

広報
びほろ

美々根

Since
1952

特集
スポーツのチカラ

2015

11

No.1135

Photo キッズスポーツクラブ



特集

スポーツのチカラ

子どもの運動・スポーツ

The power of Sports

す「プレ・ゴールデンエイジ期」(5歳～8歳頃)、身長急伸期の13歳～15歳頃に始まる「ポスト・ゴールデンエイジ期」があり、それぞれの時期に合った運動と適正な運動量が重要と言われています。

「ゴールデンエイジ期」という言葉をご存じでしょうか。ゴールデンエイジ期とは、人が発育・発達する段階で、神経系の発達が著しい時期のことで、スポーツや繊細な指使いを必要とする楽器などで、「即座の技術習得」

が最も可能な時期であると言われています。

個人差はありますが、9歳～12歳頃がこの時期に当たることとされています。また、ゴールデンエイジ期に影響を及ぼす。

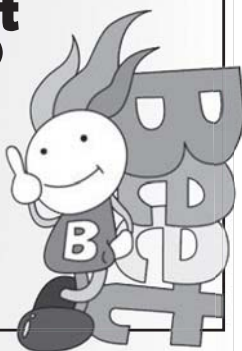
10月13日にスポーツ庁が発表した「平成26年度体力・運動能力調査」の結果では、「直近17年の結果では、緩やかな向上傾向にあるが、体力水準が高かった昭和60年代に比べるとほとんどの項目で低い水準にある」と発表されています。

子どもたちは、遊びの中で発育段階に合った運動をします。外で遊ぶ機会が減ると、当然のことながら、適正な運動の機会は減ります。そこで注目されているのが、スポーツや運動で、子どもの脳と体の能力を伸ばす「コオーディネーショントレーニング」です。このトレーニング方法は、テレビ番組や新聞でも取り上げられ、町内でもスポーツ指導者講習会の中で取り上げたこともあります。また、近年、道内でも体育の授業に取り入れている小学校もでてきており、町内ではびほろスポーツクラブBeetの活動の中でコオーディネーショントレーニングの一部を取り入れています。

今月号の特集は、美幌の子どもたちの運動・スポーツについてお伝えします。

びほろスポーツクラブ

Beet
(ビート)



びほろスポーツクラブ Beet (ビート) をご存じでしょうか。平成22年に、「誰もが、いつでも、どこでも気軽にスポーツ活動に参加できる環境」をつくるために設立された総合型地域スポーツクラブです。現在では、幼児から大人まで千人以上が登録をしています。

総合型地域スポーツクラブとは、文部科学省が策定した「スポーツ基本計画」によると、「地域の人々に年齢、興味関心、技術技能レベル等に応じた様々なスポーツ機会を提供する、多様目、多世代、多志向のスポーツクラブ」としています。オホーツク管内では、北見市、網走市、大空町など、美幌町も含め7市町村で設立されています。

子ども向けの「わんぱくスポーツ

教室」や「キッズ☆ビートスポーツ教室」の他、水泳、サッカー、テニスなどの教室、さらには子育てママや親子、女性などニーズに合わせた様々な教室を企画。幼児や低学年の教室には、コオーディネーションントレーニングの一部をメニューに取り入れるなど、充実した活動が続いています。昨年度は、17教室で107回開催し、さらに「子どもスポーツフェスティバル」などの5つのイベントも開催しています。

Beet 設立当時から運営に関わり、現在はクラブマネージャーを務める吉田沙織さんは『教室に参加してくれた子どもたちが汗をかきながら笑顔で「楽しかった」と喜んでい

る姿を見ていると、スポーツの楽しさを実感してくれていると感じます。大人もテニスやヨガ、マラソンなど新たなスポーツにチャレンジしてくれています。』と徐々に手応えを感じているようです。

スポーツを通じた健康づくり、世代を超えた仲間づくりを目指す「びほろスポーツクラブ Beet」の活動にこれからも注目です。

スポーツは好きですか？



スポーツ少年団

Junior Sports Club

—美幌のスポーツ少年団の特徴

子どもたちのスポーツや運動に大きな役割を担っているのがスポーツ少年団です。特に小学生にとって、学校以外での運動の場として貴重な存在です。

昭和53年に設立された「美幌スポーツ少年団本部」。設立当時は、6団体166名の団員が登録されていました。平成27年度は、18団体466名が団員登録されています。団員の9割を占める小学生の

道内スポーツ少年団登録状況

平成26年度	団員数	団 数
全体	41,526	2,104
軟式野球	7,798	439
サッカー	7,441	263
複合種目	6,652	292
剣道	3,467	217
バスケットボール	2,628	120

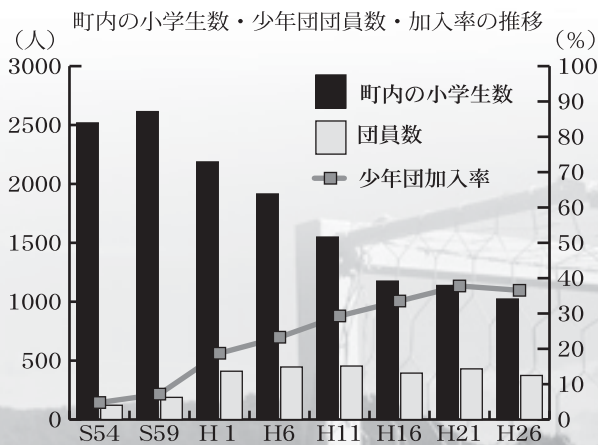
※「複合種目」は、夏は野球、冬はスキーなど、複数の競技を行う少年団
※クラブチームなど少年団登録されていないチームは入っていません。

数は、昭和50年代と比較すると半分以下に減っていますが、下の図のとおり加入率は、上昇傾向にあります。平成27年度の町内小学生数は、初めて千人を割り984人となりましたが、小学生の少年団加入者数は、3年ぶりに4百人を超え414人となりました。加入率も42%と初めて40%を超えました。

美幌町のスポーツ少年団の特徴は、種目の多さです。現在、17種目18団体が登録されています。道内の類似団体（人口規模や産業構造が類似している自治体）10団体の中でスポーツ少年団の種目が一番多いのが美幌町です。

—スポーツ少年団の魅力

スポーツ少年団の活動は、子どもたちにスポーツをする場を提供していることは、言うまでもありませんが、少年団の魅力はそれだけではありません。少年団は、低学年から高学年、さらには中学生と年齢の異なる団員で構成されています。その中で、自然と年上の子が年下の子の面倒を見たり、教えたりと、高学年になると少年団を引っ張るリーダーとしての役割を担い、社会性を養う場としても大きな役割を果たしています。



寺島郁実さん・涼帆さん

「テニス・水泳・スケート
全部楽しい」

ソフトテニス少年団
スピードスケート少年団
水泳少年団



テニスにスケート、水泳と3つの少年団に所属しているスポーツが大好きな双子の姉妹。今年から始めたテニスでは、ペアを組んでいます。「初めてラケットにボールが当たったときはとても嬉しかったです。」と話す郁実さんと涼帆さん。どのスポーツも楽しんでいるようです。

旭ベースボールクラブ 小池響くん

「苦しいこともあったけど
野球をやって良かった。」

小3から旭ベースボールに入団。今年チームは、予選6試合を勝ち抜き5年ぶりに全道大会へ。1番バッターでエースとして活躍した小池響くん。「全道大会出場を決めた時は、本当に嬉しかったです。網走支部の決勝では、延長でサヨナラ勝ちと、とても苦しい試合でしたが、一番印象に残っています。中学校でも野球を続けたいです。」と少年団での思い出を話してくれました。



美幌陸上クラブ

Track&Field

8月に全国大会の5年男子100mで優勝を成し遂げた山田楓河くんが所属する美幌陸上クラブ。3年前にも同種目で矢口航大くんが準優勝しています。

平成8年に指導者3名、団員10名で設立した陸上クラブ。現在は、65名が所属する大所帯となりました。今年の全道大会でも個人5種目、リレー2種目と過去最高入賞。美幌陸上クラブの強さの秘訣を探ってみました。

勝つことよりもスポーツを楽しむこと



美幌陸上クラブの練習は1、2年生は週2回、3年生以上は週3回、1日の練習時間は90分程度と決して多くありません。その練習内容もバランスを養うためのコア（体幹）トレーニング、ラダーやミニハードルを利用した神経系トレーニング、正しいフォームを身に着ける動きづくりと基礎的なものが多く、ゴールデンエイジ期を意識した内容です。注目すべき点は、子ども達の「やる気」を引き出す事に重点を置いていることです。「もっと速く、もっと遠くへ」という気持ちに対しヒントを与え自ら考え練習に取り組む環境をつくっているそうです。子ども達は「走ることが楽しい」、「陸上が大好き」と口を揃えて言います。

ヘッドコーチの廣島さんは、「発育発達段階にある小学生に過度な練習をさせることは子ども達の将来性をつぶしてしまう可能性があります。日本体育協会でも小学生の練習は、週3回、1日2時間程度が適正としています。目先の勝利にこだわることなく、子ども達の将来を見据えた指導を心がけています。」と話してくれました。

科学的な根拠に基づいた練習内容、そしてやる気を引き出す心の教育、子ども達の将来を見据えた活動が結果として、好成績に結びついているようです。



少年団を支える116人

美幌町スポーツ少年団本部
本部長 早川 志津雄さん

町内の少年団には116人の指導者がいます。美幌町に限らず少年団の活動は、ボランティアの指導者に支えられています。その中から、少年団本部の本部長で美幌ジュニアアルペン少年団の指導者でもある早川さんにお話を伺いました。

「子どもが楽しくスポーツをやり、スポーツを好きになる。それが一番大切だと思います。」と話す早川さん。自身もスポーツが好きで、スキーの他にも、ラグビー、野球、バスケットボール、卓球などいろいろなスポーツをやってきました。

「少年団の活動は、指導者に支えられています。皆さん熱心に指導されています。もし指導者がいなくなればその少年団も存続できません。次の世代の指導者を育成していくことも大切です。」と話す早川さんは、10年以上少年団本部の本部長を務め

る他、昨年スポーツクラブBeetの理事長に就任しました。

長年アルペン少年団の指導者としても活躍する早川さん。今でも講習会や他の指導者を見て勉強になることがあるそうで、「常に勉強」という姿勢には頭が下がります。

「近年、運動をする子としない子が二極化しています。運動が得意な子もそうでない子も、一人でも多くの子どもたちにスポーツを楽しんで欲しいですね。」と言う早川さん。子ども達にスポーツの楽しさを伝えたいという熱意が伝わってきます。

スピードスケート少年団 旭バレーボール少年団 佐々木さくらさん

「スケートもバレーボールも楽しい。
将来は、スポーツで活躍したい。」

小2からバレーボールを始め、小4からスケート少年団にも所属している佐々木さくらさん。少年団に入る前は、運動がきらいで、マラソン大会でも30位ぐらいでしたが、現在は8位と苦手だった運動が得意になり、大好きになったそうです。





日本体育大学名誉教授
森川 貞夫 氏

未来に生きる子どもたちへ

最高の「贈り物」

平成25年度に町が文部科学省委託事業として実施した「スポーツを通じた地域コミュニティ活性化促進事業」。事業実施に当たり指導と助言をいただいた森川名誉教授に「美幌のスポーツ」と「子どもの運動・スポーツ」について、お話を伺いました。

「スポーツ・夢・未来」

私が美幌町のスポーツについての強烈なイメージを抱いたのは「スポーツの力で 未来につなぐ びほろの夢」のスローガンで開催された昨年3月の「スポーツ・夢・未来」シンポジウムでした。人口2万2千人弱の町から5人の選手・コーチがソチでの冬季オリンピック・パラリンピックに参加し活躍したことはもちろんですが、それ以上に子どもから高齢者までさまざまな町の人びとがそれぞれのスポーツの実態を踏まえてこれからのスポーツのあり方を語り、未来への夢を語る姿はほんとうに感動的でした。豊かな水と緑と自然を背景にどんな地域・街づくりを進めていくのか、大きな期待がもてます。

