

S

広報さらべつ 9月号

Public Relations Sarabetsu 2013 vol.612

Sarabetsu



特集

健康増進室を利用しませんか

健康増進室を 利用しませんか



健康増進室では今年度、機器を1台新設し3台更新しました。若い方から高齢の方まで年齢に関係なく使える機器が揃っています。ほかにモストレッチ用マットやストレッチ用ポール、ダンベルなども設置しているため、機器だけでは補えない個所の筋肉を鍛えたりほぐしたりすることが可能です。また、室内は夏は涼しく冬は暖かい快適な運動環境です。ダイエットや健康増進はもちろん、肉體改造のためにもご利用ください。

健康増進室に設置されている機器の利用方法について、今年職員となった保健福祉課国保医療係三河周平主事と、福祉係臨時職員山本紗由里さんに紹介してもらいます。

私たちが紹介します



福祉係 山本 紗由里 職員
国保医療係 三河 周平 主事

ロアーバック



背中でバーを起し背中の筋肉を鍛えます

アブドミナル



バーを抱え前方へ倒しお腹の筋肉を鍛えます

トラディショナル ラットプルダウン

更新



肩甲骨を意識して行くと効果アップ！
バーを引き背中と腕の筋肉を鍛えます

トレッドミル& バイク

ご利用をお待ちしています



トレッドミルは、少し傾斜をつけると効果アップ！
どちらも有酸素運動の代表的なマシンです。

まずは一度ご利用ください

レッグカール



ひざを曲げてバーを上げ太もも後ろの筋肉を鍛えます

レッグプレス

更新



足を伸ばしイスを押し上げ太ももとお尻の筋肉を鍛えます



渡り廊下を通って右に曲がると健康増進室です



社会福祉協議会の前を通り福祉の里総合センターへ



老人保健福祉センター入り口で利用券を購入します

～健康増進室～

利用時間
9時00分～22時00分
休館日
毎週月曜日
利用料
1回 100円
共通回数券も利用できます
シーズン券
3カ月券 2,000円
半年券 3,500円
シーズン券は保健福祉課でお買い求めください。
中学生以下の方は利用できません
問い合わせ
保健福祉課保健推進係 ☎53-3000

Voice～利用者の声

60代女性
足腰の調子が悪かったのに、ここに通って体を動かすうちにすごく動きやすくなりました。仕事でも体を使っていますが、運動をするとまた違うんですね。

50代女性
一日中座り続ける仕事なので肩こりなどがひどかったのですが、ここで運動を続けるようになってからは快調です。半年間毎日通っても3,500円と格安なので使いやすいです。

20代男性
一人でも天気に関係なく有酸素運動や筋力トレーニングができるので便利です。利用後は温泉で汗を流して帰っています。

チェストプレス

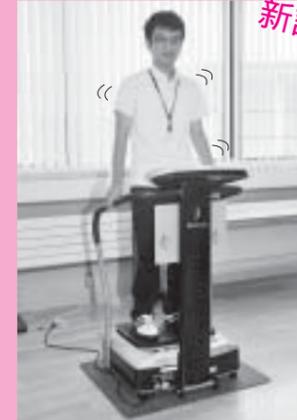
更新



ハンドルを押し胸と腕の筋肉を鍛えます

振動マシーン

新設



乗っているだけで体をほぐしたり、体幹を鍛えます



用意ができたなら運動スタート！
利用前にはストレッチや体調チェックも忘れずに

功 労 者 表 彰 式

September 1, 2013

開村記念日にあたる9月1日、村の自治や安全・安心な村づくりなどにご尽力とご貢献をいただいた方々の功績をたたえる村功労者表彰式が行われました。

式典では、木山幸則村議会議長をはじめ多くの来賓が見守る中、岡出村長が受章者へ表彰状と記念品を贈り「永年にわたり郷土を愛し、村の発展に貢献していただいたことに敬意を表し感謝を申し上げます。今後とも、皆様のこれまで培ってこられた豊富な知識と経験で村づくりにご指導・ご助言いただきますようお願いいたします」と挨拶。

受章者を代表して濱口幸信さんが「受章という栄誉をいただき、身に余る光栄です。永年にわたり務めることができたのも、地域の皆さんをはじめ、同僚や家族の支えがあったからこそです。この受章を励みに、今後も精進し、更別村の発展のため努力していきたいと思っております」と受章のお礼を述べられました。

自治功労者



濱口 幸信さん(柏町)

選挙管理委員会委員として多年にわたる功績



森 美佐子さん(錦町)

選挙管理委員会委員として多年にわたる功績



鈴木 淳子さん(上更別区)

選挙管理委員会委員として多年にわたる功績

教育文化功労者



石井 敬子さん(若葉町)

教育委員会委員として多年にわたる功績



感謝状

若園 登志さん
(東栄区)



