

いままでの10年 これからの診療所

◆平成17年4月

◆道は年間4,5億円の赤字を抱える運営

◆入院、救急 廃止案も

◆住民の後押し

◆当時医療法人カレスアライアンス 北海道
センターに相談をしていた

◆町長、議員団のみなさんで室蘭へ



8月22日 寿都診療所開設10周年記念式典

記念シンポジウム

『今、地域で求められている医療』

講演 『寿都町立寿都診療所十年の歩み』

講師 寿都町立寿都診療所 所長 中川 貴史

Kouhou

寿都

-SUTTSU-

9

2015 September
No. 650

10月から

12桁のマイナンバーが通知されます

マイナンバーとは？

マイナンバーは、住民票を有する全ての方に12桁の番号を付して、社会保障、税、災害対策の分野で効率的に情報を管理し、複数の機関に存在する個人の情報が同一人物の情報であることを確認するために活用されます。

マイナンバーは、行政を効率化し、国民の利便性を高め、公平・公正な社会を実現する社会基盤です。民間事業者でも、社会保険、源泉徴収事務などの法律で定められた範囲に限り、マイナンバーを取り扱います。

マイナンバーの利点



行政の効率化

行政機関や地方公共団体などで様々な情報の照合や入力などに要している時間や労力が大幅に削減されるとともに、より正確に行えるようになります。



国民の利便性の向上

添付書類の削減など、行政手続が簡素化され、負担が軽減されます。情報提供等記録開示システムによる情報の確認や提供などのサービスを利用できます。

公平・公正な社会の実現

所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなり、脱税や不正受給などを防止するとともに、本当に困っている方にきめ細やかな支援を行えます。

マイナンバー通知カード

平成27年10月以降、市町村から皆さまに、原則として住民票に登録されている住所あてにマイナンバーが記載された「通知カード」（紙）が世帯ごとに簡易書留で届きます。

下記の理由により住民票の住所地で受け取ることができない方は「居所情報登録申請書」を9月25日（金）までに住民票のある住所地の市町村に持参または郵送して下さい。

申請書はお近くの市町村、総務省ホームページ（http://www.soumu.go.jp/kojinbango_card/）などで入手、又はダウンロードできます。

●申請が必要な方

- ・一人暮らしで、長期間、医療機関・施設に入院・入所されている方
- ・DV、ストーカー行為など、児童虐待などの被害者で住所地以外の居所に移動されている方
- ・自然災害等の被災者で住所地以外の居所に避難されている方

個人番号カード

平成28年1月以降には、公的個人認証など、様々なことに利用できる個人番号カードが、希望者の申請により無料交付されます。

- ①マイナンバーの番号付与の通知カードが、町から住民票の住所に送付されます。
- ②通知カードを受け取られた方は、同封される申請書にご本人の顔写真を貼り、返信用封筒にて郵送します。
- ③市区町村の窓口で「個人番号カード」を受け取ります。



マイナンバーは一生使うものです。マイナンバーは漏えいして、不正に使われるおそれがある場合を除いて番号は一生変更されませんのでぜひ、大切にしてください。

- ☐ マイナンバーのホームページ <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html>
- ☐ マイナンバーのコールセンター 0570-20-0178

「室内遊び」の開催報告 第2回おやこ教室

7月22日に子どもふれあいセンター子育て広場で第2回おやこ教室「室内遊び」を開催しました。当日は蒸し暑い中、12組の親子が参加し、子どもたちは元気いっぱい遊びました。

また、お母さんたちは、子どもと一緒にスキンシップを取りながら、新聞紙やスレッチマットなどを使った産後のエクササイズを行いました。

トレーニングパーク手音(たね)の山本敏未講師による、室内で子どもと一緒に取り組める運動は、どれも自宅で継続することができるもので、参加者からは「遊びながらとても楽しく運動ができた」との声がありました。



