

# 初山別村文化祭芸能発表会

## 広報 じよさんべ



メール登録

初山別村文化祭(11月3日/うみねこサークル)

2013

12

NO.540

# 平成25年度 初山別村文化祭



ピアノ演奏  
『ヌヌエット・ト長調』ほか★



詩吟サークル『雨ニモマケズ』ほか



初山別村文化祭芸能発表会  
はまなす会『まつり太鼓』ほか



うみねこサークル『サライ』♪

主催 『初山別村教育委員会・  
初山別村文化協会』

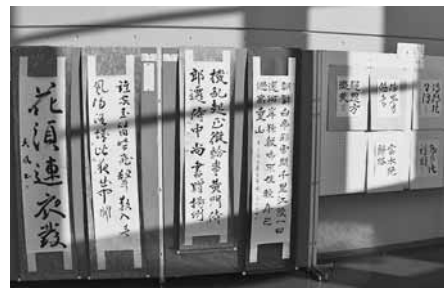


初山別村文化祭芸能発表会  
さわやかコーラス愛好会  
『誰かが小さなベルをおす』ほか♪

《芸能発表会》(11月3日)



文化の日に自然交流センターで行われた芸能発表会では、子どもたちのピアノ演奏やさわやかコーラス、はまなす会による太鼓演奏、詩吟に民謡と発表され、会場に集まった住民は地域文化のひと時を楽しみました。  
また、エントランスホール、二階の小ホール及び和室では、児童生徒、一般の工作や書道、美術作品や生け花、写真、陶芸、保育所園児による貼り絵など三百二十点の作品がずらりと並びました。



《作品展示会》(11月1日～4日)



# 11月のこんなことあんなこと

## お茶の間懇談会

### 地

域住民の生の声を聞き今後の村作りについての対話、懇談の場として「お茶の間懇談会」が各地区で開催されました。

役場職員による事務説明が行われた後、住民から防災関係の質問や地域の要望等の意見が出され、宮本村長と住民の活発な意見交換が行われました。（10月30日～11月1日）



豊岬地区（10/31）



有明地区（10/30）



初山別地区（11/1）

## 平成25年度納税功労者・団体表彰《北海道社会貢献賞》

### 長

年にわたり納期内納税の継続、納税思想の普及に寄与した組合活動の功績が認められ、新興納税貯蓄組合（安斎昭榮組合長）が社会貢献賞を受賞されました。

また、有明3の上納税貯



蓄組合（村田寿宏組合長）は留萌振興局長表彰を受賞し、岡崎一智留萌振興局長から表彰状を授与されました。（11月21日）



## 11月のできごと

日(曜)	できごと
1(金)	村文化祭作品展示会 ～4日 お茶の間懇談会 (初山別・千代田地区)
3(日)	村文化祭芸能発表会
4(月)	総合健診 ～5日
8(金)	第37回留萌地方道民芸術祭 (展示部門) ～10日
9(土)	税の書道展 ～17日
10(日)	第37回留萌地方道民芸術祭(舞台部門)
13(水)	ほしっこくらぶ 村農業委員会総会 羽幌ロータリークラブ交通安全旗寄贈
14(木)	運動教室(スポーツセンター)
15(金)	ヘルスアップ教室(豊岬館・交流センター) 脳活教室(有明母と子の家)
17(日)	第56回初山別村女性大会
21(水)	納税功労表彰 運動教室(スポーツセンター) 脳活教室(有明母と子の家)
22(木)	ヘルスアップ教室(有明母と子の家・交流センター)
28(木)	消防団120年切手贈呈式 運動教室(スポーツセンター) 脳活教室(有明母と子の家)

## 消防団120年記念切手贈呈式

### 明

治27年に消防組が発足し120年を迎えることを記念し発行された「消防団120年切手」の贈呈式が消防初山別

支署で行われ、伊藤太一初山別局長から鎌田健治消防団長に特殊切手が贈呈されました。（11月28日）



## 第25回初山別村小・中学生《税の書道展》

### 税

をテーマに、村租税教育推進懇談会が主催する書道展が行われ、自然交流センター内に展示されました。(11月9～17日)



