

広報

ゆうばり

No. 1406 2020

5

- 夕張市公式ツイッターをフォローしよう! 2
- ユルっとゆうぱりスポーツクラブからのお知らせ~ 4
- 結婚新生活を始めるための費用を助成します 6
- みんなでつながろう通信 7
- 感染拡大防止は3つの密を避けること 8



子どもたちのために使って

令和2年4月13日、夕張高校の生徒たちが、手作りのマスクを作成し「ゆうぱり小学校の生徒に使ってほしい」と市教育委員会を通じてゆうぱり小学校に寄贈しました。

全国的にマスクの品薄が続いているため、市内でもなかなかマスクを入手することができません。

ゆうぱり小学校の校長先生から、「マスクが品薄でマスクをしてこられない子もいる。とても助かります。」と感謝の言葉が高校生に伝えられました。

- ②次に「アカウント作成画面」に切り替わるので、ユーザー名と電話番号（またはメールアドレス）を入力し、「登録する」を押します。

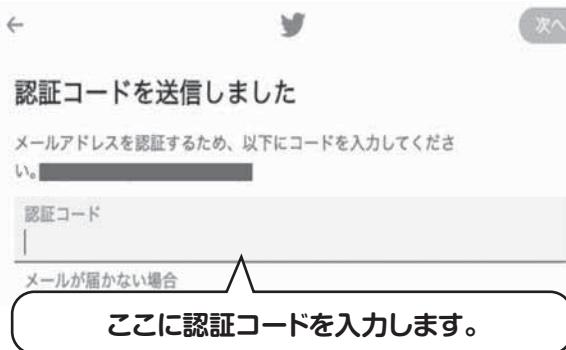


注意！

- 入力した名前は公開されるので、本名を知られたくない方は、好きな名前を入力してください。
- 電話番号よりメールアドレスを入力した方が、後の機種変更にも対応がしやすいです。

- ③すると下の画面に切り替わります。

- 電話番号を登録した場合はショートメールで、
- メールアドレスを登録した場合はアドレスへ、認証コードが送信されるので、そのコードを入力します。



- ④認証コード入力後、パスワード設定画面に切り替わるので6文字以上の任意の英数字を入力してください。
※パスワードは必ずメモしておくこと！

- ⑤プロフィールの画像を求める画面に変わったらスキップします。（後で設定できます）

- ⑥「連絡先を同期」の画面に変わったら、「今はしない」を押します。

- ⑦「興味のあるトピックを選ぶか、検索して追加してください」の画面に変わったら、「今はしない」を押します。

- ⑧「おすすめアカウント」の画面に変わったら、「今はしない」を押します。

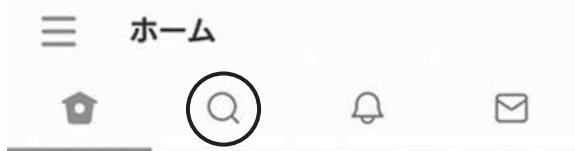
- ⑨「通知をオンにする」の画面に変わったら、「今はしない」を押します。（後で設定できます）

- ⑩「正確な位置情報」の画面に変わったら、「今はしない」を押し、最後に下の画面になります。



3. 夕張市ツイッターをフォローしよう！

- ①上部の検索ボタン(虫眼鏡のマーク)を押し、「夕張市」と入力すると、夕張市に関連するツイートがでてきます。



- ②そのなかから「夕張市公式ツイッター」を選択、「夕張市公式ツイッター」画面に切り替わるので「フォローする」ボタンを押します。





夕張市公式ツイッターをフォローしよう!

ツイッターとは?

- 140文字以内の「ツイート」といわれる短い文章をインターネット上に投稿できる情報サービスです。
- ツイッターを使って、ニュース速報や災害情報といった最新の情報を素早く取得できます。
- 夕張市では、平成25年4月より公式のアカウントにより情報発信を行っています。

夕張市公式ツイッターはどんな情報を発信しているの?

