

広報

# サロマ

9 2009  
September  
No. 623

## 人事行政の運営等の状況公表

まちの話題

お知らせ

セーフティロード☆サロマ

あいあい通信

さろまげんき王国

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

豆腐白玉団子と農家のジャム添え

1人分 ▶ 152Kcal  
塩分 ▶ 0g

陶器 / 陶遊子代表 岸 みどり作

材料 | 各 20 個分

【ほうれん草の豆腐白玉団子】  
白玉粉 .....80g  
ほうれん草 .....2わ  
絹ごし豆腐 .....60g

【普通の豆腐白玉団子】  
白玉粉 .....80g  
絹ごし豆腐 .....100g

<農家のジャム>  
ルバーブ  
いちご

今回は、農家のジャム（一互の会）を使用し、簡単に出来る子どものおやつをご紹介します。子どものおやつは成長期に必要な栄養素を補うための大切な機会です。たんなるお菓子ではなく食事の一部ですので、お子さんの体と情緒を同時に養えるようなおやつが理想的です。お子さんと一緒にぜひ作ってみてください。

作り方 (2種類の団子を作ります)

- 1 ほうれん草の団子を作ります。ほうれん草を軽く茹でて水けをきってから細かくみじん切りにします。
- 2 分量の白玉粉にほうれん草を入れ、絹ごし豆腐を少しずつ加えながら、耳たぶくらいのやわらかさに練ります。
- 3 子どもひと口大に丸めて真ん中にくぼみをつけて、熱が通りやすいようにします。
- 4 普通の白玉団子も同様に作ります。
- 5 沸騰したお湯に、団子を入れて茹でます。団子は浮き上がってから1分程度しっかり茹でて、水に取り冷まします。
- 6 器に、2種類の白玉団子を3~4個ずつ盛りつけ、上に好みでルバーブやいちごのジャムを少量かけます。

**POINT** 白玉団子を作る時は絹ごし豆腐の水分で硬さを調整しますので、少しずつ加えて練るようにします。しっかり練ることで口当たりのよい団子に仕上がります。



鈴鹿 るあ ちゃん  
平成20年9月10日生まれ  
(西富 鈴鹿 英光・まどかさん)

私の名前は、ずずがるあです。最近1人でタッチができるようになってきました。音楽が聞こえてくると、ついついダンスをしてみたいです。こんな私をよろしくね!!



佐々木 隼 くん  
平成20年9月11日生まれ  
(永代町 佐々木 崇・樹さん)

はじめまして。ささき こうで す。★ほくはママとハイハイで追いか けっこするの大好き。今はあんよ の特訓中だから、早く歩けるようにな っ て、お外をお散歩したいな。

※「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7月生まれの赤ちゃん
- 田中 来実(くるみ)ちゃん ★7月14日生まれ  
若里 田中弘志・久美子 さん
  - 惣田 詩音(しおん)ちゃん ★7月14日生まれ  
西富 惣田正・文恵 さん
  - 佐々木 佑紀(ゆうき)くん ★7月17日生まれ  
永代町 佐々木清行・つたえ さん
  - 渡辺 聖柳(せな)くん ★7月18日生まれ  
幌岩 渡辺高士・千晴 さん
  - 西村 心音(ここね)ちゃん ★7月23日生まれ  
北 西村安史・真紀 さん
  - 山前 梨緒(りお)ちゃん ★7月28日生まれ  
若佐 山前満・美緒 さん
  - 早坂 悠奈(ゆうな)ちゃん ★7月29日生まれ  
西富 早坂浩一・康子 さん

町営バスのダイヤが冬時間に変わります

10月1日から、町営バス運行ダイヤ(第5便)が冬時間に変わります。

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

広報サロマ9月号 No.623

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>

今月の表紙

佐呂間保育所  
おやこ運動会の様子

◆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。

# 人事行政の運営状況公表

## 佐呂間町の 人事行政の運営等 の状況を公表します。

地方公務員法の規定により、人事行政の公平性・透明性の確保を目的として、「人事行政の運営等の状況」を公表することが義務付けられています。佐呂間町においても、「佐呂間町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき公表を行ってきたところです。

本年度においても、職員の給与や職員数、勤務条件などの人事行政の運営等の状況について公表することで、人事行政の透明性を高め、その公平な運営に努めていきます。

## 01

### 職員の任免及び職員数に関する状況

- 採用の状況（平成20年度）
  - 一般行政職 事務職 採用0人
  - 一般行政職 技術職 採用1人（保健師）
  - 計 1人
- 退職の状況（平成20年度）
  - 定年退職 2人 懲戒免職 ー
  - 勸奨退職 2人 失職 ー
  - 普通退職 3人 死亡退職 ー
  - 分限免職 ー
  - 合計 7人

### 職員数、職員数の増減の状況(平成21年4月1日現在)

区分	平成21年	平成20年	増減	増減理由
一般行政部門				
議会	2人	2人	ー	
議総務	21人	22人	▲1	育児休業職員の復職による配置換(▲1)
議税務	7人	7人	ー	
民生	19人	20人	▲1	欠員不補充(▲1)
衛生	9人	9人	ー	
労働	ー	ー	ー	
農林水産	12人	12人	ー	
商工	3人	3人	ー	
土木	9人	9人	ー	
計	82人	84人	▲2	
特別行政部門				
教育	17人	20人	▲3	業務の縮小等による兼務発令による減員(▲3)
計	17人	20人	▲3	
公営企業等会計				
水道	3人	3人	ー	
下水道	3人	3人	ー	
その他	15人	17人	▲2	欠員不補充(▲1)
計	21人	23人	▲2	広域連合派遣終了による行政部門への配置換(▲1)
合計	120人	127人	▲7	

(平成21年度地方公共団体定員管理調査)

