

**浦臼小学校3・4年生  
稲刈り体験**

**主な内容**

- 歯科健診をうけましょう・・・・・・・・・・3P
- 防災行政無線戸別受信機の配布について・・・・6P
- 新型コロナワクチン接種についてのお知らせ・・・9P



### こども園なかよしサッカー教室

9月2日(木)、こども園なかよしにおいてサッカー教室が開催されました。町内在住のサッカー経験者をコーチとして招き、ドリブルやパスの練習を行い、最後に1対1の対決をしました。園児たちは、コーチの話を真剣に聞き、元気に取り組んでいました。



### 浦臼小学校3・4年生稲刈り体験

9月14日(火)、静川広巳さんの圃場において浦臼小学校3・4年生による米の収穫体験が行われました。授業の一環として5月27日に児童が植えた苗を収穫するもので、鎌を使って稲を刈り、脱穀作業を行いました。笠野歩真さん(3年生)は「家は農家だけど、稲刈りは初めて。楽しくてずっとやっていたかった。収穫したお米で納豆ごはんかお茶漬けを食べたい」と話していました。



### 浦臼小学校6年生卒業制作

9月14日(火)、6年生の卒業制作として陶芸の授業が行われました。事前に作成したデザインを参考に土の成形を行い、ランプシェードを作成しました。

今後は、陶芸愛好会の方が乾燥・素焼きを行い、学校側に渡され、卒業式でお披露目される予定です。



### 百歳高齢者「内閣総理大臣祝状」伝達式

9月21日(火)、ゆうあいの郷において今年度百歳を迎えられる飯田壽江さん、白木一子さん、松井ナツエさんに「内閣総理大臣祝状」及び記念品の「銀杯」が贈呈されました。川畑町長より「本当におめでとうございます。これからも元気で過ごしてください」とお祝いの言葉がありました。

プロフィール

- ①勤務先 ②出身地 ③趣味・特技  
④浦臼町の印象 ⑤今後の抱負



いなべ はやて  
**稲部 颯**さん

- ①浦臼町役場建設課管理係  
②津別町  
③趣味：お酒を飲む事、スポーツ観戦（野球・バスケットボール）  
特技：バスケットボール  
④自然がとても豊かで、地元を思い出しました。また、こんなに広々とした水田を見たのは初めてで感動しました！  
⑤与えられた仕事を一生懸命行い、1日でも早く町民の方に顔と名前を覚えてもらえるよう頑張ります！

## 狩猟期間中における道有林への入林自粛について

エゾシカ狩猟期間中（10月1日～3月31日）は、多くの狩猟者が道有林へ入林します。狩猟に伴う事故防止のため、この期間の狩猟目的以外での入林はお控えくださるようお願いいたします。エゾシカによる森林等被害を低減するため、皆様のご理解とご協力をお願いします。  
お問い合わせ 北海道空知総合振興局森林室 電話：0126-22-1155

最期まで自分の口で食べるために

## 歯科健診をうけましょう

むし歯や歯周病は、歯を失う主な原因であり、歯周病菌が歯茎の血管を伝わって全身に感染すると、心臓病、脳卒中、認知症など、さまざまな影響を起こす可能性があります。さらに、高齢になると歯やお口の機能が低下し、誤嚥性肺炎を引き起こしやすくなります。自分の歯を保つためには、定期的に健診を受け、異常を早期発見することが重要です。

