

広報 にいかっぷ

2011

10

No 550

新冠町ホームページ

<http://www.niikappu.jp>

Eメール

info@niikappu.jp

130年の歩みを次の世代に！

～新冠町開町 130年・町制施行 50年～

認定こども園ド・レ・ミの3・4・5歳児



特別自治功労賞

- 佐々木 正さん 85歳(大富) 議会議員として、地方自治の振興と住民福祉の向上に多大の貢献をされました
- 稗田 龍太さん 85歳(節婦町) 議会議員として、地方自治の振興と住民福祉の向上に多大の貢献をされました
- 妹尾 壽一さん 74歳(本町) 議会議員として、地方自治の振興と住民福祉の向上に多大の貢献をされました
- 和田 豊美さん 85歳(新栄) 農業委員及び議会議員として、農地行政の振興と住民福祉の向上に多大の貢献をされました
- 故大澤 鉦さん (北星町) 農業委員として、農地行政の振興と町勢の発展に多大の貢献をされました
- 宮坂 義 さん 85歳(中央町) 教育委員及び公平委員として、教育行政の充実と地方自治の振興発展に多大の貢献をされました
- 林 武さん 79歳(泉) 消防団員として、消防体制の強化・充実と地域の振興発展に多大の貢献をされました
- 眞野 康彦さん 69歳(太陽) 消防団員として、消防体制の強化・充実と地域の振興発展に多大の貢献をされました
- 林 健一さん 68歳(節婦町) 消防団員として、消防体制の強化・充実と地域の振興発展に多大の貢献をされました

特別産業功労賞

- 庄司 久さん 85歳(太陽) 黒毛和種飼養技術の向上と普及に尽力され、産地定着化に多大の貢献をされました

田 貢さん 84歳(節婦町)

漁業近代化と組合員の経営安定に尽力され、漁業振興に多大の貢献をされました

浅川 豊さん 67歳(東泊津)

農協組織の強化と農業生産基盤の充実に尽力され、農業振興に多大の貢献をされました

特別社会福祉功労賞

井上 達也さん 67歳(中央町)

無菌科医地区の解消と歯科医療を通じ、町民の健康保持と地域医療の振興に多大の貢献をされました

特別生活文化功労賞

寺田 孝男さん 74歳(東町)

自治会長として、地域活動に努められ、会員の生活向上と福祉増進に多大の貢献をされました

鷹猪 夫さん 74歳(本町)

自治会長として、地域活動に努められ、会員の生活向上と福祉増進に多大の貢献をされました

特別顕彰

故岡 裕さん (泉)

町長として、町勢の発展と住民福祉の向上に多大の貢献をされました

故斉藤 五月男さん (高江)

議会議長として、町勢の発展と住民福祉の向上に多大の貢献をされました

故藤 隆一さん (節婦町)

議会議長として、町勢の発展と住民福祉の向上に多大の貢献をされました

特別善行賞

高橋 キクエさん 85歳(本町)

町勢の振興発展のため、多額の財産を寄付されました

新冠町開町130年 町制施行50年記念式典

ふるさとへの誇りと想い
未来へつなげよう



明 治14年9月に新冠郡高江村外十カ村戸長役場が高江村に設置され、この日を開町と定めてから130年。昭和36年9月に町制が施行されてから50年。その記念すべき節目の年を祝う式典が、9月1日、レ・コルド館において挙行され、会場には関係者や町民約200人が集まりました。

式典では、小竹町長が「厳しい自然環境の中、数々の困難に立ち向かい不屈の

開拓精神をもって、今日の新冠町の礎を築いた先人の苦勞と偉業に対し感謝の意を表したい」と新冠町の130年を振り返り、「先人の開拓精神を受け継ぎ、たくましく未来に向かって躍進する町をつくる」とさらなる発展を誓いました。

その後、新冠町発展の基礎づくりに貢献された方々に対し、その功績を末永く顕彰するため、特別功労賞及び特別善行賞の表彰が行われました。

東京新冠会から 車イス3台寄贈

開町130年町制施行50年を記念し、東京新冠会から車イス3台が寄贈されました。東京新冠会は、関東在住の新冠町出身者で、昭和60年に結成され、今年で27周年を迎えられています。

寄贈された車イスは、役場庁舎、新冠町国保診療所、レ・コルド館に置かれ使用されています。



▲東京新冠会高橋会長より目録を受け取る小竹町長

議会

9月13日に招集された第3回定例町議会は同日、全日程を終えて閉会しました。
今定例会では、小竹町長、辻本教育長の行政報告のほか、平成23年度の補正予算案等が審議されました。その主な内容についてお知らせいたします。

人事

●教育委員会委員の選任
11月4日をもって任期満了となる小林悟委員の後任に、引き続き同氏が選任同意されました。

●人権擁護委員の推薦
12月31日をもって任期満了となる高瀬美幸委員の後任に、牧野里香氏が選任同意されました。

補正予算

●平成23年度一般会計
平成23年度新冠町一般会計は、既定の歳入歳出予算額に1億3,271万3千円を追加し、総額を52億1,762万9千円としました。

《歳入補正の主なもの》
寄附金 1,909千円
繰入金 1億390千円
繰越金 44,661千円
《歳出補正の主なもの》
町行政電算システム改修業務委託料 6,825千円
障害者自立支援給付費負担金返還金 1,954千円
高齢者等買い物支援事業補助金 2,435千円
予防接種委託料 2,167千円
除雪業務委託料 3,000千円

町長行政報告

町道維持補修等工事 5,100千円
河川整備等工事 2,150千円
長期債償還元金 1億円

新冠町開町130年・町制施行50年記念事業の結果と今後の予定について

記念式典が終了しましたので、式典及びこれまでの記念事業の実施状況、今後の記念事業の予定について申し上げます。

台風が接近し天気心配をしておりましたが、そのような心配をよそに、9月1日は朝から式典を祝うかのよう青空が広がっております。

記念式典に先立ち、氷川神社境内から移転・修復を終えた「町制施行記念碑」の除幕式を判官館森林公園で議会議員、記念事業実行委員会委員のご出席を頂き実施いたしました。

除幕式終了後、レ・コード館において、北海道知事をはじめとした来賓の皆様と、多くの町民の皆様のご出席を頂き、先人の労苦や、今日の新冠町の発展の礎を築いた多くの町民の地道で、ひたむきな努力に思いをめぐらせつつ、ふるさとへの誇りと思いを未来へとつなげて行こうという決意の中で記念式典を開催することができました。

