

広報

もっと身近に もっと知りたい

2019

6

June

とび



【特集】

スポーツにおけるけがの予防
野球肘検診の取り組み … 2
現代を生きる
ソフィア・ヤンベリさん … 10

【今月の表紙】

買い物送迎サービスで
会話も楽しむ！
5月16日 詳細は p.26



スポーツにおけるけがの予防

野球肘検診の取り組み



北海道医療大学と当別町は、包括連携推進協定を結びさまざまな取り組みを行っています。今回は、同大学病院リハビリテーション室主催の「野球肘検診」の取り組みについて紹介します。町内の野球少年団「当別ウィングス」と「当別太美ウォーリーズ」の選手 27 人が検診を受け、理学療法士による選手個人へのアドバイスとチーム全体の講評などの分析結果が出ました。「スポーツにけがは付き物」ともいわれていますので、現在野球を行っている選手やこれから子どもに野球をやらせようと考えている保護者などの参考になればと思います。



野球肘とは？

野球の投球動作を繰り返すことで、肘を痛めるスポーツ障害の総称。成長期の選手が痛めることが特に多く、肘の痛める箇所によって内側障害・外側障害・後方障害があります。特に内側障害・外側障害は早期発見が重要で、この2つの特徴は次のとおりです。

内側障害（野球肘）の特徴

- ①年間 25%（小学生）前後の発生で再発率が 40%
- ②小学生・中学生・高校生に多く発症
- ③肘の内側に痛みがあることが多い
全力投球や遠投時に痛みを感じて発症するケースや、たくさん投げた後や徐々に痛くなるケースがある。
- ④安静で痛みが良くなるが投げ始めると痛み出し、再発を繰り返しやすい
- ⑤投球フォームが良くない、体が硬い、体の使い方が良くない選手がなりやすい
- ⑥ 4～6 週間の投球禁止で骨の分離は完治する

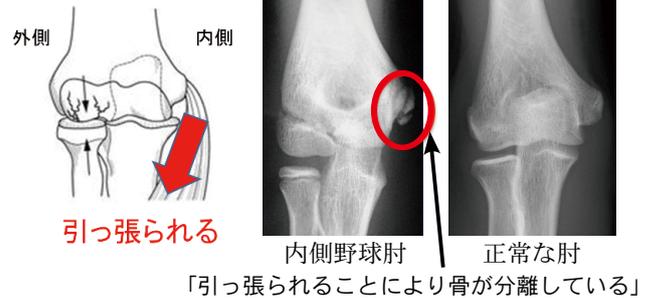
外側障害（野球肘）の特徴

- ①年間 3%（小学生）の発生率
- ②小学生・中学生に多く発症
- ③初期では痛みがでないことも多い
- ④肘の曲げ伸ばしを行った時に左右差が見られる
- ⑤発見が遅れることが多く、治療期間も長い
- ⑥早期発見であれば、数カ月～1 年程度の投球禁止で治ることが多い
- ⑦骨が変形したり肘の曲げ伸ばしが大きく制限される場合は、手術が必要

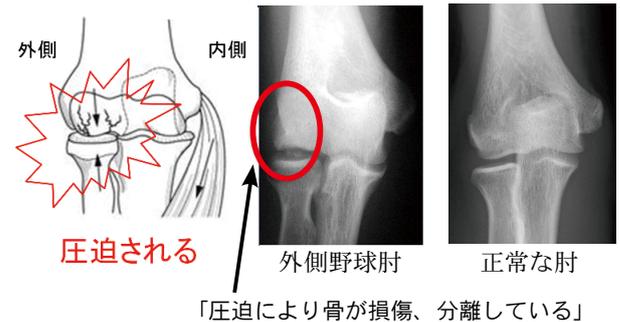


野球肘発生のメカニズム

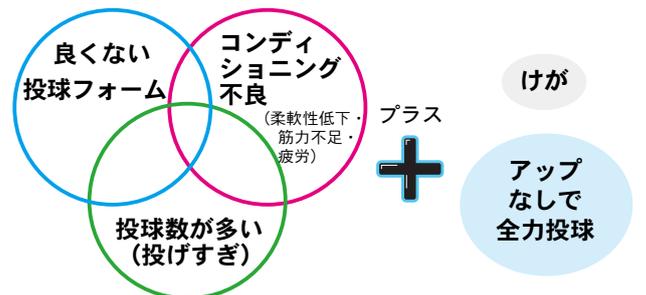
内側野球肘発生のメカニズム



外側野球肘発生のメカニズム



野球肘が起こる原因は？



野球肘検診講演会資料より引用



野球肘検診ではこのような検査を実施しました！

1 問診

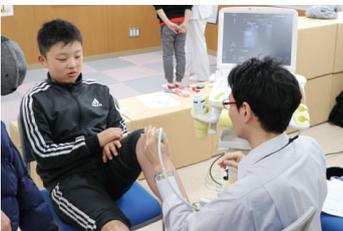
身長・体重・野球開始年齢・ポジション・投手経験の有無・いま痛いところの有無などを確認

2 肘の超音波エコー検診



肘の内側と外側の骨と軟骨を検査し、内側型または外側型の野球肘があるかを調べます。

3 膝関節の超音波エコー検診



すねの骨の前面を検査し、成長期に多く起こるオスグッド病（成長痛）がないかを調べます。

4 筋力検査（小学4年生以上が実施）



投球動作に必要な肩・肩甲骨まわりの筋力を計測します。筋力がしっかりあると肘に負担がかかりにくくなります。

5 下肢柔軟性



股関節を中心とした下半身の硬さをチェックします。体が柔らかいとけがをしにくくなります。

6 パフォーマンステスト



体をうまく使えているか、バランスがうまくとれているかチェックします。体を上手に使えると投球フォームは良くなります。

7 理学検査（肘の状態チェック）



肘を動かして痛みが出ないか、肘の動きに左右で違いがないかをチェックします。

8 投球フォームチェック

専用のハイスピードカメラを使い、正面・後ろ・側面の3方向から撮影（p.4に一例を紹介）



町内2チームの野球肘検診を実施と講評

山根将弘理学療法士（北海道医療大学病院リハビリテーション室）

野球肘検診の目的は大きく4つ

- ①内側・外側の野球肘の早期発見・治療
- ②正しいストレッチを覚える（けがの予防）
- ③けがをしにくい投球フォームを理解する
- ④パフォーマンスの向上



野球肘は小中学生に多く発症するスポーツ障害です。内側の野球肘は発生しやすく痛みがあるのが特徴です。一方、外側の野球肘は痛みがないことも多く、初期段階では超音波エコーでしか発見できません。痛みが出始めるとすでに症状は進行していて、治療には半年～1年以上かかる野球肘です。そのため当院での野球肘検診は外側の野球肘を早期に発見することを第一目標としています。加えて内側の野球肘の発見、肘に負担のかかりにくい投球フォームの理解、正しいエクササイズやストレッチを覚えてもらい野球少年少女の障害予防に貢献するために野球肘検診を行っています。さらに検診全体を通じて、自分の体について知っ

てもらい、自分でケアができ、正しいフォームでのパフォーマンスができるようになってもらいたいと思っています。今回の検診では早急に治療が必要な野球肘の選手はいませんでした。柔軟性をみると股関節と足首が硬い選手が多くいました。股関節と足首はスポーツを行う上で重要な関節ですので、入念にストレッチを行ってほしいと思います。検診では、選手だけではなく保護者、指導者も熱意をもって検診に参加していただき、心からお礼申し上げます。野球のシーズンが到来し、練習や試合数も増え、野球肘も起こりやすい時期になりますので体のケアをしながらけが無く野球を楽しんでもらいたいと思います。

★投球フォームチェックの一例



山根理学療法士より谷詰さんにアドバイス

投球フォームは体全体を大きく使っていて良い投げ方だと思います。特に⑧の写真からは肘が肩のラインより上がっていて（写真矢印）肘への負担が少ない投げ方ができていることが分かります。写真②～⑤にかけて骨盤と上半身が前に傾かず、まっすぐになっています（写真矢印）ので、骨盤と上半身をもう少し前に傾けて投げられるように骨盤と下半身を上手に使えるような練習をすると、もっとよいフォームになると思います。良い投手となることを期待しています。

<参考>投球フォームの種類

- ①オーバースロー～高い位置から投げ下ろし、打者に角度のついたボールを投げる投法。
- ②スリークォーター～もっとも負担が少なく、肩の可動域に対して自然な腕の振りができる投法。
- ③サイドスロー～腕が横から出てくるフォーム。オーバースローやスリークォーターよりコントロールが付きやすいと言われている。
- ④アンダースロー～プロでもほとんど見かけないフォーム。地面近くから腕を振り抜く投法。



