

あつまる つながる まとまる 大いなる田園の町 あつま



広報 あつま



震災からのできごと

11月1日(木)～30日(金)

- 1日(木) | 10:00 総合ケアセンターゆくりプール再開
こぶしの湯あつま入浴(露天風呂以外)・宴会・
宿泊の営業を再開
15:00 応急仮設住宅1期分入居開始(85戸)
- 5日(月) | 9:30 平成30年第5回町議会臨時会
- 6日(土) | 12:00 発災から2カ月。正午のサイレンに合わせ、
犠牲者を悼み町民らが黙とう
厚南会館の入浴支援と洗濯支援が終了
- 8日(木) | 12:00 応急仮設住宅の入居に伴い、避難所2カ所(厚
真中央小学校、厚真中学校)を閉鎖
- 9日(金) | 9:00 町公式LINE@運用開始
- 10日(土) | 13:00 新町町民広場パークゴルフ場で
災害ごみ搬出完了セレモニー
- 15日(木) | 12:55 天皇、皇后両陛下がご訪問
- 17日(土) | 14:00 応急仮設住宅第2期入居説明会
- 19日(月) | 14:32 JR日高線(苫小牧～鶴川間)運転再開
- 30日(金) | 9:30 平成30年第6回町議会臨時会
13:00 応急仮設住宅2期分入居開始(41戸)



入居者へ鍵の引き渡し



引っ越しボランティア



役場前で町職員らが黙とう



残った災害ごみを拾う参加者



総合ケアセンターゆくり前



東和生活会館前

11月15日、天皇、皇后両陛下が厚真町を訪問されました。東和生活会館前から吉野地区の被災状況をご視察された後、総合ケアセンターゆくりで被災者へのお見舞いの言葉をかけられるとともに、災害対応に尽力された方をねぎらわれました。

ひとのうごき

平成30年11月30日現在 ()内は前月比

人口 4,599人 (-11)
男 2,286人 女 2,313人

世帯数 2,151世帯 (-5)

11月1日～11月30日届出分

※窓口などで、広報紙への掲載について確認できた方を掲載しています。

広報あつま

2018年 12月号
平成30年

もくじ
CONTENTS

- 2 ひとのうごき
- 3 震災からのできごと
- 4-7 被災者支援情報
- 8 ご注意ください！災害に便乗した悪質商法
- 9 お知らせ
- 10-11 国民年金
- 12-13 平成31年度町臨時職員募集
- 14 こども園平成31年度園児募集
- 15 公共施設等年末年始ガイド
- 16-17 安平・厚真行政事務組合
- 18 厚高インフォメーション/将来の夢
- 19 健康情報
- 20 保健の掲示板
- 21 子育て支援センター
- 22 情報ひろば

今月の表紙 COVER



11月18日に厚真高等学校で北海道胆振東部地震三町応援チャリティーコンサートが行われました。

駒沢大学付属苫小牧高等学校吹奏楽局員約80人による息の合った迫力あるマーチングバンドのステージで、観客を魅了しました。

観客は手拍子や掛け声で参加しながら、出演者も観客も一体となってコンサートを作り上げていました。

「広報あつま」はホームページでもご覧いただけます

<http://www.town.atsuma.lg.jp/office/>

広報あつまの電子書籍はこちらから。
www.hokkaido-books.jp



被災者支援情報

概要版

平成30年胆振東部地震で被災された皆さまへの支援情報です。詳しくはホームページや支援ガイドブックでご確認ください。

☎：受付期間 ☎：問い合わせ

住まいや身の回りのこと

被災証明書の発行

住宅等の被害程度を証明します。証明書判定基準により、各種制度の対象となる場合があります。

☎ 総務課税務グループ ☎ 27-2481

被災証明書の発行

保険金等の請求、各種融資等の申請、補助金申請など、関係機関から提出を求められた場合に必要になります。

☎ 総務課税務グループ ☎ 27-2481

応急仮設住宅

民間賃貸住宅をみなし応急仮設住宅として、プレ

リ災証明全壊○大規模※半壊※部※

ン運営機関によりまとめられたガイドラインにより住宅ローンの免除・減額を受けるための手続きがあります。

☎ 全国銀行協会相談室 ☎ 0570-0171-109

義援金の配分

厚真町・北海道へお寄せいただいた義援金を配分します。

☎ 12月3日(月)～12月14日(金) 住家被害のうち「半壊に至らない家屋(家財被害を含む)」の判定を受けた方(対象地域：幌内、富里、高丘、吉野、東和、桜丘、朝日、本郷、幌里地区)
☎ 12月17日(月)～12月27日(木)：住家被害のうち「半壊に至らない家屋(家財被害を含む)」の判定を受けた方(対象地域：京町、表町、新町、本町、錦町、宇隆地区)
☎ 平成31年1月7日(月)～1月18日(金)：住家被害のうち「半壊に至らない家屋(家財被害を含む)」の判定を受けた方(対象地域：共和、厚和、鯉沼、浜厚真、軽舞、豊丘、鹿沼地区)

※人的被害、住家被害のうち「全壊」「大規模半壊」「半壊」の判定を受けた方も受け付けています。

☎ 総務課財政グループ ☎ 27-2481

役所の手続きのこと

国税の特別措置

地震により被害があった方を対象に、国税の特別措置があります。

ハブ式仮設住宅を応急仮設住宅として提供します。※住宅として再利用ができる居住できない場合は「大規模半壊」「一部損壊」の場合も対象です。

☎ 建設課建築住宅グループ ☎ 27-2325

被災住宅の応急修理

壊れた住宅の日常生活に必要な最小限度の部分の応急的な修理を支援します。

※応急修理により居住が可能となる場合は「全壊」の場合も対象です。

☎ 建設課建築住宅グループ ☎ 27-2325

被災住宅の解体撤去

リ災証明全壊○大規模△半壊△△部一
リ災証明により全壊と判定された個人の家屋や中小企業の事業所を解体撤去します。

※「半壊」「大規模半壊」と判定されたものは、一部補助対象となる場合がありますので、事前に相談ください。

☎ 平成31年3月29日(金)まで※延長

☎ 町民福祉課町民生活グループ 被災家屋解体ダイヤル ☎ 080-2873-0489

復旧作業実施に伴う倒木の撤去

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
道路、河川、農地、宅地、山地等の復旧作業により発生している倒木の撤去を行います。撤去に異議のある方はお申し出ください。

☎ 産業経済課農林業グループ ☎ 27-2419

お金に関すること

被災者生活再建支援制度

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
地震により住宅に被害を受けた世帯を対象に、支

☎ 0144-32-3165

道税の特別措置

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
地震により被害があった方を対象に、道税の特別措置があります。

☎ 苫小牧道税事務所 ☎ 0144-32-5178

町税の特別措置

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
厚真町、安平町、むかわ町にお住まいの方や事務所もしくは事業所を有する方の9月6日以降に到来する町道民税(特別徴収分を除く)と固定資産税の申告、申請、請求、届出その他の書類の提出、納付または徴収に関する期限を延長します。

☎ 申請手続きは不要です。なお、各期別の口座振替は通常通り実施します。

☎ 総務課税務グループ ☎ 27-2481

年金手帳などを紛失したとき・国民年金等の保険料が払えないとき

リ災証明全壊○大規模○半壊○部一
年金手帳、年金証書を紛失した場合は再発行することが出来ます。また、国民年金保険料を納めている第1号被保険者の方で、その方の財産に係る損害が2分の1以上の場合(リ災証明書が半壊以上の方等)は、申請をすると平成30年8月分～平成32年6月分の国民年金保険料の免除が受けられます。

☎ 町民福祉課町民生活グループ ☎ 26-7871、日本年金機構苫小牧年金事務所 ☎ 0144-36-6135

援金(基礎支援金・加算支援金)を支給します。

☎ 基礎支援金：平成31年10月5日(土)まで、加算支援：平成33年10月5日(火)まで

☎ 町民福祉課福祉グループ ☎ 26-7872

母子父子寡婦福祉資金貸付

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
ひとり親家庭の父母等が、就労や児童の就学などで資金を貸し付けます。

☎ 胆振総合振興局社会福祉課子ども子育て支援係 ☎ 0143-24-9845

年金担保貸付

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
国民年金、厚生年金、労災年金を担保に、保健・医療や住宅改修資金などを貸し付けます。

☎ 独立行政法人福祉医療機構 ☎ 03-3438-0224

恩給担保貸付

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
恩給等を担保に教育費や居住関係費、事業資金等を貸し付けます。

