

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

2016年
8月号
平成28年
NO.768





第33回あつま海浜まつり
(同実行委員会主催 鈴木英毅
実行委員長 が7月31日、浜厚
真海岸を会場に行われ、町内外
からたくさんの方が会場を訪
れました。

あいにく曇り空の下での開
催となりましたが、会場ではス
イカ割りやじゃんけん大会な
どの多彩なイベントが行われ、
たくさんの方が参加。

例年大人気のホッキ貝のつ
かみどりでは、全身ずぶ濡れに
なりながらも懸命にホッキ貝
を探す姿に、周りの観客から大
きな歓声が上がっていました。

会場を訪れた人たちは、ス
テージ発表を見たりイベント
に参加したり、おいしいものを
食べたりと、思い思いに夏の1
日を過ごしていました。

第33回

海はま 浜まつり

7月31日(日)

ひとのうごき

7月31日現在 ()内は前月比



人口 4,679人(±0)

男 2,289人 女 2,390人



世帯数 2,134世帯(-1)

誕生おめでとう

ご結婚おめでとう

お悔やみ申し上げます

7月1日～7月31日届出分

※窓口などで、広報紙への掲載についての確認ができた方を掲載しています

みなさんの声をお聞かせください

- ・こんな記事を読んでこう思った
 - ・こんな疑問をもっている
- 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、年齢は伺います。

まちづくり推進課
☎ 27-3179 FAX 27-2328

「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/>
※トップページの左側に「広報あつま」のバナーがあり
ます。

広報あつま

2016年 8月号
平成28年

もくじ CONTENTS

- 2 ひとのうごき
- 3 第33回あつま海浜まつり
- 4-5 宮坂町長3期目の抱負を語る
- 6-7 行政評価
- 8-9 お知らせ
- 10-11 7月のあつま
- 12 地域おこし協力隊、作品紹介
- 13 厚高インフォメーション
クラス自慢
- 14 防災コラム、気象台ノート
- 15-16 健康情報、保健の掲示板
- 17 子育て支援センター
- 18-21 情報ひろば

今月の表紙 COVER

7月3日、町民を対象とし
た厚幌ダムの見学会が開催
されました。
参加者は巨大なダムのス
ケールに驚いている様子で
した。



3 期目の抱負

みんなが輝き、支持され選択されるまち、
住み続けたいまち「あつま」を目指します。

3つの視点

今後4年間の町政は、次の3つの視点から運営してまいります。

①田園回帰1%戦略の実践

日本全体が人口減少時代を迎える中、厚真町の人口ビジョンを見据え、毎年人口の1%相当の移住・定住者を確保しながら、町内の経済循環も1%ずつ向上させる取り組みを続けて、安定性・持続性を確保します。

②あつまを知り、強みをいかす

厚真町の生産力、豊かな自然、社会基盤、都市部との距離の近さなど「豊かな森と海、輝く田園」の潜在力をいかした厚真町らしい持続的発展を目指します。

③住民主体の地域再生

若い世代が喜んで学校へ通い、エネルギーな世代が新しい道を切り開いて、先輩たちがその若い方々の手助けをしながら各世代が連携し、町民1人ひとりが主体的に活躍できる地域社会を目指します。

人を育て・人を残し、
豊かな森と海、輝く田園を次世代へ

一緒に挑戦し続けましょう！！



P R用ポスター撮影風景

プロフィール 宮坂 尚市朗（みやさか しょういちろう）
昭和31年2月28日、厚真町生まれ
昭和53年に国立室蘭工業大学卒業後、ホクレン農業協同組合連合会に勤務
昭和56年から厚真町役場に奉職
平成20年7月、厚真町長に初当選
平成28年再選3期目

7つの政策分野

3つの視点を基本に、次の7つの政策を推進していきます。

①健全な行財政運営

公共施設の適正配置、統合簡易水道事業の経営計画の策定など透明で公正な行政運営、合理的で計画的な財政運営に努めます。

②きめ細やかな社会福祉

地域包括ケアシステムの構築、健康増進計画の推進など安心な暮らしと住民満足度の向上を目指します。

③移住・定住の促進

創業・起業支援、子育て支援住宅の増設、空き家等対策強化、就職活動支援による移住・定住促進、シニア世代の社会参画の促進など子育て世代、シニア世代など様々な世代から愛されるあつまを目指します。

④子育て支援・教育環境の充実

子育て世代の経済的負担の軽減、子育て支援相談体制の充実など社会全体で養育・育成に取り組むとともに、子どもたちの才能・個性を伸ばし、豊かな心、健やかな体を育む質の高い教育環境を堅持します。

⑤産業・経営基盤の充実

生産基盤整備、担い手育成、経営体質強化、農林水産物のブランド化、農商工連携・6次産業化、サテライトオフィス誘致など農業・農村所得の向上により強くてしなやかな農業・農村を目指します。

⑥安全・安心な地域社会の形成

地域公共交通網の充実、市街地周辺部の土地利用促進、住宅の耐震化、防災拠点施設整備計画の策定、自主防災組織の育成など強靱な社会基盤と健全なコミュニティ機能により安全で、安心な暮らしを守ります。

⑦環境保全と交流促進

環境保全林・厚幌ダム周辺地区整備など美しい景観・豊かな自然の保全と利活用に努め交流人口の増加を図ります。



道外から訪れた子どもたちと記念撮影（8月2日） 町職員から花束を受け取る宮坂町長（7月8日）

無投票3選という結果について

これまで町民の皆さんのご理解とご協力により、私の目指すまちづくりを実践してまいりました。厚幌ダム建設と厚真川総合開発事業、国営農業用水再編対策事業と道営ほ場整備事業などの進捗や子育て支援・教育環境の充実、移住・定住政策などを通じて、その成果が現れてきていることに一定の評価をいただいたことによるものと考えています。そういう意味では無投票当選という栄に浴することができたことは身に余る光栄であり、私に寄せていただいた厚い期待と使命の重大さに身の引き締まる思いであり、改めて町政を担う決意を新たにしているところです。

