広報わっさむ お知らせ版

2019.4.26

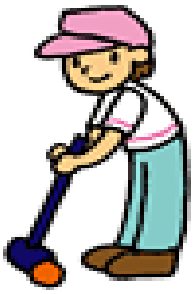
NO.251

4/22（火）～ パークゴルフ場シーズン券販売

４月２２日（月）から総合体育館でパークゴルフ場シーズン券の販売をしています。
顔写真（縦３㎝×横 2.5 ㎝）が必要となりますが、総合体育館で撮ることもできますので、お気軽にお声掛けください。

●〈利用料金表〉全コース共通

	１日券	シーズン券
町内の方	200 円	3,500 円
町外の方	300 円	7,000 円



※パークゴルフクラブ貸し出しします（１本 200 円）
※１日券は、券売機にて販売します。

４月 26 日（金）
三笠山自然公園コースオープン！
ご利用お待ちしております
※運動公園コースは６月下旬オープン予定

■詳しくは一般財団法人和寒町体育協会まで（TEL32-4470）

4/27（土）～ こどもの国　４月 27 日オープン！

ゴーカート、ハイスクリュータワー、豆汽車などたくさんの遊具があり、子どもから大人まで一日中楽しめます。
オープン当日は 500 円で乗り放題（一部遊具を除く）となりますので、多くの方のご来場をお待ちしています。

●開園日・時間　４月 27 日（土）～10 月 14 日（月）
毎週土・日・祝日
午前 10 時～午後４時 30 分
※GW中、8/13～16 日は
午前 10 時～午後５時
（夏休み期間中は毎日開園します）
※雨天時はお問い合わせください。

■詳しくは道北環境整備協同組合まで（TEL32-2042）

5/1（水） 「北原交流展示館」オープン

今年も町民の皆さまによる、写真や書・絵画・押し花絵・水墨画・陶芸など数多くの作品を展示しています。

●開館期間　５月１日～10月31日です。
連休５月１日～６日は開館します。
※７、８日は休館
●休 館 日　毎週月曜日・火曜日
●開館時間　午前10時～午後4時
●入 館 料　無　料

■詳しくは教育推進課社会教育係まで（TEL32-2477）

5/10
（金）

第 34 回三笠山夜桜まつり

桜のイルミネーションを眺めながら、みんなで楽しく味わうジンギスカン、参加者による飛び入りカラオケ大会やシンガーソングライターＪＵＮさんのミニライブ、抽選会など催し物が盛り沢山ありますので、皆さまのご来場をお待ちしております。

●日　　時　5月 10 日（金）　午後６時 30 分から
●会　　場　三笠山　ふれあいのもり
●ジンギスカン券　1,000 円（ｼﾞﾝｷﾞｽｶﾝ・おにぎり１個・野菜）
　　5月９日まで商工会で購入できます。
●送　迎　バ　ス　役場前発　午後６時/午後６時 30 分
　　ふれあいのもり発　　午後８時

■詳しくは観光協会まで（TEL32-2341 商工会）

5/10
（金）

春の全国交通安全運動

５月 11 日（土）から５月 20 日（月）までの１０日間、「春の全国交通安全運動」が実施されます。交通安全を自らのことと捉え、交通ルールを守り、思いやりのある交通マナーの実践をお願いいたします。

【運動の重点】

- **子どもや自転車利用者の事故防止**
- **高齢者の交通事故防止**
- **スピード出し過ぎ防止**
- **飲酒運転の根絶**

【旗波運動(交通安全呼びかけ運動)】

５月 10 日（金）午後２時から 30 分間、交流施設ひだまり前で実施します。どなたでも参加できますので、皆さんのご協力をお願いします。

※雨天の場合は中止となります。

■詳しくは総務課生活安全係まで（TEL32-2421）

5/11
（土）

かたくり庵のつどいでお茶会体験！！

日本庭園を眺めながら、茶室「片栗庵」でお茶会や短歌を体験してみませんか。
おいしい和菓子と抹茶を楽しむことができますので、ご家族・ご友人お誘い合わせのうえ、お気軽にお越しください。

