



日高消防出初式



2月号

平成28年（2016年）
vol.119

日 高 報 告

今月の内容

- 表紙 とねっこの湯鏡開き
- 2 町長・議長年頭挨拶
- 4 タウントップックス
- 8 骨粗しょう症予防教室
- 9 がん検診お知らせ
- 12 健康づくりポイント事業
- 13 放課後児童クラブ利用児童募集
- 14 後期高齢者医療制度のお知らせ
- 15 医療費無料化のお知らせ
- 19 税務課からのお知らせ
- 22 まなびい通信
- 25 大江裕歌謡シヨ―
- 26 とねっこランチ
- 28 事業者向けマイナンバーお知らせ
- 31 保健ガイド
- イベント情報



1月1日 門別温泉とねっこの湯鏡開き

でとうございます

なるようお祈りいたします。



日高町長
三輪
茂

新年あけましておめでとうござ
います。

平成28年の新春を、御家族皆様
で健やかに迎えられたことと心か
らお喜び申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、パ
リ同時多発テロ事件をはじめとす
る数々のテロ事案を契機とし、現
在も世界中に緊張状態が続いてい
る状況であります。

そのような中でも、明るい話題
としては、お笑い芸人の又吉
直樹さんが、自身が書いた小説「火
花」で芥川賞を受賞されました。又
吉さんが読書好きであることは知
られておりますが、芸能界という
過酷な世界に身を置きながら、限
られた時間の中で執筆活動を続け
られた努力、そしてその結果とし
て多くの方々に認められたことを
思えば、私たちには無限の可能性
があり、自身の努力と行動によつ
て、新しい世界が切り開けるとい
うことを教えられたと思っております。

日高町は、本年3月1日をもつ
て合併10周年を迎えようとしてお
ります。この10年間は旧両町の一
体感の醸成と、それぞれの地区が
持つ個性を組み合わせた新たな個
性の創出を目指して取り組んでき
てまいりました。

今後におきましては、この10年
間で築いてきた新しい日高町の魅
力を更に引き出すべく、様々な取
り組みを進めてまいりたいと考え

ております。

私たちの町は、素晴らしい自然
に恵まれたまちです。この特性を
守り、活かしながら、第一次産業を
中心としながらも様々な分野の産
業の発展により生き生きとした活
力のある町にしていかなければな
りません。

加えて、少子高齢化を見据えた
子育て支援、医療・福祉施設の充
実、安心安全な暮らしを守る防災・
減災対策、産業後継者対策、観光・
リゾート施設の充実、恵まれた自
然環境による特産品の開発、公営
住宅の整備促進、持家促進のため
の住宅環境整備等、様々な課題に
対し、町民との対話を通して町民
一人ひとりが夢と希望をもって町
政に参画していただける町政の実
現を図ってまいります。

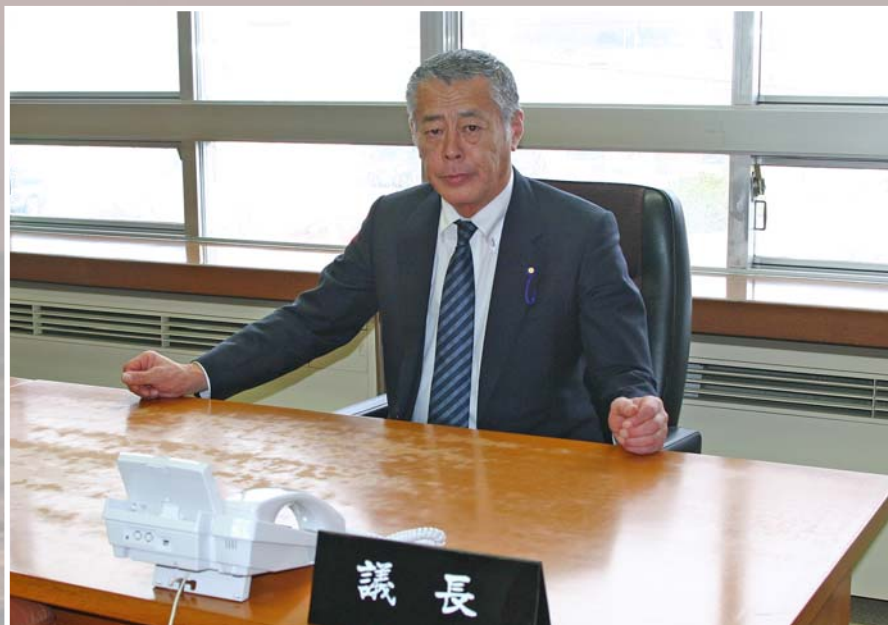
町民の皆さんから「このまちで生
まれ、このまちで育ち、このまちで
暮らして本当に良かったと思われ
るまち」の実現のため、引き続き
「いきいきと学び、働き、安心と笑
顔で暮らせるまち」を目指して町政
を推進し、我が町が有する特性や
優位性を最大限に活用したまちづ
くりに取り組んでいきたいと考え
ておりますので、皆様の御理解と
御協力をお願い申し上げます。

新しい年が、町民の皆様と日高
町にとりまして、希望に満ちた飛
躍の年となりますよう心から祈念
申し上げます。年頭に当たって
の御挨拶といたします。

明けましておめ

希望に満ちた飛躍の年と

日高町議会議長
神保一哉



新年、明けましておめでとうござい
ます。

平成28年の年頭にあたり、町民の皆様
に謹んで新年のお祝いを申し上げます。
健やかに新春を迎えられたことに、心
からお慶び申し上げます。

また、日頃から日高町議会に対し格
別なご理解とご協力を賜り、厚くお礼
申し上げます。さて、顧みますと昨年
も国と地方を問わず、大きな変動を感
じる年となりました。

道営競馬事業は3年連続の復調で、
軽種馬産業においても数多くの優勝
馬を輩出するなど、私どもに明るい話
題を提供していただきました。しか
し一方では、安定的な産業基盤の構築
と育成には、なお時間を要します。既
存事業の大幅な見直しも、必須の状況
であろうと考えております。

この問題については、議会報告会に
おいても参加された皆様から、再三に
わたり指摘を受けました。議会も、自
主的に適切な判断を行って参りたい
と思います。

また、社会情勢は、安全保障関連法
の成立やTPP交渉の大筋合意など
の局面を向かえ、我が町も大きな影響
を受けます。少子高齢化対策・社会保
障制度改革やJ・R日高線の復旧対策
など、課題も山積し先行き不透明な状
況がまだ続きます。安全保障関連法
の成立で、国政においては戦後70年の
節目に国是の大転換となりました。

国のあり方が問われ、賛否の割れる
問題ではありますが、改めて平和国家
への道を歩むよう強く期待をしたい
と思います。また、TPP交渉の大筋
合意に伴う影響について、日高町議会
は強い懸念と必要な対策を求める議
決を行ったところであります。

なかなか地方には効果が及ばない
経済政策と、従前の社会保障制度が抑

制されつつある現状で、地域の再生を
図っていかねばなりません。当
面する課題に適切に対処しながら、持
続可能な自治体を確立し、少子高齢化
時代にどう向き合うのか、私ども議会
も真価が問われると考えています。

二元代表制の一翼を担うのが町議
会であり、その役割は議決権の行使に
ありますが、執行への牽制や監視、町
内世論や必要性を反映した政策の立
案など多岐にわたります。

昨年、開かれた議会を日指し第1回
の「議会報告会」を町内4ヶ所で開催
しました。参加いただいた皆さんか
ら貴重なご意見やご提言と、併せて厳
しいご指摘をいただきました。感謝
を申し上げます。

議会報告会は、一方通行ではなく町
内の皆様と議論を深め、議会審議に反
映させるのが目的です。今後は、個別
の事業についても意見交換を行って
参りたいと思います。

また、昨年12月議会において「議員
定数等調査・検討特別委員会」を設置
しました。次期の改選期に向け本年
12月までに、選挙区等の関連する問題
について協議を行います。皆様には、
是非、議会改革の取り組みや特別委員
会の検討に対し、議会報告会やあらゆる
機会を通じ、積極的なご意見やご提
言をいただければ幸いです。

町民各位の負託を受けた議会として、
責務と役割の重大さを自覚し、今
後さらに活発な議会活動に取り組み
決意で、皆様と共に町民福祉の向上に
つながる町づくりを進め、次の世代に
継いで行くことを願っています。

結びに、皆様のご健勝と本年が実り
ある飛躍の一年でありますよう心か
ら祈念申し上げますとともに、今後は
議会に対し一層のご理解とご指導を
賜りますようお願いを申し上げます。年頭
のご挨拶といたします。



北海道コカ・コーラボトリングス(株)より寄贈 福祉施設へクリスマスプレゼント

12月3日、北海道コカ・コーラボトリングス株式会社様より日高町の福祉施設へ、クリスマスプレゼントとして、清涼飲料水26ケース(480本)が寄贈され、同社の菊池昌博様より町長へ製品が手渡されました。

