

はまなか



2019/No.648



今月の主な話題

- ▶ 浜中うまいもん市2019 2 P
- ▶ 散布小総合学習in松岡牧場 (Grateful Farm)..... 3 P
- ▶ あなたの地域でも集まろう！ シニア・高齢者向け「健康教室」 4 P
- ▶ 成人男性の風しん第5期定期接種のお知らせ..... 8 P
- ▶ 浜中町地域おこし協力隊 YU★たろうの活動日誌 12 P
- ▶ 健康サポート 注意しましょう食中毒..... 28 P

浜中うまいもん市²⁰¹⁹

7月7日、霧多布湿原特設会場で「浜中うまいもん市“2019”」が開催され、2,500人の来場者は湿原の花や風景、味覚を大いに味わっていました。

霧多布浜太鼓の演奏をスタートに、カキのつかみ取り、花咲がにの早食い競争、大抽選会などのステージイベントのほか、湿原木道ガイドや貝殻アートなどの体験コーナーも好評で、参加者の笑顔があふれていました。

また、ホエイ豚ジン丼、ピザ、牛乳、サーモンステーキ、ほっき、鉄砲汁、ホタテや焼き牡蠣などの地元食材がそろい、来場者には催しだけでなく味覚も楽しめるイベントとなりました。

中でも「花咲がにの浜ゆで実演販売」では、ゆでたてのかにを特価販売し、多くの方が花咲がにの殻に苦戦しながらも、おいしそうに味わっていました。



Grateful Farm 散布小総合学習in松岡牧場



6月21日、姉別の松岡牧場（Grateful Farm）で散布小学校の総合学習が行われ、3・4年生8人がチーズ作り体験と酪農体験を行いました。

チーズ作り体験は、松岡牧場にあるチーズ工房で行われ、牛、牛乳、チーズ等の松岡さんの説明に、漁業を生業とする地域で育った子どもたちは興味津々の様子でした。

子どもたちは、軍手の上からゴム手袋をはめてエプロンを身に着け、チーズになる一步手前の工程でできる「チーズカード」を熱湯の中で練り、思い思いの形にチーズを成形していました。

その後、自分たちで成形したチーズでピザを作ってもらい、みんなで楽しく試食しました。

チーズ作り体験の後、牧場内を見学し、牛乳を手絞りさせてもらったり、子牛や出産間近の牛を見せてもらったりと、子どもたちには忘れられないとても良い経験になったと思います。

指導に当たった松岡智子さんは、酪農の仕事などを広く知ってもらいたいと「酪農教育ファーム認定」を受け、学校や教育現場等と連携して牧場が持つ多様な資源を活用した教育活動を行っています。霧多布湿原センターが学校に松岡さんを紹介し、今回の総合学習に至ったそうです。

松岡さんは、子どもたちに「山と海は友達だから、牛のふんやおしっこが川に流れないように気を付けている。川が汚れると海が汚れる。海が汚れると漁師さんが困る。だから糞尿は、川に流れないようにきちんと処理して畑の肥料に使うんだ」と環境についても力強く語られていました。



あなたの地域でも集まろう！ シニア・高齢者向け 健康教室

福祉保健課では、シニア・高齢者世代の方々を対象に、皆様のご要望に応じて保健師や栄養士、歯科衛生士などが地域の会館に出向いて健康教室を実施しています。

地域で集まる機会があるから健康の話をしてほしい、介護予防のために頭や体の体操をしたいなどの要望がありましたら、ご希望に応じて対応いたしますので、下記までご連絡ください。

“元気で長生き”のために、あなたの地域でも健康教室を開催してみませんか？



姉別で開催したふまねっと教室の様子

健康教室の実施内容

- 保健師による血圧測定・健康相談
- 保健師、栄養士、歯科衛生士による健康に関する講話
- 介護予防の頭の体操、ストレッチ、健康体操
- ふまねっと運動 など

健康教室に参加してみんな元気です！ (5月に実施した地域の方々です。)



姉別南地区の皆さん



茶内市街の皆さん



茶内第三地区の皆さん



姉別北地区の皆さん

●申し込み・問い合わせ先 役場福祉保健課地域包括支援係 ☎62-2194

活用されています！

特定防衛施設周辺整備調整交付金

特定防衛施設周辺整備調整交付金とは、防衛施設周辺の生活環境の整備等に関する法律に基づき、防衛施設周辺住民の生活環境や福祉等の向上のため国から市町村に交付される交付金で、本町は矢臼別演習場を抱えていることから毎年交付されています。平成30年度は1億4,336万6千円が交付され、清掃車両や医療機器の購入を実施したほか、浜中診療所および町立保育所の維持運営費に充当するため基金を積み立てるなど、住民福祉や教育、生活環境などの向上に役立てられています。

平成30年度特定防衛施設周辺整備調整交付金事業の実績

(単位：千円)

事業名	事業費	左の内交付金	事業内容等
清掃車両購入	4,904	4,000	今まで使用していた資源物収集車の老朽化から、収集作業に支障が生じないように新しく資源物収集車1台を購入しています。
医療機器購入	2,128	1,950	経年劣化した医療機器が、迅速かつ的確な診療に支障をきたす恐れがあることから輸液ポンプ等を購入し、安心、快適利用に資する環境を整備しています。
基金事業積立金 (保育所維持運営分)	101,356	101,356	町立保育所維持運営に充てるため基金として積み立てるもので、平成30年度は基金残高の内101,356千円を取り崩し、保育所の維持運営経費に充当しています。
基金事業積立金 (診療所維持運営分)	36,000	36,000	浜中診療所維持運営に充てるため基金として積み立てるもので、平成30年度は基金残高の内36,000千円を取り崩し、診療所の維持運営経費に充当しています。



資源物収集車



保育所の子どもたち

国民健康保険に加入されている皆さまへ

国民健康保険（国保）は、長きにわたって市町村が保険者となって運営していましたが、社会保険などに比べ年齢構成が高く、医療費が年々増加していることや人口減少により今後加入者が減り続けていく恐れもあるなど、財政運営が不安定になるリスクが高く市町村単位で運営するには限界がありました。

そのため、国民皆保険の最後の要である国保制度を安定した制度として次の世代に引き継げるよう、平成30年度から都道府県が市町村とともに国保の運営を行っています。

新たな仕組みにおいては、財政運営の責任は都道府県が担っており、市町村は保険証の発行や療養費等の申請、保険税の課税・徴収業務、保健事業を行っていますので、加入されている皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

◎税率の改正（令和元年度）

これまで国保税は、医療機関等に支払う保険給付費に必要な財源として課税していましたが、平成30年度以降は保険給付に必要な費用は北海道が負担し、その財源として市町村は北海道へ納付金を納める方式となりました。この納付金の額は年度途中で変更されることはありませんが、保険給付費については、想定を上回った場合でも北海道がすべて負担する仕組みとなっています。北海道は、各市町村の医療費や所得等を基準に市町村毎に納付金の額を決定し、市町村は納付金の額に応じた国保税を課税します。浜中町においては前年所得をもとに、前年度からの繰越金の一部を減税財源に充てるなど、下表のとおり税率を改正しました。なお、法律の改正に伴い、医療給付費分の限度額、軽減判定についても改正しています。

