

旭報



よいち

2020

(令和2年)

3月号

No.827

令和元年度

北海道原子力防災訓練 (2月6日・13日)



住民避難訓練：バス乗車 (旭中学校前)



住民避難訓練：受付のようす (福祉センター)



後志自動車道小樽塩谷ICでの
避難退域時検査のようす



一時滞在場所の「つどーむ」へ (札幌市)

※6ページもご覧ください

今月の記事

- 02 新型コロナウイルスに関連した感染症予防について
- 03 つくってみよう！マイナンバーカード！！
- 04 水道の引っ越し手続きはお早めに！！

- 04 引っ越しする方のゴミの出し方
粗大ごみの収集を再開します
- 06 皆さんからのご意見を募集しています (パブコメ)

新型コロナウイルスに関連した感染症 (COVID-19) 予防について

中国の武漢市を中心に、新型コロナウイルスに関連した感染症が確認されており、国内でも感染者が確認されています。市民の皆さんにおかれましては、インフルエンザ等の感染予防と同様に、手洗いの徹底、咳エチケットの励行などに努めていただきますようお願いします。

現時点でどのような方が重症化しやすいか十分に明らかではありませんが、通常の肺炎などと同様に高齢者や持病がある方、妊娠中の方のリスクが高くなる可能性は考えられます。これらの方は、一般的な対策に加えて、人混みを避けるなど、より一層の注意をおすすめします。

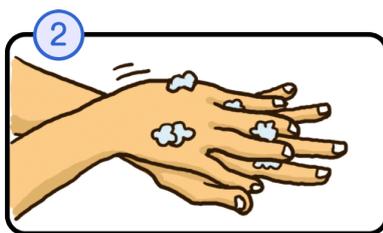
～ 正しい手の洗い方 ～

手洗いの前に

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう



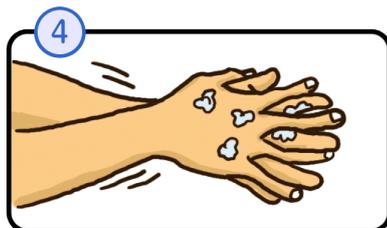
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



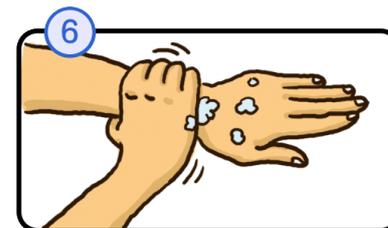
指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよくふき取って乾かします。

～ 3つの咳エチケット ～

①マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

②ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

③袖で口・鼻を覆う



咳やくしゃみを手でおさえる



何もせずに咳やくしゃみをする



「新型コロナウイルス感染症かな？」と思ったら

次の症状がある方は、まず俱知安保健所へご連絡くださるようお願いいたします。

- (1) 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならない時を含みます)
- (2) 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※高齢者や、糖尿病・心不全・呼吸器疾患等がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方は、(1)～(2)の状態が2日以上続く場合

相談窓口・連絡先

☎0136-23-1951(平日日中)
☎011-204-5020
(平日夜間、土日祝)

厚生労働省コールセンター

電話番号 ☎0120-565653
(フリーダイヤル)

受付時間 午前9時～午後9時

(政府広報オンライン)



つくってみよう！マイナンバーカード！！

①マイナンバーカードの申請方法について



STEP 1 まずは必要なものをチェック！



STEP 2 あなたは何派？マイナンバーカード申請方法診断チャート！



◎マイナンバーカードを持つと顔写真付きの身分証明書として使えて、電子証明書を利用して確定申告等が簡単に行えます。

②マイナンバーカードを利用した消費活性化策（マイナポイント）が予定されています。

令和2年度からマイナンバーカードを活用した消費活性化策の実施が予定されています。

利用にはマイナンバーカードの取得および、「マイキーID」の設定が必要です。

ポイントの購入時期が近付くと、マイナンバーカードの交付申請が込み合い、交付まで通常（1か月）よりも時間を要することが見込まれますので早めの申請をお願いします。

制度の詳細は、町広報、ホームページなどでお知らせします。

●マイキーIDの設定に必要なもの

マイナンバーカード（カード交付時に登録した4桁の電子証明書暗証番号が必要です）

●マイキーIDの設定と利用の流れ

- ①マイナンバーカード取得・スマートフォン、パソコンからマイキーID設定
- ②マイキーIDを決済サービスと連携させます
- ③マイキーIDを連携させた各種決済サービスで、キャッシュレス決済への前払いでプレミアムポイント付与（マイナポイント）「〇〇ペイ、〇〇カード」といった民間のキャッシュレス決済サービスの利用額を前払い等すると、国によるプレミアム分を加えた額が、キャッシュレス決済のポイントとして付与されます。

（例）マイキーIDを通じて2万円分のポイントを購入。（令和2年9月予定）

〇〇ペイに2万5千円分のポイント付与 プレミアム率25%（5,000円）

※マイナンバーカードに関する詳細は、 <https://www.kojinbango-card.go.jp/>

※マイナポイントに関する詳細は、 <https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>

問合せ 福祉課 戸籍住民グループ ☎ 21-2120 (平日8:45~17:15)

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-98-0178 (平日9:30~20:00)

(土日祝9:30~17:30)

※紛失・盗難によるマイナンバーカードの一時利用停止の手続きは24時間365日受付しています。



水道課からのお知らせ

水道の引っ越し手続きはお早めに!!

