

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

- ▶ラトヴィア・ルーイエナ町と姉妹提携、新たな門出へ
- ▶子育て世帯向け用住宅申し込み受け付け開始！



8

2008 August
No.658

CONTENTS

実った民間交流15年	3
○ラトヴィア・ルーイエナ町と姉妹提携、新たな門出へ	
まち・タウン	6
○北米の高校生がホームステイで宿泊交流	
○「町の防災は任せて!」と頼もしく消防総合訓練大会	
○JAひがしかわが小学校5年生用に副教材	
○韓国江原道のヨンゴオル郡写真博物館から視察来町 ほか	
今、生き生きと	10
○木エクラフト作家 早見賢二	
町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」	12
○ルーイエナ町の姉妹提携に思う	
◇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⑦	
大雪山の素顔	13
○「体験から学び、保全活動へ」…環境省東川自然保護官事務所 田畑慎之介	
ペチャクチャカナダ人	14
○「ほろ苦い別れ」…英語指導助手 アシュリー・ペトゥルッチ	
○エイゴのマナビカタ	
第51回「韻を踏む」…英語教育指導員 宮地晶子	
町の風 雑記抄	15
○「水三想」…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
○各種医療受給者証、認定証の更新時期です	
○長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ	
くらし・ネットワーク	18
○「ねんきん特別便」であなたの年金記録確認を	
○生活福祉資金の貸付制度をご利用ください	
○「大雪山忠別湖トライアスロン in ひがしかわ」を開催します	
○「てっぺんまつり」フォトコンテストの作品募集 ほか	
子育てチャンネル	26
○「子ども時間」いっぱい夏休みをあげよう!…児童クラブ「ホロホロ」主宰 谷地本 雄一	
保健だより	27
○“食べる”を見直し、生活習慣病を撃退!	
おいしい手料理	28
○「夏野菜の豚肉炒め」…石川由香里	



第2回東川大写真展入選作品から
「祭りだ! セイヤァー」
井上宏利さん撮影

ラトヴィア・ルーイエナ町と姉妹提携、新たな門出へ 実った民間交流15年

1992(平成4)年の交流始まりから16年目の今年、東川町とラトヴィア・ルーイエナ町の姉妹提携が実現しました。7月17日、松岡市郎町長とルーイエナ町の町長に相当するグンティス・グラトキンス町会議長との間で姉妹提携の盟約書が交わされ、両町に新たな絆が生まれました。東川町と海外自治体との姉妹提携は、カナダ・アルバータ州キャンモア町との姉妹提携(1989(平成元)年)以来、19年ぶり2町目。今後の幅広い交流に向けて新たな一歩を記しました。



「ラトヴィア独立後、2つの町で初めて姉妹提携を実現させることができた。意義ある一歩が入々によって磨かれ、宝物になることを祈っています」。7月16日来町、翌日役場大会議室で行われた姉妹提携調印式で、松岡市郎町長とグラトキンス町長が高々と右手を上げてがっちり固い絆の握手を交わしました。

2年前本町に初めて来訪以来、両町の姉妹提携実現に向けて、温かい支援と準備を進めてくれたヘーテリス・ヴァイヴァルス駐日大使も来町し「温めてきた構想がようやく実現しました。大きな仕事をなし終えました」と満面の笑顔。両町の新たな絆の第一歩を踏み出しました。

姉妹提携の盟約書締結と併せて、この日道の駅・ひがしかわ道の草館前に設置した井戸「友好のポンプ」除幕式も行いました。ヴァイヴァルス大使、グラトキンス町長、インドウリス・アーボルティンシュ副町長らは、



主 両町の

さっそく井戸の水をくみ上げて互いに口に含み「おいしい!」と感激。友好の絆の始まりを肌で感じていたようでした。

訪問団は、町長のグラトキンス議長を筆頭に、アーボルティンシュ副議長(副町長に相当)

林業関係会社の代表者ら。他に金管合奏団として、引率の教員、高校2年生と中学2、3年生合わせて4人の一行25人。写真の町の象徴・文化ギャラリ、町立診療所、キトウシ森林公園展望閣、物産センター、東川中学校、幼保一元保育の幼児センターなど主な施設を見学

旭岳にも登りました。あいにくの霧模様という天候ながら、姿見の池、非難小屋周辺まで登山しました。

ラトヴィア国内には高い山がないといい、初めて見る活火山の噴火口噴煙、高山植物の数々に感激の様子でした。

ほかに旭川市内の大型総合商業施設、旭山動物園を訪れ、わずかな時間ながら小樽市内観光もしました。

ルーイエナ町には、かつて町の中心に市場があり、その中心部にあった井戸のポンプが今も町のシンボルになっているそうです。そのポンプは「お金をくみ上げるポンプ」と呼ばれているそうです。そのポンプが、両町をつなぐ友好のシンボルとして、今回ルーイ町から届いたのです。ルーイエナ町では、新たにポンプを設計、製作し、代表団の来町に先立って贈ってくれました。町では、両町の末永い友好の絆として、中心市街地の道の駅・ひがしかわ道草館前に設置しました。



ポンプを押すグラトキンス町長(左)と水を受けるヴァイヴァルス大使

「ルーイエナ町プロフィール」
人口: 3,690人(今年1月現在)。行政区の統合合併によって、来年1月に新行政区「ルーイエナ州」(人口規模約6千600人、面積352.23平方キロメートル)が誕生予定。
面積: 7.75平方キロメートル
位置: 北部ヴィツェメ地域(首都・リガから北方約150キロメートル)
年間行政予算額: 約5億7千480万円(約245万6千ラツツ)
11ラツツは約230円)
その他: 都市集中暖房システム、上水道システムを完備。町道路の総延長は約56キロメートル。小学校1校、中・高校2校、音楽学校、芸術学校、スポーツ学校、文化会館、展示会場、スタジアム施設があります。年間観光客は約3万人。主な祭りは、ルーイエナの町名を祝う祭り(5月末、夏祭り(8月)があります。ルーイエナには優秀な工芸職人が多く、その技術を芸術として発信しているところがあります。



◀ちょうど誕生日だったヴァイヴァルス大使に花束贈呈（第2日、歓迎パーティーで）

▼キトウシ森林公園物産センターを視察（第2日）



▲東川中を視察、中学1年生の理科の教科書に興味深々（第2日）



▶東川高校学校祭前夜祭のねぶた行列に飛び入り参加（第3日）



▲工場内の全暖房エネルギーをまかなっている木材焼却機に興味||昭和木材で（第4日）
▲あいにくの霧登山となった旭岳（第3日）



▲東川中で開いた合同演奏会（第4日）

ラトヴィアから友好の風をのせて バルトの国から来た使者滞在記

4泊5日という短い滞在期間中、ルーイエナ町訪問団は町内各所を訪れました。旭川市内の回転寿司店では、ハマチの鮮魚解体ショーに思わずカメラのフラッシュ。宿泊した旭岳温泉のホテルでは、初めて温泉に入浴して感激したようです。東川高校学校祭の前夜祭ねぶた行列に飛び入り参加し、東川小スクールバンド、東川中吹奏楽部との合同演奏では見事な演奏を披露しました。その短い滞在記録を写真で紹介します。

▶幼児センターでは子供たちから大歓迎（第2日）



▲初日の夕食は旭川市内の回転寿司店（第1日）

▲ラトヴィア館を訪問（第2日）



▲これからロシアに輸出するという木材皮むき機に興味深げ=エノ産業で（第4日）

北米の高校生がホームステイで宿泊交流



町でそれぞれ高校生を受け入れました。一行は期間中、神社の見学、お寺で座禅の体験、木工家具工場の見学、農業体験、剣道体験、アイヌ博物館見学、旭岳登山など、見学・体験が目白押し。また写真の町の本町では、全員にカメラ撮影の体験をもらったのもテーマです。

東川高校文化祭の前夜祭ねぶた行列に参加したり(18日)、ラトヴィア・ルーイエナ町から来町していた訪問団の高校生と東川中生徒との合同演奏会(19日)にも参加して充実の日々だったようです。

夏は晴れやか、町民体育祭



7月6日、町民運動公園で第30回町民体育祭が開かれしました。

町内各地区の7老人クラブと各地区住民でつくる7チーム、合わせて14チーム、約500人が参加しました。

町長と議長のじゃんけんで勝利者を予想するじゃんけん大会、パークゴルフ用のクラブを使ってボールをリレーするパークゴルフリレーなど、楽しいゲームが会場を盛り上げました。

最後のトリを飾る競技は、なんと言っても全町綱引き競技。7地区それぞれに男女15人で1、2チームを編成しました。応援する声援にも力が入ります。

昨年優勝の「東川第三」チームが今年も強力で、綱引き競技の優勝は逃しましたが、他の競技では圧倒的強さを見せました。

会場のフィールド外では、それぞれの地区ごとに持ち寄った食材でジンギスカン、バーベキューコーナーも登場。お昼はおいしいおいが会場いっぱい立ち込めました。

ウォークラリー大会に約100人が挑戦

7月12日、町内中心部の公共施設を回り歩いて楽しむ公民館中央分館主催の東川町ウォークラリー大会がありました。

町内35組の家族、3人一組の小学生チームが参加しました。農村環境改善センターをスタート、ゴール地点に、豆腐店、郷土館、道草館など、中心市街地の約2.5キロ区間に15力所のチェックポイントを設けました。「ここだ、ここだ!」。参加したグループは、指示された道順にしたがってチェックポイントを通り、タイムを競います。

チェックポイントの回り方は、道路を行ったり来たり繰り返す。中心市街地は子供たちの歓声でにぎわいました。



「野菜生産者夏の集い」が農協野菜集出荷センターでありました

6月24日、東川町農協(そ)菜園芸研究会(溝口泰男会長)主催の「野菜生産者夏の集い」が農協野菜集出荷センターでありました。

町内の生産者同士の交流の場として年1回開いています。3年目の今年は、町内の生産者約100人が集まりました。溝口会長は「今年の稲は5、6月の低温で分けつ遅れも目立っているが、野菜は順調に推移している」と報告しました。

