



HIDAKA

広報

ひだか

広大な海 雄大な山なみ 優しさ溢れる日高町

門別中学校卓球部 全国大会出場



2017

10th VOL. 139

平成29年 10月号

■TOWN TOPICS・・・P 2

「夢は牛のお医者さん」に参加者も感動 など

■町立富川国民健康保険診療所10月1日開設・・・P 5

■門別地区デマンドバス運行に関するお知らせ・・・P 15

■平成29年度「日高町文化祭」のお知らせ・・・P 21

■まちの掲示板・・・P 26

治療と職業生活の両立支援について ほか



第47回北海道中学校卓球大会 女子団体優勝

門別中学校卓球部が全国大会へ

8月1日から3日にかけて、門別総合町民センターで開催された第48回北海道中学校卓球大会において、門別中学校卓球部が女子団体で優勝、個人の部では高山妃香さん(3年)が3位に入賞し、8月23日から大分県で開催された全国大会に出場しました。

全国大会では団体、個人とも初戦で惜敗してしまいましたが、選手一同、日頃の練習の成果を発揮し、北海道代表として堂々とした試合をしました。



獣医師を目指す少女のドキュメンタリー映画

「夢は牛のお医者さん」に参加者も感動

7月29日、「夢は牛のお医者さん」映画上映実行委員会(沖田正憲 実行委員長)主催による映画上映会が門別総合町民センターで開催されました。

新潟県にある山あいの村で1人の少女が小学校での牛の世話をきっかけに獣医師を目指し、夢を叶えたドキュメンタリー映画で、来場されたたくさんの方は夢に向かって努力する姿に感動を受けていました。



日高西部消防組合 消防フェスタ2017を開催

8月6日、日高西部消防組合富川消防署で各種体験ができる消防フェスタ2017が開催されました。

当日は好天に恵まれ、夏休み中の子どもたちや家族連れなど、町内外から約300人が訪れました。

イベントは消防職員と消防団員の協働により、各体験コーナーの運営、消防団活動のPRや加入促進活動が行われ、訪れた来場者は、会場内に展示された消防車との記念撮影や、放水体験・救急体験・煙体験などを楽しみました。

また、5階建ての訓練塔を使った救助訓練の展示では、7月15日に札幌市で行われた第46回全道消防救助技術訓練指導会に出場した隊員がはしご登はん救助を披露し、隊員が素早くはしごをかけ登る姿に、来場者から大きな歓声があがっていました。

消防署では、今後も町民のみなさまに防火・防災意識を高めていただくために、PR活動を行っていくそうです。



地域の見守り・災害時の物資供給に全面協力

セブンイレブンと協定を締結

8月10日、日高町と町内に2店舗を展開するセブンイレブンジャパンによる「日高町地域見守り活動に関する協定」と「災害時の物資供給及び店舗営業の継続又は早期再開に関する協定」が締結されました。

両協定により、同社の商品配達サービス時に住民に異変を感じた際の町や警察等への通報や、災害時の安定した物資の供給等が期待され、同社の山田治苦小牧地区マネージャーは、「高齢化社会のニーズに応え、不測の事態のライフラインの一つとして、地域に貢献したい。」と話しました。



救命講習会などに活用

ダーレー・ジャパン(株)様より救急資機材の寄贈

8月4日、日高西部消防組合へ町内で軽種馬牧場を営むダーレー・ジャパン(株)様(富川東)より、救急資機材4品(スクープストレッチャー1台、AEDトレーニングユニット4式、分娩介助モデル1体、訓練用人形4体)が寄贈されました。

寄贈された同組合の三輪管理者(日高町長)は、「ダーレー・ジャパン様にはこれまでも多くの地域貢献活動をしていただいて、大変感謝しております。この度寄贈いただいた機材により、町民向けの救急講習会等を充実できます。」と感謝の意を述べました。



第24回全道少年選抜野球大会日高支部予選会

JBC日高ブレイヴが2連覇

8月19日、20日に浦河町、様似町で開催された太陽グループ杯争奪全道少年軟式野球選抜大会日高支部予選会でJBC日高ブレイヴ(種本亮監督)が昨年に続き2連覇を達成しました。

同大会決勝では、相手チームに14対0で快勝し、9月16日から札幌市で開催される全道大会に出場します。

9月1日に全道大会出場報告のため来庁し、5年生メンバーを代表し、谷川主将が健闘を力強く宣誓されました。



日高・門別両地区で戦没者追悼式

戦没者の冥福を祈り、平和を願う

8月4日と18日の両日、平成29年度日高町戦没者追悼式が日高地区、門別地区の両会場で開催されました。

4日に開催した日高地区では、遺族と来賓の方を含め約10名が参列し、戦没者の冥福を祈り黙祷を捧げ献花を行いました。

日高地区遺族会の阿部由夫会長は「今私たちが享受している平和は多くの尊い犠牲のうえに築かれたものであり、その平和を守るためにも、戦争の惨禍を後世に語り継ぐことが重要な使命。」と追悼のことばを述べました。



新規就農を目指して

地域おこし協力隊農業支援員

8月31日、地域おこし協力隊農業支援員として、十勝管内出身の西宗成樹さんに辞令が交付されました。

西宗さんは昭和48年生まれの43歳で、前職である園芸植物の栽培や花木の管理の経験により、農業の中から自分の生活を確立し、農産物や地域の魅力づくりに貢献したいという思いから応募されました。

今後は地域の農業ヘルパー活動を通して技術習得をしながら、独立就農を目指します。



沙流太ほおずき絆の会

富川高校生が収穫前最後の作業

8月23日、沙流太ほおずき絆の会(降幡治男会長)と富川高校3年生により、枯れた花卉によるカビの発生を防ぐための花卉除去作業が行われました。5月に約380㎡のほ場に定植され、背丈ほどの大きさに成長した食用ほおずきは1株あたり150~200個ほどの実がついており、9月下旬から10月に収穫し、収穫したほおずきを使った新商品の開発を目指します。

「必ずチェック 最低賃金！ 使用者も 労働者も」

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が次のとおり改定されました。

最低賃金額

時間額 **810円**

効力発生年月日

平成**29**年**10**月**1**日

- 最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金及び時間外等割増賃金は算入されません。
- 特定の産業（「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」）で働く者には北海道の特定（産業別）最低賃金が適用されます。

厚生労働省北海道労働局 労働基準部 賃金室
電話 011-709-2311

町立富川国民健康保険診療所が10月1日開設 診療開始は10月2日から

地域医療の拠点として貢献してきた鎌田医院（富川北6丁目）が9月30日で閉院となり、10月1日から町立富川国民健康保険診療所として開設することになりました。

鎌田医院（鎌田幸雄院長）は、昭和35年の開院以来、これまで50年以上の永きにわたり町民の健康保持に必要な医療を提供され、町の中核施設としてその役割を担ってきましたが、医師の高齢等の事情により閉院されることになりました。

この度、富川市街地域の医療体制を確保するため、鎌田医院から病院施設・設備の寄附を受け、町に運営移管され開設することになりました。

8月28日の議会において「富川国民健康保険診療所設置条例」の制定と関係予算等が可決されました。また、保健所の開設許可の手続きを終え10月2日からの診療開始に向け準備を進めています。

町立の病院・診療所の開設は、すでに運営されている門別国民健

康保険病院（門別本町）・日高国民健康保険診療所（日高地区）に続き3か所目となります。

富川国民健康保険診療所のこれからの運営については、保健・福祉・医療との緊密な連携により地域医療の向上と患者さんに満足されるサービス提供のため、地域の方々に愛され信頼される施設づくりに努力してまいります。

外来診療の診療科目と受付時間は、下記のとおりです。

なお、担当医師・診療体制につきましては決まり次第、町ホームページ等でお知らせいたします。

また、富川国民健康保険診療所の開設に伴い、門別地区デマンドバスのルートを変更しますので、詳細は15ページをご覧ください。

外来診療科目・受付時間

診療科目	内科・外科（整形外科）・小児科	
受付時間	午前診療	8時30分～12時00分（受付8時30分～11時30分）
	午後診療	13時00分～17時15分（受付13時00分～16時00分）
休診日	土・日・祝祭日	



町診療所へ運営移管される鎌田医院

▼お問い合わせ先
 ・診療開始前（10月1日まで）
 日高町役場子育て福祉課
 01456-2-6183
 ・診療開始後（10月2日から）
 富川国民健康保険診療所
 01456-2-0340

健康が一番にや



健康増進だより

◎日高町役場健康増進課
TEL 01456-2-6571
◎日高総合支所地域住民課
TEL 01457-6-3173

日高町は生活習慣病が多い？

日高町では40歳以上の国民健康保険加入者を対象に、生活習慣病予防や重症化予防を目的とした特定健診を実施しています。特定健診では、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査等を行い、高血圧や糖尿病、高脂血症等の生活習慣病がないか、もしくは生活習慣病になる危険性が高まっているかを確認することができます。

昨年は特定健診の受診結果や日高町国保の医療費等の分析を行い、日高町はどのような疾患が多いのかを明らかにし、町民が健康で長生きできることを目指して「日高町国民健康保険データヘルス計画」を策定しました。

