

広報

No.617

# るすつ



## 【北海道日本ハムファイターズ 応援観戦ツアー】

2015 留寿都村応援大使の上沢直之選手と一緒に記念撮影。背の高さや手の大きさにびっくり！

2015  
6

●村議会議員選挙結果

平成27年4月26日執行

# 村議会公議員選挙結果

新たに10人の留寿都村議会議員が決まりました

4年間の任期満了に伴う留寿都村議会議員選挙が4月21日に告示、4月26日投票の日程により執行されました。定数10人に対し、立候補を届け出たのは現職8人、新人5人の合わせて13人です。

有権者数は、1,486人、投票総数は(投票率)は、1,261人(84.86%)となり、その内、期日前投票では、607人の方が投票されました。

4月27日に役場にて、当選した議員に対して当選証書の付与が行われました。議員の任期は、平成27年5月1日から平成31年4月30日までの4年間となります。



## 候補者別の得票数

(敬称略)

	候補者氏名	得票数	党派	新現元別
当	秦 正樹	231	無所属	新
当	浪越 和一	146	無所属	新
当	玉手 保弘	123	無所属	新
当	岩田 信雄	107	無所属	新
当	坂庭 進	105	日本共産党	現
当	辻 憲一	102	無所属	現
当	藤田 成穂	87	無所属	現
当	松井 幸雄	80	無所属	現
当	山下 茂	76	無所属	現
当	本田 廣司	73	無所属	現
	堤 富佐代	50	無所属	現
	中谷 博幸	42	無所属	新
	中村 裕明	32	無所属	現

◇確定日時  
平成27年4月26日  
20時44分

◇投票数：1,261票

◇有効投票数：1,254票

◇無効投票数：7票

# 新たに選ばれた村議会議員の皆さん (届け出順)

①職業 ②年齢  
③党派 ④当選回数

任期：平成27年5月1日から平成31年4月30日まで



やました しげる  
**山下 茂**

- ①会社役員
- ②59歳
- ③無所属
- ④2回



ほんだ ひろし  
**本田 廣司**

- ①農業
- ②66歳
- ③無所属
- ④3回



はた まさき  
**秦 正樹**

- ①農業
- ②56歳
- ③無所属
- ④1回



さかにわ つとむ  
**坂庭 進**

- ①農業
- ②64歳
- ③日本共産党
- ④2回



なみこし わいち  
**浪越 和一**

- ①飲食店経営
- ②70歳
- ③無所属
- ④1回



いわた のぶお  
**岩田 信雄**

- ①アパート経営
- ②62歳
- ③無所属
- ④1回



ふじた しげお  
**藤田 成穂**

- ①商業
- ②71歳
- ③無所属
- ④9回



まつい ゆきお  
**松井 幸雄**

- ①不動産業
- ②66歳
- ③無所属
- ④8回



つじ けんいち  
**辻 憲一**

- ①会社役員
- ②61歳
- ③無所属
- ④2回



たまた やすひろ  
**玉手 保弘**

- ①会社員
- ②49歳
- ③無所属
- ④1回

候補者氏名	岩田 信雄	所属党派	無所属	期間	4月8日から 第1回分 4月30日まで
出納責任者氏名	岩田 信雄				

収 入			支 出	
主たる寄附			人件費	260,000円
氏名、団体名	職業	寄附額	家屋費	0円
浦 英二	会社員	50,000円	選挙事務所費	0円
浦 美智子	パートタイマー	50,000円	集会会場費	0円
神山 悦子	パートタイマー	50,000円	通信費	0円
岩田 光市	農業	50,000円	交通費	0円
岩田 勉	会社員	30,000円	印刷費	103,680円
			広告費	36,828円
			文具費	6,048円
			食糧費	46,856円
			休泊費	0円
			雑 費	23,912円
主たる寄附計		230,000円		
その他の寄附		0円		
その他の収入		247,324円		
今回計		477,324円	今回計	477,324円
前回計		0円	前回計	0円
総 計		477,324円	総 計	477,324円

報告書受理年月日 平成27年4月30日 第1回報告分

## 公職の候補者の選挙運動に関する 収支報告書要旨

- 1 選挙の種類  
平成27年4月26日執行留寿都村議会議員選挙
- 2 公職選挙法の規定による選挙運動に関する支出の金額の制限額（法定選挙運動費用額）  
1,072,000円
- 3 報告書の要旨  
左記からP6まで掲載

公職選挙法（昭和25年法律第100号）第192条第1項及び第2項の規定に基づき、候補者の出納責任者から提出のあった同法第189条第1項の規定による選挙運動に関する収支報告書の要旨を次のとおり公表します。

候補者氏名	松井 幸雄	所属党派	無所属	期間	4月1日から 4月30日まで	第1回分
出納責任者氏名	松井満里子					

収入				支出		
主たる寄附				人件費		0円
氏名、団体名	職業	寄附額		家屋費		0円
				選挙事務所費		0円
				集会会場費		0円
				通信費		0円
				交通費		0円
				印刷費	53,740円	
				広告費		0円
				文具費		0円
				食糧費		0円
				休泊費		0円
				雑費		0円
主たる寄附計		0円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		53,740円				
今回計		53,740円	今回計	53,740円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		53,740円	総計	53,740円		

報告書受理年月日	平成27年4月30日	第1回報告分
----------	------------	--------

候補者氏名	堤 富佐代	所属党派	無所属	期間	4月21日から 4月30日まで	第1回分
出納責任者氏名	堤 正美					

収入				支出		
主たる寄附				人件費		60,000円
氏名、団体名	職業	寄附額		家屋費		0円
				選挙事務所費		0円
				集会会場費		0円
				通信費		0円
				交通費		0円
				印刷費	3,770円	
				広告費		0円
				文具費		0円
				食糧費	9,111円	
				休泊費		0円
				雑費		0円
主たる寄附計		0円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		72,881円				
今回計		72,881円	今回計	72,881円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		72,881円	総計	72,881円		

報告書受理年月日	平成27年5月7日	第1回報告分
----------	-----------	--------

候補者氏名	玉手 保弘	所属党派	無所属	期間	4月13日から 5月7日まで	第1回分
出納責任者氏名	玉手 保弘					

収入				支出		
主たる寄附				人件費		138,000円
氏名、団体名	職業	寄附額		家屋費		0円
高橋 寿江	会社員	5,000円		選挙事務所費		0円
上津遊由貴	会社員	5,000円		集会会場費		0円
山田 ゆか	会社員	10,000円		通信費		0円
玉手 美咲	保育士	10,000円		交通費		0円
				印刷費	23,407円	
				広告費		0円
				文具費	4,940円	
				食糧費	17,836円	
				休泊費		0円
				雑費	6,943円	
主たる寄附計		30,000円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		161,126円				
今回計		191,126円	今回計	191,126円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		191,126円	総計	191,126円		

