

- 「あつやトーク」vol.2を実施しました……………2
- 令和2年度各会計の決算状況……………4
- 令和2年度健全化判断比率等について……………5
- 国、北海道及び夕張市の三者協議について…6
- 夕張市財政再生計画の変更(令和3年度第3次(9月))および令和3年度9月補正予算の内容…7
- 国保のお話vol.33……………8
- キラリ!魅力ある高校づくりへの取り組み…10
- 夕張高校チャレンジ・モア・スピリッツ第42号…11
- 新型コロナワクチン接種情報<<10>>……………12
- 夕張市立診療所ニュース……………13
- りすた市民学習講座のお知らせ……………14
- りすたchallenge協働事業のお知らせ……………15
- 第89回鹿之谷ゼミナール
北炭夕張新炭鉱災害から40周年を迎えて……16
- 夕張市民文化祭2021……………17
- 第3弾・夕張市の文化財紹介!「石炭の大露頭」…17
- 夕張中学校PTA資源物回収のお知らせ…18
- ユるっとゆうばりスポーツクラブからのお知らせ…19
- そよかぜ通信……………19
- みんなであつなろう通信……………20



あなたにとってのお宝は？

9月14日、「世界の自然遺産」をテーマに、第2回りすた市民学習講座が開催されました。

世界遺産や日本遺産、文化財など様々な遺産がありますが、共通することは「それを大切にすること」です。世界遺産について学びながら、参加者の皆さんが大切にしているものに思いを馳せる、素敵な講座になりました。

本誌14ページに、第3回、第4回の案内を掲載しています。第1回、第2回に参加されなかった方も楽しめる内容ですので、ぜひご覧ください。

「あつやトーク」vol.2を開催しました

◆テーマ

- コンパクトシティの推進について
- マルハニチロ・夕張リゾート等関連の対応について
- 新型コロナウイルス感染症ワクチン接種について

◆日程・場所・参加者数

7月26日(月)	りすた(31名)
7月28日(水)	楓集会所(11名)・紅葉山会館(11名)
7月29日(木)	真谷地集会所(18名)・農業研修センター(13名)
8月2日(月)	市役所(10名)・南部コミセン(23名)
8月3日(火)	りすた(10名)・文化スポーツセンター(10名)

皆様からいただいた主なご意見などを紹介します。全体版はHPをご覧ください。

コンパクトシティ関連

Q コンパクトシティ化は、住民の利便性やサービスの向上を優先するまちづくりであってほしいと思う。

A 市民の皆様は今後も住み続けていただくうえで、どのような支援や施策が必要なのかしつ

かり取りまとめ、進めていきたい。

Q 地域再編地区の方々への対応が気になる。具体的に市としてどうしていくのか。

A 現在検討している中で、各地域の町内会などの担い手不足という課題がある。担い手がいなくなつた地域の組織を今後どう組み立てていくか検討しているところ。歴史や文化を守らなければならぬという強い思いを持っている地域ばかりだが、これまで地域のことは地域でやってきて、それがなかなか立ち行かなくなつてきているのも事実であり、市としてその思いをしつかり繋げられるような施策を今後も考えていきたい。

Q 地元のことをしつかり学んで次に伝えていく「ふるさと教育」に力を入れていくと聞いた。地域再編地区の方々のお話を聞いて、子どもたちと各地域の文化やそこにしかないものを学べるような機会を作ることも大事だと思う。

A ふるさとキャリア教育という名称で今年度スタートし、今後具体的にどのように進めていくか検討している段階。

夕張が石炭産業で発展してきたことをしつかり教えていくのと併せて、今後夕張のまちを担う人材を育成するという点で、小・中高、教育委員会、行政、そして地域の方々との連携しながら進めていきたいと考えている。

Q 20年後に人口が2千人台になるという計算の中で、市が今後人口増加のために実施しようとしていることはあるのか。

A 企業誘致なども大事だが、今後市内で事業を起こそうとしている方に、その際かかる費用の一部を補助する制度など、少しでも地域の雇用対策につながる取り組みを行っている。人が増えるには、住む場所だけではなく、併せてそこに就労の場があることが一番であり、今後も継続していきたい。

Q 地区再編は本当に実現可能なのか。思い切つて多額の費用を費やし移転してもらわないと難しいのではないか。

A 今の段階としては、最大限地域の皆様の思いを尊重し、基本的には住み続けたいだろうという考えで計画しているが、何が

何でもこのまま突き進むというわけではない。状況は変化していくが、市としては皆様に住み続けていただきたいし、今より少しでも安心して住んでいたくことを一番に思っている。その地域での課題が大きくなってきた時に、それを改善する次の手を示すことも、今後考えていかなければならない。

Q 本庁地区が地域再編地区といつことに腹立たしさを感じる。これまで基本方針に夕張の歴史を残し継承するまちとして本庁地区があつたはず。

A 本庁地区は夕張の歴史発祥の地ということで、今後特に石炭博物館や模擬坑道、レールズのスキー場なども活用しながら地域づくりを行い、歴史ある資産など将来に残さなければいけない地域として認識している。地域再編地区では、引き続き人口減少が予想されるため、どのような形で生活サービスなどを補完していけるのか、新たな形で示していきたい。

Q 沼ノ沢地区は生産地区となつているが、具体的なプランがあれば教えてほしい。

A 現段階で沼ノ沢地区にお

る具体的なプランは決まっていない状況だが、まずは基幹産業を担う農家さんの様々な課題を解決していく必要がある。近隣の拠点地区との連携による生活利便性の向上、コミュニティ機能の維持、その他特に光ファイバーの関係など、今後どのような整理が必要か検討していきたい。

マルハニチロ・リゾート関連

Q 夕張リゾート倒産やマルハニチロの工場撤退による市に与える影響は大きい。市で実施した合同企業説明会や雇用促進助成金の制度は大変良いことだと思つ。その助成金の、現時点での申請件数と助成金額を教えてください。

A 現時点(7月26日時点)においては、件数3件、助成金75万円。

Q 宿泊施設が無いことで、スポーツの大会もかなり減つていく。この状況を市としてどう捉えているのか。

A 宿泊場所が無いことを理由に参加チームが減少している話は聞いている。宿泊施設は冬のスキーだけではなく夏のスポーツ合宿などにも多く活用されて

いることから、夕張市の地域振興にとって非常に大切である。今後も早期再開とそれに向けた施設の保全などについて要望していきたい。

Q レースイスキー場については、夕張市民が一番関心あると思うので、可能な範囲で状況を教えてほしい。

A 地域の子どもたちが長く愛用している大切な施設であることから、施設保全と早期再開についての要請をしている。施設の所有者であるライ社長としては、スキー場などの施設は売却する気はなく、再開する意向がある。ライ社長の代理人弁護士やライ社長本人にも直接電話で確認している。引き続き、各施設の保全や早期再開、中でもスキー場については今シーズン必ず再開するよう強く要請していく。

Q リゾート問題やマルハニチロの跡地活用の問題については、ネットワークや情報量の観点から道庁のサポートが絶対に必要だと思うが、具体的に北海道とどのようなやり取りをしているのか。

A 今年1月に正式に鈴木知事に対して支援を要請した。市では対応しきれない部分やノウハウの少ない部分は、北海道の力を借り、工場活用に関して興味のある企業があれば率先して情報をいただくよう要望しているが、現在のところ、それについての回答はない状況。人的な支援として、本年4月からは道庁より商工担当の主幹職員を一名派遣していただいている。

新型コロナウイルス関連

Q 新聞でコロナのワクチンは、3回接種するという記事を見たがどうなのか。

A 国はワクチン3回と言っているが、ワクチンの有効な免疫率はわかっていない状況で、国も3回打った方がいいのかどうかを、感染症学会で検討しているところ。3回目をやるやらないは、国が実施方針を定め道や市町村に示されるので、決まった段階で皆様にはお知らせすることとなる。

Q ワクチン予約のコールセンターをもつとつながるようにしてもらいたい。通話が有料になることを事前に教えてほしかった。

A 案内では有料となる旨記載していたが、若干わかりやすさに欠けており、同様の趣旨で議会からもご指摘があった。次回無料でできるかなど、今回のご意見も踏まえ皆様方には誤解のないよう対応したい。

その他

Q 事情があつて市営住宅を退去する際、家財道具などを置いていってはいけないのか。

A 建物を解体する場合、家財道具が残っていると余計に費用がかかることから、どのような理由でも、退去する際はすべて撤去していただくようお願いしている。

Q 拠点複合施設「りすた」を、もう少し使いやすく市民の手で変えていきたい。

A 現在、りすたチャレンジ協働事業という新たな取り組みが始まっている。「りすた」を建設する際、市民や団体などの皆様から様々な意見をお聞きした経過があり、施設をどう活用していくべきか、そのために改善すべきところは何かなど、継続的に市民の皆様と考えていきたい。

