	約 1,900円 増
41,177円	約 3,000円 増

- 軽減は、被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。

② 所得割の軽減

被保険者個人の所得で判定します。

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	5割軽減

③ 被用者保険の被扶養者だった方の軽減

この制度に加入したときに被用者保険(主にサラリーマンの方が加入している健康保険)の被扶養者だった方は、所得割はかからず、均等割が9割軽減になります。

■年間保険料の例

●単身世帯の場合

年金収入	均等割軽減	所得割軽減	平成26年度	前年度比
80万円	9割	—	5,100円	400円増
153万円	8.5割	—	7,700円	600円増
168万円	8.5割	5割	15,600円	500円増
192.5万円	5割	5割	46,500円	12,600円減
203万円	2割	5割	67,400円	2,800円増
211万円	2割	5割	71,600円	6,800円減
213万円	2割	—	104,200円	7,100円減
214万円	—	—	115,600円	3,200円増

●夫婦2人世帯(共に被保険者)で、妻の年金収入が80万円以下の場合

夫の年金収入	区分	均等割軽減	所得割軽減	平成26年度	前年度比
80万円	夫妻	9割	—	5,100円	400円増
153万円	夫妻	8.5割	—	7,700円	600円増
168万円	夫妻	8.5割	5割	15,600円	500円増
211万円	夫妻	5割	5割	56,200円	12,700円減
217万円	夫妻	5割	—	93,000円	13,000円減
238万円	夫妻	2割	—	130,500円	2,200円増
258万円	夫妻	2割	—	151,600円	7,500円減
259万円	夫妻	—	—	162,900円	2,800円増

〈問合せ先〉

北海道後期高齢者医療広域連合 〒060-0062 札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階 ☎011-290-5601
美幌町役場 民生部環境生活グループ医療給付担当(内線291)

国民健康保険の一部負担金減免制度のお知らせ

次の要件のいずれかに該当し、生活が一時的に著しく困難になった場合において必要と認められる場合に、一部負担金(医療機関で支払う医療費の自己負担額)の減額・免除を申請できる制度があります。

【減免の対象】

1. 震災、風水害、火災、その他これらに類する災害により死亡し、障がい者となり又は資産に重大な損害を受けたとき。
2. 干ばつ、冷害、凍霜害等による農作物の不作、不漁、その他これらに類する理由により収入が著しく減少したとき。
3. 事業又は業務の休廃止、失業等により収入が著しく減少したとき。
4. 前各号(1～3)に掲げる事由に属する事由があったとき。

【減免の診療区分】

入院(食事療養費を除く)、はり・きゅう・あんま・マッサージを除く外来、歯科及び調剤に関する療養の給付。

【生活困難の認定の基準】

1. 免除

世帯主及び当該世帯に属する被保険者の前3か月の平均実収月額が生活保護基準に35,400円を加えた額以下で、かつ預貯金が生活保護基準の3か月以下である場合には、一部負担金の全額が免除されます。

2. 減 額

平均実収月額が生活保護基準額に35,400円を加えた額を超え、かつ、生活保護基準額に80,100円を加えた額以下で、かつ預貯金が生活保護基準の3か月以下である場合には、一部負担金の2分の1に相当する額を減額する。

【国民健康保険税の滞納の有無】

納期の過ぎた国民健康保険税に未納があるときは、申請は却下されます。ただし、町長が特別な理由があると認めるときは、この限りではありません。

〈問合先〉 環境生活グループ医療給付担当(内線281・291)

過去2年間に国民年金保険料の未納期間がある方へ

国民年金保険料の免除申請対象期間が拡大されます

国民年金は、所得が少ないときや失業等により保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除を申請することができます。

これまで過去分の国民年金保険料の免除が受けられる期間は、申請の直前の7月(学生納付特例は直前の4月)までの1年以内でした。平成26年4月からは、申請時点の2年1カ月前の月分まで申請できるようになります。

【申請方法は】

お住まいの役場または北見年金事務所に申請してください。
必要な添付書類など、詳しくは、申請先までお問い合わせください。

= ご注意ください =

- 2年1カ月前の月分まで免除申請をすることができますが、申請が遅れると万一の際に障害年金などを受け取れない場合や失業などの特例免除が受けられない場合がありますので、すみやかに申請してください。
- 申請期間に対応する前年所得に基づき、審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。
なお、全額免除と一部免除は配偶者及び世帯主、若年者納付猶予は配偶者についても所得審査を行います。配偶者や世帯主が失業などに該当する場合も免除を受けられる場合があります。

〈問合先〉 北見年金事務所国民年金課 ☎0157-25-9635/役場戸籍年金担当(内線232・234)

町税の納期限(夜間納税窓口開設日)のお知らせ

町税の納期限は5月から翌年3月までの月末(12月及び3月は25日)となっております(納期限が土日の場合は、翌月曜日が納期限)。夜間納税窓口はこの納期限に開設されますのでご利用ください。

納 期 限 (夜間納税窓口)	町 道 民 税	固定資産税	軽自動車税	国 民 健 康 保 険 税
平成26年 6月 2日(月)		第 1 期	全 期	
平成26年 6月30日(月)	第 1 期			
平成26年 7月31日(木)		第 2 期		第 1 期
平成26年 9月 1日(月)	第 2 期			第 2 期
平成26年 9月30日(火)		第 3 期		第 3 期
平成26年10月31日(金)	第 3 期			第 4 期
平成26年12月 1日(月)		第 4 期		第 5 期
平成26年12月25日(木)	第 4 期			第 6 期
平成27年 2月 2日(月)				第 7 期
平成27年 3月 2日(月)				第 8 期
平成27年 3月25日(水)				第 9 期

5月の納期

固定資産税
都市計画税

(第 1 期)・軽自動車税(全 期)

納 期 限 6月2日(月)

【夜間納税窓口】

美幌町では、町税の納期限を夜間納税窓口として開設します。

仕事などで昼間に納税出来ない方や、税金の納付相談をご希望の方はお気軽にご利用ください。

なお、水道料・介護保険料・公住家賃・給食費・保育料など各種使用料についても納付出来ますので、こちらもご利用ください。

開設時間：午後 5 時30分から午後 8 時まで／開設場所：税務グループ 納税担当 窓口 9 番

〈問合先〉 税務グループ 納税担当(内線207・208)

美幌町農業委員会からのお知らせ

美幌町農業委員会委員が決定しました

農業委員会の構成は、選挙による委員15名及び選任による委員 4 名(内訳：農業協同組合・農業共済組合・土地改良区及び議会から推薦各 1 名)で組織されました。任期は、平成29年 4 月16日までの 3 年間となります。

農業委員の皆さん(敬称略)

選挙 千葉 正 美	選挙 鈴木 幸 往	選挙 風 間 昇	選任 山 谷 朋 之
選挙 名古屋 繁 雄	選挙 加 藤 安 弘	選挙 日 下 優	選任 影 山 秀 樹
選挙 池 端 利 博	選挙 日 並 寛 陽	選挙 松 本 訓 宜	選任 齋 藤 義 孝
選挙 秋 山 稔	選挙 西 島 和 一	選挙 大 西 政 雄	選任 東 砂 裕 里
選挙 小 林 勝 義	選挙 白 石 愛	選挙 佐 藤 澄 義	

〈問合先〉 美幌町農業委員会(内線332)

山菜採りでの事故に気を付けて！！

毎年、山菜採りの時期には、多くの遭難事故が発生しています。いったん事故が起きると、捜索活動に当たる地元市町村をはじめ、関係機関・団体・家族に対しても多大な負担が掛かることとなります。山菜採りに出掛ける際は、事故に遭わないよう次のことについて心構えをするようにしてください。

- 1 行き先を必ず家族等に知らせましょう
 - 行き先、帰宅予定時間等は、必ず家族等に知らせておきましょう。
 - 「自分だけの秘密の場所だから」では、万一の場合、捜索が大幅に遅れることになります。
- 2 単独での入山はできるだけ避けましょう
 - 山菜採りに夢中になり、方向を見失い迷うことがあります。同行者との位置関係をお互いに確認することが大切です。
 - 万一の場合は、一人が救助を求めることができます。
- 3 目立つ服装等に配慮しましょう
 - 赤や黄色系の服装がより目立ちます。仲間へ自分の位置を知らせたり、非常時に発見されやすくなります。
 - ヘリコプターへの合図は、傘・風呂敷を振ったり、鏡の反射光も有効です。
 - 天候の急変に備え、雨具や防寒具等の携行が大切です。
- 4 通信手段（携帯電話、無線機等）や笛、ラジオ、非常食、テープ、懐中電灯等を携行しましょう。
 - 最近では、携帯電話のエリアも広がり、山中でも高いところでは、通話可能な場合があります。
 - 笛、ラジオ等の音のでもものは、熊除けや自分の位置を知らせるのに役立ちます。
 - アメ、チョコレート、ビスケット等は非常食になります。
 - 入山コースの要所にテープやリボン等で目印を付けると、いざというときに役立ちます。
 - 懐中電灯・ペンライト等は、万一の場合の必需品です。
- 5 迷ったら落ち着いて行動しましょう。
 - 迷ったときは、まず、自分の位置がどこなのか冷静に判断して下さい。無闇に歩き回らず、体力の消耗を抑え、落ち着いて捜索隊を待つなど慎重な行動が必要です。
 - 万一の場合は、家族等から捜索願いが出され、捜索隊が救出に向かいますので、発見されやすい場所、野宿に適した場所を早めに探すことが大切です。
 - 笛を吹いたり、ラジオのボリュームを上げると捜索隊への合図になります。

クマ出没注意

ヒグマの出没にご注意を！！

ヒグマは冬眠明けの春先には、エサを求めて広く動き回ります。雪解けの早い春の山菜採りに適した場所は、ヒグマの採食地でもあります。山菜採り等で山林に入るときには、ヒグマと出会うことのないよう、次のことに十分注意してください。

【あなたが被害に遭わないために】

- 事前にヒグマの出没状況を確認する
- 一人では山林に入らない
- 鈴を持ち歩くなど音を出しながら行動する
- 薄暗い時に行動はしない
- フンや足跡を見つけたら引き返す
- 食べ物やゴミは必ず持ち帰る

