

広報

# まことだ

令和2年

8

No. 612

「おひめ」と「ひまわり」におねがい！

7月7日につくし保育園で七夕集会が行われ、色とりどりの短冊に園児たちが願いの事を書いて飾ったほか、「七夕飾り競争」や「織姫と彦星の人形劇」など、七夕にちなんだゲームを楽しみました。

# 妊婦さんの苦勞を実感！

## 赤ちゃんのためにおもちゃ作り！

六月十八日、乙部中学校の三年生を対象に、妊婦体験と赤ちゃんが遊ぶおもちゃの手作り教室が行われました。

今年、新型コロナウイルス感染症予防のため、例年行っている赤ちゃんや妊婦さんとのふれあい教室を中止して行いました。

妊婦体験では、赤ちゃんの抱き方などを人形で体験したほか、妊婦さんが日頃苦勞している体を起こすことや階段昇降などを妊婦さんの体型を模した装具を身につけて実際に体験しました。

手作りおもちゃ教室では、赤ちゃんが安全で楽しく遊べるおもちゃを四種類用意し、生徒たちのアレンジを加えながら丁寧に作りました。

七月一日には、たんぼぼくラブなどの赤ちゃんの集まりで実際に生徒たちが作ったおもちゃで遊び、とても喜ばれていました。



妊婦の気持ちを体験中



手作りおもちゃで遊ぶ赤ちゃん



赤ちゃんのためにおもちゃを作成中



# 憧れの白バイで 交通ルールのお勉強！

## 夏の全国交通安全運動

七月十三日から二十二日までの「夏の全国交通安全運動」の一環として、七月十五日に乙部小学校の一・二年生を対象に交通安全教室が行われました。

この運動は、本格的な夏を迎え、レジャー等で車やバイクの交通量が増えるなか、悲惨な事故を防ぐために、スピードを落とすなどの安全運転や飲酒運転の根絶などを呼びかける運動です。

当日は、江差警察署菊地仁

希交通課長から、交通ルールや自転車に乗るときの注意事項などを、実際にパトカーや白バイを使って説明し、児童たちは事故に遭わないために大切なことを学びました。

説明の後には、日頃乗ることのできない憧れの白バイやパトカーへの体験乗車が行われ、児童たちは「かっこいい！」「警察官になりたい！」など、嬉しそうに友達と話していました。

# 社会を明るく、青少年を非行・被害から守る運動に取り組みます！

## 内閣総理大臣・北海道知事メッセージ伝達式

七月二日に「第七十回社会

を明るくする運動」内閣総理大臣メッセージと「青少年の非行・被害防止道民総ぐるみ運動」北海道知事メッセージの伝達式が行われ、函館保護観察所や檜山振興局保健環境部環境生活課、乙部町保護司会が参加しました。

この運動は、全ての国民が犯罪や非行の防止、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運

動です。

内閣総理大臣メッセージは「犯罪や非行防止から立ち直ろうとする人たちを再び地域の輪に迎え入れ、責任ある社会の一員として活躍できる社会を構築できるよう御協力をお願いします。」と、北海道知事メッセージは「将来を担う青少年が豊かな人間性を培い、心身ともに健やかに成長できるように、SNS利用による被害や不良行為及び非行の防止などを重点課題として

取り組みます。」との内容で、それぞれ読み上げて町長に伝達しました。



# 美しい街並みは一人ひとりの心がけから 本町地区の粗大ゴミ回収

七月十二日に、新型コロナウイルス感染症の影響で延期していた本町地区の粗大ゴミ回収が行われ、家庭から持ち込まれた約五千二百十キログラムのゴミを回収処理しました。

例年、自然を守り、清潔で美しい町づくりを目指して行われる「春のクリーン作戦」が中止され、町内の清掃活動

が行われませんでした。

この事から、今年は景観を守るために、不法投棄は絶対に行わず、空き缶などのゴミのポイ捨てもしないよう一人ひとりが意識することが求められます。

また、十月頃には「秋のクリーン作戦」と、今回実施していない地区の粗大ゴミ回収を行う予定です。乙部町の美



しい景観を次世代に残すために、町民皆さんの意識の高まりが期待されます。

# 乙部町健康増進計画

みんなであつこう すこやか・乙部

すこやかやかとのおど

すこやかな地域づくりは、あいさつ・声掛けからここちよい目覚め、笑顔で1日、こころにゆとりやってみよう、ウエストチェックと体重チェック家族そろってフッ素とフロス、歯科検診おいしく、うす味、バランスよい食事とりいれよう、健康診断、がん検診  
便利な車はひかえめに、歩いて体を動かそう

