広報えべつ EBETSU

あなたとまちをつなぐ

2022
8
vol.994

目 次

6 市立病院 連載コラム 経営再建の軌跡
7 新型コロナワクチン 最新情報 ほか
8 令和４年度 江別市職員採用試験 ほか
9 ちょっとの手間で 減らそう！夏場のごみ
20 【健康×暮らしナビ】消費生活相談 Q&A ほか
23 【徹底調査 vol.8】野幌森林公園「自然ふれあい交流館」はどんなところ？

特集 高齢者クラブでみつける
あなたが元気に暮らす場所

好きなこと、いつまでも

高齢者クラブ連合会（女性部会）の友愛活動のひとつ、絵手紙づくり。「喜んでもらえますように」と想いが込められた絵手紙は、誕生日を迎える高齢者施設利用者一人ひとりへ贈られます。

特集 高齢者クラブでみつける あなたが元気に暮らす場所

詳細 介護保険課 ☎381-1067
高齢者クラブ連合会事務局 ☎385-1247

高齢者の方々は、仕事をしていた頃とは異なり、地域で過ごす時間が多いのではないでしょうか。地域とのつながりが少なくなると、孤独や不安を感じ、心身の健康を損ねてしまうかもしれません。自分が住む地域で、いきいきと暮らしていくためにはどんなことが大切だと思いますか。

市内には高齢者クラブが62団体あり、2,909人が自分たちのやりたいことや好きなことを楽しみながら活動しています。

今回の特集は、元気あふれる高齢者クラブの活動を紹介します。

地域の仲間が集う場所

高齢者クラブは、60歳以上の方々が集う自主的な組織で、同じ地域で暮らす仲間が集まって活動しています。どなたでも入会でき、仲間と共に過ごす場所を作ることができます。

好きなことがみつかる

文化や運動、地域活動など、さまざまな活動をしています。今まで興味がなかったこ

活動の一部を紹介！
文教クラブ：囲碁、花植え、舞踊
一番町新生クラブ：パークゴルフ
女性部会の友愛活動：高齢者施設利用者に贈る絵手紙づくり
東光百寿会：泉の沼公園清掃活動

もっと詳しく高齢者クラブ FAQ

どこで活動しているの？

自治会館や地区センター、老人憩の家など、住んでいる地域に近い施設で活動しています。

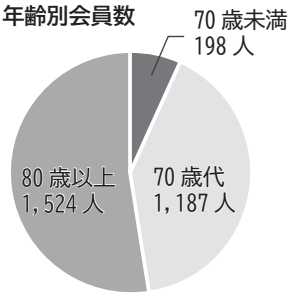
活動の頻度は？

週2回から月1回程度です。クラブによって、活動の頻度や内容も異なるので、自分のペースに合わせて活動できます。

年齢層はどのくらい？

70歳代が中心となって活動しているところが多く、100歳以上の方が活動しているクラブもあります。

▼年齢別会員数



お金はかかる？

自主的な活動のため、活動費を集めています。クラブによって異なりますが、年会費は2,000円～3,000円ほどです。

とでも、得意なことや好きなことが新しく見つかるでしょう。

地域のために役に立つ

地域活動をしている高齢者クラブでは、公園の清掃活動や花壇づくり、児童の登下校の見守りなど、まちづくりに貢献できる活動をしています。地域に欠かせない活動に関わることで、新たな活力が湧いてくるかもしれません。

- 経験や知識を活かしたい
- 新しい仲間と知り合いたい
- まちづくりに参加したい
- 健康を維持、増進したい

あなたの○○したいが叶う

座談会

地域でいきいきと暮らしていくために

市内の高齢者クラブをまとめる江別市高齢者クラブ連合会（江高連）の会長・副会長・事務局長からお話を伺いました。

高齢者クラブでは、どんな活動をしていますか。

西村：対雁長生（ちょうせい）クラブでは、誕生日会や講演会などを開催しています。毎月開催する誕生日会では、記念品のプレゼントと、お弁当の持ち帰りをしています。カラオケやトランプ、囲碁、将棋もやります。最近、カーリンコンを取り入れようと思っています。また、月に1回は講演会や音楽会などを計画しています。今月は、アコーディオン奏者による音楽会を開催しました。欠席なくみんな集まってくれて嬉しかったです。

