

- 令和5年二十歳を祝う会……………2
- 新型コロナワクチン接種情報《26》……………3
- 夕張市立診療所ニュース……………4
- 国保のお話……………5
- キラリ!～魅力ある高校づくりへの取り組み…6
- 夕張高校チャレンジ・モア・スピリッツ……………7
- 教育委員会だより……………8
- ユるっとゆうばりスポーツクラブからのお知らせ…9
- そよかぜ通信……………10
- みんなでつながろう通信……………11
- 脳トレでもフレイル予防……………12



## 学校でできないことをやろう!

1/10 (火) ~11 (水)、学童クラブ世代間交流 (書道教室) が開催されました。

世代間交流は、学童の子どもたちが世代の異なる方々とふれあいながら、学校でできない体験をすることを目的に、10年ほど前から夕張市社会福祉協議会が企画し、これまでに大正琴、パッチワーク、押し花サークルなどの皆さんと交流しています。学校の夏冬休み期間に開かれていますので、ぜひ参加してみてください。書道の様子は13ページをご覧ください。

令和5年  
二十歳を祝う会



1月8日、夕張市拠点複合施設りすたで「令和5年夕張市二十歳を祝う会」が行われ、市内外から23人が出席しました。昨年まで成人祭の名称で開催されていましたが、成人年齢が18歳に引き下げられたため、今年から二十歳を祝う会となりました。出席者を代表して、鈴木冴奈さんと佐々木洸大さんが、これまで育て支えてくれた方々への感謝の気持ちと、これからの人生に向けた決意など、抱負を述べました。



鈴木 冴奈さん

本日は私たちのためにこのような会を開催していただき、ありがとうございます。厚谷市長をはじめ、ご来賓の皆様よりご祝辞や励ましのお言葉をいただき、心より感謝申し上げます。

夕張に生まれ、幼稚園から高校までを共に過ごし、共に成長してきた私たちが二十歳となりこの日を迎えられたこと、とても嬉しく思います。

さて、私は夕張高校を卒業し、現在は青森県の弘前大学で経営学を学んでいます。この少人数の夕張から1学年4000人を超える大きな団体に1人で足を踏み入れるにはとても寂しく、不安でいっぱいでした。そんな中、背中を押してくれ、支えてくれたのは家族、友人、そしてこの夕張でした。弘前で「夕張出身です」と話すと「破綻したとこでしょ」と決して良いイメージだけではないけれども、やはり「メロンでしょ」とたくさんの方が夕張を知ってくれていました。驚きと同時にとても嬉しく思いました。そして、夕張で育ってきて良かった、夕張が大好きなんだと気づきました。



佐々木 洸大さん

いま、夕張を離れ勉学に励む者も市内外で働く者も、それぞれの道を進んでいます。家族が一番近くで支えてくれ応援してくれていること、ずっと仲良くしてくれている友人がいること、帰る場所があることを忘れずにこれからも一人として精進して参ります。どうか、あなたかく見守っていてほしいです。

結びになりますが、これまで20年間育ててくれた家族、先生方、そしてこのような会を開いてくださった役員の皆様、心より感謝申し上げます。挨拶とさせていただきます。

本日、私たちの人生の門出となるこの機会に、このような素晴らしい式典を開催してくださいましたこと、そして、厚谷市長をはじめ、多くの皆様からの心に染みるご祝辞をいただきましたこと、代表して心より感謝申し上げます。

私は幼い頃からの夢であった消防士として、現在、札幌市消防局に勤めております。勤務中、市民の方々から感謝の言葉をかけられたり、小さな子ども達に手を振ってもらったりすることがあります。その時には、幼い頃の自分を見

ているような気がして、本当にこの仕事をしてよかったなと思えます。それと同時に、理解し難い惨状の現場、燃え盛る建物への侵入、人の生死を間近で経験し、今隣にいる人が当たり前に生きていることの尊さを身を持って実感してきました。

私は救助隊を目指しています。救助隊は人命救助を専門とする部隊です。高校卒業後の2年間、様々な上司に出会ってきたのですが、そこで夕張出身の、救助隊を経験した方と一緒に勤務する機会がありました。出身地が同じであったため、良好な関係を築き、様々なお話を聞かせていただきました。その方からは、「消防士はヒーローではない、自分の身を守れない人間に他人を助けることは絶対にできない」と教わりました。そんな中でも、目の前に私たちの助けを求める人がいるのであれば、自分の力の限界を超えてまでも助けて、自分と同じように生きて帰ってよかった、そう思っていました。最後に、消防人生を歩んでいきます。

最後に、自分の中で大切にしている言葉があります。「誰かの人生の最高の脇役になる」。以上で代表の挨拶と代えさせていただきます。

# 新型コロナワクチン接種情報《26》



## 新型コロナワクチン接種率

(参考)

	対象数 (人)		接種者数 (人)	夕張市 接種率	北海道 接種率
1回目	6,438	12歳以上 人口	6,146	<b>95.5%</b>	<b>84.0%</b>
2回目			6,132	<b>95.2%</b>	<b>82.7%</b>
3回目			5,643	<b>87.7%</b>	<b>70.4%</b>
4回目	4,031	60歳以上 人口	3,457	<b>85.8%</b>	<b>80.9%</b>
オミクロン対応 2価ワクチン	6,438	12歳以上 人口	4,004	<b>62.2%</b>	<b>40.0%</b>

令和5年1月16日時点の夕張市の接種率は、左の表のとおりです。オミクロン対応2価ワクチンは、全体で62.2%、65歳以上高齢者は74.5%となっています。

## 新型コロナワクチンは令和5年3月末で終了。予約は継続中です。

これまでに新型コロナワクチンを2回以上接種した方で、3回目・4回目・5回目の接種を希望される方は、オミクロン株対応2価ワクチン1回を接種することになりますので予約をお願いします。1・2回目が未接種の方もご相談ください。

### 実施会場・曜日

夕張市立診療所…金曜日の13時

中條医院…火曜日の17時30分、土曜日の9時

### 予約先

電話  
コールセンター ☎52-3173  
(午前9時～午後5時)  
※接種に関する相談にも応じます。

### インターネット(24時間いつでも可能)

- (1)右の2次元バーコードから
- (2)市ホームページから



問合せ先 市保健係 ☎52-3106

# 夕張市立診療所ニュース

2023年  
2月  
vol.152

## ◆◆◆ 夕張市立診療所 所長 変更のお知らせ ◆◆◆

【退任】2023年1月31日付 前沢 政次 【新任】2023年2月1日付 諫山 治彦

### 前沢 政次先生 退任・退職のごあいさつ

2月1日から、主として宮城県涌谷町国保病院で働くことになりました。約30年前に勤めていたこの病院が経営難で危機にあるためです。

夕張市立診療所の所長に就任して3年8ヶ月、市民のみなさまとの絆も少しずつできてきました。夕張での医師としての活動を支えてくださいましたみなさまに心より感謝申し上げます。

夕張市立診療所は、本年9月には若菜への移転を控えております。この大変な時期に夕張を離れることは心苦しいのですが、今後も夕張との関わりを繋いでいきたいと考えております。

時々夕張を訪れ、外来・訪問診療、ゆうゆう寄り添い倶楽部等を手伝うことができるように努めます。

また、お会いできることを楽しみにしております。

### 諫山 治彦先生 所長就任のごあいさつ

この度、夕張市立診療所の所長を拝命いたしました。前任者の前沢先生の行動力には足元にも及びませんが、先生が築き上げてきた体制を可能な限り維持していけるように努めたいと考えております。

また、今年は診療所の移転に伴い、介護老人保健施設が介護医療院へ転換いたしますが、課題は山積しております。職員一人一人の力をお借りしながら、また豊生会本部のお力をお借りしながら乗り切りたいと考えております。今後ともご指導を宜しくお願い申し上げます。

