

Town Rikubetsu

りくべつ

Public Information No.644

2014



平成26年



～今月の表紙～

第17回日産カップ陸別こがらしマラソン

この日は陸別のアメダス観測気温が+22.3℃まで上昇。参加者183名は秋晴れの中、晩秋の日産自動車(株)北海道陸別試験場で心地よい汗を流した。

(10月26日)

- ◇2014ラリー北海道
- ◇平成26年度上半期財政状況
- ◇国民年金特集

Rally Hokkaido

2014ラリー北海道

初秋の陸別を疾走



アジア・パシフィックラリー選手権で2位となった新井敏弘選手のスバル・インプレッサWRX STI



全日本ラリー選手権で優勝した奴田原文雄選手の三菱ランサーエボリューション

今回で13回目となる、ラリー北海道が今年も十勝を舞台に9月26日から28日までの日程で開催されました。27日は、陸別サーキットを中心に競技が行われ、集まったラリーファンが7カ所の観戦エリアで迫力ある競技車両の走行を楽しみました。

また、会場では公式グッズや町の特産品販売のほか、陸別ラリーを成功させる会による「グッズオークション」も行われ、会場を盛り上げました。

関寛齋没後102年

白里忌

〜関寛齋をしのぶつどい

10月15日 陸別開拓の祖・関寛齋の慰霊祭「白里忌」（陸別関寛齋顕彰会主催）が命日となる15日に町内関の「寛齋の丘」で行われました。

この日は、天候にも恵まれ、参加した約20名は、今年で没後102年となる関寛齋の偉業に思いをはせながら献花を行いました。

また、続いて開かれた「しのぶつどい」では、東京の映画監督山田和広さんから寛齋の生涯を描く映画の製作構想が説明され、製作準備委員会の設立や情報を発信するホームページの開設について提案がありました。



寛齋の丘で献花を行う出席者（写真上）としのぶつどいで交流する出席者の皆さん（写真下）

地域の子供たちの安全を守る



㈱石橋建設が通学路をパトロール

（㈱石橋建設（石橋勉代表取締役）が、地域貢献活動の一環として小中学校の通学路パトロールを開始しました。

このパトロールは、全国的な事件となつてくる登下校時の事件・事故を未然に防止することを目的に、同社が行う道路パトロール業務に併せて実施するものです。期間は10月6日から年末の終業式までで、同社2台のパトロールカーが登下校の時刻に合わせて1日おきに市街地の通学路を巡回します。

同社の石橋堂裕専務は、「もしもの事を考えて、少しでも子供たちの安全を守るよう実施することを決めた。何かあったら黄色いパトロールカーに声をかけて」と話しています。

9月20日 陸別ラリーを成功させる会がリニューアルしたコース内に設置の「ウオーターズプラッシュ」の完成記者発表がありました。



10月23日 ㈱アスワン（幕別町、木川靖洋代表取締役）が地域貢献活動の一環として9月20日に行ったコース整備等への協力に対して、陸別町と陸別ラリーを成功させる会から感謝状が贈られました。



10月12日 陸別での今年最後のラリー「とちかち2014」が陸別サーキットを中心に行われました。



星空と音楽を楽しむ2夜

町民星空コンサート

9月26日・27日 町民星空コンサートが銀河の森天文台で開かれ、2夜連続で秋の夜長を音楽で楽しみました。

26日のリコーダーコンサートでは、陸別リコーダーアンサンブルクラブの小中学生が秋にちなんだメドレーなど10曲を演奏。また、ゲスト出演で陸別小学校の教諭2名も演奏を披露し、会場を盛り上げました。

27日のアコースティックライブには、町外からのゲスト出演を含む8組が参加。アコースティックギターを中心とした演奏と歌に会場からは大きな拍手が贈られました。



26日のリコーダーコンサート（写真上）と27日のアコースティックライブの様子（写真下）

(平成26年9月30日現在)

半期の財政状況

町民の皆さんに、陸別町の財政状況についてお知らせします。

特別会計

単位:千円

会計名	予算額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険事業勘定	430,178	171,682	39.91%	182,789	42.49%
国民健康保険直営診療施設勘定	424,080	203,785	48.05%	196,503	46.34%
簡易水道事業	205,613	86,753	42.19%	71,191	34.62%
公共下水道事業	108,341	63,241	58.37%	47,153	43.52%
介護保険事業勘定	261,957	117,818	44.98%	107,444	41.02%
後期高齢者医療保険	40,566	15,480	38.16%	8,901	21.94%
特別会計 計	1,470,735	658,759	44.79%	613,981	41.75%
一般会計(再掲)	4,680,282	2,127,883	45.46%	1,800,285	38.47%
(参考) 全会計合計	6,151,017	2,786,642	45.30%	2,414,266	39.25%

基金(貯金)と町債(借金)

