

あつまる つながる まとまる 大いなる田園のまち あつま



# 広報あつま

ATSUMA TOWN PUBLIC RELATIONS

2025

# 3

NO.871



## ひとのうごき

人口 4,221人 (+3)  
男 2,140人 女 2,081人

世帯数 2,098世帯 (-2)

2月28日現在 ( )内は前月比

- 2 ひとのうごき
- 3 第26回スターフェスタ  
第25回ランタン祭り
- 4-7 町からのお知らせ
- 8-9 国民年金
- 10-11 まちの話題
- 12 厚高インフォ/よりみち通信
- 13 地域おこし協力隊/将来の夢
- 14-15 保健の掲示板
- 16 健康情報
- 17 子育て支援センター  
野菜アッププロジェクト  
まちのアイドル
- 18 防災のページ
- 19 住宅用火災警報器を設置しよう  
町公式LINEごみ分別アプリ
- 20-21 情報ひろば
- 22 ATSUMA LOVERS

### COVER 今月の表紙



こども園つみきの園庭に2月13日、園児たちが真心込めて作ったランタンが飾られました。暖気で製作に苦戦しましたが、30個の透き通った氷が園児のピュアな心と重なります。ろうそくに火がともると、淡い光の中に笑顔が浮かび上がりました。

## 第26回スターフェスタ 第25回ランタン祭り



真冬の厚真を彩る「第26回スターフェスタ2025 in あつま」(町商工会青年部主催)と「第25回ランタン祭り」(実行委員会主催)が2月1日、こぶしの湯あつまのイベント広場で開かれ、大勢の来場者は光と音の祭典を楽しみました。

暖冬に見舞われた今冬。日中はプラス気温続きでほとんど降雪は無く、思うようにランタンが作れませんでした。ランタンは、目標の約半分に減りましたが、製作にあたった7団体はデザインを変更するなど工夫しました。主催者は、ぎりぎりまでランタン造形の設置場所に悩みましたが、前日の恵の雪で、予定通り斜面に作品を飾りました。

会場には、10段重ねのピラミッド型ランタンやキャラクター、シマエナガー、♡アツマの文字などが並び、時間と共にオレンジ色のキャンドルの炎が一面を照らしました。

また、イベントでは、子どもたちを対象にしたお菓子のつかみ取りや豆・もちまき、たっぷりラードを効かせた「アツアツ・ラーメン」の早食い競争が行われました。クライマックスは、絶好のコンディションに恵まれたスターフェスタ。雪原に並べられたたいまつに火が着くと、干支の「巳」の文字が浮かび上がり、約1500発の花火と共に共演。打ち上がるたびに来場者から「ワーっ、きれい」と歓声が上がりました。

2月1日～2月28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。

## 厚真町公式SNS



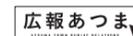
お知らせや最新情報を発信しています！

## 広報あつまはインターネットでも！



厚真町ホームページ

トップページ下部のバナーから



Hokkaido ebooks

エリアで探す→胆振→厚真町



## 住所の異動手続きを忘れずに

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)

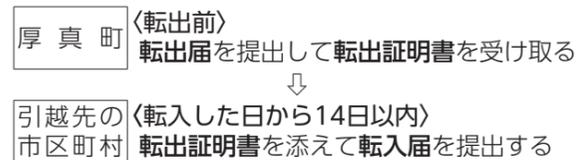
住民票の住所は、「正確な住所の届出」が必要です。

住民票の異動届(転出届・転入届・転居届など)は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。市区町村窓口での「正確な住所の届出」が法律で定められています。

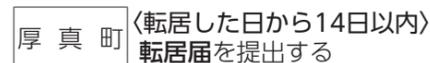
入学・就職・転勤などによる引っ越しで住所を異動される方は、住民票の異動届(転出届、転入届、転居届など)と、各種カード(マイナンバーカード、住民基本台帳カード)の住所変更が必要です。

### 住民票の異動届(転出届、転入届、転居届等)の手続き方法

#### 他の市区町村に転出する場合



#### 厚真町内で転居する場合



※電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方で日本国内で引っ越しをする方は、マイナポータルからも転出届を提出できるようになりました。利用者証明用電子証明書、署名用電子証明書の暗証番号(それぞれ数字4桁、英数字6桁以上)が必要です。

※住民票の異動届のほかに、国民健康保険や介護保険、公営住宅の手続きなど、関連した手続きがある方は、担当窓口にお越しいただく必要がある場合があります。

※転入届、転居届は、新しい住所に住み始めて14日以内に手続きしてください。なお、新しい住所に住み始める前に提出することはできません。

## 通院交通費の助成

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

心身障がいや指定難病および肝炎患者の治療等にかかる交通費を助成します。

### 対象者

町内に住所があり、居住されている方(生活保護受給者を除く)で、以下のいずれかに該当する方

- ①在宅精神障がい回復者
  - ・精神障害者保健福祉手帳を所持している方
- ②腎臓機能障がい者(人工透析)・指定難病・肝炎患者
  - ・人工透析を受けている方で、町の送迎バスを利用していない方
  - ・特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方
  - ・ウイルス性肝炎進行防止対策医療受給者証をお持ちの方
- ③重度心身障がい児等
  - ・18歳未満の重度の障がい児のうち、身体障害者手帳1～2級(内部障がいは3級まで)所持者
  - ・療育手帳所持者でA判定またはB判定でIQ50以下の児童
  - ・精神障害者保健福祉手帳1級を所持する児童
  - ※保護者等の介護者1人についても対象となります。

### 助成対象費用

町外医療機関の通院(通所)に要する交通費

### 通院期間

令和6年10月分～令和7年3月分まで

### 申請書類

- ①通院交通費助成金交付申請書
  - ②通院証明(医療機関で証明印をもらう)
  - ③身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、特定医療費(指定難病)受給者証、ウイルス性肝炎進行防止対策医療受給者証のいずれかの写し
- ※①②は、下記の申請窓口にあります。

### 申請期限

4月10日(木)まで

### 申請窓口

対象者①②…福祉グループ、上厚真支所  
対象者③…子育て支援グループ、上厚真支所

## 令和6年度低所得世帯給付金

住民課 福祉グループ ☎ 26-7872  
(総合ケアセンターゆくり内)

令和6年度分の市町村民税均等割の非課税世帯に対し、給付金を支給します。

### 対象者

住民税均等割が課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯を除く次に該当する世帯

- ①令和6年12月13日(以下「基準日」)において、町の住民基本台帳に記録されている方を世帯主とする世帯で、同一の世帯に属する方全員が、地方税法の規定による令和6年度分の市町村民税均等割の非課税世帯
- ②基準日において、①に掲げる世帯に属し、18歳に達する日以後の3月31日までの間にある児童または、基準日の翌日から申請期限までに生まれた児童

