

# はまなか 7

2023/No.695



## 今月の主な話題

- ▶ 後期高齢者医療制度のお知らせ ..... 2 P
- ▶ 津波防災避難訓練・防災講演会を実施 ..... 4 P
- ▶ 浜中診療所医長の就任について ..... 7 P
- ▶ ごみ博士からのお知らせ！ ..... 8 P
- ▶ 大奮闘!! 力の限りを尽くした 運動会 ..... 19 P
- ▶ 第37回 浜中町少年の主張大会 ..... 21 P

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～ 保険証(被保険者証)の一斉更新について ～

### ■ 保険証が新しくなります

現在ご使用の橙色の保険証の有効期限が令和5年7月31日までのため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら黄色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、令和6年7月31日です。
- 紛失したときや汚れたときは再交付しますので、役場保険課保険年金係までお申し出ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 7月 1日
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
被 住 所	広城市連合町1丁目
保 険 者 氏 名	広城 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成20年 4月 1日
発効期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 北海道後期高齢者医療広域連合 公印(朱)

新しい保険証は `黄色、です

### ■ 限度額適用・標準負担額減額認定証と限度額適用認定証も新しくなります

現在ご使用の水色の認定証の有効期限が、令和5年7月31日までのため、8月以降は使用できなくなります。引き続き該当する方は、7月中に新しい認定証を交付しますので、8月1日からは黄緑色の認定証をご使用ください。

新たに必要となる方は、下記の交付要件に該当することをご確認の上、役場保険課保険年金係へ申請してください。

※有効期間は1年間です。

#### ● 限度額適用・標準負担額減額認定証の交付対象

…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	○世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員の住民税が非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	○世帯全員の所得が0円の方 ※公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方 ※給与所得がある場合、その金額から10万円を控除
	○老齢福祉年金を受給されている方

後期高齢者医療限度額適用認定証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
被 住 所	広城市連合町1丁目
保 険 者 氏 名	広城 太郎
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発効期日	〇〇年 8月 1日
適用区分	現役Ⅱ
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 北海道後期高齢者医療広域連合 公印(朱)

## ●限度額適用認定証の交付対象

…次の3区分のうち、現役並みⅠ、または現役並みⅡに該当する方

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者とその同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者とその同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅢ・Ⅱに該当しない3割負担の方とその同一世帯にいる被保険者の方

**新しい限度額適用・標準負担額減額認定証  
と限度額認定証は、黄緑色、です**

後期高齢者医療限度額適用認定証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
被 住 所	広城市連合町1丁目
被 氏 名	広城 太郎
者 生年月日	昭和 7年 7月 7日
発 効 期 日	〇〇年 8月 1日
適 用 区 分	現役Ⅱ
保 険 者 番 号 並 び に 保 険 者 の 名 称 及 び 印	3 9 0 1 1 0 0 0 北海道後期高齢者医療広域連合 <b>公印 (朱)</b>

## ■令和5年度の保険料の計算方法

保険料は、被保険者全員が等しく負担する「均等割」と前年の所得に応じて負担する「所得割」の合計で計算します。

<b>均 等 割</b> 【1人当たりの額】 <b>51,892円</b>	+	<b>所得割</b> 【本人の所得に応じた額】 (令和4年中の所得－最大43万円) × <b>10.98%</b>	=	<b>1年間の保険料</b> 【限度額66万円】 (100円未満切捨て)
---	---	---	---	--

○1年間の保険料の上限額は、66万円になります。

○年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

※「所得」とは、前年の「収入」から費用経費（公的年金等控除や給料所得控除額など）を引いたものです。

※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

●問い合わせ先 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601  
(札幌市中央区南2条西14丁目国保会館6階)  
役場保険課保険年金係 ☎62-2187

# 津波防災避難訓練・防災講演会を実施

昭和35年チリ地震津波の教訓を風化させないため、5月24日に津波防災避難訓練を実施しました。

訓練では、午前6時30分頃に釧路沖を震源とした震度6強の地震が発生した想定で、【訓練】緊急地震速報を放送し、町民は安全確保行動（シェイクアウト）を行いました。その後、午前6時32分に大津波警報が発表された想定で、町民は各避難場所へ避難を開始しました。

避難訓練のほかに、「水門等の閉鎖訓練」・「避難場所との情報伝達訓練」・「災害対策本部運営訓練」・北海道立総合研究機構と共同による「避難タワー予定地までの避難行動実証試験」・「霧多布保育所の車避難の実証試験」を行いました。GPS計測器を町民の方、町職員が携帯して避難時間などをデータ化し、計測記録と浸水予測時刻を比較することにより、今後の避難の課題整理に役立てられます。実証試験に参加された皆さま、ご協力ありがとうございました。

なお、今回の訓練は、全体で775人の方々に参加いただき、参加率は26.6%でした。



	避難場所	参加人数	内徒歩避難	車両避難人数	車両台数
1	役場庁舎	55人	20人	35人	24台
2	ゆうゆ	29人	10人	19人	12台
3	茶内コミセン	12人	—	12人	7台
4	MO-TTOかぜて	11人	—	11人	8台
5	浜中改善センター	28人	—	28人	20台
6	姉別改善センター	41人	—	41人	33台
7	霧多布高校	65人	65人	—	—
8	アゼチの岬	15人	—	15人	10台
9	湯沸下海岸高台	16人	4人	12人	7台
10	琵琶瀬展望台	44人	—	44人	29台
11	渡散布前田宅側	21人	2人	19人	9台
12	渡散布戸井宅側	29人	3人	26人	13台
13	火散布コンテナ	32人	5人	27人	19台
14	養老散布坂上	10人	2人	8人	5台
15	丸山散布コンテナ	53人	—	53人	31台
16	藻散布コンテナ	58人	—	58人	31台
17	旧琵琶瀬小	17人	17人	—	—
18	田中鉄工付近	18人	18人	—	—
19	新川西大曲付近	20人	20人	—	—
20	霧多布保育所	8人	4人	4人	2台
	小計	582人	170人	412人	260台
21	関係機関参加者	193人	—	—	—
	合計	775人	—	—	—

※避難対象人数2,910人

また、午後からは防災講演会を開催し、日本赤十字北海道看護大学災害対策教育センターの根本教授、北海道立総合研究機構の戸松部長、森松課長をお招きして、本町の課題である防災対策についてご講演いただき、71人の方々にご来場いただきました。

今後も防災意識の更なる向上を目指し、継続的に避難訓練等を実施しますので、皆さまの参加をお願いします。

●問い合わせ先 役場防災対策室防災係 ☎62-2138

## ●地域の特徴を知る

ここ数年、全国各地で台風や集中豪雨による土砂災害や住宅の浸水被害が相次いで発生しています。災害はいつ起こるか分かりません。他人事と考えず、日頃から災害への備えをしておきましょう。

