



自然の恵み野 わっさむ町

わっさむ



6月21日 保育所運動会

和寒小学校改築の概要は.....	2～3
ふるさとまちづくり応援寄附金.....	4～5
農村生活体験事業・農業体験 他.....	6～7
所得変動に伴う住民税の還付申告 他.....	8～9
後期高齢者医療制度のお知らせ.....	10
自衛官募集相談員委嘱、工事着工の状況 他.....	11
図書館へいこう、健康メモ.....	12
年金あれこれ、これからの家庭教育 他.....	13
保育所、小学校運動会、中学校体育祭.....	14
カメラアイ.....	15

2008
(平成20年)

7

No. 644



**小学校改築の経緯
とその必要性**

現在の和寒小学校の校舎は、昭和37年に改築され、築45年が経過しています。

平成17年に町が行った耐震調査では「震度5強で倒壊の恐れがある」と診断され、耐震性が低いことが判明したため、具体的な校舎改築に向けて、町議会特別委員会をはじめPTAで組織する小学校改築検討懇話会などで検討を重ねてきました。

これを受け、町は2月7日に文部科学省に整備計画を申請し、3月6日に認可となりました。また、3月の町議会定例会において補正予算の議決を得て、6月2日の入札後、3日の町議会臨時会で施工業者の決定を行った後、契約着工となりました。

なお、今回は校舎改築工事（1期）の発注となり、屋体改築工事（2期）は来年度となる予定です。



工事の概要

工事名：和寒小学校校舎改築工事（建築主体・電気設備・機械設備）
 工事の主な内容：鉄筋コンクリート2階建て 延べ床面積2,776.81㎡ 既存校舎解体
 建築主体一式・電気設備一式・機械設備一式
 事業費：計 659,925千円 ※内訳はP11の工事で工状況に記載しています。
 （国 402,508千円 地方債 254,000千円 一般財源 3,417千円）
 工期：平成21年3月25日まで ※財源内訳は現段階の見込みです。

施工業者：
 建築主体：荒井・近藤JV
 電気設備：宮武・山口JV
 機械設備：日進設備工業㈱

工事に関する不明な点は
 役場建設課建築係
 (TEL32-2421)
 教育委員会学校教育係
 (TEL32-2477)
 までお問い合わせ下さい。

工事期間中は大変危険ですので、
 ご注意ください。



和寒小学校完成予想図

工事の主な特徴

平成20年では182名の児童数が在籍している和寒小学校も、教育委員会での試算では、人口減少などに伴い、10年後には156名(26名減)と推測されることから、1学年1学級を基本とした教室の配置としています。

既存のグラウンドは、そのまま使用し、可能な限り緑化スペースを確保することで自然に親しみ、自然を大切にすることを育むことができるよう考慮しています。

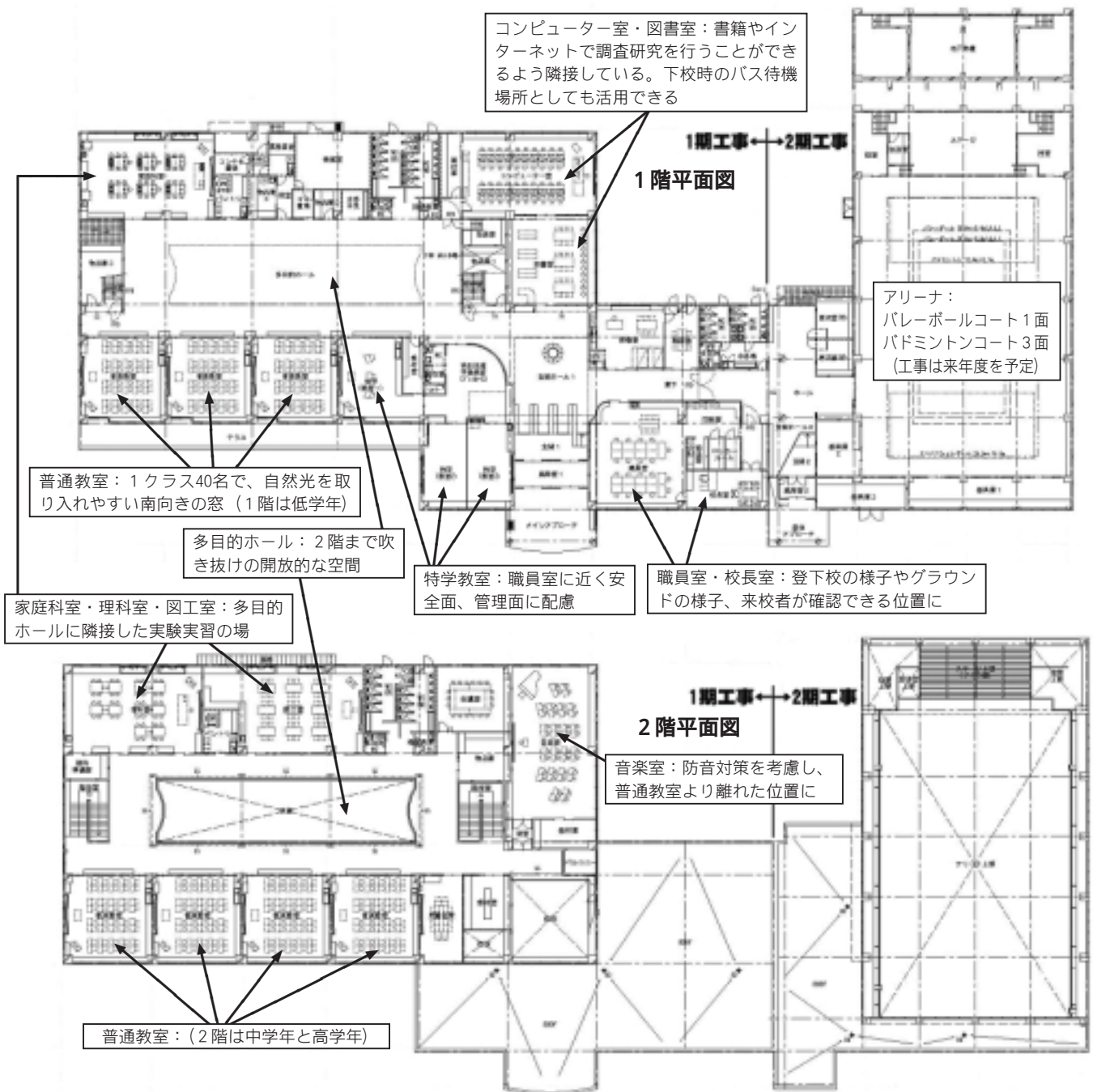
普通教室は、全て南向きとすることで、日中の自然光を取り入れ、1階を低学年、2階を中高学年の配置とし、特別支援学級は、1階の職員室の近い配置とすることで、安全面、管理面に配慮した配置となっています。

