

カンガルースクール「磯カニ釣り」のお知らせ

糸にエサをくくりつけて岩場に隠れている磯カニを釣り上げます。
 たくさんの日ざしを浴びながら、家族でのんびりと過ごしてみたいか
 いかがでしょうか？

- 日時 7月15日(月) 10:00~12:00
- 場所 とままえ未来港公園 駐車場集合
- 対象 3歳以上の未就学児と親子(保護者)
- 持ち物 着替え・水筒・タオル・飼育ケース・サンダル
- 申込み 7月8日(月)までに、苫前町公民館へお申し込み下さい。



「ノルディックウォーキング用ポール」の貸し出しをしています



体力に自信のない方、足腰に痛みがある方も2本のポールを持つことで(4本足になり)、楽に歩行ができるノルディックウォーキング用ポールを貸し出ししています。ぜひ一度体験してみませんか!?



貸出場所：苫前町公民館、福祉センター(各施設10本あります)
 (北海道健康づくり財団「すこやかロード事業」)

苫前町スポーツセンター等利用割当(10月末まで)が決まりましたのでお知らせします



施設名	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
スポーツセンター(Aコート)北側	休館日	13:00~17:30 一般開放	13:00~17:30 一般開放	13:00~19:00 一般開放	13:00~17:30 一般開放	9:00~19:00 一般開放	9:00~17:00 一般開放 (夜間休館)	
		17:30~19:30 古丹別剣道少年団	17:30~19:30 古丹別剣道少年団	19:00~21:00 テニス愛好会	17:30~19:30 古丹別剣道少年団	19:00~21:00 ミニバレー愛好会		19:00~21:00 フットサル
		19:30~21:00 ミニバレー協会	19:30~21:00 卓球連盟		19:30~21:00 ミニバレー愛好会			
スポーツセンター(Bコート)南側	休館日	13:00~19:00 一般開放	13:00~19:00 一般開放	19:00~21:00 卓球連盟	13:00~19:00 一般開放	19:00~21:00 卓球連盟	9:00~17:00 一般開放 (夜間休館)	
		19:00~21:00 卓球連盟	19:00~21:00 バドミントン		19:00~21:00 卓球連盟			
社会体育館	休館日	13:00~21:00 一般開放	13:00~21:00 一般開放	13:00~19:00 一般開放	13:00~21:00 一般開放	9:00~19:00 一般開放	9:00~17:00 一般開放 (夜間休館)	
			19:00~21:00 バレーボール	19:00~21:00 フットサル		19:00~21:00 バレーボール		
苫前中学校	19:00~21:00 バドミントン	19:00~21:00 ミニバレー愛好会	19:00~21:00 苫前鱗萃会	19:00~21:00 苫前鱗萃会	19:00~21:00 ミニバレー愛好会			
苫前小学校	19:00~21:00 苫前鱗萃会	17:00~19:30 苫前剣道少年団		17:00~19:30 苫前剣道少年団	17:30~19:30 苫前剣道少年団			

~あなたの学びを応援します~

苫前町公民館

電話 65-4076 FAX 65-3220
 Email shakaikyoiku@town.tomamae.lg.jp

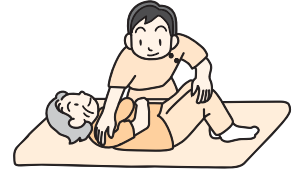
介護保険ガイド

地域支援事業（介護予防事業・任意事業）について

高齢者の方々がいきいきとした生活を送ることができるよう、支援するための事業として地域支援事業を実施しています。

この事業は介護保険料を利用しており、原則65歳以上の苫前町民の方であればなたでも参加することができます。

事業の詳細については、おおむね1ヶ月前には、町内回覧等でご案内いたします。事業は次のとおりです。



- 費用 原則不要ですが、材料費、昼食代などを徴収する場合もあります。
- 対象者 原則65歳以上の苫前町民の方
- 申し込み 原則必要です。送迎の有無などについてはご確認願います。

