



心はひとつ 新記録に挑戦

美深中学校の体育大会が同校のグラウンドで行われました。恒例種目の「みんなでジャンプ(長縄跳び)」では、クラスごとに分かれて最大回数の記録に挑戦。生徒たちが声を掛け合いながら真剣に跳ぶ姿に家族たちも手に汗を握って応援。生徒たちと一緒に一喜一憂しながら体育大会を楽しみました。(5月30日)

BIFUKA 2009 (平成21年) 7

●まちの動き (5月末現在)

人口/5,167人(-10)・世帯数/2,420世帯(-3)

ホームページアドレス

<http://www.town.bifuka.hokkaido.jp>



資源を大切に—この広報誌は再生紙を使用しています。

長寿医療制度のお知らせ

長寿医療制度は将来にわたり国民皆保険を守り、高齢者の方が安心して医療を受けられるよう創設された支え合いのしくみです。

※正式名称は「後期高齢者医療制度」ですが、身近で親しみやすい制度とするため「長寿医療制度」と呼称しています。

1 所得が少ない人に対する保険料の軽減割合を拡大しました

政府は、保険料の軽減について一部見直しを決め、保険料の均等割が「7割軽減」対象の方について、その軽減割合を8.5割に拡大しました。対象になる方には見直し後の保険料額で「保険料額決定通知書」を送付します。なお、改めて手続きをいただく必要はありません。

1 所得に応じた軽減

- 均等割の軽減 軽減は加入者と世帯主の所得の合計で判定します
加入者でない世帯主の所得も判定の対象となります



所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	軽減前	軽減後
33万円かつ加入者全員が年金収入80万以下で他の所得がない	9割軽減	38,592円	3,800円
33万円	8.5割軽減	38,592円	5,700円
33万円 + (24万5千円 × 世帯主以外の加入者数) <small>●単身世帯の方は、該当しません</small>	5割軽減	38,592円	19,200円
33万円 + (35万円 × 世帯の加入者数)	2割軽減	38,592円	30,800円

例) 年金収入168万円の1人世帯の軽減判定の所得の求め方

$$\begin{array}{|c|} \hline 168万円 \\ \hline (年金収入) \\ \hline \end{array}
 -
 \begin{array}{|c|} \hline 120万円 \\ \hline (公的年金等控除額) \\ \hline \end{array}
 -
 \begin{array}{|c|} \hline 15万円(※1) \\ \hline (特別控除額) \\ \hline \end{array}
 =
 \begin{array}{|c|} \hline 33万円 \\ \hline (軽減判定の所得) \\ \hline \end{array}$$

※1 65歳以上の方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します

●所得割の軽減

加入者個人の所得で判定します

所得が次の金額以下の世帯	所得割軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	5割軽減

2 会社などの健康保険の被扶養者だった方の軽減

長寿医療制度に加入したとき、被用者保険(※2)の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、加入したときから2年間、所得割がかからず均等割が軽減されます。

平成21年度は、均等割が9割軽減され、年間の保険料額は3,800円です。

保険料が減免となる場合があります

災害などで重大な被害を受けたときやその他の特別な事情で、生活が著しく困窮し、保険料を納めることが困難な方については、保険料が減免となる場合があります。詳しくは、役場住民生活課生活環境グループまでお問い合わせください。

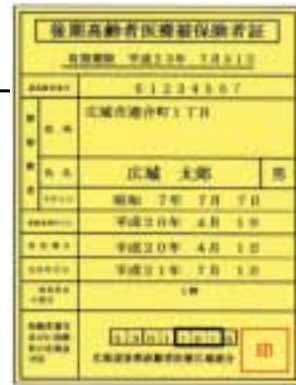
※2 被用者保険とは

全国健康保険協会管掌健康保険や組合管掌健康保険、共済組合など、いわゆるサラリーマンの健康保険のことです。市町村の国民健康保険や国民健康保険組合は含まれません。

2 新しい保険証(被保険者証)に変わります

現在使用している保険証は、平成21年7月31日で有効期限が満了となり、8月以降は使用できなくなります。
 新しい保険証への更新は7月中に行います。更新日時など詳しくは、別途個人あてに郵送でお知らせします。
 なお、新しい保険証は有効期限が平成23年7月31日までの2年間となり、用紙の色も青色から黄色に変わります。

現在使用している保険証の有効期限は7月31日まで



◀黄色に変わります

3 減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)をお渡しします

減額認定証は、住民税非課税世帯の方が入院した際の医療費や食事代などの自己負担限度額を軽減するために必要なものです。
 現在使用している減額認定証は、平成21年7月31日で有効期限が満了となりますので、8月以降は使用できなくなります。
 新しい減額認定証への更新は、保険証と同様に7月中に行います。
 対象となる方には、別途個人あてに郵送にて更新日時などをお知らせします。
 なお、新しい減額認定証は、用紙の色が緑色から橙色に変わります。
 また、今まで使っていた減額認定証は、8月以降は使えませんが、廃棄してください。



▲橙色に変わります

4 8月から「高額医療・高額介護合算療養費制度」の受付開始

同じ世帯の加入者の方全員が、1年間に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計が基準額を超えたときは、超えた額が高額介護合算療養費として支給されます。

1 平成21年度の支給要件と支給額

通常、毎年8月からその翌年の7月末までの医療保険と介護保険の自己負担をもとに支給額を計算しますが、平成20年4月から制度が開始されたため、平成21年度は、右のように支給額を計算します。

平成21年度に限り、平成20年4月1日～翌年7月31日の16カ月間で計算することができます。その場合の基準額は、()内の金額です。

■自己負担限度額(年額:8月1日～翌年7月31日)

区分		合算した場合の基準額
現役並み所得者		67万円(89万円)
一般		56万円(75万円)
住民税非課税世帯	区分Ⅱ	31万円(41万円)
	区分Ⅰ	19万円(25万円)

2 市町村の窓口へ申請が必要です

8月から、お住まいの市町村の窓口で申請の受付を開始します。
 平成20年4月から平成21年7月末までの間に「市町村を越える転居をした方」「他の医療保険制度から長寿医療制度に移られた方」は、転居前の市町村や以前加入していた医療保険制度の保険者への手続きが必要となります。
 詳しくは、役場住民生活課生活環境グループまでお問い合わせください。



問合せ先

■住民生活課生活環境グループ【国保医療】TEL 2・1614(直通)

■北海道後期高齢者医療広域連合

TEL 011・290・5601

住民参加のまちづくりをめざして

「町長への手紙」で

あなたの声をお聞かせください

平成20年度「町長への手紙」項目別実績

(単位：件)

