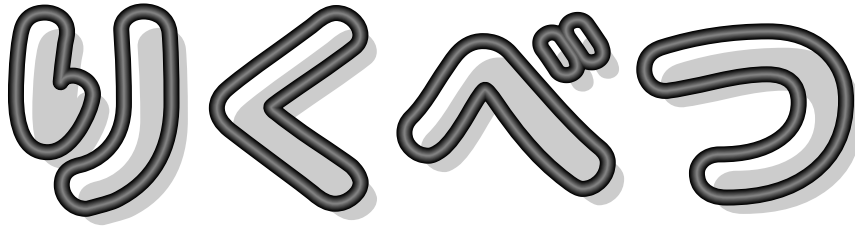


Rikubetsu Town



Public Information No.696

2019



平成31年



～今月の表紙～

第38回しばれフェスティバル

2月2日(土)～3日(日)

- ◇ 第38回しばれフェスティバル
- ◇ 町職員の給与
- ◇ オーロラウィーク2019



第38回

しばねフェスティバル

人間耐寒テストに

248人が参加

日本一の寒さを

8500人が体感!!



しばね花火



アイスコールワットにハートの雪像



お笑いステージショー「天津」と「ですよ。」



賑わう売店コーナー



耐寒テストを楽しむ参加者



木やり太鼓



しばれ湯は温かいよ！



「なつぞら」に出演する清原翔さんも参加



タオル回し選手権



「命の火」点火式

今回で38回目を迎えたしばれフェスティバルが2月2日・3日の2日間にわたって開催されました。

イベントのメインとなる人間耐寒テストには248人が挑戦。開催2日間の来場者は、延べ8500人が来場し、多彩なステージショーやアトラクションで、極寒の陸別を楽しみました。

アイスコールワットのアイスキャンドルや、ハートの雪像のワックスボールが、夜の会場にひときわ輝いていました。よしもお笑いステージショーでは「天津」と「ですよ。」が出演。お目当ての来場者で会場は大いに盛り上がりました。

2日目の朝の最低気温は、マイナス24・6℃と全国1位の寒さとなり、期待した参加者は日本一の寒さを肌で感じていました。

この日はスノーラリー・スノーラフティング、昨年は不漁で中止となったわかさぎ釣りに、「スリムクラブ」「GO!皆川」が出演するよしもお笑いステージショーなどが行われました。イベントの最後は恒例の大抽選会が行われ、大盛況のうちに閉幕しました。



お笑いステージショー『GO!皆川』



スノーラフティング



お笑いステージショー『スリムクラブ』



わかさぎ釣り



お楽しみ大抽選会



しばれくん・つららちゃんとジャンケン大会

設営協力11社に感謝状 ご協力ありがとうございました

今回のしばれフェスティバルの会場設営には、地域貢献活動として11社の協力を頂きました。各社には、アイスコールワットや雪像づくり、来場者用駐車場の除雪作業、また、会場の中心となる「命の火」の木材運搬等のご協力を頂き設営することができました。これらのご協力に対し1月29日に各社へ陸別町から感謝状が贈呈されました。

- した。協力会社は、次のとおり。
- (株)石橋建設(陸別町)
 - (株)バンドウ(陸別町)
 - (株)松浦建設(陸別町)
 - (株)渡邊組(陸別町)
 - 南建設(陸別町)
 - 帯広緑地興業(帯広市)
 - 宮坂建設工業(帯広市)
 - (株)岡崎組(本別町)
 - 川田工業(帯広市)
 - 徳井建設工業(帯広市)
 - (有)佐々木林業(陸別町)



1月29日に行われた感謝状の贈呈式



道の駅前温度計は-30℃に!!



「-30℃」を体験するため早朝から賑わう道の駅前

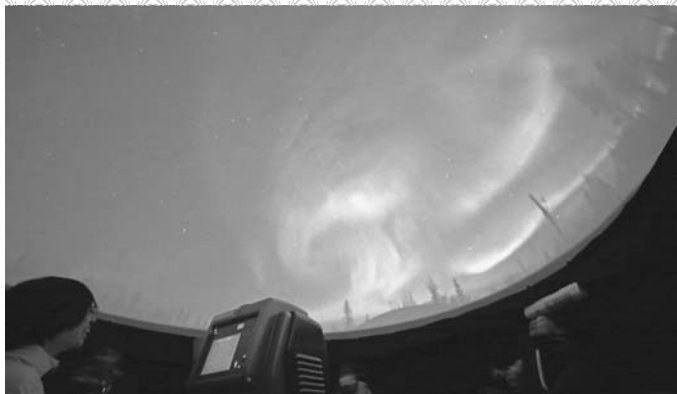
2月9日 十勝地方は強力な寒波が流れ込み、晴れて地表の熱が奪われる放射冷却現象の影響で「平成最強の寒波」の名のとおり極寒の冷え込みとなり、陸別町では氷点下31・8度を記録し、今シーズンの全国最低気温を記録

しました。

この日は早朝から、テレビ局や観光客など約1000人が道の駅前に集まり、「マイナス30℃」の温度計表示の前では、記念撮影やしばれ実験など、日本の寒さを体験していました。

氷点下31・8度を観測!!
 氷点下30度を下回るのは6年ぶり!

