

# 広報 なんぼろ

## 特集

姉妹町多良木町との児童交流事業

半年ぶりの再会！

〜今回は冬の北国で交流を〜

「2015なんぼろ冬まつり」での大型すべり台！  
雨の中でも子どもから大人まで元気にチューブやソ  
リに乗って楽しんでいました。

2015

3

No. 628



# 半年ぶいの再会！ ～今回は冬の北国で交流を～

今年度も姉妹町の熊本県球磨郡多良木町との児童交流事業について、昨年7月に南幌町の児童10名が多良木町を訪問し、民泊など現地の児童と交流を行いました。今回は、2月7日から4日間の日程で窪田龍記校長（久米小・槻木小）を団長とした多良木町児童9名の訪問団が本町を訪れ、様々な体験を通してさらに本町との交流の絆を深めました。



## 【1日目】 2月7日 感動の再会

歓迎レセプション・民泊

飛行機の遅延により少々遅れての到着となりましたが、多良木町訪問団を乗せたバスが見えると、南幌小学校は出迎えた方々の歓喜に包まれました。夏に多良

木町を訪れて以来、手紙や電話で交流を続けていたという児童たちは半年ぶりの再会に感動していたようです。

歓迎レセプションでは、青柳剛君が「夏は楽しい思い出ができました。今回はスキーなどで気持ち良い風を感じてほしいです。」と歓迎の言葉を述べ、多良木小の愛甲真都君が「久しぶりに会えて胸が高鳴っています。ワカサギ釣りなどが楽しみです。」と訪問の挨拶をしました。多良木小の江上凜さん、黒肥地小の山口友万さん、久米小の犬童梨心さんからは多良木町の風土や文化、各小学校の様子などが紹介されました。

- ① 出迎える児童たち
- ② 青柳剛君（南幌小）の歓迎の言葉
- ③ 愛甲真都君（多良木小）の訪問の言葉
- ④ 歓迎レセプションの様子
- ⑤ 多良木町の紹介をする江上凜さん（多良木小）、山口友万さん（黒肥地小）、犬童梨心さん（久米小）



①

②

③

④

⑤

なんぼろ冬まつり

午前中は民泊家庭で「そり」や「かまくら」遊びなど楽しい時間を過ごし、昼食会場の夢玄に集合。



全員でみそ・塩・しょうゆ、好みの味を注文して北海道のラーメンを堪能しました。満腹になった後は『なんぼろ冬まつり』会場へ移動です。会場では大型すべり台や雪像が迎えてくれました。午前中から降り続いた雨の中でしたが、スノーモービルやバナナボート、さらにはゴムチューブ滑りに歓声を上げていました。

しかし、時間を追うごとに雨足が強くなり、この後に予定されていた雪合戦やアイスキャンデル点灯式などのイベントが中止という残念な結果に…。一同、この時期まさかの雨を恨みました。急遽、予定を変更して即席のミニバレーボール大会と卓球大会を開催しました。「退屈していないか」「楽しんでくれているか」と心配する大人をよそに予定の時間ギリギリまで楽しんでいました。



子どもも大人も大はしゃぎ!



美味しい料理に舌鼓♪



手作りビュッフェでおもてなし♪

十分すぎるほど身体を動かす、そろそろお腹がすいてくる時間。この日の夕食は民泊家庭の保護者による手作りビュッフェ、その名も『南幌ママ・マルシエ』。海鮮井から始まりザンギに冷製豚しゃぶ、チーズフォンデュに石狩汁などなど、北海道ならではの料理がテーブルの上には並べられ、リゾートホテルに負けず劣らずの豪華さでした。その美味しい料理に全員が舌鼓を打ち、お腹だけではなくお母さん方のたっぷりの愛情に心も満たされました。

美味しく楽しい夕食会場を後にした両町児童は今晚の宿泊先であるなんぼろ温泉に移動し、今日の楽しかった出来事や夏の交流の思い出話に花を咲かせていました。

おいしそ〜!





ワカサギ釣り

前日は夜遅くまで語り合っていたせいか、朝の集合では全員が眠たい目をこすりながら静かにロビーの椅子に座っていました。この日は早朝から歩いて親水公園まで移動し、ワカサギ釣りを行いました。寒い中、ワカサギがエサに食らいつくのをじっと待ち続けましたが、残念ながら一匹も釣ることができませんでした。一方で、専用のドリルで氷に穴を開けるのを楽しんでいる児童も多くいました。

終了後は、なんぼろ温泉に戻り、朝食をとりました。本来であれば釣れたワカサギを天ぷらにして出す予定でしたが、万が一のために事前に準備しておいたワカサギを、食卓へ出すこととなりました。

スキー体験

朝食後は、冬の児童交流事業恒例であるスキー体験を北広島クラッセスノーパークで行いました。多良木町児童のほとんどが初めての体験で歩くことすらままならない状態でしたが、インストラクターの指導を受け、め



きめきと上達し、1時間くらいすると一人で滑走できるまでになって南幌町の児童と一緒にスキーを滑って楽しみました。



ゲームおじさん登場!



釣れな〜い!



肉もあるよ〜!



最後の夜を目一杯楽しもう!



さっぽろ雪まつり

ホテルで昼食をとり、その後、札幌へ向かいました。例年以上にツルツルと滑る路面に気を付けながら歩き、まずは時計台前で記念撮影。そして、雪まつり会場へ移動しました。人の多さと賑やかさに驚きながらもたくさん雪像を見ることができました。ここ数日の暖気で取り壊しや修復もあったという雪像でしたが、精巧につくられた大雪像や市民雪像に感動していました。その後、北海道庁旧本庁舎（赤れんが庁舎）で記念撮影をして南幌へ戻りました。

なんぼろ温泉

なんぼろ温泉で冷えた体を温め、夕食のジנגスカンを食べました。ジングスカンを鍋を初めて見たという多良木町児童に南幌町児童が焼き方を教えたりしていました。食後は民泊家庭を交えて、多良木町や南幌町にまつわるクイズやゲームで大いに盛り上がり、楽しいひと時となりました。宿泊部屋に戻った後も最後の夜を惜しむように話は尽きなかったようです。

【4日目】 2月10日 楽しかった思い出を胸に

お別れ会

あつという間の4日間、とうとうお別れの時が来ました。お別れ会は民泊家庭の保護者や来賓に加えて南幌小6年生全児童も出席し、南幌小音楽室で行われました。南幌小の鈴木紫和理さんと久米小の犬童梨心さんから「スノーモービルやスキーで楽しく遊ぶことでできて楽しかったです。これからも連絡を取り合って絆を深めていきたいです。」と、お別れの言葉がありました。

この後、正面玄関で民泊家庭の保護者やお別れ会に出席してくれた南幌小6年生全児童も加わり集合写真を撮りました。バスが出発するギリギリまで写真撮影をしたり握手や抱き合ったりと別れを惜しんでいました。最後は全員で手を振り、多良木町訪問団を乗せたバスの姿が見えなくなるまで見送りました。



