



広報

あつま



利用可能な戸別受信機



音量調整ダイヤルが緑



音量調整ダイヤルが白

平成20年の電波法の改正で、総務省は通信品質の向上や電波の効率的な利用などから、アナログ方式の簡易無線局のデジタル化を進めてきました。これにより、アナログ電波を使用した防災行政無線が使用できなくなるため、町では平成26年から順次、防災行政無線のデジタル化を進めてきました。

町民の皆さんのご協力により、令和3年度に町内の全ての防災行政無線のデジタル化が完了しました。

デジタル化によって、音声は明瞭になり通信エリアが拡大する（一部地域除く）といったメリットがある反面、使い方によっては放送が途切れることがあります。主な原因や解消法を紹介します。

デジタル化完了
防災行政無線
受信できていますか？

放送が途切れる主な原因

①コンセントの電波が干渉

防災行政無線の戸別受信機は、電源コードを差すコンセント周辺から電波の影響を受けることがあります。



集中タップを利用（タコ足配線）



携帯電話などの充電器と併用



USB付コンセントの重複利用

②家電などの電波が干渉

戸別受信機の近くにテレビや冷蔵庫、電子レンジ、IHクッキングヒーターなどがあると、電波の干渉を受けることがあります。



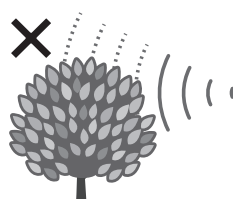
居間のテレビや冷蔵庫など電波を発生する家電に注意！



③季節的な要因

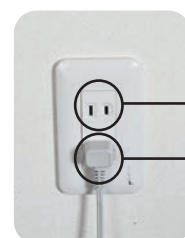
季節によって大気の状態や周辺の自然環境などの変化の影響で、これまで正常に受信していても突然、受信できなくなることがあります。

（例）周辺の木に葉が生い茂ることにより電波が受信できないことがある。



放送が途切れた場合にお試ください

コンセント周りを整理する



可能であれば他のコンセントは使用しない

タコ足配線せずに直接コンセントに電源コードを差す

戸別受信機を窓側に移動する



家電などから遠ざけて窓の近くに移動する

大半のケースは、これらの対策で解消されますが、さまざまな要因で正常に受信できない場合があります。改善されなければ、防災グループまでご連絡ください。

ひとのうごき

令和4年3月31日現在（ ）内は前月比

人 □ 4,382人（-5）
男 2,200人 女 2,182人

世帯数 2,120世帯（+6）

3月1日～31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。



お知らせやイベント情報を発信しています。

<https://www.facebook.com/atsumatownhokkaido>

LINE LINE <ライン>

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。

※LINEアプリから友だち追加してください

・IDで追加 @atsuma

・QRコードで追加



「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

北海道内のすべてがそろった「電子書籍」ポータルサイト「ホッカイドウ イーブックス」

Hokkaido books

ホッカイドウ イーブックス実行委員会（株式会社 須田製版 内）Tel.011-621-1000（代表）



広報あつま

2022年 4月号
令和4年

もくじ
CONTENTS

- 2ひとのうごき
 - 3防災行政無線 受信できていますか？
 - 4-9お知らせ
 - 10-11厚真町ローカルベンチャー等推進事業
 - 12令和4年第1回定例会
 - 13防災のページ
 - 14まちの話題
 - 15地域おこし協力隊／ごみ収集日の変更
まちのアイドル
 - 16厚高インフォメーション／短歌
成年年齢の引き下げ
 - 17町職員の人事異動
 - 18-19保健の掲示板
 - 20健康情報
 - 21成年後見制度中核機関／子育て支援センター
 - 22-23情報ひろば
 - 24ATSUMA LOVERS
- ※広報担当が取材した記事は、写真撮影時のみマスクを外しています。

今月の表紙 COVER



町内の小・中学校4校では卒業シーズンを迎え、合わせて82人が学び舎を後にしました。厚真中央小学校では3月22日、卒業証書授与式を開催。式典を終えた卒業生は、玄関前で記念写真を撮影しました。

こんなときには国保に届け出を

住民課 町民生活グループ ☎ 26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

国民健康保険は自動的に脱退されないので届け出が必要です。

町外に引っ越す場合や、勤め先の健康保険(社会保険等)に加入した場合でも、国民健康保険は自動的に脱退にはなりませんので、届け出が必要です。

次の理由が生じたときは、14日以内に届け出をしてください。

届け出をされないと、保険料が二重になったり、医療費が全額自己負担になるなど、被保険者に不利益になることがあります。

●届け出が必要な場合

- ①町外に転出した
- ②社会保険など他の保険に入った・家族の保険の被扶養者になった
- ③生活保護の受給を開始した
- ④死亡した

●届け出に必要なもの

印鑑、国民健康保険証、以下の書類

②の場合…新しい保険証または健康保険資格取得証明書

③の場合…生活保護開始決定通知書

④の場合で葬祭費の申請をするとき…葬儀を行ったことと喪主の氏名が確認できるもの(会葬礼状ハガキなど)、喪主名義の口座が確認できるもの

まちおこし奨励

まちづくり推進課 企画調整グループ ☎ 27-3179

町内の団体やサークルなどが自主的、主体的に取り組む事業に係る費用の一部を助成しています。

●対象事業

- ①まちおこし事業 ②人材育成事業 ③特産品開発事業
- ④文化活動 ⑤地域活動 ⑥その他まちおこしと認めた事業

※団体の経常的運営費、営利を目的とするもの、入場料を徴収するもの、事業費が5万円未満のものは対象にならない場合がありますので、事前にお問い合わせください。

●対象

団体・サークル

●補助金額

補助対象経費の3分の2以内
(1事業の上限は30万円)

●募集期間

12月29日(木)まで

コミュニティ活動補助

コミュニティ運動推進協議会事務局 ☎ 27-3179
(まちづくり推進課 企画調整グループ内)

地域文化の育成や環境美化活動に係る費用の一部を助成しています。

地域花壇づくり活動助成事業

▷他のモデルとなることが期待できる花壇の管理費を助成します。

対 象 自治会・町内の団体

補助金額 沿道の花壇施設費…面積が5㎡以上10㎡未満は1万5千円、10㎡以上は2万円
花壇の管理費…1団体の上限7千円(予算の範囲内で助成)

募集期間 11月30日(水)まで

フラワーマスター育成事業

▷フラワーマスター認定講習会受講に係る旅行費用等を支給します。

対 象 町民

補助金額 講習会受講旅費(実費分)

募集期間 11月30日(水)まで

空き缶拾い活動奨励事業

▷空き缶拾い活動に対して助成します。

対 象 団体(15人以上)

補助金額 年3千円以内

募集期間 11月30日(水)まで

個性的文化活動奨励事業

▷町内の団体、サークルなどが自主的・主体的に取り組む事業に対して補助します。

対 象 町民(10人以上)

補助金額 開放的で個性的な文化活動の初期投資経費として1回に限り上限3万円(予算の範囲内で助成)

募集期間 11月30日(水)まで

農業生産費高騰対策事業補助金

産業経済課 農業グループ ☎ 27-2419
JA とまこまい広域厚真支所 ☎ 27-2694

コロナ禍に起因した営農掛かり増し経費に対する支援を行います。

新型コロナウイルス感染症の拡大で、世界的に経済情勢が悪化し、原油価格の高騰に伴う生産資材の値上がりや、配合飼料価格の高止まりなどに加え、農産物の需要と価格も低迷し農業経営が大きな影響を受けているための支援策です。該当する経費がある方は、必ず期間内に申請をお願いします。

●対象世帯

令和2年時点で営農しており、令和4年以降も営農を継続する予定の方

●対象経費

令和2年分の確定申告時に申告した①～④の経費×7%

①肥料費 ②飼料費 ③諸材料費 ④動力光熱費

※7%は、コロナ禍に起因した農業生産費の高騰割合(農水省提示資料より算出)

※対象経費の上限額2,000万円

●補助額

対象経費の1/2以内(1,000円未満切り捨て)

※予算の関係で減額となる場合があります

●受付期間

5月13日(金)まで

●受付場所・時間

・役場産業経済課
・JA とまこまい広域厚真支所

※いずれも平日9時～17時

●必要書類等

- ・令和2年分所得税青色申告決算書または収支内訳書(白色)
- ・法人の場合は令和2年の決算書類(対象経費が分かるもの)
- ・印鑑(認印)
- ・通帳等(補助金の受取口座が分かるもの)

弁護士による無料法律相談会

総務課 総務人事グループ ☎ 27-2322

厚真町と安平町で、札幌弁護士会地域司法対策委員会による「無料法律相談会」を開催します。

開催日	開催場所	
	午 前 10時30分～12時	午 後 1時30分～3時
4月11日(月)	厚 真	早 来
4月25日(月)	追 分	厚 真
5月9日(月)	厚 真	早 来
5月23日(月)	早 来	上 厚 真
6月6日(月)	厚 真	追 分
6月20日(月)	早 来	厚 真
7月4日(月)	厚 真	早 来
7月19日(火)	追 分	上 厚 真
8月1日(月)	厚 真	早 来
8月15日(月)	早 来	厚 真
8月29日(月)	厚 真	追 分
9月12日(月)	早 来	厚 真
9月26日(月)	厚 真	早 来

