

広報

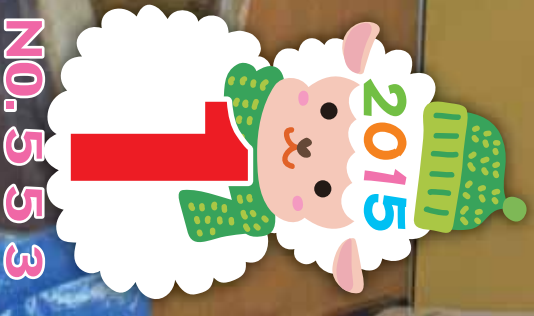
じょうぶ

春

メール登録



保育園児と老人クラブのふれあい交流会(12月19日／ふじみへき地保育所)





『年頭にあたって』

初山別村長

宮 本 憲 幸

新年明けましておめでとうございます。皆様には、希望に満ちた平成27年の新春をつつがなく迎えられたことと存じ、心からお慶びを申し上げますとともに、平素から、村政推進に際しましては各般にわたり、深いご理解とご協力を賜り厚くお礼を申し上げる次第であります。

昨年は全国各地で局地的な豪雨や土砂災害が頻発し、多大な被害がもたらされました。日本列島があらゆる自然災害に十分耐えうる環境とはまだまだ言い難い状況であり、より安全で安心な国土づくりの必要性を改めて感じた一年でありました。

また、国政においては、日本再生に向けて国も地方も全力を挙げて様々な課題解決に取り組まなければならぬ大事な時期に、国民目線からはかけ離れた正当性を見出すことが難しい衆議院の解散が行われ、総選挙が実施されました。

強固な政権を維持しての再スタートと

なりましたが、景気を着実に回復させ、国民の信頼と協力を得て、将来を見据えた明確なビジョンとそこに至る具体的な道筋を描き、子育て支援や医療、介護など安心して暮らし続けることのできる施策が的確に推進されるよう願うものであります。

一方、村におきましては不安定な気象環境の見通しから、基幹産業への影響を心配いたしました。総じて豊かな一年となりましたことを嬉しく思いますし、村民の皆様、村議会議員の皆様を始め、関係機関等の深いご理解とご指導・ご助言を頂き、懸案事項や産業振興・暮らし向上のための各種施策を着実に推進することができたところであります。

なお又、昨年4月から5名の地域おこし協力隊の皆さんを迎え、地域の活性化に力添えをいただくこととなりましたが、様々な分野において積極的な活動が展開され、村に清らかな風が吹き込まれている

ところであり喜ばしく思っております。本年は村づくりの基本的な指針であります「第7期初山別村総合振興計画」の後期5ヶ年計画を見直しする年であると同時に、国の施策であります地方創生戦略への取り組みが求められる年でもあります。

「地方の元気が日本の元気」となるよう、心の豊かさの実感できる農山漁村の特性を再認識し、その魅力を生かし将来展望に立つて、求められる施策を効果的に展開して参りたいと考えております。

本年もふる里づくりに全力を傾注して参る所存でありますので、変わらぬご指導とご支援を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

皆様にとりまして、ご健康で幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げます。年頭のご挨拶といたします。



『新年のご挨拶』

初山別村議会 議長

木村 健一

新年明けましておめでとうございます。
2015年の輝かしい新春をご家族
共々健やかにお迎えのこととお慶び申し
上げます。

皆様には、常日頃議会並びに議員各位
に對しまして、ご理解、ご協力を賜つ
ておりますことに感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、2月の
ソチオリンピックでの葛西選手の「レ
ジェンド」に始まり、北海道としては威
勢の良い年になるかと思われましたが、
4月の消費税値上げ以後、景気は低迷し、
円安による物価高もあり、活力のない年
となりました。政府の地方創生政策も具
体性に欠け、今後どのような形でその効
力を発揮するか未知数であります。

本村の昨年来顧みますと、大きな災害
もなく、基幹産業であります農業も昨年
並みの生産額、漁業においては、さけの
水揚げの増加とますますの年であつたと

思います。しかし、人口減に歯止めがか
からず、村の経済は負の循環を生んでお
り、今後若者の定住を図り人口減に歯止
めをかけるにはどうしたら良いのか喫緊
の課題であります。

地方は共生、協働社会であります。人
と人との繋がり深さは都会にないもの
があります。都会が経済を「売り」とす
るなら地方は絆を「売り」とし、それぞ
れが棲み分けをし発展していく何かが欲
しいものであります。

さて、今年は統一地方選挙の年であり
ます。一人一人の一票が新しい村づくりに
大切なものとなります。村民一人一人
の知恵と力を結集し、村が発展していく
ことを願うところです。

議会も政策を討論する場として更に発
展していくことが望まれ、村民に関心
のあるものとしていかねばならないと思つ
ておりますので尚一層のご指導、ご理解

を賜りたいと思います。

新しい年が皆様にとりまして幸多き年
となります事を願い、本年も相変わらぬ
ご支援、ご協力をお願い申し上げます
ご挨拶といたします。

◆ 平成26年を振り返って ◆

【4月～No. 544】

- 1日 村地域おこし協力隊任用式
- 4日 ふじみへき地保育所 入園式
- 7日 各学校入学式



【5月～No. 545】

- 10日 村消防団春季消防演習
- 24日 花いっぱい運動花壇植栽
- 28日 緑と魚と人を呼ぶ森づくり植樹祭



【6月～No. 546】

- 1日 ふじみ保育所・小学校・中学校
合同運動会
- 16日 豊岬稲荷神社祭
- 18日 村交通安全協会総会



【1月～No. 541】

- 4日 村成人式
- 7日 村消防団・救難所出初め式
- 11日 村内子どもかるた大会



【2月～No. 542】

- 3日 保育所豆まき
- 19日 老人クラブ交歓会
- 23日 スノーフェスタ



【3月～No. 543】

- 9日 豊岬小学校閉校式
- ◆村内各学校卒業証書授与式
- 12日 初中、18日 豊小、19日 初小
- 26日 ふじみへき地保育所 卒園式



【10月 ～ No. 550】

- 5日 初山別中学校学校祭
- 10日 初山別プルネット車イス寄贈
- 11日 初山別小学校学芸会
- 19日 ふじみへき地保育所お遊戯会



【11月 ～ No. 551】

- 3日 文化祭芸能発表
- 6日 納税功労表彰
- 11～14日 村小中学校生税の書道展
- 16日 バドミントン大会



【12月 ～ No. 552】

- 9日～11日 町内対抗バレーボール大会
- 10日 ふじみへき地保育所クリスマス会
- 14日 衆議院議員総選挙
- 19日 保育園児と高齢者のふれあい交流会



