

広報

No.602

るすつ



第49回 公民館まつり

1月25日、26日に開催された公民館まつり。26日に行われた日本舞踊の発表では、泉流泉会と尚溪会の皆さんが日頃の練習の成果を披露しました。

2014

3

●村政懇談会を開催しました

村政懇談会を開催しました

昨年11月から12月にかけて、村内各地区で村政懇談会を開催しました。村政懇談会では、最初に村長と教育長から村政と教育行政についての近況報告があった後、参加者からの意見・要望を受けました。今回はその内容を抜粋してお知らせします。

また、各地区ごとの回答については、2月中に地区連絡員宛に文書にて回答しています。

村長からの報告

●地域担当職員制度

役場と地域住民との結び付きを強め、信頼関係を築くことを目的に昨年7月にスタートした地域担当職員制度では、これまでに制度を利用し、行政サービスに関する要望6件、制度に関する要望6件ほどをいただきました。今後は、各地区から出ている制度に対する要望などを検討し、より良い制度にしていきたいと考えています。

●定住施策

観光客などの交流人口の増加を図りながら、移住などの定住人口の増加も図っていきたくて考えています。定住人口の増加には、雇用・住宅・子育て環境などを一体的に進める必要があるため、総合

的な観点に立ち、できるところから着手していきたくて考えています。

●交通手段の確保

高齢者などの交通手段の確保に重点を置き、平成26年度よりデマンドバス（乗客の要請に応じて経路や出発時刻を変化して運行する形態のバス）などの検討をすすめていきます。

教育長からの報告

●学校給食センターの改築

老朽化がみられる学校給食センターについては、平成26年度から取り組みを始め、平成28年度に工事にかかれるよう、検討していきたくて考えています。

●学校給食費の改定

消費税率引き上げと給食数増のため、平成26年度に学校給食費の改定を行う予定です。詳しいことが決まりましたら、各学校よりお知らせさせていただきます。

●教職員の住宅環境整備

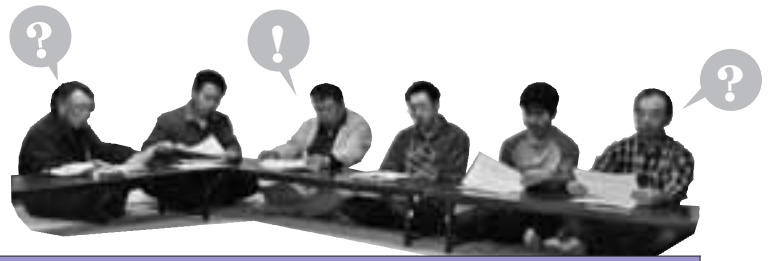
現在35戸の教職員住宅を管理していますが、そのうち、築40年近い教職員住宅については、老朽化が進み早期の更新が必要と考えています。更新に関しては補助制度などを利用するものと、民間資金を利用する借上制度を比べ、より有利な方法で検討していきたくて考えています。

要望・回答一覧

12会場 参加者：126名

項目	要望・質問	回答
有害鳥獣	熊による食害が年々増加傾向にあるようにみえます。役場職員にハンターを置くなど検討できませんか。	平成26年度にハンターなどの有資格者職員の活用などを含めて検討することとしています。
新規就農	新規就農について、村の具体的な考えが示されていませんが、どのように考えていますか。	J A 留寿都支所、後志農業改良普及センター、農業委員会との事務レベルの協議に加え、農業者も含めた検討会を開催し、検討をすすめています。
火葬場	村の火葬場の老朽化がみられます。改修などの計画はありますか。	現時点での計画はありませんが、施設はかなり老朽化していますので、今後の方針について検討します。
道路	村道の舗装がへこみ、水たまりができる所や盛り上がっている所があるので直してもらえませんか。	雪解け後に現地を確認し、必要な補修を行うこととします。
道路	国道230号を高速で走行する車両が多く見られるため、洞爺湖町方面の一部を追越禁止車線にしたい。	倶知安警察署へ要望書を提出していますので、その結果がわかりましたらお知らせします。





