秋の叙勲「瑞宝単光章」

田原廣見氏が受章

元檜山広域行政組合奥尻町消防団・田原廣見氏（字松江・71歳）が「令和３年秋の叙勲・褒章－瑞宝単光章－」を受章されました。

田原氏は昭和49年10月奥尻町消防団団員を拝命。平成17年奥尻町消防団副分団長に就任するなど、44年の永きにわたり消防業務に精励し、団員や地域住民からの信頼も厚く地域防災に大きく貢献されました。

勲記勲章は12月１日、役場会議室において新村町長より伝達授与され、田原氏は「とても光栄な受章」と喜びを語っておりました。

田原氏（中央）おめでとうございます

奥尻ムーンライトマラソン

令和４年大会　中止決定

奥尻ムーンライトマラソン実行委員会では、令和４年６月18日（土）に開催予定としていた「第９回奥尻ムーンライトマラソン」の**中止**を決定いたしました。

新型コロナワクチン３回目の接種状況の見通しが立たないことなどから、参加ランナーや町民・運営スタッフの皆様をオミクロン株などの変異株から守ることが最優先と判断しました。

町民皆様のご理解をお願いいたします。

新型し尿収集車（バキューム車）が導入されました！

町では、老朽化により故障が多かった「し尿収集車」を12月に更新しました。（平成19年７月以来）

今までの「緑色」から「紺色」がベースの車両に変更となりますので、ご利用を希望される方は **奥尻クリーンサービス（TEL３－２７０２番）** へご依頼をお願いします。

活躍が期待されます！

フェリー運航ダイヤ変更

1/1～　奥尻発　8:15 → 10:35
3/31　江差発 13:00 → 15:20

【お問い合わせ先】ハートランドフェリー㈱
奥尻支店　TEL01397-2-3131

広告

ドコモショップ美原店 出張相談会

会場：奥尻町字奥尻792番地『café faro』

受付内容：機種変更、新規契約、他社からの乗換、ドコモ光申込み

１月の出張相談会開催が決定!!
※日程は、ご予約専用ダイヤルへご連絡ください。

◆お問い合わせ
ドコモショップ美原店・八雲店
ご予約専用ダイヤル 090-1525-9355
（AM10:00～PM7:00）

奥尻消防署通信　～電気火災に注意～

電気製品や電気コードなどの電気設備機器が出火原因の火災が増加傾向にあります。
電気や電気製品の安全な取扱い、適切な管理をして電気火災を防ぎましょう。

電気火災の注意点

①家具等の隙間に隠れたコンセントやプラグをホコリがたまらないように定期的に点検・清掃する。
②たこ足配線（許容電流を超える配線）をしない。電気コードは束ねたまま使用しない。
③電気コードを家具などの下敷きにしない。重たいものを置かない。
④古く傷んでいる延長コードは交換する。

青苗分遣所に配備されています！

消防車両を更新しました

令和３年12月、奥尻消防署青苗分遣所に新車両が配備されました。
この水槽付き消防自動車は、水1,500Lを積載、圧縮空気泡消火装置「通称：CAFS（キャフス）」を搭載し、水・消火薬剤・圧縮空気を混合させ、少ない水から大量の泡を放射することが可能で、高い消火能力を誇ります。
住民皆様の安全・安心のため日々錬磨に努め、最大限に活用していきたいと思います。

教えてください!! 管理栄養士さん　Vol.4

「年をとったらあっさりした食事にして、アブラはとらないほうがいい」こんな誤解から、老化を早めている高齢者は多いようです。
「料理は煮たり焼くだけ、野菜はたっぷり食べる。そういえば炒め物や揚げ物、肉や魚はめったに食べない」当てはまるあなたの老化は、人より早く進む可能性があります。アブラ不足は老化の元、そのうえ便秘の原因にもなります。次のうち、当てはまることが１つでもあれば、老化が早まる心配があります。
新年から食事を見直すチャンスにしてはいかがですか。
①ペットボトルのふたが開けにくい　②家の中でつまずいたり、滑ったりする
③手すりがないと階段を上れない　④15分続けて歩けない　⑤２リットルのペットボトルを買ったら持ち帰れない　⑥ぶつけていないはずなのに内出血をしている

「肉はアブラっぽくて」と感じる場合、お湯をかけたり、さっとゆでてアブラを減らしてから調理するのも食べやすくなる工夫。もちろん、アブラの取り過ぎもよくありません。
次回は、毎日食べるとバランスの取れる10種類の食品をご紹介します。自分の食事は意外とかたよっているかも…　そして、自分が意識して食べるといい食品、食べ過ぎてしまっている食品が何かはっきりするかもしれません！！

