

活力湧き出る みどり美しい 水のまち



広報

きょうごく

11

月号

2018(平成30年)

No.740

今月の主な内容

- 「特集」京極ふきだし湧水…………… 2
- 今月のまちの話題…………… 6
- 今月のお知らせ…………… 17



京極町は
「日本で最も美しい村」連合
に加盟しています。

京極の

ふきだし湧水

名水百選・北海道遺産に選ばれた
全国に誇る京極の財産

標高1898メートル、富士を思わせる美しい
山容の羊蹄山から数十年の歳月を経て地下を浸透
し、地表に湧き出したふきだし湧水。

『名水百選』
『手作り郷土賞大賞』
『水の郷百選』
『北海道遺産』

ふきだし湧水周辺はふきだし公園として、自然
環境を保全しています。

日々の生活に密接に関わるふきだし湧水。水資
源環境の保全や、水を活かしたまちづくりにより、
「名水の郷きょうごく」として全国的にPRをし、
水を守り水を活かした地域づくりをしています。



名水百選 「羊蹄のふきだし湧水」

昭和60年1月、ふきだし湧水は、環境庁(現・環境省)の選定した名水百選に選ばれました。

◆「名水百選」選定基準は？

いわゆる「うまい水」「水に関する景勝地」でなく、『良好な水環境の保全』の努力の有無です。地域住民による保全活動により、水質・水量・周辺環境・親水性などの保全状況が良好であることで選定されました。



手づくり郷土賞大賞 「ふきだし公園」

平成2年にふきだし公園は手づくり郷土賞を受賞し、平成17年に国土交通省が選定する手づくり郷土賞の大賞部門を受賞しました。

◆「手づくり郷土賞」とは？

地域の独自性や魅力を創出している地域の良質な活動の表彰です。さらに大賞部門は、過去に手づくり郷土賞を受賞してからも長く魅力の維持、活用に努めている地域から選定されています。



水の郷百選 「北海道京極町」

平成8年3月に、国土庁(現・国土交通省)の選定した水の郷百選に認定されました。

◆「水の郷百選」とは？

水環境保全の重要性を広く知らせるため、地域固有の水をめぐる歴史文化や優れた水環境の保全に努め、水を活かしたまちづくりに優れた成果をあげている地域を認定したものです。



北海道遺産 「京極のふきだし湧水」

平成13年10月に、次世代に残したい宝物を広く道民から公募をした結果、4,000件を超える候補の中から選ばれた25件の中に選定されました。

◆「北海道遺産」とは？

北海道の豊かな自然やそこに住む人々により築いた文化や産業、生活など様々な価値の中から、道民参加で選ぶ、次世代に引き継ぎたい有形・無形の財産の事です。

ふきだし公園の経緯

昭和初期	岩内町の梅沢氏より町へ寄付。同時に京極・龍門寺の松田玄龍和尚が、「観音様の霊水」として、不動明王・三十三番観音像を設置し霊場とするとともに、町民の憩いの場として以後親しまれる。
昭和24年	羊蹄・洞爺・支笏国立公園の指定
昭和28年	北海タイムス社主催の後志十景選定で第4位に入選
昭和48年	北海道環境緑化保護地区に指定
昭和59年	公園等基本構想を策定
昭和60年	「名水百選」にふきだし湧水が選定
平成2年	「生活を支える自然の水30選」で手づくり郷土賞を受賞
平成8年	「水の郷百選」に京極町が選定
平成13年	「北海道遺産」に京極のふきだし湧水が25件の内の1つとして選定
平成17年	「手づくり郷土賞(大賞部門)」に認定
平成19年	ふきだし公園を「道の駅 名水の郷きょうごく」として供用開始



データも証明する 「おいしい水」

京極のふきだし湧水は、決して町民のひいき目による自画自賛ではなく、厚生労働省がおいしい水の条件としているものと合致します。

PH値(水素イオン指数)6.7・5がおいしい水と言われている中、ふきだし湧水は7程度で、硬度の基準は50ですが、ふきだし湧水は23と大きく下回っており、やわらかな軟水に分類されます。

その他にも、適度なミネラルが含まれているデータも得られていることから、あらゆる指標でふきだし湧水のおいしさを証明しています。

ふきだし公園は・・・

- ① 町民の憩いの場、コミュニティとしての公園であること。
- ② 幅広い年齢層が利用できる公園であること。
- ③ 人・自然、人・人とのふれあいを大切にしたい公園であること。
- ④ 町民の財産である「羊蹄のふきだし湧水」を守り、自然を保護する公園であること。

今後、京極町の大切な財産「ふきだし湧水」と、その周辺「ふきだし公園」の、環境保全をしながら整備し、水を活かした地域づくりを目指していきます。



平成29年度 健全化判断比率等の公表について

平成19年6月に地方公共団体の財政の健全化に関する法律（以下「地方公共団体財政健全化法」といいます。）が公布されました。

この法律は、地方公共団体の財政の健全性に関する指標の公表制度を設け、その比率に応じて財政の早期健全化及び財政の再生等に必要なる行財政の措置を講ずることにより、地方公共団体の財政の健全化に資することを目的としています。

公表することとなるのは、①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率（以下「健全化判断比率」といいます。）の4指標と⑤資金不足比率です。

健全化判断比率のうち1つでも早期健全化基準以上となった場合は財政健全化計画を、また、資金不足比率が経営健全化基準以上となった場合は経営健全化計画を定める必要があります。

平成29年度決算に基づき算定された京極町の健全化判断比率及び資金不足比率は、下表のとおりすべて基準を下回りました。

（単位：％）

指 標		平成29年度 決算	参考 平成28年度 決算	早期健全化基準	財政再生基準
健全化判断比率	①実質赤字比率	— (△11.30)	— (△10.15)	15.00	20.00
	②連結実質赤字比率	— (△11.01)	— (△10.15)	20.00	30.00
	③実質公債費比率	6.9	6.8	25.0	35.0
	④将来負担比率	— (△29.0)	— (△4.9)	350.0	

