



放課後こども教室「アスク」



門別競馬場「夏のケイバまつり」

# 10月号 平成25年（2013年） vol.91

# 日 広報 高

## 今月の内容

- 表紙 門別図書館アートイベント
- 2 タウントップピククス
- 5 健康まつり開催について
- 6 保健福祉だより
- 7 がん検診のお知らせ
- 9 話の上手な聴き方講座
- 10 とねっこ館レッスン参加者募集
- 11 巡回児童相談について
- 12 秋の火災予防運動実施
- 13 ガソリンの貯蔵・取り扱いについて
- 14 まなびい通信
- 16 ねんきん情報便
- 17 ルート日高
- 20 まちの掲示板
- 23 保健ガイド
- お誕生おめでとう
- イベント情報



8月4日 門別図書館郷土資料館  
開館20周年記念事業





### 門別図書館郷土資料館開館20周年記念事業 ココロの色をペイントしよう

8月4日、門別図書館郷土資料館中庭チャチャニレの広場にて、千代明さんによるワークショップが開催され、約50人が参加して千代さんと共に色鮮やかなアート作品を制作しました。

千代さんが「共生」をテーマに制作した、直径25センチから150センチの鉄製の輪230個を組み合わせた立体作品に、参加者が思い思いに、はげで色をつけ、2時間ほどで完成しました。

作品は、来年1月30日まで展示しています。



### 日高、門別両地区で戦没者追悼式 戦没者の冥福を祈り黙禱

8月2日と23日の両日、平成25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。

23日に開催した門別地区では、遺族と来賓の方々を含め約40人が参列し、戦没者の冥福を祈り黙禱を捧げ、献花を行いました。

門別地区遺族会の市原会長は、「悲しみの歴史を繰り返さないとの決意を新たに、戦争の史実と教訓を風化させることなく子々孫々にわたり正しく継承し、平和で希望に満ちた社会の増進に一層努力を重ねます」と挨拶しました。



### 「暴力団排除措置及び支援に関する合意書」 門別警察署と日高町が合意書に調印

8月7日、門別警察署と「暴力団排除措置及び支援に関する合意書」への調印式が日高町役場で行われ、三輪町長と林克徳門別警察署長が合意書にそれぞれ調印しました。

これにより町と警察が連携し、暴力団の入り込めない安心で安全なまちづくりを目指していくことを確認されました。

日高町では、暴力団の排除を推進し、町民の安全で平穏な生活を確保するとともに社会経済活動の健全な発展に寄与することを目的とした「日高町暴力団の排除の推進に関する条例」が平成25年9月1日から施行されています。



### ナイター野球「ドルフィンズ杯」 富川コンボイが優勝！

8月5日から町営富川球場で、町内の8チームが参加して「ドルフィンズ杯」が行われました。

ドルフィンズと富川コンボイとの決勝戦は、5回表まで均衡した試合展開でしたが、富川コンボイ柏木選手の右中間を破る3点タイムリーが決勝点となり富川コンボイが約2年ぶりとなる優勝を手に入れました。

優勝 富川コンボイ  
準優勝 ドルフィンズ  
3位 オールドスターズ



## 日高町商工会女性部様より寄贈 リングプルを集めて車椅子

8月22日、日高町商工会女性部(今井絹恵部長)様より車椅子1台を寄贈いただきました。

同女性部は、北海道商工会女性部連合会が行うリングプル回収事業に参加し、集めたリングプルと交換された車椅子を町立介護老人保健施設門別愛生苑に寄贈されました。

今井部長より車椅子を受け取り、町長は「大切に末永く使わせていただきます」とお礼を述べました。



## ひだか特産市などたくさんのイベント開催 門別競馬場で「夏のケイバまつり」

8月13日から3日間、門別競馬場では「夏のケイバまつり」が開催されました。

日高管内の特産品の販売やちびっこ縁日、ポニー体験乗馬、ヤマメ釣りやお笑いライブなど、たくさんのイベントが開催され、天気にも恵まれた3日間で、大勢の来場者でにぎわいました。

ひだか特産市では、日高三大和牛串や前浜産のつづ串、たこ串の販売に長い行列が出来ていました。



## 富川自治区連合会主催「防災講演会」 巨大津波への備え～地層から学ぶ～

8月25日、地層研究で著名な平川一臣北海道大学名誉教授による富川自治区連合会主催の「防災講演会」が富川公会堂で開かれ、約110名の方々が講演会に参加しました。

この日は講演会に先立ち、連合会役員や町内会長などが、富浜のシノダイ岬付近において、津波や噴火活動の堆積物を表す地層の説明を受けました。

講演会では、今年1月に配布された新たな津波ハザードマップに、自分の家の位置を正確に記入し、避難場所、避難ルート、要援護者の把握など町内会、学校、各家庭などの実情に応じた「避難カルテ」を持つとアドバイスしていました。

また、最後の大津波から千年近く経っている東北北部沖を震源とする大地震が発生すれば、日高沿岸が大津波に襲われる危険性があると警鐘を鳴らし、また災害を怖がるのではなく、正しく恐れようと述べられていました。





## 「防災週間」に避難訓練を実施！

町内の小・中学校や保育所では「防災週間」に合わせ、緊急無線放送等を活用した避難訓練が実施されました。

厚賀中学校では、地震発生後の津波や校舎損壊を想定し、ブラインド(事前に予告しない)形式の避難訓練を行いました。海拔約20mある八幡神社境内まで徒歩で避難しましたが、生徒は先生方の指示に従い、冷静な行動で約5分という短時間で避難を完了しました。

富川中学校、門別中学校では避難訓練の後に室蘭地方気象台の職員による「津波に関する防災講話」を開催し、両校の生徒は熱心に耳を傾けて地震や津波のメカニズムと津波災害への心構えなどを学びました。

また、9月1日の「防災の日」に富川表町第3区町内会でも地震発生による津波を想定した避難訓練を行いました。町内会員全員の参加を呼び掛けて、87名の方々が町営富川球場へ避難し、避難経路や所要時間を再確認していました。



【9月3日 厚賀中学校】



【9月1日 富川表町第3町内会】



【9月3日 門別中学校】

## 陸上自衛隊日高分屯地創立45周年記念 音楽演奏会

日時 平成25年10月26日(土)  
開場 10:00～ 開演 10:30～  
場所 日高総合体育館(日高町松風町1-116-2)  
出演 陸上自衛隊第7音楽隊、日高山岳太鼓、他  
入場料 無料

※当日は自衛隊車輛・装備品の展示もあります。

<お問合せ先>

陸上自衛隊日高分屯地 音楽演奏実行委員会

電話 01457-6-2241(内線201)



# 第8回 日高町健康まつり

健康まつりを開催します。今年は富川公会堂(水・くらしサービスセンター)・富川青少年会館にて行います。毎年盛況の測定コーナーを始め、ヘルシー試食などお楽しみが盛りだくさんです！

チャイルドコーナーでは運動のインストラクターによる親子を対象にした運動体験コーナーや栄養士会による食育コーナーも設けています。ご家族そろって会場へお越しください。

※用意している駐車場は狭いので、お車でお越しの際は乗り合わせ等でお越しください。

【と き】 10月20日(日) 10:00~14:30

【ところ】 富川公会堂、富川青少年会館

【内 容】 体験コーナー 体脂肪率測定、骨量測定、血流測定、心肺蘇生法、  
食事の正しい配膳、親子運動・体操、作業療法リハビリ体験、  
タクティールケア、ヘルシー料理の試食、茶道、バルーンアート など

