

○ZORA 7 平成25年
7月12日発行号

まちのおしらせ

Public Information Ozora



夏の到来により、おだやかな天気が続く季節となりました。

はつらつとパークゴルフを楽しむ人たちの姿が“元気”を誘います。

大空町

検索

<http://www.town.ozora.hokkaido.jp>



7月31日水は固定資産税(第2期)国民健康保険(第1期)の納期限です。お忘れなく!

受診し得る

特定健診!!



生活習慣を改善して 脱メタボ

健診は生活習慣を
チェックするチャンス!



特定健診は、「メタボリックシンドローム(以下メタボ)」に着目した健診です。メタボとは内臓脂肪の蓄積(へそ周りが男性85cm以上、女性90cm以上)に加えて「高血圧」「高血糖」「脂質異常」のうち2つ以上併せ持った状態をいいます。高血圧や糖代謝、脂質の検査値の異常は軽度でも重複することで、心臓病や脳卒中、腎臓病などの重度の生活習慣病になりやすいことがわかっています。平成24年度の特定健診(40歳

から74歳の結果で、メタボの危険がある人は、男性では受診者の約半分、女性では受診者の約1割で、圧倒的に男性にメタボが多い状況です。また、生活習慣病の入り口である肥満は、男性の受診者の約4割、女性の受診者の約2割にみられました。

国は特定健診の対象を40歳〜74歳としています。町では30歳代でもメタボに該当する人がいるので年齢を引き下げて30歳から実施しています。

特定健診を受けると、メタボの危険があるのか(メタボ予備群)、あるいは危険が高いのか(メタボ該当者)がわかります。そして生活習慣をどのように改善して病気を予防していくかを知り、健康づくりに取り組んでいくことができます。



あなたの健康を守るために

生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、毎年、特定健診を受けることが大切です。検査値の経年変化に応じて生活習慣の見直し・改善を行っていくことが重要です。町の保健師・栄養士は検査値の見方やその人に合った生活習慣改善法と一緒に考え、応援します。ぜひ、ご相談ください。

特定健診は メリットだらけです。

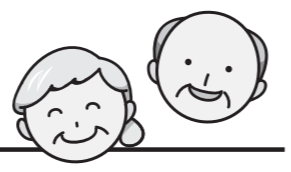
町で実施する特定健診は国民健康保険に加入されている30歳から74歳の方が対象になります。社会保険など別の健康保険に加入されている方は加入されている保険の担当者にご確認ください。

特定健診以外の各種がん検診や骨粗しょう症検診、肝炎検査、エキノコックス症検査、後期高齢者健診は国民健康保険加入者以外の方も受けられます。検診により対象の年齢が異なりますので、詳しい検診内容や料金等は、ぜひ「あんしんガイドブック」または広報おぞら4月号をごらんください。



国保特定健診受診率の向上!

国民健康保険では、加入者皆様の健康状態を把握し、保健指導に生かすために特定健診受診率の向上に取り組んでいます。



通院治療中で、健診は受けない方へ

次の医療機関で高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病で通院治療中の方のうち、定期的に同様な検査を受診されている方は、検査の結果を町に提供いただければ、特定健診を受診したとみなすことができます。ご協力願います。特定健診受診券を持参のうえ、各医療機関に申し出てください。

町内医療機関

- 女満別中央病院
- 大空町東藻琴診療所
- 美幌町医療機関
- 田中医院

北見市医療機関

- 愛しの内科クリニック
- いわもと循環器クリニック
- オホーツク勤務医協北見病院
- 北見循環器クリニック
- 北見赤十字病院

北見中央病院

- 酒井内科クリニック
- 北星脳神経・心血管内科病院
- 守谷記念整形外科医院
- 道東脳神経外科病院 他。



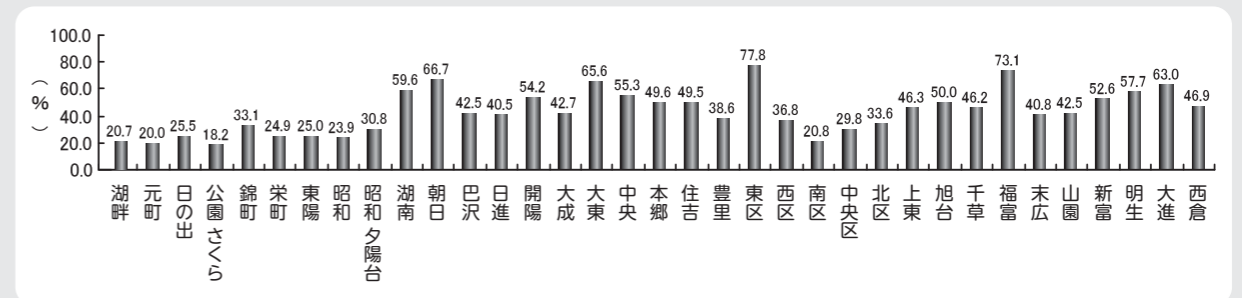
特定健診 受診状況

第2期(平成25~29年度)特定健康診査等実施計画で、最終年度の平成29年度までに受診率60%を達成するように計画しています。平成24年度の特定健診(40歳~74歳)受診率は、39.8%でした。地区により受診率の差がみられます。

高齢化が進み医療費や保険料の増大が見込まれる中で、医療保険制度を持続可能なものにするために、また何よりも町民皆さんが健康に過ごすことができるよう特定健診をはじめとする各種検診をご活用ください。