報告書受理年月日	平成27年5月7日	第1回報告分
----------	-----------	--------

候補者氏名	浪越 和一	所属党派	無所属	期間	3月28日から 5月7日まで	第1回分
出納責任者氏名	浪越 和一					

収入				支出		
主たる寄附				人件費		15,000円
氏名、団体名	職業	寄附額		家屋費		5,000円
森 悦子	農業	5,000円		選挙事務所費		5,000円
高田 隆子	農業	5,000円		集会会場費		0円
松本 沙知	無職	5,000円		通信費		0円
				交通費		0円
				印刷費		0円
				広告費		0円
				文具費		0円
				食糧費	18,084円	
				休泊費		0円
				雑費	3,871円	
主たる寄附計		15,000円				
その他の寄附	1件	5,000円				
その他の収入		21,955円				
今回計		41,955円	今回計	41,955円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		41,955円	総計	41,955円		

報告書受理年月日	平成27年5月7日	第1回報告分
----------	-----------	--------

候補者氏名	藤田 成穂	所属党派	無所属	期間	4月21日から 5月7日まで	第1回分
出納責任者氏名	藤田 成穂					

収入			支出		
主たる寄附			人件費		0円
氏名、団体名	職業	寄附額	家屋費		0円
			選挙事務所費		0円
			集会会場費		0円
			通信費		41,600円
			交通費		0円
			印刷費		2,000円
			広告費		0円
			文具費		0円
			食糧費		0円
			休泊費		0円
			雑費		0円
主たる寄附計		0円			
その他の寄附		0円			
その他の収入		43,600円			
今回計		43,600円	今回計		43,600円
前回計		0円	前回計		0円
総計		43,600円	総計		43,600円

報告書受理年月日 平成27年5月7日 第1回報告分

候補者氏名	秦 正樹	所属党派	無所属	期間	4月16日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	秦 浩之					

収入			支出		
主たる寄附			人件費		140,000円
氏名、団体名	職業	寄附額	家屋費		0円
			選挙事務所費		0円
			集会会場費		0円
			通信費		0円
			交通費		0円
			印刷費		38,556円
			広告費		174,000円
			文具費		0円
			食糧費		28,000円
			休泊費		0円
			雑費		0円
主たる寄附計		0円			
その他の寄附		0円			
その他の収入		380,556円			
今回計		380,556円	今回計		380,556円
前回計		0円	前回計		0円
総計		380,556円	総計		380,556円

報告書受理年月日 平成27年5月11日 第1回報告分

候補者氏名	坂庭 進	所属党派	日本共産党	期間	3月31日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	坂庭 清美					

収入			支出		
主たる寄附			人件費		210,000円
氏名、団体名	職業	寄附額	家屋費		50,000円
			選挙事務所費		50,000円
			集会会場費		0円
			通信費		0円
			交通費		0円
			印刷費		0円
			広告費		0円
			文具費		3,310円
			食糧費		51,113円
			休泊費		0円
			雑費		0円
主たる寄附計		0円			
その他の寄附		0円			
その他の収入		314,423円			
今回計		314,423円	今回計		314,423円
前回計		0円	前回計		0円
総計		314,423円	総計		314,423円

報告書受理年月日 平成27年5月11日 第1回報告分

候補者氏名	本田 廣司	所属党派	無所属	期間	4月7日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	本田 廣司					

収入			支出			
主たる寄附			人件費		30,000円	
氏名、団体名	職業	寄附額	家屋費		0円	
			鈴木 和行 農業	10,000円	選挙事務所費	0円
			鈴木 恵子 農業	10,000円	集会会場費	0円
			本田 隆司 農業	10,000円	通信費	0円
					交通費	0円
					印刷費	43,240円
			広告費	0円		
			文具費	0円		
			食糧費	0円		
			休泊費	0円		
			雑費	0円		
主たる寄附計		30,000円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		43,240円				
今回計		73,240円	今回計		73,240円	
前回計		0円	前回計		0円	
総計		73,240円	総計		73,240円	

報告書受理年月日 平成27年5月11日 第1回報告分

候補者氏名	中谷 博幸	所属党派	無所属	期間	4月21日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	中谷 博幸					
収入			支出			
主たる寄附 氏名、団体名	職業	寄附額	人件費	0円		
			家屋費	0円		
			選挙事務所費	0円		
			集会会場費	0円		
			通信費	0円		
			交通費	0円		
			印刷費	86,400円		
			広告費	0円		
			文具費	1,771円		
			食糧費	0円		
			休泊費	0円		
			雑費	0円		
主たる寄附計		0円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		88,171円				
今回計		88,171円	今回計	88,171円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		88,171円	総計	88,171円		
報告書受理年月日	平成27年5月11日 第1回報告分					

候補者氏名	中村 裕明	所属党派	無所属	期間	4月1日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	中村 裕明					
収入			支出			
主たる寄附 氏名、団体名	職業	寄附額	人件費	0円		
			家屋費	0円		
			選挙事務所費	0円		
			集会会場費	0円		
			通信費	0円		
			交通費	0円		
			印刷費	27,820円		
			広告費	0円		
			文具費	3,456円		
			食糧費	0円		
			休泊費	0円		
			雑費	0円		
主たる寄附計		0円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		31,276円				
今回計		31,276円	今回計	31,276円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		31,276円	総計	31,276円		
報告書受理年月日	平成27年5月11日 第1回報告分					

候補者氏名	山下 茂	所属党派	無所属	期間	4月1日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	山下 茂					
収入			支出			
主たる寄附 氏名、団体名	職業	寄附額	人件費	0円		
			家屋費	0円		
			選挙事務所費	0円		
			集会会場費	0円		
			通信費	0円		
			交通費	0円		
			印刷費	27,820円		
			広告費	0円		
			文具費	3,708円		
			食糧費	0円		
			休泊費	0円		
			雑費	0円		
主たる寄附計		0円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		31,528円				
今回計		31,528円	今回計	31,528円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		31,528円	総計	31,528円		
報告書受理年月日	平成27年5月11日 第1回報告分					

候補者氏名	辻 憲一	所属党派	無所属	期間	4月1日から 5月11日まで	第1回分
出納責任者氏名	赤松 達二					
収入			支出			
主たる寄附 氏名、団体名	職業	寄附額	人件費	10,000円		
			家屋費	0円		
加地美智代	パートタイマー	10,000円	選挙事務所費	0円		
			集会会場費	0円		
			通信費	0円		
			交通費	0円		
			印刷費	69,551円		
			広告費	0円		
			文具費	0円		
			食糧費	21,000円		
			休泊費	0円		
			雑費	0円		
主たる寄附計		10,000円				
その他の寄附		0円				
その他の収入		90,551円				
今回計		100,551円	今回計	100,551円		
前回計		0円	前回計	0円		
総計		100,551円	総計	100,551円		
報告書受理年月日	平成27年5月11日 第1回報告分					

商工会からの  
お知らせ

## 得『留寿都プレミアム付商品券』を 販売します

1万円が  
1万3千円に!