特に、低地帯の洪水、傾斜地の土砂災害などが起こりやすい場所など、住んでいる地域の危険ポイントを知っておきましょう。

## ●雨・風に注意する

大雨による浸水・崖崩れなどにより、危険になる場所があります。1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上の降水量になったら十分な注意が必要です。さらに、秒速20m以上の強い風にも注意が必要です。

風水害は事前に予測可能なことも多いため、気象情報に注意して、早めの対策をとるようにしましょう。

## ●最新の情報を入手する

ラジオやテレビ、ホームページなどで最新の気象情報を入手し、早めの対策を行うことが大切です。災害が発生すおそれがあるときは、町の防災行政無線や緊急速報メールなどで防災情報を発信しますので、避難情報等が発令された場合や身の危険を感じた時はすぐに避難しましょう。

### 気象警報等の種類

種類	発表基準
大雨警報（浸水害）	降った雨が地表面にどれだけ溜まっているかの基準により発表
大雨警報（土砂災害）	降った雨による土砂災害の高まりの基準により発表
洪水警報	洪水危険度の高まりの基準により発表
暴風警報	陸上で20m/s、海上で25m/sの基準により発表
暴風雪警報	陸上で18m/s、海上で25m/sの基準により発表
大雪警報	12時間降雪の深さ40cmの基準により発表
波浪警報	波の高さ6mの基準により発表
高潮警報	潮位高1.1mの基準により発表
特別警報	数十年に一度発生する大規模な災害が予想される時発表
記録的短時間大雨情報	1時間雨量が80ミリ前後の猛烈な雨が観測された場合に発表

### 避難情報

区分	とるべき行動
高齢者等避難	災害のおそれがあるため、危険な場所から高齢者等は避難する
避難指示	災害のおそれが高いため、危険な場所から全員避難する

## ●避難するときには

- ◆危険がせまる前に避難しましょう。
- ◆避難することを必ず誰かに伝えましょう。
- ◆必ず靴をはきましょう。(サンダルなどは危険です)
- ◆持ち物はリュックに入れるなど、いざというときは両手を使えるようにしましょう。
- ◆水の中を歩くときは、側溝やマンホールなどにはまらないよう足元に十分注意しましょう。
- ◆水の深さがひざの上まであるときは、無理して避難するより、住宅の2階など高いところにとどまる方が安全な場合もあります。

## ●浜中町の観測史上の大雨、強風

区分	順位	年月日	雨量・風速	観測場所
降り始めてからの 最大雨量	1位	平成4年9月10日～12日	207.0ミリ	茶内原野
	2位	平成25年9月15日～16日	193.5ミリ	茶内原野
	3位	平成27年9月18日～20日	192.0ミリ	茶内原野
1時間の最大雨量	1位	平成18年6月18日	58.0ミリ	茶内原野
	2位	平成25年9月16日	53.0ミリ	茶内原野
	3位	平成22年8月12日	47.0ミリ	茶内原野
瞬間最大風速	1位	平成29年9月18日	31.5m/s	榊町
	2位	令和4年1月12日	29.6m/s	榊町
	3位	平成29年12月26日	27.4m/s	榊町

2013年9月 氾濫寸前のノコベリベツ川



2015年9月 茶内市街の浸水



## ●事前の備え

- ★窓のカギをかけ、シャッターはしっかりと閉めましょう。
- ★風で飛ばされそうな物を固定したり、建物の中に入れておきましょう。
- ★側溝や排水口は清掃して水はけを良くしておきましょう。
- ★停電・断水に備え、浴槽に水を張ることや飲料水、懐中電灯、電気を必要としないポータブルストーブ、電池式のラジオなど、非常備蓄品と必要最低限の非常持ち出し品を用意し、確認しましょう。



## 浜中診療所からのお知らせ



問い合わせ先  
町立浜中診療所  
☎62-2233

### 【浜中診療所医長の就任について】

縁があり6月1日付けで浜中診療所に就任した高松昌史と申します。

出身は留萌郡小平町という日本海に面した小さな町です。加藤所長と3年間、寮生活をともにした函館ラ・サール高校を卒業し、進学先の旭川医科大学を平成21年に卒業しました。以後14年間のうち（研修医も含め）、最初の7年は医局人事で外科医として、同医局退職後の7年は釧路市へ引っ越し、内科医として勤務してきました。

単身赴任中もいずれは家族を浜中町に呼んで一緒に暮らそうと考えています。両親も高齢ですし、子どももまだ小さいので、今後はいろいろな方々にお世話になることと思います。微力ではありますが、加藤所長のもと、浜中町の地域医療に貢献できるよう、皆さまと相談、協力しながらがんばって行きたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



### 【内科医師派遣診療のお知らせ】

北大第二内科医師による診療を行います。この期間中は急な体調不良など、症状に応じて対応しますので、来院される前に必ず下記まで電話連絡をお願いします。

○診療予定日 7月7日(金)～7月9日(日)、7月28日(金)～7月30日(日)

## 浜中町電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金のご案内

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯（住民税非課税世帯）や令和5年1月～9月までに家計急変のあった世帯に対し、1世帯あたり3万円を現金支給します。

対象となる世帯主の方に、7月上旬に確認書を郵送します。必要事項をご記入のうえ、同封の返信用封筒で郵送してください。

申請が必要な場合もありますので、ご不明な方は下記社会福祉係までご相談ください。

- 支給対象世帯：令和5年度の住民税が非課税の世帯  
令和5年1月～9月までの家計急変世帯
- 給付金の額：対象世帯に3万円
- 給付方法：世帯主名義の口座へ振り込み
- 提出期限：令和5年9月29日(金)まで（必着）

- 問い合わせ先 浜中町住民非課税世帯等臨時給付金 担当窓口  
役場健康福祉課社会福祉係 ☎62-3331 受付時間 8時30分～17時15分  
(土日祝を除く)



## ごみ博士からのお知らせ！

### ●今回は令和5年度「自然の番人宣言」 湿原クリーン作戦についてじゃ！

5月28日に六番沢～琵琶瀬展望台、ゆうゆ～アゼチの岬を清掃場所とした「自然の番人宣言」湿原クリーン作戦を実施し、32団体約185人(一般参加者6人を含む)の参加があったぞ。参加してくれたみんなのおかげで、町がきれいになって気分もすっきりじゃのう。今年度は、80kgのゴミを回収されたのじゃが、それだけのゴミがポイ捨てされているのはとても悲しいことじゃ。浜中町の美しい景観を未来に引き継いでいくためにも、町内一斉清掃や湿原クリーン作戦等への積極的な参加をよろしく頼むぞ。

