

広報

あしよろ



令和4年
(2022)
No.830



足寄町役場 ホームページ
LINE公式 アカウント
Facebook Instagram



●不法投棄・不法焼却は犯罪です!

●町の財政状況

不法投棄・不法焼却は犯罪です！

雪解けから初夏の陽気を迎え、自宅や周辺的环境整備がしやすい時期になりました。

そのような中、令和4年度になってから、不法焼却による火災や不法投棄の通報が多発しています。

不適切なごみの処理には、法令で厳しい罰則が適用されますので、安易に不法な処理をしないようにしてください。



不法焼却

不法焼却は大変危険な行為です。町内においては、不法焼却が原因で大規模な火災が発生した事例があります。特に春から夏にかけては、空気が乾燥し、強い風が吹く日が続くため火災が発生しやすい時期です。小さな火災でも、人の命が危険にさらされてしまうため、自分や大切な人の命を守るためにも不法焼却は絶対にやめましょう。

また、廃棄物の処理及び清掃に関する法律（以下「法」という）第16条の2では「何人も、次に掲げる方法による場合を除き、廃棄物を焼却してはならない。」と規定し、一定の例外を除いて廃棄物を焼却することを禁止しており、発覚した場合は罰則を科されます。



不法焼却が原因の火災により焼け焦げた土地

法律に反する焼却の例

- ドラム缶やブロックで囲んだ炉の中にごみ等を焼却
- 法で定められた基準を満たさない焼却炉での焼却
- 草刈りや家庭菜園等が出た不要な植物を野外等で焼却 等

例外として認められる焼却

1. 廃棄物処理基準に従って行う廃棄物の焼却
構造基準を満たした焼却施設で、焼却基準に従った焼却を行う場合は認められています。一般家庭において設置されている焼却施設は基本的に基準を満たすことはありません。

2. 他の法令またはこれに基づく処分により行う廃棄物の焼却
家畜伝染病予防法に基づく伝染病の死体の焼却など

3. 公益上もしくは社会の慣習上やむを得ない廃棄物の焼却または周辺地域の生活環境に与える影響が軽微である廃棄物の焼却として政令で定めるもの



不法投棄

- ①国または地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却
- ②震災、風水害、火災、凍害その他の災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却
- ③風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
- ④農業、林業または漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却
- ⑤たき火その他の日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であつて軽微なもの

※例外に該当する場合でも、周辺住民等から通報や苦情があった場合は例外とならない場合があります。

不法焼却の罰則

不法焼却を行った場合は法第25条第1項第15号の規定に基づき、5年以下の懲役もしくは1000万円以下の罰金に処せられ、またはこれを併科されます。未遂の場合でも罰せられます（法第25条第2項）。

道路の路肩や河川敷等を見渡すと、見受けられる無造作に捨てられたごみ。見るだけで嫌な気持ちになる方も多いのではないのでしょうか。町内は自治会や団体、個人においてボランティアでのごみ拾いに協力いただいておりますが、それでも、ある日突然、思いがけない場所にごみ捨てられています。悪質なものだと、分別していない状態のごみが袋に詰められ、人目のあまりない場所に投げられています。

不法投棄も不法焼却と同様に、法第16条で「何人も、みだりに廃棄物を捨ててはならない。」と規定されており、発覚した場合は罰則が科されます。

不法投棄発生事例

事例1…道路から少し離れた、林の中にテレビや冷蔵庫など大型ごみを投棄

事例2…崖下の川に分別していない状態のごみを詰めた袋を投棄

事例3…他人の畑の脇に、不要になったタイヤを投棄

不法投棄の罰則



大量に不法投棄されたごみ袋

いずれの事例も、投棄されたごみを分析して、捨てた人の情報を探し出し、警察と連携しながら厳しく指導を行っています。

また、恒常的に不法投棄が行われているところでは、防犯カメラを設置するなど、厳重な取り締まりを行っています。

不法投棄を行った場合は法第25条第1項第14号の規定に基づき、5年以下の懲役もしくは1000万円以下の罰金に処せられ、またはこれを併科されます。未遂の場合でも罰せられます（法第25条第2項）。

町内においても、これまでに何件も不法投棄で検挙されている事例があり、いずれについても罰則が科されています。

日常生活を送る上で、ごみは全ての人から必ず排出されます。健やかな環境や安心できる生活はルールを守ることで実現されます。途切れない心掛けが重要です。分別が分からない場合は役場住民課住民生活担当で詳しくお伝えします。気軽にお問い合わせください。

詳細 役場住民課住民生活担当
☎ 28-3858



5/9

町ホームページのあしよるルポでは、取材写真を多数掲載しています。ぜひご覧ください。

過去最多29人で始動

平成29年に休部状態から活動を再開した足寄高校野球部に、今春1年生16人が入部し、部員が過去21年で最多の29人となりました。

新体制となって初の公式戦は、チーム一丸となって健闘するも相手ピッチャーの好投に打線を抑えられ悔しくも敗戦となりましたが、池田剛基監督率いる野球部の今後の活躍に期待がかかります。

図書館の楽しさ伝える

町図書館ルイカ（原田慎一館長）で今年度の中学生サポーターの活動が始まりました。今年度は6人の中学生がサポーター登録し、原田館長から委嘱状が手渡されました。今後、展示コーナーの作成や小中学校向けの選書などを体験しながら、みんなに図書館の楽しさを伝えるための活動が月2回行われます。



5/14



5/20

気軽に交流できる場に

町内のボランティアグループ「チームオレンジあしよる」が運営するコミュニティーカフェ「ひだまりカフェ」が南区コミュニティセンターで開催されました。認知症の方だけでなく、地域の誰もが気軽に集える場として活動しており、介護や福祉の情報も得られます。参加者は飲み物やスイーツを食べながら、他の参加者と会話をするなど楽しいひとときを過ごしました。

大きくなあれ！

認定こども園どんぐり（富澤亜希子園長）で、年長のらいおん組の園児が畑づくりを行いました。

子どもたちは、じゃがいも、にんじん、えだまめ、玉ねぎをたくさん植え付け「楽しかった」と笑顔で話しました。



5/20

横断歩道を正しく渡ろう



4/22

大嘗地小学校

町内の各小学校で交通安全教室が行われました。



4/27

芽登小学校



5/2

螺湾小学校



5/9

定寄小学校



4/28

交通安全意識を高く

町と交通安全協会、交通安全指導員が役場前で旗波キャンペーンを行い、47人が参加しました。渡辺俊一町長は「キャンペーンの実施で、職員や関係団体、ドライバー、町全体で交通安全意識を高めていきたい」と話しました。職員らは旗や横断幕を手に、通行する車両に交通安全を呼び掛けました。

団結・連帯のために

第93回メーデー足寄地区集会（足寄地区連合会開催）が行われ、町内の労働組合やその家族など92人が参加しました。参加者は「働くことを軸とする安心社会の実現」などを訴えながら市街地を行進しました。その後の集会で世界の恒久平和と人権を守り、支え合い・助け合いと共生の社会を実現することを誓いました。



