



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 11月19日(水) 午後1時～午後4時
- ◆場所 余市中央公民館
- ◆定員 6人

(1人の相談時間は30分)
【申込・問合わせ先】

余市町役場 総務課
TEL 21-2112

※ご利用される方は、事前に申し込みが必要となります。

各種自衛官等を募集します

自衛官候補生(男子)、陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般・推薦)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。

【問合わせ先】

自衛隊札幌地方協力本部
小樽地域事務所
TEL 0134-22-5521

年末調整等説明会を

開催します

余市税務署では、平成26年年末調整にかかる説明会を次のとおり開催します。

◆日時 11月19日(水)

午前10時～正午

◆場所 総合文化センター

◆内容 年末調整の仕方などのビデオ上映・源泉徴収事務の改正点について・法定調書の提出についてなど

【問合わせ先】

余市税務署 調査部門
TEL 22-2093

11月11～17日は

「税を考える週間」です

国税庁では、国民の皆様にとっての意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、1年を通じて租税に関する啓発活動を行っています。毎年11月11日から11月17日を「税を考える週間」として、

集中的に様々な広報広聴施策を実施します。

平成26年の「税を考える週間」は、「税の役割と税務署の仕事」をテーマに実施します。

詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

国税庁ホームページ

www.nta.go.jp

余市警察署からのお知らせ

～社会に広げよう被害者支援の輪～

【被害者等のための各種相談窓口の積極的利用】

警察では事件や事故の被害に遭われた方や家庭内暴力、ストーカー、お子さんのいじめ問題などで悩んでいる方などの相談を受け付けています。

また、事件や事故による心の傷が癒されず悩んでいる方のために、民間被害者相談窓口のカウンセラーがあなたの話をお聞きします。事件や事故でお悩みの方は、勇気を出してご相談ください。

＜警察相談電話＞

- ・性犯罪被害 110 番 TEL 0120-756-310
- ・少年相談 110 番 TEL 0120-677-110

＜民間被害者相談電話＞

- ・北海道被害者相談室 TEL 011-232-8740

**土地・家屋に異動があったときは
役場税務課まで必ずご連絡を！**

固定資産税は、毎年1月1日現在、土地や家屋を所有している方にかかる税金です。

町では、家屋や土地の状況を定期的に調査していますが、正しい課税を行うため、次のようなときは税務課まで必ずご連絡ください。

- ◆家屋を新築・増改築したときや取り壊したとき、又は譲渡したとき
- ◆所有している土地の用途を変更したとき

【連絡先】 役場税務課 TEL 44-3384

今月の納税

納期内完納にご協力ください

- 国民健康保険税 第5期・納期限 11月25日
- 固定資産税 第4期・納期限 12月1日

登記相談会を開催します！

■日時

平成26年11月9日(日)

午前10時～午後4時まで

■場所

古平町文化会館

【問合わせ先】

札幌法務局

TEL 011-709-2311



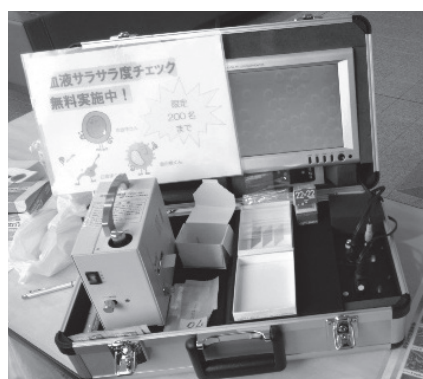
積丹いろいろ

住民健診会場での取り組みから 血液サラサラチェック！

積丹町内で行われる住民健診会場では、毎年、健康づくり財団より、「ミクロアイ」という教材機器を借用し、その場で、自分の血液を顕微鏡で覗いてみるという「血液サラサラチェック」コーナーを設置して、健診の参加者に好評を得ています。今年の利用者だけでも80人を越え、毎回、血液の変化を確認しに来られる方も多くいます。

参加された方の血液を見せていただくと、血液は常に「生まれ変わっている」こと、血液は「食べているもの」から作られていることを実感します。

このサラサラチェックでは、血液中の酸素を運ぶ赤血球を見ることが出来ます。赤血球は丸くて真中がくぼんでいる円盤の様な形で、ぶつかりあっても狭い所を通る時もプニプニとボールのように変形できる弾力性が



あります（レベル1）。寿命があり、数ヶ月もすると体の赤血球は全て生まれ変わります。

血液の中に、糖分が多いと、赤血球同士はベタベタとくっついてしまい（レベル3）、だんご虫のようになってしまいます（レベル4）。徐々に弾力性も失われて溶けたようになり、赤血球がいい仕事ができなくなるとともに、血管も傷つけていきます。甘いものを食べると口の中がベタベタしますが、血管の中

でも同じことがおきているのでしよう。

— A地区Nさんの変化 —
Nさんは、昨年の血液はレベル1〜レベル4のような状態でしたが、今年はレベル1にとても近い状態になっていました。Nさんは改善した理由をすでに自覚されており、「昨年の赤血球を見て甘い缶コーヒーをやめてみたんだ。昨年言われたしよ。だから良くなったんだと思う。」と自「すごいね変わるんだね」と自

今月の担当は・・・



積丹町地域包括支援センター
兼住民福祉課
やまざき みほ
保健師 山崎 美穂

分の赤血球が生まれ変わるのを眺めていました。

— B地区Sさんの変化 —

Sさんも昨年の血液はレベル3〜4でした。今年はレベル1にとても近い状態に変わっていました。「コーヒーはブラックにしたんだよね。おもしろいねこれ。うちの親にもやらせてみたい」と、次回の健診日を楽しみにされていました。