母校に凱旋 夢について授業を実施

村出身のミュージシャンで3人組ロックバンド「ALVINO(アルヴィノ)」のボーカルとして活躍している翔太さんが、母校更別小学校で凱旋授業を行いました。

教員免許を持つ翔太さんが「子どもたちに夢を持って生きていってほしい」と開始した「夢の種プロジェクト」の一環。授業は体育館で行われ、特別ゲストとして舞台演出家であり俳優の田中優樹さんやFM JAGAの米澤愛さんらも参加。全校児童を前にゲストの皆さんが、夢をかなえて今日までに至る話を披露。その後、子どもたちは行き先の書かれていないきつぷに自分たちの夢を書き込み「虹色きつぷ」を完成させました。

最後に翔太さんから、十勝の子どもたちの夢から作った「虹色きつぷ」の生演奏をプレゼント。翔太さんは児童へ夢は将来挫折しそうになったときのガソリン。誰になんと言われようと自分を信じる大切だと大切だと言葉を送りました。



更 別 人

かがやきびと

翔太さん
Syouta

小学校4年生のときに更別小学校に転校して来て、高校卒業の18歳までを過ごす。大学生のときにアマチュアバンドとして活動。北海道のラジオ局のイベントでグランプリに輝く。2006年に「ALVINO」としてK.O.J.I、潤とともに活動を開始し、翌年メジャーデビューを果たす。現在、ラジオ局でレギュラー番組を持つなど、今後の活躍がますます期待されます。

今の生活にプラス10！！

適度な身体活動で健康生活

普段から適度に体を動かすことは、健康づくりにおいて欠かせません。しかし、平成23年の国民健康・栄養調査結果では、国民の約7割が運動習慣を持っていないという状況でした。

このたび厚生労働省が策定した「健康づくりのための身体活動基準2013」では、運動だけではなく日常生活の中で活動量を増やし、身体活動量の全体的な底上げをすることをすすめています。身体活動とは、スポーツやフィットネスなどの運動と、日常生活上の労働や家事に伴う生活活動を合わせたものをいいます。

忙しくてなかなか運動する時間がないという人でも、今の生活に活動量を10分増やすだけで生活習慣病のリスクを下げる効果があります。まずはあなたの身体活動量をチェックしてみましょう！

身体活動量の目標

身体活動量は「エクササイズ(Ex)」という単位で表します。例えば、歩行を20分や水中運動を10分などの運動や生活活動を行うと1エクササイズとなります。下の表を参考に1週間の身体活動量をチェックしてみましょう。

18 ~ 64 歳:歩行またはそれと同等以上の強度で、合せて1週間に23エクササイズの活動をしましょう。
そのうち4エクササイズは息が弾み汗をかく程度の運動を組み合わせてみましょう。(例:ジョギング40分、ゴルフ1時間(休憩は除く))

65 歳 以上:強度を問わず1週間に合わせて10エクササイズの活動をしましょう。
持病のある人:病状によって異なります。医師・保健師に相談しましょう。

やってみよう！
身体活動量チェック

これで1エクササイズ！

運 動	強度	生活活動
軽い筋トレ20分、自転車エルゴメーター20分、バレーボール20分	弱	歩行20分、床掃除20分、風呂掃除20分、洗車20分
速歩15分、ゴルフ15分、水中運動15分、卓球15分、太極拳15分、ラジオ体操15分		自転車15分、子どもと遊ぶ(立位)15分、犬の散歩15分、介護15分、庭仕事15分
軽いジョギング10分、ゆっくり水泳10分、エアロビクス10分	強	階段昇降10分、スコップで雪かき10分、家財道具の移動10分
サイクリング(時速20km)7~8分、ランニング7~8分		重い荷物を運ぶ7~8分、農作業(干草をまとめる)7~8分

速歩30分と床掃除20分した場合
2エクササイズ+1エクササイズ=3エクササイズ

1週間の身体活動量
チェックシート

	活動内容	運動	生活活動	合計
月		Ex	Ex	Ex
火		Ex	Ex	Ex
水		Ex	Ex	Ex
木		Ex	Ex	Ex
金		Ex	Ex	Ex
土		Ex	Ex	Ex
日		Ex	Ex	Ex
合 計		Ex	Ex	Ex

あなたの身体活動量はいかがでしたか？
今の生活に「プラス10(テン)！」
10分多く体を動かしてみましょう。

つながり続ける友情の絆



7月26日



東松島市へ出発だ！しかし濃霧で飛行機は仙台空港に着陸できず千歳に1泊

更別村と東松島市の児童が交互にお互いのまちを訪問交流する子ども交流事業の一環として、平成3年から始められた「海と大地」子どもふれあい交流は今年で23回目。昨年は村の子どもたちが東松島市へ訪問する予定でしたが、東日本大震災からの復興途中であることから村が受け入れたため、今年は2年ぶりの訪問となりました。

