

おいしい水、うまい空気で人とお米が育つます

こうほう

# しがしかわ

Public relations brochure of Higashikawa



3

2006 March  
No.629

—住むなら東川—  
町の元気と魅力づくり

一人のきれいは  
みんなのきれい



ごみ減量化推進キャラクター  
「もっくる」と「エコボン」

# CONTENTS

3

2006 Merch  
No.629

## Zoom in

- 3 | ○新型パスポート「IC旅券」 2006年3月20日、スタート!

## Town News

- 4 | ○地域生活支援センター「ふれ愛の郷」落成式  
○湯けむり温泉大学開講○第2回キャンモアGSL大会

## 特集

- 6 | ○住むなら東川 町の元気と魅力づくり

## 生涯学習情報 network

- 8 | ○留守家庭学童保育入所のご案内  
○第48回全町婦人の集いが開催されました  
○北海道子ども会かるた大会上川支庁地区予選会が開催  
○ふるさと創生事業「家計図作り」講座の受講生募集  
○大会結果のお知らせ○文化ギャラリー展示のご案内

## Yakkity Yachiyo

- 10 | ○「カジョウな(包装)」  
英語指導助手(AET) キンバリー・マルヤマ・ヤチヨ

## エイゴノマナビカタ

- 10 | ○「第23回 多読のススメ」  
英語学習指導員 宮地晶子

## 暮らしの情報BOX

- 11 | ○年金情報○鯉のぼりの寄付をお願いします  
○町議会第一回定例会のお知らせ  
○公営住宅・特定公共賃貸住宅の入居者を募集します  
○不動産公売の実施結果について○平成17年の火災と救急  
○国民健康保険の被保険者証が更新されます  
○平成18年4月から介護保険制度が変わります  
○もっくるニュース○社協通信  
○貸します詐欺にご注意ください○保健だよりほか

## 写真の町情報館

- 17 | ○写真甲子園OBが東川町で入籍  
○榎並悦子さんから写真集を寄贈いただきました  
○音楽が見つないだ松本零士さんとの交流

## 保健だより (Healthy Column)

- 18 | ○「脂肪のことを知ろう」～脂肪を上手に摂るために～  
○健康づくり講演会のご案内  
○子育て支援センターお楽しみ会のお知らせ  
○移動献血車が来町します○元気っ子クッキングのお知らせ  
○保健カレンダーほか

## シリーズ"大雪山の素顔"

- 20 | ○「大雪山の四季を旅する」  
池田 しのぶ

## Culture Lounge

- 21 | ○短歌・俳句○新刊図書・ビデオ案内  
○まちかど通信○道草館だより ほか

## ふるさと探訪 気づ季・月づ期・思いつ記

- 22 | ○「お洒落・流行・身嗜み」  
(元)郷土史編集専門員 尾池隆男



東川百慶入選作品より  
「いとこ同士ダブル卒園」  
稲場 加奈子

広報が自宅のパソコンから  
ご覧になれます



町の情報満載!

バックナンバー  
も見られる

東川町ホームページ <http://town.higashikawa.hokkaido.jp/>

パスポートがかわります

# 新型パスポート「IC旅券」

## 2006年3月20日、スタート!

3月20日から、新しいタイプのパスポート、「IC旅券」の申請受付が開始されます。IC旅券の一番の特徴は、IC(集積回路)を搭載し、国籍や姓名、生年月日などとともに、所持人の顔写真を電磁的に記録することです。これにより、パスポートの偽変造を難しくし、他人による不正使用を防止する効果が見込まれます。

### ◆パスポートの偽変造を困難にし、不正使用を防止

近年、パスポートの偽変造や成りすましによる不正使用が増加し、国際的な組織犯罪や不法な出入国に利用されています。そのため、偽変造がより困難で、安全性の高いパスポートとして、生体情報認証技術(バイオメトリクス)の応用が研究されてきました。

特に2001年の米国同時多発テロ以降は、テロリストによるパスポートの不正使用を防止する観点から、こうした議論が国際社会で二層活発になってきました。また、米国では、ビザ免除継続の要件として、各国にバイオメトリクスを採用したパスポートの導入を求めています。

こうした国際社会の動きのなかで、日本では、ICチップに生体情報を記録する新型パスポート「IC旅券」が2006年3月20日の申請分から発行されます。

### ◆生体情報として「顔画像」を記録

IC旅券もこれまでと同じように冊子型ですが、冊子の中央にICチップが組み込ま

れます。このICチップには、国籍や姓名、生年月日など旅券面の身分事項のほか、所持人の「顔写真」(顔画像)が電磁的に記録されます。

### ◆IC旅券のセキュリティ対策

IC旅券は、ICチップの搭載のほかにも、偽変造を困難にするさまざまな工夫を施しており、パスポートの偽変造防止効果が高くなっています。また、出入国審査等でICチップに記録された顔画像とその旅券を提示した人物の顔を照合する電子機器が将来的に各国で配備されていくことで、他人による不正使用防止の効果も高まります。

ICチップに記録された情報が本人の気付かない間に読み取られることのないよう、ICチップ内の情報が読めない安全対策が施されています(スキミング防止)。

また、IC旅券と読み取り機の通信距離は10センチ以内で、かつ、通信の間の情報は暗号化されるなどの通信傍受対策も行っています。

◆旅券発給手数料は1,000円値上がりします

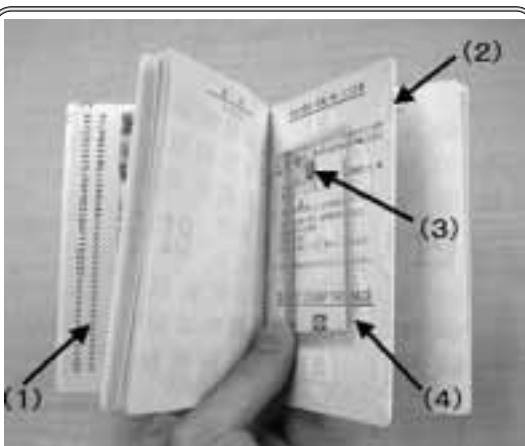
旅券発給手数料はICチップの実費が上乗せされ、これまでより1,000円値上がりします。新しい手数料は、5年有効旅券が11,000円、10年有効旅券が16,000円になります(旅券事務所の手数料を含みます)。

また、パスポートを紛失した際、有効期間をそのまま引き継いだパスポートを発給する従来の「再発給制度」は、IC旅券導入

以降、廃止されることになりました。

### ◆非IC旅券からIC旅券への切替も可能

現在お持ちのパスポートは、IC旅券導入後も、有効期間満了まで使用することができます。ただし、非IC旅券からIC旅券への切替を希望される方は、残りの有効期間にかかわらず切り替えることができます。



### ●新しいIC旅券

- (1) 身分事項ページ
- (2) プラスチックカード
- (3) ICチップ(\*)
- (4) 通信アンテナ(\*)

\*は、(2)のプラスチックカードの中に格納されており、通常は見えない。

### ●ICに記録される情報

- ・顔画像
- ・姓名、生年月日、旅券番号、発行国等、身分事項ページに記載されている事項



## 第2回キャンモアGSL大会開催

2月4日、東川町スキー連盟とキャンモアスキー場を運営する(株)ワカサリゾート共催による第2回キャンモアGSL(ジャイアントスラローム)大会が開催されました。

当日は学年別・年齢別の15クラスにわかれて競技を行い、晴天の中、選手は日頃の練習の成果を思いきり発揮し、全長638mのコースに設置された赤と青のポール28旗門を果敢に攻めていました。

競技終了後は、お楽しみ抽選会も開催され、地元業者の提供によるお米や惣菜などが参加した選手たちに贈られました。特賞のホテルベアモンテヘア宿泊券の抽選では、会場から大歓声が沸きあがり大会は盛況のうちに終わりました。スキー人口が低下しているといわれていますが、北海道民の特権である雪を楽しむため、たまにはゲレンデへ足を運んでみてはいかがでしょうか。



開会式



緊張のスタート

# まちの話題が満載! Town News まちの出来事



施設の外観

## 地域生活支援センター「ふれ愛の郷」落成式

学生に実践的な学習体験が出来る場を提供しながら、ふれあいを大切にした地域福祉の増進と地域の活性化に役立つ活動をしたい。進化台にある学校法人 北工学園運営による地域生活支援センター「ふれ愛の郷」が完成し2月20日落成式が行われました。

地域生活支援センター「ふれ愛の郷」は学生の実践教育の場として、また、高齢者、児童、幼児、障がい者の方々を対象にしたデイサービスを提供する施設で、介護や子育てを支援する事業のほか一般にも開放されたレストランや小公園などが整備され、町民の安らぐ場所として利用できます。

落成式のあいさつで北工学園の新谷龍一郎理事長は「地域の方々と、生徒たちがたくさんふれあうことのできる場所にしたい」と抱負を述べられていました。

若者、老人、児童が隔てなくふれあえる場所としてその新しい取組みが期待されます。お問い合わせは「ふれ愛の郷」☎82-4858まで



新谷理事長



レストラン(山の眺めがきれいです)