「子どもにとってのスポーツ」

スポーツは子どもにとっては生涯にわたって健康でたくましく生きていくための身体的・精神的土台を培う重要な役割を果たします。またスポーツを通じて仲間と共に



AKB48 スポーツチャレンジクラブ

フエアプレイや規律を重んじ、困難や障害にも打ち克つ力を培うなど、子どもの体とところを豊かに健やかに育てる重要な役割をもっています。「こどもは遊びの中で育つ」と言われますが、幼児期からの未分化の「遊び」としてのスポーツから青年期にかけての組織的なスポーツ活動までいろいろな身体活動やスポーツ活動を体験していくことが大事でしょう。その実現のための遊び場・スポーツ施設の整備・充実など、条件整備は大人の責任です。

「子どものスポーツを 守り育てる大人の責任」

子どもにとってスポーツが「遊び」だけではなく、「発育・発達の刺激」として、さらに社会性を育てる重要な役割をもっているということは、同時にそれを守り育てる大人の責任も大きいということでしょう。ともすれば「勝ち負け」にこだわりの過度な練習や「しごき・暴力」にまで及ぶ指導者も居るというのも現実だとすれば子どもスポーツの指導者の資質向上と保護者をふくむ町の人々の理解と協力も必要でしょう。子どものスポーツ指導でもっとも大事なことは教えている現在（いま）だけではなく、文字どおりその子どもの一生を見据えた指導が求められるということでしょう。

「スポーツと仲間が好きで楽しくなる」。そのようなスポーツのあり方を求めながら、文字どおり子どもから大人まで町民みんなが「生涯にわたってスポーツが好きになる」街づくり・地域づくりにつながっていくことを期待しています。

子どもスポーツ
フェスティバル
in びほろ

11/7(土)

8:00 ~ 13:00
スポーツセンター



総合地域型スポーツクラブ
びほろスポーツクラブ **Beet**

AKB48
スポーツチャレンジクラブ



「AKB48」は、「アクティブ キッズ ビート48種目」という意味で、年長から小3を対象に、様々な運動やスポーツを体験してもらうことで、子どもたちに体を動かすことの楽しさを体で感じてもらうために今年の6月からスタートしました。

今年度の活動は、来年3月まで続きます。途中からの参加も可能です。興味のある方は、お問い合わせを。

Beet 事務局 (TEL73-4117)

町内スポーツ少年団

ジュニア野球
旭ベースボールクラブ
クロスカントリースキー
スピードスケート
UFOサッカー
水泳
トランポリン
大東流合気武道美幌道場
ミニバスケットボール
ラグビー
剣道
陸上クラブ
銃剣道
ソフトテニス
ジュニアアルペン
旭バレーボール
卓球クラブ
ペタンククラブ

【問合先】

役場スポーツ振興グループ
(トレセン内 TEL73-4117)

カメラのレンズ越しに見える真剣な表情、合間に見せる笑顔。自然とシャッターを切る回数が増えていきます。子どもたちがスポーツをしている姿には、見ている者を魅了する力があります。平成24年の7月号から約1年半をかけて、町内の全スポーツ少年団を「広報びほろ」で紹介させていただきました。取材に伺うと「こんにちは」と大きな声で気持ちの良い挨拶をしてくれる子どもたち。今でも印象に残っています。

本町出身のオリンピック代表選手や全国・世界レベルで活躍する選手の多くが子どものころに少年団で活動し、美幌の大地で「こころ」と「からだ」を鍛え、輝かしい成績を収めています。少年団の種目が多いためか、特定の競技ではなく、様々な競技で優秀な選手が育っていることが美幌のすごさではないでしょうか。

その背景には、美幌の充実した少年団活動があります。取材したどの少年団もボランティアで活動している熱心な指導者により成り立っているのだと実感しました。

子どもが、親や祖父以外の人になほめられたり、叱られたりという機会が減っていると言われる中、少年団の子どもたちが、指導者にほめられたり、時には叱られたりするとは、貴重な経験であり、多感な時期の子どもたちにとって、指導者が与える影響はとて大きいのかもしれません。

今回、「スポーツのチカラ」をテーマに、特集を組むに当たり、少年団の指導者やスポーツ関係者にお話を伺い、スポーツ情報誌や書籍を参考に、子どものスポーツや運動について調べました。その中で、共通していたのは、「子どもたちがスポーツや運動を楽しみ、好きになることの重要性」でした。これは、子どもに限ったことではありません。大人にも当てはまります。

生涯に渡り運動する習慣を身につけ、運動に適した体の基礎を作るためには、子どものころに、外で遊ぶこと、様々な運動やスポーツを体験すること、そして何より楽しむことが大切です。

美幌町の人事行政の運営等の状況

職員の任免及び職員数に関する状況

部門別職員数の状況と主な増減理由

(各年4月1日現在)

部 門	区 分	職 員 数		対前年 増減数
		平成27年	平成26年	
一 般 行 政 部 門	議 会	4	4	0
	総 務 企 画	48	44	4
	税 務	9	10	△1
	民 生	30	28	2
	衛 生	12	13	△1
	農 林 水 産	16	18	△2
	土 木	16	16	0
	商 工	6	6	0
	小 計	141	139	2
特 別 行 政 部 門	教 育	27	26	1
	小 計	27	16	1
公営企業等会計部門	病 院	82	81	1
	水 道	8	9	△1
	そ の 他	18	18	0
	小 計	108	108	0
合 計		276 [285]	273 [285]	3 [0]

※職員数は一般職に属する職員数。[] 内は、条例定数の合計。

年齢別職員構成の状況

(27年4月1日現在)

区 分	職員数
20歳未満	3人
20歳～23歳	20人
24歳～27歳	16人
28歳～31歳	22人
32歳～35歳	26人
36歳～39歳	25人
40歳～43歳	37人
44歳～47歳	35人
48歳～51歳	37人
52歳～55歳	33人
56歳～59歳	18人
60歳以上	4人
計	276人

職員の給与の状況

人件費（一般会計決算）

区 分	人口 (H27.1.1)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 B/A	(参考) 25年度人件費率
26年度	20,851人	10,442,201 千円	95,099 千円	1,426,148 千円	13.6 %	14.2 %

職員給与費（一般会計決算）

区 分	職員数 A	給 与 費				一人当たり 給与費 B/A
		給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
26年度	166人	596,357 千円	106,775 千円	223,592 千円	926,724千円	5,583 千円

(注) 1 職員手当には退職手当を含まない。 2 職員数は、平成26年4月1日現在の人数。

ラスパイレス指数

26年4月1日現在…96.7【管内町村平均97.48】

(注) ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数です。

職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額 (27年4月1日現在)

一般行政職

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
美幌町	41.5歳	311,400 円	383,500 円

(注) 1 「平均給料月額」とは、各職種ごとの職員の基本給の平均です。

2 「平均給与月額」とは、給料月額と扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

職員の初任給（27年4月1日現在）

区 分		美幌町	国
一般行政職	大 学 卒	174,200 円	174,200 円
	短 大 卒	154,800 円	
	高 校 卒	142,100 円	142,100 円

職員の経験年数別・学歴別平均給料月額（27年4月1日現在）

区 分		経験年数10年以上15年未満	経験年数15年以上20年未満	経験年数20年以上25年未満
一般行政職	大 学 卒	278,100 円	314,600 円	362,900 円
	短 大 卒	246,400 円		346,200 円
	高 校 卒	229,700 円	277,600 円	343,500 円

一般行政職の級別職員数の状況（27年4月1日現在）

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1 級	係員（主事補）	27 人	18.0 %
2 級	係員（主事）	13 人	8.7 %
3 級	係員（主任）	29 人	19.3 %

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比
4 級	主査	49 人	32.7 %
5 級	主幹	24 人	16.0 %
6 級	部長	8 人	5.3 %

- (注) 1 美幌町の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。
2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

期末手当・勤勉手当

美幌町		
1人当たり平均支給額（26年度）		1,395 千円
（26年度支給割合）		
	期末手当	勤勉手当
（一般職員）	2.60 月分	1.50 月分
（加算措置の状況）		
職制上の段階、職務の級等による加算措置		
・役職加算 5～15％		

※国と同じ支給割合です。

退職手当（27年4月1日現在）

美幌町		
（支給率）	自己都合	勤奨・定年
勤続20年	21.62 月分	27.0250 月分
勤続25年	30.82 月分	36.5700 月分
勤続35年	43.70 月分	52.4400 月分
最高限度額	52.44 月分	52.4400 月分
その他の加算措置	定年前早期退職特例加算措置 （2 %～30 %）	
（退職時特別昇給	なし）	
1 人当たり平均支給額	19,088 千円	

- (注) 退職手当の1人当たり平均支給額は、前年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。
※国と同じ支給割合です。

特殊勤務手当（27年4月1日現在）

支給実績（26年度決算）	46,931 千円
支給職員1人当たり平均支給年額（26年度決算）	1,066,609 円
職員全体に占める手当支給職員の割合（26年度）	16.1 %
手当の種類（手当数）	2

時間外勤務手当

支給実績（26年度決算）	39,435 千円
支給職員1人当たり平均支給年額（26年度決算）	144 千円

その他の手当（27年4月1日現在）

手 当 名	内容及び支給単価	国の制度との異同	国の制度と異なる内容	支給実績（26年度決算）	支給職員1人当たり平均支給年額（26年度決算）
扶 養 手 当	配偶者及び子ども等 6,500円から13,000円	同じ		31,871 千円	227,652 円
住 居 手 当	①家賃の額が12,000円を超える借家等の場合 家賃の額に応じて27,000円を限度に支給 ②自宅の場合 2,500円	異なる	持ち家手当 2,500円	25,721 千円	141,327 円
通 勤 手 当	通勤距離が2 km以上の職員 2,000円～31,600円	同じ		3,632 千円	78,958 円
管 理 職 手 当	部長及び主幹	同じ		24,113 千円	482,266 円
寒 冷 地 手 当	寒冷地域勤務者に支給 51,700円～131,900円	同じ		25,673 千円	94,040 円
休 日 勤 務 手 当	休日に勤務した場合に支給	同じ		1,362 千円	4,990 円
夜 勤 手 当	午後10時から午前5時までに勤務した場合に支給	同じ		4,718千円	131,058 円

特別職の報酬等（27年4月1日現在）

区 分		給 料 月 額 等	
給料	町 長	748,000 円	(参考) 類似団体における最高／最低額
	副 町 長	653,200 円	859,000 円 / 666,000 円 711,000 円 / 563,000 円
報酬	議 長	320,000 円	351,000 円 / 290,000 円
	副 議 長	260,000 円	275,000 円 / 235,000 円
	議 員	237,000 円	237,000 円 / 196,000 円
期末手当	町長・副町長	(26年度支給割合)	4.10 月分
	議長・副議長・議員	(26年度支給割合)	3.10 月分
退職手当	町 長	(算定方式) 給料月額×5. 1 2 6 月×4 年	(支給時期) 任期毎
	副 町 長	給料月額×3. 2 3 4 月×4 年	任期毎

職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

勤務時間

1 週間の勤務時間	1 日の勤務時間	勤 務 時 間		週休日
38時間45分	7時間45分	開始 8時45分	終了 17時30分 休憩 12時～13時	土曜日・日曜日

職員の年次休暇（平成26年1月1日～平成26年12月31日）

種 類	付与日数	平均使用日数
年次有給休暇	20日（原則）	7.1日

育児休業・介護休業（平成26年4月1日～平成27年3月31日）

区 分	男性職員	女性職員
介護休業取得者	0人	0人
育児休業取得者	0人	5人

職員の分限及び懲戒処分状況

処分事由別分限処分数（平成26年4月1日～平成27年3月31日）
心身の故障の場合 1人（休職）

処分事由別懲戒処分数（平成26年4月1日～平成27年3月31日）
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行 1人（減給）

職員の研修の状況（26年度）

独自研修

新規採用職員研修等	782人
-----------	------

委託研修

法務研修等	74人
-------	-----

職員の福祉及び利益の保護の状況

職員福利厚生事業

区 分	概 要
北海道市町村共済組合	・組合員及び被扶養者の病氣・負傷・出産・死亡・休業・災害等に関する給付 ・退職共済年金、障害共済年金、遺族共済年金等の給付 ・健康教育、健康相談、健康診査、宿泊事業、貯金、住宅資金等の貸付など
北海道市町村福祉協会	・共済組合の事業を補完 ・各種祝金、弔慰金などの給付、生活資金の貸付けなど

