

「みんな 笑顔で あったかす」

No.777

2016. JUN

広 報

た か す

6



お花見！焼肉！
さくらフェスタ2016(5月15日)

安心・あったかすな暮らしを支えてくれる

「地域包括支援センター」ってどんなところ？

地域包括支援センター

は、いつまでも住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるように高齢者の生活を支えていくために設けられた、総合相談窓口です。

鷹栖町の地域包括支援センターは、サンホールはびねす内にあり、主任ケアマネージャーと保健師が中心となり、医療、介護、福祉など、さまざまな機関と連携しながら相談をお受けし、暮らしの悩みを一緒に考えていきます。



▶地域包括支援センター職員
河田主任ケアマネージャー
(左)と保健師の島山主査

センターでは 何をしているの？

① 総合相談

「さまざまな悩みの窓口」

●物忘れの心配や悩み事があるが、どこに相談していいかわからない…

●介護の必要な親がいるが、仕事との両立が難しい…

●近所のひとり暮らしの高齢者が、家に閉じこもりぎみで心配だ…

こんな介護に関する悩みや相談はもちろん、福祉や医療、生活で困ったことがあればまずは相談してください。

② 介護予防 ケアマネジメント

「介護保険や
介護予防の支援を」

●介護保険サービスを利用するための要介護認定の申請を代行
●介護予防などが適切に提

供できるよう、ケアプランの作成

このように、支援や介護が必要な方や必要となる可能性のある方が自立して生活できるよう、介護保険サービスの利用支援や、介護予防を推進します。

③ 権利擁護

「高齢者の権利や
財産を守る」

●振り込め詐欺や悪質商法の被害に合わないよう
に、警察などと協力して対応

●認知症など判断能力が低下した場合などに備えて、「成年後見制度」の活用で財産を守る

●介護疲れなどからの虐待から高齢者を守り、必要に応じた処置や家族ぐるみの支援を行う
このような対応によりみなさんの権利を守り、安心して暮らせるように支援していきます。

介護予防って？

健康なうちから運動などに取り組むことで、いつまでも自分らしく自立して生活し、できる限り介護が必要にならないようにすることです。

案外自分には関係ないと思っている人も多いかもしれませんが、早すぎる、なんてことはありません。

運動・栄養・お口の健康などをテーマにした、さまざまな介護予防教室があります。

地域で行われている活動への参加が生涯元気の第一歩です。まずはご友人と参加するところから！



自分の体力を知り、介護予防のひとつです。

目次



特集

2 介護予防について

4 交通安全について

5 子宮頸がん・乳がん検診について

6 ふるさとまちづくり応援寄附金
叙勲受賞
生活習慣講演会のお知らせ

8 はびねすはつぴー通信
お知らせ
ジエニファーさんコラム
町長コラム

10 今月の話題

12 今月のお知らせ

16 注目の人

すくすくアイドル
窓口から
人の動き
いきいきわいわいカレンダー

鷹栖町で行われている 介護予防教室の例

いきいき元気 健康ひろば

若いうちから運動習慣を身につけ、筋力の維持向上を目的とした教室です。

軽快なリズム運動に合わせ、タオル・重りバンド・ゴムバンドなどさまざまな道具を使い、筋肉や関節をストレッチする運動や、転倒予防に効果のあるバランス運動、少し汗をかく有酸素運動を行っています。また、マット運動では、自宅でも寝ながらできる体操を実施しており、教室以外にも運動習慣が付きまします。



いきいき元気 はつらつ教室

運動機能が低下傾向にある人を対象にした、ゆっくり運動を行う教室です。

参加者の状況に合わせた運動を講師が選んで、体づくり運動やストレッチやバランス運動、筋力アップ運動を行います。運動以外にも、体力測定や理学療法士による筋力測定、歯科衛生士の講話などもあり、歩行時の転倒予防や口腔機能（食事の際に飲み込む力の維持）などの指導も受けられます。



オレンジテスト

認知症の前兆である、軽度認知障害を15分で診断できる、「オレンジテスト」も介護予防の1つです。最近物忘れが気になってきた方は、年齢による物忘れなのか認知症によるものなのか一度確かめてみてはいかがでしょうか。保健師が訪問して行うこともできます。無料なので、ぜひお気軽に申し込みを。

【問合せ】

健康福祉課介護福祉係
☎ 87-2112



足を水平に持ち上げて
5秒間止めます



膝痛には足伸ばし運動がおすすめです！

教えて！

理学療法士さん



さつき会の理学療法士
大矢敏之さん

「関節痛を どうにかしたい！」

運動は、慢性関節痛を軽減するのに有効です。これには関節特有の理由があります。関節は他の組織と違って血管が乏しく、代わりに関節液が新陳代謝を支えています。血液は心臓のポンプ作用によって体内を循環しますので、この関節液の循環には運動が必要です。

痛いからといって関節を動かさないようにしていると関節液の循環が損なわれ関節炎がかえって治りにくくなるのです。

＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝

「理学療法士 大矢 敏之さん」 プロフィール

旭川の病院や介護施設に勤め、脳卒中、整形外科、内科疾患などの治療や介護予防運動を行い、今年で理学療法士11年目。

現在は、さつき会デイサービスセンターはびねすで働き、利用者のリハビリを行っています。

4月より、介護福祉係で各健康教室の指導なども行っています。介護福祉係では体操教室や認知症予防教室などへ出向き、参加者の健康状態の把握や個別の健康相談に対応しています。

町民の皆さまに合った介護予防運動を理学療法士が推進します。デイサービスセンターか健康福祉課におりますので、お気軽にお越しください。

地域の交通安全を守る！

交通安全指導員の皆さん

昭和44年10月誕生以来、

実に46年の長きに渡って交通事故ゼロを目指し活動を続けている鷹栖町交通安全指導員の皆さん。毎月の朝の街頭指導や保育園・幼稚園での「こぐまクラブ」の活動、毎年ユーモアあふれる演出で会場をおおいに沸かせている町民文化祭での交通安全啓発劇など地道かつ他にはない活動で地域の交通安全を守り続けてくれています。