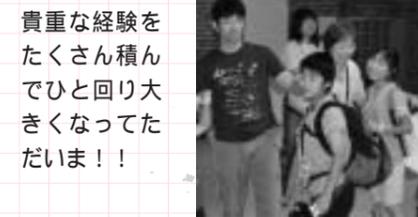
7月26日から4日間、村内の小学5・6年生、中学1年生合せて22名が友好姉妹都市の宮城県東松島市でさまざまな交流を行いました。交流事業の柱であった民泊は今年も見送られているものの、東松島市の子どもたちと一緒に共同宿泊し共同体験したことで子どもたちの絆はより強いものとなりました。

初日から思いもよらぬ出来事もありましたが、アクシデントを乗り越えたと子どもたちの、元氣溢れる交流の様子の一部を紹介します。

7月29日



みんな笑顔のハイタッチでお別れ。次は更別村で会おうね。



貴重な経験をたくさん積んでひと回り大きくなってください！！

7月28日



1お祭りでヨサコイを披露2仲良く太巻きづくり3お別れパーティーの様子

7月27日



1友情の1歩目Tシャツ交換2縄文文化を勉強3知恵を出し合い班旗を制作

活用しませんか

ふるさと融資制度

村では地域振興や企業誘致を促進するため、村内に工場などを新設・増設するみなさんへの各種制度を整備し支援を進めています。
このたび、新たに支援を強化することから、ふるさと財団が行うふるさと融資制度を活用できるようになりました。

した。ふるさと融資とは、地域振興に取組む方への支援を目的とし、村が融資を受けた方の利息分を負担する融資制度です。新しい事業に取り組みようと考えている方は、企画政策課政策調整係(☎52・2114)へご相談ください。

対象者
法人格を有する民間事業者
地域振興に資する民間事業
次の要件を満たしていることが必要です

- 公益性や事業採算性、低収益性などの観点から実施される事業
- 5人以上の新規雇用者が見込まれる事業
- 再生可能エネルギー電気事業の場合は1人以上確保が見込まれる事業
- 用地取得費を除く設備投資の総額が2500万円以上の事業
- 用地取得を伴うものについては、契約後5年以内に営業が開始される事業

限度額
設備投資の資金の45%で1億5千万円を限度とします
(各種補助金を活用する場合はその額を除きます)

融資期間
15年以内
(うち据置期間5年以内)

償還方法
毎年2回
(半年ごとの元金均等返済)

利率
無利子
(融資の保証料は事業者の負担)

連帯保証
民間の金融機関の連帯保証が必要で

風俗営業や宅地のような売却・分譲を目的とした事業は対象となりません

住宅・土地統計調査にご理解とご協力を！！

今年5年に一度の住宅・土地統計調査を行う年です。この調査は、10月1日を基準日として、全国約350万世帯の方々を対象に行う住生活に関する最も基本的で重要な調査です。抽出により調査対象となった方には、統計調査員が調査世帯へお願いに伺いますので、ご協力をお願いします。また、今回の調査からインターネットによる回答もできるようになりましたのでご利用ください。
問い合わせ
住民生活課広報統計係 ☎52 - 2112



消火器の破裂事故にご注意を

最近全国で、腐食や老朽化した消火器を操作したことで破裂し、けがをする事故が相次いで発生しています。消火器の本体などにさびや腐食、変形があるものを使用したり分解したりすると、破裂事故を招く恐れがあり大変危険ですので、そのような行為は絶対に行わないでください。
また、古くなった消火器を処分する場合には、購入先や消火器販売店などに廃棄処理(有料)を依頼してください。(消防署では回収を行っていません。)
問い合わせ
南十勝消防事務組合
更別支署予防グループ ☎52 - 2201



農村地区の合併処理浄化槽を村が設置します

村では農村地区を主な事業地域として、快適な生活環境づくりをめざし、住宅の浄化槽の設置と管理を村が行う合併処理浄化槽設置事業を推進しています。

公共水域の水質汚濁を防ぎ、安心・安全な生活環境を維持するためにも合併処理浄化槽の設置をご検討ください。

対象地域
更別・上更別市街を除く地域
住宅新築を伴う場合
工事のスケジュール調整のため、早めの申し込みをください。
問い合わせ
建設水道課上下水道係 ☎52 - 5200

規模別料金表

人槽	使用料(月額)	受益者分担金(5年払)	
		1期当り(年4回)	総額
5人槽	4,000円	5,500円	11万円
7人槽	4,500円	7,000円	14万円
10人槽	5,100円	9,000円	18万円

