

広報ふる
ら

No.642

furano city public relations magazine

ふるら Furano

3

March
2015

特集

一番身近な
まちづくり



つながりができ、
「いざ」というとき
に助け合える

地域防災や防犯パトロール、見守り運動、ごみステーションの管理、清掃活動など、自ら住みよい地域をつくることができます。



地域の課題があれば、町内会を通して行政に相談・要望することもできます。個人でするよりも町内会を通じて相談・要望することで、地域全体の問題とすることができ、行政もより速く、スムーズに対応できます。



さまざまな地域の
情報が得られる

回覧板などによって、地域や行政からのお知らせ・連絡事項など暮らしに関わる重要な情報を逃すことなく定期的に入手することができます。



Q 3

地域のことは
役所がすべき
では？



新築アパートへのアプローチ

昨年4月から会長に就任し、加入への取り組みを進める宮内会長は、「自分も転勤族なので、自分が知りたいと思うことを伝えている」と転入者の立場に立って働きかけています。また、資料として町内会区域の見取り図や、会の年間計画、ご



▲町内会加入促進に向けて、マニュアルを作成。「町内会の必要性・役割」、「加入の進め方」、「よくある質問への回答例」、「加入呼びかけの事例」、「加入呼びかけ文書各種」などを掲載



新富町第3町内会
宮内 徹也 会長

2 加入率の向上へ

市では、コミュニティ活動の活性化をめざし、平成23年度よりコミュニティ活動推進員を各連合会に2名配置し、また今年1月、町内会の加入率向上の取り組みとして、「町内会加入促進マニュアル」を作成し、全189町内会に配布しました。



親睦 交流 青少年育成		機 能	住民同士の信頼関係や安心感を育む親睦・交流 子供会などによる青少年育成・親睦・交流
		主な活動	レクリエーションや親睦会などの開催
環境 美化		機 能	快適に暮らすための生活環境の維持・改善
		主な活動	ごみステーションの管理や道路や公園などの一斉清掃など
防災・ 防犯		機 能	安心して暮らすための防災・防犯
		主な活動	防災訓練や防犯パトロールの実施など
福祉		機 能	高齢者など支援が必要な方も安心して暮らすための福祉
		主な活動	町内の見守りや声かけ運動、ふれあいサロンの開催など
伝統・ 文化		機 能	魅力ある地域を育むため、伝統・文化を継承
		主な活動	お祭りや盆踊りなど伝統行事の開催
自治		機 能	地域の課題について住民自らが解決する自治
		主な活動	各種会議の開催、地域要望など

1 町内会への疑問

Q-1
そもそも
町内会って
必要あるの？

A simple line drawing of a person's head and shoulders. The person has a sad or grumpy expression, with a straight line for a mouth and a single line for an eyebrow. Their arms are crossed over their chest. The drawing is minimalist, using only black outlines on a white background.

A 防災や防犯、ごみステーションや防犯灯の維持管理など、生活に密着した問題には隣近所や、町内会の助け合いが必要です。町内会がうまく機能していない地域では、何か問題が起こっても地域での合意形成が難しく、解決に時間がかかったり、行政に対しても効果的な要望活動や提案が難しくなります。

一番身近な
まちづくり

町内会と聞けば、わづらわしい…、
何のため？…、どうせ長く住まないし…。
いろいろな声が聞こえてきます。
では町内会は必要なのか。
改めて町内会について考えてみませんか？

重要さ増す 地域コミュニティ

近年、震災や豪雨による土砂崩れなど甚大な被害を及ぼす災害が全国各地で起こっています。また、高齢者の孤独死や子どもへの虐待などが世間の話題となっており、地域コミュニティの重要性が唱えられています。

一方で、地域防災や高齢者の見守り、子どもの安全対策など、住みよいまちづくりの中心的な役割を担っ

てきた町内会が、少子化・高齢化の問題に直面しています。また、価値観の多様化、ライフスタイルの変化により、町内会活動への関心がうすれ、町内会に加入しない人が増えてきており、今後の町内会活動の維持に支障がきたされることが懸念されています。

そこで今回の特集では、町内会の必要性や役割を改めて振り返るとともに、市の加入促進の取り組みを紹介します。

てきた町内会が少子化・高齢化の問題に直面している。また、価値観の多様化、ライフスタイルの変化により、町内会活動への関心がうすれ、町内会に加入しない人が増えてきており、今後の町内会活動の維持に支障がきたされることが懸念されています。

さて、ここで今回の特集では、町内会の必要性や役割を改めて振り返るとともに、市の加入促進の取り組みを紹介します。

交通栄誉章緑十字銀章

交通安全功労者

ひら さわ ゆき お
平沢 幸雄さん
(68歳)



平成9年に富良野交通安全協会役員に就任し、平成23年からは会長として、協会の組織運営・企画立案に取り組むほか、富良野建設業協会の会長として、企業の安全大会や旗波運動に取り組むなど、交通安全活動に尽力された功績が認められ受賞されました。

交通栄誉章緑十字銀章

交通安全功労者

みち お
坂口 道郎さん
(78歳)



昭和60年に富良野市交通安全指導員に就任し29年間、入学シーズンには早朝から登校児童の交通指導を行うほか、地域や学校と連携しながら旗波運動や交通安全教室に取り組むなど交通安全活動に尽力された功績が認められ受賞されました。

交通栄誉章緑十字銀章

交通安全功労者

とし ゆき
大坪 敏行さん
(80歳)



平成元年に富良野交通安全協会役員に就任し、平成5年からは副会長として20年間、協会の組織運営・企画立案に取り組むほか、企業の安全大会や旗波運動にも積極的に取り組むなど、交通安全活動に尽力された功績が認められ受賞されました。

北海道社会貢献賞

自治功労

まさ みつ
宇佐見 正光さん
(65歳)



昭和50年7月に富良野市に奉職し、地方自治の振興に貢献。平成18年からは教育長に選任され、「すべては子どもたちのために」を合言葉に、学力・スポーツ・読書活動・ボランティア活動の向上に尽力。それらの功績が認められ受賞されました。

北海道知事・北海道警察本部長より

振り込め詐欺を始めとする特殊詐欺防止のためのメッセージ

道内における平成26年中の特殊詐欺の被害は259件で、被害総額は過去最悪の約12億5千万円となり、極めて憂慮すべき状況です。

特に、お子さんを装う「オレオレ詐欺」や、名義貸しを持ちかけ、その後トラブルとなったとして解決名目に現金を要求するなどの「架空請求詐欺」では、多くの高齢者の方が被害に遭われています。

特殊詐欺の犯人にだまされないためには、詐欺の口に関心を持ち、ご家族やご親戚の方々の集まりの機会や、日常生活の会話などにおいて、繰り返し話題にしていただくとともに、「家族の間で合言葉を決めておく」、「急いでお金を用立てて欲しいとの電話を受けた時は、一旦電話を切ってお子さんやお孫さんなどに相談する」など

『家族のルール』を決めておくことが有効です。

また、「ご家族のほかにも、普段から困った時に相談する人を決めておく」、「地域のみなさま一人ひとりが、近所に住む高齢者の方に声かけ等の見守り活動を通じて、お互いに話しやすい関係を作る」など『地域のコミュニケーション』を深めることも大切です。

北海道が推進する「安全・安心だんご運動」は、ご家族や地域の絆を深め、地域のコミュニティ機能を高めることにより、犯罪のない安全で安心な北海道の実現を目指す取り組みです。

