

# てしかがが歴史写真館<sup>139</sup>



電話機

蔵にはいろいろな電話機が展示されていますが、この電話機にはどこを見てもボタンらしきものがなく、ずっしりと重く存在感があります。当時はどのような使い方をされていたのか、思い返してみました。

電話機は、家に備え付け型の有線電話が主流で、家と外をつなぐ唯一の手段でした。電話機にはハンドルのようなものが付いていて、ぐるぐる回すとNTTの前身である電信電話公社の交換手が出ます。先方の電話番号を伝えると、交換手が相手につなぐというものでした。中継する回線が少なく順番待ちのため、遠方とつなげるにはいったん受話器を置き、先方とつながった時点で交換手から折り返しかかってきて通話をしました。何ともゆったりとした話です。

今は携帯電話が主流になりました。「スマホ」といわれるスマートフォンは、通話はもちろん、データ通信でインターネットにつながり、お財布のように支払いも可能、カメラも付いて、GPSで位置情報まで分かるなど、個人的でネットワーク化された時代になりました。

弟子屋の電話局も窓口がなくなり無人化され、1995年から建物は図書館として利用されています。図書館以外の建物内部は無人で、交換手に代わり電子交換機が設置され、遠隔地からコントロールしています。ゆるやかな人の香りのする時代からパーソナルで高度情報化した社会になりました。

弟子屋は、土のにおいのする時間から生み出される産業も、機械化と大規模化を進めてきました。自然を見て楽しむ産業も高付加価値を追求しています。産業は時代に乗れ、日々進歩してきました。ものすごいスピードで変化する社会と、自然が変化していく時間が乖離(かいり)していくように感じます。思い電話機のあったゆるやかな時代が懐かしくもあり、当時の価値観を尊重した生活は大切であると考えています。

てしかがが郷土研究会(藤江)

この冬  
あなたのカラダを  
チェンジ!



Public relations magazine

2012.11 No.699

# てしかがが

## 主な内容

- 弟子屈町功労賞表彰式……………②
- カラダは変えられる……………④
- 第5次弟子屈町総合計画の前期実行計画……………⑫
- 美留和小学校開校100周年……………⑮
- 読みたい世界が君を待っている……………⑳
- 町税などの納期限/夜間納税窓口開設……………㉑

2012.11  
てしかがが

毎月1回発行 発行/弟子屈町 編集/企画財政課 ☎482-2913 ☎482-2696  
〒088-3292 弟子屈町中央2丁目3番1号 URL <http://www.town.teshikaga.hokkaido.jp/>

R100 この広報紙には  
再生紙を使っています



## 在住功勞

現に50年以上本町に在住し、年齢77歳を超え、長年にわたり福祉向上や産業の振興に努められたとともに、地域発展のために貢献された方。

- |         |         |
|---------|---------|
| 鈴木 和子   | 相澤 信子   |
| 鈴木 シゲ子  | 青木 セキ子  |
| 鈴木 信夫   | 赤沼 養吾   |
| 鈴木 美子   | 秋山 多喜子  |
| 須藤 省子   | 朝日 千恵子  |
| 高野 サヨ子  | 阿部 和子   |
| 高橋 幸子   | 池田 わき子  |
| 高橋 スミ子  | 石川 木實   |
| 舘 弘志    | 石田 延子   |
| 千葉 英雄   | 石原 キノエ  |
| 築地 澄子   | 井関 英次   |
| 樋川 トシ子  | 一條 幸子   |
| 中谷 信子   | 伊藤 悦子   |
| 二川 節子   | 今井 健左衛門 |
| 西江 常昭   | 岩見 慶一   |
| 野田 康    | 上西 忠一   |
| 支倉 羊治   | 扇 トメヨ   |
| 畠山 理恵子  | 大庭 勝雄   |
| 平塚 美佐子  | 岡崎 光子   |
| 藤田 松美   | 奥田 昭夫   |
| 布施 裕章   | 小野寺 君子  |
| 古川 政男   | 加賀沢 みさ  |
| 牧野 三藏   | 北崎 和子   |
| 松岡 利春   | 木村 三男   |
| 松岡 正巳   | 國安 啓市   |
| 松本 嘉夫   | 黒坂 榮二郎  |
| 宮崎 愛子   | 小瀨 玉子   |
| 村上 政市   | 紺野 通    |
| 村山 和茂   | 紺野 文子   |
| 森田 松夫   | 西郷 弘子   |
| 山内 トメ   | 齊藤 利子   |
| 吉井 かつ子  | 阪口 ちよ子  |
| 吉田 武子   | 佐々木 清子  |
| 若狭 直久   | 佐藤 徳藏   |
| 渡邊 孝悦   | 佐山 夕ミ   |
| 渡邊 綿士   | 柴田 信子   |
| 故 若月 四郎 | 菅井 哲男   |
|         | 鈴木 和榮   |

(50音順)

## 社会功勞

多年にわたり住民運動実践、振興発展に寄与し、功勞のあった方

### 鎌田 ケイ子

1980(昭和55)年に弟子屈町女性団体連絡協議会(当時は弟子屈町婦人団体連絡協議会)入会以来、現在まで32年間継続して活動を続けている。1991(平成3)年4月から副会長を6年間、1997(平成9)年4月から会長を10年間歴任し、その間、会員の増員など当会の地盤強化に努めるとともに、毎年開催されている「てしかが女性のつどい」を定着させるなど、女性の地位向上、男女平等参画社会の実現に尽力した。

また、釧路管内女性団体協議会の会長を務め、北海道と釧路管内をつなぐ役割を果たした。

さらには、前弟子屈町商工会女性部長、現消費者協会理事として、地域に密着した活動で地域活性化に大きく貢献した。



## 善行表彰

町民の模範となる善行のあった方、および公益のため多額な私財を寄附した方

### 藤田 文明

現金100万円を亡父(藤田章)が生前、町にお世話になったお礼として寄附した。

(平成24年6月29日受納)



### 医療法人 共生会

#### 理事長 齋藤 浩記

川湯福祉の湯源泉からの給湯に係る源泉設備更新時の機器類として役立ててほしいと、川湯の森病院の新築移転に伴い水中ポンプ1台と揚湯管14本などを寄附した。

(平成24年5月7日受納)



### 津坂 花子

道の駅周辺の景観整備に役立ててほしいと、日高石5個、オンコ3本、ツツジ2本を寄附した。

(平成24年5月7日受納)



# 長年の功績に感謝

# 弟子屈町功勞賞表彰式

町の発展と町民の皆さんの幸せのために、長年にわたりご尽力をいただいた方々の功績をたたえる、平成24年度弟子屈町功勞賞表彰式が10月14日、町社会老人福祉センターで開催されました。

この表彰は、町の行政・経済・産業・文化などの各分野にわたって、町の振興と発展に寄与された方々に、表彰状・記念品などを贈呈し、その功績をたたえるものです。

今年度は、社会功勞1人、善行表彰3人、在住功勞75人が受賞。式では、徳永町長から一人一人に賞状が手渡されました。

受賞者の皆さんを紹介します。(敬称略)



受賞者の皆さん



受賞者を代表してあいさつする藤田さん



徳永町長から表彰状を贈呈





見た目もカラダも若くなる!?  
『<sup>マイナ</sup>5歳ヘルスアップ講座』  
実践レポート



カラダは  
変えられる

町国民健康保険では、特定健診を受診していただいた方の中から、メタボリックシンドロームや生活習慣病が気になる方を対象に、生活習慣を改善し、より健康になることを目的とした『ヘルスアップ講座』を開きました。  
増え続ける医療費を抑えるためには「病気を予防すること」が大切という、一次予防の考え方に基づいたもの。一次予防とは、生活習慣を改善したり健康教育を受けたりすることによって、健康増進と病気の予防を図ろうというものです。  
医療費抑制もそうですが、何より健康はあなたと家族の幸せ。ひいては、まち全体の幸せです。  
講座の内容は、「ご家庭でも気軽に取り組めることばかり。あなたもぜひ、健康づくりの参考にしてみてください。5年後、10年後の自分のために。」

## メタボリックシンドローム あなたは大丈夫？

よく聞く「メタボリックシンドローム」ですが、どういったものかご存じでしょうか。

内臓脂肪が体に悪さをするメタボリックシンドロームとは、

過剰に蓄積された内臓脂肪が体に對していろいろな悪さをして、生活習慣病にかかりやすくなった状態のことをいいます。

内臓脂肪は、体内の糖や脂質の代謝を妨げ、糖尿病や高血圧、高脂血症などのさまざまな生活習慣病を引き起こします。

さらに糖尿病、高血圧、高脂血症などの疾患が内臓脂肪と結び付くと、動脈硬化が進み、やがて命にかかわる病気に進行してしまうこともあります。

知らないうちに進まないよう数字での確認を

下の表は、メタボリックシンドロームの診断基準です。

①に加えて、②～④のうち2項目以上該当する場合は、メタボリックシンドロームです。

②～④が単独では問題ないレベルでも、内臓脂肪型肥満と結びつくことで、動脈硬化などの危険性は飛躍的に高まります。

※②、③、④はいずれか1つでも当てはまれば該当になります。

おへそ周りのサイズや血圧は自分で測定できることもありますが、血糖値や血中脂肪は健診や病院での測定が必要です。  
定期的に自分の体をチェックすることが大切です。

### メタボリックシンドロームの診断基準

①	おへそ周りのサイズ (内臓脂肪型肥満の診断基準)	
	男性	85cm以上
	女性	90cm以上

+

②	高血圧	収縮期(上)	130mmHg以上
		収縮期(下)	85mmHg以上
③	高血糖	空腹時血糖	100mg/dl以上
		HbA1c	5.2%以上
④	高脂血	中性脂肪	150mg/dl以上
		HDLコレステロール	40mg/dl以上





心地よく体を動かす

**記録することで  
やる気も効果もアップ!**  
参加者の皆さんには、最初の教室のときに、毎日の運動や食事、体重

初回の教室では、参加者の皆さんに2カ月後の理想の自分を思い浮かべ、体重や腹囲、教室終了までの運動や食事の目標を設定してもらいました。「毎日30分間ウォーキングをする」「間食をしない」「油ものを控える」など、それぞれ無理のない目標を掲げました。

**それぞれの目標へ向かって  
教室がスタート**

**7** 月26日の開講式を皮切りに9月28日まで、全5回の教室を開催しました。

**目標を決め  
毎日記録することで  
理想の姿へチェンジ**

などを記録できるファイルを配りました。目標の達成度に応じて○×を記録するとともに、ちょっとした感想や気づいたことをメモしておくことも、今後の注意を促すきっかけとなり効果的です。

また、教室の開催ごとに体組成計を使い、体重や体脂肪、体内年齢を測定していきました。毎回変化する自分の数値を励みに頑張った方も多かったようです。

**教室終了  
大きな成果と満足が**

9月28日には、講座で習ったことの継続の促進と、おさらいを兼ねた閉講式を行いました。

「間食の量が減った」「体の調子がよくなった」など、実りある成果をあげた参加者の方も大勢いました。意外なほど楽しく続けられたという方や、毎日実践することの難しさを感じた方など、感想も効果もそれぞれでしたが、皆さん健康への意識が高まり、とても満足したようです。

**あなたも実践できる  
挑戦してみませんか  
講座の内容**

**全** 5回の講座の内容を具体的に  
お知らせします。  
講座で教わったことは、日常生活

の中でちょっとした心掛けで取り組めることばかりです。

**筋力トレーニングで基礎代謝  
をアップ!**

講座の1・2・4回目は運動教室。講師は、今年のボディフィットネス競技の全国大会で準優勝に輝いた小林秀子さんです。3回にわたる運動教室は、実技を交えて楽しく行われた表情で熱心に取り組んでいました。

次のページで、ご家庭でも実践しやすい筋力トレーニング法をご紹介しますので、参考にしてみてください。

**「運動量」が増えてきたら  
運動の「質」をあげる**

ウォーキングなど運動量が増えてきたら、より大きな効果を期待して、運動の質を上げることが目指します。運動の質を上げるには、筋力を上げることが大事になります。筋力がアップすると、基礎代謝が上がり、太りにくく痩せやすい体になります。

運動教室では、一人でもできる筋力トレーニングの指導もありました。参加された皆さんは、慣れない運動に苦労しながらも、自宅でも実践できるように、しっかり身に付けていたようです。

## 体重を量り続けるだけで痩せる!?

体重の記録を毎日付け続けると「こうしたら体重が増える」「こんな1日だと体重が減る」ということが分かってきます。体重の増減の原因が分かると、体重が減る条件に沿った生活が、自然と身に付いていきます。体重が減って、グラフが変化してくると「もっと減らしたい」という気持ちも強くなり、より一層の効果が望めます。



## ヘルスアップ講座はこんな風に進みました

### 7月26日 第1回目 開講式・運動教室

先生のアドバイスに基づいて各自、生活改善への目標を立てました。運動教室では、ストレッチや太極拳について学びました。



### 8月9日 第2回目 運動教室

バレーボールくらいの大きさのゴムボールを使って、家庭でも簡単にできる運動について学びました。



### 8月23日 第3回目 食生活改善教室・血液検査

「自分の食事の目安を知る食事会」と題して、町の栄養士による勉強会と、簡易的な血液検査を行いました。



### 9月3日 第4回目 運動教室

エアロビクスのほか、ウェープリングと呼ばれるストレッチ器材を使って体をほぐしたり伸ばしたり、エクササイズを学びました。



### 9月28日 第5回目 講演会・閉講式

講師に古田裕子先生(早稲田大学オープン教育センター非常勤講師)を招き、今までのまとめと、継続促進のための講演会が開かれました。また、血液検査の結果も返ってきました。