### ゆうゆう寄り添い倶楽部 ～全6回終了しました～

「いのちの基調について」をテーマに開催した講座が12/15に終了しました。リハビリの職員からは呼吸の重要性について、前沢先生からは聖書や賛美歌の一節を引用しながら人の生と死、人との繋がりなどのお話があり、音楽鑑賞やハーモニカ演奏などで楽しみました。

さて、ゆうゆう寄り添い倶楽部は一度終了いたします。市民のみなさんがこれからも自分の心身と向き合い、より豊かな毎日を過ごされることを願っています。

### 老健夕張 クリスマス会

12月に行われたクリスマス会では、サンタに扮した職員と的当てや魚釣りゲームで盛り上がりました。昼食はパエリアとチキンのプレートランチ、おやつはケーキバイキングで楽しいクリスマスを過ごしました。



## 2月外来診療体制

		月	火	水	木	金
午前	総合診療科	諫山	諫山・高野	諫山・出張医	諫山	松島・出張医
	歯科	八田・村井	—	八田	八田	八田
	専門外来	—	泌尿器科 (7・14・21・28日)	循環器内科 (1・15日)	—	耳鼻咽喉科 (3・10・17・24日)
午後	総合診療科	諫山	—	出張医	諫山または松島	出張医
	歯科	八田・村井	—	八田	八田	八田
	専門外来	—	整形外科 (7・14・21・28日)	整形外科 (22日)	整形外科・婦人科 (2・9・16日)	耳鼻咽喉科 (3・10・17・24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>

## ■国保のお話 vol.44

国民健康保険は、病気やケガをしたときに安心して医療を受けられるよう皆さんで保険料を出し合い、助け合う制度です。

皆さんで支えている国民健康保険制度。その内容や取り組みについて、少しずつ知っていただくことを目的として、シリーズでお知らせします。

今回は、医療費通知についてお知らせします。



### 医療費のお知らせについて

夕張市国民健康保険では、年に2回、医療機関を受診した世帯全員の医療費の総額が示してある「医療費のお知らせ(医療費通知)」を世帯主宛にお送りします(世帯の中に受診者がいなければ送付されません)。

医療費通知は、国民健康保険の医療費負担のしくみや皆さんの健康に関する認識を深めていただくためにお送りするお知らせです。

令和4年度は、2月と3月にハガキで通知します。

発送月	診療月
2月(上旬)	令和4年1月～令和4年11月
3月(上旬)	令和4年12月

### ★医療費通知のイメージ

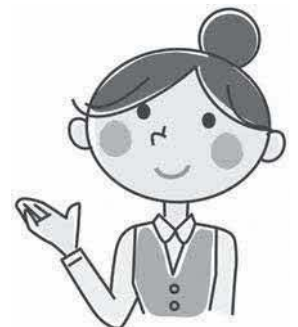
診療年月	診療等を受けた方	医療機関等の名称	入外区分	日数(回数)	医療費等の総額(円)	支払った医療費の額
令和4年1月	夕張太郎	〇〇病院	医科外来	1	18,000	3,600
令和4年5月	夕張太郎	△△薬局	調剤	1	10,000	2,000
令和4年9月	夕張花子	××病院	医科入院	6	303,000	57,400
合計					331,000	63,000

### ★医療費通知の活用例

○医療費の推移が一目で把握でき、ご自身の健康状況の把握や健康管理に活用できます。

○医療費控除の申告手続きに使用することができます。

※一部の受診について、通知に記載されないことや、医療機関などの名称が記載されないことがあります。その場合、医療費通知への補記や、「医療費控除の明細書」の別途作成が必要となり、申告後も領収書を保管していただくことになります。医療費控除の申告に関することは、税務署に問い合わせください。



問合せ先 市健康保険係 ☎52-3105



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

1年生 お仕事スタートアップガイダンス

12月15日(木)、5・6校時に、1年生を対象とした「お仕事スタートアップガイダンス」を実施しました。郵便局、北洋銀行、北海道警察、シチズン時計マユファクチャリング株式会社、株式会社DADACA、羽田空港サービス株式会社の皆様が来校し、生徒の進路選択に役立つ話をしてくださいました。

普段企業の方々と直接話をする機会がない生徒たちにとって、さまざまな職種とその仕事内容を知るよい機会になりました。生徒たちからは「粒ずつチョココレートを作るのにも、色々な工夫がさ



12月20日(火)、総合的な探究の時間で『夕張市の雇用』について探究している3名の生徒が、適切な個人と適切な企業のマッチングを行っているギグベース株式会社社長の田中様とオンラインでワークショップを行いました。

夕張市で働きたくても働いていない人と、人手が足りていない農家さんのマッチングをしたいという生徒の考えに、今後はどのようなことを調べ、どのように取り組んでいくと良いかの確かなアドバイスをいただきました。

当日は田中社長と生徒たちをつなげてくださった、夕張市役所地域振興課の

2年生 総合的な探究の時間 D班 『夕張市の雇用』

「空港内での仕事内容がとても多いことに驚きました」「初めて知った仕事内容も多くあり、とても興味深く話を聞くことができました」という声がありました。様々な職種や業種を知ることが進路選択の第1歩となるので、今回の授業を通して生徒たちは進路選択の幅を広げられたと思います。

参加してくださいました団体企業の皆様、ありがとうございました。

神澤様にも来校いただき、一緒にワークショップに参加していただきました。

生徒たちからは「田中社長さんのお話からWebを使った求人を作ってみたい」と思い、そのためには今後、農家さんの情報を多く聞き取りしていきたい」「緊張したが伝えたいことを伝えることができ、いただいたアドバイスもとてもわかりやすかったです。今後に活かしていきたい」「いろいろ調べてきたが、自分たちの知らないことがたくさんあった」「マッチングシステムの実現に向けてもっと頑張りたい」という感想があり、今後の探究活動に向けて大変貴重な時間となりました。



お忙しい中、お時間をつくっていただいた田中様、神澤様ありがとうございました。

3年生 就専コース商品開発の取り組み発表

12月20日(火)、6校時に3学年就職・専門学校進学コースの今年度の総合実践の授業における商品開発の取り組みを動画にまとめ、2学年就職・専門学校進学コース生徒へ発表を行いました。

発表の中では、今年度のそば粉を使用した新商品開発の取り組みや、開発商品の紹介、商品開発の感想と3年生から2年生への応援メッセージなどがありました。

発表後、3年生からは「自分達が今までいろんなことをしてきたんだと実感しました」「今までやってきたことを思い出して、これからの進路で活かしていこうと思う」、2年生からは「3年生の皆さんから応援を受けたので、諦めないでいいものを作ろうと思った」「試作などをして3年生の姿を見て、これから楽しみだなと思いました」などの感想が



寄せられました。

3年生は、この授業をとおして学んだことを今後の進路で活かしてほしいと思います。また、2年生には次年度はさらに良いものを開発するとともに、地域のことを深く知り、地域社会の一員として地域を大切に思う気持ちや、地域社会に貢献する達成感を得てほしいと思います。

# 『夢は地元でつかみ取ろう!』 T-baseを活用した特色ある冬期講習

## 夕張高校 チャレンジ・モア・スピリッツ 第五十八号

○冬期講習の様子(上:遠隔・下:対面)



夕張高校では、冬休み期間を活用した冬期講習を実施しており、大学進学や希望進路の実現、授業外での学習の習慣づけを目的として、多くの生徒が受講しました。

冬期講習では、夏期講習と同様に、対面での講習に加えて、ICT機器を活用し「T-base」(ティーベース)から配信される遠隔授業を実施しました。今回は、この「T-base」を中心に冬期講習の取り組みを紹介します。

### T-baseとは

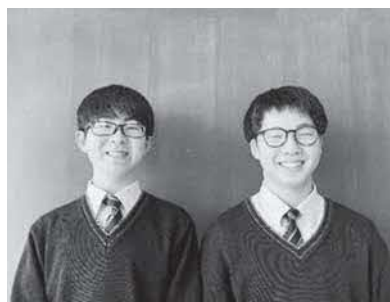
北海道教育委員会では、令和3年4月より、小規模校や離島にある道立高等学校を対象に、大学進学から就職までの多様な進路希望や習熟度別学習に対応した教科・科目の開設が可能となるよう、遠隔授業の配信機能を集中化した北海道高等学校遠隔授業配信センター(通称・T-base)を開設し、地域の小規模校の魅力化を推進する役割を担っています。

小規模校においては、きめ細やかな指導の充実や地域の教育資源を活かした教育活動の充実がある一方で、生徒の興味関心や進路希望に対応した選択幅の広い教育課程の編成が困難となりやすいことや、切磋琢磨する機会の減少など多くの課題があります。

これらの課題に対応するため、T-baseが開設

されました。『夢は、地元でつかみ取る。』をキャッチフレーズとしており、どの地域においても自らの可能性を最大限に伸ばすことができる教育活動の支援を行っています。

今回、実際にT-baseの授業を受講していた1年生の岩野拓己さん、鷹坂建之介さんに受講しての感想や冬休みの目標について話を伺いました!



