

広報

# サロマ

8 2009  
August  
No. 622



お知らせ  
あいあい通信  
まちの話題  
さろまげんき王国  
セーフティロード☆サロマ  
トゥモローライフさろま



食生活改善委員会  
トウモロコシ  
ライフサロマ

お刺身の  
"シソジュース  
ドレッシングがけ"

1人分 ▶ 80Kcal  
塩分 ▶ 0.6g

陶器 / 陶遊子代表 岸 みどり作

材料 | 4人分

白身刺身 .....160g  
(カレイ・ヒラメなど)  
みょうが .....少々  
万能ネギ .....少々  
トマト .....小1個

【ドレッシング材料】

シソジュース .....大さじ1  
(今がしそどき)  
ワインビネガー .....大さじ1  
オリーブ油 .....大さじ1  
バジル (粉) .....ひとつまみ  
塩 .....小さじ1/3  
黒こしょう .....少々

※大さじ= 15ccのサジ  
小さじ= 5ccのサジ

作り方

- 1 刺身用の白身魚は薄く切り分けておきます。
- 2 みょうがは細くせん切りに、万能ネギは3~4cm長さに切り分けます。
- 3 刺身にみょうがとネギを2~3本ずつ乗せて、くるりと巻きます。
- 4 トマトは湯むきして中の種をとり、細かなサイの目に切り分けます。
- 5 ドレッシングの材料をすべて混ぜ合わせます。
- 6 皿に、③の刺身を盛り、④のトマトを散らし、最後に上からドレッシングを全体にかけます。



**POINT** 刺身はみょうがとネギを巻いてから冷蔵庫で冷やしておき、食べる直前にドレッシングをかけます。ドレッシングの塩分は、食材に含まれる旨みや塩分によって加減しましょう。

広報サロマ 8月号 No. 622

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

「第60回佐高祭」  
パフォーマンスの様子

babyface



船木 将成 くん

平成20年8月17日生まれ  
(富武士 船木 桂輔・英理子さん)

はじめまして、ふなき まさなりです。ボクはじいじに似てるわっていつも言われるんだ。最近のマイブームはつかまり立ちとラッパを吹くことです。こんなボクだけじゃありません。



川井 七海 ちゃん

平成20年8月19日生まれ  
(宮前町 川井 康広・有優さん)

こんにちは、がわい ななみです。★音楽にあわせてリズムをとることが得意です。最近ママとベビースイミングに通ってプールでぶかぶか浮いています。早く泳げるようになりたいなあ。

※「baby face」では掲載するお子さんを募集しています。掲載を希望される方は、誕生月の前月10日までに保健福祉課保健師までご連絡ください。なお、希望者多数の場合はこちらで抽選させていただきますことをご了承ください。

★お誕生おめでとうございます

平成21年6月生まれの赤ちゃん

形部 瑛大(えいた)くん ★6月5日生まれ  
西富 形部忍・美根 さん

西堀 皓大(こうだい)くん ★6月18日生まれ  
西富 西堀孝司・真弓 さん

鈴木 彪雅(ひゅうが)くん ★6月28日生まれ  
栃木 鈴木祐樹・海沙 さん

忘れずに!!

8月は、町道民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料【第2期】の納期です。

完納豊明町  
とくさくさいづくり

**地上デジタル放送を見るための簡易なチューナー給付などの支援について**

総務省では、経済的な理由等で地上アナログ放送から地上デジタル放送に移行する事が難しい世帯に対する支援を予定しています。

**■支援の対象となるのは？**

日本放送協会（NHK）の受信料の全額免除を受けている世帯が対象です。（具体的には、生活保護世帯等、市町村民税非課税の障害者世帯、社会福祉事業施設入所者）

※すでに地上デジタル放送を視聴されている世帯は支援の対象外です。

**■受けられる支援の内容は？**

現在お持ちのアナログテレビに取り付ける「簡易なチューナー」の無償給付をします。アンテナ改修等が必要な場合には、その支援も行います。

**■申し込み先は？**

未定です。決まり次第、申し込み方法を含めて改めてお知らせします。

**■支援の開始時期は？**

平成21年秋以降を予定しています。具体的な日程は、改めて周知する予定です。

**■ご注意ください点**

○支援の申し込みには、NHKと受信契約を結び、全額免除の適用を受ける事が必要です。なるべく早めに契約手続等をお願いします。

○支援は現物給付です。ご自身で購入したチューナー、アンテナ等の費用を精算することはできません。

お問い合わせは・・・

●支援制度全体について  
総務省地デジコールセンター  
0570・07・0101

●NHKとの受信契約、受信料免除について  
NHK視聴者コールセンター  
0570・07・7077

**「地上デジタル放送準備説明会」のご案内**

地上デジタル放送を楽しむための総務省による『地上デジタル放送準備説明会』を開催します。地上デジタル放送の目的や魅力・受信方法・地デジの悪質商法などについてご説明いたします。

