それぞれの未来へ希望を抱いて

1月12日　寿都町成人式

北海道日本ハムファイターズ2020年寿都町応援大使の大田泰示選手と宇佐見真吾選手から新成人へサプライズメッセージが贈られました。

Kouhou
寿都
-SUTTSU-

2
2020 February
No. 703

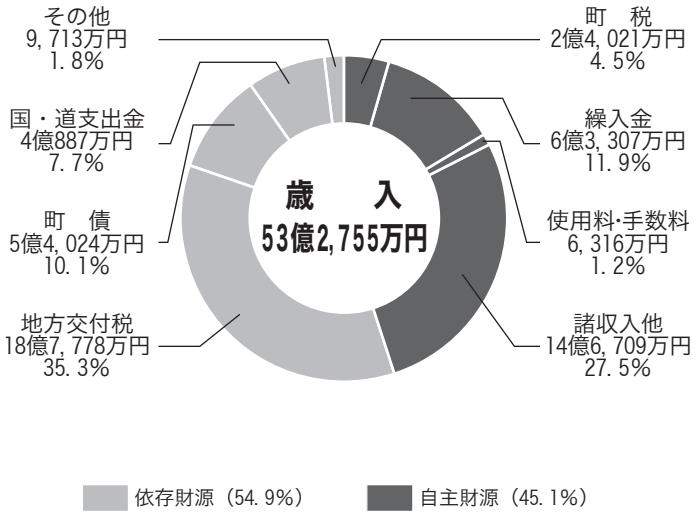
平成30年度決算のすがた

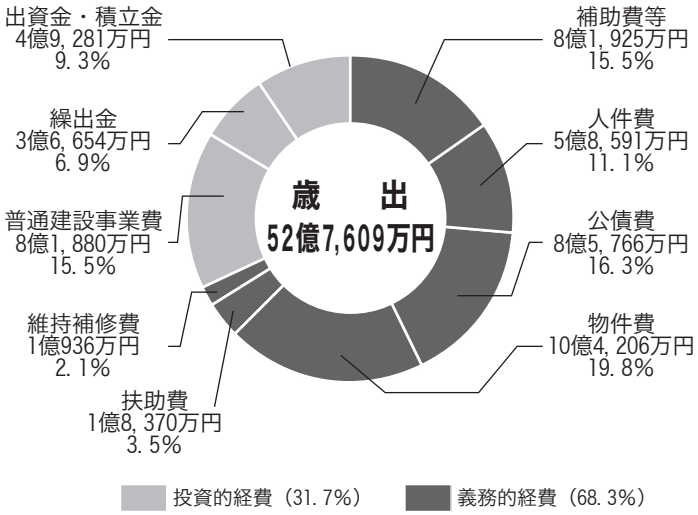
平成３０年度の各会計決算が、令和元年１２月の町議会で認定されました。

一般会計の歳入は、町税や繰入金（基金の取崩し等）などを含めた自主財源が４５．１％、地方交付税や国・道支出金などの依存財源が５４．９％となっています。歳出は、物件費（事務費や施設運営費等）や人件費などの義務的経費が６８．３％、普通建設事業費（公共施設の整備費等）などの投資的経費が３１．７％となっています。

歳入の依存財源と歳出の義務的経費の割合が高いため、今後も健全な財政運営を図っていかなければなりません。

一般会計





●各会計決算

（単位：万円）

会計名		歳入	歳出	差引
一般会計		53億2,755	52億7,609	5,146
特別会計	国民健康保険事業	3億8,130	3億7,414	716
	後期高齢者医療	5,120	5,118	2
	介護保険事業	4億2,387	4億1,253	1,134
	簡易水道事業	1億3,955	1億3,855	100
	公共下水道事業	2億2,918	2億2,835	83
	風力発電事業	5億5,529	5億4,594	935

●まちの貯金（基金）

（単位：万円）

基金名	残高
財政調整基金	1億2,928
減債管理基金	5,285
特定目的基金（７基金）	10億1,810
土地開発基金	3,455
国民健康保険事業基金	502
介護保険給付費準備基金	2,195
簡易水道事業基金	103
公共下水道事業基金	80
風力発電事業基金	4億5,282
合計	17億1,640

