

おいしい水と、うまい空気で、人とお米が育つまち

ひがしかわ

Public relations brochure of Higashikawa

▼第34回ひがしかわ氷まつり
▼東川町新まちづくり計画



2

2008 February
No.652

CONTENTS

第34回ひがしかわ氷まつり	3
まち・タウン	4
○東アジアの高校生が町内小・中・高校を訪問	
○56人の新成人が将来の夢を披露	
○町表彰条例で13人を表彰	
○消防出初め式で防火の誓い ほか	
東川町新まちづくり計画	6
○「プライムタウンづくり計画21-1」を策定	
今、生き生きと	10
○東川アームレスリング連盟会長 金子 昌昭	
町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」	12
○左甚五郎と福ネズミ！	
◇短歌・俳句	
◇新刊図書・ビデオ案内	
Dr.中田の「健康にばんざい」	13
○生活習慣病を防ごう①	
大雪山の素顔	13
○「厳冬期」…大雪白樺荘支配人 神林 知宏	
ペチャクチャカナダ人	14
○「旅ゆかば」…英語指導助手(AET)アシュリー・ペトルッチ	
○エイゴのマナビカタ	
第46回「名演説をまねる」…英語学習指導員 宮地晶子	
町の風 雑記抄	15
○時事相三話…前中央分館長 尾池隆男	
大雪地区広域連合からのお知らせ	16
○「特定健康診査・特定保健指導」が始まります	
くらし・ネットワーク	18
○年金相談のお知らせ	
○標準小作料の改訂	
○忠別ダム冬イベント開催	
○所得税確定申告のお知らせ ほか	
保健だより	25
○「血压」はあなたの病気を予言する！（下）	
おいしい手料理	26
○「味噌煮込みおでん」・食べて健康・豆知識	

子育てチャンネルは休載いたします。

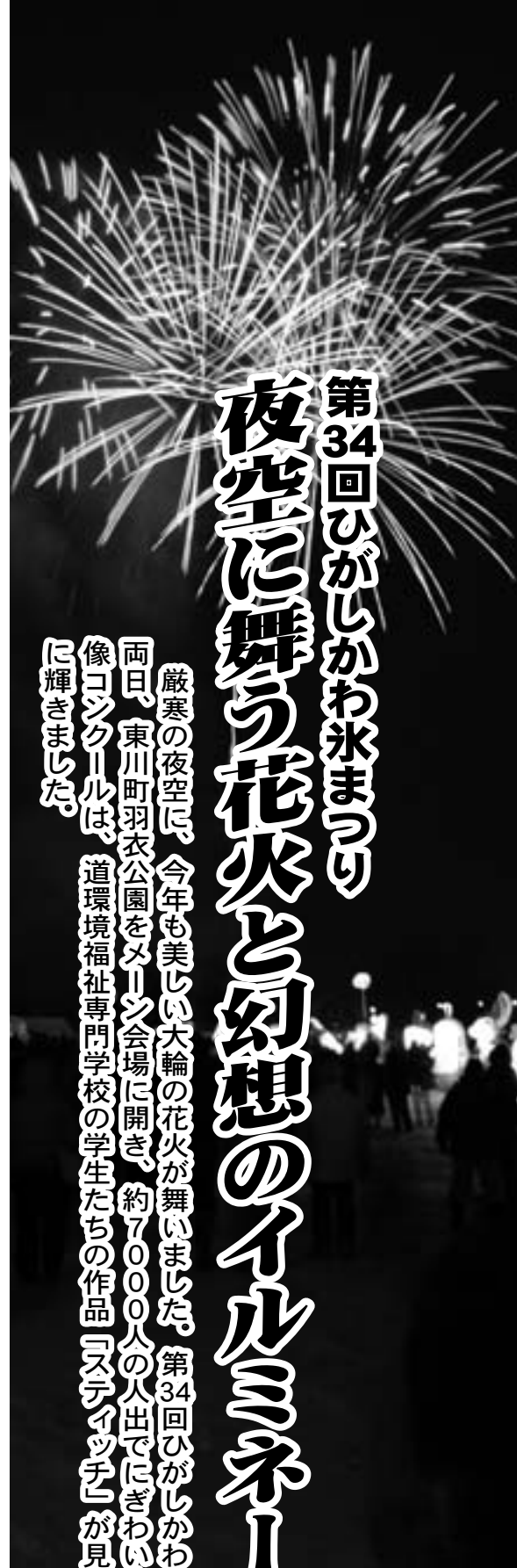
ひがしかわ
Public relations brochure of Higashikawa

2

2008 February
No.652



第2回東川大写真展入選作品から
「雪を食べる福美ちゃん」
大塚友記憲さん撮影



第34回ひがしかわ氷まつり 夜空に舞う花火と幻想のイルミネーション

厳寒の夜空に、今年も美しい大輪の花火が舞いました。第34回ひがしかわ氷まつりは19、20の両日、東川町羽衣公園をメイン会場に開き、約7000人の人出でにぎわいました。手作りの雪像コンクールは、道環境福祉専門学校の学生たちの作品「ステイッチ」が見事、最優秀賞3連覇に輝きました。

道内一早い雪と氷の祭典は、氷彫刻の元祖・氷土会と、NPO「民間非常

利」法人・日本氷彫刻会旭川支部（早瀬博支部長）の会員が製作した氷彫刻手作りの雪像コンクールがメイン。今年には町内の農場で農業研修中の中国人研修生の若者が「パンダ」と「コロポ

◀雪像コンテスト3連覇獲得に大喜びの道環境福祉専門学校生



▲最優秀賞の雪像「ステイッチ」は記念写真の人気もの

ックル」の2基の雪像作りで初参加してくれました。

会場には、旭川支部コンクール作品の氷彫刻15基がいろいろ劣らぬ出来栄で見栄えを競いました。雪像は昨年より9基増の19基が会場に並びました。夜のイルミネーションにキラキラと浮かび上がる氷雪像は、厳寒のこの時期ならではの魅力です。

19日午後7時、一段と冷え込んだ凍てつく気温の中、前夜祭の花火大会で幕開けしました。会場は約2000人の人出。時折小降りだった雪も晴れ上がり、ほぼ無風という絶好の花火日和です。

「ドドン」パチパチツ、パチツ、舞い上がる華麗な花火、そして爆音が場内に響き渡ると、前夜祭のまつりムードは最高潮。拍手と歓声が上がりました。

翌20日は、時折小雪がばらついたものの、大滑り台、レインボースロープ

は、子供たちのにぎやかな歓声が響きました。雪中玉入れ、スノーボール、くるくるダーツなどゲームコーナーも行列ができる人気ぶり。氷まつり実行委員会が用意したつきたてのきな粉もサービスにも長蛇の列ができました。

当町出身で町の観光大使を務めている民放テレビ局アナウンサー、水野悠希さんも若手お笑いコンビのグリーンランドと一緒に会場を訪れ、番組録画収録で祭りに花を添えてくれました。

今年は第二小児童が



▶観光大使 水野悠希アナウンサーも会場で番組収録

初めて氷彫刻に参加して作品9基を製作。第三小児童の作品6基と一緒に「丁目道路を飾りました。雪像コンクールの結果は次のとおりです。

- ▼最優秀賞 「ステイッチ」 北海道環境福祉専門学校環境保全学科▼優秀賞 「スーパーマリオとクリボー」 北海道電力(株)旭川水力センター、「しずくちゃん」 同▼努力賞 「おしりかじり虫」 旭川福祉専門学校保育科、「おしりかじり虫」 北央信用組合 東川支店▼特別賞 「パンダ」(旬)丸巳

東アジアの高校生が町内小、中、高校を訪問



昨年12月17日、東南アジアとオセアニアの高校生らが、町内の小、中、高6校に来訪し、児童、生徒と交流しました。

東アジア各国の青少年を日本に招いて開いた「ユースサミット」に出席のため、訪れていた高校生と教員13人です。5班に分かれて町内の小、中学校5校で学校給食の味を体験。午後は道立東川高校(蓬田恒春校長)で和琴、茶道、折り紙に挑戦しました。

ビデオ映像で本町や東川高校の紹介を受けた後、授業を体験しました。東川高校の生徒から指導を受け、琴の演奏、薄い茶、折り鶴作りに挑戦。独特の日本の伝統文化を楽しみました。

来町した一行は、オーストラリア5人を筆頭に、ニュージーランド、フィリピン、マレーシア、インドネシア、インドの6カ国の15歳から17歳に加えて、道立旭川北高校に留学中のデンマーク、タイの2人。

「ユースサミット」は、東アジア首脳会議をきっかけに実現したものです。一行は、旭川市内にホームステイしながら12月12日から18日まで7日間滞在し、同月15日に同市内で開いたサミットに出席しました。

2部門6人と美しい風景づくり賞



住宅部門受賞の米本さん

本年度の「東川町美しい風景づくり賞」受賞者が決まりました。住宅部門に加えてイルミネーション部門が新たに加わり、2部門に5人が受賞しました。昨年12月12日、役場で授賞式を行いました。住宅部門では、新栄団地、優良田園住宅の両地区から1件ずつの選定。米本陽子さん(新栄)、岩下健次さん(34区)宅が受賞しました。イルミネーション部門は、佐藤和己さん(1区)、丸山和夫さん(26区)、七尾美津代さん(25区)が受賞しました。

美しい東川の風景を守り育てる審議会(藤田裕三会長)が年1回審査・表彰しています。松岡市郎町長からそれぞれ表彰状と副賞の東川米のプレゼントを受けました。住宅部門は、建物の設計配置、植栽、継続性、景観・環境、個性の5ポイントで評価、イルミネーション部門は、建物とのバランス、飾り付け、デザイン、配色の4ポイントで選考しました。

自然環境に調和した切妻屋根の住宅、幻想的な空間を演出する光のオブジェの力作が評価されました。

キアウンシユン森林公園でサンタクロースのお目見え

昨年12月20日から5日間、キアウンシユン森林公園にサンタクロースが登場しました。

クリスマス期間中、公園内のケビン棟に宿泊した来場者にクリスマスプレゼントを1つと初お目見えした東川振興公社の粋な計らい。「メリークリスマス」。サンタクロース



56人の新成人が将来の夢を披露

1月13日、農村環境改善センターで成人式が開かれました。

男性はスーツ姿、女性は華やかな振り袖姿など、晴れ着に着飾った56人の若者が出席しました。久しぶりに会う友達同士で記念写真を撮り合い、学校時代の思い出話に花が咲いて会場は華やかムードでいっぱい。昭和生まれだけの最後の新成人数は、全国的には丙午年生まれ以来、過去2番目に少なく、上川管内でも5千276人。しかし本町の場合は、希望者は誰でも出席できる気やすさのためか、昨年より1人多い56人が参加しました。

