

広報

SHIMAMAKI

しままき



4~5

☆☆☆ 入学おめでとう ☆☆☆

ピカピカの1年生は13人

平成20年(2008)

No.484

<http://www.vill.simamaki.hokkaido.jp>

平成20年度 予算



村政執行方針を述べる藤澤村長

情報通信基盤整備事業に

6億7,247万4千円

◎光ファイバーネットワークを構築し、テレビ地上デジタル放送・ブロードバンド環境・告知放送設備等を一括整備

一般会計

今年度の一般会計総額は27億900万円で、前年度当初予算に比べて4億1,900万円（18.3%）の増額になっています。

歳入予算の大部分を占める地方交付税のうち、普通交付税は前年度実績から特定要因を調整し試算した額11億6,400万円、特別交付税は1億5,000万円で計上しています。

村税については、基幹産業の不振や景気の低迷などにより厳しい状況のため、昨年とほぼ同額の1億1,298万8千円で計上しました。

歳出予算の経常的経費については、人件費の削減をはじめ、内部管理経費の削減に努めたことや一部大型事業の起債償還の終了により、前年度当初比較で4,090万7千円（△2.3%）の減で編成しました。

臨時的経費は継続事業を優先して編成しましたが、新規事業として、光ファイバーネットワークを構築し、テレビ地上デジタル放送、ブロードバンド環境整備、老朽化したオプトーク通信に代わる告知放送設備等の一括整備(情報通信基盤整備事業)を実施します。

※ 主な事業については、4ページに掲載しています。

特別会計

国民健康保険事業は、過去数年における医療費の状況を考慮し、5.5%減の2億9,100万円で計上しました。

老人保健事業は、4月1日から後期高齢者医療制度に移行されるため、制度変更に伴う移行期間として88.4%減の3,670万円を計上しました。

また、新設された後期高齢者医療会計は、2,230万円の計上となっております。

簡易水道事業は、ほぼ前年同額の5,860万円で計上し、介護保険事業については、今後の介護サービスの利用に伴う支出見込みを勘案し1.9%減の2億2,451万円で計上しています。

平成20年度当初予算が、3月6日から13日まで開催された第1回村議会定例会（7日～12日休会）で可決されました。

予算編成にあたっては、例年同様に行政改革に伴う内部管理経費の削減に努め、投資的経費は継続事業を主体に、極力抑制に努めておりますが、新規事業として今後の地域振興に欠かせない情報通信基盤整備事業や本年度から3ヶ年計画で賀老の滝遊歩道の整備を行うほか、島牧漁協が事業主体で厚瀬漁港に漁船上架施設の整備を実施します。

一般会計と特別会計を併せた予算総額は、前年度当初予算に比べ4.4%増の33億4,211万円になりました。

各会計別予算

単位:千円

会計名	予算額	増減額	伸率(%)
一般会計	2,709,000	419,000	18.3
特別会計	国民健康保険	△17,000	△5.5
	老人保健	△279,300	△88.4
	簡易水道事業	1,100	1.9
	介護保険事業	△4,250	△1.9
	後期高齢者医療	22,300	皆増
計	3,342,110	141,850	4.4

一般会計予算 27億900万円

前年度対比18.3%の伸び

歳入

単位:千円

歳入科目	予算額	構成比(%)	増減額	伸率(%)
村税	112,988	4.2	△725	△0.6
分担金及び負担金	7,636	0.3	1,602	26.5
使用料及び手数料	16,962	0.6	△131	△0.8
財産収入	11,146	0.4	619	5.9
寄附金	2	0.0	0	0.0
繰入金	102,829	3.8	△39,192	△27.6
繰越金	1	0.0	0	0.0
諸収入	183,475	6.8	10,330	6.0
小計	435,039	16.1	△27,497	△5.9
地方譲与税	25,500	0.9	0	0.0
利子割交付金	500	0.0	0	0.0
配当割交付金	300	0.0	100	50.0
株式等譲渡所得割交付金	200	0.0	0	0.0
地方消費税交付金	19,000	0.7	△1,000	△5.0
自動車取得税交付金	8,000	0.3	0	0.0
地方特例交付金	600	0.0	200	50.0
地方交付税	1,314,000	48.5	51,000	4.0
交通安全対策特別交付金	1	0.0	0	0.0
国庫支出金	185,609	6.9	141,553	321.3
道支出金	104,251	3.9	△145,056	△58.2
村債	616,000	22.7	399,700	184.8
小計	2,273,961	83.9	446,497	24.4
合計	2,709,000	100.0	419,000	18.3

