



## 町民の安全と安心のために

消防団の消防演習が文化会館COM100前で行なわれました。団員たちはもしものときに備えて、一つひとつの動きを確認しながら皆真剣な表情で取り組んでいました。

(5月23日)

**BIFUKA 2004**  
**(平成16年)** **7**

まちの動き (5月末現在)  
人口 / 5,741人 (- 3) ・ 世帯数 / 2,502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。

グラフ

# 運動会

町内各小中学校



美深小学校



美深小学校



美深小学校



仁宇布小中学校



仁宇布小中学校



仁宇布小中学校



恩根内小学校



恩根内小学校



美深中学校



恩根内小学校



美深中学校



美深町の高齢化率（全人口のうち65歳以上の高齢者が占める割合）は29.1%と、約3人に1人が高齢者となっています。（平成16年3月現在）

また、平均寿命も毎年上がり続け、全国平均で男性が77.7歳、女性では84.6歳となっています。（平成12年厚生労働省統計情報部調べ）

そんな中で誰しもが「ボケないで健康に長生きしたい」と考えていると思います。

今回は、ボケの実態と地域におけるボケ予防の取り組みを特集してみました。



## 特集

# ボケてたまるか！

# 楽しく笑ってボケ予防

## ボケの原因とは？

人は生まれてからある年齢でピークに達し、その後徐々に衰えていきます。脳も例外ではなく、知的能力も加齢とともに徐々に低下していきます。もちろん個人差はありますが、誰も老化を避けることはできないのです。

ボケというと「家族の顔がわからない」「ご飯を食べたことを忘れる」といった症状をイメージしやすいですが、ボケは特別な人だけがなるのではなく、脳を使わない生活を過ごしていると誰にでも起こりうることです。

脳を使わない生活を送るきっかけは、がんばって生きようとする意欲を支えてきた楽しい生活がなくなってしまう、大きな心配事が起こることだといわれています。

例えば、仕事一筋だった人の定年退職や大切な家族友人との別れ、病気など生きる意欲が大きく低下する出来事が脳の力を低下させます。こうした状態のまま人との関わり合いをもたず意欲のない生活を送っているとボケが忍び寄ってきます。しかし、逆に考えると早い段階でそれに気付き、脳が元気を取り戻

すような生活に切り替えることができるれば、ボケを予防できるということです。

また、ボケにも単に老化によるものではなく、脳血管性の疾患やアルツハイマー病といった病気によるものもありますが、これらについても高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病の予防や、脳を活性化させることによりある程度の予防が期待でき、また、発症しても進行を遅らせることができるといわれています。

## 早期発見早期改善

ボケはその症状によって、軽い方から小ボケ、中ボケ、大ボケの3つの段階に分けられます。今までボケは、大ボケの状態を称していたので、「原因不明で治らない病気」といった考えが定着していました。「ぼんやりしていることが多い」「生きがいがない」「根気が続かない」などの「ちょっとおかしいな」という小ボケの症状、「日付があやふや」「ガスやふろの火・電気の消し忘れが目立つ」「簡単な計算もできなくなる」といった中ボケの症状を経て、大ボケの症状へと至るのです。ボ

ケの進行には時間がかかりますので、早期の段階で気付くことができれば、症状の進行を遅らせたり回復を図ったりすることが可能なのです。

## 予防方法

く楽しみのある生活で脳イキキ

長い人生を送っていると、ショックな出来事があったり、今までの生活様式を変えなくてはいけないことが起こったりします。しかし、ゲートボールやカラオケなどの趣味の充実した楽しみのある生活を送る、友人との楽しいおしゃべり、脳が活性化される散歩をするなど、脳をイキキとさせる生活を送ることで、ボケとは無縁になれます。目標や趣味を持って遊び心を刺激し、熱中し、笑顔がこぼれることで脳が元気になるのです。

また、グループや友達同士などの集団で行なうことで、いろいろな人との関わり合いができ、さらに効果が上がるといわれています。

自分が楽しめることを行なうことは生活への意欲を高め、脳に刺激を与えて脳機能を活性化させます。つまり、ボケ予防で大事なことは、自分の生活スタイルを素直に見直して改善でき

るかどうか、普段からの生活の過ごし方が大切になるのです。

## ボケ予防の取り組み

町では、「ボケない・寝たきりにならない元気で長生きできる」をスローガンに、高齢者のボケ予防・生きがいづくりに取り組んでいます。また、町の保健師と連携をとりながら、高齢者がイキイキとしている町づくりを願う有志のボランティアが元気に活動をしています。

### とつとの会

「参加者には毎回楽しみにしてもらっています。ここで知り合いになり、会っておしゃべりするのが楽しみになっている人もけっこういますよ。」と参加者の様子を話してくれたのは、とつとの会の中心なスタッフ清水節子さん。

