

広報 あおぞら OZORA



大空町

検索

4

2018 APRIL
No.145



特集

認知症と向き合う。

24 今月のフォトコレ!

●卒園・卒業おめでとう!

認知症と向き合う。

2025年には
高齢者の5人に1人が...

認知症は高齢になればなるほど、発症率が高まります。

「私は大丈夫」と思っている人も、誰かがかかる可能性があります。厚生労働省によると、日本の認知症患者数は2012年時点で約462万人、65歳以上の高齢者の約7人に1人と推計されています。団塊の世代が75歳以上となる2025年には、認知症患者数は700万人前後に達し、65歳以上の高齢者の約5人に1人を占める見込みです。

今後、高齢化が進んでいく中で、認知症の患者数がさらに膨らんでいくことは明らかです。今後は私たちの身近に迫る認知症について、みなさんにお伝えします。

認知症の症状

大きく分けて「中核症状」と「周辺症状」の2種類に分けられます。

中核症状は記憶や判断力、時間や場所の認識などの認知機能が損なわれる症状のことを言います。

周辺症状は中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状です。

周辺症状

心理症状

- ・幻覚
- ・抑うつ
- ・無為
- ・不安
- ・多幸
- ・妄想

行動異常

- ・興奮
- ・夜間行動
- ・易刺激性
- ・異常行動
- ・脱抑制
- ・無関心

中核症状

- 実行機能障害
- 記憶障害
- 見当識障害
- 失認 (視空間失認)
- 失行
- 失語
- 注意集中の障害



認知症とは

脳や身体の病気が原因で、記憶力や判断力などに障害が起こり、日常生活に支障をきたす病気です。

認知症を引き起こす病気のうちもっとも多いのは、「変性疾患」で、代表的なものに「アルツハイマー型認知症」や「レビー小体型認知症」があります。続いて多いのが脳梗塞や脳出血などが原因で、神経の細胞に栄養や酸素が届かなくなり、神経ネットワークが壊れてしまう「脳血管性認知症」です。

3大認知症

アルツハイマー型認知症

物忘れが特徴的な症状として現れます。脳にアミロイドβというたんぱく質がたまり、正常な神経細胞を破壊してしまうので、次第に脳が委縮していくことで認知や身体の機能が徐々に失われていきます。



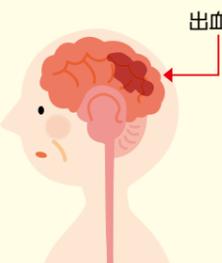
レビー小体型認知症

実際にはいない人が見える「幻視」、眠っている間に怒鳴ったり、奇声をあげたりする異常言動などの症状が目立ちます。脳にレビー小体というたんぱく質が作られることで、正常な神経細胞が壊されてしまい発症します。パーキンソン病に似た身体症状も伴います。



脳血管性認知症

脳のどこがダメージを受けたかによって症状が変わります。主に手足の麻痺や上下左右の感覚がなくなる、言葉が出てこない、物の使い方がわからないなどの失認の症状が出てきます。脳梗塞や脳出血などの脳血管障害を起こしたあとに、後遺症として発症する認知症です。



加齢による物忘れ



- ・物忘れを自覚している
- ・体験したことの一部を忘れる
- ・ヒントがあれば思い出す
- ・日常生活に支障はない
- ・判断力は低下しない

原因	正常な老化
日常生活	支障がない

認知症による物忘れ



- ・物忘れの自覚がない
- ・体験したこと自体忘れる
- ・ヒントがあっても思い出せない
- ・日常生活に支障がある
- ・判断力が低下する

原因	脳の病気
日常生活	支障がある

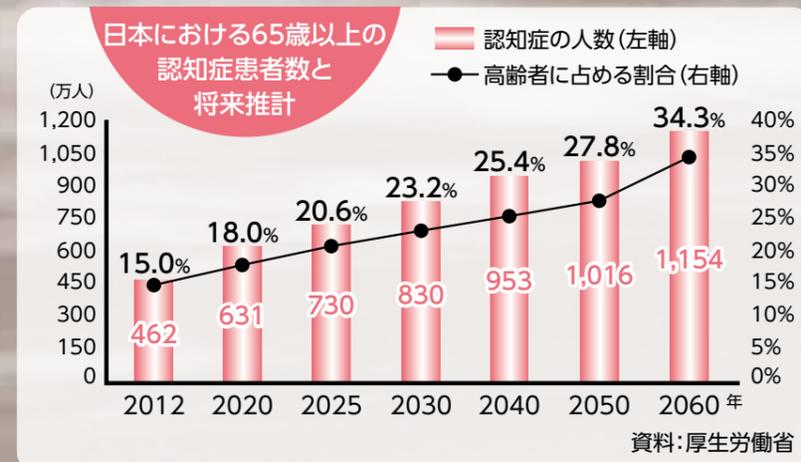
加齢による物忘れとは、「いつかり時間を忘れてしまう」「印鑑をどこにしまったか忘れて探している」などで、これは認知症の症状ではありません。認知症による物忘れでは、「約束したことを覚えていない」「印鑑をしまったことを忘れる」といった、「そのこと自体」を覚えていられなくなります。

加齢による物忘れと認知症による物忘れ

年齢を重ねると、脳の老化によって誰もが物忘れをしやすくなりますが、加齢に伴う物忘れと、認知症は大きく違います。

人は誰でも加齢と共に脳の機能が衰え、年相応の自然な物忘れがみられるようになります。

加齢による物忘れとは、「いつかり時間を忘れてしまう」「印鑑をどこにしまったか忘れて探している」などで、これは認知症の症状ではありません。



薬は誰にでも処方してくれるのですか？
 ……
 基本的に予防的な投薬はしていません。認知症と診断された方や日常生活の中で認知症に困っている場合に出されるケースがほとんどです。予防的に出すケースは極稀です。

では、何か予防する策はありますか？
 ……
 糖尿病をはじめとした生活習慣病がもたくなって認知症を進行させるといったケースが多いです。

今、当診療所に通う認知症の患者さんの4割以上が糖尿病を患っている、また治療を受けているような状況です。

糖尿病にならないようにすれば、この先の認知症の発症率も抑えられます。

糖尿病のみならず、一般的な生活習慣病の予防がアルツハイマー型認知症をはじめ、さまざまな認知症の発症の抑制に繋がってきます。

私は「自分自身はまだ大丈夫」と自負していますが、自分の両親が、また祖父母が認知症になったとして、家族にできることは何かありますか？
 ……
 いつも思っていることは認知症になられた方の「尊厳を優先したい」と、それが1番だと考えています。

認知症になったからすぐ薬を飲みましようとかではなくて、認知症を発症すると「今まで自分でできていたことができなくなる」、「大切な思い出がなくなってしまう」というのがご本人にとって不安であり、悲しいことだと思えます。それが精神的な不安定につながって、認知症の周辺症状がでたり、精神的な症状がでることが多いです。

本人の尊厳を大切にすること、この観点から、日常生活の中で、「自分でできることはなるべくご自身でしていただく」、「ご家族の方はそれをサポートする」といった「関わる」ということが重要です。

ご家庭によってはまったく関わらなくなるといったケースもあります。できれば同居するの



が番、同居できなくても様子を見に行ける環境を作ってほしいです。

本人ができることを残しつつ、本人ができなくなったことをサポートすることが大切です。

本人の尊厳を大切にしつつ、できないことを家族でサポートする。これが良好な関係を築くのに重要なですね。
 ……
 あとはそれを続けていくのにあたり、ご家族の方の負担というのが増えていくかと思えます。そうなったときに家族も誰か回りに相談できる人が必要になってくるかと思えます。それは病院やケアマネージャーの方でもいいですし、周りの知人でもいいです。

