

広報 サロマ

4 2009
April
No. 618

平成21年度
町政執行方針・教育行政推進方針概要

まちの話題

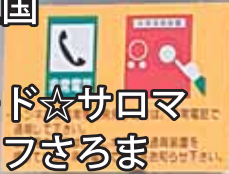
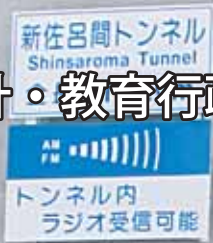
お知らせ

さるまげんき王国

あいあい通信

セーフティロード☆サロマ

トゥモローライフさるま





豚肉の あつさり塩と 鮮水菜

1人分 119Kcal
塩分 0.9g

陶器 / 陶遊子会員 小松智絵 作

材料 | 4人分

豚肉200g
生しょうがすりおろし...小さじ1
にんにくすりおろし小さじ1
酒大さじ1
塩小さじ1/2
片栗粉小さじ1
玉ねぎ1/2 個
ごま油小さじ1
こしょう少々
水菜1/3 束
※大さじ= 15cc のサジ
小さじ= 5cc のサジ

関東では京菜と呼ばれる「水菜」が鍋料理やおかずのつけ合せに重宝される理由は、昔から青菜の葉緑素が肉や魚を食べた後に体中で生成される尿酸等老廃物の処理に役立つと言われているからです。「肉料理には青菜類をつけ合せてバランスよく」が食卓の基本です。

作り方

- 1 豚肉は食べやすい大きさに切り分けます。玉ねぎは薄くスライスします。
- 2 すりおろした生しょうがとにんにく、酒、塩、片栗粉を豚肉と合わせてしっかりと揉み込み、下味をつけます。
- 3 水菜は鮮度の良いものを選び、水洗いしてから3~4cmに切り分けます。
- 4 フライパンにごま油を熱し、スライスした玉ねぎを炒めてしんなりしたら、下味をつけておいた豚肉を炒めます。仕上げにこしょうで風味をととのえます。
- 5 器に水菜を盛り、その上に炒めた豚肉をのせます。



POINT

料理の味つけは下味で決まります。しっかりと揉みこんで肉に味を馴染ませるのがポイントです。

人のうごき 2月末現在

人口 6,064人 (△15)
男 2,894人 (△4)
女 3,170人 (△11)
世帯数 2,489戸 (△1)
() 内は前月比です。

お誕生おめでとうございます

2月生まれの赤ちゃん

- ☆長谷部 咲(さき) ちゃん
平成21年2月4日生まれ
朝日 長谷部泰裕・里佳 さん
- ☆幸松 桃杏(もあ) ちゃん
平成21年2月9日生まれ
宮前町 幸松雄斗・杏子 さん
- ☆長瀬 聡吾(そうご) くん
平成21年2月12日生まれ
共立 長瀬哲也・聡花 さん
- ☆齊藤 ここみ ちゃん
平成21年2月20日生まれ
若里 齊藤豊・いずみ さん
- ☆佐々木 旺助(おうすけ) くん
平成21年2月28日生まれ
永代町 佐々木友宏・麻美 さん

ご寄附ありがとうございます

■社会福祉協議会

▼香典返しを廃して

富丘 山越 博 さん
知来 鈴木 一男 さん
若佐 杉山 トモエ さん
北江 刺重 信 さん
川西 瀬木 義夫 さん
西富 高橋 美智子 さん
永代町 山内 静雄 さん

▼社会福祉事業に対して

宮前町 根本 ミサオ さん

■浜佐呂間自治会

▼離町に際して

浜佐呂間 藤原 慶蔵 さん

■武士老人クラブ

▼香典返しを廃して

富丘 山越 博 さん

■仁倉老人クラブ

▼ご厚誼に謝し

宮前町 津田 トヨ さん
仁倉 岡崎 ふじ子 さん

セーフティーロード☆サロマ

毎月1日は佐呂間交通安全の日、15日は道民交通安全の日

▼STOP ザ 交通事故

「事故なし」の町をつくろう みんなの手で

佐呂間中学校2年 渡井 咲希

▼交通死亡事故ゼロ運動

100日(3月22日現在) デイライト運動通年展開中



広報サロマ 4月号 No. 618

発行/佐呂間町 〒093-0592

常呂郡佐呂間町字永代町3番地の1

編集/町民課住民活動係 TEL 01587・2・1213

佐呂間町 URL <http://www.town.saroma.hokkaido.jp>

◆広報に対するご意見・ご質問やまちであった出来事、話題がございましたらお待ちしております。

今月の表紙

新サロマトンネル見学の様子(若佐小学校)

3月10日、平成21年度の予算案などを審議する「第1回町議会定例会」が開会され、川根町長が今年度のまちづくりの指針である町政執行方針を発表しました。執行方針の概要についてお知らせします。

川根町長 平成21年度町政執行の基本方針

平成21年度についても、世界的な金融危機により、各国の経済情勢悪化による雇用不安など病巣が非常に根深く、被った傷も外面か内面かもわからず、どう治療して治癒させるのかもわからない状況であり、今後において相当の時間が必要となり、国内外はもちろんのこと本町にとっても不況年と覚悟して物事に取り組む必要があると思っております。

このような中であって、本年度の取り組みについては、経常経費の節減を継続しながら不断の内部努力を徹底し、町民一人ひとりが自助・互助・公助の理念のもと将来世代に過度な負担を残さないよう長期的な視野に立った健全財政を堅持しつつ、一方では、今こそ本町の財政の力を最大限に活用し、町民の皆様に還元するときであり、このピンチをチャンスと捉え、必死の自助努力を行い本町活性化のためには、時には大胆な予算を計上しこの難局を打開したいと考えております。

いずれにいたしましても、この金融不安に対して、国や道が今後どのような措置をとるか、動向を注視していかなければなりません。平成21年度予算にあたっては「活力を生み出す第一次産業及び商工業の振興」「住んでいて良かったと実感できる町づくり」「職員の意識改革、行財政の断行」を最重点施策として掲げ、実現に向けて町民の皆様の期待に応えるよう努めてまいります。

「郷土佐呂間町を住みよい町にする」「これからもずっと住み続けたいと思う町」を目指し、町政の舵取りを行います。

平成21年度

町政執行方針概要

平成21年度主要事務・事業の内容

平成21年度予算編成にあたり、町民の参画と協働により、地域に根ざした事業を創出するとともに、各種事業について創意工夫し、町民生活のすみずみまで目の行き届いた、質の高い行政サービスを提供してまいります。また、将来いかなる社会経済状況の変化にも柔軟に対応し「最少の経費で最大の効果」の基本原則を踏まえ、町民の視点で施策の徹底した見直しを図ります。

住民参加の行政運営

今、地方自治体を取り巻く社会状況等、外部環境はめまぐるしい変化を見せており、地方分権改革と財政危機の二律背反的な問題を抱え「住民と行政の協働」「民間活力の導入」といった様々な視点からの変革・改革が求められております。そのためには、今まで以上に住民生活や地域に密着した行政を総合的に担う最も身近な地方政府として、自己決定・自己責任の原則に基づき、地域のあり方について町民の意見を反映しな

がら、町民とともに自立的な行財政運営をしていくことが求められております。行政が様々な施策を進めていくためには、町民の意向や要望を的確に把握し行政活動に反映させると同時に、施策の内容についての情報を常に提供し、公開していくことが必要であり、職員全体が町民との意志疎通を図り住民自治に基づいた行政運営を進めてまいります。

