



9月1日現在 男10,614人 女11,315人 計21,929人 7,033世帯



# 「いい汗 いい顔 生き生き 健康」



9月1日、札幌スポーツセンターで世代交流スポーツ大会が開かれ、幼児から高齢者、障害をもった方々約970名が参加して、玉入れや綱引きなどの競技を行いました。

汗と笑いの顔、顔、顔。



# 康保険制度

十月十日は「体育の日」ですが、この十月は健康増進月間の月でもあります。だれもが、毎日元気に暮らしたいと思つていますが、いづ病気やケガをするかわかりません。高齢化と医学の進歩により、医療費は増え続けています。かけがない財産「健康」づくりと、国民健康保険についてご紹介します。

## 健康のための助け合い

病気やケガは突然やってくるものです。健康のため、被保険者みんなで、お金を出しあつて助け合うのが国民健康保険の制度です。ほかの健康保険加入者、生活保護受給者以外は、すべての人がこの国保に加入することが法律で定められています。

## 保険税は国保の大切な財源です

国保の健全運営に重要なことは、医療費の伸びをできるだけ小さくすることと確実に保険税を納めることです。もし、納めない人がいると、翌年保険税が上がったり、医療費の全額を自



分で支払わなければなりません。義務（保険税納付）のない権利（医療給付）はないのです。

## こんな給付があります

### 現物給付

- 一、病院での診察
  - 二、病気やケガの治療
  - 三、治療に必要な薬や注射
  - 四、レントゲン撮影、検査
  - 五、入院の費用
- あとで払いもどされるもの
- 一、輸血をした時の生血代
  - 二、急病で非保険医にかかった時
  - 三、医師が必要と認めた治療装具代
  - 四、はり、マッサージなどの施術料で医師が認めた時

## 退職者医療制度

現在、国民健康保険に加入しており、長年会社や役所などに勤めていて年金を受けている七十歳未満の方、その家族が、この制度の対象となります。

### 加入できる人

- 国民健康保険加入者で、厚生年金、船員保険、各種共済組合から老齢（退職）年金を受けている人、または通算老齢（退職）年金を受けている人で、これらの年金加入期間が二十年以上、もしくは四十歳以後の期間が十年以上ある人。

### 退職被保険者本人の配偶者（事実上婚姻関係と同様の事情にある人も含む）、三親等内の親族で退職被保険者本人と同世帯で、主として退職被保険者本人により生計を維持している人（ただし年間収入が百万円（六十歳

以上は百六十万円）以上ある人は被保険者になれません。資格と届出

年金受給権が発生した日から加入資格の適用となります。年金証書を受けとったら、十四日以内に世帯主は国保窓口へ所定の届書に年金証書を添えて届け出てください。

診療を受けるときは、国民健康保険退職被保険者証を医療機関の窓口へ提示してください。医療機関に支払う一部負担金は

### 退職被保険者本人

入院・通院とも二割

### 扶養家族

入院は医療費の二割

通院は医療費の三割

## 制度

通院（一カ月）最高八百円

病院、診療所ごとに支払う。

入院（一日）四百円

ただし、老齢福祉年金受給者で、住民税非課税世帯は三百円を二カ月間負担するだけです。

# 国民健

## 国保Q&A

**Q** 私は昨年まで個人商店に勤めていましたが、事情により今年八月にやめ、現在無職です。国民健康保険に入っていますが、生活が困窮して税金を支払うことができず、こまっていますので、減免してもらえないでしょうか。また、就職するまで、待ってもらえないでしょうか。  
(25歳・独身)

**A** 国民健康保険は医療に対する保険であり、相互扶助の精神から成り立っており、被保険者は、ほかの保険に入れない方が対象となります。国保税は、加入者の医療費支払いに対する貴重な財源ですが、町が保

はそれぞれの町の運営事情により異なっています。従って、災害などの特別な事情が出た方のために減免申請の規定があります。災害などによる生活困窮、または特別な事情があると町長が認めた場合に限られますが、税の公平を期するために厳選に行われ、その基準は相当厳しいものです。あなたの場合、これから就労につける状態にあると思われるので、特別な事情として認められるには難しいと思います。方法がありますので、税務課納税係(役場二階☎内線224)までご相談ください。