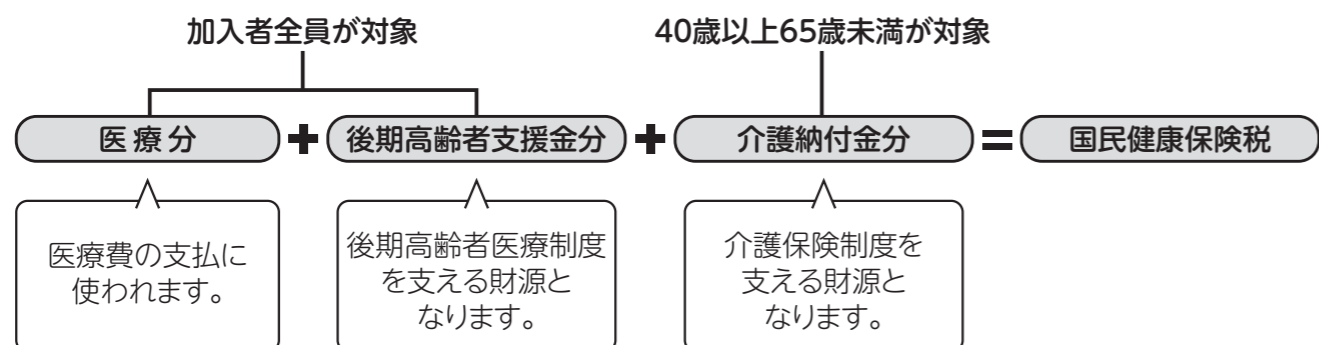
平成24年度特定健診地区別受診率



■問合せ 役 福祉課保健介護グループ(内線116) 支 住民福祉課福祉グループ(内線423)



■国民健康保険税の内訳



【算出方法】

「医療分」「後期高齢者支援金分」「介護納付金分」について、それぞれ右記の①～④を合計して算出します。
※介護納付金分については、資産割は課税されません。

- ①所得割 前年の所得に応じて算出
- ②資産割 今年の固定資産税に応じて算出
- ③均等割 世帯の加入人数に応じて算出
- ④平等割 世帯ごとに算出

■平成25年度の税率

	医療分		後期高齢者支援金分		介護納付金分	
	平成24年度	平成25年度	平成24年度	平成25年度	平成24年度	平成25年度
①所得割	6.5%	据え置き	1.45%	↗ 2.05%	1.05%	↘ 1.01%
②資産割	19.0%		4.0%	据え置き	—	—
③均等割	27,700円		6,900円	↗ 7,900円	9,800円	据え置き
④平等割	30,400円		7,600円	↗ 8,600円	6,400円	
限度額	51万円		14万円	据え置き	12万円	

平成25年度においては、平成24年度に引き続き町の一般会計からの法定外繰入（財政支援）を行うことにより、税率の引き上げ幅を圧縮することとしています。

法定外繰入は、依存しすぎると国民健康保険加入者以外の方々に対して公平性を欠くことにもなることから、一定のルールのもとに繰り入れることとしています。

このたびの税率改定により、加入者の皆さまにはご負担をおかけすることになります。今後とも国民健康保険会計の安定運営に努めてまいりますので、国民健康保険の現状をご理解いただきますようお願いいたします。

■問合せ 役 福祉課福祉医療グループ(内線106) 支 住民福祉課住民グループ(内線424)

国民健康保険税を構成する「医療分」「後期高齢者支援金分」「介護納付金分」について、平成24年度の税率により試算を行いました。医療分は集めるべき税額が確保できず、後期高齢者支援金分では不足し、介護納付金分では必要額を上回る見通しになりました。



