



## まちひと百景

### 美味しく作れた カレーライス！

9月3日（土）とままえ夕陽ヶ丘オートキャンプ場でTDK「炊事遠足」が行われ、小学生約20人が参加、みんなでカレーライスを作った。

4つの班に分かれてそれぞれ役割分担し、ボランティアの高校生たちの手も借りながら順調に調理を進めていた。

最後に、カレーをみんなで実食。「うまい！」と大きく声があがるほど美味しくできあがったようだ。

午後からは、とままえ夕陽ヶ丘ホワイトビーチで「砂ASOBeach」も行われ、子ども達にとって楽しく有意義な1日となった。

- シリーズ苫前商業高等学校 ほか…2
- 第44回苫前町民マラソン大会 ほか…3
- 苫前町いやしふれあい助成事業について ほか…4
- 町健全化判断比率及び資金不足比率…5
- 健康ばんざい…6
- 地域包括ケアだより…7
- 国民健康保険ガイド…8
- 国民年金ほか…9
- 学びの広場…10
- 住まいる情報…11～13
- 中学生ギャラリー…14



### まちの人口

人口/2,858人 (男/1,393人：女/1,465人)  
世帯数/1,481世帯 (9月30日現在)

URL:<http://www.town.tomamae.lg.jp>





## 第44回苫前町民マラソン大会



9月19日(月)第44回苫前町民マラソン大会が2年ぶりに開催され、約60人の参加があった。当日は、あいにくの雨模様となったが、参加者は雨を物ともしない素晴らしい走りを見せていた。他の走者を大きく引き離して首位を独走する子や息を切らしながらも前の走者に追いつくため奮闘する子もいて熱い戦いとなっていた。また、親子の部では、一生懸命走る子供の姿に沿道から「がんばれ！」と声援があがり、親子仲良くゴールする心と光景も見られた。

種目	部門	氏名	タイム	種目	部門	氏名	タイム
1km	親子の部	井元 結愛 井元 レナ	5' 10"	3km	小学5・6年男子の部	澤川 斗吾	13' 44"
	小学1・2年男子の部	澤川 和玖	4' 17"		中学生女子の部	栗林 杏南	16' 47"
	小学1・2年女子の部	村田 葉月	4' 38"		一般男性の部	西山 智章	18' 52"
2km	小学3・4年男子の部	佐々木美糸	9' 10"		一般女性の部	明石しずか	20' 12"
	小学5・6年女子の部	栗林 枇希	8' 39"	中学生男子の部	明石 誠太	24' 16"	
(各部門の第1位のみを掲載)				5km	一般男性の部	御園生康輔	19' 36"

## 古丹別連合町内会 避難訓練



9月3日(土)古丹別連合町内会による避難訓練が行われ、参加者は正午のサイレンとともに町公民館へ避難を開始。関係者を含め約110名が参加し、非常食や飲物の無償提供も行われていた。避難終了後、始めに渡部一男町内会長の挨拶のあと、加藤隆雄事務局長から「避難訓練に参加いただきありがとうございます。ありがとうございました。」と、訓練の必要など説明もあつた。その後、町職員から防災メーイルなどの情報提供、羽幌警察署員からは、災害や交通安全、特殊詐欺などについての講話がされた。後半は、北海道警察音楽隊の演奏とカラーガード隊の演技が行われた。カラーガード隊の寸劇の中で、交通安全や特殊詐欺防止について触れられ、参加者も楽しめるよつだった。

最後には、自分の命は自分で守ることが大切となること、訓練の必要など説明もあつた。その後、町職員から防災メーイルなどの情報提供、羽幌警察署員からは、災害や交通安全、特殊詐欺などについての講話がされた。後半は、北海道警察音楽隊の演奏とカラーガード隊の演技が行われた。カラーガード隊の寸劇の中で、交通安全や特殊詐欺防止について触れられ、参加者も楽しめるよつだった。



## 一定面積以上の土地取引には届出が必要です

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

**【届出の対象となる面積】**  
 苫前町の場合  
 ・都市計画区域外  
 1万㎡以上

**【届出者】**  
 土地の権利取得者(買主等)

**【届出期限】**  
 契約締結日から2週間以内  
 ※提出期限を過ぎた場合でも、届出書の提出にご協力をお願いします。

**【提出書類】**各3部  
 ・土地売買等届出書  
 ・土地売買等契約書の写し  
 ・土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図  
 ・土地及びその付近の状況を明らかにした5千分の1以上の図面  
 ・土地の形状を明らかにした図面  
 ・委任状(代理人が届出する場合)

**【罰則】**  
 届出をしないと法律で罰せられることがあります。

**【届出・問合せ先】**  
 総合政策室  
 ☎641-2040

※提出様式や制度の詳細はホームページをご覧ください。

## 苫前町いやしふれあい助成事業について

●高齢者等の冬場の引きこもり解消や健康増進など健やかな生活支援を図るため、町が指定する宿泊施設の利用助成を行う「苫前町いやしふれあい助成事業」を本年度も実施しています。



