

広報きもつ

News

乳幼児医療の請求方法が
変わります

Public
Relations of
Kimobetsu



2018
H30
Vol.812

08



鈴川小学校 開校110周年記念大運動会

鈴川小学校で開校110周年記念大運動会が開催されました。児童一人ひとりの目標発表後、全児童による徒競走や一輪車演技や、地域の方々が参加した大玉おくりなどが行われました。競技の1つ、「真剣勝負!!親VS子」では、親チームと子どもチームがリレーで勝負し、両チームが激走を見せましたが、僅差で子どもチームが勝利しました。



きもべつ 健康改善プロジェクト

敵か味方か!? 体脂肪!!

日時／8月27日(月)
10:00～11:30

場所／健康増進センター2階 会議室

講師／社会福祉法人渓仁会

保健師 工藤さとみ氏

みなさんの体の中に付着している体脂肪の実態を学習しましょう。

体脂肪計測は行いませんので、気軽にお話をききに来て下さい。

健診や健診結果についてのご相談は、
健康づくり係までお気軽にご連絡ください。

電話・IP 55-5831

健 康 づ く り 情 報

健診を受けましょう

健診は、今の健康状態を知り、健康維持や病気の予防・早期発見で早期治療を行うために受けるものです。

日本人の平均寿命は世界有数の長寿国といわれるほど伸びていますが、がん・心臓病・脳血管疾患などの生活習慣病によって死亡する方が全体の50%以上を占めています。これらの生活習慣病は、健康寿命を縮め、ながい闘病生活が必要な場合が多いです。

暴飲暴食・運動不足・喫煙・飲酒・ストレスなど、食生活や生活習慣の乱れにより進行する生活習慣病には、やくに気づくためにも、健診を受けて自分の体のSOSがないかを確認しましょう。

高齢者のみなさんは 『熱中症』に注意が必要です

どうして高齢になると熱中症になりやすいのでしょうか？

- ①暑さによる異常に気づけない
- ②水分が不足しがち
- ③暑さに対応するための機能が衰える
- ④暑さ対策が遅れがち

年を重ねると身体の機能が衰えてくるため、重症化しやすくなります。

こんな日は熱中症に特に注意しましょう！

- ◇急に暑くなった ◇蒸し暑い
- ◇風が弱い ◇気温が高い

熱中症の半数以上は、家の中で多く発生しています。

元気 応援 ニュース!

熱中症予防にはこんな工夫をしてみましょう！

★食事のポイント

夏バテを防ぐ栄養素が含まれる食品を組み合わせて食べる。

- ・タンパク質(肉・魚・卵・大豆製品など)
- ・ミネラル(野菜・果物・海藻・きのこなど)
- ・クエン酸(梅干し・お酢・レモンなど)
- ・ビタミンB1(豚肉・豆腐・味噌など)
- ・ビタミンC(果物・ブロッコリーなど)

★水分補給のポイント

コップ一杯の水をのどがくわく前にこまめにとり、一日1.2ℓ程度は飲みましょう。汗をかいた時、体調が悪い時はスポーツドリンクも効果的です。

★暑さ対策のポイント

部屋→室温が28℃、湿度が70%以上の時は扇風機やエアコンを使いましょう。レースのカーテンで日差しをさえぎることも必要です。

外出→帽子を着用し、いつでも水分補給ができるように水などを持ち歩きましょう。首回りを涼しくすることも効果的です。

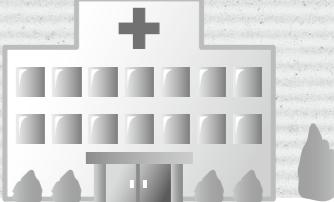
平成30年8月から変わります。

「子ども医療費」

「重度心身障がい者医療費」

「ひとり親家庭等医療費」

News



8月1日から「子ども医療費」「重度心身障がい者医療」「ひとり親家庭等医療費」の助成制度及び受給者証の様式が変更となります。受給者証には、新たに「公費負担者番号」を表示することとなりました。それに伴い、すべての受給者証の更新が毎年8月1日となります。

