

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

- ▶ アイアンマンレース世界選手権に向けて鋭気
- ▶ 「君の椅子」のデザイナーが児童に木偶人形作りを指南



10

2008 October
No.660

CONTENTS

アイアンマンレース世界選手権に向けて鋭気 — 3

○トライアスリート・塩野選手(東京ヴェルディ)、東川合宿

まち・タウン — 4

- 「君の椅子」のデザイナーが児童に木偶人形作りを指南
- 大阪市立工芸高が修学旅行で来町—写真甲子園の撮影ステージ巡って大満足
- 昨年より2日早い「ほしのゆめ」初出荷、全量1等米の高品質
- 満30年目の神饌田で豊作稲刈り ほか

東川町の株主さんを募集しています — 9

今、生き生きと — 10

○写真家 飯塚達央

町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」 — 12

○写真甲子園と「子」の年を思う

◇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⑨

大雪山の素顔 — 13

○天人峡登山道と熊の沢…旭岳ピクニックセンター管理主任 菊地 基

カナダからの風にのせて — 14

○「コミュニケーションと時差」…英語指導助手 リンズィー・マクドナルド

○エイゴのマナビカタ

第53回「シンクロシティ」…英語教育指導員 宮地晶子

町の風 雑記抄 — 15

○「重みのある言葉」…前中央分館長 尾池隆男

東川町に光がやってくる!! — 16

くらし・ネットワーク — 17

- 国民年金保険料の収納業務が民間委託になります!
- 乳幼児、重度心身障がい者の医療費をそれぞれ助成拡大します
- 休日、夜間の納付相談窓口を開設します
- 臨時職員(給食調理員)の募集 ほか

子育てチャンネル — 24

○「叱るカウンセリング」…北海道東川高等学校 井上 司

保健だより — 25

○注目され始めたノルディックウォーキング

おいしい手料理 — 26

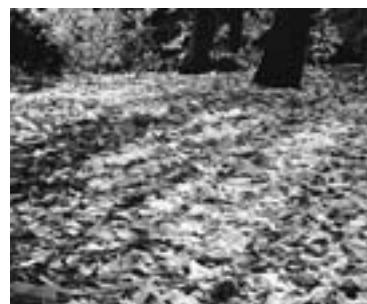
○「サケの簡単チャンチャン焼き・ルバーブを使った食パンカナッペ」…中田秀子



Public relations brochure of Higashikawa

10

2008 October
No.660



第2回東川大写真展入選作品から
「落ち葉のぬくもり」
佐藤有芳さん(釧路市) 撮影

オータムジャンボ宝くじ 2億円
 1等前後賞合わせて
 ● 1等 : 1億5,000円 × 13本
 ● 1等の前後賞 : 2,500万円 × 26本
 ● 1等の組違い賞 : 10万円 × 1,287本
 ● 2等 : 1,000万円 × 130本
 ● 3等 : 100万円 × 1,300本
 ● 4等 : 10万円 × 13,000本
 ● 5等 : 10,000円 × 39万本
 ● 6等 : 3,000円 × 400万本
 販売価格 300円/1枚
 発売期間 9月29日(月)～10月17日(金)まで
 (最終日前に売り切れとなる場合もございますのでご了承ください)
 抽選日 10月22日(水)
 収益金は市町村の
 明るいまちづくり、
 環境対策、高齢化対
 策など地域住民の福
 祉向上のために使わ
 れます。
 9/29～10/17

アイアンマンレース世界選手権に向けて鋭気 トライアスリート・塩野選手（東京ヴェルディ）、 東川で初合宿

国内屈指の女性長距離トライアスリート、塩野絵美選手（28）＝東京ヴェルディ・トライアスロンセクションチーム所属＝が、アイアンマンレース世界選手権出場に向けて、9月1日から同月22日まで3週間にわたって初の東川合宿をしました。塩野選手の合宿を期に、もつとスポーツに親しめる町に―とスポーツ選手の夏季合宿積極誘致に前向きな動きも始めてきました。



合宿期間中のベースキャンプは町内の男子学生寮「マ・メゾン」。毎朝午前5時過ぎに起床し、朝食は早朝6時。その後午前中にバイク（自転車）と町内ランニング、昼食後はB & G 海洋センタープールでスイム練習を毎日こなしました。

練習時間は1日7～8時間にも及びます。日によって練習メニューを変えながら、1時間3千回のスイム、3時間30分のランニング、1時間で25分程度のゆっくりとしたペースのバイク練習などを繰り返して徐々に体調をベストに。旭岳に向かう険しい上り山岳路は片道12分。一気に標高約千600分地点まで

上るかなり負荷がかかるコース。これも良い練習コースです。この時期に1カ所所長期合宿を行ったのは初めて。というのも、世界の頂点大会への出場が目前に迫っているからです。その大会とは毎年ハワイで開催のアイアンマンレース世界選手権大会（10月11日、米国ハワイ州コナ）。各国のトライアスロン大会で上位入賞して出場権を獲得した選手わずか1800人が出場できるトライアスロン大会の頂点レースです。水泳2・4マイル（約3・86分）、自転車12マイル（約180分）、マラソン26・2マイル（42・195分）でタイムを競います。



一人だけの道内初合宿でしたが、充実した合宿になったようです。旭川市内など地元トライアスリート仲間が練習中に伴走してくれたり、観光地の美瑛の丘めぐりをしたり、旭岳に登ったり。後半には、「大雪山忠別湖トライアスロン」がしかわ大会に2年連続出場した沢田愛里選手（28）＝札幌、JR北海道＝が3日間一緒に練習に参加してくれました。

今年のアイアンマン・ニュージーランド大会（3月）で、9時間23分26秒と自己ベストを更新して女子総合3位入賞。大会出場権を獲得しました。一人だけの道内初合宿でしたが、充実した合宿になったようです。旭川市内など地元トライアスリート仲間が練習中に伴走してくれたり、観光地の美瑛の丘めぐりをしたり、旭岳に登ったり。後半には、「大雪山忠別湖トライアスロン」がしかわ大会に2年連続出場した沢田愛里選手（28）＝札幌、JR北海道＝が3日間一緒に練習に参加してくれました。

10日）で優勝した益田大貴選手（湘南ベルマーレスポーツクラブ）ら4選手が、数日間の大会直前調整合宿を行って以来。本格的な長期トレーニング合宿は初めてです。町内でのスポーツ合宿は、旭岳温泉地区のノルディックスキークースで毎年距離スキーの国内強化合宿などが行われています。しかしそれ以外の競技スポーツでトレーニング合宿は初めて。旭川市内などを含めた地元関係者は「旭川空港からも至近距離で移動利便性が良く、本州に比べて涼しい気象条件の中で高低差があるロード練習コース設定ができる」と今後アイアンマンの町内夏季合宿の受け入れに前向きです。塩野選手のブログ <http://ameblo.jp/emi-shiono/>

「君の椅子」のデザイナーが児童に木偶人形作りを指南

「君の椅子」2008年モデルのデザイナーを担当した造形作家、前川秀樹氏(41) 茨城県在住が9月18、19の両日来町し、東川第二小でワークショップ「木偶(でく)の棒をつくろう」講座を開きました。君の椅子が取り持つ縁で初めての来町が実現しました。



刻刀やノミを使って思い思いのヒト型人形を作りました。「木偶というテーマは、幅広い人たちが参加できる」と前川さんがここの2、3年間各地で開いてきた講座で積極的に扱ってきたテーマだそうです。「子どもたちは初めて刃物を本格的に扱ったはず。刃物は危ないので、慎重に作業してくれました。刃物を使うという点も、子どもたちへのひとつのメッセージになりました」と話していました。

日本地図製作の偉業を振り返る伊能忠敬大図フロンタ展

8月28日から4日間、農村環境改善センターで「伊能忠敬大図フロンタ展 in ひがしかわ」が開かれました。国土地理院北海道地方測量部、上川調査設計協会(旭川、山根力会長)が中心となつて「測量の日」(6月3日)の記念事業として開きました。



蝦夷地部分の展示は、札幌、帯広、留萌、旭川に次いで5カ所という数少ない公開展示です。社会科学授業で訪れた東川小児童は、ホールいっぱい広がる蝦夷地大図

の大きさにびっくり。50歳で天文学を学び始め、江戸末期の1800(寛政12)年、55歳で全国測量を始めました。71歳まで17年間10次にわたって全国約4万4千キロ(地球一周は約4万キロ)を測量しました。73歳の没後3年を経た1821(文政4)年、弟子たちの手で日本大図が完成しました。原図は江戸城大火災(明治6年)と関東大震災(大正12年)で消失。現存しているのは米国会図書館にあった207枚など、214枚(蝦夷地34枚)の複製図です。

大阪府立工業高等学校が修学旅行で来町一宮甲子園の撮影ステージを終って大満足

写真甲子園の出場校として馴染み深い大阪市立工業高校(吉村俊昭校長)の生徒一行約250人が、9月18日から21日まで3泊4日間、大会の撮影ステージを巡るユニークプランの修学旅行で町内を訪れました。旭岳姿見の池周辺、天人峡、美瑛町内の十勝岳望岳台、千代田牧場、

「四季彩の丘」就実の丘」など、次々と広がる雄大な美しい大自然の撮影スポットに「いつまでもここにいたい」という感想の声も。天人峡温泉のホテルでは、水士会メンバーがチェンソー一本で見える間に作り上げ



ていく水彫刻に、生徒たちの目が釘付け。このあと挑戦した水彫刻の出来栄は、芸術系学校の生徒だけあつてデザイン感覚みごとな作品が出来上がりました。写真美瑛の丘めぐりサイクリング、かぼちゃ収穫体験、富良

野市内で川下りラフティング、乗馬体験、ソーセージ、アイスクリーム作り、旭山動物園見学など盛りだくさんの体験メニューにも大満足。同校は、過去15回の写真甲子園開催中、最多の出場11回を数えています。うち4回準優勝を収め、本町に馴染み深い高校です。

今年の新米が好評、新米キャンペーンで来町一宮甲子園の撮影ステージを終って大満足

9月10日、今年の町内米出荷が始まりました。トツブを切つて出荷したのは西部第一農事組合の泉栄さん(56)。この日は水田4・5畝の中から66袋(1袋30キロ)を出荷し、全量1等米で好スタート。15日に行われた新米キャンペーンで販売するための東川米「ほしのゆめ」としての出荷です。昨年より2日早く、上川管内トツブを切つての出荷になりました。

の結果に目を細めました。昨年は半年並み収量でしたが、今年の収量は「やや良」(8月下旬現在)と好調。不稔も少なく、手ごたえを感じる出来秋です。9月の収穫期におおむね好天が続いた町内は、順調に米の登熟が進み、20日前後を最盛期に刈り入れ作業が順調に進みました。東川町農協によると、今年の新米入庫予定数量は、割り当て限度数量20万8千俵のうち、主食用米17万1852俵(1俵60キロ)。良好な出荷が続いており、最終的には昨年より相当の収量増が期待されています。

好評新米キャンペーンで来町一宮甲子園の撮影ステージを終って大満足

9月15日、キトウシ森林公園で町、東川町農協などが共催して新米キャンペーンが開かれました。今や出来秋の恒例行事。トツブを切つて産地直売のおいしい新米が食べられるとあつて、旭川市内や近郊の町ばかりでなく、「毎年楽しみにしている」と遠く札幌市内から訪れた人の姿も。