解団報告式

多良木町訪問団を見送った後、南幌町訪問団の解団報告式を行いました。岡田裕明団長（南幌小学校長）、三好富士夫町長からの挨拶の後、渡邊寛大君と嘉津山詩恩さんが感想発表を行い、今年度の児童交流学習事業は終了しました。



①見送りの児童と集合写真  
②③児童たちの記念写真  
④⑤お別れの言葉を述べる鈴木紫和理さん(南幌小)と犬童梨心さん(久米小)  
⑥⑦感想発表をする嘉津山詩恩さん(南幌小)と渡邊寛大君(南幌小)



平成26年度姉妹町児童交流を終えて

7月に訪問した真夏の多良木町で感じた暑さと心温まる「おもてなし」から、多良木町の児童に冬の北海道を感じてもらえたらと、年明けに行われた保護者説明会で手作りピュッフェ『南幌ママ・マルシェ』や『なんぼろ冬まつり』への参加などが提案され、一致団結して受け入れ準備を進めてきました。滞在期間中、雨というハプニングもあり予定の一部が変更になりましたが、南幌ならではの「おもてなし」ができたと思います。

今回、事業に参加した両町の児童の皆さんは、何を感じ、学び取ってくれたでしょうか？多良木町訪問の際に行われた結団式で岡田団長（南幌小学校長）が児童に対して「五感を使って違いを見つけてほしい」と言葉を送りましたが、まちの香りや味覚、暑さや寒さ、加えて「おもてなし」の心は実際に訪れて接して、触れてみなければ感じ取ることができないものです。児童交流で感じ、学び取った多くの「こと」や「思い」を大切にし、これからの成長の糧にしてください。



ばと思います。多良木町との姉妹町交流は児童交流事業に加え「姉妹町交流研修補助制度」などを通じて一般の住民との交流も始まっています。今後さらには両町が交流を深めて強い絆で結ばれることを切に願います。

訪問団引率者一同



# 愛称は「ぽろろ」に決定!!

## ～生涯学習センター～



4月1日にオープンする生涯学習センターを親しみと愛着を持って利用してもらえよう  
愛称を募集したところ、小学4年生から84歳までの幅広い年齢層の方々から46点の応募がありました。

2月13日に愛称審査委員会が開催され、「親しみやすさ」「呼びやすさ」などに配慮し、選定  
が進められました。選定は6名の審査委員が意見交換を行い3点まで絞り込み、最優秀賞、  
優秀賞を決定しました。

新たに誕生した生涯学習センター「ぽろろ」を、多くの方々に愛着を持って利用して  
いただきたいと思えます。

### 最優秀賞 「ぽろろ」 坂野 えり子 (緑町)

理由:「なんぽろ」の「ぽろ」をとって簡単で覚えやすい感じに…  
なんとなくホッコリしてかわいらしく

優 秀 賞 「ポロチ」 今村 美樹 (西町)  
「ふら里」 山本 翔太 (東町)

### ▶ 一般公開します ◀

次の日程で生涯学習センターを公開します。  
お誘い合わせの上、お越しください。

3月23日 (月) 午前の部 10時～  
午後の部 13時30分～

### ▶ 利用申し込み ◀

4月1日からの利用は、3月25日 (水) から受付します。

利用受付は、利用日の2ヵ月前の属する月の1日から行うことができます。

受付は、生涯学習センター事務室までお越しください。

4月1日の一般利用は13時からとなります。

### 《図書室》



公民館図書室の3倍以上のスペースがある図書室には、5年計画で蔵書数を現在の29,000冊から54,000冊に増加します。また、A Vコーナーを設けDVDなどの鑑賞もできます。

### 《ロビー》



明るく広々としたロビーには、ウッドプールなど小さなお子さんが遊べるスペースや、サークル活動などで製作したものなどを展示するギャラリーなども設置します。

### 《調理室》



調理台5台を配し、IHコンロで安全に料理が楽しめます。また、食卓テーブルを設置し、調理後の交流も気軽にできます。

### 《郷土資料室》



今まで展示しきれなかった資料も含め約1,000点の郷土資料を展示します。

### 《教室》



旧南幌小学校時に使用していた机やイスなどを並べ当時の姿を再現しました。クラス会などの利用も可能です。

### 《研修室》



サークル活動の拠点となる研修室は、1部屋での利用もできますが、3部屋までつなげて利用することも可能です。

### ▶ 教育委員会事務局が移転します ◀

4月1日より生涯学習センターのオープンに伴い、教育委員会生涯学習課学校教育G（高校生通学費補助申請、就学援助申請、転校手続き、区域外就学申請など）及び社会教育Gの窓口を移転します。

なお、農村環境改善センターの利用申し込みは、スポーツセンターに変更となります。

南幌町栄町3丁目3番1号 南幌町生涯学習センター1階  
南幌町教育委員会 生涯学習課学校教育G・社会教育G  
☎378~6620 ・ F A X 378~6630

# 北海道知事、北海道議会議員選挙

投票日 4月12日(日) 告示日 知事：3月26日(木) 道議：4月3日(金)

# 南幌町議会議員選挙

投票日 4月26日(日) 告示日 4月21日(火)

南幌町選挙管理委員会 ☎378~2121

## 南幌町で投票できる方

### 知事・道議

- 年齢～平成7年4月13日以前に生まれた方  
(平成27年4月12日現在で満20歳以上)

### 町議

- 年齢～平成7年4月27日以前に生まれた方  
(平成27年4月26日現在で満20歳以上)

#### 知事選挙

平成27年3月25日現在で3ヵ月以上本町に引き  
続き住民登録されている方  
(平成26年12月25日以前の転入届者)

平成27年4月20日現在で3ヵ月以上本町に引き  
続き住民登録されている方  
(平成27年1月20日以前の転入届出者)  
※投票日まで転出された方は投票できません

#### 道議選挙

平成27年4月2日現在で3ヵ月以上本町に引き  
続き住民登録されている方  
(平成27年1月2日以前の転入届者)

#### 知事・道議選挙

平成26年12月12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



#### 町議会議員立候補予定者説明会

「町議会議員選挙(定数11)」における立  
候補予定者説明会を開催します。

- ・日時 3月25日(水) 13時30分～
- ・場所 役場3階会議室
- ・内容 選挙運動における注意点や、選挙運動  
収支報告書の提出など
- ・その他 1候補者につき3名まで出席可能

## 期日前・不在者投票をご利用ください

知事選挙 3月27日(金)～4月11日(土)

道議選挙 4月4日(土)～11日(土)

※知事・道議選挙において郵送する入場券は1  
枚ですが、「期日前投票期間」が異なります  
ので、お間違いのないようご注意ください。

町議選挙 4月22日(水)～25日(土)

