

おいしい水と、うまい空気で、人とお米が育つまち

写真の町
ひがしかわ

Public relations brochure of Higashikawa

▼第40回ひがしかわ氷まつり
▼東中吹奏楽部がサントリーホールで初コンサート



2

2014 February
No.724

CONTENTS

第40回ひがしかわ氷まつり	3
まち・タウン	4
○新成人、晴れ着の門出に59人 ○「ボクらは海賊!」。初の英語キャンプ盛り上がり ○東中吹奏楽部がサントリーホールで初コンサート ほか	
町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」	6
○原始人と青春の心! ◇俳句	
大雪山の素顔	7
○自分のための体験 NPO(特定非営利活動)法人ねおす、大雪山自然学校代表 小林 峻さん ◇本で知る ふるさとの山 東川村の源泉瀧って、どこの滝? 町史編集専門員 西原義弘	
A Word From Another World	8
○No.28 グラウンドホッグ・デー 英語活動教育指導員 カトリーナ・カイラさん	
知って役立つ ミニ家庭医学講座	9
○第9回 冬場のスキンケア 東川町立診療所副所長 古川倫也医師 ○貸し出し図書・ビデオ紹介	
大雪地区広域連合からのお知らせ	10
○大雪地区広域連合、24年度決算の概要	
くらし・ネットワーク	11
○夜間の税納付と相談窓口を開設します ○料金改定のお知らせ ○写真の町実行委員会企画委員を募集 ○学校公務補を募集します ○旭川成年後見支援センター移動相談会を開きます ほか	
子育てチャンネル	16
○子どもたちに本の楽しさを ことども富貴堂店長 福田洋子さん	
保健だより	17
○肥満は生活習慣病の大敵	
インフォメーション	18
○2月の行事 ほか 「今、生き生きと」は休載します。	



雪の合い間
(昨年3月、旭岳温泉)

確定申告、納税は3月17日までに

特
設
会
場

■役場会場

役場1階第1小会議室

(正面玄関すぐ左)

▶期間/1月27日(月)~3月17日(月)

(土、日、祝日を除く)

午前8時半~午後5時15分

▶役場税務課☎82-2111内線
(123、124)

■税務署対応の会場

旭川北洋ビル9階

(旭川市4条通9丁目)

税務署内に会場はありません

▶期間/2月3日(月)~3月17日(月)

(土、日、祝日を除く)

午前9時~午後5時(午後4時まで受け付け)

▶旭川東税務署☎23-6291(自動音声案内)

第40回ひがしかわ氷まつり

しばれ最高、冬休み最後の歓声いっぱい

道内の冬の祭りトップを切って第40回ひがしかわ氷まつりが1月18日から3日間、羽衣公園を中心会場として開幕しました。祭り期間中、穏やかな日和に恵まれ、小学校の冬休み最終日と重なって大勢の家族連れでにぎわいました。



天気も良く家族連れでにぎわった大滑り台・レインボースロープ(19日)

祭り期間中、今年は3日間とも穏やかな好天が続き、前夜祭の花火打ち上げ時は氷点下19・8度(午後7時)まで気温が下がり、会場を訪れた観客は真冬の夜空にちりばめられた極彩色の大輪を楽しましました。

本祭りの日曜日は、日中氷点下



氷彫刻コンクール優勝「～調和♪～」



雪像コンクール優勝作品「くまモンガー」



賛助出店した女川町観光協会のサンマのすり身汁が大盛況

8・4度(午後1時)まで気温が上がって晴れ上がり絶好の祭り日和。一番人気の大滑り台、レインボースロープには冬休み最後の子供たちが終日列を作って並び歓声がこだましました。

期間中の最低気温は、氷彫刻コンクールで氷像制作が始まった18日未明の氷点下20・6度(18日午前3時)。氷柱ブロックも固く締まって、ライトアップした作品は美しい輝きを放ちました。

10人が出場した大会は、ホテル調理師の安田納さん(札幌)が作品名「く調和♪」で昨年に続き

て2年連続優勝を果たしました。農村環境改善センター会場のウィンターコンサートは、東川小スクールバンド、リコーダーアンサンブル・イコロ、大雪子どもチアリーディングチーム・スノーベルジュニア、旭川東高校音楽部がそれぞれ好演しました。



氷まつりコンクール結果

雪像コンクール (制作13作品)

順位	作品名	団体
優勝	くまモンガー	（株）東川振興公社
準優勝	「馬」	東川町議会
3	駿馬	北海道東川高等学校
4	ほくほくFG10周年 ～祝カーリング女子ソチ五輪出場	（株）北陸銀行旭川支店
5	となりのトトロ	旭川福祉専門学校保育科1年

氷彫刻旭川支部コンクール (制作10作品、敬称略)

順位	作品名	名前	所属
優勝	～調和♪～	安田 納	日本氷彫刻会札幌支部
準優勝	戦い	古田 孝俊	東川氷土会
3	TORA TORA	山本 剛史	旭川司厨士協会
4	ガラスのハート	森藤 真介	日本氷彫刻会札幌支部
5	躍動	鎌田 賢征	日本氷彫刻会北見支部

防災の誓い新た、新年出初め式



1月5日、大雪消防組合東川消防団（金盛勇松団長）が消防出初め式を行い、災害ゼロの新たな年明けを誓いました。

- ◇町長表彰
 - 勤続35年 金盛勇松(団長)▼同30年 原功(第3分団長)▼同25年 林克政(第2回)、河治均(第5副分団長、馬場伸二(第5分団部長)▼同20年 畑中貴樹(第4回)▼同15年 畑中雅晴(同回)、中田博之(第3回)▼同10年 丸山弘二(第2回)、宮崎充嗣(第3回)
 - ◇大雪消防組合管理者表彰
 - 勤続20年 山中伸幸第2部長、畑中貴樹
 - ◇北海道知事表彰
 - 勤続30年 原功▼同20年 畑中貴樹▼同10年 丸山弘二、宮崎充嗣
 - ◇北海道消防協会会長表彰
 - 勤続30年 原功▼同20年 山中伸幸、畑中貴樹▼同10年 山田克宏(第4班長)、米田紀興(第1回)、宮崎充嗣(同回)、石澤昌敏(同回)、丸山弘二、宮崎充嗣、阿部茂(第5回)
 - ◇東川消防団連合後援会長表彰
 - 勤続5年 藤川晴貴(第4回)、佐竹国広(第5回)、堀部祥広(同回)▼感謝状 尾池紀泰(第1元後援会長)

今年も登場、旭大生はサンタクロース



昨年12月21日から3日間、旭川大学の学生が第三地区のお年寄り世帯などにクリスマスプレゼントを持参して巡回訪問しました。4、5人ずつグループに分かれ、クリスマスケーキと手作りのカードを手に20世帯を訪問しました。32区の安井ハツさん(90)は、毎年の来訪を心待ちに出迎えました。