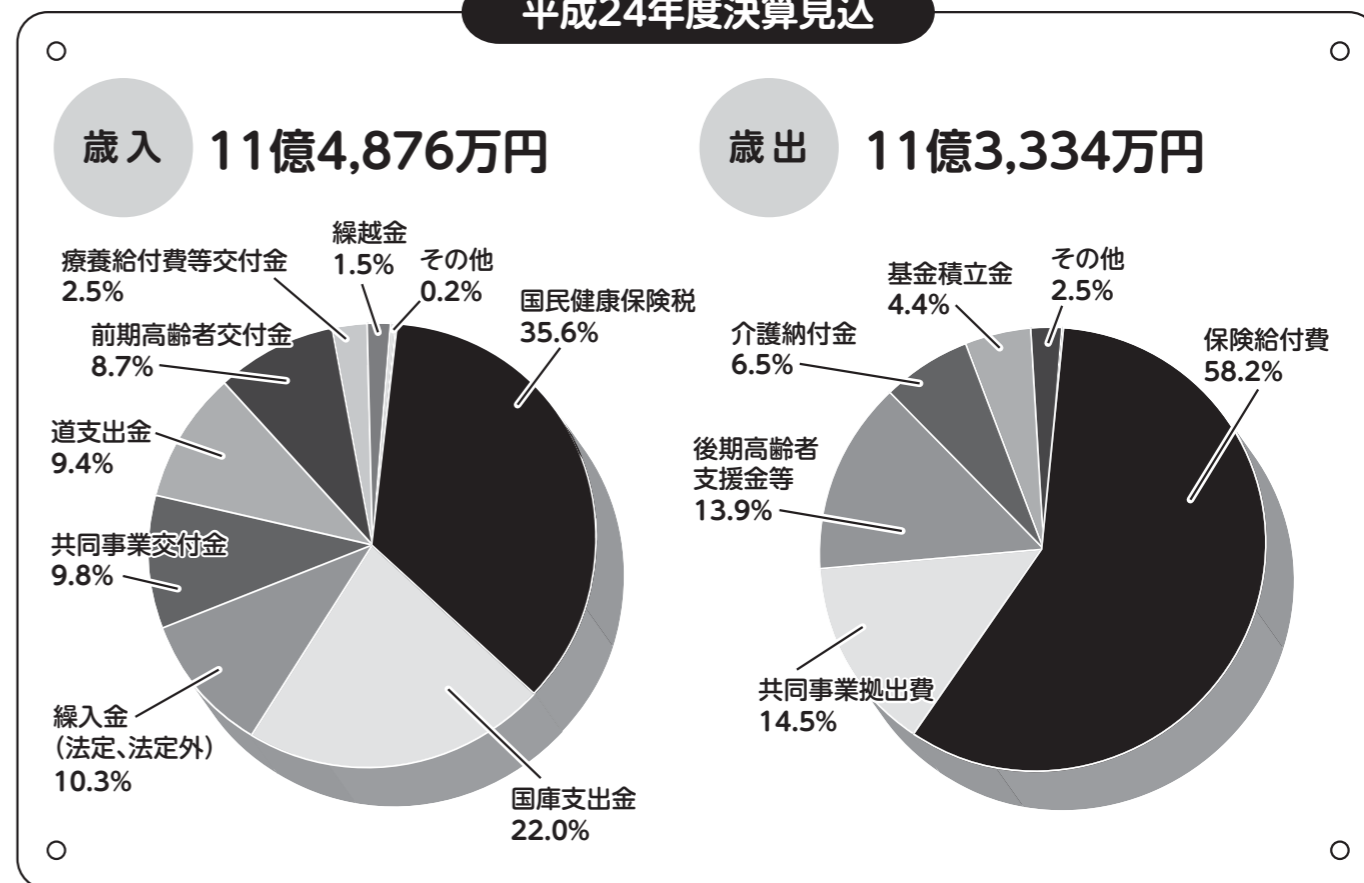
このため、医療分は税率を据え置くこととしますが、後期高齢者支援金分では税率を引き上げ、介護納付金分では税率を引き下げることとしました。

国民健康保険は、町の一般会計から独立した「特別会計」として運営しています。大空町よりも医療費が高く所得が低い市町村に国からの補助金が重点的に配分されるため、大空町は減額されたり、交付されなかったりすることが続き、非常に厳しい運営状況となっています。

これまで、国民健康保険基金（貯金）を取り崩しながら運営してきましたが、基金の残高が減っており、平成24年度は一般会計から3,350万円の法定外繰入（財政支援）を行っています。

国民健康保険の運営

平成24年度決算見込



おしらせ広場

Oshirase Hiroba



お問い合わせ先
大空町役場

☎ 74-2111

東藻琴総合支所

☎ 66-2131

ホームページ

http://www.town.ozora.hokkaido.jp



暮ら

医療費助成制度

町では、心身に重度の障がいのある方やひとり親家庭の親と子、乳幼児等を対象に受給者が負担しなければならぬ医療費の一部を助成しています。まだ手続きがお済みでない方は手続きをお願いします。

※それぞれ所得制限があります。

● 重度心身障がい者医療費助成制度

《助成の対象となっている方》

- ・身体障がい者手帳1級、2級の方、内部障がい3級の方
- ・療育手帳のA判定の方
- ・重度の知的障がいと医師の診断を受けた方
- ・精神障がい者保健福祉手帳の1級に該当する方（入院以外に係る医療費が

募 集

メルヘンカルチャーセンター 事前予約受付中!

施設の円滑な利用のために、メルヘンカルチャーセンターの加工室（農産室、畜産室、地場産室） 研究室及び多目的屋内広場の11月～3月までの事前予約を行います。

● 申込方法

メルヘンカルチャーセンター事務所にある申込用紙に希望日時を記入のうえ、持参または、ファックスで申込みください。

● 申込期限 7月22日(月)まで

● 調整会議

加工室及び研修室：7月26日(金) 午後1時30分
メルヘンカルチャーセンター研修室 多目的広場：別途ご案内します

● 申込み・問合せ

(財)めまんべつ産業開発公社
☎ 75・6160
FAX 74・4433

助成になります)

● 乳幼児等医療費助成制度

《助成の対象となっている方》
0歳～小学6年生までの児童（入院・通院に係る医療費）

● ひとり親家庭等医療費助成制度

《助成の対象となっている方》
母子家庭、父子家庭、両親のいない18歳未満（就学などにより引き続き扶養される場合は20歳未満）の児童がいる家庭の親と児童

● 問合せ 後 福祉課福祉医療グループ（内線108） 支 住民福祉課福祉グループ（内線424）



夏風邪にご注意!

