



# 行財政改革の検討状況と市立芦別病院の経営問題等について

## 市民説明会を開催しました

市は、平成30年11月30日から12月21日まで、市内10か所で市民説明会を開催しました。

この説明会は、行財政改革および市立芦別病院の現状について説明し、市民の皆さんから率直なご意見等をいただくために開催したもので、延べ296人が参加し、多くのご意見・ご提言をいただきました。今月は、その主な内容をお知らせします。



### 行財政改革の必要性について

本市の財政状況は、人口減少や少子高齢化に伴う地域経済の縮小による市税の減少をはじめ、人口を算定基礎とする地方交付税等の削減や市立芦別病院への経営支援等により、急激に厳しさを増しています。

市では、毎年度、一般会計の収支不足額を市の貯金である留保資金を取り

崩して、財政運営をしているのが実態であり、このままでは、近い将来に貯金が枯渇し、行政展開が困難になることが懸念されています（左グラフ・表参照）。

このため、見込まれる収入の範囲内に支出を抑制する「身の丈にあった行財政運営」に転換するため、老朽化した公共施設の休止・廃止、総人件費の抑制、単独事業や補助金・交付金の見直しなどを検討しています。

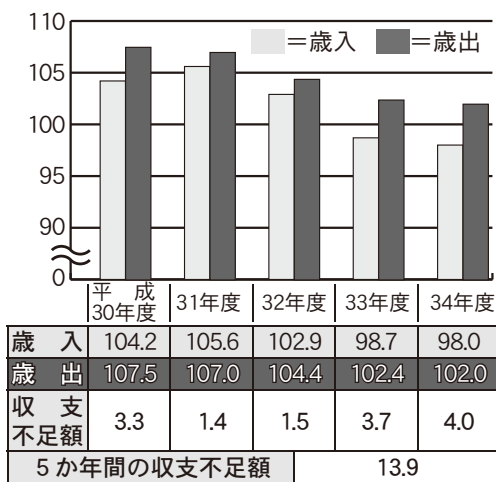
### 市立芦別病院の経営状況等について

近年、医師不足、人口減少および患者数の減少により、医業収益で医業費用を賄うことができず、毎年度、収支不足分を市の一般会計から補てんを受けている状況です。また、常勤医師も平成15年には19名在籍していたのが、平成30年には5名にまで減少し、出張医等の対応により診療を行っていません。

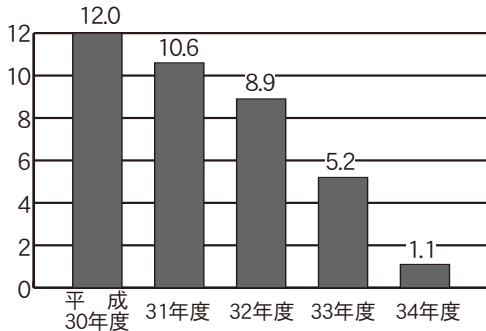
今の市立芦別病院の医療体制を維持していくには、今後も一般会計からの補てんが必要になりますが、一般会計の貯金も限度があるため、抜本的な経営形態の見直しなどにより、早急に収支改善を図らなければなりません。

このため、外部委員を含めた病院あり方検討会の組織化、国の経営アドバイザー派遣事業による経営診断の実施、医師確保の要請継続および新たな増収策や費用削減策の実施など、主に四つの対応策に力を入れて取り組むことにより、公立病院として、現状の市立芦別病院を維持し、今後も市民の皆さんへの安心・安全な医療体制の確保に努めます。

◎財政収支見通し（単位：億円）



◎留保資金残高見込み（単位：億円）





# ご意見・ご提言の主な内容

## 行財政改革 に関すること

◆カナディアンワールド公園は、ただ廃止するだけではなく、年間1万人ぐらいの来園者がいるので、クラウドファンディングを活用して、アンの家を建て直すなどを検討してほしい。

◆行財政改革は、何かを削ることばかりで、市民の感情としてはマイナスのイメージが強い。市民が希望を持てるようなものがなければ、芦別市は廃れていくだけではないか。

◆除雪や草刈りなど、市民自体も何でも市役所に頼むばかりではなく、市民もできる範囲のことは自らすべきではないか。

◆老朽化した市営住宅等の除却を進め、維持管理費用の削減を図るべきである。

## 病院の経営問題等 に関すること

◆中空知圏域の中核病院が砂川市立病院であることから、バス等の交通手段も確保したうえで、サテライトとして市立芦別病院を診療所とするなど、根本的に今の形態を変えてはどうか。

◆今後も人口減少や高齢化が進んでいく中で、高齢者がどんどん増えていくので、市立芦別病院にケアハウスや老人ホーム等を設置してはどうか。

◆近隣の市立病院でも赤字を抱えており、患者数をいかに増やすかという記事を新聞で見たので、広域な範囲で一つに合併するなど、抜本的な改革が必要である。

◆市外に入院されている方の受入体制として、空いている病棟の活用

を検討すべきである。

◆整形外科では、富良野からバスが来て送り迎えをしている病院があり、かなりの患者さんが市外に流れているため、医師確保に努力願いたい。

◆市立芦別病院の存続は必要と考えているので、縮小してでも市民に安心して医療を提供できるように体制をお願いしたい。

## その他の意見等

◆胆振東部地震に伴う停電の際、市の広報車のスピードが速くて話が出来なくなかったので、改善してほしい。また、防災グッズなどの購入場所も周知してほしい。

◆夜中に救急車を呼んでも、帰りにはハイヤーが運行していないので、深夜のハイヤー確保をお願いし

たい。

◆健康に留意してなるべく無駄な医療費がかからないように市民として考えなければならないが、今後も高齢化が進むので、なるべく健康でいられるような市民へるのめのことをやっていくことが大事である。

◆◆  
このほかにもたくさんのご意見ご提言をいただきました。

今回市民の皆さんからいただいた貴重なご意見ご提言を十分受け止め、行財政改革の取り組みを推進するとともに、市立芦別病院の経営問題にしっかりと取り組んでまいりますので、ご理解のほどよろしく願います。なお、説明会の結果概要は、市役所1階「市民参加と協働のコーナー」、総合福祉センター、青年センター、図書館、各コミュニティセンターに配置しているほか、市公式ホームページでもご覧になれます。

●市民説明会に関する問い合わせ 行革推進係

## 市議会議員選挙立候補予定者説明会を行います

4月21日投票の市議会議員選挙に立候補を予定している方への説明会を開催します。

立候補を予定している方、または代理の方の出席をお願いします。

○日時 2月26日(火) 午後1時30分～4時

○場所 総合福祉センター3階軽運動講習室

- 内容
- ①立候補届出書類の記載方法等について
  - ②選挙郵便について
  - ③選挙運動用自動車の許可申請について
  - ④その他

○その他 立候補に必要な届出書類を配布します

●詳細 選挙管理委員会事務局(市役所3階)

### 3月定例会市議会を開催します(予定)

○会期 3月7日(木)～25日(月)

- 日程
- 3月7日(木)……………本会議(議案の提案)
  - 11日(月)……………本会議(代表質問)
  - 12日(火)……………本会議(代表・一般質問)
  - 13日(水)・14日(木)……………常任委員会
  - 15日(金)・18日(月)～20日(水)・22日(金)
  - ……………予算審査特別委員会
  - 25日(月)……………本会議(議案の議決)

○開会時間 いずれも午前10時からです

※日程・時間は、議会運営上変更する場合があります

### 選挙人名簿の閲覧状況の公表について

毎年2月に選挙人名簿の閲覧状況を公表しています。

公表の方法などは次のとおりです。

○対象期間 平成30年1月1日～12月31日

○閲覧件数 1件

○公表方法 市掲示板及び市の公式ホームページ

●詳細 選挙管理委員会事務局



1月13日、青年センターで芦別市成人式に出席し、祝辞とエールを贈らせていただきました

## 市長だより 21

一昨年2月に市長に就任してからまもなく2年を過ぎようとしております。

これまで、「市民の福祉増進と本市財政の健全化」を政策の柱に、市政の確かな発展に向け全力を傾注してまいりましたが、この間、市民の皆様には市政各般にわたり温かいご支援とご協力をいただいておりますことに心より厚くお礼申し上げます。