住民生活に関すること	4
産業施設に関すること	1
教育文化に関すること	5
その他	2

「町長への手紙」の流れ

皆さんから寄せられた手紙は、次のような流れで処理されます。

1. 町長が直接1通ずつ目を通します

「町長への手紙」は、直接町長に届き、はじめに町長が目を通します。

2. 町長から、各担当課へ指示

内容によって各担当課へ、町長の指示とともに回送されます。

3. 各担当課で内容を調査・検討

実態把握や必要に応じて現地調査を実施するなど、内容を十分に調査検討します。また、まちづくりを進めていくための参考にします。

4. 町長へ検討結果を報告

担当者はどのような状況であったか、どのような対応をするかを町長へ報告します。

5. 「町長への手紙」の返答・送付

差出人宛に書面などで返答します。あわせて、担当課で処理および対応を行います。

町長への手紙は、町民の皆さんからのご意見やご提言、アイデアを「まちづくり」や「業務改善」など町政に反映させることを目的に毎年行っています。前回は8人の皆さんから12項目のご意見、ご提言などをいただきました。

お寄せいただいた手紙は、すべて町長が目を通し、匿名などの場合を除き、可能な限り投稿者に返答させていただきますと同時に、今後のまちづくりや行政運営の参考とさせていただきます。

また、広く住民に周知すべき内容の手紙が寄せられた場合は、投稿者の承諾を得て、町長の回答とともに広報誌において紹介させていただきます。

皆さんからの町政に対する建設的なご意見やご提言などをお待ちしています。

手紙を書くにあたって

○ 詳しい内容などお問い合わせする場合は、氏名、住所、連絡先などは極力ご記入ください。

○ 匿名でも構いませんが、その場合は「参考意見」とさせていただきます、回答書の送付および広報誌への掲載はいたしません。

○ 広報誌への掲載を希望されても、紙面の都合などにより、必ず掲載されるとは限りませんので、あらかじめご了承ください。

○ 別添の「町長の手紙」の記入欄に書ききれない場合は、別の用紙(任意)にお書きのうえ、同封してください。

○ 内容によって返答には時間がかかることもありまますので、あらかじめご了承ください。

問合せ先

総務課企画グループ
TEL 2・1645 (直通)

新型インフルエンザ対策 一人ひとりができること...

新型インフルエンザ（H1N1型）が世界各国でまん延し、日本においても感染が拡大しています。通常のインフルエンザ予防対策と同様の手法を習慣として心掛けましょう。

- ## 新型インフルエンザの主な予防対策
- ① うがい、手洗い、マスク着用に努めましょう
 - ② 十分な栄養と睡眠をよくとり、体力や免疫力を高めて感染しにくい身体を保ちましょう
 - ③ 外出時などの「咳エチケット（咳やくしゃみをするときは、ティッシュなどで口と鼻をおおい、他の人から顔をそらす）」に努めましょう

地上デジタル放送を楽しむために 準備説明会のご案内

総務省では、地上デジタル放送を楽しむための準備説明会(無料)を開催します。地上デジタル放送の目的や魅力、受信方法と悪質商法の手口なども説明します。


■開催日
7月16日(水)

■開催時間と開催場所

- ①午前10時【文化会館COM100】
- ②午後1時【恩根内センタープラザ】
- ③午後3時【文化会館COM100】

※3回とも同じ内容で説明時間は30分程度
※事前申し込みは不要
※ご都合のよい時間にお越しください

問 総務省北海道北テレビ受信者支援センター
説明会事務局 TEL0166・21・6450



もし、インフルエンザの様な症状が発症した場合は、直接医療機関への受診を避け、「発熱相談センター(保健所)」へ電話連絡・相談してください。

発熱相談センターでは、新型インフルエンザの相談や質問、医療機関への受診方法などに対応しています。なお、感染の可能性がある場合には、発熱相談センターの指示により病院の「発熱外来」へ受診していただくこととなります。

病院にかかる前に

TEL 01654・2・3121

■電話連絡・相談先
発熱相談センター
(名寄保健所内)



判断により、医療機関へ電話連絡なく直接受診することは避けてください。

◆仁宇布線バス運行表 (主なバス停留所の発着時刻)

下り (仁宇布行)	停留所	1便	2便	3便		4便	5便					
				5~10月	11~4月							
	ターミナル	7:10	8:20	11:20	12:40	14:20	15:50					
	美 深	7:11	8:21	11:21	12:41	14:21	15:51					
	美深5線	7:14	8:24	11:24	12:44	14:24	15:54					
	辺溪7号	7:18	8:28	11:28	12:48	14:28	15:58					
	仁 宇 布	7:40	8:50	11:50	13:10	14:50	16:20					
上り (美深行)	停留所	1便	2便	3便		4便	5便					
				5~10月	11~4月							
				仁 宇 布	7:42			8:52	11:52	13:12	14:52	16:22
				辺溪7号	7:59			9:09	12:09	13:29	15:09	16:39
				美深5線	8:04			9:14	12:14	13:34	15:14	16:44
美 深	8:07	9:17	12:17	13:37	15:17	16:47						
	ターミナル	8:10	9:20	12:20	13:40	15:20	16:50					

※日曜日および毎年1月1日は運休

町では、バス運行の効率化ならびに地域住民等の利便性の向上を図るため、6月15日から仁宇布線バスの運行時間を一部変更しました。

■問合せ先
住民生活課生活環境グループ
TEL 2・1615 (直通)

仁宇布線バスの運行時間が 6月15日から変更になりました

まちづくり推進町民会議 新委員を委嘱



▲町長から委嘱状を交付される新委員

平成21年度第1回目となるまちづくり推進町民会議が5月27日役場で開催され、新委員の委嘱状交付などが行われました。

同会議は、町の主要課題や施策の推進状況を定期的に確認・検討すると同時に、まちづくりに関する意見・要望などを町政に反映することが目的。

町内関係団体や自治会からの推薦委員と公募委員の30名で構成され、任期は3年間。会議の冒頭、山口信夫町長は「美深町は人口減や高齢化が進むなど課題は多い。町の総合計画の推進に対して、ご意見ご要望をいただきたい」とあいさつ。その後、新委員一人一人に委嘱状を交付しました。