まもなく夏風邪の流行の季節です。夏風邪は、冬の風邪と同じように免疫力が低下したところにウイルスが感染して発症します。「ヘルパンギーナ」「手足口病」「プール熱」などがあります。

催 し

家庭教育支援講座

「家庭教育の必要性」

乳幼児の母親を対象に「家庭教育支援講座」を開講し、未来に向かって逞しく生き抜く子どもを育てるため、幼児教育の知識の習得と親同士の交流を深めていきます。

《女満別地区》

● 日時 7月23日(火)
午前10時30分～11時30分
● 場所 めちやいるど館
● 講師 女満別幼稚園
園長 東海林 良一氏

《東藻琴地区》

● 日時 7月24日(水)
午前10時30分～11時30分
● 場所 東藻琴生涯学習センター
● 講師 東藻琴幼稚園
園長 中村 りぢ氏

● 参加対象 子育て中の親及び子ども（就園前の親子）

● 参加料 無料

※申込みは不要です。気軽に参加ください。

● 問合せ 教育委員会生涯学習課社会教育グループ（内線456）

症状の特徴は、ウイルスが高湿多湿を好み、消化器系で増殖することがあるため、食欲不振、嘔吐、下痢、また、発熱、のどの痛み、目の充血などがあげられます。

ウイルスは鼻やのどから侵入することが多いですが、通常この部分は粘膜で守られています。しかし、エアコンや扇風機の風にあたりすぎると、粘膜が乾燥し、免疫力が低下するため、感染しやすくなります。

屋内外で温度差が大きいと自律神経がうまく体温調節をできなくなり、免疫力が低下してしまいます。エアコンの温度設定に注意しましょう。

《夏風邪の症状がでたら》

- しっかりと栄養・睡眠をとります。
- 体力・免疫力を高めます。
- 脱水を防ぐため 水分の補給に気をつけましょう。
- 気温が高いので、汗をかきやすかったり、下痢などで水分が失われがちです。脱水に気をつけましょう。
- 下痢止めを飲む時は注意 ウイルスを外に出すための防御反応のことがあります。心配な時は医師に相談しましょう。
- 問合せ 後 福祉課保健介護グループ（内線119） 支 住民福祉課福祉グループ（内線423）

診療体制の変更

7月1日付で、東藻琴診療所の所長として、石川孝樹医師が着任されました。東藻琴地区(医師住宅)に居住し、診療にあたります。

● 問合せ

東藻琴診療所 ☎ 66・2611

ご 相 談

国民年金相談日

● 日時 8月6日(火)・9月10日(火)
午前10時～午後4時30分

● 場所 網走工コーセンター

※完全予約制です。利用される方はあらかじめ電話で申込みください。相談日の1か月前から予約できます。

● 予約電話番号

☎ 0152・33・6007



後期高齢者医療 保険証が変わります

◆ 保険証が新しくなります

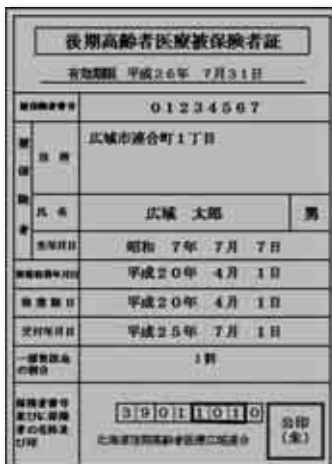
有効期限が1年間になり、毎年更新することになりました。

現在ご使用の保険証の有効期限は、平成25年7月

31日までですので、8月以降は使用できなくなります。

7月中旬に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、お持ちの黄色の保険証を破棄し、ピンク色のものをご使用ください。

新しい保険証の色はピンク色です



◆ 減額認定証も新しくなります

(限度額適用・標準負担額減額認定証)

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成25年7月31日までですので、8月以降は使用できなくなります。有効期限は保険証と同じく1年間です。

引き続き交付対象に該当する方は、7月中旬に保険証とともに減額認定証を交付しますので、8月1日からは、お持ちのオレンジ色の減額認定証を破棄し、水色のものをご使用ください。

新しい減額認定証は水色です



■ 問合せ 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601

後 福祉課福祉医療グループ(内線108) 支 住民福祉課福祉グループ(内線424)

- **受講料**
一人 600円(粘土・釉薬代)
※エプロン・汚れても良いタオルをご持参ください。
- **受付期間** 7月22日(月)まで
- **主催** フジケンビルサービス㈱
- **後援** 大空町教育委員会

夜間陶芸教室
農村環境改善センター指定管理者自主事業として、夜間陶芸教室を開催します。
物作りに親しみながら、身近で使う器等を作り、生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。
※事前に作りたい物がありましたら、考えておいてください。
● **日時**
7月26日(金)
午後6時30分～作品作り
8月2日(金)
午後6時30分～仕上げ
※釉薬(つわぐすり)付けは参加者と日程調整をします。
● **場所**
農村環境改善センター
(開閉式・懇談会)
生涯学習センターふれあい工芸館
(作業行程)
● **内容** 湯飲み・コーヒーカップ・その他の器を自由に作ります。
最終日には、器を使った懇談会を行います予定です。

7月のことばぎぎ大賞

- 《東藻琴校》
● **日時** 7月25日(木) 午前10時
● **場所** 東藻琴農村環境改善センター
● **内容** 暮らしに役立つ気象情報
● **講師** 網走地方気象台職員
※当番地区 西区
※クラブ活動があります。
● **申込み・問合せ** 教育委員会生涯学習課社会教育グループ(内線456)
- 第23回参議院議員選挙**
7月21日は、第23回参議院議員選挙の投票日です。
既に期日前投票を済ませた方もいらつしやいますが、7月20日まで期日前投票ができます。
投票日当日、ご都合の悪い方は期日前投票制度をご利用ください。
● **投票日** 7月21日(日)
● **投票時間** 午前7時～午後6時
※女満別地区のみ
投票日当日 午前7時(開票開始)と午後5時(投票終了1時間前)にサイレンを鳴らします。
● **開票** 7月21日(日) 午後8時～
● **開票場所**
女満別ゲートボールセンター
● **開票所参加人数** 50人(午後7時か