【7月 ～ No. 547】

- 6日 初山別・風連別学園合同学園祭
- 8日 ホタル放流式
- 12日 初山別稲荷神社例大祭
- 31日 寿スポーツ



【8月 ～ No. 548】

- 2～3日 しょさんべつ岬まつり
- 2日 しょさんべつ星まつり
- 15日 村戦没者追悼式
- 30日 しょさんべつ農楽校



【9月 ～ No. 549】

- 5日 村内ソフトボール大会
- 10日 村敬老会
- 14日 有明獅子舞披露
- 21日 バレエとギターのデュオコンサート



平成25年度 決算の状況

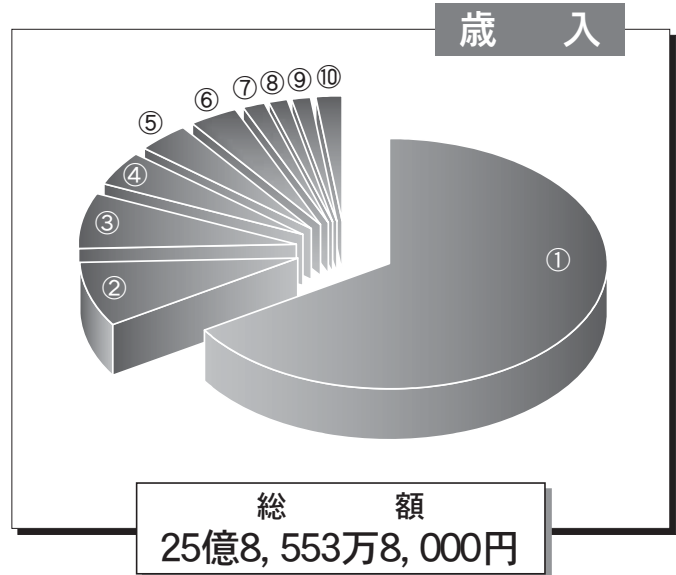
【概要】

一般会計及び特別会計を合わせた平成25年度の決算額は、歳入総額が36億3,189万7千円、歳出総額が35億6,644万9千円となりました。前年度との比較では、歳入で1億5,603万5千円(4.49%)の増、歳出で1億7,996万5千円(5.31%)の増となっています。

①地方交付税	1,706,655,000円	(66.01%)
②道支出金	220,211,835円	(8.52%)
③村債	187,000,000円	(7.23%)
④村税	116,072,769円	(4.49%)
⑤諸収入	97,952,707円	(3.79%)
⑥国庫支出金	92,151,049円	(3.56%)
⑦使用料及び手数料	43,498,442円	(1.68%)
⑧地方譲与税	38,315,000円	(1.48%)
⑨繰越金	34,049,631円	(1.32%)
⑩その他	49,631,505円	(1.92%)

※その他の内訳

地方消費税交付金	13,130,000円	(0.51%)
繰入金	12,806,244円	(0.50%)
財産収入	12,298,812円	(0.48%)
自動車取得税交付金	9,794,000円	(0.38%)
株式等譲渡所得割交付金	421,000円	(0.02%)
寄附金	396,449円	(0.02%)
利子割交付金	348,000円	(0.01%)
配当割交付金	305,000円	(0.01%)
地方特例交付金	132,000円	(0.01%)
交通安全対策特別交付金	0円	(0.00%)



【一般会計・歳入】

総額は25億8,553万8千円(予算対比99.74%)で、前年度決算額25億1,084万6千円と比較すると7,469万2千円(2.97%)の増です。収入の主なものは地方交付税、道支出金、村債、村税、諸収入、国庫支出金、使用料及び手数料、地方譲与税、繰越金となっています。

【村税の状況】

決算額は1億1,607万3千円で、前年度決算額1億1,444万円との比較では163万3千円(1.43%)の増です。

また、村民1人あたりの村税負担額は8万5,153円、1世帯あたりの負担額は19万771円となります。この金額は、納交付金を除く村税総額を平成26年3月末日現在の住民基本台帳人口及び世帯数で割り算して算出したものです。

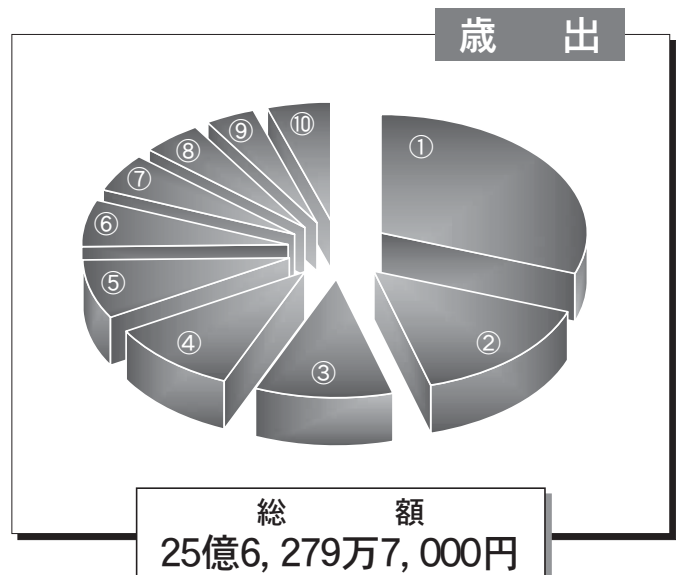
①諸支出金	786,173,135円	(30.70%)
②衛生費	384,556,741円	(15.00%)
③公債費	273,307,200円	(10.70%)
④農林水産業費	264,352,325円	(10.30%)
⑤民生費	205,296,038円	(8.00%)
⑥土木費	162,734,082円	(6.30%)
⑦総務費	134,479,900円	(5.20%)
⑧消防費	124,241,325円	(4.80%)
⑨教育費	101,103,401円	(3.90%)
⑩その他	126,552,059円	(4.90%)