「カルシウムたっぷりおやつ教室」参加者募集 第3回おやこ教室

今回は牛乳が苦手なお子さんでも食べやすい、カルシウムたっぷりのおやつを作ります。

なお、当日は託児もありますので、0歳児の子どもがいるお母さんもお気軽にご参加ください。

一緒に離乳食の調理もできます。0歳児のお子さんが参加する場合は子供用スプーン、ベビーカー(椅子の代わり)を準備してご参加ください。



- ◆日時：9月30日(水)
10:00~13:30
(片づけ時間含む)
- ◆場所：寿都町総合文化センター
調理実習室
- ◆献立：ごまあんまん(パンダ型)
きなこにんじんのクッキー
大根のコロコロスープ
- ◆持ち物：エプロン、三角巾、風太くんカード
- ◆参加費：大人1人当たり 500円
- ◆対象者：0歳児から就学前の子どもと保護者・妊婦さん(保護者のみも可)
- ◆申込締切日：9月24日(木)
- ◆申込先：町民課健康づくり係

第6回子育てメモ 一緒に食事をするって、とても大切

子どもにとって、食事は体の健康だけではなく、心の成長にも深く関わります。家族一緒に食事をすることによって、家族のふれあい、食事のマナーなど社会性を高めることにもつながります。できるだけ家族そろっての食事を習慣にしましょう。

また、食事を一緒に「つくる」ことも大切です。自分の手で食事をつくることを通じて、食

材や調理方法について学ぶことができます。また、家族のために食事をつくる喜びや達成感を実感することができます。

一緒に食事をつくって一緒に食べることを通じ、子どもに食に関する知識や豊かな心をはぐくんでいきましょう。





赤ちゃんから お年寄りまで

寿都町教育委員会

電話 0136-62-2100

みんなが、学びの主人公

町民の運動や健康についての 抽出アンケートを実施します！

本年度から、北翔大学との連携による各種運動事業を実施しています。参加した町民からは、「日常生活で身体を効果的に動かす方法を学べた」など、運動の習慣がついてきた様子が見られます。運動の習慣がついた人は、健康寿命が延びることが期待できます。

こうした取り組みを行っていく中で、町民の運動と健康についての意識について知るため、9月に、年代ごとに無作為に抽出した町民の方に郵送による「アンケート調査」を実施する予定です。皆さんが答えやすいように簡単な内容となっていますので、ご協力をお願いします。アンケートの回答につきましては、同封の返信用封筒で返信願います。詳しくは、教育委員会住民学習推進係までご連絡ください。

英語検定を実施します

本町では、小学校・中学校・高校と英語教育について文部科学省の指定を受けるなど、先進的な取り組みをしています。平成25年12月からは、外国人指導職員のショーン先生が配置となり、英語サロンなど、町民が気軽に英語にふれる機会づくりを進めています。

今回、一般町民の英語検定受検日を下記のとおり設定しました。詳しくは、教育委員会住民学習推進係までお問い合わせください。

- 日 時：10月9日（金）
18:30～20:00
- 場 所：寿都町総合文化センター
- 検 定 料：2級4,600円、準2級4,100円
3級2,800円、4級1,600円
5級1,500円
- 申込期日：9月14日（月）まで
検定料を添えて教育委員会住民学習推進係まで申し込みください。

※受験者が10名に満たない場合、実施しません。
※申込後のキャンセルについては、必ず教育委員会住民学習推進係までご連絡ください。

自然体験キャンプ終了！

今年の自然体験キャンプは、8月6日から8日に黒松内町・島牧村の両教育委員会と合同で、黒松内ぶなの森自然学校で実施しました。

今年のテーマは「達成感」で、小学生に体力の限界ギリギリの体験をさせ、達成感を得てもらおうと、黒松内ぶなの森自然学校の体験プログラムである、長万部町の海岸（太平洋）から、樽岸町の朱太側河口（日本海）までの道のりの「40kmウォーク」に参加しました。

参加した6名の子どもたちは、全員完歩し、「つらかったけど歩ききれてよかった」と疲れながらも満足そうな顔を見せていました。

こうした「やりぬく」体験を重ねて、つらいことがあっても頑張れる「心の持久力」を高めてほしいものです。



教育講演会

「元氣を出して明るい子育て」 笑顔・笑顔の爆笑講演会でした！

8月8日に総合文化センターで、教育講演会「元氣を出して明るい子育て」が実施されました。

講師は、元岩内高校の教師で、絵本セラピストでもある塩谷隆治さんをお迎えしました。塩谷さんは、「不機嫌は最大の罪。イライラをどのように考え、コントロールしていくのか。子どもは大人を見ている。大人が元気で笑顔でいること」などをご自身の体験や楽しいスライドで伝えてくださいました。