バランスのよい食事を学ぶ



ボールを使った運動



生活を振り返り改善への目標を立てる





毎日のことだから食事大切に

**上手に食べれば生活習慣病は防げる**  
 8月23日は、町の管理栄養士による食生活改善教室を開催しました。教室では、1日のエネルギー必要量にそったバランスのよい食事のとり方について講義。食事会も交え、和やかに楽しい雰囲気の中、講義は進みました。  
 バランスよく食事をとるポイントを紹介します。食欲の秋、おいしく、健康的に食を楽しんでみませんか。

▼電子レンジで低カロリー調理  
 電子レンジを使えば、揚げ物や炒め物も普段の1/2程度の油で調理することができます。  
 ポイントは、電子レンジであらかじめ食材に熱を通しておくこと。



▼自分の生活に合った食事を生活習慣病を防ぐ食事療法で重要なのは、食事で摂取するエネルギー量と実際に消費するエネルギー量のバランスが取れているかということです。  
 仕事の内容や生活環境の違いから、人によってそれぞれ必要とするエネルギーの量は違ってきます。しかし、高血糖や肥満が続く生活習慣病は、使用する量に比べて摂取するエネルギーの量が多い状態が続いている可能性が高いはず。生活習慣病の予防・改善を効果的に行うためにも、自分に必要なエネルギー量とそれに見合った食事をとることが大切です。



▼食後の満足感を高める工夫  
 海藻類や野菜は、食物繊維の多い食材なので、ぜひたくさん取り入れたいものです。  
 一度にたくさん食べるのではなく、あえ物や酢の物として少量ずつ品数を増やす工夫をすると、献立全体の量が多く見えます。調理方法や味付けの違いもたくさんあると、全分量は多くなくても「食べた！」という満足感を味わうことができます。  
 日持ちのするものを作り置きし、少しずつ出すのがお勧めです。

うすることで、揚げ物は高温・短時間で油の吸収を抑えたものを作ることができます。食材を大きのまま揚げることも可能なので、油がしみこむ表面積は、小さく切ってから揚げたときより格段に小さくなります。  
 また、電子レンジで加熱した食材をフッ素加工のフライパンで仕上げれば、全く油を使わなくてもおいしい炒め物を作ることができます。

### 食物繊維の役割

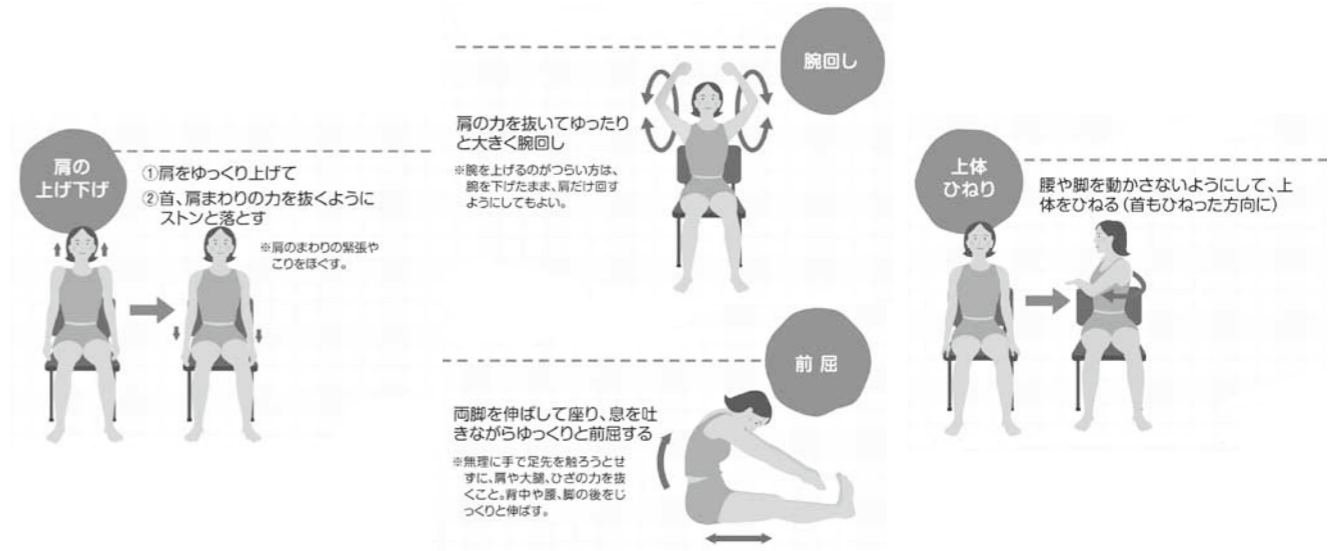
- ①余分なコレステロールを排出→高脂血症予防
- ②血糖値の上昇をゆるやかに→糖尿病予防
- ③便通をよくする→大腸がんを予防

### 食物繊維の多い食品

野菜・きのこ類・こんにやく類・海藻類・果物・豆類・玄米・雑穀類など



## 筋カトレーニングにチャレンジ! まずは基本のストレッチングから



### いよいよ筋トシ (目標回数はあくまで目安です。無理のない回数を設定してください)

**上半身を強くする**  
**腕立て屈伸** (ひざを付いた姿勢で)  
 両手、両ひざを肩幅くらいに開いて床につき、両腕の曲げ伸ばしをする。  
  
 ひざを肩幅くらい  
 ※腕を曲げたときに、ひじが開きすぎないこと。  
 ※腕を曲げ伸ばすときに、腰が後に引けたり、下がったりしないこと。  
 ※腕を伸ばすときに、肩に力を入れすぎて息んだりしないこと。  
 ●腕の曲げ伸ばして1回  
**目標回数 20回**

**脚を強くする**  
**かかと上げ**  
 よい姿勢で立ち、かかとの上げ下げをする。  
  
**良い姿勢で**  
 ※かかとを上げたときお腹が緩んで前に出ないように(姿勢が崩れないよう)腰(尻)を引きしめて行う。  
 ●10回で1セット  
**目標回数 2セット**

**大腿前側と下腹部を強くする**  
**脚上げ**  
 A. 床に横になって片方のひざを伸ばし、足首の角度を直角にしたまま、ゆっくりと床から持ち上げ、10秒間キープする。  
  
 これ10秒キープ  
 90°  
 10cm<5cm  
 ※背や腰がそらないように気をつける。  
 B. いすに座って前かがみにならないようよい姿勢でいすに座る。足首の角度を直角にしたまま、ゆっくりと床から持ち上げ、10秒間キープする。  
  
 これ10秒キープ  
 90°  
 ●10秒で1回  
**目標回数 左右4回ずつ**

**下半身と腹筋(大腰筋)を強くする**  
**もも上げ**  
 A. 立ってよい姿勢で立ち、軽くひじを曲げて、手のひらを腰骨の高さに用意する。その手のひらに向かって、ひざを上げる。  
  
 ※ひざを上げるときに、上体が前かがみになったり、腰が後傾しないようにする。  
 B. いすに座っていすに浅く座り、ひじを曲げる。そのひじに向かってひざを上げる。  
  
 ●左右交互に30回で1セット  
**目標回数 2セット**

**腹筋を強くする**  
**腹筋**  
 A. いすに座っていすに浅く座り、息を吐きながら上体を後ろに倒す。背中が背もたれに付くほんの手前で、上体をキープする。  
  
 これ10秒キープ  
 ※おへそをのぞきこむように背中を丸めて上体を後ろに倒す。このとき、背中が背もたれにつかないようにする。  
 B. 床に横になってひざを立てて床に座り、ゆっくりと上体を後ろに倒していく。少しきつと感じる程度のところまで、上体をキープする。  
  
 これ10秒キープ  
 ●10秒キープで1回  
**目標回数 4回**



参加してよかった!

## 受講者の声

「体が軽くなった」「調子が良くなった」…  
参加した多くの方が、以前より健康になったと感じているようです。  
ここでは、参加された皆さんの「声」をお届けします。

67歳・女性

毎回とても楽しかったです。ボールやウェーブリングを使って、これからストレッチに励んで、体の変化を楽しみたいと思います。とても勉強になりました。

56歳・女性

1人ではなかなかできないけれど、みなさんと一緒に運動すると楽しかったです。機会があれば、また参加したいです。

65歳・女性

歩くことを少しずつ始めました。食事のバランスやカロリーに気を付けるようになり、参加してよかったと思います。

50歳・女性

運動について意識して考えることができました。体の仕組みが分かることで、トレーニングの意味が分かりました。そこからやる気も出てきたと思います。継続することの大切さが十分理解できました。

65歳・女性

毎回、素晴らしい先生方の講座で、参加できて本当によかったです。私は特に中性脂肪が高く、気になって注意はしていたのですが、今回の受講をきっかけに運動・食事にさらに気を付けたいと思います。

61歳・女性

きめ細かな指導をいただき、ありがとうございます。毎回楽しく、今後の生活にも大変参考になり、自己管理の大切さや難しさを痛感した時間でした。

※編集の都合上、文章の一部を変更、割愛しています。



健康はあなたの幸せ  
家族の幸せ  
そして、まち全体の幸せ  
毎日のちょっとした心掛けで  
未来の自分のため  
病気の芽を摘み取っておきませんか  
カラダは  
変えられます

問い合わせ先/役場保健福祉課医療保険係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)

2カ月で数値に変化  
成果が出るから  
これからも頑張れる

2カ月間、全5回の講座を終えた参加者の皆さんには、どんな効果が表れたのでしょうか。

毎日の生活改善で  
こんなに変わった!

2カ月間の講座だったため、体重や腹囲に大きな効果が見られた方はいませんでした。春の健診後、運動と食事の両面からの取り組みにより、血液検査の数値に変化が見られた方がいました。ここでは、その成果の一部をご紹介します。

Aさん 61歳(女性)

中性脂肪…204mg/dl→126mg/dl -78mg/dl  
空腹時血糖…126mg/dl→111mg/dl -15mg/dl  
HbA1c…6.5%→6.1% -0.4%

春の健診後に生活習慣の改善に努めてみました。ウォーキングや自転車などの運動をしてみたり、毎食、ご飯の量をこれまでより少なくすることを継続してみました。その結果として、数値に変化が表れたことはとてもうれしく、励みになります。これからも継続して頑張っていこうと思います。



あなたの頑張りにカラダは応えてくれるはず

少しの心掛けで  
あなたも生活と  
カラダを変えられる

講座の内容を紹介してきましたが、いかがでしたでしょうか。それほど難しいことはなく、今日からでも取り組める内容ばかりだったと思いませんか。

習慣となつて身につくまでは少し大変かもしれませんが、頑張ってみませんか。未来の自分のために。

今日から生活  
変えてみませんか?

体脂肪を1キロ燃やすには、約7千200キロカロリーが必要です。例えば、90日間で2キロの減量に挑戦するには、  
↓7千200×2÷90=160  
1日平均160キロカロリー減らせばよいのです。

【参考】

- ご飯茶わん1杯(160g) ↓約160キロカロリー
- 体重60キロの人が時速4キロで60分歩いた場合の消費カロリー ↓約240キロカロリー

生活スタイルに合わせて、食事と運動を組み合わせれば、自分にもできるかな?と思う方もいるのではないのでしょうか。ダイエットに成功した方の多くは、無理な運動や食事制限をしたわけではありません。毎日のちょっとした積み重ねで目標を達成したのです。

毎日の少しずつの心掛けで、健康に楽しく生活していけたらいいですね。おなか周りが気になる方は、今日から食事に運動に変化を起してみませんか。

まだ間に合う!  
冬にもヘルスアップ講座開催  
増加の一途をたどる医療費を背景に、一次予防の重要性が高まっています。

町では、1~3月にも「ヘルスアップ講座」を開催します。参加できる方は、9月30日~10月3日に実施した「特定健診」を受診された方と、7月以降に個別に「特定健診」を受診された方です。11月中に健診を受ければ、講座に間に合います。興味がある方は、お問い合わせください。

## 検査数値の見方

▶ 中性脂肪の基準値/150mg/dl未満

エネルギー貯蔵庫としての役割などを持っていますが、食べ過ぎや飲み過ぎにより数値が高くなると、動脈硬化を進めます。

▶ 空腹時血糖の基準値/100mg/dl未満

血液中のブドウ糖のことを血糖といいます。数値が高い場合は、糖尿病が疑われます。

▶ HbA1cの基準値/5.1%以下

過去1~2カ月間の血糖の状態が分かる検査です。検査前の食事にも影響されないため、長期間の平均的な血糖状態を調べることができます。



## 第5次弟子屈町総合計画体系図

### 基本構想(まちの将来像・地域コンセプト)

水と森と人が共に輝き、活力あふれる自立したまち



### まちづくりの基本目標(まちの10年の計を考える)

**環** 人と自然が共生するまちづくりを進めます  
～豊かな自然を守るために～

まちづくりの柱  
自然環境の保全と活用／循環型社会の構築

**活** まちに活力・活気・雇用を生み出すまちづくりを進めます  
～元気なまちをつくるために～

まちづくりの柱  
観光と農業を柱とした地域活性化の推進／雇用・新産業の創出／足腰の強い産業育成

**暮** 誰もが安心して暮らせるまちづくりを進めます  
～生き生きとした生活を送るために～

まちづくりの柱  
保健医療体制の充実／地域福祉の充実／子育て支援／生活基盤の向上／安全・安心の確保

**育** 豊かな心を育て、文化を大切にすまちづくりを進めます  
～健やかな生涯を送るために～

まちづくりの柱  
学校教育の充実／社会教育活動の推進／文化・スポーツ活動の推進



### まちづくりの基本手段(基本目標を達成するための下支え)

**人** まちづくりに興味と関心を持ち、行動する人を育てる仕組みを作ります

まちづくりの柱  
人材育成・人づくり・人材の確保／まちづくりを支えるネットワークの形成・交流活動支援

**公** 誰でもまちづくりに参加することができる場や体制を作ります

まちづくりの柱  
ともに汗をかき進めるまちづくり／時代に即し、透明度の高い行政運営



10年後も、みんなが輝くために

広報てしかが4月号でお知らせしたとおり「第5次弟子屈町総合計画(計画期間/2012年度～2021年度)」が策定されました。

本計画では、10年後のまちの将来像(基本構想)を「水と森と人が共に輝き、活力あふれる自立したまち」とし、実現のための4つの基本目標と2つの基本手段を定めました。将来、まちがこの目指すべき姿を達成するためには、私たちが手を取り合い、行政と町民の皆さん、関係機関などが協力していくことが大切です。