札幌、旭川市内の卸売市場の野菜担当関係者も出席しました。市場値動きにつ



いて「本州方面の出荷時期と道内野菜の出荷時期が重なってしまい価格が上がっていない。消費者の価格選別の目も厳しい。今後の値上がりに期待している」と話し、生産者との情報交換をしていました。

この時期の本町出荷の主力はチマサンチュです。今年は価格が上がり「どうしても必要な野菜ではないので厳しい」という生産者からの声も。今後の値動きに期待を込め、日ごろ忙しい農作業の合間の手を休めていました。

平和の誓い新た―戦没者、開拓功労者慰霊祭

7月5日、町内市街地、「平和と開拓の碑」前などを会場に戦没者、開拓功労者をしのぶ慰霊音楽行進、慰霊追悼式が行われました。

先人の労苦をしのんで毎年行つて



います。音楽行進には、町内の3小・中学校から、児童、生徒のブラスバンド、カラーガード隊、幼児センター幼児のかわいい鼓笛隊が中心市街地約1.5キロ区間を行進。道の駅・ひがしかわ道草館前では第一小学校37人の一小太鼓が沿道から喝采を浴びました。

開拓の碑には、戦没者213柱、開拓功労者・物故者250柱を祭っています。開基114年を迎えた式典には、遺族、関係者約100人が参列しました。

合田博副町長が「先人の足跡に思いをはせ、活力あるまちづくりに全力を尽くします」と松岡市郎町長のメッセージを代読し、参列者は献花で先人を慰霊しました。

「東川町消防組合」の消防総会訓練大会

6月29日、大雪消防組合東川消防団(金盛勇松団長)が、東川小学校グラウンドをメイン会場に20年度消防総会訓練大会を行いました。町内5分団76人の団員と大雪消防組合東消防署員らが参加しました。

松岡市郎町長の閲団を受けた後、

小隊の隊列行進展示で、みごとな足並みを披露。ポンプ車を使ったすばやい放水・消火作業を展開する応用操法展示、市街地消火の一斉放水展示も披露しました。

きびきびとした連携で、有事の災害発生に備えた日ごろの訓練成果を

披露。見事な成果を町民にアピールしました。

最後に中心市街地約700区間を分列行進し、松岡町長、来賓らの観閲を受け災害への心構えを新たにしました。



「Aひがし」がわが小学校の年用副教材

東川町農協（板谷重徳組合長）は7月14日、町内の小学5年生用の副教材に「と日本教育新聞社（東京）、日本農業新聞（同）」の2社で共同編集、製作した小学校高学年用の社会科副教材「農業とわたしたちの暮らし」の3冊シリーズ「農業の仕組みとお金のしくみ」(A4版、24ページ)、「農業の今と日本の食」(同、同)、「農業のやくわりと環境」(同、同)を町教育委員会に寄贈しました。



農業系統団体の金融組織、JAバンクの主導で今年から始めた食農教育応援事業に同農協が呼応

しました。板谷組合長が町教委を訪れ、三宅良昌教育長に町内4小学校の5年生89人全員が学べるように、教師用解説書とともに101セット寄贈しました。

本は、国内の主な農産物の生産地やいろいろな農産物が届くまでの仕組み、低下する一方の食料自給率の変化、農産物を届ける流通、金融の仕組み、わたしたちの地域を守る農業の役割などが詳しく解説してあります。社会科学に限らず、理科、総合学習でも活用できる内容になっています。



写真家作品の展示收藏をはじめとして写真文化の普及に努めているということです。一行は、文化ギャラリーで「東京写真月間2008」巡回展、キトウシ森林公園物産センターでは、地元人形作家の宮竹眞澄人形展を見学しました。表敬訪問した松岡市郎町長との懇

町内公共施設に外国語表記の案内板が登場

町内を訪れる海外観光客にも分かりやすい施設案内を―と町内の主要公共施設にこのほど、各国語で表記した案内板が登場しました。

設置したのは、西町2、運送業吉田孝志さん(58)。役場庁舎、農村環境改善センター、道の駅・ひがしかわ道草館、文化ギャラリー、B&

G海洋センターの5カ所に洗面所、非常口、禁煙・喫煙所を示す表示板をパソコンで自作して取り付けました。

表記しているのは、日本語、英語、中国語、韓国語の4カ国語。英語は和英辞書を片手に、吉田さん自ら翻訳しました。

6月30日、韓国江原道(ガン・ウォン・ドゥ)ヨンゴオル郡の写真博物館長ジョン・スン・ウ氏、同館文化芸術課員オウン・ウィ・ヨン氏ら3人が、写真の町の取り組みを視察するために本町に来町しました。

談では「東川町の取り組みは素晴らしいお手本」と感心した様子。松岡町長は「中国にも写真博物館があるので、アジア3カ所での共同の取り組みが出来ると思いますね」などと提案していました。



中国人強制連行事件の殉難慰霊祭 今年もひがしから

7月7日、東14号共同墓地で中国人強制連行事件殉難烈士慰霊祭が行われました。

東和土地改良区(荒川和雄理事長)、旭川日中友好協会(淀川徳(つとむ)会長)、東川町仏教会(会長・風間直樹東川寺住職)が中心となって毎年慰霊しています。

松岡市郎町長をはじめ、旭川、東川両市町の議会議員、旭川華僑総会、在日朝鮮人会、在日民団関係者、来道している在旭中国人留学生ら約50人が列席しました。

松岡町長は「強制連行されてきた方々の力が、戦後本町農業の発展の礎になりました。犠牲者の方々の無念の思いを後世に伝えるため望郷の碑を建立し、大雪遊水公園を整備しました。これを機に日中両国の永遠の友好親善と、恒久平和を願います」と誓いを新たにしました。

1944(昭和19)年、忠別川江卸発電所建設の関連工事として造成された農業かんがい用の遊水池建設工事で、強制連行されてきた338人の中国人労働者のうち、88人が過酷な労働の中で死亡しました。その人々を供養するため、1972(昭

和47)年に慰霊碑が建立されました。この日は日中戦争の引き金となった盧溝橋事件(昭和12年)から71周年の日。慰霊碑建立36周年と併せて、改めて平和と友好の誓いを新たにしました。



街路灯の化粧直しボランティア

7月12日、榊小岩組共栄会(石澤正義会長)の皆さんが、中心市街地のメイン通り、道道旭川旭岳温泉線にある街路灯の塗装ボランティア作業をしました。

町内の建設会社、榊小岩組の協力企業でつくっている親交会が毎年行っています。今年で5年目になりま

東川中でめだかの稚魚の育成

東川中学校でめだかの親子がすくすくと元気に育っています。生徒たちは飼育担当の「めだか係」も作りました。「このまま来年度まで育てみたい」と張り切っています。

2年B組(蛭名大広先生、30人)の教室に水槽を置いて飼育しています。5月下旬、生物で「めだかの血管を見る」をテーマにして授業をした後、教材用として使った親魚6尾を、生徒が「飼育したい」と提案。そのまま教室内で飼育を続たところ、親魚が産卵し約20尾の稚魚が誕生しました。

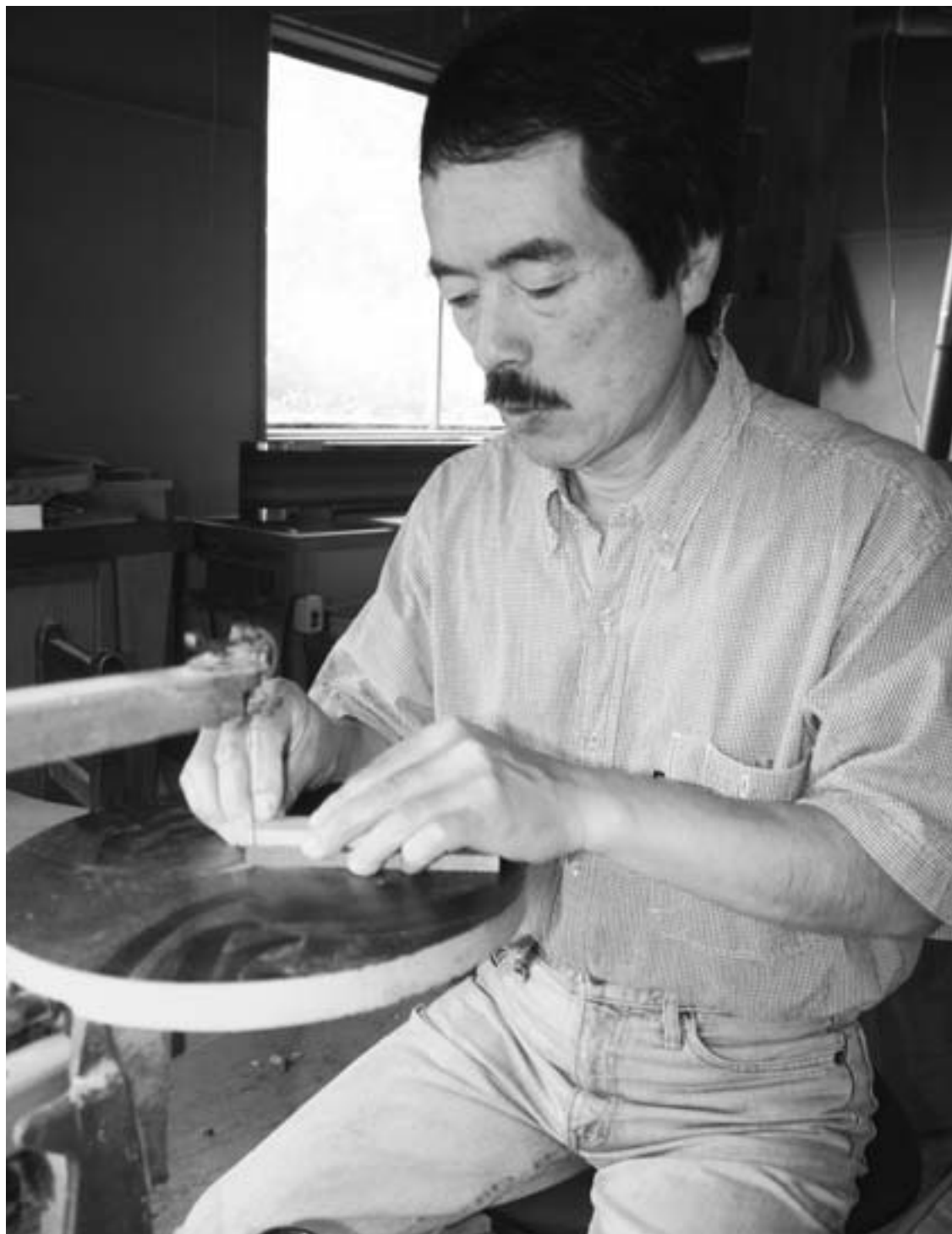
生徒の一人が自宅にあった飼育栽培図鑑を持参。餌やり、水槽の水交換など、毎日の管理の参考にしました。