受賞区分		小学生
特別賞	留萌振興局長賞	小林 美夕菜 (初小3年)
	初山別村長賞	村元 恵利 (初小5年)
	初山別村教育長賞	小林 健人 (初小5年)
懇談会会長賞	金賞	小笠原 安里 (豊小6年)
	銀賞	早坂 明莉 (豊小4年)
	銅賞	山本 晴喜 (豊小4年)
受賞区分		中学生
特別賞	留萌振興局長賞	長谷川 媛子 (初中3年)
	初山別村長賞	木村 有伽 (初中3年)
	初山別村教育長賞	江端 直哉 (初中3年)
懇談会会長賞	金賞	武田 竣己 (初中2年)
	銀賞	中村 望威 (初中2年)
	銅賞	宮崎 菜月 (初中1年)



12月は、  
滞納整理強化月間です。

## 第56回初山別村女性大会

### 村

女性団体連絡協議会(高場志津子会長)の主催による第56回初山別村女性大会が自然交流センターで開催されました。

今年で設立60周年となる記念大会の会場には、昔の女性大会の写真や冊子も展示されておりました。

大会では、(株)萌福祉サービス蔵根幹夫取締役が「心豊かに暮らしていくために」と題して記念公演を行い、その後、会食、アトラクションを行い、最後は初山別音頭を踊り会場は盛りあがりました。(11月17日)





## ☆ほしっこくらぶ「11月号」

今

月の「ほしっこくらぶ」は、  
★じゅうあそび  
でした。(11月13日)



次回、12月11日の「ほしっこくらぶ」は、

☆じゅうあそび

☆よみきかせ(クリスマス会)

の予定です。

楽しみにしていってくださいね。

## 平成25年度 自衛官の募集について

○自衛隊高等工科学学校生徒（身分は特別職国家公務員(生徒)であり、生徒手当が支給され課程終了時に高等学校の卒業資格を取得できる。(提携する通信制高等学校に編入学)）

☆応募資格 中学校卒業（見込み含む）の15歳以上17歳未満の男子

推薦試験（募集人員：約60名）一般試験（約260名）

☆締め切り 推薦試験（12月6日(金)）一般試験（平成26年1月10日(金)）

☆試験期日 推薦試験（平成26年1月11日～13日の指定する1日）

一般試験（平成26年1月18日(土)）

☆試験種目 筆記試験

（国、数、理、社、英：マークシート、作文）（第一次試験）

☆試験会場 一般試験（留萌駐屯地）、

推薦試験（高等工科学学校：神奈川県横須賀市）

※推薦試験には学校長の推薦等が必要です。

○お問い合わせ 自衛隊旭川地方協力本部留萌地域事務所：0164-42-4650

## 平成26年1月から、記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます

平成26年1月からは、事業所得、不動産所得又は山林所得を生ずべき業務を行う全ての方について、記帳と帳簿書類の保存が必要となります。

なお、この記帳と帳簿書類の保存制度につきましては、所得税の申告が必要ない方も対象となります。

詳細は、国税庁ホームページ（<http://www.nta.go.jp>）をご覧ください。か、留萌税務署 電話 0164-42-0663 までお問い合わせください。

## こんにちは 保健師です

### ●便秘を防いで快適生活

年代、性別を問わず、便秘に悩んでいる方は多いと思います。便秘の原因はさまざまですが、その背後には深刻な問題も潜んでいる可能性もあります。自分の原因はどこにあるか確認し、その改善方法を身につけて快適な毎日を過ごしましょう。

### ●便秘の原因は？

便秘の原因は、大きく分けて「病気が原因の便秘」と「生活習慣が原因の便秘」の2つがあります。一般的な便秘は「生活習慣が原因」のものが圧倒的に多いのです

が、病気が原因となるものは早急に治療が必要になります。

#### 〈主な病気〉

ポリープ、腸炎  
閉塞、大腸がん  
など

#### 〈主な生活習慣〉

食生活、運動不足、  
ストレス、  
不規則な生活

これらの原因のほかに

加齢や女性ホルモンなども  
関与しています。

### ●便秘が及ぼすさまざまなトラブル

便秘だけでも不快で憂鬱なのに、便秘が慢性化してしまうと体にさまざまなト

ラブルが生じます。肌あれなどの美容面の影響はもちろんですが、本来排出される老廃物が腸内に蓄積されて有害物質や悪玉菌が必要以上に発生してしまいます。腸内環境が発がんの一因にもなりますので、症状が重い場合は医師に相談しましょう。

