

広報 なんぽろ



特集

今年の冬も除雪作業にご理解ご協力を

あいくるで毎月開催されている「男の料理教室」。この教室は栄養士がたてた生活習慣予防レシピを買い物から調理、後片付けまで、一連の流れ全てを男性が主体となって行っています。参加者は食生活に気を付けるようになったり、趣味が増えたそうです。

2014

12

No. 625

今年の冬も除雪作業 にご理解ご協力を

都市整備課土木G



季節は変わり今年も寒い冬がやってきました。空知は雪が多い地域で、南幌町でも毎年たくさんの雪が道路に降り積ります。町では、直営・民間合わせて25台の除雪作業車を用意し、道路の除雪作業にあたります。除雪に際して、今年も皆様のご理解とご協力をお願いします。

除雪の目安と時間

概ね15cmの積雪を目安に、交通量の少ない午前2時に出勤し、午前7時の完了を目標に進めます。この間、騒音などによりご迷惑をおかけしますがご理解ください。また、日中降る雪の除雪作業は大変危険です。特別な状況にならない限り、団内道路（生活道路）の除雪作業は翌日の深夜より実施しますので、ご理解をお願いします。

除雪を安全・効果的に 行うために

- ◆ 車庫の出入り口等に設置している段差解消プレートは取り外してください。
- ◆ 路上駐車は除雪作業の妨げとなるため絶対に行わないでください。
- ◆ ゴミ出しは除雪が終わった後、当日8時30分までにしてください。
- ◆ 除雪作業に伴い玄関先に雪が残ってしまうことがあります。ご理解をお願いします。

地域援助排雪事業のご利用を

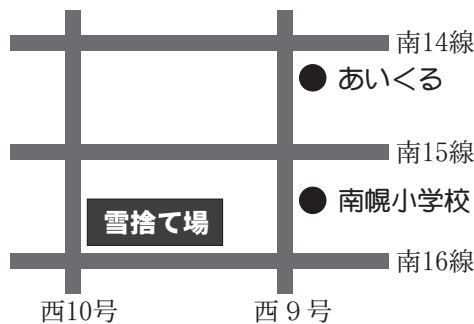
◆ 雪捨て場に砂利など雪以外のものを捨てないでください。

地域援助排雪事業は、住宅団内生活道路の排雪を地域の皆さんと町が一体となり排雪を実施する事業です。排雪実施にあたり費用の2分の1を町が援助し、残りの2分の1については地域の負担となります。なお、申請については、町内会または班など地域ごとの申請になりますので、町内会や近所の方とご相談し、この制度をご利用ください。

排雪実施日については、気象状況等を考慮し、申請者と都市整備課で話し合い日程を決めさせていただきます。

雪捨て場のご案内 (南幌町南16線西10番地)

- ◆ 期間：12月25日～平成27年3月10日(12月31日～1月4日までは閉鎖)
- ◆ 時間：8時30分～16時30分



お問い合わせ

【町道】

- 除雪センター
☎090～6265～7093
- 都市整備課土木G
☎378～2121
- 道路維持事業協同組合
☎378～3571

【国道】

- 千歳道路事務所
☎0123～23～2191

【道道】

- 札幌建設管理部長沼出張所
☎0123～88～2346
- ※ 民有地の雪処理に関するご相談は、道路維持事業協同組合にご連絡ください。



冬の事故に注意しよう！

これからの時期、屋根の雪下ろし作業中の転落や、暖房器具による火災、雪道でのスリップ等による事故が増えてきます。

このような事故を防ぐため、次のことに注意しましょう。

- 雪下ろしは複数で行い転落防止用のロープを装着しましょう
- 除雪機による除雪は安全を確かめながら行いましょう
- 出かける際はストーブやこたつの電源を切るか、周りに燃えるものを置かないよう注意しましょう
- 運転時は車間距離をしっかりと取り、早めのブレーキを心掛けましょう



平成26年度南幌町教育文化 功労賞・奨励賞受賞

11月3日(祝)、農村環境改善センターで本年度の教育文化功労賞並びに奨励賞の表彰式が行われ、7個人、2団体が受賞されました。功績内容は以下のとおりです。



前列左から駒朋美さん、中津和江さん、廣西晃治さん、内田琴子さん、鷺尾祭さん、後列左から南幌中学校男子バレーボール部、福井純怜さん、北崎夏泉さん、南幌中学校女子ソフトボール部

【教育文化功労賞】

ひろにし こうじ
廣西 晃治さん

平成7年度から平成25年度までの19年の長きに亘り、南幌町スポーツ少年団本部長として、町内の各スポーツ少年団の発展と、スポーツを通じた青少年の健全育成に多大な貢献。

【教育文化奨励賞】

なかつ かずえ
中津 和江さん

第4回T-1グランプリ（お漬物日本一決定戦）北海道ブロック大会（個人の部）でグランプリを受賞後、全国決勝大会（個人の部）に出場し見事3位に相当する「野菜ソムリエ賞」を受賞し、お漬物文化の発展に貢献。

こま ともみ
駒 朋美さん（札幌龍谷学園高等学校3年）

全国高等学校ダンスドリル選手権大会「HIPHOP女子ミディアム部門」に、札幌龍谷学園高等学校ダンス部の一員として出場し、全国優勝。ダンス部では副部長として活躍。

きたざき なつみ
北崎 夏泉さん（南幌高等学校2年）

北海道では初めて開催された、毎日新聞社主催第1回読書感想画全道コンクールで優秀賞を受賞。第25回読書感想画中央コンクール自由画部門で奨励賞受賞。

ふくい すみれ
福井 純怜さん（南幌中学校3年）

北海道中学校体育大会バドミントン大会女子ダブルスで3位。北海道代表として、全国中学校体育大会バドミントン大会に出場。

うちだ ことこ
内田 琴子さん（南幌小学校6年）

全国小学生ゴルフ春季大会北海道予選で2位。JGA全国小学生ゴルフ大会北海道予選で2位。全日本小学生ゴルフトーナメント北海道予選（高学年の部）で1位と、この1年間に3つの北海道予選において、3位以上の成績を収め活躍。

わしお まつり
鷺尾 祭さん（南幌小学校2年）

平成26年北海道知事優勝旗争奪全道民謡決勝大会に出場し幼年の部で優勝。その他にも数々の大会で活躍。

南幌中学校男子バレーボール部

平成14年度より全道中体連大会等に数多く出場。平成26年は報知新聞社後援バレーボール全道中学校選抜大会で全道優勝、北海道中学校体育大会男子バレーボール大会で3位入賞と活躍。

南幌中学校女子ソフトボール部

平成21年度より数多くの全道大会に出場。平成26年は、北海道中学校体育大会女子ソフトボール大会で3位入賞と活躍。

第47回衆議院議員総選挙 第23回最高裁判所裁判官国民審査

投票日 12月14日(日)
投票時間 7時から19時
告示日 12月2日(火)

◆投票できる人（選挙人名簿に登録されている方）◆

- ・平成6年12月15日以前に生まれた方
- ・平成26年12月1日現在3ヵ月以上（平成26年9月1日以前の転入届出者）南幌町に引き続き住んでいる方
- ・平成26年8月14日以後に転出したが、転出先の選挙人名簿に登録されていない方

