

年末年始『役場業務休業・営業時間変更』のお知らせ

役場庁舎及び関係施設の年末年始の業務時間が、次のとおり変更となります。

◆ごみ収集関係◆

施設名	業務休止期間
○ごみ収集	12月30日(土)～1月3日(水)
○リサイクル物収集	12月30日(土)～1月3日(水)
○クリーンセンター	12月30日(土)～1月4日(木)

◆積丹町生活交通バス「しゃこバス」◆

1月1日(月)のみ 計4便運休便あり

【神岬⇒美国方面】	1便目(定時運行)	運休
	2便目(予約運行)	運休
【美国⇒神岬方面】	1便目(予約運行)	運休
	5便目(定時運行)	祝日のため運休

(注) 休み期間中であっても死亡届や災害など緊急の用件は、総合文化センター管理室で受付します。

ただし、午後10時～翌午前8時30分までは、北後志消防組合積丹支署(44-2352)へご連絡ください。

◆役場庁舎及び関係機関◆

施設名	業務休止期間
○役場・余別支所	12月30日(土)～1月8日(月)
○国保診療所	12月30日(土)～1月8日(月) ※12月29日(金)午前のみ診療
○びくに保育所 ○子育て支援センター ○みなと保育所	12月30日(土)～1月8日(月) ※12月29日(金)午前のみ保育
○総合文化センター	12月30日(土)～1月5日(金)
○歯科診療所	12月29日(金)～1月4日(木) ※12月28日(木)午前のみ診療
○海洋センター	12月30日(土)～1月6日(土)

札幌管区気象台からのお知らせ

「大雪」に備えましょう



本格的な雪の季節を迎えました。晴れた日の白銀の世界は素晴らしく、ウィンタースポーツも楽しいですが、雪は時に災害を引き起こすおそろしい一面も持っています。

大雪による災害は主に、「冬型の気圧配置」や「発達した低気圧」、「北海道の沿岸に発生した小さな低気圧」によって起こります。

大雪になると立ち往生が発生したり、集中除雪による通行止めが実施される場合があります。

大雪による交通障害が予想される場合、あらかじめ目的のルートを変更したり、場合によっては不要不急の外出自体の延期・取りやめを検討しましょう。

気象台が発表する大雪警報や、大雪に関する気象情報、今後の雪の予想などをホームページで公開していますので、これらの情報を活用し大雪に備えましょう。

【問い合わせ先】札幌管区気象台天気相談所 TEL 011-611-0170



今後の雪
(気象庁HP)



北海道の積雪状況
(札幌管区HP)

中央バスから 「高速しゃこたん号」 のお知らせ

令和6年4月から運行体制が通年札幌—美国間の毎日2往復となります。

「神威岬行」は、廃止とさせていただきますことになりました。



地域住民の皆様には引き続き変わらぬご利用をよろしく申し上げます。

【問い合わせ先】
北海道中央バス株余市営業所 TEL 0135-23-2175

— 余市警察署通信 —



～窓口対応時間の変更～

○令和6年1月4日から警察署の「窓口業務の受付時間」が月曜日から金曜日（平日）9：00～16：30となります。

ただし、12：00～13：00の昼休み時間帯は、北海道収入証紙の売りさばき所が閉まるため、収入証紙の購入や申請写真の撮影ができません。

運転免許の更新など、申請に収入証紙や写真が必要で、昼休み時間帯に申請したい方は、あらかじめ準備して下さい。

詳細については、余市警察署交通課へお問い合わせ下さい。

～投資関連の詐欺に注意～

道内において投資関連の詐欺被害が増えています。SNS上の広告やSNSのダイレクトメッセージで突然連絡がくるものなど入口は様々ですが、多くが後に投資関連のLINE等のSNSグループに招待されて高額

の詐欺被害に遭っています。投資したら絶対儲かるという「うまい話」はありません。何か変だなと感じたら一人で悩まず、警察相談専用ダイヤル「#9110」に相談して下さい。