要望・回答一覧

項目	要望・質問	回答
排雪	国道の除排雪について、開発局はシーズンに2回、留寿都商工会は1回行っています。なぜ、村が費用を出して除排雪を行っているのでしょうか。管理する開発局にもっと要望していくべきではないでしょうか。	国道の道路管理者である、国の予算を使うことが適切であると考えています。しかし、開発局の予算が減っている状況では、市街地の交通安全が保たれないため、村が留寿都商工会に補助を行い実施しているものです。引き続き、開発局には除排雪について要望を行っていきます。
旧三ノ原小学校	旧三ノ原小学校校舎の活用について、積極的に村外に募集した方がよいのではないのでしょうか。	これまで、活用について何件か問合せがありましたが、具体的な話にはなっていません。皆さんからも体育館の老朽化やまちづくりとしての活用など、さまざまな意見が出ています。そのため、活用について検討する役場職員のプロジェクトチームを立ち上げ、検討を行います。
生涯学習	生涯学習ふれあいの旅研修事業では、旅費は先に全額支払い、後から補助金分が払い戻しされます。金額が大きいと、最初から補助金分の金額を差し引いて支払うことはできないのでしょうか。	生涯学習ふれあいの旅研修事業は、毎年夏季に実施し、小学生を対象に姉妹都市である兵庫県養父市を中心に関西地方をめぐる旅をしています。今回の要望については、平成26年度実施の事業から対応します。
老人福祉バス	老人福祉バスについては、村の直営から委託に切り替えたことで予算計上されていましたが、その内訳について教えてください。	老人福祉バスについては、臨時職員である運転手の離職が続き、安定した運行確保のために平成25年度より業務委託を行うことにしました。平成25年度の委託料は676万円ですが、自賠責保険料を除く運転手の賃金、燃料費、修繕などすべての費用が含まれており、年度ごとに精算することとなっています。
商工業	特別養護老人ホーム「るすつ銀河の杜」の開設にあわせた商工業の振興はどのように考えていますか。	施設で使用供給するものはできるだけ地元から提供ができることが望ましいと考えています。村から、施設を運営する社会福祉法人深仁会へそのように要望し、食材などについては検討するとの回答を得たところです。留寿都商工会からも社会福祉法人深仁会へ同様の要望を行っており、村としても今後も要望を続けていきたいと考えています。
住環境	昨年、住生活基本計画・公営住宅等長寿命化計画策定に関するアンケートが届きましたが、アンケートの目的がよくわかりません。何を目的としたものなのでしょうか。	アンケートは、今後策定する2つの計画の基礎資料とするために実施したものです。住生活基本計画は、村の住宅施策の方向性を示す基本的な計画になります。公営住宅等長寿命化計画は、公営住宅の建替や改善などの活用計画になります。住民ニーズに合わせた計画にするため、皆さんにアンケートを実施しました。住環境の整備は、人口減が見られる本村の重要な課題と捉えています。
危機管理	役場の緊急時の対応で、閉庁日の土日祝日はどのような体制をとっていますか。	閉庁日の電話等は管理委託会社に繋がり、内容によって各担当課長へ連絡をすることになっています。自然災害の場合は、気象庁等からの事前の連絡により、ある程度予測ができますので、担当課職員が自宅待機などで対応していますが、今後危機管理に関して村で検討していきたいと考えています。
地質	洞爺湖有珠ジオパークと留寿都村の関係について教えてください。	「洞爺湖有珠ジオパーク」は、世界地質遺産として平成21年8月に認定されたものです。本村においては、洞爺湖周辺と同様の地質の場所が2か所ありますので、資源を活用した地域づくりを支援するという目的で、行政区を越えてエリアの参加を行いました。ジオパークに認定された地域は、4年毎に再審査を受けることになっています。昨年、その審査がありましたが、洞爺湖有珠ジオパークは再認定されました。

過去10年間に納め忘れはありませんか？



国民年金 後納制度

■国民年金後納制度で将来の年金額を増やせます

後納制度は、過去10年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができるものです。また、年金を受給できなかった方は後納制度を利用することで年金が受けられる場合があります。過去10年以内に納め忘れの保険料がある方は、ぜひ後納制度をご利用ください。

なお、後納制度が利用できる期限は平成27年9月30日までとなっています。お早めに申込みください。

■後納保険料の納付書の「使用期限」にご注意ください

すでに後納制度を申し込まれた方で、平成16年4月以降分の後納保険料の納付がお済みでない方は、納付書に記載された使用期限（平成26年3月31日）までに納付をお願いします。

