

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

- ▶東アジアの写真文化連携—初の国際フォーラム
- ▶注目度[↑] ひがしかわワイン、先行予約始まる



3

2014 March
No.725

CONTENTS

まち・タウン 3

- 一巻き、さらになが〜く記録更新
- 爽快! スノーモービルのスピード満喫
- 「東川らしさ」は?とロングライフデザイン講演
- 東小同窓生の最長老同期会、今もなお盛会 ほか

今、生き生きと 6

- No.73 農業 古高良記さん

町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」 8

- 竹内智香さん、「銀」メダルおめでとう
- ◇俳句

大雪山の素顔 9

- Nature Column
- エゾライチョウは白くならない 旭岳ビジターセンター 井田千尋さん
- 本で知る ふるさとの山
- 三浦綾子さんと大雪山 町史編集専門員 西原義弘

A Word From Another World 10

- No.29 シェイディー・メープル 英語活動教育指導員 カリン・ストロムさん

知って役立つ ミニ家庭医学講座 11

- 第10回 帯状疱疹と水ぼうそうに要注意の季節です
- 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

くらし・ネットワーク 12

- 町議会第1回定例会を開会します
- 軽自動車等の異動手続きは3月31日までに
- 夜間納付と納税相談の窓口を開設します
- 小、中学生の通院医療費を助成しています
- 母子寡婦福祉資金の貸し付けをご存知ですか
- 留守家庭学童保育センターの入所児童を募集
- 看護補助者(臨時職員)を募集します
- 看護補助者(代替)を募集します
- 清掃員(臨時職員)を募集します ほか

子育てチャンネル 20

- この町で、のんびり子育て 若松美帆子さん

保健だより 21

- 健康な歯は離乳食期の食事から

インフォメーション 22

- 3月の行事 ほか

しがしかわ
Public relations brochure of Higashikawa

3

2014 March
No.725



卒業の日
(昨年3月東川小学校で)

東アジアの写真文化連携—初の国際フォーラム

写真文化を通じた東アジア地域の連携を目指して、東川町、東川町写真の町実行委員会は2月9日、農村環境改善センターで初の東アジア写真文化国際フォーラムを開きました。

本町が「写真の町」宣言30年、東川町国際写真フェスティバル開催30周年を迎えるのを機に、各地に呼びかけて開きました。

(社)日本写真協会の大平温(ゆたか)業務執行理事、神奈川県相模原市の「フォトシティさがみほら」実行委員会・角村美文委員長ら2人、芦北フォトフェスティバル実行委員の写真家、今岡昌子さん(熊本県芦北町)、韓国江原道寧越郡のジョン・スンウ写真博物館学芸士ら2人、台湾東方設計学院の邱奕堅写真学位学程学科長が出席。関係団体同士の今後の連携と交流などを話し合いました。

基調講演した大平氏は、同協会が毎年開催している東京写真月間を引き合いに、「アジアの写真家と長年交流を重ねてきた。写真家の紹介、バックアップなど、情報を支援できる」などと



連携に前向きな姿勢を示しました。

前日に写真文化推進連絡協議会の設立総会を開き、写真文化を通じてまちづくり、地域づくりを進める自治体と連携を図る同協議会が発足しました。

今年9月20、21の両日には、山口県周南市など賛同する自治体関係者が参加して本町で初の総会を予定。写真文化で積極的なまちづくり、地域づくりの連携を強くアピールします。

「小巻ぎ」のりどなが〜記録更新

1月26日、第一小学校(澤田安男校長、29人)が今年も全校生で「小巻ぎ」づくりに挑戦。昨年を約2メートル更新して全長23・4メートルと長い手巻きののり巻き寿司を作りました。お昼は体育館に集まってみんなで昼食会。

「おいしい」と大き目に切り分けたのり巻きを2本、3本とペロリと平らげ舌鼓。

節分恵方巻きに習って、3年前に全校で太巻きを手作りしたのが始まり。のり巻きづくりに必要な米は、隣地の金森登さんの田んぼ



を借りている学校田で収穫した「おぼろぎ」12kgを使い、加えて、今年は学校ビニールハウスを使って夕顔とシイタケ栽培に挑戦。ごはんや包む具の中のかんぴょうと干しシイタケも手作りしました。

みそ汁用の手作り豆腐にも挑戦しましたが、こちらは失敗。急ぎよ、町内の豆腐店から取り寄せに。年を追って自前の食材が増え「来年こそは豆腐作りも成功させたい」と気合いを入れ直していました。

爽快! スノーモービルのスピード満喫

2月18日、道立東川養護学校小学部の子どもたちがスノーモービルに乗ってスピード感を満喫しました。

7南区の農業、山中仁志さん(67)の広い田んぼがいつものスノーモービル広場。東雲の梶畑直



敏さん(45)、北町3丁目、森本大記さん(42)、18区、篠原猛志さん(42)ら毎年集まる友人がそれぞれモービルを持ち寄って子供たちを迎えました。

雪中コースはしっかり固めて万全の整備。40人の子どもたちが交互に3台の

モービルに乗り、風を切って真っ白な雪上を疾走しました。

この日を楽しみにしている子どもたちは、前の日からワクワク。モービルの運転席に乗ったり、大型タイヤチューブの特製そりに乗り込んで満面の笑顔いっぱい。

山中さんらは、養護学校の子どもたちにもスノーモービルの楽しい遊びを企画し、今年で27年目。喜ぶ笑顔を毎年楽しみに「これからも続けるよ」。

武蔵野大学生、新図書館を考えるプレゼン



建設への機運が高まってきた町の新図書館構想について、武蔵野大学(東京)小峯ゼミの学生が、学生独自の視点から建設構想の提案を考え、2月7日役場でプレゼンテーションしました。

発表は浦富洲アイエコさん(環境学科都市環境専攻3年)、畝本翔さん(政治経済学科同)、早出恵理花さん(日本文学文化学科同)の3人。

基本機能を①蔵書図書貸借の場②学習の場③コミュニケーションの場④情報発信の場ととらえ、貸し出し機能では、こども向け図書、専門書、漫画CD、DVDなど蔵書の充実、インターネット検索の充実、司書の充実、

開館時間の延長、全国図書館ネットワークとの接続を提案。学習の場として個別ブース、パソコンの充実、視聴覚室設置、ディスプレイルームの必要性を挙げました。コミュニケーション機能は、企業化支援と連動したカフェ募集と飲食コーナー、カルチャースクール、写真など展示スペース、留学生との交流の場、情報発信機能では町民のリクエストや疑問などに答えるコンシェルジュ機能の整備など、町独自のブランド戦略を加える提案を提示しました。

1月31日、農村環境改善センターで「ロングライフデザインの視点で東川町らしさを考える」と題してデザイン活動家 ナガオカケンメイ氏(本名長岡賢明)の講演会を開きました。



「ポイントはその土地らしいこと、その土地の人がやっていること、その土地らしいメッセージを持っていること、利用価値が手ごろなこと」「見て、会って、交流して感じてもらうこと」「『らしさ』を整理しよう」とブランドづくりのヒントを話しました。

キャンパス「アスリート」選手が競う

2月11日、キトウシ森林公園キャンパススキービレッジで第10回キャンパスAGSL大会(大回転)が開かれました(本町関係分の大会成績は16、17位)。

面を延長してコース距離が延びました。午前10時、競技開始時の気温は氷点下6・1度。早朝から良く冷えて晴れ間が広がり、雪質最高のコンディション。エントリー選手は、昨年より36人増え、過去最高の242人。ちびっ子選手は家族の声援を受けて力いっぱい滑走を見せました。お母さん、お父さん



小6男子9位の杉本怜偉君(第5旗門)

酒造度、ひがしかわワイン、先行予約始まる

東川産ぶどう100%原料の赤ワイン「ひがしかわワイン2014」(仮称)が今秋、いよいよ新登場します。町では町民ひがしかわ株主の皆さんにいち早く新酒を味わって



東川振興公社職員がぶどうの仕込み作業をしました=昨年10月、10R(トアール)農場ぶどう酒醸造所で

ひがしかわ株主用ととも600本ずつの限定で、残りは町内のホテル、旅館、酒類販売店などに卸し販売の予定。第三セクター会社の(株)東川振興公社(山森敏晴会長)が、酒類販売に加え、酒類卸売業免許を取得して特産ワインの卸し販売も担います。

クロスカントリースキーで健康への講習会

2月11日、キトウシ森林公園で町教委が主催して初の「大人のクロスカントリースキー講座」を開きました。講師は長野、ソルトレーク両五輪でクロスカントリースキー日本代表選手だった古澤緑さん(SAJ公認クロスカントリースキー指導員、ニッセンスポーツ)。20人が参加し、膝に負担が少なく運動効果の高いクロスカントリースキーの楽しさを満喫しました。