●交通安全指導員名簿●

それぞれの地区を担当する指導員を紹介します。

【鷹栖地区】

坂本 武さん	遊佐 聖幸さん
八尾谷 学さん	山本 充さん
丹治美由紀さん	田村 利男さん

【北野地区】

齊藤 美雪さん	山口 光夫さん
松田 洋子さん	木村 一則さん
濱岡 隆一さん	丸山 大祐さん
深川 美樹さん	信濃 一さん
新田 哲也さん	

【中央地区】

佐竹 晃さん	加藤 稔さん
--------	--------

【北斗地区】

清水 勇さん	山中さち子さん
--------	---------

【北成地区】

小原 孝志さん



さ たけ あきら
佐竹 晃さん



につ たつ や
新田 哲也さん



か とう みのる
加藤 稔さん

地域との関わりの中で自分に何か出来ることはないかと考えていたときに、交通安全指導員にならないかというお誘いがあり、志願しました。子供たちや町民の皆さんが不幸な目にあわないよう活動していけたらと思っています。よろしくお願いします。

「町民一人一人が交通ルールを守り、ハンドルを握るときは、安全確認と運転マナーを守るように」と願っています。

とにかく、安全運転を心がけていただき、一件でも交通事故が少なくなるように呼び掛けていきます。

ホンダテクノフォートより、協力させていただきます。子供たちの様子を見守りながらも、立派な挨拶をしながら見せてくれる笑顔で私も元氣付けられ、仕事の励みになっています。

2年間よろしくお願いします。



▶こぐまクラブの様子。鷹栖・北野保育園、円山幼稚園の園児たちは、紙芝居、人形劇などを通じて楽しく交通安全を学んでいます。



▶町民文化祭での指導員たちによる演劇の様子。衣装にも力を入れています。



子宮頸がん検診、乳がん検診 さらに受けやすくなりました！

ワンコイン(500円)対象が広がりました！

H28年度から、

☆子宮頸がん検診：20歳以上のすべての偶数年齢の方

☆乳がん検診：40歳以上のすべての偶数年齢の方

(※平成29年3月31日時点で偶数年齢の方が対象です)

今年度からより多くの方が、ワンコインで受けられるようになりました！

もともとの金額は各検診約6,000～7,000円。残りの金額は町が負担します。

この機会に、ぜひ受診をお勧めします。



☆検診を受け始める年齢を知ろう！

子宮頸がん検診は、「20歳から2年に1回」

乳がん検診は、「40歳から2年に1回」

受診がすすめられています。

☆子宮頸がん

子宮頸がんは20～30歳代で急増中！

HPVというウイルスが主な原因で、性交渉で感染します。

8割の女性が感染するくらいありふれているウイルス。

20歳からの検診は決して大げさではありません。

☆乳がん

特に40歳代からかかる割合が高くなります。

遺伝するがんは、全体の5%にすぎません。

もし乳がんが発見されても、早期の乳がんで見つかったら

ほぼ治るといわれています。(がん検診手帳より)

検診って、どんなことするの？

どちらの検診も数分で終わります。

☆子宮頸がん検診

①問診

検査の説明、自覚症状などの質問があります。

②細胞診

子宮の入り口を軽くなでるように細胞を採取します。

痛みを感じることは少ないです。



③超音波検査

卵巣の大きさや子宮筋腫の有無がわかります。

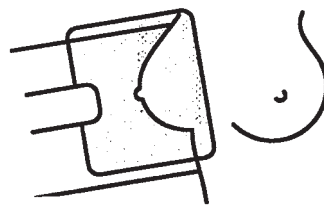
※検診中はカーテンで仕切られているので安心です。

☆乳がん検診

①問診

検査の説明、自覚症状などの質問があります。

②マンモグラフィー検査



マンモグラフィー検査は、触れない小さなしこりやしこりになる前の微細な乳がんの発見に威力を発揮する検査法です。

☆受診方法

旭川がん検診センターで受診できます。

住所：旭川市末広東2条6丁目

①旭川がん検診センターへ事前に直接予約

旭川がん検診センター（月～金曜、第1・3土曜 8:30～17:00）

0120-972-489、つながらない場合は53-7111

②予約の日時に受診

＜検診実施日＞

月～金曜日：8:30～11:00、13:00～14:00

第1・3土曜日：8:30～11:00

その他、不定期（6、9、10、12月、H29年2、3月）
で日曜検診もあります

問い合わせ：健康福祉課保健推進係

「ふるさと納税」(ふるさとまちづくり応援寄附金)をご存じですか？

ふるさと納税制度の仕組みをご存じでしょうか。これは、実質的に、お住まいの自治体に納めている「税金」の一部を、任意の自治体へ「寄附」という形で振り替えることができる仕組みです。

鷹栖町では、「ふるさとまちづくり応援寄附金」として受け付けています。例えば、〇〇県△△市に居住しているAさんが、鷹栖町に寄附をしてくだると、Aさんの個人住民税額等の約2割を限度額として、Aさんが〇〇県と△△市に納税している個人住民税等から、寄附額のほぼ全額が税額控除される仕組みです。

ふるさと納税制度の開始以来、全国の鷹栖町を応援してくださる方からの寄附が増えてきたことで、鷹栖町ではより多くの事業ができるようになっていきます。

寄附金の活用事例

● 次代のふるさとを担う子どもたちの活動事業

鷹栖町の子どもたちの豊かな心を育むため、保育園の遊具や、鷹栖小学校スクールバンドなどへの楽器購入等に活用されます。



● ふるさとの自然や環境を守る活動事業

町有林やパレットヒルズ、丸山句碑の森など、町の自然を守るために植樹や森林整備のために活用されます。



● 心豊かなふるさとの人々を育む活動事業

町民の感性や心を養うため、メロディーホールで「3匹のこぶた」など幼児向けの自主文化事業に活用されています。

● ふるさとを築いた高齢者の福祉活動事業

高齢者事業団の活動補助金や、メロディーホールでの「落語パラダイス」など町内の高齢者優待に活用されています。



● その他町長が必要と認める事業

町有林の木を利用して作られた木製のスプーン・箸・写真立てを、鷹栖で生まれた子に贈る、心のかけはしプロジェクトのほか、その年によって様々な事業に寄附金が活用されています。

