

広報あつさぶ

ASAABU

2020.11
683号



練習の成果を存分に発揮!

【表紙：厚沢部小学校『学習発表会』より～関連記事5頁】

Assabu Public Relations

まちづくり座談会

町ではより多くの町民の皆様と膝を交え、まちづくりに対する意見や要望、地域が抱える課題等について懇談し、今後のまちづくりに活かすため、次の日程で『まちづくり座談会』を開催いたします。

なお、今年度も3地区を基本に、要望のあった町内会においては個別の開催となります。
多数のご参加をお待ちしています。

| 地区 | 日 時 | 場 所 |
|--|-----------------------------|---------------------------|
| 美和 本町・新町 松園町・緑町 上里 | 11月24日（火）15時00分 | 山村開発センター |
| 滝野・稲見・清水 相生・共和 鶉 鶉町 木間内・社の山・旭丘 | 11月25日（水）15時00分 | 鶉地区多目的 研修センター |
| 館町・中館 富里・須賀 南館町・城丘 新栄・当路 | 11月26日（木）15時00分 | 館地域振興センター |
| 富栄 赤沼町 | 11月27日（金）13時30分 " 15時30分 | 富栄ふれあいセンター 赤沼町ふれあいセンター |

※上記日程は、公務の都合等から変更となる可能性がありますので、あらかじめ、ご了承ください。なお、変更の場合は、町HPや会場掲示等で周知します。

課税収納係からのお知らせ

【固定資産税について】

「固定資産税」はその年の1月1日現在の状況によって課税されます。
そのため令和2年中に建物を新たに建てられた場合は翌年の令和3年度の課税対象となります。また、取り壊した場合は課税の対象とはなりません。

土地の課税については、登記などの地目ではなく、現況によって課税されるものであるため、農地転用後に地目変更登記をされていない場合や

【納期限までに納付を】

11月以降の町税等の納期限は次の通りです。
納期限までに必ず納付してください。
なお、期限内納付が難しい場合はそのままにせず事前に下欄担当までご連絡ください。

| | 11月30日（月）納期限 | 12月25日（金）納期限 |
|------------|--------------|--------------|
| 道町民税 | 第4期分 | |
| 固定資産税 | 第4期分 | |
| 国民健康保険税 | 第5期分 | 第6期分 |
| 後期高齢者医療保険料 | 第5期分 | 第6期分 |
| 介護保険料 | 第5期分 | 第6期分 |

建物を取り壊した場合には、課税額の見直しする必要があります。
家屋（住宅や倉庫）を建築又は取り壊した場合など所有されている土地家屋の状況に**変化があったときは役場へ届出（連絡）してください。**
町としても定期的に調査確認作業を実施していますが、

完全に確認できていないこともあり、固定資産税の納税通知書の交付後に連絡を受ける例が多くなっています。
より正確な課税を行うため、所有者からの届出（連絡）をしていただきますようお願いいたします。

軽自動車税は納期限（令和2年4月30日）を過ぎていますので、まだ納付されていない場合は早急に納付してください。

なお、町税等を納期限までに納付できない場合は、事前に役場の各担当へ連絡してください。連絡がない状況ですと、納付意思がないと判断し、滞納処分（債権の差押）を実施する場合があります。

また、納期限を過ぎてから納付する場合、町税等延滞金を別途請求することもありますのでお気を付けください。

国保病院からのお知らせ

【AI顔認証付き検温システムを導入】

国保病院では新型コロナウイルス感染症予防として、『AI顔認証付き検温システム』を設置しました。
このシステムでは熱が37.5℃以上ある場合やマスクを正しく着用していない場合等にアラームが鳴るようになっています。

病院からの指示に従いますようお願いいたします。
来院者からは「システムで熱等が測られているので安心して病院に來ることができると歓迎の声が聞かれました。
国保病院では、今後も感染症対策に努めていきますので、安心して病院をご利用ください。



▲モニターのみが緑色に光ると体温もマスクの着用も問題ありません。

《ご協力ください！》
発熱や風邪の症状がある方は
受診する前に必ず病院にお電話ください！
これからの時期はインフルエンザも流行してきます！
来院の際はマスクの着用をお願いします！
国保病院（TEL：64-3036）