旭川市内からも参加し、好天の雪上にトレースを描きました。「興味を持ってはいたものの初めて」などと比較的初心者が多く、ボールの出し方、前に交互にスキーを滑らせて進む滑走法(クラシカル)の基礎技術を学びました。みんなすぐにスムーズな滑り方のコツをつかみ、「今まで自己流で滑っていた基礎が学べて勉強になった」「すごく楽しかった」と心地よい汗を流しました。

東小同窓生の最長者同期会、今もなごむ会

1902(明治31)年の開校以来、今年112年目を迎える東川小学校の同窓生の中で、最長老の同窓会「イネの会」が今も元氣な同期会を開いています。



1935(昭和10)年と翌36(同11)年に東川尋常高等小学校(当時)を卒業した同窓生が集まっている

今も達者な町内最長老クラスの皆さんは、寺林信夫さん(南町1)、御家瀬重信さん(17区)、横暮作一さん(18区)、佐藤正次郎さん(23区) 写真左から。

「最盛期には30人くらいはいたかなあ」という会ですが、今出席しているのは4人。2カ月に一度の間隔で集まって料理を囲み、活躍した当時の思い出話などに花を咲かせています。

歴代の町内先輩農家の中で、東北・北海道ブロック出場まで進んだのは過去2人だけとか。初の全国出場。壮行激励会で練習成果を披露し、持ち時間10分間という制限時間に対して、9分58秒とジャストタイムで発表してみせ、みんなの期待が膨らみました。



農協ホールで開いた激励会(2月7日、東川町農協大ホール)



町長に結果報告(2月21日、役場応接室)

が日中不在だったため、じいちゃん子として育ったそうです。5年前、祖父、定一さん(昨年11月、85歳で逝去)から経営移譲を受けた耕作面積は3畝。町内水稻農家の平均耕作面積13畝と比べてかなり少ないスタートでした。その直後、定一さんが負傷して

共働きの両親

しかし、臨んだ大舞台では「少しゆっくりと話したら、38秒オーバーしてしまつて…」と苦しい。

4代目の後継者として就農して5年目。今では約18ヘクタールを経営する中核農家になってきました。かつて、プロスノーボーダーとして活躍する日を夢見ていたそうです。『今では趣味の一つとなった』と壇上で発表したスノーボード。

手術。長い入院生活と高齢が重なって、仕事することが出来なくなつてしまいました。「農繁期の手伝い程度しかやったことがなく、ハウスの管理の仕方、苗の水やり、温度管理を口頭で教えてもらつた。けれどもまくいかなかつた」そうです。じいちゃんのけがで真剣に農業の厳しさと向き合うことに。青年部の仲間とも情報交換をするようになり、青年の主張への出場を勧められて臨んだ大会。祖父の背中から学んだ農家の心、農業への取り組みに目覚めた思いを込めたスピーチでした。



JA全国青年大会で発表した会場(全国6ブロックを勝ち抜いた各地代表の応援団で臨席までいっしょ) 2月12日、東京日比谷公会堂(東川町農協から提供)



農閑期のスキー場アルバイトはこととして3シーズン目になりました(旭川市台場のサンタプレゼントパークで)

そのメインゲレンデはカムイスキーリンクス(旭川市神居古潭)。「行き帰りの途中にあるから好都合」とサンタプレゼントパーク(同市台場)で始めたスキー場アルバイトは3シーズン目を迎え、

今では練習に欠かせないゲレンデの一つにもなりました。

キャンモアスキー学校長を務める父、正さん(55)から習って覚えたグレンドテクニク。次は2人の息子へと受け継がれそうです。

古高良記さん/東倉沼

東川町出身、23歳。北海道旭川農業高校卒業。卒業後就農。入植4代目の農業後継者。両親と一緒に約18畝(水稻10畝、大豆7畝など)を経営。JA全国農協青年組織協議会主催の第60回JA全国青年大会(2月12、13日・東京日比谷公会堂)の「JA青年の主張」で東北・北海道ブロック代表(全国6ブロック)として『東川産ほくのゆめ〜繋がる思い〜』をスピーチ、優秀賞を受賞しました。同期生の妻、李奈さん(23)との間に4歳と9カ月の2児の父。



(東川町農協から提供)

今、生き生きと 農業 古高良記さん

チャンスをつかんで出場した「JA青年の主張」全国大会で、農業への熱い思いを披露しました。仲間の期待を背に受け初めて立つた大舞台。狙った最優秀賞は逃したものの「人前に立つとか発表は苦手だったけれど、ちよつと自信ついたかもしれない」。発表を終えてそう話す姿は、少し背が伸びて肩幅が増したようです。「水稻20ヘクタールはほしい」とこれからの経営に欲がはじめてきました。

飲水思源

町長

松岡市郎

竹内智香さん、「銀」メダルおめでとう

竹内智香さん、悲願のメダルおめでとう。スノーボード大回転パラレルは冬季スポーツ競技の中でも注目度が低い種目。ロシア・ソチオリンピックでの活躍で、注目度が今後持続して高まることを期待したい。

竹内選手と本町との関わりを知る人は少ないが、小学生の時、お父さんと一緒に毎日キトウシキャンモアスキー場に来ていた、と話している。ご両親は大雪山旭岳温泉で旅館「湧駒荘」を経営している。旅館エレベーターのポスターには「ソチに日の丸を」「竹内智香は湧駒荘の娘です」と書かれている。東川町とはこんなに深い縁がある。

前回の2010年カナダ・バンクーバーオリンピック直前、NHKのテレビドキュメンタリー番組で竹内選手を特集し、オリンピックにかける意気込みと人並み外れた努力ぶりを放送していた。

優勝経験ない竹内選手が頂点に立つたためには、男子並みの最高水準の技術とパワーを体得することと決断し、単身スイスの男子ナショナルチームに帯同する涙ぐましい努力の姿であった。言葉の壁に挑み、ヨーロッパアルプスの硬い雪質でスピードと技術を磨く練習を積んだ様子

などが映し出されていた。しかし、メダルを目指して頑張ったバンクーバー大会は、練習を積んで来た雪質とはまったく異なっており、雨でザクザクな雪だった。竹内選手はコース外のフェンスへと激突する結果に終わった。引退か継続か、散々悩んだことだろう。しかし「夢と希望」に向かう青春の心があったのだ。

表彰台の笑顔は雄大壮美な「大雪山旭岳の笑顔」、世界一素晴らしい旭岳の雪の結晶のように美しかった。家族や応援してくれる方々を思い、日本を思う気持ちが伝わってきた。競技と言動を通じて国民は銀メダル以上のものを感じ取ったことだろう。

ソチ大会の直前、お母さまが応援の寄せ書きを持って小職のもとへ来られた。「応援のメッセージを書いてください」と言う。何を書こうかと悩み、「全力滑走！」と書かせていただいたことを思い返した。

スノーボードを始めてから銀メダルの栄誉まで、「全力で滑り、走り続けた」20年間のお話を、次代の子どもたちに伝える機会を是非とも実現させたいものだ。ありがとう。

俳句

在所問う深雪の里の湯治客	石澤清宏
きさらぎや今まだ背中 <small>せなか</small> の丸うして	澤田久美子
少女はや恋のいろはよチョコを抱く	松山蓉子
一輪の水仙で待つ午後の客	三島智
深雪の底の鼓動を聴いたよう	若田郁
手のひらの雪の命に一行詩	本田咲
本気だよ孫に告白バレンタイン	山内みゆ
きさらぎや重き引き戸に難儀して	長谷川きみゑ
ソチへ向くスカイブルーのスキー帽	小林ろば
夫の笑みただそれだけのバレンタイン	高橋公花
如月に入りて気もちを明るうす	杉山ひろのり
鬼の面赤いクレヨン真っ二つ	保科なほ
如月や妻の和服の帯固し	徳光吐苦
如月に愛犬病に伏しにけり	杉山りつ
風呂敷やバレンタインの成果ゼロ	山口佐知子
バレンタイン義理チョコ二つ三つ四つ	横田則子
バレンタインチョコ持て余す夢を見し	若田久
思い出は何処へも行かぬ室の花	高瀬潤



エゾライチョウは白くならない

ライチョウの仲間は、ずんぐりした体型で、丈夫な足で地面を歩いて食べ物を探します。長い距離を飛ぶことはできませんが、はばたいて枝に飛び上がったたり、短く（低く）移動します。

木道や探勝路を歩いている姿は愛嬌があります。寒い時期は、枝の上や雪の上で動かないことも多く、風景の一部のようです。旭岳温泉街のクロスカントリースキーコースで「何か落ちている」と思って近づくと、エゾライチョウだったこともあります。やや慌てて木の枝に飛び上がっていききました。

日本にはライチョウの仲間で2種類生息します。本州中部の「ニホンライチョウ」は高山帯（森林限界より上）に棲（す）み、冬は白い羽に変わります。生息数も少なく国の特別天然記念物です。