私たち一人ひとりが、絆を一層深め合い、特殊詐欺の被害に遭わないようにしましょう。



引っ越し、結婚、出産などライフイベント別に分類

新着情報は目のつきやすい場所に配置

富良野の季節を感じさせる風景や重要なお知らせを掲載

文字の大きさを変更できる



▲スマートフォン向け専用サイトも開設

担当した総務課地域情報係の木村栄一係長は、「市民のみなさんが、欲しい情報をちゃんと得られるように、今回リニューアルしました。新しいホームページは、今までのイメージを残しつつも、目的にたどり着きやすいものになっています。また、無料の作成ソフトにより自前で作成したので、大幅に経費を抑えることができました。今後は、多言語標記や各課で記事の更新ができるようにするなど、随時ヴァージョンアップし、使いやすいホームページをめざしていきます」と話していました。

なお、旧ホームページから移行する際に、接続できなくなる時間帯がある場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

見やすく使いやすいページに
3月上旬市ホームページをリニューアル

市では、情報発信の主要媒体であるホームページをリニューアルし、3月上旬から新たなホームページに移行します。そのリニューアルの概要についてお知らせします。

新

ホームページは、ライフイベント・目的別に分類するなど、目的にたどり着きやすくなっています。

また、文字の大きさが変更でき、文字の色などにも配慮し、視力の弱い方などあらゆる人が利用しやすいものに。さらに、スマートフォン対応のページを作成し、いつでもどこでも簡単に、市の情報を取得できるようになりました。

◆投票できる方
 ◆知事選挙
 平成7年4月13日以前に生まれた方で、平成26年12月25日までに富良野市の住民基本台帳に登録されていて、引き続き市内に住所のある方。
 ◆道議会議員選挙
 平成7年4月13日以前に生まれた方で、本年1月2日までに富良野市の住民基本台帳に登録されていて、引き続き市内に住所のある方。
 ◆投票所入場券(兼宣誓書)
 投票所入場券は、住民票に記載されている住所に郵送します。誤って配達された場合には、選挙管理委員会まで連絡してください。
 投票所入場券は、忘れず持参してください。投票所入場券をなくした場合には、当日投票所の受付に申し出てくだ

さい。
 ◆投票の方法
 知事選挙・道議会議員選挙どちらも候補者名を記入します。
 ◆期日前投票
 ◆期日前投票ができる方
 ◆仕事などで投票所に行けない方
 ◆自分の投票する区域外に旅行や滞在をする方
 ◆病気・ケガ・出産・手術などで歩行困難な方
 ◆住所移動のため他の市町村に居住している方
 ◆期日前投票所
 ◆市役所(1階ロビー)
 3月27日金～4月11日土
 午前8時30分～午後8時

※道議会議員選挙は4月4日田からです。
 ◆山部・東山支所
 4月7日(水)～4月11日(土)
 午前9時～午後5時
 ◆期日前投票の方法
 投票所入場券裏面の「期日前投票宣誓書」に必要事項を記入して期日前投票所へ早めにお越しください。
 ◆不在者投票
 ◆郵便による不在者投票
 身体に障がいがあり、投票所に行けない方は、自宅などで投票用紙に記載し、郵送で投票することができます。
 対象となるのは、身体障害者手帳、戦傷病者の手帳、または介護保険の被保険者証の交付を受けている方で、選挙管理委員会が発行した「郵便投票証明書」を持っている方です。郵便投票証明書の交付を新たに受けた場合は、早めに選挙管理委員会に申請してください。
 ◆指定施設での不在者投票
 道の選挙管理委員会が指定した施設(北の峰病院・ふらの西病院・協会病院・北の峯ハイツ・寿光園・老人保健施設ふらの)の入院患者や入所者は、施設内で不在者投票ができます。

4月12日は
北海道知事選挙
北海道議会議員選挙
 の投票日です
 選挙管理委員会
 39・2324

親子のふれあい
子育て支援センター
 子育ての悩みを解消
 こども未来課 39・2223

子育て支援センターは、さまざまな「遊びの場」を通して子育て中の親子を応援しています。「親子のふれあい」「親同士の仲間づくり」「子育ての悩みや不安の解消」のために、育児相談や情報交換のできる場を提供していますので、気軽にご利用ください。
 ※保育所や幼稚園に入所していない子どもが対象です。



●ひよっこサロン (0歳～2歳:登録不要)
 と き 毎週月曜日 午前10時～11時30分
 と ころ 保健センター1階
 内 容 親子で自由あそび、絵本の読み聞かせなど
 ※ふれあい広場登録児は対象外

●子育てサロン (0歳～就学前:登録不要)
 と き 毎週月・火・水・金曜日 午後1時30分～3時40分
 と ころ 保健センター1階
 内 容 親子で自由あそび

●ふれあい広場 (0歳～2歳)
 と き 毎週火・水・金曜日 午前10時～11時30分
 ※平成27年度は4月7日(水)からスタートします。
 と ころ 保健センター1階
 内 容 前半は親子で自由あそび、後半は手遊び・紙芝居・体操・小麦粉粘土など保育士と一緒にあそびます。
 登録方法 3月9日(月)～27日(金)に保健センター2階こども未来課にある申込用紙に必要事項を記入して提出してください。
 ※電話での申し込みはできません。定員に満たない場合は随時登録できます。
 募集人数 火・水・金曜日 各先着40組

●ふらのっこクラブ (2歳～就学前:登録不要)
 と き 毎月第1・第3木曜日 午前10時～11時15分
 と ころ スポーツセンター サブアリーナ
 内 容 体育あそび・ゲームあそびなど、親子で一緒にルールのあるあそびをします。

●ふれあい合同広場 (0歳～就学前:登録不要)
 と き 毎月第4木曜日 午前10時～11時15分
 と ころ スポーツセンター サブアリーナ
 内 容 ボールプール・ボール・マット・トンネル・紅白玉入れなど親子で自由にあそびます。
 ※歩けなくても、広い畳の上でハイハイができます。

富良野市母子家庭等自立支援給付金事業
ひとり親家庭の自立を支援します
 こども未来課 39・2223

母子家庭等自立支援教育訓練給付金

就職と安定した収入、スキルアップにつながる講座を受講する、ひとり親家庭のお父さんまたはお母さんへ受講費用の一部を助成します。

- 対象者
 ①富良野市に住所のひとり親家庭の父または母
 ②児童扶養手当を受給している、または同程度の所得水準の方
 ③雇用保険法の規定による教育訓練給付金の受給資格がない方
 ④過去にこの給付金を受けたことがない方
 ⑤教育訓練を受講することが適職につくために必要であると認められる方

■対象講座
 ◎雇用保険制度の教育訓練給付の指定講座
 ◎パソコンで検索する場合は、厚生労働省ホームページ「教育訓練講座」検索システムを利用してください。
 <わくし>は問い合わせください。

■支給額
 受講費用の20%(支給の上限100,000円、下限4,000円)

母子家庭等高等職業訓練促進給付金

就職と安定した収入につながる資格を取得するひとり親家庭のお父さんまたはお母さんの経済的負担を軽減するための給付金です。

- 対象者
 ①富良野市に住所のひとり親家庭の父または母
 ②児童扶養手当を受給している、または同程度の所得水準の方
 ③過去にこの給付金を受けたことがない方
 ④仕事または育児と修学との両立が難しい方
 ⑤2年以上修学し資格の取得見込みがある方