※その他の内訳

商工費	84,293,621円	(3.30%)
議会費	32,436,073円	(1.30%)
労働費	9,822,365円	(0.40%)
災害復旧費	0円	(0.00%)
予備費	0円	(0.00%)

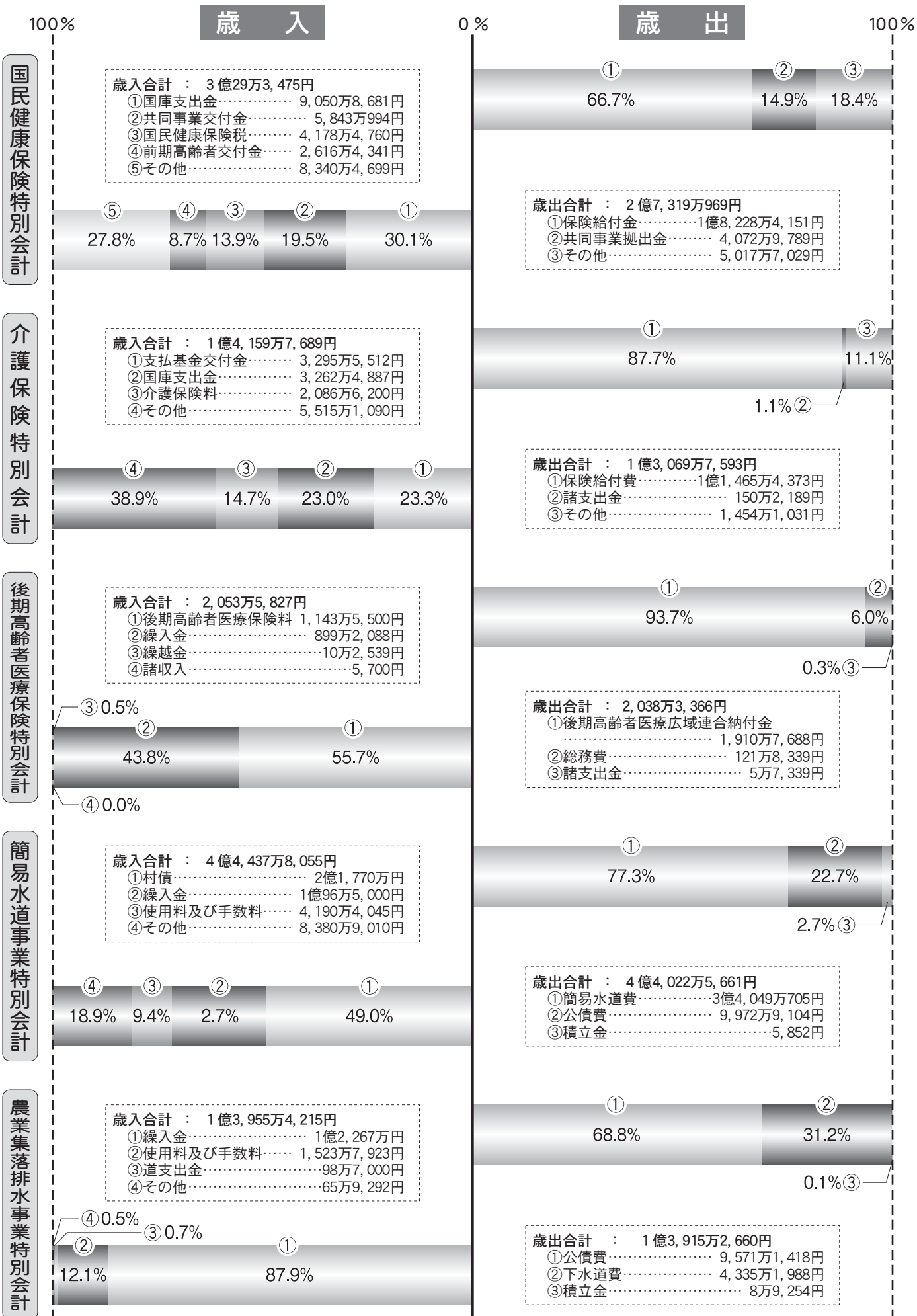
【一般会計・歳出】

総額は25億6,279万7千円(予算対比98.86%)で、前年度決算額24億7,679万7千円と比較すると8,600万円(3.47%)の増です。支出の主なものは諸支出金、衛生費、公債費、農林水産業費、民生費となっています。



【特別会計】

5つの特別会計を合わせた決算額は、歳入が10億4,635万9千円、歳出が10億365万2千円で、前年度と比較すると、歳入が8,134万3千円(8.43%)の増、歳出が9,396万5千円(10.33%)の増となっています。これは簡易水道事業の拡大に伴う増加が主な要因であります。各特別会計の歳入歳出決算額は次ページのとおりです。



平成26年度 上半期の財政状況

村条例の規定により、本村各会計に係る平成26年4月1日から9月30日までの期間における財政運営状況について公表します。

【一般会計～総括～】

平成26年度上半期における一般会計予算は、当初予算19億7,250万円に4,885万9千円が追加補正されて、20億2,135万9千円となっています。前年度の同じ時期と比べて、3,046万9千円(1.53%)の増となっています。

また、繰越明許費は1,649万円の前年度1億7,088万3千円と比べて1億5,439万3千円(90.35%)の減となっています。

【歳入】

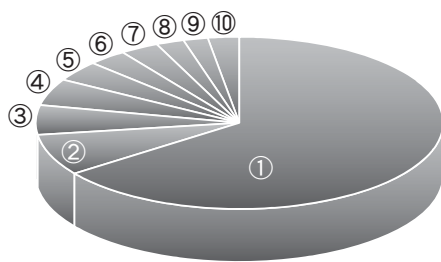
上半期末現在の収入済額は、12億8,568万9千円で前年度に対し1億2,616万9千円下回り、収入率は63.61%で、前年度を7.31ポイント下回っています。

