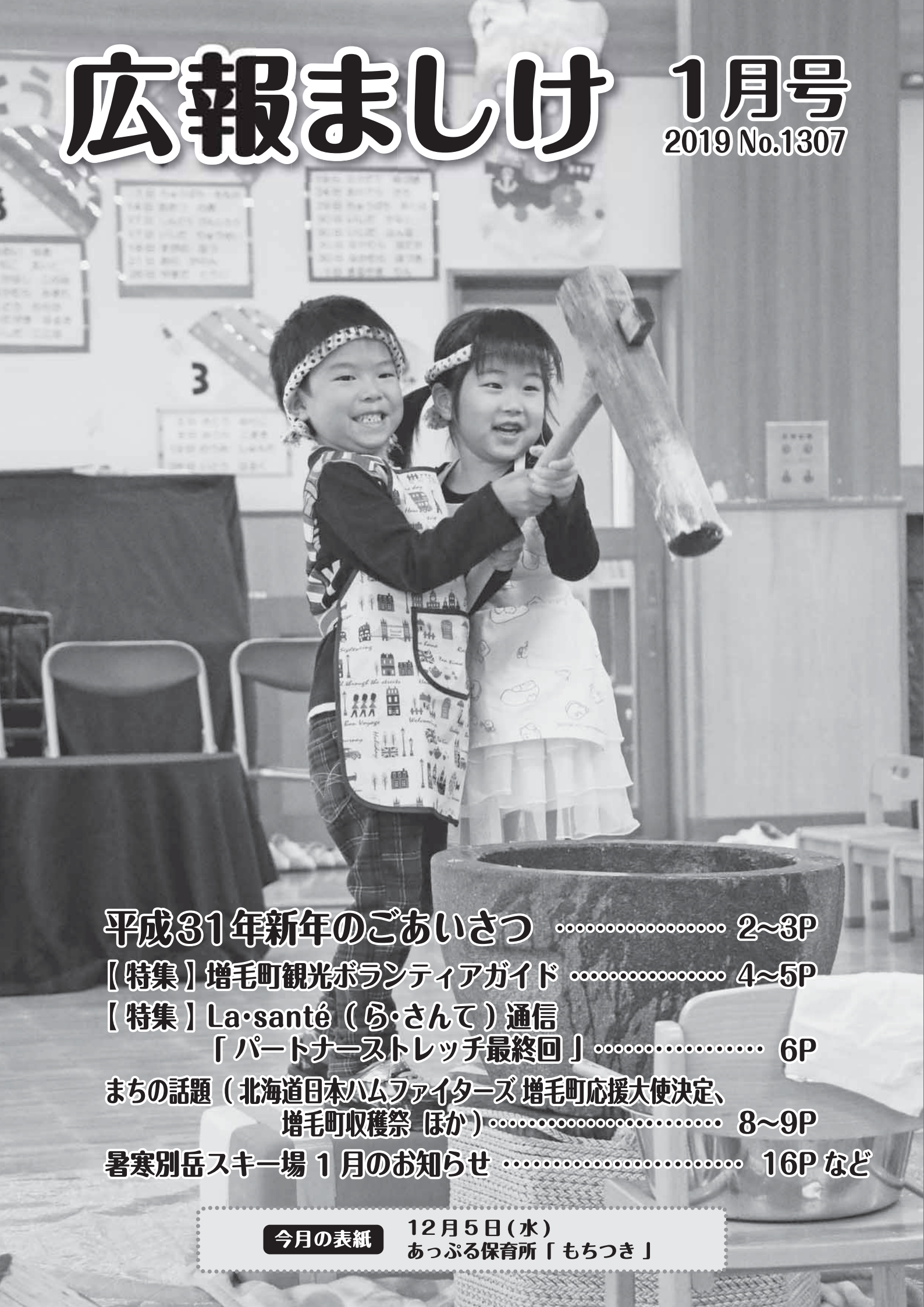


広報ましけ

1月号

2019 No.1307



平成31年新年のごあいさつ 2~3P

【特集】増毛町観光ボランティアガイド 4~5P

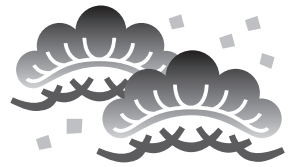
【特集】La・santé（ら・さんて）通信
「パートナーストレッチ最終回」 6P

まちの話題（北海道日本ハムファイターズ 増毛町応援大使決定、
増毛町収穫祭 ほか） 8~9P

暑寒別岳スキー場 1月のお知らせ 16P など

今月の表紙

12月5日(水)
あっぷる保育所「もちつき」



つ さ い あ ご の



感 所 頭 年 堀 雅 志 増毛町長

明けましておめでと
うございます。謹んで
新年のお慶びを申し上げ
ます。本年もどうぞぞ
よろしくお願いいたし
ます。

町民の皆様には、町
行政の推進に深いご理
解とご支援、ご協力を
賜り厚くお礼申し上げ
ます。

昨年は、6・7月の
天候不順の影響により、
サクランボが不作で、
米も9年ぶりに作況指
数が90という不作であ
り、9月の台風でリン
ゴと梨が落下するなど、
農業にとつては、大変
厳しい年でありました。
漁業は、たこ漁が好
調でしたが、鮭が前年

度と比較して水揚高が
70%以上減少するなど、
全体的に資源の減少が
目立っています。

少しずつではありま
すが、若い浅海漁業者
や後継者も増えており
ますので、資源管理、
資源増殖、漁場造成な
ど漁業資源の増殖を
しっかりと進めるとと
もに、港湾整備も積極
的に要望して参ります。

道営の農業基盤整備
事業は、6年目を迎え、
一年でも早い完成を要
望して参ります。食味
の良い米と酒米づくり、
果樹栽培と積極的に攻
めの農業を展開し、持
続可能な農業を目指し
て参ります。

春の味まつりや秋の
味まつりのイベントは、
天候に恵まれ多くの観
光客に訪れていただけ
でした。しかし、土日
の天気が悪く、9月の
胆振東部地震の影響も
懸念されましたが、観
光客の入り込みは、大
きく落ち込むことがな
く感謝しております。

さて、昨年、旧駅舎
を生かして再生した増
毛駅にたくさんのお客
様に来ていただきまし
た。増毛厳島神社も北
海道文化財に指定され、
増毛山道も北海道遺産
に選定されました。増
毛町では、歴史文化保
存活用基本構想を策定
しましたので、今後と
も歴史を大切にし、豊
かな食を生かしたまち
づくりを進めて参りま
す。