### 申請方法

該当する方には、支給要件確認書を送付しますので、期日までに申請してください。

令和6年1月2日以降の転入世帯は、申請書を送付しますので、住民税非課税の証明書類を添付して申請してください。

### 支給額

1世帯あたり3万円  
(世帯児童1人あたり2万円を加算)

### 申請期限

令和7年6月30日(月)(郵送の場合は必着)

## 国民健康保険のマル学手続き

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)

国民健康保険の加入者が進学などのために町外へ転出するときは、マル学手続きをお願いします。

国民健康保険は、住民登録地で加入することが基本ですが、厚真町の国保に加入している世帯に属する方が、修学のため親元を離れて他の市区町村等に住民登録をする場合や、すでに他の市区町村等に住民登録をしている学生が、世帯主の社会保険資格喪失に伴い一緒に国保に加入したい場合には、届出により特例で世帯主の加入している厚真町の国保に加入することができます。

・マル学該当者に係る国民健康保険料は、転出前に所属していた町内の世帯の世帯主にこれまで通り賦課されます。

・マル学該当・変更・廃止の際には手続きが必要です。手続きに必要なものを持参の上、住民課町民生活グループまたは上厚真支所に届け出てください。

| 届出が必要なとき  | 手続きに必要なもの                              |
|---|--|
| ○進学により町外へ転出する   | 入学したことが確認できる書類(学生証の写し、在学証明書の写しなど)      |
| ○学年・学校が変わった   | 在学中であることが確認できる書類(学生証の写し、在学証明書の写しなど)    |
| ○住所に変更があった  | マイナンバーカードまたは住民票                        |
| ○学生でなくなった   | 学生でなくなったことが確認できる書類(卒業証書の写し、退学証明書の写しなど) |
| ○社会保険や他の健康保険が適用となる勤め先に勤務した<br>○社会保険や他の健康保険の被扶養者になった(扶養に入った) | 新たに加入した健康保険の資格が確認できるもの                 |

※上記のほかに、ご本人の資格確認書をお持ちの場合は持参してください。

## 狂犬病予防注射

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)

狂犬病予防注射の地区巡回を行います。

狂犬病予防法により、犬の飼い主の方には、狂犬病予防注射の接種と登録が義務付けられています。  
毎年4月に町内各地区を巡回し、狂犬病予防注射を行っていますので、ご利用ください。

登録(生涯1回)… 3,000円

- 飼犬の新規登録は、住民課町民生活グループで受け付けています。
- 注射当日は混雑するため、未登録の犬がいる場合は事前に登録をお願いします。
- 犬が亡くなったり、住所や所有者の変更などがあった場合は、お早めに連絡をお願いします。

狂犬病予防接種(毎年1回)… 3,240円

- 生後91日以上の子犬が対象です。
- 4月の巡回接種を受けられない場合は、町が実施する訪問注射(往診料1,000円加算)か、動物病院で接種を受けてください。



**4月2日(水)**  
9時00分～9時05分 幌内マナビィハウス前  
9時15分～9時20分 旧高丘生活会館前  
9時25分～9時35分 旧富里生活会館前  
9時40分～9時45分 東和生活会館前  
9時50分～9時55分 桜丘生活会館前  
10時00分～10時10分 朝日マナビィハウス前  
10時20分～10時25分 宇隆生活会館前  
10時30分～10時35分 宇隆・浅野勝善さん宅前  
10時45分～11時05分 役場庁舎前

**4月3日(木)**  
9時00分～9時10分 ルーラルマナビィハウス前  
9時15分～9時20分 豊沢マナビィハウス前  
9時30分～9時35分 軽舞生活会館前  
9時45分～9時50分 富野生活会館前  
10時00分～10時05分 豊川生活会館前  
10時10分～10時15分 上野生活会館前  
10時25分～10時30分 美里生活会館前  
10時40分～10時50分 本郷マナビィハウス前  
11時00分～11時05分 幌里生活会館前

**4月4日(金)**  
9時00分～9時10分 豊丘マナビィハウス前  
9時20分～9時25分 鯉沼生活会館前  
9時35分～9時45分 鹿沼マナビィハウス前  
9時55分～10時00分 浜厚真・梅藤正晴さん宅前  
10時05分～10時10分 厚和生活会館前  
10時20分～10時30分 上厚真第5区生活会館前  
10時35分～10時45分 厚南会館前  
10時50分～10時55分 共和生活会館前  
11時05分～11時10分 共栄生活会館前

**4月6日(日)**  
7時10分～7時20分 本郷マナビィハウス前  
7時25分～7時55分 役場庁舎前  
8時15分～8時45分 厚南会館前

## バス券・入浴券の交付

住民課 福祉グループ ☎ 26-7872  
(総合ケアセンターゆくり内)

町内に住所があり、居住している高齢者の方にバス券と、こぶしの湯あつまの入浴券を交付します。

### 町内バス券

- 交付対象** 町内に住所があり居住している満65歳以上の方
- 交付枚数** 36枚を一括交付(再交付可)
- 交付券種** 町内路線が100円で乗車できる券
- 利用時の注意**  
・助成券と「高齢者バス利用助成事業利用者証」が必要です。  
・100円の支払いが必要です。

### 町外バス券

- 交付対象** 町内に住所があり居住している満70歳以上の方
- 交付枚数** 1人につき申請月から3月までの月数×3往復分(再交付不可)

### 交付対象と券種

| 令和6年度の介護保険料段階     | 券種    |
|-------------------|-------|
| 「第1段階」から「第3段階」の方  | 無料券   |
| 「第4段階」から「第13段階」の方 | 半額助成券 |

### 利用時の注意

- ・助成券と「高齢者バス利用助成事業利用者証」が必要です。
- ・半額助成券を利用する場合は利用運賃の半額の支払いが必要です。

### 入浴券

- 交付対象**  
①町内に住所があり居住している満70歳以上の方  
②満70歳未満で次のいずれかに該当する方  
・人工透析療法を受けている方  
・指定難病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
- 交付枚数**  
①に該当する方…1人につき最大年10枚  
※申請月から翌年3月までの期間が10カ月を下回る場合は交付枚数は変わります。  
※その他、行事(敬老会、高齢者大学など)に参加した方には、1人につき年2枚まで交付します。  
②に該当する方…1人につき月1枚として年12枚
- 利用時の注意**  
・②の場合は「身体障害者等入浴無料身分証」が必要です。

|                          |  |
|--------------------------|--|
| バス券・入浴券<br>令和7年度分の交付について | <ul style="list-style-type: none"> <li>●<b>交付開始日</b> 3月24日(月)から</li> <li>●<b>交付場所</b> 住民課福祉グループ、上厚真支所</li> <li>●<b>持ち物</b> 本人確認ができるもの、印鑑、手帳や指定難病受給者証など当該要件を証明できるもの(入浴券の②の交付を希望の方のみ)</li> </ul> |
|--------------------------|--|

