

ウラス

# URANUSU

2021

9

No.684

## 主な内容

高等学校通学等支援助成申請の受付を開始します・3P  
年金生活者支援給付金制度について・・・4P  
初心者向けインターネット教室を開催します・・・5P

こども園なかよし  
盆踊り会



## こども園なかよし盆踊り会

8月19日(木)、こども園なかよしにおいて盆踊り会が開催されました。射的やスーパーボールすくいなど出店が並ぶ中、浴衣や甚平を着用した園児たちは、楽しそうに盆踊りを踊っていました。



### 光ファイバー整備に向けた住民説明会

8月20日(金)、役場において光ファイバー整備に向けた住民説明会が開催されました。現在、農村地域を中心に整備を進めている光回線についてNTT東日本による説明が行われ、約50名の参加者は熱心に耳を傾けていました。

サービス提供開始は、来春を予定しています。



### 一日交通安全キャンペーン

8月3日(火)、第29回一日交通安全キャンペーンが開催されました。

この取り組みは、町民全体の交通安全意識の高揚を目的とし、車両・歩行者に安全を呼びかけ交通事故の無い明るい町づくりを目指すものです。開会式後には、約100名の参加者により行政センター前での旗の波街頭啓発や、交通安全車両パレードが行われました。

## だれでも食堂のご案内



浦臼の野菜をできるだけ使用して月に1回町民が開く、町民のための食堂です。

新型コロナウイルス感染症対策により、予約制での開催といたしますので事前に申込みが必要となります。マスク着用のうえ、ぜひお越しください!

日 時: 9月25日(土) 11:30~13:30

※11:30から30分ごとの時間予約制です。

メニュー: 魚ホイル蒸し・サラダ・ご飯・みそ汁

※テイクアウトも出来ます(予約限定20食まで)

料 金: 大人200円 18歳以下無料

※新型コロナウイルスの感染状況等により、中止となる場合があります。

開催場所: ふれあいの家(中央団地敷地内)

申 込 先: 電話090-2811-8196

代表 鎌田 眞美

新型コロナウイルス感染症の予防に努めましょう!

<浦臼町教育委員会から高校生の保護者の皆様へお知らせ>

## 令和3年度 高等学校通学等支援助成申請の受付を開始します！

経済的な負担の軽減を図るため、高等学校等へ通学や下宿等をしている生徒の保護者に対して、高等学校通学等支援助成金を交付します。

対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○町内に住所があり、高等学校等に通学等する生徒の保護者</li> <li>○交付対象者と同一世帯の者が過年度分の町税を滞納していない者</li> </ul>
対象外の方・対象とならないとき	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活保護の受給者</li> <li>○交付対象者から辞退する旨の申し出があったとき</li> <li>○浦臼町高等学校通学等支援助成金交付条例に違反したとき</li> <li>○その他不正や、交付の必要がないと教育委員会が認めたとき</li> </ul>
助成対象・交付額	<ul style="list-style-type: none"> <li>○公共交通機関の通学定期券購入費相当額及び下宿代金の額 <b>交付上限額 月額10,000円/生徒一人(100円未満切り捨て)</b></li> <li>○自転車や保護者の送迎で通学している場合も含まれます。</li> <li>○他市町や他の制度から通学等に対する補助金が交付されている場合は、その額を除いた残額を助成金の額とします。</li> </ul>
申請方法	<p>《申請に必要なもの》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①在学証明書(令和3年9月に発行したもの)</li> <li>②振込先金融機関の預金通帳の写し(申請保護者名義のもの)</li> <li>③保護者と世帯主の印鑑 シャチハタ×。保護者と世帯主が同じ場合は1本でOK。</li> <li>④下宿者は下宿代を支払った領収書等の写し 月額がわかるもの。アパート等の借家も含む。 通学費と下宿等代金を両方支払っている場合も領収書等写しが必要です！</li> <li>⑤他の制度から補助金等が支給されている場合は、決定通知書の写し等金額がわかるもの。</li> <li>⑥申請書兼請求書(教育委員会にあります)。 通学手段と金額を記入します。 例)〇〇駅から△△駅までJRで定期代*,***円(何ヶ月分)</li> </ol> <p>《申請方法》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①～⑤を揃えて、教育委員会へお越しください。その時に⑥を記入していただいで申請となります。</li> <li>○昨年度助成金を受け取った方も忘れずに申請してください。</li> <li>○昨年度未申請の方は、昨年度生徒が高校に在学していたことが分かる書類も提出ください。</li> </ul>
問い合わせ先	浦臼町教育委員会学務係 電話：68-2166/FAX：68-2976



