

広報

ぴっぴ

5

May
2018
No.716

—見つめる目

学びの芽

芽吹き of 春—



65歳以上の皆さんへ

第7期（2018～2020年度）

介護保険料を決定



保険料は介護サービスの総費用と第1号被保険者（65歳以上の方）の人数を基に算出し、3年ごとに見直します。

第7期の保険料は、町内の有識者などで構成されている地域包括ケア推進協議会で審議され、その結果を受けて町が決定しました。

全国的に高齢化が進み、介護を必要とする高齢者が増えています。比布町においても例外ではなく、高齢化率が40%を超えており、今後も上昇することが見込まれます。

また、サービス利用者についても増加が見込まれ、給付費は制度が始まった2000年4月から約3倍にまで膨らんでいます。国で定める第1号被保険者の保険料負担割合も22%から23%に引き上げられており、今回の保険料の引き上げは、このようなことが

主な要因となっています。

町では、保険料を抑制するため、第6期までに積み立てた「介護保険事業準備基金」の取り崩しなどを行ったものの、すべての保険料段階において保険料が上昇しています。このため、被保険者の負担能力に応じたきめ細やかな保険料となるよう、第6期に引き続き、9段階の負担段階としましたので、皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

なお、各個人の保険料については、課税状況が確定する7月にお知らせします。

介護保険制度の改正など、詳しくは広報びつぷ5月号に折り込みのパンフレットをご覧ください。

■問い合わせ

役場保健福祉課介護保険係

☎ 85・4804

第7期（2018～2020年度）介護保険料 ※基準額（月額）6,600円×12か月＝79,200円

参考 第6期（2015～2017年度）介護保険料 ※基準額（月額）5,700円×12か月＝68,400円

区分	対象者	介護保険料（年間）
第1段階（基準額×0.45）	生活保護受給者・町民税非課税世帯で老齢福祉年金受給者・町民税非課税世帯で課税年金収入+合計所得金額＝80万円以下	35,600円
第2段階（基準額×0.75）	町民税非課税世帯で課税年金収入+合計所得金額＝80万円超120万円以下	59,400円
第3段階（基準額×0.75）	町民税非課税世帯で課税年金収入+合計所得金額＝120万円超	59,400円
第4段階（基準額×0.9）	本人が町民税非課税（課税世帯）で課税年金収入+合計所得金額＝80万円以下	71,200円
第5段階（基準額）	本人が町民税非課税（課税世帯）で課税年金収入+合計所得金額＝80万円超	79,200円
第6段階（基準額×1.2）	本人が町民税課税で合計所得金額が120万円未満	95,000円
第7段階（基準額×1.3）	本人が町民税課税で合計所得金額が120万円以上200万円未満	102,900円
第8段階（基準額×1.5）	本人が町民税課税で合計所得金額が200万円以上300万円未満	118,800円
第9段階（基準額×1.7）	本人が町民税課税で合計所得金額が300万円以上	134,600円

介護手当

介護用品を支給します

町では、在宅で介護する方を支援するため、介護手当・介護用品を支給しています。

対象となる方は、役場保健福祉課介護保険係に申請してください。

◆支給対象者

要介護3～5の認定を受けている町民税非課税の方を在宅で介護している方

□介護手当

支給月額 10,000円

□介護用品（紙おむつ、尿取りパット、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプー等）

支給月額 3,000円

※町内の薬局や商店で利用できる助成券を支給します。

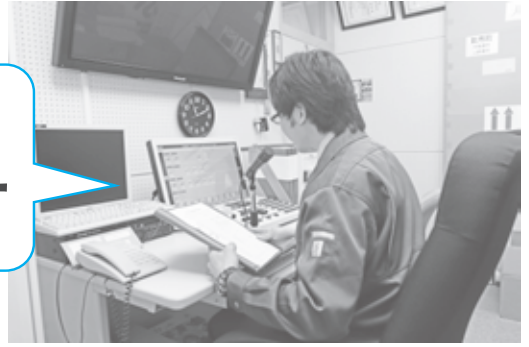
■問い合わせ

役場保健福祉課介護保険係

☎ 85・4804



皆さん こんにちは こちらは防災びっぷです



防災行政無線放送の 運用にご協力ください

町では、各家庭に戸別受信機を無償で設置し、行政や営農、そのほか生活に必要なさまざまな情報を住民の皆さんに提供する「防災行政無線放送」を行っています。
特に、災害が発生したときや、発生するおそれがあるときは、災害に関する情報や避難場所などを迅速に伝達する手段として、重要な役割を果たします。

◆戸別受信機

戸別受信機は、町が家庭に1台ずつ貸与しています。通常は各家庭用電源で動作していますが、停電になると内蔵されている乾電池に自動的に切り替わります。

乾電池のランプ（赤色）が点滅したら乾電池を交換してください。なお、乾電池は単3形2本で、費用は使用者の負担です。



◆こんなときは連絡を

▼受信機が設置されていない。（住居に二世帯が同居されている）も1台としていきます。

▼放送が入らない、または雑音などが入り聞き取りにくい。

◆引越しをするときは

▼町内での引越し
受信機を、そのまま使用してください。

※行政区（町内会）が変わった場合は、行政区別放送の設定を変更しますので、ご連絡ください。

◆町外へ転出するとき

▼町外へ転出の際に、受信機を役場
税務住民課戸籍年金係窓口へ返却してください。
※ご自分で取り外しができない場合は、ご連絡ください。

◆定時放送

▼昼は午後零時15分、夜は午後7時30分に行います。
※土・日曜日、祝日等には定時放送は行いません。

◆臨時放送

▼行事の中止や葬儀など、緊急やむを得ない場合に行います。

◆放送の申し込み

▼放送予定日前日の午後3時までにお申し込みください。

◆放送の回数

▼放送回数の目安は次のとおりです。

▼1回 イベントの中止放送など

▼2回以内 対象者が会員などの一部の町民のもの（例会など）

▼3回以内 対象者が会員などの一部の町民のほか、一般町民も参加できるようなものなど

▼4回以内 お悔やみ放送や全町的なイベントなど、行政上、特に必要な事項

サイレンなどで
重要なお知らせも
流れるので要注意！

Jアラートも
流れます！



◆放送を聞き逃した時は

▼再度、放送を聞き返したい場合は、☎85・3361へ問い合わせください。自動音声によりご案内します。（ただし、通信料は使用者の負担となります）



◆連絡・申し込み

役場まちづくり推進室広報係

☎85・4802



第39話

正しい生活リズムを整えて 糖尿病の発症を予防!

早寝早起き朝ごはん!



