

広
報

あつま

2005. **3**

NO. 631

この綱に
力を合わせて



今
月
の
内
容

ともしび
花火・灯火・光の共演
集まりンピック スナップショット
町民が健康なら国保会計も元気なのですが…
ニュース・パッケージ
ふるさと人間ギャラリー

みんなの広場
はなしの・いずみ
年金制度が変わります
健康情報
今月のお知らせ



第5回ランタン祭り 【▲蛇池克広さん(新町)撮影】



第6回冬の花火大会 【▲松原宣彦さん(京町)撮影】

2月3日、スターフェスタ2005「第6回冬の花火大会・『西』の干支文字焼き」(主催/町商工会青年部)と2005光のページェント「第5回ランタン祭り」(主催/ランタン祭実行委員会)が、それぞれこぶしの湯あつま、厚真川河川敷を中心に行われました。花火大会では、縦270mの大きさを誇る『西』の干支文字焼きが雪原に点灯するなかを、2,000発の華麗な花火が打ち上げられました。また、ランタン祭りでは、町民の方々が作成した約6,500個のランタンが河川敷などに敷き詰められ、心和む淡い光を放っていました。

また、冬期間、厚真中央小学校の丘を幻想的に照らすライトアップ(主催/ランタン祭実行委員会)が二つの催しに華を添え、この日厚真の夜は、夜空と大地を彩る、花火と灯火と光のベールに包まれ、町内外から訪れた多くの人々を魅了しました。

2 / 3

花火・灯火・光の共演

ともしび

冬の夜空と大地を彩る



点火中



点火後



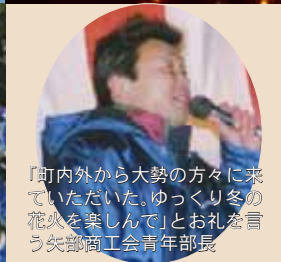
「多くの方々や企業・団体の協力に感謝したい」とあいさつをする滝川ランタン祭実行委員長



厚真郵便局
各職場企業も協力
北電苫東厚真発電所



花火会場でのもちまき



「町内外から大勢の方々に来ていただいた。ゆっくり冬の花火を楽しんで」とお礼を言う矢部商工会青年部長



ランタン会場では豚汁がふるまわれる



NHKが取材し、放映されました



2つ催しに華を添えたライトアップ



日本一の大きさを誇る干支文字焼き



街角にも点灯するランタンの灯火

冬も元気ハツラツ厚真町民

第5回集まりンピックinウィンター（第31回町民体育祭冬季大会）

スナップショット

二月十三日、本郷かしわ公園野球場で、第五回集まりンピックinウィンター（第三十一回町民体育祭冬季大会）が開催されました。当日は、雪が降ったり止んだり天候でしたが、七自治会と自由参加の町民の皆さん約三百人が集まり、冬の一日を雪上レクリエーションで楽しみました。英語指導助手のジェニファアさんの選手宣誓で開幕。種目に参加している選手たちが繰り広げる、一生懸命ながらも滑稽なハプニングの連続に、大きな歓声や笑いが会場に響き渡りました。



JA女性部の提供の「おふくろ味噌」で新町婦人会の皆さんが作った豚汁の味は体の中まで温めてくれ大人気！！



十七自治会で六百人が参加
 第一回町民体育祭冬季大会
 二月二日町主催で、本郷町営スケートリンクにおいて、第一回町民体育祭冬季大会を行ないました。当日は、前夜からの暖気と雪降りの中にもかかわらず、十七自治会で六百人の選手が参加し、幼児の五十種目はじめ、二十三種目に競い合い、特に最終の自治会対抗二千四百二十層のリレーでは、寒気を吹き飛ばす声援で、非常に盛況で、初回の催しとして成功裡に終わりました。



プレイバック 昭和50年
 この年の2月2日、初めて町民体育祭冬季大会が、本郷町営スケートリンクで開催された。



町民が健康なら、 国保会計も元気なのですが…

国保料の滞納者や「重複受診者」が増加しています

赤字が続いており、
17年度は国保料の
引き上げを予定

保険料の滞納者
は、3カ月間有効
の短期被保険証を
交付

医療費を下げる
ため保健師による
訪問指導を実施

国民健康保険の運営は、被保険者の皆さんが納める保険料と国からの補助金で賄われています。

ここ数年は、医療費の増加と保険料の滞納が多くなり、毎年、町からの繰入金と国保の基金（貯金）からの繰り入れでなんとか運営してきました。

しかし、その基金については、今年度で使い果たしてしまいました。また、町からの繰り入れについても限界があります。

そこで、平成17年度は、やむを得ず保険料の引き上げを予定していますので、ご理解をお願いします。

保険料の滞納額が年々増加し、国保の運営を厳しくしています。

このままでは、保険料をまじめに納めている人に迷惑をかけることとなります。

そこで、今年の4月に予定している保険証の更新時期に合わせて、保険料を1年以上滞納している方については、2年間の有効期限となつていない被保険者証の代わりに、有効期限が3カ月となる「短期被保険者証」を交付して、保険料の滞納をなくすために徹底した対策を執っていきます。

保険料を上げるだけではなく、年々増加する医療費についても下げる努力をしていかなければなりません。

今年、介護リスクの高い高齢者や生活習慣病の有所見者を対象に保健師が訪問し、総合ケアセンターへの誘導や生活習慣の改善などの指導を行い、医療費の低減を図ります。

また、本町の病院受診の傾向で、異なる病気でひと月に3カ所以上連続して3カ月以上受診する「多受診」や、同じ病気で2カ所以上の病院に連続して3カ月以上受診する「重複受診」

臨時の訪問保健師（看護師）を募集します

医療費の削減を目指し、慢性疾患の重症化防止、病院の重複受診、多受診者への指導、高齢者の健康管理や疾病の予防をはじめ、寝たきりや痴ほう予防を行うため、訪問指導専門の保健師または看護師を募集します。

- 職種・人数
保健師または看護師 1人
- 年齢
30歳から50歳まで(平成17年4月1日現在の満年齢)
- 勤務条件
 - ・勤務時間 午前8時45分～午後5時15分
 - ・勤務日 土曜、日曜、祝日を除く週3日間
 - ・賃金 保健師日額 10,780円
看護師日額 9,800円
 - ・勤務期間 平成17年4月1日～平成17年9月30日
(延長更新する場合があります)
- 応募資格
 - ①保健師または看護師の資格を有する方。
 - ②普通自動車免許を取得している方。
 - ③原則として町内在住の方。
- 応募方法
履歴書(写真を貼付)と、資格証明書を添えて、役場保健福祉課医療給付係へ提出してください。(郵送可)
- 応募期限
3月28日(月)
- 選考方法
面接または書類選考となりますので、後日応募者に通知します。
※期限までに応募がない場合は、応募条件に関わらず任意選考します。
- 応募・問い合わせ先
役場保健福祉課医療給付係
(〒059-1692 厚真町京町165-1 総合ケアセンター「ゆくり」内 ☎27-2321内線102または☎26-7871)

ご存じですか

乳幼児などの医療給付制度

現在、厚真町では重度心身障害者医療給付事業、ひとり親家庭等医療給付事業、乳幼児医療費助成事業、老人医療助成事業を道の条例に準じ、さらに、町独自で拡大をして実施しています。対象者は次の表のとおりです。

