

こうほう



Kouhou  
Sarabetsu

らべつ

2010

12

No. 579

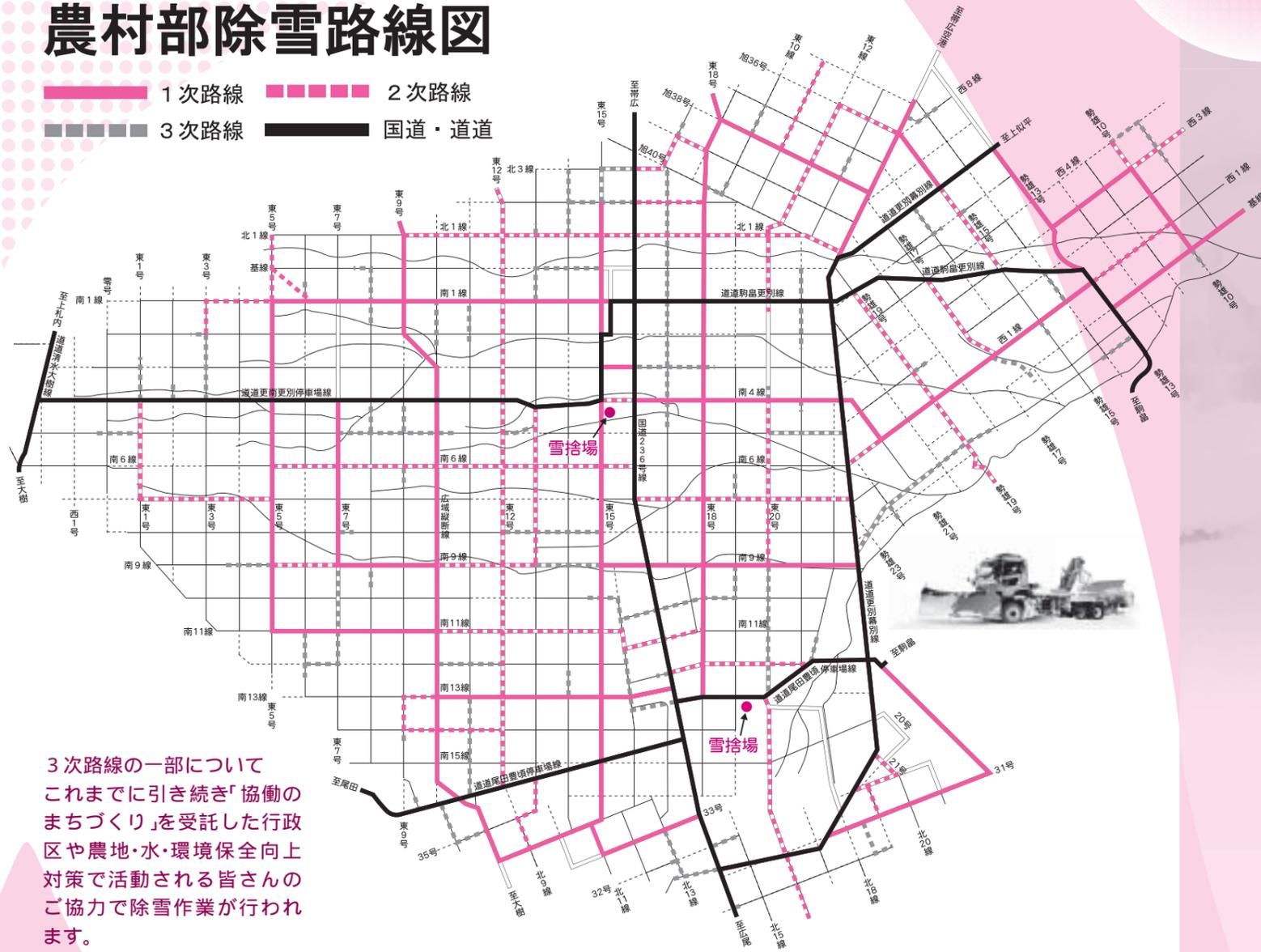
多数傷病者発生時対応訓練  
村を守るちから



特集  
村の除雪作業

# 農村部除雪路線図

1次路線 2次路線  
3次路線 国道・道



3次路線の一部について  
これまでに引き続き「協働の  
まちづくり」を受託した行政  
区や農地・水・環境保全向上  
対策で活動される皆さんの  
ご協力で除雪作業が行われ  
ます。



雪が本格的に  
降る季節にな  
りました。

寒さが日ごと厳しくな  
り、本格的な降雪シーズンの  
到来です。  
村では冬の交通道路を確保  
し、皆さんの生活を支えるた  
め除雪体制を整えています。  
しかし、迅速で効率的な除雪  
作業を行うためには地域にお  
住まいの皆さんのご協力が欠  
かせません。  
今月号は、除雪路線や出勤  
内容などについてお知らせし  
ます。除雪作業への皆さんの  
ご理解とご協力をお願いしま  
す。

特集 冬の暮らしを支えます  
**村の除雪作業**

## 1 除雪に関する注意点

**除雪車に**  
近づかないでください  
作業中の除雪車は何度も前  
後へ移動することがあるた  
め、車両の直前を横切ったり、  
通り過ぎた直後に道路を渡ら  
ないでください。自動車の運  
転中に対向車線から除雪車が  
近づいたときは、通り過ぎる  
まで車を停止してください。

**歩道に雪を**  
積まないでください  
ロータリーでのかき落とし  
が困難になり、作業に遅れが  
出る場合があります。

**路上駐車は**  
作業の遅れの原因に  
除雪車が路上の駐車車両に  
接触しないよう慎重に通過す  
るため、作業時間がかかりま  
す。きれいに除雪ができない  
ばかりか作業全体が遅れ、多  
くの方に迷惑がかかります。

**公共施設の駐車場には**  
隅からの駐車を  
降雪が見込まれるときに公  
共施設の駐車場へ車を停める  
ときには、隅から順に停めて  
ください。車が分散して駐車  
していると、その間を縫うよ  
うに除雪を行うため作業の効  
率が悪くなります。

## 2 除雪開始の基準など

**除雪作業開始は**  
安全確保を優先して  
除雪作業は10センチ以上の  
積雪で行いますが、積雪量が  
10センチ以上に達しても事故  
防止のため日中は降雪状態を  
見ながら、すぐには作業を開  
始せず翌日の午前3時30分頃  
から通勤・通学の時間に間に  
合うように行います。

