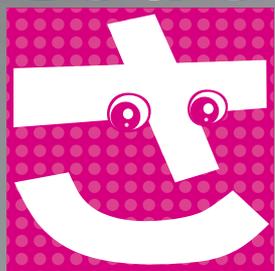


こうほう



Kouhou

Sarabetsu

らべつ

2012

3

No.594

みんなの

心

に

灯

りをともそう。

特集 私たちを守る診療所

特集

私たちを守る診療所

北海道家庭医療学センターと業務提携をしてから10年が経ちました。私たちは今、診療所に守られ、安心して生活することができています。



田医療業務提携から10年

更別村では、平成12年に村に在住する医師が不在となり、大きな病院から臨時で医師を派遣してもらった。住民の皆さんは大きな不安を抱えて生活することを余儀なくされていました。

この状況を打開するために、日本国内で初めて家庭医養成施設として設立された北海道家庭医療学センターと、平成13年に医療業務提携を結び、これまでの医師1名体制から2名体制になりました。

業務提携では、更別村の住民に対して家庭医療科による診療が継続的に提供されることとともに、更別村が家庭医を志す医師の育成に協力することが謳われています。

この業務提携から10年が経ち、医師不足が全国的な問題となっている中で、更別村国民健康保険診療所(以下、診療所)では、後期研修医を含めて計4名の医師が常勤しています。また、これまで村に赴任した医師の数は28名を超えており、道内をはじめ、全国各地の医療現場で家庭医として活躍しています。このように多くの医師の皆さんと、村が繋がりを持てたことも今後の更別村医療において大きな財産となっています。

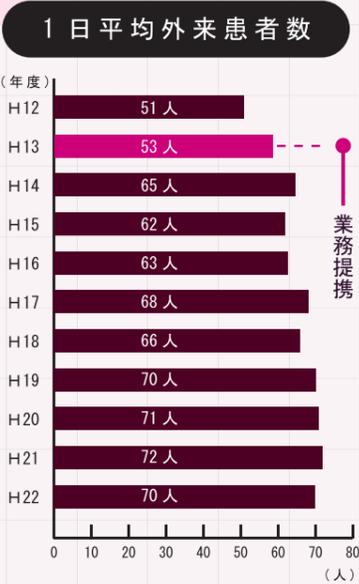
田村に根ざした診療所

家庭医療専門の医師は、住民ひとりひとりに対して個別的な診察をしていきます。分かります。分かります。町医者の存在です。初期診療(プライマリケア)をし、疾患の診察のみではなく、病気を持つ人間として総合的に判断します。そこには本人の問題だけではなく、家族、広く言えば地域の問題などを含めて診察していきます。

また、診療所の医師は、各事業所の産業医や村内保育園・幼稚園・小学校・中学校・高校と全ての教育機関の学校医(福祉施設)の医師として診察しています。村の皆さんの健康問題を保健福祉担当者と共に探り、地域の保健・福祉との連携も強め積極的に村に根ざした診療が行われています。

■増える患者数

家庭医の診療が徐々に地域に受け入れられるようになっていき、それとともに診療所の患者数が多くなっています。外来は1日当たり平成12年度に51人だったものが、平成17年度に68人、平成22年度には70人。村の皆さんが診療先として診療所を選択し、村民多くの皆さんのかかり付け医となっています。



■安心して暮らすために

予防接種の広がりや小児医療の充実、インフルエンザの予防接種料金は、平成13年度に一律2千900円でしたが、翌年から値下げを繰り返し、今年度は13歳未満と65歳以上の方が1千円、そのほかの方が2千500円と大幅に値下げをしています。これは、予防接種の大切さを知ってもらい、多くの皆さんに接種してもらったためです。そして、インフルエンザに限らず、法定・任意の予防接種にも積極的に取り組んでいます。

また、診療所では乳幼児の健診もしています。更には、近隣町村の乳幼児健診も行い、広域での協力もしています。小児科医不足が問題となっている中で、診療所の医師が乳幼児に対して健診ができるということは、そこに暮らす家族にとって、とても心強いものになっています。

高齢者のケアと地域の健康づくり

高齢者の身体機能障害の回復を目的に理学療法士を配置し、近隣の町に行かなくても村内でリハビリテーションができるようになりました。また、在宅のケアでは、ケアマネージャーなどとも連携を密にして高齢者の抱えるたくさん問題に対応しています。

お年寄りにかかわらず村民の皆さんが健康な体でいられるよう地域の健康づくりに力を入れています。毎年、各施設で「出前宅配便」として健康講話を実施して未然に病気になるという呼びかけをしています。必要に応じて、住民の皆さんに健康づくりについての情報提供をするための講演会なども実施しています。



出前宅配便で講話する棟方智子医師

24時間の救急体制

診療所は、消防法の「救急病院等を定める省令」に基づき北海道知事が告示している救急病院として指定されました。この指定は、救急医療について相当の経験や知識がある医師が常時診療にあたっていることや、救急医療を行うために必要な施設などがないと指定を受けることができません。

業務提携前は、救急車を呼んでも村に医師がいない場合、帯広市などへ搬送するしか手段はありませんでした。業務提携前と後を比較すると、診療所に搬送する数は当初業務提携前の平成12年には15%だったものが、業務提携から10年経った平成23年には36%を超えるようになりました。常時医師が24時間対応してくれるということは、救急車を呼んで、すぐに医師に診察してもらえるということです。

■私たちを守る診療所

具合が悪くなると診療所に行き診察してもらおう。子どもから高齢者まで安心して暮らせる。当たり前のように思えるかもしれませんが、ほかの地域によっては医師不足からこの当たり前のことができなくなっています。特に北海道では、都市部と農村地域での医師の人数格差が顕著に現れています。こうした中、村では医師4名、理学療法士1名、看護師9名と非常に恵まれた医療体制が整われ、救急も24時間対応しているなど、医療業務提携により村の皆さんが安心して暮らせることができるようになりました。



