

2020 PUBLIC INFORMATION OSHAMAMBE

5 広報 おしゃまんべ

No. 881

もくじ

特集Ⅰピックアップおしゃまんべ	2
地域おこし協力隊通信	3
特集Ⅱ令和元年度下半期財政状況	4-5
ふれあい健康センター通信	6-7
長万部の教育コーナー	8-9
生涯学習情報	10-11
はっこ同盟・コリドール交流ネットワーク	12
長万部×東京理科大学地方創生事業レポート	13
生活情報	14-23
マイタウンフォト	24

【今月の表紙】

春の訪れ
水芭蕉(ミズバショウ)

『期待と希望を胸に』 町内各所で入園式・入学式を挙行

4月初旬、町内各所で入園式・入学式が行われました。

3月の卒業式に続き、新型コロナウイルスの感染予防に留意したうえで行われました。

今年は、長万部小学校に27名、長万部中学校に34名、長万部高等学校に20名が入学となりました。
ご入園・ご入学おめでとうございます。



『地域の安全を守る』 長万部町消防団に新入団員

4月1日付けで長万部町消防団に3名（うち再入団者1名）の方が入団しました。

消防本部2階で行われた辞令交付式では、守田則雄団長から辞令書を受け取り、消防団員としてスタートを切りました。

新たに入団された方は、澤田将洸さんと安田亘希さんです。澤田さんは団本部事業所部、安田さんは長万部分団に配属され、消防団員総数は144名となりました。

地域の防火・防災の担い手として、これからよろしく願います。消防団入団については、消防本部・消防団担当（☎2-2049）までお問い合わせください。



安田 亘希さん



澤田 将洸さん

防災ラジオについて

長万部町で住民登録した住所に居住している世帯の世帯主等へ防災ラジオを配付しています。以下の変更等があった場合、役場総務課へ届出が必要となりますので、ご対応の程よろしくお願いします。

- ・世帯主が変わったとき
- ・防災ラジオ（戸別受信機）が破損したとき
- ・町内で転居、もしくは町外に転出するとき

なお、上記の内容は防災ラジオと一緒に配付される「戸別受信機貸与に関する遵守事項」の用紙に記載されているのでご確認をお願いします。

長万部町に事業所などを有している方にも、防災ラジオを貸与します。手続きがありますので役場総務課窓口までお越しください。

ご不明な点がございましたら、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

【お問い合わせ先】 総務課防災交通係 ☎ 2-2000



長万部町地域おこし協力隊通信

地域おこし協力隊を紹介します！

地域おこし協力隊として、新たに亀田純孝さん(山口県出身)が4月から学習文化センターを拠点に活動しています。今後は、地域の行事のお手伝い、交流イベントの企画など、長万部が盛り上がるような活動をしてもらいます。

また、協力隊3年目となる松本雄佑さんは活動分野を変更して、新たなチャレンジをしていきますので改めて紹介いたします。町の皆様、どうぞよろしくお願いします！

かめだ よしたか
〈亀田 純孝〉



はじめまして、この度地域おこし協力隊として長万部町で働くことになりました、亀田純孝(かめだ よしたか)です。学習文化センターでの勤務を中心に、様々なイベントのお手伝いや企画をしていく予定です。

あだ名はずっと「かめちゃん」だったので、是非気軽にそう呼んでください。

出身は山口県の下関市で、昨年まで鳥取大学で地域文化について学んでいました。趣味は読書と映画鑑賞です。本は有川浩さんの「図書館戦争」が好きで、映画はブルース・ウィルス主演の「RED-レッド」のようなアクションをよく観ます。どちらも学習文化センターに置いてあるので、是非手に取ってみてください。また、空手道と合気道を稽古していましたので、興味のある方は是非ご連絡ください。

住んでいて楽しいまちづくりを目指して頑張っていきますので、町民の皆様、よろしくお願いします。

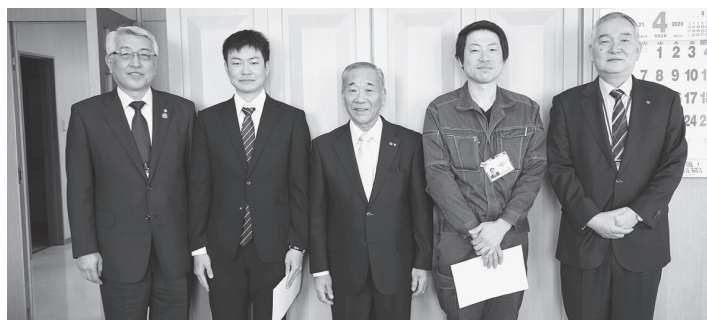
まつもと ゆうすけ
〈松本 雄佑〉



あっという間に3年目となり、協力隊としての任期はあと1年となりました。

約2年間、農業をメインとした活動をしていく中で、沢山の農家さんと知り合い、沢山の農畜産物と出会うことが出来ました。その知識や経験、人脈を糧に食を通して長万部町民の皆さんに少しでも幸せになってもらえたらと思い、新しい活動を模索中です。今年は世界中が大変な事になっていますが、それに負けない様に皆さんと力を合わせて乗り切っていきたいです。

ようしくお願いしまんべく



4月1日付けて、木幡町長より辞令をいただきました！



入居者募集

(有料広告)

御相談に応じます

㊦ 堀川アパート

☎ 01377-2-2377 携帯 090-4872-6235

ストーブ・ベッド・その他完備、駐車場完備、敷金なし
月額 23,000円から45,000円まで

一般会計の予算執行状況

(令和2年3月31日現在：単位千円)

歳入

款	予算額	収入済額	執行率
町 税	633,609	634,839	100.2%
地 方 譲 与 税	67,029	67,029	100.0%
利 子 割 交 付 金	500	500	100.0%
配 当 割 交 付 金	1,609	1,609	100.0%
株式等譲渡所得割交付金	1,035	1,035	100.0%
地 方 消 費 税 交 付 金	106,707	106,707	100.0%
自動車取得税交付金	7,115	7,115	100.0%
環 境 性 能 割 交 付 金	2,054	2,054	100.0%
地 方 特 例 交 付 金	9,780	9,780	100.0%
地 方 交 付 税	2,289,876	2,289,876	100.0%
交通安全対策特別交付金	600	0	0.0%
分 担 金 及 び 負 担 金	38,057	36,081	94.8%
使用料及び手数料	125,164	122,184	97.6%
国 庫 支 出 金	313,437	208,785	66.6%
道 支 出 金	301,083	161,851	53.8%
財 産 収 入	34,270	33,423	97.5%
寄 附 金	84,000	78,812	93.8%
繰 入 金	625,403	519,685	83.1%
諸 収 入	33,532	51,828	154.6%
町 債	697,492	87,292	12.5%
繰 越 金	120,801	120,801	100.0%
計	5,493,153	4,541,286	82.7%

歳出

款	予算額	支出済額	執行率
議 会 費	68,839	68,011	98.8%
総 務 費	1,450,354	560,236	38.6%
民 生 費	926,249	840,326	90.7%
衛 生 費	773,506	753,213	97.4%
労 働 費	1,529	1,218	79.7%
農 林 水 産 業 費	422,073	383,113	90.8%
商 工 費	72,730	65,337	89.8%
土 木 費	663,547	586,099	88.3%
消 防 費	184,366	175,372	95.1%
教 育 費	413,115	329,123	79.7%
災 害 復 旧 費	156	0	0.0%
公 債 費	495,584	495,336	99.9%
諸 支 出 金	18,105	18,105	100.0%
予 備 費	3,000	0	0.0%
計	5,493,153	4,275,489	77.8%



特集II

令和元年度 下半期財政状況

町

では、町民のみなさんに令和2年3月31日現在の予算執行状況と町財政について、正しく理解していただくために、地方自治法や町条例の定めによって財政の公表を行っております。

歳入

しい財政状況の中、地域住民の要望に応え、第3次長万部町まちづくり総合計画の将来像である **みんなてつくろう「おしゃまんべ」=輝くふれあいの郷土、協働・教育のまち** をテーマにまちづくりがスタートしています。

町の下半期（10月から3月まで）の予算執行状況の内容は次のとおりです。

特別会計・公営事業の財政状況

(令和2年3月31日現在：単位千円)

	〈歳入〉	〈歳出〉
国民健康保険会計	823,146	823,146
	(725,526)	(763,478)
後期高齢者医療会計	99,408	99,408
	(98,760)	(97,589)
介護保険会計	867,004	867,004
	(861,587)	(777,245)
	〈収入〉	〈支出〉
下水道会計	722,258	722,258
	(728,015)	(716,656)
ガス事業会計	118,443	135,378
	(108,203)	(115,230)
水道事業会計	160,010	143,015
	(159,572)	(132,537)
病院事業会計	590,500	653,547
	(540,466)	(549,126)

※上段は予算額で（ ）は収入・支出済額

町税の収入状況

(令和2年3月31日現在：単位千円)

税の区分	調定額	収入済額	収入率
町民税	324,895	273,602	84.5%
固定資産税	309,481	287,141	93.6%
軽自動車税	10,721	10,212	95.5%
町たばこ税	59,379	59,379	100.0%
入湯税	4,505	4,505	100.0%
計	708,981	634,839	90.0%

一般会計地方債の借入予定額

(令和2年3月31日現在：単位千円)

起債の目的	限度額
新幹線対策	19,800
大学環境整備	4,500
街路灯管理支援	5,000
防災設備整備	272,600
低公害車導入	4,800
公共施設解体	2,900
高齢者等交通移動手段確保対策	5,000
子育て支援対策	5,000
乳幼児等医療費助成	2,000
地域医療対策	30,000
汚水処理施設整備	123,600
農道整備	6,900
畜産支援	2,000
草地整備	6,000
林道整備	24,900
水産基盤整備	21,300
交流人口拡大推進	7,600
橋梁整備	7,600
除雪機械導入	13,200
高等学校教育環境整備	4,800
学校教育施設整備	40,700
臨時財政対策	87,292
総額	697,492