**大雪の場合は**  
直ちに幹線道路を除雪  
乗用車が走れなくなるくら  
いに雪が降り積もった場合  
は、日中であっても幹線道路  
(除雪路線図中の1次路線)  
の除雪を行い、翌日に優先路  
線順で実施します。  
吹雪などで視界が利かない  
ような天候の場合は、除雪車  
の事故を防ぐため天候が回復  
するまで作業を遅らせること  
があります。

**敷地内の**  
雪の捨て場所は2箇所  
敷地内の雪の排雪場所は、  
更別・上更別にそれぞれ1箇  
所ずつあります。  
更別地域は東15号沿いの南  
4線・5線間、上更別地域は  
上更別墓地北側にあります。  
3ページの路線図にそれぞれ  
の場所を示してあります。

**除雪は市街地の**  
優先道路から順に  
最初に除雪トラックで更別  
市街と上更別市街の除雪を行  
い、引き続き農村部へと移り  
ます。農村部は1次・2次・3  
次路線の順に実施し、並行し  
て市街地の仕上げ作業を行  
います。路線区分は3ページ、  
4ページの路線図をご覧ください。

**積雪が乗用車の通行できる**  
範囲の量ならば路線図に関係  
なく効率的な経路で除雪を行  
います。

# 村内ステージめぐり

11月に入り村内の幼稚園、小学校ではそれぞれ発表会が行われ、子どもたちがこの日に向けて毎日のように練習してきた合唱や器楽演奏、劇などを披露しました。会場に集まった保護者や地域の皆さんからは、たくさんの拍手が送られていました。

## 11月13日 上更別小学校・上更別幼稚園合同学習発表会



## 11月14日 更別小学校学習発表会

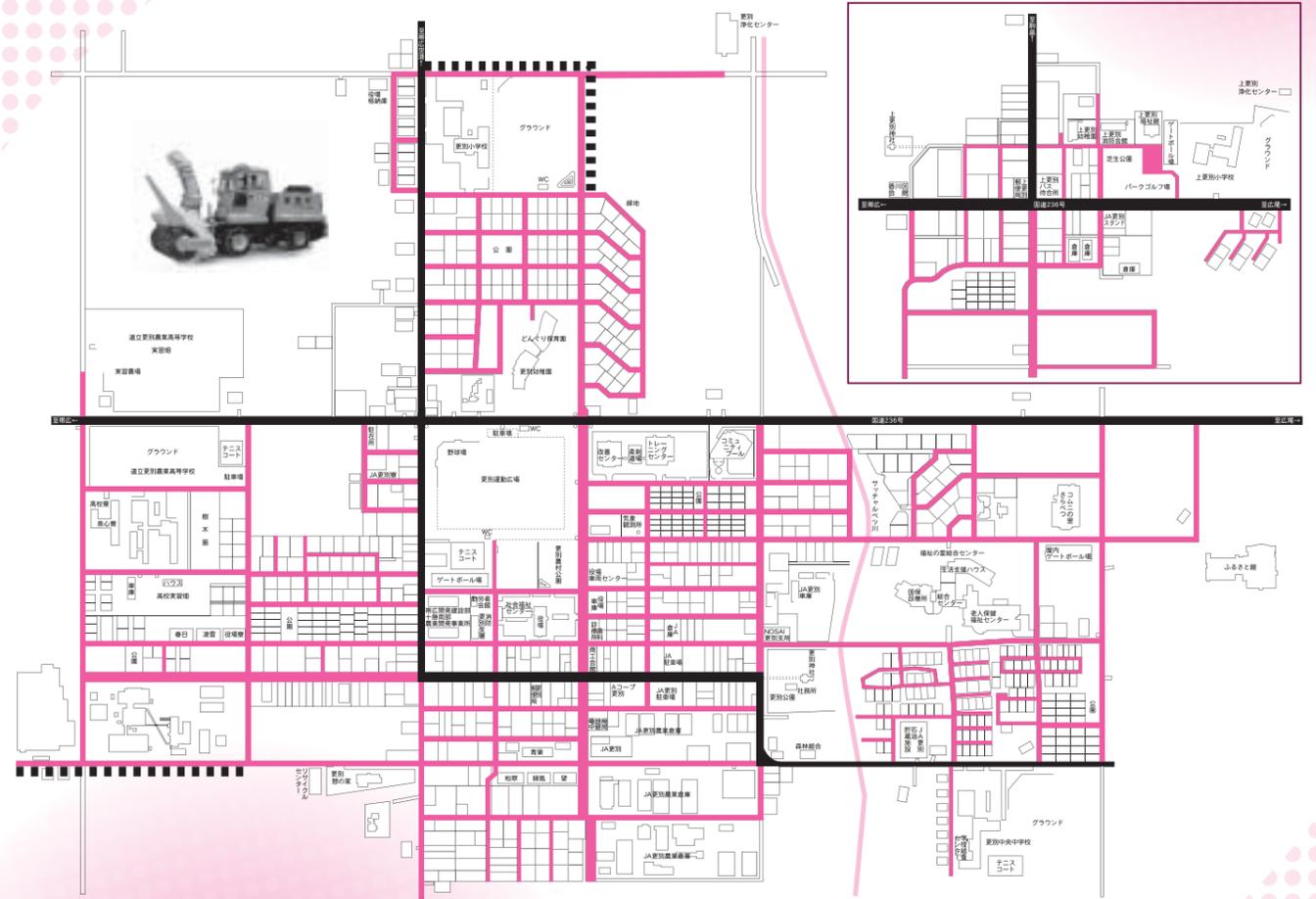


## 11月28日 更別幼稚園保育発表会



# 市街地除雪路線図

1次路線 国道・道



歩道除雪追加分

歩道の除雪について  
新たに更別縦断内線(株式会社マルハニチロ北日本前) 380mと東17号・更別停車場線(更別小学校グラウンド周り) 435mを追加し、延長16.9kmを除雪します。