今年も好評、新米キャンペーン。を1人で10袋、20袋と買い入れる人の姿も。本州送りなどの発送を受け付ける会場の宅配便臨時受け付けも好調でした。休日のレジャーをかねて訪れた家族連れいっぱい。ステージ会場では、新米が当たる「みんなでじゃんけん大会」、東ねた稲わらを投げてその距離を競う「稲わら投てき選手権」、地元バンド・R212のライブ演奏など楽しい催しも目白押し。食欲の秋も満喫し、3連休最後の一日を楽しんでいました。



輝きのある米に必要な水分量は、基準値内にピッタリと収まって15・3%、おいしさの基準となるタンパク含有量は、国内産上位品種に匹敵する6%、粘りの基準を図るアミロース含有量は21・3%など、「実が大きくスーパー級の品質」と太鼓判の結果。東川町農協集出荷センターには松岡市郎町長、板谷重徳東川町農協組合長も駆けつけ、好スタート

エア・ドゥが植樹の調印

北海道国際航空エア・ドゥ(札幌、淡路均社長)が「東京(羽田)一札幌(千歳)」間に定期航空便を就航して今年10周年を迎えるのを記念して、町内に記念植樹をすることになり、9月9日上川支庁で植樹調印式がありました。

道が提唱する「ほっかいどう企業の森づくり」に呼応し、道内の就

植樹祭は10月18日(土)、東3号

航路線4地域(札幌、函館、旭川、女満別)でそれぞれ植樹することになり、そのうちの1カ所として本町が選ばれました。調印式は、坂口収支庁長の立会いで淡路社長と長原淳副町長が森林整備に関する協定書に調印し



北6線の町有地で行う予定です。町の「ふるさとの森」整備計画の予定地になっています。当日は同所の約1畝に「エア・ドゥの森」としてミズナラ、シラカバ、ヤチダモ500本を植樹予定です。

満30年目の神饌田で豊作稲刈り

9月8日、東2号北1、三田与志男さん(90)方の北海道神宮神饌田(しんせんでん)で抜穂祭が行われました。

1979(昭和54)年に神饌田として選定以来満30年目の収穫を迎えました。吉田源彦宮司の清めに続いて、町内の早乙女12人、介助役6人が水田に入り、黄金色に穂をたれた「ほしのゆめ」を手刈し、介助役が束ねてはさ掛けました。

今年も暑熱期に比較的好天が続いたため、出来も良く最高の品質になりました。例年にも増して良食味米が収穫できたようです。北海道神宮に献上する神饌米10俵(1俵60kg)は、新嘗(にいなめ)祭で神前に奉納します。

◇
今年には神饌田満30年を祝って、抜穂祭のあと、農村環境改善センターで記念式典も行われました。

会場には飛田稔章道農協中央会長、新田光雄上川地区農協組合長会長らも駆け付け、板谷重徳東川町農協組合長、松岡市郎町長ら約200人の出席者とともに「今後も50年、100年と続いてほしい」と偉業を祝

いました。

永年神饌田のほ場耕作管理者を勤めてきた三田さんは、来年からその役目を後継者の三田常男さん(62)に引き継ぐということです。



死亡事故ゼロの願い込め、秋の交通安全祈願祭

9月19日、町交通安全協会(藤田裕三会長)が交通事故ゼロの願いをこめて秋の交通安全祈願祭を行いました。

基線道路沿いのコミユニティーパーク(北町1)にある交通安全観音像の前に、町内各団体や会社の代表者ら約80人が集まり交通安全祈願しました。

松岡市郎町長は「これからは日が短くなり見通しが利かない時期を迎えるので、交通ルールを守って、二度と悲惨な事故のないようお願いし



たい」とあいさつ。藤田会長は「町内では9月が一番死亡事故が多い。この日を原点に、さらに交通安全に取り組みたい」と呼びかけました。

町交通安全協会、東川ライオンズクラブのメンバーはこの後、道路を走行中のお茶を配ってゆとりを持った安全運転などを呼びかけました。

町内の死亡事故ゼロ日の更新は、2年前の8月4日以来、18日現在141日間継続しています。

青年写真クラブで東川小4年生が町内撮影

9月1日、東川小4年生51人が町内市街地をデジタル一眼レフカメラで撮影する写真ワークショップに挑戦しました。

5〜6人ずつのグループに別れました。町内在住の写真家、奥田實さん、飯塚達央さん2人を講師に、本格的な一眼レフデジタルカメラの使い方を習いました。



撮った写真は、一人2枚を選んで作品発表する写真フォーラムを予定しています。写真は講師の奥田さん、飯塚さんが講評する本格的なスタイル。作品は11月5日から同月24日まで20日間、文化ギャラリーで展示します。同小児童の写真ワークショップは昨年にも続いて2回目。

プロ歌手の歌謡ショー、陸上自衛隊第2音楽隊演奏、子ども紙飛行機飛ばしゲーム、早食い競争、アマチュア農民バンド演奏など、多彩な催しも目白押しでにぎわいました。



8月31日、東川町農協主催の第6回てっぺん祭りが同農協駐車場の特設会場などで開かれました。



プロ歌手の歌謡ショー、陸上自衛隊第2音楽隊演奏、子ども紙飛行機飛ばしゲーム、早食い競争、アマチュア農民バンド演奏など、多彩な催しも目白押しでにぎわいました。てっぺん祭りフォトコンテストのゴールドてっぺん賞は、町内の関口麗子さんの作品「朝だよ!」、子ども部門は親子でトライアスロン大会に参加のため来町した野中梢ちゃん(小学校3年)の作品「夕日の案山子」が受賞しました。

キノコ採りイベント、秋の収穫感謝祭が開かれました。

9月6、7の両日、キトウシ森林公園で第45回くらし楽しくフェスティバル。秋の収穫感謝祭が開かれました。

秋晴れの1日目は初秋の陽気に誘われ人も絶好調。2日目は曇天ながら午後には天候が回復し、家族連れの姿で会場がにぎわいました。



今回の会場は、「2008羽衣音楽祭」と初の2日間同時開催になりました。地元東川町から「ジャカスカシヤント」「R212」「楽団ひとり」「小者のコラ」などアマチュア16バンドが出場。軽快なサウンドを響かせました。

高文連写真展、研究大会開く

9月6日から11日まで6日間、東川町文化ギャラリー、農村環境改善センターを会場に、今年

の北海道高等学校文化連盟上川支部写真展、研究大会が開かれました。

上川管内の高校15校の写真部から、昨年より40



点多い290点が出品されました。団体賞1位には旭川商業高校、2位は地元東川高校、富良野緑峰高校が入りました。旭川商業高校、東川高校は連続入賞です。

文化ギャラリーでは出品作品が公開展示されま

連れが詰め掛けました。秋の会場の特徴は、なんといってもずらりとそろった採れたての地物野菜の数々。トウモロコシ、かぼちゃ、ジャガイモ、タマネギなど、町内農家の自慢の野菜が飛ぶような売れゆき。

最優秀賞に輝いた阿部桃子さん(旭川商業高2年)の「夕映えに響く」をはじめ、旭川商業高の生徒作品が上位入賞を占め、作品の完成度の高さを印象付けています。

今年の作品講評と昨年の東川賞特別賞の受賞写真家、山田博之氏(旭川市在住)を迎えて講演会を開きました。

映画「恋するトマト」で主演俳優・大地康雄さん語る

8月22日、農村環境改善センターで映画「恋するトマト」(2005年作品、南部英夫監督)の上映と主演・大地康雄さん、原作者、小檜山博さんのトークショーが行われました。



同映画上映実行委が主催しました。会場は300人を越える観客で埋まりました。小檜山博さんの原作「パラオレノン」を元に、大地さんが企画・脚本・製作総指揮・主演をした作品。

農家の長男に生まれた45歳中年男の主人公「正男」が、フィリピン女の結婚詐欺に遭って結納金をだまし取られ、行き場を失ってフィリピンですさんだ生活をするうちに、生き生きと働く若いフィリピン女性「クリステイナ」と出会い、純粋な愛を育んでいくという人間讃歌。会場を訪れた大地さんにとっては「13年がかりで完成させた」という作品だけに思い入れも強い作品となつたよう。

陶芸・茶道・絵手紙など、クラブ活動体験に興味津々

東川第一小で外部講師を招いてクラブ活動の文化講座を開きました。陶芸、茶道、絵手紙の3回講座。3年生以上18人の児童が初めての体験に目を輝かせました。



陶芸は大皿作り。粘土をのびし、丸い皿型プレートに張り付けて型取りし、色粘土で模様をつけました。後は焼き入れ完成を待つばかり。10月26日の学芸会で作品展を開きます。出来上りがみんな楽しみです。

クラブ活動(特別活動領域)は、スポーツを中心としたメニューが多く、外部講師の講座は初の試み。陶芸と茶道は、町内の陶芸家、滝本宣博さん、ふれあいサポートクラブ員の西分ひとみさん、絵手紙は旭川市内の梶山せつ子さんが来校しました。

ユニティセンターで裏千家流の流儀を学びました。慣れない正座の座り方や姿勢、所作や作法を学びました。児童にとってほとんどが初めての体験。新しい世界が一つ開けたようです。

豊かな森の再生願って野鳥の森公園で植樹

9月4日、大雪旭岳源水に近い野花南(ノカナン)の野鳥の森公園で、町内の小学生80人が参加して実のなる木などを植樹しました。

道開発局が進めている「石狩川流域1人1本300万本植樹運動」の一環として4年目の植樹になりました。「地域住民による植樹2008」と名づけ(財)石狩川振興財団が主催しました。

直径約3センチの円を50センチメートル設けました。円内に児童の手でナナカマド、キタコブシ、キハダ、ハルニレ、オニグルミ、ミズナラ、エゾヤマザクラなど、11樹種550本の苗木を混植しました。

近くでは、以前植えた苗木も元気に育っていました。子どもたちは去年植えた苗木が元気に育っている様子を見て満足げ。大きく育って立派

な森を作ってくれることを願って、

苗木周辺の雑草採りにも精を出しました。



ひがしかわ町の株主を募集しています!!

「写真の町」ひがしかわ株主制度とは、東川町を応援する町のサポーター制度です。

東川町への投資(寄付)によって町の株主になることができます。

友人・知人・親類など東川町を応援したいという方をご紹介します!

東川町民も株主になることができます。

あなたのサポートが東川町の未来を育てます。

■株主になる方法は?

