



広報ぬまた お知らせ版



平成28年9月23日発行 第983号(1/2)

発行：沼田町役場 編集：総務財政課広報情報グループ 電話：0164-35-2111

ホームページ <http://www.town.numata.hokkaido.jp> メール soumu@town.numata.lg.jp

町民芸術祭の一般作品・芸能発表一般参加大募集！

本年度も下記の日程で町民芸術祭を開催します。

作品展示の一般作品、及び芸能発表の一般参加の募集を行なっておりますので、希望される方はご応募下さい。たくさんの出展・発表をお待ちしております。

■町民芸術祭日程

- ・ゆめつくる会場 作品展示 10月15日(土)～11月3日(木)
- ・町民会館会場 作品展示 11月1日(火)～11月3日(木)
- 芸能発表 11月3日(木) 10:00～16:30

■応募資格(次の①又は②に該当する方)

- ①町内に在住されている方
- ②沼田町内で活動されている、町外在住の方

■一般作品募集について

- ・一般作品は町民会館会場での展示となります。
- ・お一人3点まで応募できます。

■芸能発表参加募集について

- ・演目は町民芸術祭(芸能発表)の趣旨及び内容に沿ったものとします。(営業及び勧誘活動は応募できません)
- ・演目発表時間は次のとおりとします。
個人の場合…1演目10分以内
団体の場合…1演目15分以内
- ・申込多数の場合は抽選とします。

■応募期限 平成28年10月3日(月)

- お問合せ 町民芸術祭実行委員会(教育委員会内) ☎35-2132
担当：田中・篠原



秋のヒグマ注意特別月間及び出没注意情報

秋が深まり野山に近づくことが多くなるこれからの季節、冬眠に入るための準備をするヒグマの行動が活発化することが予想されます。また、昨年度は沼田町内においても1か月で10件以上の目撃情報が寄せられました。

本年も道内では住宅地の付近などにヒグマの出没が相次いでいることから、今一度ヒグマへの危機意識を持ち、被害に遭わないようご注意願います。

●山菜採りなどの活動時は特に注意！

全道的に山菜・キノコ採りの際にヒグマに遭遇したという報告が多く寄せられています。他にも、狩猟や農作業中・山林作業中の被害も多々あります。

仕事や余暇で少しでも野山に入る時は、下記の注意事項を守り、ヒグマに遭遇する確率を低下させるよう努めてください。

●ヒグマの被害に遭わないために

- ・事前にヒグマの出没情報を確認する
- ・一人では野山に入らない
- ・野山では音を出しながら歩く
- ・薄暗いときには行動しない
- ・フンや足跡を見たら引き返す
- ・食べ物やゴミは必ず持ち帰る

※ヒグマも個体によっては、人への慣れ方や攻撃性が異なり、同じ方法で撃退できるとは限りません。とにかくヒグマに遭遇しないよう、左記の注意を参考に「ヒグマ予防」をしてください。

●北海道内のヒグマ情報について

ヒグマの出没情報などを調べる際の利便を図るため、北海道庁では、ヒグマに関する注意情報を提供している市町村ホームページを公表しています。観光などで他市町村を訪れる際に、ぜひご活用ください。

【北海道内のヒグマ情報(市町村のヒグマ関連情報)】

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/skn/higuma/joho.htm>

ヒグマの目撃等に関しましては、下記の電話番号にご連絡ください。

- ご連絡先 農業商工課 ☎35-2114

飲酒に関することでお困りの方… 「アルコールミーティング」のお知らせ

自分で飲酒をコントロールできず、強迫的にそれを繰り返す方。過度な飲酒が原因で体を壊したり、家族や周囲に迷惑をかけ、事故や事件を起こしてしまう方。これらはアルコール依存症の症状であり、病気です。

アルコール依存症の方が、互いの体験を語り合うことで病気を正しく理解し、飲酒しない生き方の学びを目的として、「アルコールミーティング」を開催いたします。ご家族の方も参加できます。

■日時 いずれも15:00～16:00 都合により日程変更する場合があります。

平成28年 10月14日(金)	平成29年 1月13日(金)
11月11日(金)	2月10日(金)
12月 9日(金)	3月10日(金)

■場所 深川市2条18番6号 北海道深川保健所 2階会議室（ハローワーク深川向かい）

■費用 無料です。※プログラム内容によっては実費程度を頂く場合があります。

■申込み・お問合せ 北海道深川保健所 健康推進課健康支援係 ☎22-1421

使用者も、労働者も必ずチェック！ 北海道の最低賃金について

北海道内で事業を営む使用者及びその事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む)に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。

最低賃金額 時間額 786 円

効力発生年月日 平成28年10月1日

○最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金および時間外等割増賃金は算入されません。

○最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。

○特定の産業（「処理牛乳・乳飲料・乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」）で働く者には北海道の特定（産業別）最低賃金が適用されます。

■お問合せ 厚生労働省 北海道労働局 滝川労働基準監督署 ☎0125-24-7361

平成28年度狩猟免許試験等の実施について

【狩猟試験予備講習】

■日時 平成28年11月27日(日) 9:00～16:30

■会場 岩見沢市民会館まなみ〜る 多目的室①②③

■受講料 ・第1種、第2種 7,500円(テキスト代込み)