これまでの2期8年を振り返って

私の町政への挑戦は、人口減少に危機感を覚えたことに始まります。移住・定住や子育て支援、後継者の確保や人材育成、雇用や一次産業を中心とした生産空間の充実と拡大を目指してきましたが、就任して間もなくの「厚幌ダム建設事業の再評価」は衝撃的な出来事でした。再評価に費やした時間と労力は多大なものでしたが、北海道のご尽力と町民の皆さんの熱意により、無事継続決定がなされたことは幸運でありました。史実として記録されるような出来事だったと思いますが、関連する国営農業用水再編対策事業、道営ほ場整備事業、統合簡易水道事業などの進捗に大きな影響が生まれました。また、

町民の皆さんへメッセージ

私は、これまで一貫して「人を育て、人を残し、本町の豊かな自然と生産基盤を次世代に引き継ぐ」ことを目指してまいりました。

高丘のゴルフ場開発跡地処理や公共工事費の大幅な増嵩など、当該地域の理解と町民ならびに関係機関の皆さんのご協力により、解決に向かった案件もたくさんありましたが、農政の大転換、農協法・農業委員会法などの改正、T P Pの合意と一次産業を基盤とする当町にとって、今後の影響が懸念される問題・課題が山積しています。加えて、少子化と人口減少は、緩やかになったとはいえ、回復傾向までにはありません。引き続き戦略的取り組みが必要です。

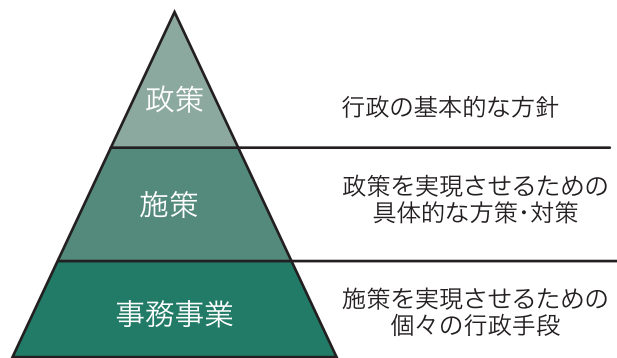
たが、グローバル化の流れは地方経済・産業に大きな影響をもたらす、また、社会問題である人口減少社会の到来は、地方において立ち向かうべき最優先課題となり、結果として地域間競争はますます激しさを増しています。こうした時代背景にあつて、昨年は、まち・ひと・しごと創生長期ビジョン・総合戦略を策定し、併せて平成28年度をスタートとする第4次厚真町総合計画を策定しました。いずれも農業を基幹とする各産業振興と農村振興を基本として、環境と地理的優位性を発揮し、生活空間の充実と持続的発展につなげていくことを目的としています。

食料とエネルギーと環境が整い、潜在力に満ち溢れた「あつま」で、みんなが夢と希望をかなえ、120年の歴史を刻む厚真町がその先の道へ歩みを進めるためにも、関係機関ならびに町民の皆さんの連帯が大切であると考えています。改めて町民の皆様には今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

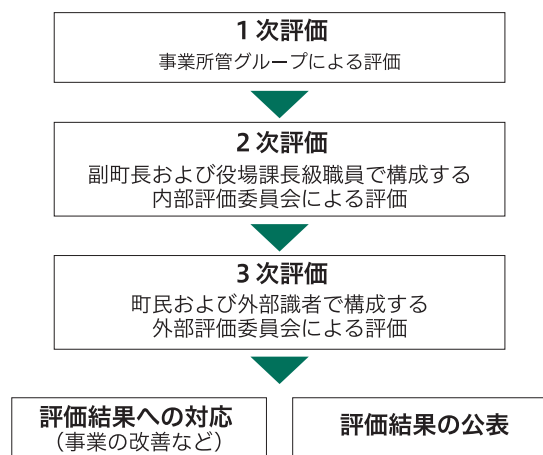


要望活動の様子（7月25日）

任期満了（7月7日）に伴う厚真町長選挙が6月21日に告示され、現職の宮坂尚市朗氏（60歳）無所属Ⅱのほかに届出がなかったため、無投票3選が決まり、6月27日には厚真町選挙管理委員会から当選証書が付与されました。引き続き町政を担うことになった宮坂町長に3期目の抱負を伺いました。



政策体系の階層（図3）



行政評価のプロセス（図4）

行政評価は政策体系のどの階層を対象にするかによって「政策評価」「施策評価」「業務評価」の3つに分類することができます（図3）。

町では、町民に一番身近な行政活動の単位で、事業の目的や成果を分かりやすく伝えることができる「業務事業評価」を実施しています。

平成25年度までは、役場職員のみで評価を行ってきましたが、評価の透明性を確保するため平成26年度から町民や外部識者で構成する外部評価委員

会による評価を実施しており（平成26年試行、平成27年本格実施）、現在は役場職員による評価を含めて3段階で行政評価を行っています（図4）。

外部評価委員会では、町の取り組みを高く評価する事業がある一方で、抜本的な見直しが必要であるといった厳しい意見をいただく事業もあります。しかし、役場内だけでの評価では気付きづらい町民視点による意見は、今後の事業展開を検討するうえでも重要であると考えています。



外部評価対象事業（平成27年度以降）

平成27年度

- 第1回（平成27年7月6日～7日）
 - ・職員研修事業 ・家族介護支援事業 ・情報発信事業
 - ・厚真町起業化支援事業 ・子育て支援医療費還元事業
- 第2回（平成27年8月3日～4日）
 - ・企業立地推進事業 ・農業者総合育成対策事業 ・地域活性化推進事業
 - ・社会福祉協議会運営補助事業 ・高齢者入浴助成事業 ・浜厚真野原公園管理事業

平成28年度

- 第1回（平成28年6月29日～30日）
 - ・暮らしの安心サポート事業 ・厚真町起業化支援事業 ・ハスカップ地域ブランド化総合推進事業
 - ・森林資源活用戦略策定事業 ・タウンプロモーション事業 ・サテライトオフィス誘致事業
 - ・田学連携プロジェクト ・地域特産品開発推進事業 ・子育て支援保育料還元事業
 - ・地域公共交通空白解消タクシー運行事業 ・特別就農給付金 ・厚真町担い手育成出荷体制支援事業
- ※2回目は9月中旬に開催する予定です。