相談コーナー 歯科相談、薬の相談、血圧測定など健康相談、がんの相談

展示コーナー 介護用品、作業療法に関するパネル、晴寿の会活動紹介

フリーマーケット、特産品販売

講演会 「こころ豊かな老後を目指す」 13:30~14:30

講師 医療法人静和会 石井病院 顧問 大鹿英世先生

いろいろなコーナーを予定しています。

## ▶送迎バスが出ます！

<行き>① 8:30発 日高総合支所前 → 富川市街前

② 8:30発 厚賀出張所前 → 厚賀駅前 → 清阜駅前 → 豊郷駅前 →  
門別元町会館前 → 佐藤時計店前 → 町立病院前 → いずみ食堂前 →  
町民センター前 → 富川元町バス停前 → 広木石油前

<帰り>まつり終了後 富川公会堂前より

送迎バスを利用する方は、10月17日(木)までにお申し込みください。  
定員に達した場合はお断りすることもありますので、ご了承ください。

【送迎バス申し込み先】 日高総合支所 地域住民課 01457-6-3173  
日高町役場 保健福祉課 01456-2-6183



【問い合わせ先】 日高町健康まつり実行委員会事務局 電話 01456-2-6183  
(日高町役場 保健福祉課)

## フリーマーケット出店者募集！先着 5 店

健康まつりの会場内にフリーマーケットコーナーを設置します。  
日高町民で出店したい方は、下記へご連絡ください。

【申し込み先】 日高町社会福祉協議会 TEL 01456-2-6670



「ことぶき茶道部にたててもらおう  
お茶とお茶菓子はとってもおいしいですよ」





**保健福祉だより**  
 ◎保健福祉課  
 TEL 01456-2-6183  
 ◎日高総合支所地域住民課  
 TEL 01457-6-3173

## 死亡原因第1位「がん」

我が国では、およそ2人に1人が、がんになり、3人に1人が、がんで亡くなっています。

がんによる死亡を防ぐには、がんにかからないようにすることが重要で

す。がんの原因は、喫煙、食生活や運動等の生活習慣であることが多く、それらに気をつけて発がんリスクを下げる必要があります。しかし、がんにかかるとリスクはゼロにすることはできません。そこで重要となるのが「がん検診」です。

## 「がん検診」のススメ

医学の進歩により、がんは、現在、約50%の方が治るようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を受けることで非常に高い確率で治癒します。

しかし、町のがん検診の受診率は、2〜3割と低い状況にあります。早いうちに見つけ、早いうちに治療を始めることにより、その後の人生や生活の質を保つことができる、「がん検診」をぜひ、受けましょう。

町で実施している「がん検診」の内容や検診方法を紹介します。

### 肺がん検診

がん死亡率の第1位。喫煙との関係が深いことが科学的に証明されており、喫煙者が肺がんになる確率は、非喫煙者の4〜5倍。予防にはまず禁煙！

【検診方法】胸全体をエックス線で撮影。必要により喀痰検査を実施。痰を採取し、そこに混入するがん細胞の有無を調べる。

【対象】40歳以上

【料金】500円（喀痰900円）

### 胃がん検診

日本人に多いがんで、死亡率は肺がんに続いて第2位。早期の段階で発見すると、ほぼ100%治癒するが、進行して見つかったと治療が難しい。

【検査方法】胃エックス線検査で、バリウム（造影剤）と発泡剤（胃を膨らませる薬）を飲み、エックス線で胃の形や粘膜を観察。胃がん以外に良性の腫瘍やポリープも発見できる。

【対象】40歳以上

【料金】1,600円

### 大腸がん検診

死亡率は胃がんに次ぐ第3位。食生活の欧米化にともない、患者数は増え続けている。早期に発見すれば、ほぼ完全に治すことができる。

【検査方法】便潜血検査で便を2日分取り出血の有無を調べる。痔と勘違

いしやすいため注意が必要。

【対象】40歳以上

【料金】800円

### 前立腺がん検診

前立腺は、男性だけがもつ器官で、前立腺がんは、50歳以上から増えはじめる。進行は非常に遅いが、進行すると骨に転移することが多い。

【検査方法】血液検査で前立腺から出る酵素の量を調べる。

【対象】50歳以上の男性

【料金】2,000円

### 乳がん検診

女性の20人に1人は発症。

30歳代から増え始め50歳前後の発見が多い。早期に発見すれば、治りやすいが転移しやすく、再発しやすい。

【検査方法】視触診、乳房エックス線撮影（マンモグラフィ）で、乳房圧迫し、できるだけ平らにして乳房内部を撮影するため多少痛みがある。

【対象】40歳以上で昨年度受診していない方。検診間隔は2年に1回。

【料金】50歳未満 2,000円  
50歳以上 1,700円

### 子宮がん検診

がんのできる部位によって子宮頸がんと子宮体がんに分かれる。子宮頸がんは20代、30代に増えている。HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染に関係が深い。

【検査方法】視診、子宮頸部（体部）の粘膜を採取し、がん細胞の有無を調

べる検査。

【対象】20歳以上で昨年度受診していない方。検診間隔は2年に1回。

【料金】子宮頸部がん 1,600円  
子宮体部がん 700円

### 今後の検診予定

#### 乳がん・子宮がん・大腸がん検診

11月14日 札幌がん検診センター  
11月27日 富川公会堂

次のページにお知らせを掲載していません。詳しくはそちらをご覧ください。

#### 胃・肺・大腸・前立腺がん検診・特定健診

11月25日 こもれびホール  
12月4・5日 富川公会堂  
12月6日 厚賀会館  
12月7・8日 門別公民館

詳しくは、次号でお知らせします。  
町内医療機関での特定健診は、随時申し込み受付中！

本庁保健福祉課

01456-2-6183

総合支所地域住民課

01457-6-3173

### 忘れていませんか？

#### 無料クーポン券

がん検診推進事業により、対象の方には、子宮頸がん検診、乳がん検診、大腸がん検診の無料クーポン券が配布されています。無料で受けられる良い機会ですので、ぜひ検診を受けましょう。対象等詳しくは、次のページの乳がん・子宮がん・大腸がん検診のお知らせ欄をご覧ください。



# 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  
 \* 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。金額については保健福祉課へお問い合わせください。

日程	11月14日(木)	11月27日(水)
	<b>札幌がん検診センター</b>	<b>富川公会堂</b>
	乳がん検診 定員 30名 子宮頸がん検診 定員 30名 (当日の予定) 9:00頃 日高総合支所発 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) 13:00頃 検診開始 15:00頃 検診終了 17:30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。	(午前) 乳がん検診 50名 子宮頸がん検診 130名 (午後) 乳がん検診 40名 子宮頸がん検診 100名 (受付時間) ① 8:45～ 9:00 ② 10:15～ 10:30 ③ 12:45～ 13:00 ④ 13:45～ 14:00 ※希望があれば日高地区より送迎します。 受付時間②で受診していただけます。 ご希望の方は、申込時お申し出ください。

## 自己負担金および検査内容

<b>乳がん検診</b> *平成25年12月31日を年齢基準日とします。	(50歳未満) 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。50歳未満は2方向、50歳以上は1方向のエックス線撮影をします。
<b>子宮頸がん検診</b> <b>子宮体部がん検診</b> <b>婦人科超音波検査</b> <small>ちょうおんぱ</small>	1,600円 700円 1,000円	子宮頸部の細胞をとって調べます。 子宮体部の細胞をとって調べます。(該当者のみ) 膣の中から超音波の機械を当てる検査です。(希望者のみ)
<b>大腸がん検診</b>	800円	2日分の便を取り、潜血反応がないか調べます。

\*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48年生まれ)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。印鑑を持参のうえ、本庁保健福祉課、日高総合支所地域住民課、厚賀出張所、水・くらしサービスセンターへお越しください。