左 1年A組  
岩野 拓己さん  
右 1年A組  
鷹坂 建之介さん

### 冬期講習を受けようと思った理由

② 2人はどうして冬期講習を受けようと思ったの? 高校卒業後、大学進学を考えていたので受講しました。大学は理系の生物学を学びたいと思っています。初めから低いレベルで勉強すると、急に進路先に合わせて高いレベルの勉強が必要となった時に厳しくなると思ったので、今は道内で一番難しい北大に照準を合わせて勉強しています。まだまだ目指せるレベルではありませんが、これから学力を上げていけるように頑張ります!

① 自分、特に何もせず冬休みを過ごすのが勿体ないと思い、将来のことも考えて受講を決めました。

② 2人とも目標をもって、勉強しているんだね!

③ 遠隔での授業を受けてみてどう感じた? 1年生は、冬期講習で国語、数学、英語の3教科、普段の授業では書道の授業をこのT-baseで行っていて、オンラインでの授業に慣れている先生なので、普段の授業とは異なり、ICT機器をより活用する授業でとても分かりやすいです!

④ なるほど!最後に冬休み中に取り組みみたいことや目標を教えてください!

⑤ 自分は本を読みたいと思っています。冬休みに入る直前に学級閉鎖になってしまったのですが、そのときに読んだ本がとても面白くてハマりました。本を読むと国語の点数もよくなると思っています。国語の苦手克服に繋がれば良いなと思っています。本を読むことを習慣にするのはいいことだね!

⑥ あと、けん玉にも挑戦したいと思っています! 将来外国に行くことになったら、日本特有のおもちゃであるけん玉ができたなら、コミュニケーションのきっかけになると思ったので、初めてみたいと思います!

⑦ 自分は勉強の他に筋トレをしたいと思っています。体が細身なので、筋肉をつけてけがをしにくいような体づくりをしたいと思っています。

⑧ 普段学校の部活動でフットサルをしていますけど、常に筋トレをしている訳ではないので、この機会に鍛えられたらと思います。

⑨ 良い目標だね!部活動にも活かせるといいね! フットサルもそうですけど、今年はスノーボードにも挑戦したいと思っています。けがしないようにしっかりとトレーニングしたいと思っています!

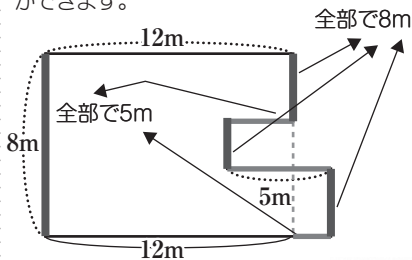
### 今月の一言

都市部の学校では、勉強に加えて沢山の選択肢や可能性の視野が広がると言われています。でも今は地方の学校であっても、様々な技術を駆使して都市部と同じように学ぶことができます。地元で頑張ることも一つの選択肢になったらいいな。(記者・まきを)

### キセキノクイズ(広報ゆうばり1月号回答)

(解説)

仮に縦8m、横12mの長方形として下の図のように補助線を引くと簡単に求めることができます。



よって、週の長さの合計は、

- ① 12m×2辺=24m
- ② 8m×2辺=16m
- ③ 5m×2辺=10m

①+②+③=50m が答えとなります。



教育委員会だより

各種社会教育事業の開催

令和4年度における社会教育事業は、市民の皆さんのご支援とご協力のもと、盛況のうちを終えることができました。各種のイベントなど、これまで開催した主な事業をこの場で紹介します。

令和5年度も楽しく誰でも参加しやすい企画を推進していきます！

▼りすたチャレンジ協働事業

3つの団体の皆さんに「国際交流広場」「音楽フェスティバル」「大夕張資料・絵画展」を実施していただきました。

この事業には計70万円の予算をつけ、各団体の皆さんの創意と工夫によって、拠点複合施設りすたを会場とした事業を展開しました。

ともにたくさんの方々の参加者、観覧者があり、事業の開催期間中はりすたが市民の皆さんで大いに賑わいました。



「音楽フェスティバル」  
(7/29～8/7)



「国際交流広場  
インドネシアDAY」  
(7/24)

▼未来を創るりすた市民学習講座

夕張産の木材でウッドブロックの制作、フレスコハーブブローチづくり、紙を活用したクリスマスツリーづくりなど、専門家を講師として招き計8回の学習講座を開催しました。

約40名もの参加者があつた講座もあり、それぞれの回においてできあがった作品に参加者の皆さんは満足感に浸っていました。



和紙を様々な図柄や模様に取り  
取って、ツリーに貼り付けました。  
(12/10)

▼もも倶楽部

「健康な百(もも)歳を目指し、楽しく学ぶ」という60歳以上の方々を対象にした事業です。

「ハニワづくり」や市外見学(三笠博物館・アルテピアッツァ美唄)など計7回の講座に35名の登録者が、和気あいあいと楽しく参加していました。



「ハニワづくり」  
(7/20)

▼朝活キッズ

夏休みや冬休みの前半の数日間、規則正しい生活習慣の構築を目指して、体操や学習、物づくり体験、りすた周辺の見学・探検などをメニューに、小学生が活動します。



夏休みはツムラ工場見学やホットケーキづくり、冬休みは手打ちそば体験を行いました。

▼りすた景観美化活動

りすた周辺の花壇づくりに、中学生をはじめ多くの皆さんに参加していただきました。

造成した花壇にはきれいな花が咲き、夕張中学校美術部が制作した看板を設置しました。



▼その他

「市民文化祭」「図書まつり」「雪月花展」「餅つき体験」「実践英会話教室」文化スポーツセンターでの体育活動など多くの社会教育事業に、たくさんの方々の皆さんに参加していただきました。

心から感謝申し上げます。

「夕張市教育の日」を制定します

今日、予測が難しい社会の中で、家庭・学校・地域社会・行政機関などが一体となって教育に関する理解と関心を高め、様々な取り組みを進めていくことが重要な時代となっています。

北海道では道民の皆さんが子どもたちの教育について考え、語り、行動するきっかけとしてもらうため、平成18年に毎年11月1日を「北海道教育の日」として定めました。道内の多くの自治体でも、同様に「教育の日」が制定され教育関連事業が行われています。

夕張市におきましても、令和5年度から、11月1日を「夕張市教育の日」として制定し、その後2週間程度を教育の日関連週間と位置付けます。

市民の皆さんが家族ぐるみ、地域ぐるみで「教育」を考えてみる、そんな機会にしてほしいと願っています。



## 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。今回は猫背について紹介します。

### “子どものうちから直そう” 【正しい姿勢改善】

#### ■ある日の出来事

ある日お客さんからこんな言葉を言われました。「うちの子猫背だから腹筋させようと思って」私はその時、「腹筋で猫背が治ったら全世界の猫背の方は全員治ってしまう」と感じました。なので今回は猫背について解説していきます。