まちづくり推進町民会議委員名簿

役職	氏名(敬称略)	推薦団体
議長	小林 建毅	新生町内会
副議長	市川 博	川西自治会
委員	宮原 宣子	第1町内会
〃	森 徹	第2町内会
〃	神崎 博次	第3町内会
〃	瀬瀬 功	第4町内会
〃	齊藤 益雄	第5町内会
〃	今泉喜代美	東自治会
〃	佐々木秀智	南自治会
〃	吉田 清一	敷島自治会
〃	田中 寿彦	吉野自治会
〃	向井 禎江	西紋自治会
〃	竹谷 健一	恩根内自治会
〃	田中 孝幸	仁宇布自治会
〃	草刈 昇一	斑溪自治会
〃	平田 耕二	北はるか農協
〃	山崎 晴一	商工協会
〃	吉本 洋一	観光協会
〃	十亀 一司	林産協同組合
〃	川端富美恵	自治会女性部連絡協議会
〃	宮沢 寛	連合美深会
〃	齊藤 宏行	P T A 連合会
〃	小林 節子	消費者協会
〃	苔米地 正	社会福祉協議会
〃	奥村 昭夫	体育協会
〃	佐土原美智子	青少年育成協議会
〃	前田 昭子	商工会女性部
〃	佐藤 栄総	商工会青年部
〃	長谷川和夫	北はるか青年部
〃	山口 晃弘	一般公募

本年度は美深スキー場部分を工事 一般国道40号「美深道路」工事説明会

旭川開発建設部士別道路事務所主催の一般国道40号「美深道路」の工事説明会が6月9日、文化会館で行われました。

美深道路は、現在建設中の名寄バイパス(名寄市智恵文(美深5線間)と接続し、美深10線付近の国道40号に接続する自動車専用道路(延長3.3km)であり、美深市街をう回するバイパス事業。

この日は、美深スキー場で本年3月24日から12月4日までの工期で施工中の工事の説明が行われました。はじめに、主催者の士別道路事務所伊藤均副所長は「昨年9月の事業説明会以降、用地測量、道路設計を進め、現在工事の一部が着工になった。事業の早期完成に向け、ご理解とご協力をお願いします」とあいさつ。その後、工事説明、質疑応答が行われました。主な工事概要は、スキー場中央部の斜面を掘削して、

コンクリートの箱状のもの「プレキャストアーチカルバート」を埋め込み、トンネルをつくり、土を埋め戻して現状復旧するもの。同所の工事は3年計画で行われ、今年中央部の39㍎を施工。22年度は起点側のスキー場のリフト部分、23年度はエアリアルジャンプ台がある終点側の施工で、総延長は約200㍎。

工事の工程は、7月下旬に掘削作業を終え、その後約2カ月でトンネル部分を設置、9月下旬から埋め戻しを行い、スキー場のオープン前には完了する計画。質疑応答では「スキー場の斜面を掘削するが、斜面の形状や角度は変更になるのか」に対し、「工事前に測量しており、元の地形と同じような形に埋め戻すので、変更はない」と回答しました。その他「地権者や地先住民に対しての早期連絡」や「交通安全対策」などについて質疑が出されました。

苦楽をともに50年 金婚祝賀会で29組の夫婦を祝福



町主催の結婚50年を祝う金婚祝賀会が6月5日、文化会館で行われました。祝賀会には、申し出のあったご夫婦29組のうち19組が

出席。山口信夫町長から夫婦1組ずつ金婚証記と記念品が手渡されました。

山口町長は、「山あり谷ありの夫婦人生を乗り越えての50年。これからも二人で地域活動に参加いただき、暮らし方や元気な生き方を私たちに教えていただきたい」と祝いの言葉。

また、金婚夫婦を代表して高橋健治さんは「地域に住む人々の支えがあって今日があるものと感謝しています。住み慣れた美深町でこれからも健康に留意して暮らしていきたい」と謝辞を述べました。

祝賀会では会食も行われ、招待されたご夫婦たちは、踊りやカラオケなどの余興を楽しみながら、苦楽をともに過ごしてきた50年の歳月を思い起し、和やかに歓談されていました。

なお、昭和49年からスタートした金婚祝賀会でお祝いしたご夫婦は、今年で642組となりました。

金婚を迎えられたご夫婦は次の方々です(敬称略)

夫	妻	自治会
遠藤 繁雄	美香子(第1)	
上口 正克	ヤス子(第1)	
菅野 和芳	マリ子(第1)	
鈴木 豊	フサ子(第1)	
芳賀 正	キヨシ(第1)	
砂子喜美男	アサ子(第2)	
高橋 健治	八重子(第2)	
武田 昌俊	美恵子(第2)	
多田 勝	カオル(第2)	
市川 隆夫	礼子(第3)	
渋谷 末満	公子(第3)	
関本 馨	キヨ子(第3)	
十亀 正克	一枝(第3)	
田元 豊年	ミサ子(第3)	
吉田 秀喜	ツヤ子(第3)	
神田 一英	良子(第5)	
吉田 國雄	レイ子(第5)	
工藤 鉄雄	重子(新生)	
佐藤 豊秋	好子(新生)	
草野 忠義	榮子(東)	
多田 俊男	榮子(東)	
佐々木吉春	清子(南)	
山崎 眞廣	チトセ(南)	
吉岡 浩	絹江(吉野)	
吉田 晴俊	シズカ(玉川)	
十亀 茂男	国子(西紋)	
園部 幹雄	幸子(恩根内)	
志賀 鉄	英美(恩根内)	
松崎 忠雄	テツ子(恩根内)	

町の事業や施策を評価・検証 行政評価外部委員会を設置

第1回美深町行政評価外部委員会が6月3日、役場で開催されました。

行政評価とは、町が実施する事業や施策などを評価・検証し、見直しや改善する取り組みのこと。町では平成17年度からシステムの構築・導入に向けて準備を進めてきました。

同委員会は、町内関係団体からの推薦委員15名で組織。町職員で構成される内

部委員会と合同で行政評価を行うことで住民参加型の行政を推進することが目的。年3回の開催予定で、環境・行財政、産業経済、福祉・教育の三部会に分かれ、それぞれ評価を行います。

山口町長はあいさつで「町では総合計画に基づいた事業を実施しているが、改良点や見直し点がないか、それぞれの立場から評価願いたい」と呼び掛けました。

行政評価外部委員会委員名簿

役職	氏名(敬称略)	推薦団体
委員長	教重 文雄(環)	自治会連合会
副委員長	山崎 晴一(産)	商工会
委員	苦米地 正(福)	社会福祉協議会
〃	藤原 正岳(福)	美深福祉会
〃	佐藤 智三(福)	文化協会
〃	荒川 賢一(福)	体育協会
〃	逸見 吏佳(福)	P T A 連合会
〃	平田 耕二(産)	北はるか農協
〃	齊藤 宏行(産)	建設業協会
〃	谷口 栄二(産)	林産協同組合
〃	羽野 智子(産)	自治会女性部連絡協議会
〃	佐土原美智子(環)	青少年育成協議会
〃	山田 洋子(環)	消費者協会
〃	小林 建毅(環)	まちづくり推進町民会議
〃	宮沢 寛(環)	連合美深

