

天然しじみの  
ふるさと

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE  
TESHIO  
No. 708

# てしお



平成28年5月23日 町営牧場入牧



◆今月の内容◆

- 小学校運動会・中学校体育大会 . . . . . P.2
- マチの話題 . . . . . P.3
- 天塩町ふるさと応援寄附金 . . . . . P.4
- 暮らしのお知らせ . . . . . P.5~7
- こんにちは栄養士です . . . . . P.8
- 町民カレンダー . . . . . P.9
- マチの伝言板 . . . . . P.10~11



啓徳小学校・雄信内保育所  
合同大運動会

6/11

▶かけっこ



▶アリギヤング2016

▶啓徳ソーラン



▶雄信内新幹線で  
ゴーゴゴー



天塩中学校  
体育大会

6/5



▲選手入場

▼長縄跳び



天塩小学校運動会

6/12



▲パーフェク友よヒューマン

▼80m走



▼鼓笛パレード2016



▲騎馬戦



▲応援合戦

▼綱引き



5/27

河川功労者受賞



日本河川協会より河川功労者表彰を受けた特定非営利法人 天塩川を清流にする会が役場に訪問し、受賞を報告されました。  
天塩川の環境保全の向上と地域振興に大きく貢献されたことが高く評価され受賞となりました。今後の活躍にも期待されています。

5/23

地域貢献活動

ヤマトグループが地域貢献事業として新栄通等の清掃活動を行いました。  
パーラーヤマト天塩店から役場方面の新栄通の区間を歩きながら、普段目が届かない細かなゴミまで拾い集めました。



5/28

(有) 横溝重機産業が地域貢献事業として、川口基線にある津波被害慰霊碑周辺の清掃整備を行いました。  
慰霊碑は、昭和15年に発生した津波災害の災害記念碑です。周辺の草刈りや手すりの修理がされました。



6/10

認定子ども園放水体験

認定子ども園の園児が消防の放水体験を行いました。  
防火服を身にまとった園児たちは的をめがけて放水し、見事に倒した後、拍手と歓声があがりました。



5/22

天塩町消防団春季総合消防演習



天塩町消防団春季総合消防演習が天塩川河川公園で行われ、消防団員が消火活動の技術向上を図りました。  
ポンプ車操法訓練等の後、天塩町役場を出火場所と想定した、実践さながらの放水訓練が行われました。

5/27

戸締り用心・火の用心〜♪



幼年消防クラブ員による防火歩行パレードが行われました。  
パレードは、天塩消防支署から認定子ども園まで歩き、「戸締り用心、火の用心」のメロディに乗せ火災予防の啓発を呼びかけました。

## 平成27年度 ふるさと応援寄附金の状況報告



平成27年4月から平成28年3月末までに44件の方々から「ふるさと天塩」の発展を願い、1,961,590円のご厚情を賜りました。  
(※事前に了承を得られた方々のみ掲載させていただきます。)

### 寄附状況

(受付順、敬称略)

受付	氏名	住所	寄附金額	用途	受付	氏名	住所	寄附金額	用途
1	西村百合	愛知県	20,000	②	14	大沼明子	函館市	30,000	⑤
2	杉村正睦	東京都	200,000	⑥	15	大沼学礼	函館市	30,000	⑤
3	山下多恵子	新潟県	200,000	⑥	16	加藤敏昇	千葉県	30,000	⑥
4	高野修三	札幌市	50,000	⑥	17	金原達雄	岐阜県	10,000	⑥
5	東京天塩会 ふるさと訪問 ツアー参加者	千葉県	100,000	⑥	18	前田正男	愛知県	10,000	⑥
					19	宮田貴志	岡山県	5,000	②
6	東京天塩会	千葉県	50,000	⑥	20	稚内農業事務所 所管工事安全管理 対策協議会	稚内市	76,090	②
7	檜木貞子	東京都	150,000	⑥					
8	佐藤稔	釧路市	5,000	⑥	匿名		5名	70,000	②
9	原田菊枝	札幌市	30,000	⑥			5名	430,000	⑤
10	清水菊江	神奈川県	30,000	⑥			16名	230,500	⑥
11	河野博誠	神奈川県	150,000	⑥					
12	寺村誠士	東京都	20,000	⑥					
13	久保宏喜	神奈川県	30,000	⑥					