中には、町内の農場に農業研修に来ている中国人の研修生6人、小学校3年まで町内に住んでいたという旭川市内在住の若者の姿も。

新成人一人ずつが登場しました。「4月から美容師として働きます」「将来は地球環境を考える科学者になりたい」「4月から島の介護老人施設に就職が決まりました」「会社を起業したい。その時は求人に応募してください」「アルバイトをしながらダンスとラジオのパーソナリティーをしています。将来は子どもた

ちにダンスを教えたい」などと将来の夢や進路を披露してくれました。



消防団初めがけ防火の誓い

1月5日、大雪消防組合東川消防団(堀部國正団長)の2008(平成20)年消防出初め式が行われました。

第1分団庁舎(旧東川消防支署)前に町内5分団から団員77人が集合して松岡市郎町長、堀部団長の観閲を受けました。その後、団員、消防車が一堂にそろって分団庁舎前の道

町表彰事例で13人を表彰



トップを切って表彰を受けた寺村さん(左)

町は昨年12月20日、自治功労者、特別功労者として、町の発展に尽くした13人を表彰しました。表彰式には、自治功労の寺村義博さん、後藤登さん、石井季子さん、森崎弘清さん、石田友子さん、藤田優子さん、米陀満江さん、西田孝志さんの8人、新たに定めた特別功労として山田孝夫さん、山崎芳光さん、宮崎堅二さん、山田貞真さん、上村栄一さんの5人

の事業に役立てることにしています。出席者7人の略歴はくらし・ネットワーク(18頁)に掲載しています。

道約300区間の中心市街地を観閲行進し、防火の誓いも新たに、町民に雄姿を披露しました。

この後、農村環境改善センターで消防活動に長年の功績があった団員の勤続表彰式を行い、労苦を称えました。受賞者はくらし・ネットワーク(21頁)に掲載しています。



プライムタウン計画21——1」を策定

▼計画策定にあたって

東川町は、町の調和ある発展を図り計画的なまちづくりを進めるため、1967（昭和42）年に「町づくり5カ年計画」を策定し、今日まで5カ年を単位期間とする計画的な町づくりを行い、住民の福祉と生活水準の向上、生活基盤の整備などに大きな成果を収めてきました。

今日21世紀を迎え、地方自治はより自主性と独自性を求められる時代となっております。また近年の社会情勢の変化はめまぐるしく、少子高齢化、国際化、情報化、環境保全、教育など課題も多く、地方財政の制約が強まる中で対応が一層厳しさを増してきております。このような背景にあって、住民と行政が一体となり連携し、活力と潤いのある町の未来



町づくりトーク

を築き上げていくことの重要性を共有し、住民参加による住民主体の住民福祉向上のまちづくりを計画的に推進するため、平成14年度に策定されました第3期新まちづくり基本構想を基本的に継承、国や道等の長期構想に見られる将来方向との整合をとりながら後期5カ年計画を「プライムタウンづくり計画21——1」と命名し策定したものです。

▼計画の名称に対する目標

プライムタウンの命名は、プライムタウンの英語表記は「PRIME TOWN」となり、「PRIME」（プライム）は「最高」と言う意味があり、「TOWN」（タウン）には「町」と言う意味があります。単語を構成するそれぞれの文字は次の単語の頭文字と見なしております。

P: Personality (個性)
R: Reason (理性)
I: Independence (自立)
M: Meaning (意義)
E: Enjoyment または Eternity (楽しさまたは持続性)

TOWNは「Town of Well-being and Nature」で、福祉と自然を大切にす町の意味にとらえています。従って、プライムタウンとは「個性、理性があつて自立し、意義ある施策によって楽しい、持続性のある町」、そして「福祉と自然

を大切にす町」を目指しています。

▼町づくりの理念

私たちは、先人の築き上げてきたふるさと「ひがしかわ」を守り発展させて、子供たちに引き継いでいく責務があります。いかに住み良く、希望に満ちた郷土をつくり、次代に引き継ぐべきかを議論しながらまちづくりを実行し、キラキラと輝きのある理想郷を創造しなければなりません。

雄大な大雪山系から流れる清流・忠別川は、おいしい水、澄んだ空気、肥沃な大地と美しい景観を、絶え間なくわれわれに与え続けています。

この恵まれた資源を最大限に活用し、新たな付加価値を創出しながら、写真の町の知名度を生かし、プライムタウン（最高のまち）づくりに取り組まなければなりません。

まちづくりの方向としては、恵まれた自然を生かし、地下水や湧水など水資源の活用や、新たに木を植え森づくりに努め、大雪のふもとにふさわしい「景観づくりと環境の保全」、国内はもとより海外との盛んな交流による「国際化」、幼児からお年寄りまで生涯を通して学習できる「教育の推進」、食の安全やすこやかな「健康の増進」（高齢化を含む）、おいしい米と観光誘客、企業誘致など「経済の発展」の5Kと「写真の町」1Sを意識したまちづくりを中心に据えて、住民の「安心・

▼主要指標の設定

本町の人口は、若者の町外流出、離農、出生率の低下などにより平成6年には一時7000人を割るなど漸減傾向にありましたが、その後の東川町土地開発公社や民間事業者による宅地分譲やアパート建設などの効果により、再び増加に転じ2005（平成17）年国勢調査では、7701人と少しづつその効果

が表れて来ています。道内における消費動向は、今なお厳しい状況にありますが、単なる宅地造成ではなく、美しい風景に溶け込み特色ある造成地に対しては、高い人気があることから、今後の造成について十分に内容を吟味し、造成を進める必要があります。

また、北海道の人口が既に減少傾向に転じ、近い将来にはわが国の人口も減少期に突入しようという今日、これまでのような人口増加が今後は期待しにくい状況にあります。しかし、まちの人口は、町の活力や発展の証しとしてとても重要な指標です。

プライムタウンづくり計画においては、「新まちづくり計画」に引き続き、緑あふれる快適な環境の宅地供給や美しい風景づくりに努めるとともに、産業、教育、文化、福祉などすべての分野における総合的な施策の推進により、魅力あるまちづくりを進め、今後わずかながらも人口が増加し続けることを目標とします。

将来の人口は、数学的方法をベースとした推計方法により算出される推計値を目標値とすることとし、2017（同29）年における目標人口を8000人と設定します。

一方、世帯数は、核家族化や少子・高齢化に伴い小規模世帯が増加しているため、1世帯当たりの人員が減少する傾向にあり、世帯数は一貫して増加しています。

将来の世帯数は、今後も少子・高齢化の進行により1世帯当たりの人員は減少が続くものと想定されることから、将来人口を想定される1世帯当たりの人員で除した推計値を目標値とすることとし、同年における目標世帯数を3700世帯と設定します。

1、人と文化を育むまちづくり

住民一人ひとりが心豊かに生きがいを持つた生活が営めるよう、自らが学ぶ意欲と個性を生かし、生涯にわたり学習を積み重ねる自己向上の努力と主体性を高めるとともに、誰もが自由に楽しく学べる学習機会の拡充をはじめ、生涯学習の環境づくりを図っていきます。

●幼児教育

保育内容及び子育て支援体制の充実、施設の適正な管理

●義務教育

学校施設整備事業、各学校の耐震化に伴う改修計画等の検討、東川小学校整備事業、教育用コンピュータ整備事業、教員住宅解体事業

●高等教育

東川高等学校の魅力ある学校づくり支援事業、東川高等学校教育振興協議会支援事業

●社会教育

住民のニーズに対応した学習活動の充実、家庭の教育機能の充実、ふれあいサポートクラブの充実、地域子ども教室、学童保育（施設整備を含む）の充実

●公民館活動

環境改善センター（公民館）施設運営と維持管理、文化交流館（図書室含む）施設の充実

●芸術文化

文化活動への参加機会の提供、芸術文化鑑賞機会の提供、文化振興のための基盤整備（人材等）の推進、他地域との文化交流の推進

2、人にやさしく健康をささえるまちづくり

すべての住民が生産を通して心身ともに健康な生活が営めるよう、町内の保健体制や医療体制の充実、広域連合による国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療制度や国民年金制度の適正な運営を図り、暮らしやすい生活条件の整備に努めていきます。

●保健

特定健診及び保健指導の充実、健康相談及び健康教育の推進、歯科保健事業の推進、精神保健相談体制の整備、母子保健事業の推進、子育て支援及び児童虐待予防事業の推進、健康づくりを推進する団体の育成

●医療

訪問看護・移送サービス等の充実、予防対策指導の推進、院外処方への検討

●児童福祉

児童福祉センターの整備、子育て支援体制

安全と繁栄」のため、各種施策を展開し、基本理念である『人と自然がおりなす 輝きの大地 ひがしかわ』の実現に努めていきます。

まちづくりの基本理念
人と自然がおりなす
輝きの大地
ひがしかわ

この基本理念には、「人」「自然」「おりなす」「調和」「知性・文化」「輝きの大地」「美しさ」「力強さ」の意味が込められており、これらの要素がよく調和する町を構築する意図を表したものです。

1992（平成4）年に策定した東川町新まちづくり計画より制定されたもので、2007（同19）年を最終年とする第3期新まちづくり計画においても継承されてきており、今回策定の「プライムタウンづくり計画21——1」においてもその理念を継承します。

の充実、相談支援体制の強化・充実、乳幼児医療費助成事業

●心身障害者・母子等福祉

地域活動支援センター運営事業、母子・父子福祉の推進、低所得者福祉の推進

●高齢者福祉

老人センターの整備、いきいきセンターの外装補修、地域生活支援センターふれあいの郷運営支援、生きがい対策事業や健康づくり事業の充実、介護予防・生活支援及び在宅介護支援体制の充実

●地域福祉

ボランティア活動推進環境の整備充実、民生委員・児童委員活動の支援、社会福祉協議会活動の支援

●生活をささえる社会保障

国民年金加入の促進、年金受給権確保のための啓発

●社会保障制度（国民健康保険制度）

大雪地区広域連合との協力・連携、医療費適正化のための啓蒙活動

●上下水道

地下水調査事業、忠別ダム維持管理利水者負担金、飲料水確保支援事業、西部処理区整備及び管渠管更生事業、旭川広域圏下水道施行事業負担金、旭岳温泉処理区整備事業、合併処理浄化槽設置整備及び維持管理事業

●公害

公害防止意識の高揚を図るための啓蒙活動、地域住民等からの情報提供や情報収集等による公害防止活動

●生活環境（環境衛生、ごみ処理、し尿処理）
環境衛生意識高揚のための啓蒙、リサイクル推進によるごみ減量化の推進、西8号墓地の造成、大雪清掃組合建設の計画的償還

●安全で安心な環境
●消防
消防体制の確立、救急隊員の教育及び救急処置技能者の育成、特殊消防自動車等整備事業、消防無線機（デジタル化）整備事業

●防災
各種計画の見直し
●交通安全
交通安全教育と啓蒙、交通安全施設整備の要望

●防犯
防犯意識の啓蒙、高揚の促進
●消費生活の安定と向上
消費生活の安定と向上
消費生活関連情報の収集と提供
ゆとりある就業環境

●労働
雇用機会の創出と若年雇用の推進、上川中部季節労働者通年雇用促進協議会事業の推進

3、人と自然が共生するまちづくり
美しい風景を守り育てる

住民の繁栄に欠かせない社会資本の整備については、町の発展や魅力づくりの土台となる総合的・計画的な土地利用の推進、人と自然が共存するための自然災害対策や環境保全対策、本町の持つ自然環境や木を生かした緑豊かな住環境の形成、車社会にふさわしい道路網の整備と住民のニーズに対応した公共交通