とつとの会は、平成13年の保健推進員協議会で、痴呆についての学習会を実施したことが始まりで、「地域の高齢者が元気でイキイキ生活してほしい」「ボケないことを目標に、歩くことを中心とした老人が集える場所を提供で



### とつとの会

清水節子さん

きたら」と具体的な取り組みについての検討がスタート。そして「65歳以上のある程度歩くことができる高齢者」を対象として声かけを行い、翌平成14年6月に会を立ち上げました。

当時は保健推進員の活動でしたが、平成15年度に保健推進員の定数が減り、役員の改選期もあったことからスタッフ体制も変化し、OB5名と保健推進員が中心となって、社会福祉協議会を通じて第5町内会ボランティアの協力を得ながら会を運営しています。

現在の参加者は市街地区の高齢者を中心に約20名で、月2回町民体育館に集まり、ウォーキングを中心に体操やゲームなどを行い、参加者が楽しく集まってもらえるよう工夫を凝らしながら活動しています。清水さんは「歩くことは人間の基本、歩くことで脳が活性化されるので



す。普段は決まったところしか歩かないことが多いなかで、ここで歩きながらまちの様子や季節の移り変わりなど話しながら歩くと、いろいろな発見もあるんですよ。」と歩くことの大切さを話してくれました。また、「参加者は女性が中心で、男性の参加が少ないですね。もっと男性の方の参加が増えてほしいですね。」と話していました。

### 第3町内会

#### 「脳力向しいんでない会」

第3町内会の「脳力向しいんでない会」は、昨年6月に地域でできることは、できるだけ自分たちの手でやってみようという「ちょボラ推進委員（ちょっとボランティア）」を立ち上げたところからはじまる。

ちょボラ推進委員の中で「ボランティアについての知識を深める意味で、町の保健推進員が行なっている頭と体のリハビリ教室の手伝いをしてみてはどうか」との話をきっかけに、数回に分けて頭と体のリハビリ教室の手伝いを体験。実際に体験してき

た中で、地域の高齢者を対象として自分たちの手で何とかできないかと協議を重ねてきました。そして、9月に地域の住民に参加を呼びかけて、名前も「脳力向しいんでない会」とし開催しました。以後、町の保健師とも連携し毎月1回のペースで開催しています。

ちょボラ推進委員の鈴木由美子さんは「楽しく笑うことがいいん



です。回を重ねるごとに参加者の人たちの表情が明るくなっていますよ。」とその様子を話してくれました。

3月までは町保健師も関わって開催していましたが、4月から地域のスタッフだけで運営しているとのこと。「試行錯誤しながら毎回みんなで話し合い、いろいろなアイデアを出しながら内容を決めていきます。多くの人に参加してもらおうことで、この輪がもっとと広がってほしいですね。」と最後に話してくれました。



第3町内会  
ちょボラ推進委員  
鈴木由美子さん

### ・・・ボケ予防10か条・・・

1. 塩分と動物性脂肪を控えたバランスのよい食事を
2. 適度に運動を行い足腰を丈夫に
3. 深酒とタバコはやめて規則正しい生活を
4. 生活習慣病（高血圧、肥満など）の予防・早期発見・治療を
5. 転倒に気をつけよう 頭の打撲はぼけ招く
6. 興味と好奇心をもつように
7. 考えをまとめて表現する習慣を
8. こまやかな気配りをしたよい付き合いを
9. いつも若々しくおしゃれ心忘れずに
10. くよくよしないで明るい気分で生活を

(財団法人 ボケ予防協会提唱)

### 地域活動への支援

高齢者が気軽に集えるおしゃべりの場があること、仲間とゲームやウォーキングで汗を流し、楽しい時間を過ごすことは、脳の活性化に役立ち大変意義のあることです。さらに、これらが地域単位で行なわれることにより、その地域に住む高齢者も参加しやすく、参加することで住民同士のつながりがより深まって、そこでまた新たな楽しみを発見していくこともあるのです。

地域での取り組みは、スタッフや内容の問題など抱える課題はまだまだ大きいのも事実です。

町保健福祉課としても、こうした取り組みに対しては、十分連携を取りながら支援していくとともに、保健師指導による学習会なども定期的に開催し、地域での痴呆予防の活動を支援していきたいとしています。

高齢化率が高くなっていくなかで、個人としてのボケ予防も大切ですが、地域での取り組みが充実することで、よりイキイキとした高齢者が増えることでしょう。

私たち町民一人ひとりがイキイキと輝くことで、美深町全体も輝くまちになれるのではないのでしょうか。

# 町職員給与の状況

町職員の給与は、職務と責任に応じた給料と期末勤勉手当や扶養手当などの諸手当から成り立っています。また、国家公務員や他の自治体職員、民間企業の従業員の給与などを総合的に考慮して、議決された「職員の給与に関する条例」に基づいて支給しています。