ご寄附のお礼の記念品

ふるさと納税の仕組み

ふるさと納税の仕組みは、町の財源確保につながるだけではありません。鷹栖町を応援してくださる方への感謝の気持ちを込めて町の特産品であるトマトジュース「オオカミの桃」や鷹栖町産のお米、町内事業所の自慢の一品を贈呈しています。鷹栖町の魅力により深く知ってもらうことで愛着を抱いてもらい、鷹栖町の応援の輪を広げていきたいと考えています。



ふるさとまちづくり応援寄附金は、随時受付けています。鷹栖町ホームページ内、ふるさと納税のページからお申込みが可能です、インターネットでのお申込みか申請書をFAXか郵送で送付するかを選択することができます。寄附をご希望の方は、ホームページのふるさと納税記念品一覧を参照して申請できるほか、ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」、「楽天市場ふるさと納税」から申請をすることができます。パンフレットと申請書は郵送も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。町外にお住まいのご親族や友人・知人の方へご紹介ください。

【お問い合わせ】
総務企画課企画広報係
☎87-2111

鷹栖町ホームページ

鷹栖町 検索



こちらのQRコードからも読み取れます

叙勲受章

長年にわたり地域や社会で貢献された方を対象とする叙勲が発表されました。町内で受章された方を紹介します。

瑞宝双光章

(警察功労)

深瀬 正義 さん

(北野西3条1丁目)



瑞宝双光章

(警察功労)

磯部 秀治 さん

(北野東1条1丁目)



42年間という長きにわたって警察官を務めあげられた深瀬さん。そのうち32年間は現在の地域課に配置となり、長い間、交番勤務として地域に貢献されました。

登下校時の町内の小中学生を見守る「スクールガードリーダー」の活動を担って今年で5年目となります。

今年度は4月から2月程しか経っていませんが、既に約20回出動をしている深瀬さん。「元氣なうちは、この活動が続けていきたいです」と、今なお地域に貢献されています。

警察官として42年間、地域の安全を守り続けた磯部さんは、交通課での勤務が長く、課内での異動を多く経験されました。また、交番勤務も長く経験され、札幌や滝川の交番に配属されたことも。

昭和59年には鷹栖町の交番に、4年7カ月勤務されました。町内の見回り活動で磯部さんは、「家を一軒一軒訪ねる際は、相手に親しみを持ってもらうために会話を何より大切にしました」と、優しい笑顔で語ってくれました。

生活習慣講演会のお知らせです

愛情と食育の大切さ

学力を上げる食習慣

鷹栖町の子どもたちが、元氣いっぱいに過ごし、心や体を鍛え、学力を伸ばすための基盤となる生活習慣の形成を目指して発足した「鷹栖町生活習慣見直し運動」が、今年で8年目を迎えます。

これまでも、生活習慣講演会を開催してきました。今年度は、家庭の愛情教育を重んじた教育方針をもつ講師をお迎えし、子どもたちの生活習慣を見直す手助けをいたします。

6月21日(火)に、北野地区住民センター大ホールにて、学校法人池上学園の理事長である池上公介氏による講演会を行います。参加を希望される方は、教育課総務学校教育係までお問い合わせください。

講師はどんな方?



池上 公介 氏

池上氏は、東京経済大学を卒業後、英語の理想教育を目指して「池上イングリッシュクラブ」を開始。以来、全国レベルの英語弁論大会で優勝者を輩出するなどの実績をあげています。

また、中学浪人や不登校の生徒への指導にも取り組んできました。

ラジオ番組やテレビ番組での「池上公介のワンポイント・イングリッシュ」はファンも多く、教育や食育の講演では、全国で感動を呼んでいます。

主な著書

・学力は「食育」でつくられる。

(幻冬舎)

・叱り方の極意

教育は基本が第一

(株式会社ファーストプレス)

▼対象者 どなたでも

▼日時 6月21日(火)

午後6時30分～午後8時

▼場所 北野地区住民センター大ホール

【お問い合わせ】

教育課総務学校教育係

☎87-2028

はぴねず はっぴー 通信

コミュニケーションは 第一印象から

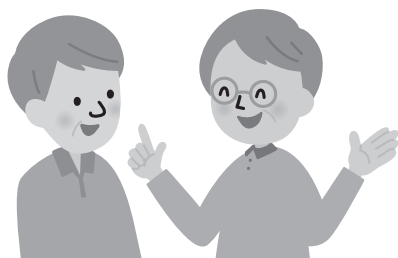
皆さんは親や子どもと話をする時や気心知れた知人等と話をする時は、いたって自然体でコミュニケーションをとっていると思います。

しかし、どうでしょう？初対面の人や憧れていた人と話をする時はガチガチのドキドキ！という人も少なくないのではないのでしょうか。

人の第一印象は諸説ありますが、おおむね7～15秒で決まり、4～5分もすればその人がどのような人かだいたいわかってくる…と言われています。

『メラビアン』という言葉を聞いたことはありますか？

第一印象が決まる時は「見た目が55%」「ジェスチャーが38%」「話の内容が7%」が影響しているとい



るというものです。つまり：面白いことを言うことに力を注ぐというよりは、柔らかな表情を意識したり、やさしい態度でいることがより効果的だと考えられます。

皆さん、プライベートでもビジネスでも、気持ちのいい対応を心がけましょうね♪

ジェネリック医薬品の 利用について

●医療機関で処方される薬には、新薬(先発医薬品)とジェネリック医薬品(後発医薬品)があり、効能はどちらも同じです。

●ジェネリック医薬品の処方を希望される方は、医師や薬剤師にその旨を伝えるか、医療機関や薬局の窓口に「希望カード」を掲示することによりお願いすることができます。

「希望カード」が必要な方は、町民課医療年金係までお問い合わせください。

●価格について

ジェネリック医薬品を利用すると、薬代が安くなります。薬によって異なりますが、新薬より3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。

【問い合わせ】

町民課医療年金係
☎87-2111



～丘の上の音楽会～ ハレバレパレット2016

●景観が良く、自然豊かなパレットヒルズでの音楽会。今年で4回目の開催となります。子どもの遊ぶスペースや充実のフードなど、心地よさを五感すべてで感じられるイベントです。鷹栖町出身の松下元気さんが所属する「the Sheep」も出演します！

▶とき 6月19日(日)
午前10時30分～午後5時30分

▶場所 パレットヒルズ

▶入場チケット

前売り 1,500円
当日 2,000円
高校生以下は無料

—・—・—

●前日にテントサイル(テントの端を樹木に固定させる、空中に浮かぶテント)キャンプも行います！

▶とき 6月18日(土)～
ハレバレパレット終了まで

▶募集人数 限定5組
(1組3名まで)