就任してから、多く
の子育て支援策を進め
ております。しかし、
少子化がなかなか改善
されません。今後とも

子育て支援に力を入れ、
増毛町でこどもを生み
育てたいという環境づ
くりを進めて参ります。
現在の増毛町の大き
な課題は、町民の皆様
の健康づくりでありま
す。年金額が減少して
いる中、平成30年度か
ら32年度までの介護保
険料が6,291円と
千円近く上がります。

全道平均より介護認定
者の割合が多く、介護
サービスの利用してい
る町民が多いのが主な
理由であります。男性
は、高血圧により脳血
管疾患を発症の割合が
高く、女性は、足腰が
弱くなることなどによ
り介護認定が多くなっ
ております。

このため、増毛町で
は、適度な運動、塩分
や糖分を控える balan
スの良い食事の推進な
ど、健康寿命の延伸を
図って参ります。
オーベルジュましか
で開設しております

「ら・さんて」の利用、
健康づくり教室の参加
や減塩運動で健康寿命
を延ばしていただきた
いと思えます。

増毛町は、公共施設
の老朽化により、改築
や更新のために多額の
予算を必要とする事業
を抱えておりますが、
計画的に進めて行かな
ければならないと考え
ております。

私は就任当初から
「誰もが住みたい住み
続けたいふるさと増
毛」を基本理念に、町
民福祉の向上、地場産
業の振興、交流人口の
拡大を目指し、全力投
球で町政を進めてまい
りますので、町民各位
のご支援ご協力を賜り
ますようお願い申し上
げます。

結びとなりますが、
増毛町の限らない発展
と町民の皆様の健康勝
ご多幸をご祈念し、新
年のご挨拶とさせていただきます。



平成31年新年



年頭のご挨拶

増毛町議会議長
佐藤善一

明けましておめでとうございます。

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

町民の皆様には平素より議会へのご支援ご指導を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返って見ますと、自然災害の非常に多い一年であったと思います。特に西日本豪雨や台風21号による雨や風の被害、また、北海道では胆振東部地震による建物の倒壊や土砂崩れなどで多くの方が亡くなるなど大きな災害をもたらし、北海道経済に大きなダメージを与えました。亡くなられた方々や

被害を受けた皆様からのお悔やみとお見舞いを申し上げます。

増毛町においては地震の直接の被害は無かったものの、厚真の発電所の停止によりブラックアウトとなり、町の大きな産業の一つである水産加工に大きな二次災害を心配させる事態となりました。幸い大きな被害とはならなかったものの、電気の無い生活の大変さを痛感させられる事となりました。

災害というと東日本大震災からまもなく8年が経過します。昨年11月に震災後の被災地に行く機会があり、浪

江町を訪れました。いわき市から車で榎葉町、双葉町と通って浪江町に入りました。どの町も立入禁止区域が広がっていますがそこを通る国道だけは通行が可能ということでした。地震や津波だけの被害の所は、車中から見ただけではかなり復旧しているように見えたのですが、原発による汚染地域は廃屋が並んでいました。

浪江町の中心街は津波の被害には遭わなかったようですが、汚染により避難を余儀なくされ解除されたが戻ったのは住民の5%とのことでした。原発によって破壊された町という感じで、あらためて原発の恐ろしさを痛感しました。

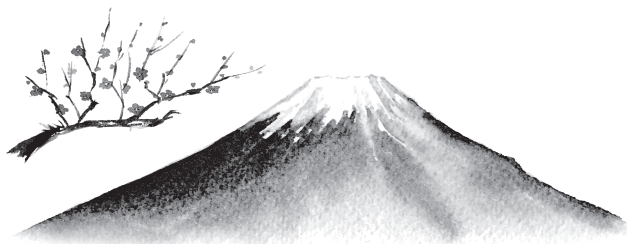
さて今年も統一地方選挙の年になります。我々議員や町長も今年で4年の任期が終わることになります。町の

方向を決めるのは町長です。堀町政を1期4年間見て来ました。公約の実現や議員の提案にも耳を傾けるなど、課題に果敢に取り組んだと評価しています。前石崎町長は財政の大変な時を担い財政の再建を大きなテーマに取り組み、3期の任期が

終わる頃には十分とは言えないまでも一定の目途を付けました。このような中での町政運営は厳しく新たな事に取り組めませんでした。そのためこれから取り組まなければならない課題が山積しています。しっかりと精査し、優先順位を付けて、財政規律に十分配慮し、町政運営を進めてほしいと思います。

少子高齢化、人口減少など難しい課題が多く、町理事者、議会、町民知恵を出し合い取り組んでいかなければなりません。

春には新しい年号に変わります。新しい年が災害の無い穏やかな良い年でありませう、また、町民の皆様にとつて幸多い年であり、ますことを祈念し、新年の挨拶といたします。



特集

増毛町観光 ボランティアガイド

増毛町観光協会では、観光客の方に町内を案内する観光ボランティアガイドを実施しています。今回は観光ボランティアガイドについて紹介し、増毛町の観光振興に貢献しているガイドの存在を知っていただき、興味を持っていただいた方にボランティアガイドとしてご協力いただければ幸いです。

～あゆみ～

増毛町観光ボランティアガイドは平成15年に発足。北海道遺産に選定された「歴史的建物群と旧増毛小学校」を中心にガイド活動を行い、町の魅力を伝える活動を続けています。活動も早15年を迎え、増毛町の観光振興に大きく貢献しています。

増毛は、約300年もの古くからニシンとの関わりが深く、ニシンとともに発展し、北海道で最後の「千石場所」と呼ばれた所です。増毛駅から國稀酒造方面へ約300mのコースは、「ふるさと歴史通り」と名付けられ、平成13年に「北海道遺産」に選定されたニシン場時代の息吹を今に伝える貴重な建物があり、まさに北海道民共有の歴史的遺産でもあります。

増毛町が誇る歴史的遺産を観光客へ伝えるボランティアガイドの存在は大変重要であり、大きな役割を果たしています。先人が築き上げた増毛町の魅力ある歴史的な景観や雄大な自然、味

覚を一人でも多くの観光客に知ってもらい、町の魅力を広めていくことが大きな役割となっています。

現在7名の方がガイド登録し、年間40～50件程のガイド活動を行っています。自分の都合のつく時間に無理のない範囲で活動しています。

年々ガイドを希望される観光客が増えていることから、新たな方のご協力が必要です。

ガイド依頼件数と人数の推移

直近3年間において、ガイド依頼数の増加が顕著で、今年度は初めて対応人数が1,000人を超えました。

【10年間の案内記録】

平成21年度	38件	832人
平成22年度	24件	379人
平成23年度	19件	255人
平成24年度	32件	407人
平成25年度	39件	555人
平成26年度	38件	326人
平成27年度	28件	379人
平成28年度	45件	558人
平成29年度	41件	732人
平成30年度	54件	1,783人