引っ越し等で水道を使用開始・使用中止する際は次の手続きが必要です。

使用開始：窓口手続（持ち物：印鑑・手数料600円）

使用中止：電話連絡

3月・4月は転勤等異動が多い時期であり、大変混み合う事が予想されますので、早めのご連絡・お手続きをお願いします。

なお、使用中止の手続きを忘れると、水道料金（基本料金）が発生しますのでご注意ください。

水道料金のお支払いは便利な口座振替がおすすめです

水道課では水道料金のお支払いについて大変便利な口座振替をお勧めしています。

つぎの取扱い金融機関窓口には手続き用紙がありますので、通帳印・口座番号がわかるもの（通帳等）をお持ちになり、手続きをお願いします。

取扱い金融機関： ● 北海道信用金庫（本店・各支店） ● 北洋銀行（本店・各支店）
● 余市町農業協同組合 ● 余市郡漁業協同組合 ● ゆうちょ銀行

水道料金の納期内納付をお願いします

本町の水道事業は、独立採算制となっており、水道料金をもとに事業を運営しています。水道料金を滞納しますと事業の運営に支障をきたすとともに、他の使用者との負担の公平性を欠くことから、水道料金の納期内納付にご協力をお願いします。

水道料金の支払いが遅れる場合は水道課までご相談をお願いします。

問合せ 水道課 業務グループ ☎21-2130



引っ越しする方のごみの出し方

転勤や進学等で住宅を引越される場合、一度に大量のごみをごみステーションに出されると、地域の方に迷惑をかけるだけでなく、回収にも支障をきたします。

ごみステーションに出される方は、『家庭ごみの「分け方・出し方」』（冊子）を確認し、適性なごみ出しをお願いします。

どうしても大量のごみが出る場合は、町内の一般廃棄物収集運搬許可業者に依頼（有料）して処理する方法もありますので、そちらもご検討ください。

また、町内在住の方であれば、「燃やさないごみ」と「粗大ごみ」は、ご本人が「余市町クリーンセンター」に直接搬入（重量10kgごとに80円）することができます。

問合せ 環境対策課 廃棄物対策グループ ☎21-2118

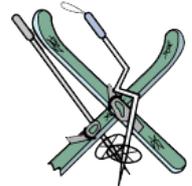
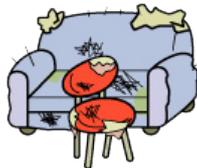


粗大ごみの収集を再開します

冬期間休止していた粗大ごみの収集を、3月から再開します。

粗大ごみは、ご自宅（玄関先）まで収集に伺いますので、事前に申し込みをお願いします。

なお、収集経路策定のため、必ず収集日前日の午前中までに申し込みをお願いします。



ごみの減量化・再資源化・適正処理にご協力願います

申込み・問合せ (株)北後志第一清掃公社 ☎23-7240 (※収集は(株)北後志第一清掃公社が行います)



【国民年金からのお知らせ】

老齢年金の受給資格期間および年金額を増やしたい方へ

●60歳以上の任意加入制度 **要申込**

老齢基礎年金の受給資格期間を満たしていない場合や、40年の保険料納付済期間がないため老齢基礎年金を満額で受け取れない場合に、60歳を過ぎたあとも国民年金に任意加入することで、受給資格期間や受給額を増やすことができます。

- ① 受給資格期間を満たしたい場合・・・申込日から**70歳まで**加入することができます
- ② 老齢基礎年金額を増やしたい場合・・・申込日から**65歳まで**加入することができます

●付加保険料 **要申込**

付加保険料は、申込の月から国民年金保険料に月額400円（定額）を上乗せして納めることで、年金を受け取る際に「200円 × 付加保険料納付月数」で計算された金額が、「付加年金」として毎年の老齢基礎年金に上乗せされて受け取ることができる制度です。

しかも、納付した分は2年間年金を受け取ることでもとがとれ、その後も受け取っている間は付加年金も継続して受け取ることができるので、**非常にお得です！**

（例）月額400円の付加保険料を10年間（120か月）納付した場合の付加年金はどうか？

支払総額は「400円 × 120か月 = 48,000円」となり、

上記計算式から、1年あたりの付加年金額は

「200円 × 120か月 = 24,000円」が受け取れ、2年でもとがとれます！

※国民年金基金に加入中の方や、保険料の免除・納付猶予を承認されている方などは、付加保険料の申込ができませんので、ご注意ください。

申込み・問合せ 福祉課 福祉グループ ☎21-2120



AALT（外国語指導助手）との交流事業

げんき イングリッシュ オリンピックス
『GENKI ENGLISH Olympics』

余市町国際交流推進協議会と社会教育課の共催により、1月12日（日）図書館2階の視聴覚室で町内の小学校6年生、中学校1～2年生8名がAALTの先生と英語を使った並び替えゲームやスイカ割りゲームなどを行いました。

子どもたちは元気に一生懸命取り組み、AALTの先生や他校の児童・生徒と仲良く交流を深めました。

この事業は、外国人との交流等を通じ国際交流に関する意識の高揚を図ることや、英語を身近なものとして感じてもらうことを目的に実施しています。



問合せ 余市町国際交流推進協議会事務局（企画政策課） ☎21-2117



計画（素案）に対する皆さんからの ご意見を募集しています（パブリックコメント）

余市町人口ビジョン
（令和2年改訂版 素案）
および
第2期余市町
まち・ひと・しごと
創生総合戦略（素案）

企画政策課では、本町の人口の現状を分析し、町民に対して情報を提供することにより、人口減少に関する認識の共有を推進するとともに、今後本町が目指すべき将来の姿を展望するため、「余市町人口ビジョン（令和2年改訂版）」の策定を進めています。

また、町民全員が人口減少というまちの存続に関わる危機的状況におかれていることを認識し、町民一人一人の力を合わせ、本町が持続的に発展を遂げるための地域社会の創生に向けた施策を総合的かつ計画的に推進するため、「第2期余市町まち・ひと・しごと創生総合戦略」の策定を進めています。

■意見募集期間 **2月20日（木）～3月20日（金）まで**

■意見提出者の要件 意見を提出できる方は次のいずれかに該当する方とします。

- 町内に住所を有する方
- 町内に会社、事業所等を有する方
- 町内に通勤・通学している方
- 町に納税されている方
- 意見を募集する案件に利害関係のある方

■資料（計画案）の閲覧・投函場所

備え付けの「意見提出用紙」または任意の様式に住所および氏名（法人・団体の場合は所在地、名称、代表者の氏名）を明記のうえ、備え付けの意見箱に投函してください。

- 役場庁舎 (1階 ロビー) 朝日町26番地
- 中央公民館 (1階 事務室前) 大川町4丁目143番地
- 図書館 (1階 フロア) 入舟町413番地
- 福祉センター (1階 フロア) 富沢町5丁目13番

