

広報

# あしよろ



- いま話題の足高生にインタビュー
- ごみの不法投棄・焼却は犯罪です!
- 財政状況

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





# いま話題の足高生にインタビュー



足高生の活躍をご存じですか。今月はその活躍をご紹介します

## 高校生がFMラジオのパーソナリティー

足寄高校野球部の小嶋日向太さんと原田侑樹さん（ともに2年生）が4月から月1回程度ラジオパーソナリティーとして活動している。きっかけは、小嶋さんが渋谷圭校長からラジオに出てみないかと相談を受けたことが始まりで、原田さんに声掛けをして前任の3年生からパーソナリティーを引き継いだ。用意された台本を基にラジオで情報を紹介しながら、自分たちでフリートークもする。

収録の前には二人で軽く会話について打ち合わせもしているが、なかなかフリートークで間をつなぐことは大変で、途中で会話が詰まったりもするが生放送でない分、収録を担当している地域おこし協力隊の神本英邦さんが編集してくれる。

今後について「いまは収録を校舎で行っているが、まだ町内には行ったことがない場所がたくさんあるので、外での取材をしたり、ロケにも行ってみたい」「卒業ま

でラジオの放送は続けていきたい」「町長にもインタビューをしたい」と二人は意気込みを話しました。

## 2回目のラジオ収録

5月22日の収録（25日放送）ではロックバンド「スタンダードスカイ」のドラムとして活動している新津聡人さん（3年生）をゲストに迎えて、バンドとして活動を始めたきっかけや今後の活動等について話を聞き、パーソナリティーとして曲を紹介したほか、オンネトーなど町内の観光スポットや飲食店などグルメスポット、イベント情報も紹介しました。



収録後の感想は二人とも「とても緊張した」との一言。互いについて原田さんは小嶋さんを「パートナーとして収録を助けてくれるのでありがたい」小嶋さんは「頼りになる相棒です」と話し、お互いを信頼し、助け合いながら収録をしていました。

ラジオの収録を担当している神本さんは「高校生のラジオパーソナリティー担当は今年で2代目となるが、収録していて面白い」と話しました。

足寄高校生がパーソナリティーを担当する今回の放送は7月上旬を予定です。

足寄高校生がパーソナリティーとして活動するラジオ「アシヨロノコトらじお」はFM WINGで毎週木曜日に放送されています。また同番組のパーソナリティーは町内で飲食店「ららばい」を営む堀江誠さん「古道具屋うさぎ」を営む儀間美沙子さんなども担当しています。

「アシヨロノコトらじお」は Listen Radio のホームページ（<https://listenradio.jp>）または Listen Radio のアプリをインストールしてお聴きいただけます。

上部写真右から原田侑樹さん、小嶋日向太さん、藁谷美羽さん、大西梨琴さん

## 全国大会にも出場する 強豪弓道部

藁谷美羽さんが部長の足寄高校弓道部は去年10月に行われた第44回北海道高校弓道選抜大会北海道大会の女子団体部門で優勝し、12月に開催された第41回全国高等学校弓道選抜大会に出場しました。



藁谷さんは「全国大会（新人戦）に出場が決まったときは特に実感もなく、全国大会では全道とは違ったレベルの高い緊張感を感じて思うように射ができず自分たちのベストを出し切れなかったが、これからにつながるいい経験になった」と出場した感想を話しました。

全国大会に出場して、新聞にも取り上げられ地元の人から「すごいね」と声を掛けられることもあった。

弓道を始めたきっかけは中学生の頃に弓道のアニメを見て「弓道をやりたい」と思い、弓道部のある足寄高校に進学を決めた。

最初は弓を引き慣れるまで大変だったが、いまは自分の射を客観視して、どのように技術を使うかを考え練習している。

## これからも弓道は続けたい

大学に進学しても弓道は続けていきたい。弓道は自分の技術がどれ位になるのか審査を受けることができる。大学卒業までに5段を目指すことができるので、そこを目指して続けていきたい。

## 全道大会出場決定！

5月26日、27日に行われた北海道高校弓道選手権大会十勝支部大会で女子団体戦（優勝）、女子個人戦で小林彩月さん（優勝）と藁谷美羽さん（5位）、男子個人戦で谷徹也さん（4位）が6月14日から16日に札幌市で開催される全道大会への出場が決定しました。藁谷さんは「去年全国大会を経験して実力もついてきたので、いつも通りの射をして、団体戦で全国大会に出場できる2校に入りたい」と全道大会に向けた抱負を話しました。

## ヒップホップ世界大会で優勝

2月に米国ロサンゼルスで開催されたヒップホップの世界大会「VIBE Dance Competition」が新ニア部門に大西梨琴さん（3年生）が新鴻を拠点に活動する「チビユニティー」のメンバーとして出場し優勝しました。

大西さんは「大会は観客からの声援で緊張したが集中して踊った。憧れの世界大会で優勝した実感はそのときはあったが、今はほとんどない。周りからは優勝した人として見られるので、前よりもダンスに磨きをかけなければとプレッシャーが少しある。ダンスを踊っているときは、とにかく楽しむようにしている」と出場した感想などを話しました。

ダンスのきっかけは4歳の頃に、テレビ番組のダンスを見て楽しそうだと思っ来てくれる先生がいて、その先生の下で練習をして、今でも週に1回は練習に通っている。

「チビユニティー」に参加するきっかけはYouTubeで大きなダンス大会の映像を見たときに日本のチームも出場していると知り、自分も入りたいなと思った。友人がそのチームに所属していたので声を掛けてもらい世界大会を目指すようになった。チームの拠点が帯広にもあり、帯広のレッスンに参加した。

## 大会に出場するために

チームの出場メンバーに選出されるためのオーディションがあり、去年の11月に選抜に選ばれたときには「ここからだ。スタートラインに立てた」と思った。それから2月の大会に向けて練習に励んだ。12月の後半から新潟で合宿を行い、朝の8時から深夜まで練習をした。練習が厳しくて毎晩辞めたいと思ったが、選ばれたみんなも同じ状況で優勝という目標を目指してお互いを高め合うことで乗り越えられた。

## ダンサーをサポートする側に

アメリカのオーディション番組の出演オーディションを受ける予定で、いまはそのために日々練習に励んでいる。

高校卒業後は、ダンスの裏方としてダンサーをサポートする側になりたい。





足寄ふるさと

# ラワンぶき まつり

## 2023

2023年 6月25日(日)

道の駅 あしよる銀河ホール21前広場  
※小雨決行・荒天中止

### — 催し物 —

9:45…町民ステージショー  
11:00…セレモニー  
12:00…カマス挙げ大会  
13:00…ラワンぶきゲーム大会  
14:30…閉会



★町民ステージ  
(雌阿寒太鼓・吹奏楽)

★ロータリークラブ  
ラワンぶきチャリティ即売会

★あゆみちゃんふわふわドーム  
(商工会青年部)

★カマス上げ  
(男性30kg、女性20kg)

★ラワンぶきゲーム大会



主催 足寄ふるさとラワンぶきまつり2023実行委員会  
問い合わせ先 足寄町役場 経済課振興商工観光室  
TEL 0156-28-3863

## ごみの不法投棄・焼却は犯罪です！

### ごみの不法投棄

廃棄物の処理及び清掃に関する法律（廃棄物処理法）第16条では「何人も、みだりに廃棄物を捨ててはならない」と定められています。廃棄物は決められたごみステーションや処分場以外で処理することができません。また、自分の敷地内に埋めることも違反になります。