ハツさんへのプレゼントは、ケーキとカードのほかに、3年前の来訪時にNHKテレビで取材して放送した時の録画ビデオ。放送時に番組を見なかつたそうで、当時の様子をなつかしように思い出していました。

ハツさんは訪問してくれた学生たちに、ほくほくのサツマイモをプレゼント。みんなの顔がほころびました。

今年も韓国留学生3人を含め27人が集まりました。国際ソロプチミスト・ルンベル旭川(奈良信子代表)の応援で活動資金も出来たので、活動内容も拡大。同大近くのグループホーム訪問、第三小児童と一緒に第三地区コミュニティセンターで子供クリスマス会も開きました。

新成人、晴れ着の門出に59人

1月12日、農村環境改善センターで開いた成人式で59人が社会人として新たな第一歩を踏み出しました。

今年の成人式は昨年より13人少なくなりました。農業研修生として来日している中国人女性2人も出席。昨年3月に来日した季雪(リ・シエ)さんは「日本の成人式に出席出来てとてもうれ

しい。あと2年間日本語の勉強と仕事に頑張りたい」と喜びました。

松岡市郎町長は、高校卒業後プロボクサーを経て独学で建築設計を学び、24歳で一級建築士の資格を取って独立した著名な日本人建築家、安藤忠雄さんを例に挙げ「自ら考えて立ち向かう闘争心、持続力、感性力が大事。この



3つがあればすべてがよくなっていく。そして将来にわたって青春の心を持つこと」と門出の言葉を贈りました。

ボウリングは海賊！初の英語キャンプ



船のそりづくりスタート。チーム名、チームTシャツデザインを決め、夕食後にはスカベンジャーハンティングで、海賊船の制作材料をゲットするゲームを楽しみました。仕上げのお楽しみは、チームごとに完成した海賊船そりに乗って海賊船レース。雪山に繰り出し、スロープを転

東川町教委は1月16、17の2日間、美瑛町白銀温泉の国立大雪青少年交流の家で初の「英語キャンプ2014」を開きました。町内の4年生以上の小学生32人が参加しました。一泊のミニキャンプで大型そりの海賊船を作り、雪山でスロープを遊ぼう、という企画。

参加者は全員海賊船のちびっこ乗組員。キャンプ中の指示と会話は原則英語。ゲームの勝者、良い答え、良いアイデアを出すと「グッドジョブ！」と金貨のごほうびが出ます。たくさん集めた金貨の数は勝者の証です。

東川、東神楽両町のALT(外国語指導助手)、カリン・ストロムさん、ステシー・フジカワさん、カトリナ・カイラさん、マイケル・デルーさんと町の国際交流員、ウナ・ヴォルコヴァさん5人が指導役。東川高校の生徒4人、遠藤祥悦先生も運営ボランティアとして参加しました。5〜6人ずつチームを組んで、海賊

がりながら雪上に歓声を響かせて楽しみました。

旭川医大から中継、インターネットで健康医学講座

1月21日、役場町民ホールで旭川医科大学の北海道メデイカルミュージアムを開きました。

2カ月に1回程度開設している一般向け健康情報講座。東川開催は昨年11月に続いて2回目です。「頭痛について」と題して、同医



大脳神経外科、安菜良悟医師がさまざまな頭痛を解説しました。一般的な頭痛と、病気のサインとなる頭痛、神経痛の痛みを解説。一特に脳血管障害は大事。中でもくも膜下出血は、元気に働いていた人が、突然バットで殴られたような激痛に見舞わ

東中吹奏楽部がサントリホールで初コンサート



1月12日、東川中学校吹奏楽部(吉原七海部長)が東京・サントリホール(港区赤坂)でジャズピアノストで歌手のケイコ・ボルジェソンさんとジョイントコンサートを実現しました。

吹奏楽部は、2012(平成12)年12月に来町して同中吹奏楽部と共演したケイコさんが「東京で共演しましょう」と招いてくれて実現しました。ほかに、介護施設・ありすの杜(港区南麻布)でも、ケイコさんとジャズ・バイオリニストで夫のホーカンさんも加わってジョイントコンサートが実現しました。ラトビア大使館も訪問。コンサートを鑑賞したノルマンズ・ペンケ駐日大使は、団員35人の熱演を讃えました。

「その場で命の危険がある」などと強調しました。

インターネットで双方方向の情報通信が可能な同医大テレビ会議システムを利用し、専門医が医学情報を発信しています。その場で質問に答えることができるというもの。東川のほか、札幌、旭川、岩見沢、留萌、紋別、羽幌、利尻、枝幸(順不同)の道内10市町の病院、道の駅などで中継放送しています。

飲水思源

町長

松岡市郎

原始人と青春の心！

「若者よ 原始人に戻れ」は日本を代表し、世界で活躍する建築家、安藤忠雄氏（72）の講演会での話である。現在の若者に安藤忠雄と言っても知らない人が多いようだ。建築という一般の人々にはなじみの薄い分野でもあるためだろう。

安藤氏について調べて見ると、経歴が多彩である。高校時代に拳闘（ボクシング）のライセンスを取得し、「グレート安藤」のリング名で闘い、戦績は13勝3敗7分けとなっている。しかし「拳闘では飯は食えない。見当違い」とあきらめ、海外へ見聞を広める武者修行へと出かけ、感性を磨いたようである。

高校卒、独学24歳で一級建築士の資格を取得し、28歳で自らの建築事務所を構えている。その後、東京大学教授や著名なハーバード大学などで客員教授を歴任している。声はガラガラ、自ら顔は原始人だと言う。実際に会うと不思議なこと

に原始人に見える。安藤氏曰く、「若者の顔は原始人から遠ざかっている」と言う。容姿を指しているのではない。原始人には

少なくとも3つの力、「発想力、持続力、直観力」があった。発想力で自ら考え、目標に向かって闘う闘争心がある力、そして持続力は「しぶとさ」を指摘し、自分たちで誇れるものを自分たちで創る力であると。最後の直観力であるが、さまざまなものに出会って刺激を受け感性を磨く力だそうである。現在の若者からはこの3つの力がどうも抜け落ちてしまい、たくましさを感じないという。

人間は生涯「青春の心」を持ち続けることが大切であるとも説く。米国の実業家、サミエル・ウルマンの「青春の詩」の一節、「青春とは人生の一期のことではなく心のあり方のことだ。若くあるためには創造力、強い意思、情熱、勇氣…冒険への希求がなくてはならない。人間は年齢を重ねた時老いいるのではない、理想をなくした時老いいるのである」と紹介していた。

