



## 2018

# しかば

No. 571号

## 7月号



**6/2 鹿部小学校運動会！！**  
**力を合わせて ひっばれ！ひっばれ！**

### ～ 今 月 の 内 容 ～

- 最近のできごとをお知らせします…………… 2P
- 「意見・提案箱」に寄せられたご意見・ご提案の回答について… 3P
- カメラ・アイ…………… 4～5P
- 後期高齢者医療制度のお知らせ…………… 6～7P
- 国民健康保険被保険者証が更新となりますほか… 8P
- 家庭生ゴミ減容化容器等購入費補助金制度についてほか… 9P
- 健康へのページほか…………… 10～11P
- しかば間歌泉わくわくサンデー！！開催のお知らせ！ほか… 12P
- 7月17日は、「北海道みんなの日」です！ほか… 13P
- 平成30年度自衛官採用試験の実施についてほか… 14P
- 管理栄養士からのお知らせ…………… 15P
- お知らせコーナー…………… 16P
- 水産の艇窓ほか…………… 17P
- 行事予定カレンダーほか…………… 18P



# 最近のできごとをお知らせします

## 平成30年度鹿部町旗争奪

### 野球大会開催

平成30年5月15日(火)から5月24日(木)まで、山村広場野球場において、平成30年度鹿部町旗争奪野球大会が開催され、5チーム65名が参加しました。

平成30年度初の野球大会でしたが、好プレーの連続で、大いに盛り上がる大会となりました。成績は次のとおりです。

#### 【優勝】

ドルフィンズ（漁業研修所）

#### 【準優勝】

役場野球部



## 吉建設株式会社町道清掃

### ボランティア実施

平成30年5月17日(木)、鹿部中学校に面する町道中学校通学道路路線と教育関連施設に面する3路線の道路清掃作業が行われました。

この作業は、吉建設株式会社が地域貢献の一環で、ボランティアとして実施したもので、縁石際に堆積した土砂や歩道上の雑草を除去していただきました。

この度のボランティア活動は、環境整備に寄与するものです。吉建設株式会社様、誠にありがとうございました。



## 株式会社巨栄幼稚園砂場整備

### ボランティア実施

平成30年5月23日(水)、しかべ幼稚園砂場の整備作業が行われました。

この作業は、株式会社巨栄が地域貢献の一環で、ボランティアとして実施したもので、砂場の砂補充整備をしていただきました。

この度のボランティア活動は、園児がのびのびと健康的に成長することに寄与するものです。株式会社巨栄様、誠にありがとうございました。



## 「鹿部町と鹿部郵便局との包括的連携に関する協定」を締結

町では、平成30年5月29日(火)、「鹿部町と鹿部郵便局との包括的連携に関する協定」を締結しました。

日本郵便株式会社鹿部郵便局と町は、以前から「高齢者等見守り活動」や「災害時における協力」についての協定を結び連携を図ってきましたが、今回の協定により、新たに「安心・安全な暮らしの実現に関すること」や「未来を担う子どもの育成に関すること」などについて連携し、住民サービスの向上や地域社会の安心・安全の確保が図られることとなります。



協定書を交わす矢野局長（写真左）と盛田町長（写真右）

## 「意見・提案箱」に寄せられたご意見・ご提案の回答について

町では、町民の皆さんからご意見やご提案をいただけるよう「意見・提案箱」を設置しています。今月号では、平成30年4月に寄せられたご意見・ご提案について回答します。

### <町民の方からのご意見・ご提案>

#### ～総合体育館について～

- ① トレーニングルーム内の器具についてメンテナンスをお願いしたいです。エアロバイクの心拍数を計れなかったり、ランニングマシンはずっと使用禁止のまま未修理。その他の筋トレするマシンも戻りが悪いところがあったり、古いのはしょうがないとしても、ちょっとどうかと思いました。
- ② 玄関外の横にある灰皿の場所を変えてほしいです。子ども達の受動喫煙も気になるし、私はタバコの臭いで体調が悪くなるので。

※原文のまま掲載しています。



### <回答>担当：教育委員会生涯学習課

- ① ご意見のありましたエアロバイク及びランニングマシンについては、平成30年度予算において「エアロバイク2台、ランニングマシン1台」を予算計上し、既に納品を済ませましたので、今後の健康増進に役立てていただけたらと考えています。  
また、筋力トレーニングマシンについては、ご指摘のありました筋力トレーニングマシンの動作不具合については、平成30年4月末に修繕しました。  
なお、筋力トレーニングマシンは3年に1度点検を行っていますが、何かお気づきの点がありましたらお気軽に教育委員会生涯学習課までお伝えください。
- ② 喫煙場所に関しては、受動喫煙が無いことを第一優先に考え、場所を変更します。

これからも、よりよいまちづくりのため「意見・提案箱」の設置を続けていきますので、町民の皆さんのご意見やご提案をお願いします。

#### ～町政について

一緒に語らしましょう～

## 語らい町長室

より利用しやすくするために、『語らい町長室』の開放時間を拡大しました！

お越しになる方は、事前に役場総務・防災課へ申込みください。

■平成30年7月の開放予定日 7月18日(水) 午前9時から午後7時まで

※開放予定日に限らず、公務などが入っていない日も、開放していますので、お気軽にお問い合わせください。

※お問い合わせ先 役場総務・防災課 (Tel: 7-2111)