髙橋：あさがお健康クラブでは、集会所がないため個人宅に集まったり、隣の地区の自治会館を借りてカーリンコンを練習しています。少しでも多くの人に参加してもらいながら、冬でも体を動かすことを意識し、健康の維持に努めています。

早瀬：文教クラブは、会員数が多いので、いくつかの部に分かれてさまざまな活動をしています。娯楽部では文化祭を企画したり、教養部ではクラブだよりを発行したり、社会奉仕部では花壇づくりなどを行っています。また、小学生と花植えをしたり、北翔大学の学生と草取りなどもしています。

文教クラブのなかには、囲碁や舞踊など多様なサークルがあるので、自分に合った好きなことが見つかります。

鈴木：さわらびクラブでは、月1回の例会で誕生日会やレクゲームなど行っています。3月の例会ではひな祭りなど、季節のイベントに合わせた行事も行います。また、冬には交通安全を祈願した大きな雪だるまを作ったり、大麻16丁目散策路沿いにある120株の「あじさいロード」の維持管理など地域活動も行っています。社交ダンスやカーリンコンなどサークル活動も盛んです。

藤田：市内の高齢者クラブは、江別A・江別B・江別C・野幌・大麻の5つの地区に分かれています。地区ごとの行事もあれば、市内すべての高齢者クラブが参加する江高連主催の行事もあります。江高連では、運動会・演芸大会・パークゴルフ大会・講演会など、コロナ禍でも人が交流できる事業を可能な範囲で実施しています。自分が興味を持てるものが見つかるはずです。

話しのなかで何度か出てきた「カーリンコン」は、カーリングに似ていて、2チームがディスクを投げ合い、どちらのディスクがポイント（まと）に近づけるかを競うスポーツです。室内の小さなスペースでもできて、冬も楽しめます。年齢を問わず、体の不自由な方など誰でも参加できるのも魅力です。例えば、パークゴルフは主に夏季しかできず、パークゴルフ場までの移動も大変なので、市内の高齢者クラブではカーリンコンが流行（はや）っています。

西村（にしむら） 芳光（よしみつ） さん
江別市高齢者クラブ連合会
会長（江別C地区）
対雁長生クラブ

髙橋（たかはし） 安雄（やすお） さん
江別市高齢者クラブ連合会
副会長（野幌地区）
あさがお健康クラブ

藤田（ふじた） 政典（まさのり） さん
江別市高齢者クラブ連合会
事務局長

高齢者クラブの魅力は何ですか。

西村：生きがいづくりや仲間づくりができるところです。家でずっとひとりで過ごすのではなく、集まった仲間と共に活動できるところが一番の魅力です。

髙橋：友達がおらず話し相手もいないと脳の働きも弱っていくと思います。先日、90歳の方と一緒にパークゴルフをしました。その方は、あけぼのパークゴルフ場まで自転車で来て、仲間の顔と名前もよく覚えており、パークゴルフも上手でした。高齢者クラブには、元気に過ごしている方が多いと思います。

早瀬：家には話し相手がいなくて寂しいと言って活動に参加する方がいます。その方は、活動に参加して仲間と話したりするだけで、元気が出るそうです。高齢者クラブは、参加することで元気になれる場所です。みんなで支え合いながら活動しています。

また、やりたいことができるのも魅力です。得意なことや好きなことを見つけることができます。

鈴木：先日、市で発行しているフレイル予防のリーフレットを全会員に配りました。健康に関する情報などを、みんなで共有できるのもクラブの良いところだと思います。人との関わりが少なくなると、健康に気を使わなくなって病気になってしまったりするかもしれません。

藤田：孤独を感じていなくても、いざというときに助けてくれるのは仲間だと思います。高齢者クラブは、地域の仲間が集まって互いに活動しているので、地域で孤立することはありません。地域が、あなたが元気に過ごすための場所になります。

