



11月

生きがいのある生活をめざす自ら学ぶ人

〔鹿部町教育目標〕

2023

No. 627号

3月号

しかべ幼稚園

まめまきかい



4月9日 投開票日

北海道知事選挙・北海道議会議員選挙

任期満了に伴う、北海道知事選挙が令和5年3月23日（木）、北海道議会議員選挙が令和5年3月31日（金）にそれぞれ告示され、両選挙とも令和5年4月9日（日）に執行されます。投票時間は午前7時から午後8時まで、開票は午後9時からです。

北海道の明日を築くための大切な一票です。あなたの意見を投票しましょう。

投票できる人は？

知事・道議選挙共通

- 従来から選挙人名簿に登録されている方
- 平成17年4月10日以前に生まれた方

知事選挙

- 令和4年12月22日までに鹿部町に転入の届出をし、引き続き住所を有している方

道議選挙

- 令和4年12月30日までに鹿部町に転入の届出をし、引き続き住所を有している方

《注意》令和4年12月31日以降、道内市町村から鹿部町に転入された方は、前住所での投票となります。

投票はどこですか？

令和5年3月22日（水）から入場券が各世帯に順次郵送される予定ですので、投票日当日は入場券を持って、記載されている場所で投票してください。

また、自宅から投票所までの移動が困難な高齢者や障がい者には、鹿部町選挙管理委員会職員による移動支援を実施しますので、鹿部町選挙管理委員会へ気軽にご相談ください。

投票所の場所は？

- 第1投票区 字大岩全域および字鹿部の一部
鹿部町役場庁舎（字鹿部252番地1）
- 第2投票区 第1投票区以外の字鹿部
鹿部会館（字鹿部112番地20）
- 第3投票区 字宮浜全域（駒見を含む）
鹿部中央公民館（字宮浜311番地2）
- 第4投票区 第5投票区以外の字本別
本別中央会館（字本別224番地1）
- 第5投票区 出来潤、大和ハウス分譲地内
出来潤会館（字本別540番地7）

投票所の感染症対策は？

各投票所では、次の新型コロナウイルス感染症対策を実施しますので、安心して投票所にお越しください。また、投票所で実施する感染症対策へのご協力もお願いします。

- 投票所内での3密の回避
- 出入口への消毒用アルコールの設置
- 投票所内でのマスクの着用
- 記載台や鉛筆の消毒作業の実施
- 飛沫防止パーティションの設置
- 事務従事者の健康状態の把握
- 投票所内の定期的な換気 など

※ 発熱やせきなどの症状がある場合は、鹿部町選挙管理委員会に相談のうえ、投票所にお越しくださるようご協力をお願いします。



新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養等をしている場合は？

新型コロナウイルス感染症に感染し外出自粛をしている方のうち、無症状の方または有症状の場合で症状軽快※から24時間を経過した方は、自主的な感染予防行動を徹底することを前提に「必要最低限の外出」として、投票所において投票することができます。また、濃厚接触者の方も、投票所において投票することができます。

なお、次の事項に該当する方は、郵便等で投票することができます（特例郵便等投票）ので、投票を希望される方はお早めに投票用紙等をご請求ください。

※症状軽快とは…解熱剤を使用せずに解熱しており、呼吸器症状が改善傾向である状態

1 特例郵便等投票の対象となる方

- 医療機関を受診し陽性と判定された、医療機関から保健所に対しての「発生届」の対象者（65歳以上の方、入院を要する方、重症リスクがありかつ治療を要する方、妊娠している方）
- 北海道が運営する「陽性者登録センターまたは同登録窓口」に陽性者として登録された方

2 投票用紙等の請求先

請求先	鹿部町選挙管理委員会
請求期限	令和5年4月5日（水）午後5時まで（必着）
お問い合わせ	北海道選挙管理委員会事務局渡島支所 TEL：（0138）47-9426（平日8：45～17：30）



投票日に投票できない方は期日前投票・不在者投票を！

- 投票日当日に仕事、旅行、買い物などで投票できない方は、投票日の前に期日前投票ができます。手続きに印鑑は不要ですので、入場券を持参のうえ、役場内期日前投票所へお越しください。
- 長期の出張や旅行などにより、滞在先で不在者投票をする方は、鹿部町選挙管理委員会に投票用紙を請求し、郵送により投票用紙を受け取り、滞在先の選挙管理委員会で投票を行ってください。なお、不在者投票の手続きには、かなりの日数を要する場合がありますので、十分な日数の余裕をみてください。
- 病院などに入院されている方は、その施設で不在者投票をすることができます。不在者投票をする場合は、病院長（施設の長）に鹿部町選挙管理委員会へ投票用紙の請求をしてもらい、入院先の病院などで投票を行ってください（不在者投票のできる病院等はあらかじめ決められていますので、入院先の病院などに確認してください）。

