

まちからの お知らせ

保健福祉課 ☎72-2000
 建設課 ☎76-2139
 住民課 ☎76-2130
 議会事務局 ☎76-3191
 総務課 ☎76-2131
 会計課 ☎76-3192
 産業振興課 ☎76-2134
 教育委員会 ☎76-4233
 農業委員会 ☎76-2135



子育てスクール運動会
(8・28)

催し 味覚まつり

会場 改善センター前
 日時 10月3日(日)10時～14時
 内容 雨天時は改善センター内
 町内産新米ご飯無料サービス、芋煮なべ、手打ちそば、やきとり、お酒、ジュースなどの飲食物販売、農産物など町特産品の販売、お楽しみ抽選会など
 料金 入場は無料ですが、飲食や売店の利用は有料です
 問合せ 観光協会事務局 ☎76・2134



催し 児童館から

会場 クッキング
 日時 9月25日(土)13時30分～
 対象 小学4年生(先着10人)
 内容 マドレーヌ
 持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル
 材料費 100円
 締切 9月22日(水)
 ふきん作り
 日時 10月9日(土)13時30分～
 対象 小学生(先着20人)
 持ち物 未使用タオル1本
 締切 10月7日(木)
 申込・問合せ 児童館 ☎76・2402

催し
子育て支援センターから
第7回子育てスクール
 日時 9月30日(木)10時～12時
 場所 ゆめりあ
 対象 町内に住む子育て中の親
 内容 クッキング(おやつづくり)
 材料費 300円
 託児 1世帯200円
 締切 9月24日(金)
 できつずカードに30ポイントが付きまます。

第8回子育てスクール

日時 10月7日(木)10時～11時30分
 場所 スポーツセンター
 対象 町内に住む子育て中の親
 内容 ミニバレー、バドミントン、卓球ほか
 参加料 無料
 託児 1世帯200円
 締切 10月1日(金)
 できつずカードに30ポイントが付きまます。
 問合せ 子育て支援センター ☎72・2088

催し
ふるさと学園大学
第5講・日曜講座
 日時 10月10日(日)10時30分～12時
 場所 ゆめりあ
 対象 ふるさと学園大学生、町民
 受講料 無料
 演題 オリジナルピックへの挑戦！
 講師 桧野真奈美さん(ボブスレー選手、バンクーバー五輪代表)
 問合せ 保健福祉課子育て・生きがいグループ ☎72・2000

催し コンサート情報

タレントの清水ミチコがやってきました。
 ピアノの弾き語りを織り交ぜたモノマネやスライドを利用した顔マネショーに加え、軽妙なトークも繰り広げられる抱腹絶倒のライブステージです。
 日時 10月19日(火)19時～
 場所 ゆめりあ
 入場料
 前売券 大人 2000円
 中学生以下 1000円
 当日券 大人 3000円
 中学生以下 1500円
 前売券完売のときは、当日券は販売しません。
 チケット取扱 改善センター、ゆめりあ、図書館、物産館、イースト文具商会など
 問合せ 教育委員会社会教育グループ ☎76・4233



催し
町民ギャラリー

改善センターで展示会を開
催しています。

農高染色による作品展

日時 9月14日(火)～10月3日

(日)

バステル和アート展

日時 10月5日(火)～10月24日

(日)

問合せ 教育委員会社会教育
グループ ☎76・4233

催し
水泳記録会

日時 9月26日(日)14時～

場所 温水プール

対象 小学生以上の町民

参加料 200円(記録証作成費)

別途、入館料が必要

種目(1人2種目まで)

25歳 バタフライ、背泳ぎ、

平泳ぎ、自由形、ビート板

50歳 バタフライ、背泳ぎ、

平泳ぎ、自由形、親子リレ

100歳 自由形、個人メドレ

締切 9月17日(金)

問合せ 水泳協会・大山

☎76・2134 (役場内)

催し
よしの園祭

35年間、皆さんに参加して
もらった収穫まつりも、吉野
地区で行うのは今年で最後で
す。今までの感謝の気持ち
を込めて、楽しい思い出にな
るお祭りを計画しています。