### ごみの焼却

廃棄物の処理及び清掃に関する法律（廃棄物処理法）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」と定められ、廃棄物の焼却は処理基準に適合する焼却炉や一部の例外を除き、禁止されています。

### ○例外として認められる焼却の例

- ・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  
→どんど焼き等の地域の行事における不要となった門松、しめ縄等の焼却
- ・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  
→農業者が行う稲わら等の焼却、林業者が行う伐採した枝条等の焼却、漁業者が行う漁網に付着した海産物の焼却であって、生活環境の保全上著しい支障を生ずる廃ビニールは含まれない。
- ・たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの  
→たき火、キャンプファイアなどを行う際の木くず等の焼却

不法投棄・不法焼却を行った者  
(未遂を含む)には…

**5年以下の懲役**または  
**1000万円以下の罰金**  
またはその両方

法人、団体が行った場合は  
さらに

**3億円以下の罰金**

足寄町と本別警察署は、ごみの不法投棄の防止について連携して取り組んでいます

### 不法投棄を発見したときは？

#### 不法投棄しているところを目撃した！

警察（110番もしくは最寄りの交番）  
または役場住民課住民生活担当に目撃場所、実行者、車両番号等を通報してください。

#### 不法投棄されたごみを発見した！

役場住民課住民生活担当までご連絡ください。投棄物の調査をして、警察に通報します。

詳細 役場住民課住民生活担当 ☎ 28-3858



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



## 団結・連帯のために

第94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120人が参加しました。

参加者は「労働者・生活者第一の自由で平等な社会」を訴えながら市街地を行進しました。その後の町民センターで行われた集会で、公助と共助の社会、核兵器の廃絶と恒久平和を実現することを誓いました。

## 交通安全をお願いします！

町認定こども園どんぐり（富澤亜希子園長）で本別警察署（堀江清尚署長）が、らいおん組とぱんだ組に交通安全教室および旗の波街頭啓発活動を行いました。

教室では園児たちに道路の渡り方等について教えるとともに、国道242号線沿いの歩道でスピードダウンと書いた旗を掲げて安全運転の啓発を行いました。



## ほんわかしたひとときを

町図書館（原田慎一館長）が春の読書週間に合わせて町民センターで、絵本作家のとよたかずひこ氏の講演会「ももんちゃんとおそぼう in あしよる」を開催し30組の親子が参加しました。

イベントでは、とよた氏が「はい、タッチ」や「よろよろり」など全9冊の紙芝居・絵本の読み聞かせを行いました。

## 町をきれいに

足寄ライオン会（西村啓一会長）と足寄高校ボランティア部が合同で、町内の清掃活動を行いました。

この活動は地域奉仕活動の一環として毎年行われ、この日参加した12人は、役場から東通り沿いのエリア（北区）の吸い殻、ペットボトルなどのたくさんのごみを拾いました。



## 4年振りの消防連合演習

足寄消防団（高木廣志団長）の連合演習が役場駐車場で行われ、団員91人、陸上自衛隊足寄分屯地（染谷真次郎司令）隊員5人が参加しました。雨天のため消防操法のみとなりましたが、訓練の成果を披露しました。

高木団長は「これからも、訓練を重ねていただき、町民の皆さんの期待に応えるべく活動願います」と訓示を述べました。

## 横断歩道を正しく渡ろう

町内の各小学校で交通安全教室が行われました。



## 足寄町産シードル完成！

醸造施設「BLANK HARD CIDER WORKS」（沼田正俊代表）のオープンイベントが行われました。

沼田氏は「これからも自分で飲みたいものを造り、どこでも手に入らないものにしていきたい」と話し、来場した方々はおいしいお酒と料理に終始笑顔で、にぎやかな盛り上がりを見せていました。







Ashoro

**お知らせ** 交通安全指導員を募集します

Info

町では、通学児童・生徒および町内各種事業において交通安全指導、啓発、普及を行う交通安全指導員を募集しています。

## 1. 募集について

- ①募集人数：若干名
- ②応募資格：本町にお住まいの方で、普通免許を持つ20歳以上の方
- ③活動報酬：日額3,000円
- ④応募期限：随時募集

## 2. 活動内容

- ・街頭での交通安全指導 年25回程度  
午前7時30分～8時30分
  - ・各小学校での交通安全教室など
- ※活動日数等は、相談いただければ柔軟な対応が可能です。

**詳細** 役場住民課住民生活担当  
☎28-3858

Ashoro

**お知らせ** 町内在住の70歳以上の皆さんへ

Info

町営温泉浴場「銀河の湯あしよろ」は、町内在住の70歳以上の方であれば、一般利用料金の半額200円で入浴することが可能です。

割引を受ける場合は本人確認書類が必要となりますので、入浴時にご持参願います。

- ・運転免許書
- ・マイナンバーカード
- ・住民票
- ・健康保険証 等

※すでに浴場利用証を発行している方は不要です。



**詳細** 銀河の湯あしよろ  
☎28-3175  
役場住民課住民生活担当  
☎28-3858

Ashoro

**お知らせ** マイナポイント申請のサポートを行っています！

Info

マイナポイントの手続き窓口を開設し、操作が不安な方や対応機器をお持ちではない方をサポートしています。ぜひ、この機会をご利用ください。

※マイナポイントの申請期限は9月末まで延長となりましたが、一部のキャッシュレス決済において9月末以前に期限を設定している場合があります。



※マイナンバーカードの新規取得等で最大5000円分のマイナポイントを受け取るためには、マイナポイントの申し込み後、選択したキャッシュレス決済サービスで2万円のチャージまたは買い物をする必要があります。

**実施場所** 役場総務課（庁舎2階）

**対象者** マイナンバーカードを令和5年2月末までに申請した方で、マイナポイントを申請していない方。※3月以降にカードの申請した方はポイントの対象にはなりません。

**開設時間** 平日の午前9時～午後3時（正午から午後1時を除く）

**手続きに必要なもの** ※書類等がそろっていない場合は手続きができません

- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーカード発行時に設定した暗証番号（数字4桁）
- ③対象となるキャッシュレス決済サービスのICカード
- ④登録する預貯金口座の情報（通帳またはキャッシュカードなど）

※ご自身名義の預貯金口座の金融機関の名称、支店名、口座番号の情報がが必要です。

**詳細** 役場総務課情報管理担当 ☎28-3850



マイナポイント対応の  
キャッシュレス決済



Ashoro

**お知らせ** 児童手当・特例給付の受給資格が  
消滅している方へ

Info

令和4年度の所得が上限限度額以上のため資格消滅となり、児童手当・特例給付が支給されていない方で令和5年度の所得が上限限度額を下回った場合は手続きが必要です。ご自身で所得等をご確認の上、該当する場合は認定請求書の提出をお願いします。