また、高齢者クラブ以外にも、通いの場やふれあいサロンなどもありますので、何かひとつでも参加して、元気にいきいきと過ごす高齢者が増えてくれると嬉しいです。

高齢者クラブでみつける あなたが元気に暮らす場所

高齢者クラブで活動している方々は、自分が好きなことをしていて、生き生きとしています。高齢者クラブに参加して、仲間との出会い、生きがいや元気に暮らしていくための居場所を手に入れてみませんか。【完】

鈴木（すずき） 之男（ゆきお） さん
江別市高齢者クラブ連合会
副会長（大麻地区）
さわらびクラブ

早瀬（はやせ） 美知子（みちこ） さん
江別市高齢者クラブ連合会
副会長（大麻地区）
文教クラブ・江高連女性部長

高齢者クラブに 参加するための3ステップ

1 どこでどんな活動をしているのか知ろう！

市内高齢者クラブの紹介情報誌を発行しています。どのクラブがどんな活動をしているのか知ることができます。

【配布場所】
・高齢者クラブ連合会（総合社会福祉センター内 ☎385-1247）
・介護保険課（本庁舎1階☎381-1067）
・老人憩の家、公民館

右のQRコードからダウンロードすることもできます。

2 高齢者クラブ連合会に連絡しよう！

総合社会福祉センター内（錦町14-87）に直接または電話（☎385-1247）でご連絡ください。家から近いクラブや希望するクラブを紹介し、クラブの会長と連絡を取ってくれます。

3 実際に参加してみよう！

クラブによっては、体験もあります。自分に合った活動を見つけてみましょう。

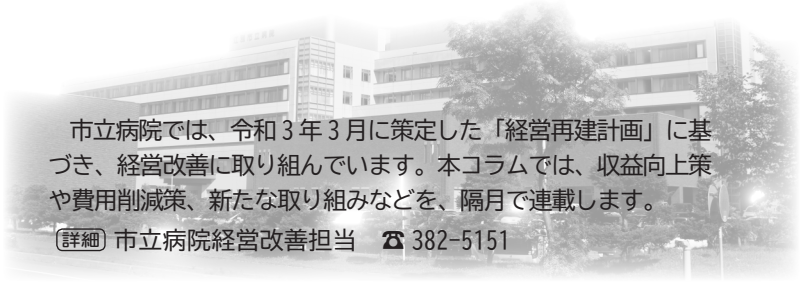
特集の感想をお待ちしています

▼郵送・ファクスで送る
〒067-8674　高砂町6 江別市広報広聴課宛
FAX 381-1149

▼市HPアンケートフォーム
市HP内「広報えべつ」を検索するか右QRコードを読み込んでください。

市立病院 連載コラム

経営再建の軌跡



市立病院では、令和３年３月に策定した「経営再建計画」に基づき、経営改善に取り組んでいます。本コラムでは、収益向上策や費用削減策、新たな取り組みなどを、隔月で連載します。

詳細 市立病院経営改善担当　☎ 382-5151

第２回　減資 ～収支構造の見える化～

■地方公営企業における減資とは？

市立病院決算書の貸借対照表では、資本金と累積欠損金の双方が大きな金額となっており、経営実態と乖離（かいり）した状況になっています。平成 24 年の地方公営企業法の改正で、このような実態と乖離した累積欠損金を解消するため、議会の議決を得て資本金を減少（減資）し、累積欠損金と相殺することが認められました。

減資を実施することで、解消すべき累積欠損金が明確になり、経営状況をわかりやすく、市民の皆さんへお示しすることができるようになります。

Q．累積欠損金とは？	Q．資本金を減らしても大丈夫？
A．累積欠損金は、返済義務のある「負債」（借入金など）とは異なり、過去の企業活動によって生じた各事業年度の欠損（赤字）を積み上げたものです。 市立病院では経営が安定しない時期もあったため、昭和 38 年度から現在までの間に、117.3 億円の累積欠損金が生じていました。	A．資本金（繰入資本金）は、財産的な価値を持つ「資産」（現金など）とは異なり、一般会計から受け入れた繰入金の金額を積み上げた会計上の数値です。 民間企業では、資本金が信用力を示すものとして評価されますが、自治体が経営する地方公営企業では、資本金を減少したとしても信用力に影響はなく、事業運営での支障は生じないとされています。