オーロラウィーク2019 ~カナダからオーロラを生中継~



カナダのオーロラを生中継する「オーロラウィーク2019」が1月31日から2月10日までの日程で開催されました。

オーロラのメッカ、カナダ・イエローナイフに設置された高感度カメラの映像を、インターネットでプラネタリウム内の天井スクリーンに全天投影しました。

千葉タリさん 112歳を祝う



共栄第1の千葉タリさんが、1月19日に満112歳の誕生日を迎え、入所する「しらかば苑」で祝う会が開かれ、笑顔を見せました。

千葉さんは現在、女性の道内最高齢となります。



1/15 教職員向けに プログラミング研修

教職員向けのプログラミング教育研修会が陸別小学校で開かれました。

2020年度からの新学習指導要領で導入されるプログラミング教育に備える目的で陸別小・中学校の教員25人が参加し、ITコーディネーター北海道十勝支部所属の川端氏を講師に迎え、熱心に取り組んでました。



1/16 膝・腰の痛み対策を学ぶ ～第5回ほっとカフェ～

第5回ほっとカフェがぴらっと内ぴらっと広場で開催されました。

この日は足寄町国民健康保険病院理学療法士の濱本氏を講師に迎え、参加者は普段の悩みなどを時折質問しながら、指導のもと筋トレやストレッチを行いました。



1/29 P T A連合会研修会を開催 ～長原和宣さん講演会～

陸別町P T A連合会研修会「教育講演会」が陸別中学校で開催され、ドリームジャパン（帯広市）社長の長原和宣さんが講演し、自身の体験を通じて、夢を持って一生懸命取り組むことの大切さを語りました。

陸別町P T A連合会の主催で、授業の一環として全校生徒に、保護者や関係者を含む約100人が参加しました。



1/30 保育所で雪だるまの飾り付け

陸別保育所で、しばれフェスティバルの会場内に飾る雪だるまの飾り付けが行われました。



これは陸別町開町100年記念の一環としての企画で、園児が将来の夢を書いたメッセージカードなどを、雪だるまに飾り付けました。

2/2 赤鬼、青鬼が登場!! ～陸別保育所豆まき～

陸別保育所で節分の豆まきが行われました。

園児が男女に分かれて楽しく豆をまいていると、恒例の赤鬼と青鬼が登場。園児達の悲鳴が保育所に響き渡りましたが、一生懸命豆をぶつけて鬼を撃退しました。



2/12 陸中1年生と 陸小1年生が交流会

陸小1年生の授業の一環として陸中1年生との交流会を開催しました。

この日は、陸中生徒が3班にわかれて交通安全のクイズなどで交流しました。



2/13 ふれあい昼食交流会 ～陸別町のイベントについて講演～

2月のふれあい昼食交流会が開催されました。

今月は「陸別町のイベントについて」。

陸別町観光協会が講師として、陸別町の紹介PR動画やしばれフェスティバルの「バルーンマンション」の作り方を実演するなど、陸別町のイベントを詳しく学びました。



2/14 地域貢献活動に対して感謝状

徳井建設工業株式会社（代表取締役 徳井裕昭）が、地域貢献活動として、町有地内の遊具及びフェンスを撤去していただいたことに対し、町から感謝状が贈呈されました。



町職員の給与

表1 人件費（給与費）の状況（平成30年度一般会計予算・一般職）

年度	歳出総額（A）	人件費（B）	人件費の占める割合（B/A）
平成30年度	44億0,348万円	5億2,738万円	11.98%

表2 平成30年度一般会計の職員給与費当初予算（一般職）

職員数	職員給与費			1人当たりの給与費（平均）
	給料	職員手当	合計	
79	290,492千円	236,883千円	527,375千円	6,676千円

表3 初任給と経験年数別・学歴別の平均給料月額（平成30年4月1日現在）

区分	学歴	経験年数	初任給	10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満
			一般職	大学卒	4月1日現在	179,200円
	高校卒	4月1日現在	147,100円	230,200円	—	315,400円

表4 20歳代から50歳代までの平均給料月額（平成30年4月1日現在）

区分	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代
平均年齢	25.2歳	34.3歳	44.4歳	54.2歳
平均給料	186,809円	250,886円	343,330円	389,073円