市町村合併問題

私は町長選挙に立候補するにあた

行財政運営

り、市町村合併は避けて通れないと考えてはおりますが、当面は自立の自治体を目指すという決断を行ったところであります。しかし、未来永劫しないということではなく、今後の国の動向や地方制度調査会での合併議論を注視し、合併問題に関する様々な情報を速やかに町民にお知らせし、関心と理解を喚起し町民との合意形成に努めてまいります。

行政運営は、最小の経費で最大の効果を上げることが基本であり、社

会経済環境の変化に対応した行政サービスを提供していくことが求められていることからより効果的・効率的な行政改革を進めるため、徹底した歳出削減、定員管理・給与の適正化、組織機構の簡素効率化、民間委託等の推進など行財政運営全般にわたり、改革を引き続き積極的に推進し、当面持続可能な財政運営を進めてまいります。

林産業振興

森林がもつ公益的機能の維持・増進を図るため国有林及び民有林との連携を図るとともに、広域的な森林づくりを進めるため町有林の計画的な整備に努めてまいります。

水産業振興

水産資源や漁場環境の維持保全に努め、増養殖技術の向上を図るため、漁港などの基盤整備を促進するとともに、計画的な栽培漁業と安定した水産物の供給に努めるよう各種事業に対して支援を行ってまいります。

商工業振興

明るい町づくりには、地元商店街の活性化と利用促進が重要であり、後継者対策や低下傾向にある購買力の向上を目指すため、商工会組織の強化をはじめ各種事業の支援及び中小企業振興資金制度を有効に活用した金融支援対策を進めてまいります。

また、町内の住宅建設においては、町外業者が大半を占め建設産業が低

福祉医療の充実

介護保険

介護保険制度については、第4期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の開始年となりますが、現保険料の上昇を抑えるため準備基金の支出を図り、所得に応じて定める保険料の階層を標準6段階から7段階へと負担能力に応じ分割する多段階へと拡大します。また、基準保険料率である4段階のうち、公的年金収入金額及び合計所得金額の合計額が80万円以下の低所得者への負担軽減に配慮するとともに、適正な財政運営に努めてまいります。

高齢者福祉

国では福祉制度や障がい者制度、医療制度等の見直しが行われ、高齢者や障がい者にとっては厳しい社会

産業の振興

農業振興

土づくりを基本とした農業生産基盤の整備と維持に努め、特に昨年簡易水道と統合いたしました、老朽化が著しい営農用水施設については計画的な整備の推進を図るとともに、家畜ふん尿処理施設から生じる堆肥等の有効活用や、生産コストの抑制を図り農業経営基盤の強化を進め、自然や環境に配慮した農業生産環境の改善のため農業環境規範の遵守等に今後も関係者を挙げて積極的に取り組んでまいります。

また、新規就農者対策や農業を継承する担い手、さらには農業生産法人が取り組む経営規模拡大等に対し

障がい者福祉

第1期障害福祉計画で設定した平成23年度の数値目標に向け、第2期障害福祉計画の開始年となります。この計画は障がい者または障がい児が、自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう、必要な福祉サービスや相談支援等を地域において計画的に提供するよう定めたもので、今後とも居住系サービス、日中活動系サービス、訪問系サービス及び地域生活支援事業サービスの充実に努めてまいります。

児童福祉

少子化対策の一つとして「安心安全な出産の確保」を目指すため、現

行の妊婦健診の公費負担を拡大し、具体的には国が奨励する妊婦健診14回に加え、超音波検査については、本町独自の妊婦支援策として現行（5回分）に6回分を上乗せし、11回分（産婦人科ガイドラインにて示されている望ましい超音波検査回数）とする公費負担拡大を行ってまいります。

また、子どもを育てながら働ける環境づくり実現のため、小学生低学年を対象とした学童保育実施計画を策定してまいります。

保健医療

本年は「佐呂間町健康づくり行動計画」の折返し之年となります。当初策定から5年間の実績や社会環境の変化に対応した今後の計画実施に向け、新たな視点も取り入れ、引き続き平成25年度までの健康づくり計画を進めるとともに全ての人の願いである「健康」で充実した日々を過ごし、豊かな人生を送るための施策を展開してまいります。

医療の充実については、公的医療機関に対する国の財政措置がルール化され、佐呂間厚生病院の運営費助成に対しても応分の特別交付税が措置されることとなりましたが、近年

の医療制度改革から厳しい病院経営を強いられる状況にあります。本年度は佐呂間厚生病院に対する医療機器等の整備を行うとともに、今後とも高齢化が進展する本町にあつて、町民が安心して地域医療が受けられる環境の整備に努めてまいります。

生活環境の整備

生活環境

近年におけるリサイクルの適用種類は、複雑多岐になっておりますが、国の施策である環境への負荷の少ない、持続的発展が可能な循環型社会の形成に向け、本町においてもごみの発生、排出の抑制に取り組み、国の施策に対応できる安全で確実なごみ処理体制の確立に努めてまいります。

し尿の処理については、遠軽地区広域組合衛生センターで処理をしておりますが、施設全体の老朽化が進行していることから、昨年度より平成23年度の4年計画で施設の改修整備を行い、今後とも快適な生活環境の向上に努めてまいります。

水道・下水道事業

水道事業については、昨年度より6地区の営農用水施設が町簡易水道施設に統合となり、町が維持・管理運営をしておりますが、平成18年度に実施した行財政改革の検証及び経済情勢から、町民の皆様の負担を考慮して、本年度5月分の請求から使用料金を値下げすることとし、今後とも徹底した維持管理に努め、安全で安心な水を供給してまいります。

下水道事業についても、簡易水道同様に前述したとおり、町民の皆様の使用料が大きな負担となっていることから、本年度5月分の請求から使用料金を下げることといたします。また、引き続き普及率の向上にも努めてまいります。

公共交通網

平成22年10月からの実施を目標に進めております「佐呂間町ふれあいバス」運行計画については、昨年7月より順次住民説明を行い、ある程度理解をいただいておりますが、今後は運行に向けた体制の整備や町外への医療バス運行について、地域住民はもとより関係自治体や医療機関とも十分協議を行ってまいります。

消防・防災

昨年から広域的な観点から組織活性化を図るとともに、業務運営面や人事管理面などについても、組合全体として一元化を図ってきたところであります。今後においても消防体制の充実を図り、消防機材の計画的整備、町民の救命率向上のための講習会の開催、さらには救急医療の高度化、専門的治療を必要とする二次医療機関等との連携を密にし、町民が安心できる消防体制の整備を進めてまいります。

近年、自然災害が多発しており本町においても、風水害や津波災害に対する対策が、急務と考えております。本年度は各行政機関等の支援をいただき、洪水ハザードマップや津波災害被害を想定した津波避難シミュレーションを作成し、町民の避難対策や避難場所の確保に努めてまいります。

※教育行政に関しましては、「教育行政推進方針」にてお知らせしますので、内容を省略いたします。

平成21年度 教育行政推進方針概要

香川教育長 平成21年度教育行政推進の主要方針

平成18年12月の教育基本法改正、平成19年の「教育三法」の改正を受け、昨年度は正に教育界は改革に向け、第一步を踏み出したところであります。

こうした変革の時代にあつて、創造性に富み、主体的に生きていくことのできる個性豊かな人材を育成していくことは、教育の目標であり、果たしていかなければならない役割でもあります。