※がん検診推進事業により、次の年齢の方は「検診手帳」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、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。  
 (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4年4月2日～平成5年4月1日生まれ) の女性 25歳 (昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生まれ) の女性 30歳 (昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれ) の女性 35歳 (昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生まれ) の女性 40歳 (昭和47年4月2日～昭和48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47年4月2日～昭和48年4月1日生まれ) の女性 45歳 (昭和42年4月2日～昭和43年4月1日生まれ) の女性 50歳 (昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれ) の女性 55歳 (昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生まれ) の女性 60歳 (昭和27年4月2日～昭和28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	{ 乳がん検診無料クーポン対象者と同じ年齢の男女

## 申し込み・問い合わせ

本庁 保健福祉課 健康づくりグループ      電話 01456-2-6183  
 申込期間は、**10月3日(木)～10月18日(金)**です。ただし、定員になり次第締め切ります。

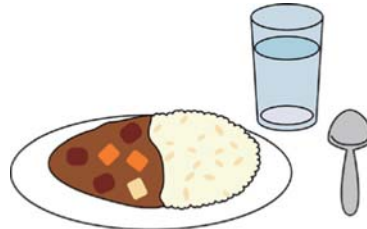


## シリーズ「脱！メタボ！」③「食事」

シリーズ最終回は「食事」についてです。前回の「運動」で無理なく内臓脂肪を減らすための計算を行っていただきました。みなさんは、食事で減らすエネルギー量をどの位に設定しましたか？目安となる料理のエネルギー量についてご紹介します。



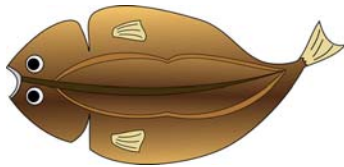
ごはん 1 杯 150 g 252 Kcal



カレーライス 約 800 Kcal



かけそば 約 350 Kcal



開きほっけ 1 尾 176 Kcal



ロース 100 g 354 Kcal  
カルビ 100 g 474 Kcal  
タン 100 g 269 Kcal



麻婆豆腐 299 Kcal



缶コーヒー  
ブレンド 190ml 72 Kcal  
微糖 190ml 35 Kcal



中ジョッキ 約 140 Kcal



日本酒 1 合 193 Kcal

1 日に必要なエネルギー量…成人男性でおよそ 2,500 Kcal 成人女性でおよそ 2,000 Kcal

\* 普段の生活で活動量が多い方、低い方によって必要なエネルギー量は前後します。

これらを参考に食事でどれをどのくらい減らすかの見当をつけてみましょう。エネルギーを減らすことだけを実行せず、日本人に不足しがちの野菜をとることを意識し、いつもの食卓に「野菜プラス一皿」をお勧めします。その際のエネルギー調整の参考にしてください。

3 回シリーズで脱メタボについてお伝えしましたが、できることから始め、より健康的な生活習慣に近づけましょう。

## 話の上手な聴き方（傾聴）講座のお知らせ

相手の気持ちに寄り添う聴き方について学んでみませんか？  
傾聴の基本的な考え方等の講義、グループワーク、ロールプレイ等を5回シリーズで行います。  
申込期間は10月21日（月）までです。ただし、定員になり次第締め切ります。

- |   |       |  |
|---|-------|--|
| 1 | 日 時   | 平成25年10月24日（木） 9：30～12：00                |
|   | 会 場   | 門別公民館（門別本町210）                           |
|   |       | 平成25年10月31日（木） 9：30～12：00                |
|   |       | 門別ふれあいセンター（門別本町12-27）                    |
|   |       | 平成25年11月7日（木）・14日（木）・22日（金） 9：30～12：00   |
|   |       | 門別公民館（門別本町210）                           |
| 2 | 講 師   | 苫小牧傾聴ボランティア アガペーの会<br>代表 千葉 重利 先生        |
| 3 | 料 金   | 無料                                       |
| 4 | 募集人数  | 定員20名                                    |
| 5 | 持 ち 物 | 筆記用具                                     |
| 6 | 申 込 み | 日高町役場 保健福祉課 健康づくりグループ<br>電話 01456-2-6183 |

## 「子どもの運動&親子体操」～健康まつり～

体験を通じて運動に対する興味・関心を持ってもらい、スポーツしたいという意欲を高めるために「子どもの運動&親子の体操」を開催します。

健康まつりの会場にコーナーを設けます。手軽に親子で触れ合いながらカラダを動かす楽しさをこの機会に体験してみませんか？

- |       |  |
|-------|--|
| 日 時   | 平成25年10月20日（日）10：00～11：30  |
| 会 場   | 富川青少年会館  |
| 対 象   | 5歳児～小学校2年生までの親子<br>※対象となる児童の兄弟姉妹の参加も可能ですが運動は対象児に合わせます。   |
| 内 容   | (1) 「走るためのエクササイズ&ボールエクササイズ」(40分)<br>①準備体操（振るストレッチ&ジョギング） 親子参加<br>②ボールエクササイズ 親子参加<br>③リレーゲーム 子ども<br><br>(2) 「親子ヨガ」(30分) |
| 募集人数  | 30組の親子   |
| 持 ち 物 | 運動靴、タオル  |
| 申 込 み | 日高町役場 保健福祉課 健康づくりグループ<br>電話 01456-2-6183   |



# 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
<b>火曜日</b> 10月8日～			14:00～14:30 <b>リラクゼーション ストレッチ</b> <small>ゆっくりとした呼吸とストレッチで心身共にリラックスさせます</small>
<b>水曜日</b> 10月9日～	11:00～12:00 <b>体引き締めダイエット</b> <small>全身の筋肉を鍛え太りにくい体づくりをします。定員35名</small>	12:15～13:15 <b>ストレッチ・ヨガ</b> <small>ストレッチとヨガのポーズを組み合わせたヨガ入門クラス。定員30名</small>	10:20～10:50 <b>筋トレストレッチ</b> <small>筋肉を刺激しながらストレッチ。疲れにくい体づくりをします。</small>
<b>木曜日</b> 10月10日～	11:00～12:00 <b>有酸素系EX</b> <small>パンチ・キックを取り入れた格闘技系エクササイズで脂肪燃焼！ 定員25名</small>	19:00～20:00 <b>やさしいエアロ</b> <small>簡単なステップの組合わせで気持ち良く汗をかけます。定員25名</small>	14:00～14:30 <b>リラクゼーション ストレッチ</b> <small>ゆっくりとした呼吸とストレッチで心身共にリラックスさせます</small>
<b>金曜日</b> 10月11日～	14:00～14:45 <b>流水水中運動</b> <small>膝や腰に優しい強度低めの水中運動♪流水リラクゼーション含 定員25名</small>		
<b>土曜日</b> 10月12日～	11:00～12:00 <b>チェアピクス</b> <small>イスに座った形でゆったりと体を動かすエクササイズ 定員30名</small>	14:00～14:45 <b>水中ダンベル&amp; ウォーキング</b> <small>水中ダンベルを持ち水の抵抗を効果的に使い筋力UP！ 定員20名</small>	

【レッスン参加料】 登録制有料レッスン 1種類(各11回) 500円

【スポーツ保険料】 65歳未満1,890円 65歳以上1,040円

(平成26年3月末まで有効)

【実施場所】 とねっこ館 研修室・歩行プール

【申込期間】 9月28日(土)～10月6日(日)

【申込先】 日高町役場 保健福祉課 01456-2-6183(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)

☆会場の都合により日時が変更になる場合があります。

☆火曜日が休館日の場合レッスンはお休みになります。



## 平成25年度日高町巡回児童相談について

- (1) 日程 (門別地区) ・平成25年11月12日 (火) 午前10時～午後5時 門別公民館2階研修室  
・平成25年11月13日 (水) 午前10時～午後5時 富川公会堂2階会議室  
(日高地区) ・平成25年11月14日 (木) 午後1時～午後4時 日高町民センター