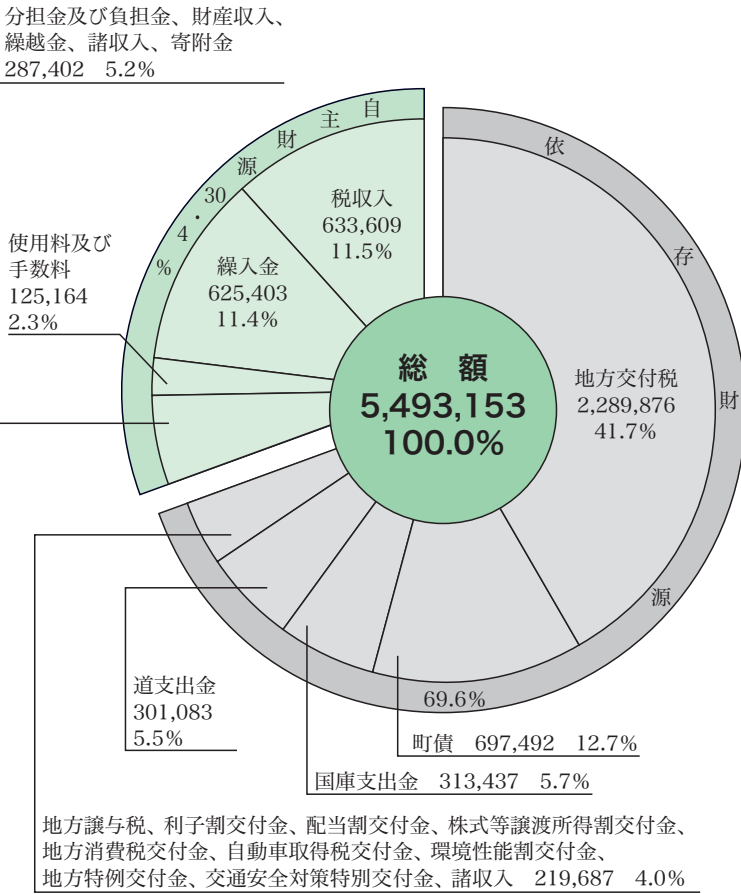
一般会計一時借入金の現在高

(令和2年3月31日現在：単位千円)

金融機関からの借入金 なし

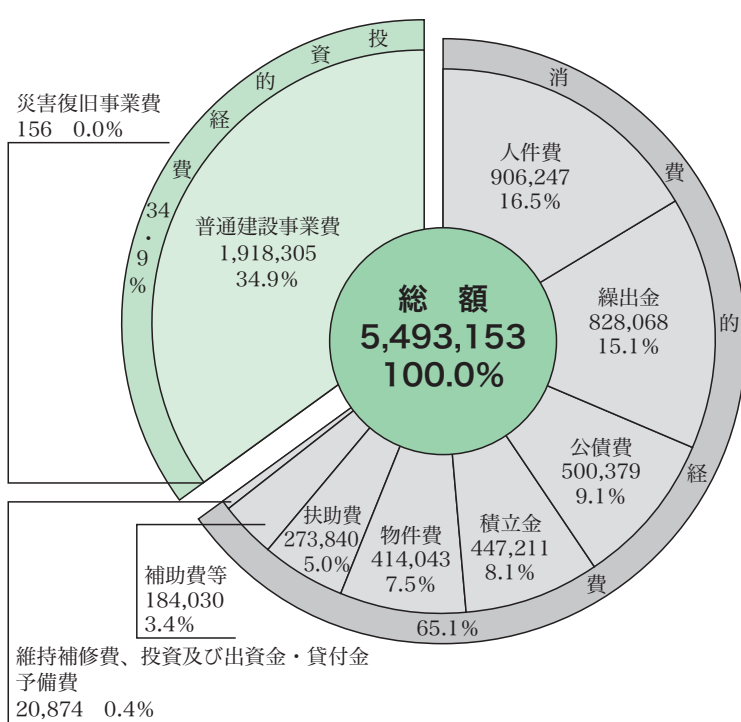
一般会計歳入予算の内訳

(令和2年3月31日現在：単位千円)



一般会計歳出予算の内訳

(令和2年3月31日現在：単位千円)



ンター通信



コンビニ受診

していませんか？～まずは電話で相談してみましょう～

「コンビニ受診」とは…

緊急性の低い軽症の方が、コンビニ感覚で気軽に医療機関を利用することをいいます。
実際に、二次救急医療機関（入院治療を要する中等症以上の患者が対象）の利用者を対象とした調査で、利用者の47.0%（平成28年度）が「軽症」とであるという実態があります。（北海道医療計画南渡島地域推進方針：北海道渡島保健所/H30.9/R2.4.8閲覧）

本当に必要な人が安心して医療を受けられるように、ご理解とご協力をお願いします。
※ただし、明らかに緊急性があると判断された場合は、迷わず医療機関および救急車を利用してください。



長万部健康ダイヤルって？

健康、医療、介護、育児に関する電話相談を24時間無料で実施しています。委託先の専門相談員（医師、看護師、薬剤師等）が病気やケガの対処法・介護について助言する他、当番医などの紹介を行っています。長万部町民であれば誰でも利用可能です。

「すぐに病院受診した方がいいのか」「赤ちゃんが突然夜中に熱を出した」「飲んでいる薬について詳しく知りたい」など

お困り事がありましたら、下記の電話番号にお気軽にご相談ください！（※携帯電話からも相談可能です。）



●電話健康相談●

24時間年中無休、通話料・相談料無料 長万部健康ダイヤル24

長万部町民専用ダイヤル

☎0120-558-048

こ こ は お し ゃ ま ん べ



※役場開庁時は保健福祉課の保健師・栄養士も健康相談・子育て相談・介護相談などを受けています。

大腸がん検診を実施します！ 5月25日から受付！

- ★対象者 40歳以上の町民の方
 - ★申込日時 5月25日(月)～5月29日(金)
 - ★検体提出日時 6月1日(月)～6月5日(金)
 - ★申込・提出場所 保健福祉課 健康推進室 健康推進係
 - ★検診料金 400円(検体提出時にお支払いください)
- ※1 生活保護を受けている方、無料クーポン券対象の方は無料で検診を受けることができます。
- ※2 肺がん・胃がん・前立腺がん検診も受診されたい方は8月・10月・2月の検診で同時に受けることができます。また、大腸がん単独の検診は3月にもあります。

運動教室(げんき倶楽部)のお知らせ！

町では、運動習慣を身につけてもらうため、どなたでも簡単にできる体操を中心に毎週水曜日運動教室(げんき倶楽部)を行っています。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、4月いっぱい教室をお休みしていましたが、5月13日(水)から再開を予定しています！

- ★対象者 長万部町民で、健康づくりに関心があり軽運動を希望される方
- ★場 所 ふれあい健康センター(長万部町役場内)
- ★服装・持ち物 動きやすい服装
タオル・水分補給用の飲み物
- ★日 時 毎週水曜日 午前10時～11時半
- ★内 容 ストレッチ、筋力アップ体操等
- ★参加料 無料



げんき倶楽部の様子

乳幼児歯科相談・フッ化物塗布

歯科医師による健診・歯科衛生士によるブラッシング指導・フッ化物塗布、保健師・栄養士による生活、食事に関する相談、指導を行っています。上下4本ずつ歯が出てきたらフッ化物を塗布し、むし歯から守りましょう。

- ★日 時 5月28日(木) 午後1時～午後1時30分
- ★場 所 ふれあい健康センター
- ★持ち物 歯ブラシ・タオル・母子健康手帳

1歳6か月児・3歳児・5歳児健診対象のお子さん

- ★健診日時 5月19日(火) 午後1時～午後1時30分
 - ★対象者
1歳6か月児健康診査
平成30年9月18日～平成30年11月19日生まれ
3歳児健康診査
平成29年3月1日～平成29年4月30日生まれ
5歳児健康診査
平成27年3月18日～平成27年5月19日生まれ
- ※対象者には個別通知をします。通知がない場合はご連絡をお願いします。

～ がんサロン ～ のお知らせ

がん患者さんや、そのご家族が悩みを語り合い、体験を分かち合いながら情報交換をし、お互いに支え合う場です。

事前の申し込みは必要ありませんので、お気軽にご参加ください。

★日 程

- 第1回：令和2年5月20日(水)
～がんの食事の豆知識・茶話会～
第2回：令和2年7月15日(水)
～茶話会～
第3回：令和2年9月16日(水)
～人生100年知得情報・茶話会～
第4回：令和2年11月18日(水)
～簡単おやつ作り・茶話会～
第5回：令和3年1月21日(木)
～茶話会～
第6回：令和3年3月17日(水)
～お楽しみものづくり・茶話会～

★時 間

午後1時30分～

★場 所

第1・2・3・5・6回：八雲総合病院 南棟5階
第4回：八雲町シルバープラザ

★参加料

200円（茶菓子代）※第4回のみ500円

★対 象

がん患者さん・がん患者さんのご家族
（かかりつけの医療機関を問わず、参加していただけます）

★お問合せ先

【参加に悩んでいるなど、気になる事があれば下記までご連絡ください】

- ・八雲町保健福祉課 健康推進係
（☎0137-64-2111）
- ・北海道八雲保健所 企画総務課企画係
（☎0137-63-2168）
- ・八雲総合病院 地域医療連携係
（☎0137-63-2185）



ととろの相談あります



★日 時

6月11日(木)

★場 所

八雲保健所

八雲総合病院精神科医師が担当

◇予約が必要です（前週の金曜日まで）。事前に八雲保健所に連絡してください。

◇申込みの際、保健所保健師が相談内容の概要についてお聞きます。

北海道八雲保健所（☎0137-63-2168）

乳がん検診・子宮がん検診・ 骨粗しょう症検診のお知らせ

4箇所の医療機関・検診機関で検診を実施します。定期的な健康管理に役立てましょう！

★対象者

乳がん検診：40歳以上の女性で町民の方
子宮がん検診：20歳以上の女性で町民の方
※2年に1回の検診となりますので、昨年受けていない方が対象です。

★検診料金

骨粗しょう症検診：40歳以上の女性で町民の方
◇乳がん検診 40歳代 1,800円
◇乳がん検診 50歳以上 1,500円
◇子宮がん検診（頸部） 1,600円
◇子宮がん検診（体部） 700円
◇骨粗しょう症検診 200円

★申込み

健康推進係に申込みをする

◆長万部町立病院◆

受付中

乳がん検診

火・金曜日 午前10時30分～

骨粗しょう症検診

受たい検診日の7日前までに健康推進係へ申込みをしてください。病院への予約は必要ありません

◆伊達赤十字病院◆

受付中

検診日の予約電話番号：0142-23-2211（内線221）

乳がん検診

①毎週 月～金曜→午前8時30分/午前9時30分
②毎週 月～木曜→午後1時30分

子宮がん検診

①隔週 火～木曜→午前8時30分/午前10時30分
②隔週 火・水曜→午後2時15分

健康推進係へ申込み後、病院へ検診日の予約をしてください。子宮がん検診の詳細な日程については、予約時に確認ください。

◆札幌バスツアー検診◆

受付中 メ切り間近!!