## 確定申告は自分で作成してお早めに

苫小牧税務署 ☎ 0144-32-3165

確定申告会場は大変混雑します。是非、ご自宅での申告書の作成・提出をお願いします。

### 令和6年分の確定申告期限

#### 所得税および復興特別所得税、贈与税

確定申告書の提出期限は3月17日(月)

#### 消費税および地方消費税(個人事業者)

確定申告書の提出期限は3月31日(月)

確定申告会場は大変混雑します。ご自宅での申告書の作成・提出をお願いします。

国税庁ホームページでは、スマートフォンやパソコンなどから、所得税・消費税・贈与税の申告書を作成し、e-Tax(電子申告)等で提出することができます。



## 指定ごみ袋の支給

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)

紙おむつを日常的に使用している世帯に、もやせるごみ用の指定ごみ袋を支給します。

### 対象者

- ①3歳未満の乳幼児と同居している保護者
- ②厚真町家族介護用品支給事業実施要綱に基づき、紙おむつの交付を受けている方の介護者
- ③厚真町心身障害児等に係る日常生活用具の給付等に関する規則に基づき、紙おむつの支給を受けている方またはその保護者

### 支給枚数

対象者1人につき、もやせるごみ用指定ごみ袋(20リットル)を1カ月あたり10枚(年間最大120枚) ※窓口で年度分を一括支給します。

### 申請窓口

住民課町民生活グループ、上厚真支所

### 対象期間

4月1日(火)から令和8年3月31日(火)まで

# 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。



## 国民年金保険料学生納付特例制度

学生の方は国民年金の納付が猶予される特例制度があります

国民年金は、20歳以上であれば学生も加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる方は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（修業年限1年以上である課程）に在学する学生などで、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

$$\text{【所得の目安】} \\ 128\text{万円} + (\text{扶養親族等の数} \times 38\text{万円})$$

申請を希望される場合は、在学していることを証明できる書類（学生証のコピーまたは在学期間がわかる在学証明書原本）と年金手帳または基礎年金番号通知書等、番号の分かる書類をご持参の上、住民課町民生活グループへお越しください。

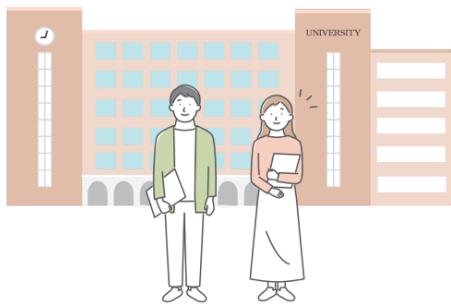
学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までの期間ですが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合は、4月初めにハガキ形式の学生納付特例申請書が届きます。引き続き、学生納付特例制度の申請を希望する場合は、必要事項を記入の上、ご返送ください。

すでに保険料が猶予されている方の国民年金保険料学生納付特例について

学生納付特例制度により、令和6年度に保険料納付を猶予されている方で、令和7年度も引き続き在学予定の方に対しては、4月初めに基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要事項を記入して返送いただくことで、令和7年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。）

なお、令和7年度に学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付を希望する場合は、納付書を送付します。お手数をおかけしますが、苫小牧年金事務所へお問い合わせください。



## ご存知ですか？ 国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。（国民年金の任意加入は、お申し出の日からとなります。）

なお、老齢基礎年金を受け取るためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として10年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加



入することができます。（昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます。）

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も国民年金に任意加入することができます。

詳しくは住民課町民生活グループまたは苫小牧年金事務所にお問合せください。

## 付加保険料制度について

付加保険料制度は、国民年金の一般保険料に加えて付加保険料（月額400円）を納めることで、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされる制度です。

付加保険料を納めるためには、申し込みが必要で、申し込み月から付加保険料を納めることとなります。

お手続きをご希望の方は、住民課町民生活グループまたは苫小牧年金事務所へお申し出ください。

令和6年度の国民年金保険料  
**月額16,980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ます。詳しくは、住民課町民生活グループ(総合ケアセンターゆくり内)まで。

相談・問い合わせ

住民課 町民生活グループ (総合ケアセンターゆくり内) ☎26-7871  
日本年金機構苫小牧年金事務所 ☎0144-36-6135



町は1月28日、総合福祉センターで北海道地域防災マスターを対象にした厚真版の避難所運営ゲーム(HUG)テストプレイを行い、10人が参加しました。

HUGは、避難者を想定したり避難所の部屋の使い方などを工夫するなど、疑似体験を通じた気づきや課題を将来に生かすための“模擬訓練”です。「避難者カード」「イベントカード」「ペットカード」の3種類200枚のカードを使い、カードの記載情報を基にして避難所の円滑な運営に役立てることをねらいにしています。

この日は、直下型地震が発生し、1時間後に厚真中央小学校に避難所が開設され、停電や電話が混線し、町内の幹線道路が通行止めという想定で、テストプレイが行われました。

参加者は、3グループに分かれて避難所の図面を見ながら避難者を交通整理。「認知症の男性は、家族に見守ってもらった方がいいか」や「車の交通整理が必要」、「大型犬はどうする？」など、刻一刻と変化する避難者などへの対応をシミュレーションしました。

## 厚真版の避難所運営ゲーム(HUG)テストプレイを開催



カード情報を基に避難所での対応を相談する参加者

## 町が<sup>うしやま</sup>聲山創一さんに地域活性化起業人を委嘱



委嘱状の交付を受けた聲山さん

町は1月21日、二地域居住政策に精通している聲山創一さんに地域活性化起業人の委嘱状を交付しました。

東京都出身の聲山さんは、約9万人が登録し、複業人材のマッチングを行う株式会社Another works(アナザー・ワークス)で共創事業責任者を務めているほか、一般社団法人シェアリングエコノミー協会で「全国二地域居住等促進官民連携プラットフォーム」の業務を担当しています。

委嘱状の交付を受けた聲山さんは「定期的に厚真町に通いながら、二地域居住事業など拠点づくりに貢献したい」と話し、西野副町長は「素晴らしい知見をお持ちなので、まちづくりのためにお力添えをお願いします」と協力を呼びかけました。



認定証を手にした折坂さん(左)と大垣さん

## 北海道指導農業士に折坂泰宏さん(軽舞)、北海道農業士に大垣勇人さん(豊沢)

道知事から認定を受けた北海道指導農業士の折坂泰宏さん(軽舞)と北海道農業士の大垣勇人さん(豊沢)が2月17日、宮坂町長に称号認定を報告しました。

称号は、地域農業の担い手として経営改善や農業の振興などに取り組む農業者について、自治体の推薦を経て北海道知事が認定します。折坂さんは、平成27年度に北海道農業士に認定されて以来、新規就農者の農業研修の受け入れなどの活動実績などが評価されました。また、大垣さんは、就農後の経営改善や生産力の向上、新たなスマート農業機器の導入と町内への普及などの取り組みが評価されました。2人は、後進の育成や農業振興への協力を語りました。