※実質赤字額、連結実質赤字額がないため「—（該当なし）」で表示し、参考に黒字の比率を（△）で示す。

（単位：％）

指 標	特別会計	平成29年度 決算	参考 平成28年度	経営健全化基準
⑤資金不足比率	簡易水道事業会計	—	—	20.0
	下水道事業会計	—	—	20.0

※資金不足比率がない会計は「—（該当なし）」で表示。

財政用語等

1. 地方公共団体財政健全化法の概要

地方公共団体財政健全化法は、地方公共団体の財政の健全性に関する比率の公表の制度を設け、当該比率に応じて、地方公共団体が財政の早期健全化及び財政の再生並びに公営企業の経営の健全化を図るための計画を策定する制度を定めるとともに、当該計画の実施の促進を図るための行財政上の措置を講ずることにより、地方公共団体の財政の健全化に資することを目的とされたものです。

健全化判断比率の公表等

毎年度、4つの健全化判断比率（実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率）を監査委員の審査に付したうえで議会に報告し、公表しなければなりません。

財政の早期健全化

健全化判断比率のうち、いずれかが早期健全化基準以上の場合には、議会の議決を経て、財政の状況が悪化した要因の分析を踏まえ、必要最小限度の期間内に、実質赤字比率は実質赤字を解消すること、ほかの3つの健全化判断比率は早期健全化未満とすることを目標として財政健全化計画を定め、速やかに公表するとともに、総務大臣・道知事へ報告しなければならないこととされています。

財政の再生

再生判断比率（健全化判断比率のうち将来負担比率を除いた3つの比率）のいずれかが財政再生基準以上の場合には、議会の議決を経て、財政の状況が著しく悪化した要因の分析を踏まえ、必要最小限度の期間内に、実質赤字比率は実質赤字を解消すること、他の3つの健全化判断比率は早期健全化未満とすること等を目標として財政再生計画を定め、速やかに公表するとともに、総務大臣へ報告しなければならないこととされています。

公営企業の経営の健全化

公営企業（水道や下水道）を経営する地方公共団体は、毎年度、公営企業ごとに資金不足比率を監査委員の審査に付したうえで議会に報告し、公表しなければならないこととされ、これが経営健全化基準以上となった場合には、当該公営企業の経営の状況が悪化した要因の分析を踏まえ、必要最小限度の期間内に、資金不足比率を経営健全化基準未満とすることを目標として経営健全化計画を定めなければならないこととされています。

施行等

健全化判断比率の公表は、平成19年度決算から適用し、その他の義務付け等の規定については、平成20年度決算に基づく措置から適用されています。

2. 健全化判断比率における各指標について

実質赤字比率

福祉、教育、まちづくりなどを行う地方公共団体の一般会計等の赤字額を地方税等の財源の規模と比較して指標化し、財政運営の深刻度を示します。

毎年4月に始まり3月に終わる地方公共団体の会計年度における歳出は、歳入の範囲内で行うことが原則となっており、歳入が歳出に不足してしまい赤字が生じることは望ましくありません。この赤字を解消できないと、翌年度に繰り越されることになりますが、翌年度においてその分の歳入確保又は歳出削減ができなければ、更に繰り越され、赤字額が累積していくことになります。

連結実質赤字比率

すべての会計の赤字と黒字を合算して、その団体としての全体の資金の不足の程度を把握するため、町税等の財源の規模と比較して指標化し、地方公共団体全体としての運営の深刻度を示します。

地方公共団体の会計は、地方税、地方交付税を主な財源とし、福祉、教育、まちづくりなどを行う地方公共団体の中心的な行政サービスを行う一般会計の他に、料金収入等を主な財源として事業を実施している水道や下水道といった公営企業など複数の会計に分かれています。

一般会計が黒字でも別の会計に赤字が多くあれば、その団体全体として見たときの財政状況がよいとは言えません。

実質公債費比率

借入金の返済額及びこれに準じる額の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示します。

一般会計の公債費は、当然、一般会計の義務的な負担になりますが、公営企業等ほかの会計の公債費に対して一般会計から繰り出す経費もあります。また、近隣市町村との一部事務組合により整備した施設に係る負担金なども一般会計の義務的な負担となります。このため、こうした公債費に準じた経費も公債費に加算し、実質的な公債費を算出のうえ、一般財源の標準的な規模を表す標準財政規模と比較して指標化したものが「実質公債費比率」です。

この比率が高まるほど、財政の弾力性が低下し、他の経費を節減しないと赤字団体に転落する可能性が高まるなどの一般会計の資金繰りの危険度を示す指標です。

将来負担比率

地方公共団体の一般会計の借入金（町債）や将来支払っていく可能性のある負担等の現時点での残高の程度を指標化し、将来財政を圧迫する可能性が高いかどうかを示します。

地方公共団体の一般会計が将来支払っていく負債には、地方公共団体の長期の借入金である一般会計の地方債残高のほか、借入金ではないものの契約等で支払いを約束したもの、公営企業等の他会計の地方債残高のうち一般会計が負担するもの、また、近隣市町村との一部事務組合により整備した施設に係る地方債のうちその団体の負担分などがあります。

こうしたものも含め、現時点で想定される将来の負担を財政規模と比較して指標化したものが「将来負担比率」です。

この比率が高い場合、将来こうした負担額を実際に支払っていかなければなりませんので、今後の財政運営が圧迫されるなど問題が生じる可能性が高いと言えます。

資金不足比率

公営企業の資金不足を、公営企業の財政規模である料金収入の規模と比較して指標化し、経営状況の深刻度を示します。

公営企業の経営状況を、公営企業の料金収入に対する資金不足の規模で表したのが、「資金不足比率」です。この比率が高くなるほど、料金収入で資金不足を解消するのが難しくなりますから、公営企業として経営に問題があることになります。

