



**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。金銭・不動産などでお困りの方はお気軽にご相談ください。

日時 12月21日(水)  
午後1時～午後4時  
場所 余市中央公民館2階  
定員 6人

(1人の相談時間は30分)

【申込・問い合わせ先】

余市町役場 総務課

21・21112

ご利用される方は、事前に申し込みが必要となります。

**各種自衛官を募集します**

陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般・推薦)を募集しています。応募資格等の詳しい内容の問い合わせ先は次のとおりです。

【問い合わせ先】  
自衛隊札幌地方協力本部  
小樽地域事務所

0134・22・5521

**納め忘れはありませんか？**

次の町税(平成23年分)は、既に納期限が過ぎており、納付の確認ができない方に対し、納税催告書の送付を予定しています。

- ・町道民税 第1期～第3期
- ・固定資産税 第1期～第4期
- ・軽自動車税 全期
- ・国民健康保険税 第1期～第5期

町税は、貴重な町の自主財源ですので、納め忘れの無いようご協力をお願いします。

何らかの理由により納めることが難しい場合は、分割納付などの相談も行っていますので、役場税務課までご連絡ください。

役場税務課  
電話 44・21111  
IP電話 44・10007

**北海道の食を応援しませんか？  
北のめぐみ愛食応援団募集**

愛食運動の輪をより一層広げていくため、「地産地消」「食育」などの活動を実践していただく道内の企業や団体(支店、支部

を含む)及び3名以上のグループを募集します。愛食応援団の取り組みは道のホームページなどで広くご紹介しますので、ぜひご登録ください。

申請先

後志総合振興局(申請者の所在地がある総合振興局又は振興局)

申請方法など詳しくはホームページをご覧ください。

【問い合わせ】

北海道農政部長官の安全推進局  
食品政策課

011・204・5429

**し尿収集の日程・12月**

日(曜日)	地区	日(曜日)	地区
5(月)	入舸・幌武意	19(月)	山岸・多茂木
6(火)	幌武意・婦美	20(火)	多茂木
7(水)	婦美・丸山	21(水)	多茂木・西浦
8(木)	茶津・浜町	22(木)	西浦・東浦
12(月)	浜町・中央	27(火)	東浦・栄町
13(火)	柳町	28(水)	栄町・小泊
14(水)	西仲	29(木)	寺町・小泊
15(木)	西仲・山岸		

**今月の納税**

納期内完納にご協力ください

- 町道民税 第4期 納期限 12月26日
- 国民健康保険税 第6期 納期限 12月26日

今年も燃えます!

**どっこい積丹**

冬の陣

**鍋の競演 12月3日(土)**

会場/岬の湯しゃこたん 参加費/100円から  
時間/11時～なくなり次第終了

**当日作られる鍋**

- ◎網元の女将がつくるあんこう鍋 ◎どっこい積丹鍋
- ◎本鱈積丹鍋 ◎一本釣りソイ鍋 ◎究極の鰯鍋
- ◎寿司屋のソイ鍋 ◎積丹本家のごっご汁

当日開催 毎回大好評!特産品が特価で販売されます!  
**どっこい積丹市場即売会**

【問い合わせ】どっこい積丹冬の陣事務局(積丹観光協会)  
☎ 44-3715 FAX 44-3716

**平成24年**

**経済センサス-活動調査**

を実施します

- 平成24年2月に実施する経済センサス-活動調査は、全ての企業・事業所を対象に、全産業分野の経済活動を同一時点で網羅的に把握する我が国唯一の調査です。
- 調査の結果は、国の各種行政施策をはじめ、地域の産業振興や商店街の活性化などの地域行政のための基礎資料として利活用されます。
- 調査票は、平成24年1月末日までにお届けしますので、2月1日以降に提出してください。

どっこい積丹



調査の趣旨・必要性を御理解いただき、御回答をよろしく願います。

- 役場企画課 -  
電話 44-2111 IP電話 44-1002

# 健康ひろば

## インフルエンザの予防について

インフルエンザ流行時期は12月から3月です。この時期は、気温が下がり、湿度も低く乾燥し、ウイルスが長生きするため流行します。乾燥した空気で喉や鼻の粘膜が弱ったところにウイルスが襲いかかります。

