

## 新たな北海道総合計画を策定しました！

北海道庁では、北海道の更なる発展に向け、道民のみなさまや様々な関係者の方々と共に行動していくため、新たな総合計画を策定しました。計画の内容を分かりやすくお伝えする出前講座も行っていますので、詳しくは道ホームページをご確認ください。

こちらからもご覧できます ⇒



### お問合せ

北海道庁計画推進課 ☎ 011-204-5630

## 羽幌小学校プール開放中

羽幌小学校プールは、まだまだ開放しています。ぜひご利用ください。

**開放期間** 9月8日(日)まで

**開放時間** 火・木曜日 15時00分～21時00分

土曜日 13時00分～21時00分

日曜日 10時00分～21時00分

**休館日** 毎週月・水・金曜日

### お問合せ

総合体育館内 社会教育課体育振興係 ☎ 62-6030

## 8月26日は「火山防災の日」です

活動火山対策特別措置法が令和6年4月1日に改正され、8月26日は「火山防災の日」となりました。

気象庁では、多くの方に火山のことを正しく知って火山災害に備えていただけるよう「火山防災の日」特設サイトを開設しました。令和6年6月現在、十勝岳、大雪山の噴火警戒レベルは1で、直ちに噴火に結びつく兆候はありませんが、噴火はいつ起こるかわかりません。「火山防災の日」をきっかけに火山への理解を深め、火山災害の発生に備えましょう。



気象庁ホームページ  
噴火警戒レベル



気象庁ホームページ  
「火山防災の日」特設サイト

### お問合せ

旭川地方气象台 ☎ 0166-32-7102

お盆が過ぎ、朝夕はいくらかしのぎやすくなってきました。今月の情報プラザではおろちゃんマラソン大会や町民芸術祭の作品募集など、秋の気配が感じられるイベント情報を紹介しています。お見逃しがないようご覧ください。

☎ 0164-68-7013 (地域振興課直通)

🌐 <http://www.town.haboro.lg.jp/>

✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

## おしらせ



## 奨学資金返還支援事業補助金をご活用ください

町では、町外からの移住定住を促進するため、町内に定住、就業し奨学金を返還する方を対象に、返還額の一部を補助しています。

### 対象者

羽幌町に住所を有し、次の条件を満たす方

- ・ 大学等を卒業し、町内事業所などで5年以上就業する見込みの方
- ・ 学生時代に貸与を受けた奨学金を返還予定または返還中である方
- ・ 町税等を滞納していない方
- ・ 国または都道府県の職員でない方

※ このほかにも条件があります

### 対象となる奨学資金

- ① 日本学生支援機構の第一種(無利息)および第二種(利息付き)学資貸与金
- ② 羽幌町が貸与する奨学資金
- ③ 都道府県・市町村が設ける貸与型奨学金

### 補助率および補助額等

補助率 : 羽幌町が貸与した奨学資金の場合  
⇒ 返還額の10/10

羽幌町以外の機関が貸与した奨学資金の場合  
⇒ 返還額の1/2

補助額 : 月額20,000円を上限

補助期間 : 奨学資金返還期間のうち5年間

申請が必要となります。詳しくはお問合せください。

### 申請・お問合せ

地域振興課政策推進係 ☎ 68-7013(課直通)

## 9月の定例相談

### ▶行政相談

行政に関することでわからないことがあれば、お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は厳守されます。

**日時** 9月10日(火) 13時00分～15時00分

**会場** 役場1階 相談室

**お問合せ** 町民課総合受付係 ☎ 68-7003 (課直通)

### ▶年金相談

年金加入状況の確認、納付書や基礎年金番号通知書再交付申請手続きなど年金に係る相談を受け付けています。

#### 相談には予約が必要です

希望される方は、相談日の一週間前までにご予約ください。(定員になり次第、締め切る場合があります)

**日時** 9月19日(木) 10時00分～16時00分  
※ 12時00分～13時00分を除く

**会場** 中央公民館

#### 予約・お問合せ

日本年金機構留萌年金事務所 ☎ 0164-43-7211  
自動音声案内 (① → ②)

