あなたとまちを結ぶ広報誌

ながぬま

2020
6
JUNE

№797

今月の表紙

ながぬま温泉にある、しだれ桜が今年も綺麗に咲きました。この桜は福島県須賀川市から友好親善宣言の記念に贈られたものです。

今月の主な内容

令和元年度下半期財政状況の公表 …… P 2～3
まちトピ！ほか …… P 4～5
議会のうごきほか …… P 6～7
地域おこし協力隊通信ほか …… P 8～11
まなびあい …… P12～17
暮らしのお知らせほか …… P18～23
情報カレンダー …… P24～25
タンチョウ博士のお話ほか …… P26～28

令和元年度下半期財政状況を公表します。

町の家計簿

町では、毎年2回、予算の執行状況や町債・財産の状況について公表しています。

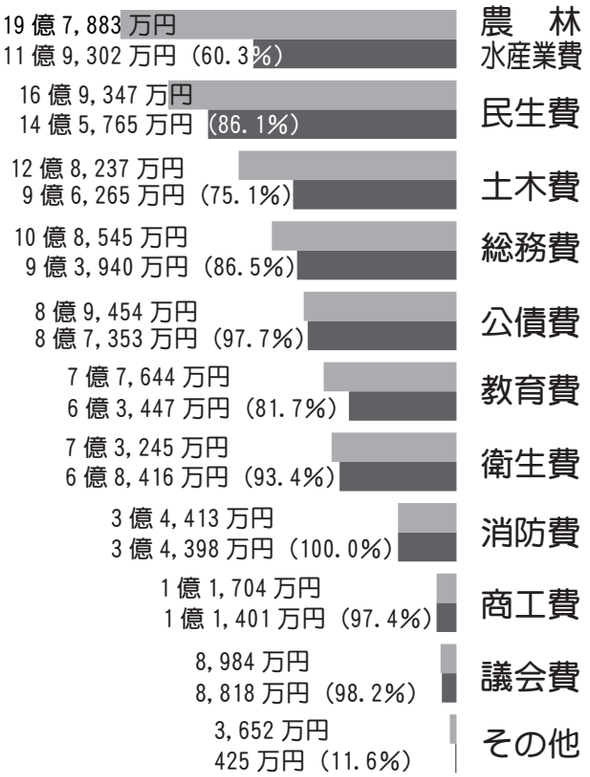
今回は令和2年3月31日現在の各会計収支状況、町債、基金の状況や町税などの住民負担の状況についてお知らせします。

なお、今回お知らせする令和元年度予算執行状況などについては、出納整理期間（4月1日から5月31日まで）の収支が反映されないため、最終決算とは異なることをご理解のうえご覧ください。

【問合先】役場財政管財係（☎88－2112）

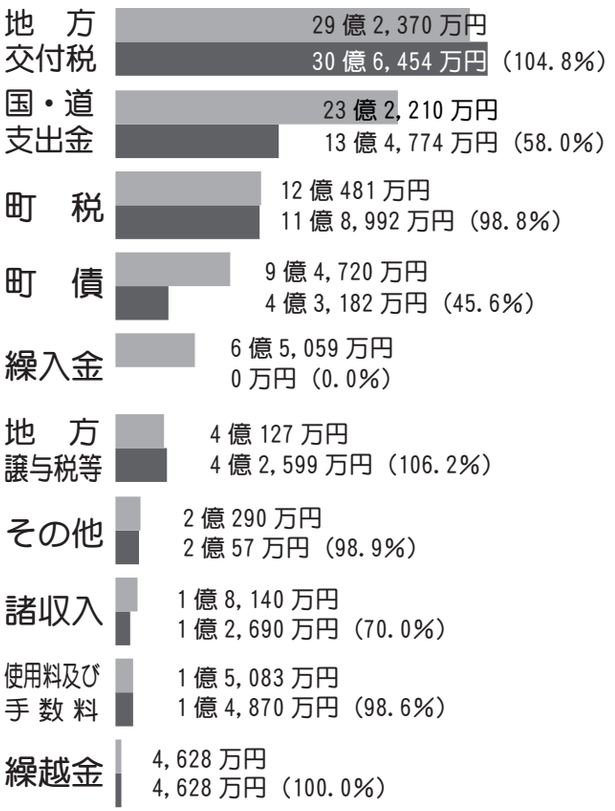
一般会計　予算現額（歳入・歳出共に）90億3,108万円

歳出　支出済額　72億9,530万円　支出率（80.8%）



予算現額（上段）　支出済額（下段）

歳入　収入済額　69億8,246万円　収入率（77.3%）



予算現額（上段）　収入済額（下段）

特別会計

会計名	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険	15億2,856万円	13億7,318万円	89.8%	13億6,963万円	89.6%
後期高齢者医療保険	3億9,219万円	3億8,264万円	97.6%	3億8,139万円	97.2%
介護保険	14億3,587万円	13億1,872万円	91.8%	13億1,385万円	91.5%
老人保健施設事業	3億3,524万円	2億8,795万円	85.9%	3億694万円	91.6%
下水道事業	4億4,569万円	2億7,050万円	60.7%	3億4,596万円	77.6%
集落排水事業	1億6,279万円	4,729万円	29.0%	6,891万円	42.3%

企業会計　町立長沼病院事業会計

区分	予算現額	調定・支出済額	執行率
収益的収支	収入　11 億 6, 958 万円	8 億 5, 465 万円	73. 1%
	支出　11 億 4, 004 万円	9 億 3, 946 万円	82. 4%
資本的収支	収入　1 億 2, 060 万円	1 億 1, 647 万円	96. 6%
	支出　1 億 2, 060 万円	1 億 1, 647 万円	96. 6%

業務状況

		令和元年度	平成 30 年度	比較
入院	延患者数	13, 825 人	17, 437 人	−3, 612 人
	1 日平均	37 人	47 人	−10 人
	診療日数	366 日	365 日	1 日

		令和元年度	平成 30 年度	比較
外来	延患者数	30, 589 人	33, 269 人	−2, 680 人
	1 日平均	127 人	136 人	−9 人
	診療日数	240 日	243 日	−3 日

町債の状況　令和元年度末見込

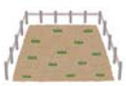
会計名	令和元年度	平成 30 年度
一般会計	91 億 8, 142 万円	90 億 4, 945 万円
下水道事業特別会計	21 億 5, 996 万円	23 億 1, 112 万円
集落排水事業特別会計	5 億 384 万円	5 億 289 万円
町立長沼病院事業会計	1 億 9, 047 万円	9, 996 万円
合計	120 億 3, 569 万円	119 億 6, 342 万円

基金の状況　令和元年度末見込

会計名	令和元年度	平成 30 年度
一般会計	23 億 9, 257 万円	23 億 8, 308 万円
国民健康保険特別会計	1 億 3, 880 万円	1 億 3, 879 万円
介護保険特別会計	9, 604 万円	9, 571 万円
下水道事業特別会計	1, 412 万円	1, 412 万円
老人保健施設事業特別会計	9, 792 万円	9, 789 万円
合計	27 億 3, 945 万円	27 億 2, 959 万円

財産の状況　令和 2 年 3 月 31 日現在

土　地



6, 763, 946 ㎡

建　物

114, 751 ㎡

車 両 等

75 台

有価証券・出資による権利

9, 293 万円

住民負担の状況　令和 2 年 3 月 31 日現在

一般会計

（人口 1 万 576 人　世帯数 4, 924 世帯）

区分	1 人あたり	1 世帯あたり	年度末の額
町税※1	10 万 1, 427 円	21 万 7, 849 円	10 億 7, 269 万円
公債費（借金）※2	86 万 8, 138 円	186 万 4, 627 円	91 億 8, 142 万円

※1　町税については法人税などを除いています

※2　公債費（借金）については地方交付税交付金の交付措置を受けるものを含んでいます

国民健康保険特別会計

（被保険者数 3, 031 人　世帯数 1, 614 世帯）

区分	被保険者 1 人あたり	被保険者 1 世帯あたり	年度末の額
国民健康保険料※3	13 万 2, 050 円	24 万 7, 982 円	4 億 24 万円

※3　国民健康保険料については滞納繰越分を除いています

旭日単光章を受賞　故　高瀬武久さん

４月１４日、故　高瀬武久さん（宮下区）へ叙勲受賞伝達式が行われ、戸川町長から妻の喜恵さんへ伝達されました。高瀬さんは、平成１５年３月から町議会議員を３期歴任され、長年にわたり地方自治の振興発展にご尽力された功績が認められました。

旭日単光章を受賞　平川正さん

４月１４日、平川正さん（銀座区）へ叙勲受賞伝達式が行われ、戸川町長から子の正浩さんへ伝達されました。

平川さんは、昭和６２年から長沼町選挙管理委員会委員を７期歴任、また、平成２３年から委員長に就任され、長年にわたり、数多くの選挙の適正な管理執行にご尽力された功績が認められました。

新型コロナウイルス感染防止対策に役立てて
株式会社シイナ重建

４月２０日、株式会社シイナ重建（椎名日出己代表取締役）から、新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと、医療用マスク５，０００枚のご寄贈がありました。戸川町長は「医療機関のマスクの在庫が不足しているので、大変助かります。町立長沼病院と介護療養型老人保健施設いこいに配布します」と感謝の言葉を述べました。

商工会要望書提出

４月３０日、長沼町商工会（廣川朝夫会長）から戸川町長へ、新型コロナウイルス感染症に係る町独自の各種経済対策への要望書が手渡されました。

戸川町長は「町としてできることを検討、支援していきたい」と述べました。

新型コロナウイルス感染防止対策に役立てて

長沼町建設業協会

５月１日、長沼町建設業協会（加藤照雄会長）から町内の小中学校の児童・生徒へ新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと、マスク４，０００枚のご寄贈がありました。間嶋教育長は、「マスクが手に入りにくいので、大変助かります。小学校と中学校に配布します」と感謝の言葉を述べました。