た。その甲斐あって、稚魚はすでに約3センチほどの大きさにまで順調に育ち、今は「1年生の理科の実験で水草を使っているの、実験が終わったら水槽の中に水草も入れるつもり」と日々飼育環境が充実しているようです。

北町2丁目から東町2丁目間約700メートル区間の街路灯、案内柱18基の木部と基礎部分の塗装はがれを塗り直し、これで化粧直しも万全。観光シーズンピークの時期に向けて、きれいな街路になりました。





建物の中に閉ざされた人工の空間を悠々と舞う渡り鳥たち。無機質な空間に誘われる鳥たちは、建築物という鳥かごの中で無限に舞い続けます。都市という囲まれた巨大な空間の中に、まるで風の郷愁を呼び覚ますかのように…。風をつくる作家。何気なく見上げる空間に流れるのは、緑色にたなびく風紋、それとも空色の風？ 命の息吹を与えられた木の鳥たちは、今も、そしてこれからも旅を続けます。



「鳥たちの空」と名付けた実物大のバードモビール。野鳥たちのモビールが室内を埋め尽くしています。

コサギ、イワツバメ、ホオジロガモ、ホシガラス、カッコウ…。ギャラリーには、渡り鳥たちが所狭し、と舞い泳いでいます。

材料となる木は、道産材の代表格、イタヤカエデ、ナラ、ヤチダモ、ヤチダモの埋もれ木。さらにマカバ、クルミ、ケヤキ、イヌエンジュ、ウオルナット、カリン、キハダなど。羽毛の模様や色合いの違いを表現するため、木肌の異なる色合い、異なる木目の風合いを使い分けます。挿木やはめ込みで違う樹種のパーツを組み合わせ、単純化したパーツの組み合わせ構成の中で、生き生きと飛翔する姿が生まれ出ます。

今、デビューを待っている今年の新作は、キングペンギンのモビール。旭山動物園の公式選定商品です。3羽1組の「空飛ぶペンギン」がまもなくお目見えします。

水が真夏でも周囲をひんやり冷やしています。70種を超える野鳥たちが訪れます。

木陰のほだ木からはシイタケも顔を出します。暑い夏、池にカヌーを浮かべて「ぶくかぶか」。指先に精魂込めたたくさん鳥たちは、そんな環境からこそ生まれるのでしょうか。

実物大の最初のバードモビール製作は約20年前。長野県内に建設した商業施設に、吹き抜け空間を生かすオブジェ製作の依頼が舞い込みました。天井から木の鳥をいっぱい吊るして館内に飛ばしたのです。

近年の大作は、奥俊博氏(愛別町)と共同製作したからくりの森「ようこそ」と、4人のクラフト作家が共同製作した「ひとりじゃないね(いづれも国立成育医療センター(東京・世田谷区)、2002年)。

長期入院、療養生活を送る子供たちのために、つながる命と希望、にぎやかな生き物たちの生命あふれる森をつくりました。木の温もりで子供たちにエールを送り続けています。

新作の「空飛ぶペンギン」



からくりの森「ようこそ」



ギャラリー内はさまざまな種類の鳥が飛んでいます



農家の納屋を改造した工房



自宅隣接のギャラリー

はやみ けんじ
早見 賢二さん/東倉沼 ☎82-2301
大阪市出身、59歳。大阪府内の工業高校卒。1972(昭和47)年、23歳で旭川市内に移住し、木工クラフト製作工房を立ち上げ、'78(同53)年ごろから、旭川市が木工クラフトの産業化を積極的に推進。この時期に産業化支援を受けて本格的にクラフト作家の基盤を作りました。旭川工芸デザイン協会役員、16人の会員中、東川町内に在住、あるいは工房を構える工芸作家7人グループの一人。'84(同59)年東川町に転居。自宅周辺に70種類以上の野鳥が飛来するのを観察し、早くから鳥のモビール作りを手がけ始めました。'91(平成3)年、実物大の鳥モビール群の第1号作品を制作。以来、建築物の空間に実物大の鳥モビールが舞うオブジェを「鳥たちの空」と名付け、そのシリーズがライフワークに。

飲水思源

町長 松岡市郎

ルイーエナ町の姉妹提携に思う

ラトヴィアの人々との草の根交流が実を結び、ルイーエナ町との姉妹提携となった。独立後、日本第1号となるもので、世界に開かれた「写真の町」の誇りでもある。

1992(平成4)年、現在廃刊になった旧北海タイムスは、北海道の支援を得て、91年8月に独立を果たしたバルト3国を、「新しい北の仲間たち」と題して道民へ紹介した。その時の取材記者が東川町在住の西原義弘さん。

「写真を通じて歴史を学ぶことは意義がある」と国民が手を繋ぎ、歌を歌いながら果敢に非武装で旧ソ連から独立を果たした「人間の鎖」写真展の提案をいただいた。

ちようど町民総合文化祭と重複している時期で、会場に空きはなかったが、生け花展示の壁を活用し実現となった。故佐藤忠雄さん(元文化連盟会長)、伊藤直哉さん(元公民館長)、実行委員会の皆さんの温かい配慮だった。

当時のパウルス文化大臣(「百万本のバラ」の作曲者)ご夫妻を囲んで記念に撮った写真が今も残っている。見みると15年以上の時の流れを感じる。

93年には、故村山尚美(中央公民館長)さんを中心として、家庭で眠

っている教材を夜間日本語学校へ送り、95年には羽衣太鼓ジュニアが太鼓を持って生徒と父母22人がラトヴィアを訪問。日本語学校の子供たちが家へホームステイして郷土芸能を披露している。青木哲也(羽衣太鼓指導者)団長や角田美代子父母会長など、関係者の方々の一歩踏み出す勇断があった。

故佐藤さんは陶芸交流を通じて多くの人脈を築き、西原さん、青木さんなどとともに交流協会を立ち上げ、文化芸術分野での草の根交流にご尽力された。

92年以来、私たちの交流の架け橋となってきたのが、黒澤歩(リーガ在住)さん。また井下佳和さん(名誉領事)、故中田正俊さん、八田乃吉さん、関口輝雄さんご夫妻など、多くの人々が交流を支えている(紙面の都合上、一部の方のみご紹介)。駐日大使ヴァイヴァルス氏はこの草の根交流を評価し、議会の議決を経て生誕地ルイーエナ町との姉妹提携となった。

姉妹提携には、交流という井戸を掘った人、守ってきた人々がいた。これから森を育てる気持ちで交流が続くことを期待したい。「ラトヴィア」と言えば「東川町」だという声をよく聞く。改めて関係者に深く感謝とお礼を申し上げます。

短歌

すがすがし若葉が庭に満ちており朝日を憂けてかまきりあたり
久々に集ひし友は懐かじや心弾みて多弁になれり
つづくとわれを見をりわが庭の主となるかよの露蛙
荒れし世に教育勸諭を思ひ出父母に孝に兄弟に友に夫婦相和し
充たさるものすにやわが胸をカララ風吹きぬける後は
春風に咲く水仙をわが未だに浮かぶ故郷の父母
夏至なるにトロー燃やし温もりて秋の作柄思いやらる
悔ばかり多き生と思ひをりばとほとほと落る珈琲見つめる
極刑に断下す人如何ばかりの心境なりや彼も人の子
春陽背に過去をしのびてとり言生きて今が寂しくなりて
夕餼終え明日の予定を考ふる天気予報に何時もよまされ
道すがら故郷訪ふれば廃校見ゆ五十路の娘等校歌口ずき
降りやま湯桶の真中に立ちも芳しをのをみゆ大和は遠か

俳句

幸せは人に告げたし空の虹
放水の黒部ダム湖に虹渡る
あの虹のあの端あたり誰住むや
虹消へて人生は深く続きをり
虹立ちて夕餼に食へたき川さかな
夫の忌や渡りて来ぬか虹の橋
夢を追うわらわらしたちの虹の橋
勝閑の如くに突如蝉時雨
移りゆく世相に架ける虹の橋
袖口で一拭きしたるトマト食ふ
虹色のドロップ今も宝箱
ジバンゴは東方万里虹ぞ立つ

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

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)。



アイアムレジェンド (映画・DVD)

ワーナー・ホームビデオ
予防不能・治療不能のウイルスによって汚染された地球。なぜか免疫があった軍所属の科学者ネビルは、地球最後の男となる。荒廃したニューヨークで必死に他の生存者を捜すが、生存していたのはウイルスによって変異した mutant たち。迫り来る mutant タイムは、地球最後の男に希望はあるのか。(100分)



なんでもただ会社 (児童書)

作: ニコラド・イルシグ / 刊: 日本標準
いたずら好きのティエリは、パピママが出かけている間電話でいたずらつなかられた相手は欲しいものをなんでもただでくれる会社だった。会員規則はひとつだけ。最後は、お父さん品物を頼まないとティエリが寝いながら注文するとほんとうになんでもただで品物が届きた。まだ赤ちゃんがっばいにとどまる日、ティエリは規則をうっかり破ってしま...