●日　　時　5月 11 日（土）午前 10 時～　雨天時は室内で開催
●場　　所　片栗庵（総合体育館西側）
●内　　容　お茶会（野点）　午前 10 時～午後１時 30 分頃
　　短歌会　　午前 10 時～正午
　　講師：西勝洋一氏（道北文化センター短歌入門講座講師）
　　講演「現代の短歌作品から」について 40 分程度の後、短歌づくりをします。
●参　加　料　無料（町民以外の方はお茶会費用として 300 円）
●そ　の　他　送迎ワゴン車は、午前９時 45 分、町民センター前を出発します。

■詳しくは教育推進課社会教育係まで（TEL32－2477）

5/13（月） 春の大人の遠足会

運動不足を解消したい方、ウォーキングを始めようとしている方、皆様のペースに合せて歩きます。ご友人等お誘い合せの上ご参加下さい。

●日　　時　５月13日（月）　午前７時10分～午後１時
●集合場所　和寒駅（小雨決行）※午前７時22分のＪＲへ乗車します。
●参加料　730円（昼食代500円+塩狩駅までのJR代230円）
●申込締切　５月８日（水）
●募集定員　20名（定員になり次第締め切りいたします。）
●内　　容　和寒駅に集合し、ＪＲで塩狩駅まで移動。塩狩から南丘を通り研修館楡を目指します。到着後、研修館楡にて食事をします。（道程約１０キロ）
●持ち物　お茶等（水分補給）、タオル、その他各自必要な物

■詳しくは一般財団法人和寒町体育協会まで（TEL32-4470）

5/14（火） わっさむフィットネス部発足！！「夏！魅せる身体に！！」

生涯スポーツアドバイザーの加藤大平さんをメイン講師に、体育協会の指導者と楽しく、身体を鍛えませんか。１時間程度の筋力、持久力、バランストレーニングで、総合的に身体を鍛えます。

また、継続的なトレーニングをすることで筋力量がアップし、基礎代謝量も上がりますので太りにくい身体を手に入れることができます。皆さまの参加をお待ちしています。

●開催日時　５月１４日、２１日、２８日(毎週火)午後７時～午後８時
●参加料　２００円(施設利用料)
●場　　所　総合体育館
●対　　象　高校生以上で筋トレ、ダイエットに興味のある方。
●募集人数　１０名程度（先着順）
●持ち物　室内用運動靴、タオル、飲み物、プロテイン等
運動のできる服装でお越しください。
●申　　込　開催前日までに総合体育館（☎３２－４４７０）に申込下さい
●その他　重度の腰痛、膝痛など持病のお持ちの方は参加を控えて下さい。

■詳しくは和寒町総合体育館まで（TEL32-4470）

5/15（水） 塩狩峠記念館開館20周年記念一目千本桜花見ツアー

普段塩狩を訪れることがない方に塩狩の素晴らしさを知っていただくために、塩狩峠記念館や一目千本桜を訪れるツアーを開催いたします。みなさまのご参加をお待ちしています。

●日　　時　５月15日（水）午後１時～（桜の開花状況で変更する可能性があります）
●コース　交流施設ひだまりにて受付し町のバスで出発します。帰りは塩狩駅からJRで移動しひだまりにて解散します。（職員が同行しご案内します）

ひだまり出発	三笠山～塩狩	一目千本桜 ＆ 塩狩峠記念館	和寒駅	ひだまり観光案内所
午後1時	（バス移動）	お茶でゆったりお花見タイム	（JR移動）	午後3時半

祝 鉄道開通 120周年

●参加料　一人400円（塩狩峠記念館入館料及びお茶、お菓子代等）
別途JR代230円（塩狩→和寒間）
●申込み期限　５月８日（水）　（先着３５名まで）
●申込み先　役場産業振興課商工観光労政係まで（☎32-2423）
休日も受け付けています。