活みなぎる農業

●農業
低コスト推進施設建設支援事業、恵みの田園づくり支援事業、農業振興センター整備事業、中山間地域等直接支払事業、農地水環境保全向上対策

●農村整備
農業生産基盤の整備促進（地域水田農業支援緊急整備事業、国営造成施設管理体整備促進事業）
農村生活環境の整備促進（地域用水機能増進事業、大雪遊水公園整備及び防火水槽整備）

安全と恵みの林業

●林業
森林保全整備事業（民有林の造林・除間伐・下刈り等の推進）、小規模林道整備事業（サリン倉沼3号線他4路線の整備）、森林整備地域活動支援交付金事業、森林保全整備事業（町有林（永谷、山の上、神谷、キトウシ）の造林・除間伐・下刈り等の推進）
魅力あふれる商工業

●商工業
街なか活性化施設の検討・整備（赤レンガ倉庫の再利用、ストリートギャラリー事業、ポケットパークの整備、道草館の整備）、君の椅子事業の推進
●観光
山岳拠点構想の推進（クロスカントリーコースの木橋改修）、公共交通機関の見直し検討、キトウシ森林公園家族旅行村の改修（ゲビン、ジャブジャブ池等改修）
美しい風景に調和する企業の誘致

●企業誘致

通機関の確保など、自然への影響を最小限に抑え、人々の生活と生産を支える確かなまちの基盤づくりを進めていきます。

●景観

雄大な自然と調和した環境保全意識の啓蒙、自然と調和した市街地の都市環境整備の推進、住民・企業・行政が一体となった美しい風景づくりの推進、条例及び景観計画に基づく規制や行政指導の推進、農村地区の環境保全の推進、景観形成総合支援事業の実施

人と自然が調和する土地利用

●土地利用
町独自の都市計画の見直し、適切な土地利用の推進、美しい東川の景観形成の推進、景観住宅対策支援事業、景観形成総合支援事業の実施

●水資源

地下水調査の実施、大雪旭岳源水活用事業の推進、忠別ダム水利権の保有、忠別ダム湖面を活用したイベントの実施、忠別ダム周辺整備の実施、水源かん養保安林の育成



忠別ダム

町内における土地利用の推進、企業立地環境の整備推進、高規格道路整備促進要望、企業誘致活動の推進、賃貸事務所建設事業
●写真の町で地域おこし
●写真の町
交流人口の拡大（写真関係団体等の撮影ツアーの推進、写真を通じた国際交流の推進、写真関係団体等に体験型ツアー（農業教育等）の提案、写真関係企業の企業誘致（バックアップセンター等の誘致、企業の保養所の誘致）、写真保存センターの検討（フォトミュージアムの検討）、文化ギャラリーの施設修繕、町民写真普及事業（幼児・高齢者記念写真事業、写真による教育事業）

5、参加と対話で築くまちづくり

住民が持つさまざまな行政ニーズに対し、的確な把握ができる広報・広聴体制の充実を図り、適切な行政情報の提供などを効率的に行うことができる高度な情報通信システムの検討を進め、行政に対する住民の理解と関心



どんとこい祭り

人と自然が共生する環境

●治山・治水
治山・治水事業に対する国及び北海道への要望、倉沼川河川改修早期着工の要望
●環境保全
美しい東川の風景を守り育てる基本計画及び景観計画に基づく環境保全の推進
●住環境
公営住宅整備事業、公営住宅ストック総合改善事業、公営住宅等修繕事業、景観住宅建築支援事業、子育て支援型等地域優良賃貸住宅整備事業、東川風住宅設計指針の普及促進、耐震改修の促進・啓蒙

●宅地

東川町土地開発公社宅地造成事業の推進及び販売促進、東川町まちづくり交付金宅地造成事業の推進

●公園・緑地

公園遊具更新事業、緑地整備事業、道道修景木植栽事業、忠別ダム周辺整備事業

交通システムの充実

●道路・橋梁

道路の整備促進（道道富良野上川線整備促進、道道瑞穂東川線整備促進）
町道の整備促進（天津橋架替事業、南1条西道路新設事業、西町2丁目道路新設事業、5号南2条北道路新設事業、西10号道路改良事業、西7号道路路面補修事業、西5号道路改良事業、西3号道路改良事業、上岐登牛道路路面補修事業、西8号北1条道路新設事業、西10号南道路新設事業、1丁目道路新設事業、勇駒別橋架替事業）

を高めるとともに、女性が社会に進出しやすい環境づくりを進め、地域ぐるみでコミュニティ活動の高揚を図り、連帯と協調にさせられた住民主体・住民参加のまちづくりの推進に努めていきます。

みんなで語る地域コミュニティ

●地域コミュニティ

コミュニティ組織の再編成の推進、行政区再編成の推進、コミュニティ施設の整備充実、町民交流センター及び第三地区コミュニティセンターの建設、男女共同参画の研究会開催、女性が参加しやすい環境づくり
人をつなぐ高度な情報通信

●情報通信

Bフレックス誘致と情報通信格差是正の推進
次期全町一斉情報通信設備の検討、地上デジタル放送の広報
みんなのでつくる開かれた行政

●行政

行政事務改善等の推進、時代に対応できる職員養成、総合行政システム等整備事業、戸籍総合システム整備事業、公共施設の改修事業

●広報・広聴

各種広聴事業の実施、検討の推進、町勢要覧作成（部分修正）事業
まちづくりをささげる健全な財政運営

●財政

中長期的健全財政の推進、外資財源の積極的活用、財政情報の住民周知、補助事業の見直し

●税務

適正、公平な税務行政の推進、滞納額の削減に関する対応強化、固定資産評価替事業

道路環境の整備促進（道道旭川旭岳温泉線歩道整備事業、橋梁長寿命化修繕計画策定、雪寒機械整備事業）

●交通システム

町営バス適正運行の検討、バス購入事業、観光公共交通体系整備の検討

4、経済基盤の確かなまちづくり



大雪山が育む豊かな恵み

農業・林業・商工業・観光など各産業分野の基盤整備や振興育成を図るとともに、生産物市場の開拓・確保など、流通面の充実や新商品の開発、各産業間の連携と交流を深め、相互に結びつく新しい領域の拡大等に努めながら、新たな時代の産業振興に対応できるような技術、情報、人材育成等の取り組みを充実していきます。

また、四半世紀にわたって培った信用と知名度を生かした「写真の町」事業の振興を「写真甲子園」の積極的な実施を中心に進めながら、町の経済発展に繋げる方策を検討し実施していきます。

プライムタウンづくり計画21-1とは？

●まちづくりの最上位計画です。各分野の施策や計画の方向性を定める大変重要な計画です。
●町民の主体的活動の指針となるものであり、自治活動や民間事業所に期待される様々な活動の方向を示すものです。
●公共事業や運営システムづくり、人材育成、イベント、組織づくりなどのソフト事業を含む行政運営の指針としての性格を持ちます。
●この計画は「東川町新まちづくり計画策定委員会」から答申があつた基本構想、基本計画、実施計画をもとに策定したものであり、基本計画の中の主要施策や主要事業については、緊急度や必要性、熟度と財政状況を踏まえて策定したものです。

「プライムタウンづくり計画21-1」の構成と計画期間は？

この計画は、総論、基本構想、基本計画により構成されており、基本構想は、さらに基本理念、基本目標、基本的施策の大綱で構成されています。

基本構想

基本構想は、長期的展望に基づいて東川町が目指すべき将来の目標と目標達成のための基本的な方向を明らかにするものであり、町の将来像をはじめ、将来像の実現に向けてその道筋や主要指標、施策の大綱などを示し、基本計画や計画実施の基礎となるものです。

構想の期間は、2008（平成20）年度から同24年度の5年間としています。

基本計画

基本構想を受けて各分野の現状や課題を明らかにするとともに、基本構想に示された施策の大綱を受けた施策や事業を体系的に示すものです。



「ムウオーツ！」 盛り上がる上半身の筋肉。見る間に血管が浮き上がり顔が紅潮します。きしみをあげそうな筋肉、カとカの競り合い。10年前、全日本選手権100kg級で3位に入賞した実力の持ち主は今「道北地方にアームレスリングを普及させたい」と活動に余念がありません。町内で年1回の定期大会を定着させることを夢に、アームレスリングのまち、実現の情熱に燃えています。そして再び日本選手権大会でメダルを取る日を夢見て、今日も地道な練習が続きます。



「かみ手」「つり手」「シヨルダール」「デッドロック」…。テクニックと技のかけどころが勝負の分かれ目。腕自慢だけでは勝てない一瞬の技の掛け合いと気合い！

腕を手首でかみ合わせて巻き込み、体重を乗せて一気の力勝負に持ち込む「かみ手」。

次の瞬間、引く力で耐えていた相手を一気に「デッドロック」で押し返し、肩で押し付けて「シヨルダール」で相手の手首をさらして…。と、その一瞬、相手の腕を手前、後ろに吊り上げる「つり手」の返し技が…。

今年10月、滝川市内で初のアームスピリット・カップ公式大会が開かれます。昨年6月、金子さんらが中心となって旭川市神楽岡公園で開いたブレ大会が公式戦に昇格したのです。東川町での大会開催予定もあるとか。

数年前、テレビ番組の放送がきっかけとなって再びファンが増えつつあるといえます。東川連盟を立ち上げた情熱は今、町内で全道規模の公式定期戦を開催できる日を夢見ています。

地元の東川柔道少年団「柔塾」の指導者でもあります。長男亜龍（ありゅう）君（3つ）を入会させようと訪れ、亜龍君と一緒に再開しました。

「試合や練習のビデオを同じシーンばかり何回もスローで見ている、気がつけば3時間ぐらい経っていた」というほどの熱の入れ込みよう。町内にもっとファンを広めたい、というのが今の目標です。

自宅では犬5頭、ポニー1頭を飼っている動物好き。大型犬・グレートデンの「ポブ」のために、旭川市東旭川の山林を購入し「ポブの森」と名付けました。自宅には150坪（1坪3・3平方丈）はあるのかというドッグ・ランもあります。

趣味が高じて、自作のDVD映像ビデオ「ポブの森」も作りました。連盟のホームページも自前で製作。かかりつけの動物病院のPR用DVDまで作ってしまう本格派。

環境設備・プラント会社に勤めるシステムエンジニア。「環境にやさしい技術開発を」と秘めたアイデアも出番を待っているようです。

愛犬・ポブと一緒の一家



全日本チャンピオンとの練習



柔道少年団練習風景



柔塾納会の餅つき



昨年の全道選手権大会

かねこ まさあき
金子 昌昭さん 東川アームレスリング連盟会長/34区 ☎090-9432-9593
【プロフィール】旭川市出身。35歳。会社員。私立旭川大学高校卒。高校2年生までレスリング部。2年生の時、高体連北海道大会準優勝。膝の故障のため引退。22歳の時、「師匠」と呼んでいる旭川アームレスリング協会の代表(当時)と旭川市内の飲食店で出会い、その時腕相撲で簡単に負けてしまったことがきっかけで魅力にのめり込んだそうです。1998(平成10)年、日本アームレスリング連盟主催の全日本選手権大会(100kg級)3位。28歳で結婚。東川町に自宅を建てて移住しました。その年、旭川アームレスリング連盟から独立して、東川アームレスリング連盟を設立。在住8年目を迎えます。週2回程度、東川町B&G海洋センターを主な会場に練習しています。講道館柔道2段、東川柔道少年団「柔塾」指導員。東川アームレスリング連盟のURLは<http://arm.if.tv/>

飲水思源

町長 松岡 市郎

左甚五郎と福ネズミ!