福利厚生制度

共済組合の事業をより充実、補完するために設けられた北海道市町村職員福祉協会に加入し、福利厚生の充実を図っています。

互助会の名称	北海道市町村職員福祉協会
平成26年度公費補助等総額	798千円
平成26年度会員1人当たりの公費の補助金	2,891 円

※詳しい事業内容は、当協会のホームページをご覧ください。

職員健康管理

（平成26年度）

区 分	内 容	受診者
健康診査	総合検診者を除いた全員を対象に実施	78人
総合検診(人間ドック)	40歳以上(30～39歳は隔年)を対象に共済組合と共同で実施	193人

公務災害補償

（平成26年度）

加入団体	災害件数
地方公務災害補償基金北海道支部	5件

しゃきプラ教室 第3期

初めての方大歓迎！ 参加者募集！

12月1日から実施します第3期しゃきプラ教室の参加者を募集します。（第3期は12月1日～3月中旬です。）
運動不足解消のため、健康づくりのため、楽しい毎日を過ごすために多くの皆様の参加をお待ちしております。

	筋トレや有酸素運動を中心とした運動強度の高い教室です。
	初めての方や久しぶりに運動を始める方に特にオススメです。
申込不要	当日参加が可能です。 お気軽にご参加ください。
体力測定	事前に体力測定を行います。 (その結果に応じて、他の教室をオススメする場合があります。)

健康遊浴室

- 月** めざまし水中運動教室  体力測定
- 週のはじめは水中運動でスタートしましょう。
12/7～ 午前10時～ (60分)



- 火** ウォーターエクササイズ教室  体力測定 
- 一日の疲れを発散してリフレッシュしましょう。
12/1～ 午後7時～ (60分)

- 木** ソフト水中ストレッチ教室  申込不要
- 水中ウォーキングや水中ストレッチを気軽に楽しみましょう。
12/3～ 午前10時～ (45分)

- 木** すっきりアクア教室  新教室 体力測定
- まずは水中運動の良さを体験してみませんか。
12/3～ 午後7時～ (60分)

- 金** はじめての水中歩行   申込不要
- (水深を1.0mに浅くした教室です)
●初めての方を対象に指導員と一緒に水慣れから指導します。
1名から実施 (5回までの指導です)
12/4～ 午前10時～ (25分)

- 金** 水慣れステップアップ教室  申込不要
- はじめての水中歩行参加後のステップアップにお勧めです。
12/4～ 午前10時30分～ (25分)

- 金** 浮きウキ水中ミニバレー  申込不要
- 利用者の間で好評の水中ミニバレーを楽しみましょう。
12/4～ 午後7時～ (45分)

運動指導室

- 月** ミニ教室 (ラジオ体操▶バーストレッチ▶)  申込不要
- 水中ウォーキング前のウォーミングアップにお勧めです。
12/7～ 午前9時30分～ (20分)
*上記の内容を月曜日と木曜日に順番に実施します

- 月** レクリエーションダンス教室  体力測定
- 演歌や、ポップスのBGMに合わせて踊ってみませんか。
12/7～ 午後1時30分～ (90分)

- 火** ストレッチ&ボール体幹トレーニング教室  申込不要
- 体幹を鍛えて動ける、ブレない、疲れにくい体作りをしてみませんか。
●マットとボールを使って体幹を鍛える教室です。
12/1～ 午前10時～ (45分)

- 水** 心身リフレッシュ教室  体力測定
- 軽い筋トレや体操を中心とした体力維持のための教室です。
12/2～ 午前10時～ (60分)
おおむね65才以上が対象です。

- 水** 楽らく軽体操教室  申込不要
- 運動が苦手でも、まずこの教室で運動してみましょう。
12/2～ 午後2時～ (45分)



- 木** ミニ教室 (ラジオ体操▶バーストレッチ▶)  申込不要
- 水中ウォーキング前のウォーミングアップにお勧めです。
12/3～ 午前9時30分～ (20分)
*上記の内容を月曜日と木曜日に順番に実施します

- 金** 元気はつらつ教室  体力測定 
- 筋トレやステップを踏んでの有酸素運動などちょっと息が弾む教室です。
12/4～ 午前10時～ (60分)
おおむね65才以上が対象です。

申 込：教室は事前にお申込みが必要です(申込不要除く)。しゃきプラ3階 運動施設窓口(☎73-1111 内線 371)
参加料：施設使用料がかかりますが、教室参加料は無料です。
その他：定員5～20名です。祝祭日は休みです。

「固定資産税(償却資産)」軽減措置のお知らせ

事業に使用する減価償却資産は、固定資産税の課税対象となりますが、次に該当する償却資産には軽減制度があります。

再生可能エネルギー

【対象設備】

経済産業省による固定価格買取制度の認定を受けて取得した再生可能エネルギー発電設備（太陽光発電など）

ただし、住宅等太陽光発電設備を除きます。

【取得時期】

平成24年5月29日から平成28年3月31日までに設置されたもの

【軽減内容】

新たに固定資産税が課税されることとなった年度から3年間、当該設備に係る固定資産税の課税標準となる価格の3分の1を減額します。

下水道除害施設

【対象設備】

公共下水道に接続する事業所等からの排水を浄化するために設置した設備

【取得時期】

平成24年4月1日から平成30年3月31日までに設置されたもの

【軽減内容】

新たに固定資産税が課税されることとなった年度以降、当該設備に係る固定資産税の課税標準となる価格の4分の1を減額します。



申請手続

対象設備を取得した事業者等は、関係書類を添えて事前に「固定資産税（償却資産）の課税標準の特例に係る申請書」にて申請手続を行ってください。

※軽減の対象となる固定資産（償却資産）ごとに関係書類が異なります。対象設備を取得された方には、必要書類を送付しますので、下記までご連絡ください。

〈問合先〉 税務グループ課税担当（内線228・229）

災害の情報をメールで受信できます

『あんしんねっとびほろ』に登録しましょう！

10/8～9にかけて超大型の台風23号が北海道に接近し、美幌町に大雨・洪水・暴風警報が発表され、日の出地区・美芳地区（503世帯1,029人）に避難指示、報徳地区の一部（18世帯41人）に避難勧告を発令し、開設した6か所の避難所には353人が避難しました。床下浸水被害が41棟ありましたが、人的被害はありませんでした。

災害から身を守るためには、現在の気象情報をいち早く入手し、現状の把握と今後の見通しを知ることが大切です。町では、災害・避難情報など緊急性の高い防災情報などを希望する方に配信する「あんしんねっとびほろ」で災害情報を配信しています。メールの受信が可能なパソコン、携帯電話やスマートフォン等があれば、どなたでも登録できます。ぜひ登録してください。

【登録の方法】

- ①下記のメールアドレスへ送信してください。
touroku@anshin.town.bihoro.hokkaido.jp

※「登録用QRコード」から読み込むことができます。



- ②メール送信後、数分ほどで仮登録メールが届きます。
内容に沿って本登録を行ってください。
（2回メールの送信が必要です。）

空メール → 確認メール → 受信希望情報の選択 → 登録完了

※受信情報は、「防災情報」と「Jアラート連携」の2種類があります。

①防災情報… 防災に関する情報（気象注意報・警報など）を配信

②Jアラート連携… 緊急性の高い情報（緊急地震速報など）を配信

（注）防災情報は、登録いただいた全ての方に配信されます。



[10月8日]日の出地区
自衛隊・消防団等がボートで避難者の避難支援をしている様子

〈問合先〉 総務グループ防災担当（内線319）

個人住民税の特別徴収（給与天引き）のお願い

個人住民税の特別徴収とは、事業主（給与支払者）が所得税の源泉徴収と同じように、従業員（納税義務者）に代わり、毎月従業員に支払う給与から個人住民税（町民税・道民税）を天引きし納入していただく制度です。事業主は、法人・個人を問わず、原則全ての従業員の個人住民税を特別徴収することが法律で義務づけられていますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

Q1 従業員数の少ない事業所でも特別徴収しなければなりませんか？

A1 原則としてしなければなりません。ただし従業員が常時10人未満の事業所の場合は、市町村に申請し承認を受けることで年12回の納期を年2回にする制度を利用することができます。

Q2 特別徴収するメリットはあるのですか？

A2 ①事業主は、個人住民税の税額計算を市町村が行いますので、所得税のように事業主が税額を計算したり年末調整をする手間がかかりません。
②従業員は、金融機関等に出向いて納税する手間が省け、納付を忘れて滞納となったり、延滞金がかかる心配がありません。さらに、特別徴収は納期が年12回なので、年4回の自主納付(普通徴収)に比べて1回あたりの税額が少なくてすみます。

Q3 特別徴収の事務の流れは？

A3 毎年5月に事業主あてに「特別徴収税額決定通知書」をお送りしますので、各従業員の税額を毎月の給与から徴収し、翌月の10日までに合計額を各従業員が所在する市町村へ納入していただきます。なお、徴収期間は6月から翌年の5月までで、途中で従業員の退職等があった場合は、異動の届出をしていただく必要があります。



〈問合先〉 税務グループ課税担当（内線226・227）

ノロウイルスによる食中毒の予防のための講演会

食品衛生に関するセミナー

- 日 時：11月10日（火） 午後6時
- 場 所：しゃきつとプラザ「集団健診ホール」
- 内 容：感染性胃腸炎の基礎知識と対策
講師 北海道北見保健所
- 主 催：北見食品衛生協会美幌支部、
美幌食堂組合
- 後 援：美幌町

ノロウイルスを予防しましょう

食中毒は夏だけではなくありません。ウイルスによる食中毒が冬に多発しています。

ノロウイルスによる食中毒は、初冬（11月～12月）以降、急速に猛威をふるってきます。主な症状は、下痢、嘔吐に加え、発熱、呼吸器症状なども見られることがあるほか、重症になると脱水症状があらわれることもあります。

主な感染経路として、ウイルスが蓄積された加熱が不十分な二枚貝とされていますが、患者のおう吐物、家庭や施設内などでの飛沫による二次感染も感染拡大の要因です。

ノロウイルスの予防に徹底した手洗いを！



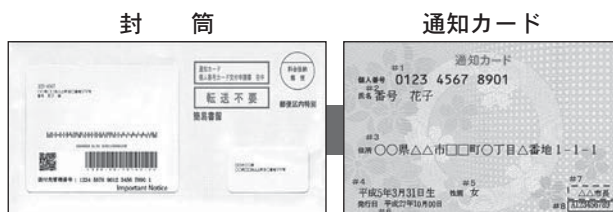
〈問合先〉 セミナー事務局(天上天☎73-6288)

通知カードの発送は11月初旬になります

マイナンバー制度

みなさんのマイナンバーが記載された「通知カード」が、11月10日～末日までに初回郵便としてお届け予定です。

通知カードは、世帯主宛に転送不要の簡易書留で配達されますが、ご不在の場合は郵便物等ご不在連絡票が入りますので、郵便局での保管期限内にご不在連絡票に基づき、再配達等のお手続きをお願いいたします。



マイナンバー詐欺にご注意ください！

不審な電話があった場合は、一人で判断せず、ご家族や知人、下記の問合せ先にご相談ください。

- マイナンバー制度のお問合せは
コールセンター
(全国共通ナビダイヤル)
0570-20-0178
【受付時間】平日 9:30～17:30
(土日祝日・年末年始を除く)



〈問合先〉 環境生活グループ戸籍年金担当(内線231・232)

町の振興・発展に貢献された方々のご功績をたたえて

平成27年度 美幌町表彰の受賞者が決まりました

美幌町の自治、文化等の振興に貢献し、その功績が顕著な方を表彰する「美幌町表彰」の今年度の受賞者が次のとおり決まりました。表彰式は11月3日（火）午前10時より、しゃきっとプラザで行われます。

自治功労賞

【多額寄附】

- 一般社団法人美幌地区交通安全協会
附設美幌自動車学校代表理事会長 石澤信勝様
- 細川百合子様・高橋康弘様・本田忠盛様
- 石上車輛株式会社代表取締役 石上剛様

【寄贈】

- 竹田定雄様・小坂美和様・株式会社タカハシ
代表取締役会長 高橋康弘様・柳瀬俊泰様

【学校医として本町の教育行政推進に貢献】

- 藤田力様

【スポーツ推進委員として本町のスポーツ振興に貢献】

- 寺本恵二様・市川浩稔様・弥三谷明美様
- 堀江久光様

社会功労賞

【町議会議員として本町の自治振興に貢献】

- 松浦和浩様

【町内各分野の地域社会充実の発展に貢献】

- 西島美智子様

消防功労賞

【美幌消防団団員として本町の地域防災活動の推進に貢献】

- 西川利則様・小野功様・福西初男様・植木恵子様

〈問合先〉 総務グループ庶務担当(内線 215)