また同時に政治、経済、教育、文化等各般にわたって新冠町の振興・発展に貢献するところ、いずれの協力隊員も新冠に住民登録し、最長で3年間、地域の活性化のために活動しているところであります。

まず、観光振興の2名ですが、1名は東京都、もう1名は茨城県からの応募者で、観光協会事務局を担当し、事務局長、局員の職務に就き、事務局体制の整備、観光情報の受発信、体験ツアー等を実施しております。

特に、情報発信については、連休中の道の駅での観光案内所の開設や札幌圏でのPR活動、イベントへの参加など、これまで観光に関する業務で不足していた部門を担っております。

残念ながら、この内1名の事務局長は、自己都合により6月17日付けで退職しておりますが、8月から1名補充をして、観光協会事務局の体制を再構築し、町民皆さんの期待に応えるべき活動を行っております。

町内の観光は東北の震災の影響で、観光客の落ち込みが危惧されますが、様々な町内観光情報の発信等により少しでも防げればと考えております。

一方、農業の新たな担い手候補の3名ですが、札幌市から3人家族の方と単身の方の2名、もう1名は恵庭市から応募の方であります。

この3名は、年々減少や高齢化する農業の新たな担い手候補として、農業に関わる研修を公募で受入を希望された12戸で、収穫や管理、搾乳、飼育作業

献された故人を含む19人の方に新冠町特別表彰を贈呈致しました。
本年度予定されている記念事業も、この記念式典を終えて、丁度折り返しを迎えましたので、これまでの記念事業の実施状況の概略について報告いたします。



▲9月1日、町制施行記念碑移転に伴う除幕式の様子

記念事業のスタートは5月28日開催の青少年「フアイターズ記念植樹・野球教室」で子どもから大人まで町内の野球関係者が集まり、日本ハムフアイターズの選手とともに、朝日の森にアオダモの記念植樹を行い、その後、町民グラウンドで新冠野球スポーツ少年団への野球教室が実施されました。

6月17日には新冠町長、新冠町議会議員と判官館森林公園に「天皇陛下お手播き苗木」の植栽を、同月26日には新冠町民の憩いの空間や新たな観光名所を中心研修を行っております。

これまでの実績ですが、8月末までにそ菜、酪農、肉牛の3品目で1人当たり63日間に及び、研修先からも研修に向かう姿勢も良く、意欲もあり、生産者も情報交換や技術指導することで自分たちもいい刺激になるとのことです。

3名は、旧太陽小学校教員住宅に居住し、農業研修は勿論のこと、地域の活動にも積極的に参加するなど、地域の一員として活動しているところでもあります。

協力隊が活動し始めて、約3〜5か月経過した中での課題や改善すべき点もありますが、今後、5名の隊員が定住・定着化できるよう支援を継続していくこととしております。

農作物の生育状況と販売状況についてはじめに町内の主な農作物の生育状況からご報告申し上げます。

まず、町の基幹作物であります水稲ですが、北海道統計情報センターによる8月15日現在の道内の作柄状況は「平年並み」が見込まれております。
これは、穂数が6月全般の日照不足などによって、分けつが抑制されたことから「少ない」となったため、全もみ数は「少ない」ことが見込まれるものの、登熟は7月上・中旬から8月上旬が高温に経過したことにより、もみの稔実や粒の充実が平年を上回ると見込まれる



▲6月26日、町民記念植樹の様子

もしいたいということから、町民250人が参加し町花であるツツジ2,682本を新冠温泉レ・コードの湯の敷地内に植樹致しました。

町民が北海道の短い夏を楽しもうと7・8月に実施される屋外の事業も、記念の年にふさわしく、内容を充実しながら実施して頂きました。

あいにくの雨の中ではありましたが多くの町民の参加を頂いた「新冠ふるさと祭り」、記念事業として実施して頂いた「農業まつり 豊栄富喜市」、開町100年を記念して作られた新冠音頭を復活させようと取組んで頂いた「ふるさと盆踊り」、子どもからお年寄りまで力を合わせてフルマラソンをリレーする「北海道マラソンに挑戦」など、短い夏の熱い記念事業の数々は、改めて新冠町民としての絆を強めるきっかけに

なつたのではないかと考えています。
9月以降は「昭和音楽大学オーケストラコンサート」、NHK公開番組「ふるさと自慢 うた自慢」、知里幸恵「神々の謡」公演など、実りの秋、文化の秋にふさわしい記念事業が予定されております。

その他にも3月までさまざまな記念事業を予定しておりますので、多くの町民の皆様に参加して頂くことにより、開町130年・町制施行50年の記念の年をともに祝って行きたいと考えているところとです。

また、その他の記念事業として新冠の郷土を題材にした「ふるさとカルタ」の製作や、現在の新冠町を鳥瞰図で描く「新冠鳥瞰図作成事業」、判官館の貴重な植物を記録する「判官館の植物DVD」の作成など、今日の新冠の姿や自然文化を後世に伝えてゆく事業にも取り組む予定でありますので、今後とも記念事業へのご支援、ご協力をお願いいたします。

地域おこし協力隊の活動状況について

地域おこし協力隊は、地域住民の方々とともに、地域の社会的・経済的な活性化を目指し、活動する都市圏出身の若者たちであります。

本町では、本年4月から観光振興の担い手として2名、6月からは、農業の新たな担い手候補として3名の地域おこし協力隊員を採用し活動を行って

ことから「良」が見込まれております。日高管内におきましては、「穂数」が「やや少ない」、「1穂当たりのもみ数」は「やや多い」、「全もみ数」で「やや少ない」、また「登熟」は「やや良」と見込まれていることから、作柄は「平年並み」が見込まれております。



本町においては、先月に、日高農業改良普及センターが実施した不稔調査において、圃場間における差は見られるものの、昨年より不稔が「少ない」ことが報告されております。

また、同普及センターによる8月15日現在の牧草の状況については、一番草において晴天が続いたことにより生育が順調で、降雨により収穫が遅れた圃場もみられました。平均収量は平年並みとなっております。二番草において生育は順調なものの、一時的な降雨により収穫作業の遅れが見られております。