商工会では、1万円で1万3千円分のお買い物ができるプレミアム付商品券「るすっぴー商品券」販売いたします。この商品券は、村内の取扱店をご利用いただけます。

### □販売日時□

**6月24日(水)・25日(木) 9:30~20:00**

※上記の販売日に限っては、2日間を通じて「1世帯あたり2冊」まで購入することができます。

**6月26日(金)以降(土日祝日は除く) 9:30~17:00**

※26日からは購入制限無く先着順で販売します。なお、売り切れ次第販売終了となります。

### ■販売場所

留寿都商工会館（留寿都村字留寿都26番地）

### ■販売価格

1冊10,000円

(500円券×26枚=13,000円分のお買い物ができます)

券面額未満のご利用であっても釣銭は出ません。ご注意ください。

### ■販売冊数

限定2,000冊

### ■使用期間

平成27年7月1日(水)～平成27年12月31日(木)

使用期間を過ぎますと、ご使用できません。お店でも対応できませんので、お忘れにならないようご注意ください。

### ■販売対象

留寿都村に住民登録がある方

### ■商品券が利用できない主なもの

- 公共料金の支払い
- 有価証券、商品券、ビール券、図書券、切符、切手、印紙、プリペイドカードなど換金性の高い商品の購入
- 現金との換金や金融機関への預け入れ

### ■注意事項

本商品券は、村内での消費喚起を目的としておりますので、事業者が商品の仕入れや諸経費の支払いに充てるなど事業上の取引には使用することができません。また、転売目的での購入については固く禁止させていただきます。

また、紛失・破損による再発行はいたしません。ご承知おきください。

取扱店募集中！  
詳しくはP23を  
見てね。



お問合せ先  
留寿都商工会  
(電話：0136-46-3453)

# わたしたちの村の 財政状況 をお知らせします

平成26年度下半期

「村の家計簿」ともいえる村の財政状況を知っていただくため、年に2回（6月と12月）広報するつてお知らせしています。今回は、昨年の広報するつ12月号でお知らせした上半期の財政状況を含めた、平成26年度の下半期（平成27年3月31日現在）までの財政状況についてお知らせします。

なお、今回お知らせするものは、平成27年3月末までの状況であり、決算額ではありませんのでご注意ください。決算額につきましては、出納整理期間（※）の収入及び支出を含めたものになりますので、今後村議会の議決を経た後に皆さんにお知らせすることになります。

## ※出納整理期間

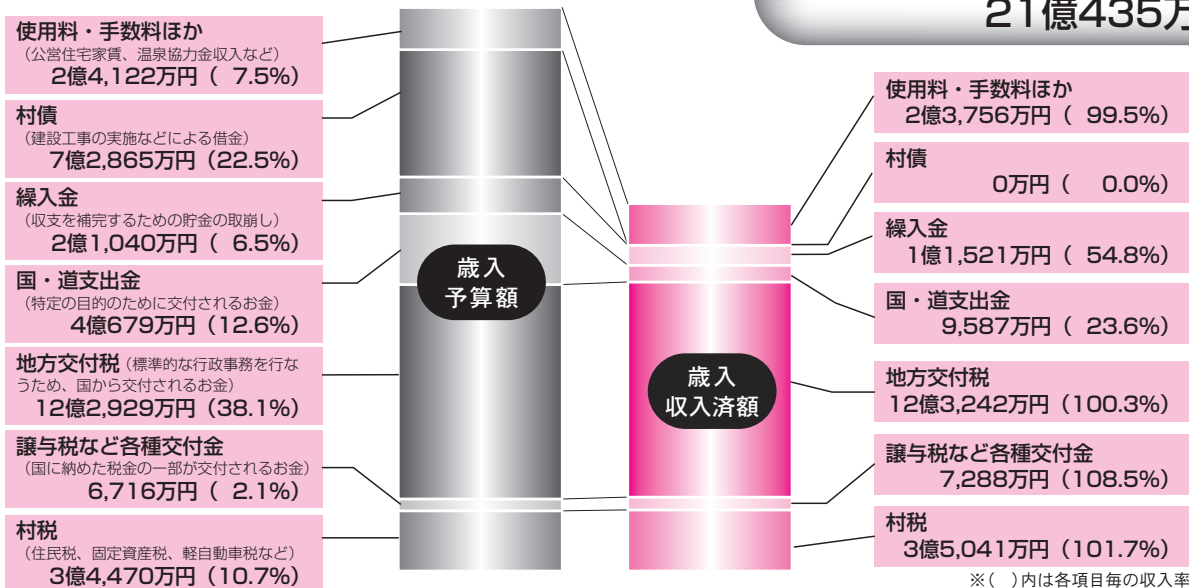
3月末までに確定した債権債務の整理を行うために、4～5月の2か月間、未収入未払いを整理する期間のことを言います。