使用を開始した翌月から表の金額を定額で納付することになります。
受益者分担金は合併処理浄化槽を設置した翌年度から納付が始まり一括払いも可能です。

戦没者等の妻の方々へ

特別給付金のご案内

「戦没者等の妻に対する特別給付金」は、先の大戦において夫を失い、大きな痛手を受けるとともに、経済的困難とも闘ってこられた皆さまの「苦勞」に対し、国として慰籍の気持ちを表すために、昭和38年から記名国債として支給しているものです。
このたび、特別給付金を支給する法律が改正され、以下「のいずれかに該当する方々に支給されることになりましたので、手続きをお願いいたします。」
請求期間を過ぎると時効となり手続きができなくなりますので、お早めにお願ひします。

戦傷病者の妻として、第十八回特別給付金国債または、第二十回特別給付金国債を受給されていた方
【移行支給】
平成15年4月1日から平成18年9月30日までの間に、戦傷病者である夫が公務又は勤務に関連した傷病で亡くなられた場合に支給されます。
これらの国債を時効により受け取ることができなかった方も対象となります。
請求期間 平成25年10月1日～平成28年9月30日

戦没者等の妻として、第二十二回特別給付金国債「い号」を受給していた、または受給権のあった方
【継続支給】
平成25年4月1日現在、恩給法による公務扶助料・特例扶助料、または戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金・遺族給与金を受給している場合に支給されます。
この国債を時効により受け取ることができなかつた方も対象となります。
請求期間 平成25年6月12日～平成28年6月13日

新たに戦没者の妻になられた方
【新規支給】
平成15年4月1日から平成25年3月31日までの間に、夫が公務又は勤務に関連した傷病で亡くなられたことにより、その妻が恩給法による公務扶助料・特例扶助料、または戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金・遺族給与金の受給権を得た場合に支給されます。
請求期間 平成25年10月1日～平成28年9月30日
問い合わせ
住民生活課住民活動係 ☎52・2112



すももを使った商品開発に取り組んでいる更別農業高校で、今年度の加工に使用する原料を収穫しようと同校の1年生52名がすももの里を訪れました。

4グループに分かれた生徒たちは、赤く熟しはじめた実を2時間で約330キロ収穫。この日収穫したすももは10月に開催されるさらべつ大収穫祭でヨーグルト飲料やデニッシュパン、焼ドーナツなどに加工し販売される予定です。

収穫作業を終えた三浦萌美さんは「今年は1年生なので加工はできませんが、来年は加工分会に所属してすももパイを新しく作ってみたい」と話してくれました。

8/20 更高中生がすももを収穫



村商工会と村どんぐりスタンプ会の共催で、第6回「夏！さらべつビアガーデン」を役場前駐車場で開催しました。

この日は最高気温が24.3度と最高のビール日和とはなりませんでした。たが、たくさんの方が冷たいビールを目当てに会場。屋台では商工会員の皆さんが出店され、焼き鳥やソーセージを焼く香ばしい匂いが溢れ、行列が出来るほどの大盛況。ステージではアマチュアバンドによる演奏や抽選会が行われました。

来場者は、ビールを片手に仲間たちと夏の一夜を大いに楽しんでいました。

8/2 夏の夜はみんなで乾杯

社会福祉法人博愛会が運営するコムニの里さらべつで、コムニの里さらべつ夏祭りが開かれ、出店やステージショーなどを楽しみに約150名が来場しました。

会場ではたこ焼きやうどんなどが用意され、施設利用者や地域の皆さんが美味しく食べている姿が見られました。

ステージショーでは、沖縄をこよなく愛するサークル「美ら風ちゅらかじ」やフラダンスサークル「ピカケレー」などがダンスや演舞を披露。コムニの里職員によるダンスパフォーマンスではアンコールの音が沸きあがるほど、会場は大いに盛り上がりました。

9/1 コムニの里で夏祭り



阿部義昭施設長は、「いつも地域の方にお世話になっているので、少しでもみなさんに恩返しができるうれしいです」と話していました。

8/26 園児みんなで収穫体験



村内幼稚園の畑で、園児がJA青年部と協力し収穫体験をしました。

更別幼稚園では、部長の渡邊浩明さんと部員7名と一緒に春に植えたじゃがいも、枝豆、ミニトマトを収穫。はじめに園児はジャガイモ掘りを体験。次々に姿を現すジャガイモに目を輝かせていました。

収穫後、渡邊部長は「今日とった野菜の話や家の人と晩御飯のときに話してください」と挨拶。園児は「いっぱいとれたよ。お母さんにカレーにしてもらうんだ」と笑顔で青年部員と話していました。枝豆、ミニトマトはこの日の給食でさっそく味わい、収穫したジャガイモは園児が袋にいっぱいに詰めて持ち帰りました。



夏休み中の児童の学習の手助けを目的として、村教育委員会と村内の小中学校が共催で、更別村どんぐり塾が開催されました。

この日は農村環境改善センターに15名の小学生が参加し、講師役は更別小学校の仲教頭と教育委員会職員が務めました。児童はいつもの学習環境と違うため、はじめは戸惑った様子でしたが、徐々に集中し夏休みの宿題に取り組んだり、用意された国語や算数の問題を次々に解いていました。