バスの送迎で札幌対がん協会に出向き、日帰りで検診を受けられます。乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診を同日に受けることが出来るので便利です。

乳がん検診

5月16日(土)

子宮がん検診

役場午前6時30分出発 午後2時30分頃着予定

骨粗しょう症検診

※天候や交通事情等で発着時刻に変動有

★申込み受付

5月8日(金)まで

★検診場所

北海道対がん協会 札幌がん検診センター

★検診について

・乳がん検診は女性の検査技師が実施します。
・子宮がん検診では超音波検査（1,000円）も実施することができます。

◆八雲総合病院（乳がん検診・子宮がん検診）◆

7月から実施予定です。

改めて広報でお知らせいたします。



静狩小学校

この度、登別市立登別小学校から赴任してまいりました。静狩小学校の子どもたちはみんなしっかりとあいさつができ、とても礼儀正しいです。休み時間には先生たちも含めてみんなでバドミントンをしたり、ゲームをしたりしてとてもアットホームです。保護者や地域の皆様のお力をかりながら、子どもたち一人一人が自分のよさを生かし、そして輝けるような教育活動を推進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



校長 長 上渡 秀一

長万部小学校

はじめまして、函館市立東小学校より参りました。いつも「かにめし」を食べに寄っていた長万部で働けることになり、わくわく、嬉しい気持ちです。

子どもたちと、笑顔で一緒に成長していけるよう、力を尽くします。これからどうぞよろしくお願いいたします。



教諭 池田 虹香

長万部小学校

旭川大学高等学校より参りました。4月からお世話になります。初めての長万部町勤務ということで分からないことだらけですが、子どもたちと一緒に成長できるよう精一杯努力していきます。これからよろしくお願いいたします。



教諭 佐藤 弘亮

長万部中学校

隣町の八雲町立落部中学校から赴任してまいりました吉田絵里と申します。カニが大好きなので、長万部町の毛ガニ祭りには何度も足を運んだことがあります。微力ではありますが生徒の皆さん充実した中学校生活を送られるよう、全力でサポートしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



教諭 吉田 絵里

4月の人事異動で、町内の小・中学校及び高等学校に新しく13名の教職員が着任しましたので紹介します。
(敬称略)

【上段から職名、氏名】

新任教職員を紹介



長万部の教育コーナー

長万部小学校

七飯町立大沼中学校より参りました。この4月からお世話になります。長万部町の勤務は初めてですので、たくさん町のことを知りたいと今から心躍らせております。

保護者や地域の皆様方と協力して「地域とともにある学校」づくりに全力で取り組む所存です。今後ともよろしくお願いいたします。



教頭 南 順司

長万部小学校

北海道教育大学附属札幌小学校より参りました。この4月からお世話になります。

初めての長万部町勤務になります。まだ右も左もわからない状態ではありますが、子どもたちが、よりよい成長ができるよう、精一杯務めていきます。

知らない部分も多くあると思いますが、よろしくお願いいたします。



教諭 米澤 俊哉

長万部中学校

函館市立日新中学校より参りました、植田資世（うへだ もとよ）と申します。長万部に赴任後すぐに多くの方々の温かさに触れ、元気な生徒たちの笑顔に触れ、この地のために力を尽くしたいと強く思いました。微力ではありますが、明るく直向きな職員達と共に、子どもたちの成長を支えてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



教頭 植田 資世

長万部高等学校

この度、オホーツクにある網走桂陽高校より転任してまいりました。私は道北、道東での勤務経験が長く、道南での勤務は初めてですが、暖かな気候と長万部町の方々の優しさに触れ、楽しくありがたい日常を過ごさせていただいております。本校の生徒につきましても、地元長万部町を始め、他の地域からも数多く通っているため、これから各地域の皆様、保護者の皆様には、何かとお世話になると思います。本校教職員とともに生徒が安全・安心に学校生活ができるよう、一生懸命頑張りますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



校長
山田 仁樹

長万部中学校

八雲町立八雲中学校より参りました、長部伸城（おさべ のぶき）です。今年度は新型コロナウイルスの影響で、例年とは違う新年度の幕開けとなりましたが、長万部中学校の生徒の皆さんは元気に登校しています。特に今年は生徒とともに健康に留意しながら長万部中学校の教育活動を通して、生徒や地域の皆さんの多くと関わっていきたいと思います。よろしくお願いいたします。



教諭
長部 伸城

長万部高等学校

この度、札幌厚別高等学校より赴任しました。長万部という土地も、学年1学級という学校規模も、何もかも初めてで毎日新しいことづくめです。早く土地や学校に馴染んで、戦力になるよう頑張ります。しばらく仕事中心の生活がつづくと思いますが、一段落ついたら町内や近郊を巡ってみようと思います。



教諭
益野 大成

長万部高等学校

前任は札幌手稲高校で、昇任の教頭として長万部高校に着任しました。初めての仕事でわからないことばかりですので、いろいろ教えていただければ幸いです。豊かな海の幸と温泉があり、日本海や内浦湾、羊蹄山に向かう道などに分かれる交通の要衝、新幹線の駅もできるこの長万部町で、仕事をさせていただけることを光栄に感じております。微力ですが頑張りますのでよろしくお願いいたします。



教頭
酒井 貞彦

長万部高等学校

はじめまして。長万部高校の英語科を担当させていただきます。高校までの8年間野球部に所属し、学生時代にはアイスランドへの長期留学も経験させていただきました。生徒との歳が比較的近いといった自分の強みを最大限に発揮し、出会った生徒一人一人を少しでも幸せにできるよう邁進して参ります。これからどうぞよろしくお願いいたします。



教諭
菊地 将矢

長万部高等学校

この度、松前高等学校から赴任いたしました。生徒のために、学校のために、町のために保護者や地域の方々と共に協力してできればと思っております。特に1年生の保護者の皆様には、ご心配やご迷惑をおかけすることもあると思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。



教諭
沢瀬久美子

「交通安全」・「あいさつ・声かけ運動」にご協力を！

この春、町内の小学校に27名のかわいらしい1年生が入学しました。学校においても、交通ルールや登下校時の指導を行っておりますが、まだまだ学校生活にも慣れておらず、子供たちは気持ちにゆとりがない状態が続きます。また、学校や通学に慣れてくると、気持ちがゆるむもっとも危険な時期でもあります。1年生は、黄色いランドセルカバーが目印ですので、温かく見守ってあげてください。車などを運転されるみなさんは、登下校時においては今まで以上のご注意をお願いいたします。「地域の子供は、地域で守る！」を合い言葉に、そして、気持ちの良い一日を過ごすためにも、子供たちへのあいさつの声かけを重ねてお願いいたします。



町内小中学校の児童生徒数・学級数

	児 童 ・ 生 徒 数							学 級 数		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	計	普通学級	特別支援学級	計
長万部小学校	27	35	31	33	32	30	188	6	3	9
静 狩 小 学 校	0	0	0	2	3	0	5	1	0	1
小 学 校 計	27	35	31	35	35	30	193	7	3	10
長万部中学校	34	30	27				91	3	3	6

情報

～まなびの扉～

とびら

今月の「健全育成」標語

あいさつで 人の心
変えてみよう

●長万部中学校 川瀬 雪乃さん

放課後みつけクラブ(放課後子ども体験教室事業) みつけっ子募集中!

長万部のいいところ「みつけ!」友だちのいいところ「みつけ!」自分のいいところ「みつけ!」みんなといろんな体験をして、ちがう学年の子と遊んだり、話しあったり、たくさんの自然や人に触れて、見て、発見して、長万部で一緒におもしろいことしませんか?



- 対 象 小学1年生～中学3年生
- 活 動 日 毎週水曜日(祝日、学校の長期休み、学校行事などをのぞく)の放課後(学校終了後～17:00) ※保護者の責任の下、送迎をお願いします。特別教室もあります。(夏休み、冬休み、土日など) その都度、保護者宛に連絡いたします。
- 集合場所 学習文化センター2F研修室
- 活動スケジュール
学校終了後～15:30集合 プログラムが始まるまで、宿題をしたり本を読んだり自由に過ごします。
15:35～ プログラム ★月ごとに、どんな活動をするのかを、各学校に貼りだします。(登録したら、配布用プリントをわたします。)
17:00 解散 ★早めに帰る時は連絡をいただくと助かります。
- 登 録 学校を通じて配布している登録用紙にご記入ください。～年中受付けています。
- 提 出 先 教育委員会事務局社会教育係または学習文化センター図書館

高校生ボランティアスタッフも募集しています

放課後みつけクラブにきた小学生・中学生と一緒に話したり、プログラムを一緒に楽しんでもらいます。

- 対 象 高校1年生～3年生
- 日時・活動場所 上記活動日と集合場所です。
- 申 込 み 高校で配布している申込み用紙にご記入ください。
- 提 出 先 教育委員会事務局社会教育係または学習文化センター図書館
- お問い合わせ先 社会教育係 ☎2-2748
office ごえん 中野 美貴 ☎090-6267-1025



B&G海洋センター(町民プール)は6月2日(火)オープン予定です

※新型コロナウイルスの感染状況により、変更となる場合があります。

今月の「健全育成」標語

いじめはね 心きずつく
悲しいよ

● 静狩小学校 中村 真綾さん

生涯学習

● 記載事項のお問い合わせは
長万部町教育委員会事務局まで
☎2-2748



「こどもの読書週間」イベント開催します



ぜひ、学習文化センター図書館にご家族でおいでください。図書の特別展や楽しい催しがあります。

【子どもの本100冊展や幼児向け絵本展・古本市】

5月12日(火)まで ※すてきな本と出会いを！

【木育コーナー】

5月9日(土)～10日(日) 13:00～17:00 ※木のマグネットをつくりませんか。

【紙ひこうきであそんじゃおう！】

5月9日(土)～10日(日) 13:00～17:00

ロビーのかべに「リクエスト本書きたい放題コーナー」をつくれます。落書きもOK！
ぜひ、読みたい本、読んで面白かった本をいっぱい書いてください♪

ボランティア 少年団 団員募集中！

ボランティアは、自らすすんで社会をより良くしたいと思って活動する人のことです。
身近なところで、かんたんに、誰でもできるボランティア活動がたくさんあります。
ぜひ、団員になってください。(随時いつでも入れます)