【ヒグマに遭遇してしまったら】

冷静になることが大切です。

- ヒグマがこちらに気付いていない場合
ヒグマを注視しながら、静かにその場を離れましょう。急激な動作や大声を出してはいけません。また、子グマを発見した場合も同様です。子グマの近くには必ず親グマがいます。親グマは特に神経質ですので注意しましょう。
- ヒグマがこちらに気付いている場合
ほとんどの場合は、ヒグマからその場を立ち去

ります。退避する場合、ヒグマの動きを妨げることをないようにその場から離れましょう。

○荷物を取られた場合

一度ヒグマの手に渡ったものを取り返そうとするような行為は大変危険です。ヒグマの所有物と考えあきらめましょう。

○ヒグマが向かってきたら！

どんなに注意をしても、ヒグマが興奮してしまった場合には襲ってくる場合もあるでしょう。その際には、「最終手段」として対決する覚悟も必要です。そのような時、クマよけスプレー（唐辛子スプレー）を携帯していると、役立つでしょう。おおむね1万円～2万円で販売されています。

※ヒグマが攻撃してくるケースは非常に希であり、まずは「出会わない」「近づかない」ようにすることが最も重要です。



☆ヒグマ対策は、住民のみなさまからの情報をもとに行っています。足跡・フンなどを発見した場合には、ご連絡ください。

〈問合せ先〉 耕地林務グループ 森林担当(内線246・294)

35歳をすぎたら

脳ドックを受けましょう！

脳ドックでは、脳の動脈の破れそうな瘤(こぶ)や、狭くつまりやすくなったところを見つけることができます。脳の血管は、破れたり、つまったりするまであまり症状がないので、無症状の方が脳ドックを受けることは無駄なことではありません。若い人にも是非受けてもらいたい検査です。



- 〈場 所〉 美幌クリニック
 〈料 金〉 8,000円
 〈内 容〉 脳ドック～頭部・頸部エックス線、MRI(脳の断層写真)、MRA(脳内血管の検査) 心電図、眼底検査、血液検査 診察ほか

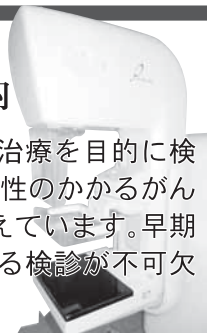
※過去1年以内の血液検査データが必要です。
 ※平成24年、25年度に町の脳ドックを受けた方は、今年度は受けることはできません。
 ※ペースメーカーを入れている方や脳の病気で通院中の方は受診できません。

〈問合せ・申込先〉 健康推進担当(内線286)

35歳以上の女性が対象です

乳がん検診のご案内

美幌町では、乳がんの早期発見・早期治療を目的に検診を実施しています。乳がんは日本人女性のかかるがんの第1位で、罹患数も死亡者数も年々増えています。早期の乳がん発見にはマンモグラフィによる検診が不可欠です。ぜひこの機会にご利用ください。



- 〈対 象〉 35歳以上の女性
 〈受診間隔〉 2年に1回
 〈検診期間〉 平成26年5月～平成27年3月(日程の詳細は毎月、広報でお知らせします)
 〈検診日程〉 5月7日(水)・8日(木)・9日(金)・15日(木)・16日(金)
 ※検診は午前実施(詳しくは、申込の際にお問い合わせを)
 ※前日までに要予約(予約受付:月～金 8:45～17:15)
 ※検診日程は変更となる場合があります。
 〈検診内容〉 35歳～49歳の方:視診、触診、マンモグラフィ(エックス線 2方向撮影)による検診
 50歳以上の方:視診、触診、マンモグラフィ(エックス線 1方向撮影)による検診
 〈料 金〉 35歳～49歳の方 600円
 50歳以上の方 500円 ※年齢は平成27年3月31日現在

※生活保護世帯は無料です。 ※マンモグラフィは、看護師等の撮影補助のもと放射線技師が実施します。

〈申込先〉 国保病院 検診担当 ☎73-4111(内線104)
 〈問合先〉 保健福祉グループ健康推進担当(内線287)

お気軽に相談を

ご存じですか？障害者相談員

身体や知的に障がいのある方の日常生活などにおけるさまざまな相談に応じるため、次の方に相談員の委嘱をしています。

相談は無料で、相談内容は秘密が厳守されます。お困りのときはお気軽にご相談ください。



○身体障がい者相談員

あ がた ゆう いち
小 形 勇 一 相談員

住所: 美幌町字新町3丁目30番地
 電話: 72-2152



○知的障がい者相談員

すが の たか あき
菅 野 隆 秋 相談員

住所: 美幌町字稲美100番地の130
 電話: 72-2048

上記の方には、北海道から障がいのある方に関する虐待、差別などの不利益な扱いや地域での暮らしにくさに関する相談、助言を行う「地域相談員」も委嘱されています。

〈問合先〉 保健福祉グループ障がい福祉担当(内線250)

障害者手帳をお持ちの方へ

健康診査のご案内

身体障害者手帳(下肢・体幹1～2級)をお持ちで、しゃきっとプラザで行う集団健診(バスを利用した健診)及び他の医療機関での受診が困難な方を対象に健康診査を実施します。希望される方は下記をご覧の上お申し込みください。

不明な点がありましたら、下記までお気軽にお問い合わせください。

	健康診査	胃がん検診	肺がん検診
対 象	35才以上		
内 容	診察、血圧測定、身体計測、血液・尿検査、心電図、眼底検査	胃内視鏡検査 または バリウム検査	胸部エックス線検査
料 金	400円	500円	100円
実施期間	平成27年3月まで(お申し込みの際に、希望日を確認します)		
場 所	美幌町立国民健康保険病院		
申 込 み	電話、窓口で健康推進担当までお申し込み下さい。		
そ の 他	・受診が困難な場合は移送サービス(無料)をご利用いただけます。		

〈申込・問合先〉 保健福祉グループ健康推進担当(内線288)

徴収・収納業務を民間に委託しています

使用料等徴収・収納業務委託先一覧

	委 託 業 務	委 託 先	委 託 期 間
1	望岳苑(火葬場)使用料の収納業務	網走市潮見2丁目2番10号 清掃センター株式会社	平成26年4月1日～平成29年3月31日 (夜間・休日の受付分に限る)
2	ごみ処理手数料の収納業務	美幌町字東3条南4丁目1番地13 株式会社道央環境センター 美幌支店	平成26年4月1日～平成27年3月31日
3	捕獲犬返還手数料及び登録手数料の収納業務	美幌町字東3条南4丁目1番地13 株式会社道央環境センター 美幌支店	平成26年4月1日～平成27年3月31日
4	し尿処理手数料の収納業務	美幌町字栄町4丁目3番地8 福井陽子	平成26年4月1日～平成27年3月31日
5	地域総合整備資金貸付金徴収事務	東京都千代田区平河町2丁目5番6号 財団法人 地域総合整備財団	平成26年3月16日～平成27年3月15日
6	コミュニティセンター使用料の収納業務	美幌町字稲美212番地29 東京美装北海道株式会社 北見支店美幌出張所	平成26年4月1日～平成27年3月31日 (夜間受付分に限る)
7	マナビティーセンター使用料の収納業務	美幌町字東3条南4丁目1番地13 株式会社道央環境センター 美幌支店	平成26年4月1日～平成27年3月31日 (夜間・休日の受付分に限る)
8	河畔公園パークゴルフ場使用料の収納業務	美幌町字西1条南5丁目3番地 特定非営利活動法人 美幌町体育協会	平成26年5月1日～平成26年11月15日
9	上下水道料金等の収納(コンビニ収納)業務	岐阜市日置江1丁目58番地 株式会社電算システム	平成26年4月1日～平成27年3月31日
10	医業収益等の公金の徴収業務	釧路市光陽町2番11号 株式会社医療保険経理研究所	平成26年4月1日～平成27年3月31日

〈問合先〉 財務グループ財務担当(内線221・222)

中小企業・小規模事業の経営者の皆様へ

～個人保証なしで金融機関から融資を受けたり、事業が破綻しても
一定の生活費等を残すことができるルールができました。～

①事業活動に必要な資産は法人所有とするなど法人と個人の
資産・経理が明確に分離されている場合などに、個人保証が
不要となること

②多額の個人保証を行っていても、経営が行き詰まる前に、早
めに事業再生や廃業を決断した際に一定の生活費等(従来
の自由財産99万円に加え、年齢等に応じて100万円～360万
円)が残ることや、「華美でない」自宅に住み続けられること

③保証債務の履行時に返済しきれない債務残額は原則として
免除されることなどを定めた「経営者保証に関するガイド
ライン」が、中小企業庁・金融庁主導の下、策定されました。(第
三者保証人についても、上記②③については経営者本人と
同様の取扱となります。)

○経営者保証に依存しない融資や、
保証債務の整理について、ご相談
に応じます((独)中小企業基盤整
備機構北海道本部 ☎011-210-7471)

○政府系金融機関でも経営者保証を
求めない資金繰り支援を強化しま
す。



〈問合先〉 中小企業庁事業環境部金融課 担当 柴田 ☎03-3501-2876

平成26年度 美幌高等学校開放講座参加者募集

日 程 表

【会場：美幌高等学校(報徳96)他】

アグリエンジョイコース 定員10名 参加費4,000円

5月31日(土)9:30～11:30
……………野菜の定植と花の種まき
7月19日(土)9:00～11:00
……………野菜の科学と管理作業
8月 2日(土)9:00～11:00
……………夏野菜の収穫と花の寄せ植え
9月 6日(土)9:00～12:00
……………草花の活用と野菜の収穫
※保護者同伴であれば、お子さんの参加も可能です。

フードプロセスコース 小学生以上、定員10名 参加費4,000円

5月31日(土)9:30～12:00……………ベーコンの製造
7月19日(土)9:00～12:00……………パウンドケーキの製造
8月 2日(土)9:00～12:00……………アイスクリームの製造
9月 6日(土)9:00～12:00……………ソーセージの製造
※初めて参加される方を優先させていただきます。

