

あかびら 広報 3 March.2017 No.855

March.2017 No.855



炭鉱遺産活用の基本構想と施設整備

- 5 まちづくり提案事業の結果
- 6 春は届出が多くなる季節です
- 7 今年のらんフェスタは「円楽さん」
- 10 みんなで学ぶ認知症

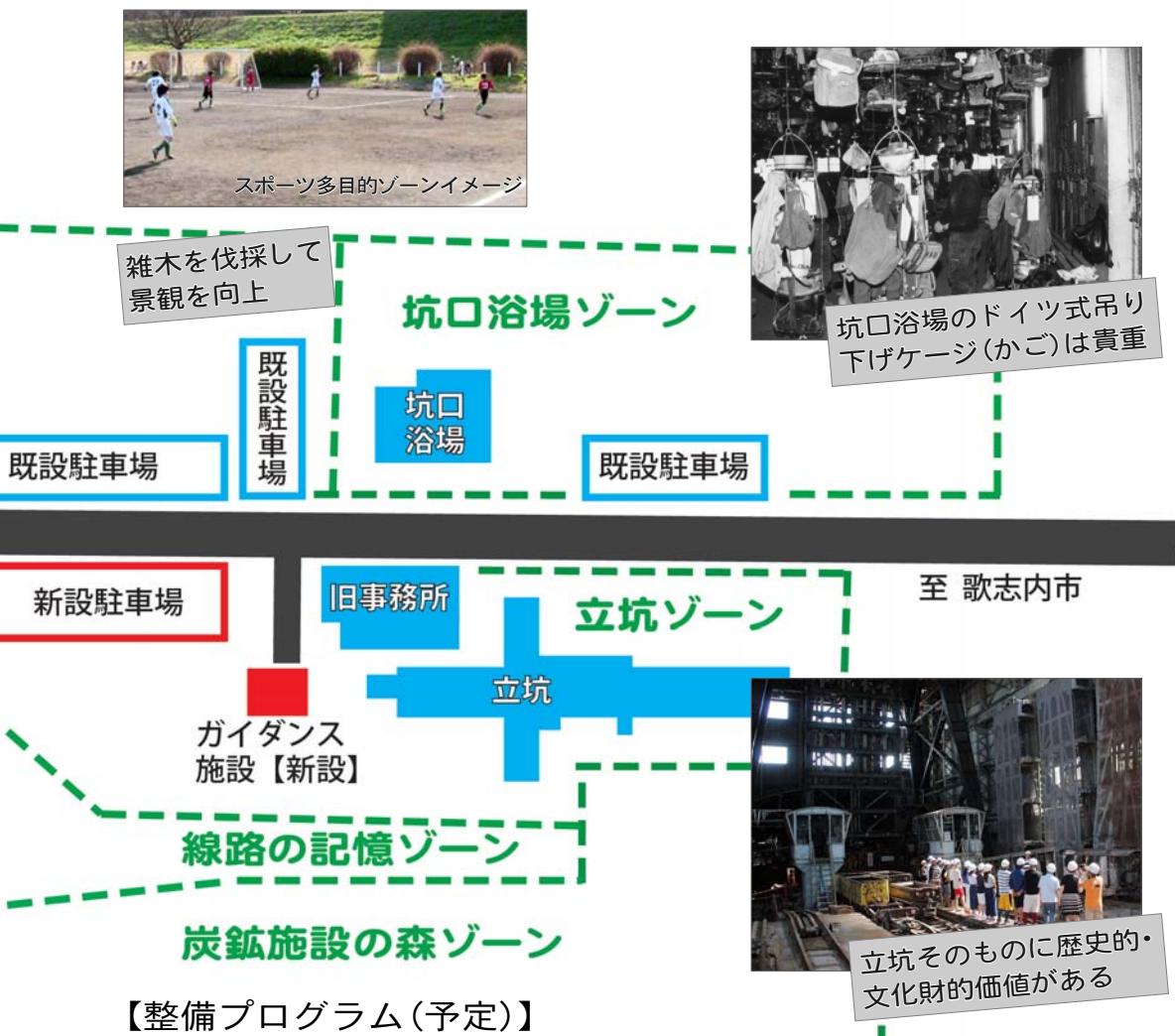
赤平市炭鉱遺産活用検討協議会 炭鉱遺産活用の基本構想（案）がまとまりました

炭鉱遺産の継承と活用については、赤平市しごと・ひと・まち創生総合戦略の中で重点施策として位置づけられています。赤平市では、国内でも貴重な歴史的建造物・資料として評価されている炭鉱遺産を保存・継承し、幅広く活用するため、炭鉱遺産公園や炭鉱資料館の一体的な整備について検討しています。