主な科目別の収入済額及び収入率をみると、村税6,938万7千円で62.63%、地方譲与税1,035万3千円で25.83%、地方交付税10億8,921万6千円で82.79%、使用料及び手数料2,279万6千円で51.44%、繰越金1,449万2千円で100.01%、諸収入2,626万9千円で31.89%となっています。

①地方交付税	1,315,659,000円	(65.09%)
②村債	155,800,000円	(7.71%)
③村税	110,784,000円	(5.48%)
④国庫支出金	101,050,000円	(5.00%)
⑤諸収入	82,376,000円	(4.08%)
⑥繰入金	61,690,000円	(3.05%)
⑦道支出金	60,392,000円	(2.99%)
⑧使用料及び手数料	44,317,000円	(2.19%)
⑨地方譲与税	40,088,000円	(1.98%)
⑩その他	49,203,000円	(2.43%)

※その他の内訳

地方消費税交付金	17,629,000円	(0.87%)
繰越金	14,491,000円	(0.72%)
財産収入	9,555,000円	(0.47%)
自動車取得税交付金	5,507,000円	(0.27%)
分担金及び負担金	928,000円	(0.05%)
交通安全対策特別交付金	520,000円	(0.03%)
利子割交付金	193,000円	(0.01%)
寄附金	162,000円	(0.01%)
配当割交付金	119,000円	(0.00%)
地方特例交付金	77,000円	(0.00%)
株式等譲渡所得割交付金	22,000円	(0.00%)



【歳出】

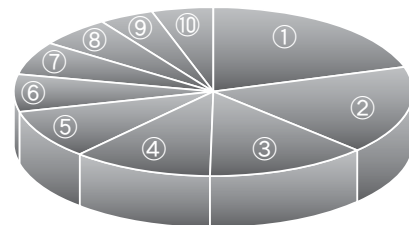
上半期末現在の支出済額は、9億4,108万4千円で前年度に対し3,046万9千円上回り、支出率は46.56%で、前年度を0.98ポイント上回っています。

主な科目別の支出済額及び支出率をみると、総務費4,605万8千円で31.13%、民生費1億2,940万9千円で48.68%、衛生費2億2,575万8千円で55.41%、商工費6,889万5千円で78.89%、消防費8,535万9千円で44.13%、教育費4,362万1千円で37.62%、公債費1億680万1千円で47.06%、諸支出金1億6,284万4千円で47.37%となっています。

①衛生費	407,408,000円	(20.16%)
②諸支出金	343,757,000円	(17.01%)
③民生費	265,814,000円	(13.25%)
④公債費	226,965,000円	(11.23%)
⑤消防費	193,420,000円	(9.57%)
⑥総務費	147,960,000円	(7.32%)
⑦土木費	129,794,000円	(6.42%)
⑧教育費	115,958,000円	(5.73%)
⑨商工費	87,333,000円	(4.32%)
⑩その他	102,950,000円	(5.09%)

※その他の内訳

農林水産費	60,778,000円	(3.00%)
議会費	29,672,000円	(1.47%)
労働費	5,899,000円	(0.29%)
予備費	5,000,000円	(0.25%)
災害復旧費	1,601,000円	(0.08%)



歳入歳出合計 20億2,135万9千円

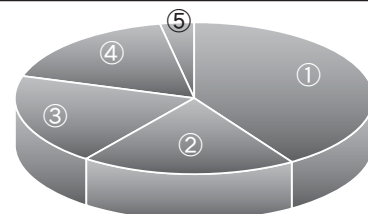
【特別会計～総括～】

平成26年度上半期末の特別会計予算は、当初予算7億9,190万円に△1,574万6千円が追加補正されて、7億7,615万4千円となっています。前年度同期と比較すると、2億7,174万円(25.93%)の減となっています。各会計別の補正の状況は次のとおりです。

・国民健康保険特別会計	(+3,632万4千円)	・簡易水道事業特別会計	(-6,442万2千円)
・介護保険特別会計	(+778万9千円)	・農業集落排水事業特別会計	(+408万1千円)
・後期高齢者医療保険特別会計	(+482万円)		

①国民健康保険特別会計	317,324,000円	(40.88%)
②介護保険特別会計	150,989,000円	(19.46%)
③簡易水道事業特別会計	150,678,000円	(19.41%)
④農業集落排水事業特別会計	133,081,000円	(17.15%)
⑤後期高齢者医療保険特別会計	24,082,000円	(3.10%)