福祉灯油

町では、今年度も高齢者やひとり親家庭等の暖房費の一部を助成する冬期生活支援事業を次のとおり実施いたします。

- ◎支給額 1世帯あたり **1万円（定額）**
- ◎対象世帯 次の3つの要件すべてに該当する世帯
- ★要件1 11月1日現在で町内に住所があり、現に居住している世帯（病院・施設入所等による長期不在の単身世帯を除く）
- ★要件2 令和2年度（令和元年）町民税非課税世帯
- ★要件3 次の①～③のいずれかに該当する世帯

- ①世帯全員が満65歳以上の世帯（障害のある方・18歳未満の方を除く）
- ②ひとり親家庭等世帯（医療費受給者世帯）
- ③重度心身障害者世帯（医療費受給者世帯）
- ◎申請期間 令和2年11月2日（月）～令和3年2月1日（月）
- ◎申請窓口 保健福祉課福祉係（保健福祉センター内）
- ※薪・オール電化住宅も対象になります。
- ※詳細は各戸配布でお知らせしましたが、不明な点等がありましたら担当までお問い合わせください。

★問合せ先
保健福祉課福祉係（保健福祉センター内）
☎64-3319

おいしい野菜で
元気をつけて
頑張ろう！



2011年に発生した福島第一原発事故の影響から福島の子供たちを守る活動を行っている『だっこんび畑』の会厚沢部支部（松島美保子代表）は10月1日（木）、会員所有の畑『だっこんび畑』で栽培していた人参やかぼちゃを収穫し今年来る事ができなかった子どもたちへ送りました。松島さんは「コロナの影響で子どもたちに会うことはできなかったが、思いを込めて育て上げた野菜を送ることでみんなとつながっているという形を残すことができる。おいしい野菜を食べてコロナに負けないで欲しい」と話しました。



▲来年は子どもたちに会えることを期待！

オンライン授業で
離れた友達と
共に学習する



10月8日（木）、鶺鴒小学校と鶺鴒小学校の1、2年生でテレビ電話を活用した遠隔授業が行われ、町内の商店を合同で見学した集合学習のまとめや感想を発表しあいました。児童数が少なくても、多様な考え方や意見に触れてもらいたいとの思いから企画され、オンライン形式で効率的にできるように工夫。児童たちからは「コンビニの冷蔵庫が人も入れるくらい大きなものでびっくりした」「いろんな衣装があったのがよかった」「一緒に勉強することができて楽しかった」など上手に発表を行いました。



▲最初は照れ笑いでも、後半は笑顔で交流をしていました。

ロールケーキで
子どもたちに
笑顔をお届け



厚沢部商工会女性部（山田幸子部長）は新型コロナウイルス感染症の影響でお祭りや各種イベントが中止となり、寂しい思いをしている子どもたちを元気づけるため、認定こども園の園児や各小中学校の児童・生徒にロールケーキを配りました。10月5日（月）、こども園に直接届けに向き、受け取った園児たちから「ありがとう」と感謝の声をもらいました。山田部長は「イベントなどが中止となって子どもたちは残念な思いをしていると思う。ロールケーキを食べて笑顔になってくれたらうれしい」と話しました。



▲来年はお祭りやイベントで子どもたちの笑顔が見られることを祈っています。

久々のイベント
みんなで楽しむ
館町サロン



10月11日（日）、『館町サロン』（館町町内会主催）が館地区農村ふれあい広場で開催され、23名が参加し、パークゴルフ大会を行いました。館町納涼祭が新型コロナウイルス感染症の影響で中止となり、一緒に行われる予定だったパークゴルフ大会をマスクや消毒といった対策を徹底し、館町サロンとして開催。久々のイベントに参加者はとても楽しんでプレーしました。山田克哉館町町内会長は「納涼祭やお祭りが中止となり、何かできないかと考えた。こうして大会を開催し、多くの方に楽しんでもらえてよかった」と話しました。



▲仲間と共に身も心もリフレッシュ！

それぞれが
願いを込めて
桜木を植樹



10月17日（土）、町民記念の森『記念植樹』が鶺鴒ダムオートキャンプ場ハチャムの森で実施され、参加者4組が誕生記念や結婚記念などの慶事を記念し、エゾヤマザクラを植樹しました。植樹に参加した野澤勝晴さん（木間内）は「孫の誕生記念に桜を植えさせてもらった。新型コロナウイルスの影響で記念植樹が開催されるか心配していたが無事に植えることができよかった」と植樹できた喜びを話しました。今回植樹した桜が全体的に咲き誇るのは2、3年後となりますが、今からきれいに咲き誇っている姿が待ち遠しいです。