単位:千円

基金	5,515,527	町民一人あたり	2,125
町債	5,748,855		2,215

※一般会計・特別会計の合計額

※平成26年9月30日現在 2,595人

平成25年度決算に基づく健全化比率及び資金不足比率を公表します

1. 健全化比率

指標の名称	陸別町の比率	※1 早期健全化比率	※2 財政再生基準	用語の説明
実質赤字比率	—	15.0	20.0	一般会計の赤字額を元に算出する比率
連結実質赤字比率	—	20.0	30.0	全会計の赤字額を元に算出する比率
実質公債費比率	7.6	25.0	35.0	過去3カ年の町債の返済額を元に算出する比率
将来負担比率	—	350.0	設定なし	今後の町債の返済総額から基金等を差し引いた額などから算出する比率

※1 財政状況が悪化しており、自主的に改善策を実施する必要があると判断される基準

※2 財政状況が悪化しており、国の管理のもと財政再建を行わなければならないと判断される基準

2. 資金不足比率

特別会計の名称	陸別町の比率	※3 経営健全化基準	用語の説明
簡易水道事業	—	20.0	公営企業が自主的に改善策を実施する必要があると判断される基準
公共下水道事業	—	20.0	

※いずれの比率においても、判断基準を下回っており、陸別町の財政状況は健全な状態といえます。

※3 公営企業の財政状況が悪化しており、自主的に改善策を実施する必要があると判断される基準

平成26年度 上

財政事情説明書の作成及び公表に関する条例の規定により、

一般会計 予算額 4,680,282千円

上段: 予算額 下段: 収入額 単位: 千円

歳入 (収入)	項目	金額	比較	
			予算額	収入額
	国で集めた税金を財政事情等に応じて交付するもの 地方交付税、地方譲与税交付金、消費税交付金など	2,385,642 1,706,222		
	公共施設整備等のために、銀行や国から借りるお金	町 債 644,316 0		
	公共施設整備等のために町の基金(貯金)を取り崩ししたお金	繰 入 金 558,700 0		
	町民税や固定資産税など皆さんに納めていただいたお金	町 税 289,424 139,466		
	国からの補助金や負担金	国庫支出金 213,586 59,220		
	北海道からの補助金や負担金	道支出金 209,446 30,859		
	貸付金の元利収入・雑入など	諸 収 入 153,466 59,153		
	公営住宅や保育所などの公共施設の使用料 ゴミ処理にかかる手数料など	使用料手数料 138,693 69,526		
	各種負担金、財産収入、寄付金、前年度からの繰越金など	そ の 他 87,009 63,437		
	合計		2,127,883	収入率 45.46%




上段: 予算額 下段: 支出額 単位: 千円

歳出 (支出)	項目	金額	比較		
			予算額	支出額	
	役場全般の管理、町有林、企画、税務、戸籍、選挙関係などの経費(道の駅、天文台も含みます)	総 務 費 853,977 348,303			
	小中学校の管理、社会教育、給食センター建設などにかかる経費	教 育 費 713,541 124,654			
	社会福祉・保育所管理などにかかる経費	民 生 費 552,533 226,375			
	借入金の返済にかかる経費	公 債 費 525,224 317,738			
	農業、林業振興、加工センター管理、営農用水などにかかる経費	農林水産業費 487,950 101,143			
	保健センター管理、予防選手や健康相談、診療所、簡易水道、ゴミ処理などにかかる経費	衛 生 費 482,966 256,033			
	道路橋りょう、公営住宅、下水道などにかかる経費	土 木 費 361,563 163,287			
	消防署の運営、災害対策などにかかる経費	消 防 費 311,276 97,961			
	商工業の振興、消費者対策、観光振興、公園管理などにかかる経費	商 工 費 275,987 133,205			
	議会費、労働費、災害復旧費、予備費	そ の 他 115,265 31,586			
	合計		1,800,285	支出率 39.44%	

年 金 特 集 号

国民年金への加入と保険料

20歳以上60歳未満の人はみな国民年金に加入し、保険料を納めることが義務となっています。国民年金の加入者のことを「被保険者」といい、保険料の納めかたにより三つの種別に分かれています。

加入する人	自営業・学生など (20歳以上60歳未満) 	会社員・公務員 (20歳以上65歳未満) 	会社員・公務員に扶養 されている配偶者 (20歳以上60歳未満) 
種別	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
加入・変更 の 手続き	お住まいの市区町村 に届け出ます。	勤務先が年金事務所に 届け出ます。	配偶者の勤務先が年金 事務所に届け出ます。
納めかた の 保険料	国から送付される納付 書に基づき、保険料を 納めます。	給与やボーナス（賞与） から職場の年金制度の保 険料を納めています。国 民年金の保険料を納める 必要はありません。	第3号被保険者である ことを届け出れば、自 分で保険料を納める必 要はありません。

希望すれば加入できる人 (任意加入被保険者)

日本国籍で海外に住んでいる20歳以上65歳未満の人、老齢（退職）年金を受けられる60歳未満の人、日本国内に住む60歳以上65歳未満の人※は希望すれば国民年金に加入することができます。

※昭和40年4月1日以前生まれで、65歳になっても年金の受給権が確保できない人に限り、70歳になるまで加入する特例があります。

昭和61年4月以降の届け出忘れ期間をすべて承認してもらえることになっています。思い当たる期間がある人や届け出忘れが心配な人は、年金事務所までお問い合わせください。