○相談料は無料です

※実際に依頼する場合の弁護士費用は、相談弁護士にお問い合わせください。

○相談される場合は、事前に予約してください

※相談当日、直接会場にお越しいただいても、先約があってもお待ちいただく場合や受けられない場合もありますのでご了承ください。

会場のご案内

厚 真 ▷ 総合福祉センター
京町165-1

上厚真 ▷ 厚南会館
上厚真219-1

早 来 ▷ 安平町保健センター
安平町早来大町95

追 分 ▷ 安平町ぬくもりセンター
安平町追分中央1-40

住宅関係の補助制度

建設課 建築住宅グループ ☎ 27-2325

地震対策と地球温暖化防止のため住まいの整備にかかる費用の一部を補助します。

①既存住宅耐震改修費補助

補助金額	上限30万円
補助対象	昭和56年5月31日以前に着工した耐震性能評点1.0未満の住宅の耐震改修工事

②住宅太陽光発電システム設置補助 北海道が実施する共同購入事業の併用が可能です

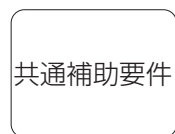
補助金額	設置工事費の30％ 【太陽光発電システムのみ設置の場合】 限度額30万円 【蓄電池設備を付加する場合】 限度額40万円 【太陽光発電システムと蓄電池両方を設置の場合】 限度額70万円
補助対象	発電余剰電力の売買契約ができる、または発電電力をすべて自家使用とする10kw未満の太陽光発電システムの設置、既存の太陽光発電システムに付加して蓄電池設備を設置、または 10kw未満の太陽光発電システムと蓄電池両方を設置する場合(未使用品に限る) ※令和4年4月1日以降の設置かつ令和4年度内に工事が完了し電力会社との電力需給が開始できるシステムであること

③ペレットストーブ等購入費補助

補助金額	【町内の商店から購入の場合】本体購入価格の2分の1(限度額15万円) 【町外の商店から購入の場合】本体購入価格の2分の1(限度額10万円)
補助対象	住宅に設置する木質ペレットやまき等を燃料として、本体材質が鋳鉄や中鋼板と同等かそれ以上の耐久性を有する暖房器具の購入

④住宅リフォーム推進補助

補助金額	リフォーム費用の5分の1 (①の工事と併用 限度額45万円)(②③の工事と併用 限度額30万円)
補助対象	上記①～③までの工事等と併せて実施する住宅の改修または模様替えの工事 ※住宅リフォームだけでは該当になりません ※併用する工事によって限度額が変わります



- 町税の滞納がない方
- 町内の住宅(併用住宅の場合住宅部分に限る)に施工・設置する場合に限ります。
- 募集期間は令和5年3月22日(水)まで。ただし、募集は予算の範囲内で行うため、先着順です。予算の範囲を超えた時点で補助事業は終了となります。

後期高齢者医療保険

住民課 町民生活グループ ☎ 26-7871

後期高齢者医療費の窓口負担割合が見直されます。

令和4年10月1日(土)から、後期高齢者(75歳以上の方と65歳～74歳で一定の障がいのある方)で一定以上の所得のある方は、現役並み所得者(窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。住民税非課税世帯の方は、基本的に1割負担です。

見直しの背景や、負担を抑える配慮措置についてのご質問などは、厚生労働省コールセンターなどにお問い合わせください。

●問い合わせ

厚生労働省コールセンター

☎0120-002-719 ※開設は5月31日(火)まで

北海道後期高齢者医療広域連合

☎011-290-5601

役場住民課 町民生活グループ

アパート建築費の補助制度

建設課 建築住宅グループ ☎ 27-2325

アパートの建設にかかる費用の一部を補助します。

●対象

新たに町内の市街化区域内に民間アパートを建設する方(法人・個人)

●補助額

1LDK…1戸当たり110万円

2LDK…1戸当たり130万円

3LDK以上…1戸当たり150万円

※1LDKと2LDK、3LDKの組み合わせで構成すること

※1棟当たり上限金額は960万円

※防犯対策を各戸に行う場合、1棟につき10万円を上限として増額

●受付期間

6月30日(木)まで

※複数の交付希望者がある場合は抽選により決定(町内在住の方を優先)

特定空き家解体費の補助

建設課 建築住宅グループ ☎ 27-2325

特定空き家の解体に係る経費の一部を補助します。

●対象

所有関係が明確な町内にある特定空き家を、所有者等が解体事業者に請け負わせて解体する工事

※特定空き家とは適切に管理されていない空き家で町長が認めたもの

●補助内容

補助内容は、現在整備中です。

詳細につきましては、5月以降にホームページなどでお知らせします。

●工事対象期間

令和5年3月31日(金)まで

空き家等利活用資金の助成・貸付

建設課 建築住宅グループ ☎ 27-2325

空き家住宅の取得、改修(改築含む)、宅地の取得に係る経費の助成または貸付を行います。

●対象 市街化調整区域と都市計画区域外にある空き家住宅を取得・改修などを行い10年以上居住する方

●対象
金融機関の融資を活用する方

●内容

(1)借入により発生する利息(保証料を除く)に対して1%を上限として10年間助成する
※500万円までの借入に発生する利子が対象(2)10年間居住した場合、借入額の2分の1を補助する
※補助額上限250万円
※(1)と(2)を合わせた助成の上限は借入額の2分の1●対象
やむを得ず金融機関の融資を受けられない方

●内容

(1)上限500万円とする融資を行う
※償還期間20年以内、貸付利子年0.5%(2)10年間居住した場合、借入額の2分の1の償還を免除する
※免除額上限250万円 空き家の適切な維持管理をお願いします

適切な維持管理が行われず放置されている空き家が原因で近隣や通行人に損害を与えた場合、その責任を問われることもあります。

北洋銀行との指定代理金融機関契約終了

会計室 ☎ 27-2434

町と北洋銀行との指定代理金融機関の契約が、3月31日付で終了しました。

4月1日以降、北洋銀行の窓口で納入通知書等の納付も可能ですが、その際には別途手数料がかかります。

納入通知書等に記載されている北洋銀行以外の金融機関の窓口をご利用いただくと、手数料はかからず納付することができます。

北洋銀行をご利用の皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

※印刷の都合上、納入通知書等に北洋銀行名が記載されている可能性があります。ご了承ください。

結婚新生活支援補助金

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

新婚世帯に新生活に伴う住宅の取得・家賃や引越に係る費用の一部を助成しています。

●対象世帯

次の要件をすべて満たす世帯

- ・令和4年1月1日～令和5年3月31日に婚姻届を提出し受理された世帯
- ・夫婦ともに婚姻日の年齢が39歳以下の世帯
- ・町内に住民票がある世帯
- ・新婚世帯の令和3年分の所得の合計が400万円未満の世帯(貸与型奨学金を返済している場合は、返済額を所得から控除した額)
- ・市町村民税等に滞納がない世帯
- ・過去にこの制度の補助を受けたことがない世帯

●対象経費

令和4年1月1日～令和5年3月31日に係る次の経費

- ・新規の住宅購入費用
- ・新規の住宅賃借費用(賃料、敷金、礼金、公益費、仲介手数料)
- ・結婚に伴う引越費用
- ・住宅のリフォーム費用

※住宅手当や引越手当などの支給がある場合、手当分については補助対象外

●助成額 上限30万円

●申込期限 令和5年3月31日(金)

※令和5年1月以降に手続きをされる場合は事前に連絡をお願いします。

●提出書類

- ・補助金申請書
- ・戸籍謄本または婚姻証明書
- ・夫婦の令和3年分の所得証明書
- ・世帯全員の納税証明書または滞納がないことを証明する書類
- ・売買または賃貸の場合は契約書
- ・領収書等支払金額のわかる書類
- ・住宅手当等支給証明書(対象者のみ)
- ・貸与型奨学金の返済額がわかる書類(対象者のみ)
- ・退職証明書(対象者のみ)

土地・家屋などの固定資産税評価額の縦覧

住民課 税務グループ ☎ 26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

固定資産税の納税者は他の土地や家屋の評価額と比較して自己の資産の評価額が適正かを確認するために令和4年度の土地・家屋価格等縦覧簿を見ることができます。

●縦覧期間

5月31日(火)まで

●縦覧場所

住民課 税務グループ

●縦覧できる方

固定資産税(土地・家屋)の納税者

●縦覧内容

町内の土地の所在地番、地目、地積、評価額、家屋の所在地番、種類、床面積、評価額など

●持ち物

本人確認書類(運転免許証、保険証など)
※代理人は、納税者の委任状を持参ください。

高齢者の安全運転を支援します

住民課 町民生活グループ ☎ 26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

安全運転サポートカー購入費用、ペダル踏み間違い急発進等抑制装置整備費用の一部を助成します。

●概要

交通事故防止のため、満70歳以上の高齢運転者を対象に、「衝突被害軽減ブレーキ」「ペダル踏み間違い急発進等抑制装置」を搭載する車両の購入費用や、車両の購入後に後付けで「ペダル踏み間違い急発進等抑制装置」の整備費用の一部を助成します。