**Q** 八月に火災にあい、家が全焼しました。火災保険に入っていないので、これが大変です。税の減免は可能でしょうか。  
(38歳・主婦)

**A** 前の方に述べたとおり申請が認められると減免になります。ただし、納期の七日前までに申請しなければなりません。お話では全焼のうえ、保険に入っていないとのことですので、減免の可能性が高いと思われるのですが、事実確認などの審議がありますので、次の納期が十月十六日から三十一日までですので、十月九日までに申請をしてください。申請に必要な書類については税務課住民税係(役場二階☎内線222)または町民課国保医療係(役場一階☎内線101)にお問い合わせください。

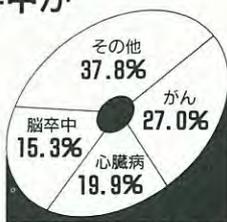
五、骨折、ねんざなどで柔道整復師の施術をうけた時  
六、重病のための付き添い看護料や移送のための費用  
現金でもらえるもの  
一、助産費  
二、葬祭費  
**高額療養費**  
(一部負担金もどります)  
同じ月に、同じ被保険者が、同じ病院・診療所に対して、六

万円を超える一部負担金を支払われた場合、その超えた金額が高額療養費として支給されます。また、住民税非課税世帯の場合、三万三千六百円を超えた金額が支給されます。このほか世帯合算、多数該当などの特例がありますので、くわしくは国保医療係におたずねください。なお、高額療養費を受ける場合は申請が必要となりますので、国保医療係へ申請してください。

### がん、心臓病、脳卒中が全死亡の6割



総死亡の6割以上!

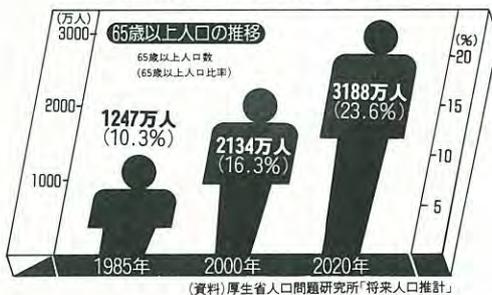


1. バランスのとれた栄養をとる	2. 毎日、変化のある食生活を	3. 食べすぎを避け、脂肪はひかえめに	4. お酒はほどほどに
5. たばこを少なくする			6. 適量のビタミンと繊維質のものを多くとる
7. 辛いものは少なめに、熱いものはさましてから			8. 揚げた部分はさける
9. カビの生えたものに注意	10. 日光に当たりすぎない	11. 適度にスポーツをする	12. 体を清潔に

(資料)国立がんセンター

### 成人病を防ぐ生活習慣を

### 急速に進む高齢化



### 適度な運動をしましょう 100キロカロリーを消費するための運動量のめやす

27分	ラジオ体操	35分
13分	ジョギング (120m/分)	16分
19分	歩行 (70-80m/分)	25分
19分	サイクリング	25分
18分	ハイキング (平地)	22分
16分	テニス	20分
10分	水泳(漕泳)	13分
9分	なわとび (60-70回/分)	12分
13分	バドミントン	16分

男 20-29歳 体重63kgの場合  
女 20-29歳 体重52kgの場合

(資料)厚生省「第3次改定日本人の栄養所要量」(昭和59年)

### 健康づくりをすすめてみましょう

# れない思い出がたくさん

少年国内研修で東京に行って感じたことあれこれ

大都会・東京の歴史や生活、文化を人との交流を通して学んでもらおうと、今年も七月三十一日から八月三日まで、少年国内研修が行われました。目黒区の人達の家庭でのホームステイやいろいろな施設を見学して、東京はどうだったのか、何を感じたのか。八月二十四日に報告会を開いて、十五人の子供たちに感想を聞きました。

幕別は田舎だけど好き



景山 倫也  
(幕別小6年)

一番うれしかったのは、目黒区の人達や東京幕別会の人達が温かく迎えてくれ、親切にしてくれた事だった。

大都会東京にあこがれていたけど、広々として、青い空の広がる幕別がいいと思った。

東京ドームの迫力はすごい



佐久間康紀  
(明倫小6年)

東京では二泊ホームステイをし、初めは少し緊張したけど、すぐ打ちとける事ができて家族の人と別れる時は名残りおしかった。

東京ドームでは都市対抗野球の決勝戦を見る事ができて本当にラッキーだった。

見る物、聞く事、驚きの毎日



堀内 直哉  
(駒島小6年)

日本で現在一番高いビル、東京都庁舎の展望は最高だったし、その壁の中に貝の化石があったのには驚いた。

目黒区のジュニアリーダーとの交歓会でいっしょに作った焼きそばが大変おいしかった。

人との出会いの大切さ



中井ちひろ  
(古舞小6年)

