

11:00 比布中央学校吹奏楽部

12:30 スノーベリー☆参上☆

13:00 P☆DASH KID'S
(キッズダンスチーム)

ステージ
イベント

体験
マルシェ

車掌さんコスプレ体験会

四輪バギー (一回1000円)

にじますつかみ取り (一回1000円)
(一回目10時・2回目12時30分)
※各時間無くなり次第終了です

ミニ縁日

ぴっぷも
マルシェやっちゃいます
ぴっぷ
駅マルシェ

2024

2024.9.15(日)

10:00~14:00

JRでご来場の方

ぴっぷ130年記念
パッケージのエレキバン
をプレゼント!



ところ

比布駅前広場

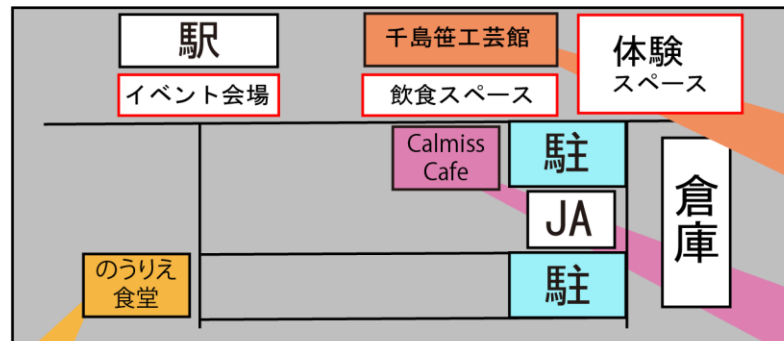
(比布町西町2丁目6番1号)



飲食マルシェ

- ◎キーマカレー、かつカレー、きくらげつくね丼など (ピピカフェ比布駅)
- ◎生ビール、焼き鳥、フライドポテト、チュロス、塩ザンギ、揚げたこ焼き、カットメロン (比布商工会青年部)
- ◎くま汁、にじますチップス (有)にじます工房)
- ◎ぴっぷりん、グラッとシフォン、メレンゲ、クッキー (ぴっぷりん)
- ◎エゾ鹿ソーセージステーキ串
エゾ鹿スライスジャーキー
エゾ鹿ウイナーソーセージ (PIPIYUK)
- ◎タピオカジュース、チュロス、チーズボール
新米おにぎり※100個限定 など (のうりえ食堂)
- ◎タコライス (Calmiss Cafe)

※駐車場の台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
※小雨決行。悪天候等により中止またはスケジュールを変更する場合があります。



千島笹工芸館

千島笹で作られた
工芸品を展示

farm of soul
「tomo」

鉢植え販売



Calmiss Cafe (カーミスカフェ)

グリーンカレー、ルーロー飯などを販売



のうりえ食堂

ラーメン(醤油・みそ)
チャー丼などお店の前で販売



北の恵み食べマルシェ2024にも出店!

9月14日(土)~16日(月・祝)の3日間、
旭川市で行われる「北の恵み 食べマルシェ2024」に、
比布町のブースで、メロンを中心に販売しています。
こちらもぜひお越しください。

■お問合せ先
ぴっぷ駅マルシェ実行委員会事務局
比布町役場商工観光課観光係
TEL(0166)85-4806 FAX(0166)85-2389

主催: ぴっぷ駅マルシェ実行委員会
後援: 比布町、比布商工会、比布町農業協同組合、北の恵み食べマルシェ実行委員会

掘り出し物いっぱい!

フリーマーケット!!

10時~14時30分

2024

ぴっぴ良佳村フェスティバル

9月29日

【会場】良佳プラザ遊湯ぴっぴ駐車場(上川郡比布町北7線16号)
【日曜日】10時~14時30分 [小雨決行] ※内容は変更になる場合がございます。

おいしい
売店
コーナー

※内容は変更になる場合がございます。

トマトジュース
焼きたてパン!

ぴっぴの完熟トマトジュース
ピリカの恵み
ピリカ(株)



焼き鳥・生ビール
ドリンクなど



比布商工会青年部

にじますチップス
クマ汁



にじます工房

ハンバーガー他



Cafe Rest Den

鹿肉ジャーキー他

PIPIYUK

肉&海鮮串焼き

グリル王子

フランクフルト他
陸別ういる

エッグワッフル

カムイの恵み Alice

カレーライスなど



ほくれいロッジ

ミニ緑日開催!!

スーパーボール
すくい1回100円



抽選券を
配布
します!

抽選会!! 誰でも参加OK!