■対象講座 ①看護師(准看護師含む) ②介護福祉士 ③保育士 ④理学療法士 ⑤作業療法士

■支給額
 ①訓練促進給付金 修学期間の全期間(上限2年)
 非課税世帯 月額100,000円
 課税世帯 月額70,500円
 ②修了支援給付金 修学が終わった後1回のみ支給
 非課税世帯 50,000円
 課税世帯 25,000円

投票所入場券裏面の右側
 期日前投票宣誓書 平成27年4月9日
 フリガナ つうノ ハナコ
 氏 名 富良野 花子
 生年月日 平成元年1月1日
 ↓表住所と違う場合のみ記入してください。
 住 所
 1～5号までの理由の該当する数字ひとつに○
 ①号 仕事等による場合
 ②号 旅行等による場合
 ③号 病気等による場合
 ⑤号 住居移転のため、他市町村に移住
 私は、北海道知事及び北海道議会議員選挙の執行当日、上記の事由に該当する見込みです。上記の事実が相違ないことを誓い、併せて投票用紙の交付を請求します。
 ※理由の「4号」は「投票区内に交通不便な場所(離島など)がある場合」です。富良野市にはそのような箇所がないため省略しています。

宣誓書の書き方
 期日前投票所に来る日を書きつけてください
 ◆それ以外の不在者投票
 ◆他市町村へ引越した方
 早めに、引越し前の市町村選挙管理委員会と不在者投票用紙の交付を受けて、引越したの市町村選挙管理委員会へ投票してください。(道内市町村間の転居に限ります)
 ◆投票日当日までに満20歳になる方
 ◆富良野市の不在者投票所
 市役所選挙管理委員会事務局
 3月27日(金)～4月11日(土)
 午前8時30分～午後8時
 ※山部・東山支所は不在者投票はできません。
 投票時間と投票所

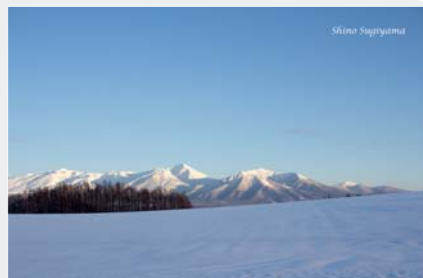
午前7時～午後4時	八幡丘会館
午前7時～午後6時	御園会館・育良会館・布部会館・扇山公民会館・鳥沼会館・布礼別集落センター・麓郷集落センター・山部北星地区コミセン・山部南陽地区コミセン・東山支所・西達布集落センター・老節布会館
午前7時～午後8時	市役所・西地区コミセン・勤労青少年ホーム・東春地区コミセン・南コミセン・東部児童センター・北の峰コミセン・山部福祉センター

美しき青の世界へ



しの
杉山 紫野さん

趣味で富良野の風景を撮影し、インターネット上で紹介している。(株)ヤマサ事務職員。富良野小学校のPTA役員も務める。夫・長男・長女と4人暮らし。富良野市出身。



空を大きく入れた構図が特徴的な杉山さんの写真。澄んだ空の「青色」が山や丘などの素材を引き立てている



▲要望を受け、昨年末に制作したカレンダー。全国各地から注文があり、70部ほど制作した

撮影のテーマやコンセプトは？
たまたま観光に携わっている方々が周りにいて、「富良野観光は冬が課題」というのを聞いていました。少しでも力になればと、冬の風景を紹介するところから活動がスタートしました。「フランドブルー」

軽い気持ちでページを開設
活動のきっかけは？

写真は素人だし、写真を撮るのが好きだったわけでもないんです。きっかけは、フェイスブック。その中で風景写真を載せた方が見ている人の反響が良かったので、風景写真を載せては載せていました。それが意外に好評で、周りの人にのせられて、軽い気持ちで「フランドブルー」のページを開設しました。

昨年1月、インターネット上の会員制交流サイト「フェイスブック」に開設された「フランドブルー」のページ。富良野の風景写真をまとめた「フランドブルー」のページは、その写真の美しさから愛読者が全国に広がっています。そのページを開設したのは市内会員の杉山紫野さん。趣味で始めた活動が反響を呼んでいます。

Furano BLUE 検索

フェイスブックページをチェック！

という名前は、雪原が青っぽく見える冬の風景の美しさを知ってほしいという思いでつけました。
自然について考えるきっかけに
—すごい反響ですね—
自分の楽しみで始めたのですが、思わぬ反響に最初は戸惑いました。「良いものを撮らなきゃ」というプレッシャーもありましたが、今はそれを励みにして、自分のペースで活動しています。
撮影は、カメラを覗いて、「キレイだなあ」と思ったらシャッターを切る、それだけです（笑）。誰でもできます。私でもできますから。
—活動の魅力は？—
誰も知らないポイントを見つけるのが好きです。同じ風景でもレンズを変えてみて、多様な自然の表情を楽しんでいます。
この活動を通じて、富良野の自然について考えるようになりました。この風景を守っていくためにも、その良さを発信し続けていきたいと思っています。



うなばり ささえあい きずな

ふらのコミュニティーレポート

歴史と文化を語り継ぐ

富良野市郷土研究会



▲他の地域の歴史について学ぶ研修会に参加する会のメンバー

幅広い視点で、富良野市の歴史や文化などを研究しながら、後世に語り継ぐための活動をしている富良野市郷土研究会（野嶋重克会長。昭和38年に富良野町史の編纂に協力するため、各地域において造詣の深い人たちが集まり、設立されてから約50年間にわたり活動。現在20人の会員が所属し、主に他の市町村の歴史を学ぶための博物

館・美術館めぐりや研修会などを行っています。
会では、昭和43年に発行された『富良野市史第1巻』をはじめ、翌年の第2巻、平成6年には第3巻の編纂事業に協力するなど、その功績が認められ、平成5年に文化奨励賞、平成23年には文化功労賞を受賞しています。
市史の編纂作業に協力する一方で、「市民のみなさんに、地域の歴史や文化などをもっと親しんでもらいたい」という思いから、昭和54年に『富良野こぼれ話』、昭和59年には『続富良野こぼれ話』を発行。また開基90周年に合わせて『富良野市歴史写真集』、平成16年には人物事典を発行するなど執筆や編纂作業を行っています。「昔のことを話すことはできるけど、文章にするのは難しいものです。昔のことなどを知っている人に、会員がそれぞれ何度か聞き取りながら作業しました」と振り返る杉浦重信副会長。「本や写真で郷土の歴史などを記録したりする中で、もう一度故郷を見直すきっかけになればうれ



▲研究会が発行してきた数々の本。ふらの博物誌など、生涯学習センターで購入することができます

しいです」とこれまで制作にかかわってきた思いを話します。
また、昨年の11月にはこぼれ話の第3弾として『ふらの博物誌』を発行し、改めて郷土の歴史などに触れる機会を作っています。「昔のことが知っている人が少なくなってきたのが現状です。歴史などを調べたりするのは大変な作業。個人ではなかなかできないこともあるので、研究会はなくてはならないものだと感じています」と野嶋会長は話します。
今年は、会の設立50周年に向けて、記念誌や式典などを企画している富良野市郷土研究会、これからも永遠に刻まれていく故郷の歴史を、後世に残すために活動しています。