【地上デジタル放送準備説明会】  
8月19日（水）  
◆若佐コミュニケーションセンター  
8時30分 定員30人

◆町民センター  
11時15分 定員200人

◆浜佐呂間活性化センター  
14時00分 定員30人

※説明時間は30分間です。  
※事前の申し込みは必要ありません。当日は先着順となります。ご都合の良い時間に会場へお越しください。

■お問い合わせ  
総務省 北海道北テレビ受信者支援センター（デジサポ道北）説明会事務局  
TEL 0166・21・6450

**民生委員・児童委員が委嘱されました**

保健福祉課 福祉係  
TEL 2・1212  
(平日 午前10時～午後6時)

欠員となっていました幌岩・浪速地区の民生委員・児童委員として齊藤則雄氏が厚生労働大臣から委嘱されました。民生委員・児童委員は、町内の担当地区において、住民の立場に立って生活上の様々な問題を抱えている人の相談、支援にあたる方です。何かお困りのことがありましたらご相談ください。

**若佐歯科診療所休診のお知らせ**

8月12日（水）～16日（日）お盆休みのため休診いたします。町民の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

**あなたも年金を増やしませんか？**

20歳から60歳までの40年間保険料を納めた人が、65歳から受給する老齢基礎年金は満

額で792,100円（平成21年度額）です。  
老齢基礎年金制度に乗せして年金額を充実させるには「付加年金」「国民年金基金」「確定拠出年金（個人型）」などの

○町議会議員選挙に立候補できる方は、佐呂間町議会議員の選挙権を有する者で、満25歳以上の方です。  
○立候補の届出期間は、9月8日の1日間で、午前8時30分から午後5時までです。  
○立候補予定者の説明会を次のとおり行います。  
日時 8月19日（水）  
午後1時30分  
場所 佐呂間コミュニケーションセンター2階集会室

■お問い合わせ  
佐呂間町選挙管理委員会  
TEL 2・1292

**2. 国民年金基金**

第1号被保険者が対象となり、「地域型」「職能型」のいずれかを選択して加入することになります。  
加入者は、掛け金や受けた年金額などに応じて、口数と給付の型を選択して、国民年金保険料とは別に掛け金を納めます。

1. 付加年金  
役場 町民課 戸籍年金係  
TEL 2・1213  
北見社会保険事務所  
TEL 0157・25・9635

2. 国民年金基金  
北海道国民年金基金  
フリーダイヤル  
0120・65・4192

3. 確定拠出年金（個人型）  
北海道国民年金基金  
フリーダイヤル  
0120・65・4192



**町議会議員選挙 投票日▼9月13日（日）**

9月29日で任期満了となり、ます佐呂間町議会議員選挙が、9月13日（日）に行われます。町民にとっては最も身近で大切な選挙です。有権者の方は棄権することなく必ず投票しましょう。

員の選挙権を有する者で、満25歳以上の方です。  
○立候補の届出期間は、9月8日の1日間で、午前8時30分から午後5時までです。  
○立候補予定者の説明会を次のとおり行います。  
日時 8月19日（水）  
午後1時30分  
場所 佐呂間コミュニケーションセンター2階集会室

**1. 付加年金**

国民年金基金に加入していないことが条件になりますが、国民年金第1号被保険者は国民年金保険料を納付する際に、付加保険料を納付することで、老齢基礎年金に付加年金が上乘せられます。  
★付加保険料額 400円  
付加年金額 200円×納付月数（年額）

**3. 確定拠出年金（個人型）**

個人型の確定拠出年金は、公的年金に上乘せられる制度です。  
自分の持分（年金資産）が明確で、自己責任で運用商品を選び運用するのが特徴です。  
※2、3については、運営は社会保険庁ではありません。

**■申し込み・お問い合わせ**

1. 付加年金  
役場 町民課 戸籍年金係  
TEL 2・1213

**難病医療・福祉相談  
会のお知らせ**

難病と思われるご病気でお悩みの方、医療費や生活問題でお困りの方いらっしゃいますか？難病医療・福祉相談会ではそのようなお悩みを難病専門医、相談員がお答えいたします。すでに難病の診断をお受けの方もどうぞご利用ください。