リハビリ室で起立訓練をする堀那緒子理学療法士

プラムカントリー・カントリーパークゴルフ場使用料、し尿汲み取り料など

4月から 料金が変わります！

■パークゴルフ場の使用料を改定

どんぐり公園プラムカントリーパークゴルフ場と、さらべつカントリーパークゴルフ場の使用料が下記の表のとおり変更になります。個人1日券の小中学生

が無料、高校生以上はプラムカントリーPG場で200円、カントリーパークPG場で150円となります。また、回数券、団体1日券、シーズン券が廃止になり、両パークゴルフ場の共通シーズン券が5,000円となります。たくさんのご利用をお待ちしています。

区分	プラムカントリーパークゴルフ場		カントリーパークゴルフ場	
	改正前使用料		改正後使用料	
	小中学生	高校生以上	小中学生	高校生以上
個人1日券	100円	300	200円	150円
個人回数券	1,000円	3,000円		
団体1日券	50円	200円		
シーズン券		7,000円		
共通シーズン券		10,000円	5,000円	5,000円

■キャンプ場の使用料を改定

さらべつカントリーパークオートキャンプ場の使用料が下記のとおり変更になります。新たにミニコテージ、トレーラーハウスの使用料が設定されました。

カントリーパークオートキャンプ場	
改正前使用料	改正後使用料
コテージ及びこれに類するもの	18,000円
	ミニコテージ 18,000円
	トレーラーハウス 14,000円
	12,000円

パークゴルフ場とキャンプ場の使用料は、村と指定管理者との協議で料金変更になる可能性があります。

パークゴルフ・キャンプ場に関する問い合わせ 役場産業課商工労働観光担当(ふるさと館内) ☎52-2211

し尿処理に関する問い合わせ 役場住民生活課環境衛生担当 ☎52-2112

■し尿処理手数料を改定

し尿処理手数料が下記のとおり変更になります。村では水洗化を進めているため、平成13年の汲み取り量をピークに減少が進み、1件当たりのコストが増えたことで改定となりました。

区分	し尿処理手数料	
	改正前手数料	改正後手数料
400ℓまでの基本料金	2,120円	2,800円
400ℓを超えて50ℓ増すごとの料金	265円	350円

どんぐり公園プラムカントリーに指定管理者制度を導入 共通シーズン券の購入など 4月からお問い合わせは株式会社アドバンスへ

パークゴルフ場を含めたどんぐり公園は、4月から「指定管理者制度」を導入し、指定管理者である株式会社アドバンス(西田勉代表取締役)が管理します。

指定管理者制度は、公の施設を民間業者が管理することで、サービスの向上や効率的な運営を行うことを目的に導入するものです。

今後、シーズン前のパークゴルフ場の団体受付や共通シーズン券の購入なども、株式会社アドバンスで行うこととなります。

なお、カントリーパークは引き続き、指定管理者の

株式会社さらべつ産業振興公社(三ツ山忠代表取締役)が管理しています。

問い合わせ先

4月1日からパークゴルフ場オープンまで
株式会社アドバンス

☎52-2009(西田氏宅)

パークゴルフ場オープン後
プラムハウス

☎52-2406



更別村国民健康保険診療所
山田 康介 所長

赴任当初からと比べて住民との関係で変化はありましたか？
最初の1、2年は、家庭医療という言葉も浸透していません。住民の皆さんは半信半疑で試されている感じがありました。大きな病院に患者さんを紹介するとき、紹介状にこと細かく、丁寧に紹介状を書くことを心掛け、紹介した医師や看護師から患者さんの方に、更別村に良い先生が来ましたね」と言ってもらえるようになったり、患者さんに話しを聞いてもらえるという実感を持ってもらえることに務めることで、そこから信頼関係が築けるようになっていったと思います。村で働いてよかったですか？
自分が思い描く、こうありたいと思う医師としての理想に近づけていることが分かることです。10年も村で働けるということは、もちろん人間関係のよさに恵まれ、温かみの中で生活できているからだと思います。家庭医として、村での役割は何だと思えますか？
医療というサービスを狭めることな

く、皆さんが安心して暮らす、住んでいて良かったと思えるところに、家庭医の役割があると思います。地域の発展の中に、医療のサービスが調和した存在であることが役割だと思います。また、各学校に行き、医師というシンボリックな職業を子どもたちに伝えられることも大きな役割だと思っています。診療所が大切にしていくことはなんですか？
人と繋がってネットワークをつくることです。福祉施設で働く職員の皆さんなどと、かわり合いを持つことでセーフティネットが形成されます。人との繋がりが、繋がることが大切になっています。今後の目標は何ですか？
私がこの村から居なくなつたと仮定したとき、今行われている医療がここで終わるのではなく、継続的に続くような仕組みが必要だと思っています。どんなに素晴らしいお医者さんでも、そのときだけ良くてはだめだと思っています。その中で重要なのは後継者を育てること。継続的にこの医療が行われるような人材を育てることは私自身の大きなビジョンの到達点です。

インタビュー



更別村国民健康保険診療所
松井 善典 副所長

なぜ家庭医になろうと思われましたか？
もともと学生のころは小児科希望でした。生まれ育った故郷にある診療所のイメージもあり、風邪で来た子どもやそのお母さんとも一緒に診察できるお医者さんになろうと思っていました。そんなときに、子どもから高齢者までの日常生活に携わる家庭医の存在を知り、なろうと思えました。
村で勤務して、嬉しかったことや苦労したことは何ですか？
在宅での看取りをしたときに、いろいろな問題を家族と乗り越え、その後、家族の皆さんを診療所で診察するようになりました。
今まで10年の間にたくさんの方が更別に来たと思いますが、医師が交代しても、こういった積み重ねが診療所としての信頼になり、その一端を担えた実感できたことが嬉しかったです。
村で働いて感じたことを教えてください。
村の規模と診療所のバランスがうまくとれ、子どもや高齢者などの弱者に目を向けて村づくりがされていると思います。年老いたときに、愛着ある土地に最