#### 湿原クリーン作戦参加団体一覧

タカナシ乳業(株)北海道工場、明治安田生命根室営業所、赤石建設(株)、(株)丸物出口興産、(有)出口板金店、(有)石橋組、(有)中原電器商会、(株)今井建設、(有)矢原電設、農基開発(株)、(株)カマザワ、(有)曲田石油店、大地みらい信用金庫浜中支店、浜中町商工会、(有)霧多布清掃社、丸重種市建設(有)、認定NPO法人霧多布湿原ナショナルトラスト、(株)浜中運輸、浜中漁業協同組合、浜中町農業協同組合、浅野アタカ(株)、霧多布郵便局、茶内郵便局、浜中郵便局、姉別郵便局、琵琶瀬郵便局、霧多布中央ハイヤー(株)、浜中ロータリークラブ、中高生ボランティアリーダー、散布小学校、霧多布高等学校、浜中町役場(順不同)



★今年度の「自然の番人宣言」湿原クリーン作戦の実施にあたり、タカナシ乳業(株)北海道工場様からお飲み物の提供、明治安田生命保険相互会社釧路支社根室営業所様からごみ袋の寄贈をいただきました。誠にありがとうございました。

**面倒なことでも、小さなことからコツコツと！  
それがごみ分別マスターへの一番の近道じゃ！！**

## 税務課からのお知らせ

### 国民健康保険税（第1期）、固定資産税（第2期）の納期限のお知らせ

7月31日は国民健康保険税（第1期）、固定資産税（第2期）の納期限です。口座振替を利用されている方は、前日までに残高の確認をお願いします。

なお、国民健康保険税の納入通知書は、7月中旬頃に発送予定です。

#### 納税は口座振替で

納税には、簡単で便利な口座振替（自動払込）をご利用ください。手続きは町内の各金融機関で行うことができます。詳しくは下記までお問い合わせください。

**納期が既に経過しています！**

○軽自動車税 ○町道民税（第1期） ○固定資産税（第1期）

※納期限を過ぎた税は『**滞納**』扱いとなります。未納者に対して納付の催告（督促）書を送付し、職場調査や預貯金調査等を行う場合もあります。

職場調査



●問い合わせ先 役場税務課収納係 ☎ 62 - 2174



## きりたっぷ子ども自然クラブ「川のさがし！」

5月の子ども自然クラブは、霧多布湿原センター近くを流れる川で、生き物さがしをしました。

少し雨が降っていましたが、湿原センターからトレッキングしながら川に向かい、やちぼうずやエンコウソウなどの季節の花を観察しました。川に着いたら、網を持って水中の生き物を探し、捕まえたものを小さい水槽で観察しました。みんな真剣な表情で、自分の捕まえた生き物を観察していました。

湿原センターに戻ってきたら、みんなでお弁当を食べ、手作りマッシュマロピザを食べながら暖まりました。子どもたちからは「エビや魚を見つけられてよかった!」「ピザおいしかった!」などの感想を聞くことができました。たくさんのご参加、ありがとうございました!



## 展示のお知らせ～大坪俊裕さんの写真展を開催します～

浜中町在住の写真家、大坪俊裕さんが撮影した写真を展示します。霧多布湿原の美しい一瞬を魅力的に切り取った大坪さんの作品をぜひご覧ください。霧多布湿原センター内ミュージアムショップで、大坪さんが撮影した写真のポストカードの販売も行っています。

○展示期間：7月1日(土)～8月31日(日)

○場 所：霧多布湿原センター 2F タンチョウホール

○開館時間：9時～17時

詳しくはホームページ・SNSをご覧ください。皆さまのご来館を、心よりお待ちしております!

●予約・問い合わせ先 霧多布湿原センター ☎65-2779 <http://www.kiritappu.or.jp/center/>

## 地域おこし協力隊員!! めぐ☆たんの活動日誌

こんにちは。地域おこし協力隊の内田です。

ワタスゲの時期が終わり、エゾカンゾウが咲いて夏本番の浜中町、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

今回は私が受験した「北海道アウトドアガイド資格試験」の様子を報告します。昨年2回行なわれた筆記試験に合格し、今年の5月末に行われた実技試験に挑みました。朝7時に釧路町にある達古武湖に集合した後、午前中はガイド実演と応急処置試験がありました。午後は、筆記試験・面接試験と1日かけて試験が行われるのですが、筆記試験のうち100問を20分間で解くのは大変でした。当日は自分以外にも地域おこし協力隊の方が数人受験しており、地域ごとのさまざまな背景やガイドを志す理由などいろいろとお話を聞いたのが嬉しかったです。

湿原センターの職員の皆さまにもいろいろと協力していただき、おかげさまで無事合格する事が出来ました。自身の目標を1つ達成したことで、この先もよりいっそう活動に力を入れていきたいと思いました。

地域おこし協力隊 内田愛実(うちだ めぐみ)



しよっかい  
食改の だいどころ

浜中町食生活改善協議会のおすすめレシピ紹介！

「ごぼうとさつまいものきんぴら」



【材料：4人分】

- ごぼう……………60g
  - さつまいも……………80枚
  - サラダ油……………大さじ1/2杯
  - 白ごま……………適量
- ┌しょうゆ……………大さじ1/2杯
  - A 砂糖……………小さじ1杯
  - └みりん……………小さじ1杯

【作り方】

- ① ごぼう、さつまいもは細切りにする。
- ② フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、①を2～3分炒める。Aを混ぜ合わせて加え、炒め合わせる。
- ③ 器に盛り、ごまをふる。

\*浜中町食生活改善協議会では…\*

「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、町民の皆さまの健康維持・増進につながるよう活動をしています。



野菜を食べよう簡単レシピ  
「ズッキーニのナムル」

【材料：4人分】

- ★ズッキーニ……………200g
  - ★塩
- ┌にんにく……………小さじ1/2杯
  - A ごま油……………大さじ1/2杯
  - └塩……………少々
  - └白すりごま……………大さじ1杯

