



今月の主な話題

- ▶二十歳の門出 平成31年浜中町成人式記念式典 2 P
- ▶産業後継者就業交付金制度 4 P
- ▶特定防衛施設周辺整備調整交付金事業が活用されました 5 P
- ▶介護保険施設等を利用するときの食費と居住費について 7 P
- ▶トピックス 平成31年浜中消防団出初式 10 P
- ▶健康サポート 年に1度は受けましょう 特定健診 16 P

二十歳の門出 平成31年浜中町成人式記念式典

1月13日、総合文化センターで「平成31年浜中町成人式記念式典」が行われました。今年新成人となる64人の内、50人が出席し、会場は華やかな振袖と凛々しい袴やスーツ姿の新成人、そして新成人を祝う家族等で大変賑わいました。

式典では、新成人の井上航太さんのリードで町民憲章を唱和し、内村教育長からの式辞の後、松本町長、波岡議会議長より祝辞をいただき、新成人を代表して小西泰成さんと小野夏海さんが「私たちが育ててくれた両親、先輩、社会の恩恵に感謝します。積極的に自己の能力開発に努め、社会参加の活動を進めます」と誓いの言葉を述べました。

教育委員から戸井玲那さんへ、新成人への記念品が手渡され、また、佐々木智夫さんが交通安全宣言で新成人を代表して安全運転を誓いました。

記念撮影を行った後には立食パーティーが用意され、町女性協議会の皆さんが準備してくださった軽食と、旧友との会話を楽しんでいました。

新成人の皆さん、おめでとうございます。





産業後継者就業交付金制度

町では、平成29年4月より、産業後継者の育成支援を推進するため、「浜中町産業後継者就業交付金制度」を実施しています。各産業の後継者であって新たに学校を卒業して就業した場合や、前任者の事業に新たに後継者として就業した場合に交付金を支給します。

■ 新規卒業者の交付対象者

- ① 中学校以上の学校を卒業し、各産業団体に属する者の後継者（二親等以内の直系卑属および兄弟姉妹ならびにその配偶者）であって、各産業に新たに後継者として従事する者
- ② 就業開始日までに浜中町に住所を有している者
- ③ 対象者が属する産業団体（農業協同組合・漁業協同組合・商工会）の推薦を受けた者

■ Uターン者等の交付対象者

- ① 各産業団体に属する者の後継者（二親等以内の直系卑属および兄弟姉妹ならびにその配偶者）で、後継者として各産業に従事することを目的に本町へ転入するなど（町内他事業種からの転職でも対象とする）、新たに後継者として従事する者
- ② 就業開始日までに浜中町に住所を有している者
- ③ 対象者が属する産業団体（農業協同組合・漁業協同組合・商工会）の推薦を受けた者

■ 交付額等

- ① 交付金額 月額5万円 ② 交付期間 就業から最大36ヶ月
③ 交付時期 各年度の事業完了後（実績報告書提出後）

■ 交付の制限

申請者が次の要件に該当する場合は、交付金を交付することができません。

- ・ 町税、使用料等を滞納しているとき。
- ・ 偽り、その他不正な手段により承認を受けたとき。

交付申請

交付金の申請を希望される方は、以下の書類の提出が必要となります。

■ 提出書類（漁業後継者、農業後継者、商工業後継者共通）

- ① 承認申請書 ② 就業概要書 ③ 履歴書 ④ 住民票 ⑤ その他必要と認める書類

■ 提出時期

随時受け付けます。詳細はお問い合わせください。

■ 提出・問い合わせ先

- | | | |
|--------|--------------|--------------|
| 漁業後継者 | 役場水産課漁政係 | ☎62-2243（直通） |
| 農業後継者 | 役場農林課農政係 | ☎65-2186（直通） |
| 商工業後継者 | 役場商工観光課商工労働係 | ☎62-2147（直通） |

人権擁護委員に2名が再委嘱されました

法務大臣より1月1日付けで、天間館りゆう子さん、中村裕子さんの2名が人権擁護委員に再任で委嘱されました。

浜中町の人権擁護委員は、上記2名のほか、昨年1月1日に委嘱されております山口寿宏さんの3名で活動していただきます。今後とも浜中町の人権擁護活動にご尽力されますことを期待します。



特定防衛施設周辺整備調整交付金事業 が活用されました

資源物収集車両を整備しました

このたび、町では「防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金事業」を活用して新しい資源物収集車両を整備しました。

