

HIDAKA

無料
Take Free
ご自由に
どうぞ

広報ひだか 10月号

Public Relations



第5回 HIDAKA はたらく自動車大集合！

もくじ - Contents

- TOWN TOPICS P2~3
特旨叙位～生前の功績をたたえて ほか
- 令和5年度北海道防災総合訓練の実施について P4
- 秋のヒグマ注意特別機関 P7
- 新型コロナワクチン接種について P8
- まなびい通信 P14~15
- まちの掲示板 P19~23
二風谷ダムの流木をご利用ください ほか





特旨叙位～生前の功績をたたえて～

今年6月に亡くなられた元日高町議会議員の故 鹿島信一さん（享年86歳）が特旨叙位として「正六位」を授与されました。

大鷹町長がご遺族宅を訪問し、妻の道子さんに位記を伝達しました。

平成23年に旭日双光章を受章されている鹿島さんは、昭和59年に初当選以来、平成22年まで7期25年余にわたり町議会議員として在職され、この間、議長を務められたほか、産業・建設常任委員会委員長などの要職を歴任し、地方自治の進展と地域の発展に大きく貢献されました。



2023日胆畜産共進会が開催

黒毛和種の部と乳用牛の部最高位・準最高位受賞

7月28日に開催された2023日胆畜産共進会（黒毛和種の部）の「未經産の部」で賀張の伊藤俊介さんの「はな832」が見事最高位賞を受賞し、9月1日、2日に行われた全道大会では、14頭中4位という結果となりました。

また、8月10日に開催された2023日胆畜産共進会（乳用牛の部）の「未經産の部」で緑町の立石健晃さんの「グリーンシャープ C ラムダキツテイ」が見事最高位賞、「経産の部」で豊郷の(同) Dearest Farmさんの「ディアレスト D

S ダイヤモンド フローズン ET」が準最高位賞を受賞。

9月23日、24日に行われる全道大会に出場することが決まりました。

乳用牛の部の全道大会には立石健晃さん、(同) Dearest Farmさん他、庫富の日高キャトルセンター(株)さん、豊郷の(有)岡藤牧場さんの牛が出場することになっています。



はな832



グリーンシャープCラムダキツテイ



ディアレストDSダイヤモンドフローズンET



戦没者追悼之標に向かって追悼の言葉を述べる市原さん

戦没者の冥福を祈り、平和を願う

8月4日と8月18日、令和5年度日高町戦没者追悼式が、日高地区、門別地区の両地区で行われました。

18日に門別公民館で行われた門別地区戦没者追悼式では、遺族と来賓の方々が戦没者の冥福を祈り、黙祷を捧げ献花を行いました。

門別地区遺族代表の市原輝夫さんは、「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」と追悼の言葉を述べました。



問 事務局 佐藤・真弓 (役場内)
 ☎ 080-1899-8976
 ✉ fighters.hidaka2021@gmail.com



メール

ファイターズ観戦バスツアー

8月6日、北海道日本ハムファイターズ日高町後援会(湯村和彦会長)の「エスコンフィールド観戦バスツアー」が開催され、35名が参加しました。

下位ながらも若手選手が奮闘しているファイターズ。試合は残念ながら敗れてしまいましたが、参加された皆さんはプロのプレーに立ち上がって応援するほど盛り上がっていました。

後援会では、今後もファイターズの応援を通じて、まちを盛り上げるため、観戦会などの事業を計画しているほか、一緒に応援して下さる会員を募集しています。

馳星周氏講演会が開催されました

8月11日、富川小学校・中学校の卒業生で直木賞作家の馳星周氏をお迎えし、日高町立門別図書館郷土資料館開館30周年記念講演会「馬を嫌って日高を出、馬に呼ばれて日高に戻る」が開催されました。幼少期からの日高との関わりや、数年前から日高で夏を過ごすようになったきっかけ、直木賞受賞後第一作『黄金旅程』をはじめとして馬への愛をユーモアたっぷりにご講演いただき、「こんなに日高が好きになるとは思わなかった」と語っていました。



質問コーナーが設けられました



日高高校生らと共演する様子

日高地区芸術鑑賞事業、和太鼓演舞

8月19日、サンポッケ大会議室にて、「和太鼓 熊谷傳治郎 沙流舞台」が開催されました。

演者の熊谷傳治郎(本名 小玉尚弘)さんは日高地区出身、横浜市在住の太鼓奏者で4年ぶりの故郷公演となりました。90名の町民等が繊細で勇壮なバチ捌きや田楽の舞、唄、さらに日高高校生らの日高山岳太鼓との共演に魅了されていました。第2回日高地区芸術鑑賞事業は11月7日に札幌の腹話術愛好会「福笑会」の公演が予定されています。

全国中学校バドミントン大会で優勝、準優勝 日高町出身 溝尾花奈さん、竹村怜斗さん

8月20日から23日に高知県で開催された第53回全国中学校バドミントン大会に日高町出身の溝尾花奈さん(福島県立ふたば未来学園中学校3年)と竹村怜斗さん(砂川市立砂川中学校3年)が出場し

女子ダブルスで溝尾さんが優勝、男子ダブルスで竹村さんが準優勝しました。

また、女子団体戦でふたば未来学園中学校が優勝しており、溝尾さんはその結果に大きく貢献しております。

両名共に今後の更なる飛躍が期待されます。

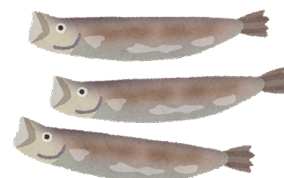
(写真: 溝尾さん、竹村さん共に右側)



「第50回門別ししゃも祭り」中止のお知らせ

近年の深刻なししゃも資源の減少により、本年10月に開催を予定しておりましたが「第50回門別ししゃも祭り」は中止することとなりました。

ししゃも資源の回復を願い、次回開催に向けて準備してまいりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。



☎ 門別ししゃも祭り実行委員会（役場商工観光課内） ☎ 01456-2-6031

巡回行政相談所を開設します

10月16日（月）から22（日）は「行政相談週間」です。行政相談とは国の行政機関や一部の特殊法人などの業務の相談に応じ、お住まいの地域の行政相談員が相談者に対して必要な助言を行うとともに、当局または関係行政機関等に相談内容を通知し解決を促進します。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	場所
日高地区	10月18日(水) 午前10時から午後3時まで	サンポッケ 2階小会議室
門別地区	10月19日(木) 午前10時から正午(12時)まで	厚賀出張所 2階会議室
	午後1時から午後3時まで	門別公民館 1階ミーティングルーム
	10月20日(金) 午前10時から正午(12時)まで	富川公会堂 2階小会議室

☎ 役場住民生活課 住民・年金グループ ☎ 01456-2-6182

令和5年住宅・土地統計調査にご協力をお願いします

総務省統計局（北海道）では、10月1日現在で「令和5年住宅・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340万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。

今回の調査では、超高齢社会を迎えている我が国における高齢者の住まい方や空き家対策の重要性が年々高まっていることを踏まえ、空き家の状況などを把握することを主な狙いとしています。

調査員が伺いましたら、調査へのご回答をお願いいたします。



☎ 役場企画財政課 まちづくり・広報統計グループ ☎ 01456-2-6181

令和5年度北海道防災総合訓練の実施について

日時	10月15日（日）午前8時から午後1時まで	
訓練想定	巨大地震に伴い、太平洋沿岸地域に大津波が発生	
訓練参加機関	北海道（主催）、陸上自衛隊、第一管区海上保安本部、北海道開発局、北海道警察、日高西部消防組合、日高町、平取町	
訓練項目	広域避難訓練、救出救助訓練など	
訓練場所	広域避難訓練	門別本町地区（門別本町から平取町へ広域避難）
	救出救助訓練	富川東防災広場、門別自然公園、門別漁港 ※ヘリコプター等による救出救助訓練が実施されますので、危険防止のため、一部に立ち入り禁止地域を設けさせていただきます。