# 所得税の確定申告のお知らせ

所得税の確定申告と納税は、

**3月15日(水)までです。**

申告または相談は次の場所で

税務署が対応する会場

**旭川北洋ビル9階** 旭川市4条通9丁目のみです。

税務署内では申告相談会場を設置しておりません。なお、期間は1月19日(木)～3月15日(水)まで開設しています。(土・日曜・祝日を除く。)

役場が対応する会場

**役場1階 第1小会議室**

(正面玄関入って左)

申告及び相談期間は、2月1日(水)～3月15日(水)まで開設しています。(土・日曜・祝日は閉庁です。)

### ●申告はお早めに

申告期限間際になりますと、大変込み合いますので、お早めに済ませましょう。

### ●確定申告書の作成はご自分で

「申告書の書きかた」「所得税の確定申告の手引き」等を用意してありますので、ご自分で記載しましょう。

### ●納税は振替で

税金の納付には、振替納税を利用させていただきますようお願いしています。

### インターネット(国税庁のホームページ)をご利用ください

【<http://www.nta.go.jp/>】内にある「確定申告書等作成コーナー」で簡単に作成することができます。また、土地、建物をお売りになった方用に、札幌国税局ホームページのアドレス【<http://www.sapporo.nta.go.jp/>】に「譲渡所得の内訳書(土地・建物用)作成コーナー」を掲載しています

## 湯けむり温泉大学開講

2月1日の開校式を皮切りに2月中の毎水曜日「湯けむり温泉大学」の講座が行われました。

この事業は、町民が明るく、健康に過ごすことで、増え続ける医療費の節減を図る国民健康保険総合健康づくり支援事業で、「交流」と「学び」をテーマに町内の温泉をめぐりながらさほうちなどの体験講座を楽しみ、健康相談や血圧測定などを行い健康保持増進の意識と実践を高めます。

この事業は平成14年度からはじまり今年で4年目の開講となりますが、年々人気は高まっており、今年も定員いっぱい50名(うち初めての方が37名)の参加をいただいています。(応募者は70名以上)

初回はゲームを通じてする「緊張しない」自己紹介とこまくさ荘吉田支配人による温泉講座が行われ、旭岳温泉の特長や温泉の効能などについて学びました。この事業を運営していただいている大雪山自然学校の荒井さんは「温泉はもちろんのこと休憩時間中にあふれる笑い声こそが健康の秘訣だと感じています」と語っています。



こまくさ荘 吉田支配人



そば打ち講座

# 住むなら東川

# 町の元気と 魅力づくり!!

東川町は町の元気と魅力づくりのため、今年その内容を一部紹介させていただきます。

度も様々な事業を展開してまいりましたが、



## ■マイホーム建築支援事業

【東川風住宅建築促進と定住人口の増加】

東川の美しい住宅景観を形成し定住人口の増加を目指した事業として、東川風住宅の認定を受けた住宅に対して、カーポートおよび物置の建築補助、東川家具の購入補助を行いました。

●マイホーム建築支援件数  
カーポートおよび物置 17件  
家具 10件

※平成17年度末予定  
□概要

東川風住宅設計指針の基準を満たす住宅の新築(購入)に対して  
※東川風住宅の条件は、床面積50㎡  
240㎡、景観に配慮すべき項目(壁、屋根、車庫等の外観色彩および建築物の壁面位置等)を設定しています。

▽指定区画内  
カーポート及び物置の建設に対して50万円以内で補助(ただし町内業者施工に限る)  
※東川町土地開発公社より東川家具の購入に対して20万円以内で補助  
▽指定区画外  
東川家具の購入に対して20万円以内で補助



マイホーム建設支援

## ■賃貸共同住宅建設等支援事業

【民間アパート建設の推進】

東川町への移住ニーズに 대응するため、民間アパートの建築及び既存アパートの低家賃化を推進し、本年度も新築アパートが2棟建築されます。

□概要

▽新規アパート建設  
賃貸アパートを建設する場合に建設費の3分の1以内を補助  
①町内業者建築1戸当たり1,800千円上限  
②町外業者建築1戸当たり1,300千円上限  
▽既存アパート所有者  
基準日より建設後5年以内で経過年数を差し引いた残月数に対して1戸1カ月6千円を補助  
▽条件

### ●新築アパート支援内容

アパート名	建築場所	間取り等	予定家賃	完成時期
SUN SMILE メゾネット	西町3丁目	3LDK-4戸	67,000円	2月末
WEST IN	西町2丁目	3LDK-4戸 1LDK-4戸	61,000円 47,000円	2月末

【平成17年度末予定】

## ■起業化支援事業

【起業による産業振興と雇用促進】

起業による産業の振興と雇用の促進を図ることを目的とし、町内で新たに事業を開始する場合や新たな分

### ●起業化支援内容

企業名	代表者名	事業内容名
わんわんランド	神原正人	ドックラン
陶房春悦	斉藤悦子	陶芸工房・ギャラリー
すし工房西乃家	西村隆司	寿司仕出し小売
ドッグカフェ SUNNY SPOT	原田幸江	ドックラン&カフェ
(株)ルミエール 北海道工場	代表取締役 木下光貴	天然化粧品製造

【平成17年度末予定】

野の事業を行う場合に掛かる費用の一部を補助する  
□概要  
▽条件  
町内で新規事業新規分野で事業活動を行なう者に対し上限1,000千円以内(対象事業費の3分の1以内)を補助する  
1名以上の専従者がいる事業場を設置する

▽補助対象  
・家屋の購入費及び改修費、機械装置

機器、器具、店舗用備品、パソコン等の購入費  
※業種は別途指定

## ■タウンクーポン

商工会などが中心となって、町内の商店やギャラリー、温泉などのクーポンネットを発行する「タウンクーポン」事業が、これまで3回実施されてきました。

この事業は、町内の大きなイベント(どんどこい祭り・写真甲子園・フォトフェスタ、くらし楽しくフェスティバル、年末年始連合大売出し・氷まつり)にあわせて、旭川市内、近郊にイベントの告知に併せて町内の商店などが割引チケットの付いたクーポン券を発行し、町外からの誘客や消費を喚起しようという新たな試みです。

クーポンの認知が低いいため、まだ十



## ■ドライブブラリー

ひがしかわ「道草館」が道内86番目の道の駅としてオープンしたことを記念して、町内を見学(食べて 遊んで)をセットにした「ひがしかわみちくさドライブブラリー」を開催し、東川の魅力を宣伝しました。

例年は、比較的閑散としていたゴールデンウィークでしたが、新たな道の駅としてオープンした話題性もあつて、5月3日から5日までの5日間で、道内各地から50名延べ3,500人以上の効果の方々に参加して工房や温泉、飲食店や商店などを巡り、賑わいを見せていました。

## ■婚姻届・出生届

東川町での思い出を永遠に大切にしたいとの思いから、生の中でもつとも幸せな瞬間であり、大切な届出である「婚姻届」と「出生届」を東川町のオリジナルの届出用紙として新たにデザインし、提出頂いた方の手元に残る素敵な記念品をつくりました。

婚姻届は町外からの利用希望者も多く、二人の結婚の記念に東川を訪れる方が増えています。



婚姻届

## ■定住促進制度の効果

町内の経済回復及び活性化のため平成15年7月に施行した定住促進条例による効果について試算したところ、次の表のとおりとなりました。

総補助額は約2億3,400万円(うち国から約1,100万円交付されます)となりましたが、312人の人口増(減少抑止)となり、固定資産税などの増収増と人口増による国からの地方交付税が平成21年度分までの合計で約2億3,000万円増となり、ほぼ補助金の額と同じになる予定で、その後は増収となります。

また、転入者による地元消費ですが、年間約1億円と試算されました。このように一定の成果がありました。今後さらに町が活性化するように様々な取組みを進めてまいります。

●定住・起業化関連事業による効果(平成21年分まで)					
事業名等	人口増(人)	補助額(千円)	増収効果(千円)	交付税効果(千円)	計(千円)
マイホーム建築支援事業	98	19,587	26,594	54,477	81,071
賃貸共同住宅建設等支援事業	214	214,024	30,509	118,963	149,472
リフォーム支援事業	-	700	-	-	-
合計	312	234,311	57,103	173,440	230,543

# 情報ネットワーク

町教委では、この「情報ネットワーク」を通して、町民の方々が生涯学習を進めていくための学習、研修、健康づくりに関する情報を提供しています。

また、町民の皆さまの希望や意見を伝えるページとしても活用したいと考えています。こんなサークルを作りたい、また参加してみたい、こんな学習資料、指導者の情報を提供してほしい、こんな事業を計画してほしいなど、広く取り上げていきたいと思っておりますので、どしどしご意見・ご希望をお寄せください。

連絡先／右記の各施設担当までお願いします。

「みんなでつくるうあったか」標語  
(平成17年度入選作品)