当日は神経内科医（パーキンソン病などが専門）、内科医（リウマチや膠原病などが専門）、整形外科医（後縦靭帯化症などが専門）、リハビリ専門医が患者さんのお話をお聞きし診察いたします。また、医療ソーシャルワーカーによる障害年金や身体障害者手帳、医療費の相談コーナーもございます。

ご希望の方は事前の申し込みが必要です。

■日 時  
9月13日（日）  
受付時間は9時～12時

■会 場  
遠軽町保健福祉総合センター  
1・げんき21 1階

**遠軽町1条通北1丁目  
費用 無料**

申込期間  
8月17日（月）～8月28日（金）  
お困りの症状やこれまでの病状などを事前にお聞きいたします。

■申し込み  
佐呂間町役場 保健福祉課 保健推進係（Tel:2・1212）

**「戦没者遺児による  
慰霊友好親善事業」  
参加者募集**

財団法人日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。この事業は、厚生労働省から委託・補助を受け実施しており、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行なうとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。

費用は、賛助金として一律10万円（沖縄は5万円）。本年度は次の16地域について実施

予定です。  
日程等の詳細は、財団法人日本遺族会事業課事業係（Tel:03・3261・5521）まで。

お申込は、お住まいの各都道府県遺族会へ。

**■実施地域**

- ①旧満州 ②旧ソ連 ③西部ニューギニア ④マリアナ諸島 ⑤中国 ⑥東部ニューギニア ⑦ボルネオ・マレー半島 ⑧トラウク諸島 ⑨パラオ諸島 ⑩ソロモン諸島 ⑪フィリピン ⑫ミャンマー ⑬沖縄 ⑭台湾・バシール ⑮マレーシア ⑯諸島 ⑰ギルバート諸島

**戦後海外から引き揚  
げて来られた方々へ**

税関では戦後、海外から引き揚げて来られた方々からお預かりしました、約87万枚の次のような未返還の保管証券類をお返ししています。

●終戦後、海外から引き揚げて来られた方々が、上陸地の税関・海運局に預けられた通貨・証券。  
●帰国前に樺太（真岡、大泊、

豊栄、留多加など）、満州（瀋陽、吉林、撫順、鞍山など）にあった在外交館、日本人自治会に預けられた通貨・証券のうち日本に返還されたもの。

**■保管証券類とは・・・**

税関が保管している通貨・証券類には、携帯輸入が禁止された一定額を越えたものについて上陸港で引揚者から税関が預かった『上陸港扱いの保管物件』。外地からの引き揚げの際、在外交館または日本人自治会へ寄託され、最終的に税関に移管された『外地扱いの保管物件』があります。

返還の請求はご本人だけでなくご家族の方々でも構いません。『もしかしたら家にも・・・』とお気付きの方は、お気軽に最寄りの税関までお問い合わせください。

- 釧路税関支署 網走出張所  
Tel:0152・43・5811
- 函館税関 監視部統括監視官 部門  
Tel:0138・40・4244
- 函館税関ホームページ  
<http://www.customs.go.jp/hakodate/>

**北見税務署からの  
お知らせ**

税務署での税金に関する個別の相談は、事前予約をお願いいたします。

税務署での税金に関する相談で、関係書類や事実関係など、具体的内容を確認させていただく必要がある「個別相談」については、事前に電話にて相談日時の予約をお願いしています。

なお、資産税（譲渡所得・

相続税・贈与税）に関する「個別相談」については、7月6日以降、相談日時をあらかじめ指定させていただいていただきますようお願いいたします。

【8月の資産税に関する相談日】  
毎週月曜日の10時～15時30分  
※9月以降の相談日については税務署へお尋ねください。

■お問い合わせ  
北見税務署  
Tel:0157・23・7151

**労働相談ホットライ  
ンをご利用ください**

○突然、解雇を言い渡されてしまった。  
○会社が倒産したけど、未払い賃金はどうなるの？  
○採用のとき提示された労働条件と違っていているけど、どうしたらいいの？  
○このような様々な労働問題でお困りのときは、「労働相談ホットライン」にお電話くだ