- 対象 小学生及び中学生
- 定員 10名
- 活動日 月1回程度で、毎月町広報に内容を掲載します。
保護者の方へもご連絡します。活動場所へは
保護者の方に送迎をお願いしています。
- 活動内容 施設の花壇づくり ゴミ拾い 募金活動
イベント協力 図書館の手伝いなど
- 申し込み 学校を通じて募集チラシ(申込書付)を配布しています。
- 申込書提出先 教育委員会事務局社会教育係 (☎2-2748)



◆◆◆◆◆ 子どもの安全・安心を願い！ ◆◆◆◆◆

地域女性団体連絡協議会(高森愛美会長)から、町内の小学校新1年生のために、「防犯ブザー」をプレゼントしていただきました。ランドセルにつけられるもので、防犯に役立ちます。ありがとうございました。地域の皆さんも、子どもたちの安全のために、見守りをよろしくお願いします。



No.12

【はっしこ同盟】 豊浦町・黒松内町の情報コーナー

豊浦町

● 豊浦渚パークゴルフ場オープン ●

4月11日(土)から、今年度の営業を開始しています。3種類のコース全27ホールで、内浦湾から絶え間なくよせる波の音を聴きながらプレイしてみませんか。用具のレンタルも行っています。

また、良い汗をかけたあとは、天然豊浦温泉おさいで、ゆったりとお過ごしください。

※5月より毎月第3水曜日が定休日となっておりますので、ご注意ください。

※ただし、現在は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、5月6日まで営業を休止しております。

【お問い合わせ先】

豊浦渚パークゴルフ場 (☎0142-83-1189)

黒松内町

● 道の駅くろまつないtoit vert II ●

黒松内町「道の駅くろまつないtoit vert II」は年間30万人が訪れる大人気の道の駅です。黒松内町のチーズやハムなどを使ったピザ12種類に加え、季節限定のピザなども販売。また、黒松内の天然水「水彩の森」を使用した、塩パンやクロワッサンなども60種類以上を販売しています。他にも特産品を多数御用意していますので、黒松内町にお越しの際には、是非お立ち寄りください。

※混雑時、ピザの御提供までお時間をいただく場合があります。

◎営業時間 4月～10月 9時～18時まで

11月～3月 9時～17時まで

※ピザの販売は10時から16時

◎定休日 11月～3月 毎月第2、4火曜日

※ピザの販売は毎週火・木曜日定休日(通年)

◎住所 黒松内町字白井川8-10

【お問い合わせ先】(☎0136-71-2222)

No. 264

コリドール交流ネットワーク近隣6地域の情報コーナー

今金町

～ キャンプ場2020シーズン情報 ～

● クアブラザピリカ ●

クアブラザピリカにあるキャンプ場で、2020年4月25日(土)オープン予定で2020年10月31日(土)クローズ予定となっています。『手ぶらキャンプ』も楽しめるピリカ温泉入浴付キャンプ場で、一面芝生のフリーサイトが心地よい。キャンプ道具一式がセットになった『手ぶらキャンプ』はビギナーにおすすすめ!さらにキャンプ場利用者は、隣接するパークゴルフ場もコース料無料で楽しめる。今シーズンより営業開始する『RVパーク』(4台利用可)もおすすすめです!

◎フリーキャンプ(1回の温泉入浴付)

大人1,500円 小学生700円 幼児300円

◎手ぶらキャンプ(滞在何回でも温泉入浴可)

1張(4名) 12,000円

◎RVパーク(1回の温泉入浴付)

1台2,500円(電源料込)

【お問い合わせ先】

クアブラザピリカ (☎0137-83-7111)

八雲町熊石地区

～ フェスティバルの中止について ～

● 第26回熊石あわびの里 ●

5月17日(日)に開催を予定していましたが「第26回熊石あわびの里フェスティバル」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止という観点から、観光客、地域住民、イベントに携わる多くの方々への健康に配慮し、中止することになりました。開催を楽しみにして下さった皆さんには、大変申し訳ございませんが、何卒ご理解をいただきますようお願い申し上げます。

【お問い合わせ先】

熊石総合支所産業課商工観光労働係

(☎01398-2-3111)

八雲町

～ 中止について ～

● 第38回八雲山車行列 ●

7月3日(金)・4日(土)に開催を予定していましたが「第38回八雲山車行列」は、新型コロナウイルス感染拡大防止という観点から、山車行列を観に来てくださる観光客、地域住民、運営に携わる多くの方々への健康に配慮し、主催者である八雲山車行列実行委員会が4月2日(木)に総合的に判断し、今年の開催を中止することとしました。開催を楽しみにして下さっていた皆さんには大変申し訳ありませんが、何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

【お問い合わせ先】

八雲山車行列実行委員会

(公民館内 ☎0137-63-3131)

せたな町大成区

● 秘湯『湯とびあ白別』 ●

周囲を大自然に囲まれた静かな白別溪谷にある秘湯「湯とびあ白別」は地元湯治客や観光客に大人気。

お湯は天然硫酸塩泉で無色透明、湯温は約53度あり、慢性皮膚病や神経痛に効果があります。

◎場所

せたな町大成区平浜(宮野国道沿に看板あり)

◎入浴料

清掃協力金として100円納入願います。

【お問い合わせ先】

せたな町大成総合支所

(☎01398-4-5511)

せたな町北檜山区

～ 日本と言われるロングホールも! ～

● 北檜山パークゴルフ場 ●

全道屈指の広さを誇る北檜山グリーンパーク・パークゴルフ場がオープン。100mを超えるロングホールも多数整備され、その中には日本一とも言われるロングホールも。

◎使用料

1ラウンド(高校生以上310円、中学生以下・70歳以上110円)

◎場所 せたな町北檜山区豊岡

【お問い合わせ先】

まちづくり推進課

(☎0137-84-5111)

北檜山グリーンパーク

(☎0137-86-0530)

せたな町瀬棚区

～ ご予約受付中です ～

● せたな青少年旅行村 ●

せたな青少年旅行村が4月下旬よりオープン。毎年たくさんのご予約を頂くケビンは、キッチン、ガスコンロ、水洗トイレ、冷蔵庫、テレビ、暖房器具などの設備に加え、バリアフリー棟もお目見えします充実。

バンガローや持込テントサイトもあります。

◎場所 せたな町瀬棚区西大里

【お問い合わせ先】

瀬棚総合支所 (☎0137-87-3311)

長万部町×東京理科大学地方創生事業レポート

2020年3月末をもって、「地方創生事業」は終了しましたが、長万部アグリ株式会社は、引き続きここ長万部にて事業活動を行って参ります。

『データプレミアムNo.1格付け認証』の名に恥じぬ様、美味しくて栄養のある『ENRICH TOMATO』を作り続けて参りますので、引き続き、ご支援を宜しくお願い申し上げます。

●トマトハウス栽培及び収穫状況（1棟目及び2棟目）



1棟目のトマトハウスの南側半分は、1月下旬に「サンチェリープレミアム」という品種で定植（作付け）を行い育ててまいりましたが、4月途中から開始された収穫において、（通常、味が乗らず、糖度も劣るといわれる）1段目において既に糖度が9.5度を超えるなど、順調な生育を続けております。「これまでの品種より甘さを感じ易い。」というお声も頂いております。

1棟目の残り半分の面積と2棟目のトマトハウス全面で栽培している「サンチェリーピュアプラス」については、順に最終収穫を終えて、次の定植に向けた準備を行ってまいります。

●販売苦戦中

新型コロナウイルス感染の拡大を受け、『ENRICH TOMATO』をお取り扱い頂いていた百貨店、観光客向施設、リゾートホテル、飲食業などが軒並み営業大幅縮小（または休止）でご苦労をされている状態で、長万部アグリでも、販売量急減で苦戦しております。

品質が向上している中、町内の観光協会様及びセブンイレブン様等でも販売頂いておりますので、是非ご賞味ください。



■お問い合わせについては、以下までお願いします。

トマト事業関連：長万部アグリ株式会社 ☎ 070-4800-6833 <https://www.oshamambe-agri.co.jp>

入札結果

3月16日分

事業名称	契約業者	契約金額 (税込・円)	予定価格 (税込・円)	落札率 (%)	参加 業者数	工期 (納期)
林業専用道蕨岱牧場線開設工事	株式会社 山本組	26,950,000	27,621,000	97.57	7社	R2.10.20

(有料広告)



社団法人全日本不動産協会 北海道知事免許【渡(1)第1136号】

株式会社 佐々木建業

長万部町字平里99-25
TEL 01377-2-4555 FAX 01377-2-5869

●土地 ●建物 ●売買 ●賃借 ●仲介代理 ●一般建築 ●屋根板金

売りたい方、買いたい方、
不動産のことならお任せください！

5月は環境美化運動月間です

春風とともにさわやかな季節となりました。

しかし冬の間、家の周辺や道路に投げ捨てられた「ゴミや空きカン」が目につくのもこの月です。

私たちの住むまちをきれいにし、環境のよい生活をおくりましょう。

こんなところをきれいに

- ◆ 不用品を整理し、家屋周辺の清掃美化に努めましょう。
- ◆ 窓ガラスをきれいにふきましよう。

家庭内から出る

大型ゴミを収集します

家庭内大型ゴミ（業務用は除く）の収集は、申し込みにより各戸ごとに有料収集します。

申し込みから収集までは次のようになります。

①申し込み

町内名、氏名、電話番号、ゴミの内容をお知らせ願います。（電話申込も受付します）

②シールを購入

申し込みが終わってから、ゴミ袋販売店で大型ゴミ1個につき、1枚200円の大型

ゴミ用シールを購入してください。（シールは大型ゴミの見やすい所に貼ってください）

③出し方

役場から大型ゴミの収集日と出し方を書いた通知が届きますので、通知に従って出してください。

《収集する大型ゴミ》

カーペット・机・ソファ・椅子・ベッド・ベッドマット・ストロー（ポータブルは除く）・食器棚・本棚・下駄箱・タンス・畳・灯油タンク（屋内用）です。これ以外の大型ゴミは