- 職員数は、地方公共団体定員管理調査に基づく一般職に属する職員数であり、教育長を含む。
- 一般会計職員のうち、国民健康保険事業職員(2人)及び介護保険事業職員(2人)は、公営企業等会計(その他)の区分に分類。

### 級別の職員数(一般行政職)

(平成21年4月1日現在)

区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1級	主事・技師	2人	2.4%
2級	主事・技師	1人	1.2%
3級	主査	30人	36.1%
4級	係長・主任	25人	30.1%
5級	課長補佐	11人	13.3%
6級	課長	14人	16.9%

(平成21年度地方公務員給与実態調査)

職員の給与の状況

人件費の状況（平成20年度）

（平成20年度一般会計決算）

住民基本台帳人口6,040人

（平成21年3月31日現在）

・ 歳出額

4,832,246千円

・ 人件費

911,680千円

・ 人件費率 18・87%

※一般会計決算額のため、特別会計に係る人件費等は含んでいません。

職員給与の状況（平成20年度）

（平成20年度一般会計決算）

・ 職員数 103人

・ 給与費

給料 462,635千円

職員手当 52,349千円

期末・勤勉手当

177,596千円

計 692,580千円

・ 1人当りの平均給与費

6,724千円

※給与費とは、人件費のうち、一般職の職員に対して支給される給料及び扶養手当、寒冷地手当、管理職手当、夜間勤務手当、通勤手当、時間外勤務手当、住居手当、期末・勤勉手当等の諸手当に要する経費であり、退職手当に要する経費は含んでいません。

職員に対する手当の状況（平成21年4月1日現在）

（平成21年度地方公務員給与実態調査）

<p><b>扶養手当</b> 支給職員数 75人 1人当り支給額 月額 20,900円</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○配偶者 月額 13,000円</li> <li>○配偶者以外の扶養親族 1人につき月額 6,500円（職員に配偶者がいない場合 1人目に月額 11,000円）</li> <li>○満16歳の年度初めから満22歳の年度末までの子がいる場合の加算額 1人につき月額 5,000円</li> </ul>	<p><b>時間外勤務手当</b> 支給職員数 52人 1人当り支給額 月額 28,600円</p> <p>○正規の勤務時間を超えて勤務した場合に支給する。</p>
<p><b>住居手当</b> 支給職員数 67人 1人当り支給額 月額 6,800円</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○家賃、間代を月額 12,000円以上支払っている職員に対し、家賃の額に応じ支給する。（ただし、職員住宅の入居者は除く。）支給限度額 27,000円</li> <li>○自ら住宅を新築、購入した職員に対し月額 5,000円を支給する。</li> </ul>	<p><b>日直手当</b> 支給職員数 8人 1人当り支給額 月額 4,200円</p> <p>○週休日又は休日に日直の勤務を命ぜられた職員に支給する。</p>
<p><b>通勤手当</b> 支給職員数 9人 1人当り支給額 月額 5,700円</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○交通機関利用者 運賃等の額に応じ支給。最高限度額 55,000円</li> <li>○自動車等利用者 通勤距離に応じ月額 2,000円～ 24,500円</li> </ul>	<p><b>管理職員特別勤務手当</b> 支給職員数 0人 1人当り支給額 月額 0円</p> <p>○週休日又は休日に勤務した管理職手当の支給を受ける職員に支給する。</p>
<p><b>管理職手当</b> 支給職員数 29人 1人当り支給額 月額 30,000円</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○管理・監督の地位にある職員に支給する。 課長職 給料月額の8% 課長補佐職 給料月額の6%</li> </ul>	<p><b>夜間勤務手当</b> 支給職員数 2人 1人当り支給額 月額 9,500円</p> <p>○正規の勤務時間として午後10時から翌日の午前5時までの間に勤務する職員に支給する。</p>
<p><b>給料及び各種手当</b>（寒冷地手当、期末手当、勤勉手当を除く。）の「支給職員数」の欄には、給料及び各種手当を平成21年4月分として、本来支給すべき職員数（ただし、時間外勤務手当、日直手当、管理職員特別勤務手当及び夜間勤務手当については、4月実働職員数。）としている。</p> <p>●寒冷地手当、期末手当、勤勉手当の「支給職員数」の欄には、寒冷地手当にあつては、平成21年3月1日に在職する支給実職員数を、期末手当、勤勉手当にあつては平成20年12月1日に在職する支給実職員数としている。</p> <p>●「1人当たり支給額」の欄には、平成21年4月分として支給すべき給料及び各種手当の支給総額のそれぞれについて、当該支給総額に対応する「支給職員数」の欄に記載されている職員数で除して得た額としている。</p> <p>●時間外勤務手当、日直手当、管理職員特別勤務手当及び夜間勤務手当の支給総額にあつては4月実働分支給総額とし、寒冷地手当、期末手当及び勤勉手当の支給総額にあつては、平成20年度実支給年額としている。</p>	<p><b>寒冷地手当</b> 支給職員数 121人 1人当り支給額 年額 104,000円</p> <p>○世帯区分に応じて、11月から翌年の3月までの間に支給する。（扶養親族のある世帯主・扶養親族のない世帯主・その他職員）</p>
	<p><b>期末手当</b> 支給職員数 122人 1人当り支給額 年額 1,078,500円</p> <p>○支給割合 6月期 1.4月分 12月期 1.6月分 計 3.0月分</p>
	<p><b>勤勉手当</b> 支給職員数 122人 1人当り支給額 年額 538,200円</p> <p>○支給割合 6月期 0.75月分 12月期 0.75月分 計 1.5月分</p>

