

- 新市立診療所・介護医療院夕張に関するお知らせ……………2
- 夕張市立診療所ニュース……………3
- 新型コロナワクチン接種情報<<32>>……………4
- 国保のお話……………5
- 地域おこし協力隊員の活動報告会実施報告…6
- 教育委員会だより……………7
- キラリ!～魅力ある高校づくりへの取り組み…8
- 夕張高校チャレンジ・モア・スピリッツ……………9
- 拠点複合施設りすたからのお知らせ……………10
- ユрутとゆうばりスポーツクラブからのお知らせ…11
- 夕張市職員採用情報/そよかぜ通信……………12
- 新人職員紹介……………13
- みんなでつながろう通信……………14
- 生活支援サポーター養成講座……………15
- みんなで作る夕張の記憶ミュージアム
掲載5周年を迎えました……………16
- 石炭博物館だより……………17
- フレイル予防のために
十分な栄養をとりましょう……………18



暑さを吹き飛ばせ!

7/9(日)、楽しんで走る「ファンラン形式」のマラソンイベント、夕張バリバリメロンランが開催されました。30℃近い気温の中、市内外から集まったたくさんの参加者が、市内の観光スポットや自然を楽しみながら、5kmと10kmのコースを走破しました。ゴール後は旬の夕張メロンにかぶりつき、夕張の夏を満喫していました。

夕張市立診療所／介護医療院 夕張

令和5年9月1日(金)より、
若菜地区に新築移転オープンします!

※一般外来診療は令和5年9月4日(月)からとなります。



内覧会
8/5 (土)
13:30~15:00
どなたでもご参加できます。
お気軽にお越しください。

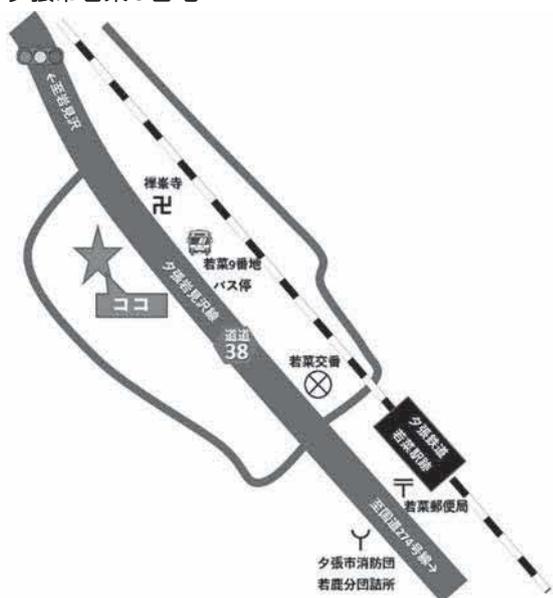
～新診療所と介護医療院の目指すべき姿～

新たな診療所と介護医療院は、「安心」「安全」「安定」の3つの視点に立ち、市民に必要な地域医療・介護サービスを提供することを目指し、本市における「地域医療の確保・提供」と「地域包括ケアシステムの構築を推進するための中核的な施設」という役割を担います。



位置図・住所

〒068-0425
夕張市若菜8番地



診療科目

総合診療科・整形外科・リハビリテーション科・
循環器内科・婦人科・耳鼻咽喉科・泌尿器科・歯科

臨床検査

レントゲン、CT、血液検査、尿検査、組織検査、
培養検査、心電図、動脈硬化検査、骨密度検査、
ホルター心電図、上部・下部消化管内視鏡検査、
ピロリ菌検査

その他

予防接種、健康診断、婦人科検診

病床数・定員

診療所：19床 介護医療院：定員19名

問合せ先 市保健係 ☎52-3106



夕張市立診療所ニュース

2023年
8月
vol.158



諫山治彦所長

早いもので移転まで1ヶ月となりました。新たな施設で滞りなく診療が開始されるよう研修や内覧などを実施しながら着実に準備を進めています。

移転準備に伴い、8月は休診とさせていただきます日がありますのでご確認ください。新診療所での診療開始は9月4日(月)からです。市民のみなさんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

8月休診日のお知らせ

- 8/3(木)…………… 婦人科→休診
- 8/14(月)・8/24(木)～9/1(金)…… 歯科→休診
- 8/28(月)…………… 内科→午後休診
- 8/29(火)…………… 内科→午後休診、泌尿器科→休診、整形外科→休診
- 8/30(水)～9/1(金)…………… 全科→休診

新診療所での診療開始は

9月4日(月)からです。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

送迎バス時刻表の変更について



9月から送迎バスの運行予定時刻表が変わります。詳細は来月でご案内いたしますので、ご利用の方はご確認ください。

健康長寿プロジェクト

6月22日、りすたにて「高齢化率日本一から 健康寿命日本一を目指して」と題し、健康長寿プロジェクトがスタートしました！

第1回は健康講話だったのですが、50名を超える多くの方々にご参加いただき、みなさんの健康への意識の高さを改めて感じる会でした。

第2回健康長寿プロジェクト 開催決定！

8月22日(火) 午後1時30分～



— ゆうゆう寄り添い倶楽部 —

ボランティア活動について考える⑥

～誰のために何のために

日時 8月28日(月) 午後3時～

場所 拠点複合施設 りすた 多目的ホール

講師 前沢 政次 医師

6回シリーズの最終回です。
みなさんのご参加をお待ちしています！

8月外来診療体制

8/14、8/24～9/1は歯科休診、8/30～9/1は全科休診です。

		月	火	水	木	金
午前	総合診療科	諫山・中岡	諫山・高野	中岡・出張医	諫山・中岡	松島・出張医
	歯科	八田 または 出張医	—	八田	八田	八田
	専門外来	—	泌尿器科 (1・8・15・22日)	循環器内科 (2・16・23日)	—	耳鼻咽喉科 (4・18・25日)
午後	総合診療科	中岡	—	出張医	諫山 または 松島	出張医
	歯科	八田 または 出張医	—	八田	八田	八田
	専門外来	—	整形外科 (1・8・15・22日)	整形外科 (16日)	整形外科(3・10・17・24日) 婦人科(10・17・24日)	耳鼻咽喉科 (4・18・25日)

※医師は変更となる場合もございます。 ※土・日・祝は休診です。 ※火曜の歯科は休診です。 ※(泌)(整)以外は予約制です。
※受付時間…8:15～11:00/13:15～16:00(耳鼻咽喉科…9:30～11:30/12:30～15:00)

お問い合わせ

夕張市立診療所

☎(0123)52-4339 FAX(0123)52-2617

〒068-0402 夕張市社光20番地 / <https://www.houseikai.or.jp/yubari>

新型コロナワクチン接種情報《32》



ファイザー社オミクロン株2価ワクチン接種について

今回の春開始接種では、モデルナ社ワクチンを使用するご案内をしていたところですが、国のワクチン配分の変更があり、ファイザー社ワクチンを使用しての接種を行います。

8月7日～8月31日の接種は、ファイザー社オミクロン株2価 (BA4.5) ワクチンとなりますのでお知らせします。

※既に5月以降の春開始接種を終えられた方は、接種はできませんので、ご理解いただきますようお願いいたします。

令和5年春開始接種は8月31日で終了

6月から開始した今回の春開始接種の65歳以上接種率は26% (7月6日現在6回目の接種率で算出) となっています。

5類移行後、一部の地域では流行が続いています。ワクチンの効果は時間とともに低下するため感染しやすくなり、特に高齢者、基礎疾患を持つ方は重症化のリスクが高くなります。

予約枠は十分にありますが接種を希望する方は、お早めに予約をお願いします。

なお、8月は市立診療所が移転準備期間のため接種は行いませんので、ご了承ください。

また、秋開始接種は9月以降となります。決まり次第お知らせします。

予約先

- コールセンター(つながりやすくなっています。)

☎0120-800-206 (平日9時から17時)