新型コロナウイルス感染防止対策に役立てて

Ｍ・Ｋロード株式会社、株式会社南條興産

５月７日、Ｍ・Ｋロード株式会社（秋田政行代表取締役）、株式会社南條興産（南條光一代表取締役）から新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと、マスク５，０００枚のご寄贈がありました。

戸川町長は、「ありがとうございます。町で有効に活用していきます」と感謝の言葉を述べました。

長沼町長選挙　及び
長沼町議会議員補欠選挙

投票日：８月２日㈰
午前７時から午後７時まで

８月 23 日の任期満了に伴い、長沼町長の選挙が行われます。また、欠員による長沼町議会議員の補欠選挙が同日に行われます。

各家庭に配布される選挙公報などで立候補者をよく知り、棄権することなく必ず投票しましょう。

選挙される補欠選挙の人数は１人です。

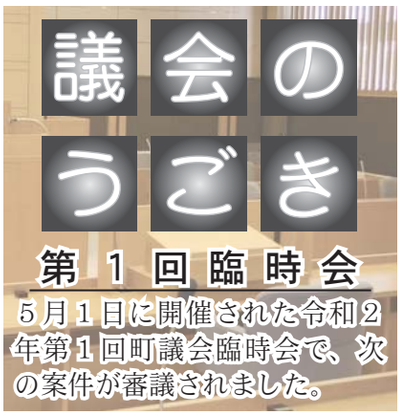
□選挙日程等

- 立候補予定者説明会
  - 長沼町長選挙　７月２日㈭　13 時から　役場３階会議室
  - 長沼町議会議員補欠選挙　７月２日㈭　14 時から　役場３階会議室
- 告示日　７月 28 日㈫
- 立候補届出日　７月 28 日㈫　８時 30 分～ 17 時　役場３階会議室
- 期日前（不在者）投票　７月 29 日㈬～８月１日㈯　８時 30 分～ 20 時
- 期日前投票所　役場３階会議室
- 開票時間・開票場所　８月２日㈰　午後８時開始　役場３階会議室

□今回投票できる方

満 18 歳以上の長沼町民で、長沼町の選挙人名簿に登録されている方
（平成 14 年８月３日以前に生まれた方で、令和２年４月 27 日以前から引き続き長沼町に住所のある方）

【問合先】長沼町選挙管理委員会事務局（☎ 88-2111）



■専決処分した事件の承認
令和元年度長沼町一般会計補正予算（第７号）（原案承認）

令和２年３月19日に、産地生産基盤パワーアップ事業費補助金の割当内示があったことから、既定の歳入歳出予算の総額に、それぞれ６億３６５０万円を増額し、予算の総額を90億３１０８万３千円としたものです。

■長沼町後期高齢者医療に関する条例の一部を改正する条例制定について（原案可決）

後期高齢者医療の被保険者で、新型コロナウイルス感染症に感染等があった被用者に対する傷病手当金の支給に係る申請書の受付事務を本町で行うため、本条例の一部を改正するものです。

■長沼町国民健康保険条例等の一部を改正する条例制定について（原案可決）

国民健康保険の被保険者で、新型コロナウイルス感染症に感染等があった被用者に対する傷病手当金の支給に関する特例を定めるため、本条例の一部を改正するものです。

■令和２年度長沼町一般会計補正予算（第１号）（原案可決）

特別定額給付金給付事業費などの補正で、既定の歳入歳出予算の総額に、それぞれ10億９０５７万７千円を増額し、予算の総額を92億９２５７万７千円とするものです。

■令和２年度長沼町国民健康保険特別会計補正予算（第１号）（原案可決）

新型コロナウイルス感染者等に支給する傷病手当金の補正で、既定の歳入歳出予算の総額に、それぞれ50万円を増額し、予算の総額を15億７６８０万９千円とするものです。

子育て世帯への臨時特別給付金

「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」において、子育て世帯に関して、児童手当（本則給付）を受給する世帯に対し、対象児童１人あたり１万円の給付金を支給することとされました。

すでに対象と思われる世帯へはお知らせを送付していますが、給付金の受け取りには申請などの手続きは必要ありません。

■対象となる方

◇令和２年４月分（３月分を含む）の児童手当を受給している方
※ただし特例給付の方は対象になりません。
※４月１日以降に長沼町に転入された方は、転入前の市町村から支給されます。

■対象となる児童

◇平成16年４月２日から令和２年３月31日までに生まれた子ども

■支給方法

◇児童手当を受給している口座に６月以降順次振り込みます。
※児童手当を受給するための口座などを４月１日以降、解約などしており給付金の支給に支障が生じる恐れがある場合は、役場国保年金係までお問合せください。

■公務員の対象者

◇公務員の方は、所属庁を通し、申請用紙が配布されます。
必要事項を記入後、所属庁で証明をもらい、役場国保年金係の窓口または郵送で申請してください。

不明点がありましたら、役場国保年金係までご連絡ください。

【問合先】役場国保年金係（☎76-8013）

防災行政無線
戸別受信機を交換します

先月号でもお知らせしましたが、町では、6月から来年1月までの間、防災行政無線戸別受信機及び屋外アンテナの交換工事を行います。

今月号では、新たに皆さんのご自宅に設置する、戸別受信機の機能をお知らせします。

新しい戸別受信機の機能

◇これまでと同じ機能

・町からのお知らせの放送
・緊急放送時の自動録音機能
・電波の届く範囲で色々な場所に設置することができ、緊急時には取り外し持ち出すことが可能。

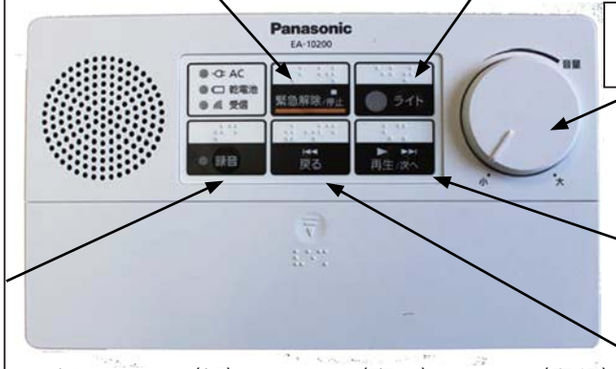
◇新しい機能

・放送内容の録音可能。
※通常放送の手動録音機能、留守録音機能の追加。（最大60分録音可能）
・LEDライトが内蔵
※LEDライトが停電時に一定時間点灯。緊急放送時にもフラッシュでお知らせ。
・停電時、乾電池での動作時間アップ。（単1アルカリ乾電池使用時、最大168時間）
※単1、単2、単3いずれか2本使用可能。

【緊急解除 / 停止】ボタン
・緊急通報の最大音量解除
・再生の停止

【ライト】ボタン
・手動でＬＥＤライト点灯 / 消灯
・停電時：自動点灯
・緊急通報受信中：点滅

【録音】ボタン
・留守録音の設定 / 解除
・放送内容の録音
■録音の種類
・自動録音：緊急通報を自動で録音
・手動録音：放送受信中に「録音」を押す
・留守録音：待受け中に「録音」を押す
■録音時間 / 録音件数
・録音時間：最大 60 分
・録音件数：最大 120 件
※最大録音時間・件数を超えると古い順から消去されます。



寸法：220 ㎜（幅）× 130 ㎜（高さ）× 55 ㎜（奥行）

【音量 / ボリューム】ボタン
・つまみで調整

【再生 / 次へ】ボタン
・録音内容の再生
・次の録音内容にスキップ

【戻る】ボタン
・最初から再生する
・前の録音内容に戻る

■乾電池での動作時間
・最大 168 時間（単 1 型使用時）
※単 2 型・単 3 型も使用可能

交換工事の内容

業務従事者証を携帯した施工業者が、皆さんのご自宅に訪問し、交換工事を行いますが、不審に思われる場合は、業務従事者証の提示を求めるか、役場へ確認の電話をしてください。

施工業者の訪問時に、「広報無線受信機等借用申請書」をお渡ししますので、必要事項を記入していただくようご協力をお願いします。

工事終了後に、施工業者から防災行政無線戸別受信機の使用方法などの説明がありますので、分からないことがありましたらご相談ください。

《施工業者》
代表…株式会社協和エクシオ
藤川　090-3118-7963
横倉　080-1069-2184

【問合先】役場広報情報係（☎76-8014）

地域おこし協力隊通信　Ｎｏ.55　マオイ活動だより

観光振興担当
古川　喬士さん

「ハレ」と「ケ」

長沼町の皆さん、お元気ですか？　地域おこしの古川です。

先週、去年から一緒に体験観光メニューを作ってきた工芸家の方とゆっくり話す機会がありました。その人は、「ＪＴＢや海外の旅行会社、観光Ｇ20まで長沼の観光メニューに注目してくれて、これからという時だったのに、残念だね」と言った後、「でも私たちにとっては、いっそ売ることを気にしないでモノづくりをするいい機会だわ」と穏やかでタフに笑っていました。

新型コロナウイルスの影響で今、我々の生活から失われているものには、共通点がある気がします。観光、旅行、ライブ音楽、町の年中行事、スポーツ、飲み会…。全て、日常の営みとは違う時間を生きるための、祝祭的な時間です。

日本の伝統的な時間の区切り方に「ハレ」と「ケ」というものがあるそうです。

「ハレ」は、祭りやイベントなど、私生活が外に開かれて他の生活と混じり合い、大きなエネルギーの対流が起こる「非日常」の時間。「ケ」はそれ以外の「日常」で、私生活が維持される時間。

昔から人の生活は「ハレ」と「ケ」の循環で前に進んでいた、という民俗学の視点です。日常が、定期的に訪れる非日常によって更新され、持続するための勢いをもらう。（「ケガレ」というのは、この循環が滞り、日常生活を前に進める力が失われた状態、「ケ・枯れ」のこと。そして、それを禊ぎ、蘇らすものが「ハレ」であるという説もあります。）

祝祭的なものがなくても生命を維持することはできます。しかし人はパンのみで生きられず、精神的な糧も必要とするもの。身体の持続だけでなく、心を満足させることも大切にしたいものです。失われがちな「ハレ」の時間を補うために何をしたらいいだろう？