対象となる4つのプロジェクトの実施事業の中からあなたが投資したい事業を選び、一株1,000円以上の投資をしていただければ、あなたは東川町の株主です。

※この制度による投資は、寄付として扱われますので寄付金税額控除の対象となります。

【4つのプロジェクト・5つの事業があります】

- 写真文化を守り育てる「写真の町プロジェクト」
- 時代を築く子供たちを育成する「こどもプロジェクト」
- 水資源と地球環境を守る「ecoプロジェクト」
- イコトに貢献する「イコトプロジェクト」

■株主になると

●株主証の発行

ご投資いただくと「写真の町」ひがしかわ株主証が発行されます。



●株主優待があります。

前年1年間に1万円以上投資いただいた株主の方に対し、毎年1月下旬頃に東川産品の株主優待のご案内を差し上げ、5月中旬頃に優待商品をお届けします。

【株主優待基準】

当該年取得株数	優待商品
10株(1万円)以上	金額区分に応じた優待 ※1回の投資額が10株に満たない場合でも、 通算保有で10株を超えた時に初回のみ対象となります。
30株(3万円)以上	
50株(5万円)以上	

●町の公共施設の町民価格利用、キトウシ森林公園ケピンの優待利用などの特典があります。

※株とは東川町に対する社会貢献を表す単位です。

■特別町民に認定

18歳未満など株主とならなくても東川町を応援していただけた町外の方は、申込により「応援町民」となることができます。特典として、応援町民証の発行や、町の公共施設の町民価格利用などの特典があります。

■優遇税制について

東川町への投資(寄付)は、税法により優遇税制を受けることができます。個人の場合は住民税・所得税の控除、企業の場合は全額が損金算入されます。詳細は最寄りの税務署、または東川町税務課(☎82-8211)までお問い合わせください。



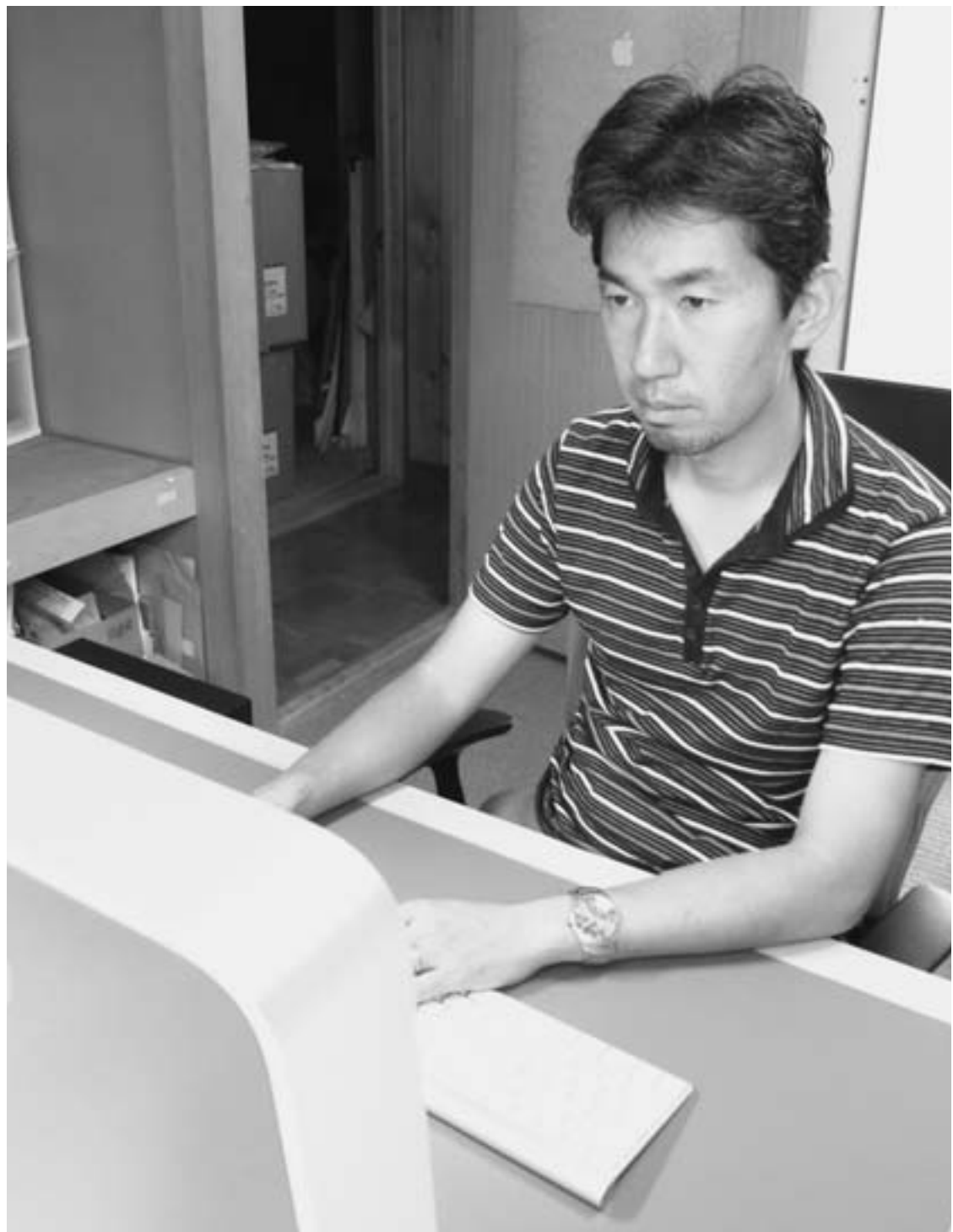
◆投資いただく前にお申し込みが必要です。下記、担当へ申込書の送付依頼をするか、ウェブサイトから直接お申し込みください。

【お問い合わせ・お申し込み先】

「写真の町」ひがしかわ株主制度担当(東川町企画総務課 企画財政室内) ▽矢ノ目・平田

〒071-1492 北海道北見市東川町東町1丁目16番1号 ☎0166-82-2111 fax 0166-82-3644

<http://town.higashikawa.hokkaido.jp/kabunushi/>



写真に写った人々、風景は、封じ込めた時間を越えて何かを語りかけてきます。その感想は、おそらく見る人それぞれが経験してきた楽しい時、悲しみ、あるいは記憶の重さ、大切な時間の大きさに比例するのかも知れません。流れる時間の瞬間、ふと立ち止まったような人々のポーズ：「一瞬を、そっと」切り取ったような作品は、「あなたにとって、この写真は何を話してくれますか？」と問いかけているようです。



JR北海道の社内誌「THE JR Hokkaido」に3年間連載してきた「忘れがたき駅前ふるさと」が今年3月に終わり、北海道とそこに暮らす人の営みを見つめたテーマの新たな取材が始まっています。

プロ写真家として取り組んだ初の本格的長期取材・連載テーマでした。「開拓とかつての繁栄の地で今もなお根付いて生きる人々の生きざまの記録」が取材コンセプト。JR北海道ローカル線の駅前風景を1枚の白黒写真と自身のエッセイの中に凝縮しています。

「増毛湯」。石炭、木材の切り出し積み出し港、あるいはにしん漁などの前浜漁業の港町としてにぎわった増毛の町の一角に、賑わいを時のかなたに封じ込めたかのようにたたずんでいた小さな古びた銭湯。

脱衣場には、宣伝文句が書かれた広告主のいない古い広告看板。番台のおばあちゃんが一人でお客さんが来るのを待っています。写真家としての今ある活動の基盤を作った作品群になったようです。

「自分がここに移り住んできた理

由を探したい。ここにいる正当性を証明したい」。魅せられ、そして選んだ地をテーマに撮り続ける作品の数々は、自分らしく生きることを探し求めてきた心の旅、あるいは自身の心象世界の表現かもしれません。ストリートギャラリーコンテスト

でグランプリ受賞した作品「アイデンティティ」は、大雪山旭岳の山開きで、地元アイヌの人々が山の無事故を願って神に祈りをささげるヌプリコロカムイノミの儀式を撮影した作品。写し出された人々の表情は私たちに静かに、しかし鋭く問いかけてくるものがあります。

町内で生まれた赤ちゃんの生後100日祝いの記念写真、おじいちゃん、おばあちゃんの傘寿記念の記念写真も撮り始めています。

「撮影を通じて普段接することのないいろいろな人たちと知り合っていくきたい」。

天人峡、旭岳へと続く道道沿いの自宅前には、約600平方メートルの空き地が広がっています。ここで写真ギャラリーかカフェを開くのが目下の夢です。

旭岳山開きの儀式「ヌプリコロカムイノミ」
=作品「アイデンティティ」から



自宅

愛機のドイツ製二眼レフカメラで
スナップ撮影

作品「モノクロームの刻(とき)」から増毛湯の
番台に座るおばあちゃん



いづか たつお
飯塚 達央さん / 写真家 / 35区 ☎82-6080

大阪市出身、40歳。静岡大卒。インテリアメーカー(本社名古屋)に入社後、「写真を撮りたい」と約3年半で退職。ワンボックスカーで半年間の国内写真撮影の旅を始めました。学生時代にバイクツーリングで2回訪れていた道内を巡るうち、美瑛の丘の風景に魅せられました。写真を撮り続けているうち、写真館カメラマン募集を見つけて定住を決意。1996(平成8)年、美瑛と富良野の中間地点、上富良野町内にアパートを借りて写真館勤めと自らの作品撮影を始めました。その後美瑛町内の古い農家を借りて移住、フリー写真家として本格的に独立。そのころ美瑛町内のペンションでアルバイトに来ていた大阪出身の真里子さんと知り合い結婚。2005(同17)年、たまたま空き家になった現住宅を購入して東川町に転居しました。現在はプライダルフォト撮影、コマーシャルフォト撮影を中心に、年間1~2回の個展も開いています。今年の2008フォトフェスティバル・ストリートギャラリーコンテストで、作品「アイデンティティ」(デジタル12枚組写真)がグランプリ受賞。今年4月から東川フォトクラブ事務局長。ホームページのURLは<http://www.photoseason.net/>

飲水思源

町長 松岡市郎

写真甲子園と「子」の年を思う

全国から集まった高校生が写真甲子園で一生懸命に頑張る姿がNHK総合テレビで放送され、多くの感動を呼んだ。「写真甲子園」は1994年に第1回が開催されて15回目を迎えた。高校生の文化関係の大会では「○○○甲子園」と甲子園の文字の付くものが多い。

なぜ甲子園の言葉を使うのだろうか、ふと疑問が沸いた。

今年の干支は「子」ということもあり、甲子園の由来を調べてみた。1924年に大阪に大運動公園が建設された。この年が十干では「甲」、十二支では「子」。「甲子（きのえね）」の年であり、「甲子園」と名付けたそうである。十干の始まりは「甲」、十二支の始まりは「子」、それぞれの一番の組み合わせが「甲子」である。1番は最も縁起の良い数字でもある。

では写真甲子園が始まった1994年は一体どのような年に当たるのか調べてみると「甲戌（きのえいぬ）」であった。

東川、美瑛、上富良野の大自然を舞台に繰り広げられる高校生の写真撮影の「甲戌園」を「甲戌園（こうじゅつえん）」と名づけていたら、写真甲戌園となっていたかも知れない。

ちなみに、今年（丙子）の「ね」の年である。「甲子」ではないが、「子」の年と重なっている。本町の写真甲子園が「甲子」の年に当たるのは2044年、36年後のことである。甲子の年は60年に一度やってくる。

ねずみといえば、ミッキーマウスが世界的な人気者になっているが、日本ではねずみのイメージが良いものは少ない。「子」の年、写真甲子園イメージキャラクター「ミッキーマウス」ならず「フォトマウス」など、「子（ね、ねずみ、マウスなど）」の言葉と組み合わせて何かおもしろいものが生まれそうな気がする。公共施設などの名称も建設年度に因んで「○○丙子館2008」とか「○○丙子公園2008」などの表示もおもしろいと思うが「でもやっぱり『丙』よりは『甲』だ」と昔を振り返る。

子のイメージが悪いと書いたが「子の年に不作なし」。今年の稲は最高の出来が期待されている。あとは米のネ（値）が上がり、灯油やガソリンなどのネ（値）が下がること望まれるが、幸せを運ぶ招き猫はやって来るのであろうか？