今月は、基本手段の1つ目と実現のための前期実行計画や具体的な事務事業計画についてお知らせします。

## 第5次弟子屈町総合計画の前期実行計画

※次のページから、まちづくりの基本手段のうち「人 まちづくりに興味と関心を持ち、行動する人を育てる仕組みを作ります」について、前期実行計画や事務事業計画を紹介します。



## まちづくりを支えるネットワークの形成・交流活動支援

施策	施策メニュー	協働方針	
人材を活かす	人材が活躍できる仕組みづくり	<p>人材に関するさまざまな情報を一元化して、町民などの相談に対応できる窓口(行政か中間支援組織(行政と地域の間にとってさまざまな活動を支援する組織)によるもの)の設置を検討します。</p> <p>特殊な技術や専門ノウハウを持つ人材・団体・企業などを登録バンク化し、町民や地域のニーズに応じて紹介する仕組みを検討します。</p> <p>地域づくり活動補助金制度を町民公募型とするなど、多様な人材が自主的に活動できる機会の創出を図ります。</p>	
	人・団体・地域のネットワーク形成	<p>地域や活動分野などを超えてネットワークの輪を広げるため、地域づくりを行う団体の交流や、全国規模の団体登録システムへの参加などを促進します。</p> <p>団体活動の情報を集約・データベース化し、人材の紹介や情報の交流が行える仕組みを構築します。</p> <p>ネットワーク化により、都市部などの人材からも地域づくりへの協力を募集し、地域間交流や弟子屈への定住につながる仕組みを構築します。</p> <p>町民同士、町民と行政、地域間、団体間など、さまざまな立場の人が地域づくりなどについて話し合ったりする交流の場をつくるため、自治会など既存の組織を活用したり、新たに協議会を立ち上げるなどの取り組みを検討します。</p>	
活発な地域間交流	国際交流活動の推進	<p>観光を中心とした経済交流、文化交流を通じて、グローバル化(国や地域の垣根を越え、地球規模で資本や情報のやり取りが行われること)時代に対応できる人材の育成を図るとともに、町内を訪れる外国人や在住外国人の受け入れ体制の充実に努めます。</p> <p>中国3都市(河南省商丘市・山東省泗水県・濱州市濱城区)との友好交流について、弟子屈町日中友好協会を中心とした相互の交流を継続・支援していきます。</p>	
	姉妹都市など地域間交流の推進	<p>姉妹都市である鹿児島県日置市との交流については、児童生徒の相互交流を継続して推進していくとともに、観光・農業といった経済交流による相互の発展を図ります。町の歴史において縁のある岩手県久慈市、三重県松阪市との交流についても更なる友好関係を築き、相互の発展に寄与する人的交流・経済交流を図っていきます。</p> <p>首都圏の本町出身者を中心とした弟子屈ふる里会や札幌弟子屈会との交流について、継続して親睦を深め、まちの発展につながる協力関係を築いていきます。</p>	
	交流人口の拡大と定住の推進	<p>人口減少対策としての移住促進に取り組みます。</p> <p>地域の担い手として活躍できる世代の定住化に取り組みます。</p>	

※来月は、まちづくりの基本手段の2つめ「公 誰でもまちづくりに参加することができる場や体制を作ります」について、前期実行計画や事務事業計画を紹介します。

問い合わせ先／役場企画財政課企画係 ☎ 4 8 2 - 2 9 1 3 (課直通)




## まちづくりの基本手段

### 人 まちづくりに興味と関心を持ち、行動する人を育てる仕組みを作ります

まちづくりは人づくりから。まちづくりを進め、実行するのは人です。地域の魅力を高めるのも人次第といえます。このため、地域づくりの担い手の育成やまちづくりネットワークの活性化、人材活用など、まちづくりに興味と関心を持ち、行動する人を育てる仕組みをつくります。

## まちづくりの柱・施策(前期実行計画)・施策メニュー

### 人材育成・人づくり・人材の確保

施策	施策メニュー	協働方針	
地域の魅力を高める人材育成	地域づくりの担い手の育成	<p>多くの人に「協働による地域づくり」への理解を深めてもらうための取り組みを行います。取り組みを進めるに当たり、特に先導的立場となる役場職員の意識を高めるため、職場内研修や地域担当制の導入、専門部署の設置などを推進します。</p> <p>地域活動やボランティア活動などを体験することにより「協働による地域づくり」への興味や関心、親しみを高めてもらう取り組みを行います。</p> <p>地域の課題の発見・解決に必要なノウハウ(技術や知識)を身につけるための取り組みを行います。民間による人材育成組織の構築も視野に入れます。役場職員については、協働の取り組みに必要なコーディネート(調整や取りまとめを行うこと)能力の養成を行います。</p> <p>「協働による地域づくり」を円滑に進めていくために、参加者をけん引するリーダーとなる人材を育成します。</p>	
	弟子屈ガイドの育成	<p>弟子屈のまちを町外の親類や知人などに無理なく紹介・案内できる程度の基本的ガイド知識から、観光客向けの専門的ガイド知識まで、老若男女を問わず「弟子屈を語るができる人材」を増やし、地域の活性化につながる試みを展開します。</p> <p>町民自らが「地域を知る」ことを目的とした「ふるさと講座」などを実施し、段階を踏んでガイド養成につながる仕組みを確立するとともに、ガイド人材を生かせる事業の創出を図ります。</p>	
	てしかが愛を育む取り組み	<p>児童生徒を中心に、授業と連動してふるさと教育を強化し、幼少のころからまちのことを考える子どもを育てます。</p> <p>てしかがのことをよく知っているてしかが博士を町民の中から育成し、地域で活躍してもらいます。</p> <p>各団体などと連動して、てしかが愛を育むイベントや認証制度に取り組みます。</p> <p>町内の特色を戦略的に整理した景勝地や特産品のPRにより、町外のとてしかがファンが1人でも増えるような活動に取り組みます。</p>	

#### 協働方針について

町民の皆さんの協力や参画を得て、主に行政が取り組む協働



町民の皆さんと行政がこれまで以上に協力しながら進める協働





# 地域とともに歩み

## 歴史を刻んで1世紀



美留和小学校(梅津和広校長)が開校100周年を迎えました  
地域の熱意で開校し、地域の愛情に包まれ  
地域とともに歩んできた全校児童7人の小さな学校は  
大きな節目を歴史の1ページに刻み  
新たなスタートを切りました。

# 美留和小学校開校100周年

気高き摩周の 峯仰ぎ  
歌調も高く うそぶけば  
希望に燃えて 健けく  
豊かに育つと こだまする  
あ、我が母校よ 栄光あれ

北斗の光 澄みわたる  
拓土に挑む 父母も  
つきぬ教訓の 鐘の音に  
昔を偲び 師を慕う  
あ、我が母校よ 栄光あれ

五つの目標 一筋に  
胸に結べる 校章の  
緑変わらぬ 石楠花は  
われら児童の 道しるべ  
あ、我が母校よ 栄光あれ

美留和小学校 校歌  
佐藤 紀悦 作詞  
赤塚 栄吾 作曲







記念事業協賛会からの記念品を受け取り、お祝いに駆け付けたたくさんの人を前にお礼を述べる児童



同窓会から贈られた記念碑



歴代の校長に感謝状



多彩な発表がいっぱいの学芸会(上・下)



道徳で習った「相田みつを」の詩を引用しながら感謝の呼び掛け



タイムカプセル 開封は20年後



期待とともに記念碑の除幕



タイムカプセル埋設を終えて



式典であいさつする  
児童会長の八幡彩未さん

100周年を迎える時に在校するということは、なりたくてなれるものではないのでうれしいです。

わたしの祖父も父も美留和小学校の卒業生です。祖父は、現在よりも2kmほど弟子屈寄りであった2代目の校舎に通っていました。当時は4クラスあり、体育館はなかったそうです。その後、3代目の校舎に移り、父もその校舎に通いました。わたしは現在、平成元年に完成した4代目の校舎に通っています。

昔は先生が怖くて、すぐにゲンコツやチョークが飛んできたそうです。家が遠くてもみんな歩いて通い、道路は砂利道だったため、春先はドロドロだったそうです。給食の粉ミルクはとてもまずかったと、祖父が言っていました。昔と比べると、わたしはとても恵まれていると思います。

美留和小学校は、いろいろな活動を地域の方と一緒にしています。とても楽しいし、勉強になります。

わたしは美留和小魂「何事も決して最後まで諦めないこと」「思いやりがあること」「汗して働くこと」を誇りに思っています。

10年後、20年後、50年後に「美留和がふるさと」と胸を張って言えるよう、立派な大人になりたいです。そして、美留和小、美留和でよかったという誇りを持って生きていきたいです。

式典の「児童の言葉」より一部抜粋

## 地域に根ざした 特色ある教育

美留和小学校は1912(大正元年)、美留和簡易教育所として開校。1914(大正3年)年に美留和尋常学校となりました。当時、地域に入植した方々の生活は厳しいものでしたが、子どもの教育に対する熱意は並々ならぬものがあり、学校開設へとつながったといえます。

これまでに同校を巣立った卒業生は1千76人。各分野で活躍しています。

校舎は、1933(昭和8年)、1957(昭和32年)、1989(平成元年)と3度の改築・新築移転を重ねて現在が4代目の校舎です。現在の校舎が完成した1989年は、開校77周年の節目の年でもありました。

地域の温かさに支えられて歴史を刻んできたのが同校の特徴で、現在も地域と密接な関わりを持ちながら特徴的な教育が行われています。例えば運動会。学校独自のものではなく、地域と合同で「美留和大運動会」として開催されています。また、PTAに賛助会員制度を導入し、会員(保護者と教職員)以外の方も、賛助会員として学校をバックアップしています。さらに、総合的な学習の時間や部活動などで地域の方が講師を務めるなど、学校・家庭・地域が一体となった教育と子育てが行

われています。

## 100周年のお祝いも 地域が中心となって

開校100周年記念のさまざまな行事の中心になったのも、地域の皆さんでした。

100周年の記念事業・行事を担ってきたのが「美留和小学校開校100周年記念事業協賛会」。地域・PTA会員と賛助会員・同窓生などが集まって組織されました。昨年5月に設立されたこの協賛会により、記念式典・祝賀会の開催、記念誌の発行などが行われました。

## 趣向を凝らして 100周年を祝う

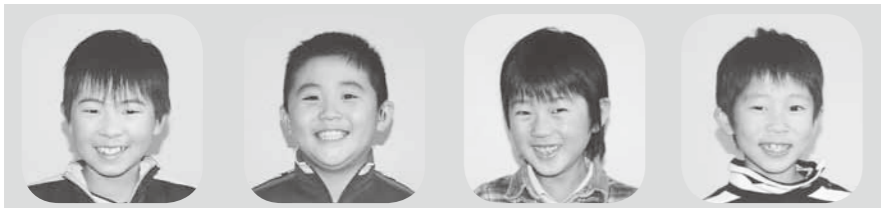
美留和小学校開校100周年記念式典・祝賀会同記念事業協賛会主催が9月30日、同校で行われました。式典には、児童・教職員と卒業生、地域の皆さんなど約130人が出席。歴史を振り返るとともに、節目を祝いました。

式典では、記念事業協賛会の芳賀正美会長が「本校開設以来の精神を現在に生かし、次代を担う子どもたちにつないでいく。歴史と伝統を受け継ぎ、一人一人の子どもが夢と目標に向かって歩んでいけるよう努力したい」とあいさつ。梅津校長は

言葉を述べました。

また、90周年記念式典以降に在籍した歴代の校長に感謝状が、学校と児童に記念事業協賛会からの記念品が贈られたほか、記念碑の除幕式も行われました。

今年度、美留和大運動会、学芸会が開校100周年記念事業として開催されたほか、記念植樹やタイムカプセルの埋設も行い、さまざまな形で100周年を祝っています。



3年 藤井直太郎君  
生き物が好きなので、動物や虫がたくさんいる学校になってほしいです。

2年 北林聖也君  
校舎がきれいで楽しい学校で、みんなで勉強や遊びができたらいいです。

1年 橋田明君  
今のまま、自然豊かな学校でいてほしいです。森や木や川が好きです。

1年 南雲空君  
お友達がたくさん入って、学校がずっと続いていけばいいなと思います。

## 将来 こんな学校になったらいいな



梅津和広 校長  
いつまでもみんなに愛され、輝き続ける学校であってほしいです。

6年 八幡彩未さん  
仲のよい学校です。児童が増えて、もっと仲良しの学校になってほしいです。

6年 阿部実央子さん  
いろいろなクラブができたらいいです。あと、漫画コーナーも欲しいです。

4年 阿部宏紀君  
現在のように元気な児童がいて、そして立派な学校になってほしいです。



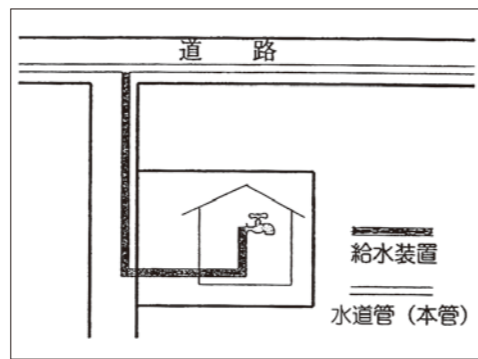
# 冬を迎える前に…

## 水道本管以外の修理は各戸負担となります

今年も冬将軍が近づいて来ています。冬場に長期間留守にしたり、外気温が氷点下になったりすると、水道が凍結しやすくなります。屋外や北側で日が当たらない場所、風当たりが強いところ、むき出しになっている水道管などは、特に凍結に注意が必要となります。