第3弾

プレミアム商品券発行

美幌町では北海道の補助金を活用し、プレミアム商品券を発行いたします。

発売日

11月15日（日） 午前10時～午後2時

発売場所

しゃきっとプラザ1階集団健診ホール

発売内容

- ①一般プレミアム スマッピーカードに1万円チャージで3千円分の商品券を一人2セットまで購入可能で2,460セット販売。
 - ②子育て支援等 スマッピーカードに1万円チャージで5千5百円分の商品券を一人1セット購入可能で450セット販売
- ※対象者：高校生以下の子供を養育されている方、18歳以上29歳以下の方（昭和61年4月2日～平成9年4月1日生まれの方）

商品券使用期限

平成28年1月31日まで

※商品券使用店舗はスマッピーカード加盟店と連合商店会加盟店になります。

〈問合先〉 美幌商工会議所(☎73-5251)

ご協力をお願いします

大正橋全面通行止のお知らせ

大正橋の補修工事のため下記の期間通行止めを実施します。ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力お願い申し上げます。(歩道橋の通行可)

通行止め 11月2日 8:00～11月28日 17:00
期 間

24時間車両全面通行止

※早期に工事が終了する場合があります



コミュニティストアまえた様、ピオトープ様、バイクランドたにもと様は通常通り営業していますので、ご利用になれます。

〈問合先〉 建設グループ(内線 278)

申請されていない方はお早めに

「臨時福祉給付金」・「子育て世帯臨時特例給付金」

昨年に引き続き消費税率引き上げに際して、所得の低い方々や子育て世帯への影響を緩和するための臨時的な措置として給付金を支給しています。

対象と思われる世帯には、8月に案内文書と申請書を送付しています。まだ手続きされていない方には、10月下旬に案内ハガキを送付していますので、期限までに手続きをお願いします。

また、対象と思われる世帯で書類が届いていない場合は、下記の問合先へご連絡ください。※住民税の課税・非課税に関する問い合わせには、お答えできませんのでご了承ください。

【対象者】

○臨時福祉給付金

平成27年度住民税が課税されていない方

※課税されている方の扶養親族、生活保護受給者などは対象になりません。

○子育て世帯臨時特例給付金

平成27年6月分の児童手当を受給されている方で平成27年度所得制限を超過していない方

【申請期限】

平成27年12月21日（月）まで

期限を過ぎた場合は申請を辞退したものとみなされ、期限後の申請は受付できません。

【申請方法】

- ①郵送申請
- ②役場民生担当窓口で申請

〈問合先〉 保健福祉グループ民生担当

しゃきっとプラザ2階（内線236・237・277）

申込期限 11月27日

合併処理浄化槽(個別排水処理施設)の申込について

町では公共下水道事業認可区域外(主に農村地区)で、平成28年度に新築または既存住宅の水洗化により合併処理浄化槽の設置を予定している方の申込を受付しています。

期限までに申込されなかった場合、予算の都合上28年度の設置ができなくなる場合もありますので、来年度に設置を予定されている方は、必ず申し込みされるようお願いいたします。

なお、現時点で未定の方でも、新築または水洗化を行う可能性がある方は、申込をお願いします。

申込期限 平成27年11月27日(金)

その他

合併処理浄化槽(個別排水処理施設)の設置等に関して、不明な点等ありましたら、お気軽にお問い合わせください。

〈申込・問合先〉建設グループ維持担当(内線 262)

お気軽にご相談ください

美幌町成年後見支援センターを開設しました

美幌町からの委託により、美幌町社会福祉協議会で美幌町成年後見支援センターを開設しました。主な業務は、成年後見制度に関する相談や啓発、市民後見人の養成などです。

成年後見制度とは

認知症、知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方は、不動産や預貯金などの財産管理、介護などのサービスや施設への入所に関する契約の締結や遺産分割協議などを、自分で行うことが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約でも、よく判断ができずに契約を結んでしまい、悪質商法の被害に遭うおそれもあります。

このような判断能力の不十分な方々の権利、財産を保護し、支援するのが成年後見制度です。

〈問合先〉 美幌町成年後見支援センター
☎72-1165(社会福祉協議会内)



戦没者等のご遺族のみなさまへ

「第十回特別弔慰金」支給のご案内

支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

- 1・平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 2・戦没者の子
- 3・戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- ※原則①～④の順番となりますが、戦没者の死亡当時、生計関係を有している等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
- 4・上記1から3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)
- ※戦没者等の死亡当時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

支給内容

額面25万円(年額5万円)、5年償還の記名国債

請求期間

平成27年4月1日から平成30年4月2日まで
※請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなります。

手続き案内を発送しました

前回弔慰金を美幌町で請求され、引き続き美幌町に住民登録をされている方に、平成27年10月末に案内を発送しています。ご不明な点等ありましたら下記までご連絡ください。

※前回弔慰金を美幌町以外の市区町村で請求された方、前回弔慰金を美幌町で請求して現在他市区町村に住民登録をされている方、前回請求者がお亡くなりになっている方には通知書を発送していません。

詐欺にご注意!

特別弔慰金の請求に関して、道庁から委託を受けたコンサルタント会社と名乗る者が、遺族の自宅に直接訪問する事例が発生しました。遺族の自宅へ直接訪問することはありません。このような事例が発生した場合は個人情報等を教えることなく役場までご連絡ください。



〈請求・問合先〉 保健福祉グループ民生担当(しゃきプラ2階 内線237)

Event

催し

ニッテン美幌製糖所を見に行こう！



てん菜（ビート）は北海道のみで作付けされ、畑作経営の安定化と畑作農業の輪作体系を支える地域の基幹作物であり、てん菜から生産される砂糖は、私たちの生活に欠くことのできない食材です。

町民の皆さんが砂糖への知識と理解を深め、誘致企業として昭和34年に操業以来、地域経済の一翼を担うニッテン美幌製糖所を更に認識いただくため、ニッテン美幌の協力により昨年度に引き続き工場見学会を開催します。

■日時

11月14日(土) 午前10時～正午

■集合場所

役場正面玄関前に午前9時40分までに集合（バスで送迎します）

■対象者

中学生以上の町民。ただし、初めての方を優先します。

■参加人員 最大40名（先着順）

■留意事項

工場見学の際に靴底を消毒洗浄し

ます。サンダル履きなど素足がむき出しになる靴での参加はご遠慮ください。（スニーカーが適当）

■申込・問合先

11月11日(水)までに電話、電子メール、役場別館へ直接申し込み。

「住所、氏名、年齢、連絡先」をお知らせください。

農政グループ農政担当（内線241・242 役場別館2F）

E-mail

nousei@townbihorohokkaido.jp

長生きを楽しめるまちづくり講演会

住み慣れた町で自分らしく生きることはみんなの願いです。

高齢化社会と言われる今、安心して暮らせる町づくりのためにはどんなことが必要なのか！

■日時

11月28日(土) 午後1時30分～3時

■場所

しゃきつとプラザ1階健診ホール

■講演

「住み慣れた町で生活するために」
当院の在宅医療の現状」

■講師

医療法人社団 田中医院
院長 田中 克彦氏

■報告

「美幌町包括支援センターの役割」
地域包括支援センター

所長 平田 伸子氏
■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 保健福祉グループ
健康推進担当（内線288）

FAX 24869

※会場準備の都合上、前日までに申し込みをお願いします。

びほろ折リ梅の会10周年記念フォーラム

びほろ折リ梅の会は、認知症の予防・診断・治療・ケアなどの幅広い知識を学ぶことを目的としており、設立10周年を記念して講演とパネルディスカッションを開催します。

■日時

11月7日(土) 午後1時30分～3時

■場所

町民会館2階第2ホール

■講師

社会医療法人明生会網走
桂ヶ丘クリニク 藤田院長

■問合先

保健福祉グループ高齢者
福祉担当（内線258）

Hobby & Culture

趣味・教養

みどりの村ハンドメイド講習会

■開催日時 11月20日(金)・21日(土)

（どちらか1日参加してください）
午前9時～午後1時

求職中の障がい者の方へ

障害者職業能力開発校入校生募集

北海道障害者職業能力開発校では、平成28年度入校生を募集しています。

訓練期間1年または2年で、就労に必要な知識・技能等を習得し、求職中の障がい者の方の職業的自立を目指します。

願書受付：平成27年11月1日(日)～20日(金)まで

※当日消印有効

選考日：平成27年12月7日(月)

※詳しくはお問合せください。

北海道障害者職業能力開発校

〒073-0115 砂川市焼山60番地(☎0125-52-2774)

エルタックス
eLTAX

法人住民税、給与支払報告書、
償却資産の申告はエルタックスで！

町では、地方税ポータルシステム(エルタックス)を利用し、インターネットによる法人住民税、個人住民税(給与支払報告書)、固定資産税(償却資産)の申告を受け付けています。本サービスを利用できるのは、町に申告が必要(税理士等代理人を含む)で、利用届出の手続きをされている方です。

詳細についてはホームページをご覧ください。

OeLTAX(エルタックス)ホームページ

http://www.eltax.jp/



＜問合先＞税務グループ課税担当(内線226・227)



■場 所
木工ハウス
(グリーンビレッジ
ジ西側)

■内 容

トールペイント(サンタクロース)

■参加費 700円

■募集定員 8名

■募集期間 11月1日(日)～10日(火)

みどりの村「げんきの森」*森林探検隊*

森林公園で秋を見つけよう。炭作りや落ち葉を使った焼き芋作りを楽しみながら森林の持つ役割を学びませんか。今年は樹木プレートを作って散策途中の木に取り付けます。

■日 時 11月8日(日)

午前8時50分～午後2時

※小雨決行(雨具を用意してください)

■場 所 みどりの村森林公園

集 合 グリーンビレッジ美幌

■参加資格 小学生とその保護者

(一般の方の参加も受け付けます)

※参加費無料

■募集人数 30名(先着順)

■受付期間 11月1日(日)～6日(金)

※電話のみの受付

■持ち物 豚汁を用意していますので、おにぎりを持参してください。

■問合先 みどりの村振興公社

開催日	内 容	参加料	そ の 他
14日(土) 9:00~12:00	シフォンケーキ講習会 (定員8名)	1,300円 締切7日	みどりの村で採れたカボチャを使った生地でロールケーキを作り、ハロウィンの飾り付けをします。
22日(日) 9:00~14:00	親子 キャラパン作り (定員8組)	1,300円 締切10日	キャラパン1家族5個と調理パン20個程度をお持ち帰りいただけます。
29日(日) 9:30~14:00	パン講習会 (定員10名)	1,400円 締切15日	食パン1.5斤と豆パン1.5斤、調理パン25個程度をお持ち帰りいただけます。

場 所：グリーンビレッジ美幌 農産加工室／持ち物：参加申し込みされた方に後日葉書で連絡させていただきます。

注：参加希望者が多数の場合は参加回数の少ない方から優先させていただきます。

みどりの村11月の講習会

おとなのお弁当教室(託児枠あり)



美幌町ヘルスリ
ーダー考案による
1人分600kcal
a1未満で簡単・
ヘルシーなお弁当
の作り方を紹介し
ますのでお気軽に
ご参加ください。

■日 時

11月27日(金) 午前10時～午後1時

■場 所

しゃきつとプラザ3F 調理室

■内 容 ミニ講話と調理実習

(実習メニュー)

- ・豚ロースのカレーみそ炒め
- ・大豆のシヤカシヤ炒め
- ・ひき肉と小松菜の玉子とじ
- ・ピーマンとしらすの粉チーズ和え
- ・キャロットサラダ

■対 象

18歳以上の町民(定員12名)

(託児ボランティアさんの協力により、調理実習中は4名まで託児可)

■受講料 300円(当日徴収)

■持ち物 エプロン 三角巾

■申込 電話または健康推進担当

窓口で11月20日(金)までにお申し込みください。

■申込・問合先 保健福祉グループ
健康推進担当(内線287)

ご回答ありがとうございました

国勢調査 2015

- みなさんの調査票は、ただいま集計作業中です。
- 調査結果は、福祉、教育、雇用、地域対策など、私たちの暮らしのために役立てられます。

※回答がお済みでない場合や、万一、調査票が届いていない場合は下記までご連絡ください。

問合先

平成27年国勢調査美幌町実施本部
(しゃきつとプラザ2階会議室)
財務グループ統計担当(内線224)