なお、使用期限までに納付できなかった方が、平成26年4月以降に納付を希望される場合は、新たな加算額による納付書を発行しますので「国民年金保険料専用ダイヤル」またはお近くの年金事務所にご連絡ください。

ご注意 平成16年3月以前の後納保険料は、10年を超えるため平成26年4月以降は納付できません。

■後納制度の申込み・納付書の再発行のお問合せは

国民年金保険料専用ダイヤル(ナビダイヤル) ☎0570-011-050

050から始まる電話でおかけになる場合は ☎03-6731-2015

〈受付時間〉
月曜日 午前8時30分～午後7時
火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
第2土曜日 午前9時30分～午後4時



※お問合せの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談をお受けします。

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外（携帯電話等）からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。

※「03-6731-2015」の電話番号におかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。

※「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番をつけて間違い電話になっているケースが発生していますので、おかけ間違いにはご注意ください。

問合せ先 住民福祉課 電話0136-46-3131

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

留寿都村の特産品を使った料理教室に参加

道の駅230ルスツの地域資源交流センターで、留寿都村出身のお菓子研究家 フード/ライフコーディネーターの折原ゆみさんを講師に迎え、(一社)ルスツ産業振興公社主催の「料理教室」が、1月24日(金)、2月21日(金)の両日開催されました。

メニューは、それぞれ「たっぷりポテトのクッシュ」と「ユリ根のグラタン」、そして「シーフードと根菜のパエリア」と「豚肉のローストビーフ」、参加費は1人500円でした。写真は、1回目、9名の参加者が講師から調理手順やコツを教わりながら料理を楽しむ料理教室の風景です。



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/>



道の駅のマークには名前がありません。なんて呼べばいいかな？ じゃが蔵？

道の駅ロゴ データ版を作りました

こんにちは、みなさんお元気でお過ごしでしょうか？

道の駅の仕事をお手伝いするようになってから、時々書類やポップなどを作っています。文章だけでポップを作るのは味気ないので「道の駅のロゴ」を入れたいと思っていたのですが、どこを探してもデータが出てきません。唯一あったのが、道の駅に置いてあるスタンプのみ。著作権の問題もあるので、このスタンプを登録している「道の駅連絡会」に許可をもらい、元データを作成しました。スタンプを紙に押し込んだものをプリンターでスキャンしてトレース。せっかくなので、同じキャラクターで別バージョンも2つほど。プロじゃないので少し時間がかかりましたが、それなりにかわいく再現できたと思います。いかがでしょうか？



地域おこし協力隊員

間宮 邦彦さん

留寿都の風景URL

<http://www.rusutsu.gr.jp/scene>

けんこう だより

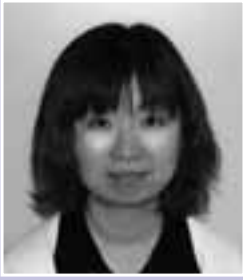


今月のテーマ

お酒だけが原因ではない!?
～脂肪肝にご注意を～



今月の執筆者



保健師
森 友美

脂

脂肪肝とは肝細胞の30%以上に中性脂肪が蓄積された状態のことをいいます。(通常、肝臓にある中性脂肪の割合は2〜3%です。)脂肪が肝臓に溜まり過ぎると、肝臓の血液循環が悪くなり、肝臓の働きが落ちていきます。

脂肪肝そのものは自覚症状が乏しいため気付かずに、検診や検査で指摘をされても、放置されがちです。健診を受けた人のうち2〜3割の人に脂肪肝があるとされ、実際に本村の特定健診や節目健診でも、脂肪肝やその可能性を指摘される方は少なくありません。

◆アルコール性脂肪肝

お酒の過剰摂取により中性脂肪が溜まる脂肪肝のことをいいます。アルコール性脂肪肝の人が飲酒を続けると、肝炎などを経て、肝硬変や肝がんを発症することもあります。禁酒することで、肝機能の数値に改善がみられてきます。

◆非アルコール性脂肪肝

お酒が原因ではなく、食べ過ぎや肥満、運動不足により中性脂肪が溜まる脂肪肝のことをいいます。

非アルコール性の脂肪肝は、すでに日本では1000万人もいると推測されていますが、自覚症状がないことに加え、「お酒をたくさん飲んでいる人が脂肪肝になる」と思われることが多いので、自分では脂肪肝に