## 厚真町農業振興計画策定委員会が町に答申

厚真町農業振興計画策定委員会(畑嶋賢蔵委員長)は2月17日、宮坂町長に「第8次厚真町農業振興計画・増補版(案)」について答申しました。

答申書では、国の新しい農業改革に対応できるたくましい農業経営の育成・確保をはじめ、本計画達成に向けた施策を推進するよう強く要望しています。

土づくりに向けた施策や農業生産基盤の整備の推進、スマート農業の普及推進などを盛り込んでいます。



町長に答申書を手渡した畑嶋委員長

地域住民とのマッチングで共助型困りごと解決サービス「ミーツ」を提供するミーツ株式会社(成田智哉代表取締役CEO)が、本年度の地域づくり表彰で国土交通大臣賞に選ばれ、1月22日に町長に報告しました。

「ミーツ」は、ITを使った会員制のサービス。困りごとの依頼者、問題解決できる住民(パートナー)とも事前登録制で、除雪や通院、買い物の補助など依頼者からの困りごとをデジタル化し、パートナーにマッチングして問題を解決します。令和5年から事業を始め、延べ約900人が利用、住民主体の新たな事業として注目を集めています。

成田さんは「地域の中で依頼者とパートナーを増やし、住民自治、共助の仕組みを官民連携で広めていきたい」と語りました。

## ミーツが地域づくり表彰で国土交通大臣賞受賞



受賞を報告する櫻村さん、成田さん、水丸さん



健闘を誓う北島さん

## 北島千聖さんがスピードスケート全国大会出場

厚南中学校2年生の北島千聖さん(厚真SPEED所属)が1月24日に宮坂町長を訪ね、第45回全国中学校スケート大会(2月1日~4日、長野市オリンピック記念アリーナ)女子スピードスケート競技(1500m、3000m)への出場を報告しました。

北島さんは「慌てずに、自分のペースで良いタイムが出せるように頑張ります」と抱負を述べ、宮坂町長は「高い目標を掲げて楽しんでください」と激励しました。

北島さんは、3000mで5分6秒20のシーズンベストを記録しましたが37位、1500mでは49位となりました。



■全校集会・確認テスト・英語検定  
 (1月17日)

全校集会を開きました。佐瀬校長は、全校生が元気に登校したことをたたえ、「各学年ともまとめの時期で、3年生は社会に出る準備、2年生は自分の進路を考える時期、1年生は学びを深める時期」と呼びかけました。その後、教室で課題への確認テストを実施し、生徒2人が厚真中学校で英語検定試験を受験しました。

■令和7年度入学者選抜(1月20日)

令和7年度入学生の出願受付が始まり、3月4日(火)に入学者選抜学力検査を実施します。教育目標の「よき市民、よき社会人を育てる」ため、町や町教育委員会、公営塾、地域の皆さんにご支援を仰ぎ、学校経営を推進します。2月上旬時点の受験予定者数は31人です。

■高校魅力化会議・公営塾実務者会議の実施(1月28日)

高校魅力化会議と公営塾実務者会議を開きました。町教育委員会の佐々木主幹と齋藤さん、(株)プリマペンギーノの原さん、公営塾の山中さんと川嶋さん、校長、教頭の7人

が出席しました。今年度の確認や次年度以降の課題の確認、学校の状況報告と学校評価の途中経過を説明・協議しました。

■就職準備応援セミナー(1月31日)

3年生対象の就職準備応援セミナーを開催しました。就職内定者の入社前の不安解消や社会への順応の仕方、早期離職の防止などを学びました。ハローワークとまこまいの就職支援ナビゲーター・大山美紀さんが講師を務め、新卒者の心構えを丁寧に説明しました。

■スキー体験学習(1月31日)

登別市サンライバスキー場でスキー体験学習を行い、1、2年生48人が参加しました。天気にも恵まれ、生徒たちはインストラクターの指導を受けながら練習に汗を流し、グレンデにシユプールを描きました。



■ランタン祭り(2月1日)

生徒会と有志が、2週間前からランタンを作成しましたが暖冬のため苦戦し、目標100個に対し約60個にとどまりました。しかし、デザインを担当した生徒会執行部で2年生の木村さんも満足できる素晴らしい造形となりました。関係者の皆さんにお礼申し上げます。



# 地域おこし協力隊

厚真町で活動している地域おこし協力隊をご紹介します!

現在活動している協力隊(2月末現在)

農業▷10人 教育魅力化▷3人  
 起業型▷9人 協働型▷8人

農業支援員

まるやま りょうた  
**丸山 亮太さん**

着任:令和4年4月(3年目)  
 出身:苫小牧市



—農家を志したきっかけを教えてください。

前職は工場勤務で、日勤と夜勤の繰り返しによって、体内リズムが崩れました。実は、ミニトマトが大嫌い、ミニトマトが出されるたびに残してしまうことが作り手に失礼だと思い、克服したいと考え、自分で作ろうと思いました。さらに、厚真には親戚がいて、幼少期に山菜取りや栗拾いをした経験もあり、土地に親しみがあつたことも農業を志すきっかけとなりました。

—3年間で学んだことや印象に残っていることは?

農業の基礎知識です。「農業とは何か」「農家とは何か」を深く考える機会を得ました。研修先の農家では、町の農業の歴史を教えてください、大変勉強になりました。特に印象に残っているのは、1年目にお米の生産を経験したこと。種まきから田植え、収穫、精米、そして食べるまで携わることができ、大きな達成感を得ました。また、初めてハウレンソウを育て、収穫・出荷

まで行えた時の喜びは忘れられません。研修先で食べたレタスとトマトが非常に美味しく、感動したことも印象深い経験です。

—就農する農地は見つかりましたか?

鹿沼で見つけました。軽舞の町営住宅に住んでいた際、農業委員の方に相談したところ、地域の農家さんを紹介していただき、農地探手をサポートしてもらいました。なかなか農地が見つからず大変でしたが、偶然にも住宅付きの農地が見つかり、就農が決まりました。

—どんな農家になりたいですか?今後の目標は?

