

広報あかびら

Akabira City Communication Magazine 2013. 1



Active
Group
Introduction

ミュージックベル「千愛夢」

「千愛夢」と書いてチャイムと読みます。平成9年12月に結成しました。はじめたきっかけは、たまたま見ていたテレビで一人の女性がハンドベルでエーデルワイスを演奏していて、癒される優しい音色に感動し、そこから始まりました。最近の活動は、市民コンサート、病院ロビーコンサートの他、行事や施設訪問を行っています。はじめてから15年経ちましたがまだまだメンバーを募集しています。ベルを手に持てば音は鳴るので、だれでも簡単にできるので、一緒にやってみませんか？



今月のTOP Contents

新年市長あいさつ… 2P

「ゆったり」お正月プレゼント… 3P まちづくり講演会… 4P
人権作文コンテスト滝川地区大会入賞… 6P～7P フォトアラカルト… 16P

赤平市広報

No.805

謹賀新年

謹んで

新年のお慶びを
申し上げます

赤平市長 高尾 弘明



新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えられましたことと心からお慶び申し上げます。

近年、当市においては、財政問題と言う大きな壁に立ち向かうため、これまで様々な行政改革に取り組んで参りましたが、残る課題とされていた病院事業会計の不良債務につきましても、平成23年度決算で全額解消し、市の全ての会計が黒字化を達成することができました。これら全てが財政健全化計画等を上回る速さでの改善となり、改めてご支援ご協力を賜りました市民の皆様により感謝を申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、道内では南空知で観測史上最高の最深積雪を記録し、夏は9月に入っても記録的な残暑が続き、冬を迎えた矢先に胆振・日高地方で爆弾突風の影響による暴風雪で5万6千戸が停電となるなど、異常気象を痛感する1年となりました。

当市では、豪雪による一部空き家・家屋の倒壊があつたものの、特に大きな被害はありませんでしたが、近年における大地震やゲリラ豪雨等を含め、こうした自然災害に対処するには、住民自身が認識を深め日頃からの備えについて考えていただくことも必要でありまして、行政としては、防災体制の確立に向け、施設の強化や備蓄等に引き続き努力して参らなければなりません。

本年は、第5次赤平市総合計画がスタートして、折り返しの年となる前期5年間の最終年を迎えます。昨年は、企業の担い手となる人材育成事業や中学生以下の医療費無料化、公営住宅等の建替え事業など、産業振興・少子化対策・住環境整備の3つの重点プロジェクトに基づき施策を中心に取り組んで参りましたが、今後はさらに

地域医療環境の充実を図るため、市立病院の病棟建替え事業に着手するほか、将来を担う子供たちの教育環境の充実に向け、小・中学校適正配置計画に基づく学校再編を進めて参ります。

また、人口減少に歯止めが掛からず、まだまだ課題が山積している状況ではありますが、一方では、ABホールの開設や市立病院内かあさん食堂ぼらん亭の運営、炭鉱遺産活用取り組み、NPO法人赤平市民活動支援センターの多様な取り組み、そして、各種イベントや市民花火大会などに対する市民協力など、多くの市民に支えられ、まちの活性化に繋がる展開が進められている事に、今後大いに活躍を期待するところであります。

本年も市民の皆様と語り合い知恵を出し合いながら、一緒に頑張って協働のまちづくりを推進していくため、全精力をあげてまいりますので、皆様のお力添えを心からお願い申し上げます。

皆様方と赤平市に取りまして、元気に満ちて笑顔があふれる一年となりますようご祈念申し上げます、年頭のごあいさつとさせていただきます。

エルム高原温泉「ゆったり」

大抽選会



1月1日(火)～1月3日(木)の10:00～17:00までにご入館された方は豪華景品が当たる大抽選会に参加できます。

空クジなしでたくさんの豪華景品を用意しておりますので、皆さんのご来館をお待ち申し上げます。



お年玉プレゼント

入館者の日頃のご利用に感謝し、お年玉付年賀ハガキの抽選番号により、お年玉をプレゼントします！

	当選番号 (各組共通)	賞品「割引特典」
特賞	7929	入館券10枚
1等	929	入館券5枚
2等	18	半額割引券1枚
3等	7	100円割引券1枚

●当選ハガキと賞品の交換は1月4日(金)から1月31日(木)までとします。

●年賀ハガキの抽選番号を確認し、余白部分に押印後、商品をお渡しします。

●当選した商品は、交換の日から利用できます。

●賞品の利用期限は平成25年2月28日(木)までとします。

●半額割引券は1枚で2名まで利用できます。

●100円割引券は1枚で1名のみ利用できます。

●特賞と1等の重複交換はしません。

●半額割引・100円割引券は他の割引と併用できません。

エルム高原温泉「ゆったり」 ☎34-2155

ケビン村「虹の山荘」 特別割引 50%OFF

エルム高原のケビン村「虹の山荘」が冬季特別割引料金で利用できます。

利用期間 1月10日(木)～3月31日(日)まで
曜日指定(日曜日～金曜日まで)
※(土)及び(祝)の前日を除く

利用方法 事前予約にて申し受けます。

利用料金 8人棟
通常1泊15,000円を7,500円
6人棟
通常1泊12,000円を6,000円



ケビン村「虹の山荘」 ☎34-2177



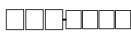
新しい年を迎え、日頃の感謝を込めて、

入館者の皆さんへ：



平成25年

エルム高原温泉「ゆったり」
お正月プレゼント



エルム高原 家族旅行村

「子どもソリコース」開設



エルム高原家族旅行村では、冬季限定で子ども向けソリコース(約50m)を無料開放しています。スノーチューブ、ソリも無料で貸し出しますので遊びに来てください！(持込みもOKです！)



エルム高原家族旅行村 ☎32-6160

ゆず湯に入ってみませんか？

冬の寒さが厳しくなるこの季節、皆さんはどうお過ごしですか。エルム高原温泉「ゆったり」では、日ごろの感謝を込め、体の中から温まり疲れを癒していただくため「ゆず湯」を実施します。