田学連携プロジェクト

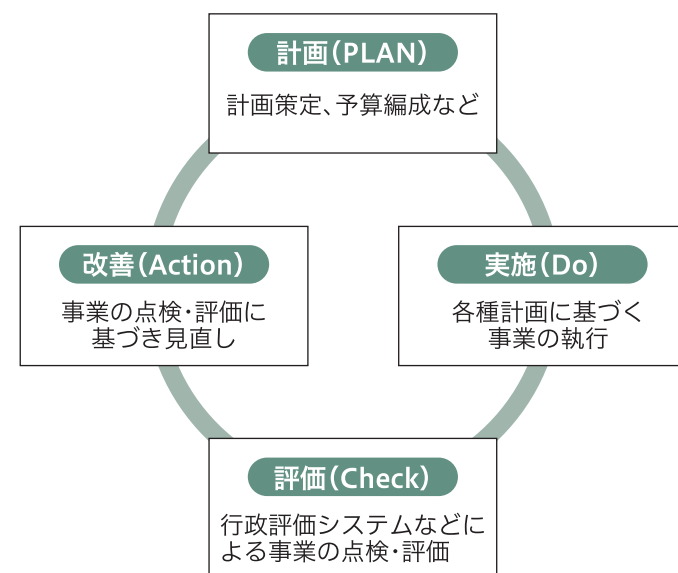
評価結果は、事務事業の改善や次年度の予算編成に役立てています。
また、ホームページ上で公開していますので、ぜひご覧ください。

役場の事業、点検します

行政評価



お問い合わせ まちづくり推進課企画調整グループ ☎27-3179



行政運営マネジメントサイクル（図1）

厚真町をはじめとする自治体では、子育て、福祉、ごみ処理など多種多様なサービスを住民に提供しています。しかし、これらのサービスの中には、不満の声が多いもの、費用対効果が低いものなど、改善を必要とするものも少なくありません。

このような事業を評価・点検し、改善につなげる仕組みの一つに「行政評価」があります。今回は、厚真町における行政評価の取り組みについて紹介します。

行政評価とは、これらの行政サービスを、妥当性（必要性）・有効性・効率性などの観点から評価・点検することによって、その評価結果をサービスの改善につなげる仕組みのことをいいます。

町では、①行政運営のマネジメントサイクルの確立（図1）、②成果を重視した行政運営の実現、③効率的で戦略的な行政運営の実現、④町民との協働の推進、の4つの目標のもと、平成22年度から行政評価を実施しています。

行政評価の目標

- | | |
|----------------------|--|
| 1 行政運営のマネジメントサイクルの確立 | <ul style="list-style-type: none"> ◇総合計画の進行管理の確立 ◇総合計画、予算編成などとの連携による施策、事業の展開 |
| 2 成果を重視した行政運営の実現 | <ul style="list-style-type: none"> ◇予算や手続よりも、成果を重視した施策、事業の展開 |
| 3 効率的で戦略的な行政運営の実現 | <ul style="list-style-type: none"> ◇施策、事業の重点化、適正化（縮減、再編、廃止を含む） ◇行政資源（財源、人員）の有効配分 ◇目標達成度による施策、事業の管理 ◇職員の政策形成能力の向上 |
| 4 町民との協働の推進 | <ul style="list-style-type: none"> ◇行政の透明性確保と説明責任の遂行 ◇町民意見の把握と反映 |

児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況などの提出を

児童扶養手当の現況届

この届出は、児童扶養手当受給者世帯の所得の状況や児童の養育の状況を確認するためのものです。これを提出しないと、8月分以降の手当の支給を受けることができなくなりますので、必要な書類を持参の上、必ず手続きをしてください。

また、一部支給停止措置の対象になる方は現況届に併せて一部支給適用除外事由届出書の提出が必要となります。

○提出期限 8月31日(水)まで

○提出に必要なもの ①現況届、②印鑑、③児童扶養手当証書、④世帯全員の住民票、⑤養育費等に関する申告書、⑥同居扶養義務者に関する調書、⑦同意書
※この他、必要な書類がある場合があります。

特別児童扶養手当所得状況届

この届出は、受給者の世帯の所得や養育状況を確認するためのものです。これを提出しないと、8月分以降の手当が受けることができなくなります。

○提出期限 9月9日(金)まで

○提出に必要なもの ①所得状況届、②印鑑、③特別児童手当証書、④同意書、⑤別居監護申立書（対象児童と別居している場合）

お問い合わせ先 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） ☎ 26-7871

高齢者無料入浴券の交付について

高齢者を対象とした行事の参加者にこぶしの湯の無料入浴券を差し上げます。

1. 主な対象行事

高齢者大学、老人クラブの健康教室、高齢者料理教室、敬老会、健康に関する講演会など。

2. 対象者

町内に居住する70歳以上の方

3. 交付枚数

1回の参加ごとに1枚差し上げます。(最大6枚まで)



こぶしの湯あつま 無料入浴券

お問い合わせ先 町民福祉課 福祉グループ（総合ケアセンターゆくり内） ☎ 26-7872

旧宮の森保育園プール用ビニールハウスの譲渡について

町では、本年4月末で閉園した旧宮の森保育園で使用していたプール用ビニールハウスを無償でお譲りします。

対象施設 旧宮の森保育園プール用ビニールハウス 1棟
(間口5.5m 奥行き7.3m 高さ2.8m)

所在地 厚真町字上厚真18-1

募集期間 平成28年8月31日(水) 午後5時まで

申込方法 町民福祉課 子育て支援グループまで直接電話等でお申し込みください

条件等 ビニールハウスの解体、移設がご自身で出来る方

その他 申込希望者が2人以上の場合は、抽選で決定します



旧宮の森保育園プール用ビニールハウス

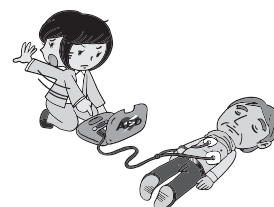
お問い合わせ先 町民福祉課 子育て支援グループ（総合ケアセンターゆくり内） ☎ 26-7871

普通救命講習を行います

もしものとき大切な人を救えるのは目の前にいるあなたです！

消防署では、急病や交通事故など緊急に応急手当を必要とする人に対して、救急車が到着するまでの間、その場に居合わせた人たちによって適切な応急手当をしていただくための基礎知識(AED使用方法、人工呼吸、心臓マッサージなど)を習得していただくことを目的として、「救急の日 普通救命講習」を開催します。