Q デマンドバスのダイヤの間隔が長い。何とかしてほしい。

A 交通事業者の運転手不足や他の公共交通との接続など様々な問題があるが、皆様方のご理解とご協力によりデマンドに転換できた経緯もあるため、交通事業者とも相談しながら検討していきたい。

Q 南清水沢にも子どもたちが遊べる公園を設置できないか。

A 公園についてのお話は、以前からもお寄せいただいている。公園が持つ機能は子どもたちの居場所、幅広い世代の方の交流の場、健康づくりの場とその役割は様々で、これらが実現できるように今後検討を進めていきたい。

Q 道の駅について、もう少し何とかならないのか。

A メロン時期が過ぎても人を呼び込めるように、トイレ問題の検討や情報発信の場としての機能強化など、今年度、道の駅の魅力化向上を図っていく。できる限り早期に皆様へ報告できるよう進めていく。

Q JR廃線後のレールの撤去はいつまでに行われるのか。

A 全体としていつまでに撤収するかは今の段階では何も伺っていない。今後、JR北海道へお邪魔する機会もあり、作業日程なども合わせどのようなお考えなのか伺いし、市民の皆様にお伝えしたい。

Q 模擬坑道の進捗について教えてほしい。

A 博物館の模擬坑道は、昨年度に水抜き作業が終わり、危険個所の調査など行ってきた。今年度は、今後工事を進めるにあたり、どこをどのように工事修復するのかという計画を立てることになっている。

Q 生活館の維持管理が大変。何か支援してもらえないのか。

A 維持管理について、財政上運営が厳しくなっているお話は承っている。今後は避難所に指定されているため、最低限の防災機能の整備などの支援を検討している。

問合せ先 市企画係

☎ 52-3141

令和2年度各会計の決算状況

広報ゆうばり7月号で各会計の決算見込みをお知らせしたところですが、9月に開催された定例市議会で「令和2年度各会計決算」が認定されました。令和2年度は、一般会計において、国道支出金や地方交付税などの歳入増の一方、認定こども園建設など歳出増がありましたが、実質収支約2億4千4百万円の黒字となりました。これは、市民の皆さまのご理解、さまざまなご協力やご支援によるものであり、引き続き市民の皆さまの安全・安心を守るため、諸課題に適切に取り組んでまいります。また、特別会計においても、すべての会計で収支均衡または黒字となりました。今後も適正な運営を図ってまいります。

各会計の決算状況は、次のとおりです。

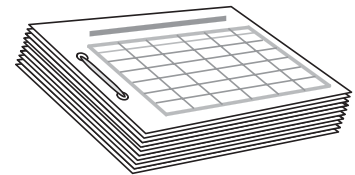
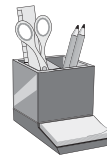
【問合せ先】市財政係 ☎ 52-3122

●一般会計

歳 入		
科 目	決 算 額	参考(令和元年度決算)
市税	8億6,066万円	9億2,178万円
地方譲与税・交付金	2億6,850万円	2億3,276万円
地方交付税	49億4,217万円	48億1,789万円
分担金・負担金	3,300万円	3,794万円
使用料・手数料	4億8,561万円	5億 664万円
国・道支出金	27億1,606万円	16億7,290万円
財産収入	4,810万円	6,419万円
寄附金・繰入金	11億7,037万円	16億2,125万円
繰越金	5億7,613万円	8,518万円
諸収入	5,154万円	2億2,539万円
市債	10億5,404万円	11億3,253万円
合 計	122億618万円	113億1,845万円

歳 出		
科 目	決 算 額	参考(令和元年度決算)
議会費	6,678万円	4,762万円
総務費	25億6,805万円	23億8,215万円
民生費	28億6,817万円	22億7,449万円
衛生費	8億3,089万円	7億 807万円
農林業費	8,201万円	6,137万円
商工費	7,025万円	2,977万円
土木費	8億8,493万円	11億2,571万円
消防費	4億326万円	3億5,832万円
教育費	4億7,246万円	3億 122万円
公債費	34億3,238万円	34億 826万円
諸支出金	4,444万円	4,334万円
災害復旧費	0	200万円
合 計	117億2,362万円	107億4,232万円

収支の状況		
歳入-歳出	A	4億8,256万円
繰越明許費繰越額	B	2億3,833万円
実質収支額	A-B	2億4,423万円
単年度収支額		△3億3,189万円



- ・繰越明許費繰越額～年度内に事業の完了が見込まれなかったため、翌年度に予算を繰り越して執行する事業の財源の一部とするもの
- ・実質収支～(歳入-歳出)から翌年度に繰り越す財源を除いた決算額
- ・単年度収支～当該年度における実質収支の増減額を示すもの(当該年度実質収支-前年度実質収支) ※令和元年度実質収支 5億7,612万円

●特別会計

会 計 名	歳 入	歳 出	収 支
国民健康保険事業会計	11億8,874万円	11億8,874万円	0万円
市場事業会計	0万円	0万円	0万円
公共下水道事業会計	2億2,791万円	2億2,791万円	0万円
介護保険事業会計	16億8,808万円	16億8,808万円	0万円
後期高齢者医療事業会計	2億1,323万円	2億1,107万円	216万円

注) 水道事業会計を除く。



●令和2年度末将来負担等の状況

会 計 名	実質収支	債務負担残高	市債元金残高	基金残高	合 計
一般会計	2億4,423万円	△29億4,618万円	△272億1,009万円	70億3,672万円	△228億7,532万円
国民健康保険事業会計	0万円	△639万円		3億7,099万円	3億6,460万円
市場事業会計	0万円			78万円	78万円
公共下水道事業会計	0万円		△5億7,911万円		△5億7,911万円
介護保険事業会計	0万円	△280万円	△5,109万円	9,130万円	3,741万円
後期高齢者医療事業会計	216万円	△238万円			△22万円
合 計	2億4,639万円	△29億5,775万円	△278億4,029万円	74億9,979万円	△230億5,186万円

注) 水道事業会計を除く。

- ・債務負担 ～ 将来にわたり支出する義務を有するもの
- ・市債元金 ～ 事業等を実施するために借入れたもの(再生振替特例債146億2,782万円を含む)
- ・基 金 ～ 特定の目的のために、資金を積立・運用するもの

(令和元年度末残～△233億8,646万円)
対前年減少額～ 3億3,460万円

令和2年度健全化判断比率等について

平成21年4月に施行された「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」の規定により、令和2年度決算に基づく健全化判断比率と公営企業ごとの資金不足比率を算定しましたのでお知らせします。

実質赤字比率、連結実質赤字比率は前年度同様に生じない状況ですが、実質公債費比率については財政再生基準を超えており、財政再生計画に基づき着実に財政運営を進めていかなければなりません。

公営企業全会計についても前年度同様に、黒字決算もしくは収支均衡となり資金不足比率が生じない状況となりました。

○令和2年度健全化判断比率 (①～④) (単位：%)

比率名	夕張市	早期健全化基準	財政再生基準
①実質赤字比率	-	15.00	20.00
②連結実質赤字比率	-	20.00	30.00
③実質公債費比率	70.0	25.0	35.0
④将来負担比率	336.0	350.0	-

※①・②は黒字決算であり、赤字が生じないため「-」で表示しています。

※④将来負担比率には財政再生基準はありません。

○令和2年度資金不足比率 (⑤) (単位：%)

会計名	夕張市	経営健全化基準
市場事業会計	-	20.0
公共下水道事業会計	-	
水道事業会計	-	

※いずれの会計も資金不足が生じないため「-」で表示しています。



比率の説明

～ これらの比率は、全国統一的なルールに基づき算定していますが、専門的な用語や複雑な算式も含まれていることから、ここではその概略について説明します。

① 実質赤字比率 (標準財政規模に対する一般会計の赤字額の割合)

⇒この比率が高くなるほど、赤字の額が大きく解消が難しくなるため、より多くの歳出削減策や歳入増加対策を講じるとともに、解消期間も長期に渡る可能性が高くなるなど、深刻な事態になっていることになります。

② 連結実質赤字比率 (標準財政規模に対する全会計の赤字額の割合)

⇒すべての会計の赤字額や黒字額を合算し、まち全体の赤字の程度を指標化したもの。令和2年度は全ての会計で黒字もしくは収支均衡となっています。

③ 実質公債費比率 (標準財政規模に対する公債費等の支出の割合)

⇒公債費や公債費に準ずる経費は削減や先送りが難しく、一度この経費が増大すると短期間で削減することが困難になります。そのため、この比率が高まるほど財政の弾力性が低下し、他の経費を削減しないと予算を組むことが難しくなるなど、資金繰りの危険度を示す指標です。

④ 将来負担比率 (標準財政規模に対する将来負担すべき額の割合)

⇒赤字額や地方債、債務負担行為など現時点で想定される将来の負担(残高)を指標化したもの。この比率が高い場合、今後の財政運営が圧迫されるなどの問題が生じる可能性が高くなります。