地域おこし協力隊活動記

最終回

地域おこし協力隊とは、人口減少や高齢化が進む地方において、地域外の人材を受け入れ、その定住・定着を図ることで、地域力の維持・強化を図っていく取り組みです。このコーナーでは、富良野市の協力隊員第1号である山本さんの取り組みを紹介します。



▲ステージでイベントのお手伝い

年が明けて、山部地区での最初のイベント『やまゆきんこまつり』が、生涯学習センターで開催されました。2月7日の前夜祭ではよく、ふらの市移住促進協議会主催の『移住体験ツアー』のみなさんが会場を訪れ、焼肉パーティーで一緒に過ごしていただきました。今年は思ったほど寒くなく、雪の上で焼

またいつか…

地域おこし協力隊員
山本 美穂さん
平成25年6月から協
力隊員として、山部
地区を拠点に活動
を行っている。和歌山
県出身。



肉をしなが
ら、楽しく交
流させてい
ただきまし
た。また、8日
の本祭では、
ちびっこお
楽しみの
ゲームが満載。私もステージ
の上でサイコロを振ったり、
チューブスライダーをしたり、
ちびっこたちと一緒に楽し
ました。



ところで、先に述べた『移
住体験ツアー』ですが、私も
2年前に参加した一人です。
あの時から私の移住への一歩
が始まり、地域おこし協力隊
として活動してから、1年9
カ月の月日が経ちました。
最大3年間の任期があった
のですが、定住に向けての想
いもあり、この3月で卒業す
ることになりました。

4月以降は、自分
の夢でもあった、カ
フェのオープンに
向けて、東山地区
で準備を進めて
いきたいと思っ
ます。
またいつか、み
なさんにお会いで
きることを楽し
みに
しています。



上富良野

春はまだまだ湯喜(ゆき)まつり

当日は小学生の入浴料が無料になるほか、
甘酒の無料提供やお楽しみ抽選会などイ
ベントが盛りだくさんです。スノーモービルな
どの体験コーナーなど、雪と温泉を楽しみに、
ぜひお越しください。

と き 3月22日(日) 午前10時～午後3時
ところ 吹上温泉保養センター白銀荘
☎吹上温泉保養センター白銀荘 ☎45-4126

中富良野

地酒の美味しい季節です

中富良野産米「ゆきひかり」からつくられ
た、吟醸酒「紫の雫」と純米酒「法螺吹」。
ぜひ新酒をご賞味ください。

◆純米酒「法螺吹」720ml 1,150円
◆吟醸酒「紫の雫」720ml 2,350円
※なかむらのワインも好評販売中です

☎なかむらの酒造振興会 ☎44-2213

南富良野

道の駅でひと休み

国道38号線沿いにカヌーの船先をイメ
ージした外観の南富の物産センター。地元
産の食材を使用したメニューのあるレスト
ランや特産品などもあります。また、幻の淡水
魚イトワナなどが水槽の中に見ることがで
きるなど、ドライブの休憩に、ぜひお立ち寄
りください。

☎南富良野町振興公社 ☎52-2100

占冠

手作りのおいしさを味わってみよう!

占冠村双珠別地区にある双民館は、廃校と
なった小学校を利用した研修施設です。ここ
ではソーセージやアイスクリーム作りなど
の体験ができるほか、宿泊施設も備えている
ため、大学のゼミや合宿、親子での利用にも
最適です。自然に囲まれた静かな環境で、
ソーセージ作りなど自分の手で作るものは、
きっとおいしいですよ!

☎占冠村産業建設課農業担当 ☎56-2174

地域医療の光

local medical care ray of hope

いんやく小児科クリニック
印鑑 史衛 院長

生命と健康を守る まちのお医者さん②



函館出身の印鑑先生は、
旭川医科大学を1期生とし
て卒業後、小児科の医局の
派遣により、深川市や東京
の病院を経て富良野協和病
院で13年間勤務しました。
富良野での長い生活の中で、
守るべき家族もでき、都市
へのアクセスは悪くないの
に程よく田舎であるという
富良野の住み良さにも惹か
れ、「骨をうずめよう」と決
心したのが18年前。協和病
院から独立し、現在の診療
所を開業しました。

開業したことで、さらに
仲間も増え、少しずつ富良
野市民になれたと実感して
いったと振り返る印鑑先生。
「力所に長くいると、生ま
れてから大人になるまでの
カルテでその子の成長が見

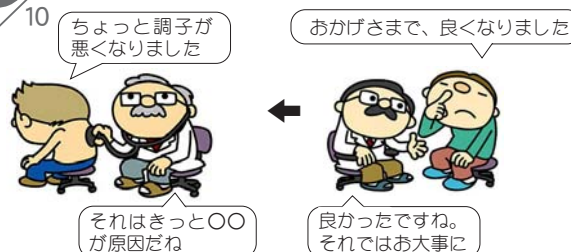


て取れる」と、小児科の魅
力を笑顔で話します。また、
小児科を卒業した子が大人
になり、子どもを連れてま
た診療に来てくれることも
あり「小児科冥利に尽きる」
とおだやかな表情を浮かべ
ます。
仲間の影響で始めたス
キーは1級の腕前。最近
は持病の腰痛で山に足が向か
ないそうですが、富良野で
の楽しみの一つだったよう
です。また、コンサドーレ
札幌の公式サポーターズ



▲いんやく小児科クリニック (弥生町6番30号)

6 大切なコミュニケーション



その後の変化も
伝える努力を
しよう

シリーズ
上手な医者のかかり方
10 箇条

※「上手な医者のかかり方 10箇条」厚生労働省研究班 (1998年) から引用し、『新・医者にかか
る10箇条』NPO法人ささあひ医療人権センター COML (コムル) を参考に作成しています。

わんぱくざかり



お母さんにも
貸してあげる～♪

山下 彩夏さん
(7カ月)
住吉町

鏡に向かって
お話し中♪

北嶋 篤人さん
(11カ月)
東町



お子さんの写真を募集しています！

応募は、①住所②氏名③電話番号④お子さんの名前（ふりがな）と年齢⑤簡単なコメントを添えて、持参・郵送・メールのいずれかの方法で「広報ふらの」までお寄せください。（メールアドレス kikaku-ka@city.furano.hokkaido.jp）

子育て 親育ち



その夜、動画投稿サイトにアップされていたのを見てみると、たくさんのお客さんを前にイキイキと踊っていました。

「今回センターだったー」
解説しよう。
とて、ももクロなら百田夏菜さん・ドリフならいかりやさん・キャンディーズだとフンちゃん（古い）みたいなポジションです。

「今回センターだったー」

ある日大学生の息子から電話がかかってきました。
「明日旭川の冬まつりで踊るんだけど見に来る？」
旭橋のメインステージでよさこいを踊ること。行けたら行くよと返事して、結局行かなかったのですが、メールで写真を送ってきました。

認めてほしい

子育てをとおして親も成長するものです。このコーナーでは、そんな子育て体験を紹介し、体験記を「広報ふらの」へお寄せください。（650字程度）

ペンネーム

スーパーは夜が狙い目 花園町

たとえそれが、人から馬鹿にされるようなことであってもです。

くだらないと思えることでも、本人が熱中していることは称賛してあげることって大切ですね。私はいまさら気づきましたが、小さいお子さんをお持ちの親御さんたちは今日から実践していただきたい。