▲皆さんも記念として、来年の植樹を！

コロナに負けず
3小学校で
学習発表会



10月18日（日）、学習発表会が各小中学校の体育館で行われました。各小学校では、入場時の検温や参加できる人数の制限、マスクの着用といった新型コロナウイルス感染症の予防を徹底した上で開催しました。厚沢部小学校の学習発表会では、各学年1演目のみの発表でしたが、1年生の「はじめのことば」から始まり、踊りや楽器演奏・劇など全力でやり切り、この発表までに練習してきた成果を存分に発揮し、演目が終わるたびに温かい拍手が送られました。



▲1年生の「ハクナマタタ」元気いっぱい踊りました。



続・協力隊新聞 笑顔であっさぶい

vol.16

厚沢部に戻ってきて半年が過ぎました。「やっぱり厚沢部が好きだな」と実感する日々を過ごしています！

本来なら町のイベントや町内の巡回などで町民の皆さんにお会いしてご挨拶をしたかったところではありますが、新型コロナウイルス感染予防のため中々思うように行えていません。この場をお借りし、私の活動報告をさせていただきます。

4月に着任し、道の駅あさぶ2階の素敵な過疎づくり(株)へ配属されました。仕事の内容は主に移住交流コンシェルジュ業務やまちづくり推進業務、厚沢部の魅力発信、特産品を宣伝する仕事のアシスタントです。

また、コロナ禍ではありませんが、移住体験住宅にいらっしやうした方の町内案内をしたり、時には農家さんのイモ拾いやアスパラ、ブロッコリー

の収穫を研修させてもらいました。

先月は函館のショッピングモールで行われた道南応援まつりで厚沢部ブースの出店を手伝いました。新鮮な大根やキャベツ、ネギ、洪田さんのマイタケ、今年は高値だったメーカー等を販売しました。会場内での飲食は禁止だったので、あっさぶメーカーインコロッケコンテスト受賞作品のひこま豚のコンロッケやメーカーインの揚げじゃが等を完売することができました。身近に厚沢部をPRできる機会に携われた喜びと、まだまだ知名度が低い現状を知り、また気持ちを改め、



活動していきます。

私が行っている活動は随時、地域おこし協力隊のFacebookやInstagram (@assabu.chikiokosi) で投稿しておりますので覗いてみてください。

本来ならば、イベント出店やアウトキャンパスの受入れで忙しい素敵な過疎づくり(株)ですが、個人のスキルを磨くチャンスでもあるので、協力隊として自身の資格取得や町や地域に貢献できるようなセミナー研修を受講し、勉強しています。次回はどんな研修に行っているのか報告させていただきます。

また、あっさぶメーカーイン・レシビ・コンテストは町内外から40作品を超える応募から一次審査を終え、上位5作品に絞られました。最終選考は10月31日(土)に発表となります。皆様お楽しみに！

【地域おこし協力隊
中村 和恵】

文化財から読み解く 土器から分かること①

このコーナーでは「郷土資料館の資料から何が分かるのか」をテーマに厚沢部町の文化財を紹介していきます。

郷土資料館の展示品の中で、土器は特に古い道具の一つです。土器は粘土を焼いて作った器のことで、日本では約1万3千年前の縄文時代から使われ始めます。北海道では時代の変化を受けながら、約800年前の擦文(さつもん)時代まで土器が使われていました。

土器には様々な役割がありますが、中でも煮炊きをする鍋としての機能は、当時の人々の生活に大きな恩恵を与えました。生のままでは食べられない植物を加熱によって食料化できるようにするため、縄文時代の人骨と比べると、縄文時代の方が栄養状態が良かったことが分かっています。

郷土資料館では、厚沢部町

子育てしやすい まちを目指して

vol.24

町では「素敵な過疎のまちづくり政策」の一環として平成30年の10月に厚沢部町公営塾を開校しました。そして、9月1日(火)、3期生の入塾式を開催。今年度から江差高校2年生も対象とし、学力の底上げと個人の資質向上を図っていきます。

3期生入塾 厚沢部町公営塾

今年度は新たに13名が入塾しました。新型コロナウイルス感染症の影響で、入塾式が遅くなりましたが、3期生にとって、新たなスタートの日となりました。

入塾式で、総務政策課・朝倉秀美課長は「自分の『夢』



▲真剣に話を聞く3期生。

の実現に向かって、塾を活用し、ふるさと厚沢部町の『未来』を担ってくれる人材が多く育ってくれることを心から期待しています」と激励。塾生が目標にしている『第一志望校合格』に向け、全力でサポートしていきます！



