



### 当別ダム周辺に亜麻を植栽



亜麻のふるさと当別ダムと命名した(株)北海道技術コンサルタント(札幌市)が、観光客の来訪や水源地域の活性化につながることを期待して昨年からの企画。今回は2回目の実施となりました。

亜麻の苗は当別高校園芸デザイン科の生徒が大切に育て、後藤町長や当別高校の生徒ら計35人が、当別ダムの下流広場に植栽しました。(6月27日)

### 消防団訓練大会を開催!



新型コロナウイルス感染拡大防止のため大会規模を縮小し、感染対策を徹底したなか各地域の消防団員が日頃の訓練成果を披露しました。大会では、指揮者の号令で隊員たちがテンポよく駆けながら隊形変換を行う「小隊訓練」、安全性・確実性・迅速性が求められる防火衣装着から火点と見立てた標的を倒すまでの「放水標的落とし訓練」、安全かつ確実な筒先操作と基本の放水姿勢が求められる「一斉放水訓練」を実施し、地域防災の中核を担う組織の機動力・団結力の高さを十分に発揮しました。(6月25日)

### 白熱! チャリティープロレス



アジアプロレス北海道シリーズ2022当別大会が白樺コミセンで開催され、子どもからご年配までの幅広い世代の方たちが観戦を楽しみました。試合前には主催者の畠中浩旭さんから、当別町社会福祉協議会松岡良尚会長に、町の福祉事業に役立てて欲しいと寄附金を贈呈。試合は、シングルマッチやタッグマッチ、全選手参加のバトルロイヤルなど計6試合が行われ、鍛えられた肉体から繰り出す大技と相手を地面にたたきつける衝撃音に、観戦者からは拍手や歓声が飛び交い会場は大いに盛り上がっていました。(7月1日)



# とうべつ学園校歌の ミュージックビデオ完成



町 150 周年事業の一つ、とうべつ学園校歌のミュージックビデオが完成。撮影はとうべつ学園や白樺公園、青山などで行われ、「当別らしさ」を感じることが出来る映像となりました。映像内の校歌は、全校生を代表して吹奏楽部員が歌ったものを録音しています。

ミュージックビデオは町公式 YouTube で公開中！

チャンネル登録 & 高評価  
よろしくお祈いします！



←町公式 YouTube  
チャンネル



広 告

広 告

第 16 話

## ト〜ベツ暮らし

作：手之内



人登場



ト〜ベツさん

打ち上げ花火は  
派手で大好き



ニシトーさん

線香花火を  
いつまでもやってしまっ

広 告

## 各種健診等のご案内

健診等の日程はp.30 町内イベントカレンダーをご覧ください。

町のホームページから  
でも確認できます→

乳幼児健診  
各種事業

各種健康診査

## &lt;注意&gt;

- ・乳幼児健診とBCG 予防接種は対象者へ個別にご案内します。
- ・健診を希望する方は、健診日の1週間前までに健康推進係へ申し込みください。
- ・特定健診やがん検診は、町内イベントカレンダー以外の日程でも受けることができます。

## 急病時・夜間の相談先

## ■救急安心センターさっぽろ

24時間・365日、看護師が相談に対応。受診可能な医療機関をご案内します。

・電話番号 # 7119 または 011 - 272 - 7119

## ■子ども医療でんわ相談

症状に応じた一般的な対処・助言を看護師等から受けられます。診断・治療はできません。

・受付時間 19時～翌朝8時

・電話番号 # 8000 または 011 - 232 - 1599

## ■北海道救急医療・広域災害情報システム

緊急時に受診可能な道内の病院を24時間（年末年始などの連休も可）検索できます。

・フリーダイヤルは 0120 - 20 - 8699

・携帯電話からは 011 - 221 - 8699

・インターネット検索は <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

## 休日・夜間の受診先

## &lt;休日・昼間&gt;

日曜・祝休日は江別市内内科小児科休日急病当番をご利用ください（※p.30 町内イベントカレンダー参照）。乳児の場合は一部の医療機関で事前連絡が必要となりますので、ご注意ください。