総務省統計局・北海道・国勢調査美幌町実施本部



自衛隊高等工科学学校生徒募集

■資 格：中学卒(見込含む)17歳未満の男子
試験日・場所：

平成28年1月23日(土)・美幌町民会館

受付期間：

平成27年11月1日(日)～28年1月8日(金)

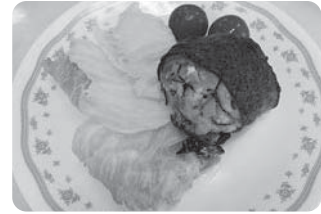
■問合先

※自衛隊帯広地方協力本部 網走地域事務所
電 話：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/jieikanbosyu/>

シニアの乳製品料理教室



牛乳・乳製品はたんぱく質、ビタミン、ミネラルの供給源となり、特にシニア世代にとっては、健康寿命を延ばすために期待されている食品です。

和食の献立に無理なく乳製品をとり入れる方法を美幌町ヘルスリーダーが紹介します。料理経験のない方でも失敗なく作れますのでお気軽にご参加ください。

■日時

12月4日(金) 午前10時～午後1時

■場所

しゃきつとプラザ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)
・さんまのポテサラ焼き
・ささみとアスパラのヨーグルトサラダ
・ミルク豚汁

■対象

概ね65歳以上の町民(定員12名)
※65歳未満でも定員に満たなければ参加できませんので、お問い合わせください。

■受講料 300円(当日徴収)
■持ち物 エプロン、三角巾

■申込方法 電話または窓口で11月27日(金)までにお申し込みください。
■申込・問合先 保健福祉グループ健康推進担当(内線287)

Recruit
募集

リリー山スキー場職員募集

■応募資格

町内在住(居住可能)で健康な方

■募集人員

リフト運行係3名、券売係2名

■勤務条件

(1)勤務時間 12月中旬～3月中旬
(降雪状況により変更あり)
(2)勤務時間
(交替制・週30時間以内)

午前8時15分～午後9時15分まで

■賃金

時給870円～957円

■休日

週休二日制

■選考方法

面接試験により選考します。

■試験日時

11月16日(月)を予定しています。

■詳細については、後日応募者へ通知

■申込・問合 11月10日(火)までにハローワーク美幌に備え付けの履歴書、紹介状をトレセンへ提出して下さい。

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

11月4日(水) 午後1時～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時までに住民活動担当(内線346・窓口⑩番)へ。

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。

■場所

しゃきつとプラザ

■日時

11月26日(木)
午前9時30分～午後4時

■連絡先

役場健康推進担当
(内線286・287)

心の健康相談(予約制)

■相談日

11月26日(木)

■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(☎5755)

選挙管理委員会委員長
が決まりました

選挙管理委員の任期満了に伴い、10月16日開催の第16回選挙管理委員会において委員長に松本光伸氏、委員長の職務代理者に早田眞二氏が再選されました。



選挙管理委員会委員長
松本光伸氏

選挙権年齢が『満18歳以上』に引き下げられます

公職選挙法の改正により、平成28年6月19日以降に、初めて公示される国政選挙から、選挙権年齢が「満20歳以上」から「満18歳以上」に引き下げられます。

来年7月執行予定の参議院議員通常選挙から適用される見通しで、美幌町では約300人が新たな有権者となる見込みです。

また、海外に居住している方で平成28年6月19日時点の年齢が「満18歳以上」となる方については、事前に在外選挙人名簿への登録申請を行うことができます。

＜問合先＞選挙管理委員会事務局(内線316)

消防署からのお知らせ



11月9日は 『119番の日』です

11月9日は、「119」(イチイチキュー)にちなんで「119番の日」です。

消防本部では、この日119番の正しい使い方をご理解いただくために大型店舗等で啓発用ティッシュなど配布しながら啓発運動を行うほか、通信指令室の一般公開(13時～16時)を実施します。

緊急時の通報は、誰もが気が動転して興奮状態になりがちです。落ち着いて正確に通報しましょう。

美幌町・津別町内で携帯電話を除く一般電話(固定電話)やIP電話で119番をかけると美幌・津別広域事務組合消防本部の通信指令室につながります。通信指令員が「火事に救急か?」「美幌町内か津別町内か?」のほか、以下のような情報をお尋ねします。

《火事の場合》

- ・住所(住所のほか近くの目標物など)は?
- ・何が燃えているのか?
- ・ケガ人はいないか、逃げ遅れた人がいないか?
- ・通報している方のお名前と電話番号?

《救急の場合》

- ・住所(住所のほか近くの目標物など)は?
- ・誰がどうしたか?
- ・通報している方のお名前と電話番号?

※詳しくは美幌・津別広域事務組合ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

119番で救急要請を受理すると、意外と多くの方から「救急車のサイレンを鳴らさないで来てほしい」と言われることがあります。救急車は緊急走行する際、サイレンを鳴らし、赤色灯を点灯して走行することを道路交通法などで定められていますので、「サイレンを鳴らさないで」にお応えすることは出来ません。ただし、減音は可能です。

緊急に医療機関へ搬送する必要がある方のためです。ご理解とご協力をお願いします。

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、巡回相談を実施しています。

■相談員による相談

交通事故巡回相談(予約制)

■相談日 11月18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
(☎0157-244137)

思春期相談(予約制)

■日時
11月9日(月) 午後1時30分～4時

定例行政相談(予約制)

■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
(☎0152-0783)

■場所 町民会館特別室
■相談員 総務省行政相談員
・高坂登貴雄
(青山北20・☎732609)

・志布純子
(野崎13・☎721845)

※普段でも相談員の自宅にて相談をお受けしています。口頭、電話、手紙でお気軽に相談ください。

■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。

女性のためのなんでも相談

■相談日
11月18日(水) 午後1時～3時

■場所
しゃきつとプラザ 2階相談室

■相談員 調停・人権擁護委員
(女性相談員)

■問合先 前日の午後3時までに住民活動担当(内線346・窓口⑩番)へ。

※相談は女性の方に限らせていただきます。

Contribution 寄附

■社会医療法人恵和会主催チャリティイーゴルフコンペならびに懇親会参加者一同様より、社会福祉のために役立ててほしいと、10万円。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」9月分184件404万円のご寄附をいただきました。ありがとうございます。

広報びほろに広告を掲載してみませんか?

1枠(縦46mm×横173mm)で1回1万円、2分の1枠(縦46mm×横85mm)で1回5千円。

詳しくは町HPまたは広報担当(内線218)まで。

9月26日 美幌小学校金管バンド・東陽小学校ブラスバンド

6年ぶりに 全日本小学校バンドフェスティバルへ



美幌小学校金管バンドと東陽小学校ブラスバンドの合同バンドが、9月に開催された第34回北海道小学校バンドフェスティバルで金賞を獲得。さらに金賞9校の中から3校に与えられた全日本小学校バンドフェスティバルへの代表切符も獲得し、6年ぶりに全日本へ出場します。

東陽小ブラスバンドの部長 瀬川 さくらさんは「全日本が決まったときは、今までで一番うれしかった。みんなうれし泣きでした。」と全道大会の感想を、美小金管バンドの部長 池辺真奈さんは「みんな仲良く楽しくやっています。全日本の目標は金賞です。」と全日本に向けての意気込みを話してくれました。

全日本小学校バンドフェスティバルは、11月21日に大阪城ホールで開催されます。

美小・東陽小合同バンドのみなさんがんばってください！

10月16・18日

中学校学校祭 & 小学校学芸会



美中 演劇「明日、君を食べるよ」(3年C組)



北中 演劇「うさみくんのお姉ちゃん」(3年生)



旭小 劇「ゆかいなサーカス団」(3年生)



美小 劇「ユタと不思議な仲間たち」(6年生)

東陽小 劇「キャッツ」(6年生)

10月2・3日 体育賞授賞式&スポーツ講演会

バレーボール 元日本代表杉山選手

美幌町体育協会が、美幌町のスポーツ振興への貢献や、全道・全国・世界大会で好成績を収めた選手らを表彰する「体育賞授賞式」が開催されました。今年度の対象者は39個人、7団体。受賞者一人ひとりに賞状と記念品が贈られました。

授賞式に続き、「逆境から学んだこと」と題し、バレーボール元日本代表の杉山祥子さんの講演会が開かれ、翌日は、町内の少年団や中学・高校のバレーボール部を対象に杉山さんによるバレーボールの実技指導が行われました。



10月8日 台風23号

日の出地区・美芳地区 353人が避難

自衛隊・消防団等による救助



8日22時15分日の出地区



台風23号の影響により、大荒れとなった町内。強風と雨により町内の小中学校は臨時休校となり、午前9時に、役場に災害対策本部を設置しました。

美幌川の水位は徐々に上昇。15時35分に日の出地区309世帯644名に、17時には美芳地区194世帯385人に避難勧告、20時には、美幌川が避難判断水位に達したため、両地区の避難勧告をワンランク上の避難指示に切り替え、新興地区の18世帯41人にも避難勧告を発令しました。

被害状況は、10月19日現在で、床下浸水41棟、道路等破損123箇所、農作物被害44.5畝となっています。これからの季節は、暴風雪に注意が必要です。万が一に備え、万全の準備をしてください。

10月13日 赤ちゃん記念植樹

誕生の記念に

アオダモ
ミズナラ
など60本



今年で10年目の節目を迎えた「赤ちゃん記念植樹」。子どもが生まれた記念に家族で植樹をする取り組みで、平成18年にスタート。これまでに179組が501本の苗木を植樹。初年度に植えた木は、すくすくと成長してすでに約6mになりました。

今年は、平成26年8月1日から平成27年7月31日までに生まれた赤ちゃんとそのご家族を対象に行われ、18組の家族が参加。みどりの村の一角に設けられた植樹スペースに、アオダモやミズナラなど60本の苗木を、子どもの成長を願って植樹しました。

10月 秋季体育祭

町内各所で18大会を開催

毎年開催されている「秋季体育祭」。今年も9月27日のソフトボール大会を皮切りに、18の大会が開催されました。体育の日を含む3連休には、パークゴルフ、サッカー、テニス、バドミントン、少年野球、バスケットボールの6大会が開かれました。



インフルエンザ を予防しましょう

健康
メ

今年もインフルエンザが流行する季節が近づいてきました。インフルエンザウイルスは低い気温と乾燥した空気を好むため、例年冬に流行します。予防接種と日頃の生活で予防を心がけ、感染や重症化を防ぎましょう。

インフルエンザとは

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染によって起ります。日本では、毎年数百万人、1000万人前後の人がインフルエンザを発病するとされています。毎年多くの人がインフルエンザを発病し、肺炎などの合併症を含めると、死者数が1万人を超える年もあります。

潜伏期間は2日前後で、感染力が強いのが特徴です。

感染経路

・飛沫感染：感染者の咳やくしゃみによって、ウイルスを含んだ飛沫が飛び散り、それを吸い込むことで感染するもの。インフルエンザの感染経路の多くは、この「飛沫感染」です。

そのほか、感染者が触れたものにウイルスが付着し、他者がそのウイルスに触れた手指で鼻や口に触れて感染する「接触感染」や空气中にふわふわと漂うウイルスを吸い込むことで感染する「空気感染」もあります。

症状

典型的な症状は、38℃以上の高熱、全身の関節痛、筋肉痛、頭痛

などです。さらに、肺炎などを合併したり、脳症を起こしたりするなど、重症化して命に関わることもあります。

治療

医療機関では、インフルエンザが疑われる場合、診察に加えて「迅速診断検査キット」を使った検査で、短時間で診断することがあります。

治療では、ウイルスの増殖を抑える「抗インフルエンザウイルス薬」による治療が中心になります。発症から48時間以内に使用すると症状の改善が早いと言われていますので、できるだけ早く治療を開始しましょう。熱が下がっても、処方された薬は最後まで使いきることが大切です。

また、インフルエンザを発病した場合は、感染を広げないことも重要です。外出を避け、安静にしましょう。また、症状が改善されて外出する場合は、「咳エチケット」にも心がけてください。

※咳エチケット

咳やくしゃみが出るときは、マスクを着用する、マスクをしていないときは、ハンカチやティッシュペーパーで口元をおさえ、他の人から顔を背けるというように、咳やくしゃみによる飛沫の拡散を防ぐ行動のことです。