同社は昭和43年から毎年道内各地の福祉施設へクリスマスプレゼントとして同社製品を寄贈しており、今年で48回目、累計本数は275万本を超えています。

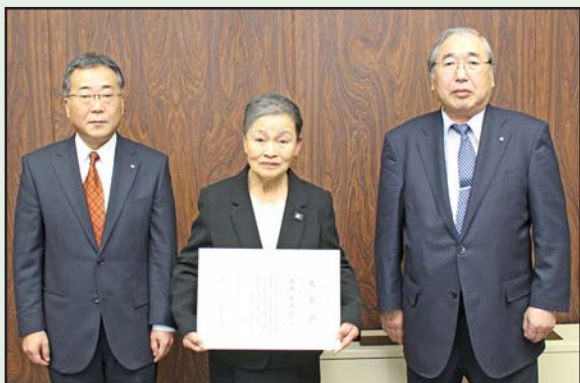
いただいた清涼飲料水は、すべて町内の保育所等へ配られました。



幌村建設株式会社様による地域貢献活動 交通安全広告標識の修繕等を実施

10月13日から11月17日にかけて、幌村建設株式会社様により地域貢献活動の一環として、国道274号線沿いの交通安全広告標識の設置工事、町有地の草刈り、公園遊具の塗装を行っていただきました。

これにより利用する方が安全、快適に使用できるようになりました。



日高振興局長表彰 社会福祉の増進に貢献

12月4日、平成27年度北海道日高振興局長表彰(社会福祉関係)を法理美津子さん(豊郷)が受賞され、日高町役場で伝達式が行われました。

法理さんは民生委員児童委員として永年にわたり地域住民の福祉の増進に貢献されたとして今回の受賞となり、日高振興局の帰来環境福祉長から表彰状が手渡されました。



総務大臣感謝状 選挙の管理執行に貢献

12月3日、選挙関係功労者に対して贈呈される総務大臣感謝状を石丸富子さん(豊郷)が受賞され、日高町役場で伝達式が行われました。

石丸さんは日高町選挙管理委員長として永年にわたり選挙の管理執行及び明るい選挙の推進に貢献されたとして今回の受賞となり、辺見広幸日高振興局長から感謝状が手渡されました。



みんなでお餅をべったん！べったん！
保育所でお餅つき！

町内の保育所では、毎年恒例のお餅つきが行われました。

12月11日に行われた富川二葉保育所では、子どもたちが順番に大きな杵を一生懸命持ち上げて、楽しそうにお餅をつきました。

つきあがったお餅は、先生たちが丸めてきな粉などをまぶし、みんなでおいしそうにお餅を食べていました。



合唱祭開催
美しい歌声が会場に響き渡る！

12月5日、日高管内文化団体連絡協議会主催（主管：日高町文化協会）の道民芸術祭「合唱祭」が門別総合町民センターで開催されました。

管内各町から8団体が参加し、日高町からは富川R.R.Singersが参加しました。会場には各団体の迫力ある美しい歌声が響き渡っていました。



香港マイル制覇で世界も制圧！
モーリス号今年G I 3勝で世界のマイラーへ！

12月13日、香港シャティン競馬場にてロンジン香港国際競走が行われ、香港マイルに出走した字豊田の戸川牧場生産モーリス号が見事優勝しました。中団追走から直線外に出したモーリス号は自慢の豪脚を炸裂、2着馬を3/4馬身差で振り切りました。

これでモーリス号は2015年シーズン6戦6勝で終え、JRAの年度代表馬も受賞。2016年どこから始動するのか、モーリス号を中心にますます日本競馬界が盛り上がっていくことになることが期待されます。



とみかわ児童館でクリスマスのつどい開催
富川高校生がボランティア参加！

12月12日、とみかわ児童館でクリスマスのつどいが行われました。児童約70人が参加し、ピング大会や〇×ゲーム等で楽しい時間を過ごしました。

昨年に引き続き富川高校生のボランティア同好会も参加し、華麗なマジックなどを披露しました。

最後にはサンタさんからプレゼントをもらいみんなの笑顔がたくさん溢れたクリスマスのつどいとなりました。



「どんぐりかいぎ実行委員会」地域貢献活動 版画教室を厚賀小学校で実施！

12月15日、どんぐりかいぎ実行委員会主催の
前授業「版画教室」が厚賀小学校 6年生を対象に
行われました。

同実行委員会は、日高自動車道工事会社で組織
され、この日は森林づくりの第1号者で農学博士
の斎藤新一郎先生(環境林づくり研究所所長)を
講師に招き、版木の特徴や彫刻刀の特徴、彫り方
などを教わりました。

子どもたちは一つ一つやり方を先生に聞きなが
ら、彫刻刀を使い真剣に作業していました。



中学生ピロリ菌検査 公明党日高支部女性局が陳情

12月15日、公明党日高支部女性局が中学生を対
象に無料のピロリ菌検査・除菌を行う事業を早期
に導入することを求める陳情書と署名2,110筆を
三輪町長へ提出しました。

同党は「検査・除菌事業は費用対効果の面から
も注目されており、がんの死因として2番目に多
い胃がんの予防に効果的である。」と趣旨説明を
されました。



日高町在住横山さん海外派遣 医療支援でパプアニューギニアへ

12月22日、町内在住の理学療法士横山啓太さん
が来年1月から青年海外協力隊として派遣され
るにあたり、三輪町長のもとを訪問されました。

任期は2年間でパプアニューギニアの総合病
院を拠点に理学療法士として医療支援に従事さ
れます。

三輪町長からは「海外で頑張って遅くなって
日高へ帰ってきてください。」とエールを送りま
した。



幼児作品展開催 一生懸命作った作品がたくさん！

12月15日から17日の3日間にかけて、門別総合
町民センターで「幼児作品展」が開催されました。
門別地区の幼稚園・保育所5施設の子も達が
作った作品、合わせて約700点の作品が展示され
ました。

展示期間中はお父さんやお母さんと一緒に作
品を見に来たり、自分の作品の前で写真を撮っ
ている姿なども見られました。



日高管内農業研究大会開催

日高町農業後継者が各部門で好成績！

12月9日、新冠町で日高管内の農業後継者で組織される4Hクラブ員による、日高管内農業研究大会が開催されました。

プロジェクト発表部門等様々な発表が行われ、プロジェクト発表部門では、平取町4Hクラブが最優秀賞を、日高町在住で新冠町4Hクラブの井戸雄起さんが優秀賞を受賞。同じく日高町在住の平取町4Hクラブの山本渉さんが審査員特別賞を受賞しました。

山本さんら平取町4Hクラブのクラブ員は、12月28日に日高町役場を訪れ、受賞の報告と今後の抱負を語っていました。審査員特別賞に選ばれた山本さんらは「平成27年度北海道青年農業者会議」でも日高管内代表として発表します。



ダーレージャパン株式会社様に善行表彰を授与 児童図書購入のため町に150万円を寄附

12月24日、町に対し多額の寄付をされたダーレージャパン株式会社様に善行表彰が授与されました。

ダーレージャパン株式会社様は児童図書購入のための資金として150万円を寄附されました。表彰は、富川東の同事務所で行われ、三輪町長から表彰盾を贈呈しました。

三輪町長は「子供たちのために、本当にありがとうございました。」と感謝の意を述べました。



平成28年 日高消防出初式を挙行 消防職員・団員139名、消防車両が勢揃い

1月4日、日高西部消防組合の日高消防出初式が門別総合町民センターで行われました。

式では、消防職員・団員139名、消防車両9台が行進。日高西部消防組合管理者である三輪町長は「昨秋、訓練の拠点となり、住民の避難所にもなる新庁舎が完成した。消防機能の一層の強化に努めてほしい。」と挨拶をし、防災・防火への決意を新たにしました。



門別温泉とねっこの湯 新年を祝い、鏡開きや獅子舞踊り

1月1日、門別温泉とねっこの湯では、新年恒例の鏡開きが行われました。

午前11時に営業が開始されると、鏡開きを行い、訪れた入浴客に粗品が贈呈され、新年を祝いました。

また、門別獅子舞保存会によるおとりが披露され、獅子とかわいい子どもたちの踊りに拍手が送られていました。

その後、餅つきも行われ、鏡開きのお酒とともに皆さんに振る舞われました。

～骨が丈夫になるコツがわかる～ 骨粗しょう症予防教室のご案内

骨密度が減り、骨がスカスカになった状態のことをいう「骨粗しょう症」。
骨折や寝たきりにならないよう、教室に参加して丈夫な骨づくりをはじめませんか？

●日 時・場 所

平成28年2月29日（月）13：30～16：00 門別総合町民センター 大集会室

●内 容

- ・健康運動指導士による運動・講話 講師 K2ファクトリー 福岡 永告子氏
- ・体組成、骨密度測定

●対 象 日高町民の方

●持ち物 動きやすい服装、運動靴、汗拭きタオル、飲み物など

●申し込み受付期間 2月22日（月）まで

●後援 北海道健康づくり財団

【申し込み・お問い合わせ】

日高町役場 健康福祉課 健康づくりグループ 電話 01456-2-6183

がんなんか怖くない！！講演会の開催お知らせ

最近何かと話題の「がん」に関する講演会を開催いたします。町の集団健診でもなじみのある対がん協会から会長をお招きして講演いただきます。がんの最新発見技術などについてわかりやすくお話しいただく予定です。是非ご参加ください。