「ゆず湯」の効果は…ゆず湯には冷え性や神経痛、腰痛などを和らげる効果があると考えられています。更湯(普通のお湯)とゆず湯との入浴後のノルアドレナリンを比べたところ、4倍の差があります。ノルアドレナリンは血管を収縮させる効果のある成分なので、それだけ血管が拡張していたことが分かります。果皮に含まれるクエン酸やビタミンCにより、美肌効果もあるといわれています。

実施日 1月21日(月)～23日(水)の3日間

まちづくり講演会

笑って食べてまちづくり

11月29日交流センターみらいにおいて、タレントの森崎博之氏(株式会社クリエイティブオフィスキュー)をお招きし「笑って食べてまちづくり」と題して講演会を開催しました。

森崎博之氏

HBC「森崎博之のあぐり王国北海道」に出演



J A たきかわ女性部
赤平支部 支部長

向井 紀子 氏



あかびら匠塾協議会
青年部

穴田 ゆか 氏



第二部では講演いただいた森崎氏、赤平の農業を支え、地産地消を進める向井氏、ものづくり赤平の匠な技を伝える穴田氏の3名で「食づくりと物づくり」についてディスカッションをしていただきました。その中で「お互いの団体が何か連携してできることはないか」という問いかけに対し「赤平産の味噌を入れる贈答用の樽を匠塾の技で作れないか」とのコラボレーション企画のアイデアも生まれました。

第一部の講演会では「食の大切さ」「農家の方々の苦労話」「新鮮な野菜のパワーがとても素晴らしいこと」など自身の体験などを通してお話をいただきました。その中でも北海道の食べ物、冬を越すと美味しくなる「野菜は大地のお刺身」など身近で納得できるお話とユーモアたっぷりなトークで会場を沸かせました。



1月10日は「110番の日」です！

110番通報の正しく適正なご利用をお願いします。

- ① 110番は、事件・事故などが発生した場合に警察へ緊急通報をするための電話番号です。
- ② 電話に出た警官が、必要な事項を質問しますので、慌てず落ち着いて正しく教えてください。
- ③ 携帯電話で110番する場合、移動していると途切れる場合がありますのでご注意ください。
- ④ 車を運転しながらの通報は法令違反となりますので、必ず安全な場所に停止して通報してください。
- ⑤ 警察官が早く現場に到着できるよう、その場所の住所や付近の目標となる建物を正しく伝えてください。



聴覚障がい者等メール110番

耳や言葉の不自由な方が携帯電話のEメールを利用して緊急通報するシステムです。通報するときは「事件・事故の内容」のほか、「詳しい場所や目標物」及び「メールアドレス」を正しく入力してください。

安全・安心に生活をするための相談は、警察相談☎＃9110、赤歌警察署☎32-0110、最寄りの交番・駐在所まで

産業振興奨励金

企業振興促進条例

産業振興人財育成

地域商業の活性化

異業種連携

農業後継者サポート

食ブランド開発

森林環境保全整備

魅力あるイベント

エルム高原の充実

人材から人財へ...

産業振興人財育成事業 **Reading Staff Training Program**

リーディング スタッフ トレーニング プログラム

産業振興人財育成講演会
求められる企業人になるために

講師 株式会社アオキ社長
青木豊彦氏



いま企業人として身につけたい
人を巻き込む力

PROFILE

元東大阪宇宙開発協同組合理事長、2009年に町工場の技術を結集し人工衛星「まいど1号」の打ち上げに成功。現、東大阪市ものづくり親善大使として多くの人を巻き込む活動を展開。

1月24日(木)

開場18:00 講演開始18:30

交流センターみらい4F

入場無料 (企業人・市民対象)

問合せ：赤平産業振興人財育成実行委員会事務局 TEL 32-1841・32-2246

12月企画会議 講演会企画



DATE 12月11日(火)
TIME 18:00 ~ 20:00
HALL 赤平商工会議所
PLAN MISSION V・VI企画

会議の中で、いま企業人として身につけたい「巻き込み力」をキーワードに講師はメンバーの総意で青木豊彦氏に決定しました。1月24日の開催に向けて、たくさんの方と共感するために役割を分担し、準備を進めていますので、当日はぜひご参加ください。

Reading Staff File No. 13

赤平製紙(株)
今 雄姿さん



研修の経験を仕事に生かしたい

研修の中で、色々な事業を実践してきましたが、一人ではできないことをメンバーが力を合わせて行動すると、より良い事業になっていくこと実感できました。この経験をこれからの仕事に生かしていきたいです。

Reading Staff File

空知単板工業(株) No.14
大谷 尚稔さん

取り組む姿勢が大事です！

仕事や研修において大事なことは、物事に取り組む姿勢だと思います。いろいろな人と対話しながら、まとめていけるように真剣に取り組む、研修を通して皆さんとともに成長して行きたいと思っています。



『滝川地区大会奨励賞』『札幌地方大会奨励賞・滝川地区大会支局長賞』を受賞！

札幌法務局滝川支局管内において、12校364編の応募作品の中から赤平中学校の小出美憂さんと、赤平中央中学校の合田隼人さんの作品が入賞し、それぞれ大会奨励賞を受賞されましたので、その作品をご紹介します。

【滝川地区大会奨励賞】受賞

私たちと人権

赤平中央中3年 合田 隼人さん



私は社会の授業で、人権について習いました。人権は、私たちが人として生きていくためには、重要な権利です。

今から、私の周りで起こった人権についての問題のお話をします。私が、家族で祖母の家に泊まりに行った時のことです。私の親戚の子どもも泊まりに来ていました。その子と話していると、今月中一回しか学校に行っていないといった内容の話がされました。正直おどろきました。まさか自分の親戚でこんな状態になっているとは思わなかったからです。その日の夜、その子の話を聞きました。なんでも、クラスの友達か

ら仲間はずれを受けているということでした。私の他にも、もう一人の親戚の子どもがいたんですが、その子と一緒にどうしようかとすごく考えました。しかし、簡単に答えが出るはずもなく、その日一日使つて考えていました。