谷詰キャプテンの投球フォーム

「当別ウィングス」「当別太美ウォーリーズ」両監督

当別ウィングス 大石和彦監督



北海道医療大学病院リハビリテーション室からお話をいただき、卒団した6年生も含めて参加させていただきました。昨年度（平成30年度）には、シーズン中に2人が肘を痛めて、試合への出場を見送った選手もいましたので、このような検診を事前に受ける機会をいただきありがたいと思います。検診では、肘のエコー検査のほか、体の柔軟性や投球フォームのチェックのほか、野球肘にならないための投球フォームやその指導方法なども勉強させていただきました。

参加した選手は当然ですが、保護者にも好評で今後も定期的に受けられるようになるのありがたいと思います。今回は小学生のみとなりましたが、中学生も対象にいただけるとより良いものになると思いました。

当別太美ウォーリーズ 田中八郎監督



今回の野球肘検診に選手とヘッドコーチで参加させていただきました。最近是指導者の多くが野球肘を意識するようになり、チームのピッチャーには無理な連投をさせないようにしています。また、小学3～4年生までに投球フォーム固める事が大事だと思っています。全日本軟式野球連盟では、今年の夏の全国大会から1日70球までの投球制限となるなど、けが防止の環境は整いつつありますが、僕たち指導者が注意をしても防げないけがもあります。

毎年、野球肘検診を実施していただけるなら、必ず検診に参加したいと思っています。希望としては、中学生にもぜひ実施して欲しいです。チェックポイント付きのDVDもいただきましたので、今後の練習に生かしていきたいです。

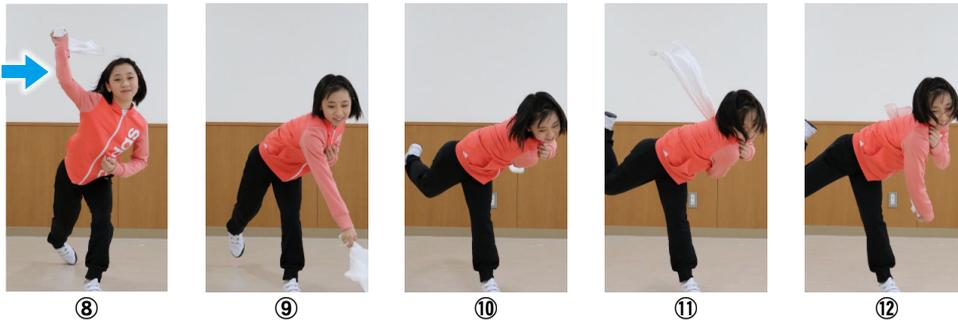


当別ウイングス ^{たにづめみのり} 谷詒実紀依キャプテン (当別小6年)

ポジション ピッチャー (右投: オーバースロー)

野球肘検診に参加し、とても楽しく勉強できました。自分が気にしていなかったことに気づかせてくれました。特に、投球フォームの時の肘の高さや体重移動がとても大事なことを知りました。ストレッチ方法も教えてもらったので、自宅で行いたいと思います。当別ウイングスのキャプテンとして、習った知識を下級生に正しく教えていきたいです。

また、今回の山根さんからのアドバイスを見て、今年から取り組んでいる「きれいな投球フォーム作り」の結果が少しずつ出ていることが分かり、とてもうれしいです。課題もあるので、たくさん練習していきたいです。



(誌面用として広報広聴係で正面から撮影:北海道医療大学のハイスピードカメラではありません)

などからの感想

当別太美ウォーリーズ選手



大野選手 (右)、仲保選手 (左)

大野慶太郎キャプテン (西当別小6年)

ポジション キャッチャー 右投

投球フォームのチェックをしてもらった時に肘が下がっていると言われたので、毎日の練習は肘の位置を意識して投球しています。エクササイズ・ストレッチもとても勉強になりました。

仲保蓮選手 (西当別小5年)

ポジション ピッチャー (オーバースロー)・
サード 右投

専用の機械を使った本格的な検査をしてくれてとても良かったです。教わった肘の内側ストレッチは毎日行っています。

両選手とも「とても勉強になった。毎年検査を受けていきたい」とお話ししてくれました。

エクササイズ・ストレッチの勉強もしました



エクササイズ・ストレッチの目的

野球肘やけがの予防、パフォーマンスの向上



エクササイズの種類は? ヒップリフト、バランス練習 (左右・前後)、肩甲骨運動 など

ストレッチの種類は? 背中ストレッチ、足首ストレッチ、太もも前後ストレッチ、お尻ストレッチ、股関節ストレッチ、肘周りのストレッチ など

※エクササイズとは、筋肉を伸縮させ負荷をかけ筋肉を強化するもの。ストレッチとは、筋肉や関節の柔軟性を高めるもの。

北海道医療大学病院リハビリテーション室では、肩関節周囲炎、変形性膝関節症、腰部疾患 (脊柱管狭窄症、ヘルニア)、頸部疾患 (頸椎症、頸肩腕症候群)、変形性股関節症、スポーツ障害 (肉離れ、腰椎分離症など) に対して、専門職員がリハビリを行っています。



第1回

みんなで 楽しい縁日

6/16
(日)

10時～17時
当別神社



ヨーヨー釣りや射的に輪投げなどの縁日イベントの他、美味しいグルメ、当別音頭やすずめ踊り、マジックショー等のステージイベント、スケートボードデモンストレーション、出張動物園、講談など盛りだくさん！

今回、初開催のイベントです！

お誘い合わせの上、ぜひお越しください♪

■主催

みんなで楽しい縁日実行委員会(隊友会当別支部、当別町商工会、社会福祉法人ゆうゆう、すずめ踊り隊、当別おやじの会、当別町子ども会育成連合会、(一社)当別青年会議所、当別郵便局、当別町観光協会など)

■問合せ

同実行委員会
(後藤・☎23-2546)



九十九祭 in 北海道医療大学

6/14(金)
前夜祭

16時30分～有志発表
当別キャンパス体育館
19時50分～打ち上げ花火ほか
当別キャンパスグラウンド

15日：10時～18時
16日：9時～17時
当別キャンパス

15(土)
16(日)
本祭

特設ステージでのライブに加え、スタンプラリー、謎解き脱出ゲーム、出店など！新企画の縁日も！遊びに来てくださいね！

※詳細・追加情報

公式HP <http://www.hoku-iryo-u.ac.jp/~tsukumo/>
Facebook <https://www.facebook.com/tsukumo.kun>
Twitter @tsukumo_HSUH



2019 とうべつ ナイトパーク

6/28
(金)

8/23
(金)

お買い得品、美味しいものが大集合！



■時間 いずれも17時～20時

※雨天の場合、1日順延します。

■場所 中央通り・本通り特設会場

■主催・問合せ 町商工会 (☎23-2447)



各種催しもお楽しみに！



第36回 夏至祭

10時～15時
6/23 (日) スウェーデンヒルズ
(スウェーデン交流センター、
スウェーデン公園ほか)

■内容

- ・グリーンコンサート ・リースの行進
- ・マイストングの立ち上げ
- ・フォークダンス ・カフェテリア
- ・ミッドサマーウェディング ほか

■主催

当別・レクサンド都市交流協会

■問合せ

- ・夏至祭実行委員会
(商工会館内・☎ 23 - 2447)
- ・当別町企画課 (☎ 23 - 3042)

※ JR 石狩太美駅・臨時駐車場～夏至祭会場付近までの無料シャトルバスを運行します (JR 石狩当別駅からはふれあいバス (有料) をご利用ください)。

当別町

36th Midsummer in Tobetsu

第36回 夏至祭



音楽とおいしい食べ物

- | | |
|--|---|
| 《スウェーデン交流センター》
・カフェテリア
・ガラスマーケット
・ファーマーズマーケット
・吹きガラス制作体験
・木工制作体験
・リース作成体験
・飲食ブース多数出店 | 《スウェーデン公園》
・グリーンコンサート
・マイストングの立ち上げ
・フォークダンス |
| 《レクサンド記念公園》
・リースの行進 | |

主催：当別・レクサンド都市交流協会 / 第36回夏至祭実行委員会
 共催：当別町 / 一般財団法人スウェーデン交流センター 協賛：当別町教育委員会 協賛：スウェーデンハウス株式会社 / 当別町観光協会
 【お問い合わせ】 当別・レクサンド都市交流協会 (当別町商工会館内) ☎ 0133-23-2447 ☎ 当別町企画課 ☎ 0133-23-3042

第36回夏至祭
ホームページは
こちらから

6/23 (日) JRヘルシー ウォーキング

今年も夏至祭にあわせて開催されます。
JRに乗って訪れた方がJR石狩太美駅から夏至祭会場と道の駅を目指してウォーキング!