今月のテーマは「糖尿病と生活リズム」です。

◆生活リズムを作る時計遺伝子
体の細胞の1つ1つに生活リズムを作る末梢時計遺伝子があり、脳内には中心となる中枢時計遺伝子があります。生活が不規則になると時計遺伝子の働きが乱れ、糖尿病を起しやすくなります。

◆正しいリズムを整える
時計遺伝子のリズムは、朝の光を受けて起床後2時間以内に朝食を食べることで、24時間のリズムにリセットされます。朝食をとって、末梢時計遺伝子が活性化して朝食のエネルギーが全身に届き、初めて1日のスタートです。規則正しく食事をとり23時くらいには眠れるというのが理想のリズムです。

生活リズムを整えるには、朝食が大きなポイントです。朝食欠食者は、糖尿病を引

き起こす危険度が2倍になるという調査結果がでているほか、脳卒中になる人が多いことがわかったそうです。糖尿病などの生活習慣病は発症までに長い年月がかかるので、40歳くらいまでは欠食や夜更かしをしても障害はほとんど起きませんが、不規則な食事によって生活リズムが乱れると、血糖値や血圧が乱れ生活習慣病を発症しやすくなります。若いうちから意識して生活リズムを整えていくことが必要です。

◆糖尿病の発症・重症化予防をめざす食生活
時計遺伝子が十分に活動するには、朝食の栄養バランスがとても大切です。末梢時計遺伝子の活性化には、栄養素のタンパク質が影響するため、ご飯やパンなどの炭水化物だけでなく、卵や肉、魚などのタンパク質の多い食品の中から1種類、プラスして野菜、乳製品などが必要で、味噌汁やスープでまとめて食べると準備も簡単です。また、夕食の時間が夜9時以降になる時は軽めに食べて朝食で補うようにしましょう。

【生活リズムを整える効果】

- ①朝食をとっている人の方が朝食欠食者より体力がつく。
- ・体が朝から元気に活動するので、筋肉・骨格が発達する。
- ②夜早く寝ると体力がつく。
- ・睡眠の始めの1時間半(24時以前)の間にたくさん成長ホルモンが分泌されて、筋肉や骨を作り、修復する。

きたよん通信

上川中部基幹相談支援センター「きたよん」のこと。

平成26年4月に、当麻町・比布町・愛別町・上川町の4町で、障がいのある方(子どもから大人まで)やそのご家族などの相談の場として「上川中部基幹相談支援センター(愛称きたよん)」を開設し、5年目を迎えました。

「きたよん」の愛称は、上川中部の北4町で構成しているという意味と、「来たよ!」と言って気軽に来ていただけるように思いをこめてつけています。

「きたよん」では、来所や電話などによる相談を受けたら、障がい福祉サービスを利用する時に必要な計画を作成するなどの業務をはじめ、障がいに関する研修会の開催、手話奉仕員養成講座、だれもが暮らしやすい地域づくり協議会の開催、障がいのある方が気軽に集える場の提供などを行っています。

これまでの活動を通して、「きたよん」の業務内容は少

しずつ理解されてきました。障がいに関してどこに相談したらいいのか分からないという声もよく伺います。本人はもちろんです、周囲に困りごとを抱えている方がいらっしやいましたら、電話・ファックス・メール・来所など気軽に「きたよん」にご相談ください。

【職員の異動】

平成30年3月31日をもって、選任職員の方孫子真人が選任期間を終えて比布町へ異動しました。

新たに4月1日より相談支援専門員として藤田弘子、選任職員として愛別町より多津美聡が配属になりました。みなさんよろしくお願いたします。

●上川中部基幹相談支援センター「きたよん」当麻町3条東2丁目11番1号(当麻町役場庁舎内)

電話 84・7111
FAX 84・7333
Eメール

Kitayon@potato.ne.jp



ペットを飼うときは

ルールを守り正しく飼いましょう



近年、犬や猫などのペットを飼う人が増えています。

その一方で、野良猫の餌付けや犬の放し飼い、ふん尿の放置のほか、庭や畑荒らしなど不適切な飼い方による苦情も多く寄せられてきています。

ペットを飼うことは、動物の命を預かるということですので。飼い主は、ペットが健康で快適に暮らせるようにするとともに、他人に迷惑をかけるないようにする責任があります。

人と動物がともに生きていく社会の実現には、飼い主のモラルとマナーが大切です。

犬の飼い主の皆さんへ

◆外ではリードを必ずつけましょう

2メートル以内の引き綱をつけて犬を制御できる人が散歩

歩させましょう。

◆犬のふんや尿で、道路や公園・他人の土地を汚さないようにしましょう
排せつしてしまつたら、ふんは必ず自宅へ持ち帰り、可燃ごみとして処分するなど適切な処理をしてください。



◆飼育場所は清潔にしましょう

悪臭や害虫の発生を防ぐなど清潔に保ち、感染症などを防ぎましょう。

◆犬は必ず登録をしましょう

生後91日以上の飼い犬は必ず登録してください。詳しくは下記のとおりです。

◆狂犬病予防注射をうちましょう(年1回)

詳しくは、下記のとおりです。

◆人に危害を加えたり、鳴き声で近隣に迷惑をかけるないようにしましょう
飼い主のマナーを基本として、状況に応じて鳴き声が響かないよう窓を閉めるなど、他人に迷惑をかけるないようにし、しつけや訓練をしましょう。

【問い合わせ】

役場保健福祉課衛生係

☎85・4804

狂犬病予防注射は必ず受けましょう！

町では、犬の登録受付と狂犬病予防注射を行います。

【狂犬病予防注射】

「狂犬病予防法」により、生後91日以上の飼い犬は、年1回必ず受けなければなりません。

■日時・場所 右表のとおり

■手数料(1頭につき) 3,110円

※料金は、釣り銭のいらないようにご用意ください。

【飼い犬の登録】

生後91日以上の犬は登録手続きが必要です。まだ登録手続きをしていない方は、必ず登録手続きをしてください。

■手数料(1頭につき) 3,000円

【注意事項】

- ①鑑札と狂犬病予防注射済票は、犬の首輪などに必ずつけてください。
- ②飼い犬が死亡したときや飼い主が住所変更した際には、役場に届け出をしてください。
- ③町外の動物病院などで狂犬病予防注射を受けたときは、病院で発行された予防注射済証を持参のうえ、役場で狂犬病予防注射済票の交付手続きをしてください。(1頭につき550円の手数料がかかります)

6月16日(土)

役場総合車庫前

9:00~11:30



■問い合わせ■

役場保健福祉課衛生係

☎85-4804



比布町 ×



北海道日本ハム ファイターズ

比布町応援大使企画関連特集



北海道日本ハムファイターズの中島卓也選手と上原健太選手が比布町応援大使に選ばれたことを受け、様々な企画を展開しています。

今回そうした活動の一部を紹介します。

3月31日・4月1日

開幕戦応援ツアー

ファイターズの開幕戦にあわせて応援ツアーを開催。多くの町民の方が参加され、札幌ドームにて応援を行いました。野球少年団員たちもプロの試合を興味津々に見ていました。



4月17日

ぴっぷ後援会設立総会

3月20日の準備集会を経て、北海道日本ハムファイターズぴっぷ後援会の設立総会を開催。会則、役員（会長高橋朝義、事務局(株)上西新聞店）、事業計画などを決定した後、正式にぴっぷ後援会が発足しました。その後、ファイターズ球団職員の荒井昭吾氏による講演、後援会入会者による交流会を行いました。



11月の応援大使決定から急ピッチで進んできた本企画。後援会の発足により、ファイターズ関連の企画がより一層の盛り上がりを見せれています。

〈今後の予定〉

- ・5月4～6日の試合で、「比布町」の名が刻まれたヘルメットが着用されます。
- ・7月1日(日) 応援大使と記念撮影ができるツアーを予定。詳細は後日お知らせします。

選手たちがオフシーズンとなる時期に、応援大使の中島選手と上原選手に直接会うことのできる企画を計画中です。



北海道日本ハムファイターズ比布町応援大使オリジナルフェイスタオル好評発売中!

