

- 財政再生計画の令和3年度実施状況……………2
- 夕張市立診療所ニュース……………4
- 新型コロナワクチン接種情報《23》……………5
- 夕張市財政再生計画の変更の内容……………6
- 国、北海道及び夕張市の三者協議について…7
- 水道事業会計の状況……………8
- 国保のお話vol.42……………9
- そよかぜ通信……………10
- フレイルは、早く気づいて正しく対応……………11
- 各種健康診査を実施します……………12
- キラリ!～魅力ある高校づくりへの取り組み…14
- 夕張高校チャレンジ・モア・スピリッツ……………15
- 拠点複合施設りすたからののお知らせ……………16
- ゆうばり国際交流広場atりすた……………18
- ユるっとゆうばりスポーツクラブからののお知らせ…19
- みんなでつながろう通信……………20



高まる期待

10/7(金)、チョコレートを中心に菓子の製造販売を行う株式会社DADACA(ダダカ)の夕張工場が操業開始しました。

本社を夕張市に移転登記し、夕張市農協から原料の提供を受け、主力のチョコ商品に夕張メロン味が追加、販売されています。地元産物を使った商品開発を行う夕張高校へ商品を提供する話も出ており、企業と地域が繋がっていくことへ期待の声が上がっています。

財政再生計画の令和3年度実施状況

夕張市は、平成22年3月に総務大臣の同意を得て財政再生計画をスタートさせました。令和3年度の実施状況をお知らせします。

問合せ先 市財政係 ☎52—3122

計画と具体的な措置の状況

1 事務と事業の見直し、組織の合理化

その他の歳出削減に関する状況

◎(1)～(8)の措置による削減効果額は平成21年度からの累積で約37.5億円

(1)人件費

◎全会計の職員数は、令和3年4月1日現在で158人でしたが、年度途中の普通退職者が6人おり、年度末の在職者は152人でした。

◎一般職給与は、国家公務員準拠を原則とした上で、給料月額は今和元年度人事院勧告後の給料表を基本として、7%削減したほか、諸手当については計画どおりの削減を行い、特別職給与や議員報酬、非常勤特別職報酬についても計画どおりの削減を行いました。

◎こうした削減措置のほか、年度途中に退職した職員分の不補充などにより、総人件費は計画に比べて減額となりました。

(2)物件費

◎旅費、需用費、委託料、交際費、備品購入費などの物件費は、計画どおり経費の削減に努めたほか、契約事務の適正な執行によって、計画に比べて減額となりました。

(3)維持補修費

◎各種公共施設や公営住宅などに要する管理経費などの維持補修費は、計画どおり経費の削減や契約事務の適正な執行によって、計画と比べて減額となりました。

(4)扶助費

◎扶助費は、計画どおり市単独事業は高齢者子どもたち、教育活動への給付に限り実施したほか、住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金などにおいて計画で見込んでいた対象人員や経費などが見込みを下回ったことから、計画に比べて減額となりました。

(5)補助費等

◎各種補助金などの補助費等については、計画どおり真に必要なものに限定し経費の削減に努めました。

◎市民活動などに使途を指定した寄付金を基金に積み立て、当該基金を財源とした助成事業を実施しました。

(6)投資的経費

◎投資的経費は、計画期間内に実施する主要事業として位置づけている市営住宅再編事業による市営住宅改善工事はじめ、過疎債のハード事業を活用した市立診療所等の移転改築に係る建設工

事など、必要性や財源について十分な検討を行った上で真に必要なものに限定して実施しました。

(7)公債費

◎公債費は、計画どおり地方債の新規発行の抑制に努めながら、着実に債務を償還し、実質公債費比率の改善を図りました。

(8)他会計繰出金

◎他会計繰出金は、事業の経営改善や収入の適正化などの取組状況を踏まえ、計画に基づく繰出しを実施しました。

2 地方税その他の収入の増徴に関する状況

◎次の措置による平成21年度からの累積効果額は53.9百万円

◎市税その他の収入の徴収にあたっては、計画どおり合理的な計画徴収に努めました。

3 地方税その他の収入で滞納に係るものの徴収に関する状況

◎次の措置による平成21年度からの累積効果額は94百万円

◎適正かつ公平な徴収の実現を目指し、研修会の参加などを通じて職員のスキルアップを図り、定期的な催告や財産調査の推進、差押等滞納処分の強化など法令に基づく厳正な処分の実施に努めたほか、生活実態を把握し滞納原因の解消に繋げるため、ファイナンシャルプランナーによる無料相談を実施し、滞納者の納税

意識の改善を図ったことで、現年分の収納率の向上と滞納繰越額の減少に努めました。

◎差押財産の対象を拡大し、給与や預金に加え、家宅捜索により差押えした財産のインターネット公売などの実施により滞納整理に努めました。

◎市営住宅使用料については、年2回滞納者全員に催告書を送付し、連絡のない誓約不履行者に対しては、職員が直接電話や面談をするなど、滞納について現状を認識させ、支払いを促しました。

◎悪質な滞納者については法的措置を執行し、滞納分の給与差し押さえなどの処分を判決として求めることとしており、令和3年度については、裁判の実施には至らなかったものの、滞納者への徹底した電話連絡などを実施することで、収入の確保に努めました。

4 使用料などの変更、財産の処分その他の収入の増加に関する状況

◎次の措置による平成21年度からの累積効果額は96.7百万円

◎使用料と手数料は、平成19年度に実施した引き上げなどの見直しに基づき、引き続き収入確保に努めました。

◎財産の処分などその他の収入の増加に向けた対策として、分譲地の価格見直しや平成27年度から開始した高松ズリ山のズリ売却を継続しています。

◎以上のほか、金融機関店舗としての市庁舎の有償貸与や、市ホームページの広告

媒体としての活用などにより、収入の確保に努めました。

5 超過課税または法定外普通税による地方税の増収に関する状況

◎ 次の措置による平成21年度からの累積効果額は518百万円

○ 市税は、法令上の上限の税率などを踏まえ、平成19年度に行った見直しについて、平成28年度末に行った計画の抜本的な見直しに伴い、超過税率を一部見直ししました。

その他財政の再生に必要な事項の措置の状況

○ 実質的な計画期間の12年度目である令和3年度については、新型コロナウイルス感染症への対応や、その他計画策定後に生じた新たな諸課題に対応するため、事務事業の必要性や緊急性などを十分検討した上で、財源確保を図りながら計5回（6月、9月、12月、1月、3月）の計画変更を実施しました。

○ また、令和3年8月に国、北海道、夕張市の実務者による三者協議を実施し、地域再生に資する目的で抜本的に見直した財政再生計画に新たに登載した事業について、その進捗・成果を確認するとともに、火災により休止している石炭博物館模擬坑道の再開と相次ぐ大型企業撤退などに係る対策について協議を行い、三者で認識を共有しました。

○ 今後とも、夕張メロンや市有林などの地域資源を活かした産業振興、子育て環

境や住環境の充実による定住促進、合宿誘致や産業遺産を活用した交流人口の増加などにより、地方税の増収を目指すとともに、これらの事業を展開していく人材の育成に努めていきます。

○ 夕張市の再生のためには市民、議会、行政が一体となって取り組むことが重要であり、本市としては、今後とも情報公開の推進による透明性の高い行財政運営に努めるとともに、市民参加や民間活力の導入など、市民企業との協働による活力のあるまちづくりを目指すこととされています。



計画額と実績額の比較と再生振替特例債残額の状況

一般会計

(単位:千円)

区分	令和3年度 計画額 ア	令和3年度 実績額 イ	差引増減 (イ-ア)	主な増減理由
歳入 ①	11,676,899	11,691,514	14,615	地方税(市民税、固定資産税、市たばこ税など)106百万円、地方交付税(普通交付税、特別交付税)595百万円、国道支出金(住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金事業費補助金など)▲177百万円、繰入金(財政調整基金繰入金など)▲484百万円、その他(夕張まちづくり寄附金など)▲25百万円
歳出 ②	11,676,899	11,045,931	△630,968	人件費(給料、各種手当など)▲92百万円、物件費(需用費、委託料など)▲132百万円、維持補修費(除雪委託料など)▲22百万円、扶助費(住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金など)▲233百万円、繰出金(介護保険事業会計繰出金など)▲49百万円、その他(幸福の黄色いハンカチ基金積立金など)▲103百万円
歳入歳出差引額 (①-②)	0	645,583	645,583	
再生振替特例債残額	12,280,021	12,280,021	0	

※再生振替特例債 ~ 借入額:32,199,000千円(平成21年度借入)

利率など:17年償還(3年据置) 元利均等 年1.50%

(注)平成20年度決算まで生じていた実質赤字額は、平成21年度に再生振替特例債を借り入れたことで解消しました。再生振替特例債は、財政再生計画において平成22年度から17年間で計画的に償還するものです。平成22~24年度までは利子分のみの償還で、平成25年度から元金償還が始まりました。

健全化判断比率の状況

(単位:%)

区分	早期健全化基準	令和3年度 計画値	令和3年度 実績値	【参考】令和2年度 実績値
実質赤字比率	15.00	0.00	0.00	0.00
連結実質赤字比率	20.00	0.00	0.00	0.00
実質公債費比率	25.0	72.2	68.3	70.0
将来負担比率	350.0	347.2	274.0	336.0



夕張市立診療所ニュース

2022年
11月
vol.149

インフルエンザ予防接種 予約受付中

今年度のインフルエンザ予防接種はお済みでしょうか。十分な抗体が作られるまで、接種から2～4週間かかり5カ月ほど有効です。早めの接種を心がけましょう。

【接種日時】 月曜日・金曜日
午後1時30分～午後5時(最終受付午後4時30分)

【接種料金】 一般の方…3,000円
65歳以上の方…1,500円
小学生以下の方…2回で3,000円

【予約方法】 お電話または窓口でご予約ください ☎52-4339

※定期的に通院されている方は、予約なしで受診時に接種できます



—「ゆうゆう寄り添い倶楽部」 今月は11/17(木)—

テーマ いのちの基調について⑤

日時 11月17日(木) 午後3時～

場所 拠点複合施設 りすた 多目的ホール
(夕張市南清水沢4丁目48番地12)

講師 前沢 政次 所長

☆参加費無料!どなたでもお気軽にどうぞ!