お問い合わせください

◎シールの貼っていないものや、ゴミの種類によっては収集できない場合があります。食器棚等のガラスは危険防止のため、あらかじめ取りはずし、結束してください。

ふだんの収集日に

出せるゴミ

●燃やす粗大ゴミ《青袋》

布団類・繊維類・木竹類など（収集日は資源ゴミの日と同じで、収集時間は午後になります）

●燃やさないゴミ《黄・大袋》

成人用自転車など

●燃やさないゴミ《黄・中袋》

ポータブル石油ストーブ・パイプ椅子・子ども用自転車・掃除機・ベビーカー・ミシン・電動もろつき機・ガステーブル・スキー・スノーダンブなど ※パイプ椅子・自転車・スキー等は、1個につき1枚のゴミ袋が必要です。 ※ゴミ袋はガムテープ等で貼り付けて出してください。

大型ゴミ申込期間

5月11日（月）～15日（金）

※必ずこの期間中に申し込みしてください

大型ゴミ収集期間

5月25日（月）～27日（水）

※申し込みがない場合は収集しません

リサイクルのすすめ

集団回収等に協力しよう！

リサイクル

未来を見つめる

人の知恵

【お申し込み先・お問い合わせ先】

町民課生活環境係

☎2-2453

衣類の無料回収

使わなくなった衣類や布地をウエス（工業用雑巾）に再利用し、ゴミの減量を進めるため下記のとおり受け入れを実施します。

回収できるもの

Tシャツ・Yシャツ・ズボン・ブラウス・子供服・ポロシャツ・シーツ・布団カバー・タオルケット・バスタオル・フェイスタオル・バスローブ・ネマキ・スウェット・スーツ・ジャージ・セーター・フリース・コート・ジャンパー・Gパン・Gジャン・帽子・靴・バッグなど再利用可能な物

回収できないもの

布団・ベットマット・座布団・玄関マット・便座カバー・カーテン・ハギレ
スキーウェア・和服（今年度より回収出来なくなりました）
※洗濯していない物・ぬれている物
※汚れのひどい物・カビやペットの臭いのする物

《日時・場所》 5月20日（水）

特別母と子の家	10:00~10:10	福祉センター	13:05~13:15
大浜振興会館	10:15~10:25	陣屋生活館	13:20~13:30
中の沢振興会館	10:30~10:40	双葉振興会館	13:40~13:50
国縫振興会館	10:50~11:00	静狩振興会館	14:20~14:30
新開寿の家	11:10~11:20	旭浜生活館	14:45~14:55
南栄町老人憩の家	11:25~11:35	長万部振興会館	15:00~15:10
富野振興会館	11:40~11:50		

※回収場所へ行けない方は、ご自宅へも回収に伺いますのでご連絡ください。（☎2-2453）

出すときの注意

- ①紙袋やビニール袋は、お持ち帰り願います。
- ②回収できないものが混入している場合は、受け入れできません。
- ③洗濯してあること。
- ④ボタン、ファスナーなどの装飾品は、そのまま結構です。
- ⑤ポケットに物が入っていないか確認してください。

※役場町民課窓口でも、平日開庁時間（8:30~17:15）に衣類の無料回収を受けております。 【お問い合わせ先】 町民課生活環境係 ☎2-2453

令和2年度 工 事 発 注 予 定 (公表)

No.	工事種別	発注予定	工 事 名	工事場所	工 期	工 事 概 要
1	土 木 工 事	6月下旬	普通河川北豊津川維持工事	豊 津	4ヶ月	河道掘削 L=300m
2	建 築 工 事	6月上旬	双葉振興会館修繕工事	双葉振興会館	3ヶ月	屋根・玄関ポーチ床タイル張替等
3	舗 装 工 事	4月下旬	町道中山大通線外舗装補修工事	町内一円	7ヶ月	舗装補修 650㎡ 樹修正 10箇所 区画線 500m
4	電 気 工 事	5月上旬	町営住宅あやめ団地非常灯交換工事	あやめ団地	2ヶ月	共用部(玄関・廊下・階段) 36箇所
5	電 気 工 事	5月上旬	町営住宅用火災警報器更新工事	各町営住宅	4ヶ月	158戸 407箇所
6	電 気 工 事	5月上旬	高圧受電設備更新工事	学校給食センター	4ヶ月	高圧交流負荷開閉器交換外
7	管 工 事	4月下旬	長万部公園簡易入浴施設設置工事	長万部公園	2ヶ月	コイン式シャワー施設設置
8	管 工 事	5月上旬	空調機冷温水コイル交換工事	学校給食センター	4ヶ月	冷温水コイル交換
9	管 工 事	6月上旬	長万部中学校校舎暖房用ボイラー改修工事	長万部中学校	5ヶ月	暖房用ボイラー改修
10	ガス管工事	5月下旬	ガス本支管改良工事(大町18番地区)	大 町	3ヶ月	改良延長 50A/90m
11	ガス管工事	5月下旬	ガス本支管改良工事(大町8番地区)	大 町	3ヶ月	改良延長 50A/20m
12	ガス管工事	7月下旬	ガス本支管改良工事(電気防食区)	新開、大浜、平里	6ヶ月	改良延長 100A~200A/800m
13	業 務 委 託	4月下旬	長万部町管内道路排水施設等清掃業務委託	町内一円	7ヶ月	側溝・排水管・集水溝清掃 L=500m 30箇所
14	業 務 委 託	5月上旬	山越郡衛生処理組合し尿処理施設解体工事実施設計業務委託	山越郡衛生処理組合	11ヶ月	実施設計委託
15	業 務 委 託	5月下旬	長万部町橋りょう点検調査業務委託	町内一円	8ヶ月	橋りょう近接点検 28橋
16	業 務 委 託	5月下旬	公営企業会計適用移行業務	町内一円	9ヶ月	下水道資産調査整理
17	業 務 委 託	6月上旬	海岸漂着物回収・処理業務委託	新開、大浜、平里	6ヶ月	海岸ゴミ回収・処理
18	業 務 委 託	6月上旬	特殊建築物(町営住宅)定期調査業務委託	各町営住宅	3ヶ月	調査物件 6団地
19	そ の 他	4月下旬	町有林地拵・植栽事業	共 立	2ヶ月	地拵・植栽
20	そ の 他	5月下旬	長万部地区浄水場内色濁度計測器取付工事	浄 水 場	6ヶ月	色濁度計取替
21	そ の 他	6月上旬	町有林下刈事業	富野、共立、静狩	2ヶ月	下刈
22	そ の 他	6月上旬	分収林下刈事業	豊 津	2ヶ月	下刈
23	そ の 他	9月上旬	町有林地拵・植栽事業	共 立	2ヶ月	地拵・植栽
24	そ の 他	11月中旬	町有林撤出間伐事業	蔵 岱	3ヶ月	撤出間伐
25	そ の 他	11月下旬	町有林保育間伐事業	豊 津	2ヶ月	保育間伐

上記工事の概算工事費 297,632千円

有料道路における

障がい者通行料金割引制度のご案内

障がい者通行料金割引制度を受けるためには、役場で事前に申請(新規・更新)が必要です。

■対象障がい者の範囲

① 障がい者本人が運転される場合

身体障がい者手帳の交付を受けている方であれば、どなたでも対象になります。

② 障がい者本人以外の方が運転され、障がい者本人が同乗される場合

身体障がい者手帳または療育手帳の交付を受けている方のうち、重度の障がい(旅客鉄道株式会社旅客運賃減額欄に第1種と記載)をお持ちの方が対象となります。

■対象自動車の範囲

・障がい者の方1人につき1台です。(本人、配偶者、

直系血族及びその配偶者、兄弟姉妹及びその配偶者、同居の親族等が所有するもの)

・自家用と記載されているもの。(レンタカー、タクシー、軽トラック、代車等は対象となりません)

■割引料金額

・通常料金の半額

■申請に必要なもの

- ・身体障がい者手帳または療育手帳
- ・手帳に自動車登録番号等の記載を受けようとする自動車の「自動車検査証」
- ・運転免許証(障がい者本人が運転される場合)
- ・ETCを利用されている場合は「ETCカード」と車載器番号の分かるもの(セットアップ証明書等)

【お問い合わせ先】

保健福祉課 福祉係 ☎2-2454

(有料広告)

補聴器体験会

無料

試聴が大切です。

★その場で自身の聴こえに合わせた調整で試せます。

★ご家族やいちばんお話しの方と一緒に試聴すると効果が確かめられます。

無料訪問サービス

ご自宅・職場・集会所・施設・病院等
ご希望の場所にお伺いします!

ご予算と聞こえに合わせて各種ご用意しています。無料お試し、下記店舗へ。

目あな型

¥120,000~¥600,000

耳の穴の中にスッポリ入ってしまうオーダーメイド。超小型のCICから、多機能のナルル、パワータイプのカスタムがあります。

耳かけ型レシーバー分厚タイプ

¥120,000~¥600,000

音を出すレシーバー部分を耳の中に入れた新しい耳かけ。鼓膜の近くで音がするため、音質がより明確です。

目あな型マイク分離タイプ

¥140,000~¥620,000

マイクを補聴器から取り出し耳介の溝に納める新しいオーダーメイド。高音域に優れ、音の方向感により自然な、新しい聴こえです。

耳かけ型

¥120,000~¥600,000

小豆で使用する良いオープンフィッティング、重度の難聴にも対応するパワータイプなど、様々な機種があります。

●両耳特別バックリリモコン・TV送信機・電池

●片耳特別バックリリモコン・電池 (詳細は係員がご説明)

アフターサービス

- きこえやすさ
- 使いやすさ
- 安心と信頼

NO.1

『お客様の満足を保証します』

だから信頼のNO.1宣言!