例年、漏水や凍結が発生するとお問い合わせがありますが、町が敷設した水道管(本管)から各家庭や事業所までの間で水道管の漏水が発生した場合は、各戸の負担により漏水修理を行っていただくこととなります。

また、給水管から蛇口までの給水装置の修繕についても、各戸の負担となります。(凍結や漏水修理などの修繕費も各戸負担です)



## 水道工事は町指定の「指定給水装置工事事業者」で行ってください

水道工事は、ごく簡単な修理(例・パッキンの取り換え)など、給水装置の末端に設置されている部品の取り換え以外の水道の給水工事については、「水道法」の規定により町長が指定した「指定給水装置工事事業者」以外はできないこととなっています。

町で指定している給水工事が実施できる事業者は、右の表のとおりですので、ご確認ください。

町では、水道料金算定のための検針時に、前月と比較して概ね2倍以上の使用水量があった場合、漏水調査に伺っています。調査により漏水の発生があった場合は、1カ月以内に漏水の修理を行っていただきます。

本管から給水装置(蛇口まで)の間で、破損などによる漏水が発生した場合、1カ月以内に修理を行わないときは、漏水による水道料金も含めてお支払いをしていただくこととなります。

なお、修理期限についてですが、冬期間に家の外で漏水が発生し、地面の凍結などで工事ができない場合は、水道課から修理をしていただく期限をお知らせしますので、期限内に修理を行ってください。

また、各家庭などにおいて漏水を発見し、修理を水道事業者に依頼された場合には、役場水道課にも必ず、ご連絡をお願いします。

弟子屈町指定給水装置工事事業者(登録番号順)

指定店名	住所	電話番号
(有)鎌田水道工務店	高栄3-1-6	482-2140
株協和建設	高栄1-2-2	482-2369
(有)服部水道工務店	摩周1-2-1	482-1066
東陽設備(有)	大空町東藻琴村291	0152-662753
大倉工業株	釧路市光陽町6-6	0154-245176
株共立	釧路市松浦町11-3	0154-220808
総合設備株	釧路市入江町7-27	0154-513166
太平洋設備株	釧路市春採16-17	0154-463414
後藤工務店(有)	釧路町若葉5-26	0154-362325
第一水道工業株	釧路市入江町8-5	0154-463474
協和水道株	別海町別海142	0153-752362
株竹崎工業	別海町西春別駅前錦町200	0153-772144
協和建設工業株	別海町別海旭町131	0153-752240
(有)釧路設備工業	釧路市愛国西3-33-22	0154-373178
鋼管建設工業株	美里4-1-20	482-4217
東亜産業株	釧路市川端町6-12	0154-259801
株近藤建設	鈴蘭2-1-11	482-1060
株大栄電業	泉4-10-3	482-2677
株佐藤建設工業	高栄2-9-12	482-1703
株ホームクリニックオオサキ	釧路市若松町16-12	0154-310039
明盛建設株	桜丘3-1-6	482-1477
(有)細谷設備	中標津町計根別本通東5-20-1	0153-782626

問い合わせ先/役場水道課 ☎ 4 8 2 - 2 9 4 2 (課直通)

## 11月から4種混合ワクチンが導入されます

▶ 4種混合ワクチン/ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオの予防のための混合ワクチンです

▶ 対象/平成24年8月以降に生まれた方(原則)

※上記以外で接種を希望される方は、専用の予診票が必要になりますので、必ずご相談ください。

▶ 接種費用/無料

※不明な点や詳細については、お問い合わせください。

問い合わせ先/役場保健福祉課健康推進係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)

# 冬期間の暖房費を助成します

## 弟子屈町福祉灯油等購入助成事業のご案内

高齢者世帯や障がい者世帯、ひとり親世帯の低所得者世帯に対し、経済的な負担の軽減を図ることを目的に、冬期間の暖房費を助成する「福祉灯油等購入助成事業」を実施します。

助成対象は、町内の業者から購入した暖房燃料に限ります。

### □助成の対象

11月1日現在、弟子屈町に住民票がある町民税非課税の世帯で、次の①～⑥のいずれかに該当する世帯です。「世帯」とは、住民票上の世帯ではなく、生計を一にしているかどうか、実際の状況を勘案して判断されますので、詳しくはお問い合わせください。

18歳とは今年度中に18歳になる方を指し、18歳以下とは平成6年4月1日以降に生まれた方のことです。

- 高齢者世帯……①11月1日時点で、70歳以上の方のみの世帯  
②11月1日時点で、70歳以上の方と18歳以下の児童のみの世帯
- 障がい者世帯…③療育手帳A判定の交付を受けている方がいる世帯  
④身体障害者手帳1級、および2級の交付を受けている方がいる世帯  
⑤精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方がいる世帯
- ひとり親世帯…⑥父子世帯、または母子世帯で、子どもが18歳以下の児童のみの世帯

### □対象とならない場合

- 世帯に町民税の課税がある場合
- 生活保護を受けている世帯
- 施設入所している方のみの世帯
- 障がい者世帯で、障がい者の方と住民票上同一の世帯であっても、実際は別居である場合

### □助成の内容

灯油100リットル分(20リットル分×5枚)を交付します。

石炭など灯油以外の暖房燃料の場合は、11月1日現在での弟子屈町の灯油購入価格に100を乗じた額(10円未満切り捨て)を助成します。

### □助成の方法

弟子屈町内の契約業者で灯油などを購入できる『福祉灯油等購入券』(灯油20リットル分×5枚)を交付します。

### □申請方法

申請は11月1日(休)から平成25年1月31日(休)まで受け付けします。

助成を希望される方は、印鑑をお持ちの上、役場保健福祉課社会福祉係、または川湯支所で申請してください。

灯油以外の暖房燃料による申請の際には、書類の添付が必要となる場合があります。

### □申請・問い合わせ先

- 役場保健福祉課社会福祉係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)
- 川湯支所 ☎ 4 8 3 - 2 0 4 3

## 児童虐待は社会全体で解決すべき問題です

# 11月は虐待防止推進月間

「児童虐待の防止等に関する法律」では「何人も児童に対し、虐待をしてはならない(児童虐待の防止)」と定められています。また、虐待を受けたと思われる児童を発見した方は、市町村や児童相談所などの関係機関に通告することが義務付けられています。

### ▶児童虐待とは

- 身体的虐待/殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、など。
- 性的虐待/子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする、など。
- ネグレクト(育児放棄)/家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない、など。
- 心理的虐待/言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で暴力を振るう(ドメスティック・バイオレンス:DV)、など。

通告者のプライバシーは法律で保護されています。あなたの気づきによって、大切な命が守られることがあるかもしれません。見つけたときは、勇気を出して最寄りの児童相談所や役場、民生委員、児童委員にお早めにご連絡ください。

虐待を受けたと思われる子どもがいたら/あなた自身が出産や子育てに悩んでいたら/子育てに悩む親がいたら

### 連絡・相談先

釧路児童相談所 ☎ 0 1 5 4 ㉓ 3 7 1 7・児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 0 5 7 0 - 0 6 4 - 0 0 0  
役場こども未来課児童福祉係 ☎ 4 8 2 - 2 9 2 1 (課直通)





# 読みたい世界が 君を待っている

## BOOK FESTIVAL



ブックフェスティバルが9月28日、弟子屈小学校(阿部典子校長)で行われました。道立図書館の市町村活動支援事業の一環で、子どもたちに本に親しんでもらおうと行われているものです。会場となった同校体育館には、道立図書館の児童書や仕掛け絵本など約2千500冊が敷き詰められ、体育館に足を踏み入れた児童からは歓声が。初めに、絵本の会「おはなしはらっぱ」の皆さんが、大型スクリーンに映し出した絵本の読み聞かせを行いました。その後、いよいよお待ちかねの貸し出しタイム。広げられた本の中から、思い思いの3冊を選びました。また、早速その場で本を開いて読みふける姿も見られました。

1 好みの本を見つけ友達と大興奮 / 2 体育館いっばいに敷き詰められた本 / 3 夢中になって本を選ぶ児童 / 4 スクリーンに映し出された絵本の読み聞かせに聴き入る / 5 2,500冊の本が並ぶ様は圧巻 / 6・7 仕掛け絵本は男女問わず人気 / 8 大型の仕掛け絵本と背比べ









更科源藏(さらしなげんぞう)  
●1904(明治37)年、弟子屈町熊牛原野(南弟子屈)に生まれ、1985(昭和60)年に81歳で逝去。東京麻布獣医学校を中退した後、尾崎喜八、高村光太郎に師事し、詩作を中心に郷土史、アイヌ文化研究など主に文学活動が続けた。  
▶弟子屈町で所蔵しているさまざまな資料を紹介する。

著書の検印などに使っていた自作のエゾシカ印



# 『札幌放浪記』

1972(昭和47)年に出版された『札幌放浪記』。1939(昭和14)年に妻を失った悲しみや、熊牛原野での生活に疲れた心と体を癒やすため、札幌の友だちの誘いもあって、ほんの少しの間だけ都会の生活をしようと、まだ小さな次女を母に預け、長女の手を引き札幌に出て来た1940(昭和15)年、36歳の初夏から1954(昭和29)年、50歳まで、15年間のことが自伝的回想録として描かれています。

更科が札幌へ出た時代は、日本が中国大陸で起こした支那事変以後、アメリカとの間に経済上ただならぬ雰囲気がありました。そしてついに、日本は国連を脱退し、世界と戦争に突入していくのです。

札幌へ出てきた更科は、以前、弟子屈で写真店を開業していた親交のあった、佐藤翠陽の写真現像所にいったん落ち着きます。長女は都会の生活になじめず、友だちがなかなかできないその幼い脳裏に浮かぶのは、祖母の背中に背負われて眠る妹の顔や熊牛原野の風景だったようで「早く帰ろう」「いつ帰る」と更科にせがみました。

札幌の生活は、更科の生涯を運命付けることとなります。以前、ある研究会で知り合った北海道大学の高倉新一郎との縁で、北方民

族関係の学者、画家や音楽家、文学関係者とさらに人脈が広がっていきます。人脈が広がると、更科が得意とする文芸雑誌を編集する話が自然と出てくるようになります。それが『北方文芸』でした。その雑誌編集の傍ら、仲間が世話してくれた北海道農会で『北方農業』(未完)の編集も行うこととなります。調査研究で北海道各地を歩き、詩人の視線で自然や地理、風俗など、そこに暮らす人々を記録して、北海道の博物誌となっていくのです。

太平洋戦争は日本の敗戦で終わり、戦後復興の時代を過ごした更科は、成長した次女を札幌に呼び寄せ、再婚をして2人の男の子も生まれ、そして札幌に家を持ちます。長女が「早く帰ろう」「いつ帰る」と言っていた熊牛原野は、少し遠くなくなっていました。

『札幌放浪記』の装丁は、札幌で再婚した妻の妹の夫、木版画家、川上澄生です。川上の版画は、油絵を学んでいた棟方志巧が版画家に転向するほどの影響を与えました。川上はこの装丁作品を作った後、1972年に没しています。更科が札幌へ出てきてから著した数々の本や編集した雑誌などの表紙を飾ってきた川上ですが、2人の組み合わせも、この作品が最後となりました。

# 町内パークゴルフ場 今シーズンの終了!!



パークゴルフシーズンも終わりを迎えるついでに、各パークゴルフ場が次のとおり終了します。気象条件によっては、予定より早く終了することもありますので、あらかじめご了承ください。

使用期間終了後にパークゴルフ場を使用すると、芝の生育に影響を及ぼしますので、使用しないようお願いいたします。

水道凍結の恐れがあるため、10月末をもって水道を止めますので、ご了承ください。

- ▶施設とクローズ(終了)予定日
- ① 鉦別河川敷パークゴルフ場 11月23日(金)
  - ② 川湯温泉パークゴルフ場 10月20日(土)(既に終了)
  - ③ 900草原パークゴルフ場 11月5日(月)
  - ④ 川湯駅前パークゴルフ場 11月11日(日)
  - ⑤ 美留和パークゴルフ場 10月28日(日)(既に終了)
  - ⑥ 屈斜路パークゴルフ場 11月5日(月)
  - ⑦ 奥春別パークゴルフ場 11月25日(日)

- ▶あらためてお願い
- コース上は禁煙です。
  - ごみは必ず持ち帰りましょう。

問い合わせ先/役場町民課町民相談係 ☎ 482-2934(課直通)

ESHIKAGA

図書館だより

中央2丁目4番1号  
☎ (よいほんいろいろ) 482-1616

☆特集展示『原作本特集2012』  
映画やドラマ、アニメなど、映像化される作品は小説を原作にしたものが少なくありません。今年もたくさんさんの小説が映画化・ドラマ化されました。原作本特集は毎回好評の企画です。観てから読むもよし、読んでから観るもよし。作品の面白さを、ぜひ活字でお楽しみください。

▼場所/特集展示コーナー

☆『図書館パス』の利用を  
毎週木曜日、図書館パスが町内の各ステーションを巡回しています。運行表は図書館窓口・川湯支所に掲示しているほか、町のホームページでもご確認いただけます。小学校・保育園が主な巡回場所になっていますが、周辺地域の方々もご利用いただけます。

「図書館で借りて、バスで返す」バスで借りて図書館で返すこともできます。

☆『北海道立図書館支援図書』を更新  
北海道立図書館支援図書のコーナーを更新しましたので、ぜひご利用ください。

新刊案内

「犯罪者はどこに目をつけているか」 清永 賢二・清永 奈穂/著

「ラビットヒーロー」 如月かずさ/著

「死因百科」 マイケル・ラルゴ/著

「ケルベロスの肖像」 海堂 尊/編

「外来動物ミニ図鑑」 鈴木 欣司/著

「桃栗三年美女三十年」 林 真理子/著

「幸福な日々があります」 朝倉かすみ/著

「光圀伝」 沖方 丁/著

「K町の奇妙な大人たち」 斉藤 洋/著

「朝つめるだけ!お弁当生活便利帖」 松村真由子/著

たくさんさんの新刊が皆さんをお待ちしています!