町の人件費の概要についてお知らせします。

## 町職員数

町職員数は、平成16年4月1日現在、136人となっております。

なお、町職員の定数は、条例で上限が定められており、その総数は、164人となっております。

### 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区 別	平成15年の職員数	平成16年の職員数
一般行政部門	85	81
特別行政部門(教育)	25	25
公営企業等会計部門	32	30
計	142	136

### 一般行政職の等級別職員数の状況 (平成16年4月1日現在)

区分	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	合計
標準的な職務	課長	課長 課長補佐	課長補佐 主幹	係長 主査	係長 主査	係	係	係	
職員数	6	7	20	22	9	17	13	0	94人
構成比	6.4	7.4	21.3	23.4	9.6	18.1	13.8	0.0	100%

- ・一般行政職とは役場の一般事務職員および技術職員をいいます。
- ・国の行政職給料表は11級制ですが、町は8級制となっております。

### 定員適正化計画 (一般行政部門)

平成14年度から18年度まで5か年間にわたり、一般行政部門の職員数を8人削減することを目的としたものです。

- ・初年度対象職員数 (平成14年度) 93人
- ・増減 (目標の数) 8人
- ・最終年度対象職員数 (平成18年度) 85人

## 議員及び町長等の報酬の状況

町議会議員等の特別職の報酬月額はそのとおりです。これは平成14年4月から改定されています。なお、特別職の報酬等については一般職員の場合とは別に、町内各界の代表者によって構成される「美深町特別職報酬等審議会」の答申を受け、町議会の審議を経て条例で定められています。

区分	月額	区分	月額
議長	293,000円	町長	840,000円
副議長	234,000円	助役	677,000円
常任委員長	210,000円	教育長	605,000円
議員	188,000円		
期末手当 6月期 1.55月分 12月期 1.70月分 (平成16年4月1日現在)		計 3.25月分	

### 人件費の状況 (平成14年度一般会計決算) (単位:千円)

人口 (15.3.31)	歳出額 (A)	人件費 (B)	人件費率 B/A	前年度の 人件費率
5,830人	5,281,063	1,009,689	19.1%	18.2%

- ・人件費には町議会議員、三役の報酬などが含まれています。
- 歳出額、人件費は平成14年度決算統計調査によります。

### 職員給与費の状況 (平成16年度全会計予算) (単位:千円)

職員数 (A)	給 与 費			1人当り 給与費	
	給料	職員手当	期末勤勉 計(B)		
136人	508,119	78,952	205,097	792,168	5,824

### 職員の初任給と経験年数別平均給料月額(平成16年4月1日現在)

区 分	初任給	経験年数			
		10-15年未満	15-20年未満	20-25年未満	
一 般	大学卒	170,700円	- 円	355,400円	396,200円
行政職	高校卒	138,800円	234,400円	298,500円	341,900円

- ・経験年数別平均給料月額は、平成16年給与実態調査によります。

### 職員の平均給料月額および平均年齢状況(平成16年4月1日現在)

区 分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	308,600円	38歳 7月
技能労務職	345,600円	49歳

- ・平均給料月額は、平成16年給与実態調査によります。

### 職員手当の状況 (平成16年4月1日現在)

退職手当	支給率 自己都合 定年 勤続20年 21.0月分 28.0875月分 勤続25年 33.75月分 43.335月分 勤続35年 47.5月分 60.99月分 最高限度 60.0月分 60.99月分
期末勤勉手当	期 末 勤 勉 計 6月期 1.40月分 0.70月分 2.10月分 12月期 1.60月分 0.70月分 2.30月分 計 3.00月分 1.40月分 4.40月分 職制上の段階、職務の級等による 加算措置有
寒冷地手当	扶養親族の数などに応じて支給 81,400~230,200円
扶養手当	配偶者 13,500円 扶養親族(配偶者を除く) 2人目まで 1人 6,000円又は6,500円 3人目から 1人 5,000円 特定期間にある子(15歳~22歳) 1人 5,000円加算
通勤手当	通勤距離2km超の者で交通機関利用および 交通用具使用に区分(2,000円~24,500円)
住居手当	借家等と持家者に区分 持家 7,000円 借家 家賃に応じて27,000円まで
特殊勤務手当	精神保健業務、犬取扱業務、介護業 務従事者手当など6種類
時間外勤務手当	正規の勤務時間を超えて勤務すること を命じられた職員に支給

70歳代では価値がない、80歳になってやることに大きな意味があるんです



わたなべ さだふみ  
渡辺 貞文さん (東1北1)

80歳の記念にと、自転車で日本縦断に挑戦した渡辺貞文さんが6月3日、真っ黒に日焼けして無事帰町しました。

渡辺さんは10年前、70歳になったときに何かに挑戦したいと思い、千歳まで自転車で行ったことが始まりで、以後、道内一周や生まれ故郷の福島県までの自転車の旅を行ってきました。