1年目はハウレンソウとブロッコリー、2、3年目はハウレンソウとミニトマトを生産する予定です。研修先で学んだ農家のように、おいしくて収量量の多い作物が育てられる農家を目指しています。将来的には花き生産にも挑戦したいと考えています。この3年間、多くの方に支えられながら成長することができました。感謝の気持ちでいっぱいです。3年間ありがとうございました。これからもよろしくお願ひします。

厚真町とみなさんの関係をつなぐウェブサイト「あつまのおと」では、地域おこし協力隊の情報をはじめ、町の「ヒト・コト・モノ」、「挑戦と出会い」の情報を発信しています。



発表します!  
**将来の夢**

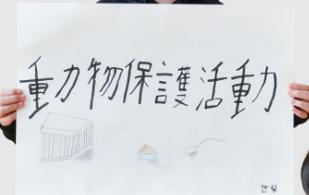


ふじおか せり  
 藤岡 世梨さん



ほりかわ きょうへい  
 堀川 恭平さん

厚真中央小学校6年



ひにし ゆうご  
 日西 優吾さん



ほし たお  
 星 太勇さん



ほんま そうじ  
 本間 総司さん

フロントスクワットの  
 素晴らしさを広めたい

「川嶋さん、トレーニングを教えてください」。昨年、厚高生が私のもとにやってきて、こう切り出しました。彼は本気でサーフィンに打ち込むため、上厚真に下宿して勉強とサーフィンを両立しながら、自身のスキルアップを図っています。真剣な眼差しが印象的でした。

彼の熱意に応えるため、週に2~4回一緒に、ウエートトレーニングをしています。基本的なフォーム習得から可動域の獲得まで非常に地道な練習が多いのですが、コツコツと努力を積み重ねた結果、それなりの重量を扱えるまでに効果が表れています。レスト(休憩)の間には、世間話から進路に関する真面目な話まで、幅広い会話を楽しんでいます。

また、最近公営塾には、大学2年生のとあるOBが遊びに来てくれています。大学のテストや長期休暇のインターンシップなど、悩み多きタイミングだということで、気兼ねなく相談に訪れています。本人いわく、高校時代と比べると学校卒業後のことで悩む時間が増えているのだそうです。

紹介した2人は境遇こそ違えども、高校・大学を卒業後どうしたらいいんだろうかと、自分なりに真剣に考えています。公営塾が「心のより所」として慕われていることに喜びを感じています。私たちも一緒に悩みながら、生徒と共に色々な可能性を探していきたいと思われれる今日このごろです。

教育魅力化支援員 川嶋 圭



トレーニングに励む生徒

よりみち通信



「よりみち学舎」は厚真高校と地域が連携しながら放課後を利用して生徒が自ら目標を発見し挑戦する公営塾です。



## こどもの予防接種

|           |   |       |                      |  |
|-----------|---|-------|----------------------|--|
| 接種日       | 未就学児  | 水曜日   | 14時～15時(この時間は一般診療休み) | 予防接種専用サイト<br> |
|           | 小学生～19歳   | 月・金曜日 | 9時～12時、14時～17時       |  |
| 予約/受付接種場所 | あつまクリニック ☎27-2422 京町15<br>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。専用サイトと母子健康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。

|                                    | 対象者   | 標準的な接種期間と回数  |
|------------------------------------|---|--|
| ロタウイルス(1価)                         | 生後6～24週未満   | 27日以上あけて2回 ※1回目は14週6日までに接種   |
| B型肝炎                               | 生後2カ月～1歳未満  | (初回)27日以上あけて2回<br>(追加)1回目終了後から20週以上あけて1回                                     |
| ヒブ(※1)                             | 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)<br>(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)<br>(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(※1)<br>(ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ)    | 生後2～90カ月未満  | (初回)生後2～12カ月未満に20～56日あけて3回<br>(追加)初回後12～18カ月あけて1回                            |
| 五種混合(※2)<br>(ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ・ヒブ) | 生後2～90カ月未満  | (初回)生後2～7カ月未満に、20～56日あけて3回<br>(追加)初回6～18カ月あけて1回                              |
| 二種混合<br>(ジフテリア・破傷風)                | 11～13歳未満  | 11歳で1回   |
| BCG                                | 生後5カ月～1歳未満  | 生後5～8カ月未満に1回   |
| MR混合<br>(麻しん・風しん)                  | (1期)生後12～24カ月まで<br>(2期)年長児相当(就学前の1年間)                 | 1期、2期ともに1回   |
| 水痘(水ぼうそう)                          | 生後12～36カ月未満<br>※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<br>(追加)初回後6～12カ月あけて1回                                     |
| おたふくかぜ(任意)                         | 1歳以上<br>※すでに罹患済みの場合は対象外                               | 1歳以上で1～2回<br>※町独自の助成により1～3歳までの初回1回のみ無料                                       |
| 日本脳炎                               | (1期)生後6カ月～7歳6カ月未満<br>(2期)9～13歳未満<br>※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<br>(1期追加)4歳:1期初回終了後約1年あけて1回<br>(2期)9歳:1回                 |
| HPV<br>(ヒトパピローマウイルス)<br>(9価)       | 小学校6年生～高校1年生相当の女子                                     | 中学1年生(6カ月あけて2回)<br>※1回目の接種が15歳を超えた場合は3回<br>(2カ月以上あけて2回接種した後、1回目から6カ月以上あけて1回) |

(※1) 令和6年3月31日までに接種を開始している方は、同じワクチンで接種を終えてください。  
(※2) 令和6年4月1日から新たに接種を開始する方は、五種混合ワクチンが適用されます。(ヒブおよび四種混合は対象外)



## 保健の掲示板 4月

住民課 健康推進グループ ☎26-7871 (総合ケアセンターゆくり内)



### 健診・検診・相談・教室など

#### 乳幼児相談

対象 2カ月から1歳2カ月までのお子さんと保護者  
とき 4月18日(金)10時～11時15分(受付)  
ところ 厚真子育て支援センター  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

#### 歯科健診・フッ素塗布

対象 1歳から就学前の未入園のお子さん  
※個別にご案内します  
とき 4月11日(金):厚真子育て支援センター  
4月17日(木):総合ケアセンターゆくり  
持ち物 歯の健康ノート(ない場合は母子健康手帳)、  
歯ブラシ、汚れても良いタオル

### こころの相談

心身ともに、こんな変化はありませんか？

- ・眠れない
- ・人の視線が気になる
- ・人に会いたくない
- ・以前よりイライラする
- ・何事にも集中できない
- ・日常生活に支障が出るほどお酒を飲む など



ストレスなどからくるこころの危険信号かもしれません。臨床心理士が、本人やご家族のこころの健康や子育ての悩みを抱える親御さんの相談に応じます。一人で抱え込まずに、ぜひご相談ください。

とき 3月21日(金)、4月18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 1週間前までに健康推進グループにお申し込みください。

### 保健所の相談

問い合わせ 苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

| 相談・検査の名称                            | 日程                    |
|-------------------------------------|-----------------------|
| 女性の健康相談<br>妊娠、出産、子育てなど女性の心身の相談      | 第1木曜日<br>※休日の場合は第2木曜日 |
| 肝炎ウイルス検査・梅毒検査<br>感染が疑われる方は無料(要事前確認) | 月2回                   |
| 骨髄バンク登録<br>登録の基準があります               | 要事前予約<br>(随時受付)       |
| HTLV-1抗体検査<br>10日前までに予約してください       | 要事前予約<br>(随時受付)       |
| HIV検査(エイズ相談)<br>無料、匿名検査(要事前確認)      | 月2回                   |