以下の情報発信を行っています。

- 市民に密接に関連する情報
- 災害情報などの緊急情報
- 市の実施するイベント・行事などの情報

1. あなたのスマホにツイッターアプリをいれて(インストールして)みよう!

※Androidスマホの場合

- ①スマホ画面上の「Google Play ストア」のアイコンを押します。



- ②「Google Play ストア」のアプリが開きます。
アプリ画面の上部に検索場所があるので「ツイッター」もしくは「Twitter」と入力します。



- ③無料の公式ツイッターアプリを選択したら、導入画面にて「インストール」を押します。



- ④「インストール」が終わると「開くボタン」が表示されるので、これを押します。



※あなたのスマホがiPhoneの場合は、「App store」でツイッターアプリを入手してください。

2. ツイッターアプリを使えるようにしよう!(アカウントの作成)

- ①ツイッターアプリを開くとログイン画面が出てくるので、右下の「アカウント作成」を押します。



ところ=拠点複合施設りすた

●りすた樂々運動教室《多目的ホール》

と き 9日、23日(土) 10:30~11:30
参加費 1回100円 (シニア向け)



《今後の開催予定のイベント》

「拠点複合施設りすた」との連携も計画しています。

●お花見ノルディックウォーキング

5月上旬



●紅葉狩りノルディックウォーキング

10月上旬



●化石発掘ノルディックウォーキング

6月~8月



●腰痛膝痛予防

ノルディックウォーキング教室

8月~9月



●ハンドクラフト教室 拠点複合施設『りすた』多目的室にて開催予定

6月~2月 (年間で5回程度、様々な作品にチャレンジ)



スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています

★申込・問合せ先

ゆうばり文化スポーツセンター

加藤・中島 ☎56-6046



ユるっとゆうばり スポーツクラブ

新しいコミュニティーを創り出すことを目標に、昨年4月から本格的に活動を開始し、多くの市民会員の方々が気軽にスポーツを楽しんでいます。

●年会費

区分	年額〔スポーツ安全保険代+年会費〕
キッズ(中学生以下)	1,100円 [800円+300円]
アダルト(15歳~64歳)	2,500円 [1,850円+650円]
シニア(65歳以上)	1,500円 [1,200円+300円]

☆諸般の事情から、年会費を一部変更させていただきました。

☆入会時に保険手続きの費用も別途負担していただきます。

5月の『ユるっとゆうばりスポーツクラブ』 ところ=ゆうばり文化スポーツセンター

●ボクシングクラブ《サブアリーナ》

とき

19日、26日(火) 18:30~20:30

参加費

1回200円
(キッズ=100円)



●ピンポン・バドミントンクラブ 《メインアリーナ》

とき

20日、27日(水) 18:30~20:30

参加費

1回200円
(キッズ=100円)



●文スポ樂々運動教室 《サブアリーナ》

とき

21日、28日(木) 10:00~11:30

参加費

1回200円
(シニア向け)



●剣道クラブ《サブアリーナ》

とき

14日、21日、28日(木) 18:00~20:00

参加費

1回200円
(キッズ=100円)



●ノルディックウォーキングクラブ&ランニングクラブ

とき

14日、21日、28日(木) 18:15~19:30

参加費

無料 (屋外活動時)



結婚新生活を始めるための費用を助成します!

