

10/28
(月)

歌と笑いものまねBIG SHOW in 和寒 !

出演は、神奈月やミラクルひかるなど、テレビのものまね番組でおなじみの芸人たちが繰り広げるショーです。爆笑必至！めったに見られないものまねライブですのでぜひこの機会にご来場ください！

- 日 時 10月28日(月) 開演 午後6時30分
(開場 午後6時)
- 場 所 公民館恵み野ホール
- 入場料 前売 一般2,000円 高校生以下1,000円
全席自由、当日券は各500円増となります。
- チケット取扱い先 公民館、図書館、役場お客様窓口
- 主 催 和寒町芸術文化講演会実行委員会



■詳しくは教育委員会社会教育係まで(TEL32-2477)

10/29
(火)

緊急地震速報の訓練放送をおこないます

町では、地震や武力攻撃などの緊急時に、Jアラート(全国瞬時警報システム)から送られてくる国からの緊急情報を、防災行政無線を用いて町民のみなさんへお伝えしています。

今回は全道一斉に下記の日程で放送訓練がおこなわれます。

- 訓練実施日時 10月29日(火) 午前9時ごろ
- 放送の流れ

防災行政無線チャイム

①「こちらは、防災わっさむです。只今から訓練放送をおこないます。」

↓《緊急地震速報チャイム》

②「緊急地震速報。大地震(おおじしん)です。大地震です。これは訓練放送です。」×3回

③「こちらは防災わっさむです。これで訓練放送を終わります。」

↓
防災行政無線チャイム

防災訓練



■詳しくは総務課庶務係まで(TEL32-2421)

10/31
(木)

ネット社会から子どもたちを守ろう！

教育力向上委員会講演会第3弾「インターネットにひそむ罠～携帯やインターネットの安全な使い方とその危険性～」を開講します。

携帯電話やスマートフォンの普及でインターネットは子どもにとってより身近なものとなりました。その便利さの陰に潜む悪質なサイトやネットいじめなどの子どもたちを取り巻く環境と、インターネットの安全な使い方を学びましょう。

- 日 時 10月31日(木) 午後6時30分～
- 場 所 公民館恵み野ホール
- 講 師 一般社団法人ECネットワーク 原田 由里 氏
- 参加費 無料

■詳しくは教育委員会社会教育係まで(TEL32-2477)



好評！蔵書票展第2弾

蔵書票とは、本がとて高価な時代に本の所有者を示すために図書に貼りつける紙片として使われていたものです。一昨年、第1弾の蔵書票展を開催した際には、大好評をいただきました。第2弾となる今回も、世界各国から集められた素敵な作品を多数展示します。ぜひ、この機会にご堪能ください。

- 日 時 11月1日(金)～16日(土) [4日、11日は休館日]
午前10時～午後6時 (※最終日は午後1時まで)
- 場 所 図書館ロビー



■詳しくは図書館まで(TEL32-4646)

保養センターで日本の名湯めぐり

保養センターでは、入浴剤を使った日本の名湯めぐりを11月から実施します。

湯めぐりは、全10回を予定しており、10回全てに入浴されたかたには、入浴券プレゼントの特典も用意しています。第1回目は、11月7日(木)、疲労回復や美肌などに効果があるといわれている「登別温泉の湯」がスタートです。ぜひこの機会に多くのかたのご利用をお待ちしています。

●実施期間

①11/7 登別温泉	②11/21 草津温泉(群馬県)	③12/5 箱根温泉(神奈川県)
④12/19 吉野温泉(奈良県)	⑤1/16 白浜温泉(和歌山県)	⑥1/30 道後温泉(愛媛県)
⑦2/13 別府温泉(大分県)	⑧2/27 有馬温泉(兵庫県)	⑨3/13 奥飛騨温泉郷(岐阜県)
⑩3/27 湯沢温泉(新潟県)	※実施日は全て木曜日です	

また、11月1日から4月30日まで営業時間が午後3時30分～午後9時までと変更になりますのでお知らせします。

■詳しくは住民課環境衛生係(TEL32-2422)または保養センター(TEL32-4215)まで



なるほど、なっとく！運動講習会

11/7
(木)

運動を続けると身体の動きが楽になるだけではなく、認知症やうつ等の進行を遅らせることができます。椅子に座ったままで誰にでもできる体操を、毎日の暮らしの中に取り入れてみませんか？



- 講師 (有)イズミック 運動指導士 五十公野 修 先生
- 日時 11月7日(木) 午前9時30分～1時間半程度
- 場所 保健福祉センター 1階 多目的ホール
- 参加料 無料
- 持ち物 タオル、飲み物
(動きやすい服装でご参加ください)

