



11 / 1

小学校5年生を対象に「人権教室」が行われました。命を大切にする気持ちや友達への思いやりの心を育ててもらおうと、人権擁護委員が講師となり、「いじめ」をテーマにしたDVDなどを活用しながら授業を実施しました。

広報に掲載した写真をご希望の方、広報に関するご意見ご要望は、総務課総務グループ（広報担当）までご連絡ください。

※写真は電子メール送信による提供も可能です

・電話 33121111（内線32番）

・メール kouhou@chippubetsu.jp



11 / 9

北空知中学校バレーボール大会「深川協会長杯」で、秩父別中・北竜中の合同チームが見事優勝しました。この大会をあわせ4つの大会で連続優勝を果てしており、現在は1月に行われる全道大会に向けて練習に励んでいます。



11 / 5

「税を考える週間」の活動の一環として、町商工会が主催する税の書道展表彰式が中学校で行われました。中学1年生を対象として応募を募り、入賞した生徒に深川税務署の高橋署長から賞状と記念品が手渡されました。



11 / 16

こども園のおゆうぎ会が開催され、可愛い衣装を着た子どもたちが演奏や踊りなどを披露しました。会場では大勢の保護者が、子どもたちの一生懸命頑張る姿を見守り、大きな拍手を送っていました。



11 / 10

第14回目を迎えた「ちっぷべつスタンプ会ミニバレーボール大会」がスポーツセンターで行われました。大会は男女混合5チームによるリーグ戦で行われ、「ZERO」チームが見事優勝しました。



J A北いぶき青年部秩父別支部（支部長 原田章弘さん）が、10月から11月にかけて、アメリカ西部と九州方面へ農業視察を行い、農業規模の違いや現地での情報交換などの研修結果を町長に報告されました。



老人福祉センターまつりが盛大に行われました。会場ではカラオケや民謡、ダンスなどが披露され、日頃の活動の成果を発揮されました。また、天そばやおでんなどの出店もあり、会場は大勢の町民で賑わいました。



J A北いぶき女性部秩父別支部（支部長 藤岡祐子さん）が、11月25日から3日間、九州方面へ視察研修を行い、J A伊万里（佐賀県）女性部活動状況や長崎市内の大型農産物直売所視察などの研修結果を町長に報告されました。



町高齢者等見守り協議会の活動の一環として、住民意見交換会が老人福祉センターで行われました。会場では、参加した住民の方が3つのグループに分かれ、高齢者等が孤立死しない予防方法などについて話し合われました。

## J A香川県綾歌南部女性部が来町しました。



11月13日に姉妹町である香川県綾川町からJ A香川県綾歌南部女性部の皆さんが町長へ表敬訪問のため来庁され、両町の近況など情報交換を行いました。

翌14日には、町スポーツセンターでJ A北いぶき女性部秩父別支部の方々と合同で「ちっべつ緑のナポリタン」の調理実習をして、最後に試食をして親睦を深めました。

## 第40回秩父別町総合文化祭

～大勢の方に来場いただきました～

第40回秩父別町総合文化祭が11月2・3日の両日、ファミリースポーツセンターを主会場に開催されました。展示会場では、写真や陶芸など各サークルから日頃の成果である作品が数多く出展されました。

3日午前11時から中学校吹奏楽部による演奏やピアノの発表、午後からはダンスや詩吟などの芸能発表が行われ、客席から幾度となく大きな拍手がおくられていました。



会場では姉妹町である綾川町の小中学生作品も展示されました

中学校吹奏楽部による演奏



## マナビっぷ情報

生涯学習マスコット  
《マナビィ》です  
学習情報を皆さんに  
お知らせします



◆秩父別町教育委員会◆

## 子育てをみつめるゆうべ

～日本ハムファイターズ荒井昭吾氏来町～

11月6日(水)に交流会館で、北海道日本ハムファイターズ・コミュニティグループの荒井昭吾氏を講師に迎え、「ターニングポイント～人との出会い」を演題とした「子育てをみつめるゆうべ」(教育委員会・町PTA連合会主催)を開催しました。

講演では、荒井氏が日本ハムファイターズに入団する時、野球選手現役時代、引退後のサラリーマン時代、現在の球団職員としての体験談など、それぞれの時期のターニングポイントの話をしていただきました。



