



第3自治会が白熱した戦いを制す
— 第41回全町男子ミニバレーボール大会
100歳以上の部 —

No.838

BIFUKA 3

2023 (令和5年)



まちの動き (1月末現在)
人口/3,861(+1)・世帯数/2,046世帯(±0)
ホームページアドレス
<http://www.town.bifuka.hokkaido.jp>

携帯電話やスマートフォンからQRコードを読み取るとアクセスできます



令和5年4月～

町税 町道民税 固定資産税 軽自動車税種別割 の納付方法が便利になります

☎ 住民生活課税務グループ TEL2・1612 ☎ 2・1614

令和5年度から町税の納付方法が拡充されます。これまで法人を対象とした電子納税が運用されてきましたが、令和5年4月からは、個人の納税者を対象とした電子納税が開始されます。

町道民税・固定資産税・軽自動車税種別割の3種類が対象となり、納付方法は電子決済アプリ※やクレジットカードでの納付、全国の地方税統一QRコード対応金融機関での窓口納付が可能となります。

これにより、ご自宅のパソコンやスマートフォンからいつでも納付できるようになります。

口座振替を利用されている方は、金融機関口座から引き落とされますので従来どおりで変更はありません。

※ 電子決済アプリ

D払い、AUペイ、ペイペイ、楽天ペイや銀行などで提供している電子決済サービス

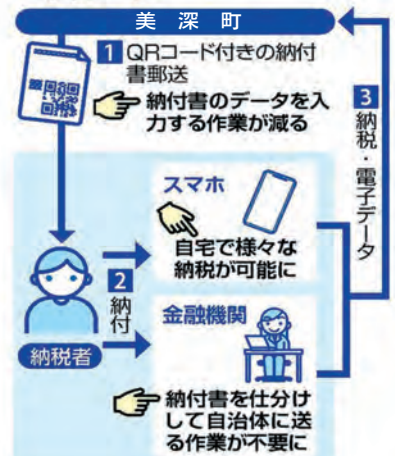
【変更点と注意点】

- ①電子決済に対応した納付書に変更し、現金納付の方にはQRコードを印刷して送付します。
(QRコードを読み取ることで必要な納入情報が省略できます)
- ②口座振替をご利用の方は、領収書が発行されません。
(12月末に送付していた領収書は、納付書の変更により発行されなくなります。領収済通知書(ハガキ)を郵送しますので通帳とあわせてご確認ください)
- ③電子決済をご利用の方は、領収書が発行されません。
(利用明細やアプリ履歴などをご確認ください)
- ④納付できる金融機関が増えます。(全国の地方税統一QR対応金融機関：手数料無料)
※JAなどは令和8年度までに対応予定となっています。町内の北はるか農協では、窓口での納付が引き続き可能です。
- ⑤地方税共通納税システムでの対応となるため、今回3種類の税が対象です。
※国民健康保険税や後期高齢者保険料、介護保険料、住宅使用料などは対応していません。
- ⑥納付書に印刷したQRコードは、現在コンビニエンスストアでは対応していないため、コンビニ納付はできません。
- ⑦クレジットカード決済の場合は、決裁手数料がかかります。

納付書(例) 期別(1~4)が記載 納入者保管(5年)



QRコードを活用した電子納税のイメージ



財務専門官採用試験のお知らせ

☎ 財務省北海道財務局人事課人事係 TEL011・709・2311（内線4252）

財務省北海道財務局では、財政・金融のプロフェッショナルとして活躍する財務専門官を募集しています。

- 【受験資格】 1、平成5年4月2日から平成14年4月1日生まれの者
2、平成14年4月2日以降生まれで次に掲げる者
(1)大学を卒業した者および令和6年3月までに大学を卒業する見込みの者
(2)短期大学または高等専門学校を卒業した者および令和6年3月までに短期大学または高等専門学校を卒業する見込みの者

【申込期間】 令和5年3月1日(水)から3月20日(月)まで

【申込方法】 インターネットにより申し込みください。
<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>



【試験日】 令和5年6月4日(日)

旧優生保護法に関する一時金の支給について

☎ 旧優生保護法に関する相談支援センター TEL0120・031・711

旧優生保護法下で優生手術などを受けた方で、条件を満たす方には一時金が支給されます。条件を満たし、請求を希望される方は、相談支援センターにご連絡ください。

- 【条件】 ①昭和23年9月11日～平成8年9月25日までの間に、旧優生保護法に基づき優生手術を受けた方（母体保護のみを理由として手術を受けた方を除く）
②同じ期間に生殖を不能とする手術または、放射線の照射を受けた方（母体保護や疾病の治療を目的とするなど、優生思想に基づいていない手術などを受けた方は除く）

【一時金】 320万円

【手続き先】 旧優生保護法に関する相談支援センター※手紙・FAX・メールも可能
TEL：0120・031・711（受付時間：8時45分～17時30分（月～金曜日））
住所：〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目 子ども子育て支援課相談室内
FAX：011・232・4240
メール：hofuku.kodomo1@pref.hokkaido.lg.jp

美深町 448cm 12月の月間降雪量更新

美深町のデータ観測で昨年12月の月間降雪量が448センチメートルを記録しました。月間降雪量の更新は平成7年以来となり28年ぶり、降雪量、積雪量ともに平年値の1.5倍を記録する豪雪となりました。



1/25 全国の経験を糧に高文連に向けて、 技術を高めていく

美深高校(菅原和幸校長)軽音楽部2年生バンド(アルカナ)が役場を訪れ、12月に大阪府で開催された第2回スニーカーエイジ全国高校軽音楽部大会の結果報告をおこないました。今回、15校中8位となり入賞できなかったことの悔しさを話しながらも「課題もありましたが全国の舞台上で自分たちの演奏ができました。普段体験できない舞台上の演奏はとても良い経験となりました。春の高文連に向けて、技術を高めて優勝を目指したい」と感想と今後の抱負が述べられました。



美深高校軽音楽部

佐藤愛華さん(キーボード)
技術とパフォーマンスを
向上したい。

鈴木海音さん(キーボード)
悔いのないよう頑張りたい。

市川夢乃さん(ドラム)
より一層練習に励みたい。

高文連に向けて(今後の抱負)