そのような中で学校教育においては、新学習指導要領が告示され、小中学校とも従来の「ゆとり教育」からの転換と思える授業時数の増加や授業内容の見直しがされております。しかし、基礎・基本を確実に身に付け、いかに社会が変化しようと、自らの課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力の育成など、子ども達の「生きる力」を育むという基本理念は変わるものではありません。

本年度より本町におきましても学校に二学期制を導入いたしますが、児童生徒にとって、更に保護者・教職員にとりましても、より良い制度となるよう関係者一丸となって取り組んでまいります。

こうした環境のもと、佐呂間町教育目標『自ら学びともに磨き合い 広い心と 生きがいをもちふるさとを愛する たくましいサロマ人』の具現化に向け、本町の豊かな自然や歴史、文化を踏まえ、地域の特性を活かし、学校・家庭・地域社会がそれぞれの持つ教育機能を活性化するとともに、相互の融合を深め、学校教育と社会教育の一体化を図り、生き生きと学び続ける生涯学習社会の実現を目指してまいります。

重点項目

一、新学習指導要領へのスムーズな移行に配慮し「確かな学力の向上」と「豊かな心」「健やかな体の育成」を図る学校教育の推進とそのための基盤整備

一、一人ひとりが生涯を通して生きがいのある充実した生活と自己実現を実感できる生涯学習社会の推進とそのための基盤整備

一、人々の生活に潤いや生きがいをもたらす文化活動や心身ともに健康で充実した生活を目指すスポーツ活動の推進とそのための基盤整備

学校教育の充実

学校再編から3年が過ぎ、再編における多様な問題もほぼ解決し児童生徒に落ち着いた教育がなされております。また、小中学校とも特色ある学校運営が行われており、校長を中心とした教職員の努力と保護者、地域住民の理解と協力が形となって現れてきております。

教育委員会と致しましては、このような充実した教育環境の基盤をより強めることと、教職員と児童生徒がじつくりと向かい合う時間を確保し、学校にゆとりを持たせることを目的に本年4月からすべての学校に

「二学期制」を導入することと致します。これにより児童生徒がより一層、「確かな学力」と「心豊かな生きる力」を持った大人へと成長してくれることを願うものであります。

また、地域の理解を得て安定した学校運営を行うために、学校は地域に開かれたものでなければなりません。このため校長、教職員が自らの業務を自己評価（内部評価）し、さらには、保護者、学校評議員からの外部評価を基に適切な学校評価を行い地域に信頼される学校づくりに努めてまいります。

さらに、本年度より「教員免許更新制度」が導入され10年ごとに教員

免許の更新が義務付けられました。教員にはこれを期に最新の知識技能を修得してもらい、児童生徒にその成果が還元される環境づくりに努めるとともに、各種研究会、研修会への参加を促し、専門的見識を高めるため町内研究組織への助成を続けてまいります。

社会教育の充実

すべての社会教育活動は、生涯学習社会を形成するための人づくりであり「いつでも、どこでも、だれでも」楽しく学ぶことができ、生きる喜びを実感できる地域づくりを目指すも

のであります。

佐呂間町社会教育目標『人々を地域を 夢を育む サロマの未来』を基底とした第5次社会教育中期計画に基づき自主的・主体的な学習に対する支援や、町民と行政との協働により多様化、高度化する学習要求に応える事業の展開に努めるとともに、「学びの場」、「育ての場」となる学習機会の情報提供に力を入れてまいります。

芸術文化活動の推進についても、町民の主体的な活動を支援することを基本に、芸術鑑賞事業や発表機会の充実、町内外の情報提供の強化を図ってまいります。

まちの話題

話題・出来事など皆さんからの情報をお待ちしています。
町民課住民活動係 Tel 2・1213

Town Topics



2/20

▼地方自治の進展に寄与 ▼杉本将俊氏 監査委員協議会表彰

町代表監査委員の杉本将俊氏が「北海道町村等監査委員協議会表彰」を受賞されました。



杉本氏は、15年以上にわたり本町の監査委員を勤められ、町の監査業務に精励し、地方自治の進展に寄与された功績に対して表彰されたものです。

3/11

ほっと一息 ▼「MOAお茶会」

「MOAお茶会」の皆さんが、役場庁舎和室にてお茶会を開かれました。会の皆さんは平成



10年から議会、保育所、小学校を毎年訪問し、お茶会を開かれています。今年も、町議会定例会中に、抹茶をふるまっていただき、訪れた議員の皆さんが楽しまれました。

3/15

熱戦を展開!!

▼みんなで楽しむソフトバレー大会

「みんなで楽しむソフトバレーボール大会」が佐呂間高校体育館で行われました。2回目となるこの大会には中高生から50歳代まで9チーム80人が参加。予選リーグ、決勝トーナメントを戦い、大会名のとおり楽しい雰囲気ながらも真剣なプレーに声援が飛び交い、熱い試合を展開されていました。大会の結果は、優勝「チーム左官」、準優勝「PAPAtoMAMA」。



3/10

地域で活躍する方々を紹介

▼NHK 北見放送局「ほっからんどオホーツク」

NHK 北見放送局制作の「ほっからんどオホーツク〜とっかり君が行く探検オホーツク〜」で佐呂間町が紹介されました。この番組は地域密着型の生活情報番組で地域で活躍する方等を紹介しています。

今回は、ジャムづくりなどを行う「一互の会」、スキー指導員として活躍されている佐野和義さん、パッチワークキルトサークル「花もめん」の皆さんが紹介されました。



3/14 新佐呂間トンネルが開通 ▼新佐呂間トンネル開通式

平成17年から工事を進めてきた国道333号「新佐呂間トンネル」が完成し、14日に記念式典が若佐コミュニティセンターで開かれました。

この工事は、皆さんの記憶に新しい、平成18年11月7日、若佐地区を襲った竜巻により9名もの工事関係者が犠牲となりましたが、工事関係者のご努力、地域住民の皆さんのご協力により、この度の開通を迎えました。

式典には、被災者の遺族や工事関係者、地域住民の方々約120人が出席し、トンネル完成を祝うとともに犠牲者の冥福を祈りました。式典後、トンネル佐呂間側杭口に移動し、来賓によるテープカットの後、関係者らによる走り初めを行い、13時30分からは一般車両の通行も可能となり、多くの方が新トンネルを利用されました。

新トンネルは、オホーツク圏で最長、道内で2番目となる延長4110m（平成21年3月末現在）ルクシ峠の回避で走行の快適性、安全性向上が期待されます。

Town Topics

簡易水道料金及び公共下水道使用料が、平成21年5月分の請求から変更となりますのでお知らせします。

水道料金表

()内は改正前の料金です。

用途別	基本料金		超過料金 1m ³ につき
	水量 m ³ まで	料金	
家庭用	10	1,610円 (1,760円)	270円 (290円)
営業用1種	13	2,630円 (2,860円)	270円 (290円)
営業用2種	18	3,630円 (3,960円)	270円 (290円)
官公団体用	11	2,220円 (2,420円)	270円 (290円)
浴場用	30	6,060円 (6,610円)	270円 (290円)
工業用	36	7,270円 (7,930円)	270円 (290円)
共同栓2世帯まで	15	2,420円 (2,640円)	270円 (290円)
共同栓3世帯以上	20	3,230円 (3,520円)	270円 (290円)
臨時用	10	2,770円 (3,020円)	270円 (290円)
営農用	50	2,100円 (2,625円)	70円 (105円)