一方、「エゾライチョウ」は北海道の森林で暮らし、一年中同じ茶色系の色です。旭岳温泉の針葉樹林、キトウシ森林公園の広葉樹が多い森でも見られます。町内の住宅の庭で見たという話も聞きます。近年は減少していますが、かつては数が多く、今も狩猟鳥です。

ほとんどの日本人にとって、ライチョウのイメージは、おそらく白い冬羽の「ニホンライチョウ」で



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。



北海道のレッドデータブックでは希少種に指定されています。現在は絶滅危惧（きん）種ではないが条件の変化によってそうなるかもしれない生物

しょう。雪山でたたく姿は写真や映像でも紹介され印象的です。

旭岳ビジターセンターには、エゾライチョウの剥製があります。実は、ビジターセンターで働く以前は、私もエゾライチョウは冬に白くなると思っていました。でも実際にエゾライチョウを野外で見る機会が多いと、この地味な茶色い姿に、身近な鳥として愛着がわいてきます。

少し暖かくなってくると真冬よりも活動的です。茶色い体は森の中で保護色になっていますが、見つけると「冬は長いけれど、元気で頑張ってる?」と、友達に会ったように話しかけたい気分です。

旭岳ビジターセンター 井田千尋 (イラストも)



本で知るふるさと大雪山

三浦綾子さんと大雪山

北海道を代表する作家のひとり、三浦綾子さんはふるさと旭川を舞台に多くの小説、エッセーを書き、大雪山への思いもちりばめています。三浦夫妻の家を建てた棟梁の語り口で全編を進める小説『岩に立つ』では、次のように大雪山を描いています。

『晴れた日にや、いやでも大雪山が目に入る。真っ白に雪を冠

(かぶ)った頃

(ころ)の大雪山

山ときたら、もう

気高いってえ

言うのか、荘厳

ってえ言うのか、

あつしの口なん

ぞじゃ、到底表

現できるもん

じゃありません。

とにかくあの大

雪山を、餓鬼(がき)の頃でも、心

打たれてじつと眺めていたもんでした。』



三浦綾子さんが大雪山を描いた小説の数々と、大雪山とのかかわりを『序に代えて』に書いている写真集『大雪残象』(後方右)

シーンから始まり、羽衣の滝が非常に重要な設定になっていきます。本の帯に、ベストセラー作家の問題作とある『青い棘(とげ)』は、旭川医科大学周辺から眺めた大雪山や白銀温泉、望岳台などが描かれ、締めくくりに『殉難碑』が登場します。東14号共同墓地の中国人殉難烈士慰霊碑もまた重要なポイントになっています。

写真家、後藤昌美さん(東神楽町在住)が初めて出版した作品集『大雪残象』

に、三浦綾子さんは『序に代えて 吾(わ

れ)、山に向けて目を

上ぐ』を寄稿していま

す。綾子さんが光世さ

んと結婚したのが19

59(昭和34)年5月。

『翌年、バスに乗っ

て天人峡に日帰りの行

楽をした。温泉にも入

らず、山のおおにぎ

りを食べただけの、つましい半日

の旅行だったが、澄んだ青空に聳

(そび)え立つ柱状節理の神秘さを、今に忘れない』

限られた字数のため本の内容は省略、大雪山にこだわって紹介しました。

長編小説『自我の構図』は天人峡へ向かって真っすぐな道を車で走る

きました。

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

は、1926(大正15)年の十勝岳

大爆発の泥流ですべて押し流された

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

は、1926(大正15)年の十勝岳

大爆発の泥流ですべて押し流された

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

は、1926(大正15)年の十勝岳

大爆発の泥流ですべて押し流された

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

は、1926(大正15)年の十勝岳

大爆発の泥流ですべて押し流された

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

は、1926(大正15)年の十勝岳

大爆発の泥流ですべて押し流された

上富良野の開拓農家族の苦難を描

きました。

No.29 A WORD FROM ANOTHER WORLD



Shady Maple: A Smorgasbord Experience. Karin Strom

Rolling around in my bed, I sleepily reached for my phone to read the time: 5:00am. It was my first morning in America after a grueling 14-hour plane ride. With my sleep schedule in flux, my fiancé and his mother decided to take me to Shady Maple Smorgasbord for breakfast.

I had never been to a proper Smorgasbord, and this experience was nothing small. The large hall was decorated in a country-Victorian style, reminiscent of my aunt's antique treasure home and filled to the brim with obese patrons. After a quick nod and rough guidance from the waitress, we found a table and were given plates. The gastronomic adventure was about to begin. I wandered for at least 10 minutes simply in awe, before I finally reached for a piece of food. People passed by me with plates piled high with donuts, waffles, omelettes, bacon and other breakfast delights. I was content with the eggs, vegetables and sausage collection on my own platter.

Our trio finally sat down to enjoy breakfast and conversation. Throughout our hour of feasting, I noticed the people in the booth across from us get up multiple times to re-fill their plates. It was hard to disregard, as they could barely fit in the booth. I finished my meal with coffee and shoo-fly-pie, an Amish country specialty. This was likely my first and last experience with Shady Maple as I left with a cacophony of feelings: fullness, shame, disgust, amazement, and contentedness.

【ちょっと豆知識】

宮地晶子

スモールガスボードとは、立食式スカンディナビアン料理のこと。日本では帝国ホテルがこの形式を取り入れるとき、北欧のイメージから「バイキング」と名付けました。でも、これだと英語では「海賊」のことになります。一般的には英語ではbuffet style（ビュッフェ）と言います。all-you-can-eat-buffet と言うこともあります。

シェイディー・メープル：※スモールガスボード体験 カリン・ストロム

寝返りを打ちながら、眠気の中、手を伸ばして携帯を見たら、朝の5時。うんざりする14時間のフライトで戻ったアメリカの朝。睡眠サイクルが定まらない私のために、婚約者とその母が朝食にシェイディー・メープル・スモールガスボードに連れていってくれました。

きちんとしたスモールガスボードに行くのは初めてで、なかなかの経験となりました。叔母のアンティークいっばいの家を思わせるカントリービクトリアン風の大ホールは、太りすぎた常連客でいっぱい。ウェイトレスの簡単な説明のあと、席を見つけたら、皿を渡されました。美食の冒険の始まりです。ここで私は畏敬の念に打たれて少なくとも10分間はうろろうしてしまいました。やっと食べ物に手を伸ばしましたが、ドーナツ、ワッフル、オムレツ、ベーコンや、その他朝のごちそうを皿にうずたかく積んだ人々が通りすぎます。私は、といえば、卵、野菜、ソーセージをひと通り取ったら満足です。

3人でご馳走と会話を満喫している間中、向かいの席の人たちが何度もお代わりをするのが目に入ります。席に収まりきれないほどの体型は、ちょっと無視できないものがあります。コーヒーとアーミッシュ自慢のシューフライパイで朝食を締めくくる私の中では、満腹感、羞恥、嫌悪、驚嘆、満足とさまざまな感情が不協和音を奏でていました。たぶん、ここに来るのは最初で最後だな、と思いつつお店を去りました。

(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105回

イングリッシュ・キャンプ

町主催で小学生がイングリッシュ・キャンプを体験した、という記事が新聞に載っていましたね。実は、高校2年生になるうちの息子も、最近イングリッシュ・キャンプに参加し、これはお勧めだなあ、と思っていたところでした。

昨年8月にまず3泊4日のプレ・キャンプがありました。行く前には、申し込んだことを悔やむくらい緊張していた彼ですが、ふたを開ければたいそう楽しかった様子。本番はその5カ月後の今年1月、深川市の北海道立青年の家で4泊5日。学校の宿題を抱

えて、たいそう憂鬱(ゆううつ) そうな顔をしていたのですが、終わってみれば、「性格が変わった気がする」「4泊5日は必要な長さだった」という感想が出ました。英語力のみならず発表力があった気がするそうです。

道内中に友だちもできました。忙しい高校生活、これだけの日数を割くのは大変なことですが、それだけの価値があります。大学の教授や起業家など豪華な講師陣が次々とレクチャーしてくれ、自分たちもディベートやプレゼンテーションをやってみる。ALT(外国語指導助手)や諸外国の留学生がサポートしてくれます。おまけにTOEFL juniorやTOEIC S&Wテストも受けることができます。テストはすべて無料で、結果は後日郵送され、Lexile指数(個人のリーディング能力と文章の難易度を示す指数)が出ます。これはどのレベルの本が自分に合っているかわかる指数で、多読に大助かり。キャンプにかかる費用は、ほとんど深川青年の家の宿泊費と食費くらい。良いことづくめです。

興味を持たれた方は、インターネットなどを利用して「北海道教育委員会スーパーイングリッシュキャンプ」を調べてください。他にも小、中、高校生とさまざまなレベルに対応したキャンプ(年3回)を実施しています。