次の日、私は用事のため、一度も一方の祖母の家に行きませんでした。そこで今の話をすると、「昔ならそんなことがあれば、一番上の子をみんなで引きずりおろしたもんだ」と言っていました。そこで私には、一つの疑問が生まれました。この問題について、先にはどのような考えを持つて戦うべきか、逃げて別の場所です生活するかという考えです。この疑問について、戻ってきた時に聞くと、「戦うなら、色々なものを失うことになる。しかし、逃げれば、そいつは他の子も、仲間はずれにするだろう。」とのことでした。結果として、私たちは、生まれたときは平等です。

それが、たった十数年で強弱がつくとは思えません。今こそ、こういった問題について、一人一人が考えていくことが必要だと思いました。私たちは、「人として生きる権利」を持っています。逃げることも必要です。しかし、戦うことも必要だということを忘れないでください。人であつて猿に

ないものをみなさん考えたことがあるでしょうか、それは「言葉」だと私は思います。言葉を使うことで、人は会話し、自分の意見を言うことができます。

最後に、私たちは「人間」です。たまにはぶつかることもあるでしょう。しかし、私たちは、会話や人権があります。自分を表現して、ぜひ色々な人と交流してみてください。

【札幌地方大会奨励賞及び滝川地区大会支局長賞】受賞

私と初恋

赤平中3年 小出 美憂さん



私はこの夏、宝性寺というお寺の夏期一泊研修会に参加しました。今回の研修テーマは「手をあわす心」でした。私は、手をあわす心でどんな心だろうと考えました。ごはんを食べるときの感謝の気持ちなのか、私は思いました。私が普段手をあわせると思ったらそれくらいで、それしか思いつきませんでした。

医療保険係からお知らせ

☎32-2214

自己負担を軽減！？

高額介護合算療養費

高額介護合算療養費とは…

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です！

同じ世帯の被保険者が、「病院にかかったとき」と「介護サービスを利用したとき」の1年分の自己負担額の合計が下記の表の基準額(限度額)を超えた場合は、超えた額が高額介護合算療養費として、医療保険及び介護保険から支給されます。

※詳細については担当係へお問合せください。

所得区分	後期高齢者医療 +介護保険	国民健康保険 +介護保険(世帯内の70歳~74歳未満)	国民健康保険 +介護保険(70歳未満を含む世帯)	
現役並み所得者 (上位所得者)	67万円	67万円	126万円	○医療保険または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。 ○後期高齢者医療の場合、支給額が500円未満の場合は支給されません。 【申請手続き】 平成23年度分(平成23年8月1日から平成24年7月31日まで)の期間について支給対象となる方には、申請のご案内をします。
一般	56万円	56万円	67万円	
住民税非課税世帯	区分Ⅱ	31万円	31万円	
	区分Ⅰ	19万円	19万円	

平成24年度全国中学生人権作文コンテスト滝川地区大会

最初に私たちは老人介護施設「のぞみの家」へ掃除のお手伝いに行きました。私は、私より小さな子たちと掃除をしました。何度も同じところを掃除したりするので注意しながらやっていると、だんだん疲れてきました。そのとき、ある一人のおばあさんが声をかけてきました。そのおばあさんは、よぼよぼの足で立ち手をあわせながら、「私たちのためにどうもありがとうございます。ありがとう。」と言ってくれました。私は、嬉しい気持ちでいっぱいになりました。それまでであった疲れも吹き飛んでいく感じがしました。そして、自然と笑顔になりました。これが、心の底から感謝してもらったことなのかなと思いました。その後、お寺に戻りあるビデオをみました。それは、中村久子さんという女性の本当にあった物語でした。その方は、三歳で突発性脱臼という病にかかり、四肢を切断したのです。三歳という幼さで手も足も切る決断をするというのは、久子さんもお子さんの両親もとてもつらかったと思います。その後、久さんは九歳で目の光も失います。しかし、久子さんのお母さんはあきらめず看病し、再び久さんの目は光を取り戻したのです。それだけではなく久さんのお母さんは、久さんにはさみ

とはぎれをわたしました。久さんはお母さんのことをうらんだと思います。なぜなら久さんは手も足も無いからです。どうやって縫い物ができるといふのでしょか。私も縫い物をするだなんてとても酷でひどいと思いました。でも、久さんははしゃがめることが嫌で、口で縫い物をするのを覚えたといいます。私はその時お母さんの愛情を感じました。そして、それまでの考えを改めました。きつと、久さんのお母さんは自分がいなくなっても久さんが人並みの生活ができるようにしたかったのだと思います。久さんはそれから、過酷な人生を送ったといえます。次に、私たちは住職さんにお話をいただきました。それは、今回のテーマ「手をあわす心」についてでした。「手をあわす心」とは思いやりがあるということ。思いやりがあるということとは人に対して優しいということ。私は、ふとおばあさんのことを思い出しました。きつとおばあさんは、掃除をしてもうことを当たり前と思わず、私たちにも思いやりと優しさをもって接してくれたんだなと思いました。

そして住職さんは私たちに聞きました。「きつと見た中村久さんは人生で一番悲しかったことはなんだと思う？」私たちは言いしました。「手と足がないこと」「お母さんが死んじゃったこと」「いいや。久さんが一番悲しかったのは、両手をあわすことができなかったことだよ。」私はびっくりしました。手をあわすことが一番悲しいことだなんて、正直理解できませんでした。でも、私たちにとっては普通なことでも、久さんにとっては一生かかってもできないことだったので、なんだか悲しくなりました。そんなにも、優しい心がある人なのです。すぐたいへんな人生なので、世の中ですごく理不尽だなど思いました。世界の人がみんな久さんのような手をあわす心があれば世界はもっと平和で人々が暮らしやすくなるのにと感じました。住職さんは「仏々相念」という言葉も説明してくれました。「仏々相念」とは「お互いに認め合い敬つていく心」という意味だそうです。私はその言葉がとても心に響きました。その言葉は今の世の中にとっても必要だと思えます。その心があれば、差別もいじめもなくなるからです。私はこの研修で大切な心を学びました。手をあわす心、仏々相念。私は、これからこの言葉を忘れず、なるべく多くの人に伝えていきたいです。

