



まちひと百景

認定苫前こども園の園児が職場慰問

11月22日(金)認定苫前こども園の藤組園児11名が、勤労感謝の日になんで役場を慰問に訪れた。

園児からは「いつもお仕事がんばってくれてありがとうございます」とあいさつ。福士敦朗町長からは「みなさん本当にありがとうございます。みなさんが将来も苫前で楽しく暮らしてもらえるように、これからも頑張ってお仕事します」とお礼を述べていた。

- 苫前町表彰式・・・2
- シリーズ苫前商業高等学校ほか・・・3
- 古丹別バレーボール少年団全道大会へ出場ほか・・・4
- 年末年始の各施設・機関の業務ほか・・・5
- 健康ばんざい・・・6
- 地域包括ケアだより・・・7
- 介護保険ガイド・・・8
- 国民年金ほか・・・9
- 学びの広場・・・10
- 住まいる情報・・・11～13
- 平成30年度町の決算について・・・14～15
- 町民舞台ギャラリー・・・16



まちの人口

人口/3,045人(男/1,451人:女/1,594人)
世帯数/1,514世帯 (11月30日現在)

本町の発展に功績のあった方々を表彰

令和元年度 苦前町表彰式

令和元年度苦前町表彰式が、11月3日の「文化の日」にあわせてとままえ温泉ふわつとで挙行された。
本町の発展の礎となられ、各分野でご尽力された受賞者の方々に、心からの賞賛と感謝の言葉を町民の皆様とともに捧げ、祝福申し上げます。

この表彰は、政治、経済、教育、文化、スポーツ、福祉などの各分野で功績のあった方々をはじめ、永年勤続者で業務に精励された方、多額の寄附をされた個人や団体などを表彰するものとして、毎年11月3日の文化の日にあわせて挙行されている。

今年度の表彰は、特別功勞者1名と自治・産業・教育文化スポーツ・防災における功勞表彰に4名、教育文化スポーツ・防災における功績表彰に1名、自治・社会福祉・教育関係における勤続表彰に6名、町の公益のため、多額の金品の寄附をされた3名1企業1法人に善行表彰を授与した。

また、満80歳以上で町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献された46名にも感謝状と記念品が授与された。
表彰式では、富士敦朗町長より「みなさんの献身的な努力、人知れぬ善行は、郷土愛

の表れでありマチの誇り。今後とも貴重な経験をもって、町政進展への協力をお願いしたい」と式辞を述べた。

阿部俊一町議会議長は、「町の発展のためにご尽力いただいた。令和の時代となり国際化、過疎化が本町にも訪れている。福祉、教育、産業の発展にも行政だけでなく、経験豊富な皆さんには今後ともお力添えをいただきたい」と祝辞を述べた。

受賞者を代表し特別功勞表彰を受賞した森利男さんは、「これからも微力ではありますが町政発展のため、協力に慎んでまいります」と感謝の言葉が述べられた。
受賞者は、次のとおり。
(敬称略)



◆特別功勞表彰

森 利男(苦前)

4期16年の永きにわたり苦前町長に在職し、本町の自治振興に尽力したほか、風力発電推進市町村全国協議会会長をはじめ多くの団体の要職を歴任、本町の発展に多大な貢献をした。

◆功勞表彰

〔自治功勞者〕

田沢 収(古丹別)

町議会議員として3期12年にわたり在職し、本町の自治振興に尽力している。

〔産業功勞者〕

小田 雅彦(古丹別)

40年の永きにわたり農協職員として勤務、管理部長、参事を歴任し、本町農業の発展に精励した。

〔教育文化スポーツ功勞者〕

平田 日出男(古丹別)

町体育協会の役員を永年歴任し、本町のスポーツの普及振興に尽力している。

〔防災功勞者〕

川村 博明(旭)

消防団員として30年以上の永きにわたり地域防災に貢献するとともに、後進の育成に尽力している。

◆功績表彰

〔教育文化スポーツ功績者〕

久野 絹枝(苦前)

第57回江差追分全国大会において優勝を果たし、多大な功績を挙げた。

◆勤続表彰

〔自治関係〕

清水 辰雄(香川)、村本 幸夫(昭和)

駐在員として10年にわたり、地域の町民に対する伝達事項及び調査関係事務などに尽力している。

宮本 信雄(三溪)

駐在員として5年にわたり、地域の町民に対する伝達事項及び調査関係事務などに尽力している。

◆善行表彰

瀨川 晴夫(苦前)