#### ■ 場所 ■

役場1階 期日前投票所及び不在者投票所

### 次の方がご利用できます

- ・投票日に仕事、旅行、冠婚葬祭などで投票できない方
- ・指定施設(病院・老人ホームなど)に入院等している方
- ・身体に重度の障がいのある方
- ・町外の住所に長期滞在(仕事や旅行等)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

期日前投票は、入場券の裏面の宣誓書に必要事項を記載の上、提出するだけで投票することができます。

## 男女共同参画社会 ～平等な社会について考えてみませんか～

以前の日本では男女分業による、男は外、女は内という風潮がありました。今でこそ、国政の場や民間でも役員や管理職などで女性の社会進出が進みましたが、労働力率は諸外国と比べると少ない状況です。

男女共同参画社会基本法(平成11年)には「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」と男女共同参画社会について定義しており、これは憲法にうたわれている基本的人権の尊重にも通じるものです。

男女共同参画社会基本法には基本理念として5つの柱が掲げられています。

- 男女の人権尊重
- 社会における制度または慣行についての配慮
- 政策等の立案及び決定への共同参画
- 家庭生活における活動と他の活動の両立
- 国際的協調

この機会に男女共同参画社会について考えてみませんか？

- 参考URL ■ 内閣府男女共同参画局ホームページ <http://www.gender.go.jp/>  
まちづくり課企画情報G



**topics 01 自立支援医療（育成医療・更生医療）について** あいくる保健福祉課  
福祉障がいG

自立支援医療制度は、心身の障がい除去・軽減のための医療について医療費の自己負担の一部を助成する制度です。

この制度では、自己負担は原則として1割となり、世帯の所得に応じて負担限度額が設定されています。(一定の所得を超える方は対象外となります。)

制度を利用できる医療機関や対象となる障がい、疾患が決められていますので、詳しくはお問い合わせください。

■対象となる障がい

肢体不自由、視覚障がい、聴覚・平衡機能障がい、音声・言語・そしゃく機能障がい、内部障がい等

■対象者

■育成医療

18歳未満で体に障がいや疾患があり、治療を行わないと将来において体に障がいが残ると認められる児童

■更生医療

身体障がい者手帳をお持ちの18歳以上の方で、手術等の治療により障がいの除去・軽減などの治療効果が確実に期待できる場合

■お問い合わせ 保健福祉総合センターあいくる ☎378~5888

**topics 02 国民年金の保険料が改定されます** 住民課  
戸籍年金G

平成27年4月から国民年金保険料が改定されます。前納制度や口座振替などによる割引がありますのでご利用ください。

	現金納付 及び翌月末 の口座振替	当月末の 口座振替	6ヵ月前納		1年前納	
			現金納付	口座振替	現金納付	口座振替
1ヵ月分	15,590円	15,540円 (50円)				
6ヵ月分	93,540円	93,240円 (300円)	92,780円 (760円)	92,480円 (1,060円)		
1年分	187,080円	186,480円 (600円)	185,560円 (1,520円)	184,960円 (2,120円)	183,760円 (3,320円)	183,160円 (3,920円)

※ ( ) は割引金額です。

※一部免除されている方の口座振替は翌月末振替のみのご利用となります。

※前納制度についての詳細はお問い合わせください。

■お問い合わせ 岩見沢年金事務所国民年金課 ☎0126~22~5804

1月から2月にかけては良い天気が続く、積雪が平年の半分にも満たなく、また雨の日も数回あるなど変な天気で推移しており、今後の天候が気にかかります。

本年も冬まつりがありました。雨の中でもたくさんの方にきていただき、楽しんでいただいていた。冬のイベントとして定着してきていると感じました。その中で姉妹町多良木町の子どもたちが雪やスノーモービルで元気に楽しんでおりました。このまつりを盛り上げてくれた、青年団・商工会のみならず、雪像づくりに協力いただいた町民の方々に感謝いたします。

例年以上の参加がありました。全町ミニバレーボール大会は、冬に体を動かす良い機会と和気あいあい楽しんでおり、中には親子・兄弟・姉妹などバラエティに富んだチームがあり、賑やかに楽しむ姿を拝見し、心さわやかに今後も継続していくことが大事だと思います。



**町長ふるさと通信**

南幌町長 三好 富士夫

**今年の冬は変な天気ですね**

topics

03 ファミリー・サポート・センター『提供会員』講習会のお知らせ

あいくる保健福祉課  
福祉障がいG

ファミリー・サポート・センターは、子育ての援助を受けたい方（依頼会員）の要望に応じて、子育ての支援をできる方（提供会員）を紹介し、相互の信頼と了解の上で一時的に子どもを預かる組織です。

依頼会員の方の要望にお応えするためには、多くの提供会員が必要です。会員については随時募集しておりますが、提供会員として活動するには、次の講習会の参加が必要です。子育ての援助活動に興味がある方はぜひご参加ください。

日程	講習時間	内容
3月18日（水）	9時～12時	事業説明・保育の心と子どもの世話・子どもの遊び
3月19日（木）	9時～12時	子どもの事故と安全・心の発達過程と障がい
3月20日（金）	9時～12時	子どもの身体の発育と健康・栄養と食生活

※日程や講習内容や開催場所が一部変更になる場合があります。

■開催場所 保健福祉総合センターあいくる

■持ち物 筆記用具

■援助活動の内容

- ・保育所や小学校等の開始前、終了後の預りや送迎
- ・保護者の病気や急用の際の預かり
- ・買い物等外出の際の預かり
- ・その他、会員の育児に関して必要な援助等

※この活動はボランティア精神に基づいたもので、営利活動ではありませんが、提供会員が責任を持って活動し、依頼会員が必要以上の気づかいをしないために、一定の利用料金を定めています。詳細については講習会で説明します。

■申込方法 3月13日（金）までに、電話（土・日曜日を除く）またはFAX

■受講料 無料

■託児 事前申し込み（申し込み時にご相談ください）

■申込・お問い合わせ 保健福祉総合センターあいくる（☎378～5888・FAX378～5255）

topics

04 「住宅リフォーム助成事業」資格登録事業者の受付について


都市整備課  
都市施設G

4月1日より「住宅リフォーム助成事業」がスタートします。この事業では、町民がリフォーム助成を受ける場合には、町の資格登録を受けた事業者により施工することから、資格登録を希望する事業者は申し込みしてください。なお、審査については資格登録申請書と必要な書類を合わせて審査し、資格登録業者を決定します。

