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

▼水の恵みの源流、大雪山から米どころを〝でっかく〟アピール

▼環境福祉専門学校に韓国から日本語留学生

8

2009 August
No.670

CONTENTS

水の恵みの源流、大雪山から米どころを"でっかく"アピール — 3
○農協青年部が旭岳山頂まで米俵担ぎ

まち・タウン — 4
○故小西健二さん、自宅を町に寄贈。音楽堂、町のゲストハウスに
○旭岳で「ヌプリコロカムイノミ」の儀式盛大に
○平和の誓い新た―戦没者、開拓功労者慰霊祭
○死亡事故抑止の町内緊急ローラー作戦　ほか

今、生き生きと — 8
○No.24　ロッジ「ヌタプカウシペ」　春菜秀則さん

町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」 — 10
○出会いの場、フォトフェスタと写真甲子園
◇短歌・俳句

大雪山の素顔 — 11
○手つかずの自然　大雪山自然学校　沢辺佳彦さん
◇新刊図書・ビデオ案内

新 Hi from Kori — 12
○NO.1　生き物との遭遇　英語指導助手　コーリー・チューイーさん
○エイゴノマナビカタ「8月はぜひラジオを」　英語教育指導員　宮地晶子さん

美しい緑と花の町・ルーイヤナ町民訪問記 — 13
○第2回　主婦　鈴木佳苗さん

大雪地区広域連合からのお知らせ — 14
○国民健康保険料、介護保険料を改定します
○介護報酬改定に伴う保険料上昇分が軽減されます

くらし・ネットワーク — 15
○就学支援費補助金の希望世帯を受け付けます
○"急報"町内に「架空請求はがき」が出回っています。相手には絶対連絡しない!
○東川サッカー少年団が初の全道3位
○第29回 大雪山自然観察講座のご案内
○町民水泳大会の参加者を募集します　ほか

子育てチャンネル — 22
○激動の2歳…増田祥子さん

保健だより — 23
○夏でも要注意!　新型インフルエンザ流行の兆し

おいしい手料理 — 24
○「くず鹿の子」…和菓子教室主宰　高瀬順子さん
◇食べて健康・豆知識…中村弘美さん

「町の風　雑記抄」は休載します

ひがしかわ
Public relations brochure of Higashikawa

8

2009 August
No.670

第4回ひがしかわ大写真展 町民一般部門
佳 作
「笑顔」
岡村正雄さん撮影

農協青年部が旭岳山頂まで米俵担ぎ

水の恵みの源流、大雪山から米どころを〝でっかく〟アピール

町内農家の後継者が集まっている農協青年部で、今夏米俵を担いで真夏の旭岳山頂まで駆け上がる企画の準備が着々と進んでいます。名付けて「この町に生まれ、この町で生きていく俺達の挑戦と感謝」キャラバン。担ぎ上げた米は、山頂で山の神に献上し、米どころ農家の意気込みをアピールして〝雄叫び〟を上げようーと意気盛ん。

8月22日（土）午前9時過ぎ、東川町農協青年部（松家孝志部長、39人）の若者たちが大雪山の恵みの水で育った東川産「ほしのゆめ」6俵（1俵30キログラム）を担いで、大雪山旭岳（標高2千291メートル）の山頂を目指します（当日の天候によって中止する場合もあります）。

正午過ぎには山頂を制覇。担ぎ上げた米を山の神に献上して大雪山の恵みに感謝します。

献上米は、山の神に奉納後、いったん山から下ろして1キログラムずつの袋に小分けし、翌23日（日）、旭岳温泉10軒のホテル、旅館を回って、その日滞在している観光客にプレゼントする計画です。

命の源流・大雪山の恵みで育った米のうまさを知ってもらい、大雪山と東川町のファンになってもらおう、という狙いです。

もちろん山の神に今年の豊作も祈るつもりです。

配布は、「ほしのゆめ」のほか、大雪旭岳源水（500ミリリットルペットボトル2本）、季節野菜の地物トマト、ピーマン、トウモロコシ、サンチュ（葉野菜）も加えて「安心・安全な東川産農産物セット」にし、〝おいしい野菜王国〟もPRするつもりです。

同青年部には今年、農業後継者が新たに7人も加入してきました。例年にないにぎわいです。

「地元の農業後継者としてなにかできることはないか？」と話が盛り上がり、「町と農業と観光をすべてリンクさせたイベントをつくろう」と初の企画実現に足並みがそろいました。

現在19歳から40歳までの男性約30人が担ぎ手に名乗りを上げています。途中交代しながら1人2回程度ずつ米俵を背負う計画です。

今年の青年部プロジェクトは、この米俵担ぎ登山に限っていません。

先立つこと約2週間前の9日、青年部が主催して初の〝婚活〟パーティーも計画しているのです。

6年ぶり開催のパーティーは、旭川市内などの女性に参加を呼びかけています。

昼食後、一緒にパークゴルフを楽しんでもらい、その後サンチュ、しいたけ、トマト、長ネギなど、旬の野菜収穫体験も楽しんでもらおう、というもの。うまい空気と大地と自然を満喫してもらえば、好印象OK！ というわけ。こちらの成果も楽しみです。

