

こんにちは  
保健師です



岡本保健師です

健康マイレージ事業に  
参加しませんか!

●北海道健康マイレージ事業とは  
道民の健康づくりへのきつかけを作る  
ことで、健康診断やがん検診等の受診  
率向上や、運動習慣者を増やし、健康  
寿命の延伸や健康格差の縮小を実現さ  
せることを目的としています。

■対象者

村内に住所を有する20歳以上の方

■参加方法

①参加登録申込書を役場住民課保健予  
防担当又はトマム支所へ提出しま  
す。

※申込書は役場住民課、トマム支所  
にあります。村のホームページから  
もダウンロードできます。

②ポイントカードの交付を受けます。

③対象事業に参加して、ポイントシ  
ール獲得

※対象事業は下記をご覧ください

④6ポイント貯まったら、ポイントカ  
ードを提出

※平成31年4月1日までに、役場住民  
課保健予防担当又はトマム支所へ提  
出してください。

⑤特典当選者の決定  
※平成31年5月以降交付予定

■特典内容

事業の趣旨に賛同した企業からの  
協賛品です。  
特典内容は北海道のホームページ  
からも確認することができます。

■注意事項

- ・住民健診、がん検診等のシールは受  
付でお渡ししますので、ポイントカ  
ードを見せてください。
- ・職場での健康診査、がん検診は受診  
結果等を役場又は支所に持参いただ  
き、受診確認ができればポイントの  
対象となります。なお、雇用時にお  
ける健康診断は対象なりません。
- ・各事業でのシールは、参加時にお渡  
ししますので事業担当者にポイント  
カードを見せてください。
- ・ポイントの共有はできません。

■対象事業一覧

事業名	実施時期 (平成30年度)	ポイント数	担当課
住民健診 (集団健診)	8/30, 31	1健診につき2 P	住民課
住民健診 (個別健診)	4/1~2/28	1健診につき2 P	住民課
職場での健康診査	平成30年度	1検診につき2 P	住民課
乳がん・子宮がん検 診	5/29	1検診につき2 P	住民課
胃がん・肺がん・大 腸がん検診 (集団検 診)	8/30, 31	1検診につき2 P	住民課
胃がん・肺がん・大 腸がん検診 (個別検 診)	4/1~2/28	1検診につき2 P	住民課
職場でのがん検診	平成30年度	1検診につき2 P	住民課
歯科検診	4/1~3/31	1検診につき1 P	住民課
健康教室	7月から11月	1年度につき1 P	住民課
いきいきクラブ	平成30年度	1年度につき1 P	トマム支所
お元気さんくらぶ	平成30年度	1年度につき1 P	福祉子育て支援課
村民スポーツレクリ エーション	7月1日	1 P	教育委員会
公民館登山	7月	1 P	教育委員会



■お問い合わせ先  
住民課保健予防担当  
電話 56-2122

## 地域おこし協力隊活動報告④



### 清水 大夢 (企画商工課)

2015年10月に占冠村に着任し、早くも約2年半が経ちました。企画商工課に所属し、ちよつと暮らして村に來られた方への対応や道外で行われる村PRイベントへの参加、村でのお祭りのお手伝いをする傍らで、最近では教

育委員会社会教育担当と一緒に仕事をさせていた、たくさん機会も多くなりました。

中央小学校で行われている放課後キッズスペースではフットサル教室やオリジナルのキャンドルを製作するワークショップ、仲間と一丸となって共通のゴールを達成しようとする『チームビルディング』を楽しく学ぶワークショップ等を開催しました。土曜学習では、ミニ四駆を使用したプロジェクト進行・課題解決のコツを学ぶワークショップも開催しており、今後も村内の児童が楽しく学べるプログラムや、スポーツ教室(主にフットサルになります)等を開催していきたいと思っております。また、普段はトマムに住んでいないので、ミナ・トマムを使用したイベント等も継続して今後も開催していきたいと考えております。今後はトマム地区以外にお住まいの方にも是非一度ミナ・トマムに足をお運びいただけるようなイベントを企画していきたいと考えております。



## 地域とともに

### コミュニティ・スクール情報②

#### ～トマム学校編～

本校は義務教育学校へ移行して2年目に入りました。

学校教育目標「自ら学び 心豊かに たくましく」の具現化に向け、トマムの大自然を生かし、五感を研ぎ澄ます体験活動や、自己有用感を高める指導を充実させ、トマムだからできる教育、トマムならではの特色ある教育を推進します。今年度も、本村の学校支援ボランティア人材バンクの皆様方のご支援、ご協力をいただき、栽培活動、陶芸教室、山菜学習、自然体感占冠、森の学校など、地域環境を活用した活動を充実させていきたいと考えています。そして、「地域とともにある学校」コミュニティ・スクールとして、地域・家庭と協働しつつ、子ども一人一人がさまざまなヒト・モノ・コトに触れ、心豊かに、自己の生き方を考え、未来を創造する児童生徒の育成をめざします。

どうぞこれからもトマム学校の教育活動の推進に、ご支援、ご協力をお願いいたします。



■お問い合わせ 占冠村教育委員会 電話 56-2182