浦臼町にお住まいの40歳以上を対象に歯科健診を実施しています。ぜひ、この機会に健診を受け、歯の健康づくりを始めましょう。

【対象者・健診内容】

対象者	健診内容
40～74歳の町民の方	問診、口腔内検査、指導
後期高齢者医療被保険者の町民の方	問診、お口の機能チェックと検査、指導

【健診場所】：浦臼町歯科診療所（電話：68-2207）

【診療日時】：火・水・金曜日（9：00～12：00、13：00～17：00）

※その他の治療などは含まれません

【健診料】無料

【受診方法】①歯科診療所に直接電話で予約をする。

②予約した日に保険証を持参し、受診する。

問診票の記載は受診当日歯科診療所で行います。

【受診期間】令和4年2月28日まで



歯科健診を受診された方には、無料で歯のクリーニング（お掃除）も行います！

お問い合わせ 保健センター 電話：69-2100

**ゴミは、分別して出しましょう!!**

## ジビエ新商品・新メニュー誕生！

令和元年10月よりジビエ処理加工センターが稼働し、浦臼町をはじめ近隣市町村で捕獲駆除されたエゾシカが北海道シュヴルイユ浦臼工場に搬入され、食肉加工されたエゾシカ肉が町内外の飲食店や小売店向けに出荷されています。令和2年度に浦臼工場に搬入されたエゾシカは1,460頭。今年度はそれを超えるペースで搬入されています。

町では、エゾシカ捕獲駆除による森林・農業被害低減と併せて、新たな地域資源であるエゾシカ肉の消費拡大に向け、令和3年4月から町内小売店や飲食店向けにエゾシカ肉等購入助成事業を開始しました。今回、町内特別価格で販売されている商品や町内飲食店で提供されているメニューの一部を紹介します。厳格な衛生基準のもと食肉加工された安心安全なエゾシカ肉を是非ご賞味ください。

また、鶴沼公園キャンプ場では、空知総合振興局と町がコラボレーションし浦臼工場産エゾシカ肉と空知産野菜を使ったキャンプ飯を無料提供する「キャンプ de ジビエ in そらち」を開催いたします。是非ご来場ください。



### 【エゾシカジギスカン】

税込400円（300g入り（タレ含む））

エゾシカ肉の特性に合わせたタレでショルダーを漬け込んだ新商品。エゾシカソーセージなどと同様、「道の駅つるぬま」と「びこるAマート」で販売中です。



### 【エゾシカ丼】

税込900円（タレ・塩、ミニ蕎麦セットは税込1,100円）

エゾシカのウチモモ肉をスライスし絶品タレで仕上げた、エゾシカ肉本来の旨味をダイレクトに味わえるジビエメニュー。「お食事処わか杉」で提供中です。



### 【エゾシカソーセージカレー】

税込900円

人気ジビエ商品であるエゾシカソーセージとお店自慢のカレーがコラボレーション。エゾシカ肉は苦手という方でも気軽に味わえるジビエメニュー。「コーヒーとお食事 館」で提供中です。

### 【キャンプ de ジビエ in そらち】

札幌「トラットリア・ピッツェリアテルツィーナ」の堀川シェフが開発した「蝦夷鹿肉のミラノ風煮込み」と「蝦夷鹿肉のテリーヌ」を200食限定で無料提供します。

○開催日時・場所 10月9日（土）14時から・鶴沼公園キャンプ場

○お問い合わせ 産業振興課地域振興係 電話：68-2114

限りある資源を大切に！節水にご協力をお願いします！

令和3年度 社会教育事業

## ソーセージ作り体験教室

教育委員会では、「ソーセージ作り体験教室」を開催します。  
家庭では調理できない、手作りソーセージ作り教室に参加しませんか？  
自分で作ったソーセージを試食したり、家庭に持ち帰ったりします。  
親子での参加もできます。皆さんの参加をお待ちしています。

**日 時** 11月11日(木)  
18時00分～20時00分  
**場 所** 農村センター(調理室)  
**募 集** 町内在住の親子または大人10名(組)  
**締 切** 10月29日(金)  
**参加料** 500円 教材費 1,080円  
**持ち物** エプロン・三角巾・マスク着用



### 講師紹介

新十津川町 「ヴルストよしだ」 吉田 智博さん

世界最高峰コンテスト(本場ドイツで開かれる世界的な食肉加工のコンテスト)で、金賞の受賞経験のある吉田さんです。  
ドイツが認めた本物の味と技を手軽におしえていただきます。

お問い合わせ・お申し込み  
教育委員会社会教育係 電話：68-2166

## 古本リサイクル市開催します！

農村センター図書室では、定期的に書架の整備をおこなっており、劣化のある本、古い本、貸出しのない本などが役目を終え、除籍されます。

今回、数年分の除籍本約500冊を利用して、「古本リサイクル市」を行います。

お越しの際は必ず、検温、消毒、マスク、入館名簿への記入をされますようお願いいたします。

**開催期間** 10月11日(月)～  
10月29日(金)の平日  
**開催時間** 8時30分から17時まで  
**開催場所** 農村センター図書室前廊下スペースの特設会場  
**対象者** 浦臼町民 無料  
**本の種類** 児童書多数、小説文庫本

★マイバックを持参し、氏名、冊数を名簿に記入してから、本をお持ち帰りください。

★この機会にぜひ図書室をご利用ください。

お問い合わせ 教育委員会社会教育係 電話：68-2166

お願い!! 売却目的でのご利用は、ご遠慮ください。

どうぞ!



