

# 広報 ほりくりゅう

2020  
12  
No.664

北竜町ふるさと納税の現況について… 2P  
児童・生徒・一般芸術の旅… 5P  
年末年始の業務・営業時間のお知らせ… 18P



10月13日 深川地区消防組合3消防署(北竜・沼田・深川)合同救急救助訓練

国道上での交通事故発生により複数の要救助者が車内に閉じ込められた状況を想定し、北竜消防団第2分団碧水詰所前にて、救助隊・救急隊24名による油圧器具及び破壊器具等を用いた救急救助訓練が実施されました。

今月の表紙

# 北竜町ふるさと納税の 現況についてお知らせいたします

令和2年11月15日現在、北竜町へ

**21,527件**

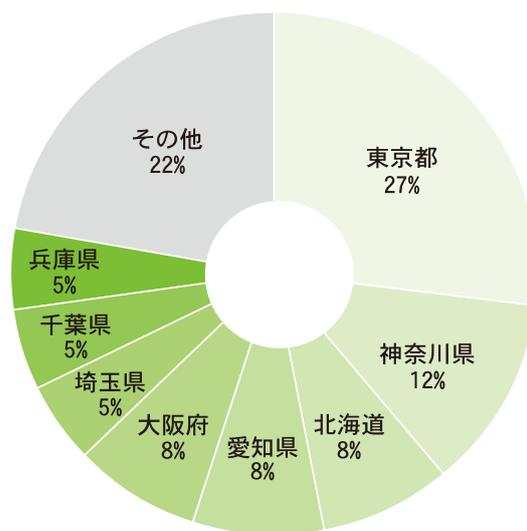
**323,334,000円** のふるさと納税がありました。



また、全国各地から沢山のメッセージが届いておりますので、一部をご紹介します。

- コロナにも負けない商業活性化運動に感動しました。今、大変な時期ですが今年も安心、安全な美味しいお米を全国に届けて下さい。少額ですが何かお役に立てれば幸いです。
- 北竜町のお米は最高です。これからも美味しいお米を作り続けてください。応援しています。
- 北竜町のゆめぴりかのファンです！美味しいお米を作ってください農家さんに感謝しています。
- いつも美味しいお米やメロンを楽しみにしています。微力ながら北竜町を応援したいと思いません。ドライブを楽しめる時が来たらまたお邪魔します。
- 先日初めて貴町を訪問しました。道の駅もなかなかインパクトがあったし、とてもいい雰囲気町だと実感しました。これからもおいしいコメを作り続けてください。
- いつも北竜町の玄米を頂いています。日本一美味しいと思います。大変な環境下ですがお米作り頑張ってください！
- 学生時代にひまわり畑で食べたメロンが最高の思い出です。いつまでも、守ってもらいたくて寄付しました。
- 一度食べたら病みつきに、毎回美味しくいただいています。他には戻れません。
- 減農薬のお米といえば北竜町というイメージがあります。何度もふるさと納税やお取り寄せでお米をいただいています。いつも美味しく安心なお米をありがとうございます。

都道府県別申込み状況  
(2020年4月1日～10月31日)



皆さんからの心温まる応援メッセージは、  
町ホームページのふるさと納税コーナー・北竜町ポータルサイトにて、ご紹介しております。

## 空知町村会から鈴木北海道知事に新米を贈呈

10月20日、道内最大の米どころ、空知地区14町で構成される空知町村会（会長：北竜町長 佐野豊）の各町の代表者が、空知産の新米を携え北海道庁を訪問、鈴木知事に新米を贈呈しました。

当日は贈呈したお米の中から、北竜町産のゆめぴりか「ひまわりライス」の試食も行われ、鈴木知事をはじめ出席者で試食、採れたての新米に知事からも笑顔で美味しいとの言葉を頂きました。



## JAきたそらち、北竜ひまわりライス生産組合、北竜町もち米生産組合から新米の寄贈

### ● 町に新米寄贈

10月28日、JAきたそらちの柏木組合長と岩田専務、中野常務が北清北竜地区代表理事とともに来庁され、JAきたそらちから町に北竜町産新米の「ゆめぴりか」「おぼろづき」「ななつぼし」「きたくりん」「風の子もち」それぞれ5kgが寄贈されました。

### ● 永楽園に新米寄贈

10月30日には、北竜ひまわりライス生産組合の北清組合長と北竜もち米生産組合の藤井組合長が永楽園を訪れ、各組合から「ゆめぴりか」と「風の子もち」それぞれ一俵が寄贈されました。



## 自衛官募集相談員 委嘱状交付式

自衛隊募集業務の協力を行う2名の自衛官募集相談員の方々に対し、11月5日に役場にて、佐野町長と二瓶恵司自衛隊旭川地方協力本部長から委嘱状の交付が行われました。

また、長年相談員としてご尽力いただいた、中島則明さん、村上勝博さんには自衛隊旭川地方協力本部長より感謝状が贈られました。

■写真左2人目から

松本浩章さん(新)、高橋敬子さん(再)



## 農地等利用最適化促進施策 に関する意見書の提出

11月4日、水谷農業委員会会長から、農業委員会等に関する法律の規定に基づく「農地等の利用の最適化の推進」のための必要な施策について、意見書が佐野町長へ提出されました。