第1号被保険者の保険料

自営業・学生などの第1号被保険者は納付書にもとづき、保険料を納めます。

定額保険料

月額 **1万5,250円**

※毎年度280円ずつ引き上げ、平成29年4月以降は1万6,900円で固定されます（保険料額は物価や賃金の伸びなどに応じて変更になる場合があります）。

保険料の納付先

ゆうちょ銀行（郵便局）
銀行 農協 漁協 信用組合
信用金庫 労働金庫
コンビニエンスストア

付加保険料

付加保険料を納めれば、老齢基礎年金に付加年金を生涯上乘せすることができます。

付加保険料 月額**400円**
付加年金（年額）

200円×付加保険料納付月数

お得に 便利に 選べる納付方法

前納

1年分や半年分などをまとめて納める前納にすると、保険料が割引になります。現金納付もできますが、口座振替で前納すると割引率はより高くなります。

口座振替

当月分の保険料を当月末に引き落とす「早割」を申し込むと月額50円の割引になります。前納した場合には、さらに割引があります。

電子納付

国民年金の保険料はパソコンや携帯電話、ご自宅の電話、ATMを利用した電子納付にも対応しています。ご利用の金融機関へお問い合わせください。

クレジットカード

年金事務所に申込用紙を提出すると、保険料をクレジットカード支払いにすることができます。支払い方法は毎月か前納（1年または半年）から選べます。

保険料の納付に困ったら

経済的に保険料を納めるのが困難な人などのために、免除制度などがあります。保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも支給される障害基礎年金などが受けられない場合があります。納付に困ったら、早めにご相談ください。

納付が困難な人のための 免除制度

経済的な理由などで保険料の納付が困難な人は、申請して認められれば免除となります。申請免除には、全額免除(納付なし)、4分の3免除(4分の1納付)、半額免除(半額納付)、4分の1免除(4分の3納付)があります。

全額免除以外の人は減額された保険料を忘れずに納めてください。



30歳未満の人のための 若年者納付猶予制度

本人と配偶者の所得が一定以下※の20歳以上30歳未満の人は、申請により保険料の納付を後払いにできます。

※単身者の場合57万円(収入ベースで122万円)がめやすです。



免除などを承認する際には、前年の所得などが基準となります。所得は正しく申告しましょう。



学生のための 学生納付特例制度

本人の所得が一定以下※の学生は、申請により在学期間中の保険料を後払いにできます。

※所得のめやすは118万円+扶養親族等の数×38万円で計算した額以下である場合

毎年申請が必要です

免除・猶予・特例の承認を受けるためには、原則として毎年申請が必要です。全額免除と若年者納付猶予制度については、申請時に「継続申請」を希望すると、翌年からは本人の申請手続きが不要になります。

「免除・猶予・特例は、未納より有利です」

免除、猶予、特例のすべての期間が、老後や万一のときの年金を受給するための資格期間に反映されます。

また、老齢基礎年金(4ページ参照)の給付額を算出する際に、減額はありますが、免除期間を計算に入れることができます。

10年以内なら、後から納めて(追納)、

老齢基礎年金を満額に近づけることができます。ただし2年を経過した分については、当時の保険料に一定の加算が行われます。

保険料を納めないままにしておく「未納」の場合、これらのメリットがありません。納付が困難なときは、ぜひご相談ください。

●こんなに違う！ 免除・猶予・特例期間と未納期間の扱い

	老齢基礎年金を受け るための期間に	老齢基礎年金額は	障害基礎年金・遺族基礎年 金を受けるための期間に	後から納めることが できる期間
免 除	入る	減額になるが算入できる	入る	10年以内
猶 予	入る	算入できない	入る	10年以内
特 例	入る	算入できない	入る	10年以内
未 納	入らない	算入できない	入らない	2年以内※

※平成24年10月から平成27年9月までは、未納の人も過去10年間分の保険料を納めることができます。

老後の年金 老齢基礎年金をもらうには

老齢基礎年金は、原則として65歳になったら受けられる年金です。

受給するための要件

次の期間の合計が少なくとも25年以上あることが必要です。

1 国民年金の保険料を納めた期間

2 第2号被保険者期間

3 第3号被保険者期間

4 保険料の免除期間

5 昭和36年4月から昭和61年3月までの厚生年金などの加入期間

6 任意加入期間やカラ期間（下記参照）



カラ期間とは

カラ期間とは、年金額には反映されませんが、受給資格期間として入れることのできる右のような期間のことです。

- ・昭和61年3月までに、会社員・公務員に扶養されている配偶者が国民年金に任意加入しなかった期間
- ・平成3年3月までに、国民年金に任意加入しなかった学生の期間
- ・若年者納付猶予制度と学生納付特例により保険料を納めなかった期間（追納しなかった場合）など

老齢基礎年金額（年額）

77万2,800円

これは、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めた場合の満額です。40年に満たないときは減額されます。

特例水準の解消により年金額が引き下げられています

年金額は物価に応じて変更されますが、平成12～14年度に物価が下落したにもかかわらず、特例法で年金額が据え置きました。そのため、平成25年9月までの年金額は本来より2.5%高い水準で支払われていました。この特例水準を平成25～27年度で段階的に解消していきます。