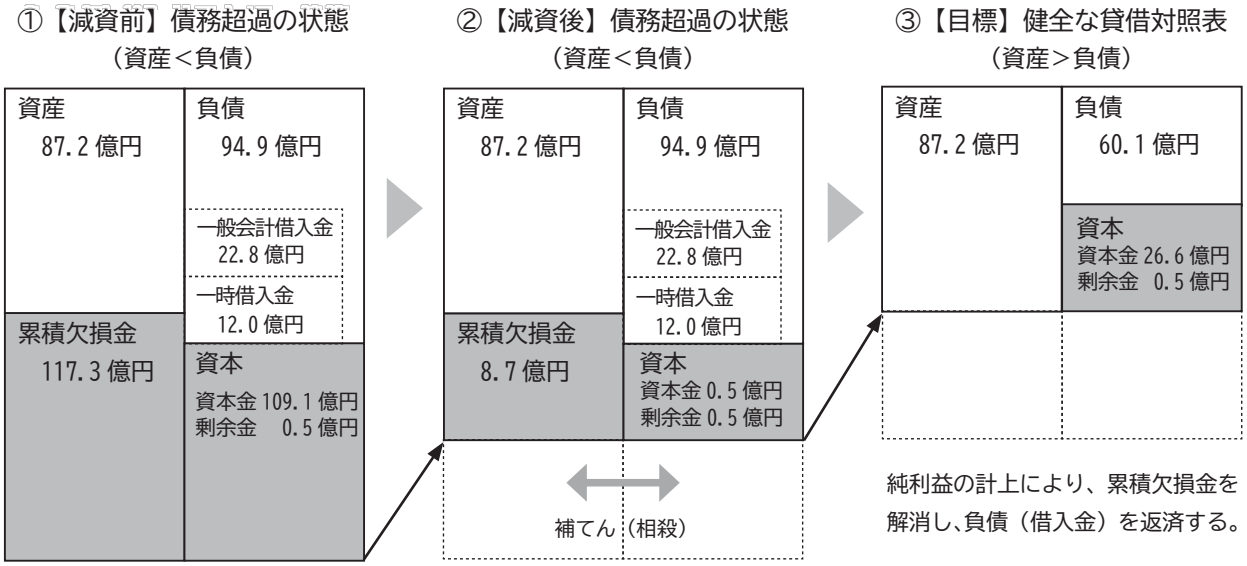
■減資で何を目指すの？ ～貸借対照表の改善イメージ～

市立病院では、減資の実施を貸借対照表の改善（財務基盤の強化）に向けた第一歩として位置付けています。

まず、①【減資前】が現状で、資本金と累積欠損金の双方が 100 億円を超える大きな金額になっています。次に、②【減資後】は資本金と累積欠損金が相殺され、本来解消すべき累積欠損金（8.7 億円）が明確になります。

このように解消すべき累積欠損金を明確にすることで、③【目標】の健全な貸借対照表を目指した取り組みが進めやすくなります。

【貸借対照表の改善イメージ】



■今後に向けて

市立病院は、令和４年４月に地方公営企業法の全部適用に移行し、新たな経営体制になりました。これを機に、経営評価委員会のご意見を伺いながら、減資の実施に向けて準備を進めています。