# 鹿部中学校体育祭 (5月22日)

カメラアイ





# 鹿部小学校運動会 (6月2日)

カメラアイ



# 後期高齢者医療制度のお知らせ

平成30年度の保険料の支払いと  
 保険証（被保険者証）の一斉更新について

## 1 7月に保険料額をお知らせします

平成30年度の保険料は、郵送で個別にお知らせします。

《保険料の計算方法》

<b>均 等 割</b> 【1人当たりの額】 <b>50,205円</b>	+	<b>所 得 割</b> 【本人の所得に応じた額】 (平成29年中の所得 - 33万円) × <b>10.59%</b>	=	<b>1年間の保険料</b> 【限度額62万円】 (100円未満切り捨て)
---	---	--	---	---

- 1年間の保険料の上限額は、平成30年度から62万円になります。(平成29年度は57万円)
- 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。
- ※ 「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。

## (1) 保険料の軽減

### ①均等割の軽減(年額)

- 軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- 昭和28年1月1日以前に生まれた方の公的年金などに係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	軽減後の年間均等割額
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割軽減	【年額】 5,020円
33万円	8.5割軽減	【年額】 7,530円
33万円+(27万5千円×世帯の被保険者数)	5割軽減	【年額】 25,102円
33万円+(50万円×世帯の被保険者数)	2割軽減	【年額】 40,164円

### ②所得割の軽減の見直し

- 平成29年度は、一定の所得以下の方について、所得割が「2割」軽減されていましたが、平成30年度から、「軽減なし」へ変更となりました。

### ③被用者保険の被扶養者だった方の軽減

- この制度に加入したとき、被用者保険の被扶養者だった方については、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、均等割が5割軽減となります。(50,205円→25,102円)
- ※ 平成30年度から、被用者保険の被扶養者だった方の均等割の軽減割合が「7割」から「5割」へ変更となりました。
- ※ 所得の状況により、均等割の軽減割合が「9割」又は「8.5割」に該当することがあります。
- ※ 被用者保険とは、協会けんぽなど、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険などは、含まれません。

## (2) 保険料の減免

保険料の支払いが困難な場合は、役場民生課健康保険係へご相談ください。

なお、災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料の支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合があります。

### (3) 保険料の支払い方法

保険料のお支払いは、「年金からの支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

「口座振替」を希望される方は、役場民生課健康保険係へ申し出ください。  
(申込みに必要なもの：ご本人の保険証・支払いする口座の預金通帳とお届け印)

- 「年金からの支払い」から「口座振替」に切り替わる時期は、申し出の時期により異なります。
- 税申告の際の「社会保険料控除」は、保険料を支払いする方に適用されます。  
(年金からの支払いの場合、支払いいただくご本人の社会保険料控除の対象になります)

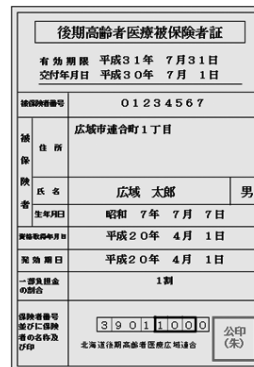
### 2 保険証が新しくなります

現在、ご使用の保険証の有効期限が平成30年7月31日をもって満了となるため、平成30年8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、桃色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、平成31年7月31日までです。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、役場民生課健康保険係まで申し出ください。

新しい保険証は桃色です。



### 3 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）も新しくなります

現在、ご使用の減額認定証の有効期限が平成30年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。有効期間は保険証と同じく1年間です。

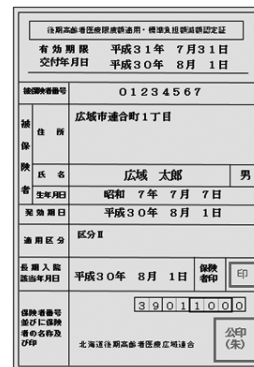
引き続き、交付対象に該当する方は、7月中に減額認定証を交付しますので、平成30年8月1日からは水色の減額認定証をご使用ください。

新たに必要となる方は、次の交付要件に該当することを確認のうえ、役場民生課健康保険係へ申請してください。

減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰ又は区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	○世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	○世帯全員の所得が0円の方 (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)
	○老齢福祉年金を受給されている方

新しい減額認定証は水色です。



### 4 医療費通知を全受診者へ送付しています

広域連合では被保険者の皆さんの医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を、対象期間に医療機関などを受診した全ての被保険者の皆さんへ送付しています。

発送月は、9月下旬と3月上旬の年2回です。

【イメージ図】

受診年月	診療を受けた医療機関等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療養・生活療養費		
						回数	費用額	標準負担額
平成30年1月	〇〇病院	医療外科	1	18,000	1,800			
平成30年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000			
平成30年3月	△△病院	医療入院	5	202,000	20,200	15	11,490	5,400
合 計				230,000	23,000		14,490	5,400

※この通知は皆さんの受診状況についてお知らせするもので請求書ではありません。

※この通知は医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することができます。

### (1) 医療費通知の活用について

- 医療費の推移が一目でわかるため、ご自身の健康状態の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など、皆さんの健康保持・増進に役立つ情報が記載されています。
- 診療日数などに間違いがないか確認しましょう。

※お問い合わせ先  
役場民生課健康保険係 (TEL: 7-5290)  
北海道後期高齢者医療広域連合 (TEL: 011-290-5601)





# 家庭生ゴミ減容化容器等購入費補助金制度について

コンポスター容器や機械式生ゴミ処理機などを購入された方を対象に、購入費の補助を実施しています。補助の内容は、次のとおりです。

## 1 補助金の交付対象となる減容化容器

(1) コンポスター容器など（1世帯あたり2基まで）

生ゴミの減量又は堆肥化に用いる100リットル以上230リットル以下の容器で、水分が地中に浸透する若しくは微生物を利用し室内において使用可能であり、悪臭や害虫などが発生しない構造及び材質のもの