さい。昼間は忙しくて電話できないという方でも、夜8時まで受付していますのでお気軽にご相談ください。

■フリーダイヤル  
0120・81・6105

■相談受付  
月～金曜日（祝日を除く）  
9時～20時

■お問い合わせ  
北海道経済部労働局雇用労働課  
Tel:011・204・5354

**8月は「粗大ごみ」の収集月です**

町民課 生活環境係 Tel:2・1213

健康カレンダーでもお知らせしていますが、8月は、粗大ごみの収集月となっていますので、粗大ごみは、忘れずに決められた収集日にごみステーションへ出してください。

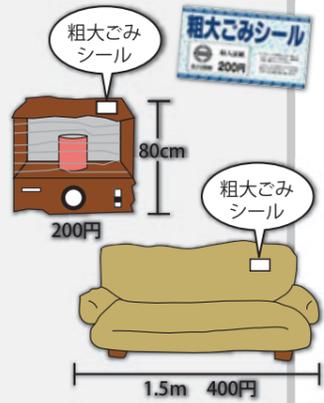
**■各地区の収集日**

- 1日（土）若佐地区・若里
- 8日（土）知来・仁倉・浜佐呂間・幌岩・浪速
- 12日（水）栄地区・富武士
- 26日（水）宮前町・永代町・幸町
- 31日（月）北・東・西富・高校団地

**■粗大ごみの出し方**

粗大ごみは、有料となっていますので、必ず粗大ごみシールを購入のうえ、粗大ごみに貼って出してください。粗大ごみシールが貼られていないものについては回収できません。

粗大ごみシールは、有料ごみ袋を販売している町内のお店で販売しています。



**■処理料金**

- 一辺の長さが「1m未満のもの」  
200円の粗大ごみシール
- 「1m以上2.5m以下のもの」  
400円の粗大ごみシール

**■ごみステーションに出せない粗大ごみ**

- 処分収集マニュアルで町が処理できないものとして
- いるもの。
- 長さ2.5mを超えるもの、重さ60kgを超えるもの。
- 家電リサイクル対象機器：テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機、エアコン、パソコン。
- 産業廃棄物に該当するもの。

**■お願い**

- 粗大ごみは、ごみステーションを共有していますので、必ず収集日の朝8時までに出してください。
- 粗大ごみを出すステーションは、決められている（町内会や自治会）ところを使用してください。

**年齢が93歳以上（大正5年4月1日以前生まれの皆さんへ） 老齢福祉年金のお知らせ**

老齢福祉年金は、国民年金制度が発足した当時（昭和36年4月）、すでに高齢であったために、老齢年金の支給資格期間を満たすことができない方に対して支給される年金です。

次の①または②に該当する方に支給されます。

- ① 生年月日が明治44年4月1日以前の方
- ② 生年月日が明治44年4月2日から大正5年4月1日までの間で、保険料納付済期間が1年未満であり、保険料納付済期間と保険料免除期間を合算した期間が生年月日に応じて下表の期間を超えている方

生年月日	期間
明治45年4月1日以前	4年
明治45年4月2日～大正2年4月1日	5年
大正2年4月2日～大正3年4月1日	6年
大正3年4月2日～大正5年4月1日	7年

次のいずれかに該当する場合は、年金の支給が全部または一部停止されます。

- ① 受給者（受給する本人）が、恩給法による年金、労災保険法による年金または被用者年金各法による年金などを受給している場合
- ※恩給法による年金などの額が712,000円より少ないときには、年金などの額の差額分の老齢福祉年金が支給されます。
- ② 受給者の前年の所得が限度額（下表参照）を越える場合
- ③ 受給者の配偶者または扶養義務者（受給者の生計を維持している方）の前年の所得が限度額（下表参照）以上の場合
- ④ 海外に居住している場合など

● 所得の限度額（平成21年度）

区分	本人所得限度額			配偶者・扶養義務者所得限度額		
	扶養親族等の数	全額支給停止	一部支給停止	全額支給停止	一部支給停止	一部支給停止
0人		1,595,000円	3,401,000円	6,287,000円	3,401,000円	3,401,000円
1人		1,975,000円	3,650,000円	6,536,000円	3,650,000円	3,650,000円
2人		2,355,000円	3,863,000円	6,749,000円	3,863,000円	3,863,000円
3人		2,735,000円	4,076,000円	6,962,000円	4,076,000円	4,076,000円
4人		3,115,000円	4,289,000円	7,175,000円	4,289,000円	4,289,000円

※扶養親族等の数が5人以上のときは、本人所得制限については1人につき380,000円が、扶養義務者等所得限度額については1人につき213,000円が加算されます。  
※扶養親族等が老人扶養親族等であるときは、さらに一定額が加算される場合があります。

