

広 報

とままえ

発行／北海道苫前町
編集／企画振興課広報広聴係



風かおる
人が輝き
躍動するまち

No.522
2005

2



まちの人口

人口／4,231人
男／2,018人
女／2,213人
世帯数／1,766世帯
(12月31日現在)

ジュニアナイター教室

苫前スキー連盟が主催する同教室に

幼児（5歳以上）から小学生までの39名が受講。

幼児の部では、スキーを楽しむことから始まり、

講師陣の精力的な指導のもと、スキーで歩くことすら

難しかった子どもたちが、ボーゲンで滑り降りるまで

上達し、全員がロープリフト利用まで体験。

見守る親たちも、子どもの成長に大喜びだった。



標語 「敬語から 始まる毎日 グッドだぜ！」

未来に翔け

平成17年 苫前町成人式

新成人40名が 新たな成人への誓い



町理事者並びに町議会議長らと恒例の記念撮影をする新成人40名

また、新成人の意見発表では、草薙龍君（留萌地区農業共済組合南部支所勤務）と谷田美穂さん（美唄聖華高校看護専攻科）が、これま

式辞を述べ、新成人の船出を祝った。続いて、星勇輝君と関野道子さん（ともに学生）が、「責任ある行動のもと明日の郷土を築く担い手として、町の発展のため努力します。」と力強く宣誓。来賓の森利男町長、星野恭司町議会議長からお祝いの言葉が贈られた。

一月九日苫前町公民館において町教育委員会主催による平成十七年「苫前町成人式」が挙行され、来賓や父母ら約八十名が見守る中、新成人四十名が成人への誓いとともに新たな一歩を踏み出した。

式典は、真新しいスーツや紋付袴姿、華やかな振袖に身を包み、「自分の農業を見つめ直し、頑張りたい（清水誠君）」、「自分の道に胸を張って生きていきま（元谷絵理子さん）」、「社会に貢献できるようになりたい」（小林香菜さん）など一人ひとりが、成人となる抱負を語りステージ中央から入場した。

町教育委員会・岡田裕幹委員長からは「自分の人生を大切に、自己実現のため一歩一歩階段を登ってください」と



意見発表を行う草薙龍君

一方、会場では元古丹別小学校教諭矢野聡史さん（札幌在住）が、同校六年生当時の自分に当たった手紙を成人者へ手渡し、「八年前の約束を果たすことが出来ました。子供たちの成長が何え、大変うれしです」と教え子の



成人宣誓を行う星勇輝君と関野道子さん

で成長を見守ってきた父母らへの感謝を述べるとともに、力強く将来への夢や希望、決意を発表。会場からは大きな拍手が贈られた。



意見発表を行う谷田美穂さん

式典は、成人者が生まれた当時の「社会や苫前町の出来事」がビデオ上映され、参列した父母らとともに成人者は、その当時に思いをはせた後、集合記念撮影が行われ、成人式の節目を締めくくった。

平成十七年度の町内各小学校での新入学予定者は、苫前小学校で十八名、古丹別小学校で十六名の計三十四名（平成十五年十月一日現在）となっております。

以下に記載の入学予定者以外において、苫前町に在住（転入）する該当者がありましたら、お早めに町教育委員会管理課学校管理係（電話四二二三八四）までお申し出ください。

晴れの姿に感無量の表情を浮かべた。

おめでとうピカピカの 新一年生

町内二小学校で三十四人

苫前小学校

- 力昼 佐藤真夕（信一）
- 苫前 木村皐月（幸雄）、千葉優花（勇一）、本田脩陽（毅）

- 旭 能登隼輝（光春）、野澤龍平（圭輔）、川村茉以（英治）、宮野寛太（亘）、北村海翔（拓也）、嶋崎海都（薫）、嶋崎空都（薫）、田中翔貴（伸和）、佐藤達哉（広勝）、小林志乃（勝也）、金子真彩（智広）、堀井勇人（小百合）、石川真子（真由美）、清水優稀奈（美奈子）

古丹別小学校

- 古丹別 前川貴頌（彰）、前川至（彰）、森拓馬（裕樹）、中村健太（弘樹）、鈴木逸斗（豊）、池田朱里（守晃）、伊藤充洋（修）、丹羽由季菜（善弘）、永井星奈（宏入）、香川 前川幹也（忠雄）、鴨田菜里（誠）
 - 九重 杉野隼斗（隆蔵）、柴田きなり（雅紀）、仲谷泉希（康弘）
 - 岩見 田井奈津妃（嘉久）
 - 小川 村上智章（親之）
- （ ）内は保護者

中国で道産水産物販売促進フェア

ばんさんかい
晩餐会で苫前産ボタンエビが食材に

北海道では今年、中国での道産水産物輸出の強化を図るため、一月十四日から二十三日上



中国上海市内のホテルで行われた晩餐会

海市において販売促進フェアを実施。十八日には同市内のホテルで北海道美食招待晩餐会が開催され、その食材に苫前産ボタンエビが提供された。
この晩餐会は、道産食材を活用した料理を中国・上海でPRすることで、道産品の現地での認知を高め、販路拡大を図ることが目的とされ、オホーツク産ホタテや網走産釣りキンキ、寿都産天然アワビなど二十品以上の食材が選定された。
シェフを務めるホテルグラビ

