

広報ほんべつ

本割

いいひと いいまち いきいきほんべつ
HONBETSU

2016
November 11月
No.1057

表紙

銀河の里 TREE FESTIVAL
丸太早切り選手権の決勝戦



Pick up

- ✿ 特定健診を受けよう
- ✿ 町スポーツ賞・文化奨励賞・スポーツ奨励賞の決定
- ✿ 町財政の健全化判断比率を公表します

特集

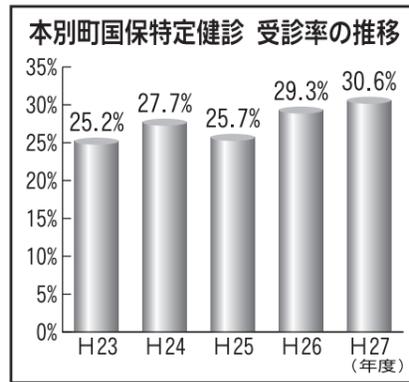
特定健診を受けよう

あなたの体、本当に大丈夫？



本別の特定健診

受診率の推移



本別町国保加入の40〜74歳を対象とした「国保特定健診」の受診率は、ここ数年、横ばいから微増で、平成27年度は対象者17,222人中5,227人が受診し、受診率は過去5年間で最高の30.6%です。しかし、この受診率は、全国の同規模町村240町村のうち213位という結果です。町では、この受診率向上と町民の皆さんの健康増進を目指し、医療機関の診療結果（レセプト）をもとに、本別町民に多い症状、病気とその対策をまとめたデータヘルス計画を平成28年3月に策定しました。今後ますます病気の治療や介護の必要なるを増やさないためにも、若い世代はもちろん、働き盛りの40代から早めの受診が不可欠です。

特定健診とは、

メタボを発見・改善するための健診

特定健診は、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドローム（メタボ）に着目した健康診査です。

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に脂質異常症・高血圧・高血糖のうち2つ以上を合併した状態のことで、本別町の健診受診者5,227人のうち、1,588人がメタボ予備軍・該当者との結果があります。この状態を放っておくと、生活習慣病を発症し、心筋梗塞などの心疾患、脳卒中などの脳血管疾患のリスクが高くなるため、突然の死亡や身体に障がいが残るなど、自分だけでなく家族にも大きな負担がかかることが予想されます。

病気の治療には、健診の受診よりも大変多くの費用と時間がかかります。日ごろの健康管理を徹底し、健診で早期に病気を発見・治療していくことは、本町の国民健康保険制度においても、被保険者1人当たりが支払う保険料増加を防ぐことにもつながり、さらには、町民みんなが元気に生き生きと暮らせる最大の秘訣ではないでしょうか。

あなたもチェック！メタボリックシンドローム！

あなたのお腹周りのサイズは？ 男性：85cm以上、女性：90cm以上である

いいえ

はい

メタボには該当しません

メタボには該当しませんが、生活習慣病の予防や現在受けている治療を継続し、健康維持に努めましょう。

ひとつも当てはまらない

内臓肥満ありと判定します

次の3つの症状のうち、いくつ当てはまりますか？

■ 高血圧	■ 脂質異常	■ 高血糖
収縮期血圧130以上 または 拡張期85以上	中性脂肪150以上 または HDL-C（コレステロール）40未満	空腹時血糖100以上 または HbA1c 5.6以上

1つ

2つ以上

メタボ予備軍

メタボ該当者

懸念される病気

脳卒中・脳梗塞など脳血管疾患
糖尿病悪化による腎機能低下
心筋梗塞などの心疾患

本別町受診者の結果 (527人中)