まずは相談できる環境を事前に作っておくことが大切です。

認知症サポート医とは？



認知症の患者さんや、その疑いのある方が、早期から地域の中で必要な医療や介護に繋がることができるよう、案内役やパイプ役を担う医師です。

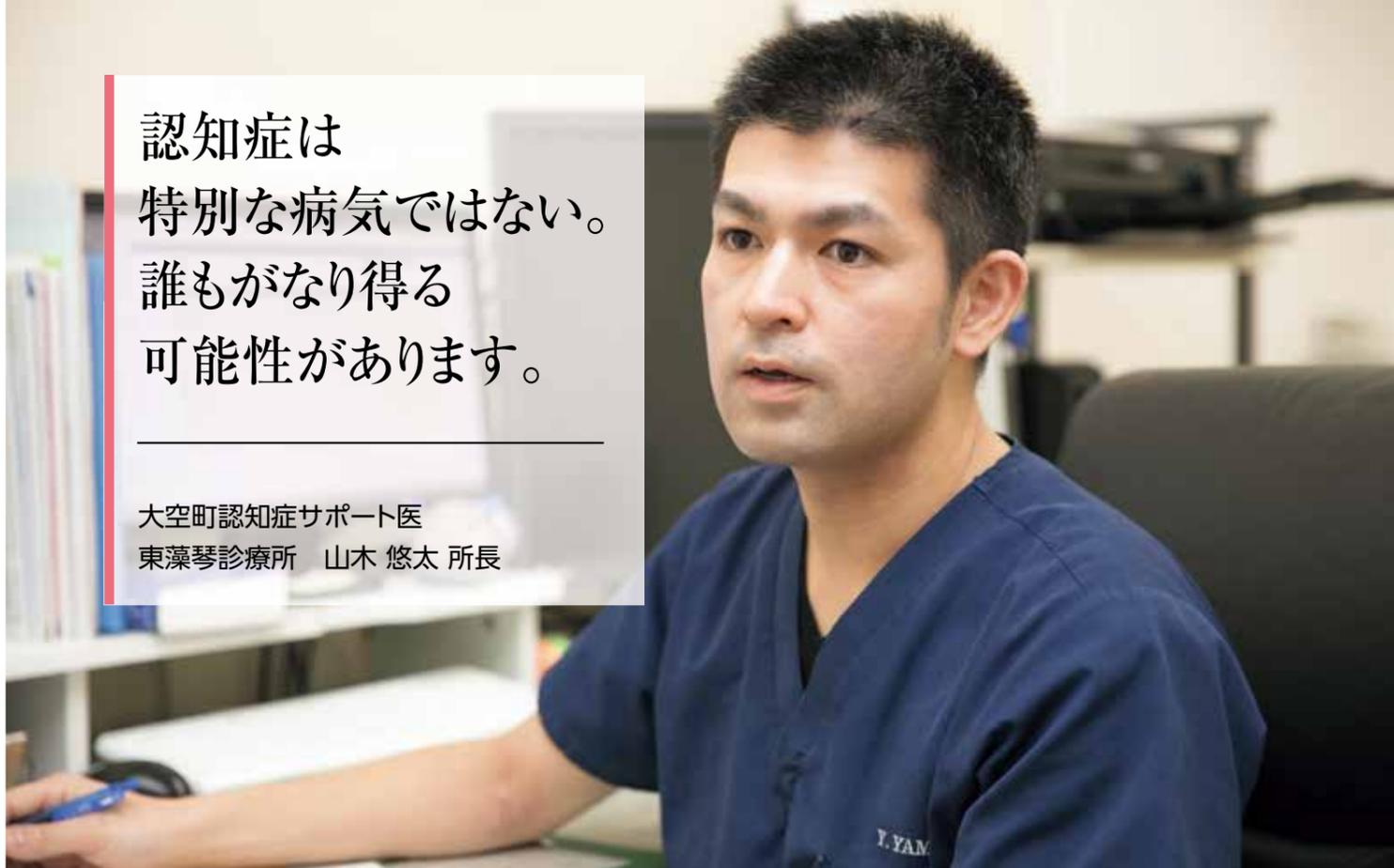
地域の診療所などで普段私たちが診察をしてもらう、かかりつけ医へのアドバイスや、関係機関や他職種との連携・協力体制の整備などを行う、地域の認知症医療の指導者でもあります。

「家族が認知症なのかな？おかしいな」と思った時点であっても、自身たちの中で完結せず、色々な方の話を聴いてみるというのでもいいと思います。

INTERVIEW

認知症は特別な病気ではない。誰もがなり得る可能性があります。

大空町認知症サポート医
東藻琴診療所 山木 悠太 所長



広報取材班は認知症サポート医である東藻琴診療所の山木悠太所長に話を伺いました。

認知症は誰でも発症するのでしょうか？
 ……

みなさん、同じような確率でなることがありますが、もともと患っている病気によってなりやすさは変わってきます。特にアルツハイマー型認知症は糖尿病を患っている方が平均して5倍くらい発症しやすいと言われています。

え？5倍ですか！？ちなみに喫煙も認知症の発症に影響あるのですか？
 ……

喫煙と認知症の因果関係は明確ではありませんが、喫煙者は糖尿病の発症自体が多くな

ります。そういったことを踏まえると、喫煙していること自体も将来的なアルツハイマー型認知症の発症に關与していると言えますね。

喫煙はガンなどの発症率も高めていると言われていますが、認知症の発症率にも影響あるのですか？
 ……

そうですね。あと認知症の中には遺伝性のももあると言われています。

さまざまな認知症があると思いますが、有効的な治療薬はあるのですか？
 ……

認知症を根本的に治療する薬は世の中にはできていません。海外においても治験の段階です。ただし副作用が多くて、実際には治療の開発は休止しているような状況です。市場に出来るというのはまだまだ先のことになりそうですね。

今、国内では「抗認知症薬」として認知症の進行を遅らせる薬を投薬しています。

認知症の家族を介護している方、家族が認知症ではないかと心配している方を対象とした交流会が3月16日と19日に東藻琴と女満別の会場で開催されました。

交流会では、看護師で認知症介護指導者の知花明美氏から認知症に関するさまざまなお話があり、認知症の知識を深める場となりました。

知花氏の体験談を聴き「わかる、わかる、そうなんです」

家族のためのほっと二息交流会

平成29年度
介護予防・介護技術講演会



看護師/認知症介護指導者
知花 明美 氏

と相槌を打つ参加者も多く、時に笑い声が飛び交う講話になりました。

交流会の最後、知花氏は参加者ひとり一人に家族の介護の様子を伺っていました。

「私の場合は、●●がこうで…」

「数年前から〇〇が認知症になって…」

中には涙ながらにお話しされた方もいました。

知花氏は「症状が様々なため、介護する家族の接し方も十人十色です。認知症の方はなにより不安でしょうがないです。介護する家族の方も健康的、経済的に負担を伴いますが、『ほっと』するような言葉をかけ、一緒の時間を過ごし、一緒に何かを行ってほしいです。そして花を…自信を持たせてください」と話して交流会を終えました。

参加された方はどこことなく安堵の表情を浮かべていました。

その表情をみて、先の山木先生のインタビュー後、広報取材班に話してくれたことが頭によぎりました。

生きがいや役割を持って楽しく生活するには…

認知症を寄せつけない暮らしのすすめ

- 仕事人間、まじめ人間をやめよう。
- 家庭でも役割分担と特技を持とう。
- 日記をつけアルバム整理をしよう。
(昨日や2~3日前の日記をつけるとより効果的)
- 仲間づくりは若いうちから幅広く。
- 遊びや趣味は40~50代から心がける。
- スポーツ、ウォーキングを習慣にしよう。
- おしゃれして出かけ、集まりに参加しよう。
- 子どもや孫など家族とコミュニケーション。
あたたかい人間関係をつくろう。

家族の側から

- ★ ひとりぼっちにしない。
- ★ 生きがいや役割をもってもらおう。
(陰ながら目配り気配りを忘れずに)
- ★ 離れて暮らしているときには、定期的に訪問、電話をしよう。

「認知症の方も、家族の方も外に…地域にでてほしいですね」

認知症であることを受け入れるのは、本人にとっても家族にとってもいいことです。

そんな家族にとって「うちのとうちゃん、認知症になっちゃってさ」と気軽に言える仲間、環境が大切です。

誰もが発症する可能性のある認知症。

特別な病気ではありません。だからこそ、生きがいや役割を持つて、いつもと変わらない楽しい生活を送る。

これこそが認知症の特効薬と言えるでしょう。

平成30年度
新規事業!!

「メルヘンカフェ」
「のんき~カフェ」
5月からオープン!