よく起こるトラブルとしては次のようなものもあります。

#### 〈よく起こるトラブル〉

- ・冷え・むくみ
- ・胃痛・腰痛・痔

### ●便秘の改善・予防

#### ①食生活の見直し

・朝食をしっかりと食べることで脳が刺激を受け便秘の信号を送ってくれる。

・食物繊維を積極的にとる。イモや豆類などの不溶性のものは水分を吸収し大きく膨らみ腸を刺激するので水分摂取を忘れないようにする。海藻や果物などは水に溶けて便を柔らかくする。

#### ②適度な運動や十分な睡眠

#### ③生活リズムを整える

便秘のそのほとんどが生生活習慣にあるといっても過言ではありません。特に食生活とは密接な関係がありますので、食事内容や時間だけでも見直して健康で快適な毎日を過ごしましょう。



(担当 大水)

# お知らせ

## 年末における犯罪や交通事故のない地域づくり

安全で安心な年末を送り、希望に満ちた新年を迎えるため、次のことに気をつけて犯罪被害や交通事故に遭わないようにしましょう。

### ○女性対象犯罪の被害防止

- ・夜間は、可能な限り、明るい道や人通りの多い道を通るようにしましょう。
- ・夜間に、イヤホンで音楽を聴いたりスマートフォンを操作したりしながら歩かないようにしましょう。

### ○特殊詐欺の被害防止

- ・「電話番号が変わった」という電話は詐欺です。
- ・ATMで医療費が戻ることには絶対にありません。
- ・うまい話にはウラがあります。

す。もうけ話に要注意。

- ・お金を要求する怪しい電話やメールが来たら、必ず家族や警察に相談しましょう。

### ○灯油盗難の被害防止

- ・ホームタンクには盗難防止器具を取り付けましょう。
- ・ポリタンクは施錠設備のある場所に保管し、確実な施錠をしましょう。

### ○スリップ等による交通事故の防止

- ・スリップ事故の原因となる急発進、急ブレーキなど、急のつく運転は危険です。
- ・時間に余裕をもつて、スピードダウンと車間距離の保持に努めましょう。

## 拉致容疑事案をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題への感心を高めましょう

12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です！

拉致容疑事案をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の関心を高めるとともに、国際社会と連携しつつ北朝鮮による人権侵害問題の実態を解明し、その抑止を図ることを目的として、毎年12月10日から16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」とすることとされています。  
(羽幌警察署)

## 歩行型除雪機による事故を防ごう

毎年、雪のシーズンになると除雪機による事故が多発しています。除雪機を使う際には、使用者の責任において、正しく、安全に作業を行ってください。

- ①安全装置が正しく作動しない状態では絶対に使用しない。
- ②除雪機を使用する場合は、周囲に人がいないことを確認し、人を絶対に近づけさせない。また、不意に人が近づいた場合には除雪機を直ちに停止できるように状態で除雪を行う。

③投雪口に詰まった雪を取り除く際には必ずエンジンを停止し、オーガやブローアの回転が停止したことを確認してから雪かき棒を使用して雪を取り除く。

④除雪機を使用する際、特に後進時は足元や周囲の障害物に注意を払い、転倒したり、挟まれたりしないよう無理のない速度で使用する。

⑤除雪作業中は、雪を飛ばす方向に、人や車・建物がないことを確認しましょう。

⑥作業を行う前に、必ず取扱説明書をよく読んで、正しい使い方をしましょう。

▽問い合わせ：一般社団法人 日本農業機械工業会／除雪機安全協議会

電話

03-3433-0415

Webサイト

<http://www.jfmma.or.jp>





## ご家庭における節電のお願い

平素より弊社事業にご理解を賜り、厚く御礼申し上げます。

この冬におきましては、泊発電所の再稼働が見込めない場合を想定し、さまざまな電力需給対策に最大限取り組むことにより、最低限必要な供給予備率は確保できる見通しです。

しかしながら、発電設備の計画外停止リスクや、冬の北海道における万が一の電力需給のひっ迫は、生命、安全を脅かす可能性があることを踏まえ、多重的な対策を講じてまいります。

お客さまには大変なご不便とご迷惑をおかけいたしますが、引き続き節電にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### ご家庭で節電をお願いしたい 期間・時間帯・量