#### ■猫背に腹筋は・・・

最初にお伝えしておきます。猫背の人に対して腹筋だけでは猫背は改善されません。猫背の原因は主に上半身にあります。最も大事なものは腹筋群なのですが、上半身全体を鍛えないと猫背は改善されません。今回は腹筋といったきついトレーニングではなく、簡単にできる「ドローイン」というトレーニングを紹介します。

#### ■ドローイン

ドローインとは簡単に説明すると呼吸法です。これを行うことで猫背の改善だけでなく、呼吸がしやすくなります。実はりすたの楽々運動教室でもドローインが使われています。楽々運動教室では座った状態ですが、私は寝た状態がお勧めです。あわせてストレッチポール(ハーフでもOK)を使うと、呼吸の変化がわかりやすくなります。

#### ■ドローインのやり方

- ①仰向けに寝て膝は90°に曲げ、手のひらは天井に向けて、腹筋のスタートポジションで楽な姿勢の状態呼吸します。
- ②息を吸ってお腹を凹ませます。この動きを3回繰り返した後に普通の呼吸をします(この動作だけでも変わります)。
- ③次に息を吸ってお腹を膨らませます。この動作を3回繰り返した後、お腹を膨らませた状態で呼吸を30秒止める動作を2回繰り返して最後に普通の呼吸をして終了です。ぜひやってみてください。

### ☆2月の活動日程

#### 《ボクシングクラブ》

日時 2月7・21・28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 2月1・8・15・22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 2月2・9・16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 2月9・23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 2月2・9・16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 2月2・9・16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 2月4・25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

そよがぜ通信

※夕張市立診療所院内薬局の池元薬剤師に寄稿いただきました。  
きました。

かかりつけ薬局を決めよう

普段から何でも相談できる「かかりつけ薬局」をお持ちですか？薬を服用することへの不安や疑問はありませんか？診療所へ入院してくる患者さんの薬を日々確認していると多くの人がとてもたくさん薬を服用していることにおどろきます。そして、複数の専門病院を受診しているため、よく見ると名前は違うけれど成分は全く同じ薬を服用しているケースをたびたび目にします。しかも、ある専門病院で副作用などの理由で中止した薬を他の病院から違う薬名で処方されていることもあるのです。何故このようなことになってしまうのでしょうか？

一般的に複数の専門病院を受診した場合、それぞれの病院の門前にある調剤薬局で薬をもらってしまいます。しかし、一つの調剤薬局が、他の病院での治療や事情などを把握するのは難しいことなのです。また、頼みの綱のお薬手帳も正しく使われていないことも多く、詳しい経過や事情に関してはほとんどの場合、記載されていません。そのうえ、病院での薬以外にも市販薬や健康食品などの飲み合わせにも注意が必要なこともあり、結果的に入院後の確認作業時には、はじめて重大な問題がみつかることも少なくないのです。

しかし、こんな心配も普段から薬や健康のことを気軽に相談できる薬剤師がいれば安心ではないでしょうか？

顔なじみの薬剤師がいる「かかりつけ薬局」をつ決めておくことをお勧めします。皆さんが使用する薬を一つの薬局でまとめて調剤することで複数の医療機関から出される全ての薬の管理ができ、間違った重複や相互作用を防ぐことができるのです。また、薬局では、市販薬や健康食品の取り扱い、介護関連商品の相談なども行っています。たとえば、風邪のひきはじめや発熱したときに、薬剤師が症状に合わせて適切な市販薬を選ぶお手伝いをしたり、医療機関への受診をお勧めすることもあります。

複数の薬局に行くのではなく、いつでも気軽に相談できる「かかりつけ薬局」をつ決める。

そのためにぜひ一歩、行動を起こしてみてください。

夕張市立診療所薬剤師

池元洋平



ほんとはひといき  
本とひととき



新着図書のご紹介

『語学の天才まで1億光年』 高野秀行/著 集英社インターナショナル



ノンフィクション作家・高野秀行さんはさまざまな辺境の地を探検する際、その現地語を学ぶ。謎の怪獣ムベンベをアフリカのコンゴで探すために公用語のフランス語、現地の言葉のリンガル語、部族語のボミタバ語の三種類の言語を習得した。また、南米コロンビア南部にあるという幻覚剤を探すためにスペイン語を勉強。高野さんは辺境を探検するために、必要に迫られてさまざまな言語を体験していく。こうして学んだ言語は25を超える。

☆新しく入った本

- ・マスカレード・ゲーム (東野圭吾)
- ・ハヤブサ消防団 (池井戸潤)
- ・録音された誘拐 (阿津川辰海)
- ・老害の人 (内館牧子)
- ・布武の果て (上田秀人)
- ・孤蝶の城 (桜木紫乃)
- ・避けた明日 (佐々木譲)
- ・ある日、僕が死にました (イ・ギョンヘ)
- ・アウシュヴィッツのお針子 (ルーシー・アドリントン)
- ・世界の夢の本屋さん (清水玲奈)

問合せ先 りすた図書館 ☎57-7583

みんなで

令和5年2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50号

手を洗おう

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

神棚も丁寧に



## ちょっとしたおてつだい😊

いよいよ冬本番、雪の季節となりました。雪対策のお手伝いや衣替え、年に一度の高所の拭き掃除などボランティアさんが大活躍しています。神棚や蛍光灯、台所周りも丁寧な作業で利用者さんから喜びの声をいただき、活動の励みになっています。作業内容などお気軽にご相談ください。



南部

## 在宅福祉サービス推進委員会

南清水沢



12/21・22 在宅福祉サービス推進委員会より、クリスマス配食が行われました。皆さん、朝早くから集まりサンタの衣装に着替え、各世帯にお弁当とクリスマスケーキをお届けしました。また、南部では寄贈された長芋も一緒に配達されました。また、来年も開催できるといいですね!!



## ゆるリラ講座 第2クールスタート!



11/30(水)より、りすたにて全5回のゆるリラ講座の第2クールが始まりました。冬期の運動不足解消と健康維持にとたくさんの方が集まり、1時間半の運動を楽しみました。椅子に座った全身のストレッチや筋力トレーニングをそれぞれの体力に合わせて行いました。最後は15分音楽に合わせての有酸素運動を行い、スッキリ程よい疲れで終了しました。1/17(火)からは老人福祉会館での講座がスタートしています。



## 3年ぶりの開催! 音楽の夕べ



12/3(土)りすたで、夕張音楽協会主催の第31回市民音楽の夕べが開催されました。市内で活動をしている5団体が集まり、DVDビデオ鑑賞や合唱、演奏が披露されました。3年ぶりのステージをたくさんの市民の皆さんが楽しみました。



## 脳トレでもフレイル予防

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。

このような状態が続くと、体力ばかりでなく気力も低下し、「何をするにも億劫だ」「食欲がわからない」など、一層不活発な生活になりがちです。そうなる前に生活習慣の見直しができる、元気な状態を維持しやすくなります。元気を維持するコツは、「早期に始める」「継続して行う」です。

今月は、楽しみながら脳を健やかに保つために、ちょっとした脳トレをやってみましょう。

### 野菜の名前かくれんぼパズル

下のマスの中に、野菜の名前が隠れています。縦・横・ななめのいずれかの中から探してください。野菜はいくつ隠れているでしょうか？（解答は21ページ）

だ	あ	び	き	う	な	と
い	す	む	っ	ゆ	じ	す
こ	ぱ	と	ん	ひ	う	い
ん	ら	ま	よ	お	を	り
む	が	と	え	ご	ぼ	う
て	す	に	ん	じ	ん	あ
す	ほ	う	れ	ん	そ	う



問合せ先

包括支援係 ☎52-3107

「上手にできたでしょ？」  
学童クラブ世代間交流(書道教室)