特に、転入された方などは、前の市町村で該当にならなかった場合でも、厚真町では該当になることも考えられますので、対象範囲を確認の上、役場保健福祉課医療給付係に申請してください。



が多くみられます。そこで、保健師が訪問指導して、こういった多受診、重複受診を減らし、医療費の削減を図ってまいりますので、ご協力をお願いします。

給付事業の対象範囲

| | 対象範囲 | 事業の内容 |
|----------------------------|--|--|
| 重 度 | <ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳1級、2級、3級（内部疾患）を交付されている方。 ・一定の知的障害のある方。 | |
| ひ と り 親 家 庭 | <p>【ひとり親】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・18歳以上20歳未満の児童だけを扶養している母親または父親。 ・配偶者のいない母親または父親（離婚、または配偶者が生死不明、1年以上遺棄(注)されている方、外国にいる方、長期にわたり精神や身体に障害があり労働力のない方、長期にわたり拘禁されている方）で、実際に18歳未満の児童を扶養している場合。 <p>(注)遺棄…夫婦や養子縁組の当事者間で扶養義務等を怠ること。</p> <p>【児童】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・0歳から20歳未満の児童で、父親または母親もしくは両親がいない場合。 | <p>入院・通院とも1割負担（月額上限） 入院40,200円 通院12,000円</p> <p>ただし、次の方は初診時一部負担金のみとなります。</p> <p>①0歳～4歳児の入院・通院 ②5歳児の入院 ③世帯全員の年間所得の合計が240万円以下か市町村民税非課税世帯にいる方</p> |
| 乳 幼 児 | <ul style="list-style-type: none"> ・就学前の児童 | |
| 老 人 | <ul style="list-style-type: none"> ・69歳の方。 ・67歳から69歳までの1人暮らしの老人および子どものいない老人夫婦。 | <p>老人保健法による一部負担金と同じ。ただし、薬剤一部負担金がかかります。</p> |

申請に必要なもの

すべての事業に共通して、保険証と印章が必要です。また、次のいずれかに該当する方は、次の書類などが必要です。

重度心身障害者

- ・身体障害者手帳、またはその証明ができるもの。
- ・精神薄弱者の場合は、判定書の様式が別にありますので、ご相談ください。

ひとり親家庭など

- ・児童扶養手当証書など

老人

- ・67歳から69歳までの1人暮らしの老人および子どものいない老人夫婦については、所得の状況を明らかにする書類が必要です。

◆申請先

役場保健福祉課医療給付係
(総合ケアセンター「ゆくり」内)

☎27-2321内線102

または☎26-7871

今後も明るく住みよい町を

町婦人団体協議会が創立40周年の式典・祝賀会を行う

二月二十日、総合福祉センターで町婦人団体協議会（阿蘇美紀子会長）が、創立四十周年式典・祝賀会を町内外から関係者約百五十人が集まり行いました。

式典で阿蘇会長が「本会は、東京オリンピックが行われた昭和三十三年に発足し、価値観の多様化などで会員が減少するなど、厳しい時もあったが、本日、四十周年の節目を迎えることができた。今後も明るく住みよい町を目指して、ともに学び、ともに力を合わせて協働の町づくりに寄与したい」と式辞を述べました。

また、会の運営に長年寄与された十四人の役員の方々へ、阿蘇会長から感謝状が贈られました。



式辞を述べる阿蘇美紀子会長と感謝状を贈呈された皆さん（右下）

町の野球指導者が連携し子どもたちを育成・指導

このほど、町内の2中学校・2少年団・高校の野球指導者など17人が、厚真町野球育成会を組織しました。野球の振興と健全育成を図るため、指導者が連携し、小学生から高校生まで一環して指導することを目的としています。

1月31日、スタードームで初めて合同練習が行われ、約60人の少年団員と中学生が、大きな声を出しながら練習する姿が見られました。



円陣を組んで指導を受ける少年団員と中学生

子ども110番のステッカーをつけた社用車



子どもを守り、育てるために町ぐるみの取り組みになれば

地域子どもたちを不審者などから守ろうと、社員の発案で、2月10日から町内の建設業、榊丸博野沢組（野沢政博社長）が会社所有の車40台に「子ども110番」のステッカーを張る取り組みを始めました。助けを求めたり、困っている子どもいれば停車し、状況を確認後、警察または学校、保護者などへ連絡を行う仕組み。

野沢さんは「この取り組みが、犯罪や事故などに対する抑止力だけでなく、子どもを地域全体で守り・育てる全町的な動きとなるきっかけになれば」と話していました。

前収入役石山さんに道社会貢献賞

自治功労者として北海道社会貢献賞が、2月14日、札幌市で前町収入役の石山誠一郎さん（新町）に贈られました。

石山さんは、平成8年から2期8年間にわたって、収入役として地方自治の振興と発展に貢献されたことに対し、北海道知事から表彰されたものです。

表彰式では、60人の功労者一人ひとりへ副知事から感謝状が手渡されました。



町では、財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業の助成を受け、スポーツセンターにエアロバイク3台、ウォーキングマシン2台を設置しました。

この事業は、同センターが全国宝くじ普及広告事業として受け入れる宝くじ受託事業収入を財源として、住民の行うコミュニティ活動を促進し、その健全な発展を図るとともに、宝くじの普及広報を目的として行われているものです。

器具は、3月1日から設置されています。有酸素トレーニング、機能訓練の場として大いに活用してください。



コミュニティ助成金でエアロバイクなどを設置

自治会発展の軸となる施設にしたい

幌内マナビィハウス落成祝賀会が行われる

二月十九日、幌内マナビィハウス落成祝賀会が、同施設で自治会員など約八十人が出席し行われました。主催者を代表し村井正昭自治会長から「待望の施設が完成し、自治会発展の軸として、地域の生涯学習や各種会合の幅広い交流の場として活用していきたい」とあいさつがありました。続いて、来賓の藤原町長から「施設の完成は設置者としてもこの上ない喜び。地方自治・福祉・生涯学習の場として、住民活動の中心となつてほしい」と祝辞がありました。祝賀会に先立ち、安全を祈願して幌内神楽保存会による演舞も行われ、参列した方々は完成の喜びをかみしめていました。



村井自治会長のあいさつ(左上)幌内神楽による安全祈願(右上)マナビィハウス外観(左下)祝賀会での一コマ



スタードームで 体協会長杯フットサル大会

二月十一日、スタードームで厚真町体育協会会長（渡部孝樹）会長 杯フットサル交歓会が行われました。

ASC（あつまスポーツクラブ）所属の三チーム、厚真中学校二チームをはじめ、遠くは幕別町、近隣市町から十九チーム、約二百人が参加し、ゴールと優勝杯を目指して、選手たちは、ボールを力いっぱい追いかけていました。



河村さん（軽舞）に 道善行賞、軽舞小へ感謝状

交通安全功労で二月八日、札幌市で河村忠治さん（軽舞）が、北海道知事から北海道善行賞を受けました。長年にわたり交通安全の実践活動などを行ったことが高く評価されたものです。