### インフルエンザの症状

典型的なパターンとして突然38℃からときに40℃以上の高熱を発し、発熱と同時に悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛や全身の倦怠感がおこり、続いて咳やくしゃみ、鼻水、喉の痛みといった風邪の症状が現れます。

健康で体力のある人なら安静に保つことにより、5日から1週間程度回復しますが、重症化すると肺炎、脳炎・脳症などを起こすこともあり、既往歴がある方は特に注意が必要です。個人の問題だけでなく、流行する恐れがありますので、一人一人の予防に対する意識が大切です。

### 予防方法は？

①インフルエンザワクチンを受ける。

インフルエンザワクチンは「効かない」と誤解をされている方もいますが、接種を受けることで発病に至らない場合や症状が軽く済む場合もあります。

②栄養のバランスを考えた食事を心がけ、睡眠・休養をしっかりとる。

体力をつけ、抵抗力を高めることで、インフルエンザに感染しにくくなります。

③人混みは避ける。

人混みはインフルエンザだけでなく様々なウイルスもウヨウヨしています。できるだけ、流行時期は人混みを避けましょう。

今日は私が担当します！



住民福祉課 保健師 小林 美鈴

④マスクを着用する。

感染してからマスクするのではなく、人混みではマスクを着用する習慣をつけましょう。顔の皮膚、のど、鼻の乾きも防ぐこともできます。

⑤適切な温度と湿度を保つ。

インフルエンザは低温と湿度の低いところを好みます。

(温度22～24℃・湿度50～60%)

⑥外出後はうがい・手洗いを。

何気なく手は口元をさわっているものです。手洗いをしないしていると、口にウイルスだけでなく、様々な雑菌が入ってしまいます。うがい・手洗いによる予防効果は大きいので、必ず行ないましょう。(うがい薬を使わなくても効果があります。)

### 予防接種を受けましょう！

積丹町では、1歳以上の全住民に対し、予防接種の助成を行っており、役場住民福祉課、入舩・

余別支所で申請を受け付けています。※印鑑をご持参下さい。また、ワクチンに関する相談

なども受け付けていますので、お気軽に住民福祉課までお問い合わせください。

### わが家のめんこちゃん

今日は平成22年12月生まれのお子さんです。

かな た  
**加藤 奏風**くん  
(12月31日生・美国町)



押したり、つまんだり、指先を使う遊びに集中できるようになってきました。「絵本」「歌あそび」が大好きです。

「健康第一。のびのびと育ててほしいです。」  
(慶輔さん・明美さん)

くら は  
**園城 彪羽**くん  
(12月6日生・婦美町)




ねーちゃんの玩具を奪うのが一番の楽しみです。

「早く一人で生きて行ける子になってほしいです。」  
(建順さん・麻衣子さん)

### ・うがいの仕方

1. うがいがしやすい量(約20ミリリットル)の水、またはうがい薬を希釈したもやお茶(お茶には殺菌作用があるので意外と効果的です。)などをコップにとります。
2. 残った食べ物などを取り除く目的で、口に含んで強くうがいます。
3. 上を向いて、のどの奥まで液が回るように15秒程度うがいし、数回繰り返します。



### ・手洗いの仕方

1. 手を水で濡らし石鹸を泡立て、手の甲、手のひらから、親指、指の付け根、指と指の間をていねいに洗っていきます。
2. 爪の隙間を注意して洗います。この時歯ブラシなどを使って洗うと効果的です。
3. さらに10秒から15秒もみ洗いをします。この作業が手に付いた細菌等を洗い流すのに効果的です。
4. 清潔なタオルで手を拭き乾かします。

# 12月のこよみ

2(金)	●第19回 B & G 財団会長杯ソフトバレーボール大会 (18:30～ B & G 海洋センター)
3(土)	●どっこい積丹冬の陣「鍋の競演」 (11:00～ 岬の湯じゃこたん)
4(日)	●第17回みなと保育所生活発表会 (9:30～ みなと保育所)
16(金)	●無料巡回診療 (8:00～ 余別地区コミュニティセンター) ◆第2回町民文化教室「しめ飾り教室」 (18:30～ 総合文化センター)