大石ゆずさん(ボーカル)
もっとパフォーマンスを高めて
歌唱力を伸ばしたい。

佐藤晴香さん(ベース)
高文連に向けて技術を高めたい。

西村匠萬さん(ギター)
練習や本番で得たことを
活かし、高文連でしっかり
結果を残せるようにします。

立花陽菜さん(ギター)
悔しい気持ちを忘れずに
もっと練習して良い
結果を残したい。

ソクラテスが基本とした考
で、古代ギリシアの哲学者
ことを自覚するという概念
『無知の知』とは自分知識がない
ことがありません。それは、
『無知の知』です。『無知の
知』とは自分知識がない
ことがありません。それは、
『無知の知』です。『無知の
知』とは自分知識がない
ことがありません。それは、

○はじめに
地域おこし協力隊として
美深町で生活するのも4年
となりました。もともと、
協力隊の任期は3年までで
したので、昨年度で終了の
はずでした。ですが、コロ
ナ禍の影響を考慮した制度
改正があり、私は今年度も
協力隊として美深町で過
すことになりました。

**地域おこし協力隊
活動日記
No.52**



かわさき あっし
川崎 厚志さん

○学ぶ
さて、私が協力隊として
の活動、ひいては生活して
いくうえで心掛けているこ
とがあります。それは、
『無知の知』です。『無知の
知』とは自分知識がない
ことを自覚するという概念
ソクラテスが基本とした考

え方です。この世界には自
分の知らないことがたくさ
んあります。極端な話、私
はこの世界のどれだけのこ
とを知っているのでしょうか。
もちろん1%にすら遙
かに満たないことは明らか
です。
つまり、私が知っている
世界はあまりにも小さな世
界でしかないわけです。
また、どんなに頭がよく
記憶力がいい人でも、やは
り世界の1%も知らないで
しょう。それだけたくさん
の知識や情報がこの世界に
はあるわけです。それはあ
まりにも当然のことですが、
その事実をそのまま受け入
れてしまうには悲しいとあ
る時思ったわけです。

私ができる『学ぶ』とは、
結構単純なものです。極端
な話なんでもいいといえま
す。仕事を通してだけでは
なく、生活の中にも学べる
ことはたくさんありますし、
遊びの中にもあります。ど
こにでも、なんにでもあり
ます。つまりは、自分の捉
え方次第です。
ただし、可能であれば何
かに特化できるものがある

と、自分の生活をより良く
しやすいのではないかと思
います。
ちなみに、私はまだ何か
に特化できるだけの学びが
足りません。もちろん、分
野を絞って見たところで100
%に届くことはないでしょ
うから、完璧になることは
考えられないですが、自分
が諦めない限りは積み重ね
ていくしかないわけです。
というわけで『学ぶ』こと
を続けていこうと決めまし
た。

○最後に
多くの方たちのご協力に
より美深町で生活すること
ができました。この場を持
ってお礼申し上げます。あり
がとうございました。
私の美深町での生活が後
どれほど続くのかはわかり
ませんが、今後もお付き合
いいただければ幸いです。

え方です。この世界には自
分の知らないことがたくさ
んあります。極端な話、私
はこの世界のどれだけのこ
とを知っているのでしょうか。
もちろん1%にすら遙
かに満たないことは明らか
です。
つまり、私が知っている
世界はあまりにも小さな世
界でしかないわけです。
また、どんなに頭がよく
記憶力がいい人でも、やは
り世界の1%も知らないで
しょう。それだけたくさん
の知識や情報がこの世界に
はあるわけです。それはあ
まりにも当然のことですが、
その事実をそのまま受け入
れてしまうには悲しいとあ
る時思ったわけです。



○はじめに
私が美深町に地域おこし協力隊として赴任してから4年が経ちました。これまでに引き続き、町のチョウザメ復興事業に携わらせて頂いております。町での生活にも慣れ、不慣れな暮らしにも愛着が湧いています。



○活動報告

チヨウザメの飼育研究、魚肉・キャビアの出荷、施設の維持管理を行っております。スタッフ共同で日々試行錯誤を繰り返して、この4年間で大きく前進したと考えています。

① 餌の改良

稚魚の育成には餌を摂食しない、食べても消化不良を起こす、水温が低いため発育が遅いなどの問題がありました。消化の良い生餌（イトミミズやオキアミ）と栄養価の高いペレット飼料を発育に合わせ配合を変えながら与えることで、死亡率が大幅に減少し発育も促進されました。



成魚の飼料も見直し、出荷する魚肉とキャビア両方の品質が向上しました。チョウザメは水温が10度以下に

なると消化不良を起こし易くなります。

そのため美深町では5月～11月の約半年間しか給餌を行えません。従来はペレット飼料のみを与えていましたが、手作業でカットした生魚（ホッケなど）と組み合わせて与えることで、短期間での成長促進と魚卵（キャビア）の品質向上が見られました。余計な脂肪が付かなくなりました。卵巣の成熟が妨げられにくくなったためと考えています。魚肉の出荷、キャビアの製造も順調であり、町の特産物としての成果を出し始めていると感じています。

② 施設の維持管理

チヨウザメ個体数の増加により、辺溪施設ではハウス内での飼育数を昨年度の2倍に増やしました。そのため除草、除雪、水流の安定化などメンテナンス作業が大幅に増えています。また排水を活用した稚魚飼料イトミミズ養殖や、停電時の警報システム改善など、日々さまざまな課題と向き合い解決に取り組んでいます。

③ 今後の展望

商品としてのキャビアに注目されがちのチヨウザメ事業ですが、魚肉はもちろん、その飼育技術にも大きな価値があります。美深町ではこれまで約30年間の研究背景があったからこそ、ようやく産業化が見え始めていると感じています。今後は技術だけでなく、商品のPR活動にも専念していきたいと考えています。

○最後に

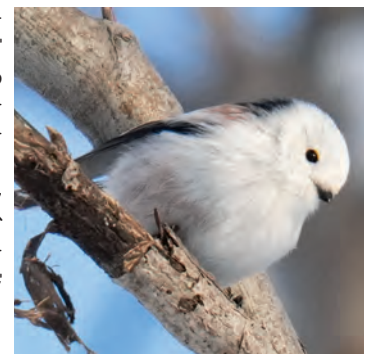
チヨウザメ飼育の他にも、最近では美深町内で野生動物の観察と撮影を楽しんでいます。冬のシーズンだとシマエ