参加した児童からは、わからない問題もひとりで悩まずに先生や友達に聞くことができてよかったと話してくれました。

8/12 大道芸に驚きの連続

たんぼの会(白岩聖子代表)が、地域の方に会の活動をもっと知ってもらう目的で、8月12日から1泊2日の「家族キャンプ」を更別小学校で開催しました。

子どもたちは、パン舎の吉田美佐子さんとパンづくりに挑戦。1人5個づつ渡されたパン生地にあんこやレーズンなどを丁寧にトッピングし、おいしいパンを焼き上げました。

その後、子どもたちが待ちに待った大道芸パフォーマンスショーが開演。ショーは地域の方々も一緒に観覧し、大道芸人Kuroroさんが披露するボールや箱などを使ったジャグリング、手品などに子どもたちは驚きの声を上げていました。

8/5 どんぐり塾を開講



地域の若者が主体となった実行委員会を中心に手づくりで行われている上更別豊年踊りが、上更別福祉館で開催され、子ども部、大人の部とそれぞれ多くの人が、太鼓の音色とともに踊りの輪を広げました。

会場では上更別の商店の皆さんが中心になって屋台も出店。食欲をそそる匂いが会場を包み、出店ではたくさんの方が焼き鳥やおでん、うどんなどを買い求めました。

及川純会長は、小さい時から欠かさず毎年来ていますが、こんなに踊り子さんがあるのは久しぶり。みなさんの笑顔が見られてパワーをもらっています。今年も収穫作業を頑張れそうです」と話してくれました。

9/1 豊作を願い豊年踊り



村商工会青年部が主催する48回目の「どんぐり村の盆踊り」が開催され、役場前の特設会場には大勢の皆さんが集まりました。

開始時刻の午後6時には、色鮮やかな浴衣を着た子どもたちが集まりはじめ、太鼓の音色とともに子ども盆踊りがスタート。スッチョイサ踊り、大人の部の浴衣踊りと続き、踊り子の皆さんはやぐらの周りを華麗に舞いました。

お盆休みで帰省している方たちも多数来場し、久しぶりに会う友人同士やお孫さんと過ごす方など、会場にはたくさんの方の笑顔が溢れていました。

8/14 どんぐり村の盆踊りを開催



お知らせ

交通事故死ストップ 十勝百日作戦が9月スタート

例年9月から11月までの3カ月間は秋の行楽期シーズンや農作物の輸送繁忙期が重なるなどにより、交通量が増え、重大事故が多発する傾向にあります。十勝総合振興局と管内市町村、警察署などの関係機関では9月1日から11月30日までの期間、交通事故死ストップ十勝百日作戦を展開します。日頃から交通ルールを守り、悲惨な交通事故を防ぎましょう。

～作戦の重点～

- 輸送繁忙期の交通事故防止
 - 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
 - 子ども・高齢者の交通事故防止
 - 交差点の交通事故防止
 - スピードの出し過ぎ防止
 - 居眠り運転による交通事故防止
 - すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - 凍結路面等のスリップ事故防止
 - 飲酒運転の根絶
- 問い合わせ
役場住民生活課住民活動係

☎52 - 2112

法務局なるほど講座を開設

法務局では住民の皆さんに法の役割や重要性について考えていただくきっかけとして『法務局なるほど講座』を開設します。

- 日時
10月6日(日)10時00分～15時00分
- 場所
釧路地方法務局帯広支局
帯広市東5条南9丁目1番地1
- 講座内容
遺言について
相続手続きについて
- 問い合わせ
釧路地方法務局帯広支局総務課

☎24 - 5823

全国一斉！ 法務局休日相談所を開設

法務局では、登記・供託・戸籍・人権擁護事務などの業務に関する相談として、相続、登記手続き、土地の境界問題、遺言、成年後見、いじめや児童虐待、高齢者に対する介護の虐待、女性に対する暴力といった人権に関する困りごと、心配ごとなどのご相談をお受けする『全国一斉！法務局休日相談所』を開設します。相談担当者は、公証人・司法書士・土地家屋調査士・人権擁護委員・法務局職員です。相談は無料で秘密は守られますのでお気軽にご利用ください。

- 日時
10月6日(日)10時00分～15時00分
- 場所
釧路地方法務局帯広支局
帯広市東5条南9丁目1番地1
- 問い合わせ
釧路地方法務局帯広支局

☎24 - 5823

全国一斉「子ども人権110番」 強化週間の実施について

国会において「いじめ防止対策推進法」が成立しました。この法律は、いじめ防止、いじめの早期発見やいじめへの対処のための対策の基本となる事項などを定めた法律です。

そこで、法務省の人権擁護機関では「いじめ防止対策推進法」の施行に合せ、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。