以前使用していた資源物収集車両は、主に町内のビンやペットボトルの収集作業に活用してきましたが、購入から21年が経過して車両の劣化が進み、作業等に支障をきたしていました。

新しい車両が整備されたことで、資源物等の安定的な収集作業を行うことが可能となり、環境衛生の向上に大きく貢献してくれるものと期待しています。



医療機器を更新しました

浜中診療所では「防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金事業」を活用して新しい医療機器を購入しました。

主な内容は、点滴用の輸液ポンプ4台、褥瘡^{じよくそう}エアーマット4台、コンパクト視力計1台、血糖測定機器1台ほかで、疾病の早期発見・治療と患者の身体への負担軽減の効果があり、地域住民の医療環境向上に大きく貢献してくれるものと期待しています。

浜中診療所からのお知らせ

【整形外科診療のお知らせ】

医療法人東北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右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 2月21日(木)、3月8日(木) ○診療時間 14時～

※上記の各診療日の翌日より、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



霧多布湿原センター通信

Kiritappu Wetland Center

活動報告

湿原センターでクリスマス

12月21日、22日にクリスマスイベントを開催しました。1日目はピザ窯で焼いたピザやチーズ、ソーセージなどの軽食、ホットワインやコーヒーなどの飲み物を販売したほか、釧路市のアトリエ・ノールさんによるクリスマスコンサートを行いました。2日目はヒンメリ作りや小物作り等のワークショップを行ったほか、2階カフェにてOKA☆WARIさんによるクリスマスランチを提供しました。また、2日間にわたり霧多布高校の生徒による手作りシェイクの販売も行い、好評でした。イベントにご協力いただきました皆さま、本当にありがとうございました！



あったか初日の出2019

毎年恒例の初日の出イベントを今年も開催しました。今年の元旦は雲が少なく、きれいな初日の出を拝むことができました。初日の出の後には、餅つきや餅まきを行い、来館者と一緒に新年を楽しくお祝いしました。

霧多布湿原センターは2月1日(金)より通常開館しています。本年も皆さまのご来館を心よりお待ちしております。

お知らせ

ミュージアムショップ商品入れ替えのお知らせ

ミュージアムショップでは、新年度に向けて店内の商品を一部入れ替え中です。3月以降、霧多布湿原ナショナルトラストのオリジナル商品や周辺市町村のおしゃれな雑貨類を続々入荷していく予定ですので、お楽しみに！

●予約・問い合わせ先

霧多布湿原センター ☎65-2779

URL <http://www.kiritappu.mond.jp/center/>

介護保険施設等を利用するときの食費と居住費について

介護保険サービスを利用した場合の自己負担額は、かかった費用の1割（一定以上の所得のある方は2割または3割）ですが、下記の対象要件を満たす方は、所得等に応じて特別養護老人ホームや老人保健施設等の介護保健施設、ショートステイを利用する際の**負担限度額認定**の対象となり、1日当たりの食費や居住費の負担が少なくなります。

事前に申請が必要ですので、利用を希望される方は下記問い合わせ先までご相談ください。

負担限度額認定の対象要件

※すべてを満たす方が対象です。

- ①世帯全員が市町村民税非課税であること。
- ②利用者本人の預貯金・有価証券等の金額の合計が1,000万円以下であること。
- ③配偶者（世帯分離している場合も含む）が市町村民税非課税であること。
- ④配偶者がいる場合は、利用者本人との預貯金・有価証券等の金額の合計が2,000万円以下であること。
- ⑤要介護認定を受けていること。

※課税年金収入額（国民年金等）と非課税年金収入額（遺族年金等）に応じて、1日当たりの食費と居住費が減額されます。

●問い合わせ先

役場福祉保健課介護保険係 ☎62-2319

ごみ博士からのお知らせ！



●今回のごみ分別ポイントは「スプレー缶の分別」についてじゃ！



平成28年4月1日からスプレー缶・カセットボンベの排出の仕方が変わったのはみんな知っていると思うのじゃが、改めて確認するぞ。

スプレー缶は「空缶」の収集日でも「燃えないごみ」の収集日でもなく、「スプレー缶」の収集日に排出する事になったのじゃ。スプレー缶を空き缶や燃えないごみの袋に入れて排出してもレッドカードを貼られてごみとして収集されないので注意してくれよ。