健診結果や医療費の状況から見えてきた日高町国保加入者の特徴をお伝えします。

「運動少ない」

「遅い時間に食べる」

平成27年度特定健診受診者に生活習慣に関する聞き取りを行い、全国・全道の割合と比較してみました。

聞き取りの内容は、喫煙、運動、食事、飲酒に関する習慣で、男女共通して全国・全道より高い割合の項目は、

「1回30分以上の運動習慣がない」

「食べる速度が速い」

「就寝前に夕食をとる」

「夕食後に間食する」でした。

特に「夕食後に間食する」は他の項目に比べて全国・全道との差が大きく、日高町の特徴と言えるかもしれません。

遅い時間に食べる間食は、摂取したエネルギーが消費されず体の中で脂肪としてたまりやすくなるので、間食は日中の時間帯にとり、夕食も就寝2時間前には食べ終わるようにするといいですね。

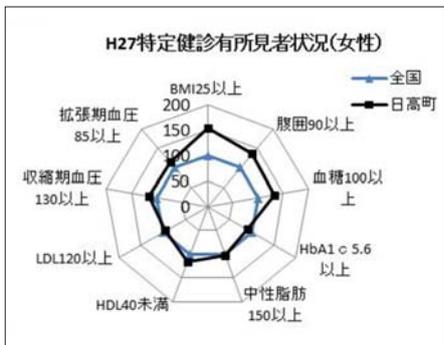
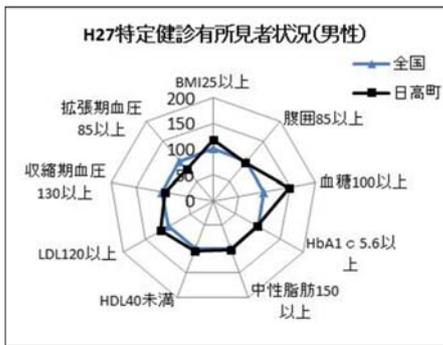
「太り気味？」

「糖尿病予備群？」

平成27年度特定健診の結果から、数値の異常が多くみられた検査項目を調べました。下のグラフは、全国を基準(100)とした場合、日高町の有所見者の割合がどのくらい高いのかを男女別に比較したもので、太い(濃い)線(日高町)が薄い線(全国基準)より外側にある項目が日高町に多くみられる所見です。

グラフを見ると、男女とも「BMI25以上」「血糖値100以上」が全国と比較して高い割合でみられ、特に「血糖値100以上」は27年度に限らず経年的に割合が高くなっています。
※「BMI」とは、身長と体重の数値を

使って肥満度を表す指数のことで、指数が25以上は肥満と判定されます。平成27年度の特定健診受診者は、肥満傾向で、糖尿病の疑いがある人が多かったということが言えます。



日高町の医療費は？

平成27年度日高町国保加入者の一人当たりの医療費は、全国・全道に比べ若干低くなっていますが、過去数年を見ると全国を上回る年もあります。

外来医療費では、「糖尿病」「脂質異常

症(コレステロール等の数値が高くなる病気)」が男女とも全国の割合を上回っており、女性では「高血圧」の割合も高くなっています。入院医療費では、女性で「糖尿病」「狭心症」、男性で「がん」「筋骨格疾患(筋肉や骨、関節の病気)」の割合が全国と比較し高くなっています。

「糖尿病」「脂質異常症」「高血圧」が「生活習慣病」と言われ、普段の生活習慣を改善することで発症を防ぐことができ、特定健診やがん検診を受診して異常を早期に見れば、治療期間が短くなり、医療費を抑えることができます。一人ひとりが普段から健康的な生活を送り、医療費を減らす努力をすることで保険料の引き上げを抑えることができるのです。

目指そう！ 元気で長生き

データヘルス計画を策定し、日高町では糖尿病や高血圧等の生活習慣病予防や重症化予防が必要であることがわかりました。これからも一人でも多くの方がこの町で元気で暮らしていけるように保健師・栄養士・歯科衛生士がお手伝いしていきます。生活習慣見直しの相談をご希望の方は左記へご連絡ください。

▼日高町役場 健康増進課

電話 014561216571

▼日高町役場 日高総合支所地域住民課

電話 014571613173

第12回 日高町健康まつり

【と き】 10月15日(日) 10:00~14:30

〈体験コーナー 10:00~13:00、健康づくり講演会13:30~14:30〉

【ところ】 門別総合町民センター

☆健康づくり講演会☆ 13:30~14:30

【演 題】

「本当は怖い高血圧・糖尿病」

【講 師】

札幌医科大学医学部

循環器・腎臓・代謝内分泌内科学講座

茂庭 仁人 医師

ひだかカードをお忘れなく

来場者ポイント100ポイントをプレゼントいたします！

☆大腸がんクイズラリー☆

クイズとアンケートに回答いただいた方に粗品を用意しています！

協力：NPO法人プレイブサークル運営委員会

フリーマーケット出店募集！先着5店！

日高町民の方で出店を希望される方は、下記へお申し込みください。

【申込先】日高町社会福祉協議会 01456-2-6670

☆ことぶき学園茶道部☆

おいしいお茶とお茶菓子はいかがですか。

*お茶菓子がなくなり次第終了いたします。

☆町立病院コーナー☆

動脈硬化度の測定は9:45から整理券を配付します。
(先着50名)

他、血糖値測定、身体計測、視力検査が行えます。

☆とねっこ館コーナー☆

・インボディ計測体験！(10:00~12:00)
健康運動指導士が詳しく解説いたします。

・レスンプログラム(12:00~13:00)
1回30分程度体験できます。運動を始めるきっかけにしませんか？

☆お楽しみ抽選会☆

講演会後には豪華景品が当たるチャンスが！

最後まで参加するべき！



☆ヘルシー試食☆

保健推進員手作り弁当を提供します。なくなり次第終了となります。

送迎バス運行【日高地区】

〈行き〉8:00 日高総合支所発

〈帰り〉まつり終了後 門別総合町民センター発

利用される方は、10月13日(金)までにお申し込みください。

*富川市街沿線に限り途中乗車も可能です。ご相談ください。

【申込先】日高町役場 日高総合支所 地域住民課 01457-6-3173



そのほか、認知症予防(地域包括支援センター)、何かと話題の女性の「がん」に関するコーナー、人気の計測機械など色々設けていますので、ぜひお越し下さい。

特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診のお知らせ

特定健診・がん検診を実施しますので、今年まだ受診されていない方は、年1回、からだのメンテナンスとして、ぜひ、受診するようにしましょう。

☆☆☆健(検)診受診特典☆☆☆

健(検)診を受診された方で負担金有料者には、ひだかカード会が発行する「ひだかカード」のポイントを付与します。

特定健診(国保加入者のみ): 300ポイント

後期高齢者健康診査・がん検診・その他検診: 100ポイント

日 程

【日高地区】 11月17日(金) 日高こもれびホール

※使用できない場合は日高老人福祉センターへ変更します。

(受付時間) 午前6:30～9:30

【門別地区】 11月18日(土)

門別公民館(今年の門別公民館での実施は土曜日です。)

11月19日(日)、20日(月) 富川公会堂

11月21日(火)

厚賀会館(乳がん検診・歯科健診同時実施)

(受付時間) 午前6:30～9:30 ※待ち時間短縮のため時間を区切って受付します。

健(検)診名	負担金	対象者
特定健診 (40～74歳) (75歳以上)	1,300円 560円	①平成30年3月31日までに40～74歳になる国民健康保険加入者 ②75歳以上の方 ③生活保護世帯の方 *社会保険加入の被扶養者で今回の健診を希望する方は、全国健康保険協会から発行される受診券が必要ですので、扶養者の職場へお問い合わせください。 *農協組合員で厚生連のドックを受けた方や医療機関で個別健診を受けた方など、すでに特定健診を受けた方は、対象から除きます。
胃がん検診 肺がん検診 (X線) (喀痰) 大腸がん検診	1,600円 500円 900円 800円	40歳以上の方 *農協組合員で厚生連のドックを受けた方や医療機関で個別健診を受けるなど、すでに今回と同じ検査を受けている場合は、この検診の対象から除きます。
前立腺がん検診	2,000円	50歳以上の男性
乳がん検診 【11月21日 厚賀会館のみ】	(40～49歳) 2,000円 (50歳以上) 1,700円	乳房のエックス線撮影をします。40～49歳は2方向、50歳以上は1方向のエックス線撮影をします。 ※平成30年3月31日を年齢基準日とします。
肝炎ウイルス検診 (B型+C型) (C型のみ) (B型のみ)	700円 600円 100円	①昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生まれの方 ②昭和18年～昭和52年3月31日生まれで、過去に肝炎ウイルス検査を受けていない方
骨粗しょう症検診 (対象者) (対象外)	600円 2,060円	昭和22年4月1日～昭和23年3月31日生まれの女性 昭和27年4月1日～昭和28年3月31日生まれの女性 昭和32年4月1日～昭和33年3月31日生まれの女性 昭和37年4月1日～昭和38年3月31日生まれの女性 昭和42年4月1日～昭和43年3月31日生まれの女性 昭和47年4月1日～昭和48年3月31日生まれの女性 昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生まれの女性 *上記以外の方は対象外となりますが、受診は可能です。 ただし、対象外の場合は、生活保護・非課税世帯であっても負担金を徴収します。