☆スタンプカード配布中

今月でスタンプ6個達成の方もいますね!

☆お帰りの際は送迎をご利用できます!

☆マスク着用・手指消毒・検温にご協力ください!



9月は「ユマニチュード」についてのお話と、血圧上昇を抑える運動を行いました。

【お問い合わせ】夕張市立診療所(筒井・笹岡) ☎(0123)52-4339

みなさんのご参加をお待ちしています!

来院される
みなさまへ

○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連絡ください。

○正面玄関に自動体温測定器と消毒液を設置しております。各自、検温と手指消毒をお願いいたします。



11月外来診療体制

		月	火	水	木	金
午前	総合診療科	諫山・前沢	諫山・高野	前沢・出張医	前沢・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 (1・8・15・22・29日)	循環器内科 (9・16・30日)	—	耳鼻咽喉科 (4・11・18・25日)
午後	総合診療科	前沢	—	出張医	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 (1・8・15・22・29日)	整形外科 (16日)	整形外科・婦人科 (10・17・24日)	耳鼻咽喉科 (4・11・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《23》 冬の流行に備えよう!

11月から、③の方への2価ワクチン(オミクロン株対応) 予約が始まります

2価ワクチン(オミクロン株対応) 接種は、最終接種からの期間が5カ月から3カ月に短縮されました。下の表の①②の方は、現在予約受付中です。③の方はこれから予約を開始します。対象となる方には、接種の早い順に接種券を送付しています。接種を希望する方は、接種券が届いたら予約ができます。





順番	対象区分	予約開始	接種開始	接種券
①	・4回目の対象者で接種がまだの方	10/4 (火)~	10/17 (月)~	※既に配布済の接種券を使います
	医療従事者・高齢者設等設従事者の方			
	60歳以上の高齢者			
	18~59歳で基礎疾患があり申出した方			
②	・2回目まで接種済みで3回目の接種がまだの方 3回目まで接種済みで4回目の接種がまだの方	10/24 (月)~	11/7 (月)~	新たに送付しました
③	4回目の接種が済んだ方	11月中 (個別に通知)	11月	新たに送付します

予約受付中
順次予約開始

予約には接種券番号が必要です。手元に接種券を用意して予約をしてください。

※初回接種(1回目・2回目)が完了していない方で接種を希望する方は早めに下記問合せ先まで連絡を!

予約はこちらから

<p>コールセンター (平日9時~17時)</p> <p>(1)70歳以上の方 ☎57-7059</p> <p>(2)69歳以下の方 ☎52-3173</p>	<p>インターネット(24時間いつでも可能) ご家族などにもご協力いただき可能な方はぜひこちらで</p> <p>(1)右の2次元バーコードから </p> <p>(2)市ホームページから </p>	<p>ファクシミリ(FAX)予約 (24時間いつでも可能)</p> <p>連絡先(電話番号) 接種券番号 希望日時・会場を記載のうえ FAX52-0638に送信ください。</p>
--	--	--

接種の詳細は、広報ゆうばり10月号の黄色い折込をご覧ください。

接種済証は大切に保管してください

接種券と一緒に接種済証が同封され、接種受付で提出、接種後に医療機関で記載したものを手渡されます。

この【接種済証】は、接種の証明書になります。

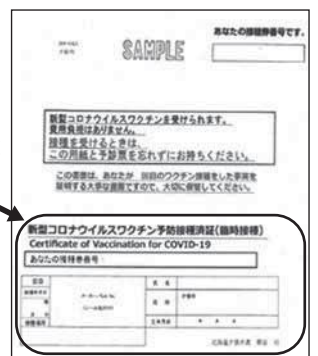
新型コロナ感染症の流行が落ち着き、旅行などに出かける際、接種証明書の提出を求められる場合もあるようです。

その際には、この【接種済証】を提示してください。

手元にある方は、改めて市に接種証明書の発行を申請する必要はありません。

接種済証が見当たらない場合、申請により市で証明書を発行しますが、日にちがかかりますのでお早めの申請を!

ここで



生後6か月から4歳の乳幼児対象コロナワクチンについて

現在、実施に向けて準備をしています。

対象となる方には、個別に案内通知をします。

問合せ先 市保健係 ☎52-3106

○夕張市財政再生計画の変更(令和4年度第4次(10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4年度第4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4年度第3次(9月)変更以降に生じた、国の補正予算に伴う新たな事業実施などに対応するもので、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4年度第4次の計画変更

<一般会計> 変更総額 109,172千円

(単位:千円)

変更する内容	増減額
電力・ガス・食料品など価格高騰緊急支援給付金支給に要する経費	105,996
市庁舎整備に係る基本構想および基本計画の策定などに要する経費	2,983
奨学金返還支援に係る周知事業に要する経費	193
計	109,172

なお、上記歳出の財源として、国からの補助金などを充当しています。

○令和4年度10月補正予算の内容

《令和4年度予算の補正を行った会計と補正予算額》

令和4年10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	109,172	12,448,313

<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4年10月6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担当課長が参加し、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年度から毎年実施されており、今年で通算10回目の開催となりました。※令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響により中止

■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。

3年ぶりに対面での開催となった今年度の三者協議においては、9月8日に夕張市で行われた、寺田総務大臣、鈴木北海道知事、厚谷夕張市長の意見交換を踏まえ、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 財政再生計画の進捗状況などについて

- ・地域再生のための事業は、概ね着実に進捗している認識で一致しました。
- ・市立診療所等移転改築事業などの建設事業について資材などの物価高騰の影響が懸念されることから、過疎対策事業債など今後の財源確保について、総務省、北海道、夕張市の三者で連携し調整していくこととしました。
- ・財政再生計画の変更に係る事務について、業務の負担軽減、社会情勢の変化などに適切に対応する観点から、提出書類の簡素化、協議期間の短縮をはじめ現行法の枠内で可能な事務の簡素化・弾力化について、三者で連携し、できる限り実施していく方向で検討を進めることとしました。

2 今後のまちづくりについて

- ・今後のまちづくりの推進を図るうえで夕張市が抱える課題について三者で認識を共有しました。
- ・災害対策拠点として耐震性などに課題がある現夕張市役所庁舎の移転改築について、財政再生計画との整合性なども踏まえ、三者が緊密に連携し丁寧に議論していくこととしました。
その上で、庁舎整備実施の判断に向けて、財政シミュレーションなど、財政再生計画への影響を見極めるために必要な事業規模、財源確保策などをより具体的に把握するため、夕張市において基本構想・基本計画策定に着手することとしました。
- ・行政執行体制の整備に関して、夕張市一般職給与について削減率を緩和した場合でも、令和4年度ベースで、財政再生計画で定める「全国都市最低水準」であることが確認されれば、来年度当初予算に向けて対応する方向で、三者で事務的な協議を進めることとしました。

3 奨学金返還支援を活用した若者の定着促進

- ・夕張市は、新たな若者の定住促進に係る取り組みの一つとして、国の特別交付税による財源措置などの支援を受けつつ奨学金返還支援事業に取り組むこととし、総務省に対し正式協議を行うこととしました。
- ・夕張市は、定住促進事業がより効果的なものとなるよう、奨学金返還支援事業に併せて、これまで取り組んできた施策、「ローカル10000プロジェクト」などを活用し創業支援、雇用創出に取り組むこととし、総務省及び北海道が連携して支援することに三者合意しました。

<問合せ先>
市財政係 ☎52-3122

水道事業会計の状況 (令和4年4月1日～令和4年9月30日)

水道事業の経営や運営方針を市民の皆さんに知っていただくために「地方公営企業法」に基づき、水道事業の概要や経理の状況などを公表します。

◆令和4年度事業の概要

【配水施設整備事業】

この事業は円滑な給水を行うため、配水管などの施設を整備するものです。

今年度は、無線基地局等更新工事、吉ポンプ室No.2ポンプ更新工事を行います。

【メーター更新事業】

この事業は有効期限満了となる水道メーターを交換するものです。今年度は市内全域約351個の交換を行います。

【水質検査】

市民の皆さんに安全で良質な水を飲んでいただけるよう、毎月定期的に各浄水場と各地区の給水栓の水質検査を実施しています。

問合せ先 市土木水道課

☎52-3152



○経理の状況

1.収支の概要

令和4年9月30日現在

区 分	執行済額
給水のための収益的収支	
収益的収入	1億2,584万円
収益的支出	5,625万円
配水施設などを整備するための資本的収支	
資本的収入	0万円
資本的支出	6,767万円

- 2. 資産の現在高 53億 544万円
- 3. 企業債の現在高 17億2,821万円
- 4. 一時借入金の現在高 2,000万円

令和3年度水道事業会計決算の状況

○水道事業会計損益計算書

(単位:円)

借 方		貸 方	
営業費用	4億7,252万円	営業収益	2億2,578万円
営業外費用	2,463万円	営業外収益	1億6,388万円
特別損失	0万円	特別利益	178万円
当年度純利益	△1億571万円		
合 計	3億9,144万円	合 計	3億9,144万円