また、飼料用とうもろこしについては、春先の低温、多雨による起耕作業の遅れによって、播種作業が遅れておりましたが、その後の高温により生育は順調で、登熟も進んでいると見込まれ

ております。

次に8月末現在における新冠町農協取り扱いの農作物の販売状況について申し上げます。

9月以降の収穫となる水稲を除く総販売高は、資料にありますとおり、前年対比3・2ポイント増の2億9千万円で、前年を上回る状況で推移しております。

主な要因としては、本町の農作物の中心となり、基幹作物として重要な作目であるピーマンにおいて、春先の低温が生育に影響したことなどから反収が前年比6・4ポイント減で推移しておりますが、販売単価は前年より高い水準で推移していることで、販売金額において前年より4・5ポイント、889万円増加していることが挙げられます。



▲6月20日、ピーマン共同選果開始の様子

教

育委員の活動について

7月に札幌市で開催された北海道市町村教育委員研修会に今年も参加し、家庭教育、発達障害支援等に関わる研修を行いました。

また、今年度、新冠中学校卒業生2名が入学している北広島市にある白樺高等養護学校を視察し、元気に活動している生徒を激励するとともに、特別支援における進路指導の在り方について話し合ってきました。

8月末の2日間は、小中学校及び認定こども園ド・レ・ミの学校訪問を行い、授業の様子を参観し、学校・園の経営の推進状況について理解を深め、今後の取組について指導助言をしまりました。

学校教育の推進について

各小中学校では、教職員の資質向上のため、それぞれの学校において設定した研究主題に基づく校内研修が行われ、P D C Aサイクルを機能させた研修が行われており、2学期中に予定している学校の課題を解決していく公開授業に向けた取組が進められております。

また、9月2日には、新冠町教育研究協議会の一次研究会が行われ、教科部会毎に分かれた研究授業をとおり、指

導方法や学力向上の取組等の研究協議が行われました。

2点目は、生徒指導についてであります。現在、各小中学校とも児童生徒に關わる大きなトラブルは発生しておりませんが、一部、不登校の生徒がおりますので、家庭や関係機関との連携の下、その指導の充実に取り組んでおります。

その後、学校ボランティアの支援も検討しているところであります。

3点目は、豊かな心身の育成についてであります。

1つ目は、北海道中学校体育大会においては、剣道女子個人戦、柔道男子、女子各個人戦に出場しましたし、7月には室蘭市で行われた日胆地区吹奏楽コンクールに、新冠中学校吹奏楽部が中学校C編成の部で出場し、銀賞となったところであります。

2つ目は、学校プールの開設についてであります。今年度も新冠小学校と朝日小学校の2か所で学校プールを開設しました。夏休み期間中において

にあわせ、保育士に対する実地研修も行われ、音楽を身近に感じる教育・保育活動への展開に繋げる実践的な研修を実施いたしました。

2学期以降は、小学校との連携の強化や幼児の基本的な生活習慣の定着などに力を入れたいと思っております。

社会教育の推進について

1点目はレ・コード館事業についてであります。

7月1・2日、札幌市にある北海道開拓の村におきまして、3年目の出張レ・コードコンサートを実施いたしました。L Pレコード約500枚を持ち込み、リクエストコンサートや蓄音器によるコンサートを実施し、定期的な開催への取組を行なったところであります。

2点目は社会教育委員の活動についてであります。

事業については、社会教育委員が主体となり昨年策定した社会教育中期計画に基づき実施しているところですが、日高管内の社会教育委員が集い資質の向上を図る研修会を10月に新冠町で開催することが決定し、現在、生涯教育充実のための実践交流の準備を進めております。

3点目は、青年団体連絡会議が主催した「ふるさと盆踊り」であります。本年度は開町130年・町制施行50年の記念事業として「新冠音頭の復活」をテーマに開催前から幾度かの講習会を実施

して開催したところであります。

約1,000人の観客が集い、記念事業にふさわしい事業、そして新冠の夏の風物詩としての事業となったと思っております。



▲8月13日、ふるさと盆踊りの様子

4点目は、放課後子ども教室についてであります。

4月から、町民センター内で開設しております子ども教室は現在176名の登録があり、大変好評を得ております。

8月5日には夏休み特別企画として、新冠町青年の家において、「ペットボトルいかだ」を作成し、新冠川において浸水式を行うなど、プログラムの充実を図っているところであります。

5点目は社会体育、青少年事業に係る取り組についてであります。恒例となりました、少年アドベン

チャーランド事業では、旧若園小学校跡に開設された、こたにがわ学園まで28名の小学4・5年生までの児童が町民センターより自転車により移動し、1泊2日のキャンプ体験を行いました。地域の先生を活用して、木の種類や川の成り立ちを学ぶとともに、実際に目で見て、手で触れた体験を行っております。

8月28日には、チャレンジスポーツINにいかつぷ「北海道マラソンに挑戦」を行いました。当日約150名もの参加があり、今回の130周年事業のテーマであります「ふるさとへの誇り」と思い、未来へつなげよう」とおり、町民一人一人が繋いで、42・195キロ走破し、北海道マラソン男子優勝の記録を破り、成功裏に終了することができました。

教育委員会の業務評価について

教育委員会の権限に属する事務の管理及び執行の状況等について、自己評価を行い、その評価内容に基づき各学校の学校評議員の方や社会教育委員より外部評価をいただき、議会へ評価報告書を提出させていただきました。

今後、この評価結果に基づき、その課題の解決に向けた改善を進めるとともに、教育委員会の活動の活性化を図ってまいりたいと思っております。

開町130年・町制施行50年記念事業 ふるさと自慢うた自慢 ラジオ公開収録

9月30日、レ・コード館でNHK公開番組「ふるさと自慢うた自慢」の公開収録が行なわれ、入場整理券の抽選に当選した約450人の方が来場し、公開収録に参加しました。

収録は、2部制で行なわれ、第1部には町内在住の、山本節之さん、松本健さん、橋本一美さん、梶川陽子さん、齊藤レイ子さん、渡辺有希子さんの6名が、男性チームと女性チームに分かれ、新冠のPRや歌合戦が行なわれました。

第2部は、同じく町内在住の、武田英二さんの職業を、ゲストの演歌歌手、前川清さんと門倉有希さんが当てるゲームや、ゲスト歌手2人がヒット曲を熱唱するステージがありました。