函館補聴器堂はここが違います

1. 専門的知識と経験豊富です
2. 技術力と提案力があります
3. お客様を思う気持ちが溢れます
4. 地元店と万全の協力体制です
5. 毎月必ずメンテナンス訪問します

完全予約制

アカツカ商会

長万部町元町 ☎01377-2-2603

富士電器商会

長万部町大町 ☎01377-2-2365

函館補聴器堂

聞こえの相談ダイヤル
0120-41-3375

交通安全コーナー

の～んびりいこうや北海道

お出かけの際は安全運転で！

春の行楽シーズンを迎え、休日に観光やドライブにお出かけの際は運転に集中するとともに、譲り合いの心で、油断することなく無理のない計画を立て、ゆとりを持った運転で、交通事故に遭わない、起こさないよう十分注意をはらって慎重な運転を心がけましょう。

また、疲れて眠気を感じたら、無理をせず、休憩をとって気分転換しましょう。



毎月15日は「道民交通安全の日」

交通安全に対する意識を高め、交通事故から命を守りましょう

◎スピードダウンで安全運転 ～安全速度の遵守！スピードの出し過ぎ厳禁！～

◎シートベルトの確実な着用 ～シートベルトとチャイルドシートの正しい着用を！～

救命講習のご案内 ～尊い命を救うために～

あなたの目の前で大切な家族が、友人が、突然倒れたら、あなたはどのようにしますか？すぐに119番して救急車を要請しても、救急車が到着するまで全国平均で8.7分かかります。その時、救急車が到着するまでのあなたの応急手当が尊い命の救命につながります。このため、より多くの方に応急手当を学んでいただけるよう、長万部町消防本部では次のとおり応急手当の講習を開催します。

◎講習の種類と内容等

講習名	講習内容	講習時間
普通救命講習Ⅰ	心肺蘇生法（おもに成人を対象）、自動体外式除細動器（AED）、異物除去法及び大出血時の止血法	3時間
普通救命講習Ⅱ	心肺蘇生法（おもに成人を対象）、自動体外式除細動器（AED）、異物除去法および大出血時の止血法の他、心肺蘇生法に関する筆記試験および実技試験（一定の頻度で心肺停止傷病者に対応する可能性の高い方を受講対象）	4時間
普通救命講習Ⅲ	心肺蘇生法（おもに小児・乳児・新生児を対象）、自動体外式除細動器（AED）、異物除去法および大出血時の止血法	3時間
上級救命講習	心肺蘇生法（成人・小児・乳児を対象）、自動体外式除細動器（AED）、異物除去法および大出血時の止血法、傷病者管理法、搬送法等の他、心肺蘇生法に関する筆記試験および実技試験	8時間
救命入門コース	胸骨圧迫（心臓マッサージ）、自動体外式除細動器（AED）	1時間30分

- ★受講料 無料
- ★修了証 各講習とも技能優良者に修了証が交付されます。
※救命入門コースについては参加証の交付となります。
- ★受講対象 町内に居住または在勤・在学の方で中学生以上の方。
※救命入門コースについては小学校高学年の方（概ね10歳以上）から受講できます。
- ★開催日等 普通救命講習Ⅰについては奇数月の第4土曜日（9：00～12：00）に、上級救命講習については9月中旬（8：45～17：30）にそれぞれ消防本部で開催します。
- ★募集定員 各講習とも概ね10名程度
希望者が少ない場合は中止となります。

- ★申込方法 救命講習等申込書に必要事項を記載のうえ、各講習開催日の2週間前までに消防本部へ提出してください。申込書については消防本部で配付しているほか、長万部町ホームページ（消防本部）からもダウンロードができます。
- ★その他 上記以外の講習も可能ですので、各種サークルや職場等のグループで受講されたい場合は、事前にご相談ください。また、救命講習の内容については長万部町ホームページ（消防本部）でもご案内しています。
- ★講習についてのご相談やご不明な点などは、消防本部救急係（☎2-2049）までお気軽にお問い合わせください。

町立病院からのお知らせ

◆ 5月の外来診療についてお知らせします ◆

内 科		4月27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	5月1日(金)
	午前	塩田 医師	岩永 医師	休 診	塩田 医師	塩田 医師
	午後	伊藤 医師	塩田 医師		岩永 医師	伊藤 医師
		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
	午前	休 診	休 診	休 診	塩田 医師	伊藤 医師
	午後				伊藤 医師	塩田 医師
		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
	午前	塩田 医師	岩永 医師	伊藤 医師	塩田 医師	伊藤 医師
	午後	伊藤 医師	塩田 医師	岩永 医師	岩永 医師	岩永 医師
		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
	午前	塩田 医師	岩永 医師	伊藤 医師	塩田 医師	伊藤 医師
	午後	伊藤 医師	塩田 医師	岩永 医師	岩永 医師	塩田 医師
科		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
	午前	塩田 医師	岩永 医師	伊藤 医師	塩田 医師	塩田 医師
	午後	伊藤 医師	塩田 医師	岩永 医師	岩永 医師	伊藤 医師

★午前・午後の担当医師をよくご確認のうえ、受診願います。

★5月7日(木)から11日(月)まで岩永医師が不在となります。

★個人で健康診断を受ける方は午前10時30分まで、午後は3時までに来院願います。

外 科		月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
	午前	村永 医師	村永 医師	村永 医師	村永 医師	村永 医師
	午後				休 診	

★毎週木曜日の午後は休診となります。

【内科・外科受付時間】 午前8時30分～11時30分 午後1時30分～4時

小 児 科		月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
	午前	休 診	出張医(北大)	休 診	休 診	出張医(北大)
	午後					

★小児科については診療開始時間が9時30分頃からとなります。

★5月19日(火)と26日(火)は健診のため午後の診療は2時過ぎからとなります。

【小児科受付時間】 午前8時30分～10時30分 午後1時30分～2時30分

※5月29日までは、JR減便のため午後の受付時間が2時30分までとなります。

【整形外科】 毎月第2・第4月曜日診療(祝日等の場合は休診または変更となります。)

【診療時間】 午後1時30分～午後3時30分

★5月の外来診療日は11日と25日になります。 ★6月の外来診療日は8日と22日になります。

★診療は函館中央病院が担当します。

★診療は予約制で20名までとなります。

【眼 科】 偶数月の第3水曜日診療(祝日等の場合は休診または変更となります。)

★5月の外来診療日はありません。

★6月の外来診療日は17日になります。

★診療は吉田眼科(函館市)が担当します。

★診療は予約制で60名までとなります。

※都合により医師の変更または休診となる場合があります。【ご予約・お問い合わせ先】 長万部町立病院 ☎2-5611

診療時間外・夜間等の受診は、救急医療体制を支えている医師の負担が増加します。

地域の救急医療体制を維持するためにも、可能な限り通常の診療時間内に受診いただくなど、適正受診にご協力をお願いいたします。

看護師募集のお知らせ

長万部町立病院では看護師を募集しています。応募される方は、関係書類を添えて提出してください。

区 分	看 護 師		
募 集 人 数	若干名	選 考 方 法	書類選考および面接により決定
応 募 資 格	看護師の資格を有している方	応 募 期 限	令和2年5月29日(金)
提 出 書 類	履歴書(写真貼付・市販用紙可)、資格(免許証)の写し	採 用 年 月 日	令和2年7月1日(水)

【お問い合わせ・書類提出先】 長万部町立病院庶務係(☎2-5611)

新型コロナウイルス感染症に関する 不審な訪問者や電話にご注意を！

- ◆ 「マスクが買える、購入できる」というSNSの書き込みをみて申し込んだサイトが不審。
- ◆ 厚生労働省の職員を装い、検査を受けるために個人情報（マイナンバーなど）が必要だと言われた。
- ◆ 「50万円の助成金が受けられる」との電話がかかってきた。
- ◆ 保健所の職員を装い、自宅で使えるコロナウイルスの検査キットが、今回特別に選ばれたため、50万円のものを10万円で販売すると言われた。
- ◆ 水道局の職員を装い、水道の蛇口にウイルスが付着しているため見せてほしいといわれた。 など

これらのほかにも、いろいろな不審な訪問者や電話、
SNSなどが増えています。
不安な時は、まずご相談を！



相談先

長万部町役場産業振興課 ☎2-2455
消費者ホットライン（局番なし）188（函館消費者センター又は国民生活センターへ繋がります）
（消費者トラブル ひとりで悩まず すぐ相談）

こんにちは

八雲警察署で 春の地域安全運動の実施

～みんなで築こう、安全で安心な大地～



★運動期間 5月11日(月)～5月20日(水)の10日間

★犯罪被害防止のポイント

- | | |
|---|--|
| <p>1 子供の犯罪被害防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「いかのおすし」の防犯標語による防犯指導や、登下校の見守り活動を行いましょう。 <p>2 女性の犯罪被害防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 夜間は、できるだけ人通りが多く明るい道を歩くようにしましょう。 | <p>3 特殊詐欺の被害防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「自分だけは大丈夫」と思っている人ほど危険です。
「自分もだまされるかもしれない」という心構えをして詐欺の電話などがあった場合に落ち着いて対応しましょう。 |
|---|--|

野菜直売市開催について

例年恒例の取れたて野菜直売市を開催しておりますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月・6月の開催は中止といたします。
7月以降につきましては、状況を判断し、改めて周知いたします。



主催 長万部町畑作生産組合

お問い合わせ JA新はこだて長万部支店（☎2-3122）

（有料広告）

タクシー乗務員募集！



タクシー乗務員

- ・各種保険完備
- ・二種免許養成制度あり



＝委細面談＝

（有）おしゃまんべ交通 山越郡長万部町字長万部31番地 ☎（代表）01377-2-2226

地域包括支援センターだより

所在地：長万部町役場内
電話：2-2016 FAX：2-2931
相談時間：8:30～17:15（土日祝、年末年始を除く）

新型コロナウイルス感染症～高齢者の皆さんへ～

新型コロナウイルス感染症が流行しています。
喫煙者や糖尿病、心疾患、呼吸器疾患など基礎疾患をお持ちの方は、感染症が重症化しやすいので注意しましょう。感染しないために、手洗いを中心とする感染予防と三密『密閉』『密集』『密接』を避けるように心がけましょう。ただ、感染を恐れるあまり外出を控えすぎて『生活不活発』による健康への影響が危惧されます。

1. 動かない時間を減らしましょう

自宅でも出来るちょっとした運動で体を守ろう！

- ・座っている時間を減らしましょう！
- ・筋肉を維持しましょう！～ラジオ体操やスクワットも効果的～
- ・日の当たるところで散歩くらいの運動を心がけましょう！

2. しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！

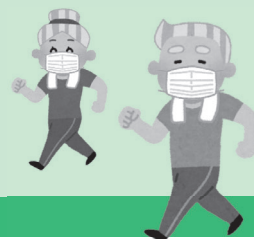
- ・こんな時こそ、しっかりバランス良く食べましょう！
- ～筋肉をつくる肉や魚、卵などのタンパク質も意識的に摂りましょう～

3. お口を清潔に保ち、しっかり噛んで、毎日おしゃべりを！

- ・毎食後、寝る前に歯を磨きましょう！
- ・お口の周りの筋肉を保ちましょう。おしゃべりも大切です。
- ～電話の活用や鼻歌、早口言葉もオススメ～

4. 家族や友人との支え合いが大切です！

- ・孤独を防ぐ！ご近所同士や電話などを利用した交流を
- ・買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを



よく食べ よく寝て ちょっぴり運動

Let's

わたしとまちの 第一歩

所在地：長万部町社会福祉協議会
電話：6-7711
時間：8:30～17:15（土日祝、年末年始を除く）



昨年度は多くの皆さんにご協力をいただきありがとうございました。

暖かく気持ちのいいぽかぽか陽気と共に新年度がスタートしました。

新しい一年も皆さんとふれ合いながら楽しく活動していきたいと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。



☺ **お知らせ** ☺ 新年度最初の【しゃべれーる】は6月開催予定です。お茶を飲みながら地域の課題について考えてみませんか？たくさんの参加をお待ちしています☺

★地域の皆さんの声を聞かせてください★

- ・月に1回〇〇でお茶会を開いているよ～
- ・〇〇が得意だったので役立てたらいいなあ…
- ・もっと出かける場所があれば良いのに…

など…

（有料広告）

長万部町の皆さまへ 安心でおトクな電気をお届けします。

北ガスの電気

従来の電気料金より
「電力量料金単価」が

全区分
3%おトク！

解約手続きも手数料も一切不要
解約・違約金もかかりません！

北海道電力株式会社（2020年3月現在）から切替した場合

「北ガスの電気」は北海道内で17万件以上※1
全ての市町村※2（離島を除く）でご利用いただいています

※1 2020年3月現在 ※2 2018年2月9日現在



多くの施設で「北ガスの電気」をご利用いただいています



長万部町役場



長万部町立病院



長万部中学校



長万部町給食センター

電気に関するご相談は無料です。お気軽にお電話ください。

北海道ガス株式会社 第二営業部
フリーダイヤル 0120-008-522（平日9:00～17:00）
施設や動力など、ご自宅以外の電気料金の試算も承ります。

行事・催し物

■ 写万岳山開き

- ▶ 日 時 5月9日(土)
※雨天中止
10:00~安全祈願
安全祈願終了後に登山開始
- ▶ 場 所 写万岳登山口(共立)
※今年は新型コロナウイルス感染症の
流行もあり、交流会は行いません。
- 【お問い合わせ】
NPO緑と樹を愛する会
(☎2-6634)

生 活

■ どさんこ・子育て特典カード有効期限のお知らせ

北海道では、妊婦さんや小学校6年生までの子育て世帯が、協賛店で特典カードを提示すると、協賛店独自の特典サービス(割引やプレゼントなど)が受けられる制度を実施しており、対象者の方々には、母子手帳を発行する際に随時お渡ししているところです。

また、カードの裏面には、平成32年3月末までと有効期限が記載されておりますが、期限が過ぎた後もそのままご利用いただけます。

※詳しくは下記の「どさんこ・子育て特典制度」のホームページをご覧ください。

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kms/ikuji/dosanko.html>

【お問い合わせ先】

保健福祉課福祉係
(☎2-2454)

■ 軽自動車税の減免手続き

町では、身体障がい者等の方の日常生活に不可欠な手段となっている軽自動車の税金について、一定の要件を満たす場合に減免を行っており、申請期限は、5月25日(月)です。

要件等詳しくは、税務課(☎2-2452)までお問い合わせください。

なお、減免できる自動車等は、一人の身体障がい者等(同一生計者を含む)につき普通車を含めて一台のみですので、普通車を申請される場合は、渡島総合振興局課税課(☎0138-47-9452)にお問い合わせください。

求 人

■ 保育士(保育助手)及び調理員募集

町では、会計年度任用職員として町立さかえ保育所で保育に従事する保育士及び調理に従事する調理員を随時募集しています。

応募される方は下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ・申込先】

町立さかえ保育所(☎2-4006)

お 礼

■ 寄付

次の方々より、寄付がありました。紙上をかりて厚くお礼申し上げます。(敬称略)

◆長万部町社会福祉協議会へ

- ・佐々木 紀子(富野) 50,000円
〈香典返しに替えて〉
- ・東谷 正志(新開) 50,000円
〈香典返しに替えて〉
- ・江尻 トミヨ(温泉) 50,000円
〈香典返しに替えて〉
- ・田中 孝夫(本町) 8,564円
〈社会福祉資金に〉

◆長万部長愛会へ

- ・江尻 トミヨ(温泉) 50,000円
〈香典返しに替えて〉

◆デイサービスセンターへ

- ・東谷 正志(新開) 50,000円
〈香典返しに替えて〉

新型コロナウイルス感染拡大防止に役立ててほしいと、次の方々より寄付がありました。

◆長万部町へ

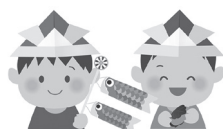
- ・(株)長万部北勝水産(静狩)
〈マスク、消毒用アルコール、うがい薬〉
- ・(株)アリアス設計コンサルタント(札幌市)
〈高精度次亜塩素酸水〉
- ・(株)野佐和(宮城県仙台市)
〈マスク〉
- ・クリクラ八雲(㈱よしだ)(八雲町)
〈次亜塩素酸水〉

※町内の医療機関や福祉施設で活用させていただきます。

◆長万部町教育委員会へ

- ・東陽建設(株)(八雲町)
〈リノベーションウォーター(除菌・消臭水)〉

※町内の各小・中学校で活用させていただきます。



相 談

■ 年金相談

- 厚生年金・国民年金等の相談
- ▶ 日時 5月12日(火)・6月9日(火)
①10:30~12:00 ②13:00~15:30
- ▶ 場所 役場2階会議室
※3日前までに町民課戸籍医療年金係に要予約(☎2-2453)
※枠に限りがございますので、ご了承ください。
※相談月の2ヶ月前から予約を受け付けております。(7月分の事務相談は5月から予約受付開始)
※5月分の年金事務相談は定員により予約を締め切らせていただきましたので、ご了承ください。

■ 知的障がい者相談

5月12日(火)に予定していました標記相談について、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

◎知的障がい者相談員

武澤 信行(本町)
※お電話による相談も受付しております。

【お問い合わせ先】

保健福祉課(☎2-2454)

■ 行政相談

5月14日(木)に予定していました標記相談に相談について、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

◎行政相談委員

山中 克子(大浜)
※お電話による相談も受付しております。

【お問い合わせ先】

保健福祉課(☎2-2454)

■ 人権相談

児童・生徒のいじめ、家庭・職場のトラブル、借地借家、登記、相隣関係など、法務大臣より委嘱を受けた人権擁護委員が身近な法律相談や心配ごとの相談に応じます。相談内容は一切秘密が守られ、無料で相談できますので、お気軽にご利用ください。

▶人権擁護委員

- 井上 正範(大 町)
- 石垣 聖子(大 浜)
- 小野 雄二(陣屋町)

※例年6月上旬に実施の特設人権相談は新型コロナウイルス拡大防止のため中止いたします。お電話や自宅での相談も随時受付しております。

◎みんなの人権110番

(全国共通人権相談ダイヤル)
(☎0570-003-110)

■ 登記・法律無料相談

毎月1回、無料相談を開設しています。

▶ 日時 5月21日(木) 13:00~15:00

▶ 場所 役場会議室

◎相談員

井上正範司法書士(長万部町)

【お問い合わせ先】

税務課(☎2-2452)

■ 5月の優良運転者講習

▶日 時 5月21日(木)

優良講習のみ 午後6時30分
 ご注意 長万部町で講習を受ける場合は、必ず事前に八雲署で手続きを行ってください。

なお、新型コロナウイルス感染症の関係で変更の可能性があります。詳しくは八雲警察署までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

八雲警察署 (☎0137-64-2110)

■ 老人福祉センター休館日

5/1(金)~5/7(木)・5/14(木)・5/21(木)・5/28(木)

■ 災害義援金募集のお知らせ

みなさまのご支援をお願いします！

◎東日本大震災義援金

受付期間：令和3年3月31日まで

3,569,033円

◎平成28年熊本地震災害義援金

受付期間：令和3年3月31日まで

599,834円

◎九州北部地方大雨災害義援金

(平成29年7月5日からの大震災)

受付期間：令和3年3月31日まで

97,437円

◎平成30年7月豪雨災害義援金

受付期間：令和2年8月31日まで

80,537円

◎令和元年8月豪雨災害義援金

受付期間：令和2年6月30日まで

800円

◎令和元年台風15号千葉県災害義援金

受付期間：令和2年6月30日まで

1,921円

◎令和元年台風19号災害義援金

受付期間：令和3年3月31日まで

542,212円

※上記の各義援金の金額は4/24現在の窓口及び募金箱の合計金額です。

◎受付窓口

☆日本赤十字社長万部町分区分

(保健福祉課 ☎2-2454)

☆長万部町共同募金委員会

(社会福祉協議会 ☎6-7711)

■ 赤十字運動にご協力を！

5月～6月は、赤十字運動月間です。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度社資募集活動は当面の間延期します。

【お問い合わせ先】

日本赤十字社長万部町分区分

(保健福祉課☎2-2454)

■ 今月の納期（町税・保険料）

固定資産税 第1期
軽自動車税 定期

▶納期限 6月1日◀

町税や保険料の納付は、便利な口座振替の利用をおすすめします

■ ガス・上下水道の検針日

5月の水道・ガス・下水道の検針日は、次のとおりです。

15日(金) 18日(月)

19日(火) 20日(水)

■ ガス料金表（税抜額）

区 分	基本料金
	調整単位料金(m³)
A 群 0～13m³	1,050円 379円26銭
B 群 14～57m³	1,700円 325円16銭
C 群 58m³以上	4,500円 273円96銭

町では上下水道・ガスの使用開始停止（引越越し）される際については、届出が必要になります。なおインターネット等の受付は行っていません。

【お問い合わせ先】

水道ガス課 (☎2-2862)