表5 主な手当の支給基準と支給月額
（平成30年12月1日現在）

区分	支給基準	支給月額
扶養手当	配偶者	6,500円
	子	10,000円 (15~22歳 5,000円加算)
	配偶者及び子以外の扶養家族	6,500円
住居手当	借家等 (7,000円以上の家賃を対象)	25,000円以内
	持ち家	17,000円
通勤手当	自家用車等利用者 (片道2km以上)	2,000~31,600円
	交通機関利用者	55,000円以内

表6 期末勤勉手当の支給割合
（平成30年12月1日現在）

支給月	町職員	国家公務員
6月	2.125ヵ月分	2.125ヵ月分
12月	2.325ヵ月分	2.325ヵ月分
合計	4.45ヵ月分	4.45ヵ月分

表8 部門別職員数の状況（各4月1日）

区分	職員数			定数	
	H30	H29	増減 (H30-H29)		
町長 部局	出納課	2	2	—	85
	総務課	12	12	—	
	町民課	8	9	-1	
	保健福祉センター	22	21	+1	
	産業振興課	16	16	—	
	建設課	7	7	—	
国保関寛齋診療所	16	15	+1		
教委事務局	11	9	+2	11	
農委事務局	1	1	—	1	
議会事務局	2	2	—	2	
選管事務局	1	1	—	1	
計	98	95	+3	100	

表7 特別職の給料・報酬の状況
（平成30年12月1日現在）

区分	給料月額	期末手当の支給割合
町長	680,000円	年間2回に分けて 4.45ヵ月分
副町長	561,000円	
教育長	510,000円	
議長	286,000円	年間2回に分けて 3.85ヵ月分
副議長	217,000円	
議員	175,000円	

○陸別町役場職員の給与などについて、お知らせいたします。
○職員の給与は、「条例」などにより基準が定められていますが、ご質問
などがありましたら、ご連絡ください。
(担当：総務課総務担当 ☎27-2141)



22 鶴岡 慎也

51 石川 直也

陸別町応援デー

北海道日本ハムファイターズでは4月12日(金)~5月12日(日)札幌ドームで開催される試合のC指定席に陸別町にお住まいの方をご招待いたします。球団公式サイト(パソコン・スマホ・携帯)よりお申込みください。※応募多数の場合は抽選となります。

試合日	対戦相手	試合開始	申込み受付期間	試合日	対戦相手	試合開始	申込み受付期間
4月12日(金)	千葉ロッテ	18:00	3月1日(金)~3月15日(金)	4月29日(月・祝)	福岡ソフトバンク	14:00	3月11日(月)~3月30日(土)
4月13日(土)	千葉ロッテ	14:00	3月1日(金)~3月15日(金)	5月 8日(水)	オリックス	18:00	3月20日(水)~4月10日(水)
4月14日(日)	千葉ロッテ	14:00	3月1日(金)~3月15日(金)	5月 9日(木)	オリックス	18:00	3月20日(水)~4月10日(水)
4月23日(火)	楽天	18:00	3月1日(金)~3月15日(金)	5月10日(金)	埼玉西武	18:00	3月20日(水)~4月10日(水)
4月24日(水)	楽天	18:00	3月1日(金)~3月15日(金)	5月11日(土)	埼玉西武	14:00	3月20日(水)~4月10日(水)
4月25日(木)	楽天	18:00	3月1日(金)~3月15日(金)	5月12日(日)	埼玉西武	14:00	3月20日(水)~4月10日(水)
4月27日(土)	福岡ソフトバンク	14:00	3月11日(月)~3月30日(土)				

応募方法

■パソコンの場合 下のURLにアクセスし、申込フォームに必要事項をご入力ください。
<https://www.fighters.co.jp/expansion/10th/hokkaido179/invitation/2019/>

■スマホ・携帯の場合 右のQRコードよりアクセスし、申込フォームに必要事項をご入力ください。

スマホ・携帯の
応募はコチラ



当選通知について 当選通知は、試合観戦日の一週間前までに当選者へのみメールにてご通知します。当選有無に関するお問い合わせはお受けできません

対象座席 C指定席(塁側は選べません)

◆個人情報取扱について 応募者の個人情報は、株式会社北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、本件を含むチケット関連のDM・アンケートなどによる案内以外には利用しません。

お問合せ先 (株)北海道日本ハムファイターズ お客様センター TEL.0570-005-586

ファンクラブ 入会しよう!!

