



広報

まっかり



今年も
よろしくお願ひいたします



笑顔咲く
ふれあいの村 まっかり



ゆり姉さん

- 発行／北海道虻田郡真狩村
〒048-1631
北海道虻田郡真狩村字真狩 118 番地
TEL 0136-45-2121(代) FAX 0136-45-3162
<http://www.vill.makkari.lg.jp>
- 編集／総務企画課企画調整係
- 令和2年1月1日発行



2020 夢と感動と繁栄の年へ

真狩村議会議員 向井 忠幸

新年明けましておめでとございます。村民の皆様には、清しく希望に満ちた新春をお迎えのこと、お慶び申し上げます。

日頃から村政、議会運営に格別なご理解とご協力、そしてご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、5月には新天皇の即位により、令和の時代が始まり、秋には即位礼正殿の儀、祝賀パレードなど、日本全体がお祝いムード溢れる一年でした。

しかし一方、相次ぐ台風により、自然災害が多く発生した年となり、特に台風19号では、東日本の広範な地域において、大雨による河川の決壊・氾濫等で甚大な被害をもたらす、多くの方が犠牲となりました。不幸にも亡くなられた方々のご冥福を心からお祈り申し上げるとともに、被災された皆様にお見舞い申し上げ、一日も早い復興を願うところです。

道内は、比較的穏やかな一年でしたが、前年よりひと月も早く、9月19日に羊蹄山の初冠雪があった

翌月には夏日を観測し、10月の最高気温が更新され、寒暖差の激しい秋となりました。これも、温暖化の影響ではないかと危惧するところです。

本村においては、天候にも恵まれ、農業生産は、全般的に平年並み以上とお聞きしておりますが、販売環境では回り量の増加等から、価格は低迷ぎみとのことであり、今年こそは、実りある収穫とともに、価格の高値・安定となるよう心からお祈りいたします。

スポーツでは、明るい話題がたくさんありました。日本で開催されたラグビーワールドカップでは、日本チームが史上初のベスト8に入り、大いに盛り上がりました。また、世界野球WBSCプレミア12で日本チームが世界一に輝いたのは、記憶に新しいことでもあります。そして、事業8年目にして日本ハムファイターズの応援大使に真狩村が選ばれ、2名の選手が決定しました。今年の優勝を願い、皆様と共に力いっぱい応援してまいります。

また、今夏はいよいよ東京オリンピックが開催されます。さらに、マラソン・競歩は札幌市で開催されることになり、より身近な大会となります。本オリンピックの成功を願うとともに、参加する全ての選手の活躍を期待し、我々にたくさんの方の夢と感動を与えていただきたいと思います。

議会においては、4月の任期満了に伴い、新人3名と現職5名の8名体制で4年間のスタートを切りました。議員一同、決意も新たに、皆様と共に安心して住み続けられるまちづくりを目指し、全力を傾注してまいりますので、なお一層のご支援、ご協力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

結びに、今、日本の景気は先行き不透明ですが、子(ね)年は繁栄の年と言われておりますので、景気回復に期待を寄せながら、本年が明るく実り多い年であり、村民の皆様のご健康とご多幸を心からお祈り申し上げます。



半世紀ぶりの東京オリンピック

真狩村長 佐々木和見

明けましておめでとございます。令和2年の新春を村民の皆様と迎えることが出来たことを、大変嬉しく思います。

昨冬の降雪は例年より少なく、農作物生育への影響が心配されましたが、天候にも恵まれ、順調な作付、播種を行うことができ、穏やかな気象の中、平年を上回る出来秋となりました。

しかし、野菜価格が安価に推移し、一昨年を下回る結果となるとの報告を受けており、労苦が全て報われる年とはならず残念に思いますが、農業者の皆さんはじめ関係機関各位のご努力に敬意を表するところであります。

また、地方創生に取り組み中、道内でも数少ない人口が増えた町村として本村が公表されたことは、荣誉なことであり、住民の皆さんの村政に対する深いご理解とご協力の賜物と深く感謝を申し上げます。

昨年も大きな自然災害が発生した日本列島でしたが、9月から10月にかけて台風があいつぎ猛威をふ

るい、数週間に及ぶ広域停電や100ヶ所を超える河川の越水や決壊が起こり、死亡・不明者数も90名を超え、浸水等で8万棟余りが家屋損壊を受けるといふ、一昨年の「西日本豪雨」の被害を超える大きな災害となりました。

改めて犠牲者の皆様に、心からご冥福をお祈り申し上げます。災いは、近年は忘れる間もなくやってくる状況であります。100年に一度の大災害も明日来るかもしれないと胸に刻み、防災に対する心構えが肝要と思っております。

さて、ベルリンの壁が崩壊して30年が経過し、当時は東西冷戦の終結とも言われておりましたが、新たに米中冷戦の兆しとささやかれており、昨年6月に板門店で行われた米朝首脳会談も、北朝鮮非核化への共同宣言も出せず、平和を願う私たちとしては失望したところです。香港で起きた、半年にも及ぶ民主化デモもいまだ終息を見ず、世界平和への道のりは遠いと感じた年でもありました。

国内での一番の出来事は、平成の時代が終って新

元号の令和へと移り、皇太子徳仁親王殿下が即位されたことです。秋に一連の儀式が終了しましたが、新天皇陛下にあっても、日本国民の象徴として平和のため、そして国民を勇気づけるために皇室の任にあたっていただきたいと思います。

新国立競技場の完成を見、いよいよ今夏は東京オリンピック開催の年であります。半世紀の時を経て開催されますが、ご承知の通り日本はあの大会以降、国際舞台へあらゆる分野で飛躍を遂げました。参加選手の皆さんから受ける感動とともに、新しく生まれる文化も期待するところです。

また、待望の日本ハムファイターズの真狩村応援大使に有原・石井両選手が決定し、全国へ向け本村の紹介と日ハムの優勝へ導く応援をしてゆかなければなりません。

私も4期目最後の年でもあり、笑顔咲くふれあいの村まつりがいつまでも続くよう、頑張ってください。2020年が皆様にとって素晴らしい年となりますことをお祈りし、新年のご挨拶といたします。

税務課かづのみ知らせ

住民の皆様へ

■住民税申告について

(申告期限は

令和2年3月16日(月)まで)

①住民税申告の重要性

住民税申告は、税額の算定に必要な所得、控除額及びその他の事項を記載した申告書の提出が義務付けられ、それらの内容をもとに住民税計算を実施しています。

②(注意!) 公的年金等を受給されている方の確定申告不要制度について

公的年金等を受給されている方で、公的年金収入金額(複数ある場合は合計額)が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合、所得税及び復興税の確定申告が不要となりますが、**住民税申告は必要となりませんので、申告にご協力ください。**

③各種証明書の交付

医療・福祉制度や公営住宅入居申請等に必要となる所得証明書、課税証明書、非課税

証明書、などの交付を受ける予定のある方は、住民税申告が必要となります。(未申告の場合は、証明書の交付を受けることができない場合があります) ※確定申告、職場での年末調整を行っている方は、住民税申告は必要ありません。

住民税申告に必要な書類

①令和元年中の収入を証明できるもの(給与所得の源泉徴収票、給与明細など)
②令和元年中の所得控除金額を証明できるもの(証明書、領収書など)

事業主(法人・自営業・農家)の皆様へ

■法定調書の提出について

(提出期限は

令和2年1月31日(金)まで)

令和元年中に給与・賃金などを支払った事業主の方は、支払先の住所、氏名、支払金額等を記載した書類(法定調書)を期日までに倶知安税務署へ提出することになります。

■給与支払報告書の提出について

(提出期限は

令和2年1月31日(金)まで)

令和元年中に給与・賃金等を支払った事業主の方は、すべての受給者(アルバイト等含む)について、「給与支払報告書(個人別明細書)」を作成し、別様の「給与支払報告書(総括表)」を添え期日までに受給者の所在市町村に提出してください。

また、複写で作成される最後の頁の「給与所得の源泉徴収票」を受給者へ直接交付してください。

間税務課 ☎45・3611

税務課かづのみ知らせ

確定申告について

令和元年分所得税の確定申告の受付が2月17日から始まります。(還付申告は1月から税務署で受付しています)