短歌

義弟とは歳のたりあるなれと相談相手に心強しも
 雑草とふ植物は無し夏原の此の輝きにいのちを見たり
 値上がりのままに切身の薄くなりすまざるに焼もちみたり
 病む姑を看る娘を思ふも弱き身なれば甲斐なく過す
 陽を受けて咲き誇りたる向日葵も涼し言風は俯きぬれる
 闇かき小樽の海に花火立ととまれば愛しむ聴く
 好天に恵まれ種も色づきし他家の種も暗ればれとる
 植に干す夕顔よく輝きて過ぎゆく風も秋の気配す
 誕生の記念樹なき幼木の葉にけに光るな妻がある
 孟蘭盆も今日で終りか夕ときを盆太鼓の音風にのりる
 敬老会に着る服賢に娘と行けば昔の好みと違ふ服買ふ
 昭和ひとけなまたま生きて花見せむ酔ひわめけはては儂者

那須 喜美
 瓜生 昭枝
 松倉 和子
 清水 チヨ
 笹田 富士子
 宮坂 敬子
 岡澤 チズ子
 中田 治子
 矢沢 ますえ
 永江 栄子
 尾池 真沙子
 井山 一文

俳句

もつそうか早立秋の昨夜の風
 花芒挨拶だけの夫の里
 菜豆のみどりを食んで秋灯下
 秋立つや籠つぬけし父のこゑ
 里山に慈雨はべらせて秋立ちぬ
 ラグランの背にソナチネの秋の雨
 初秋や読みかけの頁風めくる
 あれこれと悩まぬと決め爽やかに
 乳呑み児の泣き疲れたり秋簾
 見得を切る座長はおみな秋立てり
 クレパスに足りぬ彩あり今朝の秋
 爽やかはさびしさ半は吾光る
 色付きの山の空気も爽やかに

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
 澤田 久美子
 松山 蓉子
 三島 智

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)。



プレステージ (DVD)

ギャガ・コミュニケーションズ
 奇術が科学へと変貌する19世紀のロンドン。天才マジシャンがショーの最中、舞台上で死亡する。逮捕されたのはライバルのマジシャン。その死は事故か、殺人か? (130分)



おばけのジョージーのハロウィーン (児童書)

ロバート・ブライト:著/徳間書店:刊
 ジョージーは、はずかしがりやの小さなおばけ。ハロウィーンの日、広場で行われるコンテストに本物のおばけのジョージーが出たら、一等賞まちがいなしんだけど…?



世界のスピリチュアル・スポット (一般書)

レベッカ・ハインド:著/ランダムハウス講談社:刊
 何世紀にもわたって崇拜されてきた、いにしえの聖なる地の数々。壮大な自然の景観、山のもつ力、聖なる泉。世界各国に存在する精神を高揚させる地を美しい写真で巡ります。



Dr. 中田の「健康にばんざい」

生活習慣病を防ごう⑨

今回から数回にわたって、糖尿病の薬物療法についてお話ししましょう。前回、食事療法と運動療法が治療の基本で最も重要であるとお話ししました。しかし、食事を守り運動を規則的に行っても、十分に血糖コントロールできない方がいらつしやることも事実です。そのような時に薬物療法が導入されます。糖尿病治療に用いられる薬剤は、経口糖尿病薬とインスリンに大別されます。今回は、経口糖尿病薬についてお話ししましょう。

インスリンの発見は1921(大正10)年ですが、血糖降下作用を持つ薬物の存在はそれ以前にすでに知られていました。しかし、重篤(じゅうとく)な副作用の問題等ではなかなか製品化されませんでした。

いくつもの臨床治験を経て、ついに1956(昭和31)年「トルブタミド」という薬剤が発売されました。この薬剤は現在も一般に使用されています。この後も、さまざまな薬剤が開発されてきました。

今私たちが使用できる経口糖尿病薬は、その働きの違いなどからスルホニル尿素薬、速効型インスリン分泌促進薬、α1グルコシターゼ阻害薬、ビッグアナイド薬、チアゾリジン薬の5つに分類されています。

インスリンは膵臓(ひぞう)のβ細胞から分泌されます。スルホニル尿素薬と速効型インスリン分泌促進薬は、このβ細胞を直接刺激し、インスリンを分泌させる薬剤です。速効型インスリン分泌促進薬はスルホニル尿素薬に比べ、より早く吸収され、

細胞を刺激し、血中から速やかに消失するという特徴があります。現在、糖尿病の治療薬として最も広く用いられているのが、スルホニル尿素薬です。

スルホニル尿素薬も、その開発の過程から3つに分類されています。トルブタミドなどの第一世代、長らくスルホニル尿素薬の中心に座していた第二世代薬、そして最近第三世代薬が開発使用されています。

経口糖尿病薬の中で最も強力なスルホニル尿素薬ですが、副作用として多いのが低血糖です。血糖が正常の範囲を超えて急速に低下した時に起る発汗、動悸(どうき)、頻脈、手指の震えなどがその初期症状です。さらに血糖値が50mg/dL程度まで下がると、頭痛、目のかすみ、空腹感、生あくびなどが出現します。それ以下になると意識低下、異常行動、けいれんなどが出現して昏睡(こんすい)に陥ります。

糖尿病治療では、より良い血糖コントロールを目標とします。その際、食事が遅れた時などに、低血糖を発症する可能性があります。特に高齢者や肝臓、腎臓に障害がある時には、低血糖が遷延化することがあるので注意を要します。

投与後しばらく有効であったものが、経過中に臨床効果がなくなったり、二次無効を経験することがあります。服薬治療中体重が増加しやすいので、しっかりと食事管理が必要です。

低血糖や体重増加を起こさず、血糖コントロールを良好に維持し、楽しく日常生活を送れるように薬物を調整することが、糖尿病治療の重要な仕事の一つといえます。

今回は、残り3種類の薬剤の特徴をお話ししましょう。
(町立診療所副所長 中田宏志医師)



滝裏の洞(ほり)を歩く熊の沢遊歩道の後半「若小屋の滝」

り、最近では常に入り口に通行止めのような横棒が渡され、一般登山道以上の用心を促す注意書きが掛っています。旭岳温泉から下ると、途中何度か送電線下の作業道と交差し、作業道は危険な高所作業用はしごや命綱で、ずっと下流の河原に行ってしまうので注意が必要です。



熊の沢大滝の直上の川床

この登山道の西に並行し、旭岳温泉から忠別川に流下する「熊の沢」は、一部の釣り人や登山者以外、行く人もまれですが、町史によれば「景観は素晴らしい」とあります。大小の滝や、中間部に延々続く滑り台のような川床などは確かなかなかのもので、紅葉の今、訪れてみたい思いと、相応の装備でも「もう“涼し過ぎる”なあ」とためらう気持ちがせめぎ合います。

文：旭岳ビジターセンター管理主任 菊地 基

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。

天人峡登山道と熊の沢

旭岳温泉と天人峡を結ぶ登山道は、利用者こそ少数ですが、長期滞在の自然愛好家、旭岳からトムラウシ山へ縦走する登山者などには貴重なルートで、ときどき問い合わせもいただきます。

下ではイタヤ、上ではミネカエデなど、途中から紅葉の木や色合いが異なります。天人峡から歩いて旭岳山頂を目指す昔をしのげる森の山道ですが、だれにでも薦められるわけではありません。

標高差300メートル近い崖をたどる天人峡の道には、浮き石や不安定な箇所もあ



落差約35メートルの熊の沢支流「遊子の沢大滝」



カナダからの No.2 風にのせて

Ardisby McDonald 英語指導助手 / リンズィー・マクドナルド

Communication and the Time Difference

I have friends all over the world. Some of these friends I met while they studied in Canada. Others I had the chance to meet when I studied abroad in Osaka. Many of my best friends, both Japanese, and others from various countries, live here in Japan. Of course, my family and many of my other friends are back in Canada.

As a Canadian, I'm very familiar with trying to communicate with people in different time zones. Canada is so big that it is spread out over 6 different time zones. If the time was 10:00 am in Western Canada, the time on the east coast would be 2:00pm (2:30pm in one province).

It's wonderful having friends all over the world. I have people to visit in Japan, Australia, Hong Kong, Egypt, Brazil and many other places as well as Canada, of course. This is also difficult though. For example, one of my younger brothers celebrated his birthday on August 25th. In the province of Alberta, the time is 15 hours behind Japan's. If I had tried to wish him 'Happy Birthday!' on August 25th here, it would still be August 24th in Alberta. Once it's late enough in the day there for my brother to be awake, it's too late in the day here to call, and I would be sleeping. I would have to call my brother on the morning of August 26th. (I forgot to call my brother this year, so I just sent an email!)

The time difference makes communicating with those I love difficult. I hope that everyone can forgive me for calling on the wrong day in the middle of the night. I can usually forgive them for accidentally calling me at 3am!

The time difference is just one thing among many that makes living in different countries challenging. However, since I think that calling is more personal than emailing, I will call when I can. Hopefully the people I call agree with me (even at 3am!) that it's the thought that counts!

コミュニケーションと時差

カナダへの留学生や、わたしが大阪留学中に会った人など、世界中に友だちがいます。国籍はさまざまですが、多くは日本在住です。またカナダにも家族とたくさん友人がいます。わたしはカナダ人なので、時差のある地域に住む人との付き合いをいろいろ経験してきました。カナダは広いので時刻の基準が6つあります。例えば、カナダ西部が午前10時だと、東海岸は午後2時です(2時半の地域もあります)。

カナダだけではなく日本、豪州、香港、エジプト、ブラジルその他世界中に友人いて、それはそれで素晴らしいことです。でもこれがまた大変だったりもします。例えば、8月25日は弟の誕生日。アルバータ(カナダ)は日本より15時間遅れです。日本で25日に「誕生日おめでとう!」と言おうとしたら、アルバータはまだ24日でした。結局、カナダ側が夜遅すぎて電話ができず、待っていたら今度はこちらが寝る時間になり電話できませんでした。結局26日朝に電話しました(今年は忘れていたのでもメールにしましたが)。

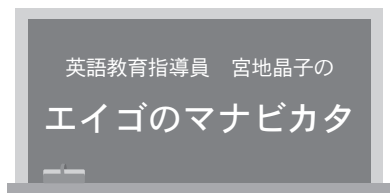
確かに時差があると大事な人とのコミュニケーションは難しくなります。間違っても真夜中に電話してしまっても許してほしい、と思います。わたしも誰かがうっかり未明の午前3時に電話してきても許します。時差は外国に住む大変さのほんの一例に過ぎませんが、ともあれ電話のほうがメールより親しみを込めた感じがするので、わたしはできるだけ電話しています。わたしが電話する相手も同じように思っていてくれるといいな、と思います(それがたとえ夜中の3時でも!)。だって大事な人は気持ち、ですものね。

(訳: 宮地晶子)

写真の町の通訳のとき、関東地方から来たゲストの方が声をかけてくれました。「わたしも翻訳の仕事をしています。この町の図書館に行ってみましたね」。そして次に口から出た言葉には、雷に打られたかのごとく驚きました。「というのも、わたしにとって今一番興味があるのが英語の本の多読なんです」と。

みなさんは「シンクロニシティ」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。「共時性」と訳します。びっくりするような偶然の出来事、奇跡と思えるような出会いを言います。