赤平市市税等収納向上対策本部

市有財産貸付料の納付は忘れずに！

市では、土地や建物の財産を賃貸借契約を締結し貸付けしています。

土地貸付料及び建物貸付料は、お手元へ送付した納付書により、納期限までに必ず納付しましょう。

なお、著しく不誠実な滞納者と判断した場合に、賃貸借契約の解除や行政サービスの制限等を実施する場合がありますので、ご注意ください。

特別な事情により貸付料の納付が困難な場合は、分割納付等もできますので、必ずご相談ください。

また、借受人または連帯保証人の氏名や住所等に変更があったときや、貸付財産を市に返還しようとするときは、すみやかに届け出をしてください。

■問合せ 契約管財係 ☎32-2211

▶ 納税相談窓口について

平日、午前8時30分から午後5時までの間、随時担当係で納税(付)相談を行っていますので、ご利用ください。

▶ 市税・使用料等の納付は、 便利・確実・安心な口座振替を！

お仕事など日中忙しく不在な方や、うっかり忘れがちな方に、納期ごとに市役所や金融機関へ行く手間がはぶけ、納め忘れの心配のない便利で安心な口座振替をおすすめします。

口座振替の手続きは、通帳とお届けの印鑑をもって市役所各収納担当窓口か市内金融機関の窓口で簡単にできますので、是非ご利用ください。

【今月の納税】

- ◆市道民税
- ◆国民健康保険税
- ◆後期高齢者医療保険料

第4期
第7期
第7期

納期
1月31日(木)まで

納期を守ろう！！

■事務局■
税務課納税係
☎32-2219



また、この冬、ノロウイルスで
遺伝子変異したタイプが全国
で検出されております。このた
め、免疫を持たない人が多いと
みられ、流行の拡大が懸念され
ていますので、より注意が必要で
す。

ノロウイルスなどの感染症胃
腸炎は、例年冬季に流行し、特
に11月から2月にかけてピークを
迎えます。10〜100個の少ないウ
イルスで発症するため、集団感
染の恐れもあるウイルスです。
手洗いや食品の十分な加熱と
いった予防の徹底。また、感染者
の嘔吐や便の処理は、素手で触
らず手袋を使用したり、次亜塩
素酸ナトリウムで消毒したりす
るなど二次感染の防止にも気を
つけましょう。



ノロウイルス
にご注意を！

平成25年度 市立赤平総合病院

業 種	看護師	理学療法士
採 用 人 数	2 名	1 名
試 験 内 容	小論文・面接	
願書受付締切	平成25年1月15日(火) 必着	
試 験 日	平成25年1月23日(水) 午後	
合 格 発 表	平成25年1月28日(月) 予定	
採用予定日	平成25年4月1日 以降	

※応募要領、受験願書及び履歴書など詳しい内容は、市立
病院ホームページまたは下記までお問合せください。

問合せ 市立赤平総合病院 管理課 担当：井上 ☎32-3211内線406

**看護師・
理学療法士募集！**

いっしょに頑張ろう！



職員(市職員)募集

赤平市介護健康推進課

こんにちは 地域包括支援センターです！

いつか迎える「おひとりさま」の暮らしを楽しむ連続講座

～ 自分らしく歳を重ねたいあなたへ～

第3弾！

老後を不安では
なく、おひとりさま
でも大丈夫な人生
を送りませんか？

「脳の若さを保つ秘訣」 教えます！

脳の医学的専門家から、脳の働きや脳に関する疾病予防に
ついて学習します。



日 時	1月29日(火) 13:30～15:00
場 所	交流センターみらい (3階 研修室4)
講 師	札幌医科大学(砂川市立病院脳卒中専門外来) 助教 齋藤 正樹 先生
参 加 料	無料
内 容	● 脳のはたらき ● 脳卒中の早期発見方法 ● もの忘れが頻繁になった場合は…
申込期間	1月8日(火)～25日(金)

申込み・問合せ 地域包括支援センター ☎32-0661

●市立病院外来診療日程●

○…午前・午後とも診療 △…午前のみ診療 ×…休診
□…午後のみ診療

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 児 科	眼 科	
○	△	△	休 診	×	△	×	○	○	月
○	△	△		△	△	△	○	×	火
○	△ 第2週 ○	○		×	□	×	△	×	水
○	○	△		×	△	×	○	×	木
○	△	△		×	×	△	○	○	金



市立病院の診療日程

医
療



コーナー

※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。

午後			午前	
15時00分～16時00分	13時00分～15時00分	13時00分～16時00分	9時30分～11時30分	7時45分～11時30分
小児科	内科・外科・眼科・整形外科	泌尿器科	整形外科(木曜日)	全科・整形外科(木曜日以外)

再来
受診機

平日の受付時間

整形外科外来からのお知らせ

■医師の都合により1月16日(水)、21日(月)は休診になります。

小児科外来からのお知らせ

■すでに実施しております、小児インフルエンザ予防接種の診療日時についてお知らせします。
毎週(月)・(火)・(木)・(金)14:30～16:00受付(診療時間は15:00～)

年末年始外来診療日程のお知らせ

■市立病院では、年末年始の連休が続くため、次のとおり休診日が変更となります。
12月29日(土)～31日(月) 休診日、1月4日(金) 診療日
1月5日(土)～6日(日) 休診日
※1月4日(金)の振替として、1月25日(金)が休診日となります。

市立病院スタッフ募集のお知らせ

◆募集職種及び人員

- ・救急外来夜間専従者(臨時職員/看護師・准看護師)
(1回の当直につき23,200円) …若干名
- ・看護師・准看護師(嘱託・臨時・パート) …若干名
- ・病棟看護助手(臨時・パート/資格不要) …若干名

その他、各職種の登録も随時募集しています。



問合せ

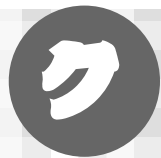
市立赤平総合病院管理課 ☎32-3211(内線406)