おもしろい!

買物は町内商店で買しましょう!!

## 防災行政無線戸別受信機の配布について

町で実施している防災行政無線デジタル更新業務に伴い、皆様のご家庭に設置しております戸別受信機においても新型機種への取り換え作業を実施いたします。

つきましては、下記の通り実施いたしますので、取替作業についてご協力いただきますようお願い申し上げます。

### 1. 目的

本事業は防災行政無線設備を維持し、町民の皆様への生活に関するお知らせや緊急防災情報などを円滑にお届けするため、各ご家庭の受信機取替作業を実施するものです。

### 2. 実施内容

防災行政無線戸別受信機の住宅設置作業

#### 【設置方法】

- ・作業員が室内に入り、受信機状況を確認しながら適切な場所に設置します。
- ・受信状況が悪い場合は、外壁にアンテナを設置します。  
その際、屋外にケーブル配線をおこない、換気口または、1cm程度の穴を開ける場合がございますので、事前に相談いたします。

### 3. 実施期間（予定）

11月15日～令和4年3月4日

### 4. 設置作業に係る費用は無料です。

### 5. 設置会社

パナソニックシステムソリューションズジャパン(株)  
作業員は腕章及び名札を付けて訪問します。

### 6. お問い合わせ先

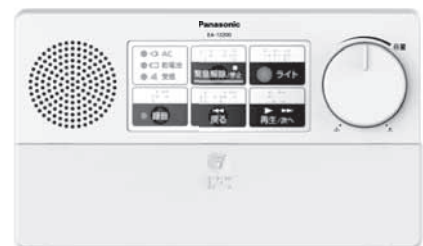
総務課庶務係

電話：68-2111

パナソニック現場事務所

電話：74-8311

新型受信機



## ペットボトルを捨てる際のルールについて

日頃より、ごみの適正分別にご協力いただき誠にありがとうございます。

浦臼町のごみを処理している砂川地区保健衛生組合から、ペットボトルを資源ごみとして捨てる際には、下記のルールを守るよう改めて協力依頼がありました。

正しい分別がされていないと、ごみ処理施設の作業員への負担が大きくなり作業に遅れが出てまいりますので、ご協力をお願い致します。

- ①飲み残し等の異物がある状態で、「資源ごみ袋」に入れしないでください。
- ②キャップをはずし、ラベルを剥がしてください。  
「ペットボトル」は「資源ごみ袋」に、「キャップとラベル」は「可燃ごみ袋」に入れてください。
- ③つぶさずにそのまま「資源ごみ袋」に入れてください。

※②の「ラベルを剥がす」ことについては、これまで浦臼町ではごみ分別辞典等に記載がなく分別のルールとして徹底されていみせんでしたが、今後は「ペットボトルのラベルを剥がす」ことについてご協力をお願い致します。

お問い合わせ 暮らし応援課生活係 電話：68-2112

元気にあいさつをしましょう!!

## 町税の納期のお知らせ

**第3期納期限**

**11月1日(月)まで**

町税(住民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税)は、納付書で納期限までに納付願います。既に口座振替による納付をご利用の場合は、納期限の日に引き落としをいたします。

やむを得ない理由によって期限内の納付が困難となったときは、納期限前に必ず役場税務係までご相談願います。事前の相談なく町税を滞納した場合には、勤務先や金融機関などへの財産調査、給与や預貯金の差押えなど、法に基づいた厳しい滞納処分を行うことがあります。