事業名	内容等
①寿いきいき教室	<ul style="list-style-type: none"> • 健康チェックや健康相談、介護予防のお話や体操、体力測定など • 奇数月の開催で、送迎バスの運行があります
②ふれあい倶楽部	<ul style="list-style-type: none"> • 創作活動や軽体操、室内ゲーム、参加者同士の交流など • 参加費（昼食代：850円、入浴料：250円〈入浴される方のみ〉）が必要です。 ※苫前町社会福祉協議会の受託事業ですので、参加申し込みは同協議会まで（☎64-2387）
③元氣いきいき教室	<ul style="list-style-type: none"> • 先生の指導のもと、転倒や筋力低下を予防するための体操やストレッチなど • 第1・2回（各7回）のそれぞれで継続して参加できる方を募集します。
④ボランティア養成講座	<ul style="list-style-type: none"> • 介護支援ボランティア活動に必要な研修、ボランティア活動に役立つお話など • 高齢者でない方は参加できる講座もあります。
⑤介護者家族の集い	<ul style="list-style-type: none"> • 介護をしている方同士の交流・意見交換のほか、先生の指導のもと、具体的な介助方法などを学びます。 • ふわっと開催時のみ、昼食代が必要となります。
⑥訪問リハビリ事業	<ul style="list-style-type: none"> • 月1回、先生の指導のもと、日常生活でのリハビリ方法のアドバイスなどを自宅で受けます。 • 開催日等の回覧はしていません。
◎いきいきサポーター活動事業	<ul style="list-style-type: none"> • 介護予防事業（⑤を除く事業）に参加すると、1回につき2ポイントがもらえます。 • ポイントがたまると、ポイントに応じた物品（1ポイント＝100円）と交換できます。 • 指定されたボランティア養成講座に参加すると、「いきいきサポーター」の登録を受けた介護支援ボランティアとして活動できるようになり、さらにポイントをためることができます。

お問い合わせ 苫前町保健福祉課しあわせ係 (TEL 64-2215・FAX 64-2074)
苫前町地域包括支援センター

— 介護や福祉などに関するご相談もお気軽にお寄せください —

マイプランをしっかりと 国民年金

「国民年金保険料は納期限までに納めましょう」



平成25年4月分から平成26年3月分までの国民年金保険料は、月額一五、〇四〇円です。

するようお願いいたします。

国民年金保険料免除等の申請について

保険料は日本年金機構から送られてくる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードやインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

保険料が納め忘れの状態で、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

日本年金機構では、保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話・書面・面談により早期に納めていただくよう案内を行っております。

経済的な理由等で保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」がありますので、申請手続きをしてください。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付が無い場合は、延滞金が課されるだけではなく、納付義務のある方(被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者及び世帯主)の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、免除される制度や猶予される制度がありますので、役場税務町民課住民係または留萌年金事務所へご相談

平成25年度の免除等の受付は平成25年7月1日から開始され、平成25年7月分から平成26年6月分までの期間を対象として審査を行います。

ただし、平成25年7月に申請する場合は、平成24年7月分から平成25年6月分までの期間(前一年間分)についても申請することができますので、前一年間分の免除等も併せて申請される場合は、申請書を2枚提出されるようお願いいたします。

国民年金の上乗せ年金 国民年金基金

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
- 国民年金保険料を収めている方(農業者年金加入者除く)
- 道内に住民票のある方

「国民年金基金」に加入できるか簡単チェック!

公正年金保険の保険料(または共済年金の長期掛金)が給与天引きされていますか?

NO

YES

夫(又は妻)の扶養家族になっていますか?
(配偶者の健康保険の扶養になっていますか?)

YES

NO

20歳未満または60歳以上ですか?

YES

NO

国民年金基金に加入できます!
今すぐ下記へ資料請求を!!

※国民年金の加入状況等により、基金に加入できない場合があります。

残念ながら国民年金基金には加入できません

【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できます。
- 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。

詳細は「北海道国民年金基金」フリーダイヤル 0120-65-4192
ホームページアドレス <http://www.hokkaido-kikin.or.jp/>

年金に関するお問い合わせ先は

● 役場税務町民課住民係

☎ 64-2213

または

● 留萌年金事務所

☎ 0164-43-7211

まで連絡をお願いいたします。

川柳

新露の油いためで 食進み
春と知る 我家の庭の 朝葱に
山菜の 春の宴の 至福酒
山積みの 愚痴へ届かぬ 政(まつりごと)
春の陽に 誘い出されて 万歩計

川柳

苦前川柳社

苦前 小島 信子
苦前 斉数 範章
留萌市 芳賀 敏美
札幌市 関 武
苦前 鎌田 信夫

(文責・鎌田)

技能無料サービスの日

主催：苫前町総合技能士会

- と き 6月22日(土)
午後1時から午後3時まで
(受付：午後2時まで)
- と ころ 苫前地区：苫前福祉センター前
古丹別地区：苫前町公民館前
- 当日取扱品 包丁、カマ、鉄板ハサミ、植木バサミ、
まな板など