## 02 職員の給与の状況

### 職員の平均給料月額、平均年齢及び初任給の状況（平成21年4月1日現在）

区分	一般行政職	技能労務職
平均給料月額	348,200円	374,100円
平均給与月額	382,400円	414,800円
平均年齢	43歳5月	55歳7月
初任給		
大学卒	172,200円	172,200円
高校卒	140,100円	140,100円

（平成21年度地方公務員給与実態調査）

- 平均給料月額とは、基本給の平均をいいます。
- 平均給与月額とは、給料及び職員手当（期末・勤勉手当、寒冷地手当、退職手当を除く）の合計額をいいます。
- 初任給は、一般行政職の試験採用の場合によります。

### 学歴別及び経験年数別の職員の平均給料月額（平成21年4月1日現在）

経験年数	一般行政職		技能労務職
	大学卒	高校卒	高校卒
10年以上15年未満	279,400円	238,300円	—
15年以上20年未満	327,000円	281,200円	—
20年以上25年未満	373,500円	319,200円	—
25年以上30年未満	416,300円	378,300円	—
30年以上35年未満	444,100円	399,500円	343,600円
35年以上	451,400円	437,700円	394,400円

（平成21年度地方公務員給与実態調査）

### 職員の給与削減のための特例措置の状況（平成21年4月1日現在）

区分	支給月額			期末手当		備考
	措置後	措置前	削減率	措置後	措置前	
給料	町長	700,000円	800,000円	▲12.5%	(削減措置なし)	特別措置の期間は当分の間
	副町長	564,000円	645,000円	▲12.6%		
	教育長	503,000円	575,000円	▲12.5%		
報酬	議長	261,000円	290,000円	▲10.0%	6月支給分 1.9月分 12月支給分 2.06月分 計 3.96月分	
	副議長	211,000円	235,000円	▲10.2%		
	常任委員長	193,000円	215,000円	▲10.2%		
	運営委員長	175,000円	195,000円	▲10.3%		
区分	管理職手当		期末・勤勉手当に係る役職加算		住居手当（自己所有）	
一般職	措置後 課長職 8% 補佐職 6%	措置前 課長職 10% 補佐職 8%	措置後 措置前	役職加算なし 3～6級在職者に対し 5～15%の加算	措置後 措置前	月額 5,000円 月額 8,000円

## 03

職員の勤務時間その他勤務条件の状況

● 職員の勤務時間（標準的なもの）

（平成21年4月1日現在）

● 1週間の勤務時間 40時間  
● 開始時間 午前8時30分 終了時間 午後5時30分  
● 休憩時間 12時～13時

● 職員の年次有給休暇の取得

● 状況（平成20年1月1日～平成20年12月31日）

● 給付与日数 4,831日  
● 総取得日数 963日  
● 対象職員数 122人  
● 平均取得日数 7.9日  
● 取得率 19.9%

● 時間外勤務の状況（平成20年度）

● 時間外・休日勤務総時間

● 時間外・休日勤務職員数 6,089時間

● 職員1人当たりの年間平均時間 78人

● 時間 78・1時間

※管理職を除く

## 04 職員のサービスの状況

### 営利企業等の従事の許可の件数（平成20年度）

営利を目的とする会社その他の団体の役員等を兼ねる場合	0件
自ら営利を目的とする私企業を営む場合	0件
報酬を得て事業又は事務に従事する場合（統計調査等）	1件

職員の研修及び勤務成績の評定の状況

職員の研修の実施状況

- 自治大学校 (平成20年度)
- 自治大学校 研修 (東京都) 1人 (7月9日～8月1日)
- 自治大学校 研修 (美幌町) 1人 (7月22日～7月24日)
- 法務(基礎) 研修 (湧別町) 2人 (9月2日～9月3日)
- 法務(応用) 研修 (遠軽町) 2人 (8月21日～8月22日)
- 北海道自治研修センター

網走支庁管内町村会

初級町村職員研修 (美幌町)

1人 (7月22日～7月24日)

法務(基礎) 研修 (湧別町)

2人 (9月2日～9月3日)

法務(応用) 研修 (遠軽町)

2人 (8月21日～8月22日)

北海道自治研修センター

地方自治法研修 (札幌市)

2人 (7月31日～8月1日)

地方公務員法研修 (札幌市)

2人 (9月11日～9月12日)

管理能力研修 (札幌市)

2人 (1月22日～1月23日)

職員の勤務成績の評定の状況

(平成20年度)

未実施

職員の分限及び懲戒処分状況

職員の分限の件数 (平成20年度)

処分事由	地方公務員法	降任	免職	休職	降給
勤務成績が良くない場合	第28条第1項第1号	0人	0人	0人	0人
心身の故障の場合	第28条第1項第2号及び同条第2項第1号	0人	0人	0人	0人
職に必要な適格性を欠く場合	第28条第1項第3号	0人	0人	0人	0人
職制若しくは定数の改廃又は予算の減少により廃職又は過員を生じた場合	第28条第1項第4号	0人	0人	0人	0人
刑事事件に関し起訴された場合	第28条第2項第2号	0人	0人	0人	0人
条例に定める事由による場合	第27条第2項	0人	0人	0人	0人
地方公務員法第28条第4項により失職した者		0人	0人	0人	0人

職員の懲戒の件数 (平成20年度)

処分事由	地方公務員法	戒告	減給	停職	免職
法令に違反した場合	第29条第1項第1号	0人	0人	0人	0人
職務上の義務に違反し、又は職務を怠った場合	第29条第1項第2号	0人	0人	0人	0人
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行のあった場合	第29条第1項第3号	0人	0人	0人	0人

職員の福祉及び利益の保護の状況

職員の厚生制度の状況 (平成20年度)

○職員の保健に関すること (健康診断の実施状況)

健康診断の種類	実施期間	受診者数
一般検診	平成20年10月、平成21年3月	22人
腰痛検査	平成20年10月、平成21年1～3月	15人
総合検診 (人間ドック)	平成20年4月から平成21年3月まで	102人