平成26年度の年金額は、物価等の伸びと特例水準の解消を合わせて、0.7%引き下げられた額となっています。

■老齢基礎年金の計算式

※この式は国庫負担が2分の1の場合の割合です。平成20年度以前の免除期間については、国庫負担3分の1として計算されます。

$$\begin{aligned}
 & \text{保険料 給付月数} + \frac{4}{8} \times \frac{1}{8} \times \frac{7}{8} + \frac{\text{半額 免除月数}}{8} \times \frac{3}{4} \\
 & + \frac{4}{8} \times \frac{3}{8} \times \frac{5}{8} + \frac{\text{全額 免除月数}}{8} \times \frac{1}{2} \\
 & \times \frac{77\text{万}2,800\text{円}}{40\text{年 (加入可能年数)} \times 12}
 \end{aligned}$$

? 加入可能年数とは…

60歳になるまで保険料を納めても40年に満たない人は「加入可能年数」の保険料を納めれば、満額の老齢基礎年金が受けられることになっています。

対象となるのは昭和16年4月1日以前に生まれた人で、昭和36年4月から60歳になるまでの年数が「加入可能年数」となります。

受給資格期間が短くなる人も

年金制度が発足したときの年齢などから、きちんと保険料を納めても25年の受給資格期間を満たせない人には、期間を短縮する特例があります。

早くもらう・増やしてもらう 老齢基礎年金

老齢基礎年金は65歳から受給ですが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間に減額された繰上げ支給の年金を受けたり、66歳以降に増額された繰下げ支給の年金を受けたりすることができます。

早くもらう 繰上げ支給

60歳から65歳になるまでの間で、請求したときの月単位の年齢によって減額率が決まります。

減額率

0.5%

×

繰上げ請求月から
65歳になる月の
前月までの月数

- 一度決めた減額率は一生変更できません。
- 繰上げ支給を受けた後は障害基礎年金を受けられません。
- 国民年金の任意加入者は繰上げ支給を請求できません。

後でもらう 繰下げ支給

66歳以降で、請求したときの月単位の年齢によって増額率が決まります。

増額率

0.7%

×

65歳になった月から
繰下げを申し出た月の
前月までの月数

- 一度決めた増額率は一生変更できません。

昭和16年4月1日以前に 生まれた人の増額率

昭和16年4月1日以前に生まれた人は増額率が年単位で定められています。

申出時の 年齢	昭和16年4月1日 以前に生まれた 人の増額率
66歳	12.0%
67歳	26.0%
68歳	43.0%
69歳	64.0%
70歳以上	88.0%

老後の年金に上乗せを 国民年金基金

国民年金基金は、第1号被保険者を対象とする、老齢基礎年金に上乗せする年金を支給する制度です。地域型か職能型のいずれかに加入します。

加入者は受けた年金額などに応じて、口数と給付の型を選択し、国民年金の保険料とは別に基金の掛金を納めます。

国民年金の加入の種別が変わるなどして脱退した場合は、納めた掛金に応じて、老後に必ず年金が支給されることになっています。

くわしくは…

国民年金基金ホームページ

<http://www.npfa.or.jp/>

または

お問い合わせ電話番号

ローゴ ヨイクニ
0120-65-4192へ。





10/2 酪農体験学習がJA陸別町青年部の協力により、(有)赤川牧場(作集)で行われました。参加した陸別小3年生は、搾乳の仕方や牛の心音を聞いて質問をするなど酪農について楽しく学びました。



9/24 介護を支える会(地域包括支援センター)による、「ほっとカフェ」が、しらかば苑で行われました。入所者や町民など約80名は、ホットケーキを食べて、同会によるフラダンスなどを楽しみました。



10/4 ふれあい広場2014(同実行委員会主催)が保健センター前庭で行われました。会場では、保育所園児のよさこい演舞などのステージショーや参加団体による出店が行われ、多くの来場者で賑わいました。



9/25 秋の交通安全運動三町タスキリレーが行われました。足寄町交通安全協会会長から陸別町交通安全協会の朝倉会長がタスキの引き継ぎを受け、小雨が降る中、通行する車両に街頭啓発を行いました。



10/5 第41回北稜岳町民登山会が行われ、60名が参加しました。参加者は、紅葉を楽しみながら約2時間かけて頂上に到着。昼食を食べて下山した後は、恒例のキノコ汁が山小屋前で振る舞われました。



9/26 みまさか商工会地域活性化検討委員会(岡山県みまさか市)が、陸別町移住交流対策事業の視察のため来町。移住促進モデル住宅やりくべつ鉄道などを見学し、町の活性化について意見交換を行いました。



10/19 陸別小学校学習発表会が行われました。児童は劇や和太鼓、器楽や合唱を披露。一生懸命な児童の姿に会場からは大きな拍手が送られました。(写真は、6年生劇「サンタクロースの贈り物」)



10/6 育児サークル「らっこクラブ」によるハロウィンパーティーが、保健センターで行われ、38名が参加しました。子供たちは、親子で作った衣装で保健センター内を全員で歩き、お菓子をもらっていました。