若者はかりでなく、われわれも安藤氏のように原始人の力と青春の心を失わないようにしたいものである。

俳句

節料理黒豆三粒残りおり
 どんど火を囲みふる里同じうす
 雪だるまきつと手がでる足がある
 除夜の鐘雪つれだちて舞い初むる
 春待ちてスーツケースを出してみる
 携えし手と手見送る駅は雪
 吹雪の中会えると信じ冬の駅
 雪だるま炭のくちびる一文字
 新年の太鼓花火のめでたきよ
 着ぶくれて日の目みぬ句を愛おしむ
 天上と地上をうながす雪の舞
 子等の夢両眼に託す雪達磨
 書き初めのはみだしそうな雪だるま
 雪だるまポリバケツから戦斗帽
 角巻も亡母の行李も断捨離し
 ダイエットかなわぬ夢か寝正月
 解けないでそのままいてね雪だるま
 じいちゃんの孫だっこする師走かな

高瀬潤	石澤清宏	澤田久美子	松山蓉子	三島智	若田郁	本田咲	山内みゆ	長谷川きみゑ	小林ろば	高橋公花	杉山ひろのり	保科なほ	徳光吐苦	杉山りつ	山口佐知子	横田則子	若田久
-----	------	-------	------	-----	-----	-----	------	--------	------	------	--------	------	------	------	-------	------	-----



自分のための体験

最近テレビがつまらなくなってきました。テレビの内容がつまらなくなってきたのかもしれませんが、自分自身の考え方や好みも大きく変わってきたように感じています。特に年末年始の番組を眺めていると、見てみようという気持ちがどんどんなくなってきました。

芸能人を格付けする番組ではワインの味から値段の高低を判断させますが、私そのワインを飲めるわけではありません。ただ判断する様子を見ているだけです。またタレントが延々と料理する様子を見ているだけの番組も多いですね。これも自分たちが料理を作れるわけでも食べられるわけでもありません。

ニュースやドキュメンタリーなどメッセージ性の強いプログラムや、音楽、ドラマ、映画など、テレビが持つ良さを否定するつもりはありません。自然に関する仕事をしていながら、テレビ大好きで今までよく見てきました。それでも徐々にテレビから離れつつあります。



Nature Column (ネーチャーコラム)
自然解説員などで活躍する人々をリレーしています。

昨年末、息子と2人で森へ出かけました。スノーシューをはいて森を歩くと、いろいろな発見があります。ぐにやりと曲がって椅子のように座れる木、くるくると巻きつくツル、クリスマスツリーのようなトドマツ、こわごわとのぞき込む崖の上から見る小川、たくさんの動物たちの足跡、転んでもいたくない雪の柔らかさ、自分の足で歩く楽しさと辛さ…。

これはどんなにテレビを見ていても体験できない、自分のための体験です。野外では寒いことも疲れることもあります。転んだり不安になったりもします。けどそんなことすらも私たちにとって必要な経験なのではないでしょうか。家の中に閉じこもりがちな厳冬期ですが、一歩足を踏み出せば自分の体で感じる世界が待っています。テレビに飽きている自分に気づいたら、ぜひ森へ出かけることをお勧めします。

NPO (特定非営利活動) 法人ねおす
大雪山自然学校代表
小林 峻



本で知るふるさととの山

東川村の礦泉瀧って、どうの瀧？

表紙に朱筆で「永年保存」と書かれた書類が役場庁舎地下の書庫に大切に保管されています。本ではありませんので、「本で知るふるさととの山」のこの欄で書くのはどんなものだろうかと思いましたが、興味深い記録なので紹介します。



役場書庫に永年保存されている「陸地測量書類一拵」

あり、問題はありませんが、興味深いのは瀑布のところですよ。礦泉瀧(こうせんたき)。一名羽衣瀧ト称ス忠別川ノ支流アイシポツプ川ニアリ高サ百五十六尺(約47・3メートル)。村は当時、鉱泉瀧と呼び、別名、羽衣の瀧とも呼ばれているという認識でした。1917

の束は、大正五年以降の「陸地測量書類一拵(かつ)」です。その中に1916(大正5)年、陸地測量部測量手から村に問い合わせしてきたはがきがとじてあります。内容は、東川村では「倉沼川」といつているが東旭川村は「クラロマイ川」と記載している、いったい、どちらが現今最も妥当とすべきものなのか。

村は、陸地測量部の書式にのっとり村内の道路、山岳、河川、瀑布(ばくふ)、温泉の一覧表を作っています。川は倉沼川と書いて

「謎の迷宮 羽衣の滝」として書きましたが、その時はまだ「陸地測量書類一拵」に礦泉瀧という記録があることを知りませんでした。では、いつ、どなたが羽衣の滝と名付けたのか。相変わらず、分からなままです。

町史編さん専門員、西原義弘

No.28 A WORD FROM ANOTHER WORLD



Groundhog Day Catrina Caira

In Canada and the United States we celebrate Groundhog Day on February 2nd. According to tradition, if it is cloudy when the groundhog emerges from its burrow on this day, then spring will come early; if it is sunny, the groundhog will see its shadow and retreat back into its burrow, and the winter weather will continue for six more weeks. Today we hold early morning festivals to watch the groundhog emerge from its burrow. These groundhogs are often named, well known and will make the news. The largest Groundhog Day celebration is held in Punxsutawney, Pennsylvania.

This is not surprising since the celebration began as a Pennsylvania German custom in the 18th and 19th centuries. Groundhog day has its origins in ancient Europe where a badger or sacred bear was the prognosticator instead of the groundhog. The celebration is similar to the pagan festival of Imbolc, the seasonal turning point of the Celtic calendar; Traditionally celebrated on February 1st, which also involves weather prediction. There are also some loose similarities to St. Swithun's Day in July.

The first documented American reference to Groundhog Day can be found in a diary entry, dated February 4, 1841, of Morgantown, Pennsylvania, storekeeper James Morris, he says the Germans celebrated the holiday on Candlemas, February 2nd

【ちょっと豆知識】

宮地晶子

パンクサトニーで天気を占うグラウンドホッグは、代々フィルという名前です。フィルは実は冬眠もしていないのですが、その日、切り株型の小屋から引っ張り出される形で出てきます。そしてシルクハットとタキシード姿の人間が、グラウンドホッグ語のお告げの言葉を人間の言葉にして読み上げるとか。天気を正しく占う確率はかなり低そうですが、楽しみにしている人が多い年中行事です。

グラウンドホッグ・デー カトリナ・カイラ

カナダやアメリカでは2月2日はグラウンドホッグ・デーという祝日です。言い伝えでは、この日グラウンドホッグ(ウッドチャック)が巣穴から出たとき、曇りなら春が来るのが早く、晴れていたら、もう6週間冬が続くと言われています。晴れだと自分の影を見ておびえて巣穴に戻ってしまうからです。今は毎年、早朝からウッドチャックが出てくるのを待つ祭りがあります。このウッドチャックは名前もあり、有名で、ニュースになります。ペンシルバニアのパンクサトニーで行われるのが一番大きい祭りです。

もとは18~19世紀、ペンシルバニアのドイツ系住民の習慣として始まったことを考えれば、これも不思議ではありません。古代ヨーロッパに起源があり、予言をするのはアナグマや聖なる熊でした。またケルト民族のケルト暦で季節の変わり目の祭り、インボルクにも似ています。こちらは昔から2月1日に行われ、同じように天候を予測します。また7月のスウィジズ・デーとも少し共通点があります。