○配水状況

令和4年9月30日現在

総配水量	日平均水量
493,818m ³	2,698m ³

○給水状況

令和4年9月30日現在

1.給水件数と給水人口

件 数	人 口
3,864件	6,800人

2.用途別使用水量

種 別	使用水量m ³	構成比%
一 般 用	317,865	97.3
浴 場 用	8,671	2.6
臨 時 用	207	0.1
特 別 計 量	0	0.0
計	326,743	100.0

○水道事業会計貸借対照表

(単位:円)

借 方		貸 方	
有形固定資産	45億6,329万円	固定負債	16億9,544万円
無形固定資産	28万円	流動負債	1億8,505万円
流動資産	4億8,610万円	繰延収益	13億6,956万円
繰延勘定	0万円	資本金	15億3,504万円
		剰余金	2億6,458万円
合 計	50億4,967万円	合 計	50億4,967万円

長寿をお祝い

9月20日、22日、来年3月までに百歳を迎える長寿の方へ、内閣総理大臣からの祝い状と記念品の銀杯の伝達を行いました。

伝達を受けたのは、澤口博さま、上木秀子さま、山田喜久藏さま、古館綾子さま、森下豊子さま、小松キツヨさま、泉川利枝さまの7名です。

みなさん、これからも元気に夕張を見守ってください。



古館綾子様



山田喜久藏様



澤口 博様



泉川利枝様



森下豊子様

9月末現在、夕張市には百歳以上の長寿の方は15人います。

■国保のお話 vol.42

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。



交通事故などにあつたときは届け出を

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合でも、国民健康保険被保険者証で医療機関を受診することができます。その際には必ず市へ連絡し、「第三者行為による傷病届」を提出してください。

■交通事故以外の第三者行為による事故

- 他人の飼い犬にかまれた
- 他人の落下物にあつた
- 傷害事件に巻き込まれた

など



届け出に必要なもの

- 届け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)
- 保険証
- 事故証明書(後日でも可)
- 印かん

なぜ届け出が必要なの?

第三者の不法な行為によってケガや病気をしたときの保険給付は、国保が医療費を立て替え、加害者に対して損害賠償などを請求することになっているからです。

ただし、こんなときは保険証が使えません!

- 工作中や通勤中の事故**
労災保険の対象となります。
- 示談を済ませてしまったとき**
示談の前に必ず市にご連絡ください。
- 飲酒運転や無免許運転などの不法行為**
- ケンカや泥酔などの理由による病気やケガ**
国保の給付が制限されます。

市では医療費の適正化のため、医療機関から提供されるレセプト(診療報酬明細書)を元に、北海道国民健康保険団体連合会より第三者行為に該当する可能性がある方へ、ケガの原因などを確認する文書を送っています。届いた方は、回答のご協力をお願いします。

問合せ先 市健康保険係 ☎52-3105

そよかぜ通信

「コロナ禍のお口の健康」について

新型コロナウイルスの感染拡大が続いており、手洗いや消毒、マスク着用や密の回避など、感染防止対策をしていると思います。そのような生活の中で、外出や人と接する機会が減ったことにより、お口の健康にも影響が出ています。歯と口は、食事や日常会話を楽しむなど、生活を営む上で重要な役割を担っており、コロナ禍の生活が続く今こそ、お口の健康を保つ習慣を意識しましょう。

【マスク着用でお口が危機に！】

コロナ禍の生活の中で、マスクを外せない毎日が続いています。

*水分を摂る機会が減る。

*息苦しく感じ、口呼吸になりやすい。

*口の中が乾燥しやすくなるため、細菌数が増える。

*むし歯や歯周病が進行しやすくなる。

(歯周病は、口臭や歯を失うだけでなく歯周病菌が歯ぐきの毛細血管から血液に入り込み、糖尿病や動脈硬化など全身の疾患に関わっていることが明らかになっています)

◆マスクはしっかりと着用します。でも水分はこまめに摂りましょう。

鼻呼吸を意識し、ていねいな歯磨きや殺菌効果のある洗口液でお口の中を清潔に保ちましょう。

【密を避けてお口が危機に！】

密を避けて人との会話が減り、口を動かす機会が減ります。また、お家で過ごす時間が増えます。

*口の周りの筋肉が衰える。

*刺激が減って唾液の分泌量が減る。

*オーラルフレイルが進行しやすくなる。

(オーラルフレイルとは、歯や口の機能が衰えた状態のことです。「話がしにくい飲み込みにくいむせるこぼす」などが、舌を含めた口の周囲の筋肉の衰えで起こります)

*むし歯菌の動きが活発になり、むし歯になりやすくなる。

◆密はしっかりと避けましょう。

でも、電話を使って友人とおしゃべりタイム。お家やお風呂で歌を歌うのも良いでしょう。食事はゆつくりかむことで、唾液腺が刺激され、唾液の分泌が促されます。

ます。

お口の体操や唾液腺(耳下腺・顎下腺・舌下腺)マッサージも効果的です。

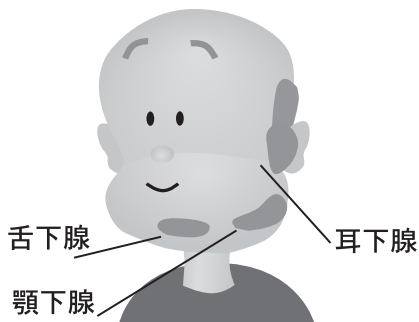
【受診控えてお口が危機に！】

以前は定期的に歯科受診していた人が、コロナ感染が心配だから受診は控えようと思ってしまうかもしれません。でもそれで、むし歯や歯周病など口腔内の状態が悪化してしまつては本末転倒。決して放置せず、早めに歯科医院を受診しましょう。

◆お口の健康は、全身の健康と深い関わりがあります。

このコロナ禍の時期だからこそ、誤嚥性肺炎予防、オーラルフレイル予防、ウイルス性感染の重症化予防のために、お口の管理もぜひ徹底していただきたいと思えます。

保健師 柴原 加奈子



本のまわりの話

☆秋の夜長、こんな写真集はいかがだろうか？

『世界の図書館』では図書館の起源となるメソポタミア文明の遺跡から、修道院、王室の中にある図書室、天井には美しい壁画や彫刻などが施された美術館のような中世の図書館、中国の山奥に佇む外壁に枝を施し自然と調和した図書館など、まるで映画の世界のような図書館を歴史の流れとともに知ることができる。日本からは司馬遼太郎の2万冊の蔵書を安藤忠雄が設計した圧巻の書架で公開している司馬遼太郎記念館が紹介されている。

『日本の最も美しい図書館』では昔の学校や紡績工場を再利用した図書館から宇宙空間を思わせるモダン建築の大学図書館、書店やカフェが併設されている図書館、自然の音や香りを楽しめる空間作りをしているところなど、建築様式から運営スタイルまで目を引く図書館が41カ所紹介されている。

きっと、この図書館を見に行きたいと思える一つが見つかるだろう。

問合せ先 りすた図書館 ☎57-7583

ほっとひととき
本とひととき



『世界の図書館』

ジェームズ・W・P・キャンベル/著
ウィル・プライス/写真
河出書房新社



『日本の最も美しい図書館』

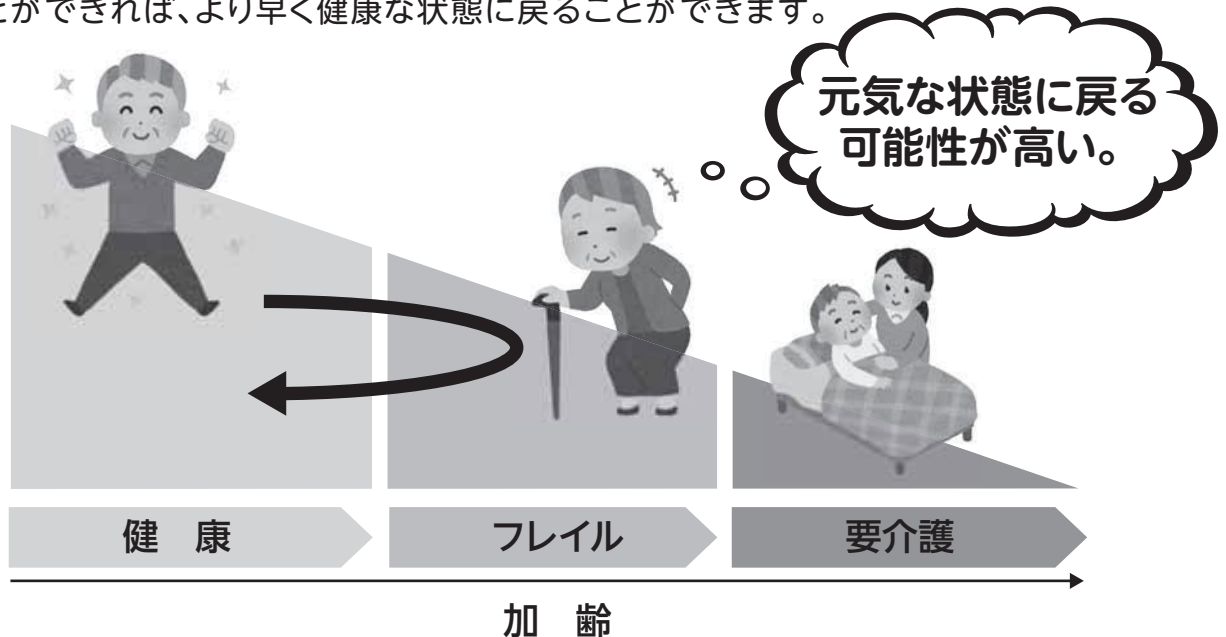
立野井 一恵/著
株式会社エクスナレッジ

フレイルは、早く気づいて正しく対応

～ 適切な対策で、元気を取り戻しましょう ～

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。これは、健康と要介護状態の中間で、放っておくと要介護につながる危険があります。しかし、適切な対策をとれば、以前の健康状態に戻ることも期待できる段階です。