1日のタイムスケジュール（冬）

8:45-10:00	施設チェック、午前給餌
10:00-13:00	魚肉捌き・出荷作業
13:00-14:00	昼休憩 (チヨウザメ館周辺で野鳥撮影)
14:00-16:00	除雪作業
16:00-17:00	午後給餌

年間のスケジュール

1～5月	餌カット作業、除雪、雌雄判別
6～10月	稚魚育成、チヨウザメ移動
11～12月	キャビア製造



ナガヤオオワシ、オジロワシといった野鳥を美深では簡単に観察することができます。写真撮影を始めてから、美深は生物多様性が非常に豊かな町だと改めて感じているので、この魅力を町の子どもたちにも伝えていきたいと考えています。

投票日

4月9日(日)

任期満了に伴う北海道知事選挙および北海道議会議員選挙が、4月9日(日)に行われます。私たちが住む北海道・美深の将来を決める大切な選挙です。

棄権することなく、貴重な1票を必ず投じましょう。

※北海道議会議員選挙の期日前投票の開始日は異なります
投票時間は投票所によって異なりますので、
入場券などでご確認ください。

北海道知事選挙



選挙に
投票できる人は

●年齢・住所要件

平成17年4月10日以前に生まれた人で、令和4年12月22日から引き続き美深町に住所を有する人

●道外へ住所を移した人

令和5年3月23日までに道外へ転出した人は投票できません。

(3月24日以後に転出する人は、転出する日までは期日前投票ができません)

●道内他市区町村へ転出した人

美深町の選挙人名簿に登録されていて、令和4年12月9日以後に道内の他市区町村へ転出し、転出先で選挙人名簿に登録されていない人は、美深町に投票資格がありません。

(引き続き道内の区域内に住所を有する旨の証明書が必要です)



北海道議会議員選挙



選挙に
投票できる人は

●年齢・住所要件

平成17年4月10日以前に生まれた人で、令和4年12月30日から引き続き美深町に住所を有する人。

●道外へ住所を移した人

令和5年3月31日までに道外へ転出した人は投票できません。

(4月1日以後に転出する人は、転出する日までは期日前投票ができません)

●道内他市区町村へ転出した人

美深町の選挙人名簿に登録されていて、令和4年12月9日以後に道内の他市区町村へ転出し、転出先で選挙人名簿に登録されていない人は、美深町に投票資格がありません。

(引き続き、道内の区域内に住所を有する旨の証明書が必要です)

期日前投票について

投票日に旅行や仕事、病気などで投票に行けない人は、期日前投票をすることができます。



北海道知事

●期日前投票の期間

3月24日(金)～
4月8日(土)

8時30分～20時



北海道議会議員

●期日前投票の期間

4月1日(土)～
4月8日(土)

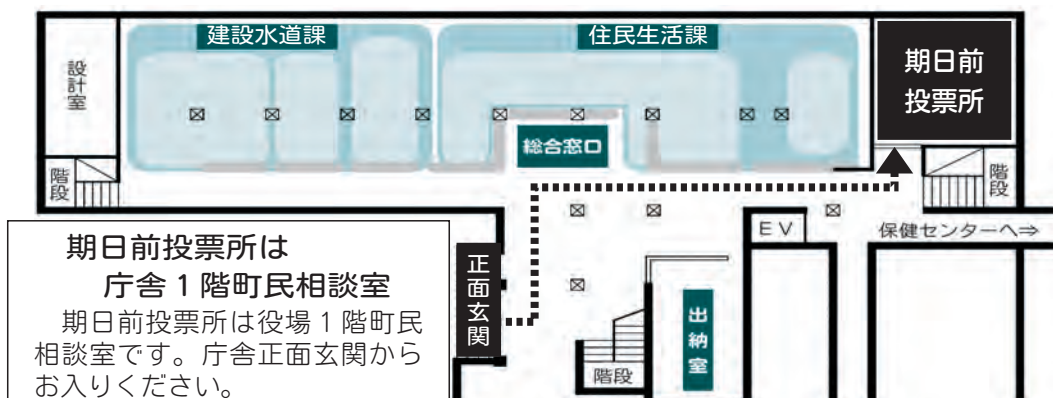
8時30分～20時

●期日前投票の会場

美深町役場町民相談室

(1階)

※入場券裏面に署名し、忘れずに持参してください。



期日前投票所は
庁舎1階町民相談室
期日前投票所は役場1階町民相談室です。庁舎正面玄関からお入りください。

投票日

4月23日 日

任期満了に伴う美深町長選挙および美深町議会議員一般選挙が、4月23日(日)に行われます。この選挙は、町の未来を決める大切な選挙です。明るく豊かなまちづくりのために、あなたの大切な1票を投じましょう。

投票時間は投票所によって異なりますので、入場券などでご確認ください。



今回の選挙に
投票できる人は

●年齢・住所要件

平成17年4月24日以前に生まれた人で、令和5年1月17日から引き続き美深町に住所を有する人。

●町外へ住所を移した人

令和5年4月18日までに、町外へ転出した人は投票できません。

(4月19日以後に転出する人は、転出する日までは期日前投票ができます)



期日前投票は
4月19日からです

投票日に旅行や仕事、病気などで投票に行けない人は、期日前投票をすることができます。

●期日前投票の期間

4月19日(水)

4月22日(土)

8時30分～20時

●期日前投票の会場

美深町役場町民相談室

(1階)

※入場券裏面に署名し、忘れずに持参してください。



不在者投票が
できる人

選挙期間中、仕事や旅行などで、他市区町村に滞在している場合、美深町選挙管理委員会に投票用紙を請求し、滞在中の市区町村の選挙管理委員会に不在者投票を行うことができます。