平成28年7月、炭鉱遺産の研究をしている大学教授や民間ガイドなどの有識者、行政関係者によって、赤平市炭鉱遺産活用検討協議会が発足しました。協議会では国のエネルギーを支え赤平のまちを活性化させた炭鉱を、産業遺産としてどのように未来へ継承し、市内外の多くの皆さんに見ていただき、集う場とすることができるかについて議論を重ねてきました。計8回にわたる協議の結果、1月31日（火）に炭鉱遺産活用の基本構想（案）がとりまとめられました。

赤平市ではこの基本構想（案）をもとに、市民の皆さんから意見をうかがいながら基本構想を完成させたいと考えています。

【ゾーニング・将来イメージ図】



【整備プログラム（予定）】

	短期（1～5年）	中期（6～10年）	長期（11～20年）
立坑やぐら ※	劣化停止補修（応急的）	機能向上修繕	▽事務所と一体的に運用
旧事務所	収蔵庫（一部公開）	（活用方策の検討）	資料館として公開
【新】ガイダンス施設	小規模・速成建築	立坑と一体的に活用	▽事務所と一体的に運用
自走枠工場	現地での保存・公開		立坑付近へ移設・集約
坑口浴場 ※	保存的措置・一部公開	（活用方策の検討）	検討結果に基づいて活用
土地	最低限の動線確保・植栽	ズリ山側園地との連絡	公園的機能整備

※立坑やぐら・坑口浴場などは、短期・中期での文化財指定・登録を目指し、調査研究に取り組みます。

【基本構想(案)の概要】

立坑周辺の将来目指す姿を形にするため、整備を進める際に考えるべき基本的な方針は次のとおりとします。

●段階的な整備を行います

想定される最終形をイメージしつつ、財政状況や財源確保を見極めながら、必要な部分から整備していきます。

一気に大きな整備を行うのではなく、有利な財源の活用や最終形の修正を柔軟に検討しながら整備を行います。

●今ある施設や空間を最大限活用します

立坑自体が圧倒的迫力のある展示物で、それ自体に歴史的・文化財的価値があります。旧住友赤平小の資料を移設し、一体的な整備を行います。

●メリハリのある 一体的な整備を行います

駅裏を一体的に捉えます。立坑側は遺産としての価値を前面に押し出してしっかり管理していきます。ズリ山側は市内外の皆さんが憩える場など、幅広く検討して整備します。

●市民参加をお願いします

建物や周辺整備などの最低限必要な基盤づくりは行政が行い、ガイドや草刈・植栽など市民や企業が参加できる部分は協力をお願いしていきます。

●広域的な機能分担を考えます

赤平で完結するのではなく、広域的に見せる考え方も必要です。近隣の炭鉱資料との重複を避け、赤平固有の展示に集中することで、余分な費用負担を抑えます。

※文化財指定の手続きを進めるなど、炭鉱遺産の価値を高めています。

※事業を行うことが目的にならないように、常に上記の基本的な考え方に対し返って検証していきます。

2、3ページでは基本構想(案)の概要について、4ページでは「ガイダンス施設」の整備に関する国からの財源や、3月9日(木)の「炭鉱遺産活用に関する市民説明会」についてご案内します。説明会では構想の説明と、皆さんからの疑問点・ご意見についてお話をうかがいたいと思います。多くの皆さんの参加をお待ちしています。



図面を囲みながら協議を重ねました。



炭鉱遺産公園 ガイダンス施設建設を検討しています

これまでガイドツアーやフットパスなどで炭鉱遺産の活用が知られ、市では一般の方から問合せを受けることがあります。しかし残念ながらいつでも見学できる状態ではありません。また、旧住友赤平小学校にある炭鉱資料館は休館状態で、貴重な資料が眠ったままとなっています。

赤平市では国の補正予算に基づく交付金(地方創生拠点整備交付金)を財源として、資料館の資料を立坑周辺に移し、ガイド受付や資料展示を行うガイダンス施設の建設を検討しています。まずは資料の常設展示で炭鉱遺産を知ってもらい、前ページの構想の具体化を進めていきたいと考えています。

■ガイダンス施設建設の費用と財源

●概算費用(支出)

▷ガイダンス施設と
新設駐車場(一部)の整備 2億5,580万円

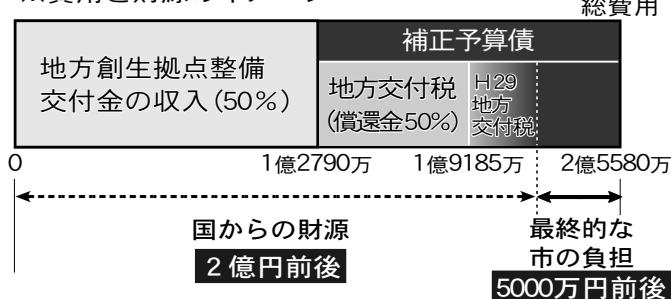
●国からの財源(収入)