※用途欄の番号は、下表の「指定事業別寄附状況」の番号になります。

※指定事業を分けてご寄附いただいた方もおられるので、寄附件数の合計は一致しません。

### 指定事業別寄附金累計額

	①天塩小学校 校改築等	②しじみ資 源回復等	③越中獅子 舞等郷土文 化保存	④川口遺跡 風景林竪穴 住居等保全	⑤次世代育 成推進事業	⑥その他天 塩町振興	合計
H27年度 寄附金額	0	171,090	0	0	490,000	1,300,500	1,961,590
寄附金 累計額	3,259,293	879,730	0	0	2,035,000	22,443,516	28,617,539

【問い合わせ先】 総務課地方創生係

## 介護保険 負担限度額認定及び 訪問介護利用者負担額減額認定の更新

### 1. 介護保険 負担限度額認定

施設サービスや短期入所生活介護（ショートステイ）等を利用する方の食費・居住費については原則自己負担ですが、低所得者の方について食費・居住費の軽減を行うことができます。

軽減を受けるためには、福祉課保険係にて次の必要書類を添えて認定申請を行っていただき、「介護保険負担限度額認定証」の交付を受けなければなりません。

また、既に申請いただいた方においても、現在お持ちの認定証の有効期限が平成 28 年 7 月 31 日までとなっておりますので、8 月 1 日以降に次の必要書類を添えて、更新の手続きをお願いいたします。

- 必要書類・・・申請書・同意書（福祉課保険係 備付）  
印鑑  
預貯金等の写し（※）  
個人番号（マイナンバー）がわかるもの

（※）預貯金等の写しの詳細について、福祉課保険係へお問い合わせ願います。

### 2. 介護保険 訪問介護利用者負担額減額認定

訪問介護を利用される方のうち、低所得者の方については利用者負担額の軽減を行うことができます。

この制度利用するためには、福祉課保険係にて次の必要書類を添えて認定申請を行っていただき、「訪問介護利用者負担額減額認定証」の交付を受けなければなりません。

また、既に申請いただいた方においても、平成 28 年 8 月 1 日以降に次の必要書類を添えて、更新の手続きをお願いいたします。

- 必要書類・・・申請書・同意書（福祉課保険係 備付）  
印鑑

## 介護保険 負担限度額の一部見直し ～ 利用者負担金が増える場合も・・・～

平成 28 年 8 月より、介護保険負担限度額認定制度の一部を見直し、利用者負担段階判定に際し、非課税年金（遺族年金・障害年金）も含め判定することとなりました。

これにより、非課税年金（遺族年金・障害年金）を受給している方で、施設サービスや短期入所生活介護（ショートステイ）等を利用されている方は、利用者負担金が増える場合がございますので、予めご承知願います。

【問い合わせ先】 福祉課保険係（福祉課直通 ☎ 2 - 1 7 2 8）

「確かな未来」が会社を変える。

**中退共** で退職金。  
CHU-TAI-KYO

「中退共」は中小企業が加入しやすい  
国の退職金制度です。

- ① 国の制度だから安全・安心!  
さらに掛金の一部を国が助成します。
- ② 社外積立でラクラク管理!  
管理や運用の手間がかかりません。
- ③ 掛金は全額非課税でオトク!  
節税に加え、手数料もかかりません。

- パートタイマーさんもご加入いただけます。
- 他の退職金・企業年金制度等とのポータビリティも可能です。

詳しくは  
ホームページをご覧ください

中退共 検索

<http://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～ 保険証（被保険者証）の一斉更新について ～

### ■ 保険証が新しくなります ■

現在ご使用の保険証の有効期限が平成28年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、水色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、平成29年7月31日までです。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、福祉課保険係までお申し出ください。

### ■ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）も新しくなります ■

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成28年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。有効期間は保険証と同じく1年間です。