〔期日前投票・不在者投票のできる期間〕

《知事選挙》3月24日（金）から4月8日（土）まで

《道議選挙》4月1日（土）から4月8日（土）まで

- ・投票時間 午前8時30分から午後8時まで ※土日でも投票できます
- ・場 所 役場庁舎1階会議室

▼お問い合わせは、鹿部町選挙管理委員会（7-2111）へ。



産業経済の発展に大きく貢献

北海道産業貢献賞（知事表彰）に吉康郎さん

長年にわたり商工会活動に尽力し、道内の産業経済の発展に多大な功績を残したとして、鹿部商工会会長の吉康郎さんが北海道産業貢献賞（知事表彰）を受賞しました。

吉さんは平成19年に同商工会の会長に就任。地域商工業が抱える課題解決のため、鹿部町や各関係機関との連携強化を図り、商工業活性化事業や地域振興事業に努めました。また、地元のみならず、道内の産業経済の発展にも貢献しました。

地域の福祉向上に尽力

全国民生委員児童委員連合会会長表彰に松川さんと佐藤さん

地域の福祉向上のため、長年にわたり民生委員児童委員として活躍した松川明弘さんと佐藤玲子さんが、全国民生委員児童委員連合会会長表彰を受賞しました。

松川さんは24年間の民生委員活動のうち、鹿部町民生児童委員協議会会長を15年務め、佐藤さんは21年間にわたり民生委員児童委員として尽力しています。



「タラスミ」が食品部門で優秀賞

北海道新技術・新製品開発賞

道内の中小企業などが開発した新規性・独自性の高い新技術や新製品を表彰する「北海道新技術・新製品開発賞」（北海道主催）の食品部門で、タラコを原料にした珍味「タラスミ」が優秀賞を受賞しました。



「タラスミ」は、タラコを低温で熟成乾燥させ、ボラの卵で作る「からすみ」風に仕上げた新たな珍味。町内でタラコ製造を手がける一印高田水産とイリエ船橋商店の2社が、大きすぎて規格外となった原卵を活用し、常温で持ち帰りができる土産品として開発しました。この取り組みが付加価値の向上に寄与したことが認められ、今回の受賞となりました。

高騰する電気代! なんとかしたい...

家電の見直して!

見積り無料 だから気軽に相談!

温水器を >>> エコキュートに

蓄熱暖房を >>> 暖房エアコンに

スタッフ募集 仕事内容:電気工事・家電販売等 電話またはHPからお問合せ下さい

節電 サポ

(株)ワタナベ電器 亀田郡七飯町 字大沼町817-4 ☎0138-67-2250

※ホームページからのお問合せもOKです! ワタナベ電器 大沼 🔍 検索

QRコード

（広告）

5個人1団体を表彰

令和4年度鹿部町教育委員会表彰式

令和4年度鹿部町教育委員会表彰式が1月23日、鹿部町役場で開かれました。

この表彰は本町の教育推進のために貢献し、実践活動に顕著な成績をあげた方や団体に贈られるもので、今年度は次の方々が受賞されました。



《学校教育表彰学校教育功績賞》

ひきの あゆ
挽野 愛由

全国漁業協同組合連合会が主催する第44回全国海の子絵画展の小学校の部で特別賞（農林中央金庫理事長賞）を受賞しました。

《学校教育表彰学校教育功績賞》

たけもと ひな
竹本 妃那

北海道が主催する第36回全道中学生の税をテーマとしたポスター募集で入選（北海道知事賞）に輝きました。



《学校教育表彰学校教育功績賞》

かわむら きなる
川村 生成

北海道信用漁業協同組合連合会が主催する令和4年度海の子作品展の作文部門で最優秀賞（北海道知事賞）を受賞しました。



《社会教育表彰勤労青少年優良賞》

きくらば ゆうか
櫻庭 祐香

渡島リハビリテーションセンター生活支援員として勤務し、上司、同僚はもとより施設利用者からも深く信頼されています。また、介護福祉士国家資格取得を目指して専門知識と介護技術等の向上に努め、他の職員の模範となっています。



《社会教育表彰スポーツ選手賞》

まつもと りんか
松本 凜花

第40回北海道小学生陸上競技大会の小学3年女子100m走で記録したタイムにより、全道1位の成績を収めました。

（新型コロナウイルス感染症の影響による小学3、4年生の全道大会の代替として、地区大会の記録で入賞者を決定する方式による）



《社会教育表彰スポーツ団体賞》

鹿部陸上スポーツ少年団

(かめもと しづく まつもと りんか かわべ りこ のば ゆめ まつもと るな)
（亀本 雫・松本 凜花・河辺 莉子・野場 結愛・松本 琉那）

第40回北海道小学生陸上競技大会の小学4年女子400mリレーで記録したタイムにより、全道3位の成績を収めました。

（新型コロナウイルス感染症の影響による小学3、4年生の全道大会の代替として、地区大会の記録で入賞者を決定する方式による）





4月からバスの運行内容が一部変更となります

令和5年4月から、路線バスの運行内容が一部変更になります。

■町内バス路線

○しかバス

- ・鹿部駅8時36分発の第6便が、JRの時刻変更に伴い、鹿部駅8時38分発に変更になります。
 - ・しかべ内科診療所を経由するルートに変更します。
- ※詳しくは、今月号の折込チラシをご確認ください。

