

各種自衛官等を募集します

自衛官候補生・一般曹候補生・航空学生・防衛大学校学生・防衛医科大学校医学科学学生・防衛医科大学校看護学科学学生・予備自衛官補を募集します。

応募資格等の詳細についてはお問い合わせください。

※自衛官候補生と一般曹候補生の採用年齢が18歳以上33歳未満に改正されました。

【問い合わせ先】

自衛隊札幌地方協力本部
小樽地域事務所
TEL 0134-2215521

無料法律相談所開設

次のとおり無料法律相談所を開設します。

◆日時 8月19日(水)
午後1時～午後4時

◆定員 6人

◆新型コロナウイルス感染拡大防止のため電話相談となります。

【申込・問い合わせ先】

余市町役場 総務課

TEL 0135-212112

※ご利用される方は、事前に申し込みが必要となります。

8月は「北方領土返還要求運動強調月間」です

我が国固有の領土である歯舞群島、色丹島、国後島及び択捉島からなる北方領土の早期返還の実現は、道民はもとより国民の長年にわたる悲願です。

北方領土問題の発端となった8月を「北方領土返還要求運動強化月間」と定め、道内各地で一層強力で北方領土問題を展開します。

一日も早い領土問題の解決に向け、ご協力をお願いします。

「子どもの人権110番」強化週間のお知らせ

法務局では、子どもの人権についての専用相談電話「子どもの人権110番」を設置しています。いじめや虐待など子どもの人権に関する悩みをご相談ください。

また、令和2年8月28日～9月3日までは、「全国一斉『子どもの人権110番』強化週間」です。期間中は、平日の受付を延長して、土日も対応します。

子どもの人権110番 0120-007-110 (全国共通・通話料無料)

◆受付時間 平日 8:30～17:15 (年末年始を除く)

◆強化週間中の受付時間
8月28日～9月3日の平日 8:30～19:00
8月29日(土)、8月30日(日) 10:00～17:00

【問い合わせ先】札幌法務局小樽支局
TEL 0134-23-3012

今月の納期

- 国民健康保険税 第2期
納期限 8月25日(火)
- 介護保険料 第2期
納期限 8月25日(火)
- 後期高齢者医療保険料 第2期
納期限 8月25日(火)
- 上下水道使用料金 7月分
納期限 8月31日(月)
- 町道民税 第2期
納期限 8月31日(月)
- 住宅使用料 8月分
納期限 8月31日(月)

(注) 口座振替をご利用の方は、8月25日(火)に引落としになりますので、前日までに残高の確認をお願いします。

また、失業、転職、病気などの理由により納期内納付が困難な方は、放置せず相談してください。そのまま放置すると、督促状が送付され、その後も納付・相談がなければ、滞納処分(預金、給与、不動産等の差押)となりますので、そのような事態になる前に、早めに相談してください。

粗大ごみ収集日と申込期間

収集日	8月28日(金)
申込期間	8月18日(火)から 8月24日(月)まで

積丹いろいろ

なぜ、新型コロナウイルスは生活習慣病で重症化？

新型コロナウイルス感染症では、生活習慣病を持つ方が重症化しやすいと示されました。新型コロナウイルス感染症に限らず、生活習慣病があると感染症は重症化する傾向があります。それはなぜでしょうか。

秘密は血管にあります。

血管の働きと重症化の関係

全身の血管には、内側に「血管内皮細胞」という細胞が存在し、その表面を「グリコカリックス」という毛が覆っています。

健康な血管内皮細胞は、血液凝固の調節や身体の水分量の調節などに関与し、身体を維持する大事な役割を担っています。グリコカリックスは、血流を制御し、血管内皮細胞を守ります。

今月の担当は・・・



住民福祉課 ことう さや 主任保健師 後藤 沙耶

グリコカリックスは少しの刺激で簡単に抜けてしまうのですが、4〜6時間程度で再び生えます。しかし、刺激が常に存在すると禿げたままです。禿げたままでは、血管内皮細胞を守るものがなくなり、血管内皮細胞は刺激によるダメージを直に受けることで、慢性的な炎症を起こします。

この慢性的な炎症状態が、血管内皮細胞の仕事を妨げます。血管内皮細胞は免疫機能の発現に深く関わっています。

この細胞がうまく働けないと、身体が異物と戦ったり排除したりする免疫の働きにも影響が出てしまいます。そして、血管内皮細胞に常に刺激を与えるのが、生活習慣病です。

高血糖の方は特に注意が必要です。

です。ジューズをこぼすと、べたべたしませんか？高血糖では、それと同じことが血液の中で起こっており、血液を泳ぐ細胞同士がくっついて、いる状態です。これでは、せっかく免疫細胞が出動しても仕事を全うしてくれません。