所得税の確定申告の受付は3月16日まで、消費税及び地方消費税(個人事業者)の確定申告の受付は3月31日までです。

確定申告書は、「前年の申告書控え」や「確定申告の手引き」などを参考に各自で作成し、お早めに提出してください。

詳しくは、倶知安税務署 個人課税部門(☎0136・22・1192)へお尋ねください。

※税務署の閉庁日(土日祝日の受付は行っておりません)は、税務署での確定申告の受付は行っておりません。

※確定申告の際は、マイナンバーのわかる書類(通知カード、マイナンバーカード等)を必ず持参してください。

便利なe-Taxを

ぜひご利用ください!

e-Taxは、インターネットができるパソコンがあれば、税務署に出かけることなく、国税に関する各種手続(所得税などの申告、全税目の納税及び各種申請・届出等)を自宅などから行うことができます。手続等の詳しい内容は、e-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)をご覧ください。

1月は税金の第4期の納期です

令和2年1月27日(月)までに納めてください

対象となる税は

住民税・固定資産税
国民健康保険税 です

※次の事項にご留意ください。

①一般の窓口納付の方は、納税通知書を必ず持参のうえ、役場出納室または納税通知書に記載されている金融機関で納付してください。

②口座振替の方は、振替日(1月27日)の前日までに残高の確認をお願いします。

★納税には便利な口座振替をご利用ください。(役場税務課窓口で手続きができます)

真狩村の「4つの財務書類（平成29年度）」を公表します

貸借対照表
(バランス
シート
・BS)

貸借対照表は会計年度末時点において、村の資産と、その資産をどのような財源（負債・純資産）で賄ってきたかを一目で分かるようにしたものです。左側に資産を表示し、右側に負債及び資産と負債の差額である純資産を計上しています。

この財務書類は真狩村普通（一般）会計です。

※表中、表示単位未満は四捨五入のため合計が一致しない箇所があります。

| 資産の部（これまで積み上げてきた資産） | | | | 負債の部（将来世代が負担する金額） | | |
|---------------------|-------------------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------|------------------|--------------|
| 1 固定資産 | 有形固定資産 | (1) 事業用資産 庁舎、学校、保育所、会館など | 46 億 17 百万円 | 1 固定負債 | (1) 地方債等 | 24 億 78 百万円 |
| | | (2) インフラ資産 道路、公園、上下水道など | 60 億 98 百万円 | | (2) 長期未払金 | — |
| | | (3) 物品 公用車、除雪機械など | 1 億円 | | (3) 退職手当引当金 | 56 百万円 |
| | 無形固定資産 | (1) ソフトウェア | 16 百万円 | | (4) 損失補償等引当金等 | — |
| | | (2) その他 | — | | (5) その他 | 17 百万円 |
| | 投資その他の資産 | (1) 投資及び出資金 | 49 百万円 | 2 流動負債 | (1) 1年以内返還予定地方債等 | 2 億 70 百万円 |
| | | (2) 長期延滞債権 | 1 百万円 | | (2) 未払金 | — |
| | | (3) 長期貸付金 | 18 百万円 | | (3) 未払費用 | — |
| | | (4) 基金等 財成調整基金を除く | 9 億 26 百万円 | | (4) 賞与等引当金 | 37 百万円 |
| | | (5) その他 | — | | (5) 預り金 | 7 百万円 |
| 2 流動資産 | (1) 現金預金 資金 歳計外現金 | 1 億 65 百万円 59 百万円 6 百万円 | 負債合計 | | 28 億 90 百万円 | |
| | (2) 未収金 | 7 百万円 | 純資産の部（現在までの世代が負担した金額） | | | |
| | (3) 財政調整基金 | 4 億 52 百万円 | 純資産合計 | | 94 億 59 百万円 | |
| 資産合計 | | | 123 億 49 百万円 | 負債及び純資産合計 | | 123 億 49 百万円 |

資金収支
(キャッシュ
フロー) 計算書
(CF)

現金の流れを示すものです。その収支を性質に応じて区分して表示することで、村がどのような活動に資金を必要としているかを表示します。

| | |
|-------------------------------|-------------|
| 期首資産残高 | 1 億 24 百万円 |
| 当期資金収支 | △ 65 百万円 |
| 1 経常的収支 (税収、国庫支出金、人件費など) | 1 億 37 百万円 |
| 2 投資活動収支 (公共資産整備支出、国道補助など) | △ 96 百万円 |
| 3 財政活動収支 (公債借入及び償還金など) | △ 1 億 6 百万円 |
| 期末資金残高 | 59 百万円 |

純資産変動
計算書
(NW)

村の純資産（資産から負債を引いた残り）が平成28年度中にどのように増減したかを明らかにするものです。総額としての純資産の変動に加え、それがどのような財源や要因で増減したかの情報を表示します。

| | |
|------------------------|---------------|
| 期首純資産残高 | 99 億 14 百万円 |
| 当期変動高 | △ 4 億 55 百万円 |
| 財源の使途 (純経常行政コストほか) | △ 29 億 18 百万円 |
| 財源調達 (村税、地方交付税、国・道補助金) | 24 億 63 百万円 |
| 固定資産等の変動 (内部変動) | — |
| 期末純資産残高 | 94 億 59 百万円 |

村民の皆さんに村の財政状況をよりよく理解していただくため、国が推奨している「新地方公会計制度」に基づいて、普通会計、特別会計を含めた単体ベース、一部事務組合や土地開発公社などの関連団体も含めた連結ベースの4つの財務書類を作成しました。財務書類の概要については下記のとおりです。

- ・貸借対照表 → 略称：B S (Balance Sheet)
基準日時点における財政状況（資産・負債・純資産の残高および内訳を表示したもの。）
- ・行政コスト計算書（損益計算書） → 略称：P L (Profit and Loss statement)
－会計期間中の費用・収益の取引高を表示したもの。（現金収支を伴わない減価償却費等も費用として計上。）
- ・純資産変動計算書（株式資産等変動計算書） → 略称：N W (Net Worth statement)
－会計期間中の純資産（及びその内部構成）の変動を表示したもの。
- ・資金収支計算書（キャッシュ・フロー計算書） → 略称：C F (Cash Flow statement)
－会計期間中の現金の受払いを3つの区分で表示したもの。

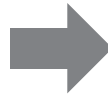
真狩村の資産と負債の状況 2つのポイント

- ①村民1人当たりの資産と公債残高
資産 = 600 万円、公債 = 141 万円
- ②道路や公園など、今までの世代で負担済分
純資産比率【純資産 / 総資産】……76.6%（純資産比率）
社会資本に対する、現在までの世代がすでに負担している割合（社会資本形成の世代間比率）

純資産比率の平均的な値は60～70%であり、真狩村は、すでに整備済みの資産（純資産）比率がやや高く、将来世代の負担が少し低くなっています。

*真狩村の平成29年度財政運営の総括

- ①業務活動収支 1.37億円のプラス
- ②投資活動収支 △96百万円（基金積立、資産形成）
- ③財務活動収支 △1億6百万円（将来世代の負担の軽減）



| 財政運営状況 | |
|--------|---------|
| 期首資産残高 | 1億24百万円 |
| 当期資金収支 | △65百万円 |
| 期末資金残高 | 1億24百万円 |

行政コスト 計算書 (PL)

村の経常的な活動に伴うコストと使用料・手数料等の収入を示すものです。従来の官庁会計では捕捉できなかった減価償却費など非現金コストについても計上しています。経常費用合計から経常収益合計を差引いたものが当該年度の純経常行政コストとなります。（臨時的損失は加算し、臨時利益は減算します。）

| | |
|--|----------|
| 経常費用 | 31億19百万円 |
| 1 人にかかるコスト (人件費、退職手当引当金繰入など) | 6億30百万円 |
| 2 物にかかるコスト (物件費、減価償却費、維持補修費、その他) | 12億28百万円 |
| 3 移転支的コスト (他会計への支出、社会保障給付、補助金等移転支出など) | 11億95百万円 |
| 4 その他のコスト (公債費など) | 66百万円 |
| 経常収益 | 2億1百万円 |
| 使用料・手数料等 | 1億06百万円 |
| 純経常行政コスト (経常費用－経常収益) | 29億18百万円 |