予備軍	69人
該当者	89人
計	158人

※この他BMI（体格）指数や喫煙の有無などによりメタボ予備軍・該当者と判定することがあります

生活習慣改善で生き生きライフ！

将来的にあなたはどちらを選びますか？

長期の治療 医療費の増

皆さんは自分の体のこと、健康のことをどのくらいご存じですか？

「仕事が忙しくて、健康診査は受けたことがない」「普段から病院に行っているし、薬も飲んでいるから大丈夫」という人も多いのではないのでしょうか。

糖尿病や高血圧、脳梗塞など生活習慣病の多くは、自覚症状がないうまま病気が進行します。

病気で突然倒れたときに、あの時健診を受けていれば、病気が見つかったかもしれないと後悔しないためにも、今年健康診査で自分の体の内側をのぞいてみませんか。

今月号の広報ほんべつ特集は、「特定健康診査（国保特定健診）」です。普段病院に行っている人も、行っていない人も、ぜひ、自分の体に向けてみましょう。

年に一度は健康チェック！

75歳以上の人は、後期高齢者健診（自己負担金500円）を受けましょう

健診は1年中受けることができます

特定健診は、町国保病院や町内外の医療機関で受診できます。健診の日程は次の通りですので、自分の健康を確認するためにも、年に1度は必ず受診しましょう。

国保以外に加入している人は、各保険者が実施している特定健診または人間ドックを毎年受けましょう。

実施場所	日程	申し込み先
健康管理センター (検査機関：帯広厚生病院)	平成29年 2月16日(木) ～17日(金)	健康管理センター(☎22-2219)へお申し込みください。※健康管理センターによりで申込期限をお知らせします
町国保病院	国保特定健診	毎週金曜日 希望日の2週間前までに健康管理センターへお申し込みください。
	町民ドック	毎週火・木曜日 希望日の2週間前までに町国保病院(☎22-2025)に直接お申し込みください。
ほんべつ循環器内科クリニック	随時	直接お申し込みください。(☎22-8888)
ホームケアクリニック あづま 足寄町南5条3丁目	随時	事前申し込み不要(血液検査がありますので、検査前の食事は抜いてください)
しんどう医院 足寄町北1条3番地6	随時	事前申し込み不要(血液検査がありますので、検査前の食事は抜いてください)
藤田クリニック 池田町大通6丁目13番地	随時	直接お申し込みください。 (☎015-572-6020)
勤医協帯広病院 帯広市西9条南12丁目4	随時	事前申し込み不要(血液検査がありますので、検査前の食事は抜いてください)
帯広厚生病院施設ドック 帯広市西6条南8丁目1	随時	対象は農協組合員のみとなっています。詳しくは本別町農業協同組合にお問い合わせください。

【対象者】

本別町国民健康保険加入者で、年度内に40歳以上であり、受診日に74歳以下の人。ただし、町国保病院と健康管理センターで実施する特定健診は、年度内35歳から受診できます。

【自己負担金】 1,500円(生活保護世帯の人は無料です)

【健診の際は、特定健診受診券をお忘れなく】

特定健診受診券は、本別町国保加入者へ5月上旬に郵送しています。特定健診を受ける際に必ず必要となりますので、お持ちでない場合は、健康管理センターまでお問い合わせください。

10月末現在で
今年度の特定健診を
受けていない人には、
受診案内を11月下旬
に送付予定です

気軽にご相談を

健診結果や健康について気になることがありましたら、保健師や栄養士が相談をお受けしますので、気軽にご相談ください。

相談および問い合わせ

健康管理センター
☎22-2219

今年度から、町国保病院または、ほんべつ循環器内科クリニックで皆さんが定期的に受けている血液検査の結果を、「特定健診の受診」として取り扱うことができるようになりました。患者さんの同意が必要となりますので、検査結果情報の提供にご協力をお願いします。

医療機関の診療結果をもとに、対象と思われる人には、健康管理センターから情報提供についてのお知らせと「同意書兼質問票」を送付しています。必要事項を記入し、町国保病院は内科外来に、同クリニックは受付窓口にて提出してください。提供いただいた血液検査結果をもとに、健康管理センターで特定健診の結果票を作成し、ご自宅に送付します。

定期検査の結果が「特定健診」になります

それでは健診を実際に受けてみましょう！

GO! GO! 特定健診!!

特定健診の基本検査項目はたった4つ！
これだけの検査で、体の状態は丸わかりです。
実際の健診の様子を、国保加入の藤川雅和さん(柏木町)ご協力のもと、紹介します。
GO! GO! Let's GO! 特定健診!



取材にご協力いただいた人

藤川雅和さん(41歳)

これまで3回特定健診を受診。毎年、血圧、中性脂肪の数値が高めとのこと。

健診スタート!

④ 医師による診察
心臓や肺の音を確認します。



③ 血液検査
血液中の脂質や肝機能、血糖、腎機能を数値化します。



② 尿検査
事前に自宅で採尿し、提出する場合があります。



① 問診・身体計測・血圧測定
保健師または看護師が腹囲や血圧などを測定します。



健診終了! あつという間!

所要時間 30分～1時間

※65歳以上の人は、無料で心電図検査を受けることができます(64歳以下の人は医師が必要と認めた場合)。この他、胃がんや大腸がん検診など、オプション検査も受診できます(オプションは有料)。

後日

検査結果に所見のない人は、結果票が自宅に郵送されます。

生活習慣病リスクの高い人には、特定保健指導を実施

生活改善をした上で、再検査を受けましょう

生活習慣病発症のリスクが高い人や、再検査、指導が必要と認められる人には、保健師や栄養士から結果説明があります。

はい...