選べる! 入会特典グッズ

A ウィンドブレーカー (1100円以上)	B MEIロケット電子レンジ	C BIG バスタオル	D キッズリュック&キャップ
-----------------------	----------------	-------------	----------------

WEB・クレジットカードお申込み限定 パーソル バリーグTV3ヵ月分無料視聴権

ファンクラブ会員先行販売 & 会員優待チケット

指定席 500円 OFF
自由席 300円 OFF

豪華な来場プレゼント

年会費3,600円(税込) 入会はコチラ

小学生以下は自由席 入場無料

後期高齢者医療制度のお知らせ

～高額介護合算療養費について～

■ 高額介護合算療養費について

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度及び介護保険から支給されます。なお、手続きには市区町村窓口への申請が必要となります。

- 後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。
- 支給額が500円以下の場合には支給されません。

◆ 自己負担限度額表

【1年分の自己負担額の計算期間：8月1日～翌年7月31日】

負担割合	区 分		自己負担額の合計の基準額
3 割	現 役 並 み 所 得 者 (※1)		【課税所得690万円以上】 2 1 2 万円
			【課税所得380万円以上】 1 4 1 万円
			【課税所得145万円以上】 6 7 万円
1 割	一 般		5 6 万円
	住民税非課税世帯	区分Ⅱ (※2)	3 1 万円
		区分Ⅰ (※3)	1 9 万円

- ※1 現役並み所得者の限度額は、平成30年8月以降から変更となります。
- ※2 世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
- ※3 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円（公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下）、または老齢福祉年金を受給している方

申請される方は、陸別町役場 町民課 国保・衛生担当までお申し出ください。

■ 高額介護合算療養費勧奨通知の発送時期について

高額介護合算療養費の勧奨通知は、支給対象となる方に例年1月～2月に発送しておりましたが、平成29年度分（計算対象期間：平成29年8月1日～平成30年7月31日）は、3月～4月に発送予定です。

お 問 い 合 わ せ 先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階

☎ 011-290-5601

陸別町役場

町民課 国保・衛生担当

☎ 0156-27-2141

後期高齢者医療制度のお知らせ

～整骨院・接骨院、はり・きゅう、あんま・マッサージのかかりかた～

■ 医療費の適正化について

整骨院・接骨院、はり・きゅう、あんま・マッサージなどの施術を受ける場合には、医療保険が「使える場合」と「使えない場合」があります。

医療保険の使える範囲を正しく理解し、適切に受診することが医療費の適正化につながります。医療費の適正な支出のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

◆ 整骨院・接骨院（柔道整復師）のかかり方について

○ 医療保険が使える場合 ○

- ◇医師や柔道整復師に骨折、脱臼、打撲及び捻挫等（肉ばなれを含む）と診断または判断され、施術を受けたとき。
※骨折・脱臼については、応急手当の場合を除いて、あらかじめ医師の同意が必要です。
- ◇骨・筋肉・関節のケガや痛みで、負傷原因がはっきりしているとき

× 医療保険が使えない場合 ×

- ◇脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善がみられない長期の施術
- ◇保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷等の治療中のもの
- ◇施術所以外で施術を受けた場合（往診は除きます）

◆ はり・きゅう、あんま・マッサージのかかり方について

○ 医療保険が使える場合 ○

- ◆はり・きゅう
 - ◇神経痛、リウマチ、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症、頸腕症候群などの慢性的な疼痛を主症とする疾患
- ◆あんま・マッサージ
 - ◇筋麻痺（筋肉の麻痺）、関節拘縮（関節が硬く完全に曲がらないあるいは完全に伸びきらない症状）など

× 医療保険が使えない場合 ×

- ◆はり・きゅう
 - ◇保健医療機関（病院、診療所など）で同じ対象疾患の治療を受けている場合
- ◆はり・きゅう、あんま・マッサージ 共通
 - ◇疲労回復や慰安を目的としたもの
 - ◇医師の同意がない場合

◎ 領収書は必ずもらって保管しておきましょう。

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
☎ 011-290-5601

陸別町役場

町民課 国保・衛生担当
☎ 0156-27-2141

英語指導助手

ピルのコラム

No. 10

新年快樂！新年あけましておめでとございます。(中国では新年は旧暦です) 日本では旧暦が祝日になっていまして、お祝いをしてみたいですね。台湾のような国では1週間休みになります。カナダでは、お休みはありませんが、たくさんのお店が閉まっています。家族やお店でお休みのようにお祝いをします。家族や親戚が外食したり、家ではたくさん料理が振る舞われます。でも、日本には他の国にはないゴールデンウィークがあります。この休みが日本の皆さんにとってリラックスタイム、たこえ少し混んでいたとしてもどこか旅に出る絶好の機会になります。

冬休みが終わって、陸別で最大のフェスティバルにボクは初めて参加しました。イグルー(氷のかまくら・バルーンマンション)に泊る耐寒テストを初めて聞いたときは、とてもカッコいいと思いました。カナダではテレビのドキュメンタリーとか学校での授業でしかイグルーを見たことがなかったからです。イグルーづくりを手伝ったとき、雪のプロックで積み上げせず、薄い布に水を吹きかけるのにはびっくりしました。また、氷の滑り台にはガスバーナーを使っているのを見たのは初めてでした。