米粉スイーツ (一般書)

著: のむらみかり / 刊: プティック社
お米を製粉したものを「米粉」といい、昔から和菓子作りに利用されてきました。代表的なものに上新粉や白玉粉などがあります。最近では小麦粉の代替として洋菓子やパンなどでも用いられる製菓用の米粉も登場し、もちもちとどりの食感で人気を得ています。作ってみれば意外と簡単家庭で楽しく和菓子やデザートを作ってみませんか?



Dr. 中田の「健康にばんざい」

生活習慣病を防止しよう⑦

今回は糖尿病性神経症についてお話ししましょう。

神経症は、網膜症や腎症より早期に出現する合併症と考えられています。多発神経障害と単神経障害に大別されます。神経症も他の細小血管障害同様、糖尿病の発病、高血糖の持続によって発症、進展します。

単神経障害は、顔面神経や動眼神経など、単一の神経に表れる障害で、あまり診ることはありません。多くは前者の多発神経障害で、感覚神経障害と自律神経障害に分けられます。

感覚障害は、両手足のしびれ、頭痛、感覚低下、異常感覚などの症状です。また他覚的には、両側アキレス腱（けん）反射、両足の振動覚や触覚の低下として認められます。

自律神経障害は、起立性低血圧（起立時に血圧が低下し、めまい、失神を起す）、消化管機能異常（便秘・下痢（げり）、悪心、嘔吐（おうと）など、膀胱（ぼうこう）機能障害（神経因性膀胱）、男性ならインポテンツ、女性なら生理不順などが挙げられます。また感覚神経障害は、両手足、左右対称に、ちょうど手袋、靴下をはいた範囲に認められることが多く「ソックス&グローブタイプ」と表現されます。

両手にまで至る障害は、実際にはかなりの進行した状態で、両下肢（し）のみで感覚異常を自覚することが多いのです。

外来で、足のしびれがなく、手のしびれだけを自覚し「糖尿病のせいではないでしょうか」と訴える方がいらつ

しゃいますが、そのほとんどは整形的な疾患が多いようです。片足のしびれだけを訴える方がいらつしゃいますが同様です。

神経症の治療は有効な薬剤の開発が遅れていました。以前から、神経痛などに用いられるビタミンB12製剤などが投与されてきました。

最近、神経障害に有効な治療薬として、アルドース還元酵素阻害剤（エパルレスタット）が開発されました。進行した神経症では、その効果は難しいので、早めに医師に相談することが必要です。

その他、消炎鎮痛剤、メキシチレンなど一部の抗不整脈剤、抗けいれん剤、抗うつ剤などが効果的な場合もあります。

膀胱機能障害やインポテンツを呈した場合、泌尿器科との連携が必要です。糖尿病の方は、ほかに足病変として、足趾（し）間や爪の白癬（せん）症、タコや足、足趾の変形などを多く認めます。進行した神経症を有する場合は要注意です。

夏場は、靴下なしで靴やサンダルを履いたために起きる小さな靴ずれや外傷から、冬場は、足が冷たいためにストッキングに当てたり、アンカや湯たんぽなどによる軽いやけどから下肢の壊疽（えそ）を併発し、切断等に至る危険性が高くなります。普段から足全体（足、足趾、足爪、趾間、足底）のフットケアが大切です。今回は、糖尿病本体の治療へと話を進めましょう。

（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てきます。

「体験から学び、保全活動へ」

サラサラと透き通った水が流れ出ます。口に含むと冷たく、さわやかな感触が口に広がります。周囲は多くの利用者で賑わっています。

ここはノカナンの旭岳源水です。ここから旭岳方面に向かって大雪山国立公園のエリアに入ります。

私が昨年、東川町に来て驚いたことは、水がそのまま飲めるということでした。それは町なかでも同様で、地下水を使用しているということはある意味、自然の豊かさを象徴していると思われま

「体験から学ぶ」一。普段仕事などでこのような言葉を用います。

単に自然を見て楽しむということだけでなく、体験を通して学び、それが自然環境の保全などに生かされればと思っています。



例えば、大雪山を訪れた際に、美しい自然を見て「写真の町で写真を撮る」。その後「水の町で源水の水」を飲む。見て、飲む、という体験を通して、その自然の大切さなどを知り、保全しようという考えにつながればと思っています。

現在、旭岳温泉を中心に「エコツーリズム」という動きを考えています。

エコツーリズムとは「自然環境や歴史文化を体験しながら学ぶとともに、その保全にも責任を持つ観光のあり方」とされています。貴重な自然と文化を末永く継承していく仕組みを考えたいと思っています。旭岳温泉・勇駒別を中心に、地域の方々と連携を図りながら、今後のあり方を考えていく楽しみもあります。地域の宝を守り次世代に残すために、日々奮闘しています。

文：環境省東川自然保護官事務所 田畑慎之介

雑記抄

水三想

二〇〇八年（平成二〇）七月三日付道新を読んだ旧友からの電話は、「全面広告の『地下水のまち東川町でスローライフ』はヒターンした君の故郷の美味しい水こそ宝の水だね。羨ましいよ。」であった。「本当だ。大雪の恵みに感謝あるのみ。」である。

三分一湧水：山口昌伴著（水の道具誌：岩波新書）によると、
「甲府八ヶ岳山麓の伏流水を三つの村に、生活・農業用水として均等に三分の一ずつ分ける分岐点『三分一湧水』の水路・水道は甲斐国領主武田信玄の発案した三角石が吐水口に置かれて水が公平に分流される」という。

更に、「我田引水という言葉があるように、田畑に水を引くことは、生命がけの問題で、水争いのタネとなり、寄合（相談）、評定（裁判）が重ねられて水づかいの掟が定められ、非道の者はこらしめられ、約束を違えたと死罪をもって臨まれた」とある（以上要約）。

ところで、ふるさと東川にあって、一九〇〇年（明治三三）から一九〇二年にかけて「私設水利組合間の水騒動」が東川村土功組合沿革史に記録されている（郷土史ふるさと東川）

I創世編）が、「我が田に水を引くという水争い」は何処も同じく御他間に洩れずであったといえ、紆余曲折をへて今日の東和土地改良区へと大同団結したのである。

水に流す：樋口清之著（日本人はなぜ水に流したがるのか：PHP文庫）には、「なにごとくも、水に流す」日本人の心情は、他人の過去や失策を許容し、これらのことに行動を推し進めてゆく現実的な知恵でもある。一方、常に責任の所在がうやむやになり、



いわゆる「なあなあ」の関係が生ずるものともなる」という。

更に、「しかし、今日のように日本が世界の中で、とかく無神経無定見、無責任な行動を生み出すもの、トラブルの原因を生み出すものとして水に流す心情が指摘され、現代社会の構造がこれまでの日本人の心情とそぐわなくなってきたのかもしれない」といわれている（以上は序文からの抜粋）。

樋口先生（国学院大学名誉教授）はまた、「水が共同体の要であり、水争いからの対立は労力と無駄であるから、和の精神でまとまる隣村意識で運営もはかどっていた」とも。そして、すべての

生命は「水」によって蘇り、「済まない」は流れを濁らせたことと説かれておられる。つまり、同義であった「住む」、「済む」、「澄む」（民俗学の荒木博之先生による）の澄むは、かつて川は「あらゆるゴミ（汚物）を押し流し、あとはものように

澄んでいる。それが平素の状態であるが、川が澄んでいない、きわめて濁った状態になったときで、これが「澄まない」つまりは「済まない」となるという。

「水に流す」を考えると、「済まない」は、自分のために流れて悪くなり「済みません」ということとも。だから「済みません」は「水に流す」の鍵（キーワード）となるであろう。

地下水位の低下：町の風はどう吹くであろうか。同日記事での丹保憲仁元北大学長が講演された「人と水」には、「二十世紀の百年間で世界の水の消費量が十倍に増え、水資源が枯渇している」とし、各地で地下水位が低下して、湖沼の縮小が起きていると指摘された。正に水が危ないのである。水も無限ではないのである。

宝の水、生命の水は有限の水でもあることを確かめ合う「町の風」はどうだろうか。

（前）中央分館長

尾池隆男

おわび：七月号の「決め細かい」は木目、肌理です。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ

政府は後期高齢者医療制度の保険料を次のとおり一部見直ししました。

納付書での納付となる方に対する平成20年度後期高齢者医療保険料額決定通知書及び納付通知書の送付は、広報7月号で7月中旬とお知らせしましたが、8月上旬に変更して発送することになりました。併せて納期も右記のとおり変更となっていますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

【保険料納期限(すべて普通徴収の方)】

第1期 9月 1日(月)	第5期 12月 29日(月)
第2期 9月 30日(火)	第6期 平成21年2月 2日(月)
第3期 10月 31日(金)	第7期 3月 2日(月)
第4期 12月 1日(月)	

■平成20年度の保険料の軽減割合を拡大します

所得の低い世帯の方で、下表に該当する方は、平成20年度において新たに次の軽減を受けられます。

対象になる方	新たな軽減対策
今年度の均等割額が7割軽減されている方	均等割額が8.5割軽減になります
「賦課のもととなる所得金額」※1が58万円以下の方	所得割額が5割軽減になります

※1 「賦課のもととなる所得金額」は、保険料額決定通知書でご確認ください。改めて手続きをしていただく必要はありません。

■保険料の納め方を変更できます

保険料が年金から差し引かれている方で、下表のどちらかに該当する場合は、申し出により口座振替で納めることができます(10月以降に差し引かれる予定の方も含みます)。

対象になる方
国民健康保険の保険料を過去2年間未納の無い方(本人)が口座振り替えで納める場合
年金収入が180万円未満の方で、本人以外の世帯主または配偶者が口座振り替えで納める場合

・平成20年8月15日までに申し出いただいた場合、10月に振り込まれる年金からの保険料の差し引きを中止します。
 ・お申し出の時期により、年金からの差し引きを中止する月並びに口座振替を開始する月は異なります。