■詳しくは保健福祉課介護支援係地域包括支援センターまで(TEL32-2000)

健康づくり講演会 知っておきたい！目の病気

11/11
(月)

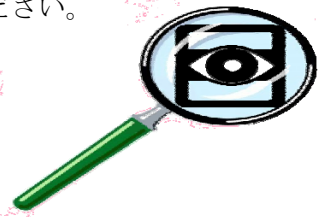
人間の情報の約80%は目から入ってくるといわれるほど、目は大切な感覚器官です。

目の病気には、加齢に伴うものや生活習慣が原因となるものなどさまざま、なかには放っておくと失明する病気もあります。

大切な目について、専門医からわかりやすくお話いただきますのでぜひご来場ください。



- 演題 「知っておきたい！目の病気」
- 開催日時 11月11日(月) 午後6時～
- 開催場所 和寒町保健福祉センター 1階 多目的ホール
- 入場料 無料
- 講師 名寄市立総合病院
眼科医長 南 喜郎 医師



■詳しくは保健福祉課保健係まで(TEL32-2000)

糖尿病教室 血管を元気に保つ食事のひけつ

11/19
(火)

糖尿病の治療や検査結果の改善のためには、規則正しい食生活を送ることが大切です。今回は調理実習をおこない、元気な血管をつくる食事内容について学習していきます。

- 日時 11月19日(火) 午前9時30分～午後1時
- 場所 保健福祉センター(2階 調理実習室)
- テーマ 「血管を元気に保つ食事のひけつ」
- 対象
 - ・糖尿病と診断を受けたかた
 - ・糖尿病予備群といわれているかた
 - ・そのご家族のかた
- 持ち物 糖尿病手帳、筆記用具、電卓、エプロン
(教室に参加したことがあるかたは、過去の資料もご持参ください)
- 参加費 300円



※参加を希望されるかたは11月11日(月)までに保健福祉課保健係までお申し込みください。

■詳しくは保健福祉課保健係まで(TEL32-2000)

11/20
(水)

平成 26 年度 保育所入所説明会

保育所では平成 26 年 4 月からの入所園児を 12 月に募集します。事前に入所に関する手続きや入所の基準などの説明会を下記のとおり開催します。

なお、入所申込書についても配布をいたします。



- 日 時 11 月 20 日 (水) 午後 7 時～
- 場 所 保健福祉センター 1 階 多目的ホール
- 対象者 平成 26 年度から入所希望及び現在入所されていて引き続き入所希望される児童の保護者等

※託児をしますので事前にお申し込みください。

■詳しくは保育所(TEL32-2242)または保健福祉課福祉係まで(TEL32-2000)

11/24
(日)

スポーツの町宣言 30 周年記念

スポーツ吹矢北海道和寒支部設立 5 周年記念

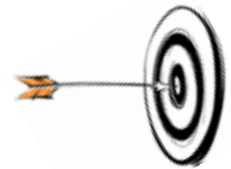
町民スポーツ吹矢大会

スポーツ吹矢和寒支部は、設立 5 周年を記念して「町民スポーツ吹矢大会」を開催します。

スポーツ吹矢は、腹式呼吸を基本としたスポーツ吹矢呼吸法で、集中力や精神力が求められる一方、年齢性別に関係なくどなたでも楽しむことが出来る手軽なスポーツです。景品も用意していますので、多くのかたがたの参加をお待ちしています。



- 日 時 11 月 24 日 (日) 午前 9 時～正午
- 場 所 町民センター 3 階 大集会室
- 参加費 無料
- 対 象 小中学生、高校生、一般



参加希望のかたは、11 月 18 日 (月) までに事務局 西村 (TEL32-4224)、または総合体育館、公民館、町民センターの各掲示板に申込用紙を添えていますのでお申し込みください。

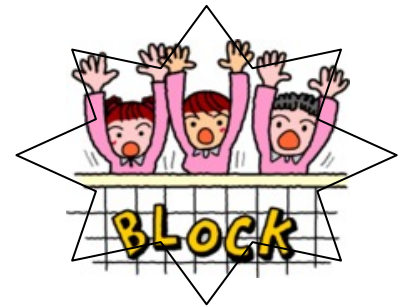
■詳しくは和寒町スポーツ吹矢協会事務局 西村まで(TEL32-4224)

12/1
(日)