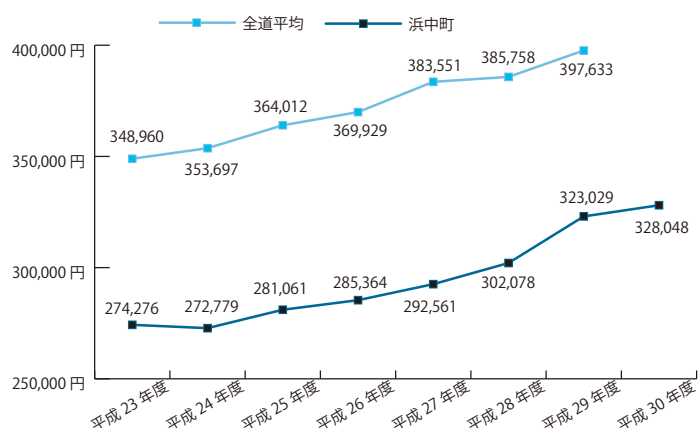
区分	医療給付費分			後期高齢者支援金分			介護納付金分		
	平成30年度	令和元年度	比較	平成30年度	令和元年度	比較	平成30年度	令和元年度	比較
所得割	5.60%	5.87%	0.27	2.35%	2.01%	△0.34	1.60%	1.53%	△0.07
被保険者均等割	29,200円	31,000円	1,800円	9,300円	9,300円	-	9,300円	9,300円	-
世帯別平等割	20,000円	20,700円	700円	6,400円	6,200円	△200円	4,800円	4,600円	△200円
限度額	580,000円	610,000円	30,000円	190,000円	190,000円	-	160,000円	160,000円	-

◎軽減判定の改正

被保険者均等割および世帯別平等割の5割・2割軽減の範囲が拡大されます。

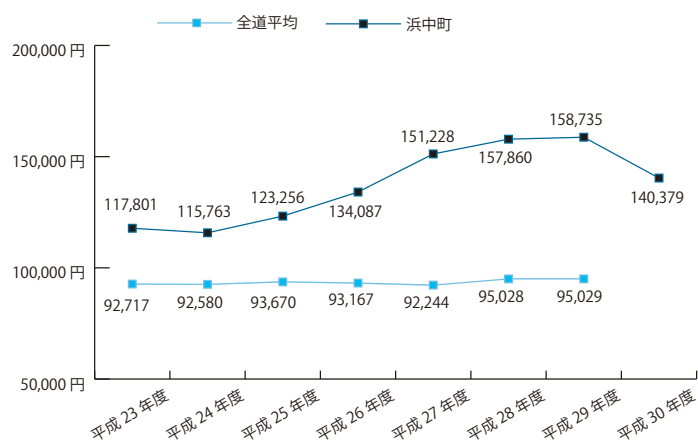
→ 5割軽減	改正前	前年の所得が「33万円 + 27万5千円 × 国保加入者」以下の場合
	改正後	前年の所得が「33万円 + 28万円 × 国保加入者」以下の場合
→ 2割軽減	改正前	前年の所得が「33万円 + 50万円 × 国保加入者」以下の場合
	改正後	前年の所得が「33万円 + 51万円 × 国保加入者」以下の場合

1人当たり医療費の推移



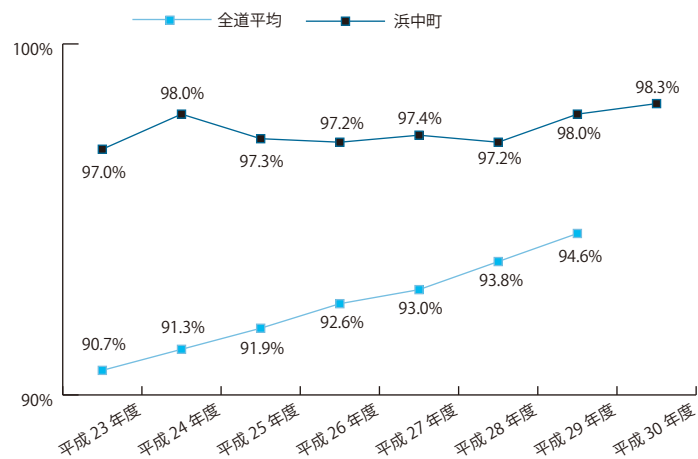
※全道平均の平成30年度分は結果が公表されていないことから表記していません。

1人当たり国保税の推移



※全道平均の平成30年度分は結果が公表されていないことから表記していません。

国保税収納率の推移



※全道平均の平成30年度分は結果が公表されていないことから表記していません。

本町における加入者1人当たりの医療費は、平成23年度は274,276円でしたが、平成30年度は328,048円と53,772円増加（19.6%増）し、今後も高い水準が続くと考えられます。新たな制度においても、医療費の増加は国保税の増額にも繋がり、加入者の皆さまにご負担いただくこととなります。このことから、本町も健診や各種保健事業等を通じて生活習慣病の予防や疾病の早期発見に取り組み、医療費の抑制に努めてまいります。

制度改正前（平成29年度以前）の本町の国保税の状況は、必要な保険給付費を各市町村で賄う仕組みであったことから、医療費や交付金等の影響を受けやすく、ここ数年は増額傾向となっていました。

平成30年度は制度改正に伴って国からの財政支援の拡充もあったことから、1人当たりの税額が前年比で11.6%減少しました。

なお、制度改正に伴い、必要な保険給付費を全道で賄う仕組みへ変更となったことから、将来的に道内のどの市町村に住んでいても同じ保険税率となるよう北海道と市町村で検討が進められています。

平成30年度現年度分の国保税の収納率は、収納確保に向けた各種納税督促、資格証明書および短期証の発行など、さまざまな対策を実施し、98.3%と前年度を上回る結果となりました。

このことは、国保加入者一人ひとりの納税意識が一段と高まった結果であり、国保会計の安定した運営が図られ、安心した保険給付が受けられることに繋がります。

令和元年度も国保制度の相互扶助の原則を踏まえ、税負担の公平性を考慮しながら国保税の収納対策を実施してまいりますので、加入されている皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

風しんへの抵抗力、ありますか？

～成人男性の風しん第5期定期接種のお知らせ～

風しんの予防接種は、現在、予防接種法に基づき公的に行われています。しかし、公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、抗体保有率が約80%と、他の世代に比べて低くなっています。

そのため、**2022年3月31日までの3年間に限り**、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性を風しんの定期接種の対象者とし、クーポン券をお届けします。

国では段階的に進めていく方針で、1年目の2019年度は昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性にクーポン券をお届けします。それ以外の年齢の方は、福祉保健課までお問い合わせください。

対象の方には、クーポン券を使って抗体検査を受けていただき、その結果十分な量の抗体がない方は定期接種（麻しん風しん混合ワクチン）の対象となります。

風しんとは

風しんは、感染者の飛まつ（唾液のしぶき）などによって他の人にうつる、感染力が強い感染症です。妊娠早期の妊婦が風しんに感染すると、出生児が先天性風しん症候群（眼や耳、心臓に障がいが出ること）になる可能性があります。

対象者

昭和37年(1962年)4月2日から昭和54年(1979年)4月1日の間に生まれた男性

※検査日および実施日において、浜中町に住民票がある昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性が対象です。ただし、次の(1)～(3)に該当する方は対象とはなりませんのでご注意ください。

- (1) 風しんにかかったことがあり、かつ検査での風しん診断記録がある方
- (2) 平成26年4月1日以降に風しんの抗体検査を受けたことがあり、かつ抗体検査の記録がある方
- (3) 風しんの予防接種を受けたことがあり、かつその記録がある方で、抗体検査を希望されない方