●法で公表が義務付けられている4つの普通会計の財政健全化判断比率（H29 決算）

| | 真狩村 | 早期健全化基準 |
|--------------|------|---------|
| 実質赤字比率 (%) | 0.0 | 15.0 |
| 連結実質赤字比率 (%) | 0.0 | 20.0 |
| 実質公債費比率 (%) | 10.3 | 25.0 |
| 将来負担比率 (%) | 56.0 | 350.0 |

監査結果を公表します(第1-2号)

地方自治法第199条第9項の規定
によって、令和元年度第2回定例監査
の結果を次のとおり公表します。

令和元年10月31日

真狩村監査委員 印南 正治

- 1、監査年月日
令和元年10月30日(1日間)
- 2、監査場所
真狩村役場監査室及び現地
- 3、監査の方法
関係書類の提出、職員への聴き取り
調査、現地調査
- 4、監査の対象
村営住宅並びに公営住宅の管理運営
状況について



5、提出書類

- ①村営並びに公営住宅管理台帳
- ②入居者並びに家賃納入台帳
- ③村営住宅配置図

6、監査の結果

今回の監査は、村営住宅並びに公
営住宅の管理運営について、関係書
類の提出、担当課からの聴き取り並
びに現地調査により実施した。
その結果、おおむね適正に処理さ
れていることを確認した。

但し、連帯保証人の死亡後も台帳
にはそのまま記載されている事案が
何件か見受けられたので、速やかに
新たな保証人の届出を求め、適正な
管理を行うよう望む。

また、現地調査の結果、住宅周辺
に雑草や雑木が繁茂している箇所が
見受けられたので、担当課において
入居者に環境整備を促すなど、何ら
かの対策を講じられたい。

最後に、この外にも、監査時に口
頭で伝えた意見及び指摘事項につい
て、できることから改善するよう
願うところである。

年金生活者支援給付金制度に便乗した詐欺にご注意ください

今年10月より始まった年金生活者支援給付金制度に便乗し、厚生労働省、日本年金機構または市区町村の職員を名乗るものから、「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないため、新しい口座番号、暗証番号、マイナンバーを教えてください。」という不審な電話がかかってきた事例が報告されています。

厚生労働省及び日本年金機構では、電話でこのようなことをお聞きすることはありません。電話がかかってきても口座番号等の個人情報を答えることのないようにご注意ください。

お問合せ

住民課戸籍年金係

(☎ 0136-45-3612)

2020年農林業センサスにご協力ください

2020年農林業センサスを実施します。
12月中旬以降、調査員が世帯(組織)
を訪問しますので、ご協力をお願いいた
します。

■我が国の農林業の生産構造や就職構造
の実態を明らかにすることを目的に、5
年ごとに実施する農林業に関する、最も
基本的な統計調査です。



お問合せ

総務企画課企画調整係

(☎ 0136-45-3613)

要介護・要支援認定高齢者に対する税法上の障害者控除について

税法上の障害者控除の対象とされる高齢者は、身体障害者手帳や療育手帳等の交付を受けている方のほか、「寝たきり」あるいは身体障害者等に準ずる者として市町村長が認定した方とされています。

真狩村では、住民課介護係において、障害者控除対象者認定申請の受付及び交付を行います。この障害者控除対象者認定書を税申告の際に、税務署等の窓口に出すいただきますと税法上の障害者控除が受けられます。

●認定申請のできる方

- ① 村内に住所を有する65歳以上の方。
- ② 令和2年1月1日以前に要介護認定を受けている方又は認定申請中の方で、関係書類が既に提出されており、その障害が把握できる方。
(①と②の両方の要件を満たしている方が申請できます。)

●認定の基準

- ① 障害者控除は、別表1の障害老人の日常生活自立度がランクA以上又は別表2の認知症老人の日常生活自立度がランクⅡ以上の方。
- ② 特別障害者控除は、別表1の障害老人の日常生活自立度がランクC以上又は別表2の認知症老人の日常生活自立度のランクがⅣ以上の方。

◆認定は要介護認定の関係書類（主治医意見書及び訪問調査書）により行います。

◆該当すると思われる方は、役場住民課介護係（☎0136-45-3612）へ申請又はお問合せください。

■別表1 障害老人の日常生活自立度（寝たきり度）判定基準

| 生活自立 | ランク | 判定基準 |
|-------|------|--|
| 生活自立 | ランクJ | 何らかの障害等を有するが、日常生活はほぼ自立しており独力で外出する 1 交通機関等を利用して外出する 2 隣近所へなら外出する |
| 準寝たきり | ランクA | 屋内での生活は概ね自立しているが、介助なしには外出しない 1 介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する 2 外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている |
| 寝たきり | ランクB | 屋内での生活は何らかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが、座位を保つ 1 車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行う 2 介助により車いすに移乗する |
| | ランクC | 一日中ベッド上で過ごし、排泄、食事、着替において介助を要する 1 自力で寝返りをうつ 2 自力では寝返りもつたない |

■別表2 認知症老人の日常生活自立度判定基準

| ランク | 判断基準 | 見られる症状・行動の例 |
|-------|---|--|
| I | 何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している | |
| II | 日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる | |
| II a | 家庭外で上記IIの状態が見られる | たびたび道に迷うとか、買物や事務、金銭管理などそれまでできたことにミスが目立つ等 |
| II b | 家庭内でも上記IIの状態が見られる | 服薬管理ができない、電話の応対や訪問者との対応など一人で留守番ができない等 |
| III | 日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする | |
| III a | 日中を中心として上記IIIの状態が見られる | 着替、食事、排便、排尿が上手にできない、時間がかかる。やたら物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声・奇声をあげる、火の不始末、不潔行為、性的異常行為等 |
| III b | 夜間を中心として上記IIIの状態が見られる | ランクIII aに同じ |
| IV | 日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする | ランクIII aに同じ |
| M | 著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする | せん妄、妄想、興奮、自傷・他害等の精神症状や精神症状に起因する問題行動が継続する状態等 |

後期高齢者医療制度のお知らせ

～高額介護合算療養費及び医療費通知について～

■ 高額介護合算療養費について

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度及び介護保険から支給されます。なお、手続きには市区町村窓口への申請が必要となります。

※後期高齢者医療制度又は介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

※支給額が500円以下の場合には支給されません。

◆自己負担限度額表

| 負担割合 | 区分 | | 自己負担額の合計の基準額 |
|------|---------|---------|----------------------|
| 3割 | 現役並み所得者 | | 【課税所得 690万円以上】 212万円 |
| | | | 【課税所得 380万円以上】 141万円 |
| | | | 【課税所得 145万円以上】 67万円 |
| 1割 | 一般 | | 56万円 |
| | 住民税 | 区分Ⅱ（※1） | 31万円 |
| | 非課税世帯 | 区分Ⅰ（※2） | 19万円 |

【1年分の自己負担額の計算期間

：8月1日～翌年7月31日】

※1 世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方。

※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円（公的年金収入のみの場合、その支給額が80万円以下）、又は老齢福祉年金を受給している方。

■ 医療費通知を全受診者へ送付しています

広域連合では被保険者の皆さまの医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を、対象期間に医療機関等を受診した全ての被保険者の皆様へ送付しています。発送月は、9月下旬と3月上旬の年2回です。

【イメージ図】

| 受診年月 | 診療を受けた医療機関等 | 診療区分 | 日数 | 医療費の総額 | 自己負担額 | 食事療養・生活療養費 | | |
|---------|-------------|------|----|---------|--------|------------|--------|-------|
| | | | | | | 回数 | 費用額 | 標準負担額 |
| 平成31年1月 | 〇〇病院 | 医科外来 | 1 | 18,000 | 1,800 | 0 | 0 | 0 |
| 平成31年2月 | ××薬局 | 調剤 | 1 | 10,000 | 1,000 | 0 | 0 | 0 |
| 平成31年3月 | △△病院 | 医科入院 | 5 | 202,000 | 20,200 | 15 | 11,490 | 6,900 |
| 合計 | | | | 230,000 | 23,000 | | 11,490 | 6,900 |