有料広告

### ほくもんフリーローン『まねき猫』

ご融資金利 年5.0%、年7.0%、年9.0%、年14.0%  
(固定金利・保証料含む) (平成27年4月1日現在)

※ご融資金利は保証会社の審査のうえで決定させていただきます。  
※さらにお取引内容によって上記金利より年0.20%優遇いたします。

・ご融資額 500万円以内 ・ご利用期間 10年以内

※融資条件を変更する場合は、手数料がかかる場合があります。  
※保証会社の審査によって、ご希望に添えない場合があります。  
※詳しくは当金庫本支店窓口にお問合わせください。

他金融機関、クレジット、消費者金融で

ご利用中のローンの借換もOK

ふれあいを大切にする  
**北門信用金庫**

<http://www.shinkin.co.jp/hokumon/>

北門信用金庫 浦臼支店 TEL 68-2011

ゴミは、分別して出しましょう!!

## 年金生活者支援給付金制度について

公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして年金生活者支援給付金が支給されます。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは日本年金機構（年金事務所）が実施します。

### 高齢者への給付金

以下の要件をすべて満たしている方が対象になります。

- ・ 65歳以上で老齢基礎年金を受給している
- ・ 世帯全員が市町村民税非課税である
- ・ 年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下である

### 障害者や遺族への給付金

以下の要件をすべて満たしている方が対象になります。

- ・ 障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している
- ・ 前年の所得額が約472万円以下である

### 請求手続き

すでに年金を受給している方で、新たに年金生活者支援給付金の対象となる方の場合、日本年金機構から請求手続きのご案内が届きます。同封のはがきを記入し、日本年金機構に郵送してください。令和4年1月4日までに請求手続きが完了しますと、令和3年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

これから年金を受給しはじめる方の場合、年金の請求手続きと併せて砂川年金事務所または役場くらし応援課住民係で請求手続きをしてください。

### 問い合わせ先

年金生活者支援給付金に関するご相談やご質問は、給付金専用ダイヤル（0570-05-4092）へお電話ください。

## 調停手続相談会を開催します

- ・ 開催日時 令和3年10月13日（水） 12:00～15:00
- ・ 開催場所 たきかわ文化センター2F（2号会議室）  
滝川市新町3丁目6番44号  
電話：0125-23-1281
- ・ 相談内容 金銭の貸し借り、売買代金、交通事故、近隣関係、土地建物等の民事に関することや、離婚や夫婦間トラブル、相続等の家事に関することについて、調停手続の利用に関する相談に無料で応じます。
- ・ 相談担当 民事調停委員、家事調停委員
- ・ 主催 公益財団法人日本調停協会連合会
- ・ 後援 最高裁判所
- ・ 連絡先 滝川調停協会（札幌地方裁判所滝川支部内）  
滝川市大町1丁目6番13号  
電話：0125-23-2311

## 初心者向けインターネット教室を開催します

現在、町で整備を進めている光回線をより多くの方に活用していただくため、インターネット初心者を対象とした教室を開催します。当日はタブレット端末(iPad)を実際に使いながら基本的な操作方法などが学べますので、iPadを使ったことがない方もお気軽にご参加ください。

なお、事前申込制となっておりますので、参加を希望される方は総務課企画統計係までご連絡ください。

日時 9月16日(木)①14:00～ ②18:00～ ※どちらも同じ内容です。

場所 浦臼町役場3階あかねホール

定員 それぞれ10名まで

対象者 インターネットやiPadを使ったことのない、もしくはこれから使ってみてみたい方

内容 端末の基本的な操作方法、文字の打ち方、インターネットを使った検索方法 等

参加料 無料

申込先 総務課企画統計係 電話：68-2111

※新型コロナウイルスの感染状況により、開催を延期または中止とする場合があります。

## 防災行政無線などを用いた情報伝達訓練の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。この訓練は、全国瞬時警報システム(Jアラート)(※)を用いた訓練で、浦臼町以外の地域でも様々な手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

(1) 訓練実施日時 令和3年10月6日(水) 11:00ころ

(2) 訓練で行う放送試験

情報伝達手段	放送内容
①防災行政無線	町内に設置してある防災行政無線から、一斉に、次のように放送されます。 【放送内容】 上りチャイム音 + 「これは、Jアラートのテストです。」×3 + 下りチャイム音