そして80歳になった今年、以前から計画をしていた自転車での日本縦断に挑戦。「70歳代では価値がない、80歳になってやることに大きな意味があるんです。」と話す渡辺さんは、毎朝の腹筋や腕立てなどを日課にして今回の挑戦に向けて準備をされてきました。

5月5日に美深を出発、

途中足を痛めてしまい小樽から京都舞鶴港までフェリーに切り替えたが、その後は順調に走行し、20日には姉妹町の福岡県添田町に到着。山本町長や大勢の添田町民の盛大な出迎えを受け、大変感激したとのこと。そして25日には、ゴールとしていた鹿児島県桜島町に到着し、大きな目標を達成しました。

渡辺さんは「苦しいこともたくさんあったけど、その分楽しさや喜びも大きくなりました。」と最後に話してくれました。



▶添田町到着の瞬間。(写真提供添田町)

苦楽を共に50年  
21組の金婚夫婦を祝福

結婚50年を祝う町主催の金婚祝賀会が6月11日文化会館COM100で行われ、招待されたご夫婦は、苦楽を共に過ごしてきた半世紀の歳月を思い起し、和やかに歓談されていました。

金婚を迎えられたご夫婦は次の方々です(敬称略)

- |                |             |                |               |               |
|----------------|-------------|----------------|---------------|---------------|
| 根元 利男・喜美子(第1)  | 石崎 昇・たい(第1) | 高橋 喜・フク(第1)    | 川村 武雄・ミヤ子(第1) | 岩崎 治郎・キワ子(第3) |
| 小松田 芳雄・トクエ(第3) | 川口 勤・和子(第4) | 高山 三興四・キクエ(第4) | 阿部 勝・タカ子(第5)  | 阿部 卓・力子(新生)   |
| 佐々木 太郎・さち子(新生) | 中根 康雄・清子(東) | 袖山 一雄・ヒロ(東)    | 栗原 藤夫・富子(南)   | 若松 末明・万里子(敷島) |
| 齊藤 孝・達見(吉野)    | 若松 明・幸子(斑溪) | 菅野 福義・竹子(斑溪)   | 吉田 章・保子(恩根内)  |               |



▲買い物客で賑わう各売店



▲初企画コインつかみ取り大会。いくらつかめたかな?

第31回  
びふか夜市  
6月18日

びふかの夏の恒例行事として親しまれ定着しているびふか夜市。各商店街では趣向を凝らした多彩なイベントが催され、訪れた町民は爽やかな一夜を楽しく過ごしました。

次回は7月16日(金) 開催予定。



▲メインイベントYOSAKOIソーラン「美小よっちゃんれ」



高附 宗原 栄一・トキ子(恩根内)  
元一・直子(恩根内)

# 街角カメラ

📷 トピックス 📷

美深小学校の2年生44人が、富岡の加川淳一さんの水田で田植えに挑戦しました。植えたのは美深町特産の「はくちょうもち」。子どもたちは秋の収穫を楽しみにしながら、1本1本ていねいに苗を植えていました。

(6月2日)



COMカレッジ110美深大学の美深校の学生約70人が、美深警察署前で交通安全を呼びかけました。花の苗や交通安全を呼びかけるチラシをドライバーに手渡ししながら、「交通事故に気をつけてね」と声をかけていました。

(6月1日)

町内在住の石川清高さんが、愛媛県体育協会主催の全国スポーツ俳句大賞において、高校野球を詠んだ句で見事大賞を受賞しました。役場に報告に訪れた石川さんは、子どもたちのスポーツ振興にと、副賞の商品券2万円を町に寄附されました。

(6月1日)



グラウンドの土を袋に  
夏おわる



「中島啓江&HIROSHI 奇想天外おもしろコンサート」がCOM100文化ホールで開かれました。コンサートでは、童謡をいろいろな曲調にアレンジしたり即興で歌を作ったりと、その独創性と歌唱力で観客を楽しませました。

(6月6日)



緑化事業に対する意識の高揚と郷土緑化の推進を図るため、緑化推進委員会主催による植樹祭が行なわれ、林業関係者や仁宇布小中学校の児童生徒が参加し、300本のアカエゾマツの苗木が植えられました。

(5月27日)



「おじゃまします！」



在宅介護

支援センターです！

今回は「寝たきり予防」  
についてのお話です。

### 寝たきりに ならないために

からだの具合が悪いから  
「安静第一」と、高齢者が  
寝たままの状態でしたら、  
足腰や内臓、精神機能が驚  
くほどのスピードで弱って  
しまったということは少な  
くありません。そこで症状  
が回復してきたら1日でも  
早く起上がり、歩けるよう  
にしていくことが大切です。

### 寝たきりになると？

寝たきりになると何事に  
も意欲がわかず、精神的な  
ダメージも加わり、ひいて  
は痴呆となってしまうこと  
もあります。65歳以上の高  
齢者が寝たきりになると、