⑤ 資金不足比率 (事業規模である料金収入に対する資金不足額の割合)

⇒この比率が高くなるほど、料金収入で資金不足を解消することが難しくなり、公営企業として経営に問題があることになります。ただし、将来の料金収入などで解消することが予定されている資金不足については、計算上、差し引くこととしているため、資金不足額イコール赤字額とはなりません。

※ 標準財政規模

・地方公共団体の標準的な状態で通常収入されると見込まれる一般財源(市税や普通交付税など)の規模を示すもの。(人口や面積、産業構造などにより各自自治体ごとに異なりますが、統一ルールにより算出されます)

⇒令和2年度 4,673,651千円(令和元年度 4,482,979千円)

《参考：健全化判断比率 前年度対比》

(単位：%)

年 度	①実質赤字比率	②連結実質赤字比率	③実質公債費比率	④将来負担比率
令和2年度	-	-	70.0	336.0
令和元年度	-	-	69.9	399.7
増 減	-	-	0.1	△ 63.7

※①、②は黒字決算であり、赤字が生じないため「-」で表示しています。

※③は比率算定の分母である標準財政規模の増加が主な要因です。

※④は再生振替特例債元金償還に伴う地方債現在高の減少が主な要因です。

《参考：資金不足比率 前年度対比》

(単位：%)

年 度	市場事業会計	公共下水道事業会計	水道事業会計
令和2年度	-	-	-
令和元年度	-	-	-
増 減	-	-	-

※いずれの会計も資金不足が生じないため「-」で表示しています。

本件については、市ホームページにも掲載していますので、そちらもご覧ください。

問合せ先

市財政係 ☎ 52-3122

国、北海道及び夕張市の三者協議について

令和3年8月27日、国から総務省自治財政局財務調査課長ほか、北海道から総合政策部地域振興監ほか、本市から副市長ほか全課長が参加し、実務者レベルの三者協議を開催しました。

三者協議は、平成24年度から引き続き開催しており、昨年度は新型コロナウイルスの影響により中止としたため、今年は通算9回目の開催となります。なお、今回の三者協議は、東京都および北海道に緊急事態宣言が発出されていることを踏まえ、オンラインでの開催となりました。

■協議概要

全国唯一の財政再生団体である夕張市は、平成21年度に策定した財政再生計画を、平成28年度末に抜本的な見直しを行い、財政再建と地域再生の両立を図るべく取り組んでいるところです。

2年ぶりの開催となった今年度の三者協議においては、夕張市の現状と課題を三者で共有するとともに、引き続き三者の連携を密にした上で対応していくことを確認しました。

■協議内容

1 財政再生計画抜本の見直し掲載事業の進捗報告

- ・新型コロナウイルスの影響もあり、事業効果が見えづらい状況ですが、各事業が概ね着実に実施されていることを確認しました。
- ・今後も、地域再生に資するよう、効果的に事業を進めていくことを確認しました。

2 夕張市石炭博物館模擬坑道の再開に向けて

- ・夕張市民の貴重な財産である模擬坑道の重要性と早期復旧の必要性について、改めて三者で共有しました。
- ・財源確保に取り組みつつ、随時情報を共有しながら、令和4年度における改修事業の実施および令和5年度における早期再開を目指していくことを確認しました。

3 大型企業の撤退等対策について

- ・市の重要な観光の柱であるスキー場の早期再開に向けて関係者に働きかけていくとともに、離職者対策や後継企業探しについて、夕張市と関係機関が連携して粘り強く進めていくことを確認しました。
- ・財政再生と地域再生の両立に向けた取り組みが着実に進むよう、引き続き三者で連携しながら対応していくことを確認しました。

問合せ先 市財政係 ☎52-3122

○夕張市財政再生計画の変更(令和3年度第3次(9月))の内容

総務大臣あてに協議を行った「夕張市財政再生計画の変更<令和3年度第3次>」について、総務大臣から同意が得られました。今回の計画変更による財政再生計画期間の変更はありません。

同意が得られた変更は、令和3年度第2次(6月)変更以降に生じた新型コロナウイルス感染症への対応のほか新たな課題に対応するもので、主な内容は以下のとおりです。

《財政再生計画の変更内容》

令和3年度第3次の計画変更

<一般会計> 変更総額 208,744千円

変更する内容(感染症対策に関するもの)	増減額(単位:千円)
新型コロナウイルス感染症の影響により生活困窮する世帯の自立を支援するため支援金を支給する経費	6,122
新型コロナウイルスワクチン接種に要する経費	6,215
小中学校などの手洗い場の水栓を非接触型にする経費	9,790
道の駅の感染症対策や情報発信などの取り組みのための経費	20,000
ほか33件 83,916千円 計	126,043
変更する内容(感染症対策以外に関するもの)	増減額(単位:千円)
特定団体に指定のあった寄附金を活用するための経費	11,048
危険な空き家を緊急的に一部解体するための経費	15,949
令和2年度実績に基づく国庫・道費負担金などの返還金	22,885
ほか21件 32,819千円 計	82,701

なお、上記歳出の財源として、国からの交付金、財政調整基金繰入金などを充当しています。

○令和3年度9月補正予算の内容

《令和3年度予算の補正を行った会計と補正予算額》

令和3年9月に総務大臣の同意が得られた「夕張市財政再生計画の変更」に基づき、一般会計、国民健康保険事業会計、公共下水道事業会計および介護保険事業会計について予算の補正を行いました。

(単位:千円)

会計名	補正の内容	補正額	補正後予算額
一般会計	計画変更で計上した各事業経費	208,744	10,608,778
国民健康保険事業会計	人事異動に伴う人件費	1,330	1,315,041
公共下水道事業会計	人事異動に伴う人件費	8,048	246,665
介護保険事業会計	過年度還付金など	48,102	1,865,482

<問合せ先>

市財政係 ☎52-3122

★医療費を大切に!!

市の国民健康保険の令和2年度の医療費は約9億円。薬剤料の占める割合も高水準です。医療費の節約には、医療機関のかかり方や薬との付き合い方を見直すことが有効です。医療費は毎年増加傾向にあり、医療費が増えると、保険料の引き上げも考えられます。

あなたがジェネリック医薬品を選択すると、窓口で支払う自己負担が節約できるだけでなく、医療費の節約にもつながるのです。まずは一歩。できることから始めてみませんか？

★すべての薬をジェネリック医薬品にはできません

特許期間が切れていない新薬にジェネリック医薬品はありません。また、症状や病状などにより新薬が適切だと医師が判断した場合も変更できません。医療機関で相談しましょう。

差額通知の送付を希望しない方は、市健康保険係までご連絡ください。



『セルフメディケーション』について

「セルフメディケーション」とは、世界保健機関(WHO)において、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義されています。

具体的には、風邪をひいたときに風邪薬を飲んだり、疲れがあるときに市販のビタミン剤を飲むなど、自分自身で健康状態や生活習慣を管理し、健康の維持や病気の予防・治療にあたることです。

毎日の生活を健康に過ごすためには、自分の健康は自分で守ることを意識し、積極的に健康管理にかかわることが大切です。まずは、普段から適度な運動と栄養バランスの良い食事、十分な睡眠時間を確保し、カラダに備わっている自然治癒力を高めましょう。そして、自分のカラダの状態を知っておくために、健康診断を必ず受け、結果を把握しておきましょう。

しかし、健康に気を付けていても、軽いケガや腹痛などの体調不良を起こすこともあります。そんなときは、薬局やドラッグストアなどで市販されている医薬品(=OTC医薬品)を活用しましょう。

また、わからないことは自己判断せずに、薬局の薬剤師さんなどの専門家へ相談や質問をすることで、自分の体質や状態、症状にあったお薬を適切に使用し、お医者さんから処方されるお薬との二重の服用などによる悪影響や、飲み合わせによる副作用なども防ぐことができます。これらの取り組みには、医師や薬剤師さんに自分の飲んでいるお薬の情報を正確に伝えることが必要となりますので、「お薬手帳」を活用することが効果的です。

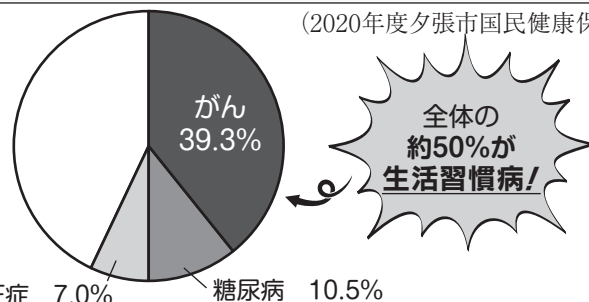
このセルフメディケーションを国民一人ひとりが実施すると、医療費の削減効果が大きいことから、政府もさまざまな施策でこのセルフメディケーションを推進しており、特に、下図のように医療費の約50%以上を占める生活習慣病の予防につながることを期待されています。

セルフメディケーションのメリット

- 1 健康管理の習慣が身につきます。
- 2 医療や薬の知識が身につきます。
- 3 疾患による医療機関受診の手間と時間が省かれます。
- 4 通院回数が減り、医療費の増加が抑えられます。
- 5 セルフメディケーション税制で所得控除がつけられます。

医療費(医科)に占める生活習慣病の割合

(2020年度夕張市国民健康保険)



問合せ先 市健康保険係 ☎52-3105

■国保のお話 vol.33

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。



ジェネリック医薬品のお知らせ ～差額通知を送付します～

市では、医療費の削減、被保険者の自己負担額を軽減することを目的として、差額通知を送付しています。差額通知は、処方された薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合、どのくらい窓口負担額が削減できるかお知らせしています。

平成30年09月に支払われた下記薬			ジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額		薬品に切り替
られた場合、少なくとも			441円以上安くなる可能性があります。		
ジェネリック医薬品とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に同一成分（同一効能・効果）を持つ安価な後発医薬品のことです。					
受診者氏名：国保 太郎 様					
処方実績			ジェネリック医薬品に切り替えた場合に削減できる自己負担額		
医療機関名称	医薬品名称	自己負担相当額			
医療法人社団 ○○皮膚科クリニック	アレグラ錠60mg	924	441～		

ジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額

★ジェネリック医薬品って何??