■被用者保険※2の被扶養者だった方へ

被用者保険※2の被扶養者だった方は、年間の保険料の額が2,100円以下になります。2,100円以下に軽減されていない場合は、被扶養者だったことが確認できていない可能性がありますので、お手数ですが下記連絡先にお問い合わせくださいますようお願いいたします。

(※2)被用者保険とは

政府管掌健康保険や組合管掌健康保険、共済組合など、いわゆるサラリーマンの健康保険のことです。市町村の国民健康保険や国民健康保険組合は含まれません。

お問い合わせ

北海道後期高齢者医療広域連合……………☎011-290-5601
 大雪地区広域連合国民健康保険対策室…☎82-2111 (内線562、563)
 住民福祉課住民室……………☎82-2111 (内線123)

各種医療受給者証、認定証の更新時期です

8月は医療受給者証、認定証の更新時期です。各種医療機関で受診する際には、被保険者証と併せて新しい受給者証、認定証を窓口にご提示ください。

なお、現在交付している受給者証、認定証の有効期限は本年7月末日となっており、期限後は使用できなくなりますので、下記までご返却ください。

■8月に更新する各種医療受給者証

後期高齢者医療加入者	①後期高齢者医療被保険者証	
	対象	窓口負担の割合が変更になる方 ※注1
	交付	該当者全員に被保険者証を郵送します。 ※窓口負担の割合が変更にならない方は、現在の被保険者証を引き続きご使用ください。 有効期限は平成21年7月31日までです。
	②後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証(※注1)	
対象	世帯全員が住民税非課税の方	
内容	・医療機関での窓口負担限度額の引き下げ ・入院時における食事負担額の軽減	
交付	該当者に認定証を郵送します。受け取った後、役場で交付申請の手続きをしてください。 (古い認定証と印鑑が必要です)	
国民健康保険加入者 ※70歳以上の方	③国民健康保険高齢受給者証(※注2)	
	対象	国保に加入している方
	交付	該当者全員に受給者証を郵送します。 ※一定以上の障がいにより後期高齢者医療の認定を受けている方は除きます。
	④国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証	
対象	国保加入者全員が住民税非課税の世帯	
内容	・医療機関での窓口負担限度額の引き下げ ・入院時における食事負担額の軽減	
交付	該当者に認定証を郵送します。受け取った後、役場で交付申請の手続きをしてください。 (古い認定証と印鑑が必要です)	

※注1 今回更新する①②の被保険者証、認定証は有効期限が平成21年7月31日までです。

※注2 ③の受給者証の負担割合が2割(平成21年3月31日までは1割)と記載されている方は、平成21年3月31日までは1割、4月1日以降は医療制度改正によって2割に変更になります。ご注意ください。有効期限は平成21年7月31日までです。ただし平成21年7月31日までに75歳を迎えられる方は、後期高齢者医療に健康保険が変わるため、75歳の誕生日の前日が有効期限となります。

■申請により適用が受けられる各種医療認定証(入院した場合のみ)

国民健康保険加入者 ※70歳以上の方	①国民健康保険限度額適用認定証	
	対象	住民税が課税の世帯
	内容	・医療機関での窓口負担限度額の引き下げ
	交付	申請により交付しますので、該当となる方は手続きをしてください。
②国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証		
対象	国保加入者全員が住民税非課税の世帯	
内容	・医療機関での窓口負担限度額の引き下げ ・入院時における食事負担額の軽減	
交付	申請により交付しますので、該当となる方は手続きをしてください。	

更新・申請の手続き、返却に関するお問い合わせ

大雪地区広域連合国民健康保険対策室…☎82-2111 (内線562、563)
 住民福祉課住民室……………☎82-2111 (内線123)

くらしネットワーク

■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

8月の行事

- 1日 写真甲子園2008ファイナル公開審査(本戦大会最終日)(午後3時、農村環境改善センター)
- 2日 フォトフェスタ2008・東川賞授賞式(午前10時半、同) どんとこい祭り第1日(正午、羽衣公園ほか) 打ち上げ花火大会(午後8時半、羽衣公園)
- 3日 フォトフェスタ2008・写真インデペンデンス展など(終日、文化ギャラリーほか)
- 9日 どんとこい祭り最終日(終日、羽衣公園ほか)
- 9日 第2回大雪山忠別湖トリアスロンinひがしかわ大会開会式(午後4時半、農村環境改善センター)
- 10日 第2回大雪山忠別湖トリアスロンinひがしかわ大会スタート(午前10時、忠別湖畔)
- 24日 第16回上川中央部交流水泳記録会(午前9時半、B&G海洋センター)
- 31日 てっぺんまつり(午前10時、農協裏駐車場)

人のうごき

(6月16日～7月15日、敬称略)

お誕生	父	母	行政区
生まれた子			
浅野 ひより	鉄也	あずさ	23区
坂井 まひる	卓	まどか	南町2丁目
尾上 夏希	秀人	美幸	西町3丁目

おくやみ

亡き人	歳	届出人	行政区
山崎 さきえ	85歳	山崎 天知雄	26区
由川 寿光	53歳	由川 英津子	28区
江添 ハル	83歳	江添 好松	21区
河村 洋人	55歳	河村 勤	15区
金巻 政治	90歳	金巻 キヌ	29区
谷地 シズ子	85歳	谷地 覺三	25区

ご結婚

拓郎	志保	順太郎	由香	17区西町
大西	藤原	西山		西町3丁目

人口・世帯数 6月末日現在

人口	7,789人	(前月比▲12人)
男	3,713人	(前月比+1人)
女	4,076人	(前月比▲13人)
世帯数	3,175戸	(前月比+3戸)
出生	3人	
死亡	8人	
転入	20人	
転出	27人	

企画総務課から

223)

町臨時職員を希望する方の登録制度があります

町では、町臨時職員として働くことを希望する方を対象に、事前に希望登録する制度があります。受け付けは随時行っていますので、ご希望の方はご利用ください。

臨時職員の採用枠が生じた場合、登録者の中から選考する制度です。登録には、ご本人の履歴書提出が必要です。履歴書の様式は、市販のものでも可能ですが、企画総務課総務室に様式を用意しています。

なお、事前に登録をいただいた場合でも、欠員がない場合、希望者が多いなど、採用にならない場合があります。

詳しくは総務室へお問い合わせください。 ☎82-2111(内線)

自衛隊員の募集

◆一般候補生

資格 日本国籍を有し、平成21年4月1日現在18歳以上27歳未満の者

受付期間 8月1日～9月10日

試験期日 第1次試験9月20日(筆記試験、適性検査)、第2次試験10月9日～16日(男女共通)

◆自衛隊航空学生(海上・航空)

資格 日本国籍を有し、平成21年4月1日現在18歳以上21歳未満の者

受付期間 8月1日～9月10日

試験期日 第1次試験9月23日(筆記試験、適性検査)、第2次試験10月中旬(航空身体検査、口述試験、適性検査)、第3次試験11月中旬～12月上旬(海上

試験科目

国語総合、国語表現

I、数学I・II、数学A、英語I・II

選択科目 世界史A、日本史A、地理A、現代社会、倫理・政治経済、物理I、化学I、生物I、地学Iのうち1科目選択

◆陸上自衛隊看護学生

資格 日本国籍を有し、平成21年4月1日現在18歳以上24歳未満の者

受付期間 9月8日～9月30日

試験期日 第1次試験10月25日、第2次試験11月22日または23日

試験科目 国語総合、数学I、英語I・II、理科

選択科目 物理I、化学I、生物Iのうち1科目選択

お問い合わせ 自衛隊旭川地方協

住民福祉課から

「ねんきん特別便」でああなたの年金記録確認を

今年10月までに、すべての年金受給者、加入者の方に「ねんきん特別便」が送付されます。

年金記録にもれがある可能性の高い方は、もれていた年金記録の訂正によって年金支給額が増える可能性があります。まだ回答していない方は、お手元の「ねんきん特別便」の内容を確認し、回答しましょう。

特別便の記録にもれや間違いがない場合でも、必ず回答書に必要事項を記入し返送するようにしましょう。

「ねんきん特別便」は、送付された月によって該当者が異なりますので、記録内容をご確認ください。

▼3月までにすでに送付された方
年金記録にもれがある可能性が高い年金受給者、加入者です。

▼4月から5月までに送付された方
3月までにお送りしている方以外の方です。

▼6月から10月までに送付する方
3月までにお送りしている方以外の方です。

国民年金に関する情報は、住民室(年金担当) ☎82-2111(内線123)

◆「ねんきん特別便」に関するご質問、お問い合わせは「ねんきん

特別便」専用ダイヤル、または旭川社会保険事務所。専用ダイヤル ☎0570-0581555、旭川社会保険事務所 ☎27-1611

児童扶養手当、特別児童扶養手当の受給者は「現況届・所得状況届」の提出を

児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給されている方は、受給者の前年の所得、養育状況等を確認するため、毎年「現況届・所得状況届」の提出が必要です。

児童扶養手当の受給から5年を経過された方は、本年度から現況届と併せて「一部支給停止適用除外事由届出」が必要になります。7月31日付けで各受給者あてに案内を郵送しています。期日までに提出をお願いします。

期日までに提出がない場合、8月分からの手当が差し止めになる場合があります。なお、すでに受給資格がなくなっている場合は資格喪失の届け出が必要です。

受付場所 住民福祉課社会福祉室(保健福祉センター内)

持ち物 住民福祉課から送付された書類、印鑑、手当証書(※証書は受給中の方のみ) ★対象児童が町外に住んでいる場合は「別居監護申立書」「在学(在寮)証明書」、別居している児童の住民票が必要です ★今年1月1

日現在で東川町に住所のない方は、1月1日現在の住所地で平成20年度(平成19年分)の所得証明書交付を受けてください(同居人等、生計を一にしている場合も必要です)

提出期限 8月28日(木) (受け付け期間中、毎週木曜日は午後8時まで窓口時間を延長)

お問い合わせ 社会福祉室 ☎82-2111(内線502)