☎ 役場総務課 情報防災グループ ☎ 01456-2-5131

交通安全指導員を募集しています！

町では、地域住民の方や登下校時の子どもたちの交通事故防止のため、交通安全指導員を募集しています。

活動の内容	①各地域での街頭啓発活動（富川・門別・厚賀・日高） ②交通安全運動期間中の啓発活動（春・夏・秋・冬に1週間程度） ③町内で開催される各種行事やイベントでの啓発活動や交通整理など
応募資格	①交通安全推進活動に意欲的で健康な方
その他	①任期は2年となります。（再任可） ②指導員報酬として、月2,500円支給されます。 ③必要な指導器材及び制服等は貸与します。

申・問 （門別地区）役場住民生活課 環境生活・アイヌ政策グループ ☎ 01456-2-6182 （日高地区）総合支所地域経済課 施設管理グループ ☎ 01457-6-2084
--

日高町へお住まいのアイヌの方へ
 みなさまの声をお聞かせ下さい！
令和5年度
北海道アイヌ生活実態調査
 へご協力をお願いします。

北海道では、道内のアイヌの人たちの生活実態を把握し、今後の施策に活かすために、第9回目となる調査を実施します（令和5年10月～12月（予定））。

これまでの調査

昭和47年の開始以来、調査で把握できるアイヌの方々数が減ってきています。

- 平成18年・・・23,782人
- 平成25年・・・16,786人
- 平成29年・・・13,118人

アイヌのみなさまにお願いする調査

【世帯調査】
全道から300世帯を抽出し、世帯毎に家族の状況、所得の状況等を伺います。

【アンケート調査】
その世帯の15歳以上の方に、アイヌとしての認識や差別への意識について伺います。

調査への協力をお願いします

国や道が進めていく今後のアイヌ政策に活用され、日高町にお住まいのアイヌの人たちの生活向上に寄与するものと考え、日高町としても、みなさまへ調査への協力をお願いします。

問 役場住民生活課 環境生活・アイヌ政策グループ ☎ 01456-2-6182

完全予約制 マイナンバーカード専用 夜間・休日窓口を開設します

仕事や通学などで開庁時間内に来庁できない方のために、マイナンバーカード専用の夜間・休日窓口を開設します。

マイナンバーカードの交付、健康保険証利用申込、公金口座登録サポート、電子証明書の更新、暗証番号再設定、マイナンバーカードに係る手続きであれば行うことができます。

また、申請に必要な写真を無料で撮影するなどの「申請書作成サポート」を各窓口で実施します。

開設場所	予約先
日高総合支所 地域住民課	日高総合支所地域住民課 ☎ 01457-6-2001
日高町役場 住民生活課	役場住民生活課 ☎ 01456-2-6182
水・くらしサービスセンター	
厚賀出張所	

夜間開設日	予約期限
10月30日(月)	10月26日(木)
11月27日(月)	11月22日(水)
12月25日(月)	12月21日(木)
休日開設日	予約期限
10月15日(日)	10月12日(木)
11月12日(日)	11月9日(木)
12月10日(日)	12月7日(木)

- ・夜間・休日窓口の受付はすべて完全予約制です。
- ・予約がない方の手続きはお受けできませんので必ず事前にご予約ください。
- ・予約の申込がない日は夜間・休日窓口の開設を行いません
- ・余裕をもって早めにお申し込みください。
- ・事前連絡の無いキャンセルは、翌日以降の対応となる場合があります。
- ・有料を伴う再交付（紛失等）の受け取りはできません。
- ・マイナンバーカードに係る手続き以外の業務は行いません。

夜間窓口	午後5時15分～午後7時30分	休日窓口	午前9時00分～午後1時00分
------	-----------------	------	-----------------

マイナンバーカードの受け取りを忘れていませんか

「マイナンバーカードの申請はしたのに、まだ受け取っていない」という方はいませんか？
あなたのマイナンバーカードを町でお預かりしたままかもしれません。交付通知書（はがき）を紛失した場合や、はがきに記載してある受取期限を過ぎている場合も、マイナンバーカードは保管していますので受け取ることができます。

マイナンバーカードの受け取りに来庁される前に役場住民生活課までお問い合わせください

☎ 役場住民生活課 住民・年金グループ ☎ 01456-2-6182



令和5年度日高町巡回児童相談について

相談を希望される方は、10月20日（金）までに電話にてお申し込みください。

なお、相談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、必要性が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。

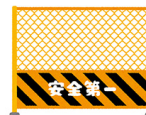
とき	12月5日(火) 午前10時30分～午後4時30分	相談内容	<ul style="list-style-type: none"> ・療育手帳の再判定 ・しつけ相談 ・言葉の障害、身体障害等 ・学校に行きたがらない ・その他、子どものことで困っていること
ところ	申し込み状況によって、次のいずれかの会場で実施します。 ・門別地区～門別公民館 ・富川地区～富川公会堂 ・日高地区～日高町民センター		
相談担当者	室蘭児童相談所児童福祉司 判定員	相談料	無料

※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。

☎・☎ 役場子育て健康課 子育て支援グループ ☎ 01456-2-6183
総合支所地域住民課 福祉・保険グループ ☎ 01457-6-3173

入札結果をお知らせします

- ・落札金額に消費税等は含まれていません。
- ・工事期間中はご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。



工事・委託業務名	落札業者	落札金額	落札率
入札日 令和5年8月31日			
令和4年度第12次第148号 町道厚賀賀張1号線 道路災害復旧工事	(株)中村産業	1,300,000 円	97.74%
庫富地区水道管整備工事	(株)中村産業	5,700,000 円	97.94%
スポーツセンター屋外鉄骨階段取替工事	(有)平田建設	19,000,000 円	97.19%
日高沙流川パークゴルフ場歩道橋架替工事	(株)泰成建設	1,900,000 円	95.00%
清島生活館屋根外壁塗装工事	福嶋塗工所	3,200,000 円	99.07%
厚賀出張所屋上防水改修工事	(有)桜井塗装店	3,900,000 円	97.50%
令和5年度公営住宅整備事業 新栄団地実施設計	(株)アトリエバンク	2,700,000 円	89.70%
令和5年度公営住宅整備事業 新栄団地地質調査	北海道土質コンサルタント(株)	2,250,000 円	92.59%
森林経営管理制度に基づく森林整備推進支援	(株)GIS北海道	2,020,000 円	96.65%

問 役場技術審議室 ☎ 01456-2-5135



10月31日(火)までは

秋のヒグマ注意特別期間

ヒグマとの事故をなくすために



出没情報を確認しましょう

市町村のHP、新聞、テレビなどでヒグマの出没情報を確認してください。



▲市町村ヒグマ関連情報

音を出しながら歩きましょう

大半のヒグマは警戒心が強く、人を避けて生活しています。
 シャベリながら歩く、鈴を鳴らす、手をたたくなど、音を出すことでヒグマに人の存在を知らせることができます。

ヒグマの痕跡を見つけたら引き返しましょう

足跡やフン、食痕などに注意して歩き、見つけたときには安全のためにすぐに引き返してください。

ヒグマの嗅覚は敏感です。

生ゴミや果物、干し魚など人の食べ物の味を覚えてしまうと、それを目当てに家の近くに繰り返し接近し、人を恐れずに行動するようになります。
 野山で匂いのあるものを放置したり、捨てたりすることはぜったいに避けましょう。

