

まちの行事 **予定**



12 / 3 火

行政相談・心配ごと相談 13:00
(老人身障者センター)

11 水

町議会議員協議会 9:00 (役場)
英会話教室 19:00 (社教センター)

4 水

町議会産業建設常任委員会 9:00
(役場)
健康づくり運動実践活動
10:00 (社教センター)
英会話教室 19:00 (社教センター)

12 木

5 木

町議会教育民生常任委員会 9:00
(役場)

13 金

6 金

14 土

7 土

天体観測会 13:00
(西小チャレンジ天文台)

15 日

町議会第4回定例会 (1日目)
9:00 (役場)

8 日

16 月

町議会第4回定例会 (2日目)
9:00 (役場)
腰痛予防教室 19:00 (社教センター)

9 月

町議会総務常任委員会 9:00
(役場)

17 火

町議会第4回定例会 (3日目)
9:00 (役場)
子育て広場 10:00 (社教センター)
心配ごと相談 13:00
(老人身障者センター)

10 火

広報かみふらの12月号発行
心配ごと相談 13:00
(老人身障者センター)

18 水

いっしょに遊びませんか! 9:30
(西保育所)
健康づくり運動実践活動
10:00 (社教センター)
英会話教室 19:00 (社教センター)

19 木

のびのびクラブ 9:00
(わかば愛育園)

20 金

2002 11/25 522

企画調整課 広報広聴係 TEL 456980 FAX 455362

ホームページ: <http://hp.town.kamifurano.hokkaido.jp>
<http://www.town.kamifurano.hokkaido.jp> (観光関係)

Eメール: kamifu-somu@furano.ne.jp
kamifu@furano.ne.jp (観光関係)

お忘れなく

免許更新時講習

町民生活課 町民生活係

☎6985

優良講習(30分)

12月5日(木)13時

富良野地域人材開発センター

12月13日(金)18時

中富良野町公民館

12月16日(月)13時

富良野地域人材開発センター

12月20日(金)13時

北消防署 2階 大会議室

12月25日(水)13時

富良野地域人材開発センター

一般講習(1時間)

12月5日(木)14時

富良野地域人材開発センター

12月16日(月)14時

富良野地域人材開発センター

違反等講習(2時間)

12月10日(火)13時

富良野地域人材開発センター

12月25日(水)14時

富良野地域人材開発センター

6月から講習区分が3区分になつていきますので、受講すべき区分を警察署で確認し、受講前に必ず免許更新手続きを警察署で行ってください。

問合せ 富良野地方交通安全協会

☎0110

募集します

国内外交流推進事業助成

総務課 庶務係

☎6400

国内外の交流事業を推進される個人や団体に対し、町から予算の範囲内で補助金を交付します。(ただし、過去に補助金を受けた方は除く)

平成14年度後期分(平成15年3月までに事業を行うもの)の補助申請を受け付けています。

対象事業

・友好都市、その他国内外諸都市との交流

・国内外における研修、調査、情報収集

・研修会、講習会等の開催

・その他国内外交流推進のための事業

対象者

・町内に在住する個人

・町内の団体(5名以上)

・その他、実施要綱による

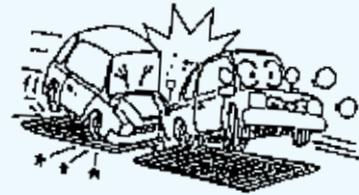
受付期限 12月27日(金)まで

詳しくは、役場総務課庶務係にお問い合わせてください。

ラベリング

平成14年11月号

富良野警察署 ☎0110
上富良野交番 ☎2039



ブラックアイスバーンに注意!

