

おすすめグルメが勢ぞろい！

# ぴっぷ駅マルシェ

2025.9.14(日) 10:00~14:00

会場 比布駅前広場  
(比布町西町2丁目6番1号)



## ステージイベント

10:30 P☆DASH KIDS

11:15 比布中央学校吹奏楽部

13:00 スノーベリー☆参上☆

## JRでお越しの方のみ

当日 JRでお越しの方に数量限定で  
ミニマグネットをプレゼント！

## 体験(10:00~14:00)

- にじますつかみ取り(1回 100円)
  - ミニ縁日(無料)
  - 車掌さんに変身しよう！(子ども向け)
- ※にじますつかみ取り、ミニ縁日は無くなり次第終了します。

## 千島笹工芸館

千島笹でつくられた工芸品を展示！  
またミニ籠づくりも体験することができます！  
※先着 10人限定

料金: 3,000円

時間: 2時間程度

受付: 10:00に工芸館にお集まりください。



## 飲食

- スパイスチキンカレー、クレープ、コーンスープなど  
(ピピカフェ比布駅)
- 生ビール、焼き鳥、フライドポテト、揚げたこ焼きなど  
(比布商工会青年部)
- ぴっぴりん、グラッとシフォン、まっかろん、クッキーなど  
(ぴっぴりん)
- チーズボール、チュロス、新米おにぎり※150個限定など  
(のうりえ食堂)
- エム鹿ソーセージステーキ串、エム鹿フランクフルト、  
エム鹿スライスジャーキーなど(PIPIYUK)
- くま汁(にじます工房)
- ハンバーガー、ドリロコス(フルスキッチン)
- にじます串焼き(ぴっぷ駅マルシェ実行委員会事務局)



※駐車場の台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

※小雨決行。悪天候により中止またはスケジュールを変更する場合がございます。

食べマルシェにも出店！

9月13日(土)~15日(月・祝)の間、  
「北の恵み あさひかわ食べマルシェ 2025」  
にも比布町のブースで出店しています！  
こちらもぜひお越しください！

比布駅		千島笹工芸館		倉庫
イベント会場		ステージ・体験スペース		
		Calmiss Cafe	駐車場	
のうりえ 食堂			JA	
		駐車場		

お問い合わせ先  
ぴっぷ駅マルシェ実行委員会事務局  
比布町役場商工観光課  
Tel 0166-85-4806

主催：ぴっぷ駅マルシェ実行委員会

後援：比布町、比布商工会、比布町農業協同組合、北の恵みあさひかわ食べマルシェ実行委員会

# 🍁 老人文化祭 🍁

老人クラブ連合会では、各愛好会等の日頃の文化活動の成果を発表する老人文化祭を開催します。  
健康講演も実施しますので、**どなたでもお気軽にご来場ください。**

(詳細は10月にお知らせします)



【日にち】 **令和7年10月9日(木)**

【場 所】 **改善センター 多目的ホール・ロビー**

【内 容】



## ◆芸能発表

- ・カラオケ愛好会
- ・民謡愛好会
- ・いきいき体操クラブ

## ◆作品展示

- ・老人クラブ陶芸愛好会 等

## ◆アトラクション

### 健康講演

「骨の健康について考える  
骨粗鬆症って知ってますか？」

講師：旭川医療センター

骨は、生命を維持するうえで必要不可欠。

「人生100年時代」を元気に過ごすために  
骨の健康について一緒に学ぼう！

問合せ：保健福祉課福祉係 85-4804

# ぴっぴのこくほ



令和7年9月発行【No. 119】

## ～今回のテーマ：「ポリファーマシー」について～

今回は、「ポリファーマシー（害のある多剤併用）」について掲載します。



### ○ 『ポリファーマシー』ってなに？

「ポリ(複数の)」＋「ファーマシー(調剤)」の造語で、単に服用する薬の数が多いことではなく、多くの薬を服用しているために、本来意図しない症状が引き起こされたり、薬の飲み間違いや残薬の発生につながったりする問題のことをいいます。一般的に高齢になるほど複数の病気にかかるリスクが高まるため、処方される薬の数が増える傾向にあります。だからといって、本来処方されるべき適切な薬の数を減らしてしまえば、治療の効果がなく、本末転倒になるということもあります。

