

2014

11

No.591

はまなか

- ▶平成26年度9月末現在予算の執行状況を報告します
- ▶水道水質検査結果をお知らせします
- ▶税に関するお知らせ ー税の役割と税務署の仕事ー
- ▷Dr.小川の眼鏡のむこう No.22
- ▷まなぶん《霧多布中学校》 ー中高合同バス避難訓練と防災連絡票の取り組みー
- ▷健康サポート ーメディアと子どもー

各町内会の山車が大集合！
(9月23日 霧多布神社例大祭)



コンブを食べよう 牛乳を飲もう “はまなか”

平成二十六年九月末現在 予算の執行状況を報告します

はじめに

毎年、この時期にお知らせしております町の「財政状況」について、今年はどれくらいのお金があつて、四月から九月までの半年間でどのくらい使われ、残り半年間の見通しと今年度における事業の状況についてお知らせいたします。

浜中町の平成二十六年九月末現在の予算は、一般会計・特別会計・企業会計合わせて九五億八八七六万円となっております。

一般会計歳入予算の内、町民の皆様が納める税金や使用料などの自主財源は一八・五％に止まっているのに対し、地方交付税や国・道支出金などの依存財源は八一・五％を占め、本町の財政はその財源の多くを国や道からの交付金等に頼らざるを得ない脆弱な状態となっております。

歳出では、給与費が一八・九％、続いて農林水産業費一六・九％、公債費一一・五％、衛生費一〇・七％の順で以下、民生費・教育費・土木費・総務費となっております。なお、主な事業は、霧多布港海岸陸開改良事業、産業振興資金貸付金、障がい者支援事業、特別養護老人ホーム運営費補助や介護予防自立生活支援事業など一次産業の振興と地域活性化・福祉・教育・環境対策にそれぞれ重点が置かれております。

一般会計【歳入】

(単位：万円、％)

区 分	予 算 額	収 入 済 額	予算執行率
町 税	64,112	38,471	60.0
地 方 譲 与 税	12,230	3,252	26.6
利子割交付金	170	65	38.2
配当割交付金	80	34	42.5
株式等譲渡所得割交付金	10	0	0.0
地方消費税交付金	10,480	4,189	40.0
自動車取得税交付金	2,600	466	17.9
国有提供施設等所在 市町村助成交付金	80	0	0.0
地方特例交付金	120	139	115.8
地 方 交 付 税	354,825	251,884	71.0
交通安全対策特別交付金	130	51	39.2
分担金及び負担金	5,867	1,681	28.7
使用料及び手数料	20,432	9,191	45.0
国 庫 支 出 金	52,897	9,655	18.3
道 支 出 金	38,507	4,688	12.2
財 産 収 入	3,479	1,718	49.4
寄 附 金	435	154	35.4
繰 入 金	5,822	0	0.0
繰 越 金	11,364	15,119	133.0
諸 収 入	15,444	3,276	21.2
町 債	87,199	0	0.0
合 計	686,283	344,033	50.1

一般会計【歳出】

(単位：万円、％)

区 分	予 算 額	支 出 済 額	予算執行率
議 会 費	5,779	3,227	55.8
総 務 費	47,354	17,474	36.9
民 生 費	71,519	32,599	45.6
衛 生 費	73,687	19,756	26.8
農 林 水 産 業 費	115,954	18,492	15.9
商 工 費	13,766	10,701	77.7
土 木 費	54,093	5,031	9.3
消 防 費	32,783	14,464	44.1
教 育 費	61,728	23,463	38.0
公 債 費	79,181	36,327	45.9
給 与 費	129,939	62,081	47.8
予 備 費	500	0	0.0
合 計	686,283	243,615	35.5

※ 歳入・歳出予算額には繰越明許費2億2千2百82万円が含まれています。

繰越明許費とは、経費の性質上、平成25年度内にその支出が終わらないものや、予算成立後の事由に基づいて、平成26年度に繰り越したものをいいます。



特別会計

(単位：万円)

区 分	予 算 額	収入済額	支出済額
国民健康保険特別会計	129,868	43,235	54,972
後期高齢者医療特別会計	6,427	2,174	2,027
介護保険特別会計	45,013	18,678	17,146
浜中診療所特別会計	25,305	4,769	11,331
下水道事業特別会計	40,265	3,058	18,450
計	246,878	71,914	103,926

支出に対する収入不足額は、一般会計からの資金運用で賄っております。

企業会計

(単位：万円)

会 計 名	区 分	予 算 額	収入済額	支出済額
水道事業	収 益 的	19,475	8,536	5,481
	資 本 的	6,240	0	3,110
計		25,715	8,536	8,591

資本的収支の不足額は、減債積立金及び損益勘定留保資金で補てんされます。

地方債の現在高

(単位：万円)

	区 分	未償還元金	未償還利子	計
一 般 会 計	民 生 債	340	11	351
	土 木 債	4,434	276	4,710
	農 林 水 産 業 債	24,749	1,698	26,447
	教 育 債	58,022	5,549	63,571
	公 営 住 宅 債	35,705	4,495	40,200
	商 工 債	6	0	6
	保 健 衛 生 債	5,796	326	6,122
	造 林 事 業 債	24,296	5,012	29,308
	総 務 債	4,377	223	4,600
	消 防 債	3,802	178	3,980
	災 害 復 旧 債	403	4	407
	辺 地 債	75,215	1,463	76,678
	過 疎 債	101,463	3,872	105,335
	道 振 興 基 金	37,637	1,365	39,002
	港 湾 事 業 債	43,718	2,401	46,119
	減 税 補 て ん 債	4,745	275	5,020
	臨時税収補てん債	1,139	46	1,185
	臨時財政対策債	211,689	17,411	229,100
	防災対策事業債	2,110	518	2,628
	緊急防災・減災債	15,603	301	15,904
	計	655,249	45,424	700,673
特 別 会 計	浜中診療所特別会計	2,676	113	2,789
	下水道事業特別会計	277,056	44,909	321,965
	計	279,732	45,022	324,754
企 業 会 計	水 道 事 業 会 計	65,143	12,620	77,763
合 計	計	1,000,124	103,066	1,103,190

町有財産の状況

(単位：万円)

区 分	9 月 30 日 現 在
財 政 調 整 基 金	108,635
減 債 基 金	28,054
開 基 記 念 事 業 基 金	1,126
育 英 事 業 基 金	3,367
土 地 開 発 基 金	3,684
診療所診療委託医師及び 嘱託医師処遇改善準備基金	4,481
人 づ く り 基 金	1,875
福 祉 振 興 基 金	3,975
新規就農者等育成基金	132
水 産 振 興 基 金	3,202
国 保 給 付 改 善 準 備 基 金	39
介護保険給付費準備基金	82
出資金・出捐金・有価証券	9,130
土 地	39,851,170㎡
建 物	110,313㎡
山 林 面 積	28,544,537㎡
立 木 推 定 量	288,096㎡

財政健全化判断比率及び

公営企業資金不足比率の公表について

地方公共団体の財政健全化判断比率及び公営企業資金不足比率は、その団体の財政の健全化や公営企業の経営健全化における目安となる指標で、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」の規定により算定することとされており、この比率に応じて早期健全化計画や再生計画の作成が義務付けられております。

また、この法律では、これらの比率を町議会に報告し、広く町民に公表することとされておりますので、用語の説明と合わせて公表いたします。

用語説明

実質赤字比率

一般会計及び診療所会計（以下「普通会計」という。）の実質赤字額の標準財政規模に対する比率です。

連結実質赤字比率

全会計の実質赤字額または資金不足額の標準財政規模に対する比率です。

実質公債費比率

普通会計が負担する元利償還金及びこれに準ずるものの標準財政規模に対する比率です。

将来負担比率

普通会計が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率です。

資金不足比率

公営企業の資金不足額の事業規模に対する比率です。

平成25年度 浜中町財政健全化判断比率

(単位：%)

区分	本町の比率	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	—	15.00	20.00
連結実質赤字比率	—	20.00	35.00
実質公債費比率	11.4	25.0	35.0
将来負担比率	81.0	350.0	

※ 表内の「—」は赤字でないことを表します。

平成25年度 浜中町公営企業資金不足比率

(単位：%)