きるようまい進してまいります。

新年早々幸先良い朗報が届きました。先日行われた第27回全日本高等学校女子サッカー選手権大会で「星槎国際高等学校湘南学習センター」女子サッカー部が、見事創部5年目で初優勝の快挙を成し遂げられました。

市民の皆様はこの朗報をお伝えさせていただきますとともに、同サッカー部へ市民を代表してお祝いのメッセージを贈らせていただきました。

1月は成人式や消防出初式のほか、市内各団体の新年会にご案内いただき、出席いたしました。

席上、市政に対する貴重なご意見等や激励の声もたくさんいただきました。いただいたご意見等はこれからの市政運営の参考にさせていただきますと思います。

また、下旬には市政要望のため上京し、北海道選出の国会議員や関係省庁、団体等を訪れました。

寒さ厳しい毎日が続いております。

市民の皆様にはインフルエンザや風邪などに十分注意され体調管理等ご自愛ください。

芦別市長 荻原 貢

## 福島県相馬市の子どもたちが芦別の冬を楽しむ

平成30年12月24日から27日まで、福島県相馬市の小学生が芦別市を訪れました。

これは、東日本大震災・避難者受け入れ支援事業「北の大地に会いに行こう」の冬期コースとして星槎グループと市が主催し、7年前前から行っているもので、今回は小学3年生から6年生までの合

せて40人が参加しました。

一行は、フェリーとバスを乗り継ぎ、あしべつ宿泊交流センターに到着、歓迎式が行われました。期間中、子どもたちは星槎国際高校本部校敷地での雪遊びに興じたり、新十津川町のスキー場でスキー体験を行ったりするなど、冬休みの一日を満喫していました。



## 全道の中学生バレーボール選手が本市で合宿



第45回ジュニアバレーボールキャンプ2次キャンプが1月5日から11日までの間、市総合体育館を主会場に行われました。

中学生のバレーボール技術向上のため、北海道バレーボール協会が主催し、毎年本市を会場に行われているもので、今年も三つのグループに分かれ、女子43チーム

約450人、男子29チーム約290人、合わせて約740人が参加しました。

参加した中学生は、全道から集まったバレーボール指導者から、技術の基本から試合での戦術までみっちり指導を受けるなど、大きな声が会場に響き渡っていました。

## 安心安全、災害のないまちづくりへ、決意も新たに出初式

1月6日、平成31年芦別消防出初式が総合福祉センターを主会場に行われました。

消防職員・団員の連携協調を図り、資質向上と士気の高揚を目指すとともに、市民の皆さんに安全安心な地域づくりをアピールするための恒例の行事。

当日は、滝川地区広域消防事務

組合芦別消防署職員・団員合わせて約160人と消防車両11台が参加。市民が見守る中、一番街通りを分列行進した後、総合福祉センター駐車場で開会式が行われました。この後、総合福祉センターで各種表彰などが行われ、無災害と安全安心なまちづくりへの決意を新たにしました。



## 下の句かるたで3世代が交流、熱戦を展開



1月19日、芦別市世代交流下の句かるた大会が、総合福祉センターで開催されました。

芦別市青少年育成連絡協議会と老人クラブ連合会、下の句かるた愛好会が主催し、今年で12回目。

当日は、市内の小学生や歌志内市の小学生と老人クラブ会員の皆

さん、見学者など合わせて約40人が参加しました。

競技では、下の句かるた愛好会会員が歌を読みあげると、参加者は一斉に札に集中、めざす札を見つけると勢いよく手を伸ばすなど、真剣な中にも和気あいあいとした中で競技が行われました。



# 行って見て得する ☆ イベント Information

## ◆あしべつ雪まつり2019

寒さに負けず、冬を楽しもう！子どもから大人まで楽しめるイベントです。

・2月2日(土)午後4時～8時/冬の夜空のキャンドルナイト(ウッドキャンドル等)、焼きマシュマロ ※ココアの無料配布あります。

・2月3日(日)午前11時～午後3時/巨大滑り台、ストリートダンス、アイスクリーム作り、クイズ大会、抽選会などのイベントのほか、極寒焼肉や芦別グルメが楽しめる露店が多数出店します。

◎会場/道の駅スタープラザ芦別

◎抽選券付きチケット/1,000円(芦別商工会議所、道の駅で販売)

●問い合わせ/あしべつ雪まつり2019実行委員会事務局・野崎 ☎090-6999-9633

「あしべつ雪まつり」を開催

2月2日、3日



冬を楽しもう！

## ◆2日夜は雪灯りを歩く会同時開催

芦別慈恵園えがおのまちづくり事業として、あしべつ雪まつり2019とのコラボイベント「雪灯りを歩く会」を開催します。会場の芦別慈恵園から道の駅、かざぐるままでのナイトウォーキングやキャンドルアート、打ち上げ花火などを行います。参加した皆さんに豚汁、甘酒、ココアなどの無料配布があります。たくさんのご参加をお待ちしています。

◎日時/2月2日(土)午後5時～7時

◎会場/芦別慈恵園

◎参加無料

●問い合わせ/芦別慈恵園 ☎22-2566

### スターライトホテル



#### ◆旅館のお知らせ

館内の点検・改修・清掃のため、下記のとおり休館します。

◎施設/スターライトホテル、国民宿舎あしべつ、星遊館、芦別温泉(日帰り浴場)、油谷体育館

◎期間/2月12日(火)～13日(水)

#### ◆温泉のお得情報

毎月、いい風呂の日(11日、26日)は、星遊館の回数券(12枚綴り)を購入すると、通常6,000円のところ、5,400円でお買い求めいただけます。

また、北海道ホテル&リゾートグループのポイントカード会員になりますと、日帰り入浴料が下記のとおりお安くなります。ほかに、正規宿泊料金10%オフ、お食事料金が5%オフなどの特典があります。寒い冬は、お得に温泉で疲れを癒しにきてください。

#### ■美肌の湯 星遊館

◎営業時間/午前6時～午前9時(最終受付は午前8時)、午前10時30分～午後11時(最終受付は午後10時30分)

◎料金/大人800円→会員600円 早朝&夜間割500円→会員450円

※早朝割時間帯 午前6時～午前9時、夜間割時間帯 午後8時～午後11時

※小学生以下は大人1人につき3人まで無料(4人目以降は1人400円) ※価格は税込

#### ■芦別温泉(日帰り浴場)

◎営業時間/午前7時～午後9時(最終受付は午後8時)

◎料金/大人500円→会員450円 ※小学生以下は大人1人につき3人まで無料(4人目以降は1人250円、会員は200円)

※料金は税込

●問い合わせ/スターライトホテル ☎23-1155

### 観光物産センター



#### ◆振興公社発行のギフトチケット使用は3月末までとなります

平成31年4月1日から、観光物産センター(道の駅スタープラザ芦別)の管理が(一社)芦別観光協会に変更となることから、これまで(株)芦別振興公社が発行してきたギフトチケットの使用期限は平成31年3月31日までとなりますので、ご了承願います。

◎対象/スターライトホテルギフトチケット、レストラン「ラ・フルール」お食事券、観光物産センターお買い物・お食事券

●問い合わせ/観光物産センター ☎23-1437

### 手軽にできるみそ作り

お茶とお花を楽しむ会

食育活動の取り組みとして、手軽にできる「みそ作り」を行います。ご飯も用意しますので、食事をしながら楽しく語り合いたしましょう。

◎期日/2月18日(月)

◎時間/午前9時30分～午後1時

◎場所/総合福祉センター3階調理実習室

◎会費/2,000円(材料費等)

◎申し込み締め切り/2月15日(金)

●申し込み・問い合わせ/お茶とお花を楽しむ会(関徳子)

