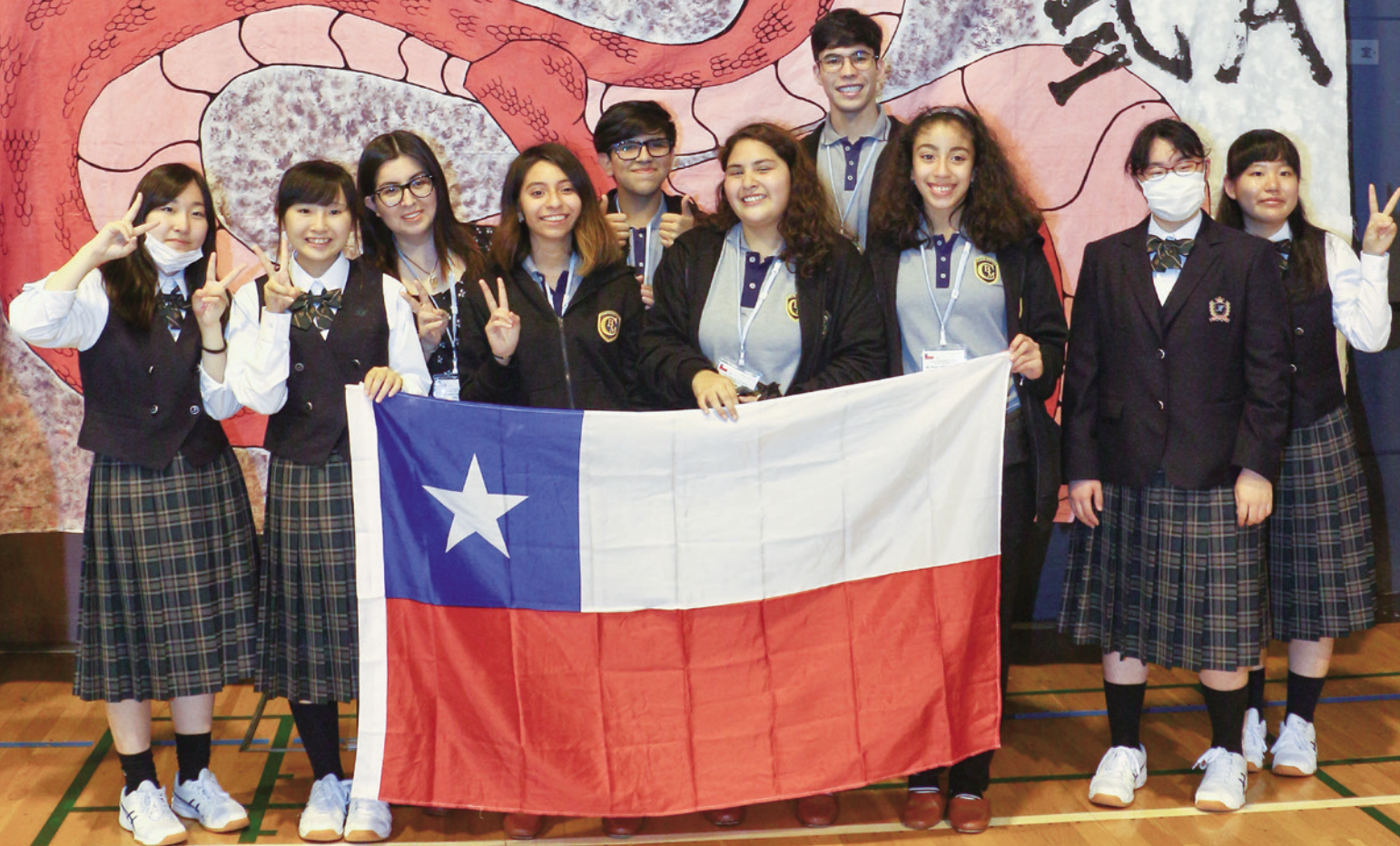


はまなか 10

2019/No.650



今月の主な話題

- ▶ルパン三世フェスティバル in 浜中町 2 P
- ▶第58回 きりたっぷ岬まつり 4 P
- ▶保育所のいもほり体験..... 5 P
- ▶商工会青年部の浜中町・与那原町青少年体験相互交流事業..... 7 P
- ▶防災拠点となる安心・安全な庁舎を目指して..... 8 P
- ▶健康サポート10月はピンクリボン月間です～乳がん検診を受けましょう～... 28 P



9月15日、浜中町総合文化センターを会場に「ルパン三世フェスティバル2019 in 浜中町」ONE DAY EVENTが開催されました。

「モンキー・パンチに愛をこめて」と銘打ったスペシャルステージでは、今年4月に亡くなった作者のモンキー・パンチ先生が生前にアトリエで使用していた椅子がご本人の席として置かれ、ルパン三世の声を演じる栗田貫一さんと、モンキー・パンチ先生の次男のエム・ピー・ワークス加藤州平さん、日本テレビ放送網の中谷敏夫さん、テレコム・アニメーションフィルムの浄園祐さんといった、作品に関わる豪華ゲストのほか、「モンキー・パンチ&ルパン三世de地域活性化プロジェクト」会長の栗本英彌さんがステージに上がり、モンキー・パンチ先生との思い出や作品の裏話などについて語りました。

会場は700人のファンで埋め尽くされ、普段聞くことのできない「お宝」満載のトークに拍手喝采のステージとなりました。



仮想店舗「PUB FUJIKO」では、霧多布高等学校の生徒が1日限定のカフェをオープンし、大好評でした。霧多布駐在所の前では啓発活動が行われ、コスプレをしたファンが大集合。

また、同時開催きたっぷ岬まつりの会場にも、あふれるほどの来場者が訪れ、浜中町グルメの販売、子ども縁日などを楽しみました。

ラストイベントの大抽選会では、栗田貫一さんが登壇し、絶妙なトークで笑いのあふれる、大盛況のフィナーレとなりました。



第58回 きりたっふ 岬まつり

9月15日、霧多布市街特設会場で「第58回きりたっふ岬まつり」が開催されました。

今年は「ルパン三世フェスティバル2019 in 浜中町」と同時開催で、会場にはあふれるほどの来場者が訪れ、毎年恒例で大人気のさんま、牡蠣のつかみ取りのほか、ルパン三世の声を演じる栗田貫一さんらが抽選を行う大抽選会などを楽しんでいました。

会場では、サーモンステーキ、蒸し牡蠣をはじめとする浜中自慢の味覚のほか、さんまの即売会、うに剥き体験コーナーも大人気で、長い行列ができていました。



霧多布保育所 (8月23日)



浜中保育所 (9月9日)



いもほりの季節がやってきた ～町内各保育所のいもほり体験～

8～9月、町内各保育所の子どもたちがそれぞれいもほり体験を行いました。

子どもたちは、一様に土まみれになりながら、一生懸命掘り起こしました。大人に手伝ってもらいながら掘ったものの大きさに感動したり、ミミズや虫にびっくりしたりと、とても楽しくにぎやかな体験になったようです。

掘り出したいもは、それぞれの保育所のおやつなどになりました。



茶内保育所・姉別保育所 (9月10日)

散布保育所 (9月18日)