## 「乙部町健康増進計画」は町民みんなの健康づくり計画です

「乙部町健康増進計画」は、町民のみなさんへの健康づくりの提案、行政・関係団体で行うサポートと、自治会、乙部町民健康づくり推進協議会等が連携協力して推進する活動をまとめています。

### 3つの重点的な取り組みは健康づくりの基本です

#### (取り組み1) 体を動かして健康づくり

乙部町民は運動習慣のない人が多いです。運動は生活習慣病の予防、介護予防のために是非生活に取り入れて下さい。まずは今より「プラス10分」体を動かしましょう。

#### (取り組み2) 食事のうす味の推進

乙部町民は、食事で摂る食塩、砂糖の摂取量が多い傾向があります。肥満、高血圧、高血糖の原因となります。自分の食事を

#### (取り組み3) 見直してみましよう。 支え合いによる

地域のつながり強化 乙部町民は人とのつながりが希薄になりやすい現状があります。感染症予防も大事な時期であり、つながりが持ちにくいですが、適切な対応を行い、心の距離は離れすぎないようにしたいですね。



(3) 5年に一度、全国的に行われる「国勢調査」が令和2年10月1日を基準日として行われます。

# 地域おこし協力隊だより

No.72

こんにちは。まだまだコロナウイルス感染拡大に関するニュースが途切れることはありません。この状況に慣れてしまい、つい油断しがちになってしまいますが、長期化している今、以前と全く同じ生活に戻ることは当分先になるのかもしれない。ただ、自分自身で注意・予防はできますので国が示した新しい生活様式を心掛けて、新しい日常生活を作っていきたいと思っています。

えました。

例えば、泰安丸直売所からは「煮たこ」、町中漁業部からは「活ホタテ」、富岡の美しい圃場で栽培されている葡萄が原料の「乙部醸造」、毎年春に好評なアスパラですが今年から「夏芽」も登録しました。

乙部町には、まだまだ魅力的なものがたくさんあります。当たり前を感じる「こと」「もの」を再発見できないかと、いつもキョロキョロして写真を撮りまくっている人がいたら私かもしれません。その時は、気軽に声を掛けてくださると嬉しいです。

もう一つ担当している「バリアフリー移住体験住宅」ですが、やはりコロナウイルス感染拡大の影響でキャンセルが相次ぎました。皆さん揃って「乙部の人に迷惑を掛けたくないけれど、またチャンスがあれば是非行きたいと思います」と仰っているのが印象的でした。

乙部町をもっと多くの方に知ってもらい、応援していただけたら本当に嬉しいことです。そして、ご自宅でも乙部の美味しい物を楽しんで、さらに興味を持っていただければと思っています。

そのためにも、たくさんの方々に協力していただき、今はお礼の品の新規登録を拡大中です。現時点では前回お伝えした時から二十品目ほど増

しやる方に共通していることは、北海道が好きということだと思います。早く安心して観光していただける様になってほしいと願っています。

今回、初めて乙部町に来たというご夫婦がいました。来町当日から町内で温泉や食事を楽しみ、乙部の絶景を見て回るなど、積極的に乙部町を楽しまれている姿を間近で拝見することができ、とても有難いことだと思いました。

因みに、ご夫婦は知人の方に紹介されて乙部町を知ったそうです。こうやって少しずつ口コミでも広がっていることも嬉しいことだと思います。

移住体験住宅は、これから本格的に稼働していきます。来た方に気持ちよく利用していただき、少しでも乙部町を楽しんでいただけるように、感染予防を重点にしっかりと準備をしていきます。

こちらもこのような状況ですが、今年も移住体験住宅は稼働し始めています。いらっ

地域おこし協力隊  
菊地 千尋

# 法テラス江差より

## 「新しい「業務」様式」

新型コロナウイルス問題は全国的にはまだまだ落ち着きを見せず、日常生活では「新しい生活様式」が求められています。私たち弁護士も「新しい「業務」様式」を考

える必要に迫られました。これまでには必要に応じてお客様と直接面談するのが当然で「直接お会いする」ことが体がむしろ誠実さの現れ、という感覚が無意識のうちにあった気がします。しかし突然それが当たり前ではない時代になり、弁護士業界でもここ数か月、電話やインターネットを活用した仕事の方法が急ピッチで工夫されています。