今年はず(ね)年である。20〜30年ほど前まではネズミと一緒に生活していた記憶がある。寝静まると天井裏でネズミが駆けつこを始める音や、何かに噛(か)み付く音をよく聞いた。しかし最近はこのような機会も少なくなつたようだ。

ネズミに因(ちな)んだ言葉に「窮鼠(きゅううそ)猫を噛む」と言葉がある。各町村の財政事情等は窮地(窮鼠)の状況にあるが、国等に噛み付いても何も出ない。「窮鼠」を転じて「福ネズミ」と成すのは一人ひとりの尽力とプラス1の発想なのだ。

伝説的な話ではあるが、400年ほど前、江戸時代の第3代将軍徳川家光の時、江戸には左甚五郎と菊地藤五郎の2人の名工がいたそうである。それぞれの筋が日本一を主張し、將軍は世論に押されて日本一を決めることを決断し、ネズミを彫つてくように課題を与えた。

2人は、素晴らしい今にも動きだしそうなネズミを彫つてきた。將軍は作品を見たが甲乙つけ難たく、側近に相談をした。

側近は「プロに評価してもらって

は？」と提言し、「ではプロをここに連れて参れ」と將軍。何と連れて来たプロとは猫だつた。

「この猫が捕らえたネズミを彫つたものを日本一」と告げ、それぞれ作品を離して置き、猫を放した。

猫は一目散に藤五郎の作品に向かい噛み付いた。しかしすぐに捨て、次に甚五郎のネズミを目がけて走り出し、そのネズミをくわえて逃げ去つた。

甚五郎は將軍から日本一のお墨付きを得て、各地でネズミを彫つて地域の人々を幸せにした。このネズミを福ネズミと言つたそうである。

藤五郎は木で彫り、甚五郎は何とかつお節で彫つたそうである。左甚五郎、卓越した技術のみならず、先を読む力が備わつていたのである。

この話は実に愉快、明快で、ああそうかい(爽快)である。今年から町づくり計画ブライムタウン(最高の町)づくりが始まる。住民福祉(繁栄、安全・安心、幸福)づくりにもプラス1の発想が必要だ。それぞれが持っている力を全開し、「福ネズミ」の年にしたい。

短歌

子の年を七度重ねて日に三度食に恵まれ今日も生かされる
八十路の身今日あるこの喜びを姉をいささない父母待つ寺に
檜葉の木の雪けちらして餌台に二羽のカケスが羨つききり
義姉様より夫に着せよと縫い入れ半そで胸熱くなる
いつらに古桶を迎へて顧みる憂きことなべて思い出となり
凧よも静かに吹いとこれ街路樹電飾ふるえています
予定表書きこんでゆく下手な文字けれどしつかりわたしを縛る
娘が訪えばかあさんはと姿追う施設にありて音を恋う夫は
交差点へギン歩きでよちよちナカマの赤が突つてゐるよ
母上の月命日を忘れをり僧侶来たればあわてて仏間に
思ひ出は懐かしくありそれぞれの遺影に向い厚く手合わす
若き日に内地旅行も幾度か吾住む此の地は安住の地なり
さりげなく滅びの千の風が吹くさふたさふたと夜瓜切りたり
松の木に雀を思ひしに早く帰りにチチチと鳴けよ

俳句

山眠る寝返り打つて又眠る
源水をかたとき止めず山眠る
かすかなる地熱を抱き山眠る
山眠る細胞の奥まで眠りたし
ライト下げ行き交う人待つ除雪車よ
しがらみを断ち切る勇氣山眠る
眠る山肩に野性の動きあり
来る春の夢見給ふや山眠る
集落を抱きしままに山眠る
おもむろに山は眠りにつきにけり
鉄瓶のたぎる音やみて山眠る

松倉 和子	那須 喜美	岡澤 チズ子	永江 栄子	瓜生 昭枝	中田 治子	宮坂 敬子	嶋崎 ミエ	笹田 富士子	清水 チヨ	矢沢 ますえ	岩田 ふじえ	井山 一文	尾池 真沙子	秋山 深雪	杉山ひろのり	徳光 吐苦	杉山 リツ	山口 佐知子	石澤 清宏	澤田 久美子	松山 蓉子	小林 露葉	青野 公花	宮坂 紫雲
-------	-------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	-------	--------	--------	-------	--------	-------	--------	-------	-------	--------	-------	--------	-------	-------	-------	-------

文化交流館 新刊図書・ビデオ 案内

貸し出し期間は、図書は1人5冊まで14日間、ビデオは1人2本まで4日間です。返却期間を守りましょう(夜間返却窓口もご利用ください)。



ハリ・ポッター
(映画・DVD)
ワーナー・ホーム・ビデオ
シリーズ第5章。遂に魔法戦争勃発!
ヴォルデモート脚が復活するも、
それを信じない魔法省はホグワース
を監視するため防衛省の新任教師を
送り込む。しかし防衛省は迫り来る
闇の魔術にあまりにも不十分。ハリーは、
来る魔法戦争に備えるべく秘密の訓練を開始する。(138分)



いつまでも
(絵本)
作: アンナ・ビンヤタロ/訳:
たわら まち/刊: 主婦の友社
森のなかで、こくまのオリがおか
あさんにたずねます。「おかあさん
は、いつまでぼくのおかあさん
なの?」おかあさんは「いつまでも」と、こたえます。でも
オリには「いつまでも」がどんなかんじなのかわからなくて
…。親子でいることの幸せをかみしめられる幸福な絵本。



伝説は生きている
(一般書)
著: 高田紀子/刊: 高田紀子
道内各地に伝わる不思議なお話や言
い伝え。移り変わりの流れがだんだ
んと加速してゆく現代に、語り継い
でいかなければ忘れ去られてしま
う郷土に根付いた伝説を、自分の足で訪ね、丹念に記録し、写真
に収めることをライフワークとしてきた札幌の主婦がまとめた
写真集。



Dr. 中田の「健康にばるばる」

生活習慣病を防ごう①

昨年は、メタボリック症候群についてお話ししました。今年は、高血圧、糖尿病、脂質異常症（高脂血症）などの生活習慣病について、1年かけてお話ししましょう。

昭和40年代くらいまでは、生活習慣病という言葉ではなく、成人期になって急に増えてくる病気のため、成人病と呼ばれていました。

以前は、高血圧がその中心でしたが、最近、生活習慣の変化に伴い糖尿病、脂質異常症が注目されるようになってきました。

生活習慣病は、体質などの遺伝因子に加え、加齢、運動不足、過飲・過食による肥満、ストレスなどの環境因子がその発病誘因となります。

その結果、自覚症状のないまま糖尿病、脂質異常症、高血圧症などを発症します。そして末期には、心筋梗塞（こうそく）、脳梗塞、閉塞（へいそく）性動脈硬化症（足壊疽（えそ））などの致死的な動脈硬化性疾患に至る病態です。

現在、東川診療所で治療を行っている慢性疾患のうち約80%が高血圧、約40%が脂質異常症、そして約20%が糖尿病です。合わせると約90%の患者さんが生活習慣病で通院中ということになります。

まずは、私のライフワークである糖尿病についてお話ししましょう。
1960（昭和35）年当時、糖尿病

の有病率は人口千人あたり約0・4・5・5人程度、患者数は約3・4万人とごくわずかでした。

しかし10年後の1970（昭和45）年ころには約1・5人に増加。さらに昭和40年代後半を境に急激に増加し、1985（昭和60）年ころには約6・0人となつています。

最近の糖尿病実態調査では、1997（平成9）年日本全体で糖尿病が強く疑われる人が690万人、予備軍も入れると1370万人に増えていることが明らかとなりました。

厚生労働省（当時の厚生省）は、国家戦略としてさまざまな糖尿病抑制策を講じました。

しかしその5年後の2002（平成14）年には、減るどころか約740万人に増加。予備軍も合わせると約1620万人、成人の6人に1人の割合まで増えてしまいました。

2010年には、患者数1000万人を超えると予想されています。

この患者数の伸びと、日本の自動車登録台数の伸びと、日本の自動車（MI）の上昇はほぼ一致しています。

すなわち、自動車の普及とともに私たちの運動不足が広がり、さらに過食、特に脂肪の過剰摂取による肥満が進み、糖尿病の患者数が増加したと考えられるのです。

次回は、糖尿病の診断、病態、そして治療へとお話を進めていきたいと思います。

（町立診療所副所長 中田宏志医師）

だいせつざんのすがお

大雪山の素顔

山岳ガイド、旭岳ビジターセンター、自然解説員などで活躍する人たちをリレーしています。高山植物、紅葉、雪、動物など「自然の大博物館」といわれる大雪山の素顔が見えます。

「厳冬期」

長い冬の中でも、1～2月は最も気温が下がる時期です。冬至はすでに過ぎていたものの、まだまだ日は短く、ほとんど毎日雪が降り続きます。風が吹き出すと、何日も吹雪が止まず、外に出るのが辛い日が続くこともあります。

これだけ聞くと、誰もが耐え忍ぶ辛い季節だと思われるでしょう。しかし私は、勇駒別の四季の中で一番美しい季節は？ と問われれば、迷わず厳冬期と答えます。

気温が下がれば確かに寒いのですが、同時に空気を澄み渡らせ、羽のように軽い雪を降らせます。これらの条件の下、たまに見える晴れ間は、この時期独特の幻想的な景色を演出してくれます。

晴れた夜空には、今にも降ってきそうなほどに星が輝きます。冬の夜空には、シリウスをはじめ目立つ一等星が多いのですが、特に澄んだ空気の中では、星の瞬きが少なく、光が増したように感じます。ま

た夜空に満月、あるいはそれに近い月が顔を出すと、雪の森は月光を淡く反射します。こんな時は、決してオーバーではなく、ライトなしで夜の森を散歩することができます。

温泉街を流れる勇駒別川は、川底で所々お湯が湧いているため、冬場でも凍ることがありません。気温が下がった日には水温との温度差で川霧が立ち、川の側の木の枝を霧氷で覆い尽くします。霧氷に朝日が差す景色は、日の光が霧氷を溶かしてしまうまでのわずかな時間しか見ることができませんが、例えようもなく美しい景色です。

晴れた日には、夜明け前の森の中に散歩に出ることがあります。快晴であれば、放射冷却でもっとも冷える時間帯です。

眠さと寒さで「引き返そうか…」と迷いながら、それでも歩いてみると、少しずつ体が温まってきました。東の空の色が白み始めるころには、森の中もぼんやりとライトなしで歩ける明るさになります。

「チッチッチ」。わずかに活動を始めた鳥たちの気配を聞きながら、唐突に山の端、針葉樹の枝の陰から光が一気に差します。光はわずかな時間のうちに森に広がり、木の枝にも地面にも積もったすべての雪を輝かせます。気がつけば自分も光に包まれています。それは宗教的な荘厳ささえ感じさせるような場面です。

日の出はいつの季節でも美しいものですが、少なくとも私にとっては、その最高のものは厳冬期の森の中で迎えるものなのです。

文：大雪白樺荘支配人 神林 知宏



ペチャクチャ カナダ人

英語指導助手/アシュリー・ペトルッチ

The Road Less Traveled.....