交通安全指導員として10年以上にわたり、地域の交通安全推進に尽力している。

〔社会福祉関係〕

柴田 頼子(苦前)

社会厚生委員として10年にわたり地域社会及び住民福祉の向上に尽力している。

〔教育関係〕

奥山 和彦(古丹別)

スポーツ推進委員として10年にわたり、地域スポーツの振興に努めている。

◆感謝状

〔永年在住〕

関 武志(古丹別)、猫島 とし子(深川市)
森 利男(苦前)
合同会社 ユーラスエナジー苦前
社会福祉法人 古丹別福祉会
町の公益のため、多額の金品を寄附した。

栗森 夕工、市村 昇、池田 京子
伊藤 豊治、今前田喜久代、十亀 ノブ子
大川 敏雄、高野 登志子、大島 キミ子
滝本 國夫、大西 孝子、田口 文雄
大西 知枝子、田沢 ミツ子、大矢根 正春
辻 久子、奥山 良子、出町 信男
加藤 早智子、富田 光治、加藤 八ナエ
中森 英子、加藤 英夫、仲谷 舜一
川村 レイ子、丹羽 功、木田 サチ子
橋詰 ヤナ、木全 恒夫、濱松 今朝代
久保 一恵子、福井 美佐子、河野 ヨシエ
松村 妙子、小島 信子、宮本 貞博
小向 エイ子、村上 薫、佐々木 達也
八代 紀、澤田 清、八代 政子
鈴江 重信、山下 トヨ、鈴木 文子
吉田 容子

満80歳以上で苦前町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献した。

「海外短期留学で得たこと」

北海道苫前商業高等学校 3年 金子 ゆい

私は2年生の時に後援会の援助による国際交流事業に応募して、オーストラリアへ短期留学に行く機会をいただきました。海外のことに興味があった私にとって、とても魅力的な機会でした。オーストラリアでは、日本との違いや異国の文化について学び、知見を広げることができました。ホームステイでの家族との交流、現地の学生と仲良くなる、といった体験は、この短期留学に参加しなければ体験できない、私の大切な思い出になっています。



オーストラリアで充実した経験ができたため、私はもっと他の地域にも行ってみたいと思うようになりました。そこで、今年商業高校生の海外研修派遣事業に応募し、マレーシアに行くことができました。マレーシアでは、ニョニヤ料理という日本の料理とは味も見た目も異なる料理を食べたことや、マレーシアの物価の安さが今でも心に残っています。

商業高校生として毎日商業科目を勉強しながら、私が抱いていた海外留学という大きな希望を叶えられたことが、充実した進路活動にもつながっています。これからもこの経験を活かして頑張っていきたいと思います。

(株)ニコン元取締役社長COOの嶋村氏による職員特別研修

嶋村氏と福士町長は20年来の旧知の関係で、一度苫前町を訪れたいとの希望もあり今回実現したものです。嶋村氏は半導体の第一人者で全国発明功績賞を受賞された経験から、職員に対し、アイデンティティと常に問題意識を持って、創造的・建設的な発想と発信をする事が地域や企業の生き残りに不可欠である。アグレッシブな苫前のマチづくりを期待と応援をしていますと話された。

(株)ニコン元取締役社長COOで現在特別顧問の嶋村輝郎氏を迎えて、10月18日(金)、職員特別研修を行いました。



学社融合事業「水産加工場見学」～苫前小学校3年生～



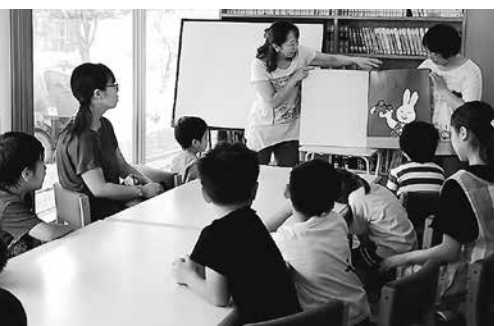
体験後に児童から「良い数の子を見分けるには?1日にどのくらいつくるの?」などの質問へ丁寧に答えていた。

10月24日(木)に苫前小学校(本間博樹校長)3年生11人が学社融合事業「水産加工場見学」を実施した。地域の産業を学習することを目的に町内で数の子などの加工品を製造している(株)丸や岡田商店で諸貴雄治氏が加工の工程や仕方などの説明の他、身欠きにしんの製造過程の見学やマインス30度の冷凍庫体験、加工前に服のホコリなどを落とすエアージャワーなどを体験した。

