

広報

ぴっぴ

2

February
2015
No.677



1月5～7日 町民スキー・スノーボード教室

第4回町議会定例会

行政報告

第4回町議会定例会が平成26年12月16日に招集され、町長から行政一般報告がされましたので、その概要をお知らせします。



◆町長行政一般報告

諸工事の発注状況

1点目は、平成26年度諸工事の発注状況についてですが、別表をご覧ください。

観光施設の営業状況

2点目は、観光施設の営業状況についてです。

グリーンパークびっぷは、10月28～29日にまとまった降雪があったためコースを閉鎖

しました。さらに、11月4日にも降雪があり、そのまま営業を終了しました。

今シーズンも町内外より多くのみなさまの来場をいただき、また各種大会についても円滑に運営することができました。改めて関係者、協力者のみなさまに感謝とお礼を申し上げます。

なお、今シーズンは昨シーズンより2週間早く営業が終了したこと、総収入が618万3560円で、対前年比は、74万8410円少ない

い89・20%と大変厳しい営業結果となりました。

収入の相当部分を占めるパークゴルフ場は、シーズン当初から利用者が減少したことが主な要因かと思われ、パークゴルフ人口そのものが減少している状況にあるとも思っています。

このような状況を踏まえ、来シーズンについても、他施設との競争がなお一層激しくなることが予想されますので、引き続きコースをはじめ施設管理の徹底を図り、親切

かつ丁寧な接客対応と、ファミリー層や団体客の利用に力点を置き、多くの方に訪れていただけるよう、さらなる営業活動に努めます。

びっぷスキー場は、12月1日に開場式を行いました。残念ながら雪不足のため当日は式のみとなりました。

その後、降雪があり、13日からリフトの一部を運行開始しましたが、ゲレンデ状況が悪いため、13～14日はリフト料金を無料にしました。今後、降雪の状況を見なが

別表 諸工事の発注状況（平成26年9月11日から平成26年12月8日まで）
（単位：円）

工事名及び工事の内容	請負業者	請負金額
北1線17号排水整備工事 鉄筋コンクリート管（直径700mm・長さ6.0m） [※]	日新工業㈱	1,080,000
案内標識撤去工事 北2線14号案内標識撤去	日新工業㈱	191,160
道路照明灯取替工事 防犯灯、照明灯の省エネ化 182基	山崎電機㈱	10,562,400
9号道路排水路補修工事 排水路改修	タカハタ建設㈱	59,400
ウツベツ工場川浚渫工事 河川浚渫 長さ930m	日新工業㈱	1,512,000
北10線14号樹設置工事 集水樹 2,500×2,500×2,500/2,700 [※]	㈱新見産業	3,110,400
北1線道路路盤改良工事 工事延長 長さ15m・車道縁石撤去・再設置 [※]	日新工業㈱	2,354,400
町道維持補修（12工区）工事 北1線林道道路側溝床塗り [※]	日新工業㈱	112,320
町道維持補修（13工区）工事 車道部オーバーレイ 104.6㎡	日本道路㈱ 道北出張所	345,600
木柱・鋼管柱撤去工事 木柱撤去 2本、鋼管柱撤去 1本	山崎電機㈱	119,880
道路照明灯取替（2工区）工事 照明灯の省エネ化 19基	山崎電機㈱	1,296,000
道路照明灯安全ブレーカー等取替工事 安全ブレーカー取替106箇所 [※]	山崎電機㈱	422,280
北12線14号道路横断配水管土砂上げ工事 道路横断管内砂利除去	日新工業㈱	140,400
西町駅前団地植栽工事 舗装止縁石 150×170×590 143㎡	㈱新見産業	1,036,800
消火栓設置工事 南町3丁目 1基	㈱辻キカイ	1,026,000

ら、ナイターも含めて完全営業を予定していますが、まずは安全が第一ですので、ゲレンデ等の整備・点検対策に万全を期するとともに、適時、ホームページやフェイスブック等で情報提供を図ります。

前年は12月8日からリフトの一部を運行することができたため、収入の比較はできませんが、シーズン券の早期販売状況は、対前年比16万2500円増の103・8%となっております。

昨年に続き、旭川市内のスポーツ店での出張店頭販売を実施し、今年からはお客様のさらなる利便性を考え、ぴっぷスキー学校の受講申し込み会場でも販売し、売上げの増加に努めています。

円安による燃料等の生活物資値上げにより景気が上向かないなど、懸念される状況はありますが、リフトの安全運行の徹底と、利用者の満足度を高めるべく、きめ細かな接客に努め、関係者一丸となって今シーズンも努力します。

最後に、遊湯びっぷの利用状況です。11月末の入館者数は、70、100人で、対前年比で95・50%と管理者から

報告を受けています。

宿泊者数は、前年を上回る実績となっておりますが、日帰り入浴は、集客対策が打ち出せない中、消費支出の減少が続くなどの厳しい状況にあり、燃料の高騰が追い打ちをかけ、減少に歯止めがかからない状況です。

また、社会情勢の変化により日帰り宴会団体数や参加者数の減少も、日帰り入浴減少の誘因になっているようです。



今後も、宿泊食をグレードアップして差別化を図り、各種宿泊パックやインターネット・雑誌予約等による集客を図るなど、さらに努力をしていくとのことでした。

スキー場の営業が開始され

たことで相乗効果を発揮し、集客増が期待されています。

今後も様々な面でPR等連携し、集客の増に協力します。

以上、町長行政一般報告とします。

●町から提案した主な議案

○指定管理者の指定

管理を行わせる施設「比布町交流促進施設「良佳プラザ・遊湯びっぷ」・指定する団体「株式会社荒尾（荒尾孝司代表取締役）・指定する期間「平成27年4月1日から平成32年3月31日まで

○比布町特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例
○比布町家庭的保育事業等の設備及び運営に関する基準を定める条例
ほか7件

◆◆◆

第4回町議会臨時会
第4回町議会臨時会が平成26年11月17日に行われ、議決された議案は次のとおりです。

○議会議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部改正
ほか4件

2月7日は北方領土の日

北方領土返還要求運動を盛り上げるため、1981（昭和56年）年1月の閣議了解により、毎年2月7日を北方領土の日としました。

2月7日は、1855（安政元）年、日露間の国境を択捉島とウルップ島の間で定めた「日露通好条約」が結ばれた日です。



比布町善行表彰 贈呈式

比布町善行表彰の贈呈式が、平成26年12月16日に招集された第4回町議会定例会の開会に先立ち行われました。

この表彰は町表彰条例に基づいて行われ、本年度は町の公益のために多額の寄付をされた加藤周吉さん（18区）に贈呈され、伊藤喜代志町長から表彰状と記念品が手渡されました。