■受付 3月9日（月）から

8時30分～17時（土・日曜日、祝日を除く）

広告



## 春期講習のご案内


～伸学予備校フォース～

私立中学校、高校、大学受験はもちろん、成績不振などの相談にも応じております。お気軽にご相談ください。

**内容**  
小・中5科目/高校生 英語、国語、数学 個別授業or個人指導も対応

**実績**  
立命館慶祥中学、北嶺中学、各公立・私立高校、北海道大学  
札幌医科大学、旭川医科大学、小樽商科大学など

【お問い合わせ】 ☎378-2000または☎080-4046-0200（鈴木） 住所：南幌町南16線西5番地





topics

05

## 平成27年度の後期高齢者医療保険料の納め方

住民課  
医療介護 G

### ■年金から天引きされている方

4月以降も年金からの天引きとなり、4月・6月・8月の保険料額は、2月と同額\*です。また10月以降の保険料額は10月上旬にお知らせします。

※保険料は、前年の所得金額で計算しますが、所得が確定するのが6月のため、4月・6月・8月の保険料は暫定的に2月の保険料と同額になります。

### ■平成26年4月2日から10月1日までに加入された方

納入通知書や口座振替により納めていただいていたのですが、4月より年金からの天引きに変更となります。対象者には4月上旬に「仮徴収額決定通知書」等でお知らせします。

年金から保険料が天引きされている方で、口座振替での納付を希望される方は、申し出により変更することができます。

- ・申し出の時期により、変更になる時期が異なります。
- ・すでに口座振替に変更している方は、申し出は不要です。

### ■上記に当てはまらない方

7月に送付する納入通知書または口座振替による納付になります。(保険料額等によっては、10月より年金からのお支払いが変更になる場合もあります。)

■次の場合は、年金からの天引きにはなりません。(納入通知書または口座振替による納付になります。)

- ・年金が年額18万円未満の方
- ・介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計が、介護保険料が天引きされている年金額の半分以上を超える方

topics

06

## 「ホワイトガソリン缶、ガソリン携行缶、オイル缶等」を直接搬入のみ受入を開始します。

住民課  
環境交通 G

南空知公衆衛生組合では4月1日から、今まで収集、直接搬入の受け入れを行っていなかった「ホワイトガソリン缶」、「ガソリン携行缶」、「オイル缶」、「混合油缶」、「グリース缶」の直接搬入での受入を開始します。ごみを直接搬入する際には、次のことに注意してください。

### ■排出方法

- ・ごみステーションには出さないでください。収集は行いません。
- ・容量は20ℓ以下の容器となります。
- ・キャップや蓋は取り外し、不燃ごみ指定袋（青色袋）へ入れてください。
- ・容器や上蓋に残っているものは、紙や布で拭き取ってください。
- ・拭き取った紙や布は可燃ごみ指定袋（赤色袋）へ入れてください。
- ・他のごみは混ぜないで、不燃ごみ指定袋（青色袋）へ入れてください。
- ・ペール缶は、指定袋に入れずに直接搬入してください。

■お問い合わせ 南空知公衆衛生組合 ☎0123～88～3900

広告

生活に密着した地元紙

# 北海道新聞 道新スポーツ

日本経済新聞  
朝日・日刊スポーツ

### 朝刊配達スタッフ募集

- ・職種 朝刊配達
- ・年齢 高校生以上
- ・休日 週1回
- ・給与 月28,000円～80,000円  
(配達区域によって変動あり)



北海道新聞松田販売所 ☎378-2755 FAX378-3310

■就職・進学の際には国民健康保険の手続きを忘れずに！

国保に加入している方で、就職で新しい健康保険に加入したり、進学のために南幌町から他市町村へ転出する方は、国民健康保険の手続きが必要です。

■就職して勤め先の健康保険に加入した場合

- 手続きに必要なもの
  - ・勤め先の健康保険証・国保の保険証・印鑑
- 手続きを忘れてしまうと…
  - ・会社の健康保険と国保と二重に加入することになり、保険税も課税されます。

■進学のため他市町村へ転出した後も学生用の保険証が必要な場合

- 手続きに必要なもの
  - ・在学証明書や入学許可証、合格通知書などの住所を移した後も学生であることがわかるもの
  - ・国保の保険証・印鑑
- 手続きを忘れてしまうと…
  - ・国保は住所がある市町村で加入することが原則です。手続きをしないまま住所を他市町村に移すと、南幌町の国保の資格を失い、無保険状態になることもあります。

■納め忘れていませんか？国民健康保険税

保険税は国保に加入している方の医療費や、後期高齢者医療・介護保険の大切な財源です。安心して医療や介護を受けられる社会のために保険税は納期限までに納めましょう。

■保険税を納めないでいると

- ・健康保険証が有効期限が短い短期被保険者証になったり、医療機関での自己負担が10割になる資格証明書になります。
- ・財産の差し押さえなどの処分を受けます。

■納付が困難な場合はご相談ください

災害、病気や失業など、やむを得ない事情により納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

平成26年度最後の受診月です！！

■対象者：35歳～74歳で国民健康保険に加入している方・南幌町で後期高齢者医療に加入している方

■健診実施医療機関（あらかじめ申し込みが必要になります。）

- ・町立南幌病院 ☎378～2111
- ・みどり野医院 ☎378～2648
- ・長沼内科消化器科 ☎0123～82～5333

■健診基本料金：1,000円

※平成27年度の特定健診については、5月に対象者へご案内いたします。

広告

「癒しので心と体もUP!!」 vol.14

## はあとキラキラマーケット

ご予約可能なゆったり和やかプチキラマは、今年は今回だけになります。ぜひ、ゆっくり楽しんでいってくださいね♪（事前予約承り中）

【出店内容】＊お守りストラップ作り講座＊アクセサリー作り講座＊ハンドメイド雑貨販売＊美容鍼＊足もみ＊リンパケア＊カードリーディング＊ネイル＊まつげカール＊耳つぼ＊ハンドトリートメント＊手相占い＊動物占い＊ホットストーンなどなど♪13のキラキラなお店が集合☆（各メニュー¥500～）

日時 3月29日(日) 10:00～16:00

会場 「あいくる」1F あいくるホール

☆詳細は、町内の公共施設等でポスターをご覧ください  
または、<http://kirama-2011.jimdo.com/>から。

お問合せ・ご予約は  
いろ色サロン 嘉津山 ☎080-5583-7220 ✉kirama.2011@gmail.com

広告

市民斎場総合ホール

# 北野華苑

江別市  
野幌駅前3-2

# 野幌

江別市  
野幌駅前3-2

# 江別

江別市  
一帯町4-2

## 「セレモニーきたの会」会員募集中!!

3,000円のみで、永久会員に！積立てではありません。  
多数の特典が受けられます。



**株式会社 北野葬儀社**

江別市2条5丁目6-1 TEL.011-382-2332

長谷川  
090-3117-6260  
山本  
090-2692-2790



電話でインターネットに接続するためのプロバイダ契約の変更を持ち掛け、遠隔操作で設定変更をする勧誘方法に関する相談が急増しています。

**■国民生活センター相談事例**

「今契約しているプロバイダより、必ず安くなるから乗り換えませんか」と電話で勧誘され、承諾した。その後、業者の電話による指示に従い、遠隔操作でプロバイダの変更が行われた。変更後、これまで契約していたプロバイダの料金を確認すると、新しい契約先の方が高額になることが分かった。解約を申し出たが「きちんと説明している。解約には違約金1万5千円が必要」と言われた。