実はわたしはここ一年ほど頭の中が多読でいっぱい。多読をしつかりや



第53回 シンクロニシティ

れば誰もがもつと英語ができるようになる。これをこの町でやりたい、と多読の第一歩に踏み出した。多読の良さやわが子で実践済みでも、どうやったら人にわかってもいいかな、と。そんな時、この見ず知らずの人の口から多読のことを聞くなんて。びっくり仰天です。

「この五年で多読が急速に広まっている」「杉並区でも取り入れている」「素晴らしい英語力がつくことが各地で実証されている」。おまけに多読の第一人者にも紹介してくれるというのです。ほんとにびっくり。

この夏、わたしはほんの数人ながら、希望者を募って多読講座を開く予定を立てていました。初めてのことでも不安でしたが、でもその出会いのおかげで、自信を持って取り組むことができました。

「あなたの進んでいる方向が真実、正しいものであるとき、『シンクロニシティ』は起こります」と何かの本に書いてありました。「シンクロニシティ」がわたしにくれたのです。

雑記抄

重みのある言葉

九月号に引き続き、「成る程」と独り合点も甚だしい限りで。だが、気になり出したら止まらない癖を平にお許しいただきながら…。

● 本当に：北京五輪一色の夏に飛び込んできた日本選手と家族の言葉、

- 本当にうれしい金・銀・銅
- 本当に良かったメダル
- 本当に世界一の孫
- 本当にありがとう。(応援と援助と助言のおかげ)
- 本当に残念。欠場の冷酷さと出場の残酷さと練習の過酷さ
- 本当に幸せ、メダルを持ち帰れて、

● 本当に悲痛な野球、悲願のソフト、そして悲鳴を上げない選手等々、「本当にの連発」が強烈な日々であった。
 ● そもそも、本当とは「ほんとは」と、ほんもの、真実であるから、嘘や偽りや見せかけではない事・様

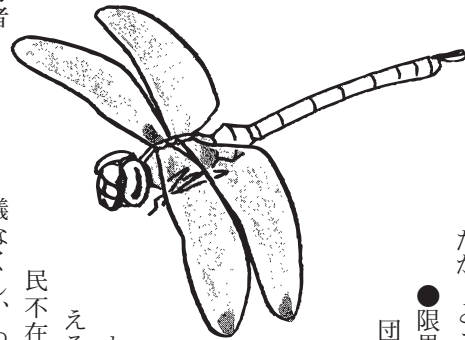
であり、正に心身共に努力と継続の選手その人である。本当に必要な豊かさをありがとう、選手の皆さん。

● 金さんが金：悲願の金メダルを手に笑顔を見せる金由起子選手。

八月に松山市で行われた女子野球W杯で悲願の初優勝に輝いた日本代表の主軸が金さんなのである。

● 九月七日付の新聞

で、全6戦に出場、4番打者が敬遠された5番打者の重圧から「食事を取るのもやっとなかった」と明かされたが、願いはこれをきっかけに女子の硬式野球が増えることで、その決意の程が胸に迫るのである。
 ● 隔年開催のW杯で2度目の出場を果たして初優勝した「金さんが



金」なのだから、スゴイのひとつに尽きる。どんな試合でも優勝することは大変なことであり、これがW杯となれば言うまでもない。女子選手の躍進が素晴らしいこのころ、「主軸の躍進 金たえる」というスポーツ記事の一面は小さいが、その実績は大きい。

● 限界：限界はやりといたたら、いい加減なことを言うなどの声も。

だが、どっこい、

● 限界自治：赤字再建

団体とか財政破たんとか、とにかく限界がつくと本当に大変なこと、村が町が市がしかも国までがとなると、それぞれが抱える財政悪化は「住民不在や無人化」を余儀なくし、ついにはゴーストタウンとなるのである。

● 限界集落：七月の広報（ストツプ・ザ・限界集落）でも要約したが、過疎が「雑多な負」を増大させる限界集落にも更に注視すべきである。

● 限界地球：正しくは「地球社会

● 限界点に突入」で、山本武信阪南大教授は生産・消費の転換が急務とし、「成長の限界などは理論上の仮説にすぎない。また限界は遠い将来のこととしてきたが（中略）、地球が自力でやっていける範囲は限られているという現実が鮮明になった。

● 七月の北海道洞爺湖サミットでは温室効果ガス排出量50%削減の長期目標を確認したが、地球の体力や寿命を考えるとホスピタリティ点（地球の末期を見とる）が必要である。

● 人間も地球も有限。一人一人が地球市民というシンプルライフの実践（命や物を大切に）が求められ、自足なくして地球に未来はない。

● と述べられている（以上要約）。やや固い話になったけれど、限界そのものの尺度や範囲を考えたときは難しさが先立つようである。

● 虫の声九月から青い空十月になって「重みのある言葉」をつまみ出したが、さて、町の風はどうだろうか。

(前) 中央分館長

尾池隆男

東川町に光がやってくる!! 申し込み受け付け中!

昨年、実施しておりましたBフレッツ誘致活動では、910件の仮申し込みを獲得し要望を行った結果、本年11月17日から東川町の一部の地域で順次サービスが開始されることとなりました。

しかしながら、サービス提供エリアも一部の地域となっており、エリア拡大が重要な課題となっております。

また、NTTから当初提示のあった本契約700件で町内全域（天人峡、旭岳地区を除く）のサービス提供条件が、本契約数で1,300件必要という条件変更の申し入れがありました。町、誘致の会ともこの条件は納得できる条件ではなく、今後、第一期本契約件数の目標を550件に設定し当初の約束通りの本契約数700件での町内全域サービス開始となるように、今後とも交渉に当たりたいと思っておりますので皆さまのご協力をお願いいたします。

今回提供されるエリアで本契約件数が目標に達しない場合、今後のエリア拡大はできなくなりますので、皆様のご協力をお願いいたします。

東川振興公社からのお申し込みで、最大15,000円のキャッシュバック!!
東川町及び誘致の会が指定する東川振興公社からのお申し込みでキャッシュバックが受けられます!
ハイパーファミリーのみ=12,000円キャッシュバック
ハイパーファミリー+光でんわ=15,000円キャッシュバック
※マンションタイプはそれぞれ2,000円減額

本申し込みの方法

■仮申し込みされた方

昨年の誘致活動のときに仮申し込みされた方が対象です。

仮申し込みされた方は、東川町及び誘致の会が指定する東川振興公社の取り扱いとさせていただきます。

- ①9月1日以降順次「NTT東日本北海道代理店受付センター」から申し込みに関する確認の連絡があります。
（※お電話の際には必ず「東川振興公社からの申し込み」であることをオペレーターよりお客様にお伝えします）
- ②電話にて申し込み内容、各種料金を確認して申し込むと手続き完了です。

■仮申し込みされていない方

昨年の誘致活動のときに仮申し込みされていない方が対象です。

▼電話でのお申し込み

- ①東川振興公社にお電話（☎82-2632）でお申し込みください（平日午前9時～午後5時）

▼窓口でのお申し込み

- ①東川振興公社、道の駅「道草館」窓口で専用用紙に必要事項を記載しお申し込みください。

注意 ・東川振興公社(道草館から申し込みの人を含む)以外からの申し込みではキャッシュバックは受けられません。
・他の代理店からの電話勧誘との取り違いにご注意ください。
・仮申し込みされた方で、東川振興公社以外の代理店（家電量販店でパソコン購入と同時にBフレッツサービスを申し込まれる場合など）からお申し込みされる方は東川振興公社へキャンセルの連絡をしてください。
※光ファイバー引き込み工事の基本工事費は、現在キャンペーン期間中につき無料となっておりますが、建物の構造上、別途工事費が発生する場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

お問い合わせ

サービス内容及びご利用料金、工事費等のご不明な点がございましたら、NTTブロードバンド担当へお問い合わせください。☎0800-800-5586（通話料無料）

■誘致に関するお問い合わせ：東川町企画総務課（誘致の会事務局） 担当：矢ノ目・平田☎82-2111

■申し込みに関するお問い合わせ：東川振興公社☎82-2632

くらしネットワーク

住民福祉課から

国民年金保険料の収納業務が民間委託になります！

平成20年10月より国民年金保険料が未納となっている方に対する「電話や文書による納付督促」や「戸別訪問による納付督促及び保険料の収納業務」について民間委託が実施されます。

今まで行政が行ってきた業務を民間事業者に委託することにより、民間事業者の創意工夫やノウハウの活用により、低コストでより良いサービスの提供を図るため導入されました。

北海道社会保険事務局から委託を受けた左記民間事業者が電話や文書、戸別訪問などで国民年金保険料の納付の案内を行います。

◎民間委託事業者：㈱オリエント
コーポレーション

■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

10月の行事

- 4日 大雪チャンピオンシップパークゴルフ大会(午前7時半、キトウシパークゴルフ場、東神楽森林公園パークゴルフ場)
- 18日 エア・ドゥ通航10周年記念植樹(午前9時、ふるさとの森予定地)
- 25日 町社会福祉大会(午前9時、農村環境改善センター)

人のうごき 8月16日～9月15日

(敬称略、掲載はご承諾をいただいております)

お誕生	父	母	行政区
生まれた子 倉内 敦也	直樹	佳恵	17区
岸田 奏汰	力也	幸乃	西町2丁目
井澤 唯花	延友	美香	17区西町
都志 日菜里	涉	奈歩	26区
松崎 史龍	郁巳	さゆり	南町2丁目

おくやみ	歳	届出人	行政区
亡き人 赤松 初枝	88歳	赤松 良作	31区
三井 瞳	73歳	三井 茂	22区
大石 次男	72歳	大石 富子	東町3丁目

ご結婚	行政区
大沼 貴義 } 寺島 裕 }	北町3丁目

人口・世帯数 8月末日現在		8月末日現在	
人口	7,791人	(前月比▲)	1人
男	3,714人	(前月比+)	4人
女	4,077人	(前月比▲)	5人
世帯数	3,180戸	(前月比+)	2戸
出生	3人		
死亡	3人		
転入	17人		
転出	18人		

◎委託事業開始日：平成20年10月1日
※注意事項

①民間事業者の担当者が保険料を収納する場合は、必ず未納者の方が保険料の納付書を持っている場合に限られます。

②社会保険庁が発行した保険料の納付書を持っていない方から、民間事業者の担当者が現金を預かり、領収書を発行することはありません。

お問い合わせは、旭川社会保険事務所 ☎27-1611、住民室(年金担当) ☎82-2111(内線123)

乳幼児等、重度心身障がい者の医療費をそれぞれ助成拡大します

10月1日から実施される道の医療給付事業改正に伴って、乳幼児等医療費助成制度に基づく乳幼児等の医療費の助成、重度心身障がい者に対する医療費の一部助成の受給対象をそれぞれ拡大します。

1. 乳幼児等医療費の助成
▼改正内容 入院の医療費助成は、対象年齢を「就学前から小学校6年生まで」(満12歳に達する日以後の最初の3月31日までの方)に拡大します。通院助成は従来どおり就学前までです。

▼手続き 申請手続きは従来のとおりです。次の書類を添えて申請してください。

- ・乳幼児等医療費受給資格認定申請書
- ・振込口座が分かるもの(郵便局及び貯蓄型預金は除く)
- ・保険証(子供のもの)
- ・所得証明書(今年1月1日現在で東川町に住所のない方)
- ・印鑑