健(検)診名	負担金	対象者
エキノコックス症検診	300円	小学3年生以上で、前回の検診から5年以上経過している方
成人歯科健診 (日高・厚賀地区のみ)	無料	今回の健診の項目の一つとなっておりますので、ぜひ皆さん受診してください。
ヘリコバクター・ピロリ菌検査	2,410円	40歳以上の方 * 除菌治療したことのある方は、対象から除きます。ピロリ菌検査はあくまでも胃がんのハイリスクを調べるための検査です。胃がん検診とセットの検査をお勧めします。

*ただし、骨粗しょう症検診の対象外の方を除き、生活保護世帯の方、住民税非課税世帯の方、昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生まれの方は無料です。

生活保護・非課税世帯の方は、課税状況を調査するため同意書の提出が必要です。印鑑を持参のうえ、健康増進課、厚賀出張所、水・くらしサービスセンター、日高総合支所地域住民課へお越しください。

負担金の徴収

特定健診とがん検診の負担金徴収の取り扱いについて、判断基準が異なりますので、非課税世帯の方は、必ず同意書を提出してください。ご不明な点等があればお気軽にお問い合わせください。

申し込み・お問い合わせ先

【日高地区】日高町役場 日高総合支所 地域住民課 電話 01457-6-3173

【門別地区】日高町役場 健康増進課 電話 01456-2-6571

日高地区・門別地区ともに申し込み締め切りは、**10月27日(金)です。**

知っていますか？結核のこと

結核は、結核菌が体内に入り、増えることによって起こる感染症です。日本では、結核菌が肺の中で増える「肺結核」が約8割を占めています。重症化すると、命を落とす危険もある病気です。

かつては、死亡原因の第1位として恐れられていた結核ですが、現在は医療の進歩や生活環境の向上により、適切な治療で治る時代となりました。しかし、現在の日本でも、1日に50人の新しい患者が発生し、5人が命を落とす、重大な感染症となっているのです。

受診のサインは？

- ・ 2週間以上続くせき・たん・微熱
- ・ からだのだるさが続く
- ・ 急に体重が減る
- ・ お年寄りなど抵抗力の弱い人が急に弱ってきた

これらは結核の代表的な症状です。症状に気づいたら、早めに受診しましょう。

結核と診断されると、6か月間、毎日3～4種類の薬を服用します。症状が強い場合や、周囲へ感染の危険がある場合は、入院して治療することもあります。



予防には？

患者のせきなどに含まれる結核菌を吸い込んでも、多くの場合は体の免疫力により菌は追い出されます。菌に感染しても、ほとんどは免疫力により封じ込められ、菌は活動しないままです。しかし、免疫力が低下していると、結核菌が増え、結核が発症してしまいます。

免疫力が低下しないよう、栄養バランスの良い食事・十分な睡眠・適度な運動など、規則正しい生活を心がけましょう。また、**肺の機能を低下させないためには禁煙することも大切です。**

気づかぬうちに結核菌に感染し、発症していた場合、周りの人に感染させてしまう可能性があります。**せきやくしゃみが続くときは、マスクを着用し、早めに病院を受診し、周りに感染させないようにしましょう。**

抵抗力の弱い乳幼児の結核予防のために、日高町では、**生後5か月を過ぎたお子さんにBCG接種の案内をしています。**1歳までに接種するようにしましょう。

お問い合わせ先

- ・ 日高町役場 日高総合支所 地域住民課 電話 01457-6-3173
- ・ 日高町役場 健康増進課 電話 01456-2-6571



シリーズ「知っておこう！認知症」①

年をとれば誰もが認知症になる可能性があります。認知症について誤った知識やイメージがあると、早期発見や周囲の支援を遅れさせ、問題を大きくします。

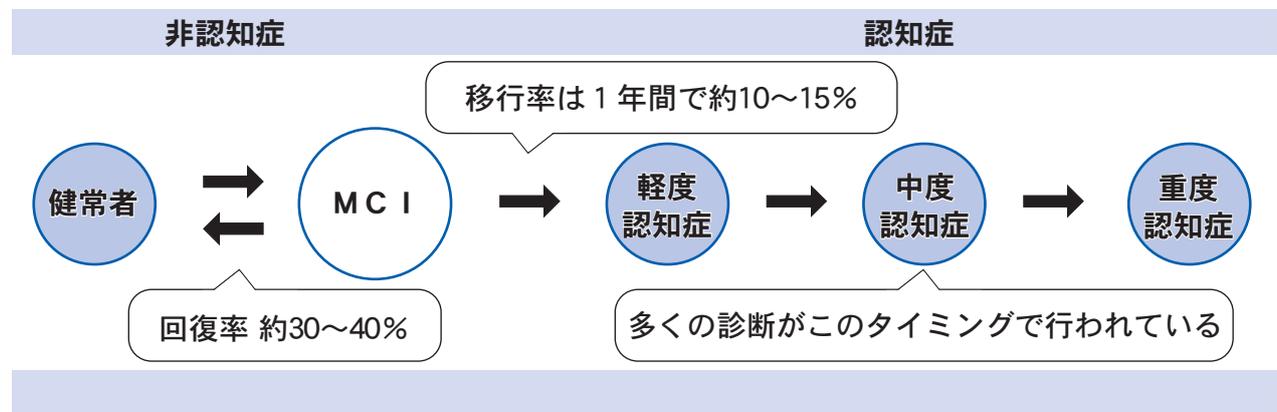
認知症になっても、自らの工夫や周りのサポートによって、自分らしく生きることができます。認知症について学びましょう。

■放置していると認知症に！軽度認知障害（MCI）

「最近もの忘れする」「やる気が出ない」など感じている方、要注意です！

生活上には支障はなく、特に困っていなくても、軽度認知障害（MCI）または非認知症の段階の可能性があります。

このままでは5年後には50%の確率で認知症に移行するというデータがあります。早い段階でMCIに気づき、対応策を取ることで、認知症への移行を防げます！



■やってみよう！自己チェック！

1～3項目該当する場合はMCIの可能性が、3項目以上該当した場合は医療機関の受診を検討しましょう。まず、かかりつけ医に相談するのも一つです。

最近1か月の状態について、

- 1) 同じことを何回も話したり、尋ねたりする
- 2) 出来事の前後関係がわからなくなった
- 3) 服装など身の回りに無頓着になった
- 4) 水道栓やドアを閉め忘れたり、後片付けがきちんとできなくなった
- 5) 同時に二つの作業を行うと、一つ忘れる
- 6) 薬を管理してきちんと内服することができなくなった
- 7) 以前はてきぱきできた家事や作業が手間取るようになった
- 8) 計画を立てられなくなった
- 9) 複雑な話ができない
- 10) 興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などをやめてしまった
- 11) 前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった

※このチェックリストは、群馬大学で開発された「認知症初期症状11質問表」の引用です。これだけで診断されるものではありません。

■心配な方は、まずは相談から！

各地域包括支援センターには、認知症に関する相談窓口「認知症支援推進員」がいます。

- ・日高地域包括支援センター 電話 01457-6-2343（認知症支援推進員：赤坂）
- ・門別地域包括支援センター 電話 01456-2-6789（認知症支援推進員：矢野）

日高町のこれからの「生活支援」を考える

一人ひとりが自分らしく

安心して暮らせる

地域づくりのための

私たちの暮らす日高町では、自治会関係者や民生児童委員、保健推進員、地域で活動するボランティア実践者等、町民の皆様一人ひとりの力によって、地域づくりが支えられています。

こうした地域づくりを支える町民の皆様を対象に「高齢になっても安心して住み続けられる地域づくり」について、わかりやすく専門的な見地から講演していただきます。
地域づくりに関心のある方はぜひお越しください。



講演者 忍 正人
(おし まさと)

名寄市立大学保健福祉学部
社会福祉学科・准教授

【委員会など】○北海道地域福祉学会
副会長 (2007年～現在) ○風連地区
まちづくり協議会委員 (2012年～現在)

○名寄市社会福祉協会総務部会委員 (2014年～現在) ○名寄市風連地区地域振興審議会委員 (2012年～2013年) ○札幌市社会福祉総合センター運営委員会委員長 (2007年～2009年)

【講演など】○北海道介護支援専門員研修講師 (1999年～2015年)

○北見市ボランティアを考える講演会、上士幌町まちづくり講演会、札幌市清田区介護支援専門員連絡協議会研修会講師、中標津地区介護支援専門員連絡協議会研修会、新ひだか町まちづくり講演会他多数

「生活支援」とは...

食べる、寝る、排泄するなどの行動だけでなく人との交流、役割や生きがいをもつことなどを含め、自分らしく生きることの支援を意味します。

主 催 日高町
担 当 日高町門別地域包括支援センター
日高町役場保険年金課

お問い合わせ先
日高町門別地域包括支援センター
☎ 01456-2-6789

〈日時〉

平成29年
10月20日(金)
13:00～14:30

(受付) 12:30～

〈会場〉

門別公民館 (講堂)

〈参加費〉

無 料

日高地方精神保健協会「メンタルヘルス映画祭」

※詳しくは隣のポスターまたはチラシをご覧ください。

元校長 木村泰子先生の講演会も開催します

この映画の舞台となっている大空小学校



期間

平成29年9月30日(土) ~ 10月20日(金)

- 9/30(土)~10/6(金) 16:00~ (1日1回の上映)
- 10/7(土)~10/20(金) 10:00~、13:30~、19:00~

ところ

大黒座(住所:浦河町大通2丁目18番地)

鑑賞料金

本チラシ持参で【大人】1,200円 【小中高生】800円 【幼児】700円

※通常料金につきましては、下記までお問い合わせください。

みんなの学校

木村 泰子氏 講演会

「みんながつくる みんなの学校
～いつもいっしょがあたりまえ～」

とき

平成29年10月9日(月・祝) 17:00～

ところ

浦河町文化会館 ふれあいホール(3階)
(住所:浦河町大通3丁目52番地)

参加方法

申込不要・参加費無料

☆スケジュール☆

17:00～ アトラクション※

17:15～ 講演

※講演前にひがし町診療所デイケアメンバー音楽チームによる即興演奏や
マリンバ奏者によるマリンバ演奏を予定しております。

*総会

当日16:30～から同会場で日高地方精神保健協会総会を開催します。
関心をお持ちの方は、会員でなくとも是非総会にご参加ください。



大黒座で上映決定!