スポーツの町宣言 30 周年記念 第 31 回全町ミニバレー大会

町ミニバレー協会主催による第 31 回全町ミニバレー大会を開催します。さわやかな汗をかきながら、楽しい一日を過ごしてみませんか？

- 日 時 12 月 1 日 (日) 開会式：午前 9 時
競技開始：午前 9 時 30 分
- 場 所 総合体育館
- 対象者 学生のかたを除く町民
- 参加料 1 チーム 500 円
- 組 別 ①女子の部 (18 歳以上)
②混成の部 (18 歳以上男女)
③50 歳以上の部 (男女フリー)
- 入 賞 各組 3 位まで表彰
- 主 催 和寒町ミニバレー協会



参加ご希望のかたは 11 月 15 日 (金) までに総合体育館 (TEL32-4470) へお申し込みください。

■詳しくは和寒町ミニバレー協会事務局 赤石和子まで(TEL32-2607)

バリアフリー歩道への駐車は止めましょう！



車を歩道に駐車することは、歩行者が車道に出ることになり大変危険ですし、交通違反となる行為です。絶対に止めましょう。

また、バリアフリー歩道と車道の境界のパイプ柵は、歩行者の安全確保のためのものです。車の出入り以外の場所のパイプ柵を勝手に取り外すことはできません。車の出入りでパイプ柵の位置を変更したい場合は、建設課までご連絡ください。

歩道は駐車禁止です

■詳しくは建設課管理係まで(TEL32-2424)

高齢者の交通事故防止



高齢者交通安全クラブでは、四つ葉マークを無料で配付し、高齢者の安全運転を呼びかけています。四つ葉マークをご希望のかたは、高齢者交通安全クラブ事務局（役場総務課生活安全係）までお越しください。なお、これまでご利用の紅葉マークを引き続き使用することもできます。

- 対象者 町内の老人クラブに加入している70歳以上で車を運転しているかた
- 配付場所 高齢者交通安全クラブ事務局（役場2階総務課生活安全係）
- 持ち物 運転免許証

■詳しくは高齢者交通安全クラブ事務局(総務課生活安全係)まで(TEL32-2421)

まずは家族に相談を 振り込め詐欺にご注意！

道内における平成25年8月末現在の振り込め詐欺などの認知件数は137件で、前年と比較して15件増加し、被害額については、約5億9,000万円と前年同期と比べ約1億9,300万円増加しています。

また、被害者については、65歳以上の高齢者が6割に及んでいるなど、憂慮すべき状況にあります。

一人ひとりが被害に遭わないように注意するとともに、家庭や職場、地域の中でお互いが声を掛け合い、振り込め詐欺の被害をなくしましょう。

この言葉が出たら要注意！

- 携帯電話の番号が変わったよ。風邪をひいたから声が変わんだ。
→その後に、お金を要求する電話がかかってきます。
- 友達がお金を取りに行くから渡して！
→本人でなければ決してお金を渡してはいけません。
- あなたの口座情報が漏れてます。キャッシュカードを預かります。
→通帳やキャッシュカードなどを預かりに行くことはありません。



居眠り運転事故防止

全国各地で悲惨な交通事故が発生しています。

北海道の正面衝突事故は、他府県と比べて車の走行速度が速いことから、死亡事故につながる可能性が高くなっています。居眠り運転などによるこのような事故をなくすために、次のことに気を付けて運転しましょう。

○魔の時間帯

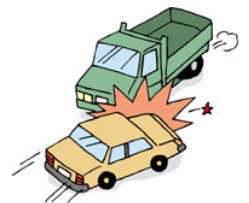
過去3年間の居眠り運転が原因と思われる交通死亡事故は、「午後1時から午後4時」までの3時間に多発しています。

○眠気は2時間ごとにやってくる

正面衝突事故の大きな原因は、居眠り・眠気で、眠気は2時間ごとの周期で襲ってきます。

○居眠り運転事故防止のポイント

- ・疲れや眠気を感じたら、早めに最寄りの道の駅や駐車帯などで休憩しましょう。
- ・少なくとも2時間に1回は、疲れや眠気を感じなくても休憩をとりましょう。
- ・走りやすい直線道路には要注意。特に、交通量の少ない直線道路を走行するときは、視線が前方の一点に固定されてしまいがちで、目の動きが止まると注意力が低下し、ぼんやり運転や居眠り運転に陥りやすいので注意しましょう。
- ・同乗者のかたは、ドライバーに疲れている様子が見える時は休憩を勧めるなどしましょう。



町では、交通安全指導員やこどもの安全見守り隊、小中学校PTA役員などが各交通安全期などにあわせ、朝の街頭指導をおこない、通学通勤の歩行者や自動車、自転車の運転者に対し、交通事故の防止を呼びかけています。



■詳しくは総務課生活安全係まで(TEL32-2421)