グラウンドホッグ・デーの最初の記述が出てくるのが、ペンシルバニア・モーガンタウンの店主、ジェイムズ・モリスの1841年2月4日付けの日記で、そこにはドイツ人が2月2日に聖燭祭(せいしよくさい)を祝うことも書かれています。

(訳:宮地晶子)

英語教育指導員 宮地晶子の

エイゴノマナビカタ

第104回

Kindleで多読

「先生、これ読みましたよ」。学校祭での出来事。バザーの券を売るのに夢中な私が驚いて顔を上げると、洋書を手にした懐かしい卒業生の顔が。忙しいのに、わざわざ返しに来てくれるなんて感激です。それに比べて私ときたら図書室が充実したのをいいことに日本語の本ばかり読んでいます。反省してまずはその本を読むことにしました。

本は宮崎駿監督が映画化した「ハウルの動く城」の原作 Diana Wynne Jones 著、Howl's Moving Castle.おもし

ろくて一気読みした私は、もっと洋書を読もう、と書店へ。しかし洋書は高い。「初老男性が解雇され、ひよんなきっかけでスターバックスで働くことに」というおもしろそうな本 (How Starbucks Saved My Life Michael Gates Gill 著、邦題「ラテに感謝」) が1,800円ほど。「うーん、読みたい、でも高い!」。

というわけで、あれこれ調べているうちに、これを1,000円で読む方法を見つけました!それが電子書籍リーダー Kindle(Kindle)。米国の通販サイト、アマゾンの製品なので、洋書が豊富で安く買えます。

見た目は17センチ×11センチ角の大きさで、ちょっと大きなスマホという感じ。たった200円で軽くていいなと思ったら、実際は持つ必要すらない。机に置いてページをめくる時に軽くタッチするだけでいい。腕の弱い私には最高です。文字の大きさを変えられるので、字が小さくてあきらめていた本も読めます。なんだかKindleの宣伝みたいですが、私としては、ぼっと世界が広がった気持ちでいます。英語力アップに多読は不可欠。4,000冊は保存できるというので、安心して多読できますよ。皆さんもいかがですか。

知って役立つ

ミニ家庭医学講座

第9回



冬場のスキンケア

寒い日が続いております。

気温が下がると大気に含まれる水分量が減り、暖房によって暖まった室内の湿度は非常に低くなり、皮膚や粘膜の乾燥が起こりやすくなります。診察室では、衣服を脱ぐと粉をふいたような肌をして、痒(かゆ)みを訴える方も多くなってきました。

これは皮膚を保護している皮脂(脂分)が少なくなることによって、皮膚の乾燥が進み、角層(皮膚の一番表面の層)が破壊されている状態です。

角層は皮膚の外からの異物の侵入を防ぎ、皮膚の中の水分を保つ働きをしています。このような乾燥肌は小児や高齢者に多く、痒みが辛くて夜眠れなくなったり、ひっかいて傷になったり、赤く炎症をおこした湿疹(しっしん)となつて治療が必要になる場合もあります。

す。

痒くなりやすい場所は、足のすね、腰からお腹の側面が多く、次に肩や太もも、腕などにも起こります。湿疹になつてしまった場合には、炎症を抑える成分を含む軟膏(なんこう)などを短期間使用します。痒みが辛い場合には、かゆみ止めの飲み薬を使用する場合もあります。

予防のためには、①加湿器や濡れた布類を干すことで室内の湿度を60%以上に保つこと②入浴時はせっけんやボディソープの使用は控え、ナイロンタオルやスポンジでゴシゴシこすらないようにすること③入浴後はすぐに皮膚に油分と水分を補う保湿剤を塗ること④入浴後は肌を油分が流れ落ち、肌についた水滴が蒸発する際に皮膚の水分まで一緒に蒸発してしまつたため、

速やかに皮膚にクリームやローションなどで油分を補い、水分の蒸発を防ぐようにすることが大切です。最近効果的な保湿因子を含んだ保湿剤が手に入るようになってきました。一日1、2回、入浴後や、皮膚がかさかさしてきた際には早めに保湿剤を塗るようにしましょう。



古川 倫也 札幌市生まれ、39歳。2001(平成13)年旭川医科大学医学部卒。2005(同17)年北海道家庭医療学センター家庭医療専門医研修修了。日本医師会認定スポーツ医、同会認定産業医。

札幌市生まれ、39歳。2001(平成13)年旭川医科大学医学部卒。2005(同17)年北海道家庭医療学センター家庭医療専門医研修修了。日本医師会認定スポーツ医、同会認定産業医。

貸し出し図書・ビデオ紹介 文化交流館 ☎82-4245

★本、DVDの蔵書リクエストをお受けしています★

1人5冊まで14日間、ビデオは1人2本まで4日間

貸し出し検索 ☞ <http://www.lib-finder2.net/higashikawa/servlet/Index>

北のカナリアたち (DVD、映画)



東映
北海道の離島の小学校に赴任した女教師、はるは、児童たちの歌の才能に気付いた。合唱を通して子どもたちの心を明るく照らす、ある日衝撃的な事故が彼らを襲う。その出来事ではるは島を追われ、児童たちもそれぞれ心に深い傷を残してしまう。20年後、それぞれがあの時に言葉にできなかった想いを語り合い、凍てついていた感情が真実となって氷解する。(122分)

極限世界の生き物図鑑 (児童書)

監修:長沼毅 刊:PHP研究所



乾燥した猛暑の砂漠、一年中極寒の南極、北極、光のまったく届かない洞窟や深海。人間にはとても住めなさそうな場所にも、実はたくさんの生き物が住んでいます。そういう生き物は、私たちの身の回りにはいる生き物が進化して姿や性質を変えただけなのです。私たちが想像するよりずっとたくましい生き物の生態と特徴を写真とともにやさしく紹介。

フライングガール(一般書)

著:松原孝臣 刊:文藝春秋



2014年ソチ・オリンピックから正式競技となった女子スキージャンプ。「女子には無理」「ショーじゃないんだ」と、頭から参加を否定されてきた時代から20年余。日本の女子ジャンプはひとつ、またひとつと困難を乗り越え、ついに世界の頂点にたどり着いた。先駆者の山田いずみから17歳の世界王者、高梨沙羅まで、日本女子ジャンプ成長の物語。

大雪地区広域連合、24年度決算の概要

昨年12月に開いた第3回大雪地区広域連合議会定例会で、24年度一般会計、3特別会計の決算をそれぞれ認定しました。決算概要をお知らせします(四捨五入処理のため実際の決算額と異なる場合があります)。