●補助対象者

①町内に住所を有し、令和5年3月31日現在で満70歳以上の方(令和3年4月1日から令和4年3月31日までに補助対象となる車両を購入した場合は、今年3月31日現在で満70歳の方)

②自動車運転免許証を保有している方

③町税などを滞納していない方

※過去に同補助金の交付を受けた方は対象外

●補助対象の車両

①自ら使用する自己所有の車両

②今年4月1日以降に新規登録された車両(中古車含む)および車両所有後に後付けで装置を整備した車両

●補助金額

導入経費(実費額)から国の補助金を差し引いた金額が対象

①車両導入補助 上限3万円

※衝突被害軽減ブレーキまたはペダル踏み間違い急発進等抑制装置搭載車を購入した場合

②後付け装置導入補助 上限3万円

※後付けでペダル踏み間違い急発進等抑制装置を整備した場合

※1人につき①か②のいずれか1台(回)限り

③補助申請代行手数料補助 5,000円

※国などの補助申請を自動車販売店などが代行した場合の手数料

●必要書類

- ・補助金交付申請書(住民課で配布)
- ・調査等同意書(住民課で配布)
- ・補助金請求書(住民課で配布)
- ・領収書の写し
- ・自動車検査証の写し
- ・自動車運転免許証の写し
- ・振り込み口座情報が分かる書類(通帳などの写し)

●申請期限

令和5年3月31日(金)まで

地域介護予防活動支援事業補助金

住民課 福祉グループ ☎ 26-7872
(総合ケアセンターゆくり内)

高齢者等の社会的孤立の解消、心身の健康保持、要介護状態の予防、地域の支えあい体制を推進します。

●補助対象団体

住民組織、NPO法人、ボランティア団体

●補助対象事業

団体等が高齢者を対象とする自主的な通いの場に資する地域介護予防活動であり、次に掲げるすべての要件を満たすもの

①交付対象活動が次のいずれかに該当すること

ア：運動機能の向上に資する活動

イ：口腔機能の向上に資する活動

ウ：認知機能の低下予防に資する活動

エ：栄養改善に資する活動

オ：その他介護予防に関し、町長が適当と認めた活動

②1回当たりの実施時間がおおむね1時間以上で月2回以上実施すること

③平均参加者数が5人以上であること

④交付対象活動を3カ月以上継続して実施すること

⑤参加者は町内に住所を有するおおむね65歳以上方で構成されていること

●交付対象経費

- ・講師謝金
- ・光熱費
- ・会場借上料
- ・介護予防機器器具の賃借料など

●補助金額

上限12万円

●申請期限

令和5年3月31日(金)まで

厚真町 ローカルベンチャー等 推進事業 について

厚真町では、平成28年から「ローカルベンチャー等推進事業」に取り組んでいます。厚真町での「挑戦」の数を増やし、町内外からの挑戦の連鎖を起すことを目指しています。

先月号でご紹介したとおり、本事業は「ローカルベンチャースクール運営事業」「関係人口創出事業」「基盤整備事業」「情報発信事業」の4事業から構成されています。

今回は、本事業の中心的取り組みであるローカルベンチャースクールについて紹介します。

起業型地域おこし協力隊の選考の場

厚真町で活動する地域おこし協力隊は、4つの形があります。

- ①農業支援員 ▼町内で新規就農を目指す
- ②教育魅力化支援員 ▼教育事業の魅力化を担う
- ③協働型 ※ ▼町内の事業者と共に新事業の創出や自立化を目指す
- ④起業型 ▼町内で起業を目指す
(※企業研修型から名称変更)

ローカルベンチャースクールは、厚真町で起業に挑戦する人材を募り、「起業型地域おこし協力隊」の選考を行います。事業プランに加え挑戦者の「本気と覚悟」を問うプログラムです。

厚真町内で行われる2泊3日の1次選考合宿(11月上旬)と、最終審査会(12月上旬)の通過者が翌4月に起業型地域おこし協力隊として着任します。

事業プランを磨き上げる

1次選考合宿では、参加者は最初に自らの事業プランをプレゼンテーションした後、質疑応答を行います。

続いて事業経験や知識が豊富でさま

ローカルベンチャースクールとは

さまざまな経験を積んだ「メンター(助言者)」と呼ばれる人たちと、事業内容・計画に関して個別面談(ローカルベンチャースクールでは「メンタリング」と呼んでいます)が行われます。参加者は合宿期間中に延べ10人ほどのメンタリングを5時間程度経験します。メンター一人ひとりがそれぞれの知見から参加者のために伝える言葉は、さまざまな角度から投げかけられるため、参加者にとって簡単に飲み込むことができないことも多く、「頭が真っ白になった」と話す人もいます。



講義を聴く参加者たち

これらの面談に加えて「地域で活動するプレイヤーとしての心構え」、「より良いプレゼンテーションにするためのコツ」、「事業計画の考え方」といった「地域で起業していくために必要なこと」の講義も行われます。

自らのプランの言語化・明確化、メンターからの思考のかき混ぜ、講義による知識の吸収。これらを短期間に集中的に行うことで参加者の意識は変わっていきます。そして最終日、あらためてプレゼンテーションを行い、審査が行われ1次通過者が決定します。

厚真町で実現するために

1次選考合宿から最終審査会まで1カ月ほどの時間を設けています。参加者の多くは厚真町外在住者のため、合宿参加の時点では、まだ厚真町を訪れた回数も少なく、厚真町のことを正確に把握できていないことがあります。そのため、合宿時点での計画は「厚真町でこのようにできるのではないかな」との仮説が大きく混在しています。この仮説を「厚真町できつとできる」と確信できるように、必要に応じてあらためて厚真町に足を運び、人に会い、厚真町の情報を集め、計画に織り込ん

でいく期間としています。また、メンターも、参加者の仮説の整理および適切な人や情報にアクセスできるように、1次通過者を支援します。

事業プランを発表

候補者は、このように事業計画を磨いた後に「この事業を厚真町でやりたい!」という思いを胸に秘め、最終審査会のプレゼンテーションに臨みます。

最終審査会は、プレゼンテーションのみが行われる一発勝負で真剣勝負の場。試験を乗り越えると、ローカルベンチャースクールの通過者に選定され、春から厚真町で活動を始めます。

ローカルベンチャースクールを通じて、平成28年から12人の起業型地域おこし協力隊を受け入れました。令和3年度は新たに2人が通過し、4月から活動を開始しています。地域おこし協力隊は、今後とも広報紙で紹介します。町民の皆さんご支援をお願いします。



ローカルベンチャースクールの参加者たち

町内の方の参加も大歓迎です

ローカルベンチャースクールは、町内の方も事業計画を練る場として活用しています。現在、放課後子ども教室などで活動する上道と恵さん(上厚真)は、「今後の事業展開について考えてい」と、令和2年のローカルベンチャースクールに参加しました。

新たな事業アイデアを形にする際に違う角度と見識から意見をもらう機会は貴重で、「発表する」ことを通じて自分自身の思いや構想を明確に言語化する機会となります。新事業を立ち上げたいなど、アイデアをお持ちの方は、ローカルベンチャースクールの場をぜひご活用ください。



ローカルベンチャースクールで事業プランを発表する上道さん

活動報告会を開催しました

総合福祉センターの大集会室で3月4日、地域おこし協力隊・地域活性化起業人(※)の活動報告会が開かれ、総勢24組が日ごろの活動を発表しました。

新規事業計画を着実に進めている起業型の協力隊や農業で栽培技術などを習得している農業支援員たちが、1人15分の持ち時間を使い、近況報告や課題、将来展望などについて発表しました。

このうち、この春、農家として独立する農業支援員は、イチゴの高設栽培などを紹介。「あつまイチゴ」などの栽培や直売、学校給食への提供など、今後の抱負を示しました。司会者から、協力隊としての3年間の感想を尋ねられると「町民に助けていただき今があります。厚真町は、大人になって友人がたくさんできたすてきな町」と話し、人に魅力を感じると即答。他の発表者も含め会場から応援や激励の拍手が送られていました。