この収録の様子は、12月10日と17日の21時5分から、NHKラジオ第1放送で全国放送されます。



ビッグバンドの祭典 ジャズフェスタ開催

9月18日、レ・コード館で、道内で活動している学生アマチュアバンドが一堂に集まる「新冠ビッグバンド・ジャズフェスタ」が開催されました。

このフェスタは今年で3回目となり、この日ステージに上がったのはプロを含む6団体です。祭典では、プロのバンドの中に、



「レ・コード館ジュニア・ジャズバンド」の子どもたちが加わり演奏する場面もあり、来場者を大いに魅了しました。

ま ち の 話 題

あれこれ

楽しく運動 老人スポーツ大会開催



9月9日、町民スポーツセンターで老人スポーツ大会が行なわれ、町内の老人クラブから約140人が参加しました。

競技は、赤組・白組に分かれて、玉送り競争などユニークな10種目で行なわれました。

参加者は、周りからの声援を受けながら、楽しく交流をしていました。

908人の老人に敬意と感謝 敬老会



9月18日、節婦生活館で敬老会が開催され、自治会関係者や高齢者約90人が参加しました。

今年、町内で敬老の日を迎えた75歳以上の高齢者は908人。うち節婦町には97人が住んでいます。

敬老会では、太鼓の演奏やカラオケが行われ、参加された方は、楽しいひと時を過ごされていました。

秋の味覚を満喫

ド・レ・ミの園児がブドウ狩り

9月21日、大狩部のふるさと農場で、認定こども園ド・レ・ミの園児がブドウ狩りを行いました。ブドウ狩りを行なったのは、同園さくらんぼ組の3歳児26人で、目の高さに実ったブドウを、房から一粒一粒取って、美味しく食べていました。



ブドウ狩りをした後、子どもたちは、同農場で飼育されている羊やヤギ、ポニーにニンジンやあげたり、草原を走りまわったり、楽しい一日を過ごしていました。

全道童謡・唱歌をうたうつどい開催



9月25日、レ・コード館で「第11回全道唱歌大会」が行われ、町内のサークル「シング・シング」が参加しました。

今回この大会には、全道より19団体が参加しており、童謡・唱歌に各団体独自のアレンジを加えて歌ったり、会場と一緒に歌ったりと、自慢の歌声を披露しました。

収穫の秋 稲刈り体験



9月25日、美宇の鎌田一博さんの水田で稲刈り体験が行われました。

これは、比宇川流域環境保全会主催の収穫祭で、春の田植えに参加した子どもたちが稲刈りも体験することができました。

稲刈り体験の後は、用意された、焼きそばや豚の丸焼などが振る舞われました。

水の事故に備えて 着衣水泳講習

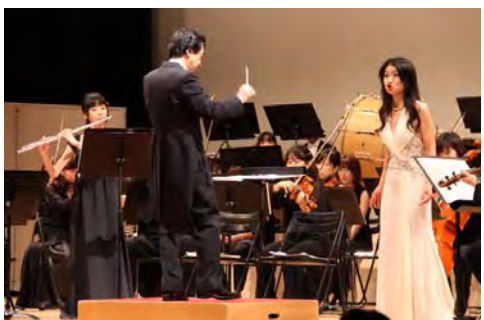


9月5日、朝日小学校で日高中部消防組合消防署新冠支署の職員が講師を務める着衣水泳の講習会が行われました。

同職員が講師を務めて講習会を行なうのは今年が初めて。

講習では、リュックやペットボトルを使って水に浮く練習などを行いました。

昭和音楽大学 オークストラコンサート



9月22日、レ・コード館で昭和音楽大学オーケストラコンサートが行われました。

コンサートは、オーケストラのみならず、オペラなどが披露され、公演の終わりには、「さらばハイセイコー」が演奏されるなど、終始観客を魅了、楽しませる内容となりました。

けんこうガイド

生活習慣病を予防するために!! 野菜をたくさん食べるコツ

収

穫の秋を迎え、店頭にはとれたての食材が並んでいます。ふっくらとした新米に、脂ののった魚、野菜、果物などおいしい食材が揃い、食事が楽しみという方も多いのではないのでしょうか。そんな食欲の秋でも積極的にとってもらいたいのが「野菜」です。気をつけて食べているつもりでも、野菜は不足がちです。野菜は比較的低カロリーで、体の機能を整えるビタミンやミネラル、食物繊維などが豊富に含まれています。野菜350gが1日分の適量で、120gを緑黄色野菜から、残りの230gを淡色野菜からとることが理想です。そこで今回は、野菜を上手にとるためのポイントをご紹介します。

②調理方法

生で食べるよりも、蒸したりゆでたりすることで野菜のかさが減り、一度に食べられる量が増えます。やわらかくなり、甘みも増すので食べやすくなります。

③旬の野菜をたっぷり

旬の野菜は栄養価が高く、素材のうまみや風味がしっかりとれているので、味付けは薄くてもおいしく食べられます。

④外食メニューの選び方

外食は一般的に野菜が不足しているものが多く、高カロリーで栄養素も偏りがちです。丼ものなどの単品メニューよりも定食メニューを選んだり、野菜料理を1皿追加して食べると、野菜の摂取量を増やすことができます。

①料理にひと工夫

野菜を肉で巻いたり、みじん切りにしてハンバーグやオムレツに入れることでヘルシーにボリュームアップできます。汁物に加える場合は、汁に溶け出した栄養素も無駄なく食べることができるとお勧めです。

野菜は1日350gを目標に



野菜100gは、生だと両手に山盛り1杯、ゆでると片手に1杯ぐらい

野菜をたっぷり食べることで、低カロリーでも満足感のある食事を楽しむことができます。

いつもの食事に旬の秋野菜もたっぷり加え、健康的な食生活を送ってください。

「緑黄色野菜」



にんじん、トマト、ほうれん草、ピーマン

「淡色野菜」



きゅうり、白菜、玉ねぎ、レタス

めざせ!