予防

- ・外出後の手洗い、うがいは予防の基本です。
- ・適切な湿度の保持、換気：室内では加湿器などを使って、湿度を50～60％に保つ。
- ・十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ・人混みへの外出を控える



予防接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低くする効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効と報告されています。

ワクチンの効果は、接種後約2週間から5か月ほど続くと考えられています。インフルエンザは12月下旬から3月上旬頃まで流行することが多いので、流行に備えるためには12月上旬頃までに予防接種を受けることが理想的です。インフルエンザウイルスの細かいタイプは少しずつ変化しているため、毎年WHO（世界保健機関）が予測したウイルスのタイプをもとに、そのシーズンに使うワクチンが毎年つくられます。2015～2016年に使われるのは、A型2種類、B型2種類の計4種の成分を混合したワクチンです。なお、一般的な風邪への予防効果はありません。

地域包括 支援センター だより

認定区分(要介護状態の区分) はご存知ですか？(パート2)

今回は要介護認定の心身の状態のめやすを説明します。
(心身の状態の一例)

要介護認定

日常生活で介護を必要とする度合いの高い方で、生活機能の維持・改善を図ることが適切な方など。居宅サービス、施設サービス、地域密着型サービスを利用出来ます。

要介護1 立ち上がりや歩行が不安定。排泄、入浴などで一部介助必要。

要介護2 起き上がりが自力で困難なことがある。排泄、入浴などで一部または全介助が必要。

要介護3 起き上がり、寝返りが自力では出来ないことが多い。排泄、入浴、衣類着脱などで介助の量がふえてくる。

要介護4 日常生活の低下がみられ、排泄、入浴、衣類の着脱などで全介助になることが多い。

要介護5 日常生活全般にわたって介助なしには生活できない状態。意思伝達も困難になる場合がある。

詳しくは、お問い合わせください。

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

パブリックコメント

「美幌町新型インフルエンザ等対策行動計画」

町民の皆さんから広くご意見を伺うため、パブリックコメント(意見公募)を実施しています。

■案件名 美幌町新型インフルエンザ等対策行動計画

新型インフルエンザ等対策特別措置法の施行に伴い、流行すれば大きな健康被害をもたらすおそれのある新型インフルエンザ等に関する基本的な方針や町が実施する措置等を定めた計画です。

■募集期間 10月29日(木)～11月27日(金)

■配布・閲覧 町ホームページ

保健福祉グループ健康推進担当

■意見提出先 保健福祉グループ健康推進担当

FAX : 72-4869

E-mail : kenkout@town.bihoro.hokkaido.jp

けんしんであんしん

10月16日現在

●国保病院で実施する乳がん検診

対象：35歳以上 受診間隔：2年に1回

検診日程：毎週月・水・金曜日(休診日を除く) 9時～11時
*検診日の前日までに予約が必要です。

申込先：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)

●しゃきっとプラザで実施する健診

すでに定員になっている日時がございます。希望される方は下記をご覧ください。早めにお申込ください。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。

【特定健診・胃・肺がん検診・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
12月3日(木)	○	○	○	○	×	○	×	○	○
12月4日(金)	○	○	○	○	○	×	△	○	○
12月5日(土)	○	○	○	○	○	○	○	○	○

*大腸がん検診は国保病院でも実施しています。

(毎週月～金曜日：休診日を除く) 詳しくはお申し込みの際にお問い合わせください。
(健康推進担当 73-1111 内線288)

【子宮がん検診】対象：20歳以上 受診間隔：2年に1回

	午前	午後
2月11日(木・祝)	○	○

【乳がん検診】対象：35歳以上 受診間隔：2年に1回

	午前	午後
11月23日(月・祝)	×	△
11月24日(火)	×	×

*2月11日(木・祝日)にも検診があります。

(○：申込み可 △：若干名申込み可 ×：申込み不可)

申込先：健康推進担当 73-1111 (内線287、288)

季節性インフルエンザワクチン 費用を助成します

予防接種法に基づき、美幌町では下記に該当する方の接種料金の一部を助成します。

- ◆対象 ①接種日において65歳以上の方
②接種日において60歳～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある方

◆助成額 1,800円(自己負担額1,000円)
生活保護受給の方は無料

※町外の医療機関に入院中の方で接種を希望される方は下記にお問い合わせください。

〈美幌町インフルエンザ予防接種 実施医療機関〉

医 療 機 関 名	電 話 番 号
工 藤 医 院	73-3356
田 中 医 院	73-2913
田 島 医 院	73-2035
玉 川 医 院	75-2780
平 間 医 院	72-1881
び ほ ろ 耳 鼻 咽 喉 科	73-3900
美 幌 療 育 病 院	73-3145
国 保 病 院	73-4111
美 幌 皮 膚 科	73-4112

【問合先】保健福祉グループ健康推進担当(内線286)

平成28年度

幼稚園児募集

	大谷幼稚園	認定こども園 藤幼稚園
	西2南1 電話：73-2409 FAX：73-0999	栄町1 電話：73-3434 FAX：73-3484
対 象	1 募集年齢 ① 1年保育 平成28年4月1日現在で、5歳の幼児。 ② 2年保育 平成28年4月1日現在で、4歳の幼児。 ③ 3年保育 平成28年4月1日現在で、3歳の幼児。 ※平成28年4月2日以降、満3歳に達した時点で随時入園可能です。 2 保育時間 月～金曜日 8：30～14：00 土曜日 8：30～11：30 (第2・第4土曜日はお休み)	1 募集年齢 満3歳～就学前まで。 2 開園時間 月～土曜日 7：30～18：30 3 保育時間 ① 1号認定 月～金曜日 8：30～14：00 ② 2号認定 月～土曜日 7：30～18：30 (短時間認定の場合8時間) ※入園に関しては藤幼稚園までお問い合わせください。 ※保育認定等に関しては美幌町児童支援グループ(内線376)までお問い合わせください。
願 書 交 付	12月1日(火)～7日(月)の期間中(土・日曜日を除く)の午後2時～4時までの間にそれぞれ入園を希望する幼稚園で交付します。	
願 書 受 付	12月8日(火)午後2時30分から、それぞれの入園を希望する幼稚園で受け付けます。その後は定員に達するまで随時受け付けしています。受け付けの際には、お子さんを一緒にお連れください。	

※希望者には、幼稚園バスでの送迎や、預かり保育も実施しています！

行事予定 **11月**

子 育 て ぽかぽか
支 援 セ ン タ ー

子育て支援センター
でんわ73-3240

センター開放日

2、4、5、10、12、17、19、24、27、30日
午前10時～11時30分
体操、手遊び、紙芝居等の時間があります。
親子で楽しい時間を過ごして下さい。

自由開放日

2、5、10、12、17、19、24、26、30日
午後1時30分～4時
好きな時間に遊びに来て下さい。

遊びの広場

11日(木)(2・3歳児) 13日(金)(0・1歳児)
午前10時～11時30分
各10組程度 申し込みが必要です。

休日開放日

14日(土) 午前9時30分～11時30分・午後1時～3時
15日(日) 午前9時30分～11時30分
ご家族で遊びに来ませんか。

園開放日

18日(木) 午前9時30分～11時 美幌保育園
保育園集合・解散 20組程度
申し込みが必要です。 保育園のお友だちと遊びませんか。

ママの手作りクッキング

6日(金) 午前10時～正午
一緒に手作りおやつを作ってみませんか？
申し込みが必要です。定員10組
しゃきっと和室・調理室 受講料100円(当日徴収)
エプロン・三角巾必要。託児希望の方はおむつと飲み物
を用意して下さい。
申し込み期間は10月23日(金)～30日(金)まで

お誕生会

20日(金) 午前10時～11時30分
11月生まれのお友だち対象です。
10組程度 申し込みが必要です。

初めての日の日

25日(木) 午前10時～11時
職員紹介、施設紹介、紙芝居等をします。
妊婦さんも遊びに来て下さい。

ミニスポーツ

26日(木) 午前10時～11時
20組定員 申し込みが必要です。

※申し込み時に、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円が必要になりましたので、必ずセンターに遊びに来て申込みして下さい。また申し込み後のキャンセルは、保険料をお返してきませんのでご了承下さい。申し込み期間も11月2日(金)から20日(金)までとさせていただきます。

ママ&いっしょ

mama & accompaniment

11月



きらい りょうせい
喜來 亮成ちゃん [H24.9.27生]

ゆうせい
侑成ちゃん [H27.5.6生]

母：真菜美さん

元気いっぱい弟が大好きな亮成、いつもニコニコあそんでくれるお兄ちゃんが大好きな侑成。ずっとずっと兄弟仲よく、すくすく大きくなってね!!



おくに りっか
小國 立華ちゃん [H27.4.17生]

母：さおりさん

泣いていても、パパが帰ってきたらすぐに笑顔に。遊んでもらうとキャッキッと大きな声をあげて大喜び。寝返りもスムーズにできるようになったり、まだ短い間ですが、ひとりすわりもできたりと成長の早さに驚き、喜びの毎日です。



たけざわ ゆうや
武澤 佑哉ちゃん [H25.7.16生]

母：麻紀さん

歌と踊りが大好きでテレビを見ながら毎日踊っています。お話もだんだん上手になってきて、自分でできることも少しずつ増えてきました。このまますくすく元気いっぱい育ててほしいです。

健診・相談

4か月児健診

25日(水) (12:30~12:45) シャキッとプラザ

10か月児健診

25日(水) (12:45~13:00) シャキッとプラザ

3歳児健診

4日(水) (12:45~13:00) シャキッとプラザ

乳幼児相談

30日(月) (9:30~11:30) シャキッとプラザ

BCG(要予約)

毎週月・火・木・金曜 (9:00~11:00/15:00~17:00)
毎週水曜 (9:00~11:00) 田中医院

予防接種

要予約
ポリオ・4種混合
麻しん・風しん混合
ヒブ・小児用肺炎球菌
水痘(水ぼうそう)

毎週月・火・木・金曜 (9:00~11:00/15:00~17:00)
毎週水曜 (9:00~11:00) 田中医院

毎週月・火・木・金曜 (13:00~16:00)
毎週水曜 (15:00~16:00) 国保病院

※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。

第40回

11/8日

びほろこどもまつり

9:30~15:00
(9時受け付け開始)
場所 コミュニティーセンター



子どもたちの交流と遊びのお祭り「こどもまつり」を開催します。ご来場の方には、お昼ご飯(無料)をご用意しています。

内容

第1部 たのしいマジックショー
高校生リーダーつみきサークルといっしょにゲームなど

第2部 コマ、けん玉、射的などの遊び体験
おばけ屋敷など

■持ち物 上ぐつ、カバン(リュック)

■主催 美幌町自治会連合会青少年部会



びほろの子どもたちの考える主張を ぜひきいてください！

第32回美幌町「少年の主張」大会

児童・生徒18名がびほーるの大きな舞台上、元気一杯に発表します。町民の皆様多数のご来場をお待ちしています。

- 日時 11月14日(土) 8:45～12:00
- 場所 美幌町民会館「びほーる」
- 発表者 各小学校6年生の代表者・各中学校1～3年生の代表者
- 主催 美幌町青少年育成協議会
- 主管 美幌町生徒指導連絡協議会



青少年育成指導員等研修会

子どもたちの健全育成を支える、巡視活動や見守り活動の重要性について一緒に考えます。

- 日時 11月6日(金)
18:30～20:15
- 場所 マナセン研修室1・2
- 講師 公益財団法人
北海道青少年育成協会
事業グループ専門指導員 千葉 祐一氏
テーマ
「地域の子どもは、地域で守り育てる」
～今、私たちに求められていること～



- 申込・問合先
11月4日(水)までに、電話でマナセンへ

キッズカルチャークラブのおしらせ

- いけばなクラブ (小学生対象 定員15名)
■日時 11月14日・28日 10:00～11:45
 - 陶芸クラブ (小学生対象 定員5名)
■日時 11月14日 9:00～12:00
 - 日本舞踊クラブ (小学生対象 定員5名)
■日時 11月28日 10:00～11:00
- ※詳しくは、マナセンへお問い合わせください。

フチアートギャラリー「ロマンドールサークル」

- 展示期間 11月12日(木)～12月3日(木)
- 展示場所 マナセンロビー

平成28年 成人の集い～住民登録手続きのお願いと町外転出者の受付～

平成28年1月10日(日)に「成人の集い」を町民会館「びほーる」で開催します。該当する方は、平成7年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方です。