日 時 平成28年9月4日(日)
午後1時30分～午後4時30分(3時間)
場 所 消防署厚真支署 会議室(厚真町錦町47-2)
内 容 応急手当の基礎知識、AEDを用いた心肺蘇生法、止血法、その他応急手当
対 象 者 高校生以上の方および再講習の方
持 ち 物 筆記用具、印鑑 ※再講習の方は普通救命講習修了書をお持ちください。
募集期間 平成28年9月2日(金)まで



お申し込み・お問い合わせ先 消防署厚真支署 ☎ 26-7119

15日

地元の食材を使った給食提供

J Aとまこまい広域厚真町ハスカップ部会（長谷誠良会長）からハスカップ、鶴川漁協厚真ほっき貝漁業部会（西館純之会長）からホッキ貝が町学校給食センターに寄贈されました。

7月15日に豆乳プリン（ハスカップソース添え）、20日にホッキカレーとして町内のこども園、小中学校に提供され、子どもたちは地元の食材を味わっていました。



19日

厚真中と厚南中の2年生が イングリッシュ・デイキャンプを実施

厚真中学校（渋谷賢一校長）と厚南中学校（細野輝彦校長）の2年生を対象に、特色ある授業の一環として「イングリッシュ・デイキャンプ」が総合福祉センターで行われました。

生徒とALT（外国語指導助手）でグループを編成し、与えられたテーマを基にスキットと呼ばれる寸劇を製作しました。

各グループのユニークな発表に、会場は盛り上がっていました。



28日

さくら保育園交通安全教室

軽舞さくら保育園（金光朋充園長）で、こぐまクラブと「J A F交通安全ドレミぐるーぷ」の交通安全教室が実施されました。

J A Fのスタッフが琴やエレクトーンなどの音楽演奏で、交通安全の大切な約束事を園児たちに教えていました。

園児たちは、楽しく交通ルールや横断歩道の渡り方について学んでいました。



28日

経済を学ぼう！ 今年も「あつまっ子カフェ」を開店

ともいきの里夏まつりの会場で、放課後子ども教室に参加している児童（小学3年生から6年生）が「あつまっ子カフェ」を出店し、米粉を使ったホットドックやハスカップソーダなど販売しました。

3回目の出店となった今回は、児童が商品の値段を設定。値段を決めるワークショップや市場調査、販売まで行い、よりリアルな職業体験活動となりました。



1日

地域おこし協力隊・林業支援員 に委嘱状を交付

厚真町地域おこし協力隊・林業支援員の委嘱状交付式が行われ、新しく支援員となった市瀬魁竜さん（23歳）に宮坂町長が委嘱状を手渡しました。

市瀬さんは静岡県出身で横浜市育ち。今年3月に日本大学生物資源科学部を卒業し、森林関係の仕事を探していたところ、今回の募集が目にとまったとのこと。

「今後、チェーンソーや猟銃の資格など取得したい」と抱負を語っていました。



2日

美しい水と豊かな生き物を育む森の再生を目指してイオン環境財団が植樹

町内高丘地区の旧高丘ゴルフ場跡地で、公益財団法人イオン環境財団（岡田卓也理事長）が主催する「イオンの森づくり厚真町植樹」が開催され、イオン公募のボランティアやイオングループの社員など約600人が参加しました。

この事業は、産業や暮らしを支える森の回復を目的として昨年度から開催され、今回が2回目の開催となりました。当日は、あいにくの雨模様の中、ハルニレやエゾアカマツなど約6,000本を植樹しました。



3日

完成間近！ド迫力のダムを見学

建設工事の終盤を迎えている厚幌ダムの建設工事現場見学会が町主催で開催され、町民約70人が参加しました。

参加者は、コンクリートの高さや大型重機車両の大きさに驚きながらも、興味深く工事現場を見学したり説明に聞き入っていました。



5日

自然を学ぼう！田んぼの生きもの観察会

厚真町土地改良区主催（室蘭開発建設部、胆振総合振興局）の「田んぼの生きもの観察会」が行われ、厚真中央小学校4年生と上厚真小学校3年生が美里地区の頭首工（上厚真小は上厚真地区の9区揚水機場）の見学と、用水路で生きもの観察を行いました。

児童たちは、タモ網でヤゴやオタマジャクシなど魚や虫を捕まえ、熱心に観察していました。





◀学校祭



あつま田舎まつり▶

あつま田舎まつり参加 学校祭実施

6月18日には「田舎まつり」が行われました。本校からは生徒27人と、教員4人、苦小牧東高校から生徒7人と教員1人が恒例の田舎まつりに参加しました。全員、浴衣と法被に身をこめ、踊りの練習の成果もあって、振り付けも様になっていて、皆で楽しむ参加することができ、有意義な時間となりました。7月15日、16日には、学校祭が行われました。今年のテーマは、「It's a sweet world」お菓子の国へようこそ。をオーマンズやクラス展示、個人発表などに組み込みました。1日目の昼食は恒例のジンギスカンパーティーをグラウンドで行い、大盛況でした。また、2日目には苦小牧東高校の生徒会、皆さんも参加し、さまざまな企画を行い、交流を深めることができました。学校祭とおして、クラス内や学年間、学校間の親睦を深める良い機会になったと思います。

次号では、今年から発足した「ボランティアクラブ」についてお伝えしたいと思います。

私たちのクラスは、とても楽しく明るくクラスです。つらい事や大変なことも、みんなで協力し乗り越えてきました。

一学期最大イベントの体育大会では「しばって走れ」という種目で苦戦しました。最初に走った時は、なかなかよかつたのですが、その後はぜんぜん記録が伸びませんでした。また、おたがいの意見などがぶつかり、もめたこともありましたが、そんな時は、みんなで話し合い、解決しました。このクラスは、本番に強い人ばかりなのかもしれません。当日では、新記録を出すことができました。二・三年生に勝つことはできなかったけど、私たちの中では大満足でした。

クラスじまん!