※特定目的基金
（ふるさと振興基金、人材育成基金、寿都温泉事業基金、地域福祉基金、中山間ふるさと・水と土保全基金、水産振興基金、教育振興基金）

●まちの借金（地方債残高）

（単位：万円）

一般会計	64億9,777
特別会計	17億7,504
合計	82億7,281

※特別会計（簡易水道事業、公共下水道事業、風力発電事業）

基金は、昨年度と比較して特定目的基金のふるさと振興基金がふるさと応援寄附金などで約９,５００万円増加しておりますが、地方債の繰上償還（約１億５,０００万円）を行うため、減債管理基金の取崩しを行っており、全体の残高については前年とほぼ同額で推移しています。

漁業従事者研修センター整備事業や橋本家保存整備事業などで地方債の借入を行っていますが、一般会計及び特別会計ともに公債費（地方債の借入金元利支払いなど）の償還により、地方債残高（元金）は全体で前年比約６億円が減少しています。

寿都町立寿都診療所
電話　0136−62−2411

みんなの診療所 No.148

睡眠時無呼吸症候群の検査と治療について

医師　鈴木　哲

皆さんは、睡眠時間を十分取っていても日中に強い眠気や倦怠感、集中力低下などを感じたり、ご家族や友人などから寝ている間のいびきや無呼吸を指摘されたりしたことはありませんか。思い当たる方は、睡眠時無呼吸症候群の疑いがあるかもしれません。今回は、寿都診療所で行うことができる検査や治療方法を紹介します。少しでも症状に心当たりのある方は、お気軽にご相談ください。

睡眠時無呼吸症候群とは？

睡眠中に無呼吸と低呼吸（いびき）を繰り返す病気です。１０秒以上呼吸が停止している状態を無呼吸といい、無呼吸が一晩（７時間睡眠中）に３０回以上、もしくは１時間あたり５回以上あれば、睡眠時無呼吸症候群です。無呼吸状態での睡眠は、脳と体が休まらず、体に大きな負担がかかるため、高血圧や脳卒中、心筋梗塞などの合併症につながる危険があります。

まずは、日中の眠気をセルフチェックしてみましょう。

下の表で点数をつけて合計１１点以上の方は睡眠時無呼吸症候群の可能性が高く、医療機関での受診が勧められます。

１１点以下の方でも日中の眠気などの症状が重い方や運転業務をされている方は、検査を受けた方が良い場合がありますので、医師へ相談しましょう。

日中の眠気チェック項目	ほとんど眠る	しばしば眠る	たまに眠る	ほとんど眠らない
座って読書中	3	2	1	0
テレビを見ている時	3	2	1	0
会議、劇場などで積極的に発言せずに座っている時	3	2	1	0
乗客として１時間自動車に乗っている時	3	2	1	0
午後に横になって休息するとき	3	2	1	0
座って人と話している時	3	2	1	0
昼食後（お酒を飲まずに）静かに座っているとき	3	2	1	0
自動車を運転中に信号や交通渋滞などにより数分間止まった時	3	2	1	0
合　　計				

（エスワープ眠気尺度（ESS）問診票）

11点以上に該当する場合、どのような検査が必要？

一般的には簡易検査を行い、異常があれば精密検査を行います。（簡易検査の結果が重症の場合、精密検査を行わず、治療することがあります。）

簡易検査と精密検査はどちらも自宅で行うことができます。手の指や鼻の下にセンサーを装着し、いびきや呼吸の状態を調べます。精密検査は、簡易検査に比べて取り付け機器が多いため、一人で取り付けが困難な場合は一泊入院で実施することも可能です。

※自宅での検査を行うことで、より普段の睡眠状態を計測しやすいと考えられます。

検査のイメージ

治療法はどのようなものがあるの？

軽症の場合は、マウスピースを作製して下顎と舌を持ち上げ気道を拡大させたり、背中にテニスボールを付けて強制的に横向きで寝ることで、仰向けになって寝たときよりも気道を確保しやすく、いびきを予防する治療法があります。