再検査を勧められた場合は、必ず受診しましょう

健診を終えて



健康管理センター
小島素子 保健師

今年の健診で血圧が非常に高く、保健師さんの勧めで再検査を受けました。血圧が高くても、体調が悪いと感じたことはなく、健診で自分の体が危険だとわかりました。今後も毎年健診を受けて、健康な体で働き続けていきたいです。

これからも自分の体の状態をしっかり把握し、症状を悪化させないよう食生活や運動習慣に気を配りながら、健康維持に努めましょう。



藤川さん

平成28年度

町スポーツ賞に

佐藤安純さん

文化奨励賞に1個人・1団体、
スポーツ奨励賞に2団体

今年度のスポーツ賞・文化奨励賞・スポーツ奨励賞が、10月20日の町教育委員会で決定しました。受賞者は次の通りです。



スポーツ賞



〔優秀選手〕

佐藤安純さん
(西美里別)

第62回北海道高等学校校弓道競技選手権大会 女子個人 優勝

個人

授賞式は
11月3日(文化の日)
午前10時30分から
中央公民館大ホール
で行われます
教育委員会 ☎22-5111

文化奨励賞

個人

〔功労の部〕
各務重男さん
(栄町)

農業を営む傍ら、カメラを通して見える美と記録による写真文化の振興を図るために設立された「本別カメラクラブ」の活動にも率先して取り組み優れた作品を数多く発表している。また、帯広市の写真家たちによる「とかちサークル写真展」にて準特選に入選するなど、本別カメラクラブ会員の意欲の向上に大きく貢献をしており、クラブ会員の模範的存在となっている。

長年に渡り、本町の写真文化の普及と発展に尽力されることともに、多くの作品を町文化祭、公民館口ビ―展、雪あかりナイト写真展などの各種展示に積極的に出展され、写真を通して本町文化の発展振興に寄与した功績は誠に大きいものがある。

団体

〔功労の部〕
本別好友民謡会
(代表：前田 繁)

平成10年、民謡を愛するもの同士が、民謡全般に渡り、研究、普及発展に努めることを目的に設立。以来、月2回の例会を重ね、会員相互の親睦と研鑽に精進し、文化協会に加入して、町文化祭をはじめとする文化協会事業等へ積極的に参加協力している。

また、民謡を通じて老人ホームなどの福祉施設への慰問をするなど、社会貢献活動にも積極的に取り組む、幅広く活躍される姿は広く評価を受けているところであり、本町文化の発展振興に寄与した功績は誠に大きいものがある。

スポーツ奨励賞

団体

〔優秀選手〕
北海道本別高等学校
学校弓道部
(顧問：本間達也)

第51回北海道高等学校校弓道競技選手権大会十勝支部大会
団体戦女子 準優勝
〔出場選手〕
桜井麻佑・佐藤安純・府川舞海・宮野真衣・森雛子・佐藤権純・野口流果

北海道本別高等学校
学校剣道部
(顧問：佐々木敦美)

第62回北海道高等学校校剣道選手権大会十勝支部大会兼国民体育大会剣道競技少年の部十勝予選会
団体戦男子 準優勝
〔出場選手〕
田野泰成・高橋昌也・富田綾盛・東山優斗・前田拳心

国民年金

その175

国民年金保険料は
納付した全額が社会
保険料控除の対象です

社会保険料控除には証明書が必要です

国民年金保険料は、納付した全額が所得税や住民税の社会保険料控除の対象となります。控除の対象となるのは、平成28年1月1日から12月31日までに納付した保険料です。

年末調整や確定申告で社会保険料控除を受けるためには、領収証書または社会保険料(国民年金保険料)控除証明書の添付が必要です。

平成28年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人には、11月に日本年金機構から控除証明書が送付されます。10月1日以降に国民年金保険料をはじめ納付した人には、平成29年2月に送付されます。

社会保険料控除Q&A

Q 家族の国民年金保険料を代わりに納付したときは、どうすればいいですか？



- A ご家族の負担すべき国民年金保険料を代わりに納付した場合は、ご自身の社会保険料と合わせて申告することができます。ご家族あてに送付された控除証明書を申告の際に添付して下さい。
- Q 控除証明書を無くしてしまったのですが、再発行できますか？
- A 再発行することは可能です。年金手帳など基礎年金番号のわかるものをお持ちになり、ねんきん加入者ダイヤル、または帯広年金事務所へお問い合わせください。

控除証明書に関する問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤル」へ

電話 0570-10031004

(IP電話、PHS電話は031663012525)

受付期間

平成28年11月1日～平成29年3月15日
※祝日、12月29日～1月3日はご利用できません

受付時間

月～金曜日 午前8時30分～午後7時
第2土曜日 午前9時～午後5時

問い合わせ

住民課戸籍年金担当へ

☎22-8128

帯広年金事務所

☎0155-95-5003

日本年金機構のホームページは

<http://www.nenkin.go.jp/>



本別高等学校吹奏楽部



本別中学校吹奏楽部

吹奏楽部が 金賞の演奏披露

10/2 10/15

第33回本別高等学校吹奏楽部（宇井敦子部長、24人）定期演奏会が10月2日に中央公民館で、第34回本別中学校吹奏楽部（古山明日香部長、23人）定期演奏会が10月15日に同校体育館で開催されました。演奏会は2部構成で行われ、1部は吹奏楽オリジナル曲を、2部ではポップスを中心に繰り広げられ、両校ともに8月に行われた帯広地区吹奏楽コンクールで金賞を受賞した腕前を披露。本高吹奏楽部は、今年多くの町内イベントで演奏してきた成果を出し切り、また、本中演奏会では同校野球部の応援パフォーマンスや、賛助出演の本別ジュニアプラスアンサンブルとの合同演奏も行われ、会場を訪れた観客から大きな拍手が送られました。定期演奏会をもって両校の3年生は引退となり、部員たちは全員での最後の演奏を楽しみました。