今後も、経営再建計画の達成に向け、引き続き改善への取り組みを進めてまいります。

新型コロナワクチン最新情報

※ 掲載内容は後から変更される場合があります

詳細 新型コロナウイルス感染症対策室　☎ 385-8910

ワクチン接種は任意です

新型コロナワクチン接種は強制ではありません。接種後に得られると期待される効果と、予想される副反応をよく考え、ワクチン接種をするかどうかを決定してください。

ワクチンの予約 / お問い合わせ先

■ インターネット予約

市のホームページ（右のQRコード）から予約してください。

■ 電話予約 / 予約のお問い合わせ

江別市新型コロナワクチンコールセンター

☎ 011-600-1234（8:45 ～ 17:15）

※ 土日、祝日も受け付けています。

■ 副反応などに関するお問い合わせ

北海道専門相談ダイヤル

☎ 0120-306-154（9:00 ～ 17:30）

※ 土日、祝日も受け付けています。

■ 接種券発送などに関するお問い合わせ

新型コロナウイルス感染症対策室

☎ 011-385-8910

4回目接種が始まっています

4回目接種により、高い重症化予防効果が得られます。

接種対象者の方は、接種をご検討ください。

対象者

・60歳以上の方

・18歳以上59歳以下で、基礎疾患を有する方など

※いずれの方も、3回目接種日から5カ月が経過した日以降に接種できます。

4回目の接種券

【申請が必要な方】

基礎疾患があり接種を希望する方（18歳以上59歳以下）。申請方法は、右のQRコードからご確認ください。

【申請が不要な方】

60歳以上の方。3回目接種から5カ月が経過した頃に市から接種券が届きます。

小児（5歳～11歳）の接種

会場	1回目	2回目
市民会館	8/20(土)	9/10(土)
	8/21(日)	9/11(日)

※2回目接種日の変更はできませんので、必ず2回目の日程を確認のうえ、予約してください。

check ワクチン接種期間について

新型コロナワクチンの接種期間は、**9月30日で終了予定**です。

接種を希望される方はお早めにご予約ください。

※ワクチン接種期間は延長される場合があります。

道民カレッジ・えべつ市民カレッジ対象講座

えべつ市民環境講座

詳細 環境課　☎ 381-1019

環境のことをもっとよく知り、みんなで考えてもらうことを目的とした、暮らしに身近な環境の話題をテーマに講座を開催します。地球温暖化や野生生物の生態、エネルギー選択論など幅広い観点から環境について考えます。

＜参加の際のお願い＞

環境講座にご参加の際は、感染防止のためにマスクの着用をお願いします。また、新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止になる場合があります。

えべつ市民環境講座の詳細は、市ホームページやチラシでお知らせしています。チラシは、市役所本庁舎1階情報公開コーナー、公民館などに置いています。

	日時・場所	テーマ（内容）	講師	受講料・申込方法・定員
第1回	8/31(水) 14:00～15:30 野幌公民館	**地球温暖化の現状とリスク** 地球温暖化による環境変化と温暖化を防ぐための行動を考えます。	酪農学園大学 吉田（よしだ）　磨（おさむ）　教授	**受講料：**無料 **申込方法：**8/9(火)から環境課へ電話（☎ 381-1019）で申し込み **定員：**先着30名
第2回	9/6(火) 10:00～15:30	**≪見学会≫名木百選ウォッチング** 江別市内の名木を巡るツアー。みやまち公園のオニグルミなどを見学します。 当日は、歩きやすい服装と靴、昼食、敷物、飲み物、雨具をご用意ください。	北海道大学大学院 地球環境科学研究院 大原（おおはら）　雅（まさし）　教授	**受講料：**1,500円（つり銭のないよう、ご用意ください） **申込方法：**8/9(火)から8/31(水)に、環境課へ電話（☎ 381-1019）で申し込み **定員：**先着40名
第3回	10/5(水) 14:00～15:30 野幌公民館	**今が岐路！環境と生活を守るためのエネルギー選択** 環境と経済活性化を両立するためのエネルギー選択論と市民意識について学びます。	北海道職業能力開発大学校 近久（ちかひさ）　武美（たけみ）　校長	**受講料：**無料 **申込方法：**8/9(火)から環境課へ電話（☎ 381-1019）で申し込み **定員：**先着30名
第4回	10/19(水) 14:00～15:30 野幌公民館	**知られざる野生生物の生態** 冬場の魚たちの行動など野生生物のユニークな生態を学びます。	北海道大学 小泉（こいずみ）　逸郎（いつろう）　准教授	**受講料：**無料 **申込方法：**8/9(火)から環境課へ電話（☎ 381-1019）で申し込み **定員：**先着30名