経済的な理由により結婚に踏み出せない低所得の方を対象に、婚姻に伴う新生活を開始するための「住宅貸借費用」および「引越費用」を助成します。

■申込期間

令和2年4月1日(水)から令和3年3月31日(水)まで

※申込期間中でも、予算額に達した時点で受付終了とします。

■対象世帯

次の条件を全て満たす世帯

- 令和2年1月1日から令和3年3月31日までの間に婚姻届を提出し、受理された世帯
- 夫婦ともに婚姻日における年齢が34歳以下であること
- 8月31日までの申請にあっては平成30年中の、9月1日以降の申請にあっては令和元年中の夫婦合算の所得が340万円未満の世帯（貸与型奨学金を返済している場合や、申請時において無職の場合は所得の計算方法に特例がありますので問合せください。）
- 夫婦ともに補助対象期間内に貸借した夕張市内の住宅に現に居住し、その居住先が住民基本台帳として記録されていること。
- 生活保護による住宅扶助その他公的制度による家賃補助を受けていないこと。
- 夫婦のいずれもが市税や貸借住宅に係る家賃などを滞納していないこと。
- 夫婦のいずれもが夕張市暴力団排除条例に規定する暴力団員でないこと。

■補助対象経費

- ・令和2年1月1日から令和3年3月31日までの転入または転居に係る以下の経費
- ・新規の住宅貸借費用（賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料）
- ・引越費用（引越業者または運送業者へ支払った実費）

■補助上限額

30万円（補助対象経費が30万円に満たない場合はその実費とし、1,000円未満の端数は切捨て）

■書類の配布場所

夕張市拠点複合施設「りすた」内 子ども・子育て支援係

■その他

詳しい情報は、上記配布書類をご覧いただか、市ホームページをご覧ください。
 ・市ホームページ>くらしの情報>結婚・離婚>結婚新生活支援事業

■よくある質問

Q レンタカーを借りて引越した場合や友人に頼んで引越した場合は対象になりますか？

A 対象とはなりません。
 引越業者または運送業者による引越を行った場合が対象となります。

Q 再婚の場合も対象となりますか。

A 補助要件を満たしていれば対象となります。
 ただし、以前の婚姻で既にこの補助金の交付を受けている場合は対象とはなりません。

■問合せ先（申請窓口）

子ども・子育て支援係（夕張市拠点複合施設「りすた」）☎57-7582
 ※受付時間：午前8時45分から午後5時30分まで（土日・祝日を除く）

令和2年5月吉日

つながろう通信

夕張市社会福祉協議会(56-6004)
生活支援コーディネーター 原・櫻井

よりぬき第17号

みんなで



☆こんにちは！生活支援コーディネーターです☆

地域の助け合いを推進するお仕事をしています。

今年度より活動内容を載せていただけることになりました。H30年度から市内の様子を取材して、みんなで共有できるよう毎月発行している通信。こちらではダイジェスト版を17号から発信していきます。

詳しくはHP:yubari-shakyo.sakura.ne.jp/社協広報誌をご覧ください



福祉社会館のおふろ・カフェ



お得なパスポート!
4回 1000円
12回 3000円



男性：午前10時～12時30分
女性：午後1時10分～3時45分

老人福祉社会館では300円でゆったりと入浴できます♪免疫力もアップしますよ～♪
年齢制限無くどなたでもご利用いただけます！
併設の喫茶は緊急事態宣言を受け5月8日(金)まで休業予定です。

メロン熊からマスク贈呈！



3月30日(火)に(株)オズ・インターナショナルさんより市内医療、福祉機関へマスク10000枚が寄贈されました。

メロン熊グッズがご縁で支援してくださったそうです。
分け合って使いますね♡本当にありがとうございます!!

新一年生の入学準備

3月18日(水)民児協女性部の方々が小学校新入生のためのプレゼント準備を。民生委員活動のリーフレットや可愛らしいティッシュ、絆創膏などの便利グッズです☆毎年の活動ありがとうございます。