※水抜栓（不凍栓）1栓あたりの料金です。

**水道下水道
使用料減額**

平成21年5月
請求分から

お問い合わせ
建設課業務係
TEL 2・1210

下水道使用料 ()内は改正前の料金です。

用途別	基本料金		超過料金 1m ³ につき
	水量 m ³ まで	料金	
一般用の汚水	10	1,610円 (1,760円)	270円 (290円)
浴場用の汚水	30	6,060円 (6,610円)	270円 (290円)

※水道メーター1個あたりの料金です。

新料金は、5月請求分から！

4月	5月	6月以降
----	----	------

新料金 →

毎月の検針は、その月の4日から10日までの間に実施しています。このため、新料金の適用は、5月請求分（4月の検針後から5月の検針までに使用した水量により算定）からとなります。

年間保険料の計算方法（平成 21 年度）

均等割 【1人当たりの額】	+	所得割 【所得※ ¹ に応じた額】	=	21年度の保険料 (限度額 50 万円)
43,143 円		(平成 20 年の所得— 33 万円) × 9.63%		

■ 1 年間の保険料について

月の途中で加入した場合は、加入月からの月割になります。

例えば、8 月 15 日に加入した場合・・・

1 年間の保険料 ÷ 12 か月 × 8 か月（8 月～翌年 3 月）

= **21 年度の保険料**

※ 1) 所得とは、前年の収入から必要経費（公的年金等控除額や給与所得控除額など。）を差し引いた額であり、社会保険料控除、医療費控除、配偶者控除などの「所得控除」を適用する前の額です。なお、遺族年金や障害年金は、収入に含みません。

所得の低い方は保険料が軽減されます

① 均等割の軽減

所得の低い方は、均等割 43,143 円が次の例のように軽減されます。

例) 年金収入のみの場合

年金収入		→	平成 21 年度の均等割	
1人世帯	夫婦 2人世帯※ ²		7 割軽減後	12,942 円
168 万円以下			9 割軽減後	4,300 円
上記のうち被保険者全員が、 年金収入が 80 万円以下で所得が 0 円			5 割軽減後	21,571 円
—	192 万 5 千円以下		2 割軽減後	34,514 円
203 万円以下	238 万円以下			

※ 2) 一方の所得が 0 円（年金収入 120 万円以下）の場合。

② 所得割の軽減

前年の所得から 33 万円を引いた額が 58 万円以下の方は、所得割が 5 割軽減されます。

例) 年金収入 180 万円の場合

軽減判定 ⇒ 180 万円 — 120 万円 — 33 万円 = 27 万円
(年金収入) (公的年金等控除) (基礎控除) → 軽減に該当

所得割 ⇒ 27 万円 × 9.63% × 5 割 = **13,000 円**



長寿医療制度（後期高齢者医療制度）のお知らせ

平成 21 年度の保険料

計算の方法と軽減の仕組み

平成 21 年度の保険料は、平成 20 年の所得を基に計算します。ただし、4 月分、6 月分および 8 月分の年金から差し引く保険料は、暫定的に平成 19 年の所得を基に計算しています。

正式な保険料は、支払方法とともに、6 月に個別にお知らせします。

お問い合わせ

北海道後期高齢者医療広域連合

TEL 0 1 1 ・ 2 9 0 ・ 5 6 0 1

役場 保健福祉課 医療保険係

TEL 2 ・ 1 2 1 2

被用者保険の被扶養者
だった方は保険料が軽減
されます
長寿医療制度に加入する
前、被用者保険の被扶養者
だった方は、加入してから

2 年間、保険料が軽減され
ます。
平成 21 年度は、均等割が
9 割、所得割が全額軽減さ
れます。
1 年間の保険料 **4、300 円**

■ 期 間
平成 21 年 4 月から平成 26 年 3 月まで
■ 対象者
○ 町内に居住されている方
○ 町外から定住を目的に転入される方
○ 助成対象住宅に引続き 5 年以上居住することを確約する方
■ 対象となる住宅
○ 町内の建設業者により、個人の住宅を町内に新築、増

築、改築、改修する住宅
○ 既存住宅の改修については、改修費用が 50 万円以上のもの（消費税を除く）
※ 住宅改修については、次の工事が対象になります。
◇ 主要構造部の耐久性及び安全性を向上させる工事
基礎・土台・梁・柱等の改修、筋かい・火打ち等による構造補強、外壁・屋根の改修又は塗装
◇ 住宅の性能の向上させる工

事
間取りの変更、段差解消、断熱改修など
※ 対象にならない改修工事
◇ 内装仕上げ材（床材、壁紙等）のみを取り替える工事
◇ 住宅改修を伴わない設備機器（給湯器、暖房機、洗面台等）の設置や取替
■ 助成の内容
○ 新築、増築、改築については、1 ㎡当り 15、000 円
※ 限度額 200 万円

・ 改修住宅は、改修費の 10 分の 1 ※ 限度額 100 万円
○ 増改築を伴う改修工事
※ 限度額 200 万円
■ 交付の条件等
○ 同一住宅及び同一人について 1 回限り
○ 移転補償等による新築、改修でないこと
○ 対象者と同居する全ての者が、町税等を滞納していないこと
○ 工事着手前の住宅



住宅の建築費、改修費の一部助成

佐呂間町住宅建設促進事業

経済課 商工観光係
TEL 2 ・ 1 2 0 0

町では、持ち家住宅の促進と町内建設産業の振興、雇用の安定を図るため、町内の建設業者により、個人住宅の新築、増改築、改修費の一部を助成します。
住宅の新築等を検討されている方は、まずご相談ください。

■ 参考（助成額の算出）

○ 新築、増築、改築住宅の場合

① 110.16 ㎡の場合 110.16 ㎡ × 15,000 円 = 1,652,400 円
補助額は、1,652,000 円

② 145.8 ㎡の場合 165.62 ㎡ × 15,000 円 = 2,484,300 円
補助額は、限度額の 200 万円

○ 現在住んでいる住宅を改修した場合

① 改修費が 1,584,000 円（税抜き）では、1/10 の 158,000 円

② 改修費が 12,000 万円（税抜き）では、限度額の 100 万円

○ 現在住んでいる住宅を 100 ㎡増築し、既存部分を 300 万円で改修しました。

増築 100 ㎡ × 15,000 円 = 1,500,000 円

改修 3,000,000 円 × 1/10 = 300,000 円

補助額は、180 万円

■ 改修工事 Q & A

Q 断熱工事と一緒にボイラーを取替えました。全て補助対象になりますか。

A 断熱工事は補助対象ですが、ボイラーの取替えは補助対象外です。

Q ソーラーパネルを設置し、住宅もオール電化にしました。
A 住宅のオール電化に伴う電気工事や設備は補助対象ですが、ソーラーパネルの設置費は補助対象外です。

Q トイレを水洗にする工事をしました。

A 住宅内部の改修費は補助対象ですが、公共枅への接続工事は対象外です。下水道供用地区以外は、合併処理浄化槽推進事業により補助金が交付されます。

平成21年4月からの
介護保険料が決まり
ました

65歳以上（第1号被保
険者）の保険料

保健福祉課 介護保険係
Tel 2・1212

「保険料の基準額は月額
3,600円に据置き」

（基準額Ⅱ第4段階）

介護保険制度は、40歳以上
の方に納めていただく保険料
などを財源として、サービス
を利用しながら住み慣れた地
域で安心して暮らせるよう、
介護が必要な高齢者とその家
族をみんなで支えていく制度
です。