また、交通安全運動推進活動の功績を評価され、同日、軽舞小学校（荒木玲子校長）へ（社）北海道交通安全推進委員会から感謝状が贈られました。

人間

ギャラリー

マチに生きる

人のこころ

2月1日～2月28日届出分

モットーは、悪に強い人間でありたい

錦町 栗本 正美 さん（57歳）



民間企業に五年間務めたが、警官になる夢を求め、それがかなって三十五年が過ぎた栗本さん。

昨年の十月から、厚真駐在所長としてその任に就き、所長の顔を知っている町民の方も少なくないことと思います。

以前、厚真駐在所に勤務していた同僚から、「厚真は人も自然もすごくいいところ」と聞き、実際に来てみると、「人あたりがよく、温厚な人たちが多い話どおりのマチだった」と言う。また、「厚真は山間地にもかかわらず、交通の要所にあり交通量が多いので、事故防止にパトカーによるレッド走行の必要性を感じますね」と職務上の印象を語る。

「住民の安全のため、悪に強い人間でありたい」がモットー。

「趣味は一番につり、次は音楽鑑賞。ジャンルはやっぱりロマン

マチの善意

を感じる演歌かな」と笑う。

娘さんも、独立して警官をしている方に嫁ぎ、現在は奥さんと二人暮らし。



かみあつ ましょう ねん
上厚真小 5年

おおやま みな
大山 未奈ちゃん (11)

「ピアノを弾いている自分を版画で作りました。
少し苦手だけど、この作品はうまくできました」



ぼくわたしの作品



かみあつ ましょう ねん
上厚真小 5年

たか やす しゅうま
高安 崇真くん (11)

「友達と野球をしている自分を版画で作りました。
今までの作品の中で、一番よくできました」

ぼくの・わたしの クラス自慢

ともだちっていいな



その46 厚真中学校

紹介してくれたのは…

厚真中学校3年A組のみなさん
(書いてくれたのは) 山川 将平くん



中学校の三年間をこのクラスで過ごして、まず思うことは、なんだかんだと腹が立つこともあったけれど、やっぱり楽しかったということです。中学の三年間では、体育祭や学校祭などでクラスの団結力がものをいう行事があります。それらを通してなかなかうまく出来ず、みんなが悩んだことや不安が募ってクラスが険悪になったことがありました。そして、その度にクラスの絆が切れそうになったり、強くなったりすることを繰り返しました。

これから、みんなが歩む道や、目指していくものは違いますが、この絆は絶対に切れなく、これ以上変化しないものでもありません。

この先の長い人生でクラス全員が会える機会はそう多くはありませんが、クラスの絆をもっと深め、より温かいものにしていこうと思います。

みんなの広場

みんなの



みなさんの声をお寄せください

- ・こんな記事を読んでこう思った。
- ・こんな疑問を持っている。役場のみなさん教えてなどどんなことでも結構です。

紙面は無記名ですが、住所や氏名、性別、年齢は伺います。

●総務課広報広聴係 電話 27-2321 FAX 27-2328

係に寄せられた声

活かしてほしいと思います

まちづくり町民アンケートの中の自由意見を広報で公表していたのを読みました。読んで、「同感!」と思うことや、町のことをよく考えてるなあと感じる内容、いろいろなアイデアなど、みんな様々な意見や要望をもっているのだと思います。

せっかくあれほどの意見が出てきたのですから、ただ公表して集計して終わらせるのではなく、今

後の計画や具体策の中に可能な限り取り入れていってほしいと思います。この先々、この町で生きていく若い人たちのためにも。

(女性/60歳代)



奉仕しています 厚真ライオンズクラブ

☆2月の活動☆

※町スピードスケート記録会後援(2月5日協力)

町内の小中学校より103人の児童生徒が参加。開会式に出席し、参加者全員に参加賞としてノートを贈呈。

※平成16年度読書感想文コンクール後援(2月19日協力)

町内の児童より作品を募集、多数の応募作品の中から審査会を経て30人の入賞者が決定され、入賞者に副賞として図書券を贈呈。



スケート記録会開会式

町しごと通信——課長から

年並みの予報となっております。

冷夏予報ではなくて安心していただきますが、今年も農作物の栽培管理に気を引き締め、安定確収をめざしましょう。

■都市施設課

本郷地区で進めています、公共下水道工事が一部完成して、四月から一部の区域で供用開始をします。

きれいな水で、住み良い環境創りのため、水酸化促進にご理解とご協力をお願いいたします。

■商工経済課

みなさん忘れていませんか! 昨年十二月に販売しました生活応援商品券の使用期限は、今月三十一日までとなっております。期限を過ぎての使用はできませんので、忘れずに期限までにご使用ください。

■総務課

昨年の十一月二十二日から始まった平成十六年度の町政懇談会は、三月二十三日の開催をもって終了します。今年度は十八自治会と三団体で開催されました。

ご意見要望は懸案事項が多く、改善には多大な予算を要するものや町独自では改善できない事項もあり、みなさんの期待に反する回答も多くありました。限られた財源でのまちづくりへ一層の努力が求められていることを痛感しました。

貴重なご意見ありがとうございます。

■町民課

国民年金保険料の納め忘れはありませんか。

未納のままですと、事故にあった場合、障害年金などの年金が受けられなくなりますので注意しましょう。

■農業振興課

気象庁が発表した今年の暖候期予報は、六月から八月にかけて、オホーツク高気圧などの影響で気温がぐずつくこともあり、気温、降水量ともに平



「広報あつま」を読んでクイズに応募すると、正解者の中から抽選で5人に、今月は『図書券』をプレゼントします。どんどん応募してくださいね！

問題

- ① ご飯を上手に炊くには、お米をといだ後何分くらい水を吸わせるとよいでしょうか？
- ② 1月に総合福祉センターで行われた厚真町成人式。今年出席した新成人は何人でしたか？

【ヒント】2月号の広報を見てね。

▶応募方法

ハガキまたはファクシミリで、クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号と、広報や町のことについての意見・感想等を書いてください。

▶しめ切り(当日消印有効) 3月29日(火)

▶あて先

〒059-1692 厚真町京町120
厚真町役場 広報クイズ係 (FAX 27-2328)

【2月号のクイズの答え】

- ① 流入した汚水を微生物の力を借りてBODを10ppm以下まで浄化し厚真川に放流しています
- ② 被災した中学校へ寄付しました

【2月号のクイズ正解者】

2月号のクイズ応募者は4人で、全員正解でした。正解された方には、後日賞品を発送します。

Quiz・クイズ

おはなしのびっ子に 来ませんか？

お子さんと絵本との出会いのきっかけ作りや、同じ年齢のお子さんを持つお母さんたちの交流・意見交換の場として、月1回開催しています。

主な内容は、絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊び、パネルシアター、ペープサートなど盛りだくさん。ぜひ、お子さんと一緒にお越しください。

【おはなしのびっ子・3月のご案内】

と き 3月24日(木) 10:30~11:00

と ころ 青少年センター2階 プレイルーム

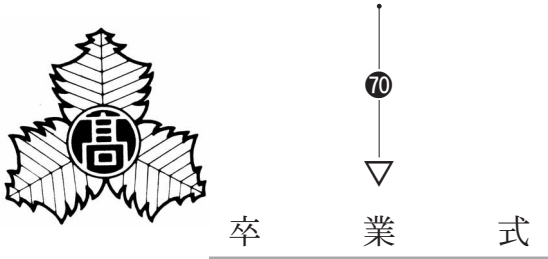
内 容

- ◆絵本 (いいきもち、そら はだかんぼ 他)
- ◆手遊び (かいだんのほって)
- ◆パネルシアター (マリーのクッキーおいしいよ)