加藤さんは、平成26年2月19日に町まちづくり応援寄附金条例に基づき100万円を寄付されています。





町の平穏な1年を願い

比布消防団出初式

比布消防団（佐藤直一団長）出初式が1月7日、比布コミュニティ消防センター前で行われ、団員たちは防火や防災への決意を新たにしました。

町内3分団の団員57人が制服姿で整列し、統監の伊藤喜代志町長に敬礼後、観閲並びに服装点検などが行われ、団員は来賓や町民らが見守る中、市街中心部を分団ごとに隊列を組み行進しました。

引き続き、町農村環境改善センターに会場を移し、消防殉職者へ黙とうをささげたほか、永年、消防団活動に寄与した団員らに表彰状が贈られました。



受章者（敬称略）

- ◆比布町長表彰
 - 勤続35年▽齋藤則雄（分団長）
 - 勤続30年▽上西克則（副分団長）
 - 久保田伸二（同）
 - 勤続25年▽平岡公枝（班長）
 - 佐藤恵子（団員）
 - 勤続15年▽長谷川繁（分団長）
 - 上西達彦（団員）・佐藤良二（同）
 - 勤続10年▽本田照彦（部長）
 - 中野譲（団員）・丸谷一真（同）
 - 勤続5年▽大月裕貴（団員）
 - 野地良治（同）・上西雄二（同）
 - 植西浩一（同）
- ◆永年勤続特別褒賞
 - 勤続30年▽上西克則（副分団長）
 - 長・久保田伸二（同）
- ◆管理者表彰
 - 勤続20年▽野口邦弘（団員）
- ◆北海道消防表彰（知事）
 - 勤続30年▽上西克則（副分団長）
 - 勤続20年▽八巻豊（班長）
- 勤続10年▽田沼栄介（副分団長）
- ◆北海道消防協会表彰
 - 勤続30年▽上西克則（副分団長）
 - 久保田伸二（同）
- 勤続20年▽野口邦弘（団員）
- 勤続10年▽本田照彦（部長）
- 中野譲（団員）・丸谷一真（同）
- ◆旭川治安協力会表彰
 - 功績者表彰▽上西克則（副分団長）

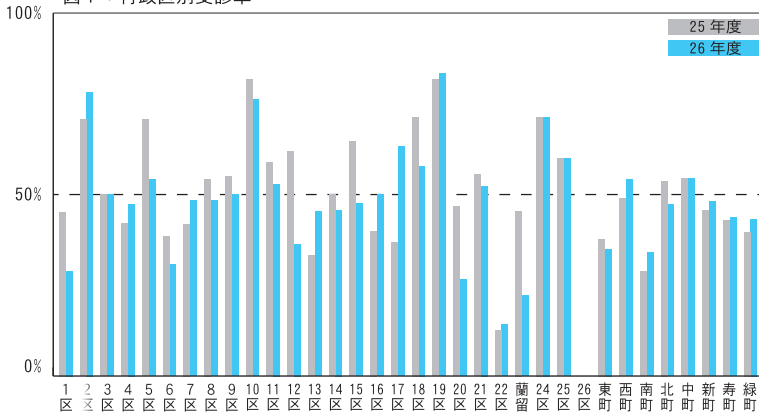
比布町国民健康保険の

特定健診は3月31日までに受診を！

糖尿病などの生活習慣病は、早期に生活習慣を改善することで、重症化や合併症を避けることができます。

特定健診には、内臓脂肪症候群とその予備群を見つけ、生活習慣病のリスクを早期に発見するための健診項目が設けられています。生活習慣を見直すためのきっかけとして、特定健診を受診しましょう。

図1：行政区別受診率



1区	29.0% (7)	10区	76.2% 達成	19区	83.3% 達成	東町	35.0% (6)
2区	78.3% 達成	11区	52.9% 達成	20区	26.7% (4)	西町	54.1% 達成
3区	50.0% 達成	12区	36.4% (3)	21区	52.4% 達成	南町	34.0% (8)
4区	47.4% (1)	13区	45.5% (1)	22区	14.3% (3)	北町	47.2% (1)
5区	54.2% 達成	14区	45.8% (1)	蘭留	22.2% (3)	中町	54.5% 達成
6区	30.8% (3)	15区	47.6% (1)	24区	71.4% 達成	新町	48.2% (2)
7区	48.3% (1)	16区	50.0% 達成	25区	60.0% 達成	寿町	43.8% (5)
8区	48.4% (1)	17区	63.6% 達成	26区	0.0% (1)	緑町	43.3% (4)
9区	50.0% 達成	18区	57.9% 達成	※行政区名、受診率、受診率50%達成までに受診が必要な人数(カッコ書き)			

比布町国民健康保険の特定健診受診状況は、26年度の目標受診率50%に対し、平成26年12月15日現在で**47.6%**です。

3月31日までに約20人が受診すると目標を達成することができます。(29年度までに60%を目指しています。)

行政区別(左図)では、目標に達している地区もありますが、下回っている地区もあります。

個別健診(契約医療機関での受診)は、3月31日まで受診することができます。

また、がん検診も同時に受診できる医療機関もあります。

みなさんの健康管理のためにも、ぜひ受診しましょう。



●問い合わせ
保健センター
☎85-2555

脳ドック検診費用の一部を助成しています

平成26年4月から、脳血管の変化や疾患の発見、生活習慣の見直しと改善を図るため、対象者が受診する脳ドック検診費用の一部を助成しています。

【対象者】

脳血管疾患の治療(経過観察を含む)をしていない方で、下表の年齢に該当する方。

年齢(生年月日)	年齢(生年月日)
30歳(S59.4.1~S60.3.31)	55歳(S34.4.1~S35.3.31)
35歳(S54.4.1~S55.3.31)	60歳(S29.4.1~S30.3.31)
40歳(S49.4.1~S50.3.31)	65歳(S24.4.1~S25.3.31)
45歳(S44.4.1~S45.3.31)	70歳(S19.4.1~S20.3.31)
50歳(S39.4.1~S40.3.31)	75歳(S14.4.1~S15.3.31)