なっていることに気付いていない方も多いのが現状です。

この脂肪肝のうち、約1割の人が肝硬変や肝がんへ移行しやすい肝炎をおこすことがあり、最近急増していることがわかってきました。これをNASH(ナッシュ/非アルコール性肝炎)といい、飲酒習慣がないのに、アルコール性脂肪肝と似た経過をたどるため、特に注意が必要です。

肥

満や生活習慣病をもっている方は要注意です。NASHになる詳しい原因は不明ですが、肥満(※)、糖尿病、脂質異常症(LDLコレステロールや中性脂肪が高い状態)、高血圧などの生活習慣病が関係していることは指摘されていて、特に肥満の人がNASHになる確率は、非肥満者の約7倍ともいわれています。

※BMI(体格指数)で、肥満度を判定できます。体重(kg)÷身長(m)×身長(m)で計算し、25以上が肥満の判定となります。

脂

脂肪肝を改善・予防するために肝臓を守るために大切なことは、食べ過ぎ飲み過ぎに気をつけ、バランスの良い食生活をするということです。脂肪肝からNASHへの道をたどらないためにも、日頃から健康的

な生活習慣を実践して予防していきましょう。

【食事で改善】

- 1日3食を規則正しくとる。
- 糖分や脂肪分はほどほどに。
- よく噛み、ゆっくりと食べる。
- 肉類より魚類を多めに取り、野菜はたっぷり。

● お酒は適量を守り、休肝日をつくる。

● アルコール性脂肪肝の場合は、まず禁酒を。

【身体活動や運動で改善】

- 1日30分程度のウォーキングなどの有酸素運動を。
- 運動の時間が取りにくい方は、仕事場や家の中で、少しでも歩く距離を増やす。
- 階段を使う。
- こまめに家事を行う。

【体重のコントロール】

体重は1か月に1kgを落として行くのが理想といわれています。体重測定することで、体重をコントロールすることの意識が高まります。ダイエットをなかなか始められない人は、まずは日々の体重測定から試してみましょう。





留寿都村指定居宅介護支援事業所※の 休止についてのお知らせ

介護保険制度の施行に併せて開設し、要介護（要介護1から要介護5）と認定された方の介護サービスの利用に関する調整や居宅サービス計画の作成などを行ってきました留寿都村指定居宅介護支援事業所ですが、介護支援専門員（ケアマネジャー）が平成26年3月末をもって退職することとなり、村では今後も直営で運営していく考えにより介護支援専門員の募集をしておりましたが応募がなかったことから、やむを得ず平成26年3月31日をもって休止することにいたしました。

平成26年4月からは、地域密着型介護老人福祉施設「るすつ銀河の杜」を運営する社会福祉法人溪仁会が居宅介護支援事業を実施することになります。

これまで留寿都村指定居宅介護支援事業所を利用された方並びにご家族の皆さまには、介護支援専門員が変わることでご迷惑やご不便をおかけすることがないように、また、必要な介護サービスの利用が継続されるよう連携を図ってまいりますのでご理解願います。

なお、留寿都村地域包括支援センターはこれまでと同様に、要介護認定申請に関する相談や介護サービスの利用及び保健福祉サービスの利用に関する調整などの相談を受けてまいりますので、お気軽にご相談ください。（留寿都村地域包括支援センター 電話0136-47-2277）

※「居宅介護支援事業所」とは

介護保険法の定めにより介護支援専門員（ケアマネジャー）が常勤でいることが義務づけられ、要介護者の依頼を受けて心身の状況、環境、要介護者や家族の希望などを考慮して居宅サービス計画（ケアプラン）を作成し、その他の介護に関する専門的な相談に応じる事業所です。



4月1日から

留寿都診療所の午後の受付時間が変わります。

平成26年4月1日から、曜日によって異なっておりました診療所の午後の受付時間を次のとおり変更いたします。この変更により1週間当たりの受付時間は若干延びることになり、途中で休診時間がなくなることから円滑な診療が可能となりますので、受付時間の変更についてご理解願います。

【診療日】月曜日～金曜日（土曜、日曜、祝祭日、夜間休診）

【受付時間】午前の受付時間 午前9時～午前11時30分まで

午後の受付時間 午後2時～午後5時まで

※午後1時から午後2時は、各種予防接種・往診などとなっております。



カルタ大会

百人一首カルタ大会
結果 (全10チーム)