意見書には、人口減少や農業後継者不足等、北竜町の農業が現在抱えている様々な課題を踏まえ、今後も持続可能な農業の実現に向けて取り組むべき「農地利用集積・集約化」、「遊休農地の発生防止」等の内容が記されています。



## マイナンバーカードの 休日・時間外窓口の開設のお知らせ



右記の日程でマイナンバーカード関連手続きの窓口を開設しますので、ぜひ、ご利用ください。必要書類については、手続きにより異なりますので、事前にお電話でお問い合わせください。

※休日、時間外窓口では転入・転居・転出などの住所の異動、印鑑登録、証明発行業務等はありませんのでご注意ください。

【日程】 12年 5日(土) 9～15時  
12年10日(木) ～19時  
12年21日(月) ～19時

【場所】 すこやかセンター住民課窓口

■問い合わせ先

TEL 34-2111 (役場住民課戸籍年金係)



教育委員会では、芸術文化に触れることが少ない児童生徒に対し、優れた芸術に接する機会を提供しようと、平成25年度から事業を実施しております。今年10月17日に実施され、児童3名が参加し、上富良野トリックアート美術館を訪問しました。

今年も、成人対象の「芸術の旅」も合同で開催し、2名の方が児童と一緒に参加しました。事業に参加した3名の児童の感想文をご紹介します。

## 「最高の1日」

小学5年 佐藤 璃奈

わたしは「芸術鑑賞の旅」に参加しました。最初は、わくわくしていて、胸がドキドキしていました。車の移動中、友達とじゃんけんなどをして、あつという間に2時間がたちました。

美術館に到着しました。最初に「エッチンググラス」に絵描き体験をしました。わたしは、季節をイメージして書きました。春は花を、夏は北竜町の有名なひまわりを、秋は紅葉がきれいなもみじを、冬はいろんな模様の雪の結晶を書きました。とくに雪の結晶の細かい所がむずかしかったです。友達は動物や星など、みんなオリジナルの作品ができていたので、うれしかったですし、楽しかったです。「また、こういうのができればなあ」と、今でも思っています。

昼食を食べ、次はトリックアートを見に行きました。トリックアートでは、片目で見たり、移動して見たり、写真を撮って見たりしたらもつとおもしろくなりました。どこから見ても、目がかならず合う作品や、近くから見たり遠くから見たりいろんな見方がありました。

いっぱい写真を撮ったり、絵をさわってみたりすごく楽しかったです。今日は、芸術鑑賞の旅に参加して良かったです。

## 「トリックアート美術館」

小学5年 瀧本 瑠華

わたしは、上富良野町トリックアート美術館に行きました。まず、最初にエッチンググラスに絵描き体験をしました。エッチンググラスは、透明なガラスをけずります。けずるのは大変です。力があるからです。けずっていると白い粉が出てきて見えなくなってしまうので、大変です。次に、お弁当を食べました。お弁当は、すごくおいしかったです。

次にいよいよトリックアート美術館の中に入りました。入口の左側に有名なサインがありました。美術館はすごく楽しかったです。一番楽しかったのは、みんなでポーズをとって写真を撮ったことです。いろいろな写真がとれました。目の錯覚で一番すごかったのは、階段の絵です。階段の絵は奥に行けそうですごく面白い絵でした。次に行く時は、家族と一緒にいきたいです。

## 「トリックアート美術館に行ったこと」

小学4年 北出 あかり

10月17日、わたしは上富良野のトリックアート美術館に行きました。最初のグラスに絵を書く時は、最初は手がすべったりあまり削れなかつたけど、だんだん慣れていきました。また作りたいです。お弁当はみんなが食べるのが速くて、少しだけあせりました。

次にトリックアート美術館に行きました。ネコの絵やイルカの絵など色々な絵がかざってありました。特にチョウチョの映像が上からながしてあって、花を持つとチョウチョが寄ってくるのがあって、やつたけどチョウチョがあまり寄ってこなかったのです、もう一回またやってみたいです。次に観覧車に乗りました。観覧車の中には、虫がいました。帰りに旭川の道の駅行ってガチャガチャを回したら、欲しかった物が出てきてうれしかったです。帰りに車の中でみんなでしりとりをしました。すごく楽しかったです。家に帰ってグラスを見せたら「すごいね」と言っていました。また今度パパと一緒に上富良野に行ってみみたいです。

# 議会だより

## 活動報告

【11月】

12日：総務産業常任委員会、まちづくり等調査特別委員会  
 16日：北海道後期高齢者医療広域連合第2回定例会  
 18日：北空知議長連絡協議会第2回総会  
 24日：例月出納検査（監査委員）、真龍神社収穫感謝祭  
 25日：全国議長大会  
 27日：財政援助団体に対する監査（監査委員）、公の施設の指定管理者監査（監査委員）  
 30日：議会運営委員会、第2回北竜町議会臨時会、総務産業常任委員会