野菜摂取量  
は約50g



【作り方】

- ① ズッキーニをスライスして塩もみする。
- ② しんなりしたら水で洗って、水気をしぼる。
- ③ ボウルにAを入れて、②と和えたら完成。

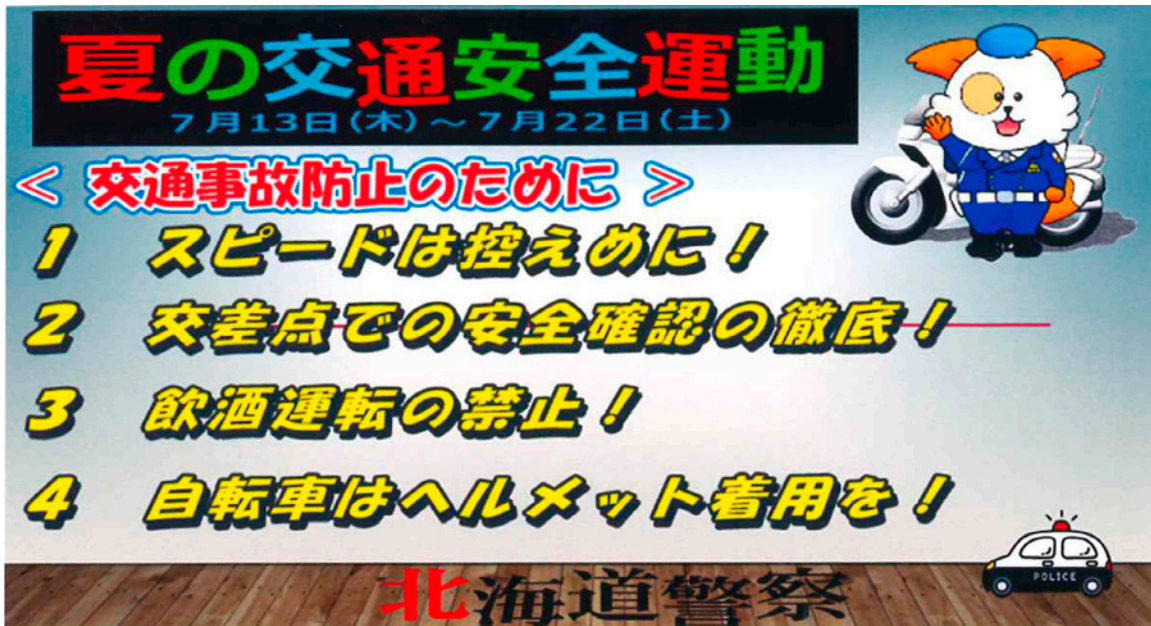
1人分

エネルギー 31kcal

食塩相当量0.5g

## 駐在所からのお知らせ

厚岸警察署 ☎52-0110 霧多布駐在所 ☎62-2151  
浜中駐在所 ☎64-2151 茶内駐在所 ☎65-2151





**夏の交通安全運動**  
7月13日(木)～7月22日(土)

**< 交通事故防止のために >**

- 1 スピードは控えめに!**
- 2 交差点での安全確認の徹底!**
- 3 飲酒運転の禁止!**
- 4 自転車はヘルメット着用を!**

北海道警察



### ●ドライバーの皆さんへ

- ★スピードの出し過ぎや無理な追い越しは、正面衝突や路外逸脱事故など重大な交通事故を招く可能性があります。交通ルールをしっかりと守り、安全運転に努めましょう。
- ★車に乗ったら、すべての座席でシートベルトを着用しましょう。



### そのバイト大丈夫?

物をとりに行くだけ



簡単にできる

SNSなどの「闇バイト」・「裏バイト」に注意! 特殊詐欺や強盗などの犯罪に加担しない! 軽はずみな行動が重大犯罪に!

- ◆ SNSなどで募集されている「闇バイト」・「裏バイト」などと呼ばれる高額アルバイトは、重大な犯罪に加担させられるおそれがあります。楽をして大金を稼げるアルバイトは存在しません。
- ◆ 闇バイトに応募してしまうと犯罪組織の手先として利用され、犯罪者となってしまいます。
- ◆ 闇バイトから抜け出せない、脅されている、申し込んでしまった。そんなときはすぐに警察に相談を!

## 北海道警察官募集中

～あなたにしかできない仕事がある～

### ○受験資格

【学歴】A区分～学校教育法による大学（短期大学を除く）等を卒業したも者（令和6年3月末までに卒業見込みの者を含む）

B区分～A区分以外の者

【年齢】平成3年4月2日～平成18年4月1日までに生まれた者（令和6年4月1日現在で18歳以上33歳未満）

## 5 / 霧多布小学校で津波避難訓練

15

～しっかり避難経路を確認～

5月15日、霧多布小学校（葛西敏之校長）の児童たちが、地震による津波を想定した避難訓練を実施しました。

校舎から役場までの避難経路をしっかりとした足取りで駆け上がりました。

避難を終え、役場庁舎内会議室にて、「皆さん真剣に取り組んでいてよかったです。今年から、役場庁舎3階へ避難場所が変更となりましたが、素早く行動できていました」と担任の先生からの話があり、校長先生からは、最近の地震について、発生から津波到達までの時間と迅速な避難行動の重要性などの説明がありました。



## 5 / 散布小中学校があさり島活動

18

～食害生物の生態を学習～

5月18日、散布小中学校（村瀬清史校長）の小学5・6年生14人と中学生6人、計20人が火散布沼の「あさり島」であさり掘りを行いました。

児童生徒の皆さんは、あさりを掘るかたわら、外敵であるタマガイなどの駆除、あさりの選別作業も体験しました。皆さんは慣れた手つきであさりを掘り、楽しみながらも一生懸命に作業を進め、採取したあさりの総量は547kgと去年を大きく上回る量となりました！

あさりを出荷して得た売上は町をPRするために、文化祭や地域大感謝祭といったイベントで無料配布されるグッズの製作等に用いられるとのこと。

「あさり島活動」は平成22年度から始まっており、児童生徒の皆さんが、地域のことを知り、誇りや愛着を持ってもらうことを目的として続けている取り組みです。今年の活動のテーマは「食害生物の生態学習」です。今後たくさんの人へ散布の魅力伝えていくことが期待されます。



## 5 / 散布小中学校で花壇整備

19

～4年振りの「少年と高齢者のふれあい促進事業」～

5月19日、散布小中学校で小学1・2年生の子どもたちと長楽会のお年寄りが集まり、校舎前の花壇に花を植えました。この活動は、生涯学習支援者バンクを活用した「少年と高齢者のふれあい促進事業」として4年ぶりの開催となりました。

植えた花は、マリーゴールドとキンギョソウの2種類で、子どもたちが今日のために花壇のレイアウトを考えてきたそうで、合計100株の花を一生懸命に植えました。花を植え、たくさん水をあげた後に子どもたちが遠くから花壇を眺めてみたところ、とても鮮やかな色合いに「きれいにできた！」と満足げな表情を浮かべていました。



## 5/21 令和5年度浜中消防署総合演習を開催

～雨の中消防団員が分列行進～

5月21日、町内の消防団が集まり、令和5年度浜中消防団総合演習が開催されました。

この日は、あいにくの雨のため、競技大会は中止となってしまいましたが、渡部健団長をはじめ、111人の団員が霧多布市街で分列行進を行った後、浜中消防署に集合し、辞令交付・表彰式が執り行われました。



## 5/26 第29回浜中町植樹祭

～浜中漁協女性部「お魚殖やす植樹運動」と同時開催～

5月26日、第29回浜中町植樹祭（同時開催：浜中漁協女性部「お魚殖やす植樹運動」）が湯沸にて開催されました。

各自治会や産業団体をはじめ、200人の町民の皆さんが参加し、今年はカシワ400本、グイマツ200本、イヌエンジュ200本を植栽しました。

霧多布小学校の6年生も参加し、笹の根に苦労しながらも協力し合い、一生懸命植えていました。

なお、今回の植樹祭には、(株)丸物出口興産による木質チップの提供、(株)濱谷建設と(株)プラテックによる苗木の提供、鉋根農業を育てる会によるタオル提供をいただきました。