▷地方創生拠点整備交付金 1億2,790万円
▷補正予算債の償還にかかる
地方交付税交付金 6,395万円以上

建設費用の50%(半分)が国からの交付金でまかなわれます。

あとの50%(半分)は市が補正予算債という起債(借金)を借りて支払いますが、毎年、元利償還金(返済金)の50%分は地方交付税として国から市に交付されます。残りの一部も平成29年度の地方交付税が交付される予定です。国から入るお金は合計で2億円前後が見込まれるため、市の最終的な負担は大幅に軽減されます。

※費用と財源のイメージ



■平成28年12月市議会での補正予算

●歳出補正予算(支出)

▷ガイダンス施設実施設計委託料 1,080万円
▷立坑櫓等調査業務委託料 432万円

●予算化の経緯

赤平市では昨年12月、ガイダンス施設の設計委託料と、立坑やぐらなどの文化財化に向けた調査業務委託料を予算化し、市議会で議決を受けました。

ガイダンス施設は炭鉱遺産活用の核となる建物です。市は総合戦略の中で施設の整備を進めることとしていますが、施設建設は大きな支出を伴う事業です。

こうした中、国は来年度までに整備する地方創生事業に対し、今年度限定で「地方創生拠点整備交付金」を交付することとしました。建物の建設ができる交付金は種類が少なく、この交付金は自治体にとって大きな財源となるものです。今回、赤平市では、国からの有利な財源を活用し、将来的な市の財政負担を減らせるものと考え、建設を進めることとしました。交付金の申請にあたっては、期限が1月中であったことから、早急な予算化が必要となりました。

以上のことから、炭鉱遺産活用検討協議会での協議が続いていた中でしたが、昨年12月に交付金事業の予算づけを行いました。

炭鉱遺産活用 に関する 市民説明会

3月9日(木)午後6時から
会場：東公民館

○基調講演 北海道大学名誉教授 角 幸博 氏

テーマ：「産業遺産は地域の宝」

歴史的建造物や文化財を研究されている角名誉教授に赤平の炭鉱遺産などについてお話ししいただきます。

○基本構想(案)・施設整備などについての説明

○質疑・意見交換

■問合せ 企画調整係☎ 32-1834



あかびら市民まちづくり提案事業 (市税1%市民予算枠制度)の結果

問合せ 企画調整係 ☎ 32-1834

昨年11月に募集した「あかびら市民まちづくり提案事業」について77件の提案がありました。市民組織(赤平市しごと・ひと・まち創生総合戦略みらい部会)による審査会を経て、市は下表の事業を予算化しました。

提案してくださった皆様、ありがとうございました。
次回以降はより多くの方々にご提案いただけるよう、募集期間の拡大や選考方法について工夫してまいります。



総合戦略みらい部会の皆さんに審査をお願いしました。

応募件数	一般	応募なし
中高生	77件	
合計	77件	

No.	事業名	内 容	予算額
①	植栽事業	まちのイメージアップを図るため、市民参加でズリ山階段周辺に桜の苗木を植樹して、想い出と景観の場とする。	192万4千円
②	テニスコート水飲み場設置事業	スポーツセンター前の市営テニスコートに水飲み場を設置して、利用者の利便性を図る。	78万1千円
③	冬のイベントの実施事業 (冬の子ども野外活動)	子どもが雪にふれ、楽しみ、冬の野外活動を体験することによって体力の向上を図る。	27万円

※これらの事業は3月議会で予算の承認をいただき、平成29年度に市や団体が実施する予定です。

確定申告は お済みですか？

問合せ 市税係 ☎ 32-2219

申告がお済みでない方は、右の日程表をご確認のうえ会場までいらしてください。混雑を避けるため、なるべく指定する期日に申告してください。

◎マイナンバーと身分証が必要です

今回の申告から、マイナンバーの提示と身分証明書の確認が必要となりました。提示できなかった場合、申告の受付に時間がかかることがありますので、必ずご持参ください。

◎代理人は委任状も必要です

本人に代わって申告をする方は委任状の提出が必要です。その際には本人のマイナンバーの提示と代理人の身分確認も必要となりますので、忘れずに必要書類をご持参ください。

◎申告日程

期日	指定地域	会場
3月1日(水)	茂尻春日町、茂尻新春日町、茂尻新町、茂尻栄町	(東公民館 茂尻支所)
3月2日(木)	茂尻中央町、茂尻本町、百戸町、エルム町	
3月3日(金)	茂尻元町、茂尻旭町、茂尻宮下町	
3月6日(月)	宮下町	市コミュニティセンター (市役所併設)
3月7日(火)	昭和町、幸町	
3月8日(水)	豊栄町	
3月9日(木)	幌岡町、共和町、住吉町	
3月10日(金)	東文京町、西文京町	
3月13日(月)	北文京町	
3月14日(火)		
3月15日(水)	市内全域	