納付方法は次のとおりです。

### ○口座振替による納付

下記の金融機関で口座振替による納付ができます。

- ・北門信用金庫浦臼支店 ・ゆうちょ銀行
- ・ピンネ農業協同組合浦臼支所

《手続きに必要なもの》

- ・納税通知書 ・通帳及びその通帳の届出印

《手続き場所》 各金融機関の窓口

※口座振替による納付は、納付しに行く手間もなく納め忘れも防ぐことができますのでとても便利で安心です。

※ゆうちょ銀行で口座振替の手続きをされる場合は、申込書の「払込先」欄に次の内容をご記入願います。

加入者名：浦臼町役場  
口座番号：02780-9-960227  
払込日：毎月末日

### ○納付書による納付

下記の金融機関窓口で納付ができます。

- ・北門信用金庫 ・北海道銀行 ・北洋銀行
- ・ピンネ農業協同組合浦臼支所 ・浦臼町役場出納

※ゆうちょ銀行では納付書による納付はできませんので、ご留意願います。

第4期納期限 12月27日(月)

お問い合わせ ぐらし応援課税務係 電話：68-2112

## 令和3年度 浦臼町民玉入れ大会中止のお知らせ

浦臼町スポーツ協会で開催をしております浦臼町民玉入れ大会は、新型コロナウイルス感染症の影響により、町民の皆様や参加者の皆様の健康と安全を最優先に考え、令和3年度の開催は中止とさせていただきます。

楽しみにしていただきました皆様には大変申し訳ありませんが、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

専門家に相談してみませんか？

### 無料法律相談会

雨竜町在住の司法書士・行政書士 木村幸一先生による無料法律相談が下記の日程で開催されます。

**日時** 10月13日(水) 10時~12時

**場所** 浦臼町商工会館

**相談内容** 相続、遺言、登記(法人・不動産)、債務整理、民事裁判、成年後見等  
詳細は浦臼町商工会へ  
電話：67-3331

有料広告

あなたの  
悩みに

すべての相談の相談料が  
**無料になりました。**

コタエを  
出します

相談予約  
ダイヤル

**0125-22-8373**

平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

札幌弁護士会 中空知法律相談センター

ゴミは、分別して出しましょう!!

## 空知中部広域連合職員採用試験

令和3年度採用職員の資格試験（令和4年4月採用予定）を次のとおり行います。

試験区分・採用人数	上級 1人
受験資格	昭和62年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた者
職務内容	一般行政事務
試験日	11月7日（日）9時30分より（第一次試験）
会場	広域介護予防支援センター 奈井江町字奈井江10番地28（空知中部広域連合庁舎）
申込書の受付期限	10月25日（月）まで
試験内容	基礎能力試験、事務能力検査、適性検査
広域連合とは	歌志内市、奈井江町、上砂川町、浦臼町、新十津川町及び雨竜町が、介護保険事務、国民健康保険事業など行政サービスの一部を共同で行うことを目的として設置した特別地方公共団体の一つで、職員の身分は地方公務員となります。
受験案内等	浦臼町ホームページで試験案内等を掲載しております。
お問い合わせ	・空知中部広域連合事務局 電話：66-2152 ・長寿福祉課介護福祉係 電話：69-2100

## 北海道障害者職業能力開発校 令和4年度訓練生の募集

北海道障害者職業能力開発校では、令和4年度の訓練生を募集します。

対象者	障がいをお持ちの求職者
訓練科目	建築デザイン科・CAD機械科・総合ビジネス科・プログラム設計科・総合実務科
願書受付期間	11月1日（月）～11月19日（金）まで
選考試験日	12月6日（月）
選考場所	北海道障害者職業能力開発校 砂川市焼山60番地
試験内容	数学・国語・面接
お問い合わせ	①最寄りのハローワーク ②北海道障害者職業能力開発校 電話：52-2774 FAX：52-9177

## だれでも食堂のご案内

浦臼の野菜をできるだけ使用して月に1回町民が開く、町民のための食堂です。

新型コロナウイルス感染症対策により、予約制での開催といたしますので事前に申込みが必要となります。マスク着用のうえ、ぜひお越しください！

日時	10月23日（土） 11:30～13:30	開催場所	ふれあいの家（中央団地敷地内）
	※11:30から30分ごとの時間予約制です。	申込先	電話090-2811-8196
メニュー	ナポリタン（目玉焼きのせ）・サラダ・スープ	代表	鎌田 眞美
	※テイクアウトも出来ます。（予約限定20食まで）		
料金	大人200円 18歳以下無料		

※新型コロナウイルスの感染状況等により、中止となる場合があります。

元気にあいさつをしましょう!!