▶夢の実現に向かって頑張ってください！

秋の全国交通安全運動を実施

9月30日(水)、秋の全国交通安全運動「人と旗の波作戦(厚沢部商工会青年部及び女性部主催)」が、道の駅あさぶ前で実施され、町内各団体や事業所などから約50名が参加し、運転手や同乗者に対して交通安全を呼びかけました。これからの時期は暗くなるのが早くなつてきます。早めのライトの点灯など安全運転を心がけましょう。



の約3〜4千年前の縄文土器を展示しています。この土器を使った人達は何を食べていたのかは、残された土器から分かるかもしれません。

土器の内側に炭化物が残っていることがあり、その炭化物の成分を調べると、植物を煮たのか、肉や魚を煮たのかが分かります。郷土資料館では本物の土器を手にとってみる事ができます。町の土器に炭化物が残っていないか観察するのも面白いですよ。

【教育委員会
社会教育係 富塚 龍】



▲郷土資料館展示土器

活性化センターだより 作業の省力化を目指して試験

10月1日(木)、道南農業試験場(北斗市)にて、現地研修会を行いました。道南試験場内圃場を詳しく見学をしたり、土壌分析についての講義を行ってもらい、改めて業務内容の知識を見直す事ができ、有意義な研修会でした。今年度は中々現地研修を行う機会が少ないので、このような機会を大事にしたいです。

今回、圃場見学に行った際に試験栽培がされていたブロッコリーの直播栽培についてお話しします。



▲ブロッコリーの直播試験

通常、ブロッコリーの栽培は、育てた苗を畑まで運び植えていきます。運ぶ手間はありませんが、生え揃えも良く欠株が出づらいためです。直播栽培では苗の準備をしなくても良く、苗代や苗床の用意や定植の時の作業量は少なくなるので、ずいぶん楽になりました。

この写真では生え揃いが良いですが、別の施設圃場で実施した同様の試験では、半分程しか出芽しませんでした。この様な試験結果では、実践での利用は難しいため条件を変えるなりして、また試験をしていきます。

厚沢部でも農家戸数も減り、労働力が減少することが想定されます。ブロッコリーだけではなく、様々な品種において、作業を楽に転換できる技術を蓄えておくに越したことはないのです。

【農業振興係 堂下 貴宏】

今月の簡単レシピ

かぼちゃの
豆乳鍋



食改さんからのコメント

季節の野菜がたっぷりの鍋料理です。豆乳を加えることで大豆の栄養やカルシウムを補うことができます。うどんなど麺類を加えると食べ応えもあります！

エネルギー 256kcal
塩分 1.4g

- 【材料】(6食分) 【作り方】
- 鶏もも肉 300g ①鶏肉は一口サイズに切り、塩こしょうで下味をしてフライパンで両面を焼き、一度、皿に移しておきます。
 - かぼちゃ 500g ②かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、白菜、ブロッコリー、しらたきは食べやすい大きさに切ります。
 - たまねぎ 1個
 - にんじん 1本
 - 白菜 1枚
 - ブロッコリー 1房
 - しらたき 1袋
 - 枝豆 適量 ③かぼちゃはレンジで4分程温めます。
 - 水 500ml ④鍋に水を加え、沸騰したらコンソメ、酒を加えて野菜を加えます。
 - 料理酒 大さじ1 ⑤野菜におおよそ火が通ったら、鶏肉、かぼちゃ、豆乳を加えて煮立てます。
 - コンソメ 大さじ2 ⑥塩こしょうで味を調え完成したら、器に盛りすりごまを散らします。
 - 塩こしょう 適量
 - 無調整豆乳 800ml
 - 白すりごま 適量

引用：『3歳からの毎日すくすく およこあそび』監修 鈴木みゆき

★テープでおそうじ★

【準備するもの】
ガムテープやセロハンテープ

【遊び方】
じゅうたんやソファ、カーテンなどにガムテープを貼って、はがしてほこりを取っていきましょう。はがす動きは指先の器用さにもつながります。狭いところはセロハンテープを使って挑戦！窓のサンなどでこぼしたところは、どうすれば汚れが取れるか自分で考える力にもつながります。



今月はまたまた手伝い遊びを紹介します。子どもの達成感を高めていきましょう！

子育てをもっと豊かに子どもと遊ぼう！

vol.30

★くつしたぞうきんでおそうじ★



【準備するもの】
使い古したくつした

【遊び方】
使い古した靴下を手にはめて棚や階段などを拭いてもらいましょう。雑巾よりも扱いが簡単です。汚れたおもちゃを拭くのにも活躍します。兄弟で誰が一番汚れを取れたか競争しても楽しいですね！