(2) 相談担当者 室蘭児童相談所 児童福祉司 判定員

(3) 相談内容 ・療育手帳の再判定 ・しつけ相談 ・言葉の障害、身体障害等  
・学校に行きたがらない ・その他、子どものことで困っていること

(4) 申込先 保健福祉課 福祉・子育て支援グループ 電話 01456-2-6183

相談を希望される方は、10月9日(水)までに電話にてお申し込みください。相談は無料です。

なお、相談をお受けする方は、児童相談所がお子さんの状況を判断し決定しますので、必要性の高い方を優先させていただくことがあります。また、ご希望の日程から調整させていただく場合もありますのであらかじめご了承ください。

※療育手帳をお持ちの方で再判定の時期が近い方は、相談を受けることをお勧めします。

なお、次回の巡回児童相談は平成26年2月に門別地区で予定しています。

## 合同行政相談所を開設します

10月21日(月)から27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。また、日常生活での悩みごとや家庭での諸問題などをお聞きする「心配ごと相談」も合同で(門別地区のみ)行われます。

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・会場
- ▽10月23日(水) 10時00分～15時00分 サン・ポッケ2階
  - ▽10月23日(水) 10時00分～12時00分 厚賀出張所2階
  - 13時00分～15時00分 門別公民館1階
  - ▽10月24日(木) 10時00分～12時00分 富川公会堂2階

- 担当相談員
- ・門別地区 行政相談員・人権擁護委員・民生委員
  - ・日高地区 行政相談員

- ▼お問い合わせ先 住民課 住民・年金・地域安全グループ 電話 01456-2-6182  
総合支所 地域住民課 総務・税務・住民グループ 電話 01457-6-2001

## 無料調停相談開催について

日程 平成25年10月16日(水) 午前10時から午後4時まで(受付 午後3時まで)

場所 新ひだか町地域交流センターピュアプラザ2F(新ひだか町静内御幸町2丁目1番40号)

- 相談事項
- (1) 交通調停 ー 人身事故を伴う交通事故による損害賠償をめぐるもの。
  - (2) 宅地建物調停 ー 借地・借家の明け渡しや地代・家賃の値上げ等、宅地・建物の利用関係をめぐるもの。
  - (3) 商事調停 ー 手形・小切手金野請求等商事関係をめぐるもの。
  - (4) 農事調停 ー 農地等の賃借その他の利用関係をめぐるもの。
  - (5) 公害等調停 ー 公害、日照や通風の争い等をめぐるもの。
  - (6) 鉱害調停 ー 鉱山等からの鉱害による損害賠償をめぐるもの。
  - (7) 民事一般調停 ー (1)ないし(6)にあてはまらないすべてのもの。(家事事件を除く。)例えば、土地などの売買をめぐるもの、建物の建築請負をめぐるもの、宅地又は山林の境界をめぐるもの、貸金(ローン等)をめぐるもの、債務分割弁済等(割賦販売で物を購入したが一括して支払いをしなければならない場合)。
  - (8) 家事調停 ー 離婚、離縁、夫婦別居、協力扶助等に関するもの、子の監護、扶養、離婚に伴う財産分与、親権者の指定又は変更、遺産分割、親族間の紛争調整に関するもの等。

※相談内容については、秘密が守られます。

<お問い合わせ> 静内簡易裁判所内 静内調停協会 電話 0146-42-0120

【当日会場】新ひだか町地域交流センターピュアプラザ 電話 0146-45-0090





これから、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ので、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お願いします。

**実施期間** 10月15日 から 10月31日 まで  
**統一標語** 消すまでは 心の警報 ONのまま

### 家族を守る 住宅防火"9"のチェックポイント！！

- ① 暮らしの中の「火災の危険」をチェックする習慣づくりを！
- ② 寝たばこは絶対にしない！
- ③ コンロのまわりは常に整理整頓する。
- ④ ストーブは正しい使用方法を守る。給油は消火してから行う。
- ⑤ 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。
- ⑥ 火災の被害を最小限におさえる、防災品を活用しましょう。
- ⑦ 万一の火災に備え、「住宅用火災警報器」と「消火器」を設置しましょう。
- ⑧ 日頃から避難の方法、役割分担などを話し合っておきましょう。
- ⑨ 「放火させない」環境づくりを！



### 万が一のために警報が鳴った時の正しい対処法！！



- ア 火災の時** 周りに大声で知らせましょう。  
避難しましょう。119番通報しましょう。  
可能であれば初期消火。
- イ 火災でない時** 警報音停止ボタンを押すか  
室内の換気を。
- ウ 電池切れの時** 電池を新しいものに  
交換しましょう。※
- エ 機器異常の時** 新しいものに交換しましょう。

ピーピーピー  
火事です ※

住宅用  
火災報知器

ピーピーピー  
火事です ※

ピッ・・・  
ピッ・・・※

ピッピッピッ  
※

※ 警報音は代表例です。詳しくは取扱説明書をご覧ください。  
 ※ 機種によっては電池交換ができないものもあります。

● 汚れ、ホコリ等で誤作動を起こすことがありますので定期的にお手入れしてください。

～ 日高西部消防組合 消防署・日高支署・日高消防団 ～

# ガソリンの貯蔵・取扱いについて

平成25年8月15日、京都府福知山市の花火大会で死者3名、負傷者57名（うち重傷者17名）を出す火災が発生しました。（8月21日現在）

報道によれば「露店の男性が、ガソリン携行缶の圧力を下げずにふたを開けたため、携行缶からガソリンが吹き出し、露店のガスコンロの火が引火して爆発につながった。」とされております。

ガソリンは消防法で「危険物」として指定されており、その引火点（火種があれば燃焼や爆発が起こる最低温度）はマイナス40℃以下と非常に低く、真冬の屋外に放置しても気化（蒸発）する大変危険な物質であり、取扱方法を誤ると前述のような大事故に繋がる物質です。

つきましては、ガソリンを貯蔵及び取扱う際には、下記の注意事項に留意し、火災予防及び事故防止に努めてください。

## 注意事項

### 1 ガソリンの危険性

ガソリンの引火点は、マイナス40℃以下と低く、可燃性蒸気が床面に沿って広範囲に拡大する（空気よりも重い）特性を有することから、タンクや金属製容器等の開口部が開いていたり、ガソリンが漏れ出すと、離れた位置に置いてある火気や高温部、静電気等により容易に火災に至る危険性がある。

（事例1）ガソリンを取り扱っている場所から1m離れた場所に置かれた洗濯機のモーター内の微小火花がガソリンに引火。

（事例2）人体に蓄積された静電気で火花が散りガソリンに引火。

### 2 金属製容器の保管時の注意事項

ガソリンは、静電気が蓄積しやすい物質のため、消防法令に適合した金属製容器等で貯蔵・取扱いを実施すること。（灯油用ポリエチレン製容器は不可）

その場合においても火気や高温部から離れた、直射日光の当たらない通気性の良い床面（静電気を床面に逃がす目的もある）で保管すること。



### 3 ガソリンを注油する際の注意事項

発電機等の稼働中には断じて注油しないこと。

ガソリンの漏れや溢れが起きると容易に火災に至る危険性があることから、注油際には細心の注意を払うとともに、開口前の圧力調整弁の操作等、容器の取扱説明書等に従って適正に取り扱うこと。