もっとも、弁護士は単に「法律の知識を話すだけの人」ではありません。私たちは、面談相手の何気ない表情やしぐさなどからでも、その方の理解度や満足度を推察し、説明の言葉遣いや内容の詳しさを、話すスピード等を微調整しています。また「ご希望に沿うのは難しい」などマインナ方向の回答となってしまう場合には、やっぱり直接向き合ってお伝えした方が、お客様の心のありようも違ってくるんじゃないかな」と考えたりもします。

このように直接お会いしてこそそのメリットもある一方で、新型コロナウイルス問題は生命に関わる重大事ですから「仕事がやりやすい」というだけの理由で無責任なことはできません。当事務所でも、所員のマスク着用・受付や面談室に飛沫防止用アクリル板を設置・手指消毒用アルコールを入口に設置したり等のできる限りの対応をして、面談実施時の感染リスク低減に努めています。

「様式」が新しくなっていくとしても、地域における私たち弁護士の存在意義そのものは変わらないはずだと信じています。お困りごとがあれば、以前と変わらずぜひ当事務所をご利用いただければ幸いです。なお、もし面談時の感染リスク等でご不安なことがありましたら、できるだけ善処いたしますので、ご遠慮なさらず、ご予約の電話の際にお申し出ください！

ご相談のご予約は 050-133833-5563 までお願いいたします。  
(法テラス江差 弁護士 森脇 崇)

# 渡島・檜山管内町職員採用資格試験の受験者を募集します

## 1 受験資格（上級、初級とも学歴は問いません）

試験区分	受験資格
上級	平成2年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方
初級	平成11年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方

※ 日本国籍を有しない方又は地方公務員法第16条各号に該当する方は受験できません。

## 2 受付期間及び申込方法

受付期間	令和2年7月20日（月）～8月31日（月）まで受け付けます。 （受付時間は9時から17時 土曜日、日曜日、祝日は受け付けません）
申込方法	申込書に所定事項を記入のうえ、渡島・檜山管内各町役場総務担当課又は渡島・檜山町村会事務局に提出してください。

## 3 試験の日時、場所及び合格発表

試験	日時等	日時	地区	場所		合格発表
				試験地	試験会場	
第1次試験	10月18日（日） 8:50(着席)	渡島	森町（上級）	森町公民館	11月中旬 渡島・檜山管内各町役場及び、渡島・檜山合同庁舎に掲示（受験番号のみ）するほか、合格者には（封書）で通知します。	
			七飯町（初級）	大中山コモン		
			乙部町（初級・上級共通）	乙部町民会館		
第2次試験	採用予定町より第1次試験の合格者に通知します。				採用町より直接合格者へ通知	

※ 詳しくは乙部町HPをご覧ください。乙部町役場総務課（62-2311）又は渡島・檜山町村会事務局（渡島：0138-47-9223、檜山：52-3544）までお問い合わせください。

# 令和3年度（4月）消防職員を募集します

## 1) 採用予定人員及び受験資格要件

職種	一般消防士	
採用予定消防署	乙部消防署 1名	奥尻消防署 1名
年齢条件	平成9年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方	平成6年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方
資格要件	○乙部消防署・奥尻消防署 ・普通自動車運転免許第1種（MT）取得者もしくは採用時まで取得見込み者	
身体的条件	○おおむね身長165cm以上、体重52kg以上 ○視力両眼（矯正視力を含む）で0.7以上、かつ一眼でそれぞれ0.3以上で色覚正常で心身健全な方	
欠格事項	○日本国籍を有しない者 ○地方公務員法第16条の各号のいずれかに該当する者	

採用予定年月日 令和3年4月1日

2) 申込期間 令和2年8月3日（月）午前9時00分から令和2年8月17日（月）午後5時00分まで  
※郵送の場合も8月17日（月）まで申込先必着とします。

3) 申込先 1. 檜山広域行政組合消防本部  
〒043-0052 檜山郡江差町字茂尻町96番地（TEL 52-3026）  
2. 乙部消防署  
〒043-0103 爾志郡乙部町字緑町180-14（TEL 62-2114）  
奥尻消防署  
〒043-1401 奥尻郡奥尻町奥尻429番地（TEL 72-2047）

※詳しい試験内容や申込方法等については、各消防署へ問い合わせ下さい。



こんにちは 保健師です。突然ですが質問です！

Q. どちらが血糖値が高めの人におすすめでしょうか？

- ①スパゲティ & サラダ
- ②おにぎり 1個 & 唐揚げ & サラダ



どっちなかな・・・？（答えはこのページの下欄）  
でも、いきなり血糖値の質問なんてどうしてするの？



それは、無症状のうちに予防と、早めの対策をとってほしいからです。  
乙部町は、甘辛い味付けを好む人が多く、間食に甘い物を食べたり飲んだりして肥満となり、**30歳代から糖尿病・高血圧**になる人が多いという特徴があるんですよ。（ホームページのデータヘルス計画・乙部町健康増進計画に詳しく掲載）