4/28



Ashoro
お知らせ 母子健康手帳の交付について

Info

母子健康手帳の交付には妊娠届が必要です。

●届出時の持ち物

	対 象	個人番号の確認	身元の確認
必 要 書 類	マイナンバーカードをお持ちの方	マイナンバーカード（1枚で両方の確認ができます）	
	マイナンバー通知カードの記載事項に変更がない方	マイナンバー通知カード	免許証 パスポートなど 身元確認ができるもの
	マイナンバー通知カードの記載事項に変更があり手続きが済んでいない方	住民票の写し または住民票記載事項証明書	

※やむを得ない理由で代理人の方が届け出される場合は、妊婦本人のマイナンバーを提示の他、代理人の身元確認および委任状の提出が必要です。

●交付方法 お手数をお掛けしますが、事前に母子手帳の受け取り希望日の連絡をしてから来庁するようお願いします。

※発行には書類記入、体調確認等で30分～1時間程度かかります。

●場 所 役場 1階 福祉課 保健推進担当（役場正面玄関より左へ）

●受付時間 平日 午前8時35分～午後5時5分

詳 細 役場福祉課保健推進担当 ☎25-2571



Ashoro
お知らせ 足寄消防団協力事業所表示証の交付（更新）を行いました

Info

町では、地域の防災能力の強化向上のため「消防団協力事業所表示制度」を導入・推進しています。

これは従業員の勤務時間中の消防団活動への便宜や従業員の入団促進等、消防団に積極的に協力している事業所またはその他の団体に対して、町が「消防団協力事業所」と認定し、表示証の交付や広報誌等で公表することで、事業所の協力が社会貢献として広く認められるものです（消防団に所属している従業員の人数等の要件があります）。

表示証は認定日から2年間の有効期限内で交付しており、このたび、道東コンクリート株式会社およびフクハラ足寄店がそれぞれ期限を迎え、5月1日に更新を行いました。これまでの間、勤務時間中において災害等が発生した場合には、消防団員が迅速に出動できるように配慮し、消防団活動に深い理解と積極的な協力をいただき、地域の安全・安心の確保に大きく寄与しています。今後も事業所との協力を通して地域の防災体制を一層充実させていきます。



道東コンクリート株式会社



フクハラ足寄店

詳 細 足寄消防署 ☎25-2619



Ashoro
お知らせ 町道等工事のお知らせ

Info

①南5条2号通整備工事

工事箇所：南5条5丁目

工事期間：6月上旬～10月下旬

※工事中は通行止めとなりますが、区域内住民のために必要と認められる交通は確保します。



②里見が丘公園整備（駐車場）工事

工事箇所：里見が丘

工事期間：6月上旬～9月下旬

※工事中は一部の利用制限を除き、駐車場の利用ができます。



詳 細 役場建設課土木担当
☎28-3864

Ashoro
お知らせ パナソニック製LEDデスクスタンドのリコールについて

Info

パナソニック株式会社が販売したLEDデスクスタンドについて電子部品の故障により、発熱し底面部の樹脂の一部が溶融・変形に至る可能性があるため、無償で交換を行っています。

対象品番	製造期間	販売期間
SQ-LD420-K	2021年4月～ 2022年1月	2021年6月～ 2022年5月
SQ-LD420-W		

交換受付窓口

LEDデスクスタンド市場対策室

☎0120-020-514

詳 細 役場住民課住民生活担当
☎28-3858



Ashoro
お知らせ 足寄町子ども・子育て会議の委員を募集します

Info

町では、足寄町子ども・子育て会議の公募委員を募集します。この会議は「足寄町子ども・子育て支援事業計画」の策定や子育て支援施策の推進に関する事項等を調査・審議するため、委員の皆さんから意見・提案等をいただく会議です。

未来を担う子どもたちのために、皆さんの意見を子育て施策に生かしてみませんか。

募集について

①募集人数：2人

②応募資格：本町にお住まいの方で、年数回開催する会議に参加できる人

③任 期：2年間（7月1日～令和6年6月30日）

④応募期限：6月24日(金)

※選考結果は応募終了後に通知します。

詳 細 子どもセンター総務担当
☎25-2574

Ashoro
お知らせ すこやかロードでウォーキングをしてみませんか

Info

ウォーキングは身体に大きな負担をかけることなく誰もができる有酸素運動です。楽しみながら健康づくりのために自分のペースでウォーキングを始めてみませんか。

「すこやかロード」は道民自らの健康運動を推進するための環境整備として、北海道と財団法人北海道健康づくり財団が認定した健康づくりのためのウォーキングを行うコースです。平成18年に認定が開始され現在までに97市町村、192コースが認定されています。

本町では、まちなかコース、河川敷コース、森の中コースの3コースが認定されています。なお、森の中コースは10月まで利用することができます。3コースともに横断歩道がない道も歩きますので、車には注意してください。

持ち歩きやすい「ウォーキングガイドマップ」は、役場福祉課で配布しています。



詳 細 役場福祉課保健推進担当
☎25-2571

町の財政状況 (令和4年3月31日現在)

令和3年度予算の執行状況をお知らせします。

一般会計

歳入		予算現額	108億8,713万円	歳出		予算現額	108億8,713万円
()内は収入率		収入済額	92億9,531万円 (85%)	()内は執行率		支出済額	91億5,311万4千円 (84%)
47億7,233万円	47億7,233万円(100%)	地方交付税	13億9,236万4千円	13億9,219万3千円(99%)	公債費	17億7,452万5千円	13億1,102万7千円(74%)
13億6,868万4千円	12億5,554万円(92%)	国庫支出金	19億366万8千円	12億9,238万5千円(68%)	総務費	12億8,640万2千円	12億6,324万9千円(98%)
9億3,218万円	9億2,165万9千円(99%)	町税	11億2,959万9千円	8億7,161万1千円(77%)	土木費	8億7,800万円	7億9,714万円(91%)
15億3,477万5千円	6億9,400万円(45%)	町債	8億7,240万4千円	7億4,231万円(85%)	衛生費	8億5,917万8千円	7億2,950万6千円(85%)
5億8,993万1千円	4億8,637万5千円(82%)	道支出金	4億4,006万2千円	4億2,901万4千円(97%)	商工費	3億5,092万8千円	3億2,467万9千円(93%)
4億7,087万3千円	2億874万3千円(44%)	諸収入	3億2,467万9千円(93%)		その他		
1億8,141万円	1億8,137万円(99%)	地方譲与税					
1億7,230万円	1億7,230万円(100%)	地方消費税交付金					
1億6,012万6千円	1億5,459万3千円(97%)	使用料及び手数料					
7億452万1千円	4億4,840万円(64%)	その他					

企業会計の収支状況

上水道事業			
	予算額	収入済額	支出済額
収益的収入及び支出	1億7,178万4千円	1億7,294万1千円	1億3,515万2千円
資本的収入及び支出	7,609万7千円	2,218万5千円	6,922万6千円

病院事業			
	予算額	収入済額	支出済額
収益的収入及び支出	11億5,618万4千円	10億4,551万9千円	10億7,655万1千円
資本的収入及び支出	1億4,132万円	1億483万7千円	1億3,070万5千円

特別会計の収支状況

会計名	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険事業	9億3,907万7千円	7億6,952万5千円	8億2,321万8千円
簡易水道	4,597万5千円	992万円	3,922万2千円
公共下水道事業	4億3,084万1千円	1億8,068万3千円	4億2,019万8千円
介護保険	8億8,238万3千円	7億8,143万8千円	7億3,800万8千円
介護サービス事業	2億9,724万5千円	1億4,735万円	2億8,229万7千円
後期高齢者医療	1億3,546万9千円	1億2,829万円	1億3,374万9千円
資源ごみ処理等	7,008万3千円	3,525万8千円	6,381万6千円