世界津波の日高校生サミットin北海道 若き津波防災大使スタディツアーが行われました

世界津波の日は、2015年国連において津波の脅威についての関心とその対策が進むことを期待し、11月5日をその日として定められたもので、翌年から日本各地を会場に「世界津波の日高校生サミット」が毎年開催され、今年は第4回目として北海道が会場とされました。スタディツアーは、このサミットに先立ち開催されるもので、日本の津波被害の歴史や地震・津波への備え等の防災・減災の取組を学ぶものです。9月7日、8日の2日間で、27カ国139名の高校生が浜中町に来町しました。

両日とも午前は霧多布高校生との文化交流が行われました。海外生徒のパフォーマンスではダンスなどが披露され、大いに盛り上がりました。霧多布高校生はチリ沖地震津波で被災した児童・生徒の経験談を綴った文集「赤いまり」の寸劇を英語で行いました。慣れない英語での劇でしたが、堂々とした立ち居振る舞いで海外生徒たちの目をくぎ付けにしていました。休憩時間や授業交流では、言葉の壁を軽々と乗り越えて他国の生徒と交流する霧高生に頼もしさを感じました。

午後からは総合文化センターで津波に関する講演を聞いた後、津波避難訓練を体験しました。実際に津波被害があった地域での避難訓練ということで、どの国の高校生も真剣な顔つきで避難訓練に臨んでいました。



浜中町と沖縄県与那原町との絆

商工会青年部の浜中町・与那原町少年少女体験相互交流事業

浜中町商工会青年部では、8月2日から6日までの4泊5日の日程で、今年度で24回目となる、浜中町・沖縄県与那原町少年少女体験相互交流を実施しました。

本事業は、町の支援を受けた人づくり事業の一環であり、今年度は町内の小学生7人を沖縄県へ派遣しました。

沖縄県では真夏の海での海水浴や日本最大級の水族館の鑑賞、沖縄県与那原町の伝統のお祭りである大綱曳への参加、また、ひめゆりの塔や首里城を見学・散策するなど、本町とはまるで違う歴史や文化に触れることができました。新鮮な体験を通じて、参加した児童がひと回りもふた回りも成長し、本町の次世代を担う存在へと昇華することを青年部一同願っています。

当商工会青年部は、今後とも皆さまの支援を受け、本事業を継続していきます。

ご協力よろしくお願いします。



8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)
移動日 浜中町→沖縄県	・ 海水浴 ・ 美ら海水族館見学	・ ガラス製品作成体験 ・ 与那原町大綱曳祭り	【施設見学】 ・ ひめゆりの塔 ・ 首里城 ・ 玉泉洞 ・ 沖縄ワールド	移動日 沖縄県→浜中町

防災拠点となる安心・安全な庁舎を目指して



免震構造を採用した地震に強い庁舎

現在建設中の新庁舎は、災害時に避難施設と防災拠点の両方の役割を果たすため、高い安全性が求められます。そのため、地震によるダメージを受けにくい『免震構造』を採用しました。

免震構造とは…

建物と基礎の間に揺れを吸収する装置を設置し、地震による揺れが建物に直接伝わることを防ぐ構造。揺れを吸収することで、建物本体や内部へのダメージを最小限に抑えられます。



免震装置(積層ゴム・転がり支承)を設置しました。



積層ゴム

柔軟に変形しながら揺れを吸収。建物を元の位置に戻す役割も果たす。



転がり支承

前後左右にスライド移動することで揺れを吸収。縦方向の力にも耐える。

新庁舎には、2種類の免震装置が使用され、8月上旬に免震装置（積層ゴム24台、転がり支承8台）の設置が完了しました。現在は、免震基礎上部の施工を進めています。

●問い合わせ先 役場総務課庁舎建設準備係 ☎62-2111（代表）

長寿を称えて内閣総理大臣・町がお祝い

9月17日、暮帰別在住の平ヤエさん(大正8年12月15日生まれ)に、ご長寿(今年度中に百歳を迎える方)を祝して内閣総理大臣より祝状と記念品(銀杯)が贈呈され、松本町長から伝達されました。

これからもお元気でお過ごしくださるようお願いしております

白寿(99歳)・米寿(88歳)

おめでとうございます

◇白寿を迎えた方

平 ヤ エさん(暮帰別)

嶋 野 供 二さん(茶内南区)

◇米寿を迎えた皆さま

佐 藤 和 子さん(霧多布)

松 村 多津子さん(霧多布)

松 村 哲 彌さん(霧多布)

渋 木 良 一さん(霧多布)

早 坂 清さん(霧多布)

中 山 實さん(霧多布)

成 田 ヤチエさん(霧多布)

山 田 サツエさん(霧多布)

加 藤 祐さん(霧多布)

小 松 孝 雄さん(水取場)

小 川 幸 雄さん(仲の浜)

白 戸 この江さん(琵琶瀬)

山 本 仁 郎さん(琵琶瀬)

濱 チエさん(渡散布)

檜 山 美 佐さん(丸山散布)

山 川 ト シさん(丸山散布)

鈴 木 ナ カさん(藻散布)

百 澤 儀 春さん(後静)

飯 高 喜美代さん(茶内緑)

落 合 ヨ シさん(茶内緑)

澤 向 サ ダさん(茶内緑)

田 村 あさ子さん(茶内緑)

渡 邊 英 子さん(茶内緑)

鈴 木 フヂエさん(茶内若葉)

渡 邊 茂さん(茶内橋北)

小 野 ミ エさん(茶内旭)

風 嵐 榮 子さん(茶内旭)

嶋 野 ヤス子さん(茶内福島)

松 家 俊 宜さん(茶内桜ヶ丘)

三本木 満 雄さん(茶内下茶内)

穴 吹 シズエさん(茶内共栄)

左 高 信 夫さん(浜中市街)

工 藤 力さん(姉別市街)

中 山 きみゑさん(奔幌戸)

松 舘 スミ子さん(貫人)

安 藤 義 秋さん(恵茶人)

令和元年8月31日時点で該当年齢に達した方が対象です

順不同

財政健全化判断比率およ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およ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います。

また、この法律では、これらの比率を町議会に報告し、広く町民の皆さんに公表するよう求められていますので、用語の説明と合わせて公表します。

用語解説

実質赤字比率

一般会計および診療所会計（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およ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30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	30.00
実質公債費比率	10.9	25.0	35.0
将来負担率	28.9	350.0	

※表内の「－」は資金不足でないことを表します。

平成30年度浜中町公営企業資金不足比率

[単位：％]