優秀賞 小学生の部  
守ろうよ ゆたかな町の 大自然  
(東川小 5年 西川 遼)

### 3月の教育相談

相談日 15日(水)  
時間 午前10時～午後4時  
相談要領 電話相談(来室可)  
専用電話 ☎82-4225



## 社会教育

TEL.82-2111

### 留守家庭学童保育入所のご案内

放課後、帰宅しても父母など保護者が仕事などで留守となる児童を対象に、留守家庭学童保育を実施いたします。

留守家庭学童保育の概要は、次のとおりですので、入所を希望される方は、教育委員会社会教育課社会教育係へお問い合わせください。

#### ●留守家庭学童保育概要

**対象者** 東川小学校、第一小学校、第二小学校、第三小学校に通学する1年生から3年生までの児童

**開設者** 東川町教育委員会

**開設期間** 平成18年4月1日～平成19年3月31日

**開設時間** 児童の下校時から午後6時まで(但し、時間まで迎えに出来ない場合は、午後7時まで対応)

**開設場所** 東川町留守家庭学童保育センター(東町1丁目7番5号)

**定員** 50名

**保育料** 月額1人5,500円(但し、計画的な月(開所日数)の半分以下の入所は、月額の2分の1)

**入所基準** 保護者などが、次の状況にある場合に該当します。

- ①昼間居宅外での労働を常態としている。
- ②昼間居宅内で学童と離れて家事以外の労働を常態としている。
- ③妊娠中または、出産後間がない。
- ④病気または身体に障害を有している。
- ⑤その他

**問い合わせおよび申込先** 社会教育課社会教育係 ☎82-2111(内線587)または☎82-3200※入所を希望される方は、入所申請書用紙の裏面を一読の上、記入してください。

**申込締切** 平成18年3月20日(月)まで

**その他** 新1年生は、入学式以後、学校給食対応になるまでの期間(約1週間程度)は、各自昼食を持参していただく事になります。

### 第48回全町婦人の集い

1月28日(土)東川町農協2階大ホールにおいて第48回全町婦人の集いが開催されました。

午前の講演では、北海道警察旭川方面旭川東警察署生活安全課長佐野光治警部より「振り込め詐欺等の対処法について」ビデオを交えてお話をいただきました。

午後からの交流会では、レクリエー

ションインストラクター宮坂幸好氏の指導により、笑って・動いて・声を出して、心身共にリフレッシュでき、参加者は、楽しい交流の一日を過ごしました。



## 公民館

TEL.82-3200

### 北海道子ども会かるた大会上川支庁地区予選会が開催

1月29日(日)にB&G海洋センターで、第9回北海道子ども会かるた大会上川支庁地区予選会が開催されました。

大会には東川町をはじめ上川管内の12市町の小学生33チーム、中学生18チームの選手、および役員200名が集まり、トーナメント方式で試合が行われました。

この予選会は北海道大会に通じるため、参加者は大きな声を上げながら、集中して競技していました。東川町代表として参加した第三地区少年団



集中して競技

5チームは、善戦はしましたが残念ながら全道大会出場にはなりませんでしたが、しかし白熱した試合が繰り広げられ大変有意義な一日となりました。

### ふるさと創生事業「家系図作り」講座の受講生募集

東川町公民館では、ふるさと創生事業の一環として「家系図作り講座」を3月16日、23日、30日(各木曜日)の3回にわたり開催します。

開拓111年を迎えた町民の家系図を自分で作成して、未来への贈り物を作りませんか?

**開催日** 3月16日、23日、30日(毎木曜)

**時間** 午後2時～4時

**場所** 東川町農村環境改善センター研修室1・2

**募集人数** 先着30名

**参加費** 1回500円

**申込期日** 3月15日(水)までに東川町公民館まで電話で申込みください。

## 海洋センター

TEL.82-4600

### 大会結果のお知らせ

#### 第2回キャンモアGSL大会(スキー・滑降 2月4日)

※町内分第6位まで掲載

##### ●中学生女子の部

第1位 山鹿里奈

第3位 入江彩加

##### ●ハイクラスレディの部

第1位 原城美香

##### ●小学生男子1・2年の部

第5位 鈴木詢平

##### ●小学生男子3・4年の部

第5位 原城和哉

##### ●小学生男子5・6年の部

第1位 原城湧太

- 第3位 西川遼
- 中学生男子の部
- 第4位 鈴木滉弥
- ミドルマンの部
- 第4位 遠藤寿宏

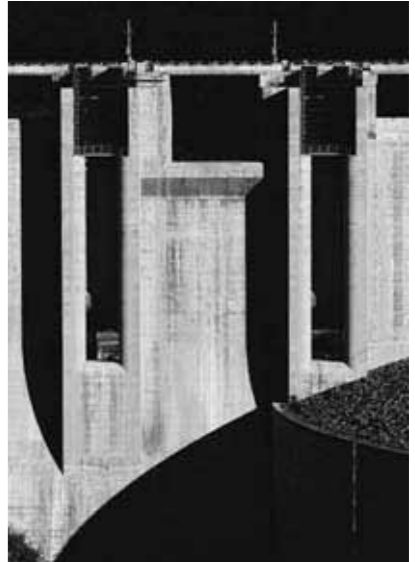


未来の五輪代表か?

## 文化ギャラリー

TEL.82-4700

### 文化ギャラリー展示のご案内



忠別ダム写真展より

●3月1日(水)～3月14日(火)  
◇東川水士会創立40周年記念写真展

●3月1日(水)～3月30日(木)  
◇忠別ダム写真展  
平成18年の完成に向けて、3月より灌水試験が行われる忠別ダム。工事前の風景などを記録した貴重な写真などを展示します。

## 0歳からのおはなし会

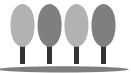
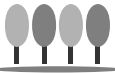
にちじ 3月30日(木) 午前10:30～11:30

文化交流館の絵本ルームで、絵本の読み聞かせと手遊びなどで楽しく過ごしましょう! 後半は、親子で自由に絵本を楽しんだり、参加者同士の交流にあてたいと思っています。

☆年齢に関係なく、どなたでも参加できます。



お問い合わせは  
おはなしの会ピッピ  
向坊 ☎82-5315  
三戸部 ☎82-5278



東川で最初にごみの捨て方を聞いたときのことは忘れません。ごみ袋が6種類に収集日が3回。おまけに「ごみの分別方法」のポスターまでもらって、慣れるのにしばらくかかりました。誤解のないように言えばもちろんカナダでもリサイクルはします。3Rと呼ばれるReduce（減らす）Reuse（再利用）Recycle（リサイクル）です。それよりなんとというか日本の場合、ごみの量がカナダとは違いすぎるのです。こんなにスペースの限られた小さい国にしては、出るごみの多さに驚きます。野菜や果物の過剰包装、スナック菓子の個包装。プレゼントは箱に入れて包装し、さらに紙袋に入れる。確かに見栄えはするけれど、買い物から帰ったあとのごみを見るのはあまり気分の良いものではありません。結局は見かけだけで中身を出したら忘れられてしまいます。

ごみの減量はとても大切です。ごみ減量で私たちにできることはたくさんあります。スーパーに使い捨てではないかばんを持参するというのはどうでしょう。ジュースやコーヒーなどの飲み物は自分で作って魔法瓶や何度も使える瓶に入れて職場に持っていくという手もあります。他にもお弁当を作る、ダイレクトメールの受け取りを拒否する、チラシはもらわない、生ごみで堆肥を作るなどなど。これを読んでいる人の中には、面倒くさいと思う人もいるでしょう。でもライフスタイル全部を変える必要はありません。数が集まればたとえ小さな変化でも私たちの大切な環境に大きな変化をもたらすでしょう。

In Excess



カズオ(白井)

I still remember the day when I was introduced to the garbage system here in Higashikawa. With six different garbage bags, three pick-up days and a "How to Separate" poster thrown in for good measure, it took a while to get used to. Don't get me wrong, it's not that we don't recycle. We do all the 3R's (Reduce, Reuse and Recycle)! It just seems that the amount of garbage per person here swamps that of what I was used to. For a country that has such little space, it always surprises me how much garbage is produced here. For example: fruit and veg are unnecessarily wrapped in plastic trays, snacks are individually packaged, presents are placed in boxes, then wrapped, then put in bags. It looks nice and all, but in the end it's not such a great feeling to witness the mound of garbage that amasses soon upon returning from a day of shopping. It's all only for looks and is not given a second thought once hastily removed. I think reduction is so important. There are so many things we could do to reduce. How about bringing your own re-usable grocery bag to the supermarket? Or, making your own juice or coffee and bringing it to work in a re-usable bottle or thermos? Packing your own lunch? Refusing junk mail or flyers? Creating a compost pile? You might be reading this and thinking... what a bother!! You don't have to do completely change your lifestyle. Through the power of numbers, even a small change will make a big difference to our precious environment!