09/30(土)～10/6(金)

16:00～

(※この週は1回の上映です。
ご注意ください。)

010/7(土)～10/20(金)

①10:00～ ②13:30～

③19:00～

大黒座

住所:浦河町大通2丁目18番地

TEL:0146-22-2149

講師 木村 泰子(きむら やすこ)

1950年、大阪市生まれ。1970年に小学校教員に。2006年～2015年大阪市立大空小学校校長。「みんながつくるみんなの学校」を合言葉に、全教員がチームとなって全児童を見守る学校を実現。著書に『「みんなの学校」が教えてくれたこと』(小学館)など。

◎問い合わせ ぽっかぽかの会(代表(廣澤) TEL:090-7056-0205、事務局(春日) TEL:090-5225-3553)

日高地方精神保健協会

(浦河保健所(大河内) TEL:0146-22-3071、静内保健所(惣伊田(そいだ)) TEL:0146-43-0521)

主催:ぽっかぽかの会、日高地方精神保健協会

後援:浦河町、浦河町教育委員会

とねっこ館 運動指導室 第3期レッスン参加者募集

		登録制有料レッスン		登録なし無料レッスン
水曜日	10月4日～	11:00～12:00 体引き締めダイエット 全身の筋肉を鍛え、太りにくい体づくりをしましょう！ 定員35名	19:00～20:00 パンチキックEX 格闘技系エクササイズです。ストレス発散にも効果有り！！ 定員25名	
	木曜日	10月5日～	11:00～12:00 ソフトパンチキックEX 簡単なパンチとキックを組み合わせて脂肪を燃焼させましょう！！ 定員25名	
金曜日	10月6日～	11:00～12:00 脂肪燃焼エアロ エアロビクスが初めての方でも気軽に参加できる、痩せるためのエアロビクスです。 定員25名	13:00～14:00 痛み調整エクササイズ 「肩が痛い」「腰が痛い」等を改善させるためにストレッチや姿勢改善トレーニングをします。 定員30名	
	土曜日	10月7日～	11:00～12:00 チェアピクス イスに座って体をほぐしたり、音楽に合わせてゆっくり体を動かすエクササイズです。 定員30名	

【レッスン参加料】 登録制有料レッスン 500円／1種類(各11回)

【スポーツ保険料】 65歳未満-1,890円 65歳以上-1,240円

(平成30年3月末まで有効)

※有料レッスン・無料レッスンにかかわらず、とねっこ館入館料として毎回500円かかります。

とねっこ館に登録していない方は、半年分の登録料として1,000円かかります。

【実施場所】 とねっこ館 研修室・歩行プール

【申込期間】 9月26日(火)～ 随時

【申込先】 日高町役場 健康増進課 01456-2-6571(土・日曜日は除きます)

とねっこ館 運動指導室 01456-2-2221(月曜日は除きます)

～ 運動指導室より～

●夏から秋へと季節が変わり、気温差で体調を崩されていませんか？

そんな気温差にも対応できる身体づくりはいかがでしょうか？

10月から始まる第3期レッスンに参加して寒い冬を乗り越える身体を一緒につくっていきましょう！

また、『参加してみたいけど内容が分からないから不韋で…。』という方もご安心ください！！

体験や見学も随時可能になっておりますので、一度とねっこ館にいらしてみてください。

たくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

門別地区デマンドバス運行経路変更のお知らせ

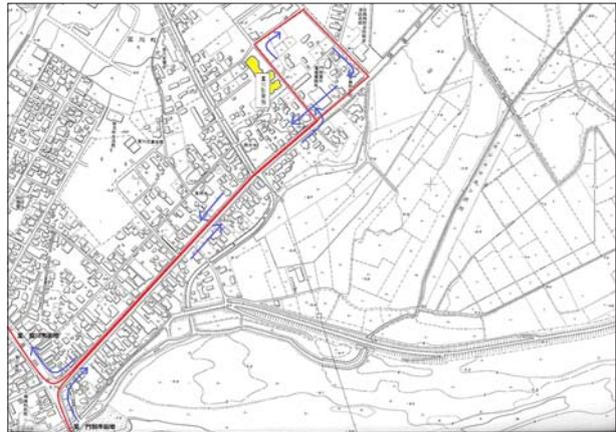
日高町立富川国保診療所の開設に伴い、平成29年10月1日から門別地区デマンドバスの運行経路が一部変更となります。

▽対象路線 広富線・豊郷線・清島線・厚賀富川線

▽運行経路 富川診療所を経由するルートに変更となります。(右図：往路便の運行経路)

▽時刻表 下記の時刻表には、主要の停留所のみ記載しています。

記載の停留所以外にも停車いたしますので、詳しくは日高町ホームページをご覧ください。



厚賀富川線		広富線 (広富・庫富・幾千世地区)					豊郷線 (豊郷地区)					清島線 (清島地区)							
停留所名	1便	富川方面		停留所名	鳩内方面			富川方面		新生方面			富川方面		停留所名	上清島方面			
		1便	2便		3便	4便	5便	1便	2便	3便	4便	5便	1便	2便		3便	4便	5便	
厚賀駅前	9:15	7:30	9:16	鳩内	14:48	16:48	19:00	7:44	9:25	新生	14:39	16:39	18:50	7:45	9:24	上清島	14:40	16:40	18:50
賀張	9:17	7:39	9:23	広富	14:41	16:41	18:49	7:47	9:28	豊郷第三	14:36	16:36	18:46	7:48	9:27	清島	14:37	16:37	18:47
清島駅前	9:21	7:47	9:31	庫富	14:33	16:33	18:41	7:53	9:33	豊郷第二	14:31	16:31	18:40	7:59	9:35	清島駅前	14:29	16:29	18:34
豊郷	9:27	8:01	9:44	幾千世入口	14:20	16:20	18:28	7:59	9:37	豊郷第一	14:27	16:27	18:34	8:05	9:42	豊郷	豊郷線の 3, 4, 5便と統合		
門別	9:34	8:12	9:49	門別病院前	14:15	16:15	18:20	8:12	9:49	門別病院前	14:15	16:15	18:20	8:12	9:49	門別病院前			
富川診療所前	9:44	8:20	9:55	門別警察署前	14:09	16:09	18:13	8:20	9:55	門別警察署前	14:09	16:09	18:13	8:20	9:55	門別警察署前			
富川市街	9:47	8:25	10:00	富川診療所前	14:04	16:04	18:08	8:25	10:00	富川診療所前	14:04	16:04	18:08	8:25	10:00	富川診療所前			
富川駅前	9:48	8:27	10:01	富川市街	14:03	16:03	18:06	8:27	10:01	富川市街	14:03	16:03	18:06	8:27	10:01	富川市街			
		8:29	10:03	富川駅前	14:01	16:01	18:03	8:29	10:03	富川駅前	14:01	16:01	18:03	8:29	10:03	富川駅前			
		8:35	10:05	富川高校前	14:00	16:00	18:00	8:35	10:05	富川高校前	14:00	16:00	18:00	8:35	10:05	富川高校前			

門別地区デマンドバス (広富線・豊郷線・清島線) 【特別便】運行期間延長のお知らせ

平成29年4月1日から運行を開始した門別地区デマンドバス(予約運行方式)の特別便について、ダイヤ改正を検討するため、運行期間を延長することにしました。

今後、特別便を含めたデマンドバス全体の運行実績を踏まえながら、町民のみならず、使いやすく、かつ効率的で持続可能なバスの運行を目指していきます。

▽運行期間

平成29年4月1日(土) ~ 平成29年9月30日(土)



平成29年4月1日(土) ~ 平成30年3月31日(土)

▽予約先

(有) 日高観光バス

電話：01456-7-2600 受付時間：午前9時～午後5時

※各路線とも、1、2便及び特別便は前日の午後5時まで、3～5便は当日の正午までにご予約ください。

※予約がない場合は運行しませんのでご注意ください。

※予約を取消される場合は、予約便の出発2時間前までにご連絡ください。

▽お問い合わせ先

日高町役場 企画財政課 まちづくり・広報統計グループ

電話：01456-2-6181 FAX：01456-2-5615

ホームページ：http://www.town.hidaka.hokkaido.jp/site/busjikoku/

チャイルド・プログラム「コーディネーショントレーニング・ボール運動」

7月24日から、門別総合町民センターを会場に、日高町スポーツ少年団指導者協議会と日高町教育委員会の協働事業「コーディネーショントレーニング・ボール運動」が始まりました。幼児期・少年期から運動能力、運動習慣を身に付けてもらう他、「運動の楽しさ」や「スポーツの楽しさ」を体験してもらいます。