(2) 機械式生ゴミ処理機（1世帯あたり1台まで）

生ゴミを電気により加熱する構造の機械で、冬季間においても使用が可能である乾燥型及び微生物分解型のもの

## 2 補助金の交付対象者

(1) 町内に住所を有し、居住していること

(2) 町内の販売店から購入していること

(3) 購入した容器又は処理機を常に良好な状態で維持管理できること

## 3 補助金額

(1) コンポスター容器など 購入金額の2分の1（上限額3千円）

(2) 機械式生ゴミ処理機 購入金額の2分の1（上限額4万円）

※補助金は100円未満切り捨てとなります。

快適な住環境の維持や家庭におけるゴミの減量策の一環として、皆さんもこの機会に生ゴミの減容化容器などの購入を検討されてみてはいかがでしょうか。

※お問い合わせ先 役場民生課生活環境係（Tel：7-5290）

# 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年以下の懲役若しくは1千万円以下の罰金又はこれを併科に処せられます。

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。



### ●5月のゴミ回収量（一般ゴミ）

全体 87.47t（昨年度同月回収量84.64t 約3.2%増）

内訳 焼却処分：65.39t、リサイクル：19.46t、埋立処分：2.62t



## 町広報誌に広告を

## 掲載してみませんか？

●お申込み・お問い合わせ：役場企画振興課広報広聴係（Tel：7-5297）





ほけんし

# こんにちは保健師です。

今月の担当は、藤森 裕美です。

## ノルディックウォーキングについて

- 1 ノルディックウォーキングとは  
2本のポールを使用する歩行運動で、普通に歩くよりも効果的に運動することができます。  
また、季節を問わず始めることができ、下半身だけでなく腕、上半身の筋肉などの全身を使う有酸素運動です。
- 2 ノルディックウォーキングによる健康効果  
歩行運動によって、肺や心臓の活動が活発となり、血流量が増加します。それにより、血管の弾力が増し、善玉コレステロールの増加や脂肪燃焼の増加の効果が得られ、生活習慣病予防につながります。
- 3 ノルディックポールの無料貸出しを行っています  
教育委員会（中央公民館 Tel:7-3124）で貸出ししていますので、希望される方はお問い合わせください。
- 4 「すこやかロード」を利用しましょう  
「すこやかロード」は、身近で気軽に楽しく健康づくりを行なうためのウォーキングロードで、鹿部公園のせせらぎ散歩道とひょうたん沼公園遊歩道が「すこやかロード」に認定されています。ぜひこの機会に利用しましょう。町ホームページにも掲載していますので、ご覧ください。
- 5 ノルディックウォーキングをはじめませんか  
ひょうたん沼公園で毎週月曜、午前7時から午前8時までノルディックウォーキングを行っています。日本ノルディックウォーキングフィットネス協会インストラクターの竹淵楠子氏が参加されますので、健康づくりのためノルディックウォーキングに参加してみませんか？

## 個別乳がん検診のお知らせ

- 1 対象 鹿部町に住所を有する、西暦で偶数年生まれの満40歳以上の女性
- 2 検診期間 平成30年4月1日から平成31年3月31日まで  
※検診日については、各医療機関との調整となりますので、医療機関への検診予約時にご確認ください。
- 3 検診機関 函館中央病院、函館五稜郭病院、市立函館病院、共愛会病院、函館赤十字病院、函館医師会病院、秋山記念病院、函館渡辺病院、国立病院機構函館病院、北美原クリニック ※病院への送迎はありません。
- 4 検診内容及び検査料金

検査内容	40歳から49歳までの方：マンモグラフィー2方向撮影 50歳以上の方：マンモグラフィー1方向撮影
検査料金	2,000円（生活保護世帯及び満70歳以上の方は無料）
- 5 申込み 受診を希望される方は、乳がん検診受診券を発行しますので、役場保健福祉課保健推進係に申込みください。

## 夏の町民ニコニコ健診結果説明会のお知らせ

平成30年6月27日（水）から29日（金）までに町民ニコニコ健診を受けられた方の結果説明会を、次のとおり開催します。一人一人に説明しながら健診結果をお返ししますので、都合のよい会場へお越しください。

なお、健診結果を取りに来られなかった方で、ご説明が必要と思われる方には、役場保健福祉課から電話又は家庭訪問をし、結果をお伝えさせていただくことがあります。

開催日	受付時間	会場
平成30年7月23日（月）	午前9時から午前10時まで	大岩地域会館
	午前10時30分から正午まで	鹿部会館
	午後1時30分から午後3時30分まで	中央公民館
	午後5時から午後6時30分まで	
平成30年7月24日（火）	午前9時30分から午後3時まで	本別中央会館

※お問い合わせ先 役場保健福祉課保健推進係（Tel:7-5291）

# ☆歯磨きたいへんよくがんばりました☆

## ≪3歳児健診≫

平成30年5月18日(金)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。これからも歯磨きを頑張って、むし歯をつくらないようにしましょう。



なかむら はるのすけ  
字宮浜 中村晴乃助 くん  
(保護者 尚哉さん)



あら せき  
字本別 荒関りんね ちゃん  
(保護者 大さん)