9/29 京極中学校文化祭

「Memory of Best Friends」

～最高の仲間と最高の思い出を～

kyogoku
Town News ニュース

京極中学校で文化祭が開祭されました。

ステージでは、各学年による劇や、壁新聞発表、合唱コンクールが行われ、生徒達はこの日のために練習してきた成果を発揮していました。

その他にも、英語暗唱の発表や、音楽部の発表、全校合唱などもあり、文化祭と呼ぶにふさわしい、素晴らしい内容となりました。



～英語暗唱発表～



～壁新聞～ 1年生「輝光」



～壁新聞～ 2年生「慕地」



～壁新聞～ 3年生「龍舞」



～劇～ 1年生「銀行強盗物語」



～劇～ 2年生「白熱T☆Sバトル!」



～劇～ 3年生「とある事件と探偵と」



～合唱～



～開催式～



10月
21日

京小学芸会



～2年生 劇～

＜スローガン＞

思い出に残る 学芸会のために
協力して がんばろう！！



～全校合唱～



～3年生 音楽～



～6年生 劇①～



～1年生 音楽～



～4年生 劇～



～6年生 劇②～



～5年生 音楽～

『プレ京極芸術祭』



10月
21日



『フリーマーケット』

10月21日に「プレ京極芸術祭」がふきだし公園で開催されました。
このイベントは、今年初めて行われた催しで、当日は札幌や海外で和太鼓などの公演を行っている新芸能集団「乱拍子」によるパフォーマンスのほか、アフリカンパーカッション奏者イルング・ジェラルド氏によるジャンベ演奏などが行われました。その他にも、町内在住のパフォーマーが歌やダンスを披露し、会場内は大変盛り上がりしていました。
また、会場内では京極町観光協会主催による「フリーマーケット」も開催され、多くの人で賑わっていました。

『高田 ヤエノ さんに 内閣総理大臣より祝状と記念品が贈られました』

老人の日記念事業として、百歳高齢者(今年度中に百歳に達する高齢者)に対し、内閣総理大臣から祝状が贈られるもので、高田ヤエノさんに山崎町長より祝状と銀杯が伝達されました。

高田さんは、平成16年に養護老人ホーム慶和園に入所され、パークゴルフや施設周辺の散策などが好きで活動的に過ごされてきました。

平成26年に特別養護老人ホームユニットケア慶和園に移られてからも、園内の散歩や羊蹄山の景色を見ながら職員や他の利用者さんと談笑して過ごされるなど、優しく穏やかに過ごされております。

今後益々お元気でご長寿であることを祈念いたします。



(9月18日 特別養護老人ホーム
ユニットケア慶和園にて)

学童保育で環境教室の実施

10月1日(月)に北海道環境財団「地球温暖化ふせぎ隊」の方にお越しいただき、公民館大ホールで環境教室が行われました。

大ホールを暗くした中での「ブラックライトパネルシアター」や、地球温暖化をテーマにしたパズル、日常生活でのエネルギーの無駄を探す「エコミッケ」等を行い、地球温暖化のことや、電気の点けっぱなし、水の出っぱなしなどの「もったいない」を学びました。



10/14

体育協会長杯ミニバレーボール大会

町体育協会長杯ミニバレーボール大会が総合体育館で行われました。

全10チームが参加し、チーム一丸となってボールを追い、随所に好プレーが見られるなど、白熱した戦いが繰り広げられました。

決勝トーナメントでは「しほねえ〜☆」チームが優勝に輝きました。



京極町スポーツ表彰式

10月8日（月）、湧学館で京極町スポーツ表彰式が行われました。

昨年度に開催されたスポーツの各競技大会で優秀な成績をあげられた個人または団体が表彰されました。



◇スポーツ優秀賞
小上 楓真



◇スポーツ賞（個人）

故 葛西 良紀	小上 千空	村上 広大
高瀬 藍	高瀬 蓮士	荒関 結衣

◇スポーツ奨励賞（個人）

行天 栄子	鈴木 怜遠	丹野 朱璃	駒谷 雄斗	鈴木 幸悦
酒井 音々	高瀬 凜	西槇 かな	荒関 大翔	藪 颯汰
江守 捷玄	入山 夏帆	藪 大翔	西槇 ゆい	荒井 仁
高木 優佳	五十嵐 小百合	藪 祐奈		

◇スポーツ奨励賞（団体）

クロスカントリースキー少年団	
荒関 大翔	小上 千空 藪 颯汰
クロスカントリースキー少年団	
五十嵐 小百合 荒井 仁	高瀬 藍
京極剣道連盟	
加藤 岳斗	本間 琴音 木口 慎太郎 後藤 俊之祐 小柳 翔哉
陸上少年団	
藪 大翔	村上 広大 関 胡太朗 酒井 大遙 千葉 虎豪郎

スポーツ優秀賞（個人1名）

全国規模以上のスポーツ大会に出場し、大会要項に定める入賞をした個人又は団体競技の主要な選手を表彰する。

スポーツ賞（個人6名）

スポーツ大会の地区予選を経て、全道大会に出場し6位以上、又は大会要項に定める入賞をした者及び地区予選のない場合は、その大会の規模により全道大会3位以上の優秀な成績を収めた個人又はチームを表彰する。

スポーツ奨励賞（個人18名・団体4団体）

後志管内以上の規模のスポーツ大会に出場し、全道大会への出場権を獲得、又は全道大会のない大会で1位の成績を収めた個人又はチームを表彰する。

今月の生涯学習情報

生涯学習センター湧学館 電話 42-2700・公民館 電話 42-2203・総合体育館 電話 42-2075

11月のカレンダー ■休館日 ★夜間開館日 ●イベント

日	月	火	水	木	金	土
10/28	10/29	10/30★	10/31	1	2★	3
4	5	6★	7	8	9★	10
11	12	13★	14	15	16★	17
18	19	20★	21	22	23	24
25	26	27★	28	29	30	12/1

※休館中の本の返却には、正面玄関横の「返却ポスト」をご利用ください。(夜間や早朝にも返却できます)

平成30年度「後志の文学講座」 『有島武郎の生と死』

平成30年は有島武郎生誕140年にあたります。
後志と縁のある有島の生涯と文学について紹介します。

日 時:①11/27(火)18:30～19:30

「有島の生涯」

②12/11(火)18:30～19:30

「有島の文学と北海道」

会 場:湧学館1階読書室

講 師:野口陽一(湧学館副館長)

定 員:10名(参加費無料)

申込み:湧学館(電話42-2700)で11月1日(木)

より受付開始します

(定員になり次第締切ります)



読書週間中は、図書の貸出を
1人10冊までに拡大します

11/3(土)文化の日 臨時開館

午前10時～午後6時まで

11/3(土)映画上映会(視聴覚室)

「おくりびと」

午後1時30分～午後3時40分

11/2(金)、16(金)平家物語 読書会(読書室)

午後7時～午後8時まで

11/17(土)おはなし会(幼児室)

午前11時～ ☆プレゼントもあるよ!みんな来てね!