ゆうばり小学校縮小卒業式



3月19日(木)ゆうばり小学校卒業式が卒業生と保護者と教員のみで無事に行われました。心がひとつになった温かい式。会える幸せを感じる大切な時間でした。



みなさんお元気です！



水曜日月2回の交流をしている楓地区。みんなでご馳走を作つて会食の後、昔あそびの脳トレを楽しみました。

真谷地地区では木曜日月2回持ち寄りお菓子や手料理を広げて談笑。懐かしの俳優クイズで盛り上りました。

楓集会所

真谷地集会所

沼ノ沢歩こう会

冬期間のみ毎週(月)金、沼ノ沢農業研修センターで開かれている歩こう会。ウォーキング、歌、体操などハツラツです♪

手紙を書こう、電話しよう～今できること



今、感染症対策により外出しにくい、集まりにくいなど日常生活が変わっています。たとえ近くにいても会えない環境が増えています。
買い物溜めするよりもお互いを元気づけるハガキや手紙を出しませんか？
電話してみませんか？大事な人を労り、気持ちを伝えるチャンスです(^_^)

感染拡大防止は3つの密を避けること

新型コロナウイルス
夕張市からのお願い

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をおねがいします

3つの密を避けましょう！

①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い！

※3つの条件のほか、共同で使う物品には
消毒などを行ってください。



厚労省 コロナ 検索



出典：首相官邸HPより

**PCR検査は帰国者・接触者センターで相談後、
実施の有無が決まります！**

帰国者・接触者相談センター電話相談窓口

センターでは一般相談も対応しています。症状などで不安な方の相談も可能です。

◎岩見沢保健所

【電話番号】0126-20-0122(平日8:45~17:30)

◎北海道保健福祉部

【電話番号】011-204-5020(24時間受付)

夕張市保健福祉課保健係

☎52-3106

そよがぜ通信

脳の病気だけど、原因は心臓にあるんです！

脈拍チェックで脳梗塞を予防する！

健康寿命の延伸を妨げる要因とされる脳卒中。

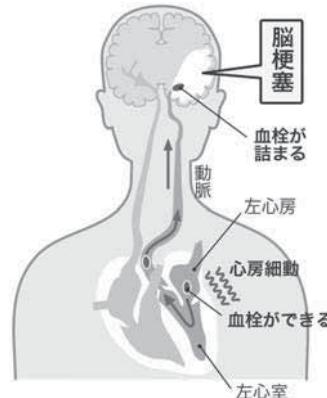
H30年度の市のデータでは、17人が脳疾患で死亡、介護保険認定者の1,109人のうち、脳疾患の方は215人いらっしゃいました。

脳卒中のうち、心臓の不整脈の一種、「心房細動（しんぼうさいどう）」から生じるタイプの脳梗塞は重症例が多いと言われています。原因が不整脈ですから、自分で脈拍をチェックすることで、異常の早期発見が可能です。

自覚症状のない心房細動を見つける

心房細動は、心臓に病気がある人だけでなく、不規則な生活習慣でも起きます。また、年齢とともに増え、**60歳を超えるとよくみられる**ようになります。

心房細動が起こると、心臓が小刻みに震えた状態になり、血液を送り出すことが十分にできなくなります。主な症状は、動悸、めまい、息切れですが、はっきりした自覚症状がない場合もありますので、家庭で定期的に脈を測り、少しでも異常を感じたらかかりつけ医に相談しましょう。



心房細動による脳梗塞

心房細動になると、心臓の中で血液が停滞し、血のかたまり（血栓）ができやすくなります。この血のかたまりが血管の中を移動して脳の太い血管で詰まるため、脳梗塞の中でも後遺症が残るような重症になりやすいことがわかっています。

自分でできる脈拍のチェック～脈をはかろう～

安静時にリラックスした状態ではかります。

- ①手のひらを上に向け、図のように手首（親指のつけ根）に、人差し指・中指・薬指の3本の指の腹をあてます。
- ②脈に触れるまで、抑える力を少しづつ強めたり、弱めたりするのが、脈を探すコツです。
- ③15秒くらい脈を測定し、回数とリズムが規則かどうか確認。
15秒に15~25回(1分間60~100回)が目安
(個人差があります)
- ④脈拍数が1分間100回以上や60回以下の場合や、リズムが不規則な場合には、再度1分間はかります。