僕は近々、森へ入ったり、菜園に変わった野菜の種をまいたりしたいと思います。

散歩や日曜大工、ガーデニングなど、案外簡単なことで心はほっと息をつく気がします。６月もお元気にお過ごしくださいませ。

シティプロモーション担当
佐野　亜沙美さん

最近始めたこと

こんにちは、協力隊佐野です。

先日、ウォーキングの途中に教習車を見かけました。

長沼で教習車を見るのは初めてでした。どこに教習所があるのかなと思いながら、自分が運転免許を取得した時の事を思い出しました。

以前の広報誌で運転は慣れていないとお話しましたが、免許は18歳の時に取得しました。

当時はまだマニュアル車で免許を取るのが当たり前の時代で、エンストは日常茶飯事でした。運転センスが絶望的に無く、行くたびに教習所の先生に怒られ、「お願いだから辞めさせて」と、親に泣きついていました。

仮免と本免の試験にしっかり１回ずつ落ちてようやく免許取得に至りました。

免許の話をしたかったのではなく、４月中旬から体力づくりも兼ねてウォーキングを始めました。

長沼町は碁盤の目になっていて、何キロ歩いたのかわかりやすく、景色も良くリフレッシュにもなります。

基本的に風は強いのですが、様々な野花にも出会えるし、日によって空気の匂いも違います。たくさんのつくしを何年ぶりに見ただろうか。外で飼われている犬たちが多いことにも気づきます。

そしてほぼ毎回２羽のカルガモに出会います。カルガモは私の足音に驚き、慌ててバタバタ去って行くのですが、そのバタバタに毎回私も驚きます。まったく慣れません。

天気の良い日は夕陽がキレイな長沼町を堪能できます。日々変わりゆく畑の成長も見ていて楽しいです。この話が広報に載る６月までウォーキングが続いているのか…私もわかりません。

５月から子育てパンフレット制作が開始となりました。期限付きで時間も無いので、７月まではドタバタとパンフレット作成がメインとなります。

後に残るものなので足跡を残すつもりで少しでも良いものを作れるように頑張るのみです。

コロナに負けない！

毎日コツコツ体力づくり

新型コロナウイルス予防は
手洗い×睡眠×食事×運動そして笑顔

【問合先】りふれ運動指導室（☎82-5555）

新型コロナウイルスの予防には

手洗いとアルコールなどによる消毒に加え、ウイルスから身を守る『免疫力』を高めることが大切といわれています。免疫力は、バランスの良い食事（腸内環境を整えること）、十分な睡眠、体温を上げる運動（ウォーキングと筋トレ）で維持・向上が可能です。

人ごみを避けて散歩することもお勧めですが、今回は自宅でも取り組める運動をご紹介します。

《運動するにあたっての注意》
・呼吸を止めずに行う。
・痛みが出るほどは行わない。
・食後すぐには行わない。
・一つ一つの動作を意識して行う。

「動かないこと（生活不活発）」により、身体や頭の動きが低下してしまいます。それにより、歩くことや身の回りのことなどの生活動作が困難になったり、疲れやすくなるなど、フレイル（虚弱）が進んでいきます。2週間の寝たきりにより、失う筋肉量は自然な状態だと7年間に失われる量に匹敵するとも言われています。

思うように活動できない今、体力維持のために、自宅でできる運動に取り組んでいきましょう。

また、りふれ運動指導室で元気な皆さんと一緒に運動できる日を楽しみにしています。

股関節・ふくらはぎストレッチ

※体調の良い日はできるだけ毎日実施しましょう

両手は肩の高さで肩幅に開き指は少し開く。目線はまっすぐ前へ固定し背中を伸ばして。

呼吸を維持するため各30カウント声を出して壁を押します。

床を踏みしめるように踵を押し出し、膝を伸ばす。

呼吸筋ストレッチ

肩甲骨まわりの複数の呼吸筋をほぐすことで、姿勢よく、呼吸をしやすい状態にします。

手の甲を内向きにして、人さし指と中指同士を合わせるような形で、腕を伸ばす。鼻から大きく息を吸って、ゆっくりと口から吐く。

ひじが90度になる程度までぐっと下げる。鼻から吸って口から吐く。胸を大きく開くのがポイント。

両手を目の前に引き寄せ、手の甲を合わせる。同じく、鼻から大きく吸って口から吐く。

椅子ウォーキング（全身持久力）

※体調の良い日はできるだけ毎日実施しましょう

浅く座り、背を伸ばす。

足踏みに合わせて腕も前後に振る。

呼吸を維持するため左右で1回として20カウント声を出して行いましょう。

スクワット（筋力トレーニング）

※体調が良ければ1～2日おき週2～3回実施しましょう

つま先より前に膝が出ないように。

3カウントでしゃがみ3カウントで立ち上がります。
呼吸を維持するため1・2・3と声を出して行いましょう。
6～10回行います。

プログラム紹介
レッスン参加者募集

※新型コロナウイルス感染症の状況により、第２期レッスンプログラムは変更になることがあります。

初心者でもＯＫ！　シニア世代でも安心！

スタジオプログラム

●有酸素系（エアロ・ダンス）プログラム

《簡単リズム》
㈪13：35　㈬12：35　㈮11：20　㈰11：40
リズムに合わせて楽しく体を動かしていきます。基本の動きが中心なので初めての方でも安心して参加できます。
ストレス解消やリフレッシュを目指します。

《ダンスエアロ》　㈫11：20　㈭19：15
音楽に合わせて、無理のないステップの組み合わせで、楽しみながらシェイプアップできるエアロビクスです。
初心者も大歓迎です。

●筋力系プログラム

《ストレッチ＆筋トレ》NEW
㈪10：30　㈰11：00
筋トレとストレッチを中心に、リラックス効果のある体操で、血行の促進、柔軟性の保持、筋力を強化します。

《お腹引き締め》NEW
㈭19：55　㈮11：55
ねじりを加えた動的ストレッチを行いながら、お腹周りを引き締めていきます。

《からだ引き締め》
㈪13：00　㈬12：00
セラバンドを使って、バランスの良い筋肉を作ります。衰えた体力を取戻し、ダイエットや、体力・筋力向上に最適。

●調整系（コンディショニング・リラクゼーション）プログラム

《椅子ヨガ》㈬11：10
椅子に座った姿勢で、カラダの隅々まで血流を促進する安全なヨガです。
体が硬くても、筋力が低下してもできます。呼吸を深め、自分が気持ちいいと思う感覚で行ってください。

《やさしいヨガ》㈫10：30　㈮10：30
簡単でわかりやすいヨガのポーズを行い体のゆがみを解消し、心身共にリラックスさせていきます。
呼吸法をマスターしていきながら、免疫力を上げていきましょう。

《リラックスヨガ》㈫18：10　㈰13：00
体を大きく使うダイナミックなポーズと緩めるポーズを交互に行い、達成感とリラックス効果を高めます。
深い呼吸で肺にたっぷり酸素を取り込みましょう。

《体リセットヨガ》㈭18：30　NEW
ダイナミックなポーズをすることで達成感と体引き締め効果が得られます。深い呼吸で肺にたっぷり酸素を取り込むので心も体もすっきりリセットできます。

●シニア・初心者向けプログラム

《脳トレ運動教室》㈬10：30
椅子に座りながら、無理なくゲーム感覚で体と脳を動かします。ボールを使い、ゆったりと手や体幹（お腹や背中）の筋力をつけていきます。

《健康イス体操》㈪11：20
足や膝の悪い人も一緒に楽しめるイス体操。
椅子に座ってできるので、長時間立つのがつらい方にもオススメの健康体操です。

プールプログラム

●有酸素系（ウォーキング・エアロ）プログラム

《水中ウォーキング》㈪15：05　㈰14：35
水の抵抗を利用しながら、歩くことで足腰の筋力アップができます。また、水の浮力で体重が軽減されるので、無理なく運動量を増やすことができます。
運動不足解消に最適です。

《水中シェイプアップ》　㈫19：15　NEW
ウォーキングで全身をリラックスさせ、ダンベルで筋トレをし、エアロビクスで心地よい音楽に合わせて脂肪燃焼していきます。夜の時間帯のレッスンでシェイプアップ効果を上げていきましょう。

●筋力系プログラム

《水中筋力アップ》　㈬13：10　㈮13：10　NEW
水の利点（浮力・水圧・抵抗）を利用して全身のバランスを調整しながら、ダンベルを使い筋力をつけていきます。水を顔につけないため、泳げなくても安心してご参加ください。

《流水ウォーキング》　㈬13：55　㈮13：55
膝や腰にやさしい強度低めの水中歩行です。
流水の力で全身のマッサージ効果も得ることができます。リラックスしながら体調を整えていきましょう。