区 分	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。



問い合わせ先

役場企画財政課財政係

☎62-2146

第19回 浜中町花いっぱいコンクール 受賞者発表！

浜中町コミュニティ運動委員会が主催する「浜中町花いっぱいコンクール」は今回で19回目を迎えました。

今年は、団体の部4団体、学校の部4校の応募があり、8月1日に町内のフラワーマスターの方々が審査を行い、各部門の受賞者が決定しましたのでお知らせします。

応募された皆さまをはじめ、町内各所で花壇等を整備されている皆さまのご協力により、町内にはたくさんの花が咲きほこり、彩り鮮やかで明るいまちが形成されています。

来年度もコンクールの開催を予定していますので、多くの皆さまに応募いただくとともに、引き続き、花いっぱい運動にご協力いただきますようお願いいたします。

審査の結果

団体の部

最優秀賞

茶内自治会

優秀賞

西門朱別連合会長寿会

茶内農村連合会

奨励賞

一新会老人クラブ

学校の部

最優秀賞

浜中小学校

優秀賞

茶内中学校

霧多布高等学校

奨励賞

霧多布中学校



地場産品クッキング

「さんまのバジルソース焼き」

【材料：4人分】

☆さんま	4尾
☆バジルソース	大さじ3杯
☆しめじ	1袋
☆にんにく	1かけ
☆調理油	小さじ2杯

※にんにくはチューブで代用可能です。
※レモン汁をかけるとさっぱりと召し上がれます。

【1人分の栄養素】

エネルギー	472kcal
カルシウム	40mg
食塩相当量	0.5g

食塩の1日摂取目標量

男性8.0g未満
女性7.0g未満

今月の食材は「さんま」です。

認知症予防に効果的なDHAが多く含まれている食品です。気になる方は毎日1食取り入れることをおすすめします。

【作り方】

- ①さんまを3枚おろしにし、小骨を取る。両面にバジルソースを塗って10分ほど置く。
- ②にんにくをみじん切り、しめじは石づきを取り、食べやすい大きさになるようにほぐす。
- ③フライパンに油とにんにくを入れる。にんにくの香りがしてきたら、しめじを入れ炒める。
- ④しめじに火が通ったら取り出し、そのフライパンにさんまを入れて弱火でじっくり焼く。
- ⑤焼けたらお皿にさんまをのせて、その上にしめじをのせる。完成。

行政へのご相談受け付けます。～行政相談委員～

行政相談とは・・・

役所が行っている仕事について、「不便、使いづらい、危ないなど感じること」、「どこで手続きをしたらいいかわからない」、「困りごとをどこに相談していいかわからない」などの苦情や意見・要望を聞いて解決していく制度です。

行政相談の範囲は・・・

- 国の行政機関（北海道開発局、ハローワーク、労働基準監督署など）
 - 独立行政法人、特殊法人（年金事務所など）
 - 北海道や市町村で行う国の仕事 など
- ※北海道や、市町村独自の仕事に関する相談でも、改善に向けて必要な協力を行います。

浜中町の過去の行政相談改善事例

●バスから列車への乗り換えがスムーズになりました！

相談内容 浜中駅に到着したバスから釧路方面行きの列車に乗り換える場合、バスの到着が遅れ、乗り換えが困難になる便があるため、乗換時間を長く改善してほしい。

結果 バスのダイヤが改正され、乗換時間が長くなりました。

●バスの乗り降りが楽になりました！

相談内容 浜中町役場前のバス停付近に植えられている松の木が邪魔でバスが歩道に寄って停車することができない。そのため、バス利用者は車道からバスステップの高さに苦労しながら乗降車している。歩道から乗降車できるよう松の木を剪定してほしい。

結果 松の木が剪定され、バスが歩道近くに寄って停車できるようになったため、歩道から直接乗降車できるようになりました。

●他にも…

自転車で通行した方から相談のあった、道道歩道の危険な凹みを補修対応してもらうよう働きかけ、応急的な穴埋め補修がされた事例もあります。

行政相談委員は、あなたと行政のパイプ役です。

皆さまから、年金、窓口サービス、登記、道路、河川、郵便などの役所の仕事について、苦情、要望、意見をお聞きして助言をしたり、改善を図ったりします。

浜中町を担当する行政相談委員は

藤枝敦子さんです。相談は無料で、秘密は厳守しますので、お気軽に口頭、電話、手紙で行政相談委員までお申し出ください。

相談・連絡先 行政相談委員 藤枝敦子さん ☎090-6219-0243

釧路行政監視行政相談センターでも受け付けます。

●行政苦情110番●
☎0570-090110

●インターネット●
「行政相談受付」で検索



行政が行う仕事への苦情・相談・意見を聞かせてください！

10月7日から13日は総務省が定める令和元年度の行政相談週間です。それに伴い、浜中町では**特設行政相談所**を開設します。特設相談所の開催時だけでなく、随時相談を受け付けています。相談者の秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

日 時 10月29日(火) 10時～14時

場 所 浜中漁業協同組合ロビー

●連絡先 行政相談委員 藤枝 敦子さん ☎090-6219-0243

よくわかる！介護保険用語の一部を解説します！

介護保険制度の利用を考えたとき、普段見慣れない用語を目にしたことはないでしょうか。今月号では、介護で使用されている用語についてご紹介します。町では、相談を受けた際には、なるべく分かりやすい言葉で説明しますが、用語を知っておくとさまざまな場面で理解が深まります。

名 称	解 説
えーでいーえる A D L	日常生活における身の回りの動作（食事・更衣・トイレ・移動・睡眠など）のこと。低下しているほど一人で生活することが難しくなる。
い 胃ろう	食事が出来ない方のために胃へ管を通し、食物・水分・薬を投与するための装置。
ストーマ	腹部から便や尿を出すために作られた排せつ口。
えそ 壊疽	血行障害により、皮膚が紫黒色に変色した状態。
えんげ 嚥下	食べ物を胃までうまく飲み込めるかの動作。
ごえん 誤嚥	食べ物が食道ではなく、気管に入ってしまうこと。
が い 臥位	寝ている姿勢。
けいみん 傾眠	うとうとすること。睡眠の初期段階。
こうしゅく 拘 縮	皮膚や筋肉が固くなり、動きにくくなること。
じょくそう 褥 瘡	床ずれのことで、衣類や寝具によって圧迫を受けできた壊疽（えそ）のこと。
ケアプラン	利用者・家族と話し合って作成された介護保険サービス計画。
ケアマネジャー	介護支援専門員のこと。ケアプランを作成し、サービスを提供する事業所・施設との連絡調整を行う。
サービス担当者会議 たんとうしゃかいぎ	ケアプランを作成する際にケアマネジャーが開催する会議。ケアプランの見直しが必要となった場合は、随時開かれる。
げんぶつきゅうふ 現物給付	利用者が自己負担分の利用料のみを支払い、サービスを受けられる仕組み。訪問介護や通所介護などの一般的な介護保険サービス。
しょうかんばら 償還払い	利用者がいったん費用額の全額を支払い、後ほど町から給付分の払戻を受ける仕組み。住宅改修や福祉用具購入など。

上記以外にもたくさんの用語があります。

介護に関してお困りの際は、下記までご連絡ください。

●問い合わせ先 役場地域包括支援センター ☎62-2194
役場福祉保健課介護保険係 ☎62-2319

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、生活保護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います。

対象世帯については次のとおりとなっていますので、**10月25日金から11月15日金まで**に、福祉保健課福祉係、最寄りの支所、または郵送で申請してください。

助成対象

令和元年10月1日現在において、次の世帯のいずれかに該当しており、令和元年度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は除かれます。

1. 対象世帯

①高齢者世帯

- 満75歳以上の単身世帯
- 満75歳以上の方と一方が70歳以上で構成される世帯
- 満75歳以上の方が18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童（高校生相当）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18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童（高校生相当）を扶養している世帯（75歳以上の高齢者が同居している非課税世帯も支給する。）