## 国内研修日程

- 7月31日(水)
- 幕別町発～東京目黒区着
- 目黒区内見学
- 五百羅漢寺見学
- ホームステイ先へ
- 8月1日(木)
- 東京都庁舎見学
- 国会議事堂見学
- 東京ドーム見学
- 8月2日(金)
- 渋谷電力館見学
- 代々木公園見学
- 目黒区地域子供会との交流会
- 東京幕別会との交流会
- 目黒さつき会館宿泊
- 8月3日(土)
- 東京ディズニーランド見学
- 羽田空港～幕別町着



ほとくの家も広いけどディズニーランドはもっと広くてケタ違い

目黒区のジュニアリーダーのおにいさん、おねえさん達との交歓会ではだれとでも積極的に友達になっていく事の大切さを学んだ。

四日間の研修先で出会った人達、いっしょに研修に参加したまったく違う学校のお友達と出会えた事はいつまでも忘れないでいたい。

ホームステイでちよっぴり緊張



佐藤ちひろ  
(中里小6年)

最初は心配だったホームステイも家族の人がやさしくしてくれたので楽しく過ごす事ができたし、貴重な体験をする事ができた。だけでもっとゆっくり話せる時間があればよかった。

印象に残った五百羅漢寺



佐藤 耕輔  
(札幌北小6年)

高いビルばかりだと思っていた東京の中に目黒不動尊や五百羅漢寺のように古い歴史にふれる事ができ印象深かった。

東京で出会った人達、そしていっしょに研修に参加した友達の事はずっと忘れずにいたい。

# 東京は忘れら

15人の子供たちが

不安と期待の国内研修



山口 秀朋  
(途別小6年)

東京に行くまでは、いろいろな不安があったけど東京の人はみんなやさしくしてくれたのでそんな不安は吹き飛んでしまった。近代的な東京都庁舎と歴史の重みのある国会議事堂は非常に対象的だった。

忘れられない思い出がたくさん



谷川 峰央  
(相川小6年)

飛行機は初めてで少し不安だった。また帯広から東京まで一時間半でひとつ飛びなんて信じられない。東京での四日間の研修は小学校生活最後の思い出の一つになった。

思い出深かったホームステイ



平野 陽一  
(札内南小6年)

国会議事堂に行きました。中に入っすごく立派なのに驚いた

東京の暑さはケタはずれでまるでサウナに入っているようだった。でも建物の中やバスの中はクーラーがきいていて涼しい。色々なところを見学した事のために、ホームステイ先の人達とのふれ合いが思い出に残った。

東京は私のあこがれ



栗野 泉  
(糠内小6年)

国会議事堂は見た目そうでもなかったけど、中に入ってみるとすごく立派でした。東京は行く前から興味があったし、見る物、聞く事、すばらしかった。でも幕別の方がいいと思った。

肌で触れた大都会東京



前川 智美  
(白人小6年)

東京二十三区の中で目黒区はお寺や神社が多く、歴史の深さを感じ東京の別な一面を見た。この研修で一番うれしかったのは東京ドームやデイズニール

ンドに行けた事。そして多くの人とふれあって東京の事、目黒区の事を知る事ができた。

東京の高校生は明るかった



荒川 洋平  
(幕別中3年)

目黒区では高校生が子ども会などのリーダーとなり活躍しているのには驚いた。交歓会でもめちやくちやに明るく、尊敬してしまった。

東京のむし暑さと、四日間のすばらしい体験は一生忘れないだろう。

思い出ばかりのホームステイ



塩沢賢一郎  
(糠内中2年)

東京ではたくさん見学できて楽しかった。でも一番良かったのはいっしょに参加したメンバーと友達になれた事。

東京の人は最初冷たいと思っていたけどホームステイをしてみても、みんな明るく優しい人だった。

五百羅漢寺の本堂で話しを聞いていたら足がシビレちゃった



もう一度東京に行ってみよう



石塚 裕美  
(札内中3年)

北海道は「……だべさ」……だべや、東京は「……じゃん」とことばの違いを感じ北海道はやっぱり田舎だった。

いろいろな思い出があった東京、もう一度行ってみたい。

本当に日本は土地が狭い



島勝めぐみ  
(札内東中3年)