When I was a child, I had a map of the world on my bedroom wall. Every time my parents and I took a trip (and later, when I was old enough to travel alone); I placed a pin at each location I visited. My curiosity for new places was limitless, whether it was a nearby town, across the border, or overseas, the places "out there" always piqued my interest more than my current surroundings.

I always wonder - why do people travel? Is it for relaxation; culture; nature; food? Is it to visit family or friends? Or is there some deeper meaning behind our adventures to new places? One of the most valuable reasons for traveling is to increase our understanding of the world around us, especially in today's global society, where even the smallest island is linked to the largest one. Furthermore, it is important to converse with people who are visitors in our own countries - not only to learn about their impressions of the place we call "home", but more importantly to learn about their worlds.

I no longer have a world map on my wall, but I am still curious about the many places in the world I have yet to visit - I do hope that you feel the same!

旅ゆかば

子供のころ、寝室に世界地図を張っていました。家族旅行のあとは（一人旅をするようになって）行った所にピンを刺したものです。まだ見ぬ土地への好奇心は果てしなく、近くの町であろうと国境の向こうや海外であろうとも、とにかくこことは違う「どこか」に強く興味がありました。



人ってなぜ旅をするのか、といつも思います。気晴らしか、文化的なものや自然、食べ物目当て？親戚や友人訪問？それとも未知の土地に行く目的以外に、隠れた深い意味はあるのでしょうか。旅の一番貴重なところは自分を取り巻く社会を理解することです。特に今日のようにグローバル化が進むと、世界最小の島でさえ最大の島と無縁ではられません。またそれだけでなく外国からの訪問者との対話も重要です。自分の国の印象を聞くだけでなく、相手について学ぶことが大切です。

もう世界地図こそ張っていませんが、未知の国への好奇心はまだまだいっぱいあります。皆さんはいかがですか。

(訳：宮地晶子)

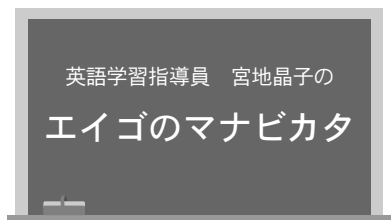
【ちょっと豆知識】

キュアリアサティ

好奇心といえば、こういう表現が有名です。「Curiosity killed the cat. 好奇心は猫の命とり」。1916年のワシントンポスト紙が初出のこの表現は、劇作家のユージン・オニールが使ってから広く世間に使われるようになりました。「人のことに首を突っ込むと火傷をするよ」と言うときに使います。でもこの表現はこんな言葉をつけていい意味で使えらと思います。Curiosity killed the cat, but satisfaction brought him back. 「好奇心が猫を殺した、でも満足感で生き返った」。好奇心を失ったら魂のほうで死んでしまいますからね。

「I have a dream 私には夢がある」で始まる人種差別のない社会を訴えた部分は、何度聞いても涙が込み上げてきます。またリンカーン元大統領

日本は以心伝心をよし、とするお国柄が、演説が話題になることが少ないように思います。アメリカはどうかというと、これはもう「語ってなんぼ」、のお国柄。大統領選でもテレビで何度も討論や演説が行われます。この印象が勝敗に大きく影響を与えるのですから指導者には発表力が欠かせません。そんなアメリカで心に残るスピーチを挙げるとしたらやはりこの3つでしょうか。



第46回
名演説をまねる

「Government of the people, by the people, for the people 人民の、人民による、人民のための政治」という演説はあまりにも有名です。この部分をマッカーサーが日本国憲法草案の前文に盛り込んだことはあまり知られていないのではないのでしょうか。

そしてケネディ元大統領の「ask not what your country can do for you - ask what you can do for your country 国があなたに何をしてくれるかではなく、あなたが国のために何ができるかを問え」は御存知の方も多いのではないのでしょうか。

この3名全員が暗殺されたことを考えるとやりきれませんが、命がけで訴えかけてくるものがあります。

歴代大統領をはじめとするアメリカの名演説の数々は国民の誰もが理解できるようにやさしい英語で書かれています。これをまねると生きる力が湧いてきて背筋も英語力も伸びること間違いなしです。

American Rhetoric Top 100 Speeches や外国語広場というサイトにこれら名演説のスクリーンショット（原稿）があります。音声も聞けて、しかも無料です。



雑記抄

時事相三話

二月、如月(陰曆二月の異称)、しばれ月のこのごろ、テレビ・新聞・週刊誌などの時事相を大まかに眺めてみたい。灯油高騰の波に揉まれながら、衣更着や恋人たちも ゆったりと(ひろき)した温もりを求めて…。

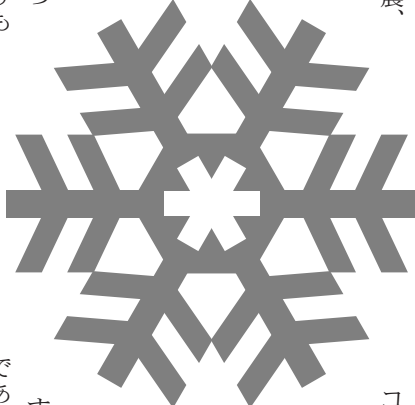
真と信：昨年の漢字は「本当に情け無い」と言われた「偽」であった。うそ、にせ、だます、いつわり等の偽であり、偽造、偽装、偽証などの偽であるから、見るからに嫌らしい漢字ではある。

すでに、真実でさえ、時と方法を選ばずに用いられてよいということはない(モンテーニ)とか、信の世界に偽詐多く、疑の世界に真理多し(福沢諭吉：学問のすゝめ)というような名句が知られているが、真と信、偽と疑をかわす味わいのある言葉ではなからうか。昨年は「食の偽」だったのだから社会的問題化したのは当然である。ただし、食品の賞味期限(数値

や線引き)もチーズやキムチの発酵食品では個々の嗅覚と味覚に頼るものもあるもので、それぞれの舌次第という論者もおられるのである。

コワイ存在：地震、雷、火事、親爺とはよくいわれる諺である。むかし。若い者にとつてコワイものは親爺さまで、コワイ存在であった。こうしたコワイものを持つことによつて何よりも

屈辱感に耐えるということをや学んだ(遠藤周作：勇氣ある言葉の要約)という。だが、「屈辱感に耐える訓練」が行われないで社会から大人あつかいにされると、おのれのすること、なすことはすべて正しいと思うようになり、タクシーに乗車中



の交叉点で、オートバイに友人をのせた若者が車と車との間をアクロバットのようにながら走っていたので、運転手さんが「危ないじゃないか」と注意すると、「こつちが楽しんでることに口を出すな」と怒ったのである。狐狸庵先生こと周作さんは更に「地震、雷」ではなく反対に「自信か、身なりか」が多いし、屈辱感に耐える力がないので

コワイものがない。畏れるということを知らないし、畏れると恐れるとのちがいを知っていないと説いている。恐れるとは権力などにビクビクすること(編集部注)であるが、人間をこえた

天とか神とか道とかに畏敬の念を持つことである限り、「親爺の権威失墜」をなげくだけの情け無いコワイ存在は最早ありえない昨今なのである。

脱温暖化：二〇〇八年(平成二〇)七月の洞爺湖サミットの主なテーマは「温暖化から地球をどう

救うか」である。そこで、「自分の生きているうちは大丈夫だろう。」が、子孫はどうなるのだろうか。なんといいても、「自分たちが豊かになつていないのに、先に発展した国のせいで、真つ先に温暖化の影響にさらされるという発展途上国」にとつての理不尽な話である。

足元からの新年三題に続いて、蝕み忍び寄る温暖化を再認しながら、ゴミの減少、地産地消、不熱心な企業製品の不買運動などを通じた個々人の「生き方」にもかかわるともいふ。

ともかくにも、「××よ、お前もか」の偽が横行しては正に看板が泣くだけとなり、親爺よりコワイ銃や刃物などによる犯罪が続出し、「自分がその下で憩うことのない木を植える高齢者」は一人もいなくなる。情け無い。さてさて、時事相三話に因んだ町の風の吹き回しや如何…であるか。

前中央分館長
尾池隆男

■健診を受診してください！

各医療保険者に平成24年度末までの目標値が定められ、大雪地区広域連合に定められた目標値は以下のとおりです。

・健診受診率65% ・特定保健指導率45% メタボリックシンドローム該当者減少率10%

この目標値の達成率に応じて「後期高齢者医療制度」へ支払う支援金が最大10%の割合で増減されることになっています。国の試算で1人当たりが負担する国民健康保険料後期高齢者医療支援金の平均額は41,358円で、この負担金額が、上記の全ての目標値を達成できれば少なくなりますので、健診・保健指導を受診してください。

詳細な特定健康診査の受診方法や特定保健指導の実施方法等は、今後の広報又は案内文書等によりお知らせします。

お問い合わせ
【大雪地区広域連合 国保老健係】
 〒071-1423 東川町東町1丁目16番1号 電話82-2111 (内線562・563)

大雪地区広域連合介護保険係よりお知らせ

所得税の確定申告に使用する控除証明について

1. 申告による障がい者控除の認定について
 現在、介護保険の要介護認定を受けている方（要介護1以上で一定の要件に該当）で障害者手帳の交付を受けていない方でも、65歳以上で知的又は身体に障がいがある方は、広域連合の認定により、所得税等の障がい者控除を受けることができます。所得税法施行令の定めにより、障害者手帳等交付に準ずる方、寝たきり状態にある方などが対象となります。