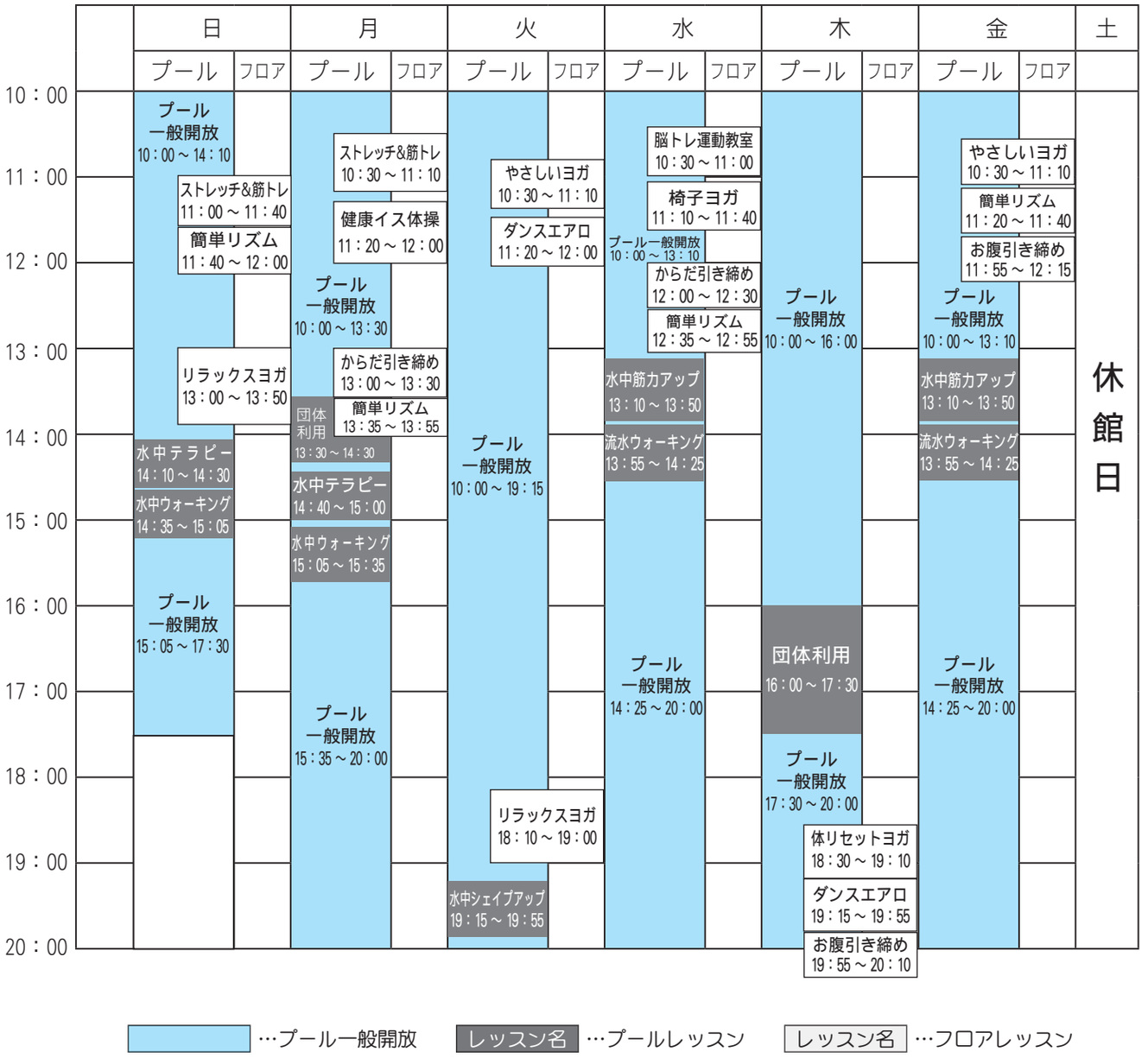
●調整系（コンディショニング・リラクゼーション）プログラム

《水中テラピー》㈪14：40　㈰14：10
腰痛、肩こりなどの改善を目的に、水の浮力を使い負担なく全身をほぐしていきます。膝の関節に不安のある方でも無理なく歩くことができ、体力の回復をサポート。

●親子プログラム（休止中）

《ベビーママパパアクア》　㈫10：00
赤ちゃんの水慣れと、ママパパの運動不足解消。
親子で楽しみながら健康づくりできるプログラム。
※再開するときは再度周知します。

レッスンプログラム時間割



…プール一般開放　　レッスン名 …プールレッスン　　レッスン名 …フロアレッスン

【場　所】 総合保健福祉センター「りふれ」内　三世代交流室・プール
【期　間】 令和２年７月１日(水)～９月 30 日(水)
【対　象】 16 歳以上（中学生以下は、保護者同伴の場合のみ利用可能です。事前に運動指導室へご相談ください）
※循環器系疾患、その他疾患や怪我のある方はご相談ください。状況によっては医師の指示書が必要な場合があります。
【料　金】 入館料のみ（健康ポイントカードが使えます）

■レッスンの申込み開始
６月 15 日(月)～　（８時 30 分～ 17 時 15 分まで）

※期間の途中からの参加も可能です。ぜひ、お問合せください。
定員に達した場合は、欠員が出るまでお待ちいただくことがあります。

【申込・問合先】 りふれ運動指導室（☎ 82-5555）または窓口

2020年6月号

地域学校協働活動本部事業

長沼町地域学校協働活動本部
長沼町教育委員会
社会教育課社会教育係
TEL 0123-76-8025

学校と地域をつなぐ活動にご協力ください！

地域学校協働活動本部について

昨年まで「長沼町学校支援地域本部」として、学校への支援を行ってきましたが、「コミュニティ・スクール（学校運営協議会）」の導入に合わせ、今年度から「長沼町地域学校協働活動本部」に組織を変更しました。

地域学校協働活動本部では、今までの「学校支援ボランティア活動」の他に、「放課後子ども教室」「土曜日の学習支援活動」等の講師や支援もお願いすることになります。

子どもの教育に協力したいという思いが学校をより良い環境にし、子どもたちの成長と地域づくりにつながります。たくさんの方のご協力をお待ちしています。

今年度予想される主な活動内容

○水泳、スキー、体力テストの指導や補助
○夏、冬休みの学習指導や補助
○「放課後子ども教室」「土曜日の学習支援活動」の講師や支援等

登録方法

登録申請書（教育委員会据え置き）に必要事項を記入し、提出してください。

詳しくは、社会教育係までお問合せください。

※上記の他に出来そうな支援があれば、 出来る範囲で結構ですので、登録にご協力をお願いします。

水泳授業支援

体力測定補助

はたおり体験

スキー授業支援

学校めぐり

長沼中学校

―全校生徒でマスクづくり！

新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた取組の一環として、中学校では家庭科の授業で、１年生から3年生までの生徒が布マスクづくりを行いました。裁縫が得意な生徒が苦手な生徒を手伝ったり、お互いに出来栄えを披露し合ったりしながら、作業を進めていました。

ウイルスという目に見えない脅威との闘いが続く環境下にあっても、生徒一人ひとりが何事にも前向きに取り組む姿が、学校の明るい雰囲気づくりの大きな力になっていました。

感染拡大の勢いがなかなか衰えず、生徒達にとっては我慢の日々がもうしばらく続く状況です。今年度は、各行事の中止や延期が相次ぐなど、生徒たちはこれまでに経験のない学校生活を送る日々の中にありますが、生徒一人ひとりの心に寄り添い導く指導を全校的に展開し、大きな成長を今後も見守っていきたいと考えています。

マスクを作る生徒の様子

スポーツセンター

スポーツセンター利用について

スポーツセンターは、スポーツを目的として利用する公共の施設です。
次のルールを守り、利用する人達が、安全に楽しくスポーツできるようご協力ください。

＊利用時間（2時間30分まで）を守りましょう。
＊運動靴及び運動着を必ず着用して、利用しましょう。
＊18時以降の中学生以下の利用は、保護者の同伴が必要です。
＊アリーナ・プレイルームでは飲食はできません。但し、ペットボトルや水筒など、フタ付きの物の持込は許可します。
＊ロビー等では、騒がないようにしましょう。
＊使用後は、利用時間内に後片付け等をしっかり行い、必ず窓口に報告をしてください。
＊スポーツセンター職員の指示には、必ず従いましょう。

お知らせ
～料金について～

スポーツセンターでは令和2年4月1日より、下記の表のとおり利用料金がかかります。

長沼町スポーツセンター利用料金（個人）

区分		1回（2時間30分以内）		
		小・中学生	高校生	一般
1回利用	町民	50円	50円	110円
	町外	110円	110円	220円
回数券（11回分）	町民	500円	500円	1,000円
	町外	1,000円	1,000円	2,000円

＊1回利用のみ健康ポイントカードを使用できます。（本人名義のみ）

＊団体利用については、スポーツセンターまでお問合せください。（TEL ８８－０１５１）

スポーツ推進委員の地区担当者紹介

例年、4月に開催している第1回スポーツ推進委員会ですが、今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止とし、令和2・3年度のスポーツ推進委員委嘱は、委嘱状を郵送交付としました。
スポーツ推進委員の任期は2年で教育委員会より委嘱されます。
職務は「スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに住民に対するスポーツ実技の指導、その他スポーツに関する指導及び助言」となっています。
毎年、多くのスポーツ事業や大会等に協力をいただいております。

スポーツ推進委員

氏名	担当地区	氏名	担当地区
髙田　信子	北	金子　昌人	市街地
城戸　良成	北	渡邊　洋一	市街地
北内　一寿	北	澁谷　洋子	市街地
鵜野　秀樹	南	徳安　美香	市街地
新谷　正寿	南	根上　和幸	小学校
杉本　雅人	西	松田　悠	中学校
佐々木英二	舞鶴	鈴木　睦美	高校

生活リズム健康法

～日常生活に取り入れよう～

あなたの習慣をチェックしましょう！

＊（　）の中に、既にできていることには〇、頑張ればできそうなことには△、できそうにないものには×をつけてください。

1.（　）毎朝（平日、休日ともに）、ほぼ決まった時間に起きる
2.（　）朝食を規則正しく毎日摂る（特に、朝食はきちんと食べる）
3.（　）朝起きたら太陽の光をしっかり浴びる
4.（　）ほぼ毎日朝食で乳製品or バナナor 納豆を摂る
5.（　）ほぼ毎日朝食で海苔or 魚類or 肉類を食べる
6.（　）日中はできるだけ人と接し、活動的に過ごす
7.（　）昼の15～20分の仮眠を行う
8.（　）帰宅後（15時以降）は仮眠をとらない
9.（　）夜に30分程度の運動をする（就床２時間前までに終わらせる）
10.（　）就寝２時間前までには夕食を済ます
11.（　）夕食後以降、コーヒー、お茶などのカフェインの摂取を避ける
12.（　）就床２時間前以降、コンビニやカラオケボックスなどの明るいところへ外出しない
13.（　）ぬるめのお風呂（38～41℃）にゆっくりつかる
14.（　）長時間のテレビ視聴や、パソコンの使用は避ける
15.（　）寝床でテレビを見たり勉強・読書をしない
16.（　）寝床に入る１時間前はタバコを吸わない
17.（　）寝床に入る１時間前には部屋の明かりを少し落とす
18.（　）眠たくなってから寝床に入る
19.（　）寝室は静かで適温にする
20.（　）寝る前に脳と体がリラックス（音楽鑑賞・読書・ストレッチ）できるように心がける
21.（　）寝る目的での飲酒を避ける
22.（　）寝床で悩み事をしない
23.（　）眠るときは携帯電話を枕元から離れたところに置く
24.（　）午前０時までには就寝する
25.（　）睡眠時間が不規則にならないようにする
26.（　）ひとりで悩み事を抱え込まず、誰かに相談する
27.（　）趣味の時間をつくり、気分転換をはかる
28.（　）今までに経験したことのないスポーツを始めるなど、新しいことに挑戦する
29.（　）目標を立てるときは、できそうなことから始める
30.（　）「何事も完璧にしなければならない」と考えず、「８割方できたら上出来だ」と考えるようにする