知って役立つ

ミニ家庭医学講座

第10回



带状疱疹と水ぼうそうに要注意の季節です

寒さが少し緩んでくるこの時期、「チクチクと皮膚の痛みが発生し、その後赤くポツポツとできものができた」と診察室に來られる方がいます。特有の症状の出方と水ぶくれの形、発症部位によって、それが带状疱疹（たいじょうほうしん）と分かります。

これは幼いころにかかった水ぼうそうの病原体、水痘（すいとう）带状疱疹ウイルスが体の中の神経に長いこと隠れていて、体力が弱った時に神経の流れに沿って体の表面に現れるものなのです。

「带状疱疹はうつらないか」とよく聞かれますが、水ぼうそうにかかったことがない人と接触すると、その相手は水ぼうそうにかかりますので注意が必要です。最初に皮膚の痛みやかゆみが出現し、その後2、3日でその場所に水ぶくれを伴って赤みが3〜5日間出

ます。水ぶくれは順に破れてかさぶたになります。水ぶくれが破れると細菌がつきやすくなりますので、患部を清潔にするなどの注意が必要です。正常な皮膚に戻るまでには2〜4週間程度かかります。

高齢の方は、带状疱疹が出た部位にある程度の痛みが残る場合があります。これを带状疱疹後神経痛と言います。

痛みがないうちでも、感覚が過敏になったり、逆に鈍くなる場合もあります。痛みが続いてつらい場合には、痛み止めや神経の興奮を抑える薬などを使用すると効果があることが多いです。まれにですが、重症な肺炎や脳症などの合併症を起すこともあります。

基本的には休養を取り、体力の回復に努めると改善します。抗ウイルス薬を使うと皮膚や痛みの治療（ちゆ）を早め、合併症を抑え

る効果があります。

水ぼうそうには予防接種があります。带状疱疹、带状疱疹後神経痛の発症をある程度予防できるといわれます。冬の終わりごろから春先にかけて流行することが多いので、まだかかっていない人は早めに予防接種を受けることをお勧めします。現在は任意接種で自費扱いですが、子どもは今年10月から定期接種になる見込みです。



古川倫也 川口町立診療所副所長

札幌市生まれ、40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>

図書館戦争 (DVD、映画) KADOKAWA



正化31年、日本では「メディア良化法」により公序良俗を乱す表現を取り締まるため、武力もいとわぬ検閲が正当化されるようになった。その検閲に対抗すべく生まれたのが図書隊だ。笠原郁は鬼教官・堂上の厳しい指導のおかげで女性初の図書隊エリート、図書特殊部隊に配属される。そんな中、メディア良化委員会と図書隊との間で大きな戦いの火ぶたが切られて落とされた。(128分)

金の月のマヤ1 (児童書) 著：田森庸介 刊：偕成社



黄昏小学校に通う4年生のマヤは、ある朝奇妙な黒猫に会い、突如人間の世界と対をなす影の世界〈シャドウイン〉に送られる。そこは、すべての現象が精霊〈エルマ〉により成り立ち、エルマ使い〈エルマニオ〉が魔法をあやつる世界。マヤに託された使命とは、悪の精霊である〈闇のエルマ〉の力を鎮め、〈シャドウイン〉を破滅の危機から救うことだった。

子どもをひとり暮らしさせる!親の本 (一般書) 編：主婦の友社 刊：主婦の友社



春は巣立ちの季節。大学進学での一人暮らしの準備は、ほとんどの場合2月から3月にかけて集中的になります。一人暮らしを始めるわが子の巣立ちに向けて、親のやること、しなくてもいいことを具体的に紹介します。仕送りの額はいくらが適正? 引越しの手続きって何をすればいい? など、専門家のアドバイスや経験した親の声も掲載。

機関窓口で受給者証を提示し、自己負担が生じた分を子ども外来医療費として助成申請してください。
対象 医療機関の通院にかかる小中学生の医療費（満15歳に達する日以後の最初の3月31日までの方）

内容 通院診察費、薬剤費（500円以下の診察費は対象外、薬代は全額対象）

手続きに必要なもの ①子ども外来医療費助成認定申請書（保健福祉センター窓口または町ホームページから入手可）②診察代、薬代の領収書③ご利用の金融機関振り込み口座が分かるもの（保護者名義のもので、貯蓄型預金は除く）④健康保険証（子どものもの）⑤印鑑

重度障がいの方のハイヤー利用金を助成します

町内にお住いの重度心身障がいの方がハイヤー・タクシーを利用する時に支払う利用金を助成しています。ご希望の方は申請してください。

申請は本人または代理の方が行ってください。申請書は3月上旬ごろ、想定の方に郵送で発送予定です。チケットは、審査の上4月以降に順次簡易書留で郵送します。
対象 ①1級または2級の下肢、体幹、免疫、視覚障がい者②1

級の心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓機能障がい者③療育手帳「A判定」の方④乳幼児以前の非進行性脳病変による運動機能障がい者（児のうち移動機能障がい者（児）⑤精神障がい者保健福祉手帳1級のいずれかに該当し、かつ「重度心身障害者医療費受給者証」が「障初」「老初」の方（福祉施設等の入所者は対象外）

内容 500円分のタクシー利用チケットを年間72枚交付（予定）、自動車税の課税免除適用の方は年間36枚

手続きに必要なもの ⑦身体障害者手帳、療育手帳⑧精神障害者保健福祉手帳のいずれか⑨印鑑

母子寡婦福祉資金の貸し付けをご存知ですか

母子家庭、寡婦の方の経済的自立、扶養している児童（子）の福祉を支援するため、北海道が実施している資金について貸し出しする制度です。

目的用途別に貸し付けがあり、それぞれ貸付限度額、償還期間、貸付利率等を定め、必要な添付書類があります。上川総合振興局子ども・保健推進課、役場保健福祉課でご相談に応じています。
 貸し付け資金の種類は、次の12種

類です。

- ①事業開始資金 事業を開始するために必要な設備費、資材等の購入資金
- ②事業継続資金 現在継続中の事業を継続していくための運転資金
- ③修学資金 子どもが高校、大学、専修学校に就学するため必要な資金
- ④技能習得資金 自ら事業を開始または就職するために必要な技能や資格を習得する資金
- ⑤修業資金 子どもが事業開始または就職するために知識技能を習得する資金
- ⑥就職支度資金 就職に必要な被服、履物等を購入する資金
- ⑦医療介護資金 医療を受けるため必要な資金
- ⑧生活資金 生活習慣病が増加している
- ⑨住宅資金 住宅の補修、増改築住宅取得に必要な資金
- ⑩転宅資金 住居移転に伴う住宅の借付資金
- ⑪就学支度資金 子どもの入学または修業施設への入所資金
- ⑫結婚資金 子どもの婚姻に必要な資金。

食から健康「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

実施日	場 所	時 間
4月3日 (木)	JA東川事務所前	9:30~11:30
	旭川福祉専門学校前	12:30~13:50
	役場庁舎前	14:00~15:20
	東川養護学校前	15:30~16:30

らの暴力に悩み、苦しんでいます（言葉の暴力も含む）。職場でのセクシャル・ハラスメント、ストーカー被害など、暴力のないようはさませます。その内容に応じて各種相談窓口がありますのでご相談ください。問題解決への第一歩は早めの相談です。
 相談ナビは ☎0570-00155210（お近くの相談窓口のご案内）。

都市建設課 (税込み 円)

入札日	委 託 業 務 名	請負業者	請負価格	契約方法等
1月20日	東川第一小学校給食施設改築工事	松井組工建(株)	37,800,000	指名競争入札
"	東川中学校給食室改修工事	(株)小岩組	1,785,000	"
"	道路台帳図作成委託業務	(株)ズコーシャ札幌支社	1,459,500	"
2月7日	東川町舗装繕計画策定委託業務	(株)ドーコン	6,352,500	"
"	女子学生会館大規模改修工事	(株)小岩組	77,220,000	"

女性に対する暴力相談窓口

女性に対するさまざまな暴力に関していろいろな相談窓口があります。
 女性の約10人に1人が配偶者か

で守ることを柱に、健康の大切さを考えましょう。身近な食材で調理実習をします。バランス、味付けなどを確認して食生活の見直しと健康を考える機会にしましょう（食生活改善推進員となる単位を取得可）。

日時 3月18日（火）午前10時～午後1時ごろ
場所 保健福祉センター
対象 町民の方どなたでも
内容 食べて防ごう生活習慣病（メタボリックシンドローム）
 講話、調理実習、試食（希望者に体脂肪測定あり）
持ち物 筆記具、エプロン、三角巾（食材費の一部100円を負担）

子ども未来課から

申し込み、お問い合わせは子育て支援推進室 ☎（内線598）、幼児センター ☎（直通）82-3400、地域子育て支援センター ☎82-5100

留守家庭学童保育センターの入所児童を募集

留守家庭学童保育センターの新たな入所児童を募集します。学校の授業終了後、帰宅しても保護者が留守になる家庭の児童を対象として、放課後の預かり保育をしています。お子さんの入所を