引き続き交付対象に該当する方は7月中に減額認定証を交付しますので、8月1日からは黄緑色の減額認定証をご使用ください。※27年度交付されている方でも世帯内に未申告の方がいた場合、所得の申請を行っていただかないと交付されませんのでご注意ください。新たに必要となる方は、下記の交付要件に該当することをご確認の上、福祉課保険係へ申請してください。

減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	○ 世帯 <b>全員</b> が住民税非課税である方
区分Ⅰ	世帯 <b>全員</b> が住民税非課税である方のうち、 次のいずれかに該当する方
	○ 世帯 <b>全員</b> の所得が0円の方 (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)
	○ 老齢福祉年金を受給されている方

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成29年 7月31日	
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
被保険者住所	広域市連合町1丁目
被保険者氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
医療機関年月日	平成20年 4月 1日
有効期日	平成20年 4月 1日
交付年月日	平成28年 7月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 0 1 1 0 1 0 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">公印 (朱)</span> 北海道後期高齢者医療広域連合

新しい保険証は水色です

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日 平成28年 8月 1日	
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
被保険者住所	広域市連合町1丁目
被保険者氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
有効期日	平成28年 8月 1日
有効期限	平成29年 7月31日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院経当年月日	平成28年 8月 1日 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">印</span>
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 0 1 1 0 1 0 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">公印 (朱)</span> 北海道後期高齢者医療広域連合

新しい限度額認定証は黄緑色です

## 後期高齢者医療制度のお知らせ ～ 医療費通知 ～

### ◆ 医療費通知を全受診者へ送付します

広域連合では被保険者の皆様の医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を年2回送付しております。

これは、医療機関の窓口でお支払いいただいた自己負担分を除いた医療費は、後期高齢者医療制度から支払われていることを具体的に理解していただくとともに、健康管理の重要性を意識していただくことで、医療費の適正化、ひいては被保険者の皆様の負担軽減を図ることを目的としています。

### ◆ 医療費通知の活用例

- 医療費の推移が一目で把握でき、ご自身の健康状況の把握や健康管理に活用できます。
- インフルエンザ予防や健康診査など皆様の健康増進に役立つ情報をお知らせします。
- 診療日数等に間違いがないか確認しましょう。

【イメージ図】

受診年月	診療を受けた医療機関等	診療区分	日数	医療費総額	自己負担額
H26年1月	〇〇病院	医科外来	1	18,000	1,800
H26年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000
合 計				28,000	2,800

### ◆ 注意事項

- 確定申告（医療費控除）の際の添付資料としては使用できません。
- 医療機関等の請求遅れや請求内容を審査中のものなど一部の受診記録が記載されていない場合があります。
- 自己負担額は、市町村等から医療費助成を受けているなど、記載されている金額と実際に窓口で支払った金額が異なる場合があります。
- このお知らせは、皆様の受診状況についてお知らせするものであり、請求書ではありません。また、特に手続きなど行っていただく必要はありません。

### ◆ 発送日・対象診療月

発送日	診療月
平成28年9月末日	平成28年1月～6月
平成29年3月末日	平成28年7月～12月

## 国民健康保険限度額適用認定証の有効期限について

入院など高額な医療費が見込まれる場合に使用されている『限度額適用認定証』の有効期限が平成28年7月31日までとなっています。

8月以降引き続き、限度額適用認定証の使用を希望される方は、8月1日以降に申請をお願いいたします。

- 必要書類
  - ・ 印鑑
  - ・ 個人番号（マイナンバー）がわかるもの

【問い合わせ先】 福祉課保険係（福祉課直通 2-1728）

# こんにちは 栄養士です



## 運動する子どもたちの体づくり ～スポーツ栄養学の視点から～

天塩町では、スポーツ少年団や部活動に所属し、体づくりをおこなう子どもたちが多く見られます。日々の練習成果を発揮する試合等では、最高のコンディションで競技に挑みたいと考えることも多いのではないのでしょうか。そこで、スポーツ栄養学の視点から体調や食事・水分補給についてのポイントを一部ご紹介します。