自然を楽しもうコース 小学生以上、定員10名 参加費4,000円

5月31日(土)9:30～12:00
学校林の剪定、枝を使った炭焼き、シイタケの栽培
7月19日(土)9:00～12:00……………炭の取り出し、薪割り
8月 2日(土)9:00～12:00
薪や炭を使った石窯でのピザ焼き(夏野菜の利用)
9月 6日(土)9:00～12:00
……………炭焼き、石窯でのピザ焼き(加工品の利用)

各コース共通事項

○開講式
…5月31日(土)
9:00～9:30
○閉講式・交流会
…9月6日(土)
12:00～13:00(予定)
※いずれのコースも定員となり
次第、締切となります。



気軽にパソコン入門コース 成人の方、定員15名 参加費2,500円

5月31日(土)
…インターネット体験、パソコンの基本操作
6月7日、14日、21日 各土曜日
……………ワープロの基本操作(文字の入力)
8月9日、23日、30日 各土曜日
……………画像・図形を用いた文書作成
9月 6日(土)……………インターネット体験、文字入力の応用
時間9:30～12:00 ※パソコンの持ち込み不可

ファミリーうきうきコース

5歳～小6までの子どもと保護者、定員10組 参加費4,000円

5月31日(土)9:30～11:30
……………搾乳体験～動物と触れあおう～
7月19日(土)9:30～11:30……………美幌川の魚を食べよう
8月 2日(土)9:30～11:30……………パンづくりをしよう
9月 6日(土)9:30～12:00
……………おいしく鶏を食べてみよう！
※参加費は親1人、子ども1人の金額。参加者が増える場合は1名あたり1,500円追加。保護者1名に対しお子さんは2名まで、3名以上になる場合はご相談ください。

申込時の留意事項

- ①5月23日(3～5日休館)までに参加費を添えてマナセン(電話72-2300)まで
- ②電話での申込も可能ですが、上記申込期日までに参加費の納入をお願いいたします。

水道グループからのお願い

水道メーター取り替えのお願い

町では、毎年、計量法に基づき使用期間8年を経過する前に水道メーターを取り替えています。該当するご家庭には、町の委託業者が伺います。なお、委託業者は、町が交付した証明書を携行していますのでご確認ください。

また、次のような場合は、水道メーターの取り替えが困難となりますので、訪問の委託業者とご相談のうえ、取り替えやすい状態にさせていただくようお願いいたします。

- 建物の増改築などで、水道メーターが建物の中にある
- 舗装で水道メーターが埋設されている
- 建物と塀の間が狭く人が入れない
- 庭木などの移転が必要となる

■取替予定期間 5月中旬～12月末

※お願い

水道メーターの周りで次のような工事等を行う場合は、水道グループへご相談ください。水道メーター取り替え時に支障となり、移設等が必要になる場合があります。

- 水道メーター周辺での土盛りや舗装、ロードヒーティング
- メーター上への建物、工作物の設置



〈問合先〉 水道グループ(内線271・274 窓口4～6番)

今年度の開催日程のお知らせ

今年度も美高SHOP「白樺坂」を開催します。皆さまのご来場をお待ちしております。

<販売日程>

日 程	販 売 会	場 所	時 間
5月10日(土)	第1回(春季農産物販売会)	校内	10時～12時
6月21日(土)	第2回	校内	10時～12時
7月20日(日)	第3回(和牛祭)	網走川河川敷	主催者による
8月23日(土)	第4回	校内	10時～12時
9月13日(土)	第5回	校内	10時～12時
10月11日(土)	食彩フェア	北見イトーヨーカドー	主催者による
10月18日(土)	第6回(JA祭)	JA資材店舗	主催者による
11月15日(土)	第7回	校内	10時～12時
12月6日(土)	第8回(シクラメン販売会)	校内・ハウス	10時～12時
2月14日(土)	第9回(文旦販売会)	校内	10時～12時

<町内販売> 7月1日(火) 14:00～15:30 / 9月9日(火) 14:00～15:30

※開催場所については、決まり次第お知らせします。

(問合先) 美幌高校 TEL 73-4136



教育相談室

児童生徒・保護者の皆さん
あなたの悩みをご相談
ください



町の教育相談室では、教員としての経験豊富な相談員2名が、児童生徒・保護者の皆さんの悩み事について、幅広く相談を受け付けています。「学校に行けなくなった」「友達との関係で悩んでいる」「話をする人がいなくてどうしたらよいか困っている」などがあればお気軽にご相談ください。

◆開 設 日/月～金曜日(土日、祝日を除く)

◆開設時間/午前8時45分～午後5時30分

◆場 所/美幌町字西1条南5丁目
トレーニングセンター2階「教育相談室」

◆電話FAX/73-5833

◆Eメール/soudan@town.bihoro.hokkaido.jp

※夜間、休日でも留守番電話やEメールで相談を受け付けています。

転入・転居されたら

自治会に加入しましょう

町内には67の自治会があり、各自治会では住みよい地域づくりのため、さまざまな活動を行っています。広報誌などの配布や各種回覧、福祉活動や交流活動、防犯、交通安全運動のほか、地震や水害に備えての自主防災活動も行われています。

アパートやマンションにお住まいの方も地域の一員として、自治会へ加入し、活動に参加しましょう。

加入については、班長または自治会長にご連絡ください。



(問合先)

まちづくりグループ住民活動担当
(内線346)

Event

催し

第60回美幌峠まつり



本格的な観光シーズンを迎え、美幌峠を訪れる観光客の交通安全と天下の絶景美幌峠が今年もますます発展することを願って、「美幌峠まつり」を開催します。

峠までの無料送迎バスをご用意していますので、町民多数の来場をお待ちしています。

■日時 5月25日(日) 10時～

■行事の内容

・交通安全祈願祭 10時～10時30分
・テープカット 10時30分～10時40分

・カムイノミ(民俗舞踊) 10時45分～11時30分

※11時30分終了予定

■無料送迎バス運行時間(申込不要)

・行き：9時 役場前発
・帰り：12時30分 美幌峠発

■問合先

美幌観光物産協会 ☎73-2211

第29回 2014

オホーツク「木」のフェスティバル

■日時 5月16日(金)～18日(日)

午前10時～午後5時
(※18日は午後4時まで)

■会場

北見市東三輪5丁目1番地4
サンライフ北見・サンドーム北見・スキルアップセンター北見

■内容

・木製品の展示・販売・商談会
・オホーツク「木製品」コンペティション

■問合先 2014オホーツク「木」のフェスティバル実行委員会

北見市泉町1丁目3番地18
オホーツク木のプラザ内
☎0157-251331

Hobby & Culture 趣味・教養

みどりの村 そば打ち講習会

5月の加工実習講習会は、農産加工室改修工事中の為実施出来なくなっています。6月から再開いたしますのでご了承ください。

■日時

5月24日(土) 9時30分～12時30分

■場所 グリーンビレッジ美幌 休憩施設「スズラン」

■内容

そば打ち講習会(美幌産そば粉使用)

※試食もあります。手打ち蕎麦4人分をお持ち帰りいただけます。

■募集人数 7名

※参加申込みが3名に満たない場合は中止になります。

■参加料 1,200円

■持ち物 参加申し込みされた方には後日葉書で連絡します。

■申込期間 5月1日(木)～15日(木)

※参加希望者が多数の場合は参加回数の少ない方を優先します。

みどりの村ハンドメイド講習会

■日時

5月18日(日)
午前9時～正午

■場所

木工ハウス
(グリーンビレッジ西側)



■内容 *羊毛フェルト

*パンダかネコバッジ、どちらか1個作れます。

■参加費 300円

■募集定員 8名

※小学4年生から参加できますが、保護者同伴でお願いいたします。

■募集期間 5月1日(木)～10日(土)

火気の後始末にご注意を

山火事予防にご協力ください

美幌町山火事予消防対策協議会では、魚釣り・山菜採り等で山林を利用される方々に、山火事予防の協力を呼びかけています。入林の際は、タバコ等火気の後始末に十分注意してください。(山火事予防を特に推進する期間は、4月から6月です。)

なお、入林される場合は事前に森林所有者からの承認を得てください。また、国有林・道有林・町有林については、それぞれ関係機関に許可を受けてください。(4月から6月までの期間は山火事危険期であるため許可していません。)



【問合先】耕地林務グループ森林担当 (内線246・294)

美幌みどりの村森林公園開園と
キャンプ場営業開始のお知らせ



桜の時期の散策・お散歩・ピクニックにみどりの村へ足を運んでみてください。

5月1日(木)OPEN!!

桜ライトアップ・桜マップ

みどりの村森林公園には約1,000本の桜の木が植樹されています。桜が開花する時期に桜の名所をライトアップします。

期間がきまり次第新聞等でお知らせいたしますので、散策にいらしてください。

桜マップも作成していますので、合わせてご利用下さい。

■配置場所 グリーンビレッジ美幌・みどりの村キャンプ場など

こどもの日 キャンプ場へGO!!