☎090-6998-7003

### お楽しみ抽選会を開催

国設芦別スキー場

国設芦別スキー場を利用されるお客様への感謝を込めて、お楽しみ抽選会を開催します。

◎抽選券の配布方法/スキー場内各売り場での会計時1,000円ごとに1枚配布します。シーズン券を購入されている方は、リフト券売り場でシーズン券を提示のうえ、お受け取りください。

◎抽選券配布期間/2月24日(日)午後1時まで

◎抽選会/2月24日(日)午後2時～

●問い合わせ/国設芦別スキー場(芦別振興公社) ☎22-3545

# 地域おこし協力隊活動日誌 ④④

古内 賢

寒さ厳しき折、市民の

皆さんにおかれましては、日々の除雪に汗を流していることと思います。芦別に移住してまだ十か月ですが、暑さも寒さも経験でき、日々着々と、このまちの良さを感じています。

しました。

その芦別で農業を生業とするため、昨年からは旭栄農園さんで水稲やソバ、カボチャ等の作物作りを勉強し、今年はブルーベリー栽培やトマトのハウス栽培にチャレンジします。

さて、私事ですが、冬の雪山を歩きながら趣味の狩猟に興じていますが、残念ながら昨年、恵庭市で起きた誤射事故により、今シーズンには国有林への入山が禁止となったため、限られた場所での活動となり、改めて芦別市は国有林に囲まれた土地だということを実感

今年、協力隊の一人が任期満了となり、しばらくは二人体制となりますが、いずれ来るであろう新たな隊員に期待が持てるよう、まい進していきます。

暦の上ではまもなく春ですが、寒さは続きます。お風邪などひかぬようお気を付けてください。



## 図書館

へ行こう



を読もう

■休館日 / 2月1日・4日・11日・18日・25日  
3月1日・4日

芦別市立図書館 ☎22-2204 開館時間 / 9:30~18:00

### 新着図書ピックアップ

《小説、実用書など一般図書》

曙に咲く(蜂谷涼)、いつか深い穴に落ちるまで(山野辺太郎)、北海道150年の写真記録-絵葉書・古写真・古地図でよみがえる懐旧の時代-(米倉正裕)、「行きたくない」が「行きたい」に変わる場所(宮澤保夫)《児童書》

わるものパパのだいだいだーいファン(サトウマサノリ・板橋雅弘)、みずとはなんじゃ?(鈴木まもる・かこさとし)、ぼくたちは幽霊じゃない(ファブリツィオ・ガッティ)、へんてこりんな宇宙図鑑(岩谷圭介)

☆えほんおはなし会	2月8日・22日・3月8日(金)	午前11時~
☆絵本読み聞かせ会	2月2日・9日 3月2日・9日(土)	午後2時~
☆こども映画会	2月23日(土)	午後2時~ ・「星の王子さま」ほか・紙芝居2本
☆映像でつづる芦別の歴史	2月16日(土)	午後2時~3時30分 「ふるさと 滝里」の懐かしい映像と、滝里ダムのビデオを上映します。
☆蓄音機によるSPレコード鑑賞会	3月3日(日)	午後2時~3時

展 示	2月	・芦別ペン字サークル作品展(2階)=28日午後3時まで ・スクラッチアート(1階)=28日午後5時まで
	3月	・日本習字芦別支部作品展(2階) ・カントリーサインでめぐる北海道(1階)

おもひで映画館	
● 2月14日(木)午後2時~3時16分	『極夜 記憶の彼方へ~角幡唯介の旅~』 2018年日本作品、カラー 出演/角幡唯介
● 2月26日(火)午後2時~3時17分	『奥様は魔女』 1942年アメリカ作品、モノクロ、日本語吹き替え 監督/ルネ・クレール 出演/ヴェロニカ・レイク、フレデリック・マーチほか
● 3月10日(日)午後2時~3時51分	『アイ・ラブ・ユー』 1999年日本作品、カラー 監督/大澤豊、米内山明宏 出演/忍足亜希子、田中実ほか

### おすすめの1冊

『桂歌丸大喜利人生』

—笑点メンバーが語る不屈の芸人魂—

出版・びあ

2018年7月、あらゆる世代のファンに惜しまれつつ死去した落語家・桂歌丸。国民的テレビ番組『笑点』では、スタート時からメンバーであり、古典落語の世界を観客に伝え続け、「生涯現役」を全うした。芸に全身全霊を傾け続けた桂歌丸の知られざるエピソードを『笑点』の仲間たちが語り尽くす。



### 2月の移動図書館車運行日程

日	曜日	ステーション名	時間
6、20	水	かざぐるま	13:30~13:50
		常磐多目的研修センター	14:00~14:20
		西芦別共同浴場	14:45~15:05
		頼城消防分遣所	15:15~15:35
7、21	木	西山商店(野花南町)	13:20~13:40
		上芦別生活館	13:50~14:15
		芦別小学校	14:30~15:00
		ケアハウスあしべつ	15:10~15:30
8、22	金	中野記念病院	11:10~11:40
		マックスバリュ芦別店	13:30~13:50
		にしむら商店(上芦別町)	14:30~14:50
		フードD芦別店	15:35~15:50
		上芦別小学校	14:00~14:20
			15:00~15:20



## 保健福祉施設すばる職員を募集します

### ■採用職種 理学療法士または作業療法士 1人

採用予定日	4月1日
資格要件	理学療法士または作業療法士の資格を有し（取得見込み可）採用日現在59歳以下の方
業務内容	芦別市介護老人保健施設におけるリハビリ業務全般
定年制度	①定年制度あり（60歳に達した日以降の最初の3月31日まで）②継続雇用制度あり（本人が希望する場合、臨時職員として65歳に達した日以降の最初の3月31日まで）
勤務形態	8:30～17:15 ※休日は土・日曜日、祝日及び年末年始
給料・手当	芦別市社会福祉事業団の給与規程に基づき支給 就業支援金制度あり（100,000円支給）
選考方法	個別面接試験
提出書類	採用志願書、学業成績証明書、資格免許証の写し、または資格取得見込み証明書各1通
申込期限	随時

### ■採用職種及び人員 看護師 1人

採用予定日	随時
資格要件	看護師の資格を有する方で、採用日現在59歳以下の方
業務内容	芦別市介護老人保健施設における看護業務全般
定年制度	①定年制度あり（60歳に達した日以降の最初の3月31日まで）②継続雇用制度あり（本人が希望する場合、臨時職員として65歳に達した日以降の最初の3月31日まで）
勤務形態	シフト制（4週8休）2交代制勤務 ①8:15～17:00 ②16:30～翌9:30
給料・手当	芦別市社会福祉事業団の給与規程に基づき支給 就業支援金制度あり（100,000円支給）
選考方法	個別面接試験
提出書類	採用志願書、学業成績証明書、資格免許証の写し各1通
申込期限	随時

### ■採用職種及び人員 支援相談員 1人

採用予定日	随時
資格要件	①社会福祉士または社会福祉主事資格を有する方 ②社会福祉施設等で相談業務の実務経験がある方 ③①・②のいずれかに該当し、採用日現在59歳以下の方
業務内容	介護老人保健施設利用者の相談業務
定年制度	①定年制度あり（60歳に達した日以降の最初の3月31日まで）②継続雇用制度あり（本人が希望する場合、臨時職員として65歳に達した日以降の最初の3月31日まで）
勤務形態	8:30～17:15 ※休日は土・日曜日、祝日及び年末年始
給料・手当	芦別市社会福祉事業団の給与規程に基づき支給
選考方法	1次試験＝一般教養筆記試験 2次試験＝第1次試験合格者に個別面接試験
提出書類	採用志願書、学業成績証明書、資格免許証の写し各1通
申込期限	随時

### ■採用職種及び人員 介護職員 1人

採用予定日	随時
資格要件	不問
業務内容	芦別市介護老人保健施設における介護業務全般
雇用期間	採用日から平成31年3月31日まで （勤務実績等を考慮した期間延長あり）
勤務形態	勤務日数、勤務時間は相談に応じます
賃金	勤務形態等によります。詳細はお問い合わせください
選考方法	個別面接試験
提出書類	採用志願書、資格の有る方は資格免許証の写し各1通
申込期限	随時