重症の場合は、鼻に機器を装備して空気を送り込みながら睡眠する治療法（CPAP療法）があります。医師が治療効果を確認しながら適切な空気の量を調整するため、月一回の通院が必要です。

寿都町教育委員会
電話　0136−62−2100
FAX　0136−62−2280

赤ちゃんから お年寄りまで

みんなが、学びの主人公

ハローフレンズイングリッシュキャンプ 開催

１月２５日、２６日の２日間、倶知安町ヒラフ地区及びニセコ町で「ハローフレンズ・イングリッシュキャンプ」を行いました。

倶知安町ヒラフ地区での
インタビューの様子

参加した町内の小学校5･6年生の児童１２名は、児童たちの活動をサポートする寿都高校の生徒や後志管内の外国語英語指導助手と一緒に、ヒラフ地区を訪れた外国の方へ「出身国」や「好きな日本の食べ物」などをインタビューしたほか、ニセコ町の寿都アンテナショップ神楽での特産品販売体験で、英語で水産加工品をＰＲするなど、普段の学習を活用して、実際に外国の方と、コミュニケーションをとることで、英語への関心と意欲をより一層高める機会となりました。

寿都アンテナショップ神楽での
活動の様子

令和2年度の新1年生をご紹介します

この春、小学校に入学する新１年生のお名前をご紹介します。１月２４日、寿都小学校と潮路小学校で１日体験入学を行いました。先生と上級生に教わりながら校舎見学や勉強、給食などこれまでとは違う小学校生活への期待に胸を膨らませている様子でした。

入学が楽しみで待ち遠しいですね。

寿都小学校

潮路小学校

●寿都小学校●

大島　結桜（ゆら）　手塚　綾愛（せな）
鎌田　颯人（はやと）　鳥居　茅乃（ちの）
岸本みなみ　堀野　華（はな）
工藤菜乃羽（なのは）　本庄　俊陽（としはる）
五味姫緒莉（ひおり）　山本　湊功（そうすけ）
櫻井菜々美（ななみ）　若狭　千尋（ちひろ）
菅原　大誠（たいせい）　渡部　文也（ふみや）

●潮路小学校●

小野寺智瑛（ともあき）
櫻庭　海斗（かいと）
徳田　海聖（かいせい）
藤田　さな

今年は雪が少なく、過ごしやすいですが、やっぱり冬は寒いですね。

寒さが厳しい日には、お鍋などの簡単で栄養も摂れる温かい料理を食卓に取り入れたくなりますね。図書室には、料理に関する本や雑誌もありますので、ぜひお越しください。

最近、貸し出しした本の返却が遅れたり、落書きやページの破れ、折り曲げなどが見受けられます。多くの方々に気持ちよく利用していただけるよう貸出期間の２週間を守り、大切に扱ってください。

小・中学生冬休み作品展のお知らせ

町内の小・中学生が冬休み期間中に制作した自由研究や工作、習字などの作品を下記のとおり展示しています。この機会に、児童・生徒の個性あふれる作品をご覧ください。

◇展示日程　～２月１８日（火）
◇展示場所　総合文化センター　ロビー

寿都町ふるさと大使

寿都町の魅力を全国にPR！

町では、全国に向けて寿都町の魅力を発信し、知名度の向上と観光振興の推進など、さらなる活性化を目的とした「寿都町ふるさと大使制度」を平成２４年に創設しています。

寿都町ふるさと大使制度は、本町に愛着を持ちながら文化・経済・スポーツなど各界で活躍している本町の出身者もしくはゆかりのある方を「ふるさと大使」に委嘱し、町が提供する名刺や観光パンフレット、広報誌などを用いて自身が活躍する場で本町の観光情報などをＰＲしていただく制度です。

現在、それぞれの分野で活動されている本町出身のふるさと大使お三方の、より一層のご活躍を期待しています。

１２月２７日、フリーアナウンサーの板倉糸栄さんが片岡春雄町長を表敬訪問されました。

板倉さんは昨年１０月、マレーシアで開催された女性の内外面の美しさを競う世界大会「Mrs Asia Supreme Pageant(ミセスアジアシュープリームページェント）２０１９」に出場され、見事グランドチャンピオンに輝きました。