5月5日はこどもの日 みどりの村で遊ぼう！
キャンプ場を遊び場として無料開放。無料で遊べるコーナーがたくさんあります。

・フワフワぞうさん・買い物袋製風・バルーンアート体験・わたあめ無料配布・シャボン玉 など

■日時 5月5日(月)・祝
午前9時～午後3時
※博物館も無料開放しています。

初心者パークゴルフ実技講習会

美幌町パークゴルフ協会では、初心者を対象に実技講習会を開催します。お気軽にご参加ください。

■日時 5月17日(土) 午後1時～
■場所 網走川河畔公園

■対象 パークゴルフ場しらかばコース
美幌町民
(パークゴルフ初心者)

■会場 パークゴルフ場しらかばコース

Health 健康

ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングは、専用のストック（ポール）を使って歩く運動です。

ポールを使いながらウォーキングする事で、通常のウォーキングに比べて30～40%も高いカロリー消費が実証されています。ストック（ポール）は町で準備していますので、お気軽にご参加ください。

■開催日時 5月31日(土)、6月7日(土)、6月14日(土)、21日(土)、28日(土)

(5回) 午前7時15分～8時30分

■場所 しゃきつとプラザ正面玄関に集合し、町内をウォーキングします(約3～4km)

■定員 25名

■対象者 成人一般
■コース 早歩きコース(上～中級者)

■申込 5月15日までに事務局へ
■その他 講習料無料(入場券は、各自券売機で購入してください)
※道具は、各自持参(お持ちでない方には貸し出します)

■申込・問合せ
美幌町パークゴルフ協会事務局
吉岡 (☎73) 0118

Recruit 募集

道路・公園維持管理作業員(臨時職員)募集

■応募資格 大型自動車免許、大型特殊自動車免許、車輛系建設機械(整地等)作業免許を有する者で、町内在住(居住可能)の健康な方

■募集人員 1名

■採用予定 平成26年6月1日(雇用期間は平成26年11月30日まで。更新の見込みあり)

■業務内容 道路・公園維持管理作業(ダンプ、ショベル、グレーダーなどの運転ならびに冬期間の除雪業務あり)

勤務条件

①勤務時間 1日7時間45分
午前8時45分から午後5時30分まで

②賃金月額 203,600円

③休日 土・日曜日、祝日等

ゆつたりコース(初心者)
※申込時に希望するコースをお知らせください。

■申込期限 5月28日(水)
■参加料 無料
■申込先 健康推進担当(内線395)
■その他 健康推進担当(内線395)
※雨天時は、しゃきつとプラザ屋内で実施します。

④その他 社会保険、厚生年金、雇用保険加入

■選考方法 面接、運転実技試験(10トンドンブ)により選考します。

試験日は5月22日(木)を予定。詳細は応募者へ後日通知します。

■申込・問合先 5月16日(金)までに、ハローワーク美幌に備え付けの履歴書(写真添付)に必要事項を記入の上、建設グループ維持担当(内線264、役場庁舎2階)へ提出してください。

Consult 相談

調停委員・人権擁護委員による
悩み心配事相談(予約制)

■相談日

5月14日(水) 午後1時～3時

■場所 しゃきつとプラザ

■申込先

前日の午後3時までに住民活動担当(内線346・窓口⑩番)へ。

心の健康相談(予約制)

■相談日 5月27日(火)

■場所 しゃきつとプラザ

■相談員

精神保健福祉士(北見赤十字病院)

■申込先 相談日の前の週までに健

康推進担当(☎735755)へ。

思春期相談(予約制)

■相談日 5月21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 北海道北見保健所

☎015724171

交通事故巡回相談(予約制)

オホーツク総合振興局では、交通事故による被害者等の援護活動の促進強化を図るため、専門の相談員による無料巡回相談を実施しています

■相談員による相談

①5月14日(水) 午後1時～4時

②5月15日(木) 午後1時～4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・問合先

オホーツク総合振興局環境生活課

(☎0152410783)

不動産無料相談(予約制)

(社)北海道宅地建物取引業協会北見

支部では、不動産に関する無料相談を実施しています。

■相談日

5月23日(金) 午後1時30分～3時

■場所

(社)北海道宅地建物取引業協会 会北

見支部事務所

(北見市常盤町4丁目12番2号)

■予約申込・問合先

(社)北海道宅地建物取引業協会北見

事務所(☎0157611565)

Contribution 寄付

次の方から町に寄附をいただきました。ありがとうございます。

■北海道コカ・コーラボトリング株式会社様より、びほーる設置の自動販売機の売上げの一部を、美幌町の文化振興のために役立ててほしいと、41,004円。

■美幌町報徳の大屋委様より、図書館の蔵書充実に役立ててほしいと、1万円。

■札幌市東区在住の橋本輝雄様より、美幌町の社会福祉のために役立ててほしいと、5万円。

■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」により、次の方から寄附をいただきました。

・門馬征矢夫様(東京都在住)5万円

・古館和彦様(埼玉県在住)1万円

・亀山哲章様(東京都在住)1万円

・鈴木宏美様(東京都在住)1万円

・濱口和久様(愛知県在住)1万円

・日向建設株式会社様(神奈川県)1万円

・岩尾有里子様(神奈川県在住)1万円

・松井裕子様(群馬県在住)5千円

道東一斉 すずらん 無料法律相談 (予約制)

釧路弁護士会では、弁護士が定住しておらず、法律事務所が開設されていない市町村において、一斉無料法律相談を実施します。

弁護士と顔を合わせて、問題やトラブルを整理することで、解決策がきつと見えてきます。

■相談日時

5月13日(火)

午後1時～4時(要予約)

■場所

しゃきつとプラザ2階相談室

■予約申込先

9日(金)午後3時までに住民活動担当(内線346・

窓口⑩番)



4月11日 ソチ代表選手・コーチが勢揃い

石田選手&久保選手に特別栄誉賞

ソチオリンピック・パラリンピックに出場した本町出身の選手・コーチが勢揃いし催された「美幌町表彰式」。それぞれの活躍をたたえ、表彰状が贈られました。

パラリンピックのバイアスロン7.5 km で日本人第1号のメダルとなる銅メダルを獲得した久保恒造選手と、トリノ、バンクーバーに続き3大会連続でオリンピックに出場した石田正子選手に「特別栄誉賞」、美幌町出身者で初となるスケート競技でオリンピックに出場した藤村祥子選手と、バイアスロンに出場した鈴木李奈選手に「栄誉賞」、パラリンピックバイアスロンコーチとして久保選手のメダル獲得に大きく貢献した阿部由香里コーチに「スポーツ功労賞」が贈られました。

式の後には、祝賀会も開催され、選手の家族や関係者、久保選手が所属する日立ソリューションズの荒井監督や藤村選手が所属する宝来歯科の小竹監督、鈴木選手が所属する冬戦教の平田教育隊長など約250名が出席しました。

オリンピック・パラリンピックを通じて、本町出身者初のメダリストとなった久保選手は、メダルに興味津々の子ども達にあっという間に囲まれ、久保選手がメダルを子ども達に手渡すと、嬉しそうに満面の笑みで次々と記念撮影。他の選手達も色紙にサインを書くのに大忙しでした。

祝賀会では、選手たちが美幌からの応援と今回の受賞に感謝を述べ、ソチの感想と今後の目標を話してくれました。久保選手は、「今後は、車イスマラソンに再挑戦したい。2年後、そして6年後の東京でのメダルを目指したい。」石田選手は、「今回は、納得のいく成績ではなかったが、W杯では、良い成績を残せた。来年の世界選手権に向けて頑張っていきたい。」藤村選手は、「入賞できなかったのは、残念。現役を続け、美幌の子ども達に夢と希望を与えることができればと思っている。」鈴木選手は、「思うような成績は残せなかったが、五輪の経験は、大きい。今後に繋げていきたい。」阿部コーチは、「コーチの話をいただいたときは、不安が大きかった。久保選手をはじめ、日本代表選手に出会えて本当に良かった。これからも微力ではあるが、美幌に貢献していきたい。」と、それぞれの力強い言葉に、会場からは、大きな拍手が贈られました。

3月29日

スポーツシンポジウム in びほろ

スポーツでまちを元気に

「スポーツでまちを元気にできるか」をテーマに、日本体育大学の森川名誉教授ら4名をパネラーに迎えて開催されたシンポジウム。パネラーの方に、それぞれの視点でテーマについて意見をいただいた後の質疑では、参加した高校生から「スポーツでまちを元気にするために私たちに何ができますか？」との頼もしい意見も。

また、特別ゲストとしてソチパラリンピック銅メダリスト久保恒造選手のトークショーも行われ、会場には、約120名が来場。銅メダルもお披露目され、会場を盛り上げました。



4月1日

ご結婚の記念に

しあわせいっぱいフォルダをプレゼント！



4月1日から、美幌町でお渡しする婚姻届を華やかで幸せを感じる「ピンク色」に変更し、複写式にすることで手元に残る婚姻届にしました。

また、美幌町に婚姻届を提出したおふたりに美幌町産材で作った「しあわせいっぱいフォルダ」のプレゼントもスタート。さらに、希望者には、町長の直筆お祝いコメントを書かせていただきます。記念撮影もお気軽にどうぞ。

温もりのあるフォルダに包んで婚姻届を保管し、1年・10年先、さらには50年先の結婚記念日に届出の瞬間を振り返ってみては、いかがでしょうか。

4月16日

「地域見守り活動の輪」広がる

噛ミングネット 連携協定を締結



昨年、1つの医療機関と町内外ライフライン25事業者の皆様と「美幌町地域見守り活動」の協定を締結しています。この協定は、事業活動の中で異変に気づいた場合、町及び緊急時には警察・消防へ通報していただく体制を整える取り組みです。

今回、往診診療を以前から実施されている中村歯科医院様から申し出をいただき、「美幌町噛ミングネット」連携協定を締結しました。2ヶ所目の締結医療機関です。

美幌町内で定期的な訪問等をされている事業者で「地域見守り活動」に協力をいただける事業者がありましたら、民生担当へご連絡ください。

4月15日

街頭啓発に 285 名が参加

春の全国交通安全運動

4月6日から15日まで行われた「春の全国交通安全運動」。町内では、4月7日と15日に街頭啓発が実施され、7日は152名、15日は133名が、交通安全と書かれた黄色い旗を振り、安全運転を呼びかけました。