●採用志願書の請求・提出・詳細 芦別市社会福祉事業団事務局総務係（〒075-0041芦別市本町14番地） ☎22-1816

## 募集・講習・試験

# ★まちかど 情報掲示板

■お問合せは、芦別市役所 ☎22-2111まで  
■家庭児童相談室は ☎24-2771へ

## 市の臨時職員を募集します

### ■採用職種 つばさ保育園給食調理員

資格要件	①採用日現在、市内に居住している方 ②ご家庭での調理に慣れていて健康な方 ③女性の方（更衣室が女性用しかないため）
勤務場所	つばさ保育園
業務内容	保育所の給食調理補助
勤務日及び勤務時間	①5時間勤務の場合＝4月1日から勤務予定。 平日（月～金曜日）8:30～15:45の間の5時間。 土曜日8:30～12:30の4時間 ※社会保険適用 ②3時間勤務の場合＝3月1日から勤務予定。 平日（月～金曜日）8:30～11:30の3時間
休日	①5時間勤務の場合＝日曜日、祝日及び年末年始 ②3時間勤務の場合＝土・日曜日、祝日及び年末年始 ※5時間勤務の方がお休みするときに土曜日の勤務をお願いする場合があります
雇用期間	6か月（更新する場合あり。最長12か月）
賃金	時給835円
選考方法	書類審査及び面接
提出書類	臨時職員登録申込書1通
申込期限	2月18日（月）

●申込書の請求・申し込み 職員係またはつばさ保育園窓口 ☎24-2772

## 芦別市社会福祉協議会臨時職員を募集

### ■採用職種及び人員 臨時職員 1人

資格要件	パソコン操作（Word・Excel）のできる方
勤務場所	芦別市社会福祉協議会（芦別市総合福祉センター）
勤務内容	生活支援体制整備事業業務補助 社会福祉協議会一般業務補助
雇用期間	4月1日～平成32年3月31日 （勤務実績に応じて雇用期間の更新あり）
勤務時間	8:30～17:00
休日	土・日曜日、祝日及び年末年始
賃金	時給839円
社会保険	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、労働保険
提出書類	履歴書（市販）
選考方法	書類審査及び面接
面接試験	3月中旬予定
申込期限	2月28日（木）必着

●詳細 社会福祉法人芦別市社会福祉協議会総務係 ☎22-2194



受賞

おめでとうございます

北海道社会貢献賞（森林づくり功労者）

■吉井 忠さん

昭和38年に吉井木材広葉樹チップ工場に入社、昭和62年に林産加工吉井木材有限会社代表取締役社長に就任し、55年の長きにわたり、一貫して林産業の経営に専念されてきました。また、平成25年には芦別木質バイオマス開発協同組合を設立し理事長に就任、木質チップの原料収集、製造及び運搬を担い、市内の温泉

公営住宅の入居者を募集します

団地名	所在地	規格	戸数	家賃（参考）
緑ヶ丘	1号棟	本町40番地	1LDK 1戸	16,200円～31,800円
	1号棟	北5条西4丁目9番地	3LDK 1戸	22,800円～44,800円
あけぼの団地	5号棟	北6条西4丁目6番地	3LDK 1戸	23,500円～46,200円
	7号棟	北6条西4丁目6番地	3LDK 1戸	23,600円～46,400円
	9号棟	北6条西4丁目7番地	1LDK 1戸	16,700円～32,800円

○受付期間 2月1日(金)～12日(火)(土・日曜日、祝日は除く)  
 ○入居日 3月1日(金)  
 ○その他 ①応募資格などはお問い合わせください。募集戸数を超える場合は抽選になります。なお、募集戸数は増減する場合があります②1・3LDK以外の住宅タイプやその他団地の空室は、随時募集していますのでご相談ください  
 ●申し込み・詳細 芦別市営住宅管理センター ☎27-7250

自衛官を募集します

募集種目	資格	受付期間	試験日
自衛官候補生(男子・女子)	18歳以上33歳未満の方	各試験日の1週間程度前まで	第7回＝2月23日(土)、24日(日)(予定) 第8回＝3月9日(土)(予定) ※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あり

募集種目	資格	受付期間	試験日
幹部候補生	一般 22歳以上26歳未満の方 歯科 20歳以上30歳未満の方(薬剤科は28歳未満) 薬剤科	3月1日～5月1日	1次試験 5月11日(土)(予定) 2次試験 6月11日(火)～14日(金)(予定)

●詳細 自衛隊札幌地方協力本部滝川地域事務所 ☎0125-22-2140

公共職業訓練生を募集します

募集科目	定員	訓練期間
板金科	7人	平成31年4月15日～
電気工事科	7人	平成32年3月11日(1年間)

○受付期間 3月20日(休)まで  
 ○応募資格 中学校卒業以上の方（見込みを含む）または一般求職者  
 ○訓練場所 スキルアップセンター空知  
 ○授業料 無料（入学諸経費5万5,000円予定）  
 ※電気工事士等の資格試験受験料は別途必要です  
 ●詳細 最寄りのハローワークまたはスキルアップセンター空知 ☎0125-24-1880

匠の技とふれあう日

技能者が技能の実演、作品の展示や即売などを行います

ホテルのチップポイラー燃料として安定した供給に取り組まれるなど、地域の間伐材や林地未利用材の有効利用はもとより、地域内での経済循環の推進により、地域産業の発展に大きく寄与されています。さらに、北海道木材市場協同組合監査員及び北海道ドドマツ人工林材協議会会長など、林産団体の要職を歴任され、業界の指導的役割を果たされるなど、本道の林産業発展のため貢献された功績が認められ受賞されました。

花・野菜新技術セミナーを開催

花・野菜技術センターでは新技術セミナーを開催します。平成30年度に新たに開発した、花や野菜に関する研究成

果を紹介いたします。たくさんのご来場をお待ちしています。  
 ○日時 3月2日(土)午前10時～午後2時  
 ○場所 スキルアップセンター空知(滝川市流通団地3)  
 ○内容 技能実演、技能体験、作品展示、展示即売、アトラクションなど  
 ●詳細 スキルアップセンター空知 ☎0125・24・1880

終活セミナーを行います

第1回終活セミナー  
 ○日時 2月19日(火)午後1時30分～午後3時  
 ○場所 総合福祉センター2階大ホール

果を紹介いたします。たくさんのご来場をお待ちしています。  
 ○日時 2月26日(火)午後1時～午後4時  
 ○場所 たきかわ文化センター3階小ホール(滝川市新町3丁目6番44号)  
 ○入場料 無料  
 ●詳細 北海道立総合研究機構技術研修グループ ☎0125・28・2211

○テーマ 相続について  
 ○講師 古川良明さん(リーガルサポートさっぽろ司法書士)  
 ○参加費 無料  
 ○申込期限 2月12日(火)  
 ●第2回終活セミナー  
 ○日時 2月25日(月)午後1時30分～午後3時  
 ○場所 総合福祉センター2階大ホール  
 ○テーマ 遺言について  
 ○講師 巽 亮仁さん(リーガルサポートさっぽろ司法書士)  
 ○参加費 無料  
 ○申込期限 2月18日(月)  
 ●申し込み・詳細 芦別市社会福祉協議会 ☎22・2194

国民年金保険料の納期は毎月です。便利な口座振替のご利用を

「青少年の日・青少年育成運動」  
作文・標語入賞作品

「青少年の日・青少年育成運動」にちなんだ作文・標語を募集したところ、作文26作品、標語58作品の応募があり、審査の結果下記のとおり入賞者15人が決定しました。なお、2月3日(日)に開催される「青少年健全育成市民の集い」で入賞者の表彰式、作文の特選入賞者による作品の発表が行われます。