- インターネット

右のQRコードまたは市ホームページから予約が可能です。



予約用QRコード

接種券について

春開始接種分の接種券は、市からすでに送付済みです。

接種を希望する方で、手元に過去の接種券が残っていれば、それを予約・接種に使用します。

接種をしたいけれど、接種券がない方は、☎52-3173 (平日9時から17時) まで連絡を。

新型コロナワクチンを一度も接種していない方

接種を希望する方は右記の問合せ先にご連絡ください。

問合せ先 市保健係 ☎52-3106

入院のときの医療費が心配…。「高額療養費制度」を知っていますか？

医療費の家計負担が重くならないように、医療機関や薬局の窓口で支払う医療費が1カ月で上限額を超えた場合、その超過分を支給してくれるのが「高額療養費制度」です。上限額は、年齢や所得に応じて区分されています。

医療費が高額になるときは、事前に限度額適用認定証の申請を

高額療養費制度は、窓口で医療費の自己負担分を負担した後に、申請をして超過分が払い戻される仕組みです。

しかし、事前に「限度額適用認定証」の交付を受けておくと、月ごとの上限額の超過分を窓口で支払う必要がなくなります。

申請手続き ※有効期間が切れると再度申請が必要です※

次のものをお持ちになり、市役所もしくは南支所(りすた内)、ふれあいサロンの窓口で申請してください。

- ・届出者の本人確認ができるもの
(マイナンバーカード、運転免許証、障害者手帳、在留カードなど)
- ・限度額適用認定証が必要な方の国民健康保険被保険者証

「限度額適用認定証」の申請が必要な方 (申請が必要か確認したい場合はご連絡ください)

- ・69歳以下の方
- ・70～74歳の方のうち、住民税非課税世帯の方
- ・70～74歳の方のうち、医療費の負担割合が「3割」かつ住民税の課税所得が690万円未満の国保加入者がいる世帯

※70～74歳の方のうち、医療費の負担割合が「2割」かつ住民税課税世帯の方は、「被保険者証兼高齢受給者証」を医療機関に提示するだけで、自己負担限度額までの支払いとなるため、「限度額適用認定証」の申請は必要ありません。

地域おこし協力隊員の活動報告会の実施報告について

こんにちは！私たちは、市外から移住して地域の中で活動させていただいている『夕張市地域おこし協力隊』です。6月10日に、市内現役隊員4名による多様な形での活動報告会を合同で開催させていただきました。当日は34名もの市民の方にご来場いただき、予想以上の反響に嬉しく思います。本当にありがとうございました！



観光促進支援の蔣静文(しょう せいぶん)です。私は夕張に来て様々な形で活動していますが、今回は主に私の令和4年度の活動写真と情報発信についてをご紹介させていただきました。当日はとても緊張しましたが、皆さんが温かくて安心しました。

夕張メロンと夕張長芋は、成長過程を記録するために1年を通して取材にあたったことで、夕張の産業の柱になっていることがわかり、感銘を受けたこと、また、私が夕張太鼓保存会『竜花』の一員として活動し始めた時のドキドキから今に至るまでの自身の成長についてもお話しさせていただきました。

私は、自分が開催したイベント「中国語教室」などの反響が良く、そのことが自信に繋がっていて、夕張の仕事と生活を経験してとても成長してきました。私のすくすくと成長している姿を皆さんに見ただけで嬉しかったです。私の活動が、地域に密着しているとお声もいただきました。これからも夕張のPRを頑張りたいと思いますので、よろしくお願いたします。

文化振興部門の三浦弘夢(みうらひろむ)です。成果報告会へのご参加、誠にありがとうございます。私は今回の成果報告会にて、昨年9月から始まった活動についてご紹介いたしました。博物館開館時期の通常業務や企画の内容に加え、普段は知る機会の少ない「冬季休館中」における活動についても詳しくお話ししました。また結びでは夕張市内の遺跡について触れ、終了後に「知らなかった、面白い」といったご感想や、新たな情報提供を頂き、夕張の隠れた魅力について再確認するきっかけとなりました。



今回の報告会を通して、地域おこし協力隊と夕張市自体に対する皆様の関心が非常に強いことを実感し、以降も多様な情報公開や地域還元が必要と考えました。今後も「文化振興」の面で力を尽くして参りますので、よろしくお願いたします。改めて、当日はご参加ありがとうございました。



子ども・子育て支援部門の夏 思雅(か しが)です。ご来場ありがとうございました。この報告会を通して、私は計画した子ども・子育て支援に係る機関の関係作り、支援事業の補助内容、SNS の情報発信、各種イベントへの参加、自分が企画・開催した活動、夕張の歴史文化と教育の勉強、これからの予定などを報告しました。

皆さんは積極的にうなずき、アンケートにたくさんの感想を書いていただきました。励ましていただき、嬉しいです。これからも市民のみなさんの意見とアドバイスを参考に、反省しながら課題と目標に向けて行動します。子どもたちと一緒に成長し、夕張の子ども・子育て支援を頑張っていきますので、これからも応援してくださいね。

体育協会支援/体育振興部門の竹部玲央那(たけべれおな)です。皆さん、6月10日の夕張市地域おこし協力隊による報告会にお越しくださり、ありがとうございました。当日は、参加者の皆さんに運動指導を実際に体験していただきました。私は月に3回ほど土曜日になりすた楽々運動教室で運動指導をさせていただいていたので、慣れた景色、慣れた環境でしたが実際に報告してみても緊張しました。ただ、報告会で皆さんと一緒に運動指導を体験していただいたおかげで終わった時には、緊張はなくなりやりきったという達成感を感じました。



こうやって皆さんに運動指導できたのは、介護予防事業に誘ってくださった夕張市立診療所リハビリテーション課の皆さん、いつもたくさんのアドバイスをしてくださり、運動指導をする場を設けてくださっている平村様、佐藤様のご厚意のおかげです。また、こういった機会をいただけたら一緒に運動を体験していただきたいです。広報ゆうばりのユルっとゆうばりスポーツクラブからのお知らせで筋力トレーニング、健康、食事など様々な分野の情報を発信しているので、ぜひ見てください。



教育委員会だより

小学校と中学校の「一貫教育」を導入します

9年間を通して子どもたち一人一人の学びを支え、可能性を伸ばし、誰一人取り残すことのない教育の実現を目指して！

『小中一貫教育』とは何ですか？

小・中学校の教員が目指す子ども像を共有し、9年間を通して教育課程を編成して系統的な教育を目指す教育のことです。
(文部科学省による定義)

なぜ導入するのですか？

本市では、令和2年度から、小中連携学
力向上委員会を組織して、9年間を通した
系統的な学力向上の取組みを進めていま
す。

令和6年度本格スタート！

今後さらに、学力向上という学習面に留
まらず、これまでの取組みを生かして、豊か
な心の育成や体力の向上など、多くの教育
活動において、9年間を通して子どもたち
の学びを支える質の高い教育を目指そうと
考え、小中一貫教育の導入を決めました。

何がかわるのですか？

教育内容や教育環
境が大きく変わると
いうことはありませ
ん。基本的に、小学
生はゆうばり小学
校に、中学生は夕張中
学校に通い、今までと
同じように学校生活
を送ります。



いじめの未然防止に向けて

北海道教育委員会では年2回、いじめの
実態を把握するため、小中学生全員にアン
ケート調査を実施しています。

今年6月に行われたアンケートでは、今
年4月から6月までの期間に『いやな思いを
したことがある』と回答した児童生徒は、
ゆうばり小28名、夕張中4名という結果で
した。

小中の全先生方が「9年間を通して」と
いう考えで、夕張の小中学生全員の学びを
支えていく、そのため、先生方や小中学生の
相互交流が今までよりも増えることが想
定されます。

具体的な取組みは？

9年間を通して教育課程の編成・実施、
合同研修会の開催、児童生徒の学力・体力
の共有、学習規律や授業スタイルの系統的
継続的な実践、児童会生徒会交流の活発
化などがあげられます。