## 新型コロナワクチン接種についてのお知らせ

浦臼町立診療所でのワクチン接種予約の終了に伴い、今後新たに接種を希望される方は、新十津川町の花月クリニックでの接種が可能となります（町立診療所での接種はできません）。希望される方は、下記の予約方法にて直接予約をお願いします。

	1回目接種日	2回目接種日	受付時間	予約期間	接種場所
1	10/9 (土)	10/30 (土)	14:00～17:00で 30分ごとの受付 (予約状況により調整させていた だく場合があります)	希望日の <b>3日前</b> までに下記の方法で 予約	花月クリニック (新十津川町花月 201-68)
2	10/16 (土)	11/6 (土)			

※各日程及び時間枠には接種可能人数に限りがあり、各枠ごと定員になり次第締切となりますので、ご了承ください。

### ※ワクチン接種の予約方法

- ・電話 74-2022 (受付時間 平日13:00～17:30)
- ・メール kagetsu-g@voice.ocn.ne.jp (24時間受付)
- ・FAX 74-2520 (24時間受付)

予約時は、次の内容を記載し送信してください

接種者の氏名(ふりがな) / 生年月日 / 電話番号 / 10桁の接種券番号  
受付後、3～4日以内に花月クリニックから折り返しの連絡が入りますので、  
詳しい日程調整はその際に行ってください。

**接種費用は  
無料です。**

お問い合わせ：保健センター  
電話：69-2100

## 紙おむつ等購入費助成（10月～翌年3月分）の申請受付について

浦臼町では、3歳未満のお子さんのいるご家庭に、1ヶ月につき『紙おむつ4袋+燃やせるごみのごみ袋(40ℓ)1梱包』と交換できる引換券を交付しています。

10月は紙おむつ等引換券（10月～翌年3月分）の申請月です。対象者には申請書を郵送しておりますので、希望される方は、保健センターに提出してください。

- ◇申請に必要なもの ・必要事項を記入した申請書  
・お子さんの生年月日がわかるもの  
(健康保険証、親子(母子)健康手帳など)

※3歳になる月分までが交付対象となります。

※町税や使用料等を滞納している場合は、助成の対象外となります。

※お子さんが生まれた時は、随時申請を受け付けています。

※引換券は申請時に発行しておりません。滞納状況確認後に郵送いたしますので、最短でも4～5日かかります。

その他詳しい事やご不明な点につきましては、ホームページをご覧ください。下記までお気軽にお問い合わせください。

【お申し込み・お問い合わせ】  
子育て世代包括支援センター(保健センター)  
電話：69-2100

**国民健康保険税は納期内に必ず納めましょう!!**

# 保健師・栄養士だより

## 運動教室のお知らせ

保健センターでは、今年も11月より下記の運動教室を行います。コロナ禍により、開催が危ぶまれた昨年度でしたが、ソーシャルディスタンスを保ちながら、参加者の皆さんの感染対策へのご協力もあり、安全に実施することができました。後半は皆さんマスク着用でのトレーニングにも慣れ、楽しく参加して頂けたようです。

冬場の運動不足を気にされている方、健診の結果が思わしくなかった方、心身ともにリフレッシュをしたい方など・・・みなさんの参加をお待ちしています。

各教室は、来所者の体温測定、消毒の実施、密集を避ける、換気をするなど、感染予防に配慮して実施いたします。参加される方は、マスクの着用をお願いいたします。

なお、密集を避けるために定員を設けています。申込み締め切りは、11月12日(金)としておりますが、申込み人数によっては期日より早く締め切る場合がありますので、お早めにお申込みください。