### ●事業対象者

①満70歳以上の方、②身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方、③要介護2以上の要介護認定を受けている方、④②～③の該当となる方の付添人で町長が認めた方（付添人が町外の場合は、対象者の3親等以内の方）

### ●申請受付

役場窓口、古丹別支所及び力屋郵便局で申請の受付を行っています。  
（手続きには印鑑を持参ください）

### ■お問合せ先

苫前町 商工労働観光課  
☎ 64-2212

## 下水道利用者の皆様へ ～下水道への異物混入に関する注意喚起とお願い～

私たちの家庭や事業所から出る汚水が下水処理場に行くまで、いくつかのマンホールポンプを経由していますが、異物が混入されるとポンプの故障を招いてしまいます。

マンホールポンプが停止すると、マンホールから汚水があふれるとともに、接続しているお宅の排水口から汚水が逆流する恐れがあります。また、復旧までに多くの労力や費用がかかり、道路の通行にまで支障を生じることもあります。

このような事態を招かないために、次の物は決して下水道に流さないでください。

- 水に溶けない紙（紙おむつ、水に溶けないウエットティッシュなど）や布（下着、タオル、ハンカチなど）→ポンプに絡まって故障を招く原因となります。
- 食べ物のくず・油→ポンプを詰まらせ、悪臭の原因となります。
- 危険物（ガソリンや灯油、シンナー、農薬など）→爆発を起こす危険性があります。

また、汚水の浄化に必要な微生物を死滅させ、汚水処理に悪影響を及ぼします。

「下水道は何をしても大丈夫」なものではありません。一人一人が気を付けて大切に使いましょう。

■お問合せ先 苫前町 建設課 ☎64-2315



## メリットたくさん！マイナンバーカードを作ろう！

### 【マイナンバーカードでできること】

- マイナンバーを証明する書類として使える！ ○本人確認の際の身分証明書として使える！
- 健康保険証としても使える！
- 本人同意に基づき医師が特定健診情報・薬剤情報の閲覧が可能に！  
※初めての医療機関でも、今までに使った正確な薬の情報やご自身の過去の健康状況が医師と共有できることで、より多くの情報に基づいた、診療を受けることが可能となります。
- オンラインで行政手続きができる！ ○給付金の受け取りがスマートに！
- 新型コロナワクチン接種証明がスマートフォンアプリで発行できる！など
- 将来的には運転免許証との一体化も！（2024年度末予定）

### 【申請方法】

- ・「QRコード付き交付申請書」に記載のQRコードを読み取ればスマホで簡単に申請できます！
- ・役場や古丹別支所の窓口で、マイナンバーの申請に必要な顔写真の撮影や申請のお手伝いをいたします！（本人確認書類の提示が必要）
- ・5人以上の団体から要望があれば、町職員が任意の場所に出向き、顔写真の撮影や申請のお手伝いをいたします。（申請を希望される団体はお問合せ願います。）

## 「マイナポイント第2弾のマイナンバーカードの申請期限が12月末まで延長！」

マイナンバーカードの新規取得等、**5,000円分**

健康保険証としての利用申込み **7,500円分**

公金受取口座の登録 **7,500円分**

最大 **20,000円分** もらえる!

12月31日

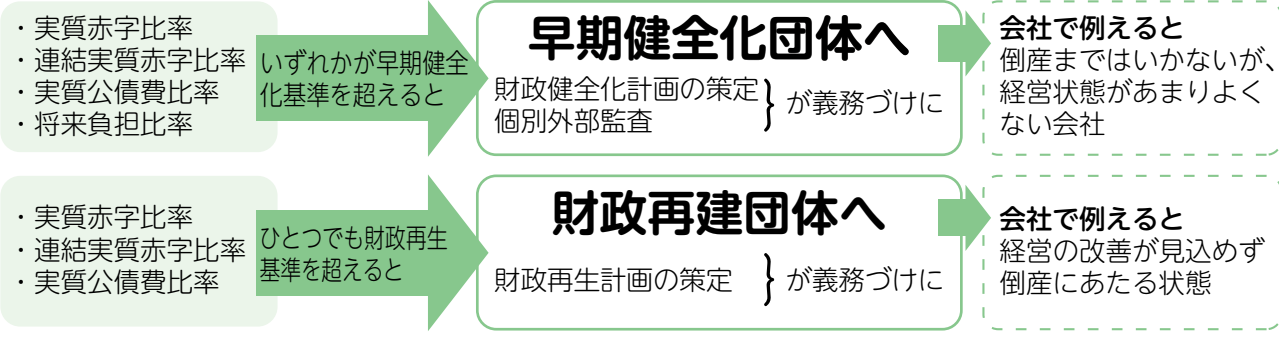
6月30日 開始!