みんなで遊びに来てね。スタッフ一同、お待ちしております！



厚高インフォメーション



卒 業 式

今年もまた厚真高校に巣立ちの時がやってきました。三月一日午前十時から、本校体育館において第二十六回卒業証書授与式が挙行されました。今年度の卒業生は、男子十八人、女子十六人、総計三十四人です。

卒業生代表の佐々木陽香さんは答辞の中で高校生活を振り返り、「クラスの団結に向けての三年間だった」と述べました。一年生は「今は今から想像できないほど、まとまりがなかったと言います。しかし、同じ教室で楽しいことや辛いことを共に経験していく中で徐々にその距離を縮め、今のよう強い団結力が生まれたと語りました。

答辞の終わりに「この先、長い道程の中でふと後ろを振り返ってしまいたくなることもあるでしょう。そうした時には厚真高校で悩み、笑い、学んだかけがえのない日々を思い出し、力をもらって進んでいきたいと思えます。私たちはこの学校を卒業できることを誇りに思います」と述べました。

最後の見送りの時、きれいに澄んだ青空が広がっていました。三十四人の未来がこの空のように明るく輝きに満ちたものになるよう祈りつつ、少しの寂しさを胸に卒業生を送り出しました。



菜の花は、あぶらな若葉を、花がつぼみのうちに摘み取ったものです。菜の花にはカロテン・ビタミンB₁・B₂・C・鉄分・カルシウムが多く含まれています。

スモークサーモン20g(3枚)には、約0.8gの塩分が含まれています。塩分はサーモンの塩気もあるので加減して加えましょう。

彩りも鮮やかな春らしい一品です。

○作り方

① 菜の花の硬い茎を切り落とし、長さを半分になり、太い茎は半割りにします。

② スモークサーモンを食べやすい大きさに切ります。

③ 塩を多めに入れたたっぷりの熱湯でスパゲティを少し硬めにゆでます。ゆで上がる1分ほど前に菜の花を茎の太いほうから加え、一呼吸して残りも加え、一緒にゆで上げてゆで汁をきります。

④ フライパンにオリーブ油大さじ2、にんにく、半分に切った赤唐辛子を入れて弱火にかけ、香りが出たら③のスパゲティと菜の花を加えて強火でサッといためます。

⑤ 続けてサーモン、塩、こしょう各少々を加え、手早く混ぜてオリーブ油大さじ1を回しかけ、すぐ器に盛ってできあがりです。

菜の花とサーモンのパスタ

春のパスタはこれで決まり。にんにくと赤唐辛子、塩のシンプル味で。

○材料(4人分)

| | |
|-------------------|------|
| ・菜の花 | 1ワ |
| ・スモークサーモン | 150g |
| ・スパゲティ (好みのもの) | 300g |
| ・にんにく (みじん切り) | 1かけ |
| ・オリーブ油 | 大さじ3 |

| | |
|---------------------|---------|
| ・赤唐辛子 (種をぬく) | 1本 |
| ●塩・こしょう | |
| ○栄養価(1人分) | |
| ・エネルギー | 447kcal |
| ・食物繊維 | 3.1g |
| ・カルシウム | 59mg |
| ・塩分 | 3.3g |

一般向け



なんくるない
よしもと ばなな／著

私はあくまで観光客なので、それ以外の視点で書くことはやめた。これは、観光客が書いた本だ。沖縄は日本人にとって、あらゆる意味で大切にしなければいけない場所だ。沖縄を愛するすべての人…あの土地に魅せられた人全てと、沖縄への感謝の気持ちを共有できたら、それ以上の喜びはないと思う。(あとがきより)

(新潮社)

一般向け



キッパリ!
たった5分間で自分を変える方法
上大岡 トメ／著

『今のままの自分』に疑問を持っていませんか? 自分を変えたいと思ってもそう簡単にはできません。まずいつも自分が普通に、自然にやっていることから変えてみましょう。今すぐできて簡単、お気楽、たいした覚悟もいらない、大金もかからない「これなら自分にもできそう」な、60個の方法。

(幻冬舎)

一般向け



いのちの落語
樋口 強／著

がんと闘う人々とその家族を招待し、東京深川で一年に一度だけかかる創作落語がある。その高座に上るのは、悪性の肺がんから生還した会社員…。自らの体験をもとにしたその落語は、全ての人に生きるこの意味を投げかける。

(文芸春秋)

おすすめの
の本

文芸あつま

◆短歌◆

暁の豆腐工場に向かへるに庭に駒鳩の鳴く声のする
ときとして医薬の世話になりながら今朝も頑張る豆腐づくりに
山あひを流るる小川の水の音我に語りひるるがに聞こゆ

(本郷 増井 清光)

娘の古きセーターほぐし冬の日を吾の膝掛けにと今日も編みゆるる
雪の日を走り来たれる郵便車農道まがりて視野より消えぬ
花のなき季節いろどるほづきを活けたるつばを玄関に置きぬ

(本郷 飛谷 松子)

窓外の近くにも来て雉一羽朝のしじまを裂きて鳴きたつ
雪残る屋根よりしきり雫落つ弥生の日差し暖かき今日は
庭に近き松の林に棲みゆるるか雉のはばたき伏床に聞こゆ

(本郷 矢部 慧子)

新雪に足跡つけて定刻に朝刊配る人ありがたく
樹氷見ゆる朝の国道走らせて妻を送りぬ孫住む町へ
冬帽子目深にかぶりこの朝もウォーキングする足音をききつつ

(本郷 飛谷 富夫)

(あつま文芸友の会発行『文芸あつま 第九号』から抜粋)



くらしの豆事典

かつお(鰹)を三枚におろし、味をつけずに湯で煮て、あぶって干し固めたのが「かつお節」です。かつお節を作るとき「カビ付け」といって、かつおに無害のカビ(ペニシリンと同種類のカビ)を植え、干して固めます。カビの作用でかつおの水分をとり、脂肪を分解して、かつお節の独特の風味、うま味のもとといわれるアミノ酸を生成するのが目的です。魚臭さもとれます。かつお節は、最初に表面のカビ(無害なので口に入っても害はない)を水でざっと洗い、軽くタワシでこすり落とししてから使います。洗った後は、乾いたふきんで水けをとってからカンナで削ります。

かつお節ア・ラ・カルト

ラップに包んで保管

呼ばれる黒色で腹面に金色の短毛がある、ダニに似た『かつお節虫』がわくことがあります。湿気が多いと、有害なカビも生えます。ラップに包むかビニール袋に入れて、冷蔵庫(冷凍庫には入れない)で保管しましょう。冷蔵庫は適当な水けをかつお節に与え、硬くなるのを防ぎます。

かつお節は、硬くなると削っても粉になり、きれいな削り節ができません。硬くなったかつお節は、ガスこんろで少し火にあぶると軟らかくなり、削りやすくなります。スルメを火であぶると、柔らかくなるのと同じです。

『かつお節虫』のついたかつお節は、包丁でその部分を削り落とせば使えますが、赤カビや黒カビが生えたら、思い切って捨てましょう。保管さえきちんとしておけば、かつお節は二年ぐらいはもちます。