【一般会計】

24年度は保険者として大雪地区広域連合が業務を開始し9年目となりました。

業務は派遣職員6人、専任職員4人で行いました。関係町、関係機関と協議を行いながら、住民サービスの低下を招くことなく効率的に事務処理を進めました。

【介護保険特別会計】

24年3月策定の第5期介護保険事業計画(24-26年度)に計上した要介護高齢者数の現状と将来推計などを踏まえ、住み慣れた地域で高齢者が安心して暮らし続けられるよう円滑な事業運営と給付の実施を進めました。

介護保険料は、介護保険事業計画に基づき、第6段階である標準的な年額保険料を6万1,200円(月額5,100円)としています。

24年度末現在の介護給付費準備基金は7,517万円となり、介護保険料抑制のため有効な活用を図ります。

【国民健康保険特別会計】

被保険者の負担軽減と安定化、平準化を図りながら最少の

負担で医療給付を受けられるように料率を設定しました。保険料は住民福祉の向上と公平負担の確保という制度の基本に立ち、関係町と協議を重ねて健全経営ができるよう国民健康保険運営協議会に諮問を行い、東川、美瑛、東神楽3町の被保険者に必要な保険給付費を見込んで決定しました。

療養給付費(費用額ベース)は29億8,336万円となり、2億6,229万円の余剰金が生まれました。過年度の療養給付費等交付金が追加交付されたことなどによるものです。

24年度末現在の財政調整基金は1億2,311万円となり、今後の国保財政安定化に向けた財源として活用します。

【後期高齢者医療特別会計】

後期高齢者医療制度は、旧老人保健制度に代えて平成20年度から運用しています。

事業主体は北海道後期高齢者医療広域連合で、申請や被保険者証の交付、保険料の徴収事務などは大雪地区広域連合で行っています。

納付保険料、3町の被保険者にかかる医療給付費の負担分は北海道後期高齢者医療広域連合に納付しています。療養給付費(費用額ベース)は41億4,041万円となっています。

国民健康保険被保険者医療費の動向 (円)

一世帯当たり		642,274
一人当たり	全 体	332,890
	前期高齢者	489,336

後期高齢者医療被保険者医療費の動向

医 療 費 総 額 (万円)	414,041
受 給 者 数 (人)	4,469
一人当たり医療費 (円)	926,473

大雪地区広域連合歳入歳出決算額

(万円)

会計区分	歳入決算額	歳出決算額	実質収支額
一 般 会 計	102,906	102,760	146
介 護 保 険 特 別 会 計	260,696	260,646	50
国民健康保険特別会計	411,726	385,497	26,229
後期高齢者医療特別会計	68,450	61,354	7,096
合 計	843,778	810,257	33,521

保険料収納状況

(現年分、万円・%)

区 分	調定額	収入額	不納欠損額	収入未済額	収納率
介 護 保 険 料	46,155	45,921	0	234	99.49
国民健康保険料	100,576	95,959	0	4,617	95.41
後期高齢者医療保険料	22,035	21,980	0	55	99.75

介護給付費の状況

区 分	給付費総額(万円)	受給者数(人)	一人当たり給付費(円)
居宅介護サービス等給付費	120,530	1,027	97,801
施設介護サービス等給付費	128,865	364	295,020
合 計	249,395	1,391	149,410

くらしネットワーク

人のうごき 昨年12月16日～1月15日
(敬称略、掲載はご承諾をいただいております)

お誕生
生まれた子 父 母 行政区
照井 ちおずみ 俊王璃 南町3丁目
野上 えま 芳則 朋子 東町2丁目

おくやみ
亡き人 歳 届出人 行政区
野矢 勇雄 84歳 野矢 貞子 31区
江口 マツエ 89歳 江口 信清 東町2丁目
高橋 勉 64歳 高橋 百香 東町2丁目
蝶野 重幸 72歳 蝶野 トモ子 北町2丁目

人口・世帯数 12月末日現在
人口 / 7,948人 (前月比- 6人)
男 / 3,715人 (前月比- 4人)
女 / 4,233人 (前月比- 2人)
世帯数 / 3,477戸 (前月比- 6戸)
出生 / 4人
死亡 / 7人
転入 / 23人
転出 / 26人

税務課から

お問い合わせは収納室 ☎ (内線 121、122)

夜間の税納付と相談窓口を開設します

町税、各種公的負担金を期限内に納付いただけないケースが増えています。期限内に納付できない方を対象に夜間の納付と相談窓口を開設しますのでご相談ください。納付が遅れると督促状送付、さらに延滞金が掛かる場合もあり、滞納が続くと財産調査や滞納処分(給料、銀行預金など差し押さえ、不動産、動産の公売など)を実施する場合がありますのでご留意願います。

くらし・ネットワーク

日時 2月10日(月) 午後5時15分～同8時

場所 役場1階税務課(4番窓口)

定住促進課から

お問い合わせは住民室 ☎ (内線 111)

料金改定のお知らせ

4月からの消費税率8%への引き上げ改定に伴い、次の利用料金が改定になります。

▼浄化槽汚泥収集運搬料金(旭川市浄化槽汚泥搬送センター) 汚泥収集料金1リットル当たり5円から同5円50銭(内税)に改定。

▼狂犬病予防接種料金(旭川獣医師会) 基本料2千373円に消費税1

87円を加算し2千560円。

国民年金の種別変更届を忘れずに

国民年金の加入種別は3種類に分かれています。20歳になって国民年金制度に加入する時に届け出るだけでなく、種別変更届が必要です。

種別とは、被保険者の加入形態を分けている被保険者の種類です。農・魚業者、自営業者、学生、フリーターなどの職業の方は「第1号被保険者」、会社員、各種団体公務員など事業所勤務者は「第2号被保険者」、第2号被保険者に扶養されている主婦などは「第3号被保険者」といいます。

種別変更の届け出を忘れると、将来年金を受け取れないこともあります。手続きは年金手帳を添えて、その都度忘れずに行いましょう。

▼第1号被保険者になる場合

○第2号被保険者が退職した時(第3号被保険者になる場合を除く) ○第1号被保険者になった方が扶養している妻など被扶養配偶者(第3号被保険者)。

▼第2号被保険者になる場合

第1号被保険者または第3号被保険者が就職して厚生年金に加入する場合。

▼第3号被保険者になる場合

厚生年金等に加入している方の被扶養配偶者。

▼手続き

①第1号被保険者は役場の国民年金窓口②第2号被保険者は勤務先の事業所、各種団体官公庁で③第3号被保険者は配偶者の勤務先を通じて。

詳しくは旭川年金事務所 ☎ 72-5004

消費税率の引き上げについて

税務課課税室

国、地方を通じた社会保障の安定財源の確保等を図るため、消費税法の一部が改正になりました。

	現行	平成26年4月1日	平成27年10月1日
消費税率(国)	4.0%	6.3%	7.8%
地方消費税率(地方)	1.0%	1.7%	2.2%
合計	5.0%	8.0%	10.0%

適用開始日以後に行われる資産の譲渡等のうち一定のものについては、改正前の税率を適用することとする経過措置が講じられています。

消費税法改正のお知らせ(社会保障と税の一体改革関係)(国税庁ホームページ)