○職員の元気回復に関すること 未実施

○その他職員の厚生に関すること 未実施

※本表は、地方公務員法第42条の規定に基づく職員の厚生制度の状況

職員互助団体への助成状況

団体名	助成金額	備考
佐呂間町役場職員親睦会	0円	助成なし

職員公務災害補償の状況 (平成20年度)

区分	災害件数	
公務災害	職務遂行中の負傷	0件
	職務に伴う合理的行為又は準備・後始末中の負傷	0件
	出張中の負傷	0件
	レクリエーション参加中の負傷	0件
	その他の行為中の負傷	0件
通勤災害 (通退勤途中上の負傷)	0件	

勤務条件に関する措置の要求の状況

(平成20年4月1日～平成21年3月31日)  
措置要件件数 0件

不利益処分についての不服申立ての状況

(平成20年4月1日～平成21年3月31日)  
不服申立件数 0件

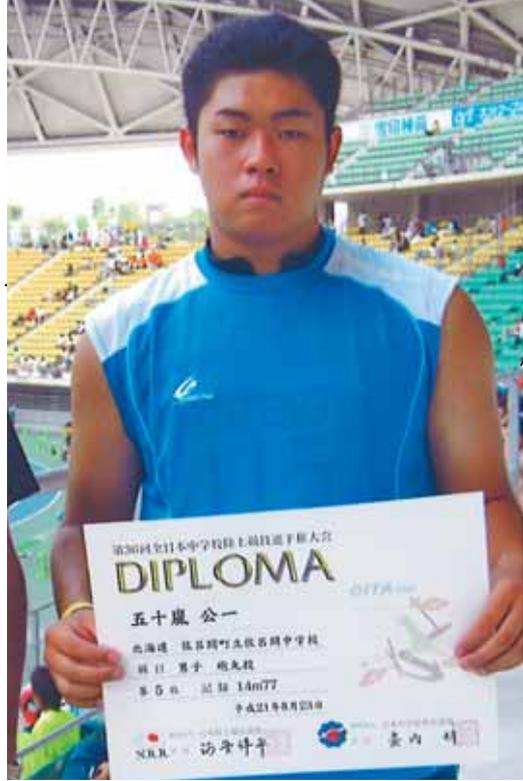
苦情処理の状況

(平成20年4月1日～平成21年3月31日)  
苦情処理の件数 0件

8/21▶24 五十嵐公一君  
砲丸投げで全国大会入賞  
▼全国中学体育大会（大分県）

佐呂間中学校3年生の五十嵐公一君が、8月21日から大分県で開催された「全国中学体育大会」砲丸投げ種目で見事5位に入賞されました。砲丸投げ種目は23日に行われ、各都道府県の代表50名が出場。五十嵐君は予選1回目の投てきで通過記録を突破し決勝へ進出。上位12名で行われた決勝では、5回目の投てきで14m77cmを記録し5位に入賞。

中学最後の大会となりましたが、7月末の全道大会では大会記録を更新する14m78cmで初優勝し、今季は15m01cmの自己記録もマークされました。陸上競技の部活動のない中学校から全国大会に出場するという素晴らしい成果を残してくれました。



8/1▶3 野崎史華さん  
環境問題をテーマに  
国際ソロプチミスト  
ユースフォーラム参加



▼国際ソロプチミストアメリカ日本北リジョン  
第12回リジョン・ユース・フォーラム（福島県）

佐呂間高校2年生の野崎史華さんが、福島県で開催された上記フォーラムに参加されました。野崎さんは、昨年2月に網走市で開催されたフォーラムで、同級生の菊地薪穂さんと「佐呂間の自然に学ぶ環境問題」をテーマに発表し、その発表が評価され遠軽地区ソロプチミストの推薦を受けての参加となりました。8月25日に役場を訪れ、「環境問題に関するディスカッションで自分たちが出来る身近な取組みを改めて発見でき、貴重な経験になりました。」と川根町長に報告。フォーラムには、北海道・東北6県の高校生38名が参加。地球・環境を考え語り合う機会として開催されたものです。また、佐呂間高校は、「地域とともに学ぶ高等学校環境教育推進事業」のプロジェクト校として指定されています。

※国際ソロプチミストは、地域社会や世界において、人権と女性の地位を高めるため、様々な形で奉仕活動を行っている。

8/26 車いす役立てて!!

▼佐呂間小学校・町女性連絡会議「車いす寄贈」

佐呂間小学校児童会の皆さんが町社会福祉協議会を訪れ、車いすを寄贈されました。この車いすは、佐呂間小学校と町女性連絡会議がリングプルを回収して交換されたもの。リングプルは児童の父兄や地域の方々の協力を得て4年がかりで720kgを回収。児童会長の寺山玲華（6年生）さんや、児童会の皆さんは、「車いすを必要としている多くの方に役立ててもらいたい。今後も1つでも多くの車いすと交換していきたい。」と話されました。社会福祉協議会では、通院や買い物などで必要とされる方へ、車いすの貸し出しを行っています。



7/25 ふるさとで激励  
▼佐呂間出身自衛隊員激励会

佐呂間町出身の自衛隊員の皆さんの激励会が総合公園パーベークューハウスで行われました。激励会は佐呂間父兄会により催され、支部長の脇本哲文さんをはじめ、町長や父兄、隊員の皆さん33名が参加。隊員の皆さんはジンギスカンやホタテに舌鼓を打ち、ふるさと佐呂間町でリフレッシュされました。父兄の方々も隊員の成長した姿に驚かれた様子でした。