医療機関で処方される薬には、新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）の2種類があります。新たに開発された新薬は、一定期間、独占的に製造、販売ができるよう特許により守られています。この特許期間が切れた後に、新薬と同じ有効成分・効用で作られる後発薬がジェネリック医薬品です。

★どうして安い??

新薬の製造には数十年の長い開発期間と数百億円以上もの開発費用がかかります。しかし、ジェネリック医薬品は2～4年で開発・製造することができ、開発費用も少ないため、安価に販売することができるのです。

★安全性は新薬と同じ??

ジェネリック医薬品の有効成分の安全性は、20～25年におよぶ新薬の特許期間中に確立されています。医薬品医療機器等法により、新薬と同じ品質を保つことが義務づけられており、さらに厳しい品質再評価試験済みなので、安心して使うことができます。製品によっては、大きさや味などが工夫され、新薬より改善されているものもあります。



魅力ある高校づくりへの取り組み

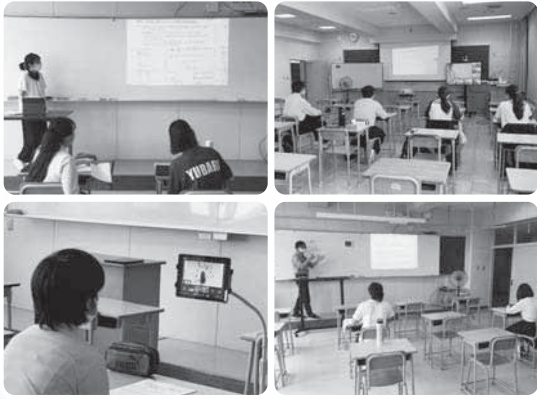
問合せ先 夕張高校 ☎59-7808

就職対策講座・夏期講習

7月27日、3年生の就職希望者を対象に就職対策講座を実施しました。

ハローワークから講師を招いて自己PR文の作り方や履歴書の書き方の指導を受けたり、昨年度の卒業生を招いて就職活動の体験談を話していたくなど、就職活動に向けて気持ちが高揚した内容でした。

また、同日から8月6日まで夏期講習も実施されました。今年度は対面での講習に加えて北海道高等学校遠隔授業配信センター(T-base)による遠隔システムを使った講習も行われました。非常に暑い中でしたが、参加した生徒は対面、遠隔ともに真剣に学習に取り組んでいました。



2学年インターンシップ

8月2日、3日の二日間、2年生がインターンシップ(就業体験)を行いました。市内外の企業など10か所、各日、朝から夕方まで体験学習をしてきました。普段、学校内の学習だけでは感じとつたり学んだりでできない体験をさせてもらいました。

たとえば医療現場での体験では、訪問看護や訪問診療に同行することで、夕張市の医療の現状に触れ、地域医療のあり方について考えるきっかけとなりました。また、製造業の現場では、原料の栽培から選別、加工まで二連の製造過程を体験学習することで、ひとつのモノができあがるまでの労苦を知り、その貴重さを感じることができました。



ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。ありがとうございます。



第1回探究活動キャンプ

8月5日、道庁と道内各校をリモートで結んで、第1回探究活動キャンプが実施されました。道内各地から12校、総勢69名が参加して行われたこの行事に本校からは1年生4名が参加しました。

「観光」「地域創生」などをキーワードに探究活動を進めるにあたってのテーマ設定の方法などを学び、他校とも積極的に交流する姿が見られました。生徒からは「難しい内容だったが、アクティビティを交えながら行うとスムーズにできた」「いろいろな視点から物事について考えることは大事だと改めて気づいた」など意欲的な感想が多くありました。

第2回は令和4年1月7日で、各校が設定したテーマについての発表が予定されています。



2学年「課題研究」

夕張フェアへの協力

8月19日～25日の期間、東急百貨店地下1階で、夕張市の特産品を紹介・販売する「夕張フェア」が開催されました。今年度、本校2学年就職・専門学校進学コースの20名は、「課題研究」の授業において夕張市の歴史や産業を学んでいます。今回は、その二環として「夕張フェア」

第74回北海道バドミントン選手権大会

8月19日～22日、釧路市にある湿原の風アリーナで行われました。第74回北海道バドミントン選手権大会に参加してきました。

本校からは、女子シングルスの大西さんが出場しました。1回戦目の遺愛女子に0対2で敗退しましたが、初めての全道大会はとても貴重な体験となりました。他の地区から参加している上手な選手のプレーも観戦することができ、良い刺激を受けてきました。



ア」に出店される6事業者に向けインタビューを行い、商品をPRする販促物を製作させていただきました。

今後、地域と連携しながら、夕張市への理解を深めるとともに、夕張市の魅力を発信できるように学習を継続していきます。



陸上女子ハンマー投げ 最後の大会を終えて

夕張高校 チャレンジ・モア・スピリッツ 第四十二号

今回のチャレンジ・モア・スピリッツは、昨年の広報11月号でも紹介した、斎藤芽生さんにインタビューしました。夕張高校へ入学してから陸上ハンマー投げをはじめ、夕張高校陸上部として、初の全道大会入賞を果たした彼女が、今年3年生となり最後の大会を終えたので取材してきました。



3学年
斎藤 芽生さん

今シーズンの主な大会結果

第74回北海道陸上競技選手権大会(全道大会)
女子ハンマー投げ
記録 28m77cm 6位入賞

第76回国民体育大会陸上競技大会北海道選手
選考会
女子ハンマー投げ
記録 26m93cm 5位入賞

第94回北海道陸上競技選手権大会
女子ハンマー投げ
記録 28m34cm 8位入賞

① 大会お疲れ様でした！最後の大会を終えてどうでしたか？

② 「これが最後の大会」という思いで不安や焦りがあり、自己記録である31m66cmを越えることができなくて、とても悔しかったです。最後に顧問の赤松先生から「大したもんだ」と褒められてとても嬉しかったです。

③ 大会に向けてどんな事を頑張った？

④ 勢いよくターンするためにスウィングのフォームを見直したり、反復練習なども頑張りました。また練習でやってきた事や、上手くいった事などをノートに書く習慣をつけ、後から自分で見直したり、1週間に一度、顧問の先生に提出してアドバイスをもらい、練習の参考にしていきました。

⑤ ノートを付けたり自分で工夫して頑張ったんだね！1年生から比べてどうですか？

⑥ 最初にハンマー投げを始めた時は、全然飛ばせなかつたので、自分が3年生まで続けて、こうやって全道大会に出場しているのは想像できなかったです。

⑦ 去年取材した時と比べても、記録もすごく伸びているよね！なぜここまで続けられたと思う？

⑧ 1年生の入学した時は、先輩達がいて部活が楽しかったから行くだけでした。それから先輩達も引退していき、自分しかいなくなり、次第に「40m越えたい」「顧問の先生をインターハイに連れていきたい」など、明確な目標に向かって頑張ろうと思いました。今振り返るとハンマー投げがあったからこそ、毎日が充実していたんだと感じます。

⑨ 一生懸命取り組んだからこそ、そう感じたんだね！3年間を振り返ってどうだった？

⑩ 3年生になってから、あつという間に終わってしま「もっと部活をやりたい」と思いました。私は1つの事を継続するのが苦手でしたが、3年間続けたことで、ハンマー投げでも全道大会に出場できたり記録が向上したりと「続けることの大切さ」を感じる事ができました。また

ノートにまとめる事も習慣化することで普段の書ける文章量も増え自己分析力も身についたのでやっていてよかったと思います。

⑪ 最後に世話になった顧問の先生へ一言お願ひします

⑫ 3年間本当にお世話になりました。陸上部に入って色々な思い出がありますが、一番の悔いは、顧問の2人をインターハイに連れていけなかつた事です。この悔しさを糧にこれからも頑張ります！ありがとうございました。



今回は、忙しい中取材に協力していただきありがとうございました。これからも成長した姿など感じました！3年間続けたこの経験を将来に活かしてこれからも頑張ってください！



RESTART
Challenge More.