期まで住める仕組みができていくことだと思います。でも大切なことだと思えます。研修が終わり4月からはどのような場所で勤務しますか？
北海道家庭医療学センターの医師として、故郷の滋賀県長浜市にある「あざいりハビリティーションクリニック」という診療所の所長として勤務します。
村で学んだことを4月から出会う患者さんに提供できればと思っています。村の行政区の会合などで講話をする出前宅配便や学校での授業など教育にかかわることを滋賀に行ってもやろうと考えています。
村の皆さんに一言メッセージをお願いします。
皆さんが悩んだり、困ったりしたときに、身近で、何時でも、ずっと診てくれる診療所を活用してください。2年間いろいろ、いたらない点があったと思いますが、大変お世話になりました。
今後の目標は何ですか？
今まで北海道で学んだことを実践して、関西で家庭医療学センターをつくることです。家庭医を育てる立場として頑張りま

高額な外来診療を受ける皆さんへ

平成24年4月1日から

認定証などを提示すれば、窓口での支払いが一定の金額にとどめられます

平成24年4月1日から外来診療における高額療養費の取扱いが変更になります。これまでは、ひと月の窓口負担が自己負担限度額以上になった場合でも、いったんその額をお支払いいただいていましたが、4月1日からは、同一医療機関で限度額を超える分について窓口で支払う必要がなくなります。(限度額は、所得に応じて異なります)

以下の内容を確認し、事前の手続きが必要な方は役場住民生活課か保健福祉課(福祉の里総合センター内)のどちらかで申請してください。

高額な外来診療受診者	事前の手続き	病院・薬局などで提示するもの
<ul style="list-style-type: none"> 70歳未満の方 70歳以上の住民税非課税世帯などの方 	役場窓口で『認定証』の交付を申請してください 印鑑を持参してください	保険証と認定証*)
<ul style="list-style-type: none"> 70歳以上75歳未満で、住民税非課税世帯などではない方 	必要ありません	保険証と高齢受給者証
<ul style="list-style-type: none"> 75歳以上で、住民税非課税世帯などではない方 	必要ありません	保険証

[注]* 認定証を提示しない場合は、従来どおり、支払った窓口負担と限度額の差額が後日支給されます。現在、入院のための認定証を既に持っている方は、外来受診時にも使うことができますので、改めて申請をする必要はありません。
国民健康保険や後期高齢者医療制度以外の保険に加入している方は、それぞれの保険(健康保険組合、全国健康保険協会、国保組合、共済組合)にお問い合わせください。

外来受診の窓口負担限度額(ひと月当たり)

■70歳未満の方(国民健康保険加入者) 窓口負担が21,000円以上のものが限度額計算の対象となります。

所得区分	限度額(支給回数が3回目まで)	限度額(支給回数が4回目以降)
上位所得者	150,000円 医療費が500,000円を超えた場合 150,000円 + (医療費の総額 - 500,000円) × 1%	83,400円
一般	80,100円 医療費が267,000円を超えた場合 80,100円 + (医療費の総額 - 267,000円) × 1%	44,400円
低所得者	35,400円	24,600円

上位所得者とは、世帯に属するすべての国保被保険者の所得が基準を超える方
一般とは、上位所得者と低所得者に該当しない方
低所得者とは、世帯主と世帯に属するすべての国保被保険者が住民税非課税の方

■70歳以上75歳未満の方(国民健康保険加入者)

所得区分	限度額
現役並み所得者	44,400円
一般	12,000円
低所得者	8,000円

低所得者とは、世帯主と世帯に属するすべての国保被保険者が住民税非課税世帯の方

低所得者とは、世帯主と世帯に属するすべての国保被保険者が住民税非課税で、所得が一定基準以下の世帯に属する方

■75歳以上の方(後期高齢者医療制度加入者)

所得区分	限度額
現役並み所得者	44,400円
一般	12,000円
住民税非課税世帯区分	8,000円

区分とは、世帯全員が住民税非課税である方

区分とは、世帯全員が住民税非課税で、世帯全員の所得が0円の方(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)か老齢福祉年金を受給されている方

いつまでも住み続けたいまち

上更別市街では民間の宅地分譲地『上更別オークヴィレッジ』の販売も行っています。詳細については村ホームページをご覧ください。役場企画政策課へお問い合わせください。

コム二団地

コム二団地(若葉町)は国道236号線と村道東3条線に隣接し、中心市街地から徒歩5分程度に位置しています。近隣には診療所、福祉施設、

	面積	価格
6	465.23㎡	2,637,000円
8	485.57㎡	2,622,000円
21	465.85㎡	2,515,000円
24	645.16㎡	3,483,000円
25	645.16㎡	3,483,000円
28	538.94㎡	2,910,000円
29	538.94㎡	2,910,000円
30	538.94㎡	2,910,000円



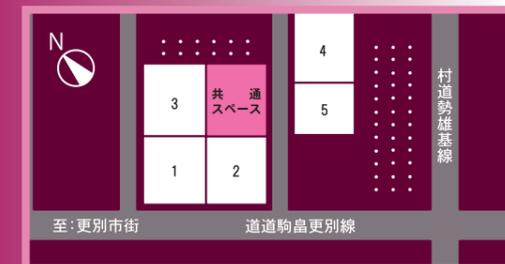
福祉の里温泉、コミュニティプールなどの公共施設やバス停留所があります。

22区画を販売し残り8区画となりました。住宅の建設も進み、徐々に団地としての居住空間が形成されてきています。

セオイの里

セオイの里(勢雄区)は道道駒島更別線と村道勢雄基線に隣接し、更別市街地から車で15分程度、とかち帯広空港より車で10分程度に位置し、

	面積	価格
1	924.00㎡	1,108,000円
2	924.00㎡	1,108,000円
3	870.00㎡	1,044,000円
4	870.00㎡	1,044,000円
5	666.00㎡	799,000円