1月10日は「110番の日」

緊急通報は110番、相談電話は「#9110」

■110番は、事件・事故などが発生した際の緊急通報用の電話です。慌てず、落ち着いて質問に答えてください。

■警察官が早く到着できるように、その場所の住所や付近の目標となる建物などを正しく伝えてください。

■急を要しない困り事や相談は、警察相談電話「#9110」または最寄りの警察署、交番へお問い合わせ下さい。



小樽海上保安部便り No.42

海の「もしも」は118番

～ 冬の海難 ～

積丹町付近の海水温度は冬に入り非常に冷たくなってきました。

水温10度では約1時間で意識を失い、予想生存可能時間は1～3時間※1です。

冬（12～2月）発生の中転落は、過去10年で26人、そのうち半数以上は死亡しています。※2

事故発生から早急な発見・救助に繋げるため、海へ行かれる際は

- 行き先と戻り予定時間を伝えましょう
- 携帯電話やスマホを持ち歩きましょう
- 単独行動は控えましょう

※1 流速や服装、体力等により予想生存可能時間は変化します

※2 小樽保安部の管轄海域内で発生した人身海難



（携帯電話やスマホは）水辺では防水機能がある機種を！



小樽海上保安部

〒047-0007 北海道小樽市港町5番2号
0134-23-0481

今月の納期

- 国民健康保険税 第7期
- 介護保険料 第7期
- 後期高齢者医療保険料 第7期

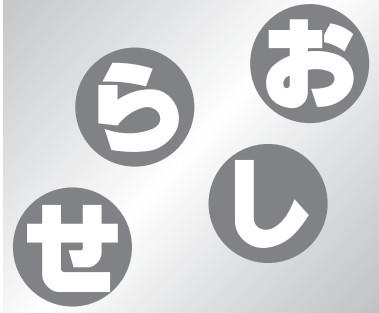
納期限 1月25日(木)

- 上下水道使用料金 12月分
- 住宅使用料 1月分

納期限 1月31日(水)

(注)口座振替をご利用の方は、1月25日(木)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。

【問合わせ先】
役場税務課 TEL44 - 3384



各種自衛官等を募集します

自衛官候補生(男子・女子)、
一般曹候補生、予備自衛官補
(一般・技能)を募集します。
応募資格等の詳しい内容は
お問い合わせください。

【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 1月17日(水)

午後1時～午後4時

◆定員 6人

【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。

北方領土の日特別啓発期間

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四島の早
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。

北方領土問題解決のため、
日露両国間では外交交渉が続
けられています。北方領土
返還要求運動が始まってから
60年以上が経過した現在なお、
領土返還の具体的な道筋は見
えないままとなっています。

北海道では毎年1月21日か
ら2月20日までを「北方領土
の日特別啓発期間」とし、北
方領土返還要求に係る国民世
論の高揚を図っています。

一日も早い領土問題の解決
に向け、皆様のご協力をお
願いします。

余市税務署からのお知らせ

スマホとマイナンバーカードでe-Tax！

- 1 国税庁ホームページから、スマートフォンやパソコンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンラインで提出ができます。
- 2 マイナポータル連携を利用すると、控除証明書などの必要書類のデータを申告書の該当項目へ自動で入力することができます。

(注) マイナンバーカード読取対応のスマートフォン（又はICカードリーダー）があればご利用可能です。
詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

「確定申告はマイナンバーカードとe-Taxでさらに便利！」

(https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/shinkoku/r5_smart_shinkoku/pdf/01.pdf)



「マイナンバーカードでマイナポータルと連携して確定申告書に自動入力」

(https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/shinkoku/r5_smart_shinkoku/pdf/03.pdf)



内閣府からのお知らせ

「重要土地等調査法」に基づき、12月11日に積丹町内の一部の区域を特別注視区域として指定し、1月15日に施行する予定です。

詳しくは内閣府のホームページをご参照いただくか、下記の内閣府のコールセンターまでお問い合わせ下さい。

【特別注視区域】

積丹中継所を中心とした周囲おおむね1,000メートルの区域

内閣府重要土地等調査法コールセンター TEL:0570-001-125 (平日 9:30～17:30)

(HP) <https://www.cao.go.jp/tochi-chosa> または「内閣府 重要土地」で検索

積丹いろいろ

転倒しにくい

体づくりに向けて

雪も降り始め、寒い日々が続いています。普段皆さんが歩く道も凍りはじめ、外出時における転倒の危険性が高まっています。

転倒を予防するには、それぞれの原因に対して対策をたてる必要があります。これから紹介することを大きく2つに分けて紹介します。

1つ目は「転倒しない環境づくり」です。

歩き慣れた道でも、冬の間は足元が滑る、雪で歩道が見えにくくなるなどたくさん危険が潜んでいます。家の中でも、段差につまずいてバランスを崩してしまいう方もいるかと思えます。万が一転倒してしまったとき、運よく無傷で済むこともありますが、場合によっては打撲、骨折といった大きなケガにつながることもあります。ここで、転倒予防のために必要なこと、転倒を防ぐ体づくりの方法を紹介いたします。