*記載したものの以外に研磨してもらいたいものがある場合は事前に問い合わせ願います。なお、材質などの関係で取り扱いできないものもありますので、ご了承ください。

*持参品には、名前を記入願います。

*雨天の場合も実施いたします。



問い合わせ：苫前町商工会 (☎ 65-4121)

苫前町メール配信サービス登録のお願い

同報系防災行政無線の整備に併せて、町からのお知らせをメールにて受信することができるメール配信サービスを実施、利用者は犯罪気象情報、学校情報、生活情報(イベント・行事など)の3つから選択して情報を得ることができるようになりました。



(右のQRコードを携帯電話等で読み取り登録をお願いします)

パソコンで登録される際は次のURLより登録をお願いします。(http://cous.mail-dpt.jp/tomamae/)

●メール配信サービスの内容

- 犯罪気象情報 → 警報や注意報のお知らせ、町内での不審者情報など
- 学校情報 → 学校での行事案内(参観日、運動会・体育祭、学芸会・文化祭など)
- 生活情報 → 町内で開催されるイベントや講座などの行事案内

総務財政課交通防災係 (☎ 64-2211)

地域密着型サービス施設の利用状況について

地域密着型サービス施設は、原則として苫前町民のみが利用できるサービスとして、下の施設が平成25年4月1日にオープンしています。

平成25年5月1日現在の利用状況について次のとおりお知らせします。

なお、詳細は施設(☎ 65-3013)へ直接お問い合わせ下さい。

●グループホーム(認知症対応型共同生活介護)

事業所名		事業所住所	
グループホーム優芽		苫前町字古丹別249-9	
ユニット数	定員	入居者数	空床
1	9名	3名	6床

【認知症対応型共同生活介護とは】

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)は、認知症を持つ高齢者が、9人以下の少人数で共同生活をしながら、入浴、排せつ、食事等の日常生活上のお世話や機能訓練をしてもらえる施設。



グループホーム優芽

保健福祉課しあわせ係 (☎ 64-2215)

マリレジャーを安全に楽しむために

留萌海上保安部では、留萌管内においてマリレジャー活動が活発化する時期に入ること、プレジャーボート等の海浜事故や釣り人等の人身事故の未然防止を図るため、次のとおり平成25年度マリレジャー安全推進活動を実施することとしています。



■実施期間

夏季安全推進活動期間

平成25年7月1日(月)

～平成25年8月31日(土) 2ヶ月間

■実施内容

1) マリレジャー愛好者に対する重点指導

①プレジャーボート等に対する安全指導

- ア) 常時適切な見張りの徹底
- イ) 状況に応じた適切な操船の実施
- ウ) 発航前点検整備の徹底
- エ) 気象・海象の早期把握

②海浜等における釣り人等に対する安全指導

- ア) 自己救命策確保(自己救命策3つの基本)
 - 救命胴衣(ライフジャケット)の常時着用
 - 防水パック入り携帯電話等連絡手段の確保
 - 海の事件・事故は、局番なしの「118番」
- イ) 複数名行動の励行
- ウ) 気象・海象の早期把握

2) プレジャーボート等に対する指導・取り締まり

現場指導に併せ、積極的に立入検査を実施し、未受検船や無資格航行などの海難に直結する海事関係法令違反全般にわたり、指導・取り締まりを実施。

留萌海上保安部 (☎ 0164-42-9118)

ウニ、アワビ、タコ等の採捕は密漁になります。

留萌振興局管内の沿岸海域では、コンブ、ウニ、アワビのほかタコ、ギンナンソウ等の魚介藻類等が管内の漁業協同組合に第1種協同漁業権として免許されており、漁業権の内容となっている定着性の水産動植物を採捕することは漁業権の侵害にあたり、密漁となりますので注意してください。

なお、密漁を発見した場合は、次の連絡先に御連絡いただくよう御協力をお願いします。

○第1種協同漁業権の内容

こんぶ、わかめ、のり、ぎんなんそう
あわび、うに、つぶ、いがい、てんぐさ
ほっき、えぞばかがい、なまこ、たこ

※陸にうち上がったなまこやぎんなんそうなどをとることも違反の処罰を受ける可能性がありますので、ご注意ください。

ストップ 密漁!