※詳細はJR北海道HPをご覧ください。
<http://www.jrhokkaido.co.jp/travel/walking/>



7/7 (日)



北海道 亜麻まつり in 当別

淡いブルーの小さな可愛らしい花を咲かせる亜麻の花は、朝に咲いて午前中には散ってしまいます。花の開花にあわせた時間に開催する「亜麻まつり」では、亜麻畑の美しい風景が楽しめます。亜麻繊維(リネン)採取や糸紡ぎ実演、カラオケ歌唱コンクールなどもあります。

- 時間 7時～13時30分
- 場所 旧東裏小学校(東裏2796番地1)
- 問合せ (有) 亜麻公社 (☎ 25 - 3730)
亜麻の里 (☎ 0800 - 900 - 4149)
当別町観光協会 (☎ 23 - 3073)

プレミアム付商品券のご案内

プレミアム付商品券とは？

今年10月から消費税・地方消費税率が10%へ引き上げられることで、所得の少ない方や乳幼児のいる子育て世帯の消費に与える影響を緩和することを目的として販売されるものです。購入対象者などは次のとおりです。

■ 購入対象者

① 令和元年度の住民税が課税されていない方

・課税されている方に生活の面倒を見てもらっている方（配偶者や扶養されている方等）、生活保護の受給者などは対象外です。

② 3歳未満（平成28年4月2日～令和元年9月30日生まれ）のお子さまがいる世帯の世帯主の方

※①②の両方に該当する方は、両方の条件での購入が可能です。

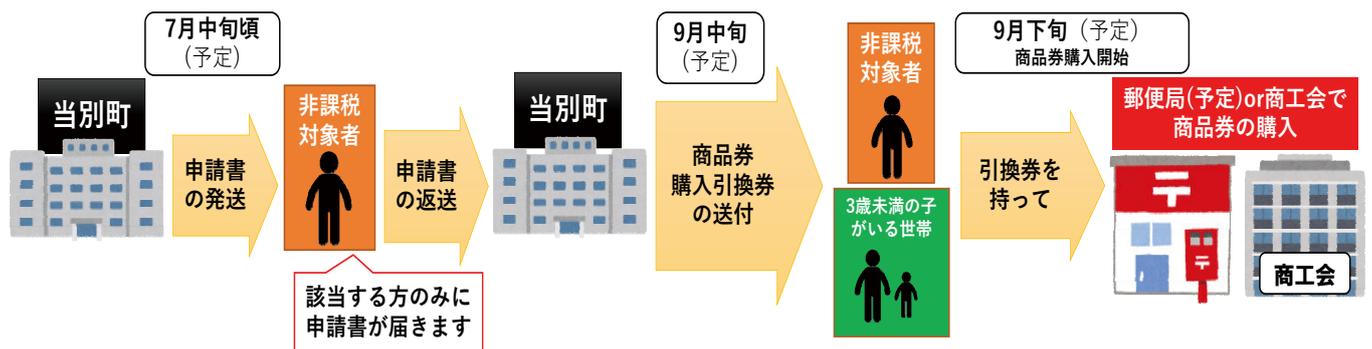
■ 購入限度額

上記①の該当者：1人につき2万5,000円分の商品券（販売額は2万円）

上記②の該当者：対象児童1人につき2万5,000円分の商品券（販売額は2万円）

※商品券は1セット5,000円分（販売額4,000円）で1人につき5セットまで購入が可能です。

■ プレミアム付商品券 購入までの流れ



《スケジュール》

	①住民税が課税されていない方の場合	②3歳未満のお子様がいる世帯の場合
7月中旬 (予定)	商品券購入引換券交付申請書の送付	(申請は不要)
9月中旬 (予定)	商品券購入引換券の送付	商品券購入引換券の送付
9月下旬	商品券購入開始	商品券購入開始
10月1日	商品券使用開始	商品券使用開始

商品券は10月1日から町内店舗でご利用いただけます。

- ・購入期間は 9月下旬～2月中旬 (予定)
- ・使用期間は 10月1日～2月下旬 (予定)

《問合せ》

プレミアム付商品券担当
(ゆとろ内) ☎ 25 - 2667

● 配偶者からの暴力を理由に避難している方へ

配偶者からの暴力を理由に避難している方で、事情により、平成31年1月1日以前に今お住まいの市区町村に住民票を移すことができていない方は、役場商工課へ申し出ていただくと、お住まいの住所を秘匿するための措置を受けることができます。詳しくは役場商工課へお問い合わせください。

◎ 申出方法

令和元年6月7日までにプレミアム付商品券担当へ「申出書および添付書類」の提出が必要となります。

※6月7日を過ぎても、「申出書」を提出することはできます。ただし、申し出いただいた旨の連絡が、住民票がある市区町村に届いた時点で、すでに購入引換券が配偶者等に対して交付されてしまっている場合、申し出を行った方への交付はできませんのでご注意ください。

※購入引換券の交付申請手続は、申出手続とは別に行う必要があります。

※詳細はお問い合わせください。





詳細・問合せ

保健福祉課

健康推進係

(ゆとろ内・

☎ 23 - 4044)

特定健診・がん検診

～ゆとろや西当別コミセンで受診できます！～

当別町の死因の第1位は悪性新生物（がん）、第2位は心疾患（心筋梗塞など）、第3位は脳血管疾患（脳梗塞など）です。約3人に1人ががんで亡くなっており、がんの種類では、肺がんが最も多くなっています。年齢を見ると亡くなった方の約3割は70歳未満の方であり、働き盛りの方も多くいます。

(出典：北海道地域保健情報年報 平成27年度実績)

どの年代の方も年に1度は健診を受けることが必要です。町では健診費用の助成を行っています。健診を希望される方は、事前にお申込みが必要です。町ホームページや二次元バーコードからも健診の申込みができます。

☆巡回ドック

▼受けられる健診項目

フレッシュ健診、特定健康診査、基本健康診査、肝炎ウイルス検診、胃がん、肺がん、大腸がん



日程	会場	受付時間
6月18日(火)	ゆとろ	7時～9時30分
6月19日(水)		※フレッシュ健診の受付は 9時30分～9時45分

☆胃・肺・大腸がん検診

▼受けられる健診項目

胃がん、肺がん、大腸がん



日程	会場	受付時間
7月10日(水)	西コミ	7時～10時
7月11日(木)	ゆとろ	

☆とうべつ総合健診

女性限定の健診日です！

▼受けられる健診項目

フレッシュ健診、特定健康診査、基本健康診査、肝炎ウイルス検診、胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん



日程	会場	受付時間
6月30日(日)	ゆとろ	7時～11時、 12時45分～14時

<共通事項 他>

- ・健診は8月以降や、ご都合の良い時に個人で受診するなどの方法もあります。詳しくは問合せください。
- ・キッズスペースを準備しています。お子様連れでも受診できます。
- ・とうべつ総合健診、巡回ドックではオプションとして、「ピロリ菌検査」も受けられますので、申し込みの際にお問い合わせください。
- ・申込みは受診希望日の1週間前までに

<<検査内容・対象・料金一覧>>

健診項目	検査内容	対象年齢	料金	
			当別町国保加入の方	一般の方
フレッシュ健診	問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査(脂質・血糖・肝機能・尿酸・腎機能・貧血)	18歳～39歳	1,000円	1,500円
特定健康診査	上記と同様の他、心電図	40歳～74歳の国保加入者	700円	—
基本健康診査		40歳以上の生活保護世帯の方	(無料)	
肝炎ウイルス検診	血液検査(B・C型肝炎検査)	検査を受けたことのない40歳以上の方	300円	600円
胃がん	バリウム検査	40歳～	900円	1,600円
肺がん	胸部レントゲン撮影		300円	500円
	※必要者に喀たん検査		650円	1,000円
大腸がん	便潜血検査(2日分)		500円	800円
子宮頸がん	細胞診	20歳～	1,000円	1,800円
	※必要者に体部がん検診		450円	800円
乳がん	マンモグラフィ	40歳～49歳(マンモ2方向)	1,200円	2,200円
		50歳～(マンモ1方向)	1,050円	1,900円

※生活保護世帯は無料です



日本⇔スウェーデン 文化の架け橋になりたい!