(個人・団体含む)

増毛を知ってもらおう

喜びと責任



増毛町
観光ボランティアガイド
代表 山下 惇 さん

「ゴミ一つ落ちていないきれいな街ですね」と観光客の方に言われた時は、町民の一人としても喜びと誇りを感じました。

私達は、先人の貴重な歩みと遺産に感謝し、これらを未来につなぐ責任の一端も感じつつ、一期一会を大切にガイドしております。

「駅と丘の上にある灯台が一緒に見られるスポットはここだけだよ」と観光客の方に教えていただいたこともありました。今年も多くの人との出会いに喜びを感じ、私達が生きがいを感じました。

増毛町を訪れて



北海道開拓の村
ボランティアガイド
谷 紘道 さん
(札幌在住72歳)

今年6月、開拓の村ボランティアの会道内研修旅行の名目で増毛町を訪れました。学芸員の方に「元陣屋」を解説いただいた後、「厳島神社」を經由し「旧商家丸一本間家」「國稀酒造」を観光ボランティアガイドの方々にご案内いただき、町民の皆さんがボランティアで行政と一体となって有形・無形の地域遺産を誇り高く語り、守り続けている姿を目の当たりにしました。

北海道150年を迎えた今、歴史的建造物が未永く保存され後世に伝えられることを切に願うとともに、北海道開拓の村ボランティアの一人として、今回の研修で出会ったボランティアガイドの皆さんの姿を胸に刻み、来場者の対応に日々精進しようと思えます。

観光振興功労表彰

(団体表彰) 受賞

増毛町観光協会のボランティアガイドが、平成30年度観光振興功労で団体表彰を受けました。これは公益財団法人北海道観光振興機構が毎年実施しているもので、北海道の観光振興の発展に顕著な功績があった個人・団体が選ばれています。

ガイド内容は単に景観の紹介にとどまらず、増毛町の歴史や文化など幅広く案内を行うとともに、観光客の希望に沿ったきめ細かな活動を続けていることなどが評価されました。

案内業務はもちろんですが、常に旬



▶受賞式後の様子

の観光情報の収集に努め、定期的に研修会をし、スキルアップにも積極的に取り組んでいます。ガイドを受けた観光客からは、通常では体験できない思い出深い旅になったと好評で、熱心な活動は増毛町の観光客受け入れ体制の充実に大きく貢献しています。

観光ボランティア

ガイド募集!

今年度のガイドは終了しましたが、来年度から一緒に活動していただける方を募集しています。

応募資格は特にありません。「増毛が好き!」「ガイドをやってみたい」など興味のある方は是非お問い合わせください。

【ボランティアガイドの主な活動】

ガイド時間は100分から120分ほど。

増毛駅・風待食堂(駅前観光案内所)・ニシン船を展示する千石蔵等をはじめとした歴史ある景観をご案内するのが主なものです。

観光ボランティアの体験は、実際のガイドと同行していただくのがおすすめです。

興味のある方は、来年度のガイド時に見学のご案内をさせていただきます

ので、お気軽にご連絡ください。

【問合せ先】増毛町観光協会事務局

(役場商工観光課)

電話5313332

私たちと一緒に観光ボランティアガイドをやりませんか?



特集

～La・santé (ら・さんて) 通信～

パートナーストレッチ

最終回

運動施設『運動一番La・santé (ら・さんて)』では、怪我防止、疲労回復、生活筋力向上のためにストレッチを推奨しています! 11月号から2回にわたりパートナーストレッチについて紹介してきましたが、**最終回では、『膝』についてパートナーストレッチを紹介します!**



健康運動指導士
田村 豊先生

ストレッチとは、筋肉を伸縮させて可動域を広げたい関節などを伸ばしていくので、筋肉がほぐれると同時に可動域が広がり、柔軟性を向上させることができます。

しかし、あまりに硬くなってしまった関節周辺の筋肉は、自分だけで動かすことが難しい場合もあります。そういう時にはパートナーストレッチ(2人1組でサポートを受けて行うストレッチ)を実施し、押す・引く・ねじる・回す・ゆるするなど、外部からの刺激により力を入れずにストレッチを受けることで、安全に柔軟性の向上を得られ、怪我の予防やリハビリ、疲労回復、メタボ予防に効果的となり、生活の質(QOL)を高めます。

痛い所までは伸ばさず、気持ちいいと感じられる範囲で無理なく行いましょう。

普段からストレッチや軽運動を実施して筋肉を動かす習慣をつけておくことが生活習慣病の予防や健康寿命延伸に繋がります。

膝痛に効く ～パートナーストレッチ～

※痛い所までは無理して伸ばさないように注意しましょう

※呼吸を止めないように、深呼吸しながら行いましょう

※1人で行っても効果はあります

過去2回の特集は

11月号 → 肩こり

12月号 → 腰痛

についてのパートナーストレッチを紹介しています。詳しくは広報11・12月号をご覧ください。

レッスン①
太もも前側のばし



うつ伏せで構え、かかとをお尻に近づけます。

パートナーの方は、足首とお尻を押さえ、かかとをお尻に近づけます。

レッスン②
膝の裏側のばし



イスに座り、膝を伸ばし構えます。

パートナーの方は、膝の上を押さえ、つま先を上に向けます。

【問合せ先】役場町民課保険年金係 (電話53-1113)