予算額の主な内訳

- 村税 = 村民税53,341千円、固定資産税44,134千円、村たばこ税13,500千円
- 分担金及び負担金 = 保育所負担金5,774千円、老人福祉施設負担金1,862千円
- 使用料及び手数料 = 公営住宅使用料11,541千円、福祉関係手数料2,589千円
- 財産収入 = 土地建物貸付収入7,459千円、基金利子3,681千円
- 繰入金 = 財政調整基金40,000千円、減債基金30,000千円
- 諸収入 = 診療所収入94,100千円、備荒資金組合超過納付金支消金17,000千円
- 地方譲与税 = 自動車重量譲与税19,000千円、地方道路譲与税6,500千円
- 交付税 = 普通交付税1,164,000千円、特別交付税150,000千円
- 国庫支出金 = 地域情報通信基盤整備推進交付金149,355千円、障害者自立支援給付費28,619千円
- 道支出金 = 水産業振興構造改善事業32,349千円、水門管理委託10,646千円
- 村債 = 地域情報通信基盤整備事業480,400千円、臨時財政対策債95,200千円

歳出

単位:千円

- 人件費 = 議員・特別職・医師等 117,848千円、職員給与等(教育長含) 425,644千円
- 物件費 = 診療所医薬品等66,171千円、教育費関係48,295千円
- 補助費等 = 一部事務組合負担金196,106千円
- 貸付金 = ソーイング鳥牧貸付金38,000千円
- 扶助費 = 介護給付・訓練等給付費56,548千円、重度医療費15,348千円
- 繰出金 = 特別会計繰出金127,753千円
- 維持補修費 = 村道除排雪経費21,285千円 原歌生活館・栄浜福祉館屋根葺替4,985千円

歳出科目	予算額	構成比(%)	増減額	伸率(%)
投資的経費	793,202	29.3	452,081	132.5
人件費	565,171	20.9	△19,194	△3.3
公債費	352,787	13.0	△67,675	△16.1
物件費	306,394	11.3	4,230	1.4
補助費等	336,560	12.4	36,555	12.2
貸付金	44,000	1.6	0	0.0
扶助費	98,943	3.7	△2,638	△2.6
繰出金	146,296	5.4	△5,155	△3.4
維持補修費	60,111	5.2	20,026	1.5
積立金	4,236	0.2	470	12.5
投資・出資金	300	0.0	300	皆増
予備費	1,000	0.0	0	0.0
合計	2,709,000	100.0	419,000	18.3

主な事業

【農林業振興のために】

- 牧野維持管理事業 3,137千円
- 農地流動化対策事業 407千円
- 地力増進対策事業 539千円
- 小規模林道整備事業 23,601千円
(賀老の滝遊歩道整備)

【水産業振興のために】

- 水産業振興構造改善事業 60,330千円
(漁船上架施設整備)
- 種苗生産施設管理事業 7,222千円
(漁業資源回復対策)
- ウニ天然種苗深浅移殖事業 2,000千円
(キタムラサキウニ35万粒)
- 野生水生動物共存対策事業 600千円
(強化網購入助成)
- 船揚場改修工事 2,000千円



サケマスふ化場

【商工業振興のために】

- ソーイング島牧運転資金貸付金 38,000千円
(運転資金)
- 商工会運営助成 10,092千円
(経営改善普及・観光振興、商業振興対策)
- 中小企業融資預託 3,000千円
(中小企業への貸付)

【安全で快適に暮らすために】

- 地域情報通信基盤整備事業 672,474千円
(ブロードバンド環境整備、地デジ対応設備、告知放送設備、屋外災害情報提供設備)
- バス交通確保対策事業 14,634千円
(地域生活バス路線確保補助金)
- 高齢者除雪サービス事業 1,500千円
(独居老人・老人夫婦世帯への除雪)
- 村道等除排雪経費 21,285千円

【健康で元気に暮らすために】

- 社会福祉協議会運営費助成 8,124千円
(運営費の助成)
- 生きがい活動支援通所事業 7,915千円
(生きがい創造センターを利用し、日常生活訓練や趣味活動を通じての介護予防)
- 生活管理指導員派遣事業 3,853千円
(介護保険給付対象外の要援護高齢者宅へのホームヘルパー派遣)
- 医療機器購入事業 8,434千円
(レセコン・デジタルレントゲン外)