また、指定された病院や施設などに入院・入所している人は、その病院や施設で不在者投票ができます。

●郵便による不在者投票

身体に重度の障害があり、歩行が困難で投票所に行くことができない人で、一定の条件を満たしている人や要介護区分状態が「要介護5」の人などは郵便で投票できます。

詳しくは「選挙管理委員会」にお問い合わせください。



入場券を
なくしたら

入場券をなくした場合や、まだ届いていない場合でも選挙権を有し、選挙人名簿に登録されていれば投票できます。



即日開票を
行います

開票は、投票日当日、美深町民体育館で行う予定です。なお、不明な点は、役場内「美深町選挙管理委員会」までお問い合わせください。



立候補予定者事前説明会

4月18日告示予定の美深町長選挙・美深町議会議員一般選挙の立候補届出の説明会を開催します。

■とき 3月20日(月) 13:30～

■ところ 役場2階大会議室

※当日は、立候補届出用紙などを交付します。

立候補予定者か事務責任者の印鑑を忘れずに持参ください。

■問合せ先
美深町選挙管理委員会
(総務課総務グループ総務係)
TEL・FAX 2・1611

問 美深町のさらなる発展を推し進めるため「アクアポニックス※」を利用した野菜作りを望みます。チョウザメの町・美深町の利点を活かし、新たな町の事業として「チョウザメから生まれた美味しい野菜」を作ってみてはいかがでしょうか。(30代 男性)

※アクアポニックス…水産養殖と水耕栽培を同時に行う農業で養殖する魚の排出物を肥料にして植物や野菜を育てる農業システム

答 日頃から町政の推進にあたり、御理解と御協力を賜り深く感謝申し上げます。

お手紙のありましたアクアポニックスを利用した野菜作りについては、視察などで排水や循環水を利用した野菜づくりを見ており、将来的には検討の余地がありますが、施設や設備の投資額や実施規模、チョウザメへの影響などの情報収集が必要です。今はチョウザメ事業を軌道に乗せることが最優先事項となります。貴重なまちづくりのご提案として受け止め、情報収集してまいります。

問 美深町の新商品の提案です。「チョウザメのとば」を作ってみてはいかがでしょうか。チョウザメは全国的にも珍しく、とても注目を集められると思います。(60代 女性)

答 日頃から町政の推進にあたり、御理解と御協力を賜り深く感謝申し上げます。

「チョウザメのとば」については、町内の民間企業に協力いただきながら試作してきた経緯がございます。味は評価できるものの「さけとば」より固いものになってしまうこと、商品として生産販売するとなると専門的な人材の確保が必要です。チョウザメ産業の振興は、町民の皆さまに関心を持っていただくことが大切だと考えておりますので、今後いろいろな御意見をいただきますようお願い申し上げます。

お寄せいただいた手紙とその回答を紹介します。

「町長への手紙」

「町長への手紙」は、1月31日現在で6通6項目の提言・要望などをお寄せいただき、匿名による投稿者を除いた全ての方に町長から返事を差し上げました。

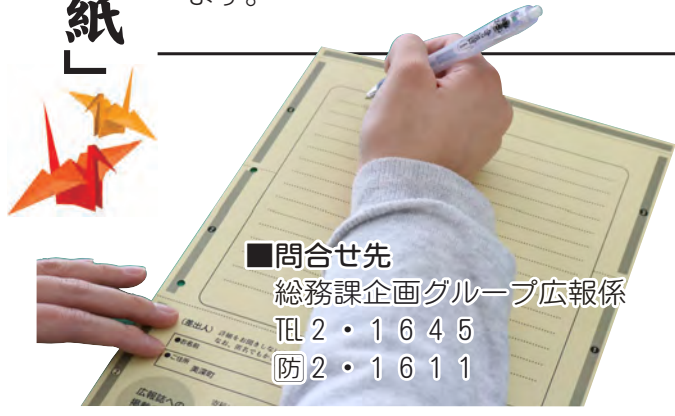
今回は、広報誌への掲載を了承していただいた投稿者の貴重なご提言を町長の回答とともに、町民の皆さんにお知らせします。

また、お寄せいただいた提言・要望などをもとに、より良いまちづくりを進めていきます。

今後とも、町民の皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

※匿名の方のご提言、ご要望などは、参考意見とさせていただきます。

※広報誌面の都合により、お寄せくださった手紙を要約して掲載しております。



■問合せ先
総務課企画グループ広報係
TEL 2・1645
FAX 2・1611

年金窓口から

国民年金保険料

学生納付特例制度

国民年金被保険者で所得が基準額以下の学生の方が、申請により保険料の納付を猶予される制度です。

申請せずに保険料を納めないまましていると、将来の年金や障害基礎年金を受けられない場合があります。

○学生納付特例制度承認期間

令和5年4月1日から
令和6年3月31日まで

手続きの方法

令和4年度に学生納付特例を受けた方で、引き続き学校に在学される方は、4月に送付される学生納付特例申請書(はがき)に必要事項を記入し返送してください。

初めて申請される方、在学する学校などに変更のある方は、住民登録をしている市区町村の年金担当窓口へ申請が必要となります。

住民生活課
生活環境グループ
戸籍年金係
TEL 2・1613
FAX 2・1614

○必要な添付書類

年金手帳、学生であることを証明する書類(在学証明書や学生証の写し)

学生特例が承認されると

特例期間は、老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間として計算されます。特例期間の保険料は、追納されない場合、将来受ける老齢基礎年金額に反映されません。

特例を受けてから10年以内であればさかのぼって追納することができます。

ただし、特例を受けた年度の翌年度から数えて3年度目以降の保険料を追納する場合は、当時の保険料に加算金が増加されます。

■問合せ先

役場総合窓口

TEL 2・1613

FAX 2・1614

旭川年金事務所

TEL 0166・255・5606

ねんきんダイヤル

TEL 0570・051165



School Club Activity 学校の部活

ショーン アシュトン (令和3年11月8日着任)

出身：イギリス チェシャー州 ウォリントン

(美深中学校・仁宇布中学校・美深高校・美深高等養護学校で英語指導)



私は、美深高校軽音楽部の活動に参加しています。子どもの頃からずっと音楽が好きで、とくにギターを弾いてみたいという願望がありました。

イギリスでは挑戦できなかったのですが、幸運にも美深町で今その願いが叶っています。

美深高校2年生の音楽の授業に参加したときに、ギターを弾くチャンスをいただきました。その時とても感動し自分のギターを買おうと決めました。音楽の木村先生は私のギター選びを手伝ってくれて、また軽音楽部の練習にも誘ってくれました。