※この通知は、皆様の受診状況についてお知らせするもので請求書ではありません。

※この通知は、医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することができます。医療費控除の申告に関することは、税務署へお問い合わせください。



◆医療費通知の活用について

- 医療費の推移が一目でわかるため、ご自身の健康状態の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など、皆様の健康保持・増進に役立つ情報が記載されています。
- 診療日数等に間違いがないか確認しましょう。

お問合せ

北海道後期高齢者医療広域連合 (☎ 011-290-5601)

真狩村役場住民課医療保険係 (☎ 0136-45-3612)

医療費助成のお知らせ

真狩村では、次の区分に該当する方の医療費を助成しています。

| 区分 | 重度心身障害者 | ひとり親家庭等 | 乳幼児等 |
|-----------------------|--|---|--|
| 対象者 (次のいずれかに該当する方) | ①身体障害者手帳の1級、2級又は3級(ただし、障害の種類による)に該当する方 ②療育手帳のAに該当する方 ③精神保健福祉手帳1級に該当する方 ④精神科の医師に重度の知的障害と診断された方 | ①「ひとり親家庭」とは、配偶者がいない「母」、「父」で、次のいずれかに該当する方 ・18歳未満の子を扶養又は監護している ・18歳以上20歳未満の子を扶養している ②「児童」は、次のいずれかに該当する方 ・①の「母」又は「父」に扶養若しくは監護されている18歳未満の児童 ・①の「母」又は「父」に扶養されている18歳以上20歳未満の児童 | 中学校卒業までの乳幼児及び児童 |
| 自己負担額 | 住民税課税世帯 受給者証区分「障課」「老課*」 1割負担 月額上限額 外来のみ18,000円(年間上限額:144,000円) 入院あり 57,600円 | 住民税課税世帯 受給者証区分「障課」 1割負担 月額上限額 外来のみ18,000円(年間上限額:144,000円) 入院あり 57,600円 | 本人負担はありません。 ※道外の医療機関を受診した場合、治療用器具などを作成した場合の医療費及び他制度(重度、ひとり親医療の受給者で、かつ、乳幼児等医療の対象の方)は一旦、窓口で支払ったうえで、領収書を持参し、村へ申請を行うと、後日支給されます。 |
| | 住民税非課税世帯 受給者証区分「老初」「障初」 初診時一部負担金のみ 医科:580円 歯科:510円 柔整:270円 | 住民税非課税世帯 受給者証区分「親初」 初診時一部負担金のみ 医科:580円 歯科:510円 柔整:270円 | |

留意点

- *「老課」については、後期高齢者医療制度における現役並み所得者のみ対象になります。
- *真狩村に住所を有しており、かつ各健康保険に加入している方が対象になります。(一部特例者を除く)
- *重度心身障害者及びひとり親家庭等医療費助成事業は、一定以上の所得がある世帯に属している場合は対象となりません。(乳幼児等医療費助成事業は、所得要件はありません。)
- *本事業の助成対象外は、入院時の食事療養標準負担額及び生活療養標準負担額、大病院へ紹介状なしで初診診療を受けた場合の保険外併用療養費、差額のベッド代、病衣などの保険対象外の費用となります。
- *訪問看護療養費の基本利用料(療養費の1割)の月額上限額は、住民税非課税世帯8,000円、課税世帯18,000円です。
- *特定医療費(指定難病、特定疾患医療)、小児慢性特定疾病医療、自立支援医療など、他の公費制度で助成を受けることができる方は、その公費制度を優先使用していただきます。
- *ひとり親家庭等の、「母」又は「父」の医療費の助成範囲は、入院及び指定訪問看護に係る医療費のみに限られます。

お問合せ

住民課医療保険係 (☎ 0136-45-3612)



防災食をPRしました

村民の防災に対する意識向上に向けた取組の一環として、10月31日に実施された、真狩村社会福祉協議会主催の「ふれあいの集い」にて、「わかめごはん」50人前を来場者に試食提供しました。

来場者からは「予想以上に美味しい」、「手軽に準備して食べられる」などの感想が寄せられ、被災時に避難所でのような食事が提供されるかなどを想定した訓練になりました。

北方領土の日 特別啓発期間について

我が国固有の領土である択捉島、国後島、色丹島及び歯舞群島からなる北方四島の早期返還の実現は、道民はもとより国民の長年にわたる悲願です。

北海道では、2月7日の「北方領土の日」を中心に1月21日から2月20日の1か月間を特別啓発期間として設定し、1日も早い北方領土問題解決のため、日々署名運動や啓発活動に取り組んでいます。返還要求運動への道民の皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

【平成30年度北方領土に関する標語・キャッチコピー 最優秀賞作品】

返還へ
世代を越えて
つなぐ声

お問合せ

総務企画課総務係 (☎ 0136-45-3610)

私たちが、
あなたの地区の

民生委員です

今年度は民生委員の3年ごとの改選期にあたり、12月1日付で一斉改選が行われました。10人の民生委員と担当地区をお知らせします。

民生委員ってどんな人？

■民生委員は、村の民生委員推薦会によって選ばれ、厚生労働大臣から委嘱され、児童委員を兼ねています。主任児童委員は、児童福祉に関することを専門的に担当するよう指名を受けています。

■民生委員・児童委員、主任児童委員は子育て・福祉に関する相談相手です。民生委員法により守秘義務があり、相談内容の秘密は守られます。

こんな相談はお気軽にご相談

*子育ての不安・しつけの悩み、親子関係、仲間づくりの悩み

*経済的な困窮、生活福祉資金やその他の援助制度の手続

*高齢者の見守りや福祉サービス、介護保険制度

*障がい者の福祉サービスや自立支援など



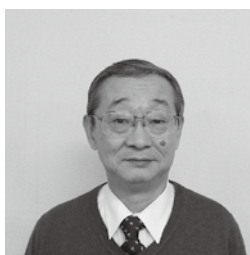
山崎 秀一
見晴、緑岡、桜川、旭
真狩 12 班



久保田 美子
真狩 5・7・8・9・
10・13 班



長船 定一
光、共明、泉、美原
真狩 1 班



佐長 得幸
(民生委員協議会副会長)
錦 1・2・3・4・13 班



合田 浩二
(民生委員協議会会長)
豊川、加野、神里
川崎、真狩 14・15 班



漆原 千鶴子
主任児童委員・全村



橘 伸也
主任児童委員・全村



清水 貴則
錦 5・6・7・9・11・
12・14 班



横山 かおり
真狩 2・3・4・6・16 班



大西 正則
社、富里、錦 8 班

自衛官を募集します

| 募集種目 | | 受験資格 | 受付期間 | 試験期日 |
|-----------------|----|---------------------------------------|--------------------------|---------------|
| 自衛官候補生 (第6回) | 男子 | 採用予定月の1日現在、 18歳以上33歳未満の者 | 令和元年12月12日 ～令和2年1月20日 | 令和2年1月24日・25日 |
| | 女子 | | | 令和2年1月25日 |
| 予備自補 | | 採用予定月の1日現在、 18歳以上34歳未満の者 | 令和2年1月6日 ～令和2年4月10日 | 令和2年4月18日・19日 |
| | | 採用予定月の1日現在、 18歳以上で国家免許資格等を 有する者 | | |

お問合せ

倶知安地域事務所 (☎ 0136-23-3540)

除雪のお願い



今年も雪の季節となりました。村では安全・安心な冬道対策として、万全の除雪体制をとって除雪作業を進めています。除雪作業をより効率的・効果的に行うため、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

● 村の除雪作業は、村が管理する道路（村道）、通路、駐車場等々、村の除雪車と委託業者の除雪車で実施しています。除雪車の出動については、明け方の降雪量10センチが目安となります。雪質および雪が降り続けているときなどは、安全かつ効果的に作業を進めるため、すぐに出勤しない場合があります。通常、前日の日中から夜間に降った雪の除雪作業は翌朝から実施し、通勤・通学時間までには除雪を終える体制をとっています。状況によっては間に合わない場合がありますので、ご理解をお願いします。