中央には吹き抜けの多目的ホールを設け、理科室、図工室などと隣接し、実験、実習の場としての機能を発揮できるようにしています。

図書室とコンピューター室を隣接させ、児童自らが書籍やインターネットを活用し、いつでも調査、研究を行うことができるようになります。

音楽室は、防音対策を考慮し、普通教室から離れた位置としています。

職員室、校長室は、児童の登下校の様子やグラウンドを見渡すことのできる配置とし、児童の変化に気付くことのできるよう配置するとともに、不審者対策として来校者が確認できる配置としています。





～和寒町のご紹介～

私たちのふるさと和寒町は、明治32年未開の地に開拓の鍬がふるされて以来、先人のたゆみない努力により幾多の苦難を乗り越えて、塩狩峠の麓に広がる豊かな田園都市として今日の発展を築き、平成21年には「わっさむ町110年」の節目を迎えようとしています。財政の逼迫や急激に進む少子・高齢化など、和寒町を取り巻く環境は厳しい状況にあります。4,100余人の町民はパートナーシップの精神をもって、安心・安全で元気なまちづくりに頑張っています。

この「ふるさとまちづくり応援寄附金」は、地域農業の発展を始め、子育て支援や高齢者福祉の充実、教育の振興などに、和寒町を愛する皆さまからの寄附金を充てさせていただき、皆さまのふるさと和寒を「元気なまち和寒町」として継承・発展していこうとするものです。私たちの思いにご賛同をいただきまして、多くの皆さまのご支援をお待ちしております。

6月号4ページから5ページにて紹介したふるさと納税制度ですが、和寒町でも『ふるさとまちづくり応援寄附金』として、ふるさと和寒町を応援したいという方々の思いを現でできるような制度化されました。6月の町議会定例会では『ふるさとまちづくり応援寄附条例』が可決され、寄附金の具体的な活用方法等について決定されましたので、その内容についてご紹介します。



寄附金の申込について

和寒町へのご寄附のお申し込みは、専用の「寄附申込書」を郵便、電話、FAX、Eメール、ホームページ又は来庁（持参）のいずれかの方法によりお取り寄せいただき、最寄りの郵便局での現金書留、または専用の「払込取扱票」によりお申し込みいただけます。

ご寄附のお申し込み方法

- ① 郵便局での払込を希望される方は、上記のいずれかの方法により専用の「寄附申込書」をお取り寄せのうえ、必要事項を記入し、寄附金担当窓口まで郵送ください。なお、郵便局の払込に必要な専用の「払込取扱票」と「寄附申込書返信用切手」を郵送いたします。

◆「寄附申込書」の請求は、和寒町役場総務課ふるさと寄附金担当にお問い合わせください。

- 郵送：〒098-0192北海道上川郡和寒町字西町120番地
- TEL：0165-32-2421内線222又は224
- FAX：0165-32-4238
- Eメール：sou-zaisei@town.wassamu.hokkaido.jp

- ② 現金書留払いを希望される方は、お取り寄せいただいた「寄附申込書」を同封のうえ、次の住所へ郵送ください。申し訳ございませんが郵便料金等についてはご負担ください。

- 〒098-0192 北海道上川郡和寒町字西町120番地 和寒町役場 会計管理者 宛

寄附金の活用事業について

皆さまから寄せられた寄附金は、次に掲げた5つの事業に活用されます。

寄附金は、「和寒町ふるさとまちづくり応援基金」に積み立て、ご寄附された方が指定した事業に充当される場合に取り崩しされ、まちづくりに反映されます。

- (1) ふるさと和寒の高齢者福祉に関する事業
- (2) ふるさと和寒の教育・少子化対策等に関する事業
- (3) ふるさと和寒の自然環境保全に関する事業
- (4) ふるさと和寒の産業振興に関する事業
- (5) その他、町長が必要と認める事業



寄附金のお礼について【お礼】

和寒町では、ご寄附をされた皆さまにお礼をご用意いたしました。

ご寄附をされた皆さまとのご縁を大切にさせていただきたく、希望される方を町の「応援ou-zoku家族」として登録させていただきます。「応援ou-zoku家族」の皆さまは、町が行う「ふるさと交流事業」に参加することができます。

【お礼の内容】

- ① ご寄附された皆さまで、希望される方を『応援ou-zoku家族』として3年間登録させていただきます。
- ② 『応援ou-zoku家族』の皆さまとの交流を深めるため、ふるさと交流事業を実施します。
- ③ ふるさと交流事業のメニューは、各年度当初に『応援ou-zoku家族』の皆さまにお知らせいたします。
- ④ ふるさと交流事業に参加を希望される『応援ou-zoku家族』の皆さんには、来町の際に交流事業に参加することができる『応援ou-zoku家族』証を差し上げます。
- ⑤ 現在のところ、ふるさと交流事業の対象として「三笠山夜桜まつり（5月中旬）」「どんとこい！わっさむ夏まつり（7月下旬）」「パンプキンフェスティバルinわっさむ（10月上旬）」「極寒フェスティバル（2月上旬）」等を予定しています。
- ⑥ 参加できるふるさと交流事業は、いずれか年間1回とさせていただきます。