その軽音楽部が今年の全道大会で準優勝し、昨年末行われた全国大会に出場しました。オンラインでそのようすを見ましたが、本当に素晴らしく、メンバー全員が心から演奏を楽しんでいるのが分かりました。

これからも軽音楽部の活躍を心から応援したいですし、自分もギターの演奏技術を磨きたいと思います。



購入したギター

..... ワンポイント英会話

"chin wag" (チン ウァグ)

「(長い) おしゃべり」という意味のイギリスのスラングです。この言葉にはもともと2つの意味があります。一つはそのままの意味「あご(chin)を振る(wag)」で、もう一つはウェールズ語(※)で、パブなどでお酒を追加注文するときに使う「チン ウァグ(口が空っぽだ)！」です。これらが元となって「たくさんしゃべる(こと)」という意味で使われるようになりました。

(※ウェールズ語・・・イングランドの西、ウェールズ地方で話されている言語)

"I had a nice chin wag with my friends yesterday."

(昨日、友達と楽しいおしゃべりをしました。)

賃貸住宅の退去トラブルを防ぐには！

事例

大学生の娘が4年ほど入居した築25年の賃貸アパートを退去することになり、母親が退去の立ち会いをした。壁や床などの補修費用や清掃代など合計13万5千円になり、敷金6万円を差し引いた7万5千円を請求された。精算書の内容に納得がいかず、入居時の壁や床は新品ではなかったと不動産屋に言ったら、新品だったと言われた。指摘されたシミや傷についても娘はやっていないと言っている。

(当事者：学生 女性)



消費者へのアドバイス

- 国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」では、通常使用による破損や経年変化によるものは家主の負担、通常の使用方法を超える使い方によって生じたものは借主(入居者)の負担とされています。
- 入退去時は、できる限り家主や仲介業者などの家主側と一緒に部屋の現状を確認しましょう。その際、確認した内容をメモに残したり、修繕が必要と思われる箇所の写真を撮ったり、証拠となる記録を残すことが大切です。
- 修繕費用を請求された場合、内容をよく確認し、納得出来ない点は家主側に十分な説明を求めましょう。
- 退去時のトラブルを未然に防ぐためには、入居前に部屋に傷や汚れがないか写真で記録しておくことが大切です。ハウスクリーニングは借主(入居者)が負担とするなどの特約は、原則として有効となるため、契約前に契約書をよく読み、退去時の特約などを確認しておきましょう。

問合せ先 名寄地区広域消費生活センター TEL・FAX 01654・2・3575 担当：宇都・安土・中島



自己肯定感を高めて ハッピー子育て

イライラや不安など、子育てが思うようにできないと感じることはありませんか。ネガティブな感情の根底には、その人の自己肯定感が影響しています。

自己肯定感とは、自分を「このままで大丈夫」「長所も短所もあってOK」「かけがえのない存在だ」と思え、自分の存在そのものを認める感覚のことです。自己肯定感が高められると、パートナーとのコミュニケーションがうまくいったり、子どもの自己肯定感アップにもつながり家族や周囲にも良い影響がでます。自己肯定感を高めて、楽しく子育てをしましょう。

●ありのままの自分を認める
良いか悪いかは関係なく、自分を認める。自分で自分に共感する。

●ありのままの自分を受け入れる
嫌なところは理由を理解し、自分らしさや個性を「これが自分」と思うこと。

●ありのままの自分を大切に
自分を理解し、自分が味方になる。自分のことを後回しにしてきた人ほど、誰かの力を借りても心と体をいたわることが必要。

●自分の価値を感じる
自己肯定感の土台ができていると、自分を好意的に見られるようになり自己価値を感じやすくなります。

●自分を信頼する
「自分は大丈夫」「自分ならできる」と無条件に自分を信じてあげることができ、真の「自信」が身につきます。

【問合せ先】

保健福祉課

保健福祉グループ保健係

TEL 2・1685

TEL 2・1683

美深厚生病院からの お知らせ

病院の薬と市販の薬に
ついて(その2)

以前(令和3年3月号)にもお知らせしましたが、病院で処方される薬の一部は、町の薬局や薬店、ドラッグストアなどで購入できるものもあります。

「アセトアミノフェン」は厚生病院では「カロナール」という名前で処方・調剤されていますが、町の薬局やドラッグストアでは「タイレノール」と別の名前で販売されています。

町の薬局や薬店でよく見る「イブ」という薬は、病院では「ブルフェン」という名前で、どちらも成分は「イブプロフェン」というものです。

新型コロナウイルス感染症で自宅療養中の発熱や痛み、またワクチン接種後の発熱や痛みに対し、市販の



特に小児では注意が必要です。

病気によっては服用する薬が変わります。また、薬局や薬店よって購入できる薬も異なりますので、自己判断せず、必ず薬局や薬店にご相談ください。



【問合せ先】

J A 美深厚生病院

TEL 2・1631

医師増員のご紹介

令和5年4月1日より、厚生病院の常勤医師が1人増員となりますのでご紹介いたします。

内科医師： **はねだ まさひら**
羽田 政平 先生

【経歴】

平成15年弘前大学卒業、北海道大学第3内科、苫小牧市立病院、稚内市立病院、北海道医療センター、さっぽろ銀杏会記念病院などで勤務

【専門医】

日本内科学会総合内科専門医
日本消化器病学会消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医
日本消化管学会認定胃腸科専門医
日本がん治療認定医機構がん治療認定医

北海道警察官募集

こちら警察署



(1) 試験概要

- 採用予定人数 200名程度
 - 【男性A区分】 115名程度 【男性B区分】 35名程度
 - 【女性A区分】 35名程度 【女性B区分】 15名程度
- 受験資格 平成3年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方
- 受付期間 令和5年3月1日(水)から3月31日(金)まで
- 試験日 【第1次】 5月14日(日) 【第2次】 6月中旬から下旬

(2) アピールポイント

- ①あなたの個性や特技を生かせるフィールドがあります。
- ②悪は許せない、やりがいを持って仕事がしたい、大好きな北海道で働きたい、働きながら自分の成長を感じたい、熱い思いを持っているあなた。受験しない理由はありません。
- ③仕事のやりがいだけでなく、私生活の充実も大切にする組織です。