会計年度は4月1日から3月31日までですが、出納整理期間が5月31日までであり、この間にもお金の出し入れがあるため、この数値は決算額とは異なります。

詳細 役場総務課財政担当 ☎ 28-3852

防衛施設周辺整備事業補助金が活用されています

○防衛施設周辺整備事業補助金 (民生安定施設助成事業)

防衛施設周辺の生活環境の整備等に関する法律第8条の規定に基づく民生安定施設の助成事業は、防衛施設の設置または運用により、その周辺地域の住民の生活等が阻害されると認められる場合、その障害の緩和に役立てるために地方公共団体に対し行われます。

○令和4年度導入予定 フォーレンジハーベスター

○令和5年度事業要望

防衛施設周辺整備事業により足寄弾薬支処周辺地域の対象地区生産者の安定的な所得を確保するため、農業用機械の更新(ポテトハーベスター2台)を要望します。

○補助金活用事例



令和3年度導入
小麦コンバイン1台



令和元年度導入
高規格救急自動車1台

福祉医療 (重度・ひとり親・乳幼児及び児童) 受給者証を更新します

現在お持ちの福祉医療(重度・ひとり親・乳幼児及び児童)受給者証は、7月31日をもって有効期間が満了となります。

8月1日以降使用できる新しい受給者証は7月下旬に各家庭に郵送しますので、新しい受給者証が届きましたら、住所、氏名等の記載内容を確認してください。

※現在お持ちの受給者証は、8月1日以降に各自で破棄してください。

※道外で受診した場合や受給者証を提示せず医療機関を受診した場合は、申請することで後日払い戻しを受けることができますので、領収書、印鑑(シャチハタ不可)、払い戻しを受ける預金通帳をお持ちの上、手続きをお願いいたします。

※重度およびひとり親の受給資格には所得制限を設けています。受給者証更新の際に所得超過等により、受給資格非該当となった方にもその旨通知します。

健康保険証が変わったときは届け出が必要です。

福祉医療(重度・ひとり親・乳幼児及び児童)受給者証をお使いの方で、本人または家族の勤務先が変更となったこと等により、使用されている健康保険証に変更があった場合、受給資格変更届出が必要となります。

受給者証・新しく交付された健康保険証・届け出に来院する方の印鑑をお持ちの上、役場住民課保険担当にて手続きをお願いいたします。



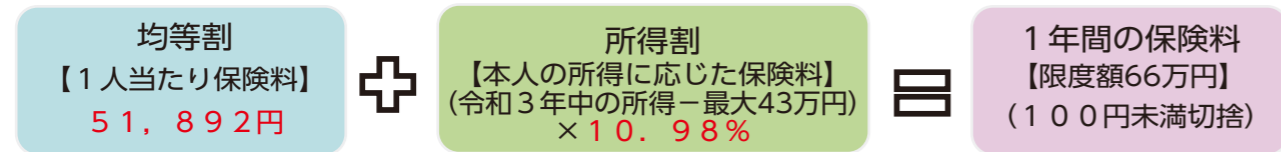
詳細 役場住民課保険担当

☎ 28-3857

後期高齢者医療制度のお知らせ ～ 令和4年度保険料について ～

後期高齢者医療制度は、下記のとおり一人ひとりに保険料が算定されます。令和4年度保険料につきましては、7月に個別にお知らせします。

【保険料の計算方法】



- ・1年間の保険料の上限額は、66万円になります。
- ・年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割りで計算します。
- ※「所得」とは、前年分の「収入」から必要経費（公的年金控除や給与所得控除など）を引いたものです。
- ※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

■ 保険料の軽減について

①均等割の軽減（年額）

- ・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32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。

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定の所得額)	均等割の軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7割軽減
43万円+(28万5千円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	5割軽減
43万円+(52万円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	2割軽減

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方で、該当者がいない場合は1とします。

- ・給与等の収入金額が55万円を超える方
- ・公的年金の収入金額が60万円（65歳未満）、125万円（65歳以上）を超える方

②被用者保険の被扶養者だった方の軽減

後期高齢者医療制度に加入したとき、被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、制度加入から2年を経過していない期間のみ均等割が5割軽減となります（51,892円 → 25,946円）。

※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入っ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。

■ 保険料のお支払い方法について

保険料の納め方は、原則「年金天引き」です。ただし、次の①～③のいずれかに該当する方は「年金天引き」の対象となりませんので「納付書」または「口座振替」にて保険料を納めてください。

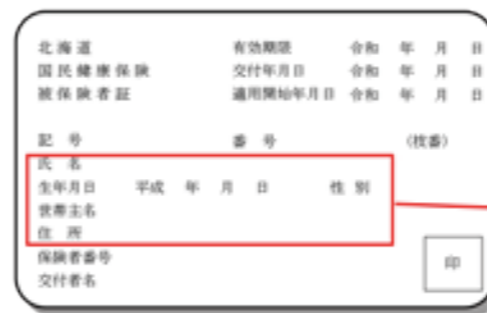
- ①介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額18万円未満の方）
- ②介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計が、介護保険料が「年金天引き」されている年金の受給額の半分以上を超える方
- ③新たに後期高齢者医療制度に加入し6カ月を経過していない方

詳細 北海道後期高齢者医療広域連合 役場住民課保険担当
☎011-290-5601 ☎28-3857

8月から国民健康保険被保険者証 (兼高齢受給者証) が切り替わります!

国民健康保険に加入している方に現在交付している「国民健康保険被保険者証」(以下「保険証」と70歳から74歳までの方に交付している「国民健康保険高齢受給者証」(以下「高齢受給者証」)は7月31日が有効期限となっており、1年ごとに更新しています。

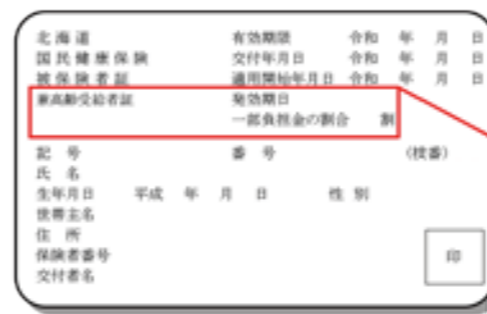
新しい「保険証」「高齢受給者証」は、7月末までに各家庭に郵送しますので記載内容を必ずご確認ください。



国民健康保険被保険者証 (69歳まで)



保険証に記載されている住所・氏名などをご確認ください。



保険証 兼 高齢受給者証 (70～74歳まで)



保険証と高齢受給者証が一体化して1枚のカードになっています。70歳以上の方もこの1枚で大丈夫!

高齢受給者証の窓口負担割合

区分	窓口負担割合
住民税の課税標準額が145万円未満の方	2割
住民税の課税標準額が145万円以上の方(現役並み所得者)	3割

※現役並み所得者と判定された場合に、総収入額が基準収入額に当てはまる方については、申請により窓口負担割合が2割になります。

◆接骨院・整骨院・鍼灸院などで保険証が使えるときは?