費用

無料

抗体検査・予防接種を受けられる医療機関

近隣の実施医療機関	電話番号
町立浜中診療所	0153-62-2233
町立厚岸病院	0153-52-3145
田中医院	0153-52-7155
町立別海病院	0153-75-2311

- 左記の医療機関では事前確認が必要です。
- 左記以外の医療機関については、厚生労働省ホームページをご参照ください。

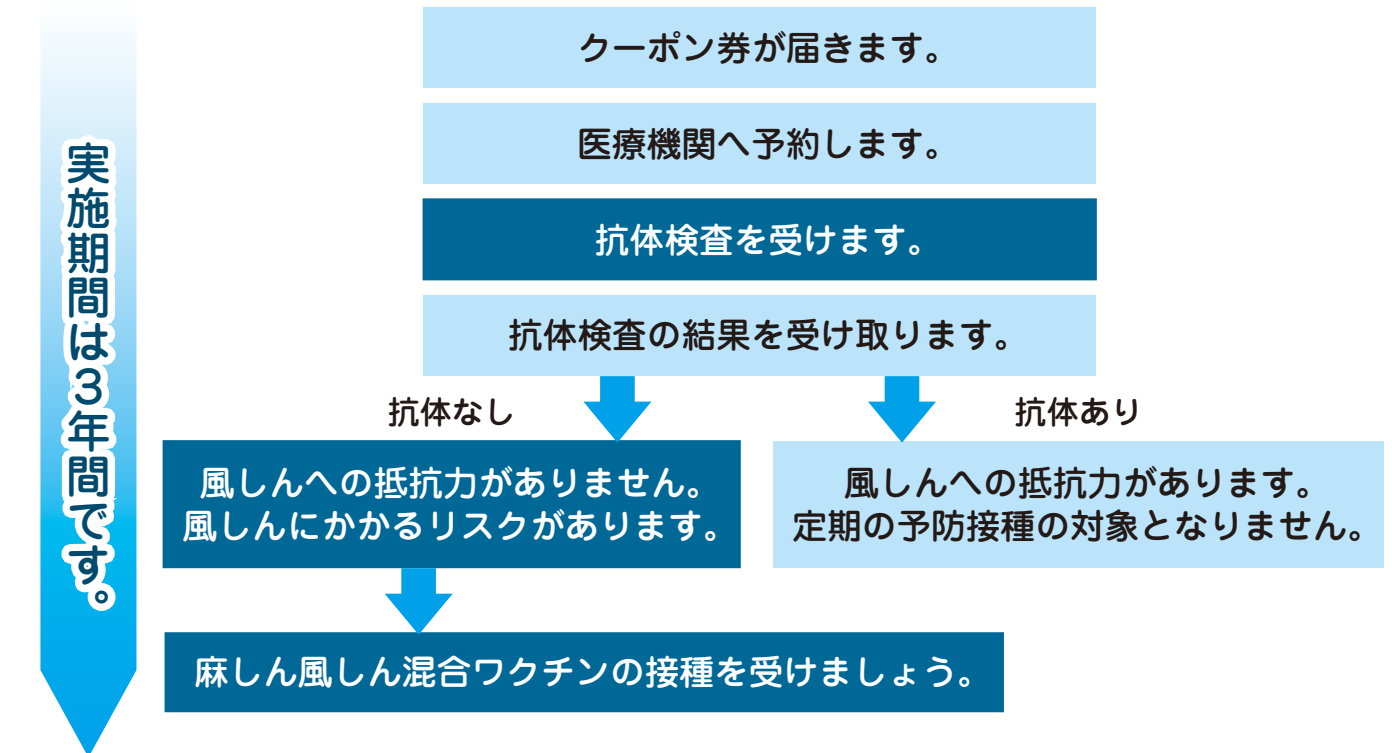
実施期間

2022年3月31日までの3年間

持ち物

- (1) 抗体検査時 クーポン券 本人確認書類（住民登録の市町村がわかるもの）
- (2) 予防接種時 (1)の持ち物に加え、抗体検査の結果がわかるもの

抗体検査・予防接種までの流れ



抗体検査は、

- 事業所健診や特定健診の機会にその場で受けられます※。

※勤務先の企業等にお問い合わせください。

- 本事業に参加している全国の医療機関等で受けられます。

予防接種は、

- 当日の体調や基礎疾患等で受けられない可能性もあります。また、接種後に副反応が発生するおそれもありますので必ず医師と相談してください。
- 接種後、次に異なる種類のワクチンを接種する場合は、28日以上の間隔をあける必要がありますので注意してください。

予防接種を受けた後の注意事項

接種後、発熱や発疹等の副反応が発生するおそれもありますので、接種後24時間は症状の出現に注意し、特に接種後30分程度は医療機関で様子を観察するか、医師とすぐに連絡がとれるようにしましょう。

この記事に関するお問い合わせは下記まで
役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307

こころの健康相談

釧路保健所では、精神科医師による心の健康相談を実施しています。

『眠れない日が続いている』『自分を傷つける行為を繰り返す』『死にたいと思う』『飲酒やギャンブルで生活に支障をきたしている』『ひきこもりで困っている』『物忘れが目立つようになった』など心の健康について悩んでいる方は、お気軽にご相談ください。



精神科医師による相談（面接）

実施日：毎月1回、下記の日程で実施します。（事前に予約が必要です。）

▶ 8月26日(月)、9月20日(金)、10月17日(木)、11月14日(木)、12月20日(金)、
令和2年1月17日(金)、2月21日(金)、3月13日(金)

時 間：14時～ **場 所：**釧路保健所

●相談窓口・問い合わせ先 釧路保健所 ☎0154-65-5825

浜中町の空間放射線量測定結果を公表します

町は、東日本大震災に伴う原子力発電所の事故によって発生した放射性物質からの汚染状況を継続的に把握するため、町内の空間放射線量率の調査を実施しています。

今年度の測定結果について以下のとおり公表します。

測定概要	測定場所	浜中町内24か所
	測定機器	シンチレーション式サーベイメータ TCS-171B 日立アロカメディカル(株)製
	測定方法	敷地の地上1mの高さを、30秒ごと5回の繰り返し測定による平均値

◎測定結果（測定日6月11日）

測定場所	結 果	測定場所	結 果
役場本庁舎	0.030 μ Sv/h	榊町会館	0.028 μ Sv/h
浜中支所	0.028 μ Sv/h	奔幌戸ふれあい館	0.028 μ Sv/h
茶内支所	0.032 μ Sv/h	蕨人会館	0.036 μ Sv/h
湯沸母と子の家	0.022 μ Sv/h	厚陽地区会館	0.030 μ Sv/h
新川会館	0.034 μ Sv/h	姉別農村環境改善センター	0.026 μ Sv/h
仲の浜福祉館	0.028 μ Sv/h	旧姉別小学校	0.028 μ Sv/h
琵琶瀬住民センター	0.032 μ Sv/h	熊牛地区コミュニティセンター	0.026 μ Sv/h
渡散布住民センター	0.022 μ Sv/h	円朱別会館	0.022 μ Sv/h
藻散布会館	0.026 μ Sv/h	西円朱別農民研修センター	0.030 μ Sv/h
丸山散布地区コミュニティセンター	0.032 μ Sv/h	茶内第三寿の家	0.038 μ Sv/h
漁村センター	0.028 μ Sv/h	茶内第一住民センター	0.028 μ Sv/h
暮帰別福祉会館	0.034 μ Sv/h	浜中東南集会所	0.028 μ Sv/h