期待される効果は？

学力向上をはじめ、コミュニケーション能力
やリーダーシップの育成、思いやりの心や責
任感の高まり、いじめや不登校の未然防止
などの効果が期待できます。

市民の皆さんには、夕張の子どもたち
の健やかな成長のため、小中一貫教育
の推進にご理解とご支援をお願い申
上げます。

いじめの未然防止に向けて

北海道教育委員会では年2回、いじめの
実態を把握するため、小中学生全員にアン
ケート調査を実施しています。

今年6月に行われたアンケートでは、今
年4月から6月までの期間に『いやな思いを
したことがある』と回答した児童生徒は、
ゆうばり小28名、夕張中4名という結果で
した。



児童生徒には丁寧な聞き取りと支援を
行うこととしています。

もちろん、いじめはどんな理由があつ
ても許されないことであり、事案によつ
ては犯罪と判断することもあります。

したがって現在は、金品の強要や児
童ポルノ関係といった犯罪行為として
のいじめが発生した場合は、児童生徒
の命や安全を守ることを最優先に、直
ちに警察に相談・通報を行い適切な援
助を求めなければならないこととなつ
ています。

ゆうばり小、夕張中では「学校いじ
め防止基本方針」に従って、いじめの早
期発見、早期対応などに組織的な体
制を整えるとともに、児童生徒がいじ
めを自分事と捉え、いじめ防止の主体
的な取組みを行うなど、未然防止に努
めています。

地域やご家庭におかれましても、思
いやりの心や違いを認め合う友人関係
の構築を通して、「いじめをしない、させ
ない、許さない」という社会を子どもた
ちと一緒に創造していきましょう。





魅力ある高校づくりへの取り組み

問合せ先 夕張高校 ☎59-7808

第1回学校運営協議会

5月31日(水)に令和5年度北海道夕張高等学校第1回学校運営協議会が、本校会議室で開催されました。

はじめに各委員の紹介を行い、会長の角田浩晃様から「あいさつをいただいた後、基本方針、年間計画、今年度の学校経営方針について説明を行いました。

委員の皆様からは、「夕張市唯の高校を存続するために夕張高校の実践や特徴、市からの支援の充実を小・中学校をはじめ、地域にどのように発信していくか」について、多くのご意見をいただきました。今回いただいたご意見をもとに、スピード感をもって実行していけるよう、今後の活動の確認が行われました。今後も委員の皆様を中心に、地域の高校としての活動を進めていきます。



3年生 就職・専門学校進学コース 生徒による試作品製作

6月2日(金)に3年生の就職・専門学校進学コースの生徒11名が、現在授業で取り組んでいる「夕張産産物を活用した商品開発」に係る試作品製作を実施しました。

試作品製作では、生徒がこれまで考えてきたアイデアを形にするとともに、材料や配合を変えた様々なパターンの試作品を作成して多角的に検証を行いました。

試作品製作を通して、これまで取り組んできた商品企画における商品設計の課題や今後の商品開発における改善点を見つけることができました。これらの課題を今後の商品開発に反映させ、製品化に活かしていきたいと思えます。



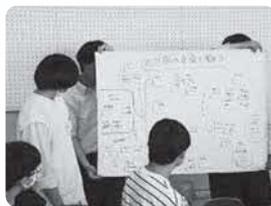
2年生 総合的な探究の時間 高大地域連携プロジェクト

6月20日(火)5、6校時2年生の総合的な探究の時間において、現在取り組んでいる地域活性化に向けた企画について、大学生とワークショップを行いました。

この取り組みは、一般社団法人北海道総合調査会による「夕張市における『高校×大学×地域』連携プロジェクト」として高校生、大学生などが関わり合いながら、夕張市における地域課題の解決策の検討を行うことで、地域における人材育成と人材循環の流れを作り上げることを目的として行われました。

生徒は、最初は大学生を前に意見を述べることに戸惑う場面も見られましたが、後半は積極的に話し合いに参加し、グループの意見集約やまとめ作業などに積極的に取り組んでいました。

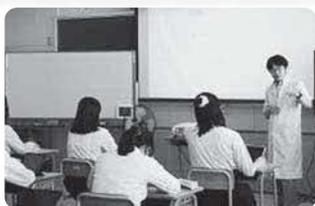
今回の意見や考えを参考として、今後の地域活性化に向けた企画の充実と実効性を高めていきたいと思えます。



2年生 遠隔授業「地学基礎」 対面授業

6月26日(月)に、北海道高等学校遠隔授業配信センター(T-Base)から板橋 翔先生に來校していただき、対面授業を行いました。

今回は用意していただいた鉱物サンプルなどを顕微鏡で観察し、顕微鏡の中をiPadやスマートフォンで撮影し、用意されたGoogle Jamboardのファイルに撮影した写真を貼り付け、観察レポートを作成しました。生徒達は試行錯誤しながら鉱物サンプルを設置した顕微鏡の撮影を行い、撮影した写真について先生へ色々と質問するなど、活動的な授業となりました。板橋先生、ありがとうございました。



今年のテーマは『MATCH!!』 学校祭実行委員の奮闘に迫ります!

夕張高校
チャレンジ・モア・スピリッツ
第六十三号

令和5年7月7日(金)から8日(土)にかけて夕張高校第32回夕高祭が実施されました。今月のチャレンジ・モア・スピリッツでは、学校祭実行委員長を務めた林瑛美さんにインタビューを行い、実行委員会としての活動や企画内容について話を伺いました。



3年A組
林 瑛美さん

※インタビューは、7月3日(月)実施。

学校祭実行委員会企画について

① 学校祭の準備お疲れさまです。学校祭の実行委員会というのは、何の検討を行うところなの？

② 学校祭実行委員会は、学校祭1日目に全校生徒で行うレクリエーションを企画して実施するのが業務内容です。

③ 今年実施する企画はもう決めているの？

④ 昨年は、生徒全員で楽しめるクイズなどを行っていました。今年は生徒会の方でも似たような企画を考えていたので、内容が同じようなものにならないように学校としてみんなの良いものを作りたいという話をしていました。

⑤ 今年は全校生徒でちぎり絵ができたかと考えています。生徒一人一人に原画が分からないような形で完成図のパーツを配布して、それぞれが当日までにちぎり絵を作成してきて、当日組み合わせて二つの絵になるという企画です。

⑥ 面白そうな企画だね!

⑦ 学校祭のポスターになります。絵を合わせるだけだと時間が余ってしまうので、余った時間は例年実施しているような生徒みんなが楽しめるクイズを行う予定です。

⑧ ちゃんと1枚のイラストになるか楽しみだね!

⑨ 出来上がった作品は、校内に展示しようと思っていますので、ぜひ見てほしいです!

学校祭実行委員を 通じて学んだこと

⑩ 今回学校祭実行委員を経験して、大変だったことはありますか?

⑪ 実行委員会での仕事の割り振りが大変でした。私は部活動と掛け持ちでしたが、他のメンバーも生徒会や他の委員と掛け持ちしている生徒がほとんどなので、負担も大きかったと思います。

⑫ また、生徒にとっても去年までは当日クイズに参加するだけでしたが、事前にちぎり絵を作っておかなければならないので、全員がやってくれるか不安がありますが、信じたいと思っています!

⑬ 少ない人数でやっているから大変だね。

⑭ まだ終わっていないけど、学校祭の活動を通して学んだことはありますか?

⑮ 先のことを考えて事前に予定を立てることが大切だと思いました。私自身が予定を立てて行動することが苦手で結構おどろおどろしてしまっているんですけど、学校行事などを考えるときは、計画的に進めないといけないと感じました。

⑯ あとは学校祭で使える予算は限られているので、全体でどのように活用するのが良いか検討することが大切だと思いました。

⑰ なるほど、とても重要なことを学んだね。これからの学校生活にも活かしていきたいね!最後に今年が最後の学校祭になると思うんだけど、どんな学校祭にしたいですか?

⑱ 去年までの学校祭も楽しいものでしたが、今年は全員が振り返った時に楽しかったと思える学校祭にしたいと思っています!