健康寿命延伸事業

※地方創生推進交付金事業

『生涯現役で働き続けられる町を実現する健康寿命延伸人材育成事業』

健康づくり教室



◆◆◆ 1・2月の各教室は下記の日程で行います。参加料は無料です。◆◆◆

火曜日	木曜日	金曜日
1 / 8日	10日	11日
10:30-11:30 保健センター 関節健康トレーニング(☆) 18:30-19:30 文化センター中ホール ストレッチヨガ(☆☆)	18:30-19:30 文化センター大ホール リズムエクサ(☆☆☆)	
15日	17日	18日
10:30-11:30 保健センター 関節健康トレーニング(☆) 18:30-19:30 文化センター中ホール ストレッチヨガ(☆☆)	18:30-19:30 文化センター中ホール リズムエクサ(☆☆☆)	18:30-19:30 文化センター大ホール ワークアウト(☆☆☆☆)
22日	24日	25日
10:30-11:30 保健センター 関節健康トレーニング(☆) 18:30-19:30 文化センター中ホール ストレッチヨガ(☆☆)	18:30-19:30 文化センター大ホール リズムエクサ(☆☆☆)	18:30-19:30 文化センター中ホール ワークアウト(☆☆☆☆)
29日	31日	2 / 1日
10:30-11:30 保健センター 関節健康トレーニング(☆) 18:30-19:30 文化センター中ホール ストレッチヨガ(☆☆)	18:30-19:30 文化センター中ホール リズムエクサ(☆☆☆)	18:30-19:30 文化センター中ホール ワークアウト(☆☆☆☆)
5日	7日	8日
10:30-11:30 保健センター 関節健康トレーニング(☆) 18:30-19:30 文化センター中ホール ストレッチヨガ(☆☆)	18:30-19:30 文化センター大ホール リズムエクサ(☆☆☆)	18:30-19:30 文化センター中ホール ワークアウト(☆☆☆☆)

健康づくり教室メニュー ☆は運動強度(☆が多いほど“つらい”と感じる)

◇関節健康トレーニング【☆】

膝や腰など、普段の動作に重要な部分を動かして健康寿命を延ばしましょう！

◇ストレッチヨガ【☆☆】

大人気のプロプログラムです。

ヨガにストレッチ要素を取り入れて身体も心もスッキリ！

◇リズムエクサ【☆☆☆】

音楽に合わせて体を動かし体力アップ！

からだ引き締めや筋力アップ、有酸素運動の効果あり。

◇ワークアウト【☆☆☆☆】

筋力アップを重点的に行うプログラム。しっかり運動したい方にぴったり！

La・sante(ら・さんて)

年末年始のお休みは、

12月29日(土)

～1月4日(金)まで

となります。

1月5日(土)より、通常通り開館いたします。

※定休日は毎週水曜、

日曜となっています。

【問合せ先】 役場町民課・保険年金係 (電話 53-1113)

増毛町の応援大使 西川選手・杉浦選手に決まる

北海道日本ハムファイターズの「北海道179市町村応援大使2019」対象市町村に増毛町が選ばれ、西川遥輝選手と杉浦稔大選手が応援大使に決定しました。

この事業は市町村のまちづくり・まちおこしに寄与できるように毎年、道内の18市町村の応援大使を務めるもので、任期は1年間となっています。

抽選会は11月24日、札幌ドームで開催された北海道日本ハムファイターズ「ファンフェスティバル2018」の中で行われました。抽選方法は18市町村の野球少年・少女が順番にガラポンを回し、出てきたボールに書かれた選手がその市町村の応援大使になるというもの。9番目に抽選を行った増毛ファイターズの大嶋健琉さん（小学5年）が、見事西川選手・杉浦選手を引き当てました。抽選を行った大嶋さんは「ステージが上がった時はさすが緊張したけど、西川選手の玉が出て一緒に写真を撮り、サインを書いてもらった時はすごく嬉しかったです」と話してくれました。

応援大使となった西川選手・杉浦選手には、来年1年間、増毛町の地域活性化にご協力をいただきます。



▲増毛町の応援大使に決まった西川遥輝選手(右)と抽選を行った増毛ファイターズの大嶋健琉さん(左)



北海道日本ハムファイターズ 増毛町後援会会員募集のお知らせ

2018シーズンから設立いたしました北海道日本ハムファイターズ増毛町後援会ですが、町民の皆様のご協力のおかげで設立から1年を迎えました。今後さらに球団及び後援会を盛り上げるため、この度2019シーズンからの入会申込を開始しますので、お知らせいたします。

入会を検討されている方につきましては、下記連絡先までご連絡ください。

【申込・問い合わせ先(事務局)】
役場企画財政課(電話 53-1110)

▶西川遥輝選手



◀杉浦稔大選手



▲舎熊地区の住民説明会の様子

増毛町防災のしおり・ハザードマップ住民説明会

▶最優秀賞に選ばれた風間壘さん(左)と松本泰人さん(右)



堂々と自分の想いを発表

11月23日、少年の主張大会「僕の主張・私の主張」が文化センターで開催され、小中学校の児童生徒7名が将来の夢や普段抱えている想いなどを自分の言葉で堂々と発表しました。

小学生の部では「父のような信頼される歯科医になりたい」と熱く主張した増毛小6年の風間壘さん、中学生の部では「いつ、どこで災害が起きるか分からない。もしもの時に備え、防災について考えてほしい」と呼びかけた増毛中2年の松本泰人さんが最優秀賞に選ばれました。会場からは堂々と自分の想いを主張した児童生徒らに大きな拍手が送られていました。

増毛町防災のしおり・ハザードマップ住民説明会が、地区毎の5か所の会場で開催されました。

説明会では、北海道で作成された日本海沿岸の新たな津波浸水想定についての説明や、「防災のしおり・ハザードマップ」を見ながら、避難情報発令についての確認や、津波が起きた際の行動等についての説明がありました。

また、防災ハザードマップの地区毎の拡大図で「津波浸水予測図」・「大雨時危険区域図」の見方についての説明がありました。

最後に、自主防災組織の説明と結成のお願いで説明会が閉会されました。

収穫祭で増毛の味覚を楽しむ

12月7日、「増毛町収穫祭」郷土の味覚を楽しむ会」が文化センターで開催され、町民ら約330名が増毛の食材を使って調理された料理を堪能しました。

増毛町収穫祭は、増毛ならではの料理を広めるとともに、新たなメニューの発見や開発、地消(商)地産の動きを発信するなどの目的で、初めて開催され、水産加工会社など町内17団体が参加し、スープカレーや焼たらこ、鮭パイなど約40品目の料理や飲み物が出品されました。

増毛産新米ななつぼしを無料で提供し、料理やデザート、飲み物は販売され、終了時間を待たずに品切れになるものもあり、来場者の方にはご迷惑をおかけしました。来場者の方にお話を聞くこと「安い価格で多くの種類の料理があり、とてもよかったです。完売して食べるのができなかった料理もあったが、町内で買い求めたい。来年も楽しみにしています。」と話してくれました。

今後増毛町では、食を生かしたマチづくりに取り組んでいきます。



世代間交流を深める



▲増毛中学校生徒会主催の〇×ゲームに参加している様子

12月1日、町社会福祉協議会(雨野正治会長)主催の「ふれあい広場2018ましけ」が文化センターで開催され、幼児からお年寄りまでたくさんの方々が来場し、楽しい交流の場となりました。