おすすめの新刊

誰も教えてくれない 一生お金に困らないための本 國場弥生/監修

あなたは「自分のお金」とちゃんと向き合っていますか? 「よく分からないから」「そのうちに…」そんな、後回しにしてしまいがちな、漠然としたお金の不安を解消してくれる1冊です。



## 町民ランナー191人が完走 第34回美羅尾山ろく完走マラソン大会



選手宣誓をする三田村ファミリー

援が10月8日、191人参加のもと盛會に開催されました。この大会は毎年、体育の日にスポーツに親しみ、各自の体力を測ることを目的に開催されています。種目は1キロコース、3キロコース、5キロコースで、それぞれ一般とファミリーの部に分かれて完走を目指しました。

上位の結果は次のとおりです。(敬称略)

- ▼1位/金澤 憲汰 4分17秒  
▼2位/小杉山航生 4分20秒  
▼3位/佐藤 恒成 4分51秒  
▼4位/佐藤 祐一 4分51秒  
▼5位/山川 海 4分53秒  
▼6位/山川 正広  
▼7位/山 菜  
▼8位/瀧 優音 5分14秒  
▼9位/谷 優音 5分14秒



らくらくコース(1キロ)のスタート

大会を前に役場を訪れた山崎君は「昨年の成績を上回るよう頑張りたいです」と目標を語りました。10月6日から千葉県で開催された第7回KB全国中学生秋季野球大会では、残念ながら初戦敗退となりました。



全国大会出場を決めた山崎君(中央)

野球大会に釧路選抜の一員として出場。見事優勝を飾り、全国大会への切符を手に入れました。

## 全国大会へ出場

野球 釧路選抜の山崎君

- ▼9位/瀧谷 昇平 5分14秒  
▼10位/宮田 奏海 5分33秒  
▼1位/杉山 駿介 10分12秒  
▼2位/村上 健介 12分39秒  
▼3位/高橋 吏玖 14分07秒  
▼4位/大浦 綾花 14分11秒  
▼5位/瀧谷 芽空 14分12秒  
▼6位/野下ちほる 14分21秒  
▼7位/原 朱里 14分37秒  
▼8位/船坂 唯 14分41秒  
▼9位/瀧谷 創磨 14分45秒



子どもたちを指導する福田さん

## 福田さんが講演と実技指導 元日本代表のサッカー教室

ムなどを行い、参加者は元日本代表と一緒に楽しくプレーをしました。講演会では、ゴールを狙う姿勢や練習方法などについて話し、参加者は熱心に聞いていました。講演会後には、サイン会や写真撮影も行いました。

町体育協会、町文化スポーツ少年団本部主催のサッカー教室が10月6日、摩周観光文化センターで開催されました。教室では、元サッカー日本代表の福田正博さんが講演と実技指導を実施。実技指導では、ウォーミングアップ方法やシュート練習、ミニゲームなどを行いました。

- ▼10位/深井 杏香 14分52秒  
▼1位/曾我部 翔 18分44秒  
▼2位/須崎 友弥 20分31秒  
▼3位/坂上 純輝 20分39秒  
▼4位/木村 龍太 20分42秒  
▼5位/藤森 友斗 20分52秒  
▼6位/笛木 鮮 21分02秒  
▼7位/河上 勉 21分04秒  
▼8位/保里 彰悟 21分12秒  
▼9位/藤田 和也 21分15秒  
▼10位/土屋 柁 21分22秒

## 弟子屈町民大学校講座 地域巡回スポーツ教室を開催します

- 期日・場所  
仁多会場/11月12日(月)・仁多交流センター
- 奥春別会場/11月15日(木)・奥春別小学校体育館
- 屈斜路会場/11月20日(火)・屈斜路研修センター
- 南弟子屈会場/11月28日(水)・昭栄小学校体育館
- 川湯会場/11月30日(金)・川湯青少年会館
- 美留和会場/12月3日(月)・美留和小学校体育館
- 弟子屈会場/12月6日(木)・弟子屈小学校体育館
- 時間/19時～20時30分
- 講師/弟子屈町スポーツ推進委員 他
- 種目/ミニテニス 他
- 対象/町内にお住まいの3歳～成人
- 参加料/無料
- 申込締切日/開催日の3日前
- ※参加者が少数の場合は開催しませんので、あらかじめご了承ください。
- 申し込み・問い合わせ先/町教育委員会社会教育課体育振興係 ☎482-2948(課直通)まで。

## 生涯学習だより

発行/弟子屈町生涯学習推進本部  
事務局/教育委員会社会教育課 ☎482-2948(課直通)

## 弟子屈町民大学校を開講します 申し込み・問い合わせ先/公民館 ☎482-2340

弟子屈町民大学校の受講者を募集します。町民大学校では「弟子屈高校・公民館連携講座」「生涯学習講演会」「ふるさと講座」「食育推進会議・公民館連携講座」「地域巡回スポーツ」の5講座を開講。興味や関心のある講座を選んで学んでみませんか。皆さんの受講をお待ちしています。

内容	日時	対象・定員
数学科「数学マジック」 小学生から大人まで楽しめる数学の考え方をを使ったマジック。	11月14日(水)・21日(水) いずれも18時30分～19時30分	小学校4年生以上の方・40人 (子どもだけの受講も可)
地歴科「弟子屈の硫黄と釧路の石炭」～資源と地域のあゆみ～ 明治時代の弟子屈と釧路の発展について、資源の面から分かりやすく解説。高校生の皆さんと受講します。	12月4日(火) 13時15分～15時10分	成人・10人
理科「親子の生物実験教室」～植物の組織～ 植物の基本からバイオテクノロジーの基礎まで、組織培養などの実験を通して理解を深める。	11月22日(水) 18時30分～20時	小学校4年生以上の方・20人 (子どもだけの受講も可)
理科「親子の地学実験教室」～火山と岩石～ 身近なものを使った火山に関する実験。	11月15日(水) 18時30分～20時	小学校4年生以上の方・20人 (子どもだけの受講も可)
理科「親子の生物実験教室」～動物の組織～ 動物の体をつくるさまざまな組織を、解剖や観察、実験を通して理解。	11月8日(水) 18時30分～20時 (申込締切日/11月5日(火))	親子または大人のみ・20人
理科「温泉の化学」 温泉の医学的効用について、町内の温泉を例にして分かりやすく解説。高校生の皆さんと受講します。	11月29日(木) 13時15分～15時10分	成人・10人
理科「親子の理科実験教室」 身近な雪と氷について、さまざまな実験を行います。	平成25年1月16日(水) 18時30分～20時	小学校4年生以上の方・40人 (子どもだけの受講も可)
情報科「ホームページ作成講座」 ホームページビルダーを使ってのホームページの作成。	11月19日(月)・26日(月) いずれも18時～19時30分	成人・20人

## 生涯学習講演会(事前申し込み/不要 参加料/無料) ※2回目は平成25年3月3日(日)の「女性のつどい」に合わせて開催予定 問い合わせ先/町教育委員会社会教育課 ☎482-2948(課直通)

内容	日時	場所
講師/有エアーダイブ代表取締役 田中 宏明氏 演題/我が子が気づかせてくれた、逆境が生む創造	11月25日(日) 午前	弟子屈小学校 体育館

内容	日時	場所	受講料	持ち物	定員
アイヌ刺繍体験講座(ペンケース作り)	平成25年2月16日(土)・23日(土) いずれも9時～正午	公民館 研修室	500円 (材料費)	裁縫道具	15人 (定員になり次第締め切り)

内容	日時	場所	受講料	持ち物	定員
食育推進会議・公民館連携講座(申込締切日/11月30日(金))					
男のそば打ち教室	12月8日(土) 9時～正午	摩周そば道楽(川湯)	1,000円 (材料費)	エプロン・三角巾・タオル	男性20人 (定員になり次第締め切り)

## 地域巡回スポーツ(次ページの「WAKUWAKUスポーツにゅーす」をご覧ください)

## 公民館講座のお知らせ 申し込み・問い合わせ先/公民館 ☎482-2340

- ①クリスマスバスターリー作り  
▶日時/11月20日(火)・29日(木)19時～21時  
▶場所/公民館研修室  
▶講師/きずなのなかま達 代表 千葉節子氏・他会員  
▶参加費/1,000円(教材費)  
▶持ち物/裁縫道具  
▶定員/15人  
▶申込締切日/11月14日(水)
- ②平成24年度芸術鑑賞バス事業「ザ・グレン・ミラーオーケストラ」  
▶日時/11月21日(水) 開場18時30分 開演19時  
(弟子屈町公民館前17時出発)  
▶場所/釧路市民文化会館大ホール  
▶曲目/「茶色の小瓶」「イン・ザ・ムード」他  
▶チケット料金/A席6,000円  
▶定員/15人  
▶申込締切日/11月12日(月)





# 好評だった2 daysえこパスポート

3カ月にわたる環境にやさしい観光交通運行が終了



バスではボランティアによるガイドも(上)  
えこパスポートの特典の一つ無料のレンタサイクル(下)



えこパスポートを使って摩周湖へ

周々川湯温泉、町内バスが2日間乗り放題で1千500円(大人)というもの。車を離れ、公共交通機関を利用した環境に優しい旅と、2日間乗り放題にすることで、滞在型の観光を提案することが目的で、購入者には、さまざまな特典も用意されました。また、通常の料金より格安でJRやバスが利用できる、町民の皆さんにも便利なパスポートを活用することで、地域公共交通の活性化を目指すという目的もありました。

えこパスポートは、個人観光客の皆さんを中心に非常に好評で、1日27枚ペース、トータルで2千363枚ご購入いただきました。購入された方からは「とても便利で、お得なチケットだった」といった声が寄せられています。



交通安全を呼び掛ける園児たち

# 交通安全に気を付けて

交通安全運動推進協議会による旗の波街頭啓発  
明盛建設(株)による旗の波街頭啓発  
川湯保育園児による街頭啓発



ドライバーに安全運転を呼び掛け(旗の波街頭啓発)(上)  
旗の波で交通安全を呼び掛ける明盛建設の皆さん(下)

弟子屈町交通安全運動推進協議会(会長・徳永町長 主催)の旗の波街頭啓発が9月28日、摩周観光文化センター前の国道391号沿いで行われました。秋の全国交通安全運動期間(9月21日～30日)に合わせて毎年行っています。今年も弟子屈町交通安全協会や女性ドライバークラブ、自治会、老人クラブなどから約80人が参加。旗を片手に、行き交うドライバーに交通安全を呼び掛けたほか、啓発品を手渡して安全運転を促しました。また同日、明盛建設(藤田文明代表 取締役)の皆さんが、道の駅摩周温泉近くの国道241号沿いで、道行くドライバーに安全運転を呼び掛ける街頭啓発を行いました。社会貢献活動として、秋の全国交通安全運動期間に合わせて、毎年行っているものです。この日は約40人が参加。旗の波運動を行い、道行くドライバーなどに安全運転を呼び掛けていました。10月4日には川湯保育園(清水節子園長)の園児が、硫黄山レストハウス駐車場で交通安全を呼び掛ける街頭啓発を行いました。園児が年間を通して取り組む交通安全教室「こぐまクラブ」の一環として行ったものです。年中児と年長児11人が、バスや車から降りてきた観光客に手作りのマスコットなどを手渡し「交通安全よろしくお願いします」と呼び掛けました。

弟子屈町地域公共交通活性化協議会(会長・徳永町長)が行う「弟子屈2 days えこパスポート」事業が終了しました。事業は、7月14日～10月8日の87日間にわたって行われました。えこパスポートは、JR釧網本線の摩

## 町の話



# 防火意識の向上を

消防街頭広報  
小学校へ防災頭巾を寄贈



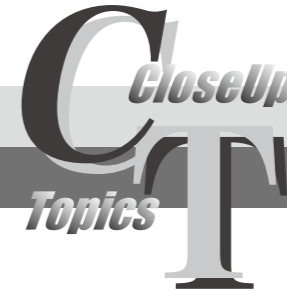
上・啓発品を手渡し防火を呼び掛ける防火管理協議会  
左・フクハラ前で街頭広報を行った婦人防火クラブ

から防災頭巾を受け取りました。児童を代表して、5年生の山家裕樹君が「大切にさせていただきます」と、お礼を述べました。

10月23日には、弟子屈防火管理協議会が弟子屈小学校(阿部典子校長)に防災頭巾150枚を贈りました。昨年の東日本大震災を受け、災害時に子どもたちの身を守ってほしいと贈ったもの。昨年から2カ年計画で弟子屈、美留和、奥春別、和琴、昭栄の各小学校への配布を行っています。今回で配布事業が終了します。贈呈式は同校校長室で行われ、阿部校長と児童会役員の子どもたちが、筒井会長

弟小児童に防災頭巾を手渡す筒井会長(右)

## 町の話



# 身近な国際交流で相互理解

ALTと交換留学生の歓迎レセプション



左からエリックさん、ステファニーさん、ウィリアムさん(上)  
空手を披露(下)

ALTと交換留学生の歓迎レセプションが、弟子屈町剣道同好会の皆さんが剣道を、生田流琴友会の皆さんが箏(そう)の演奏を披露し3人を魅了するとともに、会場の参加者を沸かせました。また、アメリカ、カナダ両国の家族とインターネットをつなぎ、会場の様子を中継。家族と会話も交わし、楽しいひとときを過ごしました。