現在、役場総務企画課窓口にて、比布町応援大使オリジナルフェイスタオルを1枚1,000円で販売中です。このタオルは今回の比布町応援大使企画に際して作った限定商品で、今ここのでしか買うことができません。また、数に限りがありますので、お早めにお問い合わせください。

問い合わせ

役場総務企画課

まちづくり推進室

☎85・4802



グリーンパークびっぷ 5月3日オープン! 予定

冬季休業中だったグリーンパークびっぷですが、5月3日にオープンするため準備を進めています。今冬は積雪が多く、雪解けが遅れていることから、オープン日が変更となる場合があります。詳しくは役場産業振興課観光係までお問い合わせください。また、ホームページやフェイスブック等でもお知らせいたしますので、こちらもご確認ください。なお、シーズンの使用料などは下記のとおりです。みなさまのご来場をお待ちしています。

産業振興課観光係 ☎85・4806



平成30年度 グリーンパークびっぷ料金表				
券種	区分	金額		
パークゴルフ	1ラウンド	大人	300円	
		小人	200円	
	1日券	大人	600円	
		小人	400円	
午後券(12時~18時)	大人	400円		
	小人	300円		
シーズン券	町外(大人)	15,000円		
	町内(大人)	7,500円		
テニスコート	1コート	1時間	600円	
		1日	6,000円	
多目的広場	全面	1時間	2,000円	
		1日	10,000円	
	半面	1時間	1,000円	
		1日	5,000円	
キャンプ場	カーサイト(1区画)	1泊	1,000円	
		日帰り	500円	
	フリーサイト(1張)	1泊	300円	
		日帰り	200円	
			◆パークゴルフシーズン券の有効期限について◆	
			シーズン券の有効期限は購入日から1年間です	
			例) 購入日 平成30年4月23日	
			⇒有効期限 平成31年4月30日	
			用具 レンタル	
			パークゴルフセット(クラブ+ボール)	300円
			パークゴルフシューズ	300円
			テニスセット(ラケット+ボール4個)	300円
			テニスシューズ	300円
			サッカーボール	300円
			ストリートバスケットボール1個	300円

子どもの広場5月の行事予定

子どもの広場

■開催日■

月・水・金曜日：午前9時～正午・午後1時～3時

火・木曜日：午前9時～正午

※町民カレンダーに掲載しています。

■内容■ 入園前の親子を対象に、遊びや育児に関する情報提供や保護者同士の交流の場として開催しています。予約は不要です。

子育て相談

■開催日■

土日祝日を除く毎日午前8時30分～午後5時15分

■内容■ 子育て支援相談員による相談を行っています。必要に応じて、保健師や栄養士も対応します。事前に予約が必要です。

今月の行事

5月18日(金)：すくすく子育て講座 〈講師〉守屋陽子 氏

5月25日(金)：5月生まれお誕生日会

■問い合わせ■ 保健センター ☎85-2555



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				けんぼう きねん日	みどりの日	こどもの日
6	7	8	9	10	11	12
			0歳児 教室		母の日 せいさく	
13	14	15	16	17	18	19
			1歳児 教室	お休み	すくすく 子育て講座	
20	21	22	23	24	25	26
			2歳児 教室		5月生まれ お誕生日会 へき画 せいさく	
27	28	29	30	31	お天気のよい日はお散歩に行きます♪ お部屋では親子で楽しめる遊びも行います。	
		お休み				

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

町地域包括支援センター
 (役場保健福祉課内) ☎85・2112 (直通)

知っておこう！
 いざという時の
 介護施設

高齢になり、常に介護が必要になったり、一人暮らしに不安を感じたりという理由から、介護施設への入所を検討し始める人が増えていきます。

しかし、施設の種類はとても多く、それぞれに特徴があり、料金体系や利用できるサービスも多種多様です。今回は身近な施設を紹介します。



施設分類	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	介護老人 保健施設	認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	住宅型 有料老人ホーム (高齢者共同住宅)
町内施設	あそか苑	なし	無憂苑	グループ リビング桂
施設の役割	常に介護が必要で、 自宅では介護が できない方が対象	病状が安定し、 リハビリに重点を おいた介護が 必要な方が対象	認知症と診断され た高齢者が共同で 生活できる居住	居室の賃貸契約 ※介護サービスは 別契約
入居の条件	要介護3以上	要介護1～5	要支援2以上で 認知症を有する方	要支援～要介護
月額費用 ※近郊施設参考	4.2～12.1万円 程度	3.2～16.4万円 程度	10.8～15.6万円 程度	9～16万円程度
費用の特徴	施設サービス費 + 部屋代 + 食費 + 日常生活費			入居一時金 + 部屋代等 + 介護サービス費
部屋のタイプ	多床室 ※施設によって個室あり		個室	
施設の特徴	申込み順ではなく、 優先順位を 審査して入所が 決まります。	住まいに戻ること が前提であるため、 入所期間が 決まっています。	家庭的な雰囲気 が特徴です。	在宅と同様の介護 サービスを受ける ことができます。

認知症の方を介護する
皆さんへ

オレンジカフェ (認知症介護を語る会) では毎月1回介護をしている方が集い、気分転換や情報交換等を行います。ぜひご参加ください。

わからないことは
気軽に聞いてください！



私が新センター長です！



久保田 貴洋

比布町役場保健福祉課長補佐
 地域包括支援センター長

高齢者のみなさん、困ったことや不安なことがあったら、お気軽にご相談ください。みなさんがいつまでも笑顔で安心してイキイキと暮らせる町になるよう頑張ります。

今月の介護
 イケメン×イケジョ



新体制にて新たにスタート

比布駐在所 新職員紹介

4月から、比布駐在所の職員が変わりました。新たに工藤浩義所長と越田誠巡査が赴任。人数も2名に増え、新たな体制で比布町を守ってもらうこととなります。

2名とも比布に住むのは初めてのこと。そこで、比布に赴任するにあたっての意気込みを聞くべくインタビューを行いましたので、ここで紹介します。



比布駐在所の新たな顔 ベテラン警察官工藤所長

4月から、比布駐在所の所長として、比布町の駐在所員をとりまとめることとなった工藤所長。54歳のベテラン警察官です。剣淵町出身でこれまで旭川や札幌、北見や知床などにも勤務したことのある経験豊富な方です。

散歩が趣味という工藤所長。赴任される前の比布町のイメージを聞くと「いちごとスキーが有名とは知っていましたが…」とあまり知らなかった様子。しかし赴任してからの印象を尋ねると「交通安全指導員の方々や防犯協会など様々な組織による取り組みが積極的に行われていて、小さい町だけどころか



比布駐在所長
工藤 浩義 警部補

やっている」と、赴任前とはイメージが変わったようです。また、町民の印象についても「訪問活動で町民の方の家を訪問した際、にやさしく迎え入れてくれた」ことが印象的と話していました。

町民のみなさんに伝えたいことを聞いたところ、「どんな小さなことでも気軽に話して欲しい。みなさんが考えていることをとりまとめて、町とも協力しながら発信していくことが大切ですよ」とのこと。

横断歩道や通学路のことなど、気になったことはぜひ教えて欲しいとのことでした。最後に「記憶に残る警察官になりたい」と使命感にあふれる眼で抱負を語ってくださいました。