## ≪しかべ幼稚園歯科検診≫

平成30年5月21日(月)にしかべ幼稚園で行われた歯科検診で、次のお子さんはむし歯が1本もありませんでした。幼稚園では給食の後に歯磨きをしています。むし歯予防のため、ご家庭でも食後の歯磨きを習慣付けるようにしましょう。

また、幼児期は保護者の方の仕上げ磨きがとても大切な時期ですので、これからも歯磨きを頑張って、むし歯をつくらないようにしましょう。

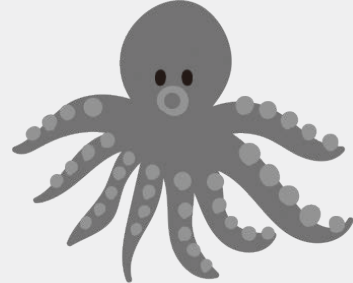
年少 ももぐみ		年中 さくらぐみ		年長 うさぎぐみ	
氏名	保護者名	氏名	保護者名	氏名	保護者名
あべ 瑛 翔 くん	祐樹さん	おだ 塁 輝 くん	直樹さん	ふくむら たか と くん	正仁さん
さとう 瑛 太 くん	俊彦さん	くどう こう た くん	裕之さん	むら ぼし さき と くん	奈津美さん
さとう ゆう が くん	亘さん	ささき しゅう ま くん	章多さん	おの でら み と ちゃん	将裕さん
たか だ こうたろう くん	大成さん	さくら だ り み ちゃん	憲史さん	かわ べ り こ ちゃん	航太さん
たか はし かん た くん	淳さん	しき ち ゆ い ちゃん	雅人さん	しい の りん ちゃん	亜紀子さん
ひら い しょう くん	翼さん	たか もと り ね ちゃん	猛さん	しん やま り お ちゃん	将也さん
やまのうち はる ま くん	将隆さん	ふく ち もも な ちゃん	敏博さん	の しろ は る ちゃん	義孝さん
かめ もと あかり ちゃん	勝太さん	まつ もと ゆい な ちゃん	英明さん	まつ もと み ゆ ちゃん	悠喜さん
さとう 楓 ちゃん	俊彦さん	まつ もと る な ちゃん	康宏さん	もり た き い ちゃん	圭吾さん
しん やま に な ちゃん	将也さん	むら ぼし もえ ちゃん	奈津美さん	もり た み ゆ ちゃん	博之さん
たか はし はな ちゃん	航太さん	かなぎ さわ みり あ ちゃん	真吾さん		
たか もと み あ ちゃん	希美さん				



# しかべ間歇泉わくわくサンデー！！開催のお知らせ！！

- 1 開催日時  
平成30年7月22日（日）午前11時から午後2時まで
- 2 イベント内容  
鮮魚の販売や特産品の試食、特産品オリジナルメニューの試食など
- 3 町内無料送迎バス  
運行時間などについては、イベント前日の新聞（日本経済新聞を除く）折込みチラシをご確認ください。
- 4 お問い合わせ先  
イベント内容について  
道の駅しかべ間歇泉公園（Tel：7-5655）  
町内無料バスについて  
役場水産経済課食と観光推進室（Tel：7-5293）

## ●今月の食材



# たこ

たこを使ったメニューの販売などのイベントを開催予定です。

※天候などにより、イベント内容を変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## 『街づくりの「あの手この手」を物知りついで温泉地再生』講演会を開催します

全国各地でまちづくりデザインを手がけている北山創造研究所代表北山孝雄氏の講演会を開催しますので、皆さんの参加をお待ちしています。

- 1 演 目  
『街づくりの「あの手この手」〜温泉を活用した街づくり〜』
- 2 日 時  
平成30年7月20日（金）  
午後6時から午後8時まで
- 3 場 所  
中央公民館（大ホール）
- 4 入 場 料  
無 料

### ○北山孝雄氏プロフィール

北山創造研究所代表。どんな生活を実現したいのかを発想の原点に、人を軸にしたまちづくり、暮らしづくりを手がける。代表的なプロジェクトに「亀土サンストリート」「海老名ビナウォーク」「三井越後屋ステーション」「ココラフロント」「東急ハンズトラックマーケット」「草津温泉御座之湯」「両国広小路」「肥後銀行本店」。

主な著書に「まちづくりの知恵と作法」「24365東京」「このまちにくらしたいうずるまち」など。「2007年毎日デザイン賞」受賞。

※お問い合わせ先  
役場水産経済課食と観光推進室  
Tel..7-5293

## 植樹祭の開催について

鹿部漁業協同組合女性部では、安定した漁獲が行えるよう、毎年魚つき林の植樹活動を行っています。

平成30年度については、植樹活動を通して幅広く町民の皆さんと交流を深める植樹祭として開催しますので、町民の皆さんの参加をお待ちしています。

- 1 日 時  
平成30年9月28日（金）午後2時から
  - 2 場 所  
つながりの森（字本別）
- ※お問い合わせ先  
役場水産経済課 Tel..7-5298

## 鹿部消防団 団員の募集について

鹿部消防団では、団員を募集しています。消防団員は、普段は自分の本業を持ちながら、居住する地域における消防・防災のリーダーとして、平常時・非常時を問わず、その地域に密着し、警戒活動や火災などの災害が発生した際の消防活動を実施することで、住民の安心と安全を守るという重要な役割を担っています。