村からのお願いです

● 路上駐車はやめましょう

路上駐車は除雪作業の最大の障害となります。たった1台の駐車場で作業が遅れ、地域の皆さんに迷惑をかけることとなりますので、注意しましょう。

● 早朝の除雪作業にご理解ください

朝の通勤・通学路等を確保するため、早朝の限られた時間内で除雪作業を行います。除雪車のエンジン音や振動等でご迷惑をおかけしますがご理解ください。

● むやみに道路へ雪を出さないでください

路上に除雪作業の支障となるような大量の雪が押し出されていたり、作業後の道路に再び雪が押し出されていたりすることがあります。作業後に雪を出すと、道路が凹凸になったり道幅が狭くなったり、緊急車両等の通行の支障となります。雪を捨てるときは、村指定の雪捨て場に運んでいただくようお願いいたします。

また、除雪作業中の車両に近くと大変危険ですので、除雪中の雪出しは絶対にしないようにしてください。

※雪捨て場 真狩村字光26番地4

お問合せ

建設課管理係 (☎ 0136-45-3617)

「三ない運動」をご存じですか？

政治家の寄附は禁止(贈らない)！ 政治家の寄附を求めない！ 受け取らない！

政治家の寄附は禁止！

有権者が政治家に寄附を求めることも禁止！

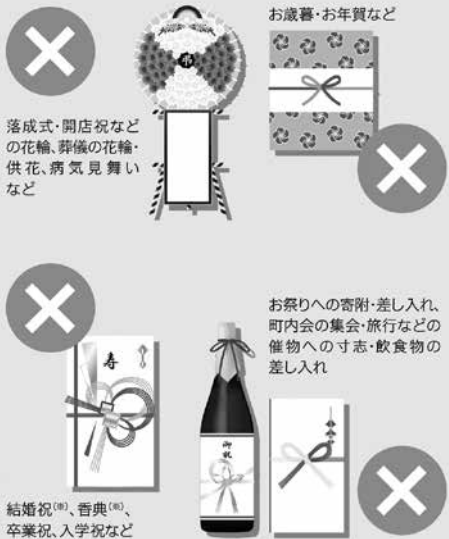
年末年始はお歳暮やお年賀など、何かと贈り物やお祝い事をする機会が多いシーズンです。

そこで、この機会に皆様に改めてご理解いただきたいのが、きれいな政治、お金のかからない政治の実現、選挙の公正の確保を目指す「三ない運動」(贈らない、求めない、受け取らない)です。

政治家が選挙区内の人にお金や物を送ることはもちろん、有権者が政治家に贈り物を求めることも、公職選挙法により禁止されています。皆さま一人ひとりが寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。



政治家の寄附禁止の対象例



落成式・開店祝などの花輪、葬儀の花輪・供花、病氣見舞いなど

お歳暮・お年賀など

お祭りへの寄附・差し入れ、町内会の集会・旅行などの催物への寸志・飲食物の差し入れ

結婚祝^(※)、香典^(※)、卒業祝、入学祝など

※政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行う場合には、罰則が適用されない場合があります。

※その他の禁止行為もあります。詳しくは、総務省ホームページなるほど選挙「寄附の禁止」をご覧ください。
http://www.soumu.go.jp/senkyo/senkyo_s/naruhodo/naruhodo08.html

真狩高校生が大活躍～W受賞おめでとうございます！



国土交通省北海道開発局主催の「わが村は美しくー北海道運動」コンクールで、真狩高校が後志管内初となる大賞を受賞しました。11月11日に札幌市で授賞式が行われ、生徒代表らが出席しました。

野菜スイーツの開発において、栽培から商品開発、販売まで一貫した流れを高校生が主体となって行う取組が高く評価されました。授賞式の後、活動報告を生徒会長の筒井涼花さん（3年）らが行い、堂々とした発表ぶりに、出席者の方々が大変感心されていたそうです。

また、日本能率協会と北海道経済連合会主催の「道産食材使用パフェコンテスト」では、工藤すみれさんと船木奏音さんの2年生コンビが応募総数76点の中から大賞に選ばれ、考案した「和風じゃがいもモンブランパフェ」が11月23日から札幌市の雪印パーラー本店で販売されています。

栗の代わりに、じゃがいもを使ったモンブランにいもちをトッピングした北海道らしいパフェは、12月末まで販売される予定です。



真狩村に来て初めての冬を迎え、寒さと雪に戸惑いながら、冬の羊蹄山（なかなか拝めませんが）の美しさに感動しています！

先日倶知安町で開催された、後志エリアの観光セミナーに行ってきました。協力隊として後志の観光について幅広い知識を学ぶのが大きな目的でした。

参加してみると、なんと「アーロン ジェミエソンさん」の講演があるじゃないですか！ラッキー！！

広報誌の前々号でも触れさせていただきましたが、現在真狩村のPR動画を悪戦苦闘しながら制作しております。（汗）構成や編集を進めるうえで、参考にさせていただいている動画があるのですが、それがアーロンさんの作品なのです。

彼は、オーストラリア出身で倶知安町在住のフォトグラファーです。倶知安町のPR動画やニセコエリアのフリーペーパーを制作したり、今年10月に倶知安町で開催されたG20観光大臣会合のPR動画も作った素晴らしいクリエイターです。

制作にあたっての考え方や撮影の方法など、とても勉強になりましたが、なにより名刺を交換させていただき、技術的なことをアドバイスいただけたことが嬉しかったです♪

今後の作業の励みになる、貴重な研修となりました。

地域おこし協力隊 活動報告

今月の担当：篠原



北海道日本ハムファイターズの選手が真狩村の応援大使に！



北海道日本ハムファイターズの選手が、道内各市町村の応援大使として1年間活動する「北海道179市町村応援大使」。10年間、毎年18市町村にそれぞれ複数の選手を応援大使に任命する壮大なプロジェクトです。

このたび、11月24日(日)に札幌ドームで開催された「ファイターズファンフェスティバル2019」にて、2020年の応援大使の選手が決定しました。

応援大使の抽選は、真狩野球少年団のキャプテン、佐伯真之介くん(真小6年)が、ティーバッティングをし、打ったボールを拾った選手が応援大使に決まるという趣向で行われ、真狩村は有原航平投手と石井一成選手に決定しました。

有原投手は今年の最多勝利投手、右投げ左打ちの内野手、石井選手はバッターとしても活躍が期待されます。

2020年1月～12月までの1年間、2選手には真狩村の応援大使として、村のPRや地域活性化など様々な取り組みにご尽力いただきます。

今後の予定については、随時ホームページや広報などでお知らせいたしますので楽しみにお待ちください。



今年度の4～9月の入込数は、平成30年度上半期と比較して、約4万4千人少ない50万6千人となりました。

要因として、道の駅、たかし像、横内観光農園の利用者が前年よりも下回っていることがあげられます。

一方、キャンプ場やパークゴルフ場、村内宿泊施設の利用者は、増加傾向となっています。

村では、今後も観光協会や商工会、道の駅と連携し、観光PRや関連イベントの支援などをとおして、より一層の観光客誘致に取り組みます。

令和元年度上半期(4～9月) 観光施設等入込数は“50万6千人”

暴風雪による災害への備え

日常から暴風雪に備える

- ★家の中で安全に過ごすために
- 気象情報に注意して、暴風雪が予想されているときは外出を避けましょう。
 - 停電に備えて、懐中電灯、携帯ラジオ、防寒具、ポータブルストーブや灯油、非常食、飲料水などを準備しておきましょう。
 - FF式暖房機等を使用している場合は、給排気口付近が雪でふさがれないよう注意しましょう。



- ★止むを得ず車で外出するときは
- 天気の急変などにより車が立ち往生することを想定して、防寒着、長靴、手袋、スコップ、けん引ロープなどを車に用意するとともに、十分に燃料があることを確認しましょう。



暴風雪は、発達した低気圧が北海道付近を通過する時や冬型の気圧配置で季節風が強まる時などに発生します。また、石狩・空知・後志地方では、石狩湾付近に小さな低気圧が発生した際に局地的に暴風雪となることがあります。