2. 重度心身障害者医療費助成
▼改正内容 受給対象者として精神障害者手帳1級所持者を拡大し

ます。対象医療は、通院医療(精神通院だけでなく一般の通院医療を含む)、訪問看護、柔道整復等(入院医療は対象外)。

▼手続き 次の書類を添えて申請してください。

- ・重度心身障害者医療費受給者証交付申請書
- ・保険証
- ・精神保健手帳
- ・所得証明書(今年1月1日現在で東川町に住所のない方)
- ・印鑑

※所得制限があります。

お問い合わせは、社会福祉室 ☎82-2111(内線501・502)

て調理実習をします。「自分の健康は自分で守る」を柱に、健康の大切さを考えましょう。

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得できます)。

対象 町民の方どなたでも

日時 10月23日(木)午前10時～午後1時ごろ

場所 保健福祉センター

内容 講話「健診データから食生活と体の結びつき」、調理実習、試食。希望者には体脂肪測定もありません。

持ち物 筆記道具、エプロン、三角巾(食材料の一部として100円自己負担)

申し込み・お問い合わせ 保健指導室まで ☎82-2111(内線504)

食事で健康「栄養教室」

不適切な食事の摂取、運動不足などが原因の生活習慣病が年々増加しています。身近な材料を使っ

ノルディックウォーキング教室の開催

無理なく歩きながら健康維持に最適なノルディックウォーキングをご存知ですか。上川保健所から講師を招き、基本を学ぶ教室を開きます。初めての方、関心のある方のご参加をお待ちしています。

日時 11月10日(1回目)と平成21年1月30日(2回目)の午前9時半〜正午
場所 保健福祉センター集団検診室(実技は戸外の予定)
定員 40人程度
内容 ノルディックウォーキングの基礎、基本動作の講義と実技

持ち物 手袋(軍手程度の薄手のもの)、防寒着・靴(動きやすく耐水性ある素材のもの)、帽子(防寒用)、タオル(汗ふき用)、筆記用具、飲料水
その他 ウォーキング用のポールをお持ちでない方は無料で貸し出します。運動強度は60歳代く

らいまでを想定しています。申し込み多数の場合、健診受診者を優先させていただく場合もありますのでご了承ください。
申し込み・お問い合わせ 保健指導室 ☎82-2111(内線504)

「元気っ子クッキング」教室を開きます

子どもの成長に食べ物はとても大切です。親子で料理をしてみましょう。苦手な食べ物もおいしく食べられるようになりましょう。楽しく、簡単に出来る料理と一緒に作

○旭川厚生病院・旭川がん検診センター特定健診、がん検診
 お問い合わせは住民福祉課保健指導室 ☎82-2111(内線503) 住民福祉課

健診機関	旭川厚生病院	旭川がん検診センター
実施日	11月19日(水)~21日(金)	11月11日(火)・12月11日(木)
会場	保健福祉センター	旭川がん検診センター(保健福祉センターよりバスで送迎します)
時間	午前7時~同9時(30分ごとの受け付け)	午前7時50分までに保健福祉センターへ集合
申込期間	10月31日(金)まで	希望日の2週間前まで
申込方法	広報と一緒に配布されるチラシの申込書に必要事項を記入し、住民福祉課保健指導室にお申し込みください。(事前予約が必要)	
対象者	〈特定健診〉 特定健診受診券をお持ちの ①30歳から74歳までの町民で国民健康保険加入者(特定健診受診券は配布済みです) ②40歳から74歳までの町民で①以外の医療保険の被保険者(厚生病院、がん検診センターの健診を受けられるか事業主などにお問い合わせください) 〈がん検診〉 40歳以上の町民(平成21年3月31日時点の年齢) ※子宮がん検診は20歳以上の女性の町民	
検査項目	〈特定健診〉 身体測定・腹囲測定・血圧測定・尿検査・問診・血液検査・医師診察・心電図検査 ※各医療保険で検査項目、料金が異なります(国民健康保険加入者は旭川厚生病院762円、旭川がん検診センター873円) 〈がん検診〉 胃がん…胃バリウム検査(1,500円) 大腸がん…便の潜血検査(700円) 肺がん…胸部レントゲン検査(500円) 乳がん…視触診・マンモグラフィ、(50歳未満1,900円、50歳以上1,600円) 子宮頸(けい)がん…頸部細胞診(1,500円)、超音波検査(500円) 子宮体部…必用な方のみ(700円) ※旭川厚生病院のがん検診は胃・大腸・肺がん検診のみの実施です ※乳がん・子宮がん検診は、旭川がん検診センターでのみ実施します	
その他	○特定健診を受診される方は健診当日、特定健診受診券・健康保険証・健診料が必要 ○胃・大腸・肺がん検診をセットで受けた方：農協正組合員とその家族の方は、自己負担額に対して後日農協より助成があります	
オプション検診	希望者対象：前立腺がん検診(2,625円) ※旭川厚生病院の検診のみ	

○インフルエンザ予防接種の実施

接種期間	10月1日(水)~12月30日(火)までの毎週月~金曜日(祝日除く) 午前9時~午後5時まで
実施機関	東川町立診療所 ☎82-2101
対象者	①65歳以上(65歳になる誕生日から接種できます) ②60歳~65歳未満で、心臓やじん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方(医師の診断書または身体障害者手帳など障害の程度1級が確認できるものをご持参ください) ③15歳以下の方(中学3年生まで) ④上記以外の方は任意接種で受けることができます
接種費用	1,000円(①②③対象者のみ) ※12歳未満の方は2回目の接種費用も補助対象となります ※④の方は補助対象外ですので2,500円になります
持ち物	健康保険証、運転免許証等身分の証明できるもの
その他	接種を希望される方は直接町立診療所にお越しください

対象 おおむね2歳半以上の幼児とお母さん(お父さんも大歓迎)
日時 10月16日(木) 午前10時~正午まで

場所 保健福祉センター
内容 調理実習「噛む噛むクッキング」と試食、ミニ講話
持ち物 筆記道具・エプロン・三角巾(親子とも)
申し込み・お問い合わせ 保健指導室まで ☎82-2111(内線504)

幼児センターから

申し込み、お問い合わせは地域子育て支援センター ☎82-5110

「よちよち教室」を開きます

0歳児対象の親子遊びの教室です。乳児のお子さんが安心して遊べる場所をお探しのみなさん、親子で楽しく遊びながらお友達をつくりましょう。お兄ちゃんやお姉ちゃんも一緒に参加ください。

対象 0歳児の幼児とお母さん
日時 10月10日(金) 午前10時~正午
場所 幼児センター内子育て支援センタープレイルーム
参加予定 10組程度(事前予約が必要) 内容 赤ちゃん体操、親

子遊び、おもちゃづくり、伊藤副園長を囲んで「子どもの病気」についての交流会

センターまつり「親子あそびんかい」の開催

幼児センターを開放して「センターまつり」を開きます。ヨーヨーつり、わたあめなど楽しい出店がいっぱいあります。親子で楽しいひとときを過ごしましょう。
日時 10月26日(日) 午前10時~正午

場所 幼児センタープレイルーム、子育て支援センター
対象 町内在住、乳幼児から小学校低学年までの親子
内容 旭川在住の絵本作家、堀川真さんの「楽しい工作」コーナー、ヨーヨーつり、ゲームコーナーなど

見学会「一緒に考えよう」を開きます

今回は3歳児以上の子どもの様子を見学予定です。一緒に昼食も食べます。来年度幼児センターに入園をご希望の方はぜひご参加ください。
日時 10月17日(金) 午前9時半~正午

対象 3、4、5歳児のお子さんとお母さん
場所 幼児センター内子育て支援

センタープレイルーム
参加予定 10組程度(事前予約が必要)
内容 見学会(クラスに入って見学給食代 親子1食分180円(当日徴収))

「料理教室」の開催

旬の食材を使って家庭で簡単に作れるメニューをご紹介します。
日時 10月30日(木) 午前10時~正午

対象 子育て真っ最中の方(保護者)
場所 保健センター調理室(託児は集団検診室)
参加予定人数 15組程度(事前予約、託児室を用意します。準備の都合上10月24日までにお申し込みください)
内容 「秋の味覚」きのこと・根菜をいただきます!。講師は教育大旭川校准教授、川邊淳子さん
持ち物 エプロン、三角巾、手ぶきタオル、筆記用具
材料費 500円程度(当日講師にお支払いします)

入札及び工事・業務発注結果のお知らせ

公共工事等の入札結果をお知らせします。お問い合わせは公共施設管理室 ☎82-2111(内線237) 都市建設課

入札日	工事名等	請負業者	請負価格(円)税込	契約方法等
6月26日	教員住宅外部塗装工事	㈱タダノ	2,257,500	指名競争入札 指名3社
	公営住宅北団地A5 外壁改修工事	㈲谷地建設	4,515,000	同5社
	西3号南3丁目道路他1路線改良工事	松井組工建㈱	4,830,000	同
7月29日	西10号道路概略設計業務委託	旭川設計測量㈱	2,205,000	同7社
	平成20年度景観形成総合支援事業その1工事	松井組工建㈱	24,150,000	同9社
	平成20年度景観形成総合支援事業その2工事	㈱小岩組	18,060,000	同4社
	平成20年度景観形成総合支援事業その3工事	㈱ひだの塗装工業	7,875,000	同3社
8月12日	血圧脈波検査装置購入	㈱エム・イー器械	2,908,500	同4社
	西部コミュニティセンター増築工事	㈱小岩組	45,150,000	同9社
	農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業 水交流施設整備工事	㈱花本建設	10,500,000	同5社
8月26日	東川町立診療所外構補修工事	松井組工建㈱	5,985,000	同
	グリーンヴィレッジ宅地及び遊歩道植栽工事	㈱堀部造園	6,405,000	同6社
	天人峡道路天津橋上部工製作工事	五洋建設㈱札幌支社	81,900,000	同5社
9月12日	西川南団地公園整備工事	藤田建設工業㈱	2,677,500	同
	東川第一小学校屋外遊具整備工事	㈱小岩組	2,310,000	同
	農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業第一地区農村公園整備工事	花本建設㈱	27,300,000	同
	大雪遊水公園整備工事	㈱藤田組	47,250,000	同4社
	平成20年度景観形成総合支援事業キトウシ地区その1工事	㈲谷地建設	19,950,000	同5社
	農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業第一地区公園トイレ新築工事	松井組工建㈱	19,425,000	同4社
文化ギャラリー収蔵庫空調設備改修工事	㈱山田ポンプ商会	5,775,000	同9社	

休日、夜間の納付相談窓口を開 設します

税務課
町税並びに各種使用料等の納付を期限内に納付できないケースが増えています。しかし、厳しい状況の中でも生活費を節約して納付して下さる方や、納付計画により毎月決まった額を納入してくださる方もいます。町税、国民健康保険料、介護保険料、公営住宅使用料、下水道使用料、保育料などを納期限までに納付できなかった方を対象に、次のおり休日、夜間の納付相談窓口を開設します。ぜひご利用ください。

残念ながら納付相談や納付がない場合は財産調査を実施し、財産がある場合には滞納処分（給料、銀行預金などの差し押さえや不動産、動産の公売など）を実施する場合がありますので、ご留意願います。

日時 10月26日（日）午前9時～午後5時、10月27日（月）午後5時半～同8時

場所 役場1階税務課4番窓口

中央分館イベントテントの購入

地域活性化課
中央分館ではイベント用テント23張りを新たに購入しました。（財）自治総合センター（東京）が行っている一般コミュニケーション

成事業の助成を受けて購入したものです。

コミュニケーション助成事業は、同センターが全国自治宝くじの普及広報のため、宝くじの受託事業収入を財源として、コミュニケーション活動を促進とその発展、宝くじの普及広報を目的として行われているものです。