10/24 十勝東北部身障分会交流会が、タウンホールで行われ、本別、足寄、陸別から80名が集まりました。参加者はスポーツレクを楽しみ、懇親会では昼食をとりながらカラオケなどで親睦を深めました。



10/8 皆既月食観望会が銀河の森天文台で行われ、約100人が約3年ぶりとなる天体ショーを楽しみました。(写真は、「月食によって浮かび上がった地球の影」撮影：銀河の森天文台)



10/26 陸別中学校文化祭が行われ、テーマ「咲」～百花繚乱～のもと、生徒が個性あふれる学級ステージ発表や力強い合唱を披露しました。(写真は、3年生のダンスと歌と書道を織り交ぜたステージ発表)



10/12 「北海道・星見人(ホシミスト)の会」特別講演会が銀河の森天文台で開催され、日本を代表する惑星科学者の佐々木晶教授(大阪大学)による木星系探査JUICE(ジュース)についての講演がありました。

教育委員会から 学校給食センター情報④

平成27年4月から始まる給食事業の運営に関わる各種情報についてお知らせします。

□栄養教諭

給食がスタートする平成27年4月から小学校または中学校に「栄養教諭」が1名配属されます。栄養教諭は給食の献立を作成し、給食センターでは調理員への作業指示、学校では給食時間の学級訪問などを行います。

□食材の購入

産地や原材料の調査を徹底し、安全安心な給食の提供に努めます。可能な限り町内商店から購入することを基本とします。



□アレルギー対応

「食物アレルギー対応の手引き」を作成します。アレルギー食対応を行う基準や食物アレルギー発症時の対処法を明確にして迅速な対応ができるよう配慮いたします。

給食を食べる子どもの食物アレルギーの有無について、保護者への調査を実施する予定です。

※詳しくは、下段の「給食あるある」をご覧ください。

教育委員会 管理担当

(給食事業)

管理栄養士

谷本の給食あるある

『食物アレルギーについて』

食物アレルギーとは、本来は害のない食物を「異物」と体が認識してやっつけようとする反応のことです。

その「異物」をやっつけようとする際に、吐き気がしたり、発疹が出たりします。また、アナフィラキシーショックを起こし、最悪の場合、死に至ることもあります。

このような食物アレルギーとの付き合い方は以下のとおりです。

- 一、食物アレルギーの疑いがある場合は、食事日記などをつけて子どもを観察する。
- 二、病院にかかり、医師の診断を受ける：食事日記が役立ちます。
- 三、除去は必要最低限にし、不要な除去は行わない：子どもの成長を妨げる可能性があります。がでてしまいます。
- 四、子どもに食物アレルギーがあることを理解させる：自分を守るために。
- 五、いつ、だれが、どこで発症するかわからない：もちろん、大人のみならずも。

食物アレルギーをもつ方には、周りのサポートが非常に大切です。普段の食事だけではなく、ちょっとした差し入れなどでもアレルギー症状が出る可能性があります。そして、子ども自身が食物アレルギーを持っていることを理解し、周りの人に伝えられることも大切です。

給食では、アレルギー食専用の部屋でアレルギーン（アレルギー）症状を引き起こす原因のもの（除去した料理を作り、提供します。安全性を第一に考慮し、個別の対応を検討・実施していきます。

『みんながおいしく楽しく食事ができますように…』



政府統計



工業統計キャラクター
コウちゃん

平成26年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。

調査時点は26年12月31日です。

調査票へのご回答をお願いいたします。

経済産業省・北海道・陸別町

第32回 町民ゲートボール大会

10月8日 開催

優勝 藤田チーム
準優勝 長屋チーム
第3位 教委チーム



優勝した藤田チームの皆さん

第22回 陸別町国民健康保険ゲートボール大会

9月29日 開催

優勝 長屋チーム
準優勝 東原チーム
第3位 町民課チーム



ゲートボールを楽しむ選手の皆さん（写真上）
選手宣誓をした、長屋チームの藤田治江さん（写真左）

公民館新着情報

◇ 一般図書

物語のおわり：湊かなえ
アイネクライネナハトムジーク：伊坂幸太郎
水声：川上弘美
傲慢な婚活：巖本野ばら
フォルトゥナの瞳：百田尚樹
きょうでできごと、十年後：柴崎友香
死ぬまでに行きたい！世界の絶景日本編：詩歩
ストーリーの巻き方最新版

◇ 児童図書

流れ星ぼくらの願いがかなうとき：白矢三恵
デコパンケーキめっちゃカワかんたんレシピ：Junko
パンのミミたるう：及川 賢治、つちだ のぶこ
どろんびょういんおおいそがし：荻田 澄子、かとう まふみ
思い出のマーニー：ジョン・G・ロビンソン
どこかいきのバス：井上 よう子、くすはら 順子
おさるのジョージ ワンちゃんだいき
：マーガレット・レイ&ハンス・アウグスト・レイ
めっちゃら森のうんどうかい：山本 和子、はんだ みちこ