それと「スプレー缶」として排出する際は、可燃性のガスで引火する恐れがあるため、缶に穴を開ける作業をしないこと、中身が残っている場合は火気のない風通しの良い屋外でガスを抜くことに気をつけてくれよ。中身が空になった「スプレー缶」を排出する場合は、透明・半透明の袋に入れて排出してくれよ。

また、ラッカースプレー等の塗料のスプレー缶はリサイクルができないので、中身を使い切ってから燃えないごみの袋に入れて「燃えないごみ」の収集日に排出してくれよ。



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！！



みるこんからのお知らせ

「いきいき健康はまなか21(第二次)」～健康なまちづくり行動計画～

町では、健康づくりの新たな指針として、国や道が示す方針や本町の関連計画などを踏まえ、平成25年度に浜中町健康増進計画「いきいき健康はまなか21(第二次)～健康なまちづくり行動計画～」を策定しました。その後の取組状況の一部をお知らせします。

	23年度	29年度	目標値	評価	
特定健康診査受診率	24.5%	25.4%	60.0%	改善傾向	
がん検診受診率	約10%台	9.6~18.4%	50.0%	改善傾向	
メタボリックシンドローム該当者の割合	5.6%	14.3%	4.1%	悪化	
メタボリックシンドローム予備軍者の割合	10.9%	13.8%	9.5%	悪化	
睡眠による休養が十分にとれている者の割合	77.5%	75.2%	増加	悪化	
喫煙率	男性	32.8%	41.1%	12.0%以下	悪化
	女性	10.0%	12.4%	減少	悪化

計画の基本目標は、『壮年期死亡の減少』と『健康寿命の延伸および生活の質の向上の実現』です。これからも、住民の皆さん、行政・関係機関が協働して、健康づくりに取り組みましょう。

問い合わせ先 役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307

地場産品クッキング

「タラの梅照焼き」

【材料：4人分】

- ☆タラ(切り身)…………… 4切れ
- ☆塩…………… 適量
- ☆小麦粉…………… 大さじ1杯半
- ☆油…………… 大さじ½杯
- 梅干し…………… 1個
- しょうゆ…………… 大さじ½杯
- Aみりん…………… 大さじ2杯
- 酒…………… 大さじ1杯

【1人分の栄養素】

エネルギー	166 kcal
カルシウム	27 mg
食塩相当量	1.2 g

食塩の1日摂取目標量

男性	8.0 g
女性	7.0 g

今月の食材は「タラ」です。

タラはたんぱく質が豊富で、脂質が少ない食品です。消化不良のときや高齢者の食事に適しています。

【作り方】

- ①タラに塩をふりかける。
- ②10分程したら水分が出てくるので、キッチンペーパーでとり、小麦粉をまぶす。
- ③フライパンに油を注ぎ②を焼く。
- ④その間に梅干の種をとり、包丁で細かくたたく。
- ⑤Aの調味料をあわせる。
- ⑥タラに火が通ったらフライパンの端に寄せ、⑤を入れて煮立たせる。
- ⑦煮立ったら、タラに絡めて完成。

鹿による事故多発注意！

例年この時期は、鹿との衝突や、鹿を避けようとして路外に転落する事故が多発します。特に榊町、琵琶瀬地区、MGロード周辺に鹿が多く見られます。

事故に遭わないために、下記の運転を心がけましょう。

- ライトの早め点灯（できる限りハイビーム）
- 前方の安全確認を怠らない
- 鹿を発見したら止まれる速度で運転する



車に驚いて飛び出す場合があります！

ネットの陰に潜むサイバー犯罪の脅威？

あなたのパソコンやスマートフォンのウイルス対策は万全ですか？

パスワード未設定など、セキュリティに不備があるまま使用していると、簡単に乗っ取られる危険性があります。

インターネットを利用する犯罪に地域は関係ありません。

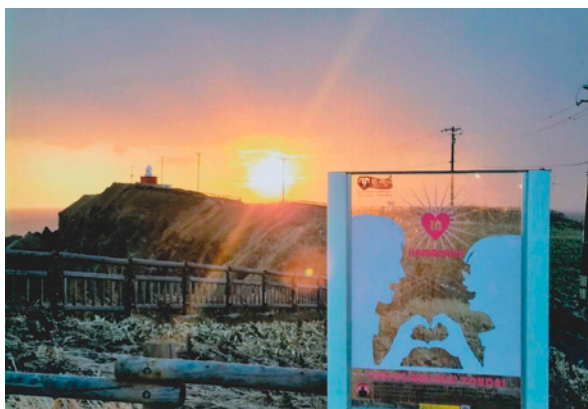
遠くの町の話だと思っていると、明日は我が身です。しっかりと用心しましょう。

霧多布駐在所日記

(霧多布駐在所 高橋)