◆入場券を忘れずに。無くした場合はご連絡を◆

入場券は、個人ごとにハガキで郵送します。投票日に持参の上、指定の投票所（各投票所は下図を参照）で受付に提出してください。

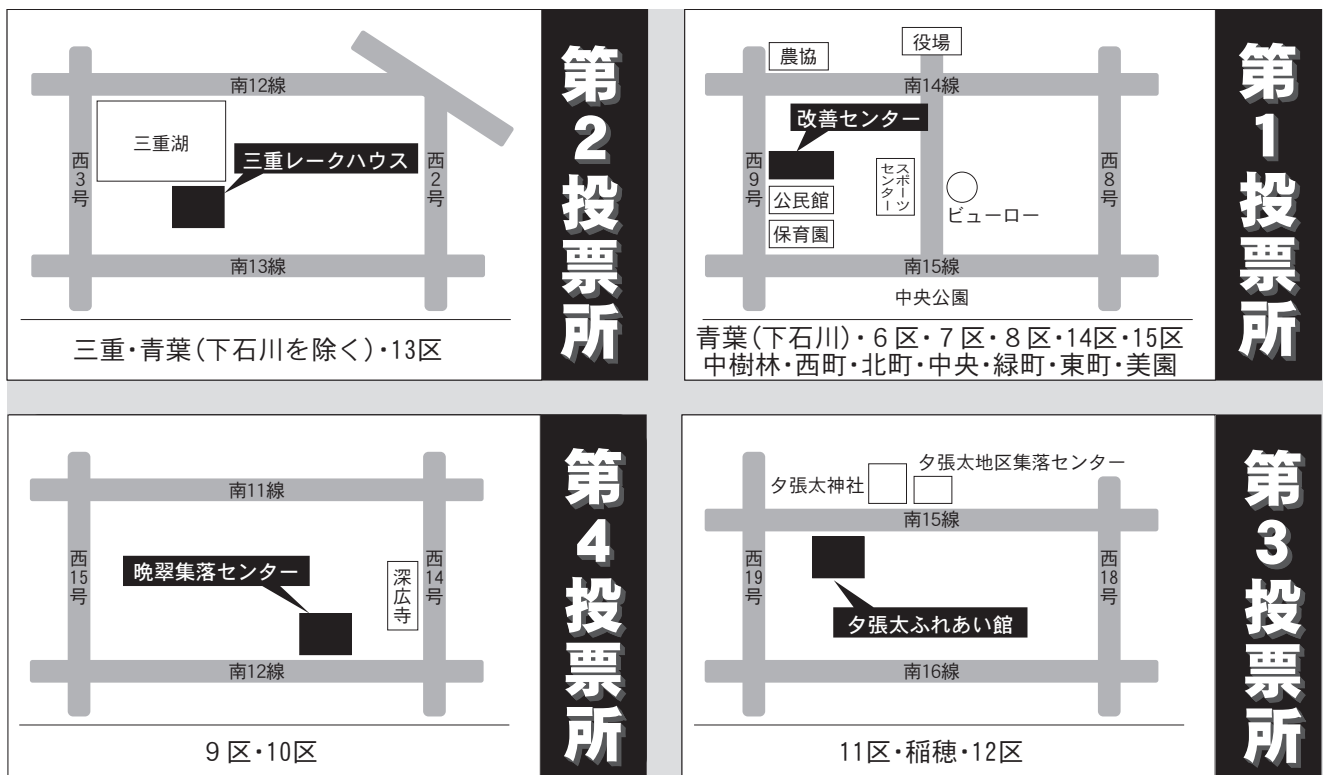
なお、届いていない場合や紛失した場合でも投票できますので投票所の係員に申し出てください。

◆投票の方法は◆

- ・小選挙区選挙の投票用紙には、候補者の氏名を1名書いてください。
- ・比例代表選挙の投票用紙には、政党その他の政治団体の名称、もしくは略称を一つだけ書いてください。

◆体の不自由な方は代理投票ができます◆

選挙人が身体の不自由やさまざまな事情から投票用紙に自書できない場合は、代理投票が認められていますので、投票所で係員に申し出てください。なお、内容についての秘密は厳守されます。



投票日当日に、決められた投票所で投票することができない方は 期日前・不在者投票をご利用ください

- 投票日に仕事、旅行、レジャー、冠婚葬祭などで投票できない方は、期日前投票ができます。
- 投票日に投票所に行くことができず、かつ期日前投票もできない方は、次の投票方法があります。
この場合は、投票用紙の請求など郵便で行いますので早めの手続きをお願いします。
 - ・ 指定施設（病院・老人ホームなど）に入院や入所している方
 - ・ 身体に重度の障がいのある方
 - ・ 南幌町以外の住所に長期滞在（仕事や旅行など）している方
- 投票日に20歳を迎えるが、期日前投票期間はまだ19歳の方については不在者投票になります。

【期間】

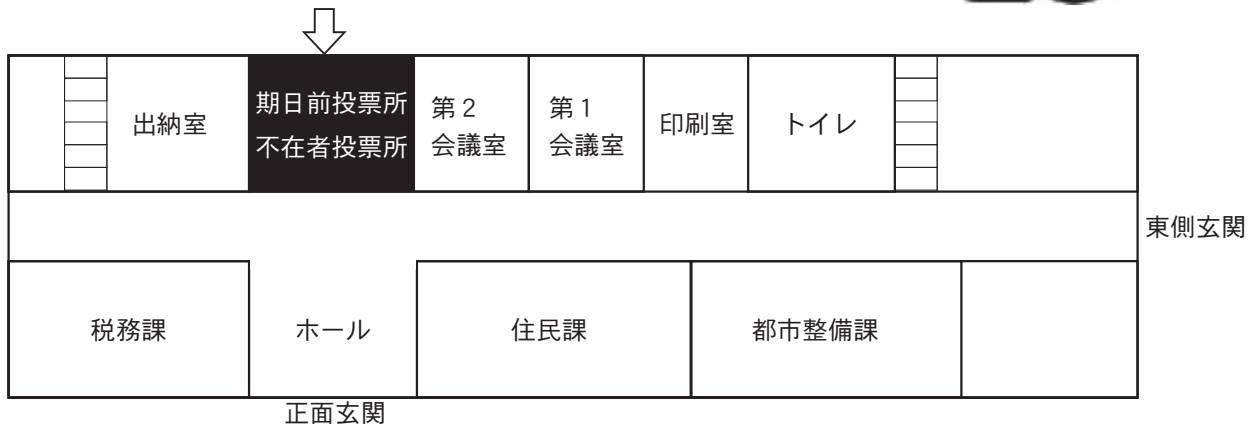
衆議選 12月3日（水）～13日（土） 8時30分～20時

国民審査 12月7日（日）～13日（土） 8時30分～20時



【場所】

役場庁舎1階 期日前投票所及び不在者投票所



◆買収・もてなしなど公職選挙法にご注意を◆

選挙運動のために買収したり、飲食物をごちそうされたり、戸別訪問をして投票に関して依頼することは法律で禁止されています。

また、候補者に対する「デマ」をとばしたり、選挙人を脅したりする行為、あるいは選挙運動用ポスターを破ったりすると法律違反の罪で処罰されますので、このような行為は絶対にしないようにし、私たち一人ひとりの手で、きれいな選挙にしましょう。

【開票日時・場所】

12月14日（日）20時から改善センター

**私たちの意思を国政に反映させる大事な選挙です。
棄権することなく投票しましょう！**

【選挙に関するお問い合わせ】南幌町選挙管理委員会（総務課内）

今年の冬も大事に電気を使いましょう！

北海道電力によると、今冬の電力供給量は最大633万kW確保できる見通しであり、電力需要量の厳しい2月においても供給予備力が63万kW、予備率11%の見通しで、最低限必要な予備率3%以上を確保できることとなりました。皆さんには安心して電力を使っただけのようこれまで通りの節電にご協力をお願いします。

節電の期間・時間帯

◆ 12月1日～3月31日

◆ 平日8時～21時

節電をお願いする電気製品

照明・冷蔵庫・テレビなどの、普段お使いの電気製品に加え暖房機器についての節電のご協力をお願いします。また、外出時には待機電力などの削減もお願いします。

ご家庭では冬の19時に平均で約1,000Wの電力を消費しており、照明、冷蔵庫、テレビで4割以上を占めています。外出中の場合でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力などにより、平均で約250Wの電力を消費しています。