<http://www.nta.go.jp>

地方税法(地方消費税関係)改正の概要(総務省ホームページ)

http://www.soumu.go.jp/main_content/000257092.pdf

写真の町課から

申し込み、お問い合わせは写真の町推進室 ☎(内線591、592)

写真の町実行委員会企画委員を募集

フォトフェスティバルなど町の写真文化事業の企画立案、調整、実施を担うボランティアの企画委員を募集します。

任期は今年4月から3年間。主な業務は①東川町国際写真フェスティバルに関する事②東川賞の授賞に関する事③写真甲子園に関する事④です。多数の申し込みをお待ちしています。

対象 18歳以上
期間 4月1日～平成29年3月31日
締め切り 2月28日(金)

東アジア写真文化国際フォーラムの開催

国内、中国、韓国、台湾など東アジア地域の写真文化の発信拠点として写真文化の向上に寄与することを目的として、初のフォーラムを開催します。

ともに写真を核とした町づくり、地域づくりの一端を担い、写真関係各機関、団体とともに写真文化の活性化への取り組みを話し合います。

同時開催として文化ギャラリー

で記念写真展を開きます(裏表紙文化ギャラリー展示日程を参照)。

日時 2月9日(日)午前10時から
場所 農村環境改善センター
内容 基調講演・(公法) 日本写真協会業務執行理事、大平温氏、パネリストスキャット(パネラー・東川町、神奈川県相模原市、熊本県芦北町、長野県阿智村、同池田町、韓国、中国、台湾各国ゲスト)

申し込み 所定の用紙に住所、氏名、連絡先、所属、役職を明記の上、写真の町実行委事務局(文化ギャラリー内) ☎82-4700、Fax 82-4704

地域活性化課から
お問い合わせ ☎(内線261、262)

町長への手紙への回答

「町長への手紙」でお寄せいただいたご意見に回答します。

「道940号線(通称5線道路)の除雪を、土日等の休日もきちんとしてほしい」。

―道道の除雪を担当している旭川建設管理部事業室事業施設保全室によると、除雪出動基準は「深夜に道路確認を行い、10センチ以上の積雪で通行に支障をきたすと判断した時点で除雪を行う。歩道は、

ひどく吹き込みがある時は、歩道

のみ除雪するのが基本。ただし悪天候で除雪作業が危険と判断した時は、一時除雪を中止し、時間帯及び状況等を判断した上で除雪作業を再開する」との回答でした。

町では、地域住民の生活道路でもあるため除雪の万全を期するよう改めて要望しました。今後も皆さまが快適に生活できるよう努めてまいります。ご理解いただきたいと思います。(都市建設課公共施設管理室)

教育課から
お問い合わせ ☎内線582、587、588

学校公務補を募集します

学校公務補を募集します。ご希望の方は申し込みください。

採用 1人
資格 50歳以下の方で町内在住、または在住予定者(要普通自動車運転免許)
採用日 4月1日(火) (予定)
雇用期間 4月1日から平成27年3月末(年次更新予定)
賃金 月額 21万7千円(予定、手当あり)、社会保険、雇用保険適用
職務 学校施設管理、清掃等
勤務 月～金曜日の週5日間午前7時半～午後4時半までの間の

7時間半(土、日、祝日休み、

別途学校長が定める日時あり) 提出書類 履歴書(市販の様式も)、運転免許証写し(表、裏とも)

読書感想文コンクールの入賞者決まる

東川町読書感想文コンクールの本年度受賞者が決まりました。町内応募の小、中、高校生の作品の中から48人が入賞しました。

小学生を対象に昨年11月、中、高校生を対象に昨年8～9月にそれぞれ作品を募集し、前年より15編多い674編の応募がありました。

◇金賞
▼小学生の部 古杉美菜子(第一小)▼同2年生 松田幸祐(同)

▼同3年生 鎌倉圭吾(同)▼同4年生 平賀奏(第二小)▼同5年生 十河凜音(東川小)

▼同6年生 丸谷銀治(同)▼中学生の部 杉山七星(東川中3年)

▼高校生の部 川上麗菜(東川高校2年)

B&G海洋センターの利用説明会を開きます

東川町B&G海洋センターの新

年度上半期施設利用説明会(4

～9月期)を開きます。定期的な施設を利用してのサークル、各種団体関係者で上半期に利用を計画している方は、上半期分の利用計画書を14日(金)までに事前提出の上、ご出席ください。

日時 2月20日(木)午後6時
場所 海洋センターミーティングルーム
お問い合わせ B&G海洋センター ☎82-4600

保健福祉課から

福祉のことと申請のお問い合わせは社会福祉室 ☎(内線502、503)、健康と食のことは保健指導室 ☎(内線504～507)、高齢者介護は地域包括支援センター ☎(内線508、509)

生活支援支給費の申請はお済みですか

該当する世帯を対象に、昨年12月から生活支援支給費を支給しています。対象世帯にはすでに申請書をお送りしています。まだ申請していない方は申請書を持参して社会福祉室へお越しください。

▼対象世帯 平成25年度住民税非課税世帯で、以下に該当する世帯(⑤は非課税世帯以外の世帯も該当)

①65歳以上の方のみで構成されている世帯②障害者(療育手帳Aまたは身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳1、2級の交付を受けている者)と同居する世帯③18歳以下の子を扶養している世帯④生活保護世帯⑤東川町福祉給付金支給条例に基づく福祉給付金受給世帯

▼給付金額 1世帯につき1万円
▼申請時に必要なもの 申請書、印鑑
▼支給 申請時に窓口で1万円分の商品券
▼申請期限 2月14日(金)

人権擁護委員、馬場氏を再任

任期満了に伴う改選に伴って、町の人権擁護委員に馬場猛さんが再任となりました。

1月6日、役場応接室で委嘱状(法務大臣より委嘱)を伝達交付しました。

町内の人権擁護委員は、馬場さんのほか、奥山富雄さん、盛永小夜子さん、松林加代子さんを加えて4人が任命を受けています。人権尊重思想の普及高揚、家庭内のもめごと、近隣とのトラブルなど身近な相談に応じています。

大腸がん検診を受けましょう

2月20、21両日実施の大腸がん検診申し込みを受け付けます。

保健福祉センターに問診票と一

緒に2日間の検便を提出してください。本年度まだ受診していない方、中でも無料クーポン券をお持ちの方で利用していない方は、ぜひ有効活用してください。

検便の提出締め切りは21日(金)午前10時までです(時間厳守)。

町立診療所での予防接種が予約制になりました

すべての定期予防接種が2月から予約制になりました。週3回(火、木、金)に接種可能です。予約は町立診療所 ☎82-2101

女性に対する暴力相談窓口

約10人に一人の女性が配偶者からの暴力(言葉の暴力も含む)に悩み、苦しんでいる、といわれています。職場でのセクシャルハラメント、ストーカー行為被害なども後を絶ちません。各機関では内容によって各所に相談窓口を設け、解決のお手伝いをしています。