平成最後の年始を浜中町で迎えました。単身生活の悲哀ゆえ、ひとりで年越しをし、元日は早起きをして、若いカップルの多い中、ひとり湯沸岬で初日の出を拝みました。霊験あらたかなパワーを全身に浴びてから霧多布湿原センターへ移動し、雑煮やきなこ餅を7個も食べ、身も心も満たされた後は、霧多布神社へ赴き、二礼二拍一礼の作法に従い、「浜中町と自身の安全」を祈願しました。さい銭を投げ入れ、おみくじの朗報に、今年も良い一年になるとひとりほくそ笑み、帰宅後は御神酒は酒にあらずと言い訳をし、昼間から酒を飲んで平穩に元日を過ごしました。

今年一年、浜中町の皆さまにとって良い年でありますよう祈念しております。



湯沸岬から拝む日の出は絶景でした！



皆で楽しくもちつき。
杵と臼のもちつきを久しぶりに見ました。

1 Hamanaka Photo News

7 平成31年 浜中消防団出初式

1月7日、浜中消防団の平成31年出初式が行われ、団長をはじめ91名の団員が集合しました。団員は、役場前から行進を行い、終点の消防庁舎では表彰式が行われました。

梅原団長は、訓示の中で昨年北海道胆振東部で発生した地震災害や北海道全域での停電にも触れ、「さらなる防災意識の高揚と体制の充実を進め、広域消防や各関係機関と緻密な連携を図り、災害現場で迅速な活動が実践されるよう、しっかりと準備をしていくこと。町民の安全、地域の安心は基本的な生活の基盤であることを肝に銘じ、その防災の任に当たっていかねなければならない。そのためにも消防団員一人ひとりが互いに切磋琢磨しながら一層の努力を重ね、住民の負託に答えてほしい」と檄を飛ばしました。



1 Hamanaka Photo News

17 浜中消防署に大型水槽車が配備されました

1月17日、浜中消防署に新たに配備された大型水槽車が、町長に披露されました。

同車両は、積載水量が10,000Lを有し、浜中町のように集落が点在し消防水利を有効に配置できない地域では、火災現場直近に部署する車両に短時間で消火用水を補給でき、消火活動を効率的に行うことが可能となります。また、本町では北海道太平洋沿岸の500年間隔連動型地震の発生が懸念されていますが、地震等により上水道が断水し消火栓が使用不能な状況においても有効な水利となるほか、住民に対する生活用水の提供も行えます。

このほかに油圧救助器具をはじめとする資機材を装備しているため、救助要請が多発した場合にも他の出動車両と任務を分担し人命救助活動を行うことができ、現在消防に望まれている各種災害に適応した的確な戦術や技術を補完する体制を構築することが可能となります。



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。関連写真も多く掲載していますので、併せてご覧ください。

i 交通事故被害者世帯への援護制度をご紹介します

ナスバ(自動車事故対策機構)より、交通事故被害者世帯の皆さんへの援護制度をご紹介します。

介護料支給のご案内

自動車(バイク含む)事故による重度後遺障害(脳損・脊損)により介護を要する方へ、後遺障害の程度などに応じて月額29,290円～136,880円を支給します。

交通遺児友の会のご案内

自動車(バイク含む)事故で保護者を亡くされた児童などを対象とした会費無料の友の会を運営し、旅行会や絵画、書道、写真コンテストを実施しています。また、交通遺児に対する育成資金の無利子貸し付けを行っています。

詳しくは下記までお問い合わせください。

●問い合わせ先 自動車事故対策機構 釧路支所 ☎0154-51-7337

i 狩猟期間中における道有林への入林自粛について

エゾシカ狩猟期間中(一般的には3月31日まで)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、この期間の狩猟目的以外の入林はお控えいただくようお願いします。