講演会の様子

## ～第65回～

# 秩父別町成人式

次代を担う若人を祝福する「第65回秩父別町成人式」を、右記のとおり開催いたします。

本町に住民登録されている方、並びに町外居住者で参加申込をされた方につきましては、12月上旬に本人又は町内自宅等に成人式の案内文書を送付いたします。

なおご不明な点がございましたら、教育委員会までお問い合わせください。

### 《成人式日程》

- ◆日時 平成26年1月11日(土)
- ◆会場 式典～ファミリースポーツセンター  
交流会～交流会館
- ◆日程 受付 13:00～13:30  
式典 14:00～15:00  
交流会 15:00～16:00

### ◆対象者

- ①平成5年4月2日～平成6年4月1日に出生した方で、本町に住民票のある方
- ②上記生年月日の方で、就職・進学などで現在町外に居住し、本町の成人式に参加を希望される方

- ◆問合せ先 教育委員会教育グループ(社会教育)  
電話 33-2555

## 町民ミニバレーボール大会

～男子は筑紫、女子は中央西が優勝～

11月17日(日)、スポーツセンターにおいて町体育協会が主催する「町民ミニバレーボール大会」が開催されました。

当日は、男子の部が9町内会、女子の部が7町内会の参加があり、それぞれA・Bクラスに分かれ対戦し、互いに親睦を深めながら爽やかな汗を流しました。

なお、結果は以下のとおりです。

男子Aクラス	優勝：筑紫	準優勝：中央西
男子Bクラス	優勝：中央東	準優勝：新盛
女子Aクラス	優勝：中央西	準優勝：筑紫
女子Bクラス	優勝：西栄	準優勝：新盛



熱戦を繰り広げました

## 少年スキー教室開催

～参加者募集！～

小学校1年生から3年生を対象に「少年スキー教室」を下記のとおり開催いたします。

スキーの基礎を学び、楽しく滑りませんか？

### 《少年スキー教室日程》

- ◆日時 平成26年1月7日(火)～9日(木)  
10:00～15:00
- ◆場所 沼田町営高穂スキー場
- ◆講師 全日本スキー連盟指導員 菅井氏外
- ◆内容 スキー操作の基礎・基本
- ◆対象 町内在住の小学校1年生～3年生
- ◆持ち物 スキー用具一式、昼食
- ◆申込み 小学校で配布した申込書を担任の先生に提出してください。
- ◆その他 リフト代は参加者負担です。

※詳細は、12月上旬に担任の先生を通して各児童に案内文書を配布いたします。

## 図書館だより

### ★ 図書館情報局 ★

### 《第21回読書感想画コンクール作品募集》～みんな応募してね！

図書館では、本を読んで心に強く感じたことを絵に描いてあらわす「第21回読書感想画コンクール」を実施いたします。

応募対象は、幼児から小学校6年生までです。たくさんのご応募をお待ちしております。

### 《応募内容》

- 部門：幼児の部、小学校1・2年生の部、小学校3・4年生の部、小学校5・6年生の部
- 内容：図書館で借りた本を読んで、心に強く感じたことを絵に描いてください。  
画用紙は図書館で用意したものを使い、クレヨンや絵の具で描いてください。
- 締切り：平成26年1月26日(日)
- その他：応募した皆さんには、もれなく賞が贈られます。
- 問合せ：秩父別町図書館 電話33-2220

### 《クリスマスお楽しみ会お知らせ》

図書館では、12月21日(土)午後1時30分から「クリスマスお楽しみ会」を開催します。工作や紙芝居のほか、人権擁護委員や、布遊具・布絵本製作サークル「ぷちパンプキン」も参加して楽しいお話が盛りだくさんの内容になっています。