日 時：平成28年2月26日（金）13:00～14:30

場 所：日高こもれびホール（日高町宮下町1-411-1）

テーマ：「がんなんか怖くない！！最新のがん発見技術」

講 師：北海道対がん協会 会長 長瀬 清氏

参加費：無料



【お問い合わせ】日高町役場 健康福祉課 健康づくりグループ 01456-2-6183

町の保健推進員さんの おいしいレシピ紹介

料理上手な保健推進員さんたちの自慢のメニューを皆様にご紹介します。

第2回目は、デザートです。8月のクッキングサークルで厚賀地区の保健推進員さんが調理したメニューの1つです。

バナナのジェラート

▼材料

バナナ2本、砂糖大さじ2/3、クエン酸小さじ1/2、牛乳120cc

▼作り方

- ①バナナはあらかじめ凍らせておく。（皮をむいて切った物を冷凍しておくが良い）
- ②材料を全てミキサーにかけたらできあがり。

食後のデザートや、お子さんのおやつにもいかがですか。



忘れていませんか？

**乳・子宮・大腸がん無料クーポン券、40歳無料受診券
がお手元に届いたみなさまへ**

ご利用できる有効期限が近づいてきましたので、
お早めのお申し込みをおすすめします。



がん検診の受診できる病院

がん検診の実施病院				対象者			検診種別		
市町村	病院名	電話番号	日時	無料 クーポン	40歳	一般	乳	子宮	大腸
日高町	門別国保病院	01456-2-5311	通年	●	●	※			●
	日高国保診療所	01457-6-2155	通年	●	●	※			●
	医) 沙流都外来	01456-2-2755	通年	●	●	※			●
	勤医協厚賀診療所	01456-5-2711	通年	●	●	※			●
新ひだか町	新ひだか町立静内病院	0146-42-0181	通年	●	●	●	●	●	
富良野	富良野協会病院	0167-23-2181	通年	●	●	●	●	●	
苫小牧市	岩城産婦人科	0144-38-3800	通年	●				●	
	王子総合病院	0144-32-8111	通年	●			●	●	
	苫小牧市立病院	0144-33-3131	通年	●			●	●	
	桜木ファミリークリニック	0144-71-2351	通年	●				●	
	レディースクリニックぬまのはた	0144-53-0303	通年	●				●	
	とまこまいレディースクリニック	0144-73-5353	通年	●				●	
	田辺産婦人科	0144-32-2296	通年	●				●	
	苫小牧消化器科外科	0144-51-6655	通年	●			●		
	苫小牧日翔病院	0144-72-7000	通年	●			●		
	同樹会苫小牧病院	0144-36-1221	通年	●			●		
札幌市	北海道対がん協会	011-748-5511	通年	●	●		●	●	●
	北海道対がん協会	011-748-5511	3月8日 ※無料送迎バス有	●	●	●	●	●	●
	JA北海道厚生連 札幌厚生病院	011-261-5331	通年 ※農協組合員のみ	●	●	●	●	●	●

※国民健康保険加入者のうち、特定健診とセットで受ける場合に限ります。

- 【検診の流れ】**
- ① 受診病院・受診日を選ぶ
(上記リストをご覧ください)
 - ② 受診病院を役場保健師に連絡
 - ③ 受診する
 - ④ 結果が届く

- 【申し込み先】**
- 日高町役場 健康福祉課 保健師
01456-2-6183
- 日高総合支所地域住民課 保健師
01457-6-3173

乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診のお知らせ

対象者 **乳がん検診** → 40歳以上の女性で昨年度受診していない方
子宮頸がん検診 → 20歳以上の女性で昨年度受診していない方
大腸がん検診 → 40歳以上で乳がん・子宮頸がん検診と併せて受診希望の方、40歳以上の男性

* 定員に余裕がある場合は、対象にならない方の申し込みを受け付けますが、検診料金は全額自己負担となります。金額については健康福祉課へお問い合わせください。

日程

3月8日(火) 札幌がん検診センター (無料送迎バスが出ます)		
(当日の予定)	9:00頃	日高総合支所出発
	10:00頃	日高町役場出発
	12:00頃	検診センター到着
	昼食(各自で用意、または弁当を斡旋します。)	
	13:00頃	検診開始
	15:00頃	検診終了
	17:00頃	日高町役場到着予定
	18:00頃	日高総合支所到着予定
※申し込み状況により、予定時間を変更する場合があります。		

定員 24名 (バスの定員)

自己負担金および検査内容

乳がん検診 *平成28年3月31日を年齢基準日とします。	(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てから、医師がしこり等の有無を調べます。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。
子宮頸がん検診	1,600円	子宮頸部の細胞をとって調べます。
子宮体部がん検診	700円	子宮体部の細胞をとって調べます。(該当者のみ)
婦人科超音波検査	1,000円	膣の中から超音波の機械を当てる検査です。(希望者のみ)
大腸がん検診	800円	2日分の便を取り、潜血反応がないか調べます。代理の方の提出でも可能です。

*ただし、生活保護世帯の方、住民税非課税世帯の方、40歳(昭和50年1月1日~昭和51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、課税状況を調査しますので同意書の提出が必要です。印鑑をご持参のうえ、本庁健康福祉課、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。

※がん検診推進事業等により、次の年齢の方は「検診手帳」(新規受診者のみ)と「がん検診無料クーポン券」が配布され、今年度の子宮頸がん検診あるいは乳がん検診、大腸がん検診を無料で受けることができます。(年齢基準日は、平成27年4月1日です。)

(子宮体部がん検診や婦人科超音波検査を実施した場合は、自己負担金がかかります。)

子宮頸がん検診
無料クーポン対象者

20歳(平成6年4月2日~平成7年4月1日生まれ)の女性
 25歳(平成元年4月2日~平成2年4月1日生まれ)の女性
 30歳(昭和59年4月2日~昭和60年4月1日生まれ)の女性
 35歳(昭和54年4月2日~昭和55年4月1日生まれ)の女性
 40歳(昭和49年4月2日~昭和50年4月1日生まれ)の女性

※下記の対象で、過去に一度も町の子宮頸がん検診を受診していない方

子宮頸がん検診
無料クーポン対象者

22歳（平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれ）の女性
27歳（昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生まれ）の女性
32歳（昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれ）の女性
37歳（昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生まれ）の女性

乳がん検診
無料クーポン対象者

40歳（昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ）の女性
45歳（昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ）の女性
50歳（昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ）の女性
55歳（昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ）の女性
60歳（昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ）の女性

※下記の対象で、過去に一度も町の乳がん検診を受診していない方

42歳（昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生まれ）の女性
47歳（昭和42年4月2日～昭和43年4月1日生まれ）の女性
52歳（昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれ）の女性
57歳（昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生まれ）の女性

大腸がん検診
無料クーポン対象者

40歳（昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ）の男性と女性
45歳（昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ）の男性と女性
50歳（昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ）の男性と女性
55歳（昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ）の男性と女性
60歳（昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ）の男性と女性

【申込み・お問い合わせ】

日高町役場 健康福祉課 健康づくりグループ 電話 01456-2-6183

申込締切は、2月19日（金）です。ただし、定員になり次第締め切ります。

はつらつ笑顔 元気な暮らし 健康づくり実践レポート 第四弾

とねっこ館でキラキラ輝いている人をまた見つけました！！

●Hさん

とねっこ館に通うHさんはほぼ毎日トレーニングと、週に1回レスンプログラムにも参加されています。

通い始めて4か月頃から効果が数値で表れ、インボディの計測結果では体重は維持されている状態で、体脂肪量は減り、筋肉量が増加していることがわかりました。4か月ほぼ毎日通っても体重が減らないのかと思う方もいるかもしれませんが、これは太りにくい身体に変化している結果なのです。

☆知ってためになるワンポイント☆

やせているのに体脂肪率が高いという事はありませんか？それを隠れ肥満と言います。やせようと思ったときにまず食べない選択肢を選びませんか？その後リバウンドしたことはありませんか？まず筋肉量をアップさせることで余分な体脂肪を燃やす力を引き出す事が大事なのです。

実際にHさんは運動を始めてから、体重の減りは感じないものの、身体を動かすことにより疲れがとれやすくなり、次の日はスッキリし、「仕事を頑張るぞ」という気が湧くそうです。