介護保険は、これまでの介
護サービスの利用実績をふま
え、これからも安心して介護
を受けるために必要な費用を
見込み、65歳以上の方（第1
号被保険者）の保険料を3年
に1度見直すこととされてお
り、3月に開催されました町
議会定例会において決定いた
しました。

平成21年4月から3年間の

「第4段階（基準額）
に特例措置を設定」

第4段階における収入等が
次の条件を満たす者に対して
保険料の負担を軽減します。

○町民税課税世帯で本人非課
税者

○公的年金等収入金額と合計
所得金額の合計が年80万円
以下の者

保険料は、これまでの基

準月額保険料3,600円
より増額となる見込みで
したが、介護従事者の処
遇改善に伴う国からの交
付金（※）と町が保有し
ている介護給付費準備基
金を取り崩すことにより、
基準月額保険料（第4段
階）は、月額3,600円
に据え置くこととしまし
た。

※介護従事者の処遇を改
善するために介護報酬
が改定（プラス3%）
され、これに伴う保険
料の急激な上昇を抑制
するために国から交付
金が支給されます。

「保険料段階を第6
段階から第7段階
へ見直し」

税制改正の影響により保険
料が上昇する者に対して講じ
られてきた激変緩和措置が、
平成20年度で終了することに
より保険料額が増額する者の

負担を軽減するため、保険料
段階を第6段階から第7段階
へと細分化しきめ細やかな段
階の設定を行いました。
保険料は、前年の課税状況
や所得などに応じて次の7段
階に区分され、それぞれの保
険料は、7月中に通知いたし
ます。

「第1号被保険者の所得段階別保険料」

区 分	対象となる人	保険料 の算出	保険料月額	保険料年額
第1段階	○生活保護の受給者 ○高齢福祉年金受給者で世帯全員が 町民税非課税者	基準額 × 0.50	1,800 円	21,600 円
第2段階	○世帯全員が町民税非課税者 （公的年金等収入額＋合計所得金 額 ≤ 80 万円 / 年を満たす者）	基準額 × 0.50	1,800 円	21,600 円
第3段階	○世帯全員が町民税非課税者 （第2段階に該当しない者）	基準額 × 0.75	2,700 円	32,400 円
第4段階	○町民税課税世帯、本人非課税者 （公的年金等収入額＋合計所得金 額 ≤ 80 万円 / 年を満たす者）	基準額 × 0.875	3,150 円	37,800 円
	○町民税課税世帯、本人非課税者 （上記に該当しない者）	基準額 × 1.00	3,600 円	43,200 円
第5段階	○本人が町民税課税者で合計所得金 額が 125 万円未満	基準額 × 1.125	4,050 円	48,600 円
第6段階	○本人が町民税課税者で合計所得金 額が 200 万円未満	基準額 × 1.25	4,500 円	54,000 円
第7段階	○本人が町民税課税者で合計所得金 額が 200 万円以上	基準額 × 1.50	5,400 円	64,800 円

※「合計所得金額」とは、実際の収入金額ではなく、収入金額から必要経費等に相当する金額を控除した金額のことをいいます。

「生活管理指導員派
遣事業」の利用者負
担額一部見直し

保健福祉課 福祉係
Tel 2・1212

町では、高齢者の皆さんが
介護を必要とする状態に陥つ
たり、さらに状態が悪化しな
いよう防止し、できる限り自
立した生活を続けられるため
の支援を行うことを目的に、
福祉サービスとして「生活支
援・介護予防事業」を行って

います。

この事業については多くの
メニューがあり、一部のサー
ビスでは利用者負担として利
用料をいただいています。が、
平成21年4月からの介護保険
法の一部改正に伴い「生活管
理指導員派遣事業」の利用者
負担額を一部見直しました。

■生活管理指導員派遣事業
利用時間
30分以上1時間未満
旧 240 円
新 260 円

総合体育館の業務委
託者が変わりました

4月1日より、町総合体育
館の業務委託者が変わしまし
た。それに伴い、地方自治法
施行令及び佐呂間町財務規則
の規定により、総合体育館で
取り扱う使用料の徴収・収納
事務等を委託しましたのでお
知らせします。

■委託者の住所・氏名
佐呂間町字東133番地の4
中村 敦子さん

町営バスの時刻が夏
ダイヤに変わります

町民課 住民活動係
Tel 2・1213

4月1日から、町営バス運
行ダイヤが夏時間になつて
います。時間が変更になるの
は第5便のみです。

▼第5便
佐呂間発
17時45分 ↓ 18時20分
浜佐呂間発
18時35分 ↓ 19時10分

妊婦健診費用の一部助成
拡大についてのお知らせ

保健福祉課 保健推進係 Tel 2・1212

佐呂間町では「子育て応援対策」の一環として、妊
娠中の女性が健康で安心して出産できるよう、平成
21年4月1日以降に妊娠届けをした方、又は既に妊
婦であり、受診券を交付済みの方に4月1日以降の妊
婦健診受診から妊婦健康診査費用及び超音波検査の助
成内容を拡大いたします。

■基準日 平成21年4月1日以降の妊婦健診受診から

■対象者 佐呂間町に住民登録のある妊婦

■助成回数

必要に応じ妊婦1人につき妊婦一般健康診査14回
分及び超音波検査11回分を限度として受診券を交付

■助成内容

母子手帳交付時に妊婦健康診査受診票14枚及び超
音波検査受診票11枚を発行。また、既に受診券を
交付済みの妊婦の方には、4月1日を基準として妊
娠週数に合わせた各受診券を追加交付いたします。

第1回（妊娠8週前後）	15,000 円	（超音波込）
第2回（妊娠12週前後）	17,600 円	（超音波込）
第3回（妊娠16週前後）	970 円	※
第4回（妊娠20週前後）	6,270 円	（超音波込）
第5回（妊娠24週前後）	7,850 円	（超音波込）
第6回（妊娠26週前後）	6,270 円	（超音波込）
第7回（妊娠28週前後）	970 円	※
第8回（妊娠30週前後）	9,400 円	（超音波込）
第9回（妊娠32週前後）	970 円	※
第10回（妊娠34週前後）	11,370 円	（超音波込）
第11回（妊娠36週前後）	7,850 円	（超音波込）
第12回（妊娠37週前後）	8,270 円	（超音波込）
第13回（妊娠38週前後）	8,270 円	（超音波込）
第14回（妊娠39週前後）	8,270 円	（超音波込）