ソフィア・ヤンベリさん

日本とスウェーデンとの国際交流の拠点である一般財団法人スウェーデン交流センターで、交流事業担当職員として勤務しているソフィアさん。日本に興味を持ったきっかけや交流センターでの仕事、将来についてお話を伺いました。

日本への興味、働くきっかけ

私の 出身はスウェーデンの首都ストックホルムです。最初に日本に興味を持ったのは、中学生の時に友達で紹介してくれた、英語翻訳の日本の少女漫画「ふしぎ遊戯」を読んだのがきっかけです。その後も日本への興味は変わらず、ストックホルム大学に進学し、日本の文化・歴史・社会・芸術を学ぶ日本研究学科に在籍していました。2年生の時には、名古屋の南山大学に留学し初めて日本に滞在しました。卒業後も社会人類学の勉強で東京の上智大学に留学し、今回の当別町で日本に住むのは3回目です。スウェーデン交流センターで働くきっかけは、ストックホルム大学の先生からの紹介です。スウェーデンで国内全土に配達される新聞 ダーゲンス ニュヘテル Dagens Nyheter で町のスウェーデンヒルズが大きく特集され、当別町を知っていたのも大きかったかもしれません。

当別町の印象など

町民 の方は、とても温かいです。昨年、来町

した直後に胆振東部地震を経験しました。とても不安でしたが、近所の方が来てくれて、食事をくれたり、買い物に行ってくれたり大変感謝しています。普段の生活は、車の免許を持っていないので電動アシスト自転車が大活躍しています。自転車で本町地区までサイクリングすることもあります。

交流センターでの役割

交流 センターでの仕事は、スウェーデン本国との連絡調整やスウェーデン人がセンターに来た時に通訳などを行っている他、定期的で開催している「スウェーデンセミナー」の企画をしています。特に、セミナー参加者に興味を持ってもらうにはどうしたらいいかと、テーマを決めるのに毎回苦労しています。もしかしたら、今がスウェーデンについて一番勉強しているかもしれません。堅苦しいイベントではないので、気軽に来て欲しいです。また、月1回「フィーカ」も開催しています。スウェーデンの人気クッキー（私の手作りです!）やお菓子を食べて、コーヒーなどを飲みながら、参加者とゆったりとし

た雰囲気ですウェーデンを話題におしゃべりしています。



将来について

日本 は私の人生にたくさん影響を与えています。今後は日本とスウェーデンとの文化の架け橋となるような仕事がしたいです。始めは日本でスウェーデン文化を伝え、将来はスウェーデンで日本文化を伝える仕事がしたいです。実現には、もっと日本文化について勉強しなければと思っています。

ストックホルムではあまり見られなくなった、伝統衣装を着る当別の夏至祭が楽しみと話してくれたソフィアさん。どの質問にも笑顔で答えてくれるのが印象的でした。ぜひ、セミナーやフィーカなどに参加してソフィアさんとお話ししてみてください。

(5月9日取材)

info.

- ・学校教育課（役場内・☎ 23 - 2689）
- ・社会教育課（役場内・☎ 22 - 3834）
- ・子ども未来課（ゆとろ内・☎ 23 - 3024）



教科書展示会を開催します

教科書の適正な採択と教育関係者の教科書研究のため、現在町内の小・中学校で使用している教科書等を展示します。また、令和2年度から小学校で使用する教科書を採用検討するため、各出版社の教科書（見本）も展示しますので、ぜひご覧ください。

▼展示期間 6月14日（金）～6月30日（日）

▼場所・時間

・学習交流センター 10時～17時
 ・西当別コミセン 9時～22時
 ※月曜日は休館日のため、閲覧できません。

▼問合せ 学校教育課学校教育係（☎ 23 - 2689）

巡回児童相談を行います

18歳未満のお子さんの発達の相談や、療育手帳の判定をお受けします。定員は2名程度ですので、事前に申込みください。

▼日程 10月15日（火）

▼場所 ゆとろ

▼相談員 北海道中央児童相談所児童福祉司・心理判定員

▼申込期限 6月21日（金）

▼その他 相談を受けるにあたり、お子さんや家庭の様子を調査させていただく場合があります。

▼申込み・問合せ 子ども未来課子育てサポート係（ゆとろ内・☎ 25 - 2658）

「大空に飛んでいけ」紙飛行機づくり 原理を学び実践！



完成した飛行機→



今年度1回目の土曜教室「おもしろ科学実験教室」が、小学生を対象に西当別子どもプレイハウスで5月18日に行われました。今回は、飛行機が空を飛ぶ原理を実験で学びながら、「よく飛ぶ紙飛行機づくり」に挑戦。参加者は、講師の武岡和廣さんが用意したケント紙（表面が硬く滑らかな紙）の型紙に丁寧にはさみを入れて各パーツをつくり、悪戦苦闘しながら接着剤でつなぎ合わせて紙飛行機を完成させていました。完成後は、体育館で紙飛行機を飛ばし、滞空時間の長さに大きな歓声が上がりました。



子育て支援センターからのお知らせ

★ 子育て支援センター 親でご利用ください

【あそびのひろば】

■開設時間 平日の9時～14時
 ※活動予定は、町ホームページやポータルサイトをご覧ください。

■対象 0歳～就学児前まで

■開設場所 ゆとろ、認定こども園おとぎのくに

■問合せ 子ども未来課子育てサポート係（ゆとろ内・☎ 25 - 2658）



学習交流センター

（ふくろう図書館）【一般書】

- ・「子どもに教えてあげられる散歩の草花図鑑」岩槻 秀明
- ・「ダラママ主婦の子育て記録 なんとかここまでやってきた」オキ エイコ

西当別コミセン【児童書】

- ・「しあわせの牛乳」佐藤 慧
- ・「おぼけのやだもん」ひらの ゆきこ

★町内図書室は月曜日休館です

「絵本よみきかせ会」

場所：ふくろう図書館

6月12日（水）

☆ 11時30分～12時

「親子のふれあいあそびと赤ちゃんとママ向けの読み聞かせ」
 講師：小笠原 あゆみ 氏

☆ 15時30分～16時

「乳児から小学生までの絵本の読み聞かせ」



※図書修繕は

6月21日（金）

9時30分～11時です

子どもに関する相談窓口

○親と子の電話相談・面接相談
 町少年指導センター
 （☎ 23 - 1010）
 月～金 10時～16時30分

委員

新任の監査委員

監査委員（議会選出）の任期満了に伴い、5月臨時議会において稲村氏が議会の同意を受け選任されました。任期は、令和5年4月30日までの4年です。



稲村 勝俊 氏

募集

当別町総合計画審議会委員を募集します

令和2年度からスタートする「新しい総合計画」の策定にあたり、必要な調査および審議を行う委員を募集します。

▼募集人員 2名

▼募集要件 町内在住で、次のいずれかに該当する方。

- ①町内で公共的・公益的な活動に取り組んでいる、または過去に取り組んだ実績をお持ちの方。
- ②町内で公共的・公益的な活動に取り組んでいる団体等に所属している方。

▼任期 委嘱の日（令和元年7月を予定）～令和2年3月31日

▼募集方法等 任意様式に「住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号およびEメールアドレス等連絡先、応募要件の実績、総合計画やまちづくりに向けた考えや意見」を記載し、提出は郵送・持参またはメールで6月21日（金）まで。

▼提出先・問合せ 企画課総合企画係（☎23-2393/E-mail: kikaku@town.tobetsu.hokkaido.jp）

統計

経済センサス（基本調査）を実施します

この調査結果は、国および地方公共団体での行政施策の立案や、民間企業での経営計画の策定など、社会経済の発展を支える基礎資料として広く利用されます。

▼調査の時期

6月から令和2年3月まで

▼調査の対象

全国すべての事業所および企業

▼調査の方法

外観調査や事業主を直接訪問するなどして、事業所の名称、所在地および活動状態を確認します。新たに把握した事業所のみ調査票を配布し、回収します。

▼その他

調査員は知事が発行する「調査員証」を必ず携帯しています。統計調査員を装った、かたり調査にご注意ください。不審に思われた場合は、連絡願います。

▼問合せ 総務課総務係（☎23-2330）

検査

HIV検査の夜間検査を実施します

6月1日～7日は「HIV検査普及週間」です。HIVの早期発見・治療に向け、検査の普及を図るため、定例HIV検査日の受付時間を延長し夜間検査を実施します。

▼検査日時・場所

6月19日（水）

10時～20時、江別保健所

▼申込方法 HIV抗体検査は「匿名」「無料」で受けられます。前日の正午までに、エイズ相談専用電話まで申込みください。なお、渡航に向けた健康診断目的の場合は有料です。