【対象の検査】

「MR I検査」及び「MR A検査」を同時に実施する脳ドック検診

*医療による検査(医療保険が適用される検査)は対象外です。

*妊娠中の方、体内に金属が入っている方は検査できない場合があります。

【助成金額】

1万円を上限とし、検診費用の半額(生活保護受給者は全額)

【対象となる期間】

平成26年4月1日~平成27年3月31日に受けた検診



受診及び申請の仕方など不明な点は、保健センター(☎85-2555)までお問い合わせください。

第66回比布町成人式が1月11日、町農村環境改善センターで行われ、新成人27人（男性15人、女性12人）は、新たな誓いを胸に刻みました。

式では成人を代表し、加藤育海さんが「これまで自分たちを支えてくれた両親や家族、恩師や地域のみなさんへの感謝を忘れず、力強く、やさしく、たくましく、誇りを持って生きていきます」と誓いの言葉を述べました。

式後には、中学3年生の時に撮影した「二十歳の君へのメッセージ」を鑑賞し、自分や友人が出てくるたびに、会場は笑いに包まれました。また、小・中学時代の恩師を迎えた交流会が行われ、久しぶりの再会に記念撮影や談話を楽しんでいました。



健康生活

高血圧⑤

◎高血圧になりやすい人

人を高血圧になりやすくする危険因子というのがあります。遺伝、肥満、糖尿病予備群、ストレス、喫煙、塩分の多い食事、飲酒の習慣などがその危険因子です。これらを多く持っている人ほど、高血圧になりやすいといえます。

両親がそろって高血圧の場合、子が高血圧になる確率は約50%、片親だけが高血圧の場合は、子が高血圧になる確率は30%前後というデータもあり、遺伝性があるのは確かです。

しかし、確率が50%ということも、両親とも高血圧であっても、子が高血圧になるかならないかは半々ということですので、遺伝があっても、その他の環境的な危険因子をなくすことで、高血圧にならないですみます。

その逆に、親が高血圧でなくても、子が高血圧になることもあります。親にも高血圧の体質はあったのに、環境因

子が整っていて現れずいた場合には、子が不摂生な生活をすれば、高血圧になることは難しいことではないというわけです。

＜高血圧になりやすいかどうかのチェック＞

- 濃い味付けのものが好き
- 野菜や果物はあまり食べない
- 運動をあまりしない
- 家族に高血圧の人がいる
- ストレスがたまりやすい
- お酒をたくさん飲む
- たばこを吸う
- 血糖値が高いと言われたことがある

○炒め物や揚げ物、肉の脂身など、あぶらっぽい食べ物が好き

※チェックの数が多いほど、高血圧になりやすいので、注意が必要です。

ぴっぷクリニックでは、特定健診が受けられます。ご希望の方は、事前にご連絡ください。



町立ぴっぷクリニック

院長 加藤一哉

・・・ひとりひとりが気をつけよう・・・

健康被害発生後も継続利用を勧められる美容・健康商品等に注意

～「好転反応」等といわれても、健康被害が出たら利用を一旦中止しましょう！～

健康食品、化粧品、健康器具、美容エステ等の美容・健康等に関する機能性をうたった商品・サービス等を利用したときに、場合によって、^{しっしん}湿疹・かゆみといった皮膚障害、下痢・胃痛のような消化器障害、だるさや頭痛等の健康被害が発生することがあります。こうした症状が体に現れたときに、美容・健康商品等の利用を継続すると症状が大幅に悪化するおそれがあります。

一方で、美容・健康商品等の販売や役務提供を行う事業者等が、「症状が発生するのは好転反応」、「今は毒素が抜けているところ」などと説明して、症状発生後も継続利用を勧めているケースがあります。

このような健康被害とその対処に関する相談が※事故情報データベースに339件寄せられており、そのうち消費者が実際に利用を継続して症状が持続・悪化したという消費者事故等の情報が、100件を占めます。

今後も、同種または類似の消費者事故等が発生するおそれがありますので、注意が必要です。

※「事故情報データベース」は、消費者庁が独立行政法人国民生活センターと連携して、関係機関から「事故情報」及び「危険情報」を広く収集し、事故防止に役立てるためのデータ収集・提供システムで、平成22年4月から運用を開始しています。

◆◆主な相談事例◆◆

◎化粧品を購入し、使用していたら、ニキビができた。かゆみや痛みもでてきた。販売員に症状を訴えたが、「大丈夫、良い化粧品だからニキビができる。今はデトックス効果で悪いものがでている」などと言われ、信用して使い続けた。しかし症状が改善されず、医師の診察を受けたところ、化粧品負けが原因と言われ、薬を処方された。

(20歳代女性)

◆◆消費者へのアドバイス◆◆

●新しく美容・健康商品等を利用したときに不快な症状が発生した場合、当該商品やサービスによる健康被害を疑いましょう。また、原因不明の症状がでた場合は、それら美容・健康商品等の利用を一旦中止して医師に相談しましょう。

●健康被害がでているときは事業者等の「好転反応」、「毒素がでている」等の説明をうのみにしてはいけません。利用を継続させるためのセールストークである場合もあります。症状がでているときは、事業者等の説明をうのみにせず、美容・健康商品等と関連のない身近な人、消費者センターや医師に早めに相談しましょう。