エイズ専用電話☎0144-35-7474

### 4月の夜間・日曜・祝日の医療機関

#### 内科・小児科系

苫小牧市夜間休日急病センター  
住所 苫小牧市旭町2-9-2  
電話 0144-32-0099

診療時間 平日 19時～翌朝7時  
土曜日 14時～翌朝7時  
日曜祝日 9時～翌朝7時

#### 外科系

| 日程      | 病院名           | 住所(苫小牧市)   | 電話(0144) |
|---------|---------------|------------|----------|
| 6日(日)   | みらい整形ペインクリニック | 北栄町1-22-43 | 53-7100  |
| 13日(日)  | 同樹会苫小牧病院      | 新中野町3-9-10 | 36-1221  |
| 20日(日)  | 苫小牧日翔病院       | 矢代町2-9-13  | 72-7000  |
| 27日(日)  | 苫小牧消化器外科      | 北栄町3-5-1   | 51-6655  |
| 29日(火祝) | こうよう泌尿器科クリニック | 光洋町2-6-13  | 82-8620  |

※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。



#### 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)



担当

臨床心理士 杉山 効平

今月のテーマ

## 最近ちゃんと眠れていますか？

～より良く眠ってこころの健康を保ちましょう～

「寝る子は育つ」という言葉があります。睡眠は、世代を問わず健康増進・維持に不可欠な栄養活動です。こころの健康を保つうえで「より良く眠る」ことはとても重要です。1年を通じて生活環境が大きく変わる3月は、ストレスを感じやすく自殺者が増える傾向にあるため、国は3月を「自殺対策強化月間」と定めています。快眠を意識して「こころの健康」づくりに励みましょう。

睡眠についてこんなことはありませんか？

- チェックがつかない項目が多い人は要注意です！
- 寝床で過ごす時間が長い
- 朝目覚めた時に体が休まらなかった感じがしない
- 日中に眠気が強い
- 睡眠環境が快適ではない
- (寒い・暑いなど)
- 照明・テレビをつけたまま寝る
- 日中の活動量が少ない

□ 食事時間が不規則だ  
□ 夕方以降にカフェインをとる  
□ 喫煙や寝酒習慣がある  
厚生労働省 Good Sleepガイドより一部抜粋

### より良く眠るためのコツ

こころの健康の増進のため、「より良く眠るためのコツ」を心掛け、生活習慣や睡眠環境を見直すことをお勧めします。

### ● 眠るときだけ寝床で過ごしなさい

眠くなったら寝床に入る、眠れなければ寝床から出るのがポイントです。眠れないのに寝床に入ったり眠れないのに寝床に居続ける、日中でも寝床で横になりながらテレビやスマートフォンを観ることは、身体が「寝床は起きている場所」と誤って認識します。また、眠れないときに時計を見てしまうと「もうこんな時間。まだ眠れない」と不安感が増して、寝つきが悪くなる原因になります。寝床に入ったらず時計を見ないことをお勧めします。

● 寝室はなるべく暗く心地よい温度に調節しましょう  
日中はできるだけ太陽の光を浴び、寝室は支障のない範囲で暗くし、体内時計を整えて昼夜のメリハリをつけましょう。また、寝室の温度は、季節に応じて眠りを妨げない範囲に調節しましょう。

### ● 長時間の昼寝は避けて運動習慣を設けましょう

長時間の昼寝は、夜の睡眠に悪影響を与えます。昼寝は、15時までの最大30分間にとどめましょう。また、日中しっかり身体を動かすことは質の良い眠りをもたらします。毎日運動習慣を設けましょう。

### ● 寝酒・カフェイン・喫煙を控えましょう

特に日本人は、眠れないときにお酒を飲む人が多い

と言われています。いわゆる「寝酒」は睡眠の質を悪化させ、夜中に目が覚めてしまう原因になります。また、夕方以降のカフェイン摂取や喫煙も睡眠の妨げになるため控えましょう。

良い睡眠はこころやからだの健康づくりに非常に重要です。睡眠環境や生活習慣、嗜好品の取り方を改善しても眠れなくつらい場合は、医療機関への相談も考えましょう。健康推進グループへの相談も一つの対処法です。



## 子育て支援センター 4月のよてい

申し込み・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)  
※講座などの申し込みは、各子育て支援センターまで

### 子育て講座

#### ペットボトルを使ったおもちゃを作ろう

内容：ペットボトルに水とビーズを入れて楽しむおもちゃです

日時：厚真子育て支援センター  
4月15日(火)10時～11時  
厚南子育て支援センター  
4月22日(火)10時～11時

定員：7組 申し込み：1週間前まで

#### Hello えいご・えいごであそぼう

10時～10時30分

ALTの先生と遊びを通じて英語に触れることができます。開催日は情報誌をご覧ください。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



めざそう野菜 1日350g!

あつまっ子健康レシピコンテスト おとな部門グランプリ受賞  
「とろ～りジューシーなすピザ」

1人分 熱量…117kcal 食塩相当量…0.7g 野菜…120g 食物繊維量…約3.3g



### 材料 (4人分)

- ナス…2本
- ピーマン…1個
- コーン…大さじ1
- ミニトマト…2個
- ベーコン…1枚
- ケチャップ…大さじ1
- チーズ…15g

- ①ナスのヘタを取り、縦半分に切り、ピーラーで縦に皮を1回むいて水にさらす。
- ②ミニトマトは輪切りに3等分に切る。ベーコンは1cm幅に切る。ピーマンは種をとり、輪切りにする。
- ③ナスにケチャップをぬり、ピーマン、ベーコン、コーンを並べてからチーズを乗せて、チーズにこんがり焼き色がつくまで、トースターで10分ほど焼く。

住民課 健康推進グループ(総合ケアセンターゆくり内) ☎26-7871

## まちのアイドル

3歳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



かがや あかいさん



くぼ こはるさん



問い合わせ  
胆振東部消防組合  
消防署厚真支署  
☎26-7119

## 住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅用火災警報器の設置は、消防法で義務づけられています。町内の設置率は1月末時点で全世帯数の93.0%です。胆振東部消防組合消防署厚真支署では未設置の住宅への普及・促進に取り組んでいます。

### 天ぷら油火災に水厳禁！

アパートの住人が天ぷら油を入れた鍋に火をかけたまま寝てしまい、鍋から発火した。台所に設置していた住宅用火災警報器が作動し、警報音で目が覚めた住人が鍋から火が出ているのを発見。鍋に蓋をして初期消火に成功した。

天ぷら油が燃えている時に水をかけるのは、水が爆発的に気化することで油が広範囲に飛散して炎が急激に拡大するため大変危険です。消火には蓋や濡れタオルで鍋を覆うことが有効です。火の勢いが強い場合には無理に消火しようとせず、すぐ避難して119番通報しましょう。

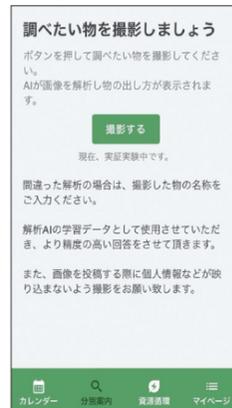
厚真町に居住する65歳以上のみの世帯を対象に、住宅用火災警報器取付費用給付事業を実施しています。詳しくはお問い合わせください。