厚真中学校 1年生

書いてくれたのは…
堀川 美空さん



六月にあつた登山でも、協力し、がんばることができました。頂上までの距離が長かったけど「がんばれ」や「大丈夫?」などの声をかけ合って、登りきることができました。頂上での合唱も、上手くなりました。一列に立ち、目の前の雲を見ながら歌うのはとても気持ちがよく、空を飛んでいるようで、いい経験になりました。

入学してから約四カ月、私たち一年生は、まだ成長の途中です。意見や考えなどもめることはたくさんあります。厚真中学校の一員として、まだまだなところはたくさんありますが、クラス二十人で力を合わせて、がんばっていきたいと思います。

厚真町 地域おこし 協力隊



地域おこし協力隊 教育交流活動支援員

おはら
小原えりかさん (32歳)

着任 平成28年7月 (1年目)

出身地 神奈川県川崎市

経歴 音大の大学院を卒業後、ピアノ教室で音楽指導、中高等教諭専修免許(音楽)保有

file.01

>厚真町の印象は?

素敵な景色やおいしい空気が最高です。また、親切で優しい方が多いと思います。

>応募のきっかけは?

6年ほど前にアトピー治療のため北海道へ訪れた際、雄大な自然やおいしい食べ物など北海道の魅力に感動し、移住したいと考えていました。ホームページで厚真町の募集を見つけ、調べていくうちに教育や子育ての取り組みに興味をもち応募しました。

>どんな活動をしていますか?

「放課後こども教室」のスタッフのお手伝いをしています。

>今後の目標は?

「交流」・「音楽」・「教育」で厚真町を盛り上げていきたいです。いつか音楽教室を開きたいと思っています。

>厚真町のみなさんに一言

現在、厚真町には農業、林業、観光、教育の分野で地域おこし協力隊が活動しています。今月から、広報で地域おこし協力隊の活動や新たな魅力、発見などを紹介していきます!



厚真中央小学校 5年
竹山 柚ちゃん (11歳)

動物のパズルを作りました。パズルのパーツの大きさを色々変えて複雑にしました。



ぼくの わたしの 作品 紹介



厚真中央小学校 5年
西 美悠ちゃん (10歳)

うさぱんだがうまく描けました。パーツをいとのこで丸く切るのが難しかったです。

今月の担当



保健師 笹森 あゆみ
4歳の娘が口ずさむ西野カナの曲名が思い出せず、正しい歌を教えてあげられない。脳トレと流行りの下調べの同時進行はちょっとつらいアラフォー世代です(笑)。

健康情報



熱中症対策

◆熱中症を引き起こす3つの要因

熱中症を引き起こす条件は「環境」と「からだ」と「行動」によるものと考えられます。

- ①環境：気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、閉め切った屋内、急に暑くなった日
- ②からだ：高齢者や乳幼児、肥満の方、糖尿病や精神疾患の持病、低栄養状態、二日酔いや寝不足、下痢などの脱水状態
- ③行動：激しい筋肉運動や慣れない運動、長時間の屋外作業、水分補給のできない状況

これら3つの要因で、体温上昇と調節機能のバランスが崩れると、どんどん身体に熱がたまってしまう。このような状態が「熱中症」です。

◆熱中症を予防するにはどうしたらよいの？

- ①涼しい服装
- ②日陰を利用

③日傘・帽子の利用 ④水分・塩分補給

この4つのポイントが大切です。さらにワンポイント！水分・塩分補給に「水やお茶では不適切」と聞くことがあります。水分補給には、とるタイミングや量が肝心です。以下のことに気をつけましょう。

◆水分をとるタイミング

水分補給で大切なのは、のどが渇く前からこまめに摂取することです。のどが渇いたと感じる頃にはかなりの脱水状態にあります。次のタイミングで意識して水分補給しましょう。

- 起床時
- 外出前
- 会社や目的地に到着後
- 勤務中・農作業中
- 車や農機具の運転中
- スポーツの前後
- 入浴前後
- 就寝前



◆熱中症予防に適した飲みものは？

- 水：水分補給の基本
- 麦茶：汗をかくとミネラルが不足するためミネラル入り麦茶がおすすめです。
- 牛乳：普段から摂取することは大切ですが、特に夏のスポーツの後には牛乳が良いとされています。

◆大量に汗をかいたときはナトリウムを補う

スポーツ飲料、経口補水液。たくさん汗をかいたときは、水分と共に塩分も失われます。体内の塩分(ナトリウム)濃度が低くなると、脱力感やけいれん、意識障害などが起きる「低ナトリウム血症」を引き起こす危険があります。

大量に汗をかいたときは、水だけでなくスポーツ飲料、経口補水液などでナトリウムの補給を忘れないようにしましょう。でも、大量に汗をかいた

◆水分をとる量は

健康な成人の場合は、通常必要とされる食物以外の水分は1.5〜2リットルの摂取が必要とされています。ただ、大量に汗をかく時期には、発汗した分、その量に見合う水分と塩分を補給する必要があります。夏は普段より汗の量が増えるため、多めに補給することを意識しましょう。また、多量の水分を一気に飲むと、胃に負担がかかり胃痛やだるさの原因になります。一度に飲む量は150〜200CCとし、一日のうちに何度もこまめに補給しましょう。

ぼうさいコラム

Disaster Management Column

Vol.17 アウトドアと防災



子ども達は夏休み。どのようにお過ごしでしょうか。山登りやキャンプに行くご家庭もあるでしょう。というわけで、今月はアウトドアと防災について考えてみたいと思います。

アウトドアグッズの中には、防災グッズとして使えるものも多々あります。たとえばラジオ。アウトドア時にはクマよけや情報収集に、災害時には情報収集に使えます。アウトドアで暗い夜道を照らす明かりは、停電時の照明として使えます。平成20年11月に室蘭周辺で発生した大規模停電時には、ランタンが役立つという話もありました。また、ヘッドランプがあると、両手を使って便利。携帯トイレは、アウトドア時にはトイレのないところで使え、災害時にはトイレが使えない時に役立ちます。そのほかにもアウトドアにも災害時にも使えるグッズはたくさんあ



定池 祐季
東京大学大学院情報学環
総合防災情報研究センター(CIDIR)
特任助教

剣淵町出身。北海道大学大学院文学研究科博士後期課程修了、博士(文学)。北海道大学助教を経て現職。専門は、災害社会学・防災教育。北海道南西沖地震を奥尻島で経験、災害復興と地域防災に関する研究に取り組むほか、各地で防災教育活動を展開している。2014年より厚真町防災アドバイザー。