比布駐在所 越田 誠 巡査

若さで比布を元気に！

越田巡査



比布駐在所に勤務するもうひとりの職員、21歳新進気鋭の警察官、越田誠巡査です。

学生時代は卓球やハンドボールに打ち込み、そして警察官になったという越田巡査。赴任前に比布町のイメージとして思い浮かんだのは「ピップエレキバン」だったとか。そんな越田巡査も比布町に来て感じたのは、交通安全指導員といった警察官ではない一般の方の取り組みの熱心さだったとのこと。

比布に来てまだ日も浅く、まだまだ分からないことも多いと語る越田巡査。「初めて来た土地で、慣れない部分も

多い。仕事だけでなく、普段の生活でのつきあいでも、いろいろとやさしく教えて欲しい」とそうです。

警察官としての普段の業務では、パトカーを使った巡回パトロールだけでなく、訪問活動にも力を入れており、「訪問活動を通じて、町民のみなさんに顔を覚えてもらえるように頑張りたい」と抱負を語ってくださいました。

今回のインタビューで感じたことは、工藤所長も越田巡査も、町民からの「声」を積極的に聞きたいという思いでした。何か小さなことでも、気づいた時にはぜひ駐在所に足を運んでください。



先月号では「避難所・避難場所とは何か、どこにあるのか」について勉強したね。みんな覚えたかな？まだ覚えていない人は確認だ！町民カレンダーの最後にも載っているよ。

今月号は、比布町役場が発令する「**避難情報**」について勉強しよう！

避難情報…災害のおそれがあるときは、その状況に応じて町から①避難準備・高齢者等避難開始、②避難勧告、③避難指示（緊急）が発令されます。これらの情報に十分注意して行動してください。

①避難準備・高齢者等避難開始	②避難勧告	③避難指示（緊急）
<ul style="list-style-type: none"> 避難するのに時間がかかる高齢者やその支援者は避難を始めてください。 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めてください。 	<ul style="list-style-type: none"> 対象地域住民は指定された避難所に避難し、お互い助け合いながら速やかに行動してください。 	<ul style="list-style-type: none"> 対象地域の住民は直ちに避難しなければなりません。 まだ避難していない住民は直ちに避難してください。

災害のおそれがあるときは、その状況に応じて避難情報が分かっているんだ。防災行政無線や広報車などでみんなに伝えるよ。他にも気象庁が発表する「**特別警報**」を知っているかな？

「防災無線を注意して聞くりアル防災レッド」

もし「**特別警報**」が発表されたら…

経験したことのない重大な災害が予想される状況です。危険がせまっているため、直ちに命を守る行動をとりましょう。



避難勧告が発令され
たみたいだ！



災害はいつ起きるか分からない。それは災害の比較的少ない比布町でも同じだ。もし災害が起きて、僕の力ではみんなを助けることはできない…。一人ひとりが普段から災害に備え、避難計画を準備しておくことが重要だ。もし災害が実際に起きたときには、みんなで協力して助け合うことも大切だね。家族や隣近所の人たちと相談しあって、災害が起きたときや避難情報が出されたときに、どう行動するかあらかじめ決めておこう。そうすれば万が一のとき、必ず役に立つ。防災レンジャーとの約束だ！

■問い合わせ 役場総務企画課生活安全係 ☎ 85-4801

健康生活

中性脂肪について

中性脂肪とは、脂肪の一種ですが、健康診断の結果表ではTGといった記号で表示されています。これは、トリグリセリドまたはトリアシルグリセロールの略です。食物に含まれる脂肪は小腸で吸収して血液中に取り込まれ、通常は生命維持に使われるのですが、脂肪が余分だと皮下脂肪として蓄積され、これが中性脂肪となってしまいます。

食物の中で中性脂肪となるものは、脂質だけではありません。炭水化物やタンパク質にも関係があり、中性脂肪となる仕組みを紹介します。

○脂質

脂質はもちろん脂分ですが、体内で吸収される際は脂肪酸とグリセロールとに分解され、中性脂肪となるのはグリセロールです。

○炭水化物

主食である米、パンや麺類などの小麦粉が炭水化物の代表格です。腸内でブドウ糖に変化して、脳や筋肉によって

栄養となりますが、ブドウ糖が余ってしまうとグリコーゲンとなって、肝臓に蓄積して中性脂肪となります。

○タンパク質

高タンパク低脂肪の食事は太らないというイメージですが、タンパク質はアミノ酸に分解されて、それがグルコースという脂質になると、肝臓で中性脂肪になります。

中性脂肪が高くなる原因は食べ過ぎと運動不足、それにアルコールと遺伝的体質が関係しています。食べ過ぎは必要以上に栄養を摂取しているため、運動不足はエネルギーの消費が少ないため・・・といった具合に中性脂肪が高くなる因果関係が明確です。

アルコールには、糖分が含まれているので中性脂肪になるわけですが、アルコール自体はそのまま中性脂肪になるわけではありません。アルコールを分解する肝臓で、水と二酸化炭素に分解する際に中性脂肪の合成を促進する酵素を発生することで、結果的に中性脂肪が増えるのです。

町立びつぷクリニック

院長 加藤一哉

ぶっくんノート [5月号]



□開館時間 午前10時～午後6時

□休館日 毎週月曜日（祝日の場合は次の日）1日、7日、14日、21日、28日

□館内整理日 30日（水）

12 (土) おはなし☆ひろば

午前10:30～午後0:30 (予定)

よみかせと工作をします。自分だけのオリジナルブックカバーをつくろう♪本を読むのがもっと楽しくなりそう！みなさんの参加をお待ちしています。

蔵書点検のお知らせ



6月4日（月）～8日（金）は、本を点検するため、お休みします。本を返すときは、入り口にあるポストに入れてください。

18 (金) ぶっくん☆シアター (映画上映会)

午前10:00～

参加は無料で、申し込みも不要！

「王妃の館」

パリの一流ホテルに宿泊するツアーに、作家・北白川右京をはじめ男女11名が到着した。ツアー客たちは、新作の執筆に取りかかっている右京にふり回され、やがて、彼の物語に描かれている17世紀の世界へと迷い込んで行く。

■監督 橋本 一

出演 水谷 豊・田中 麗奈

原作 浅田 次郎「王妃の館 上・下」(集英社文庫) 2015 (平成27年) 邦画。124分。



おすすめ 新着図書



2

みんな、ほっこり！奇跡の実話漫画！



「大家さんと僕」

矢部 太郎 / 著

お笑いコンビ「カラテカ」の矢部太郎と一風変わった大家さんとの“2人暮らし”を描いた、ほっこりあたたかなコミックエッセイ。

1

全国の銘酒情報、簡単なつまみの作り方も満載！



「居酒屋ぼったくり9」

秋川 滝美 / 著

東京下町にひっそりとある居酒屋「ぼったくり」。そこにはうまい酒とおいしい料理、そして今時珍しい義理人情がある…。うまいものと人々とのふれあいを描いた短編連作小説第9弾。

3

日本ハムファイターズの選手が動物に変身して活躍する人気シリーズ！



「もりのやきゅうちーむふぁいたーず ほしのせかいへ」

北海道日本ハムファイターズ選手会 / さく 堀川 真 / え

北海道日本ハムファイターズの選手たちが森の動物に変身！宇宙にいる星座の野球チーム「すたーず」と、いつか野球ができればいいなと思っていた、こぐまのびーくんは…。

情報満載

比布町役場 (代表)	85-2111
総務企画課	85-4801
まちづくり推進室	85-4802
税務住民課	85-4803
保健福祉課	85-4804
地域包括支援センター	85-2112
産業振興課	85-4806
建設課	85-4807
議会事務局	85-4808
農業委員会	85-4809
比布町教育委員会	85-2262
図書館	85-3354
体育館・改善センター	85-2513
保健センター	85-2555
ぴぴたく号	85-4800
グリーンパークぴっぷ	85-2383
遊湯ぴっぷ	85-4700