たくさんのお客さんが注目してくれて、拍手を送ってくれるという。そして、一人ではなく仲間とそれを分かち合える感動も、自己肯定につながっているから楽しいのだと思います。

す。元々踊ることが好きで、中学生のころから学校でも家でも踊っていた。いつも所構わず踊っているのを見て、「ここの頭がおかしいのかな」と少し心配にもなった。
変わった趣味だと思いついて、当時は放置していたけれど、本当はこうやって拍手をもらいたかったんです。

ふらのワインの ひみつ

このコーナーでは、ふらのワインに関するさまざまな情報を提供していきます

今月のテーマは…

赤・白・ロゼの造り方

※赤ワイン→ 白ワイン→ ロゼワイン→

黒ぶどう
(赤・ロゼ原料)



白ぶどう
(白原料)

茎を取り除く



種・皮・実を
すべて発酵



種・皮・実を取り
除き、果汁を搾る

発酵が終わった
ワインを搾る



果汁を発酵

にゴリを取り除く



ビンに詰める



完成！

赤ワイン → 種・皮・実と一緒に発酵して色や渋みを抽出し、コクのある力強いワインに仕上げていきます。

白ワイン → 純粋なぶどうの風味を活かすため最初に種や皮を取り除いて発酵し、繊細で香り豊かなワインに仕上げていきます。

ロゼワイン → 最初に黒ぶどうを搾ったときに出てくる淡いピンク色を活かして、さわやかで果実味あるワインに仕上げていきます。

ふらのワインの赤・白・ロゼの造り方は、原料ぶどうと搾るタイミングが異なりますが、それ以外は同様の工程となります。

春の「市内限定特価」赤ワイン発売

ふらのワインをご愛顧いただいているみなさんへ感謝の気持ちを込めて、赤ワインを格安で特別販売（2万4千本限定）をします。市内の酒販店でお買い求めください。

市内限定価格

1,029円(税込)

※通常税込1,281円

販売期間：3月7日(土)～5月6日(木)



BOOKS

注目の本！



スケオタデイズ
戦慄のフィギュア底なし沼

グレゴリ青山

フィギュアスケートの醍醐味はナマ観戦にあり!? どんどん軽くなるフットワークとサイフの中身…。漫画家・イラストレーターの著者が、一度ハマったら抜け出せない、フィギュアスケート観戦の面白さと恐ろしさを描く。

一般書 NEW

オリーブオイル「冷えとり」レシピ / 青木 敦子

その「ひと言」は、言っただけいけない / 千田 琢哉

現場王 / 見野 栄司

児童書 NEW

ぶんぶんヒグマ / ニック・ブランド

おばあちゃんからライオンをかくすには / ヘレン・スティーンズ

おぼけのたまごにいちちゃん / あきやま ただし



展示・イベント

【2階多目的ホール】

おはなし会

3月14日(土) 午前10時30分

※今月の英語のおはなし会はありません

【1階読み聞かせコーナー】

どんぐりおはなし会

毎週水曜日 午後3時

図書館のホームページもご覧ください

富良野図書館

検索

☞こちらをチェック！

◆開館時間

火～金
午前10時～午後6時
土・日
午前9時～午後5時

◆3月の休館日

毎週月曜日
21日(土)・27日(金)

問 図書館 ☎ 22 - 3005



▶ 移住の第一歩

移住体験モニターツアー 2月6日(金)～8日(日)

富良野の冬の魅力や厳しさを体験してもらおうと「ふらの市移住促進協議会」がモニターツアーを企画し、道内外から3組5人が参加しました。ツアーでは、ふらのワインのラベル作成体験や越冬野菜の収穫体験、先輩移住者たちとの交流会などが行われ、札幌市から参加した30代女性は、「移住された方とお話しができて移住の参考になった。今度は土地探しに来たい」と話していました。



▶ 暴力団追放に協力体制

暴力団等の排除に関する合意書調印式 1月29日(日)

昨年末、市が富良野市暴力団排除条例を制定。さらに取り組みを進めるため、市は富良野警察署と暴力団の排除に関する合意書を交わしました。富良野警察署の酒井智雄署長は、「市民の安心した暮らしはもちろん、富良野は観光地であり、クリーンなイメージが重要。行政など関係機関と連携して安全安心の地域社会をつくっていききたい」と話していました。

ズームアップ。



▶ 寒さ吹き飛ぶ多彩な催し

第50回ふらのスキー祭り 1月31日(土)・2月1日(日)

冬の一大イベント「ふらのスキー祭り」が、富良野スキー場北の峰ゾーンの駐車場を会場に開催されました。50回目の節目となった「ふらのスキー祭り」は、2日間にわたり開催され、子ども向けの楽しいアトラクションやダンス、お笑い芸人のライブ、花

火大会など、多彩な催しが行われたほか、かみふらの和牛の丸焼きなど、あたたかい料理を提供する屋台が並び、スキー客や地元の親子連れなどで賑わいました。

また、2日目には、サンタクロースの衣装を身にまといグレンデを滑走する「フランドンタラン（イベント参加費用が闘病する子どもたちへのクリスマスプレゼントになるチャリティーイベント）」が開催され、市内外から約40人が参加。参加者は、ゆっくりと滑走し、スキー客の目をひいていました。



▶ 南のへそと絆深める

扇山小 沖縄県宜野座村派遣交流 1月13日(火)～16日(金)

そが取り持つ縁で交流のある沖縄県宜野座村に、扇山小6年生の18人が訪問しました。これまで、宜野座小の富良野への訪問はありませんでしたが、扇山小は毎年雪を送っているものの訪問するのは初めて。交流がスタートして10年という節目に、さらに交流を深めるとともに子どもたちの見聞を広めようと、学校とPTAが関係機関に働

きかけ実現しました。宜野座村では、宜野座小の児童と給食を食べたり、お互いの地域を紹介するなど交流したほか、ひめゆりの塔など観光施設を見学。参加した児童は、「ひめゆりの塔で戦争の悲惨さを知った。戦争は絶対やってはいけないと思った」、「生えている植物の違いに驚いた」、「給食が富良野と違った」とさまざまな気づきがあったようです。2月28日には、宜野座小が富良野を訪れることになっており、より一層交流が深まることが期待されます。



▶ 新たな歴史を刻む

東小学校開校40周年記念式典 2月7日(土)

昭和48年に開校した東小学校の開校40周年・新校舎落成記念式典が体育館で開催され、児童をはじめ関係者が集まるなか記念すべき日を祝いました。塚澤栄一校長は「これまでの歩みを礎に、たくましさを、豊かさを、賢さを育てていきたいと思います。児童たちからは合唱はじめ、旧校舎の思い出や高学年の児童たちは将来の夢を発表するなど、一人ひとりの思いが会場に響いていました。



▶ 連携して地域を支える

認知症対策・地域包括ケアの推進に関する調印式 2月6日(金)

認知症の正しい理解の普及や地域で支える体制を構築するため、市とエーザイ株式会社が連携・協力しながら認知症対策の普及・啓発など実施する「認知症対策・地域包括ケアの推進に関する包括的連携協定」を結びました。今後は、医師会などと連携した市民向けの講演会や研修会を開催するなど、市民が高齢になっても健康的な生活を送るための取り組みが進められていきます。