え！そうなの！？でも、今、自分の体がどんな状態なのか、そんな危険が本当にあるかはわからないよね？



**1年に1度の健康診断**を受けると自分の身体を知ることができます。  
病気になる前に、健診でその兆候に気づくことができれば、普段の生活で心がける事を知るきっかけになりますよ。



健診結果を具体的にどう生活に活かせばいいか、保健師と一緒に考えてもらってもいいよね。まずは、健診を受けることからだね。



## 特定健診・がん検診・各種検査

令和2年

9月6日(日) 町民会館 (受付6時～12時)

9月7日(月) 栄浜ふれあいセンター (受付6時～7時)

元和交遊館 (受付8時～11時)

締切り：

8/24まで

または、乙部町国保病院でも、月～木曜日 午前8時より健診を実施中\*

\*胃がん検診は実施していません。  
申し込みは2週間前までにお願いします。

	特定健診	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	胃がんリスク検診(ABC検診)	エキノкокス症検査	肝炎ウイルス検査	骨粗しょう症検査
64歳未満	800円	1,200円	400円	400円	1,450円	1,500円	300円	300円	他の検診と合わせた場合：800円
65歳以上	400円	600円	300円	300円	(50歳以上対象)				骨粗しょう症のみの場合：2,100円

健診のお申し込みは、役場 町民課 保健衛生係まで 電話：62-2858

質問の答え：② パスタ、チキーン、ラーメンなどの穀類は糖質が多いため、②の方が糖質の量を抑え栄養バランスを整えやすい



# 8月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	1
小・中学校夏休み（～8月17日）						
2 休日当番医 道立江差病院	3 可燃ごみ ②地区 サロン「とよはな」 (豊セ 午後1時～)	4 可燃ごみ ①地区 健康相談 (希望 午後1時30分～)	5 不燃ごみ ②地区 たんぽぽクラブ (緑寿 午前10時～) お達者びんしゃん教室 (交流 午前10時～)	6 可燃ごみ ②地区 ヒブワクチン予防接種 (町館 午後1時～) 小児肺炎球菌ワクチン予防接種 (町館 午後1時～) 日本脳炎ワクチン (町館 午後1時～) 二種混合ワクチン (町館 午後1時～) 健康相談 (三愛 午前9時～) 健康相談 (三セ 午前9時40分～)	7 可燃ごみ ①地区	8 温泉入浴バス 豊浜～鳥山コース は連休となります
小・中学校夏休み（～8月17日）						
9 休日当番医 上ノ国診療所	10 休日当番医 勤医協診療所	11 可燃ごみ ①地区	12 不燃ごみ ①地区	13 可燃ごみ ②地区	14 可燃ごみ ①地区 大人のつどい (町館 午前10時45分～)	15 温泉入浴バス 姫川方面コース は連休となります
小・中学校夏休み（～8月17日）						
16 休日当番医 佐々木病院	17 可燃ごみ ②地区	18 可燃ごみ ①地区 こころの健康相談 (江保 午後2時～) 姫川おしゃべりサロン (姫ふ 午後1時～) 各小中学校始業式	19 不燃ごみ ②地区 男のお達者教室 (交流 午後1時30分～)	20 可燃ごみ ②地区	21 可燃ごみ ①地区 すくすく広場・ たんぽぽクラブ 合同 (緑寿 午前9時30分～)	22 温泉入浴バス 豊浜～鳥山コース (花磯 (花磯バス停) 午後1時15分～) 南部檜山清掃センター は機械点検整備のため 休業となります
小・中学校夏休み						
23 休日当番医 道立江差病院	24 可燃ごみ ②地区	25 可燃ごみ ①地区	26 不燃ごみ ①地区 B型肝炎ワクチン (町館 午後1時～) 四種混合ワクチン (町館 午後1時～) BCGワクチン (町館 午後1時～) お達者びんしゃん教室 (交流 午前10時～)	27 可燃ごみ ②地区	28 可燃ごみ ①地区	29
30 休日当番医 乙部町国保病院 函館バス通学定期券 販売・相談会 (創生 午前10時～)	31 可燃ごみ ②地区 5歳児健診 (町館 午後0時40分～)	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5

ごみ収集の略称 ①地区・・・滝瀬、元町1、元町2、緑町1、緑町2  
②地区・・・豊浜、花磯、潮見、三ツ谷、元和、栄浜、鳥山、館浦、温泉団地、富岡、千岱野、姫川、旭岱