▶料金 1組7,000+
本祭チケット料金

※本祭チケット料金は1,500円×人数

【問い合わせ】

チケット事務局simple
☎090-7641-9544

たかすまると バーベキュー開催

青年交流イベント「たかすまるとバーベキュー」を開催します。

田んぼアート見学や農産加工体験、パレットヒルズでのバーベキュー、ゲームを予定しています。

▶対象

男性：町内在住または勤務で
20歳以上の未婚の方

女性：20歳以上の方

▶参加費 男女ともに2,000円

▶日時 7月2日(土)

午後1時開始

※事前申込みが必要です。詳しくは今月号の折込チラシをご覧ください。

【問い合わせ】

総務企画課

☎87-2111





外国語指導助手／ジェニファーさん

先月は、興味深くそして素敵な機会に恵まれましたよ。
新たに出会えた鷹栖町の皆さんにハイ・ファイブ！！

ゴールドコーストでは、冬でさえ安定した温かい気温の日が多いため天気予報をまめにチェックする必要がありませんし、正確さにも欠けているため多くの人は信用していません。どちらにしても、多少雨に濡れたところで酷く寒い思いをしたり、風邪をひく心配まではありませんからね。気候の違いを気にしながら、ゴールデンウィーク中に北邦野草園まで自転車で行ってみることにしました。連休前半は雨や寒い日が続いていたので、自転車で遠出の最中雨に降られてブルブル震える心配があること、雨にあたり、日が暮れる前に帰宅が出来なかった時には風邪で寝込むだろうなと心配で怖くなってきたので、しっかり準備することにしました。誰かに「迎えに来てー！！」なんてお願いの電話をする訳にもいきませんからね。



寒さ対策をばっちりにする為、ヒートテックの暖かい服を着て、靴下を2枚重ね履きし、雨に濡れた時用の着替えセットも一式準備して準備万端！！いざ出発してみたら気温がまさかの27度。前日までの寒さからすると冗談のようでした。もちろん着込んだ私は汗だくです。帽子の準備はしておらず、日焼けもしました。雪残る山々に囲まれた鷹栖町で日に焼けるなんて考えもしませんでした。そして、日本の天気予報は当てにしても良いことを学んだゴールデンウィークでした。

バドミントンの集まりにも参加させてもらっています。久しぶりのバドミントンは運動量が多くクタクタになりますが、もの凄く楽しいです！！他の方たちは、とても上手で上級者揃い。私は、立つ位置を覚えるところからですが、皆さんは、返すのが難しそうな羽にもダイブしたり回転しながら拾い上げたりと本当に凄い。今は、両膝から転んだりと恥ずかしい思いをしながらですが、何とか続けて行けそうな気がしています。

両膝負傷の二日後、誘っていただき茶道に挑戦。落ち着いた静かな空気の中、私の両膝は終止悲鳴を上げていました。

【鷹の翼主催】

ジェニファーの「ゴール親子英語教室」を開催します。
★詳しくは、今月号折込チラシをご覧ください。

コープさつぽろが主催した「コープ未来（あした）の森づくり 植樹祭」が、5月14日に北野地区の町有林で行われ、町内外から約50人の方が参加した。植樹祭の費用は、買い物時にレジ袋を辞退すると自動的に寄付される仕組み（1枚につき0.5円）で、鷹栖町が昨年度、指定を受け、今年で二回目の植樹作業となった。

開会式では、上川南部森林室の鈴木室長が「森林は自然を守り、農業環境の基礎も作り、地球の生命すべてにとって、大きな役割を果たします。みんなで森林を大切に守り育てましょう。」とあいさつがあった後、町森林組合の山田参事や道職員のみなさんにご指導をいただき、参加者はトドマツ200本、アカエゾマツ175本、ミズナラ25本を丁寧に植えた。

苗木は、成木になるまで60年以上の年月を費やすが、ゲリラ豪雨などの異常気象が多くなった今では「緑のダム」として、葉や根で雨水を貯水する機能を發揮し、減災効果をもたらしてくれる。

もり 森林と語り合う

あつたかす発
北の大地から

鷹栖町長 谷寿男





今月の話題

5月といえば北海道の桜の季節。パレットヒルズでは、桜にちなんだイベントが開催され、大いに賑わいました。

5月6日
5月10日
夜桜
ライトアップ

当初は6日・7日の2日間の開催を予定していましたが、気温の低い日が続き、桜の生育は遅れ気味に。6日にはまだ開花していない木が多数を占めていたため、急遽、満開になるまでライトアップを続けることとなりました。

雨の降る日もありましたが、最終日まで

で延べ630人ほどの人が来場し、夜桜を満喫しました。



5月15日
さくらフェスタ
2016

天気に恵まれた今年は、家族連れや、友人同士のグループなどで賑わいました。

今年は延べ1,200人もの来場者がパレットヒルズを訪れ、桜や、鷹栖の味覚を楽しみました。

今年初の試みとなる、町のPRブースを設置。パレットヒルズの概要や今後の事業構想図のポスター、今年度、実施設計が行われる鷹栖地区住民センターの完成時の模型、町商工会のPRポスター、町内の飲食店情報などを掲載しました。

また、鷹栖町産ななつぼしの試食ができるブースが設置され、多くの方が鷹栖町のお米を味わいました。



パレットヒルズで、結婚相手を探すイベント「たいせつなパレ婚」も同日開催され、レクリエーションや、鷹栖牛などを使った焼肉を通じて、6組のカップルが成立しました。

5.8
ウイーン少年合唱団
鷹栖でサッカイ楽しむ

4月から6月までの2カ月間、全国で公演を行うウイーン少年合唱団が、休日を利用して、鷹栖多目的広場で鷹栖サッカースクール少年合唱団と交流会を行いました。



5.14
あしたの森
こいっ未来の植樹祭

こいっさつぽろ主催の植樹祭が、北野地区の町有林で開催されました。参加者約50名が親子で協力しながら、アカエゾマツなどの苗木400本を植樹しました。



5.25
3年連続金メダル!
生涯元気チャレンジデー
2016

町内で1日に15分以上運動をした人の参加率を対戦相手の町と競い合うイベント「チャレンジデー」が行われました。対戦相手は秋田県八郎潟町で、参加率73.4%に対し、鷹栖町は4,551人参加の63%で、61%以上の参加率で獲得できる金メダルを3年連続獲得。しかし、対戦は惜しくも敗れてしまいました。