注意!消費トラブル

今月の豆知識は 若者の消費者トラブル

進学や就職などで新たな生活を始める若者に、悪意を持った人たちは「だましやすり」として近づいてきます。どのような手口が覚えておきましょう。

【ワンクリック請求】

無料動画を見て「18歳以上ですか?」の質問に「はい」をクリックすると突然登録完了となり高額な料金を請求されます。請求画面が張り付いて消えない場合もあります。

【サクラ商法】

SNSに「会いたい」「悩みを聞いてほしい」「援助します」などのメールが届き、有料のメール交換サイトに誘導され、高額なサイト利用料金を請求されます。

【キャッチセールス】

駅や繁華街の路上でアンケート調査などを理由に声をかけ、事務所などに連れて行き「お得なのは今だけ」とせかしたり、不安をあおったりして商品やサービスの契約を迫ります。

【アポイントメントセールス】

「あなたが選ばれました」などと有利な条件を強調して、電話やメール、ハガキなどで喫茶店や事務所へ呼び出し、契約するまで帰してもらえない状況に追い込みます。

【マルチ商法】

「友達を紹介するだけで簡単に儲かる」と言って誘い、高額な商品、サービスを契約させます。商品が思うように売れず支払いだけが残り、友人を誘うことで友人関係も悪化します。

相談するなら

消費生活センター

若松町17番1号 ☎39-1166
月～金 午前10時～午後4時



クーリング・オフ葉書は富良野郵便局、若葉郵便局、山部・東山支所にも置いてあります。また、消費生活センターと山部・東山支所に「タオル等回収ボックス」が設置されています。不要になったタオル類・白メリヤス・毛布の回収にご協力ください。

ダイヤル交換機もやってます!

◆譲ります

●喪服(和装一式、M～L新品) ●琴 ●プリンター

◆譲ってください

●富良野高校制服(男子、170cm) ●柔道着(4号) ●ベビーベッド

リサイクル掲示

市民環境課から
お知らせ
☎39-2308

ごみの分別に協力を!

固形燃料ごみ以外の異物が混入!!

1月19日、27日に固形燃料ごみに金属が混入し、固形燃料化施設設備の破損が起きました。固形燃料化施設に金属などの異物が混入すると、機械の破損など重大な事故につながる恐れがあります。

また、施設が破損し、稼働しなくなってしまうとごみ収集にも影響が出る可能性があります。各家庭での正しい分別にご協力をお願いします。

※金属類は無色透明な袋に入れて、金属類の日(月2回程度)に出してください。

混入していた鉄製品



◀1月19日に混入していた機械などの部品の一部とみられる鉄



◀1月28日に混入していた鉄のかたまり



◀固形燃料ごみの中に、最近混入が増えているスプーンなどの日用品

ちよっく健康情報 マイボデー

今日のテーマは

知ってますか?異所性脂肪

脂肪というと、「皮下脂肪」「内臓脂肪」の2つの脂肪がよく知られています。最近では、これらの脂肪に続く第3の脂肪として、「異所性脂肪」が目されています。

異所性脂肪とは?

身体の中で使われずに余ったエネルギーは、脂肪となって皮下や内臓に蓄積されます。内臓脂肪の蓄積が限界に達すると、余った脂肪は肝臓や心臓、筋肉など、これまで脂肪が蓄積すると考えられてきた場所以外にたまります。これが「異所性脂肪」です。この脂肪が、心筋梗塞や糖尿病などの生活習慣病を招く重要な要因になることがわかってきました。

異所性脂肪と生活習慣病

心臓の周りに脂肪がたまると、心臓の血管が炎症を起こし、血管が痛んで、心筋梗塞などの虚血性心疾患の発症につながるといわれています。

また、肝臓や筋肉に脂肪がたまると、インスリンの効き方が悪くなって(インスリン抵抗性といいます)肝臓や筋肉での糖の取り込みが悪くなり、糖尿病になりやすくなります。

BMIが25未満で肥満の基準を満たさない場合で



ねんきん相談所開設の日程について

平成27年度ねんきん相談の日程が決まりましたのでお知らせします。

- ①完全予約制となっています。相談受付時間は午前9時30分から午後4時までです。
- ②予約を希望される方は市役所2番窓口か、直接旭川年金事務所(☎0166-72-5004)にお電話を。
- ③相談される方及び配偶者の基礎年金番号が分かるもの(年金手帳・納付書など)が必要です。

開設日	会場	開設日	会場
4月9日(木)	保健センター	10月8日(木)	
5月14日(木)		11月12日(木)	
6月11日(木)		12月10日(木)	市役所 大会議室
7月9日(木)	市役所 大会議室	1月14日(木)	
8月13日(木)		2月18日(木)	
9月10日(木)		3月10日(木)	

※場所、時間は変更になることがあります

こんにちは
保健師です!



も、腹囲が大きく内臓脂肪が過剰に蓄積している状態では、異所性脂肪もつきやすくなり、メタボリックシンドロームになっていきます。

かくれ肥満に注意!

皮下脂肪や内臓脂肪にためることができる脂肪の量は、個人差があります。やせている人は、皮下脂肪細胞の数が多くないので、異所性脂肪が蓄積しやすいとも言われています。この状態がかくれ肥満です。やせているのに、血糖や中性脂肪・肝機能の数値が高いという場合は要注意です。

異所性脂肪を減らすには

異所性脂肪は、内臓脂肪と同様に生活習慣の改善で比較的減らしやすいことがわかっています。

異所性脂肪は、運動すると初めに燃焼されると言われています。普段の生活の中で、こまめに体を動かすことから始めてみましょう。できるだけ歩くことも手軽にできる運動法です。余裕のある方は、筋肉トレーニングに取り組んでも良いでしょう。食生活では、食べ過ぎないことです。特に、脂肪の多い食品やお菓子、果物、アルコールのとり過ぎに注意しましょう。



年金証書を失くしたときは再交付の手続きを

「年金証書」を失くしたときや失くしたときは、「年金証書再交付申請書」を旭川年金事務所に提出し、「年金証書」の再交付を受けてください。「年金証書」は、年金を受ける権利があることを証明するものです。各種届出やねんきん相談のときに必要となりますので、大切に保管しておきましょう。

保険料の支払いはお忘れなく

☎市民環境課市民年金係 ☎39-2301

国民年金・老齢基礎年金の裁定請求手続き

昭和25年3月生まれ(満65歳)の方は、満65歳の誕生日以降に手続きをしてください。すでに厚生年金を受給している方は、誕生日に送られてくるはがきを返送することで、基礎年金の手続きが完了します。

市役所②番窓口にお越しください。必要なものは印鑑・預金通帳・戸籍全部事項証明(戸籍謄本)・住民票謄本などです。

くらしの 情報

3月号

ごみQ&A

Q.電池は何こみ？

A. 乾電池・ボタン型電池は、乾電池回収ボックスに入れてください。乾電池回収ボックス設置場所については、ごみの分け方・出し方ガイドブックで確認をお願いします。

Q.テレビや冷蔵庫の 処分方法は？

A. 家電リサイクル法対象機器のテレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機、エアコンは市で引き取りできません。買い替え時に販売店に引き取りを依頼するか、市許可の収集運搬業者（富良野地区清掃事業協同組合 ☎23-3939）に収集を依頼してください。収集運搬料金やリサイクル料金が必要になりますので、業者に直接お支払いください。