5月15日からは、「春の行楽期の交通安全運動」が始まります。行楽シーズンで車の往来が増え、新1年生も学校に通うのに慣れてくるころです。安全運転を心がけましょう。



あなたのころはお元気ですか？



知らず知らずのうちにストレスを
ためこんでいませんか？

自分では意識していなくても、ストレスがたまっていることがよくあります。ストレスの度合いを知ることは、ころの健康を保つ第一歩です。

あなたのストレス度はどの程度のものでしょうか。自己チェックしてみてください。
今どれだけのストレスを受けているかを知る目安になります。



最近1か月のうちに思い当たるものに○をつけましょう。

- ◇家庭内でいろいろ問題があった
- ◇仕事において、多くの変化があった
- ◇日ごろから楽しみにしている趣味などがない
- ◇いつも実践している運動などがない
- ◇気分が沈みがちで、ゆううつである
- ◇ささいなことで腹が立ち、イライラする
- ◇仕事をやる気がなくなり、疲れやすい
- ◇人に会うのがあっくうで、なんでもめんどくさい
- ◇前日の疲れがとれず、朝方からからだがだるい
- ◇寝つきが悪く、夢をみることが多い
- ◇朝、気持ちよく起きられずに、気分が悪い
- ◇頭がすっきりせず、頭重感がある
- ◇肩こりや背中、腰が痛くなることがある
- ◇食欲がなくなり、しだいに体重が減ってきた
- ◇腹が張り、下痢や便秘を交互に繰り返す
- ◇目の疲れや、めまい、立ちくらみがある
- ◇急に苦しくなったり、胸が痛くなったりする
- ◇手足が冷たく感じる。また汗をかきやすい
- ◇よくかぜをひくが、治りにくく長引く
- ◇医者診察を受けたら気のせいだと言われた

判定：○の数がいくつありましたか？

5個以下	正常範囲：とくに心配ありません
6～10個	ストレス予備状態：ストレスの蓄積が心配されます。上手にストレス解消を
11～15個	ストレス状態(要注意)：ストレスがたまっています。休養しましょう
16個以上	ストレス危険域：少し危険な状態です。相談機関での相談をお勧めします。

※初台関谷クリニック式より

ストレスは、たまりすぎると病気を招いてしまうこともあります。ころの病気は誰もがかかる可能性があります。気になる不調が続いたら、早めに医療機関や相談機関をご利用ください。
美幌町では、みなさんのころの健康づくりをお手伝いいたします。

「病院を受診した方が良いだろうか」「心の病気について知りたい」「やる気が起きず気分が落ち込む」「家族の様子が以前と違って何だか心配」など、ころの健康についてご相談ください。

●精神保健福祉士による相談●

相談日程 月1回（毎月第4火曜日 9月、12月は第4木曜日） 9：30～16：00

要予約 相談日の前の週末までの予約が必要です。電話番号 73-5755

●保健師による相談●

相談日程 月～金9：00～17：30（年末年始祝日を除く）

※来所相談を希望される方は、事前にお電話でご連絡ください。電話 73-5755

地域包括 支援センター だより

地域包括支援センターには、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）などが配置され、高齢者の方々に

関するご相談に応じ、保健・医療・福祉サービスなどの様々な支援を行っています。

また、障がいを持つ方のための総合相談業務も行っております。

○ 地域包括支援センターの業務内容

①総合相談支援

高齢者の方々に係る各種相談を幅広く受け付けて、様々な支援を実施

②権利擁護

高齢者虐待への対応や成年後見制度の利用促進を実施

③介護予防ケアマネジメント

要介護状態等になることを予防するための介護予防事業等の必要な援助

④包括的・継続的ケアマネジメント支援

ケアマネジャーへの日常的な個別指導・相談

美幌町地域包括支援センター ☎ (0152) 75-3220
(しゃきっとプラザ内) FAX (0152) 73-4787

民生委員児童委員は、皆さんの暮らしを応援するため、国から委嘱されて活動しています。

専門家ではありませんが、子どもや家庭のこと、地域のことなどを皆さんと一緒に考えサポートしています。

地区の民生委員児童委員が知りたい等、ご質問がある場合は、下記問合先までご連絡ください。

問合先 保健福祉グループ民生担当
(内線236 しゃきっとプラザ2階)



外科・内科・整形外科
神経科・皮膚泌尿器科
リハビリテーション科

・在宅支援診療所
・往診応需

医療法人
社 団

平間 医院

顧問 平間 道昭 院長 平間 圭介

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00)	○	○	○	○	○	○
午後 (13:30~17:30)	○	○	○	休	○	休

※土曜日は第1・第3・第5週 午前診療 ※日曜・祝祭日、第2・第4土曜日は休診

美幌町東1北3 TEL72-1881・FAX73-3099 (有料広告)

ご自身の、ご家族の、地域の健康づくりに

平成26年度 ヘルスリーダー養成講座 受講生募集

<美幌町ヘルスリーダー>

「自らの健康に関心を持ち、健康的な生活習慣を実践するとともに、地域における健康づくりに主体的に取り組む人」として平成15年8月から活動をしています。

現在の活動は、美幌町健康増進計画の参画と推進、栄養バランス・減塩・適正カロリーを基本とした健康レシピの考案、しゃきっとプラザを拠点とした栄養教室での指導、イベント会場における普及啓発活動など町と協働して取り組んでいます。

【日時】

〈6月〉10日、17日、24日 〈7月〉1日、8日、15日、22日、29日 〈8月〉5日 曜日はすべて火曜日
10時~14時30分

【場所】

しゃきっとプラザ3F講習室 ほか

【内容】

- 生活習慣病の現状と美幌町の健康づくり
- 歯の健康 ●健康づくりのための運動
- 暮らしの中の食品衛生 ●栄養の基礎知識
- 心の健康・アルコール ●年代別食生活のポイント
- 献立の立て方実践
- メタボリックシンドロームの基礎知識
- 調理実習 ●生活習慣病予防のための食事

【募集人員】 15名

【募集条件】 18歳以上の町民で、プログラムの7割以上参加できる方

修了後はヘルスリーダーの会に所属し、ヘルスリーダーとしての活動が可能な方

*講座を修了された方は「美幌町ヘルスリーダー」として2年間委嘱します。

*ヘルスリーダーの会例会は月1回開催

(主に第1火曜午前中)

*平日午前中の活動が多いですが、普及啓発活動は土日になる場合があります。

【受講料】 無料

【申込方法】

6月2日(月)までに電話又は、名前、住所、電話番号をご記入の上FAXでお申し込みください。申込みをされた方に、後日、詳細プログラムを送付します。

<申込・問合先>

保健福祉グループ 健康推進担当

(内線286・287)、FAX72-4869

……「わんぱく広場」で遊ぼう……

わんぱく広場ってどんなところ？

わんぱく広場は、0歳～就園前くらいまでのお子さんとママの育児サークルです。

子育て中のお母さんが中心となり、週に一度マナビティーセンターで活動しています。

広いお部屋でのびのびとした自由遊び、制作あそびにお誕生会、クリスマス会などさまざまなイベントも行っています。夏には公園に集まって、外遊びもありますよ。

会員制ではないので、イベント以外は、申し込みやお休みの連絡など必要ないのでみなさん気軽に遊びに来てください。

詳しい活動予定や内容は、2カ月に一度発行しているおたよりに書いてあります。

おたよりは、子育て支援センター『ぽかぽか』・しゃきっとプラザプレイルーム・図書館においてありますので、ぜひ手にとって見てみてください。

日時・場所

日時：毎週火曜日

10：00～11：30(祝日などはお休みになります)

場所：マナビティーセンター2F 大研修室

問合せ 子育て支援センター TEL 73-3240

年間の主な活動予定

☆2ヶ月に一度のお誕生会

☆七夕まつり～みんなでスイカ割りをします

☆ハロウィンパーティー～みんなで変装してマナセン内で、お菓子をもらい歩きます

☆クリスマス会～ミニコンサートを鑑賞、サンタさんからのプレゼントもあるかも？

☆節分豆まき～みんなで鬼退治をします(お母さん方に人気のイベント！)

☆ひなまつり～おひなさまの制作をして、みんなでひなあられなどを食べてお祝い！

この他にも、制作あそびや子育て支援センターの先生が遊びに来てくれる日もあります。

5月の活動予定

6日(火) 祝日のためお休み

13日(火) 自由遊び

20日(火) 自由遊び

27日(火) 4月5月生まれ合同お誕生会

会費200円必要・申し込み5/20まで

(誕生児にはプレゼントあり、誕生児ではないお友だちも参加できます。)

お子さんの遊び場としてはもちろん、お母さんのリフレッシュとして利用してみたいはいかがでしょうか？

お待ちしております。



子育て支援センター

ぽかぽか

行事予定 5月

センター開放日

1、2、7、8、9、12、13、15、19、23、27、29、30日

午前10時～11時30分

体操、リズム遊び、紙芝居の時間があります。

親子で楽しい時間を過ごしてください。

自由開放日

1、8、12、13、15、19、20、22、27、29日

午後1時30分～4時

好きな時間に来て遊んでください。

あそびの広場

16日(金)(0・1歳児) 14日(火)(2・3歳児)

午前10時～11時30分

定員10組程度 申し込み必要です。

休日開放日

24日(土) 午前9時30分～11時30分

午後1時～3時

25日(日) 午前9時30分～11時30分

ご家族で遊びに来てください。

子育て支援センター ☎73-3240

お誕生会

20日(火) 午前10時～11時30分

5月生まれのお子さん対象です。

定員10組程度 申し込み必要です。

初めての方の日

21日(水) 午前10時～11時

初めての方専用の日です。

職員紹介、施設見学、紙芝居等をします。

妊婦さんも遊びに来てください。

ミニスポーツ

22日(木) 午前10時～11時(申込 5月1～16日)

託児あり 定員20組程度

運動しやすい服装と運動靴、託児のお子さんは、おむつ

と飲み物を用意してください。

申し込み時に、参加児1人当たり保険料100円が必要に

なります。センターに遊びに来てお申し込みください。

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。

公園であそぼう

28日(火) 午前10時～11時30分

「三橋ふれあい公園」 現地集合・解散 雨天中止

ママ & accompaniment ママといっしょ



すずき はるま
鈴木 遥真ちゃん [H25.7.29生]
母：舞さん

名前を呼ぶとニコニコ笑顔を見せてくれます。その笑顔にパパとママはメロメロです。最近はいたずらする事を覚えたのですます目が離せなくなってきました。これから色々な所にお出掛けするのが楽しみです。