■小学生高学年の部

1位

オオカミバンドがや
ってくるチーム
岩田 望未さん
大泉 幹さん
小林 雪輝子さん

■ミックスの部

1位

みそチーム
粕谷 亜里沙さん
粕谷 優稀さん
柳原 唯さん



作品展示

村内の児童生徒作品
習字や陶器などたくさん
の作品が並びました。

養父市児童生徒作品
姉妹都市・兵庫県養父
市の児童生徒の作品は
どれも力作ぞろい。

手芸などの作品展示
作品のうち、販売され
たものは東日本大震災
の義援金として寄附さ
れます。福寿苑の方が
作った作品や、生け花
なども展示されました。



1月25日(土)と26日(日)に開催された第49回公民館まつり。1日目は百人一首カルタ大会、2日目は芸能発表会が行われ、多くの方が参加しました。バザーや留寿都高等学校の花弁販売、軽食の販売などの他、日本赤十字社の留寿都分区分による、災害用炊き出し釜を使った豚汁やおにぎりも無料で提供されました。

芸能発表

ステージでは、公民館サークルによる合唱や舞踊などの発表があり、訪れた人を楽しませてくれました。

第49回 公民館まつり



冬休みの作品展



留寿都小学校の子どもたちが、冬休みに作った作品をご紹介します。

1年生
富樫
はん杏
さん



ティッシュケース

自分で手縫いするところが難しかったです。リボンの位置をうまく付けることができました。

2年生
丹野
優志
さん



将棋

工夫したところは、将棋の駒の漢字です。習っていない漢字もあり、飛車を書くのが難しかったです。

3年生
滝澤
凜
さん



十二支のえんぴつキャップ

ダンボール紙を使って作りました。とりのくちばしなどの細かいパーツを切ったり作ったりするところが難しかったです。

4年生
粕谷
亮輔
さん



マジックハンド

最初はゴムで作っていましたが、うまくいかなかったなので、ネジに変えました。先に磁石を付けて、隙間に落ちたネジなども拾えます。

5年生
井上
莉歌
さん



手さげバック

ミシンを使い、お花の形になるようにしたところが難しかったです。紐の長さを調整し工夫しました。

6年生
暮地
梨湖
さん



チラシで作ったカゴ

底を丸く編み、上は高さをそろえるように工夫しました。色はチラシの柄を見せるために、あえて塗らないようにしました。

1・2月の

ピックアップ

福井朱乃さん、全国大会へ

1月28日、札幌の道立総合体育センター「きたえる」で開催された第36回全国高等学校柔道選手権大会北海道予選で、留寿都村出身の福井朱乃さん（北海高等学校）が女子団体戦で優勝し、北海道代表として全国大会への出場が決まりました。また、この団体戦で全勝し、優秀選手にも選ばれました。福井さんは、留寿都柔道少年団で小学生から柔道を始め、現在は北海高等学校柔道部の2年生です。今後3月21日に日本武道館で全国大会の団体戦が行われます。体調に気を付け、全国大会でも頑張ってください。



子どもかるた大会

1月18日、留寿都村公民館で、子どもかるた大会が行われました。今年は少ない参加チームでしたが、大会は熱戦が繰り広げられ、盛り上がりを見せました。この大会で優勝、準優勝したチームは19日に余市町で行われた後志大会に参加し、健闘しました。



2月3日

1月28日

1月20日

1月18日

節分会

2月3日、るすつ保育所で毎年恒例の節分会が行われました。太鼓の音と一緒におにがが登場すると、子どもたちは怖がりながらも「おにはそと！ふくはうち！」と力いっぱい豆をぶつけていました。おやつには落花生を、今年1年元気で過ごせるようにしっかり食べました。



寿会新年会

寿会新年会が1月20日、留寿都村公民館で行われました。村長の「村政について」と題した講演の後、懇親会ではカラオケやビンゴなども行われ、この日集まった会員98名の皆さんは新年の初顔合わせを楽しみました。



スキー教室

2月4日・6日に留寿都村スキー連盟主催のスキー教室が、ルスツリゾートスキー場で行われ、小学生以上の方が参加しました。スキー教室の参加者には、2月11日に行われた基礎スキーのバッジテスト（検定）を受ける方もいて、熱心に受講していました。検定の合格者は以下のとおりです。おめでとうございます。