N 新冠 K 健康 P プロジェクト

腰痛にならないために

ー今日から始める腰痛予防ー

現 在日本国内には、腰痛のある人が約1200万人、10人に1人が腰痛を持つているといわれています。腰痛を引き起こす原因として、骨格のずれや歪み、肥大した内臓による腰椎の圧迫などがあげられます。特に中高年の方の腰痛は、ほとんどの場合、骨格がずれて歪んでしまったり、背骨の一部がつぶれてしまったりと何らかの変化が見られます。

しかし、このような変化が必ずしも腰痛の原因になるというわけではありません。骨や神経に明らかな原因がなくても腰痛が引き起こされることがあります。これは「腰痛症」と呼ばれ、悪い姿勢や筋力の低下・体重の増加・加齢による変化などが原因となって引き起こされます。

また、ストレスも腰痛を引き起こす原因となります。ストレスが溜まると、自律神経の働きが乱れることで、血液の流れが滞ったり、筋肉が緊張したりして腰痛を発症させます。

「腰痛症」と呼ばれるものは、姿勢を良くする、運動で腹筋や背筋などを強くする、体重を減らして腰にかかる負担を軽くすることなどができます。腰痛にならないために、日々の生活の中から腰痛予防を心がけましょう。

自宅でも職場でも簡単にできる腰痛予防体操

①腰と背中を伸ばす

イスに浅く腰掛けて股を開き、背筋を伸ばし、息を深く吸い込みます。息を吐きながらゆっくりと、頭が両足の間に入るぐらいに上半身を曲げ、3つ数えた後、ゆっくりと上半身を戻します。

②上半身前面と腰、背中を伸ばす体操

イスに深く腰掛け、背筋・両腕・肘を十分に伸ばします。息を吸いながら上半身をゆっくり後ろに反らせていきます。息を止めて3つ数えた後、息を吐きながら元の姿勢に戻します。

③腰と太ももの裏を伸ばす体操

イスに深く腰掛け、左ひざを両手で抱えて胸につけるくらいにまで引き上げます。3つ数えた後、ひざを下ろします。右足も同様に行います。



介護ワンポイント アドバイス ⑫

知っていますか?

地域包括支援センター

《地域包括支援センターの役割》

地域包括支援センターは、大きく4つの面から地域を支えます。

- ①総合相談支援
高齢者のみなさんにお困りのことがあれば、どのような相談にも応じます。ご本人からの相談はもちろん、ご家族や地域の方からの相談も受け付けています。
- ②権利の擁護、虐待の防止
将来的にお金や土地などの財産管理に不安のある方が利用できる「成年後見制度」の紹介や虐待の早期発見など、高齢者の権利を守る取り組みを行います。
- ③介護予防ケアマネジメント
介護予防サービスを利用するための計画を利用者と一緒に考えます。
- ④介護予防
高齢者のみなさんが、介護が必要な状態にならないよう運動教室などを通じて、介護予防に努めています。今年度は、「ノルディックウォーキング教室」や「お喜楽☆おたっしや塾（運動やヨガなど）」を開催しています。



●保健福祉課保健福祉グループ
☎ 47・2113（直通）

介護のことは、お気軽にご相談ください。
保健福祉グループ 高橋 昌嗣



国民年金だより

みんなで支える公的年金

公的年金制度とは

高齢者になったとき、障がいの状態になったとき、一家の担い手が死亡したときなどに所得保障を行い、本人または家族の生活を支えていくのが公的年金です。公的年金は、多くの国々で制度が整備されており、日本での基本的な仕組みは次のとおりです。

①国民皆年金

全ての国民が年金保障の対象となります。国民皆年金です。

②社会保険方式

保険料の納付実績に応じて、年金を受ける権利・金額が決まります。

③世代間扶養

現役世代の納める保険料が、今の高齢世代の生活を支え、現役世代が高齢者になったときには、次の世代の納める保険料が生活を支える仕組み、すなわち「世代と世代の支え合い」を基本理念としています。

公的年金に求められているもの

①生涯にわたり支給される終身年金であること。

②年金水準が、年金受給者の生活の基本的な部分を支えていること。

③長期間にわたって収支が均衡する仕組みとなっていること。

公的年金制度の創設

このため、わが国の公的年金は、国民全体で保険料を出し合い、社会全体で支えていく仕組みとなっています。

日本の公的年金制度は、労働者を対象とした労働者年金保険制度が昭和17年に実施され、その後昭和36年に自営業者などを対象とした国民年金制度が実施されたことにより「国民皆年金体制」となりました。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

年末調整・確定申告まで大切に保管を!

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した金額が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、支払ったことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成23年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方については、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が、11月上旬に日

本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書(又は領収書)を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納付された方については、来年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている年金事務所へお問い合わせください。

環境衛生だより

エンゼル券(ごみ処理手数料の減免)の申請について忘れていませんか。

町では、少子化対策・福祉対策の一環として、2歳半までのお子様又は寝たきりの要介護者が在宅しているご家庭に対して、一定の処理量までの手数料を減免します。

免除を行う理由については、乳幼児と寝たきりの要介護者にとっては必需品となった紙おむつを使用している家庭が多

くごみの減量化を図っても、排出される紙おむつが相当量あります。

このことから、減免の申請があった家庭に限り、次のとおり指定ごみ袋(燃やせるごみ袋(大))を無償で配布します。

- 誕生時・・・年間30枚
- 1歳の誕生日・・・年間20枚
- 2歳の誕生日・・・年間10枚
- 寝たきり要介護者・・・年間30枚

申請方法

お子様が誕生されたご家庭については、1か月以内に町民生活課窓口で申請してください。

1歳又は2歳のお子様がいるご家庭については、それぞれの誕生日に申請してください。

寝たきりの要介護者が在宅しているご家庭については、年1回の申請を町民生活課窓口で行ってください。

申請に必要なもの

- 乳幼児・・・「母子手帳」と「印鑑」
- 要介護者・・・「介護状態の分かるもの」と「印鑑」

問い合わせ先

町民生活課町民生活グループ
☎47・2112

避難に勝る防災なし

避難訓練に770人参加

10月2日、地震発生時に津波の襲来が予想される海岸地域を対象に、新冠町防災避難訓練が実施され町民770人が参加しました。

避難開始の防災無線が放送されると、住民の方はそれぞれの避難場所に駆けつけ、災害発生時の対応を確認し、防災への意識を高めました。

今回の避難訓練は、東日本大震災をうけ、10mの津波を想定し行なわれたことから、高台へ避難する方が多くいました。このうち泊津高台(新冠共同墓地周辺)には、



東町の避難路を登り、5自治会165人が避難しました。が、体力の衰えてる高齢者の方には、とても大変な訓練になったようでした。

お知らせ

Information

新規学校卒業予定者を対象とする求人申込について

ハローワークでは、平成24年3月新規高等学校卒業予定者に係る求人の受付を6月20日から開始していますが、申込数が少なく生徒には厳しい状況となっております。新卒者の採用に慎重さを要する経済情勢ですが、就職を希望する新卒者が1人でも多く地元での就職ができますよう、早期の採用計画と求人申し込みをお願いいたします。