19kmを強歩

9/24

本別中学校（池浦暢校長、149人）強歩大会が9月24日に行われました。今年は生徒のほかに保護者ら一般参加者も加わり、池田町高島北部コミセンから本別中学校までの約19kmのコースを、歩行組と走行組に分かれてスタート。生徒らは快晴の秋空のもと、沿道からの声援に応えながら、自分たちのペースでゴールを目指し、最後まで諦めない達成感を味わいました。



スポーツ

文化芸術



声援受け、 ゴールを目指す

10/15

第45回本別町高齢者運動会（町社会福祉協議会主催）が10月15日、町体育館で開催されました。運動会には、町内9老人クラブから97人が出場。参加者らは、赤青白の3チームに分かれ、ジャンケンリレーや玉入れなど7種目に挑み、チームの声援を受けながらゴール目指して真剣な走りを見せるなど、さわやかな汗を流しました。



スポーツと食欲の秋

10/9

体育の日記念事業「第4回義経の里スポーツフェスティバル」（町、教育委員会主催）が10月9日、河川運動公園芝生広場で開催されました。今年は台風の影響で本別公園ステージ前広場から会場を変更。恒例のマラソン大会には55人が出場して2kmと4kmのコースを力走し、会場ではストラックアウトなどのゲームラリーや縄跳びなどの昔遊びコーナーに、約180人の来場者が体を動かしました。また、わたあめやポップコーン、本別産黒豆うどんも提供され、食欲の秋も満喫しました。



林道を爆走

9/25

ラリー北海道2016（アジア・パシフィックラリー選手権第4戦、全日本ラリー選手権第7戦）が9月25日、上押帯から美蘭別、活込間の13.79kmスペシャルステージで開催されました。美蘭別に設置された観戦エリアでは、早朝と午後の2度のステージにおいて、道内外から訪れた観客を前に、ラリーカーが砂利を蹴散らしながら、直角コーナーを豪快に走り抜けました。また、道の駅「ステラ★ほんべつ」ではラリーパークが開催され、多くのファンが集まり、ラリーカーに声援を送りました。



スポーツ・芸術・食欲の「秋」。
さわやかな季節を迎え、本別町でも、さまざまな活動やイベントが開催されています。子どもから高齢者までたくさんの方が日々の活動や練習の成果を披露しました。

『地方公共団体の財政の健全化に関する法律』 に基づく健全化判断比率等を公表します

町のホームページ <http://www.town.honbetsu.hokkaido.jp/> でもご覧になれます

『地方公共団体の
財政の健全化に関する法律』
の規定により毎年度地方公共団体の
決算状況を連結ベースで財政分析する、
健全化判断比率等の算定および
公表が義務付けられています。

地方公共団体の財政の 健全化に関する法律とは

これまでの自治体再建法制度では、地方公共団体の普通会計において赤字額が標準財政規模の20%（都道府県は5%）を超えるときはなりレックドカードが出て財政再建団体となり、イエローカードともいえる注意喚起の段階がありませんでした。また、特別会計や企業会計にいくらか累積赤字があっても財政再建団体とはなりません。

この法律では、「早期健全化」と「財政再生」の二段階で財政悪化をチェックするとともに、特別会計や企業会計もあわせて連結決算により地方公共団体の財政状況をより明らかにしようとするものです。

- 財政再生団体（レックドカード）の前に、早期健全化団体（イエローカード）の段階が設けられました
- 地方公共団体の本体に公営企業・一部事務組合・第三セクターなども加えて判断するようになりました
- 単年度の現金収支に加えて、過去からの累積に基づく基準ができました（将来負担比率）
- 公営企業の経営に関して、経営の健全化を促す基準ができました（資金不足比率）



早期健全化団体になると

健全化判断比率指標のいずれかが早期健全化基準を上回ると、財政健全化計画の策定（議会の議決）、外部監査の要求が義務付けられ、計画の実施状況を毎年度議会に公表し、早期健全化が著しく困難と認められるときは知事から必要な勧告が行われます。
（平成20年度決算から適用）

財政再生団体になると

健全化判断比率指標のいずれかが財政再生基準を上回ると、財政再生計画の策定（議会の議決）、外部監査要求の義務付け、計画の実施状況の報告、公表に加え、財政再生計画を総務大臣に協議し、同意を求めなくてはなりません（※1）。また、財政運営が計画に適合しないと認められる場合等において、予算の変更等が勧告されます。
（平成20年度決算から適用）