- 実施期間
9月30日(月)～10月4日(金)
- 子どもの人権110番
0120 - 007 - 110
- 開設時間
8時30分～19時00分
- 相談担当者
主に子どもの人権に関わる問題を専門に扱っている子ども人権委員が対応しますが、人権擁護委員などが対応する場合があります。
- 問い合わせ
釧路地方法務局人権擁護課

☎(0154)31 - 5014

無保険での運行は犯罪です！

交通事故での死亡者数は年々減少傾向にあるものの、平成24年の事故発生件数は約67万件、死傷者数は約83万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなりえる極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべての自動車の保有者に、自動車1台ごとに加入が義務付けられており、基本的にすべての加害者の賠償責任を担保するとともに、すべての被害者の基本的な賠償を補償する制度であり、被害者の保護を目的としています。

一人ひとりが、より一層自賠責制度の役割・重要性や、保険金・共済金の支払の仕組みなどを十分に理解・認識することがとても重要です。

- 問い合わせ
国土交通省北海道運輸局帯広運輸支局
☎33 - 3286

高次脳機能障がい者を支える 家族の交流会の開催

ご家族が悩みを1人で抱えず、大変な気持ち、つらい思いが少しでも楽になり、支援関係者や他の家族とのつながりを持つきっかけとして家族交流会を開催します。

例えば、高次脳機能障害について疑問に思っていること、実際に不安に思うことや家族としての対応に困ったり悩んでいることなどを他の家族の方と話してみませんか。

- 日時
9月20日(金)15時00分～17時00分
- 場所
帯広保健所会議室
- 対象者
高次脳機能障がい者のご家族
- 内容
講話、活動紹介、交流会
- 問い合わせ
帯広保健所健康推進課精神在宅支援係

☎26 - 9014

帯広リハビリテーション 講習会を開催

帯広リハビリテーション講習会実行委員会では、次のとおり講習会を開催します。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

- 日時
10月6日(日)13時00分～
- 場所
ベルクラシック帯広
帯広市西2条南35丁目
- 内容
～『そだち』中の高次脳機能障害者支援～
- 1部 講演
テーマ
『学齢期の高次脳機能障害者支援とリハビリテーション』
- 2部 シンポジウム
テーマ
『帯広十勝では』

学齢期の高次脳機能障害者の生活の問題点を理解し、就学就労を含め、生涯にわたる生活支援をする関係機関の協力体制をどう作るかを学習する。

- 参加対象
障がいをお持ちの当事者と家族、医療・福祉・行政の関係者など
- 参加料
無料

- 問い合わせ
実行委員会事務局
脳外傷友の会コロポックル道東支部
☎24 - 6974

資産税の個別相談

帯広税務署では、相続税・贈与税・譲渡所得の個別相談を実施しています。年内の事前予約による相談日は次のとおりです。ご理解とご協力の上ご利用ください。

- 相談日
9月17日(火)
10月7日(月)、10月21日(月)
11月5日(火)、11月18日(月)
12月2日(月)、12月16日(月)
- 問い合わせ
帯広税務署
☎24 - 2162

募集

道立高等技術専門学院などの 訓練生を募集

道立高等技術専門学院と障害者職業能力開発校は、就労に向けて技能や技術の習得を目指す方を対象とした公共職業能力開発施設です。道立高等技術専門学院はものづくり関連科目の技能・技術を学び、障害者職業能力開発校は障害の態様に応じて就労に必要な技能・技術を学ぶことができます。

訓練科目や定員などの詳細は、ホームページをご覧ください。各地域にある高等技術専門学院にお問い合わせください。

募集種目	募集資格	募集期間	試験日
高等技術専門学院	推薦選考	11月1日～11月20日	12月2日
	一般選考	11月21日～12月15日	12月20日
障害者職業能力開発校	一般選考	11月1日～11月20日	12月2日

- 問い合わせ
北海道立帯広高等技術専門学院
☎37 - 2319

自衛官を募集します

募集種目	募集資格	募集期間	試験日
防衛大学校学生	高卒(見込含)21歳未満	9月5日～9月30日	1次 11月9日 10日
		平成26年1月22日～1月31日	1次 3月1日
防衛医科大学校 医学科学生		9月5日～9月30日	1次 11月2日 3日
防衛医科大学校 医学科学生 (自衛官コース)		9月5日～9月30日	1次 10月19日

- 問い合わせ
帯広市西5条南14丁目NCサウスビル
自衛隊帯広募集案内所 ☎23 - 8718

国民年金

専業主婦(夫)の 年金が改正されました

平成25年7月1日から専業主婦(夫)の年金が改正され、サラリーマンの夫が退職した際などに年金の切り替えの手続きが遅れたため、保険料が未納となっている主婦が手続きをすることにより、場合によっては年金を受け取れるようになりました。