## 3 村からのお願い

積雪状況によっては、積雪量が多い、雪が湿っているなどの原因で作業の遅れが出る場合や、1車線分しか除雪ができないことがありますのでご理解ください。

### 除雪後の支障箇所に

「ご一報ください」  
除雪車を通った後、吹雪などによる吹き溜まりなど通行に支障がある箇所を見つけた際には役場へ連絡してください。

除雪に関するご意見をお待ちしています

「この路線沿いには住んでいる人がいないので除雪をしなくてもよいのでは？」など、除雪路線などに関するご意見は役場にお寄せください。

除雪に関する  
問い合わせ

役場建設水道課  
道路維持担当  
☎ 52・5200



## 家庭でのちょっとした工夫

### 1 お正月料理の食べ方のポイント！

おもちを食べ過ぎない：おもち1切れは、ご飯にすると軽く茶碗1杯分です。1人2個～3個を目安に、野菜などおかずをそろえて食べるとよいです。どうしてもたくさん食べてしまう人は、1日のうち1食をおもちにして、残り2食の主食はご飯や麺にするとよいでしょう。たんぱく質をとり過ぎない：おせち料理やオードブル・お刺身・お寿司などは、魚介や肉、練り製品など、たんぱく質が多くなり、いつもよりカロリーが多くなります。また塩分も多くなり、むくみやすくなるので気をつけましょう。

野菜を食べる：おせち料理のなますや煮物のほか、お浸しやサラダなど野菜をしっかり食べておくと、食べ過ぎを防ぎ、消化もよく胃腸の調子も整います。ぜひ、取り入れてみてください。

### 2 冬に多くなる果物のポイント！

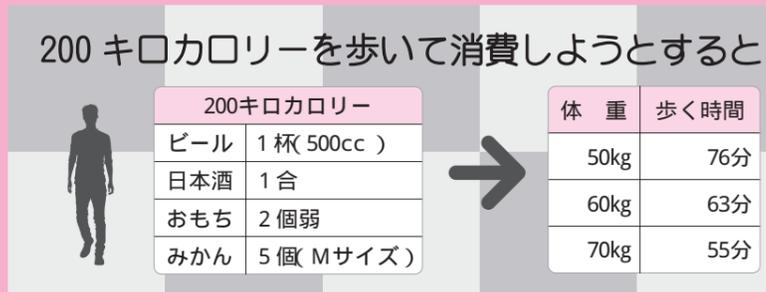
こたつにみかんは冬の定番。テーブルの上にあると、ついつい1日に何回も手が伸びます(おやつも同じ!)。箱で買うとお得ですが、食べ切れず、傷むからと無理してたくさん食べることはありませんか？みかんの適量は1日2個！買う時は家族が食べられる量を確認して、保存は暖かい室内より玄関など涼しい場所が、傷まず食べ過ぎずにお勧めです。ちなみに、同じ冬の果物のりんごは1日半分が目安です。

日ごろから体重を量るようになっておくと、体重の変化に気がつき、体重を調節しやすくなります。これらを参考に、皆さんお元気で年末年始をお過ごしください。

### ちょっとまって！

## 体重が戻らなかったときは・・・

飲み会や宴会、お正月料理を食べた後、翌日に体重が戻ってなかったときは、体重が戻るまで適度な運動を取り入れながら対策やポイントに気をつけてみてください。



年明け1月と2月には、「冬場の運動不足解消の教室」と「健康づくりの食事の教室」を行う予定です。近くなりましたらご案内しますので、ぜひご利用ください。

問い合わせ 役場保健福祉課(福祉の里総合センター内)保健担当

☎53-3000



## 宴会・飲み会でのちょっとした工夫

### 1 事前の対策！2～3日前から、食事などの調整

全体の食事量を控えておく。  
あっさりした食事にする。(脂肪を控えることで胃腸の調子が整う)  
お菓子を控える。(宴会で多く食べるためには、時に我慢も必要！)  
アルコールを控えておく。(自宅での晩酌を休むなど)  
運動して、代謝の良い体にしておく。  
睡眠を充分にとり、体調を整えておく。

### 2 当日の対策！胃腸をいたわるコツ

二日酔い防止  
アルコールだけ飲まずに、適度に食べながら飲む。  
アルコールの間に、水やお茶を飲む。  
宴会が終わってからも水分をたっぷり取る。  
食べ過ぎ防止  
ゆっくり味わって食べる。  
好きな料理、ふだん食べる機会のない料理から手をつける。  
鍋物など野菜やあっさりした料理も、バランスよく食べる。  
脂っこい料理が多い時は、量を控えめにしておく。

### 3 翌日の対策！飲み過ぎ・食べ過ぎで胃腸の調子が悪い時

朝食は消化のよいもの(果物、野菜スープ、うどん、おじや、豆腐など)にする。  
朝に食欲がない時は、時間を遅くするなど食欲が出てから食べる。  
体調に合わせて、昼食や夕食も消化の良いものにする。  
身体をゆっくり休める。  
アルコールを休む。

身も心も軽く、気持ちよく新年を迎えるためのコツを紹介します。

## 太らずに過ごす！！

## 年 末 年 始

今年も総合健診では多くの方に受診していただきました。受診された方には、そろそろ健診の結果が届くころかと思えます。皆さんの結果はいかがでしたか？

これからの季節は忘年会や新年会、お正月など、食べたり飲んだりする機会が多くなります。楽しみたいけど「宴会が続くと体重が心配」、「冬はいつも体重が増える」、「年末年始は胃腸が心配」という方も多いのではないのでしょうか。

そこで今回は、年末年始を太らずに過ごすためのちょっとした工夫を紹介します。

## 農業委員会選挙人名簿の登録申請

農業委員会委員の選挙人名簿は、有権者の皆さんの申請に基づき毎年1月1日現在で調製しています。

お手元の農業委員会委員選挙人名簿登録申請書を次の方法で確認・記載などしていただき、平成23年1月7日(金)までに農業委員会(事務局、役場2階)へ提出してください。

### 選挙人名簿の登録申請要件

- 1 平成23年1月1日現在で更別村に住所がある方
- 2 満20歳以上の方(平成3年4月1日までに生まれた方)
- 3 30アール以上の農地で耕作の業務を営んでいる方とその同居親族または配偶者で、年間おおむね60日以上耕作に従事している方
- 4 30アール以上の農地で耕作の業務を営む農業生産法人の組合員または社員で、年間おおむね60日以上耕作に従事している方

### 確認・記載方法

- 1 「申請者代表(経営主)の住所・氏名を確認のうえ、押印してください。
- 2 「耕作面積」を記入してください。
- 3 「世帯員中農業委員会委員の選挙権を有する者の氏名・生年月日等」の欄には、昨年申請された選挙権を有する方の氏名・続柄・生年月日が記載されています。記載されている方のほかに新規就農などの理由で要件を満たした方がいる場合には、氏名・続柄・生年月日を各欄に記入してください。耕作従事日数が減るなどの理由で要件を満たさなくなった方がいる場合は、取り消し線などで削除してください。
- 4 「選挙権の有無についての農業委員会の意見」欄には何も記載しないでください。