エゾシカによる森林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管理局道有林課道有林管理グループ
担当：山本、河本、朝倉 ☎011-204-5519

i 平成30年度「北方領土の日」特別啓発期間のお知らせ

2月7日は北方領土の日です。歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島は、我が国固有の領土であり、早期返還は国民の長年にわたる悲願です。道では、1月21日から2月20日を「北方領土の日」特別啓発期間としています。

当町においても署名コーナーを設置しますので、早期返還に向けて皆さまの署名のご協力をよろしくお願いします。

設置期間 2月20日(水)まで

場 所 浜中町役場 1階ロビー ●問い合わせ先 役場総務課総務係 ☎62-2125

i 乳幼児相談のお知らせ

町では、2月7日(木)10時から11時まで、老人福祉・母子健康センター集会室で乳幼児相談を行います。保健師・管理栄養士による身体計測や個別相談を行ないますので、2月5日(火)までに申し込みの上、お越しください。

●申し込み・問い合わせ先 役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307



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5校・中学校4校を連載でご紹介しています。

《霧多布小学校》

学校データ

(4月1日現在)

校長	一本嶋仁志
教頭	上中 義人
教員数	9名
養護教員	1名
事務職員	1名
支援員	1名
事務生	1名
管理人	1名
児童数	99名
学級数	9学級

開校135年目を迎える霧多布小学校では、学校教育目標である“健康な子ども・考えぬく子ども・よく働く子ども・心の豊かな子ども”を目指し、毎日の教育活動を推進しています。今年度もさまざまなことに取り組んでいますが、これまでのいくつかの行事を紹介します。

■海辺の観察会 浜中漁業協同組合やPTAの方々にご協力をいただき、暮帰別の海岸で海辺の観察会を行いました。内容は、ホッキ採りと地引網体験です。特に今年度の地引網には、とても多くの海の幸が入っていました。魚やカニの種類を見て触って学んだあとは、みんなで好きなものを持ち帰りました。地元のおいしい海産物が、各家庭の食卓に並んだことでしょう。

■コミュニティ・スクール 今年度から、霧多布小学校はコミュニティ・スクールをモデル導入しました。そのコミュニティ・スクール事業の一つとして「火防線花いっぱいロード」に2年生3年生と霧多布中学校1年生の共同で地域の人たちと一緒にマリーゴールドを植えました。その他、地域の方をお呼びしての盆踊り練習や昔遊び、読み聞かせ、そして学芸会での全校合唱と多種多様な教育活動を展開することができました。

■霧小博物館 平成29年12月21日オープンした「霧小博物館」。校室である大野勝巳氏の扁額へんがくや、モンキー・パンチ氏自筆の色紙やはがき、また、地域の方々より寄贈されたもの、昭和30年代後半の運動会、修学旅行等のビデオなど、約600点を所蔵し、3年生と6年生の総合的な学習の時間で大いに活躍しています。全職員で作った霧多布小学校物語、2月発行の霧多布小学校物語2も貴重な資料として活用してもらうことを願っています。



昔遊び

私たちの町の高等学校

霧多布高校通信

12月13日、本校体育館にて冬季球技大会が行われました。「一本集中～がんばろう霧高！目指せ優勝！」をテーマに、今年度もバレーボールを行いました。1年生は男女各3チーム、2年生は男子2チーム、女子3チーム、3年生は男子3チーム、女子2チームを構成し、優勝を目指して戦いました。今年度の冬季球技大会は、女子が3年生の「グラマラスK I Z U N A」チーム、男子が1年生の「孤独の鳥」チームの優勝となりましたが、どのチームも手を抜くことなく真剣に戦いつつ、チームプレーを楽しむ姿が印象的でした。また、自分のチームの試合がない時間は学年関係なく応援する生徒の姿も見られ、2018年を良い形で締めくくることができる和気あいあいとした行事となりました。