フェスティバル当日、町外からたくさんの方が耐寒テストに参加しているのを見ました。参加者は暖かくするため、たくさん重ね着していました。耐寒テストには3人いないと参加できないと思っていましたので、その日は誰かに声をかけて参加したかったです。言葉の壁がボクを臆病にさせて



ました。(実際は予約さえすれば1人でも参加できます)。来年はぜひ参加したいと思っています。「命の火」はとても興奮しました。来年は子どもたちのために小さなキャンプファイアーがあるといいと思います。そこで焼きマシユマロをしたらいいと思います。きっと人気が出ますよ。

2月と3月には町民向けの英会話教室があります。初めてなので教室をしたときはとても緊張しました。受講生の皆さんがこの英会話教室を楽しんでいただくことを願うばかりです。悪いところがあれば直しますので、教えてください。

カナダに行った生徒たちが、帰国後レポートを書きました。彼らのレポートを見て、カナダをどう見ているのか読むのがとても面白いです。ボクにとってカナダは不便で物価が高いと感じますが、生徒たちにとってはすべてが違って新しく感じたことでしょうか。ボクが日本に対して感じたことと似ていると思います。日本ではボクにとってすべてが新しい経験でも面白いのです。1月や2月は陸別にとって一番寒い時期ですが、空気が乾燥しているので、ボクはあまり寒さを感じません。空気が乾燥している雪がとてもバサバサなので、雪だるまを作るにはすこし水をくまなければなりません。冬にはあまりすることがないので来年はたくさんいろいろなことをしたいと思っています。それでは、また。

公民館新着情報

◇一般図書

- 1R 1分 34秒 (芥川賞受賞作) 町屋良平
- ニムロッド (芥川賞受賞作) 上田岳弘
- 宝島 (直木賞受賞作) 真藤順丈
- 銀河の森、オーロラの合唱 太田紫織
- 木曜日の子ども 重松 清
- 新章 神様のカルテ 夏川草介
- 選ばれる女になりなさい ラトナ・サリ・デヴィスカル
- 「断捨離したいナンバーワン、それは夫です」..... やました ひでこ

◇児童図書

- いちごちゃん さとう めぐみ
- 昨日のぼくのパーツ 吉野万理子
- ハッピー・ハグ オイン・マクラリン、ポリー・ダンバー
- バドミントンデイズ 赤羽じゅんこ、さかぐち まや
- こわい! わるい! おばけ虫 むらい かよ
- 未確認生物大図鑑 山口敏太郎
- おいしいれいじさん 尾崎玄一郎、尾崎由紀奈
- でこぼこホットケーキ よしだあつこ、川副真佑美

◇CD

- 「シングル」 Mrs. GREEN APPLE
- 僕のこと Mrs. GREEN APPLE
- 笑顔のループ AAA
- 「アルバム」

- POP VIRUS 星野 源
- FLAVA Little Glee Monster

◇DVD

- プーと大人になった僕
- 空飛ぶタイヤ
- 関ジャニ's エイターテイメント GR8EST

公民館図書室よりお知らせ

3月は裁縫などの手作り及び映画化原作本特集
手作りバックなど作ってみませんか。原作と映画では結末が違う場合も...

※本の貸出期間は3冊2週間です。

冬季スポーツ大会結果

第20回 町民フロアーリング大会 (2月12日)



Aブロック
優勝
下陸別 B



Bブロック
優勝
若葉 C

第3回 町民カローリング大会 (2月18日)



Aブロック
優勝
若葉 4



Bブロック
優勝
新町 2 区



第21回 町民しばれパークゴルフ大会 (2月16日)

〈男性〉 優勝 土井勝夫さん 準優勝 望木四郎さん 第3位 小南光美さん
〈女性〉 優勝 望木照子さん 準優勝 飯尾ノブエさん

対 象	対象となる 事故の範囲	年間掛金 (1人当たり)	傷 害 保 険 金 額			
			死 亡	後遺障害 (最高)	入 院 (1日につき)	通 院 (1日につき)
子ども (中学生以下)	団体活動中と その往復中	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円
大 人 (高校生以上)	65歳未満	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円
	65歳以上	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円

※入院・通院保険金の支払いは、事故の日から180日以内が対象になり、入院は180日、通院は30日が限度となります。

〈受 付〉平成31年3月1日から

〈保険責任期間〉・平成31年4月1日～平成32年3月31日まで

・平成31年の3月中に申し込みいただくと4月1日より有効となりますが、それ以降の申し込みについては申込日の翌日または翌々日から平成32年3月31日までが期間となります。