☆チェックの結果はいかがでしたか？
無理のない範囲で、少しずつ〇を増やし、△や×が減るような生活習慣に変えていきましょう！

※「生活リズム健康法」は、昨年度行われた南長沼豊生大学の健康講座で配布した資料から抜粋しています。

長沼町図書館だより
NAGANUMA PUBLIC LIBRARY

開館時間　火曜～日曜　10時～18時
　　水曜・金曜　10時～20時
休館日　毎週月曜・祝日
TEL　88-3101
URL　http://library.maoi-net.jp

蔵書点検を行いました

今年度は少し早い時期となりましたが、蔵書点検を行いました。登録しているすべての資料が揃っているかを点検し、閲覧や貸出業務をスムーズにするための作業です。貸し出しされている本以外の館内にあるすべての資料をバーコードで読み取り、データと突き合わせることで所定の位置に本があるかを点検します。

点検の結果、過去3か年トータルでの不明件数は22件。今回の点検で新たに不明となったのは13件。この中で3回の点検で発見できなかった2冊が残念ながら除籍となります。

貴重な資料は閉架書庫やカウンターに置くなどの対策をとっていますので、利用される場合は係員にお申しつけください。

＊児童書

名 らくごえほん　ごんべえだぬき
作 川端誠

名 ピーターとオオカミ
絵 降矢なな
ロシアの作曲家プロコフィエフの子どものための音楽物語が絵本に！降矢ななの絵で、ほら、音楽が聞こえてくる。

名 短編集　あらしのよるに
作 きむらゆういち　絵 あべ弘士
オリジナル版では語られなかったガブとメイの5つの物語が1冊に。

名 いろどり家　十年屋と魔法街の住人たち2
作 廣嶋玲子

名 るるぶクイズで楽しく学ぶ！47都道府県
オールカラーのMAPや図解でわかりやすい。

＊新刊（趣味・実用書）

名 旧国名でみる日本地図帳 編・版 平凡社 現在の市区町村と旧国名の対照表付き。	名 「住む」ための事典 編 篠原聡子・黒石いずみ　版 彰国社 「自分はだれとどこにどのように住むのか」を考えるための本。	名 アナザー1964　パラリンピック序章 著 稲泉連　版 小学館
名 農家に学び、地域とともに　農文協出版史で綴る農家力・地域力 版 農山漁村文化協会	名 失われた旅を求めて 著 蔵前仁一　版 旅行人	名 リビアを知るための60章 著 塩尻和子　版 明石書店
名 おひとりさまのゆたかな年収200万生活③ 著 おづまりこ　版 KADOKAWA	名 「困っている」子どものこと一番に考えられますか？ 著 太田功二　版 学びリンク	名 見に行こう！大雪・富良野・夕張の地形と地質 著 前田寿嗣　版 北海道新聞社
名 魚焼きグリルで朝ラク弁当 著 武蔵裕子　版 PHP研究所	名 スタンダートなメンズ服 監修 駒場健太　版 ブティック社	名 ベテラン店長がおしえる、きものラクチン着付け術　版 淡交社
名 こんな、季節の味ばなし 著 平野恵理子　版 天夢人	名 スポーツ少年の運動能力を飛躍的に向上させる強い「眼」の作り方 著 立花龍司　版 竹書房	名 特攻隊員の現実（リアル） 著 一ノ瀬俊也　版 講談社
名 激動の昭和名馬列伝 著 中川秀一　版 KADOKAWA	名 同僚は外国人。 著 細井聡　版 CCCメディアハウス	名 焼売、ときどきチャーハン 著 五十嵐美幸　版 主婦の友社
名 失礼な日本語 著 岩佐義樹　版 ポプラ社	名 昭和マンガから学ぶ男の生き様大全 版 枻出版社	名 ベイクドフルーツのお菓子 著 栗山有紀　版 文化出版局
名 患者の声から考える看護 著 渡邉順子　版 医学書院	名 スピリチュアル系のトリセツ 著 辛酸なめ子　版 平凡社	名 本屋を守れ 著 藤原正彦　版 PHP研究所

＊新刊（文芸）

名 絶対猫から動かない 著 新井素子　版 ＫＡＤＯＫＡＷＡ 大人の冒険ファンタジー。	名 罪人の選択 著 貴志祐介　版 文藝春秋 全４編収録の短編集。	名 透明な夜の香り 著 千早茜　版 集英社 香りをめぐる長編小説。
名 女神のサラダ 著 瀧羽麻子　版 光文社 全国各地を舞台に農業に関わる女性の想いと悩みを描く８つの短編。	名 鬼棲むところ 著 朱川湊人　版 光文社 鬼にまつわる説話を大胆に脚色した８篇。	名 誰にも相談できません 著 高橋源一郎　版 毎日新聞出版 読者から寄せられた人生相談に作家が答える。毎日新聞連載。
名 チンギス紀　７　虎落 著 北方謙三　版 集英社	名 大一揆 著 平谷美樹　版 ＫＡＤＯＫＡＷＡ	名 暴虎の牙 著 柚月裕子　版 ＫＡＤＯＫＡＷＡ
名 ブラッド・ロンダリング　警視庁捜査一課殺人犯捜査二係 著 吉川英梨　版 河出書房新社	名 いかがなものか 著 群ようこ　版 集英社 日常で見かける違和感に切り込む。	名 時代へ、世界へ、理想へ 著 高村薫　版 毎日新聞出版 時評集。
名 アガワ家の危ない食卓 著 阿川佐和子　版 新潮社 毎食が波乱含みの一家の歴史を食卓の情景で綴る。	名 つりが好き　アウトドアと文藝 著 井伏鱒二ほか　版 河出書房新社 大庭みな子、開高健、椎歌丸など 24 人の作家たちのアンソロジー。	名 絆創膏日記 著 東田直樹　版 ＫＡＤＯＫＡＷＡ 自閉症であるから気付くこと、ありのままの心を綴った記録。
名 怖い患者 著 久坂部羊　版 集英社	名 天稟 著 幸田真音　版 ＫＡＤＯＫＡＷＡ	名 バスへ誘う男 著 西村健　版 実業之日本社
名 三島由紀夫1970　海を二つに割るように、彼は逝った 版 河出書房新社	名 小田嶋隆のコラムの切り口 著 小田嶋隆　版 ミシマ社	名 ダーク・ブルー 著 真保裕一　版 講談社
名 私たちの望むものは 著 小手鞠るい　版 河出書房新社	名 三兄弟の僕らは 著 小路幸也　版 ＰＨＰ研究所	名 緋色の残響 著 長岡弘樹　版 双葉社
名 〈あの絵〉のまえで 著 原田マハ　版 幻冬舎	名 クスノキの番人 著 東野圭吾　版 実業之日本社	名 笑って生ききる 著 瀬戸内寂聴　版 中央公論新社
名 ぬいぐるみとしゃべる人はやさしい 著 大前粟生　版 河出書房新社	名 だって買っちゃった 著 吉田戦車　版 光文社	名 ザリガニの鳴くところ 著 ディーリア・オーエンズ 版 早川書房

豊生大学講座中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次の講座を中止いたしますので、お知らせします。

＊中央長沼豊生大学…６月４日㈭
長沼町出前講座
「腰や膝を守るかんたん筋力トレーニング」

＊北長沼豊生大学…６月２日㈫

＊南長沼豊生大学…６月８日㈪

＊舞鶴豊生大学…６月24日㈬
生活安全講座
「暮らしと交通安全について」

※開校式も中止となります。

【問合先】社会教育課　℡ 76-8025

ほっかいどう「早寝 早起き 朝ごはん」運動

北海道教育委員会では、子どもたちがはつらつとした毎日を送ることができるように、「朝食をとらずに登校する子をゼロに」を目標に掲げ、学校・家庭・地域と連携した「早寝早起き朝ごはん」運動を展開し、子どもの生活リズムの向上に取り組みます。

●まずは早起きから！
●朝ごはんを食べてエネルギーを補給しよう！
●元気の基本はしっかり寝ること！

お知らせ

か役場（☎88-2111）まで

ごみ　粗大ごみの収集を実施します

「ごみの分け方・出し方のしおり」をご覧のうえ、所定の場所に出してください。

【各区の収集日程】

6月22日㈪～錦町、錦町農試、あかね町、しらかば、西町区
6月23日㈫～本町、栄町、中央、銀座区
6月24日㈬～東町、宮下、旭町、曙町区
6月26日㈮～北市、西長沼、南長沼、舞鶴、1・11・12・16・18・30区の非農家世帯及び農家地区

パソコン及び家電リサイクル対象品目（テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機）は、収集場所に出されていても収集しませんので、ご注意ください。

また、粗大ごみ以外の一般収集ごみは、必ず指定袋に入れ通常の収集日に出してください。

きまりを守り、きれいな住みよいまちをつくるため、皆さんのご協力をお願いします。

【問合先】役場町民生活係（☎76-8012）または南空知公衆衛生組合（☎88-3900）

募集　自衛官を募集します

■自衛官候補生（男女）採用試験

受付期間　通年行っています。
試 験 日　受付時にお知らせします。
対象年齢　18歳～33歳未満
※現在32歳の方は生年月日により応募の可否が変わります。詳しくはお問合せください。