実にその半数が3年以上も  
の介護を必要とするのが現  
状です。ですから、正しい  
予防の知識を身につけ、身  
近なところから注意してい  
くことが重要です。

平成元年以降、国は「高  
齢者保健福祉推進十か年戦  
略（ゴールドプラン）」に  
おいて、高齢者の在宅福祉  
を目指し「寝たきり老人ゼ  
ロ作戦」を推し進めてきま  
した。法律の変遷のなか、  
寝たきりを防ぐことを今後  
も強化する動きです。今回  
はその充実にむけて、「寝  
たきりゼロへの10か条」を  
載せてみました。

当事者である方にも、こ  
れから介護にたずさわる方  
にも参考にしていただき、  
「寝たきりにならない・さ  
せない」社会になることを  
願っています。

お気軽にご相談ください

### 在宅介護

### 支援センター

美深町字東1条南4丁目

美深厚生病院内

9・2201

## 寝たきりゼロへの10か条

### 1. 脳卒中と骨折予防

寝たきりゼロへの第1歩

### 2. 寝たきりは寝かせきりから作られる

過度の安静 逆効果

### 3. リハビリは早期開始が効果的

始めようベッドの上から訓練を

### 4. 暮らしの中でのリハビリは

食事と排泄、着替えから

### 5. 朝起きてまずは着替えて身だしなみ

寝・食わけて生活にメリとハリ

### 6. 「手は出しすぎず

目は離さず」が介護の基本  
自立の気持ちを大切に

### 7. ベッドから移ろう移そう車椅子

行動広げる 機器の活用

### 8. 手すり付け段差をなくし住みやすく

アイディア生かした住まいの改善

### 9. 家庭でも社会でも喜び見つけ

みんなで防ごう閉じこもり

### 10. 進んで利用 機能訓練

デイ・サービス  
寝たきりなくす人の輪 地域の輪





### 乳がん増加中です

最近、乳がんになる女性の方が増えてきています。増えてきた理由には、少子化などライフスタイルの変化で、出産年齢が遅い、初潮年齢が早い、閉経が遅いなど、女性ホルモンのバランスが変わってきていることや、高カロリー、高脂肪食、高蛋白食、アルコール摂取量の増加が原因だと考えられています。

しかし、乳がんはがんの中でも唯一自己発見が可能です。率も高いがんなので、生活習慣の見直しと共に自己検



らに肥満の人はエストロゲンが活発に分泌されやすいというこ

診や集団検診での早期発見が重要です。

### 子宮体部がん 増加中です

子宮頸がん（膣に近い部分にできるがん）の発症は30歳代から増え始め、40〜50歳が一番多く、最近ではヒトパピローマウイルスという皮膚や粘膜に良性の腫瘍をつくるウイルスの感染と関連があるといわれています。性交時年齢が低年齢化してきていることから、20代からの検診が重要となってきました。

子宮体部がん（赤ちゃんを育てる部分にできるがん）は、今までは子宮がんの頸部がんが9割を占めていましたが、最近では子宮がん全体の3割にまで増えていきます。閉経後の女性に多く、女性ホルモンのエストロゲンが深く関わっており、さ

とでリスクをあげやすいことがわかってきました。

子宮がんも乳がんと同様に、定期検診を受けていれば早期発見が可能なのです。

### 8月・11月は乳がん・子宮がん検診月

厚生労働省より、乳がん・子宮がん検診についての報告がされましたが、今年度の対象者は次のとおり実施します。

対象者  
乳がん検診/30歳以上の女性  
子宮がん検診/20歳以上の女性

検診日程  
前期/8月27日(金)  
後期/11月8日(月)

それぞれ申込みが必要です。  
前期申込  
7月20日〜23日、  
後期申込  
10月6日〜8日、  
受付時間/9時〜17時  
申込み・問い合わせ先  
役場保健福祉課保健係  
2・1611

(内) 126・197

## 年金窓口から

### 国民年金保険料を納めるのが困難な時は：

国民年金の保険料を納めるのが困難な時は、申請して承認されると保険料の納付が免除される『免除制度』があります。

免除制度には、保険料の全額が免除される「全額免除」と半額が免除されて半額を納付する「半額免除」があります。

どちらの免除に該当するかは、前年所得により基準が定められています。また、今年度及び前年度失業した場合は本人の前年所得にかかわらず、申請して承認されると保険料が免除されます。

免除は、被保険者、被保険者の配偶者、世帯主それぞれの前年所得が免除の対象となる基準額を下回る場合に承認されます。

例えば、被保険者ご本人だけであれば前年所得が基準額を下回っていたり失業

により免除に該当する場合であっても、被保険者の配偶者か世帯主のどちらか一人でも前年所得が基準額を上回る場合は免除に該当しません。

年金額を計算する際に、保険料の免除を受けていた期間は保険料を納めた期間と比べて、全額免除期間は3分の1、半額免除期間は3分の2に減額されて算入されます。

ただし、半額免除については半額の保険料を納めないうままであると、その期間は「未納期間」として扱われ、老齢基礎年金の受給資格を得る期間として数えられず、老後の年金額にも反映されません。