また「ご飯やお酒が美味しく感じられるので運動をお勧めしたいです。」と言うHさんにならって、皆さんも「〇〇のために」運動を始めてみませんか。

ちなみに栄養士（筆者）は「大好きな有名人（大泉洋）に会えた時のために☆」運動を始めてみました。

健康づくりポイント事業のお知らせ

今年度のポイント交換は、**平成28年4月30日まで**です。
手続きがお済みでない方は、早めにポイント交換しましょう。

- ・対象 日高町に住民票のある方
 - ・内容 町実施の特定健診・がん検診等で検診料金を自己負担した方に対して、ひだかカード会が発行する「ひだかカード」でポイント還元します。
 - ・対象事業
 - ①特定健診（国保加入者のみ）（300ポイント）
 - ②後期高齢者健康診査、胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス、骨粗しょう症、エキノコックス症検診（各100ポイント）
 - ・手続き
 - ①各種検診等で「健康づくりポイント発行証」の発行をうけた場合は、「健康づくりポイント発行証」と「ひだかカード」を持参の上、下記まで手続きをお願いします。
 - ②町内または町外の医療機関で、町が委託した特定健診、各種がん検診を受診された場合は、医療機関等が発行する領収書と明細書、住所を確認出来るものを持参の上、下記まで手続きをお願いします。
- 手続きの場所：日高町役場健康福祉課、水くらしサービスセンター、厚賀出張所、日高総合支所地域住民課
- ・その他 「ひだかカード」の取扱いは、日高町商工会（01456-2-6301）へお問い合わせください。

【お問い合わせ】 ご不明な点等があれば、お気軽にお問い合わせください。

日高町役場 健康福祉課 電話01456-2-6183

日高総合支所地域住民課 電話01457-6-3173

託児つき

～美ボディをつくる～

ヨガ教室のご案内

子育てや家事、仕事など日々の生活に追われる・・・そんなあなたに必見！！
ヨガでこころもからだもリラックスしませんか？

★★★★★ヨガとは★★★★★

呼吸と色々なポーズを取り入れた運動です。運動が苦手な方も気軽に取り入れられます。

★★★ヨガの効果★★★

リラックス・ストレス解消、美しいボディをつくる（ダイエット効果）、からだのゆがみの矯正、アンチエイジング・美肌効果 など・・・女性にうれしいものばかり。

●日時 全2回

平成28年2月25日（木）、3月10日（木）10：00～11：00

（受付9：30～）

●場所 とみかわ児童館

●対象 日高町民の方

●定員 20名（託児は、先着15名限定）

●講師 A級ヨーガ公認指導士 中里 美紀氏

●持ち物 動きやすい服装、バスタオル、汗拭きタオル、飲み物

●申し込み受付期間 1月25日（月）～2月17日（水）

●後援 北海道健康づくり財団



【申し込み・問い合わせ先】

日高町役場 健康福祉課 健康づくりグループ 電話 01456-2-6183

放課後児童クラブ利用児童募集のお知らせ

平成28年度放課後児童クラブの利用児童を下記のとおり募集します。

申請書は各児童クラブ開設場所、役場健康福祉課、厚賀出張所、日高総合支所地域住民課にありますので必要事項記入のうえ提出してください。

《利用対象児童》 就労により昼間に保護者が不在となる世帯で、日高町内の小学校に通っている児童

《実施施設・定員》

名称	開設場所	定員
とみかわ児童館児童クラブ	富川北2丁目8番1号 日高町立とみかわ児童館内	50名
門別ふれあい児童クラブ	門別本町12番地の27 門別ふれあいセンター内	38名
厚賀すずらん保育所児童クラブ	厚賀町214番地の1 日高町立厚賀すずらん保育所内	20名
日高児童仲良しクラブ	松風町2丁目254番地の1 日高町立日高小学校内	20名

《開設日時》 ①月曜日から金曜日 下校時から午後5時45分まで
②土曜日、休校日、春夏冬休み 午前8時から午後5時45分まで
※1 厚賀すずらん保育所児童クラブは、土曜日午前8時から正午まで
※2 日高児童仲良しクラブは、土曜日は利用できません。
※3 学校が学級閉鎖、学年閉鎖の時は利用できません。

《休日》 日曜日、祝日及び年末年始等開設場所の施設が閉館している日

《利用料》 とみかわ児童館児童クラブと門別ふれあい児童クラブは無料ですが、厚賀すずらん保育所児童クラブと日高児童仲良しクラブはおやつ代として月額2,000円必要となります。なお、工作等に要する材料費等について利用者の負担となる場合があります。

《募集期間》 平成28年1月12日(火)～平成28年2月12日(金)
※クラブの運営上の都合により緊急的な場合を除き、募集期間を過ぎてからのお申し込みは原則お受けできませんのでご注意ください。

《提出先》 役場健康福祉課、とみかわ児童館、厚賀出張所、日高総合支所地域住民課

《利用可否の決定》 平成28年3月中旬、個別に通知書を送付します。

《その他》 利用申込みが各施設の定員を超え多数となった場合、安全上の理由等によりご希望に添えないことがありますので、あらかじめご承知おきください。

〔お問い合わせ〕

日高町役場 健康福祉課 福祉・子育て支援グループ

電話 01456-2-6183

日高総合支所 地域住民課 福祉・保険グループ

電話 01457-6-3173

後期高齢者医療制度のお知らせ

■高額介護合算療養費及び医療費通知について■

■ 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	67万円	
1割	一 般	56万円	
	住民税非課税世帯	区分Ⅱ（※1）	31万円
		区分Ⅰ（※2）	19万円

※1 世帯全員が住民税非課税である方

※2 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、日高町役場保険年金課までお申し出ください。

■ 医療費通知の発行を希望される方へ ■

北海道後期高齢者医療広域連合では、発行をご希望される方を対象に、医療費を半年ごとにまとめた医療費通知を送付しています。次回の発行は平成28年3月末（平成27年7～12月診療分）に行います。

◆ 新たに発行をご希望の方はご連絡ください

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが、北海道後期高齢者医療広域連合または日高町役場保険年金課へご連絡ください。（電話でのご連絡だけで手続きできます。）

- すでに「発行希望」のご連絡をいただいている方には、継続して発行しますので、再度のご連絡は必要ありません。
- この通知を受け取られたことにより、申請等の手続きをされる必要はありません。
- ※ この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりとすることはできません。

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
電話 011-290-5601

日高町 保険年金課
保険医療・介護・年金グループ
電話 01456-2-6561

日高町では、平成28年4月診療分から中学生の外来に係る医療費を無料化します。

〈受給資格要件〉

- (1) 日高町に住民登録している0歳～中学生のお子さん
- (2) 健康保険に加入していること
- (3) 所得制限・・・世帯の生計維持者の所得が、限度額以内であること

〈助成の内容〉

対象者	給付内容	自己負担額
0歳児から中学生	入院・通院・歯科・調剤・柔整	日高町が負担しますので、受給者の自己負担はありません (※課税・非課税を問いません)

※外来又は入院にかかる医療費について、健康保険の自己負担分を日高町が助成します。

※助成対象外・・・

- ・保険適用外の投薬、注射、容器代、診断書料、食事代、オムツ代、歯科矯正など
- ・(独)日本スポーツ振興センター(スポーツ共済)の災害給付を受ける場合

【お問い合わせ】日高町役場 保険年金課 保険医療・介護・年金グループ 電話 01456-2-6561

平成27年度「臨時福祉給付金」の申請受付期間延長のお知らせ

「平成27年度臨時福祉給付金」の申請受付期間について、平成27年9月28日から平成27年12月28日までとしておりましたが、申請期限日を下記のとおり延長することとしましたのでお知らせいたします。

申請がお済みでない方は、どうぞお早めに申請書の提出をお願いいたします。

なお、提出期限までに申請書の提出がなければ、給付金を受け取ることができませんのでご注意願います。

●日高町の申請受付期限 平成28年2月12日(金)まで(当日の消印有効)

平成27年1月1日に日高町に「住民登録」のある方が対象です。

※1月2日以降に住民になった方は、前住所の市町村の取り扱いとなり申請受付期間が異なります。

【担当窓口・お問い合わせ】

〈給付金の申請に係るご質問やご相談については〉

日高町役場 健康福祉課 福祉・子育て支援グループ (電話 01456-2-6183)

〈町民税の申告等については〉

日高町役場 税務課 課税グループ (電話 01456-2-6184)

とねっこ館運動指導室便りvol.3

日常生活にウォーキングを取り入れよう！

『ウォーキングの効果』ご存知ですか？

脳・・・脳に酸素を取り込み脳の働きを活発にします。認知症予防にも効果

美・・・有酸素運動を行うと、血液中に酸素が取り込まれ脂肪が効率的に燃焼されます。

ダイエットだけでなく、美肌効果もあります。

心・・・外の空気を浴びて軽い運動をすることでリラックスし、気分転換になります。

また、自律神経のバランスを整え心も体もスッキリします。

健・・・ウォーキングは生活習慣病予防にも効果があります。内臓脂肪の燃焼や運動不足の解消で健康的なカラダを手に入れましょう。

骨・・・歩く事で骨に刺激を与え、骨を強くする働きがあります。

骨粗しょう症の予防にも効果的です。



健康のため！と思って歩き始めて膝や股関節を痛くしてしまった・・・そんな経験がある方が少なくありません。痛みを予防し、『歩く』を可能にするためにも筋トレが必要です。