また、入賞作品を掲載した作文・標語集を市の公式ホームページでも見ることができます。

■作文の部

賞	名前	題名
特選	加藤百花(上芦小6年)	お母さんと私の気持ち
	梶沼美欧(芦別中1年)	芦別の森林と地球温暖化
入選	工藤璃子(上芦小6年)	育成会、あいさつ運動について
	吉野晴佳(上芦小6年)	明るい学校生活にするために
	工藤柚花(芦別中1年)	芦別の環境と歴史
	平賀百桃(芦別中1年)	学校を明るくするための努力

■標語の部

賞	名前	標語
特選	嶋 大地(芦別小5年)	はきはきと 笑顔で目を見て 挨拶を
	堀田大翔(芦別中2年)	人と人 小さな気づかい 大切に
入選	辻本拓也(北日本自動車大学校1年)	きっとある あなたを救う 優しい手
	以頭ジュナ(上芦小5年)	協力し 笑顔を増やし いい町を!
	仙内健一(上芦小5年)	たやさない みんなの笑顔 いつまでも
	佐藤大地(芦別中2年)	あすがある その素晴らしさを大切に
	井ノ口 想奈(啓成中3年)	「ただいま」は 子から親への無事の声
	滝 真弥(芦別高3年)	学ぶほど あなたの道が 増えていく
	藤田莉帆(芦別高3年)	悩んだら 言葉にだして あなたの気持ち



北方領土返還要求署名活動にご協力を  
わが国固有の領土である北方四島の早期返還は、道民はもとより国民の悲願です。署名を通じて、北方領土返還を実現させましょう。

○期間 2月1日(金)〜20日(水)  
○場所 市役所正面玄関ロビー  
●詳細 生活交通係  
みんなで介護を考える会  
「市民講座」を開催  
みんなで介護を考える会では、芦別市との共催で、第8回市民講座を開催します。講師には、昨年から市立芦別病院に勤務されている羽根田俊医師に、糖尿病と高血圧について講演いただきます。健康な体で、いつまでも元気に暮らすための知識を身に付けていただくために、先生の講演をたくさんの方の市民の皆さま

んにお聴きいただきたく思いますので、ご参加をお待ちしております。  
○日時 2月17日(日)午後1時30分(開場11時午後1時)  
○場所 総合福祉センター大ホール  
○講師 羽根田俊さん(市立芦別病院医師)  
○講演 糖尿病と高血圧と糖尿病の人は血圧にも要注意  
○参加費 無料  
●申し込み・詳細 芦別地域包括支援センター  
☎22・1573 または芦別慈恵園 ☎22・2566

認知症カフェ  
「いきがい」を開催

認知症カフェとは、認知症の人とその家族、地域住民等誰でも参加でき、カラオケ機器を使い、運動やゲームをしたり、お茶を飲みながら気軽に情報交換ができる場所です。

認知症地域支援推進員が常駐し、認知症に関する個別相談も受け付けています。

○開設日時 2月4日(月)、午後1時〜3時  
○場所 総合福祉センター多目的室

●詳細 社会福祉協議会  
☎22・2369 (直通)

普通救命講習を開催

○日時 3月8日(金)午後1時〜4時

○場所 芦別消防署2階訓練・研修室

○内容 心肺蘇生法(AEDの使用)方法含む

○定員 10人(定員になり次第締め切ります)

○受講料 無料

○服装 実技を中心に講習を行いますので、動きやすい服装をお願いします

●申し込み・詳細 芦別消防署救急救助係 ☎22・3106

K&M Law.....初回相談料無料.....

相続問題、離婚、借金問題、交通事故などの個人の問題から企業経営に関する法務まで、様々なご相談をお受けしています。初回相談料無料です。お気軽にご相談ください。

どんなことでもお気軽にご相談ください(電話予約制:平日9時から18時) 初回相談料無料 (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

札幌弁護士会所属 弁護士法人 小寺・松田法律事務所





「農業サポーター人材バンク」に登録を

農業に興味のある方、短期間の仕事に従事できる方、農作業で体を動かしてみたい方など、農作業の手伝いをしていただける方を募集します。

主な農作業には次のようなものがあります。3月から6月にかけて、土入れ・播種・苗箱設置・散水・苗取り・苗運搬・田植え・花の植込みなどの作業。7月から11月にかけては、花の選別・出荷・さくらんぼの収穫出荷・米の収穫・イモの収穫・イモの選別出荷などの作業があります。

○登録条件 18歳以上（高校生不可）で健康な方

○申込方法等 希望する日数、時間、賃金等を「農業サポーター人材バンク」に登録し、サポーターを必要とする農業者と交渉の上、労働契約を結びます

○申込用紙 芦別集落農業支援センター（事務局・市役所農林課内）にあります。また、芦別市ホームページよりダウンロードできます

●申し込み・詳細 芦別集落農業支援センター事務局（農政係内）

農業担い手育成修学資金の貸付者を募集

○応募資格 将来市内で農業を営むことを志して高等学校及び大学などに在学している方で、親などが市内に居住している方

区分	金額
高等学校生	1万5000円
高等専門学校生	2万円
専修学校（専門課程）生、短期大学生、北海道立農業大学校生	2万5000円
大学及び大学院生	3万円

○貸与期間 在学する学校などの正規の修学期間

○返済方法 貸与を終了した翌月から6か月を経過した後から、半年ごとに年2回返済（無利子・8年以内、ただし、卒業後農業に従事しない場合は4年以内）

※償還は年度割額を半年賦の方法により、毎年、9月30日と3月31日までと指定

○受付期間 4月から借入希望の場合は4月1日（月）〜12日（金）

○その他 この修学資金を借り入れる場合は、市他の奨学金と併せて借りることはできません

●申し込み・詳細 農政係

市の奨学生を募集します

○応募資格

- 芦別市に住所を有する方（本人または親）
- 大学（大学院を除く）、短期大学、高等専門学校（4年次及び5年次に限る）。または、修業年限が2年以上の専修学校（独立行政法人日本学生支援機構奨学金専修学校（専門課程）奨学金対象学科一覽参照）に在学する方
- 経済的理由で修学が困難な方
- 学業優秀、品行善良で健康な方

○奨学金の月額

区分（国立大学生・私立大学生・国立及び私立の高等専門学校生・私立の専修学校生）に

関係なく一律月額6万円を超えない額（毎年度予算の範囲内）

○貸与方法 毎月末日までにご指定の口座に振り込みます。ただし、1回目の貸与については、6月からで、4月から6月分は6月末日までに振り込みます

○返還方法 卒業後6か月を経過した後、年2回（3月及び9月）で返還していただきます。無利子15年以内

○その他 平成31年度の申し込み受け付けは4月からとなります。なお、申し込みのご案内は3月から配布予定です

●申し込み・詳細 学務課総務係

国民年金保険料のお得な支払方法……保険料を納付書で納めている方へ

口座振替・クレジットカードでのお支払いがお勧めです。

○3つのお得 ①金融機関等へ行く手間が省けます②保険料の納め忘れがありません③口座振替は前納割引で、さらにお得（クレジットカード納付の割引額は納付書と同額です）

○提出書類 ①口座振替＝国民年金保険料口座振替納付（変更）申出書②クレジットカード＝国民年金保険料クレジットカード納付（変更）申出書

※クレジットカード名義人が本人・配偶者以外の場合は、

カード名義人の同意が必要です。同意書は、日本年金機構ホームページ「申請・届出様式」からダウンロードできます。

○申込期限 ①月々支払う場合＝口座振替・クレジット納付はいつでも申し込みでき、申し込みの2～3か月後からの開始となります

②まとめて前払い（前納）の場合＝「6か月前納（4月～9月）」「1年前納（4月～翌年3月）」「2年前納（4月～翌々年3月）」……2月28日（木）まで（必着）

○保険料額と前納割引額の目安（平成30年度額）※1

種類	1か月		6か月		1年		2年	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
口座振替	※2 16,340円	—	96,930円	1,110円	191,970円	4,110円	377,350円	15,650円
クレジット納付書	16,340円	—	97,240円	800円	192,600円	3,480円	378,580円	14,420円