令和４年度

江別市職員採用試験

職種	区分	応募資格
（全職種共通）		採用後、江別市内に居住が可能な方
一般事務職	身体障がい者の部	（次の要件をすべて満たす方）①高等学校を卒業（見込み含む）した方で、昭和58年4月2日以降生まれの方　②身体障害者手帳（1～6級）の交付を受けている方　③活字印刷文による筆記試験に対応できる方
建築技術職	（共通）	建築工学に関する知識を有する方で、昭和58年4月2日以降生まれの方 ※有資格者の部は、昭和58年4月2日以降、平成5年4月1日以前生まれの方
	大学の部	4年制大学を卒業（見込み含む）した方
	短大の部	短期大学、高等専門学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部該当者は不可
	高校の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部・短大の部該当者は不可
	有資格者の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方で、建築士（一級または二級）の資格を有する方
土木技術職	（共通）	土木工学または衛生工学に関する知識を有する方で、昭和58年4月2日以降生まれの方 ※有資格者の部は、昭和58年4月2日以降、平成5年4月1日以前生まれの方
	大学の部	4年制大学を卒業（見込み含む）した方
	短大の部	短期大学、高等専門学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部該当者は不可
	高校の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部・短大の部該当者は不可
	有資格者の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方で、以下のいずれかの資格を有する方 ・土木施工管理技士（一級または二級） ・技術士（建設部門、上下水道部門、衛生工学部門のいずれか） ・造園施工管理技士
電気技術職	（共通）	電気工学に関する知識を有する方で、昭和58年4月2日以降生まれの方 ※有資格者の部は、昭和58年4月2日以降、平成5年4月1日以前生まれの方
	大学の部	4年制大学を卒業（見込み含む）した方
	短大の部	短期大学、高等専門学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部該当者は不可
	高校の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方　※大学の部・短大の部該当者は不可
	有資格者の部	高等学校を卒業（見込み含む）した方で、以下のいずれかの資格を有する方 ・電気工事士（第一種または第二種） ・電気主任技術者（第一種、第二種、第三種のいずれか） ・電気工事施工管理技士（一級または二級） ・技術士（電気電子部門）
消防職	大学の部	4年制大学を卒業（見込み含む）した方で、平成9年4月2日以降生まれの方
	短大の部	短期大学、高等専門学校を卒業（見込み含む）した方で、平成11年4月2日以降生まれの方　※大学の部該当者は不可
	高校の部	高等学校を卒業(見込み含む)した方で、平成13年4月2日以降生まれの方　※大学の部・短大の部該当者は不可
保育士	資格の部	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、保育士資格を有する方または今年度末までに取得見込みの方

一次試験日 9/18(日)

技術職の有資格者の部・消防職は、9/1(木)～9/21(水)のうち任意の日にSPI3（テストセンター方式）を受験

■ 試験案内の配布

試験案内と申込書は、8/1(月)から本庁舎2階職員課、市役所大麻出張所、水道庁舎証明交付窓口で配布するほか、市ホームページからも入手できます。

■ 申込期間・方法

8/1(月)から8/15(月)まで。申込方法の詳細については、試験案内または市ホームページで確認してください。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況などによって、採用試験の日程や内容などを変更する場合があります。

変更などを決定した場合、市ホームページでお知らせしますので、必ず最新の情報を確認してください。

詳細 職員課 ☎381-1007

ふだんの生活にプラス１　ここにもあるある！

協働のまちづくり

Part9

より良い地域を目指して、そこに暮らす人々が協力して取り組む「協働のまちづくり」。わたしたちの身近で行われている取り組みを紹介します。詳細 市民生活課 ☎381-1124

自然の素晴らしさを感じる森林散策

活動のお問い合わせ：パンダクラブ北海道 ☎・FAX 384-0801
E-mail:panda00oyaji@gmail.com
HP:https://sites.google.com/view/pchokkaido/home

毎月１回、野幌森林公園を散策する「野幌自然観察会」を開催し、野の花や野鳥を発見しながら、自然の素晴らしさを伝えていく取り組みをしています。スマートフォンなどで利用できるアプリケーション「LINE」のグループ機能を利用した「リモート観察会」も実施しており、遠方にお住まいの方や、歩くことが難しい方でも楽しく自然に触れることができます。