■地域間バス路線

- 99・99A系統（南茅部～函館バスセンター）
- 大沼公園・鹿部線210系統

○鹿部海岸線223・225系統

- ・それぞれの系統の運行内容が一部変更になります。
- ※詳しくは、函館バス株式会社鹿部出張所にご確認いただくか、函館バスホームページまたは町公式ホームページをご確認ください。

▼お問い合わせ先

【しかバス】

役場企画振興課企画振興係（7-5297）

【その他のバス】

函館バス株式会社鹿部出張所（7-2044）

【JR】

JR北海道・大沼駅（0138-67-2152）

とんにちは保健師です。

今月の担当は、渡辺 愛華です。

季節の変わり目にご注意を

冬から春にかけての季節の変わり目は、日々の寒暖差が激しく気圧の変化も大きい時期であるため、体調不良を起こしやすくなります。加えて、この時期は、引っ越しや進学・進級など生活環境の変化が起きやすいことから、緊張や不安、ストレスを抱えやすい時期といえます。不安やストレスなども、体調不良を引き起こすきっかけとなるため、季節の変わり目は特に注意して体調管理をしましょう。

◎体調不良の原因は、自律神経の乱れかも？

自律神経は、体を活動的にする「交感神経」とリラックスさせる「副交感神経」からなり、この2つの神経がバランスをとって、体温などを調節しています。しかし、寒暖差や気圧変動が激しいと自律神経が過剰に働いてしまい、バランスが乱れ、体調不良につながります。また、不規則な生活やストレスも自律神経が乱れる要因となります。





◎現れやすい体調の変化

頭痛、腹痛、不安、イライラする、やる気が出ない、食欲が出ない、疲れやすい、不眠など



◎自律神経の働きを整えよう

・自律神経を整える栄養素を摂る。

栄養素	作用
ビタミンB群 	自律神経をコントロールし、働きを正常に維持します。 例) 豚肉、納豆、卵など
ビタミンC 	ストレスへの耐性を高めます。 例) パプリカ、キウイフルーツ、いちごなど
カルシウム 	交感神経の働きやイライラ・不安を抑制します。 例) 乳製品、小魚、小松菜など
トリプトファン 	精神を安定させる働きを持つセロトニンの材料となります。 例) バナナ、大豆製品、ナッツ類など

・睡眠をしっかりとする

スムーズで深い眠りを誘うためには、副交感神経が働き、心身をリラックスさせることが重要です。就寝前に目元や首元を40℃ くらいの蒸したタオルなどで温めると、睡眠の質も良くなり効果的です。

・朝日を浴びる

眠りを誘うホルモンであるメラトニンの分泌が止まり、脳が覚醒していきます。その後、セロトニンというホルモンが活性化され、日中の意欲的な活動を促します。

・毎日しっかり朝食をとる

朝食をとることで体が活動的になり、1日のリズムを作ることができます。生活リズムが整うと、自律神経の切り替わりがスムーズになります。

・湯船につかる

副交感神経が働き、自律神経のバランスが整います。38～40℃のお湯に10～20分間入浴すると効果的です。

・リラックスできる時間を作る

読書や音楽鑑賞、ストレッチなど、自分がリラックスできる行動を生活に取り入れ、ストレスを溜めないようにしましょう。



▼お問い合わせは、役場保健福祉課保健推進係（7-5291）へ。

ロコモティブシンドロームについて 健康長寿に向けてフレイル予防

いつまでも元気に活動し、家族や友人、地域の人とつながり、社会参加をしながら毎日を送るためには、「フレイル（虚弱）」を防ぐことが大切です。

今回は、ロコモ（ロコモティブシンドローム・運動器症候群）についてお知らせします。

ロコモって何？

ロコモとはロコモティブシンドローム（運動器症候群）の略です。骨や関節の病気、筋肉の低下、バランス能力の低下により、転倒・骨折しやすくなることで、「立つ」「歩く」「走る」「座る」などの移動に必要な能力の低下をきたした状態をいいます。

このロコモの状態から、介護が必要な状態になる危険性があるため注意が必要です。

いつまでも自分の足で歩き続けていくために、運動器を長持ちさせ、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが大切です。

～ロコチェック～

7つの項目のうち、1つでも該当すれば、ロコモの心配があります。該当を少なくするために、軽い運動や食生活など気をつけてみませんか。

- ①片足立ちで、靴下がはけない
- ②階段を上るのに手すりが必要である
- ③横断歩道を青信号で渡りきれない

- ④15分くらい続けて歩けない
- ⑤家の中でつまずいたり、すべったりする
- ⑥家の中でのやや重い仕事が困難である（掃除機の使用など）
- ⑦2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である（1Lの牛乳パック2本程度）