8/10 今後ともご愛用ください  
▼「ふるさと商品券」抽選会

「ふるさと商品券」は、昨年



12月より町民の利便性の向上と消費流出防止を図るため、町商工会が全町のお店で使える商品券として発行。これまでに2回のプレミアム付商品券も発行されています。今回は2月1日から7月31日までに使われた商品券60,978枚から、特賞5万円分のふるさと商品券を含む220本の抽選が行なわれました。当選番号は既に新聞折込チラシや各商店で発表されています。次回は来年1月25日に抽選を予定。9月中旬からは「グリーン家電エコポイント」と「ふるさと商品券」の交換もできるようになります。今後も「ふるさと商品券」をご愛用ください。

8/23 町技の更なる発展を  
▼町長杯ソフトボール大会

「第3回町長杯ソフトボール大会」が総合グラウンドで開催されました。自治会単位で編成された5チーム、10代から60代までの72名の選手が参加し、楽しみながらも町長杯を目指しました。町長の始球式で幕を開け、豪快なホームランや珍プレーも飛び出し、真剣プレーの中にも笑いあふれる和やかな雰囲気の中、決勝戦は延長戦にもつれる白熱した展開に。熱戦を制し町長杯を手にしたのは、西富自治会チームでした。



8/30 佐呂間保育所おやこ運動会



**国民年金保険料の納め忘れはありませんか？**

町民課 戸籍年金係  
Tel 2・1213

年金は、世代と世代の支え合いの制度です。あなたが納付する保険料が、高齢者世代の生活を支えています。同時に、あなたや家族の年金権を守るためにも、保険料は忘れずに納付しましょう。

国民年金の給付には、老後の生活保障である老齢基礎年金だけでなく、思わぬ事故等により障害が残ったときの障害基礎年金、生計を維持している人が亡くなったときの遺族基礎年金があります。保険料を納期限までに納めていないと、このような年金を受け取ることができなくなる場合があります。

また、納期限から2年間を経過すると保険料を納付することができなくなるため、将来受給する老齢基礎年金の金額が少なくなったり、受け取ることができなくなる場合がありますので、将来安心して老後を迎えられるように、

また、万が一の事故や病気に備えるためにも毎月きちんと国民年金保険料を納めましょう。

**国民年金の請求手続きについて**

9月中に65歳になられる方で国民年金期間のみの方（1号被保険者）は、老齢基礎年金の裁定請求手続きができませんので、誕生日後に役場町民課戸籍年金係で手続きを行ってください。

厚生年金加入期間がある方（2号被保険者）や、厚生年金加入者に扶養されていた配偶者（3号被保険者）の方は、社会保険事務所において手続きとなります。

- 持参するもの
- 印鑑
- 本人及び配偶者の年金証書（年金受給者）
- 本人及び配偶者の年金手帳
- 若しくは基礎年金番号通知書
- 戸籍謄本及び住民票交付手数料
- 預金通帳（年金振込先確認のため）
- 社会保険業務センターより送付される「裁定請求書」

**基礎年金の国庫負担割合が2分の1に増えました**

●経済的な理由などで国民年金の保険料を納めることが困難な場合には、保険料の免除制度があります。

今回の国庫負担割合の増加により、保険料の免除期間についての将来の年金額が増額されました。

●保険料の免除制度・手続きについては、ねんきんダイヤル（0570・05・1165）または、お近くの社会保険事務所に相談ください。

**国民健康保険被保険者証の更新時期です**

保健福祉課 医療保険係  
Tel 2・1212

佐呂間町国民健康保険に入されている皆さんがご持ちの被保険者証は、9月30日が有効期限となっています。10月1日以降は使用できませんので次のとおり更新手続きを行ってください。

また、既に学校を卒業され他市町村に居住されている場合や事業所等の健康保険の資格を有した場合は、国保の喪失の届出が必要になります。届出を忘れていたとそのまま国保税が課税されたり、保険の給付を受けることができませんので、忘れずに喪失の届出を行ってください。

■更新日程 9月10日から30日（土・日・祝祭日を除く）

○役場 保健福祉課 医療保険係

○若佐支所・浜佐呂間出張所

○その他各公民館等

※日程の詳細については、該当世帯へ個別通知致します。

■持参するもの

○現在お持ちの被保険者証

○印鑑

○在学証明書（佐呂間町より他市町村へ転出のし、通学のために被保険者証の交付を受ける方。なお、4月以降に在学証明書を提出されている方は不要です。）

■在園証明書等（佐呂間町より他市町村へ転出のし、施設等に入所して被保険者証の交付を受ける方。）

**第1回ルクシ峠ヒルクライムTTTと一部道路片側通行のお知らせ**

建設課 管理係  
Tel 2・1210

10月4日（日）に北見サイクリング協会主催のヒルクライムレースが旧国道333号（ルクシ峠道路）全長4kmで開催されます。

ヒルクライムレースとは自転車峠などを上りタイムを競うレースをいいます。全道各地から選手が集い、クラス

別に分かれて競技を行います。町民の皆さんも参加及び観覧・応援もできます。詳しくは、北海道自転車競技連盟ホームページをご覧ください。  
<http://www.sapporo-cf.jp/hct/index.html>

- この大会に伴い、一部道路が片側通行となります。
- 片側通行場所  
栃木橋付近（スタート地点）
- 〜栃木幹線道路入口
- 片側通行時間  
午前7時頃〜午後1時頃
- 午後7時頃〜午後1時頃
- 恐れ入りますが、道路通行

**遠軽自衛隊による災害訓練のお知らせ**

■日時  
9月18日（金）  
12時30分〜13時30分（予定）

■場所

武道館・温水プール駐車場及び多目的広場駐車場

■訓練内容

- 倒壊した建物からヘリコプターによる被災者の救助
- 災害用装備品の展示
- 災害時における飲料の確保の実演
- ※メンチカッカレーを見学者に無料試食（先着100食）いたします。
- ※どなたでも見学できます。
- お問い合わせ  
役場 総務課 総務係  
Tel 2・1211