歳入歳出合計 7億7,615万4千円

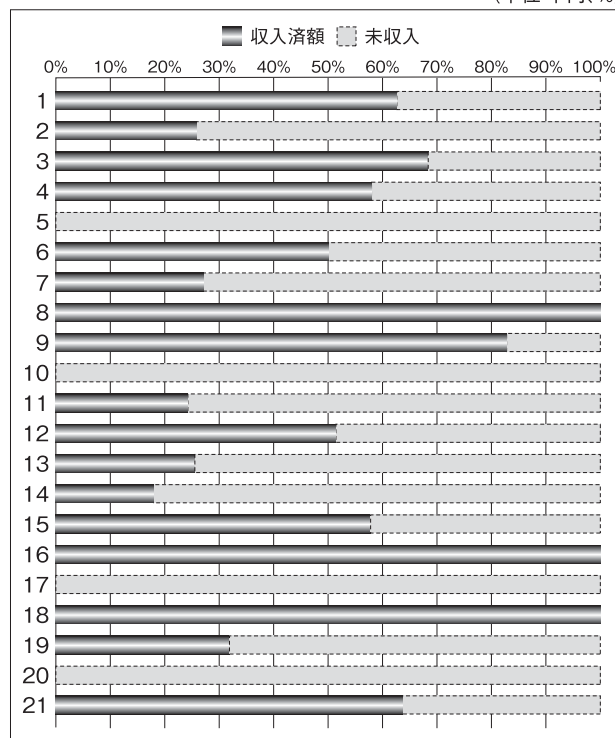


一般会計 科目別の状況

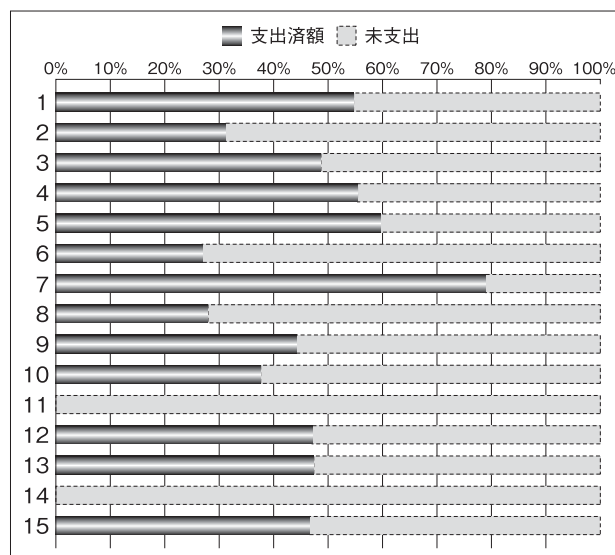
(単位:千円、%)

(上:収入の状況 下:支出の状況)

区 分	予算現額	収入済額	収入割合
1 村税	110,784	69,387	62.63
2 地方譲与税	40,088	10,353	25.83
3 利子割交付金	193	132	68.39
4 配当割交付金	119	69	57.98
5 株式等譲渡所得割交付金	22	0	0.00
6 地方消費税交付金	17,629	8,815	50.00
7 自動車取得税交付金	5,507	1,493	27.11
8 地方特例交付金	77	77	100.00
9 地方交付税	1,315,659	1,089,216	82.79
10 交通安全対策特別交付金	520	0	0.00
11 分担金及び負担金	928	225	24.25
12 使用料及び手数料	44,317	22,796	51.44
13 国庫支出金	101,050	25,800	25.53
14 道支出金	60,392	10,831	17.93
15 財産収入	9,555	5,524	57.81
16 寄附金	162	210	129.63
17 繰入金	61,690	0	0.00
18 繰越金	14,491	14,492	100.01
19 諸収入	82,376	26,269	31.89
20 村債	155,800	0	0.00
21 歳入合計	2,021,359	1,285,689	63.61



区 分	予算現額	支出済額	支出割合
1 議会費	29,672	16,226	54.68
2 総務費	147,960	46,058	31.13
3 民生費	265,814	129,409	48.68
4 衛生費	407,408	225,758	55.41
5 労働費	5,899	3,516	59.60
6 農林水産業費	60,778	16,334	26.87
7 商工費	87,333	68,895	78.89
8 土木費	129,794	36,263	27.94
9 消防費	193,420	85,359	44.13
10 教育費	115,958	43,621	37.62
11 災害復旧費	1,601	0	0.00
12 公債費	226,965	106,801	47.06
13 諸支出金	343,757	162,844	47.37
14 予備費	5,000	0	0.00
15 歳出合計	2,021,359	941,084	46.56

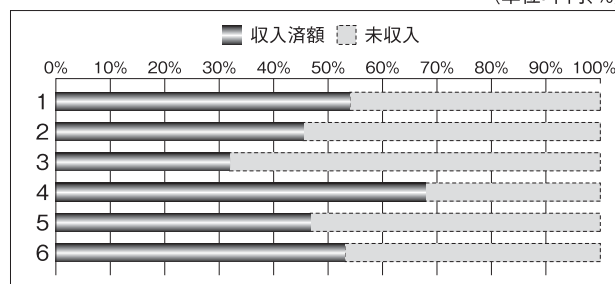


特別会計 科目別の状況

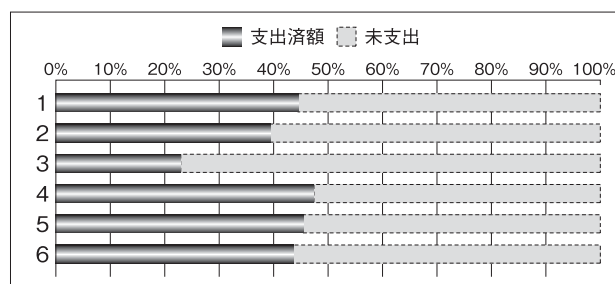
(単位:千円、%)

(上:収入の状況 下:支出の状況)

区 分	予算現額	収入済額	収入割合
1 国民健康保険特別会計	317,324	171,397	54.01
2 介護保険特別会計	150,989	68,572	45.42
3 後期高齢者医療保険特別会計	24,082	7,682	31.90
4 簡易水道事業特別会計	150,678	102,242	67.85
5 農業集落排水事業特別会計	133,081	62,206	46.74
6 歳入合計	776,154	412,099	53.10



区 分	予算現額	支出済額	支出割合
1 国民健康保険特別会計	317,324	141,193	44.49
2 介護保険特別会計	150,989	59,485	39.40
3 後期高齢者医療保険特別会計	24,082	5,525	22.94
4 簡易水道事業特別会計	150,678	71,425	47.40
5 農業集落排水事業特別会計	133,081	60,516	45.47
6 歳出合計	776,154	338,144	43.57



羽幌町外 2 町村衛生施設組合 財 政 状 況

■平成26年度上半期（H26. 4. 1～H26. 9. 30）

一般会計 歳入

（単位：千円）

科 目	予算現額	構成比(%)	収入済額	執行率(%)
分担金及び負担金	504,984	94.3	254,600	50.4
（苫 前 町）	(149,152)	(29.5)	(75,306)	(29.6)
（羽 幌 町）	(271,034)	(53.7)	(136,690)	(53.7)
（初 山 別 村）	(84,798)	(16.8)	(42,604)	(16.7)
使用料及び手数料	19,594	3.7	14,426	73.6
財 産 収 入	11,000	2.0	8,106	73.7
繰 越 金	100	0.0	21,653	21,653.0
諸 収 入	10	0.0	448	4,480.0
合 計	535,688	100.0	299,233	55.9