※氏名のあとの()は担当部会の略。
「環」は環境・行財政部会、「産」は産業経済部会、
「福」は福祉・教育部会
※委員の任期は3年間

水のたより

平成21年4月実施

水質検査結果

平成15年5月30日の水道法改正により、平成17年4月1日から水質検査に関する内容について、水道需用者へ提供を行うことが義務づけられました。今回は、平成21年4月に検査を行った結果についてお知らせします。(左記、表参照)

検査項目の詳細については、次のとおりです。

- 一般細菌：大腸菌以外の細菌を指します。
- 大腸菌：腹痛などの原因細菌等を指します。今までの検査では、これらの細菌類は検出されておりませんので、浄水場での

上水道(市街地)水質検査結果

項目	基準値	測定値
一般細菌	100個/ml以下	0個/ml
大腸菌	検出されないこと	不検出
塩化物イオン	200mg/l以下	4.8mg/l
有機物	5mg/l以下	1.2mg/l
PH値	5.8以上8.6以下	6.97
味	異常でないこと	異常なし
臭気	異常でないこと	異常なし
色度	5度以下	1.9度
濁度	2度以下	0.01度以下
残留塩素	0.10mg/l以上	0.10mg/l

簡易水道(恩根内・西里等)水質検査結果

項目	基準値	測定値
一般細菌	100個/ml以下	0個/ml
大腸菌	検出されないこと	不検出
塩化物イオン	200mg/l以下	10.9mg/l
有機物	5mg/l以下	0.6mg/l
PH値	5.8以上8.6以下	6.68
味	異常でないこと	異常なし
臭気	異常でないこと	異常なし
色度	5度以下	0.5度
濁度	2度以下	0.01度以下
残留塩素	0.10mg/l以上	0.14mg/l

塩素殺菌が正常に行われていることがわかります。

○塩化物イオン：水の塩辛さを表しています。1リットル当たり250mgを超えると水が塩辛く感じます。

○有機物：水がどれだけ汚れているか判断する項目です。

○PH値：水道水が酸性または、アルカリ性を判断する数値で、PH値が7に近いほど良質な水といえます。

○味・臭気：飲んだときの味と水の香りです。

○色度：有機物の腐敗による汚染が進むと数値が上昇するので、水道汚染の目安となります。

○濁度：色度同様、汚染の度合いを判断する目安となります。

○残留塩素：管末の住宅で1リットル当たり0.1mg以上必要であり、当町では毎日、下水処理場で測定しています。

美深町の水は、検査結果のとおり水質基準値をクリアし、大変良好な結果となっておりますので、安心してご利用ください。また、これらの件について、何かわからない点や聞きたいことがありますしたら役場まで連絡ください。

水は大切に
使いましょう



問合せ先

産業施設課施設グループ
TEL 2・1616 (直通)



おじゃまします！ 地域包括 支援センターです。

第3回 権利擁護業務とは（中編）

■問合せ先 地域包括支援センター TEL 2・2707

高齢者虐待防止法と 通報義務

高齢者虐待防止法と虐待への対応方法
前回に引き続き、高齢者虐待の具体的な対応と方法について紹介します。

高齢者の虐待については、児童虐待防止法などと同じように虐待に対処する法律があります。
この法律の特徴は、通報の義務や努力義務が設けら

れていることです。

児童への虐待を発見した時には市町村や児童相談所へ通報の義務があるように、高齢者の虐待でも市町村や地域包括支援センターへの通報義務や努力義務が定められています。

高齢者虐待とは？

高齢者虐待には、①同居家族など介護者によるもの。②介護施設や介護事業者の職員などによるものがあります。

さらに、①については5つの内容を虐待と定義していますので、そのような行為を発見（可能性も含め）したときは、市町村または地域包括支援センターに連絡する必要があります。

高齢者虐待の対応方法

高齢者虐待を発見した場合は、役場または地域包括支援センターへ連絡をしてください。

ご連絡を受けた後、担当者間で話し合い、その場面に適した問題解決方法を実行します。

【図-2】

どんな情報でも
迷わずにご連絡を！

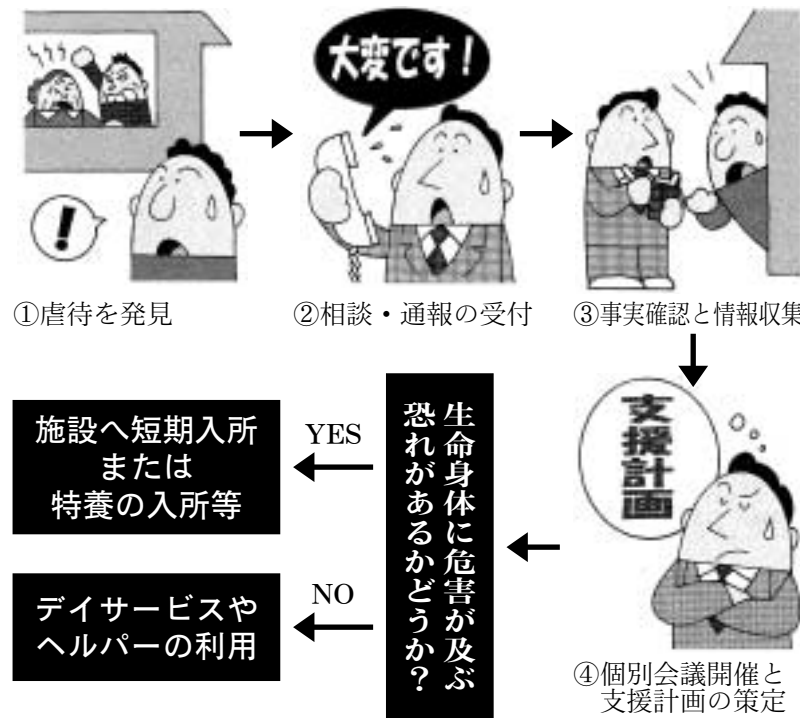
虐待現場を見かけ、いざ連絡しようとしたとき「これは虐待になるのか」という不安や迷いが生じるかもしれません。

