

広報ほんべつ

本別

いいひと いいまち いきいきほんべつ
HONBETSU

2022
March
No.1121

3月

表紙 氷点下の中、練習に励む
本別・勇足スケート少年団児童



Pick up

- ✿ 町税等の納付書様式が変わります
- ✿ ごみの出し方のお願い
- ✿ 4月から1年生

4月から税・保険料等の納付書が変わります

町では、一部を除き4月から発行する町税および保険料等の納付書様式を変更します。新しい納付書では、これまでの金融機関等での納付に加え、道内のゆうちょ銀行で納付することができるようになり、納付しやすくなりました。

★様式が変更になる納付書

- ・町道民税
- ・軽自動車税
- ・後期高齢者医療保険料
- ・水道・下水道料
- ・営農用水道料
- ・住宅使用料
- ・固定資産税
- ・国民健康保険税
- ・介護保険料
- ・簡易水道料
- ・個別排水処理施設使用料

納付書見本

現在の納付書



新しい納付書



●納付可能な場所

- 現在**
- ・北洋銀行 本店・各支店
 - ・北海道銀行 本店・各支店
 - ・帯広信用金庫 本店・各支店
 - ・本別町農業協同組合 本所
 - ・役場および各出張所

- 変更後**
- ・北洋銀行 本店・各支店
 - ・北海道銀行 本店・各支店
 - ・帯広信用金庫 本店・各支店
 - ・本別町農業協同組合 本所
 - ・役場および各出張所
 - ・ゆうちょ銀行 道内全店舗(追加)

※保育料や学校給食費、随時発行される公共施設の使用料等は、今まで同様の納付書となりますので、ゆうちょ銀行での納付はできません

ごみの出し方についてのお願い

本別町では、資源のリサイクルやごみの減量化を目指し、ごみの収集や資源集団回収に取り組んでいます。現在、皆様のご協力により行っている資源集団回収（小型家電）で、出されている家電の中の付属品が取り除かれていない場合や、回収の対象外物品が出されている事例があり、リサイクルに支障が出ている状況です。今回は、資源集団回収（小型家電）の出し方の注意事項のほか、ごみの分別方法が一部変更になりますので、お知らせします。

★資源集団回収（小型家電）の出し方についての注意事項

- ① ご家庭から出す前に家電の内部確認をお願いします
 家電の中の電池や電球、カセットテープ、DVD等はすべて取り除いてください。
 ※特に掃除機のごみパック、炊飯器の食品残渣、プリンターのインク、メモリーカード等の取り忘れに注意
 ※パソコンのモニターは、受け入れ不可
- ② 包装材（ビニール袋等）には入れずに出してください
- ③ 家電リサイクル対象品（テレビ、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機）は回収の対象外です。家電小売店等で処理をお願いします



- ④ 木製の小型家電（スピーカー、木製楽器、こたつ等）、布製の小型家電（電気毛布、電気カーペット、マッサージ器等）、フロンガス搭載の除湿器は回収の対象外です



※内容の詳細については、町ホームページで確認いただくか下記担当までお問い合わせください

町ホームページQRコードはこちら →



シュレッダーごみの分別方法が変わります

シュレッダーした紙ごみは、リサイクルできる紙の基準の変更により、令和4年4月から「燃やすごみ」に変更になります。町民の皆さんにはご不便、ご迷惑をお掛けしますが、新しいごみの分別にご協力をお願いします。

問い合わせ 住民課 環境生活担当 ☎ 22-8128

納付書に関する問い合わせは

- 町税・後期高齢者医療保険料…住民課税務担当 ☎ 22-8127
- 住宅・上下水道料等…建設水道課管理担当 ☎ 22-8122
- 介護保険料…総合ケアセンター介護保険担当 ☎ 22-8520



- 応募資格** 本別町内に居住または勤務する18歳以上の健康な人
消防防災活動に興味のある人
- 応募方法** 消防団入団希望の人は、お近くの消防団員または本別消防署にご連絡ください
- 問い合わせ** 本別消防署 消防係 ☎22-2007



町教育委員会では、今年4月に小学校へ入学する児童の名簿を作成し1月末に保護者宛に就学通知書を送付しています。今年の新1年生は、平成27年4月2日から平成28年4月1日までに生まれた児童で、中央小学校24人、勇足小学校5人、仙美里小学校5人の合わせて34人です。該当する人でお名前がない、または、就学通知書が届いていない人がいましたら、早めに教育委員会管理課学校教育担当(☎2212331)にご連絡ください。

※個人情報保護により保護者から了解を得た対象児童のみ掲載しています

本別中央小学校 (24人)