### ◇筋力アップ↑・脂肪ダウン↓スポーツ教室◇ 定員18名

インストラクターによる体のコリや疲れをほぐすストレッチ・脂肪を燃焼させるためのリズム体操などを中心に行っています。

<対象> 町内にお住まいの方（概ね74歳以下）

<日程> 11月18日(木)～令和4年1月27日(木)  
の期間中10回

<時間> 9:30～11:30

<会場> 保健センター

<参加料> (何回参加しても) 500円

※体力測定を希望される方は、初回及び9回目の時のみ9:15までにお越しください。



### ◇男性のための健康づくり教室◇ 定員14名

男性インストラクターによる男性のための運動教室です。

体のコリや疲れをほぐすストレッチや、体力維持・アップのための有酸素運動などを行っています。

<対象> 町内にお住まいの男性（概ね50歳以上）

<日程> 11月18日(木)～令和4年1月27日(木)  
の期間中10回

<時間> 13:00～15:00

<会場> 保健センター

<参加料> (何回参加しても) 500円



### ◇減る脂一（ヘルシー）運動教室 in the night◇ 定員14名

家事やお仕事で忙しい世代のための、夜間の運動教室です。

日中の教室に参加できないという方、ぜひご参加ください！

<対象> 町内にお住まいの方（概ね20～50歳代）

<日程> 11月25日(木)～令和4年1月13日(木)  
の期間中7回

<時間> 18:00～20:00

<会場> 保健センター

<参加料> (何回参加しても) 500円



今年度の健診・がん検診を受診された方は、各教室の参加料（500円）が無料になります！

※参加希望の方は、保健センター（電話：69-2100）までご連絡ください。

なお、詳しい内容については、町内回覧のチラシをご覧ください。

**限りある資源を大切に！節水にご協力をお願いします！**

コロナに負けない！

## 自宅でできるトレーニングに挑戦！

外出自粛により増えた“おうち時間”。どうしても運動不足になりがちです。「在宅ワークで長時間座っていることが多い」という方もいるのではないのでしょうか。適度な運動は、生活習慣病予防だけでなく、ストレス解消や良い睡眠にも繋がります。

今回はそんなコロナ禍におすすめのストレッチ・筋力トレーニングを紹介します！

どれも自宅で簡単に取り組める内容になっていますので、デスクワークをしながら、テレビを見ながら、料理をしながらなど、参考にしてみてください！

### 肩・首のストレッチ

- ①片手を反対側の肩に乗せ、肩を下げる。
- ②頭を反対側に倒す。



### 背中・胸のストレッチ

- ①タオルを持った腕を頭の後ろから下げる。
- ②反対側の手でタオルを掴み、下に引っ張る。



### ランジスクワット

- ①足を前後に開いて立ち、後ろ足のかかとを上げる。
- ②真下に体を下げ、4秒キープする。



### 手足のばし

- ①両手両膝を床につけ、左手と右足を床と平行になるまでもち上げる。
- ②4秒キープし、元に戻す。

※戻すときに肘と膝をタッチさせるとより効果的です！



自分で取り組むことが難しい方には、インストラクターによる健康教室がおすすめです！  
詳しくは隣のページをご覧ください。

保健センター 電話：69-2100

買物は町内商店で買しましょう!!

## 浦臼町高齢者世帯等除雪費助成事業について

全戸配布チラシにて周知をしていますが、浦臼町では除雪作業が困難な高齢者等の世帯に対し、業者等に支払った費用の一部を助成し、経済的負担の軽減と安全安心な在宅生活を支援します。

### 助成の対象となる除雪作業

ご自身がお住まいの家屋（店舗兼住宅を含む）の屋根雪下ろしや窓の明かり取りをはじめ、隣接する車庫や物置の除雪、それら建物が所在する敷地の除排雪に係る作業が対象です。

※11月1日（月）から翌年3月31日（木）までに行った除雪作業で翌年3月31日までに支払いを終えているものが助成の対象です。

### 助成の対象となる世帯

11月1日時点で下記のいずれかに該当

- (1) 70歳以上の者のみで構成される世帯
- (2) 身体障害者手帳1級・2級又は肢体不自由区分の下肢や体幹に該当する者のみで構成される世帯
- (3) 母子及び父子並びに寡婦福祉法による母であって、児童を扶養している世帯
- (4) 要介護1以上の介護認定を受けている単身者世帯
- (5) (1)～(4)に該当する者のみで構成される世帯
- (6) その他町長が特に必要があると認めた世帯（同居の家族の入所や長期入院等）