しかし、虐待であるか否かは連絡を受けた役場あるいは地域包括支援センターが責任をもって判断します。

【図-1】 高齢者虐待の主な具体例

- ①身体的虐待…殴る、蹴るの暴力のほか、ベットに縛り付ける、薬を過剰に服用させるなど身体拘束・抑制する。
 - ②心理的虐待…怒鳴る、ののしる、悪口、意図的に無視するなどのほか排せつの失敗を嘲笑したり、それを人前で話すなどにより高齢者に恥をかかせる。
 - ③経済的虐待…家族が日常生活に必要な金銭を使わせない、年金や預貯金を本人の意志・利益に反して使用する。
- ※その他に、性的虐待やお世話の放棄・放任などがあります。

【図-2】 高齢者虐待へ対応方法の流れ



虐待が行われている証拠がなくても何か心当たりがあるときにはどんな小さな情報でもお寄せください。また、「一生懸命介護しているのに、虐待なんて言われたら可哀想」という思いもよぎるかもしれません。

関係者が一緒になって良い方向へ改善するという意味あいもあるのです。皆さんからの通報は、その家族を快適な生活へと導く一助になるかもしれません。どんな小さな情報でも迷わずにご連絡ください。また、通報者の情報は、外部に漏れることがないよう細心の注意をもって対応しますのでご安心ください。



正しく血圧を測ろう！

血圧は、健康のバロメーターとして広く一般に知られており、今では家庭で自己測定しているという方も少なくないようです。

実際に家庭での測定値は薬の効果（不十分な降圧や過剰な降圧、薬の持続時間など）を評価するのに役立ちます。

しかし、その正しい測定方法は意外に知られていません。誤った方法で測定した数値は実際よりも誤差が生じ、信用できない値となってしまう。

今回は正しい血圧測定の方法をお知らせしますので、ご家庭での測定方法を確認してみましよう。

測定のタイミング

朝と夜の2回測定します。朝は起床後1時間以内、排尿後、朝食前、降圧薬の服用前といった条件を守りましょう。夜は就寝前に測定します。夕食や飲酒、入浴などは測定値に影響しますので、その場合は、そのことを記録しましょう。



正しい血圧測定の方法は？

測定のポイント

すぐに測定せずに、1分から2分の安静を保ち、血圧が安定してから測定しましょう。

上腕用の血圧計については、カフを心臓と同じ高さ（低い位置だと数値が高めに出る場合がある）にして測定しましょう。

測定する時間や場所はできるだけ同じにしましょう。

記録のポイント

できるだけ毎日測定し、長期間継続しましょう。以上、家庭での血圧測定に関するポイントを簡単にまとめてみました。なお、血圧の治療をされている方は、この他に医師の指示により別の条件で測定する場合があります。

気にし過ぎも禁物

家庭で血圧測定を始めた方の中には血圧が気になり、何度も必要以上に測定し、そのことで疲れてしまうという方がいます。

血圧は同じ日でも変動します。測る度に一喜一憂しては身が持ちません。それよりも、前述した測定方法を基本にできるだけ継続すること、そして自分の本当の血圧を知り、健康維持や治療に役立てることが大切です。

なお、保健センターでも血圧測定を行っていますので、ぜひご利用ください。

問合せ先

住民生活課保健福祉グループ
TEL 2・1685（直通）

年金窓口から

国民年金保険料免除（一部納付）制度

国民年金の保険料を納めることが困難な方には、申請により保険料の全額または一部納付が免除される「保険料免除（一部納付）制度」があります。

ただし、本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定基準以下または失業などの条件があります。

免除となる所得の目安

前年所得が次の計算式で計算した金額の範囲内であれば免除の対象になります。ただし、申請者ご本人のほか、配偶者および世帯主の方も所得基準の範囲内である必要があります。

また、平成21年4月から6月分の申請については、前々年（平成19年）の所得で審査を行います。

- 全額免除／（扶養親族等の数+1）×35万円+22万円
- 4分の3免除／78万円+

住民生活課
生活環境グループ
☎2・1613
（直通）

■免除された場合の保険料納付額(月額)と年金額への反映割合

免除区分	納付額(月額)	反映割合
全額免除【免除(全額)】	なし	1/3
4分の3免除【免除(3/4)、納付(1/4)】	3,670円	1/2
半額免除【免除(1/2)、納付(1/2)】	7,330円	2/3
4分の1免除【免除(1/4)、納付(3/4)】	11,000円	5/6

※一部納付制度は、免除された後の保険料を納付しなかった場合、その期間の一部免除が無効（未納と同じ）となります。また、障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合に、年金を受け取ることができなくなる場合がありますので、ご注意ください。

各種控除額等（扶養親族等控除額+社会保険料控除額等）
○ 半額免除／118万円+各種控除額
○ 4分の1免除／158万円+各種控除額

こちら警察署

美深警察署
☎ 2・11110

不審に思ったら すぐに警察に通報を

振り込め詐欺の電話やほか
がきに来たら、すぐに警察
に通報してください。

皆さんからの素早い通報
が犯人検挙につながります。

- ① 「電話番号が変わった」という不審な電話がかかってきた
- ② 身に覚えのない代金の請求はがきが届いた
- ③ 税金の還付があるという電話がかかってきた
- ④ 「簡単な審査で融資しますよ」という勧誘の電話がかかってきた



■通報先
美深警察署TEL 2・11110
警察相談電話TEL # 91110

夏の交通安全運動が はじまります

夏の交通安全運動が7月
17日から26日までの10日間
実施されます。

実施の重点は、次の4点
です。交通安全を自らのこ
ととらえ、交通ルールの
遵守や思いやりのある交通
マナーを実践しましょう。

- ① 子どもの交通事故防止
- ② 二輪車・自転車の交通事
故防止
- ③ 全ての座席のシートベル
ト、チャイルドシートの
正しい着用
- ④ 交差点の交通事故防止

薬物乱用の防止を

覚せい剤や大麻等の薬物
乱用は、個人の心身を滅ぼ
すだけではありません。

薬物乱用による幻覚、妄
想が家庭を崩壊させ、さら
には殺人、放火等の凶悪な
二次犯罪などにもつながり
ます。

道内では野生大麻の採取
事犯が多く、若年層を中心
に大麻汚染が拡大していま
す。大麻草の群生地を知っ
ている方は警察へ通報をお
願います。

少年非行・犯罪被害防 止と有害環境の浄化を

夏休みの時期は、開放感
から深夜の外出や家出など
の不良行為にはしり、犯罪
被害に遭うことが多くなり
ます。特に出会い系サイ
トは、あなたの心のすきを狙っ
た恐ろしいワナが潜んでい
ます。気軽な気持ちで利用
すると性的な被害に遭った
り、凶悪な犯罪に巻き込ま
れることもありまますので、
絶対に利用しないようにし
ましょう。