## 活動予定

【12月】

1日：第2回中・北空知廃棄物処理広域連合議会定例会  
 2日：北海道町村議会議員公務災害補償等組合議会臨時会、北海道町村議会議長会理事會  
 4日：議会運営委員会  
 11日～14日：第4回北竜町議会定例会  
 21日：北空知広域水道企業団議会、北空知衛生センター組合議会、北空知圏学校給食組合議会、深川地区消防組合議会、北空知圏振興協議会  
 22日：総務産業常任委員会  
 下旬：例月出納検査

### 定例会を傍聴しませんか

第4回定例会は12月11日～14日迄の予定です。（土日含まず）

※傍聴する際は、マスク等の着用をお願いいたします。



## 年賀状にひまわりのまちPRシールを貼っていただけ方を募集しています！

今年も年賀状に「ひまわりのまち」をPRするシールを貼っていただき、全国に向け北竜町のひまわりのPRにご協力していただける方を募集しています。

シールの大きさは2cm×3cmで2種類をご用意しております。枚数は20枚単位でお申し込みください。また、引き渡しにつきましては随時役場にて行っていますので下記担当係までご連絡ください。

- 申込先 役場産業課商工ひまわり観光・林務係  
 TEL：34-2111  
 FAX：34-2118





新型コロナウイルス感染症によつて世界中で密を避けマスク・消毒が習慣化されてしまいました。マスクで顔を覆っているのだから女性はアイメイクだけでOK。でも殆ど言葉も表情も読み取ることができないため、耳の不自由な人にはコミュニケーション・ション手段が断たれた感じではないでしょうか。恒例になっていた行事はかかなり省略されたので見直しが出来そう。日常的には握手等の身体の接触を避け、外出・帰宅時は接触感染予防のための消毒も、大声を出すことや密室での歌など空気感染予防のための禁止も慣例になりました。

「自助」。安全な場所を予め各自で確保し自分の身体は自分で守るといふところなのでしようか。東日本大震災をはじめ大きな災害時にはみんなの手を取り合ったりハグをしたり、歌うことで励まし合い生きる力が湧いたはず。これまでよしとされていた自然な温かい人の繋がりにコロナで水を差された感じがする。

人間とは制限やルールを作ると自分を律するに留まらず他人をモノサシで測る感情が出てくるのが困ったもので、守らない人を訴えたりする現象が可笑しいし、感染者は完治しても他人の噂に追われ出ていかなければならない現実を耳にするに悲しくなる。他人の目が感染より恐ろしくなるのもおかしな話。怖れるより「共助」で励まし合える人として、この難局を乗り越えるものでありたい。困ったときには誰かに打ち明けられる社会(地域)にしたいです。感染者数が減少して経済を考慮した夏々秋GOTOトラベルで人の移動が始まり、コロナ減少の気の緩みや危惧されていたウイルス感染率増加が見込まれることから季節は、更に情報に細心の注意を払いながら過ごすことになりそうです。

（尾崎 圭子）

## 水道・下水道の故障(凍結)の注意

厳冬期を迎え、水道の凍結が心配される時期です。凍結防止に各家庭においてもご注意願います。

万が一、凍結や故障が発生した場合は右記の水道工事指定店が対応しますのでご連絡願います。



### ■北竜町水道工事指定店

業者名	住所	電話番号
北興建設	北竜町字西川15-37	0164-34-2131
松尾住設	沼田町	0164-35-1672
松原設備工業	滝川市	0125-23-4410
太陽ホーム	新十津川町	0125-76-3386
寺迫工業	秩父別町	0164-33-2530

# お知らせ

## 今月の行政相談

毎日の暮らしの中で行政が行っている年金、道路、河川、窓口サービス等に対する、不満や苦情、または要望や意見などを受付ています。

相談は無料で口頭、電話、手紙での相談はいつでも受付ています。

### 今月の定例相談日

12月15日(火)

午後1時30分～3時30分

### 場所

老人福祉センター

### 行政相談委員

長谷川 秀幸

TEL 34・2611

## 心配ごと相談

民生委員児童委員・人権擁護委員による心配ごと相談を次の日程により開催いたします。

日時 12月15日(火)

午後1時30分～3時30分

### 場所

老人福祉センター

### 担当者

民生委員児童委員

高橋委員・杉本(子育て)委員

人権擁護委員

澤田委員



## 除雪サービスについて

北竜町高齢者事業団シルバール人材センターでは1時間500円で除雪サービスをおこなっております。玄関先または生活道路確保のために除雪サービスを希望される方は北竜町老人福祉センターにお申込みください。

### 申し込み先

北竜町老人福祉センター

TEL 34・2435

## 住民票・印鑑証明の電話予約について

平日に役場に来られない場合、住民票と印鑑証明に限り、電話で予約のうえ土日・祝日に受け取ることが出来ます。

### 予約受付時間

役場開庁日の午前8時30分～午後5時

### 予約先

住民課戸籍年金係

TEL 34・2111

受け取り場所 役場日直室  
(役場北側の職員玄関イン)

ターフオンを押して下さい

### 受け取り時間

午前9時～午後5時

(予約時に日にちと時間を指定していただきます)

### 受け取り時に持参するもの

・本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証など)

・印鑑登録証(印鑑証明の場合)