日時 10月10日(日)11時45分～

会場 よしの園

内容 飲食物のバザーコーナ
ー、施設製造品の販売コー
ナー、アトラクション、抽
選会ほか

問合せ よしの園

☎73・2331

催し
高次脳機能障害セ
ミナー

高次脳機能障害は、交通事
故や脳卒中の後遺症の1つで
す。この障害について理解を
深めてもらうためのセミナー
です。

日時 10月22日(金)13時30分～

15時40分

場所 滝川市総合福祉センタ

参加料 無料

申込締切 10月15日(金)

問合せ 滝川保健所

☎24・6201

募集
町民文化祭

皆さんの文化活動や学習成
果の発表の場である町民文化
祭の出展作品、出演者を募集
しています。

展示部門
日時 10月29日(金)～10月31日

(日)

会場 改善センター

募集内容 陶芸、絵画、書、
生け花、写真、短歌、俳句、
ペン字、工芸、手芸、押し
花

芸能部門
日時 10月31日(日)

会場 ゆめりあ

募集内容 舞踊、詩吟、民謡、
民舞、太鼓、郷土芸能

締切 9月24日(金)

申込・問合せ 教育委員会社
会教育グループ

☎76・4233



募集
町民音楽祭

皆さんの音楽活動の発表の
場である町民音楽祭の出演者
を募集しています。

日時 11月6日(土)

会場 ゆめりあ

募集内容 合唱、楽器演奏

締切 9月24日(金)

申込・問合せ 教育委員会社
会教育グループ

☎76・4233

手続制度
登記相談が予約
制になります

札幌法務局滝川支局では、
年々増加する相談に効果的に
対応するため、予約制を導入
しました。電話予約後に相談
にお越しください。

予約・問合せ 札幌法務局滝
川支局

☎23・2330

手続制度
検察審査員

事件が裁判にからなかつ
たとき、検察官の判断が正し
かったかどうかを審査するの
が、検察審査員の役割です。
検察審査員は、選挙権をもつ
方の中からくじで選ばれます。
審査員に選ばれたときは、こ

協力をお願いします。
問合せ 岩見沢検察審査会事
務局
☎0126・22・6650

手続制度
町税の納め忘れ
はありませんか

町道民税(第2期)と国民
健康保険税(第2期)、後期
高齢者医療保険料(第2期)
の納期限は8月31日(火)でし
た。納め忘れの方は早急に納め
ましょう。

今月は固定資産税(第3期)
と国民健康保険税(第3期)、
後期高齢者医療保険料(第3
期)の納期です。
納期限は9月30日(木)です
ので、忘れずに納めましょう。

問合せ 住民課町税グループ
☎76・2130

手続制度
林業退職金共済

林業の仕事をしていたこと
はありませんか。昭和55年以
降に林業事業所で働いていた
方で、共済制度に加入してい
たが退職金を受け取っていな
い方を探しています。

問合せ 林業退職金共済事業
本部
☎03・5400・4334

暮らし
1日行政相談

年金制度や国税の問題など、国の行政に関する苦情や要望はありますか。行政相談週間にあわせて、1日行政相談所を開設します。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

日時 10月19日(火)13時30分～16時

場所 役場2階小会議室

料金 無料

行政相談委員 熊田真理子さん

問合せ 総務課総務グループ
☎76・3440
☎76・2131

暮らし
1日法律相談

北海道弁護士会連合会は、法律事務所が開設されていない市町村を対象に、全国一斉ですら無料相談会を開催しています。身の回りの問題に弁護士がお答えします。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

日時 10月20日(水)13時～16時

場所 役場2階小会議室

料金 無料

その他 要予約

暮らし
高齢者宅の除雪

高齢者除雪事業を11月15日から開始します。申込みを受け付けていますので、お早めにお申し込みください。

内容 間口除雪(玄関先から歩道までの人が通れる幅)

住宅窓下部分(間口除雪利用者で希望する方のみ)