1階大ホールでは、輪投げやこま遊びの伝承遊び体験ブースなどが出そろうい、ステージではおもちつきが豪快に行われ、どのブースも沢山の人たちが賑わいを見せていました。

2階中ホールでは、技能士会による子ども物作り体験が開かれ、参加した子どもたちは、職人の技に夢中になり、物作り体験をしていました。

町内の若者がスポーツで交流



12月11日、青年交流会(相内一希会長)の第4回事業「ドッジビー大会&忘年会」が文化センターで開催され、町内の若者たちが軽スポーツのドッジビーで汗を流し、忘年会で親睦を深めました。

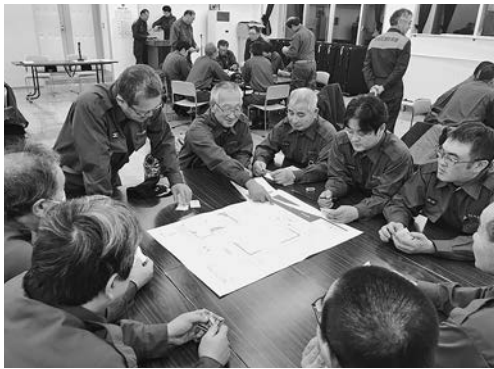
同会は、町内の若者の仲間づくりや交流の場を提供し、青年団体の育成やリーダーの養成を図る目的で6月に発足。現在は町内に在住、または勤務する19歳から41歳までの男女38人が加入しています。今年度は、あと2回の事業を予定しており、会員は随時募集しています。興味のある方は教育委員会地域学習課(電話番号531-2427)までお問い合わせください。

消防本部からのお知らせ

地震・津波に対応する訓練を実施しました

平成30年11月18日(日)に増毛町消防団では今後、起こり得る巨大地震や地震に伴う津波に対応するため訓練を行いました。

訓練の内容は、増毛沖に震源地がある事、海沿いの町で津波の危険がある事から巨大地震直後の1時間を疑似体験できるよう作成されたシミュレーション訓練を行い、津波が到達するまでの時間で何を優先して行うのが、団員間での情報交換がとても重要である事などを学びました。



▲第4分団（阿分地区管轄）



▲第5分団（雄冬地区管轄）



第4分団
班長 鈴木 芳晃

災害対応訓練に参加してみても

まだ記憶に新しい胆振東部地震の発生により、この増毛町でも大地震や津波による被害が生じる可能性があるかと再認識しました。私が所属する第4分団は阿分地区を管轄しており、大規模災害発生時には消防職員が道路の寸断等で救助に来る事が不可能で団員達だけで救助を行わなければならない事も考えられます。

今回の訓練では、限られた時間内で団員同士が協力しながら情報共有し、どう救助するかなどゲーム感覚で訓練を行え、とても勉強になりました。今後もこのような訓練を通し、地域防災力向上に繋がればと思います。

増毛町では、消防団員がまだまだ足りません。(特に別荘地区・舎熊地区・信砂地区・阿分地区) 特別な資格・経験は一切必要ありません。私達が住むこの町を私達の手で一緒に守りませんか? 少しでも興味を持った方、入団希望者は下記までご連絡ください。

【問合せ先】 増毛町消防本部総務課 (電話53-2175)

○●○ 平成31年 消防出初式 ○●○

- と き 平成31年1月5日(土) 13時00分～
- ところ 増毛町文化センター
- その他
 - ・出初式のため、13時00分に30秒のサイレンを吹鳴します。
 - ・当日、文化センター前の駐車場も会場として使用するため、駐車をご遠慮願います。

☎ 増毛町消防本部 (電話53-2175)



◆◆障害者控除対象者認定書の交付について◆◆

認定基準表

区分	認定要件	控除額 (1人あたり)	
		所得税	住民税
障害者	知的障害者 (軽度・中度)に 準ずるもの	27 万円	26 万円
	身体障害者 (3級～6級)に 準ずるもの		
特別 障害 者	知的障害者 (重度)に 準ずるもの	40 万円	30 万円
	身体障害者 (1・2級)に 準ずるもの		
	ねたきり 高齢者		

- ※ 1 居住者の控除対象配偶者又は扶養親族が同居特別障害者である場合は、所得税は35万円、住民税は23万円の控除額が加算されます。
- ※ 2 介護度のみで一律に判定するものではありません。
- ※ 3 認定要件にある「認知症度」とは、痴呆性老人の日常自立度判定基準（平成5年厚生省老人保健福祉局長通知）のことをいいます。
- ※ 4 一定要件にある「寝たきり度」とは、障害老人の日常生活自立度（寝たきり度）判定基準（平成3年厚生省大臣官房老人保健福祉部長通知）のことをいいます。
- ※ 5 認定書は、平成30年分所得税及び平成31年度住民税の申告に適用されます。
- ※ 6 介護保険の要介護度認定を受けている場合は、認定対象者の要介護度認定情報を参考にしますので本人の同意が必要になります。

◎障害者控除について

高齢者については、所得税法施行令、地方税法施行令の規定により、身体障害者手帳の交付を受けている者等のほか、身体障害者に準ずる者等として市町村長の認定を受けている者が障害者控除の対象とされています。（所得税及び住民税の課税所得の計算に当たって所得金額から一定額を控除）

申請により障害者に準ずると認定した場合、「障害者控除対象者認定書」を交付します。

◎「障害者控除対象者認定書」認定の対象者及び認定基準

次のいずれにも該当する方で、認定基準を満たす場合に対象となります。

- ・満65歳以上の方（確定申告や年末調整する年の12月31日現在）
- ・寝たきり又は認知症の方
- ・身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付及び知的障害の認定を受けていない方
- ・本人又はその扶養者が所得税控除等の対象となる方

■申請受付期間

随時受け付けています。

■申請受付場所

福祉厚生課民生係（健康一番館内）

■申請に必要なもの

申請者及び認定対象者の印鑑

※認定要件が確認できない場合は、状況に応じて必要な書類の提出を求められる場合があります。

問 役場福祉厚生課・民生係（電話 53-3111）

ごみ分別等支援事業 ごみ分別・ごみ出し 困難な方のお手伝いします！

ごみ分別及びごみステーションへのごみ出しが困難な高齢者や障害者等の世帯に対し、居住している自治会員の支援を受け、有償でごみ分別等を行う事業で、ごみ分別等の負担軽減を図ります。

