



2008年も
笑顔いっぱい

わたしとまちの情報紙

広報サロマ

2008. 1 No. 603



佐呂間町長 堀 次 郎

あけましておめでとうございます。
今年も町民の皆さんと共に輝かしい新年を迎えられましたこと、大変嬉しく思います。新しい年を迎え、皆さんのご家庭でも、遠く離れて暮らすお子さんやお孫さん達も揃って、さぞかし楽しい時を過ごしていらつしやることと心よりお喜び申し上げます。

さて昨年を振り返ってみますと、国の内外においても様々な出来事がありました。何と言っても残念なことは、テロの撲滅が最大の目的で開戦の火蓋が切られたイラクでの戦いは、フセイン前大統領が死刑に処されたにもかかわらず未だに終結を見ることがなく、毎日のように多くの犠牲者を出し続けていることであります。このことにより周辺の石油産出諸国の政局に極めて不安定な状況が続き、世界各地で石油の供給的バランスを欠き、著しい燃料の高騰による経済不安を呼び起こし、その長期化が心配であります。また、その対策として近年、植物から



佐呂間町議会議長 鈴木 洋

新年あけましておめでとうございます。
町民の皆様におかれましては、ご健勝にて新春をご家族お揃いで迎えられることを心よりお喜び申し上げます。

昨年をかえりみますと、国内外ともに様々な出来事がありました。国際的には、混乱止まらぬイラク情勢を中心に、各国で多発するテロや虐殺など平和と安寧を不安と恐怖に陥れるもので、強い憤りを感じるものであります。二酸化炭素排出ガスの増加による地球温暖化は、全世界に様々な自然災害をもたらし、食料の危機がさげばれ国連を中心に、早急に対応しなければならぬ課題となつています。

国内においては、4月の北海道知事選挙をはじめとする春の統一地方選挙が行われ、各町村議会議員選挙においては、大幅に議員定数が削減されたところで、7月の参議院議員選挙においては、

の燃料化が著しいスピードで進み、地域によつては深刻な食料危機が現実の問題として発生しており、そのことは我が国にとつても例外ではなく様々な社会生活の中に大きな影響が出て参りました。

昨年の出来事について国内に目を向けますと、何と言つても国政の変化であります。「国政の大改革」を唱え5年5ヶ月続いた小泉内閣から、安倍内閣にバトンタッチされ「美しい日本」でスタート致しましたが、参議院議員選挙において与野党逆転の結果を招いたあと急速退陣する結果となり、その後福田内閣が発足致しましたが、衆議院と参議院における「ねじれ現象」が生じ、国内外に多くの問題が山積しているにも拘らず、物事が遅々として進まない状況となり、更には何時衆議院の解散があつても不思議ではない状況にあることは、誰もが認めるところであります。

一方、自然災害では、新潟県中越沖地震や各地域での集中豪雨等が発生したものの、例年に比べると比較的自然災害の少ない年であつたような気が致します。しかし昨年も全国各地において、私達人間が社会生活を営む中であつて、信じたくない人間不信に陥る悲惨な事件が多い年でありました。また「どうして」と言いたくなるような、食品に対する偽装事件の数々にも遭遇し、呆れると言うよりも、このような社会で育つていく子供達

民主党の圧勝により国会での衆議院と参議院のねじれ現象により、緊迫した国会運営となつています。年金等の記録漏れをはじめ、厚生労働省の不祥事が相次ぎ、又、防衛省を巻き込んだ接待疑惑等の不祥事が、数多く報道されたところです。

大都市と地方の格差は拡大し、とりわけ北海道は今だ底冷えの状況にあります。商工・土木・建設業界では、国の事業予算の大幅な削減により、厳しい状況が続いており、本年度もこのような状況が続くことが憂慮されます。

北海道を代表する菓子製造業者の表示期限改ざんや牛肉の偽造を行った食肉加工業者をはじめ、全国のいたるところで食品を中心に、表示等の偽りが発覚し、食の安全・安心を脅かす事件の多い年でした。

灯油等使用する時期を迎えての原油高騰は、燃料を使用する運輸産業、農畜産物を生産する第一次産業、食料品の製造・加工産業等への影響は大きく、購入する国民にも価格に影響し、国民生活は益々苦しさ に直面しています。

北海道においては夕張市が、国内で15年ぶりに赤字再建団体となり、地方財政の大変厳しい現実をまのあたりにしたところです。

スポーツに目を向けてみますと、北海道日本ハムファイターズが、パリーグ2年連続優勝を成し遂げ、また、サッカー

の成長過程でのモラルを考えた時、大変罪深いことだと思えてなりません。

このような社会状況の中で我が町の昨年を振り返ってみますと、一昨年に多発した自然災害もなく、春先から比較的穏かな気象状況に恵まれ、本町の基幹産業であります農業・漁業の生産高においては、年度当初の予算から余り大きく乖離することもなかったとの報告を受けておりますが、天井知らずで高騰が続けている燃料費の値上げは、それぞれの所得面に大きなダメージを与えていることも事実であります。更に、今年度から適応された品目横断的経営安定対策においては、生産者が当初理解していた所得保障額と現実との差が余りにも大きく、生産者に対して不安を招いたところでもありました。