村特有の田園風景が広がっており自然に大変恵まれています。

平成23年4月から区画番号1番と3番、4番と5番の区画についてそれぞれ1申込者2区画分の購入が可能になっています。

問い合わせ 役場企画政策課地域開発担当 ☎52 - 2114

住宅建設費を助成しています

村では、定住人口の増加を目的に住宅建設費の助成を行っています。

補助対象

住宅を新築・購入してその住宅に住所を有する方

助成内容

- 住宅を新築、新築の建売を購入した場合は、延べ床面積1平方メートルに1万円を乗じた額を助成し、100万円を限度とします。
- 建築後10年以内の住宅を購入した場合は、延べ

床面積に5千円を乗じた額とし、50万円を限度とします。

- 建築後10年を越える住宅を購入した場合は、延べ床面積に3千円を乗じた額とし、30万円を限度とします。

助成期間

平成27年3月31日まで

問い合わせ

役場建設水道課建築担当 ☎52 - 5200

コム二団地・セオイの里

好評分譲受付中

国際トラクター BAMBA

1/26

総会が開かれました

この日、JAさらべつでBAMBA実行委員会の総会が開かれ、今年で第10回目となる『国際トラクターBAMBA』の開催日が7月8日に決定しました。また、実行委員長に昨年度副実行委員長を務めた木山卓也さんが選出されました。

2/19

忠類そり大会へ出場!

幕別町忠類で開催された『第29回忠類ナウマン全道そり大会』に出場しました。実行委員の役員が中心となり、約3週間かけてトラクターのかたちをしたそりを制作しました。大会の様子を実行委員の吉田明史さんに伝えてもらいます。「吉田さ~ん!」



「ハ~イ!吉田です。どうですかこのそり!全部ダンボールでできているんですよ!その名もトラクターBAMBA号です。」



「そりを作ったメンバーです!20名近くの実行委員が交代しながら毎日コツコツと作りました。」



「いよいよ本番!大勢で滑走しました。ソリの中には僕が乗っています!」



「見事完走~。そりも僕も無傷です!パフォーマンス部門3位入賞しました!今月号の14ページ、アトリ絵コーナーも見てくださいね~!」

保健だより vol.12

テーマ 糖尿病から大切な腎臓を守ろう

糖尿病が進行すると腎臓の機能が低下することはご存知でしょうか?今回は糖尿病を防ぎ、腎臓を守る食事のヒントについてお伝えします。

■糖尿病を防ぐ主食の食べ方

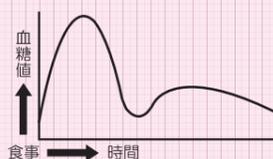
めん類とご飯を一緒に食べる、パンを何個も食べる場合などは、炭水化物として糖質を摂り過ぎてしまいます。主食を食べ過ぎないためには、野菜やきのこ、海藻などを一緒に食べることが大切です。野菜などが不足すると、お腹が空き間食も増えるので、毎食しっかり食べることが大切です。野菜などには食物繊維が多く、糖の吸収を緩やかにする効果があるので、食事の初めに食べることもお勧めします。

■塩分を控える

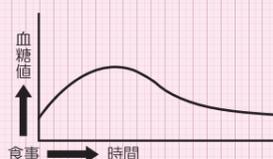
予防の効果が大きいのが食事です。日本人の塩分摂取量は平均して1日あたり3g程多いのが現状です。とり過ぎた塩分は腎臓で排出しますが、機能が低下すると余分にとった塩分を排出する働きも落ちてきます。塩分を控えることで血圧が下がるなど腎臓の負担を減らします。めん類の汁を残す、みそ汁の具をたくさん入れる、味付けを少し薄くしてみることで無理なく減塩することができます。

食物繊維が少ない食事と多い食事をしたときの血糖値の上がり方の違い

食物繊維が少ない食事 (主食・果物・菓子)



食物繊維が多い食事 (野菜・きのこ・海藻)



問い合わせ 保健福祉課(福祉の里総合センター内)保健・栄養担当 ☎53-3000



愛情だけでは犬を飼えません。
飼い主の義務を忘れないで下さい。

巡回登録・狂犬病予防注射

①実施日時

◎4月12日(木)

場所	時間
勢雄区会館	10:00~10:20
平和区会館	10:30~10:50
旭区会館	11:00~11:20
北更別区会館	11:30~11:50
協和区会館	13:30~13:50
上更別南区会館	14:00~14:20
上更別消防会館	14:30~15:00

◎4月13日(金)

場所	時間
南更別区会館	10:00~10:20
昭和区会館	10:30~10:50
更南区会館	11:00~11:20
更生区会館	11:30~11:50
更別東区会館	13:20~13:40
更別区会館	13:50~14:20
十勝農業共済組合 更別家畜診療所	14:30~15:00

②料金

登録料(初回のみ) 3,000円
予防注射(全ての犬) 3,040円
お釣りがないように料金を用意してください

③対象

生後91日以上の犬が対象になります。

④持ち物

役場から届く予防注射用の用紙を持参してください。用紙は、犬の登録をしている皆さんへ3月下旬に発送する予定です。

⑤その他

届出について

飼い犬が死亡したときや飼い主の住所が変更したとき、飼い主が変わったときは役場住民生活課に登録変更の届け出をしてください。

当日の注意事項

犬も注射を受けるときは緊張します。必ず散歩の際に使用する綱を付けて来てください。

飼い主の義務です

犬の飼い主の方には、登録・狂犬病予防注射・糞を始末する義務があります。

狂犬病は人に感染してしまうと治療が無く、死亡してしまう恐ろしい病気です。犬を登録することで、狂犬病が発生した場合、感染拡大を防ぎ、早急な対応を行うことができます。また、ワクチンの効力は約1年です。必ず1年ごとに狂犬病予防注射を受けさせるようにしてください。