とねっこ館運動指導室では、正しい歩き方、必要な筋トレなどをお伝えしています。

カラダに良いこと始めませんか？ お気軽にお越しください。

とねっこ館運動指導室より

所得税及び復興特別所得税の 確定申告 町・道民税の申告



平成 27 年分の申告の相談・受付は次のとおりとなっています。

例年、申告期間中は大変混み合い、長時間お待ちいただく場合があります。郵送による申告や、還付申告の対象の方は 2 月 16 日前に申告相談されるなど、混雑緩和にご協力をお願いします。

所得税及び復興特別所得税の還付申告の相談

下記の日程で還付申告の相談を行います。給与や年金から所得税等が源泉徴収されている方は申告により還付されることがあります。

住宅借入金特別控除・医療費控除など各種控除のある方は必要書類などを持参し会場にお越しください。

会 場	期 間 (土曜・日曜・祝日を除く)	受付時間
苫小牧市労働福祉センター 2 階ホール (苫小牧市末広町 1 丁目 15 番 7 号)	2 月 1 日(月)から 3 月 15 日(火)まで	午前 9 時から 午後 4 時まで
日高町役場 税務課		
日高総合支所 地域住民課		

所得税及び復興特別所得税の確定申告相談、町・道民税の申告受付

下記の期間に申告を受け付けておりますので、直接会場にお越しください。

※ 2 月 16 日(火)から 3 月 4 日(金)までの期間は、各地区の申告会場に職員が出向いており、必要書類等も持ち出していますので、期間中に申告相談される方はお住まいの地区の会場にお越しください。

会 場	期 間 (土曜・日曜を除く)	受付時間
(富川地区) 富川公会堂	2 月 16 日(火)から 2 月 26 日(金)まで	午前 9 時から 午後 4 時まで
(厚賀地区) 日高町役場 厚賀出張所	3 月 2 日(水)から 3 月 4 日(金)まで	
日高町役場本庁 大会議室	2 月 16 日(火)から 3 月 15 日(火)まで	
(日高地区) 日高総合支所 大会議室	2 月 24 日(水)から 3 月 1 日(火)まで	

申告の際に必要なもの

①	印鑑	⑥	【医療費控除を受ける方】 医療費の領収書など (事前に合計額を計算してください)
②	本人名義の口座番号のわかるもの	⑦	【障害者控除を受ける方】 障害者手帳など障害の程度のわかるもの
③	給与・公的年金の源泉徴収票(原本)	⑧	【寄附金控除を受ける方】 寄附金受領証明書など
④	国民年金・国民健康保険税等の支払証明書 又は領収書	⑨	【新たに住宅借入金等特別控除を受ける方】 ◇住民票 ◇建物や土地の登記事項証明書 ◇取得価格のわかる契約書(写し) ◇住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書など
⑤	生命保険料・地震保険料等の控除証明書		

※税務署から確定申告のお知らせはがきや封筒が届いている方はお持ちください。

1 申告の注意事項

○ 事業所得のある場合

事業所得等により申告が必要な方で町が把握している場合は、別途日程をご案内しますので、備付帳簿等を持参のうえ申告をお願いします。

○ 確定申告期における所得税納税証明書等の交付について

確定申告書を提出後、税務署において所得税納税証明書等を交付請求された場合、申告書の処理状況によっては即日交付できない場合があります。

早急に納税証明書が必要な方は、確定申告書の提出と同時に納税証明書の交付請求をされるようお願いいたします。

○ 確定申告書の控えについて

確定申告書の控えに税務署の受付印をもらうことにより、正式な所得の証明書類として利用できます。確定申告書の控えに税務署の受付印が押されたものが必要な場合は、返信用封筒と切手が必要となりますので、申告相談の際にご持参ください。

○ 町・道民税の申告について

町・道民税は町と道に納めていただく税金です。1月1日現在で日高町に住んでいる方は、原則として3月15日までに町・道民税の申告が必要です。

ただし、次に該当する方は申告の必要はありません。

- ・「所得税等の確定申告」を行った方
- ・職場で年末調整をされた給与収入のみの方

2 未申告の場合

申告の必要な方が申告をしなかった場合、国民健康保険税の軽減措置が適用されない、高額療養費の自己負担限度額が高くなる、国民年金の免除申請ができない、といった不利益が生じる場合があります。

また、公営住宅や保育所の申込み、奨学金や銀行の融資の申請などに所得証明書などが必要となる場合がありますが、申告をしなければ発行することができません。

3 公的年金等を受給されているみなさまへ

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税及び復興特別所得税の確定申告をする必要がありません。

ただし、所得税等の確定申告が必要ない場合であっても、次に該当する方は町・道民税の申告が必要な場合があります。

- ・「公的年金などの源泉徴収票」に記載されている控除以外の各種控除の適用を受ける場合
- ・公的年金などに係る雑所得以外の所得がある場合

4 復興特別所得税について

東日本大震災からの復興施策に必要な財源を確保するための特別措置として、復興特別所得税が創設されました。平成25年から平成49年までの各年分の所得税に係る基準所得税額が課税対象となり、基準所得税額に2.1%の税率を乗じて計算します。

給与支払報告書の提出について

平成28年1月1日現在、従業員が居住する市町村ごとに総括表を添えて提出してください。

提出期限は平成28年2月1日となっておりますが、お早めに提出願います。

なお、給与支払報告書の提出は、地方税ポータルシステム「eLTAX(エルタックス)」を利用して、インターネットを通じて行うことができますのでご利用下さい。

青色申告の方、譲渡所得（株式・土地・家屋等）のある方

青色申告の方及び譲渡所得（株式・土地・家屋等）のある方、その他特殊な申告につきましては、直接下記の申告会場にて受付いただくか、苫小牧税務署へ申告書を提出してください。

申告会場：苫小牧市労働福祉センター 2階ホール（苫小牧市末広町1丁目15番7号）

マイナンバー（個人番号）の記載について

平成28年1月以後に提出する申請・届出書については、マイナンバーの記載が必要となりますので、個人番号カード等を持参してください。

申告書については、平成28年分からマイナンバーの記載が必要となります。

平成28年の確定申告期間に提出する平成27年分の確定申告書にはマイナンバーの記載は不要です。

<お問い合わせ>

日高町役場 税務課 課税グループ

電話 01456-2-6184

日高総合支所 地域住民課 総務・税務・住民グループ

電話 01457-6-2001

苫小牧税務署

電話 0144-32-3165



便利な 申告書の作成は 国税庁ホームページの

「確定申告書等作成コーナー」で!!



画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税の確定申告書や青色申告決算書などを作成できます。

また、作成したデータは、「e-Tax（電子申告）」を利用して提出できます。

税務課からのお知らせ

◆税制改正に伴う軽自動車税の税率の引き上げについて

平成28年4月1日より、軽自動車税の税率が変更になります。

税率表（原動機付自転車及び二輪車、小型特殊自動車）

車種区分	税率（年額）	
	平成27年度まで	平成28年度以降
50cc以下	1,000円	2,000円
50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
ミニカー	2,500円	3,700円
二輪車（125cc超250cc以下）	2,400円	3,600円
二輪の小型自動車（250cc超）	4,000円	6,000円
小型特殊自動車（農耕作業用）	1,600円	2,000円
小型特殊自動車（その他のもの）	4,700円	5,900円

登録されている上記車種の車両全てに新税率が適用されます。

税率表（三輪以上の軽自動車）

車種区分			現行税率	新税率	重課税率	
			平成27年3月31日までの登録車	平成27年4月1日以降の登録車	初年度登録後13年経過（経年車重課）	
軽自動車	三輪		3,100円	3,900円	4,600円	
	四輪以上	乗用	営業用	5,500円	6,900円	8,200円
			自家用	7,200円	10,800円	12,900円
	四輪以上	貨物	営業用	3,000円	3,800円	4,500円
			自家用	4,000円	5,000円	6,000円

・現行税率とは（四輪乗用自家用の場合）

現行税率は、平成27年3月31日までに最初の新規検査を受けた車両で、新規検査から13年を経過するまで適用される税率です。

※例：平成25年10月に新規検査（新車購入）を受けた場合、平成26～38年度までは7,200円／年となり、平成39年度から12,900円／年となります。

・ **新税率とは（四輪乗用自家用の場合）**

新税率は、平成27年4月1日以降に最初の新規検査を受ける車両で、新規検査から13年を経過するまで適用される税率です。

※例：平成27年10月に新規検査（新車購入）を受けた場合、平成28～40年度までは10,800円／年となり、平成41年度から12,900円／年となります。

・ **重課税率とは（四輪乗用自家用の場合）**

重課税率は、最初の新規検査から13年を経過した環境負荷の大きい車両に対して適用される税率です。

※例：平成14年12月31日以前までに新規検査（新車購入）を受けた車両7,200円／年が、平成28年度から12,900円／年となります。

※初度検査・・・新車購入時、初めて標識（ナンバー）を取得するための検査。中古車を購入された場合でも、車両が初めて登録された年月は変わりませんのでご注意ください。初度検査年月の確認は、自動車検査証の記載覧をご確認ください。