↑本シリーズの記事のバックナンバーは「夕張高校魅力化プロジェクトポータルサイト」にて掲載中。

新型コロナワクチン接種情報《10》



★接種率について

R3.9.15時点の摂取率

	対象者	1回目済	割合	2回目済	割合
全体（12歳以上）	6,964	6,010	86.3%	5,532	79.4%
うち65歳以上高齢者	3,919	3,614	92.2%	3,528	90.0%

12歳以上の市民全体では79.4%の方が1・2回目の接種を終了しています。
65歳以上の高齢者は90%の方が1・2回目を終了しています。

★10月以降の新型コロナワクチンの接種について 当面11月末までの接種 〈1度も接種していない方〉

●日程

- ① **10月27日(水)** 最少人数6名※
→2回目 11月17日(水)
- ② **11月5日(金)** 最少人数6名※
→2回目 11月26日(金)

※人数が多数にのぼる場合は、一部の方については別日を設定することがあります。

〈2回目が予定どおり接種できなかった方〉

●日程

- ① **10月27日(水)** 最少人数6名
- ② **11月5日(金)** 最少人数6名
- ③ **11月26日(金)** 最少人数1名

●実施場所：市立診療所 受付時間：午後3時30分～午後4時30分

●申込先

下記まで電話で申し込みください

市保健係 ☎52-3106 平日 午前8時45分～午後5時30分

★上記日程の他、10月実施中の2回目接種にキャンセルが発生した場合、都合が合う方には市からの連絡により、市立診療所または中條医院で接種をすることもできます。（上記日程より早く接種ができます。）申し込みの際に、ご案内します。

●申込期限

10月15日（その後は接種日の3日前まで）

●注意事項

- ・ワクチンが1本6回接種分のため、6人単位での実施となります。
- ・6の倍数に満たない場合は、次の機会になることもあります。
- ・12月以降のワクチン接種日程は、広報12月号にてお知らせします。
- ・今回の新型コロナワクチン2回接種分の終了予定は2月末までです。
- ・インフルエンザワクチンの接種時期にも入ってきます。

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの両方をご希望の方は、**先に新型コロナワクチンの接種を終えてからインフルエンザワクチンを接種**されるようお願いいたします。

- ・新型コロナワクチンと他の種類のワクチンは、互いに片方を受けてから2週間の間隔を空けて接種してください。（2週間後の同じ曜日以降）
- ・インフルエンザワクチンの開始時期については、例年よりも遅くなる可能性があります。開始時期については、各医療機関にお問い合わせください。

市保健係 ☎52-3106



NEWS 新規事業所を開設します

先月号で、11月から介護サービス事業を新たに開設することをお伝えしました。今回は新規事業の内容について少し触れたいと思います。

1つ目は、お宅に訪問して家事支援や身体介護などを行うホームヘルプサービスです。「ヘルパーステーションよりそい」という名称です。夕張豊生会のテーマである「生き方に寄り添う医療福祉」という言葉のもと、皆様の生活に寄り添ってご自宅での暮らしを支援していきたいと考えています。

2つ目は、令和4年中に「居宅介護支援事業所夕明かり」をスタートする予定です。介護支援専門員(ケアマネジャー)が、様々なサービスを使って少しでも快適に暮らしていただくためにケアプランを作成いたします。皆さまの夕張での暮らしに、ほんのりとしてあたたかい明かりを灯してゆきたいと願っています。

いさ やま はる ひこ

＊諫山治彦先生 着任のご挨拶＊

帯広市出身の56歳です。医師として約30年間勤務しました。そのうちの前半は整形外科医として勤務しておりましたが、後半は内科系も加えて幅広く患者さんを診させていただいております。

医療資源の少ないまちなので多職種の医療従事者が協働して診療に当たる必要があると考えます。まずは地域の特性を把握して諸先輩のやり方を見習い、徐々に自分なりのやり方で診療できるよう努めます。宜しくご指導をお願い申し上げます。



畑の作物を収穫しました!

今年の春、老健の裏にある畑の手入れをしました。荒れ放題の畑でしたが、利用者様と職員の手入れのかいあって沢山の枝豆とミニトマトが育ってくれました。来年も楽しみです!

かぜ症状で受診の方へ

発熱・咳・その他のかぜ症状で受診する方は、事前に診療所へお電話でご相談ください。感染症対策のため、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

☎52-4339

10月外来診療体制

		月	火	水	木	金
午前	総合診療科	前沢・諫山	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・諫山	松島・出張医
	歯科	八田・田端	八田	八田	八田	八田・北野
	専門外来		泌尿器科 (5・12・19・26日)	循環器内科 (6・20日)		耳鼻咽喉科 (1・8・15・22・29日)
午後	総合診療科	前沢		出張医	前沢	出張医
	歯科	八田・田端	八田			八田・北野
	専門外来		整形外科 (5・12・19・26日)	整形外科 (20日)	整形外科・婦人科 (7・14・21・28日)	耳鼻咽喉科 (1・8・15・22・29日)

※医師は変更となる場合もございます。ご理解の程よろしくお願いたします。※土・日・祝は休診です。

※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>

りすた市民学習講座

市民学習講座は、どなたでも参加できる年8回の連続講座で、地域での暮らしや仕事に活かせる知識や技を学びます。1・2回目は、自分たちの「地域の宝」を見つめることを目的としていましたが、3回目以降は「地域で自分なりにデザイン」をテーマに、様々な専門家が講師を務めます。

第3回講座名

「地域の魅力を伝える本づくり」

北海道岩見沢市の山間に暮らす人々に取材した書籍『いなかのほんね』や、約100名の似顔絵を掲載した「みる・とーぶ」マップなどの制作秘話を紹介する中で、観光地ではない地域の魅力を、全国にいかに関信していくのかを考えます。また、ワークショップでは、自分自身について紹介する簡単な本づくりを行うことで、本づくりの楽しさを感じます。講座で紹介する本は、会場で購入できます。

とき 10月24日(日) 午後1時～午後3時

ところ 拠点複合施設りすた・多目的室2

講師 森の出版社ミチクル 編集者 来嶋路子

料金 無料

申込・問合せ先 10月22日(金)までに

電話またはメールで申し込みが必要です。



第4回講座名

「ガブリのお店ができるまで～お店づくりのデザイン～」

新篠津村にある焼菓子の店「焼菓子ガブリ」が、リヤカーの行商からはじめて、お店を構えるまでのいろいろを話します。後半はワークショップ。お店や企画づくりのためにデザインをつくる時の、自分の思いや考えを明確にすることの大切さを一緒に学びましょう。講座で紹介する焼菓子は、会場で購入できます。

とき 11月3日(水・祝) 午後1時～午後3時

ところ 拠点複合施設りすた・多目的室2

講師 焼菓子ガブリ 店主 松崎 修

料金 無料

申込・問合せ先 11月2日(火)までに

電話またはメールが必要です。



★市民学習講座申込先 市社会教育係 ☎ 57-7711 MAIL: ybrkik@city.yubari.lg.jp

★市民学習講座に3回以上出席した方には、修了証を授与します。

りすた Challenge 協働事業

りすた Challenge 協働事業は、教育委員会と協働でりすたを活用し、これまで開催されていない市民活動を実施・推進することを目的とした事業です。カフェやワークショップ、音楽会など様々催されますので、ぜひご参加ください!

まちあいカフェ

定期的にキッチンスペースを活用し、居心地のいい場所をつくります。この場所で、地域の皆さんが新たなつながりを築き、地域の居場所として親しまれることを願って、ゆったり開所します。ぜひ、ひと息つきにいらしてください。

10月開所日時 12日(火)、26日(火)、31日(日)
午前11時～午後3時

開催場所 拠点複合施設りすた・
キッチンスペース

料金 珈琲100円～

問合せ先 市社会教育係 ☎ 57-7711

主催 まちあいカフェ

共催 夕張市教育委員会



ほっとひと息つける
優しい場所を
目指します!



ヨガの教えから学ぶ!