そして、私たちの村がいつまでも清潔で美しくいられるよう、敷地外で糞を排出したときは適切な処理をしてください。

これらのことは狂犬病予防法や更別村ごみの散乱等の防止に関する条例で定められていますので守らない場合は罰則などが課せられることがあります。

①飼い犬の登録

犬の所有者は、犬を取得した日(生後90日以下の犬を取得した場合は、生後90日を経過した日)から30日以内に犬の登録をしなければなりません。登録は1回行えば生涯にわたって有効です。

②登録内容の変更届

犬が死亡したとき、所在地が変更になったときなど登録内容の変更が生じたときは、30日以内に届け出をしてください。

③狂犬病予防注射の接種

生後91日以上の犬は、毎年1回、必ず受けさせなければなりません。

④糞の始末

飼い犬が敷地外で糞を排出したときは、その糞を持ち帰り適切に処理しなければなりません。

問い合わせ 役場住民生活課環境衛生担当 ☎52-2112



障がいのある子どもの母親らが中心となり、子どもたちが学校を卒業したときの仕事の一つになれば」と老人保健福祉センターのロビーで地域交流サロン「いどばた」が開設されています。

毎週火・金曜日 4月から曜日が変更になる可能性があります(の午前11時から午後4時まで開かれているサロンでは、1人1000円で、コーヒーや緑茶などをお代わり自由で提供。未就学児は無料で、子どもたちのためにもおもちも用意されています。

この日は、温泉などの施設利用者が訪れ、楽しそうに会話をしている姿がたくさん見受けられ、訪れていた方は、毎回来ています。このように楽しくおしゃべりできる場所があつて嬉しいですね」と話してくれました。

2/17

交流サロンでお茶をどうぞ



今年で36回目となる、更別村小学校及び更別村内スケート大会が運動広場スケートリンクで開催され、幼児から一般の方まで250名が参加しました。

開会式では選手を代表し、更別小学校6年生の酒井脩登くんが、支えてくれる人への感謝の気持ちを忘れず全力で滑ります」と元気に宣誓。岡出村長が、友だちと助け合いながらスケートを通じて、いろいろな事のできてほしい。最後まで頑張ってください」と激励の言葉を送りました。

競技は小学校1年生から行われ、選手の皆さんはワンピースを身にまとって懸命にゴールを目指して、力づよいスケートで滑っていました。

1/28

村内スケート大会



子どもたちの教育に関する取り組みを村民全体で推進しよう」と、第4回更別村の教育を考える村民集会所が社会福祉センターで開催され、学校関係者や保護者、地域の皆さんなど120名以上が集まりました。

開会式では岡出村長が、村づくりの大きな柱である「子育て・教育の振興に日頃から協力いただき感謝しています。美しい環境で、子どもたちが育っているよう村づくりを進めていきます」と祝辞を述べました。

会が始り、少年の主張を更別農業高等学校1年生の島田双葉さん、更別中央中学校1年生の高橋紀香さんと若林秀貴くんの3名が発表。人の個性についてや東日本大震災の被災地をいつまでも応援することの大切さ、友だちに支えられて生きている感謝の気持ちなどを発表しました。

基調講演では、経営者や管理職に仕事の能力開発やステップアップするためのサポートをしている株式会社社ゆめかな代表の石川尚子さんが講師に招かれ、「子どものやる気と行動を引き出すコミュニケーション」と題して

2/19 教育を考える村民集会



子どもたちの教育に関する取り組みを村民全体で推進しよう」と、第4回更別村の教育を考える村民集会所が社会福祉センターで開催され、学校関係者や保護者、地域の皆さんなど120名以上が集まりました。

開会式では岡出村長が、村づくりの大きな柱である「子育て・教育の振興に日頃から協力いただき感謝しています。美しい環境で、子どもたちが育っているよう村づくりを進めていきます」と祝辞を述べました。

会が始り、少年の主張を更別農業高等学校1年生の島田双葉さん、更別中央中学校1年生の高橋紀香さんと若林秀貴くんの3名が発表。人の個性についてや東日本大震災の被災地をいつまでも応援することの大切さ、友だちに支えられて生きている感謝の気持ちなどを発表しました。

基調講演では、経営者や管理職に仕事の能力開発やステップアップするためのサポートをしている株式会社社ゆめかな代表の石川尚子さんが講師に招かれ、「子どものやる気と行動を引き出すコミュニケーション」と題して



2/24

笑顔いっぱい 日だまりの家



園児たちに冬を楽しんでもらおうと、2月15日に更別幼稚園で冬まつり、2月16日に上更別幼稚園で雪まつりがそれぞれ催されました。

更別幼稚園では、雪が降る中で園児とその保護者、更に、どんぐり保育園の園児も加わり、クラス対抗鬼ごっこや雪の中からお菓子の袋などをみつけ出す「宝探し」などのゲームを楽しみました。

親子で大きな雪山に駆け上がり、ソリで滑ってくる順位を競う「仲良く滑ってGO!GO!GO!」では、新雪がソリの勢いで舞い、前に乗る子どもの顔が真っ白になる場面などもあり、会場はたくさんの方々の笑顔で満ち溢れていました。

講話。相手の中にある可能性を引き出し、自発的な行動を促進させるための対応策などを説明し、自分にもできる、自分にも良いところがあるという誰もが持っている自分に対する信頼感をうまく引き出し「コミュニケーションをとることが大切」と述べていました。

引き続きグループ交流が行われ、家庭での子どもとの接し方などについて各班ごとに活発な話し合いがされてきました。

老人保健福祉センターで村内のボランティアグループ「JAこんちは」が、吉田利子会長が「日だまりの家」を開催しました。

冬の間、自宅にこもりがちになる高齢者の皆さんに、体を動かして楽しんでもらおうと毎年行っており、今年も、2月7日から2月24日まで計4回開かれ、延べ140名を超える方が参加しました。

最終日となったこの日は悪天候にもかかわらず30名近くが参加し、会員の西川克子さんが「今日は最後になります。皆さん楽しんでください」と挨拶。ミニボーリングなどのゲームが行われ、笑い声が絶えない楽しい会となり、参加していた橋本清子さんは「毎回来ています。ゲームや歌つたりすることが楽しいです」と話してくれました。