暴風雪による災害では、猛ぶぶきによる視界不良や吹き溜まりでの車の立ち往生、車内での一酸化炭素中毒、低体温症、飛散物等によるけが、停電などのおそれがあります。

最新の気象情報や雪の状況を、テレビ・ラジオやインターネットなどにより確認し、暴風雪が予想されているときは、外出は控えましょう。

11 / 6 成年後見制度についての講演会



村社会福祉協議会と村生活サポートセンター主催の「成年後見制度に関する講演会」で、リーガルサポートさっぽろの司法書士の方による成年後見制度をテーマにした寸劇と、講演会が行われました。成年後見制度とは、認知症などにより判断能力が十分ではない方の生活を支援し、権利と財産を守る制度ですが、寸劇による説明はわかりやすかったと参加者から好評でした。

11 / 3 自治功労者表彰

村政に寄与し、その功績が顕著であった方を表彰する真狩村自治功労者表彰式が、交流プラザで行われ、真狩議会議員として村の発展に貢献された板敷伊佐夫さん（字真狩）と、印南正治さん（字光）、並びに真狩村代表監査委員として行政運営にご尽力された近藤 充さん（字真狩）が表彰されました。



11 / 11 まっかりみらい会議

令和元年度第1回まっかりみらい会議を行いました。テーマは「むらの魅力について」。

約20名の参加者が4グループに分かれ意見を出し合い、自然・食・観光・イベント等の分野で、真狩村の持つ魅力について確認しました。

次回会議では、今回出た意見および魅力を活かしたまちづくりについて議論を深めます。



11 / 17 歌って！演じて！ 御保内保育所・小学校学芸会

御保内小学校の学芸会が御保内小学校体育館にて行われ、地域の皆さんが観覧に駆けつけました。

子どもたちは、全校スローガン「努力している姿をかってよく披露しよう」を合言葉に、器楽演奏や演技に一生懸命取り組んでいました。

今年も、御保内へき地保育所の発表会が合同で行われ、踊りや歌で、可愛い姿を見せてくれました。



11 / 20 真狩中で文化庁音楽劇

文化庁による「文化芸術による子ども育成事業一巡回公演」が真狩中学校で行われ、「東京演劇アンサンブル」の皆さんが音楽劇を披露してくれました。海賊船を舞台に新しい生き方を求め、大海原に漕ぎ出す乗組員たちの物語に、生徒は歌や乗組員役で参加するなど本物の演劇に触れ、生き生きとした表情を見せてくれました。



11 / 18 赤い羽根共同募金

今年も10月から、赤い羽根共同募金運動が始まりました。各学校でも募金活動に取り組み、この日は真狩小学校児童会により集められた寄付金が、村共同募金委員会へと渡されました。

この募金は、北海道共同募金会を通じて、地域福祉の推進を図る社会福祉活動へ助成されることとなります。



11 / 20 ~ 22 まっかり給食週間

今年も、真狩産の食材をたっぷりの「まっかり給食週間」を行いました。

生産者、村内各店舗のご協力のおかげで、3日間とも真狩産食材の使用率は90%を越えました。



12 / 10 100歳おめでとうございます

大正8年生まれの池田チセさんが100歳を迎えられ、佐々木村長がご自宅を訪問し、お祝い金とお花を贈呈しました。

ご自宅には内閣総理大臣からのお祝い状や、たくさんのお花が届いており、ピンク色のちゃんちゃんこ帽子を身に着けた池田さんはとても嬉しそうでした。

帽子が大きすぎ、ご自身が手縫いでサイズを直されたとのことで、とてもお元気な様子でした。

これからも健やかに過ごしてください。



村の話題を毎日お伝えします！

小さな村の日記帳・真狩村ブログ



真狩村ホームページ
(<http://www.vill.makkari.lg.jp/>)

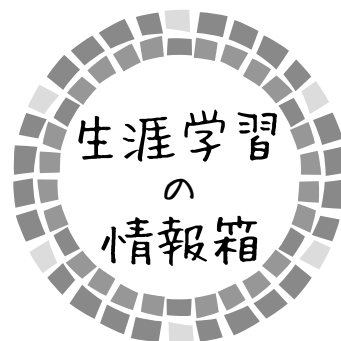
から、クリックして
ご覧ください。

防災無線の放送内容など暮らしの情報

真狩村 Facebook ページ



絵本作家 真珠まりこさんの講演会が開催されました！



お問い合わせは教育委員会へ
TEL45-3336, FAX45-3338

絵本作家講演会実行委員会（山上ゆかり委員長）主催による、絵本作家真珠まりこさんの講演会が、「真珠まりこえほんライブ」と題して、11月2日（土）に公民館にて開催されました。

真珠まりこさんは「もったいないばあさん」シリーズや「おべんとうバス」、「おたからパン」などの絵本で有名な絵本作家で、日本全国はもちろん海外でも講演会を行うなど精力的に活躍されています。

今回の講演会は、毎年9月に読書活動推進委員会が中心となって行っているフリーマーケットの収益金を活用し実現しました。

会場には村内外から217名の方に来場していただき、絵本の読み聞かせや「もったいないばあさん」音頭など子どもが楽しめる内容のほか、大人向けのお話もしていただくなど、子どもも大人も楽しめる講演会となりました。

最後には真珠さんのサイン会も行われ、会場内で購入した真珠さんの作品を片手に多くの方が行列をつくってサインをもらっていました。

読書推進月間 2019 大盛況！

子どもたちの読書活動推進委員会（山上ゆかり委員長）主催による真狩村読書推進月間が、11月8日（金）から12月6日（金）の約一ヶ月間、開催されました。

期間中は、絵本作家講演会実行委員会が主催した真珠まりこさん講演会にちなんで、「もったいないばあさん」や、「おべんとうバス」などの代表作を展示した真珠まりこ展や、子どもの本の専門出版社「金の星社」創立100周年を記念した展示、来年の東京オリンピック開催を祝してスポーツに関する展示、ちくちよきくらぶ展、食育展などの特別展示のほか、11月8日の初日には、子ども映画上映会として「グリーンチ」の上映が行われました。

11月28日の第39回読書まつりでは、おなじみの「チャレンジ！本のクイズ」や本のしおりづくり、おはなしポテトのみなさんによる読み聞かせ、マジシャン「たっち」さんによる楽器を使った楽しいマジックショーのほか、わたあめづくりや各イベントに真狩高校生もボランティアとして協力していただき、集まった子どもたちは大いに楽しみました。

企画・運営を行った推進委員をはじめ、ボランティアとして協力いただいた高校生や村民の方など、多くの皆様のご支援により大盛況のうちに終了しました。



【年末年始 休館及び休止のお知らせ】

《真狩村公民館》 12月31日（火）～1月5日（日）
《高校体育館一般開放》 1月4日（土）※12月28日（土）は開放いたします。

◆◆図書室の新しい本◆◆



「荒城に白百合ありて」須賀しのぶ
薩摩藩士の岡本伊織は、俊才であったが新たな世への期待を抱ききれずにいた。そんな中、安政の大地震の際に、燃え盛る江戸のまちをひとりさまよい歩く美しい少女を見つけた。「彼女は自分と同じこの世に馴染めぬいきものである」と悟った伊織。魂から二人は惹かれ合うが、幕末という「世界の終わり」が着実に近づいていた。

「なんでもモッテルさん」

竹下文子【文】

アヤ井アキコ【絵】

「たいせつなもの」ってなんですか？モッテルさん一家はお金持ち。美術品や宝石、おもちゃでいっぱいのお屋敷にすんでいました。ところがある日、おおあらしがやってくる。「お金で買えない大切なもの」とは…。



詳しくは、公民館図書室にある
新着本リストをご覧ください！

◆◆◆ 文芸 ◆◆◆

| | |
|-----------------|-------------|
| 「チングス紀【6】断金」 | 北方謙三 |
| 「卒業タイムリミット」 | 辻堂ゆめ |
| 「暗約領域 11 新宿鮫XI」 | 大沢在昌 |
| 「グランメゾン東京（上）」 | 黒岩勉 / 百瀬しのぶ |
| 「桃源」 | 黒川博行 |
| 「風間教場」 | 長岡弘樹 |