さいかわ
幸川 みなみちゃん [H24.4.28生]
母：裕美さん

近頃沢山言葉を喋られるようになりました。お父さんが大好きで、いなくなるとすぐ探します。これからも得意な歌をいっぱい歌ってね。



はやし ひなた
林 陽向ちゃん [H24.8.23生]
母：理絵さん

最近、『ブービー』が言えるようになりました。まだまだ言葉数は少ないですが、これから一つ一つ言葉が増えていくのが楽しみです！早く一緒にお話がしたいなあと思います。パパがサッカーをやっているの、将来一緒にできたらいいなと思います。

けんしん・相談・予防接種 5月

	種 目	健診日	受付時間	会 場
健診・相談	4 か月児健診	28日(水)	12:45～13:00	しゃきっとプラザ
	10か月健診	7日(水)	12:45～13:00	しゃきっとプラザ
	1 歳 6 か月健診	14日(水)	12:45～13:00	しゃきっとプラザ
	3 歳児健診	21日(水)	12:45～13:00	しゃきっとプラザ
	乳児相談	12日(月)	13:00～15:30	しゃきっとプラザ
	フッ素塗布	26日(月)	12:45～13:00	しゃきっとプラザ
予 防 接 種	ポリオ	毎週月・火	9:00～11:00	田中医院(要予約)
	3 種混合	・木・金曜	15:00～17:00	
	4 種混合	毎週水曜	9:00～11:00	
	"	毎週月・火	13:00～16:00	国保病院(要予約)
	"	・木・金曜	15:00～16:00	
	"	毎週水曜	15:00～16:00	国保病院(要予約)
	BCG	毎週金曜	13:00～13:30	
	"	毎週月・火	9:00～11:00	
	麻しん・風しん混合	・木・金曜	15:00～17:00	田中医院(要予約)
	"	毎週水曜	9:00～11:00	
	"	毎週月・火	13:00～16:00	国保病院(要予約)
	"	・木・金曜	15:00～16:00	
予 防 接 種	ヒブ・小児用肺炎球菌	毎週月・火	9:00～11:00	田中医院(要予約)
	"	・木・金曜	15:00～17:00	
	"	毎週水曜	9:00～11:00	
	"	毎週月・火	13:00～16:00	国保病院(要予約)
	"	・木・金曜	15:00～16:00	
	"	毎週水曜	15:00～16:00	国保病院(要予約)

※ 5月より国保病院の予防接種の実施日が変更になりました。

※ 全ての予防接種で予約が必要となりますので、事前に各医療機関へ予約を予約をお願いします。

田中医院 (73-2913) 国保病院 (73-4111)

* 休診日は予防接種も実施しません。

プレママクラス(妊婦教室)のお知らせ

〈日程(1コース目)〉

6月13日(金)・20日(金)・27日(金)・7月4日(金)・11日(金)

※ 2 コース目は10月3日(金)から、3 コース目は2月6日(金)から実施します。詳しくはお問い合わせ下さい。

〈場所〉

しゃきっとプラザ
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週間前までにご相談ください。

回	内 容	時間・場所	持ち物
1	妊娠中の生活と母乳の話 お産のしくみの学習	13:30～15:30 1 階 和室	母子手帳
2	手作り赤ちゃんグッズ	13:30～15:30 2 階 会議室	母子手帳、テキスト、裁縫道具
3	妊娠中の健康づくりと食生活について マタニティストレッチ&プレス	13:30～15:30 2 階 会議室 1 階 和室	母子手帳、テキスト
4	プレママクッキング～妊婦さんの食事編～ 歯の話	10:00～13:30 3 階 調理講習室 1 階 和室	母子手帳、テキスト 歯ブラシ、手かがみ エプロン、三角巾
5	育児の主役はお母さんだけじゃない！ビデオ鑑賞 お父さんの妊婦体験 赤ちゃんをお風呂に入れてみましょう	19:00～20:30 2 階 会議室	母子手帳

〈申込・問合先〉 保健福祉グループ 健康推進担当(内線286・287)

～みんなで応援!! びほろの子育て～

マナセンでは、子育てを応援するための取り組みを行っています。フレッシュママセミナーの他、子育てサークル「わんぱく広場」のお母さん方が楽しい遊びや季節に合わせた行事などを企画し、お子さんのみならず、お母さん方のつながりを深めるために、力を発揮してくださっています。

子育て支援センターなどとも力を合わせて、美幌の子育てを応援しています。マナセン以外でも様々な行事を実施していますので、是非参加してくださいね。

初めての「お母さん」を応援します！ フレッシュママセミナーのお知らせ



「お友だちができて、不安が無くなりました。」
「たくさん学ぶ事ができ、楽しかった。」(参加者の声より)

日 時	内 容	場 所
6月6日	はじめまして！	コミセン
6月13日	ママ友たくさん作っちゃおう！	コミセン
6月20日	先輩ママとの交流	しゃきっとプラザ
6月27日	フレママクッキング	しゃきっとプラザ
7月4日	子どもの病気とその予防	しゃきっとプラザ
7月11日	リフレッシュ軽スポーツ	スポセン

※いずれも金曜日10:00～12:00開催予定です。

- 対 象 4ヶ月～1歳までの乳児とその母親 ※初めての方を優先します。(定員 15組)
- 参加費 400円(材料費等)
- 持ち物 バスタオル、お子さんの飲み物、おむつ、ビニール袋
(託児に必要ですので必ずお持ちください。)
- 申込み 5月30日まで

プチアートギャラリー「絵画サークルスペクトル」

マナビティーセンター利用サークル「絵画サークルスペクトル」の皆さんが描いた作品の数々を展示します。

- 展示期間 5月10日～6月14日
- 展示場所 マナセンロビー

キッズカルチャークラブ

囲碁クラブ「ヒカルの碁スクール」

- 日 時 5月10日、24日 13:00～16:30
- 対 象 小学生～高校生

日本舞踊クラブ

- 日 時 5月24日 10:00～11:00
- 対 象 小学生～高校生(定員5名)



「びほーる」の使用申込

今年度も多くの利用が予想される「びほーる」。既に土日ほとんどが予約されており、利用をお考えの方は、早めの申請をお願いします。

- ①使用日の1年前から申請可能です。当該日の朝9時までに来館された方が優先となり、複数名が来館の場合は、ご本人による抽選となります。
- ②上記以降に申請される場合は、電話による予約が可能です。予約から1週間以内に申請書を提出して頂かないとキャンセルとなります。
- ③「びほーる」で行事を行う場合は、当日から1週間前に必ずホールスタッフと打ち合わせをしてください。
- ④舞台練習として使用される場合は、2ヶ月前から申請を受け付けます。(舞台は行事使用を優先しています)

美幌町芸術文化振興事業

～美幌町が育んだ珠玉のサウンド～

アムノルドフルートアンサンブルコンサート

- 日 時 5月10日(土) 18:00開場、18:30開演
- 場 所 美幌町民会館「びほーる」
- 演 目 「フィガロの結婚」序曲、「シバの女王の入場」
「サウンド・オブ・ミュージック」メドレー、
カルメン組曲ほか
- 前売券 大人1,000円、高校生以下500円
- 主 催 アムノルドフルートアンサンブルコンサート実行委員会
- 問合せ びほーる (TEL73-4187)

プロフィール

1985年結成。読売日本交響楽団フルート奏者・東京音楽大学教授であった齋藤賀雄氏の指導のもと研鑽を重ね、全道各地で演奏会を開催。20年以上、1月にグリーンビレッジ美幌で合宿練習を行っている。



今月のPick up センター使用プログラム(5月1日～8月31日)

5月1日から屋内体育施設の使用プログラムが変わります。行事等により内容が変わる場面もありますので、御確認のうえご利用ください。

	時間	月		火		水		木		金		土		日
スポーツ センター TEL 73-4117	9～12	自由		自由	バド	自由	テニス	自由		自由	バド	自由		自 由
	13～16:30	自由 (15時～一部クラ)		自由 (15時～一部クラ)		自由 (15時～一部クラ)		自由 (15時～一部クラ)		自由 (15時～一部クラ)		自由	弓道	
	17～21:30	自由		主or自由	バス	バドミントン		バレーボール		主 or ミニ or フト	バド	自由 (18時～20時一部トラ)		
コミュニティ センター TEL 73-4411	9～12	児セ	自由	児セ	自由	児セ	自由 (11時～健)	児童センター		児セ	ミニ	児童センター		自 由
	13～16:30	児セ	卓 (15時～クラ)	児セ	自由 (15時～クラ)	児セ	あす (15時半～クラ)	児セ	自由 (15時～卓)	児セ	卓 (15時～クラ)	児セ(15時～クラ)		
	17～21:30	自由		自由		卓球		自由		自由		卓球		
あさひ体育 センター TEL 73-2665	9～12	ミニバレー		自由		ミニバレー		ミニバレー		自由		ミニバレー		休 館 日
	13～16:30	ミニ(15時～卓球)		ミニバレー		卓球		自由		卓球		自由		
	17～21:30	自由	バス	自由	剣道	柔道	銃剣	合気	自由	柔道	剣道	閉館		

【自由】自由使用、【バド】バドミントン、【テニス】ソフトテニス、【バス】バスケットボール、【ミニ】ミニバレーボール、【ソフト】ソフトバレーボール、【卓】卓球、【合気】合気武道、【銃剣】銃剣道、【健】健康体操、【児セ】児童センター【主】主催事業、【あす】あすなろ、【クラ】クラブ活動
※9月～12月まで耐震工事のため、コミセンは休館します。9月以降のプログラムは、改めてお知らせします。

5月7日 B&G海洋センタープールオープン！

■開設時間

○5月7日(水)～31日(土)

13:00～21:00

○6月1日(日)～9月30日(火)

10:00～21:00

○10月1日(水)～31日(金)

13:00～21:00

■使用料

小中高校生～無料

一般・大学生～200円

一般回数券(11回)～1,500円

■その他

小学2年生以下または身長が130cm以下の小学生の利用、中学生以下の夜間利用は必ず保護者が同伴してください。

■問合せ先

B&G海洋センター(73-3554)



キッズ☆ビートスポーツ教室

■日 時

5月20日、27日、6月3日、10日、17日、24日、7月3日、10日

各日15:00～16:00

■会 場

スポーツセンター

■定 員

5、6歳児 30組

■参加料

2,000円(別途スポーツ傷害保険料800円)