Web料金お知らせサービス

毎月の電気使用量や料金などをインターネット上で確認いただけるサービスです。パソコンやスマートフォンからは、グラフで過去24カ月の使用量を見ることが

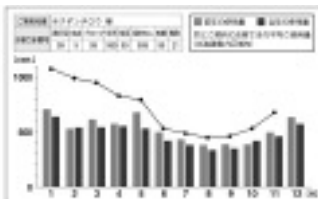
できるので、節電効果をひと目で把握できます。

す。登録は北海道電力

ホームページで

無料で

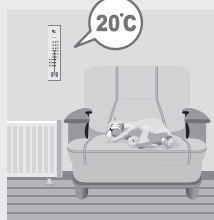
行えます。



暖房等の節電ポイント

暖房機器全般

室内の温度設定を20度にしましょう。なお、寒さを感じた場合は少し厚着をしましょう。



電気カーペット

人のいる部分だけを暖めるようにし、温度設定は低めにしましょう。また、床に熱が逃げないように、断熱マットを敷くと効果的です。



電気こたつ

こたつ布団に、上掛けと敷布団をあわせて使いましょう。また、設定温度を低めにしましょう。



2014 ◀ 2015

年末年始休業

- 役場 (☎378~2121)
長幌上水道企業団 (☎0123~82~5700)
12月31日(水)～1月5日(月)まで休業
- あいくる (☎378~5888)
12月31日(水)～1月5日(月)まで休館
※浴場は12月31日(水)・1月4日(日)・5日(月)いずれも13時～18時まで営業。(1月1日(祝)～3日(土)は休業)
- ビューロー (☎378~7010)
12月31日(水)～1月3日(土)まで休館
※販売所、軽食コーナーは、1月5日(月)まで休業
- 公民館・改善センター (☎378~2001)
スポーツセンター (☎378~3190)
三重レークハウス (☎378~1270)
夕張太ふれあい館 (☎378~1855)
いずれも12月30日(火)～1月5日(月)まで休館
- 町立病院 (☎378~2111)
12月29日(月)午後～1月4日(日)まで休診
1月5日(月)から通常診療
- 南空知公衆衛生組合ごみ処理場 (☎0123~88~3900)
12月31日(水)～1月5日(月)まで休業
(直接搬入も受け入れしません)
- ごみの収集
12月30日(火)まで通常どおり収集、直接搬入の受け入れします。
・市街地区・7・8・9・10・11・12区→特別収集として12月31日(水)に新聞紙及び段ボール類以外を収集。
・6区・13区、中樹林・三重地区→特別収集として12月31日(水)に生ごみ、可燃ごみを収集。
1月6日(火)より通常収集。
- し尿処理(協業組合エクセル三和) (☎372~2011)
12月31日(水)～1月5日(月)まで休業
・12月20日(土)までの受付分は年内に収集。
・12月21日(日)以降の受付分は1月6日(火)から収集。
なお、年始の申し込みは1月5日(月)から受付します。
注)トイレの中に油類・ビニール袋・紙おむつ・タオルなどを捨てないようにお願いします。
(道央地区環境衛生組合 ☎372~3202)

topics

01

忘れていませんか？「高校生通学費補助申請」

教育委員会生涯学習課
学校教育 G

子どもの教育に係る経済的負担を軽減するため、高校生の通学費を一部補助しています。忘れずに申請してください。

- 対象者：南幌町に住所を有し、自宅から高校に通学する生徒の保護者（町税等の滞納がないこと）
- 補助額：公共交通機関（バス事業者が営む有償スクールバスを含む）の定期購入額の2分の1（月額上限1万円）
- 申請方法：申請書に、学生証・通学定期券のコピーをつけて、定期券の有効期間内または購入日から3ヵ月以内に教育委員会へ提出してください。申請書は教育委員会にあります。
※南幌町ホームページからもダウンロードできます。
(<http://www.town.nanporo.hokkaido.jp/cyousei/kurasi/gakkou/tugakuhi.jsp>)
- 注意事項：通学定期券を更新する前に必ずコピーを取っておいてください。（更新時に古い定期券が回収されるため）

topics

02

看護師等を募集!!

町立南幌病院
☎378~2111

- 正職員〔正看護師〕 1名
 - 資格：看護師免許を有し、経験年数2年以上の者
 - 年齢：40歳位まで
 - 採用予定日：平成27年4月1日
 - 応募締切：12月19日（金）
 - 選考方法：面接（後日、本人に通知）
 - 提出書類：履歴書（写真貼付）看護師免許の写し
 - 給与・待遇：南幌町職員の給与に関する条例等による
- 嘱託職員〔正看護師〕 1名
 - 業務内容：病棟看護業務
 - 勤務形態：2交代制（日勤…8時30分～17時15分・夜勤…16時45分～9時（月4～5回））
 - 給与：月額235,100円＋夜勤手当（3,000円/回）
- 臨時職員〔正・准看護師〕 1名
 - 業務内容：病棟夜勤専門看護業務
 - 勤務形態：16時45分～9時（月8～9回）
 - 賃金：時給1,300円＋夜勤手当（3,000円/回）
- 臨時職員〔臨時看護補助者〕 若干名
 - 業務内容：入院患者の介護
 - 勤務形態：シフト制（夜勤月3～4回）
 - 資格：不要、経験不問
 - 賃金：時給880円・夜勤15,620円/回
- お問い合わせ：町立南幌病院（熊木看護師長）



今年も残りわずかとなり、11月には白い世界になり、冬将軍の到来が早く、長く寒い季節の始まりですが、風邪などひかないよう体調管理にお気を付けてください。さて、今年も1年を振り返る時期となりました。本町もいろいろなことがありました。農作物については、ここ数年続いている豊作となり、おいしく安全な農産物がたくさん採れました。また、子どもたちが各般にわたり活躍し、今年の教育文化功労賞・奨励賞の表彰式でもいろいろな分野で受賞しており、今後の活躍を期待するところです。さらには、町民の方々がイベントなどの開催で協力いただき、町の活性化の力になっております。11月もディスプレイやカラオケでみんなを楽しませていただき感謝しております。これからも楽しみなながら、皆さんと町の活性化を図るよう頑張らなければならぬと思います。

今年も残りわずかとなり、11月には白い世界になり、冬将軍の到来が早く、長く寒い季節の始まりですが、風邪などひかないよう体調管理にお気を付けてください。さて、今年も1年を振り返る時期となりました。本町もいろいろなことがありました。農作物については、ここ数年続いている豊作となり、おいしく安全な農産物がたくさん採れました。また、子どもたちが各般にわたり活躍し、今年の教育文化功労賞・奨励賞の表彰式でもいろいろな分野で受賞しており、今後の活躍を期待するところです。さらには、町民の方々がイベントなどの開催で協力いただき、町の活性化の力になっております。11月もみんなを楽しませていただき感謝しております。これからも楽しみなながら、皆さんと町の活性化を図るよう頑張らなければならぬと思います。



町長ふるさと通信

南幌町長 三好 富士夫

力を合わせて町の活性化を

topics

03

忘れていませんか？「がん検診無料クーポン券」

あいくる保健福祉課
健康づくりG

町では、5月末に対象の方へがん検診を無料で受診できるクーポン券をお送りしています。無料クーポン券の送付を受けた方はお忘れのないようがん検診を受診してください。また、クーポン券を紛失した場合には、再発行いたしますのでご連絡ください。

■使用期限：平成27年3月31日（火）

■利用できる医療機関

町が委託している検診機関以外では受診できませんので、クーポン券に同封した医療機関一覧をご確認ください。

■お問い合わせ：保健福祉総合センターあいくる ☎378～5888

topics

04

「なんぼろ産クッキング倶楽部」による料理教室の参加者を募集します

産業振興課
農政G

この料理教室では、町内の農家女性による「なんぼろ産クッキング倶楽部」会員が講師となり、町民の皆さんに南幌産の食材を使った料理を通じて、南幌らしい食文化を考えていただくきっかけづくりの場として開催するものです。興味のある方はぜひご参加ください。