こういった要因が、感染症の重症化に関わっています。

血管内皮細胞を元気にしよう！

血管内皮細胞を健康に保つことは、生活習慣病のコントロールが大事です。

コントロール状況は検査数値で確認することができ、目標数値があります。ご自身のコントロール状況、気にありませんか？

お薬は、数値を適切に保つことを目的に、あなたに合ったものを

の医師が出してくれています。お薬もうまく使いながら、数値をコントロールすることが、血管内皮細胞を保つことに繋がります。

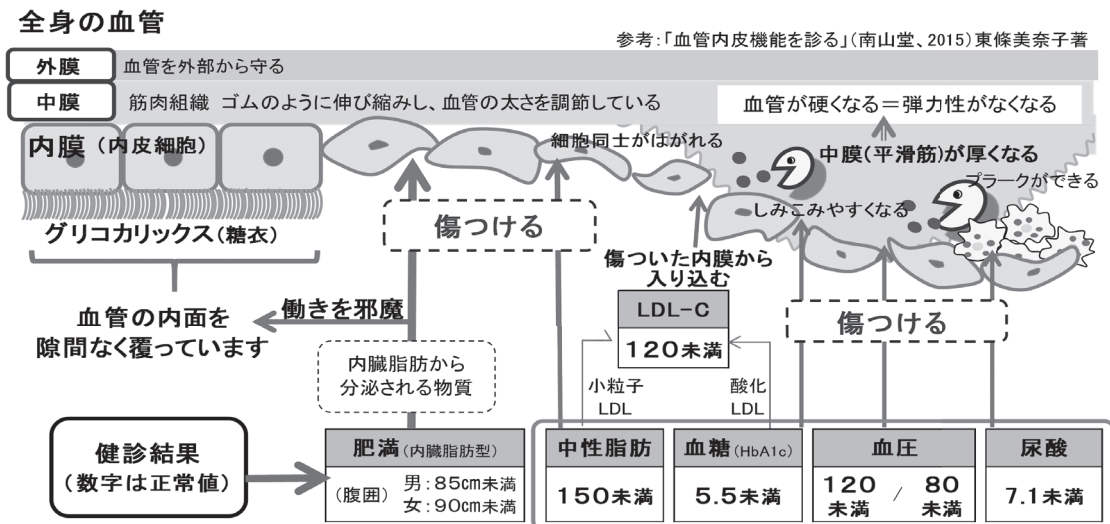
また、血管内皮細胞を丈夫にする

ことも重要です。家を建てる時、材料と大工さん、どちらが欠けても家は建ちませんよね。それと同じで、細胞を作るときは、材料である「たんぱく質」や「必須脂肪酸」と、細胞の大工さんである「ビタミン類」のどちらも必要です。

これらは、食べ物でしか摂ることができません。まさに、「あなたの食べたものが、あなたの身体を作っている。」と実感しますね。

新型コロナウイルス

参考：「血管内皮機能を診る」(南山堂、2015)東條美奈子著



個人の年齢・家族歴・病状等により、コントロール目標が異なります。

国勢調査が行われます！

国勢調査は令和2年10月1日を基準として日本国内に居住するすべての人と世帯を対象とした統計調査です。

国勢調査の結果は、国や地方公共団体の各種行政施策などに活用されます。

9月中旬に調査員から各世帯へ調査票が配布され、インターネットまたは書類での回答となります。

調査回答へのご協力をお願いいたします。

調査事項

- ①世帯員について
「男女の別」、「生年月日」、「配偶者の有無」、「就業状態」、「従業地又は通学地」など15項目
- ②世帯について
「世帯員の数」、「世帯の種類」、「住居の種類」、「住宅の建て方」の4項目

国勢調査回答の流れ

- ①調査員が各世帯を訪問し、調査書類を配布
- ↓
- ②インターネット又は書類による回答を選択し、調査内容を入力または記入
- ↓
- ③返信用封筒に入れ送付または調査員が回収（インターネット回答は回収・返送不要です）

【問合わせ先】役場企画課 44-2114

文芸だより

— 8月の俳句 —
(美国踏青俳句会)

水打って一人ぐらしも五十年
香水は「夜間飛行」をひと吹きに
大雨の博多の孫より熊見舞
夏至の日や畑仕事も長くなり
紫に髪染めし老女や風薫る
子つばめも風に乗りては宙返り
噴水のしぶき集める園児らよ
荒梅雨の災害報道釘付けに
海胆漁師息子は五籠親三籠
つばめの子団地の軒にえさを待つ

成田智世子
藤原 わ子
戸来 和子
河岸 悟郎
菊谷 知子
山崎美枝子
福田香名子
橋場 政男
福井 新一
板垣千恵子

善意に感謝します

社会福祉法人 積丹町社会福祉協議会
余市地方法人会積丹地区会
会長 佐藤 勝次 様 (美国町) マスク (50枚入り) 20箱
高橋 商店 様 (野塚町) 消毒液 20リットル

ふるさと納税の状況

全国の皆様
ご協力ありがとうございました
《令和2年6月30日現在》
352件 9,656,000円

8月の余市管内休日当番病院等

診療時間：午前9時～午後5時

日(曜日)	医療機関名	住所	電話番号
2日(日)	林 病院	余市町山田町	22-5188
9日(日)	よいち北川眼科医院	余市町黒川町	22-1308
10日(月)	池田内科クリニック	余市町黒川町	23-8811
15日(土)	黒川町整形外科クリニック	余市町黒川町	22-2447
16日(日)	森内科胃腸科医院	仁木町北町	32-3455
23日(日)	よいちクリニック	余市町山田町	21-4570
30日(日)	よいち整形外科クリニック	余市町大川町	48-5000

※受診される方は、あらかじめ病院等に電話確認をお願いします。

交通安全はみんなの願い

飲酒運転根絶！



人のうごき

世帯数/1,077世帯 (+4)
人口/1,949人 (+4)
男 / 903人 (+2)
女 / 1,046人 (+2)

●転入/6人(+6) ●転出/1人(±0)
●出生/0人(±0) ●死亡/1人(±0)

令和2年6月30日現在、()内は前月比

し尿収集の日程・8月

日(曜日)	地区	日(曜日)	地区
13日(木)	神岬・草内	24日(月)	来岸・西河
17日(月)	余別	25日(火)	野塚
18日(火)	余別	26日(水)	野塚
19日(水)	余別・来岸	31日(月)	日司