受講後は、「講演でこんなに笑ったのははじめて」などの声も聞かれ、楽しく教育について考えるひとときになりました。



みんなの診療所 No.96

覚えておくべき役に立つ 止血法



看護師 中村 麗奈

9月9日は救急の日です。この日は、救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めることを目的に「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂合わせから、国が定めたものです。

今月は、怪我などで出血した場合に、覚えておくべき役に立つ応急処置についてお知らせします。

怪我などで出血した場合は

怪我などで、出血してしまった場合は、何より早めの止血が大切です。

特に太い血管からの出血は、大量の血が失われ、非常に危険な状態となるため、医療機関での救急対応が必要となります。

出血はそのままにしておくと...

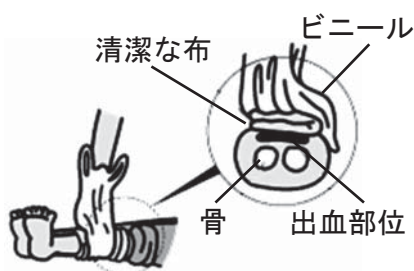
- 真っ赤な血液が脈拍に合わせて噴き出し、瞬間的に大量の血を失ってしまうため、失血死のおそれがあります（動脈性出血）。
- 赤黒い血液がわき出るように出血し、放っておくと短時間でショック状態になります（静脈性出血）。
このように、非常に危険な状態に陥ることがあります。

止血方法は

救急車を待つ間や病院へ着くまでに行う応急処置（止血方法）は次の方法があります。

①直接、傷口をふさぐ方法

- 血液に直接触れないように、できるだけビニール製の袋や手袋を使用し感染症を防止する。

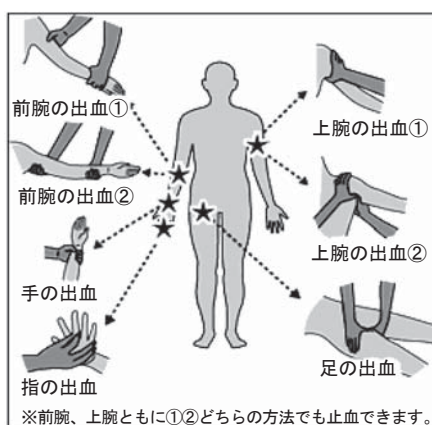


- きれいな布などを重ねて傷口に当て、その上から手で圧迫する。片手で止まらなければ、両手で体重を乗せながら圧迫する。

※手足などは、心臓より高い位置に上げると止血しやすくなります。

② 傷口より心臓に近い場所を圧迫する方法

- 手や足からの出血の場合、下の図のように傷口より心臓に近い場所を圧迫して止める。



出血した場合は、あせらずに止血し、救急車の要請や最寄りの医療機関を受診するなどしましょう。

③紐を使った止血方法



- 圧迫する時に使用する紐は、最低3cm以上幅のあるものを使用する。図のように、結び目を作って、棒をくぐらせる。矢印のようにグルグル締めていくと、簡単に締めることができる。
- 長時間止血しなければならない場合は、時々緩める。（だいたい30分くらいの目安で）

★注意★

神経や、筋肉を破損する恐れがあるので、細い紐や針金で縛ってはいけません

寿都診療所10周年記念式典への参加ありがとうございました

8月22日に総合文化センター大ホールにて寿都診療所開設10周年記念式典を開催しました。当日は、町民の方など約360名というたくさんの方々にご参加いただきありがとうございました。

＝寿都診療所スタッフ一同＝

式典の様子は、広報6ページの「町の出来事」のページに掲載しています。

ふれあ～寿祭りにて 人権擁護委員が啓発活動を行いました

8月2日、寿都町地域密着型センターふれあ～寿前駐車場で、ふれあ～寿祭りが開催されました。

当日は、青空に恵まれ、30度近い気温の中、たくさんの人でにぎわいました。お祭りでは、焼きそばや焼き鳥の販売のほか、寿都中学校器楽部による演奏やビンゴ大会なども行われました。