(※)都市部の企業に所属しながら自治体に派遣され、地域の活性化につながる事業を企画・実施する人材



温かい雰囲気の中で地域おこし協力隊の活動報告を聴く参加者

町では、災害情報や町からのお知らせが放送される「防災行政無線」を無償貸与しています。

「もしものとき」は明日かもしれない 問い合わせ 総務課 防災グループ ☎ 27-2481

防災のページ ハザードマップが新しくなります



新しく「厚真町総合防災マップ」を作成しました。
北海道による町内すべての土砂災害危険箇所の基礎調査が終了し、新たに土砂災害警戒区域が指定されました。また、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震に伴う太平洋沿岸の津波浸水想定が公表され、津波災害警戒区域が指定されました。これを機に、厚真町のハザードマップを全面的に見直しました。

ご自宅の災害種別に応じた危険性や避難場所・避難経路の確認、災害情報の収集、避難のタイミング、自分で行う災害への備えと心構えなどに活用していただき、今後の災害に備えてください。

「見やすく・わかりやすく」を心がけ、B4版の冊子にまとめました。また、冊子にはポスターサイズの洪水・土砂災害ハザードマップと津波ハザードマップも同封しています。

ご家庭の壁などに貼って、日ごろから防災意識の向上に役立ててください。

掲載している内容

- ・災害時の警戒レベルを用いた避難情報について
- ・避難する際の避難先の検討や心構え
- ・ご家庭での備蓄品や非常持ち出し品など
- ・災害種別ごとの避難場所または避難所
- ・土砂災害の種類や避難行動のポイント
- ・洪水・浸水害時の避難行動のポイント
- ・樽前山の火山災害・降灰（火山灰）の影響
- ・地震災害から身を守るポイント
- ・津波の特性と避難行動のポイント
- ・厚真町の過去の災害
- ・洪水・土砂災害ハザードマップ
- ・津波ハザードマップ
- ・地震のゆれやすさマップ
- ・樽前山の降灰予測図 など

4月から配付を開始しました。

厚真町総合防災マップは、自治会に加入する町内すべての世帯へ配布します。自治会の未加入世帯は、役場、総合ケアセンターゆくり、厚南会館で入手可能です。
ハザードマップの見方など、質問や問い合わせは、総務課防災グループまでご連絡ください。



重要な変更点

新たな災害想定による見直しにより、**指定緊急避難場所と指定避難所が変わっています。**

厚真町総合防災マップで、必ず避難できる場所を確認しておきましょう。

例えば…

総合福祉センターは、避難所にはなりません。大規模災害時等に、町民の皆さんへの公的支援を迅速かつ適切に行うため、防災関係機関との災害対応活動拠点として使用します。

議会

令和4年第1回定例会

令和4年第1回町議会定例会が、3月8日から16日まで9日間の会期で開かれました。

審議されたのは、令和4年度各会計予算など議案37件、報告5件、承認1件で、いずれも原案どおり可決・承認されました。また、決議案2件が提出され、原案は可決されました。

承認

◆専決処分の承認 令和3年度厚真町一般会計補正予算（第16号）

令和3年度厚真町一般会計予算は、歳入、歳出にそれぞれ4290万円を追加し、総額は107億5808万9000円となりました。

【追加】農業費：270万円、道路橋りょう費：2500万円、住宅費：1520万円

議案

◆令和4年度厚真町各会計予算

令和4年度厚真町各会計予算の総額は、106億4800万円となりました。前年度当初予算額と比べ、5億6670万円（△5・1％）の減です。

一般会計では、エネルギー地産地消事業、住宅建設費、宅地耐震化推進事業などの減額（△6億5500万円）が主な要因です。

◆令和3年度厚真町一般会計補正予算（第17号）

令和3年度厚真町一般会計補正予算は歳入、歳出それぞれ5億2805万

円が減額され、総額で102億3003万9000円になりました。
◆令和3年度厚真町一般会計補正予算（第18号）
令和3年度厚真町一般会計補正予算は歳入、歳出にそれぞれ2730万円を追加し、総額で102億5733万9000円になりました。
【追加】土木費：2730万円

報告

◆専決処分の報告（平成30年災第62号準用河川ウクル川災害復旧工事請負契約の変更）

◆所管事務調査（各常任委員会）

◆委員会調査報告（北海道胆振東部地震復興特別委員会、新庁舎周辺等整備調査検討特別委員会）

◆産業建設常任委員会付託事件審査報告

◆現金出納例月検査の結果報告

決議

◆厚真町庁舎周辺等整備基本構想・基本計画（素案）に対する決議

◆ロシアによるウクライナ侵攻に抗議する決議

行政報告

▼暴風雪による農業被害について

2月21日から22日にかけて、発達した低気圧と強い冬の気圧配置の影響による大雪と暴風により、農業用施設が損壊する被害が発生しました。

ビニールハウスでは、暴風による被覆ビニールの破損、堆積した雪の重みによる倒潰、パイプの変形や歪みが発生し、格納庫や堆肥舎などの農作業関連施設においても、屋根の損壊などの被害が発生しました。

2月25日にかけて、町とJAにより現地被害調査を行うとともに、農事組合に調査を依頼したところ、園芸作物用ビニールハウスの損壊8戸17棟、格納庫などの農作業用施設では16戸18棟、地域の共同利用施設1棟の被害が確認されました。被害額は、総額で2400万円程度と見込んでいます。

▼こども園で発生した新型コロナウイルス集団感染の状況について

2月24日、体調不良により欠席した3歳以上児1人が医療機関における抗原検査の結果、陽性が確認されました。北海道の基準に従い、発症日の2日前に登園し、当該園児と接触した可能性の高い3歳以上児26人、職員6人にPCR検査を実施。さらに25日、最初に陽性確認された3歳以上児の兄弟にあたる3歳未満児の陽性が医療機関で確認され、3歳未満児で当該園児と接触した可能性の高い園児16人、職員6人にPCR検査を実施しました。検査の結果、2月26日に3歳以上児2人、27日に3歳未満児1人の陽性が新たに確認され、感染者数が累計5人となったことから集団感染となりました。

検査結果を受け、最終開園日である2月25日の翌日から起算してオミクロン株の潜伏期間とされている5日間経過後の3月2日から開園しています。

▼町内の社会福祉施設で発生した新型コロナウイルス集団感染の状況について

1月17日に職員1人の感染が確認された以降、28日に集団感染と認定され、北海道により支援対策連絡本部が設置されました。

保健所の指導を受けながら対策を講じましたが、職員23人、利用者29人の累計52人に上る感染者が確認されてい

ます。3月6日時点での回復者数は、職員23人、利用者24人の計47人で園内全ての職員及び利用者が回復され集団感染は収束しています。入院者数は3人で、新型コロナウイルス感染後及び回復後の予後の体調変化で亡くなられた方もいます。社会福祉施設と協力をしながら感染予防を支援します。

▼新型コロナウイルスの追加接種及び5歳から11歳の初回接種について

追加接種（3回目）は、18歳以上の初回接種を完了した方が対象となり、2月上旬から医療従事者、町内の介護福祉施設入居者、通所介護利用者及び施設従事者に接種し、2月24日から高齢者の集団接種を開始しています。3月3日時点で、対象者数3400人に対し、接種券発行済み者数3352人、予約者数2731人（予約率81・4％）、医療従事者、介護施設従事者、町内施設入所者等接種済者数299人、町内集団接種会場での接種済者数784人（接種率31・9％）。高齢者の接種がおおむね終了した時点で18歳から64歳の方の接種へ移行し、集団接種は4月下旬までに終了する予定です。個別接種は5月中旬からあつまクリニックで開始できるよう体制を整備しています。

5歳から11歳の初回（1・2回目）接種は、接種を希望する方が速やかに接種できるよう、4月中旬に1回目、5月上旬に2回目の接種を集団接種で実施する予定です。5歳から11歳の個別接種は、ワクチンの供給状況をみながら、6月以降、あつまクリニック及び苫小牧市内の医療機関でも接種できる体制を整備する予定です。

上厚真小5年生の「上小弁当」 売上金を全額町に寄付



弁当を販売する児童たち

上厚真小学校の5年生21人が2月17日、青少年センター2階ロビーで特産品を使った40個限定の「上小弁当」を販売し、駆けつけた町民が列を作り10分足らずで完売しました。

弁当のメニューは、5年生が1年かけた職業体験授業を通じて、自分たちで育て収穫した米や訪問先の農産物などを基に考えました。町内の飲食店の協力で、シイタケの炊き込みご飯やハスカップの福神漬け、ブロッコリーのサラダなどが盛り付けられ、箸も町内の木を使ったこだわり弁当です。弁当には、職業体験の感想などをまとめた手作りのチラシも添えました。

販売を終えた児童の代表5人は、町長を訪ねて売上金を全額寄付。児童は「職業体験を基にメニューを考えました。皆さんの協力のおかげで、おいしいお弁当ができました」と話すと、宮坂町長は「食べるのが楽しみです。寄付金は、町の活性化や子育ての充実に活用します」と感謝しました。

地域おこし協力隊 辻業結子さんに委嘱状交付



委嘱状を手にする辻さん(中央)