↑気に入ったお手本を参考に  
筆を振っていました

# まちがど スケッチ

1月10日と11日、学童クラブ世代間交流の一環で、老人福祉会館とゆうばり小学校で小学生を対象にした書道教室が開かれました。

初めて筆を持つ子もたくさんいましたが、書道ボランティアの皆さんが筆に手を添えアドバイスをすると、短い時間の中でみるみる上達していきました。子どもたちは自分だけの作品を書き上げることができ、満足した顔を見せてくれました。

長年の功労に感謝を伝える  
秋の叙勲及び  
第39回危険業務従事者叙勲伝達式



12/20(火)、夕張市役所で叙勲伝達式が行われました。

秋の叙勲では、長年にわたり地域防災に携わった元夕張市消防団分団長の猪又巍さんと、長年にわたり地域の相談役として活躍した元民生・児童委員の本間輝子さんが瑞宝単光章を受章しました。危険業務従事者叙勲では、消防士として努力を惜しまず積極的に職務を遂行した功績を称え元夕張市消防本部消防司令の藤谷義仁さんが瑞宝単光章を受章しました。

2023年、決意を新たに  
消防出初式・消防団員表彰式



1/8(日)、拠点複合施設りすたで消防出初式が執り行われました。出初式は、新年を迎え、消防職団員の士気を高揚するため、例年、執り行われている式典です。

市民吹奏楽団による演奏の後、消防団員表彰式に移り、継続して消防団の活動に取り組む皆さんに北海道知事表彰や夕張市長表彰などが行われました。

最後に市長、消防団長、消防長からの訓示や決意表明が行われ、消防団の重要性を再認識し2023年の防災の決意を誓い合いました。

確定申告(所得税)と  
市道民税申告相談の  
お知らせ

日 程 表					
月 日	会 場	開始時間	終了時間	お住まいの地区	
2月 13日 (月)	拠点複合施設 「りすた」 多目的ホール	10:00	16:00	清水沢1~3・ 清栄町・清湖町・ 宮前町・清陵町・ 南清水沢1~4・ 南部・沼ノ沢・ 真谷地・紅葉山・ 楓・登川・滝ノ上	
14日 (火)					
15日 (水)					
16日 (木)					
17日 (金)					
20日 (月)					
21日 (火)					
22日 (水)	市役所本庁舎 2 階	9:00	19:00	市内全域	
24日 (金)			16:00		
27日 (月)			17:00	19:00	市内全域
28日 (火)					
3月 1日 (水)					
2日 (木)					
3日 (金)					
6日 (月)					
7日 (火)					
8日 (水)					
9日 (木)					
10日 (金)					
13日 (月)	17:00	17:00	市内全域		
14日 (火)					
15日 (水)					

※新型コロナウイルス感染症対策のため、e-Taxや郵送による申告にご協力をお願いします。  
※事業所得や不動産所得・譲渡所得などのある方は、岩見沢税務署で申告となります。

- ① 申告に必要なもの  
個人番号カードか、通知カードなど個人番号がわかるものと運転免許証など本人確認ができるもの  
本人名義の預金通帳など口座番号のわかるもの  
(還付になる方のみ)
- ◆ 令和4年1月1日から12月31日までの収入が確認できるもの  
① 給与・年金の源泉徴収票 (コピー不可)
- ② その他収入、経費を証明するもの  
控除に必要な支払証明書など  
(令和4年1月1日から12月31日までに支払ったもの、コピー不可)
- ③ 社会保険料の領収書  
(国民年金保険料・健康保険料など)
- ※市の国民健康保険後期高齢者医療保険・介護保険で口座振替の方は不要
- ④ 生命保険料・地震保険料の控除証明書
- ⑤ 寄附金控除証明書
- ⑥ 障害者手帳・障害者控除対象者認定書
- ⑦ 医療費控除の明細書 など  
※医療費控除を受ける方は、「医療費控除の明細書」を添付することが必要となりますので、必ず事前に作成し持参してください
- ⑧ 医療費控除の対象  
明細書の様式については、岩見沢税務署、市税務課、南支所および各ふれあいサロンに設置しているほか国税庁のホームページにも掲載しています。  
(明細書の記入例は次ページ)
- 「医療費控除の対象」  
令和4年1月1日から12月31日までの医療費支払額が10万円を超え、かつ、課税所得証明書の必要となる方も、申告が必要です。
- 事業所得などの申告相談  
事業所得や不動産所得・譲渡所得等のある方は、岩見沢税務署で申告となります。

◎ 来場される際のお願い  
・ 発熱の症状のある方や、体調の悪い方は、来場をお控えください。  
・ 受付時の検温・マスクの着用・手指の消毒にご協力ください。検温の結果により、入場をお断りさせていただきます場合がありますので、ご了承ください。  
・ 近い距離や大声での会話を控え、他の来場者の方と十分な距離をとっていただきますよう、お願いします。

問合せ先  
市賦課係 ☎ 52-3120  
岩見沢税務署 ☎ 0126-22-0810  
(音声案内で「2」を選択)

**新型コロナウイルス感染症対策のため、  
e-Taxや郵送による申告にご協力をお願いします!**

来場される方の人数を少しでも減らす取り組みとして、自宅などからのe-Tax (電子申告)、または税務署への郵送による申告にご協力ください。

※来場される場合は、マスクの着用や手指の消毒などにご協力をお願いします。  
※e-Taxと郵送による申告の詳細については、国税庁ホームページをご覧ください。

## 『医療費控除の明細書』の記入例

医療費控除の適用を受ける場合は、「医療費控除の明細書」を作成し、申告書に添付する必要があります。

※医療費の領収書などは、添付は不要です。

(ただし、提示または提出を求める場合がありますので自宅などで5年間保管してください)

### <記入例①>

#### ①夕張太郎(夫)、夕張花子(妻)がそれぞれ病院を受診した場合

「医療を受けた方」・「病院・薬局」ごとに記入します。

夕張太郎さん A病院(1~12月分の合計額) 54,700円 → 1行目に記入  
 夕張太郎さん B薬局(1~12月分の合計額) 3,000円 → 2行目に記入  
 夕張花子さん C病院(1~12月分の合計額) 20,000円 → 3行目に記入

生命保険や高額療養費などで補填されるものがある場合は、(5)にその金額を記入してください。

(1)医療を受けた方の氏名	(2)病院・薬局などの支払先の名称	(3)医療費の区分	(4)支払った医療費の額	(5)(4)のうち生命保険や社会保険などで補填される金額
夕張 太郎	A病院	それぞれ 該当するものを 選択	54,700円	30,100円
夕張 太郎	B薬局		3,000円	
夕張 花子	C病院		20,000円	
合 計			77,700円	30,100円

### <記入例②>

#### ②夕張太郎(夫)が病院を受診する際にJRやバスを利用して交通費がかかった場合

JRやバスを利用した「病院・薬局」ごとに交通費を記入します。

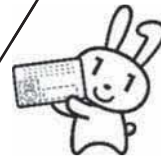
夕張太郎さん D病院(1~12月分の合計額) 43,600円 → 1行目に記入  
 夕張太郎さん D病院に通院する際の交通費(1~12月分の合計額) 5,000円 → 2行目に記入  
 夕張太郎さん E病院(1~12月分の合計額) 29,800円 → 3行目に記入  
 夕張太郎さん E病院に通院する際の交通費(1~12月分の合計額) 4,200円 → 4行目に記入

生命保険や高額療養費などで補填されるものがある場合は、(5)にその金額を記入してください。

(1)医療を受けた方の氏名	(2)病院・薬局などの支払先の名称	(3)医療費の区分	(4)支払った医療費の額	(5)(4)のうち生命保険や社会保険などで補填される金額
夕張 太郎	D病院	それぞれ 該当するものを 選択	43,600円	19,000円
夕張 太郎	JR、バス		5,000円	
夕張 太郎	E病院		29,800円	
夕張 太郎	バス		4,200円	
合 計			82,600円	19,000円

○おむつやストマ用装具の購入費用を医療費控除として申告できますが、申告には、医師の発行する「おむつ使用証明書」または、「ストマ用装具使用証明書」が必要です。

## 健康保険証と一体化 マイナンバーカードQ&A



デジタル庁へ寄せられた質問・疑問についてお答えします!