公営企業の名称	本町の資金不足比率	経営健全化基準
水道事業会計	—	20.0
下水道事業特別会計	—	20.0

※ 表内の「—」は資金不足でないことを表します。

浜中町福祉灯油のお知らせ

町では、毎年福祉施策の一環として高齢者世帯、重度心身障がい者世帯、ひとり親世帯の低所得世帯に対し、冬期間の暖房費の一部を助成しております。

対象世帯については次のとおりとなっておりますので、**十一月七日金**までに、福祉保健課福祉係または、最寄りの支所で申請してください。

助成対象

平成二十六年十月一日現在において、次の世帯のいずれかに該当しており、平成二十六年町道民税が非課税である世帯。ただし、社会福祉施設入所世帯、生活保護世帯は除かれます。

一、対象世帯

- ① 高齢者世帯
- 満七十五歳以上の単身世帯
- 満七十五歳以上の方と一方が満七十歳以上で構成される世帯
- 満七十五歳以上の方が満十八歳未満の児童のみを扶養している世帯
- ② 重度心身障がい者世帯
- 知的障がい者世帯：療養手帳A判定の方が同居している世帯
- 身体障がい者世帯：障がいの程度が一〜二級の方が同居している世帯

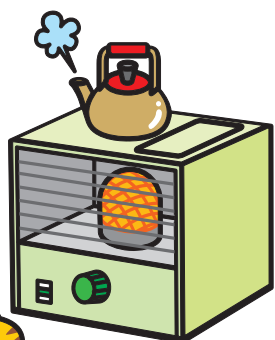
- 精神障がい者世帯：精神障害者保健福祉手帳を交付されている方が同居している世帯
- ③ ひとり親世帯
- 死別、離別等により父または、母が独立して満十八歳未満の児童を扶養している世帯

二、助成額

一世帯当たり、灯油一〇〇リットルを助成する。

三、助成方法

申請により認定通知を受けた方は、灯油、石炭等を購入するときに、同封の助成券を町内業者に提出することにより現物を受領できます。



● 問い合わせ先

福祉保健課福祉係

☎ 六二二一三〇五

水道水質検査結果をお知らせします

● 検査実施項目は水質基準に適合しています ●



町では、安全な水道水を供給するため、水道法令に定められた検査項目により、保健所や鉏路市上下水道部に依頼して、定期的に原水と浄水の水質検査を実施しています。

七月二十二日と二十九日に実施した、浄水（水道庁舎の蛇口から採水）の検査結果は次のとおりで、いずれの項目も水質基準に適合しております。

浄水水質検査結果

採 水 年 月 日	平成26年 7 月22日、29日
水 温	13.4℃
検 査 期 日	平成26年 7 月22日～7 月31日
検 査 機 関 名	鉏路市上下水道部 水質管理課

項 目	単位	基準値	測定値
1 一般細菌	個/mL	100	0
2 大腸菌	検出されないこと		検出せず
3 カドミウム及びその化合物	mg/L	0.003	0.0003未満
4 水銀及びその化合物	mg/L	0.0005	0.00005未満
5 セレン及びその化合物	mg/L	0.01	0.001未満
6 鉛及びその化合物	mg/L	0.01	0.001未満
7 ヒ素及びその化合物	mg/L	0.01	0.0005未満
8 六価クロム化合物	mg/L	0.05	0.005未満
9 亜硝酸態窒素	mg/L	0.04	0.004未満
10 シアン化物イオン及び塩化シアン	mg/L	0.01	0.001未満
11 硝酸態窒素及び亜硝酸態窒素	mg/L	10	0.27
12 フッ素及びその化合物	mg/L	0.8	0.05未満
13 ホウ素及びその化合物	mg/L	1	0.1未満
14 四塩化炭素	mg/L	0.002	0.0001未満
15 1,4-ジオキサン	mg/L	0.05	0.0005未満
16 シス-1,2-ジクロロエチレン及びトランス-1,2-ジクロロエチレン	mg/L	0.04	0.0002未満
17 ジクロロメタン	mg/L	0.02	0.0001未満
18 テトラクロロエチレン	mg/L	0.01	0.0001未満
19 トリクロロエチレン	mg/L	0.03	0.0001未満
20 ベンゼン	mg/L	0.01	0.0001未満
21 塩素酸	mg/L	0.6	0.05未満
22 クロロ酢酸	mg/L	0.02	0.001
23 クロロホルム	mg/L	0.06	0.0075
24 ジクロロ酢酸	mg/L	0.04	0.007
25 ジブロモクロロメタン	mg/L	0.1	0.0006
26 臭素酸	mg/L	0.01	0.001未満

項 目	単位	基準値	測定値
27 総トリハロメタン	mg/L	0.1	0.0109
28 トリクロロ酢酸	mg/L	0.2	0.010
29 ブロモジクロロメタン	mg/L	0.03	0.0028
30 ブロモホルム	mg/L	0.09	0.0001未満
31 ホルムアルデヒド	mg/L	0.08	0.003
32 亜鉛及びその化合物	mg/L	1	0.01未満
33 アルミニウム及びその化合物	mg/L	0.2	0.01
34 鉄及びその化合物	mg/L	0.3	0.05
35 銅及びその化合物	mg/L	1	0.01未満
36 ナトリウム及びその化合物	mg/L	200	10
37 マンガン及びその化合物	mg/L	0.05	0.001未満
38 塩化物イオン	mg/L	200	11.3
39 カルシウム、マグネシウム等(硬度)	mg/L	300	44
40 蒸発残留物	mg/L	500	127
41 陰イオン界面活性剤	mg/L	0.2	0.02未満
42 ジェオスミン	mg/L	0.00001	0.000001未満
43 2-メチルイソボルネオール	mg/L	0.00001	0.000001未満
44 非イオン界面活性剤	mg/L	0.02	0.005未満
45 フェノール類	mg/L	0.005	0.0005未満
46 有機物(全有機炭素の量(TOC))	mg/L	3	0.6
47 pH値		5.8以上8.6以下	7.0
48 味		異常でないこと	異常なし
49 臭気		異常でないこと	異常なし
50 色度	度	5	1.1
51 濁度	度	2	0.05未満
残留塩素	mg/L	-	0.32

判定 実施項目は水質基準に適合

「税を考える週間」〔11月11日(火)～11月17日(月)〕

「税の役割と税務署の仕事」

～「税を考える週間」とは～

国税庁では、国民の皆様に租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、1年を通じて租税に関する啓発活動を行っており、毎年11月11日から11月17日を「税を考える週間」として、集中的に様々な広報広聴施策を実施しています。

平成26年の「税を考える週間」は、テーマを「税の役割と税務署の仕事」とし、以下のとおり実施します。

1 インターネットを活用した広報

国税庁の取組等を紹介するコーナーを更新

国税庁ホームページ内の「ご紹介します 税の役割と税務署の仕事」を「税を考える週間」の開催に合わせて更新します。

また、スマートフォン版も更新します。

○動画で見る税務署の仕事

調査や徴収などの業務をドラマ仕立てで紹介します。

○イラストやグラフで見る税の役割と税務署の仕事

国税庁の取組等を分かりやすく最新のデータで紹介します。

ツイッターの活用

「税を考える週間」の開催に合わせて各種情報を提供します。

(YouTubeの国税庁動画チャンネルや、国税庁ホームページのインターネット番組「Web-TAX-TV」などの情報を発信します。)

2 講演会の実施や関係民間団体等との連携

職員による講演会や関係民間団体、地方公共団体と連携してイベントや作品展などを実施します。

～税の役割や国税庁のICT化・国際化に対する諸施策について紹介します～

ICT化を通じた納税環境の整備

国税庁では、申告・納税の際の納税者の利便性の向上を図るため、ICT化を通じた納税環境の整備を進めています。

具体的には、「確定申告書等作成コーナー」や「e-Tax」の改善のほか、国税庁ホームページにより、納税者が適正に申告・納税が行えるよう納税の意義や税法の知識、手続等について様々な情報提供を行っています。

また、ダイレクト納付やインターネットバンキング等を利用した電子納税といった多様な納付手段を導入しています。

税の役割

国や地方公共団体は、国民の生活に欠かすことのできない公共サービスを提供するため、様々な行政活動を行っており、その活動のために必要な経費を賄う財源が「税金」です。

国税の多くは、納税者自らが税務署へ所得などの申告を行うことにより税額を確定させ、この確定した税額を納税者が自ら納付する「申告納税制度」を採用しています。この申告納税制度が適正に機能するためには、第一に納税者が高い納税意識を持ち、憲法・法律に定められた納税義務を自発的に履行することが必要です。