- (1) 美幌町にお住まいの方 式典案内状の送付と当日受付のため、まだ美幌町で住民登録をされていない方は、11月20日(金)までに役場環境生活グループ戸籍年金担当で手続きをお願いします。
- (2) 町外転出者の方 進学・就職等により町外に住民票を異動されている方も出席できます。ご希望の方は12月24日(木)までにマナセンまで申込みをしてください。

びほーる information 文化情報

アーティストを呼んでみませんか？

平成28年度美幌町芸術文化振興事業 (補助事業)を募集！



教育委員会では、来年度に芸術文化に関する一流の指導者を招く事業や、プロの演奏家等によるコンサートや公演を応援する「美幌町芸術文化振興事業」(補助事業)を募集しています。

1. 補助を認めるための条件

- ①指導者招聘事業は、実技指導のほか参加者や町民との交流を深めるための企画を持つこと。
- ②ポスターやちらし等を作成するとともに、新聞等により広く町民に周知し、参加や鑑賞を呼びかけること。
- ③当日のプログラム等を用意し、内容の理解を深めるよう努力すること。
- ④美幌町芸術文化振興事業実施要領に基づくこと。

2. 補助対象者

実行委員会、文化・スポーツ団体、サークル
(町外者・個人及び営利を目的とした団体等は対象外となります)

3. 補助対象経費

- ①指導者招聘事業指導者の交通費・宿泊費(実費分)、謝礼
- ②芸術文化鑑賞事業出演料・会場費・舞台費・謝金・旅費・印刷宣伝費・事務費の1/2以内、300万円を限度

4. 申込方法

町民会館にある申請書に記入のうえ提出してください。(締切日12月1日)

5. 問合先 町民会館(電話73-4187)

6. その他

申込が多数の場合は、新たな取り組み・ジャンルを優先させていただきます。

【申込・問合先】

マナセン
休館日 3日、23日

マナセン
TEL 72-2300



レクリエーションダンス講習会

聞き慣れた歌謡曲に合わせて簡単な振り付けで
誰でもたのしく踊ることができます。



- 日 時 11月25日(水) 午前10時～午前12時
- 場 所 スポーツセンター
- 定 員 50名(申込締切11月19日・参加無料)
- 講 師 大野恵美子氏 (札幌フィジカルカルチャー指導員)
- 持ち物 上靴、タオル、飲物

高校生トレーニング教室



- 日 時 12月1日、3日、8日、10日、15日
午後5時～午後7時まで
- 定 員 30名(12月1日まで申込)
- 指導者 日本赤十字北海道看護大学
山本憲志 准教授
- 参加料 500円(スポーツ傷害保険料)
- その他 受講者にトレーニングルーム入場許可証を発行。入場許可証取得者も参加可能。

初心者はつらつ卓球教室



- 日 時 11月11、13、18、20、25、27日
12月2、4、11、16日
(計10回) 午後1時～午後3時
- 対 象 町内在住で50歳以上の初心者
- 定 員 10名(11月9日まで申込)
- 参加料 800円(スポーツ傷害保険料)
- その他 ラケットをお持ちの方は、当日持参して下さい。
お持ちでない方は卓球連盟で用意します。
- 主 催 美幌卓球連盟

(両教室共通事項) 参加料を添えて、トレセンまでお申し込み下さい。

センター使用プログラム(11月1日～4月30日)

11月より美幌町の各運動施設の使用プログラムが変わります。行事等により、内容が変わる場合がありますので確認のうえ、ご利用下さい。

施設名	時間/曜日	月		火		水		木		金		土		日
☎73-4117 スポーツセンター	9:00 ～ 12:00	主催事業 または 自由使用	ゲート ボール	自由 使用	バドミ ント ン	ソフトテニス		硬式テニス		ミニバレー ボール	バドミ ント ン	主催事業または 自由使用		自由 使用
	13:00 ～ 16:30	自由使用 15:00 クラブ活動		硬式テニス 15:00 クラブ活動		自由使用 15:00 クラブ活動	自由 使用	自由使用 15:00 クラブ活動	ゲート ボール	自由使用 15:00 クラブ活動	自由 使用	サッカー 15:00～ トラソリン	自由使用 15:00～ 弓道	
	17:00 ～ 21:30	ソフトテニス 19:00 硬式テニス		主催事業 または サッカー	バスケット ボール	16:30～18:00 サッカー	ソフトテニス 19:00 硬式テニス		主催事業 または ミニバレーボール・ ソフトボール	バドミ ント ン	ソフトテニス			
☎73-4411 コミュニティセンター	9:00 ～ 12:00	児童セン ター	自由使用	児童セン ター	ミニバレー ボール	児童セン ター	健康体操 11:00～ 自由使用	児童センター		児童セン ター	ミニバレー ボール	児童センター		自由 使用
	13:00 ～ 16:30	児童セン ター	卓球 15:00 クラブ活動	児童セン ター	自由使用 15:00 クラブ活動	児童セン ター	あすなろ 15:30 クラブ活動	児童セン ター	卓球 15:00	児童セン ター	自由使用 15:00 クラブ活動	児童センター 15:00 自由使用		
	17:00 ～ 21:30	自由使用		自由使用		卓 球		バレーボール		自由使用		卓 球		
☎73-2665 あさひ体育センター	9:00 ～ 12:00	ミニバレー ボール		自由使用		ミニバレー ボール		ミニバレー ボール		自由使用		ミニバレー ボール		休 館 日
	13:00 ～ 16:30	ミニバレーボール		ミニバレー ボール		卓 球		自由使用		卓 球		自由使用		
	17:00 ～ 21:30	自由 使用	剣道	自由 使用	剣道	自由 使用	銃剣道	合気 武道	自由 使用	自由 使用	剣道	閉 館		



「仕事」をテーマにした本を紹介します。



「ぶたぶた」
矢崎 存美／著
徳間書店

ある時はベビーシッター、またある時はフランス料理の料理人。様々な仕事をこなす彼の名前は山崎ぶたぶた。ピンク色のブタのぬいぐるみです。ぶたぶたが、出会った人たちを幸せにしていくな温まる物語です。



「天使はモップを持って」
近藤 史恵／著
実業之日本社

「ゴミ箱ってね、それぞれに個性があるの」書類を無くし困っていた大介を助けたのは、赤茶色にブリーチした髪をポニーテールにし、耳にはいくつものピアスをつけた清掃員の女の子だった。オフィスで巻き起こる事件を凄腕清掃作業員キリコが解決する連作ミステリーです。



「残業税」
小前 亮／著
光文社

「サービス残業は脱税になります」法定外の労働に税金をかける「残業税」が導入された。クールで生真面目な残業税調査官・矢島と、熱血漢の労働基準監督官・西川のコンビは、脱税を試みる会社を調査すべく駆け回る。

博物館移動展「すてきな昆虫たち」

11月5日（木）～19日（木）＊最終日は正午まで／2階ギャラリー／10月25日まで博物館で開催されていた特別展の移動展です。昆虫たちの不思議な暮らしや人間とのかかわりあいテーマにした写真パネル等を展示します。皆様のご来場をお待ちしています。

おはなしのへや

11月5日（木）、19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

小中学生読書感想文コンクール表彰式

11月11日（水）／午後4時／2階視聴覚室

絵本とあそぼ！

11月12日（木）午前10時30分・26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

「ローマの休日」（118分）／11月13日（金）／午後1時30分／2階視聴覚室／監督：ウィリアム・ワイラー 出演：オードリー・ヘップバーン グレゴリー・ペック

子ども映画会

「ノートルダムの鐘」（91分）／11月14日（土）午前10時／2階視聴覚室／＊ノートルダム大聖堂に住む鐘つき男ガジモドは、年に一度の道化祭りの日に塔を抜け出した！

古典文学講座

テーマ「源氏物語」

11月21日（土）午後1時30分／講師 長谷川敏美先生／2階視聴覚室

おはなしと工作のひろば「ダンボールでコマを作ろう♪」

好きな絵や模様を描いて楽しめるコマを作ります。お正月やおもちゃをテーマにした本を紹介します。／11月21日（土）午前10時／2階視聴覚室／対象：小学生以上（幼児の場合は大人の同伴が必要です）／定員20名／申し込み：19日（木）までに図書館へ／持ち物 はさみ・木工用ボンド・色サインペン・鉛筆・消しゴム・手ふき

図書館ボランティアの日

11月27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」等の仕事や図書館だよりを折る仕事を予定しています。皆様のご協力をお願いします。

2015図書館フェスティバル終了

「本の世界へ飛び込もう」をテーマに、1年で最大のイベントである「図書館フェスティバル」が9月26日から10月4日にわたって開催されました。第21回目となる古本市、学生ボランティアが大活躍したお話ほっこりたまてばこ、図書館利用サークルによる展示などが行われ、町民の皆様及び関係各位のご協力により各事業を無事終えることができました。誠にありがとうございました。

【問合先】

TEL
273-3016
9日、16日、23日、24日、30日

「エゾリス」と「シマリス」



日増しに冷え込みが厳しくなり、日が短くなる秋。動物たちもこれから始まる冬に備えます。なかでもエゾリス(写真 左上)とシマリス(写真 右下)は、準備に余念がありません。朝、博物館に向かうと、大きなドングリをくわえて、エゾリスが飛び出してきました。そして、あたりを見回し、穴を掘るとドングリを隠していました。エゾリスは、山のいたるところに、こうしてドングリを隠し、冬にはそれを掘り出して食べます。

一方、シマリスは自分の巣穴にドングリを貯め込みます。そして、その巣穴の中でドングリを食べつつ冬

眠します。大好きなご飯に囲まれて寝るのですから、さぞかし良い夢が見られることでしょう。

さて、このシマリスですが、かつて美幌町内のいたるところで見ることが出来ました。美幌小学校の校庭でも見ることが出来たほどですから、驚きです。しかし、今では古梅の山の中で見られる程度で、市街地ではほとんど見ることはできません。

ちなみに、シマリスは、手のひらに乗るぐらいの大きさで、とても小さいリスの仲間です。背中には名前の由来にもなった5本の黒いシマ模様があります。

【手作り魚道と動物たち(博物館ロビー展)】



町内で行われている手作り魚道の成果と、自動撮影装置によって明らかになった魚道上流の川周辺に暮らす動物たちの姿をご紹介します。

- 日 時 11月28日(土)～1月31日(日)
- ※開催期間中の休館日は、毎週月曜日(祝日は除く)および年末年始(12月30日～1月6日)
- 開館時間 午前9時30分～午後5時
- 場 所 博物館2階 ロビー
- 観覧料 無料

【チ工房「落ち葉のグリーティングカード」】



色や形の美しい落ち葉を使って、すてきなグリーティングカードを作りましょう。ラミネート仕上げで、とってもおしゃれです。
※事前申し込み不要
(所要時間：30分～)

- 日 時 11月12日(木)、19日(木)
午前10時～正午、午後2時～4時
自由入室
- 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
- 材料費 100円
(はがきサイズとA4サイズのシート2枚セット)

【身近な友達 寄生虫】【博物館講座(自然編)】

私たちの身の回りには、たくさんの寄生虫が潜んでいます。今回の講座では、そんな身近な友達である寄生虫を紹介します。対象は中学生以上ですが、小学生の参加も可能です(小3以下は保護者同伴)。
〈道民カレッジ連携講座〉

【講演会】

- 日 時 11月14日(土) 午後4時～5時30分
- 場 所 博物館2階 視聴覚室
- 講 師 片平 浩孝氏(北海道大学)
- 定 員 50名(先着順)
- 参加費 無料

【観察会】

- 日 時 11月15日(日) 午前9時30分～正午
- 場 所 博物館1階 修理室
- 講 師 片平 浩孝氏(北海道大学)
- 定 員 25名(先着順)
- 持ち物 汚れても良い服装、エプロン、ゴム手袋
- ※魚をさばいて、寄生虫を観察します。
- 参加費 100円(保険代として)
- ※キャンセルは11月11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。
- 募集期間
11月1日(日)午前9時30分～11日(水)午後5時
- 申込方法 お電話で博物館まで。