Q

マイナンバーカード（以後カード）と健康保険証を一体化し、紙の健康保険証を廃止すると聞きました。カードの取得は任意ではないのでしょうか？施設に入所中の高齢者など、カードを取得できない人は保険診療を受けられないのですか？

A

これまでどおり、カードは申請により交付されます。また、カードを取得できなくても今までと変わりなく保険診療を受けることができます。

従来の保険証ではなく、カードで受診していただくことで、診療記録などをその場で引き出すことができるようになり、データに基づいたより良い医療を受けられるようになります。

Q

カードを健康保険証として使える医療機関が少なく、紙の健康保険証よりも診療報酬が高くなると聞きましたが本当ですか？

A

2023年4月からは、全ての医療機関・薬局で、カード保険証を利用して受診ができるようになります。

また、カード保険証を利用した際の自己負担額は、2022年10月に改定されています。医療機関で、カードを保険証利用した場合は初診料6円、紙の保険証で受診した場合などは初診料12円の負担となりました。

Q

カードを落とすと、ICチップに入っている税や年金、医療などのさまざまな情報が流出するので怖いです。

A

カードのICチップには、税や年金、医療などに関する情報は記録されていません。

ICチップに記録されているのは、券面に記載の氏名・住所・生年月日・性別と顔写真、マイナンバー、電子証明書と住民票コードです。

落としたカードを取得しても、ご本人以外は、税や年金、医療などの個人情報を引き出すことはできませんし、ICチップから不正に情報を読み出そうとすると、ICチップが壊れて、読み出せなくなる仕組みとなっていますので、ご安心ください。

Q

マイナンバーを人に見られても大丈夫なのですか？

A

名前とマイナンバーだけでは情報を引き出したり、悪用したりすることはできません。マイナンバーを使う手続きでは、顔写真で本人確認することが義務化されています。オンラインで利用する時にも、ICチップに入っている電子証明書を利用するので、マイナンバーは使われません。



Q

カードと健康保険証の一体化後、カードを紛失した場合、再発行までは保険証が使えないのですか？

A

カードの再交付が終了するまでの間など、手元にカードがない状態で保険診療などを受ける場合の手順は、今後、関係府省と連携し、丁寧に検討します。

また、カードを再発行する必要がある場合、現在受け取りまでに1～2カ月かかっている期間を大幅短縮できるように検討を進めます。

Q

カードから、マイナンバーに紐付けられた自分の個人情報が流出することはないのですか？

A

マイナンバーを利用して個人情報を見ることができるのは、それぞれの手続きを行う行政職員だけです。

行政職員であっても、見ることができるのは自分の担当業務に関する個人情報のみで、業務に関係のない情報は、見ることはできない仕組みとなっています。

行政機関間であなたの情報のやり取りがあった場合には、マイナポータルから、やり取りの内容を全て確認できますのでご安心ください。

Q

カードは、当初「他人に見せず、大切に保管」と聞いた気がします。カードを使った便利なサービスがあるそうですが、持ち歩いてもいいのですか？

A

今後、カードを利用する便利なサービスが増えます。カードは、持ち歩いて使ってください。

注意する点は、銀行のキャッシュカードやクレジットカードなどと同じです。万が一落としたり無くしたりした場合は、24時間365日フリーダイヤル(0120-95-0178)に電話し、利用を一時停止してください。

なお、落としたカードは、パスワードを知らなければ使えませんし、悪用することもできません。ご安心ください。

### 【マイナンバーの問合せ先】

☎0120-95-0178

音声ガイダンスに従って、お聞きになりたい情報のメニューを選択してください。

平日 9:30～20:00

土日祝 9:30～17:30

※マイナンバーカードの紛失、盗難などによる一時利用停止については、24時間365日受け付けます。

### 【デジタル庁ホームページ】



よくある質問  
健康保険証との一体化に  
関する質問について

※内容は随時、追加されます。

マイナンバーカードの  
申請受け取りのための  
休日夜間臨時窓口開設

休日・平日の夜間にマイナンバー

カードの申請と受け取りのための  
臨時窓口を開設します。市役所  
正面玄関は施錠されている時間  
帯もあるため、来庁の際はご連絡  
ください。なお、マイナンバーカード  
の受け取りを希望される方で、家  
に届いたはがきに「カードの交付  
場所が南支所」と書かれている場  
合には前日までに連絡が必要で  
す。

休日受付

日程 2月12日、3月12日

受付時間 午前10時～午後3時

夜間受付

毎週水曜日(休日は除く)

期間

令和5年3月末までの間

受付時間

午後5時30分～午後7時30分

場所 市民係

予約先 市民係

☎52-3104

持参するもの

・申請の場合

①マイナンバーカード交付申請書

※持参できない場合は事前に連絡

②本人確認資料

・交付の場合

①マイナンバーカード交付通知書

電子証明書発行通知書(はがき)  
※カードの交付場所が南支所と書  
かれている場合には前日までに連  
絡が必要

②通知カード、住民基本台帳カー  
ド、マイナンバーカード(お持ちの  
方のみ)

③本人確認資料

※本人確認資料は次のアの書類  
を1点、アがない場合は、イを2点  
持参してください

ア マイナンバーカード、運転免許  
証、パスポート、在留カードなど  
イ 健康保険証、年金手帳、医療  
受給者証、介護保険証、学生証など

マイナンバーカードの  
申請方法は  
いろいろあります

マイナンバーカード交付申請書  
をお持ちの方は、次の方法でも申  
請できます。

申請方法

①スマートフォン

②パソコン

③まちなかの証明用写真機

④郵便

⑤携帯電話ショップ

⑥郵便局(次の段を参照)

※交付申請書をお持ちでない方  
は、本人確認書類を持参のうえ、  
市民係か南支所で再発行を申し  
出てください。

☎52-3104

手軽に申請!  
市内郵便局で  
マイナンバーカード  
申請受付

市内郵便局で、マイナンバーカー  
ドの申請サポートを実施していま  
す。

実施郵便局

市内12カ所の郵便局(石狩滝ノ  
上簡易郵便局は除く)

申請サポート受付期間

令和5年3月下旬まで

申請サポート受付方法

QRコード付き交付申請書を  
持参した方への写真撮影などの申  
請サポートのほか、手ぶらで来店  
した方に対しても、申請サポート  
を実施します。

マイナンバーカードは、後日、市  
民係または南支所で交付します。

マイナポイントの対象と  
なるカード申請期限は  
令和5年2月末まで!

マイナポイント第2弾の対象と  
なるマイナンバーカードの申請期  
限は、令和5年2月末までとな  
り、カード申請の延長は今回が最  
後となります。

カード申請から受付までに一定  
期間が必要となりますので、早め  
にカードの申請をしてください。

問合せ先 市市民係

☎52-3104

令和5年度  
市・道営住宅使用料の  
減額申請手続きを  
受け付けています

申請期限 3月10日  
受付場所 市役所3階 建築住  
宅係、夕張市営住宅管理センター  
南支所(拠点複合施設りすた内)  
※2月15～17日(午前10時～午後  
3時)の期間は、りすた(多目的室  
2、3)で臨時窓口を開設します。  
必要書類

①住宅使用料減額申請書(受付  
場所での交付)

②収入のわかる書類(源泉徴収  
票、確定申告書の控え、年金通知  
書など)

※入居者全員分必要です。

※年金通知書は、個人年金・遺族  
年金・障害年金も必要です。

③印鑑

※シヤチハタは使用できません。

④身体障害者手帳(等級1級～  
3級)

⑤令和4年中に支払った医療費の  
領収書

※市営住宅入居中の方のみ必要  
です。

※医療機関への交通費は、日付乗  
降場所・料金の一覧表を作成して  
ください(バスやJRなどの公共交  
通機関を使用した場合のみ該  
当)。

問合せ先 市市民係

☎52-3104

※④・⑤については、該当する方  
のみ提出してください。  
※令和4年度中に収入に変動が  
あった場合は、問合せ先までご相  
談ください。

問合せ先  
市建築住宅係 ☎52-3119  
夕張市営住宅管理センター  
☎57-7593

国民年金保険料は  
「口座振替」で!