「◆」は、別に参加者募集のお知らせをします。  
※都合により日程が変更になる場合がありますので、  
回覧などで確かめ下さい。

18(日)	◆第20回 B & G 財団会長杯バドミントン大会 (9:20～ B & G 海洋センター)
21(水)	●乳幼児健診・乳幼児相談 (9:45～ 総合文化センター)
22(木)	◆介護者元気教室 (11:00～14:00 総合文化センター) ●小・中学校終業式
23(金)	■天皇誕生日

善意に感謝します 社会福祉 積丹町社会福祉協議会  
竹谷 尚久 様(千葉県) 30,000円  
婦美収穫祭実行委員会  
会長 森本秀夫 様(婦美町) 10,000円

## 12月の余市管内休日当番病院等

※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。

年末・年始休日当番病院 診療時間 午前9時～午後5時

月日(曜日)	医療機関名	住所	電話番号
12月	4日(日)	よいち北川眼科医院	余市町黒川町 22-1308
	11日(日)	池田内科クリニック	余市町黒川町 23-8811
	18日(日)	黒川町整形外科クリニック	余市町黒川町 22-2447
	23日(金)	森内科胃腸科医院	仁木町北町 32-3455
	25日(日)	よいちクリニック	余市町山田町 21-4570
	31日(土)	よいち整形外科クリニック	余市町黒川町 48-5000
1月	1日(日)	脳神経外科よいち港南クリニック	余市町黒川町 21-5566
	2日(月)	わたなべ内科医院	余市町大川町 22-3989
	3日(火)	北郷耳鼻咽喉科医院	余市町大川町 23-5533

年末・年始当番歯科医院 診療時間 午前9時～正午

月日(曜日)	医療機関名	住所	電話番号
12月	29日(木)	原 歯 科	余市町黒川町 22-7301
	30日(金)	福 井 歯 科	余市町黒川町 23-4847
	31日(土)	デ ユ オ 歯 科	古平町浜町 42-3993
1月	1日(日)	水 野 歯 科	余市町黒川町 22-3391
	2日(月)	水 野 歯 科	余市町黒川町 22-3391
	3日(火)	佐 藤 歯 科	余市町大川町 22-3678

## 文芸だより

- 12月の俳句 -  
(美国踏青俳句会)

箏に酔う番屋の月のしろがねに  
ベダル漕ぐ角より釣瓶落しかな  
ころころと笑ふ二才児秋深む  
焼さんま夫へと小さき骨も抜く  
天高し番屋に匂ふ屋号傘  
琴の音によひたる帰路の月明り  
台風来まつ先に運ぶ花の鉢  
たも網の秋乃魚どつと落ちにけり  
手始めに漬樽洗ひ冬仕度  
うしろ手の媪ひとりの花野かな  
月残る空に朝日の登りゆく  
秋深し姉妹四人の足湯かな  
朝冷えに杖の先にも滑り留め

成田智世子 佐藤 久子 藤原 わ子 戸来 和子 山口 笑子 入江 幸子 菊谷 知子 河岸 悟郎 河岸 榮子 小寺 崇子 山崎美枝子 山口 直子 土沼 清

交通安全はみんなの願い

(ゼロ) 0 の日  
死亡交通事故

《後志第1位》  
《全道第5位》

4,095 日達成  
(平成23年11月1日現在)

### 人のうごき

世帯数 / 1,244 世帯 (-2)  
人口 / 2,523 人 (-7)  
男 / 1,170 人 (-4)  
女 / 1,353 人 (-3)

●転入 / 1人(±0) ●転出 / 8人(+6)  
●出生 / 1人(+1) ●死亡 / 1人(-4)

平成23年10月31日現在、( )内は前月比

### 慶弔録

おこなはま(出生)  
なまえ おとうさん  
佐藤 飛鳥 桃子 正仁 美国町  
おあさん

おくやみ(死亡)  
生駒 良作 81歳 丸山町

すえなが(くおしあわせに)(結婚)  
長谷川 理訓 美国町  
本間 絵 美国町

相住 馬出 政お 美国町

発行・編集 / 積丹町企画課 ■印刷 / 株式会社 印刷 / 株式会社 印刷 / 株式会社 印刷  
〒046-0292 北海道積丹郡積丹町大字美国町字船場48番地5  
☎ 0135-44-2111 / FAX 0135-44-2125

ホームページアドレス http://www.town.shakotan.hokkaido.jp  
E-mail kouho@town.shakotan.hokkaido.jp