【教育やスポーツ振興のために】

- 小・中学校教材備品購入 700千円
- スポーツセンターホールフロアー張替 500千円
- 人材育成事業 3,000千円
(小学生国内視察研修事業ほか)

【観光振興のために】

- 道の駅補修 6,200千円
(屋根防水、正面玄関補修外)
- 島牧村観光協会助成 1,181千円
(運営助成)



島牧の冬のイベント

【国・道の実施予定事業】

国・道に対して要望し、その促進を図ってきた各種公共事業のうち、本年度の実施予定事業は次のとおりです。

- ・ 国道229号災害防除工事
- ・ 国道229号道路維持除雪事業
- ・ 道道島牧美利河線法面对策事業
- ・ 豊平地区地すべり対策工事
- ・ 地域水産物供給基盤整備事業
(厚瀬漁港・第二栄浜漁港)
- ・ 漁場整備事業
(ヤリイカ産卵礁・マダラ保護礁・魚礁設置)
- ・ 治山事業



毎年行われる敬老会



▲環境の変化に負けずに元気に楽しく学びましょう (小学校)



▲今が心身共に伸びざかり 3年間悔いのない学校生活を送ってください(中学校)

入学・入所 おめでとう

4月1日保育所(8人)、7日小学校(13人)、8日中学校(16人)で入学・入所式が行われました。



▲みんなと仲良く楽しく遊ぼう (保育所)

卒業・卒園 おめでとう

3月14日中学校(22人)、19日小学校(16人)、22日保育所(11人)で卒業・卒園式が行われました。



▲園児からお母さんへ感謝の気持ちをこめてお花のプレゼント (保育所)



▲希望と勇気をもって勉強に励んでください (小学校)



▲9年間の義務教育が終了し、新生活への第一歩 (中学校)



◇スポーツ賞

(全道で優秀な成績を取めた者)

- 石川 登哉 (小6)
- 中山 喬由 (小6)

◇スポーツ奨励賞

(管内などの大会で優秀な成績を取めた者)



(個人の部)

【陸上】

大森 剛美 (小4)

【相撲】

阿部 啓二 (小6)

【柔道】

藤井 甚平 (小1)
 藤井 廉太郎 (小2)
 藤田 和香 (小4)
 田中 誠也 (小6)
 佐々木 玄太 (中3)
 佐藤 貴洋 (中3)
 齊藤 陽介 (中3)
 二階 健斗 (中3)

【バドミントン】

中山 幸次 (小3)
 二階 俊輔 (小4)
 佐々木 萌果 (小4)
 中田 彩水 (小4)
 和田 飛來 (小5)
 桃井 千佳 (小5)
 大森 結花 (中2)
 石川 瑞希 (中2)
 高谷 理央 (中2)
 西澤 美冴 (中2)
 渡辺 涼 (中2)



(団体の部)

島牧フィッシュバレーボール少年団

(佐々木真結・柏谷堇・花田ひかり・増田美咲・藤田ゆきの・小原菜緒・新井田楓・鈴木楓・佐藤ゆう・大谷優子・桃井理穂・中山涼未)

島牧中学校柔道部(男子)

(齊藤陽介・佐藤貴洋・佐々木玄太・二階健斗・石崎裕一・木村祐輔・南保克斗)

島牧中学校バドミントン部(女子)

(石川瑞希・大森結花・高谷理央・西澤美冴・瀬戸川慶子)

島牧中学校バレーボール部(男子)

(松永直也)

平成19年度 島牧村

スポーツ表彰式

栄誉を讃えて

平成19年度スポーツ表彰式が3月6日、生活改善センターで行われ、各種スポーツ大会で優秀な成績を取めた選手23人と4団体が表彰されました。

(敬称略・学年は旧年)

'08国際あめますダービーin島牧

52日間の太公望の戦い終わる(2/1~3/23)



▲大物を両手にちょっと興奮気味の鈴木さん
大きくて・重たくて持ちきれません

島牧村の冬のイベントとして定着し、今年で18回目を迎えた「あめますダービー」が3月23日で終了しました。永豊生活改善センターで行われた交流会には、約80人が参加し、フライ部門で大会史上初の82cm、5、520gの大物を釣り上げた鈴木芳香さんが見事グラントチャンピオンに輝きました。

82cm
5,520g

6年ぶりの
記録更新!!