## 6/5 田畑秀子さんと立花英敏さんが春の叙勲を受章

～「旭日単光章」・「瑞宝単光章」を受章～

4月に2023年春の叙勲が発表され、田畑秀子さんが「旭日単光章」を、立花英敏さんが「瑞宝単光章」を受章し、6月5日に役場で伝達式が行われました。

田畑秀子さんは、平成10年3月に浜中町選挙管理委員会委員に選任後、平成22年までの12年間を委員として、平成22年から令和4年の12年間は浜中町選挙管理委員会委員長として、永きにわたり公正な判断と優れた指導力により、数多くの選挙執行の適正管理と啓発にご尽力されました。

立花英敏さんは、昭和40年に国勢調査員として任命されて以来、58年間にわたり各統計調査の調査員を務められ、調査票の配布から収集まで計画的に進め、事務に支障をきたすことがないよう、常に他の模範となってこられました。

このたびの受章、誠にありがとうございます。



## 6/9 茶内保育所・霧多布保育所幼年消防クラブ入会式

～今年も元気に火の用心～

5月24日に茶内保育所、6月9日に霧多布保育所で幼年消防クラブ入会式が行われました。幼年消防クラブは、子どものうちに消防研修を行うことで、火に対する正しい認識を持ってもらい、火災の減少を図るとともに、人命を尊重し、財産の保全を図る大人になってくれることを目的としています。

今年の入会は、茶内保育所が9人、霧多布保育所が18人で子どもたちは火の用心などと書かれた半てんを身にまとい、入会式に参加しました。誓いのことばでは、「ぼくたち、わたしたちは、今日から幼年消防クラブの仲間です。子どもたちに火遊びをしないように、大人たちにたばこの投げ捨てをしないように呼びかけ、町から火事なくなるように頑張ります」と力強い宣誓がありました。宣誓後は、1人ずつ記念撮影を行い、消防署からお菓子のプレゼントを受け取りました。



## 6/9 町が交通事故死ゼロ1,500日達成

～今後も交通事後の減少に向けた取り組みを進めていきます～

6月9日、町は平成31年4月29日から交通事故死ゼロ1,500日を達成し、釧路総合振興局の杉山誠一くらし子育て担当部長から表彰状を伝達いただきました。

町では、今度も「悲惨な交通事故を起こさない、遭わない」を合言葉に、交通事故の抑止に向けた取り組みを進めていきます。町民の皆さまにおかれましては、引き続き交通安全運動へのご協力をよろしくお願い申し上げます。





## 浜中町花いっぱいコンクール応募お待ちしております！

花いっぱい運動は、広く浜中町に定着し、町民の生活にゆとりをもたらし、安らぎのあるコミュニティづくりや町的美観向上に大きな役割を果たしています。

コンクールを開催することで、美しい環境づくり運動の一層の進展を図ろうとするものです。たくさんの応募をお待ちしています。

### 《第21回 浜中町花いっぱいコンクール実施要領》

#### ◆応募対象

町内の各家庭、学校、職場、公共施設などに造成された花壇やフェンス花壇、フラワーポット、プランターなどを用いたフラワーガーデンとします。

#### ◆応募方法

応募希望者（団体等）は、下記問い合わせ先までご応募ください。

#### ◆締め切り日

7月14日(金)

#### ◆審査

7月下旬～8月上旬の期間で日程を調整し、フラワーマスターにより審査を行います。

#### ◆審査基準

地域性、花壇デザイン、配色、環境との調和、管理状況について審査します。

#### ◆結果発表

入選されたフラワーガーデンは、広報紙での発表を行うとともに表彰させていただきます。

●問い合わせ先 浜中町自治会連合会事務局（役場企画財政課企画調整係） ☎62-2237



## 子宮頸がん予防ワクチン (HPVワクチン) についてのお知らせ

HPVワクチンについては、令和4年4月に積極的な接種勧奨が再開され、令和5年4月からは、それまでの2価ワクチンと4価ワクチンに加え、新たに9価ワクチンが公費で接種できるようになりました。9価ワクチンは浜中診療所で接種することができ、接種を開始する年齢により2回もしくは3回の接種が必要です。

接種対象者は**中学1年～高校1年相当の女子**と、接種勧奨を控えていたことにより接種機会を逃した**平成9年度生まれ～平成18年度生まれの女性**です。\*

令和5年度は15歳未満の女子を対象に予診票を送付していますが、それ以外の接種対象の方で予診票の送付を希望される方は、役場健康福祉課健康推進係までお問い合わせください。

※平成9年度生まれ～平成18年度生まれの女性が公費で接種できるのは令和7年3月末までです。HPVワクチンは接種完了まで半年ほどかかることから、希望される方はお早めに接種を開始してください。

●問い合わせ先 役場健康福祉課健康推進係 ☎62-2307

## 令和6年度 釧路管内町村職員採用資格試験のご案内

令和6年度に採用される釧路管内町村職員の採用資格試験が9月17日(日)に釧路町公民館で行われます。受験資格、申し込み等については次のとおりです。

### 受験資格

○高卒…平成12年4月2日～平成18年4月1日までに生まれた者  
※大卒採用資格試験の申込期間は終了しております。

### 受験申込

申込書を7月3日(月)～8月2日(水) (郵送の場合は8月2日付消印有効) までの間に、役場総務課もしくは釧路総合振興局内釧路町村会に提出してください。  
(申込書は、7月3日から役場総務課職員係でも交付します)

◆申し込み・問い合わせ先 役場総務課職員係 ☎62-2129  
釧路町村会事務局 ☎0154-43-0649

## 自衛官候補生・一般曹候補生・航空学生を募集します

令和6年3・4月採用の「一般曹候補生」と「航空学生」の募集受付が、令和4年7月1日(金)から開始されます。また、「自衛官候補生」の募集が現在受付中となっています。下記をご覧の上、期日までにお申込みください。

種目	受験資格	受付期間	試験日
自衛官候補生 (男子・女子)	18歳以上33歳未満の者	通年	9月22日(金)
			9月23日(土)
			9月24日(日)
一般曹候補生 (男子・女子)		7月1日(土)～ 9月5日(火)	9月16日(土)
			9月17日(日)
航空学生	航空自衛隊18歳以上21歳未満	7月1日(土)～ 9月7日(木)	9月18日(月・祝)
	海上自衛隊18歳以上23歳未満		

※試験日が複数日ある種目は、いずれかの1日となりますので、都合の良い日に受験できます。

◆問い合わせ先 役場総務課総務係 ☎62-2125  
自衛隊帯広地方協力本部 釧路出張所 ☎0154-22-1053



**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

**サマージャンボミニ3,000万円**  
(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

**7月4日(火) 2種類同時発売!** 発売期間 7/4(火)～8/4(金)  
抽せん日 8/18(金)

公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円



## 海上保安学校学生 採用試験のお知らせ

**受験資格** 令和5年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して12年を経過していない者および令和6年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者等