わが家の アイドル



まるやま しょうすけ
丸山 翔輔ちゃん
修平さん・麻由さんの長男

(2歳6か月・中町)

くるくるふわふわの頭がチャームポイント!のりものとお外が大好きだよ! 喜ぶ時のポーズがかわいいんだよ♡よろしくね★

みなさんのご家庭のかわいいアイドルをご紹介ください。最近の写真とコメントを添えて、役場総務企画課広報係にお寄せください。写真はカラー・白黒を問わず、Eメールでの投稿もお待ちしております。宛先は裏表紙をご覧ください。

気をつけましょう

山には危険がいっぱいです

▼山菜採りに行くときは…

慣れた山でも、山菜採りに夢中になると「隠れた危険」があります。次のことに心がけて、山菜採りを楽しんでください。

【山菜採りの心構え5か条】

- ①行き先地を家族に知らせましょう
- ②単独での入山はできるだけやめましょう
- ③服装は目立つ色にしましょう
- ④通信手段(携帯電話など)や笛、ラジオ、非常食、懐中電灯などを携行しましょう

⑤迷ったら落ち着いて行動しましょう

なお、入山先が国有林のときは、上川中部森林管理署(☎61・0206)に連絡をして、承認書の交付を受けてください。

■問い合わせ■

旭川中央警察署

☎25・0110

▼入林時の山火事とマナー

山火事が発生しやすくなる危険な時期になりました。

林野火災の出火原因はタバコなどの人為的なものが多く、入林者の増加に伴う火災が多くなる傾向にあります。入林者は吸い殻などを投棄

したり、樹木を損傷したりせず、また、自家用車での入林の際は、他の通行に支障のないよう駐車マナーにも注意してください。なお、山林には所有者がいますので、森林所有者または管理者の了解を得てから入林してください。

▼ヒグマに注意

□山に入る前は、地元の人に聞くなど、熊の出没情報に気をつけましょう

□「熊出没注意」の看板のある場所には入らないようにしましょう

□ヒグマに人の存在を早めに知らせるため、笛、鈴、ラジオなどで音を立てるなどの工

夫をしましょう

□ヒグマの足跡やフンを見たときは、すぐに引き返しましょう

■問い合わせ■

役場産業振興課林務係



困っていませんか?

こんなときは
行政相談委員に相談を

行政相談委員は、みなさんと役所のパイプ役です。身近な相談相手として、助言や関係行政機関への通知などを行っていきます。

ご相談ください

特設人権心配ごと相談所を
開設します

年金、窓口サービス、登記、道路などの役所の仕事についての困りごとや苦情を行政相談委員がお聞きして、その改善を図ります。相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

■行政相談委員■

岡田 功さん(北4線8号)

☎85・2447

6月1日は、「人権擁護委員の日」です。旭川人権擁護委員協議会と旭川地方事務局

では、次のとおり「特設人権心配ごと相談所」を開設します。

こんなときは、 忘れずに届け出を!!



第1号被保険者の人

◇農業、商業などの自営業者やその配偶者、大学生、フリーターなど

こんなとき	届け出先	必要なもの
会社員・公務員になった	勤務先	年金手帳
住所・氏名が変わった	市町村役場	年金手帳
結婚して、会社員や公務員の被扶養配偶者になった	配偶者の勤務先	配偶者の勤務先へご確認ください

第2号被保険者の人

◇民間の会社員（厚生年金に加入）や公務員など（共済組合に加入）

こんなとき	届け出先	必要なもの
60歳になる前に職場を退職した	市町村役場	年金手帳、退職年月日のわかる書類
職場を退職し、自営業者の被扶養配偶者になった	市町村役場	年金手帳、退職年月日のわかる書類

第3号被保険者の人

◇第2号被保険者に扶養されている配偶者

こんなとき	届け出先	必要なもの
年収が130万円を超えた	市町村役場	年金手帳、扶養からはずれた年月日のわかる書類
60歳前に会社員・公務員になった	勤務先	年金手帳
配偶者が第1号被保険者になった	市町村役場	年金手帳、配偶者の退職年月日のわかる書類

平成30年度国民年金保険料

第1号被保険者 月額 **16,340**円

☆☆ 保険料は忘れずに納めましょう ☆☆

■ 問い合わせ ■ 役場税務住民課戸籍年金係 ■

■ 旭川年金事務所 ☎ 72-5004 または 5005 ■ ※自動音声案内

まちの人口 (3月末現在)

総数	3,781人	(+3)
男	1,773人	(+4)
女	2,008人	(-1)
世帯数	1,833世帯	(+16)

※住民基本台帳登録数
() は対前月増減数

合田フミエさん	93歳	(17区)
真鍋 俊勝さん	79歳	(20区)
石原 康子さん	81歳	(東町)
富塚マツ子さん	90歳	(西町)
斉藤トモエさん	71歳	(南町)
坂口 博さん	85歳	(寿町)
福井 重信さん	78歳	(緑町)

◆お悔やみ申し上げます◆
(氏名・享年・行政区)

◆誕生おめでとう◆
(あかちゃん・行政区・保護者)
藤原 俊太郎くん (緑町)
俊彦さん・朝美さん

※了承をいただいた方のみ掲載しています。

戸籍のまど (4月15日までの届出)

学校におけるいじめに関する問題や家庭間における暴行・虐待、住居・生活安全関係などの問題に無料で応じますので、お気軽にご相談ください。なお、秘密は固く守ります。

■日時 ■ 6月1日(金) 午前10時〜午後2時

■場所 ■ 福祉会館第4研修室

■相談担当者 ■

比布町人権擁護委員
山田 郁枝さん(西町)

■問い合わせ■
旭川人権擁護委員協議会
☎ 38・1065

◆ご参加ください◆
第9回全町親睦ミニバレー
ボール大会を開催します

町民の健康増進や体力維持、親睦を目的にミニバレー

ボール大会を開催します。
みなさんの参加をお待ちしています。

■日時 ■ 6月17日(日) 午前9時開会式

■場所 ■ 町体育館

■参加申込先 ■ 各行政区長

■参加締切 ■ 6月1日(金)

※チーム編成など詳しくは、行政区回覧などご確認ください。



■問い合わせ■
教育委員会スポーツ振興係

利用申し込みのお知らせ

6月の農産加工室利用案内

6月1日から30日までの間に、改善センター農産加工室の利用を希望する方は、5人以上のグループで、加工品目と数量をまとめてお申し込みください。

- 締切 5月7日(月)
- 抽選会 5月14日(月) 午前9時30分から、福祉会館

▼農産加工を学びませんか

農産加工グループ「農産加工ゼミの会」では、地元農産物の活用を図るとともに、加工技術を地域へ紹介し、農産物の加工を通じて、農業者と消費者の交流を促進することを目的に活動しています。



- 年3回程度の研修を行っています。入会を希望する方は役場産業振興課までお申し込みください。
- 参加費用 材料費として毎回1,000円程度

■ 申し込み・問い合わせ ■
役場産業振興課特産振興係

ご案内します

平成30年度調理師試験

■ 日時 8月22日(水)、午後1時30分〜4時

■ 試験地 旭川市内(会場は受験票でお知らせします)