### 手数料

・住民票 1通200円

・印鑑証明 1通300円

受け取り時にお支払い下さい。お釣りのないようお願い致します。

### 注意事項

・申請・受け取りは、本人及び同一世帯の方に限ります。

・マイナンバー入りの住民票は予約交付できませんのでご了承ください。

・印鑑証明書の予約の際は、登録番号をお伺いしますので印鑑登録証をご用意のうえ、おかけください。

・予約した日に受け取りがない場合は、取り下げとなりますのでご注意ください。

## ほっかいどう健康づくりツイッター

北海道では、道民の健康づくりに有益な情報を、SNSを利用する幅広い世代に情報発信するため、令和2年4月より、ツイッターアカウント「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しています。

「栄養・食生活」「運動」「休養」「歯科保健」「受動喫煙防止対策」といった健康づくりに関する内容の他、がん・生活習慣病などの疾病予防に向けた生活習慣に関する情報について発信しています。アカウントをフォローして、まずは「見る」ことから健康づくりを始めませんか？

### ◆ほっかいどう健康づくりツイッター

[https://twitter.com/Hokkaido\\_health](https://twitter.com/Hokkaido_health)



## 狩猟をされようとする方々へ

### ■狩猟試験予備講習

#### 日時

令和3年1月31日(日)  
午前9時～午後4時30分

#### 会場

岩見沢市民会館まなみくろ

#### 受講料

- ・第1種又は第2種：11,000円(テキスト代込み)
- ・網：8,250円
- ・わな：8,250円
- ・第1種又は第2種+網又はわな受講：13,750円
- ・第1種又は第2種+網+わな：16,500円

#### 受付

令和2年12月24日(木)～  
令和3年1月21日(木)

定数 全講習種別合計で25名

### ■狩猟試験

日時 令和3年2月7日(日)

午前9時～

会場 空知総合振興局

### 問い合わせ先

空知狩猟協議会(火・木)  
TEL 0126・24・1111

## 12月4日～10日は人権週間です

12月10日は「世界人権デー」です。この「世界人権デー」は1950年(昭和25年)の国際連合総会において、世界人権宣言が採択されたことを記念して設けられました。

日本においては、毎年12月10日を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、全国的な人権啓発活動を行っています。現代の社会には、差別・いじめ・虐待・セクハラ・パワハラ・名誉毀損・プライバシー侵害等、様々な人権課題があります。「誰か」のこと、ではなくお互いの人権を尊重して明るい社会を作りましょう。

人権問題でお困りの方は、法務局または人権擁護委員にご相談ください。相談は無料、秘密は守ります。お気軽にご相談ください。

### ◆みんなの人権110番

TEL 0570・003・110

### ◆子どもの人権110番

TEL 0120・007・110

### ◆女性の人権110番

TEL 0570・070・810

## 休日当番医

月日	医療機関名	医療機関名(歯科) ※診療時間は9時～12時
12/6(日)	深川市立病院 (担当医・成田医院 院長 成田昭彦) TEL 22-1101	アヒコ歯科医院 TEL 0125-24-8711
12/13(日)	深川市立病院 (担当医・代田 剛) TEL 22-1101	芦別ふじい歯科医院 TEL 0124-22-1221
12/20(日)	深川市立病院 (担当医・津田こどもクリニック 院長 津田尚也) TEL 22-1101	グリーン歯科クリニック TEL 0125-54-3434
12/27(日)	深川市立病院 TEL 22-1101	木村きよし歯科 TEL 23-3886
12/29(火)	深川市立病院 TEL 22-1101	扇町歯科医院 TEL 0125-24-3300
12/30(水)	深川市立病院 TEL 22-1101	杉村歯科医院 TEL 22-2323
12/31(木)	深川市立病院 TEL 22-1101	深川第一病院歯科口腔外科 TEL 23-3511
1/1(金)	深川市立病院 TEL 22-1101	近藤歯科医院 TEL 35-2538
1/2(土)	深川市立病院 TEL 22-1101	北竜町立歯科診療所 TEL 34-2656
1/3(日)	深川市立病院 TEL 22-1101	ぬまくら歯科 TEL 22-5615

## ちびっこひろば

- 日時 12月16日(水)  
10:00～11:30  
場所 やわら保育園内支援センター室  
内容 小麦粉粘土遊び
- 日時 12月22日(火)  
10:00～12:00  
場所 やわら保育園内支援センター室  
内容 赤ちゃんクラブミルクィー  
(対象：0歳児のみ)  
・ベビーマッサージ  
・ママのハンドマッサージ  
持ち物 バスタオル、フェイスタオル
- 日時 12月25日(金)  
10:00～11:30  
場所 やわら保育園内支援センター室  
内容 クリスマス会

## ピカピカキッズ

(対象：1歳児～)

- 日時 12月3日(木)  
10:00～11:30  
場所 やわら保育園内支援センター室  
内容 クリスマスオーナメント制作

北竜町地域子育て支援センター  
TEL 34-8802

### ■夜間急病テレホンセンター TEL 22-4100

※急病のため夜間・深夜・土曜日の午後から診療を受ける場合は、夜間急病テレホンセンターに電話をしてから受診してください。



## 地方税の申告は eLTAXで!

地方税ポータルシステム「eLTAX」(エルタックス)を利用して北海道の「法人道民税・法人事業税・地方法人特別税」、市町村の「法人市町村民税・固定資産税(償却資産)」の申告手続きをインターネットで行うことができます。(平成29年1月から、国と地方にそれぞれ提出義務のある源泉徴収票・給与支払報告書を一括して、eLTAXで送信できるようになりました)