※資料（素案）および「意見提出用紙」は町ホームページからもご覧いただけます。（ダウンロード可）

■その他の提出方法

- 郵送 〒046-8546 余市町朝日町26番地 余市町役場 企画政策課 宛
- 電子メール kikaku-s@town.yoichi.hokkaido.jp
- ファクシミリ 0135-21-2144
- 持参 受付時間：平日の午前8時45分～午後5時15分 役場2階 企画政策課まで

※電子メールによる意見の提出はWord、テキスト、PDFのいずれかの形式で件名には「余市町パブリックコメント」と記載してください。

※お寄せいただいたご意見等（氏名、住所などの個人情報除きます）と、ご意見等に対する町の考え方は、取りまとめ後、町のホームページ等でお知らせします。

問合せ 企画政策課 ☎ 21-2117



令和元年度 北海道原子力防災訓練を実施しました



▲災害対策本部運営訓練

2月6日（木）、2月13日（木）に北海道と泊発電所周辺13町村及び避難先市町村などが、泊発電所での重大な事故を想定した原子力防災訓練を実施しました。訓練は、稼働中の泊発電所3号機で設備の故障により冷却が不能となり、放射性物質が放出されたとする想定で行われました。

本町では、6日の訓練において、災害対策本部を設置し、防災関係機関によるオフサイトセンター運営訓練を実施しました。

また、13日の訓練では、住民の方が参加する町外への避難訓練を実施したほか、一時滞在场所である札幌市スポーツ交流施設（つどいむ）へ要員を派遣した運営訓練や屋内退避、避難手順を確認することを目的とした社会福祉施設、学校、病院及び観光施設等との通信連絡訓練などを実施しました。

問合せ 地域協働推進課 防災グループ ☎ 21-2142

余市町の空間放射線量率 | 1月24日～2月19日の本町の空間放射線量率は「平常レベル」でした。
（最高値：45nGy/h、最低値：28nGy/h、平均値：33nGy/h）※平常時は10～60nGy/h程度



【税務署からのお知らせ】

申告書は、自分で作成して、お早めに！

令和元年分の所得税及び復興特別所得税並びに贈与税の確定申告書の提出期限は3月16日（月）、消費税及び地方消費税（個人事業者）の確定申告書の提出期限は3月31日（火）です。

期限間近になりますと、税務署は大変混雑しますので、確定申告書は「前年の申告書控え」や「確定申告の手引き」を参考にご自身で作成し、お早めに提出してください。

確定申告書は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成し、e-Tax（電子申告）で送信または印刷して郵送等により提出することができます。

「確定申告書等作成コーナー」には、給与所得や年金所得のみの方専用の初めての方でも操作しやすい画面もありますので、ぜひご利用ください。また、「確定申告書等作成コーナー」はスマートフォンやタブレットからもご利用いただけます。

※税務署へ「ID・パスワード方式の届出」をすることで、スマートフォンやタブレットでも確定申告書等作成コーナーからe-Taxでの送信が可能となりました。

なお、税務署などの確定申告会場にお越しの際には、「前年の申告書控え」、確定申告に必要な書類および印かんをご持参ください。（「確定申告のお知らせ」が届いている方は併せてご持参ください。）

譲渡所得および贈与税に関する申告相談を希望される方は、3月4日（水）から3月6日（金）の期間中にお越しいただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。また、駐車場が大変混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。

税務署の閉庁日（土・日、祝日）は、税務署での確定申告の受付は行っていませんので、ご注意ください。

問合せ 余市税務署 ☎25-1009



【道税事務所からのお知らせ】

自動車税種別割の住所変更をお忘れなく！

自動車税種別割は、4月1日現在の登録に基づいて課税される税金です。

■引っ越しで住所が変わったときなどは、運輸支局で変更登録をしてください。

次の場合は運輸支局で登録手続きが必要です。

- 住所が変わったとき（変更登録）
- 自動車を売買したとき（移転登録）
- 自動車を使用しなくなったとき（抹消登録）

令和2年度の自動車税種別割納税通知書を確実にお届けするために、3月中に手続きをお願いします。

■変更登録が間に合わないときは…

札幌道税事務所自動車税部にご連絡いただくか、道税ホームページから自動車税種別割の住所変更手続きが可能です。

問合せ 札幌道税事務所 自動車税部 ☎011-746-1197

ホームページURL 【<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim/address/index.htm>】



森林環境譲与税の活用に向けた基本方針 (令和元年～令和5年)

本町の総面積は、14,059haのうち森林面積は9,345haで総面積の67%を占めており、その内一般民有林は3,229ha、国有林は6,116haとなっています。

町では、森林の有する多面的機能の持続的な発揮に向けて、これまで国や道の森林整備事業予算や町単独予算などにより森林の整備を進めてきましたが、木材価格の低迷による森林所有者の経営意欲の低下や森林所有者の不在村化、相続による世代交代などから整備が行き届かない森林の増加が懸念されます。このため、本町では、国から譲与される森林環境譲与税を有効に活用し、森林整備の推進および人材育成や担い手確保、木材利用の促進、普及啓発など、適切な森林の整備やその促進につながる取組を計画的かつ効果的に進めます。