国税庁では、この納税義務の履行を適正かつ円滑に実現するため、様々な納税者サービスの充実を図っています。

国税電子申告・納税システム(e-Tax)

自宅や事務所などからインターネットを利用して、「①所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税、法人税及び復興特別法人税、贈与税、酒税及び印紙税の申告」「②全税目の納税」「③申請・届出等」の各種手続をすることができます。

また、平成26年6月からスマートフォン等で一部の手続等についてe-Taxがご利用いただけます。

国際的な取引への対応

国税庁では、国際的な取引への対応として、国際的租税回避への対応をはじめとした適正・公平な課税の実現のための取組、国際的な二重課税の防止等のための相互協議、租税条約等に基づく情報交換を行っています。

また、国外財産の適正な課税に資するため、平成26年1月から「国外財産調書」の提出が義務付けられました。

税に関する情報は国税庁ホームページへ

e-Taxに関する情報はe-Taxホームページへ

e-Taxの操作に関するお問い合わせはe-Tax・作成コーナーヘルプデスクへ

www.nta.go.jp

www.e-tax.nta.go.jp

☎0570-01-5901

所得税及び復興特別所得税の予定納税(第2期分)の納税をお忘れなく

所得税及び復興特別所得税の予定納税(第2期分)

納 付 期 間

平成 26 年 11 月 1 日～ 12 月 1 日

(注) 土・日・祝日は、金融機関及び税務署の窓口での納付はできませんので、ご注意ください。

予定納税とは

前年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告に基づき計算した予定納税基準額が 15 万円以上である場合に、原則、その 1/3 相当額をそれぞれ 7 月(第 1 期分)と 11 月(第 2 期分)に納めていただく制度があります。この制度を予定納税と言います。

(注) 平成 26 年分の予定納税基準額については、復興特別所得税の額(所得税額の 2.1%)を含めて計算されています。

納税する額

予定納税が必要な方には、6 月中旬に税務署から「平成 26 年分所得税及び復興特別所得税の予定納税額の通知書」が送付されています。この通知書に記載された第 2 期分の金額が納税する額です。

予定納税額及びその計算の詳細は、この通知書に記載されています。

予定納税の減額申請

廃業や業況不振、災害などの理由により、平成 26 年 10 月 31 日(金)の現況で、平成 26 年分の「申告納税見積額(年間所得や所得控除などを見積もって計算した税額)」が、税務署から通知されている「予定納税基準額」よりも少なくなると見込まれる場合は、予定納税の減額申請をすることができます(「予定納税額の減額申請書」は、国税庁ホームページに掲載しています。また、税務署にも用意してあります。)

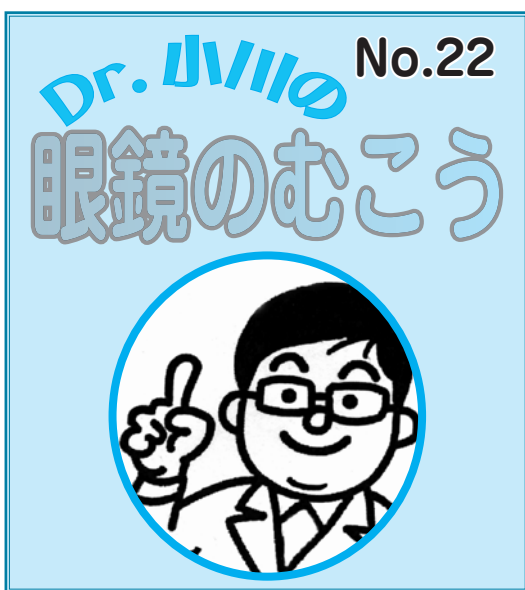
(注) 平成 26 年分の申告納税見積額については、復興特別所得税の額(所得税額の 2.1%)を含めて計算します。

第 2 期分の予定納税の減額申請をする場合は、平成 26 年 11 月 17 日(月)までに「予定納税額の減額申請書」に必要事項を記載した上、所轄税務署に提出してください。税務署では、その申請について承認、一部承認又は却下のいずれかを決定し、その結果を書面でお知らせします。

予定納税額の納付

振替納税を利用している方	納期限(平成 26 年 12 月 1 日(月))に指定の金融機関の口座から自動的に納付されます。納期限前日までに口座の残高をご確認ください。
その他の方	納期限までに金融機関又は所轄税務署の窓口で納付してください。 納付税額が 30 万円以下の場合には、送付したバーコード付納付書を使用して、コンビニエンスストアで納付することができます。また、インターネットを利用して電子納税をご利用いただけます。電子納税をご利用いただく場合の手続については、e-Tax ホームページ(www.e-tax.nta.go.jp)でご確認ください。

※納付には便利な振替納税をご利用ください。



増えている脳梗塞、 減っている脳出血

普通、脳卒中と言われるものには三つある。く

も膜下出血、脳出血、脳梗塞である。くも膜下出血は脳の血管にできたコブが破裂して起こるものだが、今回は触れない。

さて、

脳出血と脳梗塞は、まったく逆の病気である。脳出血は、動脈硬化のため血管がもろくなり（古いゴムホースのようなもの）、そこに急激に高い血圧がかかって、血管が破れ、脳内に出血するものである。

歴史の本などで、憤死という言葉が見られるが、これは怒り狂い、急激に血圧が上昇して脳出血を起こし

たものと思われる。（心筋梗塞も否定できないが）身近な例では、トイレでいきんだ時、また急に酷寒の中に出たときなど、やはり急激に血圧が上昇して脳出血が起こる。しかし近年では、血圧の薬が出回り、また居住環境も良くなったため、急激な血圧上昇の機会はあまりなく、脳出血も減ってきている。

ちなみに、脳出血が良く起こる年齢は、比較的若い六十代である。

一方、

脳梗塞は、脳の血管が詰まり、その先に

血液が届かなくなって、脳が障害を受けてしまうために起こる。理屈は、心筋梗塞と同じである。

もし神様が人間をお造りになったとしたら、とんでもない誤りをおかしてしまつたらしい。というのも、人間の体のあらゆる部分に至る血液は、通常複数の経路が用意されている。

たとえば、手なら、手首の親指側と小指側両方に動脈があり、その一方が詰まっても、手には血液が届く。首だつて左右に大きな動脈がある。

ところが最も大事な心臓と脳は、その各部分に血液を届ける動脈が一

本しか用意されていないのである。したがって、その動脈が詰まると、その先は血液が届かず死んでしまうのである。（心臓のバイパス手術は、血液の別の経路を作るものである）血管は、植物の葉脈のように枝分かれしていくから、先のほうで詰まれば障害は少ない（気付かれないことも多い）が、根元で詰まるとその先は一気に駄目になり、命に関わることになる。

血管が

詰まる原因は、

おおまかに二つある。一つは、体のどこかでできた血栓（小さな血の塊）が脳に運ばれてきて、血管を塞いでしまうものである。

これは心房細動（心臓が細かく震える病気）によることが多く、この場合、心臓内で血栓ができ、脳に行つてしまうのである。しかし、これは薬で簡単に予防できる。世間と言う、血液をさらさらにする薬というのが、それである。

もう一つは、動脈硬化が進み、血管の壁が厚くなって、血液の通り道を狭めてしまうために起こる。古くなった排水管の内側に、いろいろなものが付着して、最後には水が流れなくなるのと同じ理屈である。

これを防ぐには、動脈硬化の原因

となる、高血圧、糖尿病などの生活習慣病をうまくコントロールするしかない。しかし動脈硬化は、老化現象でもあるから、完全に防ぐことはできない。だから七十代以降の高齢者に脳梗塞が起こりやすいのである。社会の高齢化と共に脳梗塞が増えるのは、この理由による。

さて、

ここで大事なことは、

動脈が固くなると、血が流れにくくなり、そのため血圧は自然に上がるのである。だから、動脈硬化が進んでいると思われる高齢者の血圧を、むやみに下げるのは、かえって危険なことなのだ。血液が流れにくくなり、脳梗塞や心筋梗塞を招きかねないのである。



No. 89 ごみ博士のごみ分別ワンポイント!