※カードを既に取得した方うち、マイナポイント第1弾の未申込者も含む

お問合せ先  
苫前町 住民生活課  
☎0164-64-2213

# 苫前町の健全化判断比率及び資金不足比率を公表します

地方公共団体の財政の健全化に関する法律第3条第1項及び第22条第1項の規定により、本町の令和3年度決算に基づく健全化判断比率及び資金不足比率について、次のとおり公表いたします。



## 健全化判断比率

各地方公共団体の財政状況を判断する基準として、次の4つの比率が設けられています。

(単位：%)

	健全化判断比率		早期健全化基準	財政再生基準
	R3比率	前年度比率		
実質赤字比率	—	—	15.00	20.00
連結実質赤字比率	—	—	20.00	40.00
実質公債費比率	8.6	9.7	25.0	35.0
将来負担比率	—	—	350.0	

令和3年度の比率を見ても「早期健全化」「財政再生」の両基準を下回っていることから、健全な財政運営が行われていることが、わかりますね

(注)実質赤字額又は連結実質赤字額がない場合及び実質公債費比率又は将来負担比率が算定されない場合、健全化判断比率は「—」で表示



### 【文中の用語解説】

- ・**実質赤字比率** = 一般会計等における実質赤字が標準財政規模に対してどれくらいの割合になっているかを表した比率です。
  - ・**連結実質赤字比率** = すべての会計を対象とした実質赤字(又は資金の不足額)の標準財政規模に対する比率です。
  - ・**実質公債費比率(3ヶ年平均)** = 収入のうち、どのくらいの割合を借金返済に充てているかを表した比率です。
- ※ 当該比率が18%以上の市町村が地方債(借金)を借り入れる場合、都道府県知事の許可が必要となります。
- ・**将来負担比率** = 一般会計等が将来負担すべき実質的な負債が標準財政規模に対してどれくらいの割合になっているかを表した比率です。

## 資金不足比率

公営企業ごとの財政状況を判断する基準として設けられたもので、一定の基準を超えると経営健全化計画の策定が義務づけられます。

(単位：%)

	(R3) 資金不足比率	(R2) 資金不足比率	経営健全化基準
簡易水道事業特別会計	—	—	20.0
下水道事業特別会計	—	—	
風力発電事業特別会計	—	—	

(注) 資金不足額がない場合、資金不足の比率は「—」で表示

### 【文中の用語解説】

- ・**資金不足比率** = 公営企業ごとの資金不足(=赤字)がその公営企業の事業規模に対してどのくらいの割合になっているかを表した比率です。

上記の表を見てもいずれの比率も国の基準をクリアしており、苫前町の財政は十分に健全性が保たれています。

「簡易水道事業」「下水道事業」「風力発電事業」の3事業とも資金不足がなく、「—」で表示されているので、健全な経営がされていることがわかりますね





# 「乳がんの危険は11人に1人に」 今月の担当は宮前保健師長です

## 乳がんってどんな病気？

乳がんは乳房の乳腺（赤ちやんができると母乳をつくる臓器）にできるがんです。女性に一番多いがんで、40〜50歳代をピークに発症や死亡が増加していますが、近年は20〜30歳代にも増加しています。乳がんは、しこりとして触ってわかる場合としこりを感ぜない場合があります。そのため、セルフチェックをすること、マンモグラフィ検診を受けることが早期発見につながります。

乳がん発症の5%から10%は遺伝のためと考えられています。ほかの要因としては、エストロゲンホルモンの影響を受ける時期が早い初経年齢、遅い閉経年齢、生活習慣の関連として、アルコール飲料の摂取、喫煙（受動喫煙も含む）、肥満などが考えられています。

乳がんは、早期の小さなうちに見つけ、適切な治療を受けた場合、90%以上は治ります。治療方法は、乳房を全部もしくは部分的にとる手術、放射線療法、抗がん剤による化学療法をがんの状態に応じて組み合わせて行います。がんを早期発見できれば、がんの治療の負担が軽くなる可能

性があります。早期に発見する方法の一つに、検診によるマンモグラフィ検査があります。先進諸国では60〜80%の女性が受診しています。令和3年度宮前町の乳がん検診受診率は、20・2%でした。

## 乳がん検診はどんなことをするの？

宮前町では40歳以上の女性（2年に1回の受診）を対象に実施しています。町の乳がん検診の流れは、受付↓保健師の問診↓自分のバスタオルを使って検診車で準備↓車内でマンモグラフィ検査、となります。検査の対象となる条件等は、今月の広報誌の折り込みチラシで御確認願います。マンモグラフィ検査は、乳房をレントゲンで撮影する検査です。撮影台とプラスチックの板で乳房を挟んで撮りますので、挟むときの痛みを感じる方もいます。5秒ぐらいい、そのままの姿勢で撮影します。検診車内は女性スタッフが2名で対応するため、撮影時間が短い長所があります。平成30年度から、医師の乳房診察はありません。また、新型コロナウイルス感染症予防のため、時間毎の受付人数を少なくし、撮影や子宮がん検診の診察開始時間を早めて