平成21年度の年金額は、405,800円です。

※所得制限により一部支給停止となる場合は、315,300円

受給手続きは、お住まいの市区町村役場の国民年金窓口です。

社会保険庁・社会保険事務局・社会保険事務所

**ご存知ですか？ 「国民年金基金」**

国民年金基金は、老後に受取る国民年金（老齢基礎年金）の不足分を補うための上乗せ

年金として創設された公的な年金です。

詳しくは、北海道国民年金基金（フリーダイヤル0120・65・4192）までお問い合わせください。

**高齢者・障害者の人権あんしん電話相談**

Tel 0154・31・5014  
（釧路地方法務局人権擁護課）  
■実施日時  
9月6日（日）～9月12日（土）

午前8時30分～午後7時  
※土・日曜日  
午前10時～午後5時

■相談担当者  
○釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員  
○釧路地方法務局職員

**自衛官採用のお知らせ**

■募集種目

男女2等陸・海・空士、一般曹候補生、航空学生

■身分

特別職国家公務員

■応募資格

○2等陸・海・空士、一般曹候補生  
18歳以上27歳未満

○航空学生

18歳以上21歳未満で高等学校卒業業者、高等専門学校3年次修了者、高等学校卒業と同等以上の学力があると認められる者（平成22年3月卒業見込みの者を含む）

■待遇

○初任給 159,500円  
○賞与 4.5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、夏季休暇

■受付期間

平成21年8月1日～9月11日

■試験日

○男子2士 9月18日  
○女子2士 9月28日  
○一般曹候補生 9月19日

○航空学生 9月23日

■入隊時期

平成22年3月下旬～4月上旬

■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

**海上保安大学校学生募集！**

海上保安庁では、次のとおり海上保安大学校学生採用試験を実施します。

■受験資格

平成22年4月1日現在で21歳未満の方（高等学校卒業程度）

■申込受付期間

8月27日（木）～9月8日（火） 当日消印有効

■第一次試験

10月31日（土）及び11月1日（日）

（学科試験・教養試験）

■第一次試験地（道内）  
札幌市、函館市、小樽市、

旭川市、釧路市

■第一次試験合格発表

12月11日（金）

■第二次試験

12月18日（金）

（作文試験・人物試験・身体検査・体力検査等）

■第二次試験地（道内）

小樽市

■採用（入学）日

平成22年4月

■採用予定者数

約45名

▼採用されると、平成22年4月上旬に海上保安大学校（広島県呉市）に入学し、4年

6か月の間、海上保安庁の幹部職員となるため必要な教育を受けます。卒業後は各管区の巡視船艇等に配属され、その後、陸上勤務と海上勤務を交互に繰り返しながらキャリアアップしていきます。

▼試験の詳細、受験案内をご希望の方は、紋別海上保安部までお尋ねください。

○紋別海上保安部管理課

紋別市港町5-3-10  
Tel 0158・23・0118  
<http://www.kaiho.mlit.go.jp/>

**町営住宅空家状況**

建設課 Tel 2・1210

7月21日現在の町営住宅の空家状況をお知らせします。

■宮前団地

2階2LDK（1階）1戸

2階3LDK（2階）1戸

25、700円

■西富団地

2階2LDK（2階）1戸

14、500円

2階3LDK（1階）1戸

15、600円

2階3LDK（1階）1戸

15、800円

■浜佐呂間第3団地

2階3LDK（2階）1戸

17、600円

■若佐団地

1階2DK 2戸

5、200円

■若里団地

1階3DK 1戸

9、100円

■栄団地

2階3LDK（1階）2戸

15、300円

※印は、60歳未満でも単身入居可能な住宅です。



...何が流れてくるのかな?

**楽しかったね!! 『流しそ  
うめん』**  
7月1日、夏ならではの風物詩「流しそうめん」に、22組の親子が参加しました。当日は小雨模様のあいにくのお天気でしたが、室内での手遊びや体操・親子ゲームの後、テントの中で流しそうめんを楽しみました。  
子ども達は流れてくるそうめんやトマト、いちごに大喜び! 一口一杯に頬ばっていました。ジメジメとしたお天気の中、ちよっとした清涼感を味わったひと時でした。

暑中お見舞い申し上げます!!  
夏本番です!!  
キラキラ輝くお日様に負けぬように、元気いっぱい夏の遊びを楽しみたいですね。  
外に出る機会が多くなる季節です。外出時には帽子をかぶり、水分補給をしっかりと行い熱中症には充分気をつけましょう。

**お知らせ**

**お話 あひあい**

寝返りやハイハイ・一人歩き・・・と、行動範囲が広がる0・1歳児クラスのお母さんを対象に「救急処置法について」消防署員からお話を聞きます。  
■日程 8月26日(水)  
10時30分～11時30分