ふるさと納税制度の仕組みと内容は6月号にも掲載しています。

◆ お問い合わせ先 ◆

● 寄附金についてのお問い合わせ先

総務課 ふるさと寄附金担当 TEL：32-2421内線222又は224

Eメール：sou-zaisei@town.wassamu.hokkaido.jp

● 寄附の優遇税制のお問い合わせ先

住民課 税務係 TEL：32-2421内線132

Eメール：jyu-zeimu@town.wassamu.hokkaido.jp

◆◆◆◆◆ 町民のみなさまへ ◆◆◆◆◆ ~ふるさとまちづくり応援寄附金の情報提供のお願い~

和寒町では『ふるさとまちづくり応援寄附金』の目的を、一人でも多くの方々に知っていただけるよう、様々な情報提供を行っています。

町民のみなさんのご友人、ご親戚、お知り合いなど、ふるさとわっさむ町への寄附の希望などがありましたら、上記問い合わせ先までご連絡くださいますようお願いいたします。

また、町ホームページや携帯電話専用サイトでも情報提供を行っております。リーフレットや申込書の取得も可能となっておりますので、ご活用ください。

町ホームページ：<http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/>

携帯電話サイト：http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/08_mobile/mobile_top.htm

※右のQRコードより携帯電話サイトのアドレスを取得できます。



特集

農村生活体験事業 実習生が来町しました

～ようこそ！自然の恵み野わっさむ町へ～

農業生活体験事業

実習生の紹介

農村生活体験事業は、道内外の女性に和寒町の農業や農村の魅力を感じてもらうことを目的に、毎年10月末までの約5か月間、農村体験研修施設「ふれ愛の里」で一人暮らしを行います。今年度は、3名の実習生が来町していますので、ご紹介します。



氏名：坂元なおみ
出身地：石川県
趣味：映画鑑賞、
買い物、旅行
(敬称略)



氏名：青木千恵
出身地：栃木県
趣味：ゴルフ観戦



氏名：森 美香
出身地：東京都
趣味：旅行、
トレッキング

実習生のみなさんへ 次のことを伺いました。

Q1 和寒町に来てみて感じたことや印象などはどうですか。

坂元 空気がキレイですね。畑の面積の大きさにびっくりしました。

青木 のどかで良い町だと感じました。まだ一部しか知らないのですが、これから農業体験を通じて色々知りたいと思います。

森 北海道全域で言えることかもしれませんが、自然がいっぱいあって素晴らしいです。

Q2 農業体験をしたいと思ったきっかけはなんですか。

坂元 野菜が好きなので作る過程を知りたいと思い応募しました。

青木 以前から興味がありましたが、きっかけは特に覚えていません。

森 自然に囲まれた中で、自然に触れながら生活してみたいと思ったからです。

Q3 農業体験で楽しみにしていることはなんですか。

坂元 野菜を採る(収穫)が楽しみです。

青木 作物の成長過程を見ることです。

森 野菜ができるまでの過程、また実際に収穫することです。

Q4 農業体験で不安なことはありませんか。

坂元 体力がもつかが心配です。以外と体力があることにびっくりしました。農業をしている人が元気なことがわかりました。

青木 農業の経験がないので、体力的についていけるか不安です。

森 普段の生活とは違うので、筋肉痛になるだろうと・・・。体力的についていけるか少し心配です。

Q5 農業体験のみならず、北海道でやってみたいことはありますか。

坂元 観光地が多いですよ。いろいろな所に行ってみたいです。

青木 冬の北海道がどんな感じなのか体験してみたいです。

森 礼文島、利尻島に行つて、山歩き、登山をしたいと思っています。

Q6 この農業体験を通じてどのようなことを学びたいですか。

坂元 野菜を作る過程や収穫方法などを学びたいです。

青木 物を作る喜びを学びたいと思います。

森 少しでも土いじり、野菜作りの楽しみ、素晴らしいさを知つて、将来家庭菜園のような小さな場所でも何か育てられたら・・・と思っています。



Q7 最後に、わっさむ町民のみなさんへのメッセージをどうぞ！

坂元 わからない事ばかり、質問することばかりなので、その時はいろいろ教えてください。5か月間という短い期間ですが、みなさんと仲良くなりたいです。気軽に声をかけてください。これからよろしく願います。

青木 ご迷惑をかけることもあると思いますが、どうぞよろしく願っています。

森 こちらは正反対の環境で育ってきました。農作業の経験もまるつきりないので、不安もありますが、温かい和寒の方々と色々交流を持ちながら、自然に囲まれた生活を満喫したいと思っています。どうぞよろしく願います。

子どもたちが農業体験～農業の必要性を学ぶ～

5月23日（金）、中原浩一さんの水田において学校法人旭川報恩学園みどり幼稚園（旭川市・年長児29名）による田植えが行われました。

この農業体験は昨年発足した和寒町グリーンツーリズムネットワーク協議会（以下「協議会」）（代表 中原浩一氏）で受け入れを行っており、農業をあまり知らない子どもたちに農業体験を通じて食の大切さを学んでもらおうと食育教育の一環としてはじめたものです。また、農業体験が農業の新しいビジネスツールとして構築できるよう、道内外の幼児から高校生までを積極的に受け入れ、地元農業の活性化を図ろうと進められています。

協議会では、現在受け入れ農家戸数が約50件を超え、年々会員数が増加しているとのことであり、今後も継続して受け入れ、農業の必要性や食の大切さを伝えていきたいとのことでした。

農業体験をした子どもたちは、水田に入るのをためらいながらも、丁寧に苗を植え、「たけのこぼし」と名づけられたお米の収穫を楽しみにしているようでした。



自治基本条例策定検討委員を募集します

町では、町民協働のまちづくりを進める住民参加のルールや行政運営等の基本的事項を定める「自治基本条例」の策定をめざしています。

これからのまちづくりを町民の皆さんと一緒にやっていくためには、どのようなルールや仕組みが必要なのか、自治基本条例にどのような内容を盛り込むべきかなど調査・検討を進めるため「自治基本条例策定検討委員会」を設立します。