地域通貨講習会

地域経済力向上とボランティア拡大

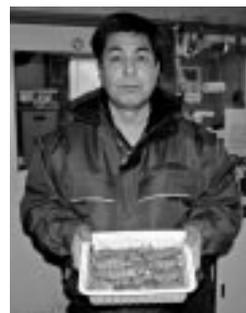
一月十四日町公民館において地域通貨講習会が開催され、参加者二十名が地域通貨の意義と利用方法について学んだ。



地域通貨利用を疑似体験する参加者

地域通貨は、昨年商工会が主体となり道商工会連合会の助成により、試験運用を開始。地域通貨券五百円分の購入時に二割のポイント券が付いてくる仕組み。現在五十万円分の地域通貨券と五十万円分のポイント券が流通しており、この経済効果二千五百五十万円分に相当する。
講習会では、この地域通貨の流通状況を調査している北海道大学大学院経済学研究所の西部助教(経済学博士)が「地域通貨は主に、地域のお金地域内で使われることによって、そ

「サツポ料理長貫田圭一さんは「苫前産ボタンエビは、甘みがあつて最高の食材。冷凍での保存状態がとてよく、水での解凍で鮮度がもどる」と漁協苫前支所冷蔵庫での保存状態に驚いていた。このボタンエビは、日高産天然サケと併せて刺身サラダとして提供され、中国関係者の舌をうならせた。



ボタンエビの活用に喜び漁協苫前支所の小西さん

の町の経済力を高めるものと、ボランティアを活用し総合扶助を高めるものが多く、その二つを兼ね備えたものは少ない。その取り組みが苫前町から始まったことは、喜ばしい」と地域通貨の取り組み意義について述べた。

この地域通貨試験運用は二月二十日までとなっており、町商工会では、この流通状況をまとめ、試験運用を重ねていく中で、地域通貨の本格運用を図りたい考え。地域の人材を活かすボランティアの発掘や特定事業者の拡大などのサービス充実とともに、地域内での購買力向上のためには、住民の理解と協力が課題となつている。

「文芸」

苫前町文芸を語る会

(短歌)

如月の凍てつく道を軋ませ待つ人のなき家路へ急ぐ

古丹別 住吉 美恵

堪へて来し今日の孤独にピリオドを明日生きたため零時を眠る

古丹別 大矢根亮子

雀等の飛びたる後の枝の揺れ裸木ゆえに寂しさのわく

栄浜 横内 弘子

吹雪をも恐れず喜々と来し孫ら今はまばゆき社会人なり

長島 水谷 露子

紙吹雪宙より舞つて我が髪にかりし時の雪の白さよ

古丹別 木幡とく子

(俳句)

初鏡 母の形見の 帯結ぶ

古丹別 林 千代美

窓越しに 見ているだけの 枯木山

古丹別 桑 風

川 柳

(文責・大矢根)

探す物 忘れで直し また探す

古丹別 運上 吉雄

金運と 探す出逢い 宝くじ

古丹別 斎数 範章

不況風 底辺ばかり 吹きぬける

古丹別 今新きみ子

鯉漬け ソーラン節が なつかしい

古丹別 関 武

(文責・鎌田)

八十路来て 弥陀へ通じる 道探す

古丹別 鎌田 信夫

北海道産業貢献賞・社会貢献賞

林産業並びに漁業・救難分野で五名受賞

平成十六年度における北海道産業貢献賞並びに社会貢献賞において、林産業や緑化普及活動並びに漁業、海難救助活動を通じての功績が認められ、次の五名の方が受賞されましたのでご紹介いたします。



授賞式に参加した杉野優ご夫妻

社会貢献賞

(森を守り緑に親しむ功労者)
杉野 優 (74歳 九重)

農業に従事する傍ら昭和42年伐採跡地を購入し、造林などにより保育管理に努め、昭和44年に有志とともに苫前町学隣林業グループを設立し、会長を歴任。地域内の子供たちに花や木とのふれあいの場を提供し、緑化への理解を深めさせ、町植樹祭への苗木の無料提供など緑化の推進や普及啓発に幅広く貢献。

産業貢献賞

竹内良一 (63歳 苫前)

昭和37年苫前漁業協同組合に勤務し、信用課長、総務課長を歴任し、平成12年からは参事として、業務全般に亘り職員の職務遂行を指導監督し組合経営の健全化を図るとともに、北るもい漁業協同組合合併において卓越した指導力を発揮し、組合経営の基盤確立に貢献。

社会貢献賞

横内 正 (66歳 苫前)

漁業に従事する傍ら昭和47年

苫前救難所救助員に就任。救助士を歴任し、現在救助長を務め、水難救済事業の重要性を深く認識し、卓越した識見と指導力のもと、平成7年の漁船火災では率先して消化活動に当たるとともに乗組員の救助に大きく貢献。

社会貢献賞

加賀谷 米治 (66歳 苫前)

漁業に従事する傍ら昭和47年苫前救難所救助員に就任。救助士を歴任し、現在部長を務め、水難救済事業の重要性を深く認識し、卓越した識見と指導力のもと、平成7年の漁船火災では率先して消化活動に当たるとともに乗組員の救助に大きく貢献。