☎ (株)日本政策金融公庫室蘭支店 ☎ 0143-44-1731

災害復興住宅融資

リ災証明全壊○大規模○半壊○部一
地震により住宅に被害を受けた方が住宅を建設・購入・補修するための資金を貸し付けます。

☎ 平成32年9月5日(土)まで

☎ 独立行政法人住宅金融支援機構 ☎ 0120-086-3553

住宅ローンの返済

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
一般財団法人自然災害被災者債務整理ガイドライ

☎ 登記済証、登記識別情報を紛失したとき

リ災証明全壊○大規模○半壊一 部※
登記済証(権利証)、登記識別情報を紛失した場合、不動産の売買、贈与、抵当権設定時に他の方法で所有者本人確認が必要となります。

☎ 札幌法務局苫小牧支局 ☎ 0144-34-7403

運転免許証を紛失したとき

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
地震により自動車運転免許証を汚損、紛失した場合は再交付できます。また再交付手数料が免除される場合があります。

☎ 苫小牧警察署 ☎ 0144-35-0110、運転免許テレフォンサービス ☎ 011-699-8654

各種証明書の発行

リ災証明全壊○大規模○半壊○部一
各種手続きに使用する各種証明書については手数料を免除します。

☎ 町民福祉課町民生活グループ ☎ 26-7871、総務課税務グループ ☎ 27-2481

後期高齢者医療保険料の減免等

リ災証明全壊○大規模○半壊○部一
住居の被害にあった方を対象に後期高齢者医療保険料について減免、または分割納付・納付猶予を行います。

☎ 町民福祉課町民生活グループ ☎ 26-7871

児童扶養手当の受給

リ災証明全壊一 大規模一 半壊一 部一
災害により住宅等に損害を受けた場合、所得制限手当てを全部支給となるよう申請できます。

☎ 町民福祉課町民生活グループ ☎ 26-7871

町民福祉課子育て支援グループ ☎26-7872

■自動車に被害を受けたとき

被災した自動車を処分し、代替自動車を購入した場合、自動車取得税が減免されます。また、被災自動車の重量税が還付されます。

室蘭運輸支局 ☎050-5540-2004、軽自動車検査協会室蘭事務所 ☎050-3816-1766

■医療機関受診時の一部負担金免除

一定の被害があった厚真町国民健康保険および後期高齢者医療制度加入者について、医療機関の窓口で支払う一部負担金免除の申請を受け付けます。12月31日(月)までの受診が対象で、9月～11月に医療機関を受診した方には、償還払いを行います。

町民福祉課町民生活グループ ☎26-7871

■飲用井戸の水質検査

地震の影響により新たに飲用水の検査が必要になった方を対象に飲用井戸の水質検査手数料を減免補助します。

【減免】12月5日(水)まで

【補助】平成31年3月29日(金)まで

北海道苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

■飲用井戸等給水施設整備事業補助金

未給水区域の住宅に居住する(または居住しようとする)方のうち、飲用水等の給水施設を新設しようとする方、災害等により枯渇、汚染または破損し、飲用水等の確保が著しく困難になった施設を所有する方の飲用井戸等の給水施設整備の経費の一部を補助します。

町民福祉課町民生活グループ ☎26-7871

■農業用井戸等給水施設整備事業補助金

未給水区域で農業経営をしている方のうち、給水施設(農業用水等の確保のための農業用井戸等の取水、導水、送水および配水の施設)を新設しようとする方、既設の水源が災害等により枯渇、汚染または破損し、農業用水等の確保が著しく困難になった施設を所有する方の農業用井戸等の給水施設整備の経費の一部を補助します。

産業経済課農林業グループ ☎27-2419

■こども園利用者負担金等の免除

平成30年9月中のこども園の使用に係る利用者負担等を免除します。また、震災等で居住する家屋等に損害があった場合、こども園の利用者負担額を減免できる制度があります。

12月28日(金)まで

■こども園の給食費・教材費の援助

住居が被災した保護者の方に、こども園の給食費および教材費について援助します。

12月28日(金)まで

町民福祉課子育て支援グループ ☎26-7872

■栄養士・調理師免許に関する手数料の免除

被災により栄養士・調理師免許証を亡失・汚損した方等に対し、負担軽減を図るため各種手数料を免除します。

北海道苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

民間の手続きのこと

■法律相談

町民福祉課町民生活グループ ☎26-7871

予定されている支援制度

※詳細が決まりましたらお知らせします。

■災害弔慰金・災害障害見舞金(町)

災害により死亡された町民の方のご遺族に対して、災害弔慰金の支給等に関する条例に基づき、災害弔慰金を支給します(対象者は町から手続きについてご案内します)。

町民福祉課福祉グループ ☎26-7872

■災害弔慰金・見舞金(北海道)

災害により死亡された方のご遺族や重傷者ご本人に対して、北海道災害弔慰金等支給要綱に基づき、災害弔慰金・見舞金を支給します。

■住宅被害見舞金(北海道)

災害により自己所有の家屋ならびに借家に居住し被災した世帯主にに対し、北海道自然災害に伴う住宅被害見舞金支給要綱に基づき、住宅被害見舞金を支給します。

中小企業等経営・金融支援施策説明会・相談会

地震災害に関し、経営に影響を受けた中小企業者等を対象に、経営・金融に関する施策説明会・個別相談会を開催します。

融資、雇用、法務、経営など、関係機関に直接、相談・質問などができますので、お気軽にご利用ください。

○日時

12月18日(火)13時30分～16時30分 ※説明会は2回実施(①14時、②15時30分)

○場所

青少年センター 2階

○問い合わせ

胆振総合振興局産業振興部商工労働観光課 (☎0143-12419589) (担当:田黒・戸田)

参加機関(相談内容)

- ◆(株)日本政策金融公庫 (個人企業や小規模・中小企業向けの融資)
- ◆北海道信用保証協会(融資の際の保証制度)
- ◆北海道財務局(金融機関との取引)
- ◆北海道経済産業局(中小企業支援施策)
- ◆苫小牧公共職業安定所(雇用保険や各種助成金(雇用関係))
- ◆苫小牧労働基準監督署(労働条件や労災関係)
- ◆(公財)北海道中小企業総合支援センター(設備貸与、補助金など中小企業への総合支援)
- ◆北海道弁護士会連合会(法律関係全般)
- ◆北海道行政書士会(各種書類作成、契約)
- ◆厚真町(町の各種支援施策の案内)
- ◆北海道商工会連合会・厚真町商工会(経営指導員による金融、税務等全般的な経営相談)
- ◆北海道庁(北海道の融資制度(災害融資等)、信用保証料補助)

税務署からのお知らせ

地震災害により、国税についての申告、申請、請求、納税などを期限までできないときは、所轄税務署長への申請により、次のような期限の延長や納税の猶予などができる場合があります。

- 1申告、納付などの期限延長
- 2納税の猶予
- 3予定納税額の減額
- 4所得税および復興特別所得税の軽減または免除

教育

■就学援助

町内に在住で、町内の小中学校に通学する児童生徒がいる方で、地震で住家に半壊以上の被害を受けた方または地震により離職・休職せざるをえなく家計が急変した方に就学援助を行います(すでに就学援助を受けている方を除く)。

12月28日(金)まで
教育委員会生涯学習課学校教育グループ ☎27-2494

事業者の方へ

■中小企業者向け融資制度

今回の災害が原因で売上高等が減少している中小企業を支援するための措置を行います。

このたびの地震災害等により、厚真町はセーフティネット保障第4号における指定地域となりました。

産業経済課経済グループ ☎27-2486

生活再建に向けた支援ガイドブックを発行しています。

平成30年北海道胆振東部地震で被害された皆さまへ、主な支援制度を取りまとめたガイドブックを作成しました。制度の詳細や活用方法は各担当へお問い合わせください。

発行日 毎月第2・第4金曜日 ※内容を追加・変更した場合に発行します。

配布方法 ・町内全戸配布 シルバー人材センターから各自治会へ配布されます。追加・変更がない場合は配布がありません。
・窓口設置 役場、総合ケアセンターゆくり、青少年センター、上厚真支所

問い合わせ 総務課災害復興グループ ☎27-2321



高齢者等の冬の生活支援

町民福祉課 福祉グループ ☎ 26-7872
(総合ケアセンターゆくり内)