配布券配布 11:45~12:00
抽選会 13:00~

遊湯ぴっぴ宿泊券やぴっぴスキー場シーズン券など盛り沢山!!

ステージ
イベント

ヒップホップダンス!! P☆DASH KID'S

主催: ぴっぴ良佳村フェスティバル実行委員会

後援: 比布町・ほくれいロッジ・ピリカ(株)・CafeRestDen・PIPIYUK

にじます工房・比布商工会青年部・グリル王子・陸別ういる

カムイの恵み Alice・グリーンパークぴっぴ・ぴっぴスキー場・(株)荒尾・良佳プラザ遊湯ぴっぴ(順不動)

問合せ先: 実行委員会事務局 良佳プラザ 遊湯ぴっぴ 電話(0166)85-4700(平日 9:00~18:00)

情報
発信!

イベントに関する
情報は
フェイスブック
ページ
「良佳プラザ
遊湯ぴっぴ」
をご覧ください!!

イベント会場アクセスMAP



ぴっぴのこくほ



令和6年9月発行【No. 107】

～今回のテーマ：「ポリファーマシー」について～

今回は、「ポリファーマシー（害のある多剤併用）」について掲載します。



○ 「ポリファーマシー」ってなに？

「ポリ(複数の)」＋「ファーマシー(調剤)」の造語で、単に服用する薬の数が多いことではなく、多くの薬を服用しているために、本来意図しない症状が引き起こされたり、薬の飲み間違いや残薬の発生につながったりする問題のことをいいます。一般的に高齢になるほど複数の病気にかかるリスクが高まるため、処方される薬の数が増える傾向にあります。だからといって、本来処方されるべき適切な薬の数を減らしてしまえば、治療の効果がなく、本末転倒になるということもあります。

ポリファーマシーへの対策として、**積極的にかかりつけの医師や薬剤師などに相談することが重要です。**薬を服用していて「なにか変だな」「いつもと違う」と感じて、自己判断で服用を止めたり減らしたりせず、必ず医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

○ 「おくすり手帳」について

医療機関や薬局へ行く際に「おくすり手帳」を提出することで、併用薬の相互作用などのチェックが行われ、副作用や誤飲の防止につながります。また、おくすり手帳を複数使うと、ほかの医療機関で処方された薬の確認が困難になりますので、**病院や薬局ごとに手帳を分けず、1冊にまとめるようにしましょう。**1冊にまとめることで、入院時の薬の管理や災害などの緊急時の備えにも役立ちます。



○ 「リフィル処方箋」について

リフィル処方箋とは、症状が安定していて、医師が可能と判断した場合に発行される、繰り返し使用できる処方箋です。対象となる症状、薬の種類は限られており、使用回数の上限は3回までとなっています。

通院の負担を減らすメリットがありますが、症状の変化等気になることがあれば、薬剤師に相談したり、病院で受診するようにしましょう。

(裏面につづく)



【 国保医療係からのお知らせ 】



○生活習慣病について知る：

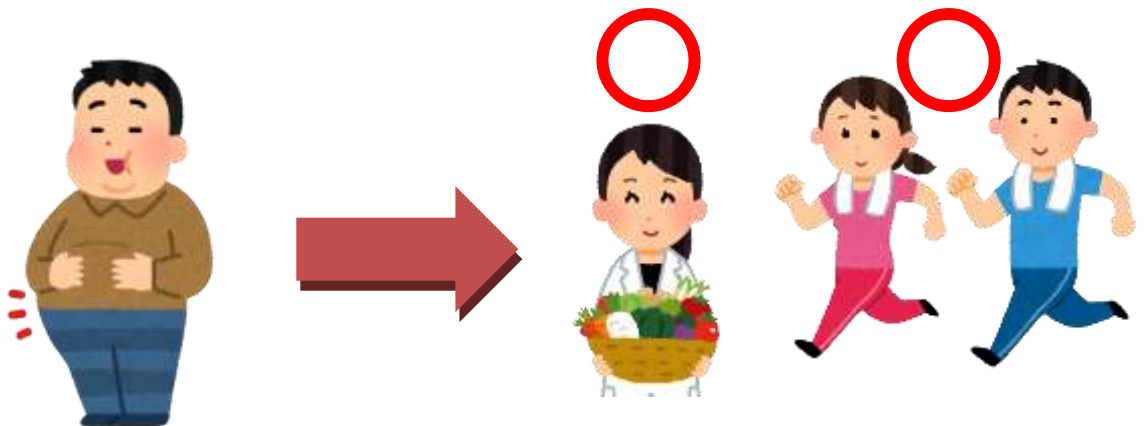
『メタボリックシンドロームってどんな病気？』

メタボリックシンドローム（以下 メタボ）とは、内臓脂肪型肥満（腹囲が男性：85cm以上、女性：90cm以上）に高血糖・脂質異常・高血圧が2つ以上組み合わさっている状態です（※高血糖・脂質異常・高血圧に関しては令和6年5月～7月発行のぴっぴのこくほで掲載しました）。単に腹囲が大きいというだけではメタボには当てはまりません。