地域安全ニュース



児童虐待防止対策の推進

「もしかして」あなたが救う 小さな手

児童虐待事案は、取扱い事案が年々増加しており、尊い子どもの命が奪われるなどの痛ましい事件が後を絶ちません。



「しつけのつもり」は親の言い訳に過ぎません。子どもの立場に立って考え、児童虐待の早期発見をお願いします。

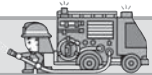
近所にこのような子どもや保護者はいませんか。

- ・子どもの泣き声や助けを求める声が頻繁に聞こえる
- ・子どもの身体に不自然な傷が多い
- ・親を異常に怖がる、顔色を窺っている。
- ・子どものいる前で親がよくけんかをしている
- ・子どもを長時間放置して外出する
- ・子どもを可愛がっていない、関わりを持とうとしない
- ・家の中にゴミが散乱し異臭がする
- ・長時間理由なく所在不明となる

児童虐待の疑いを感じたら、迷わずに児童相談所、警察、市区町村に連絡してください。

匿名でも構いません。あなたの連絡が児童虐待から子どもたちを救うことになります。

消防だより



季節の変わり目、こんな病気や事故にご注意を！

○寒暖の差が激しくなると、体には様々な影響が起きます

・気温差による危険な病気や事故

激しい気温差は急激な血圧の変化をもたらす、脳出血や脳梗塞、心筋梗塞などを引き起こす恐れがあります。

また、めまいにより転倒してけがをしたり、浴槽内で溺れる危険性があります。



・予防と対処方法

- 1 外出時は、体が急に冷えないように防寒対策をしっかりと行いましょう。
- 2 トイレや脱衣所などに暖房器具を置いて、室内の温度差をなくしましょう。
- 3 入浴時は徐々に体を温めて、体に負担をかけないようにしましょう。



〈問合せ〉

美幌消防署グループ救急担当 : ☎73-1446

交通安全メモ



「冬の交通安全運動」 11月11日(水)~20日(金)

【運動の重点】

- 高齢者の交通事故防止
- 凍結路面等のスリップによる交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 飲酒運転の根絶

《シルバー交通安全大会》~ご参加をお願いします~

- と き 11月18日(水) 10時~11時
- 場 所 びほーる
- 内 容 交通安全講話・交通安全宣言等・夜光反射材、まんじゅう配布

交通安全ポスター・作文コンクール作品展

- 展示期間 11月7日(土)~11月23日(月・祝)まで
- 展示場所 美幌博物館
- 展示作品 交通安全ポスター 429点
(小学校 326点・中学校 103点)
交通安全作文 121点(中学校)

これからの季節 こんなときは 滑りやすい！

- 日陰になっている？
日当たりの良いところは乾いていても、日陰部分の路面だけ凍っているかも。
- この路面、濡れているだけ？
本当はブラックアイスバーンかも…。特に、夜間や早朝は要注意です。
- 冷え込んだ朝の橋？
上下から冷やされる橋の上の路面は、凍っていることがあります。

平成 27 年町内交通事故状況(10月15日現在累計)

発生件数 30 件(前年比+8) 死者 0 人(前年比±0) 傷者 34 人(前年比+1)

消費生活相談



プリペイドカードで払わせる詐欺に注意

Q スマートフォンに入ったメールで『有料サイト未納料金約30万円を支払うように』と身に覚えのない請求をされた。心配で業者に電話をしたら『今日中に支払わないと裁判になる』と言われ怖くなり、言われたとおりにコンビニでプリペイドカード30万円分を買い、業者にファックスで記載番号を教えてしまった。よく考えたら不審に思う。返金してほしい。(30代 男性)

A 有料サイトなどの架空請求の支払い手段として、サーバー型プリペイドカードを購入させ、カード記載番号を聞き出す事が目的です。カード番号を伝えることは、全て価値を相手に渡した事になります。気づいてから取り戻すのは非常に困難かと思われれます。トラブルに巻き込まれないために、身に覚えが無いことなら、業者へ返信や連絡はしないことです。不審だなと思ったら消費者協会にご連絡ください。

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)

びほろっ子に学習習慣と生活習慣の確立を(1)

早寝 早起き 朝ごはん

初回は、児童生徒質問紙の回答から、生活習慣について調べてみました。

北海道教育委員会においても、望ましい生活習慣の確立のため、「早寝早起き朝ごはん」をスローガンに規則正しい生活を送るように取り組みを推進しています。町内の学校でも生活リズムチェックシート、生活リズムモンスター攻略ブックなどを使って取り組んでいますが、家庭での取り組みが大切です。

～学校教育グループ（内線302）～



グラフを分析してみると…

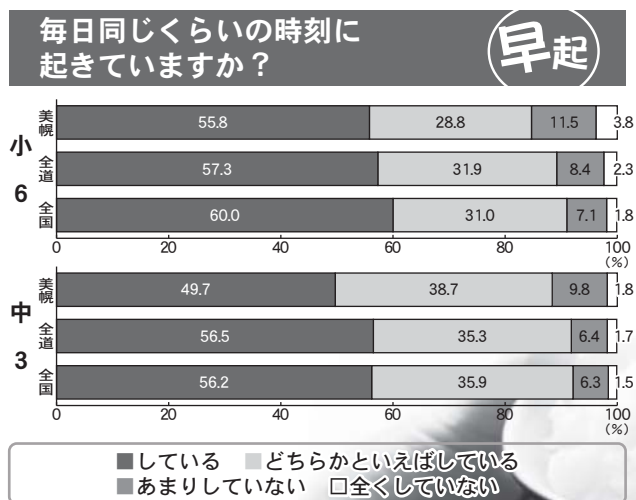
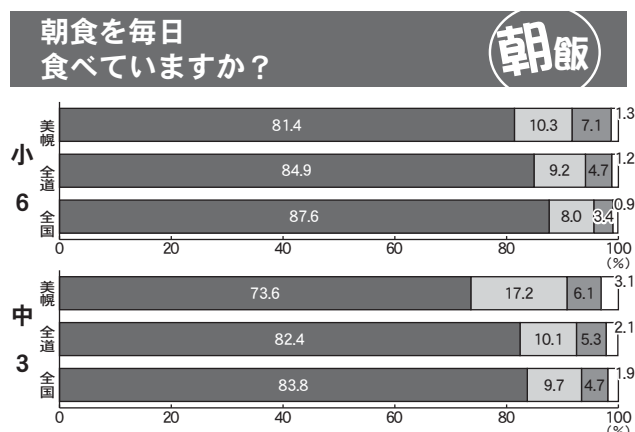
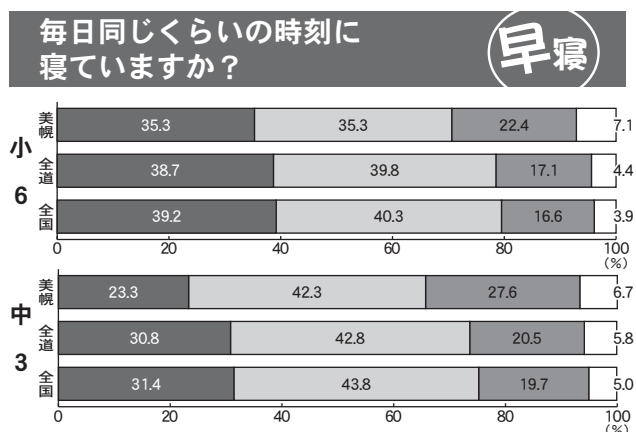
このグラフから、美幌町、全道、全国ともに同様の傾向にありますが、全国との差が大きかった「毎日同じくらいの時刻に寝ていますか」の質問に、「あまりしていない」「全くしていない」との回答が小6で9.0ポイント、中3で9.6ポイントと全国との比較差がみられます。また、「毎日、同じくらいの時刻に起きていますか」の質問に、「あまりしていない」「全くしていない」との回答が小6で6.4ポイント、中3で3.8ポイントと全国との比較差がみられます。

寝ている時刻を昨年度と比較してみると、平

成26年の調査では、小6でH26が25.6%、H27が29.5%、中3でH26が26.4%、H27が34.3%あったことから見ると、不規則になっている児童生徒が増えていることがうかがえます。

起きる時刻の調査では、同じくらいの時間に起きていない、又は、あまり起きていないと答えた割合は、小6でH26が15.2%、H27が15.3%とあまり変化はありませんでしたが、中3は、H26が6.4%、H27が11.6%とほぼ倍増していました。

「毎日、朝食を食べていますか？」の質問に対して、食べていない割合は、小6でH26が7.3%、H27が8.3%、中3でH26が6.3%、H27が9.2%と昨年よりも増加傾向にあります。



◆「早寝早起き朝ごはん」の3つの生活習慣はお互いに強い相関関係があります。寝不足で朝食抜きの生活は、授業にも集中できず、元氣よく体を動かすこともできません。学校ですっきりした状態で活動するには目覚めてから2時間は必要と言われています。元氣に1日を始められるよう、朝ごはんを食べて、しっかり活動できる状態をつくるのが大切です。



11月のCALENDAR

11月

1 (日)	美幌町文化祭〈作品展示3日まで、芸能発表「邦楽の部」〉
2 (月)	大正橋通行止（11月28日までを予定） P 14
3 (火)	美幌町文化祭〈芸能発表「洋楽の部」〉 10月号 P 22 美幌町表彰式 P 14
4 (水)	3歳児健診 P 25 悩み心配事相談（予約制） P 18
5 (木)	
6 (金)	青少年育成指導員等研修会 P 26
7 (土)	折り梅の会10周年記念フォーラム P 16
8 (日)	びほろこどもまつり P 25
9 (月)	定例行政相談（予約制） P 19
10 (火)	食品衛生に関するセミナー P 13
11 (水)	冬の交通安全運動（20日まで） P 30
12 (木)	
13 (金)	
14 (土)	ニッテン美幌精糖所を見に行こう P 16 「少年の主張」大会 P 26
15 (日)	プレミアム商品券発行 P 14
16 (月)	
17 (火)	
18 (水)	シルバー交通安全大会 P 30 女性のためのなんでも相談 P 19
19 (木)	
20 (金)	
21 (土)	
22 (日)	
23 (月)	
24 (火)	
25 (水)	4か月児・10か月児健診 P 25
26 (木)	健康相談（予約制） P 18 こころの健康相談（予約制） P 18
27 (金)	
28 (土)	長生きを楽しめるまちづくり講演会 P 16
29 (日)	
30 (月)	乳幼児相談 P 25

第66回美幌町文化祭

【作品展示】 11月1日～3日
【芸能発表】
11月1日
邦楽の部 正午～午後5時
11月3日
洋楽の部 午後1時～午後5時
場所：町民会館（TEL 73-4187）

11月の休日当番病(医)院

診療時間／午前9時～午後5時

- 1 (日)・・・丸玉産業津別病院／☎762121
- 3 (火)・・・田島医院／☎732035
- 8 (日)・・・美幌町立国保病院／☎734111
- 15 (日)・・・平間医院／☎721881
- 22 (日)・・・玉川医院／☎752780
- 23 (月)・・・美幌療育病院／☎733145
- 29 (日)・・・工藤医院／☎733356

11月の運転免許証更新時講習

会場／町民会館

- 11 (水)・・・優良 13:00～13:30
違反 14:00～16:00
- 18 (水)・・・一般 13:00～14:00
初回 14:30～16:30
- 25 (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27年9月末現在

人口	20,605人（＋ 4）
男	9,933人（＋ 6）
女	10,672人（－ 2）
世帯数	9,701世帯（＋ 8）

※（ ）は前月末との比較

平成27年10月1日から

「看護師等の届出制度」がはじまりました

保健師、助産師、看護師、准看護師の免許をお持ちで、お仕事をされていない方は「看護師等の人材確保の促進に関する法律」に基づき、北海道ナースセンターへ届け出ることが努力義務になりました。

また、届け出の方法については個人で届け出だけでなく、離職時の勤務先（病院、介護施設等）が離職者の同意を得て代行し届け出することもできます。

ナースセンターでは、離職者の状況に合わせた支援を行うことで、看護職としての切れ目のないキャリアを積むことができるよう支援します。

詳しくは、北海道ナースセンター（札幌市/月～金/9:00～17:00/電話011-863-6794）へ。

11月の納期

- 固定資産税（第4期）

- 国民健康保険税（第5期）

納期限 11月30日(月)

夜間納税窓口開設 11月30日(月)

午後5時30分～8時／納税担当（窓口⑨番）

支払いには、便利な口座振替を！