## 町公式LINEで ごみの分別を調べられるようになりました

## 資源物・ごみ分別アプリ 3月14日リリース



資源物やごみの分別を  
名称で検索できます。  
※1



捨てたい物の写真を撮  
影して検索できます。  
※2



ごみ出しカレンダーが  
検索できます。

その他、ゴミの出し方を  
検索できたり、ごみ出し  
通知等設定などの機能も  
あります。

※1 配布しているガイド  
ブックに載せきれない品目  
も含め、約1,800品目掲載  
しています。  
※2 写真を用いて検索する  
機能は現在約100種類の物  
が検索対象となりますが、  
現在もAIによる学習によ  
り、精度向上中です。  
※画像はイメージで実際と  
は異なる場合があります。

### アプリを利用するには、厚真町公式LINEを友だち追加してください

スマートフォンなどにLINEをインストールして、次のいずれかの方法で厚真町公式LINEアカウントを友だち登録してください。

- ・厚真町公式LINEのID「@atsuma」を検索して友だち追加する
- ・右のQRコードを読み取り友だち追加する



### 利用方法

- ①メニューの「ごみ・リサイクル」を選ぶ
- ②表示される「資源物・ごみ分別アプリ」を選ぶ
- ③利用規約・プライバシーポリシーそれぞれに同意する
- ④初期設定として、お住まいの地域を設定する
- ⑤お知らせ通知が表示されるので、通知選択をする



## 防災のページ

融雪期の災害について

問い合わせ 総務課 情報防災グループ ☎27-2481

### 河川の増水・洪水

春は気温の上昇とともに雪解けが進み、河川の増水や雪崩・土砂災害などが起こりやすくなります。融雪期の災害に注意しましょう。雪解けが進むと、雪解け水が河川に流れ込んで河川の水位が上昇することがあります。更にこの時に大雨が降ると急激に水位が上昇したり、場合によっては氾濫して洪水になることもあります。融雪期は、河川に近づかないなどの注意が必要です。

皆さんの家庭に、厚真町総合防災マップを配布しています。26ページには、避難行動の4つのポイントと危険力所を記載していますので、ご一読をお願いします。

### 洪水・浸水害における避難行動のポイント

- ①浸水が始まる前に早めの避難：氾濫水は勢いが強く、膝程度の深さで歩行が困難となります。気象予報や河川洪水予報などの防災気象情報を基に、身の危険を感じたら自主的に早めの避難を開始しましょう。
- ②状況に応じた避難：周囲に危険が迫り避難場所まで移動できない場合、自宅や近隣の頑丈な建物のできるだけ高い階に避難しましょう。
- ③やむなく浸水時に歩く場合：両手を使えるようにリュックサックを背負います。長靴ではなく運動靴をはきます。傘や長い棒などをつえ代わりにして側溝やマンホール、障害物に注意しましょう。
- ④川や用水路に近づかない：降雨が続く不安に思っても、川や用水路、田畑の用水は見に行かないようにしましょう。

### 雪崩・土砂災害

雪崩は、気温が高くなる3月から4月に発生しやすくなります。雪崩には、古い積雪の上に降り積もった新雪が滑り落ちる「表層雪崩」と、斜面に降り積もった古い積雪と新雪すべてが地表面を滑り落ちる「全層雪崩」がありますが、融雪によって起こりやすくなるのは「全層雪崩」です。全層雪崩は、時速40kmから80kmの速度で滑り落ちてくるため注意が必要です。雪崩の前兆として、雪面にしわや亀裂が入ったり、ボールのような雪の塊り(スノーボール)が転がってきたりします。

### 雪崩に巻き込まれないポイント

- ①「なだれ注意報」などの気象情報が出ていないかを確認しましょう。
- ②雪崩の前兆を発見した場合は決して近づかないようにしましょう。

### 雪崩の前兆



斜面のしわ



スノーボール



亀裂

### こぶしの湯あつま イベントカレンダー 4月

問い合わせ  
こぶしの湯あつま  
☎26-7126

| 日              | 月          | 火              | 水              | 木           | 金               | 土               |
|----------------|------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|
|                |            | 1 [2倍]<br>メンズ  | 2 [3倍]<br>高齢者券 | 3<br>レディース  | 4               | 5               |
| 6 [3倍]<br>ちびっこ | 7<br>シルバー  | 8<br>メンズ       | 9<br>高齢者券      | 10<br>レディース | 11              | 12 [3倍]         |
| 13<br>ちびっこ     | 14<br>シルバー | 15 [2倍]<br>メンズ | 16<br>休館日      | 17<br>レディース | 18              | 19              |
| 20<br>ちびっこ     | 21<br>シルバー | 22 [3倍]<br>メンズ | 23<br>高齢者券     | 24<br>レディース | 25 [2倍]<br>町民の日 | 26 [3倍]<br>風呂の日 |
| 27<br>ちびっこ     | 28<br>シルバー | 29<br>メンズ      | 30<br>高齢者券     |             |                 |                 |

- 毎週日曜 ちびっこデー▷小学生はスタンプ2個
  - 毎週月曜 シルバーデー▷65歳以上はポイント3倍
  - 毎週火曜 メンズデー▷男性はスタンプ2個
  - 毎週水曜 高齢者無料入浴券の日▷町交付の無料券利用でレストランのヘルシーセットが790円→600円
  - 毎週木曜 レディースデー▷女性はスタンプ2個
  - 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
  - 毎月26日 風呂の日▷町民は入浴無料  
町内在住が確認できる身分証明書等の提示が必要  
※対象外の方はポイント3倍、スタンプ2個
  - 2と6のつく日▷ポイント3倍
  - 5のつく日▷町交付の無料券利用でポイント5倍
- ※イベントは予告なく変更することがあります。

○4月1日から朝風呂開始！6時～7時30分(7時50分閉館) ○4月16日は休館日です

### 運転免許証更新時講習 4月



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(水)、7日(月)、10日(木)、14日(月)  
17日(木)、24日(木)、25日(金)、30日(水)
- 【13時30分～14時】**  
3日(木)、8日(火)、11日(金)、18日(金)  
21日(月)、28日(月)
- 【15時～15時30分】**  
28日(月)

(一社)苫小牧地区交通安全協会  
☎0144-33-1458

### まちの善意 社会福祉協議会への寄付



### 町税・保険料 今月の納期



|    |               |
|----|---------------|
| 科目 | 後期高齢者保険料(第5期) |
| 納期 | 3月31日(月)      |