問い合わせ  
農業委員会 ☎52-2116

# スポーツ賞などを表彰

November 3, 2010

## ●スポーツ奨励賞

多年にわたり上更別スポーツ少年団の指導者として卓越した指導力を発揮し、多くの優秀な部員を育成され各種大会において上位の成績を収めるなど、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



柏町 鑓水 こうじさん

## ●スポーツ奨励賞

多年にわたり上更別スポーツ少年団の指導者として卓越した指導力を発揮し、多くの優秀な部員を育成され各種大会において上位の成績を収めるなど、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



東栄区 おいかわ まさひと 及川 政人さん

## ●スポーツ奨励賞

第57回全国高等学校弓道競技選手権大会(インターハイ)北海道予選会個人戦女子の部において第2位となるなど輝かしい成績を収め、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



緑町 川原 かな 佳奈さん



文化の日にあたる11月3日、文化・スポーツ活動の振興に貢献された方や優秀な成績を収めた方の功績をたたえる、更別村文化賞・スポーツ賞等表彰式が行われました。  
式典では渡辺正男教育委員長が受賞者へ賞状と記念品を贈り、受賞された皆様にはスポーツ振興に、大きく貢献していただきました。今後ともスポーツのみならず更別の発展にさらなるご尽力をいただきますようお願いいたします」と挨拶。  
受賞者を代表して鑓水光二さんが謝辞を述べ、微力ではありましたが指導に携わり、子どもたちの笑顔をみたとときに喜びを感じました。このような栄誉ある賞をいただき光栄に思っています」とお礼を述べていました。

## ●スポーツ賞

第57回全国高等学校ウエイトリフティング競技選手権大会(インターハイ)北海道予選会85kg級において優勝するなど輝かしい成績を収め、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



下川町 伊藤 ひろひと 寛仁さん

## ●スポーツ奨励賞

多年にわたり上更別スポーツ少年団の指導者として卓越した指導力を発揮し、多くの優秀な部員を育成され各種大会において上位の成績を収めるなど、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



柏町の能登 もとひろ 基宏さん

## ●スポーツ奨励賞

多年にわたり更別JVCの指導者として卓越した指導力を発揮し、多くの優秀な部員を育成され各種大会において上位の成績を収めるなど、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



音更町 たかゆき 高橋 教之さん

## ●スポーツ奨励賞

多年にわたり更別中央中学校サッカークラブの監督として卓越した指導力を発揮し、多くの優秀な部員を育成され各種大会において上位の成績を収めるなど、更別村のスポーツ振興に貢献した功績。



幕別町 小林 りょう 亮さん

## ひやま 火山 忠夫さん（花園町）文化功労賞を受賞

白樺吟社（俳句サークル）の会長として長年にわたって会の運営に携わり、大会などへ会員とともに積極的に参加するなど、会の振興に尽力され、同時に更別村文化協会副会長、理事として長年にわたり協会活動の発展に寄与した火山忠夫さんのご功績に対し、十勝文化団体協議会より文化功労賞が授与されました。

火山さんは「今は亡き小森行々子先生のご指導と白樺吟社の会員のご支援があったからこそだと思います。このような賞をいただき心から嬉しく思っています」と受賞の喜びを話していました。



## おはなしを楽しむ会 おひさま 北海道地域活動振興協会理事長賞を受賞



小学校でのお話し会や幼稚園での読み聞かせ、絵本講演会などを行っている「おはなしを楽しむ会 おひさま（飯塚れい子代表）が、読書活動を通して健全な子どもの育成に貢献したとして、北海道読書推進運動協議会より北海道地域活動振興協会理事長賞が授与されました。

飯塚代表は「今回、候補者の中から選ばれ驚きました。このような賞をいただき大変光栄に思っています。これを機に会の活動の幅を広げていければと思います」と話していました。

## 水道が凍ったら

### 村の指定 給水工事事業者へ

水道が凍結したときには、村の指定給水工事事業者にご連絡ください。

#### 更別村指定給水工事事業者

（株）更別企業 ☎52-3183（花園町）  
（有）西田鉄工所 ☎52-2064（中央町）  
武藤電気店 ☎52-3307（上更別区）  
（株）ヤマジョウ ☎52-2036（本町）

上記以外にも指定事業者があります。詳しくは役場にお問い合わせください。

お問い合わせ

役場建設水道課上下水道担当  
☎52-5200

## 公共施設などの 年末・年始業務状況

2010年12月～2011年1月

⇒ 休み

役場	12月			1月						
	29(水)	30(木)	31(金)	1(土)	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	
改善センター			12/31	～	1/5					
柔剣道場			12/31	～	1/3					
トレーニングセンター			12/31	～	1/3					
改善センター図書室		12/30	～	1/5						
福祉の里健康増進室			12/31	～	1/2					
福祉の里温泉			12/31	～	1/2					
国保診療所		午後休	12/31	～	1/5					
歯科診療所		午後休	12/30	～	1/5					
ふるさと館			12/31	～	1/5					
リサイクルセンター				1/1	1/2					
ごみ収集	市街地区	不燃	可燃				可燃	不燃		
	農家地区	不燃					可燃	不燃		
し尿汲み取り(水曜日)			12/29							



## 交通安全標語コンクール

# 子どもたちからのメッセージ 啓発看板を設置しました

村の交通安全や防犯活動などの推進に取り組む地域安全・コミュニティ村民会議が実施する交通安全標語コンクールに、村内の小・中学校に通う子どもたちから交通安全の願いが込められた240点の標語が寄せられ、審査で選ばれた6点の作品を国道や道道沿いにある村内3箇所の啓発看板に設置しました。

これからの季節、日がさらに短くなり、路面が雪や氷に覆われ、滑りやすい「見えにくい」「わだちができる」「道路が狭くなる」などの危険な状況が生じ、スリップ事故や視界不良による事故が多発します。