④生活保護世帯

生活保護を受けている世帯

2. 助成額

一世帯当たり、灯油100ℓを助成する。

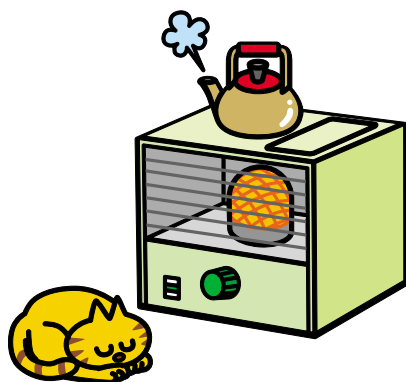
3. 助成方法

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。

4. 申請書の配布について

福祉保健課福祉係または、最寄りの支所で受付日から配布します。

※昨年度の対象世帯につきましては、10月中旬に申請書を郵送します。



問い合わせ・郵送先

〒088-1513 浜中町霧多布東3条1丁目12番地1
役場福祉保健課福祉係

☎62-2305

浜中町地域おこし協力隊 YU★たろうの活動日誌



第4回 「初めての昆布干し体験！」

地域おこし協力隊の小山勇太郎です。

9月3日と4日、とある漁師さんのところで昆布干し体験をさせていただきました。

7月からあちらこちらで昆布を干している風景を見てはいたのですが、ありがたいことに「やってみないか」と声をかけていただき、初めての昆布干し体験となりました。必要なものは軍手とタオルと飲料水。慣れない作業を教わりながら、汗をかきかき頑張ってきました。

昆布干しのお手伝いは「陸廻り」と呼ばれ、船で漁師さんが採ってきた昆布を天日で乾かすため、「干場」と呼ばれる砂利を引いた場所にきれいに並べます。並べ終わったら「根っこ切り」。少し乾いたら「砂引き」といって、干した昆布の手直し、整理をします。作業時間は大体お昼頃までの半日。土日には子どもからお年寄りまで、家族も総出での作業になるそうです。

浜中町は漁業と酪農の町です。太宗漁業である昆布漁の一端を垣間見れて、少しずつ浜中町民になってきた気がします。

9月6日 地域おこし協力隊 小山 勇太郎



令和2年度 人づくり事業の募集を行います

将来に向けた人材育成を目指し、町内の個人・団体が主体となって実施する人づくり事業を募集します。対象事業は次のとおりとなっていますので、希望される場合は下記までお問い合わせください。

○対象事業

- ▶国内および海外派遣交流事業
- ▶指導者養成にかかる技能取得等の研修事業
- ▶町の産業にかかる生産加工技術取得等の研修事業
- ▶生活、文化、スポーツ、福祉にかかる技能取得等の研修事業

○対象経費 …… 旅費、研修費、教材費等

○申込期限 …… 10月31日(木)まで

●問い合わせ先 役場企画財政課企画調整係 ☎62-2237



税務課からのお知らせ

問い合わせ先
役場税務課収納係 ☎62-2174

町道民税（第3期）、国民健康保険税（第4期）の納期限のお知らせ

10月30日(水)は、町道民税（第3期）、国民健康保険税（第4期）の納期限です。口座振替を申し込まれている方は、前日までに残高の確認をお願いします。

夜間納税相談窓口

役場開庁時間に納税相談ができない方のために、毎月、夜間納税相談窓口を開設します。

- 開設日 10月31日(木)
- 時 間 19時まで
- 場 所 役場税務課収納係



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。

詳しくは上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 (全期)
- 町道民税 (第1期～第2期)
- 固定資産税 (第1期～第3期)
- 国民健康保険税 (第1期～第3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があります。

浜中診療所からのお知らせ

【内科医師派遣診療について】

10・11月の北大第二内科医師の診療日をお知らせします。

- 10月11日(金)～13日(日) ○10月25日(金)～28日(月)
- 11月15日(金)～17日(日) ○11月29日(金)～12月4日(水)

※ 上記期間中は、夜間・休日の急な体調不良や子どもの発熱など症状に応じて対応しますが、来院される前に必ず電話連絡をお願いします。

なお、毎週金曜日は、各種予防接種のみを17時30分までの受付とし、外来診療の受付時間は通常時間の16時までです。

【整形外科診療のお知らせ】

医療法人東北海道病院の医師による整形外科診療を行います。腰痛、肩痛、股関節痛などにより受診を希望される方は、予約が必要となりますので上記までお申し込みください。

なお、整形外科外来の診療日は、午後からの健康診断および各種予防接種は行いませんので、あらかじめご了承ください。

- 診療予定日 10月10日(木)・11月7日(木)・21日(木)・12月12日(木)・26日(木)
- 診療時間 14時～

※上記の各診療日の翌日から、次の診療日の予約を受け付けます。

※医師の都合により、診療日に変更になる場合があります。

問い合わせ先
町立浜中診療所
☎62-2233

●安全安心なまちづくりの日および全国地域安全運動の実施

安全安心なまちづくりの日 10月11日(金)

運動期間 10月11日(金)～ 20日(日)

～みんなで築こう、安全で安心な大地～

運動重点 子どもと女性の犯罪被害防止

特殊詐欺の被害防止

「子どもは地域の宝です。保護者のみならず地域の大人が全員で子どもの安全を確認し、成長を見守りましょう」



浜中町霧多布保育所交通安全教室 令和元年8月27日(火)

霧多布駐在所日記 (霧多布駐在所 高橋・海田)

過日、役場福祉課地域包括支援係で開催している健康教室にお伺いし、特殊詐欺防止や交通安全の講話をさせていただきました。これまで浜中町の地元に貢献されてきた高齢者の皆さまの健康を願い、安全で安心に生活できるまちづくりの実現を目指して行われている地域包括支援係の皆さまの活動は、私たち霧多布駐在所ブロックの活動方針と合致します。また、皆さまの元気な顔を見に伺いたいと思っています。



姉別農村環境改善センター



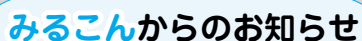
茶内第三母と子の家



茶内コミュニティセンター



姉別寿の家



ライフスタイルをチェックして、改善に向かって最初の一步を踏み出してみませんか？

- 1 条 たばこは吸わない
- 2 条 他人のたばこの煙を避ける
- 3 条 お酒はほどほどに
- 4 条 バランスのとれた食生活を
- 5 条 塩辛い食品は控えめに
- 6 条 野菜や果物は不足にならないように
- 7 条 適度に運動
- 8 条 適切な体重維持
- 9 条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 条 定期的ながん検診を
- 11 条 身体の異常に気がついたらすぐに受診を
- 12 条 正しいがん情報でがんを知ることから

この記事に関する質問やご相談は… 役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307



Kiritappu Wetland Center

きりたっぷ子ども自然クラブ「夜のコウモリ調査隊！」

きりたっぷ子ども自然クラブ
「ハロウィンかざりを作ろう！」

日 程：10月19日(土) 9時30分～14時30分
集合場所：霧多布湿原センター

※かざりを作る人のみ。見学は無料。

10月10日(木)まで霧多布湿原センター会議室にて開催中の企画展「おそとと えほんと キャンプごっこ」に関連した特別イベントです。野外のピザ窯を使用したピザ作りやまきわりを通して秋のアウトドアを楽しみましょう。

場所：霧多布湿原センター ピザ窯周辺(野外)

日時：10月5日(土) 10時～14時

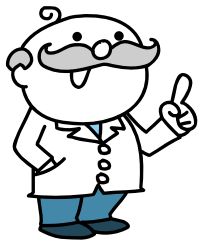
料金：ピザ作り 1枚 500円

たき火にてマシュマロ焼き 無料

まきわり体験 無料

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

※10月23日(水)は休館日です。



ごみ博士からのお知らせ！

●今回のごみ分別ポイントは「資源物の分別」についてじゃ！

家庭から出るごみの中で、「資源物」はたくさん種類があって、出し方や分別方法に困ったことはないかのう？



そこで今回は「資源物の分別」について再確認しようと思う！資源物の中でも「プラスチック容器」の回収区分は細かく分類されていて、プラスチック容器、白色トレイ、発泡スチロールと分かれておる。プラスチック容器はプラスチック製品（プラスチックマークのついていないもの）とは違うから収集に出す際は分別のマークに注目してほしいのじゃ。もしも分別マークが付いていても産業廃棄物として分類される廃プラスチックや感染性産業廃棄物（注射器等）などは、町では収集しないのでしっかりと分別して、家庭で出たものだけ出すようにしてくれ。