板倉さんは、「コンテスト期間中に一度寿都町に帰ってきたおかげで、自分を見つめ直すことができ、大きな賞をいただくことができました。今後もふるさと寿都町のＰＲに、尽力していきたいと思います。」と喜びを語られました。

おめでとうございます。

［ふるさと大使プロフィール］

本庄（ほんじょう）　敬（けい）さん

１９８６年に第３２回手塚賞で準入選し、漫画家としてデビュー。料理や自然を題材とした「蒼太の包丁」「ハルの肴」「ＳＥＥＤ」などの代表作がある。本町のマスコットキャラクター「風太くん」をデザインしたことでもおなじみ。

漫画の作中に寿都町を登場させ、ＰＲ活動を行っている。

現在は、「俺流！絶品めし（ぶんか社）」において「新・蒼太の包丁」を連載中。

＜メッセージ＞

故郷を離れて４０年。いまだ忘れがたく思っています。これからも応援よろしくお願いします。

板倉（いたくら）　糸栄（いとえ）さん（旧姓:南波）

２００４年からタレント活動をスタート。メインＭＣやナレーター、お天気キャスターなど、フリーアナウンサーとして首都圏のローカルテレビ番組などで活躍。

ＳＮＳで寿都町を紹介しているほか、仕事や番組出演の際、寿都町の特産物やエピソードなどを話している。

現在は、化粧品のイメージモデルや「Mrs Asia Supreme Pageantグランドチャンピオン」としての活動を行っている。

＜メッセージ＞

私はこの町で生まれたことにとても誇りを持っています。寿都が大好きです。寿都に帰ってくるたびに安心し、リフレッシュしパワーをもらっています。今後はさらに自信を持って寿都の魅力を世界中に発信していきますので、応援よろしくお願いします。

松谷（まつたに）　淳（じゅん）さん（本名：谷口 寿志）

バンド活動を経て、ソロ活動へと転身し、ＳＴＶ北海道カラオケ大会で優勝を飾る。

２０１２年にファーストシングル「私の願い／POWER OF PRIDE」でデビュー。

現在は、歌手・ラジオパーソナリティとして、エフエムしろいし「松谷淳のズバッと二刀流（毎週月曜日 21:00～）」に出演中。

＜メッセージ＞

番組では、寿都町のイベント情報などを随時発信しています。これからも応援よろしくお願いします。

年始行事

令和２年の始まりとともに、
町内ではさまざまな行事が行われ、
新しい年を祝いました。

初セリ(1/4)

新年交礼会(1/4)

寿都消防団出初式(1/5)

～北海道１７９市町村応援大使 招待観戦デー 実施～

北海道日本ハムファイターズ「北海道１７９市町村応援大使２０２０」の企画の一環として、３月２４日（火）、２５日（水）、２６日（木）の３日間、札幌ドームにおいて開催される東北楽天ゴールデンイーグルス戦に、寿都町内在住の方が無料で招待されることとなりました。ぜひ、皆さんで北海道日本ハムファイターズと寿都町応援大使の大田泰示選手・宇佐見真吾選手を応援しましょう。

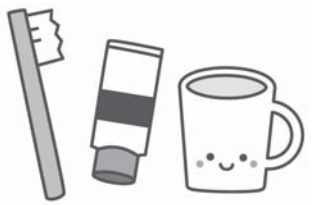
２６日（木）は送迎バスの運行もしますので、応募方法など詳しくは、折り込みしたチラシをご覧ください。

© H.N.F.

やったね！ むし歯ゼロ！

１月１４日に行った３歳児健診の歯科指導で、むし歯がなかったお子さんを紹介します。

これからも、大切な歯を守っていけるよう、親子で虫歯予防に取り組んでください。



これからも歯磨き頑張ります！

濱谷　碧一（あおい）くん
（渡島町）

いつも嫌がらずに歯磨きしてくれてありがとう！これからも頑張ろう！

下垣　月乃（つきの）ちゃん
（渡島町）

白い歯のイケメンになれるように歯磨き頑張るぞ!!