**受付期間** 7月18日(火)～7月27日(木)  
(インターネット申し込み)

**第1次試験** 9月24日(日)/試験地：釧路市など

**第2次試験** 10月17日(火)～10月26日(木)の指定する日/試験地：小樽市など

**第3次試験** 12月2日(土)～12月12日(火)の指定する日(航空課程のみ)/試験地：東京都

●問い合わせ先 釧路海上保安部管理課  
☎0154-22-0118

## マリンレジャー・ 釣り愛好家の皆さんへ

7月16日～8月31日は、「夏季安全推進活動期間」です。安全にマリンレジャーや釣りを楽しむために次のことを守りましょう。

- ▶ ライフジャケットを常に着用してください。
- ▶ 携帯電話を防水パックに入れて携行し、緊急時はすばやく118番へ通報してください。
- ▶ できるだけ複数で行動してください。
- ▶ 事故を未然に防ぐため、海上保安庁が提供する「海の安全情報」など利用し、最新の気象情報を入手、天候の悪化が見込まれる場合は早めに帰る判断をしましょう。
- ▶ 船舶の発航前には、救助支援者の確保と発航前点検を実施し、航行中には常時見張りを徹底してください。

### ●問い合わせ先

釧路海上保安部交通課 ☎0154-21-5575

## ポリテクセンター釧路 職業訓練受講生募集

ポリテクセンター釧路では、ハローワークに求職の登録をしている方を対象に10月職業訓練受講生を募集しています。

**募集学科** 建設荷役車両運転科 20人  
ビジネスワーク科 15人

**申込受付** 7月31日(月)～9月8日(金)

**見学会** 8月17日(木)、8月24日(木)

**選考日** 9月14日(木)

**訓練期間** 10月3日(火)～3月28日(木)

**費用** 20,000円程度(テキスト代)

●申し込み先  
ハローワーク釧路 ☎0154-41-1201

●問い合わせ先  
ポリテクセンター釧路 ☎0154-57-5938

## 令和5年度北海道障害訓練生 10月生を募集します

北海道障害者職業能力開発校では、令和5年度10月生を下記のとおり募集します。

**対象者** 障がいをお持ちの求職者

**訓練科目** 建築デザイン科

**願書受付** ①7月24日(月)～8月22日(火)

**選考試験** ①9月5日(火)

**選考場所** 北海道障害者職業能力開発校  
(砂川市焼山60番地)

**試験内容** 数学・国語・面接

### ●申し込み先

ハローワーク釧路 ☎0154-41-1201

### ●問い合わせ先

北海道障害者職業能力開発校  
☎0125-52-2774



学校発信情報

# 「まなぶん」

このコーナーは、町内の小・中学校における特色ある教育活動や取組を紹介するコーナーです。

また、愛称の「まなぶん」は、「学ぶ」と地図記号で学校を表す「文」を合わせたものです。町内小学校4校・中学校4校を連載でご紹介しています。

## 《茶内小学校》 思いやりのある 自ら鍛える子 進んで学ぶ子

～ 連携を強め子どもが育つ学校へ ～

本校では、重点教育目標『役に立つ喜び』や『やればできること』を実感し、『自分を好きになれる』茶小の子』を目指し教育活動を進めています。

その中で、大きな力となっているのが、地域の皆さまです。例をあげると



①本年度は、役員会も全体で開催し、単独のPTA研修も実施の茶小PTA

②地域とともに地区で目指す子ども像の実現に向けた先導役のコミスク

③図書環境の支援・本との出会いに力を発揮している読み聞かせボランティアの方々

と数多くの力が加わっています。



また、茶内地区サポーターの活動も推し進め、多くの経験を児童のために教えていただく機会も充実させていきます。さらに、次年度開校100周年に向けて、茶内地区の歩みや多様な世代の方々の声を聞いて学習を進めることもできたらと思います。地域とともに学びを深化させている茶小です。

### 学校データ

(5月1日現在)

校長	佐久間 勝教
教頭	大山 俊彦
教員数	11人
養護教諭	1人
事務職員	1人
事務生	1人
管理人員	1人
指導員	1人
支援員	1人
児童数	99人
学級数	10学級

## 私たちの町の高等学校

# 霧多布高校通信

5月12日(金)、5・6時間目に、全校生徒で校外清掃を行いました。晴天の中、1年A組は湿原センター下駐車場からMGロードを通って帰校、2年A組は本校から木道散歩道で折り返して帰校、2年B組は本校から霧多布大橋・霧多布港周辺を經由して帰校、3年A組は本校からクリーンセンター・総合体育館周辺を經由して帰校の4ルートで実施しました。生徒からは「ゴミ拾いを通して地域に貢献できてよかった」という声や「たばこの吸い殻やペットボトルのポイ捨てが多かった」という声がありました。今年度は特に2年B組のルートのゴミが多く、この日全学年で拾ったゴミの重量は4kgありました。今回の校外清掃を通して地域の環境について考える良い機会となりました。



# 学校教育からの情報コーナー

## 大奮闘！力の限りを尽くした 運動会

6月は、4つの小・中学校で運動会が開催されました。保護者との共同種目や団体種目、保育所園児の種目が実施されることもあり、これまでの運動会の雰囲気に戻りつつありました。会場の保護者の皆様から大きな拍手を浴びて、子どもたちは、力一杯頑張ることができました。

どの学校も、児童会・生徒会が中心になって立てたスローガンに向かって、一人ひとりの子どもたちが役割を果たし、応援をしながら絆を深め、心を一つにして取り組む姿が輝く運動会になりました。安心安全な運動会を開催するための準備やご指導をいただいた教職員の皆さま、子どもたちを励まし、たくさんの応援をしてくださった保護者の皆さま、ありがとうございました。

なお、7月8日(土)には、浜中中学校、茶内中学校で、15日(土)には、霧多布中学校で校内陸上大会や体育大会が開催されます。子どもたちの頑張りに大きな拍手をお願いします。



6月3日 浜中小学校  
みんなで助け合いながら  
楽しい運動会にしよう



6月4日 散布小中学校  
全力  
～笑顔輝くちゅうるっぷ～



6月10日 霧多布小学校  
全校で協力し、全力でがんばりつくす  
最高の運動会にしよう！



6月10日 茶内小学校  
一致団結  
～心を一つに～

# || 運動会 SNAP ||



## 第37回 浜中町少年の主張大会

5月27日(土)に町総合文化センターにて、第37回浜中町少年の主張大会が開催されました。当日は、保護者をはじめ、先生や同級生などたくさんの方が応援に駆けつけ、発表者は大変緊張しながらも、それぞれの体験を交えたすばらしい主張を繰り広げました。