※1 平成30年度を基にした目安額です。平成31年度の保険料額は、平成31年2月下旬に告示される予定です。

※2 納付期限は翌月末ですが、当月末に口座振替することにより、保険料が50円割引されます。

●詳細 砂川年金事務所 ☎0125-52-2144、市民年金係

軽自動車税について

軽自動車税は4月1日にバイク・農耕作業車・軽自動車等を所有している方に毎年課税される税金です。

軽自動車税は年度途中で廃車手続きを行っても、その年度の軽自動車税は全額賦課されます(普通自動車のような月割課税ではありません)。

軽自動車等を廃車または譲渡した場合は、3月末日までに手続きを済ませましょう。

●詳細 市税係

中皮腫や肺がんなど、石綿による疾病の補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因であると認められた場合には、労災保険法に基づく各種の労災保険給付や石綿救済法に基づく特別遺族給付金が支給されます。

石綿による疾病は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て発症することが大きな特徴です。中皮腫などでお亡くなりになられた方が過去に石綿業務に従事されていた場合には、労災保険給付等の支給対象となる可能性があります

冬の地震災害に備える

北海道はこれまでも、地震により多くの被害が発生していますが、冬に地震が発生した場合は、積雪や寒さなどにより、夏よりも被害が大きくなるとわれています。

地震はいつ発生するか分かりません。今回は、冬に地震が発生した場合の備えについて紹介します。

①雪への備え 屋根に雪が多く積もっていると、地震の揺れで屋根から落雪することがあります。また、急傾斜地では雪崩が発生しやすくなります。地震や津波で避難するときには、こうした場所に近づかないようにしましょう。

積雪や道路の凍結、吹雪などにより、避難所までの移動に時間がかかることがあります。避難所の場所と経路は事前に確認しておきましょう

②火災への備え 冬はストーブなど暖房器具を使用していることが多いため、夏場より火災の危険が高くなります。日頃から、暖房器具のそばには、転倒しやすいものや燃えやすいものを置かないようにしましょう。また、暖房器具の近くに、洗濯物を干すことも火災の原因になります。

停電が復旧する際に、電気製品のケーブルがショートして発火し、火災が発生することがあります。避難するときにはブレーカーを切ってから避難しましょう

③寒さへの備え 地震によって電気やガスなどのライフラインがストップすることがあります。暖房器具が使えなくなりますので、避難中やその後の避難生活の寒さ対策が重要となります。防寒着、毛布、使い捨てカイロなどを用意しておきましょう。また、「平成30年北海道胆振東部地震」では、大規模停電が発生し、屋内で小型発電機を使用したことで、一酸化炭素中毒による死亡事故が発生しました。ポータブル石油ストーブなどを使用する場合には、一酸化炭素中毒への注意が必要です。

こまめに換気をしながらの使用や、小型発電機は屋内では絶対に使用しないなど、取り扱いに注意しましょう。

●詳細 札幌管区気象台天気相談所 ☎011-611-0170

学びのひろば

児童センター行事案内

●スイートバレンタイン  
○日時 2月2日(土)午前10時

●詳細 北海道労働局労働基準部労災補償課 ☎011-709-2311、滝川労働基準監督署 ☎0125-24-7361

ので、北海道労働局または最寄りの労働基準監督署にご相談ください。

○対象 小学生(定員15人)  
○用意するもの エプロン、三角巾、タオル  
●児童センターまつり  
○日時 2月16日(土)午前10時～11時  
○対象 幼児～高校生(定員100人) ※幼児は保護者同伴で来てください  
○参加費 100円  
○用意するもの 景品を入れる袋、飲み物  
○その他 フリーマーケット

もありますので大人の方もぜひ参加してください  
●おたのしみ会  
○日時 3月2日(土)午前10時～11時30分  
○対象 幼児～小学生(定員20人)  
●申し込み・詳細 児童センター ☎24-2774  
芦別名物「ガタタン作り講座」に参加しませんか  
○日時 3月6日(水)午前10時

あなたの悩みに  
すべての相談の相談料が無料になりました。  
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  
コタエを出します  
札幌弁護士会 中空知法律相談センター

○午後0時30分  
○集合場所 総合福祉センター調理実習室  
○内容 ガタタンの調理及び試食  
○対象 ガタタン作りに関心のある市民の方  
○定員 20人  
○材料費 500円  
○講師 白崎直樹さん(芦別振興公社料理長)  
○用意するもの 筆記用具、エプロン、三角巾  
○申込期限 2月28日(木)  
●申し込み・詳細 生涯学習係 ☎22-3110



芦別警察署から

■冬道における交通事故の防止

ストップ・ザ・交通事故～めざせ安全で安心な北海道～

- ①余裕を持った運転を 冬道は天候の状況や積雪による渋滞が発生するなど到着するまでに時間がかかります。目的地までの天気や道路状況を事前に把握して、時間に余裕を持って出発しましょう。
- ②スピードダウンと慎重な運転を 冬道では、スリップによる正面衝突の死亡事故が多発しています。スピードダウンと路面状況に合わせた慎重な運転を心がけましょう。
- ③「急」のつく運転操作は危険 急発進、急加速、急ハンドル、急ブレーキといった「急」のつく運転操作はスリップにつながり大変危険ですのでやめましょう。
- ④交差点に注意 雪山で見通しが悪い交差点などでは、「車が来ているかもしれない」、「歩行者が横断しているかもしれない」と危険を予測して、徐行と安全確認を徹底しましょう。
- ⑤悪天候に注意 吹雪や大雪など悪天候時の運転は、吹きだまりや視界不良による立ち往生等の危険が伴いますので、不要な外出は控えましょう。やむを得ず車で外出するときは、事前に道路情報を確認するとともに、防寒具やスコップ等を準備しましょう。

■サイバー空間の脅威に対する社会全体の対処能力の強化

ネットの影に潜むサイバー犯罪 あなたを守るサイバーセキュリティ

「ランサムウェア」をはじめとした不正プログラムのまん延、不正アクセス事案やオンラインショップ詐欺等、国民生活を脅かすサイバー犯罪の危険性が社会全体で大きく取り上げられています。

サイバー犯罪の被害に遭わないように次の対策を実施しましょう。

- ①パソコンやスマートフォンにはウイルス対策ソフトをインストールする
  - ②パソコンの基本ソフト(OS)やウイルス対策ソフトは常に最新の状態にしておく
  - ③身に覚えのないメールの添付ファイルやURLは開かない
  - ④不必要なアプリや信頼のおけないサイトからソフトウェアをダウンロードしない
  - ⑤定期的にバックアップデータを保存する
  - ⑥IDやパスワードは、自分自身でしっかり管理する
  - ⑦オンラインショップでの買い物では、そのサイトが本物かどうかよく確認する
- サイバーセキュリティは、一つの対策を講じれば大丈夫というわけではありません。複数の対策を併用してインターネットを安全に利用しましょう。

●詳細 芦別警察署 ☎22-0110

12月分教育委員会だより

○報告事項

①学校職員に係る昇給区分の推薦及び報告について②平成30年12月定例市議会における一般質問及び答弁について③平成30年度芦別市学校教育推進計画の中間評価について(以上3件について報告済み)

○協議事項 ①平成31年度教育費予算(経常費)の見積りについて②平成31年度教育費予算(事業費)の見積りについて③平成31年度芦別市学校教育推進計画(案)について④芦別市立学校における働き方改革推進プラン(案)について(以上4件について原案どおり決定)

寄付  
ありがとうございます

■文化振興事業に  
芦別市民のど自慢の集  
い実行委員会様  
.....  
10万円

こんにちは市立病院です

■プチ健診を実施しています

あなたの気になる検査項目を気軽に調べられる“プチ健診”(予約不要!保険証不要!結果は約1週間で自宅に郵送!)を受けてみませんか。付き添いで来たついでやお見舞いに来たついでにお気軽にどうぞ!