**■被害に遭わないための注意事項**

「今より安くなる」などと勧誘されても、契約前に契約内容に関する書面を求め、はっきり理解できなければ承諾しないでください。困ったときは南空知消費生活相談室にご相談ください。

**■お問い合わせ**

- ・消費者ホットライン ☎0570～064～370
- ・南空知消費生活相談室 ☎0123～72～3581
- ・役場産業振興課商工観光G

法務局で取扱っている「不動産登記」は、大切な財産である土地や建物の状況（所在・面積等）、所有者や債権者の住所氏名などを登記簿に記録し、一般に公開することにより取引の安全を図ることを目的としています。土地や建物の所有者が死亡したときや建物を増築した時など登記を申請しなければ法務局にある登記簿の内容は変更されません。

なお、登記手続きをご自身で行うこともできますが、所有者などから依頼されて登記の申請を代理して行う専門家として、「司法書士」「土地家屋調査士」がいます。司法書士は所有権の移転や抵当権の抹消などに関する登記の申請代理を、土地家屋調査士は建物の新築や土地の分筆に関する登記の申請代理を行います。詳しくはお問い合わせください。

**■お問い合わせ**

- ・札幌法務局 ☎272～9035 ホームページ (<http://houmukyoku.moj.go.jp/sapporo>)
- ・札幌司法書士会岩見沢地区 ☎0126～20～2575 ホームページ (<http://www.sihosyosi.or.jp/>)
- ・札幌土地家屋調査士会 ☎271～4593 ホームページ (<http://www.saccho.com/>)

**■臨時看護師 1名（正・准看護師）**

- 業務内容：外来看護業務
- 勤務形態：8時30分～12時30分 週3～4日
- 賃 金：時給1,200円（正看護師）1,150円（准看護師）
- 応募締切：随時（履歴書と看護師免許（写し）を提出）

**■臨時看護補助者 1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）
- 資格等：資格不要、経験不問
- 賃 金：時給1,000円以上  
夜勤1回17,750円以上
- 応募締切：3月10日（履歴書を提出）

**■申込・お問い合わせ：町立南幌病院（熊木看護師長）**


- 南幌町公民館 378-2001
- 南幌町スポーツセンター 378-3190
- 南幌町子育て支援センター 378-2734

# 生涯学習通信

## 南幌高等学校



### ～温かな思いやりと 社会に貢献できる人材育成～

様々な学校行事や養護学校、福祉施設との交流、ボランティア活動を通して温かな思いやりの心を育てるとともに社会に通用し、貢献できる18歳としての人材育成に力を入れています。また、個人面談による生徒状況の把握に努め、いじめとは無縁の良好な人間関係を築くため体育祭等の学校行事では縦割りのチーム編成により学年間の交流を進めています。

### ～進路意識を高め、進路実現を目指して～

今年度は、就職や進学を希望した卒業生全員の進路決定を達成しました。小規模校ならではの親身になれるキャリア教育の環境と素直な生徒たちの頑張りの成果です。実りある高校生活をサポートするために、高校生活の早い段階から進路別ガイダンス、上級学校見学、企業見学、進路講演会、進路相談員の活用、3年生全員のインターンシップなど進路指導の充実と発展に取り組んでいます。

南幌高等学校 (☎378-2248)

## 春休み 子どもシアター

場 所☞改善センター2階会議室  
上映時刻☞10時00分～  
入 場 料☞無料(申込みは必要ありません)  
お問合せ☞公民館

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。

3月26日(木) 上映時間90分

上映作品: 南の虹のルーシー

3月27日(金) 上映時間54分

上映作品: ブナまほからおりてこい

3月31日(火) 上映時間50分

上映作品: まんが日本昔ばなし  
きつねの嫁入り他

## 長沼町 Naganuma

### 黒岩静枝 ジャズコンサート with 佐々木慶一トリオ

日 時☞3月8日(日)

開場14時30分 開演15時00分

場 所☞長沼町民会館 大集会室

入場料☞一般前売り:500円 当日:700円  
高校生以下無料

取扱場所☞長沼町教育委員会、図書館  
スポーツセンター、りふれ

※お電話での事前予約も承ります。長沼町教育委員会  
社会教育係(☎0123-88-2111)までご連絡ください。

## 4町社会教育 通信欄

### 「芸術文化鑑賞交流バス」

会場までバスで送迎します  
～札幌ひなまつりコンサート～

日 時☞3月7日(土) 開場17時30分 開演18時30分

場 所☞栗山町スポーツセンター

集合場所・出発時間☞役場駐車場 17時30分出発

その他☞バスを利用される方のチケット代(一般2,500円、  
中学生以下700円)は当日集めます。

申込み☞公民館

バスの送迎  
無料です



◆活動日時  
毎週水曜日14時から16時  
会 費 1,200円  
場 所 改善センター  
研修室1  
問 合 せ 中村玲子  
☎378-1889

現在、女性12名で活動しています。ラウンドダンスはペアでフロアに輪をつくり、振り付けに従い全員で踊る簡単なダンスです。経験のない方でも一歩一歩からお教えしますので安心してください。随時募集して見学だけでも一度いらしてください。お待ちしております。

さ〜くる  
紹介

### ラウンドダンス南幌



# 3月 生涯学習カレンダー

日曜日

月曜日

火曜日

水曜日

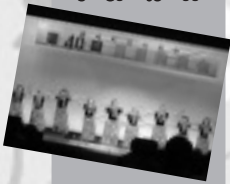
木曜日

金曜日

土曜日

1

芸能発表会  
改善センター  
9:30~16:00



2



あくあく広場  
スポーツセンター  
ひな祭りコンサート  
10:00~11:30

4

さわやかカレッジ  
ビューロー  
9:30~11:30  
ソフトエアロ&ストレッチ  
10:00~11:10

5

あそびの達人教室  
南幌小学校  
14:40~16:15

6

あそびの達人教室  
ふれあい館  
15:20~16:15

7

子育て支援センター

ふわふわランド  
サーキット遊び  
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  
運動遊び  
3ヵ月~1歳6ヵ月

ふわふわランド  
小麦粉粘土を作る  
0歳~就学前

ふわふわランド  
シール遊び  
0歳~就学前

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

あくあく広場  
スポーツセンター  
読み聞かせ・おもちゃづくり  
10:00~11:30

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

南幌中学校  
卒業式

13

14

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  
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  
おしゃべりタイム  
3ヵ月~1歳6ヵ月

ふわふわランド  
手作りおもちゃ  
0歳~就学前

ママのリフレッシュタイム  
春の壁面作り  
0歳~就学前

15

ヨガ運動  
14:00~14:45  
エアロ&ストレッチ  
19:20~20:30

あくあく広場  
スポーツセンター  
お誕生会・リズム運動  
10:00~11:30

ソフトエアロ&ストレッチ  
10:00~11:10

南幌小学校  
卒業式

20

21

子育て支援センター

手形・足型をとろう！（好きな遊びを楽しむ）  
27日のママのリフレッシュタイムでこの期間にとった手形・足型と写真を使いカード作りをします。  
※ママのリフレッシュタイム当日は手形・足型をとれますが写真はありません。