町は3月1日、企業研修型地域おこし協力隊の辻業結子さんに委嘱状を交付しました。

辻さんは、京極町出身で札幌市内の大学を卒業後に民間企業に就職。教育事業に関心があり、学生時代の恩師から4月に町内で学習塾を開業することを聞いて転身を決めました。小・中・高生向けの受験指導や高校生や社会人向けなどの資格試験対策などに携わります。辻さんは「生徒の成績向上だけではなく、より多く子どもたちに主体的な学びの方法を伝えたい」と協力隊としての抱負を話しました。

日西善博さんが 北海道産業貢献賞を受賞

斉藤仁さんが 北海道農業士に認定



表彰状を手にする日西さんと認定証を持つ斉藤さん

令和3年度の北海道産業貢献賞（農業共済組合功労）に元いぶり農業共済組合の組合長理事などを務めた表町の日西善博さん、北海道農業士に軽舞の斉藤仁さんが認定され、胆振総合振興局の谷内浩史局長が3月2日、町長室で北海道知事の表彰状と認定証を手渡しました。

日西さんは、同共済組合の理事、組合長理事として畑作物共済危険段階別共済掛金率を取り入れるなど、補償機能の充実に尽力。道南、日高管内を主とする5農業共済組合の合併実現にも寄与し、合併後はみなみ北海道農業共済組合の副組合長理事として広域組合の効率的な執行体制を構築。胆振東部地震発生時には、共済金の早期支払いに尽力するなど地域農業の振興や復興への貢献が評価されました。

斉藤さんは、JAとまこまい広域青年部厚真支部長など役員を歴任し、若手農業者のリーダーとして青年層の経営能力の向上と異業種交流に貢献。軽舞農事組合長として、米の生産の目安などの作付面積の調整に尽力し、町農業委員としても農地の利用調整と適正利用に取り組んでいます。

厚真町地域おこし協力隊

企業研修型協力隊
近藤 一郎さん
（こんどう いちろう）

着任▽令和3年12月（1年目）
出身地▽青森県八戸市



これまでの経験について教えてください。
八戸市内の大学を卒業後、地元の水産会社に入社して社会人経験を積んだのち、とある縁をきっかけに、えりも町へ移住しました。

水産会社での経験や趣味のサーフィンを通じて漁業に興味を抱き、漁師になりました。地域の漁業や産業を活性化したいという思いから、えりも町議会議員に立候補しました。当選を果たし、議員として活動しました。

その後、地域振興についてさらなる学びの場を求め、社会人枠で北海道大学公共政策大学院に入学しました。

厚真町に来るきっかけを教えてください。

地域振興について学んでいくなかで、厚真町の事例を見聞きすることも多く、先輩方から「厚真町を盛り上げよう」と誘いを受けたことがきっかけになりました。サーフィンをするために厚真町へは何度も訪れていましたので、厚真町から北海道のサーフィンを活気づけたいという思いもあり移住を決めました。
現在はどういう活動をされていますか？

町内の株式会社伝平さんの畑という会社で厚真町産メークインの「あつまいも」

を世間に広めるため、マーケティング活動などを行っています。
どのような会社ですか？

厚真町の人々が誇れる商品を作りたいという強い思いから令和2年5月に設立した会社です。厚真町産メークイン「あつまいも」を氷室で熟成することで最高糖度12度まで達したものを「氷室熟成あつまいも夢のスクープ」というスイーツにして販売を開始しました。厚真町のお土産として広めていきたいです。

厚真町の印象を教えてください。

冬の寒さが厳しいですが、空気がよくてお米がおいしいです。移住者に寛容な風土があり、人が優しく住みやすいまちです。

3年後の抱負は？

「あつまいも」を一人でも多くの方に食べていただきたいです。「あつまいも」をコロッケなどに加工して商品化、販売することを目指しています。サーフィンを軸にしたまちづくりも推進していきたいです。イベントを実施するなど、みんながハッピーになるまちづくりに貢献していきたいです。

ゴールデンウィークのご収集について

4月29日(金)～30日(土)
5月3日(火)～5日(木)

左記の期間はごみ収集を休みます。

自己搬入の受け付けも行いませんので、ご協力をお願いします。
詳しくは、家庭ごみ収集カレンダーを参照ください。

安平・厚真行政事務組合 ☎22-3151 住民課 町民生活グループ ☎26-7871 (総合ケアセンターゆくり内)

まちの アイドル

3歳以下のお子さんの写真を募集しています。住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、両親の氏名(ふりがな)、電話番号を明記の上、まちづくり推進課企画調整グループへ。 (メール)kikaku@town.atsuma.lg.jp



いたがき さくくん(3)



えんどう ゆうまくん(3)



たかはし まおちゃん(3)



Vol.268

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



学校の取り組みをご覧ください。
厚真高校ホームページ
<http://www.atsuma.hokkaido-c.ed.jp/>

◆人事異動（4月1日付）

【転入】

- ・教頭 我孫子達也（恵庭南高校へ）
- ・教諭 佐々木寛人（苫小牧南高校へ）
- ・養護教諭 岡田菜摘（釧路湖陵高校へ）
- ・主任主事 菅野紀幸（留萌高校へ再任用）
- 【転入】 小林幸春（登別青嶺高校より再任用）
- ・教諭 伊藤隆一（有朋高校より再任用）
- ・教諭 石岡紀史（恵庭北高校より再任用）

【退職（3月31日）】

- ・教諭 池田優
- ・教諭 早坂忠弘（厚真高校へ再任用）
- ◆令和4年度 学校体制
- ▽校長 清水美由紀▽教頭 佐々木務行（昇任）▽教諭 鎌田裕之（地歴・公民科／生徒・進路部長、黒田さとみ（家庭科／教務環境部長）、大川和彦（保健体育科／2年担任）、嘉野佐知子（理科／1年担任）、石畝美央（国語科／3年担任）、早坂忠弘（商業・情報科／3年副担任）、小林幸春（数学科／1年副担任）、伊藤隆一（数学科／2年副担任）、石岡紀史（英語科／進路指導主事）、▽養護教諭 金山和歌（1年付）▽事務長 杉原千寿

■入学式（4月8日）

入学式では、新入生を迎え入れることができました。入学許可の呼名では、新入生一人ひとりの返事や表情から、高校生活への期待や決意が感じられました。清水美由紀校長から式辞、遠藤秀明教育長から祝辞がありました。
「ちいさくて あったかい 厚真高校」を目指して、今年度も多くの取り組みをする予定です。ご支援とご協力をお願いいたします。

短歌

あつま文芸友の会発行「文芸あつま第二十五号」から抜粋

遠くより重機の音の響き来て車に乗りて見回りにゆく
見上ぐれば空に浮びし白い月コロナ禍の中渡り鳥行く
友達が届けてくれし大根を豚バラと煮て今朝の食卓

本郷 矢部慧子
本郷 武田弘子
本郷 本田博子

成年年齢が引下げられました

4月から成年年齢が18歳に引き下げられました。これに伴い、若者がひとりで取引を行う機会が増えること等による消費者トラブルに巻き込まれる危険性の増大が懸念されています。消費者トラブルに巻き込まれないよう、デジタルリテラシーだけでなく消費者としての知識を身につけましょう。

◆「インターネットトラブル事例集」（総務省）



https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/trouble/

◆「東京リベンジャーズ」による「18歳までに正しく知っておきたい知識」（政府広報）



https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/seinen_18/#

「おかしいな」「困った」「だまされた」と思ったら
迷わず、すぐに相談しましょう！



消費者ホットライン188または最寄りの警察署へ
※最寄りの消費生活相談窓口へご案内します

町職員の 人事異動

4月1日付で町部局等の
人事異動が発令されました
※（ ）内は前職

厚真町人事

◆異動

- ・まちづくり推進課参事の兼務を解く▼大坪秀幸（地方創生復興担当理事）
- ・総務課防災担当参事（兼）上厚真支所長▼吉田良行（防災担当理事（兼）総務課長（兼）選挙管理委員会書記長）
- ・総務課長（兼）選挙管理委員会書記長▼佐藤大輔（産業経済課参事）
- ・総務課財政担当参事▼中田倫子（会計室会計管理者）
- ・まちづくり推進課長▼宮下桂（生涯学習課参事）
- ・まちづくり推進課復興推進担当参事▼小山敏史（まちづくり推進課復興推進グループ主幹）
- ・住民課長（兼）総合福祉センター長▼藤岡隆志（まちづくり推進課長）