優良読書グループ北海道表彰 ～おはなしの森ひなた～

読書ボランティア「おはなしの森ひなた」に令和元年度優良読書グループ北海道表彰が伝達された。読書ボランティア「おはなしの森ひなた」は平成15年に公民館図書室サポーターとして発足して以来、公民館図書室や小中学校での読み聞かせ活動や地域の民話をもとにした作品作り、読み聞かせピアノコンサートなどメンバーの特技や地域特性を生かした活動を永年にわたり続けてきた。子どもを対象とした読書推進活動の中心的役割を自分たちも楽しみながら続けてきた功績が認められたもの。

読書ボランティア「おはなしの森ひなた」に令和元年度優良読書グループ北海道表彰が伝達された。



古丹別バレーボール少年団が全道大会へ出場

古丹別バレーボール少年団が、11月16日（土）から深川市で開催される第17回北海道スポーツ少年団バレーボール交流大会に出場するため団員9名が福士町長を訪問した。

9月22日（日）天塩町で開催された留萌管内大会において女子の部で優勝し、留萌管内代表として北海道大会へ出場することとなった。

キャプテンの伊藤葉菜（古丹別小学校6年）さんは「まずは1勝、優勝目指してがんばります」とあいさつ。

福士町長は「管内大会優勝おめでとう、北海道大会でも優勝目指してがんばってください」と励ました。



牛乳消費拡大PRでミルクストローなどを寄贈 ～今年はらくのうの本も～

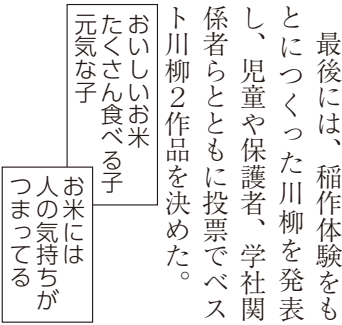


もーもーみるく倶楽部（小林康子代表）が牛乳消費拡大の一環としてPRグッズの寄贈が行われた。会員6名が来庁し、牛乳を飲む際にストローを使うとチョコ味やバナナ味になるミルクストローやノートなど、町内の保育園児、小中学校児童・生徒全員分のPRグッズを贈呈した。

今年、もーもーみるく倶楽部より発展したグループの「windmilk」（小林康子代表）で作成した、「もままえとらくのうの本」も小学生全員に配られた。

とままえとらくのうの本」は、写真やイラストなどすべてがメンバーによるオリジナル。小林代表は「学社融合事業を受け入れた経験から、小学生が興味を持ってもらえる表現など工夫した」と語った。

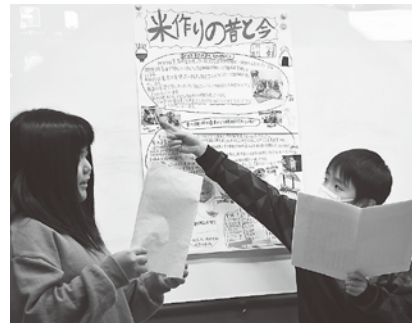
学社融合事業「稲作発表会」～苫前小学校5年生～



11月16日（土）苫前小学校（本間博樹校長）5年生8名の学社融合事業「稲作発表会」が地域参観日で行われた。

苫前町農業協同組合青年部（上田卓司部長）をはじめ、北海道中央農業共済組合留萌支所職員も参観し行われ、4月の初まきから田植え、生育調査、稲刈りの体験をもとに調べ学習やまとめた内容をグループに分かれて発表した。

最後には、稲作体験をもとにつくった川柳を発表し、児童や保護者、学社関係者らとともに投票でベスト川柳2作品を決めた。



おいしいお米
たくさん食べる
元気な子

お米には
人の気持ちが
つまってる

第69回社会を明るくする運動標語コンクール



部	賞	作品	学年	氏名
小学校	最優秀賞	やさしさはきずなをつなぐ 宝物	苫前小6年	古川 悠翔
	佳作	あいさつは心をつなぐ大切な絆	苫前小6年	岡田 健介
	佳作	この町をキラキラ笑顔でつもうよ	苫前小4年	小野寺龍太
	佳作	悩んだら相談しよう 家族や友達	古丹別小5年	丹羽 星彩
中学校	優秀賞	ありがとう笑顔広がる 合言葉	苫前中3年	下田ひより
	佳作	ありがとう その一言でほら笑顔	苫前中2年	宮前 瞳子
	佳作	深めよう 地域の交流 あいさつで	苫前中3年	竹橋 光雅
	佳作	笑顔はね 心の栄養 輝く社会	古丹別中2年	齊藤 旺佑
	佳作	ありがとうとその言葉にありがとう	古丹別中2年	真田あゆみ