12月9日(月)～3月7日(金)の平日<sup>※1</sup>

16時～21時において

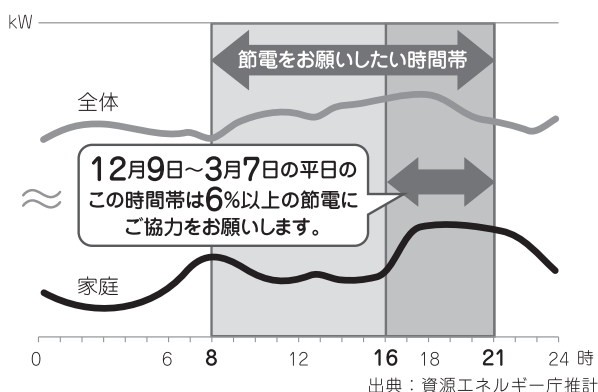
6%以上<sup>※2</sup>の節電にご協力をお願いします。

※1 12月30日(月)～1月3日(金)を除く

※2 2010年度の実績との比較

- 上記の期間・時間帯を除く12月2日(月)～3月31日(月)の平日8時～21時においても、数値目標は設けませんが、無理のない節電にご協力をお願いします。
- 冬季の北海道は夜間も電力需要が高い水準にあるため、上記以外の時間帯についても、可能な範囲での節電をお願いします。

冬の北海道における平日のご家庭での電気の使われ方  
(イメージ)

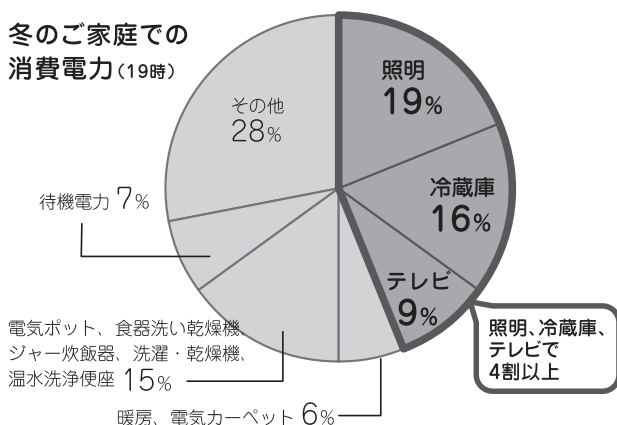


### 節電にご協力いただきたい 電気製品

照明、冷蔵庫、テレビ等を中心に、普段お使いの電気製品について節電のご協力をお願いします。また、外出の際には待機電力等の削減もお願いします。

ご家庭では冬の19時に平均で約1,000Wの電力を消費しており、**照明、冷蔵庫、テレビで4割以上**を占めています。外出中の場合でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力等により、平均で約250Wの電力を消費しています。

冬のご家庭での  
消費電力(19時)



ほくてん

○お問い合わせ先／羽幌営業所 ☎ 0164-62-1047



# 北海道立羽幌病院からのお知らせ

【平成26年 1 月分 外来診療体制】

診療科	月		火		水		木		金		応援医師	受付時間等
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
内科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00～10:30
循環器内科	—	—	—	—	予約	—	—	—	—	—	留萌市立 高橋副院長(隔週) ※午前中のみの診療	8:00～10:30
呼吸器内科	—	—	—	—	—	—	—	—	○	予約	重原医師	8:00～10:30
消化器内科	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—		8:00～10:30
禁煙外来	—	—	—	—	—	—	—	—	—	予約		(診察は14:00から)
外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00～10:30
整形外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8:00～10:30
整形専門外来 (完全予約制)	①第2・4火曜日(14日・28日) 午前・午後 ②月2回木曜日(9日・23日)(9:00～17:00)										①渡部整形外科 渡部院長 ②留萌市立病院より	
小児科	△	△	—	—	—	—	○	○	—	—	①旭川医大 井上講師 ②札幌医大 コドモックルより	8:00～11:00 13:00～15:00
婦人科	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	金野医師	8:00～11:00 13:30～15:00
ミルキー外来	—	—	予約	予約	—	—	—	—	—	—	(当院助産師)	(電話にて申し込み)
眼科	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	旭川医大より	8:00～11:00
皮膚科	月2回月曜日(6日・27日) 午前中										札幌医大より	8:00～11:00
耳鼻咽喉科	第2・4水曜日(8日・22日) 午前中のみ										札幌医大より	8:00～11:00
泌尿器科	第3・5木曜日(16日・30日) 午前中のみ										札幌医大より	8:00～10:30
精神科	月1回(紹介患者のみ)										札幌医大 齋藤教授	

◎上記診療予定は変更となることもありますことをご了承ください。

## ひとのうごき

～平成25年11月末～

### 人口と世帯数

人口 1,353人 (△6人)  
男 640人  
女 713人  
世帯数 594世帯 (△3世帯)  
( )は前月比

### 転入

11/3 長谷川 洋 子 (初山別)