## 一般会計

予算額 32億2,821万円

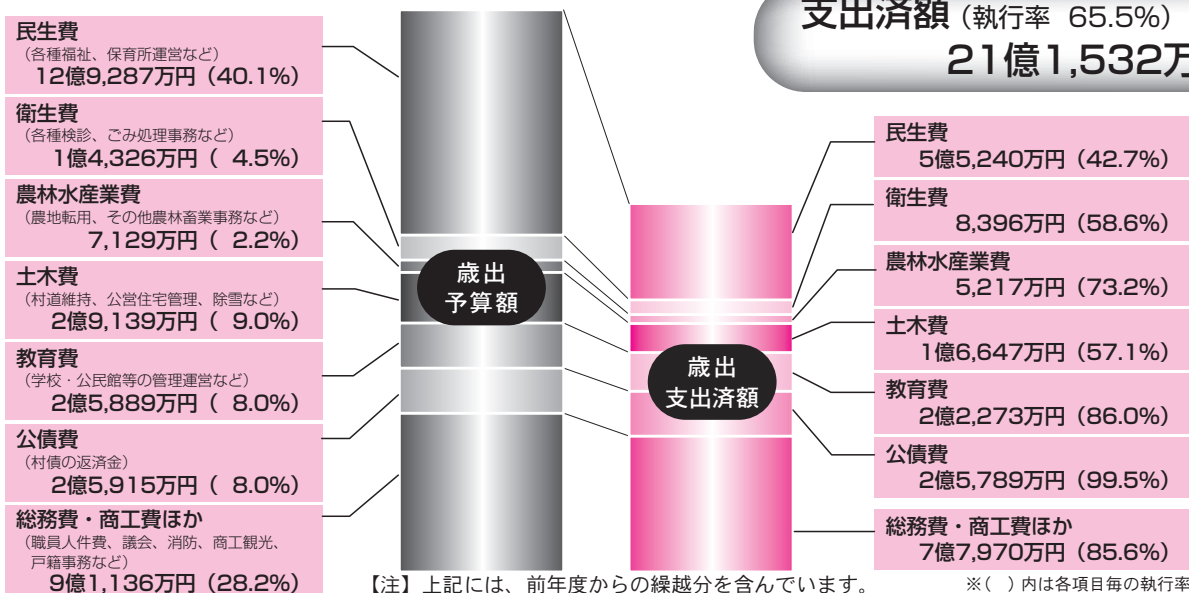
収入済額（収納率 65.2%）

21億435万円



支出済額（執行率 65.5%）

21億1,532万円

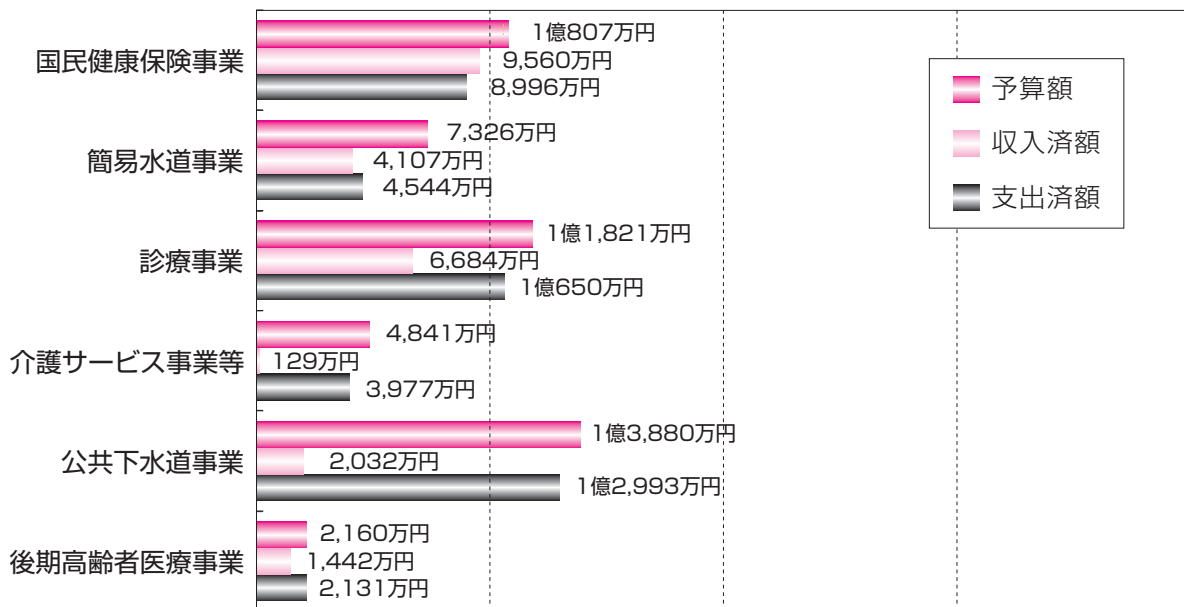


特別会計の歳入・歳出予算額、収入済額・支出済額は次のグラフのとおりです。

特別会計とは、特定の事業を行う上で一般会計と切り離して別個に処理する会計をいいます。現在、『国民健康保険事業』、『簡易水道事業』、『留寿都診療所を運営するための『診療事業』、『地域包括支援センターなどを運営するための『介護サービス事業等』、『公共下水道事業』、『後期高齢者医療事業』の6つの特別会計があります。

## 特別会計

予算額 5億0,835万円



【注】各特別会計において、支出済額に対する収入不足額は、一般会計から一時運用金（一時的な会計間の資金の繰替）により補っています。

## 村債残高

平成27年3月末現在、村が事業を行なうために借り入れた資金の残高は次のとおりです。

残高 35億4,310万円  
 内訳 一般会計 23億7,032万円  
 特別会計 11億7,278万円  
 ※住民1人あたりの残高 193万円

## 村有財産

平成27年3月末現在、村で保有している土地や建物などの財産は次のとおりです。

土地 12,286,824㎡  
 公園、村の建物敷地など

建物 46,398㎡  
 庁舎、学校、村営住宅など

基金 12億4,667万円  
 財政調整基金、減債基金など  
 ※住民1人あたりの残高 68万円

有価証券等 6億7,611万円  
 株券、出資金など

北海道備荒資金組合納付金  
 1億5,250万円  
 ※住民1人あたりの残高 8万円

## 一時借入金

平成27年3月末借入残高  
 8億2,000万円  
 ※一般会計のみ借入しています

# 情報公開制度の運用状況をお知らせします。

留寿都村情報公開条例（平成16年留寿都村条例第16号）第24条及び留寿都村個人情報保護条例（平成16年留寿都村条例第17号）第55条の規定により、平成26年度における同条例の運用状況を次のとおり公表します。

## 1 公文書開示請求の決定状況

開示請求件数	請求に対する決定等				
	開示	一部開示	開示拒否	却下	取下げ
3件	0件	3件	0件	0件	0件

## 2 個人情報開示請求の決定状況

開示請求件数	請求に対する決定等				
	開示	一部開示	開示拒否	却下	取下げ
0件	0件	0件	0件	0件	0件

## 3 異議申立ての状況

異議申立件数 （諮問）	異議申立てに対する決定等					審査会 開催数	審査会 答申
	棄却	認容	一部認容	却下	取下げ		
0件	0件	0件	0件	0件	0件	0件	0件

### 参考

#### 情報公開制度とは？

情報公開制度とは、村政に対する理解と関心を深めてもらうため、村民の皆さんが「知りたい、見たい」と思う村政に関する情報が記録された文書の公開を請求できる「情報公開請求権」を保証する制度です。また、この制度では、村民に対する説明責任を全うするために、皆さんからの請求に対して村は原則公開することが義務付けられています。

#### 個人情報保護制度とは？

個人情報保護制度とは、本村が保有する個人情報の取扱いを適正なものとするための必要なルールを定めることによって、個人の権利・利益の保護を図る制度です。また、この制度により、自分の情報を見たり、その誤りの訂正を求めたりすることができます。

## 戦没者等のご遺族の皆さまへ 第十回特別弔慰金が支給されます

### ●特別弔慰金の趣旨

戦後70周年に当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表するため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金（記名国債）を支給するものです。

第十回特別弔慰金については、ご遺族に一層の弔慰の意を表するため、償還額を年5万円に増額するとともに、5年ごとに国債を交付することとしています。

### ●支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給。

- 1 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 2 戦没者の子
- 3 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

- 4 上記1から3以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

### ●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

### ●請求期間 平成27年4月1日から平成30年4月2日

（請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください。）

### ●請求窓口 住民福祉課 住民福祉係

※なお、平成32年4月1日を基準日とする特別弔慰金については、平成32年4月1日から請求受付を開始する予定です。

お問合せ先  
住民福祉課 住民福祉係  
（電話：0136-46-3131）

## ■ 6月に保険料額をお知らせします

平成27年度の保険料につきましては、6月に個別にお知らせします。

≪保険料の計算方法≫

<b>均等割</b> 【1人当たりの額】 51,472円	+	<b>所得割</b> 【本人の所得に応じた額】 (平成26年中の所得 - 33万円) × 10.52%	=	<b>1年間の保険料</b> 【限度額57万円】 (100円未満切り捨て)
------------------------------------	---	---	---	---

○1年間の保険料の上限額は57万円です。

○年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

※「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。

## ◆ 保険料の軽減

### ① 均等割の軽減

- 軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- 昭和25年1月1日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	軽減後の年間均等割額
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割軽減	【年額】 5,147円
33万円	8.5割軽減	【年額】 7,720円
33万円 + (26万円 × 世帯の被保険者数)	5割軽減	【年額】 25,736円
33万円 + (47万円 × 世帯の被保険者数)	2割軽減	【年額】 41,177円

### ② 所得割の軽減

- 被保険者個人の所得で判定します。

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	5割軽減

### ③ 被用者保険の被扶養者だった方の軽減

- この制度に加入したときに被用者保険の被扶養者だった方については、所得割はかからず、均等割が9割軽減となります。
- ※被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険等は含まれません。