「まだそれほど生活に影響はないけど、歩くのが遅くなった」など、早いうちに生活習慣を見直すことができれば、より早く健康な状態に戻ることができます。



以下の表で、ご自分がフレイルに該当するかどうかの目安がわかります。該当する項目はありますか？

改訂日本版フレイル基準 (J-CHS基準)

項目	評価基準
体重減少	6カ月で、2kg以上の(意図しない)体重減少
筋力低下	握力が、男性28kg未満、女性18kg未満
疲労感	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする
歩行速度	通常歩行速度が、1秒間で1メートル未満
身体活動	①軽い運動・体操をしていますか？ ②定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記のいずれも「週に1回もしていない」

5項目のうち、3項目以上に該当：フレイル

1または2項目に該当：フレイル予備軍

いずれも該当しない：健常

と考えられています。

フレイルに該当する方は元気を取り戻すために、該当しない方は元気な状態を維持するために、効果的な取り組みについて、今後広報ゆうばりでお伝えしていきます。

●参考

握力は、以下の場所で測定できます。

①文化スポーツセンター

②市一般介護予防事業ゆるリラ講座～1回だけの参加でも握力測定はできます。

【ゆるリラ講座 開催日程などは22ページをご覧ください】

★申込方法～広報折込の「健康診査申込書」(ピンク色)を提出してください。

記入した申込書は、FAX(52-0638)または、郵送する(自分で封書を組み立て、84円切手を貼る)か、市保健係・りすた・各ふれあいサロン行政窓口(南清水沢)に直接持参ください。

※各ふれあいサロン行政窓口開設日は、月・水・金曜日の午前9時から正午までです。

健康診査申込書
記入例

記入例
「特定健診・胃がん検診・大腸がん検診・肝臓ウイルス検診」を受けたい場合

ふりがな	ゆうばり さくらこ		
氏名	夕張 桜子	男	<input checked="" type="checkbox"/>
生年月日	大正昭和平成 53年7月10日生	44歳	
住所	夕張市 本町4丁目2番地		
自宅の電話	0123 - 52 - 3106		
日中の連絡先	0123 - 52 - 0638		
保険の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 国保・後期高齢・生活保護・その他		
道市民税情報の確認をすることを承諾しません			

氏名、生年月日、住所、電話番号(自宅と日中の連絡先)を全て記入する
あてはまる保険の種類に、○印をつける

適正な健診料金を頂くために市民税情報を確認します。
市での確認を承諾する場合は記入不要です。

日程	会場	受付時間	特定健診等	胃がん	肺がん結核	大腸がん	肝炎ウイルス	骨粗しょう症
12月13日(火)	りすた(南清水沢)	午前	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
通信欄 *託児希望の方は☑してください ↓ 託児希望 <input type="checkbox"/>			実費でも受けたい方は○印を記入して下さい→ (参考)実費負担で受ける場合の料金→		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2,750円	1,100円

⇒ 受けたい健診の欄に○印を記入する

各検診の対象外であるが、実費負担で希望する場合○印を記入する。

★申し込みの注意事項

●専用申込書での申し込みを優先します。

電話では聞き間違いなどが生じるおそれがあるため、申込書で確認しています。協力をお願いします。

申込書は、本紙のほか、市保健係・りすた・各ふれあいサロンに置いています。

●申し込みが早くても、必ずしも早い時間帯になるとは限りません。希望の時間帯がある場合は申込書の通信欄にその旨を記入してください。(希望の時間に添えない場合もありますのでご了承ください。)

申込締切は、11月15日(火)必着です。

★申し込みされた方への問診票発送は、12月初旬頃の予定です。

★指定医療機関で受けられる健診もあります!

来年3月まで健診を受けることができます。12月13日(火)に実施する健診とは料金が異なります。

《 夕張市立診療所 》

健診の種類: 特定健診、後期高齢者健診

⇒申し込みは直接診療所へ ☎52-4339

健康増進法による健診、肺がん結核検診、大腸がん検診、子宮がん検診、エキノコックス症検診
肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診⇒市保健係へ連絡を ☎52-3106

《 岩見沢市立総合病院 》

健診の種類: 乳がん、子宮がん検診

⇒市保健係へ連絡を ☎52-3106

《 北海道対がん協会 札幌がん検診センター 》

健診の種類: 胃がん検診、肺がん結核検診、大腸がん検診、子宮がん検診、乳がん検診

⇒市保健係へ連絡を ☎52-3106

《 北海道結核予防会 札幌複十字総合健診センター 》

健診の種類: 胃がん検診、肺がん結核検診、大腸がん検診、子宮がん検診、乳がん検診

⇒市保健係へ連絡を ☎52-3106

問合せ先 市保健係 ☎52-3106

令和4年12月13日に各種健康診査を実施します!!

★実施日時 令和4年12月13日(火) 午前7:30から受付

★実施場所 りすた(南清水沢)

〈お知らせ〉

- 8.9月に実施した市内各地域での健診、市立診療所での健診、医療機関のデータまたは職場健診の健診結果を提出済みの方は受けられません。
- 昨年度より生活保護受給者の料金が無料になります。(エキノコックス症検診のみ有料)
受診を希望する方は、申し込みの際に「生活保護受給者証明書」を提出してください。
- 風しん抗体検査対象の方で、6月下旬に送付している無料クーポン券をお持ちの方は、会場で抗体検査が受けられます。希望の方は、市保健係に申し込みください。(☎52-3106)

★特定健診、後期高齢者健診などの健診

対象者は、①夕張市国民健康保険加入者 ②後期高齢者医療制度加入者 ③生活保護受給者です。

●被用者保険の被扶養者の特定健診も、同じ会場で受診できます。希望する方は直接、市保健係(☎52-3106)に申し込みください。【被用者保険:会社員など、雇用されている人が加入する保険】

健診名		検査内容	対象者	料金
特定健診など	特定健診	身体計測、血圧測定、医師診察、尿検査、血液検査、心電図	40歳以上の夕張市国民健康保険加入者 ※対象者には6月中に受診券を送付しています。	無料
		追加検査 申し込み不要	眼底検査	健診結果などから追加検査が必要と判断された方
	後期高齢者健診	身体計測、血圧測定、医師診察、尿検査、血液検査(11項目)	後期高齢者医療制度加入者	400円
	健康増進法による健診	身体計測、血圧測定、医師診察、尿検査、血液検査、心電図(74歳以下)	40歳以上の生活保護受給者 (令和5年3月31日現在の年齢)	無料

※眼底検査を希望する方は1,100円、後期高齢者健診で心電図検査を希望する方は1,430円で受診できます。(当日受付)

★健康保険の種類に関係なく受診できる検診

※12月の集団健診では子宮がん・乳がん検診は行いません。ご希望の方は指定医療機関で受診できますので、「★指定医療機関で受けられる健診もあります!」をご確認ください。

検診名	検査内容	対象者 ※健康保険の種類は関係ありません。	料金		
			課税世帯	非課税世帯または70歳以上の方	生活保護受給者
胃がん検診 ※1	胃バリウム検査	30歳以上 (バリウムでアレルギー反応のある方や腸閉塞の既往がある方はお控えください)	2,100円	300円	0円
肺がん・結核検診	胸部エックス線検査	30歳以上 (特に65歳以上の方は受けましょう)	700円	300円	0円
	喀たん検査(細胞診) ※2	胸部エックス線検査受診者で喫煙歴が長く、たんが出の方など	1,400円	300円	0円
大腸がん検診	便潜血検査	30歳以上	800円	300円	0円
エキノコックス症検診 ※2	血液検査 申し込み不要	小学3年生以上でエキノコックス症検診を5年以上受けていない方	1,210円	1,210円	1,210円
肝炎ウイルス検診	血液検査	40歳以上 (過去に本検診を受けていない方)	1,100円	300円	0円
		対象者以外で希望する方の料金は、実費負担2,750円となります。			
骨粗しょう症検診	超音波による骨密度検査	40歳・45歳・50歳・55歳 60歳・65歳・70歳の女性 (骨粗しょう症で治療中の方を除きます)	500円	300円	0円
		対象者以外で希望する方は、実費負担1,100円となります。71歳以上の方も、実費負担となります。			

※1 胃がん検診は、血圧が高いなどの場合に医師の判断で検診を受けられないことがあります。

※2 喀たん検査、エキノコックス症検診は検診当日の申し込みとなります。

年齢は、令和5年3月31日現在の年齢です



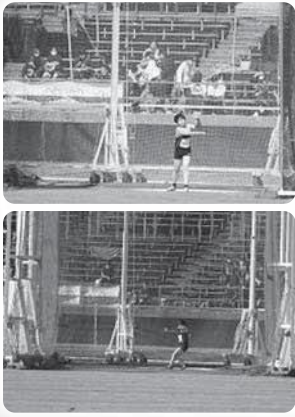
魅力ある高校づくりへの取り組み

問合せ先 夕張高校 ☎59-7808

第87回 札幌陸上競技選手権大会

9月10日(土)、11日(日)に本校陸上競技部5名が札幌市厚別公園競技場で開催された第87回札幌陸上競技選手権大会に出場しました。

- ・走り幅跳び
川岸 胤 輝(1年) 4m84
- ・やり投げ
川岸 胤 輝(1年) 30m43
- ・砲丸投げ
宇田川 樹(1年) 4m43
- ・円盤投げ
宇田川 樹(1年) 17m90
- 澤野 真 周(1年) 15m47
- 鈴木 綜一郎(1年) 21m43
- 三浦 寧 音(1年) 13m79
- ・ハンマー投げ
澤野 真 周(1年) 20m18
- 鈴木 綜一郎(1年) 22m84
- ※8位入賞
三浦 寧 音(1年) 22m18
- ※7位入賞