平成31年度 浜中町育英奨学生募集のご案内

浜中町教育委員会では、学習する意欲がありながら、経済的な理由で修学が困難な学生・生徒に対し、等しく教育を受ける機会を確保するため奨学金を給付しています。

つきましては、次のとおり募集しますので、希望される方は期日までに願書等必要書類を提出してください。

1 出願資格

- (1)浜中町民の子弟であること。
- (2)高等学校、高等専門学校、専門学校、短期大学、大学に在学する者、またはこれらの学校に進学を希望する者であること。

2 出願の手続き

町内中学校および霧多布高等学校に在学の場合は、学校から書類の交付を受けて、下記(1)～(7)の必要書類を整え、受付期間内に下記提出先へ提出してください。

町外の学校に在学の場合は、教育委員会に書類がありますので、交付を受けた後、同様の手続きをしてください。

願書提出の必要書類

- (1)学生（継続）願書
- (2)学校長の推薦書
- (3)学業成績証明書（新1年生の場合は中学3年生、または高校3年生時の証明）
- (4)家庭状況調査書
- (5)学校検診記録書
- (6)所得調査同意書（保護者の住所・氏名を記入し押印したもの）
- (7)合格通知書の写し（4月からの進学者のみ）

3 奨学金の給付月額

- (1)高等学校、高等専門学校（1～3年生）
5,500円
- (2)高等専門学校（4年生、5年生および専攻科）、専門学校、短期大学、大学
11,000円

※給付された奨学金は原則返還する必要はありませんが、修正申告等に伴う所得の変更が生じたときは、再審査により給付の停止または返還が求められる場合があります。

4 給付期間

奨学生の資格は、平成31年4月から1年間のみです。2年以上継続して奨学生になることを希望する場合は、毎年度願書の提出が必要になります。

5 選考方法

奨学生は、奨学審査会で、前年所得等の選考基準に基づき審査され選考されます。また、兄弟など同一世帯から複数の応募も可能です。選考結果は、教育委員会から出願者全員に通知します。

6 願書の受付期間

平成31年3月1日から3月29日の間に、下記まで提出してください。

※期間前および期限後は受け付けできませんのでご注意ください。

問い合わせ
提出先

〒088-1553 厚岸郡浜中町霧多布西3条1丁目47番地

教育委員会管理課総務係（総合文化センター内）

☎62-2371

学校教育からの情報コーナー

学校における働き方改革

これからの時代に求められる教育を実現していくためには、より良い学校教育を通して、より良い社会を創るという理念を学校と社会が共有し、社会との連携および協働によってその実現を図っていくという、社会に開かれた教育課程の実現が重要となります。一方で、北海道教育委員会による調査により、教職員の長時間労働の実態が明らかとなり、教職員の働き方改革が喫緊の課題となっています。この課題を受けて、北海道教育委員会は「学校における働き方改革『アクション・プラン』」を策定しました。こうした状況を踏まえて、現在、浜中町においても「浜中町立小中高等学校における働き方改革『アクション・プラン』」を作成しています。

教員が業務の質を高めるとともに、日々の生活や教職人生を豊かにすることで、自らの専門性や人間性を高め、子どもたちに対して効果的な教育活動を行い教育の質を高めるという、働き方改革の目指す理念の実現に向けて、取組を実行していきます。

action 1 本来担うべき業務に専念できる環境の整備

action 2 部活動指導にかかわる負担の軽減

action 3 勤務時間を意識した働き方の推進と学校運営体制の充実

action 4 教育委員会による学校サポート体制の充実

親子で電子メディアのルールづくりを！

インターネットやスマートフォンなど、電子メディアの普及によって私たちの生活は大変便利になりました。しかし、その一方で、不適切な使い方や長時間の使用によって、学力の低下、ネット依存や生活習慣の乱れ、人間関係への悪影響といったさまざまな問題が不安視されています。

そこで、電子メディアの使用については、子どもの成長に合わせた「ルールづくり」が必要となってきます。親子で相談し、子どもが納得のいく内容を決めた上で、保護者が責任を持って管理することが大切です。やみくもに制限するのではなく、子どもに適切な使用方法を促すことをおすすめします。



ぜひ、各家庭のオリジナルルールを親子でいっしょに作ったり、見直したりしてみませんか？



ルールづくりの視点

○使用する「時間」の管理について

使用する時間を決めて規則正しい生活を送ることができるルール

○使用する「場所」や「時間帯」について

使用して良い場所や時間帯、状況等を正しく判断できるルール

○使用方法（「使い方」や「使う機能」）について

使い方や使っても良い機能について、成長に合わせたルール

○著作権や個人情報などの「法律」に関することについて

何がいけないのか、どんな迷惑がかかるのかを理解し自覚すること



新着図書案内



児童書



『プレゼント、あけてみて!』

おおで ゆかこ/作・絵

ある日、ハリネズミくんのお家にお手紙が届きました。そこには『プレゼント交換をしませんか? お庭にいるアリさんに、好きなものをプレゼントしてね』と書かれていました。そして、プレゼント交換をする日がやってきて…。