委員の定数は10名で、そのうち2名を公募により募集いたします。

応募資格 町内在住の20歳以上のかた

応募締切 平成20年7月18日（金）

応募方法 「応募申込書」を総務課まちづくり推進係で受け取り、必要事項を記載のうえ提出願います。また、申込書は和寒町ホームページからもダウンロードできます。なお、応募者多数の場合は、希望に添えない場合もありますので、その際はご了承ください。

詳しくは総務課
まちづくり推進係
TEL32-2421まで

平成19年に所得が減って所得税が課税されなくなった方は 市区町村への申告により、税源移譲により増額となった住民税が還付されます。

税源移譲により所得税率の変更による税負担の軽減を受けず、住民税率の変更による税負担の増加の影響のみを受ける方については、平成19年度分の住民税額から、税源移譲により増額となった住民税相当額を減額し、納付済の場合は還付します。

所得変動に伴う住民税の還付を受けるためには申告が必要です。

申告期間 平成20年7月1日から7月31日まで

申告先 平成19年1月1日の時点でお住まいの市区町村

(平成19年度住民税を納めた市区町村)

対象となる方

・次の1と2の両方に該当する方

(1) 平成19年度住民税の課税所得金額(分離課税分を除く) > 所得税との人的控除額の差の合計額

(2) 平成20年度住民税の課税所得金額(分離課税分を含む) 所得税との人的控除額の差の合計額

例えば

人的控除(配偶者控除・扶養控除・基礎控除など)

申告
をお忘れなく!!



以上のような方で、平成19年分の所得税が課されなかった場合は、この措置の対象になる可能性があります。

計算方法

平成19年度の合計課税所得額については、税源移譲後の税率を適用し、調整控除を行った後の税額から、税源移譲前の税率を適用した税額を差し引いた額を還付します。

対象年度

この特例措置は平成19年度住民税にのみ適用するものであり、平成20年度以降には適用されません。なお、申告に基づく減額措置となっていますので、くれぐれも申告をお忘れないようにご注意ください。

申告書の提出

申告書は、市区町村の所定の様式に、住所、氏名、生年月日などを記載していただくだけの簡易なものになっています。

なお、申告後、還付の対象になるかどうかの審査を行い、申告を行った方に対しその結果を通知します。還付の対象となる方については住民税の還付の手続きを行います。適正に審査を行うために収入の状況等の確認が必要となることから、結果通知までに時間がかかる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

所得変動に係る経過措置のモデルケース (夫婦)

〈平成18年、19年ともに給与収入400万円の場合〉 (単位: 千円)

	平成18年 (度)	平成19年 (度)
	税源移譲前	税源移譲後
所得税	150,000	75,000
住民税	80,000	155,000
合計	230,000	230,000

平成19年の
所得が減少



〈平成18年給与収入400万円、平成19年所得なしの場合〉

	平成19年 (度) 所得なし		税源移譲前後の税率をそれぞれ 適用した場合の差額 (還付額)
	税源移譲前の税率を適用	税源移譲後の税率を適用	
所得税	0	0	0
住民税	80,000	155,000	75,000
合計	80,000	155,000	75,000

75,000円
が還付

※一定の社会保険料が控除されるものとして計算しています。
このほか、実際の負担増減額には、平成19年から定率減税が廃止された等の影響があることにご留意ください。
また、均等割額は除いています。

平成19年中に亡くなられた方や海外へ転出されて平成20年1月1日現在国内に居住されていない方には、この経過措置は適用されません。

この経過措置の対象となる方は、住民税と所得税の人的控除額の差の合計が、平成20年度の住民税の合計課税所得金額 (課税長期譲渡所得等の金額がある場合は、これらの金額を合計した金額) 以上になる方に限られます。したがって、寄付金控除額などの人的控除以外の控除額が増加したり、住宅ローン控除などによって所得税が課税されなくなった方については、この経過措置は適用されません。

平成19年分の所得税から住宅ローン控除額を引ききれなかった方で、住民税の住宅ローン控除の申告をお忘れの方はいませんか？

税源移譲により、所得税が減額となり、控除できる住宅ローン控除額が減る場合があります。平成11年から平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税から控除しきれなかった額がある場合は、申告により平成20年度の住民税 (所得割) から控除できることとなっています。

申告期限は原則として平成20年3月17日までとなっていますが、平成20年度分の住民税の納税通知書が送達されるまでには申告が可能です。(期限後に市区町村に申告書を提出した場合でも、やむを得ない理由があると認められた場合には、適用が受けられる場合もあります。)

まだ申告書を提出されていない方は、速やかに平成20年1月1日の時点でお住まいの市区町村に申告をお願いします。

平成21年10月から 個人住民税の公的年金からの特別徴収制度が導入されます

公的年金を受給されている方で、今まで納付書でお支払いいただいていた公的年金にかかる個人住民税が、当該年金から納めていただくようになります。この仕組みを個人住民税の特別徴収制度といいます。

・対象者

個人住民税の納税義務者のうち、65歳以上の公的年金等の受給者 (当該年度の初日に老齢基礎年金を受けている方) ただし、次の方は特別徴収の対象となりません。

老齢基礎年金等の年額が18万未満である方

当該年度の特別徴収税額が老齢基礎年金等の年額を超える方

・徴収する税額

公的年金等にかかる所得に対する個人住民税の所得割及び均等割額

・対象となる年金

老齢基礎年金等

・実施時期

平成21年10月支給分から実施します。

・特別徴収の対象税額と徴収方法

1. 上半期の年金支給月 (4月・6月・8月) ごとに、前年度の下半期の特別徴収額の3分の1を仮徴収します。
2. 下半期の年金支給額 (10月・12月・2月) ごとに年額税から当該年度の上半期の特別徴収額を差し引いた額の3分の1を本徴収します。