それぞれの症状は、単独でも動脈硬化を進行させる要因となりますが、重症度が軽くてもそれらが重なることで、心臓病や脳卒中などに罹るリスクが大きく高まります。

なお、肥満になってしまう原因は単純で、1日で摂取したエネルギーが、使用されるエネルギーを上回ることで、余ったエネルギーが内臓脂肪として蓄積されます。摂取するエネルギーを減らす（野菜を多く摂る、間食を減らす等）、使用するエネルギーを増やす（運動する機会を増やす等）のいずれか、または両方を実践することでバランスを改善することができます。

重ねてきた生活習慣を自力で改善することは困難です。そのため、1年に1度は健康診査を受け、さらに保健指導（保健師・栄養士と一緒に健診結果を見ながら健康について相談できる）を受けることで、最適な方法で健康的な生活習慣・身体づくりを始められます。



メタボになる前に健康的な生活を♪

【お問い合わせ先】
保健福祉課 国保医療係 電話：85-4804（直通）



🍁 老人文化祭 🍁

老人クラブ連合会では、各愛好会等の日頃の文化活動の成果を発表する老人文化祭を開催します。
健康講演も実施しますので、**どなたでもお気軽にご来場ください。**

(詳細は10月にお知らせします)



【日にち】 令和6年10月10日(木)

【場 所】 改善センター 多目的ホール・ロビー

【内 容】



◆芸能発表

- ・カラオケ愛好会
- ・民謡愛好会
- ・いきいき体操クラブ

◆作品展示

- ・老人クラブ陶芸愛好会 等

◆アトラクション

健康講演
「カラダは食べた物からできている」

講師:株式会社 明治

人生100年時代を元気に過ごすカギ「栄養・運動・口腔ケア」について学びましょう!

問合せ:保健福祉課福祉係 85-4804

交通安全だより



秋の全国交通安全運動期間です。

令和6年9月21日(土)～令和6年9月30日(日)は

○反射材用品等の着用や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止

- ・夕暮れ時以降は、歩行者の姿が思った以上に運転者から認識しにくくなります。外出する時には反射材をつけるなどして自分の存在をアピールしましょう。
- ・道路横断中の交通事故が多発しています。「歩行者優先だから」との過信は危険です。横断歩道では必ず止まって左右の安全を確認し、横断中も周囲の安全を確認しながら渡りましょう。



○夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用と飲酒運転等の根絶

- ・秋になると日没時刻が早まります。夕暮れ時以降は早めのライト点灯を心がけましょう。また、夜間時は、ハイビームとロービームの切り替えをこまめに行いましょう。
- ・依然として飲酒運転による悲惨な交通事故は後を絶ちません。一人ひとりが「絶対にしない、させない」という強い気持ちで根絶していきましょう。

○自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

- ・自転車やいわゆる電動キックボードなどに乗る時は、ヘルメットを着用しましょう。ヘルメットの着用により事故発生時の致死率が大きく下がります。自分の命を守るため必ずヘルメットを着用し、交通ルールを守って安全走行をしましょう。



自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用

9月30日(月)は

「交通事故死 0 を目指す日」です。

歩行者も、自動車・自転車に乗る人も、交通ルールを守って事故ゼロへ！

交通安全協会の活動を紹介します

比布町交通安全協会では、4月から8月までに以下のような活動を行ってまいりました。

月日等	活動内容
4月5日	比布中央学校入学式交通指導
4月5日	比布中央学校入学式新入生啓発物配布
4月8日	春の全国交通安全運動（4月15日まで）
4月22日	比布中央学校交通安全教室
4月30日	網の目ローラー作戦
5月10日	ライオンズクラブ交通安全キャンペーン
5月13日	飲酒運転撲滅キャンペーン
6月13日	飲酒運転撲滅キャンペーン
8月13日	飲酒運転撲滅キャンペーン
4月	交通安全旗設置
毎月1日前後	町民交通安全の日(交通安全指導員立哨)
毎月15日前後	道民交通安全の日(交通安全指導員立哨)
毎月15日前後	交通安全パトライト作戦