刻一刻と春が近づいてきているようで、わたしの心もウキウキしてきましたが、みなさんはいかがでしょうか。

この一年、いろいろなことがありました。笑ったり泣いたり怒ったり…。前に読んだ本の中にこのようなことがかいてありました。

「人生とは死ぬまでの時間。人がどう生きていようと関係ない。この限られた時間の中で、自分がどのように過ごしていくかなのです。一度きりの人生、同じ時間を過ごすなら楽しく笑って過ごしたほうが『いい人生だった』と思えるのではないのでしょうか…」

なるほどと思いました。そう、自分の一生なのです。楽しく笑って過ごしたほうが心身ともに穏やかでいられることでしょう。

この先、自分の人生を振り返ったときに、眉間に縦ジワをよせるより、微笑んでいたものですよ。(藤)

コーヒーたのむ



年金制度が変わります！

私たちにとって、かけがえのないものとなっている公的年金制度。この制度が昨年6月に改正されました。将来にわたって持続可能で安定したものとしていくための改正です。

●国民年金保険料を毎年280円(月額)ずつ引き上げ

平成17年4月から平成18年3月までの国民年金保険料は、月額1万3580円(現行1万3300円)です。

国民年金の保険料を、平成17年4月から毎月月額280円ずつ引き上げ、平成29年度以降は月額1万6900円に固定されます。

●平成17年4月以降の国民年金保険料

$$\text{国民年金保険料} = \text{基本額} \times \text{保険料改定率}$$

基本額: 毎年月額280円ずつ引き上げて、平成29年度以降16,900円に固定

保険料改定率: 賃金の伸び率を基準として毎年改定されます

●国民年金保険料月額

| 年度 | 保険料月額 |
|----------|----------------|
| 平成17年度 | 13,580円×保険料改定率 |
| 平成18年度 | 13,860円×保険料改定率 |
| ↓ | ↓ |
| 平成29年度以後 | 16,900円×保険料改定率 |

●国民年金保険料の口座振替割引制度が拡充されます

①保険料の前納を口座振替にする
と割引額が増えます
17年度分の保険料を一括して前納すると、現金払いでは2890円の割引、口座振替では3420円(530円増)の割引となります。(6カ月前納も口座振替が有利です)

●口座振替の前納は、平成17年3月31日必着で社会保険事務所への申し込みが必要になりますのでお早めにお申し込みください。
口座振替日は4月30日(今年4月末日が休日のため5月2日)です。

●なお、すでに口座振替で前納されている方は届出の必要はありません。

②月々の口座振替に早割(当月保険料の当月末引落し)制度ができました

●通常の口座振替は定額保険料ですが、口座振替を早割にすると40円の割引となります。早割制度を申し込みすると翌月末の初回の口座振替にて2カ月分の保険料(従前の保険料と40円割引された保険料)が引落とされ、その後の毎月の保険料は40円割引となります。

①・②の申し込み用紙については、社会保険事務所などに請求していただくほか、社会保険庁ホームページ(<http://www.sso.sso.go.jp>)からプリントすることもできます。

●30歳未満の保険料納付猶予制度

被保険者本人、配偶者の前年所得で審査

現在、就職が困難あるいは失業などにより低所得の方が、一定の所得のある世帯主と同居している場合には、保険料免除の対象にはなりません。

今回の改正で、30歳未満の方については、本人及び配偶者の前年所得が一定基準以下であれば、申請により保険料の納付が猶予されます。

●この納付猶予制度の承認を受けている期間は、滞納扱いにはなりませんので万一時も安心です。

《納付猶予制度の内容》

●被保険者本人及び配偶者が基準(全額免除基準と同額)に該当することが必要です(世帯主の所得は判断の対象外)。

●猶予期間は、年金の受給資格期間には算入されますが、年金額の計算には反映されません(カラ期間)。

●猶予期間の保険料は、10年間はさかのぼって納めることができます(追納)。追納された場合は、保険料納付期間となります。

●猶予期間中に障害となったり、死亡した場合は、障害基礎年金または遺族基礎年金が支給されます。

●平成27年6月までの時限措置

●第3号被保険者の特例届出

過去に届出もれがあった方への救済措置

今までは、第3号被保険者の届出が遅れた場合には、届け出をした時点から2年前まではさかのぼって第3号被保険者の納付済み期間となりますが、それ以前の期間は、「保険料未納の取り扱い」となっていました。

今回の改正では、第3号被保険者の制度ができた1986年(昭和61年)4月までを納付済みとする対象期間に広げ、特例の届出をしていたことにより、2年以上前の期間も第3号被保険者の納付済み期間として取り扱い、将来その分の年金を受け取ることができるようになります。

大丈夫と安心していても、抜けている期間があるかもしれません。

●若年者納付猶予制度の対象となる年収の目安

| | 平成17年度の基準 |
|--------------|-----------|
| 4人世帯(夫婦・子2人) | 258万円 |
| 2人世帯(夫婦のみ) | 157万円 |
| 単身世帯 | 122万円 |

一度、窓口で確認してみましよう。

● 第3号被保険者の特例

| 改正前 | ▼昭61.4 ▼第3号該当 | ▼原則による遡及 | ▼届出 | 現在▼ |
|-----|---------------|----------|---------|-----------|
| | 保険料未納の扱い | ← 2年間 ← | ← 2年間 ← | 保険料納付済み期間 |
| 改正後 | ▼昭61.4 ▼第3号該当 | ▼原則による遡及 | ▼届出 | 現在▼ |
| | ← 特例措置 ← | ← 2年間 ← | ← 2年間 ← | 保険料納付済み期間 |

特別障害給付金制度が始まります

請求書の受付は平成17年4月1日から

障害基礎年金等を受給していない障害者に対して福祉的措置を講じる観点から給付金の支給を行う制度です。

対象者は、

◆平成3年3月以前の国民年金任意加入対象であった学生

◆昭和61年3月以前の国民年金任意加入対象であった厚生年金保険等に加入していた方の配偶者であって、任意加入していなかった期間中に生じた傷病が、現在、

障害基礎年金の1・2級相当の障害にある方です。

障害認定事務は、過去の状況を確認する必要があるなど非常に時間がかかる場合があります。支給の決定までに数カ月必要となりますのであらかじめご了承ください。
（支給が決定すれば、請求書の受付月の翌月までさかのぼって支給されます）

なお、収入や年金受給によって支給が制限されることがあります。お問い合わせ等は、苦小牧社会保険事務所にお問い合わせください。

ここまでご紹介したものが4月から改正される主なポイントです。保険料が上がり、厳しい面もありますが、できるだけ家計の負担とならないよう、前納制度や口座振替の早割制度などを上手に利用してみたいかがでしょうか。

保険料を納めることが困難な場合には、**保険料免除制度**をご利用ください。

本人の申請によって保険料納付が免除される制度があります。

●免除申請は2段階（前年の所得による）です。

★全額免除 保険料の全額が免除されます。全額免除の期間の分については受取年金額が三分の一になります。

★半額免除 保険料の半額が免除され、残る半分を納めます。半額免除の期間の分については、受取年金額が三分の二になります。

申請免除の承認期間は、7月から翌年6月までです。前年の所得を確認する必要があるため、毎年申請が必要です。

●学生の方には**学生納付特例制度**があります。
対象となる学生は、大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校、その他の教育施設の一部に在学する20歳以上の学生等であって学生本人の前年所得がおよそ85万円以下の方です。