2. 申告による医療費控除（おむつ代）の取り扱いについて
 所得税法上の使用したおむつ代による医療費控除を受けられる方は、「医師が発行したおむつ使用証明書」が必要ですが、控除を受けられるのが2年目以降である方は、次の要件（①及び②）のすべてに該当する場合に広域連合長が発行する確認書で控除を受けることも出来ます。
 なお、この確認書には介護保険法に基づく主治医意見書に記載されている事項に基づいた内容となるため、医師が発行したおむつ使用証明書と同様の内容とならない場合があります。

要件
 ①現在、介護保険の要介護認定を受けている方
 ②平成18年以前の確定申告の際に「医師が発行したおむつ使用証明書」により「医療費控除」を受けた方で、引き続き平成19年の確定申告でおむつ代の「医療費控除」を受ける方

お問い合わせ 東川町保健福祉課保険年金係 ☎82-2111 (内線123) または
 税務住民課税務係 (内線127)

国民健康保険に加入されている30歳から74歳の方へ

「特定健康診査・特定保健指導」が始まります

◆◆平成20年4月から健診・保健指導が変わります！！◆◆

これまで町で行っていた健康診断の「基本健診」が、国民健康保険や社会保険などの各医療保険者に実施することが義務付けられ、平成20年4月より「特定健康診査」・「特定保健指導」としてスタートします。

■特定健康診査・特定保健指導の目的と内容

- 「特定健康診査」は、高額な医療費となる虚血性心疾患・脳血管疾患・糖尿病・慢性腎臓病等の血管病を防ぐために、前段階の「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」や予備軍の人を把握し保健指導対象者を選定するための健診となります。
- 「特定保健指導」では、「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」等の改善に向けて、保健師などから検査データ改善のためのサポートやアドバイスをを行います。
 これらの健診・保健指導を、医療保険者である大雪地区広域連合においても国民健康保険被保険者の方に対して平成20年度より実施していきます。



■30歳から74歳までの国民健康保険加入者が対象！！

30歳以上から74歳以下までで、大雪地区広域連合区域内で国民健康保険に加入されている方が対象となります。
 ※特定健康診査・特定保健指導は各医療保険者が実施することとなっているので、会社の健康保険や共済組合などの国保以外の医療保険に加入されている方は、加入している医療保険者に確認してください。

■「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」に着目した健診内容！

実施する健診の内容は、「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」に着目した内容となり、主に次の検査を行います。

・問診・診察・身体測定・腹囲測定・血液検査・尿検査・心電図検査・眼底検査（必要に応じて）

■受診予約は都合の良い日に

大雪地区広域連合（東川町）より特定健康診査受診の案内文書と受診券を郵送いたします。案内文書に書かれている健診機関（病院等）で受診できます。
 受診日時などについては、案内文書に書かれている健診実施日時などを確認していただき、都合の良い日時を予約して受診してください。
 受診される際には、受診券と保険証を持参してください。

■健診等にかかる費用は？

健診にかかる費用の一部について負担していただきます。受診した際に健診機関（病院等）の窓口でお支払いいただくこととなります。負担額については、健診費用総額（約8,000円）の1割程度となります。保健指導は原則無料です。

■生活習慣の見直しでデータ改善を！

健診の結果から基準値を超えた項目の内容や重症度に応じて保健指導の内容が変わります。
 保健指導では、生活習慣病の予防やメタボリックシンドロームの改善に向けたアドバイスを医師・栄養士・保健師等からさせていただきます。
 対象となる方には後日、面談日時等についてご案内いたします。



くらし Network ネットワーク

- 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
- 大雪消防組合東消防署 83-0119
- 道草館 68-4777

2月の行事

- 11日 第4回キャンモアGSL大会(午前10時、キャンモアスキー場)
- 15日 第36回農業委員会総会(午後3時、役場)
- 17日 第12回道北選抜東川少年少女柔道大会(午前9時、B&G海洋センター)
- 3月1日 第53回高松宮御親覽祈念全日本下の句カルタ大会(天人峡パークホテル)

人のうごき

(12月16日～1月15日、敬称略)

お誕生	父	母	行政区
生まれた子 望夢	清隆	美紀	23区
村端 啓介	洋人	いずみ	17区
川野 大輔	健	敬子	西町3丁目
永島 佑恭	弘	明美	22区
眞貝 音羽	知徳	しのぶ	西町2丁目

おくやみ	歳	届出人	行政区
川面 幸江	96歳	川面 一也	17区西町
沼澤 清	81歳	沼澤 ツル子	31区
松木 金平	88歳	引地 裕子	東町2丁目
金澤 重蔵	85歳	金澤 重美	3区

ご結婚	行政区
古林 圭祐 } 小川 恵美子 }	8区
金井 廣隆 } 千葉 美由紀 }	西区
尾矢 充裕 } 棟方 則子 }	17区西町

人口・世帯数	12月末日現在
人口	7,737人 (前月比+6人)
男	3,687人 (前月比▲4人)
女	4,050人 (前月比+10人)
世帯数	3,119戸 (前月比▲2戸)
出生	4人
死亡	5人
転入	23人
転出	16人

年金相談のお知らせ

旭川社会保険事務所

◆ねんきん特別便相談会

昨年12月17日から「ねんきん特別便」が該当者に順次郵送されています。「返信方法が分からない」「記録の見方が分からない」「記録訂正の仕方が分からない」等という方は、旭川社会保険事務所主催の「ねんきん特別便相談会」をご利用ください。

開催日時 3月5日(水) 午前10時～午後3時

開催場所 役場3階第3小会議室
持参する物 ねんきん特別便、年金手帳、年金証書、その他年金記録が分かるもの(当日は電話でのご相談はお受けできませんのでご了承ください)

◆旭川社会保険事務所相談窓口で

旭川社会保険事務所での年金記録の相談を随時お受けしています。相談にお越しいただく際には、次のことを確認の上、来所いただきますようお願いいたします。

相談窓口 旭川社会保険事務所(旭川市宮下通2)

開庁日 月曜日～金曜日(国民の休日を除く)と第2土曜日
休庁時間 ▼午前8時半～午後7時(月曜日、休日の場合は翌火曜日) ▼午前8時半～午後5時15分(火～金曜日) ▼午前9時半～午後4時(第2土曜日)

持参書類 本人確認のため年金証書、振込通知書、年金手帳、健康保険者証等。その他社会保険事務所等からの郵送書類

その他 本人以外のご家族等が相

談される場合、本人の委任状と委任された方の本人確認できるもの(運転免許証等)が必要。委任状には、委任者の基礎年金番号(年金受給者は年金コードも)、住所・氏名・生年月日、委任内容、委任された方の住所・氏名、本人との関係を記入し、本人の署名押印をしてください。お問い合わせ 旭川社会保険事務所 ☎26-4481、保健福祉課 線123)

寺村義博さん 交通安全指導員を10年以上勤め、街頭啓発、交通安全指導などを通じて交通事故防止活動と交通安全意識の啓蒙に務められました。

西田孝志さん 1995(平成7)年10月に町選挙管理委員会委員に就任。3期12年間にわたって公正な選挙の実施に努め、その間4年間委員長として選挙の適正な管理執行に尽くされました。

山田孝夫さん 1963(昭和38)年から4期16年間町議会議員を務め、副議長(1期4年間)、1991(平成3)年から3期12年間町長を務められました。

その間、農協理事、農民連盟執行委員長などを歴任。町長退任後は内閣府の構造改革特区推進本部の評価委員会委員として活躍され

ました(3年8カ月間)。東川町長表彰(昭和54)、道知事表彰(平成16年)、旭日小受章(平成17年、地方自治振興)。

山崎芳光さん 1975(昭和50)年から4期16年間町議会議員を務め、議長(2期8年間)、副議長(1期4年間)も歴任されました。21年間消防団活動を務め(うち分団長2年)、その間農協理事、土地改良区理事各8年間、老人クラブ連合会長などの公職を歴任されました。東川町長表彰(昭和62年)、全国町村議会議長会表彰・町議会表彰(いずれも平成3年)。

宮崎堅一さん 1979(昭和54)年から6期24年間町議会議員を務め、副議長(2期8年間)、27年間消防団員活動(うち分団長3年

間)、体育協会長(8年間)など要職を歴任されました。全国町村議会議長会表彰・道町村議会議長会表彰・東川町議会表彰(いずれも平成7年)。

山田貞男さん 1979(昭和54)年から3期12年間町議会議員を務め、町農業委員、町森林組合理事(18年間)、同組合代表理事組合長(同57年から現職)、東川振興公社監査役(現職)など多くの公職を歴任、活躍しておられます。

東川町長表彰(平成3年)、町産業経済功労(同6年)、道産業貢献賞(同19年)、旭日単光章(同年、林務行政振興)。

上村栄一さん 1958(昭和33)年から43年間に渡って消防団員として活躍されました(うち団長、副分団長各8年間、分団長2年間)。町土地開発公社理事(現職)。

日本消防協会会長表彰・道知事表彰(ともに平成4年)、道消防協会会長表彰・東川町長表彰(ともに同5年)、消防庁長官表彰(同9年)、東川町長40年勤続章、道知事功労章、日本消防協会長特別精進章・同功労章、瑞宝双光章(同18年)。

この他の受賞者で交通安全指導員として10年以上尽力されてきた後藤登さん、石井季子さん、森崎弘清さん、石田友子さん、藤田優子さん、米陀満江さんの6人には、

後日表彰状などをお届けしました。(まち・タウン5ページ参照)

標準小作料の改訂

東川町農業委員会

4月1日から3年間の標準小作料を次のとおり設定しました。

- ①小作料の標準額 別表のとおり
 - ②標準小作料の適用区域 東川町内一円
 - ③標準小作料の適用期間 平成20年4月1日から同22年3月31日までの3カ年間
- お問い合わせは農業委員会事務局まで。 ☎82-2111

農地の区分	改訂前		改訂後		水稲収量(10a当たり)
	田	部	田	部	
田の部	上	16,000円	15,000円		550kg
	中	12,000円	11,000円		520kg
	下	8,000円	7,000円		490kg
畑の部	標準額は定めなし		改訂額は定めなし		

ふわふわドキドキ体験!