国際放射線防護委員会（ICRP）の勧告では、平常時1 mSv/y以下であることとしています。

町内24箇所の放射線量の平均値は0.029 μ Sv/hで、年間換算すると、0.15mSv/yとなっており、ICRPが示す基準値を大きく下回っていることから、健康に影響を与える状況にないといえます。

65歳からの介護保険料の支払い方法

65歳以上の第1号被保険者の方は、2つの支払方法により、町へ直接保険料を納めていただくこととなります。支払い方法と納期は下記のとおりです。

- ①納付書または口座振替で支払う **普通徴収**
- ②年金から天引きとなる **特別徴収(年金特徴)**

普通徴収の納期

	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期
納期限	7月30日	8月30日	9月30日	10月30日	12月2日	12月25日

特別徴収の納期

	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期
年金特徴月	4月	6月	8月	10月	12月	2月

介護保険制度では、年金の年額が18万円以上ある場合、特別徴収が優先され保険料が納められます(介護保険法第131条)。これは、保険料収納の確保と納付の利便性を図るために、日本の社会保険制度上初めて確立された制度です。ただし、年金特徴が開始されるまでには、町と年金保険者との間でデータの確認を行うことから、半年から1年程度の時間を要しますので、最初は普通徴収からとなります。

なお、新規に年金特徴が始まる方については、4月～10月までのいずれかの月から天引きが開始されます。詳細は、8月に送付される特別徴収通知書をご確認ください。

●問い合わせ先 役場福祉保健課介護保険係 ☎62-2319

浜中診療所からのお知らせ

【内科医師派遣診療について】

8・9月の北大第二内科医師の診療日をお知らせします。

- 8月30日(金)～9月1日(日)
- 9月15日(日)～16日(月) ○9月20日(金)～22日(日)

※ 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 8月8日(木)・9月12日(木)・10月10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、診療日が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

浜中町地域おこし協力隊 YU★たろうの活動日誌



第2回 「のどかさ と 賑わい の 中 で」

地域おこし協力隊の小山勇太郎です。

7月に入り、私が浜中町の協力隊に就任して、もうすぐ2ヶ月が経とうとしています。

霧多布湿原では、ワタスゲやエゾカンゾウなどが次々に開花して、とてもにぎやかな景色となってきました。

先日、酪農地域に行ってみると、牧草の収穫が始まっていました。牧草ロールを作る工程をひと通り見てきましたが、大きなトラクターとさまざまな機械を使っての作業はとても興味深いものでした。浜中町には多くの牧草地があり、牛が草地でのどかに草を食む牧歌的な光景が広がります。都会育ちの私にとってとても新鮮で感動的な風景でした。

もうすぐ「うまいもん市」があるそうで、町の“うまいもん”が一同に集まるイベントと聞いているので今から楽しみで胸を躍らせています。浜中町に来てからおいしいものばかり食べていて、だんだんと肥えてきましたが、ダイエットはイベントが終わってからにすることにして、浜中町の山海の味覚を存分に楽しもうと思います。

7月1日 地域おこし協力隊 小山 勇太郎

地場 産品 クッキング

「いかボール」

【材料：4人分】

☆木綿豆腐	1丁
☆いか	200g
☆玉ねぎ	1/4個
☆人参	1/4本
☆枝豆	30g
☆油	適量
A 卵	1個
● 片栗粉	大さじ2杯

【1人分の栄養素】

エネルギー	242 kcal
カルシウム	87 mg
食塩相当量	0.4 g

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「いか」です。

いかは高たんぱく質低脂質な食品です。また、コレステロール上昇を抑制し、生活習慣病予防効果が期待できるタウリンが豊富に含まれています。

【作り方】

- ①木綿豆腐を水切りする。
- ②いかの内臓を取り、皮をむく。胴を粗みじん切りにし、足は粘りがでるまで包丁でたたく。
- ③玉ねぎと人参をみじん切り、枝豆はさやから出す。
- ④ボウルにAといかを入れてなじませる。
- ⑤混ぜたら③を入れて均等になるように混ぜる。
- ⑥フライパンに油を注ぎ、160～170度になったらスプーンでお好みの大きさにして揚げる。
- ⑦きつね色になったらお皿に盛り、完成。

●水難事故の防止、海中転落に注意！

知ってましたか？こんなに多くの方々が水難事故の犠牲になっています。

平成30年7～8月の水難概況

	発生件数	水難者総人数				
		死者	行方不明者	負傷者	無事救出	
北海道	16	22	8	2	2	10
全国	502	595	237	5	116	237

霧多布駐在所日記 (霧多布駐在所 高橋・海田)

●其の壱

4月11日に惜しまれつつも亡くなられた「ルパン三世」の原作者モンキー・パンチこと加藤一彦先生が、生前に総合文化センター玄関前の敷地に描いたルパン三世の画像とサインの補修作業が行われ、私も飛び入りで作業に加わらせてもらいました。モンキー・パンチの「モ」の字に筆を入れさせていただき、一生の思い出になりました。



緊張しつつ、慎重に筆を走らせました。

●其の弐

広報はまなか7月号で、湿原クリーン作戦が実施され、350kgのごみを回収した記事がありました。それからわずか1か月余りで、早くも浜中町の海と山にごみが散乱していました。

プラスチックは生物によって分解されず、理論上数百年から数千年は分解しないため、全世界でこのまま海に垂れ流していると2050年には海中のプラスチックごみが魚の重さを超えると推定されています。以前、コンビニ前のスタンド灰皿に「捨てる人は捨わない。捨てない人が捨ってる。」というJTのキャッチコピーを見つけ、なるほどと感銘を受けたことがあります。

あなたは、捨てる人、捨てない人、どちら側の人ですか？



ゴミ捨て禁止の立て札の下に大量のごみが。



プラスチックに空き缶、子どものおむつまで！



みるこんからのお知らせ

秋の特定健診・がん検診のお知らせ ～個人での受診も可能です～

生活習慣病は、多くの場合、自覚症状がないまま進行するため、健診による健康管理は生活習慣病を発見する第一歩となります。

年に1度は、特定健診・がん検診を受けて、ご自分の健康状態をチェックしましょう。

特定健診対象者

- 40歳以上で国民健康保険に加入されている方
- 40歳以上で全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入されている方
- 40歳以上の生活保護世帯の方
- 後期高齢者医療保険に加入されている方（おもに75歳以上の方）
- 特定健診無料クーポン券の対象の方

がん検診対象者

- ◆胃がん、肺がん、大腸がん検診…40歳以上の方
- ◆乳がん検診…40歳以上の女性（2年に1回の受診が望ましい）
- ◆子宮がん検診…20歳以上の女性（2年に1回の受診が望ましい）

集団健診・個別健診

集団健診

日 程

10月22日(祝)

会場・受付時間

老人福祉・母子健康センター 6時～7時

茶内コミュニティセンター 9時～10時

受診できる健（検）診

特定健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診

特定健診を受ける方だけが追加で受診できる検診

前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・エキノコックス検診

* 詳しくは、本紙と同時に自治会配布されるチラシをご覧ください。

個別健診

健（検）診会場

釧路がん検診センター（釧路市愛国東2丁目3番1号）

問い合わせ・申し込み先

釧路がん検診センター ☎0154-37-3370

受診できる健（検）診

特定健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・

乳がん検診・子宮がん検診

特定健診を受ける方だけが追加で受診できる検診

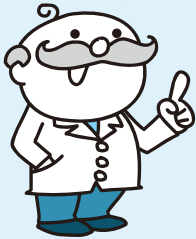
前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・エキノコックス検診