羽幌町外 2 町村衛生施設組合では条例に基づいて、予算の執行状況等をお知らせしています。

これは、組合の財政を知っていただき、組合運営へのご理解とご協力を願うものです。

一般会計 歳出

（単位：千円）

科 目	予算現額	構成比(%)	支出済額	執行率(%)
議 会 費	380	0.1	122	32.1
総 務 費	45,751	8.5	22,401	49.0
衛 生 費	254,710	47.5	116,610	45.8
公 債 費	224,847	42.0	112,454	50.0
予 備 費	10,000	1.9	0	0.0
合 計	535,688	100.0	251,587	47.0

組合の借金（組合債）

区 分	現残高(千円)
ごみ処理施設	668,452
火葬場施設	147,969
合 計	816,421

■平成25年度羽幌町外 2 町村衛生施設組合一般会計歳入歳出決算

一般会計 歳入

（単位：千円）

科 目	平成 25 年度		対 前 年 度	
	決算額	構成比(%)	増減額	率(%)
分担金及び負担金	470,220	87.5	△4,068	△0.9
（苫 前 町）	(138,620)	(29.5)	(△1,312)	(△0.9)
（羽 幌 町）	(252,722)	(53.7)	(△1,881)	(△0.7)
（初 山 別 村）	(78,878)	(16.8)	(△875)	(△1.1)
使用料及び手数料	26,899	5.0	1,747	6.9
財 産 収 入	15,295	2.8	107	0.7
繰 越 金	20,683	3.9	△1,459	△6.6
諸 収 入	4,451	0.8	△1,328	△23.0
道 支 出 金	0	—	△67,700	△100.0
組 合 債	0	—	△62,700	△100.0
合 計	537,548	100.0	△135,401	△20.1

平成25年度の決算が監査委員の審査を経て、組合議会11月定例会で認定されました。

歳入総額は537,548千円、歳出総額は515,895千円で、差し引き21,653千円の決算となっております。

一般会計 歳出

（単位：千円）

科 目	平成 25 年度		対 前 年 度	
	決算額	構成比(%)	増減額	率(%)
議 会 費	212	0.1	△49	△18.8
総 務 費	56,858	11.0	4,134	7.8
衛 生 費	233,823	45.3	△122,573	△34.4
公 債 費	225,002	43.6	△17,883	△7.4
予 備 費	0	0.0	0	0.0
合 計	515,895	100.0	△136,371	△20.9

12月のこんなことあんなこと

第29回村長旗争奪

《町内対抗バレーボール大会》

町

内対抗行事の『バレーボール大会』に8チームが参加しました。優勝は、ふじみBチームでした。(12月9～11日)



☆ほしっこくらぶ「12月号」

今

月の「ほしっこくらぶ」は、

★じゆうあそび

★よみきかせ(クリスマス会)でした。(12月10日)



ふじみへき地保育所

《クリスマス会》

保

育所園児たちの待ちに待ったクリスマス会が、ふじみ保育所で行われました。子どもたちのためにプレゼントを持ってきたくれたサンタさんの登場に、子どもたちは大喜びでした。一人一人名前を呼ばれると嬉しそうにプレゼントを受け取っていました。サンタさんへの質問、記念撮影をするなど、短い時間でしたがサンタさんとの時間を楽しんだ園児たちでした。(12月10日)



● 12月のできごと ●

日(曜)	できごと
4(木)	特設人権心配ごと相談 入札
5(金)	健診結果説明会
9(火)	村長旗争奪町内対抗バレーボール 大会 ～11日
10(水)	ほしっこくらぶ ふじみへき地保育所クリスマス会
16(火)	村議会定例会
19(金)	村農業委員会総会 保育園児と老人クラブとのふれあい 交流会
23(火)	風連別・初山別学園クリスマス会
30(火)	役場仕事納め
31(水)	大晦日

第47回 衆議院議員総選挙

今

後の私たち
の生活と、

国の将来を決めるうえで重要な衆議院議員総選挙が行われました。

当日は、午前7時から村内5カ所で投票が行われ、初山別村の投票率は76・64%と前回を3・77%下回る結果となりました。

写真は、当日午後8時から行われた開票作業の様子です。(12月14日)



ある日の 初山別 生活



だんだん朝が寒くなってきて、布団の中が暖かくて起きることができない。起きるとすぐに、ストーブの前に行きそのままウトウトしてしまってまた寝てしまう。有明に住むようになってから朝は、理由はないけど少しだけ外に出ている。初山別村に来て8か月が経ち、朝はいつでも今は雪がお出迎えしてくれる。なぜか朝も夜も静かに時間だけが早く過ぎていく。何もしないってことだけが嫌なので、家の中でできること、車に乗ってどこかに行くことをしています。

これからますます冬の厳しい生活が始まる。冬を乗り越えればすぐ春がやってくる。今後も初山別の生活を楽しもうかな。【高谷】

安田の今日のツボ

初山別に来て初めての冬を。迎えようとしています。雪道運転やウィンタースポーツも何もかも初めて!! うーんと楽しめますよ。今回のツボは、体の水分を動かす作用があります。足のむくみ、のほせやすい方にオススメ! <取り方> 内スネを下からスゥーッと舐めわり指の止まる骨ざわ。親指で押すとGOOD! 【安田】



初山別村克雪管理センター内
電話・FAX 67-2717
ssb.okoshi@gmail.com

facebookページ
<https://www.facebook.com/shosanbetsu.okoshi>



ムラタメ

村にぴったりのエンタメ情報をお伝えするムラタメです。まもなく2015年。みなさん、「北海道民のオキテ」(さとうまさ&もえ原作)という漫画を読みました。留萌市出身のお嫁さんとの驚きの(?)夫婦生活が描かれています。その中で、「おせちは大晦日に食べる」という話が! おせちは元日の朝に明けるんじゃないの?とびっくりでした。聞けば、大晦日の夜におせちを明け、新年はおせちの余りものを食べるそうですね。元々年迎え料理は年越しそばではなく、おせちだったようですし、元日の朝から慌ただしく料理を用意なくて済むので、合理的ですね。皆様どうぞよいお年を。【坂本】

初山別に来て初めて/ 久しぶりの体験! 2014

初めて!