○罰則規定

漁業法第143号

「漁業権又は漁業協同組合の組合員の漁業を営む権利を侵害した者は、20万円以下の罰金に処する。」

○連絡先

北るもい漁業協同組合苫前支所 (☎ 64-2331)、苫前町農林水産課 (☎ 64-2314)、
留萌振興局水産課 (☎ 0164-42-8469)、留萌海上保安部警備救難課 (☎ 0164-42-0656)、
羽幌警察署 (☎ 62-1110)

J A 苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科 外来日は

6月：6月13日(木)、27日(木)
7月：7月11日(木)、25日(木)

(受付)
13時～16時15分

管理栄養士による

「今日からあらためる 食事療法・なんでも相談」
内科の予約診療です

6月：6月20日(木)
7月：7月18日(木)

毎月、管理栄養士が対応します。
医師の診察があります。

大変混み合いますので、なるべく事前の電話予約をお願いいたします。
不明な点がありましたら電話でお気軽におたずね下さい。

午前・午後とも予約制です。
ご希望の方は電話でお気軽におたずね下さい。



J A 北海道厚生連 苫前厚生クリニック (☎ 65-3535)

苫前町の交通事故情報

平成25年5月の事故状況

発生件数	死者数	負傷者数
0件	0人	0人

平成25年5月末までの累計

発生件数	死者数	負傷者数
2件	0人	5人

交通事故死ゼロ日数は
5月31日現在で**502日**

風力発電の売電状況 (町営風来望3基分)

25年度の実績 **27,344,564**円
(H25.3~H25.5)

平成25年5月分の実績
供給電力量 **212,320**kWh
4,002,232円
(昨年実績 **1,891,661**円)

6月 町税の納期

今月は、

町道民税

の納入月です。

納期内納入にご協力願います。

氏名	年齢	死亡日	住所
栗本 圭子	76歳	5月12日	古丹別
今野 茂夫	75歳	5月10日	栄浜
山本 キミ	82歳	5月7日	古丹別
酒井 市子	79歳	5月2日	古丹別
佐武 文秋	94歳	4月28日	古丹別
佐々木 博	82歳	4月26日	力昼
安部 梅子	83歳	4月22日	古丹別

謹んでお悔やみ申し上げます

戸籍の小箱

- 町社会福祉協議会へ
 - 古丹別 阿部 優子様
 - 古丹別 酒井 静様
- 古丹別町内会へ
 - 古丹別 阿部 優子様
- 古丹別幸楽会へ
 - 栃木県 安部 勉様

ご厚志に感謝します

訂正とお詫び
広報とままえ5月号の「ご厚志に感謝します」欄で阿部優子様からのご厚志先を古丹別幸楽会と誤って記載しました。正しくは町社会福祉協議会でしたので、今月号で改めて紹介させていただきます。申し訳ありませんでした。

★ 苫前保育園園児の作品 ★

『さくら』

黄組
天谷 悠禅くん

まんかいはながさきました。



『くだもの』

黄組
岡田 美波さん

クレヨンでくだものを
おいしくできました。



『ちゅうりっぷ』

黄組
小野寺龍太くん

おりがみでおはなを
じょうずにおれました。



『ははのひのプレゼント』

青組
小林 仁子さん

だいすきなおかあさんにかわ
いいこものいれをつくったよ。



『かぶと』

青組
古川 優真くん

シールでかわいいクマさ
んのかあをつくったよ。



『こいのぼり』

青組
佐藤 由奈さん

キラキラのシールでうごを
つくり、きれいにできました。



『ははのひのプレゼント』

藤組
堀切 光陽くん

カーネーションをいっしょ
うけぬめいつくったよ。



『こいのぼり』

藤組
古川 悠翔くん

うずまきぐるぐるが
じょうずにできたよ。



『かぶと』

藤組
天谷 瞭助くん

キラキラのかたちをきる
ところをがんばったよ。



ちびっこギャラリー

ちびっこギャラリー

ちびっこギャラリー

ちびっこギャラリー

5月26日(日)に苫前中学校で開催された第50回留萌管内少女東西対抗剣道大会は管内、幌延、豊富など多くのマチから少年・少女剣士が参加し、開催された。
小学校低学年の試合では、自分より少し大きく見える面や胴着を着用し、自分よりも長いかもしれない竹刀を振る剣士たちは少し遅く見えた。
剣道だけではないが、少子化で団員を集めるのは困難になっているが、剣道は「技(技術)」の習得のほか、礼に始まり礼に終わるといふ「礼儀」作法を学ぶためによいものとされ、集中力、積極性なども育まれることから、幼少期にはよい活動とも言われる。
本町でもスポーツセンターや苫前小学校で夜間練習をしているので、興味のある方は見学されては？

(Q)

編集 雑記 帳

寄贈のお知らせ

苫前婦人会(小野章子会長)が苫前保育園にふきんを30枚、福祉センターに雑巾40枚を寄贈した。会員が手分けして縫われたものを毎年寄贈されています。それぞれの施設で有効活用されると思います。ありがとうございました。