子ども医療費



これまで、受給者証は町内または町外の一部医療機関でなければ使用できず、それ以外の医療機関を受診した際は、役場窓口で自己負担額の請求(償還)手続きが必要でした。

8月1日からは、**北海道内すべての医療機関**で受給者証が使用できることになります。

今までの受給者証は有効期限が中学校終了の年度末までとなっていますが、8月からは使用できませんので、必ず新しい受給者証をご使用願います。

また、7月31日までに医療機関を受診した際の自己負担については、今までどおり償還で対応いたします。お手持ちの領収書については、忘れず手続きを行って下さい。

重度心身障がい者医療費

ひとり親家庭等医療費

これまで同様、北海道内すべての医療機関で受給者証を利用できます。

※3つの医療費の助成に共通ですが、医療機関で受給者証を提示できなかった時や、北海道外の医療機関を受診する場合は、医療機関窓口で医療保険の自己負担額を支払い、後日役場窓口での請求(償還)手続きをお願いします。ご不明な点はお問い合わせ願います。



問い合わせ先

住民課保険医療係 電話／33-3122 IP電話／33-5028

みんなのアルバム

Album of Kimobetsu-Town people.

2018.
6月▶7月

地域おこし協力隊 第3号
だより

地域おこし協力隊
加藤 朝彦

前号でもご紹介した「地域おこし協力隊企画の作品展」の第2弾を開催しました。今回のアーティストはニセコエリアで活動を続け、現在は留寿都村の地域おこし協力隊として活動している長谷川雄一さん。彼の「さまざまな感情や心境を色で表現した」という言葉通りの色鮮やかな作品が展示されました。メディアにも取り上げられたこともあり、多くの方にご来場いただきました。

6月に近隣地域の協力隊員と連携プロジェクトを立ち上げ、今回の作品展はその一環で実現することができました。今後は喜茂別町を盛り上げていくために近隣地域とのネットワークを活かして活動していきたいです。そして少しずつではありますが、任期終了後を見据えた活動にも繋げていきたいと考えています。

喜茂別短歌会

スズラン俳句会

四季の歌

水無月や一日一句師のあとを
声高い異国語会話夏やなぎ
草引くやドクダミの香に救はれる
亡き父の運勢川端柳かな
袴あしの白き残像日傘かな
あるじ病み野菜畑は草いきれ

サッカーのW杯を占いで
蛸のラビオ君日本が勝つと
つばめちゃんどこから来たのよく来たね
声を掛けくればジユジユジユと応ふ
車椅子で散歩する母ねいぐるみ
膝にだっこしている姿

沖縄の戦争犠牲者二十万余人
忘れてならぬ生命の重み

桑原博美
佐藤百合子
佐藤翠虹
吉見啓一
井上双葉

三間恵子
栄花豊

夏休み中学生特集!
生涯学習

スマイル塾
夏期学力アップ講座の開催

町図書室内スマイル塾、談話室にて、中学生を対象とした学力アップ講座を8月6日(月)~8月9日(木)の4日間で開催いたします。

現役大学生や町内ボランティアの方々が講師を務め、苦手教科の克服や学習方法のアドバイスなどを行います。

学習のほかには、大学の様子や受験勉強をした際のポイントなどいろいろな話を聞くことができます。

昨年度の講習会の様子

ジュニアリーダー事業
「きもべつ夏まつりを盛り上げよう!」

8月14日~15日まで開催される「第23回きもべつ夏まつり」の企画・運営に中学生が参画し、まつりを盛り上げます。

中学生の皆さんには、中学生以下が参加するゲームコーナーの企画・運営やイベントの準備などに携わっていただけます。

喜茂別小学校 平成30年度運動会
6/9

喜茂別小学校で平成30年度運動会が開催されました。午前の部では、応援合戦が行われ、紅白両組とも心を一つにした気合の入った応援で味方を鼓舞しました。午後の部で行われたスクールバンドには、3年生以上の児童が参加し、軽快な演奏とともにきれいに整った行進を見せました。また、児童たちは競技だけでなく、放送や司会進行など運動会の運営にも挑戦しました。

6/14 喜茂別中学校
交通安全街頭啓発

地域振興センターみらい前の国道230号で喜茂別中学校の生徒と後志建設工業(株)の社員による交通安全街頭啓発が行われました。参加者は、ドライバーに交通安全の願いを込めた菜やアスパラガスを手渡しながら交通安全を呼びかけました。