■日時：12月18日（木）10時～13時30分

■場所：保健福祉総合センターあいくる調理室

■参加費：1人 300円

■練習メニュー：①里の味ごはん ②鮭のジャンジャン揚げ ③どさんこ汁 ④ひじきのマリネ

■持参するもの：エプロン・三角巾

■募集人数：先着20名

■申込・お問い合わせ：12月10日（水）までに産業振興課農政G

topics

05

空き家・空き地情報バンク新規登録

まちづくり課
企業誘致G

町では、町内の空き家や空き地の有効活用と定住人口の促進を図ることを目的に「空き家・空き地情報バンク」を開設しています。このたび1件の物件が登録されたのでお知らせします。なお、「空き家・空き地情報バンク」の登録は、随時受付していますので、空き家・空き地を所有されている方はご活用ください。


■新規登録物件情報

種類	形態	所在地	地目	面積	金額
土地	売買	西町5丁目159-206	宅地	288.00㎡（約87坪）	2,800,000円

※あくまでも情報提供を行うもので、町では登録物件の仲介や交渉・契約等に関するトラブルは一切受けません。

※不動産業者に管理・仲介を委任している場合も登録が可能です。

広告



昭和30年 生まれ ^{ひつひ}未年会 還暦祝い

【厄祓い式と懇親会のお知らせ】


来年還暦を迎える、町内在住の昭和30年未年生まれの皆様、南幌神社にて参拝(厄祓い・記念写真撮影)、その後なんぼろ温泉ハート&ハート(神社から温泉バス送迎)において懇親会を行います。多くの皆様のご参加をお待ちしています。なお、参加申し込みは、**12月26日(金)**迄にご連絡ください。

- 開催日時 1月12日(月)午後4:00(南幌神社集合)
- 会費 男性12,000円、女性10,000円(玉串料・お守り・記念写真・懇親会)

お祓いのみの方は5,000円(写真代金) ※当日集めます

昭和30年生まれ未年会 【連絡先】・西股久美子 携帯090-2074-2847 ・原田弘克 携帯090-3777-6513

・横谷 稔 携帯090-8903-1404 ・増田春治 携帯090-8634-8810 ※宿泊を希望する方は、各自で申込み願います。



topics

06

議会報告懇談会の開催

議会事務局

町議会では、日頃の議会活動を報告し、町民の皆さんと懇談の機会を設け、今後の議会活動に反映していくことを目的に、議員による議会報告懇談会を町内2会場で開催します。

どちらの会場でも参加できますので、町民の皆さん多数のご参加をお待ちしています。

※平成27年2月末頃にも開催を予定しています。

会場	開催日時	担当議員
北町コミュニティセンター	12月6日(土) 18時～	議員全員
ふるさと物産館ビューロー	12月7日(日) 18時～	議員全員



topics

07

ノロウイルスによる感染症を防ぎましょう!

あいくる保健福祉課
健康づくりG

冬に向かって、ノロウイルスが流行し始めます。ノロウイルスは、「食品から人」だけでなく「人から人」にも感染します。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では重症化することもありますので、まずは感染症予防の基本である「手洗い」を徹底しましょう。

■消毒液は簡単に作れます!

500mlのペットボトルに水を入れ、ペットボトルのキャップ2杯分の漂白剤を加えると消毒液を作ることができます。調理器具やドアノブ、手すりなどのお掃除の際にぜひご活用ください。



ペットボトル 500ml
キャップ1杯約5ml

topics

08

「児童扶養手当法」の一部が改正されました

あいくる保健福祉課
福祉障がいG

これまで、公的年金を受給する方は児童扶養手当を受給できませんでしたが、平成26年12月以降は、年金額が児童扶養手当額より低い方は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになりました。

新たに児童扶養手当を受給するためには、申請が必要です。

■今回の改正により新たに手当を受け取れる場合

- お子さんを養育している祖父母等が、低額の老齢年金を受給している場合
- 母子家庭で、離婚後に父が死亡し、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合 など

■支給開始日

- 手当は申請の翌月分から支給開始となります。ただし、これまで公的年金を受給していたことにより児童扶養手当を受給できなかった方のうち、平成26年12月1日に支給要件を満たしている方が、平成27年3月までに申請した場合は、平成26年12月分の手当から受給できます。
- 平成26年12月～平成27年3月分の手当は、平成27年4月に支払われます。

■申請・お問い合わせ：保健福祉総合センターあいくる

広告

昭和49年 生まれ 寅年会 厄祓い

【厄祓い式と懇親会のお知らせ】

来年は昭和49年寅年生まれの大厄の年です。その大厄を乗り切るため、発起人会を結成し過去の先輩の例にならい厄祓い式及び懇親会を開催しますので、多くの方のご参加をお待ちしています。

なお、参加申込については、12月26日(金)迄に下記の申込先にお電話ください。

- 開催日時 1月17日(土)午後4時30分(南幌神社集合)
- 会費 10,000円(玉串料・お守り・懇親会)
お祓いのみの方は5,000円 ※当日集めます

【申込先】・舩館政義(役場) ☎090-3898-7198

～昭和49年寅年会発起人～

白崎 秀史・女川 伸二・竹居田 太一郎
舩館 政義・高橋 裕司・久保 正彦
池田 一彦・大津 亮蔵・今 城史



P T A 連合会研究大会 兼 青少年健全育成を考える集い

10月25日(土) ふるさと物産館「ビューロー」

先日行われた、南幌中学校生徒による「少年の主張」等の発表や、講師による聞き手参加型の楽しい語りの模様をお届けします。

●プロフィール 末吉正子

1949年生まれ。千葉県佐倉市在住。82年より佐倉市立図書館で子ども向けお話し会活動を始める。



90年～94年渡米。その間、参加型語りなど、聞き手を楽しませるさまざまな手法の語りを学んだ体験を生かして、現在、各地の学校、図書館、ホール等で語りの公演、講演会、ワークショップ等の活動を行っている。また、語りの勉強会「ゆうゆう塾」主宰、NPO全日本語りネットワーク副理事長なども務めている。

「豊かに広がる語りの世界」
「生きる力を育む語り」

語り手として活躍している末吉正子氏が、語りの実演を通してコミュニケーションやことばの力の素晴らしさを伝えました。

「話の仕方により、語り手と聞き手との間に壁がなくなり、豊かなことばの世界を共有できる。」のとおり、参加者は一緒に楽しみながら、語り引き込まれていきました。

P T A 連合会会長の白倉隆幸氏は「昔と違い多くの子どもが、ゲームなど個人の世界に入り込んでいく。大人が子どもと向き合って語り合うことが大切だと改めて感じた講演でした。」と振り返りました。



『物事を相手に伝える時、うまく伝わらなくて、相手が誤解してしまった。そんな経験をしたことは、みなさんにもあるのではないだろうか。』

東京デイズニーランドのデイズニーアカデミー講習を受けて、コミュニケーションで大切なのは「相手」という相手を思う気持ち、相手の気持ちになつて行動することを学びました。

相手のことを思い尊重し、かといえど自分の意見もしっかり持ち、コミュニケーションをとるべきではないでしょうか。私も、これから心を入れとどめて、生活していきます。』

『少年の主張』
「自分の思いを熱く伝えてくれました」

「デイズニーで学んだおもてなしの心」

南幌中学校
山本綾乃 さん(三年)



『国際留学プログラム事業』
に参加して…

南幌中学校
長谷川貴大さん(3年)
江口愛夕さん(3年)
山本綾乃さん(3年)
向井穂歌さん(2年)

この夏カナダに2週間派遣された4名が、現地の様子や貴重な体験をスライドを使って発表した。

向井さんは「コミュニケーションでジェスチャーを多く使っていたが、日本と同じ動作でも違う意味のものがあり驚いた。」と暮らしを紹介。

長谷川さんは「食事前のお祈りや初めての日曜礼拝に戸惑った。」など文化の違いを発表。また、海外で英語を勉強するという夢にも思っていないなかった機会を得たことに感謝していると話した。



冬休み こどもシアター

場 所 公民館 2 階視聴覚室
 上映時刻 10時30分～
 入 場 料 無料(申込みは必要ありません)
 お問い合わせ 公民館 (TEL:378-2001)

大きなスクリーンと迫力のサウンドで映画を鑑賞しませんか?ぜひお越しください。

12月25日(木)

上映時間60分

上映作品: 天才えりちゃん
 きんぎょを食べた

12月26日(金)

上映時間90分

上映作品: あらびぐまラスカル

1月15日(木)

上映時間24分

上映作品: ASTRO BOY・鉄腕アトム

公民館の閉鎖について 問合せ先: 公民館

平成27年4月の生涯学習センター(旧南幌小学校)のオープンに伴い、公民館の移転作業のため下記のとおり閉鎖といたします。皆様にはご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

◆図書室について

閉 鎖: 平成26年12月28日(日) 17時
 返 却: 平成27年1月11日(日) 17時まで

◆各部屋の使用について

閉 鎖: 平成27年1月31日(土) 21時



★長きにわたりご利用頂き
 ありがとうございます★

学校 掲示板

School bulletin board

今月は養護学校です!