■説明会の実施

会　場　自衛隊恵庭地域事務所
内　容　自衛隊の仕事や魅力、待遇など
時　期　年中無休（土日は以下までご連絡ください）

【問合先】自衛隊札幌地方協力本部恵庭地域事務所（恵庭市住吉町2丁目3-21　ＨＴＡビル3階☎0123-34-5438）

住公宅営　町営住宅の入居者募集について

町営住宅の入居者募集については、空家が生じた時点で次の予定期間により募集します。

募集を行う場合は広報無線でお知らせします。

なお、募集住宅の詳細については、町ホームページの新着情報でご確認いただくか、電話でお問合せください。

【募集予定期間】　6月15日㈪～22日㈪
【申込・問合先】　役場建築係（☎76-8024）

年金　国民年金の臨時特例措置による免除申請

新型コロナウイルス感染症の影響により、国民年金保険料の納付が困難な方への臨時特例措置による免除申請が可能になります。

【対象者】

①令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などにより収入が減少となった方
②令和2年2月以降の所得の状況からみて、当年中の所得見込額が、国民年金保険料免除基準相当になることが見込まれる方

【免除承認の所得基準】

・全額免除
（扶養親族等の数＋1）×35万円＋22万円
（例）単身世帯の方は57万円、夫婦世帯の場合は92万円

・4分の3免除
78万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等

・半額免除
118万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等

・4分の1免除
158万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等

【申請の対象となる期間】

令和2年2月分から6月分まで
※令和2年7月分以降は、改めて申請が必要です。詳しくは、お近くの年金事務所または役場までお問い合わせください。

【問合先】　岩見沢年金事務所（☎0126-38-8000）または役場国保年金係（☎76-8013）

暮らしの

お問合せは、各問合先か役

開設 マイナンバーカード・パスポートの夜間休日窓口

平日の日中にお仕事や学校で役場に来ることが難しい方のために、マイナンバーカードとパスポートの交付等窓口を夜間及び休日に開設します。

日中お忙しい方は、この機会をご利用ください。

【日　時】

・6月14日㈰　9時～12時

・6月16日㈫、19日㈮　17時15分～19時30分

※正面入口は閉鎖されています。東側入口よりお入りください

【場　所】 役場1階　町民生活係

【受付内容】

①マイナンバーカードの受取

※既に申請されていて、交付通知書が届いている方

②マイナンバーカードの電子証明書の更新

※電子証明書の更新案内が届いている方

③パスポートの受取

【その他】

・それぞれ必要な書類が異なります。町ホームページに必要書類などの掲載をしていますのでご確認ください。

・次回の「夜間休日窓口」は、7月12日㈰～16日㈭を予定しています。

【問合先】 役場町民生活係（☎76-8012）

警察 薬物乱用の防止

覚醒剤や大麻などの薬物を乱用すると、身体や精神がボロボロになり、記憶障害や人格変化により以前と同様の生活を続けることができなくなるばかりか、場合によっては、死に至ることもあります。また、薬物乱用は周囲の大切な人を巻き込むだけではなく、幻覚や妄想による殺人、薬物の購入代金欲しさによる強盗や窃盗、重大な交通事故など取り返しのつかない事件につながる恐れがあり、社会全体に被害を与えます。

薬物に関してのご相談は、栗山警察署までご連絡ください。

【問合先】 栗山警察署（☎0123-72-0110）

提出 児童手当現況届の提出

現在、児童手当を受給している方は、引き続き手当を受ける要件に該当するかどうかを確認するために、6月に現況届を提出することになっています。

対象者の方には、役場から現況届を送付しますので、内容を確認し、必要事項を記入のうえ、期日までに提出をお願いします。

【添付書類】

・国民年金以外の方は、受給者の健康保険被保険者証のコピーまたは年金加入証明書（健康保険証のコピーがあれば年金加入証明書は必要ありません）

・別居監護の申出書を提出している方で、児童が町外に居住している場合は、児童を含む世帯全員の住民票（1通）

※配偶者の「所得課税証明書」の添付を求める場合もあります。

【提出期限】 6月30日㈫

【問合先】 役場国保年金係（☎76-8013）

募集 千歳川・漁川の刈草リサイクル

千歳川河川事務所では、維持管理のため堤防の草刈りを行っています。刈った草は、家庭菜園の堆肥などに活用できることから、刈草を再利用していただける方を募集します。

【配布時期】 6月下旬～7月初旬予定

【配布場所】 千歳、恵庭市街地

【配布寸法】 刈草を直方体に梱包（50㎝×70㎝×40㎝、重さ12～14㎏程度）

【配布条件】 直接取りに来て積込みができる方

【応募方法】 住所、氏名、電話番号、希望個数を記入し、6月12日㈮までにFAXまたは郵送で申込み（個数調整する場合あり）

【応募・問合先】 千歳川河川事務所計画課

（〒066-0026 千歳市住吉1丁目1－1

☎0123-24-9479　FAX 0123-23-1036）

献血　献血にご協力をお願いします

移動献血車「ひまわり号」が来町し献血を行いますので、多数のご協力をお願いします。

【日時】　6月8日(月)

9時30分～10時30分　ながぬま土地改良区
14時45分～15時30分　中央農業試験場
16時00分～16時30分　ＪＡながぬま北支所

【問合先】　役場国保年金係（☎76-8013）

犬　新規畜犬登録と予防注射

犬の所有者は、狂犬病予防法に基づき、犬を取得した日から30日以内に登録を申請し、毎年1回予防注射を受けなければなりません。

町では、新規登録と予防注射を実施しますので、ご利用ください。

※登録及び予防注射を実施しないと狂犬病予防法により処罰されます。

【日程】

6月23日(火)

2区会館	9:00～9:40	北長沼福祉ｾﾝﾀｰ	12:30～13:20
3区会館	9:50～10:30	6区会館	13:30～14:30
7区会館	10:40～11:10	10区会館	14:40～15:20

6月24日(水)

11区会館	9:00～9:30	18区会館	13:30～14:10
16区会館	9:40～10:20	22区会館	14:20～15:00
17区会館	10:30～11:10	25区会館	15:10～15:40
南長沼福祉ｾﾝﾀｰ	12:40～13:20		

6月25日(木)

24区婦人ﾎｰﾑ	9:00～9:40	28区会館	13:00～13:30
31区婦人ﾎｰﾑ	9:55～10:30	30区会館	13:40～14:20
舞鶴会館	10:45～11:30	15区会館	14:35～15:20

6月27日(土)

西部福祉ｾﾝﾀｰ	9:30～11:30	東部福祉ｾﾝﾀｰ	13:00～14:30

【対象畜犬】　**新規登録：**犬を取得した日から30日以内（生涯1回）、**予防注射：**生後90日を経過した畜犬（室内犬も対象）

【手数料】　**新規登録：**1頭3,000円、**予防注射：**1頭3,240円（注射料2,690円、注射済票交付手数料550円）

※おつりがないようご用意ください。

【その他】

畜犬の死亡時及び転出時は届出が必要です。

【問合先】　役場町民生活係（☎76-8012）

開設　マイナンバーカードの申請をお手伝いします

タブレット端末を使用して、写真撮影から申請までお手伝いします。申請は混雑を避けるため、予約制です。申請を希望される方は、町民生活係まで事前にご連絡ください。

【日　時】　平日　9時～15時まで

【場　所】　役場1階　町民生活係

【持ち物】

・本人確認書類（運転免許証・健康保険証など）
・通知カード

【その他】

・受付から申請完了までの所要時間は約20分ですが、超過する場合があります。
・顔写真などの審査は、地方公共団体情報システム機構で行いますので、再申請となってしまう場合があります。
・カードができあがるまで、1～2か月程度の時間を要します。
・スマートフォンや郵便での申請もお手伝いできます。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、実施できない場合があります。

【問合先】　役場町民生活係（☎76-8012）

相談　岩見沢保健所 こころの健康相談

岩見沢保健所では、精神科医との面接によるこころの健康相談を実施します。

【日　時】　6月18日(木)　13時～15時

【場　所】　北海道岩見沢保健所
（岩見沢市8条西5丁目空知総合振興局内）

【その他】

・前日の12時までに予約してください。申込多数の場合は、別日で調整する場合があります。
・保健師との電話や面接での相談は随時行っています。

【問合先】　北海道岩見沢保健所健康支援係
（☎0126-20-0122）

水道　水道メーターの取り替えにご協力を

水道メーターの有効期限は、法律で８年と定められており、期限が来るメーターは無償で取り替えます。長幌上水道企業団及び当企業団から委託された業者が、対象のお宅に連絡のうえ作業を行います。作業中に一時断水するなど、ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

【実施期間】　６月～12月

【問合先】長幌上水道企業団総務課料金係
（☎82-5700）

リコール　電動アシスト自転車用バッテリーパックのリコール

パナソニックサイクルテック株式会社が製造した電動アシスト自転車用及び交換用バッテリーパックの一部製品から発火する可能性があることが判明しました。対象となるバッテリーパックは、パナソニックサイクルテック株式会社が無料で交換を行っています。

火災など重大な事故につながる恐れがありますので、電動アシスト自転車をお持ちの方は今一度ご確認ください。

【問合先】パナソニック サイクルテック株式会社電動自転車バッテリー市場対策室
・フリーダイヤル　☎0120-870-355
・受付時間　９時～17時（土、日、祝日を除く）

●電動アシスト自転車用　バッテリーパック品番とロット記号の確認方法

・バッテリーパック品番とロット記号をご確認いただき、両方とも下記の一覧に該当する場合が対象品となります。
・電話およびインターネット受付の際に、バッテリーパック品番とロット記号の全11桁の確認をさせて頂きますので、お手元に必要情報をご用意お願いします。

対象バッテリーパック品番とロット記号							
①バッテリーパック品番 NKY□□□B02	449	450	451	452	454	486	487
	488	490	491	493	494	495	496
	497	498	510	511	512	513	514
②ロット記号(全11桁の左から1桁目)	Q			R		S	