- 1級 糸矢 宏志さん 鈴木 忍さん
- 2級 安部 憲法さん 北川 ヒロトさん
齋藤 巧太郎さん 鈴木 周平さん
松村 涼平さん



2月9日

2月6日

るすつ歩こう会 スキーマラソンへ

2月9日に「るすつ歩こう会」主催の、第24回 おおたき国際スキーマラソンに参加するバスツアーがありました。当日は天候にも恵まれ、冬の運動不足解消や、日頃の練習の成果を発揮したい方などが集まり、それぞれ3kmから15kmまで実力に合わせて完走しました。大会後は温泉で汗を流し、冬のスポーツを楽しみました。



人命救助で表彰

留寿都村内で発生した屋根の雪下ろし最中の事故で、人命救助を行った4名に、羊蹄山ろく消防組合から2月4日、表彰状が贈られました。1月14日、屋根の雪下ろし作業をしていた男性が雪と共に落下。その様子を偶然職場の窓から見ていた、塚本拓也さんと山岡政弘さんが急いで現場へ。落ちた男性の息子が付近にいた暮地政範さんと弓削清市さんに助けを求め、4名で雪に埋まった男性を救助しました。男性は、消防が到着する前にけがもなく、無事に救助されました。



2月5日

2月4日

ほっとなサロン ういず・ゆー

2月5日に「ほっとなサロン ういず・ゆー」が留寿都村公民館で行われ、ゲーリング大会と節分の豆まきをしました。留寿都高等学校の生徒19名も参加し、にぎやかにゲームが行われました。ゲーリングとは、チームに分かれ、木のスティックでボールを転がし、相手チームのボールにぶついたり、得点を書いてある円の中にボールを転がすなど、カーリングのように点を競うものです。ゲームの後は、節分の豆まきをし、無病息災を願い豆などを参加者全員で食べました。



お知らせ

お問い合わせ先

- 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健課 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たく、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。

土地価格等縦覧帳簿及び家屋価格等縦覧帳簿の縦覧を実施します

平成26年度の固定資産税に係る土地価格等縦覧帳簿及び家屋価格等縦覧帳簿の縦覧を、次のとおり実施します。

- 縦覧期間 4月1日(火)～6月2日(月)
(ただし、閉庁日である土日祝日は除く。)
- 縦覧時間 午前8時45分～午後5時30分
- 縦覧場所 留寿都村役場 税務課税務係

企画課 (庁舎⑦番窓口)

平成26年度版 第5次留寿都村総合計画実施計画を公表しています

第5次留寿都村総合計画実施計画の平成26年度版を、留寿都村ホームページ及び役場企画課窓口などで公表しています。この実施計画には、平成26年度から平成28年度までに計画されている村の具体的な事業が載っており、今後の行政の動きについて住民との情報共有を図るもので、財政運営の資料にもなるものです。

- 公表場所 留寿都村役場企画課窓口、留寿都村公民館、留寿都診療所
- 留寿都村ホームページアドレス
<http://www.vill.rusutsu.lg.jp/hotnews/detail/00000271.html>

他機関からのお知らせ

運営協議会委員を募集しています

北海道後期高齢者医療広域連合では、住民の皆さまの代表として、制度の運営に関する重要事項をご審議していただく運営協議会委員を募集しています。

- 応募資格 道内在住の満20歳以上の方
- 応募人数 5名
(ただし、議員や公務員などを除く)
- 任期 平成26年7月から2年間
(開催は年3～4回を予定)

- 応募方法 北海道後期高齢者医療広域連合及び市(区)町村窓口にある応募要領を参照してください
- 応募締切 4月30日(水)
- 選考 選考委員会を設置し、提出された小論文などにより総合的に委員を選考します
- 報酬など 1日につき、5,000円の報酬と旅費を支給します
- 問合せ 留寿都村役場保健医療課保健医療係
☎0136-46-3131
北海道後期高齢者医療広域連合
☎011-290-5601

協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

平成26年度の健康保険料率は、準備金を取り崩して10・12%に据え置くこととしたしましたが、平成26年3月分(4月納付分)からの介護保険料率につきましては、介護給付費が年々増加し、協会けんぽが負担すべき介護納付金も増加していることから、1・72%(平成25年度:1・55%)に引き上げざるを得ない状況となっております。厳しい経済状況の中ではございますが、何卒ご理解をいただきますようお願い申し上げます。