また、全額免除、半額免除を受けた期間の保険料は10年以内であればあとから納めることができます。

免除の承認期間は、7月〜翌年6月までで、お住まいの市町村の国民年金担当窓口へ毎年申請が必要です。

住民課  
戸籍年金係  
☎2-1611  
内線121番

# こちら警察署

美深警察署  
☎ 2・11110

## 夏の行楽に伴う交通事故の防止

〜思いやり ゆずる心で 防ぐ事故〜

ドライバーの皆さんへ  
無理な行程とならないように、事前に運行計画をたてましょう。また、行楽地付近では渋滞も予想されますので、余裕のある計画で急がないことを心がけましょう。

先を急ぐあまり、スピードを出しすぎたり、無理な追越をすることは重大事故の原因となり、大変危険です。譲り合いの気持ちを持って、ルールやマナーを守りましょう。シートベルトは、もしも

のときの命綱。運転席・助手席はもちろん、他の席の方にもシートベルトを着用させましょう。また、小さなお子さんにはチャイルドシートを着用させましょう。

歩行者の皆さんへ  
夏は暑さのためドライバーの注意力も散漫になります。あなたの存在に気づいていないかもしれないので、道路横断するときなどは車が止まってくれらるとうと油断せず、停止したことを確認

してから横断しましょう。旅行先でも普段と同じように交通ルールを守り、浮かれて赤信号で横断したり道路に飛び出すことは絶対にやめましょう。自転車の皆さんへ  
交差点では停止して車が来ていないことを確認してから進行しましょう。夜間は必ずライトを点灯するとともに、自転車に夜行反射材を貼付しましょう。



## 夏の水難事故を防ぐために

北海道の短い夏を満喫しようとして、海や川に出かける機会が増えるシーズンです。事故のない楽しい夏を過ごすため、次の点に注意してください。

水辺で遊んでいる子供から目を離さない。  
海水浴場等の指定された場所での、自分の技量や体力に依りて泳ぎましょう。疲れているときや飲酒しているの遊泳は事故のもと。無理をしたりお酒を飲んで泳がないようにしましょう。

釣りや磯遊びは、安全な場所を選び、荒天高波時の防波堤、流れの速い岸辺、滑りやすい岩場などはやめましょう。  
水上オートバイは、遊泳者に十分注意し、安全航行に努め、救命胴衣を確実に装着しましょう。

## 消防署

だより



### 美深町大火

昭和3年7月23日は、美深市街地の約8割を焼き尽くす程大きな火災が発生した日です。以降、町内ではこれ程大規模な火災は幸い発生しておりませんが、くれぐれも油断は禁物です。

火災のない安心して暮らせる明るい街を築くため、住民の皆さんと共に消防署員・団員一丸となり、更に『火災予防』に努めて参ります。

と思います。しかし「おもちゃ花火」とはいえ、原料は火薬です。そのため、安全については徹底した対策が必要です。花火にはたくさんの種類があります。「楽しい花火」になるよう、それぞれの注意書きをよく読んで正しい遊び方をしましょう。



防火対象物定期点検者講習の実施について(二案内)

防火対象物定期点検者講習が、次のとおり実施されます。  
申請受付期間  
7月26日～8月6日  
講習月日  
9月14日～17日

### 夏の身近な風物詩 花火

夕涼みがてら、家庭で花火を楽しむ機会も多くなります。

23日は消防指令車にて広報致しますので御協力お願いします。

講習会場/札幌市民防災センター(札幌市白石区南郷通6丁目北2-1-1)  
詳細は、美深消防署予防係まで  
美深消防署  
2 1 1 3 6

# 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先へご連絡ください。

役場 (代表)  
☎2-1611



海の日  
(7月20日)

## 生活

### 妊娠前の予防接種が大切!

今年になって、関東や九州で風しん患者が増加しています。今のところ北海道では患者増加はありませんが、注意が必要です。

妊娠初期の妊婦さんが風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんが難聴や白内障・緑内障、心臓奇形など先天性風しん症候群という障害をもつことがあります。先天性風しん症候群を予防するためには、妊娠する前に風しんの免疫をつけることが大切です。風しんにかかったことがない、風しんの予防接種を受けたことがないという方は、妊娠前に予防接種を受けるようにしましょう。