《町長支所勤務日の変更》
7月23日(火) ↓ 7月24日(水)
● **入浴施設休館日**
7月31日(水)～8月2日(金) 3日間
● **問合せ**
支 地域振興課(内線414)

ふれあいセンターフロックス入浴施設休館
ふれあいセンターフロックスで利用している温泉は、平成2年に掘削されましたが、経年的な温度の低下や湯湯能力の低下がみられるようになりました。
このため、次の日程により温泉ポンプの取替工事を実施いたしますので入浴施設のみ休館となります。
町民の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。
● **協力** 東藻琴陶芸サークル
● **申込み・問合せ** 農村環境改善センター ☎66・3574



《期日前投票・不在者投票》
仕事や旅行、冠婚葬祭などで投票日当日に投票することができない方は、次のとおり期日前投票または不在者投票ができます。
● **期間** 7月5日(金)～7月20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
※期日前投票に際しては、入場券が無くて投票出来ませんが、入場券をご持参いただいた方が、スムーズに投票できます。
※期日前投票、不在者投票は、どちらの期日前投票所でもできます。
● **問合せ** 後 選挙管理委員会事務局(内線151) 支 地域振興課内(内線411)



町営住宅 入居者募集

- 入居選考は、募集締切後随時行います。
- 「随時入居者募集住宅」は募集期間を設定せず、受付しています。
- お申込み方法・使用料等については、それぞれの住宅により異なりますので、問合せください。

※給湯施設は入居者で設置していただいています。(単身者住宅を除く)

■ **問合せ** 後 住民課住民グループ(内線105) 支 住民福祉課住民グループ(内線431)

団地名	募集戸数	建築年度	間取り	階数	浴槽*
新規入居者募集住宅 募集締切 7月29日(月)まで					
シルバーハウジング住宅					
はなぞの団地(女満別)	1戸	H13	1LDK	4F	有
一般町営住宅					
あけぼの団地(女満別)	1戸	H5	2LDK	1F	有
北二すみれ団地(東藻琴)	1戸	H8	3LDK	2F	有
特定公共賃貸住宅					
しらかば第2団地(女満別)	2戸	H12	2LDK	2F, 3F	有
しらかば第2団地(女満別)	1戸	H14	2LDK	1F	有
地域特別賃貸住宅A型(単身者用)					
夕陽台団地(女満別)	1戸	H4	2DK	1F	有
随時入居者募集住宅					
一般町営住宅					
しらかば団地(女満別)	1戸	H2	3LDK	2F	有
しらかば団地(女満別)	1戸	H4	2LDK	2F	有
北一しらかば団地(東藻琴)	1戸	S52	3DK	1F	浴室のみ
特定公共賃貸住宅					
しらかば第2団地(女満別)	1戸	H14	3LDK	2F	有
しらかば第2団地(女満別)	1戸	H12	3LDK	1F	有

医療受給者証をお持ちの皆様へ

「特定疾患(白色・桃色)」・「ウイルス性肝炎進行防止対策(緑色)」・「ウイルス性肝炎進行防止対策(肝炎治療特別促進事業)(核酸アナログ治療)(水色)」の各医療受給者証の有効期間が平成25年9月30日となっている方で、10月1日以降も医療受給者証の継続を希望される方は、更新の申請が必要です。

【受付期間】
9月30日(月)まで
※審査から交付までに時間を要しますので、お早めに申請されるようお願いいたします。

【受付場所・問合せ】
北海道網走保健所 健康推進課 保健予防係
網走市北7条西3丁目 オホーツク総合振興局1階
☎0152-41-0695

保健所では、難病などでお困りの方のご相談を受けています。
気軽に相談ください。☎0125-41-0697

例
● 手足のふるえ、歩行困難、筋力の低下などの症状で、診断がつかずにお困りの方
● 神経難病などの診断を受け、療養でお困りの方

41th MEMANBETSU KANKOU NATSUMATSURI



第41回めまんべつ 観光夏まつり

**ドラゴンボート
出場者募集**

8月4日(日)
優勝賞金 **30万円**

2013 8月 **3土・4日**

8月3日(土)

開会式・もちまき (午後1時)
じゃんけん大会 (午後1時30分)
女性みのローボート大会 (午後2時)
カラオケ芸能大会 (午後2時30分)
水上花火大会 (午後8時)

8月4日(日)

第19回北海道ドラゴンボート競技大会 (午前9時)
網走開発建設部パネル展示会 (午前9時)
スイカ割り大会 (午前10時)
しじみ貝掘み取り (午前10時)
しじみ汁無料サービス (午前11時)

会場/女満別湖畔 主催/第41回めまんべつ観光夏まつり実行委員会

パブリックコメント 町民意見の募集

豊住小学校跡地利用プラン(案)

平成26年4月に閉校なる豊住小学校の跡地活用プランについて昨年7月、町民の皆様へ募集を行い、30件にわたるプランをいただきました。それに基づき、役場内部の跡地検討プロジェクト会議で利用度などの検討を重ねた結果、2つのプランに絞り込みをしました。