います。終了までの待ち時間がより短縮できるように実施します。実施スタッフは体調管理、手指や会場の消毒、換気に努めます。受診する方にも、検診前1週間以内の体調不良、感染者が多く発生している地域や海外への訪問歴がある方は受診の中止をお願いいたします。当日の検温、不織布マスク着用、ご自身のバスタオルの持参等ご協力をお願いいたします。詳細については、検診申込者に後日お知らせします。

## セルフチェックの達人になろう！

自分で乳房を定期的に触って確認することで、がんを発見することもできます。月1回程度を目安に、生理がある方は、出血が終わって4〜7日後に行うのがお勧めです。

①鏡の前で腕を上げ下げして、乳房の左右差、ひきつれやくぼみ、形に変化がないか、乳首から分泌液がないかをみる。

②（お風呂の時に触ってもよい）指の腹を使って軽く押すようにして小さく動かしながら、上は鎖骨、下は肋骨の一番下、左右は鎖骨の中央から脇の下まで広範囲を触る。左側は右手で、右側は左手を使うと触りやすい。

普段の状態がわかっていないと、変化があるときに気づきやすくなります。「触ってみ

てもよくわからない」という声をお聞きますが、詳しくわからなくても「いつもと違う」と感じたときは、迷わずに乳房を診れる外科、乳腺外科の診察を受けましょう。



## 子宮がん検診も一緒に！

宮前町では、公民館で子宮がん・乳がん検診（集団検診）を年1回12月に実施します。特に今後、妊娠・出産を控えている方は、検査を受けることで子宮を守るができます。若し女性は検査自体に抵抗感がある方も多いのですが、身近な方から、検診を勧めめて子宮を守ってあげましょう。

### ▼日程

令和4年12月6日（火）

### ▼会場

宮前町公民館 送迎車両あり

### \*事前申し込み必要

詳しくは、今月の広報誌の折り込みチラシをご参照ください。

クーポン券（水色）を6月に受け取っている方は個別に病院で検査を受けることもできます。クーポン券送付時に

同封している検診の受診方法をご確認いただき、ぜひ、検診にご利用ください。

町の検診だけでなく、病院での検査や人間ドックなど機会はいろいろあります。上手に利用しましょう。

## 宮前町食生活改善協議会より 男性料理教室のお知らせ

食生活改善協議会とは、町民の健康づくりのために活動しているボランティア団体です。

男性料理教室では調理実習に加えて、管理栄養士が健康に関する講話も行います。

新型コロナウイルス感染症対策を行いながら実施するため、体調確認やマスクの着用等皆さまのご協力をお願いします。

会員一同、皆様のお申し込みをお待ちしています！

日時：12月2日（金）

18時から

場所：宮前町公民館

メニュー：鶏肉と野菜のデミソース煮込み、かぼちゃ

サラダ、押し麦ごはん

持ち物：エプロン、三角巾、

大きめのタッパー（デミソース煮込みを2人前入れ

ます）

締め切り：11月22日（火）

申込み、お問合せ先

宮前町食生活改善協議会事務局

641-2215（保健福祉課）

（保健福祉課）

## ★病院の薬、残っていませんか？

朝晩、肌寒くなってきました。気候の変化によって体調を崩す高齢者の方がいらっしゃいます。不織布マスク着用や手洗い、体温計測といった毎日の感染症対策の基本を継続して実行することが大切です。また、体調を整えておくためには健康管理が重要ですが、訪問先で「病院で出される薬が余っている」という話を聞くことがよくあります。

そこで、薬について飲み忘れや残ってしまった場合の対応をご紹介します。

### ○どうして薬が残ってしまうのか

「医師の指示どおり内服しているから、薬が残ることはない」という方は、今の内服方法がご自身に適している状態ですので、続けましょう。一方で、手元に残ってしまいやすい方は、理由を考えてみましょう。次にあてはまることはありませんか？

- ・つい、飲むことを忘れてしまう
- ・朝起きてすぐは飲みにくいのでやめた、昼食は食べないので昼食後は飲んでいない
- ・昼は薬の種類が少ないので飲んでいない（飲まなくても具合が悪くないから）
- ・飲み込みにくいので回数を減らした

など、理由がわかれば、対応策を講じることができます。

- ・忘れてしまう方→見た目で薬を飲んだが飲んでいないかをわかりやすくする：一包化（1回分毎に袋で薬を分けてある。袋に日付や「朝食後」などと、いつ内服するかが印字されているものが多い）にする、お薬カレンダー、お薬箱を活用する、内服回数を減らせないか医師に相談
- ・飲みにくい、食事回数に合わない方→飲みやすいものに変えられないか、回数を変えることができないか医師や薬剤師に相談
- ・調子が悪くないから飲まない方→医師に相談

薬の疑問や困り事は、薬局の薬剤師も相談に応じてくれます。



### ○残った薬はどうしていますか？

薬が残っている方に共通して、薬を飲んでいないことを主治医や薬局の薬剤師に伝えていないということがあります。そのため、定期受診のたびに残ってしまうお薬が増えていくという悪循環が起こります。「いつか使うかもしれない」と言う方もいますが、薬には使用期限があり、古くなった薬は身体の害になることがあります。そこで、残った薬を持参して薬局で使えるかどうか確認してもらい、数えてもらいましょう。医師と相談して使える分を差し引いて処方してもらうことができます。