次に、分別の中で最も混乱しやすい「スプレー缶」についてじゃ。スプレー缶、カセットボンベについては空缶の収集日ではなく、スプレー缶の収集日に出すのじゃ。空缶と一緒に出してしまうと収集車の中で圧縮され、可燃性ガスに引火して車両火災などの原因になってしまうので要注意じゃ！！



その他の資源物で分別の方法がわからなければ、「浜中町ごみ分別ポスター」を活用するか役場町民課生活環境係（☎62-2192）まで問い合わせてくれよ！

**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！！**

乳幼児相談のお知らせ

乳幼児の身体計測や、保健師・管理栄養士による個別相談を行ないます。希望される方は、下記申込先まで事前に申し込みの上、ご来場ください。

- ▶日 時：10月10日(木) 10時～12時（11時まで受付）
- ▶場 所：老人福祉・母子健康センター 集会室
- ▶申込締切：10月7日(月)



●申し込み・問い合わせ先

役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307

8/6 地元の漁業を知るきっかけに、健やかな成長に ～浜中漁協・散布漁協より地場海産物をいただきました～

7月30日、浜中漁業協同組合（山崎貞夫代表理事組合長）と散布漁業協同組合（秋森新二代表理事組合長）より、町へ地場産海産物の贈呈が行われました。

浜中漁協からは、昆布40キロ、ホッキ貝(ボイル)20キロ、秋鮭フィレ50枚、散布漁協からは、棹前昆布40キロ、あさり60キロが無償提供されることになり、学校給食の食材のほか、今年は霧多布保育所、茶内保育所の給食と特別養護老人ホームハイツ野いちごの食事提供にも活用されます。

山崎組合長は「児童生徒が地元の漁業を知るきっかけになってほしい」、秋森組合長は「浜中の豊かな海でとれた海産物を子どもたちの健やかな成長に役立ててほしい」と語りました。松本町長は「貴重な昆布をはじめ、海産物をいただきありがとうございます。子どもたちや高齢者に元気に食べてほしいと思います」と感謝の言葉を述べました。

今年で5年目となるこの取組に対し、心より感謝申し上げます。



9/25 その詐欺、どうやって防ぐの？ ～浜中中学校美術部員による特殊詐欺根絶ポスター～

9月初旬、浜中中学校（大崎治樹校長・生徒数25人）の美術部（鈴木皓子顧問・部員6人）が、特殊詐欺根絶を啓発するポスターを製作し、25日、町内の各金融機関や公共施設、コンビニなどに掲示しました。

浜中中学校美術部は昨年4月に創部し、今年の7月に厚岸警察署霧多布駐在ブロックから特殊詐欺の被害状況や手口などを教わり、どうすれば地域の役に立てるか相談しあい、今回のポスター製作を思いついたそうです。



生徒たちが描き上げたポスターは、浜中町農業協同組合が印刷を協力、50枚を用意し、生徒たちはそれぞれの掲載先に持ち込んで特殊詐欺根絶の思いを語り、啓発を行いました。

また、ポスターと併せてチラシも作成し、今月号の広報紙と一緒に町内に全戸配布されています。部長のニツ森美空さんは「特殊詐欺はお年寄りに限らず、誰でも遭う可能性がある。特殊詐欺への対策を家族で話し合うきっかけになってくれれば」と話していました。

トピックスの記事の多くは、浜中町ホームページの「デジカメスケッチ」にも掲載されています。写真を本誌よりたくさん掲載している場合もありますので、併せてご覧ください。

8/31 ルパン三世記念切手を寄贈いただきました ～ご逝去されたモンキー・パンチ先生を悼み、今年は原画デザイン！～

8月31日、ルパン三世の記念切手を販売する日本郵便北海道支社の佐藤太一釧路東郵便局長と菊地史了霧多布郵便局長が役場を訪れ、松本町長に切手シートを寄贈いただきました。

ルパン三世の記念切手販売は今回でシリーズ第4弾となり、今回の記念切手のデザインには、4月に亡くなったルパン三世の原作者、モンキー・パンチさんへの追悼の意を込め、今までのアニメーション版ではなく、原画を採用したそうです。

松本町長は「モンキー・パンチさんが亡くなって、改めて偉大さを実感しています。また、今回の切手販売では原画にこだわって製作していただき、とてもうれしく思います」と感謝の言葉を述べました。



この度の寄贈に対しまして、心より感謝申し上げます。

9/19 「浜中町の学校教育に役立ててほしい」 ～「浜中の教育を語る会」より寄付をいただきました～

9月19日、浜中の教育を語る会の番匠孝治会長、森義雄副会長、石澤昭博事務局長が役場を訪れ、浜中町の学校教育に役立ててほしいと、昨年に引き続き10万円を寄付していただきました。

浜中の教育を語る会は、浜中町の教育に携わった元校長・教頭（会員40名）で構成されており、結成から21年を迎えます。

番匠会長は、「浜中町の子どもたちの教育の充実に少しでもお力になればうれしいです」と語り、松本町長は「浜中町を離れても、いつまでも浜中町の教育を考えてくださってとてもありがたく思います」と感謝の言葉を述べました。

この度の寄付に対しまして、心より感謝申し上げます。



「不正軽油」の情報提供を お寄せください！

10月は経済産業省が定める不正軽油防止強化月間です。

「不正軽油」とは、軽油引取税を脱税するために、軽油に灯油や重油を混和するなどした燃料油のことです。

不正軽油の話を聞いたり、給油するところを目撃したときは、「不正軽油ストップ110番」フリーアクセス0800-8002-110までご連絡をお願いします。皆さまからの情報提供をお待ちしています。

●問い合わせ先

釧路総合振興局課税課事業税間税係

☎0154-43-9161

すずらん 無料法律相談会のお知らせ

釧路弁護士会による無料法律相談会を実施します。当日は、釧路弁護士会所属の弁護士が浜中町を訪れ、難しい手続きもなく法律相談を受けられます。

借金問題、離婚や子どものこと（親権・養育費）、遺言や相続、労働問題、交通事故、賃貸借のトラブルでお困りの方は、お気軽にご相談ください。また、相談内容についての秘密は厳守されますのでご安心ください。

日 時 10月18日(金) 13時～16時

場 所 総合文化センター

そ の 他 相談料は無料です。

予約制となっていますが、当日の相談も可能です。

（混雑時は予約者を優先します）

●予約・問い合わせ先

役場総務課総務係

☎62-2125

バス運転手の仕事に興味ある方向け！運転体験合同就職相談会

くしろバス、阿寒バス、根室交通では、バス運転手の仕事に興味のある方を対象に「バス運転体験合同就職相談会」を開催します。高校卒業を控えた学生の皆さんや、女性也大歓迎です。