- 問合せ 協会けんぽ北海道支部
☎011-726-0352

知っていますか?道の「苦情審査委員」制度

北海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関することで、道政に対する苦情であれば、苦情審査委員に申立てができます。皆さんに代わり、苦情審査委員が公平で中立的な立場から、道の関係機関に対し必要な調査を行い、問題があれば道の機関に是正や改善を求めます。

- 窓口 道庁の道政相談センター、各総合振興局(振興局)の道政相談室
- ホームページ <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/dsc/kuiyou.htm>
- 申立方法 苦情申立書に必要事項記入後、提出してください。(郵送、FAX、メール可)

- 問合せ 北海道総合政策部知事室道政相談センター
☎011-204-5523 内線21706

第23回 YOSAKOIソーラン祭り 市民審査員募集

札幌市で6月に開催されるYOSAKOIソーラン祭りの演舞を審査する審査員を全国から募集します。審査基準は「感動」。審査員としてお祭りに参加してみませんか?

- 募集期間 3月1日(土)～4月25日(金)(締切日必着) ※応募者多数の場合抽選

3月・4月の健康カレンダー

3月11日(木)	離乳食教室 午前の部/10:00~12:30 午後の部/13:30~16:00 場所/公民館
3月19日(水)	3種混合・ポリオ・4種混合・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種 受付/13:00~13:30 場所/診療所
3月24日(月)	いきいき体力アップ教室(対象者65歳以上) ※事前に担当までご連絡ください。 受付/13:30 場所/公民館
4月8日(火)	子宮がん・乳がん検診 受付/8:30~9:00 12:00~12:30 場所/公民館

※予防接種・健診等については、対象者に個別の通知を行っています。
※上記の予防接種につきましては、事前にお渡ししています予防接種カレンダーと日程が変更となっておりますのでご注意ください。◆3種混合・ポリオ・4種混合・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種(変更前)3月26日(水)⇒(変更後)3月19日(水)
※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

3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)

3月8日(土)、9日(日)、
15日(土)、16日(日)、21日(木)
22日(土)、23日(日)、29日(土)
30日(日)

倶知安厚生病院 ☎0136-22-1141

3月29日(土)、30日(日)

蘭越診療所 ☎0136-57-5424

※夜間(17:00~21:00)は倶知安厚生病院が対応します。



国家公務員採用試験のお知らせ

- ・総合職試験(院卒者・大卒程度)
インターネット申込期間
4月1日(火)~4月8日(火)
- ・一般職試験(大卒程度)
インターネット申込期間
4月9日(水)~4月21日(月)
- ・一般職試験(高卒者・社会人)
インターネット申込期間
6月23日(月)~7月2日(水)
- 申込専用アドレス
http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html
- 問合せ 人事院北海道事務局第二課試験係
☎011-241-1248

- 募集人数 120名(予定)
- 活動日程 6月7日・8日
- 活動場所 札幌市中央区(大通り公園周辺)
- 応募方法
応募要綱・応募用紙をホームページ
(http://www.yosakoi-soran.jp/)でダウンロードまたは実行委員会に電話で取り寄せ、Eメール・郵送・FAXのいずれかで応募
- 問合せ YOSAKOIソーラン祭り実行委員会
☎011-231-4351

しりべし弁護士相談センター(3・4月)

毎週水曜日/13:00~16:00

3月 5日、12日、19日、26日 4月 2日、9日、16日、23日、30日

※相談は事前予約制、30分以内相談料無料です。
※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

第1回予備自衛官補・一般幹部候補生採用試験案内

募集種目	受験資格	受付期間	試験日
第1回予備自衛官補(一般公募)	18歳以上34歳未満の者	1月8日~4月2日 締切日必着	4月11日~15日のいずれか1日を指定
第1回予備自衛官補(技能公募)	18歳以上で国家免許資格等を有する者	1月8日~4月2日 締切日必着	4月11日~15日のいずれか1日を指定
幹部候補生(一般)	22歳以上26歳未満の者	2月1日~4月25日 締切日必着	5月10日・11日 (11日飛行要員希望者)

※予備自衛官補につきましては、第1回の試験で採用予定数に達した場合、第2回目の試験を実施しない場合があります。また、国家免許資格の細部は倶知安地域事務所に問い合わせください。

○問合せ先
・倶知安地域事務所 倶知安町南3条東1丁目 電話 0136-23-3540
・役場担当窓口 留寿都村役場企画課 電話 0136-46-3131

消費生活相談

断わったのに置いていかれた配置薬、どうしたらよい?