### ○お薬手帳は1冊にしましょう



複数の医療機関に受診している方で、医療機関の近くの薬局で薬を受け取るからと薬局の数分、手帳を持っている方がいます。薬剤師は薬の相談に応じるだけでなく、薬の飲み合わせが問題ないか、同じ成分の薬が処方されていないかお薬手帳で確認しています。お薬手帳は1冊にしても複数の薬局で使えます。ご自身の薬のカルテとして1冊にまとめて活用しましょう。

#### ◆事業のお知らせ◆

11月18日（金）の寿いきいき教室は、体力測定の実施予定です。ご自身の体力が維持できているか、確認のためにも、是非ご参加ください。

## 忘れていませんか？「特定健診」

今年度も町では、特定健康診査(特定健診)を実施しています。

実施の目的は、メタボリックシンドロームを早期に発見し生活習慣病を予防することで、生活習慣病の中でも、糖尿病、高血圧症、高脂血症等は肥満と密接な関係にあることが指摘されています。メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に高血糖、高血圧、高脂血症のうち2つ以上が合併した状態で、そのまま放置すると動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などにかかるリスクが高くなります。

現在までの特定健診受診者数は、国から指定された市町村目標受診率(60%)に満たない数字となっています。この目標を達成できなかった場合、国からの支援金が減少してしまい、保険税の増税に繋がってしまいます。

現在、通院している方も対象となりますので、まだ受診されていない方は、ぜひ特定健診を受診しましょう！

国民健康保険加入者は**無料**で受診することができます。

### ◆◆◆ 個別健診のお申込み方法 ◆◆◆

お申込みは、受診する医療機関へ直接ご連絡願います。

受診可能医療機関：	苫前厚生クリニック	0164-65-3535
	苫前クリニック	0164-64-9070
	北海道立羽幌病院	0164-62-6060

**【受診可能期間】**  
令和5年2月末まで

## 特定健診は「受診して終わり」ではありません

生活習慣病のリスクが高いと判定された方は、引き続き、保健師・栄養士などが生活習慣改善、健康回復のためのサポートを行う「特定保健指導」を**無料**で受けることができます。

対象となる方には、特定保健指導の通知、又は電話でお知らせします。

## 医療機関・薬局の適正受診にご協力ください

休日や夜間に軽症の患者さんの救急医療への受診が増加し、病院勤務医の負担が過重となる原因のひとつにもなっているほか、保険料や窓口負担として皆様にご負担いただく医療費が有効に活用されるよう以下のことに留意し、適正受診にご協力願います。

- ・休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。休日や夜間に受診しようとする際には、平日の時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。
- ・かかりつけの医師をもち、気になることはまずかかりつけの医師に相談しましょう。
- ・同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬によりかえって体に悪影響を与えてしまうなどの心配もあります。今受けている治療に不安などがあるときには、そのことを医師に伝えて話し合ってみましょう。
- ・薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。(薬のもらいすぎに注意を！)
- ・後発医薬品(ジェネリック医薬品)は、先発医薬品と同等の効能・効果を持つ医薬品であり、先発医薬品よりも窓口での自己負担額を少なくすることができます。苫前町でお配りしている「ジェネリック医薬品希望カード」を医療機関や窓口に提示することで、後発医薬品の利用について相談に乗ってもらうことができます。



# 国民年金



## 「年金生活者支援給付金制度について」

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

### ■対象となる方

老齢基礎年金を受給している方

次の要件をすべて満たしている必要があります。

65歳以上の老齢基礎年金受給者である

同一世帯の全員が市町村民税非課税である

前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が881,200円以下である

障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

次の要件を満たしている必要があります。

前年の所得額が「4,721,000円+扶養親族の数×38万円」以下である

### ■請求手続き

年金を受けている方

対象となる方には9月以降、日本年金機構から請求手続きのお知らせが送付されます。同封のはがき(年

金生活者支援給付金請求書)に必要事項を記入し、切手を貼って日本年金機構に提出してください。  
(注意)既に年金生活者支援給付金を受給している方は、新たな手続きは不要です。

### これから年金の請求する方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または役場・古丹別支所で請求手続きをしてください。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

『給付金専用ダイヤル』  
0570-054092  
(ナビダイヤル)

### お問合せ

○留萌年金事務所

☎0164(43)7211

○住民生活課

☎0164(64)2213

までお問合せください。

## ファイヤー通信

# 秋の火災予防運動

全国統一防火標語

『お出かけは マスク戸締り 火の用心』

実施期間  
令和4年10月15日(土)～  
10月31日(月)までの17日間

これからの季節は、寒くなりストーブを使用する機会が増えて来ます。そこで気を付けてほしいのがストーブの取り扱い方法です。間違った使い方をすると、あっという間に火災になってしまいます。火災を起こさない為にはストーブの近くに燃えやすい物を置かない、ストーブの上で洗濯物を干さないようにしましょう。また、給油の際は消火してから行いましょう。