(3) 北海道警察を知ろう

北海道警察では、ウェブや対面型など各種説明会を開催しています。まずは説明会に参加して、北海道警察を知ることから始めましょう。

説明会の案内は、北海道警察ホームページや北海道警察採用センターのSNSをご覧ください。

名寄警察署 TEL01654・2・0110

性犯罪被害相談電話 #8103

融雪期の事故の防止

冬の事故を防ぐために次の点に注意しましょう。

(1) 適切な時期の氷雪下ろし
氷雪が落下する危険がある場所は、看板やロープなどにより、歩行者などに注意を促しましょう。

(2) 複数人による安全の確保
作業をするときは、複数人で行い、命綱や安全帯を装着するなど、自身の安全を確保しましょう。

(3) 除雪機による作業中の安全確保
作業に適した服装を着用し、エンジンを掛けたまま雪詰まりを取り除くなどの行為はやめましょう。

警察活動への道民の理解と協力の確保

4月15日から2日間、G7札幌気候・エネルギー・環境大臣会合が開催されます。警察では、テロ等違法行為の未然防止を図ることを目的に、会場周辺や公共交通機関などにおける警戒警備を強化します。不審な人や車、物などを発見した場合は、警察への通報をお願いします。



消防署だより

救急車を呼ぶ？ 呼ばない？

救急車を呼んだ方が良いか、「今すぐ病院に行った方が良いか」など判断に迷ったことはありませんか。そんな時、総務省消防庁作成のスマホ版救急受診アプリ『Q助』を活用することができます。

該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が色付きで分かりやすく表示されますので、救急車を呼ぶ判断の手助けとなります。

※(ウェブ版のみPC利用可能)



凍る路面に気をつけよう

3月は寒暖差が大きくなる時季です。

日陰になる場所や夜間は道路が凍結して滑りやすくなる場合がありますので、転びにくい歩き方のポイントをおさえて、ケガなく冬を乗り越えましょう。



③余裕をもって歩く



②靴の裏全体をつけて歩く



①小さな歩幅で歩く

美深消防署

TEL・防2・1136

暮らしのお知らせ

このコーナーには、皆さんの暮らしに役立つ情報を掲載しています。

制度

農業後継者育成奨学金の貸付けを行います

将来、農業経営者を志して高校または大学（農業関係学科に限る。農業大学および短期大学を含む）へ進学した方を対象に奨学金の貸付けを行っています。希望される方は、期日までに申請してください。

●貸付対象者
町内の農業者の子弟で将来、町内で農業の担い手になろうとする高等学校または大学に進学した方

●奨学金の額
・高校生（月額）1万3千円
・大学生（月額）3万円

●貸付期間／在学中
●返済／卒業後、引き続き3年間自家の農業に従事した時は、貸付金の返済は免



ひなまつり
3月3日

除します。それ以外は、卒業後返済が必要です

●申請期限
4月21日（金）まで

■問合せ・申請先
農業委員会事務局

TEL 2・1642
TEL 2・1641

就学費を援助します

経済的な事情により就学が困難と認められる世帯に対して学用品費や給食などの必要経費を一部援助する就学援助費の申請を受け付けています。

希望される方は、期日までに申請してください。

※申請は毎年度必要です。

●申請期間
3月3日（金）まで



育英資金の貸付けを行います

町では、経済的な事情により就学が困難な方に対して育英資金の貸付けを行っています。

次に該当する方で貸付けを希望される方は、期日までに申請してください。

●申請期間
3月3日（金）まで

●貸付対象者
本町に住所を有する方で、

高等学校、専門学校、短期大学、大学に進学する方

●貸付額
・高校生（月額）1万円
・短期大学、専門学校生（月額）2万円

・大学生（月額）3万円
・入学一時金（高校生を除く）20万円

●貸付条件
・利子：無利子

・貸付期間：当該学校の規

●必要書類／同世帯の収入を証明できるもの（源泉徴収票、確定申告書など）

■問合せ・申請先
教育委員会
教育グループ学校教育係
TEL・FAX 2・1744

所得税の確定申告はお早めに

☎ 住民生活課税務グループ税務係
TEL 2・1612 ☎ 2・1614

確定申告書などの申告書類

確定申告を税務署の作成コーナー用パソコンや国税庁ホームページを利用して提出した方と同様に、平成29年分の確定申告から、前年分の申告書を役場で受付した方に対しても確定申告などの書類送付に代えて「お知らせはがき」「お知らせ通知」を送付するよう取り扱いを変更しています。このため、確定申告書などの書類を必要とする場合は、国税庁ホームページから取得するか、役場住民生活課税務グループにありますのでご利用ください。

消費税の申告は3月31日（金）まで

課税事業者である方は、令和4年分（課税期間）の課税売上高が1,000万円以下となった場合でも申告が必要ですのでご注意ください。

受付期日

3月15日（水）まで 9:00～16:00

受付場所

- ・名寄税務署（名寄市西1条北1丁目）
- ・役場町民相談室

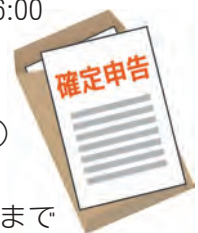
※役場は3月15日（水）正午まで

郵送の場合

〒078-8507

札幌国税局業務センター旭川分室

※住所の記載は不要です。



定の修学年数
 ● 保証人：連帯保証人2人
 ● 必要書類
 ・ 入学通知書など入学を証明するもの。または、在学証明書
 ・ 同世帯の所得を証明できるもの
 (源泉徴収票、確定申告書、所得証明書など)
 ※ 貸し付けには所得制限などがあります。返済期間は、貸付終了の翌月から貸し付けした年月の2倍に相当する期間までとします。また、入学一時金については、貸し付けを受けた月から3年以内とします。