▼申込み・問合せ 江別保健所（エイズ相談専用電話・☎011-383-3449 / 同所代表・☎011-383-2111）

手当

児童手当の手続きをお忘れなく

【現況届の提出は7月1日まで】

児童手当の現況届は、手当を引き続き受給する要件を確認する大切な手続きです。5月まで児童手当を受給されていた方には、5月31日に町から現況届を郵送しますので、必ず提出してください。お手元に届いていない方はお問合せください。なお、公務員の方は勤務先での手続きとなります。

※未提出の方は6月分以降、受給できなくなります。

※未提出のまま2年が経過すると時効となり、受給できなくなりますのでご注意ください。

▼手続きに必要なもの

- ・印鑑（スタンプ印を除く）
- ・家族全員の健康保険証の写し

※所得証明書の添付は、自治体間のマイナンバーの情報連携により省略可能となりました。

※その他必要に応じて提出していただく場合があります。

【こんな時は手続きが必要です】

- ①15日以内に手続きが必要な場合…転入・転出する時、出生などにより養育する児童が増えた時。
- ②その他…児童と別居した時、振込口座を変更する時（金融機関の統廃合など）、公務員になった・退職した時。

▼提出先・問合せ 保健福祉課福祉係（ゆとろ内・☎23-3019）

補 助

住宅の耐震診断費用の一部を補助します

住宅の耐震化を進めることは、自身の生命や財産を守るとともに、まちの安全性を高めることにもつながります。まずは、住宅が地震に耐えられるか診断を受け、住宅の状況を確認してみることが大切です。

▼次のいずれの条件も満たす個人が補助の対象です。

- ・ 町内に木造住宅を所有し、そこに住んでいる。
- ・ 昭和 56 年 5 月 31 日以前に着工した住宅。
- ・ 戸建て住宅または併用住宅。
- ・ 在来軸組工法または枠組壁工法の 2 階建て以下の住宅。
- ・ 法令に違反していない住宅。

▼補助額 耐震診断費用の 3 分の 2 以内 (上限 2 万円)

▼受付期間

6 月 3 日(月)～12 月 13 日(金)
※土・日・祝日は除く。

▼申込み・問合せ 建設課建築住宅係 (☎ 23 - 3147)

届 け 出

森林の土地を取得したときは届け出を忘れずに！

売買契約のほか、相続、贈与、法人の合併などにより、森林の土地を取得した場合には、事後に「森林の土地所有者届出」が必要です。届け出がないと、森林所有者が分からなくなり、行政などがスムーズな森林管理ができなくなってしまうので、まずはお問合せください。

▼問合せ エネルギー推進室林政係 (☎ 27 - 5089)

募 集

**当別町身体障がい者の会
会員を募集しています**

日帰り・一泊研修旅行など交流を目的としたバス旅行、各種制度に関する講演会やレクリエーションなどの研修会など、一緒に楽しく活動しましょう！

▼年会費 1,500 円

▼問合せ 身体障害者福祉協会当別町分会事務局 (町社会福祉協議会内・☎ 22 - 2301)

補 助

生ごみ堆肥化容器等の購入費を補助しています

町では生ごみ堆肥化容器等の購入費に対し、販売価格(消費税等を含めた額)の 2 分の 1 以内を補助しています。補助上限額は、3,000 円です。

▼補助対象および対象者

・ 生ごみ堆肥化容器 (コンポスト・10 ℓ 以上)

対象は町民の方 (ただし、過去 7 年間に本制度の補助を受けていない方で、1 世帯につき 1 個)



・ 生ごみ飛散防止ネット (カラスネット) 対象は町内会

▼注意事項

製品を購入する前に、役場環境対策係または太美出張所に申請書を提出してください。交付決定後に製品を購入し、支払いは自己負担分のみです。

▼登録販売店

- ・ 山田産商 ☎ 23 - 2113
- ・ 泉亭産業 ☎ 23 - 2277
- ・ ふじや覚張商店 ☎ 23 - 2031
- ・ ホーマックニコット当別店 ☎ 23 - 4000、太美店 ☎ 25 - 3100

- ・ 北石狩農業協同組合 ☎ 23 - 2530

※製品によっては取り寄せになる場合もあります。事前に各販売店にお問い合わせください。

▼問合せ 環境生活課環境対策係 (☎ 23 - 2503)

管 理

空き地は定期的に草刈りを

空き地の所有者や管理者は、雑草が放置されることのないよう、お早めに草刈りをするなどの適正な管理をお願いします。

▼問合せ 環境生活課環境対策係 (☎ 23 - 2503)

公 売

インターネット公売を実施します

▼参加申込期限

6 月 11 日 (火) 23 時

▼せり売り (動産等) 6 月 17 日 (月) 13 時～19 日 (水) 23 時

▼入札 (不動産) 6 月 17 日 (月) 13 時～24 日 (月) 13 時

▼詳細・問合せ Yahoo! 官公庁オークション特設ページ (<https://koubai.auctions.yahoo.co.jp/>)、税務課納税係 (☎ 23 - 2341)

北 警 察 署

テロおよび不法就労・不法滞在の未然防止

6 月 28 日、29 日に大阪で行われる G20 首脳会合に伴い、北海道警察では空港や港、駅などで警戒を強化します。不審な人や車、不法に滞在する外国人などを見かけた時は、警察まで通報願います。

▼問合せ 札幌方面北警察署 (☎ 011 - 727 - 0110)

水 道

水道メーターの取り替え

水道メーターは、計量法により有効期間が8年と定められており、町では期間満了までに取り替えを行っています。今年、取り替えの対象となる方にはハガキで通知し、町が指定した業者が取り替えます。留守中に作業を行う場合もありますので、水道メーターボックスの上に物を置かない等、ご協力をお願いします。取り替えにかかる費用負担はありません。

また、上下水道課等の行政機関を名乗る悪質業者の訪問には、十分にご注意ください。

▼問合せ 上下水道課業務係
(☎ 22 - 2411)

夜 間

**町税と町営住宅使用料等の
夜間窓口を開設しています**

■今月の夜間窓口（共通）

6月13日（木）・27日（木）
19時30分まで

▼場所・問合せ

町税窓口：税務課納税係（☎ 23 - 2341）

町営住宅関係窓口：建設課建築住宅係（☎ 23 - 3147）

納 税

**7月1日は町道民税・固定
資産税（第1期分）の納期限**

納期限までに納付しないと、督促状が発付されたり、延滞金がかかる場合がありますので、忘れずに納付しましょう。病気や失業などのやむを得ない事情により、納期限までに納付することができな

い場合は、ご相談ください。

▼問合せ 税務課納税係（☎ 23 - 2341）

予 防

狂犬病集団予防接種

犬を飼っている方は、年1回、狂犬病の予防注射を飼い犬に受けさせることが法律で定められています。次の日程で実施しますのでご利用ください。多数の犬が集まることで興奮状態になる恐れがある犬は、病院で個別に接種することをお勧めします。

▼日程 6月29日（土）

13:45～14:00	旧青少年会館前
14:10～14:25	川下会館前
14:40～14:50	南部地域会館前
15:05～15:15	西当別コミセン前

▼問合せ 環境生活課環境対策係
(☎ 23 - 2503)

広 告

広 告

広 告

広 告

年金

読んで得する年金・国保のお話

国保

【国民年金保険料は納付期限までに納めましょう】

今年度の国民年金保険料は、月額 16,410 円です。日本年金機構では、保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により納めていただくよう案内しています。未納のまま放置すると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期間までに納付がない場合は、延滞金が課せられるだけでなく、納付義務者（被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主）の方の財産を差し押さえることがありますので、お早めに納付をお願いします。所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、免除や猶予される制度がありますので、役場国民年金窓口またはお近くの年金事務所にご相談ください。

【平成 31 年 4 月から産前産後期間の国民年金保険料が免除されます】

出産予定日または出産日が属する月の前月から 4 カ月間（多児妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の 3 カ月前から 6 カ月間）の国民年金保険料が免除されます。産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したものととして、老齢基礎年金の受給額に反映されます。出産とは妊娠 85 日以上のお産をいい、死産、流産、早産された方を含みます。対象者は「国民年金第 1 号被保険者」で、出産日が平成 31 年 2 月 1 日以降の方です。詳しくは戸籍年金係までお問い合わせください。

■年金事務所出張相談所の開設

- ・日時 6 月 20 日（木） 10 時～ 15 時
- ・場所 商工会館（錦町）

（相談予約専用ダイヤル ☎ 011 - 717 - 4133）

相談は予約制。
代理人が相談する
場合は委任状等が
必要です。

▼国民年金についての問合せ

住民課戸籍年金係（☎ 23 - 2463）

【出産育児一時金について】

国保加入者が出産した時は、出産育児一時金が支給されます。国保から病院等に直接支払う制度もあり、その場合、事前に多額の現金等を準備する必要がなくなります。直接支払制度に対応しているかは、医療機関へお問い合わせください。