- ・熊肉を食べる
- ・ポテトサラダを作る(評判?)
- ・ラジオでしゃべる → → → →
- ・サングラス姿でテレビに映る
- ・流れ星に切実な願いを込める



久しぶり!

- ・野球、バレーボール → 高校以来
- ・演劇への出演 → 高校以来
- ・麻雀 → 社会人1年目以来

感謝!

(佐古)

この他にも、実に多くの「初めて」「久しぶり」を経験させて下さった皆様へ

11月、農家の若手女性の集まりであるフレイズ会にてピザづくりを行いました。身近な食材で楽しく作ることをテーマに、メニューはじゃがいもとベーコン、きのこのピザの2種類。本格的に生地づくりからのスタートです。最初はべとつきのある生地に皆さん苦戦していましたが、こね続けるとしっとりまとまってきます。焼きたてピザはジューシーでとてもおいしい! 何より和気あいあいと作る楽しさと自分たちの手でつくる安心感があります。

12月は保育所に手作りおやつを提供しました。先生からの要望もありましたが、添加物入りの市販のおやつではなく、自然の味をかみしめてほしいとの思いからです。ただ、子どもが食べやすいものをということで、初回は柔らかくちぎりやすいバターケーキを作りました。パンとケーキの間のようなもっちりとした食感。お子さんたちからは、ありがとう! おいしい! という声と笑顔をもらい嬉しい限りです。今後も衛生と栄養の勉強も続け、次回以降は、おからやニンジンなど栄養価の高い食材も使ってみたいと思います。

自分たちの口に直接入るもの、せっかくならおいしいものを皆で囲み笑顔でいただきたい。そして、身体にはもちろん心にも優しい、そんな手作りの温かさを感じた冬の始まりです。【外崎】



こんにちは 保健師です

健診結果を活かす生活 習慣改善について

11月に実施された村の特定健診結果が出ましたが受診された皆さん、結果はどうでしたか？
思ったより良かった、一年間頑張ったのに結果は悪かった等いろいろかと思っています。

●健診を受けたままにせず、その後の生活に活かしましょう

自覚症状が無くても異常値がでたら必ず再検査をして医師の指示に従いましょう。数値に問題ない方も正常値だからと言って安心せずに、以前の自分の健診結果と比較して異常値に近づいている項目がないかチェックしましょう。早い段階であれば、生活習慣を改善することで症状を回復できる病気も数多くあります。

す。健診を受けたままにせず今後の生活に活かすことが大切です。

●太っていないでも生活習慣の改善は必要

メタボリックシンドロームでなくても、血圧が高い、血糖値が高いといった状態は、動脈硬化から脳梗塞などに至るリスクを高めることがわかっています。検査項目に異常のあった方は、生活習慣などの改善が必要だと考えられます。まずは、健診数値があらわす自身の状態を理解して、特定健診を生活習慣改善のきっかけとしましょう。

●肥満・高血圧・高脂血症を予防・改善するために

○軽めの有酸素運動がおすすめ
めく一日30分程度の軽めの運動を、週3日ほどの無理のないペースで継続していくことが大切です。具体的にはウォーキング・ラジオ体操・サイクリング・水中ウォーキングです。

○ダイエットを続けるための考

え方くダイエットを実行するためには、やる気を維持することがなにより重要です。すぐに思うような結果が出なくても少しずつ地道に続けていくことが大切です。

①お腹がすいたときの気分転換の方法く歯磨きをする・シュガーレスガムを噛む・カロリーのない飲み物を飲む。

②ダイエットを続けるコツく毎日体重計にのる・体重の変化を記録する・目標を持つ・目標達成したときのご褒美を考える。ダイエットしていることを周囲に宣言する・禁止した食べ物も月1回など解禁日を設ける。

○食べ方を工夫するく①食事はまず野菜・海藻から食べる食物繊維を多く含む野菜やキノコ類、海藻類をご飯より先に食べると糖の吸収が緩やかになり、血糖の急激な上昇を抑えることができます。②よく噛んで食べる一口30回かむつもりでゆっくり食べましょう。ゆっくり食べること

で、満腹感が得やすくなります。●規則正しい生活をしましょうく毎日の生活リズムが整うと、食生活の改善や運動もしやすくなります。すぐには変わらなくても、毎日少しずつでも理想に近づけていきましょう。①起床・就寝時間を決める②食事の時間を決める③運動の時間、リラックスできる時間を加える。

食事の時間が決まると、間食・夜食をとることがなくなり、食べ過ぎの防止につながります。運動にまとまった時間がとれない場合は、何回かに分けてもかまいません。「通勤時に歩く」「店まで歩いて買い物に行く」など、生活の一部を置き換えるのも良い方法です。



(保健師 本間)

お知らせ

20歳になったら『国民年金』

新成人のみなさん、おめでとうございます。

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代のみなで支えようという考えで作られた仕組みです。

具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やけがで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができるといえる制度です。

◆国民年金のポイント

◎将来の大きな支えになります
国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任を持って運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。20歳を迎えると、様々な権利

とともに義務も生まれます。

◎老後のためだけのものではありません。

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。又遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

◆「学生納付特例制度」と

「若年者納付猶予制度」

★「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合には、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

★「若年者納付猶予制度」

学生でない30歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続きについては留萌年金事務所または役場住民課健康福祉係までお問い合わせ願います。

（住民課健康福祉係）

警察の相談ダイヤル#9110

110番は、緊急の事件・事故などを、いち早く警察へ通報するための緊急電話です。

110番に出た警官が、事件・事故の内容について必要なことを質問しますので、慌てず落ち着いて答えてください。

警察官が早く現場に到着できるように、その場所の住所や付近の目標となる建物などを聞きますので正しく伝えてください。

携帯電話で110番をする場合、車で移動しながらの通報や歩きながらの通報は、通話が途切れることがありますので控えてください。また、車を運転しな

がらの通報は法令違反となりますので、車を安全な場所に停止して通報をしてください。

メール110番は、耳や言葉の不自由な方が携帯電話のEメール機能を利用して緊急通報をするシステムです。通報をするときには、「事件・事故の内容」のほか、「その場所の住所や目標となる建物」「メールアドレス」を正しく入力してください。