冬期間の家庭用暖房費の一部を助成します。

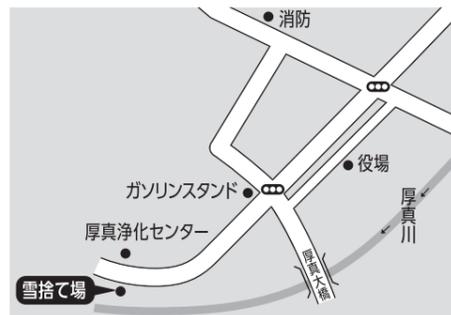
- 対象
 - ①高齢者世帯等
 - 65歳以上の高齢者（平成31年3月31日までに65歳以上となる方）世帯または65歳以上の高齢者と満18歳未満の方のみで構成する世帯で、平成29年分の年金収入額と世帯のその他の合計所得金額の合計額が次に掲げる額以下の世帯
 - ア. 単身世帯…120万円以下
 - イ. 2人以上の世帯…160万円以下
 - ②ひとり親世帯
 - 義務教育終了前児童生徒がいる世帯で、平成29年分の合計所得金額が240万円以下の世帯
 - ③障がい者がいる世帯
 - 世帯に障害者年金を受給者がおり、平成29年分の年金収入額と世帯のその他の合計所得金額の合計額が240万円以下の世帯
 - 〈支給対象外となる世帯〉
 - ・生活保護世帯
 - ・施設入所世帯
 - ・税法上の扶養控除を受けている世帯
 - ・医療保険の被用者保険の被扶養者となっている世帯
 - ・同一家屋に居住し世帯分離をしている世帯
- 助成額
 - 1世帯 2万1,000円(口座振込)
- 必要書類
 - ・厚真町高齢者等の冬の生活支援金支給申請書
 - ・印鑑
- 受付期間
 - 平成31年1月7日(月)～3月29日(金)
- 受け付け
 - 町民福祉課福祉グループ(総合ケアセンターゆくり内) 上厚真支所
 - ※体が不自由で交通手段が確保できないなど申請が困難な場合は、担当地区の民生委員に申請用紙を提出するか、上記に郵送してください。

雪捨て場について

建設課 土木グループ ☎ 27-2451

雪捨て場をご利用ください。

- 雪捨て場について
 - 雪捨て場は右図のとおり、厚真川右岸の厚真浄化センター手前(河川敷)に確保していますのでご利用ください。なお、搬入の際はゴミや土砂などを混入しないようご協力をお願いします。
- 除雪作業のときには
 - これから除雪の時期になります。町道や道道、歩道に車などの障害物を置かないようお願いします。



ご注意ください！

災害に便乗した悪質商法

これまで全国的にみて、地震や大規模災害が発生した後、点検商法や便乗商法など、災害に便乗した悪質商法による消費者トラブルが発生することが多くありました。悪質商法は災害発生地域だけが狙われるとは限りません。災害に便乗した悪質商法には十分に注意してください。

過去の災害時にみられた事例

「当社と被災家屋の修理契約すれば、行政から補助金が出る」などと虚偽の勧誘を行い、壊れた住宅の屋根や壁の修理契約を締結する。

「家屋の修理費用は火災保険の保険金で全額支払える」などと言って修理契約を締結し、高額な手数料を請求する。解約しようとする高額な解約料を請求する。

公的機関を思わせる名称を用いて消費者宅を訪問したりハガキを送り義援金名目のお金を求める。



被害に遭わないために

事業者からその場で契約を提案されても、もう一度よく考えることが大切です。本当にそれがどうか分からなければ、家族や周りの人などに相談してください。



契約しても、クーリング・オフや**契約の取り消しができる場合があります。**少しでも疑問や不安を感じた場合や、消費生活でのトラブルでどこに相談してよいか分からない場合には、**一人で悩まずに消費者ホットライン(局番なしの188)をご利用ください。**

相談・問い合わせ

消費者ホットライン ☎ 188 (局番なし)

国民年金

国民年金は、20歳以上の国民みんなが加入する大切な制度です。一人でも多くの方に国民年金について理解していただけるよう、年4回に分けて、しくみなどを紹介します。



平成30年9月の地震により被害を受けた皆さまへ

地震で被災し、

国民年金保険料の納付が困難な方は申請により納付を免除される場合があります。

国民年金保険料（第1号被保険者の保険料）については、災害等で大きな被害を受けたことにより納付が困難な場合、申請をして承認されると保険料の全額が免除される制度（特例免除）があります。

これは、災害により被災し、住宅、家財その他の財産について、おおむね2分の1以上の損害を受けた方が対象となります。

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です。

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発行されています

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です。

年末調整や確定申告で、国民年金保険料を申告するために控除証明書をお使いください。

平成30年1月1日～10月1日の間に国民年金保険料を納付された方へは、平成30年10月31日に控除証明書を発送しています。

平成30年9月下旬～10月上旬にかけて、コンビニエンスストアで保険料を納付された一部の方は、平成30年11月8日に控除証明書を発送しています。

また、平成30年10月2日～12月31日の間に、平成30年中に初めて国民年金保険料を納付された方については、平成31年2月4日に控除証明書を発送する予定です。

控除証明書に関する問い合わせ

苫小牧年金事務所
☎0144-36-6135
ねんきん加入者ダイヤル
☎0570-0003-0004

◆申請に必要な書類

①国民年金保険料免除・納付猶予申請書

申請書は町民福祉課町民生活グループにあります。申請書には押印する箇所がありますので、印鑑をお持ちください。

②災害証明書、または被害農林漁業者等と認定された被害認定書の写し

災害証明書等により、損害の程度を確認します。

※災害証明書等が無い場合や、災害証明書等で損害の程度が確認できない場合は、国民年金保険料免除・納付猶予申請に係る被災状況届を提出してください。被災による損害状況（財産等におおむね2分の1以上の損害があること）を確認するため、財産等の金額および損害額等の必要事項を記入してもらいます。

③保険金・損害賠償金等の支給金額等を確認できる証明書の写し

保険金・損害賠償金等が支給される場合は必要です。

◆提出先

町民福祉課町民生活グループまたは苫小牧年金事務所まで提出してください（本人以外の方が提出する場合は、本人からの「委任状」が必要です）。

◆免除される期間等

今回の地震災害により免除が承認される期間は、平成30年8月分～平成32年6月分となります。

※免除申請は年度単位で行っていた必要がありますので、現時点では平成30年8月～平成31年6月分の申請となります。

◆減額される年金額を増やすには

保険料が免除された期間は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること（追納）により、保険料を納付した場合と同じとなります。

保険料免除期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、早めの追納をおすすめします。

「ねんきんネット」を活用して、将来の生活設計をはじめてみませんか

年金記録や年金見込額を「ねんきんネット」で確認できます！

○ねんきんネットできること

ねんきんネットは、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。

ご自身の年金記録の確認、将来の年金見込額の試算、電子版「ねんきん定期便」の閲覧、日本年金機構から郵送される各種通知書の確認や再交付申請などを行うことができます。

※スマートフォン版ねんきんネットでは、パソコン版の一部サービスのみが利用可能です。

○ご利用登録はとっても簡単

①登録する

初めてねんきんネットを利用するときは、ご利用登録が必要です。ねんきんネットの新規登録画面から、次の必要事項を入力してください。

・アクセスキー（平成30年度ねん

きん定期便などに記載されている17ケタの番号）

・基礎年金番号（年金手帳などに記載されている10ケタの番号）

・氏名、生年月日、性別

・郵便番号、住所、メールアドレスなど

※アクセスキーをお持ちでない方は、日本年金機構においてご本人確認を行い、ユーザーIDをお届けします。

ご利用登録の日からおおむね5日程度でねんきんネットユーザーIDを記載したハガキを送ります。

②ログインする

発行されたユーザーIDと、パスワードを使用して、ねんきんネットへログインしてください。

ねんきんネットに関する問い合わせ

専用ダイヤル
☎0570-058-555

申請・相談・問い合わせ

町民福祉課 町民生活グループ ☎26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

日本年金機構苫小牧年金事務所 ☎0144-36-6135

平成30年度の国民年金保険料
月額16,340円

納付は口座振替が便利です。
また、前納すると割引があり、お得です。
納付が難しい方は、免除申請ができます。



平成31年度 町臨時職員募集



応募方法 履歴書(写真貼り付け)と、応募に際し資格を必要とするものについては、資格証明書または資格取得見込み証明書を添えて、下記へ提出(郵送可)してください。
なお、履歴書には必ず希望職種を明記してください。

応募期限 平成31年1月18日(金)必着(郵送の場合は、同日消印のあるものまで有効)

選考等 選考は面接または書類選考となりますので、後日通知します。

勤務条件 賃金については、平成30年度の賃金を記載しています。
※印の賃金については、経験年数により換算があります。
応募がない職種または選考の結果によっては、任意採用する場合があります。
社会保険などは、健康保険法、厚生年金法および雇用保険法に基づいて適用されます。

応募・問い合わせ 総務課総務人事グループ (〒059-1692 京町120番地 ☎27-2322 内線214)

14 厚真地区・上厚真地区 放課後児童クラブ ①支援員(月額嘱託)(2人) ②支援員(月額者)(3人) ③支援員(時給)(8人)