▲米俵担ぎ登山プロジェクトを仕切る松家孝志さん（左）と事務局の農協職員、齋藤洋平さん

故小西健一さん、自宅を町に寄贈。音楽堂、町のゲストハウスに

今年4月、病気療養中のところ逝去した東町1、故小西健一さん（当時69歳）が、自宅と家具・調度品など同地の動産、不動産を町に寄贈しました。

6月25日、兄の正隆さん（71）＝川崎市在住＝ら遺族4人が役場を訪れ、松岡市郎町長に故人の財産目録を手渡しました。

住宅（2002（平成14）年建築）＝木造2階建て延べ約120平方㍍、土地約230平方㍍、所蔵の高級グランドピアノ（オーストリア・ベーゼンドルファー社製）、チェンバロ、管球式高級オーディオ装置（アンプ、レコードプレーヤー、スピーカーなど）。生前から町への財産贈与を決めていたそうです。

小西さんは東川町出身。町に対する思い入れが強かったそうです。

退職後、当地に自宅を建てて「小西音楽堂」と名づけ、知人を招いて時折コンサートなどを開いていたといいます。

正隆さんは「弟は、生前から家とピアノを町に寄贈したい、お金は奨学金に使ってほしい、と言っていました」などと思い出を披露しました。

小西宅は、町文化ギャラリーのすぐ裏に位置しています。松岡市郎町長は「ゲストハウス、コンサート会場として使いたい」と感謝しました。

同時に多額の現金寄贈も受けました。

こちらは、故人の遺志で奨学金資金として活用する予定。近く奨学金条例（仮称）などを検討し、運用方法などを具体化する予定です。

盲目の声楽家、時田直也氏コンサート2度目の来演

6月25日夜、盲目の声楽家、時田直也氏（神戸市在住）の生き生きコンサート「歌声に希望をのせて」が農村環境改善センターでありました。

本町での公演は2度目。会場には、前回の舞台ですっかりファンになった町民、旭川市内から駆けつけた聴衆が会場いっぱいに響き渡るバリトンの歌声に聞き入りました。

ステージは、故坂本九さんの歌でおなじみの曲「見上げてごらん夜の星を」（永六輔作詩、いずみたく作曲）で幕を開け、幼い日の思い出や音楽との出合い、希望を持って学び続けてきた思い出の日々などの語りを時折織り交ぜながら、良く知られている歌謡曲や唱歌など13曲を披露しました。来場した方たちは、よく響き渡る歌声から希望と勇気をいっぱいにもらったようでした。

初夏さわやか、町民体育祭

7月5日、町民運動公園で第31回東川町民体育祭が開かれました。

町内7老人クラブチームが今年も勢ぞろい、一般チームは農協チームが初出場して11チーム約400人が参加しました。

町長と議長の恒例じゃんけん大会、老人クラブ対抗のパークゴルフリレーで幕開け。チーム力を誇る「東川第三」チームが今年も元気。全町俵かつぎリレーなど5競技を制しました。

総出で応援に熱が入ったのは、やはり最後の全町綱引き。今年は「ニューパワー北町3丁目」チームが優勝を奪還し、初出場のJAチームも若さと体力で4位入賞を果たしました。

場外フィールドは、競技を横目にそれぞれ焼肉、焼き鳥コーナーが早くからおいしいにおいをあたり一面に振り巻き、参加者はさわやかな好天に恵まれて野外パーティー気分も満喫したようです。

旭岳で「ヌプリコロカムイノミ」の儀式盛大に

6月27日、旭岳温泉青少年野営場で旭川・近文アイヌの皆さんが山開きの儀式「ヌプリコロカムイノミ」を行いました。

アイヌ語で「ヌプリ・コロ・カムイ・ノ・ミ」とは「山（を）持つ神（に対して）拝む」という意味。迎え火に大かがり火をたき、山の神に今季の山の無事故を祈りました。

昨年までは山開きの日の夜、儀式を行ってきましたが、今年からは単独での開催になりました。

午後7時半、大かがり火に火が入ると、宿泊中の観光客の皆さんが次々と会場に集まりました。

民族衣装に身を包んだアイヌの皆さん約40人が古式にのっとってアイヌ語で山の神に祈りを捧げ、女性たちがムックリの調べに合わせて神に捧げる舞いを献上、観光客の盛んなカメラのフラッシュを浴びていました。

今年は山開きからこの日まで1週間、野営場広場を会場にして、NPO法人（特定非営利活動法人）ねおすの活動員や旭岳温泉街の旅館経営者の方たちが、お話会、まき割り講習会、手作りのくん製作りなどを開き、観光客の皆さんにアウトドアライフの技や旭岳の歴史などを披露し好評でした。