普通免許しか持っていないなくても大丈夫。大型二種免許取得支援制度もあります。

事前予約等は不要ですのでお気軽にお越しください。



日 時 10月26日(土)（午前の部）10時～12時（午後の部）13時～15時 ※内容は同じです。

会 場 釧路運転免許試験場（釧路市大楽毛北1丁目15番地8号）

注意事項 バス運転体験に参加を希望される方は、普通自動車運転免許証をご持参ください。（免許証を持っていない方でも運転席に座ってみたり、就職相談会への参加も可能です。）バス運転体験の際は、各社のドライバーが同乗しますのでご安心ください。

●問い合わせ先 くしろバス株式会社総務部 ☎0154-36-8181

阿寒バス株式会社総務部 ☎0154-37-2225

根室交通株式会社 ☎0153-24-2202

自衛官候補生・陸上自衛隊高等工科学校生徒を募集します

令和2年4月採用の「高等工科学校生」の募集受付が令和元年11月1日(金)から開始されます。また「自衛官候補生」の募集が現在受付実施中となっています。下記をご覧くださいの上、期日までにお申し込みください。

種 目	資 格	受付期間	試験日	試験場所
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満	随時	11月23日(土) 12月14日(土)	釧路駐屯地
陸上自衛隊高等工科学校生	中卒(見込み含む) 17歳未満の者	令和元年11月1日(金) ～ 令和2年1月6日(月)	令和2年1月18日(土)	道東経済センタービル

●予約・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

2019「木育・森づくりフェア」の開催について

子どもをはじめとするすべての人が木とふれあい、木に学び、木と生きる取組「木育」は北海道で生まれた言葉です。木育の取組を通して協働の森林づくりへの地域の方々の関心を高めるため、釧路管内の市町村が国や道などの関係機関と連携して、木とのふれあいをテーマに2018「木育・森づくりフェア」を開催します。

木にふれて、木が与えてくれる「温もりや安らぎ」を感じてみてください。

日 時 10月19日(土)、20日(日) 10時～16時

会 場 イオンモール釧路昭和1階 サンコート広場

入場料等 入場料は無料ですが、曜日による内容の違いや数量限定のコーナーもありますので、下記までお問い合わせください。

●問い合わせ・予約先 釧路総合振興局森林室 ☎0153-52-2165

狩猟期間中は道有林への入林を自粛してください

エゾシカ狩猟期間中(10月から3月)は、多くの狩猟者が道有林へ入林します。

狩猟に伴う事故防止のため、この期間は狩猟目的以外での入林はお控えください。

エゾシカによる森林等被害を低減するため、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

●問い合わせ先 北海道水産林務部森林環境局道有林課道有林管理グループ ☎011-204-5519

令和2年 成人式のお知らせ

町教育委員会では、令和2年成人式開催にあたり、現在対象となる方々の名簿を作成しています。

「町内に住所を有し、平成11年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた方」は、自動的に名簿登録させていただきます。また、進学や就職などで町外に転出された方(転居届を出し、現在の住所が浜中町外の方)で、浜中町での式典に参加を希望される方は、下記までご連絡ください。なお、成人式の日程については成人式実行委員会(10月中旬)で決定後お知らせするとともに、名簿登載した方々には11月中旬に案内状を送付します。

●申し込み・問い合わせ先 事務局：教育委員会生涯学習課社会教育係 ☎62-2394・3131



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。

《霧多布中学校》 ☆第45回校内陸上競技大会開催☆

7月16日『第45回校内陸上競技大会』が開催されました。本来7月13日に土曜授業として実施予定でしたが16日に延期となりました。

6月より大会に向けた取組と練習に入りました。昨年は本格的な練習開始後、悪天候続きで体育館・総体での練習を余儀なくされましたが、今年は難なくグラウンドでの練習ができ、大会当日を迎えることができました。

青・赤・黄の3チームによる対抗戦。各種目での熱戦、得点も僅差、どこが優勝してもおかしくない展開。その中でも長縄とびでの必死な試技、それを見ていた他チームの称賛の拍手や互いをたたえ合う態度に感動あふれる場面が見られました。最終結果は優勝青チーム得点1000点、準優勝黄チームと赤チームの2チーム得点998点、ほんのわずかな点差でした。全員が自分の力を出し切り最後まで激戦を繰り広げ、目の離せない戦いとなりました。

保護者および地域の皆さま方には、平日にもかかわらずご来校、応援をいただきありがとうございました。



学校データ

校長	佐藤 英樹
教頭	大和 洋一
教員数	10人
養護教諭	1人
事務生	1人
生徒数	56人
学級数	4学級

(10月1日現在)

私たちの町の高等学校 霧多布高校通信

後輩たちへ『体験入学会』

8月24日に本校の体験入学会を行いました。今年度は55人の中学生に申し込みをいただきました。体験授業は「浜中学」をはじめ全5種類の中から事前に選択していただき、本校生徒と一緒に授業を受けていただきました。また、全11種類の部活動から最大2つ、部活動の見学や参加ができる時間帯も設け、熱心に参加していただきました。本校生徒にとっても充実した時間となりました。この体験入学会を通して皆さんの進路選択に役立てていただけたら幸いです。参加してくださった中学生、保護者および引率教員の皆さま、ありがとうございました。



◆お知らせ - 「各種視察研修及び浜中学報告会」◆

○日時：10月26日(土) 10時20分～(10時15分～ 受付)

○場所：浜中町総合文化センター 1階大ホール

夏季休業期間中に行なわれた「海外交流視察研修」「国内産業視察研修」「国内環境視察研修」の3つの視察研修実績と、日頃の浜中学の成果を報告します。ぜひお越しください。

令和元年度 浜中町少年少女国内派遣事業参加者の感想

国内派遣事業を終えて

霧多布中学校2年 佐澤 萌音

一日目は、日本体育大学に行きました。日本体育大学は校長先生と教頭先生の出身校で校長先生には少し話を聞いたことがあるので楽しみにしていました。そして、見学しているとトレーニングルームがありました。正確な数は数えていませんが、ルームランナーや筋肉トレーニング器具がたくさんありました。そして、トレーニングルームの前にはアイシング用の氷がありました。私達の学校にも、設置してほしいなと感じました。トレーニングルームの見学が終わり、様々な競技の練習場を見学させてもらいました。特に心に残った練習場はバレー等の練習場です。学校の体育館の何倍にもなる練習場でした。すごく羨ましかったです。見学が全て終わり、学食を食べホテルへ帰りました。

二日目は、はとバスに乗り国会議事堂、スカイツリー、浅草仲見世に行きました。

国会議事堂では、荷物検査をして見学をしました。天皇陛下の部屋や、昔使用していたエアコン等を見れてよかったです。

スカイツリーでは、五十秒間で階にあがれるエレベーターに乗りました。エレベーター内は季節ごとの装飾があり、美しく感じました。ガラス床の周りは人はたくさんいましたが、班全員で体験することができました。

浅草仲見世では、お水舎で手と口をすすぎ、香炉の煙を浴び、参拝をしました。その後おみくじを買い、結果は凶でした。少し残念でしたが、良い思い出になりました。そして、夕食のもんじゃに行きました。班で食べるのかと思ったのですが、中学生三人で作って食べることができました。