夫が会社を退職した場合や妻自身の年収が増えたときなどは、手続き(第3号被保険者から第1号被保険者への変更届)をして保険料を納めなくてはなりません。この手続きが2年以上遅れたことがある方は、2年以上前の保険料を納付することができないため、保険料の「未納期間」が発生します。

このような方が手続きをすることにより、「未納期間」を「受給資格期間」に算入することができるようになりました。

() 妻がサラリーマン、夫が専業主夫の場合も同様です。

主婦年金からの切り替え手続きが2年以上遅れたことがある方は、今すぐお問い合わせください。

65歳以上の方は、お問い合わせが遅れると年金の受け取りも遅れます。

65歳未満の方は、障害・遺族年金を受け取りやすくなります。

- 問い合わせ
住民生活課戸籍窓口係 ☎52 - 2112

税

固定資産税第2期、国民健康保険税 第3期納期限は9月30日(月)

納税には便利で確実な口座振替をご利用ください。

- 問い合わせ
役場住民生活課資産税係・住民税係
☎52 - 2112

声のテーブル～公聴ハガキをいただきました～

質問
 プールの利用者が少ないので残念です。夜9時までの開館にすると他町村からも通える人が増えるのではないのでしょうか？以前の夜9時まで開館していたときは中札内村や大樹町からの利用者もいたように記憶しています。ほかにも例えば開館時間を遅くすることで夜の9時まで開館することはできないのでしょうか？
 プールで泳ぐ人だけではなく歩く人もいますので、歩けるプールのイメージを強調すると歩こうとする年配の方や水深の深いところが苦手な方も利用いただけるのではないのでしょうか？
 年配の方向けのアクアピクスもあったほうが良いと思います。体力がある程度ないといっていくのが大変です。

回答
 いつもコミュニティプールをご利用いただきありがとうございます。今回お寄せいただいたご質問についてお答えいたします。
 について
 平成23年度まで7・8月のみ午後9時まで開館していましたが、午後8時以降の利用者が1日平均1～2名(利用者がいない日もありました)と非常に少なかったことから、平成24年度より、7・8月の開館時間も午後8時までとさせていただきます。また、開館時刻を遅くすることについても、学校などの授業で利用していることから難しい現状であることをご理解ください。
 について
 教育委員会としても、幅広い世代の方に健康増進のためプールをご利用いただきたいと考えています。開設する講座の内容について、今回いただいたご意見も踏まえ、今後も検討していきますので、引き続きご利用いただきますようお願いいたします。

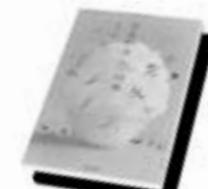
コミュニティプールを無料開放します



日頃の利用に感謝の気持ちを込めて、9月29日(日)にコミュニティプールを無料開放します。どなたでも使用料はかかりませんので、この機会にぜひご利用ください。また、今季のプールは9月30日(月)で閉館します。

開館時間
 午前10時～午後8時 火曜日休館
使用料(1日)
 大人300円、高校生200円、小中学生100円
 (村内に居住する高校生以下の方、更別農業高校生は免除)
問い合わせ
 教育委員会事務局社会教育係 ☎52-3171

農村環境改善センター 今月の図書室 おすすめ本

<p>今森光彦の昆虫教室 とりかた・みつけかた 今森 光彦 / 著</p>  <p>昆虫採集は日本の子どもの「あそびの文化」。採集のコツをていねいに解説。今日からきみも虫取り名人です。</p>	<p>あなたのお葬式 川上 知紀 / 著</p>  <p>葬儀屋さんの言いなりで、後悔や損をしないための本。創業130年超の老舗葬儀屋5代目社長が書きました。</p>	<p>ひんやり氷の本 前野 紀一 / 著</p>  <p>読んでいるだけでひんやり楽しい。いつもの氷が特別に感じる一冊。</p>
--	---	--

更別農業高校が大活躍

東北北海道学校農業クラブ連盟主催の第43回技術競技大会で、農業鑑定競技種目の農業の部で細矢恭平君が更別農業高校として平成20年以來5年ぶりの最優秀賞、生活科学の部で佐藤孝早さんが最優秀賞、鹿又紗希さんが優秀賞、家畜審査競技種目の乳牛の部で平野伶君が優秀賞、農業情報処理競技の種目で吉田奈瑠美さんが優秀賞をそれぞれ受賞しました。技術競技大会とは各競技種目の基礎知識に関する問題や計算問題、実際に机に置かれたものを見て答える問題などを解いていき正答数を競う大会です。さらに第33回全道意見発表会で竹内寿斗君が平成18年以來7年ぶりに優秀賞を受賞と、この夏は更別農業高校が大活躍を見せました。