合 計 109,330 円

※印の回は超音波検査助成なし

超音波検査単価：1回 5,300 円

注）各週数の健診時に上記金額が助成されますので
健診受診病院に提出してください。差額は自己負
担となります。

児童に対する手当制度をご存じですか？

保健福祉課 福祉係
TEL 2・1212

児童を扶養する人に手当を支給することにより、家族の生活の安定と児童の福祉の増進を図ることを目的としており、状況によって次のような手当制度があります。

「児童手当」

■支給対象

小学校修了前（12歳到達後最初の年度末）までの児童を養育している人が対象となります。

ただし、所得制限がありません。

■手当額

○第1子・第2子

5,000円（月額）

○第3子以降

10,000円（月額）

※3歳未満の児童については、第1子、第2子に関係なく10,000円（月額）

■支給方法

認定請求をした日の属する月の翌月から開始され、支給事由の消滅した日の属する月分で終わります。

なお、原則として手当は、毎年2月、6月、10月に支給されます。

「児童扶養手当」

■支給対象

次のいずれかに該当する満18歳未満（一定の障害を有する場合は満20歳未満）の児童を養育している母、又は養育者（所得制限あり）が対象となります。

※遺族年金等を受給されている方は対象外

・父が婚姻を解消し、父以外の人が扶養されている

・父が死亡した

・父に重度の障害がある

・父の生死が不明

・父が1年以上拘束されている

・母の婚姻によらないで生まれ、父がいない

■手当額

○1人目

全額支給

41,720円（月額）

一部支給

41,710円（月額）

（所得に応じて10円きざみで支給）

○2人目

5,000円加算

○3人目以降

1人につき3,000円加算

■支給方法

認定請求をした日の属する月の翌月から開始され、支給事由の消滅した日の属する月分で終わります。

なお、原則として手当は、毎年4月、8月、12月にそれぞれの前月分までが支給されます。

「特別児童扶養手当」

■支給対象

満20歳未満で、精神又は身体に法律に定める障害のある児童を養育する父母、又は養育者（所得制限あり、児童が施設に入所している場合対象外）が対象となります。

■手当額

○1級 50,750円（月額）

○2級 33,800円（月額）

■支給方法

認定請求をした日の属する月の翌月から開始され、支給事由の消滅した日の属する月分で終わります。

なお、原則として手当は、毎年4月、8月、11月にそれぞれの前月分までが支給されます。

景観法に基づく届出制について

道では、良好な景観の形成のため、景観法第16条の規定に基づく届出制度を本年4月1日から施行しています。

一定規模の建築物の建築及び工作物の建設並びに開発行為を行う場合は知事への届出が必要となり、良好な景観を著しく阻害する場合は必要な措置について勧告等を行うことがあります。

詳しくは、網走土木現業所建設指導課（まちづくり）までお問い合わせください。
TEL 0152・41・0644

平成21年度版健康カレンダー完成

保健福祉課 保健推進係

TEL 2・1212

町民課 生活環境係

TEL 2・1213

「平成21年度版佐呂間町健康カレンダー」が完成し、自治会加入世帯には、1世帯1部が各衛生部長（班長又は衛生班長）から配布されます。

新規転入世帯及び自治会未加入世帯、未配布の世帯等が

ありましたら、役場保健福祉課保健推進係又は町民課生活環境係に直接取りに来ていただきますようお願いいたします。

なお、1世帯2部の配布は

ご遠慮ください。

■カレンダー掲載内容

（H21年4月～H22年3月分）

○ごみ収集及びし尿汲み取り

日程

○各種検診日程

○乳幼児予防接種及び健康相談日程

有料道路通行料金割引のご案内（身体障害者）

保健福祉課 福祉係

TEL 2・1212

身体障害者が自ら運転し（又は重度の身体障害者、重度の知的障害者を乗せて介護者が運転し）有料道路を通行する場合、通行料の割引サービス（50%割引）を受けることができます。

■手続き方法

あらかじめ、手帳に証明印を受ける必要があります。

必要書類を持参の上、保健福祉課福祉係までお越しください。

■必要書類

○身体障害者手帳又は療育手帳

○車検証

※登録した車以外で有料道路を利用した場合、割引サービスを受けることができません。

総合公園・交通公園・小公園が5月1日オープンします

町民課 生活環境係 TEL 2・1213

バーベキューハウス

■使用できる時間 午前10時～午後7時
（照明設備・電源はありませんのでご注意ください。）

■使用料

○12人用コンロ 1台 600円

○6人用コンロ 1台 300円

（12人用9台、6人用2台が使用できます。）

※焼肉用の網やプレートは使用料に含まれますが、炭は各自持参ください。

※使用上の注意事項は必ずお守りください。

■申し込み

使用する3日前までに、町民課生活環境係へ申し込みください。

交通公園鉄道記念館

○鉄道記念館は、午前9時～午後5時までの開館となります。

○展示場見学希望の方は、「片平食堂」へ申し込みください。

各公園に公衆トイレを設置しています。皆さんが気持ち良く使えるようマナーを守って使用ください。

春の衛生週間
4月20日～4月26日

雪解けと同時に、埋まっていたゴミも目立ちはじめます。町と自治会衛生部では、毎年この時期に「春の衛生週間」を設定し、『クリーンサロマ』を目指してきました。

佐呂間町をきれいな町・住みよい町にするため、道路や側溝等の清掃に皆さんのご協力をお願いいたします。

高齢者バス運賃・身体障害者ハイヤー料金の助成を行っています

保健福祉課 福祉係
TEL 2・1212

「高齢者バス運賃助成」

町内にお住まいの70歳以上（満70歳の誕生日以降）の方にバス運賃の助成を行っています。乗車券の発行には、1枚につき「100円」の負担をしていただいています。

■交付枚数 年間50枚まで（医療機関に通院の場合は制限なし）

■利用区間

佐呂間町内を乗降する区間

■利用交通機関

町営バス、北見バス、網走バス

■申請、交付窓口

役場保健福祉課福祉係、若佐支所、浜佐呂間出張所

■申請時に必要な物

印鑑、本人の写真（2.3cm×3.0cm）1枚

「身体障害者ハイヤー料金助成」

身体障害者手帳をお持ちで次の障害に該当する方（在宅者に限る）に、ハイヤー料金助成券（町内区間利用）の交付を行っています。

■助成対象

①下肢、体幹障害を含み、他の障害と合わせて3級以上に該当する方

②心臓、腎臓又は呼吸器の機能障害の1級に該当する方

③視覚障害者の1級又は2級に該当する方

④下肢、体幹障害の1級又は2級に該当する方

■助成券の内容

○前述「助成対象」の①、②に該当する方

年間20枚交付（基本料金割引券16枚＋助成券4枚）

○前述「助成対象」の③、④に該当する方

年間40枚交付（基本料金割引券32枚＋助成券8枚）

※新規に申請を希望される方は、保健福祉課福祉係までお問い合わせ願います。（印鑑と身体障害者手帳が必要になります。）

社会保険事務相談所のお知らせ

北見社会保険事務所では、次の日程で毎月、社会保険事務相談所を開設し、皆さんの年金相談や手続きを行っています。

相談の際は、年金手帳、基礎年金番号通知書、年金証書、振込通知書、印鑑等をご持参ください。なお、本人の委任状があれば家族の方でも構いません。（委任状の様式は定められていません）

■場所

遠軽町保健福祉総合センター1「げんき21」

遠軽町1条通北1丁目

■日程

4月14日 9月8日
5月12日 10月13日
6月9日 11月10日
7月14日 12月8日
8月11日

■相談受付時間

午前10時～午後4時

※詳しくは北見社会保険事務所（TEL 0157・25・9635）までお問い合わせください。

町営住宅空家状況

3月19日現在の町営住宅の空家状況をお知らせします。入居申込み、家賃・敷金、入居資格等については、建設課管理係（TEL 2・1210）までお問い合わせください。

■西富団地

2階3LDK（1階）1戸 18,000円／※
2階3LDK（1階）1戸 17,100円／※

■若佐団地

1階2DK 2戸 5,200円／※

■若佐第2団地

2階3LDK（1階）1戸 15,700円／※

■若里団地

1階3DK 1戸 9,100円／※

■栄団地

2階3LDK（1階）1戸 15,300円／※

※印は、60歳未満でも単身入居可能な住宅です。

山菜採りの心得5か条 事故を防ぐために

慣れた山でも、山菜採りに無我夢中になると「隠れた危険」があります。次のことを心掛けるようにしましょう。

1 家族等に行き先と帰宅時間を知らせましょう

「自分だけの秘密の場所だから」では、万一の場合、搜索が遅れることになります。行き先

帰宅時間等を必ず家族等に知らせてから出かけましょう。

2 単独での入山を避け、2人以上で声を掛け合い位置を確認する

万が一迷ったら、1人では救助を求めることもできません。2人以上で入り、たえず声を掛け合いお互いの位置を確認しあうことが大切です。

3 服装は目立つ色にしましょう

白や黄色、蛍光色の服装がよ

詐欺行為に
ご注意ください

地上デジタルテレビ放送への対応やアンテナ交換などを口実にした詐欺行為が発生しています。地上デジタルテレビ放送への対応で、ご自分で依頼された工事以外にお金を請求されることはありませんので、身に覚えの無い工事代金などの請求が届いた場合には、すぐに支払いをせずに、ご連絡・ご相談ください。