※1 同意がなければ、災害復旧事業費等を除く地方債の起債が制限されます

経営健全化基準について

早期健全化基準に相当するもので、各公営企業会計の資金不足比率が経営健全化基準を上回れば経営健全化計画の策定が義務付けられます。
（平成20年度決算から適用）

健全化比率の 一般家庭でのイメージ

私たちの1年間の家計に例えると、日々の生活における収入と支出の状況や、現在の借入金と貯金のバランスを比率化したイメージとなります。

例えば、二世帯住宅で暮らすAさん夫婦世帯（一般会計、息子さん夫婦世帯（企業会計）を本別町に例えた場合、

◆実質赤字比率

Aさん夫婦世帯の1年間の収入と支出の結果、赤字だった場合、その赤字額が家計規模に対してどの位の割合だったのかを表します。

◆連結実質赤字比率

Aさん夫婦世帯、息子さん夫婦世帯の1年間の収入と支出の結果、赤字だった場合、その赤字額がAさん夫婦世帯の家計の規模に対してどの位の割合だったのかを表します。

◆実質公債費比率

家族全員の1年間の住宅取得や自動車購入などの借入金返済額のうち、Aさん夫婦世帯が負担した返済額が、Aさん夫婦世帯の家計規模に対してどの位の割合だったのかを表します。

◆将来負担比率

家族全員の住宅取得や自動車購入などの借入金残高など、Aさん夫婦世帯が将来負担を予定している費用から貯金を差引いた額が、Aさん夫婦世帯の家計規模に対してどの位の割合だったのかを表します。



平成27年度決算に基づく本別町の 健全化判断比率および資金不足比率について

地方公共団体の財政の健全化に関する法律（平成19年法律第94号）第3条第1項および第22条第1項の規定により、本別町における平成27年度決算に基づく健全化判断比率および資金不足比率について公表します。

1 健全化判断比率

平成27年度本別町各会計の決算に基づき健全化判断比率を算定したところ、下表のとおり、いずれの指標についても早期健全化基準、財政再生基準を下回りました。

指 標	本 別 町		早期健全化基準	財政再生基準
	平成27年度	平成26年度		
実質赤字比率	- %	- %	15.0%	20.0%
連結実質赤字比率	- %	- %	20.0%	30.0%
実質公債費比率	9.5%	10.2%	25.0%	35.0%
将来負担比率	20.6%	14.8%	350.0%	

※実質赤字比率または連結実質赤字比率は、それぞれ赤字額がないため「-」で表示しています

2 資金不足比率

各公営企業会計における資金不足比率については、平成27年度決算において資金不足を生じた公営企業がないため、該当ありません。

会 計 の 名 称	本 別 町		経営健全化基準
	平成27年度	平成26年度	
水道事業会計	- %	- %	20.0%
国民健康保険病院事業会計	- %	- %	
簡易水道特別会計	- %	- %	
公共下水道特別会計	- %	- %	

※資金不足比率は、資金不足額がないため、「-」で表示しています

○健全化判断比率および資金不足比率については、監査委員の審査に付した後、その意見を付して、9月14日開会の第3回定例町議会に報告いたしました。

講演会開催

メンタリストDaiGo氏講演会（町芸術委員会主催）が9月25日、芥川賞作家の玄侑（町、町教育委員会主催）が10月18日、い

文化事業振興会＝朝日基光会長、町教育委宗久氏を招いた本のまち夢づくり講演会 ずれも中央公民館で開催されました。

来場者を魅了



芥川賞作家 職 玄侑宗久氏

風流のはじまり



メンタリスト DaiGo氏

ちょっとした行動で 未来を変える方法

玄侑さんは福島県三春町の「福聚寺」35代目の住職として由緒あるお寺を守りながら、作家活動を続けています。東日本大震災の後に「方丈記」を読み直し、改めて風流について考えるようになったと述べ、「風流とは、もともと禅の言葉でゆらぎのある人柄のことであり、人は揺らぎながら生きていくもの」と解説。また、「物事を表現させるためには具体的にイメージをする。夜寝る前に、明日はきつといい日になると想像しながら、ニッコリすることが大切」と自身の体験も含めて話すと、約250人の来場者は玄侑さんの表現力豊かな語りを引き込まれていました。

ステージにさっそうと登場したDaiGoさんは、マインドマップと呼ばれる、思考を整理するための図をスクリーンに映し出しながら、「ちょっとした行動で未来を変える方法」というテーマで講演しました。知ること、勉強することが好き、というDaiGoさんは毎月100万円分の本を購入して読むそうで、講演時間のほとんどは言葉が途切れることなく、その豊富な知識を用いて話し続けました。科学的根拠やデータを示しながら、「ストレスは体に悪いと思いつつと有害になるが、逆にストレスによって自分は成長したと思えば免疫が向上して寿命が延びる」と心理学的に解説すると、来場者はうなずきながら聞き入りました。