2/15・2/16 元気一杯！冬を楽しもう

園児たちに冬を楽しんでもらおうと、2月15日に更別幼稚園で冬まつり、2月16日に上更別幼稚園で雪まつりがそれぞれ催されました。

更別幼稚園では、雪が降る中で園児とその保護者、更に、どんぐり保育園の園児も加わり、クラス対抗鬼ごっこや雪の中からお菓子の袋などをみつけ出す「宝探し」などのゲームを楽しみました。

親子で大きな雪山に駆け上がり、ソリで滑ってくる順位を競う「仲良く滑ってGO!GO!GO!」では、新雪がソリの勢いで舞い、前に乗る子どもの顔が真っ白になる場面などもあり、会場はたくさんの方々の笑顔で満ち溢れていました。

2/10 農業セミナーを開催



「ト」と題した講演が行われ、疲れが取れない症状があるときの体のメカニズムなどをイラストを使い分かりやすく解説していました。

2/15

奉仕団の災害図上訓練



更別村赤十字奉仕団が研修会を開き、役員総務課の災害担当の職員を講師に招き、大規模な災害発生時を想定して、自宅から避難場所までの経路などを地図で確認などをする災害図上訓練を行いました。

研修会には23名が参加し、開会に先立ち村瀬順子委員長が「東日本大震災を踏まえ、このような訓練を行うことにしました。日頃から、災害に対する備えを意識してください」と挨拶。参加した皆さんは、地図の上に自宅や避難場所がある場所をペンで色を塗り、近くで火災が発生したときの避難経路や、災害時に支援が必要とされる高齢者が住む場所の確認などをしました。

お知らせ

全国健康保険協会の健康保険料率が変わります

全国健康保険協会北海道支部の健康保険料率が本年3月分(4月納付分)より9.60%から10.12%に変わります。協会けんぽの財政状況は、高齢化による医療費の増加と、保険料収入の基礎となる賃金水準が落ちていることなどから、非常に厳しい状況となっています。

厳しい経済状況の中、加入者の皆さんの医療・健康・生活を支えるため、ご理解とご協力をお願いします。

詳しくは協会けんぽのHPまたは協会けんぽ北海道支部までお問い合わせください。

問い合わせ
全国健康保険協会北海道支部
☎011)26-0352
http://www.kyoukaikenpo.or.jp

オウム真理教関係指名手配者検挙にご協力を!



菊地 直子(40歳) 高橋 克也(54歳)
身長159cm位 身長173cm位
右目下にほくろ まゆ毛が濃い

- 帯広警察署から -

平成7年3月、オウム真理教(現アーレフ)が敢行した地下鉄サリン事件から17年が経過しようとしており、事件を知らない若者の増加など事件に対する風化が懸念されています。

特別手配被疑者であった平田信は逮捕されましたが、地下鉄サリン事件を始めとする一連のテロ事件では、菊地直子、高橋克也の二人が依然逃走中であり、事件の全容解明には至っていません。

警察では、これら特別手配被疑者の発見・検挙を最優先課題の一つとして捜査を推進しており、特に毎年3月は重大な犯罪の追跡捜査を強化していますが、事件解決のためには皆さんの協力が必要です。

指名手配被疑者は、偽名を使いマンションやアパートなどに潜伏し、身近に潜んでいる可能性があります。「似ているかも」といった小さな情報でも結構ですので警察に通報をお願いします。

問い合わせ・通報先
帯広警察署 ☎25-0110

シベリア強制抑留者の方へ

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金の請求を受け付けています。

平成19年度から21年度に特別慰労品を受けられた方は、請求書を送付しますので受給手続きを行ってください。受けられていない方で新たに請求する方は、お電話で請求書の送付手続きを行ってください。

対象者
戦後抑留者で日本国籍を有するご存命の方
受付期間
平成24年3月31日まで
受付時間
平日の午前9時～午後6時
問い合わせ
独立行政法人平和記念事業特別基金
事業部特別給付金認定担当
☎0570)059-204

地域づくり講演会を開催します

十勝総合振興局では、高齢者が地域で安心して暮らすことができるよう、地域包括ケアの推進に関する基本的な考え方や、先進地の取り組みなどを紹介する『安心して暮らせる地域づくり』講演会を開催します。

日時
3月16日(金)
午後1時～午後4時30分まで

場所
十勝合同庁舎
内容
講演
『地域住民との協働による安心して暮らせる地域づくり』
講師 北星学園大学教授
杉岡 直人氏
足寄町と芽室町の実践報告と意見交換会
参加対象
どなたでも参加できます
申込方法
電話かFAXで申し込みをしてください。
問い合わせ
十勝総合振興局社会福祉課
☎26-9078 ☎27-2188

がんタウンミーティングを開催します

帯広保健所では、がん患者や家族の方が活用できる関係機関・制度などの情報提供や療養生活上の困りごとを互いに共有し、安心して生活できるように『がんタウンミーティング』を開催します。

日時
3月17日(土)
午後1時30分～午後4時30分まで
場所
JA北海道厚生連帯広厚生病院
内容
講演
『がん患者の療養生活をとり巻く課題と支援体制』
講師 北海道医療大学教授
川村 三希子氏
活動紹介
参加者と講師との懇談
展示
参加対象
がん患者・家族の方
申込方法
電話かFAXで申し込みをしてください。
問い合わせ
北海道帯広保健所
☎26-9073 ☎25-0864