問 役場産業課 農政・畜産グループ ☎ 01456-2-6185
 日高振興局 保健環境部環境生活課自然環境係 ☎ 0146-22-9254

新型コロナウイルスワクチン接種について

【対象者】

12歳以上の方（未接種の方も接種可能）

【使用するワクチン】

オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン（ファイザー社製またはモデルナ社製）
※ファイザー、モデルナどちらのワクチンが国から割り当てられるか、現時点では決まっていないため、予約時にご確認ください。

【接種券】

◎以前接種後、接種券がまだお手元に届いていない方

前回接種から3か月経過後に順次発送します。お手元に届いてからご予約ください。

◎今まで届いた接種券を使用しておらず、手元に接種券がある方

お手元の未使用の接種券で接種できます。下記予約先へご連絡ください。

※接種券を紛失、廃棄された方

再発行が必要ですので、下記の間合先へご連絡ください。

◎転入者の方へ

町への申し出が必要ですので、接種履歴がわかるものを用意して、下記間合先へご連絡ください。

【予約方法】

①電話、窓口（平日8時30分～17時15分受付）

②インターネット（24時間受付）

HP：<https://vaccines.sciseed.jp/hidaka>



▲ワクチン接種予約サイト

○接種会場

門別公民館	10月1日（日） 実施時間 ①午前9時～午前11時30分 ②午後1時30分～午後3時15分 10月2日（月） 実施時間 午後2時～午後4時15分 ※予約状況により、実施日・時間を縮小する場合があります	予約先 ☎01456-2-5300 （平日対応）
富川公会堂	10月15日（日）、29日（日） 実施時間 ①午前9時～午前12時30分 ②午後1時45分～午後4時45分 10月16日（月）、30日（月） 実施時間 午後2時～午後4時15分 ※予約状況により、実施日・時間を縮小する場合があります	
厚賀会館	10月7日（土）、28日（土） 実施時間 午前9時30分～午前11時30分 ※予約状況により、実施日・時間を縮小する場合があります	
日高国保診療所	10月5日（木）からの毎週木曜日と金曜日 受付時間 午後2時30分～午後2時50分	予約先 ☎01457-6-3173 （平日対応）

11月以降の日程は未定です。時期が近づきましたら、ホームページ等をご確認ください。

☎ 役場子育て健康課 健康増進グループ ☎ 01456-2-6571
総合支所地域住民課 健康・介護グループ ☎ 01457-6-3173

特定健診、胃・肺・大腸・前立腺・乳がん検診のお知らせ

☆☆☆健（検）診受診特典☆☆☆

健（検）診を受診の際、自己負担があった方には、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

日にち	会場	受付時間	申込期限
11月17日（金）	厚賀会館	午前7時から午前10時	10月19日（木）

※待ち時間短縮のため、時間を区切って受付します。

※対象者欄の年齢基準日は令和6年3月31日となります。

受けられる健（検）診名		
特定健診	胃がん検診（バリウム検査）	肺がん検診（X線）
大腸がん検診（便検査）	前立腺がん検診	乳がん検診
肝炎ウイルス検診	骨粗しょう症検診	エキノコックス症検診
ヘリコバクター・ピロリ菌検査	風しん抗体検査	

※各健（検）診の負担金などの詳細は、広報9月号をご覧くださいか、役場子育て健康課までお問い合わせ下さい。

無料対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生まれの方 ・生活保護世帯及び住民税非課税世帯の方（骨粗しょう症検診対象外、ヘリコバクター・ピロリ菌検査は有料） 生活保護及び住民税非課税世帯の方は、課税状況を調査するため同意書の提出が必要です。役場子育て健康課、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所へお越しください。
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、住民税非課税世帯の方は、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。

☎・🗨 役場子育て健康課 健康増進グループ ☎ 01456-2-6571

40～74歳の国民健康保険加入者の方、75歳以上の後期高齢者の方

受付開始：9月24日から
 健診開始：10月1日から

特定健診を受診できる医療機関が増えました

医療機関名	日高富川ファミリークリニック（日高町富川南1丁目5-8）
電話番号	01456-7-8886
健診時間	月曜日・木曜日～日曜日（祝日を除く） 15:00～16:00
予約方法	病院へ電話で予約または病院窓口で事前予約をする。 （電話予約の受付時間は15:00～16:30）
健診当日の持ち物	健診費用（1,700円）、役場から送られた特定健診受診券、保険証、質問票（受診券と同封）

※オプション検診：大腸がん検診、肝炎ウイルス検診（それぞれ800円で受診することが可能）

🗨 役場子育て健康課 健康増進グループ ☎ 01456-2-6571

とねっこ館運動指導室

10～12月レッスン参加者募集

新型コロナウイルス感染予防対策を緩和しましたが、館内では引き続き衛生管理を行っています。皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

登録制有料レッスン		
水曜日 10月4日～	11:00～11:45 体引き締めダイエット	19:00～19:45 格闘技エクササイズ
	全身の筋肉を鍛え、 太りにくい体を作りましょう！	格闘技系エクササイズです。 ストレス発散にも効果あり！！
木曜日 10月5日～	11:00～11:45 やさしい格闘技エクササイズ	14:00～14:45 流水水中運動
	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！！	水の中で体を動かして、 気になる部分を引き締めましょう！ 流水リラクゼーション含む
金曜日 10月6日～	11:00～11:45 チェアピクス	19:00～19:45 ゆったりヨガ
	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。	ゆったりヨガの動きとストレッチで 程よく汗をかけるリラクスクラス です。
土曜日 10月7日～	10:30～11:15 かんたんヨガ	11:30～12:15 レッスン名変更 ZUMBA (ズンバ)
	簡単なヨガの動きを取り入れて、 体の痛みの予防、解消に繋げる エクササイズです。	アメリカ生まれの踊るフィットネス。 様々な乗りの良い曲に合わせて ダンスを楽しめるプログラムです。

※無料レッスンは今後実施できるように時間等を調整中です。

【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：1,910円 65歳以上：1,260円 (令和6年3月末まで有効)
	・有料レッスン、無料レッスンに関わらず、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21日(木)～随時
【申込先】	日高町役場子育て健康課 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。)

とねっこ館では、下記のように環境衛生管理を実施しています。
『定期的な換気』『マシン及び館内のアルコール消毒と清掃』
『(必要であると判断した場合の) スタッフのマスク着用』



健康増進だより

～はつらつ笑顔 元気な暮らし 日高町～

◎日高町役場 子育て健康課 ☎ 01456-2-6571

◎日高総合支所 地域住民課 ☎ 01457-6-3173

糖尿病は、血糖値を下げるインスリンというホルモンの作用低下によって引き起こされる病気です。

生活習慣が発症に大きく影響しており、糖尿病全体の90%以上を占める2型糖尿病について紹介します。

2型糖尿病はどんな病気？

遺伝的要素に、加齢・過食・運動不足・肥満などの要素が加わり発症します。自覚症状がないことが多いですが、進行すると以下の症状が出現します。



糖尿病の合併症【しめじ】

- ① 神経の障害（糖尿病性神経障害）
→足先のしびれや冷え・顔面麻痺など
- ② 眼の障害（糖尿病性網膜症）
→視力が低下し、悪化すると失明に至る
- ③ 腎臓の障害（糖尿病性腎症）
→尿をつくることができなくなり、悪化すると人工透析に至る

糖尿病が重症化すると、神経や血管が障害され、合併症が生じる場合があります。代表的な合併症の頭文字をとって【しめじ】とまとめられています。

近年の日本では年間3,000人もの患者が糖尿病によって失明していると言われています。

また、人工透析に至るにはさまざまな腎臓病が原因となりますが、最も多い疾患は糖尿病性腎症です。

このような合併症を予防するためには、血糖値を適切な値にコントロールすることが重要です。すでに糖尿病の診断を受けている方は、主治医の指示に従い治療を続けましょう。

もしかしたら・・・糖尿病予備軍かも？

「糖尿病」と診断はされていなくても、血液検査で【空腹時血糖】や【HbA1c】の値が正常よりも高い状態が続くと、糖尿病境界型（予備軍）に該当する可能性があります。血糖値が高い状態が続くと、全身の血管にダメージを与えるため、心筋梗塞や脳梗塞にもかかりやすくなります。また、予備軍でも体内のインスリンの効きが徐々に弱まっているため、注意が必要です。