コーディネーショントレーニングとは、運動神経をのばすトレーニングで、ゴールデンエイジと呼ばれる4歳から12歳までにこのトレーニングを行うことが、とても有効的と言われています。

ボール運動は、サッカーとバスケットボールの2チームに分かれ、それぞれの特性を生かしたボール運動を行っています。

どちらも元気はつらつに取り組む姿勢があり、笑顔が溢れる楽しい事業となっています。

月に2回、来年3月までに計16回行われる予定です。



「キッズ・イングリッシュ教室」開催！

8月1日から4日間、門別図書館郷土資料館で幼児と保護者を対象とした英語を楽しむ教室「キッズ・イングリッシュ教室」が開催されました。

親子19組が参加し、英語指導助手（AET）のスーザンとアレックスの2人と英語でのあいさつやリズムに合わせての踊り、人形・スカーフ等を使った遊びを楽しみました。最初は緊張していた子どもたちも次第に慣れ、元気いっぱい楽しんでいました。



アクティブ・プログラム「自然探検隊 キャンプの基礎体験」

8月4日から、日高町スポーツ少年団指導者協議会と日高町教育委員会の共催事業として、国立日高青少年自然の家トンカチ広場で、アクティブプログラム自然探検隊「キャンプの基礎体験」を行いました。

到着後まずはタープ立てを行ったのち、火起こし体験をしました。一生懸命火を起こしたおかげで3班すべて発火することが出来ました。昼食は空き缶で炊いたご飯とジンギスカンを焼いて食べ、最後に川で釣りや川遊びをしました。あいにく川は流れが速く濁っていましたが、魚も釣れ楽しい時間を過ごしました。

これから残り7回のプログラムを行う予定で、随時参加者を募集しています。参加を希望される方は教育委員会・社会教育課（01456-2-2451）までお申し込みをお願いします。



グリーンアドベンチャー

思いっきり自然体験!



8月7日、8日の1泊2日の日程で、『思いっきり自然体験! グリーンアドベンチャー』を国立日高青少年自然の家(からまつキャンプ場)を拠点に開催しました。町内の小学生(4~6年生)39名が参加し、日高の自然を活かしたたくさんのプログラムに挑戦しました。

開会式では、本宮隆幸さん(富川小6年)が『ここに集まった新たな仲間と友情の輪を広げ、助け合い、楽しみながら生活します』と元気に誓いの言葉を述べました。

1日目は、『川学び』と称して川での実践事業が行われ、ラフティングを体験するなど、普段はすることのできない体験にたくさんの笑顔がこぼれていました。

その後の野外炊飯では空き缶炊飯をし、焼肉を食べました。夜は門別スポーツリーダーズクラブの指導でキャンプファイヤーを囲み、レクやダンス等で盛り上がるなど最高の思い出になりました。

2日目は、朝食の窯焼きピザ作りから始まり、記念品作りとして木工メモスタンドを作成し、最後に流しそめんを楽しみました。閉会式では木田凱琉さん(富川小6年)が『ここで学んだことをこれからの生活に活かし、キャンプファイヤーでの誓いを胸に、今後生活していきたい』とお礼の言葉を述べ、2日間の日程を無事終了しました。



ひだかKidsクラブ『ラフティング教室』・『川学び教室』

8月9日、ひだかKidsクラブ『ラフティング教室』を開催し、日高地区の小学生4名が参加しました。

ラフティングは、今回ご協力いただいた北海道アウトドアアドベンチャーズが1997年に初めて沙流川でラフティングツアーを行って以来、日高のアウトドア文化の一つとなっているものです。

最初は『イチ・ニ、イチ・ニ』と皆で息を合わせて漕ぐところから始まり、激流をクリアするたびに、全員でパドルを合わせてハイタッチし成功を称えるなど、一体感が生まれていました。

途中、アブの猛攻に遭い、少しだけ気分が落ち込んだようですが、緩やかな流れのところでは川に飛び込んだり流されたりと、夏の沙流川を満喫している様子でした。

また、8月10日には『川学び教室』を開催し、日高地区の小学生3名が参加しました。

この川学び教室は、川遊びの楽しさや、素晴らしさを体験するだけではなく、自然の恐ろしさや危険回避の方法など、自然の中で安全に楽しく遊ぶための知識と経験を身につけることを目的に、川の渡り方や流れ方、泳ぎ方などを学習しました。

始めは恐る恐る川に入っていた参加者も、最後にはダイブしたり天然のウォータースライダーを楽しんだり、生まれて初めての貴重な体験を、時間を忘れて元気いっぱい楽しむ子どもたちの姿が印象的でした。

参加者からは『少しのコツですごく歩きやすくなった』、『川は危険なところだけど、準備をしっかりと、ルールを守れば楽しい場所ということがわかった』などの感想が聞かれ、思い出に残る夏休みの一日となりました。



第17回札幌医科大学吹奏楽部サマーコンサート

8月11日、サンポックにおいて日高町教育委員会と国立日高青少年自然の家の共催による『第17回札幌医科大学吹奏楽部サマーコンサート』を開催しました。

札幌医科大学吹奏楽部は毎年8月に国立日高青少年自然の家において合宿を行っており、今年も合宿の集大成としての開催となりました。

当日は幼児から高齢者までの29名が、クラシックやアニメソング、時代やジャンルも様々なポップスなど、質の高い演奏を聴いていました。

また、沙流川大学の第3回講座として、多くの沙流川大学生の参加もあり、町外からも演奏を楽しみにして来場された方などもおり真夏のコンサートを楽しみました。



放課後子どもサポートプログラム「まっく（厚賀）わりばし鉄砲をつくろう

8月24日、まっく（厚賀）「わりばし鉄砲をつくろう」が厚賀コミュニティセンターで開催され、19名の参加者が集まりました。

参加した子どもたちは輪ゴムでわりばしを固定するのがなかなか難しく苦勞していましたが、先生方の協力を得ながら、それぞれに立派な鉄砲を完成させていました。完成後はテーブルにのせた的を狙う射的ゲームを行い、それぞれ真剣に狙いを定め、的を撃ち抜いていました。



沙流川大学・門別ことぶき学園『高齢者大学交流会』

8月24日、71名の参加のもと、『高齢者大学交流会』を開催しました。

この交流会は、町内の『沙流川大学』と『門別ことぶき学園』の交流を目的に平成28年度から行っているものです。

当初予定していたパークゴルフは、雨天により屋内でのレクリエーションに変更になりましたが、沙流川大学とことぶき学園混合の6チームが、ボウリングや輪投げなど6種目で体を動かしながら交流しました。

後半は競馬観戦、北海道軽種馬振興公社事務局長より歓迎のあいさつと記念品をいただくほか、ジンギスカンを囲んでの懇親会などで両地区の交流を図り、初めて馬券を購入した参加者も『100円でも買えば楽しいね！』『また来たい！』など大満足の様子で、次回開催を切望する声も聞かれました。



2017年

11月25日(土)

10:00~13:00

日高町門別総合町民センター

参加費 / 500円

定員 / 40名

※定員を超えた場合は抽選となります。
(締切後、抽選結果をお知らせします。)

■ご持参頂くもの

エプロン・三角巾・筆記用具

■お申し込み方法

10月27日(金)までに社会教育課に
電話またはメールでお申し込みください。

■お申し込み・お問い合わせ先

日高町教育委員会社会教育課

電話: 01456-2-2451

メール: syakaikyouiku@town.hidaka.hokkaido.jp

※氏名・住所・連絡先をお知らせください。



帆立貝とタラのブランダードサラダ仕立て
オレンジ・カレーソース



ビーフストロガノフ・バターライス添え



フォンダンショコラ 赤い果実
マスカルポーネ添え

HIDAKA'S キッチン ～フレンチ編～

日高町で作られた乳製品を使ったフランス料理の講習会です。
チーズや生クリームをふんだんに使ったフランス料理をお楽しみください。



■講師

学校法人 北斗文化学園 主任教授

大江 廣嗣氏 (ポール・ボキューズ学院認定教員)

札幌市内ホテルのシェフを経て1992年渡仏。

パクデュール、リュキヤ・キャルトンなどの三ツ星で料理を学び、
帰国後、1995年KKRホテル札幌総料理長に就任。

2017年より学校法人北斗文化学園主任教授を務める。

主催: 日高町教育委員会 / 協力: 北海道日高乳業株式会社

平成29年度「日高町文化祭」

日高町文化協会主催の文化祭が町内2地区(日高・門別)で次のとおり開催されます。
ご家族、お友達などお誘い合わせのうえお越しください。

○展示の部

◇日高地区

日時：10月28日(土) 10時～17時
29日(日) 10時～21時
会場：日高町総合体育館アリーナ

◇門別地区(富川・門別本町・厚賀 3地区合同)

日時：11月3日(金祝) 10時～20時
4日(土) 10時～20時
5日(日) 10時～15時

会場：門別総合町民センター
(福祉センター)

※お茶会・囲碁大会・将棋大会も開催されます。

○発表の部

◇日高地区

日時：10月29日(日) 17時～21時
会場：日高町民センター

◇門別地区(富川・門別本町・厚賀 3地区合同)