ポリファーマシーへの対策として、**積極的にかかりつけの医師や薬剤師などに相談することが重要**です。薬を服用していて「なにか変だな」「いつもと違う」と感じて、自己判断で服用を止めたり減らしたりせず、必ず医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

### ○ 『おくすり手帳』について

医療機関や薬局へ行く際に「おくすり手帳」を提出することで、併用薬の相互作用などのチェックが行われ、副作用や誤飲の防止などにつながります。また、おくすり手帳を複数使うと、ほかの医療機関で処方された薬の確認が困難になりますので、**病院や薬局ごとに手帳を分けず、1冊にまとめるように**しましょう。1冊にまとめることで、入院時の薬の管理や災害などの緊急時の備えにも役立ちます。



### ○ 『リフィル処方箋』について

リフィル処方箋とは、症状が安定していて、医師が可能と判断した場合に発行される、繰り返し使用できる処方箋です。対象となる症状、薬の種類は限られており、使用回数の上限は3回までとなっています。

通院の負担を減らすメリットがありますが、症状の変化等気になることがあれば、薬剤師に相談したり、病院で受診するようにしましょう。

(裏面につづく)



## 【 国保医療係からのお知らせ 】



### ○生活習慣病について知る：

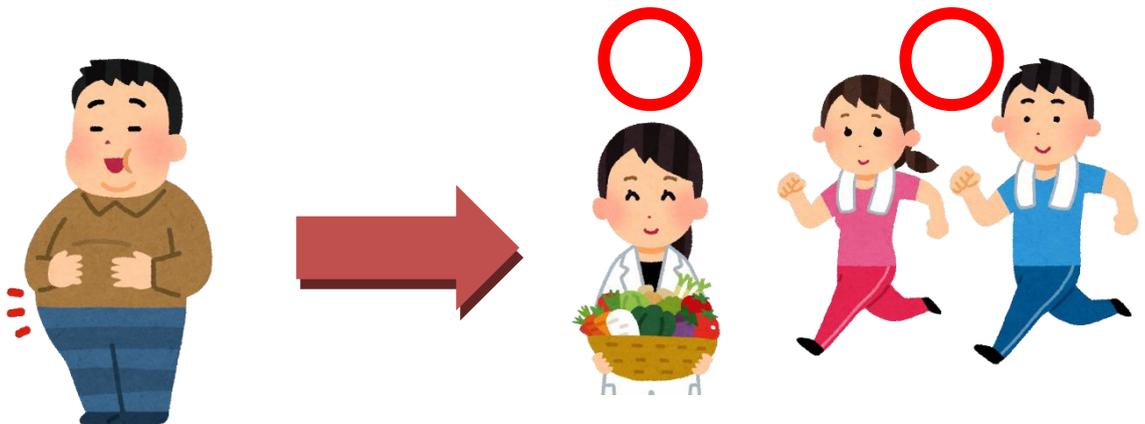
### 『メタボリックシンドロームってどんな病気？』

メタボリックシンドローム（以下 メタボ）とは、内臓脂肪型肥満（腹囲が男性：85cm以上、女性：90cm以上）に高血糖・脂質異常・高血圧が2つ以上組み合わさっている状態です（※高血糖・脂質異常・高血圧に関しては令和7年5月～7月発行のぴっぴのこくほで掲載しました）。単に腹囲が大きいというだけではメタボには当てはまりません。

それぞれの症状は、単独でも動脈硬化を進行させる要因となりますが、重症度が軽くてもそれらが重なることで、心臓病や脳卒中などに罹るリスクが大きく高まります。

なお、肥満になってしまう原因は単純で、1日で摂取したエネルギーが、使用されるエネルギーを上回ることで、余ったエネルギーが内臓脂肪として蓄積されます。摂取するエネルギーを減らす（野菜を多く摂る、間食を減らす等）、使用するエネルギーを増やす（運動する機会を増やす等）のいずれか、または両方を実践することでバランスを改善することができます。