森林の所有者届出制度が4月からスタートします

森林法が改正されたことで、今年の4月以降、森林の土地所有者となった方は市町村長へ事後届出が義務付けられました。

対象者
個人・法人を問わず、売買や相続などで森林の土地を新たに取得した方は、面積にかかわらず届出をしなければなりません。

届出期間
土地の所有者となった日から90日以内に、取得した土地のある市町村長へ届出をしてください。

問い合わせ
役場産業課林務担当 ☎52-2115

募集

国家公務員を募集

平成24年度国家公務員採用試験の受験希望者を募集します。

募集区分	受験資格	募集期間	試験日
総合職試験(院卒者)	昭和57年4月2以降生まれ 来年3月卒業見込の院卒者	4月2日～4月9日	1次 4月29日 2次 5月27日～6月15日
総合職試験(大卒程度)	昭和57年4月2～平成3年4月1以降生まれ 平成3年4月2以降生まれで来年3月卒業見込の大卒者	4月10日～4月19日	1次 6月17日 2次 7月18日～8月6日
一般職試験(大卒程度)	昭和57年4月2～平成3年4月1以降生まれ 平成3年4月2以降生まれで来年3月卒業見込の大卒者	4月10日～4月19日	1次 6月17日 2次 7月18日～8月6日
一般職試験(高卒者)	平成24年4月1日、高校か中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない方 来年3月卒業見込の高卒者か中等教育学校卒者	6月26日～7月5日	1次 9月9日 2次 10月18日～10月25日

受験案内の請求
インターネットを利用できる環境にない場合は、受験申込書などを人事院北海道事務局に請求してください。

問い合わせ
人事院北海道事務局
☎011)241-1248

後期高齢者医療広域連合運営協議会委員を募集

北海道後期高齢者医療広域連合では、住民の皆さんの代表として、制度の運営に関する重要事項を審議する運営協議会委員を募集しています。

応募資格
道内在住の20歳以上の方
任期
平成24年7月から2年間
応募方法
応募要領をお渡ししますので、役場保健福祉課へご連絡ください。

応募締切
平成24年4月27日(金)
問い合わせ
役場保健福祉課(福祉の里総合センター内)
国保・後期高齢者医療担当 ☎53-3000

国民年金

第1号被保険者の保険料

平成24年度の第1号被保険者の保険料は毎月14,980円です。保険料の納付期限は翌月末となっています。また、保険料をまとめて前納すると保険料が安くなる制度があります。

前納したときとの比較

納付方法	1カ月分	半年分	1年分
毎月支払った場合	14,980円	89,880円	179,760円
前納した場合	現金支払【割引額】	89,150円【730円】	176,570円【3,190円】
	口座振替【割引額】	14,930円【50円】	88,860円【1,020円】

現金で支払う場合には、半年分、1年分以外でも、希望する月から翌年3月分までの前納も可能です。

問い合わせ
帯広年金事務所 ☎25-8113

種別変更の手続きをお忘れなく

転職や退職、結婚などで国民年金の加入種別に変更があったときは、手続きが必要な場合があります。

加入種別
第1号被保険者
自営業や学生など第2号・第3号被保険者に該当しない方
第2号被保険者
厚生年金や共済組合の加入者
第3号被保険者
第2号被保険者に扶養されている配偶者
手続きが必要な事例

事 例	手続き先
厚生年金や共済組合に加入していない方が20歳になったとき	役 場
第2号被保険者が60歳になる前に会社などを退職したとき	
第2号被保険者の配偶者に扶養されていた方でその配偶者が退職したとき	配 偶 者 の 勤 務 先
第2号被保険者が65歳になり、扶養されている配偶者が60歳未満のとき	
一定の収入があるなど、配偶者の扶養から外れるとき	配 偶 者 の 勤 務 先
就職し第2号被保険者になった配偶者に扶養されるとき	
第2号被保険者が退職して第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになったとき	配 偶 者 の 勤 務 先

問い合わせ
帯広年金事務所 ☎25-8113

税

固定資産の帳簿が縦覧できます

平成24年度に課税される固定資産税の内容を記載した帳簿の縦覧ができます。縦覧できる方は、固定資産の所有者と納税管理人などの関係者です。

縦覧期間
4月2日(月)～7月31日(火)
縦覧場所
役場住民生活課
問い合わせ
役場住民生活課固定資産税担当

☎52-2112

作品展示会

夢

民

講

座

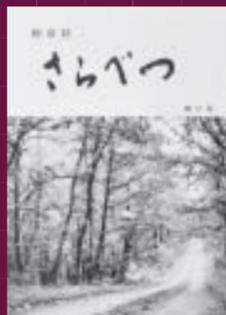
3月24日(土) ~ 4月8日(日)

平成23年度の「夢民講座」で制作された作品(または夢民講座終了後、各自で制作された作品)の展示会を開催します。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

- 会場 農村環境改善センター
 出品講座
 * 遊び字
 * ステンドグラス
 * ふわふわ羊毛教室
 * マミーニット&ニットカフェ

総合誌『さらべつ』

編集委員を募集中!



村では、来年3月に発行する「総合誌さらべつ」の編集委員を募集しています。

任期 平成24年4月1日 ~ 平成25年3月31日
 会議 年7回程度
 対象者 村内在住者
 募集期限 平成24年3月30日(金)

問い合わせ 教育委員会事務局生涯学習担当 ☎52-3171

13年間ありがとうございました

平成11年3月から13年間にわたり国際交流員として活動したアンダーソン・ブライアンパトリックさんが任期満了で村を離れることになりました。

ブライアンさんは、一般向け英会話教室やアメリカの生活・遊びなどを紹介する『アメリカン・キッズ・クラブ』を開設するなど、子どもからお年寄りまで幅広い年齢層を対象に事業を展開。最近では幼稚園や小学校で外国語活動の指導、中学校での英語指導助手を行い、国際交流以外での活動も積極的に行ってくれました。また、プライベートではマラソンや自転車競技などのスポーツや料理が得意で、夢民講座のイタリア料理教室の講師を担当したこともあり、多くの村民の方から親しまれてきました。



ブライアンさんから皆さんに向けてのメッセージ

更別村の皆さんへ

"Time flies"。これは英語でよく聞かれることわざで『時間があっという間に経つ』の意味です。正にその通りでした。更別には数年だけいるつもりでしたが、環境がよく、人びとが親切で、時間がすいすいと流れてしまいました。毎朝、日高山脈を見て、一日の力をもらいました。毎晩、星空を見て、安心させてもらいました。村の皆さんと挨拶を交わすたびに、心の温かさを感じました。子どもたちの素直な顔をもう見られなくなると思うと、とても寂しく思います。今後は帯広を拠点に活動する予定ですので、見かけたときには気軽に声をかけてください!