日時：11月12日(日) 10時～18時
会場：門別総合町民センター(福祉センター)

※一般参加(展示・発表)のお問い合わせについて

【日高地区】 日高町文化協会 日高支部事務局 高橋まで(01457-6-2626)

【門別地区】 日高町文化協会 門別支部事務局 渋谷まで(01456-2-2451)

文化協会からのお知らせ

「文芸もんべつ」第32号原稿募集

文芸もんべつ第32号の発行に際し、次の要領により原稿の募集を行います。

- 創作・レポート(400字詰原稿用紙30枚以内)
- 随筆・随想(400字詰原稿用紙10枚以内)
- 詩(20行以内)
- 短歌(20首)
- 俳句・川柳(20句)

※作品は、原則として400字詰原稿用紙を使用してください。

随筆・小説については、ワープロやパソコンを使用しても構いませんが、この場合は、23文字×19行で作成してください。

なお、作品には必ず題名をつけ、末尾に氏名(ペンネーム)、住所、電話番号を記入してください。

◇ 締切日：平成29年10月31日(火)

◇ 提出先：日高町富川東6丁目3番1号 日高町教育委員会内
日高町文化協会門別支部事務局 電話 01456-2-2451

門別図書館郷土資料館からのお知らせ



●図書特別整理休館

「図書特別整理」のため次のとおり休館いたします。
ご不便をおかけしますが、ご了承ください。

- 休館日 10月24日（火）から28日（土）まで
- ※期間中に図書を返却される方は、ブックポストをご利用ください。

《お問い合わせ》
門別図書館郷土資料館
電話
01456-2-3746

【開館時間・休館日は、イベント情報欄をご覧ください。】

●郷土資料館講座「門別の江戸と明治」

～門別稲荷神社と登録有形文化財飯田家住宅見学会～

- と き 10月22日（日）午前10時～12時
- ところ 門別稲荷神社 集合
- お申し込み先
門別図書館郷土資料館へお電話ください
- お申し込み期間
10月3日（火）～10月17日（火）まで
- 定員 20名
- その他 現地集合ですが、お車のない方はお申し込みの際にご相談ください。

●雑誌処分会「雑誌もらえ～るの日」

保存期間の終了した雑誌を希望者に無料で提供いたします。

- と き 10月29日（日）午前10時30分から午後4時まで
※10時から整理券を配布いたします。
- ところ 門別図書館郷土資料館視聴覚室
- 対象 中学生以上

※来場者が多数の場合は、1人1回12冊までの提供となりますが、何回でも入場することができます。



●資料展示「科学道100冊」

科学の面白さや、科学者たちの生き方・考え方を伝える本100冊を展示します。

この展示は、国内唯一の自然科学の総合研究所である理化学研究所と、本の可能性を追求する編集工学研究所の提案により、全国各地の図書館で実施されています。

科学が好きな方はもちろん、苦手な方も楽しめる美しい図鑑や写真集もあります。

展示中の本は借りることができますので、ご自宅でゆっくりお読みください。

- と き 10月29日（日）～11月19日（日）
- ところ 門別図書館郷土資料館 図書館カウンター前





ストップ・ザ・交通事故死！
—めざせ 安全で安心な 北海道—

日高町の交通事故件数

○発生件数	5件
○死者数	0人
○傷者数	5人

2017年8月31日現在

**「町民一人ひとりが交通マナーを守り、
交通事故のない社会を目指しましょう。」**

☆前方不注意に記をつけましょう！！

●自分の運転能力を知り、これを過信せず安全運転をしましょう●

- ・体調などにより運転動作が遅れることがあります。前方に注意し、車間距離を十分にとりスピードダウン運転をしましょう。
- ・前方不注意にならないようドライバー、一人ひとりが心掛けましょう。

☆急な飛び出し事故が多発しています！！

●交差点での安全確認を徹底しましょう●

- ・交差点や市街地では、特に前方左右に注意をして横断しましょう。ドライバーもスピードダウン運転を心掛けましょう。



☆高齢歩行者の交通事故防止ポイント

●自宅周辺での事故が多く、特に道路の横断には注意を！●

- ・道路を横断する時は信号機や横断歩道のあるところを横断しましょう。
- ・道路を横断する時は左右の安全確認して横断しましょう。
(特に左からの車に注意しましょう。)
- ・夜間外出するときは夜光反射材を身に付けましょう。
- ・明るいうちに帰宅するよう心掛けましょう。

◎日常生活の中で交通安全を考え実践しましょう

毎月15日は道民交通安全の日 交通事故抑止7大セーフティーキャンペーン

1. 高齢者事故防止
2. 自転車走行ルール・マナーアップ
3. シートベルト全席着用
4. スピードダウン
5. 飲酒運転根絶
6. 居眠り運転防止
7. デイ・ライト実践

◇デイ・ライトで安全運転

昼間のライト点灯に協力を！

〈昼間点灯効果〉

- ◎自らの安全意識が高まる
- ◎遠くからでも確認されやすい
- ◎ドアミラー等を通して確認されやすい
- ◎雨や曇りの日は特に目立つ



秋の火災予防運動



これからの季節、暖房器具の使用が多くなり、火災が発生しやすい時季を迎えます。火の取扱いには十分注意しましょう！

火災予防運動期間中は、就寝前の午後8時に"サイレン"を鳴らしますので、もう一度火の元の点検を行い火災予防に努めましょう！

実施期間 10月15日から10月31日まで

統一標語 火の用心 ことばを形に 習慣に

「家族を守る」 住宅防火チェックポイント！！

- ☆ 寝たばこは絶対にしない！吸殻を捨てる時は一度水につけ確実な消火を行う！
- ☆ コンロのまわりは常に整理整頓し、可燃物を置かない。
- ☆ ストープの周りには燃えやすいものを置かない、衣類を干さない！
- ☆ 電気器具のタコ足配線はしない。使っていないプラグは抜いておく。
- ☆ 放火防止のため、住宅などの建物の周囲には可燃物を置かない。
- ☆ 逃げ遅れを防ぐため"住宅用火災警報器"を設置しましょう。
- ☆ 初期消火を行うため、"消火器"を設置しましょう。



住宅用火災警報器は 10年たったら、とりカエル



住宅用火災警報器の設置が義務付けられてから今年で11年が経過しました。住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感知しなくなることがありますので、10年を目安に交換しましょう。

- ◆ 自動試験機能のある機器
機能の異常を示す音や表示がされた場合は、交換しましょう！
- ◆ 自動試験機能のない機器
本体に記載されている製造年を確認し、交換しましょう！
- ◆ 乾電池交換タイプは電池交換を忘れずに
乾電池タイプの物は、電池交換が必要です。電池が切れそうになったら、音などで教えてくれるものもあります。

※定期的な作動確認を必ず行って、異常の有無を確かめましょう！！

～ 日高西部消防組合 富川消防署・日高支署・日高消防団 ～

9月2日(土)から10月31日(火)までは「秋のヒグマ注意特別期間」です

ヒグマに注意



不幸な事故を防ぐために大切なこと



☆ヒグマに出会わないことが一番☆

音を出しながら歩きましょう

山にひとりで入らない。しゃべりながら歩く。鈴をつける。手をたたく。ヒグマの耳や鼻は人よりもはるかによいので、先に気がついてさけてくれるはずですが。

うす暗いときは山に入らないようにしましょう

人もヒグマもまわりの様子が見えにくく、ばったりと出会ってしまうかもしれません。

ヒグマのフンや足あとなどを見つけたら、すぐに引きかえしましょう

少しでもヒグマの気配を感じたら、いつでも引きかえせる勇気が大切です。

☆ゴミはヒグマを呼びよせます☆

ぜったいゴミを捨てない!! ゴミはすべて持ちかえりましょう

残飯、生ゴミなどはヒグマにとってごちそうです。たとえ、土に埋めてもするどい鼻ですぐにかぎつけます。ゴミの味をおぼえるとそれを目当てにくり返し出てくるので、後からその場所に来る人を危険におとし入れることとなります。

動物の死体を見つけたら、その場所からはなれましょう

エゾシカなどの死体を見つけたら、近よらずにその場をはなれてください。ヒグマは動物の死体を食べることもあるので、近くにヒグマがかくれているかもしれません。

【お問い合わせ】 日高振興局 保健環境部 環境生活課 自然環境係 電話 0146-22-9254

札幌弁護士会

ひだか弁護士相談センター 無料法律相談

【門別地区相談所での開催】

※毎月第4火曜日開催予定

10月の相談日・24日(火)

□事前予約制 電話 0146-42-8373

□予約受付 平日の午前10時〜午後4時

□相談時間 午後1時30分〜午後4時

□相談場所

門別公民館1階 ミーティングルーム
日高町門別本町210番地の1

【新ひだか町の開催】

10月の相談日

2日(月)・4日(水)・11日(水)・16日(月)・18日(水)・23日(月)
25日(水)・30日(月)

□事前予約制 電話 0146-42-8373

□予約受付 平日の午前10時〜午後4時

□相談時間 午後1時〜午後3時

□相談場所

ひだか弁護士相談センター
新ひだか町静内吉野町2丁目1番4号

【平取町での開催】

※相談時間が毎月変更となるため、ご確認ください。

10月の相談日・3日(火) 午後1時30分〜午後3時
24日(火) 午前11時〜午後0時30分

□事前予約制 電話 0145-72-2222

(平取町役場まちづくり課広報聴係)