英語学習指導員 宮地晶子の

## エイゴのマナビカタ

第23回

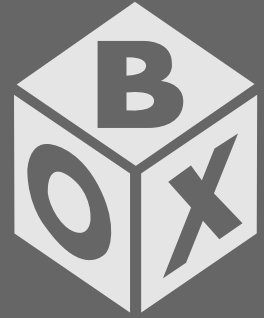
### 多読のススメ

今回は多読の具体的な方法についてお話しします。読めるようになるには読む本のレベルを順に上げるやり方が有効です。まずは「簡単すぎる」と感じるくらいのお話から始めましょう。一ページに知らない単語は2〜3個。1分間に8行から10行読めるくらいのやさしいものを選びます。これで分速80〜100語以上です。このレベルの本が分速150語で読めるようになったら次に移ります。読む力をつけることを意識した本（読本）が数社から出ています。グレイデッド・リーダー（段階的な読本という意味）というものです。オックスフォード大学出版局やロングマン社のペンギン・リーダーシリーズは細かくレベル分けされています。ビギナーのための本は主

な語い数が200〜250語。ここから始めれば日本語で考えることなく英語のままお話が楽しめます。

楽に読めるレベルの本を何冊か読んでスピードが上がったら次に進みましょう。解らないところはとばしても構いません。つまらないと思ったりとつとつと止めましょう。相性のいい内容ならすらすら読めることがあります。また辞書を引く必要を頻繁に感じるようならその本は合っていないということです。読本はどれも一冊500〜600円、高くなるのですが、多読するには数が必要です。学校の図書室など公共の施設にこれらの本がたっぷりあったらいいなと思います。読めるというのは大変な強みになりますから。

あともう一つ。読本とは違い、ハリポッターなどの児童書や絵本などは簡単そうでも案外難しいものです。読めなくても気にしないことです。一度日本語で読み内容を知ってから再挑戦すると読めることがあります。とにかく読んでみましょう。読めるようになるまで会話力が大幅にアップします。



# 暮らしの 情報ボックス

- 東川町役場 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
- 大雪消防組合東川支署 82-2310
- 道草館 68-4777

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

4月

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

## 3月のこよみ

- 9日 町議会第一回定例会(22日まで)
- 11日 東川中学校卒業式
- 14日 東川養護学校卒業式
- 15日 健康づくり講演会
- 17日 東小、第二小学校卒業式
- 18日 第三小学校卒業式
- 23日 幼児センター卒園式
- 23日 教育委員会議(改善センター13:30)

### 税金 国民年金保険料の口座振替引制度が拡充します

平成18年4月から平成19年3月までの国民年金保険料は、月額1,860円(年額166,320円)です。保険料は平成17年度から平成29年度まで毎年280円引き上げられる予定です。

平成18年度分の保険料を一括して前納すると、現金払いでは、2,950円の割引が、口座振替では、3,490円(540円増)の割引となります。(6カ月前納の口座振替もお得です。)

現金払いでの前納は、4月に送付される納付書で4月30日(今年4月末日が日曜のため5月1日)までに金融機関等で納付してください。

口座振替での前納は、平成18年3月31日までに社会保険事務所での登録が完了していなければなりませんので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。

口座振替日は、4月30日(今年4月末日が日曜のため5月1日)です。なお、既に口座振替で前納されている方は、届出の必要はありません。

●月々の口座振替には早割(当月保険料の当月末引落し)制度ができました。

通常の口座振替(当月保険料の翌月末引落し)は定額保険料ですが、口座振替を早割にすると50円が割引となります。早割制度を申込すると翌月末の初回の口座振替にして2カ月分の保険料(従前の保険料と40円割引された保険料)が引落としとなり、その後毎月の保険料が50円割引となります。「当月振替による早割」をご利用希望の方は、「口座振替納付(変更)申出書」の手続きが必要です。

注1..申込日によっては、口座振替ご利用まで時間がかかる場合があります。口座振替での引落としをご希望される月の前月までに手続きが完了していることが必要です。

す。

振替日に残高不足で振替できなかった場合は、次の振替日に翌月分と合わせた2カ月分が振替となります。「当月末振替による早割」をご利用されている方が、再振替になると割引がされません。

注2..手続きはお早めにお願います。

### ●保険料納付方法の比較

納付方法	納付書による納付	当月末振替による早割(18年4月より)	納付書による6カ月前納	口座振替による1年前納	納付書による1年前納	口座振替による1年前納
割引額	なし	毎月50円 年間600円	680円	940円	2,950円	3,490円

※割引額については18年度予算価格です。

お問い合わせ 旭川社会保険事務所 ☎26-4489 または、  
税務住民課住民相談年金係 ☎2111

### 東川町幼児センター 鯉のぼりの寄付をお願いします

幼児センターでは、毎年5月5日「子どもの日」に子供達の幸せを願って沢山の鯉のぼりを上げてきました。傷みがひどく数が少なくなってきましたので、ご家庭でお子さんが大きくなりましたら、なつた鯉のぼりがありませんでしたら寄付をお願いします。

ご連絡いただければお伺いしますので宜しくお願います。  
連絡先 東川町幼児センター総務係 ☎2-3400

### 議会事務局 町議会第一回定例会のお知らせ

平成18年第一回定例会は、3月9日(木)に開会を予定しています。今回の議会は、平成18年度の行政執行方針、教育行政執行方針を

はじめ、一般会計、特別会計の予算や条例など重要な議案が審議されます。

●本会議の予定  
3月9日 午前9時30分開会  
行政執行方針/教育行政執行方針/一般会計/特別会計等提案理由説明

3月10日 午前9時30分開会  
条例等提案理由説明審議/補正予算審議  
(11日から19日までは、休会して議案の調査を致します。)

3月20日 午前9時30分開会  
一般質問  
3月22日 午前9時30分開会  
一般会計・特別会計等の審議採決/議会提案関係

以上の予定になっておりますが、日程等は変更する場合がありますので、詳細は議会事務局へお問い合わせください。



### 税務住民課総合収納対策室 不動産公売の実施結果について

町では税の公平な負担を図るため、滞納者が保有する下記の差押不動産について公売を実施しました。今後も、必要と判断される場合には滞納処分を実施してまいります。

- 公売日 平成18年2月1日
- 開札時間 午後2時
- 公売物件所在地 札幌市北区篠路町拓北
- 公売物件詳細
  - ・地番…118番176
  - ・地目…原野
  - ・地積…176㎡
- 買受人 有限会社メトリックス
- 代表取締役 松本 節也
- 見積額 1,528,000円
- 売却決定額 1,597,200円
- 売却決定年月日 平成18年2月8日



### 税務住民課住宅下水道係 公営住宅・特定公共賃貸住宅の入居者を募集します

●受付期間 3月1日(水)～17日(金)

●受付場所 税務住民課住宅下水道係窓口(役場庁舎1階4番窓口)

未満) ※状況によって変わる場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

- 選考方法 公営住宅等入居者選考委員会を開催し入居者を決定。
- ※上記委員会が決定されなかった場合は公開抽選会を開催しますが開催日は未定です。
- 入居予定日 4月上旬
- 敷金 家賃の3カ月分
- お問い合わせ 税務住民課住宅下水道係 ☎82-2111(内線2)

### 都市建設課建築係 落水雪による事故にご注意ください

3月に入り気温が温かくなると、屋根に積もった雪、氷、つららが落ちやすくなり、人身事故が発生する恐れがあります。事故を防ぐため、次のことにご注意ください。

①早めに屋根の雪下ろしや氷の除去を行う。



●募集戸数 10戸

●持ち物 印鑑・平成16年1月から12月までの所得の状況が確認できる書類(所得証明、源泉徴収票等)

- 公営住宅
  - 募集団地① 北団地A2棟
  - 場所 北町3丁目10番
  - 間取り・戸数・家賃 3LDK(76.4㎡)・1戸(1階)・24100円/60,200円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 平成3年・鉄筋コンクリート造2階建、浴室(ユニットバス付き)、物置付き、駐車場1台
  - 募集団地② 清流団地B2棟
  - 場所 西町3丁目14番
  - 間取り・戸数・家賃 3DK(45.00㎡)1戸・6,700円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和47年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし
  - ※ポイラーについては、入居者が設置することになります。
  - なお、希望により浴槽、灯油タンク、井戸ポンプについては、前入居者のものを使用することができます。
- 入居期限付公営住宅
  - 建替えの関係で入居期限付住宅。建替えに伴う移転補償の支給対象にはなりません。
  - 募集団地③ 清流団地B4棟
  - 場所 西町3丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 3DK(43.8㎡)3戸・6,500円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和47年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし
  - ※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。
  - 募集団地④ 清流団地D4棟
  - 場所 西町3丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 2DK(39.6㎡)1戸・6,100円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和48年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし
  - ※ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。
  - なお、希望により浴槽については、前入居者のものを使用することができます。
  - 募集団地⑤ 清流団地D1棟
  - 場所 西町3丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 3DK(59.9㎡)1戸・13,600円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし
  - ※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。
  - 募集団地⑥ 清流団地D2棟
  - 場所 西町3丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 3DK(59.9㎡)1戸・13,600円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし
  - ※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。
  - 募集団地⑦ 清流団地D3棟
  - 場所 西町3丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 2DK(48.3㎡)1戸・11,000円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし
  - ※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。
  - 募集団地⑧ 南団地B2棟
  - 場所 南町1丁目7番
  - 間取り・戸数・家賃 3LDK(80.9㎡)1戸(2階)・55700円/73,500円
  - 住宅の建築年・構造・設備等 平成10年・鉄筋コンクリート造2階建、浴室(ユニットバス付き)、物置付き、駐車場1台