■詳しくは産業振興課商工観光労政係まで（TEL32-2423）

5/15（水） Ｊアラート（全国瞬時警報システム）緊急情報伝達訓練

町では、Ｊアラート（全国瞬時警報システム）により、国から送られてくる緊急情報を、防災行政無線で町民の皆さんへお伝えしています。

下記日程で全国一斉に伝達訓練がおこなわれます。

●訓練実施日時　５月１５日（水）午前１１時００分

●放 送 内 容　①上り４音チャイム

②「これは、Ｊアラートのテストです。」×３回

③「こちらは、防災わっさむです。」

④下り４音チャイム

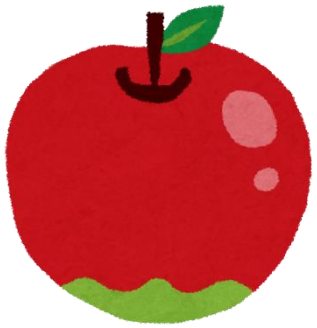
■詳しくは総務課生活安全係まで（TEL32-2421）

5/19（日） りんご湯で美しきお肌に！

今回の変わり湯は**「リンゴ湯」**です。

この湯は、疲労回復・美肌などの効果があると言われています。

ぜひこの機会に、りんごを入れたお風呂をお楽しみください。



●日　時　５月19日（日）

午後４時30分～午後９時30分

●場　所　保養センター

■詳しくは住民課環境衛生係まで（TEL32-2422）

5/27（月） 献血にご協力を

５月27日(月)に移動献血車が町内を巡回します。

●対象者　　満16歳以上　満65歳未満

(60～64歳の間に献血されたことがある方は、69歳まで献血できます)

●巡回場所　①役 場 前　9:30 ～ 11:30

②芳生苑前　13:00 ～ 14:00

③農 協 前　14:10 ～ 16:30

これまで皆様方のご協力により、不慮の事故・病気治療等の際に輸血で尊い命が助かっていますが、血液は採血後21日間しか使用できないため、定期的にご協力いただく必要があります。

「愛の血液たすけあい運動」にご理解の上、ご自身の健康管理のためにも、ぜひ献血にご協力願います。

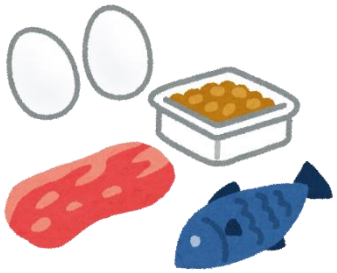
●主催：日本赤十字社和寒分区　●協力：和寒ライオンズクラブ

■詳しくは保健福祉課福祉係まで（TEL32-2000）

5/30
（木）

糖尿病教室のお知らせ

糖尿病治療の基本となる食事療法に取り組む上で、**「どんな食品をどのくらい食べるか」「どのような順番で食べるか」**を考えることが大切です。調理をしながら、食生活の工夫を学習しましょう。



●日　時　５月３０日（木）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　食事療法の基本「目安量の摂りかた」
～血液検査の改善に向けて～

●対　象　・糖尿病と診断を受けたかた
・糖尿病予備群と言われているかた
・そのご家族のかた
●持ち物　糖尿病連携手帳、筆記用具、電卓、エプロン
（教室に参加したことがある方は、過去の資料もご持参ください）
●参加費　３００円
●申　込　５月２３日（木）までに保健福祉課保健係までお願いいたします。

■詳しくは保健福祉課保健係（TEL32-2000）

和寒町総合計画審議会委員募集のお知らせ

総合計画審議会委員は、総合計画に町民の皆さまの様々な声を反映するため、各種団体の代表者や識見者など 20 名で構成されており、そのうち一般公募委員の５名を募集いたします。

■募集人員　５名
■募集締切　５月 17 日（金）
■応募資格　町内在住の満 18 歳以上 75 歳未満の方
■任　　期　委嘱の日から令和４年３月 31 日まで３年間
■応募方法　・総務課にある応募申込書に必要事項を記入の上、持参、郵送、ＦＡＸいずれかの方法により総務課まちづくり推進係まで提出してください。
・応募者多数の場合はご希望に添えない場合もあります。その際はご了承願います。