【国民健康保険税の納付が困難な場合】

国保税の納付が困難な場合は滞納のままにせず、早めにご相談ください。国保税の納期限が過ぎても未納の場合は督促し、その後も未納が続く納税相談などに応じない場合は、次の措置がとられます。

- ①有効期間が通常より短い保険証を交付します。有効期間が短いので、頻繁に更新が必要になります。
- ②納付相談などがないまま滞納が続くと、資格証明書を交付します。資格証明書では、医療費をいったん全額自己負担することになります。

【ジェネリック医薬品の利用】

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する方は、医師や薬剤師にその旨を伝えるか、病院・薬局等に「希望カード」を提示することでお願いできます。希望カードが必要な方は、役場国保窓口へ問い合わせください

- ☆ジェネリック医薬品の効き目・安全性…新薬と同等の効果・効能を持ち、国の基準を満たす安全な薬です。
- ☆ジェネリック医薬品の価格…ジェネリック医薬品を利用すると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。

▼国保・後期高齢者医療の問合せ

住民課国保・後期高齢者医療係（☎ 23 - 2467）

▼国保健康保険税の納付についての問合せ

税務課納税係（☎ 23 - 2341）

◎任期制自衛官募集 平和を仕事にする
陸海空自衛官募集

受験資格	18 歳以上 33 歳未満の者	☆自衛官候補生の魅力 ○陸・海・空自衛隊には、100 以上の専門職種（体力系・事務系・技術系の仕事等） ○国家公務員という安定した職業 ○多様な資格を取得する機会（車の免許等）
受付期間	年間を通じて行っています	
試験日	受付時にお知らせします	

★当別で採用説明会開催！ 採用種目 一般曹候補生、自衛官候補生
6/23（日）午前 10 時～正午 白樺コミセン・午後 1 時～3 時 西当別コミセン

江別地域事務所では自衛官募集等に関する説明を随時実施しています。
江別市野幌町 40-15 G&Tビル 2F（月から金 午前 9 時～午後 5 時）

▼詳細 自衛隊札幌地方協力本部江別地域事務所 ☎ 011 - 383 - 8955
役場環境生活課町民生活係 ☎ 23 - 3209

●防犯協会ニュース

◆防犯ブザーの活用を!!

不審者等に声をかけられたり、身に危険を感じたときには、周囲に危険を知らせることが重要です。突然の出来事に声が出ないという事態を回避するためにも防犯ブザーを携帯するように心がけましょう。

◎ 2019 年刑法犯発生状況（4 月末現在）

侵入窃盗	部品狙い	車上狙い	タイヤ盗	自転車盗	不審者
0 件	0 件	0 件	0 件	1 件	1 件

当別町防犯協会事務局（☎ 23 - 2711）

交流センターに工芸家が滞在！ イベントも開催

スウェーデン交流センターでは、スウェーデンからお招きした工芸家が、町内に滞在しながら制作活動する「アーティスト・イン・レジデンス」事業を毎年行っています。今年度はガラス工芸作家が滞在し、制作活動を行います。ぜひ、工房へお立ち寄りください。

▼滞在期間

6月2日(日)～7月7日(日)

▼活動場所 スウェーデン交流センターガラス工房他

▼その他 滞在期間中、ワークショップやデモンストレーション、作品展示会も行います。詳細はお問合せください。

▼申込み・問合せ スウェーデン交流センター (☎ 26 - 2360 / E-mail : info@swedishcenter.or.jp / 火曜休館)

町民自主企画講座「子育て世代が知っておきたいお金のはなし」

他の人にはなかなか聞けないお金の悩みなど、町在住のファイナンシャルプランナーが分かりやすく説明します。

▼日時・場所

6月22日(土) 白樺コミセン

6月28日(金) ゆとろ

※時間は各回10時～11時30分

※11月までの日程のうち、一部をお知らせします。7/22(月)・28(日)、8/18(日)・28(水)、9/28(土)・30(月)

▼参加料・申込期限等 各回500円(おやつ・飲み物付き、託児先着5名)、各回前日の12時までに申込フォームから申込みください。



▼講師・詳細 高梨子あやの(☎ 080 - 1870 - 3420 / E-mail : takanashi@fulfillingdays.com)

健康講座 in 道民の森 参加者募集中！

▼日時等 6月22日(土)

9時 JR石狩当別駅集合、貸切バスで移動、16時解散

▼内容 ①講演「神居尻山の植物エネルギー」10時～11時 ②散策「森の植物を中心に」11時～12時30分(①②講師：北海道医療大堀田清准教授) ③ハーブ料理(講師：レインボーハーブアロマスクール坂戸洋子さん)12時30分～14時 ④健康体操(講師：地域フェルネス・ネット)14時～15時

▼参加料(食事・バス代・傷害保険料込み) 中学生以上2,000円、小学生1,000円、未就学児は無料

▼定員 先着40名

▼申込期限 6月19日(水)

▼問合せ 道民の森管理事務所 (☎ 22 - 3911)

広 告

簡単！時短！ 野菜料理講習会

短時間で簡単に作れる旬野菜を使った調理実習と、メタボ予防のミニ講話を行います。

▼日時 6月26日(水) 10時～13時(受付9時30分～)

▼場所 ゆとろ栄養実習室ほか

▼メニュー 生姜ごはん、野菜たっぷり和ポタージュなど3品程度

▼参加料 300円(食材費)

▼持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具

▼定員 先着20名程度

▼申込期限 6月14日(金)

▼申込み・問合せ 当別町食生活改善協議会(金田・☎/FAX23-2435)

※申込みは16時以降にお願いします。託児希望の方はご相談ください。

使用済み小型家電を 回収します

次の日程に限り、町内3施設(役場・ゆとろ・西当別コミセン)に設置している小型家電回収ボックスの投入口に入らない大きさの小型家電も含めて回収します。

▼日時・場所 7月6日(土)

①旧青少年会館(太美町1695番地17)、9時～11時

②旧公民館(末広118番地36)、13時～15時

▼回収小型家電の目安

縦50cm×横50cm程度

※回収できないものもあります。「家庭ごみ分別ガイドブック」p.5の“小型家電リサイクル”欄をご確認ください。

▼問合せ 環境生活課環境対策係(☎23-2503)

※天候により中止または終了時間を繰り上げる場合があります。

当別町議会 6月定例議会

本会議と常任委員会は、役場議場での傍聴の他、議会開催中はライブ中継をインターネットで配信しています。

■日程

6月12日(水)～19日(水)

■内容

補正予算審議、一般質問など

※日程の詳細は令和元年6月1日発行の「議会だよりNo.197」をご覧ください。

※日程等は変更になる場合があります。最新情報はホームページでご確認ください。

■問合せ 議会事務局総務係(☎23-3247)



広 告

広 告

広 告

JAFと観光協定を 締結しました



当別町と社団法人日本自動車連盟（JAF）札幌支部は4月26日、観光誘客やドライブ観光事業での連携を目的とした観光協定を締結しました。この協定により、JAF会員向けの会報誌やJAFのホームページなどで、当別町の観光スポットや特産品など町の魅力を全国に広く発信し、町内への誘致と地域の活性化を図っていきます。

ふれあい倉庫



当別町産のアスパラガス、漬物てきかにおすすめの摘果メロン、とれたてイチゴなど当別産の“おいしい”がぞくぞく入荷します。地方発送もできますので、当別の“おいしい”を遠く離れたあの方へ！

▼問合せ
ふれあい
倉庫（☎27
- 6600）



寄附・寄贈

☆当別町ふるさと納税へ

■4月1日～4月30日納入分
計2,488人

4,652万5,000円

ご寄附いただきました。

※ご寄附いただいた方の氏名等は町ホームページに掲載しています。

☆当別町社会福祉協議会へ

▼戸来尚行さんより 10万円

▼榮田勲さんより 7万円

▼藤澤征男さんより 5万円

▼匿名の方より 5万円



広告

広告

広告

催し
生活
募集
教養・資格
子育て
その他



当別消防署からお知らせ

問合せ
☎ 23-2537

春の火災予防運動を実施しました！



を行い、町民の防火意識のさらなる高揚につながりました。今後も当別消防署・消防団では当別町を守るべく、より一層火災の予防に努めていきます。なお、運動期間中に、火災は2件発生しました。