◆ **グリーン化特例（軽課）について**

平成27年4月1日～平成28年3月31日までに新車登録された三輪及び四輪の軽自動車について、排出ガス性能と燃費性能が優れた環境負荷の少ない車両に、その性能に応じた特例措置（グリーン化特例）が導入され税額が減額されます。

・ **適用条件**

平成27年度中（平成27年4月1日～平成28年3月31日）に新車登録され、下記（ア）～（オ）に該当する車両。

・ **適用期間**

上記条件を満たしている場合、**平成28年度課税分に限り**、減額されます。

税率表（軽四輪以上の乗用車、軽三輪車）

車種区分		税率（年額）		
		（ア）	（イ）	（ウ）
軽四輪以上 乗用	営業用	1,800円	3,500円	5,200円
	自家用	2,700円	5,400円	8,100円
軽三輪		1,000円	2,000円	3,000円

（ア）電気自動車・天然ガス軽自動車（平成21年排出ガス10%低減）

（イ）平成17年排出ガス基準75%低減達成(★★★★)かつ平成32年度燃費基準+20%達成車

（ウ）平成17年排出ガス基準75%低減達成(★★★★)かつ平成32年度燃費基準達成車

税率表（軽四輪以上の貨物用車）

車種区分		税率（年額）		
		（ア）	（イ）	（オ）
軽四輪以上 貨物	営業用	1,000円	1,900円	2,900円
	自家用	1,300円	2,500円	3,800円

（イ）平成17年排出ガス基準75%低減達成(★★★★)かつ平成27年度燃費基準+35%達成車

（オ）平成17年排出ガス基準75%低減達成(★★★★)かつ平成27年度燃費基準+15%達成車

※（イ）～（イ）については、揮発油（ガソリン）を内燃機関の燃料とする軽自動車に限ります。

※各燃費基準の達成状況は、自動車検査証の備考欄に記載がされています。

◆軽自動車税の名義変更・廃車手続きについて

軽自動車税の登録内容に変更が生じた場合は、それぞれ手続きが必要です。車両を譲渡・廃棄した場合、手続きを怠ってしまうと、変更があったことが把握できず、課税されてしまう場合があります。

- ・車の種類によって、手続き先が異なります。

車種	手続き先
原動機付自転車（125cc以下までのもの） 小型特殊自動車（農耕作業用・その他のもの）	日高町役場 税務課 課税グループ 電話 01456-2-6184
二輪の小型自動車（250cc超）	北海道運輸局 室蘭運輸支局 電話 050-5540-2004
三輪・四輪以上の軽自動車 二輪車（125cc超～250cc以下）	軽自動車検査協会 室蘭事務所 電話 050-3816-1766

・手続きが必要な事例

車両を譲渡・売買された場合…旧所有者が譲渡した、新所有者が取得した申告が必要です。

車両を相続される場合……………相続されたことの申告が必要です。

車両を廃棄した場合……………廃車（抹消）の申告が必要です。

日高町外に転出された場合………主たる定置場の変更手続きが必要です。

※上記の場合以外においても、登録に変更が生じた際（車検証の記載内容等）は、その都度手続きが必要です。

・必要な手続きを怠った場合

登録内容に変更があったことを把握できないため、納税通知書が届かない等の不具合が生じてしまいます。

特に車両を譲渡・廃棄し、手続きを代行していただく場合は、登録の変更がきちんと完了しているか確認をお願いします。廃棄（解体）の場合は、業者の方から解体証明書等の車両を引き取ってもらったことがわかる書類をもらっておくと、日付の確認等に役立ちます。

軽自動車税には、普通自動車税の月割課税制度はありません。4月2日以降に譲渡・廃棄された場合でも、1年分の軽自動車税が課税されます。年度の途中に取得した場合は、その年度は課税されず、翌年度から課税となります。

・原動機付自転車（125cc以下）、小型特殊自動車の登録変更に必要なもの

車両を譲渡・廃棄される際は、標識・印鑑を用意して下記窓口までお越し下さい。

日高町役場税務課、総合支所地域住民課、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所それぞれの窓口にて手続きできます。

＜お問い合わせ＞

日高町役場 税務課 課税グループ

電話 01456-2-6184

日高総合支所 地域住民課 総務・税務・住民グループ

電話 01457-6-2001

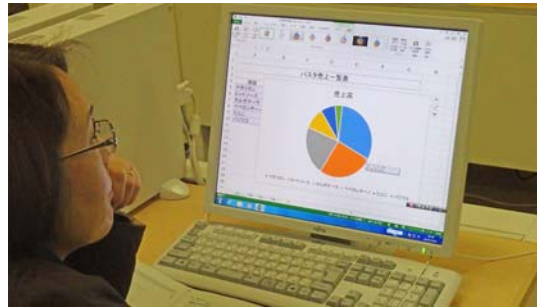
平成27年度 富川高等学校開放講座

11月16日～12月1日、富川高等学校開放講座が開催されました。

今年度は「植物の話Ⅱ」「すぐ使える手話～手話の基本講座～」 「エクセル入門」「大人の顕微鏡・お菓子は化学だ」の4講座を開講し、延べ33人の町民が受講されました。

「植物の話Ⅱ」では、植物や花などの講話とフラワーアレンジの体験、「すぐ使える手話」では、手話での自己紹介や歌、「エクセル入門」では、エクセルの基本的な操作や関数の使い方、「大人の顕微鏡・お菓子は化学だ」では、立体顕微鏡などを使った物の観察、ブドウ糖を使ったお菓子作りなど、それぞれの分野について学びました。

どの講座も参加者は楽しく学んでいる様子が見られました。



放課後こども教室「アスク」

■ 「お楽しみ会(富川・門別)」

12月4日(門別)、9日～11日(富川)にかけて、アスクで「お楽しみ会」を開催しました。

今年のお楽しみ会は、門別地区では松ぼっくりを使ったクリスマスリース、富川地区ではスノードームを作り、両地区とも最後にビンゴゲームを行いました。当日は両地区合わせて113名もの参加があり、どの地区もとても賑わっていました。



「子ども料理教室」開催！

社会教育委員が主管する「子ども料理教室」が11月28日に門別地区（総合市民センター）で、12月3日に日高地区（日高小学校）で開催されました。

当日は、子どもたちが保健推進員の方々の協力を得て、鮭のちゃんちゃん焼きやあら汁、いももち等を料理しました。子どもたちは、鮭の解体にも挑戦し、大きな鮭に戸惑いながらも上手にさばくことが出来ました。最後は、自分たちで作った料理を美味しく食べていました。



門別ことぶき学園第5回本科「施設見学」

12月15日、門別ことぶき学園第5回本科「施設見学」を開催しました。

11月に新しく開署された日高西部消防組合消防庁舎を45名の参加者が見学しました。

最新の機器や設備を消防署員の方々に案内いただき、なかなか見ることの出来ない庁舎内に感心と驚きを見せていました。

見学の他、署員による救急講習も行われ、参加者は熱心に耳を傾けていました。



沙流川大学本科第7回講座「研修旅行 ミュージカル鑑賞」

11月19日に本科第7回講座「研修旅行 ミュージカル鑑賞」を15名の参加により開催しました。今回は沙流大生からの要望により「劇団四季 キャッツ」を鑑賞しました。

参加者は劇場に入るなり客席までの舞台装飾に驚き、パワフルな歌声・ダンスの舞台に堪能し、来年度の公演も是非鑑賞したいとの声が多く聞かれました。



沙流川大学本科第8回講座「講演会」

12月3日には国立日高青少年自然の家において、第8回講座「講演会」を18名の参加により開催しました。

午前の部は沙流大生アンケートで要望も多かった日高西部消防組合消防署日高支署から倉内救急救命士を講師に招き救急対処法を学び、午後の部では地域住民課深川保健師を講師に招き介護予防としてふまねっと運動を行いました。

共に身近なテーマであったこともあり参加者は、真剣に聞き入り時には笑いもあって和やかに講演を終了しました。



門別図書館郷土資料館からの お知らせ

門別図書館郷土資料館からののお知らせ

●地域学習講座 「岩根静一伝」

稲田家家中として静内に入植、開拓使仮学校に学んだのち新冠御料牧場に奉職。退職後は豊郷岩根牧場を経営するかたわら、門別郵便局長として地域の発展に尽くした明治人「岩根静一」の人物をとおり門別の歴史を学びます。

日 時：2月21日(日) 13:30～15:00
会 場：日高町立門別図書館郷土資料館 視聴覚室
申込期間：2月2日(火)～2月17日(水) ※先着20名
申 込 先：門別図書館郷土資料館へ直接申し込むか電話でお申込
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。】

町民スキーツアーのご案内

日 時 平成28年3月19日(土)～20日(日)
日高総合支所前発 8時00分
門別総合町民センター前 9時00分
※出発時間は、参加者の都合により変更する場合があります。

行き先 札幌国際スキー場(定山溪温泉ホテル山溪苑宿泊)

参加料 大人15,000円(バス代、宿泊・夕食・朝食込み)
※リフト券は年齢等により異なりますので含んでいません。

申込み 3月5日(土)までに下記へ
日高町スキー協会事務局 今秀記
(konhideki8@gmail.com、01457-6-3128、090-6265-1847)
※定員30名まで。なお、15名に満たない場合は中止となる場合があります。



主催 日高町スキー協会 / 後援 日高町体育協会

北島三郎ファミリー

大江裕歌謡ショー



司会は
STVラジオパーソナリティ
「とついようこ」さん
北海道競馬応援大使
「しろっぴ」もくるよ!