町内では、あいにくの雨模様の中、朝のラジオ体操から始まり、子育て支援センターのリラックスクスヨガや、こいっデイネーショントレーニング体験など、各地で体を動かすイベントが行われました。

空き缶積み上げに挑戦した見上妃某理さん(11)は「意外とハマります。来年も挑戦したいです」と話してくれました。



5.21~22 こけしだらけ！ ナマラコケシ2

全国各地のこけし作家がこけしに関する雑貨を売るイベント「ナマラコケシ2」が雑貨屋Simplicityで行われました。会場には2日間で260人の来場者が訪れました。



5.20 リフレッシュ 産後ヨガ

子育てをしている母親を中心に立ち上げたサロン「ラフマミー」主催の「産後ヨガ」が行われました。大人8名（子ども5名）が参加し、ゆったりとヨガを楽しみました。



またもクロカンで快挙！ 鷹栖町優秀選手賞 受賞

全国大会での活躍など、その功績を讃えて授与される「鷹栖町優秀選手賞」の伝達が5月8日（日）に町役場で行われました。今回受賞したのは、小林隆成選手（顕彰時鷹栖中学校3年）と、照井咲頼選手（鷹栖中学校3年）の2名。今年の3月に行われたクロスカントリースキートの全国大会での入賞が、今回の受賞につながりました。

優秀選手賞といえば、先月号でも、同じチームの選手が受賞したことをお伝えしました。授賞式の中で宝田教育長は「これからも大会で活躍して、鷹栖町の名前を広めてほしい」と、2名にエールを送りました。



平田敏實さんに感謝状贈呈 長年の交通安全指導員を讃えて

4月25日（月）に、平田敏實さんへの感謝状贈呈が行われました。

平田さんは、平成16年4月1日から平成28年3月31



日までの12年間という永きにわたり、交通安全指導員を務められました。在任中には、交通安全教室や街頭指導、イベント時の交通誘導などに積極的に取り組まれ、地域の交通安全への意識向上に貢献されたことから、今回の感謝状が授与されました。

株式会社山元組へ感謝状贈呈

5月9日（月）、町役場にて、株式会社山元組への感謝状贈呈が行われました。



たかす歩くスキーフェスティバル等で利用される、仮設トイレを無償で設置していただいたことに対して感謝状が贈られました。

同社への感謝状贈呈は、今年で6年連続となります。いずれの年も、鷹栖町への地域貢献事業に対するもので、谷町長は感謝状を贈呈する際に、「今年もありがとうございました」と、感謝の言葉を述べました。

始まります 国民年金保険料免除申請

町民課医療年金係

平成28年7月分から平成29年6月分の、国民年金保険料免除申請が始まります。

▼受付期間

平成28年7月1日から

○国民年金免除申請

経済的に国民年金保険料の支払いが困難な方で、前年の所得状況（本人・配偶者・世帯主）が一定以下の場合、保険料が段階的に免除（全額、4分の3、半額、4分の1）されます。

○若年者納付猶予制度

30歳未満の方で、本人と配偶者の前年の所得が一定以下の場合、保険料の全額が猶予されます。

○保険料の納付免除・猶予を受けたときは

保険料の納付免除・猶予をされると、保険料の未納期間ではなくなるため、期間中に病気などで障がいが残った場合でも、障害基礎年金が支給されます。

なお、納付免除・猶予を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ、受け取る年金額が少なくなります。

ます。また、一部免除の承認を受けた場合、納付すべき額を納めなければ、未納と同じ取り扱いになりますのでご注意ください。10年以内であれば、さかのぼって納めることができますので、経済的な余裕ができたから早めに追納しましょう。

受診しましょう 特定健康診査

町民課医療年金係

町の国保・後期高齢者医療制度加入者は、浅井医院、旭川がん検診センター、旭川医師会の医療機関で受診ができます。

なお、浅井医院で受診される方のうち、平成28年度中（平成29年4月1日まで）に40・50・60歳になる方は無料で受診できます。



ご提出ください 児童手当の現況届

健康福祉課子育て支援係

児童手当の現況届は、受給者としての要件（所得、生計維持、同居など）を満たしているかを確認するためのものです。受給者全員が提出しなければなりません。（5月中に出生または転入により、手続きを済ませた方は除く）

6月上旬に郵送します「現況届」に必要事項を記入、押印し、6月30日（木）までに提出してください。

また、平成28年1月1日時点で鷹栖町に住所を有していない方は、前住所地で発行される所得証明書が必要となりますので、ご準備をお願いします。

お済みですか？ 犬の登録・狂犬病予防注射

町民課住民生活係

犬の飼い主には、生後91日以上のに、1年に1回の予防接種が義務付けられています。生後1年以上の犬の接種時期は4～6月です。必ず予防注射を接種してください。

第32回健康をさがそう！たかすジョギングフェスティバル

今年もHonda陸上競技部よりトップ選手2名とコーチ1名をゲストとしてお招きし、健康をさがそう！たかすジョギングフェスティバルを開催します。

沿道から選手たちへの励ましの声をお願いします。

【日時】 6月26日（日） 午前8時55分 開会式
午前9時15分 出走開始



私たちは toto 助成を受けています。



上野 渉 選手



前田 悠貴 選手



永井 順明 コーチ

※6月26日はコースとなっている道路が時間帯規制となります。ご理解とご協力をお願いいたします。

詳しい場所・時間は新聞折込でお知らせいたします。

第12回鷹栖町商工会長杯 パークゴルフ大会参加者募集

- ▶と き 7月10日（日）
▽受付時間 午前7時15分～40分
▽開会式 午前7時45分
- ▶ところ たかす丸山パークゴルフ場
- ▶参加料 協会員 500円
一般町民 700円
※コース使用料300円（別途）
- ▶参加資格 鷹栖町民・鷹栖町PG協会会員
- ▶入 賞
男子…A・Bフライト制で 各1～5位
女子…A・Bフライト制で 各1～5位
※参加人数により変更あり
ホールインワン賞、飛び賞など
- ▶申し込み 教育課体育振興係 ☎87-2028
- ▶申込締切 6月30日（木）