**遠佐線(佐呂間・遠軽間)のダイヤが改正**

10月1日から土曜・日曜・祝祭日は全便運休に

10月1日から北海道北見バス(株)が運行する遠佐線(佐呂間・遠軽間)のダイヤが次のとおり改正されます。  
●現在の平日4往復が1日3往復に減便されます。  
●全便が平日のみの運行となります。(土曜日、日曜日、祝祭日は運行されません。)  
なお、佐呂間線(佐呂間・留辺蘂間)のダイヤはこれまでと同じで改正はありません。

■遠佐線 改正ダイヤ(10月1日から)  
※土曜、日曜、祝祭日は全便運休

**往路**

停留所名	①	②	③
遠軽	7:20 ↓	11:40 ↓	16:05 ↓
浅田宅前	7:40	12:00	16:25
大成橋	7:41	12:01	16:26
大成6線	7:44	12:04	16:29
影の沢	7:45	12:05	16:30
栄	7:47	12:07	16:32
敷島橋	7:48	12:08	16:33
啓生	7:49	12:09	16:34
若佐小学校	7:50	12:10	16:35
若佐41号	7:51	12:11	16:36
若佐	7:52	12:12	16:37
若佐39号	7:53	12:13	16:38
若佐38号	7:54	12:14	16:39
富丘	7:55	12:16	16:41
朝日34号	7:57	12:18	16:43
大昭寺	7:58	12:19	16:44
体育館	7:59	12:20	16:45
佐呂間31号	8:00	12:21	16:46
佐呂間30号	8:01	12:23	16:47
宮前町	8:02	12:25	16:49
町民センター入口	8:04	12:27	16:50
佐呂間	8:09	12:32	16:54

**復路**

停留所名	①	②	③
佐呂間	8:22	12:42	17:04
町民センター入口	8:23	12:43	17:05
宮前町	8:24	12:44	17:06
佐呂間30号	8:25	12:45	17:07
佐呂間31号	8:26	12:46	17:08
体育館	8:27	12:47	17:09
大昭寺	8:28	12:48	17:10
朝日34号	8:29	12:49	17:11
富丘	8:30	12:50	17:12
若佐38号	8:31	12:51	17:13
若佐39号	8:32	12:52	17:14
若佐	8:33	12:53	17:15
若佐41号	8:34	12:54	17:16
若佐小学校	8:35	12:55	17:17
啓生	8:36	12:56	17:18
敷島橋	8:37	12:57	17:19
栄	8:39	12:59	17:21
影の沢	8:40	13:00	17:22
大成6線	8:42	13:02	17:24
大成橋	8:43	13:03	17:25
浅田宅前	8:44	13:04	17:26
	↓	↓	↓
遠軽	9:14	13:31	17:53

**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  
幸町 田岡 政彦 さん  
宮前町 寺岡 格 さん  
西富 菊地 里巳 さん
- ▼福祉事業に対して  
佐呂間パークゴルフ協会 様

**人のうごき 6月末現在**

人口 6,024人(+1)  
男 2,872人(+3)  
女 3,152人(△2)  
世帯数 2,502戸(+3)  
( )内は前月比です。

**子育て自由相談日**

今月の『子育て自由相談日』は保健師が来所します。  
お子さんの成長発達や、子育ての悩み等の相談が出来ますので、お気軽にご相談ください。  
■日程 9月3日(木)  
10時～11時30分  
\*支援センターは自由開放日です。相談のない方も遊びに来てください。

**パパママたまご教室**

今回の『パパママたまご教室』は、町保健師による「心を育む子育て」のお話です。  
託児もありますので、お子さんを連れてお気軽に参加してください。  
■日程 9月9日(水)  
10時～11時30分

**子育てサークル「てをつなごう」より**

今月のサークル事業はプール遊びです。  
町温水プールに集合し、みんなでプール遊びを楽しみます。  
■日程 8月19日(水) 10時30分～11時30分  
■利用料 保護者プール利用料 420円  
■持ち物 水着・キャップ・バスタオル  
おもちゃや浮き輪も持参できます。(汚れていない物)  
\*申し込みは不要です。時間厳守ではありません。  
(プールは10時から開放しています。)

**日程変更のお知らせ**

8月31日(月)の『あそびの広場』(0・1歳クラス)と『午後の自由開放』は、9月2日(水)に変更になります。  
お間違えのないように...



The Wind of Okhotsk Blue !