**最優秀賞 佐々木ゆめさん(霧多布中2年/写真)**

**優秀賞 加茂美紗季さん(浜中中3年)**

**優秀賞 土屋ちなさん(霧多布中3年)**

最優秀賞の佐々木さんは浜中町の代表として、7月26日(水)に釧路市で開催される釧路総合振興局地区大会に出場します。



### 最優秀賞『思い』霧多布中学校 2年 佐々木 ゆめ

私には、あまり好きではないおじいちゃんがありました。病院を抜け出し隠れてたばこを吸っていたり、夜勝手に家に帰っていたりなど、とても周りに迷惑をかけていた人でした。でも、体が弱く何度も何度も病気と戦っていました。お母さんは病院から電話が来るたび、車を走らせ飲み物やおじいちゃんが食べたいものを買って届けるという日々が続く、私は、お母さんが帰って来て疲れている姿を見るたびお母さんへの心配の気持ちでいっぱいでした。

学校が休みの日におじいちゃんに会いに行った時、とてもうれしそうな顔で私の名前を呼んでくれました。でもなぜか私は嬉しいという感情にはなれませんでした。それからおじいちゃんに会うことはありませんでした。しかし、ある日親から、「おじいちゃんに会いに行くよ。」と言われ病院に足を運びました。そこには、足も手も痩せていて今にでも死にそうなおじいちゃんの姿がありました。でも、相変わらず嬉しそうに私の名前を呼んでくれたのです。この日が生きたおじいちゃんを見られる、最後の日だとは思っていませんでした。

そして、去年の5月、おじいちゃんが亡くなりました。会いにいくととてもきれいな顔で生きて喋っているかのような顔をしたおじいちゃんがありました。なぜか私は涙が止まりませんでした。生きていた時は嫌な思い出しかなかったと思っていたのに、その顔を見ると、小さい頃留守番を一緒にして、飴をポケットいっぱいにくれたことや、私が大好きなみかんを箱で家に送ってくれたことなどの、私を大切に大事にしてくれた事が頭から離れませんでした。今思うと、体が弱く運転すらできなかったおじいちゃんが私にしてくれる精一杯の気持ちだったと思います。

おじいちゃんを天国に送った後、おじいちゃんが使っていたバッグの中からボロボロの手帳が出てきて、最後のページに「神様、孫の不幸は全部俺にください。」と書いてありました。それを見た瞬間私は、友達などと喋っているときや、寝ながらYouTubeを見ている時もおじいちゃんがこ

んなことを考えていたのかと思うと、もっと優しくしてあげればと思いました。

今、日本では高齢化が問題になっています。私も実際買い物などに行くと高齢者の割合が多いように感じます。その中には、無人レジの使い方が分からず困っている人や、商品の場所が分からずウロウロしている人をよく見かけます。

皆さんはそんなお年寄りをみて「こんなのもできないのか。」「行動が遅い。」など色々な不満を抱いた事はありませんか?ですが、その中には耳や目が不自由な人や、足が弱い人、もしかしたら体調の悪いなか年金が入り大切な家族への買い物をしている人がいてもおかしくはないと思います。

先日、ボランティアリーダーの活動でお年寄りとお触れ合う機会がありました。そこには、とても楽しそうにおしゃべりをしているお年寄りの姿があり、初めて会った私に対してもとてもやさしく話しかけてくれました。沢山のお年寄りとお喋りしたりゲームをしたりなどというとてもいい経験ができたと思います。

私は今おじいちゃんの思いを受け取り、後悔が残らないよう、今、目の前にいる相手を大切に、その相手が生きている事に感謝し、家族や友達と毎日のように充実できるように努力し、一日一日を宝物だと思えるよう過ごしていきたいと思っています。

人は誰でも年を取っていきます。私が高齢者になって大切な人がいたときには、出来る限りの愛情を私なりに注げられたらなと思っています。

皆さんも、大切な人との過去を思い返してみたとき、お世話になった時や可愛がってくれた思い出が出てくると思います。それは、もしかしたらとても小さな事かもしれませんが、その人なりの自分に対する精一杯の思いなのかもしれません。なので、みなさんも大切にしたいという人がいるのであれば、明日その人がなくなったらどうしようと一度考え、その人との時間を大切に後悔がない幸せな思い出を作りたいと思っています。

## 芸術鑑賞会のお知らせ

芸術鑑賞会は、児童生徒に芸術鑑賞の機会を提供し、芸術文化に関心を持った心豊かで健全な子どもの育成を図るとともに、地域の芸術文化活動の普及振興を目的として毎年開催しています。一般の方も無料で鑑賞できますので、お気軽にお越しください。

### 浜中町児童芸術鑑賞会

日 時 7月18日(火) 10時～11時20分  
 会 場 総合文化センター 大ホール  
 公演内容 音楽鑑賞「アンデス民族音楽」  
 公演団体 ワイラ ジャパン  
 対 象 小学生・教職員および一般町民



### 浜中町青少年芸術劇場

日 時 7月20日(木) 9時30分～11時  
 会 場 総合文化センター 大ホール  
 公演内容 演劇「いちご同盟」  
 公演団体 劇団さっぽろ  
 対 象 中学生・教職員および一般町民



## 7月17日は「北海道みんなの日」



1869年（明治2年）北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道（ほっかいどう）」という名称を提案した7月17日は、「北海道みんなの日」、愛称「道みんなの日」です。

「道みんなの日」は、北海道のこれまでの歴史や文化、風土を見つめ直し、これからの北海道を考える日として、平成29年に制定されました。

この日をきっかけに、道民の皆様には、北海道に愛着や誇りを持っていただき、道内外に北海道の魅力や価値を発信する機会としていただければ幸いです。



# 図書室だより



## 今月の新着図書

児童書



### 『まゆとおおきなケーキ』

富安 陽子/ぶん 降矢 なな/え

やまばの娘・まゆは、元気いっぱい力持ち、好奇心旺盛な女の子！  
まゆが住んでいる山に春がやってきて、みんなでパーティーをすることになりました。  
まゆは、おひさまの光でふくらむ「世界一大きなケーキ」を作ろうとしますが、巨大な雲が邪魔をして、なかなかケーキがふくらみません…。

### 『美しきウクライナ』

ウクライナー /著

キーウ洞窟修道院、ハート型の湖、楽器・バンドウーラ、伝統芸能・オピシユネ陶芸、アジホリシキー灯台…。

有名な観光地から、あまり知られていない小さな村まで、戦禍が及ぶ前のウクライナをくまなく訪ね、そこに息づく文化・自然・人々の生活を、鮮やかな写真で紹介している1冊です。



一般書

児童書



### 『ためして！ウラ技大全』

わくわく生活ラボ/著

ウラ技とは、何気ない日常生活をより楽しく、より便利に、より快適に過ごすためのヒントやアイデアのことです。

この本では「髪の毛を早く乾かす方法」、「重い段ボールをラクに運ぶ方法」など、200種類のウラ技を紹介しています！

小さなアイデアとちょっとした工夫で、毎日をもっとワクワクさせてみませんか？

### 『ゆうべの食卓』

角田 光代/著

「食べたい料理は腹を満たす、作りたい料理は心を満たす」  
新型コロナウイルスに翻弄されながら離婚を決意する女性、恋人と別れたことをきっかけに料理に目覚めるサラリーマン、実家を売却することとなった兄弟のささやかな宴会…。さまざまな人生のひとコマを「食卓」というキーワードで紡いだ短編集です。