▼詳細 予防課予防係



※写真は「西当別小での防火教室」「北欧の風道の駅とうべつでの広報活動」の様子です。

当別消防署・当別消防団では、4月20日から30日までの11日間で、「春の火災予防運動」を実施しました。期間中には小学校新1年生を対象にした「防火教室」の実施や、道の駅とうべつでの火災予防広報活動、また、消防職員と女性消防団員が一人暮らしの高齢者宅を訪問して、住宅用火災警報器の設置や電池交換などの啓発

開催します！ 当別消防団訓練大会



※過去の訓練大会

団員の消防技術の向上と士気の高揚を図り、安心して安全な町づくりに寄与することを目的に実施します。当別消防団の日ごろの訓練成果をぜひご覧ください。

▼日時 6月22日(土)
10時～11時30分
《雨天決行》

▼場所 当別町総合体育館

▼内容 【屋内】小隊訓練
【屋外】放水訓練

▼詳細 警防課警防係

広 告

広 告

広 告

北欧の風 道の駅とうべつ

10連休から始まった5月は、遠方からもたくさんのお客様にお越しいただきました！6月23日にスウェーデンヒルズで行われる夏至祭では、スウェーデンの伝統的なお祭りを当別で体験することができます！道の駅とうべつでは、「スウェーデンフェア」を開催し、みなさまのお越しをお待ちしております☆

最新情報はホームページまたはフェイスブックをご覧ください。イベントは変更となる場合があります。

- 問合せ 27-5260
- 場所 当別太 774 番地 11
 - 本館 9時30分～18時
 - 農産物直売所 9時～17時
 - レストラン 11時～18時

トーブエスト TOBEST NEWS

道の駅とうべつに
アンバサダーが就任！



クリエイティブオフィス キュー/ソニー・ミュージックエンタテインメント所属『NORD』さんが道の駅とうべつのアンバサダーに就任しました！！ 今後はイベント・映像等さまざまなコンテンツを通じて、北欧の風 道の駅とうべつの魅力を伝えていただきます！

道の駅とうべつ
スウェーデン館オープン！

道の駅とうべつ本館の隣には、かわいいスウェーデンハウスの『スウェーデン館』が夏至祭に合わせてオープンします。イベント開催時に開館してまいりますので、お楽しみに♪

トーブエスト TOBEST EVENT

SWEDEN FAIR 6/15-27

北欧雑貨等の販売を行います。道の駅館内もスウェーデンのような雰囲気には!? ダーラヘストや北欧の人気キャラクターをモチーフにした商品が並びます。



広告

広告

広告

広告

相談・つどい

日時 / 場所	申込み
● 法律相談 (顧問弁護士) 6月6日 (木)・7月4日 (木) 13時30分～ ゆとろ	保健福祉課福祉係 (ゆとろ・☎ 23-3019)
● 消費生活相談 毎週月曜日～金曜日 8時45分～17時15分 役場	環境生活課町民生活係 (役場・☎ 23-3209)
● 福祉総合相談 毎週月曜日～金曜日 8時45分～17時15分 ゆとろ	地域包括支援センター (ゆとろ・☎ 25-5152)
● 介護・認知症相談 毎週月曜日～金曜日 8時45分～17時15分 ゆとろ	
● 障がい相談 毎週月曜日～金曜日 9時～17時 ななかまど	障がい者総合相談支援センター ななかまど (☎ 23-1917)
● 心配ごと相談 6月20日 (木) 13時～16時 ゆとろ	社会福祉協議会 (ゆとろ・☎ 22-2301)
● 女性の健康相談 6月11日 (火) 13時30分～15時30分 江別保健所	江別保健所 (☎ 011-383-2111)
● 心の健康相談 6月20日 (木) 13時30分～16時 江別保健所	
● 断酒会のつどい 6月3日 (月)・6月17日 (月) 18時～21時 ゆとろ	江別保健所 (☎ 011-383-2111) 夜間・工藤 (☎ 22-2510)

交通安全情報

●スピードダウンの徹底を!!

自転車運転時のスピードの出しすぎは交通事故発生の可能性が高まります。交通ルールを守りましょう。スマートフォンを使用しながらの運転も大変危険なのでやめましょう!! また、転倒時のけがを軽減させるためにもヘルメットを着用しましょう!!

当別町交通安全推進委員会
(☎ 23-2711)

2019年交通事故累計(4月末現在)

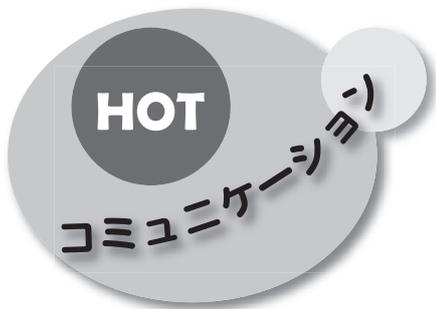
	2019年	2018年	増減数
発生件数	14	11	3
死者数	0	2	-2
傷者数	16	12	4

■ 人の動き		5月1日現在	
		() は前月との比較	
人口	15,985 人		(13人増)
世帯	7,677 世帯		(43世帯増)
男	7,779 人		(9人増)
女	8,206 人		(4人増)

廣 告

廣 告

廣 告



ダーラナ織物作品展開催中！



スウェーデン・ダーラナ地方で活動する織物作家グループによる作品展が、スウェーデン交流センターで行われています。スウェーデンと日本の象徴的なモチーフ「白樺と桜」をテーマにしたタペストリやショーールなどの作品約75点が展示され、作品とタイトルを照らし合せながら作品を眺めると、作家の想いが伝わってくるようでした。作品展は6月30日まで行われます。(5月9日)

全道各地より剣士が集結



第31回全道中学校剣道錬成会が総合体育館、白樺コミュニティセンターおよび当別小体育館の3会場で2日間行われました。この錬成会は、礼儀作法や技術力向上を目的に毎年当別町での開催が恒例となっており、全道各地より男女計143チームの選手と保護者など1,000人以上が当別町に訪れていました。当別中剣道部も参加した試合はブロック別のリーグ戦で行われ、大会さながらの緊張した雰囲気の中、選手の気合いの入った掛け声と竹刀がぶつかり合う音が会場内に響き渡っていました。(5月3日～4日)

道の駅のアンバサダーに就任！



北歐の風 道の駅とうべつの2019年公式アンバサダーに「NORD(クリエイティブオフィスキュー/ソニー・ミュージックエンタテインメント所属)」が就任しました。今後は、四季折々の道の駅の楽しさを彼らに体験してもらい、撮影した映像を動画配信サイトYouTubeで公開するほか、7月と9月にテレビCMも放映して、道の駅の魅力を伝えてまいります。NORDは、札幌市内で開催されるイベントにも出演して、多くの方に道の駅に来てもらえるよう、情報発信をしてまいります。(5月7日)

広告

広告

広告

広告

医療大学で防災訓練



北海道医療大学で春季総合防災訓練が行われ、全学生・全教職員・食堂や清掃関係従業員などが訓練に参加しました。訓練は歯学部棟ボイラー室からの出火を想定して行われ全館放送で出火が知らされると、教職員の指示で避難場所に集合。各学部ごとに避難人数を確認し、本部に報告をしていました。自衛消防隊長の浅香学長は「どんな災害が起きても大丈夫という体制を町と連携しながら行いたい」と話されていました。また、当別消防署予防課による講評と消火器の使い方の指導も行われていました。(5月16日)

金メダリスト具志堅氏が講演



北海道医療大学、日本体育大学、当別町、北海道銀行の4者で昨年締結した連携協定の一環で、道医療大学を会場に特別講演会が行われました。講演者の日本体育大学の具志堅幸司学長は、1984年のロサンゼルスオリンピックに出場し、体操個人総合・つり輪で金メダルを獲得。具志堅学長は体操競技に向き合った青春時代のエピソードを交えながら講話し、「成功するためには考えて練習すること、成功をイメージできることが大切。他の物事にも共通して言える」と話され、参加者は熱心に聞き入っていました。(5月16日)



広告

広告

広告

広告

子どもの健康に関すること

行事	日時	場所
4カ月児・10カ月児健診、 BCG接種(13:45~)	6/6(木) 13:00~14:00 7/4(木) 13:00~14:00	ゆとろ
1歳6カ月児・3歳児 健診	6/14(金) 13:00~14:00	西コミ
歯科健診・フッ素塗布	6/27(木) 13:30~15:30	西コミ
すくすく相談	6/26(水) 10:00~16:00	ゆとろ
ぱくぱく(離乳食)教室	7/9(火) 10:00~11:30	ゆとろ

予防接種(個別)