対象 世帯全員が70歳以上で、除雪作業が困難な世帯

70歳未満で身体障害者手帳1級か2級、かつ下肢が体幹に障がいがある方。さらに、世帯全員が除雪作業が困難であること。

期間 11月15日(月)～3月31日

費用 (木) 間口除雪 月2000円
(11月は10000円)

住宅窓下除雪 1回750円
生活保護世帯は半額です。

申込締切 10月15日(金)

申込・問合せ 保健福祉課子育て・生きがいグループ

☎72・2000

暮らし
チャイルドシート貸し出し

全国農協共済からチャイルドシートが寄贈されました。小さい子どもがいる方へ貸し出しますので、希望する方はお申し込みください。

対象年齢 3～11歳

使用料 無料

申込締切 9月30日(木)

申込・問合せ 住民課生活安全グループ☎76・2130

暮らし
秋の全国交通安全運動

秋の全国交通安全運動を実施します。交通安全の意識を高め、交通ルールを守って、思いやりのある運転を心掛けます。

実施期間 9月21日(火)～30日

重点項目 (木) 高齢者の交通事故防止
夕暮れ時と夜間の歩行中、自転車乗用中の交通事故防止

すべ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

**平成22年10月1日
国勢調査を実施します**

国勢調査は、日本に住んでいるすべての人および世帯が対象です。

平成22年国勢調査は、日本が本格的な人口減少社会となつて実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口、世帯の実態を明らかにする重要な調査です。

調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。

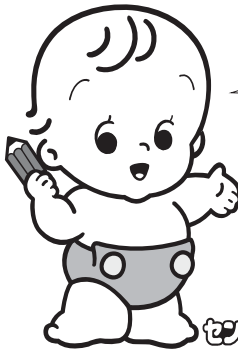
9月23日(木)から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。

記入した調査票は、封筒に入れて封をした上で調査員に手渡すか、役場へ郵送してください。

国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査票の記入内容は厳重に守られます。

担当 総務課まちづくり推進グループ ☎76・2131

国勢調査は、日本の未来、地域のまちづくりのための基礎資料になります。



2010 国勢調査
平成22年10月1日

飲酒運転の根絶
問合せ 住民課生活安全グループ
☎76・2130

7月町内交通事故発生状況
()は前年同月発生状況
発生件数 1件(0件)
死者数 0人(0人)
負傷者数 2人(0人)

健康
フッ素塗布

日時 10月13日(水)12時40分
場所 ゆめりあ
対象 1歳6カ月〜就学前の幼児

塗布を始める時期は、歯が全部で16本になったころです。
持ち物 母子手帳
料金 200円

内容 歯科健診、フッ素塗布、ブラッシング指導
その他 歯磨きをしてからお越しください。

問合せ 保健福祉課保健福祉グループ
☎72・2000

健康
就学時健康診断

日時 10月14日(木)13時
場所 ゆめりあ
対象 小学校入学予定者(平)

成16年4月2日〜平成17年4月1日生
対象者には、教育委員会から案内をします。

その他 9月1日以降に町外から転入した方は、教育委員会にご連絡ください。
問合せ 教育委員会学校教育グループ
☎76・4233

健康
休日診療当番情報

内科 休日夜間急病センター
☎22・2299
外科

9月18日(土) 滝川市立病院
9月19日(日) 滝川脳神経外科
9月20日(月) 滝川市立病院
9月23日(木) 滝川市立病院
9月25日(土) 滝川脳神経外科
9月26日(日) 滝川市立病院
10月2日(土) 滝川市立病院
10月3日(日) 滝川脳神経外科
10月9日(土) 滝川市立病院
10月10日(日) 滝川脳神経外科
10月11日(月) 滝川市立病院