留萌支庁南部地震

苫前町で震度5強

昨年十二月十四日午後二時五十六分頃小平町を震源とする震度五強の地震が苫前町を直撃し、



鳥居や灯籠が崩れ落ちていた九重神社

二名のケガ人(軽傷)が出るとともに、住宅十七棟が一部損壊。町道若見川南線での土砂崩れや町道路肩決壊など大きな被害をもたらした。

また、東川地区では水道管が破損し一時断水となり、三溪地区では一世帯が住宅被害に伴う自主避難を行った。

役場では地震直後、直ちに地震対策本部を設置。各地区の災害状況を確認し、被災者への対応を図るとともに、復旧活動にあたった。被害の状況は、町内各商店や学校施設など含め一億五千三百万円程(一月末現在)にのぼるが、降雪で現状確認できないものもあり、今後さらに被害は拡大が予想される。

平成十七年度 検察審査員候補者決定

平成十七年度の検察審査員候補者として、苫前町から三十三名の方々が選ばれました。

選任方法は、町選挙管理委員会が選挙人名簿をもとに「くじ」で候補者を選んだもので、今後さらに、この候補者の中から検察審査員事務局が再度「くじ」を行って、検察審査委員を決定します。

同審査員の仕事には、検察官が被疑者を裁判にかけなかった事件について、その取扱いが正しかったかどうかを審査することや検察庁の仕事全般について改めるべき点があれば検事正に

伝える役割を持っています。

任期は各群ごとに六ヶ月となります。

第一群

(任期二月一日〜七月三十一日)
杉本春枝(力昼)、田中克昌
・関勝子(苫前)、本間光男
(旭)、山田康博・香西昭子・柴田邦彦・長谷川博(古丹別)、中嶋卓広(岩見)

第二群

(任期五月一日〜十月三十一日)
赤松博子(上平)、越後勝生・下田義成・武田和行(苫

第三群

(任期八月一日〜一月三十一日)
佐藤信子・鈴木大介(苫前)、糸川啓士(旭)、檜森トモ子・池田亜希子(古丹別)、成田敦子(九重)、宮崎重夫(岩見)、小澤博記(小川)

第四群

(任期十一月一日〜四月三十一日)
栗林優樹(苫前)、本間幸子(旭)、丹羽雅幸(香川)、中川馨・池田宣良・湯浅眞喜子・湯川三夫・加藤俊美(古丹別)

苦前町消防団出初式

一月五日苦前町消防団（小倉哲志団長）が、消防古丹別支署前及び町公民館において出初式



服装検査を行う小倉団長と森町長ら

を挙行した。屋外式では、団員五十四名のほか町長や町議会議員、各町内会長、警察署、各関係団体などから三十名が列席し、人員報告、服装点検、閲団などを行い、町公民館までの古丹別市街地をパレード行進した。屋内式では、森町長から「町民総ぐるみの防火体制が必要であり、団員皆様の協力をお願いしたい」と式辞が述べられ、永年勤続者への北海道知事や消防協会などからの表彰状の伝達を行い、災害ゼロを新たに誓い合った。

苦前救難所出初式

一月六日日本水難救済会苦前救難所（小野善市所長）所員二十名が苦前漁港で、町長をはじめ



救命索発射訓練(もやい銃の実演)を行う所員

め町議会議員、留萌海上保安部漁協関係者など二十名が見守る中、出初式が行われた。

まず、救助活動の一環による迫力ある「救命索発射訓練」(もやい銃の実演)が行われた後、北るもい漁協苦前支所を会場に式典が進められた。式典では、海難事故被害者に対し黙祷を捧げ、小野所長より「今年はずまずの水揚げで始まったが、昨年の海難事故を踏まえ、防止対策として講習会などによる意識の高揚に努めていただきたい」と喚起を促した。

初せり市場に活気 カシカ千百箱

一月四日午後四時、北るもい漁業協同組合苦前卸売市場において、今隆組合長をはじめ漁協関係者二十名が見守る中、初せりが行われ好スタート切った。この初せりには、昨年十二月不漁であった「カジカ」千百箱（一箱十キ）が集荷され、同市場の神棚に拝礼の後、セリ人東谷満也さん（同漁協職員）の威勢の良い掛け声とともに、初せりが始まった。

仲買人は魚を見定めながら次々と落札し、初春のご祝儀相場を含め市場をにぎわせていた。漁協関係者は「まずまずのスタートとを切る事が出来た」と今年の水揚げに期待を寄せている。



ファイヤー通信 冬期間焼死者事故防止運動 実施期間：2月15日～2月24日

『火は消した？ いつも心にきいてみて！』



期間中、独居老人住宅、身体不自由者住宅の避難口確保のための除雪等を消防職員、団員で実施しますので希望される方は消防苦前支署へ連絡願います。

この運動は、新年を迎え道内各地で焼死者火災が発生している現状から当消防組合管内の住民一人ひとりに火災の恐ろしさについて再認識させるとともに、出火の絶無と火災による死傷者の発生を未然に防止することを目的とするものです。



火事・救急は119番！

北留萌消防組合消防署 苦前支署 4-2321
古丹別支署 5-4119

子ども会カルタ大会 自筆甲斐の執戦で苦前A全道大会へ

新春恒例の子ども会カルタ大会は、一月九日町公民館において町子ども会カルタ大会が開催され、上位三チームが同月十六日初山別村での中部三町村子ども会カルタ大会に出場。小学生の部において苦前Aチームが見事優勝を果たした。