■ 受験資格 平成30年5月25日までに2年以上、調理の業務に従事した者

■ 受付期間 5月14日(月)〜25日(金)

■ 申し込み・問い合わせ ■
上川保健所企画総務課企画係

☎46・5988

職業訓練生を募集

あなたの再就職を応援します

次のおり職業訓練生を募集します。

■ 訓練期間 7月3日(火)〜12月25日(火)

■ 訓練科 (各科15名)

ものづくり溶接科、CADデザイン科、電気設備技術科、ビル管理技術科、ビジネスワーク科

■ 募集期間 5月28日(月)まで

■ 応募資格 求職中の方

■ 受講料 無料(ただし、テキスト代などの実費が必要)

申し込み先

ハローワークで受付

問い合わせ

ポリテクセンター旭川

☎48・2327



募集します

自衛官候補生になりませんか

▼自衛官候補生(男女)

■ 受験資格 日本国籍を有する18歳以上27歳未満の男女

※平成31年4月1日現在

■ 受付期間 年間を通じて行っています。

■ 試験日 6月24日(日)・25日(月)のいずれか1日

■ 試験会場 受付時にお知らせします。

問い合わせ

自衛隊旭川地方協力本部
北地区隊 ☎54・5617
役場総務企画課生活安全係



給・排水工事指定業者

平成30年4月1日現在で町に登録している給・排水工事指定業者は次のとおりです。給・排水工事をするときには、必ず町の工事指定業者を利用されますようお願いいたします。

指定業者	所在地	電話番号	指定業者	所在地	電話番号
(株)岩城設備	比布町寿町3丁目2-22	85-2820	(株)大林	旭川市永山6条8丁目9-5	48-8210
(株)辻キカイ	比布町西町3丁目2-27	85-2108	(株)木本動力工業所	旭川市永山北3条6丁目6-17	48-1246
日新工業(株)	比布町中町1丁目1-1	85-2156	大明建設(株)	旭川市1条通17丁目左1号	26-5344
(株)水野工務店	比布町新町5丁目7-3	85-2751	大栄建築設備(有)	旭川市神楽岡8条3丁目2-22	65-6624
(株)キョクネン	旭川市10条通21丁目2-1	33-0888	(株)山本組	旭川市東鷹栖1条2丁目	59-6390
大建工業(株)	旭川市緑が丘南5条2丁目2-15	60-5500	(株)原田設備工業	旭川市工業団地3条2丁目1-23	73-5260
協業組合旭川浄化	旭川市神居町上雨粉193-1	62-4758	(株)道北暖房設備	旭川市永山北2条7丁目158-1	47-4388
協和設備(有)	旭川市新富2条2丁目10-3	25-4198	(株)齊藤工業所	旭川市春光1条8丁目12-32	51-8808
(株)落合工業	旭川市旭町1条15丁目	51-5351	(株)成田工業所	旭川市東6条2丁目3-3	24-1237
(株)大協	旭川市豊岡4条7丁目1-22	32-3004	新徳工業(有)	旭川市北門町15丁目	51-8880
(株)岸田土建	旭川市1条通20丁目左7号	31-3287	龍後設備(株)	旭川市8条通17丁目右10号	25-0111
(株)大洋パイピング工業	旭川市旭町2条1丁目	52-2278	旭川ガス管工事(株)	旭川市宮前1条5丁目3556-2	31-9620
(株)弘谷住宅設備	旭川市宮下通24丁目左5号	31-1719	(株)コーテック	旭川市永山北2条8丁目1-1	40-0133
丸信衛生工業(株)	旭川市新星町1丁目1-17	23-2528	(株)吉田工業所	旭川市南8条通24丁目	31-3743
(株)北岸工業	旭川市東鷹栖4線10号	74-4631	(株)クラシアン※1	札幌市東区東雁来6条2丁目7-10	011-783-2301
朝日建設(株)	旭川市東光8条5丁目4-11	35-0111	(有)丸勝工務店	旭川市東光8条2丁目4-5	31-9148
(株)セラ・ハウジング	旭川市大町3条6丁目2397-31	55-7788	キシダ電器※2	比布町中町2丁目6-3	85-2104

※1 給水工事のみ

※2 末端給水用具(湯沸器、浄水器等)取付・交換

■ 問い合わせ ■ 役場建設課上下水道係

広報 びっぷ

6月号は6月6日発行予定です

ストップ・ザ・交通事故死

～めざせ 安全で安心な北海道～

身につけよう 命のお守り 反射材

(交通安全スローガン平成29年度 内閣総理大臣賞)



5月の行事予定

- 3(木) 突哨山散策ツアー
9:00 福祉会館
- 10(木) 高橋杯P G大会
8:30 百年記念公園P G場
- 総務常任委員会
13:00 役場 (議員控室)
- 産業建設常任委員会
13:30 役場 (議場控え室)
- 議会運営委員会
14:30 役場 (議場控え室)
- 第2回議会臨時会
15:30 役場 (議場)
- 11(金) 比布商工会通常総会
16:00 商工会館
- 12(土) おはなしひろば
10:30 図書館
- 13(日) 市街地区春季道路清掃
8:30 市街地
- 子ども会春季廃品回収
9:00 いちごアリーナ (集積場所)
- 16(水) グリーンパークびっぷすいせん杯P G大会
8:30 グリーンパークびっぷ
- 交通安全キャンペーン
11:00 旧蘭留トラックスケール
- 26(土) 中学校体育大会
9:00 同校グラウンド
- 28(月) 第11回農業委員会総会
13:30 役場 (議場)

※変更になる場合がありますので、無線放送などにご留意ください。

公益財団法人 北海道民生委員児童委員連盟

☎ 011-261-2181 FAX011-261-3081

【暮らしのこと】

- 住まいに関すること
- 近所付き合いに関すること
- 生活費に関すること (職業や年金など)
- 生活福祉資金など各種貸付制度の利用に関する
こと
- 生活保護に関すること
- 遊び場、通学路などの危険箇所に関する
こと
- 公害や環境衛生に関すること
- その他



【家族関係のこと】

- 結婚、離婚に関すること
- 親子関係に関すること
- 扶養に関すること
- 相続に関すること
- その他

【育児・教育のこと】

- 育児やしつけに関すること
- いじめや不登校に気付いたとき
- 学校生活の悩みに関する
こと
- 非行に関する
こと
- 児童虐待に関する
こと



【在宅生活に関する こと】

- 毎日の介護で困っている
こと
- 福祉サービスの利用に関する
こと
(ホームヘルプ、配食、移送、除雪サービスなど)
- 施設利用に関する
こと
(デイサービス、ショートステイなど)
- 介護保険制度に関する
こと
- その他



【その他の困りごと】

- 心身の疾病や障害に関する相談等

【こんなとき民生委員児童委員へ】

皆さんからの情報提供
をお待ちしています

広報係では町内のイベントやまちの話題を広報紙をはじめ、ホームページなどインターネットを活用して広く紹介しています。より一層、比布町を町内外に広く紹介・PRをしていきますので、情報提供をお願いします。

▼個人情報 の取り扱い

町では、広報紙などの発行や記録、情報収集のため、取材・撮影を行っています。担当職員が赤地に白く「比布町」と書かれた腕章を着用しています。なお、取材などで得た資料は、次の利用目的の範囲で使用します。