今回の経験を、今後の部活動に活かしてくれることを期待しています。

体育祭

9月17日(土)に体育祭が行われました。今年は文化スポーツセンターで、学年対抗球技種目と学年混合運動会種目に取り組みました。学年対抗の球技種目では、フットサル、バレーボール、バスケットボールを行い、総合優勝を競いました。学年混合の運動会種目では、全校生徒が赤、白、黄、緑の4組に分かれ、大玉転がし、借り人競争、リレーなどに励みました。各競技で汗を流し、戦い抜いた結果、学年対抗球技種目は3年A組、学年混合運動会種目は白組の総合優勝で閉幕しました。

体育祭前には地域の方より飲み物の差し入れをいただき、体調管理の一環として生徒に配布しました。また、夕張市教育委員会様にはスクールバスの特別便を手配いただき、ゆうばり小学校様からは大玉をお借りしました。保護者の皆様はもちろん、地域の方々にご協力いただき、無事成功させることができました。本当にありがとうございます。



北海道CLASSプロジェクト (3学年・総合実践)の 「そらち・デ・ビュー」掲載

8月30日(火)放課後、本校会議室にて就職専門学校進学コースの3学年17名による本校の総合実践の授業での商品開発の取り組みについて、北海道空知地域創生協議会が運営しているウェブサイト「そらち・デ・ビュー」のオンライン取材が行われました。

取材に応じた3学年二階堂すずかさんは、緊張しながらも質問に答え、商品開発の取組内容や感想などについて述べていました。

取材の内容、本校が実践する北海道CLASSプロジェクトの取組内容については9月22日(木)更新のそらち・デ・ビュー(<http://sorachi-de-view.com>)に掲載されていますので、ぜひご覧ください。



令和4年度 生徒会役員選挙・認証式

8月24日(水)の告示から始まり、9月14日(水)の候補者演説、21日(水)の投票を経て、10月3日(月)に生徒会役員認証式が行われました。

認証式では、校長先生から「生徒会執行部は生徒会活動を盛り上げるために力を注ぐが、その生徒会執行部を支えるのは夕張高校の全校生徒である」と新執行部と全校生徒に向けた励ましの挨拶のあと、生徒会執行部を代表して、新生徒会長から「挨拶がしっかりとできる夕張高校生を目標にし、全校生徒の学校生活をよりよいものにしていきたい」との決意表明と、生徒会に対する理解と協力が呼びかけられました。

なお、投票時に使用した投票箱と記載台は夕張市選挙管理委員会様にご協力いただき、実際の選挙で使用されているものをお借りいたしました。ありがとうございました。



みんなで盛り上がった体育祭! 実行委員長がその背景にあった思いを語ります

夕張高校
チャレンジ・モア・スピリッツ
第五十五号

今回のチャレンジモアスピリッツでは、令和4年9月17日(土)に開催された体育祭の実行委員長を務めた3年生の斉藤瑞希さんに話を伺いました!



3年A組
斉藤 瑞希さん
(体育祭実行委員長)

今年の体育祭は何にしたの?

- ④ 今年の体育祭は、どんな種目を行ったの?
球技部門と運動会部門に分けて開催しました。
- ④ 球技部門ではフットサル、バレーボール、バスケットボールを選びました。また、運動会競技では、大玉転がしや借り人競争、全員リレーなどを行いました。
- ④ 沢山種目があるんだね!どの競技が一番盛り上がったの?
全校リレーが一番盛り上がりました。体育祭の最後に実施したこともあって、全校生徒の一体感を感じました!
- ④ また、球技ではバレーボールが盛り上がりました。生徒全員が好きな競技ということもありましたけど、学年対抗で行うのが伝統となっていて、毎年盛り上がります!
- ④ すごく楽しそうだね!当日の生徒の様子はどうだった?
とても楽しんでいたと思います!1年生に盛り上げ上手の生徒が多いので、応援も大きな声で飛んでいて、迫力がありました!



④ 今年度は会場を高校ではなくて、文化スポーツセンターで行ったと聞いたけど、なんで変更したの?
文化スポーツセンターでの開催は今年度初めての試みです。理由としては、前回の体育祭終了後の生徒アンケートの中に文化スポーツセンターで実施してみてもどうかとの意見があったので、先生とも相談しながら、今年試験的に開催しました。広い体育館で競技を行うことができ、コロナ禍においても十分にスペースを取ることができ、安心して実施することができました。また、去年までは運動会競技を学校のグラウンドで行っていましたが、天候不良で体育館でできる競技に急遽変更しなければならぬなど運用上の課題もありました。初めから広い体育館であれば、ある程度の運動会競技を行うことができ、天候に左右されないなど、今年実践してみてメリットがとても大きいと思いました。

④ 文化スポーツセンターでの開催は大成功だったんだね!
文化スポーツセンターでの開催は今年度初めての試みです。理由としては、前回の体育祭終了後の生徒アンケートの中に文化スポーツセンターで実施してみてもどうかとの意見があったので、先生とも相談しながら、今年試験的に開催しました。広い体育館で競技を行うことができ、コロナ禍においても十分にスペースを取ることができ、安心して実施することができました。また、去年までは運動会競技を学校のグラウンドで行っていましたが、天候不良で体育館でできる競技に急遽変更しなければならぬなど運用上の課題もありました。初めから広い体育館であれば、ある程度の運動会競技を行うことができ、天候に左右されないなど、今年実践してみてもメリットがとても大きいと思いました。

文化スポーツセンターでの開催

自分としての挑戦

④ 他に新しく実践してみたことはある?
自分として挑戦したことがあるんですけど、小学校の時から周りの先生からは「物静かでおとなしい」との印象を持たれていました。私は将来、声優になる目標があるんですけど、その夢をかなえるためには、少し今の性格を変えなければいけないと思いました。もともと自分から前に出ていける人になりたいと思っていました。開祭式の挨拶の時にあえてマイクを使わず大きな声で皆に呼びかけるように話してみました!

④ おとなしいことは悪いことではないと思うよ!でも自分の中の課題意識を変えるために行動できたのはすごいことだね!周りからの斉藤さんのイメージも変わったんじゃない?
いい意味で印象が変わったら良いと思います。面白いとか明るい人なんだなと思ってくれたら嬉しいです!

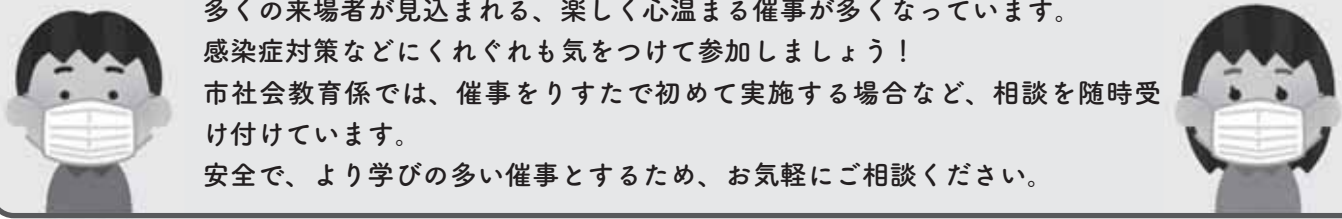
今月の一言

お忙しいところ、インタビューに答えてくれてありがとうございました!
「自分の殻を破る」というのは、とても勇気がいることですよね。でもそれができた時、大きな自信となって自分に返ってきます。これからもチャレンジを続けて将来の目標を達成できるように頑張ってください!
(記者:まきを)

キセキノクイズ

- ④ 〈問題〉
今回は日常から使える単語を勉強してみましょう!
- ④ Chilly (チリー)
さて、どう意味で使う単語でしょうか?
ヒント:今の季節、毎日使える言葉です!
- ④ ※ 答えは、次号でお知らせします。





多くの来場者が見込まれる、楽しく心温まる催事が多くなっています。
感染症対策などにくれぐれも気をつけて参加しましょう！
市社会教育係では、催事をりすたで初めて実施する場合など、相談を随時受け付けています。
安全で、より学びの多い催事とするため、お気軽にご相談ください。

第31回市民音楽の夕べ

グランドピアノをゆうばり文化スポーツセンターから一時的に移設し、開催します！

と き 12月3日(土) 開場 午後2時 開演 午後2時30分
と ころ 拠点複合施設りすた・多目的ホール
入 場 料 無料
出 演 夕張レコード愛好会/コール・リラ/コール・ポピー/
夕張市民吹奏楽団/リンデンコール
主 催 夕張音楽協会
問合せ先 ☎53-4011(三浦)



ゆうばり文化スポーツセンターからのお知らせ

第24回ゆうばり芸能特選

数年ぶりの開催です。日本の伝統芸能をお楽しみください！

と き 11月6日(日) 開場 午前10時 開演 午前11時
と ころ ゆうばり文化スポーツセンター メインアリーナ
入 場 料 無料
出 演 五條会/琴楽会/観峯振興会/若梅 吉樹会/
夕張歌謡連合会/岳風会
主 催 夕張市芸能協会

申込・問合せ先

入場される方は、下記連絡先に氏名と同伴人数を事前にお伝えください。

☎59-7111(佐藤)



拠点複合施設りすたからのお知らせ

りすた Challenge 協働事業 「ぱれっとふぁーむの大夕張資料展」

旧幌南中学校を利活用している一般社団法人ぱれっとふぁーむでは、2階の空き教室に「大夕張資料室」を設け、普段から地域の皆さんが観覧できるようにしています。今回はその資料をより広く皆さんに観ていただけるように、りすたで展示をします。特に、大夕張出身の画家・佐々木辰雄氏の作品を中心に展示します。ぜひご覧ください。