サンホールはびねす お風呂優待券の交付

健康福祉課地域福祉係

本人のみが使用できるお風呂等優待券を、1人20枚交付しています。優待券の使用期限は平成29年3月31日までです。

▼対象者

3カ月以上継続して鷹栖町に住所があり、次のいずれかに該当する方

○70歳以上（昭和22年4月1日までに生まれた方）

○障がいのある方（身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳をお持ちの方）

▼申請方法

印鑑（障がいのある方は手帳も）を持参し、サンホールはびねすまでお越しください。代理の方でも申請できます。なお、すでに今年度分を交付されている方は対象外となります。

また、昨年度分の優待券が手元に残っている場合は、サンホールはびねす窓口へご返却ください。

ご活用ください 新規開業支援事業補助金

産業振興課商工観光係

商工業の振興と活性化を図ることを目的として、新規開業及び既存店舗を改修（リニューアル）する方に対し、新築または改修工事費用の一部を補助します。

▼対象者

鷹栖町商工会会員である方（または加入する方）で新規開業する方及び現に営業しており既存店舗を改修（リニューアル）する方

▼内容

●新規開業

①店舗の新築及び改修に係る経費（30万円以上）のうち3分の1以内を補助（上限100万円）

②備品購入経費（1個につき10万円以上）のうち3分の1以内を補助（上限40万円）

●既存店舗改修

①店舗の新築及び改修に係る経費（15万円以上）のうち3分の1以内を補助（上限30万円）

②備品購入経費（1個につき10万円以上）のうち3分の1以内を補助（上限

10万円）

※店舗の新築及び改修は、町内の事業所により工事を行う場合の加算特例があります。

▼申請

産業振興課商工観光係へご相談ください。

ご活用ください 全道・全国大会出場助成金

教育課体育振興係

町では、文化およびスポーツで全道または全国大会へ出場する団体・個人に対し、派遣経費の補助を行っています。（高校生以上は全国大会のみ）
申請は随時受け付けています。出場が決まり次第、早めにご相談ください。



海外旅行をご予定のみなさまへ

～中南米地域、タイ、フィリピン、ベトナムなどで「ジカウイルス感染症」が流行中～

発熱、発疹、筋肉痛、頭痛といった症状を引き起こす「ジカウイルス感染症」が流行しているため、注意が必要です。

妊娠中に感染すると、胎児に小頭症等の先天性障害を来すことがあるため、妊娠や妊娠の可能性のある方は、渡航を控えることをおすすめします。

詳しくは、厚生労働省ホームページまたは検疫所ホームページをご覧ください。

厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>
検疫所ホームページ <http://www.forth.go.jp/>

問合せ 健康福祉課保健推進係 ☎87-2112

Go!Go!ゴルフ『あっ鷹栖タンブラー』

大好評のスタンプラリーを今年も開催します。町内のゴルフ場でスタンプ台紙を受け取り、プレー後にスタンプを押してもらってください！

スタンプ3個で鷹栖のお米を3合プレゼント、さらにダブルチャンスとしてスタンプ5個（2箇所以上のゴルフ場）で町特産品が当たる抽選に応募できます！自然の中でプレーを楽しみ景品を当てましょう！

※スタンプは1日1押印まで。第1弾の台紙は第2弾では使用できません。

▶実施期間

第1弾 6月1日（水）～7月31日（日）
第2弾 8月1日（月）～9月30日（金）

▶参加ゴルフクラブ

セント旭川ゴルフ倶楽部（ひばりが丘）
旭川たかすゴルフクラブ（15線22号）
グレート旭川カントリー倶楽部（15線23号）

▶問合せ 鷹栖町観光協会 ☎87-2210

募集します 税務職員

旭川中税務署

札幌国税局では、税務職員を募集しています。

▼受験資格

高校卒業見込みの方および高校卒業後3年を経過していない方

▼受験申込期間

原則、インターネットでの申込みとなります。
6月20日(月)～6月29日(水)

《申込専用アドレス》

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

go.jp/juken.html

▼第1次試験

9月4日(日)

▼問合せ

☎90-1451

お知らせします 町税クレジットカード納付

税務課税務係

インターネットを通じて

「Yahoo! 公金支払い」から24時間、クレジットカードで町税を納付できます。

【対象税目】

町道民税、軽自動車税、国民健康保険税、

固定資産税・都市計画税

※決済手数料は自己負担

募集します はたちのつどい実行委員

教育課生涯学習係

思い出に残る成人式にしよう！平成29年1月に実施する「はたちのつどい」の実行委員を募集します。



「はたちのつどい」は新成人の実行委員会が、自ら企画運営を行っています。委員を希望される方や推薦する方がいらつしやいましたら、ご連絡ください。

▼内容

はたちのつどいの企画・運営、会場準備など

▼資格

平成8年4月2日～平成9年4月1日に生まれた鷹栖町民の方、または以前に住んでいた方

どさんこ・子育て特典 制度のご案内

北海道保健福祉部

どさんこ・子育て特典制度は、妊娠中の方もしくは小学生以下の子どもがいる世帯に特典カードを配布し、子どもと同伴で買い物や施設などを利用する際に、特典カードを提示することで、協賛店舗から様々なサービスを受けられる子育て家庭を支援する取組です。

特典カードは、健康福祉課で配布しています。

▼問合せ

健康福祉課子育て支援係

(サンホールはびねす内)

☎87-2112



後期高齢者医療「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請について

後期高齢者医療制度の被保険者のうち、住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証(以下「認定証」)」を医療機関に掲示すると、入院および外来で一定額以上支払う必要がなくなります。(下表参照) また、入院時の食事代も減額されます。

受診の際に認定証を医療機関に提示することになります

すので、事前に役場窓口で申請して交付を受けてください。認定証の申請を一度済ませると、毎年7月の保険証の更新に併せて新しい認定証が交付されます。

なお、住民税課税世帯の場合は保険証で区分を判断(下表網掛け)しますので、申請の必要はありません。

区分		1カ月の自己負担限度額		食事療養標準負担額 (1食につき)
		外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)	
現役並み所得者		44,400円	(医療費総額-267,000円) ×0.01+80,100円 ※1	360円
一般		12,000円	44,400円	
住民税 非課税世帯	区分Ⅱ	8,000円	24,600円	210円 ※2
	区分Ⅰ		15,000円	100円