11/23(金)勤労感謝の日 臨時開館

午前10時～午後6時

11/27(火)後志文学講座①(読書室)

午後6時30分～午後7時30分まで

11月の展示



お仕事の本

湧学館図書 臨時開館のお知らせ

◆11/3(土)文化の日10:00～18:00

映画上映会「おくりびと」13:30～15:40



遺体を棺に納める「納棺」をする会社、NKエージェントに就職した大悟。戸惑いながらも、妻の美香には仕事内容を偽り、見習い納棺師として働き始めるが、そこには、さまざまな人のさまざまな境遇のお別れが待っていた…。(130分)

会場:湧学館2階視聴覚室(入場無料)

◆11/23(金)勤労感謝の日10:00～18:00

当日、勤労感謝祭を開催中の公民館からは外に出ることなく湧学館へ来館できます。



湧学館のホームページでは、新着本情報などを随時お知らせしています。
インターネット予約もご利用ください

京極町 湧学館

検索

(<http://lib-kyogoku.jp>)





11月9日は 119番の日!



11月9日は総務省消防庁が定めた『119番の日』です。119番の日とは、消防の仕事や119番についての正しい知識と理解を深めていただくために作られた日です。

いざというときに落ち着いて通報できるように、119番の仕方を再確認しましょう。

119番通報



火事ですか？救急ですか？



場所（住所）はどこですか？



火事の場合

火事の

- ・大きさ
- ・出火場所
- ・逃げ遅れている人の有無
- ・けが人の有無

などを教えてください。



救急の場合

患者さんの

- ・お名前
- ・年齢
- ・現在の状態
- ・かかっている病気
- ・かかりつけの病院

などを教えてください。



再度、連絡する場合がありますのでお名前と
すぐに出られる電話番号を教えてください。

消防から大切なお知らせ

住宅用火災警報器は、10年を目安に交換が推奨となっています。京極町は
新築で平成18年から、既存住宅で平成23年から取り付けが義務化となり、取り
付けから10年以上たっているお宅があります。

住宅用火災警報器の確認、交換のご検討をお願いします。



消防への通報・連絡は下記まで

火事・救急・救助（指令センター）	局番なし	119番
災害案内専用電話（自動音声）	22-6655	番
その他お問い合わせ（消防署京極支署）	42-2303	番





～秋の親子ビクス教室がんばってるよ！～

恒例の親子ビクス教室が行われ、たくさんの親子が汗を流しました。
簡単なリズムにのって体を動かす親子ビクス、子ども達も楽しい、お母さん達も楽しい、みんなで心地よい汗をかいてリフレッシュしました。



～今月は楽しい教室がいっぱい～

20日（火）にこここ教室④

21日（水）わいわい教室②

22日（木）よちよち教室②

27日（火）ベビービクス教室

みんなで遊ぼうね！



～ふゆ組はじまります！～

教育委員会事業幼児交流倶楽部ふゆ組がはじまります。
第1週目は28日（水）子育て支援センターで行います。
その後12月5・12・19日の4回を予定しています。

絵本読み聞かせ

11月の予定は
次のとおりです。

5 日紙芝居「どんぐりころころ」

絵 本「のせてのせて」他

12日紙芝居「くいしんぼうおばけ」

絵 本「あなたはだあれ」他

19日紙芝居「くもよんさんのけんか」

絵 本「もうねんね」他

26日紙芝居「おおきくおおきくおおきなあれ」

絵 本「いいおかあ」他

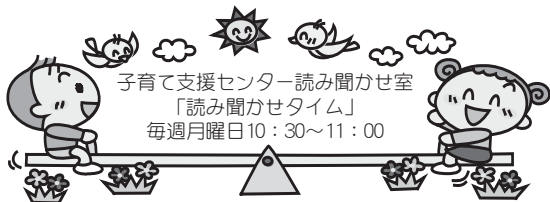
～親子インタビュー～

今月は一戸貴翔^{いちのへ たかと}くんと、お母さんの歌踊子^{かよこ}さんにセンターの感想を聞いてみました。

「ここに来てからみんなに触発されたのか刺激を受けたのか、寝返りやハイハイが上手になったので、がんばって通ってよかったと思いました。

家にいると1対1で静かなんだけど、センターのわいわいがやがやしてる雰囲気に慣れて楽しいみたいです。

1人遊びも上手になって嬉しい成長です。最近と同じ年頃の友だちが遊ぶのに興味津々みたい。」と笑顔で話してくれました。



11月の子育て カレンダー

- もぐもぐ教室（離乳食）～公民館・・・・・・・・・・13日（火）10:00～11:30
- にこここ教室④～子育て支援センター・・・・・・・・・・20日（火）10:00～11:00
- わいわい教室②～子育て支援センター・・・・・・・・・・21日（水）10:00～11:00
- よちよち教室②～子育て支援センター・・・・・・・・・・22日（木）10:00～11:00
- フッ素塗布～公民館・・・・・・・・・・26日（月）13:00～15:00
- ベビービクス教室②～子育て支援センター・・・・・・・・・・27日（火）10:00～11:00
- 幼児交流倶楽部ふゆ組～子育て支援センター・・・・・・・・・・28日（水）10:00～11:00





「健診『異常なし』を目指して」 ～保健師・管理栄養士と一緒に 生活改善しませんか？～

町では、ミニドック健診で特定健診・基本健診を受けた方全員へ、保健師・管理栄養士による健診結果の見方や今後の生活の改善点などをお伝えする結果説明会を行っています。そのなかでも、メタボリックシンドロームや生活習慣病のリスクが高い方には、一緒に目標をたてて定期的に訪問等面談を行い、目標が達成できるよう支援をしています。今月号では、目標を達成し、その後の健診で検査値が改善された事例を2つ紹介します。