動物の仲間たちが、相手のことを想って用意するプレゼントの中身は何かな…? めくって楽しい、しかけ絵本です。

『知られざる北斎』

神山 典士/著

葛飾北斎。西洋では、レオナルド・ダ・ヴィンチと並ぶ19世紀最大の画家であり、彼の絵はモネ、ゴッホ、ドビュッシーなど後世の芸術家へ多大な影響を与えた。

しかし当時の日本では北斎の絵は「こどもの鼻水を拭くちり紙」扱いだった…。

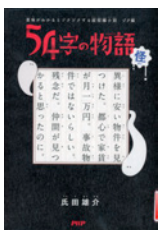
ではなぜ、西洋で北斎の価値は上がり、モネやゴッホは北斎に熱狂したのか。

日本人だけが知らない真実が、ここにあります。



一般書

児童書



『54字の物語 怪』

氏田 雄介/文

SNS上で話題となっている【54字の物語】。

9マス×6行の原稿用紙に書かれた世界一短い(かもしれない)短編小説です。

意味が分かるとゾッとすると、怖くて不思議な90のお話があなただを待っています…。

一つひとつのお話はとても短いので、学校の朝読書などにもオススメの作品です。

『すみれ屋敷の罪人』

降田 天/著

戦前の名家・旧紫峰邸から二つの白骨死体が見つかった。紫峰家には当主と美しい三姉妹が暮らしていたが、4人は東京大空襲によって亡くなったはず…。

発見された死体は、いったい誰なのか。かつての女中や使用人たちが語る、紫峰一族の華やかな生活と日常、そして忍び寄る軍靴の響き。彼らの証言は二転三転し、やがて戦時下に埋もれた意外な真実が明らかとなり…。



一般書

《新着DVD》

邦画

『のぼうの城』『あ・うん』

洋画

『アダムス・ファミリー』『ダ・ヴィンチ・コード』

アニメ

『もののけ姫』『ルドルフとイッパイアッテナ』

その他

『プロジェクトX-挑戦者たち-

旭山動物園 ペンギン翔ぶ～閉園からの復活～』

※DVDは文化センター2階CDコーナーで見ることができます。日曜日や司書不在時は見るできません。ご了承ください。

今月のおはなし会

9日
(土)

23日
(土)

場所：文化センター
2階図書室

時間：11時～

特定健診の対象者は40歳から74歳までの皆さまです

上記年齢の方は特定健診の対象になります。

特定健診は、日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病予防のため、特に上記年齢の方の発症リスクが非常に高いメタボリックシンドロームに着目した健診です。

年に1度は受けましょう 特定健診

No.355 保健師・歯科衛生士・栄養士です

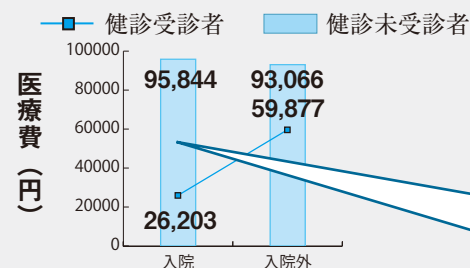
特定健診の 検査項目

問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査（脂質検査、肝機能検査、血糖検査）、尿検査（尿糖、尿タンパク）

健診未受診者の入院医療費は、健診受診者の約3倍の差

浜中町特定健診受診状況別 生活習慣病一人当たり医療費

出典：入院、入院外、調剤の電子レセプト
H28年度診療分（12ヵ月分）等



浜中町の特定健診受診状況別の生活習慣病患者一人当たりの医療費は、健診受診者が未受診者に比べ、入院および入院外共に抑えられています。これは早期発見で治療費が抑えられたことと、健康への関心が高まったことによるものと考えられます。定期的に健診を受けていると、後々の医療費が抑えられる可能性が高まります。

健診受診者の入院医療費に対し、未受診者の医療費は3倍以上となっています！

まだ特定健診を受診されていない方は・・・

特定健診は、毎年受診して検査値の変化を見直すことが大切です。

4月から、まだ特定健診を受診されていない方は、ご自身が加入している医療保険者（自営業の方は役場保険年金係 ☎62-2187 へ、会社などへお勤めの方はお勤め先）までお問い合わせください。