糖尿病を予防するには？

予防には、食事や運動などの生活習慣を整えることが有効です。ただし、ほかの持病がある方は、必ず主治医の指示に従いましょう。

○食事

間食は控え3食規則正しく食べましょう。不規則な食事や間食により高血糖状態が続きやすいです。よく噛んで食べましょう。早食いは消化吸收スピードが速くなり、高血糖になりやすいです。

また、満腹感を感じづらくエネルギー過多になりやすいです。

野菜や海藻から食べましょう。野菜等に含まれる食物繊維は、血糖の上昇をゆるやかにします。

主食、主菜、副菜、汁物をバランス良く食べましょう。特定の栄養素に偏りすぎることのないよう注意しましょう。

○運動

散歩や軽い筋力トレーニングなど無理のない範囲で運動を続けましょう。

ゆるやかな運動でも、長期間続けることでインスリンの効きを改善させる効果があります。継続的な運動習慣が大切です。

その他に、禁煙・節酒・十分な睡眠・適正体重の維持なども有効です。

町では、糖尿病をはじめとした生活習慣病の早期発見のために、特定健診を実施しています。詳しくは9ページまたは広報9月号14ページをご覧ください。

国道235号 日高町 沙流川橋補修工事に伴う通行規制のお知らせ

沙流川橋において補修工事を行うため、片側交互通行での規制を行います。
通行に際し、ご不便をお掛けいたしますが、ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

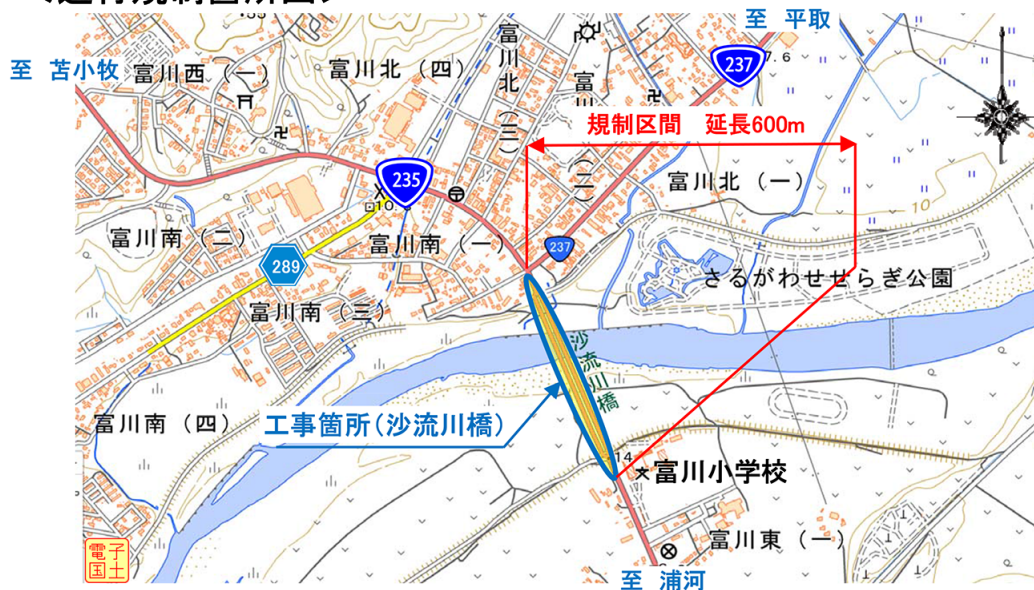
<通行規制内容>

○**期間:令和5年10月23日(月)～令和5年12月27日(水)**

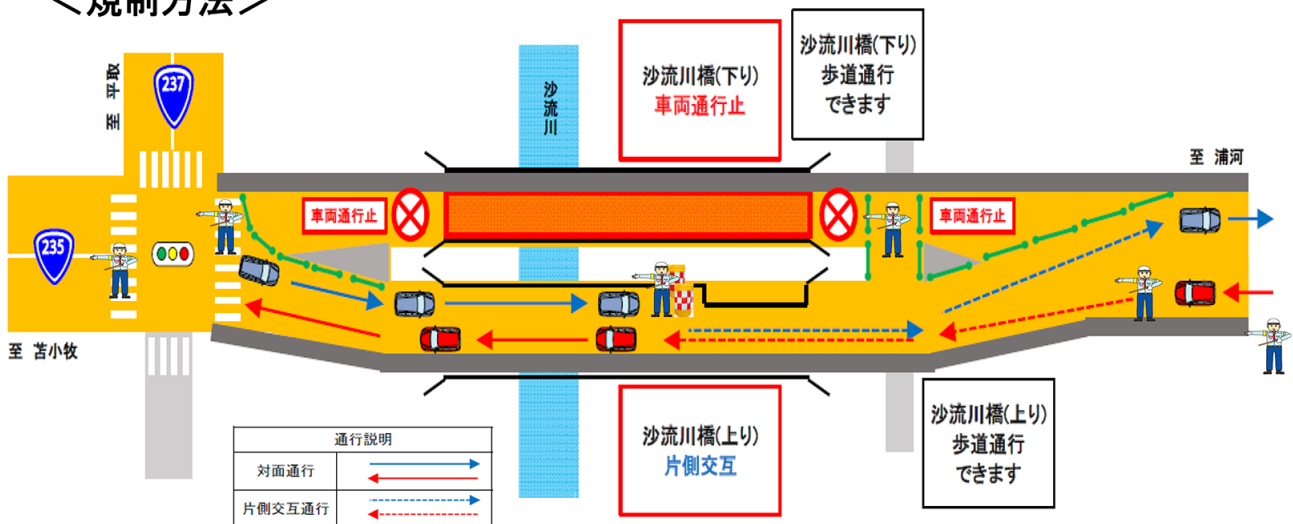
○**時間:午前 9:00 ～ 午後 5:00**

※その他:土日、祝日、夜間は通行規制を行いません。
気象条件等により、通行規制期間等を変更する場合があります。

<通行規制箇所図>



<規制方法>



◎お問い合わせ先

発注者: 国土交通省 北海道開発局
室蘭開発建設部 苫小牧道路事務所
第1工務課

TEL 0144-72-5165 (平日8:30～17:15)

施工者: 株式会社 高橋建設

TEL 01456-7-8031 (平日8:30～17:30)



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	1件
○死者数	0人
○傷者数	1人

2023年8月31日現在

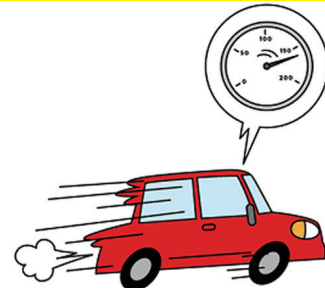
要注意

北海道で交通事故が多発しています！

スピードの出しすぎや無理な追い越しはやめましょう！

単独事故が多くなっています！

スピードの出しすぎや、見通しの悪い道路での無理な追い越しなどで、路外逸脱となる事故が多いです。



同乗者のケガが多いです！

特に後部座席の方が事故により車外放出されてしまい、大けがを負ってしまう場合があります。シートベルトを着用していれば軽傷だったり、けがを予防できた場面も多いことから、**シートベルトは全席着用しましょう。**