お近くの相談窓口のご案内は ☎0570-0055210(相談ナビダイヤル)、または保健福祉課へ。

食事から健康「栄養教室」

食事の不適切な摂取、運動不足などから起きる生活習慣病が増加しています。「自分の健康は自分

で守る」を柱に、健康の大切さを考えましょう。身近な材料を使って、調理実習をします。バランス、味付けなど確認し食生活の見直しと健康を考えましょう(希望する方は食生活改善推進員となる単位を取得可)

対象 町民どなたでも
日時 2月20日(木)午前10時～午後1時ごろ
場所 保健福祉センター
内容 食べて防ごう生活習慣病(高血圧症)、講話、調理実習(希望者に体脂肪測定)

持ち物 筆記道具、エプロン、三角巾(食材費の一部100円を負担)

幼児センターから

お問い合わせは子育て支援センター ☎82-5100

子育て講座の簡単スパッツづくり

子供用スパッツの簡単な手作り講座です。
日時 2月6日(木)午前10時～同11時半
場所 子育て支援センタープレールーム

募集 10組程度(要予約、当日は託児あり)
対象 子育て中の保護者どなたでも

費用 当日講師に支払い(800円) 70～100円(材料用、千300円) 110～130円(材料用)、受け付け 2月3日から(先着順) 講師 今井美紀子さん(町内在住) 内容 簡単に作れる子ども用のスパッツ

体験見学会「一緒に考えよう」 3歳児以上のお子さんの様子を見学予定です。昼食も食べます。4月から幼児センターに入園予定のお子さん、保護者の方は一緒においでください。
日時 2月7日(金)午前9時半～正午
場所 子育て支援センタープレールーム

「トコロち教室」を開きます

お子さんが安心して遊べる場所です。楽しく遊びお友だちをつくりましょう。お兄ちゃん、お姉ちゃんも一緒にどうぞ。
日時 2月14日(金)午前10時～

お父さんも遊ぼう講座 お子さんとゆつくり遊ぶ時間を持たないというお父さん、お子さんと一緒に遊びましょう。交流会も予定しています。ご家族そろっておいでください。
日時 2月15日(土)午前9時～正午(交流会は午前11時から)
場所 子育て支援センタープレールーム
募集 15組程度(要予約)
対象 乳幼児を子育て中の方
内容 雪遊び、運動遊びなど
交流会 守屋陽子さんを囲んで(旭川市手をつなぐ育成会相談員)

人形劇観賞会のご案内



子育てチャンネル

子どもたちに本の楽しさを

ノーベル文学賞作家の大
江健三郎さんが少年時代に
好きだった本は、「ハック
ルベリーフィン冒険」と
「ニルスの不思議な旅」だ
ったそうです。主人公は、
ともにいたずらっ子。ハッ
クは酔っぱらいの父親を持
つ浮浪児、ニルスは悪さが
過ぎて妖精に小人にされて
しまう悪童。やんちゃな少
年たちの冒険成長物語に胸
をわくわくさせながら四国
の山の中で育った大江少年
本にまつわる私の大好きな
エピソードです。

さて、私たちの町では、
昨春から読書や絵本の読み
聞かせに関する新しい取り
組みが相次いでスタートし
ました。まず一つ目は、小
中学校の図書館に司書が配
置されたことです。どの司
書さんたちも本が好き、子
供が好き、という方たち。
子供たちの読書環境の充実
に日々頑張ってください

います。中学校ではなんと
8カ月間で貸し出し冊数4
千15冊（生徒一人当たり16
冊）という学校図書館先進
地、恵庭市の貸し出し冊数
を上回るうれしい出来事も
ありました。

二つ目は、新しい図書館
をつくる検討委員会が発足
したことです。委員

美瑛



実さん、若い木工作家のお
父さん、千葉章弘さん（旭
川空港が舞台のジェット旅
客機の物語を絵本にして出
版）の創作秘話を聞かせて
いただき、どの会場も子ど
もと大人の笑顔であふれて
いました。昨年12月には、
中国、韓国、ラトビアから
来ている町の国際

交流員の
方々

や富

良野、恵

庭の図書館見学もし
て学びながら夢を膨らませ
ています。

三つ目は、親と子の移動
朗読会が連続11回開催でき
たことです。絵本作家のあ
べ弘士さん、東川町民であ
り、写真家で作家の竹田津

ちに、
中学校で

それぞれの言葉で母
国の絵本を読んでいただき
ました。

絵本に関して、子供も大
人もとても関心が高いのは
東川町の大きな財産です。
お母さんたちが小学校で何
年間も続けている朝の読み

聞かせ、学童保育、養護学
校、子育て支援センターで
のおはなし会、ピッピの読み
聞かせ。福祉専門学校の
ボランティア、文化交流館
図書室も発足後10年で利用
者が年々増えていることや、
赤ちゃんへのブックスター
ト制度など、町民と行政が
ともに手を携え豊かな読書
環境の土壌を作っているこ
とを町民として誇りに思い
ます。

私は幼い時、祖母の寝床
の中で昔話を聞いて育ちま
した。祖母のぬくもりとや
さしい声は、私の人生を深
いところで支え続けてくれ
ました。

絵本の読み聞かせは、子
供の心に「自分は大切にさ
れている」という揺るぎな
い心と生きる力を育むもの
だと思っています。

こども富貴堂店長

福田洋子



危ない！内臓脂肪 肥満は生活習慣病の大敵

からだの脂肪の中で内臓にたまる脂肪はやつかいもの。内臓脂肪がたまると、糖尿病、高血圧症、脂質異常症（高脂血症）から動脈硬化を引き起こし、あなたの健康を損ねてしまいます。さらに生活習慣病になりやすい悪玉物質を多く分泌し、糖尿病から起きる心臓病、脳卒中などのリスクを高めてしまいます。毎日の食事と適度な運動で健康習慣を心掛け、内臓脂肪をため込まない生活で肥満にならない元氣な毎日を過しましょう。

脂肪細胞からはアディポサイトカインという善玉と悪玉の2種類の生理活性物質が出ています。善玉物質の代表はアディポネクチンといい、インスリン抵抗性の改善、動脈硬化を防ぐ働きがあります。