特に夏季においては、ガソリン温度が上がってガソリンの蒸気圧が高くなる可能性があることから、その取扱いに当たっては吹きこぼしが起こらないように注意すること。

### 4 その他、火気器具を使用する屋台等における留意事項

多数の観客が集まる行事に出店する屋台等においてガスコンロ等を使用する場合は、消火器を設置するとともに、ガス漏れを防ぐため、ゴムホース等は器具との接続部分をホースバンド等で締め付けるとともに、適正な長さで取り付け、ひび割れ等の劣化がないか点検すること。

また、プロパンガスボンベを使用する場合は、直射日光の当たらない通気性の良い場所に設置し、転倒しないよう鎖等で固定すること。



## 放課後こども教室「アスク」

### ■ 「登山」

8月4日、アスク（富川）の「登山」を樽前山（苫小牧市）で開催しました。みんな元気よく登っていき、途中、遠くに支笏湖が見えると「すごーい。こんなに高くまで登ったんだ！」と驚いたり、景色を楽しみながら山頂を目指しました。山頂付近に着いた頃には霧がかかってしまい、眼下の様子を見ることはできませんでしたが、みんなで一緒にお昼ご飯を食べて下山しました。



### ■ 「絵を描こう」

8月21～22日、アスク（富川）、30日にアスク（門別）で「絵を描こう」を画家の千代明氏を講師に迎え開催しました。

富川地区はとみかわ児童館周辺で、門別地区は門別自然公園で講師から木の幹や枝の書き方、陰の入り方などを教わりながら周辺の風景をよく観察し、クレヨンで下書きをしたあと水彩絵の具を使い完成させました。



### ■ 「野菜を育てよう（収穫）」

8月29日、アスク（富川）では、アスク事業畑で「野菜を育てよう（収穫）」を開催しました。

5月に植えたジャガイモが収穫時期を迎えたため、収穫作業を行いました。たくさんのジャガイモが出来て、掘り続けることが大変なほどでした。収穫後は新光町生活館で安全管理員が作ったいももちと長谷川農園（字平賀）さんから頂いた、とうもろこしをみんなで美味しく頂きました。



## 「平成25年度日高町教育長杯少年野球大会」開催！

8月31日、町営日高球場及び日高小学校グラウンドにおいて、教育委員会と日高地区生涯学習事業推進協議会の主催による、平成25年度日高町教育長杯少年野球大会を開催しました。日高管内、胆振管内から6チームの参加があり白熱した試合が行われました。

◎結果 <優勝>日高野球スポーツ少年団 <準優勝>門別本町野球スポーツ少年団  
<最優秀選手賞>松本智也（日高野球スポーツ少年団） <優秀選手賞>佐藤夕介（門別本町野球スポーツ少年団）



# 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。

○休館日 10月22日（火）から26日（土）まで

※ご不便をおかけしますが、ご了承ください。

※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。】

## ●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27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冊以内の提供となりますが、何回でも入場することができます。



## 開館20周年記念事業

せんだいあきら

# 「千代明アート展」展示作品の紹介

館内に展示している作品20点の中から一部をご紹介します。



### Pillar of time ー時の柱ー

鉄にウレタン、ミクストメディア 2010年作  
300×195×195

砂時計のような形から時間をイメージしていただけるかと思いますが時間が生まれた瞬間が宇宙の誕生なのかもしれません。虹色の糸は実は光を分析すると7色の虹の色になります。つまり中心の位置がビッグバンで宇宙の誕生を表し、鹿の骨と卵は時間軸の中の生と死の象徴です。

千代明アート展開催中（平成26年1月30日まで）

門別図書館郷土資料館

電話 01456-2-3746





## 退職後の国民年金の手続について

退職後に厚生年金保険の適用事業所に再就職する場合は、引き続き厚生年金保険に加入します。しかし、それ以外の60歳未満の人は、国民年金に加入するための手続が必要となります。また、退職した人に扶養されていた60歳未満の配偶者(夫又は妻)についても、同様に国民年金の手続(14日以内)が必要となりますのでご注意ください。

この手続を怠ると、年金額が減る場合や、年金そのものが受け取れなくなる場合がありますので、必要な手続を行ってください。

### 国民年金の第1号被保険者となる場合

20歳以上60歳未満で、自営業者およびその配偶者など(厚生年金保険や共済年金に加入する人やその被扶養配偶者以外の人)は、国民年金の第1号被保険者になります。

第1号被保険者になった場合、14日以内に手続が必要で、本人または世帯主が提出します。

この場合には、苫小牧年金事務所又は日高町役場(各支所及び出張所)の窓口で国民年金の第1号被保険者となるための手続が必要です。この手続には、年金手帳または基礎年金番号通知書を添付して、「国民年金第1号被保険者資格取得届」を提出します。

第1号被保険者の保険料は月額15,040円(平成25年度)です。

保険料については、あらかじめ一定期間分(原則として半年または1年間)の保険料を一括して納付すると保険料が割引になる前納制度や、口座振替で納付すると保険料が割引になる制度(早割制度)があります。また、保険料の納付が困難なときは、保険料の免除制度があります。

### 国民年金の第3号被保険者となる場合

厚生年金保険や共済組合などに加入している被保険者(65歳以上で老齢または退職を理由とする年金の受給権を有する人は除く)に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、国民年金の第3号被保険者となります。

この場合には、配偶者の勤務している事業所を管轄する年金事務所に、「国民年金第3号被保険者(資格取得・種別変更・種別確認(3号該当)、資格喪失・死亡、氏名・生年月日・性別変更(訂正)届」を提出します。この届書には、収入確認のための書類と年金手帳または基礎年金番号通知書を添付します。

収入確認のための書類とは、非課税証明書などで、控除対象配偶者となっている人については、事業主の証明により収入確認のための書類の添付を省略することができます。

また、年金手帳または基礎年金番号通知書は、事業主が届書に基礎年金番号や氏名が正しく記入されていることを確認すれば年金事務所への添付を省略できます。ただし、氏名変更を伴う第3号被保険者の届出は年金手帳の添付が必要です。

届書の提出期限は、被扶養者に該当した日から14日以内で、事業主(健康保険組合の場合は組合)経由で提出します。

第3号被保険者の保険料は、配偶者が加入している厚生年金保険や共済組合などから拠出されますので、個別に保険料を負担する必要はありません。3号被保険者の年収が130万円(現在の基準)を超えたことなどにより、2号被保険者の扶養から外れた場合は、第3号被保険者から第1号被保険者となる届出が必要となります。

### 国民年金の高齢任意加入

60歳以上65歳未満で、老齢給付の受給資格期間が不足しているか、満額の老齢基礎年金が受けられない場合には、国民年金の任意加入被保険者となることができます。

任意加入の手続は、苫小牧年金事務所又は日高町役場の窓口で行います。年金手帳または基礎年金番号通知書を添付して、本人が手続を行います。

任意加入被保険者の保険料は、国民年金の第1号被保険者と同じですが、保険料の免除制度はありません。また、任意加入被保険者の場合、保険料の納付方法は原則として口座振替になります。

### 国民年金の法定免除について

法定免除とは、障害年金(2級以上)を受給されている方や生活保護を受給している20歳から60歳未満の方で支払いが困難な方が対象になります。

ただし、会社にお勤めになり2号被保険者に該当した場合や、2号被保険者の配偶者で3号被保険者になった場合は、法定免除が切れてしまい、再び1号被保険者を取得した場合は再度手続が必要となります。