ALT・交換留学生歓迎レセプションが10月1日、JAM周湖大ホールで開催されました。8月に外国語指導助手(ALT)として着任したウィリアムさん、エリックさん、ステファニーさん(共にアメリカ出身)と、弟子屈高校の交換留学生ステファニーウィギルさん(2年生・カナダ出身)の3人を温かく迎えようと、町民有志でつくる「ALTと交換留学生を歓迎する会(奥田泰朗代表)」の主催で開催されたもので、学校関係者など約100人が参加。松涛館流浩気塾弟子屈支部の皆さんが空手道を、弟子屈町剣道同好会の皆さんが剣道を、生田流琴友会の皆さんが箏(そう)の演奏を披露し3人を魅了するとともに、会場の参加者を沸かせました。また、アメリカ、カナダ両国の家族とインターネットをつなぎ、会場の様子を中継。家族と会話も交わし、楽しいひとときを過ごしました。

インターネットを通じ母国の家族との会話を楽しむウィリアムさん



**10月9～11日**  
**修学旅行で酪農体験**  
**横浜市立南高校が本町で民泊**



横浜市立南高校の生徒40人が10月9～11日、修学旅行で町内を訪れ、2泊3日で19戸の酪農家宅でファームステイを行いました。

都会の子どもたちに酪農への理解を深めてもらおうと、釧路地区農協組合長会と釧路地区酪農対策協議会が事務局となり、中山間事業の取り込みとして毎年修学旅行の受け入れを行っています。生徒たちは、朝晩の搾乳や子牛へミルクを与える作業などを手伝いながら、酪農家の皆さんと寝食を共にし、交流を深めました。

子牛とのふれあいを楽しむ生徒

**10月7日**  
**4カ月間のお稽古の成果を披露**  
**摩周おこと子ども教室の発表会**



摩周おこと子ども教室の閉講式と発表会が10月7日、福祉センターで行われました。教室は町青少年健全育成事業の一環で、町教育委員会と生田流琴友会(辻谷武喜代表)の共催で6月に開講。小学校1～6年生14人が10月まで、全9回の箏(そう)のお稽古に励んできました。

発表会では、これまで練習してきた「さくらさくら」「うさぎ」「春の小川」「きらきら星」の4曲を披露。集まった保護者などから大きな拍手が贈られました。

一生懸命に演奏する受講生たち

**9月24日**  
**長寿と長年の貢献に感謝**  
**4人に100歳祝い状と銀杯を贈呈**



平成24年度老人の日記念・100歳高齢者に対する内閣総理大臣からの祝い状と銀杯の贈呈が9月24日に行われました。今年度の対象者は、高梨ミヨさんと辻あや子さん、館マサエさん、椎名ハナエさんで、徳永町長から祝い状と記念品の銀杯が手渡されました。

これは、今年度中に100歳を迎える方々の長寿を祝い、多年にわたり社会の発展に寄与してきたことを感謝するとともに、国民が高齢者の福祉について関心と理解を深め、高齢者が自らの生活の向上に努める意欲を高めることを目的に、毎年行われています。

祝い状と銀杯を贈呈

**カメラスケッチ**  
**広報が行く!!**



このページは皆さんからの情報で作られています。どのような情報でもすぐにかかけます。お気軽にご連絡ください。



企画財政課企画係 ☎482-2913 (課直通)

**10月12日**  
**行楽シーズンを迎え防犯意識の向上を**  
**全国地域安全運動の出発式**



平成24年全国地域安全運動出発式が10月12日、弟子屈警察署で行われました。本格的な行楽シーズンを迎え、犯罪の増加が懸念されるこの時期に、啓発・巡視活動によって地域の皆さんの防犯意識の高揚を図ることが目的です。

出発式には、弟子屈地区防犯協会連合会会員や警察署員など約30人が参加。青色回転灯装着車で防犯パトロールに出発しました。今後も地域での啓発活動が展開されます。

終了後、弟子屈防犯協会による泉・見晴台地区の地域防犯診断も行われました。

防犯パトロールに出発

**10月12日**  
**芸能発表を通して親睦を深める**  
**老人福祉大会「演芸交流の集い」を開催**



第22回弟子屈町老人福祉大会「演芸交流の集い」(弟子屈町老人クラブ連合会主催)が10月12日、福祉センターで開催されました。

町内各老人クラブの会員が一同に会し、親睦を深めることと福祉の向上を目指して毎年行われています。釧路シニア劇団「南の風」や摩周丘幼稚園、町内の文化サークルなどの皆さんによる発表が行われたほか、各老人クラブの会員の皆さんが合唱や踊りなどを披露し、たくさんの拍手が贈られていました。

「南の風」の皆さんの公演

**9月29日**  
**子どもたちのかわいい歌を楽しむ**  
**ケア・サポートまつやまでミニコンサート**



高齢者向け住宅ケア・サポートまつやま(川湯温泉1)で、子どもミニコンサートが行われました。

同施設で働くスタッフの子どもたちによるコンサート。「森のくまさん」や「赤とんぼ」など、おなじみの曲をピアノで演奏したりかわいらしい手遊びを交えて歌うなどして、入居者の皆さんを楽しませました。また「幸せなら手をたたこう」「かえるの歌」を入居者の皆さんも一緒に歌って楽しみました。

同施設では、今後も定期的にミニコンサートを開催していく予定です。

子どもたちのかわいい歌に大喜び

**9月25日**  
**暴力団の排除に向けて連携を強化**  
**町と弟子屈警察署が協定を締結**



町暴力団排除条例の制定に伴う協定書手交式が9月25日、役場で行われました。式では、徳永町長と谷口國廣弟子屈署長が協定書を取り交わし、相互協力を誓いました。

町は9月10日付で「町暴力団排除条例」を制定。これに伴い、情報交換などにおいて弟子屈警察とのより一層の連携が必要不可欠であることから、協定を結んだものです。

調印後、徳永町長は「平穏で安定したまちづくりに大きな流れができた」と話し、谷口署長は「町のため安心・安全のため、警察もまい進したい」と話していました。

協定書を支ます谷口署長と徳永町長

**10月15日**  
**「振り込め詐欺」などに気をつけてください**  
**防犯協会が自主防犯パトロール実施**



弟子屈防犯協会(田中富士男会長)の皆さんが10月15日、各金融機関で「振り込め詐欺」防止を呼び掛ける自主防犯パトロールを行いました。

国民年金の支給日である同日、高齢者の方などが「振り込め詐欺」の被害に遭わないよう啓発を行ったものです。摩周湖農協、釧路信用金庫、北洋銀行、弟子屈郵便局でリーフレットとティッシュを手渡し、注意を呼び掛けました。

啓発品を手渡しして注意を呼び掛ける会員

**10月14日**  
**キンムトーの紅葉を堪能**  
**川湯エコミュージアムセンターの自然ふれあい行事**



川湯エコミュージアムセンター主催の自然ふれあい行事「紅葉を見にキンムトーへ行こう」が10月14日、町内外から15人が参加して行われました。

当日の朝まで降り続いた雨も出発時にはやみ、絶好の散策日和となりました。参加者の皆さんは、センターからつつじヶ原を経由した片道約7キロの道中、足元や樹上に現れたキノコを観察したり、イチイの保存林やアカエゾマツの植林地について林野庁の専門官から解説を聞いたりしながら、約3時間半かけて到着。色づき始めた森と、静かな水面をたたくキンムトーを見ながら食べるお弁当の味は格別でした。

いよいよキンムトーに到着

**10月5日**  
**もっと農業のことを知ってほしい**  
**J A 青年部が弟子屈小学校で出前授業**



J A 摩周湖青年部(澤入貴幸部長)の皆さんが10月5日、弟子屈小学校(阿部典子校長)の5年生を対象に、農業に関する出前講座を行いました。

本町の基幹産業である農業について理解を深めてほしいと、毎年開催しています。今回は初めて、本物の牛4頭を連れてきました。子どもたちからの質問に答えながら酪農について説明を行い、その後は児童が子牛とのふれあいを楽しみました。また、畑作についての説明も行われ、玉ネギやカボチャなどの農産物に触れながら、熱心に聴き入っていました。

恐る恐る子牛をなでる児童

**10月3日**  
**最栄利別川にはどんな魚がいるのかな**  
**奥春別小学校児童が魚類調査**



釧路総合振興局農村振興課による最栄利別川魚類調査見学会が10月3日に行われ、奥春別小学校(蝦名尚志校長)の児童が、最栄利別川にどんな魚がすんでいるかを調査しました。

道の農村整備事業で最栄利別川には魚道の整備が行われており、その成果を調べるために行われたもの。魚道とは、川の落差を解消して魚類が遡上しやすくしたものです。設置前はハナカジカ、スナヤツメの2種類しかすんでいませんでしたが、設置後は加えてヤマメ、イワナも確認されています。児童は網を使って魚をすくい、姿を確認していました。

最栄利別川の魚をすくう奥春別小学校児童



# 野菜をもお〜つと食べましょう!

## お手軽野菜料理レシピ

### ホウレンソウシューマイ

- 【材料(2人分)】
- ホウレンソウ 150g
  - 豚ひき肉 130g
  - 玉ネギ 30g
  - ゆでタケノコ 30g
  - 生シイタケ 2枚
  - しょうゆ 小さじ1/2
  - 酒 小さじ1
  - 塩 ひとつまみ
  - こしょう 少々
  - でんぷん 大さじ1

- 【作り方】
- ①ホウレンソウは塩を入れた湯でさっとゆでて冷水で冷まし、水気を切って茎だけみじん切りにする。
  - ②玉ネギ、タケノコ、生シイタケはみじん切りにして、刻んだホウレンソウの茎と一緒に豚ひき肉と合わせる。
  - ③②に調味料とでんぷんを入れて粘りが出るまでよく混ぜ合わせ、10等分に分けて丸める。
  - ④ホウレンソウの葉を広げて3〜4枚重ね、③を置いて包む。
  - ⑤蒸し器で6分くらい蒸す。
- ※電子レンジ(500W)を使うと、7分で作れます。

### 肉巻き長ネギ

- 【材料(2人分)】
- 長ネギの白い部分 1本
  - 豚ロース薄切り 150g(3〜4枚)
  - 酒・塩・小麦粉・油 各少々
  - しょうゆ 大さじ1
  - みりん 大さじ1
  - 砂糖 小さじ1/2
  - 粉ぞんしょう 少々

- 【作り方】
- ①長ネギは半分に切る。豚肉は長ネギと同じ長さになるように端を重ねて広げ、酒と塩を振る。
  - ②長ネギを肉で巻き、小麦粉を薄くまぶす。
  - ③熱したフライパンに油を敷き、②を肉の巻き終わりを下にして入れ、転がしながらきつね色になるまで焼く。

- ④③に火が通ったら、しょうゆ、みりん、砂糖を加え、汁がなくなるまで転がしながら焼く。
- ⑤④を食べやすい大きさに切り、粉ぞんしょうを振りかける。

### サンマのマヨネーズクリームソース

- 【材料(2人分)】
- サンマ 2尾
  - 油 大さじ1/2
  - 塩 少々
  - マヨネーズ 大さじ1/2
  - 生クリーム 大さじ1/2 (プレーンヨーグルトでもよい)
  - 粒マスタード 小さじ1/2
  - おろしにんにく 少々
  - 乾燥パセリ 適量

- 【作り方】
- ①サンマは頭と内臓を取り、3枚におろして半分に切る。
  - ②熱したフライパンに油を敷き、軽く塩をふった①を入れて焼き色が付くまで焼く。
  - ③マヨネーズ、生クリーム、粒マスタード、おろしにんにくを混ぜ合わせた物を②に掛け、パセリを散らす。
- ※焼く油をゴマ油やオリーブ油などに変えると風味が変わります。

## 調理実習のお知らせ!

- ▶日時/11月22日(木) 10時〜13時ころ
  - ▶場所/川湯ふるさと館
  - ▶内容/ドライフルーツのケーキ・伊達巻き
  - ▶定員/12人
  - ▶参加費/500円
  - ▶持ち物/エプロン、卵焼き用の四角いフライパン、巻きす
  - ▶申し込み締め切り/11月19日(月)
  - 申し込み・問い合わせ先/役場保健福祉課健康推進係(栄養士) ☎482-2935(課直通)、または役場農林課農政係 ☎482-2936(課直通)まで。
- ※調理実習やレシピのことでご意見などありましたら、栄養士までご連絡ください。

10月21日

## 環境を守りながら安全に散策を楽しんで パークボランティアがポンポン山を整備



川湯エコミュージアムセンターを拠点として自然保護活動などを行っている、環境省摩周・屈斜路パークボランティアの皆さんが10月21日、ポンポン山の整備を行いました。

ポンポン山は、火山の影響で冬でも緑のコケと虫の音が楽しめる別天地です。環境を保護するため木の階段やロープを設置していましたが、傷みが激しいため今回の補修作業となりました。紅葉が美しい秋晴れの中、ボランティアの皆さんは「荷揚げは大変でしたが、これで安全に散策が楽しめる」と、階段の板の取り換えやロープの張り直しの作業に汗を流していました。

10月15日

## 交通事故から自分の身を守って 美留和清流クラブで夜光反射材実演会



夜光反射材を身に付けて確認

釧路地区交通安全推進協議会主催の高齢者交通事故防止夜光反射材実演会が10月15日、美留和会館で行われました。

高齢者を交通死亡事故から守ろうと、老人クラブの皆さんを対象に毎年行われています。今年は美留和清流クラブの皆さんが、実物を手にしながら夜光反射材の効果などについて説明を受けました。