### おくやみ

11/3 長谷川 昭 夫  
86歳 (明 里)

11/5 木 野 和 夫  
86歳 (明 里)



1. 当分の間「一般内科の午後診療」は休止となっています。
2. 第1～第3木曜日の留萌市立病院出張医による総合内科は休止となりました。
3. 毎週木曜日に「消化器内科」を新しく始めました。
4. 内科の予約の無い患者さまは9時からの診察となります。
5. コンタクトレンズの処方はありませんのでご了承ください。
6. 1月は6日から外来診療を行います。

### お知らせ

- ★夜間・土日・祝日診療は緊急性のある重篤な患者さまに限らせていただきます。
- ★緊急性のない軽傷の患者様は、夜間・土日・祝日の受診は控えていただき、平日の診療時間内に受診されるようご協力願います。(なお、病状などでご心配なときや、受診を希望される場合は看護師がご相談を承りますので、まず電話でご相談ください。ご相談の内容によって医師と相談し、すぐに受診いただいたほうがよい判断させていただきます。) 電話 0164-62-6060

## 消費生活に関する相談は 消費者ホットラインへ

**0570-064-370**

平日は、北海道立消費生活センター、土日祝日は、国民生活センターにつながります。

役場では、経済課水産商工係が窓口です。

**一人で悩まず、まずは相談して下さい。**

## ● 今月の主な行事予定 ●

(12/11～1/10)

月	日	行 事 等
12	11(水)	広報しよさんべつ配布 (12月号) ほしっこくらぶ
	12(木)	村議会定例会 予防接種
	13(金)	
	14(土)	
	15(日)	
	16(月)	乳幼児健診 献血 一般ごみ収集日 (初山別・千代田地区)
	17(火)	
	18(水)	防災訓練
	19(木)	
	20(金)	破碎・危険ごみ収集日 (初山別・千代田地区)
1	21(土)	
	22(日)	
	23(月)	天皇誕生日
	24(火)	一般ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	25(水)	
	26(木)	広報しよさんべつ配布 (1月号) 予防接種
	27(金)	
	28(土)	
	29(日)	
	30(月)	役場仕事納め 一般ごみ収集日 (初山別・千代田地区)
1	31(火)	大晦日
	1(水)	元旦
	2(木)	
	3(金)	
	4(土)	成人式
	5(日)	
	6(月)	役場仕事始め
	7(火)	消防団・救難所出初め式 一般ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	8(水)	
	9(木)	予防接種
	10(金)	

### 消防初山別支署からのお知らせ！

平成25年4月1日から

**救急** 出動する消防車両は、  
道路交通法に則り緊急走行時  
サイレンを吹鳴しています。

ご理解とご協力をお願いします

## 羽幌ロータリークラブ

### 交通安全旗の寄贈

11月13日、羽幌ロータリークラブ様（木田勝彦会長）から交通安全旗50枚が寄贈され、村長室にて受領いたしました。



## 气象台ひとロメモ

### ～冬の気圧配置～

この時期になると、天気予報では必ずと言っていいほど「西高東低の冬型の気圧配置」という言葉が出てきます。これは文字の通り西側に高気圧、東側に低気圧がある気圧配置で、主に北西からの冷たく強い風が吹くのが特徴です。冬期間に「西高東低」となりやすいのは、大陸が冷やされることで空気が重くなり、優勢な高気圧が形成される一方、低気圧がオホーツク海から千島列島付近に発達しながら進むことが多くなるためです。

大陸からの冷たい風が日本に来るには、途中必ず日本海を通ります。ここで大量の水蒸気を補給し、この水蒸気が冷やされることで雲が次々と発生し、日本列島に流れ込んで雪を降らせます。この時の雲は風が強いため細く筋状になるのが特徴で、「西高東低の冬型の気圧配置」は長いときには1週間ほど続くため、限られた同じ地域に雪雲が入り続けると、局地的な大雪をもたらすことがあります。

气象台では、初山別村において12時間に降る雪の量が50センチ以上と予想した場合には大雪警報を、30センチ以上降ると予想した場合には大雪注意報を発表します。大雪警報や大雪注意報が発表された場合は、大雪による交通障害などに警戒または注意して下さい。

旭川地方气象台ホームページアドレス

<http://www.jma-net.go.jp/asahikawa/>

問合せ先／旭川地方气象台