◇ C D

「シングル」
LAST SCENE：JUJU
High school love：E-girls
「アルバム」
ONE：ファンキー加藤

◇ DVD

劇場版 仮面ティーチャー
イナズマイレブンGo 16
モンスターVSエイリアン

※本の貸出期間は3冊2週間です。

<11月>

陸別町の子育て支援情報

日	曜日	行 事 等	子育て支援関係	担 当
1	土			
2	日			
3	月	● 文化の日 ●		
4	火			
5	水			
6	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
7	金			
8	土			
9	日			
10	月		自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
11	火			
12	水			
13	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
14	金	お弁当休みの日		
15	土			
16	日			
17	月		自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
18	火		乳児健診事後相談会（保健センター 多目的室）	保健福祉センター
19	水	歯科健診		
20	木		妊婦・乳幼児相談、離乳食試食会（保健センター 多目的室）	保健福祉センター
21	金			
22	土			
23	日	● 勤労感謝の日 ●		
24	月	● 振替休日 ●		
25	火			
26	水			
27	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
28	金			
29	土			
30	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。

【問合せ先】 ○保健福祉センター TEL27-8001 ○らっこクラブ（青木：090-6874-0817）

◇ 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・お母さんの子育てで情報を得る機会に、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）

ASHORO

足寄から

第35回 足寄町女性のつどい

精神科医の名越康文さんを招いての講演のほか、アートセラピー講座や赤十字バザール、特産品販売なども行います。どなたでも参加できますので、ぜひ会場ください。

- 日 時 11月30日(日) 午前10時～午後3時
- 場 所 足寄町民センター
- 内 容 午前10時～開会式・オリエンテーション
午前10時30分～講座「アートセラピー講座」
講師 千葉千栄美氏（アートセラピスト）
午後1時～講演「心がフッと軽くなる瞬間の心理学」
講師 名越康文氏（精神科医）
午後2時30分～閉会式
※健康サポーター「いきいき」おすすめメニューの試食提供も併せて行います。
- 参加料 無 料
(昼食を希望する方は別途700円かかります)
- その他 託児所を設置します。ご希望の方は11月17日(日)までにお申し込みください。
- 申込先・詳細 足寄町教育委員会生涯学習室 ☎25-3188

HONBETSU

本別から

いきいきほんべつ
ふれあい祭り

地域でさまざまな生涯学習活動などを展開している各種団体・サークルが集い、日ごろ培ってきた活動を発信します。皆さんのお越しをお待ちしています。

- と き 11月22日(日) 午前9時30分から
- と ころ 本別町中央公民館
- 内 容 健康づくりコーナー、消費生活コーナー、バザー（うどん・そば）、読み聞かせ、農産品・加工品販売、フリーマーケット、など
- 詳 細 本別町役場企画振興課企画・生涯学習担当 ☎22-8121