ちょっとの手間で
減らそう！夏場のごみ

詳細 廃棄物対策課 ☎383－4211

ごみ減量を推進する孤高の侍
ゴミザムライ

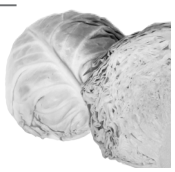
気温が高くなる夏場は、生ごみが腐敗しやすく、悪臭の原因にもなりますので、生ごみを減らしましょう。

食材を無駄なく使おう！

日本全国の食品ロスは年間522万トン※と推計され、1日1人当たり113グラム（茶碗約1杯分のごはんに相当）にもなります。（※農林水産省HP報道発表資料）

特に多く捨てられている野菜は、ゆでたり、以下のようなひと手間（冷蔵庫で3～4日もちます）を加えるなどして長持ちさせましょう。

キャベツ



芯をくり抜く。
外側から1枚ずつ葉を破かないようはがす。
塩少々を入れた熱湯で2枚ずつ30秒ゆでる。
水気を切り、冷まして密閉容器に入れる。

ブロッコリー

一口大の小房に分ける。
塩少々を入れ熱湯でゆでる。
水気を切り、冷まして密閉容器に入れる。

アスパラガス

根元の切り口から乾燥しやすいので、ぬらしたクッキングペーパーで根元を包み、密閉容器に入れる。

生ごみの水分を減らそう！

生ごみは約80％が水分と言われています。以下を参考に水分を切って減らしてから捨てましょう。

①生ごみを濡らさず、水切りネット、水切り器を使い、ギュギュッと最後にひと絞りする。
②野菜や果物の皮など､使わない部分は洗う前に取り除き、トレイなどで乾燥させる。
③茶葉や野菜くずなどは日光に当て、水分を飛ばす。

資源物は正しく出そう！

夏場はペットボトルや缶などの資源物が多くなり、分別の仕方を間違えると収集されず、ごみステーションがあふれる原因になります。以下のことに注意して分別し、正しく出しましょう。

①「ペットボトル」「びん」のふた、「ペットボトル」のラベルは外す。
※公共施設などで捨てる場合も外す。プラスチックのふた、ペットボトルのラベルは「燃やせるごみ」、金属のふたは「燃やせないごみ」。
②資源物は必ず洗い、紙パックは開いて乾かす。
③「透明または半透明の袋」に入れる。
④「ペットボトル」と「びん・缶」で、袋を分ける。
※ペットボトルはつぶさずに出す。

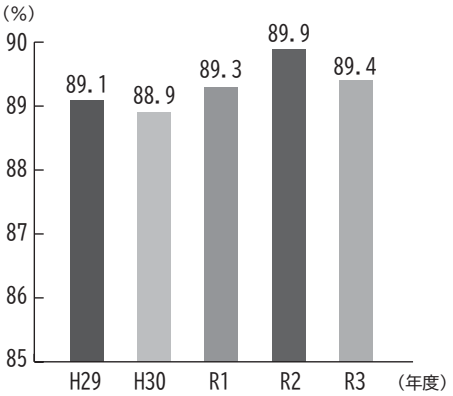
買い物はマイバッグ、飲み物はマイカップで
目指そう！プラスチックごみの削減

詳細 廃棄物対策課 ☎383－4211

令和2年7月から、全国でレジ袋の有料化が義務付けられましたが、市内のマイバッグ持参率は、右図のとおり横ばいが続いています。プラスチックごみの削減のため、買い物にはマイバッグを利用しましょう。

また、オフィスや外出先では、使い捨てカップではなく、水筒などのマイボトルやマイカップを利用することで、限りある資源の消費を抑えましょう。

＜市内のマイバック持参率（レジ袋辞退率）＞



廃棄物対策課
公式SNS

減量の剣士ゴミザムライが、ごみの分別や食品ロス削減、リユースイベント・講習会の案内、ごみ・資源物の分別・収集などの情報を発信しています。

ぜひフォローをお願いします。

twitter　Instagram