※1 多数該当(過去12カ月に4回目以降の支給に該当)の場合は44,400円

※2 過去12カ月で区分Ⅱの認定を受けている期間のうち、入院日数が90日を超えている際に申請した場合は160円

【問合せ】町民課医療年金係

高齢者向け給付金（年金生活者等支援臨時福祉給付金）の受付は 6月30日まで です

未申請の方は忘れなく！

【支給対象者】

平成27年度臨時福祉給付金の支給対象者のうち、平成28年度中に65歳以上となる者

【給付額】

給付対象者一人につき、30,000円

【手続きに必要なもの】

印鑑、預金通帳

【お問合せ先・受付窓口】

健康福祉課地域福祉係

（サンホールはびねす内）

☎ 87-2112

※6月に生活福祉相談センターによる出張相談窓口を開設予定ですので、その際に高齢者向け給付金の申請を受け付けることも出来ます。

《出張相談窓口》

▼6月7日（火）午前10時～12時

北斗地区住民センター

▼6月7日（火）午後1時～3時

中央地区住民センター

▼6月10日（金）午前10時～12時

北成地区住民センター

▼6月10日（金）午後1時～3時

あつたかす北野サロン

（Dマールシェ北野店内）

窓口から

こんにちは、よろしく

氏名 両親

ハモニ 熊谷 拓^{ひらく}ちゃん 隆 さん・彩 音さん

21 区 久保舞^ま桜^あちゃん 厚 一さん・ゆかりさん

第 27 伊萬里陽^{はると}斗ちゃん 祐 輔さん・英 衣さん

ご結婚おめでとうございます

新 郎 新 婦

美瑛町 島田隆教^{さん} 北野東 綱淵裕美子^{さん}

名寄市 井上 翼^{さん} 北野西 荻侑美枝^{さん}

おくやみ申し上げます

氏 名 年 齢

13 区 佐々木 範 子^{さん} 75歳

15町内 大 谷 眞 吉^{さん} 81歳

鷹栖北 樽 野 美佐子^{さん} 72歳

鷹栖南 吉 本 明 男^{さん} 81歳

北 斗 高 田 みさを^{さん} 91歳

あたたかい心ありがとうございました

○社会福祉協議会へ

☆香典返しご寄付

佐々木純章^{さん}



このコーナーでは、町内で満一歳の誕生日を迎える赤ちゃんを、毎月紹介しています。



よし だ しん 吉田 新 くん

平成27年6月5日生まれ
男の子
祐太・麻里子^{さん}の子



初めまして。吉田家三男の新です。毎日兄2人と楽しく過ごしてます。保育園にも通い友達も出来たよ★今は歩く練習をしてるよ♪

そで たに かい と 袖 澗 海音 くん

平成27年6月28日生まれ
男の子
貴史・百代^{さん}の子

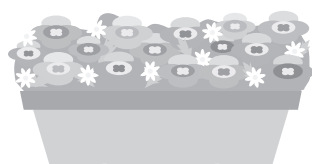


食べるの大好き海音です！最近ボール遊びにハマっています。たくさん笑わせてくれるお姉ちゃんとは、楽しく遊んでるよ😊

《ふるさとを担う子どもたちの活動》
(4月1日～30日採納分)
山口 幸子様、北尾 好晃様
南波 剛様、高木 三四郎様
吉川 晴雄様 匿名68件
《心豊かなふるさとの人々を育む活動》
小島 治様 匿名6名
《ふるさとを築いた高齢者の福祉活動》
加茂 貴久様 匿名15名
《その他町長が必要と認める事業》
増田 裕一様、田中 航様
原 浩二様、雪田 剛世様
森岡 泰通様、八島 明弘様
岡 裕通様、長浦 真顯様
堀之内 隆治様、仲沢 守様
川村 悟史様、清水 善勝様
長谷川 正様、内田 悦慈様
守川 武広様 匿名89件

《複数の事業に対して》

※詳しくは鷹栖町ホームページにて、寄附者の同意をいただいた項目を公表しています。





4月の旭川地区大会の小学生高学年の部で、見事ベスト8入りし、10年振りに全道大会の出場権を獲得した鷹栖剣道少年団。今回は、そんな剣道少年団の指導者を中心にお話を伺いました。

鷹栖剣道少年団のみなさん

鷹

栖剣道少年団は、現在、小学1年生から中学1年生までの25名の団員で構成されていて、5名の指導者が稽古にあたっています。

練習は、ランニングや、防具をつけての打ち合いの他に、表面に凹凸のあるゴム製のボールをバウンドさせて投げ合うボールキャッチといった、反射神経を養うトレーニングも行っています。

厳しくも思いやり

溢れる指導

「正しく面を付ける、正しく並ぶ、正しく竹刀を持つ。どれも当たり前のこと。試合以前の当たり前の部分が身に付いていないと、試合に勝つことなど出来ません。今日注意されたことを、2度と注意されることがないように」。練習が始まる時、しっかり準備が出来ていなかった子達に対して永峰充指導員が注意します。

指導は、剣道の技術のみならず、礼儀や作法など、

人として大切な部分にも及びます。永峰さんは、鷹栖町での就職を機に、今まで続けてきた剣道を町内で伝えていこうと決意。「子どもたちには何よりも勝負で勝つ喜びを伝えたいです。勝つことで見えてくるものがあるし、そこから剣道に対する姿勢も変わってきます」と話してくれました。

指導者としての喜び

熊木武彦指導員に、剣道を教えていて喜びを感じる瞬間を訪ねると、「子どもたちが試合で勝ったときはもちろんですが、以前までは出来なかった挨拶や、礼儀作法が身についたときが



▶団員たちに指導する永峰さん。団員の表情も皆真剣です

「一番嬉しいですよ」と話してくれました。自身もかつて、鷹栖剣道少年団に所属していた熊木さんは、人として成長させてくれた少年団に恩返しをする思いで指導者に。その意思はしっかりと次の世代へ続いていきます。