健康コーナー 196

☆歯と口の健康について

【担当】
保健福祉センター
保健師 前田智美

11月8日は語呂合わせで「い（い）い（い）は（は）（は）（は）」の日です。

これにまつわりまして、今月は歯と口の健康についてお話します。

歯周病とは

歯や歯肉にプラーク（歯垢）がつくことで起こります。

プラークは細菌のかたまりで、これを放っておくと歯肉に炎症が起きて腫れてきます。

さらにこの状態が進むと、歯を支える歯槽骨（しごうこつ）が溶けてしまい、歯が抜けてしまいます。

歯周病が全身に及ぼす影響

1、歯周病で血糖値が上がる

歯周病が作り出すサイトカイン（炎症物質）が、血糖値を下げるホルモン（インスリン）の働きを阻害します。

健康な人ならすぐにインスリンを出して血糖値

を下げる事ができませんが、糖尿病の人では血糖コントロールが乱れてしまいます。

2、歯周病で流産や早産

妊婦の場合、サイトカイン（炎症物質）が口の中で増えると、子宮の収縮が始まります。

そのことは「出産が始まったもしい」という合図となり、体は子どもを産もうとします。これが流産や早産になります。

ある調査によると、正期に出産した人に比べ、早産や低体重児を産んだお母さんの歯周病菌の数は約4倍という結果があります。

3、歯周病で肺炎

誤嚥性（ごえんせい）肺炎とは食べ物や異物を誤って気管や肺に飲み込んでし

まうことで発症する肺炎です。肺や気管は咳をすることで異物が入らないように守ることが出来ます。

しかし、高齢になるとこれらの機能が低下するため、食べ物と一緒に口の中の細菌を飲み込み、その際むせたりすると細菌が気管から肺に入ることがあります。

その結果、免疫力の低下した高齢者は誤嚥性肺炎を発症してしまいます。

この誤嚥性肺炎の原因となる多くの細菌は歯周病菌であるといわれています。

4、歯周病で狭心症・心筋梗塞

狭心症・心筋梗塞とは動脈硬化により心筋に血液を送る血管が狭くなったり、塞がってしまい心筋に血液が行かなくなり死に至る可能性のある病気です。

歯周病菌の刺激によって、動脈硬化を誘導する物質が出て血管の通り道が狭くなり詰まりやすくなると言われています。

歯周病が疑われる人

1、起床時に口の中が粘つく

2、抜けたままにしている歯がある

3、歯ブラシに血が付く

4、歯が長くなったように見える

当てはまる項目がある場合は対策が必要です。

対策

正しい歯磨きが大切です。

1、正しく歯磨きをするために

2、歯ブラシは鉛筆を持つように握ります。歯ブラシの毛先を力を入れずに細かく動かします。

3、歯ブラシのブラシの部分を実に歯と歯ぐきの間に当てる。

4、状態に応じて磨き方を変える。

5、歯並びが凸凹している場合は歯ブラシを縦にして1本ずつ磨く。

6、歯と歯の間に隙間がある場合は、歯間ブラシを使う。

7、利き手側の磨き残しに注意

8、利き手側の前歯と奥歯の辺りは、歯ブラシの向きを変える位置のため、歯ブラシを当て忘れることが多く、歯垢が残ります。

9、大切な歯を失わないように、また、健康を損ねないように、かかりつけ歯科医院を持って正しい歯磨きの仕方や治療を受けることが大切です。

インフルエンザ予防接種の費用助成について

当町では以下の対象者に予防接種の費用助成を行います。希望される方は早めに受診して下さい。

＜対象者＞

- ①生活保護世帯の方
- ②町民税非課税世帯の方
- ③妊婦
- ④1歳未満の小児の保護者
- ⑤1歳～18歳の方（高校生相当）
- ⑥高齢者（65歳以上の方）
- ⑦60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害の方

＜期間＞

11月4日～1月30日まで

＜場所＞

陸別町国保児童診療所 ※夜間診療の時は混雑が予想されます。できる限り、日中の診療時間に受けて頂きますようご協力をお願いします。

＜料金＞

無料 ※但し、助成を受けるためには証明書等の書類が必要で。詳しくは回覧（10月17日）で確認して下さい。

情報 INFORMATION

特設人権相談所の開設

12月4日から10日までの「人権週間」に併せて特設人権相談所を開設します。人権擁護委員がご相談に応じますのでお気軽にお越しください。

日時 平成26年12月10日(水) 10時～12時
場所 保健センター多目的室

自衛官・高等工科学校生徒募集

募集種目	募集資格	受付期間	試験日	入隊時期
自衛官候補生(男子)	18歳以上 27歳未満の者	なし ※年間を通じ受付	12月14日	平成27年 3月下旬 予定
学校生徒 高等工科 推薦一般	平成27年 4月1日現在 15歳以上 17歳未満 の男子	平成26年 11月1日～ 平成26年 12月5日 平成26年 11月1日～ 平成27年 1月9日	平成27年 1月10日 ～12日 のいずれか1日 平成27年 1月24日	平成27年 4月上旬 予定

お問い合わせ 自衛隊帯広募集案内所
電話・FAX 0155-23-8718

自衛隊帯広地方協力本部ホームページ

<http://www.mod.go.jp/pco/obihiro/>

帯広募集案内書Eメールアドレス

obihropco.tokachi@rct.gsdf.mod.go.jp

募集コールセンター

フリーダイヤル 0120-063792

自衛官募集ホームページ

<http://www.mod.go.jp/g sdf/jieikanbosyu/>

社会に広げよう被害者支援の輪

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間

内閣府では、様々な犯罪の被害者を社会全体で支える取組を強化しています。警察や犯罪被害者等支援団体では相談窓口の設置、一定の要件に該当した方に対して給付制度を設けていますのでお問い合わせください。

お問い合わせ 本別警察署 ☎22-0110
釧路被害者相談室 ☎0154-24-6002

消費生活相談室から

第19回

消費生活
専門相談員
上村正子

通販利用して・・・個人情報もれた？

「5年ほど前に通販を利用して、雑貨を買った。その後、健康食品・保険などいろいろな会社から勧誘やアンケート依頼の電話が来るようになった。フリーダイヤルで毎日のように電話がくる。お断りします！いりません！勧誘の電話は止めてください！」と伝えても、まったく効き目がない。なにかいい方法はないものだろうか。通販の利用は一回だけなのに、私の個人情報もれているのではないかと。10月の相談日に町内の女性からこんな相談がありました。同じような体験をされている方も多いのではないのでしょうか。

通販110番に電話をしました

通信販売に関する相談受付機能である「社団法人日本通信販売協会」の「通販110番」に電話してみました。ご利用の際は頂いた個人情報はグループ会社で共有しておりますが、今回お申し出の内容は、念のため、ご本人様からご利用の会社へ再度電話をいれて、グループ会社からの電話も止めてください。とお申し出下さい。」とのことでした。

これもあれも個人情報

私たちの個人情報には、いろいろなところで利用されています。どんな気をつけていても防げないのが現状です。
氏名・住所・電話番号・メールアドレス・クレジットカード番号・家族構成・医療情報・趣味嗜好・交友関係・勤務先・職種・学歴・保険証・免許証・パスポート番号・結婚歴・離婚歴・信教思想。
悪用されると、なりすまし詐欺・架空請求・迷惑メール・空き巣・ストーカーなどトラブルに発展する可能性があります。