### ▶障がい等に関する相談

相談支援専門員が、あなたの心配事や悩みなどを受け止め、解決する方法と一緒に考えます。必要に応じて、専門機関の紹介やアドバイスなども行います。みなさんが安心して生活できるようにお手伝いします。

相談料は無料です。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

**日時** 9月21日(土) 10時00分～17時30分  
※ **要事前予約**【相談日の前日まで】

**会場** 中央公民館 第2研修室

#### 連絡・お問合せ

NPO法人 ウェルアナザーデザイン ☎ 0164-56-1662

## アイヌの方々からのご相談をお受けします

公益財団法人人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々の悩みを受けるフリーダイヤルを開設しています。日常生活の困りごと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。

**受付** 月曜日～金曜日 9時00分～17時00分  
※ 祝日、12月29日～1月3日を除く  
※ 相談無料、匿名可、秘密厳守

#### 連絡・お問合せ

(公財)人権教育啓発推進センター  
☎ 0120-771-208 (専用フリーダイヤル)

## 相談

### こころの健康相談のご案内

留萌保健所では、毎月定例的に精神相談・思春期相談等を開設しています。

こころの問題でお悩みの方やご家族の方、支援に困っている関係者の方は、お気軽にご相談ください。相談料は無料です。秘密は厳守します。

**内容** 精神相談

**日時** 9月6日(金)13時00分～15時00分

※ **要事前予約**  
※ 申込み順のため、希望日に予約できない場合があります

**場所** 留萌保健所(留萌市)

**担当** 社会医療法人博友会平岸病院  
院長 高橋 伸幸 氏

#### 次のようなご相談はありませんか？

- つらい気持ちや死にたい気持ちになる
- 眠れない、食欲がない、気分が沈むなどが続く
- 家族の飲酒問題やひきこもりなどで悩んでいる
- 身近な方を自死で亡くした など

#### 予約・お問合せ

留萌保健所健康推進課健康支援係 ☎ 0164-42-8327

### 生活・法律・仕事相談会のご案内

自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」では、生活や仕事等で困りの方を対象に相談会を行っています。詳しくは下記の予約・お問合せ先までご連絡ください。

**日時** 9月4日(水)・9月20日(金)  
13時30分～15時20分 (1 枠50分)

**場所** 羽幌町勤労青少年ホーム 相談室

**料金** 無料

※ **要事前予約**【相談日の前日 15時00分まで】  
※ 留萌管内に住居登録のある方であれば、羽幌町以外の会場でもご相談できますのでお問合せください

#### 予約・お問合せ

自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」  
☎ 0164-56-1616

## イベント・行事

### 歌と踊りの交流まつり

歌と踊りの交流まつりを次のとおり開催します。カラオケやダンスなどで楽しいひと時を過ごしましょう。

**日時** 9月7日(土) 18時30分より

**場所** 中央公民館大ホール

**参加料** 1,000円 (入場券をお買い求めください)

**主催** 羽幌町文化協会

#### お問合せ

中央公民館内  
羽幌町文化協会事務局 ☎ 62-1178

## 募集

### 第31回おろちゃんマラソン大会参加者募集

第31回おろちゃんマラソン大会を次のとおり開催します。健康増進や体力づくりに日ごろジョギングやランニングをされている方はもちろん、ファミリー部門もありますので、家族おそろいでご参加ください。