とき 平成28年3月6日(日)14:00開演

ところ 門別総合町民センター

チケット 前売り 1,000円 当日券 1,500円
(高校生以下無料)

チケット販売開始 平成28年1月20日(水) ※販売枚数600枚(完売終了)

チケット販売所 門別総合町民センター、とねっこの湯、門別公民館
厚賀出張所、水・くらしサービスセンター、日高総合支所

問合せ先/門別総合町民センター ☎01456-2-2451

主催 日高町町民芸術文化鑑賞事業実行委員会 後援 日高町教育委員会

おいしいひだかの特製ランチ

Tonekko
Lunch

とねっこランチ

日高町門別地区で有機栽培している日高町産の「ひげにんにく」を使用した新メニューを1,000円以内でご提供しています。

ひげにんにくの他、豊富な日高町地場産品（軟白ねぎ、椎茸、もやし、タコ、ツブ等）を使用した、和食・洋食・ラーメン等バラエティ豊かなメニューが揃っています。

今回も先月に引き続き4件のレポートをご紹介します。なお、各店舗の情報は広報11月号29ページに掲載していますのでご覧ください。

「ひげにんにくのオムバーグ」(小径café)

「小径café」のランチは、ビーフハンバーグにオムレツをのせ、門別特産のひげにんにくと軟白ねぎのバターしょうゆソースをかけて門別特産のホクモウもやしを添えたものとライスが一皿になったオムバーグにスープがついたセットになっています。

オムバーグは、お肉がジューシーで食べごたえあり門別特産のもやしのシャキシャキとした食感も良く、バターしょうゆの和風なソースがハンバーグやライスとの相性抜群でご飯のすすむ一品です。

門別特産のひげにんにくがひとつ丸ごと入っていて、お昼に食べるにはにおいが気になりますが、実際に食べてみるとあとに残るにおいがなく、時間が経ってもにおいがしないためランチで食べても大丈夫です。セットのスープはその時々で違うため、一度食べたことがある方も日によっては違うスープが楽しめます。

門別特産の食材を使った「小径café」のランチをぜひ一度食べてみてください。



「日高ちゃんぽん麺」(レストランエポナ)

今日のお昼は「レストランエポナ」さんの日高ちゃんぽん麺を頂きました。

スープは豚骨ベースのあっさりとした醤油味で、「いろいろな物を混ぜること、または混ぜたもの」をあらわす「ちゃんぽん」の由来どおり、日高町特産のひげにんにく、軟白ネギ、もやし、きのこをふんだんにもりつけ、日高昆布をねりこんだ自家製麺もスープとよくからみあい、どんぶり一杯がオール日高であふれていました。

ランチ前はニンニクのおいが心配でしたが、普通のニンニクよりにおいが少なく、ランチで食べても気にならないと思います。



「ひげにんにくのアヒージョ」(Bakery&Cafe勇輪)

先日、富川東にオープンした「Bakery&Cafe勇輪」におじゃましました。ランチの時間帯ということもあり、たくさんのお客さんで賑わっていました。

店内に入ると、まず目についたのはさまざまな種類のパンです。

カウンター席からみえるキッチンで作られているようで、焼きたてをたのしめます。その場で他の料理とあわせても、持ち帰りもできます。

今回はランチセットのひげにんにくのアヒージョをいただきました。日高産のタコとツブが使われていて、とてもおいしかったです。セットのパンは外はカリカリ、中はもっちりとしていました。

このパンはおかわり自由だったので、とてもお得だなと思いました。にんにくが使われているのに、食後においが全く気になりませんでした。

お店では小さいお子様用のイスも置いてあり、子連れの方でも安心だと感じました。



「本格インド・ネパールカレーの

ひげにんにくカレーセット」(ルンビニフードカフェ)

日高特産のひげにんにくを使用したカレー。

ルーの中には椎茸、鶏肉、トマトがゴロゴロ入っており、食べ応えも十分あります。ひげにんにくはカレーの上に素揚げをして乗っており、ホクホクとした食感で美味しかったです。

付け合わせのもやしと軟白ネギのソテーは柔らかく箸休めとしてちょうどいいのでは。

地元の食材を使用していますので、安心して嬉しいですね。

ナンが出てきますが、これがビックリするほど大きい！厚みのあるところはモチリとし、薄めのところはカリッとしていてとても美味しいです。

カレーの辛さは1～10段階まであり、ご自分の好みに合わせて調整もできます。

また、少額プラスすれば、ナンをサフランライスに変更したり、カレーを増量したりする事も出来ます。



11月1日からスタートしたとねっこランチ、現在スタンプラリーも実施中です！

対象の9店舗をすべて制覇した方に抽選で協賛加盟店で使える食事券をプレゼントします。



期間は3月末までとなっておりますのでぜひこちらもチャレンジしてみてください！！

【お問い合わせ】日高町地場産品推進協議会(事務局:日高町観光・競馬振興室) 電話 01456-2-6031

事業者の皆さん

マイナンバー(個人番号)を

正しく取り扱っていますか



愛称：マイナちゃん



事業者は、行政手続などのため、従業員などのマイナンバーを取り扱います。

- ・事業者は、社会保険の手続や源泉徴収票の作成などにおいて、従業員などからマイナンバーの提出を受け、書類などに記載します。
- ・マイナンバーを取り扱う際には、4つのルールを守りましょう！

取得・利用・提供 のルール



- 個人番号の取得・利用・提供は、法令で決められた場合だけ
- これ以外では、「取れない」「使えない」「渡せない」

保管・廃棄 のルール



- 必要がある場合だけ保管
- 必要がなくなったら廃棄

委託 のルール



- 委託先を「しっかり監督」
- 再委託は「許諾が必要」

安全管理措置 のルール



- 漏えいなどを起こさないために書類やデータは「しっかり管理」



取得にあたっては

- ・マイナンバーを従業員などから取得する際には、本人確認（次の①②の確認）が必要です。
 - ① マイナンバーが間違っていないかの確認
⇒ マイナンバーが書いてある「通知カード」や「個人番号カード」で確認
 - ② 身元の確認
⇒ 顔写真が付いている「個人番号カード」又は「運転免許証」などで確認
- ・マイナンバーを従業員などから取得する際には、利用目的（「源泉徴収票作成」「健康保険・厚生年金保険届出」「雇用保険届出」等）を伝えましょう。
- ・マイナンバーを取り扱う者、取扱い手順、保管場所などを決めておきましょう。

個人情報保護委員会

万が一、マイナンバーが漏えいしてしまった場合には...

1. 事業者において講ずることが望まれる措置

- (1) 事業者内部における責任者への報告、被害の拡大防止
- (2) 事実関係の調査、原因の究明
- (3) 影響範囲の特定
- (4) 再発防止策の検討・実施
- (5) 影響を受ける可能性のある本人への連絡等
- (6) 事実関係、再発防止策等の公表

※ マイナンバーが漏えいして不正に用いられるおそれがあると認められるときは、マイナンバーの変更をお住いの市区町村に請求できることを本人に説明してください。

2. 個人情報保護委員会又は業界の所管官庁への報告

① 個人情報保護委員会に報告する場合

個人情報保護委員会ウェブサイトに掲載している様式に事実関係や再発防止策等を記載し、**速やかに個人情報保護委員会に郵送で報告**するよう努めてください。

※ 影響を受ける可能性のある本人全てに連絡した場合、外部に漏えいしていないと判断される場合等の個人情報保護委員会への報告不要の要件を全て満たす場合には、個人情報保護委員会への報告は不要です。

② 個人情報保護法に基づき所管官庁に報告する場合

所管官庁のガイドライン等に従って、報告してください。

(所管官庁から個人情報保護委員会に報告されますので、①の報告は不要です。)

特定個人情報の安全の確保に係る「**重大な事態**」が生じたときに、**個人情報保護委員会に報告することが法令上の義務になりました**。次の事態に該当する事案又はそのおそれのある事案が発覚した場合には、個人情報保護委員会に第一報をお願いします。