突然訪問してきた男性が「薬屋です」と言って薬箱を玄関に置いたので、「病院にかかっていて薬をもらっているのだから」と断わった。しかしその販売員は薬箱を置いたまま、走るように立ち去ってしまった。玄関先まで出て行き、あたりを見たが、もう姿が見えなくなっていた。返却したいがどうしたよいか、というような配置薬に関する相談が全国の相談窓口へ寄せられています。

断わっているのにしつこく勧誘したり、泣き落としをしたりして契約を迫るほか、消費者に断わる隙を与えずに勝手に薬を置いて立ち去るケースもあります。訪問販売を受ける場合は、できれば玄関のドアを開けずに対応し、必要なだけきっぱりと断りましょう。配置薬は事業者から薬を預かり、次の来訪時に使った分だけ支払うシステムになっています。意に反して預かる事になってしまっても自分の判断で薬を処分しないよう気をつけ、事業者に速やかに引き取りなどを申し出ましょう。どうしたらよいか分からない場合は、役場産業課や相談窓口にご相談ください。

○問合せ ようてい地域消費生活相談窓口 相談員 池田/電話0136-44-1600



すすつの美味しい

レシピ



にんじんの卵とじ



*材料

にんじん・・・大1本
醤油・・・小1
砂糖・・・小1
卵・・・1個
ごま油・・・少々

*作り方

- ①にんじんは皮をむき、ピーラーなどで千切りにする。
- ②フライパンにごま油をひき、にんじんを入れ炒める。
- ③しんなりしてきたら、砂糖と醤油を入れ炒める。
- ④溶き卵を回し入れ、箸でかるく混ぜながら炒めてできあがり。

にんじんの生産量は北海道が全国1位で、留寿都村でも作られています。緑黄色野菜の代表で、カロテンというビタミンが豊富に含まれた野菜です。

にんじんの卵とじは、オレンジと黄色で彩りもよく、甘いのでにんじん嫌いの人でもたくさん食べれそうな簡単なレシピです。にんじんの千切りはピーラーなどで薄くスライスしてから包丁で切ったり、スライサーなどを使うと手間が省けます。にんじん1本でお茶碗山盛りくらいの量になります。沖縄の郷土料理で「にんじんしりしり」と呼ばれる、にんじんと卵で作るものがあり、コンビーフなども入れて作るレシピもあるそうです。

人口と世帯 (外国人を含む)

(平成26年1月末現在)

	人口	1,903 (前月比 - 2)
	男性	951 (前月比 - 2) (内外国人：9人)
	女性	952 (前月比 ± 0) (内外国人：18人)
	世帯	862 (前月比 + 2)

編集後記

2月の節分前に、留寿都神社で前厄の厄払いに行ってきました。今日は座っているだけでいいから楽だな～と思っていると、玉串が…。初めてなので、やり方を教えてもらってからは、頭の中で、右手で根っこ、お辞儀、立てて時計回りに回して2回お辞儀して2回拍手して1回お辞儀して…とそればかり考えてしまいました。男性は25、42、61歳、女性は19、33、37歳と厄年も色々あるようですが、42、33歳は中高年期への過渡期に当たり、女性は子育てなど多忙な時期で、事故や病気に起こりやすいと聞きました。神様への願かけも99%は自分で努力すること、1%は神様が…?という話もあり。厄年に病気やケガが続くと厄年だから、厄払いしたら?言われますが、厄払いをしても、基礎体力づくりや健康を意識した生活など努力しないと当たり前ですが、健康ではいられないんですね。

戸籍の窓

1月15日～2月15日届出分

こんにちは赤ちゃん

2月4日 秦 ^{ゆうすけ}有佑くん
保護者/和也さん=多惠さん(向丘)

お悔やみ申し上げます

1月16日 坂井みどりさん 満72歳(本町)
1月28日 岩田 一義さん 満92歳(南町)
2月14日 堀田しげ子さん 満87歳(北四線)