対象者や利用申請方法などの詳細につきましては、役場町民課・町民環境係までお問い合わせください。



問 役場町民課・町民環境係（電話 53-1112）

募 集

学童保育(マーシーくらぶ) 利用児童を募集します

平成31年4月からの学童保育(マーシーくらぶ)の利用児童を次のとおり募集します。

■保育児童

原則として小学1年生から3年生までで、次に該当する児童(4年生以上で希望する場合は要相談)

- ① 父子、母子及び共稼ぎ家庭の児童
- ② 保護者等が入院などをしていいる家庭の児童
- ③ 町長が特に必要と認める児童

■保育場所

文化センター 大会議室

■保育時間

- ・ 平日 下校時〜18時00分
- ・ 土曜日 8時30分〜18時00分

(ただし、1月〜4月は12時00分まで)

- ・ 夏・冬・春休みなど 8時30分〜18時00分

■募集定員 40名

■保育料

無料ですが、おやつや教材費などを実費徴収します。(平成30年度は月額2,500円)

■申込方法

4月1日からの利用を希望する方は、3月8日(金)までに教育委員会総務学校課(文化センター)へ申込書を提出願います。

■その他

- ・ 送迎は、保護者の責任となります。
- ・ 町税などを滞納している世帯の児童は、町条例により利用できない場合があります。

問合せ先

教育委員会総務学校課 (電話 53-2427)

町立明和園臨時職員 (介護員・栄養士)

【介護員】

■募集人員

養護・特養 複数名

■応募資格

年齢18歳〜65歳

※無資格可、介護福祉士及び介護職員初任者研修修了以上の方歓迎

■勤務時間

・ 早出7時30分〜16時00分

・ 遅出9時30分〜18時00分

・ 夜勤16時15分〜翌日9時15分

※勤務形態

一、フルタイム職員

二、日勤職員

三、パート職員

日勤2交替制の勤務

勤務日数や勤務時間を調整した勤務(応相談)

■賃金

フルタイム・日勤職員

月額136,700円以上

○有資格者(初任者研修)

月額141,800円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

【栄養士】

■募集人員

管理栄養士又は栄養士 1名

■応募資格

年齢20歳〜65歳

《栄養士免許所持者》

■勤務時間

8時45分〜17時15分

(土・日・祝祭日は休み)

■賃金

管理栄養士

月額156,700円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

月額146,500円以上

新着本案内

下町ロケット ヤタガラス

池井戸 潤 著

研究者の道をあきらめ、家業の町工場を継いだ航平は、自動車の変速機開発に乗り出した。大きな挫折を経験した社員達の熱い思いと意地が激突する。果たして、その挑戦はうまくいくのか？



園 総合交流促進施設元陣屋 (電話 53-3522)

くろくんとちいさいしろくん

なかや みわ 作・絵

クレヨン達はお昼寝中です。誰かが、そーっとクレヨンの箱を開けました。一番はじにいた黒くんが目をさますと、白いクレヨンが立っていました。「仲間とはぐれちゃった。どうしよう」



※資格・経験年数に応じ前
歴を換算し増額

■手当 各種手当有り

☆勤務年数に応じて就労継続
手当を月五万円〜二万
円支給します。(一年以
上継続勤務の場合)

■採用期日

採用決定後、速やかに採
用(応相談)

■申込方法

左記までお問合せ願いま
す。(郵送可)

申込・問合せ先

増毛町立明和園

(電話 53-1601)

増毛町看護職員

■募集人員

看護職員2名

■応募資格

看護師免許・准看護師免
許取得者

■勤務先

増毛町立市街診療所(有
床診療所)又は増毛町立
明和園(老人福祉施設)

■試験の方法

面接試験及び健康審査
(健康診断書)

■受験手続

次の書類を左記申込先ま
で提出願います。

(ア)増毛町職員(看護職)
採用試験申込書

(イ)健康診断書

(ウ)免許証(写)

※卒業見込みの方は不要
※(ア)、(イ)は指定様式で
すので増毛町HPよりダ
ウンロードするか直接役
場総務課へ請求願います。

■受付期間

随時募集(欠員補充する
まで募集します)

■採用期日

採用決定後、速やかに採
用(応相談)

■初任給及びその他給与

増毛町職員の給与に関す
る条例に基づき、給与及
び諸手当を支給します。

勤務年数に応じて奨励金
を支給します。(3年間
で最大100万円)

■試験の日時等

後日、本人へ連絡します

申込・問合せ先

役場総務課・庶務係

(電話 53-1111)

増毛町看護職員 (パート職員)

■募集人員

若干名

■応募資格

看護師免許・准看護師免
許取得者

■勤務先

増毛町立市街診療所(有
床診療所)

■試験の方法

面接試験

■受験手続

次の書類を左記申込先ま
で提出願います。

(ア)履歴書、(イ)免許証(写)

■受付期間

随時募集(欠員補充する
まで募集します)

■採用期日

採用決定後、速やかに採
用(応相談)

■賃金

正看護師…時給1,500円
准看護師…時給1,200円

■勤務時間

応相談、調整します

■試験の日時等

後日、本人へ連絡します
申込・問合せ先

町立市街診療所

(電話 53-1811)

日曜当番医 (留萌市)

【1月20日】

整形外科稲垣医院

(幸町3丁目)

電話 43-3311

※右記以外の土日祝日及び夜間
診療は、かかりつけの病院へ
お問合せ下さい。

◆◆◆ 高齢者運転免許自主返納支援事業 ◆◆◆

運転免許を自主返納した70歳以上の方に交通費5万円分を助成します!

運転に不安のある高齢者の運転免許の自主返納を促進し、高齢者による交通事故の減少を図るため、増毛町が運転免許証を自主返納した方に対し、公共交通機関を利用する場合の交通費を助成します。

助成金対象者や申請方法などの詳細につきましては、役場町民課・町民環境係までお問い合わせください。

☎役場町民課・町民環境係(電話 53-1112)

お知らせ

町営住宅空家情報 (12月1日現在)

町営住宅に空きがあることから、左記のとおり募集します。

■住宅所在地

増毛町南暑寒町5丁目

■団地名

南暑寒5丁目団地

■募集戸数

4戸

※全て2LDK

浴槽、給湯設備、照明器具、ホームタンク、TVアンテナ、網戸等はありません。

■住宅料

13,900円

〜26,800円程度

※年間所得により異なります。

■資格要件

- ①町税等の滞納がないこと
- ②収入基準を超えていないこと(所得が月額158,000円以下)

増毛町長選挙の投票日は平成31年2月2日(土)

◎任期満了に伴う増毛町長選挙の投票日を、平成31年2月2日(土)に決定しましたのでお知らせ致します。

◎立候補予定者説明会を次のとおり開催致します。

日時 平成31年1月15日(火)午前10時00分～
場所 増毛町役場 3階委員会議室

③連帯保証人がいること
■申込方法

役場建設課建築係で申込書を受取り、関係書類を添えてお申込みください。

申込・問合せ先

役場建設課・建築係

(電話 53-1115)

食べものを無駄にしていますか?!