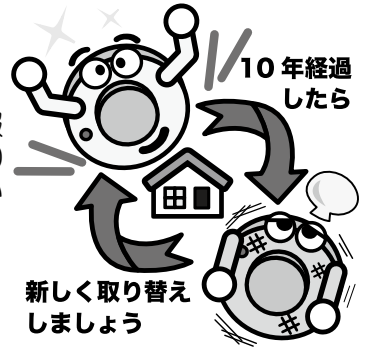
万が一火災が起きてしまった時は、119番通報し安全な場所に避難しましょう。

住宅用火災警報器の点検方法は2種類あります。

ボタンを押すタイプと、ひもを引っ張るタイプがあります。きちんと警報音が鳴るか確認しましょう。いざという時に電池切れでは意味がありません。



住宅用火災警報器は設置から10年を目安に新しい物へ交換しましょう。



火事・救急は119番！ 北留萌消防組合消防署 苫前支署 ☎64-2321  
古丹別支署 ☎65-4119

### 令和4年度「ふるさと教育セミナー」・「苫前町PTA連合会研究大会」の開催について

人には「得意」なことや「苦手」なことがあり、それは「個性」でもあります。生まれながらの個性をどのように伸ばしていくか。また、どのように補ってあげればいいのか…。

このセミナーを通して、あなたが日頃感じている不安や悩み、疑問などを解決するヒントを見つけよう。

日時：11月7日（月）18：30～20：30

場所：苫前町公民館 講堂

内容：演題「発達凸(でこ)と凹(ぼこ)」

講師：特定非営利活動法人 ウェルアナザーデザイン 代表理事 小野 尚志 氏

対象：一般町民

※詳細は回覧等をご覧ください。



### 公民館講座「鮭トバ作り」の開催について

今年も美味しい「鮭トバ」の時期となりました。

講師から秘伝の味付けとコツを伝授してもらい、美味しい鮭トバを作ってみませんか？

日時：11月25日（金） ※予定のため変更となる場合があります。

場所：苫前町公民館

内容：鮭トバ作り

講師：磯崎 功 氏

対象：一般町民

※詳細は回覧等をご覧ください。



### 「公民館フェスティバル」&「図書室フェスティバル」を開催します

皆さんの「学びの成果」が一堂に集まる公民館フェスティバルと図書展や本の無料提供が行われる図書室フェスティバルを次の日程で開催します。楽しい催しがたくさんありますので、ぜひ皆さまお誘いのうえ、お気軽に参加ください。

#### 【公民館フェスティバル】

日時：10月29日（土）～30日（日）

場所：苫前町公民館 講堂ほか

※町民舞台発表会は中止となりました。

※詳細は回覧等をご覧ください。

#### 【図書室フェスティバル】

##### ○ゼロカーボンフェア

日時：10月29日（土）～30日（日）

場所：苫前町公民館 研修室

##### ○本のリサイクル市

日時：10月29日（土）～30日（日）

場所：苫前町公民館 図書室及びロビー

##### ○おはなしの森ひなたの「工作教室」

日時：10月29日（土）

1部：10：00～11：00

2部：11：30～12：30

場所：苫前町公民館 実習室

※詳細は回覧等をご覧ください



● 偽ショッピングサイトに注意！ ～そのサイト偽物ではありませんか？～

- インターネットショッピングをする際は、あわてず、サイトの会社概要などをよく見て、確認してから購入してください。
- 偽ショッピングサイトの特徴
  - ・会社名などを盗用、住所がデタラメ
  - ・日本語が不自然
  - ・支払いが銀行振込のみ
  - ・割引率が過大なものは特に注意



● 秋のヒグマによる人身事故防止 ～ヒグマとの事故を防ぐために～

- 複数で行動し、音で存在を知らせましょう。
  - 入山する時は、クマ鈴やラジオ等を持って、会話しながら、人の存在を知らせましょう。
- ヒグマの出没情報等に気を付けましょう。
  - 新聞やテレビなどで、ヒグマの出没情報等を確認しましょう。
- 残飯や生ゴミの処理には注意しましょう。
  - ゴミを野外に放置したり、埋めたりしないようにしましょう。
- フンや足跡、食べた跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう。
  - ヒグマのフンや足跡、草や木などが食いちぎられた跡などを見つけたときは、すぐに引き返しましょう。

● その電話……詐欺かも！？詐欺話がきたら「#9110」

「オレだけど急にお金が必要になった」「還付金があるからATMに行って」「キャッシュカードの交換が必要」「名義貸しは違法、逮捕される」などの電話がきたら詐欺です。  
 このような電話がきたときは、すぐ電話を切って、警察に相談して下さい。  
 お問い合わせ 羽幌警察署警務係 ☎0164-62-1110