- ・住民課税務町民生活担当参事（兼）総合ケアセンター長
- ▼阿部雄史（総務課財政グループ主幹）
- ・住民課健康推進担当参事▼宮本幸世（住民課参事）
- ・産業経済課農業担当参事（兼）農業担い手育成センター長（兼）農業委員会事務局長▼中村信宏（住民課参事）
- ・産業経済課農業農村整備担当参事▼中井徹（産業経済課参事）
- ・産業経済課林業水産担当参事▼斎藤雪美（産業経済課参事）
- ・産業経済課森林再生推進担当参事▼廣永将富（北海道から派遣）
- ・建設課土木担当参事▼伊藤文彦（建設課参事）
- ・建設課建築住宅担当参事▼森本雅彦（建設課参事）
- ・会計室会計管理者▼渡辺誠（農業委員会事務局主幹）
- ・まちづくり推進課復興推進グループ主幹（グループリーダー）▼江川泰弘（建設課建築住宅グループ主幹）
- ・住民課税務グループ主幹（グループリーダー）（再任用）▼青木雅人
- ・産業経済課林業水産グループ主幹（グループリーダー）（兼）森林再生推進グループ主幹▼渡辺洋平（産業経済課林業水産グループ主幹）
- ・産業経済課森林再生推進グループ主幹（グループリーダー）
- ・産業経済課林業水産グループ主幹（兼）森林再生推進グループ主幹▼田中咲詠子（議会事務局主査）
- ・建設課土木グループ主査▼

- 今多智子（生涯学習課社会教育グループ主査）
- ・総務課財政グループ主任▼大川琢哉（建設課都市計画グループ主任）
- ・まちづくり推進課復興推進グループ主任▼藤原めぐみ（北海道から派遣）
- ・住民課子育て支援グループ主任（こども園つみき）▼蹴場望（住民課子育て支援グループ主任（宮の森こども園））
- ・産業経済課林業水産グループ主事▼三上勇（産業経済課農業グループ主事）
- ・農業委員会主事▼奥井宜哉（建設課上下水道グループ主事）
- ◆新規採用
- ・建設課土木グループ主事▼坪井勇大
- ・建設課上下水道グループ主事▼曽根良介
- ◆異動
- ・生涯学習課学校教育担当参事兼学校給食センター長▼中村真吾（生涯学習課学校教育グループ主幹）
- ・生涯学習課長（兼）青少年センター長（兼）創作館館長（兼）公民館館長（兼）スポーツセンターおよびあつまスタードームセンター長▼奥

教育委員会人事

- 村与志照（住民課税務グループ主幹）
- ・生涯学習課学校教育グループ主幹（グループリーダー）▼金澤令仁（生涯学習課学校教育グループ主幹）
- ・生涯学習課学校教育グループ主査▼今野果倫（建設課建築住宅グループ主任）
- ・学校給食センター主査▼佐藤里実（学校給食センター主任）
- ◆新規採用
- ・生涯学習課社会教育グループ主事▼藤井美聖
- ◆退職（3月18日付）
- ▼宮野聖重（総務課総務人事グループ主事）
- ◆退職（3月31日付）
- ▼高安正（総務課参事）
- ▼富田美範（上厚真支所長）
- ▼木戸知二（社会福祉協議会事務局長、公益法人等派遣）
- ▼伊藤卓（建設課土木グループ主査）
- ▼斉藤萌（住民課子育て支援グループ主事）
- ▼森本雄介（まちづくり推進課復興推進グループ主査、北海道から派遣）
- ▼陶山和範（産業経済課林業水産グループ主査、北海道から派遣）



新型コロナワクチン接種

町に転入された方へ

- ・転入された方は、以前にお住まいの市町村から発行された接種券は使用できません。
- ・申請することで、町から接種券を発行します。
- ・転入前の接種履歴を確認するため、接種済証と本人確認書類を持参の上、住民課健康推進グループ窓口で申請してください。

小児(5歳以上11歳以下)の方へ

- ・新型コロナワクチンの小児への接種は、標準的には3週の間隔をおいて2回接種します。
- ・4月21日(木)に1回目、5月12日(木)に2回目の集団接種を実施します。
- ・詳しい内容は3月下旬に発送した接種券と同封の案内文書でご確認ください。

北海道ワクチンセンター(札幌市)

追加接種(3回目接種)が受けられる「北海道ワクチンセンター」(札幌市厚別区)の開設期間が延長されました。
※開設期間：4月9日(土)～5月29日(日)の土曜日・日曜日・祝日(5月3日(火・祝)を除く、計19日間)
※詳しくは北海道のホームページをご覧ください。

こころの相談



本人やご家族の
こころの健康について
臨床心理士が相談に応じます。

と き	4月22日(金)、5月20日(金) 10時～15時(1人あたり50分程度)
ところ	総合ケアセンターゆくり
申し込み	相談日の1週間前までに住民課 健康推進グループにお申し込みください。

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
新型コロナウイルス感染症対策におけるこころの健康相談	保健師・精神保健福祉士などへの相談(面接・電話)	平日8時45分～17時30分	苫小牧保健所 ☎0144-34-4168
医療相談	保健・医療・福祉などの相談		
女性の健康相談	妊娠、出産、子育てなど女性の心身の相談	5月19日(金)	
肝炎ウイルス検査	感染が疑われる方は無料(要事前確認)	5月10日(火)	
骨髄バンク登録	登録の基準があります	5月10日(火)、24日(火)	
HTLV-1抗体検査	検査日の20日前までに予約してください	5月24日(火)	エイズ専用電話 ☎0144-35-7474
HIV検査(エイズ相談)	無料、匿名検査(要事前確認)	5月10日(火)、24日(火)	

5月の日曜・祝日当番医 診療時間：9時～17時

日程	区分	病 院 名	住 所(苫小牧市)	電話(0144)
1日(日)	内科系	苫都病院	若草町5-10-21	34-2135
	外科系	勤医協苫小牧病院	見山町1-8-23	72-3151
3日(火祝)	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	光洋いきいきクリニック	光洋町1-16-16	71-2700
4日(水祝)	内科系	稲岡内科小児科	北光町2-7-10	72-5141
	外科系	苫小牧東部脳神経外科	北栄町2-27-27	53-5000
5日(木祝)	内科系	たかぎ内科・循環器内科	北栄町1-22-33	53-7700
	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
8日(日)	内科系	苫小牧東病院	明野新町5-1-30	55-8811
	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
15日(日)	内科系	苫小牧呼吸器内科クリニック	双葉町3-7-3	35-0002
	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
22日(日)	内科系	加藤胃腸科内科クリニック	緑町2-5-20	35-2125
	外科系	アーク整形ペインクリニック	ときわ町3-15-34	68-6111
29日(日)	内科系	吉川医院	表町5-2-3	34-4565
	外科系	みらい整形ペインクリニック	北栄町1-22-43	53-7100

※医療機関が変更になる場合があります。病院や新聞などで事前に確認してください。

苫小牧市夜間休日急病センター

夜間・休日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
診療時間	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・検診・教室など

1歳6カ月児健診		乳児健診	
対 象	令和2年9月10日～令和2年11月18日生まれのお子さんと保護者	対 象	①令和3年11月10日～令和4年2月25日生まれのお子さん(生後3～6カ月児)と保護者 ②令和3年5月10日～令和3年8月25日生まれのお子さん(生後9～12カ月児)と保護者
と き	5月18日(水)	と き	5月25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
受 付	個別にご案内します	受 付	個別にご案内します
持 ち 物	母子健康手帳、歯の健康ノート、バスタオル、アンケート、歯ブラシ	持 ち 物	母子健康手帳、バスタオル、アンケート(①のみ)、歯ブラシ(②のみ)

予防接種

接種できる日	未 就 学 児 毎週水曜日 14時～15時(この時間は一般診療休み) 小学生～19歳 毎週月・金曜日 9時～12時、14時～17時 毎週水曜日 9時～12時、15時～17時	予防接種 専用サイト 
予 約	あつまクリニック ☎27-2422 京町15	
受付・接種場所	前の週の金曜日までに予約が必要です(予約受付時間：9時～12時、15時～17時)	
持 ち 物	母子健康手帳、予診票	

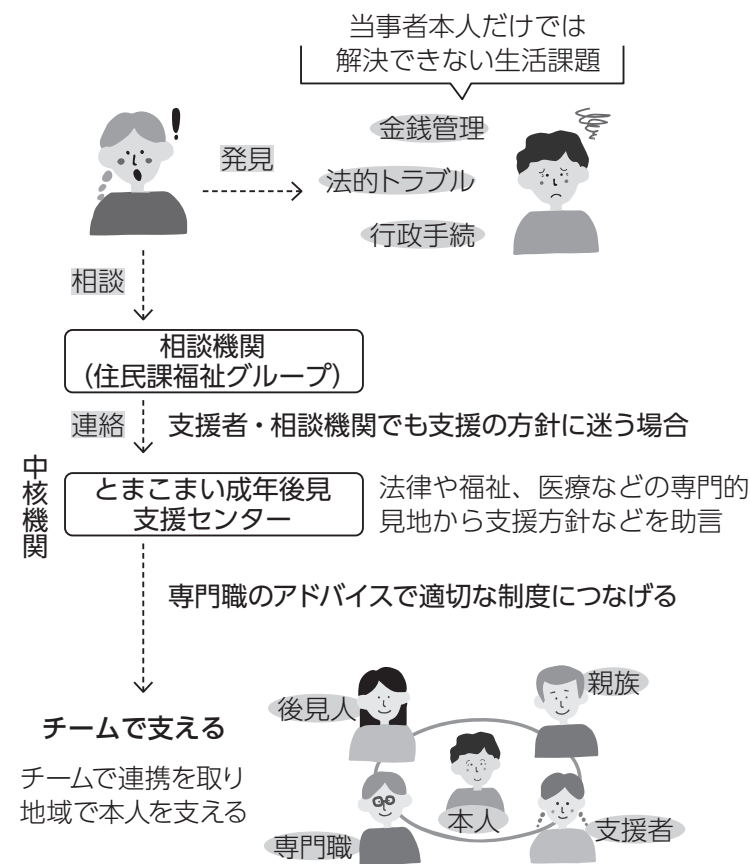
- ◎予約時は、予防接種専用サイトで接種対象であるかどうかを確認してください。
専用サイトと母子手帳の接種履歴に相違がある場合などは、住民課健康推進グループ(保健師)までご連絡ください。