しかし、一昨年大きな被害を出した低気圧災害、竜巻災害についての復興作業は、昨年の年明け早々から取り組みが始まり、ほぼ完全に近い状態にまで辿り着いたことは、多くの町民の皆さんを始め関係各位の協力の賜であり、心より感謝申し上げます。新サロマトンネル工事においても、9月14日の慰霊碑完成と同時に貫通式も無事に行うことが出来ましたこと、重ねて敬意を表するところであります。

また昨年は、永年の懸案でありました小中学校及びへき地保育所での給食を始

においては、コンサドーレ札幌がJ2で優勝し、J1に6年ぶりに復帰と活躍した年でした。今年も更なる活躍を道民一同願っています。

本町の昨年を振り返りますと、夏から秋にかけての大雨等の災害の発生はななく、比較的平穏に推移した気象状況でした。本町の基幹産業であります農業は、当初計画どおりの75億円程度の生産額を見込まれるところですが、主産品の麦類、甜菜、生乳等が、品目横断制度の導入、農産物のバイオエタノールへの転化、今後の日本と豪州との自由貿易協定の行方によつて、本町農業に大きな打撃を与へ、町の存亡にもかかわる事態として、非常に心配されております。水産業におきましては、主力であります外海ホタテは高値で推移し、養殖ホタテや、さけ定置網漁業を含む総水揚げは前年度を下回る25億円程度と見込まれていますが、減収の影響を最小限に抑えたところです。

教育関係に目をむけてみますと学校給食センターの完成により、小中学校と保育所の一部に給食が開始され、新たな第一歩としてスタートいたしました。

今後において国の予算が厳しく削減される中、合併新法への対応、基幹産業の活性化対策、少子高齢化社会に対応する福祉政策の充実、第三次産業による雇用確保など課題山積であります。

このような状況の中で、本町議会とし

めることが出来ました。私も学校に出向き子供達と共に給食を食べて参りましたが、栄養面はもちろん、内容の吟味された食事を子供達が楽しく食べている姿を見て、感動すら覚えたところであります。

さて、新しく迎えました平成20年ではありますが、地方自治体を取り巻く環境は年毎に厳しさを増しております。地方と都市との経済格差は縮まるどころか、一層広がっております。既に北海道においては向こう4年間国の直轄事業の5%、道単独事業の10%カットを打ち出しております。更に地方交付税の増額については、全国町村会一丸となって要望をいたしておりますが、厳しい状況にあることは認識しなければなりません。

このような状況の中にはありますが、地方が生き残るためには、地方に住んでいる私達が努力しなければなりません。本町には他に誇れる農業・漁業に適した条件が整っておりますので、これらの基盤整備については今まで同様に力を入れて参りたいと考えております。更に少子高齢化が進む中であつて、福祉政策並びに子供達が健やかに育つ教育環境の整備にも最大限の努力をして参ります。

今年は町長選挙の年でもあります。今年も町民の皆さんと共に次世代に誇りを持つて引き継げる町づくりを、私共町職員一丸となつて頑張ることをお誓い申し上げます、年頭のご挨拶と致します。

ましても時代の大きな変革期に在ることを踏まえ、住民ニーズを的確に把握し適正な議会活動に全力を傾注し、その任を果たしてまいりたいと存じます。

今後とも、一層のご指導、ご鞭撻を賜わりますようお願い申し上げます。

今年も、町民の皆様がご健勝で幸多い年になりますことをご祈念申し上げ、新春のご挨拶といたします。

謹賀新年

佐呂間町

町長 堀 次郎

副町長 上高 邦俊

他職員一同

町議会

議長 鈴木 洋

副議長 長屋 和敏

他委員・職員一同

教育委員会

委員長 中道 寛雄

教育長 川根 章夫

他委員・職員一同

農業委員会

会長 佐々木 昭一

他委員・職員一同

選挙管理委員会

委員長 須藤 久幸

委員一同

監査委員会

委員 杉本 将俊

委員 佐藤 昭男

遠軽地区広域組合佐呂間町消防団 五十嵐 正一

他団員・職員一同

収入の少ない 高齢者・重度障害・ひとり親世帯の方へ 灯油などの購入費 助成のお知らせ

灯油価格の高騰が依然続いていることから、今冬に限った臨時的な対策として、高齢者世帯、重度心身障害者世帯、ひとり親世帯などに対して、冬季間の生活に欠かすことのできない灯油などの購入費用の助成を行います。