●今回のゴミ分別ポイントは「パソコン」についてじゃ!

パソコン(デスクトップ型パソコン・ノートパソコン等)の排出についてのお知らせじゃ。



平成25年に施行された『使用済小型電子機器等の再資源化の促進に関する法律』により、パソコンは小型家電として排出できるようになったのじゃが、みんな知っておったか?

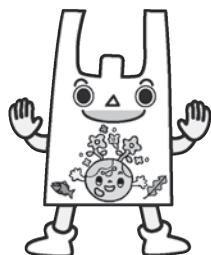
パソコンを排出する場合は、パソコン内部の個人データを消去して、燃えないごみの袋に入れて排出してくれよ。袋に入らないものは、粗大ごみの扱いになるぞ。

デスクトップ型パソコンは本体のみ、またはディスプレイのみでの排出も可能じゃ。

ちなみにマウスパッドは「燃えるごみ」、マウスやキーボードは「燃えないごみ」じゃ。間違えんじやないぞ。

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!!

レジポくんからのお知らせ!



【省エネするには⑦】お風呂で省エネしよう!

湿原も秋色に色づき、肌寒い季節となりました。これからの季節、お風呂でゆっくり暖まると1日の疲れを癒せてリラックスできますね。今回はお風呂での省エネについて説明しますので、実践してみてください。



灯油給湯器

●入浴はみんなできつぎに。

年間で灯油
43.32ℓの省エネ 約**4,330円**の節約

★2時間放置により42℃から37.5℃に(4.5℃)低下した湯(200ℓ)を追い焚きする場合(1回/日)

●シャワーは流しっぱなしに要注意。

年間で灯油
16.46ℓの省エネ 約**1,650円**の節約

年間で水道4.38m³の省エネ 約**1,230円**の節約

合計 約**2,880円**の節約

★38℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合。

電気温水器

●入浴はみんなできつぎに。

年間で電気
465.83kWhの省エネ 約**4,720円**の節約

★2時間放置により42℃から37.5℃に(4.5℃)低下した湯(200ℓ)を温水器の熱交換により加熱する場合(1回/日)。(ドリーム8:夜間時間の料金単価10.14円/kWhで試算)温水器内に熱交換できる温水がある場合

●シャワーは流しっぱなしに要注意。

年間で電気
177.01kWhの省エネ 約**1,790円**の節約

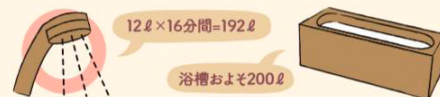
年間で水道4.38m³の省エネ 約**1,230円**の節約

合計 約**3,020円**の節約

★38℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合。(ドリーム8:夜間時間の料金単価10.14円/kWhで試算)

◎シャワーは必要なときだけ!

シャワーを16分(12ℓ/分)使う量は、浴槽1杯(200ℓ)分のお湯の量とほぼ同じです。



※経済産業省北海道経済産業局
実践おうちで省エネ 平成25年度 引用

米寿(八十八歳) おめでとうございます

久野	鈴木	田中	成田	高山	木村	新岡	三膳	佐藤	北館	箱石	箱石	瓜田	對馬	蛭子	大西	三上	藤田	永坂
信子さん(霧多布)	アイ子さん(霧多布)	ミチさん(霧多布)	志津子さん(霧多布)	とみさん(湯沸)	末次郎さん(水取場)	つやさん(水取場)	喜代一さん(水取場)	八重子さん(暮帰別)	マサさん(新川)	久男さん(仲の浜)	すぎのさん(仲の浜)	勝美さん(琵琶瀬親睦)	民一さん(琵琶瀬親睦)	ハナさん(琵琶瀬共交)	ミサ子さん(渡散布)	信敏さん(火散布)	英子さん(丸山散布)	成子さん(藻散布)
村田	大下	瀧磯	岩見	小原	岩城	太田	太田	福澤	馬場	関	中原	松本	寺澤	寺内	小椋	篠原	我妻	
鶴子さん(藻散布)	虎三さん(柳町)	由吉さん(柳町)	喜美さん(東部寮茶人)	ハツヨさん(姉別北部)	倫生さん(厚陽)	トシエさん(茶内緑)	澄枝さん(茶内駅東)	ミツエさん(茶内駅東)	多利吉さん(茶内中円)	寅義さん(茶内耕圃)	幸孝さん(茶内耕圃)	忠雄さん(茶内耕圃)	芳子さん(茶内昭和)	ミツさん(茶内西円)	志づ子さん(茶内萩の里)	茂子さん(茶内和親)	與子さん(茶内共生)	

平成26年度 親子三世代表彰



野呂 利美さんのご家族(藻散布)

九月十八日、親子三世代表彰が藻散布にお住いの野呂 利美さんのご家族に送られました。家族関係が希薄化し社会問題となっている今日において、親子三世夫婦が同居し世代間の理解を深め、互いの手を携えて、すばらしい家庭生活を営んでいることは他の模範であり、これを讃えて表彰しています。この表彰は昭和六十年より実施しており、平成二十二年度を最後に近年表彰対象世帯がありませんでした。今回表彰された野呂さんは、先代の表彰と併せての表彰となりました。町内で二度の表彰は、非常にめずらしいことで今回で二世帯目となります。野呂さんの家庭は昆布漁とウニの養殖を営んでおります。孫の健二さん(24)は、普段鮭定置の船に乗っていますが、休みの日などは家の船に乗って昆布漁なども行っています。親子三代が船に乗って漁をしている家庭もめずらしく、息子の憲一さん(54)は、親子三代で漁に出ていることを誇らしく語っていました。利美さんは、今年で80歳になりますが現役で昆布漁に出漁しており「健康で家族仲良く暮らしているのが幸せだ」と語っておられました。

霧多布湿原 センター通信

活動報告

大人気、無人島探検！

きりたつぷ子ども自然クラブの九月の活動は毎年恒例の「無人島探検」。漁師さんの船で嶮暮帰島へ渡り、昔の島の様子を漁師さんに教えてもらったり、頂上へ登ってお弁当を食べたり、楽しい中にも子どもたちは発見の連続だったようです。浜辺を歩けば海藻や漂着物、石をひっくり返すとエビや貝がたくさん。頂上へ登る途中には甘酸っぱい木の実。まさに宝の山ですね。漁師さんともすっかり仲良しになり、島を出ました。今回残念ながら人数制限で行けなかった子は、次回をお楽しみに！

そらはコンサート、大盛況！

九月二十七日、アンサンブルグループであるNPO法人奏楽(そら)の三名が、湿原センターで素晴らしい演奏を披露してくださいました。百人近いお客様が訪れる中、秋の湿原をバックに、オーボエ・ヴァイオリン・ピアノの美しいハーモニーが響き渡る心地よい時間でした。このコンサートは、NPO法人ドッグレスキューしおんの会へのチャリティ企画。しおんの会代表・福澤

智子さんのフラワーアレンジメントと、奏楽の音楽の共演も見事でした。皆様から頂いた募金や、当日販売したグッズの売上は、しおんの会が保護した犬たちのために使われます。ありがとうございました。



やさしさの詰まった「秋の味覚御膳」

九月のワンデイシェフは、志味津庵さんによる秋らしさたっぷりの和膳。炊き合わせや七福なますなど八品の中に、なんと三〇品目が入った、身体へのやさしさ満点のランチでした。月見汁のお団子の滑らかさに、直接シェフへコツを聞きに行くお客様もいらっしやいましたよ。

お知らせ

十一月の子どもクラブは・・・

北太平洋シーサイドライン乗馬クラブで、乗馬をしてみましよう。かっこよく浜辺を走れるように練習するよ！日時・11月16日(日) 9時30分～14時

●予約・問合せ先

湿原センター

☎ 65-2779

<http://www.kiritappuor.jp/center/>

丸山散布自治会自主防災組織 宝くじ助成金で避難用備蓄品整備



丸山散布自治会では、災害から地域住民を守るため自主防災組織が結成されており、本年度、コミュニティ助成事業により避難生活備蓄品である暖房機、発電機、簡易トイレ、大型炊飯器、水タンクなど十七点が宝くじの助成金で整備されました。今後、災害に備えて備蓄コンテナに収納し、地域住民の避難生活の支えになることが期待されます。