予防接種を受けたかどうかからしない方には、免疫の有無を調べる抗体検査もあります。

予防接種、抗体検査については、お問い合わせください。なお、予防接種料金は自己負担になります。

問い合わせ先  
役場保健福祉課保健係

2・1611  
(内)126・197

## 募集

### 「愛犬わんわんパトロール隊」募集

愛犬わんわんパトロール隊(馬場義人代表)では、只今パトロール隊員の募集をしています。

このパトロール隊は、犬を飼っている人が日常のお散歩の中で、青少年の非行防止や、不審者の発見の際

に警察署へ連絡を行うなど、少しでも地域の犯罪防止に役立てばよいということに活動しております。

入会にあたっては、特別な規則等もなく、パトロール時間も自分の散歩時間に合わせて自由となっております。

ご協力いただける方、興味のある方、また疑問点などありましたら、ご連絡ください。

問い合わせ先  
役場住民課環境生活係

## 届け出

転居により運転免許証に記載されている住所が違う方はおりませんか

公安委員会では、運転免許証のうっかり失効を防止するため、免許証の更新予定者全員に対し、更新期間や更新手続きに必要な費用、持ち物などを記載した更新連絡証を送付しています。更新連絡証は、運転免許証に記載されている住所宛に郵送されますので、転

## 天塩川クリーンアップ 大作戦

天塩川の美しい流れを、次代を生きる子供たちに継いでゆくため、天塩川や河川敷の清掃に取り組む「やさしさ」のイベントです。皆様のご協力をお願いします。

日時 7月4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 役場建設課維持管理係 2・1611(内)170

### 美深高等養護学校

私たちの授業を見に来て下さい  
~ 公開授業週間 ~

7月12日(月)から16日(金)

8時55分から14時35分まで随時  
ただし、16日は13時50分まで。

また、12時15分から13時5分までは除く。

問合せ先 美深高等養護学校 2・2155

## 自衛官募集

2等陸・海・空士  
曹候補士  
一般曹候補学生  
航空学生  
看護学生  
防衛医科大学学生  
防衛医科大学校学生

### 問い合わせ先

旭川地方連絡部  
名寄出張所  
(名寄市西1南9)  
01654-2-3921

志願受付表は、美深町役場総務課にも用意してあります。

## 第20回 参議院議員通常選挙 投票日

7月11日(日)

投票には入場券を忘れず  
にお持ちください

### 期日前投票・不在者投票

期間 / 6月25日(金)  
~ 7月10日(土)

時間 / 8:30~20:00

場所 / 役場1階

町民相談室

### 問い合わせ先

美深町選挙管理委員会  
2-2500

# わがやの アイドル



やさしい子になれ!  
... (父・母)。

三住 三住 美  
み すみ  
H15・5・3生、第2  
父・誠さん、母・工さん



心が強く、やさしい子になっ  
てね! ... (父・母)。

中田 中田 夢  
なか た ゆめ  
H15・5・12生、恩根内  
父・祐さん、母・亜希子さん



素直に育ってください  
... (父・母)。

渡辺 渡辺 紗  
わた なべ さ  
H15・5・25生、第5  
父・義行さん、母・希さん



人の痛みがわかる人になっ  
てください ... (父・母)。

吉田 吉田 空  
よし た そら  
H15・7・6生、南  
父・圭孝さん、母・純子さん

生 生 ち  
お ち  
や ん

**ご利用下さい**  
**街かど健康相談**  
買い物に出た時や温泉に出かけた際に、気軽に血圧を測ったりできる場として、街かど健康相談を行っています。  
ぜひ、ご利用下さい。  
場所・日時  
旭町ふれあいステーション  
毎週月曜日/10時30分から11時30分まで  
びふか温泉

## 相 談

居の際には速やかに住所変更届をしてください。  
届出・問い合わせ先  
美深警察署 2・1110

## 注 意

毎月第4金曜日/10時から11時30分まで  
問い合わせ先  
役場保健福祉課保健係  
2・1611  
(内) 126・197  
6月8日、札幌ナンバーの白いワゴン車2台に数人が乗り、水道の浄水器等を売りに歩いていた業者がいました。  
役場から頼まれた口調で水道の臭いはしないか台所の水道を見たい水質検査をさせてほしい

## 訪問販売にご注意を

まわり近所も水質が悪い役場ではこのようなことを業者に依頼することはありませぬし、水質も悪くありませんので、十分ご注意ください。  
問い合わせ先  
役場建設課上下水道室水道係  
2・1611  
(内) 148・167  
平成15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。  
平成15年度において、この条例に基づく開示請求は1件あり、公文書の公開が行なわれました。

## 町村職員を募集します 上川支庁管内町村職員採用試験

平成17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予定職種  
募集町村/上川支庁管内各町村  
受験資格/7月12日(月)の試験公示日に詳細発表  
試 験 日/平成16年9月19日(日)  
試験会場/旭川大学女子短期大学部  
受付期間/7月12日(月)から8月13日(金)まで  
そ の 他/美深町では、平成17年度の採用予定はありません