○受付日 月～金曜日(祝日を除く)

○受付時間 午前9時30分～11時30分、午後2時～4時

プチ健診検査メニュー	料金
①血糖が気になる方(血糖、ヘモグロビンA1c)	510円
②コレステロールが気になる方(総コレステロール、中性脂肪、HDL・LDLコレステロール)	510円
③肝臓が気になる方(AST、ALT、γ-GTP、AFP)	1,020円
④おすすめセット(①+②+③でさらにお得)	1,540円
⑤甲状腺が気になる方(TSH、FT3、FT4)	2,050円
⑥痛風が気になる方(尿酸)	300円
⑦貧血が気になる方(赤血球数、白血球数、Ht、Hb、血小板数、血清鉄(Fe)、フェリチン)	1,020円
⑧おしっこ(尿)が気になる方(尿蛋白、尿糖、尿潜血)	300円

⑨がんが気になる方～腫瘍マーカー(CEA、CA19-9)	1,540円
------------------------------	--------

※①、②、④を希望される方は、食後2時間以上での検査がお勧めです。※医師の診察はありません。※健康状態を示す現在の数値をお知らせするのみです。結果が基準値を外れていた場合、あるいは、何らかの症状を認める場合は、最寄りの医療機関への受診をお勧めします

■胃がんリスク検診を実施しています

胃がんリスク検診は、胃の粘膜の健康度を調べ、胃がんの発生のリスク(危険度)を調べる検査です。

胃がんの発生には、ピロリ菌の感染が大きくかかわっていますが、血液検査により胃粘膜の委縮の進行度と、ピロリ菌に感染しているかどうかを調べ、胃がんになるリスクを判断します。

○検査は採血をして終了です

○検査料金 4,110円

○受付日 月～金曜日(祝日を除く)

○受付時間 午前9時30分～11時30分、午後2時～4時

●問い合わせ 市立芦別病院事務課医事係 ☎22-2701

## 薬 劑



●一の薬局  
薬剤師 片山 真二

### \*\*\*\*皆さんは自分の平熱をご存じでしょうか\*\*\*\*

風邪などの感染症にかかった時に発熱を感じた場合、体温を測ることは多いかと思えます。ですが、平常時に体温を測ることは実は少ないのではないのでしょうか。

理想の体温は36.5度～37.2度とされています。この体温の維持が最も健康的で免疫力が高い状態です。

現在の日本人の平熱の平均は36.2度であり、低体温の方が増えてきているのが現状です。体温が1度下がると、基礎代謝が12%、免疫力は30%以上も下がることがわかっています。代謝が下がれば、肥満の原因にもなり、免疫力が下がれば、

風邪やインフルエンザなどの感染症にかかることや発がんのリスクが高くなります。

では、低体温の方が増えてきた理由は何でしょうか。それは、ライフスタイルの変化です。現代の生活では、乗り物や家電の充実によって、便利になった反面、日常的な運動量の低下に伴い、筋肉が低下したことにあります。筋肉は身体を温める熱を最も多くつくり出します。ですので筋肉をつけると体温は上がります。

免疫力、代謝を高めるためにも、無理なく継続できる範囲でよいので、日々の運動をお勧めします。

### 【健康推進係からのお知らせ】

「今からでも遅くない」  
特定健診受診者さんからのメッセージ

芦別市国民健康保険特定健診の個別健診は、3月29日(金)までと期限が迫ってきました。芦別市の受診率は平成29年度で27.4%と国の目標である60%には到達していません。



佐藤 照子さん

今回は、平成28年度から特定健診と保健指導を受けている「佐藤照子さん(70歳)」からのメッセージをご紹介します。

— 健診を受けたきっかけは。

20年以上健診を受けていなかったが、主人が病気がついたことで、健診の必要性を感じ、家族にも勧められたことで受けました。

— 健診や保健指導を受けて変わったことは。

保健指導を受けたことで、食事を食べ過ぎていたことがわかり、野菜はほとんど食べていませんでしたが、今は野菜と魚が中心の食生活に変わりました。自分でもこんなに変われると思っ

ていませんでした。一緒に歩いてくれる友人のおかげで、運動する習慣も身につけて、体重も減って、体も動きやすくなったので、歩くのが楽しみになっ

— 健診を受けたきっかけは。

— 今後はどのように過ごしていきたいですか。

支えてくれる家族や友人に感謝し、これからも、毎年健診を受けて、規則正しい生活を続けたいです。年だからと諦めてはダメだと思えます。

— 最後に一言お願いします。

受けたことで、健診のありがたさがわかったので、皆さんもぜひ健診を受けてほしいです。

### ●平成28年度と平成30年度の比較

体重	7.3kg減(軽度肥満から標準へ改善)
腹囲	7cm減
HbA1c	0.6%減(糖尿病領域から境界領域へ改善)

## 今月の一品

### 肉団子とシイタケの汁もの



1人分のカロリー【194Kcal】  
提供：芦別慈恵園

きのこの食物繊維、ビタミン、ミネラルは、途中で消化吸収されずにそのまま腸の免疫細胞に作用し、免疫力を高めてくれます。

がん予防や腸内環境を改善し便秘を解消する効果も期待できます。

▶材料 2人分.....  
・豚ひき肉80g・玉ネギ30g・卵1/2個・油小さじ2・しょうゆ小さじ1・長ネギ40g・にんじん30g・ダイコン40g・シイタケ1枚・だし汁400ml・みそ16g

▶作り方.....  
①長ネギは小口切り、ニンジンとダイ

コンは皮をむきいちょう切り、玉ネギはみじん切りにする。シイタケは石づきをとり、スライスする②卵は黄身と白身にわけ、黄身は油と混ぜる(卵の素)。白身は泡立てしておく③ボウルに豚ひき肉、②の卵の素と玉ネギ、しょうゆを入れて、しっかりとこねる④③に②の白身を入れて、軽く混ぜる⑤鍋にだし汁とダイコン、ニンジンを入れ、火にかける⑥軟らかくなったら、沸騰した鍋の中に、1口大にまるめた肉団子を入れていく⑦肉団子に火が通ったら、あくをとり、みそを溶かし、最後に長ネギを入れて、完成。



# 健康のひろば

すこやか子育て



## 健康診査・相談・歯科

種類	期日(受付時間)	対象、その他
3・4か月児健康診査	2月28日(木) 12:40~12:50	平成30年10月~11月生 まれの乳児
7・8か月児健康相談	2月28日(木) 12:50~13:00	平成30年6月~7月生 まれの乳児
フッ素塗布(虫歯予防) 育児相談室	3月7日(木) 9:30~15:30	1歳6か月~小学校入 学前の幼児 身体測定、子育て全般に ついての相談(予約制)

○場所 保健センター

●申し込み・詳細 健康推進係

## 一時預かり事業の利用申請を受け付けます

平成31年度の一時的預かり事業の利用申請を受け付けますので、希望される方は申請してください。

○受付期間 3月1日(金)~随時

※月~金曜日、午前8時30分~午後5時15分

○対象 芦別市に在住する1歳以上(離乳食完了)~就学時前の児童 ※発達に心配のあるお子さんは、ご相談ください。

○申請に必要なもの ①印鑑②健康保険証③平成30年1月2日以降に本市に転入されている方は、平成30年度の課税状況証明書または特別徴収税額決定通知書(平成30年一時預かりに登録されている方は必要ありません)

※お子さんと一緒に登録に来てください

●申し込み・詳細 つばさ保育園 ☎24-2772

## わんぱくデー

のびのび体を動かして、元気に遊びましょう。

日時	2月28日(木)午前10時45分~11時40分
場所	児童センター体育室
対象	1歳~就学前のお子さんと保護者
持ち物	飲み物

## 子育てサロン

子どもと親と地域の方が集まって楽しい交流をしましょう。異年代との楽しい情報交換の場です。

期日	2月20日(水)	3月8日(金)
場所と時間	であえーる緑幸団地集会所(午前10時~11時30分)	
対象	0歳~就学前のお子さんと保護者	
内容	かわいのおひな様を作ろう サンドイッチを作って食べよう	
持ち物	飲み物	
費用	無料	