	一般の部 (フライ部門)	一般の部 (ルアー部門)	レディース・ジュニアの部 (フライ部門)	レディース・ジュニアの部 (ルアー部門)
1位	山崎 努 (札幌市) (76.0cm+4,840g)	磯太郎 (室蘭市) (71.7cm+4,140g)	鈴木 芳香 (札幌市) (82.0cm+5,520g)	清水 歩 (札幌市) (59.5cm+2,200g)
2位	原田 清之 (恵庭市) (79.0cm+4,640g)	三浦 孝史 (洞爺湖町) (70.7cm+3,660g)	青山 澄恵 (八雲町) (70.0cm+3,400g)	長澤 猪恵 (夕張市) (53.0cm+1,140g)
3位	山本 靖彦 (ニセコ町) (80.5cm+4,300g)	清水 慶介 (札幌市) (70.0cm+3,640g)	鈴木 林子 (北見市) (63.0cm+2,400g)	田中 慶子 (洞爺湖町) (46.2cm+1,020g)
4位	五十嵐 誉 (苫小牧市) (74.0cm+4,300g)	藤岡 浩一 (札幌市) (63.0cm+2,300g)		田中 秋乃 (札幌市) (46.5cm+980g)
5位	富樫 秀人 (札幌市) (74.5cm+3,850g)	須山 直之 (江差町) (58.5cm+2,200g)		
6位	瀬川 吉喜 (恵庭市) (72.0cm+3,5000g)	蒔田 和稔 (七飯町) (54.8cm+1,900g)		
7位	藤原 大介 (札幌市) (69.5cm+3,3000g)	S係長 (島牧村) (56.4m+1,840g)		
8位	内山 豪 (札幌市) (69.0cm+3,1000g)	川村 喜吉 (室蘭市) (59.0m+1,800g)		
9位	土田 史郎 (江別市) (69.0cm+3,1000g)	赤塚 勉 (七飯町) (55.0m+1,700g)		
10位	成田 京平 (函館市) (69.0cm+3,1000g)	塩崎 洋 (札幌市) (56.8m+1,620g)		

※フライ部門の8位から10位は同ポイントのため全て8位になります



▲グラントチャンピオンの鈴木さん

2/9

第32回小樽冬期 バドミントン大会

男子ダブルス (準優勝)

渡辺 涼
小山 和也

女子ダブルス (第3位)

高谷 理央
大森 結花

	優勝	準優勝
小学生団体戦	蘭越柔道スポーツ少年団A	蘭越柔道スポーツ少年団B
幼児の部	清野春花 (黒松内)	田縁芽唯 (蘭越)
小学男子1・2年生の部	藤井廉太郎 (島牧)	藤井基平 (島牧)
小学女子低学年	田縁みなみ (蘭越)	清野美紗 (黒松内)
小学女子高学年	杉村和加菜 (蘭越)	相馬千穂 (蘭越)
小学男子3・4年生の部	山石 徹 (蘭越)	細口裕矢 (蘭越)
小学男子5・6年生の部	田中誠也 (島牧)	長船凌弥 (蘭越)
中学生男子の部	佐藤貴洋 (島牧)	斉藤陽介 (島牧)

試合結果は次のとおり。
選手たちの技が決まるたびに、会場からは大きな拍手や歓声がわきおこり白熱した試合が繰り広げられました。

大会には、近隣4町村から選手・役員約95名が参加。

柔道大会がスポーツセンターで行われま

した。

平成19年度南後志少年柔道大会

強いぞーちびっこ三四郎

3種目に優勝

さる2月17日、平成19年度南後志少年

柔道大会がスポーツセンターで行われま

③「道民会議の取り組み」

★ 皆様は、新聞・テレビなどで「北海道洞爺湖サミット道民会議」という言葉を聞かれたことがあると思います。この会議は、北海道洞爺湖サミットを行政だけでなく、民間の方々も加わり、まさに官民一体となって北海道全体でサミットの受け入れ体制を作っていくとともに、さまざまな取り組みを行い、地域の活性化を図っていくことを目的とした組織です。

構成については、高橋北海道知事を会長とし、道内の市町村や経済団体など幅広い層からの組織となっています。これまでの取り組みについては、ポスターの作成や道庁前庭にカウントダウンボードの設置、また在京の報道の方々を対象にしたプレスツアーなどを行っており、どれも、サミット開催に向けた気運の醸成や北海道のPRなどに寄与するものとなっています。