一方、悪玉物質として血栓を出来やすくするPAI-1、インスリン抵抗性を引き起こすTNF-α、レジスチン、血圧を上げるアンジオテンシノーゲンなどが出てきます。

体内で内臓脂肪が蓄積すると、アディポサイトカインの生成、分泌が異常になって、血液中の悪玉物質が増加します。

その結果、血液中の善玉物質が低下するので動脈硬化を促し、生活習慣病のリスクを高める原因になります。

内臓脂肪の増加度は、腹囲（へその高さで測るウエスト周囲径）と比例するため、腹囲の測定によって内臓脂肪型肥満かどうか判断できます。

男性の場合、腹囲85センチ以上、女性では90センチ以上で内臓脂肪型の肥

満と判断します。

町内で実施した特定健診受診者の体重の推移によると、男性は20〜60歳代、女性は40〜60代で肥満者の割合が微増になっています。（別添表）

高リスク！「早食」「ドカ食」「おやつは別腹」

肥満は生活習慣病の糖尿病、心臓病、脳卒中などのリスクを高め、さまざまな障害を引き起こします。

内臓脂肪は、野菜を食べない食事、食べ過ぎ、運動不足によってどんどん蓄積します。外食、食事のコンビ二化に伴って野菜不足が進み、内臓に脂肪がたまって肥満状態になるのです。

○仕事は忙しいし毎日疲れがち。昼寝もしたいしおやつも食べたい↓だから食事は急いで食べる。だからつい「早食い」「ドカ食い」をしがち○満腹でもおやつは別腹。つい食後にお菓子などつまむ○飲み会になるとお酒の量が多くなる→ということはありませんか？ 食べ物の過剰摂取はみる間に肥満、糖尿病リスク

の増加につながります。

町民の方の糖尿病有病率（HbA1c ≧ 6.5%）は、特定健診制度がスタートした2008（平成20）年度からほぼ横ばいです。（別添表）

しかし、糖尿病の前段階ともいえるHbA1c「5.2%〜5.4%」の正常内高値から「5.5%〜6.0%」の境界領域の割合が非常に多く分布しています。

糖尿病を抑制できれば、さまざまな糖尿病合併症予防にもつながります。60歳を過ぎると糖尿病有病者の増加が懸念されます。予防はできることから始めましょう。

肥満を予防するには、歩くなど有酸素運動がお勧めですが、テレビを見ながらの体操、布団の中で出来るストレッチはいかが？ 「それもちょっと」という方は、家事などでこまめに動いて活動強度を上げましょう。

食事は、食物繊維が豊富で消化吸収がゆつくり進む野菜から。腹八分目を心掛けて野菜、副菜をそろえて

3食規則正しく食べましょう。ご自分の食事量の目安量は、役場保健福祉課栄養士にお問い合わせください。

肥満度の判定基準（日本肥満学会）

肥満度はBMI値（ボディ・マス・インデックス）で判定します。

- ▼「低体重（やせ）」≦BMI18未満
- ▼「普通体重」≦同18.5以上25未満
- ▼「肥満1度」≦同25以上30未満
- ▼「肥満2度」≦同30以上35未満
- ▼「肥満3度」≦同35以上40未満
- ▼「肥満4度」≦同45以上

BMI = 体重（kg） ÷ 身長（m）²

（例）身長160センチ、体重50kgの場合
BMI = 50（kg） ÷ 1.6（m）² = 19.5となり、普通体重と判定。

BMI値25以上の肥満者の推移と糖尿病患者の関連性

	BMI値25以上の肥満者(%)		糖尿病患者の割合(%)
	男性(20~60歳代)	女性(40~60歳代)	
H20年度	29.9	20.2	4.5
H21年度	32.9	26.0	4.5
H22年度	27.0	22.1	3.8
H23年度	31.4	23.5	4.8

※肥満者が多いと糖尿病の有病者も多くなる
東川町保健福祉課調べ

2014.
2

infomation インフォメーション



東川町役場・保健福祉センター …(代)	82-2111
改善センター (公民館)	82-3200
文化交流館	82-4245
文化ギャラリー	82-4700
B&G海洋センター	82-4600
町立診療所	82-2101
東川町社会福祉協議会	82-7505
大雪消防組合東消防署	83-0119
道草館	68-4777
幼児センター	82-3400
地域子育て支援センター	82-5100
NPO法人こころりんく東川	82-2666

2月の行事

- 6日(木) 東川町地域農業推進協議会臨時総会(前9時、農協大ホール)
- 9日(日) 東アジア写真文化国際フォーラム(前10時、農村環境改善センター)
- 10日(月) 町議会26年第2回臨時会(前9時半、議場)

文化ギャラリー

- 東町1丁目19-8
- 20日(木)まで
 - ▶東アジア写真文化国際フォーラム開催記念写真展(写真の町東川賞海外作家賞収蔵作品展)
 - 22日(土)から3月10日(月)まで
 - ▶旭正写真愛好会展
 - ▶全日本写真連盟旭川支部 第64回アサヒ北海道写真展
 - ▶写真の町ひがしかわ写真少年団写真展
- ※21日(金)は作品入れ替えのため休館

笑味ちゃん家(JAひがしかわ)

- 西町1丁目5-1 ☎82-2121
- 28日(金)まで
 - ▶越後文慈氏写真展「明日へ煌めく」

保健福祉センター

保健福祉課保健指導室

【2月分】

- 3日(月) 旭川がん検診センター送迎検診 **要予約** … 7:50(受け付け、集合)
- 7日(金) もぐもぐ教室 **申し込み** … 13:00~14:00
乳幼児健診 … 13:15~
(通知者以外は14:30~)
- 17日(月) じっくり子育て相談 **要予約**
- 20日(木) 栄養教室 … 10:00~13:00
- 20日(木)、21日(金) 大腸がん検診日
(21日は午前10時締め切り厳守)
- 28日(金) 3歳児健診 … 12:45~

会場は保健福祉センターです

【3月分】

- 7日(金) ごっくん教室
乳幼児健診
- 13日(木) 2歳ふれあいルーム
- 18日(火) 栄養教室

地域子育て支援センター(幼児センター内)

西4号北8番地

- <親子遊び体験教室>
- 28日(金) テーマ「3、4歳児お店さんごっこ」…10:00~11:30
- <遊びの広場>毎週月、火、水曜日プレールーム開放…9:00~12:00
- 3日、4日、5日、10日、12日、18日、19日、24日、25日、26日
- 17日(月) 人形劇観賞のためお休み
 - 25日(火) 午後開放(0~1歳児) …13:00~15:00
- 会場は幼児センターです

共生サロンこころりん

東町1丁目7-10

- ▶カラダ美楽クラブ … 6日(木)、20日(木)ともに10:00~11:00
- ▶リコーダーアンサンブルレイコロ演奏会 … 19日(木)12:15~
- ▶健康体操教室 … 14日(金)、28日(金)ともに10:00~11:00
- ▶こころりん研修会 … 18日(火)面接の技術④10:00~11:30
- ▶ほっこりのんびりハーブな時間 … 13日(木)10:00~11:00
- ▶かぜのこらぶ(子どもの遊び場) … 22日(土)14:00~16:00
- ▶おとなり会(茶話会) … 26日(水)14:00~15:00

※3月分の利用申し込みは24日(月)から受け付け



本誌の印刷には、大豆インクを使用しています。また用紙には再生紙(100%)を使用しています。

インターネットでも情報満載 ☎ <http://town.higashikawa.hokkaido.jp/>