一般書

## 《今月の映画鑑賞会》

日時：7月15日(土) 受付13時～ 上映開始13時30分～

場所：町総合文化センター2階会議室

上映作品：『魔女の宅急便』(102分)

あらすじ：魔女の子は、13歳になると、一人前の魔女になるために一年間の修業に出なければなりません。魔女のキキは、黒猫のジジとともに、修業のため海辺の街・コリコへやって来ました。初めて訪れた大都会で、さまざまな出来事や人々との触れ合い、時には孤独や挫折を経験しながら、キキは成長していきます。

## 今月のおはなし会

7月8日(土)

22日(土)

場所：町総合文化センター

2階図書室

時間：11時～

# 肥満に注意しましょう！

No.408 保健師・管理栄養士

近年、食生活の欧米化や運動不足から肥満の方が増えてきています。この機会に生活習慣を振り返り、見直してみましょう。

## ◆肥満の種類

- ①「内臓脂肪型肥満（リンゴ型肥満）」  
→内臓に脂肪が多く蓄積するタイプの肥満です。男性に多いです。
- ②「皮下脂肪型肥満（洋なし型肥満）」  
→腰まわりや太ももなど下半身に多く脂肪が蓄積するタイプの肥満です。女性に多いです。

## ◆肥満による危険

肥満は、糖尿病や高血圧・脂質異常症といった生活習慣病の発症リスクを高めます。また、体重過多によって関節痛や腰痛の原因にもなります。さらに、喉に脂肪が付くことによって空気の通りが悪くなって、睡眠時無呼吸症候群を引き起こすこともあります。

## ◆肥満を予防するために

### ★食習慣を見直しましょう★

「早食い」「不必要な間食・夜食」は食べ過ぎにつながり、エネルギーの過剰摂取になりがちです。また「夕食に一番多く食べる」ことも太りやすいので、3食ほぼ同じ量をよく噛んで食べ、腹八分目を心がけましょう。



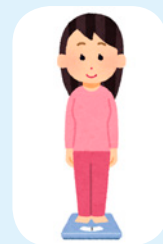
### ★適度な運動をしましょう★

食べ物から摂取したエネルギーの消費が少ないと、体内に脂肪として蓄えられてしまいます。日常生活でこまめに体を動かし、散歩やストレッチなど軽い運動を日課にできるといいですね。



### ★毎日体重計にのりましょう★

体重計にのる習慣をつけると、体重に対する意識が高まります。



●問い合わせ先 役場健康福祉課健康推進係 ☎62-2307



# 今月の行事カレンダー

●浜中町防災無線の放送内容を確認したい方は『☎62-5333』へお電話ください。なお、行政情報については、町HPにも掲載しています。

日にち	行 事	日にち	行 事
1 土		17 月	
2 日		18 火	浜中町児童芸術鑑賞会 (総合文化センター大ホール10:00~11:20)
3 月		19 水	ハツラツ倶楽部わっはっは (役場保健集会室13:30~15:00)
4 火		20 木	姉別ふまねつと教室ふらつと (姉別農村環境改善センター 13:00~14:00) 浜中町青少年芸術劇場 (総合文化センター大ホール9:30~11:00)
5 水	町研一斉研究日 ハツラツ倶楽部わっはっは (役場保健集会室 13:30~15:00) 乳児ママのつどい解放日 (役場保健集会室9:30~11:30)	21 金	
6 木	健康教室 (姉別農村環境改善センター 13:00~14:30)	22 土	今月のおはなし会 (総合文化センター図書室11:00~)
7 金		23 日	
8 土	今月のおはなし会 (総合文化センター図書室11:00~)	24 月	1学期終業式 元気教室さくらサークル (浜中農村環境改善センター 10:00~11:30)
9 日		25 火	夏季救命救急講習会
10 月		26 水	ハツラツ倶楽部わっはっは (茶内コミュニティセンター 13:30~15:00) ママのつどい解放日 (役場保健集会室9:30~11:30)
11 火	健康教室 (茶内コミュニティセンター 10:00~11:30)	27 木	
12 水	ハツラツ倶楽部わっはっは (茶内コミュニティセンター 13:30~15:00) ママのつどい解放日 (役場保健集会室9:30~11:30)	28 金	
13 木	健康教室 (茶内第三母と子の家10:00~11:30)	29 土	
14 金		30 日	
15 土	映画鑑賞会 (総合文化センター2階会議室13:00~)	31 月	
16 日			

あそびのひろば	木金	9:00~12:00	霧多布子育て支援センター
	木金	14:30~16:30	霧多布子育て支援センター
	月火水木金	10:00~12:00	茶内子育て支援センター
	月火水木金	13:30~16:30	茶内子育て支援センター

町内施設の休館日	施設名称	休館日
	総合文化センター	3・10・18・24・31
	総合体育館	3・10・18・24・31
	農業者トレーニングセンター	3・10・17・24・31
	すくらむ21	3・10・18・24・31
	温水プール	3・10・18・24・31
MO-TTOかぜて	2・3・9・10・16・17・23・24・30・31	

## ひとのうごき

5月末現在 (前月比)

- 人口: 5,368人 (- 5)
- 男: 2,639人 (- 2)
- 女: 2,729人 (- 3)
- 世帯数: 2,501世帯 (- 4)

## おたんじょう

茶内市街三区・永井 綺斗ちゃん(翔太郎さん) 茶内福島・齋藤 汐奏ちゃん(友貴さん)

## おくやみ

琵琶瀬親睦・小島 利子さん(96歳) 丸山散布・長内 榮一さん(84歳)  
霧多布一区・諏訪 敦史さん(51歳) 姉別新行・中島 道子さん(94歳)  
霧多布三区・栗本 英彌さん(79歳)

おたんじょう、おくやみは、役場に届け出され、承諾いただいた皆さんのみ掲載しています。

広報紙に掲載している写真について、ご希望の方にはL版印刷した写真またはデータ(JPEG形式)を差し上げます。写真を希望される方は、右記までご連絡ください。

役場総務課情報広報係 ☎62-2246



今月の表紙  
散布小中学校 あさり島活動

5月18日、散布小中学校であさり島活動を火散布沼で実施し食害生物の生態を学習しながら、547kgのあさりを採取しました。(関連12ページ)



文芸サロン

俳句

老犬と涼んでおりぬ青葉陰

福澤 秋桜(茶 内)

炎天下水菓を求む道遠し

陽輝 雅(霧多布)

大様に太陽にかかる入道雲

古屋 理樹(霧多布)

短歌

雨音の向こうに聞こゆさえずりの何やら哀し小夜しぐれかな

福澤 秋桜(茶 内)

草刈りで暑さ我慢し長袖を着ても上から虫に刺される

海際 集住(霧多布)

一つ一つできること増えて未来には想像超える世界が待っている

星方 知瑠(浜 中)