町内大会では、小学生の部五チームと中学生三チームが参加。苦前Aチームが圧倒的な強さで優勝し、上位も苦前地区のチームが独占した。中学生の部は、小学生時代に全道制覇を成し遂げている苦前Aがその強さを見せ付けた。

一方、中部大会では、町内大会上位各三チームが出場し、中学生の部では、惜しくも上位入



見事優勝を果たした苦前Aチーム

戦で敗れながらも、敗者復活戦を順当に勝ち上がり、十四年連続となる優勝を果たし、二月二十七日定山溪での全道大会に出場権を獲得した。

大会結果は、次のとおり(上位三チーム)

- 町子ども会カルタ大会
 - 小学生の部 苦前A(星野幸太・五十嵐大空・小澤菜摘)
 - 苦前B(村本茜・菊地さとみ・能戸椎菜)
 - 苦前D(川村巧・外山聡太・長澤菜由佳)
 - 中学生の部 苦前A(初山憂気・瀬川久美子・小澤春菜・星大喜)
 - 苦前B(五十嵐雄大・川村彰・長澤圭宏)
 - 古中S(向野信哉・丹羽太貴・西川将也)
- 中部三町村大会
 - 小学生の部 苦前A(星野幸太・五十嵐大空・小澤菜摘)
 - 焼尻子ども会 初山別A
 - 中学生の部 初山別A
 - 初山別C
 - 初山別B

日本南画界の巨匠

清水要樹作品長島町商工会より寄贈

この度、三重県桑名市長島町商工会から町並びに町商工会へ長島町出身で日本南画界の巨匠といわれる画家清水要樹氏の作品が寄贈された。



清水要樹氏(平成十一年他界)は、日本南画院などの作品展に数多くの作品を出展し、大阪府文化芸術賞や内閣総理大臣賞など受賞。勲四等瑞宝章を受章しており、日本南画院副会長や現代南画協会副理事長を務めるなど日本南画界の巨匠といわれている。

寄贈を受けた森町長は「このような価値のある作品をいただき、大変光栄に思う。この作品とともに今年の飛躍につなげたい」と喜びを語った。

苦前幸寿園で民謡ショー 多目的ホールこけら落とし



民謡を楽しむ高齢者たち

昨年12月19日苦前幸寿園多目的ホールの完成を祝い、同施設利用者のクリスマス忘年会と併せて「カモメ会民謡ショー」が開催された。

この多目的ホールは、同施設の入所者及び通所利用者が機能回復訓練やグループケアを目的に整備され、各団体の慰問活動やイベントにも活用される。

関隆苦前幸寿会理事長は「一日でも多く、健康で心優しく生活できるよう利用してほしい」と挨拶。民謡ショーには、施設利用者やその家族、関係団体並びに一般地域住民へも呼びかけられ、おおよそ200名が参加し、心地よい三味線の音色と響きわたる歌声に、高齢者などの参加者が民謡を思う存分楽しんだ。

新春大正琴無料講習会 新会員募集のお知らせ

大正琴苦前町同好会では、苦前・古丹別両地区において無料講習会を実施いたします。楽器は無料でお貸しします。お気軽にお申し込み下さい。

また、無料講習会に併せて新



会員も募集していただきます。初めての方も大歓迎。是非体験してみてください。

日程

- 苦前町福祉センター(苦前)
 - 二月八日(火)、二十三日(水)
 - 三月九日(水)、二十三日(水)
 - いずれも午前十時から
- 苦前町公民館(古丹別)
 - 二月四日(金)、十八日(金)
 - 三月四日(金)、十八日(金)
 - いずれも午前十時から
- 講師 琴生流北海道支部 師範 渡辺アヤカ
- 連絡先
 - 古丹別 粟森 タエ 五三七七
 - 苦前 赤坂サツ子 四二七五六

第13回北海道凧あげ大会 第32回苫前町凧あげ大会



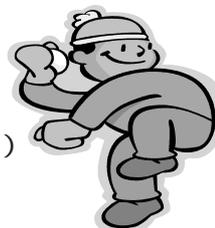
開催日時 2月27日(日) 受付9:00 開会式9:30
開催場所 とままえ温泉ふわっと
参加部門 親子の部(小学校入学前の親子) 小学1・2年生の部
 小学3・4年生の部 小学5・6年生の部
 中学生の部 高校・一般の部
 大凧の部(面積2㎡以上の凧) 連凧の部
申し込み 参加希望の方は、2月18日までに苫前町凧あげ大会実行委員会事務局(苫前町公民館)へ申し込んで下さい。
 アトラクションや景品付きもちまき、出店なども予定しておりますので、皆さんお誘い合わせのうえご来場下さい。

前夜祭開催決定
日時 2月26日17:30~
場所 とままえ温泉ふわっと
会費 1,800円
 (歌謡ショー含む)
 お申し込みは、ふわっとへ

第6回苫前町雪合戦大会

ふわっと前広場にて開催です!
 ~参加チームを募集しています~

開催日時 3月6日(日)
 受付9:00 開会式9:15 競技開始9:30
参加対象 中学生以上の男女(町外の方の参加もOKです)
チーム編成 9名以内でチームを編成し、
 競技者7名、補欠2名とします。
参加料 1チーム 1,000円
申し込み 2月24日(木)までに苫前町公民館へ申し込み下さい。