町のホームページから  
でも確認できます→



急病当番医

※医療機関の都合により、変更となる場合があります。最新情報は新聞紙上や救急安心センターさっぽろ、北海道救急医療・広域災害情報システムでご確認ください。

## &lt;夜間&gt;

■江別市夜間急病センター **内科** **小児科**

・住所 江別市錦町14-5

・受付時間 18時30分～翌朝6時30分（年中無休）

・電話番号 011 - 391 - 0022

■勤医協中央病院 **内科**

・住所 札幌市東区東苗穂5条1丁目9-1

・受付時間 19時～翌朝9時（年中無休）

・電話番号 011 - 782 - 9111

## 近くの医療機関案内

診療時間は、町のホームページに掲載しています。少し遅い時間に診療している医療機関もありますのでご確認ください。

## 予防接種（個別）・健診 実施医療機関

ご希望の方は、事前にお申込みください。

医療機関名	電話番号 (札幌市外局番 011)	小児期予防接種				成人期 予防接種	健診
		4種混合・ 不活化ポリオ・ヒブ・ 水痘・MR・DT	小児肺炎球菌・ B型肝炎・ロタ	日本 脳炎	子宮 頸がん	高齢者 肺炎球菌	特定・基本 後期高齢者 肝炎ウイルス
勤医協当別診療所	23 - 3010	●		●		●	●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25 - 3151	●	●	●	●	●	●
田園通りさわぎき医院	25 - 2055	●	●	●		●	●
とうべつ内科クリニック	22 - 1313					●	●
とうべつ整形外科	25 - 5040			6歳～	●	●	
北海道医療大学病院（札幌市北区）	778 - 7575	●	●	●	●	●	●

※小児期定期予防接種（子宮頸がん除く）は、江別市内の小児科6カ所でも接種可能です。

## 笑って健康に！道民笑いの日

8月8日は「ハッハッハ」に因んで「道民笑いの日」に制定されています。笑いが健康にもたらす効果はとても大きく、ストレスの軽減や病気の予防につながります。これにより「健康寿命」が延びると言われています。

### 1. 笑いの効果

#### ①がん予防

主にがん細胞と戦うNK(ナチュラルキラー)細胞が活性化します。大笑いするとNK細胞が40%以上アップしたという研究もあります。そのため、笑うことががんの予防につながるといえます。

#### ②認知症予防

集中力や注意力が向上するほか認知症予防にも効果があります。笑うことで脳の血流量が増え、認知機能の低下を防ぎ元気な脳を保つことができます。

#### ③生活習慣病予防

笑うことで気持ちがリラックスし、ストレスの軽減や血圧・血糖値の上昇を抑えることができます。そのため、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防にもつながります。



### 2. コロナ禍こそ笑いを大切に

家族や近所の方との会話を楽しむ、好きなイベントに参加するなど、自身が笑うことのできる機会を大切にすることが心身の健康につながります。しかし、新型コロナウイルス感染症の影響で、人と会って会話をすることやイベントに参加する機会が減り、ストレスを感じている方も多いと思います。感染を予防しながら、楽しめる方法を見つけていきましょう。

### 3. 心身の健康に不安があるときは・・・

心身の健康に不安があるときは、1人で抱え込まず、周りの人に相談をしてみましょう。話すだけで気持ちが楽になったり、解決の糸口が見えてくることもあります。人と会う機会が少ない、不安が解消できない、周りに元気がない人がいるなどの場合には、相談機関へ相談してみてください。相談先の情報は町のホームページにも掲載しています。

#### ▼問合せ

保健福祉課健康推進係  
(ゆとり内・☎23-4044)

こころの健康の相談先  
QRコードはこちら→



広 告