講師の同協議会交通安全推進員から「夜光反射材は約120メートル先の車からも認識される」と聞き、受講者の皆さんが驚く一幕も。その後、早速靴に夜光反射材を貼っていました。

10月16日

## 雪が降っても花を楽しんでほしい フラワーマスター協会が花壇の花を入れ替え



丁寧に作業を行う会員の皆さん

摩周フラワーマスター協会(渡邊昇会長)の皆さんが10月16日、役場庁舎前花壇の花の植え替えを行いました。

冬の到来を前に、今まで花壇を彩り時期が終わった花を取り除き、寒さに強い植物を植えました。植えられたのは紫や白などのハボタン。耐寒性に優れ、雪の中でも美しい色の葉を楽しめるそうです。

10月15日

## 夢は弟子屈産ワイン 試験栽培中の醸造用ブドウを収穫



たわわに実った醸造用ブドウ

町では3年前から、十勝ワインで有名な池田町から提供を受けた醸造用ブドウの苗木を、美留和の玉川大学敷地、屈斜路、町民農園で生育状況や適応性を調べながら試験栽培をしています。

実りの時期を迎え10月15日、屈斜路地域での収穫を行いました。まだ本数は少ないですが、概ね順調に生育し、1本当たり約3キログラムと多くの収穫ができました。収穫したブドウはジュースにしています。弟子屈産のワインができるように、今年の春から町民農園や他地区で試験栽培の本数を徐々に増やしています。

10月23日

## ふるさとの素晴らしさを再発見 秋の名木ツアー



名木に見入る参加者

2006年に町が指定した名木を巡るツアーが10月23日に開催されました。春のツアーに続いて、今年度2回目のツアーです。

根釧西部森林管理署との共催で、釧路市からの参加者も含め39人が参加。名木の選考委員長を務めた須田文男さんから、樹齢などの説明を受けながら見学しました。あいにくの小雨模様でしたが、紅葉した名木に感嘆の声も聞かれました。また、普段はなかなか行くことのできないキンムトーも訪れました。

10月18日

## 教養を高め親睦を深める 釧路管内町内会連絡協議会の研修交流会



あいさつする西村毅協議会長

平成24年度釧路管内町内会連絡協議会研修交流会(同協議会主催・弟子屈町自治会連合会主管)が10月18・19の両日、川湯観光ホテルなどで開催されました。

管内の町内会・自治会員の研鑽と相互交流を目的に、毎年開催されています。研修会では、(財)自然公園財団の藤江晋さんが硫黄山など本町の自然の魅力と歴史について、本照寺の菅原誓之住職が東日本大震災被災地で行ってきたボランティア活動について講演し、参加者の皆さんは熱心に聴き入っていました。また、道の駅摩周温泉付近の施設見学も行いました。

10月17日

## エゾシカ肉のおいしさを知って 「くしろふるさと愛食月間」で地産地消の給食



シカ肉おいしいね

エゾシカ肉を生かした学校給食が10月17日、町内小中学校で提供されました。釧路管内町村会で取り組む、活力ある農畜産業プロジェクトの一環です。10月を「くしろふるさと愛食月間」とし、地域の特色を生かした学校給食を通して、地産地消や食育の向上を図ることが目的です。今回は、農林業被害をもたらしているエゾシカが活用可能な資源であることから、管内統一食材としてエゾシカ肉が取り上げられました。

エゾシカ肉を食べたことがある子どもは、クラスの半分ほど。子どもたちは焼肉風に調理されたエゾシカ肉をほおぼり「おいしい」と歓声を上げていました。





わだ いとちゃん  
(3さい)

レストランで はたらきたいな。だいすきな ハンバーグや アイスクリームをつくるの。かっこいいレストランに するから みんな きてね。



奥春別荘の保育園のおともだち



いたがき あおちゃん  
(3さい)

おかあさんに ケーキやさん パンやさん えほんやさん アイスクリームやさん... になりたいものが いっぱい あるの。でも いまは いもうとが ほしいんだ

がんばっているあなたがすき

シリーズ・ひと

日常の幸せを拾っていったら

北海道人形作家協会公募展で北海道教育長賞を受賞した

江口 佑子さん(69歳・美里4)



北海道人形作家協会の公募展で北海道教育長賞を受賞した江口さん。これまでも北海道知事賞をはじめ数々の入賞歴があります。創作人形との出会いはいつだったのでしょうか。

「親友から「娘に縫いぐるみを作ってあげたいから教えてほしい」と言われ、40年ほど前に2人で縫いぐるみの人形作りを始めました。人形作りの仲間も増え、町の文化祭などで発表してきましたが、だんだんと作風もリアルなものへ変わっていき、もつとりリアルなものを作りたいと思い始めたころ、親友が粘土の人形の本を紹介してくれたんです。「こういうものを作りたい」と即座に思いました。ですが、本に作り方が書いてあるわけではありませんし、近くに教えてくださる先生もいない。全くの独学で人形作りを始めました。それが11年前のことです。

物を作ることが、もともと好きだったのです。

「物のない幼少時代、布団のほつれから綿を取り出しては、人形らしき物を作っていた子どもでした。その綿の出所がどこか、母は当然分かってはいたはずですが「上手ね」と褒めてくれました。私のきょうだいも創作が好きで、みんな創作や造形といった趣味を持っています。振り返ってみれば、両親共に物作りが好きでしたし、両親から受け継いだものと、それを育む環境に恵まれていたのだと思いますね。感謝しています。

作られる人形は皆表情が豊かで、情感にあふれています。

「独学だったからこそ、逆に独創的に作ることができたのかもしれないですね。題材は身の周りや家族の様子から見つけますが、おじいちゃんや孫、母と子など、ごく普通のことごとくも幸せなこと。それは見てくださる皆さんも同じで、だから共感を得られるのではないかと思います。

人形作りの魅力は、

「創作そのものが大きな楽しみであるのはもちろん、人形を通して幸せな出会いに恵まれることですね。自分が好きで作っているものが、皆さんに見ていただくチャンスを得て、しかも喜んでいただけるのは、とても光栄なこと。これまで各地で個展を開催させていただきましたが、それぞれすてきな出会いがありました。7、8月には道の駅摩周温泉で開催しましたが、このときも全国各地の方に見ていただきました。また、ギャラリーのある道の駅は珍しい、素晴らしいと仰っていただいたのも、地元の人間としては大変うれしかったです。

今後の抱負は、

「人生の大きな楽しみとして、感性と腕を磨いて、ずっと作り続けていきたい。そして、人形作りを通して、日常の幸せを拾っていったら...と思います。



摩周蝦夷太鼓保存会  
代表・小澤 重則 さん  
会員・12人



摩周蝦夷太鼓保存会の皆さん  
2列目の右から2人目が代表の小澤さん



練習の様子

代表の小澤さんは「太鼓は、学校だけではなく地域でも子どもたちの教育を行ってきた、この自治会ならではの取り組みだ」と思っています。大人も子どもも、太鼓の技術はもとより、人とのつながりの中で大きくなっていく、こればいいと思います」と話していました。

摩周蝦夷太鼓保存会は1996年設立の郷土芸能の会です。昭栄小学校(奥田泰朗校長)の児童6人が中心となって活動しています。

設立のきっかけは、同校の当時の教頭

先生が「子どもたちが郷土芸能に親しむ機会が欲しい」と考えたこと。そこで、もともと交流のあった北海道くしろ蝦夷太鼓保存会から指導を受け、自治会の協力を得ながら会を立ち上げることにしました。現在は、同会の正式な管内組織となっていて、釧路から指導者が来て練習をする日もあるそうです。

学校の取り組みとして始まったため、児童が活動の中心。小規模校ということもあり、児童の卒業後はなかなか会員が増えないという時期が続きましたが、今年は大きな動きが。「子どもと一緒に太鼓をやりたい」という保護者の方が加入して、より力強い演奏となっています。

主な発表の場は、南弟子屈文化祭や町の総合文化祭、摩周の里夏まつり、JA摩周湖農業祭など。ほかに、特別養護老人ホーム摩周や厚生病院の慰問なども行っています。



### 11月 川湯屋内プールのお知らせ ☎483-2072

- 背泳ぎ教室(一般成人)**  
◇日時/3、10、17日 14時~14時45分
  - がんばれ水泳教室(25メートル泳げる成人)**  
◇日時/2、⑦、9、⑭、16、⑳、23、30日 14時~14時45分  
※〇は送迎バスあり(13時10分 公民館前発)
  - 水中運動教室(一般成人)**  
◇日時/1、8、15、22、29日 14時~14時45分  
※全て送迎バスあり(13時10分 公民館前発)
  - 初心者水泳教室(一般成人)**  
◇日時/4、11、18日 14時~14時45分
  - 水中ジョギング教室(一般成人)**  
◇日時/7、14、21日 10時30分~11時15分  
2、9、16、23、30日 19時~19時45分
  - フリー教室(幼児・小学生教室参加の保護者)**  
◇日時/10、11、17、18日 10時~11時30分
  - 幼児水泳教室(幼児4~5歳)**  
◇日時/11、18日 10時30分~11時15分
  - 小学生水泳教室(初めて水泳を習う小学生)**  
◇日時/10、17日 10時30分~11時15分
  - 選手コース(摩周スイミングスクール所属)**  
◇日時/1、2、3、4、7、8、9、10、11、14、15、16、17、18、21、22、23、29、30日 15時~17時
- ※10月から「幼児」「小学生」の教室開催曜日・時間が変更になっています。お間違えないよう、ご確認ください。



- 利用料**
- 小・中・高校生/無料
  - 一般/520円(税込み)
- 休館日**
- 今月の休館日(5、6、12、13、19、20、24、25、26、27、28日)
- 開館時間**
- 毎月第2・4土曜日は無料開放日!
  - 10時~17時(水・木・土・日)
  - 10時~20時(金)

### 休日公証相談を行います

154④4171内線111番まで。

- 日時/11月23日(金) 10時~16時
- 場所/釧路公証人役場(釧路市末広町7丁目2番地 金森ビル)
- 相談内容/遺言、相続、任意後見、尊厳死宣言、お金の貸し借り、賃貸借、離婚に伴う養育費・慰謝料・財産分与など。
- 相談料/無料
- 申し込み方法/相談を希望される方は、11月22日(木)までに電話で予約してください。
- 予約・問い合わせ先/釧路公証人役場 ☎0154②⑤1365まで。

### 女性の権利強化月間です

女性の権利に関する電話相談を受け付けています。

強化月間の今月は、受付時間を延長して対応します。相談は無料、秘密は守られます。

主催/法務省・釧路人権擁護委員連合会

受付期間

- 11月12日(月)~11月16日(金) 8時30分~19時
- 11月17日(土)・11月18日(日) 10時~17時
- ※通常は(月)~(金)年末年始・祝日を除く8時30分~17時15分
- ※面談による相談は、通常どおり(月)~(金)年末年始・祝日を除く8時30分~17時15分
- 相談電話番号/☎0570-070810(全国共通)
- 相談担当者/釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員・釧路地方事務局職員
- 問い合わせ先/釧路地方事務局人権擁護課 ☎0154⑩5014(直通)まで。

(広告)

### 冬季休業のお知らせ

本年度の営業は終了致しました  
今年もご来店、誠に有難う御座いました  
来年度も4月下旬から再オープン予定です

カフェ **うりむら**

美留和原野 TEL 090-3033-7090  
ブログ <http://tesikaga-urimuu.asablo.jp/blog/>

### ひとり親家庭のお母さん対象に講習会

日時/11月10日(土) 10時~15時

場所/子ども発達支援センター(桜丘3丁目5・6)

対象/ひとり親家庭などの母

内容

- パソコン講習(ワード・エクセル)/パソコン操作が初めての方・ポスターなどを作りたい方
- 就労などについての相談
- ※託児を希望する方は、申し込みの際にお知らせください。

### 今月は労働保険適用促進強化月間です

労働保険とは労災保険と雇用の安定や福祉の増進などを図ることを目的に、国が直接管理運営している保険です。農林水産業の一部を除き、労働者を1人でも雇用する事業については、法人個人を問わず加入が義務付けられています。

11月は「労働保険適用促進強化月間」です。労働者の方が安心して働ける職場となるよう、まだ労働保険に加入していない事業主の方は、速やかに釧路労働基準監督署か釧路公共職業安定所にご相談ください。

問い合わせ先/北海道労働局総務部労働保険徴収課 ☎011-709-2311、釧路労働基準監督署 ☎0154④9711、釧路公共職業安定所(ハローワーク釧路) ☎0154④1201まで。

問い合わせ先/北海道労働局総務部労働保険徴収課 ☎011-709-2311、釧路労働基準監督署 ☎0154④9711、釧路公共職業安定所(ハローワーク釧路) ☎0154④1201まで。

主権/釧路調停協会

日時/11月5日(月) 10時~15時(予約不要)

場所/釧路市役所1階ロビー(市民ギャラリー)

相談担当/民事調停委員(家事調停委員)(釧路調停協会所属)

相談内容/交通事故、金銭貸借、土地建物の紛争、遺産相続、家庭内の問題など、民事・家事に関するトラブルを解決する代表的な方法の一つである、裁判所での調停手続きの利用に関する相談。

相談料/無料

問い合わせ先/釧路調停協会事務局 釧路簡易裁判所内 ☎0

# 生活情報をみなさんにお知らせ!

# Information

インフォメーション

- 連絡先**
- 役場 ☎482-2191
  - 川湯支所 ☎483-2043
  - 屈斜路支所 ☎484-2052

### 文化センターガイド

#### 11月 アリーナ町民開放日

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
区分	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
区分	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
分			○		休				休	○	休				

◎=全面 休=休館日  
(時間帯は18:00~21:00です)