冬に向かい、これからの季節は、日陰の場所や夜間になると路面がブラックアイスバーン状態になり、滑りやすく危険な状態になります。路面状態も場所や日によって目まぐるしく変化します。

スピードダウンに心がけ、路面状態にあった安全運転をし、交通事故を起こさないようにしましょう。
また、シートベルトは、必ず装着しましょう。

地域から違法・迷惑駐車を追放しよう



これからの冬期間は除排雪の邪魔になつたりします。駐車場を確保し、お互いに違法駐車をしない・させない・許さない気運を高め、地域から違法駐車を追放しましょう。

指名手配犯人 検挙に協力を



犯罪の凶悪化、組織化、国際化が進んでいます。犯人を検挙し事件を解決するためには、皆さんの捜査に対する理解と協力がかかせません。



脱走中のオオム心理教の犯人を含め、一人でも多くの指名手配犯人を検挙するため、犯人に関する状況は、どんなささいなことでも警察に通報をお願いします。

ストーリーカー被害 迷わず相談

あなたは被害を受けていませんか? 1人で悩まず相談してください。



10月の町内交通事故発生状況

()は前年比較
人身事故発生件数: 3 (+1)
死者数: 0 (±0)
傷者数: 4 (+2)
物件数: 29 (+6)

毎月15日は「道民交通安全の日」

上富良野町の事件発生件数 (10月1日~31日現在)	
脱衣場荒らし	2件
車上狙い	1件
事務所荒らし	1件
自転車盗	3件
器物損壊	1件

活用しよう

人権擁護委員制度

保健福祉課 社会係

☎6987

借地・借家、不動産売買、金銭貸借や近隣との争い、学校でのいじめ、体罰や不登校児問題や人権侵害の問題などを法務大臣から委嘱されている『人権擁護委員』が、無料で相談に応じています。

個人の秘密は固く守られますので、電話や手紙などで気軽にご相談ください。

人権擁護委員

・佐々木幸子 ☎2722

・上富良野町富町1丁目2番43号

・岩井 史雄 ☎2180

・三島 功士 ☎3450

・上富良野町宮町2丁目2番1号

・上富良野町本町4丁目6番33号

・上富良野町本町4丁目6番33号

・上富良野町本町4丁目6番33号

年末事業資金の融資

国民生活金融公庫旭川支店

☎0166235241

年末資金の準備はお済みでしょうか。

国民生活金融公庫では、例年通り年末事業資金を取り扱い中

です。また、新たに事業をはじめられる方への融資のご相談もお受けしています。

年末の商品仕入れや手形の決済、従業員へのボーナスの支払などに国民生活金融公庫の資金をお役立てください。なお、年末はお申し込みが集中することが予想されますので、お早めにご相談をお待ちしています。

融資限度額 4,800万円

資金の使途 事業資金(運転資金及び設備資金)

利率 年1.7%(平成14年9月27日現在)