受付時間

午前の部 8:30~11:30
午後の部 13:00~16:00
◆ 8:30前と11:30~13:00
は受け付けできません。

◆東公民館での相談日
(3月1日(水)~3月3日(金))は
市役所での受け付けは行
いません。

春は各種届出が多くなる季節です。

春は最も異動が多く、就職や就学などもこの時期に集中することから、異動の届出や戸籍・住民票の写しなどの諸証明の交付申請が大変多い季節になります。

例年窓口が非常に込み合うことから、できるだけ混雑の少ない窓口をめざしていきますので、市民の皆さんのご理解をお願いします。

窓口にいらした方の本人確認について

個人情報を保護するため、「窓口にいらした方の本人確認」を行なっていますので、次のことにご注意ください。

【住民票の写しなどの交付請求】

住民票の写しを請求できる方は本人または同一世帯の方で、それ以外の方は委任状が必要となります。また、窓口にいらした方の本人確認が必要です。

【住民票の異動】

（転入・転出・転居などの届出）

住民票の異動の届出をされる場合も右記住民票の写しなどの交付請求と同様です。

戸籍に記載されている本人、または窓口にいらした方の本人確認が必要になります。

問合せ

市民生活課戸籍年金係
32-1823

※本人確認の方法について

- A 個人番号カード・運転免許証・住民基本台帳カード(写真付)・その他官公署が発行した免許証・許可証・資格証明書など(本人の写真が貼付されたもの)を提示または提出
- B やむを得ずAを提示できない場合は、健康保険・介護保険・後期高齢者医療の被保険者証、年金証書など市長が適当と認める書類を2種類提示または提出

その配偶者および直系の親族の方は委任状の必要はありませんが、それ以外の方が請求される場合は委任状が必要になります。

第三者請求、公用請求、特定事務受任者(弁護士など)が戸籍謄抄本の写しなどを交付請求される場合は、正当な理由の明示など、別に規定されています。

エルム高原温泉「ゆったり」開設21周年記念イベント

臨時バス運行(A地区平岸方面・B地区茂尻・住友方面)

平岸 東町会館	10:30	茂尻 伊藤石油前	10:49
平岸 駅前	10:31	日の出町会館	10:52
平岸 マート前	10:32	マックスバリュ赤平店前	10:54
浄光寺前	10:33	旧文化会館前	10:56
平岸 桂町	10:35	中央会館(虹かけ橋下)	10:57
茂尻本町集会所前	10:36	市役所下(川添通り)	10:58
エルム工業前	10:38	宮下東団地付近	11:00
茂尻栄町老人クラブ前	10:41	桜木町バス停付近	11:01
茂尻新町	10:42	赤平西郵便局前	11:06
ケアハウスすいこう	10:46	文京簡易郵便局前	11:08
百戸雇用促進住宅前	10:47	温泉「ゆったり」	11:15

※みらい前・赤間入口で乗車希望の方は、「ゆったり」☎34-2155までお電話ください。また帰路は、15時に出発し逆順路でお送りします。

ひまわり姉妹歌謡ショー



歌と踊り(安来節)をお楽しみください。

3月11日(土)
12時～13時

エルム高原「ゆったり」大広間

「虹の山荘」宿泊料50%OFF

3月30日(木)まで

(ただし、日曜・祝日の前日を除く)

北海道の春は赤平から

らんフェスタ赤平2017



期間 4月14日(金)、15日(土)、16日(日)

会場 赤平市総合体育館

時間 9:30~17:00(入場は16:30まで)

観らん券 おひとり様／1日券

前売500円 当日800円 (高校生以下無料)

●なかそらちの食と観光・物産フェア同時開催
花業者即売会、園芸市、飲食コーナーなど

問合せ 実行委員会事務局

(商工労政観光課) ☎32-1841

らんフェスタ赤平2017 特別講演会



落語家 三遊亭 円楽
「笑いある人生」

4月16日(日) 12時開演

会場 赤平市総合体育館 ふれあいホール2階

料金 指定席 1,000円(前売販売)

自由席 500円(当日販売)

※ご入場の際はらんフェスタ2017観らん券(前売券500円、当日券800円)を別途ご負担いただきます。

チケット販売 前売3月1日(水)

※自由席は当日会場にて9:30より販売
(お一人様3枚まで)

販売場所 実行委員会事務局(商工労政観光課)・赤平商工会議所

問合せ 商工労政観光課 ☎32-1841
赤平商工会議所 ☎32-2246



【小学校1年生の部】
舟橋沙姫(赤間小1年)



【小学校2年生の部】
田代智帆(茂尻小2年)



【小学校4年生の部】
孫崎望叶(赤間小4年)

冬休み オリジナルイラスト・絵画展

テーマ 「家族自慢」

応募総数205点の中から見事、最優秀賞
を受賞された方々をご紹介します。



【中学校1年生の部】
坪谷拓武(中央中1年)