「社会を明るくする運動」標語コンクールは、犯罪や非行の防止、犯罪のない明るい社会を築くことを目的に羽幌地区保護司会が実施しているもので、今年で69回目となる。本町での入賞者は次のとおり。

学習成果を住民に広く発表 ～苫前商業高等学校体験発表会～

11月23日（祝・土）苫前商業高等学校（佐藤雅人校長）体験発表会が同校体育館で開催され、教育関係者、一般住民らも訪れた。

各学年の学習を行った成果のほか、商業教育フェア、国際交流事業の報告や町内企業・施設見学会の報告発表などが行われた。

札幌や地元で開催したスマイルウインド事業の発表では、ポップのデザイン、商品陳列など、お客さんの購買意欲を上げる工夫をみんなで考えるなど普段の授業ではできない体験が出来たと感想が述べられた。

また、販売額は過去最高となったこと、成果や反省点などについても発表された。

発表会終了後には、研究開発商品の販売会も行われた。



お知らせ 年末年始の町内各施設・機関の業務

年末年始の町内各施設・機関の業務については、下記のとおりとなっております。
 なお、ご不明な点などありましたら、各担当窓口までお問い合わせ下さい。

ゴミ収集車の運行

- ▶年末
12月30日(月)まで平常どおり収集
- ▶年始
1月6日(月)から平常どおり収集

【お問い合わせ】
 住民生活課
 環境生活係
 ☎64-2213



し尿くみ取り業務

- ▶年末
12月25日(水)まで平常どおり営業
 - ▶年始
1月6日(月)から平常どおり営業
- ※12月16日以降の申込みは、年内のくみ取りができない場合があります。お申し込みは、苫前環境産業(有)64-2939 お願いします。

【お問い合わせ】
 住民生活課環境生活係
 ☎64-2213

歯科診療所の診療

- ▶年末
12月27日(金) 古丹別 } いずれも
12月28日(土) 苫前 } 午前のみ診療
- ▶年始
1月6日(月) 古丹別 } いずれも
1月7日(火) 苫前 } 午前10時30分
から診療

【お問い合わせ】
 保健福祉課
 保健係
 ☎64-2215



患者輸送車の運行

- ▶年末
12月27日(金)まで平常どおり運行
- ▶年始
1月6日(月)から平常どおり運行
〔運行休止日〕
12月28日(土)～1月5日(日)まで

【お問い合わせ】
 保健福祉課保健係
 ☎64-2215

ななかまどの館

- ▶年末
12月29日(日)まで平常どおり営業
- ▶年始
1月6日(月)から平常どおり営業

【お問い合わせ】
 ななかまどの館
 ☎65-4351

とままえ温泉ふわっと

- ▶年末・年始も平常どおり営業

【お問い合わせ】
 とままえ温泉ふわっと
 ☎64-2810



公民館・福祉センター

- ▶年末
12月30日(月)まで平常どおり
- ▶年始
1月6日(月)より平常どおり

図書館・スポーツセンター

- ▶年末
12月29日(日)まで平常どおり
- ▶年始
1月7日(火)より平常どおり



【お問い合わせ】
 苫前町公民館
 ☎65-4076

苫前クリニック・苫前厚生クリニック

- 苫前クリニック(苫前)
- ▶年末 12月30日(月) } いずれも
 - ▶年始 1月3日(金) } 午前のみ診療
- 1月6日(月)から平常どおり
 〔休診〕12月31日～1月2日
- 【お問い合わせ】
 苫前クリニック ☎64-9070

- 苫前厚生クリニック(古丹別)
- ▶年末 12月27日(金)まで平常どおり
 - ▶年始 1月6日(月)から平常どおり
- 〔休診〕12月28日～1月5日
- 【お問い合わせ】
 苫前厚生クリニック ☎65-3535

役場・古丹別支所業務

- ▶年末
12月30日(月)まで平常どおり
- ▶年始
1月6日(月)から平常どおり

【お問い合わせ】
 住民生活課住民係 ☎64-2213
 古丹別支所 ☎65-3311

地域社会貢献事業

まちの施設を整備していただきました

小中学校空撮写真の寄贈 ～山本建設工業株式会社～



山本建設工業株式会社(山本道浩代表取締役)がこのほど町内の小中学校の空撮写真データと写真パネルの作成を希望した古丹別小学校と苫前中学校へ寄贈を社会貢献事業として実施されました。