CASE 1 40代男性

運動不足で、 ジュースをよく 飲んでいたケース

健診時の 体格・ 生活習慣	・体重：69.6kg、BMI：24.1、腹囲：87.0cm ・血圧、中性脂肪、血糖、HbA1cが高い ・歩く機会が少ない ・ジュースを1日3本くらい飲む
結果説明 会で考 えた目 標	【6ヶ月後までに】 ①腹囲を85cm以下にする ②軽い筋トレを1日30分行う ③ジュースは1日1本にする
6ヶ月後 の状況	・体重：65.0kg、BMI：22.5、腹囲：81.5cm ・筋トレは行わず、ウォーキングを週2～3回行う ・ジュースはやめて水かお茶だけにする ・30回噛んでゆっくり食べるようにする
1年後の 健診結果	・体重：63.1kg、BMI21.9、腹囲：82.0cm ・血圧、血糖が高い ・中性脂肪、HbA1cは基準値内
ご本人 より	慣れるまでは大変なときもあったけど、今はウォーキングをしないと気持ちが悪いし、ジュースは飲みたいと思わなくなった。あとは血圧が下がるように塩分を気をつけたい。
保健師・ 管理栄養 士より	自分に合った運動（ウォーキング）を続けたことと、ジュース類をやめて、1日約500kcal減らせたことが1年後の改善につながったと思います。

CASE 2 60代男性

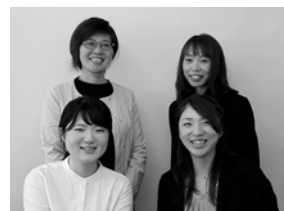
毎年1～2kgずつ 体重が増加していた ケース

健診時の 体格・ 生活習慣	・体重：66.3kg、BMI：23.8、腹囲：90.5cm ・血圧、中性脂肪が高い ・外に出て運動するのは難しい ・食事は家族が作るの、食事内容を変えるのは難しい
結果説明 会で考 えた目 標	【6ヶ月後までに】 ①腹囲を87cmにする ②筋トレを週5回10分間行う ③ごはんの量を1/3減らす ④入浴後のジュースを0kcalのものに替える
6ヶ月後 の状況	・体重：64.0kg、BMI：23.3、腹囲：87.0cm ・ダンベルを使用した筋トレを週5回20分行う ・ごはんの量を1/3減らす
1年後の 健診結果	・体重：60.4kg、BMI：21.9、腹囲：81.0cm ・全項目基準値内
ご本人 より	筋トレを初めて、最初はあまり効果が出なかったが、半年くらいから体重や腹囲は効果が出てきた。毎日行くと負担になるので、週2回休むくらいが自分のペースとして落ち着いた。
保健師・ 管理栄養 士より	無理しすぎず、自分のペースで地道に運動を続けたことと、自分でできる食事の改善をしたことが1年後の全項目基準値内につながったと思います。

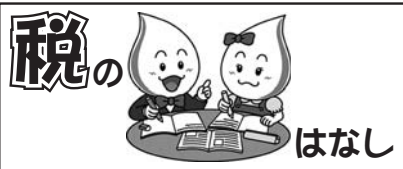
一人ひとりに合わせたオーダーメイド相談で、 保健師・管理栄養士と一緒に健診『異常なし』を目指しませんか？

保健師は健診結果の見方や各種からだ・こころの相談、運動の内容や方法等について、管理栄養士は普段の食生活を聞いて、栄養素の過不足やバランスの良い食事についての助言ができます。

「〇〇をしてください！」と、強制することはありません。1回のみでも、定期的な相談でも、状況やご希望に合わせてサポートするので、どなたでもいつでもお気軽にご相談ください。



ご意見、質問はこちらまで！ 健康推進課 管理栄養士 ☎42-2111 e-mail: kenko@town-kyogoku.jp



給与所得者と年末調整について

給与所得者の方については、通常その年最後の給料または賞与が支払われる際に、源泉徴収された所得税の合計額と、1年間の給与総額に対する年税額との過不足額の精算が行われるため、大部分の方が確定申告をする必要がありません。

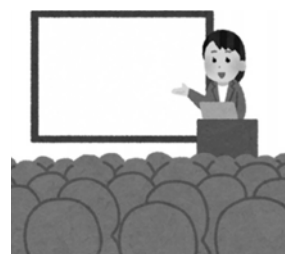


この清算手続きは年末に行われることから「年末調整」と呼ばれており、この「年末調整」により所得税が納め過ぎの場合には還付され、不足の場合には徴収されることになります。

各事業所の担当者や個人事業者の方々はもとより、給与所得者ご本人もその内容についてしっかりとご理解いただき、正しく計算してもらえなく控除を受けてください。

平成30年分 年末調整等説明会の開催について

日時：平成30年11月15日（木）午前10時から
場所：京極町生涯学習センター 湧学館 2階視聴覚室

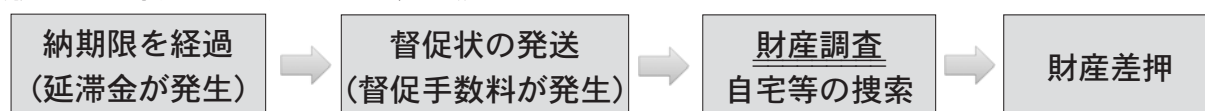


給与等の支払いに関する調査について

徴収職員が滞納処分のために滞納者の財産を調査する必要があるときは、その必要と認められる範囲において、事業所などに「給与等の支払いに関する調査」を求め場合があります。これは国税徴収法第141条に基づく行為で、事業所は従業員に給与支払義務があり、「滞納者に対し債権若しくは債務があり、又は滞納者から財産を取得したと認めるに足る相当の理由がある者」に該当するため、この調査に対して回答する義務があります。

この調査に対して答弁せず、又は偽りの陳述をした場合や、調査を拒んだり妨げたりする行為は、1年以下の懲役又は50万円以下の罰金に処することとなりますので、お手数をおかけしますがご協力をお願いします。