お手伝いも遊び感覚で楽しく取り組ませ、習慣にしていきましょう！「上手だね」「助かった」など、子どもの達成感につながる声掛けをしてあげましょう！

子育てについての悩み事・困りごとなどありましたら、いつでもご相談ください。

★連絡先★

- ①町保健福祉センター内 保健福祉課健康増進係（保健師・栄養士）TEL 64-3319
- ②認定こども園はぜる内 保健福祉課子育て支援係（保健師・保育教諭）TEL 56-7310

「認知症」についての相談窓口を
ご存じですか？

毎年敬老の日に合わせて統計局から日本の高齢者人口が発表されます。最新の人口は2020年9月に発表され、全人口の28.7%が65歳以上の高齢者となっています。ちなみに厚沢部町は9月30日現在で65歳以上の高齢者の割合が42.6%となっています。

高齢化で切り離すことができないのが「認知症」です。平成29年の高齢者白書によると、2012年は認知症患者数が約460万人、高齢者人口の15%という割合だったものが2025年には5人に1人、20%が認知症になるという推計もあります。認知症は誰にでも起こりうる身近な病気です。しかし、認知症の正しい理解がないために「他人に知られるのが恥ずかしい」からと隠したり、気づかないふりをしたり誰にも相談することができず、結果的に症状を進行させてしまうことがあります。

認知症はできるだけ早く発見し、対応していくことが大切です。そのため、今回は認知症の症状やどこに相談したらよいかを紹介したいと思います。

《認知症の症状》

認知症の症状は大きく分けて、初期症状や中核症状、周辺症状の3つの症状があります。それぞれの症状について詳しく説明します。

【初期症状】

- ・既にあるものを何個も買ってきってしまう
- ・何度も同じことを言ったり、同じことを聞いたりする
- ・以前よりだらしなくなる
- ・作りなれている料理がうまく作れなくなる
- ・天気や状況に応じた服の選び方ができなくなる
- ・日付が分からなくなる

【中核症状】

次のような中核症状は、本人の強い不安や混乱、自尊心の低下をもたらします。

- ・記憶障害……最近あった出来事を一部ではなく丸ごと忘れてしまう
- ・見当識障害……現在の時間や場所、人間関係が分からなくなる
- ・実行機能障害……計画をたてたり、複数の作業をこなしたりできない
- ・判断力、理解力の低下……トラブルに対して何も対処できない
- ・失語、失行、失認……身体に異常がないのに、言葉が分からない、簡単な動作ができない、情報が認識できないなどの症状がある

【周辺症状（行動・心理症状）】

中核症状がみられる精神状態に、周囲の環境や人々の対応、自身の経験や性格などの要因が絡み合い起こってくるのが行動・心理症状といわれる「周辺症状」です。この周辺症状は、まわりにとっては「問題行動」とみなされることも多いですが、本人にとっては「何とかよりよく適応しよう」と考えた結果でもあるようです。そのため、本人の症状を理解し、適切にケアされれば行動・心理症状が軽減・消失する可能性があります。

次のような症状が周辺症状とされています。

- ・興奮、暴力や暴言、介護の拒否
- ・妄想、幻覚、暴食
- ・抑うつ、不安、無気力
- ・昼夜逆転、睡眠障害
- ・外出時の道の迷いや行方不明（徘徊）
- ・不潔行為 等

《1人で悩まないでください》

初期症状や中核症状、周辺症状がみられると気が付いたら、1人で抱え込まず相談してください。地域包括支援センターの保健師が相談を受け、専門医療機関の紹介や介護サービス、予防的にできる教室の案内などその方に合った支援を一緒に考えていきたいと思っています。

電話や来庁などで相談を受けています。悩んでいる方はぜひご利用ください。

相談窓口は

☆連絡先☆

町保健福祉センター内 地域包括支援センター TEL 64-3319

ごめんください
保健師です



365

石田和子



| 当番医 | 病院名 | 電話番号 |
|----------|--------------|---------|
| 11月1日(日) | 佐々木病院 | 52-1070 |
| 3日(祝) | 上ノ国診療所 | 62-2331 |
| 8日(日) | 道立江差病院 | 52-0036 |
| 15日(日) | 乙部町国保病院 | 62-2331 |
| 22日(日) | 厚沢部町国保病院 | 64-3036 |
| | (ドラッグストアまるや) | 67-2856 |
| 23日(祝) | 勤医協江差診療所 | 52-1366 |
| 29日(日) | 道立江差病院 | 52-0036 |