今年は特にレンタカーが多く見受けられるなど、観光客の増加も見られます。

慣れない土地での運転で、急ハンドルや急な減速があるかもしれません。事故に巻き込まれないよう、そして起こさないよう、「**スピードダウン**」「**全席シートベルト着用**」を徹底し、**セーフティドライブ**を心がけましょう。

※北海道内の事故は前年同期に比べ、発生件数が300件以上増えています。

早めのライト点灯！～夜道はハイビームで～

お盆を過ぎ、日が暮れるのも早くなってきました。早めのライト点灯で安全運転を心がけましょう。

また、夜間のライトは対向車や前方に車が走っていなければ、ハイビームにして走行しましょう！



☎ 役場住民生活課 環境生活・アイヌ政策グループ ☎ 01456-2-6182

門別ことぶき学園第5回本科 「足元の健康を学ぶ教室」

8月22日、門別ことぶき学園第5回本科「足元の健康を学ぶ教室」が門別総合町民センターで行われ、21名が参加しました。

この教室では、新ひだか町在住の足もとから健康を考える店「フットルース」の妹尾巨知さんを講師に迎え、健康寿命を延ばすには適切な靴の選び方と正しい歩き方が大切であると指導していただきました。

実際に足型を測定した参加者からは「今まで違う大きさの靴を履き続けていたので本当の足のサイズを知ることができた！」と自分の足と向き合う機会となりました。



ひだかKidsクラブ 「ドミノ倒し体験」「山岳太鼓体験」

日高小学校に通う小学1年生から6年生の児童を対象とした自然体験・スポーツ・レクリエーションなどの活動を行うひだかKidsクラブが8月4日に「ドミノ倒し体験」、8月10日に「山岳太鼓体験」を実施しました。

どちらの事業も、夏休みの思い出に残る体験となりました。



文化協会からのお知らせ 「文芸もんべつ」第38号原稿募集

文芸もんべつ第38号の発行に際し、次の要領により原稿の募集を行います。
作品は、原則として400字詰原稿用紙を使用してください。「創作・レポート」、「随筆・随想」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。

創作・レポート	400字詰原稿用紙30枚以内	短歌	20首
随筆・随想	400字詰原稿用紙10枚以内	俳句・川柳	20句
詩	20行以内	締切日	11月1日（水）

〒055-0004 日高町富川東6丁目3番1号
日高町文化協会門別支部事務局（教育委員会社会教育課内）
☎ 01456-2-2451

令和5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	門別地区
日時	10月28日（土）10時～17時 10月29日（日）10時～15時	11月3日（金祝）10時～20時 11月4日（土）10時～20時 11月5日（日）10時～17時
場所	日高町民センター	門別総合町民センター（福祉センター）

○発表の部

	日高地区	門別地区
日時	10月29日（日）12時30分～14時	11月12日（日）11時～15時
場所	日高町民センター	門別総合町民センター（福祉センター）

☎ 【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 若狭まで ☎ 01456-2-2451



門別中央公民館図書室の本を入れ替えました！

司馬遼太郎氏や佐伯泰英氏の名作時代小説、大きい文字が読みやすい大活字図書を中心に、公民館図書室の本を約300冊更新しました。
棚に並べてある本は借りられますので、ご自宅でゆっくりお読みください。



☎ 門別図書館郷土資料館 ☎ 01456-2-3746
10月の休館日：毎週月曜日、10日（火）31日（火）

タイムカプセル封入物の問合せについて

門別図書館郷土資料館前に設置されたタイムカプセルの封入物の有無について、インターネットから問い合わせることができるようになりました。

二次元コードをお手持ちのスマートフォン等で読み取り、専用フォームからお問い合わせください。図書館が閉館している時も受け付けています。

対象となる方はお気軽にお問合せ下さい。



▲問合せフォーム

対象者	平成4年に旧門別町内の小学校に通っていた方の一部 おおむね1980（昭和55）年4月2日から1986（昭和61）年4月1日生まれの方が当時の小学生です。
受取期間	令和6年3月30日（土）まで

第37回全日本空手道連盟系東会

北海道空手道選手権大会が開催されます

日時	10月22日（日） 開場：8時30分 開会式：9時30分
場所	門別総合町民スポーツセンター
競技種目	（幼児から一般の部）個人形、組手、団体競技



大会会場来場の際は、上履きをご持参いただきますようお願いいたします。



学 校 祭

7月8日(土)、9日(日)の2日間に渡って、学校祭が行われました。学校祭にご尽力いただきましたPTAの皆様、関係者の皆様はこの場を借りて、感謝申し上げます。貴重なご支援により、素晴らしい学校祭を実現することができました。引き続きご協力をお願い申し上げます。

それでは、生徒たちの自主的な創意工夫のもと、様々な企画が行われた2日間の様子を紹介します。

<1日目>

開祭式は、生徒会の企画によるオープニングセレモニーから始まりました。ユーモラスなストーリーが映像で流され、司会もキャラクターの口調で進行するなど、これまでにない斬新かつユニークな印象を与えていました。アトラクションも各クラスの個性がよく表れていました。また、有志によるステージ発表では、踊りや漫才など、出演者と観客が一体となるような素晴らしい時間を体験することができました。行灯行列では、ルシナ様よりスペースをお借りし、クラスごとのダンスが披露されました。地域の皆様との交流を通じて、富川高校の取り組みを知っていただくよい機会となりました。



<2日目>

2日目は、屋外で模擬店を出店しました。調理をする係と販売をする係が協力し合い、スムーズな運営をすることができました。模擬店終了後はクラスごとに合唱が行われ、各クラスの特色が選曲や歌う様子に表れていました。吹奏楽部の演奏では、熱い演奏のもと、全校が一体となることができました。書道パフォーマンスは、現在多くの高校で行われていますが、富川高校でも迫力のある感動的な作品を目にすることができました。





調理実習（ピザ）

7月20日（木）、1年生クラスによる調理実習が行われました。多くの生徒が始まる前から楽しみにしており、調理が完成した後はピザが職員室に運ばれ、教員による味見が行われました。とてもおいしいピザでしたが、それ以上に、生徒たちの笑顔を見ることができたのが印象的でした。



一日体験入学

8月23日（木）、近隣の中学校3年生が参加する一日体験入学が行われました。体育館で行われた開会式では、学校長あいさつ、教務部長による学校説明の後、生徒会による行事の説明や部活動の紹介が行われました。開会式の後には、各教室で体験授業が行われ、中学生たちは高校の各教科の授業を興味深い様子で受けていました。暑さのため部活動体験は中止となりましたが、各校の中学生たちは、自身の高校生活への期待を膨らませながら、満足した様子で富川高校を後にしていったようです。





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 火を消して 不安を消して つなぐ未来

「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17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場合がありますので、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・日高消防団	☎	01456-2-1521
	日高西部消防組合	日高支署	☎	01457-6-2244

二風谷ダムの流木をご利用ください

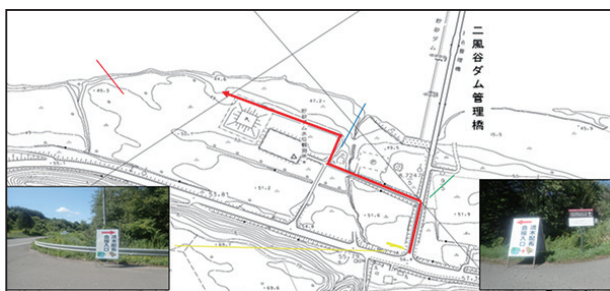
鷓川沙流川河川事務所二風谷ダム管理支所では、にぶたに湖に流れ込んできた流木の無料配布を行います。希望される方は9月20日から10月18日の間に申し込んでください。