◆◆◆ 絵本・児童書 ◆◆◆

| | |
|-------------------|------------|
| 「ねんねしたらサンタさん」 | ひらぎみつえ |
| 「なんだろうなんだろう」 | ヨシタケシンスケ |
| 「ムーンヒルズ魔法宝石店3」 | あんびるやすこ |
| 「おしょうがつバス」 | 藤本ともひこ |
| 「いろいろクリスマスツリー」 | おおでゆかこ |
| 「ラブレター」 | ヒグチユウコ |
| 「はじめてのずかん きょうりゅう」 | 瀧靖之 / 小林快次 |
| 「ラガーにゃん (1)」 | そにしけんじ |

◆◆◆ その他 ◆◆◆

| | |
|--------------------------------|-------------|
| 「今こそ、韓国に謝ろう —そして、「さらば」と言おう」 | 百田尚樹 |
| 「生き抜くチカラ」 | 為末大 |
| 「反日種族主義」 | 李栄薫 |
| 「天気予報 - 天気予報を見るのが楽しくなる」 | ニュートンプレス |
| 「「繊細さん」の本」 | 武田友紀 |
| 「農業高校へ行こう！」 | 全国農業高校学校長協会 |
| 「ちょっと待て！自治基本条例」 | 村田春樹 |

公民館図書室だより



■開館 火～日曜日

午前9時～午後9時

■貸出 1人10冊、14日間

※図書室に係が不在時は、教育委員会事務局へお越しください。

11月2日に真珠まりこさんの講演会が行われ、総勢217名の方にご参加いただきました。親子連れからファンの方まで、遠くから来て下さる方も多く、大変にぎわっていました！

販売した真珠さんの本もたくさん売れ、講演会終了後、約2時間にわたってサイン会が行われましたが、休みなくひたすらサインを書いている真珠さんの姿を見て、その集中力に驚かされました。

その後、真珠さんとボランティアのみなさんで懇親会を行い、外国に行った時のことや、本を作る時のことなど、とても熱く語ってくださり、大変有意義な時間を過ごすことができました。

また、「ケチ」にはなくて「もったいない」にあるのは「愛情」だと話され、なるほど～と感じさせられました。私も家のものをなかなか捨てられないのは、愛情があるからなのでしょう。(笑)

インターネットを無料で利用できる
パソコンを1台設置しています。
調べものなどにご活用ください。



おすすめの本

「あの家に暮らす
四人の女」
三浦しをん



刺しゅう作家の主人公 佐知が母親と住む古い洋館には、佐知の友人 雪乃と、雪乃の会社の後輩 多恵美の4人が暮らしています。佐知の家に長く仕える老人や、多恵美をストーカーする元彼、内装職人の梶さんやミイラまで出てくるこのお話は、4人のちょっとワケありな日常生活の悲喜こももが描かれています。同じ家に住み、一緒にごはんを食べて、家族じゃないけど家族みたいな女4人のかしましくもほほえましい関係に、こんな風に同居生活ができたら楽しいかもと思えました。



冬の肥満対策について

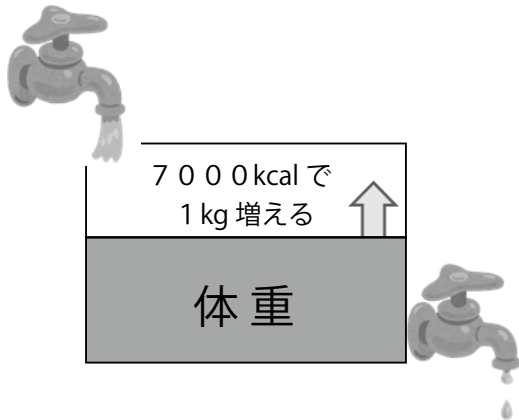
肥満とは・・・

日本では、BMI25以上を肥満としています。BMIとは、身長と体重から計算された肥満度を示す体格指数のことで、18.5～24.9が、もっとも健康でいられるBMIです。

【BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）】で求められます。自分のBMIを計算し、肥満度を確認してみましょう。



なぜ、体重が増えるのか



エネルギー消費量の内訳

- 基礎代謝量（約60%）
生命を維持するために使われるエネルギー
- 活動代謝量（約30%）
身体活動や運動で使われるエネルギー
- 食事誘発性熱産生（約10%）
食後、栄養素を吸収して体熱が上がることで代謝量が増えた分使われるエネルギー

エネルギー摂取量がエネルギー消費量を上回ると、体重は増えます。「あの人は自分より食べているのに何で自分よりやせているのだろうか？」という疑問の答えは、エネルギー消費量の差にあったのです。

基礎代謝量と食事誘発性熱産生は自分で大幅に変えることは難しいですが、活動代謝量は自分の努力次第で大幅に増やすことができます。



食事のポイント

1日3食、規則正しく食べる

朝食を抜く、夜中に食事をするといった不規則な食習慣は、内臓脂肪蓄積の原因になります。朝食をしっかりとると、日中の食欲が抑えられます。

ゆっくりよく噛んで食べる

食べ始めてから満腹感を感じるまでに約20分かかるため、ゆっくり食べることで食べすぎの防止につながります。よく噛むと、食事誘発性熱産生も増えます。

記録をつけてみる

体重と食べたものの記録をつけてみましょう。何が体重増加につながっていたのかが見えてきます。頻度の高いものを控えると、減量は成功しやすくなります。



風疹の抗体検査・予防接種はお済みですか？

ほかの世代に比べて風疹の抗体価が低い男性（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）のうち、今年度は昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方に抗体検査・予防接種の無料クーポン券を送付しています。今年度のクーポン券の期限は**令和2年2月29日**となっておりますので、早めに検査を受けましょう。

転入や紛失の際の再発行や、希望があれば昭和46年以前にお生まれの方への発行も行っておりますので、役場住民課保健係（☎0136-45-3612）までご連絡ください。



- ◆時間
月～金曜日（年末年始、祝日を除く）
・あそびのひろば 10：00～16：00
・子育て相談 8：45～17：30
- ◆場所 真狩村字真狩 49-1
- ◆連絡先 TEL45-2181 FAX45-3528
e-mail sien_yuyu@vill.makkari.lg.jp

子育て支援センターゆうゆうの様子

それほど多い雪ではなかった11月が過ぎ、12月に入ると雪の量が増え、あっという間に白一色になりました。支援センターでは、雪道にもかかわらずたくさんの親子が利用し楽しく過ごしてくれました。

異年齢の子に興味を持って関わる子や年下の子に玩具を貸したり、面倒を見てくれたりとほほえましい様子が伺えました。これからも寒い日はありますが、是非子育て支援センターに遊びに来て下さい。



◆これからの予定◆

◎子育て講座「お母さんが知っておいたほうがいい母乳育児」
日時：令和2年1月24日（金）10時～11時30分予定
場所：真狩村保健福祉センター
対象：真狩村に在住する乳幼児をもつ子育て家庭

*詳細は、ゆうゆうへお問い合わせください。



●子育てメモ おもちゃであそぼう 「デュシマピラミッド」(対象年齢:0歳～)



(デュシマ社)

お座りができ、自由に手が使えるようになって、色々な動きができるようになると、子どもたちの探索遊びが活発になります。出したり、入れたり、並べたり、重ねたり、様々な遊びが繰り広げられる楽しい玩具です。

●おすすめ絵本

「ばいばい いってきまーす」(対象年齢:4歳～)



みやにしたつや 作 (アリス館)

あかちゃんの覚えやすい言葉のひとつが「ばいばい」です。ねこ、ぶた、たこ、かえる、ありなどのいろいろな動物が出てきて「いってきまーす」「ばいばい」の表現を繰り返し楽しめるあかちゃんのおてて絵本です。

登記・相続に関するQ&A

◆第10回「建物を取り壊した場合、登記はどうするの？」

Q 建物を取り壊した場合、登記はどうするの？

A 建物を取り壊した場合、「建物の滅失登記」が必要になります。

「建物の滅失登記」とは、法務局に登録されている建物が、焼失、取壊し又は倒壊によって滅失した場合に、法務局に登録してある建物の表示の登記を抹消し、登記記録を閉鎖するための登記です。