返済期間 運転資金 5年以内

設備資金 10年以内

連帯保証人 原則として、1名以上

担保 必要に応じて提供していただくことがあります。

なお、この他に、お使いみち

によって融資額や返済期間及び

利率が有利な融資制度もございます。

詳しくは、最寄の商工会または、国民生活金融公庫旭川支店

融資相談係(旭川市4条通り9

丁目)まで、ご相談ください。

サンデー 日曜議会を開催します

日 時 12月15日(日) 9時開会
場 所 役場3階 議事堂
審議内容 一般質問など



町議会では、より身近で開かれた議会をめざし、12月の定例会を日曜日に開催することとしています。

平日、仕事などで議事を傍聴できない方も、ぜひこの機会に傍聴にお越しください。議会の傍聴は、当日受付簿に名前・住所などを記入していただくだけです。

16日(月)・17日(火)についても、9時から議会を開催し、補正予算や条例などを審議します。

議会事務局 ☎6992

参加チーム
募集!
12月10日まで



町民ふれあいスポーツ玉入れ大会

日時 12月21日(土) 8時30分開会式・競技開始

場所 社会教育総合センター アリーナ

主催 町民ふれあいスポーツ大会実行委員会

申込み・問合せ
社会教育総合センター
☎5511

自衛隊生徒募集のご案内

自衛隊 上富良野募集事務所 ☎3412
 役場 企画調整課 基地調整室 ☎6980

受付期間	平成15年1月7日(火)までに締切日必着 ただし、平成15年3月中学校卒業予定者または中等教育学校の前期課程終了予定者の受付については、文部科学・厚生労働両省から示された期日以降実施します。		
応募資格	日本国籍を有し、平成15年4月1日現在、15歳以上17歳未満(昭和61年4月2日から昭和63年4月1日までの間に生まれた者)の男子で、中学校卒業者または、中等教育学校の前期課程修了者(平成15年3月に中学校卒業または、中等教育学校の前期課程修了見込みの者を含む。)		
採用数	陸上自衛隊生徒 約250名、海上自衛隊生徒 約60名、航空自衛隊生徒 約50名		
一次試験日	平成15年1月11日(土)	一次合格発表日	平成15年1月20日(月)
二次試験日	平成15年1月下旬	最終合格発表日	平成15年2月18日(火)
「自衛隊生徒」制度の特色	<ul style="list-style-type: none"> ・「自衛隊生徒」とは少年工科大学校(陸上) 第1術科学校(海上) 航空教育隊(航空)へ入校し、4年間教育を受ける少年自衛官のことです。 ・一般の学校と同様の教育を実施し、3学年修了後、高校卒業の資格が得られる。 ・採用と同時に特別職の国家公務員となる。(初任給155,900円、ボーナス年3回) ・特に「自衛隊生徒」出身者は、優秀な技術を身につけた曹として、全国の部隊で活躍するとともに、将来は幹部自衛官として期待できる。 		

“自衛官募集”は、自衛隊旭川地方連絡部のホームページからもご覧になれます。
 ホームページアドレスは、<http://member.nifty.ne.jp/asahikawaplo/> です。

上富良野町営スキー場 オープン予定のお知らせ

平成14年12月7日(土)
 営業時間 9:00 ~ 21:00



スキーリフトシーズン券 発売と発売場所

発売日 平成14年12月2日(月)から
 発売場所 日の出公園オートキャンプ場
 管理事務所 ☎394200
 発売時間 8:30 ~ 17:00 まで
 料金 小学生以下 5,000円
 中学生以上 10,000円
 顔写真1枚(たて4センチ×よこ3センチ)が必要です。

こころの病の患者さんの 家族教室

開催日時 平成14年12月18日、平成15年1月15日

富良野保健所では、こころの病の患者さんの家族のために教室を開催しています。
 「病気のことがよく分からない」、「患者さんにどのように接したらよいか迷っている」、
 「同じ立場の人の話を聞いてみたい」と思っている家族の皆さんの参加をお待ちしています。

申込み・問合せ 富良野保健所 健康推進課 ☎3161 役場 保健福祉課 福祉係 ☎6987





かみふらの “ごみ分別手引き”の訂正

各家庭に配布しました
“ごみ分別手引き”の内容に
一部誤りがありましたので、
次のように訂正します。

項	品名	ごみの種類		備考	料金
		誤り	訂正後		
16	カタログ	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
17	紙パック類	一般ごみ	紙類	開いて、ひもで束ねる	
	ガム	一般ごみ	生ごみ	ただし、紙に包んだ場合は一般ごみ	
18	木・木の枝(50cm程度まで)	一般ごみ	粗大ごみ	ただし、一般ごみ指定袋に入れば、一般ごみで収集	300
	牛乳パック	一般ごみ	紙類	開いて、ひもで束ねる	
	教科書・ノート	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
20	広告チラシ	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
	コード	プラスチック類	不燃ごみ	布で巻いてあるものも、不燃ごみ	
21	雑誌(週刊誌・漫画等)	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
22	週刊誌	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
	就職情報誌	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
	情報誌	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
	新聞(情報紙含む)	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
23	図鑑	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
25	剪定した枝・木	一般ごみ	粗大ごみ	ただし、一般ごみ指定袋に入れば、一般ごみで収集	300
26	単行本	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
	ダンボール箱	一般ごみ	紙類	たたんで、ひもで束ねる	
28	電気コード	プラスチック類	不燃ごみ		
29	道路地図	一般ごみ	紙類	束にしてひもかけ	
30	庭木(直径15cmまで)	一般ごみ	粗大ごみ	50cm程度に切り、1m程度のひもで束ねる	300
36	みかん箱(ダンボール)	一般ごみ	紙類	たたんで、ひもで束ねる	