皆さん、13年間、Thank you! Time to say goodbye.

農村環境改善センター 今月の図書室 おすすめ本

ちいさなてのひらでも
 やなせたかし/著
 92歳の現役漫画家・絵本作家・詩人でアンパンマンの作者で知られる、やなせたかしさんの生きる力が湧いてくる詩画&メッセージ集です。



拉致と人生 夢うばわれても
 蓮池薫/著
 夢と希望を断ち切れられ、生きることは挑戦でした。帰国後の日本での暮らしも挑戦：24年間の拉致体験と現在を語っています。



めがねを買いに
 藤裕美/著
 日本初の眼鏡スタイリストが徹底伝授。めがね選びの画期的な実用書です!めがねをとことん楽しみ尽くす一冊になっています。



Atorie アトリ絵



上更別南区
 本多永梨佳さん



本町
 佐藤花音さん



北更別区
 吉田明史さん



北更別区
 吉田明史さん

更別農業高校



『高校生活を終えて』

農業科3年 片岡 秀太
 雪が解け、暖かな春を迎える季節は高校生活、最後の時期です。私たち3年生にとつて長いよう短い高校生活が終わろうとしています。そんな高校生活3年間を私なりに振り返ってみたいと思います。

1年生の時、宿泊研修がありました。楽しさと勉強が醍醐味で、山登りやバレー、お寺の座禅、有名な店での食事、そしてジーンズカンパニーがあり、いろいろと楽しむことができました。

2年生は修学旅行がありました。京都と東京に行く日程です。京都には日本の歴史的風物



が沢山ありました。金閣寺では多くの修学旅行生が写真撮影をしていたり、清水寺はまるで映画に出てきそうな大きな建物、映画村は時代劇を連想させる場所まで圧巻でした。最後にはクラスメイトと一緒に食事、焼きそばがとっても美味しかったです。東京は一番楽しみにしていました。まず今年建造されるスカイツリーがすごく大きくて、自分の携帯の画面に収めきれないほどでした。秋葉原にも向かい、コスプレしている人やたくさんの電化製品などがありました。3年生では学校祭が一番印象に残っています。私の担当は垂れ幕でした。でも旗に塗るのは思うように塗れなくて大変でしたが、クラスメイトと一緒に楽しく塗れました。結果は2位と残念でしたが、皆頑張っていたので良い思い出になりました。そのほかにイベントのカラオケや仮装大会、格闘ゲーム大会など盛り上がり、たくさんの思い出ができました。

でも一番の思い出はこの3年間、友だちと楽しく学校生活を送れた事です。

sports



2/12

行政区対抗卓球大会

行政区	順位	優勝	中央町
行政区	2位	旭区	勢雄区
行政区	3位	本町	区B
行政区	順位	優勝	旭区
行政区	2位	北更別区	南更別区
行政区	3位	本町	区A

2/26

行政区対抗ミニバレー大会

行政区	順位	優勝	旭区
行政区	2位	南更別区	勢雄区
行政区	3位	更別区	区C
行政区	順位	優勝	旭区
行政区	2位	南更別区	勢雄区
行政区	3位	更別区	区B

戸籍の窓口

希望者のみ掲載

誕生おめでとう

むら かに の
村上 虹乃ちゃん
幸一・真奈(上更別南区)
保護者敬称略

お悔やみ申し上げます

富田 巖さん 72歳
(勢雄区)

人のうごき

人口

3,399人(-11人)【内外国人23人】
男1,687人(-7人)

【内外国人13人】

女1,712人(-4人)

【内外国人10人】

世帯数

1,271世帯(-6)

【内外国人10世帯】

2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
940日(2月29日現在)

2月の村内交通事故件数

7件(人身0件 物損7件)

【今年1月からの計13件】

2月の村内犯罪発生件数

0件

【今年1月からの計1件】



なかの
中野 結佳ちゃん
平成23年3月23日生
若葉町



たかひさ
高久 絢未ちゃん
平成23年3月7日生
北更別区

我が家の次女、結佳です。お姉ちゃんが大好きでいつも後を追っては家中探検!! ニコニコ笑顔をふりまき、家族みんなを笑顔にしてくれます。姉妹仲良く元気に育ってね。

聖・麻子

初めまして! 高久家のお姫様、絢未です。アンパンマンと食べるチーズが大好き! イタズラばかりで大変だけど、ずっと笑顔でスクスクと育ってね。

明裕・由己子

ご利用ください
『村づくり出前宅配便』

行政全般で皆さんが聞きたいことを役場職員が説明に伺う。村づくり出前宅配便を実施しています。

利用できる方
村内に在住、在勤、在学中の5人以上のグループ

時間
午前9時から午後9時(2時間以内)

場所
村内に限りません。会場の手配や参加者への周知は主催者側でお願いします。

申し込み方法
グループの代表の方が直接役場に来られるか、電話でお申し込みください。

申し込み・問い合わせ
役場住民生活課住民生活担当

☎ 52・2112



平成24年3月12日発行 (No. 594)

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

(村長) seiji-okade@sarabetsu.jp



2月8日、どんぐり保育園で、冬ならではの楽しみ方を子どもたちにと、『あかりをともし』と題し、雪山などに50個ほどの穴を掘り、その中にキャンドルを入れて園の庭を飾り花火などをして楽しいひとときを過ごしました。

キャンドルの明かりで綺麗に灯された園の庭では、保護者らが用意した花火が打ち上げられ、綺麗な光が夜空を彩ります。参加した親子らは振舞われたココアなどで体を温めながら冬ならではの催しを楽しみました。

表紙の風景