## 赤ちゃん教室「ピヨピヨひろば」

赤ちゃんの育ちについて、詳しいお話を聞きながら、母親同士の交流や情報交換の場です。教室は保健師(成長と予防接種など)・警察(事故とシートベルトなど)・図書館司書(絵本の紹介と読み聞かせなど)・栄養士(離乳食と試食など)・保育士(遊びとおもちゃなど)の5回コースです。

対象	生後1~6か月のお子さんと保護者
日時	2月5日・12日・19日・26日・3月5日 (全て火曜日)午前10時30分~11時30分
持ち物	バスタオル1枚、お子さんに必要なもの
場所	子育て支援センター-広場

●申し込み・詳細 子育て支援センター係 ☎24-2778

健康づくり

## 高次脳機能障がい者 家族交流会を開催

日時	3月4日(月)午後1時30分~3時
場所	滝川保健所2階母子相談室
対象	高次脳機能障がい者を抱える家族等で、同じ立場の家族と悩みを話し合ったり、本人との付き合い方について相談したいと思っている方
内容	家族同士の交流や障害に関する情報提供、対応の仕方に対するアドバイスなど。(プライバシーは厳守します)
料金	無料 ※出席を希望する方は、事前にご連絡ください

※高次脳機能障がいとは、交通事故や脳卒中など、脳の病気やケガの後遺症としてあらわれる障害です。脳の損傷が原因ですが、目に見えない障害としてあらわれるため、何が障害なのかわかりにくく、家族の戸惑いは大きいといわれています

●申し込み・詳細 滝川保健所 ☎0125-24-6201

## こころの健康相談

眠れない、気分が落ち込んでいる、ギャンブルやアルコール、高次脳機能障がいなど精神科医と保健師が対応し、ゆっくりお話ができます。ご本人や家族、周囲の方々の相談に応じています。プライバシーの保護、秘密は厳守します。ぜひ、ご利用ください。

○日時 2月14日(木)午後2時~4時30分

○場所 滝川保健所 ○費用 無料

○その他 事前予約制のため、相談日前日の午後4時までにご予約してください

●申し込み・詳細 滝川保健所 ☎0125-24-6201

## 芦別みどり幼稚園 子ども・子育て事業

○2月のちびっこランドのお知らせ(対象児:2歳児)

実施日	内容
2月6日(水)	製作遊び
2月19日(火)	19日・20日は幼稚園の「おみせやさんごっこ」です。ちびっこランドのお友達は、19日に集合。紙のお金と一緒に買い物を楽しみましょう

○予約開始日 2月1日(金)より電話での先着予約となります

○芦別みどり幼稚園附属保育園リリーからのお知らせ 平成31年度より入所対象年齢は、生後8週からとなります

●申し込み・詳細 芦別みどり幼稚園 ☎22-3426  
または芦別みどり幼稚園ホームページ

## ひきこもり家族交流会「虹の会」

ひきこもっている子どもや兄弟姉妹がいて心配、同じ境遇の家族と話したいと思っている方など、ぜひご参加ください。匿名での参加も可能で秘密は厳守します。

○日時 3月8日(金)午後1時30分~3時30分  
(毎月第2金曜日)

○場所 滝川市まちづくりセンター「みんくる」  
(滝川市栄町3丁目6番28号)

○その他 初めての参加を希望される方は、事前にお申し込みください

●申し込み・詳細 滝川保健所 ☎0125-24-6201

2月 ..... February

- 1 金 ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター
- 2 土 スイートバレンタイン (10:00~11:30)  
児童センター  
あしべつ雪まつり2019 (16:00~20:00)  
道の駅スタープラザ芦別  
雪灯りを歩く会 (17:00~19:00)  
芦別慈恵園ほか
- 3 日 あしべつ雪まつり2019 (11:00~15:00)  
道の駅スタープラザ芦別  
第23回青少年健全育成市民の集い (14:00~)  
市民会館大ホール  
吹奏楽合同演奏会 (14:40~) 市民会館大ホール
- 4 月 認知症カフェ「いきがい」(13:00~15:00)  
総合福祉センター多目的室
- 5 火 ピヨピヨひろば (10:30~11:30)  
子育て支援センター広場
- 6 水 ちびっこランド(10:00~11:15)芦別みどり幼稚園
- 8 金 ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター
- 9 土 親子スキー教室 (10:00~12:00)  
国設芦別スキー場
- 10 日 第53回市民スキー大会(10:30~)国設芦別スキー場
- 11 月 建国記念の日
- 12 火 ピヨピヨひろば (10:30~11:30)  
子育て支援センター広場
- 14 木 行政相談 (8:30~12:00) 市役所市民相談室
- 15 金 ほのぼの会「ゆりね」(13:00~15:00)  
総合福祉センター別館2階ボランティアルーム  
夜間納税相談 (17:15~20:00) 市役所納税係  
ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター
- 16 土 児童センターまつり(10:00~11:00)児童センター
- 17 日 みんなで介護を考える会「市民講座」  
(13:30~) 総合福祉センター大ホール
- 18 月 お茶とお花を楽しむ会 (9:30~13:00)  
総合福祉センター3階調理実習室
- 19 火 ちびっこランド(10:00~11:30)芦別みどり幼稚園  
ピヨピヨひろば (10:30~11:30)  
子育て支援センター広場

- 20 水 子育てサロン (10:00~11:30)  
であえーる緑幸団地集会所
- 22 金 ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター
- 24 日 国設芦別スキー場お楽しみ抽選会 (14:00~)  
国設芦別スキー場
- 26 火 ピヨピヨひろば (10:30~11:30)  
子育て支援センター広場
- 27 水 夜間納税相談 (17:15~20:00) 市役所納税係
- 28 木 行政相談 (8:30~12:00) 市役所市民相談室  
わんぱくデー(10:45~11:40)児童センター体育館  
夜間納税相談 (17:15~20:00) 市役所納税係

3月 ..... March

- 1 金 ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター
- 2 土 おたのしみ会 (10:00~11:30) 児童センター
- 5 火 ピヨピヨひろば (10:30~11:30)  
子育て支援センター広場
- 6 水 ガタタン作り講座 (10:00~)  
総合福祉センター3階調理実習室
- 8 金 子育てサロン (10:00~11:30)  
であえーる緑幸団地集会所  
ウェイトトレーニング教室 (18:30~20:30)  
油谷体育館トレーニングセンター

**休日当番医** (診療時間 8:30~17:00)

2月11日・17日・24日・3月3日・10日

市立芦別病院 (本町14 ☎22-2701)

休日 **歯科** 当番医 (診療時間 9:00~12:00)

2月	11日	渋谷歯科医院 (滝川市 ☎0125-22-1737)
	17日	山中歯科医院 (奈井江町 ☎0125-65-5554)
	24日	とくだ歯科医院 (滝川市 ☎0125-75-2056)
3月	3日	フジタ歯科医院 (滝川市 ☎0125-24-8211)
	10日	杉澤歯科クリニック (妹背牛町 ☎0164-32-2832)

※医療機関の都合により変更がありますので、空知歯科医師会のホームページでご確認ください。

人口・世帯

- 平成31年1月1日現在の人口  
カッコ内は前月比
- 人口 13,635人 (-27人)
  - 男性 6,222人 (-16人)
  - 女性 7,413人 (-11人)
  - 世帯数 7,594世帯(-7世帯)

固定資産税の4期と国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の8期の納期限は2月28日です



芦別市公式LINE

芦別市公式LINE、防災ツイッター登録のお願い  
観光やイベントなどのお知らせ、  
市政や防災等の情報を発信していま  
す。ぜひご登録ください。



芦別市防災ツイッター

編集・発行/芦別市総務部企画政策課  
〒075-8711 北海道芦別市北1条東1丁目3番地  
TEL 0124-22-1111 FAX 0124-22-6000



芦別市は、環境保全に関する普及啓発のシンボルとして、エコマークを使用しています。この広報紙は、エコマーク認定の印刷紙を使用しています。