会場・場所略称	(町館) 町民会館	(三愛) 三ツ谷愛郷会館	(希望) 潮見希望館
	(豊セ) とよはま地区センター	(三セ) 三ツ谷ふれあいセンター	(創生) おとべ創生株式会社
	(交流) 生きがい交流センター	(緑寿) 緑町寿の家	
	(江保) 江差保健所	(姫ふ) 姫川ふれあいセンター	

[7] 《夜間(時間外)の受診について》 時間外については、事前に連絡の上、乙部町国保病院を受診してください。なお、日曜・祝日の午前9時～午後5時においては、上記休日当番医を受診してください。

# 教育委員会だより

明るく元気で豊かなふるさとづくり

第365号

## 縄文風土器をつくる

### 公民館 ドキッ土器つ縄文体験事業

七月十八・十九日の両日、公民館主催事業として「ドキッ土器つ縄文体験事業」が行われ、町内の小学生四・六年生十名が参加しました。



乙部町内には、七千年から二千年前の縄文時代の間、海岸沿いを中心に人々が生活していた遺跡が残っており、三内丸山（青森市）や大船（旧

南茅部町）などの遺跡だけではなく、乙部でも身近に感じられます。

一日目は、公民館藤田巧学芸員が公民館郷土資料室で縄文土器の説明をし、展示されている土器は北海道で最大であり、国内でも最大級であることを話すと、子どもたちは驚いていました。

土器の説明を受けた後は、教育委員会田澤利行学校教育指導主事が講師となり、子どもたちに土器のつくりかたを指導しました。



工程を説明後、町内で採取した粘土をろくろに載せ、形をととのえました。

子どもたちは、初めての体験で悪戦苦闘していましたが、徐々に感覚を覚えていく様子でした。

一人二個ずつ作成し一日目の作業を終了しました。

二日目は、できた土器に紋様を入れる作業を行い、子どもたちは、ロープ（縄文）や竹の枝などを使い、思い思いにデザインをしていました。



なお、作成した土器は乾燥作業を経て、八月六日に野焼きを行い完成する予定となっています。

## 7・8月は 早寝早起き朝ごはん 運動期間です

7月～8月は、子どもたちの生活リズムの向上を目的とした「早寝早起き朝ごはん」運動啓発強化期間です。

夏休み中は生活リズムが乱れがちです。

子どもたちの健全育成を図る道民運動として、家庭や学校・地域において「早寝早起き朝ごはん」運動に積極的に取り組みましょう。



# 「戦後75年・町制施行55周年記念パネル展」を 開催します

今年は、第2次世界大戦の終戦から75年、乙部が村から町になって55年の年となります。

この2つをキーワードに、町であった出来事の中からあまり知られていない事や忘れてはいけ  
ない事件など3件について調べました。

「米軍飛行機不時着事件」では、13人の米軍人たちを勇敢に助けた5人の漁師たちのほか、町の  
人たちもみんな協力して事後の処理にあたったことが、当時の新聞紙面などを通してわかりまし  
た。

「豊浜トンネル山津波事故」は、死者11人、行方不明者3人、重軽傷者14人の大惨事でありました。  
そして、村から町になった時を記念して作られた乙部音頭を歌ったのは誰なのかを調べました。  
次のとおり町内の3か所でパネル展を開催します。

## ○米軍飛行機不時着事件

と き 8月1日(土)~31日(月) 8:30~17:15(土日は10:00~17:00)  
ところ 乙部町公民館

## ○豊浜トンネル山津波事故

と き 8月3日(月)~31日(月) 9:00~17:00(平日のみ)  
ところ 豊浜郵便局

## ○乙部音頭はこうして誕生した

と き 8月3日(月)~31日(月) 9:00~15:00(平日のみ)  
ところ 道南うみ街信用金庫乙部支店

## 図書室の新刊おすすめ紹介

感染症予防・対策のため、ご来館の際はマスクの着用をお願いします。

### 【一般向け】

- 流浪の月 (風良 ゆう)
- 縄文 (真梨 幸子)
- 生かさず、殺さず (久坂部 羊)
- 僕の涙がいつか桜の雨になる (犀川 みい)
- 結婚させる家 (桂 望実)
- おっばい先生 (泉 ゆたか)
- ひとりで生きていく (ヒロシ)
- 高血圧の献立 (オレンジページ)
- 「やせ玉」腸活ダイエット (加勢田千尋)
- 野菜が長持ち&使い切るコツ、教えます! (島本美由紀)
- 家族じまい (桜木 紫乃)
- 熱中症撃退レシピ (マキノ出版)
- M 愛すべき人がいて (小松 成美)
- 恋を知らぬまま死んでゆく (捺)
- 君たちにサンタ来ない (朝田 寅介)
- いちねんかん (島中 恵)
- おいしくて泣くとき (森沢 明夫)
- 一生お金を困らない! 貯め方・増やし方 (飯村 久美)