脈のリズムがバラバラ、脈の強さも変動するなど不規則な場合には、心房細動などの不整脈かもしれません。数日はかって「おかしいな？」と思ったらかかりつけ医に相談しましょう。

心房細動などの不整脈の診断には心電図検査が必要です。

市の特定健診・後期高齢者健診では、心電図検査を受けることができます。(一部有料)



保健師 永澤 綾子

おしらせ

令和2年度調理師試験の実施について

するにはやめましょう。

と き 8月25日

午後1時30分～午後4時

ところ 岩見沢市

受付期間 5月11日～22日

提出書類 調理師試験受験願

書、調理師受験者整理カード、調

理師試験入力通知書

手数料 6,900円分の北海道

収入証紙

詳細は問合せください。

申込・問合せ先 岩見沢保健所

企画総務課企画係

0126-20-0116

林野火災・野火に注意しましよう

例年、春先は空気が乾燥し、風が強くなるため火災が発生やすい気象条件となります。

今年は、例年と比べて降雪量が少なく、早い季節から雪解けが進んでいることから、林野火災や野火など、屋外における火災発生の危険も増すことが考えられます。

屋外での火災の多くは「たき火」、「火入れ」の不始末、「たばこの投げ捨てなど」により発生しています。屋外での火の取扱いは十分注意し、火災の発生を防ぎます。

屋外での火災予防のポイント
・燃えやすいものを屋外に放置

やめましょう。

・たばこのポイ捨ては、絶対にやめましょう。

・児童による火遊びはさせないようになります。

・ゴミ焼きは、原則、法律で禁止されています。

・たばこのポイ捨ては、絶対にやめましょう。

・ゴミ焼きは、原則、法律で禁止されています。

・児童による火遊びはさせないようになります。

・たばこのポイ捨ては、絶対にやめましょう。

・児童による火遊びはさせないようになります。

自衛官募集

◆第1回自衛官候補生(男女)

年齢 18歳以上33歳未満の者

◆第1回一般曹候補生(男女)

年齢 18歳以上33歳未満の者

※いずれも現在32歳の方は、生年

月日により応募の可否が変わり

ます。詳しくは問合せください。

●自衛隊説明会

自衛隊の仕事や魅力、待遇など

についての説明会を開催します。

詳細は問合せください。

自衛隊札幌地方協力本部恵庭地

域事務所

0123-34-5438

介護保険係からのお知らせ

●高齢者生活実態調査について

夕張市では、高齢者の生活実態を把握し、「(仮称) 第8期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の検討資料とするため「高齢者生活実態調査」を実施しています。

対象者 市内在住の65歳以上の方で、要介護認定を受けていない方

調査方法 無作為で1,000人を抽出し、調査票を該当者に郵送で配布しています。調査票が届いた方はお手数ですが、回答のうえ、返信用封筒に入れ、令和2年5月22日までに返送してください。(切手は必要ありません。)

介護サービスや予防事業のための貴重な資料となりますので、ご協力をお願いします。

●在宅介護実態調査について

夕張市では、令和3年度から令和5年度までを計画期間とする「(仮称) 夕張市第8期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」の策定の基礎資料とするため「在宅介護実態調査」を実施しています。

対象者 市内在宅で、要介護認定を受けている方、その家族

調査方法 該当者の方に調査票を郵送で配布しています。調査票が届いた方はお手数ですが、回答のうえ、返信用封筒に入れ、令和2年5月22日までに返送してください。(切手は必要ありません。)

皆様の実態を把握し、これからの事業に役立てる大切な調査となりますので、ご協力をお願いします。

問合せ先 市介護保険係 ☎52-3164



ほっとひといき 本とひととき



『熱源』川越 宗一/著 文藝春秋



明治初期、樺太(サハリン)で生まれたアイヌの少年ヤヨマネクフは養父や兄とともに北海道に渡ってきた。ここでアイヌの人々は、生きるに足る食物を自ら山や海から獲り、必要な道具を自ら小刀で削りという生き方を、文明の名のもと奪われていく。日本人になることを求められ、日本人とはいったいなんだろう?と疑問を抱いたヤヨマネクフは、ロシア領サハリンとなっていた樺太に再び帰る決心をする。そして、日露戦争で日本が勝利したことからサハリンの南半分は日本領となった。そんな歴史の中で生き抜く樺太アイヌを描く。