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までです。前年の所得を確認する必要があるため、毎年申請が必要です。手続きの際には、在学証明書または学生証をお持ちください。

手続きは、役場の国民年金担当窓口でできます。

みなさんからの
お問い合わせに
お答えします！

Q 年金は、何歳から受けられますか？

A 老齢基礎年金は、原則として65歳から受けられますが、

希望すれば60歳から受けられます（繰上げ支給といえます）。

しかし、受けようとする誕生日によって年金額が1カ月あたり0・5%減額されます。65歳以降も一生、減額された年金を受けることとなります。繰上げ請求は慎重に！

また、希望すれば66歳以後からでも受けることができます（繰り下げ支給といえます）。受けようとする誕生日によって年金額が1カ月遅らせるごとに0・7%増額されます。

Q 遺族厚生（共済）年金も受取れないの？

A 65歳からは両方受給することができます。ただし、60歳から64歳まではいずれか一つを選択することになります。

Q 以前、厚生年金に加入したことがありますが、脱退手当金を受けたかわかりません。どうすればいいですか？

A 厚生年金手帳がある場合は、年金手帳と認め印を持参し社会保険事務所へ行きましょう。手帳がない場合には、認め印と以前勤務していた会社名とその住所地、勤めていた期間を書いたメモなどを用意して社会保険事務所へ行くのと調べてくれます。

Q 年金手帳って大事ななの？何冊もあるんだけど全部必要なの？

A 国民年金・厚生年金保険に加入すると年金手帳が交付されます。この年金手帳は、公的年金の加入先が変わったときや年金を受けるときなど、一生を通じて使用することになりますので大切に扱ってください。記録はご自身で記載しますが、わからない場合には遠慮なく窓口へ持ってきてください。

また、手帳が何冊もある場合には年金番号も2つ以上持っていることもあり、1つにまとめる手続きをしましょう。手帳を紛失した方は再交付の手続きをしてください。

これからもみなさんからのお問い合わせをご紹介していきます。

国民年金についての
ご相談・お問い合わせは
役場町民課 国民年金係
☎27-2321 (内線234)
または
苦小牧社会保険事務所
年金電話相談センター
☎(0144)36-1165

今年は流行の兆し!? 『花粉症』

❖花粉症ってどんな病気？

日本人の五人に一人は花粉症の患者だといわれます。なかでも多いのがスギ花粉症で、全体の八割を占めています。花粉が目や鼻の粘膜に付着して起こります。遺伝的な体質、住環境、食生活などの様々な要因が重なって起こります。

❖どんな症状が現れるの？

《主な症状》くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目・のど・顔や首の皮膚のかゆみ

《その他の全身症状》集中力の低下、だるい、熱っぽい、倦怠感、イライラする

❖花粉症と風邪の見分け方は？

風邪は通常、一週間程度で治りますが、花粉症は原因となる花粉が飛んでいる間ずっと続きます。

また、かぜの場合は、数日でねっとりとした鼻汁になりますが、花粉症はさらさらした「水っぽい」のままです。

他に、目のかゆみがあれば花粉症、実際に熱が出ていればかぜの疑いが強いという見分け方もできます。花粉症かな？と思ったときは、医師によるアレルギー検査を

受けましょう。

❖花粉症のシーズンを迎えたら…外出するとき花粉を吸い込まないことが基本！

風の強い晴れた日は外出を控えるにしましょう。特に昼前から午後三時ころまでが花粉の飛びピークです。この時間帯はなるべく室内にいたいものです。

●外出する際には、プロテクター付のめがねやゴーグル、マスク、スカーフ、帽子を着用する。

●服装は、花粉が付きにくいスベスベした素材のものを選ぶ。

●髪はコンパクトにまとめ、髪に花粉がつかないようにする。

●家に入る前に、衣類や髪、持ち物について花粉をはらう。

●帰ったら、手・顔・目・鼻を洗い、うがいをする。目は流水の中でパチパチ瞬きをして洗うと効果的！

❖花粉症の治療

アレルギー性疾患である花粉症は短期間で完治させることはできません。それでも薬でつらい症状を少しでも楽にすることはできますし、気長に構えれば、もともと治すことも可能です。

■内服薬 ■内服薬には、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの原因を抑える成分が入っています。鼻、目、のどなどのそれぞれに働いて花粉症のつらい症状を和らげます。

効き目が長く持続されるように工夫された薬もあります。

■点鼻薬 ■鼻水、鼻づまりを速やかにとめることができます。

また、鼻の粘膜の充血や腫れをおさえ、鼻のとおりをよくします。

点鼻薬は、眠気をもよおすことが少ないという利点もあります。

■目薬 ■目のかゆみや充血をやわらげます。

■減感作療法 ■これは、医師が診察して原因となる粉(抗原)を突き止め、その花粉の成分を注射することによって人為的に抗原にならしてしまおうという、いわば「予防接種」のようなもので、現在、根治が期待できる唯一の治療法です。

しかし、効果が現れるまでに通常三〜四年もかかるうえ、完全に治る人の割合はおおむね六割以下にとどまっており、まだまだ、改良の余地があります。

❖二週間前から始める予防法

花粉症の症状が出る前に抗アレルギー薬を予防的に用いる方法があります。

花粉が飛び始める二週間ほど前からあらかじめ用いておくことで、症状を軽くすることができるとです。この方法は、シーズン中の薬の効果をより高めるための「助走」と考えてください。

病院や診療所で診察をうけ、医師の指導と薬の処方に従って使用します。

4月の日曜・祝日当番医

| 日程 | 区分 | 病院名 | 住所(苫小牧市) | 電話番号 |
|----------|-----|---------------|-------------|---------------|
| 3日(日) | 内科系 | すがわら内科呼吸器科 | しらかば町1-18-9 | (0144)76-7011 |
| | 外科系 | 勤医協苫小牧病院 | 見山町1-8-23 | (0144)72-3151 |
| 10日(日) | 内科系 | さくらファミリークリニック | 沼ノ端578-8 | (0144)55-6526 |
| | 外科系 | 同樹会苫小牧病院 | 新中野町3-9-10 | (0144)36-1221 |
| 17日(日) | 内科系 | 錦岡医院 | 宮前町2-33-4 | (0144)67-0013 |
| | 外科系 | 苫小牧日翔病院 | 矢代町2-9-13 | (0144)72-7000 |
| 24日(日) | 内科系 | 花輪内科循環器科医院 | 三光町5-6-15 | (0144)36-2555 |
| | 外科系 | 山下医院 | 大成町1-7-3 | (0144)72-8828 |
| 29日(金・祝) | 内科系 | 勤医協苫小牧病院 | 見山町1-8-23 | (0144)72-3151 |
| | 外科系 | 苫小牧泌尿器科クリニック | 明野新町2-1-12 | (0144)57-0455 |

(診察時間) 9:00~17:00
当番医は変更になることがあります。新聞等で確認するか、当日病院へお問い合わせください。

(お知らせ)
『北海道救急医療・広域災害情報システム』を利用して近くの医療機関などが検索できます。
ホームページアドレス
<http://www.qq.pref.hokkaido.jp>
電話 フリーダイヤル 0120-20-8699
携帯電話・PHSからは 011-221-8699