保健福祉課福祉係 TEL 2・1 2 1 2

次の支給要件に該当する世帯の方は申請期間内に手続きを行ってください。

対象世帯

平成19年度分の「町民税非課税世帯」、支給決定日現在、佐呂間町の区域内に住所を有し、次の①～⑤のいずれかに該当する世帯。

- ただし、生活保護世帯、社会福祉施設入所世帯、3ヶ月以上の長期入院世帯、冬期間町外に滞在している世帯は除かれます。
- ① 65歳以上の単身世帯および高齢者夫婦世帯
- ② 65歳以上の高齢者を含む世帯
- ③ ひとり親世帯であって、18歳未満の児童を扶養または監護している世帯

- ④ 1・2級の身体障害者が世帯主または同居する世帯
- ⑤ 療育手帳がAランクの知的障害者が世帯主または同居する世帯

助成額

一世帯あたり、10,000円を支給します。（後日金融機関の口座へ振り込みます）

申請期間

平成20年1月7日（月）～
平成20年1月31日（木）

申請場所

役場保健福祉課福祉係・役場若佐支所・役場浜佐呂間出張所

申請に必要なものなど

- ① 印鑑
- ② 振込先の金融機関口座番号

※該当する世帯には個別に通知しますが支給要件に該当するにもかかわらず申請書類が送付されていない方、またはご不明な点がある方は保健福祉課福祉係までご連絡ください。
※申請後、生活実態等の調査により、支給にならない場合もありますのでご了承願います。

民生委員 児童委員 が改選になりました

平成19年12月1日で民生委員・児童委員の一斉改選が実施され、次の方々が佐呂間町の民生委員・児童委員として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。

保健福祉課福祉係 TEL 2・1 2 1 2

伊藤 賢一（共立・啓生）	北村 舜襄（中央町・二六町・旭町・新旭町・下町・緑町）
渡部 日出男（大成・栄）	八矢 留美子（北自治会全域）
鈴木 賢吾（栃木）	中村 敦子（東・山内町）
面 ひとみ（若佐）	高井 勝彦（知来）
中島 正夫（中園・川西）	郡 昭雄（仁倉）
永井 良次（武士）	増子 正儀（日の出・新町・仲町・南町）
真如 和仁（朝日・富丘）	岩館 武（川口町・汐見町・西町）
石井 尋江（西富第3・西富第4・森永・緑園団地・光陽町）	和泉 幹子（幌岩・浪速）
木戸 フミ子（西富第1・西富第2・宮前団地）	石川 勇（富武士）
天内 和子（西中央自治会全域）	柴田 ミサヲ（若里第1・若里第2・研盟）
増子 政信（西町1・西町2・新興町・宮下町）	中西 庸子（大和・中央・中央班）
五十嵐 智（上町・夕陽ヶ丘・横上町・進栄町・横町）	井上 泰一（町内全域（主任児童委員）
今井 彬夫（教住団地・南新町・仲町・元町・公営町）	玉井 祐美（町内全域（主任児童委員）



五十嵐公一君 自己ベストで全国4位!!

▼「第38回ジュニアオリンピック陸上競技大会」 砲丸投げ種目（神奈川県）

佐呂間中学校1年生の五十嵐公一君が「第38回ジュニアオリンピック陸上競技大会」砲丸投げ種目で見事全国4位に入賞しました。大会は10月26日～28日に横浜市で開催され、砲丸投げ種目には各都道府県代表41名が出場。五十嵐君は予選3位で決勝に進み、上位8名で競われた決勝では7位までが昨年の優勝記録を上回るという非常に高いレベルの大会となりましたが、16m23の自己ベストで見事4位に入賞しました。全国ランキング1位の五十嵐君にとって、他の選手からのマークや優勝へのプレッシャーがかかる中での入賞は、今後の活躍にますます期待のかかる実りのある大会となりました。

まちの話題 Town Topics

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



▼佐呂間保育所 おゆうぎ会/おもちつき

12月2日佐呂間保育所の「おゆうぎ会」が町民センターで行われました。児童たちは可愛い踊りや歌を一生懸命に披露し、会場からは大きな声援と拍手が贈られていました。また、12月12日にはおもちつきが行われ、ねじり鉢巻姿の児童たちが楽しそうにおもちをつき、一足早いお正月気分を満喫しました。

12/1 犯罪や事故のない年末年始を



▼バレーボール少年団 交通安全旗・防犯旗取り替え

年末年始を控え、この時期増加する交通事故や犯罪を未然に防ぐため、佐呂間バレーボール少年団の皆さんが、古くなった交通安全旗、防犯旗の取り替えを行ってくれました。この時期は、スピードの出し過ぎによるスリップ事故や飲酒運転による事故、また、空き巣などの身近な犯罪が起きやすい季節です。ちょっとした油断で事故や犯罪被害に遭わないよう十分注意してもらおうと1枚1枚新しい旗に交換してくれました。