また、18歳未満の少年は、
出会い系サイトの利用が禁
止されており、利用すると
処罰の対象となる場合にあ
ります。



消防署

だより



過去の教訓を生かして 昭和3年「美深大火」

美深町では、過去に市街
地の8割を焼き尽くすほど
の大火を経験しています。

昭和3年7月23日午後1
時40分頃、一軒の建物から
出火した炎は、折しも連日
の日照りと乾燥した烈風の
悪条件が重なり、次々と周
囲の屋根に延焼していきま
した。わずか2時間ほどの
火災でしたが、罹災件数6
37棟、罹災人口2、50
0余名を数える大きな災害
となりました。

美深消防署では、過去の
教訓を生かし、町の安全を
守るため、消防署員と団員
は一丸となって、町民の皆
さんとともに火災予防に努
めますので、ご協力をお願
いします。
なお、7月23日は、消防

指令車にて火災防止の広報
活動を行います。

平成23年6月1日まで 住宅用火災警報器

平成18年6月から住宅用
火災警報器の設置が義務付
けられ、同年6月以降に建
てられたすべての新築住宅
に設置されています。

また、既存の住宅は平成
23年6月1日までに設置し
なければなりません。
家族の生命、財産を守る
ためにも、早期に設置され
ることをお勧めします。

なお、消防署員や役場な
どの公共団体職員が住宅用
火災警報器の訪問販売をす
ることは絶対にありません
ので、悪質な訪問販売には
十分注意してください。
※火災警報器のパンプレッ
トは消防署にあります。



美深消防署
TEL 2・11136

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。くわしくはそれぞれの問合せ先へご連絡ください。

役場 (代表)
☎2・1611



海の日
7月20日

生活

下水道に 油を流さないで

下水道管の内部にラード状の油の塊が詰まり、近隣住宅の排水が流れにくくなる事故が発生しています。下水道に油を直接流すと、排水管や下水管が詰まり、復旧に多大な経費を要するとともに、下水道処理場での水処理に悪影響を及ぼします。絶対に流さないようにしてください。

また、食堂や総菜を販売されている商店・飲食店におかれましては、小まめにグリーストラップを清掃するなど、排水に油分が流れ出ないようにご協力ください。

■問合せ先
産業施設課施設グループ
TEL 2・1616 (直通)

はしかにならない はしかにさせない

はしかの流行を繰り返さないようにするため、平成20年4月から向こう5年間にわたり、1歳と小学校入学前に加えて、中学1年生・高校3年生相当の年齢の方も、はしか(麻疹)・風しんの混合ワクチン予防接種の対象となりました。過去に一度接種を受けている人も、もう一度接種を受けてください。

■問合せ先
住民生活課保健福祉グループ
TEL 2・1685 (直通)

はしか・風しんの予防は 予防接種を受けること



情報公開

平成20年度個人情報 保護条例実施状況報告

美深町では、個人情報の適正な取り扱いを確保するため、個人情報保護条例を制定しています。

平成20年度の運用状況については、次のとおりとなりましたので、お知らせします。

- 個人情報取扱事務の届出件数：18件
- 開示・訂正・是正の申出件数：なし
- 請求に対する決定の件数：なし
- 目的以外利用および外部提供の件数：なし
- 不服申立ての件数：なし

■問合せ先
総務課総務グループ
TEL 2・1611 (代表)

平成20年度 情報公開条例実施状況

美深町では、公正で開かれた町政を推進するため、情報公開条例を制定しています。

建物の建築には申請が必要です

建築物を建てる場合は、「建築確認申請」の提出が義務付けられています。

これは、国の法律(建築基準法)に基づき安全で安心な建物なのかを事前にチェックするためのものです。

建築を建設会社に依頼される場合は、建築知識を熟知した建築士が申請を代行してくれますので、よく相談し、提出してください。

※申請は建築士が設計する図面でなければ受理されません。

この申請は、無秩序な建築物を防止するとともに計画的な市街地づくりを図るための確認ですので、無届けで建築された場合は罰則対象となります。

■ 建築確認申請の対象となる建築物

- ① 10㎡(3坪)を超える建築物
(市販の車庫や物置も対象です。)
※ 場所(準防火地域)によっては、面積が小さくても申請が必要です。
- ② 高さが2メートルを超える門や塀
- ③ 高さが4メートルを超える屋外広告物
(看板など)

■ 建築確認申請に必要な提出書類

- ・ 申請書2部 (正本と副本)
- ・ 図面3部 (正本と副本、消防用)

建築確認申請についてのお問い合わせ・ご相談は、担当までご連絡を...

産業施設課 商工観光建築グループ TEL 2・1617 (直通)

わがやの アイドル

ふか 深川 優人 ちゃん

H19・11・29生、新生
父・健太さん 母・みゆきさん



○のびのび元気に育ってね…
(父・母)

こん の 野 結 斗 ちゃん

H19・12・5生、第3
父・芳晴さん 母・百さん



○明るく元気に育ってね…
(父・母)

相 談

ご存じですか 検察審査会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害に遭い、警察や検察庁に訴えたが、検察官がその事件を起訴してくれない(不起訴処分)。このような不満をお持ちの方のために検察審査会があります。

平成20年度において、この条例に基づく開示請求はありませんでした。
■問合せ先
総務課総務グループ
TEL 2・1611(代表)

税

固定資産の 異動届を忘れずに

固定資産税の基準日(1月1日)に向け、固定資産の異動調査を進めています。

旭川検察審査会
(旭川市花咲町4丁目
旭川地方裁判所内)
TEL 0166・51・6290

あなたの周りに被害に遭って悩んでいる人はいませんか。申し立てには、一切費用はかかりませんし、秘密は固く守られますのでお気軽にご相談ください。
■問合せ先
旭川検察審査会

家屋の新築・増改築・取り壊し・用途変更・所有者の変更を行った場合や住宅用の敷地に変更があった場合は、翌年度の固定資産税が変わる場合がありますので、年内に忘れずに届け出願います。
■届出に必要なもの
○所有者の変更があった場合
新・旧両者の印鑑と売買契約書などの事実関係がわかるもの。また、印鑑証明書を添付していただく場合があります。
○取り壊した場合
所有者の印鑑が必要です。
■届出先・問合せ先
住民生活課総務グループ
TEL 2・1612(直通)

平成22年度 上川支庁管内町村職員採用資格試験

町村職員を募集します

平成22年度上川支庁管内町村職員採用試験が次のとおり実施されます。

- 試験区分/高校卒(専門学校卒、短大卒含む)・大学卒
- 職 種/一般事務職、専門職、消防職で各町村ごとの採用予定職種が異なります
- 募集町村/7月6日(月)の試験公示日に詳細発表
- 受験資格/7月6日(月)の試験公示日に詳細発表
- 試験日/平成21年9月20日(日)
- 試験会場/旭川大学
- 受付期間/7月6日(月)から8月7日(金)まで
- その他/美深町では、平成22年度若干名の採用を予定しています

申込み先

美深町役場 総務課総務グループ
TEL 01656・2・1611(代表)

お電話お待ちしております!