入団資格は、次のとおりです。申込方法などの詳細については、鹿部消防署へお問い合わせください。

- ・町内在住の方（現住所が鹿部町にある方）
- ・18歳以上45歳未満の方
- ・志操堅固かつ身体強健な方

※お問い合わせ先  
鹿部消防署庶務課消防団係  
Tel..7-3331

# 7月17日は、「北海道みんなの日」です！

松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道」という名称を提案した7月17日は、「北海道みんなの日（愛称：道みんなの日）」です。この日を、本道のこれまでの歴史や文化、風土を見つめ直し、価値を再認識し、道民一体となってより豊かな北海道を築いていくためのきっかけとするとともに、道外から訪れる方、本道にゆかりのある方に北海道の魅力を発信する機会としましょう。

また、道みんなの日には、道内各地の道立施設において常設展示の観覧が無料となるほか、記念事業が実施されます。

なお、鹿部町では次の施設の利用や入場が無料となりますので、ぜひご利用ください。

## ■松浦武四郎とは

江戸時代の終わりから明治にかけて活躍した探検家で、6度に渡る蝦夷地（北海道）の探査を通じて、アイヌの人々とも交流を深め、詳細な記録を数多く残しました。

蝦夷地に詳しい第一人者として、明治政府の一員となり、1869年（明治2年）7月17日、蝦夷地に代わる新たな名称として「北加伊道」という名称を提案しました。

施設名	無料となる料金	実施日	各施設のお問い合わせ先
道の駅「しかべ間歇泉公園」	有料エリアの入場料	平成30年 7月17日	TEL：7-5655
鹿部町パークゴルフ場	有料貸出遊具の貸出料		TEL：7-3702
鹿部コミュニティー・プール	プール利用料		TEL：7-2808

※お問い合わせ先 町内の取組みについて 役場企画振興課（TEL：7-5297）  
全道の取組みについて 北海道総合政策部政策局（TEL：011-204-5106）

## みんなで地熱資源開発を 理解しよう！

町民の皆さんに、地熱資源開発の理解を深めていただくため、資源エネルギー庁の補助金を活用し、町と株式会社道銀地域総合研究所の共同で「鹿部町での地熱発電を考える検討会」を設置しました。

鹿部地域では、間歇泉が噴出していること、活火山の駒ヶ岳が近いという立地条件から、地熱活用の可能性が期待できるものの、地熱資源の資源量とその賦存形態や、それらの地域資源がどのような波及効果を生み出すかなどについて、体系的に把握されているとはいえない状況です。

そのため、鹿部地域の地域環境や産業構造の実態を知り、地熱に対し正しく理解を深める勉強会を、有識者をお招きし開催します。

また、地熱利用を核として、漁業・水産加工業・農業・流通業・観光業など産業の活性化について学ぶ、町民向けの勉強会も年2回の開催を予定しています。

開催日が決定しましたら、広報しかべ及び防災行政無線でお知らせしますので、町民の皆さんの参加をお待ちしています。

※お問い合わせ先

役場水産経済課 TEL：7-5298

## 第18回町民玉入れ大会 参加チーム募集！

幼児からシニアまで、家族みんなで参加できる「町民玉入れ大会」を次のとおり開催します。

参加は、無料となっておりますので、皆さんの参加をお待ちしています。

1 日時

平成30年7月13日（金） 午後6時

2 場所

総合体育館アリーナ

3 対象

町内在住及び在勤の方

4 参加部門

- ・一般 1チーム中学生以上6名
  - ・シニア 1チーム 55歳以上6名
  - ・ジュニア 1チーム 小学生6名
- （1～3年生のみのチームには、ハンデあり）

・幼児 1チーム 幼児6名

※中学生以下のチームには引率者を必ずつけてください。

5 申込方法

平成30年7月3日（火）までに教育委員会へ申込みください。

6 その他

- ・一般の部については、女性のみのチームに限り、8名での出場を可とします。
- ・入賞ができなくても「特別賞」が当たるお楽しみ抽選会を行います。

※お問い合わせ先

教育委員会 TEL：7-3124

# 平成30年度自衛官採用試験の実施について

防衛省では、平成30年度自衛官採用試験を次の日程で実施します。

募集種目	一般曹候補生	自衛官候補生		航空学生
		男子	女子	
資格	18歳以上27歳未満（平成31年4月1日現在）			海：高卒（見込み含む） 18歳以上23歳未満 空：高卒（見込み含む） 18歳以上21歳未満
受付期間	平成30年7月1日（日）から9月7日（金）まで			
試験期日	<b>【1次試験】</b> 平成30年9月21日（金）から 9月23日（日）まで （内1日指定） <b>【2次試験】</b> 平成30年10月13日（土）から 10月14日（日）まで （内1日指定）	<b>【一般のみ】</b> 平成30年9月8日（土）から 9月10日（月）まで （内1日指定） <b>【一般及び高校在生】</b> 平成30年9月16日（日）と 平成30年9月28日（金）から 9月30日（日）まで （内1日指定）	<b>【1次試験】</b> 平成30年9月17日（月） <b>【2次試験】</b> 平成30年10月15日（月）から 10月21日（日）まで （内1日指定） <b>【3次試験】</b> 平成30年11月17日（土）以降	
お問い合わせ	自衛隊函館地方協力本部 函館地区隊 TEL：0138-53-6241 メールでの資料請求は Mail：recruit1-hakodate@pco.mod.go.jp			

## 海上保安学校・海上保安大学校学生募集

海上保安庁では、平成31年4月期採用の学生を募集します。

### 1 受験資格

(1) 海上保安学校  
平成30年4月1日で高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して5年を経過していない方。平成31年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの方など。  
(2) 海上保安大学校  
平成30年4月1日で高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない方。平成31年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの方など。