100歳長寿を讀えて内閣総理大臣・町がお祝い ～大矢トモエさん、山倉昇さん～

※平成二十七年三月末時点で百歳である方を対象としています。



九月十八日、霧多布在住の大矢トモエさん（大正四年一月二日生）、茶内共栄在住の山倉昇さん（大正四年二月二十七日生）に、ご長寿を祝して内閣総理大臣より祝状と記念品（銀杯）が贈られ、松本副町長から伝達されました。

また、浜中町からも百歳の祝状をお贈りしました。

これからも、お元気で過ごして下さるよう願っております。

（同じく百歳表彰された村上キエさんは、九月二十日にお亡くなりになりました。ご冥福をお祈りいたします。）

浜中診療所からのお知らせ

【内科医師派遣診療について】

十一月の北大第二内科医師派遣の診療日をお知らせいたします。

○十一月二日(日)～四日(火)
○十一月十四日(金)～十一月十六日(日)
○十一月二十九日(土)～十一月三十日(日)

※ただし、土・日曜日は、急患（急病）のみの診療となりますので、来院される前に必ず電話連絡いただきますようお願いいたします。

【予防接種について】

診療所では、十月二十日（月）からインフルエンザワクチンの接種を実施しております。予約している方は忘れずに接種願います。

また、各種予防接種も受けることができます。希望される方は、在庫の関係もございますので、事前にご連絡ください。

【問合せ先】

浜中診療所

☎六二一三三三三



社会に広げよう被害者支援の輪

○11月25日から12月1日は「犯罪被害者週間」です。
○犯罪や交通事故、あるいは家庭内暴力の被害者は、犯罪などによる直接的被害だけでなく、被害後生じる経済的負担、時間的負担、精神的被害などの問題に苦しめられています。

最も深刻なものが精神的被害によるもので、被害者は事件・事故の直後に一種のショック状態が続くことがあり、心と身体に変調をきたすことが多いのです。

しかし、これは異常なことではなく、突然受けたショックで誰にでも起こりうることで、見た目は正常のようでも感情がマヒし、現実感を失っていることがあります。

周囲の皆さんは、このような被害者の心理状態を理解した上で接することが大切です。

○警察では、事件や事故の被害に遭われた方や家庭内暴力、ストーカー、お子さんのいじめ問題などで悩んでいる方などの相談を受け付けています。また、事件や事故による心の傷が癒されず悩んでいる方のために、民間被害者相談窓口のカウンセラーがあなたの話をお聞きします。さらには、身の回りにおける出来事で、生活の安全等に関する幅広い相談に応じています。また、警察業務についての要望・意見、苦情も受け付けています。

○警察本部と各方面本部の相談センターには、警察相談専用電話「#9110」を設置していますので、お気軽に相談してください。

○相談内容により、他の専門機関を紹介する場合もあります。

警察相談電話

性犯罪・少年犯罪相談110番 ☎0120-677-110
一般相談専用電話 ☎#9110

民間被害者相談電話

釧路被害者相談室 ☎0154-24-6002

浜中町地域医療講演会を開催します！

今年は、札幌医科大学医学部公衆衛生学講座の森満教授をお招きして講演会を開催します。

地域医療と健康づくりについてご講演いただきますので、多くの町民の皆様の受講をお待ちしています。

日時 11月22日(土) 10:00～

場所 浜中町総合文化センター 小ホール

問合せ先 浜中町役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307

浜中町職員の募集について

町は、平成27年度採用の職員（技術系等）を次のとおり募集します。

浜中診療所看護師……………1名

○准看護師以上の資格を有し、昭和49年4月2日以降に生まれた方

管理栄養士……………1名

○管理栄養士の資格を有し（管理栄養士資格取得予定含む）、昭和59年4月2日以降に生まれた方

社会福祉士……………1名

○社会福祉士の資格を有し、昭和49年4月2日以降に生まれた方

応募方法 履歴書（自筆・写真貼付）、資格書の写、最終学校の卒業証明書を役場総務課職員係へ提出願います。

提出期限 平成26年11月14日(金)必着（郵送可）

選考方法 筆記試験（作文）・面接及び書類選考後日、選考日時及び会場を文書により通知いたします。

問合せ先 〒088-1592 浜中町霧多布東4条1丁目35番地1
浜中町役場総務課職員係 ☎62-2129

給付金の申請はお済みですか？

現在、臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金の申請を受付中ですが対象者で申請されていない方は、申請いただきますようお願い申し上げます。

皆様には申請書及びパンフレットをお送りしておりますが、次のとおり対象となる場合は平成26年12月30日までに申請してください。

臨時福祉給付金

○給付対象者：平成26年度分市町村民税（均等割）が課税されていない方が対象です。

（ただし、課税されている方に扶養されている方、生活保護を受けている方は対象外です。）

○支給額：給付額対象者一人1万円（年金受給者等及び児童扶養手当受給者等は5千円の加算となります。）

子育て世帯臨時特例給付金

○平成26年1月分の児童手当を受給している方で平成25年の所得が児童手当の所得制限未満の方

（ただし、臨時福祉給付金の対象、生活保護を受けている方は対象外です。）

○支給額：児童一人1万円

問合せ先 浜中町役場福祉保健課福祉係 ☎62-2305

第8回脳外傷リハビリテーション講習会

交通事故などの脳外傷や脳卒中、脳炎などの脳の疾病により記憶や感情を障害され様々な問題を引き起こす「高次脳機能障害」をご存じでしょうか。

今回は作業療法士の小川圭太氏に外来集団訓練について、MSWの玉川侑那氏に地域連携について講演をしていただく予定です。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

日 時 11月15日(土) 12:30～17:00
場 所 アクアパール
問合せ先 社福法人地域生活支援センター
 ハート釧路 ☎0154-32-7400
 FAX0154-32-7421
 heart-kushiro@cotton.ocn.ne.jp

11月は、労働保険適用促進強化期間です！

労働保険とは、労災保険と雇用保険の総称で労働者の生活の安定、福祉の増進等を図ることを目的に、国が直接管理運営している保険です。農林水産業の一部を除き労働者を一人でも雇用する事業については、法人・個人を問わず加入が義務づけられております。厚生労働省では、「未手続事業を一掃」を年間を通じた主要課題と位置付けた上で、11月を「労働保険適用促進強化期間」とし、集中的に広報活動を展開し労働保険制度のより一層の理解、周知を図ることとしております。

労働者が安心して働ける職場となるよう、まだ労働保険に加入していない事業主の方は、速やかに最寄りの労働基準監督署または公共職業安定所（ハローワーク）でご相談ください。

問合せ先 厚生労働省北海道労働局
 総務部労働保険徴収課 ☎011-709-2311
 または最寄りの労働基準監督署・公共職業安定所

第5回合同研究発表会

北海道学生研究会SCANは、釧路公立大学で発足された地域貢献を目的とした団体です。その活動の1つとして毎年、様々な分野の学生による研究発表を行っており、今年度は「北海道の可能性」をテーマに、地域の課題解決のための発表を行います。

地域の皆様と北海道の可能性を考えていければと思いますので、ぜひご来場ください。

日 時 12月13日(土)
場 所 釧路公立大学
そ の 他 入場料無料・事前申込み不要
問合せ先 scan946@yahoo.co.jp
 【http://scan946.web.fc2.com/】

自衛官候補生・陸上自衛隊高等工科生募集

○自衛官候補生

資 格 18歳以上27歳未満の者
受付期間 随時
試験日 第2回 平成26年11月23日(日)
 第3回 平成26年12月13日(土)
試験会場 釧路駐屯地

○陸上自衛隊高等工科学校生徒

資 格 中卒（見込み含む）
 17歳未満の者
受付期間 平成26年11月1日(土)～27年1月9日(金)
試験日 平成27年1月24日(土)
試験会場 釧路市生涯学習センター

※陸上自衛隊高等工科学校につきましては、推薦制度もありますので、お問い合わせください。

問合せ先 浜中町役場総務課総務係 ☎62-2111
 自衛隊帯広地方協力本部釧路 出張所 ☎0154-22-1053

厚揚げとチーズのチャンプルー
【1人分の栄養素】
 エネルギー 144kcal
 カルシウム 250mg
 食塩相当量 1.1g

健康維持のため
 牛乳を1日コップ1杯
 (200ml) 飲みましょう。

- 【作り方】**
- ①厚揚げは7mm位厚さの色紙切り、チーズは5mm角の棒状に、玉ねぎと赤ピーマンは5mm幅に、チンゲン菜はひと口大に切る。
 - ②フライパンにごま油を熱し、玉ねぎ、赤ピーマン、厚揚げ、チンゲン菜の順に加えて炒める。
 - ③桜えびを加え、塩、コショウで調味する。
 - ④チーズと溶き卵を加えたら全体を大きく混ぜ、醤油をふり入れる。
 - ⑤器に盛り、削り節をかける。