希望する保護者の方はお早目に申し込みください。

時間 通学がある毎日、下校時以降午後6時まで（時間までに迎えに來られない場合は、最大午後7時まで対応）
対象 町内の小学校に通学している1～3年生の児童（定員の範囲内で4年生以上も可）
定員 140人
期間 4月1日～翌年3月31日（26年度）

「うちうち教室」を開きます

乳児のお子さんが安心して遊べる場所です。親子で楽しく遊び、お友だちをつくりましょう。0歳児対象ですが、お兄ちゃん、お姉ちゃんも一緒にどうぞ。
日時 3月14日（金）午前10時～正午
場所 子育て支援センタープレールーム
対象 0歳児の幼児と保護者
内容 赤ちゃん体操、離乳食の試食、今回は茶話会の予定。先輩お母さんを囲んでみなさんで子育てについて話しましょう。ほかに絵本の読み聞かせなど
定員 15組程度（要予約）

親子クッキングの集い

本年度最後の行事「おたのしみ会」として、みんなで軽食などを

作って楽しみましょう。
日時 3月20日（木）午前10時～正午
場所 保健センター調理室（託児は集団健診室）
対象 子育て中の保護者と子ども（おおむね1歳以上）
募集 15組程度（要予約、乳児の託児室を用意）
費用 無料
締め切り 3月14日（金）
内容 軽食など
講師 中村弘美さん（保健福祉課栄養士）
持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル

町立診療所から

申し込み、お問い合わせは町立診療所 ☎82-2101

看護補助者(臨時職員)を募集します

看護補助者（臨時職員）を募集します。
採用 2人
締め切り 3月14日（金）
採用日 4月1日（火）（予定）
勤務内容 入院患者の介護看護補助業務（夜間業務あり）
資格 介護福祉士またはホームヘルパー2級以上の有資格者
勤務時間 基本午前9時～午後5時半（週休2日制、交代勤務制）

月7回程度夜間業務あり）
賃金 東川町臨時職員賃金規定による（健康保険、社会保険、雇用保険の適用あり）
提出書類 履歴書、介護福祉士またはホームヘルパー2級以上の資格の写し
その他 面接日は後日連絡

看護補助者(代替)を募集します

看護補助者（代替）を募集します。ご希望の方は登録をお願いします。
採用 1人
締め切り 3月14日（金）
採用日 4月1日（火）（予定）
勤務内容 入院患者の介護看護補助業務
賃金 東川町臨時職員賃金規定による（日給7千980円または時給千60円、健康保険、社会保険、雇用保険の適用なし）
登録方法 履歴書、介護福祉士またはホームヘルパー2級以上の資格の写しを持参の上、企画総務課総務室または診療所においてください。
採用方法 登録者の中から選考

4月から外科、小児科外来は毎週水曜日の午後休診

町立診療所は4月から、外科、小児科の外来診療を午後一時休診します。内科の外来診療は従来通り受け付けます。
 両診療科目を担当する古川倫也医師が町内訪問診療で診療所内に不在となるためです。古川医師が訪問診療から戻り次第、午後4時から両診療科の外来診療を再開します。
休診時間 毎週水曜日午後1時から同4時まで（原則）

◆◆◆◆◆

交通安全活動で北海道善行賞

長年にわたる交通安全活動で岩岡正子さん(66) 西町3丁目、山田晋祐さん(48) 11区、米陀満江さん(61) 同の3人がそろって北海道善行賞を受賞。2月21日、役場で松岡市郎町長から受賞伝達を受けました(五十音順)。

ともに1995(平成7)年4月から現在まで町の交通指導員として19年間にわたって活動。朝夕の登下校時に子供たちの交通事故防止のため立哨啓発に努めるなど、欠かさず活動を続けてきました。



北海道善行賞の伝達を受けた岩岡さん、山田さん、米陀さん(左から)

中島美容室の中島さん、閉店を機に町に寄付金



2月7日、中島巖さん(75)(北町2)から役場に寄付金をいただきました。

妻悦子さん(76)が、昨年12月末で廃業した中島美容室(西町1)を長く経営してきました。

「昭和38年に結婚し、3年後に前任者を引き継いで旧農協組合会館に新店したのが始まり。100人程度会食できる場所を、と組合員の冠婚葬祭の場所として営業したころもあった。なつかしい思い出です」と振り返りました。

寄付金は一般寄付として町の事業に役立てます。ありがとうございました。

第二小、旭川短大の学生と一緒にごはんを汁



部の学生と一緒にごはんを汁づくりに挑戦しました。

5年生の家庭科の学習テーマの中に、「お米からご飯を炊く、みそ汁を作る」という課題があり、その実習に食物栄養学科、豊島琴恵教授と食物栄養学専攻ゼミ生23人が先生役をかって出ました。

おいしいご飯は、白米をきちんと水で研いで水の量を計って浸し、火加減を考えて炊き上げなければ上手に炊き上がりません。次はみそ汁の作り方。煮干しからのだしを取り方など、本格的な下味の出し方を習って豚汁づくりに挑戦。昼食は自分たちで作ったごはんとお汁で「おいしい」と舌鼓。

豊島教授は「第二小に限らず、町の子どもたちと食育でかわわってきたい」と話しています。

雪どけライブ2014のご案内

ジャズピアニスト、板橋丈夫のライブコンサートを開きます。トリオ構成のメンバーは、ほかに竹村一哲(ds)、瀬尾高志(bs)。2011年3月の東日本大震災後、被災地支援活動の中で生まれた「2013東北祈り」の時間の止まった街」などを演奏予定です。日時 4月5日(土)午後7時(開演)

「ホルン・HORN・ホルン」の案内

ホルンとピアノのデュオコンサートです。ホルン奏者は陸上自衛隊第2音楽隊(旭川)のホルン奏者、小野高幸さん。ピアノ奏者は、同さろん主宰の三島知子さん。ホルンは一般的なイングリッシュ・ホルンに加えて、長さ約4メートルの木製アルプ・ホルンの演奏も予定しています。童謡「わたしたちの花」(北原白秋作詞、山田耕筰作曲)など日本の曲と映画音楽など親しみやすい選曲です。

各種大会成績

【ミニバスケットボール】

◆第11回旭川地区ミニバスケットボール大会冬季リーグ(1月25、26日、2月1日・美瑛小学校)
▼Aブロック ①東川ミニバスケットボール少年団(5勝0敗)



【バレーボール】

◆平成25年度協会長杯中学校バレーボール大会(1月26日・東明中) ①東川中



◆第35回富士スポーツ杯中学校親睦バレーボール大会(2月1日・富良野市スポーツセンター) ①東川中

◆中学校バレーボール美瑛大会(1月18日・美瑛町スポーツセンター) ①東川中

日・美瑛町スポーツセンター) ①東川中
※平成25年度地区対抗戦第23回北海道中学生バレーボール優秀選手選抜大会(3月26-28日・芦別市総合体育館)に東川中から皆木のどか、菊地真沙希、矢ノ目あみ3選手が旭川選抜で出場。

【空手】

◆第27回旭川地区会長杯空手道選手権大会(2月11日・旭川市大成地区市民センター)
▼小学校3年男子形の部 ③高橋来良(東川剛柔会)

【スキー】

◆キャンモアGSL10大会(2月11日・キトゥシキャンモアスキービレッジ)
▼キッズおんなのこの部 ①河治美佳(アーミンSC)②松岡桜子(愛別松岡市郎町長牧場RC)③田村実夢(朝日ASS)④野澤春夏(名寄大谷こども園)⑤高井柑奈(あおば幼稚園)⑥内河環季(住まいのトウメイサポートSC)⑦那須紅葉(留萌かもめ幼稚園)
▼同おとこのこの部 ①高宏太(旭川ジュニアアルペンチーム)②友兼大騎(美深町幼児センター)③武田慶永(アーミンSC)④岩谷悠史(NEXTキッズ)⑤佐藤孝祐(東川幼児センター)⑥藤原隆世(愛別松岡牧場RC)⑦小西輝昂(アーミンSC)
▼小学1年女子の部 ①内藤いずみ(旭川ジュニアアルペンチーム)②工藤夏未(朝日ASS)③木村愛華(和寒東山レーシング)④古杉美菜子(東川大雪スキー少年団)⑤桑島朱里(土別ジュニア・レーシング)⑥山地絢奈(東川大雪スキー少年団)⑦井越愛子(上湧別スキー少年団競技