メルヘンカフェ ■日 時 第2・第4水曜日
■場 所 女満別老人福祉センター

のんき~カフェ ■日 時 第1・第3水曜日
■場 所 ふれあいセンターフロックス

■内容 ・誰でもできるカンタン運動 ・ティータイム
・チョコレートたためになる話

どなたでも気軽に参加できます。詳しくは広報おおぞら5月号でお知らせします。ぜひお越しください。

認知症を予防するために

適度な運動

運動は激しすぎてもいけません。運動負荷があまり高くなく、早急ではない動きをある程度の時間、継続して行う有酸素運動や無理なく続けられるエクササイズをおすすめします。

社会福祉協議会 ふまねっと運動活動



■実施日・実施場所
ご希望に添います。
大空町社会福祉協議会
TEL.75-6021
TEL.63-5105

北海道で生まれたふまねっとは、身体の動きに注意を集中させて、全身のバランスや認知機能を向上させることを重視とした運動です。国内のみならずハワイや韓国と海外でも実施されています。町内では29年度延べ630人がふまねっとを通して交流を深めました。

大空町B&G海洋センター 水中運動



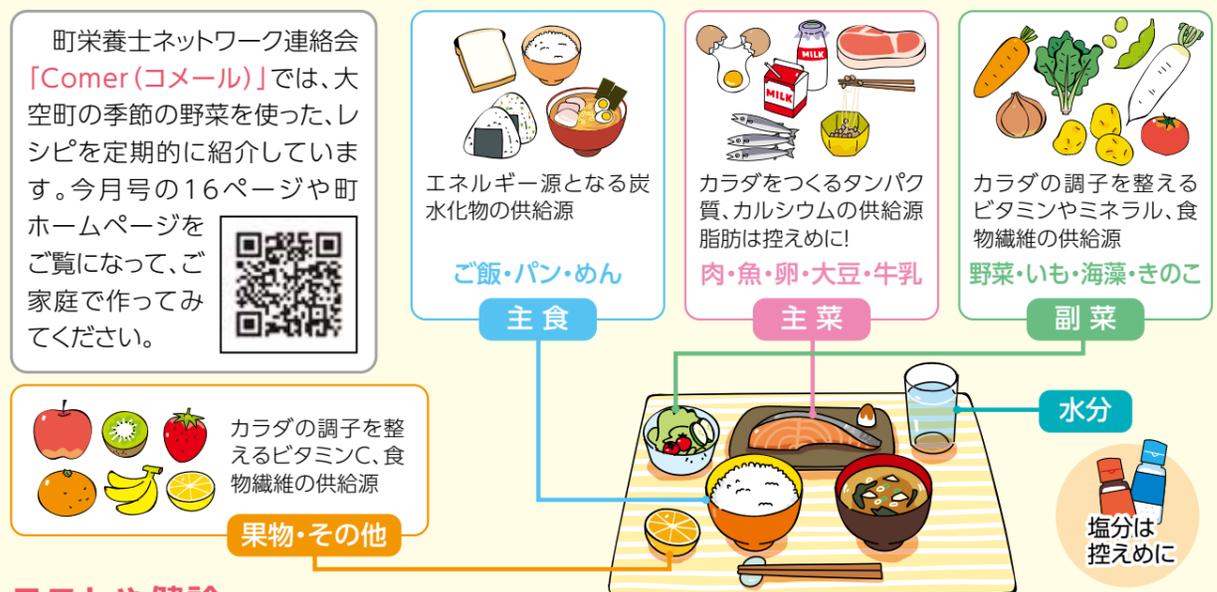
■プール開館期間
5月中旬~9月中旬
■問合せ 大空町B&G海洋センター
TEL.74-3519
TEL.66-2741

関節や腰部に大きな負担をかけずに運動することができます。つまずいたり滑ったりしても、身体が水の抵抗を受けるので転倒の心配はありません。B&G海洋センターのプールでは、ウォーキングやエアロビクスなどの教室を行っています。

※ご紹介したのは一例です。町内ではほかにもさまざまな活動が行われています。

バランスのとれた食事

「主食」を基本に「主菜」、「副菜」を上手に組み合わせましょう。外食でもコンビニの食事でも、「主食」、「主菜」、「副菜」を上手に組み合わせることで、バランスよい食事をとることができます。



テストや健診

認知症は前頭葉の働きが低下して始まります。運動によって低下した筋力を取り戻せるのと同じように、早く気がついて生活を見直せば、前頭葉の働きも回復できる可能性があります。

まちでは、脳刺激訓練教室の中で、前頭葉の働きを見るテストなどを行っています。ご希望の方には個別でも行い、認知症を予防できるよう、生活を見直すアドバイスを行っています。

生活習慣病の予防・改善が認知症の抑制につながります。町では健診を行っていますのでご活用ください。

■問合せ 福祉課・住民福祉課 保健師 TEL.74-2111・TEL.66-2131



町民投稿ニュース

町民のみなさんから寄せられた身近な話題や耳より情報をご紹介します!



2月24日⑤

激闘! 町内男子バレーボール大会

大空町バレーボール協会の発足を記念した、町内男子バレーボール大会に参加しました。

普段の運動不足は否めなかったですが、気持ちのいい汗をかくことができました。

来年もぜひ参加したいです。

情報提供 男子最下位チーム



3月3日⑤

雪解けが待ち遠しい

図書館で開催された家庭菜園教室に参加しました。野菜栽培の裏技などを聞くことができたので大変良かったです。

3月に入り、時折あたたかな陽気が春の訪れを感じさせてくれますが、順調に雪解けが進んでくれればうれしいです。

情報提供 目からウロコの参加者

まちからのニュース
TOWN NEWS

2月22日⑥

もっと英語が身近に
感じられるように

東藻琴小学校の1・2年生を対象に、英語と日本語による絵本のおよみかせ教室が開催されました。

ALTが英語で読んだ後に、図書館職員が日本語で読みます。絵を見たり英語の後の日本語を聞いたりすることで、耳で聞いて英語を理解するよい機会になりました。



2月27日⑥

大空町にも「そだね〜」旋風

冬季オリンピック開催中は連日、日本中を沸かせてくれたLS北見の銅メダル獲得を称え、町民の有志の方が「祝LS北見」の雪上文字を作成しました。

LS北見も作成に携わったみなさんも、本当にお疲れ様でした。4年後も楽しみにしています。



2月27日⑥

親子の絆を育む
アタッチメントジム

親子でふれあい遊びを通し、子どもの発達を促す「アタッチメントジム」が行われました。9ヶ月〜3歳の子どものお母さんが参加し、親子で楽しみながら家でもできるプログラムを学びました。また、子育てについて気軽に情報交換・交流できる「学びカフェ」の紹介もあり、参加者は熱心に聞いていました。



3月18日⑥

カンジキを履いて
大自然の中に行く

今年で7回目となったカンジキ登山。

登山口前の駐車場から6合目付近まで往復2時間程度、雪解け前の藻琴山の自然や遠くの山々が見える景色を楽しみました。

下山後は東藻琴山岳会手作りの豚汁を食べ、疲れた身体を癒しました。



2月25日⑥

大空町民劇 公演

Le Vie en rose ~パパと呼ばないで~



イナダさんによる演技指導



公演後のカーテンコール

昨年9月から開催してきた「第5回オホーツク演劇祭inおおぞら」のフィナーレを飾るべく、大空町民劇「Le Vie en rose ~パパと呼ばないで~」の公演がありました。

オカマバーを舞台に繰り広げられる笑いあり涙ありのこの創作人情劇は、大空町民を中心に町外からも参加者が集まり、イナダさんのワークショップをはじめ、熱の入った稽古に励んできました。その成果は、観客のみなさんの心に響いたのではないのでしょうか。

おおぞらニュース
OZORA NEWS PLUS



主なイベント案内・募集・暮らしの情報

クローズアップ

妊娠から出産、育児まで 子育て支援アプリ「そらベビ」を開始!!