寺門　賢隼（けんと）くん
（大磯町）

税の申告で障害者控除が受けられます

身体に障がいがあり、一定の要件を満たす場合には、所得税や住民税の申告の際、「障害者控除」を受けることができます。

この控除を受けることができる方は、右記の項目に該当する方です。

介護保険の要介護認定を受けている方で、対象となる方には、「障害者控除対象者認定書」を発行します。**印鑑をご持参**のうえ、町民課社会福祉係までお越しください。

なお、税の申告控除は、本人が障害者控除を受けられるほか、扶養している親族の方も扶養障害者控除を受けることができます。

◎対象となる方◎
- 障害者手帳（身体・精神・知的）をお持ちの方
- 戦傷病者手帳をお持ちの方
- 介護保険の要介護認定（要支援１・２を除く）を受けている６５歳以上の方で、かつ、障害区分ごとの日常生活自立度の判定が一定基準以上の方

【町民課社会福祉係　電話0136-62-2513】

とれたて「風太くん」ニュース ～Vol.23～

今月のニュースは「道の駅みなとま～れ寿都」「寿都温泉ゆべつのゆ」「ベーカリー寿」からお届けします。

みなとま～れニュース　すっつはしご酒ラリー開催します！

年始は比較的暖かい日が続きましたが、次第に寒さが厳しくなり、町内でも風邪やインフルエンザが流行していますので、体調管理には十分気を付けてお過ごしください。

寿都の夜をにぎやかに盛り上げる寿都商工会青年部主催の「すっつはしご酒ラリー」が下記の日程で開催されます。ご家族や友人など皆さんで楽しみませんか。多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

昨年の様子

「すっつはしご酒ラリー2020」

日　時：2月28日（金）
　　受付18：00～　開始18：30～
会　場：道の駅みなとま～れ寿都、町内飲食店

寿都町観光交流センター「みなとま～れ寿都」（一般社団法人寿都観光物産協会）

●住　所：寿都町字大磯町29−1　●開館時間：【10月～3月】9:00～17:00　●E-Mail：eki@suttufan.com
●電　話：0136−62−2550　●休 館 日：【10月～3月】毎月第1·3月曜日　●H　P：http://suttufan.com/

ゆべつのゆニュース　冬のあったか企画　特製おしるこを販売します

日頃よりゆべつのゆをご利用いただきありがとうございます。

ゆべつのゆでは、2月29日までの土・日曜日、祝日限定で、レストラン山本特製「おしるこ（100円）」を販売しています。温泉とおしるこで体の芯から温まる特別企画ですので、この機会にぜひ、ゆべつのゆをご利用ください。

寿都温泉ゆべつのゆ

●住　所：寿都町字湯別町下湯別462　●開館時間：【12月～3月】10:30～21:30　●H　P：http://yubetsunoyu.com/
●電　話：0136−64−5211　●休 館 日：毎月第1月曜日

ベーカリー寿ニュース　バレンタインの新メニューが登場！

いつもベーカリー寿をご利用いただきありがとうございます。

令和2年最初の企画として、2月7日（金）から14日（金）までの期間限定で、バレンタインにおすすめな3種類のタルトを販売します。色合いがきれいでプレゼントにぴったりな「ルビーチョコタルト」、サクサクの生地にクリームチーズとメレンゲを混ぜ合わせた滑らかなチーズフィリングが絶妙な「チーズタルト」、ベルギーチョコレートを使用した濃厚で滑らかなチョコクリームとサクサクの生地がおいしい「チョコタルト」です。

日頃お世話になっている方へバレンタインの贈り物として、また、ご自分へのご褒美としていかがでしょうか。多くの皆さんのご来店をお待ちしています。

チョコタルト

ベーカリー寿～Kotobuki～

●住　　所：寿都町字新栄町104番地　寿都町地域コミュニティ施設「みなくる104」1階
●電　　話：0136−75−7040　●Facebook：https://www.facebook.com/Kotobuki.Bakery/
●営業時間：10:00～16:00　●定 休 日：日曜日