●**おまけ情報：昨年の冬は人生で初めて一度もすべりませんでした。坂道を毎日歩いているのに。その秘密はアイスピックを装着した杖のおかげ。まるで柵につかまりながら歩いているようでツルツル路面も大丈夫。お勧めです。**　（奥尻町国保病院　管理栄養士　鈴木恵子）

北方領土の日特別啓発期間

１月21日から２月20日まで
「北方領土の日特別啓発期間」です。

我が国、固有の領土である歯舞群島・色丹島・国後島及び択捉島からなる北方四島の早期返還の実現に向けて、様々な運動を展開しています。
奥尻町でも、役場と青苗支所の窓口において署名コーナーを設置していますので、町民皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

新刊図書案内　海洋研修センター図書室からのお知らせ

一般図書

・さよならも言えないうちに／川口 俊和　　・シークレット・エクスプレス／真保 裕一
・星落ちて、なお／澤田 瞳子　・六人の嘘つきな大学生／浅倉 秋成
・自転しながら公転する／山本 文緒　・パパのトリセツ2.0／おおた としまさ
・よけいなひと言を好かれるセリフに変える働く人のための言いかえ図鑑／大野 萌子
・出産・育児ママのトリセツ ー「子どもができて妻が別人になりました」というあなたへー／山本 ユキコ
・安産力を高める骨盤ケア ー妊娠初期からお産本番まで役立つ！ー／上野 順子
・どうしても頑張れない人たち ーケーキの切れない非行少年たち2ー／宮口 幸治

学芸員選定図書

・「身体を売る彼女たち」の事情 ー自立と依存の性風俗ー／坂爪 真吾

児 童 書

・新種発見！こびと大研究／なばた としたか　・モモじりとり／岡林 ちひろ
・日本のこびと大全 川や海・人のまわり編 ーおでかけポケット図鑑ー／なばた としたか
・ちんしもっこうなぞなぞこびとづかん／上田 るみ子　・へんてこたいそう／新井 洋行
・呪術廻戦 ー夜明けのいばら道ー／著：北國 ばらっど　原作：芥見 下々
・わたしのわごむはわたさない／ヨシタケ シンスケ

● ● ● 返却し忘れている本、ありませんか？ ● ● ●

本を借りたけど、返却に行けない、返し忘れた…など 返却が遅れている本 はありませんか？

「読んでみたい」と、お待ちの方もいますので、返却期限は守りましょう。もし継続して借りたい場合は、予約が入っていない限り延長出来ますので、窓口までお持ちください。

自衛官等採用試験案内

自衛隊では、次の表により、自衛官等の採用試験を予定しております。

募集種目	資　格	受付期間等	試　験　期　日
自衛官候補生（陸）	18歳～32歳の男女	年間を通じて受付しています	令和４年１月16日･17日、２月６日・７日、２月27日・28日で**希望する１日**

※令和４年４月１日現在の年齢

❶身分：特別職国家公務員
❷給与（初任給）：高卒約18万円、大卒約19万円
❸昇給：年１回
❹ボーナス：年２回（６月及び12月）
❺勤務時間：AM８：15～PM５：00（基準）
❻休日・休暇：週休二日制、年次休暇24日（年間）
❼詳細は、自衛隊江差地域事務所（☎：0139－52－2476またはE-mail：hakodate.pco-esashi@rct.gsdf.mod.go.jp）へお問い合わせください【担当者：奥野080－4405－9698・野呂080－4374－3711まで】
❽インターネットを使用した応募もできます（「自衛官インターネット応募サイト」を検索）

高齢者生活福祉センター　入居者募集のお知らせ

町では、高齢者生活福祉センターの入居者を引き続き、募集しています。
①**センター所在地**／奥尻町字青苗442－21（おくしり荘併設）
②**募集する部屋**／２人部屋（２室）【２人世帯の応募がなかった場合、単身の方に入居していただくことがあります】
③**入居の要件**／奥尻町に住所がある65歳以上の方で、日常生活が概ね自立している方
④**利用者の負担(月額)**／・利 用 料　収入に応じ０～50,000円　・光熱水費　２人部屋　15,000円
⑤**お問い合わせ・申込みは、随時受付しています。**
※広報おくしり１月号掲載時の空室状況のため、お問い合わせの時点で入居者が決まっている場合がありますので、あらかじめご了承ください。
また、申込み後、面談により本人の状況を確認したうえで審査、利用可否について決定します。
◇**お問い合わせ・申込み先**　保健福祉センター　保健福祉課包括支援係（☎２－３３８１）