《加入方法》保険加入者の住所・氏名・生年月日を明らかにし、掛け金を持参して役場3階教育委員会でお申し込みください。

※ご不明な点がございましたら、教育委員会 社会体育担当 (☎27-2123) までお問い合わせください。

スポーツ安全保険
平成31年度分受付開始

< 3月 >

陸別町の子育て支援情報

【問合せ先】
保健福祉センター ☎27-8001

日	曜日	行事等	子育て支援関係	担当
1	金	ひなまつり (保育所)		
2	土			
3	日			
4	月		自由遊び (保健センター)	らっこクラブ
5	火		1歳6か月児・3歳児健診・フッ化物塗布 (保健センター)	保健福祉センター
6	水		保育所園児対象フッ化物塗布 (保健センター)	〃
7	木	陸別保育所・入所体験日1回目	親子リズムあそび (保健センター・親子ひろば)	〃
8	金			
9	土			
10	日			
11	月		自由遊び (保健センター)	らっこクラブ
12	火	陸別保育所・入所体験日2回目		
13	水			
14	木		親子リズムあそび (保健センター・親子ひろば)	保健福祉センター
15	金			
16	土			
17	日			
18	月		自由遊び (保健センター)	らっこクラブ
19	火		妊婦・乳幼児相談 (保健センター)	保健福祉センター
20	水	お誕生会・お別れ会 (保育所)		
21	木	● 春分の日 ●		
22	金			
23	土			
24	日			
25	月	保育所卒園式 9:30~	自由遊び (保健センター)	らっこクラブ
26	火	保育所春期休所 (4月4日まで)		
27	水			
28	木		親子リズムあそび (保健センター・親子ひろば)	保健福祉センター
29	金			
30	土			
31	日			

※自由あそび (月曜日)・親子リズムあそび (木曜日) は午前中の開催です。

◇子育て支援センターから◇

- 乳幼児とその保護者が自由に利用することができる「子育て親子ひろば」を開設しています。子どもたちの交流はもちろん、お父さん・お母さんの子育て情報を得る機会に、是非ご利用ください。
日時：毎週 月～金曜日 午前9時30分から 場所：保健センター内 (トレーニング室の隣)
- 妊婦・乳幼児相談は、歯科相談にも対応します。(歯科衛生士常駐)
歯や歯並びのことでご相談がありましたらお気軽に声をかけてください。

ASHORO

足寄から

第44回 足寄町消費生活展

足寄町の農畜産物や町民から集められたリサイクル品などが出品されるほか、足寄餅つき隊によるお餅の無料配布も行われます。ぜひ、ご来場ください。

日時 3月24日(日) 午前10時~11時30分

場所 足寄町民センター

- 内容
- ・農畜産物消費拡大コーナー
 - ・郷土物産展示即売コーナー
 - ・包丁研ぎ奉仕コーナー
 - ・旭町ふれあいプラザ陶芸クラブコーナー
 - ・生ごみ堆肥無料配布コーナー ほか

詳細 足寄町役場住民課住民生活担当
☎25-2141 内線225

HONBETSU

本別から

キレイマメブランドのお知らせ

「キレイマメ」ブランドは、本別町が発祥の「中生光黒大豆」を原料とした加工品のシリーズです。黒豆ならではのポリフェノールなど多くの栄養素を含み、あなたのキレイと健康を体の中から応援します。