3月は町税の滞納整理強化月間です

税

■ 問合せ・申請先
 教育委員会
 教育グループ学校教育係
 TEL・防2・1744

町では、滞納整理を強化するため、町税(町民税、固定資産税、国民健康保険税、軽自動車税など)の未納者に対する預貯金、給与などの財産差し押えを行う

ことがあります。まだ納税されていない方は、お早めに納税してください。
 ● 町税に関するご相談
 役場では土・日曜、祝日を除き、午前8時45分から午後5時30分まで随時、受け付けています。日中納税できない人は、事前にご連絡いただければ夜間の納税もできますので、担当までご連絡ください。

相談

移動年金相談所を開設します

旭川年金事務所の専門員が来庁し、移動年金相談所を開設します。

相談は完全予約制のため、必ず予約をお願いします。定員になり次第締め切りとなります。

● 日時 / 3月30日(木)
 午前11時～
 午後2時30分

■ 問合せ先
 住民生活課
 税務グループ収納係
 TEL 2・16612
 防2・16614

● 場所 / 役場1階新会議室
 ■ 問合せ・予約先
 旭川年金事務所
 (お客様相談室)
 TEL 01666・255606
 住民生活課
 生活環境グループ戸籍年金係
 TEL 2・16613
 防2・16614

新入学おめでとうございます

岡 教育委員会教育グループ学校教育係
 TEL・岡2・1744

※入学児童名(保護者名)

美深小学校 17人 (敬称略)

【第1自治会】

小谷 璃咲(洋輔)
 笹田 華蓮(拓也)
 高嶋ひかり(潤)
 高橋虎太郎(亮翼)

【新生自治会】

石垣 嵐士(優)
 中田 紬(敏仁)
 中野 季(弥)

【吉野自治会】

及川莉久翔(裕樹)
 十文字遥希(光昭)

【第2自治会】

竹本 彩未(雅裕)

【富岡自治会】

中野安紀菜(静男)

【第4自治会】

樫田 悠磨(周)
 柏木 望桜(啓人)
 高堰 椋(孝太)

【川西自治会】

本田 亨貞(晋広)

【第5自治会】

今泉 杏涼(直人)

【恩根内自治会】

近野木乃花(剛)



※保護者の了解をいただいた児童のみ掲載しています。



おうちで応援！ かって北海道！

道では、新型コロナウイルスの影響により、厳しい経営環境に直面している道内の生産者や起業を応援するため、道産食品やレシピを紹介するウェブページ「おうちで応援！かって北海道！」を公開しています。

ぜひ、道産食品を「かって(買って)応援」してください。



コロナ予防

Vol. 34

保健福祉課保健福祉グループ
TEL2・1685 防2・1683

北海道新型コロナウイルス
感染症健康相談センター

TEL0120・501・507
(フリーダイヤル・24時間)

北海道コロナウイルス
ワクチン接種相談センター

TEL0120・306・154
受付時間／9時～17時30分
(土日・祝日含む)

ウィズコロナ時代のフレイル予防

新型コロナウイルス感染症の影響で、地域の活動に参加するのを控えることが多くなり、体の筋肉量が減ったり、自宅に引きこもり、社会的に孤立するなど身体機能や認知機能が低下する「フレイル」状態になる人が増えていると言われています。

フレイルが進行すると転倒や骨折、物忘れなど生活の質が落ちるだけでなく、身体機能が低下し要介護状態に陥るリスクが高まります。

フレイルの種類

フレイルは、大きく分けて3つの種類に分かれます。

- ①体のフレイル……筋肉量の減退や食欲の低下
- ②心のフレイル……認知能力の低下や抑うつ気分
- ③社会的フレイル…社会とのつながりが希薄化し孤立

フレイルチェック

- ①1年間に体重の5%くらいの減少
- ②疲れやすくなった
- ③歩く速度が遅くなった
- ④握力が弱くなった
- ⑤身体活動量が減っている

※①～⑤の項目のうち3つ以上が該当する場合をフレイル、1～2つ該当する場合をフレイルの前段階のプレフレイルといわれています。



フレイル予防のポイント

- ①身体活動を増やす
今よりも10分多く体を動かしましょう。
- ②バランスの良い食事をする。
バランスのとれた食事を3食しっかりととりましょう。
調理が大変な場合は、市販の総菜や缶詰、レトルトも活用しましょう。
- ③社会参加をする
趣味やボランティアなど自分に合った活動を見つけ交流する機会を持ちましょう。
電話や手紙など対面でなくても人とつながることは重要です。
日常生活を見直しフレイルを予防しましょう。

美深町の新エネルギー

総務課企画グループ商工観光係
TEL2・1645 防2・1611

令和4年1月から
令和4年12月分の
二酸化炭素排出削減量

420
トン-CO₂

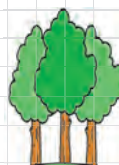


新エネルギーを活用した、びふか温泉木質バイオマスボイラと、美深中学校太陽光発電施設における、令和4年1月～令和4年12月分の二酸化炭素排出削減量は、「420トン-CO₂」でした。