※生活保護受給世帯、町税の滞納がある世帯は対象となりません。

### 助成額

業者等に支払った額の2分の1（千円未満の端数は切り捨て）、5万円を限度として助成します。  
※業者等には、個人（例えば…近所の方や知人）による請負を含みます。

【お申込み・お問い合わせ】 長寿福祉課介護福祉係（保健センター） 電話：68-2288

## 親子食つきんぐ

子育て世代包括支援センター（保健センター）では、調理すること・食べることの大切さや楽しさを感じてもらうため、感染症対策を実施しながら、親子で調理・食事・お片付けをする「親子食つきんぐ」を行います。小さなお子さんにもできる簡単なメニューを栄養士が考案します。普段あまり調理をしたことがないお父さんも大歓迎です。どうぞお気軽にご参加ください。

【日 程】10月23日（土）10：00～14：00

【場 所】保健センター

【対 象】年少から年長に相当する幼児とその親（先着3組）

\*兄弟の参加も可能ですが、年齢対象外となる子は、別室にて託児スタッフと一緒に遊んで過ごしていただき、最後に家族と一緒に食事をします。必要な方は、兄弟分の軽食をお持ちください。

【持ち物】・エプロン・三角巾・マスク・上履き

\*託児が必要な場合は、おむつ、ミルクやお茶などの飲み物、おぶり紐などをご持参ください。

【料 金】大人一人につき500円

※感染症の流行状況により、急遽中止とさせていただくことがあります。ご了承ください。

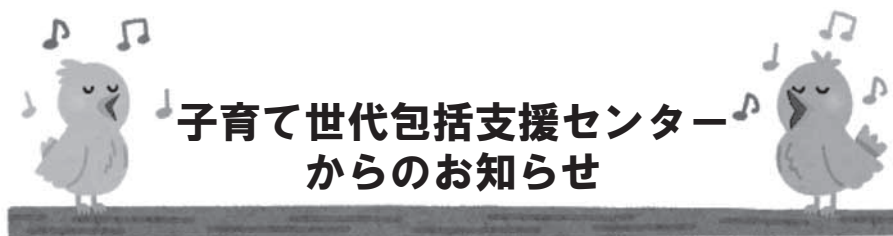


【お申し込み・お問い合わせ】

子育て世代包括支援センター（保健センター） 電話：69-2100

※ 申し込み締め切り：10月13日（水）

元気にあいさつをしましょう！！



## 子育て世代包括支援センター からのお知らせ

### 子育ての昔と今②

前月号に引き続き、祖父母世代と子ども世代の子育ての違いについてご紹介します。



昔

くる病予防のために  
日光浴を推奨

#### 【日光浴】

今



日常生活の中で  
自然に

オゾン層の破壊で紫外線量が増えているため、外出の際は紫外線が強い時間帯をなるべく避け、紫外線対策に気を配りましょう。

#### 【箸やスプーンの共有】

大人が噛み砕いた食べ物を離乳食として与えていた。大人が使っている箸やスプーンで食べさせていた

大人から虫歯菌が感染するため、箸やスプーンの共有はしない

生まれたばかりの赤ちゃんには、虫歯菌はありません。  
周囲の大人は、自身の口の中を虫歯のない清潔な状態に保つ必要があります。

#### 【湯上がりの白湯】

湯上がりに白湯を  
飲ませていた

離乳食が始まる前の水分は、  
母乳・ミルクで十分

#### 【成長のめやす】

体重が多いことが  
健康の証

母子健康手帳の「発育曲線」  
をめやすに

子どもの太りすぎは、将来肥満や糖尿病などの生活習慣病を発症しやすいといわれています。

お父さんお母さんはもちろん、多様な大人（祖父母など）が子どもに関わることは、親の育児負担の軽減となるほか、子どもの社会性が育まれたりと、子どもの成長にも良い影響があります。浦臼町の未来を担う大切な子どもたちの健やかな成長を、町全体で見守っていきましょう。

【お問い合わせ】子育て世代包括支援センター（保健センター）  
電話：69-2100

有料広告

### ほくもんフリーローン『まねき猫』

ご融資金利 年5.0%、年7.0%、年9.0%、年14.0%  
(固定金利・保証料含む) (平成27年4月1日現在)