(受付時間：9時～17時)

急遽変更になる場合がありますので予め確認願います。

11月の休日当番医

行事 & お知らせ
11 & 12

11月の外来診療情報

厚沢部町国保病院
(TEL 64-3036)

受付時間 午前… 8時30分～11時30分
午後… 13時30分～15時00分

※診療日は予定であり、医師の出張などで変更する場合があります。事前に病院へご確認ください。
※眼科診療は事前に予約していない方も診療日当日の予約に余裕があれば、受診が可能な場合もありますので、お問い合わせください。

| 診療科 | 診療日 |
|-----|---|
| 内科 | 月～金曜日 (祝祭日は休診) |
| 外科 | 同上 |
| 眼科 | 10日(火)・11日(水) 24日(火)・25日(水) ※水曜日は午後休診 |

北海道立江差病院
(TEL 52-0036)

受付時間 午前… 8時00分～11時30分(初診は9時00分～)
午後… 13時00分～14時30分

※予約受付時間(定期患者のみ)13時00分～16時00分
※診療日は予定であり、変更になる場合もあります。

| 診療科 | 診療日 |
|-------------------|---|
| 循環器内科 | 午前 月～金曜日 午後 月・金曜日 |
| 総合心療内科 | 午前 月・火・水・金曜日(午前11時迄の受付) 午後 金曜日 ※金曜日は消化器内科の診察は行いません。 ※毎週水曜日の午後と木曜日の午前は完全予約制の検査実施日 |
| 消化器内科 (札幌大派遣医) | (初診及び再診) 9日(午後) (再診のみ(再診受付完全予約制)) 午前10時迄受付 10. 24日 午前11時迄受付 2. 16. 30日 |
| 呼吸器内科 | 午前 金曜日 午後 木曜日 |
| 神経内科 | 午前 6. 20日 |
| 総合診療(外科) | 午前 火～木曜日 |
| 外科 | 午前 13. 27日(午前11時迄の受付) |
| 小児科 | 午前 月～金曜日 午後 火と木曜日 |
| 泌尿器科 | 午前 月～金曜日 午後 木曜日 |
| 産婦人科 | 午前 9. 10. 16. 17. 24. 25. 30日 午後 月曜日、祭日のため24日(2日休診) |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 4. 12. 17. 18. 26日 (午前11時迄の受付) |
| 眼科 | 午後 11. 25日 |
| 皮膚科 | 午前 12. 26日(予約以外の初診受付11時迄) 午後 4. 18. 25日 |
| 皮膚科 | 午前 火曜日 |

※整形外科・精神科については月～金曜日の午前診療となります。

「線量管理システム導入について」

突然ですが、透析になる患者さんの病気の

第1位は「糖尿病」です。

糖尿病の合併症で腎臓が悪くなり、透析が必要になる患者さんが増えています。

糖尿病性腎症は自覚症状がない(1期)、アルブミン尿が出る(2期)、蛋白尿が出る(3期)、腎臓の機能が顕著に低下する(4期)、透析療法や腎臓移植が必要(5期)まであります。

3期まで腎症が進んでしまうと腎機能は元に戻りません。そのため2期はとても重要な時期であり、血糖と血圧をしっかり管理することが大切です。

血圧のコントロール 130/80mmHg 未満
血糖コントロール HbA1c (%) 6.0 未満

が目標です。

- 外来では腎症2期の患者様へ
- 糖尿病連携手帳を配布し検査データ記入
- 糖尿病性腎症第1期～5期までの経過と糖尿病合併症の注意点についてのパンフレット配布
- 眼科前のTVモニターで糖尿病についてDVDを視聴できますのでご覧下さい。

また、心配なことなどありましたらいつでもご相談下さい。
外来看護師



年末調整や確定申告には「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を
国民年金保険料は納付した金額が所得税や市町村民税の社会保険料控除の対象となります。
この社会保険料控除を受けるためには領収書または納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。
このため、1年間に納付した国民年金保険料の納付額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(葉書)が11月上旬、日本年金機構から送付されますので年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書を添付してください。

ねんきん講座

また、年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日から12月31日までの間に初めて保険料を納付する方については翌年2月上旬に同様の証明書が送付されます。
なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができませんので、ご家族に送られた控除証明書を添付の上、申告してください。
社会保険料(国民年金保険料)控除証明書についての照会やねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003004)に問い合わせください。