この結果に担当の八木先生と増田先生は、生徒が日頃からさまざまなことに興味関心を持ち生活している結果。みんなが競争意識をもって高めあっているため、こんなにたくさんの方が各賞を受賞できたのではないのでしょうかと生徒たちの活躍に目を細めていました。細矢君、佐藤さん、鹿又さんの3名は10月23日から埼玉県で開催される全国大会に出場し、竹内くんは全道の職業科の生徒が集まり10月8日に江別市で開催される北海道高等学校産業教育意見・体験発表大会に出場します。全国大会での活躍も期待される細矢君は、3年間勉強してきたことをすべて出し切れるように頑張ります。開催地の当地問題が出されるのが予想されるので、埼玉県の農業についても勉強して臨みたい」と抱負を述べました。



東北北海道技術競技大会に参加して農業科3年 細矢 恭平
 私は農業鑑定競技(農業)に参加し、念願の最優秀賞を獲得することができました。今までの3年間、練習に力を貸していただいた先生方、先輩方には感謝の気持ちでいっぱいです。大会には18名が参加し、出場した種目すべてで入賞するという好成绩を残すことができました。農業鑑定競技(農業)でも後輩たちが頑張っていました。残念ながら入賞は自分一人でしたが、彼らや今まで自分を支えてくれた人たちのためにも、そして自分自身のためにも、10月に埼玉県で行われる全国大会で最優秀賞を勝ち取れるよう、今後も学習を続けていきます。



全道意見発表大会に参加して農業科2年 竹内 寿斗
 夏休みから先生方に指導していただき、全国大会を目指して大会に挑みました。大会では先輩たちの発表を聞いて少し緊張しましたが、練習の成果を出し切れました。また、さまざまな発表を聞くことができたので良い体験となりました。結果は優秀賞で全国大会の出場権は獲得できませんでしたが、10月8日に江別高校で行われる北海道高等学校産業教育意見・体験発表大会の出場権を得ることができました。来年こそは全国大会への切符を手に入れられるよう今から頑張りたいと思います。ここで得た経験を今後の学校生活に活かしていきます。

更別農業高校 ニュース

戸籍の窓口

希望者のみ掲載

誕生おめでとう

おい かわ とつ や
及 川 統 矢ちゃん
晃 幸・亜 紀(曙 町)
保護者敬称略

お悔やみ申し上げます

宗 宮 明 さん 90歳
(香 川 区)
高 久 幸 子さん 90歳
(北 更 別 区)

訂正とお詫び

広報さらべつ8月号で誤りがありました。訂正しお詫び申し上げます。
16ページ「お悔やみ申し上げます」
(誤)星山英男さん(勢雄区)
(正)星山英男さん(北更別区)

人のうごき

人 口

3,383人(+4人)【内外国人9人】
男1,674人(±0人)
【内外国人4人】
女1,709人(+4人)
【内外国人5人】

世帯数

1,292世帯(+1)
【内外国人4世帯】
8月1日現在。()内は前月比。

地域安全ニュース

更別村の交通死亡事故死ゼロ記録
62日(8月31日現在)

8月の村内交通事故件数
3件(人身0件 物損3件)
【今年1月からの計32件】

8月の村内犯罪発生件数
3件
【今年1月からの計6件】



よしね
吉根
りゅうせい
琉生くん
平成24年9月9日生
曙町

わが家の次男「琉生」です。兄ちゃん大好き。兄ちゃんのやる事はすべてやりたいやんちゃさんです。これからも兄弟仲良く、優しい心を持って元気に育ってね。

雄介・佑香利



せきじょう
赤城
なち
那智ちゃん
平成24年9月27日生
花園町

だっこされるの大好き。お姉ちゃんに体を洗ってもらうのも、お兄ちゃんのカードをなめるのも大好き。何をしても可愛いよ。素直な心の優しい子になあれ!

宜生・由美



こばやし
小林
かなた
奏太くん
平成24年9月18日生
曙町

初めまして、小林奏太です。最近リモコンから電池を取り出したリ、扇風機を押し倒したり、好奇心旺盛に育っています。これからも元気いっぱい明るく育ってね。

靖央・紗季子



みなさんの
素敵な作品を
お待ちしております

いししま
飯島
ひろと
弥人さん
曙町



広報さらべつ 9月号

Public Relations Sarabetsu 2013 vol.612

平成25年9月10日発行(vol.612)

更別村役場 住民生活課

〒089-1595

北海道河西郡更別村字更別

南1線93番地

☎0155(52)2111(代表) ☎0155(52)2812

ホームページ <http://www.sarabetsu.jp/>

Eメール(代表) village-office@sarabetsu.jp



9月1日、五穀豊穡や家内安全を祈願する更別神社秋季祭典が行われました。祭典ではさらべつ三五四(みこし)会員が中心となりみこしを担ぎ、「ワッショイ」の掛け声とともに更別の市街を練り歩きました。小学生が担ぎ手となる子どもみこしでは、法被を着た子どもたちが大人に負けじと大きな声で「ワッショイ」と元気よく練り歩きました。

表紙の風景