幸せに生きる方法論

「みんなのworkshop」では、市民の皆さんが気軽に楽しめる講座を年6回実施します。

今回は、初心者の方でも楽しめる、日常生活に必要な筋力や柔軟性を高めるポーズを実践し、ヨガの教えから「幸せに生きる方法論」を知る、2時間の講座です。

とき 10月24日(日) 午前10時～正午

ところ 拠点複合施設りすた・ゆうばりっ子ひろば

料金 300円 定員 15名

持ち物 ・汗拭きタオル ・飲み物
・筆記用具 ・ヨガマット(お持ちの場合)

申込・問合せ先 10月22日(金)までに電話が必要です。
☎ 080-4890-0987 (担当:鈴木)

主催 みんなのworkshop

共催 夕張市教育委員会

講師 ヨガインストラクター 木村 愛
(↓ヨガ教室の様子)



第89回鹿之谷ゼミナール

北炭夕張新炭鉱災害から40周年を迎えて

－ 1981年10月16日から「時」は静かに流れて －

1981年10月16日から「時」は静かに流れ、今年で40年が経ちました。過去の歴史を次世代に引き継ぐため、当時を振り返るシンポジウムとして開催します。参加希望の方は、会場の定員制限がありますので事前に申し込みください。また、写真パネル・資料展示もします。

と き 10月15日(金)・16日(土)

ところ 拠点複合施設 りすた・多目的ホール

参加費 無料

スケジュール

<10月15日(金)>

13:00 開会 15日・16日全体の日程案内(オリエンテーション)

13:30 講演 「新炭鉱災害から40年の定点観測」 日本大学芸術学部 萩原 義弘

14:30 エクスカーション(清陵町周辺) ガイド:安部 秀一

16:10 (映像) 『廃山ー夕張新炭鉱の崩壊』 解説:水島 久光

17:00 映像終了 初日閉会

<10月16日(土)>

10:00 開会 16日の日程案内(オリエンテーション)

10:05 夕張市長の挨拶

10:30 講演 「炭鉱の災害はどのように生かされたか」 福岡大学理学部 鮎沢 潤

11:30 (映像) 『1983年の夕張炭山祭りー新炭鉱再建への願い』 解説:小島 伸夫

13:00 講演 「廃山ー北炭夕張新炭鉱取材記」 元NHK札幌局ディレクター 小島 伸夫

14:15 (映像) 『時をつなげ!夕張・激動20年のリレー』 解説:水島 久光

15:00 講演 「夕張新炭鉱災害の記憶と映像」 東海大学文化社会学部 水島 久光

16:30 閉会

★展 示 10月14日(木)～17日(日) 9時～18時の日程で、写真パネル・資料を展示ギャラリー・待合スペースで展示します。

★動画視聴 本シンポジウムで公開された一部の動画は、10月18日(月)から、りすた図書館で個別視聴することができます。詳しくは窓口で問い合わせください。

申込先 夕張地域史研究資料調査室(主催) ☎090-2622-4455

一般社団法人清水沢プロジェクト(共催) ☎57-7463

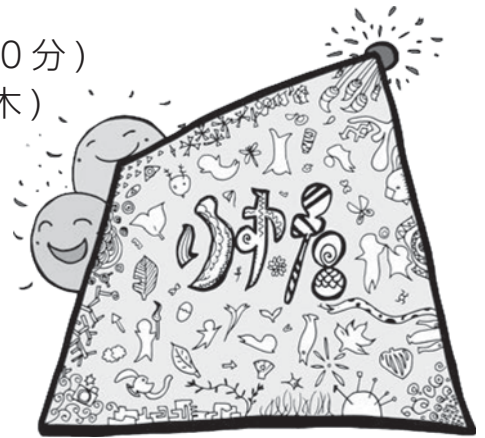
後 援 夕張市教育委員会, 全国石炭産業関連博物館等研修交流会, 北海道産業遺産学会

夕張市民文化祭 2021

市民の力作が一堂に集まる文化祭に、ぜひご来場ください。今年は規模を縮小せず開催します。新型コロナウイルス感染症予防のため、密を避けて観覧してください。開催期間中にはギャラリートークなども開催します。

とき 10月23日(土)～11月3日(水・祝)
午前10時～午後7時 (最終入場 午後6時30分)
搬入日 10月22日(金)、搬出日 11月4日(木)
ところ 拠点複合施設りすた・多目的ホールなど
問合せ先 市社会教育係 ☎ 57-7711

その他 文化祭期間中には下記の催しを実施します。
各回定員10名(先着順)、参加費無料、
申し込み不要、所要1時間。



「哲学カフェ～まちの文化について語る～」

10月23日(土)午後6時～
これまでの文化活動や夕張の行事などを、
社会教育委員の会・会長の小網さんとと
もに、参加者と語ります。

「ギャラリートーク」

1回目 10月26日(火)午後2時～
2回目 10月30日(土)午後6時～
文化祭の担当職員と一緒に、出品された作品
を見ながら、歩きます。

第3弾・夕張市の文化財紹介！

「石炭の大露頭」

博物館営業期間中【11月7日(日)まで】
10:00～16:00の間で見学が可能です！

石炭の大露頭は、1888年(明治21)年に北海道庁の技師であった坂市太郎が発見した露頭と同一か定かではありませんが、一連した露頭であることは間違いないとされています。この炭層の発見から2年後に夕張での炭鉱開発が行われたことから、炭都・夕張の出発点といえます。この大露頭は新生代古第三紀(約5,000万年前)の地層であり、下位から十尺層・八尺層・六尺層と重なり計二十四尺(約7.3メートル)もの厚い炭層が露出しています。

国内最大級の炭層であるとともに、石炭層がこのように露出していることは珍しく、貴重なものであることから1974(昭和49)年に北海道指定天然記念物に指定されました。天然標本として教育・自然科学的にも非常に貴重な文化財の一つです。

この炭層に含まれる石炭は熱量が高いため、製鉄用の燃料に適した原料炭ともなり、国内最優良炭と言われていました。また、炭層の傾斜が緩く採炭が容易なため、最盛期には年産100万トンを超える大炭鉱を生みだし、日本のエネルギー産業を支えてきました。



問合せ先 市社会教育係 ☎ 57-7711

令和3年度 夕張中学校PTA

資源物回収

清水沢宮前町・清栄町・清陵町、南清水沢、南部、沼ノ沢地区

日時：10月3日（日）

時間：午前9時までに出してください。

◎提供していただきたい資源物

紙類（ひもなどでまとめてください）

新聞紙・段ボール・牛乳パック・雑誌類

缶類（中はすすいでください）

アルミ缶、スチール缶（それぞれ分別してください）

瓶類（中はすすいでください）

ビール瓶・一升瓶（ラックに入る定型のもの）

※色付きの瓶（焼酎やワインの瓶）は回収できません

その他

アルミ製品（車のホイール、アルミサッシなど）

※ペットボトルは回収できません。

※枠内のもののみ回収可能です。それ以外のものは提供しないよう、ご協力ください。

◎回収方法について

<清水沢宮前町・清栄町・清陵町、南清水沢、沼ノ沢地区>

ゴミステーションか道路端の見えやすいところにまとめておいてください。

<南部地区>

旧幌南中学校校門前、スポーツピア駐車場、南大夕張郵便局前に資源物をお持ちください。

※上記の地区以外の方で提供していただける場合は、夕張中学校まで直接お持ち願います。（資源回収庫があります）

※その他、不明な点がございましたら中学校(☎59-7340)までご連絡ください。

皆様のご協力をお願いします！

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、感染症対策を講じながら活動を行っています。参加される皆さん、ご協力をお願いします。

☆10月の活動日程

《ボクシングクラブ》

日時 10月5・12・19・26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
料金 200円(中学生以下 100円)

《剣道クラブ》

日時 10月7・14・21・28日(木) 18:00~20:00
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)
料金 200円(中学生以下 100円)

《ピンポンバドミントンクラブ》

日時 10月6・13・20・27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)
料金 200円(中学生以下 100円)

《ランニング&ノルディックウォーキングクラブ》

日時 10月7・14・21・28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
料金 原則無料
(トレーニングルームなど、使用時は有料)

《文スポ楽々運動教室》

日時 10月7・21日(木) 9:30~11:30
場所 ゆうばり文化スポーツセンター サブアリーナ
内容 簡単な脳トレと筋トレ
持ち物 飲み物、タオル、運動靴
料金 200円

《りすた楽々運動教室》

日時 10月2・9日(土) 10:30~11:30
場所 拠点複合施設りすた 多目的ホール
内容 簡単な筋トレと脳トレ
持ち物 飲み物、タオル、運動靴
料金 100円

新型コロナウイルス感染症の状況次第では、活動が変更になる場合があります。

●申込・問合せ先 ゆうばり文化スポーツセンター中島 ☎56-6046

スマホと目の健康について

スマホ(スマートフォン)やタブレット端末

などのデジタル機器が身近にあり、生活に欠かせないものとなる一方で、長時間使うことによる子どもや若年者の目のトラブルが増えています。

動画やゲームなどに夢中になると、画面を近い距離で長時間見続けていると、目の周りの筋肉がずっと緊張し、凝り固まって遠近のピントを合わせる力が弱まったり、筋肉や神経に疲労がたまったりします。このため、見えにくさや疲れを感じ、通常はしばらく目を休ませることで回復しますが、慢性化すると視力低下や肩こり、頭痛などが起こることもあります。