障害者のNHK放送受信料免除基準が拡大します

NHKは10月から「障害のある方を対象とした放送受信料免除基準」を改定して拡大することになりました。新たな「半額免除」「全額免除」の放送受信料免除の事前申請受け付けは、8月から現場住民福祉課社会福祉室(保健福祉センター内)で行います。

各種手帳、印鑑をご持参の上、手続きを行ってください。証明を受けた申請書は、NHK旭川放送局に直接提出(郵送)をしてください。なお「半額免除」の申請は、NHK旭川放送局の窓口で直接手続きできます。

すでに免除の適用を受けている場合は、新たに申請書提出する必要はありません。新しい免除基準については、チラシを折り込み

本年度児童手当の現況届結果について

ご提出いただいた児童手当の現況届結果に基づいて、所得超過で受給資格がなくなった方を対象に7月中旬に消滅通知を送付しています。継続受給できる方への通知は省略しておりますので、ご確認ください。

なお10月期(6～9月分)の児童手当は、10月10日(金)に口座振り込み予定です。

お問い合わせは社会福祉室 ☎82-2111(内線501)

麻しん・風しん(MR)混合ワクチン定期予防接種

予防接種を実施しています。全国的にも発生した麻しん(はしか)の流行は、まだ収まっています。対象年齢の方は、すみやかに予防接種をしましょう(※お子さんの体調の良い時に受けましょう)。

持ち物 母子手帳、住所の確認ができるもの(健康保険証、乳幼児医療受給者証など)

第2期、第3期、第4期対象の方には個別に案内通知をしています。

麻しん風しん(MR)混合ワクチン定期予防接種の実施

	第1期	第2期	第3期	第4期
接種時期	生後12カ月から24カ月に至るまで	5歳以上7歳未満の者(就学前の1年間)	13歳となる日の属する年度の当該年度の末日までの間にある方(中学1年生に相当する年齢の方)	18歳となる日の属する年度の当該年度の末日までの間にある方(高校3年生に相当する年齢の方)
本年度の対象者		平成14年4月2日～同15年4月1日までに生まれた方	平成7年4月2日～同8年4月1日までに生まれた方	平成2年4月2日～同3年4月1日間に生まれた方
接種回数	1回、無料(町が費用を全額負担)			
接種日程	毎週金曜日(平成21年3月末まで、祝日除く)			
受付時間	午後1時～同5時			
接種場所	町立診療所			

お問い合わせは保健指導室 ☎82-2111(内線503)

生活福祉資金の貸付制度をご利用ください

金融機関などからの貸し付けを利用できない方々、障害者世帯、高齢者世帯の経済的自立と生活の安定を図るため、社会福祉協議会が窓口になっています。

事業の開業や拡張のための「更生資金生業費」、就業に必要な技能習得のための「更生資金技能習得費」、住宅改築、出産、葬儀、転居などのための「福祉資金」、障害者の介護、通院、社会参加のための自動車購入などのための「福祉資金障害者自動車購入資金」、就学のための「修学資金修学費・就学支度費」、緊急入院、治療のための「療養・介護等資金」、一時的に生計維持に必要な資金を貸し付ける「緊急小口資金」などがあります。

貸付利率は年3%。原則として連帯保証人が必要です。修学資金、療養・介護等資金は、無利子です。お問い合わせは、社会福祉協議会 ☎82-7505

ごみの焼却は禁止です

ごみ焼却に伴って発生する黒煙や悪臭、焼却灰飛散などの苦情が絶えません。「深夜、早朝に焼却をしている」など苦情が続いています。

ドラム缶や簡易焼却炉を用いた焼却は禁止されています。法律上認められているのは、農業や林業を営むために必要な稲わら、あぜ脇の雑草などの焼却だけです。家庭から出たごみやプラスチック類と一緒に焼却することは違法です。

違法な野焼きをした場合、5年以下の懲役または1千万円以下の罰金を科せられます。回りに住む人や自分自身の生活環境、健康を守るため、ごみの野焼きは絶対止めましょう。地球規模で問題になっている地球温暖化ガス（二酸化炭素）を排出しないよう心がけましょう。

お問い合わせは地域づくり推進室 ☎82-2111（内線262）

今年は報道各社が写真甲子園に注目

今年の写真甲子園は、例年にも増してマスコミ各社のテレビ取材などでにぎわっています。今年新たに取材に訪れたのは、日本放送協会（NHK）と映画製作関係者。

NHKテレビは、総合テレビ「下キョメント」に「ぼんの現場」(8月30日放送予定)で放送予定です。北海道文化放送（uhb）は、昨年に続いて女性タレントをレポーターに、90分番組の制作、放送

使って遊びましょう。ぜひご参加ください。

を予定しています（地上波uhbテレビ+衛星放送BSフジ、9月末または10月上旬ごろ放送予定）。このほか、カメラ雑誌は、月間カメラマン、CAPA、日本カメラ、毎日コミュニケーションズの各社が取材に来町しました。お問い合わせは写真の町推進室 ☎82-2111（内線591）

子育て支援センターから

申し込み・お問い合わせは、いずれもセンターへ ☎82-5100

「よちよち教室」の開催

零歳児対象にした親子遊びの教室です。お兄ちゃんやお姉ちゃんも一緒に参加できます。親子で楽しく遊びながらお友だちをつくりませんか？

日時 8月8日(金)午前10時〜正午
対象 零歳児のお子さんとお母さん
内容 赤ちゃん体操、親子遊び、布おもちゃづくり。「おはなしの会ピッピ」との交流会も予定しています。

場所 幼児センター内子育て支援センタープレイルーム
参加対象 10組程度(事前予約が必要)

「親子音楽あそび」

親子で楽しく参加できる講座です。一緒に歌って踊って、楽器を

「子育て講演会」の開催

白老町在住の元小学校教員、野口良行さんを講師に、経験談を交えて子どもが豊かに育つため、親子はどう向き合うことが大切なのかをお話していただく予定です。お気軽にご参加ください。

日時 8月29日(金)午後1時半〜午後3時
対象 どなたでも
場所 役場大会議室(3階)
内容 講演「子どもは愛と自由によって花ひらく」子どもは育つ、その他 託児希望者には託児室を用意します(託児室は保健センター)。申し込み時にお知らせください。

特定疾患医療受給者の方は有効期間の更新時期です

特定疾患医療の受給者証をお持ち

空の日／旭川空港まつい

平成20年9月7日(日) 「送迎デッキ」無料開放(9月6〜15日) 駐車場無料(まつり当日)

- ▶行事 (当日は天候、緊急事態などで事業の一部を変更、中止することがあります)
- ①管制塔、管技業務、気象業務の見学 (10歳以上、抽選) …… 1回目：午前 9:00〜 2回目： " 10:00〜 3回目： " 11:00〜 それぞれ15人(限定45人)
- ②JAL飛行機と一緒に写真を撮ろう (受け付け順、各回30人) …… 1回目：午後 0:00〜同 1:00 2回目： " 2:10〜 " 3:05
- ③ANA豆タグに乗ろう (5歳から小6までの子供、希望者受け付け順) …… 1回目：午前10:00〜同11:30 2回目：午後 1:30〜 " 3:00
- ④ADO航空機乗員と記念撮影 (抽選、限定10人) …… 午後 0:15〜 同 0:50
- ⑤SKY一日ランプハンドリング体験 (抽選で1家族) …… " 2:00〜 " 2:40
- ⑥航空フォト、ポストカード展 …… 午前10:00〜午後 3:00
- ⑦滑走路ナイトツアー (受け付け順500人) …… 午後 6:20〜 同 8:30

①④⑤は、事前申し込みが必要です。往復はがきにイベント名、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、お申し込みください (8月25日必着、1応募1人、応募多数の場合は抽選)。

▶その他 空港消防車などの展示、ラジコン機の展示、小型航空機の展示、ゲーム「ホールインワンで紙飛行機と遊ぼう」、音楽ライブステージ、こども縁日、お楽しみ抽選会など

お申し込み 国土交通省旭川空港出張所 ☎071-1562 上川郡東神楽町東2線15-96 TEL 0166-83-2541

お問い合わせ 国土交通省旭川空港出張所 ☎83-2541 / 旭川市旭川空港管理事務所 ☎83-2200 / 旭川空港ビル株式会社 ☎83-3939

ちの方で、有効期間が9月30日満了となる方の更新申請を受け付けています。

期間満了日までに更新手続きを必ず行ってください。10月1日以降に申請の場合は、新規申請扱いとなり、審査に時間がかかります。ご注意ください。

「ウイルス性肝炎進行防止対策医療受給者証」「橋本病重症患者対策医療受給者証」をお持ちの方は、新規申請となります。なお医師の記載が必要な「有効期間更新申請書」「臨床調査個人票」をお持ちでない方、紛失された方は、ご連絡ください。お問い合わせは、上川保健所健康推進課予防 ☎46-5989

旭川地方務局旭川東出張所を統合します

旭川地方務局 (旭川市花咲町4丁目) は、10月14日付けで同局旭川東出張所 (旭川市7条通17丁目) を本局の旭川地方務局に統合します。

お問い合わせは旭川地方務局 総務課 ☎51-2311

農業委員会の当選委員に当選証書

任期満了に伴う 東川町農業委員会 (定員12人、選挙人数8人) は7月6日行われ、無投票で8人の新委員が当選。10日、当選した新委員に当選証書が付与されました。

当選証書の付与は役場大会議室で行われ、水野忠昭選挙管理委員会委員長から1人ずつ証書が手渡されました。新委員の任期は、7月20日から3年間で。当選した委員の方々は次のとおりです (敬称略、届け出順)。

宮崎正志、窪田敏博、村中秋夫、津谷俊弘、小林喜一、溝口復二、牧隆史、藤井春雄

社会を明るくする運動で大臣メッセージ届く

「社会を明るくする運動」期間に呼応して、「更生保護の日」の7月1日、鳩山邦夫法務大臣のメッセージが届きました。

(株)アサヒ建設コンサルタントに感謝状

旭川地区保護司会東川支部の上野支部長らが役場を訪れ、松岡市郎町長にメッセージを伝達しました。「犯罪や非行がない明るい社会造りの継続を」と町ぐるみの活発な運動と協力を要請しました。