税務署のeTAXX(イータ

ックス)のご利用と合わせると、官公署の窓口に出向くことなく、自宅やオフィスから申告ができます。(ご利用時間午前8時30分〜午後12時)詳しくは、「eLTAX」ホームページ (<https://www.e-tax.tta.go.jp/>)を確認いただくか、ヘルプデスク(TEL 0570・081459)へお問い合わせください。



## 12月の保健行事

ヘルシー教室

14日(月)

13:30~15:00

農村環境改善センター

2F 剣道室

健康相談

18日(金)

10:00~11:00

すこやかセンター

13:30~14:30

碧水地域支え合いセンター

※変更になる場合がありますので、防災無線等でご確認ください。

## 消費税及び地方消費税の 納税は期限内に

消費税及び地方消費税の税率が、令和元年10月1日から10%となっております。

期限内納付のために、

○課税事業者の方は、計画的な納税資金のご準備をお願いします。

○「ダイレクト納付」「振替納税(個人事業者の方)」「クレジットカード納付」などの便利な納付手段をぜひご利用ください。



もういいかい 残った  
お酒が まあだだよ

### ■ 飲酒運転は

#### 悪質で重大な犯罪

飲酒運転は、悲惨な交通事故を引き起こす悪質・危険な運転行為です。二日酔いでの運転も「飲酒運転」です。

皆さん一人一人が「飲酒運

転をしない・させない・許さない」ことを強く意識して、地域全体で飲酒運転を根絶しましょう。

### ■ 飲酒運転は、

#### 運転者以外も処罰の対象

車を運転する恐れのある人にお酒を提供したり、お酒を飲んでいる人に車を提供したり、飲酒運転の車に同乗すると、たとえお酒を飲んでいなくても処罰の対象になります。

### ■ ハンドルキーパー運動で

#### 飲酒運転を防止

ハンドルキーパー運動とは、仲間と車で飲食店に行く場合、事前にお酒を飲まない人を決め、その人が仲間を自宅まで送り届けることです。

お酒を提供するお店の方は「お客さんが車で来店してないか」「車で来店している場合は、ハンドルキーパーが誰なのかを確認して飲酒運転を防止しましょう」



## 北竜町の事件・事故の発生状況 (10月末現在)

### 犯罪の発生件数

	空き巣	倉庫荒らし	忍び込み	車上狙い	暴行	合計
2020年	0	1	0	0	1	2
2019年	1	0	1	3	2	7

### 交通事故の発生件数

	人身事故	物損事故
2020年	2	29
2019年	1	59

町民が町外で  
第1当事者となった  
人身事故件数

2020年	1
2019年	4

# 戸籍の窓口

## ■お誕生おめでとう

碧水 竹林 佑たすく くん

(10月6日)

司さん・玲子さん



## ■お悔やみ申し上げます

碧水 竹林 政信 氏 50歳

(10月19日)

板谷 宮島 雅亮 氏 76歳

(10月19日)

西川 中村 千鶴子 氏 76歳

(10月23日)

碧水 大路 イチエ 氏 95歳

(11月6日)

# 春夏秋冬

立冬や長き一瞬貨車つづく

喪の庭へ見逃しそうな返り花

ゆずられし席を譲りて小春かな

蒼空に楓紅葉の極みたり

冬支度七十余年の手法あり

パステル画だんぜん秋が似あうなり

山本玲子

阿部れい子

吉尾広子

山岸正俊

山下好晴

中島雅子

ご厚志  
ありがとうございました

生前のお礼として

社会福祉協議会へ

碧水 竹林 美穂子 様

板谷 宮島 きよ子 様

深川市 中村 和昭 様

寄付

永楽園へ

深川市 中村 和昭 様

## まちの動き

11月1日現在 (前月比)

世帯数 812世帯(-2)

人口 1,757人(-2)

男 851人(-1)

女 906人(-1)

(外国人含)

## ■住民基本台帳の閲覧状況について

住民基本台帳の閲覧ができるものについて厳しく制限されております。

この一年間の閲覧状況は以下のとおりです。

(対象期間：R1. 11. 9～R2. 10. 31)

閲覧者氏名 又は 名称	閲覧事由・利用目的	閲覧年月日	閲覧した住民の範囲
自衛隊旭川地方協力本部	自衛官募集事務	R2. 4. 16	町全域 平成10. 4. 2～平成11. 4. 1生の男女 平成14. 4. 2～平成15. 4. 1生の男女
		R2. 10. 23	町全域 平成17. 4. 2～平成18. 4. 1生の男

## 佐野町長とのふれあいプロジェクト

12月の町長室開放デーは、14日(月)です。

午前9：00から11：20まで

皆様お気軽に町長室にお越し下さい。



# 保健師の健康小話

## ～予防は治療に勝る～

【第2回】

お酒は飲んでも、吞まれるな！

(担当：大平みらい)