ありがとうございました。

健康
ばんざい

薬を上手に活用しましょう

今月の担当は 新田保健師長です

「重複服薬」という言葉を聞いたことがありますか。

- ・複数の医療機関で薬を処方されている。
 - ・お薬手帳を持っていない。
 - ・かかりつけ医、かかりつけ薬局（薬剤師）がない。
- 右記に当てはまる場合には、もしかしたら「重複服薬」をしている可能性があります。

「重複服薬とは」

同じ効能の薬を複数の医療機関で処方されて服薬することを言います。

重複服薬は、身体への負担はもちろん、自分が支払う医療費（薬代）の負担、さらに加入している医療保険財政への負担が大きくなるといわれています。そのため、重複する薬を減らすことで、身体の負担も医療費の負担も減らすことができますので、かかりつけ医に相談し、薬のつきあい方を見直してみましよう。

薬のつきあい方

1 高年齢は薬の飲み合わせなど、注意が必要です

高年齢になると、いくつも病気を抱えやすく、そのため、薬の種類や飲む回数が多くなります。

治療を受ける病院や診察する科が違くと、薬の種類が増え、似た成分の薬や飲み合わせの悪い薬が処方されることも多く、使用する薬が増えるとその危険が高くなるといわれています。

かかりつけ医やかかりつけ薬局を決めて、1冊のお薬手帳で確認できることが大切です。

2 重複受診について考えましよう

同じ病気で複数の医療機関を受診すると、同じような薬が処方される可能性が高くなります。何かあれば、かかりつけ医に相談するようにすれば、かかりつけ医も処方する薬を把握しやすくなります。

3 どんな薬が処方されたのか知りましよう

病院やクリニック、薬局で渡されるお薬の説明書で、どんな効果があるのか、なぜ必要なのか、どんな作用があるのかを確認しましょう。

4 お薬手帳を持ちましよう

1冊のお薬手帳に全ての薬の情報をまとめて服薬管理をしましよ

う。

また、病院にかかるとき、薬局で薬をもらうときにはお薬手帳を必ず見せるようにしましょう。

かかりつけ薬局ではお薬手帳の記録を元に、薬の効能の重複や副作用が起きないようにチェックしてくれるので安心です。

5 処方された薬は指示どおりのみましよう。

処方されたお薬を急にやめることは身体に負担をかけることにもなりかねません。

自己判断での中断はしないで、正しく使用し、薬の使用中に気になる症状があったら、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。用法・用量を守ることが大切です。

飲み忘れを防ぐために、「お薬カレンダー」や「薬の仕分けケース」を活用しましょう。

飲み忘れた薬がたまっていたら、かかりつけ医やかかりつけ薬局の薬剤師へ相談しましょう。



5年に一度のチャンス!

～500円で短時間!お得に骨のチェックを～

- ◆対象：令和元年度中に30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方（病院で定期検査、治療を受けている方は対象になりません）
- ◆期 日：令和2年2月28日（金）まで
- ◆場 所：JA 北海道厚生連苫前厚生クリニック
- ◆受診方法：直接、JA 苫前厚生クリニック（65-3535）へ電話申込み
- ◆検診料金：500円（受診時にクリニックに支払う）

お問合せ：保健福祉課保健係 電話64-2215

★認知症＝物忘れ？

「認知症」というとどのようなことを思い浮かべますか？「すぐに忘れる」「最近のことを思い出せない」といった記憶の障害については広く知られるようになりました。ほかにも適切に判断することが難しくなったり、段取りを考えて物事に取り組むことができなくなる、日付、時間や場所などがわからなくなる等が起こってきます。

介護する方がよく聞きすぎる行動で次のことがあります。

■「物を置き忘れたり、しまい忘れて自分で見つけることができない・なかなか見つからない」
〈こんな時の本人の心の中は……？〉

- ・このあたりにしまったはず（ほかの所かもと思えない）
- ・自分がなくすはずがない→誰かが場所を変えたのかも？持って行ったのかも？盗られたからに違いない！
- ・大切なもの（通帳、財布、印鑑、保険証などの場合は特に）なのにどうしよう、焦る
- ・ここは探していない場所だからみてみよう（先ほど同じ場所を探したことを忘れている）