戸籍の窓口

人　口2,945人（＋２）世帯数1,678世帯（－３）
男　1,436人（＋２）　女　1,509人　（±０）
（令和元年12月末現在住民基本台帳）

～ごめいふくを　お祈りします～

矢　追　町　佐々木勝雄さん（１/４）85歳
樽岸町樽岸　横川　辰雄さん（１/11）94歳
新　栄　町　松澤　信彌さん（１/13）84歳
新　栄　町　髙谷　政子さん（１/14）90歳
新　栄　町　仲井トシ子さん（１/14）84歳

～こんにちは　よろしくね～

新　栄　町　及川　玲也（れいや）くん（12/11）
和也さん・満友さんの子
歌棄町歌棄　相沢　捺馬（なつめ）くん（12/13）
宏太さん・愛さんの子
新　栄　町　内田　彩羽（いろは）ちゃん（12/18）
泰大さん・真梨子さんの子
歌棄町美谷　小清水隆人（りゅうと）くん（12/25）
奨さん・裕希乃さんの子
渡　島　町　竹鼻　心泉（ここみ）ちゃん（12/30）
直斗さん・恵さんの子

ご寄附ありがとうございました

黒崎　邦夫　様（群馬県）
寿都町字樽岸町樽岸３４２番４８の原野
１，０２９㎡

小西　壽治　様（釧路市）
寿都町字歌棄町美谷６６番１の保安林
他６筆　１，８３９．２３㎡

橋爪喜代美　様（福岡県）
寿都町字樽岸町樽岸３４２番３６の畑
他１筆　６４３㎡

玄蛇　洋介　様（札幌市）
寿都町字矢追町９３番の宅地
他５筆　５，８８４．２３㎡
寿都町字矢追町１０１番地の居宅

寿都地区プレジャーボート協議会（新栄町）
会長　梶　雅之　様
水産振興寄附金として　３０，０００円

北海道原子力防災訓練のお知らせ

北海道原子力防災訓練が次のとおり実施されます。
訓練当日は、町全域の携帯電話に緊急速報メールが配信されますが、実際に行動する必要はありません。

□訓練対象地域
寿都町を含む泊発電所周辺１３町村、札幌市など
□実施日
令和２年２月１３日（木）

○緊急速報メール配信予定時刻
・午前９時００分　施設敷地緊急事態
・午前９時３５分　全面緊急事態
日本語のメールに続き、それを英訳したメールが配信されます。

※悪天候などにより訓練が中止となった場合、緊急速報メールは配信されません。

【企画課企画係　電話0136-62-2608】

ふる里文芸

短歌

吹雪く夜は我が娘を抱き凍死せる
父の願いを想いめぐらす　石橋　典子

前浜の空のにぶ色松過ぎて
水平線に漁火浮きぬ　中村　昭風

小旅行長万部駅で一段ずつ
見上げては登る発車気にしつつ　志田　妙子

稀に見るつるつる路面にあたふたと
そっと手を出す見知らぬ青年　亀谷　セツ

（老人クラブ短歌）

五年後の五輪めざして生きるぞと
ついに達成目前に迫る　石橋　典子

忘れ事重ねた齢のせいにして
今の私を許せる怖さ　松沢　スミ

友の家窓越しに見る桜木の
硬く芽を閉じ春来るを待つ　天間ときこ

俳句

あたふたと孫追いかける師走かな　石橋　典子

一湾の雷電遠く鱈を干す　中村　昭風

年賀状お礼は電話でと義姉（あね）言ひて　志田　妙子

成人の手塩に掛けた孫愛し　亀谷　セツ

大寒の道道光り魔のごとし　遠藤　紀子

（老人クラブ俳句）

初場所や家族競って解説者　石橋　典子

遠山の連なる稜線冬帽子　松沢　スミ

車跡帰省者かえる雪の午後　天間ときこ

夫の三十三回忌夢でいい逢いたいね　南　慧子

お正月まなみから貰らたお年玉　南　慧子

◆令和２年２月　◆発行:寿都町字渡島町140-1　寿都町役場 企画課　◆印刷:(有)米坂印刷　◆寿都町公式ホームページ　http://www.town.suttu.lg.jp/