三日目は東京ディズニーランドへ行きました。まず、中学生三人でパステスをおそろいにしようとし、幸音さんはドナルド、遼月くんはミッキー、私はデ이지ーのパステスにしました。デザインもシンプルで可愛かったのととても嬉しかったです。アトラクションでは、スタートアーズ、スペースマウンテン、ビッグサンダーマウンテンに乗りました。この中で一番楽しかったのは、スペースマウンテンです。スペースマウンテンは、周りが暗く宇宙空間にいるような気分になります。が、暗いので、どこを走るのがわからなく、思ったより速い速度なのですごく楽しかったです。そして、チュロスを食べたりジュースを飲んだり楽しい一日になりました。

四日目は、羽田空港での見学でした。大きな空港だという事もあり、たくさんの外国の方がいました。外国の方が観光しに来ているという事は日本にはたくさんの魅力があるという事だと思います。私達が行った東京・千葉にも浜中町にはないような良いところがたくさんありました。逆に東京・千葉と浜中町を比較して浜中町の良いところも探していき、それを広めていきたいと思いました。

この国内派遣で学んだことは、限られた時間内で行動することや、集団行動の大切さを学びました。



限られた時間内で行動することは、大人になっても使うことなので、今から意識して行動することによって普段から五分前行動の習慣がついたり、学校生活にも役に立つことだと思いました。

集団行動の大切さは、自分の意見だけでなく他人の意見も取り入れて行動できるようになったり、一般の人に迷惑にならないように指摘し合えるようになると思います。

このような貴重な経験から学んだことを、普段の学校生活等にかかしていきたいと思います。

学校教育からの情報コーナー

全国学力・学習状況調査の結果について

4月に実施され、7月に文部科学省より公表されました今年度の「全国学力・学習状況調査」について、本町における結果の概要をお知らせします。

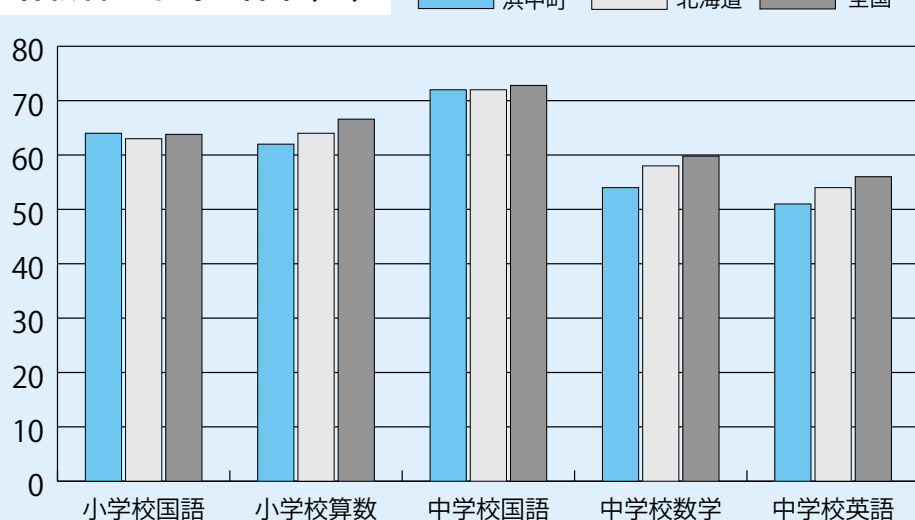
今年度の「全国学力・学習状況調査」は、小学校6年生(40人)を対象に国語と算数の2教科、中学校3年生(64人)を対象に国語と数学と英語の3教科について、調査を実施しました。

今年度から、教科調査について、従来のA問題(知識・技能等)とB問題(活用等)という調査問題の区分が見直され、知識・活用を一体的に問う調査問題に変更されました。また、中学校の教科調査に英語が追加されました。

小学校の平均正答率は、全国・全道と比較すると、国語においてはほぼ同じで、算数においてはやや低い結果となっています。高い正答率を示しているのは国語の「話すこと・聞くこと」「読むこと」領域で、低い正答率を示しているのは算数の「図形」「数量関係」領域の問題です。



各教科の平均正答率(%)



中学校の平均正答率は、全国・全道と比較すると、国語においてはほぼ同じで、数学・英語ともに低い結果となっています。高い正答率を示しているのは国語の「話すこと・聞くこと」領域で、低い正答率を示しているのは、数学の「関数」「図形」領域および英語の「読むこと」領域の問題です。

また、あわせて実施された児童生徒への質問紙調査からは、次のような傾向が見られました。

- 小中学校において、「先生は、あなたのよいところを認めてくれている」と思う児童生徒の割合が全国の平均値を上回っている。
- 小中学校において、「今住んでいる地域の行事に参加している」と思う児童生徒の割合が全国の平均値を上回っている。

各学校では、これらの成果や課題を分析し、今後も、ご家庭と連携しながら、子どもたちの学力向上、生活・学習習慣の確立に向けた取組を進めてまいります。



新着図書案内



児童書



『ともだちになろうよ』 中川 ひろたか/作 ひろかわ さえこ/絵

お母さんはよくボクに「お友だち出来た？」って聞くけど、なんで友だちって必要なの？友だちがいなくても家まで帰れるし、1人で遊んでいるほうがずっとずっと楽しいよ。でも、ある日ウサギの女の子がボクに「友だちになろうよ」と声をかけてきて…。ワニの男の子とウサギの女の子が友だちになるまでの、心温まる物語です。

『となりの野生ヒグマ-いま何が起きているのか-』

北海道新聞野生生物基金、北海道新聞社/編

北海道野生生物基金が発行しているネーチャーマガジン「モーリー」に掲載されたヒグマ特集を1冊にまとめた作品。ヒグマの基礎知識から知床半島での現状、ヒグマ対策など私たちが知っておくべき森の王者の最新情報が紹介されています。不幸な事故を防ぎ、人の暮らしもクマの命も守るために、私たちには一体何が出来るのでしょうか。



一般書

児童書



『ソーリ!』

濱野 京子/作 おとない ちあき/画

「そうりだいじんになりたい」短冊に大きく書いた将来の夢。それは照葉が小学校1年生の夏、七夕かざりを作った時の事だった。しかし「女が総理大臣なんておかしい」と言われ、照葉は将来の夢について語れなくなり…。

総理大臣になりたいって笑われるような夢なの…!?

照葉の物語を通じて、政治や社会について考えてみませんか？

『途中下車はできません』

山本 巧次/著

オープンしたばかりの紅茶専門カフェ。店主の美和は美人だが、どこかワケありの雰囲気。近くの民宿に集う人々は推理をめぐらす…。(『富良野線・美馬牛駅』)

行方不明の祖母を探している大学生の康生は、わずかな手がかりから訪れた場所で見知らぬ男から突然あらぬ疑いをかけられる…。(『釧網本線・北浜駅』)

北海道の5つの駅を舞台とした、ハートフルな鉄道ミステリー小説です。



一般書

《その他、司書オススメの新着本》

● 児童書 ●

『キリンのあかちゃんがうまれた日』 志茂田 景樹/文 木島 誠悟/絵
『かべのむこうになにがある?』

ブリッタ・テッケントラップ/作 風木 一人/訳

『貸出禁止の本をすくえ!』 アラン・グラッツ/著 ないとう ふみこ/訳
『走れ!メープル・犬の車いすができるまで・』 菅 聖子/文

● 一般書 ●

『「こんなママでごめんね」から卒業する本』 福田 とも花/著

『どん底からの甲子園』 タイムリー編集部/編

『営繕かるかや怪異譚 その弐』 小野 不由美/著

『小島の暮らし・北海道厚岸町・』 青地 久恵/著

今月のおはなし会

12日
(土)