スマートフォンやタブレットで子どもの成長目安の確認をはじめ、成長記録と思い出の共有、予防接種時期の計算や管理ができます。まちの情報や子育て施設、近隣の病院を探すこともでき、不安なく楽しんで育児ができるように妊娠期から子育てまでサポートするアプリです。ぜひご利用ください。



母子モ(ぼしも)で検索!
アプリストアからダウンロード
利用料金は無料です。



Android用



iOS用

■問合せ 役 福祉課健康介護グループ(内線113) 支 住民福祉課福祉グループ(内線437)

4月 運転免許の更新時講習日程

● 場所 網走エコセンター ☎0152-43-3704

【優良講習】(30分)	【一般講習】(60分)	【違反講習】(120分)	【初回講習】(120分)
● 3日(火) ● 17日(火) ● 24日(火)	● 10日(火) ● 24日(火)	● 3日(火) ● 17日(火)	● 10日(火)

※高齢者(70歳以上)の方は、自動車学校で受講後に更新手続きを行います。
※更新時会場には、運転免許証と筆記用具を忘れずにお持ちください。

イベント

★図書館

4月29日(日・昭和の日)は、祝日開館します。

図書館劇場

人形劇団たんぽぽ公演

網走市を中心に活動をしている人形劇団たんぽぽのみなさんによる楽しい人形劇や大きな紙芝居をご家族で観に来てください。

■日時 4月29日(日)
午前10時30分

【東藻琴図書館】

【女満別図書館】 午後2時

■演目 「こもだちや」

「ごんびきのこぶた」

紙芝居 「つりこびめとあまんじゃく」

ボードビル 「にんげんっていいな」

※約45分間の公演です。



よみがたりプチ

親子で一緒に絵本を楽しむあたたかな時間は赤ちゃんにとって心地よいものです。ぜひお越しください。

■日時 4月4日(水)・18日(水)
午前10時30分

■場所 女満別図書館

■対象 乳児(0〜3歳)



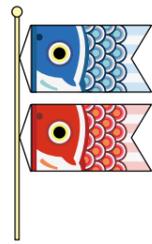
読み語りのじかん

絵本を読んだり工作をしたりしています。楽しい時間を過ごしませんか? 14日は、「英語多読を楽しむ会」による英語の絵本の読み語りもあります。工作は「こいのぼり」です。

■日時 4月14日(土)・28日(土)
午後2時

■場所 女満別図書館

■対象 幼児から小学校低学年



森のお話ふくひつひつ「おはなしたいむ」

ボランティアのみなさんによる絵本の読み語り、こいのぼり工作をします。楽しい時間を過ごしましょう。

■日時 4月21日(土)
午前10時30分

■場所 東藻琴図書館

■対象 幼児から小学校低学年



※図書館事業はすべて参加無料です。
※そらびきーポイントカード(50Pまたは100P)対象事業です。お気軽にご参加ください。

図書館事業の問合せ

女満別図書館 ☎74・4650
東藻琴図書館 ☎66・2010



暮らし

大切な1票を 大空町長・大空町議会議員選挙

大空町長及び大空町議会議員選挙の投票日が近づいてきました。

みなさんの大切な1票です。棄権せずにご投票しましょう。

■投票日 4月15日(日)
午前7時〜午後6時

※対象者には投票入場券を送付しますが、立候補受付日(4月10日(火))前に届く場合があります。

※投票日の午前7時(投票開始)と午後5時(投票終了1時間前)にサイレンを吹鳴します。

期日前投票・不在者投票

投票日に、仕事や旅行、冠婚葬祭などで投票ができない方は、期日前投票や不在者投票ができます。

■期間 4月11日(水)〜14日(土)

■場所・時間

【役場1階1号会議室】
午前8時30分〜午後8時

【東藻琴総合支所応接室】
午前8時30分〜午後7時
※期日前投票は、どちらの場所でも投票できます。

指定管理者の決定

民間事業者等の経営ノウハウを生かして提供するサービスの質を高め、施設を効率的に管理運営することを主な目的として、指定管理者制度を活用しています。

4月1日から次の施設を管理運営する指定管理者が新たに決まりましたので、お知らせします。

■対象施設 大空町広域穀類乾燥調製貯蔵施設(新規)

■指定管理者

オホーツク農業協同組合連合会

■指定期間 2018年4月1日〜

2039年3月31日(20年間)

■問合せ 総務課政策グループ(内線213)



春先の熊はとても危険です!

4月は雪が解け、山菜採りで野山に出かけることも多くなる季節です。道内ではこの時期、林業作業中に熊による被害が発生しています。

冬眠から目覚めた熊が、えさを求めて雪の少ないふもとまで下ってきます。熊の被害に遭わないように十分注意してください。

注意

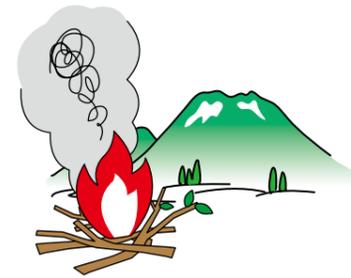
- ・出発情報付近には絶対に近づかない
- ・早朝・夜間は出会う可能性が高くなるので特に注意
- ・鈴やフジオで存在を知らせる
- ・熊に出会う恐れのある場所は注意
- ・山際、川沿いのやぶ、見通しの悪い場所、山とつながっている林

お願い

熊を目撃したり足跡を発見した場合は、必ず引き返してください。すぐにその場を立ち去り、安全な場所から役場にご連絡ください。

問合せ

- 産業課耕地林務グループ (内線313)
- 支 地域振興課産業グループ (内線444)



山火事に注意

空気が乾燥し山火事が発生しやすい時期となりました。

林野火災の発生原因は、森林周辺でのごみ焼きや入林者によるたばこの不始末など人為的な過失によるものが大半です。

次のことをご確認のうえ、山火事予防にご協力をお願いします。

- ・火入れを行う際は、必ず火入れ許可を受ける。
- ・強風時や乾燥時には、たき火・火入れをしない。
- ・火気の使用後、その場所を離れるときは完全に消火したことを確認する。

林野火災予防危険期間

- 4月1日(日)～6月30日(土)
- 林野火災予防防強調期間
- 4月21日(土)～5月31日(木)

問合せ

- 産業課耕地林務グループ (内線313)
- 支 地域振興課産業グループ (内線444)

ご活用ください!

まちづくり出前講座

みなさんに町政へのご理解を深めていただき、協働のまちづくりを進めるため「大空町まちづくり出前講座」を開設しています。町内に在住の方や勤務されている方で10人以上集まれば、どなたでもご利用できます。

講座メニュー

- ・町政のしくみ
- ・くらしに関するお話し
- ・環境に関するお話し

※詳しくは町のホームページをご覧ください。

出前講座のページは
まちづくり出前講座のページは
こちら▼



開催日時

午前9時～午後9時までの2時間以内です。開催日はご希望に添います。

受講料 無料

※講座によっては資料代などかかる場合があります。

問合せ・申込み

- 総務課企画グループ (内線214)

飼犬・飼猫の不好手術費を助成します

飼犬・飼猫の過剰繁殖による飼育放棄を防止するため、不好手術費に係る費用の一部を助成します。

対象者

- ・町内に住所を有する方
- ・町税等の滞納がない方
- ※犬の場合は、畜大登録と当該年度の狂犬病予防注射済票が必要です。

助成額

- 犬・猫1匹あたり手術費の2分の1以内
- 去勢手術 5,000円(限度)
- 避妊手術 10,000円(限度)

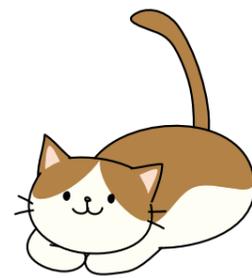
※手術前の申請が必要です。

飼育者へお願い

動物を捨てたり、傷つけることは犯罪です。必要な世話を怠ることも虐待となります。動物に愛情を持ち、最後まで責任をもって飼いまししょう。

問合せ

- 住民課住民グループ (内線104)
- 支 住民福祉課住民グループ (内線435)



4月から 入院したときの食事代などが変わります

入院したときの食事代などが、次のとおり見直しされました。

療養病床以外に入院したときの食事療養標準負担額(食事代)

区分		食事療養標準負担額	
現役並み所得・一般		1食につき360円→460円	
	指定難病の医療受給者証をお持ちの方	1食につき260円	
住民税非課税世帯	区分Ⅱ	90日までの入院	1食につき210円
		90日を超える入院	1食につき160円
	区分Ⅰ		1食につき100円

療養病床に入院したときの生活療養標準負担額(主として長期にわたり療養が必要な方)

区分	生活療養標準負担額(居住費部分)
以下のいずれにも該当しない方(医療の必要性の低い方)	1日につき370円
医療の必要性の高い方(指定難病患者を除く)	1日につき200円→370円
指定難病患者	1日につき0円
老齢福祉年金受給者	1日につき0円

問合せ ● 福祉課戸籍保険グループ(内線108) ● 住民福祉課福祉グループ(内線443)

毎日をいきいき生活するために
「平成30年度健康診査」申込み受付開始 4月2日(月)から申込み開始です!