青木 波琉
井上 すみれ
太田 花帆
大和田 瑛心
金曾 はな
川端 彩楽
久司 遥
小島 和

佐藤 穂依
沢口 翔真
竹内 葵
土屋 和陸
戸田 つばさ
新津 伶美
西部 晴人
野原 帆高

羽賀 夕夏
畑山 柁士郎
松井 瑠星
三浦 小乃羽
山崎 莉佳
山本 朔太郎
吉田 夢結

勇足小学校 (5人)

大和田 風
加藤 百子
山下 桜里奈
山田 恵菜
吉田 翔

仙美里小学校 (5人)

大和田 実咲
方川 一華
齊藤 舞衣
佐々木 真吾
樋口 永馬

(2月21日現在)



国民年金

国民年金への加入手続きについて

国民年金への加入などの手続きは、ご本人からの届け出が必要です。手続きを忘れると、老齢基礎年金の受給額が減ったり、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できない場合がありますので、忘れずに届け出をしましょう。

次に該当するときは、役場または年金事務所へ届け出が必要です

- ・手続きに必要なもの(共通)
- ・マイナンバーカード(お持ちの人)
- ・年金手帳または基礎年金番号通知書および本人確認書類

勤め先を退職したとき(扶養している配偶者がいるときは、一緒に届け出てください)

国民年金への加入手続きを行います。共通の持ち物のほか、退職年月日の分かるもの(離職票など)をご持参ください。

配偶者の扶養からはずれたとき(収入増・離婚等)

第1号被保険者への種別変更を行います。共通の持ち物のほか、扶養からはずれた年月日の分かるもの(健康保険の資格喪失証明書など)をご持参ください。

海外に転出する人

任意加入するか、国民年金を喪失させるかの意思確認を行います。任意加入し、口座振替を希望する場合は、共通の持ち物のほか、通帳および通帳の届出印をご持参ください。

海外から転入したとき

厚生年金に加入しない場合は、国民年金への加入手続きを行います。年金手帳、本人確認書類等をご持参ください。

任意加入するとき・やめるとき

共通の持ち物ほか、通帳、通帳の届出印をご持参ください。

※郵送による国民年金の届け出について

(新型コロナウイルス感染症拡大防止)
国民年金の一部の手続きは、郵送による届け出も可能です。申請書は日本年金機構ホームページからダウンロードすることができます。詳しくはお問い合わせください。

詳しくは
国民年金番号照会
022-8128
日本年金機構のホームページ
https://www.nenkin.go.jp/

その239

HELLO 勇足中学校

勇足中学校 教育目標

- (知) 創造性豊かで高い知性を養う
- (徳) 豊かな人間性を育てる
- (体) 強靱で粘り強い体を鍛える

拓道の時間（総合的な学習の時間）

勇足中学校の総合的な学習の時間では、地域の人、もの、ことについて探求的な学習に主体的・創造的・協働的に粘り強く取り組み、互いの良さを認め合いながら、課題解決を目指しています。このような学習の中で、本別町のさまざまな人と関わりながら、活動を行ってきました。今後も、人と関わりながら、地域の特徴や良さに気づき自己の生き方や将来について考えることができる態度を育てていきます。



D-1グランプリ【井ぶりNo.1GPの審査員と協力者】
 前列左から：尾崎さん（TOTTE）、志戸田さん（ほんべつ☆うきうき未来らぼ）、小池さん（地域おこし協力隊）、柏崎さん（秀華）、池田さん（源すし）、山川さん（給食センター）



職場体験

- 認定こども園 様
- 勇足保育所 様
- 松月堂 様
- 秀華 様
- 百番 様
- 山本美容室 様
- かねもり 様

挑戦することの大切さを後輩らに伝える 1/17

本別町出身で本別中学校OBのパイロットである前田伸二さんによる講演会が1月17日、同校で開催されました。これは、同校PTA（瀧澤修司会長）が全校生徒と保護者を対象に企画し、前田さんが住むアメリカのシアトルと同校をオンラインでつないで実施。講演会では、前田さんが「不可能を可能にした片目のパイロット」をテーマに、交通事故で右目の視力を失いながらもアメリカでパイロットの資格を取得し、地球一周の単独飛行を成功させた人生について語りました。また、自身の経験から「先入観や常識を疑い、挑戦して欲しい」と生徒らに訴えかけました。



上田さんが全国出場を報告 1/19

1月29日から2月1日に長野県長野市で開催される第42回全国中学校スケート大会に男子3000メートルと5000メートルで出場する上田隆裕さん（勇足中2年）が1月19日、役場を訪れ、佐々木基裕町長に全国大会出場を報告しました。上田さんは「学んだことを全国で生かし、自己ベスト更新を目指して頑張ります」と力強く抱負を語り、佐々木町長は「平常心で思う存分、持てる力を発揮してください」と激励しました。