また、人権擁護委員3名による啓発活動も行われ、人権擁護委員の方々はタオルやうちわをふれあ～寿祭りの来場者に配り、人権擁護活動の推進を図りました。

防災訓練を実施しました



8月19日に、子どもふれあいセンター子育て広場において、DIG（図上）訓練を寿都警察署と乳幼児のお子さんがある寿都町風の子サー

クルの皆さんと実施しました。

実施に先立ち寿都警察署署員から災害時の心構えや過去の災害の教訓などを、パネルを交えた講演が行われました。

訓練では、黒松内銘水株式会社から実際の支援物資であるミネラルウォーターが届けられ、災害時の一連動作の確認も行いました。

DIG訓練では、避難所・避難場所の確認や、乳幼児を連れて避難する難しさ、また、「災害はいつ起こるかわからないので、しっかりと準備と心構えを持つことが大切ということ」を皆さんに知ってほしいということを寿都警察署から学び、寿都町のハザードマップを配付し終了しました。

寿都町立寿都診療所開設10周年記念式典

8月22日、総合文化センター大ホールで、「寿都診療所開設10周年記念式典」が開催され、町内外から360名の参加がありました。

式典では、片岡町長から、診療所開設の経緯や苦労話、中川所長から「寿都町立寿都診療所10年の歩み」と題して、開設当時のエピソードや、家庭医療についての説明、本町の医療の現状・課題・今後の方向性について、講演がありました。



また、記念シンポジウムでは、寿都診療所を見守っていただいている方々から、自らの経験で感じた医療者の熱意と全国的に医師不足が問題になっている中、地元で医療機関のある大切さなどが、話し合われ参加者は真剣な眼差しで聞き入っていました。

「寿都町における医療のあり方」について、参加者全員が考える場となりました。

夏の催し

歌棄厳島神社例大祭(8/2)



寿都保育園七夕(8/7)

みなとま〜れ寿都広場 盆踊り&ビアガーデン(8/14)



温泉・道の駅通信 No.30

短い夏も終わり、少しずつ涼しさが増してきました。うだるような暑さだった今年の夏も、過ぎてしまえば寂しいですね。

8月の週末は天候にも恵まれ、各種イベントにもたくさんの皆さんにお集まりいただくことができました。

8月2日は、みなとま〜れ寿都前の広場で、道の駅230ルスツとの販売交流会として留寿都産の野菜やルスツ豚の串焼きなどを販売しました。その日の朝採れたてを運んでいただいた野菜の前には、販売開始と同時に多くの人が集まり、あっという間に完売しました。今後もいろいろな形で交流を続けていきますので、次回のイベントもご期待ください。



を楽しんでいました。

そしてお盆の14日には盆踊り、15日には花火大会が行われ、両日ともにみなとま〜れではビアガーデン

が開催されました。2日ともに大盛況で、大人も子どもも楽しく過ごす夜になりました。

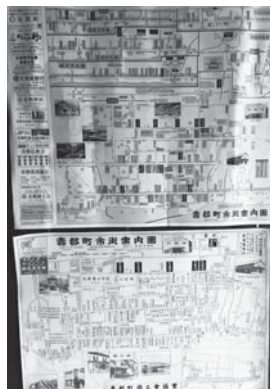
観光シーズンのピークは過ぎましたが、今月は5連休があり、来月には「ほっけ祭り」も控えています。お盆の疲れもリセットして、ゆべつのゆ・みなとま〜れ寿都スタッフ一同頑張っていきますので、町民の皆さんのご利用をお待ちしています。

イベントスケジュール・お知らせ

●寿都の古地図を販売しています

以前より販売していた昭和28年当時の寿都の地図に続いて、昭和32年の地図が寿都観光物産協会より発行されました。今回の地図には磯谷から樽岸地区の地図も掲載されており、より詳しく当時の寿都を知ることができます。