詳しくは室蘭開発建設部ホームページをご覧ください。なお、電話による申込みは行っていません。

○流木配布会場 沙流郡平取町字荷負



○配布会場の詳細図



🗨 二風谷ダム管理支所管理担当

☎ 01457-2-4262

FAX 01457-2-4272

平日9:00~16:30 (土日祝日除く)

申込方法は、室蘭開発建設部 **HP** (<http://www.hkd.mlit.go.jp/mr/>) をご覧ください。なお、電話による申込受付は行っていません。



日高森林計画区の地域管理経営計画等の策定に関する地元意見交換会の開催及び参加者の募集について

林野庁北海道森林管理局日高北部森林管理署では、日高森林計画区の地域管理経営計画等(※)の策定にあたり、地域関係者の皆様からご意見・ご要望をお伺いするための「地元意見交換会」を開催します。

(※) 地域管理経営計画等・・・各地域の国有林における森林の管理経営に関する森林計画です。

具体的には、「国有林の地域別の森林計画」、「地域管理経営計画」及び「国有林野施業実施計画」の3つの計画です。

1 開催日時等

①日時

令和5年10月19日(木曜日) 13時30分～15時30分

②会場

平取町ふれあいセンターびらとり 1階多目的集会室(〒055-0195 沙流郡平取町本町35-1 電話:01457-4-6111)

③出席予定者

関係自治体、関係行政機関、森林組合、関係団体、地域住民(公募)等

2 参加者の募集

①募集人数

会場30名程度(応募者が募集人数を超える場合は抽選を行います。)

②応募方法

氏名、住所、電話番号(団体に所属されている方はその団体名)を任意様式により明記し、郵便又はメールで申込みください。

③締切

令和5年9月29日(金曜日) 必着

広告

お電話一本で
ご自宅までのお伺いも承ります!

◆各内祝 ◆お中元
◆お歳暮 ◆法要のお返し
◆景品 ◆トロフィー
◆記念品 ◆雑貨

カタログギフト全品
通常価格2,530円
2,365円~
通常価格55,880円
50,600円まで
※要予約

贈り物の専門店 ケーズデンキさんとなり
タイトー 苫小牧市新開町4丁目2-12
☎ (0144) 53-0901

ホームページ 公式 サイトー 検索

ヤマハ音楽教室
開講まだ間に合います!

ヤマハ音楽教室は、音楽を通して"心"を育てます

無料体験レッスン日程
●3歳児 ※要予約
おんがなはなコース
8/24/9/14(木)15:30~

脳トレピアノレッスン
新規火曜日開設
グループ個人レッスン対応。
大人の方に最適です。

ピアノ個人レッスン
ヤマハピアノフレード、各種エレクトーン等対応します!

富川教室 沙流郡日高町富川北2丁目2-8
お申し込み問合せTEL: 連絡先小牧支店
富川北 1つがわ鶴ととなり
0120-154-808

広報ひだかに広告を
掲載してみませんか?

1枠3,300円から広告を掲載できます。4月1日から掲載枠、広告料を見直しました。詳しくは、企画財政課までお問い合わせ下さい。

3 留意事項

- ・当日、体調が悪い方や発熱等の風邪症状がある方は、参加を御遠慮ください。
- ・マスクの着脱につきましては、参加者ご自身での判断に委ねるものとさせていただきます。
- ・当日は報道機関による取材が入る場合があります。予めご了承ください。

㊟・☎ 日高北部森林管理署（担当：佐藤）

☎ 01457-6-3151

メール h_hidakahokubu@maff.go.jp



働きたい人のための出張相談会

働きたいと思われる方に向けた就労自立支援施設です。その他就職相談も歓迎です。「働きたい」を応援する無料出張相談会を開催します。

○対象 おおむね15歳から49歳の方・ご家族

○場所 ハローワーク静内分室

（新ひだか町静内御幸町2丁目1-40

ショッピングプラザピュア 3階）

○内容 就労相談・就労体験ほか

○日時 10月24日（火）午後1時30分～午後3時（先着順・予約可）

毎月第4火曜 午後1時30分～午後3時

㊟ とまこまい若者サポートステーション とまこまい「サポステ・プラス」苫小牧市表町3丁目2-13 王子不動産第2ビル6階

☎ 0144-84-8670

個別的労使紛争あっせん制度のご案内

解雇や賃金未払、ハラスメントなどの労働問題で悩んでいませんか？

北海道労働委員会では、労働問題に詳しい経験豊かな「あっせん員」が、当事者双方からお話をうかがい、問題点を整理した上で助言等を行い、歩み寄りによる解決を図る「あっせん」を行っております。

「あっせん」の利用は無料で、迅速な解決を目指します。

詳しくは、ウェブで「北海道労働委員会 個別あっせん」と検索していただくか、次の連絡先までお問い合わせください。

㊟ 北海道労働委員会事務局調整課

☎ 011-204-5667



日本公証人連合会による「電話相談」

期 間：10月1日（日）～10月7日（土）（土日を含む）

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：公証証書による遺言、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

電話番号：03-3502-8239

㊟ 苫小牧公証役場

☎ 0144-36-7769

門別警察署からのお知らせ

1 安全安心なまちづくりの日及び全国地域安全運動

○安全安心なまちづくりの日：10月11日（水）

○安全運動期間：10月11日（水）～20日（金）

(1)安全安心なまちづくりのポイント

この機会に今一度、防犯に対する意識と理解を深めるとともに、地域全体で犯罪が起こりにくい環境づくりを進め、誰もが安全で安心して暮らせる北海道を目指しましょう。

(2)子供と女性の犯罪被害防止

・地域の見守りの目を増やすことは、犯罪の未然防止や防犯力の向上にもつながることが期待できます。ウォーキングや買い物、犬の散歩等の日常生活の中でできる「ながら見守り」に御協力願います。

・危険な事態を予測、回避する能力を身につけるため、防犯標語「いかのおすし」を活用し、不審者に遭遇した際の対処方法を、日頃から子供と話し合いましょう。

・路上、電車など危険な場面に遭遇した際には、防犯ブザー等の防犯グッズのほか、痴漢対策機能等が搭載された北海道警察公式防犯アプリ「ほくとポリス」が有効です。

(3)特殊詐欺の被害防止

・「オレだけど急にお金が必要になった」、「還付金があるからATMに行って」、「名義貸しは違法、逮

捕される」など、突然お金を要求する電話がかかってきたら、一度電話を切って周りの方に相談するか、警察相談電話「#9110」に連絡してください。

・普段から家族間で連絡を取り合い、相談しやすい環境を整えましょう。

・犯人と直接電話で話さないことが何よりの被害防止対策となります。固定電話を常に留守番電話に設定して相手を確認してから電話にでる、迷惑電話防止機能を有する機器を活用するなどして、犯人と直接電話で話さないようにしましょう。

・SNSには「闇バイト」、「即金」こんな言葉があふれていますが、これはアルバイトの募集ではなく、犯罪実行者の募集です。犯罪に加担することになり、逮捕された人が多くいます。あなたがしようとしている犯罪で被害を受ける人がいます。絶対に応募してはいけません。

2 ネットオークションのトラブル多発

「正規品と書かれていたのに偽物が届いた」、「お金を払っても商品が届かない」、「出品画像では壊れていなかったのに、届いた商品が壊れていた」などのインターネットオークションに関するトラブルの相談が多数寄せられています。

次の点に気をつけ、トラブルに巻き込まれないようにしましょう。

・入札をする前に、出品者の評価、過去の取引状況を確認する。

・代金の支払いをする前に、出品者の住所、連絡先を確認する。

・安全性の高い取引ができるサイトを利用する。

3 薬物乱用の防止について～薬物、ダメ。ゼッタイ。

覚醒剤や大麻などの薬物を乱用すると、身体や精神がボロボロになり、記憶障害や人格変化により、以前と同様の生活を続けることができなくなるばかりか、場合によっては死に至ることもあります。