家の中で、普段歩くところに物を置かないようにするなど、身の回りを整頓しておくことで室内での転倒を予防することができます。

2つ目は「筋力トレーニング」です。家で簡単に出来るトレーニングとして「スクワット」を紹介いたします。

トレネーニングを継続することで下半身の筋力を鍛えることができ、転倒の危険性が低下します。健康運動指導士の大菅貴広氏（B&Gウォーキングクラブ講師）より提供いただいた

今月の担当は・・・



教育委員会生涯学習課
主事 佐々木 秀徳

た写真を参考にお試しください。

そして、これら2つの対策を両立できるのが「雪かき」です。普段見えにくい段差に気づくなど、家の周りを把握できるうえに、体のバランスを鍛えることができる効果的な運動で、様々な点で転倒予防につながります。

また、転倒予防のプログラムとして、B&G海洋センターで「てんとうむし教室」の開催を予定しています。

大菅流「スクワット」はこっちだ！

2月中の定期的な教室開催と日常的に継続可能なプログラム支援により日常における運動意識を喚起し、一人でも多くの高齢者が「転倒」によるケガ・骨折が原因で「寝たきり」にならず、健やかで活力ある生活を支援することを目的としています。

転倒を予防する能力を備える

ために、筋肉量を維持、基礎代謝の向上、体幹の強化等を図る運動を健康運動指導士の講師により行います。日頃より運動意識し、運動習慣を定着させることで、生活の中にある転倒の危険性を減らしていけるのではないかと思います。興味がある方はぜひご参加ください。



イスに座った姿勢から...

STEP 1

お尻上げ 2秒キープ 10回～15回

必ず上半身を前傾してからお尻上げを行います！



無理のない範囲で写真の姿勢をキープ！

STEP 2

立ち上がる際、膝の位置が前に出過ぎないように横から見たときにくの字になるように意識します。

【注意点】

1月のこよみ

7(日)	●積丹消防団 出初式 (10:30～ 総合文化センター) ●令和6年積丹町二十歳の集い (15:00～16:00 総合文化センター)
12(金)	●子育て支援センター「もちつき」
16(火)	●びくに保育所「もちつき」

17(水)	●町内全小・中学校 第3学期始業式
19(金)	●B & Gウォーキングクラブ定例ウォーキング会 (14:30～16:00 B & G海洋センター)
24(水)	●リフレッシュ学級「歌声サークル」 (14:30～16:00 B & G海洋センター)

文芸だより

— 1月の俳句 —
(美国踏青俳句会)

初春や生きることみな人の恩
肅々と十二月八日の夜なりけり
かぼちゃ粥供へて姑の忌を修す
係累の船にも飾る鏡餅
秋おしむサーフィン「夢中の若者ら」
旅立ちの弟に雪虫舞いにけり
窓を打つあられ一夜に雪となり
「来年はゆくよ」と孫の初電話

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

加納 フヨ 様 (日司町)	30,000円
匿名希望 様 (美国町)	30,000円

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5年11月30日現在》

696件 24,400,000円

1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
1日(月)	勤医協余市診療所	余市町黒川町	22-2861
2日(火)	小嶋内科	余市町黒川町	22-2245
3日(水)	田中内科医院	余市町浜中町	22-6125
7日(日)	林病院	余市町山田町	22-5188
8日(月)	池田内科クリニック	余市町黒川町	23-8811
14日(日)	黒川町整形外科クリニック	余市町黒川町	22-2447
21日(日)	森内科胃腸科医院	仁木町北町	32-3455
28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。

積丹町スマートフォンアプリ 「しゃこたん地域情報」

IP告知端末の更新を行い、電話機能の他にスマートフォンでも町からのお知らせなどが確認できます。



こちらからダウンロード

広報しゃこたんのアプリ 配信を始めました!

スマートフォンアプリ「マチイロ」で広報しゃこたんを読むことができます。



こちらからダウンロード

交通安全はみんなの願い

(ゼロ)
死亡交通事故 0 の日
1,638 日達成

(令和5年12月1日現在)

人のうごき

世帯数 / 1,013世帯 (-5)
人口 / 1,775人 (-7)
男 / 824人 (-4)
女 / 951人 (-3)

●転入 / 2人(-3) ●転出 / 5人(±0)
●出生 / 1人(+1) ●死亡 / 5人(+1)

令和5年11月30日現在、()内は前月比

慶弔録

こたにちはさく(出生)
なまえ おとうさん
かとう みらい
実 良太
くるとみ 美国町

おくやみ(死亡)
佐藤 ひとみ 74歳 幌武意町
本間 浩司 89歳 美国町