国民年金保険料の納付は、口座  
振替を利用すれば納め忘れもな  
く安心です。  
口座振替を希望する方は年金  
手帳・通帳・金融機関届出印をお  
持ちのうえ、年金事務所・市市民  
係金融機関のいずれかで手続き  
を行ってください。

保険料が割引になる「早割」  
「6カ月前納」「1年前納」「2年  
前納」もあり、大変お得です。  
4月からの「6カ月前納」「1年  
前納」「2年前納」を新たに希望  
する方は2月中の手続きが必要  
となります。

問合せ先  
岩見沢年金事務所  
市市民係

☎0126-22-5804

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

☎52-3104

**所得税と市・道民税の  
障害者控除対象者  
認定書の交付**

身体障害者手帳などの交付を受けていない方でも、65歳以上で介護保険の認定を受けている方は、障がい者に準ずるものとして障害者控除の対象となる場合があります。

市では、要支援・要介護認定を受けている方からの申請に基づき、介護保険主治医意見書の内容により審査し、障害者控除を受けるための認定書を発行します。

この認定書で、令和4年分の所得税と市・道民税の申告時に控除を受けることができます。

**認定の対象者(次のいずれにも該当する方)**

- ① 要支援・要介護認定を受けている満65歳以上の方
  - ② 認知症または寝たきり状態(おおむね6カ月以上)で、日常生活に支障のある方
- 認定基準日** 令和4年12月31日  
**申請場所**

市介護保険係、南支所、各ふれあいサロン  
申請に必要なもの  
介護保険被保険者証、印鑑  
**申請方法**

申請場所の窓口に着用してある申請書に、必要事項を記入し提

出してください。随時受付します。

**問合せ先** 市介護保険係

☎52-3164

**令和4年度夕張市  
冬期生活特別支援金  
(期限延長)**

原油価格の高騰を考慮し、低所得世帯に冬期間の原油価格の上昇に対する特別支援金を給付します。給付には申請が必要です。

**対象世帯**

申請時点で夕張市住民基本台帳に登録された令和4年度市民税非課税世帯

**対象とならない世帯** 生活保護世帯と社会福祉施設などに入所している世帯、長期入院者は対象外です。

**給付内容**

1世帯あたり8500円(1回限り)を指定する金融機関の口座に振り込みます。

**申請期限**

令和5年2月28日まで(期限を延長しました)

**申請場所**

市生活福祉係、南支所、夕張市社会福祉協議会、各ふれあいサロン  
※申請書は各申請場所にありま

す。  
※申請の際は、振込誤りを防ぐため、指定する金融機関の通帳をこ

持参ください。

※電話による課税状況の問合せには回答できません。

**問合せ先** 市生活福祉係

☎52-1059

**戸建て木造住宅を  
無料で耐震診断します**

戸建て木造住宅を対象とした無料耐震診断窓口を空知総合振興局に設けていますので、ご自宅の耐震診断に活用してください。

なお、耐震診断申込書はウェブ

サイトからダウンロードし、必要事項を記入のうえ、郵送またはFAXにて窓口あてに送付してください。

**対象住宅**

- ・ 2階建て以下で延べ床面積500㎡以下の戸建て木造住宅
- ・ 申込者が戸建て住宅の所有者または居住者であること
- ・ 建築年次は問いません

**診断方法**

・ 対象住宅の図面(寸法のわかる平面図、仕上げ表など)により実施します

・ 現地調査は行いません

**窓口問合せ先**

空知総合振興局建築住宅係  
☎0126-20-0067  
北海道 無料耐震診断 検索

**夕張市選挙管理委員会  
からのお知らせ**

◆選挙人名簿抄本の閲覧について  
公職選挙法の規定による選挙人名簿抄本の令和4年の閲覧状況をお知らせします。

在外選挙人名簿抄本の閲覧はありませんでした。

**問合せ先** 市選挙管理委員会

☎52-3142

閲覧年月日	閲覧申出者	利用目的	閲覧対象範囲
令和4年10月6日	日本共産党夕張市委員会 委員長 熊谷 桂子	政治活動 (選挙運動を含む) のため	全投票区
令和4年10月20日			
令和4年10月25日			
令和4年11月1日			
令和4年11月17日			
令和4年12月12日			
令和4年12月22日	(株)北海道新聞Hot Media 代表取締役社長 地田 哲哉	世論調査対象者 抽出のため	第6投票区

夕張市地域包括支援センターからのお知らせ

地域包括支援センターは、高齢者の方が、住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けられるように、介護・医療・福祉など、さまざまな面で支援を行うための総合相談機関です。保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などの専門職がチームとなって支援しています。

地域包括支援センターの職員には守秘義務が課せられていますので、安心してご相談ください。相談料金は無料です。

高齢者に関する、さまざまな相談をお受けします

「介護保険を利用しないで、できるだけ元気でいるにはどうすればいいだろう」

「市内に、高齢者が参加できる集まりはありますか？」

「介護保険はどのようにしたら利用できるの？」

「離れて夕張で暮らす親の、物忘れが気になる」

「親の介護と仕事の両立が大変。いい方法はないだろうか？」

など、さまざまな相談をお受けしています。足腰が悪く、相談に向くことが難しい場合は、電話での相談や訪問による相談も行っています。

問合せ先 夕張市地域包括支援センター(市包括支援係)  
☎52-3107

中皮腫などの石綿による疾病の補償・救済について

石綿による疾病は、非常に長い年月を経て発症することが特徴です。中皮腫などを発症し、労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因と認められた場合、各種保険給付や石綿健康被害救済法に基づく特別遺族給付金が支給されます。

中皮腫などで亡くなった方が過去に石綿業務に従事していた場合には、労災保険給付などの支給対象となる可能性がありますので、最寄りの労働基準監督署か労働局にご相談ください。

問合せ先 北海道労働局労働基準部労災補償課  
☎011-709-2311

市民健康講座

「かけがえのない命を地域で守るために」

夕張市立診療所婦人科医師による健康講座

「女性のカラダとココロ」講座

夕張市では女性の自殺率が高く、コロナ禍における女性の自殺者数も全国的に増加している状況があります。

女性特有のカラダの仕組みやコ

コロへの影響について、婦人科医師から話を聴くとともに個別の相談もできる講座を開催します。

①子育て世代の女性向け

とき 令和5年2月21日(火)

午後1時30分～3時

(受付開始 午後1時)

ところ 拠点複合施設りすた

ゆうばりこひろば(託児あり)

②体の変わり目をむかえる更年期世代の女性向け

とき 令和5年2月28日(火)

午後6時～7時30分

(受付開始 午後5時30分)

ところ 拠点複合施設りすた

多目的室1・2

講師 夕張市立診療所

婦人科医師 高野ゆうき氏

※新型コロナウイルス感染症に対する感染防止対策にご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によって講座の開催が延期または中止になる場合があります。

※当日参加もできますが、会場準備の都合上、事前に電話で申し込みください(参加無料)。

申込問合せ先 市保健係

☎52-3106

献血へのご協力をお願い

献血車が市内を巡回します。

400ml献血へ皆様のご協力をお願いします。1人あたりの所要時間は20～30分です。

ときとところ 2月28日(火)

◇午前9時～正午

夕張市役所前(本町)

◇午後1時40分～2時30分

シチズン時計マニファクチャリング

(株)夕張工場前(南清水沢4丁目)

◇午後3時～3時45分

農協本部前(沼ノ沢)