就職希望者	求人数
164人 うち地元就職希者 75人	61人 うち管内の求人数 29人

※平成23年8月31日現在

- お申し込み・お問い合わせ先
ハローワークうらかわ
☎ 0146・22・3036
ハローワークしずない
☎ 0146・42・1734

平成24年度苫小牧高等技術専門学院生徒募集

- ▼応募科目及び応募資格
- 普通過程（自動車整備科・電気

- 短期過程(エクステリア技術科)
平成24年3月中学校を卒業される方又は義務教育卒業以上の学力を有する方。
- ※各過程訓練期間は1年間です。
- ▼応募手続
- ①入学願書・健康診断書・受験票を提出してください。
- ②離転職者の方は、最寄りの職業安定所でご相談ください。
- ▼願書受付期間
- 普通過程
平成23年11月1日～平成23年11月20日
- 短期過程
平成23年12月1日～平成24年1月20日
- ▼入学選考日
- 普通過程 平成23年12月5日
- 短期過程 平成24年2月6日
- お問い合わせ先
北海道立苫小牧高等技術専門学院
電話 0144・55・7007
FAX 0144・55・7009

1日行政相談所開設のお知らせ

- 10月17日から23日までは秋の行政相談週間です。
- この期間中に1日行政相談所を開設します。行政に対する皆さんからの苦情や意見、要望などの相談を無料で受付いたします。
- ▼日時
10月19日(水) 10時～15時
- ▼場所
レ・コード館 研修室1

- ▼担当・お問い合わせ先
総務省行政相談委員
東 義海さん
☎ 0146・47・3129

悪質な貸金業者にご注意ください

- 貸金業を営む者は、財務局長又は都道府県知事の登録を受けなければなりません。
- 無登録で貸金業を行なっている業者を「ヤミ金」といい、無登録営業は貸金業法違反です。
- 容易に借りられるなどの広告をだしたりダイレクトメールを送る業者の中には、違法なヤミ金業者も多いことから、不安がある場合は、お問い合わせください。
- お問い合わせ先
日高振興局環境生活課
☎ 0146・22・9251
道庁環境生活部消費者安全課
☎ 011・231・4111
内線 24-527

11月10日は、技能士の日

昭和45年、アジアで初めて技能五輪国際大会が日本で開催され、開会式が行われた11月10日を記念し、この日を「技能の日」、11月を「職業能力開発促進月間」と定められました。

- 日高管内「技能者の集い」を開催します
- 技能に対する住民の正しい認識を高めるとともに、技能者の技能と社会的地位の向上を図るため、毎年「技能者の集い」を開催し、技能尊重運動を推進しています。

- ▼日時
11月11日(金) 16時～
- ▼場所
浦河町 ウェリントンホテル
- ▼内容
各種技能者表彰・記念講演
- ▼主催
日高地方技能訓練協会
☎ 0146・22・2394

平成24年新冠町成人式について

- 新冠町成人式について、成人式への参加に当たりましては事前の申し込みが必要です。対象者で参加を希望される方は、期日までに直接、教育委員会社会教育課まで連絡願います。
- ▼対象者
平成3年4月2日から平成4年4月1日生まれの方
①現在、新冠町在住の方
②新冠町出身の方
- ▼申込方法
11月25日(金)までに社会教育課生涯学習グループ(レ・コード館)へ、電話、ファックス、メールのいずれかでお申し込みください。

- 申し込みの際は「成人者の氏名」「生年月日」「現住所」「案内状の送付先」をお伝えください。
- なお、申し込みはご家族の方でも構いません。
- ▼成人式開催日
平成24年1月8日(日) 12時～(11時20分までに集合)
- ▼会場
新冠町レ・コード館
- お申し込み・お問い合わせ先
レ・コード館社会教育課生涯学習グループ
電話 0146・45・7833

- FAX 0146・45・7833
- メール h24_nkp_seijin@yahoo.co.jp

事業所向け通年雇用支援セミナーのご案内

- 日高中部通年雇用促進協議会では、地域の事業所を対象に、国や北海道の助成制度の説明や利用事例、従業員の人材育成、コミュニケーションなどの紹介を行なう事業所向け通年雇用支援セミナーを次の日程で行います。どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。
- ▼日時
11月18日(金) 13時30分～
- ▼場所
静内ウェリントンホテル
- ▼内容

- ①「各種助成制度の説明」
講師 浦河公共職業安定所 管理課業務係長 久保 公司
- ②「会社を元気にする組織創り」
講師 社会保険労務士 中村 麻衣子
- ③「人材は最も重要な経営資源」
講師 キャリアバンク(株) 第5営業部 木村 規子
- お問い合わせ先
日高中部通年雇用促進協議会
(産業課水産林務・商工観光・労政グループ)
☎ 0146・47・2183

節婦ほろしりの里 ふれあいフェスタ2011

節婦ほろしりの里で、「ふれあいフェスタ2011」を開催します。子どもさんからお年寄り、障がいのある方など、地域の皆さんが

- 楽しめる交流の場として開催されます。
- 沢山のご来場お待ちしております。
- ▼日時 11月6日(日) 9時半～
- ▼場所 旧節婦小学校
- お問い合わせ先
ふれあいフェスタ実行委員会
担当：後藤
☎ 0146・7・2009

ひだか弁護士 相談センター	
●受付時間 午前10時～午後4時	要予約
●お問い合わせ先 ひだか弁護士相談センター ☎ 42・8373	
10月	
19日(水)	24日(月)
26日(水)	31日(月)
11月	
2日(水)	7日(月)
9日(水)	16日(水)