⇒ 認知症の最近のことを覚えておくことができないという症状によっておこる行動です。集中力が続かないので効率よく探すことが難しくなります。また、見つからないと焦りが生じてイライラし、様子を見て心配してきた周りの人に大きな声をあげてしまうこともあります。しかし、何回も探し物を繰り返していると周りの人もついイライラしてしまいます。「またなくしたの？しょうがないな」「そんなの知らないわよ」と言いたくなることもあります。

最近の出来事の記憶があやふやになることがあっても、誉められたり、満足したときの感情は保たれやすく、その感情が本人の気持ちを安定させます。逆に、そっけなく冷たくされると、その理由よりも「冷たくされて嫌だった」という感情だけが残りやすいといわれています。何を探しているのか聞き出し、一緒に探してみましよう。普段から貴重品の置き場所を決めていても本人が場所を変えてしまうこともあります。いつもはどのあたりに保管しているのか、どのようなケース等に入れているのかなど把握しておくことで見つけやすくなることもあります。

一緒に探したときに、手伝った方が見つけた場合、本人が見つけられるように探し場所を誘導し、本人に見つけさせることができれば理想的です。

一般的な対応方法を紹介しました。認知症の方の状態に合わせて工夫してみましよう。

◆事業のお知らせ◆

- 1月24日（金）午前9時30分より苫前町公民館において「第5回寿いきいき教室」が開催されます。NPO法人地域リ八実践プロジェクトりらいふの北風言語聴覚士を講師に迎え、講話やお口の体操を行います。

お問い合わせ

苫前町地域包括支援センター

☎ 64-2215



つくろう健康 幸せの未来づくり
介護保険ガイド

サービスにかかった費用の一部を負担します

ケアプランにもとづいてサービスを利用した場合、かかった費用の1割～3割をサービス事業者に支払います。

■ 3割負担になる人

本人の合計所得金額が220万円以上で、同じ世帯の65歳以上の人の「年金収入＋その他の合計所得金額」が単身の場合340万円以上、2人以上世帯の場合463万円以上の人

■ 2割負担になる人

本人の合計所得金額が160万円以上で、同じ世帯の65歳以上の人の「年金収入＋その他の合計所得金額」が単身の場合280万円以上、2人以上世帯の場合346万円以上の人。

■ 上記に該当しない人は、1割負担になります

介護保険負担割合証で利用者負担の割合を確認しましょう

要介護（要支援）認定を受けた人などには、利用者負担の割合が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます（適用期間は8月～翌年7月で毎年交付されます）。サービス利用時にサービス業者に提示します。

おもな在宅サービスの費用について

おもな在宅サービスでは、要介護状態区分に応じて上限額（支給限度額）が決められています。上限額の範囲内でサービスを利用するときは、利用者負担は1割～3割ですが、上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額利用者の負担となります。

おもな在宅サービスの支給限度額（1か月）

要介護状態区分	支給限度額
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

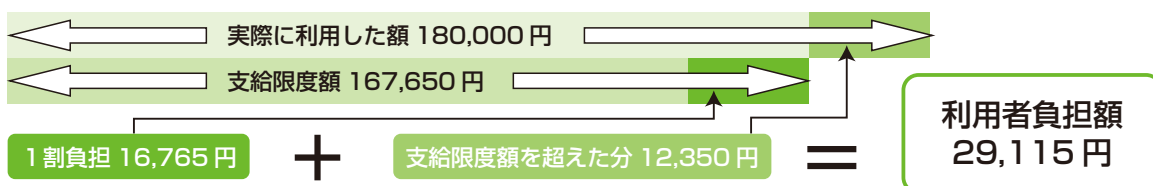
※上記の支給限度額は標準地域のケースで、人件費などの地域差に応じて限度額の加算があります

支給限度額が適用されないサービス

要支援1・2の人のサービス
<ul style="list-style-type: none"> ・介護予防居宅療養管理指導 ・介護予防特定施設入居者生活介護 ・介護予防認知症対応型共同生活介護 ・特定介護予防福祉用具販売 ・介護予防住宅改修費支給
要介護1～5の人のサービス
<ul style="list-style-type: none"> ・居宅療養管理指導 ・特定施設入居者生活介護 ・認知症対応型共同生活介護 ・地域密着型特定施設入居者生活介護 ・地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護 ・特定福祉用具販売 ・住宅改修費支給

※内容によっては支給限度額が適用される場合があります

例 要介護1の人が、1か月180,000円分のサービスを利用した場合の利用者負担額（1割負担）



お問い合わせ 苫前町保健福祉課福祉係 (☎64-2215)