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

ブックスタート  
あいくる  
9:30~11:30

ソフトエアロ&ストレッチ  
10:00~11:10

春休み子どもシアター

27

28

子育て支援センター

卒園式のため、午前中はお休みです。午後は通常通りです。

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

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  
大きくなったね！  
カード作り  
0歳~就学前

託児あります

29

30

31

春休み子どもシアター

子育て支援センター

ふわふわランド  
粘土遊び  
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

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 8:30~11:30  
予約は必要ありません。 15:30~17:30  
お気軽にお越しください。  
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。

平成27年 1月19日 (月)

### 南幌救急カンファレンスを開催 ～消防南幌支署～



南空知消防組合南幌支署では、救急隊員の知識向上を目的として南幌救急カンファレンスと題した救急隊員研修会を町立南幌病院山内医師を講師に招いて開催しました。今回の研修会では、「失神と意識障害」をテーマに救急隊員が実際の症例を発表し、山内医師から指導・助言をいただきました。大変有意義な研修会となり今後も継続的に開催し救急隊員の知識向上に努めるとともに町立南幌病院を始めとする地域医療との連携強化を図っていきます。



**まちかど**  
**フォトアルバム**  
NANPORO Machikado Photo Album

### 懸命にプレーする選手へ熱い声援 ～全町ミニバレーボール大会～

第33回全町ミニバレーボール大会が16行政区、288名の参加のもとスポーツセンターで開催されました。競技は壮年の部18チーム、熟年の部13チームに分かれて行われ、地元行政区から家族や多くの応援団が駆けつけ、懸命にプレーする選手に熱い声援を送っていました。今大会は、親子や夫婦そろって参加した行政区が多くあり、会場は一日中、笑顔と熱気に包まれていました。



#### 【壮年の部】

- 優勝：西町チーム
- 準優勝：9区チーム
- 第3位：14・15区Aチーム  
6区Aチーム

#### 【熟年の部】

- 優勝：東町チーム
- 準優勝：青葉チーム
- 第3位：稲穂Aチーム  
西町チーム

平成27年 2月1日 (日)

### 南幌小学校に雪山がつくられました ～南幌町建設業協会～

今年も南幌町建設業協会（峰尾義明会長）のご厚意により、南幌小学校のグラウンドに児童のスキー授業や遊び場として、雪山をつくっていただきました。雪山が完成し、山のない南幌町でも子どもたちが身近にスキーやそり遊びを楽しむことができるようになりました。



平成27年 2月6日 (金)



柳陽団地の高齢者用住宅を除雪 ～南幌中学校～

平成27年2月7日(土)

南幌中学校の生徒69名と教員12名が、柳陽団地の高齢者用住宅4棟20戸の除雪ボランティアを行いました。例年だと各戸とも周囲の雪は2メートル以上になり住宅内の採光を妨げていましたが、今年は雨等暖気の影響により雪の量が少なく、氷のようにとっても固い雪となっていました。生徒はスコップが壊れてしまうほどの固い雪で、汗びっしょりになりながら、約2時間掛けて雪を取り除きました。生徒は「固くて大変だけど、入居者の方にありがとうと言ってもらいうれしかった。」「喜んでもらえてよかった。」と話していました。



今年は季節外れの雨でした… ～2015なんぼろ冬まつり～

平成27年2月8日(日)

昨年まで「ジッピー・ウィンターフェスティバル」として開催してきた南幌の冬のイベントが、今年から「なんぼろ冬まつり」と名称も新たにスポーツセンター前特設会場で開催されました。当日は、季節外れの雨の中での開催となりましたが、スノーモビルの試乗体験や特設すべり台で子どもから大人まで楽しんでいました。また豚汁やココアなどが無料で振る舞われました。しかし、雨が強くなり残念ながらまつりは途中で中止、予定していた雪合戦やアイスキャンデルの点灯を行うことはできませんでした。



冬の運動会が開催されました ～南幌みどり野幼稚園～

平成27年2月10日(火)

南幌みどり野幼稚園で冬の運動会が行われ、園児たちは力を合わせてのスキーレーや雪中玉入れ等を行いました。当日は雨などの影響で固い雪の上でしたが、保護者の声援をうけて、寒い中でも元気いっぱいな姿を見せ、転んでもめげずに頑張っていました。





### ふれあいの湯の大人料金が変わります

ふれあいの湯の利用料が4月1日より、大人料金のみ変更になります。

・大人(12歳以上) 420円 → 440円

※その他の料金は変わりません

お問い合わせ 保健福祉課福祉障がいG

### 人のうごき

2月1日現在	人	口	8,144人	(-11)	[ -135]
	男		3,870人	(-2)	[ -51]
	女		4,274人	(-9)	[ -84]
	世帯数		3,458戸	(-9)	[ 11]

( ) は前月比、[ ] は前年比



### 休日収納特別窓口の終了

平成17年度より納付の推進向上を図る目的として、毎月最終日曜日に休日収納特別窓口を開設してまいりましたが、平成26年4月よりコンビニ店舗での納付が可能となつたことから、3月29日(日)の休日収納特別窓口をもちまして終了します。

■ 夜間収納特別窓口につきましては、4月以降も毎月最終日曜日に開設します。  
問 税務課収納対策G

### LPガス容器(ボンベ)の盗難に注意!

LPガスは暖房や調理、湯沸しなどの生活に欠かすことのできないエネルギーですが、昨年から空知管内で一般住宅や共同住宅に設置しているLPガス容器の盗難が増えており、平成25年5月から、17件の盗難被害が発生しています。

LPガス容器の盗難や盗難された容器の使用は、ガスが漏えいし発火する可能性があるため非常に危険です。

### 暮らし

LPガス容器の盗難や紛失を発見した場合は、110番通報または最寄りの駐在所まで通報してください。

また、不審車(者)を発見した場合は、ナンバーや運転手などの特徴をメモし、110番通報してください。

※LPガス容器の交換作業をする者は、身分証明書(社員証)を携帯しています。

問 北海道LPガス協会空知支部(☎0126-222-496)

### ペットは責任を持って飼いましょ!

#### ■ 犬の飼い主のルールとマナー

・犬の放し飼い禁止  
飼い主は、人に接触しないよう犬をつなぐ義務があります。

犬の放し飼いは、人に危害を加えたり、交通事故に遭う危険もあるため、長さ2m以内の鎖等でつなぎましょう。

・散歩時の注意  
とつきの時に飼い主がしっかりと犬を制御できるように、犬に2m以内のリードをつけて散歩させましょう。

・フンの後始末は飼い主の責任です

家の前や公共の場を糞尿で汚されて迷惑をしている人からの苦情が増えていきます。

犬は、散歩の前に糞尿を済ませてから出かける習慣をつけるか、散歩の時は、フン入れ(袋等)を持ち歩き、責任をもって持ち帰り処分しましょう。



犬のフンは持ち帰ろう

#### ■ 猫の飼い主のルールとマナー

・猫は家の中で飼いましょ  
猫を自由に外出させることで、公園やご近所の庭等に糞尿をばらまくなどの苦情が後を絶ちません。また、道路で車にひかれてしまうことも多くあります。