特に、皆様が最近眼にした方も多いと思いますが、「ロゴマーク」は効果的な気運醸成のツールとして、北海道庁はもちろんのことさまざまな企業などで使用されています。

サミットが開催されるまで後わずかとなりましたが、今後も道民会議としては、道民の皆様と協働で、さまざまな取り組みを行っていく予定です。

道民会議ホームページ → <http://www.do-summit.jp/>

しりべしサミット・アラカルト

④「各町村の取り組み」

★ サミット開催まで、後僅かとなり、ここ後志管内でも少しずつ気運が盛り上がっていますが、今回は各町村に設置されたサミット対策会議をご紹介します。

これまで管内町村に設置された対策会議は次の3つとなります。

町村名	会議名	目的等
留寿都村	北海道洞爺湖サミット推進村民会議	北海道洞爺湖サミットの成功を期するため、官民一体となった留寿都村全体の受け入れ態勢を確立するとともに、併せて関連する事業の実施により、留寿都村の活性化に資する。
二セコ町	二セコ町サミット対策会議	報道関係者の受け入れ体制の整備、観光情報等の発信、地域の安全確保等の対策。
倶知安町	倶知安町サミット対策会議	報道関係者の受け入れ体制の整備、観光情報等の発信、地域の安全確保等の対策。

サミット開催が近づくにつれ、各市町村でも、花いっぱいやクリーンアップなどといったさまざまな対策が行われる予定です。

今後も、後志支庁サミット推進会議としましては、各町村の対策会議はもとより、各地域の皆様方と連携して、気運の醸成やおもてなしの検討など、サミット成功に向けて取り組んで参ります。 文：後志支庁サミット推進会議

● 転出された先生	● 転入された先生
【島牧小学校】 教頭 山崎 淑子（積丹町余別小学校） 教諭 落宰 公人（八雲町落部小学校） 【島牧中学校】 教頭 小友 和法（小樽市末広中学校） 教諭 梶原 大（在外派遣インド国） 教諭 西村 優香（岩内町岩内第二中学校）	【島牧小学校】 教頭 増川 佳子（神尾内村神尾中学校） 教諭 大江 伸代（新採用） 教諭 鈴木 悠介（期限付採用） 【島牧中学校】 教頭 村上 篤（函館市恵山中学校） 教諭 河合 正広（新採用） 教諭 高橋 綾（新採用） 教養 佐藤 由枝（新採用）

教職員の異動

こ 長 寿 万 歳

平成20年3月3日、米寿になられた字原歌町の石岡イサさんに長寿者慶祝金が贈呈されました。

いつまでもお元気で長生きしてください。



村職員紹介

新人です
よろしく



小野紗矢香
埼玉県出身



伊藤 政樹
小樽市出身

● 退職

白澤由香子（保育士）
長い間お世話になりました。

麻しん・風しん 予防接種のお知らせ

平成20年4月1日から予防接種制度が改正され、中学1年生と高校3年生に相当する年齢の方を対象に、5年間限定で麻しん風しん予防接種を行うことになりました。

- ＜接種対象者＞
- 第1期 生後12ヶ月～生後24ヶ月までの子
 - 第2期 5歳以上7歳未満の子
 - 第3期 中学1年生に相当する年齢の方（平成20年度～24年度 5年間限定）
 - 第4期 高校3年生に相当する年齢の方（平成20年度～24年度 5年間限定）

- ＜接種費用＞ 無料
- ＜接種日＞ 接種者本人、保護者の都合の良い日
- ＜受付時間＞ 月・火・水・金曜日 … 8:30～11:30、14:00～16:00
木 … 8:30～11:30

＜接種場所＞ 島牧診療所

- ※ 乳幼児期等に麻しん、風しんのワクチンを接種した方も対象となります。
- ※ すでに、麻しんや風しんにかかったことがある場合は、接種できません。
- ※ 対象者には、予診票等を個別に送付いたします。