《税金の滞納から処分までの流れ》



11月30日は「固定資産税」第4期の納期限です

<問い合わせ先> 役場税務課 ☎42-2111 内線34～36

地域おこし協力隊活動報告

地域おこし協力隊の加藤です。

山林の整備も境界沿いに笹をぐるっと刈る作業が終わりまして、いよいよ山林整備に着手できるようになりました。これからは山自体に手をを入れていきます。

これから木を倒していく訳ですが、その前に、今手掛けている山は笹が強くなりすぎて、人が入っていくのが難しい状態となっています。そこで、笹を刈り、樹木が生えている場所は人間が入って行けるように、樹木が生えていない場所は新しい樹木が育つ土台を作るといった事をやっていきます。



地域おこし協力隊
加藤 信介

笹刈り始動！



笹刈り前



笹刈り後

山を整備するという事には、混み過ぎた木を間引いて暗い山に光を適度に入れることが挙げられます。そうし

て切った木は原木として市場に流通し、ゆくゆくは家の柱になったり、薪として利用されたり、銘木と呼べるような木は高級家具になったりもしていきます。

今後、眠っている資源に価値を吹きこむことができれば、それが京極町の発展に繋がっていくと信じています。

笹を刈るだけでも、グッと明るくなってきました！

～空き家の管理にお困りの方へ～ しりべし空き家BANKをご活用下さい！

空き家バンクとは、空き家の賃貸・売却を希望する方からの情報を、空き家の利用を希望する方に紹介する制度です。

「しりべし 空き家 BANK」は、北海道、市町村と建築や不動産の専門家が連携し、空き家を「売りたい」、「貸したい」方のお手伝いをする組織で、事務局は後志総合振興局建設指導課にあり京極町も登録しています。

① 空き家バンクへの登録方法

企画振興課窓口もしくはWebにて申し込み後に、BANKの担当宅建業者と建築士が現地調査を行い物件を登録します。

② 登録条件

居住可能な状態であること(改修要状態を含む)。

登録する方が不動産売買や賃貸業を営んでいないこと。

◎ご相談、お問い合わせは下記までお願いいたします。

- ・京極町企画振興課 地域振興係 … 0136-42-2111
- ・後志総合振興局 建設指導課 … 0136-23-1373





11月30日は

「年金の日」です！

住民福祉課

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11（い）月30（みらい）日を「年金の日」としました。

この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただく、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、小樽年金事務所にお問い合わせください。

11月の小樽年金事務所 出張相談日

住民福祉課

●開設日時

11月22日（木）

午前10時30分～午後3時30分

●開設場所

後志労働福祉センター

（倶知安町南1条東1丁目）

●予約申込受付

小樽年金事務所お客様相談室

TEL 0134-6515002

午前8時30分～午後5時

（土・日・祝日を除く）

・ご予約を受付の際には、相談者及び配偶者氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容について確認させていただきます。

国民年金保険料は 口座振替がお得です

住民福祉課

国民年金保険料の納付には、口座振替が利用になれます。

口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引額が多い「6ヵ月前納」、「1年前納」、「2年前納」もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書

または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または小樽年金事務所へお申し出ください。

農業委員会

農業委員会からのお知らせ

11月の総会は、左記のとおり開会予定となります。

●日時 11月22日（木）午後1時30分

（農繁期等により日時変更を行うことがあります。）

総会案件については、開会日時の2週間前までに地区担当委員に申し出下さい。

倶知安警察署交通課

運転免許証自主返納 臨時窓口の開設について

運転免許証の自主返納を受け付ける臨時窓口を次の日程で開設します。運転免許証を持参の上、京極駐在所へお越し下さい。なお、大型のみなどの部分的な返納はできませんのでご了承下さい。

また、運転経歴証明書の交付申請はできませんので、5年以内に倶知安警察署等で手続きをお願いします。

●開設日時

11月20日（火）

午前10時ころ～午前11時ころまで

●開設場所

京極駐在所

●問い合わせ先

倶知安警察署交通課

TEL 0136-2210110

※返納を希望される方は事前に倶知安警察署までご連絡下さい。

冬の交通安全運動が はじまります

住民福祉課

11月11日（日）から11月20日（火）の10日間、「冬の交通安全運動」が実施されます。

日没時間が早まり、気温の低下とともに夕暮れ時や夜間の事故、積雪や路面凍結によるスリップ事故の多发が懸念される季節になります。

交通安全を自らのことと捉え、交通ルールを守り、思いやりのある交通マナーの実践をお願いいたします。

運動の重点

○高齢者の交通事故防止

○凍結路面等のスリップによる交通事故防止

○飲酒運転の根絶

募集種目		受験資格	受付期間	試験日
自衛官候補生 (第5回)	男子	採用予定月の1日現在 18歳以上33歳未満の者	年間を通じて 行っております	12月14日(金)～16日(日)
	女子			12月15日(土)・16日(日)
陸上自衛隊 高等工科学学校		平成31年4月1日現在、 15歳以上17歳未満の男 子で、中学校卒業及び 中等教育学校の前期課 程修了者	平成30年11月1日(木) ～ 平成31年1月7日(月)	平成31年1月19日(土)

平成30年度採用の 自衛官の募集について

総務課

くわしくは

自衛隊札幌地方協力本部

俱知安地域事務所

TEL 23-3540

自衛官募集相談員

京極町字京極

村上 敦

TEL 42-2543

までお問い合わせください。

住民福祉課

全国一斉「女性の人権ホット ライン」強化週間のお知らせ

法務局では、女性の人権についての専用相談電話「女性の人権ホットライン」を設置しています。夫やパートナーからの暴力やセクハラなど女性の人権に関する悩みをご相談ください。

また、平成30年11月12日(月)から11月18日(日)までは、「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」です。期間中は、平日の受付時間を延長し、土日も対応します。

●全国共通ナビダイヤル

0570-070-810

◆受付時間

午前8時30分～午後5時15分

(年末年始を除く平日)

◆強化週間中の受付時間

11月12日(月)～16日(金)

午前8時30分～午後7時

11月17日(土)・18日(日)

午前10時～午後5時

町長室から (第18号)

10月20日に、福祉・保健・医療の協働により、あたたかい心のかようまちづくりを進めることを目的とした「第18回ほかほかまつり」が、福祉センターを会場に開かれました。