寄付

ありがとうございます

じっこ
滝口 實子さん 金300万円
平間 シゲさん 華道教本 1冊

くらし

水痘（みずぼうそう） 予防接種

水痘（みずぼうそう）の予防接種は、平成26年10月から定期接種となりましたが、特例措置として、3歳の誕生日から5歳の誕生日の前日までの間にあるお子さんは、平成27年3月31日までは、無料で接種することができます。

特例措置対象で、平成26年10月以降1回も水痘の予防接種を受けていないお子さんは、平成27年3月31日までに受けてください。

【実施医療機関】

富良野協会病院・ふらの西

病院・いんやぐ小児科クリニック
※必ず、予約をしてから受診してください。

問保健医療課
☎39・2200

高齢者肺炎球菌 ワクチン予防接種

今年度定期接種対象で接種を希望される方は、「高齢者肺炎球菌ワクチン受診券」と健康保険証を持参して、平成27年3月31日までに実施医療機関で接種してください。

※平成27年4月以降の接種は任意接種となり、接種費用が全額自己負担となります。
接種費用 2300円
◆生活保護世帯及び市民税

非課税世帯の方は次の書類を医療機関に提出すると接種費用が無料になります。
①生活保護受給証明書
②平成26年度介護保険料額決定通知書
③後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証
④高齢者肺炎球菌ワクチン

予防接種自己負担金免除対象者証明書（保健センター1階で交付。保険証と印鑑を持参ください）
※接種後の接種費用の払い戻しは行いません。

【実施医療機関】

富良野協会病院・ふらの西病院・北の峰病院・内海内科クリニック・かとう整形外科クリニック・かわむら整形外科医院・ふらの皮膚科内科クリニック・ふらの

立の基盤としており、無差別大量殺人行為に及ぶ危険性が認められます。

北海道における動向 北海道においては、全国的にも主流派「Aieph（アレフ）」が極めて多くの信者を擁し、街頭や書店における声かけのほかソーシャル・ネットワーク・サービ

スなどを利用して青年層を中心に接触を図り、教団名を秘匿しながらヨガ教室に勧誘するなどして新規信者を獲得しています。

問富良野警察署
☎22・0110

募集

道営住宅入居者募集

●一般世帯向け住宅

◆しらべ団地 錦町8番
平成10年 3LDK
受付期間 3月2日（月）～11日（

入居資格

- ①現在住宅に困窮している方
- ②税金の滞納がない方
- ③収入が基準以内の方
- ④申込者（その同居者、同

居しよつとする親族を含む）が暴力団員でないこと

家賃 入居する方の収入により決まります。

申込み 都市建築課にある申込書に記入し、必要な書類（収入を証明する書類など）を添えて提出してください。

問都市建築課
☎39・2316

高齢者の生きがい教室 受講生募集（4月より）

とき 日程は概ね次のとおりです。初回の日時は別途申込者に案内します。

【書道教室Ⅰ】
毎月第1、2、3火曜日
午前9時30分～11時30分

【書道教室Ⅱ】
毎月第1、3、4月曜日
午後1時～2時30分

【陶芸教室】
毎月第1、2、3木曜日
午前10時～正午

【不彫教室】
毎月第1、2、3木曜日
午前10時～正午
【3力教室】（6月から開講）
毎月第1、2、3、4、5火曜日

午前10時～11時30分
【踊り教室】
毎月第1、2、3、4木曜日・金曜日

午後1時～3時
ところ 老人福祉センター

対象 60歳以上の市民
定員 各先着20人（陶芸教室は先着17人）ヨガ・陶芸教室は希望者が多いため、初めて受講する方を優先

受講料 無料（講座によっては材料費などの自己負担あり）
申込み 3月5日（金）から受付開始。電話で申し込みください。

問老人福祉センター（春日町12番5号）
☎22・2001

市民委員会委員の公募

地域福祉計画に反映させていくために、「地域福祉計画策定市民委員会」の委員を募集します。

募集人員 5人
任期 委嘱日から平成28年3月31日
応募条件 市内に居住し、本市に住所を有する満20歳以上の方で、概ね隔月1回

消化器内科クリニック・渡辺医院
※必ず、予約をしてから受診してください。

問保健医療課
☎39・2200

地下鉄サリン事件から20年

今から20年前の平成7年3月20日、オウム真理教による「地下鉄サリン事件」が発生しました。

教団の現状 オウム真理教は、現在も麻原彰晃こと松本智津夫への絶対的帰依を強調する主流派「Aieph（アレフ）」と、松本の影響力がないかのように装う上祐派「ひかりの輪」を中心に活動し、依然として松本及び同人の説く教えを存

程度の会議に出席可能な方
応募方法 はがき、または封書に①住所②氏名（ふりがな）③年齢④性別⑤職業

⑥電話番号を記入して福祉支援課に郵送してください。ファックスでも受け付けます。

申込期限 3月20日（金）まで
※応募多数の場合は抽選
問福祉支援課
☎39・2211

教育アドバイザーの募集

◆生涯学習推進アドバイザー
募集人員 1人
応募条件

市内在住の方で、教員免許所有者、または社会教育に関する諸活動における指導経験者で満61歳以下の方。

業務内容 高齢者教育、家庭教育、青少年健全育成に関する業務など
期間 平成27年4月1日～平成28年3月31日

勤務日数 週4日
選考方法 面接
申込み 3月2日（月）～13日（金）までに社会教育課にある申込用紙で応募ください。

問社会教育課
☎39・2318

審議会委員の公募

◆富良野市水道事業経営審議会委員（3人）（富良野・山部・東山各地区1人）

水道事業と簡易水道事業の経営状況などについての審議を行います。

応募条件 市内に居住し、市の水道または簡易水道を利用している方で、年2回程度の会議に出席できる方。

◆富良野市下水道事業運営審議会委員（2人）（富良野・山部各地区1人）

下水道事業の経営状況などについての審議を行います。

【共通事項】

任期 委嘱日から平成29年度第1回審議の開催日前日まで（委嘱日から2年間）
報酬 27500円（費用弁償有）
応募方法 申込書に必要事項と応募動機を記入し、直接または封書、ファックス、メールで提出してください。
※申込書は上下水道課、ま

催し

第27回全国高等学校選抜スキー大会

今年で11回目を迎えるスキー甲子園。全国の高校生約250人が富良野で熱戦を繰り広げます。

当日は、観戦無料リフト券をスキー場ロープウェイ乗場前大会受付にて配布します。詳しくは、ご利用ください。

◆3月12日（金）午前8時30分 富良野市長杯スノーバード大会
◆3月13日（土）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月14日（日）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月15日（月）午前8時30分 男女スノーバード大会

シック音楽の鑑賞
開議会事務局
39・2322

「ぴあ」のびあーの「スプリングコンサート」

ソプラノ、ピアノ、フルート、テューバ、ファゴットによる演奏会です。

◆3月22日（日）午後2時15分（前開場）
◆3月23日（月）午後6時30分（前開場）
◆3月24日（火）午後8時30分（前開場）
◆3月25日（水）午後10時30分（前開場）
◆3月26日（木）午後12時30分（前開場）
◆3月27日（金）午後2時30分（前開場）
◆3月28日（土）午後4時30分（前開場）
◆3月29日（日）午後6時30分（前開場）
◆3月30日（月）午後8時30分（前開場）
◆3月31日（火）午後10時30分（前開場）