個人情報もれの心配があるときは、専門の相談窓口にご相談しましょう！

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。11月の開設日は13日と27日です。消費生活専門相談員がいない場合でも役場産業振興課で相談を受け付けています。

町職員新規採用者

(平成26年10月1日付)



国保関寛斎診療所
准看護師

主任
後藤美津恵



教育委員会
管理担当

主事補
三好 隆佑

女性の人権ホットライン

相談ダイヤル ☎0570-070-810

期 間 平成26年11月17日～11月23日

受 付 平日 8時30分～19時00分

土日 10時00分～17時00分

担 当 人権擁護委員及び釧路地方法務局職員

11月は労働保険適用促進強化期間

労働保険とは、労災保険と雇用保険の総称です。農林水産業の一部を除き、一人でも雇用する場合は加入が義務づけられています。

労働保険に加入して、従業員の方々が安心して働ける職場にしましょう。

お問い合わせ

厚生労働省北海道労働局総務部労働保険徴収課

☎011-709-2311

お伝えします

役場の仕事

第20回

今月は保健福祉センター福祉担当についてお伝えします。

福祉担当では主に高齢者・障がい者・児童福祉、援護関係や生活困窮者に関する仕事を行っています。

■高齢者福祉では、敬老会(歌謡ショー等)の開催や敬老祝いを対象者に贈呈しています。

・喜寿(77歳・1万円)

・米寿(88歳・3万円)

・長寿(100歳・10万円)

また、70歳になられた高齢者と一定の障がいを持つ方を対象に「タクシー助成」を行っています。(初乗り運賃200円で利用できます)

■障がい者福祉関係では、「障害者手帳」の申請に関する相談、自立支援にかかる医療費(更生医療)や介護給付費に関する事務、補装具・日常生活用具の給付を行っています。また、特別障害者手当などの各種制度もあります。

でご相談ください。

■児童福祉関係では、「要保護児童対策地域協議会」を設置して、児童の健全育成や虐待等の案件に迅速に対応する体制を整えています。

■様々な要因により生活が困窮している方のために、「生活保護」の相談やその申請を受け付けています。

■「民生委員協議会」、「保護司分会」、「生活安全推進協議会」、「遺族会」、「日赤分区分」などの事務局を担い、各団体と連携して業務を進めています。

■「高齢者交流センター」、「ふれあいの郷」、「福祉住宅」、「老人健康増進センター」、「防犯灯」の施設管理を行っています。

高齢化社会と人口減少が進む中で、高齢者や障がいがある方が一人で生活していくことは困難さを増しています。全ての町民の支え合いと支援の輪を広げ、みんなが安全で安心して暮らせるまちを創っていきましょう。

担当 西田直人、竹島美登里
☎27-8001

70歳以上の方は「タクシー助成」をご利用ください

銀河の森コテージ村からのお知らせ

〈10月20日現在コテージ予約状況〉

※予約は既にうまっている場合があります。最新の予約状況は直接コテージ村管理棟へご確認ください。

○余裕あります ●満室です △予約が入ってます ※予約はお早めにコテージ村管理棟へ(TEL27-4040 FAX27-4041)

11月	コテージ 予約状況	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	6人用	△	△	△	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	●	△	○	○	○	○	○
	10人用	○	●	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

12月	コテージ 予約状況	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水							
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	6人用	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△	△	○	△
	10人用	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

町民のうごき

おくやみ

山本 潤一さん 91歳 10・26 共栄第1

運転免許更新時講習日程

月	会場名	種類	日	曜日	時刻	月	会場名	種類	日	曜日	時刻
11月	本別中央公民館	一般	12	水	10:00	12月	本別中央公民館	一般	3	水	10:00
		優良	12	水	11:30			優良	3	水	11:30
		初回	12	水	13:00			違反	17	水	10:00
		違反	26	水	10:00			優良	11	木	14:00
	足寄町民センター	優良	20	木	14:00	足寄町民センター	一般	11	木	15:00	
		一般	20	木	15:00						

※本別警察署で更新手続きを済ませてから受講して下さい。

町の人口・世帯数 26.9.30

人口 2,595人(-5)
男 1,294人(±0)
女 1,301人(-5)
世帯数 1,351戸(-1)

友好町民の会 275人 (前年同月比 -5人)

ホームページアドレス
<http://www.town.rikubetsu.hokkaido.jp/>

「」厚意

「」寄付めぐりがやいせつお

陸別町への「」寄付

□小松肇さん(帯広市)から道路敷地として土地7筆(2,876㎡)が寄付されました。

□匿名の方から教育委員会の諸活動への活用を目的に1万円が寄付されました。

社会福祉協議会

ボリニイアロハター
(愛情銀行)への「」寄付

□西部薫さん(新町1区)から社会福祉協議会に3万円が寄付されました。

□勲祿別小学校同窓会の皆さんから社会福祉協議会に20,767円が寄付されました。

りくべつミルクの日

りくべつ低温殺菌牛乳

<申し込み期限>

11月24日(月)

<販売・配送>

11月28日(金)



11月1日現在
交通事故死ゼロ
43日

冬の交通安全運動 11月11日(火)~11月20日(木)