**「特定疾患医療受給者証」、「ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療受給者証」をお持ちの方へ 忘れていませんか？**

有効期限が平成21年9月30日までの受給者証をお持ちの方で、引き続きこの制度を利用される場合は、更新の手続きが必要です。手続きをしない場合は、受給者証を使用することができません。

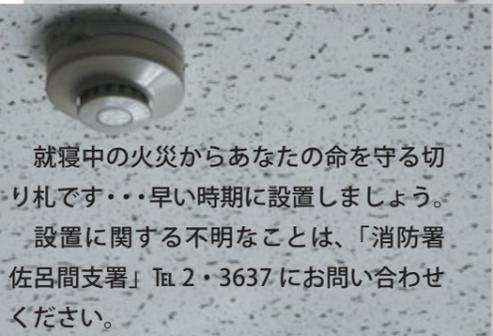
なお、更新の手続きができるのは平成21年9月30日（水）までですので、ご注意ください。

- 受付期間  
平成21年9月30日（水）まで  
※土日祝祭日を除く  
午前 8時45分〜12時00分  
午後 13時00分〜17時30分
- 提出・問い合わせ先

〒094-8642 紋別市南が丘町1丁目6  
紋別保健所 健康推進課 保健予防係  
Tel 0158・23・3108

〒099-0404 遠軽町大通北5丁目1  
紋別保健所 遠軽支所  
Tel 0158・42・3108

**住宅用火災警報器の設置が義務化されたことをご存知ですか？**



就寝中の火災からあなたの命を守る切り札です・・・早い時期に設置しましょう。設置に関する不明なことは、「消防署 佐呂間支署」Tel 2・3637 にお問い合わせください。

**町有地を売却します**

■売却予定地  
住所 佐呂間町字永代町 186 番地の 4  
地目 雑種地  
面積 401.00 m<sup>2</sup>  
■売却予定価格  
2,142,000 円 (土地及び測量代)

■売却条件  
①町内に住民登録がある個人、または町内に本社(本店)を有している法人。  
②転売目的による購入は禁止とする。  
③売買契約・所有権移転登記に要する費用については購入者の負担とする。  
④町税及び使用料等に滞納がないこと。  
■申込期限  
9月30日(水)までに総務課管財係へ申込書を提出願います。  
(申込用紙は総務課管財係に用意しています。)

■その他  
申込者が多数の場合には、一般競争入札を実施します。  
申込の際に、町税及び使用料等の滞納の有無を町が確認することに同意していただきます。  
(納税証明書等の提出は必要ありません。)

■お問い合わせ  
役場 総務課 管財係 TEL 2・1211



**自衛隊で働く人を募  
集しています**

■募集種目  
看護学生・防衛大学校学生  
■身分  
特別職国家公務員  
■応募資格  
看護学生  
○看護学生  
18歳以上24歳未満で、高等学校卒業者(平成22年3月卒業見込みの者を含む。)  
○防衛大学校学生  
18歳以上21歳未満で、高等学校卒業者(平成22年3月卒

業見込みの者を含む)

■初任給  
○看護学生 159,000円  
○学生手当  
○防衛大学校学生 108,300円  
■受付期間  
看護学生・防衛大学校学生  
平成21年9月7日～10月2日  
■試験日  
○看護学生 10月24日  
○防衛大学校学生 11月7日、8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

**自動車の登録手続き  
はお済ですか?**

次の場合には、自動車の登録手続き等が必要です。  
・住所や名前が変わったとき。  
・車を売ったり買ったりしたとき。

とき。

- ・車を使用しなくなったとき。
- ・ナンバープレートを紛失や破損したとき。
- ・北見以外のナンバープレートで使用しているとき。
- ・ローンの支払いが終わったとき。
- ・車検証やステッカーを紛失、破損したとき。
- ・後ろのナンバープレートに封印が付いていないとき。

■お問い合わせ 北海道運輸局北見運輸支局登録担当  
TEL 050・5540・2007

●自殺予防のための行動 ～3つのポイント～  
(自殺総合対策大綱より)

**気づき <周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける>**  
家族や仲間の変化に敏感になりましょう。じっくりと話を聞く場を持ち、相手の気持ちを尊重し、共感しましょう。

**つながり <早めに専門家に相談するよう促す>**  
心の病気の兆候があれば、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人、上司といったキーパーソンと連携して、専門家への相談につなげましょう。

**見守り <温かく寄り添いながら、じっくりと見守る>**  
自然に対応するとともに、身体や心の健康状態について配慮し、優しく見守りましょう。必要に応じ、家族と連携をとり、主治医に情報を提供しましょう。

①職場や町内会・青年部会等の地域の団体の依頼に応じて、こころの健康に関する講話をしています。派遣にかかる費用は無料です。  
②保健師や専門医がこころの健康に心配のある方の相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。

■北見公証役場(予約優先)  
TEL 0157・31・2511  
○夜間  
10月1日、5日、7日  
午後5時～午後7時  
○休日 10月3日、4日  
午前9時30分～午後4時30分  
※期間中以外も相談は無料です。

■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、6歳未満でも単身入居可能な住宅です。

9月10日から9月16日は  
**自殺予防週間です**

紋別保健所 健康推進課  
精神保健福祉係  
TEL 0158・23・3108

全国で自殺によって亡くなる方は、平成10年以降、連続して3万人を超え、交通事故により亡くなられた方と比較しても4倍以上であり、大きな社会問題になっています。

名前後の方が自殺で亡くなるという状況が続いており、この10年間で270名の方が自殺で亡くなっています。

自殺の原因の多くは「うつ病」など、こころの病気が関係していると言われています。多くの自殺は「うつ病」などの早期発見・治療により予防することができると言われています。こころの病気を正しく理解して、かけがえのない命を守りましょう。