☆厚揚げ……………120g
 ☆プロセスチーズ……………40g
 ☆玉ねぎ……………1個
 ☆赤ピーマン……………1個
 ☆チンゲン菜……………2株
 ☆ごま油……………大さじ1/2杯
 ☆桜えび……………8g
 ☆塩……………小さじ1/3ml
 ☆コショウ……………少々
 ☆卵……………1個
 ☆醤油……………小さじ1杯
 ☆削り節……………2g

今月の食材は「乳製品」です。
「厚揚げとチーズのチャンプルー」
【材料4人分】

産地
クツキン



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り組み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5校・中学校4校を連載でご紹介しています。

学校データ

(10月1日現在)

校長	中村 光伸
教頭	中村 研自
教員数	10人
養護教諭	1人
事務職員	1人
事務生	1人
生徒数	84人
学級数	6学級

《霧多布中学校》

－中高合同バス避難訓練と防災連絡票の取り組み－

■地震・津波を想定したバスでの避難訓練

霧多布中学校は海拔約3メートルの低い場所に位置し、近くに避難する小高い場所がありません。北海道が発表した津波情報では琵琶瀬で34.6m、霧多布・桝町で15mほどで、津波到達予想時間は約24分(町防災マップより)です。津波警報が発令された場合は、浜中地区の「MO-TTOかせて」までバスで避難します。

これらの情報を踏まえて、本校では「バス乗り込み訓練」と「バスでの避難訓練」を定期的に行っています。今年度は1学期に4回のバス乗り込み訓練を行いました。また、8月29日には初の本校と霧多布高校の合同バス避難訓練を実施しました。開始から5分30秒で中高全員がバスに乗り込み出発。12分20秒で桝町の坂下まで到達し、「MO-TTOかせて」についたのは16分40秒後でした。今後も実際の災害時に近い訓練とし、更に時間短縮を目指します。

家にいた場合や通学中の場合など、どこに避難するのかを親子で話し合っ「防災連絡票」に記入して学校に提出してもらう特徴的な取り組みも行っています。親戚の家に避難したり、家族の集合場所を確認したり、いざという時の家族の行動を確認するものです。安心・安全のためには学校や地域や家庭の協力を強めることはもちろんですが、自分の身は自分で守ることが大切です。これを毎年見直ししながら「防災力」を高めていきたいと思います。



私たちの町の高等学校 霧多布高校通信 No. 161

白熱！！体育祭！！

～ 後期スタート ～

霧高では、9月19日に前期最後の行事「第50回体育祭」が行われました。晴れ渡った秋空の下、10種の競技で白熱した戦いが繰り広げられました。今年度は、昨年度までにはない新しい競技も加わり、各クラスとも一致団結し、勝利に向けて、大いに盛り上がりました。

午前中の競技で、3年A組が総合得点でトップとなり、それを各クラスが追う展開になりました。午後からの長縄跳び、玉入れ、綱引きでは、2年生と1年生もクラス一丸となった団結力を見せ、3年生に迫る勢いを見せましたが、最終的には3年A組が上級生としての強さを見せ、優勝となりました。今回見せた団結して取り組む姿勢を、様々な場面でこれからも発揮してもらいたいものです。

10月1日からは後期が始まりました。後期からは、平成26年度特定防衛施設周辺整備調整交付金補助により、情報処理教室のパソコンが新しくなり、最新の機器を授業等で使えるようになりました。また、2学年は間もなく見学旅行があります。事前の準備をぬかりのないようにしてほしいです。3年生は本格的に進路が決定する時期になってきています。今まで培った経験を基に悔いのない進路選択ができるよう、教職員も一丸となって支援していきます。



第6回 中・高校生ボランティアリーダー養成講座

～第41回町民マラソン大会～

ボランティア活動のリーダーを養成する中・高校生向けのこの講座も、今回で6回目となりました。町民の皆様も、各種イベントなどでボランティア活動に取り組む生徒達の姿を目にすることも多いのではないのでしょうか。時々、来場者の方達から感謝の言葉をかけていただくこともあるようです。

さて、今回は10月4日に行われた町民マラソン大会のお手伝いをさせていただきました。晴天に恵まれましたが冷たい風が吹く中、それぞれが担当した役割を一生懸命に務めていました。こうしたボランティアリーダーの協力の甲斐もあり、今回の町民マラソン大会もスムーズな競技の進行で滞りなく終了しました。



第37回 浜中町長杯

第1回 浜中輸送事業協同組合杯争奪

少年野球大会!!

10月13日に「第37回浜中町長杯兼第1回浜中輸送事業協同組合杯争奪少年野球大会」が総合グラウンドで開催されました。

秋晴れの中、浜中スターズをはじめ町内外の4チームが参加し、野球シーズンの最後を飾るのにふさわしい好プレーが随所にみられ、応援する父母から大きな声援が送られました。



11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です

近年、グローバリズムや情報化の進展等により、子ども・若者を取り巻く環境が大きく変化しています。非正規労働の若者が増加し、フリーターやいわゆるニートの数も増加の傾向にあるなど、子ども・若者の問題は依然として深刻です。

また、少年による非行・いじめ問題や、児童虐待など子供が被害者となる事件が相次いで発生しているほか、違法・有害な情報が氾濫し、子どもへの危険性がさらに増大することが懸念されます。

これらの諸問題に対応し、子ども・若者の健やかな育成、子ども・若者が社会生活を円滑に営むことができるよう支援を図るためには、関連施策を着実に推進する必要があります。

特に、家庭や学校、企業、地域など社会全般に深く関係する子ども・若者育成支援が、国民的な理解と広がりを持ったものとなり、それぞれの機能を十分に発揮し、連携することで強力に推進していくことが重要です。

このようなことから、内閣府が中心となり11月を「子ども・若者育成支援強調月間」と定めています。

各種活動への積極的な参加、地域における取り組みの一層の充実と定着を図っていきましょう。



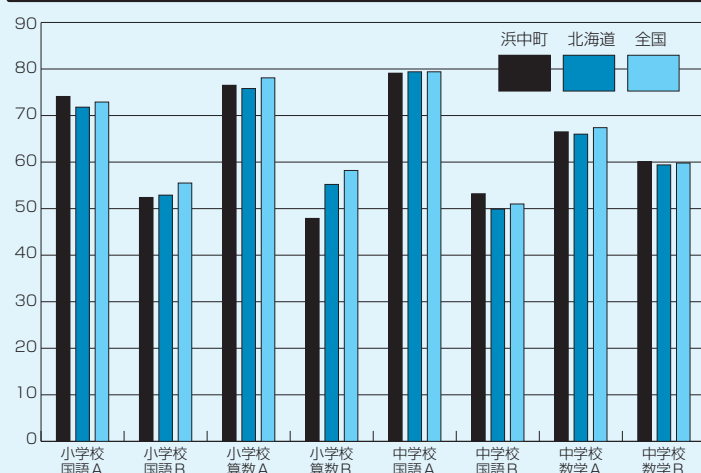
学校教育からの情報コーナー

浜中町の全国学力・学習状況調査の結果について

今年の4月22日に全国学力・学習状況テストが実施され、本町の小学校6年生（63人）と中学校3年生（47人）が学力調査を受けました。今回の調査は、平成19年実施から8回目となり、国語、算数・数学の2教科を「主に知識に関するA問題」と「主に活用に関するB問題」に分けて、実施されました。その調査結果が8月25日に文部科学省から発表されました。本調査により測定できるのは、児童生徒の学力の一部であることや調査対象が一部の学年、教科での実施であることから、本町の平均値を本町の全体的な傾向として示し、お知らせします。