# 平成17年の火災と救急

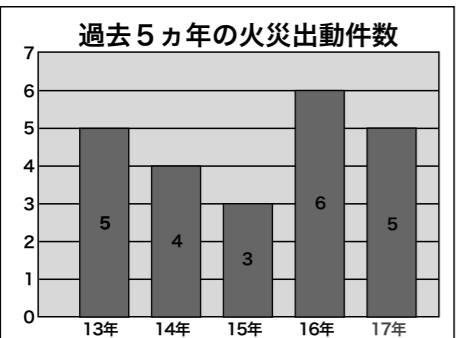
## 〈火災〉

東川町で平成17年中に発生した火災は、昨年より1件少ない5件でした。

原因は工場等で作業中に起きた火災や、住宅での火の不始末、不審火によるもので、いずれも、ちょっとした火の取扱い等、人為的ミスによるものです。

また、損害額では4,157千円で昨年とほぼ同じ損害額です。

冬期間は特に火気を使用することが多いため、コンロやストーブの消し忘れなどが原因の事故防止に努めましょう。



## 〈救急〉

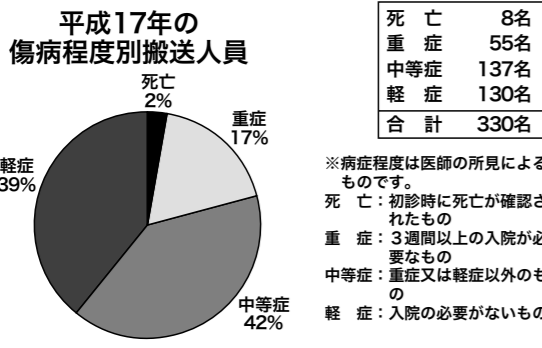
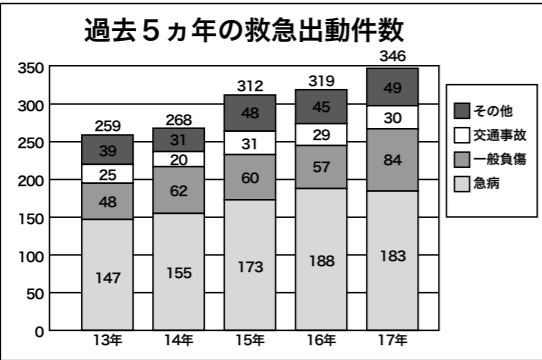
平成17年中の救急出動件数は346件で、昨年の319件より27件増えました。

出動種別では、急病183件、一般負傷84件、交通事故30件、その他(転院搬送等)49件です。

搬送人員は、330人で、町内在住者が215人搬送されています。年齢別に見ると、約55%が65歳以上で、182人搬送されています。

また、救急搬送者のおよそ4割が入院の必要がない軽症者であり、この中には救急車の必要のないごく軽い症状の人も含まれています。今後、救急車を正しく利用していただきますようお願い致します。

なお、休日・夜間の病院問い合わせは、病院紹介テレホンセンター(☎26-1400)または、大雪消防組合東川支署(☎82-2310)にお尋ねください。



●家族向け特定公共賃貸住宅募集団地⑧ 南団地B2棟

●間取り・戸数・家賃 3LDK(80.9㎡)1戸(2階)・55700円/73,500円

●住宅の建築年・構造・設備等 平成10年・鉄筋コンクリート造2階建、浴室(ユニットバス付き)、物置付き、駐車場1台

●入居資格 町内に住所または勤務地を有する方および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。

①同居、または同居しようとする親族のいる方。

②世帯の収入金額が国で定める収入基準の範囲内の方(月額所得が20万円未満※ただし、世帯の状況によって変わる場合がありますので、詳細はお問い合わせください。)

●昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし

●※灯油タンクについては、入居者が設置することになります。

●なお、希望により浴槽(風呂釜)、井戸ポンプについては、前入居者のものを使用することができます。

●募集団地⑥ 清流団地D2棟

●平成20年3月31日期限

●場所 西町3丁目7番

●間取り・戸数・家賃 3DK(59.9㎡)1戸・13,600円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし

●※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。

●募集団地⑦ 清流団地D3棟

●平成20年3月31日期限

●場所 西町3丁目7番

●間取り・戸数・家賃 2DK(48.3㎡)1戸・11,000円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし

●※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。

●募集団地⑤ 清流団地D1棟

●平成20年3月31日期限

●場所 西町3丁目7番

●間取り・戸数・家賃 3DK(59.9㎡)1戸・13,600円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和49年・準耐火構造2階建、物置なし、駐車場なし

●※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。

●募集団地④ 清流団地D4棟

●平成21年3月31日期限

●場所 西町3丁目7番

●間取り・戸数・家賃 2DK(39.6㎡)1戸・6,100円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和48年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし

●※ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。

●なお、希望により浴槽については、前入居者のものを使用することができます。

●募集団地③ 清流団地B4棟

●平成21年3月31日期限

●場所 西町3丁目7番

●間取り・戸数・家賃 3DK(43.8㎡)3戸・6,500円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和47年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし

●※浴槽、ポイラー、灯油タンク、井戸ポンプについては、入居者が設置することになります。

●募集団地② 清流団地B2棟

●平成21年3月31日期限

●場所 西町3丁目14番

●間取り・戸数・家賃 3DK(45.00㎡)1戸・6,700円

●住宅の建築年・構造・設備等 昭和47年・簡易耐火構造平屋建、物置なし、駐車場なし

●※ポイラーについては、入居者が設置することになります。

●なお、希望により浴槽、灯油タンク、井戸ポンプについては、前入居者のものを使用することができます。



企画総務課総務係  
**自衛隊予備自衛官補募**

●一般公募

採用対象 自衛官未経験者または、自衛官であった期間が1年未満である者  
受験資格 日本国籍を有し、18歳以上34歳未満の者  
試験科目 筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査  
期 日 4月15日(土)、16日(日)、17日(月)のいずれか1日  
会 場 陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)  
締切り 4月7日(金)

●技能公募

採用対象 自衛官未経験者または、自衛官であった期間が1年未満である者  
受験資格 日本国籍を有し、18歳以上で国家免許資格等を有する55歳未満の者  
国家資格免許の一例…衛生(甲・乙)、語学、整備、情報処理、通信、電気、建設  
試験科目 小論文、口述試験、適性検査、身体検査  
期 日 4月15日(土)、16日(日)、17日(月)のいずれか1日  
会 場 陸上自衛隊札幌駐屯

地(札幌市中央区南26条西10) 締切り 4月7日(金)  
お問い合わせ 自衛隊旭川地方連絡部南地区隊 ☎22-0648 または役場企画総務課 ☎82-2111 および募集相談員小野利昌 ☎82-3737 まで

大雪地区広域連合  
**国民健康保険の被保険者証が更新されます**

大雪地区広域連合の国民健康保険に加入されている方の被保険者証は平成18年3月31日(金)で有効期限が満了となるため一斉更新を行います。  
新しい被保険者証は加入している世帯に確実にお届けするため、配達記録郵便で3月下旬に世帯主あてに郵送いたします。  
また、現在お持ちの古い被保険者証は4月中に役場の担当窓口へ返却してください(郵送も可)。  
なお、国民健康保険料を滞納している世帯には、通常の被保険者証にかえて有効期限の短い「短期被保険者証」が交付される場合がありますので、未納となっている保険料は早期に納付いただくか、納付相談をいただきますようお願いいたします。

●就学等で住所が変わる場合  
就学のため東川町以外に住所を移される場合は、学生用の被保険者証(マル学被保険者証)の交付を受けることができます。(在学証明書、保険証、印鑑が必要です)  
北海道運輸局旭川運輸支局  
**自動車登録手続き案内および車検予約の電話番号がかわります**  
平成18年2月から自動車(軽自動車を除く)登録手続き案内のヘルプデスクが新設されました。  
また、ユーザー車検の予約番号も変わり、電話予約に加えインターネットからでも予約ができる検査予約システムになりました。手続きに関するお問い合わせは次の番号におかけください。自動音声案内ではじまり24時間ご利用になります。  
登録手続 ☎055-540-2003 ※オペレーターへの対応は閉庁日の午前8時30分から午後5時となっております  
車検予約 ☎055-540-2103  
ユーザー車検予約専用アドレス <http://www.kensayoyakuninhi.go.jp>