おすすめ商品

キレイマメ素焼黒豆 (プレーン・しお・こがし味噌)
素朴な味わいで、黒豆のおいしさを堪能できます。
ポリポリとそのままお酒やお茶のおともに最適です。

販売場所 本別町 豆屋とかち岡女堂本家
道の駅「ステラ★ほんべつ」など

問い合わせ 本別町役場企画振興課商工観光・元気まち担当 ☎22-8121

健康コーナー 248

☆タバコについて

【担当】
保健福祉センター
保健指導担当 技師
管理栄養士 谷本 佑太



2月はとても寒さが厳しかったですね。これから春に向けて暖かくなっているほしいものです。

さて、このたび『健康増進法の一部』が改正されました。内容は『望まない受動喫煙を防止する』というものです。

そこで、今月の健康コーナーでは、タバコに関する内容をお伝えしていきます。

タバコとは

タバコは、刻んだタバコの葉を紙で巻いたものに、火をつけて煙を吸いこみ、味や香りを楽しむ嗜好品のひとつです。

一方、吸い込む煙（主流煙）や、火のついたタバコ（副流煙）には、多くの有害物質が含まれており、身体に様々な悪影響を及ぼします。

身体への影響

タバコの煙には、発がん性などの危険性をもつ200種類以上の有害物質が含まれており、主に「ニコチン・タール・一酸化炭素・微細粒子」の4種類に分けられます。

また、これらの有害物質は主流煙より副流煙の方に多く含まれています。

物質	作用
ニコチン	・末梢血管の収縮 ・高い依存性
タール	・発がん性
一酸化炭素	・酸素運搬障害
微細粒子	・刺激による咳、痰

そして、継続的に喫煙習慣のある方は、肺がんや咽頭がんのリスクが高くなります。喫煙指数が大きければ

ば大きいほど、リスクが高くなるというわれています。喫煙指数は簡単に計算できます。以下に計算式と分類を示しますので、計算してみてくださいいかがでしょうか。

喫煙指数
〔ブルクマン指数〕 = 喫煙本数 × 喫煙年数
（日）

喫煙指数	分類
400以上	肺がん危険群
600以上	肺がん高度危険群
1,200以上	咽頭がん高度危険群

また、喫煙はがん以外の疾患にも多く影響しており、COPD（慢性閉塞性肺疾患）や心不全、胃・十二指腸潰瘍などの発症リスクが高くなります。

受動喫煙の影響



タバコを吸わない人が、タバコの煙（副流煙）の混ざった空気を吸ってしまうことを『受動喫煙』といいます。

受動喫煙でも頭痛、頻脈、血圧上昇をはじめ、肺がん、喉頭がん、胃潰瘍

など、健康被害の起きる危険があります。

また、子どもへの受動喫煙も非常に危険です。妊婦の喫煙はもちろん、受動喫煙でも低出生体重児や流産の可能性があります。出産後も子どもの受動喫煙では、乳幼児突然死症候群や喘息発症などの危険もあるといわれています。

健康増進法の一部改正

平成30年7月に健康増進法の一部が改正され、『望まない受動喫煙を防止する』ための内容が定められました。

平成31年1月からは、『屋外や家庭等において喫煙をする際、望まない受動喫煙を生じさせることがないよう周囲の状況に配慮しなければならない』という規定が施行されました。

平成31年7月からは、『学校・保育所・診療所・行政機関等は敷地内禁煙とする』という規定が施行される予定です。

このように、受動喫煙を防止するための規定が施行されています。喫煙する際

は、受動喫煙を防止するため、周囲に配慮することが義務づけられました。

禁煙の効果

禁煙すると肺機能の改善や各種がんのリスクが低下していきます。さらに、禁煙後2年以内に心不全の憎悪が抑制され、5年以内には脳卒中の発症リスクが非喫煙者と同じ程度になるといわれています。

また、禁煙することで、周囲の人がタバコの煙を吸うことも無くなり、受動喫煙を防止することができます。

タバコは嗜好品として、世界でも好まれているもののひとつです。しかし、リスクも大きいです。自身の健康ももちろんですが、周囲の健康のためにも、まずは受動喫煙に気をつけてみてはいかがでしょうか。そして、その後はぜひ禁煙を。普段の生活の中で、なにか気になることがありましたら、お気軽に保健福祉センターまでお問い合わせ下さい。

電話（2718001）

情報
INFORMATION

陸別町内の農地の賃借料情報

平成21年の農地法改正により、従前の「標準小作料制度」が廃止されました。また、改正された農地法第52条により、農業委員会が農地の保有及び利用の状況、借賃等の動向などの情報の提供をすることが明記されましたので、地域の実勢の賃借料の情報を提供いたします。

平成30年1月から12月までに締結（公告）された農地の賃貸借における賃借料水準（10アール当たり）は次のとおりとなっています。

地目 畑（普通畑） 地域 陸別町全域 平均額 2,700円
最高額 6,200円 最低額 700円 データ数 402件

※データ数は、集計に用いた筆数である。

※金額は、算出結果を四捨五入し100円単位としている。

問合せ 陸別町農業委員会 ☎27-2141 内線121

本別警察署から 平成31年度(第1回) 警察官採用試験のご案内

警察官採用試験を次のとおり実施します。多くの方の受験をお待ちしています。受験願書は本別警察署にあります。

受付期間 3月1日（金）～4月12日（金）

1次試験 5月18日（土）

試験会場（1次試験） 帯広市、釧路市等道内22会場及び
道外3会場（東京、青森、大阪）

試験区分及び受験資格

試験区分	学 歴	年 齢
A 区 分	学校教育法による大学（短期大学を除く）等を卒業した者（平成32年3月卒業見込者を含む）	昭和62年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた者
B 区 分	A区分以外の者	