～運動と食事でロコモ予防～

ロコモを予防するには、からだを動かして運動器に適度な刺激を与えること、タンパク質をしっかりと摂取し低栄養を防ぐこと、関節に負担をかける肥満を予防することが大切です。身体の状態を少しでも改善するための運動を「ロコトレ」と言います。ロコトレには、片足立ちや、スクワット運動があります。ぜひロコトレにチャレンジしてみましょう。今回は、片足立ちについて紹介します。

〈片足立ち〉

バランス能力を高めます。転ばないように必ずつかまる物がある場所で行いましょう。床につかない程度に片足をあげます。左右1分間で、1日3回を目指しましょう。

▼お問い合わせは、役場保健福祉課保健推進係（7-5291）へ。

☆たいへんよくがんばりました☆

1月20日に行われた3歳児健診で、次のお子さんはむし歯が1本もありませんでした。

これからも歯みがきをがんばって、むし歯をつくらないようにしましょう。

字本別 中村 奈^な瑚^こ ちゃん
(保護者 和喜 さん)



栄養だより

～健康料理教室（高血圧予防編）を開催します～

町では、皆さんの健康づくりのサポートを目的に「健康料理教室」を実施しています。

今回は「おいしく減塩」をテーマに、高血圧予防に関するミニ講話と調理実習を実施します。減塩のための調理法や食材について学んでみませんか。

また、今回は料理教室にご参加いただいた方に、1日に摂取した塩分量が10g（日本人の平均摂取量）を超えているか尿でチェックできる検査キットをお送りします。ぜひこの機会に普段見えにくい塩分量をチェックしてみませんか？皆さんのご参加をお待ちしています（申込期限：令和5年3月9日まで）。

1 日時

令和5年3月16日（木）
午前10時30分～正午

2 場所

中央公民館 調理室

3 対象

血圧が高めまたは高血圧を予防したい町民の方（定員16名）

4 内容

テーマ「おいしく減塩」

メニュー

- ・鶏肉と大豆のトマト煮
- ・小松菜としめじのカレー炒め
- ・かぼちゃサラダ

※内容は変更となる場合があります。

また、新型コロナウイルス感染症対策として、試食は実施せず、お弁当にして持ち帰りいたしますのでご了承ください。

5 持ち物

エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物、上履き

※新型コロナウイルス感染症対策のため、教室中のマスク着用、咳エチケット、アルコールでの手指消毒をお願いします。

6 参加料 300円

▼お問い合わせは、役場保健福祉課保健推進係（7-5291）へ。

地域おこし協力隊通信

「コミュニティカフェ担当」

山田 和恵 隊員

昨年6月から協力隊の活動を始め、町民の方々が世代間無く集まれる場所を作る事を目標にして参りました。

当初は何をしていいのか分からず、宮浜児童館に居ても訪ねてくれる人も無く、これで良いのかと随分悩みました。

“いこいの湯”で出会う方々に町の話の聞いたりしている中でいろいろとヒントになることがあり、その後のイベント開催に繋がりました。

町内の商店等にチラシを貼っていただいたり、鹿部町の話をお話していただいたり、町主催のイベント等ではできるだけ参加することで町の方と出会うきっかけになりました。

9ヶ月が過ぎましたが、もう9ヶ月なのかまだ9ヶ月なのか、早くも、遅くも感じます。

個人的には函館のクラシックバレエの教室に通い大きな発表会にも参加させてもらい、初めて芸術ホールの舞台に立ちました（シニアバレエは体型よりもやる気が大事）。

お正月が過ぎ鹿部町で過ごす初めての冬も終わりが近づいてきました。待ちに待った春が来ますね。

お正月と言えば、通りすがりに見えた漁港がとても

にぎやかで、気になって行ってみました。

出来潤漁港、本別漁港、鹿部漁港と回って見ましたが、大漁旗や日の丸の旗を掲げてカッコよかったです。

そして、初詣は鹿部神社、本別神社、出来潤神社でお参りしましたが、神社の中に入ってお参りするのは初めてで感動しました。

心に残る漁師町のお正月でした。



今年は“食”にも力を入れたいと思います。昔から食べてきた地元の味、他の町と食べ方が違う調理法や鹿部町で獲れる魚介の話聞いて、調理もしたいです。

町内を回って話を聞き歩きますが、宮浜児童館に来てインスタントコーヒーを飲みつつモノづくりをしながらでも鹿部町の話聞きたいです。

よろしく願いいたします。

鹿部町コミュニティカフェ をご利用ください

コミュニティカフェは、地域住民の交流の場として、宮浜児童館と鹿部郵便局ふれあいルームの2か所で開設しています。誰でも自由に利用することができますので、皆様のご利用をお待ちしています。

また、毎週月曜日にはボランティア団体「一歩の会」の皆さんの協力によるイベントを行っているほか、地域おこし協力隊によるイベントも実施しておりますので、ぜひご参加ください。