2020年もあと残りわずかですね。今年はコロナの影響で忘年会などの飲み会は自粛の雰囲気です。が、お酒を飲む機会が増える時期ではあります。私も毎日ビールを晩酌するのが日課であり楽しみでもあります。今回は、私も大好きなお酒についてお話ししたいと思います。

お酒は少量ですとHDL（善玉）コレステロールを上昇させます。また、少量の飲酒はまった

く飲まない人に比べると、心筋梗塞などの循環器疾患を予防する効果があるという報告もあります。反対に過度な飲酒は膵炎やアルコール依存症、急性アルコール中毒といった命に関わる重大な状態を引き起こすこともあります。さて、自分が普段飲んでいるお酒の量はどのくらいですか？ この機会に一度振り返ってみるとよいですね。

### 体重60kgの男性がお酒を飲むとどうなるの？

① <small>そうかいき</small> 爽快期	② <small>よき</small> ほろ酔い期	③ <small>めいていしよき</small> 酩酊初期
爽やかな気分になり、皮膚が赤くなる	体温や脈拍上昇する	気が大きくなる、立つとふらつく
ビール：350ml程度 酎ハイ：350ml弱 日本酒：100ml程度 	ビール：500～1,000ml 酎ハイ：750ml 日本酒：300ml 	ビール：1,500ml 酎ハイ：1,000ml強 日本酒：500ml 
④ <small>めいていき</small> 酩酊期	⑤ <small>でいすいき</small> 泥酔期	⑥ <small>こんすいき</small> 昏睡期
吐き気、呼吸困難	意識がはっきりしない	呼吸麻痺・死亡
ビール：3000ml 酎ハイ：2,000ml強 日本酒：1000ml 	ビール：4,000ml 酎ハイ：3,000ml 日本酒：1,300ml 	ビール：4,000ml以上 酎ハイ：3,000ml以上 日本酒：1,300ml以上 

※アルコール度数はビール5%、酎ハイ7%、日本酒15%の例です。アルコール分解能力は男女差や年齢、体重や体質など個人差がありますので、目安としてお考えください。

### お酒との上手な付き合い方

1. 楽しく飲みましょう
2. 空きっ腹にお酒は禁物
3. 強いお酒は薄めて
4. 休肝日は週2日
5. きりなく、長く飲み続けない
6. 一気飲みはやめましょう
7. 薬と一緒に飲まないで
8. 飲酒後の運動や入浴は避けましょう

これからの時期、飲酒の機会が増える方は飲み過ぎないように気をつけましょう。また一滴でもお酒を飲んでしまったら運転は絶対やめましょう。それでは皆さん良いお年を！

# 除雪作業に 皆様のご協力を お願いします



今年も雪の季節がやってきました。町では安心して安全な道路交通を確保するため、全力で除雪作業に取り組んでいます。スムーズな除雪作業に向けて皆さまのご理解とご協力をお願いします。

## 1. 自宅の前は自分で除雪をお願いします。

除雪車が通った後はどうしても玄関や車庫前に雪が残ってしまいます。限られた時間の中で除雪作業を行うため、各家庭の出入り口や生活時間に合わせた除雪はできません。ご自宅の前の雪は皆さんで処理していただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

## 2. 路上駐車や荷物の放置は、やめて下さい。

除雪された雪が道路わきにたまり、道幅が狭くなります。路上駐車や道路上への物の放置は、交通の流れも悪くなり交通事故の原因にもなります。また、除雪作業を行う上で大きな支障にもなります。

## 3. 雪を道路に捨てないでください。捨てるときは指定場所へ。

道路は人や車の通る場所です。路上に投げ出された雪は交通の支障となるばかりか、凍結して交通事故の原因にもなりますので、道路には雪を出さないでください。

町指定の排雪場（雪捨て場）はひまわりの里入口横の砂利駐車場となっておりますのでご利用ください。

## 4. 早朝の除雪作業にご理解をお願いします。

除雪作業は、朝の通勤や通学路の確保のために、早朝の作業になります。除雪車のエンジン音、振動などで町民の皆さんには大変ご迷惑おかけしますが、ご理解をお願いします。

## ■道路の除排雪の問い合わせ先

国道、道道、町道などで連絡先が異なります。

●国道	札幌開発建設部	深川道路事務所	TEL 2 5 - 1 1 5 5
●道道	札幌建設管理部	深川出張所	TEL 2 2 - 1 4 1 1
●町道	除雪センター		TEL 3 4 - 2 6 2 8
	役場建設課		TEL 3 4 - 2 1 1 1



# 冬を安全に過ごすために ～雪害に備える～

これから冬本番を迎え、晴天から悪天へ天候が急変しやすく、暴風雪による吹きだまりや視界不良が起こりやすくなりますので、日頃から十分注意をしてください。

## ■被害を未然に防ぐためには

- ・ 気象情報に注意して、暴風雪が予想される時は、外出を控えましょう。
- ・ 停電時に備えて懐中電灯、携帯ラジオの準備をしておきましょう。
- ・ 外出できない場合に備えて、食料や飲料水などを確保（備蓄）しておきましょう。