・網 5,000円 ・わな 5,000円

・第1種または第2種と同時に網、わなを受講 10,000円

■受付期間 平成28年10月18日～平成28年11月18日

【狩猟試験】

■日時 平成28年12月4日(日) 9:00～

■会場 空知総合振興局（岩見沢市8条西5丁目）

■受験料 ・申請手数料 5,200円 ※一部免除者 3,900円

・医師の診断書 約4,000円

※平成29年2月5日(日)には旭川市にて開催いたします。

◎沼田町有害鳥獣対策委員会では、試験受験に係る経費の助成をしております。

受験希望の方は下記までお問合せください。

■お問合せ 農業商工課 ☎35-2114

体幹トレーニング&ストレッチ教室 好評実施中！

平成27年3月より実施している、「体幹トレーニング&ストレッチ教室」は、好評につき継続実施しています。毎週、昼夜のコース合わせて約20～30名の参加者がおり、1人ひとり目標に向かって運動しています。運動不足になりがちな冬に向けて運動しませんか？

■日程 10月～12月までの毎週火曜日（10月11日を除く）

■時間 昼コース 10:30～11:20

夜コース 18:30～19:20

※変更・中止する場合があります。

■場所 ふれあい すこやかホール

■内容 ストレッチ

体幹トレーニング（胴体部の筋力トレーニングのようなもの）

有酸素トレーニング

※息が弾む程度まで運動します。

■対象 沼田町に住む成人以上の方（医師より運動制限されていない方）

■申込み・お問合せ 保健福祉課 健康グループ ☎35-2120



広報ぬまた お知らせ版



平成28年9月23日発行 第983号(2/2)

発行：沼田町役場 編集：総務財政課広報情報グループ 電話：0164-35-2111

ホームページ <http://www.town.numata.hokkaido.jp> メール soumu@town.numata.lg.jp

麻しん(はしか)患者が急増中！ ご注意ください

8月中旬から関西地方で麻しん患者が発生し、現在はその地域が拡大し、約100名(9/15時点)にも増加しています。海外で麻しんに感染した方が、発症中に帰国したことが原因です。感染力が非常に強いいため、交通網の発達による人の往来も相まって、今後の爆発的な感染拡大が危惧されます。

海外での滞在歴やこれらに該当する方との接触、体調異常等を感じた場合は、早めに医療機関を受診しましょう。受診の際は、あらかじめ電話でその旨をお申し出ください。

■症状 感染してから約10日後に、発熱、咳・鼻水、結膜の充血、口の中のまだら等が続く。

→ 2～3日後に39℃以上の高熱と発疹が出現。

→ さらに肺炎や中耳炎、脳炎(患者1,000人に1人)等を合併しやすい。

■予防 ①空気感染するため、手洗いやマスク着用は予防効果がないほどに強い感染力です。
②ワクチン接種(生後12～24か月に1回、就学前1年間に1回の計2回)が唯一の予防法です。

③麻しん患者と接触後72時間以内にワクチン接種、又は5～6日以内にγ(ガンマ)-グロブリン注射を受けることで、発症予防できる場合があります。

④予防接種歴がない方、わからない方は、かかりつけ医に相談しましょう。

■麻しんワクチンは、平成20年度から2回接種することになりましたが、平成2年4月1日以前に生まれた方は1回しか接種していないため、感染の危険性が高く、注意が必要です。もうすぐ1歳になる乳児も、母親からの免疫効果が薄れる時期のため、同様に注意が必要です。流行地域に行く場合は、かかりつけの医師にご相談ください。

■お問合せ 保健福祉課 健康グループ ☎35-2120

キップ・定期券は、JR石狩沼田駅でお買い求め下さい。
祝祭日を除く月～金の7:20～13:40で販売中です。
※9:00～9:30、11:20～12:30は窓口を閉めております。

平成28年度深川保健所「こころの相談」「思春期相談」について

現代はストレス社会といわれ、こころの問題を抱えた方が増えています。

深川保健所では、専門医師による「こころの健康」無料相談会を月1回実施しています。ご希望の方は下記の日程をご覧ください、予約した上でご利用ください。秘密は厳守いたします。

なお、保健師による面接・電話での相談は随時お受けできますので、お気軽にご利用ください。

【相談内容例】

- ・落ち込んで何もしたくない。
- ・不登校やひきこもり等、思春期・青年期のこころの悩み。
- ・眠れない日が続いて、やる気がない。
- ・人と会うのがおっくうで閉じこもりがちになっている。
- ・認知症や物忘れに関する心配がある。
- ・周囲のことが過度に気になる。
- ・お酒や薬物、ギャンブル等で仕事や家庭に支障がある。
- ・話のつじつまが合わない。
- ・大切な人を亡くして、つらくて立ち直れない。