**日時** 10月13日(日) 10時00分スタート(雨天決行)

**参加資格** 小学生以上の方

**コース** 総合体育館～中央方面(往復)

**参加料** 無料

**申込用紙** 総合体育館および中央公民館に設置

**申込期限** 9月13日(金)必着

**競技方法** 各種目タイム順位  
(1～6位まで賞状・3位までメダルが授与されます)

**申込・お問合せ** 総合体育館内

おろちゃんマラソン大会実行委員会事務局 ☎ 62-6030

### 第70回羽幌町民芸術祭作品募集

本年の町民芸術祭(展示部門)の作品を募集します。出展要領などの詳細は、町ホームページをご覧ください。

**展示期間** 10月26日(土)～30日(水)

**出品資格** 町民による自作の作品とする

**募集作品** 写真、絵画、書道、俳句、短歌、川柳、手芸、陶芸、工芸など自由な作品

**申込期限** 9月27日(金)

**申込・お問合せ** 中央公民館内

羽幌町民芸術祭実行委員会事務局 ☎ 62-1178

### 一定面積以上の土地取引には届出が必要です

土地の売買・賃貸借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

#### 届出の対象となる面積(羽幌町の場合)

- ・ 都市計画区域内 5千㎡以上
- ・ 都市計画区域外 1万㎡以上

**届出者** 土地の権利取得者(買主等)

**届出期限** 契約締結日から2週間以内

**提出書類** 次の書類を町にご提出ください(各3部)。

- ・ 土地売買等届出書
- ・ 土地売買等契約書の写し
- ・ 土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図
- ・ 土地およびその付近の状況を明らかにした縮尺5千分の1以上の図面
- ・ 土地の形状を明らかにした図面
- ・ 委任状(代理人が届出する場合)

**罰則** 届出をしなかった場合、法律で罰せられることがあります

提出様式や制度の詳細は  
町ホームページをご覧ください



#### 届出・お問合せ

地域振興課政策推進係 ☎ 68-7013

### 7月の交通事故・消防に関するお知らせ

羽幌警察署並びに消防署から7月における各件数などのお知らせです。

#### 交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	1件	( 2件)
死者	0人	( 0人)
負傷者	2人	( 3人)

#### 消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動件数	40件	( 216件)
搬送人員	38人	( 204人)
火災件数	0件	( 4件)
損害額	0円	( 調査中)
死者	0人	( 0人)
負傷者	0人	( 0人)



## Dr. 佐々尾の健康カルテ

6月と7月で認知症の治療をお伝えしました。根治させたり、著明に認知機能を改善させる薬はないことがご理解いただけたかと思います。それであれば、ぜひ予防したいところです。

これまで様々な報告がされていますが、直近で2017年に出た論文がよく引用されています。認知症に関して「生涯を通じて9つの危険因子をコントロールし、脳の健康状態を改善できれば、認知症の35%は予防できる可能性がある」とした報告が出されました。この報告によれば、認知症は小児、中年、高齢といった人生の段階で、改善できる可能性があるものが提示されています。まず小児期においては、「教育期間の短さ」を修正することにより8%認知症の発症を抑えるそうです。これをお読みの方の多くはもう通り過ぎたと思っていらっしゃるかと思いますが、「教育」は必ずしも子どもだけではありません。成人でも高齢者でも学ぶことは認知機能の維持に重要ですので、諦めずにぜひ「生涯教育」を！

9つのうち最も修正により発症を抑制できるのが「難聴」で9%です。聞こえが悪くなることにより情報を正確に聞き取ることができず覚えられなくなると想像されます。外来では口を酸っぱく「難聴は補聴器をつけた方がよい」と助言しますが、そのままにしているとやはり認知機能に影響していることを感じさせられることがあります。聞こえに不安のある方は、まず耳鼻咽喉科を受診してみましょう(羽幌病院は毎月奇数週の水曜日に診療を行っています)。

残り7つになります。まず生活習慣を是正することで脳梗塞を予防し、それによって脳梗塞後の認知症を減らすという観点です。「喫煙」は5%「運動不足」は3%、「高血圧」は2%、「肥満」「糖尿病」はそれぞれ1%で合計12%の抑制につながります。「糖尿病」は脳卒中による認知症だけではなく、海馬の萎縮が進行することも報告されているので、アルツハイマー型認知症にも影響していることが推測されています。