苫小牧夜間休日急病センター(内科・小児科のみ)

| 曜日 | 受付時間 | (住所) |
|-----------------|--------------|--------------|
| 月曜日~金曜日 | 19:00~翌朝7:00 | 苫小牧市旭町2-5-4 |
| 土曜日 | 14:00~翌朝7:00 | (電話番号) |
| 日曜日・祝日 | 9:00~翌朝7:00 | 0144-35-0001 |
| 年末年始(12/31~1/3) | 9:00~翌朝7:00 | |

※休日は当番医のほかに、急病センターも診察を受け付けています。



保健のこよみ

4月



4(月)

母親教室

- 対象者** 町内にお住まいの妊婦さんとパートナー。
とき 13:30~16:00
ところ 総合ケアセンター『ゆくり』
持参するもの 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ
申し込み 3月31日(木)までに、健康支援係へご連絡ください。
その他 動きやすい服装でお越しください。

7(木)

乳幼児健康相談

- 対象児** 生後2カ月から14カ月までのお子さんとお母さん。
とき 10:00~11:30
ところ 子育て支援センター
持参するもの 母子健康手帳、バスタオル

18(月)~22(金)

小児マヒ(ポリオ)予防生ワクチン投与

- 対象児** 生後3カ月から18カ月までのお子さん。
この期間が標準的な投与年齢となり、期間内に2回投与することが必要です。
18カ月を過ぎていても、生後90カ月までは投与できます。詳しくは、町保健師にご相談ください。
とき 9:00~12:00
(午前中のみですのでご注意ください)
ところ 今野医院
受付 投与希望当日に、保健福祉課(総合ケアセンター『ゆくり』内)で受け付けを行ってください。
持参するもの 母子健康手帳、印章

18(月)~22(金)

麻疹予防接種

- 対象児** 生後12カ月から15カ月までのお子さん。
※上記以外の場合は、町保健師にご相談ください。
ところ あつまクリニック
受付 接種希望当日に、保健福祉課(総合ケアセンター『ゆくり』内)で受け付けを行ってください。
受付時間は午前9時から午後4時までです。
※21日(木)の午後はお休みさせていただきます。
持参するもの 母子健康手帳、印章

22(金)・27(水)

歯科検診・フッ素塗布

- 対象児** 保育園に入園していない1才6カ月から就学前までのお子さんと、都合により保育園での実施ができなかったお子さん。
とき(受付時間)・ところ
・厚南会館
22日(金) 9:00~9:30
・総合ケアセンター『ゆくり』
27日(水) 9:00~10:10
申し込み 対象のお子さんには、期日が近づきましたら個別にご案内いたします。4月19日(火)までに町保健師へご連絡ください。
持参するもの 母子健康手帳、バスタオル、歯ブラシ、コップ、タオル

26(火)

離乳食講習会

- 対象者** 対象の方には個別にご案内します。
とき 10:00~12:00
ところ 総合ケアセンター『ゆくり』
持参するもの 筆記用具、赤ちゃん用スプーン、エプロン
申し込み 4月21日(木)までに、健康支援係へご連絡ください。

今月のお知らせ

交付

70歳以上の方に入浴・バス無料券を交付します

町では、町内に住所があり、かつ居住している満70歳以上の方に「あつまバス町外路線の無料券」と「こぶしの湯あつまの無料入浴券」を交付しています。

▼利用できる回数

・「あつまバスの町外路線」無料乗車回数 月3往復

・「こぶしの湯」無料入浴 年12回

▼利用方法

共通の証明証として「厚真町循環福祉バス等利用証明証」とそれぞれのサービスの必要な無料券（「高齢者無料バス券」、「高齢者無料入浴券」）が必要です。

役場保健福祉課、または上厚真支所に申し込んでください。

▼申し込み時期

・現在、「厚真町循環福祉バス等利用証明証」の交付を受けていない満70歳以上の方は、随時申し込みを受け付けています。

・すでに「厚真町循環福祉バス等利用証明証」の交付を受けている方は、3月28日から平成17年度分の無料券を交付します。

▼問い合わせ先

役場保健福祉課福祉係
☎26-7871内線103

交付

身体のご不自由な方などに無料入浴券を交付

町では、町内に住所を有し、かつ居住している満70歳未満の方で、次のいずれかに該当する方に「こぶしの湯あつま」の無料入浴券を交付しています。

・人工透析療法を受けている方。
・特定疾患と認定されている方。
・身体障害者手帳の交付を受けている方。

・療育手帳の交付を受けている方。
・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方。

▼利用できる回数

年12回

▼利用方法

「身体障害者等入浴無料身分証」と「身体障害者無料入浴券」が必要です。

役場保健福祉課、または上厚真支所に申し込んでください。

▼申し込み時期

・現在、「身体障害者等入浴無料身分証」の交付を受けていない方は、随時申し込みを受け付けています。

・すでに「身体障害者等入浴無料身分証」の交付を受けている方は、3月28日から平成17年度分の無料券を交付します。

▼問い合わせ先
役場保健福祉課福祉係
☎26-7871内線103

納税

平成17年分から消費税が変わります

消費税法が平成16年4月1日から改正されました。個人事業者の方は原則として、平成17年分から適用となります。

主な改正点は、次のとおりです。
①納税義務が免除される基準期間における課税売上高が、一千万円に引き下げられました。

②簡易課税制度を適用することができる基準期間における課税売上高の上限が、五千万円に引き下げられました。

なお、新たに消費税課税事業者となった方および消費税課税事業者となる方は、「消費税課税事業者届出書」の提出と記帳および書類の保存が必要になります。

▼問い合わせ先

札幌国税局税務相談室 苫小牧分室
☎0144-3616611
または苫小牧税務署
☎0144-3213241

情報

災害情報を携帯電話やパソコンで

北海道では災害に関する情報を携帯電話に送信、ホームページで

提供するサービスを開始しました。提供される情報内容は、気象情報、地震情報、火山情報、避難情報、北海道からのお知らせです。

メール受信を希望する方は、携帯電話から、<http://www.donsai-hokkaido.jp/mobile/>「ほくかど

う防災情報JP」にアクセスし、「防災情報配信登録」画面から内容を確認し登録してください。（登録しなくても閲覧することができます）

また、パソコンからも同様の情報が閲覧できます。（ホームページアドレス：<http://www.donsai-hokkaido.jp/>）

▼問い合わせ先

北海道総務部危機対策室
☎011-231-4111内線22-564

登記

不動産登記法が変わりました

平成16年6月、国会で「不動産登記法案」が可決・成立しました。

この法律は、電子政府の実現という政府全体の政策、そして現在すでにコンピュータ化が進んでいる登記事務の実状などを背景としたものです。また、片仮名文語体で記されていた法文を現代語化するともに、法文全体の構成の

整理を行い、分かりやすい法律にしました。施行日は平成17年3月7日です。

主な改正点は、不動産登記の申請方法について、インターネットを用いたオンラインによる方法と書面を登記所に提出する方法のどちらかを選ぶことができるようになったことです。

また、書面の提出による申請の場合でも、登記所に出向かなくても、郵便などを利用して申請することができるようになりました。

▼問い合わせ先

札幌法務局苫小牧支局
☎0144-3417151

4月の運転免許証更新時講習の日程

苫小牧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。

◆午前10時開講：5日（火）、6日（水）、8日（金）、12日（火）、13日（水）、15日（金）、19日（火）、20日（水）、22日（金）、26日（火）、28日（木）