### 【児童・幼児向け】

- 鬼滅の刃 ノベライズ (吾峠呼世晴)
- 海の工作図鑑 (岩藤しおい)
- 恐竜のサイエンス (藤子・F・不二雄)
- わにくんのだめだめきゅうり (すみくらともこ)
- つるつるプール (えぐちよしこ)
- あさごはんなーに? (しまだともみ)
- うどんできた! (加藤 休ミ)
- おかたづけ (うえだしげこ)
- ルドルフとノラねこブッチー (斉藤 洋)
- ガリガリ君ができるまで (岩貞るみこ)
- 税金のちしき (泉 美智子)
- あかいしろくま (柴田ケイコ)
- うれしいほんおどり (すとうあさえ)
- おすしときどきおに (くさなり)

図書のリクエストを  
お待ちしております。



**運転免許証の更新  
お済みですか**

八月の運転免許更新時講習の日程は、次のとおりです。

▽8月6日(木)

江差町文化会館

優良運転者講習 午後1時

一般運転者講習 午後2時

初回運転者講習 午後3時45分

▽8月20日(木)

江差町文化会館

優良運転者講習 午後1時

違反運転者講習 午後2時15分

**お知らせ**

## 自衛官等採用試験案内

自衛隊では、次の表により、自衛官等の採用試験を予定しております。

募集種目		資格	受付期間等	試験期日
自衛官候補生 (陸・海・空)		※18歳～32歳	年間を通じて行っています。	
一般曹候補生 (陸・海・空)			7/1(水)～ 9/10(木)	1次: 9/18(金)～9/20(日) (いずれか1日) 2次: 10/10(土)～10/12(月) (いずれか1日)
航空学生 (海・空)				1次: 9/22(火) 2次: 10/17(土)～10/22(木) (いずれか1日) 3次: 2次試験合格後に通知
防衛 大学 校	一般試験 (推薦等の試験 もあります。)	※18歳～20歳	7/1(水)～ 10/22(木)	1次: 11/7(土)～11/8(日) 2次: 12/8(火)～12/12(土) (いずれか1日)
防衛 医科 大学 校	医学科		7/1(水)～ 10/7(水)	1次: 10/24(土)～10/25(日) 2次: 12/9(水)～12/11(金) (いずれか1日又は2日)
	看護学科		7/1(水)～ 10/1(水)	1次: 10/17(土) 2次: 11/28(土)～11/29(日) (いずれか1日)

※令和3年4月1日現在の年齢

- 1 詳細は、自衛隊江差地域事務所 (TEL: 52-2476、E-mail: hakodate.pco-esashi@rct.gsdf.mod.go.jp) へお問い合わせください。
- 2 インターネットを使用した応募もできます。(「自衛官インターネット応募サイト」を検索)

## 【協会けんぽ北海道支部からのお知らせ】

### ・ジェネリック医薬品にかえてみませんか？

協会けんぽ北海道支部では、加入者の皆さまのお薬代の負担軽減や健康保険財政の改善につながり、今後の医療費や保険料率の伸びが抑えられることから、「ジェネリック医薬品」の利用を推進しております。かかりつけの医師・薬剤師へジェネリック医薬品の処方についてご相談してみましよう。

### ・禁煙・分煙の取り組みについて

協会けんぽ北海道支部では、禁煙啓発活動を通じて加入者の皆さまの健康を守る、様々な取り組みを行っております。ぜひホームページをご覧ください。

【お問い合わせ先】全国健康保険協会(協会けんぽ)北海道支部 011-726-0352 (代表)

8月は北方領土返還要求運動強調月間です。

# ねんきんの窓

## 20歳になったら国民年金

国民年金は、やがて訪れる長い老後や、いざという時の生活に備え、現役世代みんなで保険料を出し合い、お互いを支え合う制度です。

20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう！

### 【国民年金の加入手続きは、どこで行えばいいの？】

国民年金の加入手続きは、お住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所で行ってください。

### 【毎月の保険料はいくら？】

国民年金の保険料（定額）は、月額16,540円です。なお、保険料をまとめて前払いすることにより割引される前納制度もあります。また、定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納付されると、将来、老齢基礎年金に加えて付加年金が支給されます。