その日は、快晴で風も無く、あたたかいほかほかした日となり、会場には多くの方々を訪れました。

開会式の中で、三条通りにある地域福祉拠点「きょうここ」の設立に、多大なご尽力をいただいたほか、長年福祉活動に協力されている笹原夫妻へ柳原社会福祉協議会長から感謝状が贈呈されました。今後とも、ご指導・ご協力をお願い申し上げます。

当日、会場内では多くの催し物がありました。「認知症を持つ方の気持ち」を少しでも理解するお話の講演会や、「抹茶と手作りお菓子コーナー」などがあり、その中でも真狩高校の生徒が京極産のカボチャで作ったプリンが好評で、私も抹茶をいただく前に、おいしくいただきました。

他にも、「食事バランスバイキング」や「木工クラフト」があり、それぞれ、栄養士や林友会の協力により実施されました。また、北海道ボランティアアドック会協力による「セラピー犬とふれあおう」や十五日会協力による「100円ラーメン」等々も、それぞれ好評でした。

現在日本は、超高齢社会と言われ、お年寄りの割合も年々増えております。75歳を過ぎると、ねたきりや認知症になるなど、医療・福祉に必要なお金も増えてきます。自分たちで出来ることは、自分たちで行い、そして住民同士が助け合う地域づくりが、求められております。

この日のおまつりでも、実行委員の皆さん方が大活躍されており、今後の住民同士が助け合う地域づくりに期待が高まりました。これからも、あたたかい心で、地域の絆を築き、安心して暮らせる名水の郷きょうぐくのまちづくりを推進してまいります。

山崎 一雄

「北海道働き方改革推進 支援・賃金相談センター」 を開設しました

働き方改革関連法の成立に伴い、北海道では「北海道働き方改革推進支援・賃金センター」を開設しております。

センターでは社会保険労務士などの労務管理・企業経営の専門家が、無料で雇用管理改善や就業規則の見直しなどの技術的な助言、提案を行います。

お問い合わせ先

TEL 0800-919-11073

詳しくは、北海道労働局ホームページ「働き方改革」バナーから。

住民福祉課

羊蹄山麓環境衛生組合 財政運営の状況

地方自治法第243条の3第1項、羊蹄山麓環境衛生組合財政事情説明書の作成及び公表に関する条例に基づき、「平成30年度組合予算の上半期（4～9月）の執行状況」及び「平成29年度の組合決算の概況」について、関係町村の揭示場にて公表しております。

自賠責切れていませんか？

総務課

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、平成29年の事故発生件数は約47万件、死傷者数は約58万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべてのクルマ・バイク1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

一人一人が、より一層自賠責制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられており、自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですのでご注意ください！

消費生活相談

災害に便乗した悪徳商法に気をつけて

地震、台風などの災害発生後にはそれに便乗した悪質商法が多数発生します。悪質商法は災害発生地域だけが狙われるわけではありません。どのようなことに注意したらよいでしょうか。

例えば、地震の影響で屋根や壁の補修をする必要がある、今すぐ修理したほうがよいと訪問してきた事業者言われ、慌てて契約してしまったが、修理代が高額で支払いが難しい、どうしたらよいか。というご相談や、一般社団法人を名乗り被災者への義援金を募るメールが届いた。義援金を送りたいと思っているが、大丈夫か。などというご相談が全国の相談窓口に寄せられています。

修理などの工事の契約は急がされたとしてもその場で決まらず、工事内容や金額をよく確認して下さい。寄付金や義援金を寄付する際は募っている団体の活動状況や用途をよく確認してからにしましょう。公的機関が電話等で義援金を求めることはありません。不審な電話はすぐに切ってください。来訪の申し出があっても断ってください。また、急かされて契約してしまったとしても、クーリング・オフできる場合もありますので、不安になったときは役場や相談窓口へ連絡してください。



ようてい地域消費生活相談窓口 TEL: 0136-44-1600

◎災害義援金の受付状況について（窓口受付：10月22日現在）

・7月豪雨災害義援金

団体 4件 個人 7件 1,085,882円

・北海道胆振東部地震災害義援金

団体 5件 個人 12件 281,151円



上記の義援金は、日本赤十字社北海道支部に送金いたしました。
皆さまのご支援に心から感謝申し上げます。

日赤京極分区長 山崎 一雄

※大阪府北部地震災害義援金は、9月30日をもって受付を終了いたしました。

まちづくり促進事業補助金を活用しませんか？

京極町では、地域の活性化の為に自主的・自発的な活動を行う団体に対して、補助金を交付しています。

「地域資源を活用した活動」や「町内外から人が集うイベントの開催」などを考えている団体がありましたら、お気軽にご相談ください。

【対象団体】

町民を主体に5人以上で組織する団体 等

【補助率】

対象事業の対象経費の1/2（上限20万円）

【対象外経費】

慰労会などの飲食費、景品などの経費、構成員に対する人件費 等

詳細や申込み方法などの問い合わせは企画振興課（42-2111）まで！



【実績例】



歌謡ジョイントコンサート（京極イベントの会）

クリスマス会・イルミネーション事業（きょうごく楽しみ隊）

まちの事件簿

事 件

○9月中、京極町では犯罪の認知はありませんでした。

事 故（事例）

○9月17日、駐車場内においてギアをパーキングに入れ忘れ、車外に出たところ車両が前進してしまい、無人駐車中の車両に衝突する事故が発生しました。

平成30年9月末 交通事故発生状況

	30年	29年
人身	2件	1件
物損	46件	39件
死者	0人	0人

京極町地域安全協会
倶 知 安 警 察 署

高齢者の「もしもの時」に備える心がまえ ～自分のために、家族のために～

9月6日に北海道胆振東部地震が発生して、京極町でも大規模な停電が起きましたが、いつ災害や事故に巻き込まれたり、病に倒れるかは誰にも予測できません。そのため思いがけない「もしもの時」に備えた「心がまえ」が重要になります。自分が思い描いている「自分らしい人生」を送るために、元気なうちから心の準備を始めてみませんか？

例えばこんなこと ～ 心がまえの一例 ～

★災害に関すること★

災害用品を備えることも重要ですが、日ごろから隣近所の方とコミュニケーションをとりあって困ったときには相談できる関係を築いておくことも大切です。遠方の家族との連絡方法も、相談をしておきましょう。