忠別ダム水源地域ビジョン「遊ing忠別」

忠別ダム冬イベント

- バナナボート試乗(スノーモービル牽引)
- タイヤチューブ遊び
- スノートレッキング
- 宝さがし



- 日時** 平成20年2月23日(土) 10:00～15:00
(天候により開催できない場合は、翌日に順延致します)
- イベント内容** バナナボート試乗(スノーモービル牽引)、タイヤチューブ遊び、スノートレッキング、宝さがし等
- 募集人数** 100名(先着順)
(参加者全員についてご記入ください。複数申し込みされる場合はコピーをしてご記入をお願いいたします。)
注意:中止の場合は、代表者のご自宅又は携帯に7:00～8:00の間に連絡いたします。(携帯をお持ちの方は、ご記入をお願いいたします)
- 参加対象** 小学生以下は保護者同伴
- 参加料** 参加料は保険、食材費等として、次の通りです。
- | | |
|---------|--------|
| 小学生・中学生 | 大人 |
| 500円 | 1,000円 |
- ※乳幼児(未就学)は無料です。ただし、乳幼児はバナナボートの試乗はできません。
- 昼食時に温かい豚汁を用意致します。
- 申し込み** 2月1日(金)午前9時より先着順で受け付けます。住所(郵便番号)、氏名(ふりがな)、年齢、連絡先(電話番号、FAX)をご記入の上、下記までFAXにて送信して下さい。なお、2月中旬に集合場所等の資料を郵送致します。締め切りは、2月12日(火)午後5時までとします。
- 申し込み先** (財)河川環境管理財団 谷 宛 忠別ダム水源地域ビジョン「遊ing忠別」
FAX 011-261-7953 代表 鈴木 健治

お問い合わせ
(財)河川環境管理財団 北海道事務所(担当:志賀、谷、井本)
〒060-0061 札幌市中央区南1条西7丁目16-2 岩倉ビル4F TEL 011-261-7951 FAX 011-261-7953

旧軍人等、恩給を受けていない方に特別慰労品を支給

保健福祉課
恩給資格者、戦後強制抑留者、引き揚げ者ご本人を対象に、内閣総理大臣名の特別慰労品をお贈りしています。過去に内閣総理大臣名の書状などを受けた方も対象です。請求書は保健福祉課の窓口にて置いています。

資格要件など、お問い合わせは独立行政法人平和祈念事業特別基金 ☎0120-234-9333 まで（月）金曜日午前9時15分から午後5時15分（土、日、祝日は休み）。

食事で健康「栄養教室」

保健福祉課
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年々増加しています。「自分の健康は自分で守る」を柱に、改めて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・味付けなどを確認し、食生活の見直しと健康を考える機会にしましょう（希望する方は食生活改善推進員となる単位を取ることが出来ます）。

対象 町民ならどなたでも
日時 2月26日（火）午前10時～午後1時ごろまで
場所 保健福祉センター
内容 「子どもへの関わり方」子どもの発達を促す関わり方、鈴木多磨子さん
その他 定員はありますが、事前に予約をお願いします。
申し込み・お問い合わせ 地域子育て支援センター ☎82-5100

「子育て講演会」

子育て支援センター（幼児センター内）
子供の育ちや発達に迷ったり不安を感じたり、悩みながら子育てをしている方も多いのではないのでしょうか。

所得税確定申告のお知らせ

所得税の確定申告と納税は
3月17日(月)までです
消費税及び地方消費税は3月31日(月)まで

申告または相談は次の場所で

<p>■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） ※税務署内では申告相談会場を設置していません。</p> <p>■期間 1月18日（金）～3月17日（月） ※土・日・祝日を除きます。</p>	<p>■役場が対応する会場 役場庁舎1階第1小会議室</p> <p>■還付申告及び相談期間 2月1日（金）～3月17日（月） ※土・日・祝日を除きます。</p> <p>■納付申告 2月18日（日）～3月17日（月）</p>
---	---

- 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、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」等を参考に、ご自分で記載しましょう。また作成した申告書は送付により提出できます（受け付けした控えが必要な場合は、返信用封筒の同封を忘れずに）。
送付先 〒070-0026 旭川市東6条1丁目2番15号 旭川東税務署
- 納税は振り替えて
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。

お問い合わせ
旭川東税務署（個人課税第一部門） ☎23-6291（自動音声でご案内しています。案内番号「2」をお選びください）
東川町税務住民課税務係 ☎82-2111（内線170・171）

「ナチュラヨガ教室」

子育て支援センター（幼児センター内）
子育て中のお母さん、ヨガで体を動かして日ごろのストレスを発散しませんか？心も体もスッキリします。

日時 2月22日（金）午前10時～同11時半
場所 子育て支援センタープレイルーム
対象 子育て中の保護者ならどなたでも
講師 上田京美さん
持ち物 タオル（動きやすい服装）
参加人数 15組程度（事前に予約が必要、託児希望者に託児室を用意します）
申し込み・お問い合わせ 地域子育て支援センター ☎82-5100

東川消防団の表彰者

大雪消防組合東消防署
1月5日の消防出初めに併せて行われた永年勤続表彰の受賞者は次のとおりです（まち・タウン5ヶ所参照、敬称略）。

（東川町長表彰）
▼勤続45年 堀部國正（団本部団長）
▼勤続25年 高橋郁夫（第2分団長）、桑原克範（第3分団副分団長）、石山修（第5分団副分団長）
▼同20年 石本和也（第3

分団班長）▼同15年 熊倉靖（第1分団班長）、渡邊澄（第3分団員）、松井照樹（第5分団員）
▼同10年 宮崎修（第2分団班長）、草野進一（同分団員）、加藤義和（同同）、中西信幸（第3分団同）、高倉直樹（同同）
▼東川消防団連合後援会長表彰
▼勤続5年 滝本純一（第2分団員）

臨時職員（保育者及び調理員）を募集


幼児センター
臨時職員（保育者及び調理員）を募集します。希望される方は2月15日（金）までにお申し込みください。

採用人員 保育者（若干名）、調理員（1人）
応募資格 保育者（幼稚園教諭免許、保育士両資格の取得者で、幼児教育に熱意のある健康な方）、調理員（調理師資格の取得者で健康な方）
採用年月日 平成20年4月1日
賃金 東川町臨時職員賃金 規定による

勤務日 月曜日から土曜日までの週5日間勤務
勤務時間 保育者（午前7時半から午後7時までの間の7時間30分）、調理員（午前8時15分から午後5時までの間の7時間30分）

2月の教育相談

相談日 随時（土、日、祝日を除く）
時間 午前8時30分～午後5時30分
相談要領 電話相談（来室可）
専用電話 ☎82-4225



広報の配布にご協力いただきありがとうございます。
広報の配布には各行政区役員などの皆様の特段のご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。お手数をおかけしますが、今後も引き続き速やかな配布をお願いします。
なお、配布に当たっては次の事項に留意ください。
(1) 新しく転入された世帯や町内会に加入されていない世帯にも、併せて配布をお願いします。
(2) 毎月の広報の必要部数が増減があった場合はお手数ですが企画総務課地域自治推進室までご連絡ください。

ごみ処理手数料の料金改定

4月1日から、しらかば清掃センターへごみを直接持ち込む場合のごみ処理手数料が改定になります。

しらかば清掃センターごみ処理手数料

一般廃棄物	4月1日から（改正後）	3月31日まで（改正前）
直接個人が持ち込む家庭から排出された可燃ごみ・不燃ごみ	10kgごとに 80円	10kgごとに 60円
事業系一般廃棄物		
分別された資源ごみ	無料	無料

※10kg未満は10kgとして計算します。10kgを超える場合で端数がある時は、その端数を10kgとして計算します。

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、美瑛町字下宇莫別第5 ☎92-2247）または役場企画総務課地域自治推進室環境衛生係 ☎82-2111（内線152）

子ども用家具 ひがしかわ キッズつくしゅん

新作発表会

2/9(土) 10日 11(月)

9日/13:00~17:00
10日11日/10:00~16:00
会場/道の駅ひがしかわ「道草館」



オープニングセレモニー

9日13:00~
新作の紹介

ニングルチェアづくり体験

9日14:00~17:00

木の枝でミニチェアの椅子ニングルチェアを作ります

木の貯金箱づくり体験

9日14:00~17:00
木の板を使いかわい
貯金箱を作ります

会場にて新作の
展示販売

お問い合わせ

東川町産業振興課 ☎82-2111(内線261)
ウッドバンひがしかわ事務局 ☎82-2400(アールタイムスα内)
URL <http://www.rakuten.ne.jp/gold/higashikawa/>

『ひがしかワッ!!』参加者募集!

■ひがしかワッ!!って?

友人や知人と、交流できるインターネット上の広場が「ひがしかワッ!!」です。
・参加者には東川町で行われるイベントやお得な情報が提供されます。
・参加者には災害時には災害情報が提供されます。
・趣味やサークルの連絡、コミュニケーション手段として利用出来ます。

■どうやって使うの?

「ひがしかワッ!!」は、インターネットが利用出来るパソコンや携帯があれば簡単に利用出来ます。

■参加方法は?

今月広報綴じ込みの「ひがしかワッ!!」参加申込用紙に必要事項を記入してお申し込みください。

【お問い合わせ】

東川町企画総務課政策室 政策係 担当:矢ノ目俊之
☎0166-82-2111 (内線227)
※ご不明な点など質問がございましたらお問い合わせください。



チャリティーコンサート「LIVE de パーティ2008」の開催

東川イベントサポートクラブ
東川イベントサポートクラブ主催のライブコンサート「LIVE de パーティ2008」を今年も盛大に開催します。
町内音楽グループの演奏と商工会青年部協力でビールなど飲食コーナー、地元特産品が当たる大抽選会、お菓子のプレゼント、アニメ上映会を予定しています。
収益金は、今年も東川中学校の部活動基金に寄付します。
日時 2月10日(日)午後4時(午後7時半終了予定)
場所 農村環境改善センター多目的ホールなど
チケット 前売り・当日とも高校生以上千円(500円の飲食券付き)
取り扱い フレンドシップながさわ、道草館、各協賛者
お問い合わせ 事務局今野☎090-5987-2864、菊地☎090-2054-9810 まで

文化交流館から

文化交流館にはインターネット接続をして利用出来るパソコン端末機を1台設置しています。

お仕事や調べ物など、開館時間中は自由にご利用いただけます。ぜひご利用ください。

▼利用時間 毎日午前10時~午後5時まで(年末年始を除く)
▼料金 無料(当分の間)
▼内容 ホームページ閲覧、ファイルのダウンロードとアップロード(データの記録は、利用する方が記録用メディアをご持参ください)
▼その他 個人情報管理は、利用する方に行っていただきます。ご注意願います。

リサイクルで地球環境保護

企画総務課地域自治推進室
ごみは大切な財産です。その財産もリサイクルされなければ、ごみのままで終わってしまいます。小さなことからリサイクルに取り組んでごみを減らし、地球環境を保護しましょう。ごみを出す時は、資源として利用できるように分別しましょう。
茶わんなどの瀬戸物、ガラス食器、板ガラスは、ガラス類の資源ごみにはなりません。包丁も金属類の資源ごみではありません。いずれも「燃やせないごみ」として出してください。
ビン、缶、ペットボトル等のごみは、混入すると資源ごみとして回収できません。きちんと分別す

社協だより

温かい善意ありがとうございます

12月15日から1月15日まで
に社会福祉事業にご寄付をいただきました方は、次のとおりです。

《香典の返礼にかえて》
西区 小手川 幸子様
東町2丁目 引地 俊夫様
3区 金澤 アヤ様

くらしの相談窓口案内

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1回第3木曜日午後1時30分から午後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。
2月21日 山口 佐知子

各種大会成績

【卓球】
◆旭川地区中学生新人戦(昨年12月23日・旭川市総合体育館)
▼男子②佐藤大介③和田直樹、斎藤拓也
▼女子③青木美優

【ソフトテニス】

◆第43回全道高校インドア大会旭川地区予選会(昨年12月26、27日・旭川市総合体育館)
▼女子決勝トーナメント
辻本・村上(旭商)4-1島田・高野(東川)