「文明」を名乗っていた

☆新しく入った本

- ・店長がバカすぎて (早見和真) ・流浪の月 (凧良ゆう) ・ムゲン! 上・下 (知念実希人)
- ・むかしむかしあるところに、死体がありました (青柳碧人) ・夏物語 (川上未映子)
- ・ライオンのおやつ (小川糸) ・毒母ですが、なにか (山口恵以子) ・ねこだまり (諸田玲子)
- ・山よ奔れ (矢野隆) ・そばですよ 立ちそばの世界 (平松洋子)

問合せ先 りすた図書館 ☎57-7583

新たに13人の職員が入庁しました。

市役所に12人、市消防本部に1人が入庁しました。
市民の皆さんよろしくお願いします。



工業統計調査に
ご協力ください



沼ノ沢

このコーナーに掲載する乳幼児(小学校入学まで)の写真をお待ちしています。

●送り先 市総務係 ☎ 52-3170

藤本梨花ちゃん

平成28年2月13日生まれ

製造業で従業者が4人以上のすべての事業所を対象に、令和2年工業統計調査を実施します。
調査員が5月から6月にかけて事業所へ伺います。

調査票に記入した内容については、統計法によって厳重に保護され、調査員などが調査で知りえた内容を他に漏らしたりすることは絶対にありません。ご協力をお願いします。

に申込ください。詳しくは問合せください。

市民パークゴルフ大会

紅葉山パークゴルフ場を守る市民の会主催のパークゴルフ大会を開催します。大会の1週間前までに申込ください。

とき 5月16日午前9時～

(午前8時30分まで集合)

ところ 紅葉山パークゴルフ場
参加費 一般700円

会員500円
申込方法 パークゴルフ場管理棟にある申込用紙に記入
申込・問合せ先

パークゴルフ場を守る市民の会
大谷 58-3011

連休期間中の
ごみ収集日程

月 日	一般ごみの収集	資源ごみの収集	埋立処分地
5月4日(月)(祝)	休みます		休みます
5月5日(火)(祝)	休みます	第1火曜日の収集地区	休みます
5月6日(水)(祝)	休みます	第1水曜日の収集地区	休みます
5月7日(木)	水・木曜日の収集地区	第1木曜日の収集地区	午前8時30分～ 午後4時30分

問合せ先 市環境生活係 ☎ 52-3108

ところ	鹿ノ谷ゼミナール	道税の猶予制度のお知らせ
とき 午後1時～3時	無料。 どなたでも参加できます。参加	新型コロナウイルス感染症の影響により、道税を一時に納税することができない場合は、申請により納税が猶予される制度がありますので、ご相談ください。

空知総合振興局納稅課
☎ 0126-20-0055

再生振替特例債の残高について

(令和2年3月31日現在)

◆再生振替特例債の残高

16,940,802千円

◆財政再建計画時を含めた返済額

18,392,080千円

◆再生振替特例債償還終了年月

令和9年3月

※再生振替特例債とは、財政再生計画終了までに返済しなければならない法律で認められた借金です。

詳細は、市ホームページの暮らしの情報「夕張市の借金時計」をご覧ください。

問合せ先
市財政係 ☎ 52-3122

令和2年4月1日 現在

人口 7,744人(-44人)
男 3,563人(-19人)
女 4,181人(-25人)

世帯数 4,608世帯(-15世帯)
()は前月比

※住民基本台帳法の改正に伴い、
外国人住民が含まれています。

次号、広報ゆうばり6月号は、
6月1日に配布します。

問合せ先
夕張地域史調査室 青木
☎ 090-1262-14455