イベントカレンダー 10月→11月

日	月	火	水	木	金	土
				10月 20	21	22
23	24	25	26 1歳6か月児・ 3歳児健診 (公民館)	27 献血車来庁② 町内3か所巡回 9時～16時30分	28	29 おやこ料理教室 (公民館)
30 TDK料理教室 (公民館)	31	11月 1	2	3 苫前町表彰式 (公民館) 10時～	4	5
6	7	8	9 乳児健診(公民館) 生活・仕事相談会 (苫前地区コミセン) 13時30分～ 14時20分	10	11 健康相談 (公民館) 10時～11時	12
13	14	15	16	17 道立羽幌病院 巡回診療 (小川研修センター)	18 寿いきいき教室 (公民館)	19
20	21	22	23	24	25	26



## 産後パパ育休（出生時育児休業）など改正育児・介護休業法等について

男女とも仕事と育児を両立できるよう、育児・介護休業法が改正され、今年4月から順次施行されています。

### <改正のポイント>

令和4年4月1日施行 育児休業を取得しやすい雇用環境整備、個別周知・意向確認措置の義務化等

令和4年10月1日施行 産後パパ育休の創設、育児休業の分割取得

令和5年4月1日施行 育児休業取得状況の公表の義務化

10月からスタートする「産後パパ育休」は、産後8週間以内に4週間までの休業取得を、2回に分割して取得が可能です。さらに、子どもが1歳になるまでの育児休業も2回に分割して取得できるため、育児休業と産後パパ育休を合わせると、分割して4回まで取得が可能です。

今回の改正で従来よりも柔軟に育児休業が取得できるようになります。これから育児休業の取得を考えている男性は、配偶者の体調、働き方や職場復帰のタイミング、永年の子どもの年齢などに応じて、時期、期間、回数など自分なりの育児休業の取得の仕方を考えてみてはいかがでしょうか。

お問合せ

北海道労働局雇用環境・均等部指導課 ☎011-709-2715

## 相続土地国庫帰属制度のご案内 ～旭川地方法務局からのお知らせ～

人口の減少・高齢化の進展などを背景に、土地の利用ニーズが低下している昨今、土地所有に対する負担感が増加しており、相続された土地の名義変更を行わないことに起因する「所有者不明土地」の増加が大きな社会問題となっています。

そこで、所有者不明土地の発生予防の観点から、相続によって土地の所有権を取得した相続人が、法務大臣の承認を受けることにより、土地を手放して国庫に帰属させることを可能とする制度が、令和5年4月27日からスタートします（売買等によって任意に土地を取得した方や会社・法人は対象になりません）。

なお、通常の管理又は処分をするにあたって過大な労力や費用が必要となる土地は対象外となり、申請後、法務局職員等による書面審査や実地調査が行われます。

また、申請時に審査手数料を納付いただくほか、承認を受けた場合には、負担金（向こう10年分の土地管理費用相当額）を納付いただく必要があります。

【手続の詳細】法務省のホームページ

[https://www.moj.go.jp/MINJI/minji05\\_00343.html](https://www.moj.go.jp/MINJI/minji05_00343.html)

【お問合せ】旭川地方法務局登記部門 ☎0166-38-1146（直通）

※受付時間 平日の8時30から17時15分まで（年末年始・祝日を除く）

## 地域社会貢献事業 まちの施設を整備していただきました

### ロードコーン及びコーンバーの一式の無償貸与 ～三協建設株式会社～

苫前漁港東防波堤補修その他工事を実施している三協建設株式会社（堀松秀樹代表取締役）が7月29日（金）にとままえマルシェ開催の支援のため、ロードコーン及びコーンバー一式の無償貸与を地域社会貢献事業として実施していただきました。

ありがとうございました。



### 認定苫前こども園職員駐車場の路盤改良整備～東北建設～

一般国道239号苫前町霧立道路維持除雪工事を実施している株式会社東北建設（小島英人代表取締役）が9月2日（金）に認定苫前こども園職員駐車場の路盤改良整備を地域社会貢献事業として実施していただきました。

ありがとうございました。

## 「教えて海のごみ！」をホームページに掲載しました

世界全体で、年間約800万トンのプラスチックごみが海洋に流出しているとの報告があり、このままでは2050年には、海洋中のプラスチックごみの重量が海にいる魚の重量を超えるとの予測もあります。

海洋プラスチックごみの約8割が陸域からの流入とされていますので、結局のところ自分たちのまから出たごみが海ごみとなっています。

- ・一人ひとりが海ごみについて考えてみませんか？ ・ぜひ、ホームページをご覧ください。
- ・将来を担う子どもたちに現状を知ってもらうことが重要ですので、子どもたちとの共有もお願いします。

●「教えて海のごみ！」YouTubeアドレス ●海ごみ関係パンフレットも掲載していますので、併せてご覧ください。

<https://youtu.be/JP4kiQke2hA> <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/jss/79061.html>  
お問合せ 北海道環境生活部循環型社会推進課 ☎011-204-5198