— キラキラ光るもの —
赤血球の周りに、キラキラ光るものが見えることがあります。それは尿痛風の原因となる尿酸の結晶やコレステロールの塊、だと言われています。

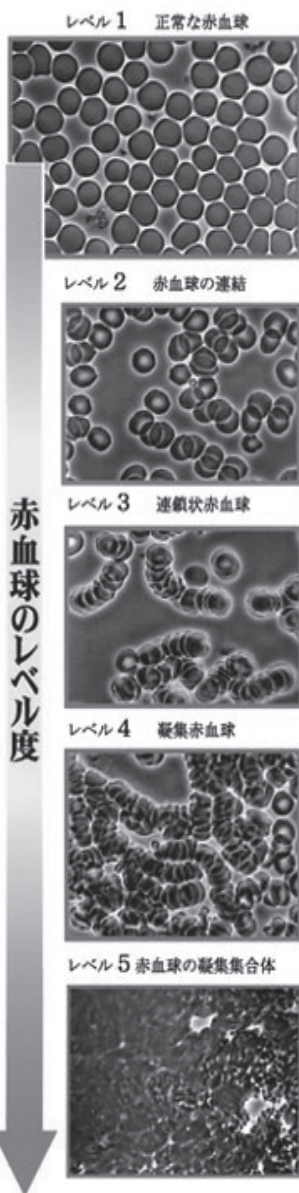
健診の当日に偶然痛風発作で足の関節が痛くなってしまう受診が必要な状況の方の血液を見

たところ、針のような結晶がありました。「これが、血管を傷つけるんだなあ」と、びっくりしました。毎回、「キラキラ今年もあるかなあ」とドキドキして検査する方もいます。

健診の血液検査では、これらの血液サラサラチェックを更に数字で確認することが出来ます。

今回の血液サラサラチェックで赤血球を数字で確認できる検査項目は「ヘモグロビン（Hb）」です。これは、赤血球の赤色を作っている成分であるヘモグロビンにどれだけの糖分がくっついているかわかる検査です。

みなさんの体の中を流れている血液を覗ける機会です。次回は、2月に予定しています。お楽しみに！



11月のこよみ

1(土)	●第44回積丹町文化祭(展示の部) (3日まで) (9:00~ 総合文化センター)	12(水)	●余別地区訪問・医療・健康相談事業 (14:30~ 余別地区コミュニティーセンター) ●健口教室 (13:00~ 総合文化センター)
7(金)	●積丹町防災訓練	15(土)	●バスで行く秋の健診ツアー(札幌市)
8(土)	●第44回積丹町文化祭(芸能発表の部) (18:00~ 総合文化センター)	18(火)	●献血 9:00~10:00 海洋センター 10:20~13:50 積丹町役場 15:00~16:00 積丹町商工会 ●巡回児童相談(総合文化センター)
9(日)	●札幌法務局登記相談 (10:00~ 古平町文化会館)	20(木)	◆第4回リフレッシュ学級「手打ちそば体験」 (15:00~ 総合文化センター) ●バスで行く秋の健診ツアー(札幌市)
11(火)	●冬の交通安全運動(20日まで)	26(水)	●丸山健康相談・健口教室 (13:30~ 丸山会館)

「◆」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、
I P 電話や回覧などで確かめ下さい。

文芸だより

— 11月の俳句 —
(美国踏青俳句会)

終着の村汐騒と蟲の音と
さやけしやラジオ体操第一に
ふた七日の遺影コスモスの花明り
花すすきに乗り三才児魔女めけり
仲秋の捨て家に咲く白桔梗
どの子にも応援園児の運動会
孫二人車椅子押す花野かな
仲秋の閉店の紙貼られけり
トマト挽ぎ手籠三個も日に吊す
仲秋や訃報三つの岬村
遠き日の夜店のガス灯星も降る

成田智世子
藤原 わ子
戸来 和子
山口 笑子
東 美知
入江 幸子
菊谷 知子
河岸 悟郎
小寺 猛
山崎美枝子
土沼 清

善意に感謝します 社会福祉法人 積丹町社会福祉協議会
戸来和子様(美国町) 50,000円

◆ し尿収集の日程・11月 ◆

日(曜日)	地区	日(曜日)	地区	日(曜日)	地区
13(木)	神岬・草内	18(火)	余別・来岸	26(水)	野塚
14(金)	余別	19(水)	来岸・西河	27(木)	日司
17(月)	余別	25(火)	野塚	28(金)	日司・入舸

＋ 11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)	よいちクリニック	余市町山田町	21-4570
3日(月)	森内科胃腸科医院	仁木町北町	32-3455
9日(日)	脳神経外科よいち港南クリニック	余市町大川町	21-5566
16日(日)	わたなべ内科医院	余市町大川町	22-3989
23日(日)	北郷耳鼻咽喉科医院	余市町大川町	23-5533
24日(月)	佐野内科クリニック	余市町黒川町	22-7001
30日(日)	勝田内科皮フ科クリニック	余市町大川町	22-3843

※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

(ゼロ)
死亡交通事故 0 の日

《後志第1位》
《全道第2位》

5,160 日達成
(平成26年10月1日現在)

人のうごき

世帯数/1,195世帯(-3)
人口/2,353人(-10)
男 /1,115人(-4)
女 /1,238人(-6)

●転入/2人(-9) ●転出/9人(+7)
●出生/1人(±0) ●死亡/5人(-1)

平成26年9月30日現在、()内は前月比

おくりやみ(死亡)

馬場 大和 恵雄 美大 美国町
なまえ おおしやせん とうろ

こころはまろく(出生)

慶弔録

下久横中
潤慈山畑
恭正智
一正子
69 81 73 83
歳 歳 歳 歳
美国 美国 日
町 町 司
町 町 町