保育所入所児募集

佐呂間保育所 Tel 2・3 6 4 7

平成20年度町立佐呂間保育所及びへき地保育所の入所児を、次により募集します。
各保育所では、佐呂間の自然や地域環境を活かした保育に心がけ、毎月のお誕生会をはじめ遠足や運動会、お遊戯会など色々楽しい行事も計画しています。

佐呂間保育所

■入所資格

平成20年4月2日をもって満6か月以上の乳幼児で、

①保育者が勤めに出ているため乳幼児の保育ができず、同居の方も保育できない場合。

②保育者が自宅で乳幼児と離れて家事以外の仕事をしているため乳幼児の保育ができず、同居の方も保育できない場合。

③保育者が出産の前後、病気等で保育ができない場合。

④前項目以外で私的な理由により入所を希望する場合。
(3歳以上児が対象)

⑤保育所へ通所可能な乳幼児
※入所は家族構成、家族の状況等により決定されます。

■開設期間

4月1日から3月27日

■保育時間

午前8時から午後4時まで
(保育者の仕事の時間により延長することも可能です。)

※入所希望が増加していますので、お早めにお申し込みください。



へき地保育所

■入所資格

平成20年4月中に満3歳となる幼児から就学前の幼児(5月以降も、満3歳になる誕生月の1日から入所することができます。)

■入所募集保育所

若佐保育所、浜佐呂間保育所

■開設期間

4月4日から3月24日

■保育時間

午前8時から午後4時まで

共通事項

■申し込み期間 1月7日から1月31日

■申し込み先

佐呂間保育所、若佐保育所、浜佐呂間保育所、役場保健福祉課福祉係に申し込みに必要な書類を用意しておりますので、必要事項をご記入されて提出願います。(現在入所されている方も申込が必要です。)

なお、入所説明会は、後日保育所毎に実施する予定です。

■保育料

保育料は、前年の世帯員の所得税合算額により決定されます。

※入所等についての詳しいお問い合わせは、佐呂間保育所まで、ご遠慮なく申し出てください。

税の申告が始まります

企画財政課 町民税係 Tel 2・1 2 1 4

まもなく個人住民税(町道民税)、国民健康保険税の申告と所得税の確定申告の受付が始まります。申告の受付期間は2月18日から3月17日です。例年申告期限間近になりますと大変混雑しますので、早めの申告をお願いします。

申告の必要な方

1月1日現在で町内に居住している方で次に該当する方です。

■所得税の確定申告

①所得の合計額が所得控除(基礎控除、配偶者控除、扶養控除など)を超える方
②医療費や住宅ローン控除などの税額控除を受ける方

■個人住民税の申告

①給与以外に所得のあった方
②不動産(地代、家賃など)・配当などの所得のあった方
③公的年金受給者で社会保険や生命保険料控除などを受けようとする方
④退職などで年末調整を受けていない方
⑤会社から給与支払報告書が役場に届かない方
(住民税を給料から天引きされない方)

⑥生命保険の満期金など一時所得のある方

※所得税の確定申告をした方は住民税の申告は必要ありません。

申告に必要な書類

①平成19年中の収入がわかる書類
(給与・年金の源泉徴収票、報酬等の支払い調書、収入・経費のわかる帳簿など)
②所得控除の資料
(社会保険料、生命保険料、地震保険料、医療

費などの領収書・証明書)

③障害者手帳、療育手帳
(本人又は被扶養者が認定を受けている場合)

④印鑑

住宅借入金等特別控除について

所得税で控除しきれなかった分を個人住民税で控除します。

税源移譲により所得税が減額となり、控除できる住宅ローン控除額が減る場合があります。平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税から控除しきれなかった額がある場合は、翌年度の町道民税から控除できます。

▼特別控除を受けるには、

毎年3月15日(平成20年については3月17日)までに申告が必要です。(申告書は確定申告書などとは別の専用の申告書となります。)

▼申告書の提出方法

・サラーマンで年末調整をされた方
(確定申告をされない方)
源泉徴収票を添付して、役場町民税係へ提出してください。
・所得税の確定申告をされる方
所得税の確定申告と一緒に税務署へ提出してください。

税務署からのお知らせ

確定申告のお知らせ

所得税の確定申告の受付は3月17日、消費税及び地方消費税の確定申告の受付は3月31日までです。

確定申告書は、「前年の申告書控え」や「確定申告の手引き」などを参考に自分で作成し、お早めに提出してください。

また、確定申告書は、国税庁ホームページ【http://www.nta.go.jp】の「確定申告書等作成コーナー」で簡単に作成することができ、送付により提出できるほか、このコーナーから直接電子申告することもできます。

税務署の申告会場にお越しの際は、印鑑、「前年の申告書控え」及び確定申告に必要な書類をご持参ください。詳しくは、北見税務署へお尋ねください。

北見税務署 Tel 0 1 5 7 ・ 2 3 ・ 7 1 5 1

便利な国税電子申告・納税システム (e - T a x) をご利用ください !!

e - T a x は、インターネットができるパソコンがあれば、国税に関する各種手続(所得税などの申告、全税目の納税及び各種申請・届出等)を自宅などから行うことができます。

①H P からカンタン申告

②最高5,000円の税額控除

③添付書類が提出不要

④還付金がスピーディー

この機会に是非e - T a x をご利用ください !