歯科

27日(日)	20日(日)	14日(祝)	13日(日)	6日(日)	3日(年始)	2日(年始)	1日(年始)	1月
扇町歯科医院(滝川市) ☎24-3300	あい歯科クリニック(滝川市) ☎22-8500	みなみ歯科医院(滝川市) ☎24-3734	赤平ファミリー歯科クリニック(赤平市) ☎32-4884	長谷川歯科医院(赤平市) ☎32-3043	いち花歯科クリニック(赤平市) ☎0124-22207	赤平ファミリー歯科クリニック(赤平市) ☎32-4884	たまの歯科医院(赤平市) ☎0124-1221	病・医 院 名

歯科診療時間 午前9時から正午まで

休
日
診
療



とわやか

年末・年始は
気を付けて！



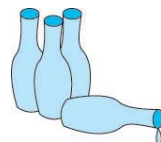
あなたのお酒ライフは

大丈夫??



市民健康ガイド

古くからお酒は私たちの生活に身近な存在でした。しかし、お酒の飲みすぎは心身にさまざまな影響を及ぼします。ご自分のお酒ライフを振り返ってみて、当てはまるものがないかみてみましょう。



1. 身体への影響

アルコールは身体のあちこちに
影響を及ぼします…

アルコールを飲みすぎると、身体に悪いことは誰だって知っています。わかっていながら、習慣的に飲酒を続けていくことで、肝臓障害・胃・十二指腸かいよう・膵炎・糖尿病・心臓病・末梢神経障害・アルコール性認知症…など様々な影響があります。



2. 精神面への影響

不健康な飲酒行動をしていませんか…

アルコールとは精神的に依存する薬物です。つまり、大麻や覚せい剤と同じような薬物なのです。

アルコール依存症は、「酔って暴れる」「仕事もせずに朝から飲んでいる」という「酔い方」の病気ではなく、「このへんでやめておこう」と思っても、なかなかブレーキが効かないという「飲み方のコントロール」ができなくなる病気です。そして、アルコール依存症になると、精神依存、身体依存を引き起こし、アルコール性の身体疾患や社会的な信用を失っていくことになります。

アルコール依存症の疑いをチェックする自己診断法

簡単な自己診断法を紹介します。
次の項目のうち、何項目当てはまりますか？

- ☐ 今までに飲酒を減らさなければいけないと思ったことがありますか
- ☐ 今までに飲酒を批判されて腹が立ったりいらだったことがありますか
- ☐ 今までに飲酒に後ろめたい気持ちや罪悪感をもったことがありますか
- ☐ 今までに朝酒や迎え酒をしたことがありますか

このテストでは、**2項目以上**当てはまればアルコール依存症が疑われます。専門病院や保健師・断酒会にご相談ください。

■健康づくり推進係
保健師 ☎32-5665
■歌志内断酒会
会長 遠藤 茂 ☎33-8712



今月の
お知らせ



1歳前後のお子さんに

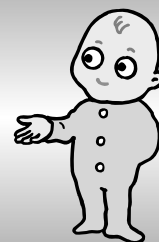


コミュニケーションの力を！ はぐくみましょう！

お子さんはおしゃべりするようになるずっと前から、人と関わる力やコミュニケーションの力を、日々育んでいきます。

1歳前後のお子さんは、視線や声、微笑みや身振りなど、言葉以外の表現方法を精いっぱい使って、周りの人とコミュニケーションしようとしてきます。

これらの行動の芽生えが、その後の対人関係やコミュニケーションの基礎となっていきます。



0歳後半

大人とのやり取り遊びを一緒に楽しみましょう！
こんな成長をしています・・・。

- ▶ 目があう
- ▶ 身体を揺らすと喜ぶ
- ▶ イナイイナイバーを喜ぶ
- ▶ 微笑みかけると微笑み返す
- ▶ 名前と呼ぶと反応する
- ▶ 他の子どもに興味を示す



ワンポイントアドバイス！

イナイイナイバーや身体を大きく揺らすなど、身体を使った遊びを、**微笑みながら目を合わせて**一緒に楽しみましょう！

11カ月～12カ月

お子さん自ら様々なやり方で大人に自分の意思を伝えようとしてきます。

- ▶ 大人の注意をさかんに引こうとする
- ▶ 大人の真似をする
- ▶ 大人が指さしたものを見る
- ▶ 欲しい物を指さしや「ちょうだい」のしぐさで伝える
- ▶ 興味があるものを指さして伝える



ワンポイントアドバイス！

大人が**お子さんのまねをしてみ**ましょう。またお子さんが欲しがったり興味を示しているものを見つけたら、**一緒に指さして、顔を見ながら優しく「あったね。〇〇だよ」と声をかけて**あげましょう！

1歳3カ月～1歳5カ月

コミュニケーションの表現方法が複雑になります。

- ▶ 興味があるものを見せに持ってくる
- ▶ 大人の視線を追って、大人が見ているものを見る
- ▶ いつもと違うことがあると親の顔を確認する



ワンポイントアドバイス！

人と関わる力やコミュニケーションの力は日々の経験の中で育ちます。
いろいろな場所や人の中でたくさんの経験をするなどの機会を持ちましょう！

お知らせ



行政・公共 Public

こんばんは市長室

昼間働いている方や大勢の中で話すことが苦手な方、直接市長とお話したい方などのために「こんばんは市長室」を開設しています。

日ごろ、まちづくりについて感じていることなど、市長と一緒に考えてみませんか。

対象者 市内に居住されている方、または市内の企業に勤務されている方。

日時 1月21日(月)18時～

(変更になる場合があります) ※懇談時間は1人30分としておりますのでご了承ください。

受付 1月7日(月)～11日(金)

申込み及び問合せ

広報広聴係 ☎ 32・1834

定期行政相談

毎日の暮らしの中で、行政について苦情、要望、意見はありませんか。行政相談の対象となる業務は、国の行政機関、特殊法人(JRやNTT等)の業務、年金、登記、道路、河川、郵便、窓口サービス等の業務です。