4月2日から「平成30年度健康診査」申込みの受付を開始します。特定健診や後期高齢者健診のほか、各種がん検診、人間ドックなど全ての健診に予約が必要です。

総合健診・レディース健診

会場	日程
ふれあいセンターフロックス	6月23日(土)、11月16日(金)、11月17日(土)【女性のみ】
女満別研修会館	6月24日(日)、6月25日(月)【女性のみ】、11月18日(日)、11月19日(月)【女性のみ】

お得な特典もあります!

特典1 特定健診が無料!

平成31年4月1日現在、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方

特典2 後期高齢者健診が無料!

平成31年4月1日現在、76歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の方

特典3 大腸がん検診が無料!

平成30年4月1日現在、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方

特典4 乳・子宮がん検診が無料!

【乳がん検診】平成30年4月1日現在、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の女性
【子宮がん検診】平成30年4月1日現在、20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の女性

そらっきーポイント対象事業



健診受診で100ポイント発行します。

問合せ・申込み ● 福祉課健康介護グループ(内線116) ● 住民福祉課福祉グループ(内線447)

春の火災予防運動

4月20日(金)～30日(月)まで、春の火災予防運動を実施します。

この季節は空気が乾燥して風も強く火災が起りやすくなります。火の取扱いには十分注意して、火災を出さないようにしましょう。

火災予防運動期間中の午後7時に30秒間、サイレンを鳴らします。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

■問合せ
大空消防署管理課予防係
☎74・2619

東藻琴出張所防災調査係
☎66・3344



固定資産課税台帳縦覧・閲覧

平成30年度固定資産課税台帳の縦覧・閲覧を次のとおり行います。

■縦覧・閲覧期間

4月20日(月)～5月31日(木)

(閉庁日を除く)

午前8時45分～午後5時30分

募集

奨学生の募集

教育委員会では、平成30年度の奨学生を次のとおり募集します。

■資格要件

本町住民の子弟で高等学校(定時制を含む)以上の学校に就学または在学し、人物・学業ともに優れ、学費の支払いが困難な方

■貸付金額(月額)

【高校生】1万5千円以内

【高等専門学校・専修学校の専門課程・大学の学生】
・国公立 2万5千円以内
・私立 3万円以内

■貸付期間

奨学生の学業終了まで

■償還方法

学業終了後1年措置、7年以内に年賦、半年賦、月賦で償還

■提出書類

・申請書(保証人2名必要)
・家族の状況調書
・履歴書
・所要学資調書

・合格通知書の写しまたは在学証明書
・保護者の前年における所得を証明する書類

※関係書類は教育委員会にあります。

■受付期間 4月20日(月)～20日(金)

■その他 貸付終了後に、奨学金の返

縦覧・閲覧ができる方

- ① 町内に固定資産(土地・家屋)を所有されている方
- ② ①の納税管理人
- ③ 代理人(所有者からの委任状が必要です)

閲覧のみできる方

- ・借地されている方
- ・借家されている方(賃貸借契約者)
- 縦覧等に必要なもの(運転免許証、保険証等)
- ・印鑑
- ・借地、借家の契約書や権利関係を証明する書面

※5月中旬に送付予定の「納税通知書の課税明細書」でも、評価額等を確認することが出来ます。

※縦覧：町内の全ての固定資産について確認出来ます。

※閲覧：関係する固定資産について確認出来ます。

問合せ

■住民課税務グループ(内線121)
支 地域振興課総務グループ(内線414)



還に係る「借用証書(連帯保証人2名必要)」を提出していただきます。

問合せ

生涯学習課学校教育グループ
東藻琴地区総合支所2階(内線458)
女満別地区研修会館2階(内線504)

警察官の募集

北海道警察では、みなさんの暮らしを一緒に守る警察官を募集します。

■試験日

第1回試験 5月20日(日)

■受付

3月1日(木)～4月23日(月)

■試験区分

・A区分(大学卒) 男性・女性
・B区分(大学卒以外) 男性・女性

願書、資料請求、問合せは網走警察署または最寄りの駐在所までご連絡ください。

問合せ

網走警察署
☎0152・43・0110



移動図書館車メルヘン号 運行コース変更のお知らせ

4月からのメルヘン号のコースは表のとおりです。ぜひ、ご利用ください。
なお、天候・道路状況等により、多少遅れることがあります。ご了承ください。

コース	曜日	時間	ステーション
A	第1・3水曜日	14:10～16:00	女満別小学校
		16:20～16:30	夕陽台団地
		16:45～17:00	東陽団地
B	第1・3木曜日	10:05～10:30	東藻琴小学校(中休み)
		10:40～12:00	山園
		12:45～13:00	東藻琴小学校(昼休み)
		15:30～16:10	女満別中学校
		16:30～16:40	錦町はなぞの団地
		16:50～17:00	大成4地区集会所周辺
C	第1・3金曜日	14:25～14:35	宮沢商店
		14:50～15:10	めっちゃいど館
		15:15～15:25	しらかば団地(5～10月)

コース	曜日	時間	ステーション
D	第2・4水曜日	14:10～16:00	女満別小学校
E	第2・4木曜日	10:05～10:30	東藻琴小学校(中休み)
		12:45～13:00	東藻琴小学校(昼休み)
		14:00～15:00	明生
		15:10～15:30	東藻琴中学校
		17:00～17:10	福若商店
		17:15～17:40	開陽地区

※第5週は、小学校のみ運行します。

そらっきーが目印だよ!



絵本や児童書、一般向けの小説やエッセイ、実用書(料理・園芸・手芸ほか趣味の本)など、約2200冊の本を積んでいます。予約・リクエストも受け付けています。ぜひ、ご利用ください。

■問合せ 女満別図書館 74-4650 東藻琴図書館 66-2010

高齢者肺炎球菌 日本脳炎 予防接種のお知らせ

高齢者肺炎球菌ワクチンの接種 希望される方は、下記の担当窓口へ問合せください。

対象者(次の要件をすべて満たしている方)

- ① 過去に肺炎球菌予防接種を受けていない方
- ② 本人が接種を希望していること
- ③ 年齢が65歳、70歳、75歳以上の方

年齢	生年月日
65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ
75歳以上	昭和19年4月1日以前生まれ

指定医療機関 ①女満別中央病院(☎74-2181) ②大空町東藻琴診療所(☎66-2611)

※他の医療機関で受けた場合は、全額自己負担となりますのでご注意ください。
※接種には事前に医療機関への予約が必要です。

自己負担 2,330円 ※接種を希望される方は、必ず事前に担当窓口へお越しいただく(指定医療機関で受けた場合) か、電話で問合せください。

日本脳炎の予防接種 道外や海外に行き来する機会が増えていることから定期接種として実施しています。日本脳炎の予防接種は、1期に3回、2期に1回接種することとなっています。

定期接種の対象者	1期(3回接種)	2期(1回接種)
	初回接種(2回) 生後6か月以上7歳6か月未満(接種に望ましい年齢:3歳)	追加接種(1回) 初回接種後おおむね1年後(接種に望ましい年齢:4歳)
		9歳以上13歳未満(接種に望ましい年齢:9歳)

※特例措置として20歳までの方も1期目を接種することができますが、年齢により接種時期が異なりますので問合せください。

■問合せ・申込み 役 福祉課健康介護グループ(内線113) 支 住民福祉課福祉グループ(内線447)

後期高齢者医療制度のおしらせ ～保険料軽減特例等の見直しについて～

後期高齢者医療制度の保険料は、「均等割」(1人あたりの額)と「所得割」(本人の所得に応じた額)の合計額が1年間の保険料となります。

所得の低い方に対する保険料の軽減と所得の高い方の賦課限度額が、次のとおり見直しされました。

均等割2割・5割軽減の範囲の見直し

平成29年度

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円+(27万円×世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円+(49万円×世帯の被保険者数)	2割軽減