応募資格 (イ)放課後児童支援員の資格を有する方
(ロ)保育士、社会福祉士、児童厚生員、幼稚園・小学校・中学校・高等学校教諭等の資格を有する方が取得見込みの方
(ハ)放課後児童クラブ(学童保育)等の業務に2年以上従事した経験のある方、または4年制大学において社会福祉学、心理学、教育学、社会学、芸術学もしくは体育学を専修する学科またはこれらに相当する課程を修めて卒業した方
(ニ)放課後児童クラブ(学童保育)の業務に関心のある方
ただし、①への応募は(イ)、②への応募は(イ)、(ロ)、(ハ)のいずれかを満たしている必要があります。

時間 ① 学校開業日…10時～18時30分のうち5時間45分
学校休業日(土曜日除く)…7時30分～18時30分のうち7時間45分
土曜日…7時30分～18時30分のうち5時間45分または7時間45分
(配置人数により勤務時間の変更あり、週38時間45分以内、所定の勤務時間を超えて勤務する場合は別途支給)

時間 ② 学校開業日…10時～18時30分のうち5時間30分
学校休業日(土曜日除く)…7時30分～18時30分のうち7時間45分
土曜日…7時30分～18時30分のうち5時間30分または7時間45分
(配置人数により勤務時間の変更あり、週38時間45分以内、所定の勤務時間を超えて勤務する場合は別途支給)

時間 ③ 学校開業日…10時～18時30分のうち4時間
(下校時間の都合により勤務時間の変更あり)
学校休業日および土曜日…7時30分～18時30分のうち5時間～7時間45分

勤務日 ①② 日曜、祝日を除く週6日間のうち5日間
③ 日曜、祝日を除く週6日間のうち原則5日間

賃金 ① 月額132,950円～※(賞与あり)
② (イ)・(ロ)に該当する方…月額117,590円※(賞与あり)
(ハ)に該当する方…月額108,510円※(賞与あり)
③ (イ)・(ロ)に該当する方…時給970円
(ハ)・(ニ)に該当する方…時給900円

勤務期間 ①② 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
③ 平成31年4月1日～平成32年3月31日

15 スポーツセンター 管理人(2人)

応募資格 健康で熱意のある方
時間 月曜～金曜(交代制)14時30分～21時30分
土曜(14時30分で交代)8時30分～21時30分
日曜、祝日(交代制)8時30分～17時30分
勤務日 シフト制
賃金 時給860円
勤務期間 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)

16 スポーツセンター 清掃員(1人)

応募資格 健康で熱意のある方
時間 8時～11時30分
勤務日 日曜・祝日を除く毎日
賃金 時給860円
勤務期間 平成31年4月1日～平成32年3月31日

8 公園等維持管理業務(若干名)

応募資格 普通自動車免許(AT限定不可)を有する方
時間 8時30分～17時30分のうち7時間45分
勤務日 土曜・日曜・祝日を除く毎日
賃金 月額178,200円～(賞与あり)
勤務期間 平成31年4月1日～平成31年11月30日

9 各小中学校特別支援教育支援員(1人)

応募資格 教員免許を有する方
時間 8時30分～15時15分のうち指示のある時間
勤務日 土曜・日曜・祝日を除く毎日
賃金 時給1,290円
勤務期間 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)

10 各小中学校スクールバス ①運行業務運転手(3人) ②代替運転手(若干名)

応募資格 大型自動車免許を取得している方
時間 6時30分～18時30分のうち7時間45分
勤務日 ① 土曜・日曜・祝日を除く毎日
② 町が指示した日
賃金 ① 月額178,200円(賞与あり)
② 日額8,300円
勤務期間 ① 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
② 平成31年4月1日～平成32年3月31日

11 学校給食センター ①調理員(7人) ②代替調理員(若干名)

応募資格 調理師免許を有する方、または取得見込みの方
時間 7時45分～16時30分
勤務日 ① 土曜・日曜・祝日を除く毎日
② 町が指示した日
賃金 ① 月額149,300円(賞与あり)
② 時給880円
勤務期間 ① 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
② 平成31年4月1日～平成32年3月31日

12 学校給食センター ①配送車運転手(2人) ②代替配送運転手(若干名)

応募資格 普通自動車免許を有する方
時間 通常…10時～15時、週1回…10時～16時
勤務日 ① 土曜・日曜・祝日を除く毎日
② 町が指示した日
賃金 ① 月額119,550円
② 時給1,050円
勤務期間 平成31年4月1日～平成32年3月31日

13 学校給食センター 清掃員(1人)

時間 7時～10時
勤務日 土曜・日曜・祝日を除く毎日
賃金 時給860円
勤務期間 平成31年4月1日～平成32年3月31日

4 こども園つみき・宮の森こども園 ①調理員(1～2人) ②調理員補助員(若干名)

応募資格 調理師免許を有する方が取得見込みの方、または調理業務に関心のある方
時間 ① 7時30分～18時30分のうち3時間45分～6時間
② 7時30分～18時30分のうち6時間
(シフトにより勤務時間の変更あり)
勤務日 ① 日曜・祝日を除く週6日間のうち5日間
② シフトによる
賃金 ① 月額72,240円～月額115,590円(賞与あり)
② 時給880円
勤務期間 ① 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
② 平成31年4月1日～平成32年3月31日

5 厚真子育て支援センター・厚南子育て支援センター ①保育士(若干名) ②子育て支援員(若干名) ③代替保育補助員

応募資格 保育士の資格を有する方が資格取得見込みの方、子育て支援員資格を有する方、または子育て支援業務に関心のある方
時間 ①② 8時30分～17時30分のうち3時間45分～6時間
③ 8時30分～17時30分のうち6時間
(シフトにより勤務時間の変更あり)
勤務日 ①② 土曜・日曜・祝日を除く毎日
③ シフトによる
賃金 ① 月額80,180円～月額128,280円(賞与あり)
② 月額75,870円～月額121,390円(賞与あり)
③ (有資格者)時給920円～時給970円
(無資格者)時給900円
勤務期間 ①② 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
③ 平成31年4月1日～平成32年3月31日

6 大沼野営場 管理人(1人)

応募資格 普通自動車免許を有する方
時間 1日4時間
勤務日 5・10月…10日間 6月～9月…月23日間
賃金 時給1,050円
勤務期間 平成31年5月1日～平成31年10月31日

7 本郷こぶしの湯前広場 清掃員(1人)

応募資格 健康で熱意のある方、普通自動車免許を有する方
時間 1日1時間30分以内(月42時間以内)
勤務日 町の指示した日(月26日)
賃金 時給860円
勤務期間 平成31年4月15日～平成31年10月31日

1 臨時事務職員 子育て支援グループ(2人) 他部署各(1人)

勤務先 ・町民福祉課(町民生活グループ、子育て支援グループ)
・まちづくり推進課(町史編さん)
・産業経済課(観光振興)
・上厚真支所
・教育委員会(社会教育グループ、スポーツセンター)
応募資格 普通自動車免許を有してパソコン(文書作成ソフト・表計算ソフト)を操作できる方
時間 8時30分～17時30分のうち7時間45分
勤務日 土曜・日曜・祝日を除く毎日
賃金 月額149,300円(賞与あり)
勤務期間 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)

2 こども園つみき・宮の森こども園 ①保育士(14人) ②子育て支援員(4人) ③代替保育補助員(若干名)

応募資格 保育士の資格を有する方が資格取得見込みの方、子育て支援員資格を有する方、または保育業務に関心のある方
時間 ①② (イ)7時30分～18時30分のうち7時間45分
(ロ)7時30分～18時30分のうち3時間45分～7時間30分
③ 7時30分～18時30分のうち7時間45分
(シフトにより勤務時間の変更あり)
勤務日 ①② 日曜・祝日を除く週6日間のうち5日間
③ シフトによる
賃金 ① (イ)月額165,700円～※(賞与あり)
(ロ)月額80,180円～月額160,350円(賞与あり)
② (イ)月額156,800円(賞与あり)
(ロ)月額75,870円～月額151,740円(賞与あり)
③ (有資格者)時給920円～時給970円
(無資格者)時給900円
勤務期間 ①② 平成31年4月1日～平成31年9月30日
(平成32年3月31日まで更新の場合あり)
③ 平成31年4月1日～平成32年3月31日

3 ①宮の森こども園清掃員 ②厚南児童会館清掃員 } (3人)

応募資格 健康で熱意のある方
時間 ①12時30分～17時00分
②8時30分～11時30分
勤務日 日曜・祝日を除く日
賃金 時給860円
勤務期間 平成31年4月1日～平成32年3月31日

