

### ヒートショックにご注意を!

占冠村も厳寒期に突入してまいりました。自宅のトイレや脱衣場は寒くありませんか?冬の暖かい居間から寒い場所へ移動すると急激な温度変化により血管が縮み、血圧が上がります。お湯に漬かると今度は血管が広がり、血圧が下がります。こういった血圧の変動は心臓に負担をかけ、失神、心筋梗塞、不整脈や脳卒中につながる可能性があります。この急激な温度変化により身体がダメージを受けることが「ヒートショック」と呼ばれるものです。湯船の中で溺水したり、場所によっては転倒して命に関わる場合もあります。

予防策を記載しますので、これらに注意し、厳しい寒さを乗り越えましょう!

#### ＜ヒートショックを防ぐために＞

- ・脱衣場、トイレなど家の寒い場所に小型の暖房機を設置して暖める。
- ・可能であれば、家全体で寒暖差がないようにする。
- ・入浴前にシャワーなどで浴室を暖める。
- ・お風呂にお湯を溜めたあと、蒸気などで脱衣場を暖める。
- ・食事直後や飲酒後に入浴をしない。
- ・お風呂のお湯は40度以下に設定する。



### 救急出場状況

(12月分)

交通事故 4件(3人)  
 一般負傷 12件(12人)  
 急病 10件(8人)

12月計 26件(23人)  
 累計 199件(171人)  
 ※ ( ) 内は搬送人員

## 地域とともに

コミュニティ・スクール情報  
 ～トママ学校～

教育委員会学校教育担当 56-2182

### トママらしさを大切に...

12月1日(木)と12月7日(水)は、南富良野町の空知川スポーツリンクスでカーリング教室を行いました。今年は、1・3年生と5～9年生の2グループに分かれて2人の講師の方から教えていただきました。1・3年生は、氷の上での歩き方やストーンの投げ方など、基本から学びました。5～9年生は試合を中心に、作戦の立て方やブラシのタイミングなどについて学びました。試合は1点を競う展開となり、全員が最後まで集中して氷上のスポーツを楽しみました。

12月15日(木)の授業参観後に、PTA親子レク担当の保護者の方が講師となり、「ガラスエッチング」を行いました。フォトフレームのガラス面に絵や模様をデザインし、マスキングテープを貼る作業をしました。講師の方などにエッチング液でガラス面を加工していただき、オンリーワンのフォトフレームが完成しました。PTA合わせて29人が、お互いの作品を鑑賞するなど、楽しい親子レクとなりました。

12月16日(金)は、富良野警察署の生活安全係の方を講師に、薬物乱用防止教室を行いました。①お酒やタバコは若いうちから始めると依存症になりやすいこと②薬物はもちろん、お酒やタバコは、身内の人に勧められてもしっかり断ること③インターネットが便利な時代、薬物を売っている人とつながる危険性があるので、情報をうのみにしないことなど、貴重な学習の場となりました。1～9年生それぞれの学年にあった感想を持つことができました。

トママ学校では、児童生徒が地域や専門的な方からさまざまなことを学んでいます。これからも「トママらしさ」を大切に、安全を重視しながら、「挑戦しよう!」の精神で確かな力を身に付けることができる教育を続けていきたいと考えています。



## 野生動物対策の状況

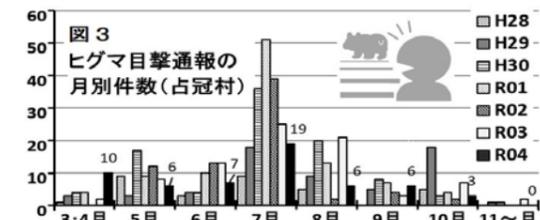
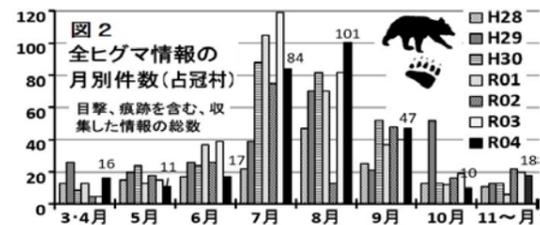
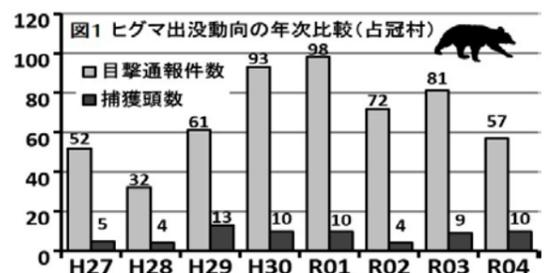
農林課林業振興室 野生鳥獣専門員 56-2174

### 今月はヒグマ特集です

去る1月9日に字占冠、落差工近くの道道沿いでヒグマを見たとの情報を頂きました。真冬の出現はまれですが、例外も含めての生態の理解、また危険対応に努めていきます。引き続き皆さまからの情報をお待ちしております。ともあれ、大概是冬眠中かと思われるので、この機に昨年のヒグマ情報を取りまとめ、概況を報告いたします。

下の表1 図1のとおり諸件数は前年より少なく、比較的落ち着いた年でした。突出して危険な事態は生じず、駆除捕獲10頭は全てデントコーン畑に絡むものでした。図2の全情報、図3の目撃通報ともに

	平成30	令和元	令和2	令和3	令和4
イ 収集情報総数	305	293	223	339	304
ロ 目撃情報件数 (イ内数)	106	113	81	93	63
ハ 通報された目撃 (ロ内数)	93	98	72	81	57
ニ 調査による目撃 (ロ内数)	13	15	9	12	6



例年通り夏がピークですが、目撃件数は少なく、関与した個体の性状によるものと考えています。ここでは載せきれない多くの知見が得られており、改めて勉強会なども催してまいります。

現下、北海道全体でヒグマ捕獲の在り方の見直し(促進)が論じられているのですが、こんなときこそ浮足立たず、私たち村民が村のヒグマのことをよく調べ、学び続けることが大切です。そしてヒグマをどう守り、利用し、ヒグマとどう戦うことを望むのか、あるいはできるのか。私たちが主体的に考え、実践していけたらと思います。

## こちら駐在所です

占冠駐在所 56-2110

### #サイバーセキュリティは全員参加 \*2月1日～3月18日は「サイバーセキュリティ月間」\*

近年、インターネット空間は、経済社会の基盤となり人々の生活にさまざまな恩恵をもたらしている一方で、ネットバンキングに係る不正送金事案や偽サイトに係るフィッシング詐欺事案、ランサムウェア等の不正プログラム事案等、国民生活を脅かすサイバー犯罪の危険性が社会全体で大きく取り上げられています。サイバー犯罪の被害に遭わないようするため、次の対策を実施しましょう。

#### 《サイバーセキュリティ対策》

- IDやパスワードは、自分自身でしっかり管理!
- パソコンやスマートフォンには、ウイルス対策ソフトをインストール!
- パソコンの基本ソフト(OS)やウイルス対策ソフトは常に最新の状態に!
- 身を覚えのないメール等の添付ファイルやURLは開かない!
- 不必要なアプリや信頼のおけないサイトからソフトウェアをダウンロードしない!
- 定期的にバックアップデータを保存!
- オンラインショップでの買い物では、そのサイトが本物かどうかをよく確認!

サイバーセキュリティは、一つの対策を講じれば大丈夫という訳ではありません。複数の対策を併用し、また、危機意識を持って、インターネットを安全に利用しましょう。