学習活動を紹介します!

本校は昭和60年に開校し、今年30周年を迎えました。開校以来、基本的生活習慣、自主性や社会性など、豊かな生活を送るために必要な力を伸ばしていけるよう教育実践に取り組んで参りました。

その一部を紹介すると、町内の商店に出掛け、買い物をしながら人との関わりを大切に学習。スポーツセンターや食堂を利用しながら、社会的な力を育てる学習。小学部では公園を利用して、身体を活発に動かしたり、友達との関わりから自分から行動する力を高める学習。中学部・高等部では、実際の経験を通して、責任感、協調性、持続力、働く意識を高め、職業や自立に必要な基礎的な力を養う作業学習等を行っています。

この活動を行うにあたり、多くの方々のご協力とご支援をいただきながら学習しています。

南幌養護学校
 (☎378-2313)



ふるさと南幌みらい塾 開催講座のご案内

お問合せ・お申込みは公民館まで (378-2001)

かんたん絵手紙・ 水彩画に挑戦!



手軽な素材として親しまれている水彩絵具であなただけの表現を探してみませんか。

透明感や色彩の重なり的美しさを楽しみながら、絵手紙や水彩画の魅力を再発見します。

イメージを柔軟に膨らませ、自分だけの画面を作ってみましょう。

日 時 平成26年12月19日(金)
 13時30分～15時30分

場 所 公民館会議室

参加費 登録塾生/無料 一般/300円

講 師 井上すみ子氏

(ふるさと南幌みらい塾運営委員)

定 員 20名程度

申込み 12月12日(金)

※当日は、絵手紙または水彩画のどちらかの製作をするため、申込時にお知らせください。

新春書き初め大会
場所・改善センター
イベント

日 平成27年1月6日(火)
13時30分受付 14時開始
課題／幼児Ⅱいね

内 小学1・2年Ⅱそら
小学3・4年Ⅱ未来
小学5・6年Ⅱ小鳥が歌う
中学・高校生Ⅱ稲穂を渡る
一般Ⅱ自由課題
12月19日(金)17時まで

申 ①参加申込書(公民館、スポーツセンター、ふれあい館にあります)を公民館に提出するかFAXにてお申し込みください。
②申込み締切日以降の参加希望者は、オープン参加とし審査の対象から外します。
料 無料 **問** 公民館

すくすく広場
クリスマス会
場所・あいくるホール
イベント

日 サンタも登場！楽しいクリスマスを過ごしませんか？
12月15日(月)
10時から11時30分
1歳4カ月から就学前のお子さんと保護者
スポーツセンター

スポーツ少年団
柔道
大会結果

第25回空知管内スポーツ少年団柔道交流大会(10・19開催)
所 滝川市中央児童センター
団体戦

■南幌町柔道スポーツ少年団 準優勝
個人戦(女子)
■小学生1～2年生の部 石上藍音 準優勝
■小学生3～4年生の部 瀬川夏生 準優勝
■大館香珀・久保実愛 3位

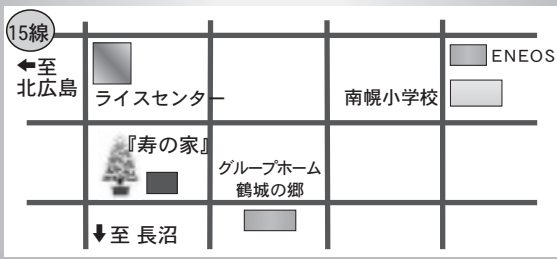
■小学生5～6年生の部 石上風音 3位
■中学生の部 金瀧桃佳 3位
第32回千歳少年少女柔道大会(11・3開催)
所 千歳市総合武道館
団体戦

■小学生低学年の部 優勝
■小学生高学年の部 準優勝
■中学生の部 準優勝
個人
■小学生1・2年生の部 高橋結愛 3位
■小学生3・4年生の部 高木来希 優勝
■中学生の部 堀 洗琉 優勝

青年団体協議会からのお知らせ
夜空を彩るイルミネーション

南幌の夜空を幻想的なイルミネーションが彩ります。

期間 12月から約1カ月間
場所 鶴城寿の家(南17西21)
※地図を確認ください。
製作 青年団体協議会(会長 中川将史)



クロスカントリースキーの貸出

スポーツセンターでは、冬期間の運動不足解消を目的にクロスカントリースキーを貸出ししています。この機会に雪に親しみ、北海道の冬を満喫しませんか？

貸出期間 最長1週間
料金 無料
申し込み スポーツセンター

幼児芸術鑑賞会

日 12月11日(木)
9時50分開場 / 10時開演
所 スポーツセンター
内 『人形劇団えりっこ』による「ゆかいなハンス」
問 公民館



社 教 委 員 つ ら ん

委員 松島摩美



広大な大地が白銀の世界へと姿を変える季節となりましたね。南幌の四季折々の美しさが大好きです。

今年度から社会教育審議会委員となりました。私と社会教育との繋がりは、子育てを通してです。親子で読んでもらった絵本に感動し、サポーターさんの暖かさに助けられ、励みになりました。そして、私も伝えたい！との思いで読み聞かせサークルに入会したのが始まりです。