土曜日は午後から翌朝まで
歯科

9月19日(日) 扇町歯科(滝川)
9月20日(月) 啓南歯科(滝川)
9月23日(木) 松原歯科(砂川)
9月26日(日) はらおか歯科

9月26日(日) はらおか歯科

巡回ドックのお知らせ

対象	30歳以上の町民		
会場	総合健康福祉センターゆめりあ		
日程・定員	11月29日(月)、11月30日(火) 各日40人		
基本健診	区分	若年者健診	特定健診
	対象者	30~39歳の方	国民健康保険加入者で40~74歳の方
	健診内容	身体計測、尿検査、血圧測定、心電図検査、診察、血液検査、眼底検査(必要な方のみ)	
	料金	1,000円	500円
がん検診	検診名	対象年齢	料金
	胃がん検診	30歳以上	2,000円
	大腸がん検診		1,000円
	肺がん検診		500円
	前立腺がん検診	50~64歳	1,000円
		65歳以上	2,625円
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で未検査の方	500円
エキノコックス症検診	5年ごと	300円	
受付時間	午前7時~10時 30分ごとの予約制		
申込先	JAピンネ本所管理部管理課 ☎76・2221		
申込期間	10月1日(金)~10月29日(金)		
留意事項	6月にゆめりあで健診を受けた方、今年度人間ドックを受診する方、事業所の健診を受けた方は対象外です。 基本健診のみ、がん検診のみの受診も可能です。 JA正組合員、女性部員とその家族の方は、2,100円の助成があります。		
問合せ	JAピンネ本所管理部管理課 ☎76・2221 保健福祉課保健福祉グループ ☎72・2000		

(滝川)

10月3日(日) 東鷄齒科(上砂川)

10月10日(日) グリーン歯科(砂川)

10月11日(月) エアタル滝川

診療時間は9時~12時

成績
町内剣道大会
(敬称略)

日時 8月7日(土)

場所 尚武館

初心者部

①中鉢天助(小3) ②伊藤悠実(小6) ③小野眞之介(小1) ④山内麗生(小1)

低学年部

①北村沙羅(小2) ②清野創二郎(小2) ③乗松凜(小2) ④新田拓海(小2)

中級者部

①新田和惟(小5) ②熊谷冴月(小5) ③今井佑香(小3) ④清野麟太郎(小3)

上級者部

①今井優輔(小6) ②坂本大地(中2) ③坂本三咲(小6) ④倉田健人(小6)

成績
尚武会復活100周年記念剣道大会(敬称略)

日時 8月29日(日)

場所 スポーツセンター

選抜個人戦

①後木啓史 ②前谷卓男 ③植田充 ④清野正嗣

交流団体戦

①十津川剣道クラブ ②新十津川尚武会

成績
全町野球大会

日時 8月29日(日)

場所 ピンネスタジアム、ふるさと球場

Aブロック

①J Aピンネ ②新十津川町役場

Bブロック

①しんとつかわオールスターズ ②Popo

その他
桜、折られる

旧吉野小学校の閉校記念で植樹した桜の苗木が、心無い人によって傷つけられました。不審者を見かけた方がいましたら、警察または教育委員会へ連絡してください。

問合せ 教育委員会社会教育グループ ☎76・4233



健康体力増進室の閉室日

9月23日(木)、26日(日)
10月3日(日)、10日(日)、11日(月)、17日(日)

高齢者無料巡回バス運休日

9月20日(月)、23日(木)
10月11日(月)
10月16日(土)~11月30日(火)は、乗り合いタクシーの運行期間につき、巡回バスを運休します。

問合せ 保健福祉課子育て・生きがいグループ

☎72・2000

☎72・2000

ご厚情感謝
申し上げます

町へ
新十津川ボデー工業(株)(中
央) 10万円
小原定子さん(弥生)故・小
原好造さんの生前のお礼として
30万円



有料広告

新十津川町の皆様へ
中村屋旅館からのご挨拶

明治生まれの1代目、大正生まれの2代目、そしてわたくし昭和生まれの3代目と、当初は昭和初期に食堂として起業し、料理屋、旅館を経て約80年間皆様から叱咤激励され営業して参りましたが、わたくしも60代の節目に入ります。

健康上の理由で、このたび平成22年9月から12月まで休業、平成23年1月から、残念ですが閉館いたすことに相成りました。お世話になった皆様、本当に、本当に長い間ありがとうございました。これからは個人としてよろしく願いいたします。