地酒と山部を食す会

◆3月14日（土）午後6時30分～8時
◆3月15日（日）午後10時30分～12時
◆3月16日（月）午後12時30分～14時
◆3月17日（火）午後2時30分～4時
◆3月18日（水）午後4時30分～6時
◆3月19日（木）午後6時30分～8時
◆3月20日（金）午後8時30分～10時
◆3月21日（土）午後10時30分～12時
◆3月22日（日）午後12時30分～14時
◆3月23日（月）午後2時30分～4時
◆3月24日（火）午後4時30分～6時
◆3月25日（水）午後6時30分～8時
◆3月26日（木）午後8時30分～10時
◆3月27日（金）午後10時30分～12時
◆3月28日（土）午後12時30分～14時
◆3月29日（日）午後2時30分～4時
◆3月30日（月）午後4時30分～6時
◆3月31日（火）午後6時30分～8時

◆3月12日（金）午前8時30分 富良野市長杯スノーバード大会
◆3月13日（土）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月14日（日）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月15日（月）午前8時30分 男女スノーバード大会

「夕張・芦別山系のエゾナキワサギ講演会」

エゾナキワサギ個体群の分布調査に関する報告会です。また、生息地の地質学的特徴についても学びます。

◆3月28日（日）午後1時
◆3月29日（月）午後3時
◆3月30日（火）午後5時
◆3月31日（水）午後7時

◆3月12日（金）午前8時30分 富良野市長杯スノーバード大会
◆3月13日（土）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月14日（日）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月15日（月）午前8時30分 男女スノーバード大会

◆3月12日（金）午前8時30分 富良野市長杯スノーバード大会
◆3月13日（土）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月14日（日）午前9時 男女スノーバード大会
◆3月15日（月）午前8時30分 男女スノーバード大会

あなたの大切な人を自殺から守る

気づいてください！体と心の限界サイン

自殺予防では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが大切です。自殺の危険を示すサインに気づき、それぞれの立場でできることから行動することが、かけがえのない命を守ることに繋がります。

命をつなぐ5つのアクション

【気づき】「眠れない」「食欲がない」「口数が少なくなった」など、いつもと違う生活などの変化は悩みの大きな要因になります。

【声かけ】変化に気づいたら、「眠れていますか?」「何かありましたか?」「どうしましたか?」など、勇気を出して声をかけ、心配していることを伝えましょう。

【傾聴】話しやすい環境をつくり、真剣な態度で悩みをじっくり聞くことで、相手の気持ちは楽になります。

【つなぎ】早めに専門家に相談することが問題解決への近道です。

【見守り】温かく寄り添いながら、自然な態度で見守りましょう。

相談窓口をご利用ください

◆北海道いのちの電話
受付時間 24時間対応 39-231-4343

自殺予防研修会を開催します

自殺予防について、今自分たちにできることを一緒に考えてみませんか?

と き 3月19日（土）午後1時30分～4時
ところ 保健センター
参加料 無料
申込み 3月16日（水）までに福祉支援課まで電話で申し込んでください。
福祉支援課 39-2211

後期高齢者医療制度のお知らせ

高額介護合算療養費の制度と申請手続き

高額介護合算療養費制度は、医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の加入者が、「①病院にかかったとき」と「②介護サービスを利用したとき」の1年分の自己負担額の合計が右表の基準額を超えた場合は、「③超えた額が高額介護合算療養費」として支給されます。平成25年度分（平成25年8月1日から平成26年7月31日まで）の期間について支給の対象となる方には「お知らせ」をお送りしていますので、申請してください。

※ただし、次の場合は対象となりません。
◆後期高齢者医療制度、または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合
◆支給額が500円未満の場合
福祉医療課（市役所1階） 39-2310

①医療費の自己負担 ②介護サービス費の自己負担

③『高額介護合算療養費』

①と②の自己負担額を合算し、下記の基準額を超えた分が支払われます。

※市町村の窓口へ申請が必要です

負担割合	区 分	自己負担額の合計の基準額（年額）	
3割	現役並みの所得者	67万円	
1割	一 般	56万円	
	住 民 税 非 課 税 世 帯	区分Ⅱ	31万円
		区分Ⅰ	19万円

※住民税非課税世帯の区分の詳しい内容については、保健医療課に問い合わせください



愛しのペットが結ぶ「癒しのフ」。
次はあなたのところへ

=今月のリレーは=
平田 操^{みさお}さんから ▶ 立野 恵^{めぐみ}さんへ



なな (9歳)

立野さん家のアイドル

人懐っこくて、触ってもらうことが大好きな、なな。どんなことがあっても動じず、逆に心配になるほどなかなか声を出さないんです。散歩中のななに会ったら頭を撫でてあげてくださいね。



=来月は=
立野 恵^{めぐみ}さんから ▶ 吉村 忍^{しのぶ}さんへ

モノクロの山に春光差し込めり
武内 昭子
トラクター富良野盆地を裏返す
長畑 静香
春雲や帰心ふくらむ母の文
東 弘子
針運ぶ一目ひとめに春立てり
保田 貞子
湯豆腐やほつこりぬけゆく肩の凝り
森 美代子
北風に頬赤くして子の帰へる
山田クニ子

文彩^{俳句}短歌

かすかにも雪の翳りを青くして
濁りを持たぬこの北の冬
古東 悦子
人生の伴侶のごとく透析に
思ひを託すわたしの余生
佐々木 緑
雲上にオレンジの玉さんぜんと
機上の窓にせまりてまぶし
太田 瞳子
すこしづつ^{はっか}すこしづつ日の伸びて
心うきたつ^{はっか}二十日正月
富永 スミ
天心に冴える月の冬空に
地球の吾は幻想を紡ぐ
朽木 北峰

▶「こんなの初めて」。今回写真を趣味にしている方を取材したのですが、撮影しようとする
とレンズを向けられ逆撮影!? 本人は照れ隠し
だったようですが、丁寧に画像までいただきま
した。画像を見るとへっぴり腰のカメラマンの
姿が…。「こんなはずじゃない」…。ときには自
分を客観的に見ることも必要ですね。(し)



▶沿線の広報担当者が集まり、広報紙で掲載して
いる広域タウン情報「花人街道」などの内容や紙
面について会議をしました。いつもメールのやり
とりだけでしたが、「こういった顔の見える関係
は素晴らしいなあ」と感じながら、それぞれの考
え方や悩み、悩み? などなど…。話は尽きない。
今度はどんな話になるのか楽しみです。(ほ)

17.1MHz
ラジオふらの

今月のラジオ広報

まちの知っ得情報満載!

■行政情報番組「ラジオ広報ふらの」

毎週 月曜日～金曜日 午後6時～6時5分放送

市政を分かりやすく解説!

■まちづくり情報番組「元気ハツラツ! まちづくり」

3月28日(土) 午前10時～10時45分放送

災害時にも対応

災害時には、市とラ
ジオふらのとの協
定により災害情報
が流されます。

広報ふらの 平成27年3月号 No.642

発行/富良野市(〒076-8555 富良野市弥生町1番1号)

編集/総務部企画振興課広聴広報係 ☎ 39-2304 ㊟ 23-2121

ウェブ <http://www.city.furano.hokkaido.jp/>

次号/お知らせ版3月号は3月12日発行・広報ふらの4月号は3月31日発行

広報ふらののは再生紙を使用しています