なお、展示した作品は、市内で貸し出しもいたしますので、お気軽にお問い合わせください。

と き	11月5日(土)~27日(日)午前9時~午後9時
と ころ	拠点複合施設りすた・待合交流スペース/ 展示ギャラリー
入 場 料	無料
語 り 部	大夕張の語り部が、会期中の数日間会場に在室し、展示の解説や懐かしい話をする予定です。お話ししたい方は、日にちを問合せください。
主 催	一般社団法人ぱれっとふぁーむ
共 催	夕張市教育委員会
問合せ先	市社会教育係 ☎57-7711



↑(左) 佐々木 辰雄「三菱鉱業所」(右) 大夕張資料室

★募集 展示期間中に公開してもよい大夕張の写真をご持参ください！
コピーして展示させていただきます。展覧会後には、資料室の資料として引き続き展示させていただきます。▶受付時間 平日午前9時~午後5時

第7回りすた市民学習講座 「ジブリを読み、演じてみよう！」

昨年りすた図書館の蔵書となった「風の谷のナウシカ」を中心に、日本のアニメーションと関連の深い本をピックアップし、味わいながらみんなで読みます。シーンを切り取り、寸劇にも挑戦します。完成した作品は、待合交流スペースで上映を予定しています。

と き	11月27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1・2
受 講 料	無料
申 込	不要
定 員	20名
主 催	夕張市教育委員会
問合せ先	市社会教育係 ☎57-7711



★事前告知 今年最後の市民学習講座は12月10日(土)の予定です。
昨年は毛糸で大きなクリスマスツリーをつくりました。
今年も、みんなで一つの作品を制作する予定です。お楽しみに！

ゆうばり国際交流広場 at りすた ～いろいろな文化を食べて!話して!知ろう!～

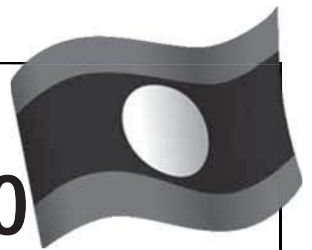


夕張で世界に触れよう!実は夕張にもグローバルな人達がたくさんいます!そんな方々に世界各国の食や文化を紹介してもらいます。開催時間内は出入り自由です。皆さんお気軽にお立ち寄り下さい!!(なお、日時や内容は変更になる場合があります。)

会場: 拠点複合施設りすた キッチンスペース
入場: 無料

☆ラオスDAY☆

11月20日(日) 13:00~16:00



ラオスって
どんな国?

ラオスって
どこにあるの?



ラオス歴15年のベテラン
夕張市在住の菅原光洋さん



サバイディ!(ラオス語で「こんにちは」)
みんなが知らない「ラオス」の
魅力を僕がお教えします!



- ラオスを食べる!~ラオス試食メニュー~
『ジェウ、もち米』
- ラオス語講座



☆中国DAY☆ 12月11日(日) 13:00~16:00



☆カナダDAY☆ 1月22日(日) 13:00~16:00

主催: ゆうばり国際交流広場実行委員会 共催: 夕張市教育委員会
問合せ先: 市社会教育係 ☎57-7711
<この事業はりすたChallenge協働事業の助成を受けています。>

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。今月は男女のお悩み、「冷え性」について紹介します。

“寒暖差に注意”【風邪をひかない生活習慣にしましょう】

■気温の変化にウイルスの流行

皆さん11月になりましたね。だんだんと気温も下がってきて、今年もインフルエンザや感染症に気を付けなければならない時期が迫ってきていますね。風邪をひかないように油断せず毎日頑張りましょう。今月は今までとは違って、皆さんの疑問に思っていることについて紹介していきたいと思います。

■冷え性

実は冷え性の方は男性で4割、女性では8割以上もいます。私は男性ですが冷え性です。1年を通して手が温かい日はあまりないと思います。お休みの日は午前にはサウナに行って、午後はジムやストレッチ専門店に行って身体をほぐしてもらっています。これから冷え性の原因や改善方法を細かくお伝えしていきます。

■冷え性の原因

その1 筋肉量が少ない

特に女性は男性に比べて筋肉量が圧倒的に少ないため身体が冷えやすくなり、手、足が冷えてしまいます。

その2 ストレス

仕事や家事だけでなく、夏や冬の室内と外気温との激しい温度差により、自分自身が感じていなくても身体はストレスを感じています。

その3 生活習慣

昼夜逆転や朝食抜き、食事の時間がバラバラなど、生活習慣が乱れると自律神経のバランスが崩れ、体温調節機能に影響が出て冷え性につながります。

また、ファッション性が優先され寒い日でも薄着でいるのも冷え性の原因です。

■冷え性の改善方法

その1 生活リズムを見直そう

食事は朝食を抜かず3食決まった時間に食べるようにしましょう。冷たい食べ物や飲み物は避け温かいスープや味噌汁にしましょう。

その2 筋肉をつけましょう

身体を鍛えて筋肉量を増やすことは冷え性改善につながります。身体の中で一番大きな筋肉は「太もも」。私のオススメはスクワットです。また、ウォーキングなどの有酸素運動も効果的です。

その3 入浴で身体を温める

冷え性を改善するためには、夏場でも40～42度のお湯に肩までしっかりつかりましょう。時間は大体5分程度の短時間でしっかりと温めて全身に血流を促しましょう。

☆11月の活動日程

《ボクシングクラブ》

日時 11月1・8・15・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)

《ピンポンバドミニバレークラブ》

日時 11月2・9・16・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)

《文スポ楽々運動教室》

日時 11月10・17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 11月10・17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)

《ランニング&ノルディックウォーキングクラブ》

日時 11月10・17日(木)
ランニング:18:15～19:30
ウォーキング: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 11月12・19・26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

みんな

令和4年11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47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😊

朝晩冷え込み、木々も色づく今月は、荷物整理、季節ごとの窓ふきなどの単発の依頼や定期的なお手伝いの利用も増え、元気に活動中です。季節の変わり目の作業もできる範囲でお手伝いいたします。有償ボランティアの利用方法や作業内容などのご相談についてお問い合わせください。



本町末広・鹿の谷 地域サロン「えがお」

9/29(木) 本町末広・鹿の谷の地域サロン「えがお」が開催されました。今回は豊生会から専門職の方をお招きして、筋肉量測定と簡単な体操を行いました。専用の機械などを使って、自分の体の状態について測定し、今後気を付けたほうが良いことなどをアドバイスしていただきました。また、椅子に座ってできる手足の体操や脳トレを兼ねた体操の他、楽しみながらできるレクリエーションもしていただきました。



スマートフォン講習会

9/12(月)りすたにて、南空知圏域ICTインフラ部会主催、夕張市協力による60歳以上対象のスマートフォン講習会が開催されました。スマホの貸し出しもあり、Wi-Fiの使い方から電源のオン・オフ、電話のかけ方やカメラの使い方など丁寧に説明がありました。質問や相談も個別に対応があり、時間が足りなくなるほどでした。各回とも定員を上回る申し込みがあり、大好評にて講習会を終えました。



認知症予防 🍊 オレンジカフェ☕

9/30(金)りすたにて「お話ししましょ。」オレンジの会主催のオレンジカフェが開催されました。夕張の懐かしい写真の配布が毎回楽しみになっています。今回は歴史村のローズガーデンでした。みなさん思い出せますか？椅子に座っての脳トレも兼ねた全身体操は、うまくいかずクスクス笑い声が聞こえる動きの数々でした。法則クイズは皆さんかなり考え、答えが出てスッキリしました。



マイナポイントの対象となるカード申請期限の延長について

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が、12月末まで延長になりました。

①ポイント申込期限、②カードの新規取得などに対するポイントのチャージ・お買い物期限、③健康保険証利用申込期限、④公金受取口座登録の期限は、従来のおり「令和5年2月末まで」と変更ありません。

ただし、マイナポイント第2弾に登録しているキャッシュレス決済事業者によっては、令和5年2月末よりも前に、期限を定めているものもあるため、総務省の「マイナポイント事業ホームページ」内のリンク先から閲覧できるキャッシュレス決済事業者のホームページを確認してください。

※参考「対象となるキャッシュレス決済サービス検索」



カードの申請から交付までに一定期間が必要になりますので、早めにカード申請をしてください。

問合せ先 市市民係

☎52-3104

対象者	ポイント付与数	付与方式	ポイントの申込期間	ポイント対象となるカード申請期限
①マイナンバーカード新規取得者など ※マイナンバーカードの既取得者のうち、マイナポイント第1弾の未申込者を含む。	最大 5,000円相当	20,000円のチャージまたは買い物に対し、最大5,000円相当のポイント付与	令和4年1月 ～ 令和5年2月末	令和4年12月末
②健康保険証利用申込	7,500円相当	直接付与方式 (ポイントで付与。チャージまたは買い物は不要)	令和4年6月30日 ～	
③公金受取口座登録	7,500円相当		令和5年2月末	

ファイナンシャルプランナーによる家計の無料相談会

市では家計生活相談の専門家であるファイナンシャルプランナー(FP)による相談会を毎月1回実施しています。

相談は無料です。日々の家計管理や住宅ローン、保険の見直しや年金、相続・遺言に関するさまざまな悩みをお気軽に相談してください。

クレジットや消費者金融などの返済のために家計が成り立たなくなると、どう解決したらよいかわからないときも、一人で悩まずこの機会にぜひ相談してください。

※事前予約の方が優先です。
※高齢者や身体の不自由な方などには訪問相談も実施しています。

とき

当面の日程

令和4年11月9日(水)

12月14日(水)

令和5年1月11日(水)

2月8日(水)

3月8日(水)

午後1時～午後5時

ところ 拠点複合施設1号館

問合せ先 市収納係

☎52-3129

令和4年度夕張市冬期生活特別支援金について

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4年10月1日から
令和4年12月30日まで

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ご持参ください。

※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

11月30日(いいみらい)は「年金の日」です!!