ワ ク チ ン	対 象 者	標 準 的 な 接 種 期 間 と 回 数
B 型 肝 炎	生後2カ月～1歳未満	(初回)27日以上あけて2回 (追加)1回目終了後から20週以上あけて1回
ロ タ ウ ィ ル ス	生後6～24週未満	27日以上あけて2回
ヒ ブ	生後2～60カ月未満	(初回)生後2～7カ月未満(27日以上あけて3回) (追加)初回後7～13カ月あけて1回
小 児 肺 炎 球 菌	生後2～60カ月未満	(初回)生後2～7カ月未満(27日以上あけて3回) (追加)生後12～15カ月未満(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)	生後3～90カ月未満	(初回)生後3～12カ月未満に20～56日あけて3回 (追加)初回後12～18カ月あけて1回
二 種 混 合 (ジフテリア・破傷風)	11～13歳未満	1回
B C G	生後5カ月～1歳未満	生後5～8カ月未満に1回
M R 混 合 (麻しん・風しん)	①生後12～24カ月まで ②平成28年4月2日～平成29年4月1日 生まれ(小学校就学前の1年間)	①、②ともに1回
水 痘 (水ぼうそう)	生後12～36カ月未満 ※すでに罹患済みの場合は対象外	(初回)生後12～15カ月未満に1回 (追加)初回後6～12カ月あけて1回
おたふくかぜ(任意)	1～3歳未満 ※任意ですが町独自の助成により初回1回のみ無料 ※すでに罹患済みの場合は対象外	1歳以上で1～2回
日 本 脳 炎 (※)	(1期)生後6カ月～7歳6カ月未満 (2期)9～13歳未満 ※特例対象者は20歳未満まで接種可	(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
H P V (4 価) (ヒトパピローマウイルス)	小学校6年生～高校1年生相当の女子	中学1年生で3回 (2回目)2カ月あけて2回 (3回目)1回目から6カ月以上あけて1回

設置されました 成年後見制度中核機関

住民課 福祉グループ
(総合ケアセンターゆくり内)
☎26-7872

4月1日から苫小牧市、安平町、むかわ町と広域連携した権利擁護支援の中核機関「とまこまい成年後見支援センター」(苫小牧市社会福祉協議会内)が設置されました。同センターは、認知症や障害があっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、本人や家族、後見人、支援関係者をサポートし、成年後見制度の利用相談や支援を行います。



とまこまい成年後見支援センターの具体的な取り組み

○広報機能

町民向けの研修・講演会の周知などを充実します。

○相談機能

必要な時に関係機関や専門職につながりやすくなります。

メリット 本人の状態変化に応じて、適切な時期に成年後見制度の利用につながられます。

○成年後見制度利用促進

申立方法や申立書の書き方などについて相談に応じます。

○後見人支援制度

親族が後見人を行う場合など、成年後見活動について相談に応じて関係機関につなげます。

メリット 後見人が孤立せず、関係機関や地域と連携できるチームができます。

子育て支援センター 5月のよてい

問い合わせ・予約・相談

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

子育て講座 簡単こどもごはんづくり

日時: 5月20日(金) 10時~11時30分
場所: 総合ケアセンターゆくり2階調理実習室
持ち物: エプロン・三角巾・手ふきタオル・おしぼり・飲み物・子ども用スプーン・フォーク

定員: 4組
申し込み: 5月10日(火) までに各子育て支援センターへ(詳しい内容は、子育て支援センター情報誌5月号をご覧ください。)

子育て講座 虫よけアロマスプレー作り

日時: 5月26日(木) 10時~11時
場所: 厚真子育て支援センター
参加費: 500円(材料費)
定員: 7組
申し込み: 5月19日(木) までに厚真子育て支援センターへ

子育て講座 おはなしのびっこ・メディア講座

日時: 5月26日(木) 10時~10時45分
場所: 厚南子育て支援センター
内容: 絵本の読み聞かせ、アウトメディアに関するミニ講座
申し込み: 不要

Hello えいご・えいごであそぼう
10時30分~11時

隔月、各センターで、ALTの先生と遊びを通じ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。

・自由開放 ・子育て相談(※要事前連絡)…月曜~金曜日 9時~12時、13時~15時
・サークル活動(※予約制)…月曜~金曜日 13時~15時

今月の担当



保健師
いのうえ ともみ
井上 朋美

健康情報

季節の変わり目は 自律神経の乱れにご用心!

春は、気圧や気温の変化が大きいことや、進学や就職など生活環境の変化でストレスがかかりやすいことなどから、自律神経の働きが乱れて不調に陥ることが増える季節と言われています。

自律神経の役割

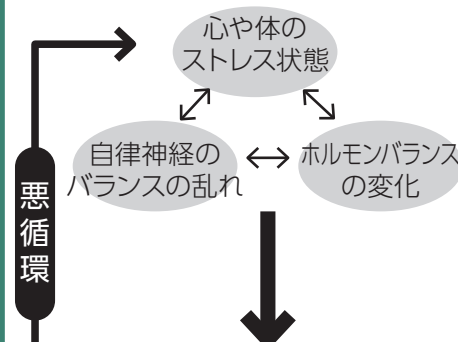
自律神経とは、体の各臓器の機能を自動的に調節する神経で、交感神経と副交感神経とに分かれています。この2つが正反対にバランスよく働くことで、各臓器が正しく機能し、健康な生活が送れます。交感神経は活動時や緊張した時に優位に働きます(体を動かす・外敵やストレスから身を守る)。

(例)血圧・心拍数↓上げる、
気道↓広げる、胃腸の運動や消化↓抑える、筋肉↓収縮させるなど
副交感神経はリラックス時や睡眠中に優位に働きます。(エネルギーを温存し体を回復させる)

気道↓狭める、胃腸の運動や消化↓促す、筋肉↓弛める、
排尿↓促すなど

自律神経の乱れが引き起こす不調

生活習慣の乱れや精神的ストレスが原因で、自律神経やホルモンバランスが崩れることがあります(悩みが多くて食欲がわかない、睡眠不足でめまいがするなど)。この状態が長く続き体が限界を超えてしまうと、さまざまな不快症状が繰り返し現れることがあります。また、不快症状そのものや物事が思うように進まない焦りや不安がさらにストレスとなり、悪循環に陥ってしまいます(図参照)。



〈さまざまな自覚症状〉
頭痛、不眠、発汗・ほてりめまい、息苦しさ・動悸肩こり、食欲不振・消化不良便秘・下痢、手足の冷えふるえ、月経異常 など

出典: 日本臨床内科医会発行
「自律神経失調症」(一部改変)

「自律神経失調症」とは、正確な診断定義は無く、さまざまな神経症状が認められても検査で身体的な異常が見つからず、明らかに精神障害も認められない場合に使われる診断名です。上記の自覚症状は、何らかの病気が原因で起こる場合もあります。安易に自律神経失調症と考えず、症状に応じて適切な医療機関を受診することも大切です。また、自律神経失調症に対する治療は、身体的・精神的療法が主となりますが、原因となる生活習慣の乱れやストレスを解消することも重要です。

自律神経を整える生活のコツ
☆上手に交感神経・副交感神経を切り替えましょう☆

- 食事は決まった時間に1日3食バランスよく(自律神経のリセット、体や神経の修復のために)
- 仕事中はこまめに休憩をとる(ストレッチも効果的)
- 疲れを感じたら深呼吸(ゆっくりと鼻から吸って口で吐く)
- 適度な運動(遅い時間の運動は避ける。階段を利用するなどこまめに体を動かすことも◎)
- 40度前後のお湯にゆっくり浸かる(シャワーですませない。湯温が熱すぎると交感神経優位になるのでNG)
- 就寝前のスマートフォンやパソコンの使用を抑える(交感神経の興奮を抑える)
- 夜更かしを避ける(副交感神経を働かせてしっかり休息をとる)
- 朝は決まった時間に起きて太陽光を浴びる(体内リズムのリセット、日中交感神経を適切に働かせる)
- 自分なりのリフレッシュの時間をつくる