公共施設等 年末年始ガイド



町の機関

役場	☎27-2321
休み	12月29日(土)～1月6日(日)
上厚真支所	☎28-2311
休み	12月29日(土)～1月6日(日)
厚南会館	☎28-2311
休み	12月31日(月)～1月5日(土)
総合福祉センター	☎27-2327
休み	12月30日(日)～1月6日(日)
総合ケアセンターゆくり	☎26-7871
休み	12月29日(土)～1月6日(日) 1月4日(金)…戸籍窓口のみ開庁(戸籍・住民基本台帳に関する諸証明の交付、8時30分～17時30分)
総合ケアセンターゆくり 訓練室	☎26-7871
休み	12月29日(土)～1月6日(日)
青少年センター・創作館	☎27-2495
休み	12月29日(土)～1月6日(日)
スポーツセンター・スタードーム	☎27-3775
	12月30日(日)…17時で閉館
休み	12月31日(月)～1月5日(土)
こぶしの湯あつま	☎26-7126
	12月31日(月)・1月1日(火) [入浴]10時～18時 [食事]休み 1月2日(水)・1月3日(木) [入浴]10時～20時 [食事]11時30分～19時30分(ラストオーダー)
まちなか交流館しゃべーる	☎29-7022
休み	12月31日(月)～1月3日(木)

交通

あつまバス	☎27-2311
	拓勇経由(快速) 休み 12月25日(火)～1月10日(木) 路線バスは通常運行
ハイヤー	☎27-2311
休み	12月31日(月)～1月6日(日)
循環福祉バス「めぐるくん」	☎27-2311
休み	12月30日(日)～1月2日(水)

病院

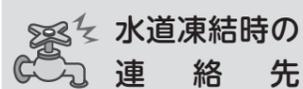
あつまクリニック	☎27-2422
休み	12月29日(土)午後～1月3日(木)
厚真歯科	☎27-2912
休み	12月29日(土)～1月4日(金)
桂歯科クリニック	☎26-7888
	12月29日(土)…急患のみ
休み	12月30日(日)～1月4日(金)

郵便・金融

厚真郵便局	☎27-2661
窓 □	休み 12月29日(土)～1月3日(木)
ATM	12月29日(土)…9時～14時稼働 12月31日(月)…9時～17時稼働 休み 12月30日(日)、1月1日(火)～3日(木)
上厚真郵便局	☎28-2360
窓 □	休み 12月29日(土)～1月3日(木)
ATM	12月31日(月)…9時～17時稼働 1月1日(火)～3日(木)…9時～14時稼働
軽舞郵便局	☎28-2451
窓 □	休み 12月29日(土)～1月3日(木)
ATM	12月29日(土)…9時～12時30分稼働 12月31日(月)…9時～17時稼働 休み 12月30日(日)、1月1日(火)～3日(木)
苫小牧信用金庫 厚真支店	☎27-2236
窓 □	休み 12月29日(土)～1月3日(木)
ATM	
農協厚真支所	☎27-2241
窓 □	休み 12月29日(土)～1月3日(木)
ATM	12月29日(土)…9時～13時稼働 休み 12月30日(日)～1月3日(木)
農協上厚真ATM	☎27-2241
ATM	12月29日(土)…9時～13時稼働 休み 12月30日(日)～1月3日(木)

ごみ・くみ取り

ごみ収集・自己搬入	☎22-3151
休み	12月31日(月)～1月3日(木)
し尿くみ取り	☎42-2120
休み	12月29日(土)～1月6日(日)



水道凍結時の連絡先	12月29日(土)～12月31日(月) (株)成友設備	①横川 ☎080-2870-5105 ②沖田 ☎090-2694-0090
	1月1日(火)～1月3日(木) (有)木本建設	①齊藤 ☎090-3392-0966
	1月4日(金)～1月6日(日) (株)進興工業	①内海 ☎090-7654-2714 ②河田 ☎090-3397-0324

対応可能時間：9時～17時

こども園つみき 宮の森こども園

平成31年度 園児募集

4月から新たに入園を希望する園児を募集します。



認定について

こども園を利用するには、支給認定の申請が必要です。認定区分によって内容や利用できる時間が異なります。

教育	1号認定 ・満3歳以上 ・教育を希望する場合	教育標準時間認定 教育時間 8時45分～13時
保育	2号認定 ・満3歳以上 ・「保育の必要な事由」に該当し保育を希望する場合	「保育の必要な事由」に要する時間が1日当たり8時間以上 保育標準時間認定 保育時間 8時～18時
	3号認定 ・生後6カ月以上満3歳未満 ・「保育の必要な事由」に該当し保育を希望する場合	「保育の必要な事由」に要する時間が1日当たり4時間以上8時間まで 保育短時間認定 保育時間 8時30分～16時30分

保育の必要な事由と保育の必要量について

以下の「保育の必要な事由」に保護者全員が該当すると認められる場合に、保育(2号・3号認定)を受けることができます。また、事由により保育の必要量(利用できる時間)が判定されます。

保育の必要な事由	保育標準時間認定	保育短時間認定
①月に48時間以上の就労	○	○
②妊娠中・出産後間もない	○	
③疾病・負傷・障がい有している	○	
④同居の親族(長期間入院等を含む)の介護・看護	○	○
⑤震災・風水害・火災その他の災害の復旧	○	
⑥継続的な求職活動・起業の準備		○
⑦就学・職業訓練等	○	○
⑧児童虐待・DV	○	
⑨育児休業中で、すでに保育を利用している子がいて継続利用が必要な場合(下の子が2歳になる月の末日まで)		○

提出書類

〔新規入園園児〕	〔継続利用園児〕
①支給認定申請書兼こども園利用申込書	①現況届
②就労証明書など(2号・3号認定の場合)	②就労証明書など(2号・3号認定の場合)
③アレルギーに関する調査票	

※各書類は町民福祉課 子育て支援グループ(総合ケアセンターゆくり内)、各こども園、上厚真支所にあります。また、町ホームページからダウンロードすることもできます。

募集期間

12月17日(月)～1月18日(金)

※支給認定証の交付および入園決定通知は平成31年2月20日頃までに送付予定です。
※園児の面談および入園説明会などは、入園決定後、各こども園で行います。
※平成30年度から継続して利用する場合の提出書類は、各こども園から配布します。

【申し込み・お問い合わせ】

町民福祉課 子育て支援グループ(総合ケアセンターゆくり内) ☎26-7872

平成29年度 ごみ処理状況

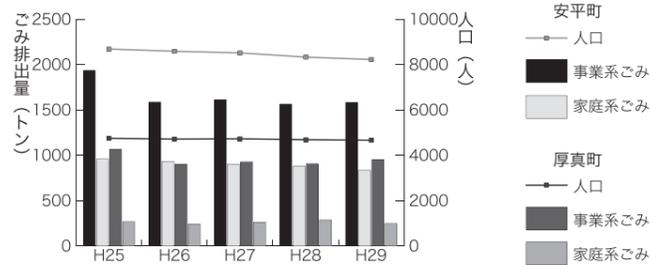
平成29年度における、2町（安平町・厚真町）の皆さんが出されたごみの排出量やリサイクルの状況、ごみ処理にかかった経費をお知らせします。

ごみの排出量

平成29年度総排出量 3,611トン (対前年度比 21トン減少)

安平町・厚真町における過去5年間の家庭系および事業系のごみ排出量と人口の推移はグラフ1のとおりです。平成29年度は前年度と比べ、総排出量で21トン減少しました。

平成25年7月より家庭ごみ有料化が開始され、直前の6月までは『もやせるごみ』『もやせないごみ』が前年比で大幅に増加しましたが、以降は皆さまのご協力により減少傾向にあります。これからも、ごみの減量にご協力をお願いします。



〔グラフ1 ごみ排出量・人口推移〕

	安平町			厚真町		
	家庭系ごみ(トン)	事業系ごみ(トン)	人口(人)	家庭系ごみ(トン)	事業系ごみ(トン)	人口(人)
H25	1,935	957	8,679	1,065	268	4,741
H26	1,587	929	8,581	899	241	4,708
H27	1,612	901	8,510	927	260	4,720
H28	1,563	878	8,322	906	285	4,681
H29	1,582	832	8,218	950	247	4,658

資源化の推移

排出されるごみのうち、資源化される割合をリサイクル率と定め、平成29年度のリサイクル率は30.3%で、内訳は右表のとおりです。

25年7月からの有料化とともに紙類・せん定枝の収集が始まり、『もやせるごみ』や『もやせないごみ』から資源回収への移行が進んだ結果がリサイクル率の増加に表れています。

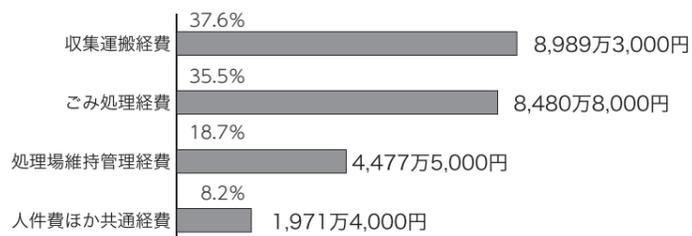
リサイクルすることは、限りある資源を有効に活用するとともに、経費の節減にもなりますので、引き続き資源化の取組みにご協力をお願いします。