誘いに乗らない、申し込まないことが肝心

■消費者ホットライン ☎^{ゼロ}0570-^{守ろうよ}064-^{みんなを}370

■旭川市消費生活センター

☎0166-22-8228

すぐに消費生活センターに相談しましょう

介護ストレスと虐待について

日本は超高齢社会となり、介護はとも身近になりました。介護に関わりのない家族はほとんどありません。介護は長くなるほど心身に負担がかかり、ストレスがたまりま

す。大切な人の介護となればつい無理をしがちになってしまいます。

また、介護は身近であるにも関わらず、家族にとっては未知の体験であり、結局、一番そばにいる人や介護をよく知る人が介護を背負うことが多くなります。

みなさんは介護ストレスを意識したことがありますか？

介護心中や虐待などの事件がたびたび報じられますが、これらは介護者の性格が悪いとか、介護を受ける人を憎んでいるなどの単純な原因で起

るわけではありません。介護ストレスが高まった結果、追い詰められて事件に至ってしまったのです。

介護ストレスは介護者の疲労を高め、マイナスの感情を生じさせ、身体・精神症状などを発現させます。

左の「介護ストレスチェックシート」で、今のストレス度合いを確認してみましょう。

いかがでしたか。11項目以上のチェックがついた方は、介護で大変な思いをされているのではないのでしょうか？

介護者の負担を軽減する方法の一つに介護サービスがあります。さまざまなサービスを上手に組み合わせることで自分の時間や休息をとることが出来ます。

専門機関にできることがあります。まずは当センターにご相談ください。

「地域のみなさんへ」
これからは、地域のみなで高齢者を見守る時代です。困っている高齢者や家族がいないか、互いに見守り支えることが必要です。

悲しい事件が起きる前に地

見守りの第一歩

「こんにちは！」
助け合いの第一歩

「どうしました？」
気づきの第一歩



域ぐるみで介護者を支援することが大切です。

誰もが「介護者」となり、「高齢者」となり、「介護を受ける者」となります。「お互いさま」の気持ちで支え合うことで、いつまでも住みよいまちづくりにつながります。

道ですれ違う時のあいさつや声かけひとつで、その人が地域で孤立することを防ぎ、虐待を防ぎます。気軽にできるところから、ぜひ始めてみてください。

困っている高齢者や家族を見かけたときには、当センターにご相談ください。

介護ストレスチェックリスト

- 周囲が介護の大変さを理解してくれない。
- 介護生活の先行きが見えず不安になる。
- 家出や自殺を考えたことがある。
- 友達の付き合いや趣味の時間がとれなくなった。
- 医者にかかったり、薬を飲んだりするようになった。
- 介護は主に自分ひとりでやっている。
- 身体の負担が少なくなるような介護の方法を知らない。
- おしゃれや社会のことに関心がなくなった。
- 家族が介護に協力してくれない。
- 介護する相手とのコミュニケーションが上手くとれなくなった。
- 夜中に起こされるので慢性的に睡眠不足になった。
- 子どもや配偶者の世話が十分できなくなった。
- 疲れやすい、肩や首がこるなど、体の調子が悪くなった。
- 介護の悩みを聞いてくれたり、相談にのってくれたりする人が身近にいない。
- どこに相談に行けば知りたい情報が手に入るのか、わからない。
- 介護で自分の人生が犠牲になっていると思う。
- 長い時間留守にできず、遠出ができなくなった。
- 介護は自分ががんばらなければならないと思う。
- 他人に家に入られたくないので家族で介護したいと思う。
- イライラし、当り散らすことが多くなった。または、やさしくできない。



当てはまる項目にチェックを！

「きたよん」スローガン
 比べないのは当たり前、みんな
 まで上がる♡愛の地域(ふた)

成年後見制度②

成年後見制度は、法定後見制度と任意後見制度の2つに分けられます。

■法定後見制度

すでに判断能力が低下した場合に利用する制度で、親族等が家庭裁判所に後見人等の選任を申し立て、家庭裁判所が後見人等を選任します。後見、保佐、補助の3類型があり、お医者さんから本人の診断書をとることが必要です。

▼代理権とは…

本人に代わって財産管理に関する手続きや契約を行うことです。

▼同意権・取消権とは…

本人が行った契約等が問題ないかを検討して同意した

	後見	保佐	補助
判断能力	ほとんどない	かなり衰えている	十分でない
申し立て	×	×	○
代理権	×	○	○
同意権・取消権	×	×	○

※申し立て・代理権：本人同意必要は「○」、本人同意不要は「×」
 ※同意権・取消権：後見・保佐は不要「×」、補助は必要「○」

り、不必要な場合に取り消したりすることです。

■任意後見制度

判断能力があるうちに将来に向けて契約を結ぶ制度で、本人があらかじめ、任意後見人になってくれる人と後見してもらおう内容を決め、契約を

結んでおくことによって、判断能力が低下した時に備えま

す。

任意後見契約は「公正証書」が必要です。判断能力が低下した際に家庭裁判所に申し立て、任意後見監督人が選任された後、支援が開始されます。

■上川中部基幹相談支援センター

当麻町3条東2丁目11番1号
 (当麻町役場庁舎内)

電話 84・7111

FAX 84・7333

▼虐待防止センター専用電話
 84・7222 (24時間対応)



子どもの広場 2月の行事予定

子どもの広場

■開催日■ 毎週月・金曜日

(午前9時～正午、午後1時～3時)

■内容■ 入園前の親子を対象に、遊びや育児に関する情報提供や保護者同士の交流の場として開催しています。予約は不要です。

子育て相談

■開催日■ 毎週水曜日

■内容■ 保育士による子育て相談を行います。必要に応じて、保健師や栄養士も対応します。事前に予約が必要です。※町民カレンダーに掲載しています。

■おひなさませいさく 2月27日(金) 午前11時ごろ
 かわいいひな飾りをつくりましょう。つくったひな飾りは持ち帰り、おうちで飾ってくださいね!

■問い合わせ■保健センター ☎85-2555

日	月	火	水	木	金	土
1	2 まめまき しょう	3	4 子育て 相談	5	6 みんな であそぼう	7
8	9 おもちゃ であそぼう	10 子育て 相談	11 建国記念 の日	12	13 しんぶん しであそぼう	14
15	16 おもちゃ であそぼう	17	18 子育て 相談	19	20 みんな であそぼう	21
22	23 おもちゃ であそぼう	24	25 子育て 相談	26	27 おひな さませいさく	28



第8話

みなさん、こんにちは。栄養士の加藤です。健康になれる栄養の話をしていきます。

今月のテーマ 減塩で考える高血圧

塩は身近な食品ですが、とりすぎると高血圧の原因になることは、みなさんもよくごぞんじだと思えます。

塩には周りの水分を引き寄せる性質があります。そのため、血液中で周りの細胞の水分を取り込み、血液量を増やします。そうして増えた血液を体内で循環させるために血圧の上昇が起こります。

人間の体は普通の活動で、1日3g程度の塩分があれば十分です。余分な塩は腎臓から捨てられます。塩をとりすぎると腎臓の仕事を増やし、結果的に血管を傷めて心臓や腎臓に負担をかけます。

本町の平成25年度の健診結果から、収縮期血圧（上の血

圧）は65〜74歳、拡張期血圧（下の血圧）は40〜64歳に高い方が多いことがわかりました。

高血圧の原因は塩のとりすぎだけではありませんが、塩の摂取量を目標に近づけることは、高血圧の改善や高血圧から重症化する疾病（心疾患、脳血管疾患、腎疾患）の予防につながります。