手続等の詳しい内容は、e - T a x ホームページ【http://www.e-tax.nta.go.jp】をご覧ください。

佐呂間町消防出初め式

消防佐呂間支署 Tel 2 ・ 3 6 3 7

平成20年佐呂間町消防出初め式が次のとおり行われます。
また、出初め式に伴い、消防サイレンを吹鳴いたしますので、ご了承ください。

■出初め式 平成20年1月6日(日)

▼分列行進 午前9時40分頃

佐呂間市街(高橋土建から佐々木商店を左折して消防まで)

▼観閲式 午前10時 消防佐呂間支署前

■サイレン吹鳴時間

▼佐呂間市街 午前8時30分 午前9時40分

▼浜佐呂間、若佐、栄各地域 午前8時30分

役場庁舎臨時開庁のお知らせ

総務課 総務係 Tel 2 ・ 1 2 1 1

役場庁舎につきましては、12月29日から1月6日までの年末年始は休日としていますが、1月4日は臨時開庁いたします。

■臨時開庁日

1月4日(金) 午前9～午後5時



し尿処理手数料改定のお知らせ

し尿及び浄化槽汚泥収集（汲み取り）の際、当組合にお支払いいただいております「し尿等処理手数料」が平成20年4月1日から1リットル当たり8円40銭になります。（現行7円20銭）

平素住民の皆さまには、し尿等の収集業務に際し格別のご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、「し尿等処理手数料」の改定につきましては昨年来検討されてまいりましたが、住民の皆様様の生活に直接影響することでもあり、値上げについてはより慎重を期していたところであります。しかしながら、前回改定した平成12年7月以来7年を経過して燃料費の高騰など社会情勢を踏まえて、やむを得ず改定に踏み切ることとなったもので、住民の皆さまのご理解をいただきたくお願い申し上げます。

■し尿等処理手数料

4月から10リットル当り84円で、25リットル刻みで計算しますが、200リットルに満たないときには最低料金として200リットル分の料金（1,680円）となります。

遠軽地区広域組合

自衛官を募集します

■募集種目 二等陸・海・空士

■身分 特別職国家公務員

■応募資格 日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満の男子（20年3月卒業予定者含む）

■待遇

- ・初任給 157,500円
- ・賞与 年2回4,45ヶ月分
- ・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

■試験期日

平成20年2月3日・4日

■受付期間

平成20年1月29日締め切り

■試験種目 筆記試験（国語・数学・社会・作文）、口述試験、適性検査、身体検査

■合格発表 試験後、概ね1ヶ月後

■入隊期日

平成20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

冬期間会社を退職される方は、国民年金への加入届出を

冬の間会社を退職された方で、厚生年金加入者ではなくなる20歳以上60歳未満の方は、役場にて国民年金への加入届出が必要です。

また、冬の間会社を退職されたため、厚生年金加入者ではなくなる配偶者に扶養されていた、20歳以上60歳未満の方（国民年金3号被保険者）も、役場にて国民年金第1号被保険者への変更届出が必要です。

年金手帳等の基礎年金番号が判るものと印鑑を持参して役場までお越しください。

新成人の皆さんへ 国民年金への加入を忘れずに

成人を迎えられる皆さん、おめでとうございます。

日本国内に住所がある方で、厚生年金等の年金制度に加入していない方は、20歳になった時点で国民年金への加入が義務付けられています。

老後の生活を守る老齢基礎年金や、突然の病気やケガで障害が残る、働くことが困難になった方の生活を守る、障害基礎年金を受給することになった際に、間違いなく受けることができるように、20歳になったら役場で国民年金の加入手続きを行い、年金保険料を納めましょう。

また、20歳になっても学生であるなどの理由で、ご自分（及び配偶者、世帯主）に十分な所得が無い場合、どうしても年金保険料を納められない方については、保険料免除・猶予制度がありますので、未納のままにしてしまわずに役場までご相談ください。

国民年金は、まず、届出から

国民年金は、日本国内に住所のある20歳以上60歳未満のすべての人が加入し、基礎年金の給付に必要な費用を公平に負担することによって成り立っています。



町民課 戸籍年金係 Tel 2・1213

ご寄付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

若里 井上 宰造 さん	永代町 弘内 壽美 さん
北 早川 智代 さん	宮前町 垂水 トキ子さん
西 富 伊藤 ミツ子さん	共立 山本 哲嗣 さん
西 富 石井 嘉二 さん	