子どもたちが呼び掛ける交通安全の願いどおり、悲惨な交通事故が少しでも減少できるように、日頃から安全運転に心がけてください。

### 3 国道236号線 上更別バス停横



上更別小学校4年生  
いえつね ひろま  
家常 祐旗くん

### 2 国道236号線 改善センター横



更別小学校3年生  
さとう かのん  
佐藤 花音さん

### 1 旧広尾道路 平和行政区会館横



更別小学校6年生  
はやし かすみ  
林 華純さん



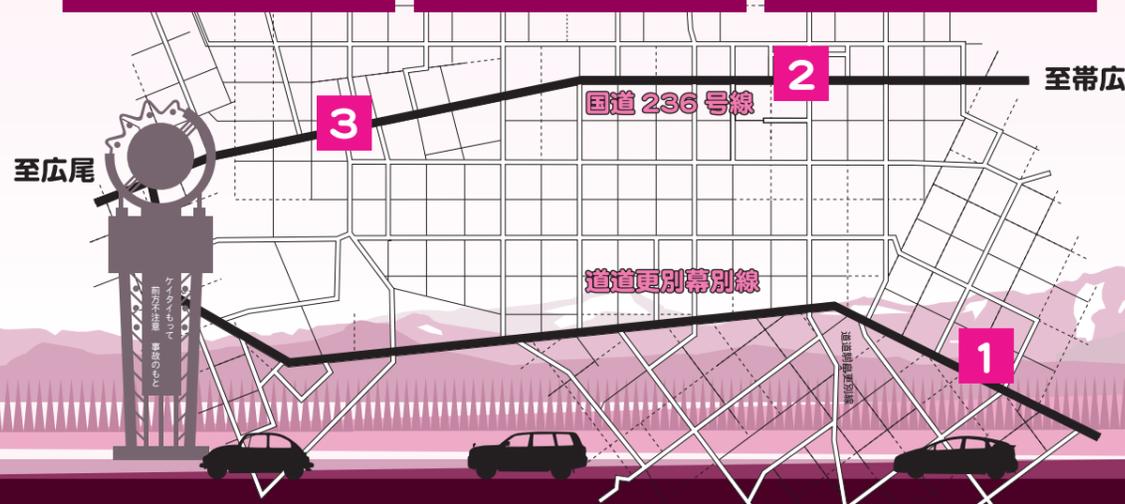
中央中学校2年生  
ふくなが はるひこ  
福永 晴彦くん



更別小学校2年生  
いわさき ゆうと  
岩崎 雄斗くん



中央中学校1年生  
たかはし ゆか  
高橋 侑花さん





さらべつカントリーパーク株式会社さらべつ産業振興公社三ツ山忠社長が主催するパークゴルフ大会、第5回じゃがいもカップがオートキャンプ場内のコースで開催され、十勝管内からの参加者を中心に106名が腕前を競いました。  
同大会は1コース18ホールを2順する36ホールのスコアで順位を競います。選手たちは彩る木々を背にしーズン終盤の大会ということもあり好プレーを続出。ホールインワンが飛び出すなど練習してきた成果を思う存分に披露。  
今年の大会は男子の部で福見澄夫さん(帯広市)がスコア101、女子の部で長瀬てる江さん(広尾町)がスコア104で優勝しました。

11/7  
じゃがいもカップを開催

11/5  
建設業協会が街頭啓発



日没が早まり、輸送繁忙期で多くの大型トラックが行き交うこの時期、村建設業協会(山内信男会長)が国道236号線で交通安全街頭啓発を行いました。  
集まった会員に向け、山内会長は「北海道で事故が多発しています。この活動をおして啓蒙につながればと思います。各事務所でも事故を未然に防ぐよう、ご協力お願いします」と挨拶し、引き続き林駐在所長が「交通事故死事故ゼロを目指して全力で取り組みたいと思っています。ご協力お願いします」と挨拶。  
皆さんは「スピードダウン」や「安全運転」と書かれた旗を手にし、事故を起こさないようにとドライバーに向けて約1時間にわたり呼びかけていました。



帯広市の国際交流員でブラジル出身のマルセロ・宮城・アルセさんとフイリピン出身のヘクター・アトム・ボサダスさんのお二人を招いて、農村環境改善センターで教育委員会主催の「2010年国際交流の夕べ」が開催されました。  
スライドを使いながらマルセロさんは、ブラジルという国がどのような文化か、名前の由来、サッカー文化についてなどを、ヘクターさんはフイリピンの国旗や言語数、島の数などをクイズ形式で分かりやすく説明。  
参加した皆さんは、日本との文化の違いに終始、驚いている様子で、次つぎと講師の二人に質問を投げかけ

11/8 「国際交流の夕べ」を開催



ヘクター・アトム・ボサダスさん



マルセロ・宮城・アルセさん

け、普段なかなかできない異文化交流を深めている様子でした。

11/11 更高公開授業

ふるさと館食品加工研修室で更別農業高校の農業科農産加工コースと生活科学科生活技術コースの、いずれも2年生の公開授業が行われました。  
授業は各コース、午前と午後に分けて行われ、農業科の授業では「ジャづくり、生活科学科の授業では菓子パンづくりに挑戦。訪れた地域の皆さんは、生徒らと一緒に参加しながら授業が進められました。  
農業科の授業では、以前にヒザづくりをしたことのある生徒らが段取りよく調理し、何故パンが膨らむかと先生の問いかけに、発酵の原理を八キ八キと答える生徒の姿が見られました。

11/6 地場産品で美味しい料理を



「更別産の食材がふんだんに使われているメニュー」

始します。時折、アドバイスをもらいながら手際よく調理をこなし、1時間で更別産の食材をふんだんに使った料理ができあがりしました。  
作った料理を試食した方からは「とても美味しいです。地元野菜を使っているので、安心して食べられます」、更別に住む子どもたちが普段から食べられるよう、お母さん



11/6 読書活動推進講演会を開催



「夢は必ず叶います！」

社会福祉センターで、おはなしを楽しむおひさま(飯塚れい子代表)が、作品が映画化になるなど幅広いジャンルで活躍している絵本作家の宮西達也さんを招き「やーこのやさしさ ティラノのおもいやり」と題した読書活動推進講演会を開催しました。  
子どもたちが多く集まる中、代表作「やー」や「おまえ うまそうだな」などの絵本を読み聞かせる形で進められ、終始会場は子どもたちの笑顔で埋め尽くされていました。  
宮西さんは最後に「大人が夢を持って頑張る姿を見せることで、子どもたちにたくさんの夢を与えて欲しいです」と話していました。



上更別幼稚園で園児らが公園などから集めた落ち葉を使って焼きイモづくりが行われ、焼き火を囲みながら香ばしく焼き上がったイモを味わっていました。  
焼きイモづくりに使われたサツマイモは、今年の5月に園児らが農協青年部と一緒に野菜栽培体験として苗から育てたものです。途中、猛暑によって生育が心配されましたが順調に成長し、約40個の大きなサツマイモを収穫できました。  
焼き火の中から取り出されたアツアツのイモを渡されると、香ばしい匂いが漂い、園児らからは「甘くておいしい！」という声が聞こえてきました。