◆食べ方から減塩を考えてみましょう

成人の1日の塩分摂取量の目標値は、健康な人は、男性9g未満、女性7.5g未満、高血圧の方は6g未満です。

町民の方に食事内容をお聞きすると、忙しい時期には肉や魚の加工品や市販の弁当などの利用、漬物を食べる習慣があり、野菜の食べ方が少ないという傾向にあります。

加工品や市販の弁当は便利ですが、塩分の調整が難しく、1食で1日分の塩分をとってしまうこともあります（表1）。量や回数を加減しながら利用することが大切です。

余分な塩分の排泄に必要な栄養素はカリウムです。このカリウムは、野菜に多く含ま

れます。野菜の1日の目標量は350gです。野菜は高血圧だけでなく脂質異常や高血圧にも予防効果があります。意識して食べましょう。

◆薄味に慣れましょう

濃い味が好みでも、人間の味覚は「慣れ」ます。塩を使わない酸味、辛味、スパイスなどを上手に使って、薄味に慣れていきましょう。

表1 市販の料理の塩分量

(1人前・g)

料理名	塩分量	料理名	塩分量
おにぎり (1個 100g)	0.7 ~ 1.4	助六 (太巻、いなり)	4.0 ~ 5.0
塩漬けきゅうり (5切 30g)	0.8	親子丼	2.0 ~ 3.0
ウィンナー (2本 40g)	0.8	牛丼	1.0 ~ 2.0
しまほっけ開き (1枚 250g)	4.3	ざるそば・うどん	2.0 ~ 3.0
幕の内弁当	3.0 ~ 4.0	鍋焼きうどん	6.0 ~ 9.0
インスタントみそ汁	2.3	ラーメン	7.0 ~ 9.0
かけそば・うどん	6.4	カップめん	3.0 ~ 8.1

ふれあいタウン びっぴ 半額

どなたでも
分譲価格より

第1次ふれあいタウンびっぴ分譲地

第2次ふれあいタウンびっぴ分譲地

比布町役場 総務企画課企画振興係 TEL0166-85-2111 FAX0166-85-2389

おトクポイント!

中学生のまでのお子様一人につき 50万円
最高 150万円を支援

ふれあいタウンびっぴご契約で
**町内商品券 10万円分
プレゼント**

第2次分譲地

番号	価格(円)
⑤	4,220,000 → 2,110,000
⑥	4,220,000 → 2,110,000
⑧	4,220,000 → 2,110,000
⑭	3,825,000 → 1,912,000

お急ぎください!!

あと 4 区画!

情報満載

比布町役場 (代表)	85-2111
総務企画課	85-4801
	85-4802
税務住民課	85-4803
保健福祉課	85-4804
産業振興課	85-4806
建設課	85-4807
議会事務局	85-4808
農業委員会	85-4809
比布町教育委員会	85-2262
図書館	85-3354
体育館・改善センター	85-2513
保健センター	85-2555
農業対策室	85-4011
ぴっぷスキー場	85-3056
遊湯ぴっぷ	85-4700

わが家のアイドル



かなもり いちる
金森 一龍ちゃん

信明さん・亜実さんの長男

(2歳6か月・東町)

照れ屋で、よくいたずらもするけれど、とても優しい子です。お姉ちゃんと一緒に遊んだり、車やパズルなどで遊ぶのも大好きです◎

みなさんのご家庭のかわいいアイドルをご紹介します。最近の写真とコメントを添えて、役場総務企画課広報係にお寄せください。写真はカラー・白黒を問わず、Eメールでの投稿もお待ちしております。宛先は裏表紙をご覧ください。

利用申し込みのお知らせ

農産加工室 3月利用分

3月1日から31日までの間に改善センター農産加工室の利用を希望する方は、5人以上のグループで、加工品目と数量をまとめてお申し込みください。

- 締切 ■ 2月9日 (月)
- 抽選会 ■ 2月16日 (月) 午前9時30分から福祉会館
- 問い合わせ ■

役場産業振興課特産振興係



ご確認ください

住民基本台帳カードの有効期限

住民基本台帳カード(住基カード)の有効期限は、発行日から10年間です。有効期限は住基カードの表面に記載されていますのでご確認ください。

引き続き利用を希望する場合は、有効期限の3か月前から更新申請をすることができます。

また、電子証明書(公的個人認証サービス)を利用している場合、住基カードの中に搭載した電子証明書は住基カードの有効期限満了後も失効せず、電子証明書の有効期

限まで利用できます。

■ 更新申請に必要なもの ■ 住基カード、本人確認書類、印鑑

■ 手数料 ■ 500円

■ 問い合わせ ■

役場税務住民課戸籍年金係

■ ご注意ください

社会保険労務士による労働相談会を開催します

雇用保険や労働契約、賃金やパート業務をしている方の悩みなど、仕事や労働に関する相談会を開催します。

社会保険労務士が相談に応じます。相談は無料で、個人の秘密は守られますので、ぜひご相談ください。

■ 日時 ■ 2月19日(木) 午後2時~7時(予約不要)

■ 場所 ■ 福祉会館第1研修室

■ 問い合わせ ■

役場産業振興課商工労働係



目標を達成したみなさん
ぴっぷ健康マイレージ事業にご応募ください

ぴっぷ健康マイレージ事業の応募を受け付けています。

4つの健康目標(①健康診査を受ける ②がん検診を受ける ③健康に関する事業に

参加する ④個人の健康目標を3か月以上継続する)をすべて達成されたみなさんに、遊湯ぴっぷ入浴券、または町内共通商品券を贈呈します。

健康目標①~③の各欄には達成した健康マイレージポイントシールをはり、④の欄には個人の健康目標と達成状況を忘れずに記入してください。

■ 応募締切 ■ 3月13日(金)

応募された方の中から抽選により、さらに10名に豪華賞品を贈呈します。

■ 問い合わせ ■ 保健センター



お寺の人になっておきょうをなさんふでいるだらう

テーマ「夢 - わたしが大人になったとき -」

比布町立中央小学校 6年 名前

中根慶喜

国民年金保険料の納付は 口座振替が便利でお得です



お申し込みは簡単！

口座振替申出書に必要事項を記入・押印（金融機関の届出印）し、旭川年金事務所または金融機関の窓口へ提出してください。口座振替申出書は、各金融機関、旭川年金事務所の窓口へ備え付けています。