なお、予防接種について何かご不明な点などがありましたら、保健師にご相談願います。

（福祉課 保健指導係）

妊婦健康診査の公費負担額が

下表のとおり改正になりました

妊婦健康診査の補助額一覧表

（平成20年4月1日から適用）

区分	変更前	変更後	
妊婦一般健康診査	<1回目> 1人1回につき 6,880円	1回目 (妊娠8週前後)	1人1回につき 9,700円
		2回目 (妊娠20週前後)	1人1回につき 970円
	<2回～6回目> 1人1回につき 6,590円	3回目 (妊娠24週前後)	1人1回につき 2,550円
		4回目 (妊娠30週前後)	1人1回につき 4,100円
		5回目 (妊娠36週前後)	1人1回につき 2,550円
超音波検査	1人1回につき <1回目> 35歳以上の方 5,300円	1人1回につき ※全ての妊婦の方	<1回～5回> 5,300円

※ 但し、平成20年3月31日以前に受けた健診分は、対象になりません。

平成20年4月から 妊婦健康診査の補助額が変わります

村では、母子健康手帳の交付の際に妊婦健康診査受診票を発行しています。

この受診票を使うと、北海道内の医療機関で、受診票に記載されている項目について、公費負担（補助）で妊婦健康診査が受けられます。

妊娠したらどうしたらよいの？

……妊婦健康診査を必ず受けましょう

- 妊娠中は、ふだんより一層健康に気をつけなければなりません。
- 少なくとも毎月1回、医療機関などで健康診査を受けましょう。

妊婦健康診査って何をやるの？

- 妊婦さんの健康ぐあいや、お腹の赤ちゃんの育ちぐあいをみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。
- 妊婦健診を受けることで、病気などに早く気づき、早く対応することができます。

妊娠したら誰に相談すればよいの？

……専門家の保健指導を受けましょう

- 妊娠に気づいたら、村の窓口に行き、早く妊婦の届出を行ってください。
- その他、妊娠・出産についてのお悩みも、専門家に相談ください。

6月2日は自動車税の納期限です

自動車税は4月1日現在で自動車をお持ちの方に毎年納めていただく道税です。

5月上旬に納税通知書が発付されますので、6月2日(月)までに納税をお願いします。

後志支庁税務課 ☎0136-23-1334

土地・家屋を確認 しましょう

自分の土地や家屋の評価額などが税務係で縦覧できます。

縦覧できる方は、村内に所在する土地、家屋の固定資産税納税者と家族などの代理権を有する方です。

1年に1度は所有物の確認を行いましょ。なお、縦覧期間は5月31日までです。

○ 本人が確認できるものを持参してください。

○ 本人所有以外の評価内容などは、説明できませんので、あらかじめご了承ください。

○ 記載事項のコピーはできませんがメモすることはできます。

（住民課税務係）

名称の変更

4月1日から軽臼ミニ体育館の名称が豊浜会館に変更となっています。

会議や諸行事のご案内は豊浜会館でお知らせしていますのでご了承願います。

(施設課)

- 暖かい日が続き草木の芽がふくらみ始めると、もうすぐ山菜採りシーズンがやってきます。
- 近年の健康ブームで野山を歩き、ギョウジャニンニクや竹の子などの新鮮な山菜採りを楽しむ人が増えていますが、ちよつとした気の緩みで事故になることがあります。
- 山菜採りをする人は次のことを心がけましょう。
- 行動を家族に伝えておく
- 天候(特に霧)に注意する
- 携帯電話、笛、ラジオを持つ
- 複数で行動する

事故のない山菜採りを

くらしのガイド

役 場 75-6211
総合福祉医療センター 75-6001
(福祉課)

弁護士相談

4月30日(水)
5月7日(水)・14日(水)
5月21日(水)・28日(水)
6月4日(水)・11日(水)
6月18日(水)・25日(水)
初回の相談は無料
事前予約制
予約受付時間10時～16時
電話/0135-62-8373
場所/岩内町高台84-3
(佐藤精肉店となり)

ご寄付に感謝します

- 100,000円
(地域振興基金として)
寿都生コン株式会社 様
代表取締役 水戸部光孝 様
代表取締役 佐々木 駿 様
- 100,000円
(植樹活動経費として)
南しりべし森林組合
代表理事組合長 今村 繁蔵 様

自衛隊幹部候補生募集

● 目立つ服装をする(赤や黄色)
● 水や食料を持つていく

○ 受付期間
平成20年4月1日(火)から
平成20年5月12日(月)まで

○ 試験期日
平成20年5月17日(土)
一部18日(日)