部)
▼同男子 ①甲田宗爾(アーミンSC)②酒井蓮(土別ジュニア・レーシング)③安達恵介(名寄FUIJジュニアレーシング)④中村善(ナヨロ藤ジュニアアルペン)⑤内河佑太郎(住まいのトウメイサポートSC)⑥浅野秀太(東川大雪スキー少年団)⑦廣川悠玄(東川小)
▼小学2年女子 ①増田さくら(旭川ジュニアアルペンチーム)②松浦日菜乃(同)③今泉瑠依(美深レーシング)④谷々々美(旭川ジュニアアルペンチーム)⑤澤田莉子(ふらのスキースポーツ少年団)⑥堅田蒼乙(羽幌レーシング)⑦森田陽菜(朝日ASS)
▼同男子 ①野澤雪丸(ナヨロ藤ジュニアアルペン)②友兼涼輔(美深レーシング)③石川大和(伊の沢レーシング)④近藤衣瑠(愛別スキー少年団)⑤多羽田壘(同)⑥石原徳(東川大雪スキー少年団)⑦矢ノ目有汰(同)
▼小学3年女子 ①野口央央梨(旭川ジュニアアルペンチーム)1②前鼻凛愛(和寒東山レーシング)③谷玲亜(東川大雪スキー少年団)④朝日美依奈(和寒東山レーシング)⑤岡崎栄史(朝日ASS)⑥山地伶奈(東川大雪スキー少年団)⑦佐藤和佳奈(同)
▼同男子 ①内藤裕平(旭川ジュニアアルペンチーム)②西迫篤志(紋別スキー少年団)③本間颯(土別ジュニア・レーシング)④新堂春輝(土別スキー少年団)⑤玉置友也(朝日ASS)⑥芳賀芽生(旭川ジュニアアルペンチーム)⑦西昂哉(小平SRT)
▼小学4年女子 ①川島侑(名寄レーシングスキークラブ)②増田あすか(旭川ジュニアアルペンチーム)③伊藤七海(小

平SRT)④松井乃(伊の沢レーシング)⑤増田あかね(旭川ジュニアアルペンチーム)⑥金子小夏(比布レーシングスキークラブ)⑦若林笑見(伊の沢レーシング)
▼同男子 ①溝口陽斗(深川ジュニアアルペン)②片山龍馬(旭川ジュニアアルペンチーム)③土門恭之(枝幸三笠山スポーツクラブ)④井上龍(旭川ジュニアアルペンチーム)⑤佐藤丞心(土別ジュニア・レーシング)⑥石川大智(美深レーシング)⑦本郷蒼良(旭川ジュニアアルペンチーム)
▼小学5年女子 ①柿崎亜衣(紋別スキー少年団)②村木亜佑夏(土別ジュニア・レーシング)③長沢芽依(同)④鶴東祐希(増毛暑寒レーシング)⑤駒井真子(エムスクレーシング)⑥前鼻杏実(ハリーズ)⑦羽吹天音(東川大雪スキー少年団)
▼同男子 ①岩谷叶晟(留萌ジュニアスキー少年団)②溝口雄陽(深川ジュニアアルペン)③町田雅仁(ナヨロ藤ジュニアアルペン)④前鼻弥優(和寒東山レーシング)⑤松浦柊太(旭川ジュニアアルペンチーム)⑥佐藤涼(和寒東山レーシング)⑦澤田健太(ふらのアルペンジュニア)
▼小学6年女子 ①小野崎澪(伊の沢レーシング)②大西琴美(増毛暑寒レーシング)③住吉美波(浜佐呂間小)④柏原瑞季(東川大雪スキー少年団)⑤外山睦子(和寒東山レーシング)⑥矢ノ目あゆ(東川大雪スキー少年団)⑦松原歩夢(鷹栖アルペンスキー少年団)
▼同男子 ①高本悠太(ほろたちスキー少年団)②高橋遼河(ナヨロ藤ジュニアアルペン)③石川優太(伊の沢レーシング)④伊藤翼(小平SRT)⑤近藤豪(愛別スキー少年団)⑥本郷新琉(旭川ジュニア

ルペンチーム)⑦齊藤愁大(比布レーシングスキークラブ)
▼中学女子 ①小野崎純(伊の沢レーシング)②山下菜月(美深名寄レーシング)③飯原麻友子(比布レーシングスキークラブ)④西田桃(東川大雪スキー少年団)
▼同男子 ①石倉瑠太(東川大雪スキー少年団)②佐々木崇(上湧別スキー少年団競技部)③小野崎海(伊の沢レーシング)④杉山太一(東川大雪スキー少年団)⑤大橋涼平(伊の沢レーシング)⑥住吉龍之助(佐呂間中)⑦松岡春輝(比布レーシングスキークラブ)
▼ジュントルマンの部 ①千葉俊幸(E.O.R)②森田啓介(比布レーシングスキークラブ・ULLR)③小池英明(恵庭おじさんレーシングG3)④石井善樹(D.D.S)⑤中岡健一(名寄レーシングスキークラブ)⑥坂上昭彦(住まいのトウメイサポートSC)⑦星真寿己(旭川市)
▼界王の部 ①原田光信(旭川レーシング)②二ノ宮勝行(北浪漫好キート別)③杉本建夫(たけるレーシング)④沢口康(第34区レーシング)⑤新崎裕一(新崎歯科スキー部)⑥菅原明博(住まいのトウメイサポートSC)⑦井上憲一(芦別スキー連盟)
▼神の部 ①朝倉春宗(旭川レーシング)②高橋昭(芦別レーシングチーム)
▼エレガントレディーの部 ①川田千秋(チーム茶飯)②松田由美恵(Teamまっちゃ)③吉原いづみ(赤平市)
▼アイアンマンの部 ①吉澤和志(芦別大橋サクラボ園)②漆山裕章(比布レーシングスキークラブ)③河野直樹(旭川レーシング)④遠藤寿宏(比布レーシングスキークラブ)⑤三浦英輝(芦別レーシ

グスキークラブ)⑥吉崎智貴(D・D・S)⑦渡邊秀人(比布レーシングスキークラブ)
▼ミドルマンの部 ①佐藤健太(スーパーサイヤ人)②谷藤順一(ホシザキ北海道)③昔農昌人(比布レーシングスキークラブ)④石川孝弘(美深レーシング)⑤野澤はやぶさ(ナヨロスノーラボラトリー)⑥村上武志(羽幌レーシング)⑦奥原真仁(東川少年団シニア)
▼ヤングマン ①中村育人(比布レーシングスキークラブ)②新井遼(同)③阿部紘志(チーム早川)④木村有斗(上湧別スキー少年団競技部)
◆第48回びっぼスキー場GS大会(1月26日・びっぼスキー場)
▼中学男子 ①石倉瑠太③杉山太一
◆上川少年団交流大会(1月25日・富良野スキー場)
▼3年女子 ①谷玲亜
▼同男子 ③柏原翔太
▼4年男子 ②麻生圭太郎
◆第32回上川中央部スキー少年団アルペン競技大会(1月18日・愛別ファミリースキー場)
▼1、2年男子 ③高井秀駿
▼3、4年女子 ①谷玲亜
▼同男子 ②麻生圭太郎
▼5、6年女子 ①羽吹天音②矢ノ目あゆ
▼同男子 ②杉本侖偉
◆スポーツハウスカップ旭川予選会(1月5日・サンタプレゼントパーク)
▼中学男子 ②石倉瑠太③杉山太一

公営住宅、特定公共賃貸住宅の入居者募集

定住促進課

受付期間	3月3日(月)～同月13日(木)
受付場所	定住促進課住まい室
募集戸数	3戸
お申し込みに必要なもの	<ol style="list-style-type: none"> 1. 入居申込書 2. 住宅等状況申告書 3. 所得の状況が確認できる書類（所得証明、源泉徴収票など） 4. 地方税の滞納がないことを証明する書類（平成25年1月1日現在町内に住所があった方は同意書で可） 5. 世帯全員分の住民票（町外の方のみ）※本籍地の表示は不要 6. その他必要と認める書類 7. 印鑑 <p>※下線のついている書類は住まい室に用意しています。 ※3、4の書類は、入居予定者の中で所得のある方全員分を提出してください。</p>

●公営住宅

募集団地	場所	戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他
① 北団地A5 3LDK (93.90㎡)	北町3丁目11番	・1戸(1階) ・25,100円～ 65,300円	・平成6年 ・鉄筋コンクリート造り2階建て ・ユニットバス付き ・物置付き、駐車場1台 ・ベットの認められません	・ガス調理器、暖房機は各自用意 ・自治会管理の共同灯、ポンプ電気代、冬期除雪料は別途
<p>町内に住所または勤務地を有する方、本町に居住を希望されている方で次の要件に該当する方</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 同居または同居しようとする親族がいる方（婚約中なども含む） ※次のいずれかに該当する場合は単身入居も可能 ・申し込み時点で満60歳に到達している方 ・身体障がい等級1～4級まで、精神障がい等級1～3級、または知的障害（精神障害の程度に相当）の方 ・被生活保護者、DV被害者、ハンセン病療養者など 2. 税金等の滞納がない方 3. 法の規定により算出する月額所得（世帯全員分）が15万8千円以下 ※次のいずれかの要件に該当する場合は、月額所得（世帯全員分）が21万4千円以下となります。 ・1956（昭和31）年4月1日以前に生まれた方で、かつ、同居者のいずれもが同日以前生まれ、または18歳未満の方がいる場合 ・小学校就学の始期に達するまでの方がいる場合 ・身体障がい等級1級から4級までの方がいる場合 ・精神障がい等級1～2級までの方がいる場合、知的障がいの方がいる場合（精神障がいの程度に相当） ・ハンセン病療養者の方などがいる場合 				
<p>入居資格</p>				