ごみの種類(トン)		H25	H26	H27	H28	H29
		鉄くず	128	51	54	57
紙パック		3	3	3	3	2
ペットボトル		33	39	32	40	40
びん		92	101	95	102	100
缶		99	74	67	72	71
生ごみ堆肥化		179	171	169	157	154
古紙類		718	508	524	604	501
プラスチック		190	194	181	182	176
小型電子・電気機器		10	6	9	11	8
紙類		94	139	133	132	128
せん定枝		12	12	27	11	13
リサイクル率 (%)		26.3	25.8	31.5	31.2	30.3

ごみの処理経費

平成29年度のごみ処理経費の総額は、2億3,919万円で内訳はグラフ2のとおりです。

ごみの収集運搬経費、ごみの焼却・埋立・資源化などを行うごみ処理経費、組合の処理場の維持管理経費及び人件費等が直接ごみ処理に要した経費で、ごみ1トンあたり約6万6,000円、住民1人あたりで計算すると、約1万9,000円となります。



〔グラフ2 平成29年度ごみ処理経費の内訳〕

<問い合わせ>

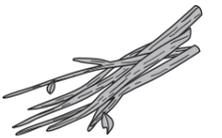
安平・厚真行政事務組合 ☎22-3151

町民福祉課 町民生活グループ (総合ケアセンターゆくり内) ☎26-7871

お知らせ

◎ せん定枝の無料回収が11月で終了しました

11月末日をもって、せん定枝の資源化回収が終了し、12月～翌年3月は『有料』扱いになりますので、毎週火曜日にもやせるごみ用(赤色)の有料指定袋を巻きつけて、ステーション横にだしてください。



◎ 年末年始のごみ収集・自己搬入受入について

年末年始休み期間中の、12月31日(月)～1月3日(木)は、収集および自己搬入の受入れは行いません。1月4日(金)から、ごみ収集と自己搬入の受入れを再開します。

※1月4日は金曜日ですが、生ごみの収集を行います。



財政状況

地方自治法の規定に基づいて、平成30年9月30日現在の安平・厚真行政事務組合会計の歳入歳出、財産、地方債の状況についてお知らせします。

予算の執行状況 (平成30年9月30日現在)

歳入	予算現額	収入済額	収入率	備考
分担金・負担金	2億1,649万9,000円	1億825万3,000円	50.0%	(予算現額内訳) 安平町:1億3,819万1,000 厚真町:7,830万8,000円
使用料・手数料	2,854万2,000円	1,228万9,300円	43.1%	ごみ処理手数料、大型ごみ処理券、有料指定ごみ袋売払等
財産収入	271万3,000円	50万8,713円	18.8%	アルミ・スチール缶、鉄くず等売払い等
繰入金	313万4,000円	0	0%	
繰越金	1,000円	81万5,174円	741.6%	平成29年度繰越金
諸収入	82万4,000円	5,616円	0.7%	平成29年度再商品合理化合理化拠出金配当等
歳入合計	2億5,171万3,000円	1億2,187万1,803円	48.4%	

歳出	予算現額	支出済額	執行率	備考
議会費	16万8,000円	5万7,250円	34.1%	組合議会経費
総務費	2,124万2,000円	1,002万9,727円	47.2%	事務局職員人件費、事務費等、組合監査委員経費
衛生費	2億2,203万7,000円	8,620万4,729円	38.8%	ごみ処理委託、処理場維持管理費、苫小牧市広域負担金等
公債費	726万6,000円	363万1,712円	50.0%	施設整備のため国などからの借入金の償還
予備費	100万円	0	0.0%	
歳出合計	2億5,171万3,000円	9,992万3,418円	39.7%	

地方債の状況

地方債とは、一定の基準を満たす事業の財源として、組合が国などから借り入れた長期的な借入金です。

区分	平成30年9月30日現在 残高
一般廃棄物処理事業債	
最終処分場適正閉鎖事業(H15～16)およびストックヤード施設整備事業(H21～22)の償還	2,300万1,000円

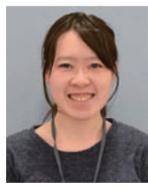
組合財産状況

建物	面積	内容
2,264.12 m ²	塵芥(じんかい)処理場 洗車場汚水処理設備 ストックヤード(キャンピアー) 有機物供給センター 保管庫	
4台	公用車 ホイールローダー 油圧ショベル フォークリフト	
3,510万7,000円	廃棄物処理施設整備基金	

※物品は、購入金額100万円以上を記載しています。

健康情報

今月の担当



保健師
いがらし 五十嵐 夢世

みんなで「生活不活発病」の予防を！ 生活機能低下を防ごう！

地震のため環境が変化したことで、生活が不活発になりがちです。それまでしていた庭いじりや農作業ができなかったり、地震の後だからと遠慮して、散歩やスポーツ・趣味等をしなくなったり、外出する機会も少なくなりがちです。

また、冬になり、雪が降ると道が凍っていつもの日課だった散歩ができない、寒くて外に出たくないなど、活動量が減ってしまうこともあります。

このように生活が不活発な状態が続くと、心身の機能が低下し「生活不活発病」となります。特に、高齢の方や、持病のある方に起こりやすいので、気をつける必要があります。そこで、以下のポイントを参考にみなさんで「生活不活発病」を予防しましょう。

- 生活不活発病とは**
「動かない」状態または生活が不活発な状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことをいいます。
- 生活不活発病を予防するポイント**
- ① 毎日の生活の中で、活発に動くようにしましょう。病気をもちの方は、どの程度動いてよいか主治医と相談しましょう。
 - ② 家庭・地域・社会で、楽しみや役割をもちましょう。遠慮せずに、気分転換を兼ねて散歩・スポーツなど趣味を楽しみましょう。「掃除や料理など家庭の中で役割を増やす」「買い物や散歩など外出する時間をつくる」「家族や友人、近隣の人と会話をする」「地域の行事に参加する」など少しずつ生活空間を広げてみましょう。
 - ③ 歩きにくくなくても、つえなどで工夫をしましょう。すぐに車いすを使うのではなく、歩くように心がけましょう。
 - ④ 身の回りのことや家事などが上手でできなくなったら、早めに相談を。練習や工夫で上手になります。「仕方ない」と思わずに「相談ください」。
 - ⑤ 「無理は禁物」「安全第一

「一」と思いこまないで。疲れやすいときは、少しずつ回数を多く。病気の時は、どの程度動いてよいかご相談ください。

●運動器の機能向上のポイント

加齢に伴い、筋力やバランスを保つ力の低下が目立つようになります。自分では足を上げたつもりでも、わずかな段差でつまづいたり、バランスを崩して転倒しやすくなります。高齢者の転倒は、骨折をおこしやすく、それがもとで寝たきりになることも少なくありません。

足腰の筋力アップは、転倒の予防になるだけでなく、活動範囲が広がり、生活の質の向上にもつながります。

足腰の筋力を鍛えるためには、「歩く」こと「筋力アップの運動」を行うことが大切です。

【筋力アップの運動】 「立つ」「歩く」「座る」などの活動の基礎になる筋肉を鍛える運動



＜運動時の注意点＞

- ・高血圧や心臓に病気のある方、整形疾患、膝や腰に痛みのある方などは、必ず医師に相談しましょう。
- ・運動中は、息を止めずに呼吸を意識して行いましょう。こまめに水分摂取しましょう。
- ・無理をせず、体調が悪い時はやめましょう。

短歌

中天の満月の明かり地を照らし雪煙めきて凍てつく空気
月足らずの未熟牛なれど元氣良かぜひかぬ様セーター着せる
朝陽受け見事にきらめく霧氷みて「きれいだね」と車窓より息子は

京町 中井るみ子
厚真 山田志津
本郷 湯浅悦子

【厚高ホームページ】
随時更新中です。
ぜひご覧ください。



厚高インフォメーション Atsuma High school Information

Vol.228

10月～11月の厚高

・ミスターアガックショー
10月18日、校長先生の旧知の間柄である手品師「ミスターアガック」氏が、被災した生徒を元気づけるために、本校を訪問してくれました。この企画は、厚真高校再建を意図した「厚高ビルディング」の一環です。間近に見るマジックショーに生徒たちは食い入るように見入っていました。

・林業体験インターンシップ
10月に予定していた職業体験（インターンシップ）が中止となりましたが、胆振総合振興局の協力により、「北海道の木育推進事業」の一環として、1・2年生が林業と木材産業の現場体験実習を行うことができました。和みの森（苫小牧市）では、2種類の手動式まき割り機を使ってのまき割り体験やたき火を体験しました。また、整備されていない山林から、切り出した木材を馬で運び出す作業を