(※) Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

【お問い合わせ先】 総務課庶務係 電話：68-2111

## 自衛官募集

募集種目	資格	受付期間	試験日
防衛大学校 学生 (一般採用)	・R4年4月1日現在 18歳以上21歳未満の者	R3年7月1日 ～ R3年10月27日	1次：R3年11月6・7日 2次：R3年12月7日～11日 のうち指定された日
防衛医科 大学校学生 (医学科)	高卒者(見込み含む。) 又は高専3年次修了者 (見込み含む。)	R3年7月1日 ～ R3年10月13日	1次：R3年10月23日 2次：R3年12月15日～17日 のうち指定された日
防衛医科 大学校学生 (看護科)	詳しくはお問い合わせください。	R3年7月1日 ～ R3年10月6日	1次：R3年10月16日 2次：R3年11月27・28日 のうち指定された日
自衛官候補生 (女子)	18歳以上 33歳未満の者	年間を通じて行っております。 第4回メ切	第4回：R3年11月28・29日 のうち指定する1日
自衛官候補生 (男子)	現在32歳の方は生年月日により応募の可否が変わります。 詳しくはお問い合わせください。	R3年11月12日 第5回メ切 R3年12月10日	第5回：R3年12月18・19日 のうち指定する1日

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、受付期間及び試験日が変更・延期される場合があります。

また、自衛官候補生は募集定員に達した時点で年度内の募集を終了する場合があります。

詳しくは、自衛隊札幌地方協力本部滝川地域事務所までお問合せください。

「電話 0125-22-2140」「ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/sapporo/>」

買物は町内商店で買しましょう!!

コロナに負けない!

## ストレスと上手く付き合うために

新型コロナウイルス感染症によって、私たちの身の回りは大きく変化しました。「感染するのではないか」という不安や、感染者数の増加を報じるニュースに気持ちが暗くなりがちです。また、行動制限に伴う生活スタイルの変化も、知らず知らずストレスの要因となっています。「夜ぐっすり眠れない」「なんとなく身体がだるい」「仕事に集中できない」などは、実はコロナ禍での生活の変化が原因かもしれません。ストレスと上手く付き合うために、今一度生活を見直してみましょう。

### ◎睡眠リズムを整えましょう

夜に良質な睡眠がとれないと、日中の生活にも支障をきたす可能性があります。まずは睡眠リズムを整え、睡眠の質を高めることが重要です。

☆朝起きたら太陽光を浴びる→体内時計をリセットして本来の生活リズムに戻します。

☆日中はできるだけ身体を動かす→適度な疲労感が入眠を促します。

☆眠気を感じてから寢床に入る→「早く寝なくては」と思うほど頭が冴えて眠れなくなることがあります。リラックスして寢床に入りましょう。



### ◎スマートフォンは、使い方に注意

・画面から発生するブルーライトは太陽光にも含まれており、長時間使用すると脳が「昼間だ」と勘違いをして、睡眠を妨げます。寝る直前の使用は控えましょう。

・いち早く感染情報を得ることができるネットには、過度に不安をあおるものや、信憑性を疑うものもたくさん存在しています。正しい情報で冷静な判断をするために、スマートフォンから距離を置くことも必要です。



### ◎こんな時だからこそ、コミュニケーションを大切に

人が集まる行事に出向いたり、家族や友達とお出かけをする機会が減ってしまいました。孤独感やメリハリのない生活に、さらに不安を感じる方も多いと思います。コミュニケーションは、頭の中の考えを整理して吐き出すため、ストレス発散に繋がります。遠く離れた家族と電話で話す、友達にメールで近況報告、大切な人に心のこもった手紙やはがきを送るなど…。直接会えなくてもコミュニケーションの方法はさまざまです。



### 専門の相談機関を利用することも一つの方法です!

- ・浦臼町保健センター 電話：69-2100（平日8:30~17:15）
- ・北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター（感染症についての相談）  
電話：0120-501-507（24時間）
- ・日本うつ病センター メール相談

<https://forms.gle/doBQc8NxbWEujCnZ7> こちらからも利用できます→



有料広告

あなたの悩みに

すべての相談の相談料が  
**無料**になりました。

相談予約ダイヤル **0125-22-8373**  
平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

コタエを出します

札幌弁護士会 中空知法律相談センター

虐待かも?  
と思ったら **189**

3桁ダイヤル

全国共通の児童相談所虐待対応ダイヤルです。  
近くの児童相談所につながります。  
※通報者の秘密は守られます。

元気にあいさつをしましょう!!