◆午後1時30分開講：7日（木）、21日（木）

◆午後3時30分開講：14日（木）、27日（水）

※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。

※優良は5年以上継続して免許のある方で、過去5年間無事故・無違反の方。

■問い合わせ先 苫小牧地区交通安全協会 ☎0144-33-1458

※祝※ 小学校ご入学 33人が新1年生

まちづくり講演会を 開催します

講演

町では、住民が主体となったまちづくりの実現のため「自立する地域の実現を目指して」をテーマに講演会を開催します。

今後のまちづくりでは、地域住民によるNPO・ボランティア活動などが活発化することが予想され、全国でも多数の活動が行われています。

多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

▼日時

3月22日(火) 午後2時30分

▼場所

総合福祉センター

▼演題

地域を元気にするコミュニティ

イ・ビジネス

▼講師

コミュニティ・ビジネス・ネットワーク理事、コミュニティ総合研究所所長 細内信孝さん

▼参加費

無料

▼問い合わせ先

役場
総合計画策定室
(☎27-2321
内線323)



注意

「振り込め詐欺」に ご注意ください

振り込みはその日にするな!

振り込みは1人でするな!

「オレオレ詐欺」だけでなく、「架空請求詐欺」、「融資保証金詐欺」

などのほとんどが預貯金口座への振り込みによるものです。これらの詐欺の被害予防上で重要な点は、すぐに振り込まない、1人で振り込まないことです。

相手は、あなたがパニックになることを狙っています。「自分だけは大丈夫じゃない」と思っても、相手の罠にはまってしまう。被害に遭いそうになったら時

警察、家族、知人、銀行窓口など第三者に相談する。

▼問い合わせ先

苦小牧警察署
(☎0144-35-0110)

予備自衛官補募集案内

| 募集種目 | 受験資格 | 受付期限 |
|------------------|--|-------------|
| 予備自衛官補 (一般公募) | 日本国籍を有し、 18歳から33歳の方。 | 4月8日 (金) |
| 予備自衛官補 (技能公募) | 日本国籍を有し、 18歳から54歳で国家資格を有する方。 ※国家資格の例 医師・薬剤師、語学(英語)、自動車整備士、情報処理、建築士等 | |

※いずれも自衛官未経験者を対象とします。

■試験日程

【試験日】

4月16日(土)から18日(月)までの間の指定する1日

【試験種目】

筆記、口述、適性、身体検査

■問い合わせ先

自衛隊札幌地方連絡部苦小牧出張所

(☎0144-32-3725)

狂犬病予防注射を 実施します

●対象 生後91日以上の全畜犬。登録は生涯1回です。
●手数料 狂犬病予防注射料：3,040円。登録料：3,000円。
※今回の日程以外の日に注射する場合、往診料と定期外料金が加算されます。

| 月日 | 時間 | 場所 |
|--------------|-------------|--------------|
| 4月12日 (火) | 8:45~8:55 | 幌内マナビィハウス前 |
| | 9:00~9:10 | 幌内・佐藤孝八宅前 |
| | 9:15~9:25 | 富里・加藤武宅前 |
| | 9:30~9:40 | 高丘生活会館前 |
| | 9:45~9:55 | 富里生活会館前 |
| | 10:00~10:10 | 吉野生活会館前 |
| | 10:20~10:40 | 東和生活会館前 |
| | 10:45~10:55 | 桜丘生活会館前 |
| | 11:00~11:20 | 朝日マナビィハウス前 |
| | 11:30~11:50 | 宇隆生活会館前 |
| | 11:55~12:05 | 宇隆・浅野勝善宅前 |
| 4月13日 (水) | 9:00~9:15 | ルーラルマナビィハウス前 |
| | 9:20~9:40 | 豊沢マナビィハウス前 |
| | 10:00~10:20 | 軽舞生活会館前 |
| | 10:35~10:45 | 富野生活会館前 |
| | 10:55~11:05 | 豊川生活会館前 |
| | 11:10~11:20 | 上野生活会館前 |
| | 11:30~11:40 | 美里生活会館前 |
| | 13:00~13:20 | 役場庁舎前 |
| | 13:30~13:50 | 本郷マナビィハウス前 |
| | 14:00~14:10 | 幌里開拓神社前 |
| 4月14日 (木) | 8:45~9:00 | 豊丘マナビィハウス前 |
| | 9:10~9:20 | 鯉沼生活会館前 |
| | 9:30~9:40 | 鹿沼・山口信男宅前 |
| | 9:50~10:00 | 鹿沼・長谷川和司宅前 |
| | 10:10~10:20 | 浜厚真・阿部榮乃進宅前 |
| | 10:25~10:35 | 厚和生活会館前 |
| | 10:45~10:55 | 上厚真第5区生活会館前 |
| | 11:00~11:20 | 厚南会館前 |
| | 11:25~11:35 | 共和生活会館前 |
| | 11:45~12:05 | 共栄生活会館前 |
| 4月17日 (日) | 7:00~7:30 | 本郷・旧かしわ保育園横 |
| | 7:40~8:10 | 役場庁舎前 |
| | 8:40~9:00 | 厚南会館前 |

●問い合わせ先 役場町民課生活環境係
(☎27-2321 内線232)

※犬の死亡、住所または犬の所有者の変更などがありましたら、お早めにご連絡ください。

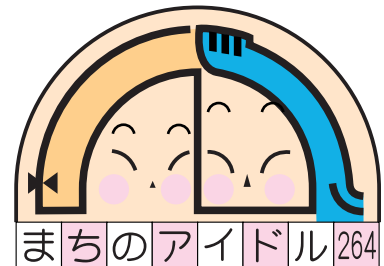




あかま しゆな
赤間 朱樹ちゃん
H 15・6・22 生
父一 憲太郎さん
母一 理 絵さん
(上厚真)

●— わが家のアイドルはこんな子です。—●

「今日は、お気に入りの長靴をはいての撮影です！最近では1つ年上のお兄ちゃんのマネをするのが得意です。電話が好きで、電話がかかってくると相手とおしゃべりしていますね」



あべ
阿部ことみちゃん
H 15・8・5 生
父一 雄 史さん
母一 り かさん
(上厚真)

●— わが家のアイドルはこんな子です。—●

「いとこのお姉ちゃんたちに遊んでもらっているせいか、どんどん言葉を覚えて使ったり、一芸も出来たりと、毎日楽しいですよ！いま一番得意なのは…『ハッスル！ハッスル！』かな？」

2005年 3月
NO. 631

2月末日現在の人口
5,249人(前月比 + 3)
男 2,566人 / 女 2,683人
世帯数 2,011

■今月の表紙

2月13日、かしわ公園野球場で「第5回集まりンピック in ウィンター」が行われました。3本の綱を引き合う種目『綱とり物語』での熱戦シーン！

発行 / 北海道厚真町
企画・編集 / 総務民生部総務課広報広聴係
〒059-1692 北海道勇払郡厚真町京町120番地
☎(0145)27-2321
ホームページ <http://www.town.atsuma.hokkaido.jp/>
メールアドレス atsuma@town.atsuma.hokkaido.jp