○連絡場所：役場企画財政課企画係（TEL 2・1214）及び最寄りの警察署
○相談場所：最寄りの電器店及び北海道総合通信局（TEL 011・709・2311 内線 4667）

ヒグマに注意

○山に入る前には、地元の人に聞くなど、熊の出没情報に気をつけましょう。

○「熊の出没注意」の看板のある場所には入らないようにしましょう。

○ヒグマに人の存在を知らせるため、鈴やラジオで音を立てるなどの工夫をしましょう。

○ヒグマの足跡や糞を見たときには、すぐ引き返しましょう。

大規模な土地取引には届出が必要です

大規模な土地取引の契約をした時は、契約をした日から2週間以内に市町村へ届け出る事が国土利用計画法で定められています。

佐呂間町内の土地の場合、

農地以外の土地規模が1万㎡以上の取引を行った後、届け出る必要があります。

■提出する書類

○届出書

○土地取引に係る契約書の写しまたは契約書の写しに代わる書類

○土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図

○土地およびその付近の状況を明らかにした縮尺5千分の1以上の図面

○その他の書類

詳しくは、役場企画財政課計画係（TEL 2・1214）または網走支庁地域振興部地域政策課（TEL 0152・41・

0762）にお問い合わせください。

6月1日は、自動車税の納入期限です

○自動車税は、毎年4月1日

現在の運輸支局の登録に基づいて課税される道税です。平成21年6月1日の納入期限までに納めましょう。

○納税通知書は、5月7日に

発送しますが、住所を変更された方や納税通知書が届かない方は、北見道税事務所自動車税係までご連絡ください。

○平成21年度の自動車税納税

通知書（バーコードが印字されているもの）は、従来の金融機関のほか、指定のコンビニエンスストアから納税することも出来ます。

平日や日中、お仕事などで納税することが出来ない方は、是非ご利用ください。○事情があつて「納期限までに納められない」または、「一度に納められない」などの

納税の相談や、自動車税について不明な点がございましたら、北見道税事務所納税課までご相談ください。

■ご連絡・お問い合わせ

◇網走支庁北見道税事務所
納税課（北見市青葉町6番6号）TEL 0157・25・8681

○ホームページもご利用ください

道税ホームページ
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim
網走支庁税務課ホームページ
http://www.abashiri.pref.hokkaido.lg.jp/ts/zim

「地方法人特別税」スタートで「法人事業税」が変わります

○地域間の税収偏在を是正するため、平成20年10月1日以降に開始する事業年度から、法人事業税の一部を分離し、「地方法人特別税」「地方人特別譲与税」が創設されました。

○10月1日から事業年度の開始した法人は、平成21年5月末が初めての法人事業税の中間申告期限となりますが、次の点に留意してください。

◇中間申告で予定申告を選択する場合（地方法人特別税導入後の初年度）

①法人事業税の予定申告額の計算

「前事業年度の税額」÷「前事業年度の月数」×3.3

②地方法人特別税の予定申告額の計算

「前事業年度の法人事業税額」÷「前事業年度の月数」×2.7

■ご連絡・お問い合わせ

◇網走支庁北見道税事務所課税課事業税間税係（北見市青葉町6番6号）TEL 0157・25・8681

○ホームページもご利用ください

道税ホームページ
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim
網走支庁税務課ホームページ
http://www.abashiri.pref.hokkaido.lg.jp/ts/zim

自衛官募集のお知らせ

■募集種目

一般幹部候補生（陸、海、空）
一般曹候補生

■応募資格

○一般幹部候補生

日本国籍を有し、平成22年4月1日現在、次に該当する者

20歳以上26歳未満の者

（22歳未満の者は大卒見込み

含む）（大学院修士課程修了者については28歳未満）

○一般曹候補生

18歳以上27歳未満（高校生除く）

※高校生については、9月統一試験にて募集いたします。

■受付期間

平成21年4月1日～5月12日

■試験日

平成21年5月16日、17日（17日は飛行要員のみ）

○一般曹候補生

平成21年5月23日

■俸給

○一般幹部候補生
大卒 214,900円
大学院 232,000円

○一般曹候補生
初任給 159,500円

■期末・勤勉手当、休日・休暇

○賞与
年2回 4.4か月分

○休日

完全週休2日制

○有給休暇

年24日、その他年末年始、夏季の長期休暇

■お問い合わせ

○自衛隊旭川地方協力本部遠軽地域事務所
TEL 0158・42・6616

○役場町民課住民活動係
TEL 2・1213

サイクリスト募集

第28回インターナショナルオホーツクサイクリング 2009

7/10 FRI ~ 12 SUN

Okhotsk Cycling

■コース概要

オホーツク海沿岸横断コース 212km（3市7町）
雄武町→興部町→紋別市→湧別町→上湧別町→佐呂間町→北見市→網走市→小清水町→斜里町

■参加資格

- ①高校生以上で自己の責任でサイクリングができる方。但し、健康な身体を有する方。
- ②父母または高校生以上の兄弟と共に走行できる小学生以上は参加できます。なお、小中学生は父母または父母と同等の全責任を負える方の同意を必要とします。

■参加定員 1,500名

■参加費 1人 15,000円

（10日と11日の2泊及び11日と12日の5食分の食事代、軽食・飲物代、スポーツ保険を含む）

■申込期間

平成21年5月1日～5月29日の29日間
（当日消印有効。但し、定員になり次第締め切ります）

■申込方法

- 参加申込書（払込取扱票）に必要事項を記入の上、実行委員会事務局宛に送付してください。
- 参加証は6月中旬に送付いたします。
- 申込書（開催要領付）は4月初旬までに市町村、サイクリング協会等に送付します。

■お問合せ

オホーツクサイクリング実行委員会事務局
〒090-0029 北見市北9条東2丁目2
北見市役所北9条分庁舎内
Tel 0157・24・3290 Fax 0157・24・7233

平成 20 年度 グラフで見る 佐呂間町の 健診結果

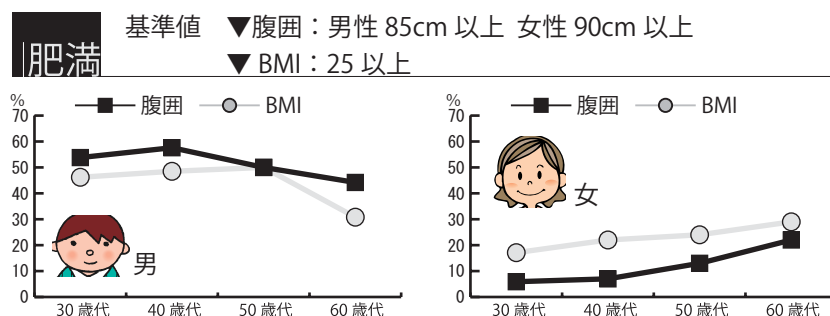
●平成 20 年度から健診制度が変わり、この「げんき王国」の場でもシリーズで、目的、健診内容、保健指導などお知らせしてきました。