## ◆ 保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は、留寿都村役場税務課税務係へご相談ください。

災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合があります。

## ◆ 保険料のお支払い方法

保険料のお支払いは、「年金からのお支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

**「口座振替」を希望される方は、留寿都村役場税務課税務係へお申し出ください。**

(お申込みに必要なもの：ご本人の保険証・お支払いする口座の預金通帳とお届け印)

- 「年金からのお支払い」から「口座振替」に切り替わる時期は、お申し出の時期により異なります。
- 税申告の際の「社会保険料控除」は、お支払いする方に適用されます。  
(年金からのお支払いの場合、お支払いいただくご本人の社会保険料控除の対象になります)

## ■ ジェネリック医薬品の利用について

- 医療機関で処方される薬には、新薬(先発医薬品)とジェネリック医薬品(後発医薬品)があります。
- ジェネリック医薬品の処方を希望される方は、医師や薬剤師にその旨を伝えるか、医療機関や薬局の受付窓口に「希望カード」を提示することによりお願いすることができます。

### 効き目・安全性について

ジェネリック医薬品は、新薬と同等の効果・効能を持ち、厚生労働省の基準を満たしている安全なお薬です。

※ご希望される場合は、必ず主治医や薬剤師によく相談しましょう。

### 価格について

ジェネリック医薬品を利用すると、お薬代が安くなります。薬によって異なりますが、新薬より3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。

## ■ 病院にかかるときはこんな点に気をつけましょう

自分自身のからだの状態に関心と責任を持ち、お医者さんとの対話を大切にしながら、病気に向き合っていくようにしましょう。

- かかりつけの医師を持ち、気になることがあったら、まずは相談しましょう。
- 具合が悪いときには早めに受診し早めに対処しましょう。
- 同じ病気でいくつもの医療機関を受診することは控えましょう。
- 休日や夜間に救急医療機関を受診しようとする際には、平日の時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。

### お問合せ先

北海道後期高齢者医療広域連合  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階  
電話 011-290-5601

留寿都村役場  
保健医療課 介護保険係  
税務課 税務係  
電話 0136-46-3131

今月の執筆者



地域包括支援センター 係長  
小原 信二

# けんこう だより



今月のテーマ

**介護予防を始めませんか？**  
基本チェックリストを受けてみましょう

## 【基本チェックリスト】

1	バスや電車で1人で外出していますか	0. は い	1. いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	0. は い	1. いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0. は い	1. いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0. は い	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. は い	1. いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. は い	1. いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. は い	1. いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0. は い	1. いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1. は い	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. は い	0. いいえ
11	6か月間で体重が2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. は い	0. いいえ
12	BMIが18.5未満ですか (BMI = 体重kg ÷ 身長m ÷ 身長m)	1. は い	0. いいえ
13	半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか	1. は い	0. いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. は い	0. いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1. は い	0. いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0. は い	1. いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. は い	0. いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1. は い	0. いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. は い	1. いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. は い	0. いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1. は い	0. いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. は い	0. いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. は い	0. いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1. は い	0. いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1. は い	0. いいえ

最近、身体が思うように動かなくなってきた。物忘れすることが増えてきた。外出したり他者と交流するのが面倒になってきたなどと思うことがありませんか？いつまでも住み慣れた留寿都村で元気に生活していくため、ご自身の健康状態、身体状態を把握してみましょう。

留寿都村では年2回(5月・12月)特定健康診査の際、65歳以上の方を対象に、医師の問診時に基本チェックリストを実施しています。日常生活における心身の機能低下の徴候を確認し、チェックリストで該当した項目に合わせて介護予防に取り組んでいます。

当てはまるものに  
○を付けて、  
次のページで  
結果を見てみよう



1番～20番 1につけた○の数	個	10個以上当てはまった方は <b>介護予防全般</b> が必要。
6番～10番 1につけた○の数	個	3個以上当てはまった方は <b>運動器の機能向上</b> が必要。
11番12番 1につけた○の数	個	2個当てはまった方は <b>栄養改善</b> が必要。
13番～15番 1につけた○の数	個	2個当てはまった方は <b>口腔機能の向上</b> が必要。
16番17番 1につけた○の数	個	2個当てはまった方は <b>閉じこもり予防</b> が必要。
18番～20番 1につけた○の数	個	2個当てはまった方は <b>認知症予防</b> が必要。
21番～25番 1につけた○の数	個	21番～25番で2個当てはまった方は <b>うつ予防</b> が必要。

留寿都村では該当した方を対象に、3か月を1クールとして必要な事業を実施しています。この他、該当にならなかった方を含め、身体機能の維持予防として、毎月第4月曜日の13時30分から公民館ホールを会場に運動器・口腔機能の向上のための「いきいき体力アップ教室」を実施しています。チェックを試みて、気になることや相談したいことがありましたらご連絡ください。

《地域包括支援センター事務所》

留寿都村字留寿都17番地4

(役場庁舎横 留寿都村社会

福祉協議会 2階)

電話：0136-47-2277

※訪問等で不在の場合は、

役場保健医療課（電話：

0136-46-3131）に

ご連絡ください。

開設時間

月～金

8時45分～17時30分

(土日、祝日、年末年始は休業)

るすつ子どもセンター



保育士  
板垣 匡秋



ぽっけ

保育所・子育て支援センター・小型児童館・放課後児童クラブからのお知らせです。

5月1日より、るすつ小型児童館が供用開始となりました

るすつ小型児童館は、小学生から18歳未満までの児童に遊び場と遊びを提供し、遊びを通して児童が心身ともに健やかに成長するお手伝いをすることで。また、人との関わり方やルールを学べるなど、子どもたちの社会性の発達に大きな役割をもっています。主な活動は、「スポーツ活動」、体をおもいきり動かして遊ぶ楽しさや、スポーツへの興味を育てます。また、ルールを守ることの大切さや、挑戦意欲を育てます。

「生活文化活動」は、不定期開催ですが、日本の伝統的な行事を体験したり、身近な素材を工夫することの面白さを味わいます。

児童館が「遊びの施設」として子ども達、そして地域から根づいてもらえるような施設運営を目指します。ぜひ、友達を誘ってみんなで児童館に遊びに来てください。

○利用料…無料

○場所…るすつ子どもセンターぽっけ

○対象者…小学生から18歳未満

○開設日・開設時間

月～金曜日 学校終業時から17時まで

(冬～春は16時30まで)

土曜日 13時から17時まで

(冬～春は16時30まで)

○電話番号…0136-46-3253

マウンテンバイク  
MTB コース完成記念

クロスカントリー  
**まったりXC in ルスツ**



**日時** 平成27年7月5日 (日)  
8:30 開会式・オープニングセレモニー  
15:00 表彰式

**場所** ルスツふるさと公園 マウンテンバイクコース

道の駅230ルスツに併設されている、ルスツふるさと公園内マウンテンバイクコースが7月5日に正式オープンします。オープンを記念して、マウンテンバイクコースとルスツふるさと公園内を走行し、順位などを競うイベントを開催します。本気のレースではなく、まったりと楽しめるイベントを企画していますので、ぜひ観戦にお越しください。マウンテンバイク等をお持ちで参加を希望される方は、下記のスポーツエントリーの同意・免責・追加事項を確認し、6月12日までに申し込みしてください。