自衛官募集

■募集種目と応募資格

- ①一般曹候補生……18歳以上
27歳未満
- ②2等陸・海・空士…①と同じ
- ③航空学生……高卒(見込含)
21歳未満

■受付期間と試験日()は試験日

- ①8/1~9/11(9/19)
- ②男子…通年で随時受付(※)
- ②女子…8/1~9/11(※)
※試験日は受付時に連絡
- ③8/1~9/11(9/23)

● お問合せ先 ●

自衛隊旭川地方協力本部
名寄出張所 TEL01654・2・3921

7月は国民健康保険税第1期の納期です
7月31日までに納めましょう

美深町

天塩川だより

和寒町

全日本トライアル選手権 第4戦北海道大会
 ■と き / 8月2日(日)
 ■と ころ / わっさむサーキット
 ■内 容 / 岩や障害を華麗に走破する選手の妙技・美技は驚くばかりです。ぜひ、ご覧ください。入場無料
 ■問合せ先 /
 オートショップサイトウ TEL0165・32・4166
 和寒町役場産業振興課 TEL0165・32・2421

このコーナーは、和寒町以北、7市町村からの話題を随時掲載しています。

春の「緑の募金」事業結果のお知らせ

美深町の募金総額は60,000円

募金は町内の緑化推進事業に充当させていただくほか、「北海道森と緑の会」で募金法に基づく森林整備等、募金資材の購入、緑化推進事務費および機構交付金等に利用されます。ご協力ありがとうございました。



(社) 北海道森と緑の会 美深町緑化推進委員会

美深厚生病院からのお知らせ

副院長就任のごあいさつ



副院長 北原 徳也

日本大学医学部卒

【日本外科学会会員
 日本整形外科学会会員
 ICD認定・臨床研修指導医】

今年4月1日付で副院長に就任いたしました。昨年の2月に赴任して1年4カ月が過ぎました。以前から地域医療に興味があり、退局後は地域医療に従事してまいりました。初めての北海道で不安もありましたが、雄大な自然と美深の皆様の温かさに触れ、すっかりこの町が気に入ってしまいました。

昨年中は医師が替わったり、診療体制も再三変更になるなど皆様にご迷惑をお掛けしました。しかし、このたび川合先生を院長に迎え、ようやく固定医による診療体制が整いましたので、これからは、町の皆様のご要望に応えられる医療機関にすべく努力していく所存です。

専門は消化器外科、小児外科、一般外科ですが、地域医療の経験が長いので、糖尿病、高血圧症、高脂血症といった生活習慣病のご相談もご遠慮なくどうぞ。病院に来院いただくとわかると思いますが、私、メタボリックそのものの体型をしています。しかし、患者さんのご相談はきちんと対応させていただきますのでご安心ください。

問合せ先 / JA北海道厚生連 美深厚生病院 TEL 2・1631

融 資

勤労者福祉資金制度をご利用ください

美深町では、勤労者の福祉の向上と定着化を図るため、生活に必要な資金を融資する制度を設けています。勤労者とは「賃金、給料その他これに準ずる収入によって生活する者」であり自営業者、代表権を有する会社役員などは対象となり

ません。本制度は、美深町から北海道労働金庫に運用原資として1千万円を預託し、運営されています。詳しくは、お問い合わせください。
 ■資金の種類と条件
 別表【図-1】のとおり
 ■問合せ先
 ○労働金庫名寄支店
 TEL 01654・2・2270
 ○産業施設課
 商工観光建築グループ
 TEL 2・1617 (直通)

■図-1 資金の種類と条件

資金の種類	生活資金	住宅資金
対 象 者	①町内に原則1年以上居住している者 ②町税を完納している者 ③同一職場に1年以上勤務している者 ④返済能力が一定基準以上の者 ⑤申込時に満60歳未満の者	
使 途	医療・教育・慶弔・災害などの生活資金 (レジャー除く)	住宅の建設・購入・増改築・土地の購入資金
融資限度	30万円以内	500万円以内
融資金利 (固定)	2.81%	2.49%
償還年数	3年以内	20年以内
保 証 人	原則として保証機関を利用	

天塩川クリーンアップ 大・作・戦

ふるさとのきれいな川を未来の子どもたちに残すために、ご協力をお願いします

■日 時 7月5日(日) 午前9時～

■集合場所 美深町役場前

※ゴミ袋・軍手などは用意します

● 問合せ先 ●

産業施設課施設グループ TEL2・1625(直通)

発売期間は 7月13日(月)から 7月31日(金)まで

2009年 市町村振興宝くじ

サマージャンボ宝くじ

●1等：2億円 / 1等前後賞：各5千万円 ●2等：1億円



この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

忘れていませんか？

定額給付金申請受付中

町では「定額給付金」の申請受付を行っています。
お早めに、申請してください。

問／総務課企画グループTEL2・1645

- ◆おくりやみもうしあげます
- 亡き人 歳 世帯主 自治会
 - 千田 春雄 91 道子 第1 南
 - 六戸 時雄 82
 - 舟積 ふぢを 80 寛 第1
 - 越 左次 66 房枝 第5
 - 小栗 準一 76 よき子 第1
 - 宮森 厚子 59 一則 第5
 - 横田 カズ子 78 静雄 第5
 - 本平 幸治 93 武士 第4
 - 田中 勝弘 46

戸籍のまど (敬称略・5月分)

♡おたんじょうおめでとう

赤ちゃん 保護者名 自治会

四宮菜乃花 尚仁 第4

青木 健輔 吉信 第5

菊池 瑠華 和広 第1

表彰

おめでとう
いたします
(敬称略)

●上川北部危険物安全協会

長表彰 (優良施設)