- 骨折・脱臼・打撲・捻挫等の外傷性が明らかな負傷の場合。
 - 神経痛・リウマチ・腰痛症等の慢性的痛みを主症とする疾患の場合。
 - 筋まひや関節拘縮等の医療上マッサージを必要とする症例の場合。
- ※骨折・脱臼の緊急時を除いて接骨院・整骨院・鍼灸院などで施術を受ける場合は、あらかじめ医師の同意が必要です。



◆負傷原因の調査にご協力ください

長期間、あるいは多部位について施術を受けている方には、役場から文書で負傷原因を確認させていただくことがあります。また、施術によって症状が改善しない場合は、病気等の内科的要因も考えられますので、医療機関の受診についてもご検討ください。



詳細 役場住民課保険担当 ☎28-3857

令和4年度介護保険料のお知らせ

▶令和4年度介護保険料の算定について

65歳以上の人（第1号被保険者）の介護保険料は、町民税の課税状況などに応じて9段階に分けられます。

<令和4年度の足寄町の介護保険料>

所得段階	対象者		計算方法	保険料年額
第1段階	町民税非課税世帯	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金受給者の方 ●合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.3	20,700円
第2段階		●合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円以下の方	基準額×0.5	34,500円
第3段階		●合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円超の方	基準額×0.7	48,300円
第4段階	町民税課税世帯	●合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.83	57,300円
第5段階		●合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円超の方	基準額	69,000円
第6段階	本人課税	●合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.2	82,800円
第7段階		●合計所得金額が210万円未満の方	基準額×1.3	89,700円
第8段階		●合計所得金額が320万円未満の方	基準額×1.5	103,500円
第9段階		●合計所得金額が320万円以上の方	基準額×1.7	117,300円

▶介護保険料の納め方について

納め方は受給している年金額によって異なり、納付書により納める方は期限（原則毎月25日）までに納付してください。

- ・年金が年額18万円未満の場合
 <<普通徴収>>納付書や口座振替により納めます。
- ・年金が年額18万円以上の場合
 <<特別徴収>>年金からの天引きとなります。ただし、年度途中で65歳になる方は、天引きが始まるまで普通徴収となります。

▶所得の低い方は自己負担が軽減される場合があります

所得の低い方の介護サービス利用が困難にならないよう、自己負担が軽減される制度（介護保険負担限度額認定、社会福祉法人等による利用者負担軽減ほか）があります。これらの軽減制度は対象となる要件がありますので、役場福祉課介護保険担当にご相談ください。

▶相談や悩みにお応えします

利用している介護サービス内容について苦情・相談がある場合は、サービス事業者や介護保険施設に直接問い合わせをすることができるとともに、ケアプラン（介護予防ケアプラン）を作成したケアマネジャーにも問い合わせをすることができます。これらの相談でも依然として改善が見られない場合には、役場福祉課介護保険担当にご相談ください。

詳細 役場福祉課介護保険担当 ☎28-3854

介護保険に関すること以外でも、高齢者の皆さんにお困りのことがある場合は気軽にご相談ください。
 相談先
 役場福祉課地域包括支援センター
 ☎25-9200

まちの健康だより 大 からだげんき

6月は食育月間・毎月19日は食育の日です。

○カルシウムはとれていますか？

「日本人の食事摂取基準（2020年度版）」では、1日に摂取が必要なカルシウムの推奨量が示されています。

年齢(歳)	男性推奨量(mg/日)	女性推奨量(mg/日)
1~2	450	400
3~7	600	550
8~9	650	750
10~11	700	750
12~14	1000	800
15~29	800	650
30~74	750	650
75以上	700	600

(出典)厚生労働省 日本人の食事摂取基準(2020版)

必要なカルシウムをとるためには、吸収率のよい乳製品の他に小魚、豆・大豆製品、緑黄色野菜・海藻等を組み合わせてとりましょう！

○カルシウムのはたらき

体内のカルシウムの99%は骨や歯に蓄えられており、残りの1%は血液中にあつて神経の伝達や筋肉の収縮、心臓を規則正しく活動させる、神経の興奮を鎮め精神を安定させる、血液凝固作用等に係る大切な役割を担っています。

○カルシウムが不足した状態が続くと…

カルシウムが不足した状態が続くと、骨の量が減り、スカスカにもなります。将来、骨粗しょう症の原因になることも…。



骨量は20歳頃まで増加し続け、40歳を過ぎると低下し始めます。女性ホルモンには骨量の減少を抑える働きがありますが、閉経後は女性ホルモンの分泌が減少するため、骨量が減少します。子どもの頃からカルシウムを十分摂取することが大切です。

※特に成長期にさしかかる12~14歳のカルシウム推奨量が最も多くなっていますので、成長期のお子さんがあるご家庭は、意識してカルシウムを多く含む食品を食事に取り入れましょう。

○カルシウムを多く含む食材を紹介します。

【牛乳・乳製品】

牛乳90ml (コップ半分)	スライスチーズ 15g (約1枚)
プレーンヨーグルト 85g (1個)	スキムミルク 9g (大さじ1.5)

乳製品はカルシウムが豊富で、吸収率も高いです。カロリーが気になる方は低脂肪タイプを選ぶのがよいでしょう。

【小魚】

煮干し 5g	ちりめんじゃこ 20g
焼きししゃも 30g (2尾)	干しえび 5g

骨まで食べられる小魚は少量でもカルシウムが豊富です！ただし、塩分も多いので注意が必要です。

【豆・大豆製品・種実類】

木綿豆腐 120g	高野豆腐 20g
ごま 大さじ1	納豆 110g

大豆製品は低カロリーでたんぱく質も豊富！1日1~2種類とるとよいでしょう。

【野菜・海藻】

小松菜 60g	切り干し大根 10g
乾燥わかめ 15g	干しひじき 10g

野菜の中でも緑の濃い葉の野菜や海藻にカルシウムが多いです。

○カルシウムを効率よく吸収するポイント

- ①ビタミンDを併せてとること
 例：鮭・干し椎茸・きくらげ等
- ②日光に当たること
- ③適度な運動をすること

詳細 役場福祉課保健推進担当

☎25-12571



●出前スポーツ教室
町内の5人以上のグループで行う健康づくり活動等に講師を派遣します。さまざまな種目に対応していますので、自治会や職場の仲間などでお気軽にお申し込みください。

詳細 総合体育館 ☎25-3191

●屋外体育施設オープン
今年も各種屋外体育施設がオープンとなりました。

屋外体育施設を団体で利用する場合は、事前申し込みが必要です。ご利用の際は、必ず総合体育館にお問い合わせください。使用の際は、施設のルールとマナーを守りましょう。

【屋外体育施設】
自由広場、陸上競技場、野球場、とさわサッカー場、パークゴルフ場（とさわ・ときわ東・里見グリーンヒル・里見ウエストヒル・しらかば）

詳細 総合体育館 ☎25-3191

生涯学習情報コーナー

Vol.128

- まなび
- つながり
- ささえあい

足寄町教育委員会
ホームページアドレス <https://town.ashoro.hokkaido.jp/kyoiku-iinkai/>



開催します

生涯学習事業

●夏休みチャレンジクラブ
開催日 7月25日(月)～7月29日(金)
全5回

場所 足寄小学校
※詳しい時間や申し込みについては、各学校を通じて周知します。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