りますので、一通りそろえておくべしと便利です。5月から始まった、HUG開発者と地域防災マスター向けHUG研修会は、7月21日に無事終了しました。今後は、自治会や職場、学校などの研修で活用していただきたいと考えています。ご関心のある方はぜひ、役場総務課研修防災グループまで一報をお願いいたします。

気象台ノート



>> 大雨から命を守るために

胆振・日高地方では8月と9月の降水量が多く大雨に留意が必要です。まだ記憶に新しい平成26年の北海道初の大雨の特別警報も9月の出来事でした。

大雨に対しては、普段から生活している地域の危険箇所や避難場所をハザードマップで確認しておき、実際に降ってきたら、気象台から段階的に出される注意報や警報などで雨の降り方など情報の収集や避難の準備を行い、厚真町から出される避難の勧告や指示はもちろん、自分で危ないと思ったときには建物の2階に上がるなど、自主的に安全な場所へ避難し、命を守るための最善の行動を取ってください。(室蘭地方気象台 加賀俊博)

津波・高潮	洪水・内水氾濫	土石流	崖崩れ・地滑り	大規模な火事

◀どのような災害に対する避難場所を示す統一された災害種別図記号(ピクトグラム)

問い合わせ先 室蘭地方気象台 ☎0143-22-4249

日曜・祝日当番医 9月

日程	区分	病 院 名	住 所	電 話
4日	内科系	苫小牧病院	光洋町3-16-4	72-1201
(日)	外科系	苫小牧東部脳神経外科	北栄町2-27-12	53-5000
11日	内科系	たかやなぎ小児科	日新町2-7-8	71-2115
(日)	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
18日	内科系	浪岡内科消化器科クリニック	東開町4-20-18	51-2811
(日)	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
19日	内科系	やまざきこども医院	大成町2-3-1	75-1133
(月)	外科系	苫小牧泌尿器科・循環器内科	明野新町2-1-12	57-0455
22日	内科系	川口小児科医院	しらかば町6-15-27	73-0500
(木)	外科系	苫小牧消化器外科	北栄町3-5-1	51-6655
25日	内科系	いちむら小児科医院	ときわ町5-18-5	67-1111
(日)	外科系	みらい整形ペインクリニック	北栄町1-22-19	53-7100

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

苫小牧市夜間・休日急病センター
(内科・小児科のみ)

苫小牧市旭町2-9-2
☎0144-32-0099

曜日	受付時間
月～金	19:00～翌朝7:00
土	14:00～翌朝7:00
日・祝	9:00～翌朝7:00

- ◆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。
- ◆「苫小牧市医師会ホームページ」にも休日当番医表を掲載しています。
(URL) <http://www.toma-med.or.jp> (携帯電話用URL) <http://www.toma-med.or.jp/phone>
※ご利用の携帯電話の種類によっては、うまく表示できない場合がありますのでご了承ください。

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 <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>
○電話 0120-20-8699 (携帯電話・PHSからは 011-221-8699)

子育て支援センター 9月のカレンダー

① 厚真子育て支援センター ② 厚南子育て支援センター				
月	火	水	木	金
			1 自由開放 子育て相談 ① 乳幼児相談	2 自由開放
5	6 自由開放 ① Helloえいご ② えいごであそぼう	7 自由開放	8 山の日 (休館)	9 自由開放 ② 子育て講座 「エアロビック・エクササイズ」
12 自由開放	13 自由開放 子育て相談	14 自由開放	15 自由開放 子育て相談 ② 乳幼児相談	16 自由開放
19 敬老の日 (休館)	20 自由開放 子育て相談	21 自由開放	22 秋分の日 (休館)	23 自由開放
26 自由開放 ② えいごであそぼう	27 自由開放 子育て相談 人形劇観賞	28 自由開放	29 自由開放 子育て相談	30 自由開放

- 子育て講座
エアロビクス・エクササイズ
日時 6日(火) 10:15～11:30
場所 厚南子育て支援センター
対象 生後2カ月～8カ月のお子さん(月齢の多い方も興味のある方は、ご相談ください。)
持ち物 バスタオル(下に敷く物)、オムツ、タオル(オイル拭きに使用)
申込締切 8月30日(火)
- 応急手当
日時 9日(金) 10:30～11:30
場所 厚南子育て支援センター
対象 子育て中のお母さんおよび地域の方(年齢に関係なく、応急手当に関心のある方はご参加ください)
申込締切 2日(金)
- 人形劇観覧
日時 27日(火) 10:00～11:00
場所 こども園つみき
負担 1人あたり200～300円位
- 自由解放
9:00～11:30、13:00～14:00
- 子育て相談
14:00～16:00
※事前連絡をお願いします。

予約・お問い合わせ
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 (こども園つみきに併設) 上厚真258-7 (宮の森こども園に併設)

保健の掲示板 = 9月 =

問い合わせ先
町民福祉課 健康推進グループ ☎26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

乳幼児相談
対象 平成27年6月～平成28年7月生まれのお子さんと保護者
とき ①1日(木)10:00～11:15
②15日(木)10:00～11:15
ところ ①厚真子育て支援センター
②厚南子育て支援センター
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

3歳児健診
対象 平成25年5月19日～9月7日生まれのお子さん
とき 7日(水)
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
持ち物 母子健康手帳、アンケート類、早朝尿、歯ブラシ