美深高等養護学校

寄付

ありがとうございます
でございます
(敬称略)

●美深町に (5月受付分)

○ふるさと納税寄付金として

3件：3万円

●社会福祉協議会愛情銀行に

○亡妻の追善供養として

舟積 寛(第1)

社会福祉協議会へ 1万円

第1町内会へ 1万円

○亡妻の追善供養として

千田 道子(第1)

社会福祉協議会へ 5万円

第1町内会へ

○亡妻の追善供養として

小栗よき子(第1)

社会福祉協議会へ 3万円

第1町内会へ

○亡妻の追善供養として

横田 静雄(第5)

社会福祉協議会へ 10万円

○映画「ふるさとをください」

い一名寄上映会開催実行委員会

社会福祉協議会へ 5万円

建設工事等にかかる入札結果報告 ————— 5月12日・26日入札分

名 称	工 期	請負金額 (円)	予定価格 (円)	請負業者名
山村留学住宅等改修工事	5/13~8/31	16,264,500	16,936,500	(有) 菅野 建築
林業保養センター機械設備工事	5/15~11/30	17,430,000	18,669,000	(株)木本動力工業所
千葉団地道路改良工事	5/27~9/30	17,577,000	18,217,500	秀和 産業 (株)
簡易水道第4号支線配水管移設工事	5/28~8/31	12,705,000	13,020,000	(有)松久工務店
町民体育館アリーナ改修工事	5/27~8/21	25,914,000	26,596,500	(株)藤守組
町民体育館内部改修工事	5/27~8/21	31,080,000	32,056,500	(株)藤守組
町民体育館外部改修工事	5/27~8/21	42,525,000	44,100,000	(株)山崎組
町民体育館暖房設備改修工事	5/28~8/21	40,005,000	42,231,000	(株)木本動力工業所
運動広場資材庫新築工事	5/29~8/31	5,565,000	5,859,000	(株)菅野工務店
上水道量水器取替工事(1工区)	5/27~9/30	5,796,000	6,016,500	(有)伊藤ボーリング工業
上水道量水器取替工事(2工区)	5/26~9/30	3,853,500	4,042,500	(株)道北暖房設備
ウルベン橋詳細設計業務委託	5/26~1/29	15,435,000	16,443,000	パブリックコンサルタント(株)

7

JULY
文月(ふみづき)
2009催しもの
ご・あ・ん・な・い行事日程は、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。

とき	催しもの(時間・ところ)	健康カレンダー
1(水)		
2(木)	[0歳、1歳児対象]子育て支援「遊びの広場」 (9:30~11:30・幼児センター)	運動機能向上教室(10:00~12:00・保健センター)
3(金)		
4(土)		[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター)
5(回)	天塩川クリーンアップ大作戦(9:00・役場前)	[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター)
6(月)		[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター)
7(火)	心配ごと相談(13:00~15:00・第3コミセン)	[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター) BCGワクチン予防接種(受付13:15~13:30・美深厚生病院)
8(水)		[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター)
9(木)	COMカレッジ110美深大学体育祭(9:00・COM100パークゴルフ場ほか) [2歳児対象]子育て支援「遊びの広場」(9:30~11:30・幼児センター) 運転免許証更新講習(優良14:00、一般15:00・文化会館COM100視聴覚室)	[完全予約制]特定健診・巡回ドック(受付6:00~・保健センター)
10(金)	びふか夜市	健康体操教室ととの会(13:00~15:00・第3コミセン)予定
11(土)		
12(回)	自治会対抗ソフトボール大会(8:30・運動広場) 伝承遊学館開館日(10:00~16:00)	
13(月)		健康・栄養相談(9:00~16:30・保健センター) ちびっこひろば(10:00~12:00・保健センター)
14(火)	味菜の会主催「食育セミナー(免疫パワー)と料理教室」 (10:00・文化会館COM100)	三種混合ワクチン予防接種(受付13:15~13:30・美深厚生病院) 育児サークル・スマイルキッズ(10:00~12:00・保健センター)
15(水)		乳幼児健診(受付14:00~・保健センター)
16(木)	[0歳、1歳児対象]子育て支援「遊びの広場」(9:30~11:30・幼児センター) 地上デジタル放送準備説明会(①10:00、②15:00・文化会館COM100) 地上デジタル放送準備説明会(13:00・恩根内センタープラザ)	※健康相談の日程 相談日に都合がつかない方は、ご相談ください。 ○毎週月曜日 母子手帳交付、妊婦・乳幼児相談 健康(糖尿病)・栄養相談
17(金)		
18(土)	ふれあい広場2009(10:00・文化会館COM100) 親子ふれあい講座「親子料理教室」(10:00・保健センター) 美深高等学校学校祭(同校、19日まで)	
19(回)		
20(月)	(海の日)	
21(火)	心配ごと相談(13:00~15:00・第3コミセン)	育児サークル・スマイルキッズ(10:00~12:00・保健センター)
22(水)	COM100自主事業「夏川りみコンサート」 (開場18:30、開演19:00・文化会館COM100)	フッ素塗布・2歳児歯科健診 (受付9:30~、13:00~・保健センター)
23(木)	幼児センター・美深小・仁宇布小中・美深中終業式(夏休みは8月17日まで) [2歳児対象]子育て支援「遊びの広場」(9:30~11:30・幼児センター) 運転免許証更新講習(違反15:00・文化会館COM100視聴覚室)	運動機能向上教室(10:00~12:00・保健センター)
24(金)	美深ふるさと夏まつり(25日まで、町民体育館横イベント広場) 美深高等学校夏期休業前集会(夏休みは8月17日まで) 美深高等養護学校終業式(夏休みは8月18日まで)	健康体操教室ととの会(13:00~15:00・第3コミセン)予定
25(土)	平和祈念式典(10:00・文化会館COM100小ホール)	
26(回)	伝承遊学館開館日(10:00~16:00) 2009びふかフロンティアアドベンチャー(清水地区)29日まで	
27(月)		健康・栄養相談(9:00~16:30・保健センター) ちびっこひろば(10:00~12:00・保健センター)
28(火)		麻疹風しん混合ワクチン予防接種 (受付13:15~13:30・美深厚生病院) 育児サークル・スマイルキッズ(10:00~12:00・保健センター)
29(水)		1歳6カ月・3歳児健診(受付13:00~13:15・保健センター)
30(木)		
31(金)	COM100自主事業「海上自衛隊大湊音楽隊コンサート」 (開場18:00、開演18:30・文化会館COM100)	