**詳細** 役場福祉課福祉担当  
☎25-2216

Ashoro

**お知らせ** 健康づくり講座「乳がん、乳がん検  
診の話」を開催します

Info

乳がん、乳がん検診に関する正しい情報やセルフチェックの方法を乳がん看護に関する専門の看護師が分かりやすく教えてくれます。

**日時** 7月11日(火) 午後1時30分～2時45分

**場所** 役場1階会議室1

**講師** めぐみ乳腺クリニック

乳がん看護認定看護師 河合 美紀氏

**申し込み** 不要

**詳細** 役場福祉課保健推進担当  
☎25-2571

Ashoro

**お知らせ** 町国保病院からのお知らせ

Info

5月8日から、新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが変更されましたが、国保病院に通院・入院されている患者様は基礎疾患をお持ちの高齢な方が多く、感染した場合、重篤化するリスクが非常に高いことから、次の事項にご協力をお願いします。

- ・院内ではマスクの着用をお願いします。
- ・発熱や風邪症状のある方は、受診する前に国保病院までお電話ください。
- ・入院患者様の面会は、ご家族の方であっても原則お断りさせていただいております。

入院患者様の容態急変等で主治医が許可した場合、事前にご家族で提出していただいた面会者リストにより、健康チェックを行った上で短時間の面会をお願いします。なお、入院患者様の着替え等の受け渡しは職員が行いますので、1階受け付けにお声掛けください。

皆様のご理解とご協力をお願いします。



**詳細** 国民健康保険病院総務担当  
☎25-2155

Ashoro

**お知らせ** 令和5年度脳ドック助成のご案内

Info

町では脳の血管や血液の状態を検査することで、脳梗塞や脳動脈瘤等の脳血管疾患や、その危険因子を発見し、それらの発症や進行の防止をすることを目的に脳ドック助成を実施しています。

■**対象者** 令和5年度に40歳以上の町民の方（昭和59年3月31日以前に生まれた方）

※令和3年度・令和4年度に助成を受けた方は助成対象外となります。

■**受診医療機関** 帯広厚生病院・北斗病院

■**受診期間** 令和5年7月～令和6年2月（受診日時は病院により異なります）

■**助成対象人数** 先着65名（帯広厚生病院20名、北斗病院45名）

■**料金** 自己負担は町助成額10,000円を除いた金額になります。

※申し込み後、日時や金額等記載した案内を送ります。

■**実施内容** MRI・MRA・血液検査・尿検査等

- ・強力な磁気を利用した検査です。心臓ペースメーカーを使用している方は検査できません。
- ・体内に金属類が埋め込まれている方、閉所恐怖症の方、脳疾患で治療したことがある、または治療中の方等は検査できない場合があります。
- ・40歳以上の国民健康保険加入者は特定健康診査、後期高齢者医療保険加入者は後期高齢者健診も同日に受診可能です。
- ・受診結果は病院より町にも通知されますのでご了承ください。個人情報につきましては健康づくり目的以外には使用しません。

■**申込期間** 5月15日(月)午前9時～12月22日(金)午後5時まで（先着人数に達し次第締め切ります）

**詳細・申込先** 役場福祉課保健推進担当 ☎25-2571



# 町の財政状況 (令和5年3月31日現在)

令和4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	101億3,868万3千円	歳出		予算現額	101億3,868万3千円
( )内は収入率		収入済額	80億2,785万9千円 (79%)	( )内は執行率		支出済額	85億5,656万8千円 (84%)
48億2,044万8千円	48億2,044万8千円 (100%)	地方交付税	16億2,086万6千円	16億2,082万9千円 (99%)	公債費	12億8,022万3千円	12億4,954万4千円 (98%)
9億7,900万4千円	9億6,723万7千円 (99%)	町税	13億429万4千円	11億4,856万1千円 (88%)	衛生費	14億4,659万1千円	10億4,087万9千円 (72%)
9億115万1千円	6億56万6千円 (67%)	国庫支出金	9億2,360万6千円	8億279万6千円 (87%)	農林水産業費	4億5,031万2千円	7億2,165万3千円 (69%)
5億7,898万2千円	4億5,631万2千円 (79%)	道支出金	10億5,031万2千円	7億2,165万3千円 (69%)	土木費	8億6,633万円	7億2,055万6千円 (83%)
5億114万1千円	2億6,660万7千円 (53%)	諸収入	8億6,868万6千円	5億372万2千円 (58%)	総務費	3億7,251万5千円	3億6,549万1千円 (98%)
1億9,468万円	1億9,468万円 (100%)	地方譲与税	4億526万円	3億8,253万7千円 (94%)	その他		
1億7,496万2千円	1億7,496万2千円 (100%)	地方消費税交付金					
1億6,542万4千円	1億6,475万1千円 (99%)	財産収入					
1億5,169万7千円	1億5,041万1千円 (99%)	使用料及び手数料					
16億7,119万4千円	2億3,188万5千円 (14%)	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	1億7,629万2千円	1億7,415万4千円	1億3,818万円
資本的収入及び支出	6,715万2千円	437万5千円	6,590万1千円

病院事業			
	予算額	収入済額	支出済額
収益的収入及び支出	11億7,790万2千円	9億9,218万4千円	10億5,799万3千円
資本的収入及び支出	1億2,546万5千円	8,686万7千円	1億1,542万4千円

## 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	8億8,662万2千円	7億7,032万円	8億1,382万8千円
簡易水道	4,071万6千円	910万6千円	3,524万3千円
公共下水道事業	4億6,778万5千円	1億7,083万1千円	3億9,949万4千円
介護保険	8億8,738万3千円	7億5,723万3千円	7億4,763万8千円
介護サービス事業	3億2,730万5千円	1億3,986万8千円	2億9,226万8千円
後期高齢者医療	1億4,085万8千円	1億3,284万9千円	1億3,916万3千円
資源ごみ処理等	7,668万1千円	3,831万2千円	6,920万7千円

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

## 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。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、払い戻しを受ける預金通帳、本人確認書類※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はその旨を通知します。

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・届け出に來庁する方の本人確認書類※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。

※運転免許証やマイナンバーカードなど顔写真付きのものは1点、それ以外は2点必要になります。



詳細 役場住民課保険担当

☎ 28-3857

## 子育て世帯生活支援特別給付金

食費等の物価高騰に直面し影響を受けた低所得の子育て世帯の生活支援を行うため、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

### ●支給対象者

#### 【低所得のひとり親世帯】

次の①～③のいずれかに該当する方  
①令和5年3月分の児童扶養手当受給者 (申請不要、5月30日に北海道から支給済み)

②公的年金等を受給していることにより、令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない方 (児童扶養手当に係る支給制限限度額を下回る方に限る)

③食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変している、児童扶養手当を受給している方と同水準の収入の方に限る

#### 【ひとり親世帯以外の世帯 (その他世帯)】

次の①～②のいずれかに該当する方  
①令和4年度分子育て世帯生活支援特別給付金の支給を受けている方 (申請不要、5月31日に町より支給済み)  
②対象児童 (令和5年3月末時点で、18歳未満の児童 (障害児については20歳未満)) の扶養者であって次のいずれかに該当する方

・令和5年度分の住民税均等割が非課税である方

・食費等の物価高騰の影響を受けて令和5年1月1日以降の収入が減少し、住民税非課税相当の収入となった方  
※令和5年4月以降令和6年2月末までに生まれる新生児も対象となります。

### ●給付額

児童1人当たり5万円 (1回限り)

### ●申請期間

6月1日(木)～令和6年2月29日(木)まで

### 【提出書類】

・申請書 (申請窓口で記載していただきます)  
・申請者、請求者の本人確認書類 (運転免許証、健康保険証など)  
・受け取りを希望する口座の通帳やキャッシュカードの写し  
・収入を確認できる書類 (給与明細、年金振込通知など)