□平均正答率は、小学校は北海道と、中学校は全国とほぼ同じです。

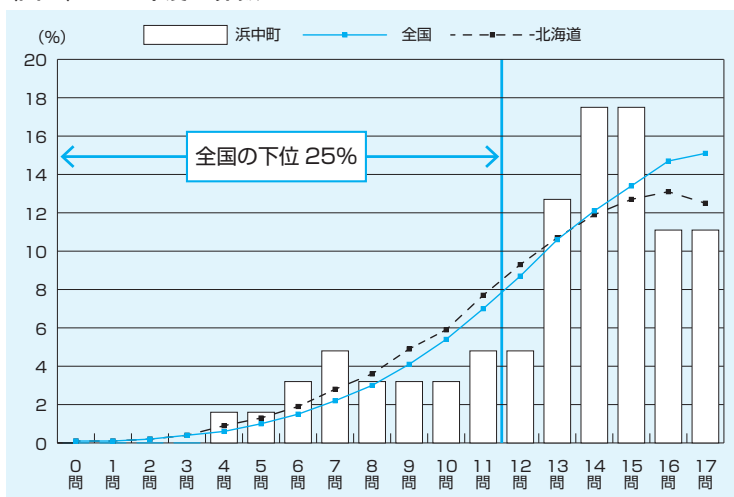
平均正答率を北海道や全国と比較すると



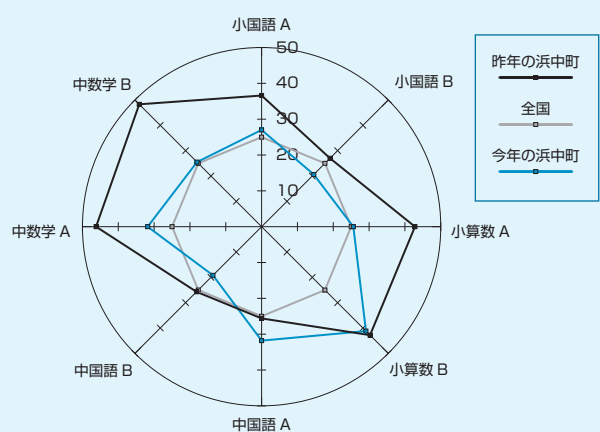
小・中学校の8教科中、5教科で北海道の平均正答率を上回り、2教科で同程度（±3ポイント以内）となっています。昨年1年間の学校と家庭が連携し、漢字や計算などの学習を繰り返し指導してきた取り組みが、大きな成果となって表れてきています。特に、低位学力層（全国の下位約25%と同じ正答数の層）の解消が各教科で図られています。（図2）しかし、小学校算数Bの活用力に課題があります。この課題を解消するために、小学校では、日常の授業の中で、子どもが自ら考えたことを筋道を立ててノート等に表現し、仲間と交流する場をより充実させるなどの実践を計画的に取り組んでいます。

（図2）

（図1）H26年度 算数A



低位学力層の割合



浜中町学力テストが行われます(12月15日～19日)

平成23年度から、小学校1年生から中学校2年生までの児童生徒を対象に、本町独自の学力調査を実施しています。本年度は調査結果を踏まえ、当該学年での学習内容の着実な定着を図る期間を多く設けようと、これまでの冬季休業後の実施から、12月中旬の実施に変更しました。小・中学生のお子さんのいるご家庭におかれましては、11月末までの学習内容についてご家庭での振り返りをよろしくお願いします。



新着図書案内



『きいのいえで』

種村 有希子/作(児童書)

私ときいは双子のきょうだい。
きいはまたお母さんに怒られて…え！
家出する!?
こっそりいなくなりたい
から庭から出ていって。
私ときいはいつも一緒
だったのに。どうしよう…。
釧路出身の作者が描
く、心温まる物語。



『アイヌ ネノアン アイヌ』

萱野 茂/文
飯島 俊一/絵(児童書)

タイトル「アイヌ ネノアン アイヌ」
とは“人間らしい人間”という意味。
北海道の先住民族である
アイヌの文化・生活・
考え方などを、伝承者で
ある作者が分かりやすく
紹介。



『体育館の日曜日』

村上 しいこ/作
田中 六大/絵(児童書)

日曜日、小学校の体育館では、とび
箱やなわとび、ぞうきんなどがドッジ
ボールで遊んでいます。
でも、ぞうきんは勝ち負
けを争うのが苦手。
そんなぞうきんのために
みんなで楽しめる遊びを探
しますが…?



『湿地への招待ウェットランド北海道』

北海道ラムサールネットワーク/編(一般書)

映画の舞台にもなり注目を集める北
海道の湿地。
魅力を伝えながら、生
息している生き物や道内
13か所の湿地案内図を紹
介。



『きみは赤ちゃん』

川上 未映子介/著(一般書)

35歳ではじめての出産。喜びと
もに試練が彼女を待ち構
え、地獄のような日々が
幕を開ける…。
芥川賞作家である著者
の号泣と爆笑の出産&育
児エッセイが登場！



『美しい盛りつけの基本』

久保 香葉子/著(一般書)

肉・魚・野菜はもちろん、
デザート類の盛りつけ方
法が1冊で分かります。
印象がガラリと変わ
り、まるでレストランの
ような盛りつけをマス
ターしてみませんか？



《児童書》『まあちゃんのながいかみ』 たかどの ほうこ/作

『口ぐせひとつでキミは変わる～夢をかなえる言葉のスイッチ～』 佐藤 富雄/著

《一般書》『あなたの知らない北海道・東北地方の名字の秘密』 森岡 浩/著

『惑いの森～50ストーリーズ～』 中村 文則/著

《司書オススメの一冊》

マッサン流「大人酒の目利き」

～「日本ウイスキーの父」竹鶴政孝に学ぶ11の流儀～ 野田浩史/著

北海道出身バーテンダーの著者が、NHK連続テレビ小説
「マッサン」のモデルとなった“ニッカウヰスキー”創設者・
竹鶴政孝の半生を振り返りつつ、おいしいお酒の飲み方を
紹介します。



【新着リクエスト本】

『ママの心がふわりと
軽くなる子育てサプリ』
佐々木正美・松本ぶりっつ/著

『育児なし日記 vs 育児され日記
1・2巻』
逢坂みえこ/著

「絵本らんど・おはなしタイム」のお知らせ

総合文化センター（2F・図書室）午前11時より

11月8日（土）

11月22日（土）

紙芝居『ワンワンワン』

絵本『がたん ごとん がたん ごとん』

絵本『どんぐりのき』

紙芝居『こねこのしろちゃん』

絵本『いちごさんがね・・・』

絵本『さみしくなかったよ』

ネット社会の進展に伴い、生活は便利になりましたが、一方でハイリスクな問題もあります。今回は、子どもの『メディア漬け』について紹介します。

メディア と 子ども

メディアとは…
テレビ、ビデオ、DVD、携帯電話、デジタルオーディオ機器、タブレット、パソコン、ネットゲーム、テレビゲーム、携帯型ゲームなど

NO 308 保健師・歯科衛生士・栄養士です

進む低年齢化

子育て中の母親が、スマホを利用して赤ちゃんをあやすなど、幼児期のメディア接触の「早期化」「長時間化」が進んでいます。



進行する子どもの『劣化』

長時間メディアに触れることは、子どもの発達の遅れやゆがみなど深刻な問題につながります。

- 筋力低下 長時間歩けない、バランスを崩してすぐ転ぶ等
- 視力低下 8割を超える高校生の裸眼視力 1.0 未満(2012 年東京都 高校1年生)
- ことばの力が育たない ことばを使って社会に適応しにくい。

メディア依存

メディア依存が強く疑われる子どもの割合が年々増加しています。

【2013年福岡市教育委員会調査結果より】

- 依存レベルが高くなるほど家族から信頼されていると思わない傾向が強くなっていました。
- 5歳以下でゲームを始めた子どものメディア依存が高くなっていました。また、初めてのゲーム体験が11歳以上で依存度が高くなる傾向が出ていました。