## 子育て世代包括支援センター からのお知らせ



### 子育ての昔と今

浦臼町には、おじいちゃんやおばあちゃんと同居をしていたり、サポートを受けているお子さんがたくさんいます。子育て経験が豊富な祖父母の協力は、忙しいお父さんお母さんにとってとてもありがたいことです。しかし、生活スタイルや育児環境の変化、医学の進歩などにより、子育ての考え方や方法は大きく変わってきています。子育て、孫育てがよりスムーズになるよう、2ヶ月にわたって昔と今の育児の違いを紹介していきます。



昔

#### 【抱っこ】

抱きぐせがつくから  
あまり抱かないように



今



子どもの心の安定に  
つながります

抱っこされるほど「自分は愛されている」という自己肯定感が養われます。

#### 【母乳】

「1歳までに断乳」という  
目途が母子健康手帳に



自然とおっぱいから  
離れていく「卒乳」に

子どもの方からおっぱいを卒業するまで授乳しても問題ありません。

#### 【寝かせ方】

うつぶせ寝は頭の形がよくなる  
寝つきがよくなる



医学的理由が必要なとき  
以外はあおむけ寝を推奨

うつぶせ寝は乳幼児突然死症候群のリスクが高まります。

#### 【離乳食】

3～4か月頃から  
果汁をスプーンで与える



5～6か月頃から  
すりつぶしたおかゆなど

今は母乳やミルクに十分な栄養が入っているので、果汁を与える必要はありません。

～広報10月号に続く～

#### 【問い合わせ先】

浦臼町子育て世代包括支援センター（保健センター内 子育て支援係）  
電話：69-2100



今月の

粗大ごみ収集日

は 9月21日(火)

です。

9月14日(火)までに申し込みされた方の戸別(訪問)収集日です。

※10月の収集日は10月19日(火)です。み切は10月12日(火)までとなります。

### 短歌……浦白短歌会

農作業 忙しすぎて短歌に  
まさに心を亡くさんばかり

井川 惠美子

連日の暑さに耐えて紫陽花は  
つばめし花びら開く夕暮

井下 隼子

暑き夏 暦の上は立秋も  
涼しき風を待ちし人肌

藤岡 恭萬

入所して俵せ時間余りある  
今日も新聞丹念に読む

本間 マキ子

感動の汗と涙のドラマ生む  
悲喜こもごものコロナ下・五輪

森 一喜

七夕の夜空仰げど天の川  
見えなさまに星に願いを

森 小夜子



### お知らせします!

最終処分場放流水水質検査結果(7月分)



採取日	項目	水素イオン濃度 (pH)	浮遊物質 (SS)	生物化学的酸素要求量 (BOD)	化学的酸素要求量 (COD-Mn)	全窒素 (T-N)
7月15日(木)		7.6	1未満	0.6	3.2	2.0
	基準値	5.8~8.6	10以下	20以下	90以下	120以下

### 自動車運転免許更新時講習会

優良運転手のみが受講できる講習会で、ご自宅に「運転免許証更新連絡書」が届きますので、砂川警察署等で更新の手続き(申請等)を済ませ、「優良講習」対象者に該当するかどうか確認の上、受講してください。

更新手続きは、誕生日の前後合わせて2ヶ月間の間に行ってください。

とき 9月16日(木)・午後6時から  
ところ 奈井江町文化ホール(JR奈井江駅前)

### お誕生おめでとうございます

大野 詩穂ちゃん 拓生さん 7月27日  
美咲さん 晩生内第1

### おくやみ申し上げます

三浦 裕子さん 70歳 7月19日 鶴沼第1  
後藤 キエ子さん 89歳 7月24日 浦白第7  
吉井 基晃さん 69歳 8月11日 浦白第2

### ご厚志ありがとうございます 社会福祉協議会へ

○故人の生前のお礼として  
・日 諸 シズ子 浦白第6 3万円  
(故 日 諸 進 さん)  
・三浦 文夫 鶴沼第1 3万円  
(故 三浦 裕子さん)

### ひとのうごも

男 832人(-2人) 女 882人(-8人)  
計 1,714人(-10人)世帯数 823戸(-6戸)  
( )内は前月との比 ■7月末現在



### はい!こちら119番



その他の出動	救助出動	救急出動	警戒	火災出動	区分	
					期間	
0 (3)	0 (0)	12 (38)	1 (1)	0 (0)	7月1日 ↓ 7月31日	今月分
6 (15)	0 (5)	62 (233)	5 (10)	2 (2)	1月1日 ↓ 7月31日	累計

浦白町内の出動状況( )内は奈井江・浦白支署全出動状況

### 編集後記

9月号では、こども園なかよしの盆踊り会の取材に行かせていただきました。当日は浴衣・甚平を着て出店を周ったり、盆踊りを踊る園児たちの楽しそうな姿がありました。全国で各種イベントが中止になり、家族で出かけることさえも躊躇してしまう現状ですが、園児たちの夏の思い出になるものとなって良かったと思いました。

つい最近までの暑さがうそのように、肌寒くなってきましたね。季節の変わり目ですので、皆様体調には気をつけましょう!! (和)