優先順
第1位

「幼稚園」

優先順
第2位

「宿泊研修施設」

この間、町民皆様へも広報誌・ふれあいトークなどで経過を説明させていただきました。
この二つのプランについて利用が可能なのか、法律的に問題は無いかなを含めて専門的な検知を含めて基本設計を行い、改修をして利活用するための2つのプランの構想図及び関係資料を作成しましたので、町民皆様からこの2つの構想図などについて意見をいただくパブリックコメントを実施しますので、ご覧頂き、ご意見をお寄せいただきますようお願いいたします。



■意見等を提出できる方

- 大空町に住所を有する方
- 大空町内で働く方や在学している方
- 大空町内で事業活動その他活動を営む個人、法人、団体

■実施期間

平成25年7月16日(火)～8月15日(休)
午前8時45分～午後5時30分 ※ただし、土曜・日曜・祝日を除きます。

■提出方法

- 住所、氏名、連絡先を明記した意見書を期間中に次の方法で提出してください。
- 【1】 郵送及び持参 宛先 総務課・地域振興課
 - 【2】 電子メール (info@town.ozora.hokkaido.jp)
 - 【3】 FAX (74-2191)・(66-2423)

■閲覧できる場所

大空町HPまたは総務課・地域振興課
※提出いただいた意見は、検討結果と理由をHPなどで公表します。

■問合せ 総務課企画グループ(内線210)

節電にご協力ください!

北電泊発電所の運転停止、万が一の発電設備トラブルによる電力不足に備え、2012年度の夏季、冬季の2回、北電から2010年度と比較して7%以上の節電要請があり、町民皆様にもご協力いただいたところで。取り組みの結果、昨年度の夏季要請期間における全道の平均で約8.9%の節電が達成されました。

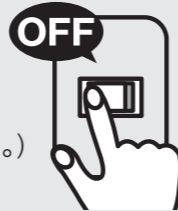
今年は数値目標こそないものの、北電では「定着した節電の取り組み」によって約6.3%の節電効果が期待されると見込んでいます。

- 節電期間 7月1日(月)～9月30日(月)までの平日(ただし、8月13日(火)～15日(木)を除く)
- 時間帯 午前9時～午後8時まで

電力需要が増える夏季期間、町民皆様にも無理のない範囲で、昨年度に引き続き節電の取り組みにご協力いただきますよう、よろしくお願いします。



- 不要な照明の消灯
 - エアコンの設定温度を上げる
 - コンセントからプラグを抜く
 - 冷蔵庫の設定を「強」から「中」に(※食品の傷みにご注意ください。)
- ※詳しくは北海道電力のホームページ等をご覧ください。



公共施設では・・・

節電期間終了後も「蛍光灯の間引き点灯」「明るさに応じて照明を消灯」など引き続き取り組んでいます。施設ご利用の皆様には、何かとご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします。

■問合せ 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432)

ごみの分別収集にご協力ください。

町では、「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」「生ごみ」「資源物」と、大きく4つに分類してごみの分別収集を行っています。

今後も分別収集へのご協力をお願いします。

- 収集の曜日を守ってください。⇒ごみは収集日当日の午前8時まで所定の場所へ。
- ライター、スプレー缶やガス缶は、必ずガス抜きしてください。
- ペットボトルとキャップ(プラスチック類)は分けて出してください。
- ダンボールなどの紙類は、必ずひもなどでしばって出してください。
- 分別がされておらず収集できないごみは、シールを貼って注意喚起します。



ごみを直接搬入する際の注意点

【ごみ処分場(燃やせるごみ、燃やせないごみ、生ごみ)】

- 搬入時に重さを量り、処分場で10kg当たり90円の手数料をお支払いいただきます。町指定のごみ袋はご利用にならないでください。
- 燃やすごみ、燃やせないごみ、生ごみの分別は必ず行い、荷降ろしの際は処分場職員の指示に従ってください。
- 木材についている釘、金具などは必ず取り外してください。

【リサイクルセンター(資源物)】

- 資源物の分類ごとに分けて搬入してください。
- 資源物以外のごみは、カラスなどにいたずらされるので、絶対保管庫に捨てないでください。

■問合せ 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432)

育成協

I K U S E I K Y O U

チケットのお求めはお早めに!

広報おおぞら7月号掲載のミュージカル「フォーエバーブラッド」の前売開始は7月20日(土) 午前9時からです。(電話予約の受付は午後1時から。)全席指定ですので、お早めにお買い求めください。

チケット取り扱い所

- 【町内】 教育文化会館/東藻琴図書館
 - 【町外】 [網走市] オホーツク文化・交流センター [美幌町] マナビティセンター
- ※取扱所ごとに座席区分があります。

■問合せ 教育文化会館 ☎74-2367

水中運動のススメ



水中運動は、水の特性(浮力・圧力・抵抗)を生かし、身体に無理を与えることなく高い運動効果が得られることが特徴です。B&G海洋センタープールでは、各種水中運動教室を開催しています。暑い夏はプールに入って、楽しみながら健康的な身体づくりに取り組んでみませんか。

これから受講可能なB&G海洋センターの水中運動教室

【アクアエクササイズ】(東藻琴) 音楽に合わせて、水中で楽しく体を動かします。水の抵抗により、カロリーが消費されやすく、筋力強化・シェイプアップ効果も期待できます。

【期日】7月24日(水)～9月11日(水) 毎週水曜 午後7時30分～8時30分

【アクアウォーキング】(女満別) 水の抵抗を利用した水中歩行で、膝への負担を軽減しながら高い運動効果が得られます。年齢を問わず取り組めるのも魅力です。

【期日】7月19日(金)～8月9日(金) 毎週金曜 午後7時～8時

※すべて受講無料(対象18歳以上) ※そらっキーポイント対象事業(100P)



■申込み・問合せ B&G 海洋センター 《東藻琴》☎66-2741 《女満別》☎74-3519

芸術文化・各種施設情報を発信! 大空町育成協 検索

学校夏休み期間の地域間バス運行のお知らせ



無料ですので 気軽にご利用 ください!