■詳しくは総務課まちづくり推進係まで（TEL32-2421、FAX32-4238）

調理師試験受験について

●日　　時　８月２１日（水）午後１時３０分～午後４時まで

●試 験 地　旭川市（名寄保健所管内に住所を有する場合）

●受験資格　学校、病院等の施設または飲食店営業、魚介類販売業もしくはそうざい製造業などにおいて、２０１９年までに２年以上調理業務に従事した者

●受験願書の提出先及び受付期間
⑴提 出 先　名寄保健所
⑵受付期間　２０１９年５月１３日(月)～２０１９年５月２４日(金)
※郵送の場合は、２０１９年５月２４日までの消印のあるものに限ります。
※各提出書類は名寄保健所で４月より配布を行っております。

■詳しくは名寄保健所企画総務課企画係まで（TEL01654-3-3121）

あきらめずにチャレンジ！！～世界禁煙デー＆禁煙週間～

５月 31 日の世界禁煙デーから６月６日までの一週間は「禁煙週間」です。たばこに含まれる有害物質は 4,000 種類ほどあり（図１）、心臓病や脳卒中、がんなどの発症や死亡リスクを２～４倍以上高めます。自分の健康はもちろん、家族や周囲の人の健康のため、禁煙にチャレンジしましょう。

禁煙外来の治療では、ニコチンの依存性をやわらげる薬も処方されます。町では一部治療費の助成をしていますのでぜひご利用ください。

たばこに含まれる有害物質の例　（図１）

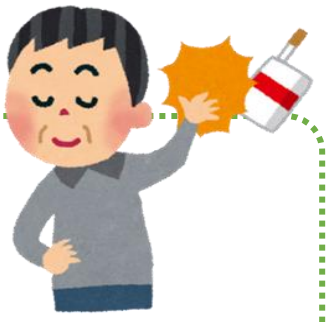
たばこの有害物質	同じ物質を含む物
アセトン	ペンキ除去剤
ヒ素	アリ殺虫剤
トルエン	工業溶剤

【助成内容】

・**町立和寒病院**で禁煙治療費を修了されたかたに治療費総額の１/２を助成（上限１万円、お一人１回まで）

【申請に必要な書類】

・治療費を証明するもの（領収書等）
・町立和寒病院が発行する『禁煙治療修了証』
・通帳口座のわかるもの
・印鑑



禁煙外来での治療

≪対象者≫

35 歳以上：『1 日に吸うタバコ本数』×『喫煙年数』が 200 以上

34 歳以下：上記要件なし　～若い人の治療が受けやすくなりました

≪治療のながれ（参考）≫

初回診察
・診察、検査（呼気一酸化炭素濃度の測定）
・アドバイス、薬の処方
・禁煙開始日を決め、禁煙宣言

↓

通院２～４回
・診察、検査（呼気一酸化炭素濃度の測定）
・アドバイス、薬の処方

↓

最終診察（12 週間後）
成功者に『禁煙治療修了証』の交付

■詳しくは保健福祉課保健係まで（TEL32－2000）

塩狩峠記念館が開館

作家・三浦綾子さんの旧宅を復元した「塩狩峠記念館」が４月１日から開館しています。

４月 30 日には、開館 20 周年を迎えることから、来館者には**先着 10 名様に記念品をプレゼント**いたします。この機会にぜひ、小説「氷点」執筆の部屋や、小説・映画「塩狩峠」に関する資料などの展示に触れてみませんか。

例年５月中旬ごろには、「塩狩峠一目千本桜」も見頃となりますので、たくさんの方々のご来館をお待ちしています。

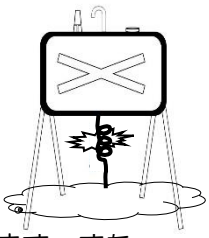
●開館期間　４月～10 月　午前 10 時から午後４時 30 分
　　11 月　　午前 10 時から午後３時 30 分
●休 館 日　毎週月曜日（月曜が祝日の場合は翌日）

■詳しくは産業振興課商工観光労政係まで（TEL32-2423）

みなさんのご家庭、職場は大丈夫ですか？

この時期ホームタンクから油が流出する事故する事故が多く発生しています。
気付いた時には多量の油が敷地内に流れ出ている可能性があります。下記のポイントに思い当たる点がある方は、一度、専門業者による配管漏れの点検を受けて、流出事故を起こさないようにしましょう。