問合せ 農林水産課 水産林務グループ ☎21-2123

～その187～ 『ニシンを追ってきた人』

明治時代、北海道内各郡の開拓状況を報告した記録には、その町にどこの府県から人がやってきたかが記されているものがあります。余市町では畚部(ふごっぺ)村に秋田、山形、香川の各県から、以下同様に大川町(秋田、青森、新潟、石川)、黒川村(和歌山、秋田、山形、香川、福島)、山道村(青森、徳島)、山田村(秋田、福島)、余市市街(青森、秋田、新潟、滋賀、石川、福島)、沖村(青森、秋田)と、各町の住民の出身府県が記されています。畚部村は現在の栄町、山道村は豊丘町、余市市街は沢町、富沢町、港町、梅川町付近、沖村は豊浜町、白岩町、潮見町をさします(『北海道殖民状況報文 後志国』)。

これらの人たちは、開拓のために明治時代以降に余市に来た人たちでした。前述の報文では余市市街の項に「明治維新前ノ出稼者ニシテ現存スルモノ」が23戸、沖村でも同様に12戸が住んでいたと報告されていて、彼らは江戸時代からニシンを追って来た人たちでした。

江戸時代の中頃までさかのぼると、安永2(1773)年、松前藩士の松前平角が上ノ国の漁民83名を引き連れて余市に来たとする記録があります。『余市町郷土誌』によると、「上の國石崎村の和入八十三人、命により京都伏見稻荷の神璽しんじを受け余市場所に来たり、山碓(港町付近)濱中の二村を開き小屋掛をなし番屋を設け漁業を営み、漁期後も道路の開鑿かいさく、海産干場の開拓等をなし帰郷に際しても番人を残すに至った。」とあります。その後、ニシンやサケの漁は運上家、もともと住んでいたアイヌの人たち、松前藩領地の前浜が不漁になって蝦夷地に出稼ぎして漁をする人たちの三者によって行われます。次第に出稼ぎ漁民の数は増え、運上家やアイヌの人たちを圧倒しました。

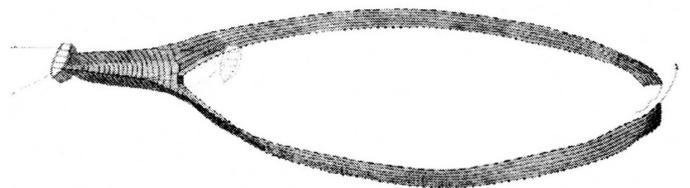
林家文書(余市町指定文化財)によれば、幕末に既

に永住していた人は、安政3(1856)年67軒259名(内男130名、女129名)、その14年後の明治3(1870)年には家数128軒、423名(内男222名、女201名)と家数が倍増するほど大幅に増えています。出稼ぎして来る彼らの母村は、江差および松前地方が12村、津軽(青森県)が4村で、なかでも上ノ国塩吹の26人、津軽脇元の20人が突出していました。上ノ国から来る人たちの流れは幕末まで続いていたようです。

出稼ぎして来る人たちは刺網や大型の網(笊網ざるあみ)でニシンをとりました。ニシンを原料にして作る肥料の需要が高く、ニシン漁はとでも盛んになり、漁獲量のより多い定置網をもつ出稼ぎ漁民が増えました。不漁の年には刺網漁をする人たちを困らせることもあり、網の規格や操業開始時期、夜間の操業停止と操業時間など約束事を運上家とかわすことがありました。そうした交渉ごとを担った中に、上ノ国出身の人の名前が複数見られます。

明治になってニシン漁はより盛んになり、やがて幻の魚と呼ばれ、今またもどってきています。幕末から余市で漁をしていた人たちは、明治以降も上ノ国出身の人たちも含めて、引き続き余市で活躍されました。

さらに他府県の人たちもニシンを追ってやってきたので、余市はますます賑やかになりました。



▲ 図：笊網ざるあみの図(『北海道水産豫察調査報告』よさつ)

体重をマネジメントする『コツ』

冬の間、屋内で過ごす時間が長く、体重・体脂肪ともに蓄えてしまった。ダイエットは明日から頑張ろう!と思いつつ、もう数か月経ってしまった。など、うまくいかない体重の管理にお悩みの方も多いかと思えます。今回は体重をマネジメントするコツについてお伝えしたいと思います。

★まずは減量目標を決める

肥満診療ガイドラインでは、肥満（BMI〈体格指数〉25〜35）の方の減量目標は3〜6か月で体重3%以上の減量とされています。そのため、短期的な目標としては、3か月で体重マイナス3kg、ウエストマイナス3cmを目指します。「それだけでいいの?」と思うかもしれませんが、急激な減量はリバウンドしやすいことがわかっています。生活習慣、食習慣を無理なく改善し、ゆっくりと確実に体重を落とすことが体重マネジメントのポイントです。



<図1> 120kcal ってどのくらい?

※メーカーによってエネルギーが異なります

3か月でマイナス3kg 実現のために:
1か月1kgペースで落とすとしていくのが、身体に負担がかからず良いでしょう。体重を1kg減らすには、約7000kcalの消費が必要です。1か月に1kgを減量する場合、7000÷30日で1日約240kcalを消費する必要があります。240kcalの活動を毎日増やすのは大変ですので、食べる量を

120kcal減らし(図1参照)、身体活動で120kcalを消費し、合わせて1日240kcalを消費すると健康的に体重を減らすことができます。まずは3か月頑張ってみましょう。

「食事」による体重マネジメントのコツ
同じ量の食事をとるにしても、脂肪をつきにくくする食べ方、ちよっとしたコツがあります。この食べ方を覚えて習慣にしておく、少しずつでも摂取エネルギーを減らせます。

①よく噛んでゆっくり食べる
食べる量を減らすだけでは、空腹の反動でさらなる過食を招く可能性があります。まずは「10回以上噛んで食べる」ことを心がけましょう。よく噛むと「ヒスタミン」という食欲を抑えるホルモンが脳内で増え、同じ食事でもより満腹感が得られます。

また、ご飯やパン、麺など主食の量を減らしたときは、ただ量を減らすだけではなく、米にこんにゃくやしらたきを混ぜて一緒に炊き込む、野菜と合わせるなど、「かさを増す工夫」をするのが良いでしょう。