留意事項

7月29日(月)～8月18日(日)まで各学校が夏休みに入りますので、地域間バス(女満別⇄東藻琴間)は、運行時刻を一部変更し、平日のみ運行します。

※地域内バス(スクールバス)は、夏休み期間中は運行しません。

学校長期休業期間(7/29～8/18)の地域間バス時刻表

※学校長期休業期間(7/29～8/18)の地域間バス運行時刻表の時刻に一部変更がありますので、ご注意ください。 ※土曜日・日曜日・祝祭日は、運行しませんので、ご注意ください。

【東藻琴市街地→女満別市街地】

東藻琴総合支所	8:00	15:00
東藻琴生涯学習センター	8:01	15:01
めちやいんど館		15:25
女満別研修会館	8:28	15:28
JR女満別駅	8:30	15:30

【女満別市街地→東藻琴市街地】

JR女満別駅	9:00	16:00
女満別研修会館	9:02	16:02
めちやいんど館	9:05	16:05
東藻琴生涯学習センター	9:29	16:29
東藻琴総合支所	9:30	16:30

◎JR時刻(女満別駅発)北見方面行き/8:55 網走方面行き/8:55 ◎JR時刻(女満別駅着)北見方面行き/14:55 網走方面行き/15:53

■問合せ 役 総務課企画グループ(内線213) 支 地域振興課(内線412)

女高通信

HOKKAIDO MEMANBETSU HIGH SCHOOL

花の苗植えボランティアを実施

毎年5月に大空町社会福祉協議会と協力して行っている花の苗植えボランティアを今年6月11日に行いました。1年生58名が駅・町役場・空港の3ヶ所に分かれて作業をしました。一緒に作業をした町内の方々とも話したり植え方を教わったりするなど交流ができ、有意義な時間となりました。



北海道女満別高等学校

北海道網走郡大空町女満別昭和104番地の1 TEL:0152-74-2634 FAX:0152-74-2631

キラリ女高生!

2年生の金澤匡弼君と河野太郎君は日常の清掃活動をしっかりと取り組んでいる二人です。掃除は場所と同時に心を磨きます。掃除を通して学校生活の質を高めましょう。



金澤 匡弼君(2年生)
河野 太郎君(2年生)

キラリ輝く2年生の女高生を紹介!

柔道全道大会出場

6月18日~21日、帯広市総合体育館で柔道の全道大会があり、男子個人戦90kg級に1A古田英輝君、同じく100kg級に1B中山瑞貴君が出場しました。初めての全道大会で、カー杯がんばりました。



女満別高校 検索

http://www.memanbetsu.hokkaido-c.ed.jp/

東藻琴高校だより

耕 KOSHIN 心

花を育て、人を育てる

今月のトピック

6.2日

定体連網走支部大会

本校が当番校で定体連網走支部大会が開催されました。

バドミントン男子・女子が団体優勝し、個人でも男子、女子ともに1位と2位に入賞し、卓球女子個人も入賞して全道大会へ駒を進めました。

15日(出)~16日(日)に開催された全道大会には、その他にバスケットボール部も参加することになりました。

<全道大会結果>

バドミントン
男子団体・個人・女子団体
1回戦敗退
女子個人(佐藤)ベスト8
バスケットボール2回戦敗退



北海道東藻琴高等学校

北海道網走郡大空町東藻琴79番地 TEL:0152-66-2061 FAX:0152-63-5008

東藻琴高校 検索

http://www.phoenix-c.or.jp/~hg-hs/

ピアトレーニング

6.5日
6.26日

函館大谷短大客員教授 中野武房先生を講師に迎え、全校生徒を対象として、友達作りのためにコミュニケーション能力の向上を図りより良いクラス作りを円滑に進めるためのピア演習を実施しました。生徒は学年も性別もバラバラの4~5名のグループを作り、お互いにテーマに沿ってインタビューし合ったり、自分が大切にしているものを発表し合い、自分以外の人の考えを聞いて他者の意見を傾聴する等の練習をしました。

生徒たちは、終始和やかな雰囲気です「最初は、学年が違う人と話しをするのは緊張した」「ちょっとおもしろいかも」など様々な感想を語っていました。

放課後には、先生方を対象に生徒理解を深めるための「アセス」について中野先生を講師に研修を行いました。



1年生で全道ベスト8入り(バドミントン女子個人)

佐藤 瑞希さん(1年生)

苫小牧で行われた定体連全道バドミントン大会の女子個人戦で3回戦まで勝ち進み全道ベスト8に入りました。

「次は、優勝を目指して頑張っていきます。」と決意を新たにしています。

まだ、1年生の佐藤さんですので今後の活躍が期待されます。



6.15日
6.16日



大空パトロール

女満別駐在所
東藻琴駐在所



水難事故防止

~海や川 危険がいっぱい ご用心~

- 波の力で倒されたり、沖に流される危険があります。
- 海水浴場などの指定された場所で、自分の技量や体力に応じて泳ぎましょう。
- 体調不良時や飲酒時の遊泳はやめましょう。
- 釣りをするときには、救命胴衣を着用して安全な場所を選び、高波時の防波堤、流れの速い岸辺や滑りやすい岩場などはやめましょう。
- 水上オートバイは、遊泳区域に入らないこと、遊泳者などに注意するなど安全航行に努め、救命胴衣を必ず着用しましょう。