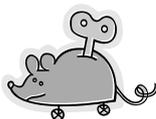
試合では顔面シールド付きのヘルメットを着用します

詳しくはチラシにてお知らせします。

リサイクル広場



ラッコクラブ
 のびのびサークル
 カンガルススクール
 合同開催



子どもの小さくなった服や使わなくなったおもちゃ、本などをこれから大きくなる子どもたちに再利用してもらう企画です。

日時: 3月5日(土) 10時~12時

会場: 苫前町公民館

申し込みは必要ありません。会場に直接来ていただき、お好きなものをお持ち帰り下さい。
 品物を出したい方は2月22日までに苫前町公民館または役場けんこう係に持参願います。

乳児教育セミナー

テーマ「子どもがくれた宝物」

講師: アートホール東衆館(深川市)
 館長 渡辺貞之氏

日時: 3月12日(土) 13:30~15:30

会場: 古丹別保育所

対象: 未就学児の父母、一般町民

参加料: 無料

3月3日までに公民館または苫前保育園・古丹別保育所へお申し込み下さい。

「子どもは今も昔もなにも変わっていません、変わっているのは大人の見方です。」という小学校教員経験から得た渡辺氏独自の子どもとの伝え方は、きっと子育ての参考になることでしょう。

~あなたの学びたいを応援します~

苫前町教育委員会 社会教育課

お問い合わせ
 ご相談は

☎5 - 4076

E-mail: tph@jasmine.ocn.ne.jp

HPアドレス: http://www1.ocn.ne.jp/~tomamae/

禁煙にご協力をお願いします!!



社会教育施設(公民館、福祉センター、スポーツセンター、プール、資料館など)内での喫煙は、4月1日から禁止することになりました。
 健康増進法の趣旨をご理解いただき、ご協力を賜りますようお願いいたします。

児童会館大ホールを使用停止

昭和43年に建設された児童会館大ホールは、老朽化に伴う雨漏りやホール屋根、外壁など損傷が激しく、利用者の安全確保ができないため、当分の間、使用停止いたしますので、ご理解の程よろしくお願いたします。

町民課古丹別支所

ライオンズクラブ国際協会（三三三一B地区）

地震被害へ二百万円緊急支援

ライオンズクラブ国際協会三三三一B地区（ガバナーL山崎博記）道東道北エリア）は昨年十

二月二十八日役場町長室において、同月十四日震度五を超えるの苫前地震被害に対し、緊急災害援助資金二百万円を寄贈した。



西田チェアパーソンから森町長へ目録が手渡される

この援助資金は、日頃会員が不測の災害に対し緊急支援を行うため、積み立てられたもので、同地区第四R・第一Zチェアパーソン西田政雄氏から森町長へ目録が手渡された。

支援を受けた森町長は「貴重な資金であり、災害復旧のため大切に使用させていただきます。ライオンズクラブの取り組みに感謝します」とお礼を述べた。

萌州建設株古前支店

除雪ボランティアで地域貢献

一月二十六日及び二十七日の二日間、萌州建設株古前支店（支店長秋山修）が町内の独居老人宅を含む高齢

者住宅十五件の玄関先や軒下などの除雪作業の奉仕活動を展開した。

同支店は、昨年十月に留萌市内建設会社二社（勝山組・ハタナ力建設）とともに、苦前土建株が経営統合を図



り設立された新会社で、「冬場の業務閑散期において地域貢献を図りたい」と、今年初めて実施されたもの。除雪作業は、午前七時三十分から作業員八名が各家庭を訪問し、スコップとママさんダンブで瞬間に行われ、除雪ボランティアを受けた只石定夫さん（字古丹別）は「高齢で出来ないことが多い、大変助かります」と感謝していた。

健康ばんざい

危険ないびきに要注意！

今月の担当は加藤保健師長です。

昨年の広報二月号で「睡眠」について掲載しましたが、我が国に二百万人いると推定される睡眠時無呼吸症候群について、ふれてみたいと思います。

「いびき」と密接に関係がある病気といわれ、肥満の中高年に多い病気です。睡眠中に「いびき」が重症化し、そのまま息をしなくなり、しばらくすると苦しくなると「ハツ」と息をする状態を繰り返す、無呼吸の症状を起すようになります。

専門的には、一晚（時間）に十秒以上の無呼吸状態が三十回以上、あるいは一時間中の無呼吸の回数が五回以上みられる場合に、睡眠時無呼吸症候群と診断されます。

睡眠中に無呼吸を繰り返す結果、睡眠の質が低下するため、日中強い眠気に襲われるなど社会生活の不都合が生じてきます。強い眠気に襲われることにより思わぬ事故を引き起こすこともあります。

症状あるときは受診を！

本人は呼吸が止まっているという自覚がなく、周囲から指摘され気付く場合が多いようです。

「朝起きたら口が渴いている」、「苦しくなって目が覚め、汗をかいている」、「昼間に異常に眠気を感じる」などのときは、一度呼吸器科か耳鼻咽喉科で診てもらいましょう。原因によってはその方にあつた医療機関を紹介してもらえます。