* 直接、釧路がん検診センターへお問い合わせください。

特定健診、乳がん検診および子宮がん検診無料クーポン券のご利用も可能です。

●問い合わせ先 役場福祉保健課健康推進係 ☎62-2307

ごみ博士からのお知らせ！

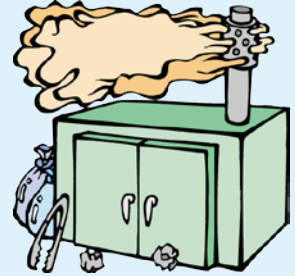


●今回のテーマは「野焼き」についてじゃ！

みんなは野焼きをしているところを見かけたことはあるかの？野焼きは法律で「廃棄物を焼却してはならない」として禁止されておるのじゃ。

悪質な野焼きを行った場合、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられるのじゃ。野焼きは犯罪なので絶対にしてはいかんぞ！もしも見かけたら、役場町民課生活環境係または警察に通報するんじゃ！！

また、例外があることも覚えておくんじゃぞ。災害の予防・応急対策・復旧のためや、社会の慣習上、または宗教上の行事（神社のどんど焼き等）を行うために必要な焼却等は禁止されていないのじゃ。ただし、例外とされた行為であっても生活環境上支障を与え、苦情等のある場合は、改善命令や各種行政指導の対象となることがあるから注意するんじゃぞ！



**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！！**

We have
a
Dream!

霧多布湿原センター通信

Kiritappu Wetland Center

活動報告

きりたっぷ子ども自然クラブ 「カヌーで湿原探検！」

6月の子どもクラブは、町内のカヌーガイド芦田政雄さんの案内のもと、霧多布湿原を流れる琵琶瀬川を



カヌーで探検しました。行きは向かい風。パドルを一生懸命に漕ぎ、全員で協力して砂浜にたどり着きました。行きに頑張った分、帰りは追い風に押されて、パドルを漕がずとも楽々帰ることができました。

お知らせ

きりたっぷ子ども自然クラブ「夜のコウモリ調査隊！」

札幌在住のいきもの写真家中島宏章氏を講師に、身近な環境に住んでいるコウモリを探しにいきます。夏休み最後の思い出に、ぜひ

ご参加ください。

日時：8月18日(日) 16時30分～20時

場所：霧多布湿原センター

料金：1人500円

定員：小学生18人

募集期間：8月4日(日)9時～8月17日(土)17時

ラッコのパネル展を開催します！

霧多布周辺の海に住みついたラッコの生態を、写真パネルで紹介します。ラッコとの共生を考えていくために、まずは彼らのことを知ってみませんか。

期間：8月1日(木)～8月31日(土)

場所：霧多布湿原センター2階タンチョウホール

主催：NPO法人エトピリカ基金

料金：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/>

JRの利用促進を応援しています！

町では、町民の大切な足として利用されているJRの利用促進を応援しています。



レジャー、娯楽、買い物などのほか、通院や通学に利用されている方も多く、JR花咲線は住民にとって欠かすことのできない重要な地域交通です。



町では、これまでもルパン三世ラッピングトレインの運行や、駅に設置したルパン一味の等身大パネルによる出迎えなど、観光客向けの利用促進を図ってきました。



本年度からは、バスとゆうゆの入浴に限っていた福祉回数券を、町民の方がより便利に利用できるよう、JRでも利用することができるようにしました。

何かの機会には、JRの利用をお願いします。

世界27カ国の高校生が浜中町に来町します！

～ 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 ～

世界津波の日高校生サミットは、世界44の国や地域の高校生を訪日招聘し、日本の津波被害の歴史や地震・津波への備え等の防災・減災の取組を学んでもらい、今後の課題や自国での展開等の議論を行うことにより、将来、地震・津波等災害の影響を最小化し、国土強靱化を担うリーダーを育成することを目的とする国の事業です。

今年は、9月10日、11日に北海道札幌市で開催され、それに先立つ7日、8日の2日間、若き津波防災大使として27カ国、140人の高校生が浜中町へスタディツアーで来町し、浜中町の地震・津波の歴史や対策を学び、津波を想定した避難訓練や、霧多布高校生との文化交流などを行う予定です。

●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2期）、国民健康保険税（第2期）の納期限のお知らせ

8月30日(金)は、町道民税（第2期）、国民健康保険税（第2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 8月30日(金)
- 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
- 町道民税 (第1期)
- 固定資産税 (第1期～第2期)
- 国民健康保険税 (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があります。

7 Hamanaka Photo News

9 瑞宝単光章を受章 令和元年春の叙勲（消防関係）～雪田敏二三さん～

雪田敏二三さんは、昭和47年に浜中町消防団（当時）に入団し、平成26年には浜中消防団副団長に就任され、平成30年に退団されるまでの長きにわたり町民の生命、身体および財産を火災等の災害から防御するとともに消防力の強化、充実に尽力され、消防の発展に貢献し、社会公共の福祉の増進に寄与されたことが認められ、瑞宝単光章を受章されました。

雪田さんは、消防団員の教育訓練の必要性を強く訴え、資質の向上を図ったほか、消防団組織内における初任者訓練および教養訓練を実現、また、北海道消防学校消防団員幹部教育へ幹部団員の継続派遣を要望し、自ら入校、総代を務めるなど、消防の発展に長年力を注いでこられました。

このたびの受章、誠にありがとうございます。



7 Hamanaka Photo News

10 大きくなったら消防士になる！～茶内幼年消防クラブ放水体験～

7月10日、茶内保育所で幼年消防クラブの放水体験が行われました。

放水体験行事は、標的を出火場所に見立て、実際に水を出して火を消す大変さ、難しさをクラブ員たちに身を持って感じてもらうために行われています。クラブ員は、4人1組で消火活動全般を指揮する指揮者、放水を担う1番員、2番員、ポンプ車を操作する機関員に別れ、指揮者の号令のもと、素早く放水を行いました。ぶかぶかの防火衣を着て一生懸命走る姿に、保護者から大きな声援が送られました。



6 Hamanaka Photo News

18 大切なのは「コミュニケーション！」 ～霧高生の職業体験～

広報係で取材を行った
3人の学生記者たち



奥谷くん



川村くん

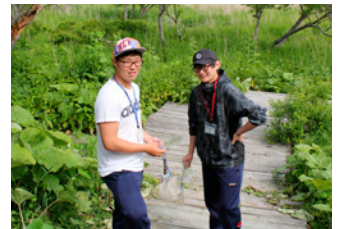


南くん

6月18日から20日の3日間、霧多布高等学校の2年生35人が、町内の企業などでインターンシップ（職場体験）を行いました。役場企画財政課広報係で体験を行った3人の生徒たちは、他の企業で体験している同級生の取材を行いました。

霧多布高等学校のインターンシップ事業は、社会人となるための能力、態度を身に着けること、勤労観の養成、進路選択の動機付けなどを目的に、毎年行われています。今年も保育所や消防署、製造業や販売業など、幅広い職種の受け入れ先で体験を行いました。