・電動アシスト自転車の機種品番から対象バッテリーパックの特定はできません。
（対象バッテリーパックは当社が2005年から2015年までに販売した大半の電動アシスト自転車に装着可能です。）

ごみ　使用済みマスクのゴミの出し方

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、使用済みのマスク（布製を含む）などをごみとして出す場合は、なるべく
①ビニール袋（レジ袋など）に入れ、袋の口を縛って
②可燃ごみ用指定袋（赤色袋）に入れ、袋の口を縛って

通常のごみの収集日に出すよう、ご協力をお願いします。また、環境省が公開している資料には詳しい内容が掲載されていますので、ご確認ください。

【問合先】役場町民生活係（☎76-8012）または南空知公衆衛生組合（☎88-3900）

試験　危険物取扱者・消防設備士試験

■危険物取扱者試験
【試験日】　７月19日㈰
【試験地】　苫小牧市ほか
【試験の種類】　甲種、乙種（第１～６類）、丙種
【申請受付期間】
書面申請　６月12日㈮～19日㈮
電子申請　６月９日㈫～16日㈫

■消防設備士試験
【試験日】　７月19日㈰
【試験地】　札幌市ほか
【試験の種類】
甲種特類、甲種（第１～５類）、乙種（第１～７類）
【申請受付期間】
書面申請　６月12日㈮～19日㈮
電子申請　６月９日㈫～16日㈫
【申込・問合先】
南空知消防組合長沼支署（☎88-2819）
※書面申請…願書により受験申請する場合
※電子申請…インターネットで申込む場合

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました！

お得な特典、便利なサービスいろいろ！ 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

宝くじ公式サイトはコチラから

STEP1 「宝くじ公式サイト」を検索！メールアドレスの登録（仮登録）

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録（仮登録）します。

STEP2 会員情報の入力（会員登録）

入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。

メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。

画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる／つかうための手続きは以上で完了です。

宝くじ公式サイトのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります！

クレジットカード情報のご登録にあたり、下記の2点をご確認ください。

① 宝くじ公式サイトで利用可能なクレジットカード発行会社か

② 本人認証サービス（3Dセキュア）を有効化しているか

クレジットカード発行会社の確認方法、本人認証サービス(3Dセキュア)について詳しくは https://www.takarakuji-official.jp/special/creditcard_guide/ をご確認ください。

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料） TEL 011-330-0777（有料）

受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）

※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

今月の外来診療は、次のとおりとなりますのでお知らせします。

受付時間　**午前**：8時45分～11時30分
　　午後：13時～16時30分

診療時間　**午前**：9時～
　　午後：13時30分～

（令和2年6月1日現在）

診療科		月	火	水	木	金	備考
内　科	午前	田中	田中	予約診療（倉） 大須賀（札幌医大）	倉	田中	＊水曜日の予約診療 診療時間　9時～ ＊金曜日の予約診療 診療時間　15時～
	午後	倉（予約・一般診療）	倉（予約・一般診療）	出張医（札幌医大）	田中	出張医（札幌医大） 予約診療（倉）	
整形外科	午前	風間（出張医）			小畠 ※小山（西岡第一病院）		受付時間 〔午前〕　8時45分～11時30分 ※小山医師は毎月第1木曜日のみ診察
麻酔科	午前				今		受付時間 〔午前〕　8時45分～11時30分 ※初診及びブロック治療の方は10：30までの受付
精神神経科	午前		高平（島松病院）	小野澤（島松病院）			受付時間　8時45分～11時15分 ※新患及び3か月以上受診が無い方は予約が必要です。
眼　科	午後				上野（小原眼科）		受付時間　13時～16時20分（初診16時まで）
皮膚科	午後					松坂（輪厚三愛）	受付時間　13時～16時

＊土曜日、日曜日、祝日は休診します。
＊担当医師が都合により変更になる場合があります。町立病院ホームページまたは電話でお問合せください。
＊救急外来（夜間・休日）に受診の際は、預り金を申し受けています。受診の際は預り金を用意してください。
＊新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、感染症予防のため、当面の間、面会を禁止します。
　また、外来については、発熱の症状などがある方は、病院へ電話連絡の上、来院してください。

【問合先】町立長沼病院（☎88-2321）

こんにちは！
消費生活相談室です

新型コロナウイルス給付金を装った詐欺に注意

ご相談は南空知消費生活相談室へ

《国民生活センターより》

新型コロナウイルス感染症に関する特別定額給付金に関連した相談が寄せられています。

手続きに関して、行政・公的機関、金融機関の職員が訪問し、通帳やキャッシュカードを預かったり、電話やメール・ＳＮＳで個人情報や暗証番号を聞き出したりすることは絶対にありません。

また、申請の手続き費用も不要であり、そのような請求をすることもありません。

行政から委託されたという業者などからの電話や訪問、メール・ＳＮＳなどには反応せず、個人情報は教えないようにしましょう。

《注意事項》

●少しでもおかしいと感じた場合や、トラブルに遭った場合は、早めに最寄りの消費生活センターを案内する「消費者ホットライン」の電話番号「１８８」を利用してください。

●今後、新たな手口が現れる可能性があります。根拠のないうわさなどに惑わされずに、正確な情報に基づいて冷静に対応することが大切です。

【問合先】南空知消費生活相談室　（☎0123-72-3581）

情報カレンダー

MONTHLY INFORMATION

WED（水）	THU（木）	FRI（金）	SAT（土）
3 幼児よみきかせ🕮 ★運転免許証更新時講習	4 移動図書館🚌舞・中	5 無料法律相談会 （13：00 ～社）	6 小学生よみきかせ🕮
10 乳幼児健診♥	11 移動図書館🚌中・西	12	13 小学生よみきかせ🕮
17 幼児よみきかせ🕮	18 成年後見制度相談 （8：30 ～り） 移動図書館🚌舞・中 マイナンバーカード・パスポート夜間窓口 （17：15 ～役場）	19	20 小学生よみきかせ🕮
24 乳幼児健診♥	25 移動図書館🚌中・西 夜間納税・相談窓口 （17：15 ～税）	26 乳・子宮がん検診♥	27 小学生よみきかせ🕮
7/① 母親学級♥ 幼児よみきかせ🕮	② 移動図書館🚌舞・中	③ 無料法律相談会 （13：00 ～社）	④
⑧ ★運転免許証更新時講習	⑨ 移動図書館🚌中・西	⑩	

♥りふれ保健カレンダー☎ 82-5555

乳幼児健診	6月10日㈬・24日㈬ 9：00 ～
母親学級	7月1日㈬ 10：00 ～ 12：00
乳・子宮がん検診	6月26日㈮ 8：30 ～ 13：30
特定健診・生活習慣病健診・がん検診	6月15日㈪～17日㈬ 6：00 ～ 10：30
ﾏｲｲ介護者家族のつどい	6月15日㈪ 13：30 ～ 15：30

※毎週行事は祝日・りふれ休館日はお休みです。

成年後見制度に関する相談

りふれ 地域包括支援センター ☎ 82-5051	
6月18日㈭	8：30 ～ 17：15

こころの健康相談（要予約）

りふれ 保健福祉課 ☎ 82-5555	
6月16日㈫	9：30 ～ 11：30

お年寄りの在宅介護に関する相談

りふれ 地域包括支援センター
☎ 82-5051 FAX 82-5070

健康相談（要予約）

※健診データも忘れずに！

りふれ 保健福祉課 ☎ 82-5555
生活習慣病やこころの悩みで困っていませんか？一人で抱え込まず、まずはご相談を…。（りふれ保健師・栄養士が対応します）

※月～金曜日（祝日、年末年始除く）
9：00 ～ 17：00

障がいのある方に関する総合相談

りふれ 福祉係 保健係 子ども支援係 ☎ 82-5555
身体・知的・精神に障がいのある方及び児童、その保護者または介護を行う方への相談

※月～金曜日（祝日、年末年始除く）
9：00 ～ 17：00

イベントに関するお知らせ

今後の新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、掲載しているイベントは中止または延期となる可能性があります。

イベントの中止・延期の情報は町ＨＰをご覧になるか、各施設にお問合せください。

2020.6月
JUNE. 2020

SUN (日)	MON (月)	TUE (火)
	1	2 移動図書館🕮中・北
7 全町一斉花いっぱい運動 (8：00 ～町内) 一般映画会🕮	8 献血 (P. 20)	9 移動図書館🕮南・中
14 マイナンバーカード・パスポート休日窓口 (9：00 ～役場)	15 特定健診・生活習慣病健診・がん検診❤ (17 日まで) ﾏｲ介護者家族のつどい❤	16 こころの健康相談 (9：30 ～り) 移動図書館🕮中・北 マイナンバーカード・パスポート夜間窓口 (17：15 ～役場)
21 一般映画会🕮	22	23 すくすく相談(10:00 ～子) 移動図書館🕮南・中
28	29	30
⑤ 一般映画会🕮	⑥	⑦ 移動図書館🕮中・北

カレンダー内のマーク・開催場所の表示について

り	りふれ	町	町民会館	図	図書館
ス	スポーツセンター	北	北長沼福祉センター	南	南長沼福祉センター
西	西長沼会館	舞	舞鶴会館	税	役場税務係
本	本通商店街	社	社会福祉協議会	子	子育て支援センター
ぽ	児童センターぽっくる				

🕮～左ページの「みんなの図書館」
❤～右ページの「りふれ保健カレンダー」 をご覧ください。

★運転免許証更新時講習

《開催場所～ＪＡながぬま本所》

優良講習　30 分	6 月　3 日(水) 7 月　8 日(水)	受付 14：00 講習 14：30 ～ 15：00
一般講習　60 分	6 月　3 日(水)	受付 15：00 講習 15：30 ～ 16：30
違反講習　120 分	7 月　8 日(水)	受付 15：00 講習 15：30 ～ 17：30