文化ギャラリー展示案内

●1月23日(水)~2月5日(火)
・「丹頂写真塾・彩2008」
・写真の町東川町収蔵作品展
光への旅 Part1:光の記憶
・北海道日本ハムファイターズ写真展
「2007 栄光の軌跡」



●2月7日(木)~2月20日(水)
・宮竹 眞澄「人形展」



・写真の町東川町収蔵作品展
光への旅 Part1:光の記憶
Part2:光の冒険

●2月22日(金)~3月10日(月)

・旭正写真愛好会写真展
・写真の町東川町収蔵作品展
光への旅 Part1:光の記憶
Part2:光の冒険

*2月6日、21日は、展示作品入れ替えのため休館となりますのでご了承ください。

「青春キャッチ5・7・5」(平成19年度入選作品)

大賞

「晩ごはん 家族はいいなと 思うとき」

(小学生高学年の部 小野寺 一機)

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	2月1日(金)～22日(金)
受付場所	税務住民課住宅下水道係(役場庁舎1階4番窓口)
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. 平成18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、源泉徴収票など) 4. 納税証明書(平成19年1月1日現在町内に住所があった方は同意書で可) 5. その他必要と認める書類 6. 印鑑 <p>※下線のついている書類は、住宅下水道係に用意してあります。 ※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	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	そ の 他
① 西8号団地A3	西町8丁目4番	<ul style="list-style-type: none"> ・3LDK(70.6㎡) ・1戸(1階) ・19,900円～46,800円 	<ul style="list-style-type: none"> ・昭和63年 ・セラミックブロック造り3階建て ・浴室(ユニットバス付き) ・物置付き、駐車場1台 	
入居資格	<p>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</p> <p>(1)同居または同居しようとする親族(婚約中の方なども含む)がいる方</p> <p>(2)世帯の収入金額が月額20万円以下</p> <p>※次のいずれかの要件に該当する場合は26万8,000円まで基準額が引き上がります。</p> <p>①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昭和31年4月1日以前生まれの場合、または18歳未満の方がいる場合</p> <p>②小学校就学の始期に達するまでの方がいる場合</p> <p>③身体障がい等級1級から4級までの方がいる場合</p> <p>④精神障がい等級1級から2級までの方がいる場合、知的障がい(精神障がいの程度に相当)の方がいる場合</p> <p>⑤ハンセン病療養者の方などがいる場合</p> <p>入居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。</p>			

●家族向け特定公共賃貸住宅

募集団地	場 所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	そ の 他
② 南団地B1	南町1丁目7番	<ul style="list-style-type: none"> ・3LDK(80.9㎡) ・1戸(2階) ・55,000円～72,600円 	<ul style="list-style-type: none"> ・平成9年 ・鉄筋コンクリート造り2階建て ・浴室(ユニットバス付き) ・物置付き、駐車場1台 	
入居資格	<p>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</p> <p>(1)同居または同居しようとする親族がいる方</p> <p>(2)世帯の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> <p>※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。</p> <p>入居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。</p>			

●単身者用特定公共賃貸住宅

募集団地	場 所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	そ の 他
③ 西町団地 アヴニールⅡ	西町1丁目9番	<ul style="list-style-type: none"> ・1LDK(38.1㎡) ・1戸(2階中央) ・30,800円～40,700円 	<ul style="list-style-type: none"> ・平成11年 ・鉄筋コンクリート造り2階建て ・浴室(ユニットバス付き) ・オール電化住宅 ・物置付き、駐車場1台 	※家賃のほかに温水器、暖房機、調理器のリース料(月額3,360円)が別途必要です。
入居資格	<p>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</p> <p>(1)昭和31年4月2日以後に生まれた単身の方</p> <p>(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> <p>※詳細はお問い合わせください。</p> <p>入居者が「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。</p>			

選考方法 公営住宅等入居者選考委員会を開催し、入居者を決定します。
 ※選考委員会で決定されなかった場合は、公開抽選会を開催します。開催日は未定です。

入居予定日 3月上旬
敷 金 家賃の3カ月分
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
お問い合わせ 税務住民課住宅下水道係 ☎82-2111 (内線122)

「血圧」はあなたの病気を予言する！ (下)
高血圧に潜むリスク、特に危険な「仮面高血圧」

血圧は「正常血圧」「白衣高血圧」「仮面高血圧」「高血圧」の4つのタイプに分類されます。高血圧は自覚症状がありません。しかし放置していると血管が傷つき、弾力を失って動脈硬化を引き起こします。動脈硬化が進むと、心筋梗塞（こうそく）、脳卒中など、命に関わる病気を起こしやすくなります。

「仮面高血圧」の方は、高血圧の人と同じくらい心筋梗塞、脳卒中を発症するリスクが高いにも関わらず、外来血圧が正常なため見逃されやすく危険です。

2つの仮面高血圧

1、起床後の高血圧（早朝高血圧）

心筋梗塞や脳卒中は、朝の血圧上昇が関係するといわれます。発症する割合は、一日のうち早朝が高くなっています。起床後の血圧が健康な人より高い場合には注意

が必要です。次の2つの型があります。

▼『モーニングサージ型』

睡眠中の血圧は正常ですが、目覚めるころから急上昇し、その後再び正常血圧に戻ります。

動脈硬化が原因で血圧をうまく調整できなくなるためです。起床に伴って精神的、身体的ストレスがかかることも、血圧調節に影響し、血圧を上げる原因になります。

▼『夜間高血圧型』

睡眠中から朝まで血圧が高い状態が続く、その後正常血圧に戻ります。次のような人に多いといわれています。

●心不全や腎不全のある人

体内のナトリウムや水分をうまく排せつできず、血液循環量が増加するため、睡眠中も血圧が下がりにくいです。

●自律神経障害のある人

自律神経は血圧を調整する仕組みの一つで、糖尿病などによって障害が起きると血圧が上がることがあります。

●睡眠時無呼吸症候群の人

高血圧の人の約10%が睡眠時無呼吸症候群と考えられています。睡眠中に呼吸が何度も止まることで酸素不足になり、心臓や血管に負担がかかって血圧が上がります。

2、ストレスや疲れが原因の高血圧（職場高血圧）

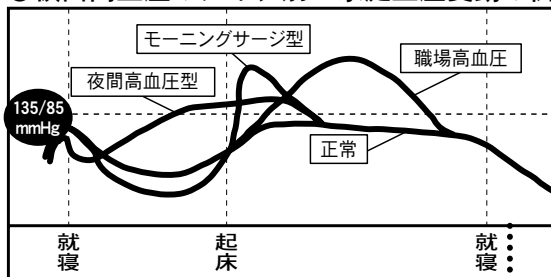
夜間や早朝は正常なのに、仕事家事・育児をしている間に血圧が高くなる症状です。精神的なストレスに疲れなどが重なることで血圧が上がります。

医療機関で血圧を測る時には、仕事から解放されるため外来血圧は低くなるのです。

ハイリスクな「糖尿病」「高脂血症」「肥満」「喫煙者」

糖尿病、高脂血症、肥満、喫煙

●仮面高血圧のタイプ別 家庭血圧変動の例



通常、血圧は睡眠中に下がり、起床の前後に緩やかに上昇する。仮面高血圧があると図のように特定の時間帯だけ高血圧になり、その後正常血圧になる

者は、特に心筋梗塞、脳卒中などを引き起こしやすいので要注意です。以前に心筋梗塞、脳卒中、心肥大、狭心症、腎障害を起こしたことのある人も要注意。命に関わる病気を発症しやすくなります。どのタイプの仮面高血圧も、外来血圧を見るだけでは見つけることができません。危険因子を持つ人は、外来血圧が正常でも、家庭血圧を測定して、高血圧が潜んでいるかチェックすることが特に大切です。

（日本放送出版協会発行「きょうの健康」昨年6月号『特集 自分でできる！高血圧の対処法』から）

2月 February

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

【2月分】

1日(金) もぐもぐ教室 乳幼児健診	申込制	13:00～14:00 13:30～
		(通知者以外は14:30～)
7日(木) 親子ふれあい教室	申込制	10:00～11:30
14日(木) 親子ふれあい教室	申込制	10:00～11:30
17日(日) 親子ふれあい教室	申込制	10:00～正午
21日(木) 3歳児健診		12:45～13:15
25日(月) 子育て相談	予約制	
26日(火) 栄養教室		10:00～13:00

※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) 元気っ子クッキング
18日(火) 栄養教室
24日(月) 子育て相談、移動献血車来町

＜地域子育て支援センター＞

申し込み・お問い合わせ

東川町地域子育て支援センター (☎82-5100)

＜親子遊びの体験教室＞ **予約制**

1日(金) テーマ「節分」	10:00～11:30
8日(金) テーマ「1歳児絵の具遊び」	10:00～11:30
15日(金) テーマ「2歳児絵の具遊び」	10:00～11:30
29日(金) テーマ「3・4歳児絵の具遊び」	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～正午
4日・5日・6日・12日・13日・18日・19日・25日
・26日・27日

※会場は幼児センターです！



おいしい手料理

【味噌煮込みおでん】

寒い冬、おうちで作る給食レシピのあったかメニューです。給食では、子どもが食べやすいように材料を小さく切っていますが、大人にはもっと大き目の切り方で良いと思います。材料もお好みで牛スジ肉や鶏肉、他の野菜を入れたり、うずら卵を鶏卵に代えたりと、いろいろな具でアレンジ可能です。

＜材料＞4人分

・うずら卵	12個
・板こんにゃく	1/2枚
・焼きちくわ	4本
・大根	1/3本
・さつま揚げ	4枚
・赤味噌	60g
・三温糖	50g
・みりん	大さじ1
・ショウガ	親指大

＜作り方＞

- ① ショウガはみじん切りにします
- ② 板こんにゃくは2cm角に切ったものを三角に切り、下ゆでをします
- ③ 大根は小さ目のいちょう切りにします
- ④ 焼きちくわは乱切り、さつま揚げは一口大に切ります
- ⑤ 鍋に少量の水を入れ、材料を固いものから順に煮ます
- ⑥ 調味料、ショウガを加えて、弱火でゆっくりと煮含めます

(川瀬 有希さん)

【食べて健康・豆知識】

ショウガには、肉や魚などの臭みを取る働き他に、体を温める効果もあります。寒い冬にはピッタリです。

体を温める食べ物は、他にニンニク、トウガラシ、玉ネギ、ニンジン、カボチャ、納豆などがあります。冬のメニューに取り入れてみてはいかがでしょうか。

東川小栄養教諭：川瀬 有希

インターネットでも情報満載!!

広報ひがしかわのバックナンバーや町の情報がリアルタイムにインターネットで紹介されていますので、こちらのチェックを忘れずに!

■東川町公式サイト <http://town.higashikawa.hokkaido.jp/>



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。