パブリックコメント
意見募集 厚真町立地適正化計画

厚真町立地適正化計画は、長期的な視点のもとで、住居や暮らしに必要な施設などを維持・誘導するエリアを定め、公共交通や都市施設の整備などの取り組みを進めることで、人口が減少しても暮らしやすいまち（コンパクトシティ）を目指すための計画です。

町では、令和2年度から住居区域や公共施設、商業施設などの生活利便施設の配置、防災指針など、市街地における整備方針について検討を進めてきました。

計画策定にあたり、皆様のご意見をお寄せください。

意見を提出できる方

- ・町内に住所を有する方
- ・町内に事務所または事業所などを有する個人、法人その他団体
- ・町内の事務所または事業所に勤務する方
- ・町内の学校に在学する方
- ・このパブリックコメント手続きに係る案件に利害関係を有する方

募集期間

4月11日(月)～5月10日(火)
17時30分必着

資料の閲覧場所

- ・役場建設課、上厚真支所(書面の縦覧)
- ・町ホームページ

意見の提出方法

意見記入用紙(氏名および住所、法人その他の団体は名称、代表者の氏名および主たる事務所の所在地を記入)を郵送、持参、ファックス、電子メールにて提出

意見の提出先

- ・持参・郵送
〒059-1692 京町120番地
建設課 都市計画グループ
※開庁時間…8時30分～17時30分
(土曜・日曜日、祝日を除く)
☎27-2451
- ・ファックス：27-2328
- ・電子メール：toshi@town.atsuma.lg.jp

ファイターズ戦にご招待！厚真町応援デー

北海道日本ハムファイターズの試合に町内にお住まいの方を無料招待します。
※応募多数の場合は抽選となります。

- ・**対象試合** 6月9日(木) 横浜DeNA戦
試合開始：18時 会場：札幌ドーム
- ・**招待枚数**：50組100人
- ・**対象席種**：C指定席(塁側・お座席位置はお選びいただけません)
- ・**申込方法** パソコンやスマートフォン、携帯電話からURLまたはQRコードで申し込みフォームにアクセスしてお申し込みください。

https://www.fighters.co.jp/expansion/invitation/2022/dome_form.html



- ・**申込期間**：4月25日(月)まで



【問い合わせ】
北海道日本ハムファイターズ
☎0570-005-586
(平日10時～17時30分)

©H.N.F.

【その他】

- ・当選者の方で別の席種をご希望される場合は、試合日当日に札幌ドーム場内前売券売場で席変更を受け付けします(有料・席数限りあり)。
- ・当落通知は、試合日の1週間前までにメールで送付します。[fighters.co.jp] および[fmail.fighters.co.jp] の各ドメインからのメールを受信できるよう事前に設定をお願いします。チケット(QR入場券)は当選通知と共にメールで送ります。入場の際は当選通知メールのQR入場券を提示ください。
- ・応募いただいた個人情報は(株)ファイターズスポーツ&エンターテイメントが適切に管理し本件を含むチケット関連のダイレクトメール・アンケートなどによる案内以外には利用されません。

【注意事項】

球場内でファウルボールや折れたバット等により負傷された場合、応急処置はしますが、主催者・球場管理者に帰責事由がある場合を除き、その後の責任は負いかねますので、ご了承ください。新型コロナウイルス感染症の影響で、本企画は中止・延期となる場合があります。

**協会けんぽ
保険料率改定のお知らせ**

協会けんぽ北海道支部から、令和4年度の保険料率改定についてお知らせします。

令和4年3月分(4月納付分)から健康保険料率は10・39%(△0・06ポイント)、介護保険料率は1・64%(△0・16ポイント)となります。加入者の皆さまには、引き続き医療費適正化等の取り組みにご協力いただきますようお願い申し上げます。

問い合わせ

全国健康保険協会(協会けんぽ)北海道支部(☎011-726-0352(代表))

**YOSAKOIソーラン祭り
市民審査員募集**

活動場所

札幌市中央区(大通公園周辺)

活動内容

第31回YOSAKOIソーラン祭りにおける演舞の審査

応募条件

①祭りの理念および本募集要綱に賛同し、真剣に演舞を審査していただける方 ②6月時点で中学生以上の方 ③チーム関係者以外の方 ④6月11日(土)・12日(日)の指定された時間(いずれか1日)に審査可能な方

応募方法

①YOSAKOIソーラン祭り公

**国税の□座振替納税を
ご利用の方の振替日**

申告所得税および復興特別所得税の振替日は4月21日(木)、消費税および地方消費税の振替日は4月26日(火)です。

振替日の前日までに預貯金残高をご確認いただき、納税資金の準備をお願いします。

問い合わせ

苫小牧税務署(☎0144-32-3165、自動音声でご案内します)

こぶしの湯 あつま

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
㊦	㊨倍	㊩	㊪	㊫	㊬倍	
8	9	10	11	12	13	14
㊦	㊨	㊩	㊪	㊫	㊬倍	
15	16	17	18	19	20	21
㊦	㊨倍	㊩	㊪	㊫		
22	23	24	25	26	27	28
㊦	㊨	㊩	㊪	風呂	㊫	
29	30	31				
㊦	㊨	㊩				

イベントカレンダー 5月

- ㊦毎週日曜▷ちびっこデー：小学生はサービス券2枚
- ㊨毎週月曜▷シルバーデー：65歳以上はあつまるカードポイント3倍
- ㊩毎週火曜▷メンズデー：男性はサービス券2枚
- ㊪毎週水曜▷高齢者無料入浴券の日：町交付の無料入浴券ご利用でヘルシーセットが750円→550円
- ㊫毎週木曜▷レディースデー：女性はサービス券2枚
- ㊬最終金曜▷町民の日：誕生月の町民はレストラン利用で入浴無料
- ・2と6のつく日はあつまるカードポイント3倍
- ・5のつく日は町交付の無料券利用であつまるカードポイント5倍
- ・毎月26日は風呂の日：あつまるカードポイント3倍、サービス券2枚

※イベントは予告なく、変更となる場合がございます。
問い合わせ こぶしの湯あつま ☎26-7126

5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。
この他の講習日程(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	2日(月)、10日(火) 12日(木)、16日(月) 19日(木)、20日(金) 23日(月)、25日(水) 26日(木)、31日(火)
13時30分～14時	6日(金)、11日(水)
15時～15時30分	17日(火)、24日(火)

(一社)苫小牧地区交通安全協会 ☎0144-33-1458



マチの善意



ATSUMA LOVERS

4事業者が入居する共同仮設店舗「京町キューブ」は今春、開設から3年を迎えました。事前予約制の本木さんのお店には、心身共に健康を意識した多世代の女性に通っています。笑顔に包まれた癒しの空間を訪ね、本木さんに話を伺いました。



アロマ&リンパセラピー
オリーブ
Olive 経営
もと き
本木 ちひろさん

Vol.24

これからも癒しのひと時を提供します

優しい眼差しで出迎えてくれました。室内には、本木さんが手作りのドライフラワーやフラワーアレンジメントが飾られています。静かなBGMが無意識に呼吸を整えてくれました。白老町出身で、元は歯科衛生士。リラクゼーションサロンに通ううちに仕事として魅力を感じて苫小牧市内のリラクゼーションサロンに転職し、第2の仕事は早12年経つそうです。結婚後、田舎暮らしへの憧れから平

成27年に幌内地区に移住し、アロマとリンパセラピーを施していました。胆振東部地震で自宅が全壊し、心が折れかけて営業再開を迷ったこともありましたが、避難所を含めた町民との絆が背中を押してくれ、タイミングよく、京町キューブに入居できました。「実は、自分だけの店舗を構えたのは、ここが初めてなの。店名は、覚えやすく呼びやすい名前にしたかった」

「た」と本木さん。ひらめいたのがOliveでした。オリーブは、国連の紋章にも描かれる平和の象徴です。「心穏やかな場所にしたい」との思いを込めました。

新型コロナウイルス感染症を含め、ストレスがかかる世の中だといえます。それだけに本木さんは「自分の心や体に向き合う時間を大切にしてほしい」と強調しました。体の不調を感じて利用する人は少なく、「ここに来ると、心身ともにリセットできる。また頑張れるわ」という利用者の声が、本木さんの励みになっています。

昨年8月、豊沢地区に家建てました。3人の子どもたちのびやかにたくましく成長しています。雪解けが進み、間もなく周囲は彩りの世界へと様変わりします。ストレスフリーの自然環境が、本木さんの心を癒します。

「1人でも多くの皆さんが、心身ともに健康になるようにサポートを続けます」。

あなたにとっての
愛すべき厚真を投稿してください



フェイスブック
@atsumatownhokkaido



Instagram
atsumalovers

ハッシュタグ#atsumaloversをつけてフェイスブックまたはInstagramに投稿してください。

ATSUMA LOVERS