食品ロスを減らしましょう

忘年会や新年会など何かと外食に出掛ける機会が多いこの時期、「出された料理がお腹いっぱい食べきれなかった…」「宴会で急きょ欠席者が出来て料理が余ってしまった…」などなど、食べ残して、ついついそのままお店を出てしまうという経験をお持ちの方は多いのではないでしょうか。

このように、まだ食べられるのに廃棄される食品のことを「食品ロス」と言い、日本では年間約600万トン以上の食品ロスが発生しています。とてももったいなく、生ごみ処理施設の負担も相当なものです。

町では、食品ロスを減らし、生ごみの減量化を図るため、お持ち帰り用のパックを町内の飲食店等の事業者配布していますので、ご利用ください。また、町内飲食店の事業者でこの取り組みにご賛同いただける方は、下記までご連絡願います。



町役場町民課町民環境係 (電話 53-1112)



食品ロスの約半分は家庭から

600万トンを超える食品ロスのうち、約300万トンは家庭からのものです。国民一人当たり換算すると年間約50kg、毎日お茶碗約1杯分(約140g)の食べものを捨てている計算になります。食品ロス削減のためには、家庭での取組が必要です。

食品ロス削減に効果的な方法

家庭からの食品ロスを計算し、記録するだけでも削減意識が高まります。また、以下の取組も有効です。

- 使いきれ的分だけ買う。
- 家にある食材・食品をチェックする。
- 肉や魚の保存方法を工夫する。

年金相談情報局

国民年金制度のポイント

20歳になったら国民年金加入の手続きをしましょう!



新成人のみなさん、おめでとうございます。
国民年金は、年をとった時、いざという時の生活を現役世代みんな
で支えようという考え
で作られた制度です。
自分の未来のため、必
ず加入しましょう。

○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、保険料を納めます。国が責任をもって運営するため、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。

○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。また、遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者に生計を維持されていた遺族（「子もある配偶者」や「子」）が受け取れます。

【問合せ先】 留萌年金事務所（電話 43-7211）
役場町民課保険年金係（電話 53-1113）

屋根から落ちる雪や氷にご注意を！

雪・氷・つららの落下に注意

毎年、冬になると屋根に積もった雪、氷、つららが落ちて、歩行者がケガをしたり、死亡したりする事故がしばしば起こっています。冬期間の通行を円滑にし、事故を無くすため、特に次のことに注意するようお願いいたします。

屋根の雪、氷、つららが道路に落ちる建物には、これに伴う事故を避けるため雪止めをつけるようにしてください。

屋根の雪、氷、つららは、気温が上昇したとき、特にマイナス3℃くらいからプラス3℃くらいになったときに落ちやすい状態となるため、そのような時は早めに落とすようにし、落とすときは歩行者や遊んでいる子どもなどに十分注意するようしてください。

軒下を通行するときは、屋根からの落氷雪に十分注意するようにしてください。

軒下や道路では、子どもを絶対に遊ばせないようにしてください。

屋根から大量の雪が落ちたときは、直ちに事故がないかどうか確かめるとともに、歩行者の通行への影響を避けるため、速やかに処理してください。



屋根の雪下ろしは安全対策を万全に！

屋根の雪下ろしによる事故が毎年起きています。万全の安全対策をとった上で作業を行うようにしてください。

- 命綱の使用、ヘルメット等の着用
- はしごの固定、足場の確保
- 軽くて使いやすい除雪道具をつかう
- 一人で作業をしない

暑寒別岳スキー場 《1月のお知らせ》

SHOKANBETSUDAKE SKIING GROUND

infomation

◆営業時間

月～土曜日 10:00～17:00

日曜日・祝日 9:30～17:00

ナイター (金曜・土曜)

17:00～21:00

※ナイターの営業開始は、1月4日(金)からです。

※大雪日の12月31日の営業は午後3時までです。

topics

◆スタンプ2倍サービスデー

期間：1月1日～3日

1,000円以上のリフト券購入者(シーズン券・30日券を除く)に押すスタンプが2倍のサービスデーです。10個たまると1日券と交換できます。

◆お客様感謝デー

日時：1月14日(月・成人の日)

リフト1日乗り放題 1,000円!

平成30年度 スキーバス運行表

〈運行期間 1月5日から2月24日までの計18日間〉

	スキー場行き				帰 り		
	留萌合同 庁舎前発	旧阿分小前 バス停発	舎熊郵便局 前バス停発	増毛町文化 センター発	スキー場着	スキー場発	留萌合同 庁舎前着
1月5日～ 2月24日までの ・土曜日 ・日曜日 ・祝日 (1/14、2/11)	午前 9:30	午前 9:45	午前 9:50	午前 10:00	午前 10:15	午後 4:30	午後 5:15

【注意事項】

※今年度のスキーバスの運行は、1月5日～2月24日までの土曜・日曜・祝日の18日間です。

※往路は午前便、復路は夕方の便のそれぞれ一便ずつです。

※12月及び元旦、3月1日以降の運行はありません。

問い合わせ先 増毛町暑寒別岳スキー場
TEL: 0164(53)3002

〈この欄は、有料で商業広告などを掲載しています。〉

○全国どこの病院からの処方せんでも
受け付けております。

○お家にお薬余っていませんか?
余っているお薬のご相談もお気軽にどうぞ。

○お薬の数が多くて管理が大変だ……
服用しやすい様にまとめることも出来ます。

調剤薬局

唐木屋ファーマシー

〒077-0214

北海道増毛郡増毛町畠中町5丁目

TEL 0164-53-9000

FAX 0164-53-9090



平成31年 全町書き初め大会



- ◆開催日時 平成31年1月10日(木)
10時00分～12時00分
- ◆開催場所 増毛町立体育館
- ◆参加申込 当日受付(参加費無料)
- ◆持参する物 筆、下敷、硯、文鎮、上靴、
その他必要な物
- ◆主催者が用意する物 画仙紙、墨
墨入れ(灰皿)、新聞紙