猫は室内で飼い、外には出さないよう心がけましょう。

・不妊手術を考えましょ  
不妊手術は病気の予防や、発情期特有の鳴き声を抑えるなどの効果もあります。

予期しないうちに子猫が生まれて戸惑う前に、不妊手術を考えましょ。

・野良猫にえさを与えないで

野良猫に餌付けをすると、その場所に住み着いて大繁殖し、周囲に多大な迷惑をかけてしまいます。

責任を持って飼えないのであれば、かわいそうでも絶対に餌付けは行わないでください。えさを与えることは、飼い主と同じ責任を負うことだと認識しましょう。

問 住民課環境交通G

### 灯油漏洩事故に注意!

毎年、雪解けが進むこの時期はホームタンクからの灯油漏洩事故が多発しています。

次の点などに注意してタンク本体や配管の点検をしましょう。

■ タンク本体に落雪等による損傷はないか  
■ 配管やストレーナーに亀裂等の損傷や緩みはないか  
■ 脚部が不安定になり、傾きはないか  
また、家の周りの除排雪、雪割りをする場合は、配管を傷つけないよう十分確認してから行いましょう。

なお、灯油等危険物の漏洩を発見した場合は、連絡をお願いします。

問 消防南幌支署または住民課環境交通G





## 2月20日現在 降雪量

今年: 319cm  
 昨年: 469cm



※昨年の総降雪量: 539cm

### 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・交付は役場住民課窓口で行っています。なお、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ができません。

#### 受付時間

■ 申請: 9時～16時30分  
 ■ 交付: 9時～17時

※土・日曜日、祝日、年末年始を除きます。

※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

### 還付金詐欺に注意!

役所や税務署など公的機関の名前を出して信用させ、「お金が戻ってきます」と油断させ、還付金の手続きなどと称してATMに向かわせ、電話口で言葉巧みに操作を説明。気づかぬうちに自分の口座から詐欺グループの口座へとお金を振り込ませます。

「還付金があるので今すぐATMへ」は典型的な還付金詐欺の手口です。役所などが還付金でATM

Mの操作をお願いすることはありませぬ。

また、ATMではお金を還付してもらおう操作をすることができません。

冷静になって、相手の名前と所属名などを聞いていったん電話を切り、あらためて自分で調べ直して事実を確認しましょう。

問 南幌町生活安全推進協議会事務局(住民課環境交通G)

### 不法投棄は犯罪です!

※5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金又はこの併科

家庭や事業所から排出されるごみ(廃棄物)を適正な処理をせずに他人の土地や道路・河川・公園などに捨てることは法律で禁止されています。

また、不法投棄にあたるものは家電品や粗大ごみだけではありません。家庭から出るごみを決められたステーションに捨てないなど適正な処理をせず捨てた場合も不法投棄と判断されます。不法投棄物の処理には、多額の税金を費やすこととなります。皆さんで監視の目

### 行事・催し

を光らせ、不法投棄をさせない環境にしましょう。目撃したときは、連絡をお願いします。

#### まちの行事(3月)

- ・ 1日(日) 10時50分～ 南幌高等学校卒業式
- ・ 6日(金) 9時30分～ 南幌養護学校高等部卒業式
- ・ 9日(月) 9時30分～ 議会定例会(議場)17日まで
- ・ 12日(木) 9時30分～ 南幌中学校卒業式
- ・ 13日(金) 9時30分～ 南幌養護学校小中部卒業式
- ・ 18日(水) 9時～12時 行政相談(あいくる)
- ・ 19日(木) 9時25分～ 南幌小学校卒業式
- ・ 19日(木) 13時30分～ 定例教育委員会(役場)
- ・ 25日(水) 小中学校修了式
- ・ 29日(日) 9時～15時 休日収納窓口(役場)
- ・ 30日(月) 17時～20時 夜間収納窓口(役場)

### 相談・ついで

#### 介護者のついで

高齢者の介護をしている方を対象に、介護の方法の理解と同じ境遇の介護者同士の情報交換を目的に介護者のついでを開催します。

対 高齢者と同居もしくは介護をしている方

日 3月6日(金) 13時～15時30分

所 シルバーハウジング集会所(栄町2丁目1番11号)

内 ①認知症の最新情報と病気の理解 ②グループホーム福音の家の見学 ③高齢者の関わり方について

申・問 あいくる内地域包括支援センター(☎378～5888)

**セシモニー丸田**  
 ～ご相談賜ります～

**安心・まごころ** 南幌町  
 こめてお手伝いをさせていただきます。

—まずはお相談ください—  
 ☎090-1642-9995  
 (丸田秀敏)



**東日本大震災義援金** 2月5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**

**3月31日(火)**

国民健康保険税 10期

お問い合わせ

税務課・住民課医療介護G

税の標語コンクール受賞作品

「大切に 税金使って 町づくり」

南小5年 金山拓夢さん

「税金で くらしに役立つ 町づくり」

南小5年 松岡明斗さん



住民手帳

元気に育って (敬称略)

(氏名) 住所 月日 父母名

渡辺 花乃 緑町 1・10 健太郎・佳奈子

岡部 美玖 11区 1・14 陽助・仁美

足立 彩妃 緑町 1・28 敏明・恭葉

おくやみ申し上げます (敬称略)

(氏名) 年齢 死亡月日 住所

山本忠孝 97歳 1・10 三重

澤木ミエ 83歳 1・14 中央

岩崎トミ 91歳 1・21 10区

五十嵐次郎 91歳 1・25 三重

菊地みはる 96歳 1・30 西町

寄付金ありがとうございます

社会福祉協議会へ (1月)

(三重) 安井功様

山本孝之様

(13区) 武田欣二様

(14区) 木村修治様

(西町) 竹内一令様

募集

町営住宅 (栄町) 入居者募集

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 3月5日(木)~12日(木)

入居可能口 4月上旬予定

問 都市整備課都市施設G

南幌町シルバードライバー  
クラブ会員募集

当クラブでは、交通事故の

ない安全で明るい地域づく

りのため奉仕活動を実践し、

会員の運転技術の維持向上

や交通安全知識の習得のた

めの研修を通じて、会員同士

の親睦を図ることを目的と

しています。

おおむね65歳以上の方で

あればどなたでも加入でき

ます。

内 ■ 交通安全運動への参加

■ 交通安全研修会の実施

※年間 1,000円

※会員にはジャンパーと帽

子が支給されます。

問 住民課環境交通G

YOSAKOIソーラン  
市民審査員募集

活動日程 6月13日(土)・14日

(日)のいずれか1日

所 札幌市大通公園周辺

内 YOSAKOIソーラン

祭りにおける演舞の審査

募集要綱 応募用紙をホーム

ページ (<http://www.yosako>

<http://www.yosako>

<http://www.yosako>

もしくは電話で取り寄せの

うえ、4月24日(必着)まで

※抽選により決定

問 YOSAKOIソーラン

祭り実行委員会(☎231-4351)

