

進学・進級時の非行・犯罪被害を防ごう 子どもたちを有害環境から守ろう



- 親子の会話や家族団らんを心がけ、子どもが安らぐことができる家庭をつくりましょう。
- 服装が派手になって帰宅時間が不規則になったり、夜遊びや外泊が多くなったりするのは非行の兆候です。子どもに関心を持ち、見逃さないように注意しましょう。
- 子どもを有害サイトから守るため、子どもの携帯電話にはアクセスを制限できるフィルタリングを設定しましょう。

自動車運転免許の更新時講習

期日 / 3月15日(水)
場所 / 町公民館

- ▶ 優良講習 / 11時30分
- ▶ 一般講習 / 13時
- ▶ 違反講習 / 9時
- ▶ 初回講習 / 14時30分

※講習は、警察署で免許更新の手続きを済ませた後に受講してください。

落氷雪による事故に注意!

- 屋根の雪は早めに下ろしましょう。
- 雪下ろしは、転落防止用ロープなどを正しく装着して行いましょう。
- 危険な軒下を歩かないようにしましょう。
- 除雪機による除雪は、周囲の安全を確かめながら行いましょう。



摩周一一〇番

弟子屈警察署
所在地交番
☎482-2110
川湯駐在所
☎483-2151

弟子屈警察署ホームページ <http://www.teshikaga-syo.police.pref.hokkaido.jp>

地域安全ニュース

平成29年3月発行 第234号
弟子屈地区防犯協会連合会
☎482-2110(弟子屈警察署内)



車上狙いの連続発生

弟子屈警察署管内の標茶町内で車上狙いが連続発生しています



たとえ短時間でも、車から離れるときは、ドアをロックしましょう。



車内には貴重品を置かないようにしましょう。



不審者・不審車両を目撃した場合は警察署に通報してください。

不審なメールや電話に注意!

弟子屈警察署管内に居住する方の携帯電話に「有料動画閲覧履歴があり、未納料金が発生しております。本日連絡がない場合、法的措置に移行します」ウェブサイトの有料サイトの滞納金がありますので、登録情報の削除申請をしてください」などと書かれたメールが送られてきています。

道内のご家庭に、息子を名乗る男から「喉にポリープができて病院に行ったら、かばんが盗まれた。かばんには会社の通帳などが入っていて、お金が必要だ。何とかお金を用意できないか」と電話がかかってきています。



身に覚えがない請求や不審な電話があった場合は焦らずに、ご家族や警察相談電話#9110へ相談してください

介護保険説明会と地区懇談会を実施しよう

①清寿会
広報でしかが12月号で、介護保険制度改正に向けた地区懇談会の様子をお伝えしました。その後も各自治会・老人会で地区懇談会を実施。弟子屈町で元気に暮らし続けるために何が必要か「地域での助け合い」について話し合いました。

②川湯駅前自治会
気づく範囲で見守りを行い、過去に2人の孤独死を防止した経緯のある自治会。役場と地域で、見守りが必要な方を共有していきたくらよいと思う。介護保険を利用し始めたら専門の力が行き届き、素人の気遣いは必要ないものと思っていたが、久しぶりに声をかけたときに買い物頼まれた。地域の支え合いとは、こういう形で今後ますます必要となると感じた。

③奥春別荘会
老人クラブで冬季は週2回、運動のために集まっている。参加者の状況に合わせ開催日を調整している。家族に送迎してもらおうのは気が引け、送迎が課題と感じている。

④高峰クラブ
現在は車の運転ができる人が多いが、2025年には運転免許証返納問題が起ると思う。タクシートの営業が20時までなので、それ以降は介護タクシーや近所の方に頼むことになる。救急搬送後タクシーがなく、朝まで病院で待っていた方がいる。

⑤消費者協会
本町はなぜ介護保険料が高いのか。そもそも介護保険料は市町村で異なるのか。介護保険料の上昇を抑えるためには、自分たちの健康維持が重要と分かった。

⑥川湯温泉まち自治会
介護保険制度改正は少々難しい内容だったので、今後、機会があればまた聞きたい。高齢者は地域で助け合い、死ぬまで元気でいる必要があることが分かった。老人会の高齢

除雪や移送を含めた地域の助け合いの土台をつくるため、皆さんの意見は「協議体」という場で話し合っています。人が集まる機会があれば、どこでも説明に伺い、ご意見を聴きます。地区懇談会をまだ実施していない、再度、地区懇談会を行いたいという自治会・老人クラブ、その他の皆さん、お気軽にご連絡ください。

❑問い合わせ先/役場健康推進課地域包括支援係☎482-2935(課直通)まで。



化が進んでいるので、百歳体操を行うように勧めたい。

弟子屈町健康増進計画・食育推進計画 「元気なしかが21(二次)計画」

朝食を食べよう

二次計画の推進は、今年度で2年度が過ぎようとしています。町の重点的な健康課題として「高血糖者が多い」「男性の自殺者が多い」「朝食の欠食者が多い」という3つがあります。その中でも「朝食の欠食」は、幼児から高齢者まで全ての世代の健康に関わる、とても大きな課題です。



- 朝食のまとめ食いで血糖値が急上昇しやすい。
- 脳の栄養となるグルコース(糖の一種)を得るため、筋肉を壊して糖につくり変えるので筋力が落ちる。そのため、運動能力も低下する。
- 低血糖状態のため脳が活性化しにくく、仕事や勉強などの作業効率が下がる。

体の基礎ができる子ども世代で朝食をとらない習慣ができてしまうと、将来的に若い世代から生活習慣病を発症するなど、生活の質を落とすまいかねません。朝、何も食べない習慣の方は牛乳などの飲み物をとるよう心がけたり、食べていても「パンだけ」の方は「パン+おかず」に変えていけるとよいですね。

❑問い合わせ先/役場健康推進課健康推進係☎482-2935(課直通)まで。