社会体育事業

●ジュニア水泳教室

開催日 6月15日(水) 16日(木) 17日(金)
22日(水) 23日(木) 24日(金)
全6回

時間 午後3時45分～5時

場所 温水プール

対象 小学1年生～6年生

詳細 総合体育館 ☎25-3191



ジュニア水泳教室

●第20回町民ふれあいスポーツ大会
開催日 8月28日(日)
時間 午前8時30分から
場所 陸上競技場ほか

詳細 総合体育館 ☎25-3191

※現在、実施の可否を含め検討をしています。詳細が決定次第お知らせします。

学校教育

●教科用図書展示

教育委員会では、現在町内の小中学校で使用している教科用図書の展示を行います。

目的 教科用図書を公開し、教科に対する理解を深めてもらうため。

期間 7月5日(火)～18日(月)

場所 町民センター

※どなたでも自由に閲覧できます。

詳細 教育総務室 ☎25-3188

子育て・家庭教育

●ブックスタート事業

開催日 7月28日(木)

時間 午前10時～正午

場所 町民センター多目的ホール

対象 乳児健診該当者

※乳児健診時に読み聞かせをしブックスタートパックを配布する事業です。

詳細 図書館 ☎25-3189

●各種委嘱委員

令和4年度の教育委員会委嘱委員（社会教育関係のみ）および社会教育団体の代表者を紹介します（敬称略）。

教育委員会委嘱委員（社会教育関係）
社会教育委員の会議

委員長 小松 洋一
副委員長 阿部 嘉宏

スポーツ推進委員の会議

委員長 松本 憲治
副委員長 伊藤 力

文化財専門委員会

委員長 佐竹 桃代
副委員長 齊藤 修

図書館協議会

委員長 佐竹 桃代
副委員長 五十嵐健二

社会教育関係団体代表

- 文化協会会長 阿部 嘉宏
- 日本足並み会会長 沼田 正俊
- PTA連合会会長 畑 健太郎
- 青年団体連絡協議会会長 河向 一城
- 青年協議会会長 山口 哲平
- 女性団体連絡協議会会長 渡部 美子
- 地域子ども会育成連絡協議会会長 佐々木寿雄
- 体育協会会長 宇野 浩
- スポーツ少年団本部長 阿部 智一

学校の歴史資料



●郷土資料館より

足寄の歴史資料等を展示・紹介している郷土資料館（中足寄）が今年もオープンしました。

昔の生活道具やふるさと銀河線に関する展示に加え、電源開発株式会社から寄贈された「水車ランナ」などの水力発電の歴史に関する展示や、昔の学校に関する資料など、新たな展示が増えまして、ぜひお立ち寄りください。

期間 9月30日(金)まで

時間 (日曜・月曜休館)

※団体見学等については期間外でも対応していますので、お気軽にお問い合わせください。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188



水車ランナ

お知らせ

●マイプラン講座

町内の5人以上のグループが企画する生涯学習講座について、教育委員会が講師の手配と町民への周知を行うことで学習活動をサポートします。趣味や文化活動などさまざまな分野に対応していますので、お気軽にご相談ください。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

お願い

●社会教育・体育施設の利用について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用者の方に引き続きお願いする事項がありますので、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

お願い事項などにつきましては、教育委員会ホームページをご覧ください。詳しくは、左記にお問い合わせください。

生涯学習室 ☎25-3188

(町民センター・生涯学習館・郷土資料館)

図書館 ☎25-3189

(図書館レイカ・児童館分館)

総合体育館 ☎25-3191

(総合体育館・温水プール・パークゴルフ場・屋外体育施設)

動物化石博物館 ☎25-9100

(動物化石博物館)

募集します

●町民センターロビー作品展

町民センターのロビーを利用して、趣味などで作成した各種作品や撮影した写真などを展示してみませんか。個人、団体問わず作品を随時募集いたしますので気軽にお問い合わせください。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188



リサイクルの日

●子育て支援「リサイクルの日」
開催日 6月28日(火) 7月26日(火)
8月23日(火) 9月27日(火)

時間 午前10時～11時15分

場所 町民センター 会議室1・2

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

●情報誌「えんぜる」編集員

子育て支援情報紙「えんぜる」を月1回発行し、乳幼児を持つ保護者向けに、子育てに関する情報を提供しています。編集会議への参加や原稿を執筆していただけるボランティア編集員を募集しています。



詳細 生涯学習室 ☎25-3188

●「リサイクルの日」運営スタッフ

子育て支援「リサイクルの日」は、不要になった子ども服などの提供やチャイルドシート等の貸し出しを、毎月1回町民センターで行っています。その前日準備と当日運営を手伝ってくれる子育て世代のボランティアスタッフを募集しています。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

●「生涯学習指導者バンク」指導者

町民の生涯学習活動(趣味・教養・健康・スポーツ等)をサポートしていただく指導者を募集しています。

日頃の活動で習得した知識や技能を町民の皆さんに指導・伝達・還元していただく仕組みにぜひご協力ください。詳細 生涯学習室 ☎25-3188

「ご相談ください」

●教育相談電話

子育てや家庭教育をはじめ、教育に関するお悩みはありませんか。教育委員会では、教育相談専用電話を設置し、悩みや相談を受け付けています。相談専用電話 ☎25-4976 (よくなるうと覚えてください)

相談内容

学校生活、いじめ、異性、交友、非行、子育て、しつけ、生活など
受付時間 月曜日・金曜日
午前9時～午後4時

相談員



曾根 広至
生涯学習推進アドバイザー



青木 敬二
生涯学習推進アドバイザー

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

池田です！頑張っています！！

『鍛錬千日の行、勝負一瞬の行』先月行われた高校野球春季大会において、足寄高校野球部は初戦敗退となりました。冬の間に努力を積み重ね、雪が解け

てからは大会に向けてチーム作りを進めてきましたが、力負けしたのは言うまでもなく、本番で実力を発揮することの難しさを感じさせられる一戦となりました。負けた悔しさを忘れてはいけません。が、いつまでも下を向いていても仕方ありません。試合の中でも新戦力の1年生の活躍など光るものがありました。チーム全体としても最後まで諦めずになんとか1点もぎ取ろうと戦い抜くことができました。目標としている夏の全道大会出場に向けて、今回の反省点を生かしつつ、選手たちが迷わぬよう、ぶれない方向性を示しながら、また鍛錬を重ねていきたいと思えます。今大会は久しぶりの有観客試合ということもあり、多くの皆さんに声援をいただきました。夏の大会では足寄高校野球部が十勝を勝ち抜き雄姿を見ていただけよう、日々精進します。



図書館ルイカ情報

●絵本作家サトシンの絵本よみましょー！

「うんこー」「わたしはあかねこ」(文溪堂)やNHK・Eテレ「みいつけた!」でおなじみの「おてて絵本」の発案者でもある絵本作家・サトシンの講演会を開催します。

開催日 7月23日(出) 時間 午前10時～ 場所 町民センター多目的ホール 対象 幼児から大人まで 定員 100人(要申込)