「建物の滅失登記」は、申請する義務があり、決められた様式の申請書に不動産の表示内容を記載し、申請することにより法務局が処理を開始します。

申請しない限り、存在しない建物の登記が残ったままになってしまいます。

皆様は、ご自身が所有する住宅、倉庫、物置等の不動産がどのような状態で登記されているか、又は登記されていないのかご存じですか？

皆様の大切な不動産の登記状況を把握し、建物の滅失した事由を調査し、法務局に皆様の代理人となり登記を申請できる専門家は土地家屋調査士だけです。

建物の滅失かも・・・と思ったらお近くの土地家屋調査士又は札幌土地家屋調査士会にご相談してください。

■お問合せ先：札幌法務局俱知安支局 ☎0136-22-0232

(ホームページ) <http://houmukyoku.moj.go.jp/sapporo>

札幌土地家屋調査士会 ☎011-271-4593

(ホームページ) <http://www.saccho.com/>

真狩消防署より 年末年始の火災予防について



今年も残すところあとわずかとなりました。これから迎える年末・年始は休日が多く、家を留守にする機会が多くなります。無火災で年末・年始を迎えるためにも、左記の点に注意しましょう。

- ①ストーブ等、暖房器具の取り扱いには十分注意しましょう。
- ・ストーブの上に洗濯物を干さないようにしましょう。
- ・周囲に可燃物がないか確認しましょう。
- ・ストーブへ給油する時は必ず火を消してから実施しましょう。

また、誤給油には十分注意しましょう。

・新ストーブは煙突清掃を必ず実施しましょう。

②子どもの火遊びに注意しましょう。

③仏壇や神棚のローソクの火はその都度消しましょう。

④住宅用火災警報器設置・点検をしましょう。

・住宅用火災警報器のバッテリー寿命は8〜10年とされており、警報器に着いている紐を引くかボタンを押して、作動確認をしましょう。

バッテリーが切れている場合は、早期に交換しましょう。

切れている場合は、早期に交換しましょう。

※万が一、火災が発生した際は、落ち着いて119番へ通報して下さい!!

☎0136-452319
岡羊蹄山ろく消防組合消防署真狩支署

■年末年始の救急当番病院

日にち：令和元年12月30日(月)～令和2年1月3日(金)

医療機関：JA北海道厚生連俱知安厚生病院

診療受付時間：午前9時から午後5時まで(緊急は24時間)

診療内容：通常の日当直体制のほかに、小児科・整形外科が下記の対応となります。

※小児科：小児科専門医師が対応(24時間体制)

※整形外科：整形外科専門医師が対応(24時間体制)

※ほか緊急時：専門科医師オンコール体制(24時間)

お知らせ

詳しくは関係機関に
お問い合わせください

ハローワーク週刊求人情報誌 休刊について

令和2年1月6日にハローワークのシステムが変わり、より多くの求職者の方々により詳しい求人情報や事業者情報を提供できるようになります。ハローワーク週刊求人情報誌を作成するプログラムの変更が必要になるため、「ハローワーク求人情報誌」は、令和2年1月10日号よりしばらくの間休刊とさせていただきます。休刊の間はハローワークインターネットサービスや、ハローワーク窓口をご利用ください。

〒0136-2202 48
ハローワーク倶知安

アイヌ施策広域相談事業を 実施しています

道では、アイヌ生活相談員の所在しない市町村に暮らすアイヌの人たちを対象に、子弟の教育や文化の保存伝承、生活と雇用の安定といったアイヌ施策全般にわたる相談を

お受けしています。

■事業の開始時期

令和元年12月9日（月）から

■相談受付時間

月曜日から金曜日までの

午前9時から午後4時まで

※祝日、12月29日～1月3日

を除く

■広域相談員の配置場所

公益社団法人北海道アイヌ協会内（札幌市中央区北2条西

7丁目1かである2・7七階）

■相談の方法

広域相談員2名を配置し、面談、電話等による相談を実施

電話相談等の内容などにより

出張相談にも対応

■電話番号及びメールアドレス

☎0800-800-2378

koikisoudan@ainu-assn.

or.jp

国有林モニター募集

林野庁北海道森林管理局では、国民の皆様が国有林の役割や現状をご理解いただくとともに国民の幅広い意見を把握し、国有林野の管理経営に

役立てるため、令和2・3年度の「国有林モニター」を募集します。

■依頼期間

令和2年4月～令和4年3月

■依頼内容

・国有林や森林・林業に関するアンケート調査への回答

・モニター会議・現地見学会への出席

・現地見学会への参加

■応募資格

北海道にお住まいで、国有林

に関心のある満20歳以上（令和2年4月1日時点）の方

■募集期限

令和2年2月21日（金）必着

■応募方法

①氏名（ふりがな）②性別③住所④郵便番号⑤年齢⑥職業

⑦電話番号⑧メールアドレス

⑨国有林モニターを知ったきっかけ⑩応募理由（1000字程度）を郵送・FAX・メールのいずれかで提出。

■選考結果

令和2年3月末までに依頼状の発送をもってお知らせします。

〒011-622-5194
〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

〒011-622-5194

香川県観音寺市（旧大野原町） 小学生との図画・習字交流展開催

本村の姉妹都市である観音寺市との交流を目的に、毎年小学生の図画・習字を交換し、双方にて展示会を実施しています。

今年は市内3小学校より、児童による数十点の作品と、観音寺小学生が海外の子どもたちと制作した「アートマイル国際交流壁画共同制作プロジェクト」による、大型絵画3点を、次の日程で本村にて展示する予定です。ぜひご覧ください。

なお、真狩小及び御保内小児童の作品については、観音寺市図書館や市内の小学校等において、1月中旬から3月上旬まで展示される予定です。

○展示期間

①大型絵画3点（※公民館に常設展示）

令和2年1月15日（水）～3月4日（水）

②観音寺市小学生の作品展示

令和2年2月13日（木）～3月4日（水）

○展示会場 真狩村公民館

※真狩小・御保内小においては②の作品のみ

1月15日（水）～2月11日（火）の期間で巡回展示

人の動き

こんにちはよろしく

真狩 兼子 響
10/18(拓也)

真狩 ブリケット弥那オフィリア
11/10(ルークダグラス)

社 大町 みつき
11/12(徹)

光 金丸 主
11/28(将樹)

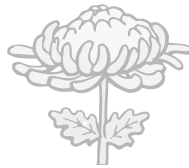
いつまでもお幸せに

真狩村 武藤 誠 11/22
愛別町 半沢 奈央美



ご冥福をお祈りします

真狩 佐長 文雄
11/27(94歳)



世帯と人口 (12月13日現在)

前月末比

世帯 969戸(+3)

人口 2,076人(+9)

(男) 1,039人(+7)

(女) 1,037人(+2)

行政への苦情は行政相談委員へ

行政とのパイプ役を務めておりますので、行政に対する苦情や要望、困っていることなどがございましたら、お気軽にご相談ください。

真狩村行政相談委員 遠藤美也子
真狩村字真狩 44 番地 37 (TEL45-2764)

ご利用ください

ようてい地域消費生活相談窓口

相談専用電話 0136-44-1600

平日 午前8時40分~午後5時15分

悪徳商法や商品の安全性などのご相談に専門相談員が対応します。お気軽にご相談ください。(従来どおり役場総務企画課総務係でも相談できます。)

しりべし弁護士相談センター

後志地域のみなさんの法律相談をお受けします

1月の相談日程

8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)

2月の相談日程

5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)

- 事前予約制
- 予約受付 平日午前10時~午後4時
- 電話 0135(62)8373



撮影・二階堂茂樹さん

ふるさと文芸

羨まし行き会う友の立ち語

身振り手振りを窓から眺め

池田 チセ

収穫し野菜の殻の後始末

これも私の大きな仕事

大廣キヨノ

母の壁幾つになっても敵わない

安倍総理から百歳の祝い

池田 清美

子育てのおやつに作ったイモ団子

今は孫等に見向きもされず

気田 シナ

「ばあちゃんタッチ」温かい手のぬくもりで二人の道をそれぞれに行く

谷口安佐子

「思い出」という荷をいかに手放すか

これから先の大きな課題

仁司 雅子

古の道を開いた首里城の

世界遺産が一夜に果てる

筒井 淑子