平成30年度から

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円+(27万5千円×世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円+(50万円×世帯の被保険者数)	2割軽減

所得割の軽減割合の見直し

平成29年度

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	2割軽減

平成30年度から

軽減割合
軽減なし

被用者保険の被扶養者だった方の軽減割合の見直し

平成29年度

区分	所得割	均等割
被用者保険の被扶養者だった方	かかりません	7割軽減

平成30年度から

所得割	均等割
かかりません	5割軽減

※所得の状況により、均等割の軽減割合が9割、または8.5割に該当することがあります。

1年間の保険料の賦課限度額の見直し

保険料の賦課限度額が、次のとおり見直しされました。

平成29年度

保険料の賦課限度額
57万円

平成30年度から

保険料の賦課限度額
62万円



平成30年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。

■問合せ 北海道後期高齢者医療広域連合
〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
☎011-290-5601

■役 福祉課戸籍保険グループ(内線108)
■支 住民福祉課福祉グループ(内線443)

プールの管理人募集

B & G 海洋センターのプール管理人を募集します。

募集人数

・女満別 B & G 海洋センター 6人
・東藻琴 B & G 海洋センター 6人

雇用条件

・町民で20歳～65歳までの健康な方
・過去に普通救命講習を受講したことのある方、今後受講できる方

雇用期間

5月18日(金)～9月11日(火)

勤務時間

- ①午前9時～正午
- ②午後1時～5時
- ③午後5時～8時

※各時間帯を5名でローテーションします。

※土・日の勤務もあります

※雇用期間中の平均労働時間は、一人あたり約250時間程度です。

勤務内容

プールの安全衛生管理業務、受付業務

■賃金 時給920円

■その他 季節的雇用者のため社会保険・雇用保険等には加入できません。

■申込み方法 B & G 海洋センターに備え付けの履歴書を提出してください。

■申込期限 5月8日(火) 午後5時

■問合せ・申込み

女満別 B & G 海洋センター

☎74・3519

東藻琴 B & G 海洋センター

☎66・2741

相談

交通事故のご相談

交通事故にあったが、どうしたらよいのかわからない。示談をどのように行ったらよいのかなど、専門の相談員が交通事故に関する相談に応じてくれます。相談は事前予約制で無料です。ぜひご利用ください。

■日時 4月19日(木) 午後1時～4時

■場所 オホーツク総合振興局 交通事故相談所

■問合せ・申込み

オホーツク総合振興局保健環境部

環境生活課道民生活係

☎0152・41・0627



大空町栄養士ネットワーク連絡会「Comer(コメール)」

大空町の季節の野菜を使った簡単レシピ 第36弾

アスパラのおにぎらず

材料(1個分)

- ロースハム……………1枚
- 卵……………1個
- グリーンアスパラ ……小3本
- 焼のり……………1枚
- 温かいご飯……………150g
- 塩・サラダ油・マヨネーズ…適量

【作り方】

- ①アスパラは根元1～2cmを切落とし、下の硬い部分は皮を薄くむく。長さを半分に切り、約1分塩ゆでしざるにあげる。
- ②フライパンに油少々を広げ、ハムを両面こんがり焼き色がいたら取り出す。
- ③同じフライパンに卵を割り落とし、白身が固まったら、黄身を少し漬す。上下を返し、黄身が固まるまで焼く。
- ④ラップを広げた上にのりの角が手前にくるようにのせ、全体に塩少々をふる。中央にご飯の半量をのせ、約10cm四方に広げる。
- ⑤ご飯の上にハム、卵、アスパラガスを順にのせ、マヨネーズ適量を絞る。残りのご飯をのせ、具はなるべくご飯からはみ出さないようにしてのりでくるむ。
- ⑥真ん中から食べやすいように半分に切る。

おおぞらテレビジョンでも作り方の動画を公開しています! [大空町栄養士レシピ](#) [検索](#)



【1人分の栄養】

- エネルギー……………406kcal
- たんぱく質……………14.6g
- 脂質……………13.9g
- カリウム……………215mg
- 食物繊維……………2.0g
- 塩分……………0.8g

町内各所ではレシピとともにミニ情報を掲載したプリントを配置しています。ご活用ください。QRコードから調理動画を確認できます!!

●配置先

シティマートめまべつ店、セイコーマートさとみ店、Aコープ東もこと店、両地区図書館、めちやいど館、フロックス、メルヘンカルチャーセンター、ノンキールランドひがしもこと、役場、総合支所



調理動画はコチラ

■問合せ 福祉課健康介護グループ(内線119)

ご利用ください! 住宅リフォーム事業補助金

住宅の安全性や耐久性、居住性の向上と、町内住宅関連業者の振興による地域経済の活性化を目的に、住宅リフォームに要する費用の一部を助成します。



- **補助対象者** ・町内に住所を有する方、移住する方で移住についての確約書を提出した方
・住宅リフォームを行う住宅の所有者であり、リフォーム完了後、住宅に居住する方
・本人及び同一世帯に属する方が、町税等を滞納していないこと
- **補助対象住宅** ・町内に存する個人所有の住宅。店舗等併用住宅は、居住の用に供する部分のみ該当
- **施工業者** ・大空町商工会員であり、町内に独立した事業所を有する建築、電気、管、冷暖房、土木等、住宅リフォーム等に関連する事業者

補助金額 費用の3分の1(千円未満切り捨て)
※同一住宅及び同一人について1回限り
※30万円上限

町予算額 1,200万円(40件)

【補助対象工事】

工事費(消費税等を除く)が30万円以上で、補助金交付決定後(着工)から平成31年3月31日までに工事費用の支払いが完了し、補助金の交付請求までを行う住宅リフォーム工事

①住宅の増築や改築工事

②住宅の改修工事

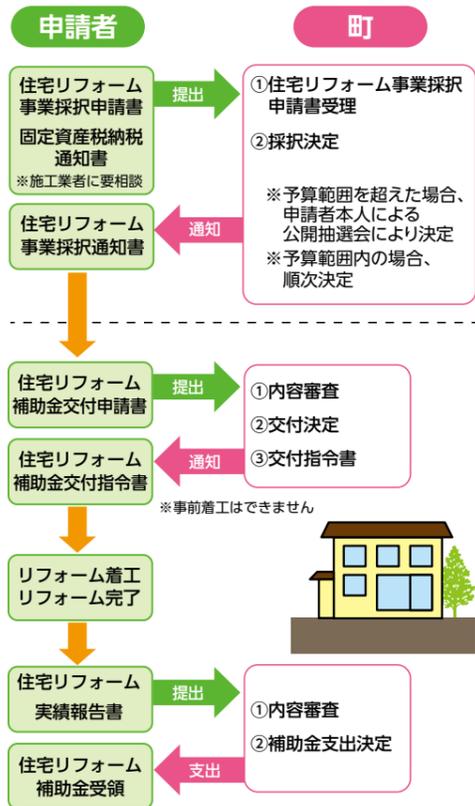
●基礎、土台、梁または柱の工事 ●筋かい、火打ち等による構造補強工事 ●世帯構成変更等に伴う間取りの変更、段差解消等の工事 ●外壁、屋根等の改修工事、または塗装工事 ●断熱工事 ●各種内装(フローリング、クッションフロアー、畳、クロス、石膏ボード、化粧合板等)工事 ●通路、融雪設備、外構に係る工事 ●その他耐久性・安全性等、性能を高めるために必要な工事

③改修工事に該当しないもの

●床、壁、天井のいずれにも固定されない物品等の購入または設置に要した費用(後付照明器具、据え置きコンロ、ストーブ、家具、その他) ●外構に係る散策路、庭、花壇等の施工に要した費用

※平成30年3月までに町住宅リフォーム補助金を受けている場合は対象外となります。

◆住宅リフォーム事業補助金手続きの流れ◆



募集期間

4月2日(月)～16日(月) (土・日は除く)

※事業採択申請書、固定資産税の納税通知書を申込み先まで提出してください。(申請書は 役 産業課商工グループ・支 地域振興課産業グループ及び町内施工業者に備えています)
※事業採択申請が予算範囲を超えた場合は、公開抽選会で決定します。