ご寄付ありがとうございました <敬称略>

町へ

- ふるさと納税
- ☆吉田 英弘 (100,000円)
- 特別養護老人ホーム「恵寿荘」に役立ててと
- ☆長谷川 照男 (ナス2.7kg)
- ☆鷹嘴農場 (ナス17kg)
- ☆高橋 満郎 (大根15kg)
- ☆新冠ほくと園 (切布5包)
- ☆半田 加代 (古布1袋)
- ☆ボランティアグループちよぼら (カット布2袋)
- ☆北所 直人 (古布段ボール2箱)
- ☆三宅 陽治 (新米50kg)

新冠町社会福祉協議会へ

- ▼香典返しに代えて
- ☆市原 宏晃 (30,000円)
- ☆山田 裕也 (50,000円)
- ☆佐藤 和子 (30,000円)
- ☆中田 真澄 (30,000円)
- ☆佐藤 洋子 (50,000円)

ひだかひまわり基金法律事務所

弁護士 秋元 忠史 (札幌弁護士会所属)

*借金・クレジットの返済 *多重債務 *交通事故 *離婚
*相続・遺言 *家賃滞納・不動産 *悪徳商法 など

借金・交通事故については、初回相談無料です。☎(0146) 43-1206
日高郡新ひだか町静内御幸町 3-1-78-2 階 (ウェリントンホテル向かい)

世界初！
ヒザのトラブルを予防する靴！

カカトのスクリュウがヒザへの負担を軽減♪



店主ブログ：http://walk0810.blog13.fc2.com
足もとから健康を考える店 シューズ東京

フライダルフラワー ★スタンド花 ★アレンジメント

フラワーつつみ

TEL 0146-47-4878
FAX 0146-47-4879

新冠町字東町 19-18
アレンジ教室開催中!

☆新冠町子ども発達支援センター「あおぞら」☆
☆開設のお知らせ☆

11月1日に「あおぞら」が開設致します。当センターは新冠町・日高町在住の0歳～中学生のお子さんを対象に、発達相談や療育を行う児童デイサービスです。お子さんの発達について心配のある方はお気軽にご相談ください。

新冠町字節婦町 117-1 TEL 47-1522 FAX 47-1523

恵寿荘からのお願い

恵寿荘では古布が不足しています。ご家庭で不要になった古布がありましたら恵寿荘に寄贈下さいますようお願い申し上げます。寄贈に関する問い合わせ等は恵寿荘までご連絡ください。

恵寿荘 ☎ 47・2355



問い合わせ先
社会教育課 図書プラザ
☎ 45・7777

今月の一冊



『表装生活』

麻殖生 素子監修 石曾根 和佳子指導
出版：淡交社

命名書、足形、ペットの写真。
生活のなかで生まれた身近な
作品を自分で「表装」し、掛軸に
してみませんか？掛軸の簡単な
つくり方を、豊富な写真で解説し
ます。

アニマル号 (移動図書館車) 運行日程 《10月分》

18日	10:10 ~ 10:30	朝日小学校
	10:40 ~ 10:50	朝日保育所
25日	10:10 ~ 10:30	朝日小学校
	11:00 ~ 11:20	おうるの郷
28日	10:20 ~ 10:30	美宇保育所
	10:45 ~ 11:00	太陽郵便局
	15:05 ~ 15:35	新冠小学校
	15:40 ~ 16:00	にこにこクラブ (児童館)
	16:05 ~ 16:30	認定こども園・レ・ミ

●図書プラザイベントカレンダー

日時	事業名	場所
10月22日(土) 13:30~	びっくり箱の おはなし会	図書プラザ おはなしのへや

「新着ガイド」

20代の勉強力で人生の伸びしろは決まる	千田 琢哉
これならわかる日本の領土紛争	松竹 伸幸
こどもマナーとけいご絵じてん	坂東 眞理子
戦争に征った馬たち	森田 敏彦
鉱物分類図鑑	青木 正博
アトピーっ子も安心の毎日ごはん	渡辺 雅美
知っておきたいWeb デザインきほん BOOK	宮窪 伸治
フンプレートごはん	中村 美穂 大人レシピ
弁当の一品料理	吉田 靖彦
四季の花色大図鑑	講談社
愛犬のトラブル解決ブック	ジム・エヴァンス
大江戸釣客伝 (上)	夢枕 獏
クモくんのにつき	ドリーン・クローニン
走れ！やすほ にっぽん縦断地雷教室	上 泰歩
恐竜博物館	真鍋 真
カボちゃんのひっこし！?	高山 栄子

読書週間のお知らせ

10月27日から11月9日の期間は読書週間です。
読書週間は、国民が広く本に触れることを目的に
戦後間もない昭和22年に制定されました。

図書プラザでは、読書週間中、恒例の除籍・寄贈資
料を配布するリサイクル市や、皆様が大切にしてい
る本を汚れから守る、ブックコートフィルム体験な
どの事業を開催致しますので、期間中に是非図書
プラザへお越しください。

読書週間

平成23年10月27日(木) ~ 11月9日(水)
(リサイクル市は、10月27日(木)10時~)

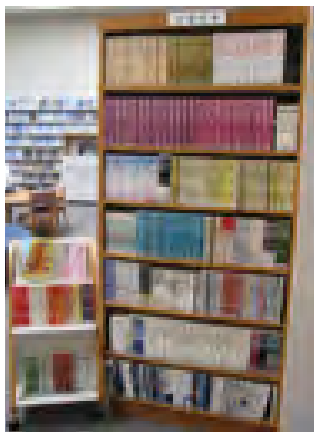


大活字本のお知らせ

「本は好んだけど、小さな文字が読みにくくなって、
すっかり読書から遠ざかっているなあ。」という方へ。

大活字本とは、名
作・名著を中心に本文
を大きな文字で表記
した書物のことです。

図書プラザでは全
ての皆さまに読書を
楽しんで頂こうと、大
活字本を充実させて
おりますので、是非一
度ご覧になってくだ
さい。



インフルエンザワクチン予防接種 料金助成について

新冠町では、本年度もインフルエンザワクチンの予防接種費用を助成します。
平成23年度より、新型インフルエンザは通常の季節性インフルエンザとして取り扱うこととなりました。
助成対象となる方にも変更点がありますのでご注意ください。

□対象者と助成額

対象者

接種日現在で、町内に住所を有する方で

- (1) 65歳以上の方・・・1,800円
- (2) 小学校6年生以下の児童・乳幼児・・・1,500円
- (3) 上記(1)(2)の生活保護世帯の方・・・全額助成