新しいテントは軽量で組み立てが簡単なため、行政区の行事や屋外活動などに広く利用いただくことができます。

利用を希望される行政区や団体は、地域活性化課地域づくり推進室 ☎82-2111（内線261）へ事前にお申し込みください。

一日行政相談所の開設

地域活性化課
「行政相談週間」（10月20日から同月26日）にちなんで一日行政相談所を開設します。道路、交通安全、雇用問題や国の行政全般について、お困りごとをお気軽に相談ください。

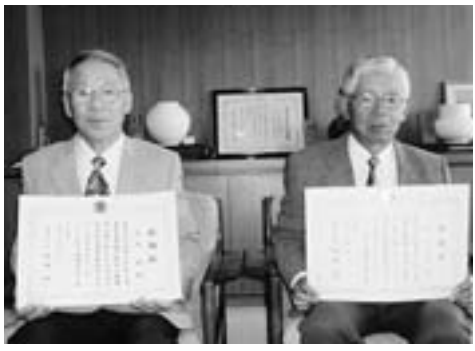
日時 10月16日（木）午後1時半から同4時まで

場所 町いきいきセンター（東川町社会福祉協議会）内相談室

相談員 稲井孝子さん（西町8丁目2-10 ☎82-2328）

その他 相談は秘密厳守、料金は無料です

当の被害を受けました。ポンプは2年前に設置されて以来、昨年手押し部分の金具が何者かに切断被害を受けています。町では早急にポンプ本体の復旧工事を行うとともに、2度にわたる悪質な行為を厳しく追及し、犯人に損害賠償を強く求めることにしています。



郷土館前の井戸ポンプ再び破損、約10万円被害

8月23日、町郷土館前庭に設置している井戸手押しポンプが壊されているのが見つかりました。町では公共物の器物損壊で旭川東署に被害届を出し、同署で犯人を調べています。

調べでは、壊されていたのは井戸手押しポンプの給水管部分切断と隣接して設置していたベンチ2脚。前日の日中は正常だったことから、前日夜からこの日未明にかけて壊されたものと見られます。ポンプは土台部分に土砂が詰め込まれており、合わせて約10万円相

お問い合わせ 地域づくり推進室 ☎82-2111（内線261）

農民彫刻家、松田与一氏宅前に 案内標識を設置



教育委員会
（構造形美術（東川・新田豊社長）がこのほど、13南の松田与一さん宅前の町道脇に、案内看板（高さ約4尺、四辺形の一辺1尺）を設置しました。

中央の大きな四辺形に「緑色」で松田与一 彫刻の館」、同時に英語の案内表記もあります。赤色、黄色、緑色の3色を基本に、道標として分かりやすい配色になっているのが特徴です。ありがとうございます。

松田さんは、農民彫刻家として町内各所に数々の作品を制作されており、自宅にギャラリーを併設して作品を公開しています。

**故山本正男元町議に叙勲。旭日
単光章を伝達**
3期12年間に渡って町議会議員として活躍され、地方自治功勞に



功績があった23区、故山本正男氏（今年7月、85歳で逝去）が旭日単光章を受章し、9月5日役場で伝達式が行われました。

長女の工藤好美さんが役場を訪れ、松岡市郎町長、浜辺啓町議

議長から叙勲伝達を受けました。故山本氏は1975（昭和50）年から1991（平成3）年までの間に、3期12年間東川町議会議員として地方自治に力を尽くされました。その間、1972（昭和47）年から1期、町農業委員としても活躍されました。

泉さん、永井さんの2人に上川 支庁長から交通安全感謝状

町交通安全指導員の西町3、泉文夫さん（写真右）、西町1、永井昭さん（同左）の2人が長年の交通安全活動で上川支庁長感謝状を受けました。

10月10日同支庁で授与式が行わ

**平成20年
秋の火災予防運動**

□運動期間 10月15日(水)~10月31日(金)

統一標語
「火のしまつ 君がしなくて 誰がする」

重点事項

- 住宅用火災警報器・消火器を設置しましょう。
- 暖房機の使用には十分注意しましょう。

期間中の主な行事

- 防火啓蒙サイレンの吹鳴
15日から3日間午後7時に15秒間
- 防火パレード
- 街頭広報等

大雪消防組合東消防署・東川消防団

です
○チャイルドシートは緩まないよう正しい装着を。

町の株主が続々誕生!!



佐藤さんご夫妻



山崎さんご夫婦

今年6月から誕生した「写真の町」ひがしかわ株主制度に賛同して、町の株主が誕生しています。8月25日には、札幌東川会員の山崎和男さん、まき子さんご夫妻（札幌市在住）、9月1日には佐藤隆政、礼子さんご夫妻（株主として登録されました。

臨時職員（給食調理員）の募集

教育委員会
町立小、中学校の臨時職員（給食調理員）を募集します。

採用予定 給食調理員（若干名）
応募資格 調理師資格、自動車運転免許の取得者、町内在住者の健康な方

締め切り 10月10日（金）（必着採用年月日 11月4日（予定）
賃金体系 町臨時職員賃金規定による。（月額5千700円）

勤務 月曜日から金曜日までの週5日間（学校の休み中は除きます）

勤務時間 午前8時15分から午後4時までの間の7時間勤務

提出書類 履歴書、調理師資格証の写し

その他 面接は申し込み者に後日ご連絡します

申し込み、お問い合わせ 生涯学習課（東川町東町1丁目15-13 ☎82-2111（内線582）
担当・高木

試験会場 陸上自衛隊旭川駐屯地 （旭川市春光町）

締め切り 10月24日（金）
入隊予定日 平成21年3月下旬から4月上旬

お問い合わせ 自衛隊旭川地方協力本部南地区隊 ☎22-0648、
役場企画総務課総務係 ☎82-2111（内線337）、募集相談員の小野さん（☎82-3737）

全町ふれあいミニバレーボール大会の参加者を募集
東川町ミニバレー協会主催で開催する第20回全町ふれあいミニバレー大会参加者を募集します。

日時 11月9日午前9時半試合同開
始（開会式は午前9時20分から）

会場 東川町B&G海洋センター
対象 ミニバレー協会、町内在住または勤務者

種目 ①リトルジュニアの部（小1〜3年生と大人2人）②ジュニアの部（小4〜6年生と大人2人）③中学生の部（中1〜3年生と大人2人）

参加料 1チーム千円（障害保険料を含む。大会当日、会場受け付けで徴収します）

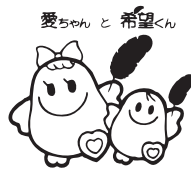
申し込み、お問い合わせ 10月30日までに選手名簿を東川町B&G海洋センター内事務局にご提出ください。 ☎82-4600

交通量が多い秋の輸送繁忙期は 要注意!

10月17日（金）から同月26日（日）は「秋の輸送繁忙期の交通安全運動」期間です。農作物の収穫輸送など物流量が増える秋の繁忙期は、道路の交通量も多くなります。交通事故に遭わないために十分な注意が必要です。

重点目標は次の項目です。

- スピード出しすぎと過労運転を防ぎましょう
- 夕暮れ時は高齢者の事故に特に気をつけましょう
- シートベルトは後部座席も必要



赤い羽根共同募金にご支援ください
 (財)北海道共同募金会
 「地域の福祉、みんなで参加」をスローガンに、10月1日から12月31日まで、道内一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります。

寄付金は、民間の社会福祉施設や社会福祉協議会、小中学校の児童、生徒のボランティア活動、母子・父子家庭の交流会、お年寄りや身体に障害を持つ方たちのための移動用車両(車椅子用リフト付き)の購入、市民ボランティアやNPO(非営利活動法人)団体への活動支援などに役立っています。お問い合わせは(社)北海道共同募金会(札幌市中央区北2条西7丁目、社会福祉総合センター) ☎011-231-8000



「旭川」を「5-2」で破り、決勝戦は美瑛野球少年団を「4-2」で下しました。

東川大雪野球少年団が少年野球連盟南支部秋季大会で優勝

9月7日から15日まで、旭川ドリムスタジアムなどで行われた旭川少年野球連盟南支部秋季大会(Aクラス13チーム)で、東川大雪野球少年団チームが美瑛野球少年団を下して優勝し、10月に開催される「あさひかわ新聞杯チャンピオン大会」への出場が決まりました。

準決勝戦は千代田イーグルス

社協だより

温かい善意あふむかいます
 8月16日から9月15日まで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。
 《ご香典の返礼にかえて》
 31区 赤松 良作様
 22区 三井 茂様
 東町3丁目 大石 富子様
 今月の「くらし」の相談日(案内) 町民のみなさんの困っていることなど、相談日をつけて毎月一回第3木曜日午後1時半から同4時まで社協相談室で相談に応じます。
 今月の相談日と相談員は次のとおりです。
 10月16日 稲井 孝子

特定公共賃貸住宅の入居者を募集します

受付期間	10月1日(水)~24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	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 ※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。

●家族向け特定公共賃貸住宅

募集团地	場所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他
① 南団地B1	南町1丁目7番	・3LDK(80.9㎡) ・1戸(2階中央) ・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	
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。			

●単身者用特定公共賃貸住宅

募集团地	場所	間取り・戸数・家賃	建築年・構造・設備等	その他
② 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	
③ 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。
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) 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 申し込み者が募集戸数を超える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 11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)

自賠責保険・共済の有効期限は切れていませんか

旭川運輸支局 旭川運輸支局 自賠責(自動車損害賠償保険)・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、原動機付き自転車を含むすべての自動車1台ごとに加入を義務付けられています。
 四輪車ばかりでなく、車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付き自転車、軽二輪自動車)は、有効期限切れ、掛け忘れにご注意ください。
 お問い合わせは、旭川運輸支局 輸送・監査担当 ☎51-5272(直通)、またはホームページ <http://www.jihai.jp>

「女性の人権ホットライン」の特設電話相談を開設

旭川地方事務局 旭川地方事務局 旭川地方事務局、旭川人権擁護員連合会は、11月17日から同月23日までを「女性のホットライン強化週間」とし、女性の人権問題に関する電話相談に応じます。
 時間は、平日午前8時半から午後7時まで、土・日曜日は午前10時から午後5時まで。特設電話は ☎0570-0700-810
 お問い合わせは人権擁護課 ☎38-11169

全国労働衛生週間です

旭川労働基準監督署 10月1日(水)~7日(火)は「全国労働衛生週間」です。「あなたが主役 明るい職場と健康づくり」をスローガンに、明るく快適で安全で健康増進を図ることができる職場環境作りの促進に取り組ましましょう。事業場の自主的労働衛生管理を進めましょう。
 お問い合わせは ☎35-5901(第3方面)

泊発電所でプルスー計画を検討しています

北海道総務部危機対策局 北海道と後志管内泊村、共和町、岩内町、神恵内町の北海道電力泊

困ったときは「貸金業苦情相談専用フリーダイヤル」

上川支庁 貸金業者による高金利被害が相次いでいます。新聞や雑誌に広告が掲載されている業者でも安全とは限りません。不当に高い金利の契約を迫られたときなど、絶対に契約書は交わさず、まず相談してください。
 北海道では、フリーダイヤルで専門の相談員が苦情相談を受け付けています。毎週月、金曜日の午前10時から正午、午後1時から同4時まで(祝、祭日と年末・年始(12月29~1月3日まで)は除く)。
 専用ダイヤルは ☎0120-1178372
 お問い合わせは商工労働観光課 商工振興係 ☎46-5940、または北海道経済部商工局商工金融課 ☎011-204-5345