また、薬物乱用は周囲の大切な人を巻き込むこととなるだけでなく、幻覚や妄想による殺人、薬物の購入代金欲しさによる強盗や窃盗、重大な交通事故など取り返しの付かない事件につながるおそれがあり、社会全体に被害を与えます。

薬物に関してのご相談は、門別警察署までお寄せください。

4 暴力団排除活動の推進について

暴力団は、組織の維持・拡大のために、覚醒剤密売や特殊詐欺、密漁、みかじめ料・用心棒料の要求等の犯罪行為を行うだけでなく、組織の関係者を利用して一般社会における経済取引へ介入するなど、様々な手段を用いて活動資金獲得を図っており、暴力団の活性化は様々な犯罪を誘発するだけでなく、暴力団の引き起こす対立抗争を激化、長期化させる原因ともなり、道民の皆様の安全で平穏な日常生活と健全な経済活動に大きな脅威と不安を与えます。

警察は、暴力団の壊滅に向けて強力な取締を推進していることから、道民の皆様も

「暴力団を恐れない」

「暴力団を利用しない」

「暴力団に金を出さない」

「暴力団と交際しない」

を合い言葉に、暴力団の違法・不当な活動や犯罪被害に関することは、どんな些細なことでも早期に警察に相談、通報する強い意志と勇気を持って、社会から暴力団を追放しましょう。

5 極左暴力集団に対する捜査へのご協力をお願いします

警察では、極左暴力集団に対する事件捜査やマンション、アパートなどにある非公然アジト発見に向けた活動を推進しています。

過去に極左暴力集団は、空港施設の破壊や北海道庁爆破などのテロを行っており、今後行う恐れがあります。

もし、「偽名を使いアパートに住んでいる」、「不特定多数の人が出入りする家がある」など違和感があったら、110番または門別警察署へ通報して下さい。

🗨️ 門別警察署

☎ 01456-2-0110

🏠 門別警察署ホームページ

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/00ps/s-monbetsu-syo/>



門別警察署
マスコット
キャラクター
「門別ナイト」

Halloween Invitation

ハロウィンジャンボ

1等前後賞合わせて5億円
1等3億円、前後賞各1億円

5億円

当せんのチャンス広がる!

ハロウィンジャンボミニ

1等前後賞合わせて5,000万円
1等3,000万円、前後賞各1,000万円

5,000万円

パソコンやスマホでネット購入!



宝くじ公式サイト ▶ <https://www.takarakuji-official.jp/>

9月20日(水)同時発売

発売期間/9月20日(水)~10月20日(金) 抽せん日/10月27日(金)
2023年新市町村振興宝くじ 一般財団法人 全国市町村振興協会 各1枚300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。

会員募集中!!

高齢者事業団の会員になって一緒に働いてみませんか?

- 生きがいを求めている方
- 地域で仲間づくりをしたい方
- おおむね60歳以上の方
- 健康で働く意欲がある方



日高町高齢者事業団

(本所) 日高町門別本町12番地の27
☎ 01456-2-6466
(支所) 日高町本町東1丁目297番地の4
☎ 01457-6-3100

門別温泉とねっこの湯・とねっこ館 営業のお知らせ

<とねっこの湯> 電話 01456-3-4126
営業時間 午前10時~午後10時
※入館は午後9時30分まで
休館日 10月16日(月)

<とねっこ館> 電話 01456-2-2221
営業時間 午前10時~午後8時30分
休館日 毎週月曜日

平和を、仕事にする。

陸海空自衛官募集



しずおか 自衛隊札幌地方協力本部 静内分駐所 (TEL)0146-44-2855



町税等納期限のお知らせ

道・町民税 (3期分)	10月31日(火)
国民健康保険税 (4期分)	
後期高齢者医療保険料 (4期分)	
介護保険料 (4期分)	
保育料・保育所給食費 (10月分)	
町営住宅使用料・駐車場使用料 (10月分)	10月25日(水)
上下水道料 (10月分)	

納期内の納付をお願いします。

札幌弁護士会ひだか弁護士相談センター 無料法律相談

1 門別地区相談所での開催

相談日	10月24日(火) ※毎月第4火曜日開催予定
相談時間	午後1時30分から午後4時まで
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)
予約先	📄 事前予約制 ひだか弁護士相談センター 受付 平日の午前10時～午後4時 ☎0146-42-8373

2 新ひだか町での開催

相談日	10月2日(月)、4日(水)、11日(水)、 16日(月)、18日(水)、23日(月)、 25日(水)、30日(月)
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)
予約先	📄 事前予約制 ひだか弁護士相談センター 受付 平日の午前10時～午後4時 ☎0146-42-8373

3 平取町での開催

相談日	10月10日(火) 午後1時30分～午後3時 10月24日(火) 午前10時30分～正午
相談場所	ふれあいセンターびらとり (平取町本町35番地1)
予約先	📄 事前予約制 受付 平日の午前9時～午後5時 ☎01457-2-2222(平取町役場 まちづくり課広報広聴係)

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。

新型コロナウイルス感染症の発生状況により、開催内容を変更する場合があります。

🗨️ ひだか弁護士相談センター
☎ 0146-42-8373

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

※日程等は変更となる場合があります。ご了承下さい。

▽乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診
6日(金) 富川公会堂

▽子育てひろば
11日(水) サンポック

▽5歳児健診
18日(水) 門別公民館

▽特定健診・がん検診
21日(土) 門別公民館
22日(日)・23日(月) 富川公会堂
24日(火) こもれびホール

☆予防接種 門別地区

※子育て健康課へ要予約
(☎01456-2-6571)

門別国保病院

〈ヒブ・小児肺炎球菌・四種混合・B型肝炎・麻しん
風しん混合第一期(1～2歳)・水痘・BCG・ロタ〉
毎週木曜日 13:00～13:30

〈子宮頸がん予防〉
4日(水) 15:00～16:00
対象：小学6年生～中学3年生女子

〈日本脳炎〉
11日(水) 15:00～16:00
対象：3歳～中学3年生
19日(木) 15:00～16:00
対象：高校1年生～20歳

〈二種混合〉
25日(水) 15:00～16:00

〈高齢者肺炎球菌〉
対象の方には個別にお知らせしています。

日高地区

日高国保診療所

毎週水曜日 13:00～13:15
小児の定期予防接種は個別にお知らせします。

〈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
(☎01457-6-2155)
対象の方には個別にお知らせしています。

EVENTS ~ 10月のイベント情報

わくわく館

☎ 01456-2-3048
 予定表の上段が午前、下段が午後の行事となります

月	火	水	木	金	土
2 開放 開放	3 開放 開放	4 ウル寅 開放	5 開放 開放	6 開放 大きいありさん	7 開放 開放
9 スポーツの日 休館日	10 開放・身測 開放	11 ミルクィ・ティガーファーム 開放	12 開放 開放	13 開放 小さいありさん	14 開放 開放
16 開放 開放	17 開放 開放	18 とらびよん 開放	19 開放 開放	20 ひよこさん 開放	21 開放 開放
23 開放 開放	24 開放・身測 開放	25 ミルクィ・ティガーファーム ウル寅	26 子育て講座 開放	27 うさきりんさん 開放	28 開放 開放
30 開放 開放	31 開放 開放				