▼第 28 回インターナショナル  
7/10▶11▶12 オホーツクサイクリング 2009

今年で 28 回を迎えたオホーツクサイクリング。雄武町をスタートし、ゴールの斜里町までの 212 km のコースを 2 日間で走破する北海道ならではのイベントです。今年も 800 名を超えるサイクリストが参加され、オホーツク海沿岸の豊かな自然を楽しみながらゴールを目指しました。佐呂間町には 11 日の 14 時 30 分頃に入り、キムアネップ岬に設置した休憩所でバナナやジュースなどを口にしてもらいましたが、あいにくの空模様で疲れた様子の方もみられましたが、一息入れ元気を取り戻し、再び 1 日目のゴールを目指していきました。



7/18 めざせ！なでしこ！！  
▼ガールズサッカー教室

網走地区サッカー協会及び町サッカー協会の主催によるガールズサッカー教室が行われました。小学校 1 年生から中学生まで、網走管内より約 25 名（うち佐呂間町内より 12 名）が集まり、ドリブルやパスの練習、ミニゲームなどを行いました。低学年のクラスでは、ボールを使いながら体を動かすメニューを中心に指導され、子どもたちは、楽しみながらサッカーに慣れ親しんでいく様子が見られました。また、高学年のクラスでは、少年団や学校の部活に所属して活躍している参加者もいて、男の子顔負けのプレーがたくさん見られました。これからの活躍が楽しみです。





7/17 防災・地域情報の提供や災害時の飲料無償提供  
▼「災害対応型自動販売機による協同事業に関する協定」締結

佐呂間町が、北海道コカ・コーラボトリング㈱との「災害対応型自動販売機による協同事業に関する協定」を締結し、運用を開始しました。北海道コカ・コーラボトリング㈱は、北海道との間で、災害における飲料水の確保と平常時の地域防災力強化のため「災害時における飲料の供給等防災に関する協力協定」を2006年12月に締結。佐呂間町でもこれに基づいた協定が締結されました。

災害対応型自動販売機は、搭載する電光掲示板を通じて、パソコンからの遠隔操作により文字情報を表示することが可能で、佐呂間町から、平常時には防災情報や地域情報を配信し地域住民の防災意識の高揚をはかるとともに、緊急時には災害情報の配信や、同様の遠隔操作により自動販売機内の飲料水の無料提供を行うなど、行政の地域住民への情報提供サービスと地域防災力強化を支援するものです。

17日に川根町長と同社北見事業所長による協定書手公式が行われ、その後、庁舎ロビーに設置した自動販売機運用開始の点灯式が行われました。

PUZZLE

～124（みんな）の思いが一つになるとき～。



7/18 ▼佐高祭パフォーマンス

7月18・19日に『第60回佐高祭』が行われました。今年のテーマは「PUZZLE～124（みんな）の思いが一つになるとき～」。

1日目は、役場庁舎前にて、パフォーマンスが行われ、各クラスとも工夫を凝らした衣装と振り付けで、訪れた観客の皆さんを楽しませてくれました。



●からだづくり

からだづくりと生きていく力。さるまの子どもたちは



姿勢がぐんにやり!!  
子どもの体力低下?

子どもに携わる関係機関が集まった話し合いの中で、「椅子に

座っても姿勢がすぐにぐんにやりする。」休みの日はテレビゲーム



お問い合わせ  
保健福祉課 保健推進係 Tel 2・1212

●今回のげんき王国では、町の健康づくり計画「すげい町サロマ21」の評価として、昨年1年間、健康づくりや子育ての現状について話し合いをすすめてきた中で見えてきた、佐呂間町の子どもたちが抱える健康問題とは何かをいくつか紹介したいと思います。

子どもたちの健やかな成長発達のためには、「健康なからだ」はもちろん、考える力や人との関わり、相手の気持ちを察する力、決まりごとを守るなどの「生きていく力」を身につけることが重要です。

「からだ」と「生きていく力」は密接です。この2点から子ども達に育んでほしい力を考えてみます。

で遊び、外でからだ全体を使った遊びをしていないように感じる。」など子どもの体力面を心配する声がありました。

子どもの体力低下は、全国的に問題となっていますが、佐呂間町でも、テレビゲームなど室内での遊びが増え、外遊びが減少していることや、少しの距離でも車による送迎が多くなるなどの社会環境の変化もあり、歩くこと自体が減ってきている現状があります。

からだづくりのためには、赤ちゃんの頃から充分に体を動かすことが大切です。特にハイハイは体を支える腹筋や背筋力の発育を促し、それが後々の姿勢の保持や

手先の器用さにつながると言われていて、歩行器を使用するよりも全身の力を使うハイハイの方が赤ちゃんの発達の過程では好ましいと考えられています。

体を使う遊びの経験（たとえば「はないちもんめ」や「かごめかごめ」が多いと、考えたり記憶したり、やる気や集中力を高めるなど学習面での効果につながるという研究もあります。子どもの数が減り、子ども同士が自然に体を使って遊びまわることが少なくなってきた状況の中では、赤ちゃんの頃から保護者が意識してお子さんと遊び、お子さんに多様な体験をさせることが必要だと思えます。

●生きていく力



達成感、安心感が生きていく力の根源!!