②間食の種類を見直す
ケーキやチョコレート、おせんべいなどを気軽に食べてしまいがちですが、これが落とし穴です。例えば、シュークリーム1個(約240kcal)を食べた場合、これを消費しようとするとき、これを消費しなければなりません。美味しいスイーツのご褒美は目標の体重をクリアした時までとっておき、普段間食をする場合は、果物や小魚、カシューナッツ、小袋のお菓子などをを選択すると良いでしょう。

③夜遅くに食べない
夜遅い時間の食事は、エネルギーが消費されにくく、脂肪がつきやすくなってしまいます。また、夜遅い時間に食事をとると、朝になっても空腹感を感じない↓朝食欠食↓自律神経が乱れる↓日中のパフォーマンスや睡眠の質が下がる...という負のスパイラルに陥ります。どうしても夕食が遅くなってしまうときは、まず、19時頃におにぎりを1個食べておき、本格的な食事は、白身魚や豆腐など低脂肪で消化の良いたんぱく質と野菜を中心に少し食べる程度にしましょう。

余市食改おすすめメニュー

きゅうりとアボカドのさっぱりサラダ

【材料2人分】
■きゅうり...中1本 (100g)
■アボカド...大1個 (180g)

【合わせ調味料】
●オリーブ油...大さじ2 (24g)
●マスタード...小さじ1 (6g)
●レモン汁...小さじ1 (5g)
●塩...小さじ1/4 (1.5g)
●こしょう...少々

【作り方】
①きゅうりは、しま目にむき、一口大の乱切りにする。
②アボカドは一口大に切る。
③ポウルに【合わせ調味料】を入れ、①②を加えて和える。

ポイント...レモンの皮を千切りにし、適量のせる。香りがさっぱり味なので揚げ物に合います。

※余市町食生活改善推進委員会※

運動も忘れずに、立っているというだけで座っているときよりもエネルギー消費量が約20%増加すると言われています。この違いは、1日で約350kcal(ご飯2杯分)にもなります。

エレベーターを使わずに階段を使う、洗濯を干すときに身体をひねる、など日常生活の中でできることから始めましょう。



健康と暮らしの情報（3月）

子育て情報『問合せ：子育て・健康推進課 ☎21-2122』

事業名	対象者	実施日	時間	会場
1歳6か月児健診	H30年 8月生まれ	12日(木)	受付 12:00～12:20	福祉センター入舟分館
3歳児健診	H28年 10月生まれ	13日(金)		
10か月児健診	令和元年 5月生まれ	19日(木)	受付 11:50～12:10	
4か月児健診	令和元年 11月生まれ	24日(火)		
こども相談 (発育・発達・栄養など)	申込みをされた方 ※19日(木)までに 申込みが必要です	25日(水)	9:00～15:00	余市町役場 ※会場まで来られない方は ご相談ください

健康づくり情報『問合せ：子育て・健康推進課 ☎21-2122』

事業名	実施日	時間	会場	備考
心の健康相談	3月5日(木) ※変更の可能性 があります	13:30～15:30	俱知安保健所余市支所 ☎23-3104	※3日前までに申込み必要 (申込先) 俱知安保健所 ☎0136-23-1957
認知症の介護相談	16日(月)	19:00～21:00	福祉センター入舟分館	ご自由にご相談ください。
健康相談	25日(水)	9:00～15:00	余市町役場	※19日(木)までに申込み必要

休日当番医『問合せ：子育て・健康推進課 ☎21-2122』

当番日	医療機関名	電話番号
3月1日(日)	勝田内科皮フ科クリニック	22-3843
8日(日)	中島内科	22-3866
15日(日)	勤医協余市診療所	22-2861
20日(金)	田中内科医院	22-6125
22日(日)	小嶋内科	22-2245
29日(日)	林病院	22-5188
4月5日(日)	よいち整形外科クリニック	48-5000

※休日当番医の診療時間は9時～17時までです。
休日当番医は変更になることがありますので、
確認してから受診してください。



その他の生活情報

事業名	実施日	時間	会場	備考
心配ごと相談	11日(水)、25日(水)	13:00～16:00	福祉センター入舟分館	(問合せ) 余市町社会福祉協議会 ☎22-3156 ※法律相談は事前申込み必要
	18日(水)	13:30～14:30		
無料法律相談 (予約制)	18日(水)	13:00～16:00	中央公民館 203号室	※事前申込み必要 役場総務課 ☎21-2111
	24日(火)	15:00～17:00	余市商工会議所	※事前申込み必要 余市商工会議所 ☎23-2116

※福祉センター入舟分館(入舟町)、中央公民館(大川町4丁目)、俱知安保健所余市支所(朝日町)、
余市商工会議所(黒川町3丁目)

= 募集・お知らせ =

郵送・持参

3月27日(金)～3月30日(月)

第1次試験日 6月7日(日)

●海上保安学校

受付期間

インターネット

3月27日(金)～4月3日(金)

郵送・持参

3月27日(金)～3月30日(月)

第1次試験日 5月10日(日)

申込み 海上保安庁ホームページをご確認ください。

※受験資格等の詳細は海上保安庁のホームページ (<http://www.kaiho.ml.it.go.jp/ope/saiyou/bosyu.html>) をご覧いただくか、お問合せください。

申込み・問合せ

小樽海上保安部 管理課

☎0134-27-6118



国税専門官募集

札幌国税局では、国税局や税務署において、税のスペシャリストとして活躍する国税専門官を募集しています。2020年度の採用試験の概要は、次のとおりです。

受験資格

- 平成2年4月2日から平成11年4月1日生まれのもの
- 平成11年4月2日以降生まれの者で大学を卒業する見込みの者など別に定める者

申込受付期間

申込みはインターネットにより行ってください。

3月27日(金) 午前9時～

4月8日(水) 【受信有効】

申込専用アドレス <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

第1次試験 6月7日(日)

【基礎能力試験、専門試験

(多肢選択式および記述式)】

第2次試験【人物試験および身体検査】

7月8日(水)～7月17日(金)