11/18 甘くておいしい、サツマイモ

### お知らせ

#### 根絶しよう！飲酒運転

年の瀬を迎えるこの季節は忘年会など飲酒の機会が増える時期でもありません。飲酒運転はドライバーの正常な判断力を奪い歩行者や他の車両の発見を遅らせるなど重大事故を引き起こす大変危険な行為です。一人ひとりが飲酒運転を根絶し、悲惨な交通事故を防ぎましょう。

#### ハンドルキーパー運動

飲酒運転の根絶をめざして財団法人全国交通安全協会が推進する取り組みで、自動車で飲食店に訪れ飲酒をする場合、仲間同士で飲酒をしない人「ハンドルキーパー」を決め、ハンドルキーパーが仲間を自宅に送り届けることで飲酒運転の発生を防止しようとする運動です。

#### 年末ジャンボ宝くじ発売

宝くじの収益金は市町村の明るく住みよい街づくりに使われています。

今年の年末ジャンボ宝くじは1億円以上の当選が去年の倍以上で444本あります。

- 発売期間 12月24日(金)まで
- 抽せん日 12月31日(金)
- 主な賞金
  - 1等 2億円×74本
  - 前後賞 各5,000万円×148本
  - 2等 1億円×370本
  - 3等 100万円×7,400本

#### くりりんセンターの休館日

12月31日(金)の午後から1月2日(日)まで休館日となりますので、くりりんセンターへのごみの持ち込みはできません。また、年末は大混雑が予想されますので、ごみ収集日にお出しすることをお勧めします。

問い合わせ

くりりんセンター  
帯広市西24条北4丁目

☎37 - 3550

#### ご存知ですか？預金保険制度

預金保険制度とは、金融機関が預金保険料を預金保険機構に支払い、金融機関が破綻した場合に、一定額の預金などを保護するための制度です。

預金保険制度の中では、対象となる金融機関、預金などと保護の範囲、同制度で保護されていない預金などの取り扱い、金融機関が破綻したときの預金保護の仕組み(保険金支払方式、資金援助方式)などが定められています。

制度概要の詳細については金融庁や預金保険機構のホームページに掲載されています。また、預金保険制度に係る資料をご希望の方は帯広財務事務所までご連絡ください。

金融庁ホームページ

<http://www.fsa.go.jp/>

預金保険機構ホームページ

<http://www.dic.go.jp/>

問い合わせ

帯広財務事務所

☎25 - 6381

#### 交通事故被害者保護の援護制度

不幸にして交通事故などに遭われた被害者の保護を目的に次のような制度がありますのでご利用ください。

交通遺児等育成資金無利子貸付

対象

自動車事故で保護者が亡くなられたり、重度の後遺障が残った中学校卒業までの子

貸付金額

一時金...155,000円

月額...20,000円

入学支度金(小・中)...44,000円

重度後遺障者介護料支給

対象

自動車事故による重度の後遺障がいを持つため常時または随時の介護を必要とする方

支給金額

月額29,290円から136,880円の間で障がいの程度により支給

支給期日

3・6・9・12月に3カ月分を一括して支給

問い合わせ

独立行政法人自動車事故対策機構釧路支所

☎(0154)51 - 7337

#### 十勝産業振興センターのHPがリニューアル

十勝産業振興センターは農林水産省関連機械の製品開発の支援や、地域企業からの相談対応、技術セミナー・講習会などの開催による技術者育成、産学官連携による事業化の推進などを行っています。

新しいホームページではセンターの情報をより詳細に発信するとともに、地域の企業からのさまざまなニーズにお応えするための相談・要望などの受付を行えるよう機能を強化しました。

十勝産業振興センターホームページ  
<http://www.tech-tokachi.jp/>

問い合わせ

財団法人十勝圏振興機構

☎38 - 8850

#### ご相談ください「釧路被害者相談室」

民間の被害者支援団体『釧路被害者相談室』では、DV(配偶者暴力)などの家庭内暴力や性犯罪、そのほかの事件や交通事故などの被害に遭い、悩んでいる皆さんからの相談を受け付けています。民間カウンセリングの資格を持った、ボランティアの女性相談カウンセラーが親身に相談に乗ります。悩みの大小にかかわらず、どんなことでも構いませんのお電話ください。

受付日時

毎週火・金曜日

午前10時30分～午後2時30分

相談室電話番号

☎(0154)24 - 6002

問い合わせ

帯広警察署

☎25 - 0110

#### 村住民基本台帳の閲覧状況を公表します

「住民基本台帳法」第11条第3項および第11条の2第12項、「住民基本台帳の一部の写しの閲覧及び住民票の写し等の交付に関する省令」第3条の規定に基づき閲覧状況を公表します。

閲覧状況(平成22年3月～22年11月)	
年月日	平成22年6月22日
氏名	株式会社地域創造研究所 代表取締役 五嶋謙一郎
事由	平成22年度道民意識調査 委託者：北海道総合政策部知事室 道政相談センター
範囲	平成22年6月21日現在、満20歳以上の個人で字更別地域の住民のうち10件
年月日	平成22年11月5日
氏名	株式会社北開水工コンサルタント 代表取締役 新庄 興
事由	札内川での自然再生事業に関する住民へのアンケート調査 委託者：帯広開発建設部治水課
範囲	平成22年10月31日現在、20歳以上69歳以下の個人で村内全域の住民のうち20件

問い合わせ

役場住民生活課戸籍・住民基本台帳担当

☎52 - 2112

#### 北海道苦情審査委員制度のご利用を！

道の仕事に関して、皆さん自身の利害にかかわる苦情は「苦情審査委員」に申し立ててください。

個人情報の保護に十分配慮し、簡易な手続きで、苦情審査委員が中立な立場から道の業務や制度の内容を調査するなど迅速に処理します。

苦情の窓口は、道庁の「道政相談センター」のほか、十勝総合振興局の「道政相談室」にあり、制度の概要と苦情申立書をセットにしたリーフレットを用意しております。苦情の申立て方法は、所定の「苦情申立書」により、郵送、ファックス、メールでも申立てができます。また、道のホームページでも苦情審査委員制度をお知らせしています。トップページの相談窓口 主な相談機関・窓口等一覧 道政一般からご覧ください。