## 問合せ先

美深町役場総務課総務係  
2・1611(内)155

## サマージャンポ 宝くじ

1等前後賞3億円  
発売期間  
7月12日(月)~30日(金)  
抽選日  
8月10日(火)



1 等 1億円  
前後賞 各5千万円  
2 等 1千万円

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

# 天塩川だより

朝日町

名寄市

「第24回全日本サマージャンプ大会」  
 と き / 7月4日(日)9:00～競技開始  
 と ころ / 朝日町三望台ジャンツェ  
 内 容 / 国内一流ジャンパーたちが、優  
 勝目指して華麗なアーチ合戦を繰り広げ  
 ます。皆さんも応援に来ませんか？お待  
 ちしております。  
 問合せ先 / 朝日町教育委員会 016528・3146

「てっし・名寄まつり」  
 と き / 7月31日(土)～8月6日(金)  
 と ころ / 名寄市内各所  
 内 容 / 今年はYOSAKOIソーラン祭り  
 北・北海道支部大会前夜祭を皮切りに、ブ  
 ラザートム・寺田恵子ライブコンサートや  
 花火大会で幕を開けます。1日はなよろの  
 おどり、4日からは名寄祭りとして歴史と伝統  
 のあるお祭りが続きます。最終日の6日  
 には北のカーニバルが行われ、楽しい仮装と  
 迫力あるパフォーマンスに見とれること  
 でしょう。ぜひ遊びに来てください。  
 問合せ先 / NPO法人なよろ観光まちづく  
 り協会 01654・9・6711

このコーナーは、和寒町以北、9市町村からの話題を随時掲載しています。

## 函岳への道路が通行止めになります

町道美深歌登線および加須美峠函岳線が、雨雪レ  
 ーダーケーブル保守点検作業のため下記の期間通行止め  
 となります。ご迷惑をおかけしますが、ご協力方よろ  
 しくお願いします。

期間 **7月6日(火)～8日(木)まで**

問合せ先 役場建設課維持管理係 2・1611(内)170

## 6月の物価の動き

消費者モニター調 (単位：円)

品目	単位	本月価格			前月平均	変動 率	前年同月 価格平均
		最低	最高	平均			
玉ねぎ	100g	17.0	20.1	18.4	19.3	-0.9	21.4
きゃべつ	100g	19.0	27.2	23.3	15.9	7.4	17.2
さんま	100g	26.8	68.0	42.5	56.1	-13.6	50.7
豚肉	肩肉100g	123.0	185.0	146.8	137.5	9.3	148.0
砂糖	スズラン印 1kg詰	150.0	229.0	186.5	171.5	15.0	177.8
サラダ油	ポリ1.6ℓ	417.0	418.0	417.7	417.7	0.0	452.8
鶏卵	中玉10個	166.0	208.0	177.5	158.5	19.0	148.0
とうふ	1丁	84.0	92.0	90.0	87.3	2.7	102.8
しょう油	キッコーマン 1.0ℓ	308.0	313.0	311.5	311.5	0.0	296.8
灯油	配達1ℓ	54.6	55.0	54.8	50.5	4.3	48.0
ガソリン	レギュラー1ℓ	115.5	116.0	115.8	110.4	5.4	105.0

〔注：4月から総額表示方式が実施されているため、本月価格  
 及び前月価格は消費税を含む価格、前年同月価格については  
 消費税を含まない価格となっていますので、ご注意ください。〕

## 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」としま  
 すので、自営業者、代表権  
 を有する会社役員などは対

#### 別表

資金の種類	生活資金	住宅資金
対 象 者	町内に原則1年以上居 住している者 町税を完納している者 同一職場に1年以上勤 務している者 返済能力が一定基準以 上の者 申込時満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)	2.92%	2.57%
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	

象となりません。  
 資金の種類と条件/別表  
 のとおり  
 問い合わせ先

○労働金庫名寄支店  
 01654・2・2270  
 ○役場産業課商工観光対策室  
 2・1611(内)158

## 「札幌在住留学生、美深町体験プログラム」 受入家庭募集

びふか国際交流の会では、今年も「札幌  
 在住外国人留学生、美深町体験プログラム」  
 を実施いたします。会ではこれまでに65名  
 の留学生を受け入れ、多くの町民の皆様と  
 国際交流を深めてきています。

受入を希望される方は、役場総務課町政推進室内  
 びふか国際交流の会窓口までお申し込みください。

#### 受入期間

8月20日(金)～24日(火)の5日間

#### その他

留学生は、日常会話程度の日本語が話せます  
 ので、会話に不自由はありません。

日本の生活文化を体験するためのホームステ  
 イですので、食事、ベッド、トイレなどは特  
 別扱いする必要はありません。

生活費程度の助成をいたします。

問合せ先

びふか国際交流の会窓口  
 役場総務課町政推進室内 TEL2・1611(内)164