体験してきました。生徒たちは、愛らしい馬に牧草をあげるなど、癒やしの時間となりました。

・仮設住宅訪問
11月14日、本校のすぐ隣に建てられた応急仮設住宅に、全校ボランティア活動の一環として、生徒会と家庭クラブの生徒たちがあいさつを兼ねて訪問してきました。入居者一人ひとりを訪ね、生徒の手作りマドレーヌとメッセージカードを手渡ししてきました。入居者の方々から、時期せぬ訪問に嬉しさと感謝の気持ちを伝えていただき、生徒たちにとっても、人との触れ合いの大切さを学ぶ機会となりました。

発表します!! 将来の夢&目標 厚真中央小学校6年



保健所の相談・検査をご利用ください 問い合わせ 苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

相談・検査の名称	内容	日程	受付・予約
総合保健・医療相談	保健・医療・福祉などの相談	毎週 月～金※祝日除く	随時受付
女性の健康相談	妊娠、出産、子育てなど女性の心身の相談	1月21日 月	予約：苫小牧保健所 ☎0144-34-4168
こころの健康相談	こころの病気・思春期の不適應などの相談	1月15日 月	
肝炎ウィルス検査	感染が疑われる方は無料(要事前確認)	1月8日 月	
骨髄バンク登録	登録の基準があります	1月2日 月、22日 月	
HTLV-1抗体検査	検査日の2日前までに予約してください	1月8日 月	予約：エイズ専用電話 ☎0144-35-7474
HIV抗体検査(エイズ相談)	無料、匿名検査(要事前確認)	1月8日 月(夜間検査) 9日 月、22日 月	

1月の日曜・祝日当番医 診療時間：9時～17時

「苫小牧医師会ホームページ」にも掲載しています。<http://www.toma-med.or.jp/>

日程	区分	病院名	住所(苫小牧市)	電話(0144)
1日 (火)	内科系	たくしん小児科	拓勇西町3丁目1-1	53-7788
	外科系	光洋いきいきクリニック	光洋町1丁目16-16	71-2700
2日 (水)	内科系	苫小牧澄川病院	澄川町7-9-18	67-3111
	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
3日 (木)	内科系	波岡内科消化器科クリニック	東開町4-20-18	51-2811
	外科系	勤医協苫小牧病院	見山町1-8-23	72-3151
6日 (日)	内科系	阿部内科医院	本町1-5-12	36-0066
	外科系	とまこまい脳神経外科	光洋町1-12-20	75-5111
13日 (日)	内科系	やまざきこども医院	大成町2-3-1	75-1133
	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
14日 (月祝)	内科系	たかやなぎ小児科	日新町2-7-8	71-2115
	外科系	とよた腎泌尿器科クリニック	元中野町2-17-12	31-2000
20日 (日)	内科系	とまこまいこどもクリニック	住吉町1-2-8	33-1050
	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
27日 (日)	内科系	桜木ファミリークリニック	桜木町2-25-1	71-2351
	外科系	ハート整形ペインクリニック	三光町2-5-3	38-7000

苫小牧市夜間休日急病センター

夜間・休日・年末年始は急病センターも診察を受け付けています。

診療科目 内科・小児科
住所 苫小牧市旭町2-9-2
電話 0144-32-0099
平日 19時～翌朝7時
土曜日 14時～翌朝7時
休日 9時～翌朝7時

北海道救急医療・広域災害情報システム

近くの医療機関などが検索できます
<http://www.qq.pref.hokkaido.jp>
☎0120-20-8699
☎011-221-8699(携帯・PHSから)

健診・相談

乳幼児相談	総合がん検診
対象 平成29年10月11日～平成30年11月10日生まれ(生後2～14カ月)のお子さんと保護者	対象 検診によって対象が異なります
と き 1月10日(木) 10時～11時15分(受付)	検診内容 胃・大腸・乳・子宮・前立腺がん検診
と ころ 厚真子育て支援センター	と き・と ころ 1月18日(金)・札幌がん検診センター
持 ち 物 母子健康手帳、バスタオル	予 約 12月21日(金)までに町民福祉課健康推進グループへ
3歳児健診	1歳6カ月児健診
対象 平成27年9月13日～平成28年1月16日生まれ(生後2～14カ月)のお子さんと保護者	対象 平成29年3月13日～平成29年7月23日生まれのお子さんと保護者
と き 1月16日(水)	と き 1月23日(水)
と ころ 総合ケアセンターゆくり	と ころ 総合ケアセンターゆくり
持 ち 物 母子健康手帳、歯の健康ノート、アンケート、歯ブラシ、早朝尿	持 ち 物 母子健康手帳、歯の健康ノート、アンケート、歯ブラシ、早朝尿

予防接種

◎ 予約が必要な予防接種

BCG
対象 生後5カ月～1歳未満
予 約 あつまクリニック ※1週間前までに予約してください

おたふくかぜ(任意)
対象 1～3歳未満 ※任意の予防接種ですが町独自の助成により無料 ※すでに罹患済みの方は対象外
予 約 あつまクリニック

小児マヒ(ポリオ)
対象 生後3～90カ月未満 ※生ポリオワクチン(2回)および四種混合ワクチンをすでに受けている場合は不要
標準的な接種時期 (初回)生後3～12カ月に3回 (追加)初回後12～18カ月後に1回
予 約 町民福祉課健康推進グループ ※1週間前までに予約してください

◎ 随時受け付けている予防接種

B型肝炎
対象 生後2カ月～1歳未満
標準的な接種時期 (初回)27日以上あけて2回 (追加)1回目終了後から20～24週あけて1回

ヒブ
対象 生後2～60カ月未満
標準的な接種時期 (初回)生後2～7カ月(27日以上あけて3回) (追加)生後7～13カ月あけて1回

小児肺炎球菌
対象 生後2～60カ月未満
標準的な接種時期 (初回)生後2～7カ月(27日以上あけて3回) (追加)生後12～15カ月(初回後60日以上あけて1回)

四種混合(ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ)
対象 生後3～90カ月未満
標準的な接種時期 (初回)生後3～12カ月に20～56日あけて3回 (追加)初回後12～18カ月あけて1回

日本脳炎
対象 3～9歳 ※特例で20歳未満まで接種ができます。詳しくは町保健師にお問い合わせください。
標準的な接種時期 (1期初回)3歳：6～28日あけて2回 (1期追加)4歳：1期初回終了後約1年あけて1回 (2期)9歳：1回

水痘(水ぼうそう)
対象 生後12～36カ月未満 ※すでに罹患済みの方は対象外
標準的な接種時期 (初回)生後12～15カ月未満に1回 (追加)初回後6～12カ月後に1回

MR混合(麻疹・風しん)
対象 ①生後12～24カ月までのお子さん ②平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれのお子さん(小学校就学前の1年間)

予防接種について<共通事項>

接種できる日	毎週 月・水・金曜日
受 付	町民福祉課健康推進グループ(接種当日)
接種場所	あつまクリニック
持 ち 物	印鑑、母子健康手帳

問い合わせ 予約・受付	町民福祉課 健康推進グループ ☎26-7871 京町165-1(総合ケアセンターゆくり内) (受付時間 9時～11時30分、14時～16時30分)	あつまクリニック ☎27-2422 京町15(受付時間 9時～11時30分、14時～16時30分)
----------------	---	--

子育て支援センター



問い合わせ・予約・相談

厚真子育て支援センター ☎27-2438 厚南子育て支援センター ☎28-3155
京町152(こども園つきみに併設) 上厚真258-7(宮の森こども園に併設)

【子育て講座】編み物講座 どんぐり帽子を作ろう

お子さんに手作りの帽子をプレゼントしてみませんか。編み物初心者ママも安心して取り組めるように2回にわたり講座を開催します。

日 時：①1月15日(火) 10時～11時
②1月22日(火) 10時～11時

場 所：厚南子育て支援センター
内 容：子ども用どんぐり帽子作り
持ち物：毛糸2玉(太め)、かぎ針(ある方は持参)
※7号8号のかぎ針は8本貸し出します。
※申し込みは12月28日(金)までに厚南子育て支援センターへ