### 2 受付開始日

(1) 海上保安学校  
平成30年7月17日（火）から  
(2) 海上保安大学校  
平成30年8月23日（休）から

### 3 1次試験

(1) 海上保安学校  
平成30年9月23日（日）  
(2) 海上保安大学校  
平成30年10月27日（土）  
平成30年10月28日（日）

### 4 申込方法

函館海上保安部へご連絡ください。

※お問い合わせ先

函館海上保安部  
TEL：0138-42-1118

## 危険物取扱者試験のお知らせ

一般財団法人消防試験研究センター北海道支部では、平成30年度第4回危険物取扱者試験を次の日程で実施します。

### 1 試験日

平成30年8月26日（日）

### 2 試験の種類

甲種・乙種第1〜6類・丙種

### 3 試験地

函館市、旭川市、北見市、苫小牧市、帯広市、釧路市

### 4 願書受付期間

(1) 書面  
平成30年7月18日（水）から  
平成30年7月26日（木）まで  
(2) インターネット  
平成30年7月15日（日）から  
平成30年7月23日（月）まで

### 5 提出先

一般財団法人消防試験研究センター北海道支部

インターネットによる受験申請は、一般財団法人消防試験研究センターのホームページをご確認ください。  
<http://www.shoubo-shiken.or.jp>

※お問い合わせ先

一般財団法人消防試験研究センター  
北海道支部  
TEL：011-205-5371

管理栄養士からのお知らせ

# 栄養だより

～食事から夏バテを防止しましょう！～

暑い日が続くと、喉ごしのよいめん類や、冷たいものが食べたくなりますが、そればかり食べてしまうと栄養バランスが偏り、「夏バテ」しやすくなるので、注意が必要です。

<夏バテ防止に効果のある栄養素>

●ビタミンB<sub>1</sub> : 糖質をエネルギーに変える栄養素です。不足すると疲れやすくなります。

【多く含む食品】豚肉、玄米、大豆、うなぎ、たらこなど

※にんにく、玉ねぎ、にらと一緒にとることでビタミンB<sub>1</sub>の吸収率が高まります。

●ビタミンC : 夏の暑さや睡眠不足などのストレスに対する抵抗力を高めてくれる栄養素です。

【多く含む食品】キウイフルーツ、いちご、赤・黄ピーマン、ブロッコリーなど

香辛料や酸味のある食材は食欲増進効果があります。1日3食しっかり食事をとって、暑い夏を乗り切りましょう。

## \* 今月のお料理レシピ \*

### 『トマトキーマカレー』 ～暑い日にもフライパンでお手軽に作れます～

#### 《材料》 2人分

・ごはん	150g
・豚ひき肉	120g
・玉ねぎ	1/2個
・じゃがいも	1個
・にんじん	1/3本
・トマト	2個
・サラダ油	小さじ2
・しょうが (チューブ)	少々
・にんにく (チューブ)	少々
・カレー粉	大さじ2
・塩	小さじ1
・こしょう	少々
A・ヨーグルト	3/4カップ
・ケチャップ	大さじ2
・はちみつ	小さじ2
・ウスターソース	大さじ1



《1人分の栄養価》 エネルギー:636kcal 食塩相当量:2.6g

#### 《作り方》

- 1 玉ねぎ、じゃがいも、にんじりは、皮をむき、1cm角のさいの目に切ります。  
トマトはへたをとり、小さめの乱切りにします。  
また、ボウルに材料Aを全て加え混ぜ合わせます。
- 2 フライパンにサラダ油、しょうがとにんにくを入れて熱し、豚ひき肉を炒め、火が通ったら、玉ねぎ、じゃがいも、にんじんを加えて5分間炒めます。
- 3 玉ねぎが透き通ったら、トマトとAを加え、時々混ぜながら15分間煮込み、ごはんと一緒に盛り付けて完成です。

※オクラやなすなどの夏野菜を加えたり、チーズをかけてもおすすすめです。



**「おしき食・観光・海外戦略  
推進外国人アドバイザー」  
派遣事業のお知らせ**

北海道渡島総合振興局では、外国人観光客の受け入れや海外向け商品開発に取り組む企業団体などに、外国人のアドバイザーを派遣します。

国によって異なる習慣や食文化など、「外国人目線」に立った受け入れ体制の充実を図ってみませんか。

派遣に係る費用は無料です。食や観光の国際化を考えている皆さん、ぜひご利用ください。

○派遣事例

・多言語化  
看板、案内標示、パンフレット、メニューなど

・接遇

文化、価値観、慣習様式、規範などの相違の対応など

・ICT対応

予約システム、決済システムなど

・情報発信

パンフレット、ホームページ、SNSなど

・商品開発

味覚、パッケージ、ネーミング、標示、モニターツアーなど

○派遣する外国人の国籍  
中国、台湾、オーストラリアなど  
○派遣費用  
無料

※お問い合わせ先

北海道渡島総合振興局産業振興部商工労働観光課食・観光・海外戦略推進室

Tel.. 0138・47・9461  
FAX.. 0138・47・9207

**「野外活動が多い人へ  
「ダニ媒介脳炎」に注意！**

ダニ媒介脳炎は、ウイルスを保有するマダニに咬まれることによって感染し、道南圏域でも発生が報告されています。

草むら、藪、森林、牧草地などマダニが多く生息する場所に入る際には長袖、長ズボンを着用して、肌の露出は避け、マダニに咬まれないようにすることが大切です。

もし、マダニに咬まれたら、皮膚科などでマダニの頭部が残らないように除去してもらってください。

また、マダニに咬まれた後、発熱、筋肉痛、食欲低下、嘔吐など体調の変化が出現したら、すぐに医療機関（内科など）で診察を受けてください。

※お問い合わせ先  
北海道渡島保健所健康支援係  
Tel.. 0138・47・9548

**渡島保健所精神保健相談  
心の健康相談について**

北海道渡島保健所では、ご本人とご家族などを対象に、うつ病、統合失調症、ひきこもり、依存症、高次脳機能障害などの精神疾患について相談を受け付けています。

また、精神科医などによる相談は毎月1回、保健師による相談は、随時実施しています。

○相談日時

平成30年8月21日(火)