または、この病気が放つておくと呼吸が止まり新鮮な空気が取り込めないため、血液中の酸素が減ってしまい心臓がより強い力で、血液を体内に送り出すと、高血圧や心臓病などの生活習慣病を引き起こすことにもなりますので、普段の生活習慣を改善することが大切です。

生活の中での改善方法

横向きに寝る
仰向けに寝ると上気道がふさがりやすくなりますので、横向きになるよう心がけましょう。
背中にバスタオルを当て、背中に支えを置くようにするなどの工夫が必要です。
肥満を解消する
肥満が原因で、上気道が狭くなっている人は、減量に心がけましょう。
飲酒を控える

アルコールは筋肉を弛緩させるため、上気道の閉塞がおきやすくなります。就寝前には飲酒を控えましょう。
あなたの隣で眠っている方は大丈夫ですか？

こんな人が
睡眠時無呼吸症候群になりやすい

下あごが小さい人、口蓋垂（うげん）が長い人、扁桃腺大の人、上気道がせまくなりやすい。



男性の発症率が高い
男女比は約5対1で、圧倒的に中高年男性に多くみられます。女性の場合は夫が先に寝てしまい、症状が発見されにくいという問題があります。また、閉経後の女性が発症するケースがみられます。これは、女性ホルモンに気道を確保する働きがあることが関係していると考えられています。



老化
年を重ねると筋肉が弱くなり、軟口蓋がたるみやすくなります。



肥満の人
太ると、首の周囲に脂肪がつき、上気道がせまくなります。



みんなで築く

すこやかライフ

豊かな老後

国民健康保険・老人保健ガイド

みんなの国保Q&A

Q 国保の保険税を長い間滞納しているとうどうなるの。

A 災害など特別な事情がないにもかかわらず、一年以上保

険税を滞納し、納付相談にも応じず、また納税誓約した内容を履行しない世帯に対しては、他の加入世帯との公平性を考慮しその滞納額にに応じて、次のような措置をとることがあります。

1 保険証を返してもらう。

2 1により、医療費がいったん全額自己負担になる。

3 国保の保険給付が差し止めになる。

4 財産差し押さえなどの処分を受ける。

しかし滞納した保険税が完納されたときや滞納額が著しく減少したとき、また、特別な事情が認められるときには、あらためて保険証が交付されます。



保険税の納付が困難なときは！

国保制度は、みなさんが納める保険税で運営されるのが大原則ですが、誰にでもやむを得ない事情が生じたりすることがあります。

災害や病気のほか、失業などで収入が著しく減少したり、そ

のほか特別な事情で保険税が収められなくなるときには、保険税の納付を一時猶予したり、分割納付にするなど、納付方法について相談に応じますので、事前に国保担当窓口までご相談ください。

介護保険・福祉Q&A

介護保険料について

介護保険の財源は、公費（50%）と65歳以上の方が納める『第1号保険料』（18%）、40歳～64歳の方が納める『第2号保険料』（32%）でまかなわれています。

介護サービスを十分に整えるため、そして介護が必要になったときに誰もが安心してサービスを利用できるように、保険料の納付にご理解とご協力をお願いします。



Q 65歳以上の方（第1号保険料）の納め方を教えてください。

A 保険料の納め方は年金額等によって次のようになります。

区分	対象者	納入方法
特別徴収	年金額が年額18万円以上の支給がある方	年金より天引きされます。
普通徴収	年金額が年額18万円未満の支給の方	役場から送付される納付書により支払いします。

年度（4月1日～翌年3月31日）の途中で転入されたり、65歳になった方については、翌年の9月までは普通徴収の納入方法となります。

お問い合わせ先
 苫前町役場総務財政課税務係
 TEL 01646-4-2213(内線215)まで

スマイル 住まいる情報 Information



住民基本台帳個人情報保護 DMを目的とした大量閲覧拒否

いきなり送りつけられるダイレクトメール(DM)。いつの間にか、他人に住所、名前などが知られていることに不快感をお持ちの方も多いと思います。

DMを生む要因の一つとして、業者による住民基本台帳の大量閲覧が挙げられており、この大量閲覧を制限するため苦前町住民基本台帳に係る個人情報保護に関する条例を制定し、平成十七年四月一日から施行することとしました。

住民基本台帳は、住民基本台帳法により公開が原則とされ、閲覧手数料(本町の場合は、一件五百円)を支払えば、役場の窓口において住所、氏名、性別、生年月日を閲覧することができます。閲覧を拒むことができるのは

『不当な目的に使用することが明らかでない場合』とされ、よほどのことがない限り、閲覧を拒むことはなく、閲覧後の利用についても制限されていないのが現状です。住民の皆さんから自分の情報がDMに使われているとの苦情やプライバシー侵害への不安が寄せられており、町では一定の目的以外での個人を特定しない不特定多数の閲覧申請を拒否する条例を制定したものです。

また、これと併せて、ストーカー行為やドメスックバイオレンス(夫や恋人などからの暴力行為等)の被害者を支援するための加害者による閲覧制限、住民基本台帳ネットワークシステムに関し、個人情報の漏洩や不正行為などの問題発生時ににおけるシステムの一時停止などの規定も盛り込んでいます。