《長時間使用による目への影響》

・近視のリスクが高まる
スマホは目から20cm未満での使用も多く、特に子どもの手は短いので距離が短くなる傾向がある。

・調節障害
目を調節する筋肉の緊張が続く、視点を移してもその緊張が戻らず、ピントが合わずぼやけてしまう。

・ドライアイ
まばたきの回数が少なくなり、目の表面を涙が十分に覆わなくなり、乾燥しやすくなる。

・急性内斜視
近くの物を見るときは、両眼は内側に寄り、通常は視点を遠くに移すと眼球の位置は中央に戻るが、内側に寄ったまま位置が戻らなくなる。

・睡眠障害
寝る前にスマホなどを見て強い光を浴びると、入眠作用のあるホル

モン(メラトニン)の分泌が少なくなり、睡眠パターンが崩れることもある。

《目の健康を守るには》

・目と画面の距離は30cm以上離す。
・30分連続で見たら5~10分休憩。長時間連続して使わない。

・休憩時には5~6m先の遠方を見る。

・明るい場所で、正しい姿勢で使う(寝ながら見ない)。

・就寝前に使用しない。

・気になる症状が出てきた時には、眼科を受診し相談する。

・0~4歳まではスマホなどを可能な限り見せない、触らせない。※

※2019年WHO(世界保健機関)から小児の健康な成長に関するガイドラインが発表され、その中で「2歳未満ではスクリーンタイムは推奨されない。2~4歳でのスクリーンタイムは1日1時間未満」と提言されています。(スクリーンタイムとは、テレビ・ビデオ・ゲーム機器を見続けること)。

子どもの視力は6歳頃にほぼ完成しますが、0~3歳頃は目の感受性がとても高く、外からの視覚刺激により網膜や視神経、大脳の視覚野が急成長する大切な時期といわれています。

10月10日は「目の愛護デー」です。スマホなどの使い方を振り返り、目に優しい生活を心がけましょう。

保健師 辻 弓香子

みんなで

令和3年10月吉日

つなごろう通信

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

よりぬき第34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

ちょっとしたおてつだい・アンケート調査

8月のお手伝いは件数は少なめでしたが、窓ふきやゴミ出し、掃除機かけを行いました。何度も顔を合わせることで信頼関係が生まれ、お互いに緊張感なくスムーズに関わることができています。

同時に「日常の困りごとに関するアンケート調査」を開始。困ったことはない…という皆さんも多いのですが、意見や要望を発見し暮らしやすい夕張へのヒントにしていきます。



結び方も完璧



南部在宅福祉サービス推進委員会～配食・脳トレ配布

あら、懐かしいね～

8月25日(水) 南部地区で配食サービスが行われ、お弁当が利用者に配られました。私達も同行し脳トレやお便りを添えてご挨拶を。予定していた地域サロンが感染予防のため、またもや中止となり残念ではありましたが皆さんの顔を見ることができて安心しました。メロン熊のピンバッジへの寄付も沢山の方からご協力いただき感謝感激！ありがとうございました。



栄養満点のお弁当！

夕張高校魅力化の取り組みについて～報告会



未来に
子供たち
に！
対応できる

8月26日(木) りすたホールにて市主催、夕張高校魅力化事業についての報告会が開催され、30名程が参加。地域振興課長がこれまでの事業や取り組みを説明したうえで、夕張高校長から未来を見据えた教育をしていくべきというお話がされました。質疑応答では、参加者から「貴校を子供たちにお勧めしたい」「子ども達が戻ってきたい町づくりが必要」などの感想が出ていました。

絵の中の夕張岳展

8月10日(火)～28日(出)まで美術協会主催「絵の中の夕張岳展」が、りすたロビーで開催。夕張市ゆかりの作家が捉えた様々な夕張岳の表情がどれも印象的です。7月に市に寄贈された故 比志恵司氏の絵も早速展示され、優しいエネルギーが溢れていました。りすたチャレンジ協働事業として、感染症対策を実施しながらより良くりすたを利用する取り組みの一つです。



それぞれ
夕張岳
の

秋の火災予防運動が
始まります

消防本部と消防署、消防団では、10月15日から31日まで、「おうち時間 家族で点検 火の始末」を統一標語に秋の火災予防運動を実施します。

昨年、全国で発生した火災件数は、34,602件で、出火原因別では第1位「たばこ」、第2位「たき火」、第3位「こんろ」の順となっています。

これから冬にかけて朝晩の冷え込みが厳しくなり、暖房器具などを取り扱う機会が増えます。また、空気が乾燥し、火災が発生しやすい気象条件となりますので、一人ひとりが普段の生活の中で防火に対する意識を高め、火災が発生しない環境づくりをしていきましょう。

住宅防火のちを守る10のポイント

- 1 寝たばこは絶対にやめましょう。
- 2 ストープの周りに燃えやすいものを置かないようにしましょう。
- 3 こんろから離れるときは、必ず火を消しましょう。
- 4 コンセントは、ほこりをためないように、清掃しましょう。

6つの対策

- 1 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用しましょう。
- 2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換しましょう。
- 3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは防災品を使用しましょう。
- 4 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておきましょう。
- 5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を確認しておきましょう。
- 6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみで防火対策を行いましょ。

問合せ先 市消防本部予防課予防係
☎53-4121

令和3年度
防火標語決定

市内の小学生を対象に「防火標語コンクール」を行ったところ、169作品の応募をいただきました。審査の結果、ゆうばり小学校5年生、河鱈夢姫さんの作品「火の用心 かくにん カクニン 再確認」が最優秀賞に選ばれました。

た。

この標語は、令和3年10月から1年間、本市の防火標語として火災予防啓発などに活用します。最優秀賞 5年 河鱈夢姫さん 「火の用心 かくにん カクニン 再確認」
優秀賞 2年 斎藤琴音さん 「ちゃんと見て、火のもとかくにん、火の用心」
4年 澤野茉衣さん 「この番号は みんなを守るよ 119」
特別賞 1年 石郷岡妃菜さん 「かじもコロナもきをつけて」
3年 井村茉莉香さん 「危険だよ 楽しい花火 気をつけて」
6年 岡田琉信さん 「おとうさん タバコの火は 消えるの?」

問合せ先 市消防本部予防課予防係
☎53-4121

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 10月6日 午前11時
放送内容
〈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〉

〈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 市消防本部予防課保安係
☎53-4121

高齢者インフルエンザ
予防接種のお知らせ

10月より高齢者インフルエンザ予防接種を実施します。
※本年度は実施開始日が例年よりも遅くなる可能性があります。開始時期については、実施医療機関に問い合わせください。

対象者

- (1) 接種日に65歳以上の市民の方。
- (2) 接種日に60歳以上65歳未満の市民の方で心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常の生活活動が極度に制限される程度の障がい有する方とヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程

度の障がい有する方。(身体障害者手帳1級程度)

実施期限 令和4年3月31日

実施医療機関

- ① 中條医院
 - ② 南清水沢診療所
 - ③ 夕張市立診療所
- 接種費用 実施医療機関に確認してください。

市の助成額 上限1,500円
自己負担金

(1) 接種費用が3,000円以下の場合1,500円

(2) 接種費用が3,000円を超える場合は、その費用から1,500円を引いた額。

(3) 生活保護受給者の方は自己負担なし

接種回数 1回
その他

① 接種する前に実施医療機関に予約してください。

② 生活保護受給者の方は生活保護受給証明書を実施医療機関に提出してください。

③ 対象者の(2)に該当する方は、身体障害者手帳を実施医療機関に提示してください。

④ 市外の病院(施設)に入院(入所)している方が接種する場合は事前に問い合わせください。

問合せ先 市保健係
☎52-3106

行政・人権・心配ごと
合同何でも相談開催

とき 10月22日
午前10時～正午

※偶数月の第4金曜日に行政相談を行っています。10月は行政・人権・心配ごととの合同相談を実施します。

ところ 拠点複合施設「りすた」
問合せ先

市市民係 ☎52-3104
夕張市社会福祉協議会 ☎56-6004

栗山警察署からの
お知らせ

◆10月11日は安全安心なまちづくりの日

人と人の絆を強めるとともに、防犯意識を高め、犯罪のない安心して暮らせるまちを目指しましょう。

◆全国地域安全運動の実施
運動期間 10月11日～20日
運動重点(全国統一)

- ・子どもと女性の犯罪被害防止
- ・特殊詐欺の被害防止
- ポイント

・子どもの犯罪被害防止
「いかのおすし」の防犯標語による防犯指導や、登下校の見守り活動を行います。

ウォーキング、ジョギング、買い物、犬の散歩など、日常活動の中でできる「ながら見守り」に協力ください。

さい。

防犯ブザーや防犯ホイッスルなどの防犯グッズを持たせましょう。

・女性の犯罪被害防止
夜間は、できるだけ人通りが多く明るい道を歩くようにしましょう。「イヤホンで音楽を聴きながら」や「スマートフォンを操作しながら」などの「ながら歩き」は周囲の状況がわかりにくくなるので注意しましょう。