たった二日間のホームステイだったけど、家族の一員になったような気持ちになった。

高層ビルを見ていると、本当に日本は土地が狭いと思った。



42回目の

# 敬老会

## 達者でなにより



九月十三日、四十二回目の敬老会が札内スポーツセンターで、町内のおじいちゃん、おばあちゃん、七百五十人を一堂に会して行われました。普段、会えない老友との再会、林町長や婦人ボランティアなどによる歌や踊りを見ながら、楽しいひと時をすごしました。今年も達者でなにより。またひとつ、長生きしようね。



### お詫びと訂正



高橋 ミツさん

(途 別)

前月号で米寿の皆さんを掲載しましたが、一部、氏名と写真に誤りがありましたので訂正の上、深くお詫びいたします。



# 長年の功績をたたえて

平成3年度の幕別町功労者等表彰式が開町記念日の10月1日、札内福祉センターで行われました。この表彰は町条例に基づいて自治、経済、社会、文化等の発展に顕著な功績のあった方を表彰するもので、本年度は1人が受賞されました。

## 社会功労



山口 吉雄さん  
(60歳・駒島)

昭和四十年四月から現在までの二十六年間、多忙な家業にもかかわらず非常備消防団員として消防活動に従事。その間、昭和四十七年九月十七日の台風二十号による水害をはじめ幾多の災害に出勤し、被害の軽減に尽力。また、訓練、演習に率先して参加され、団員の指導にあたり、地域住民の生命、財産の保護に貢献されました。

## 町長きのう今日あした

### 9月中の主な動き

- 1日…世代交流スポーツ大会  
十勝母と女教師のつどい
- 2日…交通事故死ストップ作戦パレード
- 4日…相川近隣センター起工式
- 8日…幕別消防団演習
- 9日…国際交流検討委員会
- 10日…地域道政懇話会(帯広市)
- 11日…札内川ダム定礎修祓式(中札内村)  
林業協会来庁
- 12日…第二札内橋期成会総会  
ニッタクス社長来庁
- 13日…敬老会



特別養護老人ホームでの敬老会

- 18日…第3回町議会定例会  
～27日閉会
- 21日…北海道立帯広美術館開館記念式典(帯広市)
- 25日…東北六県北海道家畜商大会(音更町)
- 27日…老人クラブ連合会長杯ゲートボール大会

### 林町長の話

各地の秋祭りも終わり、いよいよ農作物の収穫作業も追い込みに入りました。7月下旬から8月上旬にかけて、日照不足や低温により心配しておりました作況も、その後の天候に恵まれ、総体的には平年作になる見込みとなり、喜んでおります。作業中の事故、交通事故にも気を付けて頑張っていただきたいと思っております。

9月13日に札内スポーツセンターを会場に町内75歳以上の方々750名(該当者は1,170名)をお迎えし、敬老会が開催されました。幕別町の発展の基礎を築いていただいた皆さんの、ますますの長寿をお祈りいたしますとともに、「長寿を喜ぶことのできる社会」の実現を目指して、より一層の努力をしなければいけないと思いを深くいたしました。

## 国際交流検討委員会

ふるさと創生事業基金を使い、国際化に対応できる人材育成を目的に国際交流検討委員会(横山一男委員長)が、九月九日に発足しました。

子どもを対象にしたホームステイを実施するための相手国や派遣対象者、期間などの助言や、国際交流全般に対する意見を提言し、道内の国際交流実施市町村を視察して、十一月までに町に報告書を提出するもので、この交流事業はふるさと創生事業基金の利子が使われます。

委員会の構成メンバーは六人で、教員や町国際交流協会員など、いずれも海外生活やホームステイ受け入れの経験者で組織されています。

「第一回目は、委員長への選出、委員会の目的や今後の日程を確認しました。行政ばかりではなく、一般町民の考え方を取り入れることが大事です。」

「子供からおとなまで、全体的なつながりをもった交流を考えたほうがよい」

「出かけるばかりではなく、外国の人が幕別に来てもらえるように、受け入れる体制を考えることも必要ではないか」

「日本人にはなかなか理解できないが、交流に際して意外に宗教上のトラブルがある」と聞いている。気をつけなければならない「第一回目の会合から、かなり突っ込んだ意見が出されました。」



### 構成委員

- 横山一男(教員)
- 塚本忠子(主婦)
- 千葉幹雄(役員)
- 今野勝三(教員)
- 関根隆子(主婦)
- 小尾一彦(農業)



## 南コミセン来年春完成

札内南コミュニティセンターの起工式が八月二十七日、町長をはじめ、関係者約四十人が参列し、札内文京町の現地で行われました。札内鉄南地域のコミュニティ活動の拠点となる施設で、鉄筋コンクリート平屋建て八百六十一平方メートル。このコミセンは、来年三月完成、四月開館を目指し、着工しました。