まきお
が行く

夕高祭レポート 2023



1日目は、市内各所でのよさこい演舞の披露。会場となった文化スポーツセンターと道の駅夕張メロードでは、駆け付けた市民の方の前で堂々たる発表を行った。

2日目は、各学年で準備をした縁日や脱出ゲーム、5組が出場した有志発表など会場に集まった保護者や小中学生を大いに楽しませている。受付の横には、前日に行われた学校祭実行委員会企画のちぎり絵が飾られており、見事な完成度であった。毎年の定番になりつつあるよさこいの披露(伝統)に加えて、生徒一人一人が考えて工夫を凝らした縁日、有志発表など(挑戦)、まさに『MATCH!!』を体現する素晴らしい夕高祭でした!関係者の皆さま、本当にお疲れさまでした。



拠点複合施設りすた からののお知らせ

旧夕張市美術館 収蔵作品展 2023

8月5日/①～20日/②



▲ 拠点複合施設りすた

本展覧会のテーマは、「過去からの贈り物を受け取り、語り継ぐ」です。人々の記憶が薄れ、歴史が語られないことで、街に残った様々な物の価値が薄らいだり、世代を越えてその物の意味が引き継がれないことは多数あります。

そこで今回の展覧会場では、みなさんが作品をどのように見たのか・感じたのか、ということについて、楽しくお話できる場所を設け、言葉と作品たちとを結びつけることで、収蔵作品にまつわる「意味」も含めて次世代へと継承する機会となるように取り組みます。

観覧 / 催し 参加無料・申込不要
問合せ先 市社会教育係 ☎57-7711



昨年の展覧会会場風景

会期中の催し

1 第4回りすた市民学習講座 『地域の作品を鑑賞しよう！』

▶ 8月6日(日) 午後1時～

本展の見どころや収蔵作品について、企画担当者が説明します。その後、おもしろい鑑賞方法で、作品を味わいます。



▶ 8月12日(土) / 16日(水)
午後2時～ / 午後4時～ 各日2回計4回開催

札幌で活躍するアート・コミュニケーターズのみなさんと一緒におしゃべりしながら、ゆっくり作品を観てみます。見て、考えて、話して、聞いて、みんなでつくる対話型の鑑賞です。

ユるっとゆうばりスポーツクラブからのお知らせ

ユるっとゆうばりスポーツクラブでは、引き続き感染症対策を講じながら活動をしています。参加される皆さんには引き続きご協力をお願いします。今月は夏バテにオススメの食べ物について紹介します。

“暑い夏だからこそ変えよう”【健康的な身体づくり】

■夏バテになりやすい季節

皆さんは夏と冬で体重の変化に大きく差はありませんか？まさかとは思いますが、夏と冬で5kg以上の差がある人は要注意です。夏は暑さの影響で普段よりもあまり食べられなくなります。夏だからこそ食事がすごく大切なので、夏バテにならない最強のオススメの食べ物をご紹介します。

■夏バテにオススメの食べ物

夏バテにオススメの食べ物、それは「そば」です。え？麺類って食べると急に血糖値が高くなるので、あまり身体によくないんじゃない？って思う方もいると思います。一般的に麺類のうち、ラーメンやうどんは血糖値が急に高くなるといわれています。また、ラーメンは多くの油も使われるので健康面で注意が必要です。そこで皆さんに食べていただきたいのが「そば」になります。そばは低GI食品と呼ばれ、麺類の中で一番血糖値の上昇が緩やかな食品です。なので、夏バテだけでなく、肥満の予防、そしてボディメイクにもってこいの食品なのです。さっぱりしていて「そば」単体で食べるのもいいですが、野菜やスタチを入れることで栄養満点の食事になるので夏バテの方は、ぜひ食べてください。

■今月の筋トレ ～今月は前腕のトレーニング～

自宅でも簡単に前腕を鍛えることができる「アームカール」をご紹介します。

- ①ダンベルなどを持った腕をテーブルやイスなどに置いて、しっかり伸ばします。
- ②反動を使わないように反対の腕で前腕を押さえます。
- ③この状態で手首だけを使ってダンベルなどを上下する動作を、手首が上がらなくなるまでやっていきます。
※まずは2kgのダンベルもしくは2Lのペットボトルでやっていきましょう。

☆8月の活動日程

《ボクシングクラブ》

日時 8月1・8・22・29日(火) 18:30~20:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター
サブアリーナ
持ち物 飲み物、タオル、運動靴、
バンテージ(ある方)

《フィットネスクラブ体験コース》

曜日 火曜日、木曜日(予約制 ☎56-5586)
時間 午後1時・午後2時
場所 ハッピーロードフィットネスクラブ
持ち物 運動靴、タオル、飲み物
料金 1回400円(全8回)

《ピンポンバドミニバレークラブ》

日時 8月2・9・16・23・30日(水) 18:30~20:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター
メインアリーナ
持ち物 飲み物、タオル、運動靴、ラケット(ある方)

《ランニングクラブ》

日時 8月3・10・17・24・31日(木) 18:15~19:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター周辺野外
トレーニングルームなど
持ち物 飲み物、タオル、運動靴

《文スポ楽々運動教室》

日時 8月10・24日(木) 10:15~11:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター
サブアリーナ
持ち物 飲み物、タオル、運動靴

《剣道クラブ》

日時 8月3・10・17・24・31日(木) 18:30~20:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター
サブアリーナ
持ち物 飲み物、手ぬぐい、(稽古着、竹刀、防具)

《ノルディックウォーキングクラブ》

日時 8月3・10・17・24・31日(木) 17:00~18:00
場所 ゆうばり文化スポーツセンター周辺野外
トレーニングルームなど
持ち物 ノルディックポール(貸出可)

《りすた楽々運動教室》

日時 8月26日(土)・31日(土) 10:30~11:30
場所 拠点複合施設りすた
多目的ホール
持ち物 飲み物、タオル、運動靴

●申込・問合せ先 ☎56-6046 ゆうばり文化スポーツセンター 竹部

夕張市職員採用情報

一般事務(初級・上級・社会人)

- ▶ 試験日 1次試験…9/17(日)
2次試験…10月下旬の予定
- ▶ 会場 夕張市役所
- ▶ 申込 「受験申込書」などを8/23(水)までに郵送(必着)

保健師

- ▶ 試験日 応相談
- ▶ 会場 夕張市役所
- ▶ 申込 「受験申込書」などを郵送(随時受付)



保健師のお仕事紹介をホームページで公開中!

職種	採用枠	採用数	採用日	資格要件				試験内容				
				年齢	学歴	資格	経歴	1次試験				2次試験
								教養試験	適性検査	基礎試験	個別面接	個別面接
一般事務	初級・上級	若干名	令和6年4月	~30歳	○			○				○
	社会人	若干名	応相談	27~44歳	○	○	○		○			○
保健師	-	若干名	応相談	~39歳		○					○	

※年齢が上限ちょうどの場合、生年月日によって応募の可否が変わります。
※資格要件や申込方法などの詳細は市ホームページをご覧ください。

問合せ・申込み先 市総務係 ☎52-3170

そよかぜ通信

夏も皮膚トラブルに注意が必要です!