### 【口座振替が便利でお得！】

口座振替は、金融機関等の窓口での現金納付に比べて便利でお得です。口座振替には、毎月の保険料が翌月末に引落しされる翌月末振替と、毎月の保険料がその月の月末に引落しされる当月末振替（早割）があります。早割は月額50円が割引されます。口座振替で前納制度をご利用される場合は、現金での前納に比べてさらに割引額が高くなります。

### 【毎月16,540円は払えない・・・そんなときはどうすればいいの？】

20歳になり、所得が少なく保険料を納めることが困難な方については、納付猶予制度や学生納付特例制度などの保険料の納付が猶予または免除される制度があります。

手続きはお住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所で行ってください。

◆お問い合わせ先・・・町民課年金係（電話62-2855）◆

### 人権擁護委員会をご紹介します

令和二年七月一日付けで、阿部優子氏（緑町）が新たに委嘱され、笠原佳子氏（緑町）永井悟氏（緑町）と合わせて三人の人権擁護委員が委嘱されています。

人権擁護委員は、法務局職員とともに、地域の中で人権思想を広め、人権相談を受けたり人権の考え方を広める活動をしています。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

## 道立江差病院からお知らせ

### 外来診療体制 8月の診療予定です

### 日本整形外科学会専門医 神原先生「膝の話」②

診療科、曜日によって担当医が変わります御確認下さい。

整形外科	午前 月から金曜日（午前11時までの受付）
循環器内科	午前 月から金曜日 午後 月と金曜日
総合診療内科 （消化器内科も併せて診療します）	午前 月・火・水・金曜日（午前11時までの受付） （なお、月曜日は午前10時から診察） 午後 金曜日 ※金曜日は、出張医師対応のため、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となっております。
消化器内科 （札幌大派遣医）	（初診及び再診）24日（月）の午後 （再診のみ）※完全予約制 午前10時まで受付 11日（火）・25日（火） 午前11時まで受付 3日（月）・17日（月）・31日（月）
呼吸器内科	午前 金曜日 午後 木曜日
神経内科	午前 14日（金）・28日（金）
総合診療（外科）	午前 火から木曜日
外科	午前 14日（金）・28日（金）（午前11時までの受付）
小児科	午前 月から金曜日 午後 火と木曜日（午後3時～午後4時の受付）
泌尿器科	午前 月から金曜日 午後 木曜日
精神科	午前 月から金曜日（初診は完全予約制）
産婦人科	午前 月と火曜日、祭日のため12日（水） 午後 月曜日
耳鼻咽喉科	午前 4日（火）・5日（水）・12日（水）・13日（木）・18日（火）・19日（水） 26日（水）・27日（木）（午前11時までの受付） 午後 12日（水）・26日（水）
眼科	午前 13日（木）・27日（木）（予約以外の初診受付11時まで） 午後 5日（水）・19日（水）・26日（水） コンタクトレンズを希望する患者様へ 当院で以前調整した患者様のみ対応いたします。
皮膚科	午前 火曜日

診療日は予定であり変更になる場合もあります。事前に病院にご確認の上、受診してください。

#### ※診療受付時間

午前・・・8時00分～11時30分（初診の方は、9時00分～）  
午後・・・1時00分～2時30分  
予約受付時間（定期患者のみ）午後・・・1時00分～4時00分

### ・変形性膝関節症について

若い時には、やわらかく、なめらかだったはずの軟骨も、加齢によりだんだん硬くなり、クッション効果が失われてしまうことがあります。ひどい場合には軟骨が擦り減って、骨どうしがこすれて痛みを生じます。これが変形性膝関節症です。一般的に女性の方が多くとされ、50歳前後から増加し、70歳代後半がピークです。

治療は、薬や注射、リハビリなどを行います。症状がひどい場合には、人工膝関節を使用します。

### 人工膝関節とは？

人工膝関節の材料は、特殊な金属やポリエチレンなどでできています。

使用すると次のようなメリットがあります。

#### 【人工膝関節のメリット】

- ・痛みがなくなり、快適な生活が送れるようになります。
- ・高度なO脚やX脚などの変形が改善されます。

#### 【人工膝関節の役割】

- ・膝の痛みを取り除く、やわらげる
- ・膝の痛みや変形の為に、しにくかった膝の曲げ伸ばしも可能になる
- ・体重の支え、患部以外の関節への負担を軽減する

当院では専門の医師が患者様の状態や希望に沿った治療の提案が可能です。膝の痛みでお悩みの方は一度受診していただくことをお勧めします。



### ☆☆☆ 禁煙外来のお知らせ ☆☆☆

当院では、禁煙外来を行うこととしましたので、これを機に禁煙治療を試みませんか。なお、受診を希望する方は予約が必要ですので、事前にご相談願います。電話52-0036（内科外来まで）