【開館時間】 宮浜児童館：毎週月曜日から土曜日まで 午前10時～午後4時30分
鹿部郵便局：毎週月曜日から金曜日まで 午前9時～午後5時30分

◆3月のイベント予定（宮浜児童館）◆

日	月	火	水	木	金	土
			1 開館日	2 開館日	3【協力隊】 ステンドグラス風 アート 14:00～15:00	4 協力隊在館日
5 お休み	6【一歩の会】 楽しい英会話 13:30～14:30	7 開館日	8【協力隊】 ジャイロキネシス 14:00～15:00 ※総合体育館で実施	9 開館日	10 開館日	11 協力隊在館日
12 お休み	13 開館日	14 開館日	15 開館日	16 開館日	17 協力隊在館日	18 おしゃべりカフェ 14:00～16:00
19 お休み	20【一歩の会】 楽しい歌声広場 13:30～14:30	21 お休み	22【協力隊】 ジャイロキネシス 14:00～15:00 ※総合体育館で実施	23 開館日	24 協力隊在館日	25 協力隊在館日
26 お休み	27【一歩の会】 楽しい朗読 13:30～14:30	28 開館日	29 開館日	30 開館日	31 協力隊在館日	

※【一歩の会】…ボランティア団体「一歩の会」によるイベント 【協力隊】…地域おこし協力隊によるイベント

コミュカフェ通信

地域おこし協力隊 山田です。

いよいよ3月、待ちに待った春が来ます。特に鹿部町の春は良いですね～大好きです。

雪が解けて一番気になるのが“山菜”です。一番がフキノトウでしょうか？アサツキ、行者ニンニク、ミツバ、ウド、タラの芽、ワラビ、これくらいしか見つけられません。

山菜の種類や見分け方、食べ方など是非教えてください。

あちこちで話を聞いて歩いていると、塩辛名人、漬物名人など、お料理上手な方がたくさんいることを知りました。

山菜の他にも鹿部町の美味しいもの談議、ワイワイとおしゃべりを聞かせてください。

お待ちしております～。

▼お問い合わせは、役場保健福祉課福祉係（7-5291）へ。

鹿部町奨学資金 3月24日まで 学費の一部を貸し付けします

教育委員会では、就学に対して経済的支援を要する向上心に富んだ方を対象に学費の一部を貸し付けしています。制度の概要は次のとおりです。

対象者	高等学校、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校（高等課程・専門課程）に在学、進学する方						
貸付額	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">大学生・短期大学生</td> <td style="width: 50%;">毎月30,000円以内</td> </tr> <tr> <td>専修学校生（専門・高等）</td> <td>毎月25,000円以内</td> </tr> <tr> <td>高等学校・高等専門学校生</td> <td>毎月20,000円以内</td> </tr> </table>	大学生・短期大学生	毎月30,000円以内	専修学校生（専門・高等）	毎月25,000円以内	高等学校・高等専門学校生	毎月20,000円以内
大学生・短期大学生	毎月30,000円以内						
専修学校生（専門・高等）	毎月25,000円以内						
高等学校・高等専門学校生	毎月20,000円以内						
貸付利率	無利子						
返済期間 方法	<p>卒業および貸し付けを中止した年から1年経過後、次の期間・方法で返済をしていただきます。ただし、貸付期間中に貸し付けの条件に該当しなくなったなど、場合により全額返金をしていただくことがありますので、あらかじめご了承ください。</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">返済期間</td> <td style="text-align: center;">5年、10年、15年のいずれか</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">返済方法</td> <td style="text-align: center;">月賦、半年賦、年賦</td> </tr> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>【参考】 <u>高等学校で3年間（月額2万円）貸し付けを受け、10年間で月賦返済する場合</u> $2万円 \times 36か月 = 72万円$ $72万円 \div 120か月 = 6千円$（毎月の返済額）</p> </div>	返済期間	5年、10年、15年のいずれか	返済方法	月賦、半年賦、年賦		
返済期間	5年、10年、15年のいずれか						
返済方法	月賦、半年賦、年賦						
連帯保証人	<p>2名 （1名は保護者、もう1名は町内在住の成人の方が望ましく、将来、奨学金償還の責任を負うことができる方）</p>						
申し込み	<p>令和5年3月24日（金）まで次の書類を教育委員会へ提出してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①奨学生願書 ②在学校長の推薦書（厳封） ③家庭調書 ④過去3か年間の学業成績証明書 ⑤合格者通知書または在学証明書 <p>※1 ①から③までの様式は、教育委員会でお渡しすることが可能ですが、④、⑤は在籍したまたはする学校へ発行を依頼する必要がありますのでご注意ください。</p> <p>※2 ⑤の合格通知書は、写しでも構いません。</p> <p><u>※3 必ずしも申込者全員が貸与されるものではありませんので、ご了承ください。</u></p>						