### スケジュール

7:00~8:30	受付 試走
8:30~8:50	開会式 オープニングセレモニー コース説明
9:00~10:00	ビギナー
10:00~10:30	キッズ
10:30~11:00	ジュニア
11:30~13:30	一般
13:30~14:30	ファニー
15:00~16:00	表彰式 参加者抽選会 閉会式

※スケジュール等は変更になる場合があります。

#### ●申込方法●

スポーツエントリー (<http://www.rusutsu.gr.jp/?p=4708&preview=true>) にてインターネットでお申し込みいただくか、電話 (0570-550-846 ガイダンスの後に1)・FAX (0120-37-8434) にてお申し込みください。

#### ●参加費●

小学生 3,000円  
中学生以上 4,000円  
(保険料、オリジナルTシャツ込)

#### ●問合せ●

留寿都村マウンテンバイクコースオープニングイベント実行委員会  
電話 0136-46-3453  
電子メール [information@rusutsu.gr.jp](mailto:information@rusutsu.gr.jp)

## 北海道国民年金基金 からのお知らせ

# 国民年金の上乗せ年金 国民年金基金

国民年金基金に加入できるのは、いずれの条件も満たしている方です。

- 20歳から60歳未満の方
- 国民年金保険料を納めている方（農業者年金加入者を除く）
- 道内に住民票のある方

※平成25年4月から60歳以上65歳未満の方で、国民年金に任意加入されている方も加入できるようになりました。

### 【こんなメリットがあります】

- ①掛金は全額社会保険料控除となり税金が軽減されます。
- ②加入したときの掛金や受取る年金額は変わりませんので、自分に合わせた年金設計ができます。
- ③保証付に加入した方が保証期間内に亡くなられた場合、遺族の方に一時金が支給されます。

お問合せ先  
北海道国民年金基金  
(フリーダイヤル：0120-65-4192)

## モーターサイクルの 競技会のお知らせ

# 黒田林道でモーターサイクルによる ツーリング・ラリー競技会が開催されます

7月17日から20日まで、モーターサイクルによるツーリング・ラリー競技会「クロスカントリーラリー北海道4デイズ2015」が、芦別市、当麻町、恵庭町、留寿都村において開催されます。留寿都村では、7月19日（日）と20日（月）の2日間、黒田林道で行われます。この競技は、決められた区間内の走行時間を競う2輪車による競技です。上記期間内は、一般の方は黒田林道に立ち入りできませんのでご協力をお願いいたします。また、観戦については、安全管理上できないこととなっておりますのでご了承ください。なお、道の駅「230ルスツ」横の空き地（北町公住跡地）は、本競技会の特設キャンプ地として使用されます。



お問合せ先  
クロスカントリーラリー  
北海道4デイズ事務局ビッグタンクマガジン  
電話011-621-8977

地域おこし協力隊

## 活動レポート

毎月の活動内容をお知らせします



### 道の駅230ルスツ オリジナルTシャツの誕生！

この度、赴任先の（一社）ルスツ産業振興公社をお願いして、今年、道の駅の直売所で予定している年間3回のフェアのテーマ野菜であるアスパラ、スイートコーン、そしてじゃがいも・かぼちゃの3パターンをモチーフとしたオリジナルTシャツをお造りいただくことになりました。写真は、5月24日に開催されたアスパラフェアを記念して、道の駅230ルスツの第1号となる作品で、デザインは、留寿都村地域おこし協力隊員の間宮邦彦さんをお願いしました。アスパラフェアの当日は、スタッフ全員が、それぞれ好みの色のTシャツに、このアスパラデザインをプリントしたTシャツを着て、お客様をお迎えし、Tシャツ5枚も、フェア当日の直売所抽選会賞品に追加、予想以上の高評価をいただきました。ご希望者が多いようでしたら、道の駅直売所で近い将来このオリジナルTシャツの販売を検討するとのことです。



地域おこし協力隊員

片山 健司さん

ブログURL

<http://www.iju-join.jp/chiikiokoshi/blog/4214/>



### 7月5日にマウンテンバイク大会開催！

4月になりいよいよ春めいてきました。春は一瞬で通り過ぎてしまうので、動画撮影はかなり緊張します。木々の様子は数日でガラッと変わってしまい、天気にも恵まれないと狙った絵をまったく撮影できません…。そして昨年作ったマウンテンバイクコースも一冬を越え、オープン前に整備が必要です。今年は比較的雪が少なかったため、コースの一部だけでもゴールデンウィーク前にオープンさせたいと思い、休日返上で雪かき作業に没頭。

除雪機ではコースを壊してしまうので、根性を入れスコップ1本で作業。なんとかパンクトラック部分を連休前にオープンすることができました。

残りのコースは排水関連の改修作業や草刈りをしている状態ですので、しばらく走れません。

7月5日にマウンテンバイクの大会を開催します。それをもって正式オープンとなります。走らない人もぜひ大会を賑やかに来てください！



地域おこし協力隊員

間宮 邦彦さん

留寿都村観光協会 Facebook

<https://www.facebook.com/rusutsutourism?ref=hl>

# 消費生活相談

ようてい地域消費生活相談窓口  
電話 0136-44-1600

悪徳商法など  
消費生活に関する  
相談はこちら

## 「プリペイドカードに記載された番号を 教えて」にご注意

プリペイドカードは使いすぎを防ぎたい場合、音楽・ゲームなどのダウンロードコンテンツを購入するときなど、非常に便利な決済手段です。しかし最近では悪質な事業者がサーバ型プリペイドカードを利用した手口のトラブルが増えています。「業者に料金を請求され、その支払手段としてサーバ型プリペイドカードの購入を指示され、カードに記載された番号などを伝えてしまった。だまされたと思うので返して欲しい」という相談が全国の相談窓口で寄せられています。このサーバ型プリペイドカードはさまざまなところで販売されていて、とても簡単に購入することができます。サーバ型のプリペイドカードは、その価値がカード発行会社の管理するサーバに記録されています。そのためカード本体を相手に渡さなくても、記載された番号などを相手に伝えてしまうと購入した価値を相手に全て渡したことになるってしまいます。後になり、架空請求でだまされたことに気づいても、いったん相手に渡してしまった価値を取り戻すことは非常に困難です。覚えのない請求には安易に返信したり連絡しないことはもちろんですが、他人から言われてプリペイドカードを購入したり、プリペイドカードの番号などを伝えたりしないように注意してください。不安に思ったり、トラブルにあった場合は、役場産業課や相談窓口にご相談ください。