デイトライト（昼間点灯）運動通年展開中

昼間点灯で交通事故減少の効果！皆さんも是非参加してください。

「STOP ザ 交通事故 !!」

その一本 命を救う シートベルト

佐呂間中学校3年 伊東 耕平

◆交通死亡事故0運動◆

460日

ー12月22日現在ー

◆交通事故発生状況◆

平成19年11月末

発生 10件（－4件）

死亡 0人（－3人）

傷者 11人（－6人）

※（ ）内は、前年比

※発生件数は人身事故の件数

町営住宅空家状況

建設課 管理係 Tel 2・1210

12月20日現在の町営住宅の空家状況をお知らせします。入居申込み、家賃・敷金、入居資格等については、建設課までお問い合わせください。

◆若佐団地			
1階2DK	1戸	※	5,200円～
1階3DK	1戸	※	9,400円～
◆若里団地			
1階3DK	2戸	※	8,200円～
◆浜佐呂間第2団地			
1階3DK	1戸	※	6,600円～
◆栄団地			
2階3LDK	1戸	※	15,300円～
1階3LDK	1戸	※	15,300円～

※印は、60歳未満でも単身入居が可能な住宅です。

すべての人が均等に働ける雇用社会の実現を目指して

今、安定所には、障害を持った多くの方が、仕事を求めて相談に来ています。

すべての事業主は、社会連帯の理念から障害者に対して適当な雇用の場を提供する共同の責務を有し、進んで障害者の雇用に努めなければならないこととなっています。

障害者が、適切な職業に就き、その能力を十分に発揮することができるならば、それは、単に障害者自身の幸福にとどまるのではなく、障害者を雇用する企業、さらには社会全体が利益を享受することとなります。

障害の発生原因は疾病や事故などさまざまですが、交通事故などは誰にでも起こりうる問題であり、すべての方が、いつ障害者にならないとも限りません。

障害者の雇用問題は、単に障害者自身にとどまらず、社会全体の問題としてとらえ、より多くの企業が、ノーマライゼーションの理念の実現に向け、雇用の実現に協力をいただきたいと思います。

なお、常用雇用労働者数が56人以上の企業にあっては、56人ごとに障害者を1名雇用しなければならないことになっており、毎年6月1日現在の状況を報告しなければならないこととなっています。

また、障害者の雇用を進めるにあたり障害者の雇用に不安を抱く事業所やただちに就職することが困難な障害者のためには、職場適応訓練やトライアル雇用制度等が用意されており、安定所等の紹介により障害者を雇い入れる事業所には、特定求職者雇用開発助成金制度が用意されています。

（北見公共職業安定所長）

詳しくは、下記にお問い合わせください。

ハローワーク北見

Tel 0157・23・6251

ハローワーク遠軽

Tel 0158・42・2779

糖 尿病についてはこのコーナーでも何度か取り上げてきましたが、今回は糖尿病の検査と佐呂間町の健診の状況についてお話してみたいと思います。

糖尿病は、血液中のブドウ糖（血糖）が増えて高血糖の状態が続き、全身の血管が徐々に傷つけられていく病気です。

膵臓から分泌されるインスリンというホルモンは、ブドウ糖を細胞に取り込んで消費させたり、脂肪にかえて体に蓄積させたりして血糖を調節しています。このインスリンの分泌が減ったり、働きが悪くなったりするとブドウ糖を処理しきれなくなり高血糖を招いて動脈硬化を進行させたり、重篤な合併症を招いてしまうのです。



お問い合わせ
保健福祉課 保健推進係 TEL 2・1212

**糖尿病
予備軍でも要注意
あなたは大丈夫？**

糖尿病の検査

さて、健診では、糖尿病やその予備軍であるかどうかは次の検査で診断をします。

空腹時血糖検査

食後 10 時間以上経過した状態で血糖の量を調べます。

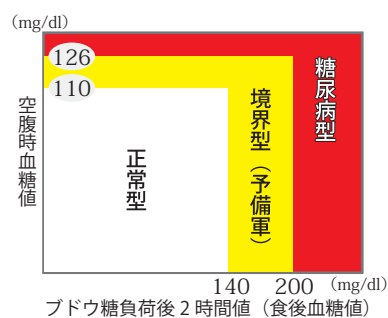
ヘモグロビン A1c

過去 1・2 か月の平均的な血糖の状態をしらべます。

ブドウ糖負荷検査

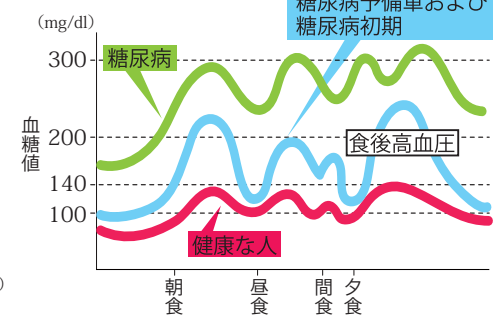
空腹時と 75g のブドウ糖を飲んだ後 30 分・1 時間・2 時間後の血糖を調べ糖尿病の診断に役立ちます。検査の結果空腹時血糖が正常でも糖尿病型、境界型と診断されることもありますので、血糖値が高めな方は病院で検査をお勧めします。