## ■やむを得ず車で外出するときには

- ・ 携帯電話でも道路情報を得ることができますが、電波状況が悪い地域もあるため、携帯電話を過信せず、道路状況に応じた無理のない運転を心がけましょう。
- ・ 天候が急変し吹雪や吹きだまりなど、車が立ち往生する可能性もありますので、防寒着、カイロ、長靴、手袋、スコップ、けん引ロープなど車に準備をしておきましょう。
- ・ 車に燃料が十分あることを事前に確認し、非常時に備え、飲料水や非常食を持参するとより安心です。
- ・ 運転中、危険を感じたら無理をせず「道の駅」「コンビニエンスストア」などで天候の回復を待ちましょう。

## ■もしも、車が動かせなくなった時には

- ・ 大雪や吹きだまりなどで車が立ち往生した時は、日本自動車連盟（JAF）（TEL：0570-00-8139）などのロードサービスや近くの人家などに必ず救助を依頼しましょう。
- ・ ハザードランプの点灯や停止表示板を置くなど、車が目立つようにしてください。
- ・ 避難できる場所や近くに人家がない場合は、消防（119番）や警察（110番）に連絡して、車の中で救助に備えてください。
- ・ 車が雪に埋まったときは、エンジンを切りましょう。マフラーが雪に埋まると排気ガスが車内に逆流し、一酸化炭素中毒を起こす恐れがあります。
- ・ 防寒などでやむを得ずエンジンをかけるときは、窓を開けて換気し、こまめにマフラーのまわりを除雪してください（※窓を開けていても、開口量や風向きにより、排気ガスが逆流し、一酸化炭素中毒の危険が高まる場合があります）。
- ・ 車を置いて避難する場合には、除雪や救助活動の妨げとならないよう、連絡先を書いたメモなどを車内に置き、車の鍵は付けたままにしておきましょう。



# 介護福祉士修学資金貸付制度

## 令和3年度分の受付を開始します。

北竜町では将来介護福祉士を目指すために大学、短大、専門学校に進学し、国家資格を取得後、町内の施設（永楽園等）に5年以上勤務した場合、貸付金の全額返済を免除する制度を平成29年4月からスタートしました。

- 対象者
  - ・町内在住者及び出身者
  - ・年齢が満25歳まで
  - ※現在在学中の方も対象となります。
- 貸与額 月額5万円
- 受付期間 令和3年1月15日（金）～令和3年4月12日（月）
- 提出書類 北竜町が指定する申請書等
- ※詳しくは下記までお問い合わせ下さい。
- 対象者の決定 書類提出後、面接を実施し、対象者を決定します。



問い合わせ先：役場住民課福祉係 TEL 34-2111

国民年金  
こくみんねんきん

## 知って得する国民年金

### ◎ちょっとお得な「付加年金」

国民年金保険料（月額16,540円）に400円の付加年金を加算して納付すると、老齢基礎年金をうけるときに上乗せ年金として付加年金が支給されます。

【例：付加年金を10年納めたとき】

納める額  $400円 \times 12月 \times 10年 = 48,000円$  → 10年間納めた額  
受取る額  $200円 \times 12月 \times 10年 = 24,000円$  → 1年目 2年目 3年目

※毎年24,000円受取れますので、2年間で納めた分相当を受取れます。

### ◎国民年金に上乗せ「国民年金基金」

国民年金加入者で、よりゆとりある老後を過ごすことができるよう国民年金基金に加入する事ができます。

※掛金は、社会保険料控除の対象になり税金が軽減されます。



■問い合わせ先 砂川年金事務所 TEL 0125-52-2144  
役場住民課戸籍年金係 TEL 34-2111

# 診療所 だより

No. 268  
診療所長 浦本幸彦



## 引き締めましょう

現在11月13日、北海道は昨日236名というところでない新規患者数をはじき出しています。全国でも1661名で過去最高です。第3波と言われています。

札幌では飲み屋街のすすきのを中心として患者数が増えているので営業時間を短縮する対策を取っています。

時短による直接的な効果は疑問ですが、少なくともニュースとなる事で皆の緩んだ警戒心を再び引き締めてくれる効果はあると思われれます。

感染が拡大することは防げません。問題はその拡大速度です。皆様もご存知だとは思いますが、感染者数が増え重症患者さんが対応できる病床数を超えると医療崩壊という事態になります。医療で救える可能性のある患者さんも医療の手が届かなければ悲しい結果になる場合もあるでしょう。いま一度感染防止対策、自粛の手綱を絞りましょう。テレビやネットの中でも「医療機関で頑張っている医療従事者に感謝しています」

なんて言葉を目にしたりします。確かに流行地で診療に携わっている医療従事者の方々は神経をすり減らしてお仕事している訳ですから皆様のみならず私からも掛けたいと思います。しかし当方、まだ新型コロナウイルスの患者さんを診たり治療したりしてはいないので、気恥ずかしい思いをしています。そんな我々も日々変わる新しい情報を追い続けねばなりませんし、受け入れ態勢を整えるために各種手続きを行ったり結構面倒な作業も通常業務に加え行っています。北竜町立診療所は新型コロナウイルスに対する発熱診療外来として対応するようになりました。新型コロナウイルスの簡易検査を中心に検査センターに依頼するPCR検査の取り扱いも出来ます。これからの季節、インフルエンザや発熱を伴った従来の風邪などの発生もあるでしょうし新型コロナウイルスの当町への波及もあるかもしれません。それらに対応できるように準備を整えています。