みなとま〜れ寿都・ゆべつのゆともに取り扱いしていますので、ぜひ、お買い求めください。



寿都町観光交流センター「みなとま〜れ寿都」

住所：寿都町字大磯町29-1
電話：0136-62-2550
E-Mail：eki@suttufan.com
開館時間：9:00～18:00
休館日：毎月第1月曜日

寿都温泉ゆべつのゆ

住所：寿都町字湯別町下湯別462-1
電話：0136-64-5211
開館時間：10:00～21:30(最終受付～21:00)
休館日：毎月第1月曜日

すくすく1歳です

9月生まれ



山田 優衣ちゃん
(26日生まれ)

(矢追町) 友 季さん
友 美さんの子

元気に生まれてきてく
れてありがとう。

これからも、明るい笑
顔でみんなを元気にして
ね。



半澤 紗良ちゃん
(27日生まれ)

(開進町) 徹 さん
沙 織さんの子

いつも家族を笑顔にし
てくれてありがとう♡

まだまだ泣き虫だけど、
すくすく元気に育って
ね!

戸籍の窓口

人 口 3,218人 (+14) 世帯数 1,771世帯 (±0)
男 1,569人 (+5) 女 1,649人 (+9)
(平成27年7月末現在住民基本台帳)

～いつまでも おしあわせに～

新 栄 町 { 長 勇介さん
小林 美穂さん

～こんにちは よろしくね～

開 進 町 舛森 ^{あおい} 碧くん (8/2)
周さん・久美子さんの子

新 栄 町 長澤 ^{あんな} 杏奈ちゃん (8/13)
稔さん・知子さんの子

～ごめいふくを お祈りします～

歌葉町歌葉 田中みえ志さん (8/1) 86歳
新 栄 町 檜山 四郎さん (8/2) 89歳
樽岸町建岩 木村 義郎さん (8/21) 88歳

平成27年国勢調査の実施

～皆様のご協力をお願いします～

平成27年10月1日を基準日として、平成27年国勢調査が全国一斉に実施されます。

国勢調査は、日本国内に住むすべての人と世帯を対象とする、国の最も重要な統計調査です。

国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、統計法という法律に基づいて、5年に1度実施されます。

国勢調査の結果は福祉施策や生活環境整備、災害対策など、日本の未来をつくるために欠かせない様々な施策の計画策定などに利用されます。

- インターネットによる回答と紙の調査票の回答で二通りの回答方法となりました。インターネット回答の案内を、9月中頃までに各世帯にお届けします。
- インターネット回答していただけなかった方のみ、紙の調査票をお配りしますので、10月1日以降に調査員にお渡しください。
- 調査票にご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することはありません。
- この調査は、統計法に基づく基幹統計調査であり、調査票に記入して提出していただく義務があります。

短歌

ふる里文芸

俳句

愚痴きくも一日一善桐の花
鉢植えの苺二粒孫を待つ
カメラ追う落ち葉並木のラブシーン
初出合い十六歳の洗い髪
船に乗せ灯ろう流し波静か
端居して小さき夢のありにけり
朴咲いて森閑とあり寺の庭
朝顔に幼き子等の蘇り
仏送り早秋の風のよぎる気が
(老人クラブ俳句)

福祉バスいつも奇麗に有り難う
手作りの芋も胡瓜も日々の糧

林原 節子
佐藤 峯子
原田た江子
石橋 典子
志田 妙子
中村 昭風
小西めぐみ
亀谷 セツ
遠藤 紀子
南 慧子
松沢 スミ

老人クラブ短歌

日陰れば鉢の乾きて水汲みに
燃ゆる夕日は海へ溶けゆく

戦争を臆気に知る我なれど
明日に願うは平和な余生

終戦忌今だ忘れじ七十年
子等はおよつの桑の実なるも

浜ナスの花咲く沙丘に幼き日
友と摘みたる良き香なつかし

若人に負けずと球打つ炎天下
ゲートボールの試合近づく

「よう使ったからね」と声かけて
医師は患者の膝の水抜く

母の日の少し派手目のストールの
若草色をゆるりと巻けり

佐藤 峯子
原田た江子
石橋 典子
中村 昭風
小西めぐみ
亀谷 セツ
松沢 スミ