●血糖値の目安



「空腹時血糖値が 110mg/dl 未満で、ブドウ糖負荷後 2 時間値が 140mg/dl 未満」が正常化とされ、「空腹時血糖値が 126mg/dl 以上または負荷後 2 時間値が 200mg/dl 以上」だと糖尿病型とされる。この 2 つの間が境界型（予備軍）

●血糖値の上下幅



平均的な血糖値の推移の目安を示した図。健康な人は、食後の血糖値が 140mg/dl 以上になることはあまりなく、空腹時との差が小さい。糖尿病の人は、常に血糖値が高く、糖尿病初期や予備軍の人は、食後に血糖値が急激に上がり、次の食事に健康な人くらいにまで下がる。

佐呂間町の健診の状況

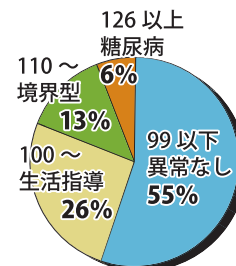
全国の調査では成人の 6 人に 1 人は糖尿病かその予備軍であると推計されています。

では、佐呂間町の健診の状況はどうでしょうか

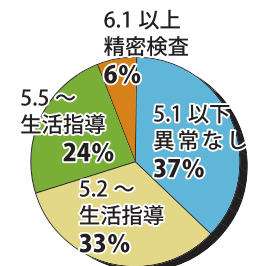
空腹時血糖の検査では異常なしと判断された方は 55% でした。一方糖尿病に該当する方は 6%、糖尿病の境界域に該当するのは 13% と 5 人に 1 人は高血糖の状態にありました。予防のために体重管理や食事など注意が必要な方は 26% もいました。

ヘモグロビン A1c の検査では異常なしは 37% でした。受診が必要な方は 6%、食生活などの注意が必要な方は 57% と半数以上が血糖値が高めで経過している方が多いことがわかりました。

●空腹時血糖



●ヘモグロビン A1c



生 活習慣の乱れは、血液の状態に悪い影響を与えます。自分では気づかいうちに血糖値が上がり糖尿病予備軍になっている人も少なくありません。血液は「生活を映す鏡」です。血糖値が高く生活習慣が乱れ気味だという方は、自分の体の様子を知るためにも、一度健診を受けましょう。

お誕生おめでとうございます

11月生まれの赤ちゃん

- | | |
|---|--|
| ☆惣田 沙羅（さら）ちゃん
平成19年11月2日生まれ
(仁倉 惣田譲治・絵里さん) | ☆高橋 芙陽（ふよう）ちゃん
平成19年11月19日生まれ
(西富 高橋紀久・佳月さん) |
| ☆長岡 茜（あかね）ちゃん
平成19年11月10日生まれ
(若佐 長岡巧・綾さん) | ☆阿部 美穂（みほ）ちゃん
平成19年11月22日生まれ
(永代町 阿部真・育美さん) |
| ☆穴戸 玖隆（くりゅう）くん
平成19年11月15日生まれ
(富丘 穴戸友彦・唯さん) | ☆加賀屋 泰樹（たいぎ）くん
平成19年11月22日生まれ
(若佐 加賀屋賢一郎・公美さん) |

総合健診 のご案内



- 日程 1月17日若佐コミセン
1月18日浜佐呂間活性化センター
1月19日町民センター
1月20日町民センター
- 受付 午前7時から9時
- お問い合わせ
保健福祉課 保健推進係 TEL 2・1212

7回目「お話 あいあい」終了

12月7日（金）に、武道館・温水プールの本間指導員による【親子リズム体操】を行いました。当日は、13組28名の親子が参加しました。

ストレッチマットを船に見立て、その上で親子一緒にエクササイズを行ったり、音楽に合わせて体を動かすなど、コミュニケーションを図りながら心も体もリフレッシュ出来ました。



深呼吸をして、おしまい

タンバリンを使って・・・

あいあい通信

楽しい子育て応援します!!
子育て支援センター『あいあい』

TEL 2-1255

明けまして
おめでとうございます!!
平成20年、新しい年の幕
開けです。
今年も、支援センターで
沢山の親子に会えることを
楽しみにしています。
みなさん、お気軽にご利用
ください。



お知らせ

●お話 あいあい

今回は、読み聞かせサークル“じゃんけんぽん”の真如智子さんに【読み聞かせについて】の講話と、お母さんと子ども達に実際に読み聞かせをしていただきます。

沢山の絵本との出会いが待っていますよ。

・日程 1月18日（金）10時30分～11時20分

・場所 子育て支援センター

※『あそびの広場』（2歳児～クラス）は10時から行っています。事業の中で【読み聞かせについて】のお話を聞きます。

●子育て自由相談日

栄養士が来所し、みなさんの相談にお答えします。妊娠期・出産後の健康状態や、お子さんの発育の様子や離乳食について・・・心配な事や不安な事など、お気軽にご相談ください。

・日程 1月24日（木）10時30分～11時30分

・場所 子育て支援センター

※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。

●あいあいらんど

今年度最後の『あいあいらんど』は、【雪中運動会】です。寒い冬は、つつい室内で過ごす事が多くなりますね。でも、北海道ならではの冬の寒さに触れ、雪の感触を全身で感じる事で、感受性や観察力を養う事が出来ます。

さあー、家に閉じこもっていないで、親子で白い世界に飛び出しましょう!!