問い合わせ  
住民課 町民生活グループ☎26-7871

### 自衛官募集

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

- 予備自衛官補  
応募資格▶[一般公募]18歳以上52歳未満、[技能公募]18歳以上で、保有する技能に於て53～55歳未満(元自衛官は、自衛官の期間が1年未満)  
受付期間▶4月8日(火)まで(締切日必着)  
試験日程▶4月6日(日)～20日(日)のいずれか1日  
試験科目▶[一般公募]筆記試験(国語・数学・社会・作文)、口述試験、適正検査、身体検査、[技能公募]筆記試験(小論文)、口述試験、適正検査、身体検査
- 一般曹候補生(第1回試験)  
応募資格▶18歳以上33歳未満(32歳は要連絡)  
受付期間▶5月7日(水)まで(締切日必着)  
試験日程▶5月17日(土)～25日(日)のうち1日  
試験科目▶筆記試験(国語・数学・英語・作文・適性検査)
- 一般幹部候補生  
応募資格▶[大卒程度試験]22歳以上26歳未満(20歳以上22歳未満は大卒(見込み含む)、修士課程修了者等(見込み含む)は28歳未満、[院卒者試験]20歳以上28歳未満(修士課程修了者(見込み含む))  
受付期間▶4月4日(金)まで(締切日必着)  
試験日程▶4月12日(土)、海・空飛行要因希望者は4月13日(日)  
試験科目▶筆記試験
- 技術曹  
応募資格▶20歳以上で国家免許資格取得者等  
受付期間▶5月16日(金)まで(締切日必着)  
試験日程▶陸:6月9日(月)/海:6月16日(月)/空:6月10日(火)～12日(木)のいずれか1日  
試験科目▶筆記試験(一般教養、作文)、口述試験、身体検査(航空交通管制技能証明「飛行場管制」および航空無線通信士資格保有者は航空身体検査を実施)

### 財務専門官採用試験

財務省北海道財務局では、財政、金融のプロフェッショナルとして活躍する財務専門官を募集しています。

#### ■受験資格

- ①平成7年4月2日から平成16年4月1日生まれの方
- ②平成16年4月2日以降生まれで、大学、短期大学、高等専門学校を卒業した方および令和8年3月末までに卒業見込みの方

#### ■申し込み方法

国家公務員採用試験ウェブサイト(<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から申し込み

#### ■受付期間

3月24日(月)まで

#### ■試験日程

第1次試験日:5月25日(日)

#### ■問い合わせ

財務省北海道財務局人事課 人事係(☎011-709-2311・内線4252)

### 第33回YOSAKOIソーラン祭り市民審査員募集

演舞を観て感じた「感動」が審査基準のため、特別な技術や知識は必要ありません。

#### ■活動内容

YOSAKOIソーラン祭りの演舞の審査

#### ■審査日時

6月7日(土)9時30分～19時、8日(日)9時30分～21時の中で3～4時間

#### ■審査会場

札幌市中央区の大通公園周辺

#### ■定員

180人程度(定員を超えた場合は抽選)

#### ■申し込み

4月25日(金)まで  
※ホームページ、ファックス、郵送で申し込みください。(応募用紙はホームページから入手可)

#### ■問い合わせ

YOSAKOIソーラン祭り実行委員会(☎060-0001札幌市中央区北1条西2丁目北海道経済センター4階、☎011-231-4351、FAX011-231-4351、<https://www.yosakoi-soran.jp/>)

### 石綿(アスベスト)による疾病補償・救済

石綿による疾患は、非常に長い年月を経て発症するのが大きな特徴です。  
石綿ばく露作業に従事していたことが原因で、中皮腫や肺がんなどを発症したと認められた場合には、労働者災害補償保険法に基づく各種保険給付や石綿による健康被害の救済に関する法律に基づく特別遺族給付金が支給対象の可能性があるので、次までお問い合わせください。

北海道警察では、北海道の安全と安心を守る警察官を募集しています。

#### ■北海道警察官採用試験(第1回試験)

北海道労働局労働基準部労災補償課(☎011-709-2311)

#### ■問い合わせ

北海道警察では、北海道の安全と安心を守る警察官を募集しています。

#### ■受付期間(インターネットのみ)

3月31日(月)午後5時まで

#### ■受験年齢

平成5年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方

#### ■試験区分

A区分▽学校教育法による大学(短期大学を除く)等を卒業した方(令和8年3月末までに卒業見込みの方を含む)  
B区分▽A区分以外の方(高等学校在学中の方を除く)

#### ■試験日

1次試験 4月27日(日)

#### ■試験会場

札幌道税事務所自動車税部(☎011-746-1190)

受験者数に応じて会場を決定します。

#### ■問い合わせ

苫小牧警察署警務課(☎0144-3510110、内線211)

#### 自動車税種別割の住所変更をお忘れなく

自動車税種別割は、4月1日現在の登録に基づいて課税される税金です。引っ越しで住所が変わったときなどは、運輸支局で変更登録をしてください。

#### ■次の場合は、運輸支局で登録手続きが必要です

住所が変わったとき(変更登録)、自動車を買ったとき(移転登録)、自動車を使用しなくなったとき(抹消登録)

#### ■変更登録が間に合わないとき

道税ホームページの「自動車種別割住所変更手続」から納税通知書の送付先の変更をしてください。

#### ■問い合わせ

札幌道税事務所自動車税部(☎011-746-1190)

手や表情、空間を使って心の会話を行う手話。単語の組み合わせのみならず、ニュアンスを伝えるためにその場の空気を読み取って表現します。「難しくも楽しく、奥深い世界です。一人でも多くの方に手話を知ってもらえたら」。来年、設立30周年を迎える手話の会でのひらの土居琴恵代表に、総合福祉センターで話しを伺いました。



手話の会でのひら代表  
Vol.59 土居 琴恵さん

## 手話を通じて厚い真心の町に

会員は、小学生から70歳代までの25人で、毎週火曜日と金曜日に活動を続けています。一般的に、手話で日常会話ができるようになるまで3年位はかかると言われ、黙々と言葉を覚えるイメージがありますが、このひらでは「時間をかけて楽しく習得する」ことを大切にしているため、手話コースも取り入れています。歌詞を読み解き、顔の表情や手の動作などを交えて、歌に込められたメッセージを伝えます。「ある意味、皆さんが俳優なんですよ。全員が心を一つにして拍手を浴びた瞬間、達成感を覚えます」。

土居さんが手話を始めたきっかけは、20数年前の銀行員時代にさかのぼります。ろう者の人に窓口対応した際、簡単なあいさつもできないもどかしさから来ました。「ろう文化を学び、コミュニケーションを取りたい」。活動の原点です。

結婚を機に、厚真町に移住。ハスカップの観光農園を営みながら、厚真高校などでの手話の授業や放課後児童クラブ支援員など、積極的に活動が続いています。本業に触れると、「約2千本のハスカップの枝のせん定もしなきゃ」と笑い飛ばしました。

見えてさえいれば、心のコミュニケーションが図れるのが手話の魅力と話す土居さん。

「これからも手話を通じて、皆さんと一緒に厚い真心の町にしたいですね」

厚真で暮らす人、働く人、応援してくれる人、訪れる人・・・  
みんな、みんな、**ATSUMA LOVERS**