# 乙部町国民健康保険病院 8月外来診療日程表

診療受付時間 午前 8:30～11:00  
午後 1:00～ 3:00

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
午前			横田	横田	村瀬	横田	村瀬			山	横田	奈良	横田	横田			横田	横田	村瀬	横田	村瀬	伊藤		横田	横田	奈良	横田	横田		休	横田
			伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤			の	伊藤	伊藤	伊藤	奈良			伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤		伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	奈良	横田		日	伊藤
午後			伊藤	村瀬	横田	村瀬	伊藤			日	奈良	横田	奈良	横田			伊藤	横田	横田	村瀬	伊藤			横田	伊藤	横田	奈良	横田		伊藤	伊藤

※診療体制は変更になる場合があります。予め御了承ください。  
※診療時間外・夜間等の受診は、救急医療体制を支えている医師・看護師の負担が増加します。地域の救急医療体制を維持するためにも、可能な限り通常の診療時間内に受診いただきたくなど、適正受診にご協力をお願いいたします。

## 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した場合、各種保険料が減免となります。

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、次の要件を満たす方は国民健康保険税・介護保険料がそれぞれ減免となります。

### ●減免となる要件

#### ★全額免除となる場合

新型コロナウイルス感染症により死亡または重篤な傷病を負った方。

#### ★一部免除となる場合

①主たる生計維持者の令和2年中の収入が前年比の十分の三以上減少する見込みであること。  
②収入減少が見込まれる本業以外の令和元年中の所得の合計が400万円以下。  
③令和元年中の所得の合計が1000万円以下。

※国民健康保険税については、①～③のすべてが減免要件となりますが、介護保険料については①及び②の要件において減免となります。

●減免の対象となる保険料  
減免の対象となるのは令和元年度分及び令和2年度分の国民健康保険税及び介護保険料であって、普通徴収の方法によって徴収する納期又は特別徴収の方法によって徴収する日が令和2年2月1日から令和3年3月31日までの間にあるものについて適用となります。

◎ご自身が減免対象となるかについては  
・国民健康保険税は 税務課 ☎62-2277  
・介護保険料は 町民課介護保険係 ☎62-2857

※なお、後期高齢者医療保険料についても減免がありますが、そちらについては納税通知書に同封しているリーフレットをご覧ください。

### 8月31日は「個人事業税」第1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、納税には便利な口座振替をご利用ください。

【お問い合わせ先】 檜山振興局税務課  
課税に関すること 52-6472  
納税に関すること 52-6473

### よろこびかなしみ

6月15日～7月14日  
ごげっこん おめでとー  
森下 陸さん(兵庫県)  
田中美香さん(緑町)

### おくやみ 申し上げます

山崎 俊昭さん(79歳)元和  
島山キミエさん(83歳)元和  
祝田 松利さん(94歳)元和  
森 義仁さん(58歳)鳥山

※この欄に掲載を希望しない方は、届出の際窓口へお申し出ください。

### 町の人口

= 6月末現在 =

世帯数	1,856 (-2) (-4)
人口	3,554 (-3) (-23)
男	1,621 (-4) (-16)
女	1,933 (+1) (-7)

( ) 内は前月との比較増減  
< > 内は3月末からの累計増減

## 広報 おとべ

令和2年8月1日発行 (第612号)  
編集・発行 乙部町総務課企画係  
〒043-0103 北海道乙部町字緑町388  
(TEL) 0139-62-2311 (FAX) 0139-62-2939  
ホームページ <http://www.town.otobe.lg.jp>

### 編集後記

だんだんと暑くなり、お酒が美味しい季節になってきました。私もお酒は好きですが、飲酒運転は絶対に許されることではありません。周りに迷惑をかけないように、節度を守って楽しく飲みましょう。(S.T)

### 善意に感謝します

ふるさと寄附として  
原田 勝郎さん(栃木県) 二十六万円  
K・Hさん(神奈川県) 二万三千元

※氏名は本名及び通称により掲載しております。  
あたたかいご寄附ありがとうございました。

間伐で未来につなぐ北の森  
この用紙は、原材料の一部に道産間伐材を使用しております。

8月は「道町民税(第2期)と国民健康保険税(第2期)の納期限」です。 [12]