※更新手続きに関するお問合せは、札幌運転免許試験場（☎ 011-683-5770）へお願いします。

🕮みんなの図書館　☎ 88-3101

小学生よみきかせ 10：30 ～	6/6・13・20・27
幼児よみきかせ 10：30 ～	6/3・17・7/1
一般映画会 13：30 ～	6/7「晩春」 6/21「仁義なき戦い」 7/5「幸福の黄色いハンカチ」
休館日	6/1・8・15・22・29・7/6
夜間開館日	6/3・5・10・12・17・19・24・26・7/1・3・8・10
移動図書館「ふれあい号」スケジュール	
中央・北長沼地区 (6/2・16・7/7)	10：00 ～中央長沼保育園
	14：40 ～ＪＡながぬま北支所
舞鶴・中央地区 (6/4・18・7/2)	12：30 ～ＪＡながぬま舞鶴事業所
	15：00 ～児童センターぽっくる
南長沼・中央地区 (6/9・23)	11：10 ～南長沼会館
	15：00 ～児童センターぽっくる
中央・西長沼地区 (6/11・25・7/9)	10：40 ～みこころ幼稚園
	13：15 ～西長沼団地

※毎週月曜日・祝日は休館日です。
開館時間　10：00 ～ 18：00　＜夜間開館日は 20：00 まで＞

スポーツセンター施設開放について

スポーツセンターを使用希望の場合は、スポーツセンターに直接お問合せください。（☎ 88-0151）

タンチョウ博士のお話（第 23 回）

○タンチョウに緊急事態宣言！

カラスの鳴かぬ日はあっても（？）、新聞もテレビも、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）を取り上げない日はない毎日ですが、皆さんはお変わりなく、お過ごしですか。

このウイルスに対し、４月に緊急事態宣言があり、５月に期間が延長されました。その間、ヒトは密閉・密集・密接の「3 密」を避け、それで感染を防ぎ、犠牲者を出さないようにしたわけです。

実は、タンチョウでも、緊急事態宣言の必要性が 30 年も前から専門家により提唱（ていしょう）されてきました。

でも、実際に政府機関が動き出したのはここ５、６年のことです。ただ、ヒトとの大きな違いは、タンチョウが悪性のウイルスにかかり、それで死んだ例はまだ報告されていない点です。

それなのに、なぜ緊急事態宣言が必要なのでしょうか。それは、もし未知の悪性ウイルスがタンチョウへうつったら、最悪の場合、一挙に絶滅へ向かう恐れがあるからです。なぜなら、ワクチンや薬の開発は、ヒトの場合でも時間がかかり、難しいのに、“いわんやタンチョウにおいてをや”ですし、タンチョウは野外に居て密閉は避けられますが、冬は密集・密接の「２密」の状態になるからです。

しかし、ヒトが宣言を出しても、タンチョウが「ハイ、ワカリマシタ」と自発的に２密を止めるわけではありません。ヒトが手助けしない限り、危険はずーっと残ります。その手助けが、分散という方法です。

《写真 1. 道東の給餌場で“密集する”タンチョウ》

タンチョウは今道内に 1,700 羽ほどいますが、その８割が釧路市・鶴居村・標茶町の限られた給餌場へ集まり冬を越します（写真 1）。ヒトもタンチョウも含め、動物の体の中にいろいろな細菌やウイルスが住み着いています。何かの拍子でそのウイルスが、糞などを通じて別の種類の動物へ移り、移った先の個体を殺してしまうことがあります。ご存知の鳥インフルエンザは、本来カモの腸の中にいる無害のウイルスが姿を変え、それを受けとった個体を殺す、つまり高病原性（病気を起こす力が強い）鳥インフルエンザウイルスとして、養鶏（ようけい）農家に打撃を与えます。

ツルでも、九州の出水（いずみ）平野へ集まるナベヅルやマナヅルが、鳥インフルエンザで死んだ例があります。タンチョウもいつ新型のウイルスでやられるか分かりません。それが起きてからでは手遅れです。

だとしたら、ツルにマスクやうがいをさせられませんから、今できるのは、密集させず、分散させることです。それは越冬期だけでなく繁殖期も必要です。

今年、舞鶴遊水地で待望の繁殖活動が始まりました。道東の密集を抑え、道央への分散を進める、まさにその始まりです。地域農家の方だけでなく、長沼町の全員で、タンチョウの緊急事態宣言終結へ向けて、これからも見守っていきましょう。そのために、皆さんも新型コロナウイルスには十分ご注意を！！ツルもヒトも、ウイルスとの闘いは永遠の課題なのです。（文・写真：正富宏之）

住民の窓

〔敬称略〕

赤ちゃん誕生おめでとうございます

氏名	性別	生年月日	父・母	行政区
池下槻子（つき こ）	女	R 2. 4. 7	竜馬・布由子	北市区
白倉希遥（き はる）	女	R 2. 4.28	光次・香澄	１４区
根本陽光（はる）	男	R 2. 4.30	明弘・麻衣子	錦町区
山田依采（い と）	女	R 2. 5. 2	隆史・絵里	１１区

おくやみ申し上げます

氏名	性別	年齢	死亡年月日	喪主	行政区
青山美代子	女	７８	R 2. 4. 6	恒明	宮下区
中島稔	男	８２	R 2. 4.16	長崎幸恵	宮下区
山田恵	男	８２	R 2. 4.17	和夫	１９区
若山由雄	男	９６	R 2. 4.19	謙二	栄町区
田村和夫	男	８１	R 2. 4.19	綾子	２区
前川廣子	女	７２	R 2. 4.20	博美	１１区
安宅ヨシエ	女	９８	R 2. 4.24	健一	２０区
山田國枝	女	９５	R 2. 4.26	敏文	２７区
根津冨美雄	男	８４	R 2. 4.30	奥朝子	宮下区
佐藤榮一	男	８６	R 2. 5. 6	鈴枝	旭町区
井野安彦	男	８０	R 2. 5. 7	優子	あかね町区
嶋川てる子	女	９４	R 2. 5.13	早坂富美子	西町区

ご寄附ありがとうございます

■社会福祉協議会へ

《香典返しにかえて》

氏名	行政区	ご寄附の内容
久保敏子	銀座区	夫（實）の死去に際して
田村綾子	２区	夫（和夫）の死去に際して
山田和夫	１９区	父（惠）の死去に際して
安宅健一	２０区	母（ヨシエ）の死去に際して
若月敏見	２０区	母（千枝子）の死去に際して
青山恒明	宮下区	妻（美代子）の死去に際して
井野優子	あかね町区	夫（安彦）の死去に際して

■長沼町へ

《ふるさと長沼応援寄附》

▼申込み件数……595 件

▼寄附金額……9, 163, 000 円（４月１日～４月 30 日受付分）

※氏名など詳細については、後日町ホームページで掲載することを予定しています。

＊個人情報の適切な取扱いのため、承諾を得た方のみ掲載しています。（５月 15 日受付分まで）

交通安全

４月中に本町で発生した交通事故件数は次のとおりです。

事故件数 12 件（人身事故　０件）
死者　０人　　傷者　０人

（長沼町死亡事故ゼロ記録４月 30 日現在）
平成 31 年４月 18 日以降 379 日間

税

今月は、町道民税（第１期）の納期です！

納期限　６月 30 日(火)

☆納税は便利な口座振替で☆

【納税・相談窓口】
《夜間納税》　６月 25 日(木)　17 時 15 分～ 21 時

※町では４月からスマートフォンアプリを利用したスマホ収納を始めました。対応アプリの利用方法などは、町ホームページをご覧ください。

感染拡大を予防するために、「新しい生活様式」の定着にご協力ください

厚生労働省から、新型コロナウイルス感染症専門家会議の提言を踏まえ、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」の実践例が示されました。

1　一人ひとりの基本的感染対策

○感染防止の３つの基本：①身体的距離の確保　②マスクの着用　③手洗い

・人との間隔はできるだけ２ｍ（最低１ｍ）空ける。
・遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
・会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
・外出時、屋内にいるときや会話をするときは症状がなくてもマスクを着用。
・家に帰ったらまず手や顔を洗う。　できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
・手洗いは 30 秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。（手指消毒薬の使用も可）
※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

○移動に関する感染対策

・感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
・帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
・発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
・地域の感染状況に注意する。

2　日常生活を営む上での基本的生活様式

・まめに手洗い・手指消毒
・身体的距離の確保
・咳エチケットの徹底
・「３密」の回避（密集、密接、密閉）
・こまめに換気
・毎朝の体温測定、健康チェック。発熱または風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養

3　日常生活の各場面別の生活様式

○買い物

・通販も利用
・計画をたてて素早く済ます
・１人または少人数ですいた時間に
・サンプルなど展示品への接触は控えめに
・電子決済の利用
・レジに並ぶときは、前後にスペース

○娯楽、スポーツなど

・公園はすいた時間、場所を選ぶ
・すれ違うときは距離をとるマナー
・歌や応援は、十分な距離かオンライン
・筋トレやヨガは自宅で動画を活用
・予約制を利用してゆったりと
・ジョギングは少人数で
・狭い部屋での長居は無用

○公共交通機関の利用

・会話は控えめに
・徒歩や自転車利用も併用する
・混んでいる時間帯は避けて

○冠婚葬祭などの親族行事

・多人数での会食は避けて
・発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

○食　事

・持ち帰りや出前、デリバリーも
・対面ではなく横並びで座ろう
・屋外空間で気持ちよく
・料理に集中、おしゃべりは控えめに
・大皿は避けて、料理は個々に
・お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

4　働き方の新しいスタイル

・テレワークやローテーション勤務
・会議はオンライン
・時差通勤でゆったりと
・名刺交換はオンライン
・オフィスはひろびろと
・対面での打合わせは換気とマスク

●人の動き●　令和２年４月末現在　（　）は前月比

人口　10,543（−33）　男　5,086（−21）　女　5,457（−12）　世帯　4,920（−4）

あなたとまちを結ぶ広報誌
ながぬま
第 797 号　2020.6.1 (R2.6.1)

編集・発行　長沼町役場 政策推進課 広報情報係
〒 069-1392　北海道夕張郡長沼町中央北１丁目１番１号
☎ 0123-88-2111　FAX 0123-88-4836（１階）・0888（２階）
ホームページ　https://www.maoi-net.jp/