定期予防接種		
とき	毎週月曜～金曜 ※木曜日午後および祝日は休診です	
受付	接種希望当日に、役場町民福祉課で受付を行ってください。(受付時間…9:00～11:30、14:00～16:30)	
持ち物	母子健康手帳、印鑑	
予防接種名	対 象	標準的な接種時期と接種間隔
ヒブ感染症(1) 小児肺炎球菌感染症(2) 予防接種	生後2カ月～60カ月未満のお子さん	(1)・(2)共通…初回接種開始:生後2カ月～7カ月 (1)の追加接種…初回終了後、7カ月～13カ月 (2)の追加接種…生後12カ月～15カ月 ※上記以外の場合は、町保健師にご相談ください。
四種混合予防接種 (ジフテリア・破傷風 百日咳・ポリオ)	生後3カ月～90カ月未満のお子さん	初回接種:生後3カ月～12カ月に20日～56日の間隔で3回 追加接種:初回接種終了後から12カ月～18カ月後に1回 ※上記以外の場合は、町保健師にご相談ください。 ※三種混合予防接種を終了されていない場合は、町保健師にご相談ください。
小児マヒ(ポリオ) 予防不活化ワクチン接種	生後3カ月～90カ月未満のお子さんと、1期初回および追加に該当するお子さん	生後3カ月～12カ月 ※生ポリオワクチンをすでに2回受けている方は、接種の必要はありません。 ※できるだけ標準的な接種年齢の間で接種をお受けください。 ※不明な点がございましたら、町保健師にご相談ください。 ●事前予約が必要です(接種希望日の1週間前まで、電話可) 予約先: 役場町民福祉課健康推進グループ (☎26-7871)
【4月より定期化】 日本脳炎予防接種	3歳～20歳未満の方	1 期初回:3歳で2回(6日～28日の間をあけて) 1 期追加:4歳(初回終了後おおむね1年後) 2 期:9歳 ※上記以外でも、20歳未満の場合特例で接種ができます。詳細については、町保健師にお問い合わせください。

知っていますか？
建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。この制度は、国の制度なので安全、確実、申し込み手続は簡単です。事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに、建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

○加入できる事業主：建設業を営む方
○対象となる労働者：建設業の現場で働く人
○掛金：月額310円

平成28年4月1日から建退共の制度が一部変更になりました。

①退職金の予定運用利回りが2.7%から3.0%に変更されました。

②退職金の不支給期間が掛金納付月数12月未満に緩和

されました。（遺族請求は従前どおり12月未満で変更ありません）

③被共済者による移動通算の申出期間が3年以内にまで延長されました。

④移動通算できる退職金額の上限が撤廃されました。

事業主の皆様へお願い

●共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付して下さい。

●「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退するとき、忘れずに退職金を請求するよう指導して下さい。

建退共のホームページに、制度説明用動画、Q&Aなど建退共制度の知りたい情報が記載されています。ぜひ、アクセスして下さい。

問い合わせ先

独立行政法人勤労者退職金共済機構北海道支部（☎011-261-6186）

パソコン講習を行っています

苫小牧職業訓練センターでは毎月、パソコン講習を

行っています。

9月は初級者向け1コース（初めてのパソコン）、中級者向け1コース（エクセル2010で作る集計表初級）、上級者向け2コース（エクセル2010で作る集計表中級、アクセス2010を使って情報管理）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下さい。

問い合わせ先

苫小牧地域職業訓練センター（☎0144-5516622）
（ホームページ）
<http://www.tomakomai.ac.jp/>

厚真町戦没者追悼式を行います

町では、「厚真町戦没者追悼式」を次の日程で開催します。

町民の皆さんにご参列いただき、先の大戦で亡くなられた方々に哀悼の意を賜りますようご案内いたします。

自衛官等募集案内

【問い合わせ先】 自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所 ☎0144-32-3725

自衛官候補生	応募資格	平成29年4月1日現在18歳以上27歳未満の者
	受付期間	《男子》年間を通じて行っています 《女子》7月1日(金)から9月8日(木)まで(締切日必着)
	試験日程	次回試験日9月19日(月)～9月29日(木)(女子は25日・26日)のいずれか1日
	試験種目	○筆記試験…国語、数学、社会、作文および適性検査 ○口述試験 ○身体検査
一般曹候補生	応募資格	平成29年4月1日現在18歳以上27歳未満の者
	受付期間	7月1日(金)から9月8日(木)まで(締切日必着)
	試験日程	【第1次試験】9月16日(金)・17日(土)のうち指定する1日
	試験種目	○筆記試験…国語、数学、英語、作文および適性検査
航空学生	応募資格	平成29年4月1日現在18歳以上21歳未満の者
	受付期間	7月1日(金)から9月8日(木)まで(締切日必着)
	試験日程	【第1次試験】9月22日(木)
	試験種目	○筆記試験…国語、数学、英語および地理、歴史、公民または理科のうちから1科目(世界史A・日本史A、地理A、現代社会、倫理・政治経済、物理基礎、化学基礎、生物基礎、地学基礎のうちから1科目選択) ○適性検査

日時

8月31日(水) 午前11時

場所

総合福祉センター

問い合わせ先

役場町民福祉課福祉グループ（☎26-7872）

北海道女性の活躍支援センター出張相談会を実施します

北海道では、女性の結婚、子育て、介護などライフステージや就業、起業など様々な相談に対応する「北海道女性の活躍支援センター」を開設しています。

このたび、胆振総合振興局において出張相談会を開催しますのでお知らせします。

日時

平成28年9月13日(火)
午後1時30分～午後3時30分

場所

胆振総合振興局4階1号会議室（室蘭市海岸町1丁目4番1号むろらん広域センタービル）

相談員

伊藤順子（株）ワタラクシア代表取締役／行政書士

お問合せ・予約

電話（011-204-5711）またはメール
(kitanojyosei@sirius.ocn.ne.jp)

お問合せ時間

月・火・木・金曜日
午前10時～午後4時
水・土曜日
午前10時～午後1時

相談例

●自分の趣味・特技を生かして起業してみたい。

●育児にひと段落がついたので仕事をしたいけれど、しばらく仕事をしていなかったの自信がない。また、どうやって仕事を探せばよい？

●市民活動に参加してみたいけどどうしたらよい？

※北海道女性の活躍支援センターの取組について、詳しくはホームページをご覧ください。

（ホームページ）<http://www.l-north.jp/katsuyaku>

問い合わせ先

北海道環境生活部くらし安全局道民生活課女性支援室（☎011-206-6954）

厚真町臨時職員募集【保健師】

年齢 65歳以下

人数 1人

勤務条件 ・勤務時間 午前8時30分～午後5時30分（うち7時間45分）
・勤務日 土曜、日曜、祝日、年末年始を除く毎日（業務の都合により勤務日を変更することがあります）
・賃金 月額186,900円～
・勤務内容 介護予防支援業務（要支援者のケアプラン作成）、介護予防ケアマネジメント業務（総合事業対象者のケアプラン作成）、介護認定調査、地域支援事業
・雇用期間 平成28年9月1日(木)～平成29年3月31日(金)