平成18年4月から  
**介護保険制度が変わります**

介護保険制度は、制度の基本理念である、高齢者の自立支援、尊厳の保持を基本としつつ、制度の持続可能性を高めるため、介護保険法の改正が行われました。新しい介護保険は、介護が必要になったときだけではなく、できるかぎり介護を必要としない状態でいられるよう「介護予防」に重点を置いた仕組みが変わります。住み慣れた地域で、いつまでも元気で安心して暮らせるように、介護予防の取組が始まります。



■「新予防給付」のサービスがはじまります

介護認定審査で「要支援1」・「要支援2」と認定された結果通知が届いたら「地域包括支援センター」の保健師やケアマネジャーが、利用者本人や家族と話し合い、生活機能向上にむけた「介護予防サービスプラン」を作成し、それぞれの希望にそった介護予防サービスを利用します。一定期間後に、目標が達成されたかを評価し、継続の必要がある場合には、再度「ケアプラン」を作成します。

■「地域包括支援センター」が創設されます

さまざまな相談窓口であり地域の介護予防を推進する機関です。保健師を中心に利用者の心身の状態を判断、希望を聞きながら個別に目標や利用計画をたて、生活機能向上をお手伝いします。大雪地区広域連合では、平成18年4月に、東川町・美瑛町・東神楽町の各役場に「地域包括支援センター」を開設予定で準備を進めています。

■「地域支援事業」のサービスがはじまります

介護認定審査で「非該当(自立)」と判定された方や、虚弱の高齢者を対象に、出来るかぎり介護が必要とならないように「転倒予防」「栄養改善」「認知症予防」などの地域支援事業のサービスを提供する事業です。具体的には次のような地域支援事業のサービスが予定されています。

- ◇運動指導事業(リハビリ教室).....高齢者に対する運動機能訓練
- ◇認知症予防教室.....閉じこもり、うつ、認知症の予防支援、治療の必要性および受診奨励
- ◇いきいきセンター事業.....閉じこもりがちな高齢者に対する心身の活性化のためのゲーム・レクリエーション
- ◇食の自立支援事業.....栄養改善の必要な独居老人等に対する配食サービス
- ◇高齢者にやさしい地域ネットワーク事業.....映画会を実行委員会形式で実施
- ◇家族介護教室.....高齢者を抱える家族の交流支援

■介護保険料の見直し

65歳以上の方の保険料の所得段階が見直され、所得の低い方の保険料負担が軽減されます。現行の5段階から6段階に細分化され、より決め細かい設定となります。それに合わせて大雪地区広域連合の介護保険料についても現在、策定中の第3期介護保険事業計画で見直しを行います。

**お問い合わせ** 大雪地区広域連合事務局(東川町保健福祉センター内) ☎82-2111 内線564・565

**もっくるニュース**

誌情報  
もっくるニュースvol.10  
発行 税務住民課  
環境衛生係



平成18年4月から「しらかば清掃センター」への直接持ち込み料金が改正されます

2月号広報にも掲載をしましたが、平成18年4月1日より、しらかば清掃センターへ直接ゴミを持ち込みする場合は料金が改正されます。

しらかば清掃センターへゴミ(可燃ゴミ・不燃ゴミ)を直接持ち込んだ場合、10kg当たり60円となります。ただし、平成18年4月1日から平成20年3月31日までは、経過措置期間のため10kg当たり60円ですが、平成20年4月1日からは10kgあたり80円となります。

期 間	料 金
平成18年4月1日～平成20年3月31日	60円/10kg
平成20年4月1日～	80円/10kg

(料金は、10kg単位で計算されます。10kg未満は10kgとして、10kg以上20kg未満は20kgとして計算されます。) 直接持ち込みをした場合でも、資源ゴミとして分別して持ち込みした場合は、料金がかりませんので、直接持ち込みをされる場合でも、分別してから持ち込みするようにしましょう。

直接持ち込みの場合は、車ごと2度計量しますので、可燃・不燃ゴミを降ろし2度目の計量をした後に資源ゴミを降ろすようにしましょう。

**手 順**  
車ごと計量台に乗る→受付する→可燃・不燃ゴミを降ろす→計量する→可燃・不燃ゴミ分の料金を支払う→資源ゴミを降ろす

内訳の詳細については、2月号広報(15P)を再度ご覧ください。  
**お問い合わせ**  
大雪清掃組合(しらかば清掃センター・リサイクルプラザたいせつ) ☎92-2247  
税務住民課環境衛生係  
☎82-2111 内線123

**コンポスター容器 補助制度のご案内**

町では、家庭から出る生ゴミの減量化を推進するため、コンポスター容器を購入・設置して、自宅において堆肥化により生ゴミの減量に取り組まれる方に容器購入の補助を実施しています。

今年度の補助予定基数にまだ余裕がありますので、春からの使用に向けて早めに購入し、準備をしておきませんか?

●補助対象個数  
1世帯1個とします。ただし、過去に町から電動生ゴミ処理機・コンポスター容器の補助を受けたことがある場合は、5年間経過している方とします。

●補助内容  
購入金額の2分の1以内とし、3,000円を上限額とします。ただし、100円未満の端数があるときは、端数金額を切り捨てた額を補助額とします。

(例)

購入価格	補助額
6,500円	→ 3,000円
5,700円	→ 2,800円

◎補助可能基数やその他詳細については、下記にお問い合わせください。  
**申込み・お問い合わせ**  
税務住民課環境衛生係  
☎82-2111 内線123



社協通信

社会福祉協議会

1月16日から2月15日まで... 会福祉事業にご寄付をいただきました... した方は、次のとおりです。『香典の返礼にかえて』

- 35 区 岡村 義巳様
30 区 中條 テル様
東町3丁目 門間 ツル様
34 区 土屋東次郎様
42 区 畑中 友悦様
26 区 古川 一美様
西町3丁目 岡 喜美江様
南町2丁目 田口 梢様
『社会福祉事業へ』
東 京 都 久 元 祐 子 様

今月のくらしの相談日のご案内

町民のみなさんの困っていることなど、相談日を設けて毎月第3木曜日午後1時30分から4時まで... 社協相談室で相談に応じています。今月の相談日と相談員は次のとおりです。

3月16日 大石 久子

社協だより2月号表彰者の掲載もれについて

暮らしの情報ボックス

社協だより第71号(平成18年2月1日発行)の東川町身体障害者福祉協議会会長表彰(援護功労者)の紹介で、被表彰者である安藤勇様のお名前が掲載されておりませんでした。謹んでお詫びしここに訂正させていただきます。

旭川東税務署 国税専門官採用試験受験者を募集します

人事院・国税庁では「国税専門官採用試験」の受験者を募集しています。採用試験の概要は次のとおりです。
受験資格
①昭和54年4月2日から昭和60年4月1日生まれの者
②昭和60年4月2日以降生まれの者で次に掲げる者
(1) 大学を卒業したものおよび平成19年3月までに大学を卒業する見込みの者
(2) 人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者
受験申込要領 受験申込み受付期間は、4月3日(月)～4月14日(金)です。申込書の提出はできるだけ郵送(配達記録)にしてください。(4月14日消印有効)持参す

る場合、受付時間は午前9時から午後5時です(土・日は除く) お問い合わせ 申込用紙の請求など詳細については、旭川東税務署総務課(☎23-6291)または、札幌国税局人事第二課(☎011-231-5011)へお問い合わせください。



東京都産業労働局 貸します詐欺にご注意ください

最近、大手金融機関などを装って「お金を貸します」といった内容の偽DM(ダイレクトメール)や携帯メール等を送りつけて、保証金や保険金名目でお金を騙し取る新手法の手口が増えています。このような詐欺行為を「貸します詐欺」といいます。被害に遭わないよう十分ご注意ください。
●騙されないための心構え三カ条
①取引関係のないところから突然送られてくる「お金貸します」とのダイレクトメール・携帯メール等に注意(低金利でも高額を貸し付けるかのような広告に注意)
②融資をする前に、様々な口実でお金を振り込まそうとする手口に注意。(保証料、保険料などの名目で必ずお金を要求してきます)
③「貸します詐欺」かもしれないと感じたら、送金の前に次の番号へ問い合わせ。

貸します詐欺」被害ホットライン
03-5320-4775(東京都貸金業対策課)平日・午前9時から12時、午後1時から4時30分 ※夜間・休日は、留守番電話の「受付ダイヤル」になります。

栄養教室(基礎編)のお知らせ

食事の不適切な摂取、運動不足等によりおこる生活習慣病は年々増加が見られます。この教室では「自分の健康は自分で守る」を柱に健康について学習していき身近な材料を使って、調理実習を行い、バランス・味付け等を確認しながら食生活の見直しと健康を考える機会とします。
(栄養教室は希望する方のみ食生活改善推進員となる単位を取ることができません)
対象 町民の方ならどなたでも
日時 3月17日(金)午前10時～12時30分位まで
場所 保健福祉センター
内容 食べて防ごう生活習慣病くメタボリックシンドローム(講話・調理実習・試食希望者には体脂肪測定)
持ち物 筆記道具・エプロン・三角巾※食材料の一部として参加者に100円の負担があります。
申込み・お問い合わせ 役場