### 子どもの毎日の習慣チェック

- 朝食**はきちんと食べていますか？  
→欠食や偏食の習慣化は、身体を構成する五大栄養素が整わず新陳代謝が悪くなる原因に！
- 糖分や脂肪分の多い**菓子**や**甘味飲料**の摂取は控えめにしていますか？  
→菓子類の過食は、代謝を高めるビタミンB群の消費が進みビタミン不足の原因に！
- 早寝早起**はできていますか？  
→夜更かしは、成長ホルモン（体の修復機能）の分泌が低下する原因に！
- 排便（うんち）**は出ていますか？（回数や量も重要です）  
→排便不良は、腹痛・疲れやすさ等、体の不調へと連鎖反応を起こす原因に！

試合時間に合わせた睡眠リズムを調整し、食事と水分をしっかりと！！

### ①効率のよい食事方法 ～質とタイミングを大切に～

★**試合3時間前の食事**を心がけ、できる限り**普段通りの食事**を心がける。

例) ごはんやおにぎり（炭水化物）、鮭の塩焼きや納豆（たんぱく質）、みそ汁等

- ビタミンB1やたんぱく質（肉・魚・大豆・卵）がとれる食事が理想的。
- ゼリー飲料は糖分が多く含まれるため、飲み過ぎには気をつけましょう。
- 油脂類は消化吸収に時間がかかるため、スタミナ補給にはごはんが最適。



### ②水分補給について



★**試合開始45分前**には、スポーツドリンクを控え、**水や麦茶**に切り替える。

→**血糖値が上昇し、インスリン（血糖抑制ホルモン）**が出るため、**筋肉に疲労物質がたまり、体の動きを悪くする原因**となります。



○**熱中症対策**のためにも、**試合1時間以上前**には**スポーツドリンクや水の補給を十分におこない**ましょう。（※競技内容や発汗量により個人差があります）



身体づくりの材料は「食事」「運動」「休養」であり、すべてタイミングと質が重要です。特別なことよりも、毎日の習慣や積み重ねが一生涯の成果につながります。子どもが自己管理できるよう、大人が必要性を理解しサポートしてあげましょう。

【問い合わせ先】 福祉課ふれあい係 管理栄養士



# 町民カレンダー

平成28年 **7**月

日	月	火	水	木	金	土
休み	生ゴミ ペットのふん	一般ゴミ	資源ゴミ 紙おむつ等 衣類等	生ゴミ ペットのふん	農村地区	休み
6月 26	27	28	29	30	1	2
<p>・日程は変更となる場合がありますので、ご確認ください。 ・ごみは当日の朝8時までに出してください。</p>						<p>■夕映健康相談 [てしお温泉夕映] ◎はまなす大学</p> <p>●天塩川クリーン アップ大作戦 9時～10時 [川口遺跡風景林] ●第35回しじみ まつり前夜祭 [鏡沼海浜公園]</p>
3	4	5	6	7	8	9
●第35回しじみ まつり本祭 [鏡沼海浜公園]	+眼科外来 9時～14時 ■定期健康相談・ 物忘れ相談 [天塩町役場]	●運転免許更新時 講習 [社会福祉会館] ・優良 13時00分 ・一般 13時45分 ・違反 15時00分	■チャレンジ教室 [ふれあいセンター] 9時～11時	■夕映健康相談 [てしお温泉夕映]		◎認定子ども園 運動会
10	11	12	13	14	15	16
●参議院議員選挙 投票日	○雄信内保育所 開放日	★おでかけサロン [老人福祉センター] 10時～14時	■チャレンジ教室 [ふれあいセンター] 9時～11時	★いきいきサロン [雄信内憩の家] 10時～14時 ○5歳児健診 12時30分～ 13時00分 ○乳児健診 12時50分～ 13時20分 +小児外来 14時～16時	◎はまなす大学	●厳島神社例大祭 (宵宮)
17	《海の日》18	19	20	21	22	23
●厳島神社例大祭 (本祭)	●厳島神社例大祭 (後祭)		■チャレンジ教室 [ふれあいセンター] 9時～11時	★おでかけサロン [雄信内憩の家] 10時～14時 +眼科外来 13時～17時 ○天塩保育所 開放日	◎各小中学校 終業式	
24	25	26	27	28	29	30
	◎はまなす大学	★いきいきサロン [老人福祉センター] 10時～14時	■チャレンジ教室 [ふれあいセンター] 9時～11時	+婦人科外来 13時～16時 ■はつらつクラブ [ふれあいセンター] 13時～15時	★ふれあい大運動 会 [鏡沼海浜公園]	
31	8月 1	2	3	4	5	6