ご挨拶まで

中村屋旅館 杉田仁美

☎76・2519

7月



お誕生
おめでとう

7月

ごめいふくを
祈ります

こんにちは
ヘルスマイト
です

私たち食生活推進員協議会（通称ヘルスマイト）は、平成7年に設立したボランティア団体です。栄養と食生活改善活動を効果的に促進させ、地域住民の健康と福祉の増進に寄与することを目的に活動してきました。今年で設立16年目を迎え、今後も27人の会員と町民の皆さんと共に、食生活の改善に取り組んでいきます。

活動内容は、食と健康教室や親子クッキング教室、男性のための料理教室などです。子どもから高齢者までを対象に継続的に活動しています。

最近ではメタボリック症候群など食生活と深く関わる病気が注目され、食生活改善の重要性が叫ばれていますので、今後も「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、健康を目指して頑張っていきたいと思えます。

（会長 上村裕子）

食と健康教室

7月17日(土)にみどり区会館で開催した食と健康教室をご紹介します。参加者は38人でした。薄味に慣れましょう。

野菜をたくさん食べましょう」をテーマに手作りお弁当の試食と講話を聞いてもらいました。参加者の皆さんからは「薄味でもおいしいね」という言葉もあり、自宅でもぜひ薄味を心がけてほしいと思います。今回は、試食の中から1品メニューを紹介します。



玉ネギの梅肉サラダ

干桜エビとしらすの旨みがいっています。

材料 4人分

- 玉ネギ 150g
- 黄ピーマン 50g
- シソの葉 5枚
- 干桜エビ 15g
- しらす 15g
- 酒 小さじ1

A調味料	
梅干し	5g (中1個)
しょうゆ	小さじ1弱
酢	小さじ1
砂糖	小さじ1

1人分の栄養価

- エネルギー 41kcal
- たんぱく質 4.6g
- カルシウム 106mg
- 塩分 1.1g

作り方

玉ネギは繊維にそって薄切りにする。鍋に湯をはり、10秒間熱湯にくぐらせ、そのままざるに取り広げて冷ます。
黄ピーマンは薄切りにする。梅干しは包丁の背でたたいてつぶし、Aの調味料を混ぜ合わせてドレッシングを作る。
玉ネギ、黄ピーマン、酒で下味を付けた干桜エビとしらすを混ぜ合わせ、ドレッシングをあえる。全体にドレッシングがまわったら器に盛る。
シソの葉を縦半分に切り細切りにしたものを散らす。

いきいき
健康講座

薬の豆知識

薬は、体内に吸収されて作用し、病気を治したり症状を軽減させたりします。しかし、誤った使い方をすると、副作用につながる場合があります。

正しい薬の飲み方

薬を飲むとき、薬が食道に貼り付いたりすると、その部分に炎症や潰瘍が起これることがあります。そのため、錠剤などの飲み薬は、上体を起こした姿勢で、十分な量の水やぬるま湯と一緒に飲み、速やかに胃まで到達させるようにします。

飲み合わせの注意

降圧薬のカルシウム拮抗薬の一部とグレープフルーツジュースを一緒に飲むと、グレープフルーツジュースに含まれる渋味成分のフラボノイドが、薬の分解を抑えてしまいます。すると、血液中の薬の濃度が濃くなり過ぎ（効きすぎ）て、ふらつきやめまいを起すことがあります。

また、アルコールが体内に存在しているときに薬を飲むと、肝臓での薬の分解が抑えられるため、薬が効きすぎ、意識障害や呼吸困難、脳内出血といった重大な副作用を招くことがあります。

逆に、抗血栓薬と納豆やクロレラ製品、骨粗しょう症薬とミネラルウォーターの組み合わせは、薬を効きにくくさせます。牛乳は、一部の鎮痛剤など、刺激のある薬に対しては胃を保護する役割がありますが、薬の吸収が鈍くなり、効果が十分発現できない場合があります。

現在は薬局から薬の詳しい説明やお薬手帳が渡されます。自分の病気と薬の作用を十分に理解し、正しい飲み方を心がけましょう。また、安易に自己中断せず、医師や薬剤師とよく相談しましょう。

担当 ループ 保健福祉課保健福祉グループ 872・2000