暑い日が続く、あせもができたり、日焼けをしたりと皮膚トラブルが見られる人もいます。夏の暑さや強い紫外線、室内と屋外の寒暖差などは皮膚トラブルの原因になります。

夏によく見られる皮膚トラブル

●あせも

私たちの体は汗をかくことで体温調整をしています。汗は皮膚にとって刺激になります。汗をかいたらこまめに着替えたり、シャワーで汗を流すようにしましょう。ただし洗剤を使い過ぎると肌が乾燥するため、洗剤は1日1回で十分です。

●日焼け

夏の強い紫外線には注意が必要です。つばの広い帽子を着用したり、日陰に入ったりして紫外線を避けましょう。日焼け止めも有効ですが、汗もかくので2~3時間で塗り直すと効果的です。日に焼けてしまった時は、保冷剤や流水で冷やしましょう。

●虫刺され

まずは、虫に刺されるのを防ぐことが大切です。草むらなどの虫が多い場所に行く際には、できるだけ肌の露出が少なく、薄い色の服を着るようにしましょう。首や袖周り、裾周りなどでもできる限り露出を避けましょう。虫よけスプレーなども効果的です。虫に刺された場合には、まず刺された部分を水で十分に洗い流すことが重要になります。

ます。その後刺された部分を冷やしてから、虫刺されの薬を塗りましょう。症状が治らない場合は、皮膚科などを受診してください。

①清潔にする スキンケアで皮膚トラブルを防ぎましょう

皮膚の表面に付着している皮脂や汚れは、石けんの界面活性効果で落ちやすく、さらに再付着防止になります。石けんは手のひらでよく泡立てて、肌の表面をなぞるように洗います。石けんの成分が皮膚に残ると、皮膚の保護作用が低下してしまうため、十分なお湯で流します。また、洗った後はタオルで軽く押さえるように水分を拭き取ります。

②保湿をする

肌が乾燥するのは秋冬というイメージがあると思いますが、夏も冷房の影響で乾燥することがあります。肌の乾燥は皮膚トラブルの原因となりますので、保湿が大切です。

保湿剤を塗る量は手のひら2つ分の広さに0.5gが適量と言われています。0.5gは、軟膏、クリームでは人差し指の先から第一関節程の量、ローションは二円玉大の大きさになります。

スキンケアで皮膚の状態を良好に保つこととトラブルも予防できるので、スキンケアを大切にしたいと思います。

保健師 佐々木 美香

夕張市の新人職員を紹介します その1



石郷岡 優斗

【土木課土木係】

元は別の会社に勤めていましたが、市民の皆様身近な場所で働きたいと思い、昨年10月から出身地である夕張市の市役所に勤務させていただいております。

配属された土木課土木係では主に市道の修繕や補修業務を担当しております。至らない点が多くあると思いますが、暮らしやすいと思っていただけるよう要望などに素早く応え貢献できるよう努力しますので、どうぞよろしくお願いいたします。



菊田 侑佳

【税務課賦課係】

夕張出身です。去年10年振りに地元に戻ってきました。配属された税務課賦課係では、保険料を担当しております。

合理性・責任・厳格さが求められ、日々学ぶことが多く大変なこともありますが、優しい上司・先輩の方々に囲まれて、毎日勉強させて頂いております。今ある夕張の現状を冷静に見つめ、自分の職務に真摯に対応したいです。よろしくお願いいたします。



後藤 千尋

【地域振興課農林係(農業委員会事務局)】

札幌市出身です。夕張には大学時に農業研修にきたことがありご縁を感じております。地域振興課農林係兼夕張市農業委員会に配属となり、農業の経営や生産、農業者年金などについての業務を担当しています。

至らぬ点は多くありますが、少しでも早く業務を理解し、市民の皆様のお力になれるよう取り組んでいきますので、よろしくお願いいたします。



佐藤 心元

【生活福祉課生活福祉係】

上富良野町出身です。生活福祉係に配属となりました。主に障害者手帳、自立支援医療の業務を担当しています。わからないことだらけですが、生活福祉係はとても素晴らしい職場なので皆さん親切に教えてくれます。

生まれてこの方夕張メロンを食べたことがないので、今年の夏はたらふく食べようと思います。慣れないことばかりで至らぬ点も多いですが、市民の皆様のお力になれるよう、精進しますので、これからよろしくお願いいたします。

みんなで

令和5年8月吉日

つながろう通信

夕張市生活支援コーディネーター 谷口・山田
社会福祉協議会内(56-6004)

よりぬき第56号

地域資源をつなぎながら 支えあい活動の推進をしています



ちょっとしたおてつだい😊

暑さも盛りの時期になりました。窓拭きや草取りなどでボランティアさんが大活躍しています。定期的なお掃除の依頼も増えています。9月開催予定のボランティア養成講座の募集も行っております。興味のある方はぜひご参加ください。

お気軽にお問い合わせください。

☎56-6004(社協内 生活支援コーディネーター)



紅葉山地区

新生クラブ／紅葉山サロン

紅葉山新生クラブハウスにて、毎週火曜日に新生クラブの活動をしています。6/13(火)は1月～6月生まれの誕生会が開催されました。また、第3火曜日は地域サロンとして色々な企画が予定されており、6/20(火)には、市の事業を利用した体力測定会が行われました。

体力測定中



ガムを使って
噛む力をチェック



沼ノ沢地区

長寿会／歩こう会

沼ノ沢農業研修センターにて第2・4金曜日は長寿会が開催されます。6/9(金)には、地域リハビリテーション活動が初開催されました。また、夏季期間の毎月1日には沼ノ沢神社前公園にて歩こう会が行われており、青空の下でお話ししながら楽しい時間を過ごしています。



豊生会 健康長寿プロジェクト

6/22(木) 豊生会主催の健康長寿プロジェクトがりすたにて開催されました。豊生会理事長の星野先生を講師としてお招きし、人生100年時代と呼ばれる現代において健康とは何かを題材に講演を行いました。また、市立診療所より市の介護予防事業についての解説も行われました。

介護予防について



令和5年度 夕張市委託事業



生活支援サポーターって何?

生活支援サポーターとは、介護保険のサービスを利用するまでもないような生活の中のちょっとした困りごとを、住民同士の助け合いで対応するボランティアさんのことです。

この養成講座は、お互いに支え合いながら生活できる地域づくりを、一緒に考えてもらえる人を育てる取組みです。

日時: 9月14日(木)・21日(木)・28日(木) 全3回

午後1時30分～3時30分

場所: 拠点複合施設りすた 多目的ホール

対象者: 夕張市民ならどなたでもOK(3回全ての受講をお勧めします)

募集: 30名程度(電話申込み)

参加費: 無料

実施日	内容(予定)	説明者・講師
9月14日(木)	<ul style="list-style-type: none"> なぜ生活支援サポーターが必要なの? みんなで一緒に助け合いゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> 夕張市保健福祉課包括支援係 豊生会地域包括ケア推進部 主幹 さわやかインストラクター 長井 卷子氏
9月21日(木)	<ul style="list-style-type: none"> 傾聴とは? コミュニケーションの実践① 	<ul style="list-style-type: none"> 合同会社うえるかむ代表社員 池田 ひろみ氏
9月28日(木)	<ul style="list-style-type: none"> 傾聴とは? コミュニケーションの実践② 	<ul style="list-style-type: none"> 合同会社うえるかむ代表社員 池田 ひろみ氏

問合せ 社会福祉法人 夕張市社会福祉協議会

申込先 生活支援コーディネーター谷口・山田 ☎56-6004

「みんなで作る夕張の記憶ミュージアム」 掲載5周年を迎えました

「みんなで作る夕張の記憶ミュージアム」は、みなさんのタンスの奥に眠っているような写真をお寄せいただき、地域の共有財産として活用する活動です。集めた写真の中から選りすぐりの1枚を、平成30年7月号から毎月広報に掲載しています。

このほかにも、インターネット上でのデジタルミュージアムや、フェイスブックページで公開し、今は夕張を離れた方々も交えて交流を行っています。

夕張の記憶を未来のまちづくりの糧としていくために、懐かしい写真は捨てずに、ぜひ記憶ミュージアムまでお寄せください！

夕張の記憶ミュージアム実行委員会

下記フェイスブックに投稿または清水沢コミュニティゲート（宮前町39宮コ23）に持参いただくか、市地域振興係でも受け付けています。

▼この写真は下記でもご覧いただけます。

「みんなで作る夕張の記憶ミュージアム」 <https://yubarinokioku.net/>
フェイスブックページ <https://www.facebook.com/yubarinokioku/>
夕張の記憶ミュージアム実行委員会（幹事・清水沢プロジェクト ☎57-7463）