◆受付時間
〔月～金曜日〕 8時30分～19時〔第2土曜日〕 9時～17時
※祝日(第2土曜日は除く)と12月29日～1月3日は利用できません。
★問合せ先 住民年金係 ☎64-3313

町内の文化遺産紹介

たくのうたましい ひ 拓農魂の碑
(場所：役場駐車場内)

昭和53年3月に厚沢部高等学校が農業科から普通科に転換し、農業科が無くなってしまったことをきっかけに建設された石碑です。
建立地は厚沢部高等学校が農業実習地として利用してきた檜山農事試作場跡地の一角です。
昭和47年頃からの普通科志向が高まり、農業高校としての存続が危ぶまれました。
昭和49年に校下の保護者や生徒に対する意向調査が行われました。その結果、全日制普通科として再出発することとなり、農業科を閉じることとなりました。
昭和53年の普通科転換までに、827名の卒業生を送り出しました。



おあめ新着図書 図書館新書情報

11月、暗くなるのが早くなってきました。今年は外出しにくいこともあり気持ちが落ち込むなど、心の面でも問題視されているようです。今月は、気持ちを軽くするおすすめの本をご紹介します。

「10代から身につけたいギリギリな自分を助ける方法」

(萩野 藤子 著)
「明日、もう無理」と思ったら。精神科医が教える、中学生・高校生から大人までに読んでほしい「頼る」ことから始めるセルフケア。
学校に行きたくない、家にいるのが苦しい…様々な「生きづらさ」を解決するヒントを集めた1冊。

古本市開催のお知らせ!

11月11日(水)から12月1日(火)までの期間、厚沢部町図書館ロビーにて「古本市」を開催いたします。
古本市は、図書館で利用できなかった本を図書館を利用するみなさまへ無償で提供します。
みなさまのご来館を心よりお待ちしております!



●図書館では、お探しの資料が貸出中の場合、予約を承っています。またリクエストや道立図書館からの貸出も受付中。お気軽にご利用ください。
●問合せ先 厚沢部町図書館 ☎64-3436

戸籍の窓

(10月20日届出分まで)

おたんじょうおめでとう!

新 町 岡 本 彩 生 くん 9/15
(悠さん&綾香さん)



おくやみもうしあげます

鶺 中山 ツマさん (102歳) 10/4
館 町 澁田 實さん (83歳) 10/6
鶺 木村 智さん (89歳) 10/11
館 町 布久保信一さん (80歳) 10/12
滝 野 新川 陽夫さん (88歳) 10/18

町の人口

令和2年9月末現在

| | 世帯 | 男 | 女 | 人口 | 前月からの人口増減 |
|-----|-------|-------|-------|-------|-----------|
| 下地区 | 1,126 | 1,029 | 1,152 | 2,181 | (-2) |
| 鶺地区 | 321 | 307 | 332 | 639 | (-5) |
| 館地区 | 432 | 421 | 462 | 883 | (-6) |
| 全 町 | 1,879 | 1,757 | 1,946 | 3,703 | (-13) |

※外国人住民を含む

厚沢部町交通死亡事故死 ゼロ記録簿

令和2年10月26日現在

連続 2138日



厚沢部町ふるさと納税寄附状況

(10月20日届出分まで)

| | |
|-------------|----------|
| 今月の寄附件数 | 95件 |
| 今月の寄附金額 | 1,307千円 |
| 令和2年度寄附件数累計 | 1,022件 |
| 令和2年度寄附金額合計 | 16,196千円 |
| 前年度寄附金額 | 16,566千円 |

善意感謝致します

◎社会福祉協議会へ
☆御香料のお礼に代えて
滝野・田畑テルさんから 50,000円
鶺・中山榮子さんから 50,000円

●一般寄附金
☆コロナ対策に役立ててと
館町・只野勲さんから 150,000円
館町・細畑悦子さんから 140足
スリッパ 50型テレビ 133,000円相当

運転免許更新時講習

◎江差町文化会館
☆11月10日(火)
◆優良運転者講習 13時~13時30分
◆違反運転者講習 14時15分~16時15分
☆11月26日(木)
◆優良運転者講習 13時~13時30分
◆一般運転者講習 14時~15時
◆初回更新者講習 15時45分~17時45分

11月30日は「個人事業税」第2期分の納期限です!