## あいあいクラブ開催場所

◇天塩地区  
日時：毎週火・水・木曜日 10時～12時  
場所：子育て支援センター

◆雄信内地区  
日時：毎週月曜日 10時～12時  
場所：雄信内保育所



**無料日曜公証相談**

○日時

平成28年6月5日(日)

午前9時～午後3時

○場所

名寄公証役場(名寄市西1

条南9丁目公証ビル)

○内容

遺言、任意後見、離婚、尊厳死宣言、借地借家の賃貸借、定款、パスポート認証、知的財産権保護・確定日付等

◆問い合わせ先◆

名寄公証役場

☎01654(3)3131

**国立宮古海上技術短期大学校**

私たちの学校は、国土交通省の所管する学校で、優秀な船舶運行技術者の育成を目的とし、海と船をフィールドに学んでいます。卒業生には、海技資格における特典が付与され、海運界に幅広く活躍しています。

■オープンキャンパス開催

○平成28年7月2日(土)、

7月23日(土)、10月8日(土)

◆問い合わせ先◆

国立宮古海上技術短期大学校

総務課

☎0193(62)5316

**平成28年度裁判所職員一般職試験**

○第1次試験日

平成28年9月11日(日)

○受付期間

・インターネット申込  
7月12日(火)～同月21日(木)

・郵送申込  
7月12日(火)～同月15日(金)  
○受験資格

平成28年4月1日において高等学校卒業後2年以内の方及び平成29年3月までに高等学校を卒業する見込みの方

◆問い合わせ先◆

旭川理法裁判所事務局総務課

人事係

☎0166(51)6267

**「小額訴訟」でスピード解決**

簡易裁判所の民事訴訟の中でも小額訴訟は、小額(60万円以下)な金銭トラブル(敷金の返還、ネットオークションの代金請求など)を迅速に解決することを目的とした特別な手続きです。

小額訴訟についてもっと知りたいという方は、裁判所ウェブサイト「裁判手続の案内」ページの「簡易裁判所の民事事件Q&A」をご覧ください。

◆問い合わせ先◆  
旭川地方裁判所  
<http://www.courts.go.jp/>

## 北海道地域防災 マイスター認定研修会

北海道では防災に対する心構えなどを多くの方に知っていただくため、ボランティアにより地域の防災活動に取り組んでいただいたり、災害時には地域の防災リーダーとして活躍いただく「北海道地域防災マスター」の育成に取り組んでいます。

北海道地域防災マスターに認定されるためには、認定研修会の受講が必要となります。

多くの方の受講申込をお待ちしています。

○日時

平成28年10月15日(土)  
午前10時30分～午後4時30分

○場所

留萌振興局(留萌市)

○募集期間

平成28年8月1日(月)

◆問い合わせ先◆

住民課住民安全係

☎01632(2)1001

内線124



## 海上保安庁 職員募集

海上保安庁は平成29年4月採用の職員(大専科・学校学生)を募集します。

○採用予定人員

・海上保安大専科 約50名  
・海上保安学校 約270名

○試験日程

・海上保安大専科  
10月29日(土)、10月30日(日)

・海上保安学校

9月25日(日)

○受付期間

・海上保安大専科  
インターネット

8月25日(木)～9月5日(月)

郵送・持参

8月25日(木)～8月29日(月)

・海上保安学校

インターネット

7月19日(火)～7月28日(木)

郵送・持参

7月19日(火)～7月21日(木)

○受験資格

・海上保安大専科

平成28年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者及び平成29年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの者

・海上保安学校

平成28年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者及び平成29年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの者