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」などを活用しながら、高齢期の生活設計に思いをめぐらしていただく日」として、11月30日(いいみらい)を、「年金の日」としました。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか?

「ねんきんネット」を利用すると、いつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

詳しくは日本年金機構のホームページまたは、岩見沢年金事務所にお問い合わせください。

問合せ先 岩見沢年金事務所

☎0126-38-8001

令和4年市営住宅
第3回一般公募

入居資格

政令で定める収入の基準を満たす方、地方税を滞納していない方、住宅に困っている方など。

募集枠	種別	地区	住棟	間取	階情報	戸数
一般世帯枠 住宅に困っている方対象	改良	本町	栄	3LDK	1階	1
	改良	本町	栄	2LDK	5階	1
	公営	平和	夢5	3LDK	1階	1
	公営	平和	夢5	2LDK	2・3階	2
単身世帯枠※2	道営	宮前	光B	2DK	2階	1
東日本大震災避難者世帯枠※4	公営	平和	夢3	2LDK	3階	1

また、すでに市・道営住宅に入居している方、お風呂がない方や世帯構成員が増減した方など特別な事情があり、住替えの条件を満たす方。
応募期間

- ※1) 募集住戸および募集枠については変更する場合があります。
- ※2) 単身世帯枠に申し込みをお考えの方は2人以上世帯での申し込みはできません。
- ※3) 公営住宅を希望する単身世帯の方については、応募する住戸の面積によっては、1割増家賃になります。
- ※4) 夕張市内の民間賃貸住宅に入居している避難者世帯が対象となります。

11月1日(火)～11月10日(木)
午前9時～午後5時30分(土日祝を除く)
申込方法 本人が市役所3階建築住宅係、夕張市営住宅管理センターまたは南支所に、関係書類(申込用紙、印鑑、入居者全員分の住民票と収入証明など)をお持ちください。申込用紙は各窓口、市ホームページに掲載しています。
持参することが困難な場合は、郵送による提出も受け付けします。(※11月10日必着)
その他 応募者が複数となった場合は抽選(11月11日予定)にて決定します。当選者は、入居資格審査を受けていただきます。
問合せ先 夕張市営住宅管理センター
市建築住宅係 ☎52-3119
除雪会員の募集について 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、協力をお願いします。
作業内容 作業場所 おおむね15cm以上の降雪があった場合の除雪

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 随時受け付けています
申込問合せ先 夕張市シルバー人材センター ☎59-7722
「ゆるりラ講座 (りすた第2クール)」開催のお知らせ
足・腰、認知機能などが衰えはじめたと感じている、高齢者の方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。
会場・日程は下記のとおりです。なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため定員がありますので、必ず事前に電話で申し込みください。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 マスク着用、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

場所	実施日	開催時間	申込締切	交通
りすた (定員40名)	11月30日(水)	午後1:30～3:00 (受付:午後1:00～)	11月25日(金)	夕鉄バス 石炭博物館発「りすた」 12:04 着 新夕張駅前発 12:01 着 ※詳しくは夕鉄バス時刻表をご覧ください。
	12月7日(水)			
	12月14日(水)			
	12月21日(水)			
	12月28日(水)			

11月は児童虐待防止
推進月間です

体罰が許されないものであることが法定化されています。

◆体罰などによらない子育てのための工夫ポイント

・子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう

自分の気持ちや考えを受け止めてもらえたという体験によって、子どもは気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。

・「言つことを聞かない」にもいろいろあります

気を引きたい、言われていることを理解できていない、体調が悪いなど、様々な理由があります。「嫌だ」という気持ちを持つこと自体

はいけないことではありません。子どもの成長・発達によっても異なることがあります

年齢や成長・発達の状況によって、できることとできないことがあります。それぞれの子どもによつて成長・発達の状況にも差があることを理解しましょう。

・子どもの状況に応じて、身の周りの環境を整えてみましょう
危ないものに触れないようにするなど、「触つちゃダメ」と叱らず、より良い環境づくりを心がけましょう。

・注意の方向を変えたり、やる気に働きかけてみましょう
子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいこともあります。待つことで気持ちや行動が変

化するかもしれません。家から出て散歩をするなど、場面を切り替えることで注意の方向を変えてみても良いでしょう。

・肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に

「ここでは歩いてね」など、肯定文で何をすべきかを具体的に伝えると、子どもにも伝わりやすくなります。「一緒におもちゃを片付けよう」と共に行うことで、やり方を示したり、教えたりすることもできます。

・良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

良い態度や行動を褒めることは嬉しいだけでなく、自己肯定感を育むことにもなります。何が良いのか具体的に褒めると、子どもに伝わりやすくなります。

◆虐待(疑いを含む)を発見した場合、次の問合せ先への通告にご協力をお願いします

問合せ先
市生活福祉係 ☎52-1059
岩見沢児童相談所

☎0126-22-1119
児童相談所全国共通ダイヤル

☎189

女性に対する暴力を
なくす運動について

毎年11月12日から11月25日までの2週間は「女性に対する暴力をなくす運動」の実施期間です。

夫・パートナーからの暴力、性犯罪、売買春、セクシャルハラスメント、ストーカー行為など女性に対する暴力は女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で、克服すべき重要な課題です。内閣府男女共同参画推進本部では、社会の意識啓発など、女性に対する暴力の問題に関する取り組みを二層強化することとしています。

DV相談+プラスについて
新型コロナウイルス感染症に伴う生活不安ストレスなどから、DVの増加・深刻化が懸念されています。

これを受け、24時間対応の電話相談、SNSや電子メールを活用した相談、外国語による相談などを実施しています。

「これってDVかな?」「今すぐパートナーから逃げたいけどどうすればいいの?」「子どもたちのことも心配」など、どんな相談もDV相談支援センターなどに気軽に連絡ください。

相談先
DV相談ナビ短縮ダイヤル

24時間電話受付
☎0120-279-889
SNSメール外国語相談
<https://soundandplus.jp/>
からアクセス

問合せ先 市生活福祉係
☎52-1059

全国一斉「女性の権利強化週間のお知らせ」
ホットライン

夫・パートナーからの暴力、ストーカーなど、女性の権利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時間を延長して相談に応じます。相談は無料です。

とき
11月18日(金)~24日(木)
平日 午前8時30分~午後7時
土日 午前10時~午後5時
専用相談電話
☎0570-070-810
(全国共通ナビダイヤル)

それは、親子の未来を守る連絡

たえ勘違いだったとしても。
「あの親子、大丈夫かな」と思ったら、迷わずご連絡ください。

児童相談所 虐待対応ダイヤル
☎189

いち はやく 児童相談所

●通話料無料 ●匿名でも大丈夫です
●お住まいの地域の児童相談所につながります
●緊急情報は最優先です

厚生労働省 子どもの権利 子どもの権利条約 <http://www.mhlw.go.jp/189-ichiyaku/>

**厚生労働大臣の
指定する職業訓練
指導員講習(48時間講習)
受講者募集について**

受講資格

技能検定試験の1級および単
等級の合格者ほか

受付期間

11月28日から12月9日まで

実施予定地

札幌市、旭川市ほ
か

実施時期

令和5年1月上旬か
ら2月下旬のうち、定められた7
日間48時間

受講料

2万4200円

**※受講手数料、テキスト代、消費税
税込**

定員

全道で約100名程度予定

※希望者が多い場合は、訓練業務
につく方を優先します。

その他

新型コロナウイルス感染拡大防
止の観点より、例年と受付方法が
異なりますので、詳細は空知地方
技能訓練協会まで問い合わせく
ださい。

申込・問合せ先

空知地方技能訓練協会

滝川市流通団地3丁目6番地23
号 スキルアップセンター空知内

☎0125-24-1880

FAX 0125-23-5261

**各種事業者に対する
補助・給付金のお知らせ**

(1) 資格取得支援事業補助金

夕張市内の産業振興を促進
し、地域人材の安定した就労支援
および夕張市への定住を促進する
ため、専門技術などの市が指定す
る資格を取得した際にかかる経
費の一部を補助します。

対象者

令和4年度中に、市が指
定する資格の取得のため試験や
講習を受け、資格を取得した方

給付額

受験料や登録料など資
格を取得した際にかかる費用に対
し、1人につき最大10万円を補助

**(2) 商品開発・販路拡大等支援事
業補助金**

コロナ禍などの影響を受けた市
内経済の回復を目的に、新商品開
発、商品改良、販路拡大に取り組
む市内事業者の方々に対し、経費
の一部を補助します。

対象者

新商品開発・商品改良、
販路拡大に取り組む市内事業者
の方

給付額

「新商品開発・商品改
良」「販路拡大」の取り組みに対
し、それぞれ最大50万円を補助
(双方の取り組みを行う場合は、
最大100万円まで補助)

申請期限

令和4年12月30日

(3) 雇用対策等支援事業補助金

コロナ禍などの影響により事業

縮小を余儀なくされた市内事業
者が、労働者の雇用維持または人
材確保をするために要した経費
の一部を補助します。

対象者

労働者の雇用維持また
は人材確保に取り組む市内事業
者の方

給付額

「雇用維持」「人材確
保」の取り組みに対し、それぞれ
最大30万円を補助(双方の取り
組みを行う場合は、最大50万円
まで補助)

