

北海道せき損センターの 存続に向けた市の対応経過

問合せ
健康推進課
☎62-1173

市では、独立行政法人労働者健康安全機構（以下「機構」）、北海道せき損センター（以下「せき損センター」）との協議を現在も継続しています。これまでの主な対応経過は右のとおりです。

せき損センターの動向は南空知圏域の地域医療提供体制に大きな影響を及ぼすことから、今後も近隣中核医療機関等への調査を行うとともに、地域医療提供体制の維持・確保に必要な協議と要望を継続してまいります。

これまでの対応経過については、市ホームページをご確認ください。



令和7年7月	機構医療企画部長等と意見交換
10月・11月	桜井市長が北海道医師会、札幌医師会を訪問し意見交換
令和8年2月	桜井市長が機構を訪問し、南空知医療圏の地域医療体制確保の支援に対する回答書を提示 北海道保健福祉部、岩見沢保健所を訪問し意見交換

美幌市食生活改善推進協議会

健康づくりレシピ

カレー粉を使うことで
減塩効果も！！



キャベツのさっぱりポークカレー

胃や腸をいたわる野菜が主役のカレーを紹介。カレールウを使わずカレー粉で作ることで軽めの仕上がりになります。



▲レシピ
はこちら

●材料（2人分）

キャベツ……………100g 玉ねぎ……………100g
 まいたけ……………40g トマト……………100g
 小松菜……………50g ごはん……………300g
 豚こま切れ肉……………150g

A しょうがすりおろし……………小さじ2
 にんにくすりおろし……………小さじ1
B 粒マスタード……………大さじ2
 中濃ソース……………大さじ1
 砂糖……………小さじ1.5

カレー粉……………大さじ1
 サラダ油……………大さじ1
 塩……………小さじ1/3

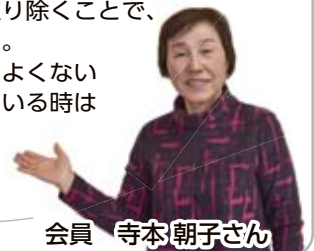


1人分
エネルギー 509kcal /
塩分2.4g

●作り方

- ①キャベツと小松菜はざく切りにし、まいたけは食べやすい大きさに分ける。トマトは角切り、玉ねぎはスライス、豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にサラダ油と玉ねぎを入れ、色が変わるまで炒める。
- ③②にトマトとAを加え中火にし、トマトをつぶしながら炒め、ペースト状になったらカレー粉と塩を加え、さっと炒める。
- ④③にキャベツ、小松菜、まいたけを加え、しんなりしたら豚肉を加えて色が変わるまで炒める。
- ⑤水300mlとBを加えて混ぜ、煮立ったらふたをして弱火で10分ほど煮たら完成。

キャベツや玉ねぎは、消化のよい野菜と言われ、加熱することで、さらに胃腸に負担がかかりにくくなります。トマトも皮を取り除くことで、消化がよくなります。豚肉は脂身が消化によくないので、胃腸が疲れている時は赤身肉がおすすめ。



会員 寺本朝子さん

陸・海・空 自衛官募集

問合せ 市役所危機管理対策室 ☎62-3131
 岩見沢地域事務所 ☎23-5514

募集種目	応募資格	受付期間（締切）
航空学生	18歳以上23歳未満の方	7月1日(水)～ 8月28日(金)
一般曹候補生		7月1日(水)～ 9月1日(火)
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	18歳以上33歳未満の方	7月1日(水)～ 8月5日(水)

募集種目	応募資格	受付期間（締切）
防衛大学校学生	18歳以上21歳未満 (自衛官は23歳未満)の方	7月1日(水)～ 10月15日(木)
防衛医科大学 校医学科学生		7月1日(水)～ 10月8日(木)
防衛医科大学校 看護学科学生		7月1日(水)～ 10月2日(金)
予備 自衛官補	一般	18歳以上52歳未満の方
	技能	国家免許資格等を 有する18歳以上の方
		9月10日(木)

地域おこし協力隊とは？

地域おこし協力隊は、都市部から過疎地域等に移り住み、地域の課題に向き合いながら、地域の人たちと一緒に活動しています。地域ブランド化や特産品のPR、スポーツ振興など、さまざまな活動に取り組みながら、その土地に根づいて暮らしていくことを目指しています。

NEW FACE

新たな仲間が加わり、活躍の幅がさらに広がっています。
それぞれの個性を生かした取り組みにご注目ください。

3月1日～



大橋 諒介

活動内容

スポーツビジネスの推進（美唄ブラックダイヤモンドズ）

実は私…

すぐ人見知りです。

3月16日～



澤 幸哲

活動内容

スポーツビジネスの推進（美唄ブラックダイヤモンドズ）

実は私…

甘党です。（エクレーアが特に好きです）

4月1日～



越野 修平

活動内容

スポーツによる健康増進やスポーツの普及

実は私…

スノーボード、釣り、ゴルフetcと、多趣味です。

たかとし

梅澤 宗利士

活動内容

美唄国設スキー場の新たな観光拠点づくり

実は私…

アルペンスキーSG全日本選手権2位です。

明石 優花

活動内容

美唄シティプロモーションの推進

実は私…

珠算7段持っています。

隊員の紹介や最新情報はこちらをご覧ください



▲協力隊
フェイスブック



▲紹介動画

消費者情報コーナー 光回線の契約トラブルに注意！

「電話料金が安くなる」「今のままでは電話が使えなくなる」など、訪問や電話で契約変更の案内をされ、よくわからないまま契約をしてしまった。解約したいと思っても、電話での問い合わせ先がわからず連絡できない。解約できない。という事案が増えています。

〈アドバイス〉

- ◆勧誘された際は、必ず事業者名やサービス名を確認し、連絡先を聞いておきましょう。
- ◆光回線サービスの電話勧誘の場合、事業者は原則、契約前に書面を交付し、料金や条件などの説明をする義務があります。書面の提出を求めて、改めて電話で書面の説明を受けた上で、必要な契約かどうか判断しましょう。
- ◆毎月の支払額やオプションの有無、解約金などもよく確認しましょう。
- ◆不安に思った場合は、消費生活センターなどに相談しましょう。

問合せ 消費生活センター（祝日を除く月・火・木・金曜日、10時～15時） ☎62-4500
※祝日を除く上記以外の日時で相談のある方は、市役所1階◎窓口生活交通係 ☎62-3142へ