のうち指定する日

最終合格者発表日 8月18日(火)

問合せ

札幌国税局人事第2課採用担当

☎011-231-5011

(内線2315)

余市税務署(総務課)

☎22-2093



総合体育館健康教室

①体幹バランスUP

体幹バランスを整え、姿勢の矯正、負荷に強い身体づくりを目指します。

日時 3月5日・12日・19日
・26日(木曜日)

午後1時15分～2時45分

②こころと身体を整えるヨガ

初心者向けのやさしいヨガレッスンで、リラックスした状態での呼吸からの動きで心・身体のバランスを整えます。

日時 3月5日・12日・19日
・26日(木曜日)

午後3時～4時30分

③筋力UPトレーニング

スクワットなどの下半身運動から、腹筋などの上半身の運動まで、全身を満遍なく動かし、基礎代謝を上げます。筋肉に刺激を与え、基礎的な筋力を上げることで疲れづらい身体を目指します。

日時 3月6日・13日・27日
(金曜日)

午後1時30分～3時

定員 5名(①～③)

(定員になり次第締切り)

参加料(使用料を含む)

各1回 500円(①～③)

4回セット 1,800円(①・②)

3回セット 1,300円(③)

その他

- 傷害保険は各自で加入。
- 体育館窓口または電話で申込み。
- 健康状態(高血圧等)によりお断りする場合があります。
- 動きやすい服装・運動靴、タオル、飲み物は各自ご用意願います。
- ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。

申込み・問合せ

総合体育館 ☎23-5210



海上保安官・海上保安学校 学生(特別)採用試験

海上保安庁では、令和3年4月採用の海上保安官および令和2年10月採用の海上保安学校学生(特別)を募集します。

●海上保安官

受付期間

インターネット

3月27日(金)～4月8日(水)



家庭果樹栽培管理 講習会

日時 3月10日(火)

午後1時30分～3時30分

会場 農村活性化センター

講師 農村活性化センター職員

内容 一般家庭で楽しむ果樹の栽培管理(りんご・ナシ・さくらんぼ・プルーン・その他小果樹類)

募集人数 30名(先着順)

参加費 無料

持参するもの 筆記用具・長靴
防寒着・手袋

申込受付 3月2日(月)～4日(水)

午前9時～正午

※電話またはFAXで申込み

申込・問合せ 農村活性化センター

☎23-5568

FAX 23-2189



各種自衛官募集

自衛官候補生および一般曹候補生・予備自衛官補(一般・技能)・一般幹部候補生(一般・歯科・薬剤)・医科・歯科幹部を募集します。

●採用上限年齢の引上げについて

自衛官候補生および一般曹候補生の採用年齢が18歳以上33歳未満に変更されました。

※細部応募資格等は、問合せください。

問合せ 自衛隊札幌地方協力本部

小樽地域事務所

☎0134-22-5521



国立北海道障害者職業能力 開発校入校生追加募集

北海道障害者職業能力開発校では、障がいのある方の入校生を追加募集しています。

受付期間 4月6日(月)まで

募集訓練科 総合ビジネス科、プログラム設計科、CAD機械科、建築デザイン科、総合実務科

願書配布先 ハローワーク余市

☎22-3288

申込み・問合せ

北海道障害者職業能力開発校

住所: 砂川市焼山60番地

☎0125-52-2774

FAX 0125-52-9177

2020.③広報よいち 12

= 募集・お知らせ =

児童館行事案内

黒川児童館(☎23-4338)

レトロゲームで遊ぶ会

3月15日(日) 午後1時30分～

つどいの広場

3月19日(木) 午前10時～

沢町児童館(☎23-5673)

ぬりえの会

3月7日(土) 午後1時30分～

つどいの広場

3月11日(水) 午前10時～

竹馬・一輪車・なわとび検定の会

3月21日(土) 午後1時30分～

キッズルーム「あつぷる」

子育て中の親子が気軽に集える場所として開放しています。

対象 概ね3歳までの児童と保護者

日時 毎週月～金曜日

午前：9時30分～正午

午後：1時～4時

※3月31日(火)はお休みです。

場所・問合せ

キッズルームあつぷる

☎48-8850



よいちニコニコ食堂 (こども食堂)

日時 3月28日(土)

午前11時30分～午後1時
(毎月1回、第4土曜日開催)

食事代 高校生まで無料

おとな300円

※野菜やお魚、お米などの食材のご寄附大歓迎です！

場所・問合せ

ワーカーズコープ後志事務所

(黒川町3丁目40番地)

☎48-5106



テニポン地域体験 交流会参加者募集

テニポンは北海道様似町発祥の「生涯スポーツ」です。老若男女、スポーツ経験を問わず、ルールは簡単で運動量も適度、どなたでも気軽に楽しめる健康増進のためのスポーツです。

日時 3月27日(金) 午後1時～

場所 総合体育館

申込み・問合せ

余市テニポン協会(井鳥)

☎23-5141



余市消防署からの お知らせ

● 雪による事故に注意

積雪期になると屋根などからの落氷雪や雪下ろし作業中の転落、除雪機に巻き込まれるなどの事故で多くの死傷者が発生しています。また、気温が上昇した日は雪解けが進み、屋根などからの落氷雪が発生しやすくなります。

● 過去に発生した事故の概要

- はしごに乗って屋根の雪下ろし作業中 バランスを崩して、はしごとともに転倒
- 屋根の雪下ろし作業中、足を滑らせて屋根から転落
- 軒先のつららを落としていたところ、落下した氷塊が当たり負傷
- 軒下で除雪作業中、屋根からの落雪により埋没して負傷
- 除雪機を使用して除雪作業中、除雪機に巻き込まれて負傷

● 雪による事故を防ぐため 次の点に注意しましょう

- 落氷雪のおそれがある軒下などを歩かない
- 高所で作業する際はヘルメットを着用するほか、転落防止用のロープ、安全带などを適切に使用し安全を確保する
- はしごを使用する際には、はしごの足をしっかり固定し、はしごがずれないように、ほかの人に押さえてもらう
- エンジンをかけたまま除雪機から離れない