7月10日、町は(株)アサヒ建設コンサルタント (旭川、桜庭慶一社長) に感謝状を贈りました。

同社は町民運動公園グラウンド建設整備の設計を担当しました。たまたま同社員がグラウンド内を見回り点検中、バックネット基礎コンクリート部分にひび割れが発見しているのを発見して無償で補修し工事を行い、6月に補修完成しました。

写真の町事業に寄付をいただき



7月8日、花本建設㈱(旭川、花本金行社長)から写真の町事業に多額の寄付金をいただきました。

花本社長が役場を訪れ、松岡市郎町長に手渡ししました。平成16年から毎年この時期に寄付をいただいています。町では写真の町文化基金に繰り入れました。

同社からは、今年も写真甲子園期間中、社員2人を大会運営スタッフとして派遣し、大会運営用の車両(1台)も無償で貸し出しいただきました。ありがとうございました。

大雪山忠別湖トリアスロイン ひがしかわを開催します

8月10日(日)、「大雪山トリアスロイン ひがしかわ」の第2回大会を開きます。ご家族そろって観戦にお出かけください。大会当日は、町道忠別ダム天人峽旭岳線の一部が通行止めになります(午前5時から午後3時まで許可車両を除く一般車両)。ご観戦、大雪旭岳源水、旭岳温泉、天

かわ事業推進課 82-5021

「おかめ食堂」が「食づくり名人」の伝承名人に



「おかめ食堂」11区の飲食店(久末晃平さん(経営)の共同経営者で妻の美穂さん(60)が会長をしている

「イモカス団子愛好会」がこのほど、道の「北海道らしい食づくり名人(食文化部門)」の「伝承名人」の登録を受け、6月26日役場で登録証の伝達を受けました。認定証伝達をした松岡市町長は「地場にある食材で、都会では食べることの出来ないものを提供していくということは必要なこと」と活動ぶりを評価しました。

「イモカス団子料理を残したい」とすでに3年前から味伝承のための料理教室を開いたり、飲食店開業支援のボランティア活動をしてきました。久末さんは「観光客の人は珍しい、と喜んでくれます。本道開拓と共に作り継がれてきたイモカス料理を今後に伝承させていきたい」と思いを新たにしています。久末さんは、7月19日から3日間、経営している同食堂を会場にして「旭川市飲食店開業ポラント

「イア会」主催の「飲食店開業を語る会」も開くなど、イモカス料理の伝承と飲食店開業を積極的にポラントイア支援しています。

映画「恋するトマト」上映会

農村環境改善センターで、俳優の大地康雄氏が主演、企画、脚本、製作総指揮をしている映画「恋するトマト」(2005年日本作品、南部英夫監督)の上映会を行います。同映画上映委員会(樽井功会長)の主催。当日は主演の大地康雄氏、本道出身の作家で原作者、小檜山博氏の2人が来町し、会場でトークショーも予定しています。

「大切なものは土と水と太陽。そして、あなた」。日本人の中年男性、野田正男(大地康雄)と、偶然知り合った若いフリーピン女性、クリステイナ(アリス・デイクソン)を取り巻く物語。茨城県霞ヶ浦周辺の田園地帯とフリーピン・ラグーナ村をつないで、偶然に知り合った2人がつむぐ恋の行方と、それがきっかけとなって、フリーピンでは不可能といわれたトマトの露地栽培に挑戦する野田らの姿を描きます。共演に富田靖子、村田雄浩、ルビー・モレノ、藤岡弘ら。

日時 8月22日(金)午後6時から上映開始 同8時10分からト

「和紙でうちわ作り教室」を開催します

「世界に一つだけのうちわ」を楽しく作りましょう。和紙のうちわ作り教室を開きます。どうぞふるってご参加ください。同専門学校生、和紙工芸班の地域支援活動の一環として開きます。和紙工芸班は本年度、和紙がぎの作成を行っています。学生が製作したはがき作品は、道の駅・ひがしかわ道草館で皆さまに無料でお分けしています。

学生が製作した手作り紙の台紙に、参加者の方に思い思いに手書きのイラストを書いて仕上げてください。ご自分が作ったうちわを、お孫さんやご家族の方々にプレゼントしてみたいいかが？

参加される方は事前にご連絡ください。送迎バスも用意しています。利用ご希望の方はご連絡ください。

日時 8月4日(月)午前10時～正午

場所 環境福祉専門学校食育実習室(1階) 受講料 無料

東川9条の会2周年記念講演会

会の結成2周年を記念して、網走市在住の作家、菊地慶一氏を講師を迎えて講演会を開きます。日時 8月24日(日)午後2時

軽スポーツサークルの新会員募集

B&G海洋センターを会場に、卓球、テニポン2種目の軽スポーツサークル活動をしています。本年度から活動日が毎週3回に拡大し、利用しやすい環境になりました。ぜひ一緒にスポーツを楽しみましょう。

も入会歓迎。お問い合わせは会長の桑原さん 82-3257

空手の東川スポーツ少年団が形と個人技で好成績

6月22日、旭川市大成地区市民センターで開かれた第32回旭川地区春季選手権兼第39回道選手権大会予選兼第63回国体旭川地区予選で、東川町空手スポーツ少年団(剛柔流東川教室)の4人が好成績を収めました。

「形」では、女子の部で中島沙貴さん(東川小5年、小学生高学年の部)がみごと優勝。男子は、菊地成龍君(同4年、同中学年の部)と小池孝幸君(東川中、中学の部)がそれぞれ準優勝しました。また「組み手」では、小池君が準優勝(中学の部)、宮坂舞花さん(東川小4年、小学中学年の部)が3位入賞の快挙でした。



「形」優勝の中嶋さん、「組み手」3位の宮坂さん、「形」準優勝の菊地君(手前右から)、「形」「組み手」2種目で準優勝した小池君(後方)

社協だより

温かい善意あしがとごめいす 6月16日から7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。

- 21区 江添 好松様
25区 谷地 覚三様
28区 由川英津子様
29区 金巻 敏 様
26区 山崎天知雄様
29区 熊谷 輝夫様
29区 輝夫様

今月のくらしの相談員案内

町民のみなさんの困っていることなど、相談日を設定して毎月一回第3木曜日午後1時半から午後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。8月21日 水野 忠昭

文化ギャラリー展示案内

●8月2日(土)~9月2日(火)
・第24回東川賞受賞作家作品展
・海外作家賞 クラウス・ミッテルドルフ展
・国内作家賞 楢橋朝子展
・新人作家賞 澤田知子展
・特別賞 小畑雄嗣展
・写真インディペンデンス展
・こども写真塾作品展
(*8月2日(土)のみ11:30~21:00まで開館)
(*8月2、3日は、フォトフェスタ期間中につき入館無料です)



クラウス・ミッテルドルフ/シリーズ「THE LAST CRY」1998より



楢橋朝子/シリーズ「フニクリフニクラ」2003より

「青春キャッチ5・7・5」(平成19年度入選作品)

キャッチ賞 「大丈夫？」 そのひと声が 友救う (中学生の部 宮崎 遥奈)

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	8月1日(火)～22日(金)
受付場所	税務課収納室(役場庁舎1階4番窓口)
募集戸数	7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19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、税務課収納室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 北団地A2	北町3丁目10番	・2LDK(76.4㎡) ・1戸(2階端) ・24,100円～ 58,900円	・平成3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	
② 北団地A3	北町3丁目11番	・3LDK(70.1㎡) ・1戸(2階端) ・22,400円～ 63,900円	・平成4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	
③ 南団地B2	南町1丁目7番	・2LDK(58.7㎡) ・1戸(1階端) ・20,200円～ 58,800円	・平成10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(婚姻中の方なども含む)がいる方 ※ただし、③南団地B2については、次のいずれかの要件に該当する方は、単身での入居が可能</p> <p>①昭和31年4月1日以前に生まれた方 ②身体障がい等級1級から4級までの方 ③精神障がい等級1級から3級までの方、知的障がい(精神障がいの程度に相当)の方 ④被生活保護者、DV被害者、ハンセン病療養者など ※ただし、身体・精神上著しい障がいがあるため、居宅での生活が困難な場合は除かれます。</p> <p>(2) 世帯の収入金額が月額20万円以下 ※次のいずれかの要件に該当する場合は26万8000円まで基準額が引き上げります。</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 ②小学校就学の始期に達するまでの方がいる場合 ③身体障がい等級1級から4級までの方がいる場合 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 ⑤ハンセン病療養者の方などがいる場合</p>									
	<p>●家族向け特定公共賃貸住宅</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>募集団地</th> <th>場所</th> <th>間取り・戸数・家賃</th> <th>建築年・構造・設備等</th> <th>その他</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>④ ⑤ 南団地B1</td> <td>南町1丁目7番</td> <td>・3LDK(80.9㎡) ・2戸(2階中央・2階端) ・55,000円～ 72,600円</td> <td>・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</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <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 (2) 世帯の収入金額が国で定める収入基準の範囲内の方 ※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>	募集団地	場所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他	④ ⑤ 南団地B1	南町1丁目7番	・3LDK(80.9㎡) ・2戸(2階中央・2階端) ・55,000円～ 72,600円	・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
募集団地	場所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他						
④ ⑤ 南団地B1	南町1丁目7番	・3LDK(80.9㎡) ・2戸(2階中央・2階端) ・55,000円～ 72,600円	・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							

●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
⑥ 西町団地 アヴニールⅠ	西町1丁目9番	・1LDK(37.2㎡) ・1戸(2階端) ・30,400円～ 40,200円	・平成6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	
⑦ 西町団地 アヴニールⅡ	西町1丁目9番	・1LDK(38.1㎡) ・1戸(2階中央) ・30,800円～ 40,700円	・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。

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) 昭和31年4月2日以後に生まれた単身の方
(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
※詳細はお問い合わせください。

その他	入居申し込み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	9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	税務課収納室 ☎82-2111(内線122)

申し込み受け付け開始!