申請期限

令和4年12月30日

その他

(1)~(3)の詳細は、市ホームページ
または市商工観光係(市役所4階
40番窓口)で配布している補助金
交付要綱を確認ください。

申請問合せ先

市商工観光係

☎52-3128

**(4) 自動車運送事業者経営等支援
給付金**

コロナ禍において原油価格物価
高騰に直面する市内自動車運送
事業者に対し、事業の継続を支援
するため、給付金を交付します。

対象者

令和4年10月1日時点
で市内に事業の本拠を置き、道路
運送法貨物自動車運送事業法
で規定する次の中小企業者

給付要件

○一般旅客・特定旅客・一般貨物・特
定貨物自動車運送事業のいずれ
かの経営許可を受けている事業者

給付額

○貨物軽自動車運送事業の経営
の届出をした事業者

○1事業者につき10万円を給付

○次の事業用車両の台数に応じ
て追加

・道路交通法で定める大型・中型
自動車 1台につき5万円
・それ以外の自動車
1台につき3万円
(市が貸与している市所有の車両
を除く)



②今後も加温設備を有する施設
でメロンの生産を継続する意欲が
あること

③市税などを滞納していないこと

④暴力団または暴力団員など
でないこと

⑤法令や公序良俗に反していない
こと

⑥本給付金を受給したことがな
いこと

給付額 1販売農家等につき10
万円(1回限り)

申請期限 令和4年11月30日

その他 申請書は市農林係また
は市ホームページから入手できま
す。

申請問合せ先 市農林係

☎52-3124



**空知管内地方税合同
公売会開催のお知らせ**

空知総合振興局および空知管内の市町が差し押さえた財産の合同公売会を開催します。
参加には、印鑑(法人は代表者印)・身分証明書・委任状(代理入札の場合)・買受代金(現金)が必要です。
2年ぶりの開催となりますので、ぜひお越しください。

日時 令和4年12月4日(日)
正午～午後1時

場所 空知総合振興局4階講堂
(岩見沢市8条西5丁目)

問合せ先 空知総合振興局納税課

☎0126-20-0055
市収納係 ☎52-3129

人権擁護委員の委嘱

4人の人権擁護委員のうち、2人が9月末で任期満了となりましたが、法務大臣から委嘱され再任となりました。

人権擁護委員は、地域の相談パートナーです。相談は無料で秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

人権擁護委員の紹介
・矢野雅昭(常盤)
・平村美千子(南清水沢)

・中井法史(紅葉山)(再任)
・清野敦子(南清水沢)(再任)
全国共通人権相談ダイヤル
・みんなの人権110番

☎0570-0003-110
子どもの人権110番
☎0120-0007-110
女性の権利ホットライン
☎0570-070-110

※最寄りの法務局の人権相談所につながります。
問合せ先 市市民係
☎52-3104

地雷撤去のため書き損じハガキを集めています

カンボジアの地雷被害を無くすため、書き損じハガキなどを集めて換金し、地雷撤去団体へ寄付しています。

ハガキ2〜3枚で1mの地雷撤去費用になります。

対象品 書き損じ未使用ハガキ、未使用切手、未使用テレカ、Q.U.Oカードなど

期限 令和5年3月31日必着
送付先 〒814-0002

福岡市早良区西新1-7-10-702
(財)カンボジア地雷撤去キャンペーン宛
☎092-833-7575

後援 夕張市教育委員会

**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 11月2日 午前10時
11月16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〉
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

**11月13日から22日は
冬の交通安全運動**

◆セーフティコールゆうばり
とき 11月11日午後1時30分
ところ ゆうばり文化スポーツセンター前
(荒天時は中止します)

初冬期は、路面状況の変化によって滑りやすくなります。早目の冬タイヤ交換と冬型の運転への切り替えをお願いします。

スリップ事故防止のため、スピードダウンで安全運転を呼びかける冬の交通安全運動を行います。終了後千代田三差路で街頭啓発を実施します。ご協力をお願いします。

問合せ先 交通安全対策本部事務局(南支所) ☎59-6111



「みんなでつくる夕張の記憶ミュージアム」

Episode 52

「鹿島明石町」 三菱大夕張鉄道保存会所蔵、1963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)

まちがど フケツチ

初の文スポ開催 夕張高校体育祭

9/17(土)、文化スポーツセンターで、夕張高校の体育祭が行われました。

学年対抗の球技と、学年混合の運動会種目、計8つの種目で勝敗を競い合いました。ユニークなお題に沿って当てはまる人を探す借り人競争や、全員が全力を振り絞ったリレーなどバラエティに富んだ体育祭でした。

また、最後には引退する3年生の生徒会メンバーに対し感謝の言葉や記念品が贈られ、次の世代にバトンが渡されました。



早まる日没や飛び出しに注意! セーフティコールゆうばり

9/21(水)、秋の交通安全運動の一環として、清水沢駅前広場でセーフティコールが行われ、市長、栗山警察署長、市議会議員などのほか、交通安全協会員など57名が参加しました。市長や署長からは、最近起きた事故を例にあげ、早めのライト点灯など交通意識を高めていくようあいさつがありました。

その後、清水沢1丁目国道452号線の三差路で交通安全旗を掲げ、一般ドライバーに啓発を行いました。



みんなのいいところは…

人権教室(地域参観日)

9/27(火)、ゆうばり小学校体育館で、1・2年生を対象に人権教室が開かれました。

「お互いを認め合い、思いやりの心を育てること」を目的として開催され、会場で上映された動画作品を通じてお互いの違いを認め合うことを学んだのち、子どもたちが思う「友だちのいいところ」を発表し、それぞれの個性を認め合うことを実践していました。



4年間のあゆみ

夕張市議会報告会

10/3(月)～5(水)の夜間に、紅葉山会館、りすた、文化スポーツセンターで、議会報告会が開催されました。

市議から、用語の説明を交えながら、令和元年度からこれまでの市議会の活動について報告を行いました。

参加した市民からは、財政再生団体脱却後の展望、立地企業を巡る状況、農業地域のネット回線、議員報酬の削減状況などについて質問が行われ、意見を交換しました。



ゆかりのある皆様から

明治安田生命保険相互会社への 感謝状贈呈式

10/12(水)、明治安田生命保険相互会社から夕張市へ行われた寄付に対し、市長から感謝状が贈呈されました。

寄付は、地域の暮らし・健康を豊かにするための取り組みとして、令和2年から引き続き行われています。会社として行う寄附のほか、夕張にゆかりのある従業員の皆様が個人として行った寄附も含まれています。



令和4年度
防火標語の決定について

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、146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6年生、青山心優さんの作品『火の用心 家族を守る 第一歩』が最優秀賞に選ばれました。

この標語は、令和4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

6年 青山心優さん

『火の用心 家族を守る 第一歩』

優秀賞

5年 鈴木稟乃さん

『あぶないよ ライターマッチ さをつけて』

4年 渡邊陽香さん

『まわり見て 防火の大切 守ろうね』

3年 小島篤人さん

『火のようじん ぜつたいしないよ 火遊びは』

特別賞

2年 下村武蔵さん

『ふせごうね 火はおもいたすより 目でかくにん』

1年 柳沼美央里さん

『はなびを おわったあとは みずにつける』

問合せ先 市消防本部予防係
☎53-4121

栗山警察署からの
お知らせ

性犯罪被害相談電話「#8103 (ハートさん)」

わいせつ被害で悩んでいる方、家族知人が被害に遭い悩んでいる方、「相談したいけど、警察署には行きづらい」と迷っている方。

まずは、24時間対応の性犯罪被害相談電話「#8103(ハートさん)」にお電話ください。

犯罪被害に遭われた方への理解

犯罪被害者の方々は、被害後も様々な問題を抱えながら、1人で苦しんでいることが少なくありません。

このような被害者の現状を理解し、1日でも早く被害者が問題を克服できるように寄り添い、社会全体で被害者を支えていくことができる支援の輪を広げていきましょう。

被害者などのための各種相談窓口の積極的利用

警察では、事件や事故の被害に遭われた方や家庭内暴力、ストーカー、お子さんのいじめ問題で悩んでいる方などの相談を受け付けています。

警察相談電話

・性犯罪相談110番

☎#8103(ハートさん)

※繋がらない場合は

☎0120-756-310

・少年相談110番

☎0120-677-110

・暴力団相談電話

☎011-222-0200

・道警相談センター

☎#9110

民間被害者相談電話

・北海道被害者相談室(札幌)

☎011-232-8740

・性暴力被害者支援センター北海道(SACRACH)

☎050-3786-0799

問合せ先 栗山警察署

☎0123-72-0110

こじか保育園 園児募集

こじか保育園では、自然と親しむ里山保育を行っています。夕張豊生会ホームページ・フェイスブックにて保育の様子がご覧いただけます。

平日は園庭開放実施中ですので、自由に遊びに来てください。

見学・一時預かり希望の場合はご連絡ください。



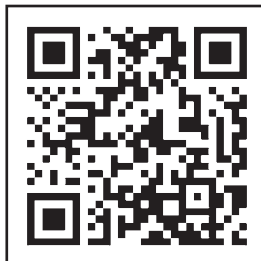
募集内容

年齢 0～5歳児
人数 若干名(定員10名)

連絡・問合せ先

住所 夕張市鹿の谷2丁目13番地こじか保育園
TEL・FAX 57-7660
メールアドレス kojikahoikuen00@gmail.com

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

12月1日に配布します。次号、広報ゆうばり12月号は、

令和4年10月1日 現在

人口 6,830人(-40人)
男 3,183人(-20人)
女 3,647人(-20人)

世帯数 4,111世帯(-22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。