「重大な事態」とは…

1. 漏えい・滅失・毀損又はマイナンバー法に反して利用・提供された特定個人情報に係る本人の数が100人を超える事態
2. 特定個人情報ファイルに記録された特定個人情報を電磁的方法により不特定多数の者が閲覧することができる状態となり、かつ、その特定個人情報が閲覧された事態
3. 不正の目的をもって、特定個人情報ファイルに記録された特定個人情報を利用し、又は提供した者がいる事態等

詳しくは個人情報保護委員会ウェブサイト(<http://www.ppc.go.jp/legal/policy/rouei/>)をご覧ください。

マイナンバーに関するお問い合わせは

マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178へ

※ 平日9時30分～22時 土日祝日9時30分～17時30分(年末年始を除く)

※ 一部IP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合は、050-3816-9405(有料)におかけください。

※ 個人番号カードを紛失された場合のお問い合わせについては、上記マイナンバー総合フリーダイヤルのほか、**個人番号カードコールセンター(全国共通ナビダイヤル) 0570-783-578(有料)**でも対応しています。

マイナンバーに関する最新情報(ウェブサイト)

- ・マイナンバー制度.....内閣官庁 <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html>
- ・税分野での取扱い.....国税庁 <http://www.nta.go.jp/mynumberinfo/index.htm>
- ・社会保障分野での取扱い.....厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000062603.html>
- ・マイナンバーガイドライン.....個人情報保護委員会 <http://www.ppc.go.jp/index.html>



日高胆振沿岸海岸保全基本計画変更案の縦覧について

北海道では日高胆振沿岸海岸保全基本計画の変更にあたり、住民の皆さんのご意見を募集します。つきましては、変更案を次のとおり縦覧しますので、ご意見のある場合は、各縦覧場所の担当課に提出してください。

- 1 縦覧期間 平成28年2月15日(月)から平成28年3月15日(火)まで
- 2 縦覧場所及び意見提出場所
日高町役場 総務課
日高振興局産業振興部水産課及び農村振興課
胆振総合振興局室蘭建設管理部用地管理室維持管理課
- 3 意見締切日 平成28年3月25日(金)まで

【お問い合わせ】

胆振総合振興局室蘭建設管理部用地管理室維持管理課 電話 0143-24-9872

ご寄附ありがとうございました

◆ 日高町へ

◇ 苫小牧信用金庫 様

地方創生の取り組みに係る資金として、300万円を寄附いただきました。



◇ 北海道コカ・コーラボトリング株式会社 様

福祉施設へクリスマスプレゼントとして、清涼飲料水480本を寄贈いただきました。

◇ 村上哲夫 様

産業振興寄附金として、100万円を寄附いただきました。



◇ 日高町社会福祉協議会へ

◆ 鈴木晴男 様 (富川西) 金一封

◆ 相澤鶴松 様 (富川東) 金一封

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

2月の相談日・・・23日(火)

- 事前予約制 TEL 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00分
- 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

【新ひだか町での開催】

2月の相談日・ 1日(月)・ 3日(水)
・ 8日(月)・ 10日(水)
・ 15日(月)・ 17日(水)
・ 22日(月)・ 24日(水)
・ 29日(月)

- 事前予約制 TEL 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3時30分
- 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



2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

24日(水) 門別公民館
*対象は、4・7・10・12か月の赤ちゃん

☆子育てひろば(育児相談)

4日(木) サン・ポッケ
9日(火) 子育て支援センターわくわく館
19日(金) 厚賀コミュニティセンター

☆よいこクラブ

10日(水) 富川公会堂
17日(水) 門別公民館
18日(木) 富川公会堂
サン・ポッケ
19日(金) 厚賀コミュニティセンター
25日(木) 日高保育所

☆予防接種

〈四種混合〉

2日(火) 15:30~16:00 門別国保病院
4日(木) 15:00~15:15 日高国保診療所
8日(月) 15:30~16:00 鎌田医院

〈二種混合〉

22日(月) 15:30~16:00 門別国保病院

〈麻しん・風しん混合〉

5日(金) 13:00~13:30 医療法人社団沙流都外来
9日(火) 15:30~16:00 門別国保病院

〈BCG〉

24日(水) 15:30~16:00 門別国保病院

〈水痘〉

4日(木) 15:00~15:15 日高国保診療所
15日(月) 15:30~16:00 門別国保病院
19日(金) 13:00~13:30 医療法人社団沙流都外来

〈ポリオ〉

16日(火) 15:30~16:00 門別国保病院

●門別地区

〈小児肺炎球菌〉〈ヒブ〉〈子宮頸がん予防〉

* 門別国保病院 要予約【TEL 2-5311】
* 鎌田医院 要予約【TEL 2-0340】
* 医療法人社団沙流都外来 要予約【TEL 2-2755】

〈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

〈小児肺炎球菌〉

25日(木) 15:00~15:15 日高国保診療所

〈ヒブ〉

18日(木) 15:00~15:15 日高国保診療所

〈子宮頸がん予防〉

希望の方は、日高総合支所地域住民課【TEL01457-6-3173】に申し込みください。

〈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。

わくわく館 2月の予定

	月	火	水	木	金	土
午前	1 開放	2 節分の会	3 ギャロップ	4 開放	5 開放	6 開放
午後	開放	開放	クローバー	開放	大きいありさん	開放
午前	8 開放	9 開放	10 コロン	11 建国記念の日	12 うさぎさん	13 開放
午後	開放	開放	ギャロップ	休館日	開放	開放
午前	15 開放	16 子育て講座	17 スイミー	18 開放	19 ひよこさん	20 開放
午後	開放	開放	キャロットタワー	トーマスの会	開放	開放
午前	22 開放	23 開放	24 ギャロップ	25 開放	26 ぎりんさん	27 開放
午後	開放	開放	コロン	開放	小さいありさん	開放
午前	29 開放					
午後	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」

「ぎりんさん：誕生日がH25年3月以前の子」です。

どこに参加したらよいのか分からない場合は、スタッフにご相談ください。

◎今月は、9日(火)、23日(火)が身体測定の日です。

◎2月2日(火)は節分の会です。鬼たいしや福払いをしましょう。

開場10:00~ 開始10:30~

◎3月3日のひな祭りに向けて2月8日(月)よりひな人形製作を始めます。わくわく館開放時間内の都合の良い日に作りに来てください。

◎2月の子育て講座は、「お母さんヨガ」です。講師はとねつこ館フィットネスアドバイザーの上田美樹さんです。

開場 9:30~ 開始 10:00~ 託児は(先着20名)です。※定員になり次第締め切らせていただきます。

申込みは2月1日(月)~13日(土)までです。お母さんだけの参加は何名でも受け付けます。心も体もリフレッシュしましょう!

※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：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、行事予定表は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」→「くらしの情報・子育て」→「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





イベント情報

月 火 水 木 金 土 日

2月の予定

◆とみかわ児童館

3日(水) せつぶんのかい
 4日(木) キラキラちゃれんじ
 5日(金) カミであそぼう
 12日(金) むりえのひ
 18日(木) カレンダーづくり
 19日(金) スーパーじどうクラブ

- 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・11日(木)・28日(日)
 ※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

◆宮川青少年会館

19日(金)・26日(金) ことぶき学園「陶芸」

- 休館日 毎週月曜日・12日(金)
- 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(月) 七地区ゲートボール大会
 19日(金) 沢地区ゲートボール大会
 22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〉

7日(日) 日高地区交流戦(日高町バスケットボール協会)
 11日(木) ライオンズクラブ杯小学生バレーボール大会
 13日(土) 苫小牧地区サッカーキッズフェスティバル
 14日(日) 第83回日高町ミニバレーボール大会
 21日(日) 第37回全日高室内ダブルステニス大会
 28日(日) 日高町スポーツ少年団優良団員表彰兼母集団交流会

- 開館時間 9:00～21:00
- 休館日 毎週月曜日
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-2-2451

〈福祉センター〉

10日(水) 「陰山英男氏」講演会

- 開館時間 9:00～21:00
- 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 10:00～15:00(11月～3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

バレーボールに取り組む全道の小学生が勢揃い!

元全日本バレーボール選手からテクニックを学ぶ

11月28日から29日にかけて国立日高青少年自然の家の主催で日高町民体育館で、小学生の少年団・クラブを対象したバレーボールスキルアップセミナーが開催されました。

日高管内の4チームと胆振管内の2チームが参加、講師には元全日本バレーボール選手の成田郁久美さんを迎え、初日にまずアンダーパスやオーバーパス、スパイクの基本を教わり、その後の交流試合では成田選手から教わったことが試合の随所で発揮されていました。

その後会場を国立日高青少年自然の家に移し、成田選手の全日本選手時代のDVDを見てバレーボールを始めたいきっかけ、現役時代に苦しかったことを話して頂きました。この事業は来年度も継続して行く予定です。

まちの話題