クラブ会員:500円

■申込・問合せ先

5月7日(水)～14日(水)までに、参加料と合わせてびほろスポーツクラブBeet事務局(73-4117)まで。

※電話・代理申込不可。

※クラブ会員:5月1日(木)より先行受付



幼児期に運動習慣を付けることで、運動への関心を高め、健康・体力向上を目指します。

ルーシーダットン教室

子育て中のお母さんを対象に仲間づくり、運動不足解消やストレス発散と健康・体力づくりに！

■日 時

6月3日、10日、17日(計3回)

15:00～16:00

■会 場

トレセン和室

■参加資格・定員

子育て中の女性(就学前の子どもがいる方)15名

※お子様同伴可

■内 容

ルーシーダットン(タイ式ヨガ)を中心に

ストレッチ体操チューブ・ボール体操・リズム体操など

■参加料

一般:600円

(別途、スポーツ傷害保険料300円)

サークル会員:600円 個人会員:300円

(保険未加入者は、別途保険料300円)

■申込・問合せ先

5月23日(金)までに

びほろスポーツクラブBeet事務局

(73-4117)へ

25

【問合せ先】トレセンセンター(トレセン)TEL 73-4117
休館日なし 開館時間:9時～21時30分

今月のおすすめ 「鳥」をテーマにした物語



「ことり」
小川 洋子 著
朝日新聞出版

鳥籠を抱えたまま発見されたその人は「小鳥の小父さん」と呼ばれていた。鳥の言葉を話す兄に寄り添った日々、幼稚園の鳥小屋の掃除、淡い恋。「小鳥の小父さん」が生きた世界を丹念に描いた、静かでせつない物語です。



「鳥に単は似合わない」
阿部 智里 著
文藝春秋

人の姿をした八咫鳥(やたがらす)が住まう場所、山内。世継ぎの若宮の後選びのために集められた4人の姫たちの運命は？松本清張賞を最年少で受賞した作者が、平安の習俗を持つ異世界を舞台に描く時代ファンタジーです。



「ザ・ビッグイヤー」
マーク・オブマシック 著
アスペクト

ヘリコプターをチャーターして、または蚊に刺されながらも鳥を追いかける男達。何が彼らをそこまで駆り立てるのか？世界最大のバードウォッチング競技会「ザ・ビッグイヤー」に熱狂する男達の姿を描いたノンフィクションです。

おはなしのへや

5月1日(木)、15日(木)、29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

絵本とあそぼ！

5月8日(木) 午前10時30分・22日(木) 午後2時／2階視聴覚室／0～2歳児向けのお話し会

シニアのためのお楽しみ文学館

「お茶漬の味」(116分)／5月9日(金)／午後1時30分／2階視聴覚室／監督 小津安二郎 出演：佐分利信 木暮実千代 鶴田浩二 笠智衆 津島恵子

子ども映画会

「ミッキーの王子と少年」(60分)／5月10日(土) 午前10時／2階視聴覚室／＊お城に迷い込んだミッキーが自分と瓜二つの王子に出会い、服を交換してお互いになりすますお話「ミッキーの王子と少年」と、ちょ

っと怖いお話「イカボード先生のこわい森の夜」の2本立てです。

古典文学講座

平成26年度の古典文学講座を次のとおり開催します。皆様のご参加をお待ちしています。
テーマ「源氏物語」5月17日(土)午後1時30分／平成27年2月まで毎月1回、計10回開催します／講師 中井理恵先生・長谷川敏美先生・敦賀七重先生・三戸渉先生(美幌高等学校・交代で担当します)／資料費 885円(『源氏物語 第三巻』玉上琢也訳注 角川ソフィア文庫)／申込 5月14日(水)までに図書館へお申込み下さい。なお当講座は道民カレッジの連携講座となります。

図書館ボランティアの日

5月30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」等の仕事です。皆様のご協力をお願いします。

特集コーナー紹介

●ガーデニング

野菜や花づくり、肥料、庭の設計などの本を揃えています。

期間 6月29日(日)まで

●まち・ひと・ほんのコーナー

「知ってる？アスパラガス」

美幌の特産品アスパラガスについて、生育過程や料理法などについて展示します。

期間 5月17日(土)～6月1日(日)

平成25年度図書館利用状況

●来館者数(人)

平成24年度 68,925人

平成25年度 67,222人(前年比 1,703人減)

●貸出冊数

平成24年度 166,408冊

平成25年度 167,191冊(783冊増)

●多く借りられた本

- 1.「プラチナデータ」(東野圭吾 著 幻冬舎)66回
- 2.「ホテルローヤル」(桜木紫乃 著 集英社)48回
- 3.「ナミヤ雑貨店の奇蹟」(東野圭吾 著 角川書店)44回

よみがえる！美幌川

これまで、美幌町では、外来種のウチダザリガニの駆除や、手作り魚道など、地域の皆さんと博物館とが一緒になって美幌川の自然を取り戻す活動を行ってきました。今回の展示会では、そうした取り組みについて紹介しています。

また、明治時代から現在までの美幌川の地図を紹介し、ふるさとの川がどのような歴史をたどったのかご覧頂けます。

少し、難しいテーマの展示会かもしれませんが、「クイズラリー」や「すごろく」などの体験コーナーもありますので、ご家族でも楽しめる内容になっています。



博物館プチ工房「牛乳パックのブーメラン」

牛乳パックを使って、ブーメランを作ります。外で思いっきり飛ばして遊びましょう。

■日 時：5月8日(木)、15日(木)

10時～12時、13時～16時のうち自由に入室し作品ができて次第終了
(所要時間:15分～)

■場 所：博物館
1階 講座室

■材料費：20円
※事前申込み不要



博物館モノ作り講座「ヘンプを使ったプレスレット」



5個のビーズを組み合わせたねじり結びのヘンププレスレットです。あなただけの手作りプレスレットを作ってみませんか？

■日 時：5月16日(金)、17日(土)
(午前の部)10時～12時、
(午後の部)13時30分～14時30分

■場 所：博物館 1F 講座室

■対 象：小学4年生以上～一般
※小学生は保護者の同伴が必要

■定 員：各回16名(先着順)

■参 加 費：200円

■募集期間：5月1日(木)～5月14日(水)

子どもの日は、ご家族で美幌博物館へ

かしわもちの無料配布(先着500名様)、昔なつかしいせんべい焼き体験、カーネーションのマグネット作り体験、企画展「よみがえる！美幌川」解説など

■日 時：5月5日(月) 9時30分～17時

■場 所：博物館

■入館料：無料

雨天の場合、せんべい焼き体験は中止となります。

第14回北海道淡水魚保護フォーラム・平成26年度美幌博物館フォーラム 「手作り魚道から始まる地域の自然再生」

地域の自然に着眼し、住民にできる自然再生の可能性を探ります。

■日 時：5月24日(土) 14時～18時

■場 所：しゃきとプラザ 1F 集団健診ホール

■参加費：無料

■講 師：ト部 浩一(北海道立総合研究機構)
牛山 克巳(宮島沼水鳥湿地センター)
長坂 有(北海道立総合研究機構)
橋本 光三(駒生川に魚道をつくる会)
町田 善康(美幌博物館)

■主 催：北海道淡水魚保護ネットワーク・美幌博物館

博物館自然講座②「みんなで探ろう！タンポポ合戦のなぞ」



最近明らかになってきた“生物の世界を揺るがす大発見”になりかねない、タンポポの不思議な生活ぶりについてご紹介します。

【講演会】申込不要

■日 時：6月7日(土)16時～17時30分

■場 所：博物館 2F 視聴覚室

■講 師：西田佐知子氏(名古屋大学博物館)

■参加費：無料

【観察会】要申込

■日 時：6月8日(日) 9時～12時

■集合解散：博物館 1F ホール

■場 所：町内(せせらぎ公園)

■講 師：西田佐知子氏(名古屋大学博物館)

■募集期間：5月1日(木)～6月4日(水)

■定 員：25名(先着順)

■対 象：小学4年生以上～一般(小学3年生以下の方は、保護者同伴)

■持 ち 物：汚れても良い格好(長そで、長ズボン、帽子)、雨具(小雨でも実施します)

■参 加 費：一人100円(保険代として)

お申し込み後のキャンセルは6月4日(水)まで。それ以降は、不参加の場合でも保険代がかかります。当日、悪天の場合は、室内学習を実施します。本講座は、道民カレッジ連携講座です。

地域安全ニュース



灯油盗難の発生について！

3月中、美幌町内において1件の灯油盗難事件が発生しました。

発生場所は一般家庭の敷地内設置のホームタンクから灯油が盗まれています。

【灯油タンクからの盗難防止対策】

- ホースがタンクの底部分まで入らないようにブロックしましょう。
- 給油口を専用のふたと南京錠で施錠しましょう。
- ポリタンクは必ずカギのかかる物置などに保管しましょう。
- ※灯油高騰に伴って連続発生も懸念されますので被害に遭わないよう気を付けて下さい。

詐欺被害に遭わないために！

【高齢者の犯罪被害防止】

～振り込め詐欺などの被害防止！

電話でお金を要求されたら詐欺!!