◆問い合わせ先◆

稚内海上保安部管理課

☎0162(22)0118

## 終戦後の海外から 引揚者の方々へ

税関では、戦後、海外から引き揚げて来られた方々からお預かりいたしました、約86万件の未返還の保管証券類をお返ししております。

返還の請求はご本人でなくご家族の方々でもかまいません。「もしかしたら家にも…」とお気づきの方は、お気軽に最寄りの税関までお問い合わせください。

◆問い合わせ先◆

稚内税関支署

☎0162(33)1075

### 掲載を希望される方へ

8月号へ掲載を希望する方は  
7月13日(水)までに  
お知らせください

総務課企画広報係

## 天塩町自衛隊協力会からのお知らせ



当会は、自衛隊との交流を通じて、国防並びに自衛隊に関する認識を深め、自衛隊の諸行事訓練等への協力・援護を行い自衛隊並びに天塩町の振興発展を図るため活動しております。

当会活動にご賛同いただける会員を募集しておりますので、入会希望の方は、下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】天塩町自衛隊協力会事務局(総務課企画広報係)

これがハマナスの花だよ!



## てしお仮面のつぶやき

みんな、こんにちは!  
 だんだん暖かくなって、夏って感じがするよね。  
 僕はよく鏡沼海浜公園を散歩しているのだけど、この間  
 行ったときにはハマナスの花が咲いているのを見つけたよ。  
 ハマナスには体を健康にしたり、お肌がツルツルになる成分  
 がたくさん含まれているんだ。そのまま食べると酸っぱいけど、  
 ジャムにするととっても美味しいんだよ! アイヌの人たちも  
 お茶にして飲んでいただんたって。

鏡沼の中にある「ハマナスの丘」ではハマナスを  
 100万本に増やしていこう、という活動も行われているよ。  
 ハマナスは天塩町の花にもなっていて、他にも「町の鳥」  
 や「町の木」とかもあるから、みんなも調べてみてね。

### おめでとうございます

#### ～おたんじょう～

(緑新団地)

湯澤 咲幸 さん  
 賢司さん・菅代さんの長女

(作返)

杉本 陽紀 さん  
 充さん・智恵美さんの長男

#### ～ごけっこん～

(みどり)

松成 晋介 さん  
 高橋 美沙 さん

しじみまつり開催まで あと 3 日



### ごめいふくをお祈りします

(山手裏通4)  
 赤塚 喜代蔵 さん (93歳)  
 (かがやき)  
 安達 正一 さん (95歳)  
 (南町)  
 佐々木 孝一 さん (73歳)  
 (西雄信内)  
 森 よし さん (96歳)  
 (山手裏通8)  
 笹原 学 さん (59歳)

### まちのうごき

#### 5月末

人口 3,251 人 (+3)  
 男 1,628 人 (+1)  
 女 1,623 人 (+2)

世帯数 1,587 世帯 (+5)

※ ( ) 内は前月比

ご厚志  
 ありがとうございます  
 ございます

●天塩町社会福祉協議会 愛情銀行へ  
 【香典返しとして】

山手裏通4 赤塚 晋 さん  
 更岸 佐々木 恵美子 さん

旭川市 森 則男 さん  
 南町 笹原 一希 さん

【施設のために】  
 振老 藤澤 京子 さん

【社会福祉のために】  
 南町 安達 雪子 さん  
 振老 藤澤 京子 さん

●患愛荘へ  
 遠別町北里 齊藤 好吉 さん  
 南川口 安川 好子 さん

●デイサービスセンターへ  
 (ポランティア活動)  
 山手裏通3 園田 一治 さん  
 山手裏通4 和田 雄 さん

### 編集後記

いつも「広報てしお」をご覧いただきありがとうございます。最近広報誌に関するご要望の電話をいただき、大変嬉しく思っている広報担当の相馬です。

♪今号の特集は運動会・体育大会でした。子どもたちの一生懸命な姿と保護者の熱い応援で、会場は一層盛り上がりを見せておりました。(諸事情により中学校体育大会には取材に伺えなかつたので、来年こそはお邪魔させていただきたいと思っております。)

♪各機関でクールビズが始まっており、私も軽装になって気分も軽やかになっていきます。私は夏風邪をひきやすい体質なので、ネクタイを締めずとも引き締めて日々すごしたいと思えます!