利用時間 相談： 9:00~17:00

広場開放： 10:00~12:00、13:30~16:30

・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」→「ライフインデックス 出産・子育て」

→「関連リンク わくわく館・わくわく通信」

・門別あそびの会を行います。今年度は7月、9月、11月、1月、3月の第3金曜日を予定しています。 場所 もんべつ児童館 10:00~12:00



◎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」

・「きりんさん：走れる子～就学前」

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、10日(火)、24日(火)が身体測定の日です。

◎11月3日(金)の文化の日に向けて『子ども画伯作品展』を開催します。お子さんが自由に描いた作品を募集中です。わくわく館開放時間内にどんどん描きに来て下さい。

◎10月の子育て講座は、「アロマスプレー作り」です。講師は佐渡 貴子さんです。

開場 9:30~ 開始 10:00

託児の講座になります。

人数把握のため25日(水)までに申し込みをして下さい。

とみかわ児童館

☎ 01456-2-3044
 開館時間 9時~17時

- 5日(木) スーパーじどうくらぶ
 - 6日(金) むりえのひ
 - 12日(木) ドッジボール大会
 - 13日(金) カミであそぼう
 - 19日(木) キラキラチャレンジ
 - 25日(水) とねっこおはなし会
 - 26日(木) カレンダーづくり
- 休館日** 毎週日曜日、祝日

もんべつ児童館

☎ 01456-2-5522
 開館時間 9時~17時

- 6日(金) わくわくちゃれんじ
 - 11日(水) ニコニコわかばのお話会
 - 12日(木) カリンバを弾こう!!
 - 13日(金) わくわく映画館
 - 20日(金) ハロウィン工作会
 - 27日(金) カレンダーづくり
- 休館日** 毎週日曜日、祝日

門別総合町民センター

開館時間
 9時~21時

(福祉センター・スポーツセンター)

〈福祉センター〉

- 8日(日) 日高町子育て健康課 元気はつらつ事業講演会

〈スポーツセンター〉

- 1日(日) 日高町バスケットボール協会 苦小牧・門別リーグ戦
 - 6日(金) スポーツフェスティバル バドミントン大会
 - 8日(日) スポーツフェスティバル テニポン大会
 - 9日(月) 日高町スポーツ少年団 秋季交流会
 - 21日(土) 糸東会北海道空手道選手権大会(前日準備)
 - 22日(日) 糸東会北海道空手道選手権大会
- 休館日** 毎週月曜日(祝日の場合は翌火曜)

門別中央パークゴルフ場

- 1日(日) 日高町パークゴルフ協会 10月月例大会
- 22日(日) 日高町パークゴルフ協会 秋季協会杯大会

門別中央スポーツホール

- 7日(土) スポーツフェスティバル ゲートボール大会

☎ 教育委員会社会教育課 施設管理グループ

☎ 01456-2-2451

シリーズ 災害に備える 第10回「災害情報の伝わり方」

日高町防災ガイドマップから抜粋



災害情報の受信

防災・気象情報はここから

気象情報	気象庁	https://www.jma.go.jp/jma/index.html	
	札幌管区気象台	https://www.jma-net.go.jp/sapporo/	
河川情報	国土交通省 「川の防災情報」	https://www.river.go.jp/index	
防災情報	北海道防災ポータル	https://www.bousai-hokkaido.jp/	
	日高町・防災情報	https://www.town.hidaka.hokkaido.jp/life/1/11/35/	

全国瞬時警報システム J-ALERT (ジェイ・アラート)

Jアラートとは、津波警報や緊急地震速報、弾道ミサイル情報といった対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に、人工衛星等を用いて情報を送信し、町の防災行政無線等を自動起動することにより、屋外スピーカーで情報を伝えたり、設定済みのスマートフォン・携帯電話等を通じて緊急情報を国から住民へ直接、そして瞬時に伝達する世界でも画期的なシステムです。

Jアラートによって 伝達される情報

防災行政無線を
自動起動させる11情報

有事情報に関する情報

- ▶ 弾道ミサイル情報
- ▶ 航空攻撃情報
- ▶ ゲリラ・特殊部隊攻撃情報
- ▶ 大規模テロ情報
- ▶ その他の国民保護情報

自然災害に関する情報

- ▶ 緊急地震速報
- ▶ 大津波警報
- ▶ 津波警報
- ▶ 噴火警報(居住地域)
- ▶ 噴火速報
- ▶ 気象等の特別警報

ラジオ・テレビ・インターネットなど

警報や注意報、気象情報等はテレビ・ラジオ・インターネットなどを通じても確認することができます。また、テレビのデータ放送でも情報の入手が可能です。データ放送を視聴するにはテレビリモコンの「**dボタン**」を押してください。



メールサービス

お手持ちの携帯電話・スマートフォンに、気象庁が配信する「**緊急地震速報**」・「**津波警報**」および「**特別警報**」、国・地方公共団体が配信する「**災害・避難情報**」などの情報が被災エリアに一斉に無料配信されます。受信にはそれぞれ設定が必要になるため、各種対応機種による設定をしてください。

緊急速報メール (携帯電話各社より)

緊急地震速報	最大震度5以上と推定した地震の際に、強い揺れ(震度4以上)が予想されるエリアにお知らせします。
津波警報	津波の高さが高いところで1m程度以上になると予想されるエリアにお知らせします。
特別警報	気象(大雨、暴風、高潮、波浪、暴風雪、大雪)、または噴火(居住地域)(噴火警戒レベルを運用している地域は噴火警戒レベル4以上)に関する特別警報が発表された場合、特別警報の対象となるエリアにお知らせします。
災害・避難情報	地震や台風などの自然災害にともなう避難指示など、住民の安全にかかわる情報をお知らせします。

問 役場総務課 情報防災グループ ☎ 01456-2-5131

ひとのうごき

・令和5年8月末現在



人口	10,699人	前月比 △24人
男性	5,343人	△21人
女性	5,356人	△3人
世帯数	5,894世帯	△15世帯
外国人	467人	+11人

こんにちは赤ちゃん

・令和5年8月届出分 (敬称略)



住所	氏名	父/母

ふるさと日高応援寄附金

・令和5年8月受領分

件数	金額
216件	4,897,000円

社会福祉協議会への寄附

・令和5年8月受領分

門別本町	野口佐智子 様	金一封
門別本町	齋藤 良夫 様	金一封
若葉町	尾関 千廣 様	金一封
厚賀町	肥田 淳子 様	ポータブル トイレ1台

祝 100歳 おめでとうございます



8月15日に100歳を迎えられた石原喜美枝さんに祝状と記念品が贈られました。

今月の表紙とあわせて

8月19日、富川せせらぎ公園において、日高町商工会青年部主催の「第5回HIDAKAはたらく自動車大集合！」が開催されました。

作業用車両等の展示説明や乗車体験をし、車の役割や仕事について知ってもらうとともに、交通安全啓発活動に取り組んでいます。



日高町への寄附

- ・阿部 誠 様
地域振興として、金一封をご寄附いただきました。
- ・株式会社高橋建設 様
地域貢献活動として町道富川南26号線の街路樹剪定と草刈り作業を行っていただきました。



- ・日高町水道協会 様
学校施設感染症対策としてアルコール消毒液9缶をご寄附いただきました。
- ・登建設工業株式会社 様
地域貢献活動として旧日高門別駅舎周辺の草刈り作業を行っていただきました。



- ・株式会社小林組 様
地域貢献活動としてひだか樹魂まつり会場内発電機設置、ひだか高原荘駐車場舗装補修工事およびニオーダイ沢川水路内堆積土砂撤去作業を行っていただきました。



広報 ひだか 2023 10月号 VOL. 211

令和5年9月21日発行



広報ひだかは町ホームページにも掲載しており、写真などはカラーで掲載しています。ご利用ください。

発行：日高町 編集：企画財政課

〒059-2192 北海道沙流郡日高町門別本町210番地の1

TEL 01456-2-6181 FAX 01456-2-5615

Eメール info@town.hidaka.hokkaido.jp ホームページ <http://www.town.hidaka.hokkaido.jp>