【閲覧の制限】

個人を特定しない不特定多数の閲覧申請については、次の場合を除き、その申請を拒否します。

官公署職員が職務上行う請求
日本放送協会などの報道機関が報道のために行う請求
大学や高等専門学校などの学術研究機関が学術研究のために行う請求
その他公益上必要があると町長が認めた請求

【ストーカー行為等に係る個人情報の保護】

町民のうち、ストーカー行為やドメスティック・バイオレンスで被害を受けたと認められる者は、その行為を行った者からの住民基本台帳の閲覧等の請求を拒否するよう町長に求めることができます。

なお、住民基本台帳の閲覧等の請求を拒否する期間は、原則

として一年間(申し出により更に一年間の延長が可能)となります。

【個人情報の漏洩等に対する措置】

住民基本台帳ネットワークシステムに係る個人確認情報や住民票の記載事項について漏洩や不正行為があったときなどには、国や道などの関係機関と連携して、住民基本台帳ネットワークシステムの一時停止等の措置を取ることとなります。

この条例は、平成十七年四月一日から施行することとなりますが、条例に対する意見や不明な点などは町民課住民係にお問い合わせ下さい。

フィブリノゲン製剤納入先医療機関 公表に伴う肝炎検査について

昨年12月に厚生労働省から公表された標記医療機関において、投与を受けたと思われる方はC型肝炎ウイルス検査が必要です。

以下の対象となるような方は、北海道留萌保健福祉事務所子ども保健推進課保健予防係(0164-42-1511)までご連絡をお願いします。

検査対象者

平成6年以前にフィブリノゲン製剤の納入先とされた医療機関で以下の治療を受けたと思われる方

- 妊娠中又は出産時に大量に出血された方
- 大量に出血するような手術を受けた方
- 食道静脈瘤の破裂、消化器系疾患、外傷等により大量に出血された方
- がん、白血病、肝疾患などの病気で「血が止まりにくい」と指摘を受けた方
- 特殊な腎結石・胆石除去、気胸での胸膜接着、腱・骨折片などの接着、血が止まりにくい部分の止血などの治療を受けた方

戸籍の小箱

慎んでお悔み
申し上げます

氏名	年齢	死亡日	住所
茂木 サヨ (81歳)	12月22日	苦前	
松本 義一 (87歳)	12月24日	古丹別	
河野 ヤエ (93歳)	12月26日	栄浜	
佐々木すみ (91歳)	1月2日	古丹別	

ご成長を

お祈り申し上げます

氏名	父・母	出生日	住所
千葉 彩心 <small>(女)</small> 勇二 / 志津	12月9日	苦前	
土田 伶奈 <small>(女)</small> 茂広 / 佳織	12月20日	岩見	

未長くお幸せに

氏名(夫)	住所	氏名(妻)	住所
坂本浩之(苦前)	森脇友香(羽幌町)		

苦前町の交通事故情報

平成16年12月末現在		
発生件数	死者数	負傷者数
9件	1人	10人
交通事故死ゼロ日数は 12月31日現在で244日		

毎年、冬になると屋根に積もった雪や氷、つららが落ちて歩行者がケガを負ったり、死亡することがあります。

冬期間の生活を円滑に事故なく過ごすために、次のことに注意しましょう！

屋根の雪、氷、つららが道路に落ちる建物は、事故を避けるための雪止めを設置してください。

設置した雪止めは、必ず点検し、悪いところは早めに修繕してください。

気温が上昇したとき落ちやすい状態となるため、早めに落とすようにし、落とすときは歩行者や遊んでいる子供に十分注意するようしてください。

屋根からの大量の落雪時は、直ちに事故がないか確認し、通行の妨げにならないよう速やかに処理してください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

落水雪による事故防止

処理してください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

軒下の通行は、落雪に十分注意を払い、軒下では子供を絶対遊ばせないでください。

所得税・消費税の申告相談

税務署では所得税及び消費税の確定申告の申告相談を次の会場で行います。会場へ越しの際は、印鑑、前年の確定申告書等の控え、計算器具、筆記具などをご持参下さい。

なお、申告書は国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」でも作成することができます。

会場 留萌税務署二階会議室
期間 2月16日～3月15日
(土・日曜日、祝日除く)
時間 午前9時～午後4時
詳しくは、留萌税務署個人課
税部門(011-644-4210)まで
お問い合わせ下さい。

新たな駐在員が

決まりました

平成十七年における各町内会の新たな駐在員が決まり、町より町より辞令交付を受けた方をご紹介します。

- 力昼 鈴木光雄 上平 伊勢
- 文雄 港 泉幸一 苫前 工藤
- 博朋 栄浜 石川幸夫 豊浦
- 古谷カズ子 興津 伊藤昌栄
- 昭和 工藤正志 旭 糸川啓士
- 香川 伊藤克司 長島 伊藤
- 博之 古丹別 堀治 九重 佐
- 野進 三溪 宮本信雄 岩見
- 水野勝利 東川 合田英一 小
- 川 小澤和夫