▼お問い合わせは、教育委員会子ども教育課（7-7211）へ。

防衛省・自衛隊からのお知らせ 幹部候補生、予備自衛官補の採用試験を実施します

防衛省・自衛隊では、令和5年度幹部候補生および予備自衛官補の採用試験を次の日程で実施します。

募集 種目	幹部候補生		予備自衛官補	
	一般	歯科・薬剤	一般	技能
資格	22歳以上26歳未満の者（22歳未満は大卒（見込含）、院卒者は28歳未満）	専門の大卒（見込含）20歳以上30歳未満の者（薬剤は20歳以上28歳未満）	18歳以上34歳未満の者	18歳以上で指定の国家免許資格等を有する者（資格により年齢制限あり）
受付期間	3月1日から4月14日まで（音楽要員を除く）		4月6日まで	
試験 期日等	【1次試験】 4月22日・23日 【2次試験】 5月26日から6月1日まで 【3次試験】 海・空飛行要員のみ (海) 6月22日から26日まで (空) 7月15日から8月3日まで 【最終合格発表】 (陸) 7月6日 (海) 7月14日 (空) 8月25日	【1次試験】 4月22日 【2次試験】 5月26日から6月1日まで 【最終合格発表】 (陸) 7月6日 (海空) 7月14日	【試験】 4月8日から23日まで ※いずれか1日を指定されます。 【合格発表】 5月31日 ※一般・技能の併願は可能ですが、採用はどちらか一方となります。	

▼お問い合わせは、自衛隊函館地方協力本部函館地区隊（0138-53-6241）へ。
メールでの資料請求は（recruit1-hakodate@pco.mod.go.jp）へ。

○ 駒ヶ岳火山観測情報 ○

令和5年1月に観測された駒ヶ岳の状況についてお知らせします。

- 全 般 火山活動に特段の変化はなく、静穏に経過し、噴火の兆候は認められません。（噴火警戒レベル1、活火山であることに留意）
- 噴煙活動 山頂および山麓の監視カメラによる観測では、昭和4年火口等からの噴気は観測されませんでした。噴気活動は、低調な状態です。
- 地震活動 火山性地震は少なく、地震活動は低調な状態で、火山性微動は観測されませんでした。
- 地殻変動 G N S S連続観測では、火山活動によると考えられる地殻変動は認められませんでした。（G N S S観測：G P S含む衛星測位システムの総称）

- ①詳細は札幌管区気象台ホームページでも閲覧することができます。 <http://www.jma-net.go.jp/sapporo/>
- ②気象庁ホームページに駒ヶ岳の火山観測データが掲載されています。火山活動状況などの把握にご利用ください。
<http://www.data.jma.go.jp/svd/vois/data/tokyo/open-data/open-data.php?id=113>

鹿部町で くもんの先生になりませんか？

教室は週2日 長く続けられる 安心のサポート制度



オンライン説明会受付中！

くもんの学習法を知りたい方、
先生のお仕事を知りたい方大歓迎です
お問合せ・説明会リクエストは
くもんのHP・フリーダイヤルより
お気軽に！ 検索

公文教育研究会
北海道リージョン
リージョナル推進チーム
札幌市北区北7条西4-5-1 伊藤110ビル3F
TEL：0120-834-414
受付時間：9：30～17：30（土・日・祝除く）

KUMON

（広告）

お子様が安心安全にスマートフォンを利用するために

満18歳未満のお子様はスマートフォンなどのインターネット接続機器を利用させる場合、保護者の方は次の点に十分注意願います。

①適切にインターネットを利用する
SNSを利用して子どもたちを言葉巧みに誘い出し、事件やトラブルに巻き込まれる深刻な事案が発生しています。インターネットに関する知識や情報モラル、コミュニケーション能力を親子で身につけ、正しく利用することが重要です。

②家庭のルールを作る
長時間利用によるネットの依存症も増加しています。適切な生活習慣が身につけられるようにお子様と一緒に話し合い、それぞれのご家庭のルールを作りましょう。「利用時間は夜9時まで」など、ルールは具体的に決めることがポイントです。

③フィルタリングなどを設定する
「フィルタリング」は知識が十分でないお子様が不用意に違法・有害サイトにアクセスしないよう制限する機能です。子どもたちが事件・事故に巻き込まれないようにスマートフォンなどには必ず「フィルタリング」を設定してください。

実際に起きたトラブル事例をもとに、予防法と対策法をまとめた「インターネットトラブル事例集（2022年度版）」をホームページに掲載しています。ご活用ください。
（検索ワード：総務省インターネットトラブル事例集）