※申請の種類により記載している以外にも、必要書類等を提出していただく場合があります。

### 詳細・申請先

役場福祉課福祉担当

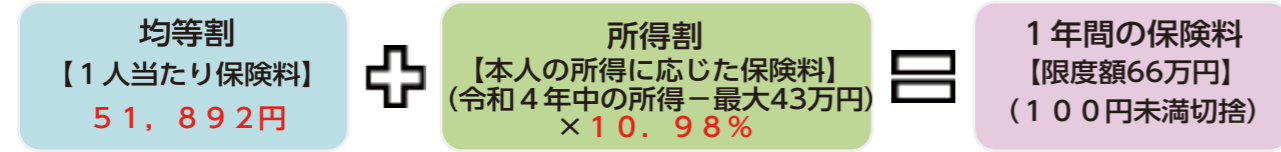
☎ 25-2216



## 後期高齢者医療制度のお知らせ ～ 令和5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5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 + (29万円 × 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 + (53.5万円 × 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。

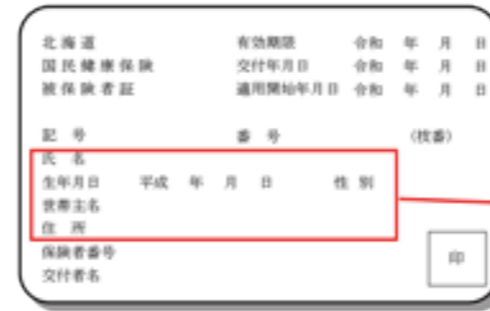
- ①介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額18万円未満の方）
- ②介護保険料と後期高齢者医療の保険料の合計が、介護保険料を「年金天引き」されている年金の受給額の半分以上を超える方
- ③新たに後期高齢者医療制度に加入し6カ月を経過していない方

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。

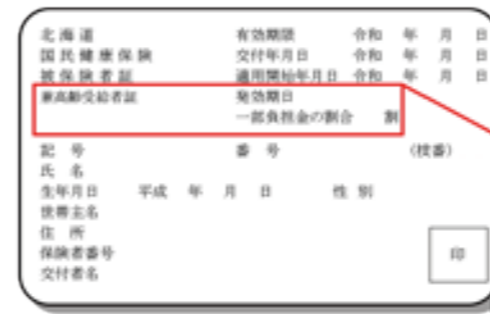
新しい「保険証」「高齢受給者証」は、7月末までに各家庭に郵送しますので記載内容をご確認ください。なお有効期限切れの古い保険証は、ご自身で破棄してください。



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5年度介護保険料のお知らせ

## ▶令和5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5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 本人非課税 ●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	●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の額によって異なり、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。

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

# 地域包括支援センターにご相談ください

地域包括支援センターは各市町村に設置されており、高齢者等が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、必要な支援を包括的に行う地域の中枢機関です。本町では役場福祉課に設置されており、町民の皆さんが高齢になっても安心して生活ができるようさまざまな支援を行っています。

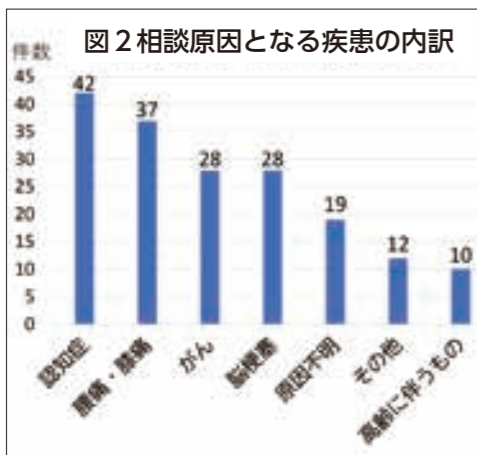
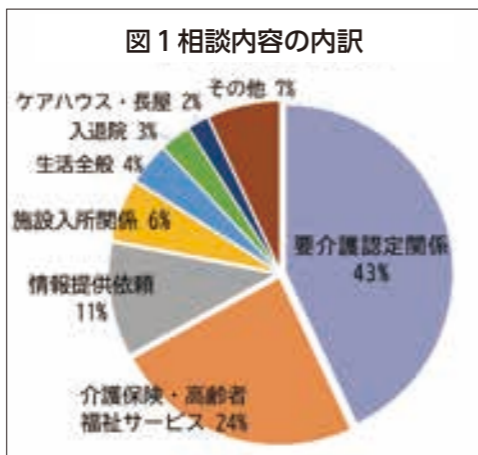
地域包括支援センターの取り組みと、令和4年度実績の一部をご紹介します。

## 高齢者等のさまざまな相談に応じています

高齢者等に関する介護相談、生活上の悩みや心配事など、さまざまな相談に対応しています。

令和4年度は206件の相談が寄せられ、前年より40件増加しました。相談内容は「要介護認定に関するもの」や「介護保険・高齢者福祉サービス」に関する相談が多く寄せられています（図1）。

相談に至った原因疾患は「認知症」が一番多く、次に「腰痛や膝痛などの関節疾患」が多くなっています（図2）。



要支援等の方の介護予防プランを立てています  
 介護が必要となるおそれのある高齢者が要介護状態にならないよう、要支



認知症サポーター養成講座  
 (足寄中学校)

介護予防や認知症対策を行っています

	参加人数 (延)	回数
健康講話 (老人クラブ等)	231人	25回
運動自主グループ支援	167人	17回
認知症サポーター養成講座	66人	3回
チームオレンジメンバー会議	50人	12回
認知症カフェ (ひだまりカフェ)	154人	11回

## 高齢者や障害者の権利を守ります

民生委員やケアマネジャー等の関係者、他の機関の方々と連携をとり、高齢者虐待や消費者被害の早期発見および対応を行っています。成年後見制度の相談にも応じています。

## 関係機関への支援や地域包括ケア構築を行っています

町内の医療・介護・福祉の関係機関が連携を取りやすいよう環境調整を行うとともに、各種研修会や地域ケア会議を開催するなど専門職への支援を行っています。

地域包括支援センターには、保健師・主任ケアマネジャー・理学療法士などの専門職があり、連携を取りながら総合的に高齢者の生活を支援しています。秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

## 詳細

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 犬からだげんき

6月は食育月間・毎月19日は食育の日です。

糖尿病予防「あなたは大丈夫？」

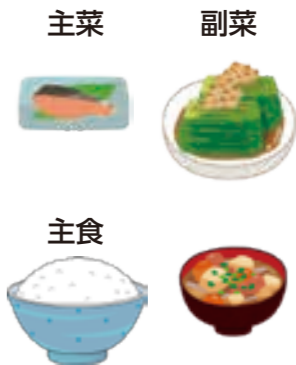
糖尿病は、主に食べ過ぎ、肥満、運動不足、ストレスといった生活習慣が大きな要因です。いまは異常がなくても、望ましくない食生活を長年続けていると、体への負担が積み重なっていきます。

## 糖尿病になりやすいチェックリスト

- 食べ過ぎている
  - 甘いものが好き
  - 甘い飲み物をよく飲む
  - お酒をたくさん飲む
  - 朝食は食べない
  - 野菜や海藻類をあまり食べない
  - 運動不足である
  - 睡眠不足である
  - ストレスがたまっている
  - 40歳以上である
  - 家族や親戚に糖尿病の人がいる
- ※一つでも当てはまる項目がある方は、健診結果を確認してみましょう  
基準値・空腹時血糖110未満