重ねてきた生活習慣を自力で改善することは困難です。そのため、1年に1度は健康診査を受け、さらに保健指導（保健師・栄養士と一緒に健診結果を見ながら健康について相談できる）を受けることで、最適な方法で健康的な生活習慣・身体づくりを始められます。



メタボになる前に健康的な生活を♪

【お問い合わせ先】  
保健福祉課 国保医療係 電話：85-4804（直通）



社労士による



# 無料労働相談会



いきなり解雇  
と言われた

残業代を  
払ってもらえない

労働時間が  
長すぎる

職場のいじめ・賃金の未払い・年金・労災などでお悩みはありませんか？  
相談は無料で、秘密は厳守します。

ご相談を希望される方は、商工観光課へ直接お申込みいただくか、FAX またはお電話にてお申し込みください。受付後に日程調整について、ご連絡します。

【申込期日】 令和7年9月24日(水)

お問合せ先 比布町役場 商工観光課 商工労働係  
電話:0166-85-4806 FAX:0166-85-2389

無料!  
秘密厳守!



## 申込書

比布町役場商工観光課商工労働係 宛  
(FAX:0166-85-2389)

申込者	氏名	
	住所	〒
	連絡先	( )
	相談内容	簡単に記載をお願いします。(例:賃金額が勝手に変更されていた。)

※申込期日は令和7年9月24日(水)です。

※ご記入いただいた個人情報は、本事業のみに使用します。

※お申込みは、直接商工観光課へ申込書を提出していただくか、ファックスまたはお電話で受け付けます。

※受付後に、日程調整についてご連絡します。

# 子ども会廃品回収のお知らせ

**10月5日(日)** 秋季子ども会廃品回収を行います。本事業は、子ども達が回収作業を通じて仲間づくりや社会奉仕を目的としたものです。みんなで協力して回収した廃品の益金は、各単位子ども会の活動費や共同募金に充てさせていただきます。町民のみなさまのご理解とご協力をお願いします。

※農家地区の子ども会によっては、廃品回収を実施しない子ども会もありますので、子ども会役員へご確認ください。(子ども会で実施しない場合は、直接、裏面に記載の各集積場所に決められた時間内に搬入ください)

※小雨決行ですが、悪天候で延期の場合は午前7時に防災無線でお知らせします。

※延期日は19日(日)になります。

※回収時には軍手等の着用にご協力ください。

## お願い

※ 空き缶、ペットボトルは資源ごみにお出してください。

※ 古着などの布類は子ども会では回収していません。役場正面玄関に回収ボックスを設置していますので、ご利用ください。

※ 瓶は、ビール瓶と茶色の一升瓶のみの回収になります。

※ 家の前に廃品を出される方は必ず午前8時30分までに家の前に置いてください。

※ 出し遅れや、単位子ども会で回収に回れない行政区や個人宅については、お手数ですが当日5日(日)【午前8時30分~午前10時】にいちごアリーナ駐車場または下記記載の収集場所にお持ちください。

※ 子どもがトラックの荷台に乗っての移動・作業は禁止です。

### ■廃品回収の集積場所について■

#### 【廃品回収集積場所】

①東園子ども会(12~19区) → 東園地域センター

②東町子ども会 → いちごアリーナ

③西町子ども会 → 農協駐車場(旧Aコープ店舗跡)