420トンの二酸化炭素はどのくらい？



石油消費量に換算すると・・・
160,400リットル(200リットル缶**802本分**)
を燃やした時に排出される二酸化炭素量に相当します。



樹木に換算すると・・・
60年生のトドマツ**873本**が一生で吸収・固定する二酸化炭素量に相当します。

※国・北海道の係数などを用いて算出

3月 カレンダー

カレンダー行事日程は、変更になる場合があります。
お確かめのうえ、ご利用ください。

2023. MAR

日	Sun.	月	Mon.	火	Tue.	水	Wed.	木	Thu.	金	Fri.	土	Sat.																																												
	<p>○ちびっこひろば 開放日 ・毎週月曜日 (10:00~12:00)</p> <p>○育児サークル開放日 ・毎週火曜日 (10:00~12:00)</p>	<p>○高齢者肺炎球菌 ワクチン ※接種対象や助成などは、 保健センター(☎2・1685) へ問合せください。 ※美深厚生病院は、接種日 の10日前までに保健セン ターに予約してください。 ※名寄吉田病院の予約は、 直接問合せください。</p>	<p>○母子手帳交付、妊 婦・乳幼児相談、 健康・栄養相談 ・毎週月曜日 ※健康相談の日程 に都合がつかない 方は、ご相談くだ さい。</p>	1	<p>▶美深高等学校卒業 式 (10:00・同校)</p>	2	<p>▶【0~2歳児対象】 子育て支援「遊び の広場」 (9:30~11:30・幼) ▶第1回定例会 (10:00・役) ▶びふかスポーツク ラブ「レディスポ」 (18:30・体) ▶四種混合ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	3	<p>▶【0~2歳児対象】 遊び場の開放 (9:45~11:30・保) ▶全町シニア元気アッ プフェスタ (13:30・体)</p>	4	<p>▶美深町文化協会設 立60周年記念式典 (10:30・体)</p>	5	6	<p>▶B型肝炎ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	7	<p>▶心配ごと相談 (13:00~15:00・コ) ▶BCGワクチン予 防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	8	<p>▶運転免許証更新時 講習 (優良14:00、一般15:00・体) ▶日本脳炎ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	9	<p>▶【0~2歳児対象】 子育て支援「遊び の広場」 (9:30~11:30・幼) ▶びふかスポーツク ラブ「Kids」 (18:30・体) ▶ヒブワクチン・小 児肺炎球菌ワクチ ン同時予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	10	<p>▶【0~2歳児対象】 遊び場の開放 (9:45~11:30・保) ▶びふかスポーツク ラブ「とっとの会」 (10:00・体) ▶美深高等養護学校 卒業式 (9:40・同校)</p>	11	<p>▶仁宇布小中学校卒 業式 (10:00・同校)</p>	12	<p>▶美深中学校卒業式 (10:00・同校)</p>	13	<p>▶ロタウイルスワク チン (受付15:30~15:45・厚)</p>	14	<p>▶麻しん風しんワク チン予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	15	<p>▶運転免許証更新時 講習 (違反14:00・体) ▶びふかスポーツク ラブ「レディスポ」 (18:30・体) ▶乳幼児健診 (14:0 0~・保健センター) ▶日本脳炎ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	16	<p>▶小児用肺炎球菌ワ クチン予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	17	<p>▶美深小学校卒業式 (10:00・同校)</p>	18	<p>▶幼児センター卒園 式 (10:00・同所)</p>	19	20	21 (春分の日)	22	23	<p>▶【0~2歳児対象】 子育て支援「遊び の広場」 (9:30~11:30・幼) ▶ヒブワクチン・小 児肺炎球菌ワクチ ン同時予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	24	<p>▶幼児センター(1号認 定)、美深小学校、美深 中学校、仁宇布小中 学、美深高等学校、美 深高等養護学校修了式 ▶【0~2歳児対象】 遊び場の開放 (9:45~11:30・保) ▶びふかスポーツク ラブ「とっとの会」 (10:00・体) ▶高齢者肺炎球菌ワ クチン予防接種 (受付10:30~10:45・厚)</p>	25	26	27	<p>▶子宮頸がんワクチ ン予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	28	<p>▶B型肝炎ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	29	30	<p>▶四種混合ワクチン 予防接種 (受付15:30~15:45・厚)</p>	31	

体…文化会館COM100 **幼**…幼児センター **コ**…コミセン **体**…町民体育館 **保**…保健センター **厚**…美深厚生病院 **役**…役場 **児**…児童館

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、
行事が中止などになる場合があります。
詳細について各担当から
防災情報端末機などで
お知らせします。



— 4月の予定 —

- 4/9(日) 北海道知事及び北海道議会議員選挙
- 4/16(日) 美深白樺樹液まつり
- 4/23(日) 美深町長及び美深町議会議員選挙



わがやのアイドル
おち あい はる き
落 台 晴 輝 くん



R2・5・19生 父：賢多さん
新生自治会 母：翠さん
それいけ！わがやのドラえもん!!

感謝状



(敬称略)

ありがとうございます

- 地域貢献感謝状（公営住宅の屋根雪下ろし等）
（株）山崎組

表彰



(敬称略)

おめでとうございます

- 全国商工会連合会長表彰（優良従業員）
新木 雅洋（山一興業(株)）
- 上川管内商工会連合会長表彰（優良従業員）
高橋 一成（谷口木材(株)）
芳賀亜紀子（株馬場商店）
- 美深町商工会長表彰（優良従業員）※50音順
（30年勤続・15年勤続者は美深町から感謝状を贈呈）
《30年勤続》高橋 一成（谷口木材(株)）
芳賀亜紀子（株馬場商店）
《15年勤続》石本 直行（谷口木材(株)）
石渡 政則（有）小倉建設
小茂出 悟（株クリア）
塚原 繁（株クリア）
《10年勤続》安斉 誠（有）小倉建設
成吉 雪輝（有）小倉建設
《5年勤続》安東 裕司（有）北美自工
佐藤 勝行（株クリア）
佐藤 康平（株馬場商店）
澤口 浩和（株利平興業）
成田 咲映（株利平興業）

寄付・寄贈



ありがとうございます (敬称略)

- きずな基金に(社協) (1月受付分)
 - ・亡夫の追善供養として 梅田 梅子(第5) 社会福祉協議会へ 2万円
南自治会へ 2万円
第1自治会へ 2万円
 - ・亡夫の追善供養として 武田 則子(新生) 社会福祉協議会へ 3万円
新生自治会へ 2万円
 - ・亡妻の追善供養として 大内 仁(第1) 社会福祉協議会へ 3万円
第1自治会へ 2万円
- 教育委員会に
 - ・給食用食材として 牛肉 肉用牛生産振興会
さけるチーズ 北はるか酪農振興協議会美深部会

ふるさと納税寄付金

- 1月受理分 144件… 351万8千円
（令和4年度累計額 3,328件…6,580万2千円）

戸籍のま と (1月)

◆お誕生おめでとう◆

赤ちゃん	保護者名	自治会
弦巻 <small>いちか</small> 偉哉ちゃん	峻哉さん	仁宇布
米田 <small>もものり</small> 百慶ちゃん	章太郎さん	第 3
田中 <small>ゆずか</small> 柚圭ちゃん	雅久さん	第 2

◆おくやみもうしあげます◆

亡き人	年齢	自治会
武田 宣男さん	82歳	新 生
大内 陽子さん	82歳	第 1
伊藤のり子さん	89歳	第 5
齊藤 達見さん	88歳	第 5
内山 繁美さん	83歳	第 1
竹内アサヨさん	97歳	西 紋