【詳しい問合せ】
自衛隊札幌地方協力本部
倶知安地域事務所
☎0136-23-3540

年金の窓口

「ねんきん特別便」が送られてきています

～ あなたの年金記録の確認をお願いいたします ～

皆様の基礎年金番号の記録と結びつく可能性のある記録が出てきた方に、平成20年3月末までの間に、「ねんきん特別便」が順次送られてきています。それ以外のすべての皆様の方にも、順次「ねんきん特別便」が送られますので、お待ち下さい。

- ・年金受給者の方々へは、平成20年4月から5月までの間に。
- ・現役加入者の方々へは、平成20年6月から10月までの間に。

「ねんきん特別便」を受け取られましたら、加入記録のご確認をお願い致します。

「ねんきん特別便」が送られてきます。

ご自身による記録の確認をして下さい。

ご自身で回答をして下さい。

ご自身の年金で、変だなどと思われることなどのあるかたは、是非 ご相談ください。

社会保険事務相談所を開設のお知らせ

◎会場	日時	5月28日(水)	13:00～17:00	5月29日(木)	9:00～14:00
岩内地方文化センター	6月25日(水)	13:00～17:00	6月26日(木)	9:00～14:00	
	◎会場	日時	5月8日(木)	13:00～17:00	5月9日(金)
倶知安町 後志労働福祉センター	6月4日(水)	13:00～17:00	6月5日(木)	9:00～14:00	

【国民年金保険料の免除申請を忘れていませんか?】

保険料の納付が困難な方は、そのままにせず、免除等の申請を行って下さい。

(全額免除・一部納付・若年者納付猶予・学生納付特例)をご利用ください。

未納のままにしておきますと、次のようなことになる場合があります。

- ① 将来、受け取る年金が減額、場合によっては受け取れない。
- ② 不慮の事故で障害状態になった場合、障害年金が受け取れない。
- ③ 万が一、亡くなられた時に遺族が遺族年金を受け取ることが出来ない。

尚、免除申請による年金免除された方は、年金受給額は減額されますので申し添えます。

ご質問・お問い合わせは
「ねんきん特別便専用ダイヤル」 ☎0570-058-555
小樽社会保険事務所 ☎0134-23-4231
年金電話相談 ☎0570-05-1165

※ご注意
「ねんきん特別便」に関して、ATMの操作をお願いすることはありません

国民年金保険料は忘れずに納めましょう

特定健診・特定保健指導 <第4回>

平成20年度からメタボリックシンドロームに着目した
新しい健診・保健指導がはじまりました

1 特定健康診査等について

- ・健診日 平成20年9月6日(土)から7日(日)
- ・健診会場 島牧村総合福祉医療センター
- ・対象者 20歳～39歳までの方(全村民～基本健康診査)
40歳～74歳までの方(村国保加入者～特定健康診査)
75歳以上の方(後期高齢者医療加入者～健康診査)
- ・除外対象者 病院等に6ヶ月以上入院している方
介護保険施設等に入所している方
- ・自己負担額 20歳～39歳までの方 1,000円(全村民)
40歳～69歳までの方 1,000円(村国保加入者)
70歳～74歳までの方 500円()
75歳以上、生保の方 無料(後期高齢者等)
- ・健診内容 基本的な健診(問診や身体計測、脂質検査、
代謝系検査、肝機能検査、尿検査など)

・健診方法 村から送付する「受診券」を健診当日、
ご持参願います。

※ 村国保以外の他の保険者(40歳～74歳までの方)には、
各医療保険者から健診日、健診会場、自己負担額等のご案内が
されることになっています。

2 特定保健指導について

- ・実施日 9月以降(健診結果後)
- ・実施場所 島牧村総合福祉医療センター
- ・保健指導者 村保健師が「個別面接方式」で行います。
- ・対象者 村国保加入者のみ(40歳～74歳までのメタ
ボリックシンドローム予備群及び該当者)
- ・利用方法 村から送付する「利用券」を指定された当
日、ご持参願います。

※ なお、健診等については、チラシであらためてお知らせ
いたします。

1 食事と運動で肥満を改善する

血糖値を適正な範囲にコントロールすることが大切です。
それにより合併症を防止したり、合併症の進行を抑えることが出来ます。

2 適正なエネルギー量の摂取

自分が1日に摂取しなければならないエネルギー量を知り標準体重を維持し
てゆくことが大切です。また1日3食を均等に食べることも大切です。

3 運動

血糖をコントロールするためには、運動でエネルギーを消費することが大
切です。運動には、有酸素運動と無酸素運動があります。

前者はウォーキングなど20分程度の運動で、主に体内のブドウ糖を消費し
ます。後者は運動を開始後20分経過するとブドウ糖に代わり脂肪がエネルギ
ー源として使われます。