国民年金保険料が全額免除になりますので、**忘れず手続を行ってください。**

<お問い合わせ先>

苫小牧年金事務所

TEL 0144-36-6135

苫小牧市若草町2丁目1-14





**ストップ・ザ・交通事故！**  
—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	.....	17件
○死者数	.....	1人
○傷者数	.....	21人

2013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。』

☆高齡者交通事故防止キャンペーン！

『高齡歩行者の交通事故防止ポイント』

～道路横断中の事故が多発しています～

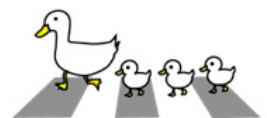
- ・道路を横断するときは信号機や横断歩道のあるところを横断しましょう。
- ・道路を横断するときは左右の安全確認して横断しましょう（特に左からの車に注意しましょう。）
- ・夜間外出するときは夜光反射材を身につけましょう。
- ・明るいうちに帰宅するよう心がけましょう。



『高齡運転者の交通事故防止アドバイス』

- 自分の運転能力の衰えを知り、これを補う運転をしましょう。
  - ・運転動作が遅れることがありますので、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。
  - ・視力が低下してきますので、夕暮れ時間帯や夜間、雨、霧等の天候の悪い時は出来れば運転を控えましょう。
- 交差点での安全確認を徹底しましょう。
- 運転者だけではなく、同乗者、特に後部座席の人にもシートベルトを着用させましょう。

いっつうあんせん



◎ 日常の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. 高齡者事故防止
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

## ～事業主と従業員の皆様へ～

# 個人住民税（町民税・道民税）の特別徴収の実施をお願いします

管内各町と日高振興局では、給与所得者の利便性の向上を推進するとともに、地方税法に基づく適切な課税と徴収を行うため、個人住民税の特別徴収未実施の事業主の皆様へ、共同して特別徴収の実施の働きかけを行っています。

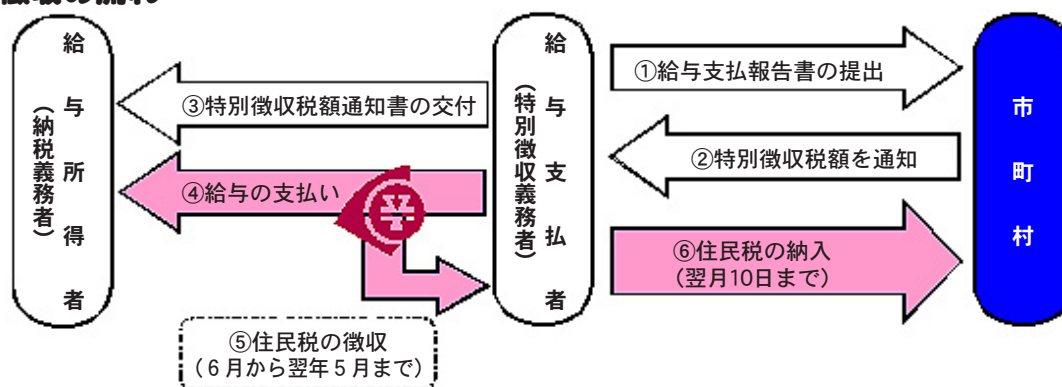
※給与所得者の個人の市町村民税・道民税（一般的に「住民税」と呼ばれます。）は、原則、給与から住民税額を差し引いて、市町村に納入する「特別徴収」の方法が、法律により定められています。（地方税法第321条の4）

## 特別徴収とは

事業主の皆様が、市町村から送付された「特別徴収税額通知書」により、毎月の給与支払いをする際に従業員の個人住民税を引き去りして、翌月10日までに納入していただく方法です。

個人住民税はあらかじめ毎月の納入額が決まっているため、所得税のように、事業主の皆様が税額を計算する必要はありません。さらに、従業員の皆様にとっても、1回あたりの納税額が少なくなり、自分で金融機関等に足を運ぶ手間がなくなります。

## 特別徴収の流れ



詳しい内容につきましては、税務課課税グループ 電話 01456-2-6184 へお問い合わせください。



平成25年10月1日(火)

# 住宅・土地統計調査

総務省統計局（北海道・日高町）では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約350万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。調査の結果は、国や地方公共団体における「住生活基本計画」の成果指標の設定、耐震や防災を中心とした都市計画の策定、空き家対策条例の制定などに幅広く利用されています。

一定の抽出方法に基づき選定された調査対象世帯に、調査員がお伺いします。

調査員が調査票の記入をお願いに伺った際には、調査票へのご記入、又は、インターネットでの回答をお願いします。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

総務省統計局ホームページ <http://www.stad.go.jp>

【お問合せ先】日高町役場 企画財政課 まちづくり・広報統計グループ

TEL 01456-2-6181

総務省統計局・北海道・日高町からのお知らせです

## 大規模な建築物などに耐震診断の実施が義務化されます

建築物の耐震改修の促進に関する法律が改正され、昭和56年5月以前に着工された建築物のうち、不特定多数の方が利用する大規模な建築物などについて、耐震診断の実施とその結果の報告が義務化されます。報告先は、所管行政庁（建築基準法の特定行政庁と同様）となります。

\* 改正法の詳細は国土交通省のHPまで

(<http://search.e-gov.go.jp/servlet/Public?CASLLNAME=PCMMSTDETAIL&id=155130714&Mode=0>)

### ○ 耐震診断の義務化対象建築物

1 昭和56年5月以前に着工された建築物

2 対象となる建築物の例

(1) 不特定多数の方が利用する大規模な建築物等（主なもの）

用途	階数	床面積の合計
下記以外の用途	3以上	5,000㎡以上
幼稚園・保育園	2以上	1,500㎡以上
小中学校	2以上	3,000㎡以上
老人ホームなど	2以上	5,000㎡以上

\* 行政庁（所管行政庁）への報告期限は平成27年12月31日

(2) 道又は市町村が決める「避難路」に接する建築物・道が定める「防災拠点施設」については、別途規定する予定です。

### ○ 報告を受けた行政庁（所管行政庁）は結果を公表します。

なお、報告を行わなかった場合、また、虚実の報告を行った場合、所管行政庁から報告又は是正の命令があり、従わない場合は、罰則規定もあります。

【お問い合わせ先】 ・ 日高振興局 建設指導課 0146-22-9293（直通）  
 ・ 日高町役場 管財建築課 01456-2-6187（直通）

秋の頂上へどうぞ。

サンキニョーオートタム!!

9/20  
金  
発売!

【券・前後賞合わせて】

**オータムジャンボ宝くじ 3億9千万円**

売り切れしだい発売終了! 2013年 新市町村振興宝くじ ●1等:3億3,000万円/前後賞各3,000万円  
 ●発売期間 9月20日(金)~10月11日(金) ●抽せん日 10月18日(金)

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。

1枚300円 財団法人全国市町村振興協会



「全国労働衛生週間」のお知らせ

平成25年度全国労働衛生週間

▽期間

平成25年10月1日～10月7日

▽スローガン

「健康管理 進める 広げる 職場から」

▽実施事項

- ア 事業者又は総括安全衛生管理者による職場巡視
- イ 労働衛生旗の掲揚及びスローガン等の掲示
- ウ 労働衛生に関する優良職場、功績者等の表彰
- エ 有害物の漏えい事故、酸素欠乏症等による事故等緊急時の災害を想定した実地訓練等の実施
- オ 労働衛生に関する講習会

見学会等の開催、作文・写真・標語等の掲示、その他労働衛生の意識高揚のための行事等の実施

▼お問い合わせ先

浦河労働基準監督署  
監督・安衛課 安全衛生係  
014612212113

雇用トラブルの解決を支援します

雇用トラブルの解決を支援する「個別的労使紛争あっせん」

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。

労働問題に精通して公・労・使の各委員三者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、秘密厳守の上、迅速に対応します。札幌近郊以外の方には現地に出向いて申請受付やあっせんを行います。お気軽にご相談ください。  
詳しくはホームページ  
<http://www.pref.hokkaido.la.jp/rdfsms/>  
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  
012008116105