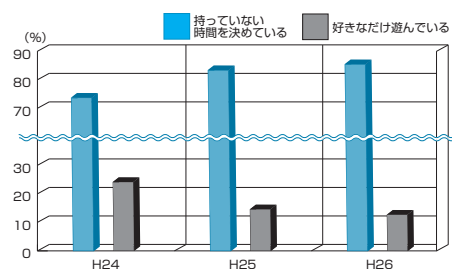
見直しましょうメディア漬け

【社団法人 日本小児科医会より】

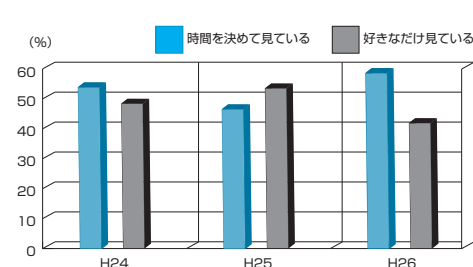
1. 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
2. 授乳中、食事時のテレビ・ビデオの視聴はやめましょう。
3. すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。
(目安は1日2時間まで、テレビゲームは1日30分まで。)
4. 子ども部屋にはテレビ、ビデオ、パソコンを置かないようにしましょう。
5. 保護者とこどもでメディアを上手に利用するルールを作りましょう。

浜中町の子どもは大丈夫？

○ゲーム機の使用



○テレビやビデオ・DVDの時間



過去3年間の浜中町の保育所年長児を対象にした生活習慣アンケート結果です。

メディアの接触時間は、減少傾向にありますが、ゲーム開始年齢の『低年齢化』とテレビなどの『長時間化』などメディア依存のリスクを孕んでいます。



みるこんからのお知らせ

11月8日は「いい歯の日」

いい歯の日は、「11 (いい) 8 (歯)」の語呂合わせをもとに、1993(平成5)年に、日本歯科医師会によって制定されました。北海道でも「北海道歯・口腔の健康づくり8020推進条例」により、11月8日から11月14日までを「北海道歯・口腔の健康づくり8020推進週間」と定め、8020運動を推進しています。

***8020 (はちまるにいまる) 運動とは、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という全国的なスローガンです。**

生涯自分の歯で食事を楽しむために

- 乳幼児の仕上げみがきを習慣にしましょう
- 定期的に歯科健診や歯のクリーニングを受けましょう
- 丁寧に歯をみがきましょう
- 甘いおやつや飲みものは適量を決まった時間に食べましょう
- フッ化物によるむし歯予防法を利用しましょう
- 歯間清掃用具（デンタルフロス等）を使いましょう
- バランスのよい食事をよくかんで食べましょう

冬の交通安全運動の実施

～スリップ注意！スピードダウンと早めのブレーキで事故防止～

◎「冬の交通安全運動」が実施されます！

○実施期間 11月11日（火）～11月20日（木）の10日間

○交通事故防止ポイント

①高齢者の交通事故防止

- 外出するときは、ドライバーに目立つように、明るい色の服装を心がけ、夜光反射材を身に付けましょう。
- 道路を横断するときは、必ず信号機や横断歩道を利用しましょう。横断前の安全確認はもちろん、横断中も常に左右の安全を確認しましょう。

②夕暮れ時と夜間の歩行中や自転車での交通事故防止

- ドライバーはこまめにライトをハイビームに切り替えて、歩行者の早期発見に努めましょう。特に、右方から横断歩行者や交差点とその付近での歩行者、自転車の動きに注意して、安全な速度で運転しましょう。
- 自転車も車両です。ライト点灯を実践し、夜光反射材も活用しましょう。
- 歩行者は、明るい色の服装を心がけ、夜光反射材を身に付けましょう。

③凍結路面等のスリップ事故の防止

- 早めに冬用タイヤに交換して、急な降雪や凍結路面に対応できるよう準備しましょう。特に山間部や峠等を通行する際は、必ず冬タイヤを装着しましょう。
- 日陰や橋の上、トンネルなどでは、路面が凍結している場合があるので、路面状況をよく確認して安全な速度で運転しましょう。

④飲酒運転の根絶

- 飲酒運転は悪質な犯罪です！「飲んだら乗らない」「乗るなら飲まない」をみんなで徹底しましょう。
- 二日酔いでの運転も「飲酒運転」です。少しでも身体にアルコールが残っているようなら、運転は絶対にやめましょう。

駐在所告知板

交通死亡事故^{ゼロ}更新中
浜中町1,471日
(10月15日現在)

厚岸警察署浜中グループ駐在所

ひとのうごき

9月末現在（前月比）

- 人口：6,275人（－ 8）
- 男：3,050人（－ 5）
- 女：3,225人（－ 3）
- 世帯数：2,462世帯（－ 8）



おたんじょう

茶内福島・渡邊 琉愛ちゃん（剛さん）
熊牛新生・鈴木 李来くん（大地さん）
浜中市街・佐藤玲海香ちゃん（秀也さん）
姉別市街・宮崎 有飛くん（猛彦さん）
茶内駅東・伊藤 湊希くん（修久さん）



おくやみ

霧多布一區・田中 實さん（76歳）
茶内緑・村上 キエさん（99歳）
浜中市街・山田 愛子さん（85歳）
茶内緑・室谷サキ子さん（94歳）
榊 町・大下 深雪さん（94歳）
榊 町・盛合 俊雄さん（88歳）
茶内緑・原田 喜代さん（73歳）
茶内本町・白岩 育夫さん（76歳）

短歌

束の間を賞でられ枯れし花殻を抜きて集めて冬に入りゆく
相原 睦子（茶内）
今日ひと日無事に過ごせし幸せを日記に一行記して寝につく
松館スミ子（貫人）
何層も重なる地層大地より生きる力を頂く吾ら
二瓶 晴子（茶内第三）
亡き犬の思い出あふる道行けばふと振り返り今も探す我
福沢 睡蓮（茶内）

俳句

秋彼岸門徒そろって読経せり
酒井 梅子（茶内）
「どこしえ」に残る俳句の秋うれし
鈴木 徹夫（霧多布）
母病んで一年来たり秋の暮れ
福沢 睡蓮（茶内）

ご寄付ありがとうございます

釧路市 番匠 孝治さん 100,000円（浜中町の教育の振興に係る寄附として）

はまなか行事カレンダー（11月）

日	月	火	水	木	金	土
●役場からの伝言板● ・浜中町防災行政無線で放送した内容を確認したい場合は、『☎62-5333』へ電話してください。24時間以内の放送内容を聞くことができます。						1
○開校記念日（霧多布高校） 2 M 勤	3	4	○ハツラツ倶楽部わっはっは（老人福祉センター 10:00～11:30） 5	○子育てサロンげんきすくらぶ（母子健康センター 10:00～11:30） ○健康教室【姉別南】（姉別農村環境改善センター 13:30～15:00） 6	7	勤 8
○浜中町PTA連合会研究大会（総合文化センター） 9 M 勤	○健康教室【茶内第三】（茶内第三母と子の家 10:00～11:30） ○健康教室【散布】（散布漁村センター 10:00～11:30） 10 文 体 農 す M 勤	○親子お料理会（総合文化センター 10:00～12:00） 11 文 体 す 霧	○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） 12	13	14	○浜中小学校公開研究会（浜中小学校） 15 勤
16 M 勤	○健康教室【西円朱別】（西円朱別農民研修センター 10:00～11:30） ○健康教室【姉別北】（姉別寿の家 10:00～11:30） 17 文 体 農 す M 勤 霧	18	○ハツラツ倶楽部わっはっは（老人福祉センター 10:00～11:30） 19	○健康教室【茶内市街】（茶内コミュニティセンター 10:00～11:30） 20	21	○浜中小学校公開研究会（茶内小学校） ○浜中町地域医療講演会（総合文化センター小ホール 10:00～12:00） 22 勤
23 農 M 勤	24 農 す M 勤	○開校記念日（茶内第一小） 25 文 体 す 霧	○風呂の日（ゆうゆ） ○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） 26	○健康教室【茶内第一】（茶内第一住民センター 10:00～11:30） ○むし歯予防教室（母子健康センター 10:00～11:00） ○小学生むし歯予防教室（母子健康センター 15:00～17:00） 27	28	勤 29
30 M 勤			11月あそびのひろは日程 毎週…月 火 水 金 9:00～12:00 （霧多布保育所内子育て支援センター） 毎週…月 火 水 木 金 14:30～16:30 （霧多布保育所内子育て支援センター） 毎週…水 10:00～12:00 （茶内コミュニティセンター）※コミセン使用時はお休み			

●表下段は休業・休館のお知らせです。各記号は下記の施設と対応しております。

文…総合文化センター 体…総合体育館 農…農業者トレーニングセンター す…すくらむ21
M…MO-TTOかぜて 霧…霧多布湿原センター 勤…勤労青少年ホーム