養士まで(☎82-2111)
旭川土地家屋調査士会
登記無料相談会を開催します
旭川土地家屋調査士会では、制度広報および社会貢献の一環として毎年「登記無料相談会」を実施しています。
次の日程で開催いたしますのでお気軽にご利用ください。
日時 4月1日(土)午前9時から午後4時まで
場所 旭川市2条通17丁目左8号旭川土地家屋調査士会会館(駐車場あり)
相談内容
①土地・建物の表示登記に関する事項
・土地の分筆、合筆、地目変更登記に関することなど
②土地の境界に関する事項
・境界標が無くなった、境界標が見あたらないなど境界不明の場合など
・土地の面積が登記簿と相違するなど
※事前のご連絡等は、特に必要ありません。当日、ご来会ください。
お問い合わせ 旭川土地家屋調査士会(☎22-5530)

# 「写真の町」情報館

## INFORMATION

### ■写真甲子園OB猪原 健さんが思い出の地東川町で入籍

2月18日から27日までの間、文化ギャラリーにおいて写真甲子園OB・OG展が開催されましたが、それに先立つ2月17日、写真甲子園第4回大会に参加した猪原 健さん(愛光高校出身)が、妻となる松井光さんとともに東川町のニューデザイン婚姻届による入籍を済ませました。

猪原さんは、写真甲子園本戦大会に選手として参加した後、大学生時代にOBとして写真甲子園スタッフに関わっており、写真甲子園本戦出場者が、思い出の地東川町で入籍するのはこれが初めてのことです。

写真展および同窓会のためカメラマンをともなって奥さんと来町し、OB・OGら35名が見守る中で、入籍届を提出し、晴れて夫婦としての第1歩を本町から歩み出しました。

この後、美瑛町や東川町の地を撮影して回り、2人の思い出を作り始めるとともに、2月18日夜に改善センター開催された同窓会では、ケーキ入刀のセレモニーで皆の祝福を受けました。



届けを済ませ記念撮影する猪原健さん(右)と光さん(左)

### ■榎並悦子さんから写真集を寄贈いただきました。

第12回大会より写真甲子園の審査委員となりました、榎並悦子さんから写真集を寄贈いただきましたので、紹介します。この写真集は、文化交流館にて閲覧できますので、是非ご覧ください。

\*

### 「Little People 榎並悦子写真集」

Dwarfism(小人症)の多くは短い腕と足、肥大した頭と突起した頭が特徴とされています。成人の身長は平均して4フィート(約122センチ)。外見的な違いの他に殆どのDwarf(小人)は骨などのトラブルをかかえ、身体には痛々しい手術の跡がいくつもあります。

そんな彼らですが、健康な人々と同じように笑い、学び、悩み、生きています。

年に一度、世界中からDwarfが集まる会合をはじめ、学校生活、仕事の様子、家族、友人との私生活などを主にアメリカで取材し、撮影しました。

日本ではDwarfに対する理解が十分であるとはいえないですが、写真を通して少しでもDwarfismを理解していただけたら幸いです。

著/榎並悦子 出版社/文化堂印刷

### ●著者紹介

榎並 悦子(えなみ えつこ) 1960年京都市生まれ。大阪芸術大学写真学科卒。

学生の頃より、岩宮武二、高田誠三両氏に師事。卒業後、岩宮武二写真事務所を経て、独立。

「言じき花たち」、「WIND DROPS」、「裏から廻って三軒目」、「京都・西陣 機音の響く街」、「日本一の長寿郷」、「秒速50センチの東京」、「越中おわら風の盆」、「齢一歳の月の頂から」などの個展を各地で開催。写真集に「都わすれ一盲老人ホーム船岡寮の日記」、「日本一の長寿郷」、「秒速50センチの詩」、「越中おわら風の盆」、「HARA BIRA〜大地を揺るがすフィリピン祭」がある。



## 音楽がつないだ

### 松本零士さんとの交流

「宇宙戦艦ヤマト」、「銀河鉄道999」などで知られる漫画家松本零士さんが、東川で作られたCDを注文してくださったことから2月4日、ラトビア交流協会の西原会長や町特別対策室担当者が東京練馬区の自宅を訪ね懇談してきました。

松本さんが注文してくださったCDは、加藤登紀子さんのヒット曲「百万本のバラ」の原曲でもあり、町民にもおなじみのスクリブル姉妹が歌った「マーラが与えた人生」で、登紀子さんや大手出版社役員から「聴いて涙が出たから、あなたも聴いた方がいい」と薦められたそうです。

松本さんは「子どものころから音楽を聴くと絵が浮かび、それを作品にしてきたが、漫画からは読者に音楽は伝わらない。アニメを制作する時は、シチュアス風(シュトラウス風)に、葬送曲風(葬送曲風)などと音楽家に注文する」と音楽への熱い思いを語ってくれました。

旭岳に降る雪の結晶は日本一すばらしく、町民はおいしい伏流水を飲み、暮らしていることや、写真の町であることをアピールし、

松本零士原画展を町のギャラリーで開催できないかなど、今後の町との交流を打診してきました。



松本零士さん

# 保健だより



## 保健カレンダー

お問い合わせ●保健福祉課保健指導係 ☎82-2111

### 【3月分】

- 1日☎ リハビリ教室(理学療法士による指導) 予約制
- 3日☎ ごっくん教室 予約制 13:30~14:00  
乳幼児健診 13:30~  
(通知者以外は14:30~)
- 6日☎ 介護教室 13:30~15:30
- 9日☎ 乳幼児予防接種  
三種混合 13:45~14:00  
BCG 14:30~14:45  
麻しん 15:15~15:30  
風しん 16:00~16:15
- 13日☎ 介護教室 13:30~15:30
- 14日☎ リハビリ教室 11:00~14:30
- 15日☎ 健康づくり講演会 13:30~15:00
- 16日☎ 元気っ子クッキング 10:00~12:00
- 17日☎ 栄養教室(基礎編) 10:00~12:00
- 22日☎ 移動献血車来町
- 27日☎ 子育て相談 予約制
- 28日☎ リハビリ教室 11:00~14:30

※会場は保健福祉センターです!

### ＜地域子育て支援センター＞

＜親子遊びの体験教室＞ 予約制

- 3日☎ テーマ「2歳児絵の具遊び」 10:00~11:30
- 10日☎ テーマ「3・4歳児絵の遊び」 10:00~11:30
- 24日☎ テーマ「茶話会」…………… 10:00~11:30  
＜遊びの広場＞(毎週月・火・水曜日プレイルーム開放)…9:00~12:00  
1日(水)・6日(月)・7日(火)・8日(水)・13日(月)・14日(火)・  
15日(水)・20日(月)・22日(水)・27日・28日・29日は新年度準備のためお休み

※会場は幼児センターです!

申込み・お問い合わせ 東川町地域子育て支援センター ☎82-5100

### 【4月分】

- 7日☎ 乳幼児健診 24日☎ 子育て相談
- 11日☎ リハビリ教室 25日☎ リハビリ教室
- 13日☎ 乳幼児予防接種
- 20日☎ リハビリ教室  
(理学療法士による指導)

### 健康づくり講演会のご案内-旭川医科大学派遣講座-

誰もがご存知の「血圧」は、健康のパロメーターとして日頃からチェックされている方も多いかと思いますが。しかし高めでも薬をのんでいるから安心、少しぐらいの異常なら、などと案外そのまま放置していませんか。悪化すると重大な病気につながるかねない血圧について今一度振り返ってみたいと思います。

**と き** 3月15日(水)午後1時30分~3時  
**と ころ** 保健福祉センター1階集団検診室  
**テ ー マ** 「沈黙の殺人者~高血圧をよく知り、よく治療しよう~」  
**講 師** 旭川医科大学医学部第一内科教授 菊池 健次郎氏  
**対 象 者** 一般住民  
**申 込 み** 3月10日(金)までに保健福祉課保健指導係(☎82-2111)へ

### 子育て支援センターおたのしみ会のお知らせ

今年度最後の行事です。みんなでワイワイ楽しめる行事を予定しています。ゲームをしたり、会食をして楽しいひとときを過ごしましょう。

**対 象** 家庭にいる親子ならどなたでも  
**日 時** 3月24日(金)午前10時~正午  
**場 所** 子育て支援センタープレイルーム  
**参 加 費** おやつ代200円(1家族)  
**参加人数** 15組程度 要予約  
**申込み・お問い合わせ**

地域子育て支援センター ☎82-5100

### 移動献血車が来町します

次の日程で移動献血車が来町します。

実施日	場 所	時 間
3月22日(水)	JA東川事務所前	9:30~11:30
	忠別ダムJV前	12:00~13:00
	役場庁舎前	14:30~16:30

### 元気っ子クッキングのお知らせ

子どもの成長に「食べ物」はとても大切です。親子で料理をする機会の少ない方、簡単にできる料理を作ってみませんか?