相談は無料で秘密は厳守します。口頭、電話、手紙での相談にもお応えします。お気軽にお越しください。

日時 1月16日(水)13時～16時
会場 産業研修ホール

行政相談委員

川崎和男氏・堀口妥氏

問合せ 市民相談係

☎ 32・1834

母子寡婦福祉資金の貸付

道では、母子家庭や寡婦の方々に、その経済的自立や子どもの福祉を図るため、「**就学資金**」「**就学支度資金**」など各種資金を、低利または無利子で貸し付けしていますので、ご相談ください。

◆例「就学資金」

- ・公立高校(自宅通学)：月額18,000円まで・自宅外通学：月額23,000円まで
- ・私立大学(自宅通学)：月額54,000円まで・自宅外通学

：月額64,000円まで)
貸付対象 母子福祉資金は配偶者のない女子で現に児童(20歳未満)を扶養する方に対して貸し付けています。寡婦福祉資金は配偶者のない女子であって、かつて配偶者のない女子として児童(20歳未満)を扶養したことがある方(寡婦)及び、40歳以上の配偶者のない女子で児童(20歳未満)を扶養していない方(寡婦を除く)に貸し付けています。

申請窓口・問合せ 子ども未来・医療給付係 ☎ 32・2216

建設工事等指名願いの受付

市では、平成25・26年度に発注する建設工事、製造の請負、物品の販売・買入、設計、測量等委託業務、役務業務の入札参加希望業者の競争入札参加資格申請を受付けます。

※建設工事の指名願いをする方は、事前に必ず建設業法により、大臣または知事の経営審査を受けていなければなりません。なお、審査にはP点(総合評定点)での審査が必要になります。

提出書類

- ①建設工事：市町村統一様式(様式9)に納税証明書、納税状況

確認書等を添付

- ②委託業務(設計等、その他委託業務・役務)：市町村統一様式(様式10)に納税証明書、納税状況確認書等を添付
- ③物品の販売等：市指定様式(総務課契約管財係)にあります。また、赤平市ホームページからもダウンロードできます。に納税証明書、納税状況確認書等を添付

※提出書類の詳細等については必ずお問い合わせ又は赤平市ホームページでの確認をお願いします。受付は持参のみとなっております。なお、指名願いの受付は、市内・市外業者同時に受付しています。

受付期間 1月15日(火)～2月8日(金)
受付・問合せ 総務課契約管財係 ☎ 32・2211

消防出初式を行います

今年一年の防火・防災と地域の安全のため、消防職・団員が一致団結し、次のとおり消防出初式を行います。

日時 1月6日(日)9時～招集
サイレン吹鳴10時～分列行進

会場 総合体育館
※ご理解と協力をお願いします。

問合せ 消防署警防係

☎ 32・3181

近くの他人だから、相談できること、解決できることがあります。

空知管内に根をおろして10年。札幌・岩見沢・苫小牧の本支店とネットワークを組みながら、個人のトラブルや企業が抱える諸問題まで弁護士が親身になってお話を伺います。お気軽にご相談ください。もちろん秘密は厳守いたします。

どんなことでもお気軽にご相談ください〈電話予約制〉

札幌弁護士会所属
弁護士法人

小寺・松田法律事務所

〈滝川事務所〉
滝川市花月町1丁目1番10号
TEL.0125-23-8455
http://www.kmlaw.jp



防災とボランティアの日 防災とボランティア週間

平成7年1月17日に発生した
阪神・淡路大震災を契機に、災害
時のボランティア活動が活発化
したことから、災害時における
ボランティア活動や自主的な防
災活動についての認識を深める
とともに、災害への備えの充実
強化を図ることを目的として、
「防災とボランティアの日」及び
「防災とボランティア週間」が定
められています。

◆「防災とボランティアの日」
毎年1月17日

◆「防災とボランティア週間」
毎年1月15日～21日

【ボランティア活動への参加】

ボランティア活動とは、「手助
けをしたい」と思う気持ちがあ
れば誰でも参加できるものです。
無理をせず自分のできることか
ら始めることが大切です。

内閣府防災ボランティア関連情報

<http://www.bousai.go.jp/volunteer/index.html>

問合せ 消防本部防災係

☎32-3181

無料法律相談会

無料法律相談会を開催します。
借金を整理したい：隣と敷地

のこともめているので、何と
かしたい：などなど。
話を聞くだけで解決すること
もあるので、お気軽にご相談く
ださい。

日時

▼1月8日(火)(赤平市)

丸山 健 弁護士

▼1月15日(火)(歌志内市)

村田 雅彦 弁護士

▼1月22日(火)(赤平市)

平尾 功二 弁護士

▼1月29日(火)(歌志内市)

見野 彰信 弁護士

※いずれも10時から12時です。
問合せ・予約先

市民相談係 ☎32-1834

歌志内市役所 ☎42-3211

生活

Life

住宅用火災警報器を つけましょう！

つけましょう！

火災から大切な家族や自分の
命を守るために、住宅用火災警
報器をつけましょう！

平成23年6月1日より、全て
の住宅に住宅用火災警報器の設
置が義務化されています。

住宅用火災警報器が煙を感知
し、大事には至らなかった事例

兄弟(幼児)が押入れの中でラ

イターを使いティッシュペーパー
を燃やし火遊びをしていたとこ
ろ、押入れに置いていた衣装ケー
スの蓋と枕に燃え移り出火しま
した。寝室に設置した住宅用火
災警報器の警報音に母親が気
付き、台所で水道水を洗面器に
汲み消火したことにより大事に
は至りませんでした。