全国大会の結果 3000メートルと5000メートル共に自己ベストを更新し、健闘しました。

開町120年記念に 町出身の新井教授が講演 1/21

本別町開町120周年記念事業のスポーツ講演会（町教育委員会主催）が1月21日、本別高校で開催されました。これは、本別町出身で同校OBの札幌国際大学スポーツ人間学部の新井貢教授が講師を務め、同校の全校生徒を対象に対面での開催を予定していましたが、道のまん延防止等重点措置の発令を受けて、オンラインに変更して実施。この日は、新井教授が「自分が輝く環境を求めて～笑顔でコミュニケーション～」と題して、スポーツのチカラとコミュニケーションの必要性について説明しました。コミュニケーションにおいては、特に「聴く力」を高めるのが重要と話し、生徒を2人一組にして会話を伸ばすトレーニング方法を実践しました。



本別町産大豆で豆腐づくり 1/26

本別町産の大豆を使った豆腐づくり講習会が1月26日、ゲンキッチンで行われました。この日は、事前に申し込みされた町民5人が参加し、同施設の浅井士朗主査を講師として開催。参加者らは、一晩水につけた大豆をすりつぶして煮た後、布でこして出来上がった豆乳に、にがりを入れ型に流し込む一連の製造工程を学びました。最後に冷やして固まった豆腐を切り分け、それぞれ持ち帰って美味しくいただきました。



みんなの健康

451

人工透析を始める原因となる疾患の第一位は糖尿病性腎症です。1998年に首位となった以降も増え続けています。では、なぜ糖尿病は増えているのでしょうか？

糖尿病の早期発見、治療を

糖尿病は大きく分けて1型と2型、2つのタイプがあります。1型は自己免疫疾患やウイルス感染によりインスリンというホルモンを作っている膵臓の細胞が壊されて、自分でインスリンを作ることができなくなり高血糖となる病気です。これに対し2型は遺伝的要因や食べ過ぎ、運動不足、ストレス、喫煙等によりインスリンの働きを悪くしてしまい高血糖となります。日本では95%以上がこの2型タイプで「生活習慣病」の代表的な発症の一つとされています。高血糖状態が続くと、のどが渇く、尿の回数が増える、体重が急に減り

疲れやすくなる、ちょっとした傷が治りにくい、目がかすむ等の症状が現れます。さらに長期にわたって高血糖が続くと血管が傷つけられて腎症、神経障害、網膜症といった慢性合併症となり、さらに大きな血管がダメージを受けると動脈硬化や心筋梗塞、脳梗塞など重篤な病気になるリスクが高まります。糖尿病は初期にはほとんど自覚症状がなく、気が付かないうちに悪化していることも多くあります。自覚症状が出たときにはすでに合併症が進んでいることも少なくありません。



本別町国民健康保険病院
人工透析室 主任
佐藤 美和

予備軍を含む糖尿病患者は40代以降に急増することが分かっていきます。まずは生活習慣を見直し、定期的な健康診断を受けましょう。もし健康診断で「糖尿病」と言われたら症状が無いからといって放置せず、初期の段階で治療できるように定期的に通院し、合併症にならないよう予防しましょう。

銀河ホップアップイン

足寄町

冬のオンネットー散策

オンネットーは冬も魅力がいっぱいなことをご存じですか？凍った湖面に現れる、近年話題のアイスハッブルやフロストフラワーはもちろん、澄んだ空気の中で見る阿寒の山々は絶景です。スノーシューで歩く湖畔までの散策路も、動物の足跡や凍った樹木など、冬ならではの景色の中を散策することができます。



フロストフラワー

この冬、オンネットーで日常を忘れて自然を楽しんでみませんか？
お問い合わせ 足寄町役場経済課商工観光・エネルギー担当
☎228-138633

陸別町

日本一寒い町陸別町の特産品 ガリックスプラウト(発芽にんにく)「姫美健」

「姫美健」は、生にんにくに比べ、ロイシン73倍、アルギニン3.8倍、GABA3.1倍含まれており、免疫効果・抗ストレス・美容健康に効果があると言われています。完全密閉型の水耕栽培施設で育てられた発芽にんにくで、芽(茎)・鱗片・根全てが食べられ、にんにく特有の臭いが少なく女性でも食べやすいのが特徴です。

5本入 324円 (消費税含)
10本入 648円 (消費税含)

販売および問い合わせ
スマイルみどり屋 ☎27125225

陸別町観光物産館(道の駅) ☎2712012



発売中

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つてね！



仙美里元町
唯野 華 (あまのなつみ)