サトシンさん自画像

●雑誌変更のお知らせ

【終える雑誌】月刊誌「たまごクラブ」が変遷となるため、2022年4月号までの所蔵となります。

【再蔵する雑誌】年2回刊「Premo(プレモ)」

図書館中学生サポーター再始動

図書館中学生サポーター発足時から活動していた2人が受験生となり、2年間の活動を終え、今年度は昨年度から活動している1人と、新しいメンバー5人を迎え、6人で活動します。展示コーナー作成や小中学校向けの選書や本の修理などを体験しながら、みんなに図書館の楽しさを伝えるための活動を月2回行います。



本の修理体験

読み聞かせ

図書館では小さなお子さんが本に親しんでもらうことや、保護者の方とお子さんが本を通じて多くのコミュニケーションを図るきっかけとなるよう「おはなし会」を開催しています。

●おはなし「たんぼぼ」

開催日 7月6日(水)、8月3日(水) 9月7日(水)

動物化石博物館情報

博物館と3D技術

博物館では、今年4月から3Dプリンターで作成したレプリカ骨格の縮小模型の販売を開始しました。展示室の骨格が原型となっており、3Dモデルの作成から3Dプリンターでの成形、色塗りまで、すべてメイドイン博物館です。

化石と3Dというあまり関係がないように感じるかもしれませんが、博物館では10年ほど前から展示や研究に取り入れています。展示室にはアシロアをはじめとしているいろいろな海の生物が描かれています。これらの復元画はもともと3Dモデルとして作られています。また、東柱類が海の生き物だと明らかになった骨の内部構造の研究にも3D技術が活用されています。

そして今回の3D縮小模型は、フォトグラメトリーという技術を用いて博物館の骨格たちを3Dモデルとして印刷しています。手に取れる見本もありますのでぜひ一度その出来栄えを見に来てください。



アシロアの全身骨格模型

詳細 博物館 ☎25-9100

お知らせ

●図書館資料の検索ができます

パソコンやスマートフォン、携帯電話から図書館資料を検索・予約することができます。新着本や貸し出しランキング、イベント情報等もチェックすることができます。



本の検索・予約フォーム

図書館休館日

6月から9月までの休館日です。月曜日が休館です。
6月 13日、20日、27日
7月 4日、11日、18日、25日
8月 1日、8日、15日、22日、29日
9月 5日、12日、19日、26日

●特別整理期間による休館のお知らせ

利用者の皆さんに正確なご案内をするため、書架にある資料と図書館システムに登録しているデータを照合する作業(蔵書点検)を行うため、一時休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

【臨時休館期間】

6月14日(火)～17日(金) 詳細 図書館 ☎25-3189



絵本の会「はらっぱ」

時間 午前11時～11時30分
場所 図書館ルイカ
対象 乳幼児から
詳細 おはなし「たんぼぼ」事務局 ☎25-4974
●絵本の会「はらっぱ」
開催日 6月25日(出) 8月27日(出)
時間 午前11時～11時30分
場所 図書館ルイカ
対象 幼児から大人まで
詳細 絵本の会「はらっぱ」事務局 ☎25-4974
※おはなし「たんぼぼ」絵本の会「はらっぱ」で一緒に活動しませんか。興味のある方は、当日会場までお越しください。

ルイカからのお知らせ

定寄町図書館「ルイカ」

開館 午前10時～午後6時

休館 月曜・年末年始

特別図書整理期間

☎ 25-3189

HP <https://www.town.ashoro.hokkaido.jp/kyoiku-iinkai/toshokan/>

今月のお知らせ

●あかちゃんタイム、はじめました!

あかちゃんタイムとは、あかちゃん連れの方にも気兼ねなく図書館をご利用いただくために、読み聞かせの声やお子さんの声が館内に響いてしまっても、一般の皆さんにご理解いただけるよう、図書館で設定した時間です。

図書館は小さなお子さんの利用を大歓迎していますが、あかちゃんや小さな子どもを連れては行きづらいと感じている方は、ぜひこの機会に図書館をご利用ください。

日時：毎月第1水曜日 午前10時～午後1時

場所：図書館ルイカ

館内には靴をぬいでお子さんとくつろぐことができるおはなしコーナーや、ベビーカー、授乳室もありますので、ご自由にお使いください。

●新着図書

●一般書

- 『京乱』 上田 秀人
- 『わが家は幽世の貸本屋さん7』 忍丸
- 『老い、どん!2 どっこい生きてる90歳』 樋口 恵子
- 『本心に心地いい部屋』 筆子
- 『さらに残念な鉄道車両たち』 池口 瑛司

●児童書

- 『宝石のひみつ図鑑』 諏訪 久子
- 『ふしぎ駄菓子屋銭天堂17』 廣嶋 玲子
- 『はたらくくるまさいきょうずかん』 小賀野 実
- 『10才からの金の貯め方・つかい方』 横山 光昭
- 『まねっこぴたっ! どうぶつ』 まつした さゆり
- 『ないしよないしよのももんちゃん』 とよた かずひこ

詳しい情報は、教育委員会ホームページの足寄町図書館ルイカコーナーと毎月第4金曜日発行「ルイカつうしん」をご覧ください。

生活支援コーディネーター通信

第14号

「アクティブシニア」とは

高齢者の多様性が進む中「高齢になると身体機能や認知機能が低下する」という、従来のイメージとは違う元気な高齢者がとも増えています。

高齢と呼ばれる年代になっても自分の価値観を持ち、趣味や社会貢献、健康推進などに意欲的で元気な人たちは「アクティブシニア」と呼ばれています。

シニア世代の特徴

人生100年時代といわれる現代、健康寿命を延ばし、いつまでも自分らしくいきいきと過ごしたいと誰もが願うことでしょう。高齢になることで環境変化による喪失体験は増えますが、反面、自由な時間が増えることで活動範囲を広げたり趣味を深めるなど、新たな取り組みに向き合うことができます。現代は社会貢献や社会とのつながりに積極的でない場合も、自由な時間が増えることで再び社会とつながりたいと

詳細

NPPO法人ママサポートえぶろん役場福祉課高齢者福祉担当
☎ 25-6000
☎ 28-3854



自分らしく、いきいきライフ! 第8回

～向井流水法会の活動を紹介します～



町温水プールで活動しているサークルに「向井流水法会足寄支会」があります。

向井流とは、日本水泳連盟公認の日本泳法十三流派のひとつで、15世紀純伊勢(現在の三重県)地方で生まれ、主に御船手の泳法として確立しました。その後各地方に伝わり、明治28年には旧会津藩士により小樽へ伝えられ、現在では小樽市の無形文化財に指定されています。向井流水法会帯広支部が昭和38年に設立、足寄支会は平成8年に設立し、現在ではジュニア会員も含め、生涯スポーツとして年齢問わず多くの方が活動しています。泳ぎの基本は、もともと戦闘



用の泳法だったことから、素朴で無駄な動きを省き力の消耗を抑えたもので、目標物から目を離さない、素早く周りの状況の変化に応じられる体位が求められるなど、競泳とはまた違った楽しさがあります。年に2回、游法公開と呼ばれる、一般の方に演技披露する機会や、日本泳法の全国大会に参加するなど、活躍の場も多くあります。