## 交通安全守ってください

9月9日、相川小学校の児童、父母ら70人が、国道38号線で街頭啓発を行い、道行くドライバーに交通安全をPRしました。ゆでたトウモロコシと児童手づくりの折りづるのマスコットをドライバー一人ひとりに手渡し、安全運転を呼びかけました。



## レッツ・ダンス15年

途別ダンスクラブ（安部政夫会長）が十五周年を迎え、札内福祉センターで記念ダンスパーティーを開催。町内外の愛好者約四百人が集まり、クラブメンバーのデモンストレーションや全員での踊りで交流を深めました。

## 創立40周年を祝う

十勝教育研究所（荒井隆利所長）の創立四十周年記念式典が八月三十一日、町民会館で開かれました。管内の教育関係者二百人が出席。功労者の表彰と東京学芸大の田近洵一教授の記念講演が行われました。



## おもいおもいの秋まつり

札内北小学校の「北小まつり」が九月十二日に開かれました。「交通安全みこし」「平和みこし」など、児童たちがそれぞれに願いを込めて作ったみこしは八基。元気にみこしを担ぎ、学校周辺を進行して、地域の人々にまつりをアピールしました。

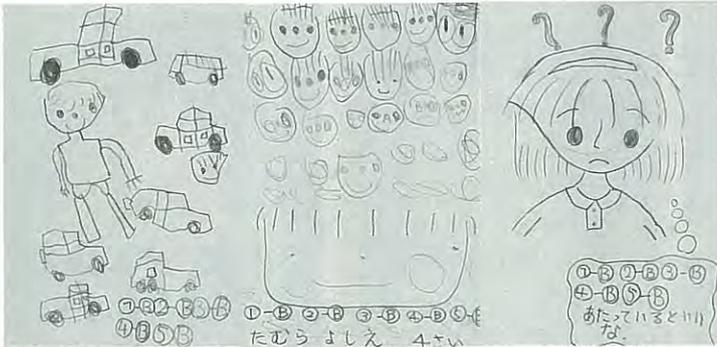


咄別神社で九月八日に秋祭り恒例となったかかしコンテストが開かれました。「阿波おどり」「風見鶏」など、趣向を凝らした十三体のかかしに、集まった地域の人々の評判は上々。子供がもうやカラオケ大会も開かれ、大いににぎわいました。

幕別神社の秋祭りは九月十五日に開かれました。十五年の伝統を持つ子供みこしや商工会によるもちまき大会、金魚すくいやヨーヨー祭りなどの縁日広場、あきあじの当たるびつくり市が行われ、家族連れなどが秋の一日を楽しんでいました。



# みんなの ジュニア



文京町 田村壮志 6歳

佳絵 4歳

啓絵 8歳



相川 渡辺修二 10歳

## 広報クイズ⑤⑤

### 5人に500円の図書券が当たる

アキアジが猿別川にいっぱい  
スポーツの秋 食欲の秋  
あなたの秋は？

- ①国内研修で東京へ行った子供たちは  
A)10人 B)13人 C)15人
- ②42回目の敬老会を開いた会場は  
A)役場 B)札幌内スポーツセンター  
C)運動公園
- ③国際交流検討委員会のメンバーは  
A)4人 B)5人 C)6人
- ④交通安全の啓発をした子供たちの学校は  
A)駒島小 B)相川小 C)幕別小
- ⑤広報まくべつ 今月で第何号  
A)423号 B)470号 C)477号

#### 【応募方法】

★はがきに答えの記号(例①-A)、住所、氏名、年齢と、ご意見ご要望、広報を読んで一言などを書き添えてください。

全問正解の人の中から抽選で5人に500円の図書券をプレゼントします。応募は1人1通に限ります。ご意見などのほか、イラスト、漫画、詩、コントなども大歓迎です。イラストや漫画は黒色で濃く書いてくださいね。

★あて先=☎089-06

幕別町本町130 役場・広報広聴

★締め切り=毎月15日

★前回の正解は、①-B、②-B、③-B、④-B、⑤-Bでした。応募40通で全員がみごと正解でした。抽選で次の5人が当選しました。

(敬称略)

佐藤千津子(8・あかしや町) 鈴木智恵(10・新北町) 菊地なおみ(7・春日町) すずきともゆき(4・桂町) 田村啓絵(8・文京町)