★財産に関すること★

年金や銀行口座のこと、土地などの不動産株や積み立て、保険などの情報を整理しておきましょう。

自身の備忘録としてだけでなく家族にとっても重要な情報になります。



★介護や医療に関すること★

重病になった時、認知症になった時、事故にあって意識を失った時などご自身の意思表示ができなくなった時にどのような介護や医療を受けるか？どこでどのように暮らし最期を迎えるか？などご家族が重要な決断を迫られることがあります。最期まで自分らしく過ごすために、もしもの時にご家族が困らないように「病名や余命の告知」「延命治療の希望」「最期の時期をどこで誰とどう過ごしたいか」などを日ごろからご家族と話し合っておきましょう。

また、意思表示ができない状態になったときに誰に判断を任せたいかを考えておくことも大切です。



★葬儀やお墓について★

亡くなった後、葬儀やお墓について様々な決定を迫られるご家族の助けになるためにも、ご自身の意思や希望を具体的に考えておくことが大切です。

連絡してほしい親族や友人のリストを作っておくことも良いでしょう。



「心がまえ」は必要かなと気づいたその時が始めどきです。終活ノートやエンディングノートなども参考にしながら、ご自身の気持ちと向き合ってください。

地域包括支援センターだより

電話 55-8615 (直通)
担当 兼松・藤原・本間・高橋・増田

中高生のための地域医療福祉入門(7) 所長 前沢政次

Q11. 公民館・湧学館で学会があったと聞きました。どんなことをしたのですか？

日本健康福祉政策学会を開催しました。今回は22回目です。政策は国がつくるもの、わたしたちはそれに従えばよいと考えがちですが、この学会は市町村や社会福祉協議会など小さな団体がつくる政策、そのときに住民の方々の意見を聴き、できれば住民の方々と一緒につくる政策を意味しています。今回も町民の皆さんが多数参加してくださいました。準備、運営など事務局は京極町社会福祉協議会スタッフを中心に、役場や慶和園のスタッフ、町民ボランティアの方々も協力してくださいました。

「いのちの流れのほとりに一共生社会の基礎づくり」とのテーマでした。

政策づくりの原点は患者さんのそばにいて心の声を聴くことから始まると考えました。

Q12 「いのちの流れ」は赤ちゃんから始まるのですね？

赤ちゃんのいのちは親から受け継ぐものでしょう。親から子へといのちが流れていくと考えることはすばらしいですね。「いのちのバトンタッチ」ということばも使われます。

さて、ではまず赤ちゃんの医療を考えてみましょう。

生まれつきの病気や障がいを持って生まれる子もいますね。大変短い期間で人生を終える子もいます。ご両親はじめご家族の気持ちはどんなでしょう。医療や福祉の担当者も、短くもかけがえのないいのちの意味やわたしたちへの問いかけについて、よく考えてみる必要がありますね。

Q13. 病気のお子さんを看護するって大変そうですが、どうなのでしょう？

昔から、小児科と精神科の患者さんたちの看護ができるようになったら一人前、と言われていました。なぜかおわかりですか？

そうですね。自分から症状や悩みを表現できないからです。小さいお子さんも自分から「おとといからムカムカする」なんて言ってくれませんよね。ほとんどお母さんが表情を見たり、しぐさを観察したりして、わたしたちに伝えてくれます。お年寄りも、もの忘れが多くなったら、うまく表現してくれません。こころの問題をかかえていても日本人は表現するのが苦手な人が多いのです。

ことばに表せない想いを知るにはどうしたらよいのでしょうか。家族やおともだちと接するとき想像する訓練をしていくのもよいでしょう。マンガや小説を読んだりして、いろいろな人の生き方、考え方を学んでゆくのもよいですね。

Q14. そうかあ。テレビのドラマもよいのかな？

悪くはないですが、テレビやスマホによる学びは注意信号がともっています。自分で考える力が落ちるからなのでしょう。子どもたちの頭脳や情緒の発達のために「読み聞かせ」が一番よいのでは、と言われていています。お母さん、お父さんにがんばってもらいましょう。

ご意見、ご質問はこちらまで

ひまわりクリニックきょうごく ☎ 42-2161 FAX 42-3359
E-mail: sinryo@town-kyogoku.jp
公式ホームページ <http://www.kyogoku-clinic.com>

ありがとうございます～保育園へ～

▶(有)京極石油より タオルを

ご結婚おめでとうございます

第二ときわ 三上 瑠さん 野澤 涼子さん

おくやみ申し上げます

川	西	菅原 英男さん	9月4日	(87歳)
駅	前	本田 勝美さん	9月4日	(91歳)
更	生	藤波 昭夫さん	9月8日	(86歳)
七	区	小山ヒナ子さん	9月9日	(77歳)
慶	和	園 小山喜代美さん	9月12日	(105歳)
新	京	極 石井 正義さん	9月22日	(88歳)

+ 11月当番病院

土・日祝祭日

倶知安厚生病院

☎22-1141

受付	夜間	午後5:00～午後9:00
	土曜日	午後0:00～午後5:00
	日曜日	
	・	
	祝日	午前9:00～午後5:00

11月の主な行事予定

10日(土) 生活発表会
場所：保育園

23日(金) 勤労感謝祭
場所：公民館、体育館

● 編集後記 ●

京極町の大切な財産「ふきだし湧水」について特集を組みました。環境保全をしなが、次世代を繋いでいくべきものとして、今後の周辺整備にも力が入っていくことと思ひます。

表紙についても、湧水口の紅葉の風景を選びました。四季折々、風情を感じることが出来るふきだし公園には、年間多くの観光客が訪れます。訪れたことがない方は是非一度は足を運んではいいかでしょうか？



まちの日誌 9月

3日 合同常任委員会

4日 敬老会



10日 第3回定例会開会

11日 決算特別委員会

13日 定例会再開

22日
～
23日 第22回日本健康福祉政策学会学術大会

29日 中学校文化祭



人のうごき

平成30年9月末現在
()は前月との比較

- 人口 3,035人(+1)
- 男性 1,464人(-1)
- 女性 1,571人(+2)
- 世帯数 1,490戸(+4)