10月1日から7日までは公証週間です。日頃お仕事などの関係で、公証役場へご相談にお出でになれない方のために、夜間、休日特設相談を行います。費用は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

■相談内容  
遺言、任意後見契約、協議離婚、金銭の貸借、建物賃貸借など公証事務全般。  
■網走公証役場(予約優先)  
TEL 0152・43・1661  
○夜間  
10月1日～7日(土日除く)  
午後5時～午後7時  
○休日 10月3日  
午前9時～午後7時

8月20日現在の町営住宅の空家状況をお知らせします。

入居申し込み、家賃・敷金、入居資格等については、役場建設課管理係(Tel 2・1210)までお問い合わせください。

■宮前団地  
2階2LDK(1階)1戸 21,600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  
1階2DK 2戸 5,200円 ※  
■若佐団地  
1階3DK 1戸 9,100円 ※



みんな友だち!!

### 『赤ちゃん相談』大盛況!!

偶数月(4・6・8・10・12・2月)の第1木曜日に『赤ちゃん相談』を実施しています。

『赤ちゃん相談』では、お子さんの身長・体重の計測と、保健師・栄養士・助産師に子育てについての相談も出来ます。計測される方は、母子手帳をお持ちください。

次回の『赤ちゃん相談』は、10月1日(木)です。

支援センターは、自由解放日です。計測・相談のない方も遊びに来てください。



8月は、気温が低かったり雨が降るなど、パツとしないお天気が続き、夏の遊びを満喫せずに終わってしまいましたね。

これからは過ごしやすい時期になります。秋の夜長をお子さんと一緒にゆっくりお話をしたり、絵本を見るのも良いですね。

## お知らせ

### お話 あひあい

#### ①【救急処置法について】

ダイナミックな遊びを好んだり、活動範囲が広がる2歳児以上のお母さんを対象に、消防署員からお話を聞きます。

■日程 9月30日(水)  
10時30分～11時30分  
\*9月25日までに申し込みを

#### ②【離乳食について】

赤ちゃんが母乳やミルクのほかにも、いろいろな食べ物があることを知るのが離乳食です。スプーンひと口から始まる、小さな一歩!!

町栄養士からのお話です。離乳食についての相談もできます。

■日程 10月7日(水)

10時30分～11時30分  
\*10月5日までに申し込みをお願いします。  
※当日は、10時20分までに来ててください。欠席する場合は連絡をお願いします。

### あひあいらんど

普段、バスに乗る機会が少ないお父さんお母さんと子ども達

### 交通事故の援護制度をご利用ください

交通事故被害世帯の皆さんに次のような援護制度がありますので、ご利用ください。

■独立行政法人 自動車事故対策機構 旭川支所  
Tel. 0166・40・0111

#### 【交通遺児等育成資金貸付】

■対象 (無利子)

自動車事故により保護者の方がなくなったり、重い後遺障害を残すこととなったご家族のお子さんで0歳から中学卒業まで

■貸付金額  
1人につき最初一時金15万5千円、以後月額2万円、小・中学校入学時に入学支度金4万4千円

■返還方法  
月賦または月賦・半年賦併用により20年以内での均等払い

■返還猶予  
高等学校・大学在学中、その期間は返還が猶予できます。

### 【重度後遺障害者介護料支給】

■対象  
自動車事故により、脳、脊髄、または胸腹部臓器に損傷を受け、常時または随時の介護を必要とする方で一定の要件に該当する方

■支給額  
月額29,290円から136,880円の間で、障害の程度により支給。「短期入院」費用があれば別途支給。

■支給期月  
支給月は、3、6、9、12月で、3か月分を一括支給

### ▼STOPザ交通事故 わたしをするよ うしろのせきのシートベルト

佐呂間小学校5年 井田 景子

### ▼交通事故発生状況

(平成21年7月末)  
発生 10件(+2件)  
死亡 0人(±0人)  
傷者 14人(+4人)  
( )内は前年比  
発生件数は人身事故の件数

### ▼交通死亡事故ゼロ運動

255日(8/25現在) 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。

も達!!みんなでバス遠足に出かけましょう。

■今日、木の玩具に触れ、楽しめる「木のプラザ」に出かけます。

■日程 10月14日(水)  
9時30分出発

※バス移動のため、9時20分までに集まってください。

※解散は、14時頃の予定です。

■集合場所  
町民センター玄関前

■行き先  
木のプラザ(北見市)

■持ち物  
お弁当・飲み物・敷物・着替え等

■費用  
入館料200円  
※当日、出発前に集めます。

■申し込み  
9月25日(金)までに申し込みしてください。

※バスの必要台数を把握したいので、期日厳守でお願いします。

## 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

### 秋の全国交通安全運動

9月21日～30日

ストップ・ザ・交通事故死  
めざせ 安全で安心な 車社会 北海道

#### 高齢者の交通事故防止

運転者は・・・高齢者への思いやりをもった安全な運転をしよう。特に右からの横断に注意しよう。

高齢者は・・・自分の身体機能の変化を認識するとともに交通安全意識を高め、安全な行動を実施しよう。

#### 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

運転者は・・・夕暮れ時と夜間は、特に歩道などの発見がしにくくなるので、直線路ではスピードを控え、交差点では徐行をしてしっかり安全確認しよう。

家庭では・・・夕暮れ時や夜間に外出するときは、明るい服装と夜光反射材を着用しよう。

#### 飲酒運転の根絶

運転者は・・・飲酒運転の危険性、責任の重大さをしっかりと認識し、飲酒運転を根絶しよう。

地域では・・・酒類を提供する飲食店等での運転者への酒類提供禁止を呼びかけよう。

「寿大学生」  
交通安全を呼びかけ  
8月19日に寿大学の学生が社会に役立つ活動として町内2箇所で作作りの横断幕を掲げ、「スピードダウン」や「シートベルト着用」などの交通安全を呼びかける街頭啓発を実施しました。寿大学では、こうした啓発を行なうことで、ドライバーの安全意識の高揚はもとより学生自身の交通安全意識の向上に努めています。