# 登記に関するQ&A

札幌司法書士会 小樽地区  
電話 0134-62-6734

## 「誰が相続人になるの？」

**Q** 夫が亡くなりました。相続登記の手続きをしたけれど、誰のハンコが必要になるの？

**A** 相続権のある者全員で話し合いをし、書類に実印を押印してもらう必要があります。その範囲は法律で次のとおり定められています。

①子がいる場合：…妻と子

先に亡くなっている子がいる場合はその孫に相続権があります。子も孫も先に亡くなっているときはひ孫…と続きます。

②子はおらず夫の父母がいる場合：…妻と夫の父母  
父母がともに先に亡くなっているときは祖父母…と続きます。

③子はおらず、夫の父母や祖父母も先に亡くなっているとき：…妻と夫の兄弟姉妹  
先に亡くなった兄弟姉妹がいる場合は甥姪まで相続権があります。

※養子や養父母がいる場合、実子や実父母と同じ相続権があります。

相続登記についてのご相談は最寄りの司法書士会へお気軽にご相談ください。

4・5月の

ピック  
アップ



## 観桜の旅

5月10日、寿会では45人が参加し、観桜の旅を行いました。見学場所の岩見沢市の利根別川千本桜は、残念ながら葉桜となっていました。昼食会場ではカラオケなどを楽しみました。昼食後は天気も良く、長沼町道の駅マオイの丘公園やリュウリップ・芝桜などの春の景色に参加者も喜んでいました。



5月13日

5月10日

## 新しい施設に 夢いっぱい

4月14日、るすつ子どもセンターぽっけの内覧会が行われ、村内外からたくさんの方が見学に来ました。放課後児童クラブの子どもたちは、今まで武道館を借りて活動していましたが、専用の新しい施設が子どもセンター内にできたことから、見学時には、部屋を見て歓声が上がっていました。広い遊戯場で、全員で走り、のびのびと楽しんでいました。



4月27日

4月14日

## ほっとなサロン ういず・ゆー

5月13日、女性団体連絡協議会が主催する「ほっとなサロン ういず・ゆー」が開催され、46人が参加しました。お花見とジンギスカンを楽しむ予定でしたが、今年の桜の開花が早く、残念ながらお花見はできませんでした。昼食のみとなりましたが、参加者はジンギスカンと留寿都村産のアスパラなどを焼きながら大勢で食事をして、会話に花を咲かせていました。



## 小学校で青空教室開催

4月27日、留寿都小学校で交通安全教室が行われました。留寿都小学校から国道230号まで、学年に分かれ、歩行訓練と自転車での走行訓練をしました。交差点では、交通安全指導員の方に見てもらいながら、渡り方を確認しました。交通安全教室は、外で遊ぶ機会が多くなるゴールデンウィーク前にしっかりと交通ルールを身に付けて、事故にあわないようにと毎年開催されています。



## 北海道日本ハムファイターズ 応援観戦ツアー

5月16日、『北海道日本ハムファイターズ179市町村応援大使』企画で、招待された住民・職員合わせて107人が、札幌ドームでの試合を観戦しました。札幌ドームでは、試合前の練習見学や2015年留寿都村応援大使の上沢直之投手との記念撮影を行い、選手を間近に見ることができました。試合は2-0で残念ながら北海道日本ハムファイターズは負けてしまいましたが、札幌ドームで観客と選手の一体感を感じることができました。

また、同日札幌ドームでは、留寿都村PRブースを設け、観光パンフレットやオリジナルクリアファイルなど

500個を配布しました。



5月23日

### なんでもチャレンジクラブ

5月23日に、小学生と大人を含むなんでもチャレンジクラブの会員22人が参加して、札幌市の滝野すずらん丘陵公園に行きました。好天の中、アシリバツの滝や白帆の滝をめぐり、公園内の探索を楽しみました。カントリーガーデンはチューリップが咲き誇り、子どもたちはたくさんの遊具に汗をかいて楽しんでました。



5月22日

### 交通安全教室「こぐまクラブ」

5月22日、るすつ保育所で交通安全教室を行いました。保護者も参加し、親子で手を繋ぎながら、保育所からホクレンスタンドまでを歩きました。途中、役場前で留寿都駐在所長から、近年の悪質な交通事故から子どもたちを守るために気をつけることなどをお話いただきました。子どもたちは、横断歩道を渡る時には、大きく手をあげて元気に渡っていました。



5月16日

# お知らせ

## お問合せ先

- 留寿都村役場 0136-46-3131  
留寿都村教育委員会 0136-46-3321  
留寿都診療所 0136-46-3774  
地域包括支援センター 0136-47-2277  
羊蹄山ろく消防組合留寿都支署 0136-46-3304  
後志広域連合介護保険課 0136-55-8013

## 税務課 (庁舎②番窓口)

### 家屋の新築等がある場合はご連絡ください

家屋の新築または増築があった場合は、役場税務課までご連絡ください。翌年からの固定資産税を計算するために家屋の評価をさせていただきます。

ご連絡をいただければ、都合のよい時間を相談の上、役場税務課職員が伺います。(役場から連絡訪問をすることもあります。)

家屋を取り壊した場合、所有権を移転した場合もご連絡ください。

## 納期限

6月30日(火)

村・道民税第1期納期限

国民健康保険税第1期納期限

後期高齢者医療保険料第1期納期限

忘れずに納めましょう

## 企画課 (庁舎⑦番窓口)

### 2015 アークラリー洞爺 黒田林道で開催

昨年開催された、車のレース『ARK RALLY (アークラリー) 洞爺』が今年も7月3日から5日まで開催されます。洞爺湖周辺町村の各コースを走行し、留寿都村の黒田林道を走行するのは7月5日(日)で、林道を猛スピードで駆け抜ける迫力のレースが展開されます。7月3日〜5日の期間中、黒田林道は一般車両の乗り入れはできませんのでご注意ください。なお、観戦場所やチケットについては、下記までお問合せください。

- 日時 平成27年7月5日(日) 8時スタート  
○大会ホームページ: <http://www.team-ark.jp/>  
○問合せ 2015 ARK RALLY洞爺 主催事務局  
0111-753-9140

## 他機関からのお知らせ

### 陸上自衛隊俱知安駐屯地 創立60周年記念行事

- 日時 平成27年6月21日(日)  
俱知安駐屯地 一般開放 9時から15時まで  
○場所 陸上自衛隊俱知安駐屯地(俱知安町字高砂232-2)  
○内容  
・模擬売店、装備品展示など 9時から  
・記念式典及び観閲行進 10時から  
・戦車の体験試乗 正午から  
○問合せ 陸上自衛隊俱知安駐屯地 広報班  
0136-221195(内線404)

## 精神保健相談(心の健康相談)の案内

子どもからお年寄りまで、精神保健に関する相談が身近で気軽に受けられるよう、こころの健康について、専門医が相談に応じる場を設けています。

○日時 平成26年4月1日〜平成27年3月31日

原則 第1木曜日 13時30分〜15時30分  
第4木曜日 14時〜16時(偶数月)  
13時〜15時(奇数月)

※一部、相談日の変更あり。

○場所 第1木曜日 俱知安保健所余市支所  
第4木曜日 俱知安保健所

○利用料 無料

○対象者 住民等で、こころの健康について不安や心配等を持っている方やその御家族等(原則精神科や心療内科にまだ受診していない方)

○相談方法 予約制。予約申し込みは相談日の3日前まで。

- 問合せ 後志総合振興局保健環境部保健行政室(俱知安保健所) 健康推進課 健康支援係 井原  
0136-2311957  
0136-22215875

## 道営住宅入居者募集のお知らせ

○抽選日時 平成27年6月17日(水) 10時から  
○抽選会場 俱知安町公民館2階小会議室  
○募集団地 羊蹄団地(俱知安町北3東7)