皆様のご来館をお待ちしています。

### ◆ マナビっぴ情報に関するお問い合わせ先 ◆

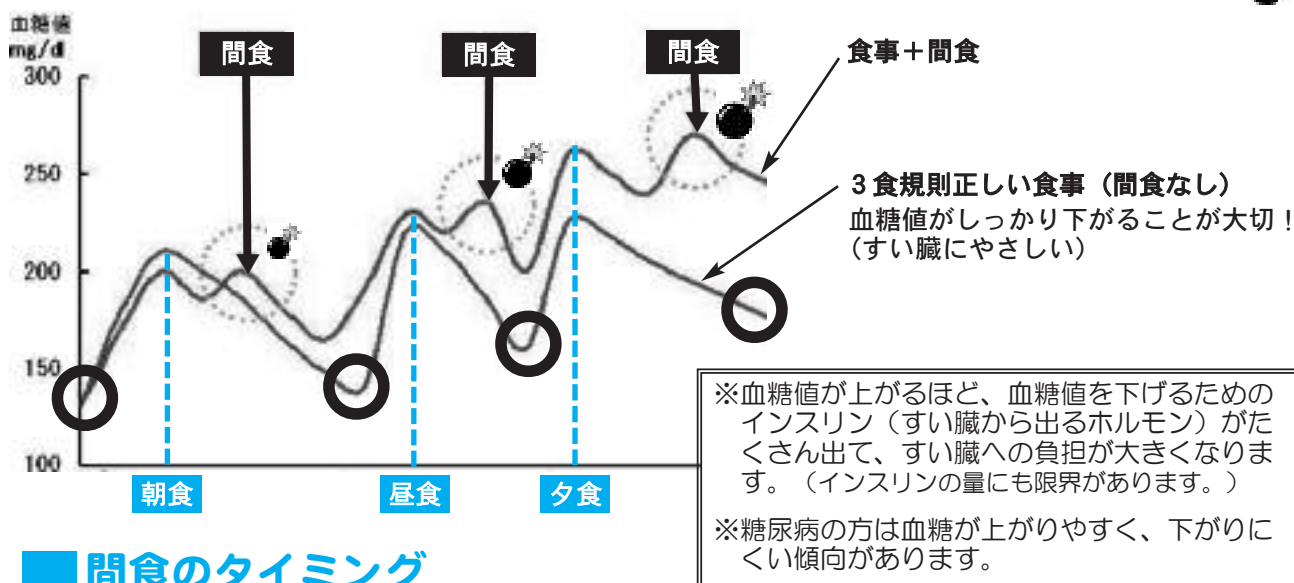
教育委員会 教育グループ 【電話33-2555 FAX33-3549】

## ★『糖尿病』シリーズ ～間食見直し編～

先月号で食生活を見直すことによって糖尿病と上手にお付き合いすることを解説しましたが、今回は間食(朝昼晩の食事以外に食べる事)について解説します。

### 食事・間食と血糖の関係

食事の合間(10時、15時、寝る前等)で間食をとると、血糖値が上がった状態が続き、次の食事をとることで更に血糖値が上がり、**すい臓への負担が大きくなります。**



### 間食のタイミング

- ★**食事のすぐ後にデザートとして食べる**  
⇒特に野菜をしっかり食べた後は、血糖が上がりにくい。
- ★**午前中や活動前に食べる**  
⇒血糖値が上がってもその後下がりやすい。
- ★**夕食後と寝る前の間食は控える**  
⇒寝る前に食べると血糖が上がりにやすく、脂肪も体に蓄積される。

### 間食をとる前に考えてみましょう!

- ★**低カロリー・低糖質のものを選ぶ**  
⇒エネルギー量を指示されている方は範囲内で選びましょう。(間食の目安は80キロカロリー未満)
- ★**お腹がすいているときには、まずは水やお茶などを飲む**  
⇒水分でお腹を満たす。(間食をとるか少し考える)
- ★**一口で食べてしまわずに、ゆっくり味わって食べる**  
⇒早食いすると、食べ過ぎてしまいます。(間食だけではなく食事と同じ!)



糖尿病シリーズは今回で終了です。自分の体の状況や食事などを見直すきっかけとなりましたか?