■ 5月は「町税収納強化月間」

毎年5月を「町税収納強化月間」とし、滞納処分を強化します。
 ご相談・ご質問等、お気軽にご利用ください。

【お問い合わせ先】

税務課 (☎2-2452)

■ 長万部町都市計画審議会委員を募集します。

町が定める都市計画については、この審議会で調査・審議し、都市計画決定や変更の手続きをしています。

この審議会の委員の任期は2年で、構成は現在6名、そのうち1名は公募により任命しますので、都市計画に関心等のある方の応募をお待ちしています。

▶ 応募資格

- ・町内に居住する年齢20歳以上の方（令和2年5月1日現在）
- ・都市計画に関心等のある方

▶ 応募方法

応募申込書に記載のうえ、新幹線推進課新幹線・政策推進係に郵送または直接お届けください。
 （申込書は、町ホームページよりダウンロードまたは当係窓口にて用意しています。）

▶ 応募委員数

1名（定員を超えたときは、書類選考により決定します。）

▶ 応募期限

令和2年5月20日（水）まで

〔郵送は当日消印有効〕

【お問い合わせ】

新幹線推進課新幹線・政策推進係
 (☎01377-2-2450)

■ 令和2年 国勢調査が実施されます

国勢調査は、日本国内に住むすべての方を対象とした5年に1度の調査で、令和2年9月～10月頃にかけて実施されます。国や地方公共団体が正確な統計に基づいて公正で効率的な行政を行うためには、日本に住むすべての人・世帯に漏れなく、正確な回答をしていただく必要があります。令和2年国勢調査へのご協力、ご支援をお願いします。

【国勢調査の調査員を募集します】

長万部町では国勢調査を実施するにあたり、町内の各調査区（1調査区おおむね50世帯程度）を担当していただきます調査員を募集します。経験などは問いませんので、ご興味のある方、詳細を確認したい方はぜひご連絡ください。

▶ 調査員の要件

- ・町内居住の18歳以上の方
- ・責任をもって調査事務を遂行できる方
- ・職務上知りえた秘密の保護を遵守できる方
- ・税務・警察・選挙活動に直接関係のない方
- ・暴力団でない方および、暴力団員または暴力団と密接な関係を有していない方

▶ 調査員の身分

総務大臣に任命される非常勤の国家公務員となります。

▶ 調査員の業務期間

令和2年8月下旬～10月下旬(予定)

▶ 調査員報酬

若干ではありますが報酬が支給されます。（調査区、調査人数により支給額は異なります）

▶ 調査スケジュール

8月下旬～9月上旬
 調査員説明会への出席、調査方法の確認
 9月中旬～9月下旬
 調査区確認、調査票配布
 10月上旬～10月下旬
 調査票の回収・審査・提出
 ※若干時期が前後する場合もあります。

【お問い合わせ・お申込み方法】

まちづくり推進課で、申込書を用意しております。（☎2-2450）

ゴールデンウィーク期間中は ゴミの収集時間を変更します

～午前7時までにゴミステーションへ！～
ゴールデンウィーク期間中は、交通渋滞が予想されますので、ゴミの収集時間を変更します。
午前7時までに決められたゴミステーションに出してください。
■5月4日(月)から5月6日(水)まで
※土・日曜日は収集しません

戸籍の窓

〔3月15日～4月14日受付分〕(敬称略)

いつまでも おしあわせに

夫の氏名 妻の氏名 届出日
今月は届出がありません。

おたんじょう おめでとう

おなまえ 生まれた月日 父母の名 住所
今月は届出がありません。

おくやみ もうしあげます

氏名	年齢	月日	住所
東谷孝子	86歳	3月17日	新開町
大場廣壽	99歳	3月17日	高砂町
高橋澄子	88歳	3月21日	大町
江尻由太郎	90歳	3月29日	温泉町
小平昇一	90歳	3月31日	静狩
松山孝三	87歳	4月3日	平里
三宮志津枝	59歳	4月4日	大町



世帯 2,939世帯
人口 5,234人
男 2,424人
女 2,810人
前月比 -13人
(3月31日現在)

この広報誌は再生紙を使っています。

編集後記
ご存じのとおり、学校は休校、町内のイベントは中止となっており、写真不足で広報としても悩ましい状況が続いています。
今月号では、久しぶりに表紙で自然の写真を使いました。新鮮味があると思いますが、どうでしょうか？
表紙の水芭蕉は静狩に群生していたものを撮影しました。長万部の風景や景色、お勧めの場所があったら是非教えてください！
(N)

まちのカレンダー

5月	事業名等	会場	時間
1金	◆まる元運動教室(静狩)(中止)	静狩振興会館	10:00～11:00
	◆まる元運動教室(国縫)(中止)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)(中止)	福祉センター講堂	14:45～15:45
2土			
3日	憲法記念日		
4月	みどりの日		
5火	こどもの日		
6水	振替休日		
7木			
8金	◆まる元運動教室(静狩)	静狩振興会館	10:00～11:00
	◆まる元運動教室(国縫)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)	福祉センター講堂	14:45～15:45
9土	◆写万岳山開き	写万岳登山口	10:00～
10日			
11月			
12火	◆年金事務相談	役場2階会議室	10:30～12:00 13:00～15:30
	◆脳の健康教室&ふれあいサロン	ふれあいハイム	9:15～11:00
13水	◆げんき倶楽部	ふれあい健康センター	10:00～11:30
	◆ガヤガヤ運動教室(旭浜)	旭浜生活館	13:30～15:00
14木	◆健康相談(中の沢)	中の沢振興会館	10:00～11:30
	◆まる元運動教室(静狩)	静狩振興会館	10:00～11:00
15金	◆まる元運動教室(国縫)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)	福祉センター講堂	14:45～15:45
16土	◆バスア-検診(乳がん検診・子宮がん検診)	札幌がん健診センター	6:30～15:00
17日			
18月			
19火	◆1歳6ヶ月児・3歳児・5歳児健康診査	ふれあい健康センター	13:00～13:30
	◆脳の健康教室&ふれあいサロン	ふれあいハイム	9:15～11:00
20水	◆げんき倶楽部	ふれあい健康センター	10:00～11:30
	◆登記・法律無料相談	役場会議室	13:00～15:00
21木	◆優良運転者講習	福祉センター	18:30～
	◆まる元運動教室(静狩)	静狩振興会館	10:00～11:00
22金	◆まる元運動教室(国縫)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)	福祉センター講堂	14:45～15:45
23土			
24日			
25月	◆大腸がん検診受付(5月29日まで)	保健福祉課窓口	8:30～17:15
	◆健康教室(大浜)	大浜振興会館	10:00～11:30
26火	◆乳幼児健康診査・乳幼児健康相談・BCG接種	ふれあい健康センター	13:00～13:30
	◆脳の健康教室&ふれあいサロン	ふれあいハイム	9:15～11:00
27水	◆げんき倶楽部	ふれあい健康センター	10:00～11:30
28木	◆乳幼児歯科相談・フッ化物塗布	ふれあい健康センター	13:00～13:30
	◆まる元運動教室(静狩)	静狩振興会館	10:00～11:00
29金	◆まる元運動教室(国縫)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)	福祉センター講堂	14:45～15:45
30土			
31日			



6月	事業名等	会場	時間
1月			
2火			
3水	◆脳の健康教室&ふれあいサロン	ふれあいハイム	9:15～11:00
	◆げんき倶楽部	ふれあい健康センター	10:00～11:30
4木			
5金	◆まる元運動教室(静狩)	静狩振興会館	10:00～11:00
	◆まる元運動教室(国縫)	国縫振興会館	13:00～14:00
	◆まる元運動教室(字長万部)	福祉センター講堂	14:45～15:45
6土			

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、町内公共施設を休館しています。ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

施設名

- ・地域会館（ただし地域会館を葬儀及び災害発生時の避難所として使用する場合は例外とします）
- ・老人福祉センター ・多目的活動センターあつまんべ ・あやめ公園休憩所
- ・あやめ公園パークゴルフ場 ・静狩緑地パークゴルフ場
- ・長万部公園（バンガローやキャンプでの宿泊、バーベキュー等の飲食行為の禁止 ※5月31日まで）
- ・福祉センター ・学習文化センター ・ファミリースポーツセンター
- ・青少年会館 ・町民体育館（弓道場） ・町民センター
- ・平和祈念館 ・植木蒼悦記念館

休館期間

5月6日(水)まで

（※休館期間が変更になる場合がありますのでご了承ください）



互いに手を伸ばしても届かない距離を保ちましょう

コロナウイルス感染拡大防止のため家の中にいる時間が増え、体を動かす機会が減りストレスが溜まっていますか？ そんな時は、家でもできる運動を行い、リフレッシュしていきましょう！ ストレッチをすることで、血液循環がよくなり、筋肉のコリを解消することができます。また筋力トレーニングをすることで、筋力の衰えを予防することができます。

◇ストレッチ◇

背中ストレッチ



- ①手を組み上に向かって、伸ばす
- ☆効果☆
背中の筋肉が伸び、姿勢を正し、肩こり解消にもつながる

体側のストレッチ



- ①片方の腕をあげ、体を横に曲げる
 - ②反対側も同じように行う
- ☆効果☆
体の横の筋肉を伸ばし、姿勢を正す

ふくらはぎのストレッチ



- ①足を前後に広げる
 - ②体重を前につけ、ふくらはぎを伸ばす
 - ※後ろ足の踵は浮かないよう注意
 - ③反対側も同じように行う
- ☆効果☆
ふくらはぎの筋肉をほぐし、血流をよくしむくみ解消

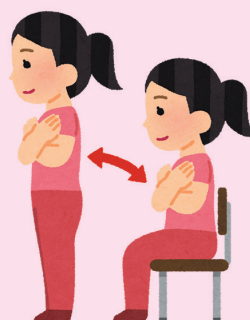
◇筋力トレーニング◇

膝伸ばし



- ①つま先を上に向け片方の足を伸ばした状態でゆっくりできるところまであげる
 - ②10回程度行い反対側も同じように行う
- ☆効果☆
太ももの前の筋肉を鍛える

スクワット



- ①肩幅より少し広めに足を広げ、つま先は外向き30度にし、息を吐きながら立ち上がる
 - ②10回程度行う
- ☆効果☆
太ももの前の筋肉お尻の筋肉を鍛える