月～金曜日  
12時00分～20時00分（祝日、年末年始を除く）※専門の労働相談員が対応します

◇「あっせん」窓口（相談・申請）

北海道労働委員会事務局調整課  
011120415667  
月～金曜日  
8時45分～17時30分（祝日、年末年始を除く）  
〒06018588

札幌市中央区北3条西7丁目  
道庁別館 10階

障がい者等用駐車場の適正利用について

店舗などの駐車場にある障がい者等用駐車スペースは、車の乗り降りや歩行が困難な方の専用スペースです。

このスペースは、車いすを使用している方などが乗り降りできるように、普通のものより広めにつくられ、建物の出入口に近い便利な場所にあります。

しかしながら、「心ないドライバーによる障がい者等用駐車スペースへの駐車により、障がいのある方々の利用に支障をきたしている」という声が寄せられています。

本場に必要の人がいつでも利用できるように、障がい者等用駐車場への迷惑駐車はやめましょう。

▼お問い合わせ先

保健福祉部福祉局  
福祉援護課福祉基盤グループ  
011120415268

自賠責保険・共済について

交通事故からあなたの未来を守る  
自賠責保険・自賠責共済

無保険で（無共済）での運行は犯罪です！

交通事故による死者数は年々減少傾向にあるものの、平成24年の事故発生件数は約67万件、死傷者は83万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべての自動車の保有者に、自動車1台ごとに加入が義務づけられて

おり、基本的にすべての加害者の賠償責任を担保するとともに、すべての被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の保護を目的としています。

一人一人が、より一層自賠責制度の役割・重要性や、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられており（自動車損害賠償保障法）、自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反ですので御注意下さい！  
四輪車ももちろんですが、特に、車検制度のない250cc以下のバイク（原動機付自転車・軽二輪自動車）は有効期限切れ、かけ忘れにご注意を！

なお、自賠責制度の詳しい内容は、<http://www.jibai.jp/>で「」覧になれます。

交通事故被害者  
世帯の皆さんへ

ご存じですか？  
ナスバ(自動車事故対策機構)  
より、交通事故被害者世帯の皆  
さんに次の援護制度をご紹介します。

○重度後遺障害者となられた方  
へ介護料支給

◇対象者

自動車(バイクを含む)事故  
で、脳や脊髄または胸腹部臓  
器に損傷を受け、常時又は随  
時の介護を必要とする方で一  
定の要件に該当する方(自  
損、他損、時期は問いません)

◇支給額

後遺障害の程度や介護サービ  
ス、介護用品の購入などに応  
じて、月額29,290円〜  
136,880円の範囲で支  
給。

◇注意

介護保険サービス、労災の介  
護給付費等との併用は出来ま  
せん。

ただし、自立支援法に基づく  
サービスを受けられている場  
合や入院している場合も対象  
になることがありますので、  
お問い合わせください。

○交通遺児等育成資金の貸付

◇対象者

自動車(バイクを含む)事故  
により、死亡または重度後遺  
障害(脳損・脊損)を負われ  
た方の義務教育終了前の子弟  
(0歳〜中学校卒業まで)

◇申込者

対象者を扶養している保護者  
(生活困窮家庭に限ります)

◇貸付金額

一人につき最初

一時金 155,000円  
以後月額 20,000円

小・中学校入学時に入学支度金  
44,000円

◇貸付期間

貸付決定時から中学校を卒業  
するまで

◇利子 無利子

◇返還方法

貸付期間終了後6カ月または  
1年経過した後に、月額また  
は月賦・半年賦併用による、  
20年以内の分割均等返還。  
ただし、高校、大学、その他  
各種学校への進学者は、卒業  
までの間、返還を猶予するこ  
とも出来ます。

▼お問い合わせ

自動車事故対策機構

札幌主管支所

011-5511-2145

<http://www.nasva.go.jp/>

(ナスバで検索)

山菜採りの  
事故防止について

秋の山菜採りのシーズンを迎  
えました。

毎年、山菜採りによる事故が  
発生していますが、その原因の  
多くは、つい探ることに夢中  
なり、方向を見失うケースで  
す。

いったん事故が起きますと、  
地元の人たちにも多大な迷惑を  
かけることとなります。

遭難などの事故を未然に防ご  
うため、無理な行動を控え、一人  
ひとりが十分に気をつけて、山  
菜採りを楽しみましょう。

安全のために、次のことに十  
分注意しましょう。

○行き先、帰宅予定時間などを  
必ず家族や知人に知らせてお  
きましょう。

○単独で入山することは出来る  
だけ避けましょう。

○事前に目的地の天候を確認し  
ましょう。天候の急変にも対  
応できるように雨具、防寒具な  
どの準備も忘れずに。

○道に迷ったときは、むやみに  
歩き回るとは危険です。体  
力の消耗を抑えるなど、落ち  
着いて慎重な行動をとりまし  
ょう。

また、通信手段(携帯電話、  
無線機等)や、笛、ラジオ、  
非常食等を携行するように心  
がけましょう。

○自然を大切にすることやゴミ  
の持ち帰りなど、基本的なマ  
ナーを守りましょう。

▼お問い合わせ先

道庁環境生活部くらし安全局

文化・スポーツ課

011-20415209

特定健康診査を  
受診しましょう

糖分、食塩、脂肪の過剰摂取  
などのバランスを欠いた食生活  
や運動不足などの生活習慣は、  
肥満症、高血圧症、糖尿病、脂  
質異常症等の生活習慣病の発症  
を招き、重症化すると虚血性心  
疾患や脳卒中等を発症すること  
になります。

生活習慣病は、一人一人が、  
バランスの取れた食生活、適度  
な運動習慣を身に付けることに  
より予防可能です。

平成20年度から各医療保険者  
(国民健康保険、健康保険組  
合、共済組合等)は、生活習慣  
病予防のための健康診査(特定  
健康診査)と保健指導(特定保  
健指導)を実施しています。

1 対象者は年度中に40歳以上  
75歳以下の年齢に達する被保  
険者・被扶養者の方です。(受  
診する時点で75歳以上に達し  
ている方、及び長期入院や施  
設入所の方は除きます。)

2 特定健康診査で特定保健指  
導の対象となるメタボリック  
シンドロームの該当者・予備  
群の方を発見します。

3 特定健康診査の対象となっ  
た方には、個々人の状態に併  
せた食事指導や運動指導等の  
保健指導を実施します。

4 各医療保険者によって、健  
診場所、健診時期、自己負担  
額等が異なりますので、詳し  
くは加入している医療保険者  
(協会管掌健康保険加入者は、  
お勤めの事業所)にお問い合わせ  
ください。

\*生活習慣病の予防・早期発  
見のため、毎年特定健康診査を  
受診しましょう。

▼お問い合わせ先

保健福祉部健康安全局

国保医療課国保運営グループ

011-20415244

# わくわく館 10月の予定

	月	火	水	木	金	土
午前		1	2	3	4	5
午後		開放	オレンジ&ミッフィー クローバー	開放	きりんさん 開放	開放
午前	7	8	9	10	11	12
午後	開放	子育て相談日 開放	アンジュラパン	開放	うさぎさん 開放	開放
午前	14	15	16	17	18	19
午後	体育の日 休館日	開放	オレンジ&ミッフィー ロディー	開放	大きいありさん 小さいありさん	開放
午前	21	22	23	24	25	26
午後	開放	開放	クローバー ドラコ	開放	ひよこさん 開放	開放
午前	28	29	30			
午後	子育て講座 開放	開放	新規枠 新規枠			