午後2時から午後4時まで

○申込期限

平成30年8月13日(月)まで

○相談料

無料

※お問い合わせ先

北海道渡島保健所健康支援係  
Tel.. 0138・47・9548

**所得税及び復興特別所得  
の予定納税（第1期分）  
の納税をお忘れなく**

前年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告に基づき計算した予定納税基準額が15万円以上となる場合には、原則、この予定納税基準額の3分の1相当額をそれぞれ7月（第1期分）と11月（第2期分）に納めることになっていきます。

予定納税が必要な方には、6月中旬に税務署から「平成30年分所得税及び復興特別所得税の予定納税額の通知書」が送付されています。

納期は、平成30年7月1日(日)から平成30年7月31日(火)までです。振替納税を利用されている方は、平成30年7月31日に指定の金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とされます。

※お問い合わせ先  
函館税務署  
Tel.. 0138・31・3171

**ご存知ですか？  
「国民年金基金」**

国民年金基金は、自営業の方やフリーランスの方など国民年金の第1号被保険者で保険料を納めている60歳未満の方が加入して、税の優遇を受けながら掛金納付や老後に国民年金の上乗せ年金として受けられる公的な年金です。

また、国民年金基金は、60歳以上65歳未満の方や海外に居住されている方で国民年金に任意加入されている方も加入すること

とができます。  
※お問い合わせ先  
北海道国民年金基金  
Tel.. 0120・65・4192

**ご存知ですか？  
「中退共」の退職金制度**

「中退共」は、中小企業のための安心・安全な国の退職金制度です。新規加入や掛金を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。

掛金は全額非課税で手数料もかかりません。

また、社外積立で管理も簡単です。従業員ごとの納付状況や退職金試算額を事業主の方々にお知らせします。

パートタイマーや家族従業員も加入でき、短時間労働者の方のための特例掛金月額が用意されています。

詳しくは「中退共」で検索し、ホームページをご覧ください。

※お問い合わせ先

(独) 勤労者退職金共済機構  
中小企業退職金共済事業本部  
Tel.. 03・6907・1234



## 水産の艇窓

## 平成30年5月の水揚

単位：数量（トン）／水揚高（千円）

魚種	数量	水揚高	魚種	数量	水揚高
すけとうだら	0.1	1.0	かじか	2.4	46.0
たこ	41.6	35,153.4	平目	0.1	83.4
さけ	0.1	82.1	たら	6.0	511.4
ます	3.1	1,393.9	松皮かれい	0.1	144.9
かれい	24.6	3,044.1	つぶ	47.7	8,801.1
なまこ	5.4	23,652.3	えび	1.1	1,748.5
油子	1.2	746.6	ほたて	1.2	57.7
黒そい	0.8	111.6	いわし	0.1	0.1
ほっけ	300.4	30,832.1	その他魚類	1.3	172.3
がや	2.4	444.0	海藻類	3.0	188.8
			合計	442.7	107,215.3

## ○ 駒ヶ岳火山観測情報 ○

平成30年5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、静穏に経過しており、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】監視カメラによる観測では、昭和4年火口の噴気は観測されませんでした。

また、平成30年5月21日（月）から23日（水）まで実施した現地調査でも、昭和4年火口の噴気及び熱活動の高まりは認められませんでした。

【地震活動】火山性地震は少なく、火山性微動は観測されませんでした。

【地殻変動】GNSS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。

（GNSS観測：GPS含む衛星測位システムの総称）

※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/>

※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>

## 森警察署ニュース



「夏の交通安全運動」が実施されます！

『ム』チャするな 『ジ』カンにゆとり 『コ』コロのよう

交通安全運動は、道民一人一人が交通安全を自らのこととして捉え、交通ルールの遵守や思いやりのある交通マナーの実践によって、交通事故防止を図ることを目的としています。

## 1 運動期間

平成30年7月11日（水）から平成30年7月20日（金）までの10日間（7月13日は、飲酒運転根絶の日）

## 2 夏季の交通事故防止のポイント

- 暑さや疲れによる集中力の低下に十分注意し、眠気を感じたら直ちに休憩を取りましょう。
- スピードの出し過ぎ、無理な追い越しは絶対にやめましょう。
- 車に乗ったら、全ての座席でシートベルトを締めましょう。

## 3 知ってますか？北海道自転車条例

自転車に乗るときは、子供はもちろん大人も乗車用ヘルメットをかぶり、夜間は自転車の側面に反射器材を付けるようにしましょう。

北海道警察官募集中！～ 夢、今叶えるとき ～

## 1 平成30年度第2回北海道警察官採用試験実施日程

- 受付期間 平成30年7月2日（月）から平成30年8月24日（金）まで
- 第1次試験日 平成30年9月17日（月）
- 第2次試験日 平成30年10月中旬から平成30年11月上旬