日 時	事前予約の締切日	場 所
10月20日(木) 13:30～16:00	10/17(月)	いずれも 12:00迄 深川市2条18番6号 北海道深川保健所
11月18日(金) 14:00～16:30	11/15(火)	
12月15日(木) 13:30～16:00	12/12(月)	
1月19日(木) 13:30～16:00	1/16(月)	
2月17日(金) 14:00～16:30	2/14(火)	
3月16日(木) 13:30～16:00	3/13(月)	

■申込み・お問合せ 北海道深川保健所 健康推進課健康支援係 ☎22-1421

「メールぬまた」登録受付中です！

「メールぬまた」は非常災害など緊急事態の情報を携帯電話等で受信できるサービスです。随時登録を受け付けておりますので町民皆様方の登録をお願いします。

1. numata_info-1@req.jp へ本文、件名を空白にして送信してください。

(QRコード対応機種をお持ちの方は、右のコードを読み取ると便利です。)



2. 送信後に送られてくる「メールぬまた登録手続きご案内」のURLをクリックしてください。

3. 登録画面にて必要事項を入力し、送信してください。〔ご登録ありがとうございます〕というメールが届けば登録完了です。※利用者の方で機種を変更した場合やメールアドレスが変わった場合、迷惑メール防止設定をしていると、受信できない場合がありますので、設定を確認の上、再度ご登録をお願いします。

もっと知ろう！ 結核のこと ～毎年9月24日から30日は結核予防週間です～

結核は、明治時代から昭和20年代までの長い間、「国民病」「亡国病」と恐れられましたが、医療や生活水準の向上によって、現代では薬を飲めば完治できる病気になりました。

しかし、今も国内では、1日に約50人の新しい患者が発生し、5人が命を落とす重大な感染症です。

結核とは？

1. 結核菌が主に肺に入り、炎症を起こすことで起こる病気です。
2. 感染した人の咳等から撒き散らされた、空気中にふわふわと浮いている菌を吸い込むことで感染します（空気感染）。
※空調換気の悪い場所では、感染源となる人が、直接、目の前にいなくても感染する場合があります。
3. 症状の有無に関わらず、過去に感染したことのある人の免疫力が低下すると、再び発症する場合があります（結核菌は体内で数年から数十年眠り込みます）。

こんなときは早めに病院へ…

- ・倦怠感がある
- ・咳が2週間以上続いたり、痰が出たりする。
- ・急に体重が減る。
- ・高齢者の方で、該当する症状がある場合は、早めに受診してください。



※咳が出る時は、周りの人にうつさないよう、マスクを着用しましょう。

～予防のために～

- ・適度な運動とバランスのよい食事、睡眠で、免疫力を高めましょう。
- ・タバコは吸わないようにし、肺の健康を守りましょう。
- ・乳幼児は重症化しやすいため、生後5ヶ月になったらBCGワクチンを接種しましょう。

もっと詳しく知りたい方は 結核予防会 HP <http://www.jatahq.org/>

■お問合せ 保健福祉課 健康グループ ☎35-2120

日曜・祝日当番医のお知らせ

- ◆ 9月25日（日）
歯科系…定岡歯科医院（妹背牛町） ☎32-4118
内科・外科系…深川市立病院 ☎22-1101
- ◆ 10月2日（日）
歯科系…よりもと歯科医院（芦別市） ☎0124-22-4618
内科・外科系…深川市立病院 ☎22-1101
- ◆ 10月9日（日）
歯科系…木村きよし歯科（深川市） ☎23-3886
内科・外科系…深川市立病院 ☎22-1101
- ◆ 10月10日（月）
歯科系…あむデンタルクリニック（芦別市） ☎0124-22-2757
内科・外科系…深川第一病院 ☎23-3511
- ◆ 10月16日（日）
歯科系…ぬまくら歯科（深川市） ☎22-2757
内科・外科系…深川市立病院 ☎22-1101

9月23日から10月14日までの行事予定

	行事名	時 間	場 所
9月23日（金）	高齢者元気100倍！教室	10：00～	ふれあい
25日（日）	萌の丘ハイキング	9：00～	ふれあい前
26日（月）	脳トレ教室	10：00～	ふれあい
	HIPHOP ダンススクール	16：45～	ゆめつくる
	フィットネス教室	19：00～	ゆめつくる
27日（火）	高齢者サロン	10：00～	緑町コミセン
29日（木）	スポーツクラブ定期利用	19：00～	町民体育館
30日（金）	雪合戦教室	19：00～	町民体育館
10月3日（月）	のぞみ会	12：00～	ふれあい
6日（木）	スポーツクラブ定期利用	19：00～	町民体育館
7日（金）	高齢者元気100倍！教室	10：00～	ふれあい
	雪合戦教室	19：00～	町民体育館
11日（火）	体力測定会	10：00～	ふれあい
12日（水）	ふれあい総合健診	6：30～	ふれあい
13日（木）	ふれあい総合健診	6：30～	ふれあい
	スポーツクラブ定期利用	19：00～	町民体育館
14日（金）	ふれあい総合健診	6：30～	ふれあい
	高齢者元気100倍！教室	10：00～	認定こども園
	雪合戦教室	19：00～	町民体育館