- 町の刊行物 広報紙・パンフレット・ケーブルテレビ・インターネットなど
 - 各種資料としての活用
 - その他の目的 報道提供・広告・出版物・ポスター
 - 問い合わせ
- 役場まちづくり推進室広報係





おめでとう

町内の各学校・保育園で入学・入園式が行われました。

中央小学校に28人、比布中学校には24人が入学。また、くるみ保育園には92人（0歳～5歳児合計）が入園しました。新入生・園児たちは期待と希望に胸をふくらませながら、新しい生活をスタートさせました。



4月2日 くるみ保育園



4月5日 中央小学校



4月5日 比布中学校

求人募集

町内事業所の求人募集情報をお知らせします。求人募集情報は町図書館玄関、農村環境改善センターロビー、比布駅、くるみ保育園、旭川信金比布支店で掲示しています。

■上川農業試験場

南1線5号 ☎ 85-2200

□研究補助員・事務補助員・臨時農業技能員

内容 / 研究補助員 ほ場作業、分析、データ入力など
事務補助員 資料作成の補助、電話及び来客対応、消耗品等の発注及び管理業務
農業技能員 農作業全般

勤務 / 平日8:45～17:30 (土日祝日休み)

資格 / 平成30年5月～12月の8か月 (事務補助員は平成31年3月までの11か月)

日給 / 6,790円程度

■高齢者事業団

中町1丁目1-15 ☎ 85-2050

□会員

内容 / 清掃業務、農作業全般作業員
場所 / 町内

勤務 / 8:00～17:00

資格 / おおむね60歳以上

時給 / 業務によって異なります。

■株式会社 LEOC

旭川市9条通15丁目北商ビル3階 ☎ 21-3616

□調理スタッフ

内容 / 食事の調理、提供など

勤務 / 6:00～15:00、9:45～18:45、7:30～16:30 (シフト制)

勤務先 / ぴっぷクリニック内厨房 (中町1丁目2-10)

時給 / 850円

■J Aぴっぷ町ホクレン比布 SS

基線5号 ☎ 85-3113

□ガソリンスタンドスタッフ

内容 / 接客、給油監視、軽整備など
勤務 / 夏7:00～20:00、冬8:00～20:00 3交代シフト制 (実働8時間)

資格 / 要普通自動車免許

危険物取扱者免許 (丙種以上) 優遇
時給 / 810円～ (経験等考慮)

■町立ぴっぷクリニック

中町1丁目2-10 ☎ 85-2222

□事務員

内容 / 受付、電話対応、会計など
給与 / 基本給15万～18万円

□看護師・准看護師

内容 / 医師の診察補助など

勤務 / シフト制

資格 / 看護師・准看護師資格

給与 / 看護師21万～31万円

准看護師18万～26万円

□看護助手

内容 / 医師・看護師の看護補助など
勤務 / 8:30～17:15

木・土は8:30～12:30

資格 / 介護職初任者研修修了者が望ましい

給与 / 13万～16万円

□清掃員

内容 / 院内各所清掃

勤務 / 7:00～11:30
時給 / 850円

■株式会社 コタニ工業

基線4号 ☎ 54-1555

□事務員

内容 / 一般事務

勤務 / 平日9:00～15:00 (土日祝日休み)

応募資格 / 事務経験者、PCの使える方
時給 / 810円

□鉄骨建築作業員

内容 / 鉄骨建築、ガレージ等制作組立

勤務 / 8:00～17:30

資格 / 普通自動車免許

給与 / 18万～35万円

□ガレージ・カーポートの営業

内容 / ガレージ見積、作業管理

勤務 / 8:00～17:30

資格 / 普通自動車免許

給与 / 20万～38万円

■求人のある事業所は、役場産業振興課商工労働係にご連絡を。掲示板・広報紙・町ホームページで求人募集をお手伝いします。

☎ 85-4806



4月1日に着任・就任された教職員の皆さんを紹介します。

教職員の紹介



石本邦美教頭

比布
中学校



中央
小学校



紺野元樹校長



神谷和廣教諭



齋藤裕子教諭



末永みゆき教諭



小泉幸男教諭

ぴっぷ 消費生活 ニュース ひとりひとりが 気をつけよう

「個人情報を削除してあげる」と持ちかける電話は危険！

個人情報流出事件に便乗した 不審な電話にご！



◆問い合わせ◆役場産業振興課商工労働係 ☎85 - 4806

◆◆相談事例◆◆

個人情報の流出・漏えい・紛失事件が多数発生しています。

こうした報道があると、個人情報の流出の危険性に対する消費者の不安な心理を突いた勧誘や不審な電話に関する相談が増える傾向があります。

過去には、個人情報流出事件に関連して「あなたの情報が流出していないか確認している」「流出した名簿にあなたの名前がある。このままでは口座凍結される」などといった不審な勧誘に関する相談が寄せられています。

また最近では、公的機関名をかたり「あなたの個人情報が漏れているので、削除してあげる」などと電話をかけてきて、最終的にはお金をだまし取る詐欺も急増しています。

こうした勧誘電話は話を聞いてしまうと、さまざまな理由をつけて金銭を要求してくるケースも見られます。絶対に金銭を支払ってはいけません。

少しでも不安を感じたら、お近くの消費生活センター等にご相談ください。

◆◆消費者へのアドバイス◆◆

●「個人情報を削除してあげる」などと持ちかけてくる電話は詐欺ですので、相手にせず、すぐに電話を切ってください。

●少しでも不安を感じたら、すぐにお近くの消費生活センターなどへ早めにご相談ください。(消費者ホットライン188)

～誘いに乗らない、申し込まないことが肝心～

●消費者ホットライン ☎0570-064-370

●旭川市消費生活センター☎0166-22-8228

すぐに消費生活センターに相談しましょう

ヒーロー HERO

みんなが

ヒロイン HEROINE

このコーナーでは、スポーツや文化活動などの話題を紹介します。みなさんからの情報をお待ちしています。新聞などに掲載された情報も掲載しています。

※○内の数字は順位（敬称略）
町内関係者のみ

◆第41回メガネをかけた人の似顔絵コンテスト



- ▽銀賞Ⅱ 勝見颯斗
- ▽TVh賞Ⅱ 寒河江河六
- ▽佳作Ⅱ 勝見萌衣、勝見友音、佐藤緑、福地楓香、菅野未夢、佐藤百華
- ▽努力賞Ⅱ 安齋佳倫、笠羽幸斗、菊池有梨、樋口琉一、柳本紗奈、菅原結菜、西木戸心