問合せ 本別警察署警務課警務係

☎0156-22-0110（内線211）

陸別町奨学生を募集します

平成31年度の陸別町奨学生を下記のとおり募集します。

募集人員 大学（専門学校含む）及び高校 若干名

募集締切 平成31年4月5日（金）（期限厳守）

奨学資金の貸付額 大学等 月額 50,000円以内
高 校 月額 30,000円以内

貸付対象者

○高等学校以上の在学者及び入学者

○保護者が陸別町に同居登録をし、居住している方

○医療介護技術職員養成修学資金の貸付を受けていない方

★貸付を希望する方は、奨学資金貸付申請書等の書類（教育委員会にあります）を期限までに提出してください。

★最終学校卒業後一定の条件により奨学資金の返還を免除される場合があります。

★詳しくは陸別町ホームページをご覧くださいか、教育委員会管理担当へお問い合わせください。

（陸別町教育委員会管理担当 ☎27-2123）

平成31年度国家公務員採用試験のお知らせ

○総合職試験（院卒者・大卒程度）

インターネット申込期間

3月29日（金）～4月8日（月）

○一般職試験（大卒程度）

インターネット申込期間

4月5日（金）～4月17日（水）

○一般職試験（高卒者・社会人）

インターネット申込期間

6月17日（月）～6月26日（水）

申込専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

問合せ 人事院北海道事務局第二課試験係

☎011-241-1248

陸別町学童保育所入所児童の募集

教育委員会では、平成31年度陸別町学童保育所の入所児童を募集しています。共働き等により放課後、家庭における保護者の保護を受けられない児童を対象としています。（平成31年4月1日現在で小学校1年生から6年生までの児童）

すでに保育所と小学校の対象者に募集案内と入所申請書を配布していますが、ご不明な点等がありましたらお問い合わせください。

問合せ 陸別町教育委員会社会教育担当

☎27-2123

自動車税の住所変更をお忘れなく

自動車税は、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。

※手続きが必要なとき

・住所が変わったとき（変更登録）

・自動車を売買したとき（移転登録）

・自動車を使わなくなったとき

（抹消登録）

※変更登録が間に合わないときは、札幌道税事務所に連絡いただくか、道税ホームページから自動車税の住所変更手続きが可能です。

問合せ 札幌道税事務所自動車税部

☎011-746-1197

陸別町長及び 陸別町議会議員選挙

4月21日(日) 投票日

投票時間
 役場(第1投票所)で投票をする方
 午前7時から午後7時まで
 役場以外(第2〜第5投票所)で
 投票をする方
 午前8時から午後5時まで

期日前投票及び不在者投票
 期間 4月17日(水)〜4月20日(土)
 時間 午前8時30分〜午後8時

場所 役場1階 第1会議室

北海道知事及び 北海道議会議員選挙

4月7日(日) 投票日

投票時間
 役場(第1投票所)で投票をする方
 午前7時から午後7時まで
 役場以外(第2〜第5投票所)で
 投票をする方
 午前8時から午後5時まで

期日前投票及び不在者投票
 期間 知事 3月22日(金)〜4月6日(土)
 道議 3月30日(土)〜4月6日(土)

時間 午前8時30分〜午後8時

場所 役場1階 第1会議室

消費生活相談室から

〜かみちゃんです〜

第71回

消費生活
専門相談員

上村正子

☆この通話は録音されています「詐欺予防に効果

先月は第70回の記念号「たかちゃんのおばあちゃん編」ありがとうございました。身近な方の詐欺被害を取材しての文章。誰もがターゲットになる時代を、あらためて恐ろしく感じました。

被害にあった方が警察に届け出るのにはくわずか、一割程度と言われています。一昨年、高齢者の高額な詐欺事件がおきたT町でも、被害にあった方は警察への届出をしませんでした。町内でおきた高額被害ですが、町民は実態を知らないまま。広報で注意を呼びかけることもできませんでした。

役場では、今後の被害防止策を検討の結果、録音機能を電話機に取り付ける作業をすすめています。対象は、高齢者世帯と高齢独居の世帯で費用は町が負担。

最新の機種は取り付けるだけでOK。難しい操作も不用です。実際に取り付けた方は「勧誘の電話が来なくなった」と言います。効果は上々のようですが普及率は今ひとつ…なのだそうです。

2年ほど前でしょうか。陸別町も他町に先がけて録音機能の取付けを試行しましたが、利用がすすみませんでした。新しいことへの挑戦、高齢者にはハードルが高いのだと思います。

☆その警報器、10年以上たっていないませんか…。

家庭用火災報知器の話です。消防法で設置が義務化されたのは10年以上前のこと。陸別町では平成20年6月1日から2年以内の設置を呼び掛けました。台所や寝室に設置してある火災報知器が、本体交換の時期をむかえています。

住宅火災が多発する季節。国民生活センターが「くらしの危険」1月号で注意情報を出しました。「その警報器、10年以上たっていないませんか?」「10年を目安に本体を交換しましょう」と言っています。

お恥ずかしい話ですが、かみちゃんは知りませんでした…。「取り付けてから10年経つと、本体機能の劣化や電池切れなどで、正しく作動しないこともある。10年を目安に本体交換をおすすめします」と私たち一般国民への注意情報が出されています。春秋の火災予防週間など、消防署も呼びかけをしていたことでしょうか。情報を的確にキャッチするのは難しい…。

消費生活専門相談員による相談窓口は、月2回開設しています。
3月の開設日は14日(木)と28日(木)です。