※お問い合わせ先

総務省 北海道総合通信局 情報通信部 電気通信事業課
TEL：011-709-2311
（内線：4704）

旧優生保護法に関する一時金支給について

旧優生保護法のもとで子どもがでなくなると手術を受けた方は、一時金320万円の支給を受けることができます。

一時金の請求を希望される方は、旧優生保護法に関する相談支援センターにてご案内しますので、下記にご連絡ください。

○受付時間

8時45分～17時30分

土日祝日・年末年始を除く

○電話（通話料無料）

0120-0311711

○ファックス

011-232-4240

○郵送

〒060-8588（住所不要）

北海道保健福祉子ども子育て支援課相談室内

ご存知ですか？道の「苦情審査委員」制度

「北海道苦情審査委員」制度とは、道の機関が行った業務に関する苦情を皆さんに代わって、苦情審査委員が公平で中立な立場から審査する制度です。

皆さん自身の利害に関する苦情であれば苦情審査委員に申し立てができます。

審査の結果、道の業務に不備な点や制度に問題があるときは、道の機関に是正や改善を求めます。個人情報保護にも十分配慮します。

窓口は道庁の道政相談センターまたは各総合振興局（振興局）総務課です。申し立て方法や申立書様式、リーフレットなどは北海道公式ホームページにも掲載しています。

※お問い合わせ先

・北海道総合政策部知事室道政相談センター
TEL：011-204-5523
・各総合振興局（振興局）総務課

【1月のゴミ回収量（一般ゴミ）】

全体 71.66 t
（昨年度同月回収量75.67 t 約5.3%減）
内訳 焼却処分 56.70 t リサイクル 14.10 t
埋立処分 0.86 t



混ぜればゴミ！分ければ資源！地球温暖化による環境への負担などを減らすため、ゴミの分別・減量にご協力をお願いします。

鹿部町内不法投棄等監視パトロール実施中！！

～不法投棄は絶対にしないようにしましょう～

不法投棄をすると5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはこれを併科に処せられます。

裁判所の手続案内について

裁判所では、裁判所の手続きを利用しやすいものとするため「手続案内」を各裁判所の窓口で常時行っています。また、毎月1回森町に出張しての手続案内を以下のとおり行っています。

手続案内では、金銭、売買、土地・建物の民事上の問題や夫婦、親子、親族の家事関係の問題について、裁判所の訴訟や調停の手続きを利用するにはどうすればよいか、どのような書類が必要か、どこの裁判所に申し立てをすればよいかなどについて説明、案内します。

手続案内を担当する職員は、予約受付により函館の裁判所から出張しますので、利用を希望される方は、日程表の予約締切日までに函館の裁判所に電話で予約申し込みをしてください。

なお、裁判所の手続案内は、利用者が申し立て手続きを円滑に行えるように、手続きについて案内したり、申し立てにあたって必要な費用や添付書類などについて説明したりしますが「貸したお金を取り返すことができるか」「離婚した方がよいか」「養育費はいくらもらえるか」といった法律相談や身上相談には応じることができませんのでご注意ください。

○実施日時
毎月1回（日程表のとおり）
午前10時から午後4時まで

日程表

年 月	実施日	予約締切日
令和5年4月	21日（金）	14日（金）
5月	19日（金）	12日（金）
6月	16日（金）	9日（金）
7月	21日（金）	14日（金）
8月	18日（金）	10日（木）
9月	15日（金）	8日（金）
10月	20日（金）	13日（金）
11月	17日（金）	10日（金）
12月	15日（金）	8日（金）
令和6年1月	19日（金）	12日（金）
2月	16日（金）	9日（金）
3月	15日（金）	8日（金）

○実施場所

森町公民館1階「小会議室」
茅部郡森町御幸町132番地
TEL・01374-213479

○予約方法

函館地方、家庭裁判所総務課に電話で、日程表の予約締め切り日までに「手続案内の予約」である旨を告げて申し込んでください（土日祝日を除く午前8時30分から午後5時まで）。

○担当者

函館地方、家庭、簡易裁判所の裁判所書記官

※お問い合わせ先

函館地方、家庭裁判所 総務課
TEL・0138-38-2372

『語り町長室』について

開かれた身近な町政づくりを進めるため『語り町長室』を開催しています。

来庁していただく方法のほか、『語りオンライン町長室』と『語り出前町長室』も利用できます。開放予定日に限らず、公務などが入っていない日は可能な限り対応しますので、希望される方は事前にお問い合わせください。

■令和5年3月の開放予定日 3月22日（水） 午前9時から午後7時まで

▼お問い合わせは、役場総務・防災課総務係（7-2111）へ。

町広報誌に広告を掲載してみませんか？



※お申し込み・お問い合わせ先

役場企画振興課 広報広聴係（TEL：7-5297）

（注）お誕生、おくやみ欄について掲載は、ご家族等の掲載承諾を頂いて載せております。

盛田氏 名 治さん 享年 83歳 住所 鹿部



おくやみ
もうしあげます

世帯と人口

令和5年2月1日現在
（ ）は前月比です

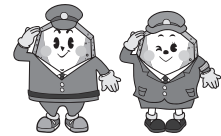
世帯数 1,845世帯（-7）
男 1,729人（-4）
女 1,908人（-8）
計 3,637人（-12）

●65歳以上の人口 1,462人
高齢化率 40.2%

魚種	数量(トン)	水揚高(千円)	魚種	数量(トン)	水揚高(千円)
すけとうだら	452.9(813.9)	42,816.4(78,474.5)	がや	0.6(0.4)	33.4(11.6)
たこ	12.2(13.4)	17,544.7(13,977.7)	うに	3.8(0.0)	2,779.1(0.0)
ます	0.8(0.3)	239.2(77.6)	さば	0.4(0.0)	10.3(0.0)
かれい	3.6(1.5)	165.5(97.7)	たら	26.2(31.7)	3,785.1(4,780.5)
なまこ	10.8(5.6)	60,046.4(20,798.9)	つぶ	0.2(0.1)	80.4(19.0)
ほっけ	0.7(2.9)	48.3(324.3)	その他魚類	6.4(11.5)	3,006.8(2,556.0)
			合計	518.6(881.3)	130,555.6(121,117.8)