【中学校2年生の部】
三谷莉亞(赤平中2年)



【中学校3年生の部】
高田梨乃(中央中3年)

医療費の一部負担金について

国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方が医療機関などにかかる場合に負担する一部負担金について、支払義務を負う世帯主が、下記の要件に該当すると、申請により一部負担金の減免や徴収猶予となる場合があります。

減免の該当要件

- (1) 災害などによって死亡、障がい者となり、または資産に重大な損害を受けたとき
- (2) 自然災害による農作物の不作、不漁などにより収入が減少したとき
- (3) 事業の休廃止、失業などによって収入が著しく減少したとき
- (4) (1)から(3)までの事由に類する事由があったとき
- (5) 特別な事情により支出が著しく増加したとき(国民健康保険のみ)

※上記の該当要件に当てはまる場合であっても、資産などの状況によっては減免を受けられない場合があります。詳しくはご相談ください。

道民意見の募集について

「北海道国民健康保険運営方針」の策定にあたり、道民の皆さんからご意見を募集します。関係書類は道のホームページ、道庁行政情報センター、各総合振興局及び振興局(石狩を除く)などで閲覧できます。

●名称 「北海道国民健康保険運営方針(原案)」

●意見の募集期間 3月1日(水)～3月31日(金)

問合せは右記、北海道保健福祉部健康安全局国保医療課まで

税や公共料金の納期内納付は、 あなたと赤平市民全体とのお約束！

皆さんとの「公正・公平」というお約束を守っていただくため、市の職員は一丸となり滞納や未納を解消していきます。

また、十分な行政サービスを行う上で、税や公共料金の収入は貴重な財源です。市民の皆さんに対して、滞りなくサービスを提供できるよう、ご協力をお願いします。

保育料の納付は忘れずに！

保育所の運営は、保護者に負担いただいている保育料と、国・市の負担金(保育所を利用していない方を含めた市民の税金も含む)によってまかなわれています。

保育料の納め忘れによって貴重な財源が不足すると、「保育所の健全な運営」と「よりよい保育サービスの提供」に支障をきたします。

保育料の収納対策の一環として、保育料の滞納が続く方を対象に児童手当からの特別徴収を、市の歳入の確保と公平性の観点から実施しています。対象となる方には、「児童手当(特例給付)に係る保育料特別徴収通知書」を送付します。

また、保育料の納付相談は、社会福祉課子ども未来・医療給付係で随時実施しています。仕事や家庭の事情などで納期限までに納めることができない方は、必ず相談にお越しください。

医療保険

information

問合せ

医療保険係

☎32-2214

問合せ

北海道保健福祉部健康安全局国保医療課

☎011-231-4111

(内線25-808)

ホームページ

http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kki/kak/kouikika_junbi_index.htm

市税等 収納向上

information

問合せ

納税係 ☎32-2219

子ども未来・医療給付係

☎32-2216



彫刻家 流政之さんによる彫刻を鑑賞しながら歩く人々

2/12

彫刻家 流政之氏の彫刻が10体屋外展示されているエルム高原で、かんじきを履いて雪の上を歩きながら、芸術鑑賞を楽しみました。



第13回冬休みオリジナルイラスト・絵画展表彰式

2/4

今年のテーマは「家族自慢」。市内小中学生205点の応募があり、それぞれの作品から、家族の温かさを感じることができました。



東公民館講座

2/10

滝川市で飲食店を営んでいるアビランさんをお招きし、バレンタインに向けて、グラノーラを使ったチョコレートスティックの講座が開催されました。



北海道指導農業士に認定

2/17

中西幸一氏が、北海道知事から認定証を受けました。これまでの自らの経験をいかして新たな農業者の育成に尽力されます。



(総合体育館)

ニュースポーツ大会

2/19

床の上で木製のストーンを転がす、フロアカーリングを行いました。参加したみなさんはストーンを真っ直ぐ転がすことが難しそうでした。



北海道交通安全功労者等表彰

2/9

平成11年から約17年間、交通指導員として地域の交通安全運動のために尽力された、山川勇氏が「北海道善行賞」を受賞されました。

こんにちは 地域包括支援センター です！



みんなで学ぶ認知症 シリーズ⑤



認知症になっても、地域で暮らしていくために

厚生労働省の統計によると、65歳以上の高齢者のうち、認知症の人の数は、その予備群を含めて約862万人（平成24年現在）にのぼり、85歳以上の約半数、95歳以上の約8割を占めると推定されています。

認知症は特別な人に起こることではなく、誰にでも起こる可能性があります。「ひとごと」ではなく、「自分のこと」として考え、高齢になっても安心して暮らせるまちを、みんなでつくりあげていくことが大切です。