早割・6か月分・1年分・2年分を前納するとお得！ 前納の申し込み期限は2月末までです。

（10月～翌年3月までの6か月前納の申し込みは8月末までです）

平成26年4月から 2年分の前納ができるようになりました。

2年分の保険料を口座振替でまとめて前納すると、

14,800円のお得！

（現金支払総額 370,080円 → 前納支払額 355,280円）

※初回は、原則前月分と2年前納分の25か月分の引き落としとなります。

平成26年度 国民年金保険料 納入額早見表（現金納付・口座振替の比較）

平成26年度	1か月分		6か月分		1年度分	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
現金（納付書） 翌月末口座振替	15,250円	-	91,500円	-	183,000円	-
口座振替 （当月末）早割	15,200円	50円	91,200円	300円	182,400円	600円
6か月前納 （現金納付）	-	-	90,760円	740円	181,520円	1,480円
6か月前納 （口座振替）	-	-	90,460円	1,040円	180,920円	2,080円
1年前納 （現金納付）	-	-	-	-	179,750円	3,250円
1年前納 （口座振替）	-	-	-	-	179,160円	3,840円

※保険料額は、平成26年度の額です。

上記は平成26年度の保険料額を基にした目安額です。平成27年度の保険料額は、2月下旬に告示されます。

☆☆ 詳しくは、下記窓口にお問い合わせください ☆☆

- 問い合わせ ■ 役場税務住民課戸籍年金係 ■
- 旭川年金事務所 ☎ 27-1611 ■

まちの人口（12月末現在）

総数 3,924人（-5）
男 1,847人（-7）
女 2,077人（+2）
世帯数 1,837世帯（-2）

※住民基本台帳登録数
（ ）は対前月増減数

岡崎サカ工さん 92歳（中町）
奥野寛さん 72歳（11区）
大崎政一さん 95歳（新町）
廣瀬哲夫さん 70歳（5区）
水道政雄さん 101歳（東町）

◆ お悔やみ申し上げます ◆
（氏名・享年・行政区）

越智奏くん（新町）
悠太さん・実穂さん
◆ 誕生おめでとう ◆
（あかちゃん・行政区・保護者）

※了承をいただいた方のみ掲載しています。

戸籍のまど （1月15日までの届出）

お知らせします

J・ALERT
訓練放送を行います

全国瞬時警報システム「J・ALERT（ジェイアラート）」の訓練放送を行います。全国瞬時警報システムとは、総務省消防庁が運用しているシステムで、地震や武力攻撃、特別警報など、その対処に時間的余裕のない緊急情報

報を国が直接、町の防災行政無線を利用して町民のみならずにお知らせするものです。

町では、今年1月にこの全国瞬時警報システムの放送が、防災行政無線を通じて自動的に流れるよう接続しました。接続後はシステムの起動を確認するため、訓練放送（年2回）を行うこととなります。訓練放送の日時、放送の内

容などは、次のとおりです。

■ 日時 ■ 2月20日（金）午後2時15分

■ 放送内容 ■

- ① 上り4音チャイム
 - ② 「これは、テストです」（3回繰り返す）
 - ③ 「こちらは、防災びつぷです」
 - ④ 下り4音チャイム
- 訓練当日は、戸別受信機と

屋外拡声器から大きな音で放送されます。みなさんの命を守る大事な訓練です。ご理解とご協力をお願いします。

■ 問い合わせ ■

役場総務企画課生活安全係



参加者募集中!

デコ巻き寿司でひなまつり

町田園交流推進会議では、「デコ巻き寿司でひなまつり」を開催します。

おひなさまのデコ巻き寿司を作って、ひなまつりパーティーを行います。

みんなで楽しく交流しませんか。親子や友人同士、また、男性の参加もお待ちしております。詳しくは、今月号の折り込みチラシをご覧ください。

■日時 ■2月21日(土) 午前10時〜午後1時

■場所 ■福祉会館調理室

■参加料 ■子ども300円・大人500円

■持ち物 ■エプロン・頭用三角巾・巻きす

■申込期限 ■2月13日(金)

■申込先・問い合わせ ■

役場産業振興課農政係

参加者募集中!

あさひかわ比布同郷会の総会・懇親会が開催されます

あさひかわ比布同郷会(合田春夫会長)では、平成27年度総会並びに懇親会の出席者を募集しています。

旭川近郊に暮らす本町出身

者と交流を深めませんか。知人・友人を誘って、ぜひご参加ください。

なお、会場までは各自でお越しください。

■日時 ■3月15日(日) 午後2時〜4時30分

■場所 ■花月会館(旭川市3条通7丁目)

■会費 ■4000円

■申込期限 ■2月24日(火)

■申込先・問い合わせ ■

あさひかわ比布同郷会

事務局次長 宮崎重吉さん

☎32・5218



お知らせします

農業委員会だより

【農業委員会総会の審議事項】

次の議案が審議され、承認されました。

第5回総会(11月21日開催)

◎農地の利用権(使用貸借)設定に係る合意解約

1件 109,344㎡

◎農地法第18条第1項第2号による農地の合意解約

8件 195,616㎡

◎農地法第3条の規定による許可申請(利用権設定)

1件 109,344㎡

◎農用地利用集積計画の決定(利用権設定)

4件 106,109㎡

◎平成26年産水稻生産量の答申について

第6回総会(12月24日開催)

◎農地法第18条第1項第2号による農地の合意解約

1件 21,928㎡

◎農地法第5条の規定による許可申請(権利の設定)

1件 23,477㎡

◎農用地利用集積計画の決定(所有権移転)

1件 55,932㎡

◎農用地利用集積計画の決定(利用権設定)

8件 223,687㎡

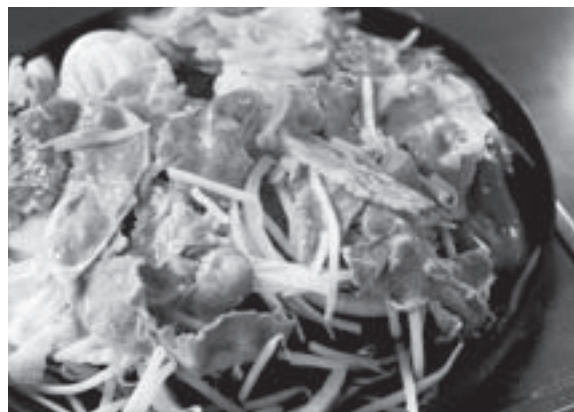
申請をお忘れなく

冬の生活支援事業を実施中

町では、冬の生活支援事業を実施しています。

助成を受けるには申請が必要で、申請書は先月号の広報紙に折り込んでいます。

役場保健福祉課の窓口に着意していただきます。該当する世帯は、



2/14(土) **ジンギス感謝day**

日ごろのご来場に感謝を「米」で比布産米食べ放題!!