見学、体験は随時受け付けていますので、興味のある方はぜひお問い合わせください。

詳細 担当 森勢 悦子
☎ 090-5957-1377

アルバータ州の春のイベント

ジャスミン・愛子・ジャクソン

日本ではゴールデンウィーク頃から、外で花見を楽しむ人が増えてくるようです。一方カナダのアルバータ州には「花見」に代わるイベントがあります。バンフ国立公園の中にある「キャンモア」という町では、年に一度「自然と食べ物」を楽しむ「キャンモア・アンコークド」というイベントが4月から5月にかけて開催されます。

「アンコークド」とは「開けられたワインボトル」という意味です。イベントにはたくさんのお客が訪れ、町を囲むカナディアンロッキーズの壮大な山々を見ながら、おいしい食べ物と飲み物を楽しみます。

このイベントでは地元のレストランが来店し、ステーキなどの定番カナダ料理をはじめ、北欧料理やインド料理、アジア料理、ベジタリアンやヴィーガンの人たち用の料理など、いろいろな

種類の食べ物を味わうことができます。またキャンモアは、醸造酒などのアルコール飲料がおいしい場所としても有名で、イベントではいろいろな種類のアルコールを楽しむこともできます。

「キャンモア・アンコークド」では、食事を囲むテーブルにも特徴があります。終わりが見えないくらい長いテーブルに長い椅子を置き、見知らぬ人同士が座り、コミュニケーションを取りながら飲食を楽しみ、とてもにぎやかです。

もし、皆さんが春にアルバータ州を旅行することがあれば、ぜひ「キャンモア・アンコークド」に参加してみてください。きっと素敵な出会いとおいしい食事、そしてカナディアンロッキーズの雄大な自然を楽しむことができると思います!



イベントの定番「長いテーブル」を囲む「アンコークド」の参加者たち

広告は隅々まで要チェック！小さな文字こそ注目しましょう 『定期購入』の巻



※全ての事項を記載すると分かりにくくなる場合は、対象となる表示事項および記載箇所を明記し、参照する形式とすることも可能。

インターネット通販の定期購入トラブルに関する相談が全国に寄せられ、相談件数は増加の一途をたどっています(図参照)。そのことに伴い、6月1日から通信販売の規定が強化されました。6月1日以降、誤認させる表示により申し込みをした消費者は、契約を取り消せる可能性があります。※通信販売の定期購入のみに限定するものではありません。

Q: どのような内容に法改正されたのですか？

A: 6月1日から、カタログやチラシ等を利用した通信販売における「申込書面」およびインターネットを利用した通信販売における申し込み完了直前の「最終確認画面」に対し、次に記載する全ての事項を表示し、消費者が各契約事項を簡単に確認できるようにすることが義務付けられました。

〈表示義務内容〉

- ①分量(商品の数量、サービスの提供回数)の他、定期購入の場合は各回の分量も表示)
- ②販売価格・対価(複数商品を購入する場合は総額を、定期購入の場合は2回目以降の代金も表示)
- ③支払いの時期・方法(定期購入の場合は各回の請求時期も表示)
- ④引き渡し・提供時期(定期購入の場合は次回分の発送時期等についても表示)
- ⑤申し込みの撤回、解除に関すること
- ⑥申込期間



※PIONEETに登録された消費生活相談情報(令和3年12月31日までの登録分)
※「定期購入」の相談件数は、通信販売で「お試し価格」「初回無料」などをうたった飲料、健康食品、化粧品の定期購入に関する相談を集計したもの

Q: 定期購入トラブルを未然に防止するにはどうしたらよいですか？

A: 「初回限定」「お試し」といった広告の大きな表示や「いつでも解約可能」「効果が見られない場合は返金する」「〇日間返品可能」という表示だけで判断せず、注文前に解約や返品条件をチェックするようにしましょう。スマートフォンなどの場合は画面を最後までスクロールし、スクリーンショットで画面を保存しておくようにしましょう。

改正法に基づかない広告の例



初回無料と強調しながら定期購入であることや解約条件は非常に小さな文字で表示していたり、離れた場所リンクしなければ表示できないようになっている等

【相談員からのアドバイス】

回数や期間の定めがなく、消費者が解約手続きするまで継続する定期購入もありますのでご注意ください。

通信販売を利用の際は、次の事項をしっかりと確認しましょう。

- 1回限りの購入なのか継続的な購入なのか？
- 継続的な購入の場合、回数が定められているか？
- 支払う総額はいくらか？
- 解約や返品が可能か？
- 解約や返品ができる場合はどんな条件か？



詳細

消費生活相談所 ☎28-10585
(南6-12 社会福祉協議会内)
平日・午前10時～午後3時30分
役場住民課住民生活担当 ☎28-13858

飲み水を 未来につなごう ぼくたちが あしよりの上下水道

第35号

～6月1日から7日までは、第64回「水道週間」です～

標語

「大切な 水と一緒に 暮らす日々」

水道は、生活や経済活動を支える大切な役割を果たしています。町は、安全な水を安定して供給することに努めています。

お客様が使用されているメーター器が正確な計量で検針できるよう、計量法により有効期間が8年と定められています。
そのため、メーター器(私設メーター器を除く)の有効期限が満了となるまでに、計画的に取り替えていきます。メーター器の取替作業は、建設課上下水道室で契約した請負業者が行います。お客様にメーター器取替費用を請求することはありません。
※消耗した部品交換や漏水修理はお客様負担となります。

メーター器取替工事にご協力ください



○取替対象はメーター器側面のシールが平成34年6月～9月のもです。

○メーター器取替完了後、水の使い始めに空気や濁った水が出る場合があります。しばらく出していただと通常の状態に戻ります。

○取替作業時にお客様が立ち会いする必要はありません。
○メーターボックスの上には物を置かないでください。

料金のお支払いについて

料金のお支払いは口座振替が便利です。

ご希望の方は左記金融機関にて、通帳など口座番号の分かるもの、口座登録の印鑑をお持ちの上、手続きをお願いします。

※金融機関の営業時間内に手続きができない方は役場建設課上下水道室にご相談ください。

【口座振替】

各種水道料金 毎月25日
下水道使用料 毎月25日

【口座振替可能な金融機関】

北海道銀行足寄支店
帯広信用金庫足寄支店
足寄町農業協同組合
ゆうちょ銀行

詳細

役場建設課上下水道工務担当

☎28-13868

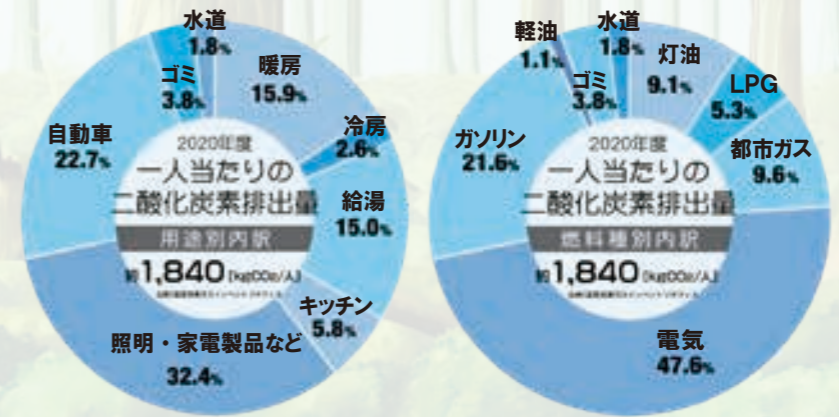
私たちは1年間に温室効果ガスをどのくらい出しているの？

「温暖化対策をみんなで考えて行きましょう！」と言っても、何をどうしたらよいか分からない...という方もいるのではないだろうか。

温室効果ガスは目に見えませんが、暮らしの中で排出している量は、電気や石油などのエネルギー使用量から知ることができます。例えば、灯油を1リットル燃やすと、二酸化炭素が約2.5キログラム排出されます。