心の持ちよう

ゆらぎ

人柄

データ

科学

情報

中学生にも出前授業「挨拶と心」



10月19日、本別中学校では同校の1・3年生と勇足中学校全校生徒の計117人を対象に「挨拶と心」と題して出前授業が行われ、玄侑さんは「あいさつは形も大事だが、心を込めることを大切にしてほしい」と語り掛けました。

祈り



講演後のサイン会には 大勢の人が列をつくりました



会場に集まった約500人が耳を傾けました



HELLO 本別中央小学校

学校教育目標
 自らを高めようとする子ども
 考える子
 助け合う子
 がんばる子

4月に新1年生28人を迎え、全校児童219人で今年度がスタートしました。昨年度より児童数が18人減少しましたが、今年度も「挨拶、返事、後片付け」を合い言葉に、子どもたちが元気いっぱいに登校できる学校を目指し、家庭・地域の協力をいただきながら特色ある教育活動の充実を目指して日々取り組んでいます。

1年生

4月8日（金）に入学してから、学校生活の中でたくさん
 のことを経験し、毎日元気に登校しています。



4月に入学した1年生。学校生活にもすっかり慣れ、立派な小学生になりました。

10月23日に行われた学習発表会では、成長した姿を保護者や地域の皆さんに見ていただきました。

運動会

6月5日（日）雨天順延となりましたが、今年もたくさんの保護者・
 地域の方々に見守られる中、無事に実施することができました。



学校二大行事の一つ、「運動会」。今年の運動会テーマ「一致団結して勝利へつき進め」のもと、全校児童が全力で取り組みました。それぞれの学年が一致団結して取り組むことができました。

PTA活動

PTAの皆さんのご協力で、子どもたちの学習や生活環境の
 整備を実施していただいています。



子どもたちのために、環境整備として花壇の整備や、塗装が落ちてきた遊具のお色直しをしていただきました。多くの方の協力をいただき、すばらしい環境が整いました。



森林インストラクターと森に潜入



十勝産のバットで大人も子どももナイスバッティング！



焚き火で手作りパンを焼きました！



ペレットのボイラーを使った足湯体験コーナー



からまつ伐倒ショーのダイナミックさに来場者は釘付け



パッカーンと爽快！薪割り体験



初めてのイベントで木の魅力満喫

このイベントは、これまで守り伝えてきた林業やカラマツを中心とした十勝の木の魅力を、一般の方々に身近に感じてもらうことを目的として、森林組合や町内外の木材関連企業などが集まり、十勝で初めて開催されました。

快晴の青空のもと、会場では記念植樹祭のほか、十勝産からまつ伐倒ショーや丸太早切り選手権などのステイジイベントが実施されました。また各ブースではピザやパン作り、十勝産バットでトスバッティングなどの体験コーナーが充実、十勝の森入ツアーへの参加者は、個性豊かな樹木について楽しく学びました。ほかにもペレットストーブの展示やご当地グルメコーナーなど、約800人の来場者は、盛りだくさんのイベントを満喫しました。

銀河の里ツリーフェスティバル2016 in ほんべつ（実行委員会主催）齊藤元一実行委員長が10月16日、本別公園静山キャンプ場で行われました。

進路選択に向けて 仕事に挑戦 10 18・19

本別中学校（池浦暢校長）2年生44人が10月18日、19日の2日間、町内で職場体験を行いました。この取り組みは、総合的な学習の時間において、働くことの意義や進路選択についての意欲を高めることを目的に実施されたもの。生徒らは介護施設や保育所、飲食店など計29事業所でマナーや礼儀、社会の一員としてのあり方を学びました。役場を訪れた木下あいかさんは、企画振興課広報電算担当で同報無線の放送業務等に挑戦。「無線の録音はうまくいかないとこもあったけれど、初めての職場体験で仕事の雰囲気勉強できて楽しかったです」と笑顔で話しました。



本高生、 充実した職場体験 10 13・14

本別高校（佐藤渉校長）1年生31人が10月13日、14日に本別町内および、浦幌町の計15企業・事業所で職場体験に挑戦しました。このうち、南保育所へ実習に行った丑若愛華さんと貝瀬未有さんは、子供たちとホールやグラウンドで一緒に遊んだり、おゆうぎ会の練習では、衣装の着替えを手伝うなど、たくさんのふれあいを学習。丑若さんは、「一度にたくさん話しかけられた時の対応が大変だったけれど、名前を呼んでくれると嬉しいし、やりがいを感じられた」と話しました。

※この記事は、職場体験で役場を訪れた本別高校1年の小林優香さん、柳澤亜美さんが取材し書いたものです



いきいき商品券 4,000セットを完売 10 18~

本別町商工会による「くらし応援いきいき商品券」の販売が、10月18日から町体育館で行われました。今回の商品券は、1セット11,500円分の商品券を10,000円で購入できる15%のプレミアム付きで4,000セットを発行。販売開始前から多くの人が行列をつくり、19日の午後、完売しました。