念願の「赤胴大会」

4月29日に比布町体育館で開催された「第35回旭川地区少年剣道大会」でベスト8入りし、剣道の全道大会である「赤胴大会」の出場権を獲得した鷹栖剣道少



▶はじめたばかりの子たちに指導する熊木さん。基礎を叩きこみます。

年団。「全道大会が決まった瞬間、嬉しさに涙する保護者もいました。団員や家族も含めて、みんな大喜びです」と話す永峰さん。ここまで勝ち進むのは決して楽な道のりではありませんでした。

少人数で戦ってきた6年生

「鷹栖のチームで全道大会に出るのが夢だったので、全力を出せるように日々の稽古を大事にしていきたいです」と話すのは、6年生で団長を務める齊藤岳くん。昨年は町外の混合チームとして選抜され、全道大会に出場した齊藤団長は、地元のチームで出場することを目標に練習を重ねました。「団長として、自分で出来ないことは言わないようにしています。そのためにも、人より多くをこなせるよう頑張っています」と話してくれました。昨年は、団員数が少なく、高学年の部として出場できる5・6年生が3人し

かいなかったといえます。「団体戦は5人で戦うので、常に相手が有利な状態。一人でも負けたらチームは負けなので、とても辛かったです」と、同じく6年生で大将を務める唐崎稜太くんは当時の苦勞を話してくれました。



▶稽古開始時は全員整列し、礼をしてから稽古に臨みます。

「赤胴大会」に向けて

「毎週月曜と金曜2回の練習を、全道前は土曜と日曜も加えた週4回にします。全道では何よりも初戦を意識して子どもたちが試合に臨む姿勢を持つように稽古をしていきたいです」と、熊木さん。永峰さんも「全道に出場するからには、一戦でも多く勝てるよう意識付けをしていきたいです。また、結果がどうであれ、やり切ったと言えるような充実感を味わせてあげたいですね」と、意識は全道に向けて高まっているようです。

昨年、少年団の気持ちを一つにするために作成されたプリントにはしっかりと「赤胴大会出場」の目標が掲げられていました。

出場が実現した今、さらに上の目標へ向けて、練習は続いていきます。

赤胴大会は今年の8月7日、札幌市真駒内アリーナで開催されます。その日、鷹栖町では「熱夏フェスタ」が行われる予定です。

熱夏フェスタを楽しみつ

つ、札幌市で熱戦を繰り広げる剣道少年団の子たちへ熱いエールを送りましょう！



鷹栖剣道少年団

一緒に剣道を通して礼儀作法の大切さや忍耐強さを学びませんか？

▼稽古日

毎週月曜・金曜の午後6時15分～午後8時30分

▼指導者

西川貴、永峰充、長田良信、熊木武彦、長原聖

・いつでも体験無料。

・防具等も貸出します。

・捨ててしまう防具等ありましたら寄附をお願いします。

☆一般の方（中学・高校生可）の参加も大歓迎です！

【連絡先】長田

☎080-44502-3754

いきいきわいわいカレンダー

6月	7 ^火	住民センターの健診・骨検診（鷹栖） お年寄り送迎日（松平老人会）
	8 ^水	住民センターの健診・骨検診（鷹栖）
	9 ^木	住民センターの健診・骨検診（北野）
	10 ^金	住民センターの健診・骨検診（北野） 第1回女性サロン講座
	11 ^土	北野小学校・中央地区運動会
	12 ^日	住民センターの健診・骨検診（北野） 鷹栖保育園運動会
	13 ^月	住民センターの健診・骨検診（北野）
	14 ^火	住民センターの健診（中央） お年寄り送迎日（長寿老人会）
	15 ^水	住民センターの健診（北斗） 乳幼児健診、ブックスタート
	16 ^木	住民センターの健診（北成） 第2回女性サロン講座
	17 ^金	
	18 ^土	円山幼稚園運動会
	19 ^日	北野保育園運動会、ハレパレパレット2016
	20 ^月	
	21 ^火	お年寄り送迎日（北成老人会） 生活習慣講演会
	22 ^水	ななかまど大学、鷹栖小学校スクールボランティア
	23 ^木	
	24 ^金	第44回老人会スポーツ大会（総合体育館）
	25 ^土	第32回健康をさがそう たかすジョギングフェスティバル マラソン講習会
	26 ^日	第32回健康をさがそう たかすジョギングフェスティバル
	27 ^月	
	28 ^火	お年寄り送迎日（北斗老人会） 鷹栖消防 団消防演習
	29 ^水	
	30 ^木	
7月	1 ^金	
	2 ^土	たかす吹奏楽フェスティバル
	3 ^日	鷹栖地区レク・スポ大会、北野地区ふれあいスポーツデー、サマーフェスタin北斗
	4 ^月	ななかまど大学宿泊研修
	5 ^火	ななかまど大学宿泊研修 お年寄り送迎日（親睦・松平老人会）

◎郷土資料館開館日（毎週水・土曜日／10：00～17：00）

ひとの動き

【5月25日現在】

（）内は前月比

人 口	7,159人（ Δ7）
男	3,378人（ +1）
女	3,781人（ Δ8）
世 帯 数	3,105戸（ Δ6）

5 月 中 救 急 出 動 状 況

急 病	19件（ 17人）
一般負傷	1件（ 1人）
交 通	1件（ 1人）
そ の 他	1件（ 1人）
月 合 計	22件（ 20人）
平成28年累計	99件（ 88人）

※5/1～5/25 （ ）内は搬送人員

平成28年の交通事故状況（鷹栖町）

4月 末まで	発生件数	人 身	3件
		物 損	63件
	死 者		0人



あつたかすくん!!

5月はパレットヒルズの「さくらフェスタ」で、みんなと遊んできたよ♪会場にはたくさん人が来てくれて、嬉しかったなあ(˘ˌ˘)

その他にもチャレンジデーでみんなと運動したんだ！いい汗かいた一つ！

6月にはジョギングフェスティバルに行く予定だよ。僕は走らないけど、応援がんばるぞ～！



広報に関するご意見をお寄せください

〒071-1292 上川郡鷹栖町南1条3丁目5-1

【電 話】0166-87-2111

【FAX】0166-87-2196

◆鷹栖町ホームページでは、メールまたはアンケートでのご意見をお待ちしています。
<http://town.takasu.hokkaido.jp>

次号は7月5日(火)発行です