応募資格 保健師・介護支援専門員資格と普通自動車免許を有する方

応募方法 履歴書（写真貼付）と資格証明書のコピーを添えて、町民福祉課地域包括支援センターまで提出（郵送可）してください。

応募期限 平成28年8月25日(木)必着（郵送の場合は同日消印のあるものまで有効です）

選考 面接および書類選考になりますので後日連絡します

その他 原則として町内在住の方
募集職種の年齢は、平成28年4月1日現在の満年齢です。
社会保険などは、健康保険法、厚生年金保険法および雇用保険法に基づいて適用されます。

応募先 〒059-1692 厚真町京町165番地1（総合ケアセンターゆくり内）
問い合わせ 町民福祉課地域包括支援センター ☎26-7872

介護休業・介護休業給付金を申請予定の皆さまへ

介護休業給付金の支給率が引き上げられました。
平成28年8月1日以降に開始する介護休業からは給付率が67%（従来は40%）に引き上げられます。
※介護休業給付金の支給を受けるには一定の要件があります。詳しくはお近くのハローワークまでお問い合わせください。
■問い合わせ先
ハローワーク苫小牧（☎0144-3215221）

第10回胆振動物愛護フェスティバル

第10回胆振動物愛護フェスティバルを開催します。
■テーマ
「動物を知ろう・触ろう・深めよう」
■日時
平成28年9月4日（日）
午前10時～午後3時
■場所
ノーザンホースパーク（苫小牧市美沢）
■内容
犬猫の新しい飼い主さん

さがし、警察犬デモンストレーション、家庭犬のしつけ教室、馬・牛などのふれあい体験、ゆるキャラ写真撮影会、その他ブーイスイベントなど
■入場料 無料
■主催 胆振獣医師会
■共催 （公社）北海道獣医師会、北海道胆振総合振興局、苫小牧市など
■問い合わせ先
胆振獣医師会（☎0144-3310306）

厚真町120年記念式典

町では、平成28年度厚真町表彰式と厚真町120年記念式典の開催を予定しています。
■日時
平成28年9月22日（木）
午前10時30分～（予定）
■場所
総合福祉センター
■問い合わせ先
役場総務課総務人事グループ（☎2712322）

8月は『北方領土返還要求運動強化月間』

北海道の北東洋上に連なる歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島からなる「北方領土」は、我が国固有の領土です。しかし、ロシアによる法的根拠のない占拠は今なお続いています。私たちが先祖から受け継いできた、かけがえのない土地である北方領土の返還実現は、日本国民にとっての悲願です。四島の日も早い返還を実現し、この問題

を解決するためには、私たち一人ひとりが関心と理解を深め、返還に向けた強い意思を世代・地域を超えて共有することが大切です。

- ◇運動強化期間
8月1日から8月31日まで
- ◇実施団体
北海道、市町村
および関係団体など



9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。

10:30～11:00	1日（木）、2日（金）、6日（火）、7日（水）、9日（金）、13日（火）、15日（木）、26日（月）、27日（火）、29日（木）、30日（金）
13:30～14:00	8日（木）、20日（火）
15:30～16:00	12日（月）、23日（金）

※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
（一社）苫小牧地区交通安全協会
☎0144-33-1458

夜間の外出時には交通安全にご注意を！

夕方や夜間になると歩行者が見えにくくなり、重大事故が発生しやすくなります。

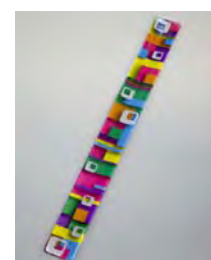
夜間は発見が難しい場合があるので、運転する場合は速度を落として、歩行者の有無をよく確認しましょう。

また、夜間に外出するときは、
できるだけ明るい色の服を着るようにし、持ち物や身体に夜光反射材をつけて、車から見えるよう光って目立ちましょう。

■夜光反射リストバンドを無料配布しています

町では、役場本庁舎、総合ケアセンターゆくり、厚南会館の窓口で『夜光反射リストバンド』を無料で配布しています。ぜひご利用ください。（数量限定）

■問い合わせ先
役場総務課研修防災グループ（☎27-2322）



おわびと訂正

広報7月号中に誤りがありました。訂正しておわびいたします。

- ・3ページ 宮坂尚市朗町長プロフィールの主な経歴
- 【誤】昭和53年5月 厚真町役場に勤務
- 【正】昭和56年5月 厚真町役場に勤務

○社会福祉協議会へ寄付



マチの善意

あつまるくんが行く!!

7月17日に「北海道真駒内花火大会2016」に行ってきたまる！
22,000発の打上花火は迫力があったまる！



あつまるくん in 札幌



あつま未来箱・インターネットでの意見等受理状況

厚真町をより良い町にするため、皆様のご意見などをお寄せください。
お寄せいただいたご意見などは、今後の町政の参考にさせていただきます。

【平成28年7月受理件数】

2件（未来箱1件、インターネット1件）

【あつま未来箱】

厚真町役場本庁舎、総合ケアセンターゆくり、青少年センター、厚南会館、あつまクリニック、桂歯科クリニック、厚真歯科の町内7カ所に設置されています。



あつま未来箱

【電子意見箱】

自宅から簡単に意見を投稿することができる「電子意見箱」が、町公式ホームページに設置されています。トップページの左側バナー欄に「町へのご意見」がありますので、ご利用ください。

●厚真町ホームページ
<http://www.town.atsuma.lg.jp/>

問い合わせ先

役場まちづくり推進課 企画調整グループ
☎27-3179 FAX27-2328
※ファックスでもご意見を受け付けています

編集後記

7月は、イオン植樹祭や海浜まつり、ともいきの里夏祭りなどイベントが盛りだくさんな1カ月でした。
ページの都合上、取材に行っても広報に掲載出来なかった出来事も……。ページ数や字数の壁に、いつも頭を悩ませています。
そこで「取材に行った

ら、フェイスブックに投稿する」と自分の中でルールを決めました。広報あつまで紹介し切れなかったできごとも含めリアルタイムに、より詳しく町公式フェイスブックに掲載していきますので、町民だけにとどまらず世界中の人に見てほしいです。
（夢）

まちの
アイドル

＝ NO. 399 ＝



たなか しゅうと
田中 秀翔くん



みかみ せいな
三上 星奈ちゃん



ながさわ れん
永澤 廉くん



くにもと
國本 ここあちゃん