◆「ラブラッド」への加入の推奨

ラブラッドとは

日本赤十字社が運営する献血Web会員サービスです。

メリット

①全国の献血会場での献血の予約が可能(前日の午後5時まで)。

②血液検査結果が郵送(はがき)よりも早く通知されるほか、過去のデータ3回分がグラフとして表示されるため、結果の推移がわかりやすくなっています。

③献血にご協力いただく度にポイントがたまり、20ポイントで赤字オリジナル記念品と交換できます(400ml1回で10ポイント)。

問合せ先

市生活福祉係

☎52-1059

北海道赤十字血液センター 献血推進課

☎011-613-8335

「みんなでつくる夕張の記憶ミュージアム」

Episode 55

「南部菊水町の炭住で雪遊び」 夕張の記憶ミュージアム所蔵、1973年頃

懐かしい夕張の写真をお寄せください。

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、市企画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。

「みんなでつく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

(市企画係 ☎52-3141)



**全国瞬時警報システム (Jアラート)**  
**全国一斉情報伝達訓練の実施について**

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。

と き 2月15日 午前11時

**放送内容**  
 へ上り4音チャイム  
 「これは、Jアラートのテストです」  
 ×3回  
 へ下り4音チャイム

Jアラートは、弾道ミサイル情報、津波警報、緊急地震速報などの情報を、人工衛星を通じて、国から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  
**栗山警察署からの お知らせ**

◆冬道での交通事故防止  
**ストップザ交通事故**  
 ・スピードダウンと慎重な運転  
 冬道では、スリップによる正面衝突や路外逸脱などの交通事故、凍結路面における追突事故が多発

します。  
 特に日陰や橋の上、トンネルの出入口は日中でも滑りやすくなっていますので、スピードダウンと道路状況に合わせた慎重な運転を心掛けましょう。  
 ・時間に余裕を持った運転  
 天候や道路状況により渋滞が発生し、目的地までに時間がかかることが予想されます。  
 時間に余裕がないと、先を急いで交通事故に繋がる可能性がありますので、事前に目的地までの道路状況や天候を確認して、時間に余裕を持った運転を心掛けましょう。  
 ・「急」のつく運転操作は危険  
 急発進、急ハンドル、急ブレーキといった「急」のつく運転操作はスリップなどの思わぬ交通事故に繋がりが、大変危険ですのでやめましょう。  
 ・交差点の死角に注意  
 道路脇には、雪山ができてドライバークロウの視界を遮り、見通しが悪くなります。  
 交差点を通過する際は、「車が来ているかもしれない」「歩行者が横断するかもしれない」と予測して、運転しましょう。  
 ・悪天候に注意  
 吹雪や大雪時の運転は、吹きだまりや視界不良による立ち往生

などの危険が伴い、命を落とす結果となる場合があります。  
 悪天候の場合は、不要不急の外出は控えるようにし、やむを得ず車で外出するときは、事前に道路情報を確認するとともに、万が一に備えて防寒具やスコップなどを準備しましょう。  
**◆違法迷惑駐車防止**  
**迷惑駐車**  
 違法・迷惑駐車は、次のような危険や障害の原因となります。  
 ・道路を狭くして通行の妨害になります  
 違法駐車があるために、交通渋滞を引き起こし、スムーズな車両走行ができなくなることがあります。また、歩道上の駐車は歩行者の通行を妨げます。  
 ・交差点付近での事故の原因となります  
 交差点付近の違法駐車は、通行する車両や歩行者の見通しを妨げ、交差点事故の原因となります。  
 ・緊急車両の活動を妨げます  
 狭い道路に違法駐車があると、他の車両が通行不能となります。特に、消防車や救急車などの緊急車両の活動を妨げ、人命救助に重大な影響を与えます。  
 ・歩行者事故などの原因になります

ます  
 住宅街での違法駐車は、駐車車両の直前や直後から幼児、児童の飛び出しによる事故や、夜間には走行車両に気付かず衝突する原因にもなります。

・除排雪作業の障害となります  
 違法駐車が除排雪作業の妨げとなり、住民に迷惑をかけ、生活にも重大な影響を与えます。  
 問合せ先 栗山警察署  
 ☎0123-72-0110

**野菜の名前かくれんぼパズル(回答編)**

だ	あ	び	き	う	な	と
い	す	む	っ	ゆ	じ	す
こ	ぱ	と	ん	ひ	う	い
ん	ら	ま	よ	お	を	り
む	が	と	え	ご	ぼ	う
て	す	に	ん	じ	ん	あ
す	ほ	う	れ	ん	そ	う

12ページの答えは...  
 8つの野菜の名前が隠れていました。

- ・大根
- ・アスパラガス
- ・トマト
- ・キュウリ
- ・なす
- ・ごぼう
- ・にんじん
- ・ほうれん草

夕張保育協会からの  
お知らせ

新夕張保育園は、園児数の減少が続いており、必要とする保育を今後単独で維持することが厳しい状況となっています。そのため令和5年度より、ゆうばり丘の上子ども園に統合することとなりました。

地域の皆様にはこれまで大変お世話になりました。本当にありがとうございます。心よりお礼申し上げます。

問合せ先

夕張保育協会 ☎57-7177

市子ども子育て支援係

☎57-7582



令和5年度奨学生を  
募集します

応募資格

次のいずれにも該当する方

・夕張市民で経済的理由により学資の支払いが困難な方

・大学、短期大学、高等専門学校第4学年以上に在学する方、専修学校専門課程に在学する方

奨学資金貸付金額

正規の最短修学期間、月額3万円以内を無利子で貸し付けします。

償還期間

・卒業6カ月後から10年以内で償還していただきます。

・10年間のうち市内で継続して5年以上事業を営むか、事業所に勤務したときは、貸付金額の10分の5の償還を免除します。

募集期間

令和5年4月1日～4月30日

募集人数

3名

（ただし、令和5年度予算が議決された場合に限りです）

申込方法

市学校教育係と夕張高校に置いてある必要書類に、必要事項を記載のうえ、市学校教育係へ提出してください。

問合せ先

市学校教育係 ☎57-7581

自衛官募集

◆令和5年度 第1回予備自衛官補採用試験

受付期間

1月6日～4月8日

試験日 4月16日～4月17日

ずれか1日

年齢 18歳以上～34歳未満の方

※現在33歳の方は、生年月日により応募の可否が変わります。詳しくは問い合わせください。

◆自衛官採用試験などの説明会

会場 恵庭地域事務所

内容 自衛隊の仕事や魅力、処遇など

時期 年中無休（土日は事前

に☎0123-34-5438まで連絡ください）

問合せ先 自衛隊札幌地方協力

本部恵庭地域事務所 恵庭市住

吉町2丁目3-21 HTAビル3F

☎0134-34-5438

（受付 午前9時～午後5時）

みんなチェック！  
最低賃金

最低賃金

北海道内の事業場で働くすべての労働者（会社員・パート・アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人）とその使用者に適用される北海道最低賃金が改定されています。

最低賃金額 時間額920円

効力発生日 令和4年10月2日

問合せ先

厚生労働省北海道労働局

☎011-709-2311

夕張寒太郎まつり

楽しみながら景品もゲットできる企画が盛りだくさんです。M.A.S.A.K.Oさんライブやカレーなどの販売もありますので、寒さに負けず楽しみましょう！

とき 2月5日(日)

午前10時～午後3時

ところ 夕張市公設卸売市場

（夕張市南清水沢4丁目105）

問合せ先 主催 ゆうばり寒太郎

まつり実行委員会

☎090-2697-8324

2月7日は「北方領土の日」

四島(しま) 還せ!  
声出し合って  
動く今



夕張市の情報はここから



夕張市ホームページ



夕張市Twitter

令和5年1月1日 現在

人口 6,729人(-22人)  
男 3,154人(-9人)  
女 3,575人(-13人)

世帯数 4,051世帯(-12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3月号は、3月1日に配布します。