ぴっぷスキー場特設会場にて開催

前売券 大人(中学生以上) 2,500円
発売中! 子ども(小学生) 1,000円

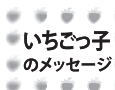


※ぴっぷスキー場管理事務所にて販売。
※終日リフト乗り放題・遊湯ぴっぷ入浴券1枚付き。
※シーズン券の方は、中学生以上1,000円、小学生500円。
遊湯ぴっぷ入浴券1枚付き。
※限定300枚。なくなり次第終了させていただきます。

- 14:30 比布北嶺太鼓保存会による太鼓の演奏
- 14:30 ココアの無料配布(数量限定)
- 14:50 北海道ヒーロードリーム ヒーローショー
- 15:30 お楽しみ抽選会(抽選券が必要)
- 15:45 プチチョコまき
- 16:00 ジンギスカン交流(有料)
- 17:00 アイスキャンダル点灯
- 18:00 花火の打ち上げ

スキー場で待っています!

問い合わせ ぴっぷスノーイベント実行委員会(事務局:ぴっぷスキー場 ☎85-3056)



保育士になんて子供と仲良くしている。

テーマ「夢 - わたしが大人になったとき -」

比布町立中央小学校

6年

名前 水澤 華

広報 ぴっぷ

3月号は3月4日発行予定です

ストップ・ザ・交通事故死

～めざせ 安全で安心な北海道～
せまい道 大きく広げる ゆずりあい
(交通安全スロガン 昭和54年内閣総理大臣賞作品)



2月の行事予定

- 7(土) あそか苑雪まつり
10:30 同苑
- 8(日) 部長杯一般男子・女子バレーボール大会
9:00 体育館
- 11(水) ぴっぷスキー場雪像総選挙
ぴっぷスキー場
- 12(木) 小学校新1年生体験入学
9:00 同校
- 14(土) ぴっぷスキー場ジンギス感謝デー
14:30 ぴっぷスキー場
全町混合ダブルス卓球大会
18:00 体育館
- 15(日) 部長杯ミニバレー大会
9:00 体育館
- 18(水) 総務常任委員会
9:00 役場 (議員控室)
- 20(金) 中学校新1年生体験入学
13:30 同校
- 21(土) 田園交流推進会議「デコ巻き寿司でひなまつり」
10:00 福祉会館調理室
- 23(月) 第8回農業委員会総会
13:30 役場 (議場)
- 24(火) 産業建設常任委員会
9:00 役場 (議員控室)
- 27(金) 議会運営委員会
9:00 役場 (議員控室)
- 3/1(日) ぴっぷスキー場感謝デー
ぴっぷスキー場

※変更になる場合がありますので、無線放送などにご留意ください。



必要書類を持参のうえ、期限までに申請してください。

■対象世帯 ■平成26年12月1日現在で比布町の住民基本台帳に登録されており、町民税非課税世帯で、次の要件に該当している世帯

- ① 65歳以上のみの世帯
- ② 障がい者(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている者)のいる世帯
- ③ 18歳以下の児童を扶養しているひとり親世帯
- ④ 準要保護受給世帯(教育委員会で認定されている世帯)

- ⑤ 生活保護受給世帯

■助成額 ■1世帯10,000円

■必要書類 ■

- ① 記名、押印した申請書(申請書がない場合は印鑑を持参してください)
- ② 障がい者のいる世帯は、該当する手帳の写し
- ③ 通帳の写し

■申請期限 ■2月27日(金)