お問い合わせは
役場住民課税務係
TEL 32-2421まで

後期高齢者医療制度(長寿医療制度)のお知らせ

平成20年4月1日から、75歳以上の方と、65歳から74歳までで障害認定を受けた方を対象に、後期高齢者医療制度(長寿医療制度)が始まりました。

平成19年の所得で計算した正式な保険料をお知らせするため、7月にすべての方へ「保険料額決定通知書」を送付します。

保険料の納め方

次の1または2の方法で納めていただきます。

1 年金から差し引かれて納める

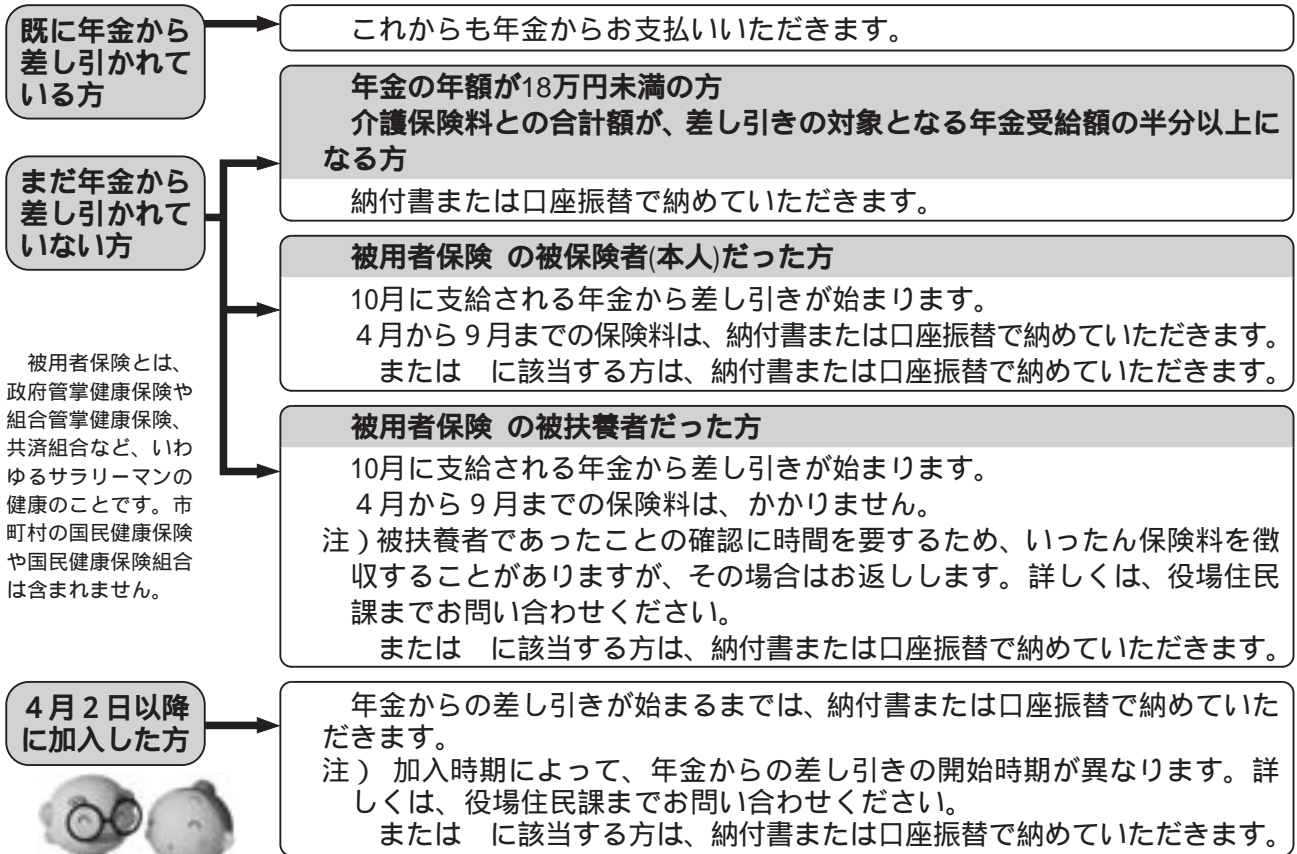
原則として、2か月に一度支給される年金から、2か月分の保険料が差し引かれます。

2 納付書や口座振替で納める

次に当てはまる方は、町から送られる納付書で納めていただきます。便利で確実な口座振替に変更することもできます。

- ・ 年金の年額が18万円未満の方
- ・ 後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が、差し引きの対象となる年金受給額の半分以上になる方(複数の年金を受け取っていて、介護保険料を引かれている年金の額が少ない場合に該当することがあります。)

厚生労働省では、制度を身近で親しみやすいものにするため、通称を「長寿医療制度」にしました。なお、正式な名称は「後期高齢者医療制度」のままで変わりはありません。



被用者保険とは、政府管掌健康保険や組合管掌健康保険、共済組合など、いわゆるサラリーマンの健康のことです。市町村の国民健康保険や国民健康保険組合は含まれません。




健康診査のお知らせ

これまで75歳以上の方に基本健康診査を実施しておりましたが、後期高齢者医療では、特定健康診査を実施いたします。実施医療機関は町立病院で実施いたしますが、申込が必要です。対象となる方は、今年75歳になる方以上の町民の方全てが受けられます。詳しくは、役場住民課までお問い合わせください。