無火災呼び掛け、 20台でパレード 10 17

秋の全道火災予防運動防火パレードが10月17日、本別消防署前と町内で行われました。このパレードは、10月15日から31日までの同運動期間に合わせて実施されたもので、出発式では、本別消防署員および本別消防団第1分団の団員ら計42人へ、高橋正夫町長が「無事故、無火災の安全安心のまちづくりのため、啓発を徹底して防火意識を高めてほしい」とあいさつ。引き続き、町危険物安全協会の車両10台と消防車両10台で町内約5kmを走行し、防火を呼び掛けました。



防火標語・ポスター の入賞者を表彰 10 11

平成28年度防火標語・防火ポスターコンクールの表彰式が10月11日、町内3小学校で行われました。このコンクールは、本別町防火管理者連絡協議会（宮崎統会長）、本別町危険物安全協会（朝日基光会長）が本別ライオンズクラブ（福家立雲会長）の協賛を得て実施したもので、町内の小学4年生から6年生を対象に防火に関する標語とポスターを募集。標語90編、ポスター52作品の応募の中から、標語12編、ポスター20作品の入賞が決定し、表彰式では朝日会長らが児童一人ひとりに賞状などを手渡しました。入賞作品は中央公民館ロビーにて、防火標語・ポスター展として展示されたほか、ポスターの部最優秀賞（防火管理者連絡協議会会長賞）の作品はポスターとして印刷され、町内各事業所に掲示されています。入賞者は次の通り（敬称略）。

- 【防火標語の部】
- 本別町危険物安全協会会長賞＝
「消し忘れ すべての思い出 燃やされる」
鎌田 龍音（本別中央小5年）
 - 本別ライオンズクラブ会長賞＝
「マッチの火 あまく見ないで 火のこわさ」
西久保春稀（勇足小4年）
- 【防火ポスターの部】
- 本別町防火管理者連絡協議会会長賞＝
篠原明日香（本別中央小6年）
 - 本別町危険物安全協会会長賞＝
梅津 亮汰（仙美里小5年）
 - 本別ライオンズクラブ会長賞＝
井内 千尋（勇足小4年）



仙美里小学校

先生も学び、 教育力を高める 10 7

平成28年度本別町教育研究大会（町学校教育振興会、町教育委員会主催）が10月7日、勇足小学校で開かれました。この研究大会は、町内の教職員が一堂に会し、教育力を高め合うことを目的として毎年実施。同校では4学級で授業が公開され、本別高校を含む町内の教員約100人が見学しました。終了後には、6部会に分かれて意見交換も行われ、本町学校教育の充実が図られました。



家財・遺品整理 サービスを協議 10 7

本別町居住支援協議会（鹿島豊隆会長）第2回会議が10月7日、総合ケアセンターで開催されました。会議には、委員のほかオブザーバーや地北三町の移住窓口担当者など計40人が出席。議事では、11月から本別町社会福祉協議会により提供される遺品整理、家財整理に関するサービスの事業内容のほか、本別町で現在進めている空き家実態調査の4次調査と11月20日開催の空き家セミナー兼相談会について協議が行われました。最後はオブザーバーの2団体が空き家を活用した民泊等のあり方について講演しました。



情報を広報電算担当へお寄せください ☎22-8121

未来に輝く 子どもたち

本別町の未来を担うかわいい星たちです。
お父さん、お母さんのたくさんの愛に包まれてすくすく元気に育ってね！



緑町
塩井 一平
(尚平ママ)



上押帯
今野 愛美
(久美子ママ)

※写真は本人に了解を得た上で掲載しています

新規採用職員の紹介

10月1日付け新採用となった職員を紹介します

小学校から高校までの10年間、陸上競技（主に中長距離）に打ち込み、体力や精神力を鍛えてもらいました。前職は浦河赤十字病院で勤務しておりましたので、その経験を生かし、地域に密着した医療を提供できるよう頑張ります。どうぞよろしくお願ひします。

音更町出身、25歳



本別町国保病院
臨床工学士 佐藤 健太

ご寄付ありがとうございます

平成28年9月16日から10月15日

次の通りご寄付をいただきました。
紙上を借りて厚くお礼申し上げます。(敬称略)

★台風被害等に伴う災害見舞金

金 500,000円 …… 匿名
金 30,000円 …… 全国町村議会議長会
金 10,000円 …… 北海道町村議会議長会

★本別町老人ホーム指定

長いも 15kg …… 帯広市 足助博郁

個性あるふるさとづくり寄付条例による寄付

計 金 3,840,000円 …… 310人

※今月号より個性あるふるさとづくり寄付条例による寄付者（公表希望者分）のお名前は本別町ホームページに掲載します

みんなの健康

387



めまいについて

めまいは、体のバランスを保つ機能に障がいがあると生じます。めまいの感じ方は、「自分のからだ回っている」、「自分のまわりの地球が回っている」、「雲の上を歩くように」にふふわする、「谷底に引きずり込まれるように感じる」など、さまざまです。体のバランスをつかさどる器官には三半規管と脳があります。どちらの器官が障がいを受けてもめまいがおこります。三半規管は体の動きを感じ取って、その