労働基準監督官採用試験

受付期間 ■ インターネット

: 4月1日(水)~13日(月)

(<http://www.jinji-shiken.go.jp>

<http://www.jinji-shiken.go.jp>

<http://www.jinji-shiken.go.jp>

持参: 4月1日(水)~2日(木)

(4月2日(木)までの通信日付

印有効)

受験資格

■ 昭和60年4月2日~平成

6年4月1日生まれの者

■ 平成6年4月2日以降に

生まれた者で次に掲げる者

① 大学を卒業した者及び平

成28年3月までに大学を卒

業する見込みの者

② 人事院が①に掲げる者と

同等の資格があると認める

者

日 ■ 1次試験: 6月7日(日)

■ 2次試験: 7月15日(水)・16

弁護士による無料法律相談会(3月)

相談時間 13時~16時(1回30分程度) ※要予約

6日	長沼町社会福祉協議会	☎0123~82~5040
13日	由仁町社会福祉協議会	☎0123~82~2167
20日	栗山町社会福祉協議会	☎0123~72~1322
27日	南幌町社会福祉協議会	☎378~2088

日(木)17日(金)の指定された日  
 (申) (郵送または持参の場合) 北海道労働局総務部総務課  
 ☎060-8566 札幌  
 市北区北8条西2丁目1番  
 1札幌第一合同庁舎9階  
 問 北海道労働局(☎709  
 2311内線3511)

あなたの悩みに  
 コタエを  
 出します  
 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



Health News

## 「かかりつけ医」、ありますか？



町立南幌病院  
山内医師

ご自身の体や心の問題で困った時にすぐに相談できる「かかりつけ医」をみなさんお持ちでしょうか？

病院・クリニックにはたくさんの専門科があります。整形外科は「骨や筋肉の専門家」、脳外科は「脳の専門家」、消化器内科は「お腹の専門家」などなど。困っている問題がはっきりしていれば迷わず専門科を受診すればいいのですが、「どこの科を受診したら良いか悩んでいる」あるいは「〇×科で検査を受けただけと異常がないと言われたけど症状は続いている。一体どうすればいいの？」というとき、かかりつけ医の出番です。

### 「かかりつけ医」って？

「かかりつけ医」を一言で説明すると、気軽になんでも相談できみなさんのお身体のことをよく知ったうえで一緒に健康のことを考えていける医師、と言えるでしょう。(私も、内科医である前にみなさんの良いかかりつけ医でありたい、と思っています)

「良いかかりつけ医」はある日突然見つかるものではありません。人付き合いと同じで、少しずつ医師との関係性を作っていく経過を通して出来上がっていくものです。春に風邪を引いて受診し、夏にお腹を壊して受診し、秋に健康診断を受けに受診し、冬にインフルエンザワクチンを打ちに受診。そうこうしているうちに医師と顔見知りになり、「そういえば、あの医師の専門外かもしれないけれど、□△で困っているので相談に行ってみようかな…？」と思うようになれば、そこがあなたにとってのかかりつけ医です。その頃には医師はみなさんがこれまで罹った病気、飲んでのお薬、お仕事、時には家族構成やあなたの性格まで把握していることでしょう。そのような医師なら初対面の医師とは一味違った診察・治療・助言ができるはずですよ。

良いかかりつけ医を持つことは、みなさんが健康で居続けるためにとっても大切なことです。

みなさんは、かかりつけ医をお持ちでしょうか？



## ひだまりサロン

3月5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

3月17日(火)

10時~12時 ゲーム大会  
 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

## 忘れず接種! 高齢者肺炎球菌予防注射

■対象者■

3月31日現在で、  
 65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳・100歳以上の方



※4月に入ってから、町からの助成を受けて接種することができなくなります。3月中に忘れずに接種しましょう。

## 3月健康カレンダー

項目	日程	場所	備考
母親・両親学級	2日(月)・9日(月)・16日(月)	あいくる	個別通知あり
乳幼児健診	24日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	9日(月) ※6日(金) までに予約 23日(月) ※20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、 おたふく：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	3日(火)・6日(金)・10日(火) 13日(金)・17日(火)・20日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	5日(木)・12日(木)・19日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	11日(水) 10:00~12:00	夕張市保健福祉センター	要予約 ☎0126~20~0121
	16日(月) 10:00~12:00	あいくる	要予約
	19日(木) 13:00~15:00	岩見沢保健所	要予約 ☎0126~20~0121



#### 4個分の材料

[具 材]

じゃがいも	2個	塩こしょう	少々
キャベツキムチ	40g	砂糖	一掴み
無糖ヨーグルト	大さじ6	昆布茶	1g
マヨネーズ	大さじ3弱	とろけるチーズ	1枚

#### キャベツキムチのマヨグルポテトグラタンの作り方



①ヨーグルトを1分半ほどレンジにかけ、キッチンペーパーでこし軽く水分を抜いておく。



②じゃがいもに濡れたキッチンペーパーをかぶせレンジで5分ほど加熱する。



③水気を切ったヨーグルトに砂糖、マヨネーズ、塩こしょう、昆布茶を入れて混ぜる。



④じゃがいもを半分に切り、中身をくりぬく。③にくりぬいたじゃがいもとキャベツキムチを混ぜ、くりぬいたところに詰める。

⑤チーズをのせて、180度に予熱したオーブンレンジで3分程焼き、軽く焦げ目がつけば完成。



今月のレシピ  
キャベツキムチ

## マヨグルポテトグラタン

【1個分117キロカロリー】  
【アレルギー 卵、乳】  
塩分 0.7g



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 35



宮寄綾香さん【北町】

南幌のキャベツキムチを使ってみました。昆布茶とヨーグルトがキムチの酸味と辛さを和らげてくれるので子どもでも美味しく食べられます。オーブントースターを使えば時間も短縮できます。時期がくれば美味しい南幌産のじゃがいもを使って作ってみてください。



栄養ナビ

伊藤聡美 栄養士

ヨーグルトは牛乳などに乳酸菌を加えた発酵食品です。乳酸菌は腸内環境を改善する手助けをし、お通じを良くしてくれます。しかし、甘みのある加糖タイプ(味付き、フルーツ入り、飲むヨーグルトなど)では糖分・脂質も多く、デザートになってしまいます。習慣的に食べるものは無糖のものを選ぶようにしましょう。

*nanporo club* から注意!

じゃがいもをくりぬくとき、縁を少し残さないと中身を詰めるときに割れてしまうので注意してください。



広報なんぽろ

平成27年3月号  
(通巻628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](mailto:nanporo@town.nanporo.hokkaido.jp)