◆第16回比布町卓球少年団卓球大会

- (2月24日・町体育館)
- ▽個人戦（ハンディキャップ方式による）①山田蓮 ②菅原啓汰 ③松岡武蔵

◆第37回管内中学生ソフトテニス大会

- (3月17日～18日・当麻町)
- ③ 神野鈴音・古川未翔ペア



◆2018旭川オープンインドアテニス大会

- (3月11日・旭川市)
- ▽ダブルス② 中谷紫温（旭川北）

◆第27回冬季会長杯争奪ソフトテニス選手権大会

- (3月18日・旭川市)
- ▽女子A級① 藤田晃（旭大高）

◆会長杯争奪卓球選手権大会

- (3月21日・室蘭市)
- ▽男子ダブルス③ 平岡稜真

◆第6回原田杯チビツ子ジャンプ大会

- (3月25日・上川町)
- ▽低学年男子③ 前原亘



◆第15回YONEX CUP 瑞浪・土岐市長杯全国中学生選抜ソフトテニス大会

- (3月29日～31日・岐阜県)
- ▽決勝リーグ（2位リーグ）
- ② 山田萌華・田中二湖ペア（北海道選抜選手）

◆スリクソカップ第25回北海道シングルソフトテニス選手権大会兼第25回全日本シングルソフトテニス選手権大会北海道予選

- (4月1日・岩見沢市)
- ② 山田萌華
- 山田萌華さんは、5月19日から青森県青森市で開かれる全国大会に出場します。

ソフトテニス 全国大会出場おめでとう 大石陽斗さん・長尾健吾さんペア

4月14日から2日間にわたり山形県酒田市で開催された「第8回庄内エアポートカップ小学生ソフトテニス大会」。比布町ソフトテニス少年団で中央小学校5年の大石陽斗さんと長尾健吾さんペアが4月5日、村中町長と谷教育長のもとを訪れ、出場報告を行いました。大石さんは「今まで練習した成果を試合で発揮したい」、長尾さんは「初めての全国大会で一勝でも勝ち進みたい」と意気込みを語りました。



写真左から長尾さん・村中町長・大石さん

※藤田晃さんは、6月21日から札幌市で開かれる全国大会に出場します。



◆第47回ゴーセン杯争奪ハイスクールジャパンカップソフトテニス2018北海道ブロック予選大会

- (4月8日・旭川市)
- 【女子シングルス】③ 藤田晃（旭大高）

3.22 白寿大学にて
赤ちゃん先生大活躍

▼赤ちゃん先生による授業が白寿大学にて開催されました。ひさしぶりの子どもたちとのふれあいに、自然と笑みがこぼれてきます。



3.23 ちよっぴりさみしいね
ごどものひろば修了式

▼参加している子どもたちに修了書とプレゼントが配られました。4月から保育園に行く子どもたちは今日でお別れ。また遊ぼうね。



4.11 交通事故の恐さを体感
中学校交通安全教室

▼ダミー人形を使って、交通事故の様子を再現したほか、シミュレーターを使った自転車教室も開催。その危険性を体感しました。



4.13 町内で犯罪は起させません。比布町防犯協会

▼比布町防犯協会総会が福祉会館大講堂にて行われました。町内の関係者・団体が集まり、犯罪を未然に防ぐべく話し合いました。



4.18 比布の魅力でふたりの
幸せを彩ります

▼今年度最初のブライダル大作戦。婚姻届を本町に提出した一人に、ブライダルフォトをプレゼント。比布の魅力を知ってもらいます。



4.19 手を挙げて渡ろう
小学校交通安全教室

▼中央小学校の交通安全教室が開催されました。道路の渡り方や自転車の乗り方など、実際に道路に出て、体験的に学びました。



齋藤則雄さん(14区)が
永年勤続功労章を受賞

大雪消防組合比布消防団副団長の齋藤則雄さん(14区)が、消防庁長官から永年勤続功労章(勤続30年以上)を受賞されました。



昭和54年から消防団に入団して以来38年間の長きにわたり消防活動に務められた齋藤さんは、平成28年4月から比布消防団の副団長に就任。消防団の資質向上と結束力の強化に多大な貢献をされました。

齋藤さんは「長く務めていたことでこのような賞を受賞させていただき、うれしい限りです」と笑顔で話されました。

中野芳宣さん(16区)が
「思い出の街並」を自費出版

地域の歴史を後世に伝えたいとの思いから郷土研究を続け、昭和5年の「比布大火」の記録と昭和37年(町制施行)の市街地図を記した郷土詩「思い出の街並」を自費出版した中野芳宣さん(16区)。



今回で4冊目の発行。駅前周辺の商店など掲載した「昭和の街並再現」の章では、綿密な取材と聞き取り調査などを行い、当時のエピソードが盛り込まれています。

中野さんは「今年の冬は、町史には書かれていない郷土誌50話をまとめあげたい」と意気込みを語られました。なお、「思い出の街並」は旭川比布同郷会総会で配布されたほか、町図書館でも貸し出しを行います。

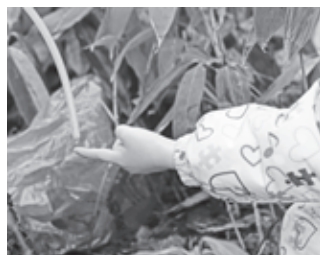


シラカバ 秘密 樹液の



「ペロッ。こ、これは、シラカバ樹液！」

出てくる樹液は無色透明。しかし飲んでみるとほんのり甘みを感じられる。これはブドウ糖や果糖などの糖分由来の甘さだ。ほかにもアミノ酸やたんぱく質、各種ミネラルを豊富に含んでおり、ただの水ではないのである。



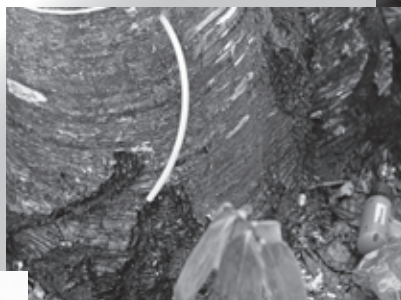
ホースをつなぐと、すぐに樹液が出てくる。0.5秒に1滴ほどのペースだ。



シラカバ樹液のとり方

①ドリルで穴を開ける

②開けた穴にホースをさす



あったかくておいしいよ

シラカバ樹液の楽しみ方

今回はココアにして飲むことにした。そのまま飲んでもよし（加熱してから飲むことをおすすめする）。加熱することでグルタミン酸が5割ほど増えるので、しゃぶしゃぶにもってこいだ。ただしシラカバ花粉症のひとは飲用を控えるべし。いろいろと効果があるらしいが…興味のあるひとはぜひ自分で調べてみてほしい…



③ホースの先をボトルにつなぐ

たくさんとれた。500mlのペットボトルなどに小分けして冷凍しておくとも夏までもつとのこと。



：古来より、フィンランドやロシアなどの北方諸国や、中国、韓国といった国の他、先住民族アイヌの人々にも飲用、または調理用として用いられてきたというシラカバの樹液。4月15日に開催された「春のゆきやま・突哨山ツアー」の様子を通じてその不思議な液体の秘密にふれてもらおう：

■表紙のことば■

表紙の写真は4月15日に行われた春のゆきやま突哨山ツアーのもの。ツアーではシラカバの樹液採取だけでなく、ガイドの案内で突哨山を散策したり、クイズをしたり、突哨山に住む動物の標本を見たりしました。子どもたちのまなざしは真剣そのもの。たくさんの発見に、子どもたちは目を輝かせていました。ちなみにこのシーンは、木の枝の葉が落ちた部分（葉痕）が顔に見えるということで、探しているところです。



広報びっぴ 5月号 No.716
2018(平成30)年5月2日

- 発行 比布町
- 編集 総務企画課まちづくり推進室広報係
〒078-0392
北海道上川郡比布町北町1丁目2番1号
☎0166-85-2111(代表)
0166-85-4801・4802(総務企画課直通)
- ホームページ
<http://www.town.pippu.hokkaido.jp>
- Eメール
ichigo@town.pippu.hokkaido.jp