●小児期定期予防接種
4種混合・不活化ポリオ・ヒブ・水痘・MR・DT・
小児肺炎球菌・B型肝炎・日本脳炎

●高齢者肺炎球菌予防接種
今年度65・70・75・80・85・90・95・100歳以上になる方、
60~64歳で障がいのある方が対象。

これらの予防接種を下記の実施医療機関で実施しています。

実施医療機関

実施医療機関へ事前にお申込みください。

医療機関名	電話番号	予防接種				健診
		4種混合・ 不活化ポリオ・ヒブ・ 水痘・MR・DT	小児肺炎球菌・ B型肝炎	日本脳炎	高齢者 肺炎球菌	特定健診・ 後期高齢者健診・ 肝炎ウイルス健診
おくやま内科・外科クリニック	27-5522				●	●
勤医協当別診療所	23-3010	●		●	●	●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25-3151	●	●	●	●	●
田園通りさわぎ医院	25-2055	●	●	●	●	●
とうべつ内科クリニック	22-1313				●	●
とうべつ整形外科	25-5040			6歳~	●	
北海道医療大学病院(札幌市北区)	011-778-7575	●	●	●	●	●

※小児期定期予防接種については、4月から江別市内の小児科8カ所でも接種可能となりました。

いきいき健康生活

知っていますか? 歯周病と糖尿病の深い関係

◆大人の10人中7~8人は歯周病

歯を失う原因は、むし歯と歯周病です。歯周病は、歯にこびりついた「プラーク(歯垢)」にすみつく歯周病菌の繁殖によって起こる感染症で、歯そのものではなく、歯の周りの歯肉に炎症を起こします。放っておくと歯根を支える顎の骨を溶かし、歯が抜けてしまいます。

◆歯周病と糖尿病は相互に悪影響を及ぼします

歯周病によって歯ぐきに生じた炎症物質は、血液に入り全身に運ばれ、血糖値を下げるインスリンの働きを妨げます。糖尿病が悪化すると、免疫力の低下や口の渇き等の症状により歯周病が進行するという悪循環

が起きます。歯周病と糖尿病の両方を適切に治療し、重症化を予防しましょう。

◆こんな症状はありませんか?

- ・歯みがきの時に出血する
- ・口臭を指摘された
- ・歯が長く見えるようになった
- ・歯肉が赤く腫れている
- ・かたい物が噛みにくい

以上の症状がある方は、歯周病の可能性があるので放置せず、歯科医を受診しましょう。

◆かかりつけ歯科医を持ちましょう

毎日の歯みがきに加えて、年に1度は歯科健診を受け、歯みがき指導や歯石の除去をしてもらうことでお口の健康を保てます。

各種検診

行事	日時	場所
バス送迎健診(がん検診等)	6/4(火) 7:55~8:10	ゆとろ
巡回ドック	6/18(火) 7:00~9:30 6/19(水) 7:00~9:30	ゆとろ
胃・肺・大腸がん検診	7/10(水) 7:00~10:00 7/11(木) 7:00~10:00	西コミ ゆとろ
とうべつ総合健診	6/30(日) 7:00~11:00 12:45~14:00	ゆとろ

個別健診(町内)

特定健診、後期高齢者健診、肝炎ウイルス検診を下記の実施医療機関で実施しています。

健康に関する相談や教室

行事	日時	場所
健診結果説明会	6/20(木) 9:30~12:00 6/25(火) 9:30~12:00	ゆとろ

休日・夜間の受診先

発熱や腹痛など、初期段階や比較的軽い症状の方の診察を行います。当番医は下表のとおりです。

<休日・昼間>

■江別市内科休日当番

内科

月	日	医療機関名	住所	電話番号	受付時間
6月	2日(日)	溪和会江別病院	江別市野幌代々木町81-6	011-382-1111	9時～17時
		おおあさ鈴木ファミリークリニック	江別市大麻扇町3番地	011-386-5303	9時～17時
	9日(日)	おくの内科胃腸科クリニック	江別市野幌町26野幌メディカルビル4階	011-381-0501	9時～17時
	16日(日)	あさひ町南大通クリニック	江別市朝日町3-30	011-383-9816	9時～17時
	23日(日)	江別循環器	江別市中央町1番地1	011-389-0810	9時～17時
	30日(日)	平賀内科クリニック	江別市野幌東町26番地26	011-382-5989	8時30分～17時
7月	7日(日)	溪和会江別病院	江別市野幌代々木町81-6	011-382-1111	9時～17時
	14日(日)	たぐち内科クリニック	江別市元町21-12	011-389-7855	9時～17時
	15日(月・祝)	北町クリニック	江別市大麻北町607番地2	011-386-2160	9時～17時
	21日(日)	江別市立病院	江別市若草町6	011-382-5151	8時30分～17時
	28日(日)	みはらしクリニック	江別市元江別890-15	011-384-3184	9時～17時

※4月～11月の町内急病当番の実施はありません。江別市内科休日当番をご利用ください。

<夜間>

■江別市夜間急病センター

内科

小児科

- ・受付時間 18時30分～翌朝6時30分(年中無休)
- ・電話番号 011-391-0022(江別市錦町14-5)

■勤医協中央病院

内科

- ・受付時間 19時～翌朝7時(年中無休)
- ・電話番号 011-782-9111
(札幌市東区東苗穂5条1丁目9-1)

急病時・夜間の相談先

■救急安心センターさっぽろ

24時間・365日、看護師が相談に対応。受診可能な医療機関をご案内します。

- ・電話番号 #7119 または 011-272-7119

■北海道小児救急電話相談

症状に応じた一般的な対処・助言を看護師等から受けられます。診断・治療はできません。

- ・受付時間 19時～翌朝8時
- ・電話番号 #8000 または 011-232-1599

■北海道救急医療・広域災害情報システム

緊急時に受診可能な道内の病院を24時間(年末年始・ゴールデンウィーク・お盆期間中も可)検索できます。

- ・フリーダイヤルは 0120-20-8699
- ・携帯電話からは 011-221-8699
- ・インターネット検索は <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

近くの医療機関案内

診療時間は、町のホームページに掲載しています。
少し遅い時間や土曜日に診療している医療機関もありますのでご確認ください。

広 告

Town Topics

タウントピックス

広報誌で紹介した写真を希望者に提供します。
まちの話題 総務課広報広聴係 (☎ 23 - 3069)



街頭指導 (当別小学校前)

交通安全を街頭で呼びかけ

5月10日 国道275号(宮永建設前) 他
春の全国交通安全運動期間(5月11日～20日)の全国統一行動日にセーフティコールが行われました。当別町交通安全協会の主催で町交通安全指定地域団体の企業など約120人が参加。参加者は、「スピードダウン」や「シートベルト着用」と書かれた手旗を振りながら交通安全の啓発を行っていました。また、5月13日から20日にかけては、小中学生の通学時間に、町交通安全指導員による街頭指導が行われました。指導員は子どもたちと元気に挨拶を交わしながら、交通ルール遵守を指導していました。

買い物送迎サービス試行開始!

5月16日 ラルズストア当別店

当別町社会福祉協議会では、自由に買い物へ出向くことが難しい高齢の方を対象とした「買い物送迎サービス」を試行で始めました。今年度はモデル地区を限定しての実施予定で、1回目の対象は中小屋地区。自身で買い物を楽しんでもらうために、買い物支援ボランティアが同行し、利用者への声かけや荷物持ちなどをしながら、温かいまなざしで見守っていました。利用者には、普段は重くてなかなか買えない砂糖や食用油などを買っている方も多く、「連れてきてもらえてありがたい」と口をそろえて話されていました。



みんなで種まき&たこ焼きパーティー

5月18日 ペこぺこのはたけ

地域ボランティアで構成するサポートクラブペこちゃんの主催で「家庭菜園教室」が行われ、子どもからお年寄りまで約70人が参加しました。種まき体験では、心地よい天候の中、トウモロコシ・インゲン豆・ジャガイモの野菜の種をボランティアに教わりながらまいていました。種まき後のたこ焼きパーティーでは、たくさんのたこ焼が用意され、食事をしながら「おいしい。今日は楽しかったね」などの声が聞こえてきました。また、チーズ・餅・ウィンナーなどの具材を入れて、自分好みのたこ焼きを真剣に作る子どもたちの姿も印象的でした。



編集・発行 当別町総務課広報広聴係 広報「とうべつ」6月号 令和元年6月1日発行 通巻789号
ホームページ 町 <http://www.town.tobetsu.hokkaido.jp/> 町教委 <http://www.town.tobetsu.hokkaido.jp/site/kyoiku-top/>