- ◆審査 作品提出後に審査します。学年別に金賞、銀賞、銅賞、努力賞を決めます。
- ◆展示 1月10日(木)13時から17日(木)まで文化センター・ロビーで展示します。
- ◆表彰・返却 作品及び記念品は後日学校経由で返却します。

◆課題

未就学児から中学3年生までは、次の通り課題を定めます。なお、高校生以上の方については、特に課題を定めませんので、自由な発想で好きな言葉を書いて下さい。

- 未就学児「みかん」
- 小学4年生「大地の子」
- 中学1年生「冬の星座」
- 小学1年生「げんき」
- 小学5年生「雪の地平」
- 中学2年生「郷土の歴史」
- 小学2年生「なかよし」
- 小学6年生「自然の声」
- 中学3年生「原生林の冬」
- 小学3年生「雪だより」

☎増毛町文化協会事務局(教育委員会内)担当:工藤(電話53-2427)

町税の納期について

国民健康保険税(第7期) 1月31日(木)

☎税務課・税務係(電話 53-1114)

■ご厚志ありがとうございます■

- ◆増毛町へ(現金)
 - 一般寄付として
 - ・伊藤 和司さん(南島中町)
- ◆各自治会等へ(現金)
 - 香典の一部から
 - ・幸山 誠一さん(永寿町) 23-4区自治会へ
- ◆増毛町社会福祉協議会へ(現金)
 - 社会福祉に
 - ・三上 正美さん(別荘)
 - ふれあい広場に協賛
 - ・荒木社中(荒木宗香代表)
 - ・絵手紙サークル(石村美智子代表)
 - ・高橋菓子舗 齊藤秀夫さん
 - ・増毛町地域女性団体連絡会(佐伯美代子会長)
 - ・ゆうゆうマーシー(大西美直代表)

【2月号への掲載希望 1月17日(木)まで】
☎役場町民課町民環境係(電話 53-1112)

元日本代表選手が指導

12月8日、増毛小体育館において、増毛ライオンズクラブ(仙北清孝会長)、留萌みなとライオンズクラブの共催で、小学生を対象にした「青少年育成事業バレーボール教室」が開かれました。



教室は、バレーボール元日本代表でプロビーチバレー選手の田中姿子さんとバレーボール元日本代表の成田郁久美さんを招いて行われ、増毛の少年団を含め管内から4チーム52名が参加。参加した児童らは、指導されたことを少しでも身につけようと、熱心に練習に取り組んでいました。

伊藤和司さんが 瑞宝双光章を受章

伊藤和司さんは昭和49年4月に増毛町消防士を拝命以来42年間にわたり、消防職務に専念し、消防業務に精励、また、永年の知識と経験を基に消防職員・団員の育成及び技術の向上に努力され、その功績が認められ危険業務従事者叙勲の「瑞宝双光章」を受章されました。

12月6日には役場町長室で叙勲伝達式が行われ、松浦留萌振興局長から勲章と勲記が手渡されました。



▶勲章と勲記を受け取る
伊藤和司さん(左端)

健康・暮らし・環境カレンダー

12/25火	●広報ましけ1月号発行 ●定例行政相談所開設 10:00~12:00 文化センター 可燃 資源1	16水	●ヒブ・小児肺炎球菌予防接種 13:30~14:00 市街診療所 ペット プラ
26水	●日本脳炎予防接種 15:30~16:00 市街診療所 ペット プラ	17木	生 金属・危険
27木	生 資源2	18金	●親子遊びの広場（お正月遊び） 9:30~11:00 あっぶる保育所 不燃 か・び
28金	役場・教育委員会・診療所等 御用納め 不燃 か・び	19土	
29土		20日	
30日		21月	●乳幼児相談 9:30~11:30 健康一番館 生 木
31月		22火	●定例行政相談所開設 10:00~12:00 文化センター 可燃 資源1
1/1火	祝 元旦	23水	●BCG・麻疹風疹・水痘予防接種 13:30~14:00 市街診療所 ペット プラ
2水		24木	生 資源2
3木		25金	☆粗大ゴミ申込受付最終日 不燃 か・び
4金	●増毛漁業協同組合 初セリ 8:00~ 増毛地方卸売市場 不燃 か・び	26土	●乳幼児総合健診（個別通知）健康一番館
5土	●消防出初式 13:00~ 文化センター	27日	
6日		28月	生 粗大
7月	役場・教育委員会・診療所等 御用始め ●日本水難救済会増毛救難所出初式 11:00~ 漁村センター ●増毛町新年交礼会 15:00~ オーベルジュましけ 生	29火	可燃
8火	可燃 資源1	30水	●日本脳炎予防接種 15:30~16:00 市街診療所 ペット プラ
9水	●四種混合・B型肝炎予防接種 13:30~14:00 市街診療所 ペット プラ	31木	生
10木	●全町書き初め大会 10:00~ 町立体育館 生 資源2	2/1金	●親子遊びの広場（節分） 9:30~11:00 あっぶる保育所 不燃 か・び
11金	不燃 か・び	2土	●増毛町長選挙投票日
12土		3日	
13日	●増毛町成人式 14:00~ 文化センター	4月	生
14月	祝 成人の日 生	5火	●広報ましけ2月号発行 可燃
15火	可燃	6水	ペット プラ

家庭ごみの収集日について

マークの見方	生 生ごみ	可燃 可燃系埋立ごみ	不燃 不燃系埋立ごみ	プラ プラ製容器	ペット ペットボトル
	か・び かん、びん	木 木くず	金属・危険 金属類、危険ごみ	粗大 粗大ごみ	
	資源1 紙製容器、雑がみ、白色トレイ、発泡スチロール	資源2 新聞・チラシ類、雑誌、ダンボール、紙パック			

粗大ごみの収集について（毎月第4月曜日） 留萌南部衛生組合（電話43-2555・43-2588）

① 1回の収集につき5点までしか出すことができません。粗大ごみ収集の申込は9:00~17:00(受付最終日は15:00)までに、留萌南部衛生組合（電話43-2555・43-2588）に電話申込してください。その際にステーション番号を忘れずに伝えてください。

※「ごみ分別ハンドブック」では、申込は2日前の15:00までとなっていますが、増毛町の場合は、3日前(休日の場合、その前日)の15:00までとなります。

② ごみ袋販売店にて粗大ごみ処理券を購入し、当該粗大ごみに貼り付け、収集日の9:00までにごみステーション横又は自宅前に出してください。