公開抽選会

※事業採択申請が予算範囲を超えない場合は抽選を行わず4月16日以降に採択決定します。
※抽選会を実施する場合は、個別に連絡します。

■問合せ・申込み 役 産業課商工グループ(内線311) 支 地域振興課産業グループ(内線444)

大空町元気づくり応援事業の募集

町の多様な文化や産業を活かした活動や個性豊かで優れた人材の育成など、みなさんが主体的に「まちを元気にしよう」と取り組む活動を応援します。

対象となる取組は、次表のとおりです。みなさんの応募をお待ちしています。

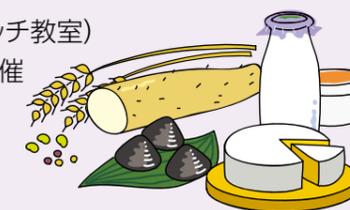
補助事業の区分	補助対象経費	補助額	担当課
地場産業振興事業(地場資源及び地場農林水産物を活用した事業に限る)	新しい地場製品の製造に必要な試作・試験研究・調査・研修に要する経費	2分の1以内 限度額50万円	役 産業課(商工グループ) 支 地域振興課(産業グループ)
地域づくり振興事業	地域の振興及び活性化に要する経費	2分の1以内 限度額20万円	役 総務課(企画グループ) 支 地域振興課(総務グループ)
芸術文化活動事業	演劇、音楽会、映画会、日本の伝統芸能、文化講演会、美術展、その他の展覧会等に要する経費	3分の2以内 限度額80万円	教育委員会生涯学習課
国内研修事業	産業振興、芸術文化・スポーツ活動その他の地域振興に資する活動のための研修に要する経費	2分の1以内 限度額5万円	教育委員会生涯学習課
国外研修事業		2分の1以内 限度額20万円	教育委員会生涯学習課
その他事業	実施事業に必要な経費等	2分の1以内 限度額20万円	産業関係…産業課 教育関係…生涯学習課 上記以外…総務課、地域振興課

※地場産業振興事業は平成30年度以降、一度補助を受けたら再度補助を受けることはできません。

※同一年度内に同一事業区分内で複数事業の申請はできません。

これまで補助した主な取組事例

- ・子育てに頑張っているお母さんたちのための講習会(心のケアやストレッチ教室)
- ・青年団体や実行委員会が主体的に企画、運営、開催する演劇等の公演開催
- ・シジミや長いもなど、特産品を用いた地場製品の試作・試食会の開催



応募方法

- **対象者** ・町内に住所を有する方 ・町内で働く方、学ぶ方
・町内で事業活動を行っている方(事業者や団体も含みます)
※町からの出資等を受けている公的団体は補助対象外となる場合があります。詳しくは問合せください。

● **募集期間** 4月2日(月)～4月20日(金) 午前8時45分～午後5時30分 ※閉庁日を除きます。

- **提出書類** ・事業計画書兼事業採択申請書
・収支計画書(補助対象経費以外も含む全体事業費について記載すること)
※様式は各担当課に用意しています。 ※まちのホームページからもダウンロード可能です。

- **受付場所** 各事業区分の担当課に提出してください。
- **事業採択** 採択申請受付後、事業内容の審査委員会による審査を経て採択・不採択をお知らせします。
※今回の応募で補助決定となるものではありません。

- **注意事項** ・事業採択は、審査の結果、申請額から減額採択される場合があります。
・事業完了後、収支を証明する書類の提出が必要になります。

■問合せ 役 総務課企画グループ(内線213) 支 地域振興課総務グループ(内線413)

事業を始めたいという方を応援します！ 起業化支援補助金



町内でさまざまな起業が円滑になされるように「起業・創業」に係る費用の一部を助成します。

補助金額	費用の2分の1(千円未満切り捨て) ※100万円上限
町予算額	200万円(2件)
【補助対象経費】	
経費区分	内容
事業拠点経費	電気設備、什器・備品等設備経費、作業機械・パソコン・コピー機等機械、器具経費、店舗棟の内装工事・看板等構築物経費、その他事業所の設置に要する経費(土地及び建物の取得・造成に係るものを除く)
宣伝広告経費	宣伝広告に要する経費(新聞広告、チラシ制作・配布その他宣伝広告に必要とする経費)
法人設立経費	法人設立時の登記に要する経費

- 【補助対象者】**
- 町内に主たる事業所を置き新規に事業を開始する方
 - 起業・創業後、大空町商工会に加盟する方
 - 大空町企業振興促進条例第2条第1項第1号に掲げる事業所でないこと
 - 中小企業基本法第2条第1項の各号のいずれかに該当する会社または個人として事業を開始する方
- ※対象外の業種
農業、林業(素材生産業・素材生産サービス業除く)、漁業、金融、保険業、医療・福祉の医療業のうち病院、診療所・歯科診療所、サービス業のうち風俗を伴うもの等

詳しくは担当に問合せください。

～起業・創業支援補助金の申請～
補助金を受けようとする方は、補助申請書に要綱で定める事業計画を添えて提出ください。

■問合せ・申込み 役 産業課商工グループ(内線311) 支 地域振興課産業グループ(内線444)

店舗リフォームを支援します！ 店舗改修事業補助金



お店のイメージアップと商店街の活性化を図ることを目的に店舗改修に係る費用の一部を助成します。

補助金額	費用の3分の1(千円未満切り捨て) ※30万円上限
町予算額	120万円(4件)
【補助対象経費】	
工事の種類	内容
改修工事	安全性・耐久性・環境に配慮した工事 段差解消・スロープ、断熱改修、省エネ工事、各種内装工事、耐久性補強工事 主要構造部の改修工事 基礎、土台、外壁、屋根等の改修
増築工事	既存の店舗部分のない場所に新たに店舗を増築する工事
改築工事	既存の店舗の一部を取り壊し、その部分に改めて店舗を建築する工事

※補助対象外経費…躯体に固定されていない備品、店舗前舗装、花壇、外構工事、その他町・国・北海道などから交付を受けた費用。

- 【補助対象者】**
- 大空町で営業活動を行う方
 - 改修を行う店舗の所有者で、現店舗において5年以上営業を行っており、改修後もその店舗で継続して営業する方
 - 改修を行う店舗の所有者及び同一世帯に属する方が、町税等を滞納していないこと
 - 改修の着手時において、建築後10年以上経過していること
 - 借家の場合は、貸主が同意すれば借主が改修工事を行える
 - 施工は、大空町商工会員の住宅関連業者であること
 - 倉庫・車庫の用に供する部分は対象外
 - 中小企業振興資金借入部分は対象外

詳しくは担当に問合せください。

■問合せ・申込み 役 産業課商工グループ(内線311) 支 地域振興課産業グループ(内線444)

安心・安全のために 廃屋等解体撤去補助金

安全で景観に配慮したまちづくりを目指して、廃屋等解体撤去処理費用の一部を予算の範囲内で補助します。

- 対象廃屋等 ・危険廃屋等(特に危険な状態にあるもの) ・その他の廃屋等(将来的に危険性が見込まれるもの)
- 対象となる工事内容 ・解体撤去業者(廃屋等の解体撤去を行う資格を有する者)が行う廃屋等解体撤去工事
- 補助金額

廃屋等の種類	補助金の額	町外業者の制限
危険廃屋等	補助対象工事費用の1/2、上限50万円	町外事業者施工の場合は、算出補助金額の8/10
その他の廃屋等	補助対象工事費用の1/3、上限30万円	

- 補助対象要件**
- 1 対象者：町税等、町に対する債務の不履行がない方で次に該当する方
 - (1) 廃屋等の所有者または所有者の相続関係者
 - (2) 廃屋等の敷地所有者または所有者の相続関係者(建物所有者の承諾が必要)
※暴力団員は対象外。
 - 2 所有権以外の権利が未設定であること
 - 3 国、地方公共団体等が所有権を有していないこと
 - 4 建築リサイクル法に基づく適正な分別解体、再資源化等を実施すること
- 申請に必要なもの** 印鑑、写真、工事見積書、固定資産課税台帳の写しなど
- 留意点**
- 1 建物を故意に破損させた場合や建て替え目的の場合は、補助対象外です。
 - 2 「危険廃屋等」か「その他の廃屋等」かの判定及び優先順位は、内容審査のうえ決定します。
 - 3 予算の範囲を超えた場合は、危険度の高い廃屋等の解体を優先して補助します。