本別町国保病院
副院長
郡山 智也

情報を脳に送ります。脳はその情報から、どうしたらまっすぐ歩けるか、しっかりと立っていられるかを判断して指令を出しています。心配するめまいは脳の病気によっておこるめまいで、特に脳出血やクモ膜下出血の場合には早急に対応しないと命にかかります。脳出血やクモ膜下出血はめまい症状以外に、頭痛・手足が動かしにくくなった・手足にしびれがある・ろれつがまわらないなどの症状が加わることが多いので、このような症状がある場合は脳の検査を必要とします。医師がめまいを起している患者さんに、脳のCTの検査を行うのはこの理由からです。医師が脳の検査を勧める場合、積極的に受けていただくことが必要です。

足寄町

第37回足寄町女性のつどい

野球解説者の岩本勉氏を招いての講演の他、ストレッチ講座や赤十字バザール、特産品販売なども行います。ごなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。

11月27日(日)
午前10時～午後3時

足寄町民センター
午前10時～開会式・オリエンテーション
午前10時30分～
講座①「足寄の宝フワフワ」
～フワフワの現状とこれから～



足寄町・陸別町から

陸別町

平成28年度道民芸術祭 第46回十勝管内 郷土芸術祭展示部門

十勝管内から出品された写真、書道、文芸、絵画、工芸品の展示が行われます。
十勝東北部3町の皆さんからの作品が展示の中心となりますので、ぜひご鑑賞ください。

11月19日(土)～
23日(水)

19日 午後1時～午後6時
20日～22日 午前9時～午後6時
23日 午前9時～正午
陸別町タウンホール
(陸別町役場庁舎2階)
陸別町教育委員会社会教育担当
☎271-2123

午前11時15分～
講座②「自分と向き合う」
～お手軽筋トレ・ストレッチ～
午後1時～
講演「人との出会い、つながり」
講師 岩本 勉氏(野球解説者)
午後2時30分～閉会式
※健康サポーター「いきいき」おすすめメニューの試食提供も併せて行います。
□参加料 無料(昼食希望者は別途700円)
□その他 託児所を設置します。ご希望の方は11月15日(火)までにお申し込みください
□申込先・詳細 足寄町教育委員会生涯学習室
☎251-3188

本のある暮らし 188

戸籍のまど

お誕生

9月後半から
10月前半の
届出分

- 薩田 蓮翔くん 和樹未菜さん 9/15 南4丁目
- 高橋 葵衣ちゃん 祐介由華さん 9/16 北6丁目
- 千田 華子ちゃん 信二由香さん 9/17 新町
- 河野 宇汰くん 哲也佳子さん 9/27 錦町
- 大前 暁音くん 勝彦菜美さん 10/9 高等学校

ご結婚

- (荒 康平さん 北糖自治会
尾 岸 愛里さん 足寄町)
- (梅 津 克典さん 拓農
加 藤 彩奈さん 音更町)

おくやみ

- 廣田 眞一さん 89歳 9/21 北6丁目
- 塚本 敏晴さん 54歳 9/26 北4丁目
- 相澤 貴さん 69歳 10/1 北3丁目
- 月井 重男さん 80歳 10/3 北3丁目
- 畠山 寿乃さん 87歳 10/4 柏木町
- 遠藤 竹男さん 89歳 10/11 柳町

わたしたちのまち

前月比
人口 **7,426人(-30)**
男 **3,649人(-15)**
女 **3,777人(-15)**
世帯数 **3,715戸(-11)**
〔9月末日住民基本台帳〕

読書の原点 「よい絵本」

全国学校図書館協議会が隔年で選定する「よい絵本」。これは、子どもたちの心豊かな成長のためにぜひ読んでほしい279点の絵本を、4つのジャンルに分けて厳選したものです。ロングセラーばかりでなく、新刊や楽しく学習できる絵本などもあり、読み聞かせにも適しています。

図書館では読書週間（10月27日～11月9日）に合わせ、現在所蔵している「よい絵本」を多数展示中です。「どんな絵本を読んだらいいかな？」と迷ったとき、このコーナーを手がかりに選んでみませんか？読書のきっかけとなり、子どもも大人も一緒に楽しめるのが絵本の魅力。どうぞご利用ください。

図書館のイチオシ ～各ジャンルから～



知識の
絵本

歴史
って
楽しい！

西村繁男／作



日本の
絵本

どんどこ走って
たどり着いた所は？

とよたかずひこ／さく・え



外国の
絵本

この本を読むと
温かくなりますよ

ウクライナ民話 ラチョフ／え
うちだりさこ／やく



日本の
昔話

48年もの間
読み継がれています

おあかわえっせい／ぶん
おあたこうし／え

お問い合わせ先
本別町図書館
(愛称：ぶつくる一丸)
本別町北2丁目 ☎・FAX 22-5112