6/16・17 第2回いべし結愛フェア

郷の駅ホッときもべつ向かいで喜茂別町商工会主催の「第2回いべし結愛フェアinきもべつ」が開催されました。会場には、蘭越町、寿都町、黒松内町、神恵内村、岩内町、喜茂別町の後志管内6町村の海産物や加工品などの特産品が並び、多くの町民や観光客が訪れ、お目当てのものを買い求めていました。

6/26 喜茂別町商工会
青年部ビアパーティー

商工会青年部主催のビアパーティーが郷の駅ホッときもべつ前駐車場で開催されました。雨が心配される空模様でしたが、大勢のお客様が来場し、ビールや豚串、半身揚げなどを楽しむ姿が見られました。パーティー終盤には花火の打ち上げや抽選会が行われ、会場は大いに盛り上りました。

すくすく 1歳です



平成29年8月3日生まれ

色々な「道」を見て成長してね。
ゆかいでやさしいお兄ちゃんとも仲良くよろしくね。

お父さん▶祐介さん
お母さん▶智江さん



平成29年8月7日生まれ

お誕生日おめでとう。
いおりのキラキラした笑顔が大好きです。

お父さん▶貴慶さん
お母さん▶雅子さん



平成29年8月16日生まれ

いつもニコニコな舞衣ちゃん。
これからも元気にお姉ちゃんと仲良くね。

お父さん▶亨さん
お母さん▶麻美さん



平成29年8月23日生まれ

お誕生日おめでとう。
君の笑顔で毎日癒されているよ♡
スクスク健康に育つてね。

お父さん▶信一さん
お母さん▶理恵さん



人口と世帯

平成30年
6月末現在

		前月比 / 前年比
人口	男 1,109人	(+ 3人)(- 7人)
	女 1,080人	(- 1人)(- 3人)
	合計2,189人	(+ 2人)(- 10人)
世帯数	1,211世帯	(± 0戸)(- 13戸)
外国人登録	65人	(- 1人)(+ 17人)

まちのかレンダー

救急当番病院 農村環境改善センター 鈴川集落センター
町立クリニック 笑笑み～な 健健康増進センター
国俱知安文化センター 岩内町高台84-3 ☎ 0135-62-8373 留留産管理棟
町民公園パークゴルフ場 中喜茂別中学校 喜茂別小学校 鈴川小学校
喜茂別保育所 双葉克雪管理センター 町民プール 図書室

8/1 水	岩しりべし弁護士相談(事前予約) 14:00 子ども水泳教室
2 木	14:00 子ども水泳教室
3 金	駆運転免許法定更新時講習 14:00 子ども水泳教室
4 土	
5 日	
6 月	健スマイル塾夏期学力アップ講座 9:00 お口の健康相談
7 火	13:00 乳児健診 健スマイル塾夏期学力アップ講座
8 水	健スマイル塾夏期学力アップ講座 岩しりべし弁護士相談(事前予約)
9 木	健スマイル塾夏期学力アップ講座
10 金	駆運転免許法定更新時講習
11 祝	山の日 11:00 愛和の里まつり
12 日	
13 月	
14 火	第23回きもべつ夏まつり(ちびっこ広場) 第23回きもべつ夏まつり(ちびっこ広場)
15 水	岩しりべし弁護士相談(事前予約)
16 木	
17 金	副副 始業式
18 土	
19 日	
20 月	中始業式
21 火	健14:00 予防接種相談日
22 水	岩しりべし弁護士相談(事前予約)
23 木	
24 金	健13:00 健康相談日 in トレーニング室
25 土	
26 日	
27 月	健10:00 第5回きもべつ健康改善プロジェクト
28 火	
29 水	健10:00 親子の健康教室(歯科医師) 岩しりべし弁護士相談(事前予約)
30 木	
31 金	
9/1 土	
2 日	
3 月	
4 火	健14:00 予防接種相談日
5 水	岩しりべし弁護士相談(事前予約)
6 木	健13:00 健康相談日 in トレーニング室
7 金	
8 土	

土日祝 救急当番病院 俱知安厚生病院