（市地域振興係 ☎52-3141）



ホームページ

5年間、60枚の記憶ミュージアムギャラリー

今後、市内での展示も
予定しています。



ほっとひととき 本とひととき



新着図書のご紹介

『木挽町のあだ討ち』 永井紗耶子/著 新潮社



江戸は木挽町にある芝居小屋の裏で、美しい若衆・菊之助による仇討ちがみごとに成し遂げられた。父親を殺して逃げていた下男を斬り、その血まみれの首を高くかかげた快挙は町の人々の語り草となった。そして二年後、菊之助の縁者だという一人の若侍が、仇討ちのてん末を知りたいと芝居小屋を訪れるが、そこには驚きの真相が隠されていた。

☆新しく入った本

- ・ぼんぼん彩句 (宮部みゆき) ・おわかれはモーツァルト (中山七里)
- ・探偵は田園をゆく (深町秋生) ・尚、赫々たれ 立花宗茂残照 (羽鳥好之)
- ・生皮 (井上荒野) ・晩秋行 (大沢在昌)
- ・赤ずきん、ピノキオ拾って死体と出会う。(青柳碧人) ・まくらが来りて笛を吹く (春風亭一之輔)
- ・10年後の子どもに必要な「見えない学力」の育て方 (木村泰子)
- ・目で見ることばで話をさせて (アン・クリア・レバット)

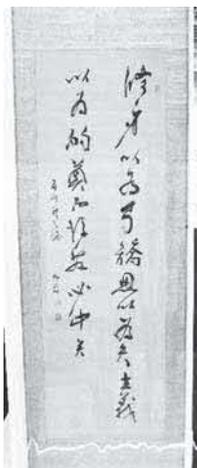
問合せ先 りすた図書館 ☎57-7583

『石炭博物館だより』

今回は、現在1階フロアで開催中の企画展「炭鉄港〜リ・スタート〜」で展示しています「勝海舟の書」をご紹介します。

展示品は当館石川館長の個人所蔵資料で、館長の曾祖父「貞治(ていじ)」氏に向けて、勝海舟から贈られた物とされています。勝海舟は、黒船来航を契機に日本の海防と海運の向上に努め、開国後日本の代表的な武士・政治家となり、山本権兵衛と並んで「日本海軍の父」とも称されました。教え子には、維新の風雲児「坂本龍馬」、北海道炭礦鉄道株式会社を開いた「堀基(ほり もとい)」など明治維新や北海道開拓の著名人も多く、その教えは石炭海運業にも大きな影響を与えました。

展示の書には、明治30年頃に鉱山や油田関係の事業を興そうとしていた石川氏に対する、勝海舟からの応援メッセージが綴られています。詳しい内容は夕張市石炭博物館にて、ぜひ実物と共にご覧ください。(地域おこし協力隊:三浦弘夢)



写真では伝わらない味がある...



問合せ先 夕張市石炭博物館 ☎52-5500

フレイル予防のため十分な栄養をとりましょう

フレイルとは、加齢とともに心身の生活機能や社会的なつながりが弱くなった状態です。

「痩せようと思っていないのに、体重が半年で2、3キロ減った」

「1日3食は食べていない」

このようなお話をよく聞きます。しかしこの状態では、筋肉のもとになる栄養が不足し、フレイル状態になっているかもしれません。特に高齢期の皆さんはフレイル予防を考えて、バランスよく食べるよう心がけましょう。

【1日3食を欠かさない】

1日3度の規則正しい食事は、低栄養状態を防ぎ、体内リズムを整える働きがあります。「お腹が空かないから3回は食べられない」という方もいらっしゃいますが、量は少なくともバランスよく食べる、適度に体を動かすなど、おいしく食事ができるように生活習慣を工夫しましょう。

【主食・主菜・副菜をそろえる】

主食・主菜・副菜のそろった「一汁三菜」を基本にすると、必要な栄養素がバランスよくとれます。

主食：ごはん・パン・麺類など

主菜：魚・肉・卵・大豆製品などの、タンパク質・脂質が主体のメイン料理

副菜：野菜・キノコ類・いも・海藻などを使った、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含んだ料理



【体重変化に注意する】

高齢になるほど、体重減少がフレイルにつながりやすく、注意が必要です。毎日体重を測定しましょう。痩せようと思っていないのに、半年で体重が2キロ以上減った時は、栄養不足などのおそれがあり要注意です。

問合せ先

市包括支援係 ☎52-3107

夕張市プレミアム
チケットについて

◆チケットの販売を開始します！

物価高騰対策として、消費需
要の支えおよび地域経済の活
性化を図ることを目的に、「夕張
市プレミアムチケット事業」を実施
し、8月21日からチケットの販売
を開始します。

申請済みの方には、販売開始前
に「夕張市プレミアムチケット購入
引換券」を送付します。

◆子育て世帯への支援

チケットを無料配布します！

子育て世帯の生活を支援するた
め、平成17年4月2日から令和5
年9月3日までに生まれた子ども
がいる世帯に「夕張市プレミアムチ
ケット」1冊(500円×13枚 65
00円分)を郵送にて配布します。

配布時期は、8月下旬を予定し
ていますので、ぜひ活用ください。

問合せ先

夕張市プレミアムチケット事務局
夕張商工会議所 ☎52-3266
市商工観光係 ☎52-3128

令和5年度低所得世帯

支援給付金について

電力ガス・食料品などの価格高
騰による影響が特に大きい住民
税非課税世帯に対し、1世帯当た
り3万円を給付する事業を実施
します。

給付額

1世帯当たり3万円

支給対象世帯

令和5年度住民税非課税世帯
※基準日(令和5年6月1日)に
おいて夕張市に住民登録があ
り、世帯全員が令和5年度分の
住民税が非課税の世帯。

※市・道民税申告書の提出をして
いない世帯(生活保護世帯を含
む)は、支給要件である税情報
が確認できないため対象外と
なりますが、市道民税申告書
の提出をすることで住民税が
非課税となった場合には、支給
対象世帯となります。

申請方法
支給対象世帯には、市より世帯
主宛てに通知文書を送付しま
すので、内容をご確認ください。

申請方法

令和5年1月2日以降に転入
した住民税非課税世帯や、市・道
民税申告書の提出をし新たに非
課税となった世帯など、支給対象
世帯に該当する場合には、給付金
の申請が必要となります。

問合せ先

申請書類が必要な方は、問い合
わせください。

申請期限 令和5年10月31日

問合せ先 市生活保護係

☎52-3177

ゆるりラ講座の
お知らせ

足腰、認知機能などが衰は
じめたと感じている、高齢者のか
た向けの事業のお知らせです。

介護が必要とならないよう、専
門の講師が軽運動と認知機能を
維持向上するためのプログラムを
実施します。

現在、開催予定の日程会場は
次のとおりです。日程の変更・中
止の場合は別途お知らせします。

37.5℃以上の発熱や風邪症状
などの体調不良がある場合は、参
加をお控えください。

地域巡回型

場 所	実 施 日	開催時間	申込締切
真谷地 集会所 (定員15名)	8月24日(木)	午前10:00～ 11:30 (受付9:30～)	8月18日 (金)
	9月28日(木)		
紅葉山 会館 (定員15名)	9月14日(木)	午前10:00～ 11:30 (受付9:30～)	9月8日 (金)
	9月21日(木)		

老人福祉会館 第2クール

場 所	実 施 日	開催時間	申込締切	交 通
老人福祉会館 (定員35名)	9月5日(火)	午後1:00～ 2:30 (受付12:30～)	8月30日 (水)	●夕鉄バス(夕鉄本社ターミナル着) 石炭博物館発 12:50着 新夕張駅前発 12:21着 ※詳しくは夕鉄バス時刻表をご覧ください。 ●老人福祉会館運行の無料送迎バス 午後2:30発 ※帰りに利用する方は、申込みの際に 申し出ください。
	9月12日(火)			
	9月19日(火)			
	9月26日(火)			
	10月3日(火)			