④南町子ども会 → 保健センター

⑤北町子ども会 → いちごアリーナ

⑥中町子ども会 → 保健センター

⑦新町子ども会 → 旧新町団地1棟目跡地

⑧寿町子ども会 → 中央学校正面玄関前

⑨緑町子ども会 → 緑町広場

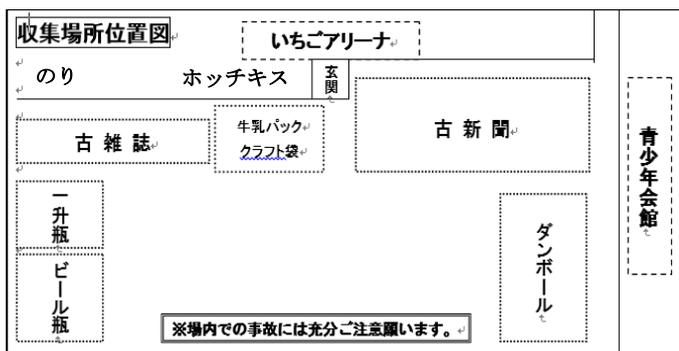
※愛鳥子ども会(20~25区)は実施しません。

※持参いただく場合は**当日のみ**となります。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。

■集積場所の古紙等の配置について■

<その他の集積場所>

<いちごアリーナ>



いちごアリーナ以外の集積場所については、

- ①古新聞
  - ②古雑誌
  - ③段ボール
  - ④牛乳パック・クラフト袋
  - ⑤各種ビン に分け、
- 集積しやすいようご協力をお願いします。

回収品目	注意事項	回収できないもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビール瓶 (大・中瓶のみ)</li> <li>・一升瓶(茶色のみ)</li> </ul>	<p>ケースがありましたらケースに入れて出してください。ケースがない場合は、ダンボールやビニール袋に入れて出してください。</p> <p><b>※ビンの「栓」は外して下さい</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●透明のガラスびん (加工トマトジュースのびんなど)</li> <li>●ワインのびん</li> <li>●白や青の一升びん</li> <li>●四合びんなど小さなびん</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・新聞紙</li> <li>・チラシ</li> </ul>	<p>きれいに重ねて、ひもで十字に縛って、出してください。また、ビニール袋に入れて出す場合は、袋の入口を縛ってください。小学生が運べるようにお願いします。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ダンボール</li> </ul>	<p>箱をつぶし、きれいに重ねて、ひもで十字に縛って、出してください。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑誌</li> <li>・マンガなど</li> </ul>	<p>きれいに重ねて、ひもで十字に縛って、出してください。</p> <p>※のりで製本されているものと、ホッチキスで製本されているものは<b>必ず分別してください。</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳パック</li> </ul>	<p>パックを開き、きれいに重ねて、ひもで十字に縛って出してください。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・クラフト袋 (茶色の紙製米袋)</li> </ul>	<p>きれいに重ねて、ひもで十字に縛って、出してください。</p>	

比布町子ども会育成員連絡協議会

事務局：教育委員会教育課文化振興係 電話85-2262

【共催：比布町教育委員会 比布町公民館】

# 秋の全国交通安全運動

9月21日(日)から9月30日(火)までの間

## 運動重点

- 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶
- 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- スピードダウンと全席シートベルトの着用



## 災害に強い社会を目指そう

災害はいつ発生するかわかりませんので、いざという時のためにどうすればいいか避難所の確認などをおこなしましょう。

早めの行動が人の命を守ります。



## ヒグマによる人身被害防止



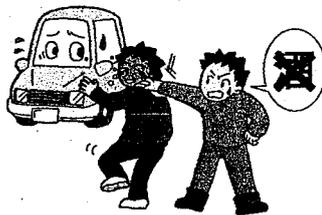
9月はヒグマが冬眠に備えて食べ物を探し回るため活動が活発になります。人身被害防止のため

- ・ ヒグマ出没情報を確認
- ・ 単独行動を避ける
- ・ クマ撃退スプレー携行
- ・ フンや足跡を見つけたら引き返す
- ・ ゴミの処理に注意するなど気をつけて下さい。

## 飲酒運転根絶パトロール

8月13日に遊湯びつぷにて交通安全指導員とともに飲酒運転根絶パトロールをしました。

飲酒運転は絶対にやめて下さい。



発行～比布駐在所 TEL 85-2225・蘭留駐在所 TEL 85-3139

比布町は、だまされない! 770番で 諦め退治!!