問合せ 消防本部予防係

☎32-3181

上下水道からのお知らせ

これから本格的な積雪シーズ
ンを迎えようとしています。雪
道は天候と気温によって凍結
路面アイスバーンとなり、車両
の走行や歩行の際には、大変注
意が必要です。

さらに、下水道マンホールは
圧雪の路面よりくぼんだ凹状
態となつていることがあります。

◆「くぼみ」の原因

各家庭の浴槽や台所などから
の温かい排水が下水道の熱とな
り、マンホール上に降り積もつ
た雪を解かしてしまうことに
よつて、くぼみができます。

◆大きくくぼみがあるときは

市ではこのような箇所は断熱
蓋を取り付けるなどの段差の解
消に努めています。お住まいの
近くで大きくくぼみがありまし

たら、上下水道課までご連絡く
ださい。

※雪道では、路面の凹凸に注意
し、路面状況にあわせた慎重
な運転と歩行をお願いします。

問合せ 上下水道課

☎32-2218

市民行事

event

総合体育館からのお知らせ

第4回ニーススポーツ大会

種目 シャッフルボード・テ

ニポン(初心者・一般の部ダブ

ルス)

※参加はどちらか一種目のみ

日時 2月17日(日)

8時30分受付

場所 総合体育館アリーナ

※申込用紙に必要事項を記入し、
2月10日(日)まで申し込みくだ
さい。

内容 試合はトーナメント方

式とします。対戦及びペアの

組み合わせは、当日抽選にて

決定します。

対象 小学生以上の市民

▼参加料は無料です。

▼運動靴を持参してください。

※賞品・参加賞もありますので、

ぜひご参加ください。

問合せ 総合体育館

☎33-7750

2月15日 締切り迫る！ あかびらまちづくり フォトコンテスト



問合せ 企画調整係 ☎32-1834



コタエを
出します

- 離婚 (45分)
- 多重債務 (30分)
- 交通事故 (30分)
- 雇用トラブル (30分)

相談無料

※その他相談は
有料のご案内と
なります。

相談予約ダイヤル 0125-22-8373

平日 10:00～16:00(12:00～13:00を除く) 土曜 10:00～13:00

札幌弁護士会 中空知法律相談センター

東公民館下期講座

「無添加石鹸」と「リップ＆

しっとりクリーム」講座

オリブオイルを主成分とし

た無添加の「手作り石鹸」。そし

て、乾燥などのダメージから唇

を守る「リップクリーム」と、お

肌の保湿に欠かせないシアバ

ター配合の「しっとりクリーム」

を作ってみませんか。

日時 1月29日(火)・2月5日(火)

10時～12時(全2回)

第1回「無添加石鹸」づくり

第2回「リップ＆しっとりク

リーム」づくり

会場 東公民館(定員8名)

講師 八木原 まき子氏

(美唄・カービング教室リラ主宰)

教材費 500円(2回分)

持ち物 エプロン・薄手ゴム手

袋・筆記用具

申込み・問合せ

東公民館 ☎ 33-7537

募 集

Recruit

文京・若葉保育所入所児募集

平成25年4月からの文京・若

葉両保育所の入所児を募集しま

す。なお、現在入所されている児

童の保護者の方には、別途ご連

絡いたします。

対象児童 平成25年4月1日現

在、生後6カ月以上で、保護者が

次のいずれかに該当する場合

①日中働いている

②出産前後

③病気や心身に障がいがある

④同居の家族を常時介護している

⑤その他特別な事情がある

※保育所は、「保育に欠ける」乳幼

児を保育することを目的とす

る児童福祉施設です。なお、入

所選考をさせていただきます

ので、基準により家庭での保育

が可能と判断した場合などは、

入所できないことがあります。

後日提出していただく書類

①平成24年分源泉徴収票等税額

を確認できるもの

②勤務証明等

③その他必要な書類

※平成24年1月1日現在、赤平

市に住民登録をしていない方

は、前住所地の所得・課税証明

書が必要になります。

保育料 世帯の平成24年分所得

と子どもの年齢により算定。

受付期間

平成25年1月15日(火)～21日(月)

(期日厳守)

受付・問合せ 子ども未来・医療

給付係 ☎ 32-2216

赤平幼稚園入園児募集

赤平幼稚園の平成25年4月か

らの園児を募集します。

3歳児 平成21年4月2日から

平成22年4月1日まで

に生まれた幼児

4歳児 平成20年4月2日から

平成21年4月1日まで

に生まれた幼児

5歳児 平成19年4月2日から

平成20年4月1日まで

に生まれた幼児

募集人員 3歳児：30名、4歳

児：56名、5歳児：34名

入園許可申請書配布期間及び場所

1月21日(月)～23日(水)9時～15時

赤平幼稚園(幌岡町113番地)

入園許可申請書提出先(面接場

所)及び期間 赤平幼稚園

2月4日(月)～6日(水)

入園料 11,000円

保育料 月額6,100円

選考 募集人員を超えた場合

は選考となります。

※詳しくは、入園許可申請書配

布時にご説明しますが、不明

な場合はお問合せください。

問合せ 赤平幼稚園 ☎ 32-2416

※当園の保育料等に滞納がある

世帯のお子さんは、入園する

ことができません。

※特定滞納者等に認定されてい

る世帯のお子さんは入園する

ことができません。

自衛官を募集します

防衛相では、平成24年度自衛

官候補生、平成25年度予備自衛

官補の募集を行っています。

【自衛官候補生(男子)】

資格 18歳以上27歳未満の方

受付 各試験日の1週間程度

前まで

試験日 1月27日(日)〔予定〕

2月23日(土)〔予定〕

3月9日(土)〔予定〕

【予備自衛官補(一般公募)】

資格 18歳以上34歳未満の方

受付 1月9日(水)～4月3日(水)

試験日 4月12日(金)～15日(月)

【予備自衛官補(技能公募)】

資格 18歳以上53歳未満

の国家免許資格を有する方

(詳細は問合せください)

受付 1月9日(水)～4月3日(水)

試験日 4月12日(金)～15日(月)

問合せ 自衛隊札幌地方協力本部

滝川地域事務所 ☎ 22-2140

善 意 charity

ありがとうございました

【愛真ホームへ】 敬称略

◆櫻井修(百戸町西) あて布

◆白ゆり会(住友) "

◆高橋光子(泉町) "

◆佐々木チヨイ(茂尻新町)