◎注意するポイント
・灯油の減りは早くありませんか？
・自宅周辺で灯油くさい場所はありませんか？



また、漏れた油が地中や川へ流れ出てしまうと、人の健康にも害を与えることになります。また、汚染の賠償に多額の費用が掛かる場合があります。日頃から、流出事故防止に努めるとともに、万が一、油漏れを発見した場合はすぐに消防へ連絡をしてください。

■詳しくは消防署和寒支署まで（TEL32-2119）

「緑の募金」にご協力ください

４月 25 日～５月 31 日までを「緑の募金」運動の実施期間としています。
募金は、東日本大震災被災地の居住区周辺の緑化支援など、東日本大震災復興事業や、森林整備や森林、公園、街路などの緑化事業に充てられます。
期間中、和寒中学校生徒会による街頭募金活動も予定していますので、町民のみなさまのご協力をお願いします。

●募金箱設置場所　商工会、北ひびき農協和寒支所、和寒郵便局、役場などの公共施設

■詳しくは産業振興課畜産林政係まで（TEL32-2423）

子育てボランティアを募集

子育て支援センター「こども館」では、子育てボランティアを募集しています。
子どもの好きな方、子育て経験を生かしたい方、伝統文化を伝えていただける方など年齢を問わずどなたでも参加できます。
活動内容は、行事のサポート、放課後児童クラブの小学校からの送迎、行事時の託児、遊具の消毒や修理など多種多様にあります。
（定期的な活動だけではありません。お時間に余裕があるときに、ご参加して頂けます。）

■詳しくは子育て支援センターこども館まで（TEL32-3125）

犬や猫を飼われている方へお願い！

犬や猫を飼われている方は、次の注意事項を厳守し、責任を持って飼っていただきますようお願します。

犬	○ 生後 91 日以上の犬の飼主には次の義務があります。 ① 必ず町への登録を受け、また、犬の死亡、失そう、所有者の変更等があった場合も必ず手続きをお願いします。 ・登録料　１頭 3,000 円（生涯１回）※その際に鑑札が交付されます。 ② 必ず年に一度、狂犬病予防注射を接種し、注射後は町に届出をして注射済票の交付を受けていただきますようお願いします。 ・注射済票交付手数料 １頭 550 円 ③ 登録済や注射済であることを証明するため、必ず首輪に、鑑札と注射済票をつけていただきますようお願します。 ○ 他人に迷惑や危害を与えないよう、放し飼いは絶対にやめ、屋外飼育や散歩の際、必ずコントロールできる長さにリードを繋いでいただきますようお願します。 ○ お散歩の際、他人に迷惑がかからないよう、排泄物は必ず持ち帰り、他人の所有物等にマーキングをさせないようお願します。
猫	○ いたずらや排泄物で他人に迷惑がかからないよう必ず室内で飼っていただきますようお願します。

○去勢・避妊手術について

町からの補助は右記のとおりです。
　手術前に役場住民課環境衛生係で認定の手続きをお願します。

補助対象		補助率	補助限度額	
			去勢	避妊
犬	生後３カ月以上	手術料の１/２	２，５００円	５，０００円
猫	生後６カ月以上		２，０００円	５，０００円

■詳しくは住民課環境衛生係まで（TEL32-2422）

全国国民年金基金北海道支部からのお知らせ

ごぞんじですか？　国　民　年　金　基　金

国民年金基金は、自営業の方など国民年金の第１号被保険者で保険料を納めている６０歳未満の方が加入できる国民年金の上乗せ年金として創設された公的な年金制度です。

国民年金基金に加入できるのは、いずれの条件も満たしている方です。

●２０歳から６０歳未満の方
●国民年金保険料を納めている方（農業者年金加入者除く）

【　こんなメリットがあります　】

①掛金は全額社会保険料控除となりますので、税金が軽減されます。
②加入したときの掛金や受け取る年金額は変わりませんので、自分に合わせた年金設計が出来ます。
③保証付に加入した方が保証期間内に亡くなられた場合、遺族の方に一時金が支給されます。

■詳しくは「全国国民年金基金北海道支部」（0120－65－4192）又は、住民課お客様窓口まで（TEL32-2422）

※北海道国民年金基金は４月 10 日より全国国民年金基金北海道支部へと名称変更しました。