問い合わせ

〒060 - 8588

札幌市中央区北3条西6丁目  
北海道総合政策部知事室道政相談センター

☎(011)204 - 5022

☎(011)241 - 8181

✉kujyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp

〒080-8588

北海道帯広市東3条南3丁目  
十勝総合振興局地域政策部総務課道政相談室

☎26 - 9017

### 募集

#### NHK学園受講者募集中

NHK学園では趣味から資格取得まで、200コース以上ある生涯学習通信講座の受講者を募集しています。

まずは、無料の案内書をご請求ください。

募集期間

通年申し込み受付

資料請求

☎(0120)06 - 8881

問い合わせ

NHK学園

☎(042)572 - 3151

### 国民年金

#### 国民年金保険料は全額社会保険料控除の対象に

国民年金保険料は健康保険や厚生年金などの社会保険料を納付した場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、平成22年1月から12月中に納めた保険料全額です。また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者や家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料

も合わせて控除が受けられます。

なお、平成22年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、国民年金保険料を納付された方には、日本年金機構本部から『社会保険料(国民年金保険料)控除証明書』を送付していますので、申告書の提出の際には必ず添付してください。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも強い味方です。そのためにも保険料は納め忘れのないようお願いいたします。

問い合わせ

帯広年金事務所

☎25 - 8113

#### 年金事務所職員を名乗る詐欺にご注意を！

最近、年金事務所を装い自宅を訪問し「年金の手続きが終わっていない。ご本人に代わって手続きをするので手数料を支払って欲しい」などと言い、その場で現金を請求するような事例が報告されています。

年金事務所の職員が自宅を訪問し、年金手続きの手数を請求することはありません。訪問や電話で不審な点がある場合はその場で対応することなく、年金事務所へ確認するなど十分にご注意ください。

問い合わせ

帯広年金事務所

☎25 - 8113

### 税

#### 村・道民税第4期、国民健康保険税第6期納期限は12月20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

役場住民生活課住民税担当

☎52 - 2112

# ときめき夢民塾

受付期間12月10日（金）～1月7日（金）

## 冬期「夢民講座」の参加者を募集します

	講座名・内容・会場	講師	日程	時間	持ち物	受講料	教材費	人数
手工芸・造形	ステンドグラス 色とりどりのガラスをハンダでつなぎ合わせて窓飾りやランプなどを作ります。 (創作実習室)	森場さとしさん (池田町)	1月13・27日 2月10・24日 3月10・24日	木曜日 午後7時00分 午後9時00分	軍手、台拭き布、エプロン	2,000円	初回 6,000円程度 2作品分	15名
	トールペイント 木や布など生活に溶け込む幅広い素材にペイントします。 (創作実習室)	伊藤真実子さん (帯広市)	1月20・27日 2月3・10・17・24日	木曜日 午後2時00分 午後4時00分	水入れ、筆記用具、綿棒、キッチンペーパー、エプロン	2,000円	初回 1,000円程度	15名
	手作りを楽しむレザークラフト 軽くて持ちやすく長持ちする革製品を制作します。 (創作実習室)	前田 榮さん (帯広市)	1月20日 2月3・17日 3月3・17日	木曜日 午前10時00分 午前12時00分	筆記用具、はさみ、新聞紙3枚	2,000円	初回 2,000円程度 3作品分	15名
	しゅんこう和紙ちぎり絵入門 風景・花・静物などをモチーフに和紙を素材にした絵を描きます。 (視聴覚室)	奥村 馨さん (幕別町)	1月18・25日 2月8・22日 3月8・22日	火曜日 午前10時00分 午前12時00分	-	2,000円	初回 1,000円程度	15名
茶道	お茶を楽しむはじめての茶道 楽しくおいしい抹茶のいれ方、おもてなしの心遣いを学びます。 (和室)	文化協会茶道サークル (更別村)	1月18日 2月1・15日	火曜日 午後1時30分 午後3時00分	白靴下 服装自由	1,500円	初回 1,000円程度	15名
書道	新しく学ぶ書道入門 楽しく趣きある雅の道に初心者から丁寧に指導します。 (視聴覚室)	安江 翠泉さん (更別村)	1月19・26日 2月2・9・16・23日	水曜日 午後1時30分 午後3時30分	書道用具一式	2,000円	希望者のみ テキスト代少々	15名
料理	ブライアン・の簡単イタリアン料理教室 家庭で簡単にできるイタリアンを学びます。男性の方でも大歓迎です。 (調理実習室)	アンダーソン・ブライアンさん (更別村)	2月10・24日	木曜日 午後6時30分 午後8時00分	エプロン、持ち帰り容器	無料	毎回 750円程度	15名
舞踊	ハワイアン・フラ カラフルで可愛い衣装と素敵なハワイアン調の調べで心身ともに若返ってみませんか？ (研修室C)	河崎 穎子さん (帯広市)	1月19・26日 2月2・9・16・23日	水曜日 午前10時00分 午前12時00分	Tシャツ、動きやすいスカート	2,000円	初回 500円	15名
健康	レクリエーションダンス 様々な軽スポーツダンスを組み込んだダンスを演歌やポップスなどのBGMに合わせて踊ります。 (研修室C)	赤間 良子さん (帯広市)	1月18・25日 2月1・8・15・22日	火曜日 午後1時30分 午後3時30分	動きやすい靴・服、タオル、飲み物	2,000円	無料	15名
	親子仲良しヨガ(小学生と保護者) 動いて・笑って・楽しんで、親子の絆の時間をヨガという形で堪能してみませんか？ (研修室C)	小泉 恵理さん (帯広市)	2月5日	土曜日 午前10時30分 午前12時30分	1人につき～大判バスタオル2枚、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服	1組 500円	無料	6組
	体喜操 ヒーリング音楽に合わせたヨガ・気功・ダンスのミックス版体操です。冷え性の改善などに役立ちます。 (研修室C)	小泉 恵理さん (帯広市)	1月21・28日 2月4・18・25日 3月4日	金曜日 午後7時00分 午後9時00分	大判バスタオル2枚、フェイスタオル2枚、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服	2,000円	無料	15名
	骨盤体操(昼)・(夜)コース 座りながら寝ながらのストレッチ・体操などを行います。骨盤を調整することで体調を整え、太りにくく痩せやすい体づくりを目指します。 (研修室C)	白木千恵子さん (音更町)	昼コース 1月21・28日 2月4・18・25日 3月4日 夜コース 1月17・31日 2月7・14・21・28日	金曜日 午後2時00分 午後3時00分 月曜日 午後7時00分 午後8時00分	バスタオル、汗拭きタオル、水	2,000円	無料	15名 15名