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合
和寒町役場住民課保険医療係

TEL 011-290-5601
TEL 0165-32-2421

自衛官募集中！	自衛官募集相談員を委嘱しました
<p>対象 18歳～27歳未満の男・女 (年齢に応じ、各種コースをご案内します。)</p> <p>種目 2等陸・海・空士 一般曹候補生 航空学生(海・空) 看護学生 防衛大学校学生 防衛医科大学校学生</p> <p>受付 ~ 平成20年8月1日(金)～9月10日(水)</p> <p>受付 ~ 平成20年9月8日(月)～9月30日(火)</p> <p>問い合わせ先 * 自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所 〒096-0011 名寄市西1条南9丁目45 TEL 01654-2-3921 (電話お待ちしています!) (受験の有無に関わらず、説明もいたします。) 受験申し込みは、役場総務課でも対応いたします。</p>	<p>5月19日(月) 役場応接室において、伊藤町長、川原自衛隊旭川地方協力本部長連名による自衛官募集相談員の委嘱状が、次の2名の方に交付されました。</p> <p>相談員は、町民からの自衛官募集に関する相談などに親身に応じていただけますので、お気軽にご相談ください。(敬称略)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  下 司 和 也 三笠 TEL32-3082 </div> <div style="text-align: center;">  渡 邊 裕 治 西町 TEL32-3457 </div> </div>

和寒町総合計画審議会委員を募集します

平成12年度に『第4次総合計画(平成13年度から平成22年度)』を策定し、現在まちづくりを進めています。この総合計画はまちづくりの将来像を示し町民の生活や地域の活動に深く関わりのある計画となっています。多くの町民の皆さまのご意見、ご要望を取り入れ、今後のまちづくり施策に反映させるため委員を募集いたします。

募集人員 8名
応募資格 町内在住の20歳以上の方
応募期限 7月25日(金)まで
応募方法 応募申込書により総務課まちづくり推進係に提出ください。また、申込書は和寒町ホームページからもダウンロードできます。応募者多数の場合は希望に添えない場合もありますのでその際はご了承ください。

工 事 着 工 の 状 況

(単位:円)

場所	工 事 名	施 行 内 容	金 額	完 成 期 限	施 行 業 者
北 町	和寒町農産加工センター ボイラー交換工事	蒸気ボイラー サムソンB0 -750N 1基	2,992,000	竣工済	中道機械(株)
三 笠	平成20年度あかしや団地公住大 規模改善工事 (45年棟)	45年旧1種1棟4戸 内部改修(断熱・浴室新設他) 設備改修(水洗化他)	28,297,500	9 5	(株) 浜 田 組
三 笠	平成20年度あかしや団地公住大 規模改善工事 (44年棟)	44年旧1種1棟4戸 内部改修(断熱・浴室新設他) 設備改修(水洗化他)	28,329,000	9 5	(株) 橋 組
三 笠	公営住宅外壁等改修工事 (ひまわり団地)	外壁塗装 アクリルリシン吹付283㎡他 屋根塗装 ウレタンペイント手塗 1回275㎡	2,835,000	9 5	(有) 鈴木建設
町内 一円	平成20年度各戸水道メーター 取替工事	水道メーター取替戸数 237戸	7,665,000	7 31	(株) 浜 田 組
北 町	和寒小学校校舎改築工事 (建築主体)	鉄筋コンクリート2階建 延べ床面積2,776.81㎡ 建築主体一式 既存校舎解体(鉄筋コンクリート造2階建・一 部ブロック造・木造延べ床面積2,925㎡)	549,150,000	3 25	荒井・近藤 JV
北 町	和寒小学校校舎改築工事 (電気設備)	鉄筋コンクリート2階建 延べ床面積2,776.81㎡ 電気設備一式	38,325,000	3 25	宮武・山口 JV
北 町	和寒小学校校舎改築工事 (機械設備)	鉄筋コンクリート2階建 延べ床面積2,776.81㎡ 機械設備一式	72,450,000	3 25	日進設備 工業(株)

図書館

新着本のご案内

毎週土曜日
14時00分～
おはなしかい開催

【一般書】
謎の転倒犬(柴田よしき) 恋人たち(野中柊) RUIKIKO(林真理子) 傀儡(坂東眞砂子) 皇后シヨゼ(藤本ひとみ) 銀河不動産の超越(森博嗣) 南総佐里見(白珠伝) 米村圭伍) アフガンの男(上・下) (フレデリック・フォーサイス) 人魚を食べた女(山崎洋子) 千両花嫁(山本兼一) 忍びの国(和田竜) 当たるも八卦の墨色(占) (佐藤雅美) ほの工口(酒井順子) 新・冬のソナタ(上・下) (キムウニ) ヨンウンギョン) 毎日釣り日和(夢枕獯) ギャル曾根の大食いHappy道(ギャル曾根) 自立農力(尾崎零) ベレーと過ごす至福の時間(いそみきよ) 20世紀破天荒セレブ(平山亜佐子) おいしいイタリアン(絵レシビ) (石川恵美子) 熱烈文豪(中本千晶) やわらかく頭をつくる脳活性(有木昭久) 山に木を植えました(スギヤマカナヨ)

— 話題の本 —
『夢をかなえるゾウ』
(水野敬也/著)
「お前なあ、このままやと2000%成功でけへんで、夢をなくしたダメダメサラリーマンが、関西弁のゾウと出会った。言われるままに成功契約書をかかわしたのはいいが...。笑って学べる成功小説！」

【児童書】
かぶと三十郎(宮西達也) きがきじゃない(アントワネット・ポージェス) 古道具ほんなら(堂橋章子) 100かいだてのいえ(いらいとしお) やつてくるやつてくる(仁科幸子) うまさん(うまとび) (水野翠) きがくれたおくりもの(高見八重子) 世界一(ばしな) わたしのネコ(シルバシユレ)


図書館のホームページは <http://db.net-bibai.co.jp/wassamu/> アクセスしてみてね!!

健康メモ

「メタボ」ってなに??

今や流行語にもなった「メタボ」。しかし、その正体は一体何でしょう?

【メタボとは?】

健診で「要注意」の項目がたくさんある人が、ある日突然心筋梗塞や脳梗塞等で亡くなってしまう。だいたいおなかポコッと出ている男性に多い。一つ一つの項目は「ちよつと高め」程度なのになぜ? 