自転車安全利用五則

- 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 車道は左側を通行
- 歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- 安全ルールを守る
 - ・飲酒運転、二人乗り、並進の禁止
 - ・夜間はライトを点灯
 - ・交差点での信号遵守と一時停止と安全確認
- 子どもはヘルメットを着用



ふれあいネットワーク 2013.7/88号 社協だより

次回のときめきサロン 『喫茶サロン』

コーヒーや軽食を囲んでみんなでたのしくおしゃべりをしませんか。たくさんのご参加をお待ちしております。

- とき 7月26日(金) 午前11時~午後1時
- ところ 女満別老人福祉センター
- 内容 喫茶サロン(軽食がつかます)
- 参加費 500円(当日、お支払い下さい)
- 問合せ 社会福祉協議会 ☎75-6021

七夕飾り作り

小さなお子さまや小学生の皆さんと高齢者が七夕祭りを通じて、仲良く交流を深めます。短冊にみんなの願いを込めて、夏休みのひとときをより楽しいものにしませんか。皆様、ぜひ誘い合って来て下さい。

- とき 8月上旬の予定 午前10時~午後1時 (7月中旬までに決定する予定です)
- ところ 東藻琴農村環境改善センター
- 昼食 ふれあいサロンSORAのボランティアが手作りの食事を用意します。
- 参加費 無料(持ち物も必要ありません)

■申込み・問合せ
社会福祉協議会 東藻琴地区事務所 ☎63-5105

チャリティー キングレコード太田いさむさん新曲5周年コンサート

~益金の一部を大空町共同募金委員会に寄付~

6月30日(日)に教育文化会館で行われたチャリティー キングレコード太田いさむさん新曲5周年コンサートにおきまして、益金の一部を大空町共同募金委員会へ寄付されました。ご協力ありがとうございました。

■問合せ 社会福祉法人 大空町社会福祉協議会 ☎ 0152-75-6021 FAX 0152-75-6022 (女満別)
http://www.shakyo.or.jp/hp/137/ ☎ 0152-63-5105 (東藻琴)

子どもたちの憩いの広場 **めちやいるど館** だより

楽しい夏休みです。めちやいるど館の8月の月間活動は「外遊び」。おにごっこや泥遊び、野球、虫取りは子どもたちに大人気です。お天気の良い日には、みんなで運動公園へ行き思いきり走り回ります。もちろん、ブロック大好きインドア派の子どもたちも大丈夫。館内で楽しく遊んでいます。

8月9日(金)には、夏祭りを予定していますので、誘い合って参加してください。

子育て支援「あそびのひろば」

対象 0歳～3歳児のお子さんと保護者

開設時間 毎週月曜日～金曜日 午前9時30分～正午

【8月の予定】

「水遊び」今月も気温が高い日に外に簡易プールを用意します。
※お盆の時期(14日・15日・16日)は中止とさせていただきます。

暑い季節ですが、来館する子どもたちは元気いっぱいです。オモチャの拳銃を持って追いかっこ、トランポリンのジャンプ、ボールを投げたりキックしたりと笑顔で遊んでいます。

絵本の読み聞かせと体操は、毎日行っています。

保護者の方なら、どなたでもお子さんと来館できますので、初めて来館する方も気軽にお越しください。

※都合により日にちを変更する場合があります。

行事予定は館内に掲示しています。

行事予定

8月は「外遊び月間」です。

9日(金)

夏祭り 正午～午後3時

受付 午前11時40分～11時55分
(女満別地区の小学生のみ、予約制)

12日(月)～23日(金)

光るどろだんご作り

13日(火)

ビデオランド 午後1時30分～

28日(水)

ビデオランド 午後3時～

※天候、下校時間により、予定を変更する場合があります。

■問合せ 児童センター「めちやいるど館」 ☎74-5151

東藻琴子育て支援事業

わんぱくクラブ

WANPAKU CLUB

からのお知らせ

小さなお子さんたちや保護者の方の、交流の場として開設しています。

7月に入りようやく気温が上がり、何度か外遊びの活動も行っています。公園の滑り台や固定遊具に登って遊んだり、芝生の山をころころと転がったりして遊んでいます。また、小さなお子さんは外の空気や自然に触れながら親子さんたちで楽しい時間を過ごしています。

月1回、バスに乗ってめちやいるど館へ行き、広々とした場所で遊ぶこともできます。初めての親子さんも気軽に来館ください。お待ちしております♪

●日時 毎週月曜日～金曜日 午前10時～正午

●場所 東藻琴生涯学習センター内わんぱくクラブ室

●対象 0歳～3歳までの未就園児のお子さんと保護者

8月の行事予定

◆8月22日(木) 家庭教育支援講座 午前10時30分～

『乳幼児の生活リズム』

講師 丸子 義明氏

◆8月27日(火) めちやいるど館 生涯学習センター前からバスで移動 午前9時30分出発→正午帰着

◆8月28日(水) 幼稚園開放日

わんぱく室はお休みになります。幼稚園開放に参加の方は東藻琴幼稚園にお集まりください。



■問合せ 東藻琴生涯学習センター内わんぱくクラブ室 ☎66-3453