もちろん施設の構造上感染症外来を別棟で持っている訳ではありませんので一つの入り口を上手に使い、できうる限りの対応をしていきたいと思えます。その際には直接受診するのではなく症状のある方は電話で事前に連絡を頂くと他の一般受診の方との混乱を極力避ける事が出来ます。また車でお越しの方は車の待機などもお願います。ご協力の程、宜しく願います。以前も書いたのですが、今までの都市部での感染拡大は若者を中心とした拡大で比較的軽症の方が多いようです。しかしこれからの感染拡大はおとなしく自粛している高齢者にも感染の可能性が出てきます。データ上、どうしても高齢者の感染者の重症化率は高く、死亡率の増加も予想されます。また前述の医療崩壊の可能性も出てきます。さあ再び息をひそめて三密を避け三つ目の山を乗り越えましょう。

## 北竜町立診療所

# 午後休診日のお知らせ

12月16日(水)は、午後3時より浦本先生が深川市において介護認定審査会に出席のため、午後より休診となります。午前中は診察を行っています。

## ひまわり大学PG同好会 ラストコール大会を開催

10月22日にひまわり大学パークゴルフ同好会のラストコール大会が開催されました。

新型コロナウイルスの影響により、活動出来ない時期もありましたが、ラストコール大会では、白熱した勝負が繰り広げられ、大いに盛り上がりました。結果は以下の通りです。

	男性	女性
1位	瀧本 勇	田中 和子
2位	伊藤 勝造	川島 景子
3位	山本 剛嗣	青木 悦子



## 公民館講座を開催

10月20、22、27日に「書画教室」を開催し、延べ12名が参加しました。

講師には、町内在住の瀬戸正氏をお招きし、石やハガキに絵を描いたり、自分専用の印鑑を彫る等の体験を行いました。講座最終日には、自分で描いた絵ハガキに彫った印鑑を押して作品を完成させ、最後に全ての作品を並べ、鑑賞会を行い、楽しい時間を過ごしました。



## キッズエアロビクスが終了

今年度予定していた全4回のキッズエアロビクスをやわら保育園にて実施しました。

講師には旭川市より山田道代氏をお招きし、リズムに合わせて身体を動かしたりボールを使ったゲームを通して、楽しみながら運動を行いました。



## 生涯学習カレンダー

月日	行事名	場所	時間
12/5(土)	子どもと高齢者のふれあい事業「餅つき体験」	改善センター	9:30~
12/10(木)	ひまわり大学12月講座	改善センター	10:00~
12/12(土)	図書館事業 クリスマス工作	公民館	10:00~
12/23(水)	北竜中学校終業式	北竜中学校	
12/25(金)	真竜小学校終業式	真竜小学校	
	北空知シニアリーダー研修会 ~26日(土)	ネイバル深川	

## 公民館・改善センター 図書館・郷土資料館の休館日

12月7・14・21・28日（毎週月曜日）

## 図書館・郷土資料館の開館時間

火～土曜日 9:00～18:00 / 日曜日 9:00～17:00

※新型コロナウイルスの影響によって掲載した行事や、施設の開館状況が変更される場合があります。

## 図書館から新刊のお知らせ

- ・ 論語と算盤 渋沢 栄一
- ・ クスノキの番人 東野 圭吾
- ・ 世界の神様解剖図鑑 平藤 喜久子

他多数の図書が入りましたのでお知らせします。

# わが家のひまわり

いつも兄ちゃんに泣かされてる僕。でも兄ちゃんの事が大好きでいつもくっついてます♡

父 佐々木 進一 さん  
母 あゆみ さん



佐々木 蓮<sup>れん</sup>くん  
令和元年10月9日生まれ

よく笑い、よく食べ、何にでも興味津々。お姉ちゃんが大好きです。

父 一宮 渉 さん  
母 弥生 さん



一宮 榎那<sup>えな</sup>ちゃん  
令和元年10月14日生まれ

## 年末年始の業務・営業時間のお知らせ

### ■役場・土地改良区

12月30日(水)午後～1月5日(火)まで閉庁  
(役場は日直者がいます)

### ■診療所

12月30日(水)午後～1月5日(火)まで休診

### ■歯科診療所

12月29日(火)午後～1月1日(金)まで休診  
1月2日(土)は休日診療当番医  
1月3日(日)休診・1月4日(月)午後休診

### ■ごみ処理場

【北空知衛生センター】  
12月31日(木)～1月3日(日)まで休業  
【し尿収集業務】  
12月31日(木)～1月1日(月)まで休業

### ■サンフラワーパーク (12月31日・1月1日)

【温泉】 午前9時30分～午後7時

【売店】 午前8時00分～午後7時

【レストラン】

12月31日 午前11時～午後3時  
(ラストオーダー：午後1時)

1月1日 午前11時～午後6時

※1月2日より通常営業いたします。

### ■ココワ (スーパーマーケット)

12月31日 午前9時30分～午後5時

1月1日・2日 休業

3日～5日 午前9時30分～午後5時

6日 午前9時30分～午後6時30分