広報係で体験を行った3人の生徒が行った同級生への取材では、どの生徒も「コミュニケーションの大切さ」を感じているようでした。また、「仕事の内容が知れた」「将来やってみたい仕事につながる」などの回答があり、生徒たちの進路に視野の広がりを感じ取ったようです。



10 コミュニティ・スクール事業 火防線「花いっぱいロード」

霧多布小学校と霧多布中学校では、コミュニティ・スクール事業を展開しており、これにより、7月10日に役場前の火防線の花植を行いました。

コミュニティ・スクールとは、学校と保護者や地域の皆さんがともに知恵を出し合い、学校運営に意見を反映させることで、協働しながら子どもたちの豊かな成長を支え「地域とともにある学校づくり」を進める仕組み（学校運営協議会）を持つ学校のことです。



本事業には、霧多布小学校2・3年生25人、霧多布中学校1年生15人、霧多布高等学校ボランティア部9人、教職員10人、地域・保護者の皆さん、役場・教育委員会関係者が参加し、火防線通りの花壇の整備をしました。花植えを行うことで、子どもたちにとっては「きれいな町づくり」に参画し、地域と触れ合う良い機会となりました。

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございます。



なお、毎年火防線に植栽している花苗については、長年にわたり霧多布中央通り環境美化有志の会のご協力により、ご購入いただいています。心から厚く感謝申し上げます。

《霧多布中央通り環境美化有志の会》

大地みらい信用金庫浜中支店、浜中町商工会、浜中ロータリークラブ、東邦物産(株)丸重種市建設(有)、(株)鎌沢薬局、(株)丸産栗本商店、西原基治さん

i 鉄道に乗って、家族でお出かけを楽しんでみませんか？

北海道鉄道活性化協議会（会長：北海道知事）では、2019年7月15日(月)～10月14日(月)の期間、北海道の鉄道に乗って、遊んで、楽しんで応援する「北海道レールエールキャンペーン2019」を実施いたします。キャンペーン内ではご家族で鉄道を楽しめるよう、さまざまな事業を展開しておりますので、皆さまぜひご参加ください！



【キャンペーン内容】

① JRクーポン付きガイドブックの発売

はじめてのJR旅に便利なお得なきっぷ情報や乗り方ガイドやご家族でお出かけの際にオススメするモデルコースを掲載するガイドブックを販売します。JR北海道のきっぷ購入にも活用できるクーポン付き！（200円）

販売期間：7月15日(月)～9月15日(日)

販売価格：500円（税込）

② フォトコンテストの実施

鉄道に乗って、窓から見た思い出の風景や家族の思い出スナップを募集し、応募いただいた作品の中から特に優秀な作品を選定します。

募集期間：7月15日(土)～9月14日(土)

応募方法：本キャンペーン公式Webサイトをご覧ください。

③ 公式Webサイト

キャンペーン期間中に開催される、道内各市町村のイベント情報など素敵な情報が盛りだくさんのサイトです。(https://www.hokkaido-rail-k.jp/railyell-cam)

● 問い合わせ先

北海道鉄道活性化協議会（事務局：北海道総合政策部交通政策局交通企画課 担当：大宮）

☎011-231-4111（内線：23-845）

i 知ってますか？ 道の「苦情審査委員」制度

道が行った業務や制度の内容を審査する制度が、「北海道苦情審査委員」制度です。皆さん自身の利害にかかわる苦情であれば、「苦情審査委員」に申し立てができます。皆さんに代わって「苦情審査委員」が公正で中立的な立場から、道の関係機関に対し必要な調査等を行います。審査の結果、道の業務に不満な点や制度に問題があるときは、道の機関に是正や改善を求めます。もちろん、個人情報の保護にも十分配慮します。

苦情申立方法については、下記までお問い合わせください。

● 問い合わせ先

北海道総合政策部知事室道政相談センター

☎011-204-5523（直通）

i 全国一斉 「子どもの人権110番」強化週間

法務省人権擁護局および全国人権擁護委員連合会では、8月29日(木)から9月4日(水)を「子どもの人権110番」強化週間と定め、8時30分から19時まで、受付時間を延長し電話相談を受け付けます。(土日とも10時から17時まで受け付けます。)

いじめや体罰、不登校、虐待など、子どもの抱える問題について、秘密厳守で人権擁護委員および法務局職員がお受けします。

フリーダイヤル **0120-007-110**

※子どもだけでなく、大人も利用可能です。

● 問い合わせ先・申請場所

釧路地方法務局人権擁護課

☎0154-31-5014

i 加工食品を製造、加工、輸入、販売される食品関連事業者の皆さまへ

平成27年4月1日から、加工食品への栄養成分表示が義務化され、一般用の加工食品には、新たに食品単位（100g、1食分等）当たりの熱量・たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の5項目の表示が必須とされました。

経過措置の終了が令和2年3月31日となっていますので、計画的に準備をし経過措置の終了までに速やかな表示の切り替えに努めてください。（旧基準で栄養成分表示をしている場合には、新基準に対応した表示の切り替えが必要です。）

なお、表示可能面積の小さいもの（おおむね30cm²以下）、酒類、栄養の供給源としての寄与の程度が小さいものや、小規模事業者が販売するもの（ただし、スーパー等小規模でない事業者を介し販売する場合を除く。）等については省略が認められています。

詳しくは北海道庁ホームページ「栄養や健康等の表示について」をご覧ください。

- 問い合わせ先 北海道釧路保健所企画総務課 ☎0154-65-5819
北海道保健福祉部健康安全局地域保健課 ☎011-231-4111（内線25-515）
- ホームページ <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hfsyokuhinhyouji.htm>

i 令和元年度「北方領土返還要求運動強調月間」のお知らせ

我が国固有の領土である歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方四島の早期返還は、国民の長年にわたる悲願です。現在も精力的な返還運動を展開しています。

道では昭和41年から毎年8月を「北方領土返還要求運動強調月間」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いたします。

設置期間 8月1日(木)～9月2日(月)

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 協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

ジェネリック医薬品にかえてみませんか？

協会けんぽでは、加入者の皆さまのお薬代の負担軽減や健康保険財政の改善につながり、今後の医療費や保険料率の伸びが抑えられることから「ジェネリック医薬品」の普及を推進しています。

かかりつけの医師・薬剤師へジェネリック医薬品の処方について相談してみませんか？

禁煙・分煙の取組について

北海道は、全国的にみて喫煙率が高い地域です。協会けんぽ北海道支部では、喫煙対策を通じて加入者の皆さまの健康を守るさまざまな取組を行っています。ぜひ、ホームページをご覧ください。

- 問い合わせ先 全国健康保険協会(協会けんぽ)北海道支部 ☎011-726-0352（代表）

i 令和2年度4月採用 消防職員を募集します

釧路東部消防組合では、令和2年4月1日採用の消防職員3人程度を募集します。

受験資格 平成7年4月2日以降に生まれた方
(身体条件などもあります)

試験日 令和元年9月22日(日)

試験場所 釧路東部消防組合消防本部
(厚岸町宮園町2丁目414番地2)

受付期間 8月2日(金)～23日(金)

申込書は組合ホームページからダウンロードするか、組合内各消防署に準備があります。

なお、組合ホームページでは試験の実施要項も見る事ができます。

詳細は、下記までお問い合わせください。

●問い合わせ先

釧路東部消防組合総務課総務係 ☎52-5111

i 海上保安大学校 学生採用試験のお知らせ

海上保安庁では、海上保安大学校の学生採用試験を実施します。

受験資格 2019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翌日から起算して2年を経過していないものおよび2020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 8月22日(木)～9月2日(月)
(インターネット申し込み)