※お勤めの方で、事業者健診（お勤め先で実施する健診）を受診された方または受診予定の方は、新たに特定健診を受診する必要はありません。

国民健康保険に加入されている40歳から74歳までの皆さまは・・・

- 健診料金1,000円とお得です！総費用額7,730円の約8割を浜中町が負担します。
- 充実の健診内容！上記の特定健診の検査項目に、尿酸、血清クレアチニン検査が追加で受けられます。血管の傷み具合や腎臓の働き具合が分かります。
- 個別健診が受けられます！
ご都合に合わせて、釧路がん検診センター（釧路市愛国東2丁目3番1号 ☎0154-37-3370 ※予約が必要です。）で受診できます。各種がん検診も受診できます。
- 平成31年度 春の集団健診を町内各地区で実施します！
詳細につきましては、2月中旬の自治会配布にてお知らせします。

2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 金	産前ママのつどい（事前に申し込みが必要です） （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:30）	15 金	
2 土		16 土	
3 日		17 日	
4 月	健康教室（茶内第三母と子の家 10:00～11:30）	18 月	
5 火		19 火	
6 水	ハツラツ倶楽部わっはっは （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:30）	20 水	ハツラツ倶楽部わっはっは （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:30）
7 木	健康教室（姉別農村環境改善センター 13:00～15:30） 乳幼児相談（5日までに申し込みが必要です） （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:00）	21 木	整形外科診療（浜中診療所 14:00～）
8 金		22 金	
9 土	今月のおはなし会（総合文化センター図書室 11:00～）	23 土	今月のおはなし会（総合文化センター図書室 11:00～）
10 日		24 日	
11 月		25 月	
12 火	健康教室（茶内コミュニティセンター 10:00～11:30）	26 火	
13 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）	27 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）
14 木	健康教室（琵琶瀬住民センター 10:00～11:30）	28 木	むし歯予防教室 （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:00） 夜間納税相談窓口（役場税務課 ～19:00）

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）
	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

町内施設の休館日	施設名称	休館日
	総合文化センター	4・12・18・25
	総合体育館	4・12・18・25
	農業者トレーニングセンター	4・11・18・25
	すくらむ21	4・11・12・18・25
MO-TTOかぜて	3・4・10・11・17・18・24・25	

ひとのうごき

12月末現在（前月比）

- 人口：5,860人（-11）
男：2,903人（-1）
女：2,957人（-10）
- 世帯数：2,459世帯（-4）

おたんじょう

茶 内・水本 ^{しずく} 雫ちゃん（康洋さん）
藻 散 布・永坂 ^{める} 夢星ちゃん（和幸さん）

おくやみ

水 取 場・木村 芳子さん（89歳）
霧 多 布・箱石 博人さん（67歳）
湯 沸・中田 永治さん（85歳）
霧 多 布・吉崎 岩松さん（87歳）
西 円 朱 別・田村美千子さん（69歳）
琵 琶 瀬・白戸 敏雄さん（89歳）
姉 別・小原ハツヨさん（93歳）
新 川・北館 清さん（84歳）
厚 陽・岩城 倫正さん（92歳）

おたんじょう、おくやみは、浜中町役場に届け出されて承諾いただいた皆さんと、他市区町村に届け出され、掲載を希望されて申し出いただいた方のみ掲載しています。

ご寄付ありがとうございます

養老散布 松葉 浩徳さん 100,000円（一般寄付金として）

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。

役場企画財政課広報係 ☎62-2148



今月の表紙

平成31年浜中町成人式記念式典

1月13日、総合文化センターで平成31年浜中町成人式記念式典が行われ、50名の新成人が出席しました。
(関連記事2～3ページ)



文芸サロン

俳句

白梅の香り清らに年越しぬ

福澤 秋桜(茶 内)

薄氷うすこや小山の鹿の蹄の音

天井知代子(暮帰別)

短歌

先々を輝かす真冬の満月を我がものとしてカーテン閉づる

相原 睦子(茶 内)

雪原に足あと一筋遙かなり我も踏み出そう新しき明日へ

福澤 秋桜(茶 内)

母性とも悪友ともつかない性質たちで兄の嫁(仮)に会いに行く車中

天井知代子(暮帰別)

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 ☎六二一一二四八