# 生涯現役 続行宣言

## 介護が必要になる理由

高齢者が、介護が必要になる原因は何なのでしょう？

老化や病気による影響もありますが、「年だから…」「おっくうだ」と外出や家事などをしなくなる「動かない生活」が一番体の機能を低下させてしまうのです。動かない生活は、筋力も意欲も低下させ、やがて寝たきりや認知症という介護が必要な状態へつながってしまいます。ですから、元気なうちから活動的な生活を心がける事が大切な介護予防であると言えます。

佐呂間町では、活動的な生活を続け介護を予防する為の事業として、しっかりと体を動かす「運動」、しっかりと噛む・飲み込む機能を向上させる「口腔」、高齢期になってからの食事の注意点を考える「栄養」の3つの事業を実施しています。

今回は、運動機能の向上を目的として実施している「体育大学」(運動教室)に焦点をあててみたいと思います。

## interview... 体育大学で発見!! 笑顔の人



平成21年度夏季教室の最年長参加者で笑顔が目をつけた、香川きよ(宮前町)さんにインタビューし、教室の感想などをお聞きしました。

### 教室に参加したきっかけは？

自宅でテレビの体操等も行っていましたが、跳んだりねたりする運動ができなくなると、運動できたらいいな…。(歩くのが大変だったので)少しでも楽に歩けるようになれたらと思っただけで参加しました。

自分の体力に合わせてできる運動を探されていたんですね。

### 教室に参加してどうでしたか(感想)?

運動の効果を感じる事と仲間との存在が大きかったですね。教室のスタッフからみても、運動中の真剣な様子と、休憩中お友達と話されている時の笑顔が印象的でした。

今も自宅で体育大学の運動をしたり、寿大学のいきいき

体操に参加している香川さんですが、「もう年をとったな、だめだなと感じるときもあるけれど、運動したから今動ける」と思っている。畑も、もう今年はできないかなと思ったけど、畑をみるとやりたくて。」と丁寧に手入れされた畑を見せてくださいました。インタビューを通し、高齢になってからも家に閉じこもらずに、運動を続ける事が、元気で生活する為に大切であると改めて感じました。

参加し始めた頃は、自分は背も小さいし、年だし周りについていけないかと思っただけで、教室が終わった帰りに歩くと体が軽くなったように感じ、足がすっすつと前に出るような感じがした。それに、皆の顔を見ておしゃべりできるのが良かった。

### 自宅での運動はどうですか？

休み休みですけど、お風呂に入ったり、自宅の茶の間で体育大学の帳面を出してやっています。自分でやると(運動を)早く終わらせてしまっただけで効いていかなとも思っただけです。

教室だけではなく、普段の生活の中でも運動するように心がけている事は素晴らしいですね。

## 人のうごき 7月末現在

人口 6,025人(+1)  
男 2,874人(+2)  
女 3,151人(△1)  
世帯数 2,499戸(△3)  
( )内は前月比です。

## ご寄附ありがとうございます

### ■佐呂間町

▼佐呂間中学校野球練習場用として  
野球ベース板一式  
西 富 干 場 久 さん

### ■社会福祉協議会

#### ▼香典返しを廃して

永代町 岸 甲 子 さん  
永代町 榎 本 悦 子 さん  
西 富 五十嵐 峰 子 さん  
朝 日 森 治 枝 さん  
遠軽町 谷 口 博 さん

#### ▼福祉事業に対して

佐呂間高校生徒会 様  
佐呂間社交ダンス同好会  
会長 為広 恵美子 様  
日本キリスト協会佐呂間教会  
牧師 森下 真裕美 様

### ■朝富自治会

#### ▼香典返しを廃して

朝 日 森 治 枝 さん

### ■朝富老人クラブ

#### ▼香典返しを廃して

朝 日 森 治 枝 さん

## 忘れずに!!

9月は、固定資産税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料【第3期】の納期です。

完納豊明町  
で かなるい うくり



## 体育大学教室紹介

体育大学は夏季と冬季、年2回開催しています。参加者は各回約15名で、3ヶ月間1週間に1度、1時間半の運動教室を継続して実施します。教室の開始時に、自分の体の柔らかさ、筋力、バランス力等の体力測定を実施し、現在の自分の体力がどのくらいであるか知ることができます。体力測定の結果から、参加者にあった運動が追加され、基本メニューとして体をほぐすストレッチ、筋トレ、音楽に合わせたリズム体操を実施しています。効果をあげるには週2回以上の運動が必要な為、自宅でできる運動メニューも紹介しています。教室終了時には、再度体力測定を実施し、どれくらい効果があったのか確認しています。

## 介護予防で生涯現役生活

私たちが高齢になった時、高齢の方がさらに年をとった時、自分がしたいと思う事ができたら、どれだけいいでしょうか。自分で身の回りの事はしたい、少しでも元気でいたいという願いは、自分のみならず家族や周囲の人の願いでもあります。その為には、もう一歩、活動的な生活を心がける事で「介護予防」すると

いう意識を高めていく事が必要だと実感しました。これから介護予防の取り組みをする事で生涯現役宣言してみませんか？

冬季の介護予防事業「体育大学」は10月28日から開始されます。興味のある方は、地域包括支援センター・保健推進係(TEL 2・1212)まで御連絡ください。