認知症に関する相談窓口

- かかりつけ医～認知症になる前から、本人の健康状態などを把握していますので、相談がスムーズに行えます。物忘れ専門外来へ受診する前に、一度ご相談ください。
- 地域包括支援センター～身内や近所の方など、認知症が心配な方がいましたら、ご相談ください。窓口に来られない場合は、家庭訪問などでご様子をうかがうこともできます。

問合せ 地域包括支援センター ☎32-0661

認知症サポーター養成講座

赤平市では、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりをめざして、認知症サポーター養成講座を開催しています。認知症について正しく学び、認知症の方やその家族を温かく見守り、自分のできる範囲で手助けをしませんか。

ご要望に応じて出前講座を開催しますので、開催日時や場所など、お気軽にお問合せください。

開催内容

- 対象 市内団体、学校、町内会、友人同士、職場など
内容 認知症の原因や症状について、認知症の方への接し方など（60分～90分）
人数 5名以上
参加費 無料。受講修了者にはサポーターの証である「オレンジリング」を差し上げます
申込 地域包括支援センター ☎32-0661
※申込みは随時行っています

認知症家族教室

認知症の方の介護について不安や戸惑いは、誰にでもあります。相談できる人や協力者がいなくて悩んでいることはありませんか。知識を習得し家族同士の交流もしながら、少しでも介護負担の軽減につながることを願い開催します。

会場 砂川市立病院 多目的ホール1
申込み 砂川市立病院 認知症疾患医療センター ☎54-2131（内線1711）担当：大辻
※申込みの際、氏名、連絡先などお伝えください。
締切 3月8日（木）まで

プログラム

- ① 3月9日（木）10時～11時30分
「認知症の診断・治療」
認知症疾患医療センター長 医師 内海久美子氏
- ② 3月16日（木）10時～11時30分
「認知症の方へのかかわり方」認知症疾患医療センター 認知症看護認定看護師 福田智子
- ③ 3月23日（木）10時～11時半
「懇談会」認知症介護OBにも加わっていただき、語り合いましょう

●市立病院外来診療日程●

内 科	整 形 外 科	外 科	産 婦 人 科	皮 膚 科	泌 尿 器 科	耳 鼻 咽 喉 科	小 兒 科	眼 科	月
○	△	△	休 診	×	△	×	○	×	火
○	□	△		△	×	△	○	×	水
○	△	○		×	□	×	△	×	木
○	△	△		×	△	×	○	×	金
○	○	△		×	×	△	○	○	

市立病院の診療日程



整形外科外来からのお知らせ

■都合により、3月24日(金)の午前中は休診とさせていただきます。(午後の出張医による診療は通常どおり行います)

眼科外来からのお知らせ

■都合により、3月31日(金)は休診とさせていただきます。

※それぞれご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願ひいたします。

市立病院スタッフ募集のお知らせ

□募集職種及び人員

▶救急外来専従者(臨時職員/看護師・准看護師)

- ・夜間当直 1,600円(時給)
(1回の夜間当直につき23,200円)
- ・日直(土日/祝日) 1,600円(時給)
(1回の日直につき12,000円)

▶看護師・准看護師(嘱託・臨時・パート) …若干名
(病棟・外来・透析)▶外来看護助手(臨時・パート) …1名
820円(時給)▶病棟看護助手(嘱託・臨時・パート) …若干名
(資格のない方でも応募可能です)

▶臨床工学技士(嘱託職員) …1名

問合せ

あかびら市立病院管理課 ☎32-3211(内線406)

		午後			午前	
		15時00分～16時00分	13時00分～15時00分	13時00分～14時30分	13時00分～15時30分	7時45分～11時30分
	小児科				眼科	泌尿器科
						全科

※初診の方、及び診療券(カード)をお忘れの方の受付
は8時からです。土曜日、日曜日、祝日は休診です。

		26日(日)	20日(祝)	19日(日)	12日(日)	5日(日)	3月	病・医院名
24		杉村歯科医院(滝川市)	渋谷歯科医院(滝川市)	幡ヶ谷歯科医院(砂川市)	新十津川パンダ歯科(新十津川町)	あさひ歯科クリニック(滝川市)	22-0033	
1			22	52	76	22		
3			1	3	3	0		
5			7	4	2	0		
4			3	4	0	3		

歯科診療時間 午前9時から正午まで

休
日
診
療

ク

ス

さわやか

フレイル(虚弱)

に陥る前に、口腔ケア

フレイルとは、高齢者の身体機能や認知機能が低下して虚弱となった状態をいいます。これは健常な状態と、要介護状態(日常生活でサポートが必要な状態)の中間の状態といえます。第2段階の栄養・口腔期(オーラルフレイル期)までに適切な対応をおこなうことで、再び元気を取り戻し、健康寿命を延ばすことが可能となります。