□予約受付 平日の午前9時〜午後5時

□相談場所 ふれあいセンター1
平取町本町35番地1

※基本的に予約の方が優先となり、予約がない場合はお待ちいただくか、ご相談をお受けできない場合があります。

平成30年度道立苫小牧高等技術専門学院 訓練生募集（高卒2年課程）

○金属加工科

○機械科

○電気工事科

推薦受付期間	一般受付期間
平成29年11月1日(水)～11月20日(月)	平成29年11月21日(火)～12月10日(日)
選考日	選考日
平成29年11月24日(金)	平成29年12月15日(金)

- ・金属加工科は溶接試験での学科試験免除の指定施設です。
 - ・機械科は機械加工及び設備保全の技術者を目指します。
 - ・電気工事科は経済産業省認定の第二種電気工事士養成施設です。
- ※各科で、種々の技能講習、安全衛生特別教育の習得が出来ます。

【お問い合わせ先】

北海道立苫小牧高等技術専門学院
〒053-0052 苫小牧市新開町4丁目6番10号
電話 0144-55-7007

笑いが止まらない2つのジャンボ！

2つのジャンボ同時発売

5億円

5億5千万円

10月11日(水) 発売 売り切れしだい発売終了！

各1枚300円

2017年新市町村振興宝くじ

●1等前後賞合わせて5億円（1等3億円／前後賞各1億円）
●1等前後賞合わせて5千万円（1等3千万円／前後賞各1千万円）
この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

発売期間:10月11日(水)～10月31日(火)
抽せん日:11月9日(木)

一般財団法人 全国市町村振興協会

治療と職業生活の両立支援について

北海道地域両立支援推進チームでは、がん、糖尿病、肝炎など反復・継続して治療が必要となる病気を抱えながら働く労働者が離職することなく活躍できる環境を整備するため、「治療と職業生活の両立支援」を推進しています。

仕事をしながら「がん」で通院している労働者は、全国で32.5万人に上っています。(平成22年国民生活基礎調査に基づく推計)

一方、近年の診断技術や治療方法の進歩により、がん5年相対生存率は58.6%と高くなっているところです。

しかしながら、疾病や障害を抱える労働者の中には、仕事上の理由で適切な治療を受けることができない場合や、疾病に対する労働者自身の不十分な理解や、職場の理解・支援体制不足により、離職になってしまう場合があります。

「治療と職業生活の両立支援」は会社の関係者、医療機

関関係者、地域で支援する関係機関が連携して取り組んでいます。

▼ご相談・お問い合わせ先
北海道産業保健総合支援センター
札幌市中央区北1条西7丁目1番地
プレスト17ビル 2階
電話
011-242-7701

・受付時間(平日のみ)
8時30分～17時15分
・ホームページ
<http://hokkaidos.johas.go.jp>

北海道労働委員会からのお知らせ

「ご存じですか?労働委員会」雇用トラブルまず相談

北海道労働委員会では、突然の解雇や賃金未払いなど、労働者個人と使用者間の労働問題に関するトラブルの解決を支援する「個別的労使紛争あっせん」を行っています。

労働問題に精通した公・労・使の各委員三人一組のあっせん員が、当事者から事情を聴き、問題点に応じた助言等を行

行って双方の歩み寄りによる解決を図ります。

申請は簡単・無料で、秘密厳守のうえ、迅速に対応します。札幌近郊以外の方には現地向いて申請受付やあっせんを行います。お気軽に「相談ください」。

詳しくはホームページ (<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/r/d/s>) をご覧ください。

●一般の労働相談は道の「労働相談ホットライン」をご利用ください
フリーダイヤル
0120-8116105

月～金曜日 17時～20時
土曜日 13時～16時
(祝日、年末年始を除く)

※社会保険労務士が対応します
●「あっせん」窓口

北海道労働委員会事務局
調整課
011-204-5667
月～金曜日
8時45分～17時30分
(祝日、年末年始を除く)
住所
〒060-8588
札幌市中央区北3条西7丁目
道庁別館10階

「公証週間」のお知らせ

●日本公証人連合会による「電話相談」

03-3550218239

○電話相談の期間と受付時間
期間(土日を含む)
平成29年10月1日(日)～
10月7日(土)

○受付時間

午前9時30分から正午まで
午後1時から午後4時30分まで

○相談内容

公正証書による遺言、金銭の貸し借り・養育費の支払の約束、任意後見契約など

○相談員

日本公証人連合会所属公証人
●苦小牧公証役場による「夜間公証相談会」

○日時

平成29年10月3日(火)
平成29年10月5日(木)
午後5時～午後6時30分

○場所

苦小牧公証役場
(苦小牧市表町2-3-23
エイシンビル2階)

○相談内容

公正証書による遺言、金銭の貸し借り、養育費の支払の約束、任意後見契約など

○相談員

苦小牧公証役場公証人

垂石 善次

○その他

ご相談はいつも無料です。

ご希望の方は、前日までに電話で予約をお願いします。

▼お問い合わせ先

0144-3617769

アイヌの人々に対する相談窓口

アイヌの方々からの

様々なご相談を受けします。日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談下さい。

●相談専用電話

アイヌの方々からのための専用フリーダイヤル
0120-17711208

●受付 月曜日～金曜日

※祝日、12月29日～1月3日を除く

●時間 午前9時～午後5時
相談無料・匿名可・秘密厳守

●本相談事業は、(公財)人権教育啓発センターが、厚生労働省生活相談充実事業より実施するものです。

巡回行政相談所を開設します

10月16日(月)から22日(日)は「行政相談週間」です。

行政相談は、役所の仕事についての苦情や意見、要望などをお聞きし、相談員が住民と役所の間に立って、その解決を図るものです。

相談は無料で秘密は厳重に守られます。お気軽にご相談ください。

●日時・場所

○門別地区

・10月19日(木)
10時～12時

役場厚賀出張所 2階会議室

13時～15時

門別公民館 第3研修室

・10月20日(金)

10時～12時

富川公会堂 2階小会議室

○日高地区

今回は都合により相談所の開設はありません。

●担当相談員

行政相談員

●お問い合わせ先

・日高町役場住民課
住民グループ

014561216182

・日高総合支所地域住民課
総務・税務・住民グループ
014571612001

就業構造基本調査を実施します

総務省統計局(北海道・日高町)では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法(国の統計に関する基本的な法律)に基づき実施する国の重要な統計調査です。

調査結果は、雇用政策、経済政策など、国や地方公共団体における各種行政施策の企画・立案のための基礎資料として活用されます。

調査をお願いする世帯には9月下旬に調査員が伺い、調査書類をお配りします。

皆様に、より便利にご回答いただくため、パソコンやスマートフォンを使って、簡単にインターネットで回答することが可能となっておりますので調査の趣旨をご理解いただきご回答をお願いします。

▼お問い合わせ先

・就業構造基本調査コールセンター
057010711937
IP電話の場合

※10月26日(木)まで

午前8時～午後9時

(土・日・祝も利用可)

・北海道総合政策部情報統計局
統計課労働統計グループ
01120415146

登山届の提出を忘れず

登山者の皆様、登山届の提出を忘れていませんか？

「提出するのが面倒」・「日頃よく上っている山だから大丈夫」・「遭難するはずがない」等の理由で登山届を提出しない方がおります。

登山届は、登山で道に迷ったり、怪我などで行動不能となった場合、あなたの情報を迅速に収集し、救助活動を行うために大変重要なものですので、必ず提出しましょう。

また、登山をする時は、気象や地形などの条件を十分に調べ、無理のない計画を立てて万全な準備をしましょう。

●登山届とは？

・登山者の氏名・年齢・連絡先・予定登山ルート・装備等を記入したものです。

・登山届を作成することで登山計画を見直すことができ、遭難防止の第一歩となります。

●どうやって作成・提出するの？

北海道警察ホームページで作成・提出できます。

また、様式をダウンロードし、必要事項を記載のうえ、お近くの交番・駐在所、警察署等へ郵送、FAX等で提出することができます。

●北海道警察ホームページ

(安全登山情報)

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/chiki/sangaku/sangaku-top.html>

▼お問い合わせ先

総務部危機対策局
危機対策課防災グループ
01120415008

広告

広告募集欄

広告募集欄

広告募集欄

わくわく館 10月の予定

	月	火	水	木	金	土
午前	2 開放	3 開放	4 藤二・モンピピ クーパー・ももこ	5 開放	6 ひよこさん運動会 開放	7 開放
午後	開放	開放		開放		開放
午前	9 体育の日	10 子育て相談・身測	11 ももこ2・ペコラ ももこ1・クーパー	12 開放	13 きりんさん運動会 トーマスの会	14 開放
午後	休館日	開放			開放	開放
午前	16 開放	17 開放	18 ももこ	19 子育て講座	20 大きいありさん 小さいありさん	21 開放
午後	開放	開放	藤二・モンピピ	開放		開放
午前	23 開放	24 開放・身測	25 ももこ1・クーパー ももこ2・ペコラ	26 開放	27 うさぎさん運動会 開放	28 開放
午後	開放	開放		開放		開放
午前	30 開放	31 開放				
午後	開放	開放				