第1次試験 10月26日(土)・27日(日)
試験地・釧路市など

第2次試験 12月6日(金)
試験地：小樽市

●問い合わせ先

釧路海上保安部管理課 ☎0154-22-0118

i ポリテクセンター釧路 公共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 8月1日(木)～8月30日(金)

見学会 8月16日(金)、8月23日(金)

選考日 9月5日(木)

訓練期間 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

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

i 浜中町長選挙および浜中町 議会議員再選挙の立候補 手続等説明会開催について

浜中町長選挙および浜中町議会議員再選挙執行に伴う立候補予定者(推薦届出者含む)の手続等の説明会を次のとおり開催します。

【浜中町長選挙】

日時：8月29日(木) 10時から

場所：総合文化センター2階会議室

【浜中町議会議員再選挙】

日時：8月29日(木) 14時から

場所：総合文化センター2階会議室

※平成31年4月21日に行われた浜中町議会議員選挙で欠員となっている2人の選挙を行います。

【選挙日程】

告示日：10月1日(火)

投票日：10月6日(日)

開票：即日開票

●問い合わせ先

浜中町選挙管理委員会 ☎62-2125



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。

《浜中中学校》

—生徒・保護者・地域との連携を目指して—



学校経営の基盤である「師弟同行」を基軸とし、学校教育活動を推進しています。これまで同様、我々教員の授業力向上が、生徒一人ひとりの学力向上に直結すると確信し、日々の授業実践を通し、教師一人ひとりの資質向上を図り、家庭・地域に信頼される学校づくりに邁進しています。

学校データ

校長	大崎	治樹
教頭	松永	達郎
教員数		9人
養護教諭		1人
事務職員		1人
事務生		1人
生徒数		24人
学級数		5学級

(7月1日現在)

生徒会三役が中心となり、昨年度から「〇〇さんのいいね」、今年度からは「ありがとうの森」を活動の目玉とし取り組んでいます。ありがとうの森では、「感謝の気持ちを持ち、周りに目を向ける」ことを目標に6月中旬から活動が始まり、日に日に「感謝の葉」が増えています。この活動を通して、感謝の言葉であふれる浜中中を目指しています。

また、今年度からコミュニティ・スクールが導入され、本格的に活動がスタートしました。導入初年度は、浜中小・中の授業参観を中心とし、児童生徒の実態を幅広く知ってもらうことを中心に考えています。これまで以上に生徒・保護者・学校・地域の思い描く姿を共有しながら、教育活動を進めていきたいと思ひます。



私たちの町の高等学校 霧多布高校通信

一行事を通じ、考える将来—

6月18～20日、町内外の各事業所にご協力いただき、2年生のインターンシップ学習が行われました。履歴書の書き方やマナーなどの事前学習を通して、普段の学校生活とは違う緊張感の中で職業意識を高めてきました。学校を離れての3日間は戸惑いもみられましたが、それぞれが充実した時間を過ごすことができました。

また、20日には1学年の校外進路学習が行われました。今年度は北海道教育大学釧路校、道東製めんの2カ所を訪問し、大学、企業を実際に見て知る機会となりました。各学年、これらの経験をもとに生徒自身の今後の進路活動に生かせるよう、学校生活の中で考えを深めていきたいと思ひます。



製めんの2カ所を訪問し、大学、企業を実際に見て知る機会となりました。各学年、これらの経験をもとに生徒自身の今後の進路活動に生かせるよう、学校生活の中で考えを深めていきたいと思ひます。

芸術鑑賞会のお知らせ

この鑑賞会は、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。

浜中町青少年芸術劇場

日時 8月26日(月) 10時～11時40分
会場 総合文化センター 大ホール
公演内容 演劇「ゆずり葉の季節 (はる)」
公演団体 劇団たんぽぽ
対象 中学生・高校生および一般町民



町民体育祭

参加者募集!

第34回 町民駅伝大会

日時 9月7日(土) 9時30分～
区間 役場浜中支所前(スタート)～役場本庁前(ゴール)
 7区間 6関門 21.0km
種目 ●小学生男子の部・女子の部
 ●中学生男子の部・女子の部
 ●一般男子の部・女子の部(高校生を含む)
 (1チーム7人+補欠2人 男女混成も可)

※大会当日の走路確保について、ご協力をお願いします。



問い合わせ先

教育委員会生涯学習課スポーツ係(総合体育館内)

■TEL 0153-62-3144

■FAX 0153-62-3145

= 7月号記事に関する訂正とお詫び =

7月号の「まなびのひろば『第33回浜中町少年の主張大会』」の記事の中で、優秀賞である山村秀也さんの学校名に誤りがありました。

正しくは「浜中中学校」です。訂正し、お詫び申し上げます。

浜中町教育委員会生涯学習課社会教育係

学校教育からの情報コーナー

協力の絆！全力を出し切った運動会・体育大会

7月には4つの小・中学校で運動会・体育大会等が開催されました。子どもたちは練習の成果を発揮し、力を合わせ、全力を尽くすたくましい姿を披露してくれました。



7月6日 霧多布小学校



7月6日 茶内中学校



7月16日 霧多布中学校



7月16日 浜中中学校

夏休みを楽しく！～きまり正しく、充実した毎日を～

☆夏季休業日《小・中学校 7月25日～8月20日 高校 7月25日～8月18日》

楽しい夏休みを過ごすために（浜中町生徒指導連絡協議会「夏休みの心得」から）

★命を大切に

- 自転車に乗るときは、交通のきまりを守り、正しく乗りましょう。
- 立ち入り禁止区域や線路などの危険な場所には入らないようにしましょう。
- 花火は、場所・周囲の状況を考えて他に迷惑がかからないように楽しみましょう。

★非行をおこさない

- 携帯電話やインターネットのトラブルに巻き込まれないようにしましょう。
- お酒、タバコ、薬物とは絶対に関わってはいけません。
- 万引きは絶対にはしてはいけません。

～ 子どもたちを 地域全体の目で見守っていただきますようお願いします ～

学校閉庁日＜8月13日(火)～15日(木)＞

「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』」の策定に伴い、今年度も昨年度と同様、夏季休業中に学校閉庁日を設定します。閉庁日期间中、学校への緊急連絡は、浜中町教育委員会（☎62-2488）にお願いします。



新着図書案内



児童書



『くぬぎのもりのりすのがっこう』

ふくざわ ゆみこ/作

くぬぎの森にフサフサの花が咲くころ、森の奥で小さな学校が始まろうとしていました。生徒は5匹の可愛いリス。のんびり屋さんに恥ずかしがり屋さん、しっかり屋さんなど、それぞれの性格はバラバラです。

ある日、授業で植物のタネを植えましたが、どれだけ待っても芽が出ないタネが1つだけありました。心配したみんなはあることを考えて…？

『一日一禅！今日からはじめる ゆる～い禅』

枅野 俊明/著

仕事や人間関係で悩んでいたたり、不安を感じる…。イライラしないで心穏やかに過ごしたい…。そう思っている人は多いのではないのでしょうか。

本作では、そんな方へオススメの「ゆる～い禅」を60個紹介しています。禅といっても難しいものではなく、「自分から挨拶する」「月を見る」など、毎日の生活に気軽に取り入れることができるものばかりです。ぜひ禅を身近に感じてみましょう！