その後、PTAや子ども達の育成事業に携わる機会を得、たくさんの輝いている方々に出会いました。今は元気な子ども達からパワーをもらっています。

子ども達が、この町で育って良かったと思えるように、住民一人ひとりが、生きがいのある人生を送るために、委員として皆さんとともに考えていきたいと思えます。この町での出会いに感謝します。笑顔のため、今、できることから…。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2 あくあく広場 スポーツセンター 人形劇を見よう! 10:00~11:30	3 ソフトエアロ&ストレッチ 10:00~11:10	4 あそびの達人教室 南幌小学校 14:40~16:15	5 あそびの達人教室 ふれあい館 14:20~15:30	6 テニス教室 9:30~11:30
	子育て支援センター					
	ふわふわランド リズム遊び 0歳~就学前	ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	赤ちゃんサロン ふれあい遊び 3ヵ月~1歳6ヵ月	ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	ママのリフレッシュタイム カレンダー作り 0歳~就学前	託児あります
7 女子バレー大会 スポーツセンター 9:30~13:00	8 チューブストレッチ 14:00~14:45 エアロ&ストレッチ 19:20~20:30	9 あくあく広場 スポーツセンター ふれあい遊び 10:00~11:30 <small>札幌幼児保育専門学校 船川先生</small>	10 さわやかカレッジ 9:30~11:30 ソフトエアロ&ストレッチ 10:00~11:10 キッズスポーツ 15:30~16:30	11 幼児芸術鑑賞会 スポーツセンター 10:00~11:00 あそびの達人教室 南幌小学校 14:40~16:15	12 あそびの達人教室 ふれあい館 15:20~16:15	13
	子育て支援センター					
	ふわふわランド ゲーム遊び 0歳~就学前	ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	赤ちゃんサロン よく食べる子にするために 3ヵ月~1歳6ヵ月	ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	ふわふわランド お絵描き遊び 0歳~就学前	
14 子ども会 ミニバレー大会 《スポーツセンター》 10:00~15:00	15 あくあく広場 あいくる クリスマス会 10:00~11:30 ヨガ運動 14:00~14:45 エアロ&ストレッチ 19:20~20:30	16 ブックスタート あいくる 9:30~11:30	17 ソフトエアロ&ストレッチ 10:00~11:10	18 あそびの達人教室 南幌小学校 14:40~16:15	19 あそびの達人教室 ふれあい館 15:20~16:15	20 テニス教室 9:30~11:30 あそびの達人特別教室 あいくる調理室 9:30~12:00
	子育て支援センター					
	ふわふわランド 車遊び 0歳~就学前	ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	赤ちゃんサロン コーナー遊び 3ヵ月~1歳6ヵ月	ふわふわランド クリスマス会 0歳~1歳5ヵ月	ふわふわランド クリスマス会 1歳6ヵ月~	
21	22 チューブストレッチ 14:00~14:45 エアロ&ストレッチ 19:20~20:30	23	24 ソフトエアロ&ストレッチ 10:00~11:10 キッズスポーツ 15:30~16:30	25 あそびの達人特別教室 南幌小学校 25日~26日 8:30~12:00	26 冬のお楽しみ会 25日~26日 公民館視聴覚室 10:30~	27
	子育て支援センター					
	ふわふわランド ボール遊び 0歳~就学前		赤ちゃんサロン リズム遊び 3ヵ月~1歳6ヵ月	スマイルランド 【夕張太ふれあい館】 0歳~就学前	ママのリフレッシュタイム ティータイム 0歳~就学前	
28	29 子育て支援センター ふわふわランド 支援室で好きな遊び 0歳~就学前	30 年末年始休み (1月5日まで)	31	子育て支援センター 場所: 南幌いちい保育園 ☎378~2734 月曜日~金曜日 予約は必要ありません。 8:30~11:30 お気軽にお越しください。 15:30~17:30 午前は曜日ごとに色々なメニューがあります! 時間は全て10:00~11:30です。		
	子育て支援センター クリスマス会について					
	18日(木) 対象: 0歳~1歳5ヵ月 定員15名 19日(金) 対象: 1歳6ヵ月~就学前 定員15名 サンタさんからのプレゼントもあります! ※12月1日(月)より支援センターで直接お申込みを受け付けます。定員になり次第締め切らせていただきます。					

平成26年10月15日（水）

防火リングで火の用心 ～女性防火クラブ～



第15区女性防火クラブが第15区内の各家庭を訪問し「火の用心」の文字がかたどられた防火リングを配布するとともに防火を呼びかけました。



移送用福祉車両を整備 ～南幌みどり苑～

特別養護老人ホーム南幌みどり苑（山下孝二施設長）に、公益財団法人JKAの平成26年度競輪補助金を受けて移送用福祉車両が整備されました。ポディーには公益財団法人JKAのマークが入っており補助総額225万円。入所利用者の通院及び屋外行事、短期入所利用者の送迎等がスムーズとなり、職員の業務効率化も期待されます。



平成26年10月2日（木）

平成26年10月12日（日）

悩まないことは悩まない ～辻村達生トーク&フォークライブ～

農村環境改善センターにて南幌町文化協会主催による芸術鑑賞会が開催され、フォークシンガーの辻村達生氏が懐かしいフォークソングを中心に歌声を披露しました。「悩まない」、「ありのままに」、「日本人魂」について辻村氏が経験したことや思い出について話され、来場者の真剣に耳を傾けながらうなづく姿が印象的でした。



火災予防絵画コンクールで入賞 ～堀 裕翔くん（緑町）～

平成26年10月21日（火）



南空知消防組合では毎年、火災予防の普及、啓発を目的として小学1年生から3年生までを対象に火災予防絵画コンクールを実施しています。今年度は、南空知消防組合管内の各小学校から45点の応募があり9点が入賞、南幌町からは10点の応募中、堀裕翔くん（南幌小学校1年）が入賞され、10月21日南幌小学校にて表彰式が行われました。

永年勤続功労社会教育委員表彰 ～井上すみ子さん（西町）～

平成15年から社会教育審議会委員として、ご活躍され、本町の社会教育の振興・発展に多大なご尽力をいただいた井上すみさんが、10月16日に稚内市で開催された北海道社会教育研究大会において、永年勤続功労社会教育委員表彰を受賞され、高山教育長から伝達されました。この表彰は、長年にわたり社会教育の振興に貢献した方に対し、北海道社会教育委員連合会から贈られる賞で、井上さんは、本町の社会教育計画の立案や社会教育事業の調査・研究にご尽力をいただいた功績により受賞されました。



平成26年10月23日（木）

2014絵本パワーいっぱい♪ ～きゃべつと～

平成26年10月25日（土）

子どもゆめ基金の助成を受け、語りや絵本など色々な手法による「おはなし会」が開催されました。ストーリーテラーの末吉正子さんが語り手として出演し、「語りであそぼう♪」をテーマにおはなし会は大いに盛り上がりました。

また、PTA連合会の方々や近郊からの参加もあり「豊かにひろがる語りの世界」を堪能。人からあふれる豊かな言葉が心に響き、生きる力、言葉の文化継承など子どもたちの健やかな成長を願う会となりました。



平成26年10月25日(土)

親子でキャベツキムチづくりを体験しました ～親子農産物加工体験塾～

農産物加工センター「ぼけっとハウス」にて、親子でキャベツキムチづくりを体験しました。

1回目は給食用の辛さ30%にしたものをつくり、2回目は自分の好みの辛さにしたキャベツキムチをつくりました。参加した子どもたちからは「普段入ることのできない加工室のなかに入れたのが良かった」、「自分の好きな辛さにしたらおいしかった」などの声があがっていました。



全道大会出場！ ～南幌中学校バスケットボール部～

第29回北海道中学校バスケットボール新人大会南空知地区予選会において、南幌中学校バスケットボール部女子が優勝、男子が準優勝し、共に全道大会への出場が決定しました。全道大会は12月25日から旭川市で開催されます。男女ともに全道大会での躍進を期待しています。



平成26年10月18日～26日

平成26年10月26日(日)

ご来場ありがとうございました ～なんぼろ朝市2014～

7月から10月までの4ヵ月間、毎週日曜日に開催しておりました「なんぼろ朝市2014」が10月26日をもって本年度の活動を終了しました。最終日には来場者へ感謝の気持ちを込めて、朝市特製豚汁の無料配布を行ないました。



学校給食へ南幌産農産物の提供 ～JAなんぼろ～

JAなんぼろより、パンの原料となる小麦粉(南幌産秋まき小麦「つるきち」)をご提供いただき、その小麦粉を使用したパンを学校給食として子どもたちに出されました。初めての試みでしたが、子どもたちは美味しく食べていました。



平成26年10月31日(金)

読書の秋を満喫しました ～リサイクルブックフェア・日本ハム読書応援企画展～

平成26年11月3日(祝)

今年も読書活動の一環として「リサイクルブックフェア」が公民館で開催され、200名余りの来場者が本を一冊一冊手にとり、お気に入りの図書を探していました。また、10月28日から11月9日まで公民館1階児童コーナーにて日本ハムファイターズ読書応援企画展が開催され、監督や選手のおススメ図書、ファイターズに関連する図書を展示しました。クラブから本に持ち替えた読書男子の写真も展示し、来場者は普段見ることのない選手たちの表情に見入っていました。



スメ図書、ファイターズに関連する図書を展示しました。クラブから本に持ち替えた読書男子の写真も展示し、来場者は普段見ることのない選手たちの表情に見入っていました。

スポーツ少年団本部指導者研修会 ～傷害予防テーピング教室～

スポーツ少年団の指導者と育成会員の資質向上と、スポーツ活動への理解を深めるための研修会が保健福祉総合センター「あいくる」で開催されました。今回は、スポーツ少年団本部と北海道スポーツ安全協会が共催し、怪我の発生件数が最も多い足首に対するテーピング方法についての実技を行いました。参加した40名余りの指導者らはテーピングに悪戦苦闘しながら、その技術を学んでいました。



平成26年11月9日(日)

「ごみに関する標語」の表彰式 ～南幌町環境衛生組合～

平成26年11月11日(火)