森警察署ニュース



1 令和5年度(第1回)北海道警察官採用試験に向けた採用募集活動の推進

- 試験申込(第1回申込受付)
3月1日から3月31日まで
- アピールポイント
 - ・あなたの個性や特技を生かせるフィールドがあります
 - ・仕事も私生活も充実させたい、その思いをかなえます
 - ・受験しない理由が見つからない
 - ・まずは北海道警察について知ろう

2 進学・進級時における少年の非行・犯罪被害防止と有害環境の浄化

- 万引きは犯罪!
- お酒やたばこは20歳になってから
- 大麻は脳に影響を与える違法な薬物です!
- 特殊詐欺に加担しない!軽はずみな行動が重大な犯罪に!
- インターネットの世界は危険がいっぱい!

3 融雪期の事故の防止

- 適切な時期の冰雪下ろし
- 複数人による安全を確保した冰雪下ろし
- 除雪機による作業中の安全確保

4 サイバーセキュリティに関する普及啓発強化

- IDやパスワードは自分自身でしっかり管理する
- パソコンやスマートフォンには、ウイルス対策ソフトをインストールする
- 身に覚えのないメールなどの添付ファイルやURLは開かない
- 不必要なアプリや信頼のおけないサイトからソフトウェアをダウンロードしない
- オンラインショップでの買い物は、そのサイトが本物かどうかよく確認する

5 G7広島サミット等に伴う警察活動への道民の理解と協力の確保

G7広島サミットが5月19日から21日まで開催されます。北海道では、4月15日から16日までの2日間、G7札幌気候・エネルギー・環境大臣会合が開催されます。G7サミットは、世界の主要国が一堂に会する国際的なイベントであるため、警察では、テロ等違法行為の未然防止を図ることを目的に、会場周辺や公共交通機関等における警戒警備を強化しますので、不審な人や車、物などを発見した際は、警察へ通報してください。

犯罪発生状況(令和5年1月1日~令和5年1月31日)

	全刑法犯 認知件数	窃盗犯認知件数			その他刑法 認知件数
		侵入盗	車上狙い	その他窃盗	
町内	0件	0件	0件	0件	0件

交通事故発生状況(令和5年1月1日~令和5年1月31日)

	人身事故	死者数	傷者数	物損事故
町内	0件	0人	0人	4件

3月の行事予定カレンダー

3月1日(水)	
2日(木)	
3日(金)	㊟ 乳幼児健診 総合体育館保健室 受付13:00~14:00
4日(土)	
5日(日)	
6日(月)	
7日(火)	
8日(水)	㊟ 町民ニコニコ健診結果説明会 本別中央会館 受付9:30~11:00
9日(木)	
10日(金)	㊟ あったかサロン 本別中央会館 14:00~15:30
11日(土)	
12日(日)	
13日(月)	㊟ バンビ教室 中央公民館 10:00~
14日(火)	
15日(水)	

3月16日(木)	
17日(金)	
18日(土)	
19日(日)	
20日(月)	
21日(火)	
22日(水)	
23日(木)	
24日(金)	㊟ あったかサロン 本別中央会館 14:00~15:30
25日(土)	
26日(日)	
27日(月)	
28日(火)	
29日(水)	
30日(木)	
31日(金)	㊟ 国民健康保険税第10期納付期限日

※行事日程は、施設の都合により変更となる場合がありますので、行事に参加される場合は、事前に担当課へ確認をお願いします。

- ◆お問い合わせ先略称◆ ㊟ 役場民生課 (TEL 7-5290) ㊟ 役場保健福祉課 (TEL 7-5291) ㊟ 役場税務課 (TEL 7-5292)
 ㊟ 役場水産経済課食と観光推進室 (TEL 7-5293) ㊟ 役場企画振興課 (TEL 7-5297)

休日当番医については新聞などで確認するか、北海道救急医療情報案内センター (TEL: 0120-20-8699 (フリーダイヤル)、011-211-8699 (携帯電話・PHS)) までお問い合わせください。

広報しかべ HISTORY

広 報 1. 自然を愛し郷土の文化を育てましょう。(町民暮らしより)



1985年の主な出来事
 青函トンネル本坑貫通
 (3月10日)

今月号から、昔の広報しかべを紹介する新コーナー「広報しかべ HISTORY」を始めます。懐かしさを感じられたり、歴史を学べたりするコーナーにしていきたいと考えておりますので毎月楽しみにしていただけると嬉しいです。

今回紹介するのは、1985年3月号。改築工事を進めていた鹿部小学校の校舎完成の記事が掲載されていました。3月6日に全校児童、7日に父母が引っ越し作業を行い、8日から新校舎での学習がスタートしたそうです。

改築工事は2か年で行われ、同年12月に体育館が完成しました。