※ご融資金利は保証会社の審査のうえで決定させていただきます。  
※さらにお取引内容によって上記金利より年0.20%優遇いたします。

・ご融資額 500万円以内 ・ご利用期間 10年以内

※融資条件を変更する場合は、手数料がかかる場合があります。  
※保証会社の審査によって、ご希望に添えない場合があります。  
※詳しくは当金庫本支店窓口にお問合わせください。

他金融機関、クレジット、消費者金融で

ご利用中のローンの借換もOK

ふれあいを大切にする  
**北門信用金庫**

<http://www.shinkin.co.jp/hokumon/>

北門信用金庫 浦臼支店 TEL 68-2011

国民健康保険税は納期限内に必ず納めましょう!!



今月の

粗大ごみ収集日

は 10月19日(火)

です。

10月12日(火)までに申し込みされた方の戸別(訪問)収集日です。

※11月の収集日11月16日(火)です。み切は11月9日(火)までとなります。

# 短歌

浦白短歌会

若くして夫を亡くした義姉さらには息子二人も見送ることに

井川 恵美子

菅総理 二足のわらじはけなきと 国難真中誰リーダーに

井下 隼子

朝明けと夕暮れに鳴く蜩のはかなき生命 惜しみて聞きぬ

藤岡 恭萬

入道雲太き筆もて書かれしか 散歩する道見上げて楽し

本間 マキ子

「お疲れさん」カチッ!!とグラス合 わせつつ 一日を共に労う夕べ

森 一喜

雨雲の流れしあとにあざやかな 吾娘と眺むる 二重虹立つ

森 小夜子



## お知らせします!

最終処分場放流水水質検査結果(8月分)



項目	水素イオン濃度 (pH)	浮遊物質 (SS)	生物化学的酸素要求量 (BOD)	化学的酸素要求量 (COD-Mn)	全窒素 (T-N)
採取日					
8月19日(木)	7.6	1未満	0.9	3.6	2.7
基準値	5.8~8.6	10以下	20以下	90以下	120以下

## 自動車運転免許更新時講習会

優良運転手のみが受講できる講習会で、ご自宅に「運転免許証更新連絡書」が届きますので、滝川警察署砂川警察庁舎等で更新の手続き(申請等)を済ませ、「優良講習」対象者に該当するかどうか確認の上、受講してください。

更新手続きは、誕生日の前後合わせて2ヶ月間の間に行ってください。

とき 10月21日(木)・午後6時から  
ところ 奈井江町文化ホール(JR奈井江駅前)

## お誕生おめでとうございます

服部 光 晟くん 修 一さん 8月18日  
あすかさん 浦白第5

## ご厚志ありがとうございます 社会福祉協議会へ

○社会福祉協議会へ  
・大石 努さん 浦白第3の2  
5万円



## はい!こちら119番



その他の出動	救助出動	救急出動	警戒	火災出動	区分	
					期間	
0 (1)	0 (0)	4 (30)	0 (1)	0 (0)	8月1日 ↓ 8月31日	今月分
6 (16)	0 (5)	66 (263)	5 (11)	2 (2)	1月1日 ↓ 8月31日	累計

浦白町内の出動状況( )内は奈井江・浦白支署全出動状況

## 編集後記

皆さん早いものでもう10月になりましたね。そしてあと3ヶ月も経てば、また新しい年が始まります。本当に月日が経つのは早いものです。皆さんも今年やり残したことがあれば、今からでも遅くはないのではじめましょう。

そんな私ですが、最近自分の中で新しい発見をしました。健康のためにと夜散歩をしているのですが、浦白町はどこにいてもたくさんの星が見えますね。しかも空気が乾燥しているからかとても綺麗で、癒されています。浦白町に来て1年と5ヶ月が経ちますが、これからも新しい発見をしていきたいと思いそんな最近の1コマでした。

## ひとのうごき

男 827人 (-5人)  
女 877人 (-5人)  
計 1,704人 (-10人)  
世帯数 822戸 (-1戸)

( )内は前月との比 ■8月末現在