そんな謎を解明したのが「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」でした。内臓の周りについている脂肪から出る物質が、血圧や血糖値、コレステロールを上げるなどの悪さをすることがわかったのです。そして、一つ一つの「ちよつと高め」の項目が重なり血管を傷つけていくので、気づいたときには「心筋梗塞で倒れた」などということになるのです。

【メタボになると?】

高血圧は、血管に必要以上の圧力をかけて血管をも

ろくし、尿酸値が高いと、血液中の尿酸の結晶(針のようにとがっている)が血管を傷つけます。悪玉コレステロールは、傷ついた血管の壁にもくって山を作り、血管を狭くします。血糖値が高いと、血液はドロドロ・ベタベタになり、血の塊を作りやすくします(例えば糖分の多いみりんはベタベタしますよね)。

血管が傷つきもろくなり、血管の壁にできた山のせいで狭くなった通り道をドロドロの血液が流れる... 考えただけで、いつまでもおかしくない状態です。これが、メタボが引き起こす病気の正体だったのです。しかも、ギリギリまで自覚症状はないという恐ろしさ。そのため、「元気があったのに急に倒れて...」となるのです。

しかし、自分の血液の状態を、自覚症状や見た目で判断することはできません。血液の状態を知るには、「健診」を受ける必要があります。



【メタボの基準】

へそ周り：男性85cm以上
女性90cm以上

高脂血症：中性脂肪150mg/dl以上
又はHDLコレステロール40mg/dl以下

高血圧：上の血圧130mmHg以上
又は下の血圧85mmHg以上

高血糖：空腹時血糖110mg/dl以上
又はHbA1c5.5以上

+ ~ の2項目該当でメタボ、
1項目該当でメタボ予備群

【メタボ対策】

メタボの原因は、言わずと知れた栄養の摂りすぎと運動不足です。健診の結果は、日々何を食べて過ぎているのかなどの原因を知る手がかりとなるので、何に気をつけたらいいのかというヒントが見つかりやすくなります。

また、メタボなどの生活習慣病は、がんなどの多くの病気と違い、生活に気を付けることで改善することができます。

気になった方は保健福祉センターへ。一緒に健康について考えてみましょう

保健師 佐武 絵理

年金あれこれ

あなたは年金を将来、受けられますか？

老齢基礎年金は最低25年間（受給資格期間の合算）保険料を納めなければ受給することができません。満額支給されるためには、40年間保険料を納める必要があります。

ムダにしているませんか？あなたの保険料！

受給資格期間が、25年未満の人は、10年、20年保険料を納めていても将来老齢基礎年金を受け取ることはできません。

国民年金は、20歳から60歳まで加入します。年金を受給するために必要な加入期間は、原則25年です。老齢基礎年金は保険料納付済期間が40年あってはじめて満額支給されます。

60歳到達時に40年の納付がない場合、高齢者任意加入の手続きをして、保険料を納めると、満額支給に近づけることができます。（高齢者任意加入した時の保険料となります。）

40年間保険料を納め続けると、65歳から月に66,000円の基礎年金が受けられます。夫婦では月に約132,000円になります。（20年度年金額にて計算しています）

受給するために必要な期間（受給資格期間）は、

- ①国民年金保険料納付済期間 ②免除期間 ③合算対象期間 ④厚生年金保険加入期間
- ⑤共済組合の組合員期間 ⑥第3号被保険者期間 ⑦学生納付特例期間 ⑧若年者納付猶予期間

※①～⑧を合算して25年以上です。

（但し、③⑦⑧は受給資格期間を満たしているかどうかをみるときは計算されますが、年金額を計算するときには含まれません。）

保険料の納付を忘れずに・・納めて安心国民年金

これからの家庭教育

子どもたちの体力が低下しています。

子どもたちが、外遊びや運動・スポーツで身体を積極的に動かすことは、子どもの成長にとって大切です。

身体を動かすことによって得られる体力は、人間の活動の源になるものですが、近年、子どもたちの体力は低下してきています。

さまざまな外遊びや多様なスポーツ活動を通じて、基礎的な体力や運動能力を身につけさせましょう。同時にスポーツなどで身体を動かす楽しさや喜びを体感させ、運動・スポーツに主体的に取り組む態度を養いましょう。子どもにはできるだけ外遊びやスポーツをすすめましょう。

（文部科学省 家庭教育手帳小学生（高学年～中学生）編 抜粋）

募金へのご協力ありがとうございました 「ミャンマー・サイクロン災害」「中国大地震」

5月2日にミャンマー連邦を襲ったサイクロン災害、5月12日に発生した中国四川省大地震被災者に対して、日赤和寒分区では保健福祉センター窓口、役場出納窓口、町立病院カウンターに募金箱を設置し町民の皆さまのご協力をいただきました。

また、和寒町赤十字奉仕団（委員長 襲田八重子氏 他29名）は、5月24日（土）から28日（水）までの4日間、ホクレンショップわっさむ店前にて街頭募金を行いました。皆さまから寄せられました義援金は、日本赤十字社北海道支部をとおして送金させていただきました。

また、直接金融機関などから送金いただきました多くの皆さまにも深くお礼を申し上げます。今後とも人道博愛の精神のもと活動を行っていきます日本赤十字社に、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

和寒町赤十字奉仕団及び日赤和寒分区をとおしてご協力をいただきました皆さまの募金の義援金は、次のとおりです。

ミャンマー・サイクロン災害	
募金箱	4,983円
街頭募金	15,251円

中国大地震	
募金箱	5,446円
街頭募金	42,622円
三浦文雄さん（字東町）	10,000円

6月21日
(土)

保育所運動会



6月1日
(日)

小学校運動会



6月4日
(水)