- ・開放の午前11時頃と午後3時頃、読み聞かせ、わらべうた、体操などを行っています。お気軽にご参加ください。
- ・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、年齢にあった遊びをします。  
「小さいありさん：寝てる子」「きりんさん：誕生日がH23.3月以前の子」は専有です。  
「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」は専有ではありませんが、お子さんの発達段階に合わせてご利用下さい。

◎今月は、8日(火)、22日(火)が身体測定の日です。  
◎10月の子育て講座は、「絵本について」です。講師は、札幌第一こどもとも社 藤田春義さんです。開場9:30～開場10:00～託児あり(先着20名程度)お母さんだけの参加は何名でも受け付けます。  
◎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です。開場10:00～開場10:30～おこさんの発達に合わせた競技内容となっていますので、親子で一緒に楽しみましょう。たくさんのお参加をお待ちしています。

- ※毎月第3金曜日、厚賀地区であそびの会を行っています。手遊びや体操、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

## 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・・・22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2階  
日高町門別本町210番地の1

【新ひだか町での開催】

- 10月の相談日・・・2日(水)・・・7日(月)  
・・・9日(水)・・・16日(水)  
・・・21日(月)・・・23日(水)  
・・・28日(月)・・・30日(水)
- 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30分
  - 相談場所 新ひだか町静内吉野町2丁目1番4号

## ご寄附ありがとうございました

皆様の善意、ご厚意に添えますよう、有効に活用させていただきます。

### ◆ 日高町へ

#### ◇古川陽一様(厚賀町)

日高町の福祉増進のため、金一封を寄附いただきました。

#### ◇日高町水道協会様

日高町の福祉増進のため、金一封を寄附いただきました。

### ◆ 介護老人保健施設門別愛生苑へ

◇日高町商工会女性部様 車椅子1台

◇南保章様(門別本町) タオル地多数

### ◇ 日高町社会福祉協議会へ

- ◆金野優様 (富川西) 金一封
- ◆関本英俊様 (宮下町) 金一封
- ◆中澤俊徳様 (富川南) 金一封
- ◆弥藤和子様 (富川南) 金一封

## ふるさと日高応援寄附金 (ふるさと納税)

- ▽藤澤秀男様(埼玉県) 1万円
- ▽野田淳子様(名古屋市) 1万円
- ▽大久保智幸様(熊本県) 5千円
- ▽廣田良成様(滋賀県) 5千円
- ▽佃知彦様(名古屋市) 5千円
- ▽水野博道様(兵庫県) 2万円
- ▽森川光也様(愛知県) 5千円
- ▽大石英典様(川崎市) 5千円
- ▽匿名(20名)の方から 12万円

それぞれ、いただいた寄附の事業区分は次のとおりです。

- ▼福祉・少子化対策に関する事業 4万円
- ▼教育・文化に関する事業 5千円
- ▼自然環境保全に関する事業 4万円
- ▼産業振興及び地域振興に関する事業 4万5千円
- ▼ホッカイドウ競馬の応援に関する事業 5万5千円

これまでの累計(8月末日現在)  
924件 43,854,500円







# お誕生おめでとう!

8月届出分

## 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

30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

1日(火) 富川公会堂

2日(水) 門別公民館

\*対象は、平成22年7月～9月生まれ、平成24年1月から3月生まれの幼児

### ☆子育てひろば(育児相談)

8日(火) 子育て支援センターわくわく館

10日(木) サンポッケ

18日(金) 厚賀コミュニティーセンター

### ☆予防接種

#### 〈四種混合〉

3日(木) 15:00～15:15 日高国保診療所

11日(金) 13:00～13:30 医療法人社団沙流都外来

15日(火) 15:30～16:00 門別国保病院

#### 〈三種混合〉

8日(火) 15:30～16:00 門別国保病院

10日(木) 15:30～16:00 鎌田病院

15:00～15:15 日高国保診療所

#### 〈二種混合・II期〉

29日(火) 15:30～16:00 門別国保病院

#### 〈麻しん・風しん混合〉

1日(火) 15:30～16:00 門別国保病院

7日(月) 15:30～16:00 鎌田病院

24日(木) 15:00～15:15 日高国保診療所

#### 〈不活化ポリオ〉

17日(木) 15:30～16:00 鎌田病院

15:00～15:15 日高国保診療所

18日(金) 13:00～13:30 医療法人社団沙流都外来

21日(月) 15:30～16:00 門別国保病院

#### 〈BCG〉

23日(水) 15:30～16:00 門別国保病院

24日(木) 15:00～15:15 日高国保診療所

#### ●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

月～金 8:30～11:30/13:00～16:00

事前に予約が必要(電話予約可)

\*鎌田病院

月～金 9:00～11:45/13:30～16:30

土 9:00～11:45

事前に予約が必要(電話予約可)

\*医療法人社団沙流都外来

診療時間内

事前に予約が必要(電話予約可)

#### ●日高地区

##### 〈小児肺炎球菌〉

17日(木) 15:00～15:15 日高国保診療所

##### 〈ヒブ〉

10日(木) 15:00～15:15 日高国保診療所

##### 〈子宮頸がん予防〉

日高国保診療所

事前に予約が必要(総合支所地域住民課へ電話予約)



## 人のうごき

平成25年8月末現在(住民基本台帳人口)

◆人口	<b>13,189人</b>	前月比 △13人	・前年比 △242人
・男性	<b>6,553人</b>	前月比 △1人	・前年比 △126人
・女性	<b>6,636人</b>	前月比 △12人	・前年比 △129人
◆世帯	<b>6,521世帯</b>	前月比 △3世帯	・前年比 △40世帯
◆外国人	<b>119人</b>	前月比 △5人	・前年比 0人



# イベント情報

月 火 水 木 金 土 日

## 10月の予定

### ◆とみかわ児童館

- 3日(木) カミであそぼう
- 4日(金) ゲーム大作戦
- 10日(木) キラキラちゃんじ
- 11日(金) スーパーじどうクラブ
- 17日(木) ドッジボール大会
- 18日(金) ぬりえのひ
- 24日(木) カレンダーづくり
- 31日(木) 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

- 「千代明アート展」開催中
- 27日(日) 雑誌もらえ〜るの日
- ※詳細は「まなびい欄」をご覧ください。
- 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・厚賀コミュニティー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・15日(火)・22日(火)~26日(土)・31日(木)
- ※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

### ◆門別総合市民センター

- 〈スポーツセンター〉・〈福祉センター〉
- 耐震改修工事実施のため、8月1日~12月末日の予定で閉館します。
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-7-8024

### ◆門別中央スポーツホール

- 4日(金) 門別農協組合長杯ゲートボール大会
- 15日(火) 七地区ゲートボール大会
- 19日(土) 沢地区ゲートボール大会
- 28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 01456-7-8024

### ◆門別中央パークゴルフ場

- ・門別総合市民センター耐震改修工事期間中、券売機は門別中央スポーツホール入口に仮設置し、貸しクラブも同様にご利用ください。但し、中学生以下は無料です。(小学生は中学生以上の方と同伴する。)
- 13日(日) 10月月例会大会(門別P G協会)
- 20日(日) 楽友会
- 27日(日) 秋季協会杯大会(門別P G協会)
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-7-8024

### ◆富川青少年会館

- 18日(金)・25日(金) ことぶき学園「陶芸」
- 20日(日) 日高町健康まつり
- 休館日 毎週月曜日(14日を除く)・15日(火)・16日(水)
- お問合せ 教育委員会 電話 01456-7-8024

### ◆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
- 休館日 毎週月曜日
- 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

# 2013ホッカイドウ競馬 開幕中!

みんなで応援しよう!

「グランシャリオナイトー」

今年も全日程ナイトー開催!

4/24(水)~11/14(木) [15開催 80日間]