今後の開催予定については随
時、広報でお知らせします。

対象 夕張市民
持ち物 汗ふきタオル、飲み物
服装 動きやすい服装
料金 無料
申込問合せ先 市包括支援係
☎52-3107

「子どもの人権相談」
強化週間

8月23日から29日までは全国一
斉「子どもの人権相談」強化週間
です。専用相談電話「子どもの人
権110番」を設置しているほか、
SNS(LINE)による人権相談
を受け付けています。いじめ、虐
待、インターネットを悪用したプラ
イバシー侵害など、子どもの人権に
関する悩みごとや心配ごとについ
て、法務局職員や人権擁護委員が
相談に対応し、解決に導きます。

秘密は厳守されますので気軽
に相談してください。相談無料。

と き 8月23日～8月29日
平日 午前8時30分～午後7時
土日 午前10時～午後5時

相談・問合せ先

子どもの人権相談110番
☎0120-007-110

・SNS(LINE)による人権相
談

スマートフォンなどから次のQR
コードなどで、公式アカウント「S
NS人権相談」を友だち追加して
利用できます。

検索ID: @snsinkensoudan



SNS
人権相談

児童扶養手当に
関するお知らせ

◆児童扶養手当現況届の提出について

児童扶養手当受給者の方(支給停止中の方も含む)は、毎年8月に現況届の提出が必要です。この届は、毎年8月1日時点の状況を記入し、11月以降も引き続き児童扶養手当を受給できる要件にあるかを確認するためのものです。

受給者の方には、7月下旬に現況届の提出について案内を送付していますので、期日までに必要書類を添付のうえ提出してください。

現況届は、特段の事情がない限り面談が必要です。事前に予約をお願いします。事情があつて郵送で提出する場合は、後日担当者から連絡します。

※この届がないと11月分以降の手当が受給できませんので注意してください。未提出のまま2年が経過すると、時効により受給資格が消滅します。

提出書類など

- ・ 現況届
- ・ 児童扶養手当証書(全部支給停止中の方は不要)
- ・ 同意書
- ・ 養育費に関する申立書

- ・ 印鑑
- ・ その他受給者の状況に応じた必要書類(該当する方のみ)

◆児童扶養手当の制度について

母子・父子家庭などの支援のため、次の支給要件のいずれかに該当する児童を養育している父母または養育者に対し、児童が18歳になった後の最初の3月31日(政令で定める程度の障がいのある場合は20歳未満)まで、児童扶養手当が支給されます。

支給要件

- ・ 父母が婚姻を解消
 - ・ 父または母が死亡
 - ・ 父または母が重度の障がい者
 - ・ 父または母が生死不明
 - ・ 父または母から1年以上遺棄
 - ・ 父または母が1年以上拘禁
 - ・ 母が未婚
- また、次のような場合は手当が支給されません。
- ・ 日本国内に住所を有しない
 - ・ 児童が里親に委託されたり、児童福祉施設など(通園施設を除く)に入所している
 - ・ 児童が手当の請求者ではない
 - ・ 父または母と生計を同じくしている(父または母が政令で定める程度の障がいの状態にある場合を除く)

・ 婚姻の届出はしていなくても事実上の婚姻関係にある(父または母に限る)

手当額

受給者や同居する扶養義務者の所得により、支給される手当額が決定されます。所得状況により、手当額の一部または全額が支給停止となる場合があります。

毎年の消費者物価指数の変動に応じて手当額が改定されます。令和5年4月からの児童扶養手当額

○全額支給の場合

対象児童1人目 月額 4万4140円

対象児童2人目の加算額 月額 1万420円

対象児童3人目の加算額 月額 6250円

○一部支給の場合 (所得に応じて決定)

対象児童1人目 月額 4万4130円

対象児童2人目の加算額 月額 1万410円

対象児童3人目の加算額 月額 5210円

対象児童3人目の加算額 月額 6240円

3130円

公的年金との併給について

公的年金などを受給している方は、年金額が児童扶養手当額より低い場合に、その差額分を児童扶養手当として受給することができます。

手続きについて

児童扶養手当の支給要件に該当すると思われる方は問い合わせください。対象者であっても申請をしないと児童扶養手当の受給はできません。

問合せ先 市生活福祉係 52-11059

障がいのある方の手当に関するお知らせ

◆所得状況届を忘れずに

特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当のいずれかを受給している方は「所得状況届」の提出が必要です。届出をしないと受給資格があつても8月分以降の手当が受給できませんので、忘れずに提出してください。

対象者には手続き方法などについて文書でお知らせします。

提出期限 8月28日

提出先 市生活福祉係または南支所

※届出の際は手当証書(特別児童扶養手当のみ)と印鑑をお持ちください。

◆特別児童扶養手当、特別障害者手当および障害児福祉手当の申請を受け付けています

○特別児童扶養手当

20歳未満で、精神または身体に障がいがある児童を家庭で監護・養育している父母などに支給します。

1級 月額 5万3700円

2級 月額 3万5760円

○特別障害者手当

20歳以上で、精神または身体に著しく重度の障がいを有するため、日常生活において常時特別の介護を必要とする状態にある在宅の方に支給します。

月額 2万7980円

○障害児福祉手当

20歳未満で、精神または身体に重度の障がいを有するため、日常生活において常時の介護を必要とする状態にある在宅の方に支給します。

月額 1万5220円

※手当額は8月1日現在のものです。施設入所や所得による制限などがあります。詳細は問い合わせください。

問合せ先 市生活福祉係

52-11059

消防団員募集



北海道警察官募集

○試験概要

申込期限 8月18日(金)
 試験日 9月17日(日)
 採用予定人数 200名程度
 男性 A区分 35名程度
 B区分 115名程度
 女性 A区分 15名程度
 B区分 35名程度

消防団とは

消防団は市町村の非常備の消防機関であり、その構成員である消防団員は他の本業を持ちながら、権限と責任を有する非常勤特別職の地方公務員として、「自らの地域は自ら守る」という精神に基づき、地域における消防力・防災力の向上、地域コミュニティの活性化に大きな役割を果たしています。



消防団の活動

消防団は、消防本部や消防署同様、消防組織法に基づき、それぞれの市町村に設置されている消防機関です。

地域における消防防災のリーダーとして平常時・非常時を問わずその地域に密着し、住民の安心と安全を守るという重要な役割を担います。

また、近年は女性消防団の参加も増加しており、特に一人暮らしの高齢者宅への防火訪問、災害時の避難所運営支援などにおいて活躍しております。

平常時の活動

- ① 防火指導・啓発活動
- ② 高齢者査察
- ③ 消防水利除雪

災害時の活動

- ① 消防活動
初期消火や消防隊員の後方支援
- ② 捜索活動等
- ③ 危険箇所の巡視

消防団の待遇

消防団には年額報酬(団員:年額27,000円)や、訓練(日額3,500円)または災害活動(日額8,000円)に出動した際の出勤報酬が個人支給されます。

【公務災害補償】

消防団活動中に負傷した場合などには、補償制度があります。

【被服の貸与】

消防団活動に必要な被服が貸与されます。

【退職報償金】

一定期間消防団員として活動すると、階級及び勤務年数に応じて、退団した際には、退職報償金が個人支給されます。

【表彰制度】

消防団活動に精励し、功労、功績があった場合には、表彰されます。

お問い合わせ先

夕張市消防本部 総務課総務係 夕張市消防団

TEL 0123-53-4121 FAX 0123-53-4123 ✉ ybrfd@city.yubari.lg.jp

〒068-0534 夕張市清水沢宮前町20番地

夕張市消防本部

検索

受験資格

A区分 学校教育法による大学(短期大学を除く)などを卒業した方(令和6年3月末日までに卒業見込みの方を含みます)
 ※高度専門士の称号を取得または令和6年3月末日までに取得見込みの方を含みます。
 B区分 A区分以外の方

自衛官募集

年齢 平成3年4月2日〜平成18年4月1日に生まれた方
 問合せ先 栗山警察署
 ☎0123-72-0110

◆第2回 予備自衛官補採用試験

受付期限 9月21日(木)
 試験日 9月23日〜10月9日のいずれか1日

※定員に達すると中止される場合があります。

◆第2回 自衛官候補生採用試験

受付期限 8月18日(金)
 試験日 8月25日〜8月27日のいずれか1日
 ◆第2回 一般曹候補生採用試験
 受付期限 9月5日(火)
 試験日 9月15日〜9月24日のいずれか1日