このような点に気をつけ、除雪作業などによる転落事故などが起きないように十分注意しましょう。

問合せ 余市消防署 ☎23-3711

今月のわくわくタイム

『ベビーヨガ・キッズヨガ ～親子でヨガをしてみませんか?～』

日時 3月10日(火)

● 1歳6か月～3歳 午前10時～11時

● 0歳～1歳6か月 午後1時30分～2時30分

場所 キッズルーム「あつぷる」

講師 man liEN ～ママリアン～ 増山 千尋氏

持ち物 水分補給できる物、動きやすい服装でお越しください。

※ヨガスペースの確保のため、使用できない遊具もありますのでご了承ください。

問合せ キッズルームあつぷる ☎48-8850

寿大学「新年を寿ぐ会」～楽しいひと時を共有！～

1月9日(木)、寿大学恒例の「新年を寿ぐ会」が中央公民館で行われ、大学生・来賓合わせて51名が出席しました。

はじめに学長の佐々木教育長から新年の挨拶があり、齊藤町長と中井議長からはお祝いと励ましのことばをいただきました。開会行事終了後の祝賀会は、学生自治会佐藤会長の挨拶、老人クラブ連合会今堀副会長の音頭で乾杯を行い懇親会に移りました。

懇親会では、参加者同士が交流を深め合うと共に、大学生による日本舞踊・詩吟・民謡・カラオケの披露と福引等のお楽しみ会が行われ、楽しい新春の集いとなりました。



▲一年間の健康を祈念して！



▲学生自治会長挨拶



▲新春を祝って「日本舞踊・詩吟・民謡・カラオケ」を披露

第40回子ども会かるた大会

～百人一首下の句かるたで熱戦！～

下の句かるたは、北海道独自の文化活動として普及し各地で楽しまれ、本町でも毎年地域子ども会育成連絡協議会主催の「かるた大会」が行われています。

今年は1月13日(月)に中央公民館で開催され、小学生の部に5チーム、中学生の部に2チームが参加し、熱戦を繰り広げました。

この大会は、後志大会の予選も兼ねていますので、小・中の部で優勝・準優勝した4チームが、岩内町で開催された後志地区大会に出場しました。

【優勝チーム】小学生の部～鮮烈ジュニア
中学生の部～AKANE



▲小学生の部対戦風景



▲中学生の部対戦風景

親子で体験「そば打ち教室」

～打ち立ての“そば”は美味しい！～

1月11日(土)、日本の伝統食文化である「そば打ち」体験教室が中央公民館で開かれ、3組7名の家族が参加しました。

最初に、講師の方に“生地を薄く伸ばしたり、そば専用の大きな四角い包丁を使って均等に切る作業”などの実演指導をしていただき、そば打ち体験がスタートしました。調理台には、余市そば打ち愛好会の皆さんが横につき、困った時のサポートに回り、上手にそばが出来上がりました。

愛好会の皆さんは、技術を磨いているほか、福祉施設でのボランティア活動も行っています。



▲実演指導



▲調理風景

第32回シルバーアート展

～パワー溢れる58点を展示～

町内在住の60歳以上の方を対象とした「余市町シルバーアート展」は、1月15日(水)から19日(日)まで中央公民館で開催されました。

作品展には、絵画(5点)・書道(1点)・写真(23点)・彫塑工芸(16点)・手芸その他(13点)といったさまざまなジャンルの作品合わせて58点が展示されました。

丹精込められた作品は、来場された方々の目を十分に楽しませてくれました。



▲展示会場(1階ロビー)



▲作品鑑賞風景



▲学習風景



▲作品展

女性学級「書に親しむ」

～心地よい緊張感を体感～

1月20日(月)、講師に山崎正義さんを迎えて第12回学習講座「書に親しむ」が行われ10名の学級生が参加しました。

受講生は、基本的な筆使いを学んだあと、講師の作品を手本にしながら『笑顔の力』という作品の制作に取り組みました。集中力を高めて書き終えた受講生の表情からは、満足感・達成感が感じられました。

作品は、“女性学級学習講座作品展”として1階ロビーに展示しました。

生涯学習だより

寿大学・女性学級のみなさんへ

寿大学 今月の学習

3月12日(木) 午前11時〜 301号室

●閉講式・学生自治会お別れ会

閉講式では一年間の努力を称え、皆勤賞・精勤賞・修了証書の授賞式等を行い、終了後には交流会を開催します。

女性学級 今月の学習

3月9日(月) 午後1時30分〜 101・102号室

●今年度の振り返りと新年度計画・閉講式

今年度の学習活動を「生涯学習だより」や「スライド写真」等で振り返り、新年度の学習内容等についてお話しします。

学校支援ボランティア募集

保護者や地域住民の皆さんで、学校(主に小・中学校)の教育活動を支援していただけるボランティアの方を募集しています。

資格要件は特にありませんが、活動内容は、学習支援・環境整備・読書活動・部活動指導・安全指導などです。

登録された方(個人・団体)には、安心して活動していただくためにボランティア保険に加入していただきます。(保険料は教育委員会が負担)

なお、支援については、学校の要請を受けての活動となりますので依頼されない場合もあります。その点をあらかじめご了承ください。

問合せ・申込み 中央公民館 (☎23-50001)

竹鶴杯・ニツカ杯・笠合杯

兼全国ジャンプスポーツ少年団交流大会開催

地元余市ジャンプ少年団の子どもたちをはじめ、道内外からたくさんの方が参加して、シーズンの最後を飾るジャンプ大会が、竹鶴・笠合両ジャンプで3月23日(月)に開催されます。

問合せ 中央公民館 (☎23-50001)



図書館のすてきな窓

折り紙講習会

26センチの折り紙で大きなかぶとをつくらう!