南幌町環境衛生組合（佐藤秀雄組合長）では、社会見学で衛生施設見学に参加した小学4年生の児童を対象に「ごみに関する標語」を募集し、ごみの分別・リサイクル等の推進や減量化について広く町民に啓蒙啓発を図ることを目的に実施し、10名の入選者へ表彰を行いました。

小学生の税についての標語コンクール ～南幌町租税教育推進協議会～

南幌町租税教育推進協議会では、租税教育推進の一環として南幌小学校5・6年生を対象とした「小学生の税についての標語コンクール」を実施しています。本年度は105名・158作品の応募があり、審査の結果、最優秀賞に南幌小学校5年生の下村央志さんの作品の他、優秀賞2点、佳作3点を選出しました。

- 最優秀賞 下村央志さん
- 優秀賞 本間詩望さん、大井音和さん
- 佳作 石船ちはるさん、金山拓夢さん、松岡明斗さん



平成26年11月11日(火)

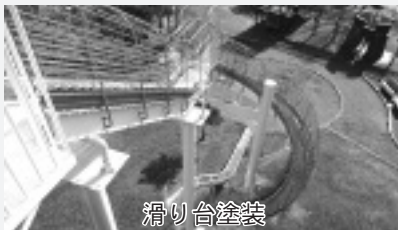
地域貢献活動 ～旭イノベックス(株)・(株)山田組・(株)中山組・(株)藤岡建設～

旭イノベックス(株)、(株)山田組、(株)中山組、(株)藤岡建設の4社より南幌町内でのボランティアを目的として、施設整備・清掃などボランティアの申し出をいただき、町内施設の維持向上等へ多大な地域貢献活動が行われました。

旭イノベックス(株)(北広島市)により中央公園滑り台塗装及び栄町町有住宅周辺道路等の草刈りを実施していただきました。



町有住宅草刈



滑り台塗装



(株)山田組(札幌市)により栄町町有住宅の屋根塗装を実施していただきました。



(株)中山組(札幌市)により、農村環境改善センター駐車場改修を実施していただきました。



晩翠地区フラワーロード花壇整備



(株)藤岡建設により、晩翠地区フラワーロード花壇整備やなんぼろ温泉舗装補修等を実施していただきました。



舗装補修



トラクターでの土壌乾燥



道路清掃



立木枝払い



ハーブの植生



日 = 日時 所 = 場所 内 = 内容 対 = 対象 定 = 定員
 必 = 必要な物 ￥ = 費用 申 = 申し込み 問 = お問い合わせ

しない・させない飲酒運転！！

《酒酔い運転》

言語動作が正常でない酩酊状態で運転する行為
 違反点35点免許取消し・100万円以下の罰金

《酒気帯び運転》

呼気1ℓ中のアルコール濃度0.15mg以上0.25mg未満の場合
 違反点13点免許停止・50万円以下の罰金

◆南幌町交通安全運動推進協議会◆

11月1日現在

人のうごき

人	□	8,161人	(-14)	[-137]
男		3,875人	(-3)	[-71]
女		4,286人	(-11)	[-66]
世帯数		3,457戸	(-4)	[20]

() は前月比、[] は前年比



住民手帳

元気に育って(敬称略)

(氏名)	住所	月日	父母名
落合 聡太	13区	10・8	崇文・真梨子
伊藤羽紅美	北町	10・23	翔哉・可南子
倉本 煌叶	聖也	10・26	梨江
白倉 亜奈	9区	10・30	直行・真由

おこやみ申し上げます(敬称略)

(氏名)	年齢	死亡月日	住所
鶴見タマヨ	87歳	10・12	8区
金井ケイ子	87歳	10・15	14区
明地俊幸	65歳	10・18	北町
吉岡久枝	82歳	11・1	西町
門脇キヨ子	80歳	11・1	7区
宮腰春雄	67歳	11・2	北町
品川かつ	90歳	11・4	北町

寄付金ありがとうございます

社会福祉協議会へ(10月)

- (14区) 木村修治様
- (15区) 湯本美栄子様
- (西町) 有井きみ子様
- (北町) 齊藤スエ様
- (町内) 南幌みどり苑様・南幌町婦人会様・南幌町宝島の会様・南幌町ボランティア活動登録者連絡会様・南幌手話サ

行事・催し

新年交礼会

町民の皆さんと新年の挨拶を交わすことを目的として新年交礼会を開催します。参加は自由ですので町民皆さんの参加をお待ちしています。

日 平成27年1月8日(木)

所 農村環境改善センター

申 12月24日(水)まで

総務課総務G

町の行事(12月)

- 10日(水) 9時30分〜 議会定例会(議場)
- 17日(水) 9時〜12時 行政相談(あいくる)
- 18日(木) 15時30分〜 定例教育委員会(役場)
- 21日(日) 9時〜15時 休日収納窓口(役場)
- 22日(月) 17時〜20時 夜間収納窓口(役場)
- 24日(水) 小学校終業式

募集

道営住宅(柳陽団地)入居者

募集住宅 ■道営住宅シルバールハウジング平屋建2DK(単身世帯用) : 1戸 ■道営住宅一般棟平屋建2LDK : 1戸

入居資格

■住宅にお困りの方 ■低所得者の方 ■60歳以上の単身世帯で、介護及び社会的支援を部分的に必要とする状態にある方(シルバールハウジング) ■その他、入居条件有

申 ■シルバールハウジング: 12月5日(金)〜19日(金) ■一般棟: 12月5日(金)〜12日(金)

入居可能日 ■シルバールハウジング: 平成27年2月中旬

予定 ■一般棟: 平成27年1月下旬予定

問 都市整備課都市施設G

町営住宅(栄町)入居者

募集住宅 ■町営栄町団地3階建3LDK: 1戸

入居資格 ■住宅にお困りの方 ■低所得者の方 ■町内に居住・勤務されている方 ■その他、入居条件有

申 12月5日(金)〜12日(金)

問 都市整備課都市施設G

問 12月5日(金)〜12日(金)

入居可能日 平成27年1月中旬予定

問 都市整備課都市施設G

暮らし

健康いちばん! 特定健診

年内に健診を受けましょう。

対 ■南幌町国民健康保険加入者で35歳〜74歳の方 ■後期高齢者医療加入者

内 問診、採血、採尿、血圧測定、身体計測、心電図診察

申 ■町立南幌病院(月)〜(土)

申 ■みどり野医療(月)〜(金)

申 ■長沼内科消化器科(月)〜(金)

申 ■必要予約

問 住民課医療介護G

問 01233〜823〜53333

問 01233〜823〜53333

問 必要予約

問 住民課医療介護G

広告

あなたの悩みに
 コタエを
 出します

すべての相談の
相談料が無料になりました。

相談予約ダイヤル

0126-33-8373

平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

札幌弁護士会 南空知法律相談センター



東日本大震災義援金 11月15日現在

日本赤十字社北海道支部
 南幌町分区
 5,479,988円

平成27年3月末まで義援金を受付けています

今月の納期限
12月25日(木)

**コンビニエンスストア
 でも納付できます。**

町道民税 4期
 国民健康保険税 7期
 介護保険料 6期
 後期高齢者医療保険料 6期
 お問い合わせ
 税務課・住民課医療介護G

特定疾患医療受給者証の更新申請

現在、特定疾患医療受給者証をお持ちの方で、平成27年1月1日以降も、継続して医療費助成の必要がある方は申請が必要です。対象の方には、郵送でご案内しておりますので、手続きをしてください。

なお、期日までに手続きされない場合は、新制度に基づく新規申請となり、自己負担軽減の経過措置等が適用されませんので、ご注意ください。

■窓口での申請：12月26日(金)まで ■郵送での申請：12月31日(水)の消印有効
 問 岩見沢保健所健康推進課 保健予防係(☎0126-2050115) 岩見沢市8条西5丁目