つまり灯油を何リットル使用したか分かれば、それに応じて二酸化炭素の排出量を計算できます。例えば家庭で灯油を一冬に1000リットル消費したとすると、排出量は2.5トンとなります。電気の場合も同じように、使用電力量から二酸化炭素の排出量を求めることができます。

家庭における日本人一人当たりの二酸化炭素排出量は年間約1.9トンで、燃料の種類別、用途別の内訳をみると、次のグラフのようになっていきます。ただし、これは全国平均で、北海道は暖房や自動車用の燃料消費が多いことから、全国平均の約1.4倍の排出量となっています。



出典：温室効果ガスインベントリオフィス / 全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイトより

日々の暮らしの中でエネルギーの使い方や排出量の少ないエネルギーの選択、エネルギーの使い方そのものを見直し、環境にも家計にも優しい暮らし方を考えてみませんか。

役場経済課商工観光・エネルギー担当
☎28-3863

情報BOX

お知らせ

- ☎...電話番号
- ✉...ファクス
- 🏠...ホームページ
- ✉...メールアドレス

労働保険のお知らせ

令和4年度労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、7月11日までです。最寄りの労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書の書き方および申告・納付方法等の詳細につきましては年度更新申告書に同封しているパンフレット等をご参照ください。厚労省ホームページでもご覧いただけます。



詳細 厚生労働省労働基準局労働保険徴収課業務係
☎03-52553-1111（内線5163）

「十勝川水系首更川総合水防演習」を実施します

十勝管内における洪水などの災害に備え、広域的な防災関連機関の密接な

寄附・寄贈

善意のご寄贈ありがとうございます
・渡辺裕美さんから認定こども園どんぐりおよびへき地保育所の保育に役立てるため

サマージャンボ宝くじ発売
この宝くじの収益金は明るく住みよいまちづくりに使われています。
発売期間 7月5日(火)～8月5日(金)
抽せん日 8月17日(水)
詳細 (公財)北海道市町村振興協会
☎011-232-0281



連携と水防技術の向上、ならびに水防意識の高揚を図るとともに、水防に対する地域住民の理解と協力を求めることを目的として実施します。当日、洪水対策訓練をYouTubeにて配信しますので、帯広開発建設部のホームページからご覧ください。
日時 6月18日(出) 演習：午前9時～11時30分
詳細 帯広開発建設部治水課
☎0155-24-4105



陸別町から

新発売!

しばれくんつららちゃん皮キーホルダー

手作り革工房クラフト・ベアからの新商品です。表側に陸別町のキャラクター「しばれくん」裏側に「つららちゃん」が描かれています。

500円玉を収納することができます。

ゴールデンウィーク期間中の売れ行きも好調でした。

1個780円(税込)



詳細 陸別町観光物産館(道の駅内)
☎27-2012

本別町から

道の駅ステラ★ほんべつ

3種類の味で「ほんべつミニバウム」を販売中!

生地に本別産きたほなみを使ったバウムクーヘンの「ほんべつミニバウム」に2種類の味が仲間入りし、従来のプレーンに抹茶とチョコが加わり、合わせて計3種類に。しっとりとした口だけの良い食感で、直径9センチ厚さ2センチと食べやすいサイズを1つずつ包装し販売しています。お土産やおやつ用としてぜひご賞味ください。

ほんべつミニバウム 1個 230円(税込)



詳細 道の駅ステラ★ほんべつ
☎22-5819

金根観光 キンコンカンコー vol.13

オンネット野営場休憩舎がオープンしました!

昨年からのオンネット野営場内に建設してきた新しい休憩舎が6月1日にオープンしました。

5月から休憩舎内の商品展示スペースとくつろげるスペースの内装を、施設管理事業者のアンプラー・ジュエインターナショナル(UPI)や観光協会の



皆さんの手を借りて何とか形にできました。新休憩舎では、これから観光案内、アウトドアグッズのレンタルと販売、軽食コーナーなどを展開していきます。オープン期間は野営場と同じく6月1日から10月31日までになります。

これからは、新休憩舎を活用して月に1度ナイフのメンテナンスや天然木でクラフトワークショップなどを開催する予定です。

新休憩舎はビジターセンターとして観光案内の役割もあります。観光案内については主に私が担当することになりました。足寄町の観光情報や阿寒摩周国立公園の観光情報だけでなく、オンネット周辺の景観や動植物なども紹介していきます。



地域おこし協力隊 金根

うちの人気者

掲載を希望される方は、役場総務課総務室・広報広聴担当まで

稲山 ^{みずほ} 瑞歩 ^{ちゃん}

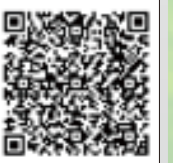
(令和2年5月11日生まれ)
おしゃべり大好きでアンパンマンLOVEの我が家の末っ子です！お兄ちゃんたちに負けずたくましく成長中！たくさん食べて元気に育ってね♪
修斗・智美さんの子



羽根田 ^{ぜん} 善 ^{ちゃん}

(令和元年8月20日生まれ)
いつも、可愛い踊りを見せてくれてありがとう！そんな善に家族みんなが元気を貰っているよ。もうすぐ、弟が生まれて、お兄ちゃんになるね。これからも元気の善でいてね！
健史・恵子さんの子

「うちの人気者」では小学校入学前のお子さんを毎月2～3人掲載しています。兄弟・姉妹と一緒に写っている写真もお待ちしています！過去に掲載したお子さんも、掲載後1年経過していれば掲載できます！掲載を希望される方は、町ホームページ投稿フォームからお申し込みください！お問い合わせは役場総務課広報広聴担当まで。
☎28-3850



うちの人気者投稿フォーム

ひとのうごき

5月末の住民基本台帳

人口	6,437人 (-14)
男	3,188人 (-8)
女	3,249人 (-6)
世帯	3,400世帯 (-8)

※住民基本台帳法の改正に伴い、外国人住民を含んだ数値となっています。

今月の表紙

5月28日(土)に行われた「第76回足寄中学校体育祭」でのスナップです。

広報あしよろ6月号 No.830

発行：足寄町
編集：総務課総務室 ☎28-3850
〒089-3797 北海道足寄郡足寄町北1条4丁目48番地1
<https://www.town.ashoro.hokkaido.jp>

UD FONT この情報誌は、ユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

編集後記

☆先日、オンネット野営場休憩舎のプレオープン取材しました。当日は朝早くから多くの人で賑わい、先着100人にプレゼントされた「モーラナイフ」は1時間もかからずなくなるほどの大盛況でした。

☆阿寒摩周国立公園の拠点としてこれからもたくさんの人に利用してほしいです。

☆そして私はなぜか一度もキャンプをしたことがないので、キャンプブームと休憩舎のオープンにあやかって、今年こそキャンプデビューしたいです。