9月以降も継続して啓発活動や啓発看板の設置等を行ってまいりますので、活動へのご理解とご協力をよろしくお願いします。



ライオンズクラブ交通安全キャンペーン



比布中央学校交通安全教室



飲酒運転撲滅キャンペーン

チャイルドシートの貸出しを行なっています

帰省したお孫さんの短期滞在のほか、乳幼児期や購入前のお試しなどで利用することができます。チャイルドシートは、お子さんの命を守るために大切なものです。短期的に使用したい方へレンタルいたしますので、お気軽にご利用ください。

※貸出しの予約等はありません。なお、お盆などの帰省時期は利用者数が増えます。在庫がなくなり、お貸しできない場合もございますのでご了承ください。

貸出し条件 町内在住の方で、比布町交通安全協会へ会費を納めている方(会員の方)
貸出期間は、最長3カ月間です

◆比布町交通安全協会◆

事務局：比布町役場税務住民課税務住民室環境生活係 電話(0166)85-4803

まなびっぶ



令和6年



発行 比布町教育委員会(TEL)85-2262



幼児向け運動教室水遊びの様子

「まち」の最新
情報はこちら

秋の天体観測のお知らせ



秋の天体観測を開催します。
みなさまのご参加をお待ちしています！

【公式LINEアカウント追加のお願い】

日時：9月17日(火) 午後5時30分～
対象：町民(中学生以下は保護者の同伴が必要です)
場所：比布中央学校(前期課程校舎側屋外)
申込み：●電話で申込み 教育委員会(85-2262)
●申込みフォーム(下記QRコードを読み取り)
※どちらかの方法にてお申込みください

延期や中止等の際は、こちらの公式LINEアカウントからメッセージを配信します。本事業にお申込みされる際は必ず下記QRコードより公式LINEアカウントを追加してください。

※LINEアカウントをお持ちでない方は電話での対応をさせていただくため、教育委員会(85-2262)までご連絡ください。

<申込みフォーム> ★事業の様子を町の広報紙やSNSで紹介する場合があります。ご了承いただけない場合は事前にご連絡(85-2262)ください。



<公式LINEアカウント>



令和6年度 町民文化祭作品出展者募集

作品展示部門

編集長
ヒラマツ



みなさんの素敵な作品を展示させてください！

日時：11月1日(金) 11月2日(土) 午前9時～午後8時
11月3日(日) 午前9時～午後3時
場所：比布町体育館
内容：絵画、クラフト、俳句、写真、陶芸、書道などの作品展示



文化祭の出展作品の申し込みを希望される方は10月4日(金)までに作品応募用紙を提出してください♪たくさんの出展をお待ちしています！

※作品応募用紙は教育委員会窓口に置いてあります

9月 ギャラリー作品展示のお知らせ

図書館ギャラリー



ペン遊会 ペン字作品展

展示期間：8月30日（金）～9月27日（金）

第4回白寿大学講義のお知らせ

下記の日程で開催します。学生の皆さんはご出席ください。

開催日：9月24日（火） 午前10時～

内容：切り絵に挑戦！

場所：福祉会館大講堂

持ち物：基本的には不要です。



※デザインカッターやカッターマットをお持ちの方はご持参ください

としかんまつり開催のお知らせ

9月7日（土）開催！

・よみきかせ会

午前10時～午前11時30分

・大道仮説実験（前期課程児童対象）

午前10時30分～正午

・食育講演会

午前11時～

ぶっくんシアター開催のお知らせ

大きなスクリーンで映画を見ましょう。

図書館窓口または、電話にて予約を受付します。

作品名については図書館へお問い合わせください。

日時：9月26日（木）午前10時～正午

場所：図書館視聴覚室

申し込み：比布町図書館（Tel 85-3354）

古本市開催のお知らせ

10月4日（金）～10月6日（日）

午前10時～午後6時 ※最終日は午後4時まで

○場所：比布町図書館

○その他：ご利用の際はエコバックをご持参ください

○問合せ：比布町図書館（85-3354）



～10月の行事予定～

○10月12日（土）

・比布中央学校吹奏楽部第3回定期演奏会

場所：比布中央学校

○10月14日（月・祝）

・ヨガイベント

場所：改善センター・体育館

○10月20日（日）

・比子連秋季廃品回収

場所：町内



（左）8月7日 比子連野外研修（旭川市科学館サイパル）

（右）8月21日 青少年育成活動 あいさつ運動

＜町民文化祭では「あなた」の作品をお待ちしています＞

令和6年度

町民文化祭作品展出展作品募集!!