新築!子育て世帯向け用住宅入居者募集

子育てに適した間取りの住宅を提供し、子どもが健やかに成長できる環境をつくることを目的として子育て世帯向け用住宅を整備します。入居者募集は8月22日まで、入居開始は10月1日の予定です。

●募集内容

受付期間	8月1日(金)～22日(金)
受付場所	税務課収納室(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19年1月から同年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. 入居しようとする世帯の住民票 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、税務課収納室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>

●子育て世帯向け用住宅の概要

場所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他
西町5丁目6番	・4LDK(89.70㎡) ・3戸予定 ・51,300円～ 67,800円	・平成20年 ・木造平屋建て(一戸建て) ・浴室(ユニットバス付き) ・オール電化住宅 ・物置付き、駐車場スペース有り	※家賃のほかに温水器、暖房機、調理器のリース料(月額6,000円程度)が別途必要です。
申し込み資格	<p>次の要件のすべてに該当する方が対象となります。</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こと (2) 入居しようとする世帯の人数が4人以上いること (3) 小学校就学前の子どもがいること (4) 入居しようとする世帯の合計所得が15万8千円以上48万7千円以内であること (5) 税の滞納をしていないこと (6) 申し込み者及び同居者が暴力団員(「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号に規定する者)でないこと 		
入居資格	<p>子育て世帯の支援を目的としているため、下記の通り入居期限を設けています。</p> <p>18歳未満の方(2人以上いる場合は、年齢が最も低い方)が18歳に達することとなる日の属する年度の末日(3/31)まで。 ※ただし、入居期限の到来前でも、18歳未満の方が同居しなくなった場合は、入居期限が短縮されます。 ※入居後、出産等により同居する子どもが増えた場合には、申し出により入居期限の延長をすることが出来ます。</p>		
選考・その他	<p>選考方法 募集戸数に対し申し込みが多い場合は公開抽選を行い、入居者を決定します。公開抽選会には、入居者または同居を予定されている方、または代理人に出席していただきます(申し込みが募集戸数に満たない場合、その時点で入居予定者となります)。</p> <p>景観協定 子育て世帯向け住宅は住宅景観に配慮した戸建て住宅となっております。入居される方には、景観協定に基づいて維持管理を行っていただきます。</p>		



公開抽選会	8月下旬(予定)
入居決定	9月上旬(予定) 入居期限を設定し、入居予定者に入居決定を通知します
入居開始日	10月1日(予定) 検査等で多少入居開始日が変更になる場合があります
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



子育てチャンネル

子ども時間 いっぱいの夏休みをあげよう

子どもたちが楽しみにしている夏休みが目の前です。私たちが行っている放課後のクラブに小学生がやってくる！

児童クラブでは、

この夏に2つのキャンプを計画しています。1つは小1から小6までの子どもたち約60人が参加する小平町3泊4日。2つ目は小3以上約35人が参加する礼文島10泊11日です。1つ目と2つ目は続けて行うので、全日程に参加する子は13泊14日となります。

なぜこのような長期キャンプを行うのか、といいますと「子どもにまかせた時間を与えてあげたい」という願いがあるからです。

現代は子どもといえども何かと忙しいようで、「オレ、

きょう5時にプールなんだよネ」とか「塾があるのさ」とか、放課後に、なにやらやることがいっぱいのようにです。



例えば「最近の子は外で遊ばなくなつた」と言われて久しいわけですが、子どもの遊びというのは、時間も忘れ、あそびに深入りするわけで、何時に〇〇がある、なごい

うことが前提にあると、本当の意味で、あそびにハマることは許されません。

私たちは少年時代、「暗くなる前に帰っておいで」と言われつつ、気がついたらもう真っ暗。そんな体験がだれにでもあるはずですよ。

ところが今の子どもたちは細切れの時間しかないのです。どこあえず時間をとびます。

ように、どりあえず遊ぶ。だから、スイッチを入れると遊んでもらえるゲーム機…となるわけです。「子ども時間について考えてみる夏休み」というのもいいかも知れませ

児童クラブ「ホロホロ」主宰

谷地本 雄一



まーいーにーちー まーいーにーちー ばーらほ子育と一 家華に
道わーれーてー 11やになーちゅうよ〜 2007
と、歌たいいとこぞるが、歌いいことあるわけです。
山紀子

すけいご講座

マヨネーズは
まーまーじゅ

ウィンナーは
まーまーぎ

おひなさまは
みよみよまもしくは
おひなさま

「食べる」を見直し、生活習慣病を撃退!



朝食を抜く生活を続けると、生活リズムの乱れが起こります。生活習慣が偏ることで生活習慣病も増加しています。祖母から母へと代々受け継がれているわが家の「お袋の味」の継承も失われつつあります。「食」への意識をもう一度考え直してみませんか。毎月19日は食育の日です。月に一度は家族そろって食事を楽しむ日を作りましょう。

成人男性

20〜30代は、仕事や付き合いが忙しい上、単身者は生活リズムや食生活が不規則になりがち。朝食抜き、外食、飲酒、夜食に伴う摂取エネルギーの過剰、運動不足など、不摂生な食習慣で肥満が目立ち始めます。

働き盛りの40〜50代は、家庭や仕事の双方でストレスがたまりやすい年代です。健診でメタボリック症候群や高血圧、高血糖、脂質異常などを指摘されるケースが増えてきます。

自分の健康を過信せず、体重、血圧などを把握して定期的に健康診査を受けましょう。適度な運動、休養、節酒、禁煙を心がけましょう。

▼食事のポイント

普段から意識して、適正体重を維持しましょう。

○動物性食品中心の脂質や食塩の多い食事を控え、外食は野菜の多い和定食を選ぶ

○お酒は適量に（日本酒なら1日1合、ビールなら中ビン1本程度）。

のとれた食事と運動の習慣を作りましょう。

▼食事のポイント

自分の適量を知ってバランスを考え、1日3食を規則正しく摂る習慣をつくりましょう。

○朝食抜きは逆効果。主食の米飯、パン、主菜に卵、納豆、副菜に生野菜、具たぐさんの味噌汁、

その他牛乳や果物など、すぐに食べられるものを上手に組み合わせる。

○主婦は自分の食事（特に昼食）を手抜きしがち。自分のための食事も楽しみながら食べるゆとりを。○間食でストレスを解消するのは「ゲキ太り」の元。

成人女性

ライフスタイルが個別化、多様化するなか、食事の偏り、運動不足などによる生活習慣病やその予備軍が増えています。一人ひとりが自分の生活習慣を見直し、健康状態に見合った食育を実践して健康寿命を伸ばし、OOL（生活の質）を高めることが大切です。

若い女性に多いといわれるのが鉄欠乏性貧血。「やせ気味で骨密度が低い」「喫煙率が高い」という特徴を指摘する調査報告があります。

1人暮らしという気軽さから不規則な食生活、そして喫煙。「ダイエットのため」という理由で食

事を摂らないなど、食事や喫煙をファッションの一部ととらえる傾向が原因のようです。

健やかな赤ちゃんを育てるには、妊娠、授乳期を通してお母さんの健康は非常に大事です。不自然なダイエット、不摂生、不安定な食習慣が招く体の不健康は、託すべき新たな命にも大きなダメージを与えかねません。

更年期は、お腹の回りに脂肪がつきやすく、気を許すとすぐにメタボリック（内臓脂肪肥満）症候群になりがち。適正体重を目安に体重コントロールしましょう。

女性ホルモンの分泌が激減すると脂質異常症、骨粗しょう症など、生活習慣病が発症しやすくなります。生活リズムを整え、バランス

8月 August

保健カレンダー

お問い合わせ

●住民福祉課保健指導室 ☎82-2111

【8月分】

1日(金) もぐもぐ教室 **申込制** 13:00～14:00
乳幼児健診 13:30～
(通知者以外は14:30～)
25日(月) 子育て相談 **予約制**

※会場は保健福祉センターです!

【9月分】

5日(金) ごっくん教室
乳幼児健診
9日(火) 栄養教室
24日(水) 1歳6カ月児健診
25日(木)、26日(金) エキノコックス症検診
29日(月) 子育て相談

＜地域子育て支援センター＞

申し込み・お問い合わせ

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「おもちゃづくり」…………… 10:00～11:30
22日(金) テーマ「親子音楽リズム」…………… 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
4日・5日・6日・11日・12日・13日・18日・19日・20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

【夏野菜の豚肉炒め】

夏バテ防止や疲労回復に効果的な簡単、さっぱり味の一品です。付け合わせにゆで卵などを添えると彩りもきれいですね。

＜材料＞5人分

- | | |
|------------------------------|----------------|
| ● 豚もも肉スライス……………300g | ● 砂糖……………大さじ 1 |
| ● きゅうり……………3本 | ● ケチャップ…大さじ 6 |
| ● トマトまたはミニトマト…
1玉(250g程度) | ● 中濃ソース…小さじ 2 |
| ● おろしにんにく……………適宜 | ● カレー粉…小さじ 2 |
| ● 塩、こしょう……………少々 | |

＜作り方＞

- ① 豚もも肉スライスは食べやすい大きさに切る。
- ② きゅうりはしま状に皮をむき、乱切りにする。
- ③ トマトは湯むきをして乱切りにする。
- ④ フライパンを熱し、①とおろしにんにくを合わせて炒める。
- ⑤ 肉に火が通ったらきゅうりを入れ、最後にトマトを入れる。
- ⑥ 調味料Aを入れ、塩、こしょうで味を整える。

【食べて健康・豆知識】

豚肉の中でももも肉は低カロリー、高たんぱくな部位です。夏バテ解消、疲労回復に効果があります。

きゅうりは「水気をおろす野菜」として効果がよく知られています。利尿作用、むくみを解消する働きがあります。ビタミンCを破壊する酵素が含まれているので、ビタミンCと一緒に摂る時は酢を加えるか、セ氏50度以上の加熱をして食べるとよいでしょう。

(幼児センター栄養士 石川 由香里さん)