受講料・・・各コースとも第1回目の開講時に、会場受付で納入してください。

材料費・・・各講師の先生に直接納入してください。進捗状況によって教材費が追加になる場合があります。講師の先生と相談の上、進めてください。

用具の斡旋・・・『トールペイント』の用具一式(斡旋価格約6,000円程度)、『書道』の用具・参考書の斡旋をします。

申し込み・・・電話かFAXで、名前・住所・電話番号・希望講座名を、教育委員会事務局に連絡してください。

受付期間・・・平成22年12月10日(金)～1月7日(金) 定員になりしだい募集を締め切ります。

中止と変更・・・参加者数が5名に満たない講座は、中止になる場合があります。また、日時や内容が若干変更することもありますので、予めご了承ください。

問い合わせ・・・教育委員会事務局生涯学習推進担当 ☎52-3171 ☎52-3173

### 農村民生改善センター 農書室 今月の おすすめ本

人生、90歳からおもしろい!  
やなせたかし/著



ストレスすっきり!!  
脳活習慣  
有田季徳/著



日本ブランドが世界を巡る  
渡辺千春/著



「人生の後半にこんな展開があるなんて」90歳!やなせ流人生は毎日新鮮です。アンパンマンの作者の日常を綴った一冊です。

読めばスッキリ!心がスーッと軽くなる本です。子ども、ストレスまで最新脳科学が解明します。

パッケージを制する者は、世界を制する!  
全21ブランド、240パッケージの写真でヒットの秘訣がわかります。

## いじめ根絶! 家庭で地域でできること

近年の児童生徒を取り巻く環境の大きな変化により、生徒指導上の問題は多岐にわたる。青少年による社会的重大事件が後を絶たない状況にあります。さらには、いじめや不登校をはじめ児童生徒を取り巻く状況は極めて深刻になっていきます。

このため十勝管内において、いじめ・不登校等対策本部会議を設置し、11月と12月を「十勝いじめ根絶強化月間」として設定しました。

各学校での取り組みに加え家庭・地域においても、いじめ根絶に向けて取り組まれるようご協力をお願いします。

**家庭での取組例**  
スポーツなど、親子で体を動かす機会をつくりましょう!  
いじめについて親子で話し合ってみましょう!  
心に響く物語や映画を観ましょう!  
授業参観や懇談会に参加しましょう!

**地域での取組例**  
地域の子どもたちの行動に関心をもちましょう!  
自分の子でなくても、良いことはほめ、悪いことはしかるよう心がけましょう!

問い合わせ 教育委員会事務局学校教育担当 ☎52-3171

## 更別農業高校



『見学旅行を終えて』  
農業科2年 横洲和磨  
見学旅行では京都、奈良、東京に行き、さまざまな物を見ることができました。金閣寺や東寺、映画村、二条城、京都タワー等を見ました。映画村では巨大な初代仮面ライダーを見たり、お化け屋敷に入ったりしたり、お化け屋敷に入ったりしたり。二条城では、うぐいす廊下の仕組みや屏風をみたり五重塔の中に入ったりました。(中に入れるのは正月くらいしかないそうです)色いろと疲れしましたが楽しい見学旅行でした。



『全道大会に参加して』  
生活科学科3年 山本美穂  
10月20日から小樽市で行われた北海道高等学校文化連盟主催の第34回全道高等学校写真展・研究大会に参加しました。  
初日は開会式と撮影会、二日目には作品鑑賞・講評と講演会、三日目には表彰式と閉会式の三日間で行われました。  
一日目の撮影会では事前に配布されたフィルムや持参したカメラを使い、小樽市内を散策し撮影していくといったもので、私は水族館や運河で撮影しました。私にとって最初で最後の全道大会で、人も多く緊張することもありましたが、とても自分のためになったと思えました。

## 戸籍の窓口

希望者のみ掲載

### 誕生おめでとう

さかもと 阪本 ゆうなちゃん  
隆俊・真由美(東栄区)

ふじの 富士野 ひなちゃん  
俊晴・リ工(上更別南区)  
保護者敬称略

### お悔やみ申し上げます

いんの 今野 節子さん 68歳  
(更別東区)

## 人のうごき

人口

3,475人(-6人)【内外国人34人】  
男1,718人(-2人)

【内外国人19人】

女1,757人(-4人)

【内外国人15人】

世帯数

1,278世帯(-1)

【内外国人15世帯】

11月30日現在。( )内は前月末比。

## 地域安全ニュース

更別村の交通死亡事故死ゼロ記録  
486日(11月30日現在)

11月の村内交通事故件数

13件(人身0件 物損13件)

【今年1月からの計100件】

11月の村内犯罪発生件数

1件

【今年1月からの計10件】



かくげん 角玄  
ゆきな 如菜ちゃん  
平成21年12月9日生  
曙町

次女の如菜です。お姉ちゃんの春奈と2人で仲良く遊んでいます(ほとんど春奈のおモチャになっています)。これからも、元気で思いやりのある子になってね。

晃一・綾子



かわい 河合 しゅうや 柎弥くん  
平成21年12月17日生  
柏町

僕「しゅうや」!いつもニコニコいたずら大好き。好奇心旺盛で気になる物を見つけたら高速ハイハイでまっくら。いつも遊んでくれる航汰兄ちゃんが大好きなんだ。皆さんどうぞよろしくね!

貴行・直美



ほんだるきな 本多留樹菜ちゃん  
平成21年12月18日生  
上更別南区

我が家の次女、留樹菜です。ハイハイしてじいちゃんばあちゃんの家と、うちを رفتり来たり。みんなに可愛がられてます。思いやりのある優しい子に育ててね。

正芳・麻衣子



柏町 さいとう 齋藤 瑠花さん



北更別区 りお 吉田 理央さん



こうほう



平成22年12月10日発行 (No.579)

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-ffice@sarabetsu.jp](mailto:village-ffice@sarabetsu.jp)

(村長) [seiji-okade@sarabetsu.jp](mailto:seiji-okade@sarabetsu.jp)



11月15日、南十勝消防事務組合更別支署の職員が、農業者トレーニングセンター駐車場で大規模な交通事故を想定した訓練を実施しました。職員は素早い行動で専用の機材を使い、車に取り残された要救助者5名を助け出します。心臓マッサージなどの手当を行い、トリアージ(最善の救命効果を得るために、多数の傷病者を重症度と緊急性によって分別し、治療の優先度を決定すること)の順番で次つぎと救急搬送していきました。

表紙の風景