一般書

児童書



『あの空はキミの中～ Play ball, never cry! ～』

舞原 沙音/作 柚庭 千景/絵

陽向、15歳。女子。野球部に入る。

12歳の夏、勝てば全国へ行ける少年野球の一戦で陽向の夢は破れてしまう。女子だから…とあきらめていた夢が15歳の夏、かつてのライバルとの再会をきっかけに再び動き出す…。女子とか男子とか関係ない！幼い日の約束を胸に、夢を追いかける少女の成長を描く、爽やかでひたむきな青春小説！

『百花』

川村 元気/著

「あなたは誰？」

大晦日、実家に帰ると母の姿がなかった。息子の泉は、夜の公園でブランコに乗った母・百合子を見つける。それは、母が息子を忘れていく始まりの日だった…。認知症と診断され、徐々に記憶を無くしていく母を介護しながら、泉は母との思い出を蘇らせていく。二人には決して忘れることのできない“事件”があった…。



一般書

《その他の司書オススメ本》

● 児童書 ●

- 『そらまめくん こんにちは』 なかや みわ/作
- 『ドアをあけたら』 しまだ ともみ/作
- 『からだの細菌キャラクター図鑑』 岡田 晴恵/監修
- 『未来のミライ』 細田 守/作 染谷 みのる/挿絵
- 『すてきな3K』 いとう みく/作 藤原 ヒロコ/絵

● 一般書 ●

- 『感情をひとやすみ。』 根本 裕幸・原 裕輝/著
- 『選べなかった命-出生前診断の誤診で生まれた子-』 河合 香織/著
- 『むかしむかしあるところに、死体がありました。』 青柳 碧人/著
- 『ノーサイド・ゲーム』 池井戸 潤/著

今月のおはなし会

10日
(土)

24日
(土)

場所：文化センター
2階図書室

時間：11時～

注意しましょう 食中毒

No.361 保健師・歯科衛生士・栄養士です

夏場は気温や湿度が上がるため、細菌の増殖が盛んになります。食中毒の発生場所には、飲食店に次いで家庭が多くなっているため、日々の行動を見直してみましょう。

食中毒の原因

食中毒の原因は、細菌や毒素に汚染された食品で、それらを食べることにより起こります。腸管出血性大腸菌やノロウイルスの場合は食べるだけでなく、感染者の糞便やおう吐物、調理器具や手指を介して二次感染を起こす場合もあります。

食中毒の予防

食中毒を起こす細菌は、食品を75度以上の温度で1分間以上加熱することで死滅できるといわれています。生肉を使った料理を避けたり、焼肉やバーベキューでは肉の中心部までしっかり火を通すことが大切です。ノロウイルスの場合は、90度以上の温度で1分半以上加熱することで死滅できるといわれています。

食中毒予防の三原則（菌をつけない・菌を増やさない・菌をやっつける）

◆菌をつけない（よく洗う）

- ◎調理の前には薬用せっけんや消毒用アルコールで丁寧に手を洗う。
- ◎生の肉や魚、卵に触れた後は手を洗う。
- ◎包丁やまな板はその都度よく洗う。

◆菌を増やさない

（低温で保存・すぐに食べる）

- ◎肉や魚は調理する直前まで冷蔵庫に保管する。
- ◎魚や貝類は流水で洗ってから調理する。
- ◎料理は作ったらすぐに食べる。

◆菌をやっつける（よく火を通す）

- ◎食品の中心部まで十分火を通す。
- ◎肉や魚、卵を使用した料理は生焼けや半熟に注意する。
- ◎生の肉を食べるのは避ける。

～最後に～

残った料理や食品は速やかに冷蔵庫に保管しましょう。少しでも怪しいと思ったら食べずに捨て、口に入れるのはやめましょう。おう吐や下痢などの症状が出た場合は、市販薬や下痢止めをむやみに服用しないで、早めに医師の診断を受けましょう。

食中毒予防の3原則



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 木	健康教室（姉別農村環境改善センター 13:30~15:00）	18 日	
2 金	乳児ママの集い（要申込） （老人福祉・母子健康センター 10:00～12:00）	19 月	霧多布高校始業式
3 土		20 火	健康教室（茶内コミュニティセンター 10:00~11:30）
4 日		21 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） 小・中学校2学期始業式
5 月	健康教室（茶内第三母と子の家 10:00~11:30）	22 木	乳幼児相談（要申込） （老人福祉・母子健康センター 10:00～11:00）
6 火		23 金	
7 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）	24 土	今月のおはなし会（総合文化センター図書室 11:00～）
8 木	整形外科診療（浜中診療所14:00～）	25 日	
9 金		26 月	健康教室（姉別寿の家 10:00～11:30）
10 土	今月のおはなし会（総合文化センター図書室 11:00～）	27 火	
11 日		28 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）
12 月		29 木	むし歯予防教室 （老人福祉・母子健康センター 10:00~11:00） 散布小学校宿泊研修（～30日）
13 火	学校閉庁日（15日まで）	30 金	夜間納税相談窓口（～19:00） 北大第二内科医師診療（9月1日まで）
14 水		31 土	
15 木			
16 金			
17 土			

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	5・13・19・26
	総合体育館	5・13・19・26
	農業者トレーニングセンター	5・12・19・26
	すくらむ21	5・12・13・19・26
	温水プール	改修工事のため休館（9月上旬開館予定）
MO-TTOかぜて	4・5・11・12・18・19・25・26	

ひとのうごき

6月末現在（前月比）

- 人口：5,817人（- 17）
- 男：2,878人（- 5）
- 女：2,939人（- 12）
- 世帯数：2,487世帯（- 6）

おたんじょう

- 茶内市街・田中 ひでゆき 秀侑ちゃん（俊弘さん）
- 浜中市街・田中 りな 里奈ちゃん（隆二さん）
- 仲の浜・坂本 りく 亥紅ちゃん（佑太さん）
- 琵琶瀬・石井 しおね 汐音ちゃん（利明さん）

おくやみ

- 新 川・小笠原昭次郎さん（90歳）
- 琵琶瀬・夏井ヒロ子さん（85歳）
- 琵琶瀬・徳光 力二さん（82歳）
- 霧多布・佐藤智恵子さん（94歳）
- 茶内・佐々木キサさん（92歳）
- 霧多布・吉田 清美さん（86歳）
- 丸山散布・布川ツエ子さん（86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

散布小総合学習in松岡牧場

6月21日、姉別の松岡牧場で散布小学校の総合学習が行われました。(関連記事3ページ)



文芸サロン

俳句

ひとひらのほらりと零れ風露草

福澤 秋桜(茶内)

夏風邪に冷たいポカリがあたたかい

藤井 彰徳(茶内)

夏草の丈十二尺大湿原

弘人(霧多布)

海までもひおおぎ菖蒲咲く岬あやめ

弘人(霧多布)

雨のち晴れ喜び咲きたる花芽かな

海際 集住(霧多布)

短歌

眠剤がもたらす眠りに落ちてゆきしらじら今朝の気だるき始まり

相原 睦子(茶内)

美しき瞳の子犬保護したりミメの幸せ願う七夕

福澤 秋桜(茶内)

雨降られ巨大な力に泣き崩れ愛しき人よ不帰の客なり

翁 栗鼠(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 ☎六二二二二四八