申請受付期間・・・4月2日(月)～4月27日(金)

■問合せ・申込み 役 住民課住民グループ(内線103) 支 住民福祉課住民グループ(内線435)

大空町産のあたたかみを 地域材利用促進事業補助金

地域材の需要拡大、定住の促進を図ることを目的に、地域材を活用した住宅や店舗の新築、増築、改築に要する費用の一部を助成します。

- 【補助対象者】**
- 町内に住所を有する方、移住する方で移住について確約書を提出した方
 - 町内に本店または支店の登記をしている法人
 - 本人及び同一世帯に属する方が、町税等を滞納していないこと
- 【補助対象住宅】** 町内に存する個人所有の住宅や店舗の新築、増築、改築のみ該当
- 【施工業者】** 大空町商工会員であり、町内に独立した事業所を有する建築に関連する業者



補助金額	地域材の使用総量(m ³ を単位とし、小数点以下を切り捨て)に5万円を乗じた額を補助 最大100万円(※20m ³ 使用時)
町予算額	850万円

- 【補助対象工事】**
地域材の使用総量1m³以上で、補助金交付決定後(着工)から年度の3月31日までに工事費用の支払いを含めて完了し、補助金の交付請求までを行う工事
- ①新築工事 ②増築及び改築工事

手続きの流れ
補助金の申請、手続きの流れについては、担当にご相談ください。

募集期間 4月2日(月)～16日(月) (土・日は除く)

※事業採択申請書を申込み先まで提出してください。
(申請書は役場産業課耕地林務グループ・支所地域振興課産業グループ及び町内施工業者に備えています)
※抽選会を実施する場合は個別に連絡します。

詳しくは担当に問合せください。

■問合せ・申込み 役 産業課耕地林務グループ(内線311) 支 地域振興課産業グループ(内線444)

虫歯ゼロキッズ

よくやったね!!これからも歯みがきががんばろう!!

3月8日に行われた3歳児健診では、虫歯のない子が2名いました!



神野 仁栄 くん
(東 陽)



谷本 愛華 ちゃん
(大 東)



生涯学習情報

はばたき HABATAKI

4月 渡邊教育長の
女満別研修会館勤務日
3日(火)・10日(火)・17日(火)・
24日(火)です。

子どもワールド21が始まります

放課後子ども教室『子どもワールド21』の始業式が4月23日(女満別地区)、5月9日(東藻琴地区)に行われます。子どもワールド21では、放課後に子どもたちが安心・安全に遊べる場所を設け、自由な遊びを中心に月に数回、もの作りや体を動かすゲームなど、さまざまなプログラムを用意しています。



また、料理教室や陶芸教室などの体験的な活動も行っています。これらの活動については、開催が近づいたらご案内しますので、友達をたくさん誘って、参加してください。お待ちしております。

※一部参加費(材料費)の負担がある活動があります。

【女満別地区】

- 活動場所 めちやいるど館
- 活動日 月・水・金曜日(午後3時～5時)
長期休業日(午前10時～正午)

【東藻琴地区】

- 活動場所 東藻琴小学校 プレイルーム
- 活動日 水曜日(午後2時30分～4時30分)
長期休業日(午前10時～正午)

■問合せ 生涯学習課社会教育グループ(内線424・505)

「梅は切るもの、桜は切らぬもの」という言葉があるようですが、剪定に始まり、小さな実が付く頃には防除を行います。下草を刈って、8月の暑い盛りに収穫です。冬に

我が家の周りには、桜、杏子、栗、サクランボ、梨の木などがありますが、最も多いのが梅の木です。両親が現在地に分家した際に植えたもので、古いものでは60年以上の樹齢が6本ほど。それ以降にも母がこつこつと増やし百本程度あるはずですが、正確には数えたことがありません。北風を受けづらい地形のため、実のなる木が育つのも少し難しいです。

母が元気な折には、手入れや管理は母の仕事?いや日課でした。

私は、毎年5月、満開の梅の花の下で一杯飲めれば幸せです。

向かつては、ネズミに幹をかじられない様に保護します。時には春先の山鳥の襲来で、梅の芽が食べられないよう鳥追いもします。そんな苦労を重ねながら収穫した梅は、梅酒や梅漬、梅干しになります。我が家だけでは食し切れませんので、売らせていただき、当然母の小遣いとなります。その軍資金?で随分と旅行にも出掛けたいと思います。

町長手記



梅

近年は、母も外で活動することはないなくなり、家の中で過ごすようになりました。私や家族が梅の管理を引き継ぎ、しっかりと手入れをすれば良いことは解っていますが、1〜2年挑戦してみましたが、母のように適期を捉えた作業は無理でした。

おおぞら 図書館だより

File 84



平成30年度文芸創作広場参加者募集!!

楽しく語り合いながらエッセイ・小説・詩などの創作活動をしませんか?体験参加も大歓迎です。

- 日時 毎月第1水曜日
5月9日(水)スタート(5月のみ第2水曜日)
※8月・1月は休講します
東藻琴図書館 午前10時～正午
女満別図書館 午後2時～4時
- 参加料 無料

※そらっキーポイントカード(100P)対象事業です。
「女満別文芸」・「東藻琴文芸」第11号が完成しました!!平成29年度文芸創作広場参加者のみなさんの力作が満載の作品集です。両図書館にて各300円で販売しています。バックナンバーも若干ありますので、ご確認のうえ、あわせてお求めください。

- 【4月の休館日】
東藻琴図書館▶毎週日曜日・30日(月)振替休日
※29日(日)は祝日開館します。
女満別図書館▶毎週月曜日
両館共通▶27日(金)図書整理日(毎月第4金曜日)

■東藻琴図書館 ☎66-2010 FAX 66-2333 ■女満別図書館 ☎74-4650 FAX 74-4820
http://www.library.town.ozora.hokkaido.jp/library/opac 発行 一般財団法人空町青少年育成協会(指定管理者)

新 着図書のご案内



◆身のまわりの
すごい技術大百科
涌井 良幸・著
涌井 貞美/著



◆ライザップ式2週間
ダイエットレシピ
RIZAP/監修



◆Macがぜんぶわかる本
洋泉社/発行
◆女満別図書館のみ ◆東藻琴図書館のみ



◆かしこい子が育つ
正しい歯のみがき方
豊山 とえ子/監修



【卒業おめでとう・東藻琴小学校】



【卒業おめでとう・女満別小学校】



4 今月のフォトコレ!



今月の
表紙

ありがとう



伝えないで後悔をした経験はありませんか?
少し恥ずかしいかもしれませんが、伝えること
によって、絆は深まります。

大空町の人口と世帯 平成30年2月末現在(前月比)

7,273人(-14) / 3,025世帯(-5)

■ 男 3,497人(-10) ■ 女 3,776人(-4)

おくりやみ申し上げます

北一区/大石 タズさん(85歳)
栄町第3/曾我 清さん(84歳)
錦町第3/阿部 秀子さん(100歳)
錦町第3/高山 修さん(67歳)

こんにちは赤ちゃん

中央/田中 あかりちゃん(保:智己さん)
日進/野口 桃李くん(保:裕史さん)
栄町第5/齋藤 奏大くん(保:文徳さん)
東陽/柿崎 蒼菜くん(保:隼人さん)

ご結婚おめでとうございます

♡ 錦町第3/今野 敬太さん
錦町第3/菊地 楓さん
♡ 中央/中村 晃一さん
小清水町/村松 幸恵さん

ご寄附ありがとうございます

○社会福祉協議会

香典返しを廃して

上 東/中島 敏春さん
山 園/松田 ナツ子さん
南 区/深川 藤江さん
南 区/久野 明さん
末 広/山田 サヨさん
網走市/大石 雅昭さん
錦町第3/中堀 君子さん
開 陽/渡邊 昭さん
北見市/木根 利行さん
栄町第5/川井 勝子さん
錦町第3/阿部 優一さん

受章おめでとうございます

消防防災機能の充実、地域振興のため、町に多額の寄附をされた功績が認められ、株式会社たいせつが国から紺綬褒章を受章しました。

去る2月15日(休)、山下町長から同社の中山 登 代表取締役様に褒状の伝達をしました。