○食事時間は規則正しく、バランスよくとる

血糖値の変動を防ぐため、1日3回規則正しく食べ、主食+主菜+副菜をそろえて、バランスよく食べましょう。



○野菜をたっぷり食べる

野菜は血糖値の上昇を抑える働きがあります。食事の最初に野菜をよくかんで食べると、効果がさらにアップします。

生活習慣病を予防し、健康的な生活を維持するためには、いろいろな種類の野菜を組み合わせ、1日350g以上を摂取することが目標とされています。

成人の1日当たりの野菜の平均摂取量は、男性288.3g、女性は273.6g（令和元年国民健康・栄養調査）であり、1日の目標量350gに対し、約70g不足しています。小鉢1皿分の野菜料理はおおよそ70gです。毎日1皿分野菜料理をプラスし、野菜不足を補いましょう。

小皿1皿分



野菜は1日350g

○食べ過ぎないようにする

体格指数（BMI）は、体重と身長から算出されます。18.5未満がやせ、18.5〜25未満が適正体重、25以上が肥満と判定されます。

肥満になるとインスリンの働きが鈍くなるため、膵臓のβ細胞などが、インスリンをたくさん作ろうと働き続け、体内のインスリン量も増加します。しかし、やがて膵臓が疲れて機能が低下し、血糖値が上がり始めます。健康を維持するため、若いうちから適正体重を維持するように心がけましょう。

〈体格指数：BMI 計算方法〉  
 $体重(kg) \div 身長(m) \div 身長(m)$   
 例：身長160cm 体重65kgの場合  
 $65 \div 1.60 \div 1.60 = 25.39$

○水分補給は水かお茶にする

甘いジュースや缶コーヒー、スポーツ飲料などは糖分が多く血糖値が上昇しやすいため、血糖値を下げるインスリンをたくさん使わなければなりません。

ん。水分補給は、水やお茶など糖分の入っていないものを選びましょう。



○栄養成分表示を確認する

食品を買うときは、エネルギー（kcal）や、食塩相当量などの栄養成分表示を見て選ぶようにしましょう。

栄養成分表示 (1食当たり)	
エネルギー	〇〇kcal
タンパク質	〇〇g
脂質	〇〇g
炭水化物	〇〇g
食塩相当量	〇〇g



食育月間の取り組み

6月1日から6月30日まで図書館ルイカにてパネル展示と食育に関する図書を紹介を行っています。

糖尿病や高血圧等、食と健康に関する展示や資料の提供を行っていますので、ぜひご覧ください。

※6月12日〜6月16日は図書館休館

詳細 役場福祉課保健推進担当  
☎25-2571

## 生活支援コーディネーター通信 第18号

家に閉じこもっていませんか？

新型コロナウイルス感染症が流行し、家の中で過ごす時間が長くなり、以前とは違う日常を過ごしている方も増えたと思います。外出の機会が減ることや筋力の低下や気持ちの落ち込みが生じるなど、心身ともに影響を受けている方も多いでしょう。

新型コロナウイルス感染症が5類感染症になりましたが、まだまだ不安が大きい方もいると思います。

高齢者の元気を支えるWEBサイトがあります

厚生労働省は、新型コロナウイルス感染症に気を付けながら、高齢者の方が健康を維持するために役立つ情報を紹介するホームページ「通いの場」を開発しています。また、スマートフォン専用アプリケーション「オンライン通いの場」も無償公開されています。身体活動や知的活動、社会活動の3要素が備わった介護予防に特化した内容となっています。使用方法が不安な方はお手伝いも可能ですので、どうぞ



お声掛けください。新しい介護予防を一緒に始めてみませんか。

詳細

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

## 自分らしく、いきいきライフ！ 第12回

～足寄農畜産物加工開発研究会を紹介します～

足寄農畜産物加工開発研究会は、地域の農畜産物とともに学び合い、研究する目的で発足された研究会で、今年で10年目を迎えました。本会には5つの部会があり、各部会活動を通じてメニュー開発ならびに会員のコミュニケーションを図っています。しかしながら、この数年はコロナ禍により活動が大きく制限されてしまいました。そのような状況でありながらも「味噌部会」は、感染症予防を行いながら活動を継続しています。

味噌づくりは数回に分けて行い、各回4〜6名ほどが参加しています。地元の大豆や麹を材料とした減塩味噌は、安心安全でもとても美味しいお味噌です。今後はさらなる技術の向上と製品化に向けて取り組んで行く予定です。地元産の農畜産物の活用を通じ、地産地消はもちろん、地域の活性化につながっていくことを期待しています。

食は最大のレクリエーションです。活動に興味を持たれた方は、どうぞお気軽にご連絡ください。

詳細 生活支援コーディネーター  
 山田 美香  
 ☎090-5985-4165



農業農村活性化施設「らわん落の里」での味噌づくりの様子



# 生涯学習情報コーナー

Vol.132

- 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/>



**今年のははプールに行こう！**

施設内には「公認プール(25m)」「ファミリープール」の他に、温泉で温まることができ、マッサージ効果もある「健康プール」や、爽快感を味わえる「ウォーター 슬라이ダー」があります。ビーチボールやビート板などの貸し出しも行っていますので、家族やお友達とぜひ遊びに来てください。

**開館時間**  
午前10時～正午、午後1時～5時  
午後6時～9時 ※毎週火曜休館

**施設概要**

- ・公認プール(競泳・ウォーキング)
- ・ファミリープール(子ども・初心者)
- ・健康プール
- ・ウォーター 슬라이ダー

対象 小学生以上  
運行 小学校の夏休み期間  
午後1時20分～3時50分

詳細 総合体育館 ☎25-3191



**社会体育事業**

●ジュニア水泳教室

開催日 6月14日(水) 15日(木) 16日(金)  
21日(水) 22日(木) 23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



**子育て・家庭教育**

●ブックスタート事業

開催日 7月26日(水) 27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



**生涯学習事業**

●夏休みチャレンジクラブ

開催日 7月24日(月)～8月1日(火)

全7回(土日除く)

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

**学校教育**

●教科用図書展示会

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4日(火)～17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

## 開催します

**【ここがポイント】**

消費者契約法改正では取り消しの対象範囲が拡大し、行使期間の延長がされました。

消費者は、事業者が消費者契約の締結について勧誘をするに際し、靈感等の特別な能力により、消費者またはその親族の生命、身体、財産その他の重要な事項について、そのままでは**現在**生じ、もしくは将来生じ得る重大な不利益を回避することができないと不安

**●第21回町民ふれあいスポーツ大会**

開催日 8月27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

**消費生活相談所** ☎28-0585  
(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

## 「不当な寄附勧誘行為に注意しましょう！悪質な勧誘による寄附や契約は取り消せます」の巻



消費者契約法が改正(令和5年1月5日施行)され、靈感商法等による被害の救済が拡充されました。また、高額な寄附をせまられ家庭が困窮したり、崩壊するなどの不当な寄附勧誘が問題になり令和4年末に臨時国会で成立した「法人等による寄附の不当な勧誘の防止等に関する法律(不当寄附勧誘防止法)」が全面的に施行されることになりましたのでお知らせします。