名前の由来
「はなちゃん」の響きが
かわいくて

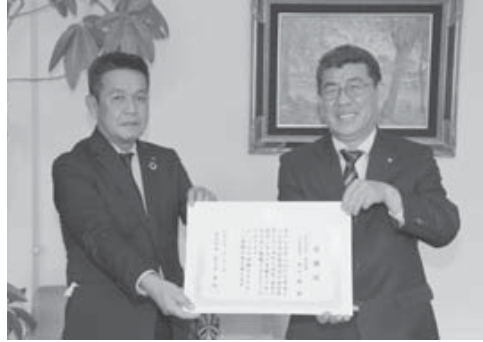
※写真は本人に了解を得た上で掲載しています



128

長年の地域貢献に感謝

長年にわたり地域貢献活動を実施してくださっている野田組(坂入隆社長)への感謝状贈呈式が1月28日、役場で行われました。同社は、10年以上にわたって本別消防署の緊急車両駐車場前などをショベルカーで除雪しており、1月11、12日の大雪の際にも出動。贈呈式では、佐々木基裕町長から坂入社長に感謝状が手渡され、坂入社長は「長年やってきたことが認められありがたい」と話し、佐々木町長は「町民の命を守る緊急出動態勢を確保していただいている」と感謝しました。



まちの情報を広報電算担当へお寄せください ☎22-8121

ご寄付ありがとうございます

令和4年1月16日から2月15日

次の通りご寄付をいただきました。
紙上にて厚くお礼申し上げます。(敬称略)

個性あるふるさとづくり寄付条例による寄付
計 金 4,101,500円 284人

ちきさんえほんだ
ちきさんえほんだ

きくちちきさんの本をよもう!

本のある暮らし 252

戸籍のまど

お誕生

1月後半から
2月前半の
届出分

- 臼井 琥海^{たいがく} 豊和^{とよわ} 1/18 北6丁目
菜津美^{なづみ}
- 中西 未倖^{なかにし みゆき} 竜也^{りゅうや} 1/27 上本別
紫乃^{むらさき}
- 尾崎 葉^{おざき は} 将寛^{しょうかん} 2/1 北3丁目
由稀^{ゆき}

おくやみ

- 小倉 幸男^{こくら ゆきお} 89歳 1/20 南4丁目
- 楠 茂修一^{くす もしゅういち} 87歳 1/21 南2丁目
- 木村 ヒロ子^{きむら ひろこ} 74歳 1/22 北3丁目
- 矢部 英夫^{やべ ひでお} 94歳 1/23 新 町
- 山田 輝昭^{やまだ てるあき} 80歳 1/24 柏木町
- 杉本 健^{すぎもと たけし} 88歳 1/25 北4丁目
- 木下 源太郎^{きのした げんたろう} 92歳 1/26 南1丁目
- 菊地 みよ子^{きくち みよこ} 93歳 1/27 柏木町
- 兼松 理美^{かねまつ りみ} 89歳 1/29 南2丁目
- 吉田 秀子^{よしか ひとこ} 91歳 1/30 向陽町
- 西村 守雄^{にしむら まもる} 88歳 2/2 北3丁目
- 高野 恵美子^{たかの えみこ} 74歳 2/6 錦 町
- 松本 富男^{まつもと とみお} 81歳 2/6 共 栄
- 三ツ石 ヨシ子^{みついし よしこ} 88歳 2/9 柏木町
- 佐藤 和子^{さとう わかこ} 88歳 2/10 美里別下1
- 吉川 美智子^{よしかわ みちこ} 93歳 2/14 美里別西中



棚の上段と中段を使っています。
絵本のキャラクターもいますよ。

ちきさんの
優しくのびやかな絵は、
読む人の心をほぐして
くれます

きくちちきさんの絵本が勢ぞろい

昨年11月にいただいた寄付金で、絵本用の本棚を購入し、本別町出身の絵本作家きくちちきさんの専用コーナー「ちきさんえほんだ」を新設しました。
今までに出版された絵本29冊のほか、ちきさんのプロフィールやイラストメッセージも紹介しています。
新しい本が出版されたら、増やしていく予定です。これからさらに活躍が期待されるちきさんの作品を、皆さん、ぜひ楽しんでください。



きくちちきさん(右)と
イラストメッセージ

わたしたちのまち

前月比
人口 **6,518人(-27)**
男 **3,208人(-14)**
女 **3,310人(-13)**
世帯数 **3,512戸(-18)**
〔1月末日住民基本台帳〕

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

※図書館の本をインターネットで検索できます
⇒https://ilisod005.apsel.jp/honbetsu_library/