文化ギャラリー展示案内

※10月3日(金) 展示入れ替えのため休館
 ●10月4日(土)~10月23日(木) MOA美術館児童作品展・三軌会写真部北海道展
 ※10月24日(金) 展示作品入れ替えのため休館
 ●10月25日(土)~11月3日(月) 第38回東川町民総合文化祭作品展

お詫び
 9月号の28頁「おいしい手料理」で中田秀子さんのお名前が掲載もれていました。お詫びいたします。

「青春キッズ5・7・5」(平成19年度入選作品) キャッチ大賞 **信じようあなたの可能性** (一般の部 明石加代子)



子育てチャンネル

叱るカウンスeling

子どもたちが最近変わってきていると私は感じている。具体的にどのように変化しているかというと、日常的な会話や意志の疎通が非常に難しくなっている。また、子ども同士でも意志の疎通ができなくて、さ細な誤解から人間関係を壊してしまいうケースが非常に多くなってきた。

生徒指導の中に教育カウンスelingという手法がある。子どもの行動を変容させること、つまり気づかせることが目的である。子どもの気持ちを分かって、共感する態度が必要であるが、ときには、叱(しか)ることも不可欠である。

もちろん叱ればそれだけで良いという訳ではない。我々(われわれ)大人は、愛情に満たされた寛大さと善悪を諭す厳格な態度の両方が必要である。つまり、母性と父性がうまくかみあって、功を奏すということである。

しかし、子どもを叱れない大人が非常に多くなってきた。叱らないということは、悪いことをしたときに罪悪感が芽生えるチャンス子どもから奪うということである。

昔の日本、特に江戸時代においては、一人の子どもに対して、名付けの親や育ての親、寺子屋の先生に至るまで、十人以上の大人が関わり教育をしていた。当時は早くから職業の方向性が決まっており、読み書き、そろばんだけでなく、その職業に就くにあたり、必要な心得といった内面も重視していた。一つ叱って、三つ褒めるといったことがタイピングよく行われていた。もちろんこういった指導には大人と子どもの信頼関係が不可欠であるということはいまでもない。また、叱ることで信頼関係が深まることもある。

この時代から比べると今の我々大人は叱る勇気や気力、関

心がなくしてしまったのだろうか。それとも、子どもの生活環境が変わってしまったのだろうか。

私は、商業と情報という教科を教えているが、本校すべての生徒を対象に、記名式でアンケートを実施した。この結果から次のことがわかってきた。

子どもたちの中には、携帯電話でのメールの送受信が一日に千件を超えたことがある生徒が数名いるということである。

一睡もせずに携帯電話を操作したことがある子どもも多数いることが分かってきた。これは一部の子どもの状況ではなく、全国的に、あるいは小学生に至るまで、そういう傾向が急速に増大しているのではないだろうか。

我々大人は、子どもたちのコミュニケーション形態や環境が激変していることに早急に気がつかねばならない。

携帯電話やインターネットは、子どもたちを変えている大きな原因の一つではないだろうか。子どもの本質は今も昔も変わらないが、我々大人が環境を変えてしまった。その責任として、もっと叱るカウンスelingを重視しなければならないと私は考える。

この東川町は、教育面で非常に優れた点がある。幼児センターから高等学校、専門学校に至るまで一貫した教育施設環境があり、複数の教育機関が子どもの成長に関わっている。町内にいれば、町内の複数の大人が見守ってくれる。

私は、教員であり、これから東川の子どもたちを教え、諭して、ときには叱り、褒めてあげたい。

北海道東川高等学校

教諭 井上 司



注目され始めたノルディックウォーキング 体脂肪を減らそう！必見！ベストウォーキング

道内は全国平均に比べて肥満者の割合が高い地域です。それは積雪、寒冷、滑りやすい路面などが原因で、冬期間の運動量低下が大きいためだと分かりました。普段忙しい方は運動する時間を十分に取ることが難しい場合がありますが、それでも、1日に少しは歩くはず。この少しの時間をちよっと工夫して、効果的で楽しく安全なノルディックウォーキングをご紹介します。

ノルディックウォーキングとは、北欧フィンランドが発祥の地。ストックを両手で持って2本ストックで歩行する運動です。ストックを地面につきながら歩くので冬場の雪道でも安定性が増し、スキークロスカントリースキー選手が夏のトレーニングとして活用しています。北欧では通勤、通学などを利用した毎日の運動として日常的な光景になっているといわれています。

「歩き方」を工夫しましょう

だれでも無理なくできるウォーキングですが、その運動効果は意外に大きいものです。

①通常のウォーキングに比べて運動量が20パーセントほど上昇するので、体脂肪が減って体が引き締まります

②両手でストックを持つので、首、肩の痛みや凝りを解消し、膝や腰にかかる負担を軽減し

ます③滑りやすい雪氷路面の歩行転倒防止に役立ちます。季節や年齢を問わず、だれでも気軽に楽しみながら健康効果を上げることができます。

その1 ストックを意識せず、引きずったままでもいいので普通に歩きましょう。

自然に腕を振れるようになったら、ストックを軽く握り、地面を突き始めてください。

その2 ストックは前足の中間に突き、そのまま手が腰を通過するまでしっかり力をかけ、自分の体全体を前方に押し出すようにしましょう。

その3 慣れてきたら歩幅を大きく取れることを心がけ、リズム

良く進みましょう。

通勤や散歩、毎日の買い物帰りになど、いつでもどこでもできます。ただし舗装道路や公園など、路面に穴をあけることを禁止している場所では、ストック先端にゴムキャップを付け、路面を傷つけないようマナーに配慮しましょう。

ストックを持たない時

ストックが持てない時、持ち歩けない時には「太もも歩き（ヒップスライド）」という歩き方があります。

膝を曲げ、膝下（ふくらはぎ）を垂直に立てて足の裏全体で接地し、歩幅を大きく取って、重心を上下するように歩きましょう。

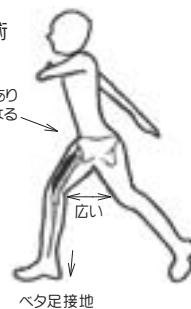
通常のかかと歩き歩行中に1分間ほど行い、これを3回繰り返す。

かかと歩き

太もも歩き

雪道を歩く技術

・ひねり(ツイスト)あり
必然的に大きくなる



返しましょう。慣れてきたら回数を増やし、それでも不足を感じたら1回当たりの時間も増やしていきましょう。

ただし膝と腰に負担がかかるので1回当たりの運動時間は3分間程度までにしてください。ベタ足で接地するので安定性が増し、転倒予防にも効果があります。太腿と臀部（でんぶ）の筋肉を使う有酸素運動です。ノルディックウォーキングの基本を学ぶ講座を開きます。健康増進にチャレンジしてはいかが？（くらし・ネットワーク欄18頁のお知らせ参照。健診チラシ10月号の裏面もご参照ください）

10月 October

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

【10月分】

- 1日(水) ~12月30日(火)
インフルエンザ予防接種期間 (町立診療所)
- 3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~)
- 6日(月) ~17日(金)
後期高齢者健診 (町立診療所) **申込制**
- 16日(木) 元気っ子クッキング 10:00~12:00
23日(木) 栄養教室 10:00~13:00
24日(金) 3歳児健診 12:45~13:15
27日(月) 子育て相談 **予約制**

※会場は保健福祉センターです!

【11月分】

- 7日(金) ごっくん教室
乳幼児健診
- 10日(月) 移動献血車来町
ノルディックウォーキング教室
- 11日(火) ~14日(金)
ポリオ接種期間
- 11日(火) 旭川がん検診センター送迎検診
- 12日(水) 児童相談所巡回相談
- 17日(月) 子育て相談
- 18日(火) 栄養教室
- 19日(水) ~21日(金)
旭川厚生病院 特定健診、がん検診

<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)

<親子遊び体験教室>

3日(金) テーマ「楽器遊び」…………… 10:00~11:30

<遊びの広場>

(毎週月・火・水曜日プレイルーム開放) ……9:00~12:00

1日・6日・7日・8日・14日・15日・20日・21日・22日・
27日・28日・29日

※会場は幼児センターです!



おいしい手料理

【サケの簡単チャンチャン焼き】

季節の秋サケ切り身を使って、フライパン1つでいつでも出来る簡単北海道料理です。

<材料> 2人分

- サケの生切り身… 2切れ
- ピーマン…………… 半分程度
- キャベツ…………… 8分の1玉
- たまねぎ…………… 約半分
- だし昆布… 20㊦程度の大きさ
- 味噌…………… 大さじ2
- 日本酒…………… 大さじ1
- みりん…………… 大さじ1
- 砂糖、レモンバーム… 各少々
- バター…………… 1㊦程度

<作り方>

- ① フライパンかホットプレートにだし昆布を引き、サケの切り身を乗せます。
- ② キャベツの千切り、ピーマンの輪切り、たまねぎの細切りをさらに上に載せます。
- ③ 味噌、日本酒、みりん、砂糖を加えて混ぜ合わせた調味料を上からかけ、バター、レモンバームを乗せて5~10分間程度中火で蒸し焼きにして出来上がり。

切り身の上にはニンジンやきのこと類を乗せてもおいしくいただけます。味をおいしくするポイントは下に敷くだし昆布です。

【ルバーブを使った食パンカナッペ】

シベリア原産のタデ科多年草。和名「シヨクヨウタイオウ」。漢方では便秘などの緩下剤として有名。酸味が強く癖がありますが、ジャムでおいしくいただけます。お酒のおつまみに、お手軽カナッペをどうぞ。

<材料>

- スライス食パン… 2枚程度
- ルバーブの茎…… 1、2本
- 砂糖、レモン汁… お好みで
- スライスチーズ… 2枚程度

<作り方>

- ① ルバーブは、茎を1㊦程度の長さに細かくぶつ切りにし、同量程度の砂糖と一緒に10分間程度煮込む。
- ② すぐに茎は液状にとけるので、火を止めてレモン汁 (2、3滴) を加える。これでジャムは完成。
- ③ 用意した食パンは耳を切り、4等分にしてジャムを乗せ、その上に4等分したスライスチーズを乗せる。
- ④ パンをオーブントースターに入れ、チーズが溶ければ出来上がり。

(中田 秀子さん)

※ルバーブは雪が降る前まで、中田さん宅でお分けすることができます。

【食べて健康・豆知識】

今月も前回に引き続いてこれから旬を迎えるサケのメニューです。サケはビタミンA、B₁、B₂、D、カルシウムが多いのが魅力です。不足しているビタミンCを野菜 (ピーマン、キャベツ) やくだもので補い、豊富に含まれるB群には、吸収を促進するアリシンを含むたまねぎを組み合わせるといいでしょう。

レモンバームを用意できない方は、レモンで代用できます。ルバーブは、マーケットの店頭ではあまり見受けられませんが、見た目はふきに似ていてジャムに適しています。中田さんからおすそ分けをもらって、ぜひ作ってみてください。

(住民福祉課栄養士 中村 弘美さん)

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!

■東川町オフィシャルサイト <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。