Q: 靈感商法とはどのようなものですか?  
A: 「先祖の供養をしないと、その病気が治らないですよ」と不安をあおり高額な商品の契約を迫ったり、「私はあなたに悪霊がついているの見える。そのままでは病状が悪化する。寄附しないと悪霊を除霊できない」と告げて祈禱サービスの契約を結ぶなどの商法を言います。また、商品を購入することで運氣が向上するなど「開運」を行う場合もあります。



▼不当寄附勧誘防止法

①不当な勧誘により寄附した人やその家族の救済寄附の取り消しについて  
禁止された不当な寄附勧誘行為によって、寄附の勧誘を受けた人が「困惑」(困ったり、戸惑ったり、どうしてよいか分からなくなるような精神的に合理的な判断ができない状況)して、寄附の意思表示をした場合は、一定期間内であればその寄附の意思表示を取り消すことができます。

A: この法律は「寄附勧誘を行う法人等への規制等」と「不当な勧誘により寄附した人やその家族の救済」を目的とした法律で、借金などで家庭が困窮したり、崩壊することのないよう令和4年末の臨時国会にて成立し、段階的施行されていきました。社会通念上の不当な勧誘行為に限り配慮義務や禁止行為を定めた法律であり、冷静な判断ができずに行った寄附を取り消したり、容易に損害賠償請求できるものなので、通常の寄附の勧誘行為を抑制するものではありません。



②寄附をした人の家族からも寄附の取り消しができます  
寄附者本人が寄附の取り消しを行わない場合でも、寄附者に扶養されている配偶者や子どもは、婚姻費用や養育費などの権利を保全するために必要な場合であれば本人に代わって取消権を行使することができます。また、不当寄附勧誘防止法により、将来に必要なこれらの費用について保全するための特例が設けられました。

をっており、またはそのような不安を抱いていることに乗じて、契約を締結することが必要不可欠である旨を告げることにより、困惑し、契約をした場合には、これを取り消すことができるようになります。

※斜線部分が改正により対象が拡大された点

## 相談員からのアドバイス

靈感商法等の悪質な勧誘による寄附や契約は取り消せます。次のような不当勧誘に注意しましょう！

- ・自由な意思を抑圧する
- ・生活を困窮させる
- ・正体や目的を隠す
- ・借金や自宅等の売却で資金を調達させる など

不当な寄附勧誘に遭い、金銭トラブル等でお悩みの方は法テラスの靈感商法等対応ダイヤルにご相談ください。  
☎0120-005931



●子育て支援「リサイクルの日」  
開催日 6月27日(火) 7月25日(火)  
8月22日(火) 9月26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



「リサイクルの日」

おしらせ

●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

●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

募集します

●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、乳幼児の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子育て世代の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

●「すくすく」託児ボランティア

子育て支援・学習と交流の会「すくすく」では、来年2月まで毎月1回、子育てに関する講話やリフレッシュ体操、参加者同士による情報交換を行っています。その際に託児をお手伝いしてくれる子育て経験のある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

●「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

●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・とさわ東・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



●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、電源開発株式会社から寄贈された「水車ランナ」などが展示されていますのでぜひお立ち寄りください。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188

●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

●「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

池田です！  
頑張っています!!

先日行われた高校野球春季大会十勝支部予選では、たくさんの方が球場に足を運び、ご声援いただきありがとうございます。結果は1回戦で帯広南商業高校にコールド勝ち(10-0)しましたが、2回戦で帯広農業高校に6回コールド負け(1-12)となりました。3年生は次の夏季大会が高校生活最後の大会となります。彼らにはこの最

●各種委嘱委員

令和5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        | 松崎 晴美 |
| 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         | 澤村 寛  |
| 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 |

●町民センターより

町民センターでは多目的ホールまたは会議室4でカラオケマシンを利用できます。1時間500円で利用できますのでお気軽にお問い合わせください(別途会場使用料金がかります)。

詳細 生涯学習室 ☎25-3188



カラオケマシン

昔の教科書展示コーナー



動物化石博物館情報

ラワンブキと足寄の化石

今年もラワンブキの季節となりました。このラワンブキは、アキタブキという種類なのですが、なぜか足寄に生えるものは巨大に成長します。

その理由について、博物館の澤村前館長は足寄の化石が埋まっているモラワン層を通る水のせいではないか?という仮説を持っていました。この仮説は九州大学演習林が中心となって進めた研究で確かめられることとなり、2021年に論文として出版されました。結果は「地層を通ることで水の栄養が増えるため」という点は合っていました。化石の埋まっている2500万年

前の地層ではなく、もっと新しい火山岩の上を流れる水のおかげでした。水に溶けだした火山岩のミネラルがフキを巨大に成長させる栄養だったのです。7月1日・2日に開催される化石教室では、この2500万年前の地層と大きく育ったラワンブキを観察することができま

ので、両方のすばらしさをお伝えできればと思います。

詳細 博物館 ☎25-9100





### 図書館ルイカ情報

#### ●誰にでもやさしく読める「Lブック」

Lブックとは、読むことが苦手な方にもやさしく読めるように作られた本です。かんたんな言葉やイラスト、写真、絵記号(ピクトグラム)を使って理解しやすい工夫がされています。ぶんぶくちやがま

あかぎ かんこ／ぶん  
さんびきのこぶた  
あかぎ かんこ／ぶん

#### ●ブックリストをご利用ください。

子どもたちが新たな本と出会い、幅広い読書につなげられるように、年齢別におすすめの本を紹介するブックリストを作成しています。「何を読んだらよいか分からない」「子どもに読んでもらいた  
い本がみつ  
からない」  
などお困り  
のときに、  
本を選ぶ参  
考にご利用  
ください。



### 図書館中学生サポーター再始動

発足から3年目を迎える図書館中学生サポーター。今年度は4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、本のカバー掛け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。



### 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5日(水)、8月2日(水)  
9月6日(水)  
時間 11時～11時30分

### 新着図書

#### ●一般書

- 「野菜が決め手！栄養の「こつ」」 佐藤 秀美
- 「北海道キャンプ場ガイド」 亜瑠西社
- 「この世で一番わかりやすい宇宙Q&A」 ジョージ・チャム
- 「墨のゆらめき」 三浦 しをん
- 「能面検事の死闘」 中山 七里
- 「四十雀、跳べ！」 林 真理子

#### ●児童書

- 「はじめてのずかん しよくぶつ」 講談社
- 「おおじしん さがして、はしって、まもるんだ」 清永 奈穂
- 「さんねんないきもの事典 とことん」 今泉 忠明
- 「かなしきデブ猫ちゃん 兵庫編」 早見 和真
- 「防災室の日曜日」 村上 しいこ
- 「へんしんようかい」 あきやま ただし

●今月の展示  
「食育月間」(福祉課合同)  
「環境について考えよう」  
6月は環境月間です。ご家庭のテレビなどの利用を控えることは省エネにもなり、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出量を抑えることができます。この機会に読書をしてみましょう。

図書館情報  
**ルイカからのお知らせ**

足寄町図書館「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/>

●あかちゃんタイムが月2回の開催になりました  
あかちゃん連れのご家族にも、お子さんの声などを気にせず図書館を利用していただく「あかちゃんタイム」の開催が増えました。あかちゃんや小さなお子さん連れの方は、ぜひこの機会に図書館をご利用ください。