26日
(土)

場所：文化センター
2階図書室

時間：11時～

10月は **ピンクリボン月間** です ～乳がん検診を受けましょう～

No.363 保健師・歯科衛生士・栄養士です

乳がんは、乳腺にできるがんです。

日本人女性がかかる割合ががんの中で最も高く、年々増加しています。しかし、早期であれば90%が治る病気です。だからこそ、乳がんの早期発見がとても大切です。

乳がんの予防方法は、残念ながらありませんが、早期発見のための定期的な検診・セルフチェックを行うことはできます。

◎マンモグラフィー検査

厚生労働省の方針で「40歳以上の女性は、2年に1回マンモグラフィー検査による検診」が適切と定められています。早期発見のため、定期的なマンモグラフィー検査を受けましょう。

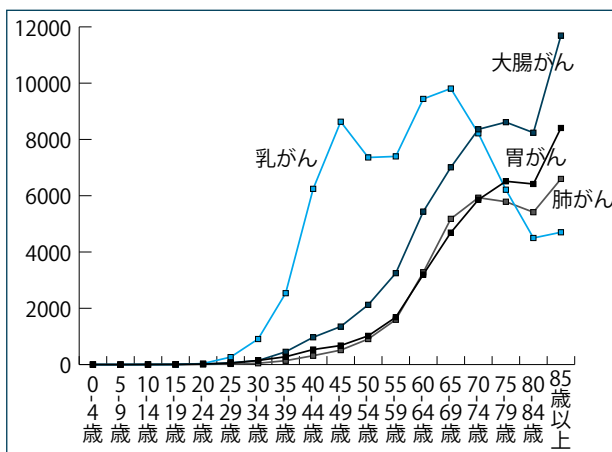
◎セルフチェック

40歳代を過ぎてからも定期的な検診と合わせて月々のセルフチェックを習慣化することで、胸の変化に気がつきやすくなります。

近い血縁者に乳がん・卵巣がんにかかったことのある人が複数いる場合、通常の検診が始まる年齢より前から乳がんに注意をする必要がありますので、乳腺の専門医に相談しましょう。

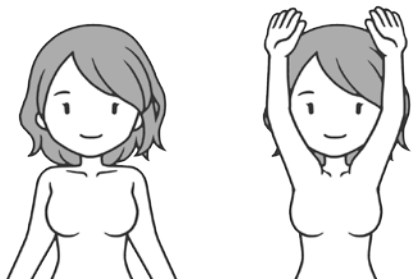
乳がんは、誰にでもかかるリスクがあります。

日本人女性の場合、乳がんは30歳代から増加しはじめ、50～60歳代にピークを迎えます。



女性の乳がん年齢階級別罹患率
(全国推計値…2014年)

- セルフチェックの方法 ◆月経終了後から約1週間後をすすめています。
- ◆閉経後は月初めなど自分で日にちを決めて行いましょう。



① 乳房の形を鏡で確認

両腕を下げ、乳房の形を覚えます。
両腕を上げた時、くぼみやひきつれ、乳首の凹み、湿疹のようなただれはありませんか？



② 仰向けの状態でしこりを確認

内側を調べる時は腕を上げます。
外側を調べる時は腕を下げます。
指の腹で圧迫するように、乳房やわきの下に触れた時、硬く小さなしこりはありますか？



③ 指でつまんで確認

左右の乳首を、指で軽くつまみ、キュッとしばった時、血のような液体はでませんか？

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。24時間以内の放送内容を聞くことができます。

日にち	行 事	日にち	行 事
1 火	霧多布高等学校後期始業式	16 水	
2 水		17 木	ふまねつと教室ふらっと (姉別農村環境改善センター 13:30 ~ 14:30)
3 木	健康教室 (姉別農村環境改善センター 13:30~15:00)	18 金	
4 金	乳児ママの集い (要申込) (老人福祉・母子健康センター 10:30 ~ 12:00)	19 土	
5 土		20 日	
6 日		21 月	
7 月	健康教室 (茶内第三母と子の家 10:00~11:30)	22 火	秋の特定がん検診 (要申込) (老人福祉・母子健康センター 6:00 ~ 7:00) (茶内コミュニティセンター 9:00~10:00)
8 火	健康教室 (茶内コミュニティセンター 10:00~11:30)	23 水	
9 水		24 木	
10 木	整形外科診療 (浜中診療所14:00 ~) ウォーキング講座 (総合体育館11:00~12:00) 乳幼児相談 (要申込) (老人福祉・母子健康センター 10:00 ~ 11:00)	25 金	北大第二内科医師診療 (28日まで)
11 金	北大第二内科医師診療 (13日まで)	26 土	今月のおはなし会 (総合文化センター図書室 11:00 ~)
12 土	今月のおはなし会 (総合文化センター図書室 11:00 ~) 茶内小学芸会・霧多布中学校祭・浜中中学校祭	27 日	散布小中文化祭
13 日	霧多布小学芸会・浜中小学芸会	28 月	健康教室 (姉別寿の家 10:00 ~ 11:30)
14 月		29 火	
15 火		30 水	
		31 木	むし歯予防教室 (老人福祉・母子健康センター 10:00~11:00)

あそびのひろば	月火木金	9:00 ~ 12:00	霧多布保育所内子育て支援センター
	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
	月火水木	10:00 ~ 12:00	茶内保育所内子育て支援センター
	月火木金	14:30 ~ 16:30	茶内保育所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	7・15・21・28
	総合体育館	7・15・21・28
	農業者トレーニングセンター	7・14・21・28
	すくらむ21	7・14・15・21・28
	温水プール	7・15・21・28
	MO-TTOかぜて	6・7・13・14・20・21・27・28

ひとのうごき

8月末現在 (前月比)

- 人 口：5,791人 (+ 2)
- 男：2,861人 (- 6)
- 女：2,930人 (+ 8)
- 世帯数：2,479世帯 (+ 4)



おたんじょう

熊 牛・佐藤 寿栄ちゃん(寿一さん)



おくやみ

湯 沸・西村 重義さん(82歳)
霧 多 布・渡邊まり子さん(65歳)

おたんじょう、おくやみは、浜中町役場に届け出され、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。「子どもが写っている」「遠方にいる親戚に送りたい」など、写真をご希望の方は下記までご連絡ください。

役場企画財政課広報係 ☎62-2148



今月の表紙

世界津波の日高校生サミットin北海道
若き津波防災大使スタディツアーが行われました

9月7日、8日の2日間、27カ
国139人の高校生が浜中町に来町
しました。(関連記事6ページ)

短歌

いのち七日限り謳わむ声とうを持てば盛夏の蝉しぐれする

相原 睦子(茶 内)

誕生日ハッピーバースデーの歌声に犬も祝いてワンワンウォーン

福澤 秋桜(茶 内)

秋祭り一升瓶持ちて転がりて具合悪くてまた転がりて

翁 栗鼠(暮 帰 別)

俳句

彼の人の思い出たどる萩の雨

福澤 秋桜(茶 内)

長き夜に丸く照らされ道を行く

藤井 彰徳(茶 内)

秋の味背筋まつすぐ秋刀魚食べ

翁 栗鼠(暮 帰 別)



文芸サロン



文芸サロンに掲載する俳句または短歌を募集します。
作品を提供いただける方は役場広報係までご連絡ください。

役場企画財政課広報係 ☎六二二二四八