■問い合わせ ■
役場保健福祉課福祉係

落水雪に注意 落ちる前 下ろして安心 屋根の雪

例年2月は寒暖の差が大きくなり、屋根の雪が落ちて下敷きになったり、雪下ろし作業中の転落や除雪機に巻き込まれるなどの事故が発生しています。

このような事故を防ぐため次のことに注意しましょう。

◆屋根の雪やつららを早めに下ろしましょう

雪下ろしの時には、軒下の歩行者や遊んでいる子どもにも注意しましょう。

◆危険な軒下を歩かないようにしましょう

建物を管理している方は、看板やロープで歩行者に注意を呼びかけましょう。

◆子どもたちを落水雪の危険がある場所で遊ばせないようにしましょう

遊んでいるのを見かけたら声を掛けて注意しましょう。

◆除雪機による除雪は安全を確かめながら行いましょう

巻き込みや下敷きになる事故が発生しています。周囲の安全確認など事故防止を心掛きましょう。

町内求人案内

町内で働きませんか？

比布町社会福祉協議会 ☎85-2943

- ◆募集職種 訪問介護員
- ◆募集人数 正職員1名

■広報ぴっぷでは、町内の民間事業所等の求人案内を無料で掲載しています。掲載を希望する事業所等は、役場総務企画課広報係にご連絡ください。

ヒーロー みんなが ヒロイン HEROINE

※○内の数字は順位（敬称略）
町内関係者のみ

◆第2回旭川連盟杯ママさんバレーボール大会

（12月14日・東川町）

【Bブロック】③比布フレッシュ

◆旭川中学生新人卓球大会

（12月20日・旭川市）

【中学女子の部】②平野美来

◆全町ダブルス卓球大会

（12月20日・町体育館）

【男子】①川島真（一般）・窪田愛斗（中学生）②中野渡陸士（中学生）・中谷光希（小学生）③小室英雄（一般）

今西駿伊知（中学生）、橋口蒼矢（中学生）・石川優弥（同）

【女子】①磯部美咲（一般）・平野美来（中学生）②大西信

このコーナーでは、スポーツや文化活動などの話題を紹介し、みなさんからの情報をお待ちしています。新聞などに掲載された情報も掲載しています。

子（一般・有岡紗希（小学生）
③中島朱耶（中学生）・藤原優菜（同）、中西玲菜（中学生）・上西あいら（同）



◆第51回北海道高等学校インドアソフトテニス選手権大会旭川地区予選会

（12月23～24日・旭川市）

【女子】①西銘美咲

※西銘さんは、3月14～15日に釧路市で開かれる全道大会に出場します。

◆第11回北海道小学生インドアソフトテニス選手権大会兼第14回全国小学生ソフトテニス大会予選会

（12月26日・札幌市）

【5年女子の部】③山田萌華・田中仁湖

※山田さんと田中さんは、3月29～31日に千葉県白子町で開かれる全国大会に出場します。



◆第3回美瑛・歩人のハム&ソーセージ将棋大会

（12月27日・町農村環境改善センター）

【Aクラス（5級以上）】①細川雄心②宮崎踊・細川拓③牧亮汰・浅野和哉

【Bクラス（6級以下）】①生駒千尋・中野莉緒②小野僚也・中田小百合③菅原啓汰・荒尾夕佳



◆第2回北海道中学生シングルスソフトテニス選手権大会

（12月27日・砂川市）

【女子】③渡邊真衣

◆第41回北海道中学生インドアソフトテニス選手権大会

（1月5日・札幌市）

【女子】③藤田晃・大川彬

※渡邊さん、藤田さん、大川さんは、3月26～28日に三重

県伊勢市で開かれる全国大会に出場します。

◆第8回ヨネックス杯小学生インドアソフトテニス北見大会

（1月10日・北見市）

【5年女子の部】①本多桃子・平野心海

◆1月大雪山フラワーパークゴルフ大会

（1月15日・大雪山フラワーパーク）

【男性】①工藤爲市②大古場秀雄③吉田忠雄

ホールインワン 吉田忠雄、中瀬正男、澤田博、中川義勝、橋場勇喜

【女性】①橘満子②野口弘子③尾崎誠子
ホールインワン 野口弘子、酒向英子



◆第24回冬季会長杯争奪旭川ソフトテニス選手権

（1月19日・旭川市）

【女子A級】①柴崎敦美

まちの話題や情報など、身近なニュースを広報係にお知らせください。

12.8 町農業委員会が伊藤町長へ建議書提出

▼町農業委員会が伊藤町長へ、農業者の要望などが取りまとめられた農業施策に関する建議書を提出し、意見交換が行われました。



12.13 としょかん「クリスマス会」開催

▼町図書館主催のクリスマス会が行われ、工作や人形劇、風連在住の高校生「デュオ「わっか」」によるミニコンサートが行われました。



12.16 みんなで集めた募金多くの人に使って

▼中央小が各家庭から集めた赤い羽根共同募金を町社会福祉協議会に寄付。山口颯大朗児童会長が代表して大河会長に手渡しました。



12.19 よいしょ、よいしょ合同もちつき

▼あそか苑がくるみ保育園児と無憂苑の入居者を招いて合同もちつきを開催。お年寄りも園児も、きねで元気いっぱい였습니다。



12.21 戻ってくるまで3年 楽しみに待っています

▼大雪と石狩の自然を守る会が、石狩川栄園橋の上流で、サケの人工産卵床に受精卵を放流。ふ化するのは1月、旅立ちには3月です。



1.1 ぴっぷススキー場で恒例のもちまき

▼ぴっぷススキー場の感謝デーが行われ、町のゆるキャラ・スノーベリーの写真撮影や抽選会、もちまきなどで楽しみました。



子ども会では楽しい催しがいっぱい！

比布子ども会育成員連絡協議会では、子どもたちがたくさんの方とコミュニケーションをとりながら楽しめるイベントを開催しています。

12月21日「クリスマス会」

町福祉会館で「クリスマス会」を開催。親子ら45人が参加し、ケーキやお菓子を食べながらゲームなどをして一足早いクリスマスを満喫しました。同学年で結成されたペアが、学年ごとに分けられたグループ内で対戦するペア対抗「ぴり力」大会も行われ、楽しい時間を過ごしました。



1月14日「新春ゲーム大会」

町図書館で「新春ゲーム大会」を開催。小中学生10人が参加し、縦2段、横2・5

段の大きなスクリーンを使って「ピンポン」「チャンバラ」「ボーリング」「ボクシング」「テニス」のゲームを、紅白に分かれて対戦しました。



1月18日「雪中運動会」

中央小駐車場で「雪中運動会」を開催。参加した小学生と保護者などは2チームに分かれて、チューブそりリレーなど4種目を楽しみました。宝探しでは、真っ白な雪の中からお菓子やみかんなどの宝が出てくるたびに、大きな歓声が上がっていました。





碁の1局は冒険の旅 発想力と透察力が大切

生涯現役 な人

山口 一 さん
(76歳・寿町)

Profile

昭和13年、比布村出身。北海道永山農業高等学校卒業。比布農業改良普及所に4年勤めたのち、22歳で国鉄に転職し機関士となる。



このコーナーは、生涯現役で活躍している町内の高齢者を紹介します。みなさんからのご紹介もお待ちしております。役場総務企画課広報係までご連絡をお願いします。

「ふるさとに帰ってきてよかった」と話すのは、寿町の山口一さん。国鉄（現在のJR）での勤務先が稚内であったため、22歳で比布を離れました。国鉄分割民営化により東京へ転勤となり、定年後も東京で暮らしていましたが、平成18年に比布へ帰郷しました。

「東京では、ずっと勤めていたこともあって、最低限の近所付き合いしかしていなかったが、比布では、どこに行っても知り合いに会えるから楽しいよ（笑）」と話す山口さん。町農産加工室管理人、福寿クラブ等の会計を任されるなど、みんなから頼りにされています。

囲碁を始めたのは22歳のころ。職場に「囲碁サークル」が発足したのがきっかけでした。現在は5段の腕前。平成19年から「囲碁将棋愛好会」に入会し、活動されています。

「始めた当時は、囲碁がはやっていたんだ。その後、マージャンや将棋がはやり始めたが、やっぱり囲碁がおもしろいね」と笑顔で語られました。

広報ぴっぷ 2月号 No.677
2015(平成27)年2月4日

- 発行 比布町
- 編集 総務企画課広報係
〒078-0392
北海道上川郡比布町北町1丁目2番1号
☎0166-85-2111(代表)
0166-85-4801・4802(総務企画課直通)
- ホームページ
<http://www.town.pippu.hokkaido.jp>
- Eメール
ichigo@town.pippu.hokkaido.jp

■表紙のことは■

町教委主催の町民スキー・スノーボード教室が1月5日から3日間、ぴっぷスキー場で開かれ、小学生から大人まで約60人がレッスンを受講。参加者たちは、比布スキー学校とぴっぷスノーボードスクールの指導員から教えを受けながら、スキーとスノーボードに分かれて技術を磨き、元気いっぱい雪の感触を楽しんでいました。