防犯ブザーなどの防犯グッズを携帯しましょう。

・特殊詐欺の被害防止
普段から家族と連絡を取り合い、お互いに詐欺被害防止に関心を持ちましょう。「自分だけは大丈夫」と思っている人ほど危険です。「自分も騙されるかもしれない」という心構えをしましょう。

問合せ先 栗山警察署
☎0123-72-0110

20歳になった方へ
国民年金の加入のご案内

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、国民年金の被保険者(加入者)となります。

20歳になったときの年金制度の案内や保険料の手続きについて、動画によりご案内しています。

<https://www.nenkin.go.jp/toku>
<https://www.nenkin.go.jp/toku>
setsu/20kanyu.html

国民年金には次のようなメリットがあります

・老後を支える終身保険(「老齢基礎年金」が受け取れる「生涯の保証」です。)

・保険料が控除(納めた保険料の全額が所得から控除されます。)

・万が一の障害や遺族を保障(老後だけでなく現役世代の保証も充実しています。)

・基礎年金の半分は国(税金)が負担(基礎年金の半分は国(税金)から支払われています。)



問合せ先 岩見沢年金事務所
☎0126-22-5804

市市民係 ☎52-3104

こころの
健康相談の実施

とき 10月21日
午後1時～3時

ところ 岩見沢保健所

(岩見沢市8条西5丁目空知総合振興局内)

内容 精神科医師との面接相談
※予約制(前日の正午まで)、申し込み多数の場合は、別日で調整する場合があります。

る場合があります。

その他 保健師との電話や面接での相談は、随時行っています。

申込問合せ先 岩見沢保健所
健康推進課健康支援係
☎0126-20-0122

離婚時の年金
分割制度のお知らせ

離婚した場合、婚姻期間中の厚生年金の支給額の計算の基となる報酬額を分割して、年金額をお二人で分割することができます。

離婚後2年以内に手続きを行っていただく必要がありますので、お早めに、岩見沢年金事務所(最寄りの年金事務所)までご相談下さい。

問合せ先 岩見沢年金事務所
☎0126-22-5804

市民パークゴルフ大会

参加する方は、1週間前までに申込をお願いします。詳しくは問い合わせください。

とき 10月2日 午前9時～
10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

申込問合せ先 紅葉山パークゴルフ場を守る会 大谷
☎58-3011

「みんなで作る夕張の記憶ミュージアム」 Episode 39

「石勝線開通に向けて、夕張川橋梁を公開？」
夕張市所蔵、1980年ごろ

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
(市企画係 ☎52-3141)



夕張文化誌67号「市民のひろば」作品募集

募集内容 俳句・短歌・川柳・詩・随筆・掌編小説など(800字以内)・写真・絵書・切り絵などを写真化したもの

応募期限 11月30日

問合せ先 文化協会事務局福島

☎59-5038

お手伝い募集!
りすた周辺の美化活動

りすたに隣接するJR北海道(株)が所有している土地は、市が一時的に借用しています。

この土地にある石や雑草を取り除き、国道452号線から見る景観を、より気持ちのいいものに変え、子どもたちが走ったり遊んで、転んでしまっても、怪我をしない場所にするため、次のとおり美化活動を行います。ぜひご参加ください。

とき 10月9日

集合時間 午前10時

終了予定時間 午後5時

※雨天の場合、翌10日同時間に延期します。その場合は、張り紙をりすた待合交流スペースに掲示します。

集合場所

拠点複合施設りすた緑地スペース準備する物

・軍手 ・汚れてもよい服

事前申込 不要
留意事項

- ・昼食は各自でご用意ください。
- ・途中参加も可能ですが、新型コロナウイルス感染症予防のため、必ず受付が必要です。
- ・作業は野外ですが、密な状態になった場合、一時的作業を中断する場合があります。

- ・作業スペースの写真や当日の流れは、事前にりすた待合交流スペースに掲示しています。

問合せ先 市社会教育係

☎57-7711

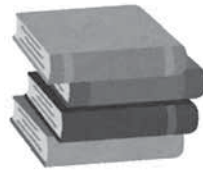
古本市

りすた図書館の除籍図書をご自由にお持ち帰りいただけます。ただし、お1人につき10冊までとさせていただきます。

とき 10月23日～11月13日
午前6時30分～午後9時

ところ りすた待合交流スペース

問合せ先 りすた図書館 ☎57-7583



「絵本の読み聞かせ講座」

主催：ひなたbook☀ <共催：夕張市教育委員会>

絵本の読み方や、絵本の伝えるメッセージについて、長年保育と絵本や子どものおもちゃの世界に携わってきた藤田春義氏を講師に招いて教えていただきます。読み聞かせや絵本に興味のある方はぜひご参加ください。

❖とき

☀ 昼の部 10月21日(木)・10月27日(水)・11月4日(木)
午前10時00分～午前11時30分

🌙 夜の部 10月18日(月)・10月22日(金)・10月25日(月)
午後6時30分～午後8時00分

※全3回の連続講座です。昼の部・夜の部どちらかで申し込みください。

❖ところ 拠点複合施設「りすた」多目的室2

❖講師 藤田 春義 氏(札幌国際大学非常勤講師)

❖定員 昼の部・夜の部ともに各15名(先着順)

❖参加料 無料

❖申込期限 10月15日(金)

❖申込・問合せ先 りすた図書館☎57-7583



大型ごみの収集

収集日	収集地区
10月5日(火)	社光、住初、本町、旭町、昭和、末広、鹿の谷、千代田、若菜、常盤、平和、日吉、富野、南部
10月6日(水)	清水沢(全地区)、南清水沢
10月7日(木)	沼ノ沢、真谷地、紅葉山、楓、登川、滝ノ上

品目ごとに定められた金額に相当するごみ処理券を貼って、所定の場所に出してください。
 ※大型ごみの品目と料金は、ごみ分別辞典をご覧ください。
 ※家電リサイクル法の対象品、オートバイ、タイヤ、灯油ホームタンクなどは収集できません。
 ※ごみ処理券を貼っていないものや、規定の金額の処理券を貼っていないものは収集しません。
 ※一般ごみ・資源ごみと同様に、収集時間までに所定の収集場所に出示してください。

問合せ先 市環境生活係
 ☎52-3108

除雪会員が不足しています

シルバー人材センターでは、除雪会員を募集しています。
 おおむね60歳以上で、除雪の手伝いができる方は、シルバー人材センターへ登録のうえ、協力をお願いいたします。

作業内容 おおむね15cm以上の降雪があった場合の除雪

作業場所 高齢者住宅の玄関と通路、公共施設、消防施設(消火栓など)、その他一般家庭など

配分金(報酬)

シルバー人材センターより支給

募集期限 10月29日(その後も随時受け付けします。)

申込・問合せ先

シルバー人材センター
 ☎59-7722

高齢者住宅の福祉除雪の受付を開始します

対象者 65歳以上で、次の①～④すべてに該当する方

①市内に子どもなどの親族がいないなど、除雪を他の人に頼れない方

②ケガや病気のため、体力的に除雪が困難な方

③所得税非課税世帯の方

④市税などの滞納がない方(納付誓約履行中の方は除く。)

除雪範囲 15cm以上の降雪があった場合に、玄関前と道路までの通路を除雪します。

除雪開始の時間指定、屋根の雪降ろしはできません。

除雪期間 12月1日～令和4年3月31日

申込期限 10月15日

申込問合せ先 市生活福祉係
 ☎52-1059

献血へのご協力をお願いします

次の日程で献血車が市内を巡回します。ご協力をお願いいたします。献血は不要不急の外出には当たりません。

400ml献血へのご協力をお願いします。

一人あたりの所要時間は20～30分です。

10月28日

午前9時～10時30分

農協本部前(沼ノ沢)

11時～11時30分

石田鉄工(株)前(南清水沢4丁目)

午後1時～2時20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)

3時～3時30分

清光園前(南清水沢1丁目)

4時～5時

拠点複合施設「りすた」前

10月29日

午前9時～正午

市役所前(本町4丁目)

午後1時45分～2時40分

北海道博愛会前(紅葉山)

3時～3時30分

(株)ティーオーフローリング

夕張工場前(紅葉山)

◆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ご予約が可能です。(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。(400ml献血1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

実践英会話教室 受講者募集

市民を対象とした、初級レベルの実践英会話教室の受講者を募集します。

とき

10月21日～令和4年3月17日

(木曜日/全10回)

いずれも 午後6時30分～7時30分

ところ 拠点複合施設「りすた」

講師 アシュリー・マレル(本市ALIT)

受講料 無料

定員 15名程度

申込期限 10月18日

申込・問合せ先 市社会教育係
 ☎57-7711

令和3年9月1日 現在

人口	7,175人(-30人)
男	3,331人(-13人)
女	3,844人(-17人)
世帯数	4,273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、広報ゆづばり11月号は、11月1日に配布します。