日時 3月14日(土) 午後1時30分

講師 新井田勢津子氏 対象 どなたでも(無料)

申込 13日(金)まで。電話可。

二コット☆探偵団

名探偵になって図書館の謎を調べてみよう! 図書館の裏側も見られるかも...!?

日時 3月15日(日) 午後1時30分

対象 小学生15名(先着順) 申込 12日(木)まで。電話可。

歌と朗読でつづる春が覗いた一頁

情感溢れる朗読と、春をテーマにしたたくさんの歌と伴奏で、心と体を元気にしませんか!

日時 3月22日(日) 午前11時〜 対象 一般(無料)

出演 朗読 星野まどかさん 歌 藤田繁さん

演奏 小島慶子さん

内容 朗読「放浪記」 歌「旅人の唄」ほか

おはなし会

日時 3月14日(土)、28日(土) ①午前11時〜 ②午後2時〜

本のひろば読み聞かせの会

日時 3月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

午前10時30分

※行事の会場・申込みはすべて図書館です。

今月の休館日 毎週月曜日・31日(火)は図書整理日。

予約・申込み不要!

大人映画会 (午後2時〜)	
1日(日)	アダムス・ファミリー2 (洋画)
5日(木)	テルマエ・ロマエII (邦画)
12日(木)	俺たちは天使じゃない (洋画)
15日(日)	ラヴレター (邦画)
19日(木)	スピード (洋画)
26日(木)	笑の大学 (邦画)
子ども映画会 (午後2時〜)	
7日(土)	映画ワンピース デッドエンドの冒険
21日(土)	トムとジェリー ワイルド・スピード

開館時間 午前10時〜午後6時30分
 問合せ 図書館 ☎22-6141
<https://www.yoichi-lib-unet.ocn.ne.jp/>

= 公民館生涯学習教室で仲間と楽しく学んでみませんか! =

「寿大学生」募集!

寿大学は、高齢者の生きがいや健康の保持増進、歴史・文化等の幅広い学習を通じて、大学生相互の交流・親睦を図る生涯学習の場です。

学習講座は概ね月1〜2回、木曜日の午後1時30分から午後3時頃まで中央公民館で開催します。町内に居住する60歳以上の方ならどなたでも入学できます。なお、学生自治会費として1,000円を徴収します。たくさんの方の入学をお待ちしています。

「女性学級生」募集!

より生き生きとした生活を送るために、女性学級で学んでみませんか。町内に居住する方なら年齢にかかわらずどなたでも参加できます。受講料は原則無料で、学習講座は概ね月1〜2回、月曜日、午後1時30分から午後3時頃まで中央公民館で開催します。



▲寿大学 「元気になろう!音楽で」



▲女性学級 「すてきな折り紙教室」

※学習講座受講写真は、1階ロビーに常時展示しています。



▲合同学習講座受講風景

申込期間 寿大学 3月12日(木)〜4月3日(金)
 女性学級 3月9日(月)〜4月3日(金)

申込方法 窓口にある申込書に記入し、中央公民館に提出してください。

問合せ 中央公民館 (☎23-50001)

ご寄附に感謝

(順不同、敬称略、金額や氏名など寄附者の希望により掲載をしない場合があります。)

●余市町社会福祉事業費(老人福祉)の一部として

- ・学校法人 北海道キリスト教学園リタ幼稚園
園児・PTA 一金20,000円
(クリスマス献金として)

●旭中学校へカーテン

- ・余市町立旭中学校同窓会
カーテン(200,000円相当)

知っていますか？

道の「苦情審査委員」制度

道が行った業務や制度の内容を審査する制度が、「北海道苦情審査委員」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」に申立てができます。皆さんに代わって、「苦情審査委員」が公正で中立的な立場から、道の関係機関に対し、必要な調査等を行います。

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。もちろん、個人情報の保護にも十分配慮します。

申立方法

苦情申立書に必要な事項を記入し、提出してください。また、郵送、FAX、メールでも申立てできます。※申立書は窓口だけではなく、道のホームページからもダウンロードできます。

問合せ

北海道 総合政策部 知事室 道政相談センター
〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目
☎：011-204-5523(直通)
FAX：011-241-8181
メール：kujyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp
または後志総合振興局 総務課

よいちの人口

令和2年1月31日現在

人口 18,521人 (-34)
男性 8,619人 (-5)
女性 9,902人 (-29)
世帯数 9,827世帯 (-14)

●異動の内訳●
転入 20人
転出 33人
出生 9人
死亡 31人

※カッコ()内の数字は前月比

平成27年国勢調査(確定値)

人口 19,607人 世帯数 8,769世帯

【税務課からのお知らせ】

未納の町税はございませんか？

未納町税のある方には、2月に催告書を送付しております。**催告書が届いた方は、指定期日までに必ず完納するようお願いします。**



催告書に関するQ & A

- Q. 催告書が届いたが、納付書を紛失してしまい、納付できません。
A. 納付書を紛失された方には納付書を再発行して郵送しますので、ご連絡ください。

- Q. 分納中なのに、催告書が届いた。
A. 分納中の方に対しても、未納町税の残額をお知らせする目的で催告書を送付しています。

- Q. 催告書を放置した場合、どうなるの？
A. 町では、催告書を送付し、未納町税の自主的な納付をお願いしていますが、**納税催告に応じない方に対しては、法律に基づき、勤務先や金融機関等への調査を行い、財産の差押を執行しています。**

- Q. 指定期日までに完納できない場合は、どうすればいいの？
A. 経済的事情などにより、指定期日までに完納することが困難な方に対して、分割による納付など、個々の実情に応じた納税相談を実施しています。**納税にお困りの方は、一人で悩まずに、税務課納税グループにご連絡ください。**



問合せ 税務課 納税グループ ☎21-2116

国勢調査2020

調査員募集！
ご協力 お願いします！

内容：調査票の配布と回収

期間：8月下旬から10月下旬まで

報酬：40～70世帯の訪問で約40,000円

問合せ 地域協働推進課 広報広聴グループ

☎21-2142