個人事業税は、個人で事業を営む方に課税される道税です。忘れずに納めましょう!

なお、納税には「口座振替」、申告には「地方税電子申告(エルトックス)」が便利です。

◆問合せ先
檜山振興局税務課納税係
☎52・6473

労働者を1人でも雇用する事業については、法人・個人を問わず加入が義務づけられています。

厚生労働省では、『未手続事業の一掃』を年間を通じた主要課題と位置付けた上で、11月を『労働保険適用促進強化期間』とし、集中的に広報活動を展開して、労働保険制度のより一層の理解・周知を図ることとしています。

労働者が安心して働ける職場となるよう労働保険に加入していない事業主の方は、速やかに左記へ相談ください。

◆問合せ先
★函館労働基準監督署江差駐在事務所 ☎52・1028
★函館公共職業安定所江差出張所

Instagramはじめました!

#ジャンボコロケギネス挑戦
#メーカーイン発祥の地
#あさぶメーカーイン
#北海道 #厚沢部町

ASSABU.HOKKAIDO

張所(ハローワーク江差)
☎52・0178
インスタを開始!フォローしてね!

各職員の募集について

○会計年度任用職員(看護師等)
★職種 看護師又は准看護師
★募集人数 1名
★資格 厚沢部町内に在住の方又は通勤可能な方
●看護師又は准看護師免許を取得している方
★受付期間 11月11日(水)まで(必着)
★問合せ先 国民健康保険病院 総務係 ☎64・3036

○保健師
★職種 保健師
★募集人数 1名
(昭和55年4月2日以降に生まれた方)
★資格 普通自動車運転免許を保持
●保健師資格を有する方又は令和3年3月31日までに保健師資格を所得見込みの方
★受付期間 11月30日(月)まで(必着)
★問合せ先 総務政策課総務係 ☎64・3311

○土木技術職員
★職種 土木技師
★募集人数 1名
(昭和60年4月2日以降に生まれた方)
★資格 普通自動車運転免許を保持
●土木の学科又はこれに類する学科を履修し卒業し、土木・上水道・下水道のいずれかの工事の設計・施工に関する実務経験があること
★受付期間 11月30日(月)まで(必着)
★問合せ先 総務政策課総務係 ☎64・3311

○社会福祉士
★職種 社会福祉士
★募集人数 1名
★資格 普通自動車運転免許を保持
●社会福祉士資格を有する方
★受付期間 11月30日(月)まで(必着)
★問合せ先 総務政策課総務係 ☎64・3311

郷土学講座のお知らせ

あつさぶ文化遺産調査プロジェクト主催の郷土学講座が開催されます。今回は「松前藩の光と闇〜正義隊クーデターに秘められた謎〜」をテーマに講演します。

★日時 11月10日(火) 18時30分から1時間
★場所 町民交流センターあゆみ交流ホール
★問合せ先 あつさぶ文化遺産調査プロジェクト事務局 石井 淳平 ☎080・6094・843

もの居場所づくりに取り組む実践報告等を予定しています。

◆研修会問合せ先
ワーカーズコップ 今井
☎070・1263
・0343
(定員は20名。事前申込。参加料無料)

ひやまshowがいウィーク2020を開催!
★問合せ先 檜山振興局では、働く障がい者や障がいを知ってもらうため、11月2日(月)から6日(金)の間、『ひやまshowがいウィーク2020』を開催します。

〔日程・場所〕
★2日(月) 乙部町役場
★4日(水) 厚沢部町役場
★5日(木) 檜山振興局
★6日(金) 江差町役場

◆障がいのある方が作った授産製品販売(2日を除く)
◆障がいを知ってもらうためのパネル展

★問合せ先 檜山振興局保健環境部社会福祉課 (☎52・6651)

ひとづくりセミナーのお知らせ

檜山振興局では、檜山地域関係人口創出事業として「ひとづくりセミナー」を開催します。

●日時 11月19日(木) 18時30分から
●場所 江差町役場1階 保健センター
●講師 株式会社 天塩の國 取締役 吉光 和敏氏
●内容 地域商社を起業した経緯や経営上の工夫、地域活性化の取組について

★問合せ先 檜山振興局地域創生部 地域政策課 (☎52・6481)

★★★南部松山清掃センターからのお知らせ★★★
11月28日(土)は休日のため当施設へのごみの搬入はできません。ごみ収集カレンダーにも掲載しておりますので、ご確認ください。
【問合せ先: 南部松山清掃センター (☎53-6301)】