学校閉庁日について

問合せ先 自衛隊札幌地方協力本部 恵庭地域事務所
 ☎0123-34-5438
 小中学校では、8月10日〜15日(祝土日含む)を学校閉庁日とします。緊急の連絡は市教育委員会までお願いします。
 問合せ先 市学校教育係
 ☎57-7581

Jアラート全国一斉情報伝達訓練の実施

地震や武力攻撃などの発生時に備え、全国一斉にJアラートによる情報伝達訓練を実施します。この訓練では、ゆうばり小学校と夕張中学校の屋外スピーカーから音声情報が放送されます。

放送内容
 とき 8月9日(水) 午前11時

〈上り4音チャイム〉
 「これは、Jアラートのテストです」
 ×3回

〈下り4音チャイム〉

Jアラートは、弾道ミサイル情報緊急地震速報などの情報を国から人工衛星を通じて、地方公共団体に瞬時に伝達すると同時に、携帯電話会社を通じて緊急速報メールを送信するシステムです。

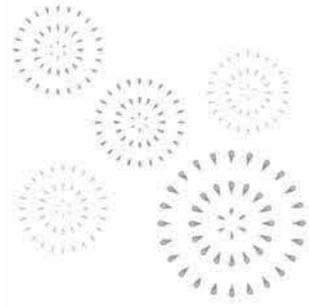
問合せ先 市消防本部保安係
 ☎53-4121

第36回 ゆうばり夏まつり

●とき 8月5日(土)

※雨天の場合は、踊りと屋台営業は中止。花火のみ、6日(日)に延期

午後4時	会場の屋台村オープン
午後6時	踊り参加チーム イベント広場会場内集合
午後6時30分	ゆうばり囃子「阿呆踊り」
午後7時45分	納涼花火大会



●ところ 清水沢イベント広場 (旧JR清水沢駅跡となり)

花火大会終了後、無料バスを運行します。

- ・1号車 旧JR清水沢駅前→清陵町→沼ノ沢→紅葉山方面
- ・2号車 旧JR清水沢駅前→南部→若菜→本町方面 (ホテルシューパロ)



問合せ先 第36回ゆうばり夏まつり実行委員会 ☎52-3266

おやこで楽しむ

おはなしかい

とき：毎月 第3金曜日
14:00~14:20

開催日： 8/18・ 9/15
10/20・11/17
12/15・ 1/19
2/16・ 3/15

ところ：拠点複合施設りすた
ゆうばりっ子ひろば

ゆうばりっ子ひろばで読み聞かせをします。申込不要でどなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

問合せ先 市子ども・子育て支援係 ☎57-7582

まちがど スケッチ

小学生へ地元の味を届けて10年 ゆうばり小学校へのメロン寄贈



6/14(水)、フルーツ仲卸業を営む北一藏重商店からゆうばり小学校に対し夕張メロンが寄贈されました。寄贈は今年で10年目を迎え、教育長から感謝状が贈られました。メロンは翌日の給食で振舞われ、小学生の皆さんは夏の味覚を楽しみながら感謝の言葉を口にしていました。

地域でエコな子育てを おさがりのわ



7/9(日)、りすたChallenge協働事業の「おさがりのわ」が開催されました。実行委員会が使わなくなった子ども用品を募り、丁寧に検品などを行った「おさがり」が、りすたの多目的ホールを埋め尽くし、午前中を中心に多くの子育て世帯が訪れ、大きな「おさがり」の輪ができました。おさがり会は11月にも開催される予定です。

ふるさとへの熱い思いに感謝 寄附に対する感謝状贈呈



6/23(金)、夕張市出身で旭川市に本社を構える建設コンサルタント会社社長の千葉様から、「人口減少や高齢化など厳しい状況が続くが、故郷のためにがんばってほしい」との思いで市に対し多額の寄附が行われ、市長から感謝状が贈られました。

これからもよろしくお祈りします りすた3周年誕生会



6/25(土)、拠点複合施設りすたで、開館3周年を祝う誕生会が開催されました。映像などで夕張市の歴史を振り返る中で、財政破綻後、文化活動を行う場が無かった時期を思い起こしながら、文化活動の意義やりすたの役割を参加者で共有しました。これからも、りすたをみんなで育てていくという思いを胸に、参加者で記念植樹などを行いました。

各種補助金のお知らせ

(1) 資格取得支援事業補助金

夕張市内の産業振興、地域人材の安定した就労支援、夕張市への定住促進のため、専門技術などの市が指定する資格を取得する際にかかる経費の一部を補助します。
対象者 令和5年4月1日以降に受験・受講し、当該年度内で資格などを取得した方

補助額 資格取得に関する受験料、講習受講料(教材費含む)、登録料などに対し、1人につき最大10万円

(2) 創業等支援事業補助金 (2次募集)

夕張市内の産業振興、雇用の促進を図るため、新規創業者、事業を拡大する市内事業者の初期投資などの費用を補助します。

対象者

- ・市内で起業する新規創業者
 - ・事業を拡大する市内事業者
- 補助額** 新規創業または事業拡大のために必要な初期投資などの経費に対し、最大100万円
- (3) 雇用対策等支援事業補助金**

物価や原材料高騰の影響を受ける市内事業者が、賃上げ取組みと併せて実施する就労環境整備、人材確保対策などの経費の一部を補助します。

対象者 賃上げ取組みと併せて実施する「雇用維持」や「人材確保」に取り組む市内事業者

補助額 雇用維持や人材確保にかかる経費に対し、最大30万円

(4) その他
 各種補助金の詳しい申請内容、受付期間などについては、市ホームページまたは市商工観光係まで問い合わせください。

申請問合せ先 市商工観光係

☎52-3128

スマホのお悩み解決! やさしいスマホ教室

夕張市在住の60歳以上のかた向けにスマートフォンの使い方が学べる講座を開催します。

これからスマートフォンを使ってみたいと検討されている方や、操作に不安を感じている方は、この機会に安心安全なスマートフォンを使い方を学んでみませんか?

対象 60歳以上

※スマートフォンをお持ちでない方も参加できます。

定員 各回10名(申込順)

料金 無料

持ち物 お持ちの方はスマートフォン

開催日時など

講習会の内容は3回とも同じなので、都合のよい日を選んで申し込みをお願いします。

開催日時	会場	申込期限
8月30日(水) 13:00~16:00	夕張市役所 4階 会議室	8月23日(水)
9月12日(火) 13:00~16:00	拠点複合施設りすた	9月5日(火)
10月25日(水) 13:00~16:00	拠点複合施設りすた	10月18日(水)

申込み時に「参加日程、氏名、年齢、住所、連絡先、スマートフォンの有無をお伝えください。」

講師 株式会社はまなすインフォメーション

主催 南空知圏域広域連携加速化事業 ICTインフラ部会

協力 夕張市

申込問合せ先 市情報管理係
 ☎52-3140

医療機関名	8月7日(月)	8月8日(火)	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金) (祝日)	8月12日(土)	8月13日(日)	8月14日(月)	8月15日(火)	8月16日(水)
	夕張市立診療所 ☎52-4339	○	○	○	○	×	×	×	○	○
南清水沢診療所 ☎59-7085	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○
中條医院 ☎58-2350	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○

お盆中の診療体制
 ○ 全日診療 △ 午前診療 × 休診

夕張市の情報はこちらから



夕張市ホームページ



夕張市 Twitter

※QRコードはQRデンソーウェブの登録商標です。

8月は 北方領土返還要求運動強調月間



次号、広報ゆうばり9月号は、9月1日に配布します。

令和5年7月1日 現在

人口 6,627人(-31人)
 男 3,090人(-12人)
 女 3,537人(-19人)

世帯数 4,030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。