ごみの搬出の際は“ごみ分別手引き”に従い、搬出してください。

町民生活課 環境整備係 ☎ 6985



野呂さん

毎月、2会場で行われている「お元氣かい(会)」で会場準備や参加者の移動のお手伝いをしていただいております。老人身障者センターで開催のときは3名の方がお手伝いをしており、野呂律子さんにお話しを伺いました。

「私の母が当時、デイサービスにお世話になっていて、私も何かお手伝いをしたいと思っていました。9年前に2級ヘルパーの資格を取得し、個人ボランティアに参加しました。今年5月に『たんぽぽ会』ができて、独居老人のお話し相手やデイサービスの入浴サービスなどのボランティア活動をしています。

『お元氣かい(会)』にの皆さんと一緒に楽しみながら運動して、いつまでも元氣でボランティア活動をしていきたいですね。」

ボランティアセンターの活動状況

お元氣かい(会)
参加者の介助
ボランティア活動

町保健福祉課が行う介護予防教室「お元氣かい(会)」に参加して、会場準備や参加者の移動のお手伝いをしています。

活動団体

たんぽぽ会

月2回 木曜日
9:30~11:30

(泉栄防災センターと老人身障者センターで月1回づつ)

シリーズ
子育て

保健師
菊池 寿子

『自律神経』は乳幼児期から
生活リズムの中でじっくりと発達

いま、自律神経の働きの弱い子どもが増えています。テレビゲームやテレビなど、子どもたちを取り囲む夜間の生活環境は日中に負けないくらい刺激がいっぱい。体のリズムをコントロールしている交感神経と副交感神経のバランスが崩れ、低年齢から「自律神経失調」状態にあります。

本来、交感神経は気持ちが緊張し、活動しているときに働き、副交感神経はリラックスし、体力を回復しているときに働きます。

しかし、夜になっても体を休めず活動し続けると、副交感神経の出番がなくなります。また、朝からゴロゴロ生活では、交感神経の働く場面がなくなってしまいます。自律神経を鍛えるには乳幼児期からの生活が大切です。冬期間の暖房過多や夏の冷房など大人的生活スタイルが快適・便利になると引き換えに、子どもたちの自律神経を衰えさせてしまう環境にあることを知り、自律神経を育て、鍛え、強くする生活スタイルを心がけていきたいですね。

自律神経の働きを鍛える生活

生活リズムの乱れが自律神経の働きを弱める

自律神経の働きを鍛える生活		生活リズムの乱れが自律神経の働きを弱める	
昼間の活動を支える 交感神経 心拍数 血圧 消化機能	早起き 1日の活動エネルギーとなる朝食は大切 夜間の腸の動きにより作られた便を排泄する 視覚刺激の多いテレビよりも人間関係や自分の体を使うこと、体で覚える遊び体験をする 皮膚、足の裏には神経が多いところ、空気浴・日光浴・外気浴など外界の刺激を直接受け丈夫な皮ふに。厚着はさける めるめのお湯にゆったりつかり副交感神経の働きを促す	午前5時 6時 7時 8時 9時 10時 11時 正午 午後1時 2時 3時 4時 5時 6時 7時 8時 9時 10時 11時 12時	<ul style="list-style-type: none"> 朝起きるのがつらい 食事が食べられない 腹痛、便秘 頭痛、めまい、体がだるいなど午前中は体調が悪い 体温が上がらない(低体温) 筋緊張の低下
	体の回復や育ちを支える 副交感神経 心拍数 血圧 消化機能	早寝 就寝前のテレビ・ゲーム、お小言は避け、落ち着いた時間をもち 明かりを消して静かな環境で休む	お休みはお昼まで寝ている 食欲がなく、朝食抜き 体を動かすことよりもテレビやテレビゲームに熱中 好きな時間に食事をとる 夕食後の排便が習慣化している 遅くまで起きている