●特定公共賃貸住宅

募集団地	場所	戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他
① アヴニールⅡ 1LDK (39.0㎡)	西町1丁目9番	・1戸(1階) ・31,600円～ 59,600円	・平成11年 ・鉄筋コンクリート造り2階建て ・ユニットバス付き ・物置付き、駐車場1台 ・ベットの認められません	・オール電化住宅（機器リース料が月3,300円程度かかります） ・自治会管理の共同灯、ポンプ電気代、冬期除雪料は別途
② 南団地B3 3LDK (105.15㎡)	南町1丁目6番	・1戸(2階) ・52,800円～ 97,500円	・平成11年 ・鉄筋コンクリート造り2階建て ・ユニットバス付き ・物置付き、駐車場1台 ・ベットの認められません	・オール電化住宅 ・自治会管理の共同灯、ポンプ電気代、冬期除雪料は別途
<p>町内に住所または勤務地を有する方、本町に居住を希望されている方で次の要件に該当する方</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ①は同居の親族がいない単身の方、②は原則4人以上の家族世帯 2. 収入金額が国で定める収入基準の範囲内の方、または入居後所得の上昇が見込まれる方 <p>※詳細はお問い合わせください</p>				
<p>入居資格</p>				

その他／入居申込者または同居親族が「暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律」第2条第6号に該当する場合には入居することはできません。

選考方法／公営住宅等入居者選考委員会を開いて入居者を決定します。

入居期限／3月末日(期限までの入居が要件)

敷金／家賃の3ヵ月分

連帯保証人／入居者と同程度以上の所得金額のある方2人(保証人2人がいない場合は入居取り消しになります)

お問い合わせ／住まい室（内線115、116）

日時 3月30日(日) 午後3時開演(午後2時半開場)
場所 ひがしかわピアノサロン(南町4丁目)
入場料 千円
定員 30人(予約、先着順)
申し込み・お問い合わせ 三島さん ☎(fax兼) 82-2469



ガイドングプランナー、梅木さんの庭づくり講演会

2月20日、農村環境改善センターで、ガイドングプランナー、梅木あゆみさん(月形町、コテージガーデン経営)のガイドング講演会を開きました。
要望に応じて3回目。今回のテーマは「ハーブと宿根草」。「宿根草は管理が大切。春に芽だしの肥料、秋雪降る直前に堆肥をたつぷりとあげるのがコツ。あとは肥料をあげ過ぎない」「ラビッジ(ラパセリ)は植えっぱなしのハーブ

プで、セロリのようにスूपに入れるとおいしい」など、春からの手入れとして、初心者にも分かりやすいポイントをアドバイスしてくれました。

自衛官の募集

自衛隊旭川地方協力隊本部南地区隊自衛官を募集します。お問い合わせは南地区隊 ☎22-0648、または町内募集相談員の小野さん ☎82-3737、樽井さん ☎82-4702。

▼予備自衛官補

資格 日本国籍を有する18歳以上34歳未満の者(今年7月1日現在)

受け付け

4月2日(水)まで(必着)

試験日

4月11日(金)～同月15日(火)までの1日

会場

陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)

▼自衛隊幹部候補生

資格 日本国籍を有する22歳以上26歳未満の者(来年4月1日現在)

受け付け

4月25日(金)まで(必着)

試験日

①5月10日(土) ②1次筆記試験②同月11日(日) ③飛行要員希望者適性検査

会場

陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)

4月から協会けんぽの介護保険料率が引き上がりります

全国健康保険協会北海道支部 協会けんぽの介護保険料率が4月納付分(26年度)から1・72割(25年度1・55割)に引き上げになります。

介護給付費の増加に伴って協会けんぽが負担する介護負担金が増加しているためです。

なお新年度の健康保険料率は、10・12割の据え置きとなっております。

介護保険料は、40歳以上の方が加入している第2号介護保険被保険者が納付している保険料です。

お問い合わせは北海道支部企画総務部企画総務グループ ☎(代) 011-726-0352

道路ふれあい月間推進標語の募集

国土交通省は毎年8月の「道路ふれあい月間」にちなんで、26年度道路ふれあい月間推進標語を募集します。

入賞作品は本人に直接通知し、同省ホームページなどで発表、同月間の推進に幅広く活用します(作品は返却しません。入賞作の著作権は主催者に帰属します)。

資格 小学生以上の方

期間 3月31日(月)まで(必着)

部門・賞

○小学生の部 ○中学生の部 ○一般の部(高校生以上)

※各部とも最優秀賞1作品、優秀賞2作品

応募方法

はがき、電子メール(1人何作品でも応募可)。標語、氏名、フリガナ、住所、電話番号、性別、年齢、応募部門の別、アンケート何を見て応募したかを記載(任意)

応募先

国土交通省道路局道路交通管理課標語担当(〒100-8918、東京都千代田区霞が関2-1-3)、Eメール

fireaigekkan-h2x5@mlit.go.jp

お問い合わせ 道路局道路交通管理総務係課(水上さん、五野井さん) ☎03-5253-8111(内線37423、37424)

登記事項証明書はインターネットから請求できます

旭川地方事務局

インターネットを利用してお手元のパソコンから会社、土地・建物の登記事項証明書などを簡単に請求できます。

法務局の窓口で請求、または郵便で請求する場合に比べて手数料がお安くなります。

インターネット検索で「登記・供託ねっと」と入力すると、法務局のオンライン申請システムのト

社協だより

温かい善意ありがとう

1月16日から2月15日までにご寄付をいただきました方は次のとおりです。

《ご香典の返礼にかえて》

- 新栄 佐藤 紀子様
- 東町2丁目 森田 栄様
- 東町2丁目 佐藤 勝彦様
- 東町2丁目 小林 清光様
- 北町2丁目 蝶野トモ子様
- 北町2丁目 石山 与一様
- 北町2丁目 山田 純一様
- 312825区 弘芝様

日々困っていること、悩みごとのご相談に応じます。秘密は守られます。毎月第3木曜日午後1時半から同4時まで、社協相談室。今月の相談日と相談員は次のとおりです。

3月20日 奥山富雄



子育てチャンネル

この町で、のんびり子育て

わが家の2歳半の息子は、元氣エネルギーが半端なく、毎日驚かされたり笑ったり、雷落したり疲れ過ぎて涙がでたり……。一日として「今日は平穩無事、何事もなかったよ」などと思える日はありません。

学校時代に部活をしていた時、過酷なダイエツトをした時、上司に怒鳴られていた時よりも激しくハードな子育て。でもこの2年半を振り返ると、「大変!」ではなく、「過去最高にエキサイティングな日々!」という感想になるので不思議です。

東京で暮らした10年間は、自分のためだけに時間もお金も費していました。でもこの2年半は、すべての思考回路が子どもに集中して、すべての時間を子どもとともに過ごしている。

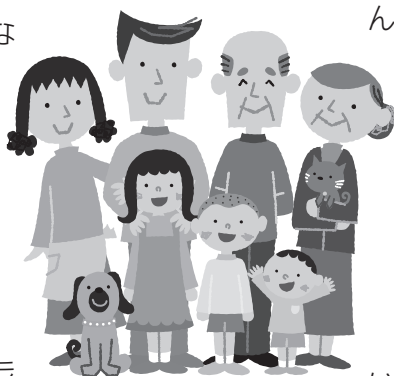
以前は、口に入ればいい、という程度だった食生

活の質は、今では添加物を気にして食事やおやつ作りに励んだり。翌朝まで六本木で飲み明かしていた日々の生活は、今では午後9時の読み聞かせと添い寝の毎日。昔の仲間に、自宅の窓から見える壮大な田園と大雪山の景色を見せると、「(そんな)何もなく(大)大丈夫?」と心配されま

す。でもそれが不思議なこと

に「大丈夫」な

夫の地元が東川だったという縁で暮らし始めたこの町ですが、子どもと生活する中で、この町の環境が子育てに最高なんじゃないかと徐々に気づき、今では「この町に住めてラッ



キー!」と思うようになりました。「何もなくても大丈夫」な理由は、子どもの目まぐるしい成長が私を飽きさせないこともあります。子どもと生活していく中で、東京の都心にあるものがすべてレベルが高く