♠…ものを大切に利用するっていいことですね。みんなに見てさわってもらえないのが残念。



♡…お便りありがとうございます

♣…初めてハガキを送らせていただきました。子供達に楽しい本をたくさん読ませてあげたいので、図書券が当たりますように。↓春日町・菊地はる江(31歳)

☺…こんにちは！  
わたしたちは、ぬかない小学校二年生です。このはがきは、わたしたちが、ぎゆうにゆうぱつでつくりました。みてください。↓ぬかない小学校二年生五人より 代表おおすがかおり

## ほんの一言



中央町 鈴木美保 10歳



若草町 伊藤学



旭町 伊東由樹 11歳

す。残念ながら、今回は抽選からはずれましたが、身のまわりで気づいた点など、これからも広報によせてください。



共栄町 沖田直子 9歳

♣…洋介君、若いのにずい分とシブイ趣味をもってますね。



依田 尾藤大将 9歳

聞かせて  
ください

# あなたの 意見

今月のテーマは  
環境について



## 川が死んでいる 魚が住みやすい川にしてもらいたい

川が家の近くにあるから、毎朝、散歩がてら釣りに行っているけど、魚がいなくなったね。昔はヤマベが沢山釣れたんだが、今はカジカやどじょうもないね。

長年、この川を見てきたが昔は川が蛇行して、木が川辺まで生い茂ってきれいな川だったよ。河川改修で川は真っすぐだし、ブロックばかりで川が死んでいるよ。改修するにしても魚が住みやすい川にしてもらいたいね。

糠内（無職・72歳）大橋久雄



## 水と親しむ心掛け マナーを守ってもらいたい

勤めている頃はよく日高の山々に登ったり、川で魚釣りをして割合自然とふれ合う機会が多かったね。今は偶に孫と札内川へ遊びに行くけど、一つ気になることがあるね。最近、アウトレジャーが盛んになっているが、川辺でキャンプした後のゴミを投げ放しにしているのをよく見かける、本当に残念だね。水と親しむ心掛けとして最低限のマナーを守ってもらいたいね。

文京町（無職・77歳）東条 衛

## 水と親しんでもらうことが 川を大切に使う心が育つ

今の子供たちは自然にふれる機会が少ないので、わずかな期間でもふれ合う環境を作ってあげたいですね。たとえば、幕別札内線にあるあおさぎ公園の側を流れる旧途別川で一定期間、魚を放して子供たちに釣りをさせるとか、川遊びが出来る場所を作るなど。まず水と親しんでもらうようにすれば、川を大切に使う心が育つし、川をきれいにする心、守る心を育てると思います。

南町（無職・61歳）森野幸作



十月号では、川を愛する人にお話をうかがいました。以前は、川狩りをしたり、泳いだりしましたが、最近は、そんな川を見かけなくなりまして。「環境が違う」といいますが、何が変わってしまったのでしょうか。川も森も、そしてゴミにしても、私達の心一つで変わるものではないでしょうか。あなたの意見を聞かせてください。

11月号のテーマも

## 環境について

### 紙パック回収状況

9月分…1,500枚

4月からの累計

9,500枚

立木約6本分です

ご寄付  
ありがとうございます  
ごぞいませす

### 社会福祉協議会へ

▽川田忠男さん（相川）から三万円▽鈴木英子さん（千住）から三万円▽大野千代さん（新北町）から三万円▽遊明会（渋谷清一代表）から九千円▽渡辺二さん（明野）から三万円  
■老人クラブへ  
▽池田鶴子さん（桂町）から桂寿会へ三万円▽片山利光さん（中里）から寿会へ五万円、糠内

老友会へ五万円▽岡村孝一さん（寿町）から中央老人クラブ歌楽会へ三万円▽川田忠男さん（相川）から相川北一心会へ三万円▽堀田英雄さん（豊岡）から日新老人クラブへ三万円▽鈴木英子さん（千住）から稲志別老人クラブへ二万円▽神山マサさん（豊町）から札内寿会へ三万円▽長内トキさん（あかしや町）から札内鉄南長寿会へ三万円▽相川新暦会へ松田碧さん（相川）から三万円、山端重隆さん（相川）から一万円、松田準さん（相川）から一万円

国際パークゴルフ協会では加盟団体から要望されていた各種大会に統一して使えるメダルを作成しました。金銀銅それぞれメダルは、クマガラをあしらったもので、協会加盟団体や自治体の大会にご利用ください。問い合わせは国際パークゴルフ協会事務局へ（☎五四一〇〇六）

### 国際パークゴルフ協会 特製メダル