10月10日現在の子定ですので、町民開放利用を希望する方は、文化センターにあらかじめお問い合わせください。

#### 今月の主な行事予定

- 4日 摩周丘幼稚園お遊戯会
- 10日 標茶バレエ研究会発表会
- 11日 会長杯ソフトテニス大会
- 17日 ジュニア防犯王争奪選手権大会
- 18日 町民卓球大会
- 25日 摩周杯ソフトバレーボール大会

問い合わせ先  
釧路圏摩周観光文化センター ☎482-1811



### 無許可で商品先物取引の勧誘を行う業者に注意!

一般の消費者に対して商品先物取引を行うには、商品先物取引法に基づく許可が必要です。許可を受けていない「無許可業者」と取引を行わないよう、十分にご注意ください。

▶自宅や職場に、シカゴの大豆取引への勧誘の電話がしつこくかかってくる場合は、無許可業者の可能性が高いです。契約・取引はもちろん、話し合いにも応じないようにしてください。

▶許可を受けている業者かどうかは、農林水産省ホームページ (http://www.maff.go.jp/j/shokusan/syoutori/dealing/index.html)、経済産業省ホームページ (http://www.meti.go.jp/policy/commerce/index.html)などでご確認ください。

□無許可業者に関する苦情・相談窓口

- 大豆やコーン、砂糖など/農林水産省商品先物相談窓口 ☎03-3501-6730まで。
- 金やプラチナ、原油など/経済産業省商品先物相談窓口 ☎03-3501-1776まで。



### 11月の町税などの納期限

今月の町税などの納期限は次のとおりです。納め忘れのないようにしましょう。

- ▶固定資産税 4期 11月30日(金)
- ▶国民健康保険税 6期 11月30日(金)
- ▶後期高齢者医療保険料 6期 11月30日(金)

### 夜間納税窓口開設のお知らせ

日中、仕事などで役場に来られない方々のために、次の日程で「夜間納税窓口」を開設します。ぜひ、ご利用ください。

- ▶開設日/11月28日(水)
- ▶開設時間/午後8時まで
- ▶開設場所/役場庁舎・川湯支所

- 問い合わせ先/役場税務課 ☎482-2914(課直通)まで。

納税窓口



### おはなしはらっぱ 11月

テーマ『ふゆじたく』

- ☆10日/『おばあさんのすーぷ』 ほか2冊
- ☆17日/『ばあちゃんのえんがわ』 ほか2冊
- ☆24日/『すすめ! じょせつきかんしゃ』 ほか2冊

※3日は「文化の日」のためお休みです。

○時間/午後1時~ ○場所/弟子屈町図書館  
おはなしはらっぱは毎週土曜日午後1時! みんな集まれ!

- パネル展示(釧路管内の森づくり、森林散策、緑化活動などの様子が分かる)
- 木育ひろば(木のプール・木製遊具)
- 木とのふれあいコーナー(絵を描いて作る木のコースター、木のマグネット・木の葉のしおりなど)
- 木育工作体験コーナー(日替わり・時間帯別メニューでいろいろな工作を実施)
- 木育工作体験は事前、または当日会場で予約してください。
- 申し込み・問い合わせ先/釧路総合振興局林務課 ☎0154-9208まで。

**中小企業大学校で研修を受けませんか**

中小企業大学校旭川校は、国の中小企業施策に基づいて設立された人材育成機関です。独立行政法人中小企業基盤整備機構北海道本部の管轄下にあり、北海道の中小企業を人材育成面から支援しています。さまざまな研修を用意していますので、受講して企業の経営力を高めませんか。

▼12月開講/「次代へ伝える技術・技能伝承講座」「コミュニケーション能力養成講座」「問題を見つめる力」解く力」

□問い合わせ先/中小企業大学校旭川校(受託事業者 株東京リーガルマインド) ☎0166-1200 URL http://www.smri.go.jp/inst/asahikawa/等

**寄付ありがとうございました**

医療法人共生会 川湯の森病院  
理事長 齋藤浩 記様

▼ダイコン 200本

●倅和園利用者に食べてほしい。

□濱口 勝彦 様(東京都)

▼土地(美留和1番2)ほか6筆 2万8千571㎡

●公共の用地として活用していただきたい。

### 陸上自衛隊高等工科大学 陸上自衛隊高等工科大学 陸上自衛隊高等工科大学

自衛官候補生と、平成25年4月採用の陸上自衛隊高等工科大学の生徒を募集します。

- ①自衛官候補生
- ▼応募資格/18歳以上27歳未満の方
- ▼受付期間/随時
- ▼試験日・場所/11月19日(第2回)、12月7日(第3回)・釧路駐屯地
- ②陸上自衛隊高等工科大学校生徒
- ▼応募資格/中学校を卒業(見込みを含む)した17歳未満の男子
- ▼受付期間/12月7日(金)まで
- ▼試験日・場所/平成25年1月

### 木育・森づくりパネル展を開催します

- ▼主催/地域づくりプロジェクト環境保全型森づくりPT(釧路町村会)・くしろ森と緑の会
- ▼日時/11月10日(土)・11日(日)とも10時~16時
- ▼場所/イオン釧路昭和ショッピングセンター
- ▼内容

## 町営住宅 入居者を募集します

役場では、次の期間で町営住宅入居者を募集します。入居者は、条件を備えている方から、困窮度などに応じて決定します。

- ▶受付期間/11月2日(金)~11月9日(金)(土・日曜日、祝日を除く)
- ▶受付窓口/役場建設課管理係・川湯支所
- ▶入居時期/11月下旬~12月上旬の予定
- ▶入居敷金/住宅料(月額)の3倍の額(緑団地単身者用は住宅料の2倍の額)

※入居要件、入居基準など、詳しくはお問い合わせください。  
 ※入居しようとする方、同居しようとする親族などが暴力団員である場合は、入居が認められません。  
 □問い合わせ先/役場建設課管理係 ☎482-2941(課直通)まで。

団地名・構造	建設年度	規模	月額住宅料	戸数	備考
※みはらし台団地(中層耐火4階建)	S52	3DK	15,100~22,600円	1	61.13㎡(3階)
美留和団地(簡易耐火平屋建)	S52	3DK	9,000~13,400円	2	53.61㎡
※敷島団地(中層耐火3階建)	H13	2LDK	23,800~35,500円	1	70.90㎡(2階)
緑団地(簡易耐火2階建)	S51	3DK	10,800~16,100円	3	59.99㎡
※緑団地(中層耐火3階建)	H6	1DK	15,200~22,600円	1	47.40㎡(1階)
※緑団地単身者用(中層耐火3階建)	H6	1DK	30,000円	3	47.40㎡(2・3階)

注1 ※印の団地は、管理費が毎月200~3,000円程度かかります。(団地によって異なります)  
 注2 場合によっては募集内容を変更することがありますので、あらかじめご了承願います。

### 弟子屈町 後援 ホームヘルパー2級講座無料説明会

11月10日(土)	11月16日(金)
10:00~10:30	10:00~10:30
13:00~13:30	14:00~14:30
16:00~16:30	18:00~18:30

【説明会会場】 弟子屈町社会老人福祉センター 弟子屈町中央2丁目10-25 無料駐車場有  
 ※ホームヘルパー2級講座を受講される町民の方は、町の補助制度が活用できます。詳しくは役場観光商工課 ☎482-2940(課直通)まで、お問い合わせください。

受講に関するお問い合わせは  
**三幸福祉カレッジ**  
 ☎0120-294-350



日	月	火	水	木	金	土
記号の見方 健診や子育て相談など 行政相談、人権相談 保育園開放など 子育て支援センター開放など 税の納期など イベント、その他				ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	3 文化の日
4	ひなたぼっこ開放 「0～1歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) 健康相談(役場・10:00～)	ひなたぼっこ開放 「2～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	保育園開放「遊んDay」(おひさま保育園/川湯保育園・9:00～)	マタニティ教室(福祉センター・10:30～)	木のおもちゃで遊ぼう(林業多目的センター)[要予約] ひなたぼっこ開放「0～3歳」(子育て支援センター・14:00～16:30)	10
11	ひなたぼっこ開放 「0～1歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) 健康相談(役場・10:00～)	ひなたぼっこ開放 「2～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	保育園開放「遊んDay」(おひさま保育園/川湯保育園・9:00～) ひなたぼっこ移動開放「0～3歳」(川湯駅前交流センター・9:30～11:30)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) 行政相談(公民館・13:00～)	17
18	ひなたぼっこ開放 「0～1歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) 健康相談(役場・10:00～)	ひなたぼっこ開放 「2～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	保育園開放「遊んDay」(おひさま保育園/川湯保育園・9:00～) 乳児・1歳半児健診(福祉センター・9:15～) フッ素塗布(福祉センター・10:00～) 予防接種「BCG」(福祉センター・14:30～)	母親講座「救急救命」(福祉センター・9:30～)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・14:00～16:30) マタニティ教室(公民館・13:30～)	23 24 勤労感謝の日
25	ひなたぼっこ開放 「0～1歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) 健康相談(役場・10:00～)	ひなたぼっこ開放 「2～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	保育園開放「遊んDay」(おひさま保育園/川湯保育園・9:00～) ひなたぼっこ移動開放「0～3歳」(川湯駅前交流センター・9:30～11:30) 夜間納税窓口開設(役場/川湯支所・20:00まで)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30)	ひなたぼっこ開放 「0～3歳」(子育て支援センター・9:30～11:30/14:00～16:30) フッ素塗布(川湯保育園・10:00～) 固定資産税4期、国民健康保険税6期、後期高齢者医療保険料6期納期限	

■問い合わせ先/保健福祉課☎482-2935・町民課☎482-2934・税務課☎482-2914・おひさま保育園☎482-2444・子育て支援センター「ひなたぼっこ」☎482-5667

▼今年9月の世界の平均気温は観測以来、最も高い記録でした。確かに今年は夏がいつまでも居座り、なかなか秋に移り変わらない感じがしました。そのせいなのか、紅葉の見ごろや山々の初冠雪が今年はかなり遅かったようです。暑苦しい夏が長々と続いた分、寒さ厳しい冬は短くなってくれればいいのですが。(岡田)

▼カラダは変えられる(4/11頁)などと書きながら、日頃全くカラダを変えようとしていない私です。特に運動はほとんどしたことがない、美羅尾山ろくマラソン(29頁)で1キロ走るのが年に一度の運動。未来の自分のため、そして家族のためにも、生活の振り返りと改善が必要だと、記事を書きながらしみじみ思った次第です。(宮田)

### 編集後記

お悔やみ申し上げます

お誕生おめでとうございませう

●人口計 8,127人 (マオ9)

●世帯数 4,002世帯 (マオ3)

●男 3,861人 (マオ7)

●女 4,266人 (マオ2)

お悔やみ申し上げます

小見山明穂ちゃん(貴広仁多)

武田景太郎ちゃん(清和里里)

松本紫音ちゃん(勝行川湯温泉)

小林 京子さん(89歳)高米2

笹岡 和廣さん(46歳)跡佐登原野

玉手 トヨさん(71歳)泉1

伏見 敏郎さん(94歳)中央2

伏見 隆行さん(59歳)中央2

向 繁男さん(77歳)桜丘3

廣田 宗行さん(64歳)中央2

※お誕生、お悔やみは、9/1～9/30に届け出をされた方のうち、掲載を希望された方のみ掲載しています。

## 指名手配被疑者捜査強化月間です

11.1～30  
Police

ピンときたら110番

### 指名手配犯人検挙にご協力をお願いします!

警察庁では「安全・安心なまちづくり」を目指し、全国警察の総力を挙げて指名手配犯人検挙の追跡捜査を行っています。しかし、まちに潜み、人波に紛れ込んでいる指名手配犯人を早期に検挙するためには、地域住民の皆さんのご理解・ご協力がなければ達成できません。

逃走中の指名手配犯人に関する情報は、どんなささいなことでも110番通報、または最寄りの警察署・駐在所などにご連絡くださるようお願いいたします。



### 捜査活動にご協力をお願いします!

現在、犯罪の発生件数は減少傾向にありますが、殺人・強盗・放火などの凶悪犯罪や振り込め詐欺などの悪質な犯罪が後を絶ちません。また、暴力団が一般社会に紛れ込み活動が巧妙化するなど、決して油断できない状況にあります。

このような犯罪の抑止と事件解決のため、不審者や不審車両などを目撃した場合には、速やかに最寄りの警察署等へ通報するなど捜査活動にご協力をお願いします。



問い合わせ先/弟子屈警察署☎482-2110(直通)

## 住宅用火災警報器を設置しよう!

### 防火ソフトバレーボール大会を盛大に開催しました!

秋の火災予防運動期間(10月15日～31日)中の行事として、10月7日に第3回防火ソフトバレーボール大会を開催しました。

大会には多数の町民の方に参加していただき、盛大に開催することができました。スポーツを通じ、防火と住宅用火災警報器の設置推進について広くPRすることができました。

▶大会結果▶優勝/GOGO-A▶準優勝/ドリーム摩周▶3位/GOGO-B



表彰式の様子(右熱い戦いを展開中)

### 住宅用火災警報器設置促進のため弟子屈婦人防火クラブが家庭訪問

秋の火災予防運動期間の初日である10月15日、弟子屈婦人防火クラブの皆さんが鈴蘭地区で、住宅用火災警報器設置促進

家庭訪問を実施しました。鈴蘭4～6丁目で開催の家庭訪問時に住宅用火災警報器が未設置であった家庭を訪問し、住宅

用火災警報器の早期設置をお願いしました。今回の家庭訪問

では、在宅であった20件のうち16件(設置率80%)の家庭で住宅

用火災警報器が設置されていました。



火災警報器の早期設置を呼び掛け

※訂正/広報7月号から10月号まで火災件数が4件となっていました、正しくは「3件」の誤りでした。訂正します。

## 火事と救急は119番

### 弟子屈消防署

☎482-2073 E-mail:teshikaga.fire.119@bird.ocn.ne.jp

9月末までの出動件数

火災	3件
救急	387件