て質のいいものと

観念とそれまでの価値観がらつと変わったこと。人間性を培う大事な子ども時代は、過酷な競争よりも人と自然との豊かな関わり、そして何よりもゆつたりとした時間が必要で、この町にはそのすべてが揃っているということに気づいたので

夫の祖父母、子育て支援センターの皆さん、役場や

図書館の方、商店の人と隣のおじさん……。安心できる人や地域、顔なじみが増えるにつれて、生活に楽しさと温かさも増してきました。町には雄大な自然はもとより、写真や木工、自然にまつわるさまざまなジャンルのエキスパートがいて、一流の先生があちこちにいます。都心に暮らすとも良いものを吸収できる環境がすぐ身近にあるんです。

そう感じるようになったのも、子どもとの生活が、上ばかり見ていた以前よりも日々を大事に暮らす事の大切さを教えてくれたから。ただし、良い環境も活用しなければ、ないも同然。この町で子どもと一緒に暮らしているから、これからはハードな日々を楽しんでいきたいと思えます。

若松 美帆子



甘いお菓子、ジュースは虫歯菌の大好物 健康な歯は離乳食期の食事から

「乳歯は生え変わるから虫歯になっても大丈夫！」などと子どもの虫歯対策を安易に考えていませんか？
乳歯が虫歯になると、その後生えてくる永久歯にも影響を及ぼし、食べるだけでなく話す能力の発達にも大きく影響してしまいます。乳幼児期の食事とおやつを取り方、歯磨きは、健康な歯のために大切な第一歩です。

町の3歳児健診結果によると、80パーセント以上の町内の幼児は虫歯がないという結果が出ています。国の目標では3歳児で虫歯のない子の割合は「80%以上」ですから、東川町ではその目標を達成しています。

ところで、1歳6カ月児の歯には、ほとんど虫歯がありません。つまり子どもが3歳に成長する間に、虫歯ゼロの子が減っているとも読み取れます。一人で何本もの虫歯を作ってしまう幼児も近年見受けられます。

虫歯は、ミュータンス菌など虫歯菌による感染症です。

生まれたばかりの赤ちゃんの口中は元来無菌です。しかし次第にいろいろな菌が口中に入って常在し、生え出してきた乳歯の表面に付着します。

そこに菌の餌になる糖分などが入っていると、菌はグルカンというネバネバ物質を出し、歯垢(しこう)の原因を作ります。これを繰り返していくうちに虫歯菌が繁殖します。それがさらに歯の溶解を促して虫歯を進行させます。

特に口の中にしょ糖、砂糖が入ると口中に酸が大量に発生します。

歯は酸によって溶け出しますが、食物が口の中に何も無い時間が十分にあれば、通常は唾液によって歯が再石灰化し、溶解した歯の表面を修復してくれます。

ところが、お菓子やジュースなど甘いものをしょっちゅう食べていると、口の中が常に酸性の状態になり、溶け出した歯が再石灰化できずに虫歯がどんどん進行していきます。

虫歯菌の感染は、離乳食期が多いと考えられています。唾液を介して感染しますので、大人と同じスプーンの使い回しや、大人が一度かんだものを乳児に食べ与えるなどは止めましょう。食事は食器を分けて用意し、周りの大人も口腔(こうくう)ケアをすることが重要です。

おやつは「第4の食事」

乳幼児期のおやつは、捕食として栄養分を摂取するという目的があります。

また胃の容量が小さく、3回の食

事だけでは必要な栄養摂取量をまかない切れないための「第4の食事」と考えましょう。「おやつはお菓子」という意味ではありません。

食事やおやつは時間を決め、なるべく砂糖が入っていない食べ物、おにぎり、果物、ふかしいも、サンドイッチ、食パンなどを選びましょう。飲み物もジュースやイオン飲料ではなく、麦茶や牛乳を選びましょう。

乳幼児期は味覚の形成期です。この時期に濃い味に慣れてしまうと、昆布やかつお節などだし汁のうま味や食材本来の味が分からなくなり、食べ物の好き嫌いを助長しかねません。薄味でも食材本来の味をしっかりと味わえる味覚を育てましょう。

▼歯磨き習慣が大切

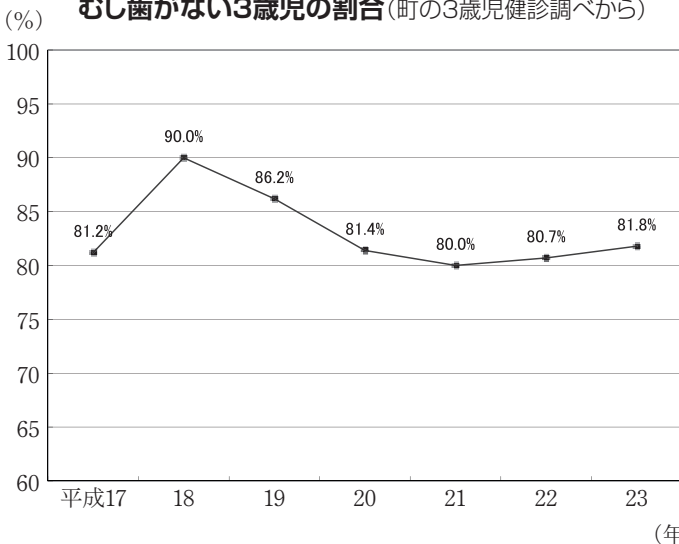
歯ブラシで歯磨きする

のは1歳前後から。幼児の歯ブラシは、ガードがついて柄の短いものを選びましょう。それ以前は濡らしたガーゼなどで歯を拭いてあげましょう。

食後に必ず歯を磨くよう習慣づけ、自分一人で磨けるように教えましょう。大人は仕上げ磨きを手助けしましょう。歯ブラシを使ってけがをする事故が増えています。歯磨き中は子どもから目を離さないようにしましょう。

生えだての歯は歯質が軟らかくもろいので、1歳を過ぎたらかかりつけの歯科医で歯質を強くするフッ素塗布も有効です。

むし歯がない3歳児の割合(町の3歳児健診調べから)



2014.
3

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

3月の行事

- 1日(土) 東川高校卒業式(前10時、東川高校)
第42回北海道赤十字スキーパトロール競技大会
(前9時、キャンモアスキービレッジ)
- 6日(木) 平成26年東川町議会第1回定例会(前9時半、議場)
- 13日(木) 東川養護学校卒業式(前9時半、東川養護学校)
- 14日(金) 東川中学校第67回卒業式(前9時半、東川中)
- 18日(火) 東川第一小学校第113回卒業式(前10時、第一小)
- 20日(木) 東川小学校第114回卒業式(前10時、東川小)
東川第二小学校第112回卒業式(前10時、第二小)
- 22日(土) 東川第三小学校第110回卒業式(前10時、第三小)
- 24日(月) 東川町幼児センター第12回卒園式(前10時、幼児センター)
- 25日(火) 東川町議会第3回臨時会(前9時半、議場)

文化ギャラリー
東町1丁目19-8

- 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
 - 12日(水)~27日(木)
 - ▶第30回北海道報道写真展
 - ▶心に感じる写真 張宏聲の世界
- ※11日(火)、28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

- 17日(月)から 4月18日(金)まで
 - ▶写真の町ひがしかわ写真少年団写真展

保 保健福祉センター
保健福祉課保健指導室

【3月分】

- 7日(金)ごっくん教室 **申し込み** …… 13:00~14:00
乳幼児健診 …… 13:15~
(通知者以外は14:30~)
 - 13日(木)2歳ふれあいルーム **申し込み** …… 9:00~12:00
(子育て支援センター)
 - 18日(火)栄養教室 …… 10:00~13:00
- 会場は保健福祉センターです(2歳ふれあいルームを除く)

【4月分】

- 3日(木) 移動献血車来庁
- 4日(金) もぐもぐ教室
乳幼児健診
- 11日(金) じっくり子育て相談
- 15日(火) 栄養教室

地 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>
今月はありません
 - <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、11日、12日、17日、18日、19日
- 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

- 4日(火)リコーダーアンサンブル、イコロ演奏会 12:15~
 - 6日(木)カラダ美楽(みがく)クラブ **申し込み** 10:00~11:30
 - 18日(火)小さなメディカルハーブ教室(ハーブ&アロマ)
申し込み 10:00~11:30
- こころ研シネマ 映画「テンプルグランディン」無料
18:30~20:30
- 20日(木)カラダ美楽(みがく)クラブ **申し込み** 10:00~11:30
 - 22日(土)かぜのこくらぶ(子どもの遊び場) **申し込み** 14:00~16:00
 - 26日(水)おとなり会(茶話会、参加自由) 14:00~15:00
 - 28日(金)健康体操教室 **申し込み** 10:00~11:00
(4月分の申し込みは3月24日午前9時から、電話、Fax、事務所窓口で)
- 3/3日(月)~10日(月) 東川養護学校作品展「いなほ展」
(6日は作家在廊…13:30~14:00)