今後は、メタボの発見・改善に着目した健診となります。特に問題となるのは、内臓脂肪型肥満です。というのは、内臓脂肪型肥満が動脈硬化などを促進し、重大な病気への元凶となるからです。

皆さんの今年の健診結果はいかがだったでしょうか？

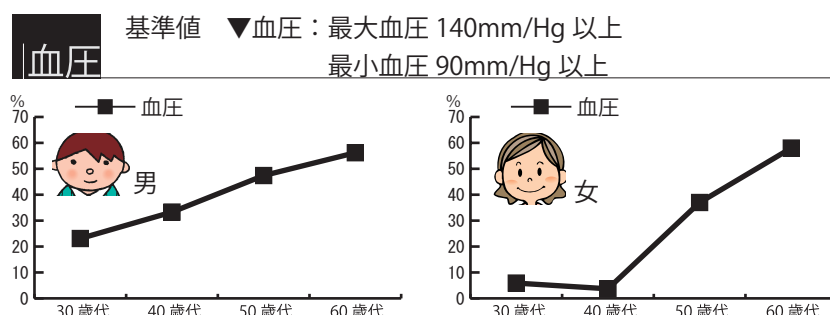
●今回は平成 20 年度の健診が終了しましたので全体の健診結果から町健康状態をふり返って見ました。

動脈硬化を促進するという危険因子の項目について 性別・年代別に基準値以上の出現率を表にあらわしたものが左図になります。

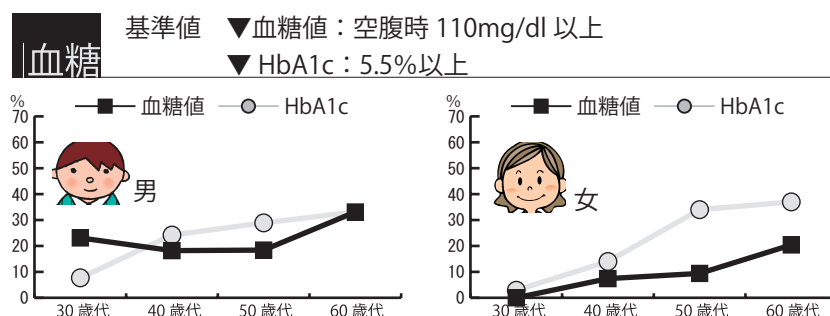


男性の肥満者の割合は 30 代から 50 代まで 50%ほどであり、2 人に 1 人が肥満状態にあるといえました。

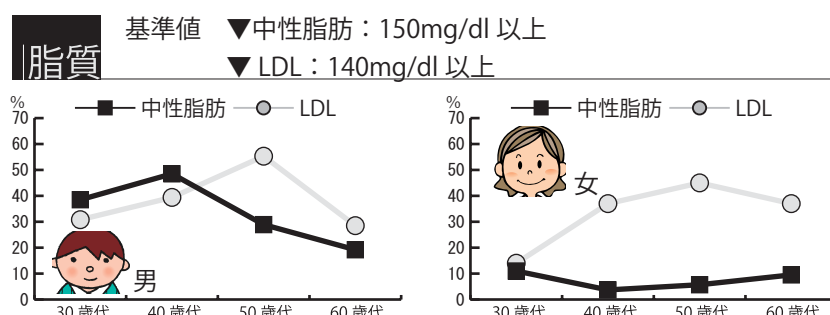
女性の肥満者は男性と比較すると少ないのですが、年代とともに徐々に増え続け、60 代になると 30%程度になっています。



血圧は男女共に同じような傾向にあり、血圧は年齢を経ると共に高値の方がみるみる増えて、60 才代になると半数以上の方が血圧が高めになるという状況でした。



血糖も男女ともに増加するのですが、男性のほうが若いときから異常値の出現率が高いようです。



LDL（悪玉）コレステロールは男女ともに 50 歳代に高値を示す方が多い状況でした。中性脂肪は圧倒的に男性の方が割合が高く、しかも若い年代から高値の方が多かったのです。

健診 全体からは、男女とも年代が高まると基準値以上の出現割合も増加するのですが、特に男性の肥満割合が多く、男性は若い年代から高脂血症の状態にあり、動脈硬化を促進するリスクが高いと考えられます。

その原因のひとつとして、エネルギーのとりすぎが考えられます。

皆 さんの健診結果をもう一度確認してみてください。

今年度健診を受けている約 20% の人は、自分の健康状態を知ること

とで大きな病気を予防する手立てを見つけることが出来ます。一方で健診を受けていない約 80% の人は気づかないうちに大きな病気が進行した結果、もとの生活に戻れない可能性があることをたくさんの人に知って欲しいのです。

佐呂間町は平成 24 年度までに健

診の受診率目標を 65% に定めました。あなたも 65% の仲間に入りますか。そしてあなたにとって大切な人を 3 人連れて健診を受けませんか？。それが、あなたやあなたの大切な人の命を守ることにつながるのです。

さるまげんき王国



ポカポカ陽気に誘われて、お子さんと一緒に子育て支援センター“あいあい”まで、足を運んでみませんか？
遊びの場や出会いの場、話し合える場や相談の場としてお気軽にご利用ください。

**“あいあい”は
楽しいことが
いっぱい!!**

お散歩やお買い物ついでに、お昼寝の後に・・・
親子一緒に楽しい時間をお過ごしください。
○木曜日
10 時 00 分～12 時 00 分
13 時 30 分～16 時 00 分
○月・火・金曜日
13 時 30 分～16 時 00 分

お話 あいあい

離乳食や救急処置法等、子育てに関する情報をお伝えします。
対象者には案内ハガキを送付します。

あいあいランド

流しそつめんや調理実習、雪中運動会等の季節

の行事やいつもと違う体験が出来ます。
親子で楽しい思い出を作りましょう。

赤ちゃん相談

体重・身長の計測を通して、お子さんの成長発達を確認できます。また、保健師や栄養士が子育てについて相談に応じます。

子育て自由相談日

保健師・栄養士・助産師が来所します。（各年 2 回）

子育てについて知りたい情報や相談したい事がありましたら、お気軽にご利用ください。

パパママたまご教室

妊娠中から出産、育児に関するさまざまな情報をお伝えします。
対象者には案内ハガキを送付します。

育児相談

子育てについて、困っていることや聞きたいことがありましたら、お気軽にご相談ください。

○月曜日～金曜日
13 時 00 分～16 時 00 分

子育てに関する事業は、健康カレンダーに記載していますのでご確認ください。

あそびの広場（年齢別）

みんなで一緒に歌ったり手遊びをしたり、絵本や体操を楽しみましょう。
子ども同士・お母さん同士の出会いの場でもあります。

○月曜日（0・1 歳児）

10 時 00 分～11 時 30 分
○火・金曜日（2 歳児）
10 時 00 分～11 時 30 分

自由開放日

年齢制限はありませんので、開放中は自由に利用ください。