パスポートの申請・交付手続

南幌町に住民登録がある方のパスポートの申請及び交付は住民課窓口で行っています。

※北海道パスポートセンター及び岩見沢コミュニティプラザでは原則取り扱いません。

受付時間 ■申請：9時～16時30分 ■交付：9時～17時

※閉庁日(土・日曜日、祝日、年末年始)を除きます。また、申請から交付まで約2週間(閉庁日を除く)かかります。

問 住民課戸籍年金G

その他

北海道後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(案)に関する住民意見募集

北海道後期高齢者医療広域連合では、保健事業実施計画の策定にあたり、広く住民の皆さんからご意見を募集します。なお、資料及び募集要領の入手方法については、意見募集の開始日から北海道後期高齢者医療広域連合ホームページ(<http://iryo.kouiki-hokkaido.jp>)に掲載

するとともに、北海道後期高齢者医療広域連合及び役場住民課でも配布します。

募集期間 12月10日(水)～平成27年1月9日(金)(必着)

問 北海道後期高齢者医療広域連合(☎290-5601) 札幌市中央区南2条西14丁目国保会館6階または住

民課医療介護G

危険物取扱者・消防設備士試験

試験日 平成27年2月1日(日)
 ■12月12日～19日(書面)
 ■12月9日～16日(電子)

種類 ■危険物取扱者：甲種、乙種、丙種 ■消防設備士：甲種、乙種
 問 消防南幌支署

消防設備士講習

申 12月12日(金)まで
 日 平成27年1月14日(水)～3月13日(金)

¥ 講習区分ごとに7,000円(北海道収入証紙)

所 札幌市他
 問 消防南幌支署

道央廃棄物処理組合のホームページを開設しました

道央廃棄物処理組合は、千歳市、北広島市、南幌町、由仁町、長沼町の可燃ごみを共同処理するため、平成26年2月18日に設立されました。

組合では、事業の内容を多くの方々に知っていたくため、ホームページを公開しています。今後、可燃ごみの共同処理に関する情報をお

知らせしてまいりますので、ご覧ください。

問 道央廃棄物処理組合(☎0123-405300) ホームページ(<http://www.douutsukumiai.jp/>)

◆訂正◆
 広報なんぼろ11月号のまちかどフォトアルバムにおいて、南幌ライオンズクラブの会長名に誤りがありました。正しくは、岡眞一会長です。お詫びして訂正いたします。

平成26年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として活用されます。

- ◆調査時点は平成26年12月31日です。
- ◆調査票への回答にご協力をお願いします。



工業統計キャラクター
 コウちゃん



政府統計

経済産業省・都道府県・市区町村

Health News

歯科医師通信



「食いしばっていませんか？」

南幌みどり野歯科 院長 武田忠孝

「クレンチング症候群」をご存じですか？クレンチングとは「食いしばり」のこと。

噛み合わせの悪さやストレスなどが原因で、常に上下の歯を接触させることが習慣化している方で、次のような症状を伴います。

◎顎関節症 ◎知覚過敏 ◎歯周病の憎悪 ◎肩こり

基本的に、歯は大きな圧力に耐えられる組織です。しかし、普段の生活の中では、ほとんどの時間、上下の歯は離れているのが通常です。では、逆に1日24時間のうち、上下の歯が接触する時間はどれ位だと思えますか？答えは、食べ物を噛む時も含めて、たった20分程度。つまり、常に上下の歯を接触させていると、歯や歯周組織に負担能力以上の力がかかってしまい、前述のような症状を引き起こしてしまうのです。

自覚はなくても、何かに集中しているときや睡眠中に、無意識に歯を食いしばっていることもあります。「クレンチング症候群」かどうか、ご自分でチェッ

クする方法をご紹介しますので、参考にしてみてください。

- 奥歯に接触する頬の内側に白い線がある
- 舌の縁に歯で圧したような痕がある
- 慢性的な肩こりがある
- 詰め物が取れる

予防策としては、次の2つの方法がおすすめです。パソコン仕事や立ち仕事などで長時間同じ姿勢をとる方は、1時間に1回程度、首・肩・手足・腰などをよく伸ばすストレッチ運動をすること。何かに集中している時も、唇を閉じ上下の歯が接触しない状態をキープするように意識すること。

ただ、睡眠中は難しいですよ。寝ている時は、意識して思いっきり噛む力よりも強く噛みしめているので、より負荷が大きくなります。気になる症状がある場合は、歯科医院でマウスピースを製作して装着し食いしばりを回避する方法もあるので、相談してみると良いでしょう。



ひだまりサロン

12月4日(木)

10時~12時 ミニ脳トレ・カラオケ
13時~15時 健康体操・カラオケ

12月16日(火)

10時~12時 クリスマス会
(要予約:12月4日まで)
13時~15時 カラオケ

参加費
午前・午後
各100円

場 所 あいくる教養娯楽室 問合せ 社会福祉協議会

弁護士による無料法律相談会(12月)

相談時間 13時~16時(1回30分程度) ※要予約

5日	長沼町社会福祉協議会	☎0123~82~5040
12日	由仁町社会福祉協議会	☎0123~82~2167
19日	栗山町社会福祉協議会	☎0123~72~1322
26日	南幌町社会福祉協議会	☎378~2088

12月健康カレンダー

項目	日程	場所	備考
乳幼児健診	16日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	8日(月) ※5日(金) までに予約 22日(月) ※19日(金) までに予約 【接種時間】 13:30~16:30	町立病院	定期予防接種、 あたふく：無料 その他予防接種：有料
エキノコックス健診	毎週金曜日	町立病院	料金：1,000円
快足シャキッと倶楽部	2日(火)・5日(金)・9日(火) 12日(金)・19日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	4日(木)・11日(木)・18日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	15日(月) 10:00~12:00	あいくる	要予約
	18日(木) 13:00~15:00	岩見沢保健所	要予約 ☎0126~20~0121



4人分の材料

[具材]

大根	中1本(1kg)	揚げ油	適量
豚もも肉	160g	塩	小さじ1弱
卵	1個	しょう油	小さじ2
小麦粉	80g	水	1000ml(5カップ)

大根たっぷり豚天煮込みの作り方



①大根を2cm幅にイチョウ切りにする。豚肉は一口大にする。



②ボウルに卵、小麦粉、水を入れ粉っぽさが残る程度に混ぜる。



③豚肉に衣をつけ、衣が軽く固まるまで揚げる。



④鍋に大根、揚げた豚肉を入れ、大根がつかるぐらいに水を入れる。しょう油、塩で味付けし一度沸騰させる。

⑤沸騰させたら、弱火でことごと煮込み(布をかぶせて保温するかストーブの上に置くと大根が煮崩れしにくい。)大根に火が入り、しっかり味がしみ込んだら完成。



大根たっぷり豚天煮込み

今月のレシピ



南幌喰楽部では、毎月、南幌産の食材を使った料理レシピを町民の方から紹介していただきます。



今月の紹介者

member 32



白倉まり子さん 【三重】
 唄ちゃん (小1)
 銀士くん (4歳)
 紅果ちゃん (2歳) 親子

小さいころに作ってもらったものを今度は子どもたちに作ってあげています。食物繊維がたっぷりですし、油で揚げる以外は簡単。天ぷらを煮るという一風変わった料理ですが味がしみ込んでとてもおいしいです。



栄養ナビ

伊藤聡美 栄養士

大根を1本使ったレシピです。大根は生のままでも加熱してもおいしく食べられる野菜です。たくさん余って食べきれない時は冷凍保存することもできます。生の千切りやおろしの状態で冷凍することも可能ですが、使いやすく切ったために茹で、水気を拭いた後で冷凍すると、煮込み料理などにもそのまま使うこともできます。

nanporo club からポイント!

余熱を使って味をしみ込ませるので、豚肉を揚げるときは軽く火が通るくらいで大丈夫です。



広報なんぽろ

平成26年12月号
(通巻625号)

☎069-0292 空知郡南幌町栄町3丁目2番1号 ☎011-378-2121
 発行 南幌町/編集 まちづくり課企画情報G/印刷 (株) 組合印刷
 南幌町ホームページ <http://www.town.nanporo.hokkaido.jp>
 南幌町Eメールアドレス nanporo@town.nanporo.hokkaido.jp