## 2 やりがいのある仕事です！

北海道警察の仕事は、多種多様でどんな仕事にもやりがいがあります。

北海道のために働きたい、困っている人を助けたい方々、受験してみませんか。大切な家族のため、故郷のため、一緒に北海道の安全と安心を守りましょう。

詳しくは北海道警察ホームページをご覧ください。

## ※お問い合わせ先

函館方面森警察署 (Tel : 01374-2-0110)

北海道警察採用フリーダイヤル (Tel : 0120-860-314)

犯罪発生状況（平成30年1月1日～5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	4件	2件	0件	1件	1件

交通事故発生状況（平成30年1月1日～5月31日）

	人身事故	死者数	傷者数	物損事故
町内	2件	0人	4人	30件

# 7月～8月の行事予定カレンダー

<b>7月16日(月)</b>		<b>8月1日(水)</b>	(保) 健康相談 いこいの湯 受付14:00～16:00
<b>17日(火)</b>	(保) 赤ちゃんなかよし広場 総合体育館保健室 10:00～	<b>2日(木)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00
<b>18日(水)</b>	(保) 健康相談 いこいの湯 受付14:00～16:00	<b>3日(金)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00
<b>19日(木)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00	<b>4日(土)</b>	
<b>20日(金)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00	<b>5日(日)</b>	(保) 就労活動「カフェぼっぼ」 しかべ・ぼっぼ館 11:00～15:00
<b>21日(土)</b>		<b>6日(月)</b>	
<b>22日(日)</b>	(保) 就労活動「カフェぼっぼ」 しかべ・ぼっぼ館 11:00～15:00 (観) しかべ間歌泉わくわくサンデー!! 道の駅しかべ間歌泉公園 11:00～14:00	<b>7日(火)</b>	
<b>23日(月)</b>	(保) 町民ニコニコ健診結果説明会 大岩地域会館 9:00～10:00 (保) 町民ニコニコ健診結果説明会 鹿部会館 10:30～12:00 (保) 町民ニコニコ健診結果説明会 中央公民館 ①13:30～15:30 ②17:00～18:30	<b>8日(水)</b>	
<b>24日(火)</b>	(保) 町民ニコニコ健診結果説明会 本別中央会館 9:30～15:00	<b>9日(木)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00
<b>25日(水)</b>		<b>10日(金)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00 (保) あったかサロン 本別中央会館 13:30～15:30
<b>26日(木)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00	<b>11日(土)</b>	
<b>27日(金)</b>	(保) 創作活動「ぼっぼワークの日」 しかべ・ぼっぼ館 10:00～16:00 (保) あったかサロン 本別中央会館 13:30～15:30	<b>12日(日)</b>	
<b>28日(土)</b>		<b>13日(月)</b>	
<b>29日(日)</b>	(保) 就労活動「カフェぼっぼ」 しかべ・ぼっぼ館 11:00～15:00	<b>14日(火)</b>	(教) 平成30年度鹿部町成人式 中央公民館 16:00～
<b>30日(月)</b>		<b>15日(水)</b>	
<b>31日(火)</b>	(税) 固定資産税第2期納付期限日 (税) 国民健康保険税第2期納付期限日		

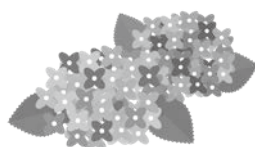
※行事日程等について、施設等の都合により変更となる場合がありますので、行事に参加される場合は、事前に担当課へ確認を、お願いします。

- ◆お問い合わせ先略称◆ (教) 教育委員会 (TEL7-3124) (保) 役場保健福祉課 (TEL7-5291)  
(税) 役場税務課 (TEL7-5292) (観) 役場水産経済課食と観光推進室 (TEL7-5293)

休日当番医については、新聞等で確認するか、役場保健福祉課までお問い合わせください。

■発行／鹿部町  
■編集／企画振興課広報広聴係  
〒041-1498  
北海道茅部郡鹿部町字宮浜299番地  
TEL：01372-7-5297  
FAX：01372-7-3086  
Eメール  
kikaku@town.shikabe.hokkaido.jp  
ホームページ  
http://www.town.shikabe.lg.jp  
■印刷／(株)長門出版社

(注)お誕生、おくやみ欄についての掲載は、役場民生課窓口で掲載承諾を頂いて載せております。



伊い岩お  
藤とう島しま 氏  
梨り大だ  
名 弘 光 住所  
保護者  
おたんじょう  
おめでとう

世帯と人口	
平成30年6月1日現在 ( ) は前月比です	
世帯数	1,861世帯 (+2)
男	1,894人 (+2)
女	2,103人 (-3)
計	3,997人 (-1)
●65歳以上の人口	1,502人
高齢化率	37.6%

**ひ・と・り・の・と**

7月となり、夏が始まろうとしていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。熱中症になりやすい季節に突入するので、こまめに水分補給をして熱中症に気をつけましょう。

6月から、役場ではクールビズが始まりましたが、先月は、まだ肌寒い日が多く上着を手放すことができませんでした。

また、暑い日と寒い日の差が激しく、体調を崩しそうだったので、今月は、気温差が落ち着くことを、願っています。

さて、先月は、鹿部小学校の運動会に写真撮影で参加させていただきました。

当日は、天気がよく運動会日和で、リレーや綱引き、玉入れなどを子どもたちが楽しそうにやっていた姿が印象に残っています。

また、競技の間に鹿部小唄を児童と地域の方々が一緒に踊る場面があり、地域の一体感を感じる運動会でした。

(みやにし)