市民健康ガイド

【フレイル(虚弱)の進み方】

生活の質が徐々に低下

疾患や薬が徐々に増加

第1段階 プレフレイル期(社会性・こころ期)	第2段階 オーラルフレイル期(栄養・口腔期)	第3段階 サルコ・ロコモ期(身体面)	第4段階 重度フレイル期
<ul style="list-style-type: none"> ・社会生活の広がりの低下 ↓ ・活動量の低下 ↓ ・意欲の低下、うつ ↓ ・口腔への関心低下 ↓ ・歯の喪失 	<ul style="list-style-type: none"> ・滑舌の低下 ・食べこぼし、むせ ・噛めない食品増加 ↓ ・食欲の低下 ・食品の偏り 	<ul style="list-style-type: none"> ・かむ力の低下 ・舌の動きの悪化 ・食べる量の低下 ↓ ・筋力、筋肉量の低下 (サルコペニア・ロコモティブ症候群) ・低栄養 ・代謝の低下 	<ul style="list-style-type: none"> ・のみ込みの障がい ・かむ機能の障がい ↓ ・フレイル(虚弱) ・運動、栄養障がい ↓ ・要介護

- ・実はこの「オーラルフレイル期」に回復のポイントがあります。
- ・この時期は特に栄養・口腔機能の低下がおこってきます。

対策

- 1:歯周病やむし歯の治療をする
- 2:定期的にかかりつけ医に口腔状態を見てもらう
- 3:毎日の歯磨きをしっかりと
- 4:入れ歯のお手入れも忘れずに
- 5:よくかむ
- 6:うがいをする
- 7:口腔体操を行う

からだやこころの衰えを感じたら、ぜひ口腔のチェックもしてください。お口に関するご相談は歯科衛生士、またはかかりつけ歯科医まで。

元気がみつかるところ

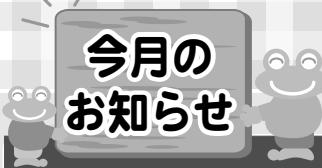
「ほらん亭」

「工房赤平虹の架け橋」の通所者がカフェスタッフをつとめている、誰もが気軽に参加できるコミュニティカフェです。手づくりスイーツを味わいながら健康について楽しくお話ししませんか。

日 時 3月9日(木) 14:00~16:00

場 所 あかびら市立病院 かあさん食堂「ほらん亭」

テ マ 「体成分測定～自分を知って生活改善」・「認知症について」



「ずっとそばにいるよ」

「ちゃんと眠れてる?
大丈夫?」

その言葉を 待っている 人がいます。

「つらかったね、
ここに相談してみようよ」

「よく頑張ってるよね」

3月は、自殺対策強化月間です。

みんなで取り組もう「いのち支えるゲートキーパー」
～ゲートキーパーとは～

変化に気づく 耳を傾けねぎらう 支援先につなげる 温かく見守る
特別な資格は必要ありません。

こころの健康相談統一ダイアル

おこなう まもろうよ こころ
☎ 0570-064-556

支援情報検索サイト

<http://shienjoho.go.jp/>

よりそいホットライン(24時間対応)

フリーダイヤルつなぐささえる
☎ 0120-279-338

FAX 03-3868-3811

献血車ひまわり号がやってきます!

日程	場所	時間
3月6日(月)	赤平市役所	10:00~12:30
		14:50~16:30
3月7日(火)	あかびら市立病院	10:00~11:20
	平岸病院	12:30~14:00
	ふれあいホール前	15:00~16:30



献血車ひまわり号が左記の日程で市内を巡回します。皆さんのご協力をお願いします。

献血をすると後日、血液検査結果が郵送されるので、定期的な健康管理ができます。この機会に、献血で健康チェックをしてみませんか。

問合せ 健康づくり推進係 TEL 32-5665 FAX 34-4188

お知らせ

あかびらツクリテフェスタ 出展者審査員の募集

出展者審査員の募集

「ふらのクリエイターズマーケット」を引き継いだイベントが6月10日(土)、11日(日)の2日間、赤平で行われます。

作品などの出展申込みはす
に道内外から多数寄せられてい
ますが、会場の関係ですべてを
出展するところがござります。

出展することができないため
事前審査を行います。より多く
の方に選んでいただきたいと思
い、審査員を募集しますので、ご
興味のある方はご連絡ください
※イベントの詳細は <http://ts>

募集人数	10名(先着順)
募集締切	3月8日(水)
審査期間	3月9日(木)～11日(土)
審査内容	出展申込書、アピール資料などを参考に審査していただきます。
問合せ	あかびら匠塾(稻石)
☎	080-2879-0972
※	平日10時～17時のみ受付

国家公務員採用試験申込み

・インターネット申込み期間

● 3月31日(金)～4月10日(月)
一般職試験(大卒程度)

● 一般職試験(高卒者・社会人)
4月7日(金)～4月19日(水)