2DK(一般世帯向け) 1戸  
えぞ富士団地(俱知安町南4西6)  
3LDK(一般世帯向け) 2戸  
白雪団地(俱知安町南4西3)  
3LDK(一般世帯向け) 1戸  
※なお、今回は單身世帯向けの募集はありません。

○申込用紙配布場所  
俱知安町公民館(俱知安町南3東4)

## 6月・7月の健康カレンダー

6月17日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	4種混合・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種 受付/13:00~13:15 場所/診療所
6月18日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	麻しん風しん混合2期(年長児対象)予防接種 受付/13:00~13:15 場所/診療所
6月18日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span> 19日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	特定健康診査及び胃がん・肺がん・大腸がん検診結果説明会 受付/13:30~16:00 場所/公民館
6月22日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	いきいき体力アップ教室(対象者65歳以上) 受付/13:30 場所/公民館
6月24日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	水痘予防接種 受付/13:00~13:15 場所/診療所
6月25日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	乳児健康診査 受付/13:00~14:30 場所/子どもセンター
6月25日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	健康スポーツ教室(健康太極拳) 受付/18:30 場所/公民館
7月1日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	BCG・麻しん風しん混合1期(1歳児対象)・水痘予防接種 受付/13:00~13:15 場所/診療所
7月2日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	離乳食教室 午前の部/10:00~12:30 午後の部/13:30~16:00 場所/子どもセンター
7月9日 <span style="background-color: #ff69b4;">■</span>	成人用肺炎球菌予防接種 受付/13:00~13:30 場所/診療所

※予防接種につきましては、ワクチン確保の都合がありますので、予約が必要となります。対象となる方は個別にスケジュール表を送付していますので、そちらをご覧の上、実施を希望される日の1週間前までに診療所までご予約下さい。(診療所：電話0136-46-3774)  
※担当 健診等/保健医療課  
いきいき体力アップ教室/地域包括支援センター  
健康スポーツ教室/教育委員会

## 6月の救急当番病院

(土曜日受付時間12:00~17:00、休日受付時間9:00~17:00)

6月6日⊕、7日⊕、13日⊕、14日⊕、20日⊕、21日⊕、27日⊕、28日⊕、7月4日⊕、5日⊕

倶知安厚生病院☎0136-22-1141

※夜間(17:00~21:00)は倶知安厚生病院が対応します。

○紫外線情報分布図を確認できます  
アドレス：<http://www.jma.go.jp/jp/uv/>

日焼けが気になる紫外線ですが、浴びすぎると皮膚がんや白内障になりやすいことが知られています。気象庁では、日々の紫外線対策を効果的に行えるように「紫外線情報」を提供しています。  
6月から8月が最も強い時期で、正午ごろが強い時間帯です。また、山や砂浜では強くなりますので、登山や海水浴のときには、より日焼けをしやすくなります。また、日本では南に行くほど強くなり、沖縄は北海道の2倍くらいの量があります。  
これからの季節は外出する機会が増えてきますので、お出かけ前には紫外線情報を確認し、帽子やサングラス、日焼け止めクリームを利用するなど予防策をお勧めします。

## お出かけ前には「紫外線情報」をチェック!

- 申込受付期間  
6月11日(木)~6月13日(土)  
9時~19時30分(最終日は17時まで)
- 入居予定日  
平成27年8月上旬
- その他  
収入等入居にあたり制限があります。
- 問合せ  
倶知安町道営住宅指定管理者 MMS・HBSグループ ☎01364341373

- 問合せ  
札幌管区気象台天気相談所  
☎01161110170

**「留寿都プレミアム付商品券」取扱店募集**  
商工会では、プレミアム付商品券「るすつぴー商品券」発行します。この商品券を利用できる取扱店を募集しております。村内に店舗や事業所があり、一般の消費者に対し商品やサービスを提供している商工業者は取扱店として参加することができます。  
○申込み・問合せ  
留寿都商工会  
☎01364613453



## しりべし弁護士相談センター(6・7月)

毎週水曜日/13:00~16:00

**6月** 10日、17日、24日

**7月** 1日、8日、15日、22日、29日

※相談は事前予約制

※予約受付時間 月~金 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

[住所] 岩内町字高台84番地3 (佐藤精肉店となり)

[電話] 0135-62-8373



## 鶏肉とアスパラのバター醤油炒め

### \*材料

- ・アスパラ・・・6本
- ・鶏もも肉・・・300g
- ・バター・・・15g
- ・醤油・・・大さじ2
- ・みりん・・・大さじ1
- ・砂糖・・・大さじ1
- ・片栗粉・・・適量
- ・油・・・適量

### \*作り方

- ①鶏もも肉は一口大に切る。アスパラも食べやすい大きさに切る。
- ②鶏もも肉に片栗粉をまぶしておく。
- ③フライパンに油をひき、鶏もも肉をこんがり焼く。焼けたら、フライパンから鶏もも肉をお皿に移し、余分な油をふき、バターを入れる。
- ④③にアスパラを入れ、炒める。
- ⑤④に鶏もも肉を戻し、醤油・みりん・砂糖を混ぜてから入れ、全体にからめる。

今年のアスパラは昨年より早く店頭に並びました。採りたてのアスパラが手に入るのは、産地の特権ですね。アスパラに含まれるアスパラギン酸は、栄養ドリンクにも使われているアミノ酸の一種で、新陳代謝を活発にし、疲労回復やスタミナの強化に役立ちます。利尿作用もあるので肝臓や腎臓の機能回復にも効果があるといわれています。アスパラは横に寝かせて保存すると穂先が起き上がりうとしてエネルギーを消費し、鮮度が早く落ちてしまいますので、立てて保存してください。

## 人口と世帯 (外国人を含む)

(平成27年4月末現在)

	人口	1,874 (前月比 +20)
	男性	925 (前月比 +13) (内外国人：16人)
	女性	949 (前月比 +2) (内外国人：21人)
	世帯	891 (前月比 +17)

## 戸籍の窓

4月16日～5月15日届出分

### 末永くお幸せに

5月15日 塚本 拓也さん ♡ 藤野 智加さん(新町)

### お悔やみ申し上げます

4月30日 森 タミ子さん 満72歳 (北四線)

## 編集後記

5月16日に行った、北海道日本ハムファイターズ応援観戦ツアーにはたくさんの方たちに参加いただきました。参加者には、上沢投手と一緒に撮った記念写真や記念グッズなども贈られました。また、何人かは選手と直接握手することもできました。(私はできませんでしたが；\_；) 札幌ドーム内に設置させていただいた留寿都村のPRブースでは、応援大使となっている選手のオリジナルクリアファイルや観光パンフレットを配布しましたが、開場後15分ほどですべて配布してしまいました。配布しているときは、「留寿都しばらく行ってないなあ」「留寿都のあれ、美味しいよね」など留寿都にまつわる話をされ、これをきっかけにパンフレットなどを見て来てもらえるといいなと思います。2万人が来たというこの日の札幌ドーム。たくさん用意したと思った配布物は少なかったようです…。