自由開放
9時～11時30分、13時～14時

子育て相談
14時～16時(火曜・木曜日)
※事前の連絡をお願いします。

サークル活動
14時～16時(月曜・水曜・金曜日)
※予約制です。詳しくは各支援センターにお問い合わせください。

おはなし のびっこ

日 時：1月24日(木) 10時
場 所：厚真子育て支援センター
内 容：絵本・パネルシアターなど
※申し込みは不要です。

Hello えいご・えいごであそぼう

10時～10時30分

各センターで毎月2回程度、ALTの先生と遊びを通して英語に触れる事ができます。興味のある方は各センターにお問い合わせください。

パソコン講習

1月は初級者向け1コース(ワード2010で作る文書(初級)、中級者向け1コース(ワード3級検定対策)、上級者向け2コース(ワード2010で作る文書(応用・ビジネス文書作成)、JWICAD(基本操作・平面図作成)の計4コースを実施予定です。

講習の日程・受講料など

詳しくは苫小牧地域職業訓練センターまでお問い合わせください。

問い合わせ

苫小牧地域職業訓練センター
☎0144-55-6622
http://www.tomakomai.ac.jp/

困り事や不安を抱えている人を支援します

平成27年4月から「生活困窮者自立支援法」が施行されました。

これにより、生活保護を受給されていない方で、経済的な問題、仕事や家族に関する悩み、誰に相談すればよいかわからない悩みを抱えている人のご相談

問い合わせ

生活就労サポートセンターいぶり(運営団体・特定非営利活動法人ワークーズコーポ室蘭事業所) 〒051-0011 室蘭市中央町3-5-13 SK室蘭中央ビル6階 ☎0143-8317355、FAX 0143-18317123、@iburi-soudan@roukyou.gr.jp

相談内容

住むところに困っている、どこに相談すればよいか分からない、仕事がなかなか決まらない、子どもの引きこもりが心配、借金が多くて悩んでいる、生活費に困っている、働いたことがなく心配、子どもの学習が心配など

スキルアップセンターとまこまい
平成30年度 冬期作業主任者等技能講習のご案内

No.	講習名称	実施日	受講料	テキスト代	定員
1	足場の組立て等特別教育	2月1日(金)	6,480円	800円	30
2	足場の組立て等作業主任者技能講習	2月4日(月), 5日(火)	8,208円	1,650円	100
3	自由研削といしの取り替え等の業務に係る特別教育	2月6日(水)	4,752円	770円	50
4	フルハーネス型安全帯特別教育	2月13日(水)	6,480円	800円	50
5	職長・安全衛生責任者教育	2月14日(木), 15日(金)	20,520円	受講料に含む	30
6	地山掘削・土止め支保工作業主任者技能講習	2月20日(水)~22日(金)	12,312円	2,570円	100
7	小型移動式クレーン運転技能講習	2月26日(火)~28日(木)	34,884円	1,674円	10
8	玉掛け技能講習	3月4日(月)~6日(水)	25,704円	1,645円	10
9	丸のこ等取り扱い作業従事者安全教育	3月11日(月)	5,400円	1,030円	30
10	足場の組立て等特別教育	3月12日(火)	6,480円	800円	30
11	高所作業車運転技能講習	3月14日(木), 15日(金)	32,832円	1,850円	10
12	ガス溶接技能講習	3月26日(火), 27日(水)	9,180円	630円	20

各講習は、開始日の10日前までにお申し込みください。(その日が土曜・日曜・祝日にあたる場合は、直前の営業日まで)
※申込受付期間中であっても、下記の定員になり次第締め切りとなります。

講習によって異なりますので、下記に確認してください。

訓練センター窓口で、各講習の案内書と申込書を配布しています。申込書に必要事項を記入の上、受講料・テキスト代等を添えてお申し込みください。

助成金 No.1/2/4/6/7/8/10/11/12の講習は、人材開発支援助成金 建設労働者技能実習コース(経費助成)(賃金助成)を活用することができます。また、10月1日以降に実施する技能実習については、計画届の届出が不要となります。条件等の詳細については、下記にお問い合わせください。

その他 胆振東部地震の被災地支援として、胆振東部3町(厚真、むかわ、安平)に所在する会社に勤務されている方、または在住の方を対象に、平成31年2月~平成32年3月までの間、特別教育と安全衛生教育の受講料を半額とします。対象となる方は、申込書に住所を記入し申込みの際に申告してください。また、助成金との併用はできませんのでご了承ください。

スキルアップセンターとまこまい
一般社団法人 苫小牧地域職業訓練センター運営協会
苫小牧市新開町4丁目6番12号
電話 0144-55-6622 ファックス 0144-51-2225
ホームページ http://www.tomakomai.ac.jp/kaisya/index.html

ほくてん 北海道電力からのお願い

○この冬も引き続き「無理のない範囲での節電」にご協力をお願いいたします。

○詳しくは、ほくてんホームページをご覧ください。

ほくてん節電 検索



マチの善意

厚真町社会福祉協議会へ寄付



1月の運転免許証更新時講習の日程

苫小牧市交通安全センターで行っている運転免許証更新時講習(優良)の日程をお知らせします。

このほかの講習日程(一般、違反、初回)については、下記までお問い合わせください。

10時30分~11時	8日(日)、9日(月)、15日(火)、18日(金)、21日(月)、22日(火)、24日(木)、28日(月)、29日(火)、31日(木)
13時30分~14時	10日(火)、30日(水)
15時30分~16時	16日(水)、25日(金)

問い合わせ
(一社)苫小牧地区交通安全協会 ☎0144-33-1458

中村峰夫さんが3人目の観光大使に

11月20日に役場町長室で中村峰夫さん(58歳)に厚真町観光大使委嘱状が交付されました。中村さんは中村薬局(札幌市)を経営。厚真産ハスカップブランド化推進協議会主催の講演会でハスカップの機能性について発表するなど、町特産品であるハスカップの研究をしていました。

中村さんは「ハスカップを通して厚真町の復興の手助けをしたいです」と意気込みを話していました。



観光大使を委嘱された中村さん(右)

自衛官等募集

問い合わせ 自衛隊札幌地方協力本部
苫小牧出張所 ☎0144-32-3725
高等工科学校生徒

○応募資格
平成31年4月1日現在15歳以上17歳未満の者

○受付期間
平成31年1月7日(月)まで(締切日必着)

○試験日程
第1次試験…平成31年1月19日(土)
筆記試験(国語、社会、数学、理科、英語、作文)
第2次試験…平成31年2月1日(金)~4日(月)の指定する日

必ずチェック 最低賃金! 使用者も、労働者も

北海道最低賃金

北海道内で事業を営む使用者およびその事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む)に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されました。

最低賃金額 時間額 **835円**

効力発生日 平成30年10月1日

○最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金および時間外等割増賃金は算入されません。

○最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。

○特定の産業(「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」)で働く労働者には北海道の特定(産業別)最低賃金が適用されます。

厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署(支署)

問い合わせ窓口

〔ゆ〕…総合ケアセンターゆくり内 〔青〕…青少年センター内 〔か〕…旧かしわ保育園内

問い合わせ内容	担当部署	電話番号
防災対策一般	災害対策本部総括部	27-2321
義援金	総務課財政グループ	27-2481
り災証明・被災証明	総務課税務グループ	
社会福祉・生活再建	町民福祉課福祉グループ〔ゆ〕	26-7872
子育て	町民福祉課子育て支援グループ〔ゆ〕	
高齢者福祉	町民福祉課地域包括支援センター〔ゆ〕	26-7871
戸籍、住民登録 墓地 国民健康保険 ごみ	町民福祉課町民生活グループ〔ゆ〕	
健康相談	町民福祉課健康推進グループ〔ゆ〕	
広報広聴 地域公共交通	まちづくり推進課企画調整グループ	
あつま災害エフエム 町有地分譲地管理	まちづくり推進課総合戦略グループ	27-3179
農林業	産業経済課農林業グループ	27-2419
商工業、観光	産業経済課経済グループ	27-2486
道路、河川	建設課土木グループ	27-2451
住宅	建設課建築住宅グループ	27-2325
上下水道	建設課上下水道グループ	27-2326
学校	教育委員会生涯学習課学校教育グループ〔青〕	27-2494
社会教育 図書室	教育委員会生涯学習課社会教育グループ〔青〕	27-2495
消防	胆振東部消防組合厚真支署	26-7119
ボランティア要請	厚真町災害ボランティアセンター〔か〕	090-8049-9396
ボランティア募集	厚真町災害ボランティアセンター〔か〕	090-7647-6583

ラインアット

厚真町公式 LINE@ 運用開始

11月9日から、町公式のLINE@アカウントの運用を開始しました。

無料コミュニケーションアプリ「LINE（ライン）」で災害時の緊急情報、支援情報、町政情報などを配信していますので、ぜひ登録ください。

登録方法

①ID検索で友だち追加

LINEアプリの友だち追加ページの「ID検索」からID「@atsuma」を入力し検索してください。

②QRコードで追加

LINEアプリの友だち追加ページの「QRコード」を選択し、QRコードを読み取ってください。



@atsuma



問い合わせ まちづくり推進課企画調整グループ ☎27-3179