1. 出展作品(部門)

絵画、水彩画、ちぎり絵、絵手紙、水墨画、クラフト、俳句、短歌、川柳、写真、陶芸、書道、彫刻、衣類、発明工夫等、作品のジャンルは問いません。

2. 出展対象 町内在住者および町内の団体

3. 出展方法 出展を希望される方は、作品応募用紙に住所、氏名、作品題名等を記入し、教育委員会社会教育係へ提出してください。

4. 作品応募用紙締め切り 令和6年10月4日(金)



5. 作品の搬入、展示、搬出及び展示会場設営の協力について

(1) 展示会場 農村環境改善センター(体育館)

(2) 搬入日 令和6年10月31日(木) 会場設営終了後から午後6時まで

(3) 展示日 令和6年11月1日(金)～11日3日(日)

※11月1～2日 午前9時～午後8時まで

※11月3日 午前9時～午後3時まで

(4) 搬出日 令和6年11月3日(日) 午後3時～午後4時

(5) 展示会場の設営準備を10月31日(木) 午前10時から、片付け作業を11月3日(日)午後3時から行います。ご協力をお願いします。

キリトリせん

令和6年度 町民文化祭作品応募用紙

作品題名			大きさ	
部門			住所	
ふりがな氏名			昼間連絡の れる電話番号	

① 作品応募用紙は、10月4日(金)までに教育委員会文化振興係へ提出してください。

② 作品は、10月31日(木)午後6時までに改善センターに搬入してください。

町民文化祭実行委員会

『有害ごみ』

もう一度確かめて!!

電池、バッテリー、蛍光管、体温計等は『有害ごみ』です。

家電製品、健康器具、調理器具、時計、電動玩具などには【電池、バッテリー】が入っている場合があります。もう一度確認してから、決められた分別方法に沿って出してください。

これらの製品からはずした【電池、バッテリー】は『有害ごみ』として出すか、電池回収BOXが設置されている協力店に持って行くよう、お願いします。

上の製品は「燃やせるごみ」には**絶対**入れないで!

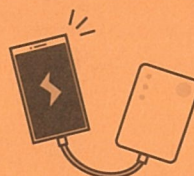
【電池、バッテリー】がはずせないものは『有害ごみ』として出してください。



携帯ゲーム機



電子たばこ



スマートフォン
モバイルバッテリー

お問い合わせ先

- 愛別町税務住民課生活環境係
- 当麻町税務住民課環境生活係

- 上川町税務住民課住民 G
- 比布町税務住民課住民環境係

令和6年9月号 こんにちは駐在所です

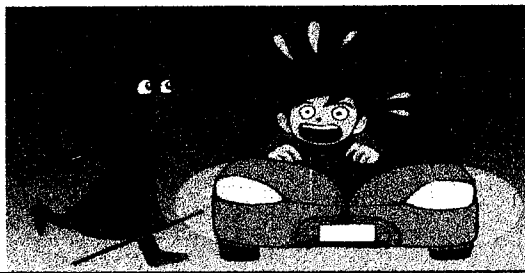
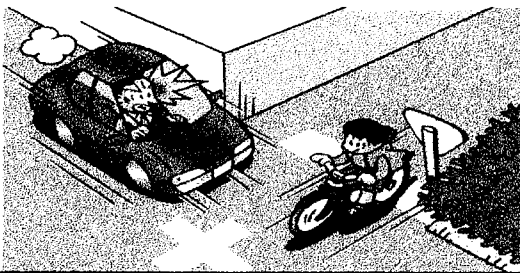
勤務員 比布～工藤(くどう)、板橋(いたはし) 蘭留～竹内(たけうち)

秋の全国交通安全運動

9月21日(土)から9月30日(月)までの間

運動重点

- 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶
- 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- スピードダウンと全席シートベルトの着用



違法改造車両は犯罪です

比布町内で、エンジンの騒音苦情などの通報が入っています。
マフラーなどの不正改造は違法となり、犯罪になりますので、絶対にやめましょう。



比布町飲酒運転の根絶パトロール!

8月13日にJR比布駅から居酒屋赤兵衛まで交通指導員と飲酒運転根絶パトロールを実施しました。
飲酒運転は絶対にやめて下さい。



ヒグマとの事故を防ぐために

北海道警察からのお知らせです。
9月は、ヒグマが冬眠に備えるため、食料を探して活動が活発となる季節となります。
野山では、ヒグマに遭遇する危険があるので、十分注意して行動しましょう。



北海道警察【https://twitter.com/HP_tiki】

発行～比布駐在所 TEL 85-2225・蘭留駐在所 TEL 85-3139

比布町は、だまされなぬ! 770番で 諒解退治!!

旭川中央警察署ホームページアドレス <https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/00ps/a-chuo-syo/>