●平成29年度幹部候補生
(一般、歯科・薬剤科)
資格 22歳以上26歳未満(20

れば経験は問いません。幅広い世代でできる安全なスポーツで健康づくりをしましょう。

母なる
専用アドレス
<http://www.jinji-shiken.gov.jp/jukcen.html>

問合せ 人事院北海道事務局第
二課

二課試驗係
011-241-1248

自衛官募集

●平成28年度自衛官候補生(男子)
資 格 18歳以上27歳未満
受付期間 試験日の1週間程度

※採用計画数に達した時点で、以降の試験を実施しない場合があります。

その他のパークゴルフ

1次試験 5月13日(土)、14日(日)
2次試験 6月13日(火)～16日(金)
問合せ 自衛隊札幌地方協力本部
滝川地域事務所 22-2140

問合せ 事務局
飯島 ☎ 33-8630 または
☎ 090-1524-7203

◆今年のオリジナルイラスト展のテーマは「家族自慢」。みなさん の絵から家族の温かさが感じら

広報のつぶやき

広報あかびら

2017年(平成29年)3月号

赤平市役所

〒079-1192 赤平市泉町4丁目1番地
☎ 0125-32-2211 FAX 0125-32-5033
URL <http://www.city.akabira.hokkaido.jp/>
Email info@city.akabira.hokkaido.jp
赤平市役所公式FacebookとYouTubeも公開中

◆12カ月間、いつも試行錯誤して
いた表紙の写真。来月からオート
コンの作品が表紙を飾ります。ど
れも素敵で、皆さんの撮影センス
がうらやましい…。ぜひ、みらい
での作品展でご覧ください。／S

17 ©kabira 2017.3



大倉 加奈

3年間の活動を通して
いまの率直な感想は？

本当にあつという間というか、想像以上に新しい発見と体験の連続で、濃密な3年間でした。

印象的だった出来事は？

具体的には、「かなえーる」の移転に伴って、イチから事務所をつくり上げたことですね。

昨年の6月にオープンした「かなえーる」は、同じ地域おこし協力隊の近藤さんをはじめ、たくさんの方にご協力いただきながらつくり上げたのでとても思い出深いです。まさか、自分が活動中に内壁を塗装したりするとは思つてもいなかつたので、3年間の活動を通してたくましくなつたなと思います(笑)。

では最後に、市民の皆さんへ
メッセージをどうぞ！

赤平での活動を通して、本当にたくさんのお出会いに恵まれて多くの人とつながるきっかけをいただきました。これからもフリー・デザイナーとしての活動を続けながら、赤平を訪れるきっかけとなつた「炭鉱」と関わつていけたらと思っています。

これまで応援してくださつた皆さん、本当にありがとうございました。これからもよろしくお願いします！

また、商店街通信のチラシの反響があつたと掲載する店主さんは、やりがいを感じました。さらに、個人的には、3年目からフリー・デザイナーの個人事業主として活動を始めたことも大きなできごとでした。ありがたいくことに、ポスターなどの発注をいたくことが増えました。

日々勉強の連続ですが、本当にありがとうございます。

そして、「TANtan」や「匠塾」など様々な団体に参加させていただいたことも貴重な経験になりました。

3年間の活動を通して
いまの率直な感想は？

3年にわたり連載してきた「あかびら魅力発見伝」は本号をもって最終回！最後は、3月で地域おこし協力隊を卒業する2人にインタビューしました！



野口暢子

3年間の活動を通して
いまの率直な感想は？

印象的だった出来事は？

正直、3年経つことが信じられないというのが本音です。大変なことももちろんあつたけれど、それ以上に学ぶこともたくさんあつて。本当にあつという間の充実した3年間でした。

3年前、右も左も分からぬ新社会人だった私は、様々な経験をしながら、数え切れないほど多くの皆さんと出会うことができました。この3年間は、私にとってかけがえのない財産です。

3年前、右も左も分からぬ新社会人だった私は、様々な経験をしながら、数え切れないほど多くの皆さんと出会うことができました。この3年間は、私にとってかけがえのない財産です。

私は任期終了後、実家の愛知県に帰ります。いつか、また赤平に戻ってきたときに、皆さんに「のぐっちゃんおかえり」と笑顔で言つていただけるように、これからも頑張ります。

これまで活動を応援いただきました皆さん、本当にありがとうございました。これまで活動を応援いただきました皆さん、本当にありがとうございました！

ページが、移住のきっかけとなつたことにやりがいを感じましたし、嬉しくて涙が出ました。

また些細なことです、が、街中で声をかけていたたく皆さんからの温かい声が本当にありがとうございました。今月の編集後記、面白かったよ。」「のぐっちゃんの火太鼓の演奏かっこよかったです。」など、言い出したらキリがないほど、毎日の何気ない会話が、私にとってなによりも活動の励みになる原動力でした。