年末年始は食べる機会も多くなりやすいので、自分の体に負担をかけないように内容や量、タイミングなどを調整するといいですね。

◆お問合わせ 役場住民課住民福祉グループ 33-2111 (内線47)

# 各施設年末年始休業等のお知らせ

## ■役場

平成25年12月30日(月) 正午から  
平成26年1月5日(日) まで

業務を休みます

※休業中の、出生・死亡・婚姻などの戸籍に関する届出は  
日直の職員が受付します(受付時間 午前9時～午後4時)



## 【その他の施設の休業日】

### ◎老人福祉センター

12月30日(月) から1月5日(日) まで

### ◎デイサービスセンター

12月31日(火) から1月3日(金) まで

### ◎ファミリースポーツセンター、図書館、郷土館、

ふれあいプラザ、青年会館、農産物加工センター

12月30日(月) から1月6日(月) まで

### ◎生涯学習センター

12月30日(月) から1月7日(火) まで

### ◎歯科診療所

12月28日(土) 正午から1月5日(日) まで

### ◎町立診療所

12月28日(土) 正午から1月6日(月) まで

※秩父別温泉ちつぶ・ゆう&ゆは無休です

※観光体験牧場「めえーめえーランド」の冬期利用は、秩父別  
観光振興(有)にご連絡ください(要予約) 電話 33-3833

## 年末年始歯科当番医日程表

12月29日(日) 杉澤歯科クリニック  
(妹背牛町字妹背牛385 電話 32-2832)

12月30日(月) 西田歯科医院  
(深川市北光町2丁目 電話 22-2757)

12月31日(火) 中神歯科医院  
(沼田町南1条1丁目 電話 35-2456)

1月1日(水) たなか歯科医院  
(深川市開西町2丁目 電話 23-5545)

1月2日(木) 定岡歯科医院  
(妹背牛町1区9 電話 32-4118)

1月3日(金) 舟山歯科医院  
(深川市文光町12-28 電話 23-2255)

診療時間はいずれも午前9時から午後3時までです

## 《 休業のお知らせ 》

### ○北空知衛生センター組合施設

◆可燃ごみ・生ごみ(直接搬入)

12月31日(火) から1月3日(金) まで

◆し尿処理(直接搬入)

12月28日(土) から1月9日(木) まで

※12月31日(火) から1月3日(金) の期  
間は、ごみ収集を行いませんので、お問  
違いのないようお願いいたします。

※「し尿くみ取り」は、業者(深川清掃社)  
が12月28日(土) から1月9日(木) まで  
休業のため、1月10日(金) から業務を行  
います。

お問い合わせ：住民課総合窓口グループ

協和 筑 町内名  
栄 敬園 紫 旭 氏  
金森 大橋 寺迫 畑田 氏  
春雄 ハツエ 一夫 名  
82 91 89 93 年  
歳 歳 歳 歳 齢

北 町内名  
部 氏  
平瀬 名  
凛花りんか 父の名  
晋也

おたんじょう おめでとう  
おくやみもうしあげます

(敬称略)

●○ 戸籍の窓 ○●

平成25年 11月30日 現在	人口 2,639人 (-10人) 男 1,260人 (-3人) 女 1,379人 (-7人) 世帯数 1,138戸 (-4戸)
11月中の動き	出生 1人・死亡 6人 転入 3人・転出 8人

平成26年度から個人町道民税の均等割額が変わります

「東日本大震災からの復興に関し、地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に係る地方税の臨時特例に関する法律」に基づき、平成26年度から平成35年度までの町民税及び道民税の均等割額が次のとおり変更されますのでお知らせいたします。

区分	均 等 割 額	
	現 行 (平成25年度まで)	平成26年度から平成35年度までの期間
町民税	3,000円	<b>3,500円</b> (500円増)
道民税	1,000円	<b>1,500円</b> (500円増)
合計	4,000円	<b>5,000円</b> (1,000円増)

今月は町税等（第4期）の納期です!!

12月25日（水）は、町税等（町道民税・固定資産税・国民健康保険料）の第4期の納期限です。納め忘れのないようにしましょう。

また、第1期～3期までの町税等を納められていない方は、早急に納めましょう。

○お問い合わせ

役場総務課総務グループ(税務担当) 電話 33-2111 内線35番

年末年始の虚礼廃止について

町民の皆様には、平素より町政に対し、ご理解とご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

町・町議会・教育委員会では、まことに勝手ながら年賀状による虚礼を廃止しています。ご理解をお願いいたします。

秩父別町  
秩父別町議会  
秩父別町教育委員会

～製造事業所の皆さまへ～

工業統計調査に  
ご協力ください

平成25年工業統計調査を12月31日現在で行います。

調査の実施にあたっては、本年12月から来年1月にかけて調査員がお伺いします。

なお、調査票に記入していただいた内容については、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確なご記入をお願いします。

経済産業省 北海道 秩父別町