中学校体育祭



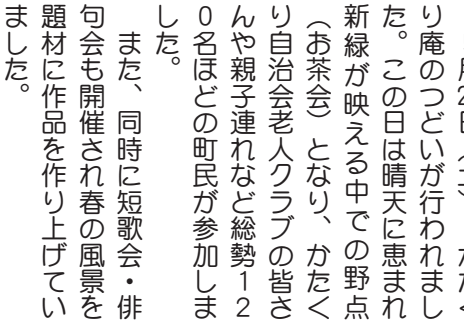
まちのニュース カメラ・アイ ~ 地域のお話をお届けします ~



5/22

和寒高校 保育所で交流会

5月22日(木)、和寒保育所において和寒高校2年生(8名)の家庭科授業の一環として行われている園児との交流会が行われました。生徒たちから「保育士をされていて一番うれしいことはなんですか」との質問に小島所長から「大きくなつて元気な姿を見せてくれることが一番うれしい」と答えるなど、充実した授業となりました。その後、園児たちとふれあひながら、交流を深めていきました。



5/24

新緑の中の野点^{のど} かたくり庵のつどい

5月24日(土)、かたくり庵のつどいが行われました。この日は晴天に恵まれ新緑が映える中での野点(お茶会)となり、かたくり自治会老人クラブの皆さんや親子連れなど総勢120名ほどの町民が参加しました。また、同時に短歌会・俳句会も開催され春の風景を題材に作品を仕上げました。



全道モトクロス 選手権大会

6月1日(日)、わっさおサーキットにおいて全道モトクロス選手権大会が開催されました。小雨が降る中、全道各地から集まったライダーたちが華麗なテクニクで競い合いました。会場には多くのモータースポーツファンが訪れ、白熱したレース展開に歓声が上がっていました。



6/1



6/11

交通安全少年隊 隊旗移譲式

6月11日(水)、町民センターにおいて、交通安全少年隊の隊旗移譲式が行われました。式では、今年度隊長の「北川拓磨くん」に隊旗が移譲された後、「和寒町に交通事故が起きないよう交通安全の普及啓発に努めます」と大きな声で、誓いのことを述べていました。



6/12

三笠山大学6月講座

6月12日(木)、公民館において三笠山大学6月講座が行われ、土別警察署交通課長の「岡部修司氏」を招いて高齢者の交通安全についてビデオを交えての講演がありました。岡部氏からは「年を重ねると注意力が鈍くなってくる。ドライバークラッシュは、夜間明るい色の服を着るなど、日頃から注意することが大切です」と話されていました。

HELLO BABY



あつし
平田 敦 梓くん

《H18. 10. 25生まれ》

北町 平田考寿さん・君代さんの長男

あつしです。家族は僕の事をアツチと呼んでるよ。食べ物は何でも大好きで、特に朝の玉子焼きは全部一人で食べちゃうくらい大好物です。お姉ちゃんの事も大好き。いつも後ろについて真似っ子してるよ。今はお姉ちゃんの歌に合わせて踊る事がとっても楽しいんだ♡



りつや
沼澤 律 弥くん

《H18. 10. 6生まれ》

三笠 沼澤和範さん・瑞恵さんの長男

ご町内の皆さん、こんにちは。沼澤律弥です。僕の好きな事BEST3を発表します。第3位くすぐられること。第2位砂遊び。第1位絵本を読むでもらうことです。姉がプリキュア5の歌を歌っているときは「G O G O!」とかけ声もかけています。こんな僕ですが、よろしく願います。



ゆう
和歌 悠 宇くん

《H18. 9. 30生まれ》

三笠 和歌友信さん・美香さんの長男

こんにちは♡「ゆう」です。僕は、車とアンパンマンが大好き。パパと一緒に車の本を見たり、寝る時は車を抱きかかえながら寝てしまいます。最近、少しだけ言葉を覚えてきたところです。三輪車の練習もしていません。外で僕を見かけたら声をかけてネ。

感謝

☆和寒保育所☆

寄贈

玩具 (汽車セツト)

▼高橋 豊子さん (南町)

☆芳生苑・健康苑☆

寄附

▼高橋 豊子さん (南町) から芳生苑に役立てて下さいと5万円を

調味料

有限会社峠そば

タオル他

▼鈴木 善明さん (三笠)

▼和久 充さん (北原)

▼白土 春夫さん (北町)

▼塩狩きのこ生産組合

ティッシュペーパー

▼更正保護女性会

慰問

▼喫茶ルームボランテニア

▼草花の会 押花作品展

▼日赤奉仕団

▼更正保護女性会

☆社会福祉協議会☆

寄附

▼和久利枝さん (西町) から

亡夫の葬儀に際し、3万円を

▼石黒アキエさん (三笠) から

亡夫の葬儀に際し、3万円を

▼高橋豊子さん (南町) から

亡夫の葬儀に際し、5万円を

戸籍の窓

◆おめでとう赤ちゃん

お父さん

赤ちゃん お母さん 住所

酒井 碧子ちゃん 健康 三笠

山口 蒼生くん 祐樹さん 西町

山中 帆夏ちゃん 邦夫さん 三笠

裕己子さん

◆お悔やみ申し上げます

石黒 勉さん (84歳) 三笠

和久 亘さん (79歳) 西町

高橋 隆さん (78歳) 南町

池澤 克典さん (34歳) 三笠

海老名信一さん (93歳) 日ノ出

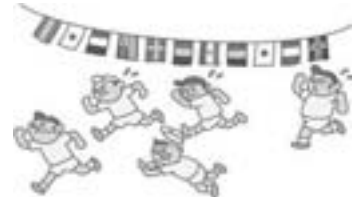
大西 トサさん (84歳) 三笠



人の動き

人口	4,120人 (0人)
・男	1,904人 (3人)
・女	2,216人 (3人)
世帯数	1,767戸 (1戸)
()は前月対比	
出生	1人 死亡 3人
転入	6人 転出 4人
6月1日現在	

インターネットでも情報満載！
和寒町ホームページアドレス
<http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/>
和寒町携帯電話サイト
http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/08_mobile/mobile_top.htm
E-MAIL info@town.wassamu.hokkaido.jp



発行 北海道 和寒町役場／総務課



古紙配合率50%再生紙を使用しています