遺失物・拾得物の届出、諸願手続に関する照会などは、最寄りの警察署又は交番・駐在所の電話を、相談や警察業務に関する意見・要望は短縮ダイヤル「#9110」警察相談専用電話をご利用ください。

ダイヤル回線電話、IP電話等で短縮ダイヤルが利用できない場合は、次の最寄りの番号におかけください。

北海道本部

011-241-9110

函館方面本部

0138-51-9110

旭川方面本部

0166-34-9110

釧路方面本部

0154-23-9110

北見方面本部

0157-24-9110

(羽幌警察署)

住宅取得支援措置

「すまい給付金」について

本年4月の消費税率引き上げ(5%→8%)に伴い、住宅取得の負担を緩和するため、取得者に最大30万円の現金を給付する支援措置「すまい給付金」が、国土交通省により実施されています。

詳しくは、すまい給付金事務局までお問い合わせください。

すまい給付金事務局

電話：0570-064-18

6(ナビダイヤル・通話料がかかります。)

※PHSや一部IP電話からは

045-330-1904

受付時間：9：00～17：00

(土日含む)

ホームページ：

<http://sumai-kyufu.jp/>

北海道立羽幌病院からのお知らせ

【平成27年2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	○	○	○	—	○	—	○	—	○	○		8：00～11：00 13：30～15：00
循環器内科	第4水曜日(25日)午前中のみ 完全予約制										留萌市立 高橋副院長	8：00～11：00
呼吸器内科	—	—	—	—	—	—	—	—	○	予約	重原医師	8：00～11：00
消化器内科	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	(担当 佐々尾医長)	8：00～11：00 (電話予約できます) (診察は10：00から)
禁煙外来	—	—	—	—	—	—	—	—	—	予約	重原医師	(診察は14：00から)
外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—	札幌医大	8：00～11：00
整形外科	○	—	○	—	○	—	○	—	○	—		8：00～11：00
整形専門外来 (完全予約制)	①第2・4火曜日(10日・24日) 午前・午後 ②月2回木曜日(5日・19日) 午前										①渡部整形外科 渡部院長 ②留萌市立病院より	
小児科	○	○	○	—	○	—	○	—	○	—	旭川医大 井上講師 第3・4月曜日 午前・午後 (16日・23日)	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)	(電話にて申込み)
眼科	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	旭川医大より	8：00～11：00
皮膚科	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	札幌医大より	8：00～11：00
耳鼻咽喉科	第1・3水曜日(4日・18日) 午前中のみ										札幌医大より	8：00～11：00
泌尿器科	第1・3木曜日(5日・19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 小林講師	

◎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。

1. 内科の予約の無い患者さまは9時30分からの診察となります。
2. コンタクトレンズの処方を行っていますのでご了承ください。

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。
★緊急性のない軽症の患者様は、夜間・土日・祝日の受診は控えていただき、平日診療時間内に受診されますようご協力願います。(なお、病状などでご心配なことや、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電話でご相談ください。ご相談の内容によっては医師と相談し受診の必要性を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 ●

(1 / 4 ~ 2 / 10)

月	日	行 事 等
1	4 (日)	成人式
	5 (月)	
	6 (火)	役場仕事始め 一般ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	7 (水)	消防団・救難所出初め式
	8 (木)	予防接種
	9 (金)	広報配布 (お知らせ版)
	10 (土)	
	11 (日)	
	12 (月)	成人の日 一般ごみ収集日 (初山別・千代田地区)
	13 (火)	
	14 (水)	ほしっこくらぶ
	15 (木)	
2	16 (金)	
	17 (土)	
	18 (日)	
	19 (月)	
	20 (火)	一般ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	21 (水)	
	22 (木)	予防接種
	23 (金)	破砕・危険ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	24 (土)	
	25 (日)	
	26 (月)	一般ごみ収集日 (初山別・千代田地区) 乳幼児健診
	27 (火)	
3	28 (水)	育児会場開放日
	29 (木)	
	30 (金)	
	31 (土)	
	1 (日)	
	2 (月)	
	3 (火)	一般ごみ収集日 (有明・栄・豊岬・明里・共成地区)
	4 (水)	
	5 (木)	予防接種
	6 (金)	
4	7 (土)	
	8 (日)	
	9 (月)	一般ごみ収集日 (初山別・千代田地区)
	10 (火)	

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

年末年始の休業日

役場の年末年始休業は、期間が6日間と長期になりますが、各種証明書の発行等のご用件は、警備員が対応し内容により担当職員が登庁して対応いたしますので、ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

また新年のごみ収集は、1月5日 (生ゴミ・廃食用油：初山別・千代田地区) からとなります。

なお、村内の主な事業所等の休業期間は次のとおりです。

- 初山別村役場……………12/31～1 / 5
- 高齢者福祉センター……………12/31～1 / 5
- 北るもい漁協……………12/29午後～1 / 5
- 医科診療所……………12/28～1 / 5
- 歯科診療所……………12/29午後～1 / 5
- 留萌信金……………12/31～1 / 5 (ATMを含)
- 郵便局……………12/31～1 / 4

(初山別局ATMについては無休)

◇オロロン農協と給油所は、広報発行後に決定となりますので、個別に確認してください。

各学校の冬休み

- 初山別中学校……………12/25～1 / 18
- 初山別小学校……………12/25～1 / 18

气象台ひとくメモ

～「冬の気圧配置気象情報」～

冬になると、「西高東低」と呼ばれる冬型の気圧配置が多く現れるようになります。日本の西方にあたる大陸に高気圧があり、東の海上に低気圧があり、日本付近では等圧線の間隔が混んだ気圧配置です。一般的に冬型の気圧配置では、大陸からの北寄りの乾いた季節風が暖かい日本海を吹き渡る間に多量の水分 (水蒸気) が補給され、大気の状態が不安定となり雲が発生します。この雲が日本海側を中心に雪を多く降らせるのです。

旭川地方气象台では、降雪による交通機関等への影響の度合いを考慮し、大雪警報や注意報を発表して警戒や注意を呼びかけています。

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

初山別村民憲章 1 きまりを守り、力を合わせ心にするおいのある村にしましょう。