- ①生活保護世帯の方は、役場で「生活保護受給証明書」の交付を受け、受付に提出してください。
- ②13歳未満のお子さんは、保険証など年齢を確認できるものを医療機関の受付に提出してください。

□助成の手続き

【委託医療機関で接種する場合】

●委託医療機関で接種された方は、助成額が除かれた料金を医療機関に支払います。

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関ごとに接種開 始時期が異なります。 接種を希望される方は、 直接医療機関にお問い合わせ ください。
① 新冠国保診療所	☎ 0146・47・2411	⑤ 仲川内科胃腸科医院	☎ 0146・42・0345	
② 静仁会静内病院	☎ 0146・42・0701	⑥ 山田クリニック	☎ 0146・43・0008	
③ おゝきクリニック	☎ 0146・43・2690	⑦ 勤医協厚賀診療所	☎ 01456・5・2711	
④ 駒木クリニック	☎ 0146・45・0123			

【上記医療機関以外で接種する場合】

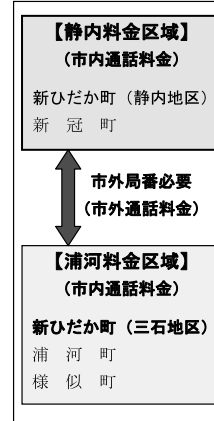
●直接医療機関へ予約の連絡をして接種してください。(この場合の料金は、いったん全額を窓口でお支払いください。)接種が終了しましたら、下記必要書類を持参の上、保健福祉課で助成申請の手続きをしてください。助成対象区分を確認の上、助成額を指定口座に振り込みます。

★手続きに必要な書類 領収書・接種済証・印鑑・振込先口座が確認できるもの(預金通帳など)

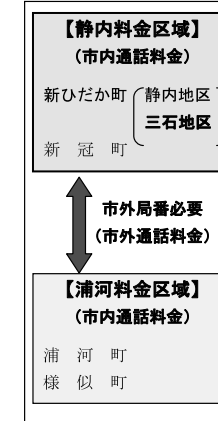
新ひだか町三石地区が市内通話区域に

新ひだか町三石地区は、NTTが定める電話料金区域が異なっていたため、電話をかける際には、市外局番のダイヤルが必要となっていました。平成24年4月1日から市外局番のダイヤルは不要となります。

現在の料金区域



変更後の料金区域



北海道最低賃金

北海道内で事業を営む使用者及びその事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む)に適用される北海道最低賃金(地域別)が次のとおり改正されました。

◇最低賃金額	時間額	705円
◇効力発生日	平成23年10月6日	

厚生労働省・北海道労働局・労働基準監督署

11月は「労働保険適用促進強化期間」です

事業者の皆さん。労働保険の加入はお済みですか。
労働保険とは、労災保険と雇用保険の総称で、国が直接管理している保険です。農林水産業の一部を除き、労働者を一人でも雇用する事業所については、加入が義務づけられています。

厚生労働省 北海道労働局 総務部労働保険適用室
☎ 011・709・2311

キラリと光る レ・コードなまち

○団体・サークル紹介○

今月号は、みんなで楽しく、明るく、気持ちよく歌うサークル「合唱団V o I (ヴォール)」を紹介します。

【プロフィール】

「合唱団V o I」は平成10年に結成され、今年で13周年を迎えます。

レ・コード館のこけら落しで、音楽家である城之内ミサさんが作詞作曲した「飛翔」を披露したのがきっかけで、これからも合唱サークルとして続けていきたいとの思いから、サークル「合唱団V o I」がスタートしました。

サークル名は、城之内ミサさんが名づけたもので、「V o I (ヴォール)」の由来は、フランス語の「UnvoI (アンヴォール)」から来ており、空高く飛びめぐる「飛翔(ひしょう)」という意味です。

「合唱団V o I」は、文化祭や町の記念式典、全道の合唱大会など数々のイベントに出演し、華麗な歌声を披露しています。

今年で、6回目になる「V o I」の定期コンサートを、11月19日にレ・コード館で開催する予定ですので、ぜひ足を運んでみてください！

サークルの仲間たちは、「歌うことがとても楽しく、大きな声で歌うことで気分がリフレッシュされる」と口を揃えて言います。

現在団員は21名おり、ニツ森先生の指導のもと、毎週積極的に活動しています。合唱する歌は、童謡や歌謡曲、民謡まで色々なジャンルの歌を練習してます。



楽譜が読めなくても、一つ一つゆっくり丁寧に指導してくれるので心配いりません。「楽しく、明るく」をモットーに活動しています！

【活動内容】

通常練習：毎週火曜日 19時～21時
練習場所：レ・コード館 リハーサル室

【団員募集】

週に一度、仕事後に楽しく歌っています。一緒に気持ちよく、大きな声で歌いましょう！どなたでも入団することができますので、ぜひ練習に参加してみてください！

※詳しくは事務局(☎45・7833レ・コード館内)までお問い合わせください。

小竹町長の動静 & まちのできごと

9月 ●は町長出席

●1日、町制施行記念碑移設に伴う除幕式、開町130年町制施行50年記念式典●2日、日高中部消防組合消防署新冠支署管理者査閲●3日、恵寿荘敬老会●4日、新冠判官太鼓創立40周年記念公演●6日、北海道国民健康保険団体連合会第5回理事会(札幌市)●9日、第37回新冠町老人スポーツ大会●11日、第7回新冠ライオンズクラブ杯サブラッドロードサッカーフェ

スティバル●13日、第3回定例会●15日、庁内会議●16日、職員採用試験●18日、第29回新冠無縁納骨堂におけるイチャルパ○18日、節婦自治会敬老会●19日、朝日小学校下敬老会○20日、総務産業常任委員会●22日、昭和音楽大学オーケストラコンサート●26日、日高中部広域連合定例議会、日高中部衛生施設組合定例議会●30日、NHK公開番組ふるさと自慢うた自慢

人の
うごき
(平成23年9月末現在)

人口 5,837人 (前月比 + 6人)
男 2,817人 (前月比 + 1人)
女 3,020人 (前月比 + 5人)
世帯 2,655世帯 (前月比 ± 0世帯)
外国人登録者 53人