**対 象** 概ね2歳半以上の幼児とお母さん(お父さんも大歓迎です。)  
**日 時** 3月16日(木)午前10時~12時頃まで  
**場 所** 保健福祉センター  
**内 容** 調理実習・試食・ミニ講話  
**持 ち 物** エプロン・三角巾・筆記道具  
**申込み・お問い合わせ** 役場栄養士まで ☎82-2111

### 脂肪のことを知ろう

~脂肪を上手に摂るために~

**1. 効率のよいエネルギー生産**  
脂肪は、体の中で燃焼すると1gあたり9kcalのエネルギーを作ります。炭水化物やたんぱく質もエネルギーを作りますが、こちらはそれぞれ1gあたり4kcalです。  
**2. 腹持ちのよいエネルギー源**  
脂肪は胃の中にとどまる時間が長く、腹持ちのよい栄養素です。ダイエット中などには適量の脂肪をとるほうが、空腹感を抑えられて効果的です。  
**3. 細胞膜などを作る材料**  
脂肪を構成する物質のひとつ、コレステロールは、体内で細胞膜や各種ホルモン、胆汁酸などをつくる材料となります。  
**4. 脂溶性ビタミンの吸収を助ける**  
脂肪は、脂溶性ビタミンであるA, D, E, Kなどの吸収を

●脂肪は大切な栄養素

脂肪は体に悪いもの…と決めつけていませんか。「脂肪」というと、すぐに肥満や生活習慣病などと結びつけられ、健康によくないもののように考えられがちですが、脂肪はエネルギーを効率的につくりだし、細胞膜やホルモンをつくる材料となるなど体の中でたくさん役割をもち、健康を維持するために必要不可欠な栄養素です。脂肪のとり過ぎは肥満につながり、なかでも動物性脂肪のとり過ぎは動脈硬化を引き起こす原因になります。必要以上に脂肪をとると体の害になることも事実です。脂肪は摂り方ひとつで毒にでも薬にもなりますので適切な脂肪の摂取を心がけたいものです。

高める作用があります。このため、脂肪の摂取量が不足すると、脂溶性ビタミンも不足しがちになります。したがって、油を使った調理をすることで各種ビタミンを効果よくとることができ  
**5. 血液中のコレステロールや中性脂肪を減らす**  
脂肪を構成する脂肪酸の中には「リノール酸」や「オレイン酸」には、血液中のコレステロールを下げる働きがあります。また魚油に含まれる「EPA(エイコサペンタエン酸)」「DHA(ドコサヘキサエン酸)」には、体内で血液サラサラにする働きや脳を活性化させる作用があります。

●脂肪をとり過ぎると体の害になる

動物性の脂肪に多く含まれる「飽和脂肪酸」のとり過ぎは、体内にある脂質成分、コレステロールや中性脂肪の増加を促進します。これが、動脈硬化の原因

となり、高エネルギーの料理になつてしまいます。てんぷらやフライは控えて、から揚げ、素揚げなどにします。  
**1. 脂肪分を意識して**

●上手に脂肪をとるための工夫

一般の成人が脂肪からとるエネルギーは、1日の総エネルギーの20~25%が望ましいですが、日本人は26%に達しているため、脂質を過剰に摂取しています。  
**2. 動物性脂肪を控え、植物性脂肪や魚の脂肪を多めに**  
量とともに「質」を考えてとるようにします。肉類、バター、卵、牛乳・乳製品などに含まれる動物性脂肪のとり過ぎは動脈硬化を助長させ、生活習慣病を招きやすくします。これに対して植物性脂肪や魚の脂肪などに含まれる脂質は、コレステロール値を改善し、生活習慣病の予防に効果があります。  
健康のためには、動物性脂肪・植物性脂肪・魚類の脂肪を4対5対1の割合でとるのがよいとされています。この数値をあまりむずかしく考えることはありません。肉や肉の加工食品を食べる回数を減らし、魚料理を積極的にとれば、自然に好ましい脂肪摂取比率に近づきます。  
**3. 調理の工夫で余分な脂肪をカットする方法**  
揚げる 食材が低エネルギーでも調理の段階で吸油量が多くな

ると、高エネルギーの料理になつてしまいます。てんぷらやフライは控えて、から揚げ、素揚げなどにします。  
**炒める** 野菜を炒める場合、減量中の人はフッ素樹脂加工や油なれした鉄製のフライパンを使います。さらにさつと下ゆでしてから炒めると、油の量をセーブできます。肉などのソテーはグリルパンを使うと溶けた脂が下におちます。  
**煮る・茹でる** 豚バラ肉のような脂の多いものは、かたまりのままたっぷりの湯でゆでてから冷まし、表面に脂が浮いてかたまったら脂をとり除いて利用します。  
**蒸す** 蒸し物は油を使わないうえ蒸すことによつて余分な脂肪をおとすことができる調理法です。  
**4. 食物繊維を上手にとり入れる**  
食物繊維には、余分なコレステロールが体内に吸収されるのを防いだり、便秘解消、血糖値の上昇をゆるやかにするなどの作用があります。食物繊維を多く含む食品にはかみごたえのあるものが多く、過食を防いで肥満対策にも有効です。1日にとりたい食物繊維量は20~25gです。野菜、海藻、きのこ、果物、いも、豆、未精白の穀類(玄米、麦、全粒粉パン、そば)など、いろいろな食品からとるようにします。



## ふるさと探訪

# 気づき・季節・月づ期・思いつ記

## 「お洒落・流行・身嗜み」

暮らしの三要素ともいわれる衣食住で、特に「若くて・動けて・お呼びが掛かる中が花」といえば、矢張り、身に着ける衣のことに注意するようになるのが常であろう。

**お洒落……**「あの人は洒落がうまい」といえば、即興の、機知に富んだ話しをしたり、同音を利用した気の利いた言い替えをしたり（語呂合わせ・地口）する人を指すというが、「あの人はお洒落だね……」。といえ

ば、文字通りの服装・持ち物などに気を使って装う人を指すことが多いようである。

お洒落という場合には「年の割には……」が付け加えられたり、「ちよつと若作り……」と批評された

りする嫌いがあるが、本来はドレス・アップなのだから、ステキな言い回しなので、それぞれのセンスの問題ともいえるが、ともすれば「派手な身なり、ちよつぱり気障」などと陰口をたたかれたりでは「お洒落が泣く」そうである。

そういえば、郷土史ふるさと東川（Ⅲ希望編二五七ページ、ピンセット（47）当意即吟「洪水」）に登場の山宮優子さんは頭髪にリボンをつけておられたので「リボン女史」というニックネームがつけられたというエピソードがあるが、この方の場合も「個性溢れるオリジナル」が当時（一九四七年）では目立ったスタイルだったからでは……。

**流行……**「はやりハダカ」といえば流行（ファッション）をいうキー・ワードみたいであるが、語・歌・色・病などがくつつくと正に多用な流行となる。ただし、お洒落との相関・密接・連動しての流行となれば、これまた一時的にひろがったり、世間でもはやされたり、移り変わったりする流行となつて、主に衣のことにしぼられる。

そういえば、下着ルックや埴輪ルックそしてオリジナル・ルックが流行する今日このごろは実に「猫の目流行」で、そのスピードの速いこと、正に「流行におくれるな」の日夜毎の変わりようである。

夏目漱石の坊ちゃんの赤シャツではないが、四季や年齢にこだわらずの赤色ばかりで、また自己流の服装がユニークとされるのだから流行とは……となるし、赤色物語となれば角巻き・腰巻き・防寒靴の足巻き、そして赤紙・赤信号となつて、スカーフやハンカチにまで多種多様な使い方である。

これが型や形になるとまさしく千様万態の流行となり、「はやりハダカ」に極言される。だから、かつてのモンペ・エプロン・フロシキそし

て作業着や綿入れ・ちゃんちゃんこ等が自由自在に変形されたり、創作されたりしているのである。

**身嗜み……**或る芸能を身につけることも身嗜みというが、身なりをきちんと整えて衣服を着用したり、またはその心がけを身につけたりする身嗜みはお洒落とは違うともいわれる。

決して派手でなく、洗い晒しの、さつぱりとした衣服を着なれた装いはその人の気持ちまでがにじみ出るともいわれて、「あの人はいつも身嗜みが良い……。」と評価される。

そういえば、日本のおばあちゃんとお親しまれた原ひさ子さん（故人、名女優）が愛犬と散歩する身なりは本当におばあちゃんらしきそのものであり、温もりのあるゆとりがいつぱいのやさしさが、ふわっ・ふつくら・ふくよかに表出されていた。

**身なり・身支度・身の熟しについて**、これからも「心身共に」を motto にして暮らしたいと思うが、さて……。

（元）郷土史編集専門員  
尾池隆 男