こんな言葉にご用心！

- 風邪声や泣き声
- 携帯電話番号が変わった
- 上司・同僚が取りに行く
- 警察官を名乗り暗証番号を聞く
- 銀行協会の者が取りに行く
- キャッシュカードを預かる など

【被害防止対応策】

効果抜群！「留守番電話作戦」

→在宅中でも、留守番電話に設定。犯人は、自分の声が録音されることを嫌がりますので自ら電話を切ってしまいます。身内の方は、あらかじめ合言葉を決めておき、留守番電話対応中に合言葉を吹き込んで確認が取れたら受話器を取ります。

農業用排水施設における 転落事故防止について

通水期間／5月1日頃～9月上旬まで
注意事項

- (1)用排水路の防護柵、マンホール内は立入禁止です。頭首工付近での水遊びは危険です。
- (2)温水ため池及びサイフォン付近には立ち入らない。
- (3)かんがい期間中は、特に用排水路は水深があり危険ですので幼児等の危険な行動にお気付きのときは、注意をするようお願いします。

交・通・安・全・メ・モ



◎実施します！「春の行楽期の交通安全運動」

5月15日(木)～24日(土)

【重点項目】

- 自転車の安全利用の推進と歩行者の交通事故防止
- 観光・行楽に伴う交通事故防止
- 後部座席を含む全ての座席でのシートベルト・チャイルドシートの確実な着用
- 飲酒運転の根絶

◎実施します！おはようコール「黄色い旗の波運動」

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「黄色い旗の波運動」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：5月19日(月)

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。)



平成26年町内交通事故状況(4月15日現在累計)

発生件数16件(前年比+3) 死者0人(前年比±0) 傷者26人(前年比+8)

消費生活相談



「災いが起こる」と言われ30万円振り込んだ・・!?

Q 雑誌の広告を見て9千円の開運ブレスレットを買った。中に「無料で運勢を見る」と書かれた用紙が入っていたので、記入し、送り返した。後日、業者から電話がきて色々と言われたことに答えていると「先祖の供養をした方がよい。親や子供に災いが降りかかる。」と言われたので、不安になり30万円振り込んだ。その後も祈祷が必要だと言われ、200万円振り込むよう要求された。「誰かに言うとその人にも災いが起こるので話してはいけない。」と言われている。あまりに高額な請求であるため、どうしていいのかわからず悩んでいます。

(60代女性)

A お金を多く払う事で、運が開けたり幸せになったりするわけではないことを理解しましょう。根拠の無いことを言われたり不安をあおられて金銭を要求されても、決して支払わないように。また、雑誌や新聞広告を見て開運グッズを買ったことをきっかけに、業者は不安をあおり、次々に関連商品を紹介してきます。電話で勧誘されて契約したのであれば、クーリング・オフ等ができることがありますので、一人で悩まずご相談ください。

消費生活のご相談は、美幌消費者協会(TEL・FAX:72-0366)まで
毎週月～金曜日10時～16時(年末年始、土日祝日を除く)

～子どもの健やかな成長にふさわしい生活習慣を～

“びほろっ子”に 早寝早起き朝ごはん運動を！



- 子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。
- 「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子どものために必要不可欠な基本的生活習慣の乱れが、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されています。
- 子どもたちの問題は大人一人一人の意識の問題でもあり、子どもの基本的生活習慣の確立や生活リズムの向上につながる運動として「早寝早起き朝ごはん」に取り組み、元気な子ども・地域を作りましょう！

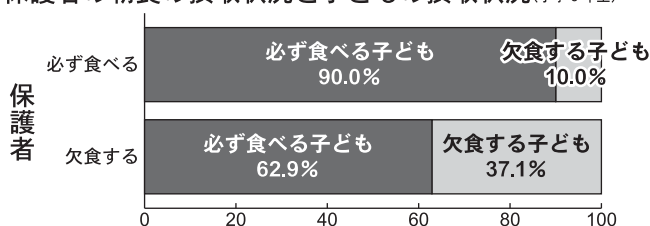
～学校教育グループ（内線302）～

■保護者の生活習慣が子どもに与える影響

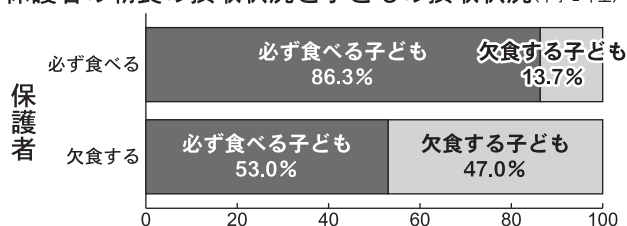
子どもの生活習慣は、保護者から大きな影響を受けます。

朝食を必ず食べる保護者の子どもと比べて、朝食を欠食する保護者の子どもの方が欠食する傾向が見られます。

保護者の朝食の摂取状況と子どもの摂取状況(小学5年生)



保護者の朝食の摂取状況と子どもの摂取状況(中学2年生)

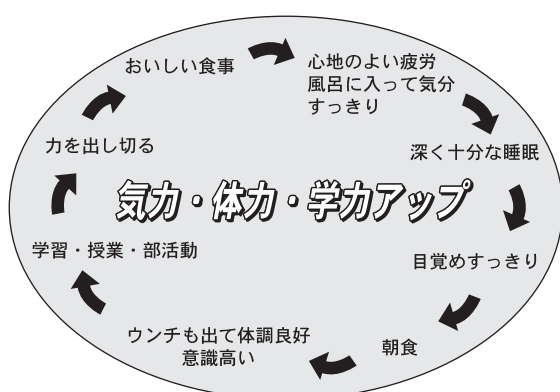


【出典:平成17年度児童生徒の食生活等実態調査報告書(独立行政法人日本スポーツ振興センター)】

■運動・食事・休養の風車を回す

運動・食事・休養は一つの輪のようにつながってはじめて丈夫な体がつくられ、体力も上がり、体も上手に動かせるようになるものです。こうした生活習慣は、体がつくられていく子ども時代はもとより、社会で働く大人にとってもきわめて重要な意味を持っています。

ライフマネジメント風車理論

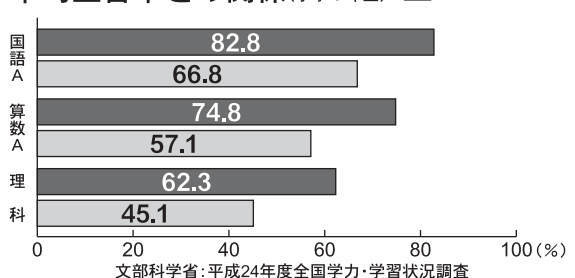


■朝食摂取は学力にも影響

脳で使われているエネルギーはブドウ糖から補充されますが、肝臓に蓄えられるブドウ糖は、約12時間分しかありません。朝食を欠食すると、前日の夕食から昼食まで12時間以上供給がないことになります。

朝食でブドウ糖をはじめとする様々な栄養素を補給して、午前中、しっかり活動できる状態をつくることが重要です。

朝食摂取状況と学力調査の
平均正答率との関係(小学6年生)



5月のCALENDER

5月

1 (木)	みどりの村キャンプ場オープン P16 網走川河畔公園パークゴルフ場オープン 4月号P29
2 (金)	
3 (土)	
4 (日)	
5 (月)	みどりの村「こどもの日 キャンプ場へGO」 P16 博物館無料開放 P27
6 (火)	
7 (水)	B&G海洋センタープールオープン P25 10か月児健診 P23
8 (木)	
9 (金)	
10 (土)	アムノルドフルートアンサンブルコンサート P24
11 (日)	春の一斉清掃 P30
12 (月)	乳児相談 P23
13 (火)	道東一斉ずらん無料法律相談(予約制) P17
14 (水)	悩み心配事相談(要予約) P17 1歳6か月児健診 P23
15 (木)	春の行楽期の交通安全運動(24日まで) P28
16 (金)	
17 (土)	
18 (日)	魚無川の一斉清掃 P30
19 (月)	おはようコール「黄色い旗の波運動」 P28
20 (火)	
21 (水)	3歳児健診 P23
22 (木)	
23 (金)	
24 (土)	
25 (日)	美幌峠まつり P15
26 (月)	フッ素塗布 P23
27 (火)	心の健康相談(予約制) P17
28 (水)	4か月児健診 P23
29 (木)	
30 (金)	
31 (土)	

【固定資産税】 土地・家屋価格等 縦覧帳簿の縦覧

◎期間 6月2日(月)まで
◎場所 庁舎1階⑦番窓口
※電話での税情報の問い合わせはできません。
※税証明の交付などは、親族であっても別居や生計が違う場合は委任状が必要です。
〈担当〉
税務グループ課税担当

5月11日(日)は 春の一斉清掃日

午前6時のサイレンが合図です 美幌町自治会衛生部会・美幌町

5月18日(日)は 魚無川の一斉清掃日

午前7時開始です

ゴミ収集車は下流から上流に向かっていきますので、収集車が入れる場所まで集めておいてください。もし積み忘れのゴミがある場合は各自治会の代表者、又は事務局までご連絡ください。

事務局(高橋携帯):090-3395-4791

5月の休日当番病(医)院

診療時間／午前9時～午後5時

- 3日(土)…女満別中央病院／☎742181
- 4日(日)…美幌町立国保病院／☎734111
- 5日(月)…津別病院／☎762121
- 6日(火)…美幌耳鼻咽喉科クリニック／☎733900
- 11日(日)…美幌皮膚科／☎734112
- 18日(日)…平間医院／☎721881
- 25日(日)…田島医院／☎732035

5月の運転免許証更新時講習

会場／町民会館

- 7日(水)…優良13:00～13:30
違反14:00～16:00
- 14日(水)…一般13:00～14:00
初回14:30～16:30
- 21日(水)…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 (☎735050)

午前8時から午後6時

※上記時間以外の緊急時→役場

(☎731111・当直)

人のうごき

平成26年3月末現在

人口	20,835人(－162)
男	10,045人(－105)
女	10,790人(－57)
世帯数	9,661世帯(－42)

※()は前月末との比較

—公文式は学年を越えて進みます—

学習内容を、算数・数学、英語、国語と、幹となるものに絞り込み、そこを突破口に学年を越えて進み、子どもたちの基礎学力と自分で学ぶ力を飛躍的に高めようとするのが公文式です。また、今後のより大きな伸びを予測する場合、現在の学年相当よりも、下の学年の教材から学習していく方が、その子の「ちょうどの学習」であると考えられるのも公文式です。

ぜひ教室を見に来てください。

KUMON

算数・数学 英語、国語

美幌中央教室 (渡部) 月/木 73-2713
東陽小前教室 (有路) 月/木 090-3119-2091
美幌稲美教室 (渡部) 水/土 73-2713

フリーコール (平日9:30～17:30)

0120-372-100

KUMONのホームページ
www.kumon.ne.jp

(有料広告)