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「ルイカつつしん」をご覧ください。

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  
☎25-3189

#### ●絵本の会「はらっぱ」

開催日 6月24日(土) 7月22日(土)  
8月26日(土)  
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  
☎25-3189

※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。



絵本の会「はらっぱ」

### お知らせ

●ブックスタートボランティア募集  
あかちゃんが絵本を通して「あたたかくて楽しいことばのひととき」を持つことを応援する、ブックスタート事業のお手伝いをしてくれるボランティアを募集しています。  
あかちゃんに読み聞かせをしたり、気軽な話し相手として子育ての応援活動をします。

### 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 12日、19日、26日  
7月 3日、10日、17日、24日、31日  
8月 7日、14日、21日、28日  
9月 4日、11日、18日、25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申し上げます。  
【臨時休館期間】  
6月13日(火)～16日(金)  
詳細 図書館 ☎25-3189

### カナダの「父の日」

ジャスミン・ジャクソン  
6月18日は日本もカナダも「父の日」です！  
皆さんは「父の日」をどのように過ごしていますか？今回はカナダの「父の日」の祝い方についてご紹介します。

カナダの「父の日」は、多くの人がお父さんとランチ(朝食と昼食を合わせた食事)を食べて過ごします。パンケーキやワッフル、トーストやハッシュドポテト、目玉焼きなどが代表的なランチメニューですが、他にもエッグベネディクトやキッシュ、プーティンなどがよく食べられています。大きな街のレストランでは「父の日」のランチのイベントも開催されます。

キューのイベントが多く開催されます。それらは「ポークフェスティバル」や「コミュニティバーベキュー」などと呼ばれ、さまざまな露店が立ち並び、お父さんたちが好みそうな食べ物がたくさん売られています。  
また「父の日」にお父さんと一緒にスポーツを楽しむ家族もたくさんいます。カナダではゴルフ好きのお父さんが多く「父の日」のゴルフ場はいつも家族連れで予約がいっぱいになります。それから野球の試合などスポーツ観戦に行く人も多くいます。  
みなさんは、今年の「父の日」は何を過ごしますか？皆さんがどんな「父の日」を過ごすのか興味があるので、私を見かけたらぜひ教えてください！

### 国際交流員コラム No.47 Hello! Friends!

他にも「父の日」当日は、お父さんたちが楽しめる催しがたくさんあります。アルバータ州のエドモントンでは、バーベ



小さい頃のジャスミンと父



# あしよろの上下水道

～6月1日から6月7日までは、第65回「水道週間」です～

## 水道水 安心・安全 これからも

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。

### メーター器取替工事にご協力ください

お客様が使用されているメーター器が正確に計量できるように、計量法により有効期限が8年と定められています。

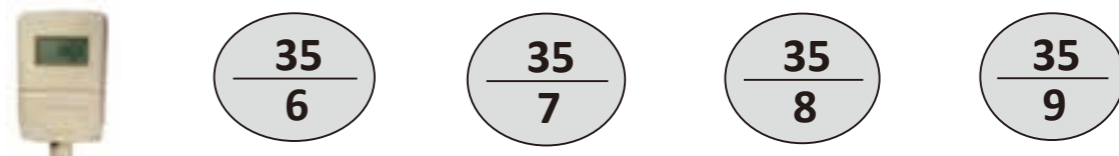
そのため、メーター器（私設メーター器を除く）の有効期限が満了となるまでに、町が計画的に取り替えていきます。

メーター器の取替作業は、町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。

- 取替作業時にお客様が立会する必要はありません。
- メーターボックス・受信機の周辺には物を置かないでください。
- 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ことがあります。しばらく出していただくと通常の状態に戻ります。
- 取替対象のメーター器側面には下記のシールが貼られています。



### 令和5年度満期メーター器取替工事（前期）一覧

工事名	施行場所	施行期間	請負業者
上水道事業用メーター器取替工事（その1）	南2条1丁目、南2条4丁目～5丁目 南3条1丁目、南3条5丁目	8月31日まで	有限会社白沢文栄堂
上水道事業用メーター器取替工事（その2）	南4条1丁目～3丁目、南5条1丁目 南6条5丁目～6丁目		有限会社むとう
上水道事業用メーター器取替工事（その3）	栄町1丁目～2丁目、北1条2丁目～4丁目、北2条1丁目、北3条1丁目～2丁目、北5条1丁目		株式会社マルヨ産業
上水道事業用メーター器取替工事（その4）	里見が丘、西町2丁目～3丁目、西町8丁目 旭町2丁目、旭町4丁目、下愛冠1丁目、郊南1丁目		有限会社コミヤマ
営農用水道事業用メーター器取替工事（その1）	茂喜登牛、中矢、芽登、新町		株式会社マルヨ産業

詳細 役場建設課上下水道工務担当 ☎28-3868

### ゼロカーボンシティの実現を目指して 第14回

## エアコンいまむかし

暑い夏が近づき、エアコンの話題をよく耳にする時期となりました。夏は涼しく、冬は暖かく、室内を快適な温度に調節してくれる「エアコン」が今月のテーマです。

「北海道の冬はエアコンだけじゃ寒くて大変だよ」これがひと昔前の常識でした。

しかし、今では技術の進歩によって寒冷地型のエアコンが出来るようになり、北海道の寒い冬でも十分暖かく過ごせるようになりました。

地球温暖化を防止するための解決策として、エアコンの利用に期待が寄せられています。

国内のエアコンの普及率は、関東以西では95%以上に達していますが、東北・北海道では約60%にとどまっています。その理由は、北日本の夏は涼しいので冷房需要が小さかったことや、冬の寒さが厳しいので暖房器具として使うには技術的課題があったからです。北日本も夏の暑さが厳しくなりつつあるとともに、寒さや雪に強いエアコンの登場で、国は今後、寒冷地型エアコンの普及に力を入れる方針を掲げています。

エアコンも電気ヒーターも同じ電気

を使って暖房を行います。その仕組みは全く異なります。同じ暖かさを得ようとする場合、エアコンの方がはるかに少ない電気で済みます。エアコンの原理は、冷蔵庫などに用いられている「ヒートポンプ」と呼ばれている仕組みで、空気中の熱を集めて移動させる動作を機械で連続的に行い、その循環する向きを変えることによって暖房も冷房もできる一台二役の器用な機械です。そして何より優れているのは、エネルギー効率の高さです。1の大きさのエネルギーを使って5～7もの大きさの熱エネルギーを取り出せる魔法のような仕組みであることです。

これからの暑い夏に備えてエアコンの購入をお考えの方、そして次の冬に向けて暖房器具の入れ替えをお考えの方も、環境に優しく、昔に比べて格段に進歩したエアコンの利用を検討してみたいかがでしうか。

エアコンをお持ちの方、フィルターのお掃除は忘れずに！



役場経済課商工観光・エネルギー担当

☎28-3863

## 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5年度導入予定 ポテトハーベスター 2台

### ○令和6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農業経営を確保するため、トラクター2台とミニユアスプレッター2台の更新を要望します。

### ○補助金活用事例



令和4年度導入  
フォーレイハーベスター1台



# 全道消防職員意見発表会で 足寄消防署職員が優秀賞を獲得！

4月26日に札幌市で「第49回全道消防職員意見発表大会」が開催され、全道10消防本部から11人の消防職員が出席し、山岳救助・救急救命事案や119番通報、メンタルコントロールなどをテーマに発表が行われました。