- ・わくわく広場とは一般開放のことです。
 - ・毎週水曜日はサークル開放日です。
 - ・金曜日の年齢別カリキュラムは専有です。各年齢、発達段階に合った遊びをします。
- 「小さいありさん：寝てる子」「大きいありさん：ハイハイ」
 「ひよこさん：よちよち歩き」「うさぎさん：走れる子」
 「きりんさん：誕生日がH27年3月以前の子」です。
- どこに参加したらよいか分からない場合は、スタッフにご相談ください。

◎今月は、10日(火)、24日(火)が身体測定の日です。

◎10月の年齢別カリキュラムはひよこさん以上はミニ運動会をします。お母さんもお子さんも動きやすい服装で来てくださいね。親子で楽しんでもらうため、写真やビデオでの撮影はご遠慮願います。

◎10月の子育て講座は、「遊びについて」です。講師は札幌第一子どもの友社 社長・藤田春義さんです。

開場 9:30～ 開始 10:00～ 託児の講座になります。

10月2日(月)～10月13日(金)に申し込みをしてください。

託児枠は20名になり次第締め切ります。

※11:00、15:00に、わらべ歌や体操、読み聞かせなどを行っています。お気軽にご参加ください。

※毎月第3金曜日、厚賀地区であそびの会を行っています。わらべ歌や体操、読み聞かせなどを行っていますので是非ご参加ください。

日時 毎月第3金曜日 10時から12時まで

場所 厚賀コミュニティセンター

対象 就学前の子と親

※わくわく通信・行事予定表が日高町ホームページに掲載されています。

「日高町ホームページ」→「子育てガイド」

→「子育て支援センター」→「わくわく館」

(利用時間) 相談：9:00～17:00

広場開放：10:00～12:00、13:30～16:30



ご寄附ありがとうございました

◆ 日高町へ

◇一般社団法人札幌馬主協会(札幌市)様

ホッカイドウ競馬振興のため、50万円を寄附いただきました。

◇菱中建設株式会社様(苫小牧市)

地域貢献活動の一環として、日高中学校の既設排水路の整備を行っていただきました。

◇株式会社小林組様(平取町)

地域貢献活動の一環として、日高高等学校駐車場周辺の草刈り及び雑草対策を行っていただきました。

◇登建設工業株式会社様

地域貢献活動の一環として、三岩生活館周辺の草刈りを行っていただきました。

◇東邦電設株式会社様(旭川市)

地域貢献活動の一環として、厚賀小学校及び厚賀中学校の照明器具の整備を行っていただきました。

◇ 日高町社会福祉協議会へ

◆ 矢野克宣様 (千栄) 金一封

◆ 葛野幸子様 (富川西) 金一封

◆ 角崎静子様 (門別本町) 金一封

◆ 春木一博様 (緑町) 金一封

◆ (有)花とく様 (平取町) 回転灯籠一対

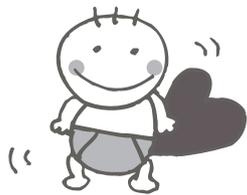
ふるさと日高応援寄附金 (ふるさと納税)

いただいた寄附の事業区分は次のとおりです。

[平成29年8月受領分]

▼福祉・少子化対策	1,270,000円
▼教育・文化	440,000円
▼自然環境保全	1,110,000円
▼産業振興及び地域振興	700,000円
▼ホッカイドウ競馬の応援	270,000円

合計 268件 3,790,000円



お誕生おめでとう!

10月の 保健ガイド



お子さん等の健診・予防接種のお知らせです

☆赤ちゃん健診

25日(水) 門別公民館

*対象は、4・7・10・12か月の赤ちゃん

☆よいこ健診

3日(火) 富川公会堂

4日(水) 門別公民館

*対象は、平成26年7月～9月、平成28年1月～3月生
まれの幼児

☆子育てひろば(育児相談)

10日(火) 子育て支援センターわくわく館

12日(木) サン・ポッケ

20日(金) 厚賀コミュニティセンター

☆乳・子宮がん検診

7日(土) 富川公会堂

☆予防接種

門別地区

富川国保診療所 *健康増進課へ要予約(2-6571)

〈B型肝炎〉 6日(金) 15:30～16:00

〈ヒブ〉 10日(火) 15:30～16:00

〈水痘〉 16日(月) 15:30～16:00

〈小児肺炎球菌〉 17日(火) 15:30～16:00

〈四種混合〉 24日(火) 15:30～16:00

〈日本脳炎〉 27日(金) 15:30～16:00

門別国保病院 *健康増進課へ要予約(2-6571)

〈ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合、B型肝炎、不活化ポリオ、麻しん・風しん混合第一期(1～2歳)、水痘〉

毎週火・木曜日 13:00～13:30

〈日本脳炎〉 11日(水) 15:30～16:00

〈BCG〉 11日(水) 13:00～13:30 予約不要

〈麻しん・風しん第二期〉

18日(水) 15:30～16:00

〈子宮頸がん予防〉

毎週火・木曜日13:00～13:30

対象の方へは個別にお知らせしています。

〈高齢者肺炎球菌〉

対象の方へは個別にお知らせしています。

日高地区

小児の定期予防接種は個別にお知らせします。

〈子宮頸がん予防〉

希望の方は、日高総合支所地域住民課【Tel.01457-6-3173】にお申し込みください。

対象は小学校6年生～高校1年生までの女子です。

〈高齢者肺炎球菌〉

毎週水曜日 13:00～13:15

日高国保診療所へ要予約【Tel.01457-6-2155】

対象の方へは個別にお知らせしています。



人のうごき

平成29年8月末現在(住民基本台帳人口)

◆人口	12,257人	前月比 △2人	・前年比 △198人
・男性	6,143人	前月比 0人	・前年比 △74人
・女性	6,114人	前月比 △2人	・前年比 △124人
◆世帯	6,304世帯	前月比 +10世帯	・前年比 △30世帯
◆外国人	168人	前月比 △1人	・前年比 +27人

EVENT
イベント情報

10月

とみかわ児童館

- 5日(木) キラキラちゃれんじ
- 6日(金) カミであそぼう
- 13日(金) スーパーじどうクラブ
- 19日(木) ドッジボール大会
- 20日(金) ぬりえのひ
- 25日(水) とねっこおはなし会
- 26日(木) カレンダーづくり
- 27日(金) ハロウィン工作会
- 開館時間 9:00~17:00
- 休館日 毎週日曜日、祝日
- お問合せ とみかわ児童館 電話 01456-2-3044

子育て支援センターわくわく館

行事予定・休館日は前々ページに掲載しています。
※毎週水曜日は「サークル開放日」

- お問合せ わくわく館 電話 01456-2-3048

門別図書館郷土資料館

- 利用案内
- *図書館に無い本はリクエストできます。
- *門別図書館で借りた本の返却は、日高図書館・門別公民館・厚賀コミュニティセンターでもできます。
- 開館時間 火~金 10:00~18:00
土・日 10:00~17:00
- 休館日 毎週月曜日・10日(火)・24日(火)~28日(土)・31日(火)
※休館中の本の返却はブックポストをご利用下さい。
- お問合せ 門別図書館郷土資料館 電話 01456-2-3746

富川青少年会館

- 休館日 毎週月曜日(9日を除く)・10日(火)・11日(水)
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

門別中央スポーツホール

- 15日(日) 七地区ゲートボール大会
- 16日(月) 第24回富永杯ゲートボール大会
- 19日(木) 沢地区ゲートボール大会
- 23日(月) ことぶき学園ゲートボール大会
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

門別総合町民センター

〈スポーツセンター〉

- 1日(日) 苫小牧・門別バスケットボールリーグ戦
- 8日(日) 社会人フットサル大会
- 9日(月) 日高町スポーツ少年団秋季交流会
- 15日(日) エストレヤFC練習試合
- 22日(日) 第13回EFCカップフットサル大会
- 29日(日) 日高ママさんバレーボール秋季親善大会
- 開館時間 9:00~21:00
- 休館日 毎週月曜日(9日を除く)・10日(火)
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

〈福祉センター〉

- 1日(日) ティアラクラシカルバレエ第7回発表会「バレエファンタジー2017」
- 15日(日) 健康まつり
- 22日(日) 日高管内「こども芸能祭」
- 開館時間 9:00~21:00
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

門別中央パークゴルフ場

- 1日(日) ベアマッチ大会
- 7日(土) 日西造園杯パークゴルフ大会
- 15日(日) 楽友会
- 29日(日) 秋季協会杯パークゴルフ大会
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

日高山脈博物館

- 開館時間 10:00~17:00(4月~10月)
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌火曜)
- お問合せ 日高山脈博物館 電話 01457-6-9033

日高町民センター・総合体育館

- 開館時間 9:00~21:00(日曜日は9:00~17:00)
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は開館)
- お問合せ 教育委員会分室生涯学習課 電話 01457-6-3858

日高図書館郷土資料館

- 開館時間 10:00~17:00
- 休館日 毎週月曜日
- お問合せ 日高図書館郷土資料館 電話 01457-6-2469



ホッカイドウ競馬

門別競馬場、Aiba静内、Aiba浦河の
J-PLACEでJRA通年発売中

2017グランシャリオナイター
門別競馬場で4月18日~11月9日開催

沙流郡日高町富川駒丘76-1 TEL:01456-2-4110

一般社団法人北海道軽種馬振興公社