乳 幼児健診などの事業を通して、子どもの集中力や好奇心、ことばの発達に関する相談が増えています。核家族化が進む中で、わが子の成長や子育て方法についてアドバイスを受ける機会が少なく、子育てに悩んでいる保護者が増えている実態があります。

子どもの生きていく力は、お子さん一人ひとりの発達に見合った豊富な経験を積ませることで育まれていきます。また、お子さんの顔がみんな違うように、個性や成長発達のスピードもさまざま

# セーフティロード☆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

## ● 夏の交通安全運動実施

7月16日から26日までの『夏の交通安全運動』期間中に、佐呂間町においても、子どもの交通事故防止などを重点とした運動が実施されました。期間中には、「浜佐呂間はまなすクラブ」、「佐呂間悠友クラブ」の皆さんが、それぞれ街頭啓発として「旗の波作戦」を展開し、ドライバーにスピードダウンやシートベルト着用などを呼びかけました。

## ● レジャー型事故の防止

行楽最盛期です！わずかな油断が事故を誘発します。

### ■ 余裕の運転計画を

渋滞中にイライラし、渋滞が解消された後や、渋滞を避けようと裏道等でスピードを出して走行するのは重大な事故のもとです。余裕をもった運転計画を立てましょう。

### ■ 疲れ・眠気を感じたら休憩を

運転中に眠気を感じたら、直ちに停車し休憩または仮眠をとる、下車してストレッチをする、水分を補給するなどの対処をとりましょう。また、窓を開け外気にあたり、室温を低くする。正しい運転姿勢を保つことも効果的です。

## ● 夜光反射材をご利用ください

佐呂間町交通安全対策本部では、夕暮れどきや夜間の歩行者の交通事故防止対策として、交通安全教室などの際に夜光反射材を配布しています。個人で希望される方にも配布いたしますので、役場町民課住民活動係（TEL 2・1213）へお越しください。

※反射材は、手首などに巻き付けるタイプと、靴などに貼るタイプがあります。



▼ 交通死亡事故ゼロ運動  
225日（7月26日現在）

▼ 交通事故発生状況  
（平成21年6月末）  
発生 9件（+2件）  
死亡 0人（±0人）  
傷者 12人（+4人）  
（一）内は前年比  
発生件数は人身事故の件数

▼ STOP ザ 交通事故  
道路では ボールあそびは きけんだよ  
浜佐呂間小学校4年 今地孝樹

デイライト運動周年展開中  
昼間点灯で交通事故減少の効果！  
皆さんもぜひ参加してください。

「やった〜！」「がんばった！」「や  
まです。発達途中のお子さんに無  
理な経験をさせると、無力感や挫  
折感だけが強くなる場合もありま  
す。  
子ども自身のあるがままの姿を  
受け止めて、ほんの少し頑張れば  
出来そうなることをチャレンジさ  
せ、「頑張った過程をほめてあげる。  
「や

れた！」という達成感を感じさせ  
ることが大事なのです。この達成  
感と安心感が、その後の様々な物  
事への意欲につながり、粘り強く  
頑張れたり、人とのやり取りを楽  
しむきっかけになり、社会生活の  
経験を積み重ねることで生きてい  
く力が育み、伸びていくのです。

## ● おわりに

町では、お子さんの「からだ」  
や「生きていく力（ことばやこ  
ころ）」を育み、伸ばしていくた  
めに、遠軽町母子通園センター  
を「子ども発達支援センター」  
として指定しています。ここ  
では専門的な視点から、お子さん  
の得意なことや苦手なことを見  
極め、お子さんにあった関わり  
方のアドバイスをしたり、「から  
だづくり」や「生きていく力」  
を育むサポートをしています。

子どもは可能性を秘めた地域  
の宝です。地域全体で子ども達  
や子育てを見守り、時にはアド  
バイスや助け合うことのできる  
「すこやか」で「げんき」で「い  
きいき」とした地域づくりをみ  
んなですすめましょう。