この発表大会は、全国消防長会北海道支部主催で毎年開催され、全道の消防職員が職務を通じた体験、業務に対する提言や取り組みべき課題などの意見を発表するもので、最優秀賞の受賞者は北海道代表として全国大会へ出場します。

全道大会に道東地区代表として出場した足寄消防署の宮村健斗消防士長は山岳救助で学んだ心構えを「山岳救助へのモチベーション」と題して発表し最優秀賞に次ぐ優秀賞を獲得しました。宮村消防士長は「全道大会に出場して普段では経験できない緊張感を味わうことができました。また他の出場者の発表も素晴らしく、表現力・文章能力を勉強する機会にもなりました。大会出場から学んだ経験を同僚が生かせるようにアドバイスしていきたい」と出場した感想を話しました。



宮村消防士長



意見発表会の様子

## 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5年度労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、7月10日（月）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。



申告書の書き方

**詳細** 厚生労働省労働基準局労働保険徴収課業務係 ☎03-5253-1111（内線5163）

### 労働保険の「電子申請」に関するお知らせ

労働保険のお手続きは「電子申請」をぜひご利用ください。自宅やオフィ

スから24時間いつでも申請や届け出が可能です。

また、労働保険料の納付は口座振替や電子納付が便利です。  
○労働保険の電子申請手続きは「e-Gov」から行うことができます。  
○労働保険関係手続（一部手続を除く）は、GビズIDを利用して手続することができます。

○労働保険の電子申請に関する詳細は特設サイトをご覧ください。



e-Gov



電子申請特設サイト

**詳細** 厚生労働省労働基準局労働保険徴収課企画係 ☎03-5253-1111（内線5160）

### 自衛隊採用説明会のご案内

陸・海・空自衛隊の仕事内容・勤務地・給料・福利厚生等を説明します。興味のある方はお気軽に参加してください。来場者には自衛隊グッズを配布いたします。

**日時** 7月2日（日）午前10時～午後3時  
**場所** 足寄町民センター会議室3  
**詳細** 自衛隊帯広募集案内所 ☎0155-2318718

## 本別町から

資料館企画展

「7月15日本別空襲を伝える

～根室空襲の記録～」

25回目となる今年度は、本別空襲の資料と合わせて、北海道空襲で大きな被害を受けた根室空襲の写真などを展示します。

ぜひご来館ください。

**期間** 7月1日（土）～8月31日（木）まで

**場所** 本別町歴史民俗資料館

**開館時間** 火～日 午前9時～午後4時

**休館日** 月曜日・祝日

※6月25日（日）から6月30日（金）は準備のため休館します。

**入館料** 無料

**詳細** 本別町歴史民俗資料館（本別町北2丁目）

☎22-2141 内線410

図書館 ☎22-5112

## 陸別町から

銀河の森コテージ村キャンプサイト

コテージ村敷地内の「キャンプ用テントサイト（3区画）」がオープンしました。

どなたでも無料で利用できますが、前日までに電話予約が必要です。

用品のレンタルはありません。ごみの持ち帰りなど、利用にあたっては注意事項があります。詳しくは町ホームページをご覧ください。

**開催期間** 10月31日（火）まで



**詳細・予約** 銀河の森コテージ村管理棟 ☎27-4040（午前9時～午後5時）

### 女性のための人権なんでも相談所を開設します

釧路地方司法局帯広支局と帯広人権擁護委員協議会が「女性のための人権なんでも相談所」を開催します。夫による暴言・DV・セクハラ・嫌がらせなど、お気軽にご相談ください。

相談は人権擁護委員が受け付け、秘密は守られます。

**日時** 7月12日（水）午後1時～午後3時30分まで（最終受け付け午後3時）

**場所** 帯広市西4南13 帯広市とかちプラザ1階大集会室

**対象者** 女性の方のみ

**相談料** 無料

**相談員** 帯広人権擁護委員会所属の人権擁護委員

**詳細** 帯広人権擁護委員協議会事務局 ☎0155-2415853

### 電源開発株式会社からのお願い

ダムから放流をするときには、サイレンとスピーカーでお知らせします。サイレン等が鳴ったときは、川に近づくと危険ですので、川から離れるとともに、十分ご注意ください。

**詳細** 電源開発（株）上士幌電力所 ☎01564-214101

## 募集

### 自衛官募集のお知らせ

幹部候補生（飛行要員を除く）  
**応募資格** 一般：22歳以上26歳未満の者（修士課程修了者等（見込み含）は28歳未満）  
歯科：20歳以上30歳未満の者  
薬剤科：20歳以上28歳未満の者

（令和6年4月1日現在の年齢）  
**受付期間** 6月15日（木）まで

**試験日** 1次：6月24日（土） 2次：8月1日（火）～7日（月）のうち1日

**詳細** 自衛隊帯広募集案内所 ☎0155-2318718

https://www.mod.go.jp/pco/obihiro/

## 「ご寄附・ご寄贈」

善意のご寄附・ご寄贈ありがとうございます

・足寄町農業協同組合（新津賀庸代表理事組合長）から足寄町消防課の災害出動時における消防職・団員の熱中症予防に役立てるため

ホシザキ製氷機IM-200DJ  
（マイコン制御式）1台



# 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

## 小黑 あつと 篤人 ちゃん

(令和4年7月24日生まれ)  
よく食べ、よく寝て、いつもニコニコ笑っている篤人です！  
そんな篤人に毎日癒されています？お姉ちゃんやお兄ちゃんにもたくさん遊んでもらい、遅しく成長中です(^^)

恵二郎・優花さんの子



## 重泉 るり 瑠璃 ちゃん

(令和3年6月27日生まれ)  
まねっこ上手な瑠璃は、お母さんのお手伝いをしてくれたりお父さんの指揮の練習をしたり、できる事がどんどん増えて感心しています。これからも瑠璃の成長を見守らせてね。

壮生・麻理衣さんの子



## 吉田 じゅんき 巡希 ちゃん

(令和3年6月3日生まれ)  
男4人兄弟の末っ子巡希。末っ子らしく甘え上手で末っ子らしからぬ態度のでかさ！兄弟仲良く弾ける笑顔が何よりの癒し。毎日楽しく笑顔いっぱいです！  
早く育ってね。

恵一・友香里さんの子

## ひとのうごき

5月末の住民基本台帳

人口	6,271人 (-2)
男	3,090人 (-3)
女	3,181人 (+1)
世帯	3,342世帯 (+1)

※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27日(土)に行われた「第77回足寄中学校体育祭」でのスナップです。

## 編集後記

☆新型コロナウイルス感染症が5類感染症移行となり、イベント等も少しずつ増え取材にお伺いする機会も増えてきました。

☆先日、足寄中学校体育祭の取材にお伺いしてきました。体育祭では笑顔で競技を楽しむ生徒たちの姿が見られ、競技の勝敗が決したときに元気な声によるこぶ姿も見られました。観覧する保護者の皆さんからも笑い声が聞こえることもあり、コロナ前の元気な姿に向かっているのを感じました。これからも皆さんの元気な姿をお届けできるように頑張ります。

## 広報あしよろ6月号 No.842

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。