## 「健康とくらしの調査」を実施します。

保健福祉課では、国立長寿医療研究センターと共同で、「健康とくらしの調査」を実施します。

この調査では、介護保険事業計画等の策定のため、高齢者の健康状態や暮らし方などを把握し、介護予防等に役立てるデータ収集を目的としています。

アンケート調査用紙をお送りしますので、受け取られた方はぜひご協力をお願いします。

- ・対象者 要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の方
- ・お問合せ 専用フリーダイヤル 0120-900-678 (通話無料 平日9:00～17:00)

## J A北海道厚生連 苫前厚生クリニックよりお知らせ

### 皮膚科 外来日は

10月：10月13日(木)、27日(木)  
11月：11月10日(木)、24日(木)

大変混み合いますので、なるべく事前の電話予約をお願いいたします。不明な点がございましたら電話でお気軽におたずねください。

受付  
13時～  
16時45分

### 一般診療休診のお知らせ

10月19日・20日・25日・26日・28日  
及び11月9日・11日・16日・18日・22日の13:30～15:00は新型コロナオミクロン株ワクチン接種対応のため、一般診療をお休みいたします。

J A北海道厚生連 苫前厚生クリニック(☎65-3535)

## 苫前町の交通事故情報

令和4年9月の事故状況

発生件数 0件 死者数 0件 負傷者数 0件

令和4年1月から9月末までの累計  
発生件数 4件 死者数 0件 負傷者数 4件

交通事故死ゼロ日数は  
9月30日現在で447日

## 風力発電の売電状況 (町営風車「風来望」)

令和4年9月分の実績

供給電力量 423,803kWh  
8,391,299円

## 10月 町税の納期

今月は、

町 道 民 税  
国 民 健 康 保 険 税  
介 護 保 険 料  
後期高齢者医療保険料

の納付月です。  
納期内納付にご協力願います。

ご厚志に感謝します

苫前町へ  
○苫前町 ユーラスエナジー苫前 合同会社 様

古丹別連合町内会へ  
○古丹別 石川 ヨシノ 様

三溪町内会へ  
○三溪 古村 記子 様

三溪溪友会へ  
○三溪 古村 記子 様

岩見親和会へ  
○岩見 伊藤 広次 様

社会福祉協議会へ  
○岩見 伊藤 広次 様

戸籍の小箱  
ご成長をお祈り申し上げます

氏名 父/母 出生日 住所  
五十嵐蒼央(長男) 紗都稀 9/1 旭  
氏名 年齢 死亡日 住所  
花谷 佐藤 古村  
井藤 文子 昭 95 92 89 81  
9月9日 8月30日 8月26日 8月19日  
旭 屋 溪



## ＊ 苫前中学校生徒の作品 ＊

中学生ギャラリー

中学生ギャラリー

中学生ギャラリー

### 『身近な風景』

1年 天谷 優里さん  
窓のカーテンの影など細部まで丁寧に彩色できました。木々もたくさん生えているように描けました。



### 『身近な風景』

1年 寺林 聖真くん  
紫色を多く使って家の壁を良い感じにぬれました。思った以上に上手くぬれました。



### 『身近な風景』

1年 輪島 維俐さん  
壁のベージュの色づくりが難しかったけど上手くぬれました。今までで一番上手くできました。



### 『牛の絵』

2年 佐井 暖来さん  
牛の毛の流れや曲がり具合、毛の出口を上手に彩色でき、納得のいく作品に仕上げることができました。



### 『牛の絵』

2年 佐藤 由奈さん  
雲はふわふわに、牛の毛並みも毛のように上手くぬることができました。



### 『牛の絵』

2年 寺林 龍駕くん  
牛の茶色の毛並みを1本1本描くことは大変でしたが、上手く色ぬりができました。



### 『馬の絵』

3年 阿部 隼也くん  
特に顔は色を細かくぬり分けました。牛よりも彩色は上手く正確に描けました。



### 『馬の絵』

3年 堀切 光陽くん  
頬の凹みや目の光り、口の周辺や筋肉の筋を上手く色ぬりできました。



### 『馬の絵』

3年 宮前 英煌くん  
毛質の描き方は納得してはいないけど、3年間習得した技術を使って彩色できました。過去一番の出来です。



## 新型コロナウイルス感染防止にご協力をお願いします。 「新しい生活様式」の実践をお願いします！

ご自身の体調や症状に不安がある場合は、次の窓口にご相談ください。

「新北海道スタイル」  
はじめよう



手を洗おう



咳エチケット



換気をしよう



3つの「密」をさげよう



いまは、きよきをとって



テイクアウトやデリバリーも

	電話番号	開設時間
○厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター	0120-761-770 (フリーダイヤル)	平日 8:30～17:15
帰国者・接触者相談センター		
○北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター	0120-501-507 (フリーダイヤル)	24時間 (年中無休)
○留萌保健所	0164-42-8327	平日 8:45～17:30
○厚生労働省電話相談窓口	0120-565-653 (フリーダイヤル)	9:00～21:00 (土日祝も含む)