あと2つは「抑うつ」が4%と「社会的孤立」2%です。そもそも「社会的孤立」が「抑うつ」の原因でもあり関連しています。昨年、町内で講演会を複数回開催させていただきましたが、「健康のためのキーワードは『つながり』」です。町内会や老人クラブをはじめとした様々な集まりがあります。少なくとも週に1回は他人と会うなどすることが認知症予防になります。

(北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師)

## 9月の急病診療当番医

道立羽幌病院については土・日曜日および祝日を含め、救急診療を行っています。

15日(日)

苫前クリニック(苫前町) ☎ 64-9070



## 9月の保健・子育てカレンダー

町内の保健事業や子育て教室の日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
3日(火)	野いちごくらぶ★	10時45分～	焼尻 高齢者支援センター
12日(木)	乳幼児健診*	12時30分～	健康センター
24日(火)	乳幼児相談*	13時00分～	健康センター
24日(火)	5歳児健診*	15時00分～	健康センター
毎週 火・金	うさこちゃん 遊びの広場★	9時30分～	健康センター
2日(月) 30日(月)	すくすく★	9時30分～	健康センター 毎週水
毎週木	あいあいサークル★	9時30分～	健康センター

お問い合わせ すこやか健康センター内

★子育て支援センター ☎ 62-1656

\*健康支援課保健係 ☎ 62-6020

## 「ごごうさ」開放中です! (13時00分～16時00分)

小学校入学前のお子さんと保護者を対象に、すこやか健康センター内で保育士が常駐して遊び場を開放しています。育児相談なども随時行っていますので、ぜひご利用ください。

〈お知らせ〉

「ごごうさに行きたいけど、小学生の兄弟がいるから行けない!」という方、乳幼児の弟妹が利用している場合は、一緒に小学生も入室可能です。

※ただし、保護者の同伴が必要です

## 健康+

## 北海道立羽幌病院からのお知らせ【令和6年9月分外来診療体制】

### 総合診療医

総合診療医による診療			月		火		水		木		金		診療日
診療科	医師	予約	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科	担当医	要	●		●		●		●		●		毎日
	当番医	不要	●		●	●	●		●	●	●		毎日
外科	当番医	不要				●				●			毎週火・木曜日
整形外科	担当医	要	●		●		●		●		●		毎日(処置・注射のない方)
	当番医	不要				●				●			毎週火・木曜日

\* 急なケガなどの緊急の場合は上記診療日以外でもご相談ください

### 専門外来

専門診療(出張医師等)			月		火		水		木		金		診療日
診療科	医師	予約	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
消化器内科	佐々尾医師	要							●				12日・26日
呼吸器内科	重原医師	要							●				5日・19日 ※代診になる場合有
循環器内科	高橋医師	要					●						25日
総合診療科	木村医師	推奨							●				26日
フレイル外来	佐々尾医師	要	●										未定
整形外科	穴口医師	推奨						●					4日・11日・18日・25日
	覺田医師	推奨		●					●				12日・19日・26日
	八島医師	推奨	●								●		9日・30日
	引野医師	推奨	●									●	6日・13日・20日・27日・30日
	渡部医師	要					●						2日
小児科	高橋医師	不要	●		●		●		●		●		井上医師診療日以外
	井上医師	不要	●	●									未定
眼科	旭川医大医師	要			●								毎週火曜日
婦人科	金野医師	不要			●	●							毎週火曜日
耳鼻咽喉科	札幌医大医師	要					●						奇数週水曜日
泌尿器科	札幌医大医師	推奨							●				毎週木曜日
皮膚科	札幌医大医師	不要									●		毎週金曜日

### \* 受付時間

午前:8時00分～11時00分(泌尿器科のみ10時30分まで)  
午後:13時30分～15時00分

### \* 人間ドック・健診等

検査内容等に応じて曜日が異なります。  
ご希望の方はお気軽に病院までお問合せください。  
電話受付時間:13時00分～17時00分

病院の診療に関する最新の情報は、病院ホームページや公式SNSで案内しています。ぜひフォローをお願いします。



X(旧ツイッター) インスタグラム フェイスブック 病院ホームページ

☎お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060