オムツ類、下着類

◆曹洞宗北海道第2宗務所第3教

区(茂尻元町) 25,760円

【社会福祉事業へ】 敬称略

◆北海道コカ・コーラ

ボトリング(株)滝川販売課

清涼飲料水25ケース



年末年始の水道修繕

月 日	当番業者	電話番号
12月29日(土)	西 出 興 業	☎32-3456
12月30日(日)	竹 山 育 芸 社	☎32-0626
12月31日(月)	植 村 建 設	☎090-4873-3084(伊藤)
1 月 1 日(祝)	和 泉 組	☎32-2626
1 月 2 日(火)	西 出 興 業	☎32-3456
1 月 3 日(水)	竹 山 育 芸 社	☎32-0626
1 月 4 日(木)	植 村 建 設	☎090-4873-3084(伊藤)
1 月 5 日(金)	和 泉 組	☎32-2626

年末年始の水道修繕と凍結解氷業務は、赤平市水道技術指導協同組合が実施しています。

受付は午前8時から正午までです。なお、状況により修繕が翌日になることもありますので、ご了承ください。

凍結防止のため、こまめに水抜栓で水を落としましょう。

全市連合謝恩

大売出し

赤平商店連合会

参加店で500円、1000円、5000円をお買い上げごとに抽選券(補助券)がもらえ、5000円分で1回抽選できます。

売出し期間

12月1日(土)～1月5日(土)

■抽選日・会場
1月11日(金)10時～17時
12日(土)10時～16時
交流センターみらい

特賞…千円札のつかみどり
1等…2万円相当の豪華賞品
ほか豪華賞品を多数用意!

問合せ 商工会議所 ☎32-2246

新年の行事予定

新年交礼会

日 時 1月6日(日)16時
会 場 交流センターみらい

新成人を祝う会

日 時 1月13日(日)14時30分
受 付 14時から
会 場 交流センターみらい
対 象 者 平成4年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方
※市内居住者で案内状が届いていない方や市外居住者で出席希望の方は、社会教育係 ☎34・2311 までご連絡ください。

青少年百人一首大会

日 時 1月19日(土)9時
会 場 ふれあいホール(憩いの間)
チー ム 小学生男女混合
中学生男女混合

青少年冬季スポーツ大会

日 時 1月26日(土)9時
会 場 総合体育館
競 技 バスケットボール
チー ム 小学生男女

※参加申込書は各地区育成会へ送付してありますので、各地区育成会を通して社会教育係 ☎34・2311 へお申込みください。



赤平市施設

年末年始業務案内

施設名	休 日
市役所	12月29日(土)～1月6日(日)
茂尻支所	
平岸連絡所	
東公民館	
産業研修ホール	
市立赤平総合病院	12月29日(土)～1月3日(木)休診日 1月4日(金)診療日 1月5日(土)～1月6日(日)休診日
総合体育館	12月31日(月)～1月5日(土)
ふれあいホール	
交流センターみらい	12月31日(月)～1月5日(土) JRご利用の方は、駅前交番側専用通路をご利用ください。
図書館	12月30日(日)～1月5日(土)
ごみ収集	12月29日(土)～1月2日(水) ごみの収集は1月3日(木)から行います。
リサイクルセンター	12月30日(日)～1月2日(水)
じん芥処理場	12月29日(土)～1月6日(日)
し尿収集	1月7日(月)から受付します。 申込み先 織田商事 ☎32・2948
エルム高原温泉「ゆったり」	12月31日(月)は午後9時営業終了。 その他の日は平常どおり営業します。 保養バスは、1月1日(火)のみ運休。

教育講演会



(11月22日)

赤平市教育研究推進協議会が主催する教育講演会が交流センターみらいで開催され、前赤平市教育長の渡邊敏雄氏が講演されました。

国際交流クリスマスパーティー



(12月15日)

英語指導助手のケイトさんによるクリスマスパーティーが交流センターみらいで開催され、アイシングクッキーづくりなどを楽しみました。

瑞宝単光章受章



(11月30日)

多年にわたり、赤平市消防団副分団長を務められた戸田嘉喜氏の功績が認められ、秋の叙勲「瑞宝単光章」の伝達が行われました。

瑞宝単光章受章



(11月30日)

多年にわたり、赤平市消防署長を務められた田野裕氏の功績が認められ、危険業務従事者叙勲「瑞宝単光章」の伝達が行われました。

エルムハイツ慰問



(12月12日)

赤平幼稚園の園児たちがエルムハイツを慰問し、お遊戯を披露したり、入所されている方々と一緒に楽しい時間を過ごしました。

全自動血圧計寄贈



(12月4日)



(12月7日)

赤平市民の健康づくりに寄与することを目的に、赤平ロータリークラブ(上)と赤平市医師会(下)より全自動血圧計が寄贈されました。

発表会



文京保育所 (12月8日)



若葉保育所 (12月1日)

市長がおじゃましま～す！



(11月27日)



(10月24日)

市内の団体・サークルのもとに市長が出向き意見交換等をする「市長がおじゃましま～す！」が開催され、赤平市食生活改善推進協議会(右)、(株)赤平青年会議所(左)とまちづくり等について意見交換をしました。

赤平市民憲章

1. いたわりと笑顔をまちにひろめましょう。
1. よく学びつくりだす芽をそだてましょう。
1. きれいな花と緑でまちをつつみましょう。
1. たくましいはたらきをのびしましょう。
1. みんなで語りみんなのまちをつくりましょう。

(昭和49年7月31日制定)

あかびらの人口

(平成24年11月末日現在)

※()内は前月比

総数	12,031人	(-39)
男	5,518人	(-22)
女	6,513人	(-17)
世帯数	6,522世帯	(-15)

あかびらお天気メモ

(平成24年11月)

	前年
最高気温	15.1℃ (17.4℃)
最低気温	-6.8℃ (-8.9℃)
降水量	175.5mm (126.5mm)
降雪量	106.0mm (250.5mm)

赤平市役所 ☎079-1192 赤平市泉町4丁目1番地 ☎32-1834 FAX32-5033

URL <http://www.city.akabira.hokkaido.jp/index.php> E-Mail info@city.akabira.hokkaido.jp

▶この広報誌は再生紙を使用しています。