無料登記相談所 終了のお知らせ

平成9年1月から苫前郡羽幌町において開設しておりました『無料登記相談所』につきまして、本年3月をもって終了することとなりました。

長年にわたりご利用いただき誠にありがとうございました。

なお、法務局では登記・供託に関する手続きについて、下記によるサービスを実施しておりますのでご利用願います。

記

登記・供託インフォメーションサービス

登記・供託に関する手続きについて、お答えいたします。

F A X 0166 - 59 - 2561

インターネット <http://innfo.moj.go.jp>

i モード <http://keitai-info.moj.go.jp>

お問い合わせ 旭川地方法務局留萌支局

0164 - 42 - 0492

2月7日は「北方領土の日」

四島還れ！祈りを声に！行動に！

2月7日はわが国固有の北方領土が国際法上からも明らかにされた日であり、平和と友好のうちに領土問題の解決を望んでいる返還要求運動の趣旨に、最もよい日として選ばれました。

歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の四島は、日本固有の領土です。



ご厚志に感謝します

町への寄付

留萌市 留萌建設協会 様

羽幌町 (有)エフケー・ドラック 様

古丹別 伊藤 ハマエ 様

札幌市 伊藤組土建(株) 様

(地震災害義援金)

札幌市 守屋 信吾 様

留萌市 北海道コカ・コーラ 様

ボトリング(株)留萌営業所 様

ライオンズクラブ国際協会 様

三三一B地区 様

町社会福祉協議会への寄付

苦前 苦前町振興公社 様

苦前 松崎 千代子 様

小川 小澤 肇 様

古丹別 橋場産業(株) 様

(歳末助け合い募金)

苦前町職員組合 様

留萌地方石油協同組合 様

苦前建設協会 様

苦前町ライオンズクラブ 様

苦前信金はまなす会 様

苦前町連合町内会 様

各町内会 様

苦前町老人クラブ連合会 様

各単位老人クラブ 様

力昼 小池 弘子 様



札幌自動車保険 請求相談センター

専門の相談員がご相談に応じます。損害保険一般のご相談も受付します。

(社)日本損害保険協会 北海道支部 <http://www.sonpo.or.jp>

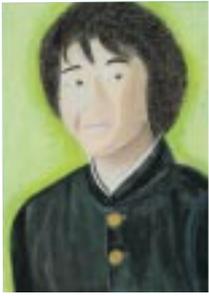
Tel. 011-290-1881

相談 日/月曜日～金曜日(祝日を除く) 9:00～12:00・13:00～17:00

弁護士相談日/毎月第2・4木曜日 13:00～16:00(予約制)相談料 無料

苫前中学校生徒の作品

『自画像』



3年 村本 裕斗くん
特徴は、ほっぺのしわの部分をはっきり描いたところと影をしっきり描いたところです。

『月のダイエット』

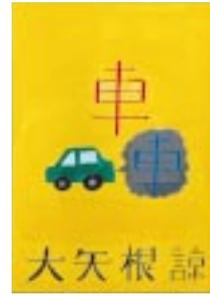
この話は子供が月に太いといったら、月が怒ってダイエットをはじめ、やせ続けてしまう物語です。



2年 田澤 元樹くん



『轟(絵文字)』



1年 大矢根 諒くん
上手くいったところは、車から出ている排気ガスです。ガスの音が轟いているところを見てください。

『自画像』



3年 成川 勇太くん
顔の凸凹の表現に力を入れ、描きました。自分らしさがでて、よく仕上がったと思います。

『自画像』



3年 西村 理沙さん
色を塗ったりするのが大変でしたが、立体的に仕上げることが出来ました。

『咲(絵文字)』



1年 成川明日香さん
気をつけたところは、色塗りをムラなくしたところです。ラフスケッチも楽しかったです。

『自画像』



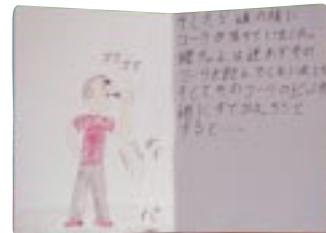
3年 杉本 明映さん
髪が重くなってしまったけど、目が上手く出来ました。影の所を描くのが大変でした。

『健ちゃんと健ちゃんと健ちゃん』

この絵本で、僕の好きなことや生活の一面を描きました。面白くできたと思います。



2年 印部 健人くん



このコーナーは、町内の保育所(園)や小中学校の園児や児童生徒の作品を紹介します。ひとりでも多くの作品を紹介したいと思っています。
3月号の予定は古丹別小学校の児童のみなさんです。

ちびっこギャラリー

ちびっこギャラリー

ちびっこギャラリー

風力発電の売電状況 (町営分)

16年の実績(1~12月分)

54,180,471円

平成16年12月分の実績

・供給電力量

880,730kWh

11,050,959円

(設備利用率36.30%)

表紙で紹介してまずジュニアスキー教室。五歳の息子を連れて参加して見ました。家庭で教える中々上手く教えることができず、思わず怒鳴ってしま。そんな時の五日間のスキー教室。ほめながらの手取り足取りの講師陣の奮闘により、見る見る滑れるようになり、ボーゲンでの滑走やロープリフトまで体験した。時には親の手を離れ、いろいろな体験をすることも必要なことですね。親にとつては大満足のスキー教室でした。今月は「苫前町風あげ大会」が予定されています。せっかく苫前に住んでいるのだから、苫前にしかないものを買う存分楽しみたいですね。特産品も用意されているので、是非あなたも参加してみませんか。昨年は、ペコ餅が「あつ」という間に完売とか？

編集 雑記帳