これは脂肪細胞に蓄えられた脂肪を減らすのに最適です。

4 薬物療法

糖尿病の治療は、食事療法と運動療法が基本ですが、これだけでは、血糖
のコントロールが不十分なときは薬物療法が必要となります。

薬物療法には、のみ薬とインスリン注射があります。主治医とよく相談し
て決められます。ですが糖尿病治療の根本は、食事療法と運動療法であるこ
とを忘れてはいけません。

最後に糖尿病は一生付き合わなければいけない病気です。

食事療法、運動療法は言うまでもなく、のみ薬、インスリン注射も上手に
生活の中に組み込んで、血糖をコントロールして行くことが大切です。

糖尿病(第3回)

今回は、糖尿病と診
断されたらどうする



身近な病気のはなし

島牧診療所
飯塚

惇三

村の日記

2月16日～4月15日

2月

- 17日 南後志少年柔道大会
- 23日 テレビ組合連合会総会
- 28日 国保運営協議会
- 29日 交通安全協会総会

3月

- 1日 自衛隊父兄会島牧支部総会
- 2日 選挙管理委員会
- 6日 第一回村議会定例会（再開13日）
- 〃 スポーツ表彰式
- 12日 例月出納検査
- 14日 島牧中学校卒業式
- 19日 島牧小学校卒業式
- 22日 島牧保育所卒園式
- 23日 あめますダービー交流会
- 31日 島牧農協総会

4月

- 1日 島牧保育所入所式
- 4日 教職員辞令交付式
- 7日 寿都地区安全運転管理者事業主会
街頭啓発
- 7日 島牧小学校入学式
- 8日 島牧中学校入学式
- 10日 春の交通安全パレード



わが家のお姫様

いしい
石井こずえ ちゃん
泊/石井義幸・美香さんのお子さん
(平成16年11月9日生)



この頃は天気が良いので外でお兄ちゃんと弟と遊んでいます。寒い日は家でキティーちゃんのぬいぐるみで毎日遊んでいます。

ケンカすることもあるけれど、元気にすくすく育ってほしいです。
(義幸・美香さん)

俳句

車に盛る今宵の我が家は独活づくし
長谷川みつえ

道遥の春を抱きて四方の嶺
佐々木草心

晴れ渡る空に息吹きや里の春
白石 真子

郷去りて望む任地や春の甲斐
渡辺 千エ

春めくや潮風防ぐ団い解く
白石 一男

島牧荒磯吟社



人のうごき

(2月16日～4月15日住民係受付分・敬称略)

- たんじょう.....
20.3.11 大嶋 わかな.....元町
(大嶋 隆治・智子のお子さん)
- おくやみ.....
20.2.18 佐藤 堯迪 (22歳).....豊浜
20.2.19 鈴木 啓子 (66歳).....千走
20.2.27 竹中 利雄 (56歳).....本目
20.3.3 田中 静雄 (77歳).....元町
20.3.13 福井 順治 (77歳).....豊浜
(3月31日現在)
- 人口.....
1,970人 (前月比△6人)
男: 942人 (前月比△1人)
女: 1,028人 (前月比△5人)
- 世帯数.....
941戸 (前月比△2戸)

交通安全はみんなの願い
死亡交通事故 平成20年 3月31日現在 **1325** 日達成

運転免許	更新時講習 寿都町文化センター	一般・違反講習 5月13日(火) 6月17日(火) 一般者 13:00～14:00 違反者 14:15～16:15 優良・初回講習 5月16日(金) 6月20日(金) 優良者 13:00～13:30 初回更新者 14:00～16:00
	高齢者講習 (70歳以上・事前予約制)	岩内自動車学校 0135-62-1328 八雲自動車学校 0137-63-2111 5月1日(木) 5月8日(木) 5月15日(木) 6月5日(木) 6月12日(木) 6月19日(木)

広報 **しまさき**

平成20年4～5月号
No.484

●発行/島牧村 ●編集/総務課企画係 (☎75-6211 内線31)
〒048-0621 北海道島牧郡島牧村字泊83番地 ●印刷/有限会社フォーユー