・日程 1月23日（水）10時30分～11時30分

・場所 佐呂間町営スキー場

※1月11日までに支援センターに申し込んでください。

※暖かい格好で来てください。帽子・手袋・長靴を忘れずに!

当日、欠席される方は9時までに支援センターに連絡してください。

●パパママたまご教室

妊婦さんと1歳未満のお子さんのお父さん・お母さん、今回は【妊娠期・産後の健康運動】です。武道館・温水プール指導員の指導のもと、心地良い汗をかきましょう!!

・日程 1月30日（水）10時～11時30分

・場所 子育て支援センター

※1月28日までに、保健福祉課（2-1212）又は、支援センターに申し込んでください。

※「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。



木間 美結 ちゃん

平成 19 年 1 月 1 日生まれ

(西富 木間 章・ひとみさん)

はじめまして“このま みゆ”です。

最近のマイブームはアンパンマンです♡アンパンマンを見るとご機嫌になっちゃうよ♡

歌も大好き♪もうすぐ歩けそうだよ♡

みなさんよろしくね



田中 凜 くん

平成 19 年 1 月 15 日生まれ

(永代町 田中 恵・舞さん)

はじめまして“たなか りん”です。

いつも元気いっぱい♪おしゃべり大好き、転がるの大好き!動き回るの大好き。最近いっぱい歩けるようになってきたよ。もっと上手に歩けるようになって早く外に出てソリや雪で遊びたいよ♪

人のうごき

ー 11 月末現在ー

人 口	6,213 人 (ー 1)
男	2,987 人 (ー 2)
女	3,226 人 (+ 1)
世帯数	2,493 戸 (ー 6)
	() 内は前月比です。

果物と野菜の サッパリなます

1 人分
約 49Kcal
塩分約 0.7g

材料 | 4 人分

大根……………250g
トマト……………60g
きゅうり……………80g
みかん缶 (果肉) ……60g
酢……………大さじ 1
塩……………小さじ 3/5
砂糖……………大さじ 1
みかん缶の液汁……………大さじ 1
※大さじ = 15cc のサジ
小さじ = 5cc のサジ



年末年始は美味しいご馳走をいただいたり、お酒を飲む機会が多いのではないでしょう。胃腸がお疲れ気味の時は、さっぱりとした料理で一息入れたいところです。果物と野菜の組み合わせであっさりとしたなますも良いでしょう。ご馳走が続く時は、ビタミン群が不足しがちになりますので体調を崩しやすくなります。少しずつでも果物や野菜をとるように心がけたいものです。

作り方

- 1 大根は皮をむいてすりおろし、汁気を軽くしぼります。
- 2 トマト、きゅうり、りんごは、すべて同じ大きさのサイの目に切ります。
- 3 みかん缶の果肉は、小さいものはそのまま使います。大きいものは半分に切り分けます。
- 4 ボウルに切り分けた材料を入れてあわせ、砂糖、塩、酢、みかん缶の液汁を入れてよく混ぜ合わせます。冷蔵庫で冷やしておき、食べる時に器に盛りましょう。



新春「今日のPOINT」スペシャル!!



Q. 記載している分量のとおり作りますが、味が薄いような気がします?
A. 家庭で使用している大さじや小さじの容量を勘違いしている可能性があります。大さじは柄の部分に 15 という数字が記しています。小さじは柄の部分に 5 という数字が記しています。例えば、大さじと思っていたら実はその半分の中さじ (7.5) だったということもしばしばあります。一度確認してみましょう。また、あなたの日頃の味つけが濃い場合は、広報料理の味つけでは物足りないかもしれません。健康に配慮した味つけを意識することも大切です。

広報サロマ 1 月号 No. 603

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>

◆この広報紙は再生紙を利用しています。

◆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います。

あとがき

▼あけましておめでとうございます。

干支を思い出すのは年末の年賀状作りくらいになりがちですが、長い歴史を持つ干支。21 世紀といえどもその由来を知っておいて損はないかもしれません。ちなみに今年の干支「子 (ねずみ)」は、新しい生命が種子の中に宿り始める状態を表しているとされています。そもそも「子」は「ふえる」という意味を持っているそうです。

今月の表紙は、昨年撮影した写真の中から「笑顔」を集めてみました。今年も昨年以上にたくさんの笑顔撮影できることを願っています。「広報サロマ」本年もよろしくお願いいたします。