消防団女性部が結団初のお披露目、消防総合訓練大会

6月28日、大雪消防組合東川消防団（金盛勇松団長）が今年の消防総合訓練大会を開催しました。

町内5分団から81人が東川小グラウンド会場に勢ぞろいしました。松岡市郎町長の閲団後、それぞれ分団ごとに隊列行進、小型ポンプ応用操法・放水訓練を展示披露。見事な連携訓練の成果を見せました。

一斉放水展示に続いて中心市街地約700㍍の道道も観閲行進しました。

4月発足した女性部団員7人も初参加し、おそろいの濃紺の制服姿に身を包み、りりしい姿を町民にお披露目し町民の拍手を浴びていました。

嘉島町議会が来町

7月8日、熊本県嘉島町議会の経済厚生常任委員会（津出悦男委員長）の一行4人が本町を訪れました。

嘉島町（荒木泰臣町長）は、本町と福島県川内村（遠藤雄幸村長）とともに、今年11月、東京で第1回大会を開催予定の「安全・安心でおいしい地下水サミット」開催の呼びかけ3自治体の一角です。

熊本平野の水田地帯で、3本の河川に囲まれ町内各所に湧水群があります。湧水群に浮かぶ浮島の光景が代表的で、国内大手飲料水メーカーの生産工場を積極誘致するなど、豊富な水資源を産業活性化に活用しています。

4議員は、地下水を活用した町づくりを進めている自治体同士として東川の現状を視察し「水道のない町づくりに積極的な様子を町長にしっかりと報告したい」などと話していました。

平和の誓い新たに―戦没者、開拓功労者慰霊祭

7月4日、先人の労苦をしのぶ戦没者、開拓功労者への慰霊音楽行進、慰霊追悼式が開かれました。

音楽行進は、町内中心市街地約1・5キロメートル区間を行進しました。松岡市郎町長らを先頭に、陸上自衛隊第2音楽隊、町内4小・中学校、幼児センターからブラスバンド、スクールバンド、鼓笛隊が参加しました。

白い帽子とオレンジ色Tシャツ姿の東川小、カーキ色帽子と黄色いTシャツ姿の東川中両スクールバンドは、色違いでおそろいのイメージ。第三小は、青いベレー帽と白いベストで、5年ぶりにスクールバンドの編成参加でした。

幼児センター幼児のかわいい鼓笛隊、道草館前での第一小児童の一小太鼓にもお父さん、お母さんが沿道いっぱいから声援を送っていました。

続いて開拓の碑前で行った慰霊祭は、遺族、関係者ら約100人が出席。戦没者213柱、開拓功労者・物故者250柱の先人の労苦をしのんで献花し、これからの町発展を誓いました。

札幌東川会の総会、約50人の出席で盛会

6月26日、札幌市内のホテルで第32回札幌東川会が開かれました。

年1回恒例の集いです。ふるさとへの思いも新たに、約50人が集まりました。町からは松岡市郎町長、浜辺啓町議会議長はじめ議会議員も出席。久しぶりの懐かしい顔ぶれとの再開、旧友との語らいに話が弾みました。

多忙な日々の中で忘れていた記憶を再び温め、町の近況の出来事の数々を聞き、よみがえる幼い日々の記憶に新たな思い出を加えて懐かしさに目を細めていました。

中国人強制連行の殉難慰霊しめやかに

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）ら関係者（団体）が中心となって開いています。

1944（昭和19）年、忠別川江卸発電所建設の関連かんがい用水用遊水池工事として強制連行されてきた中国人338人が強制労働させられ、劣悪、過酷な環境の中で88人が犠牲になりました。その供養のため1972（同47）年、同地に「中国人強制連行事件殉難烈士慰霊（石）碑」を建立し、毎年犠牲者の方々を慰霊しています。

旭川市内、東川町内の関係者約60人が出席。「再び中国と日本が争うことなく、ともに友好を深めていくことを誓います」と犠牲者のめい福を祈りました。

環境福祉専門学校に韓国から日本語留学生

7月21日、韓国水原市から北工学園北海道環境福祉専門学校（宮島武彦校長）に日本語を学ぶ短期留学研修生46人が入校しました。

研修生は水原市内の高校生が中心。8月20日まで1カ月間の短期集中講座で基礎の日本語を学びます。研修生を代表して、ソン・スルギさん（18）は「早く日本語に慣れることが出来るよう一生懸命勉強します」と意欲いっぱいでした。

期間中、研修生は町内東町の男子・女子両学生寮に滞在しながら勉強します。町と学校側では、それぞれ1万5千円ずつを各人に滞在費として助成、研修生側滞在費用の負担軽減に配慮しています。

途中3日間、東川町韓国交流協会（宮崎堅二会長、35人）の会員の皆さんや一般公募した方の自宅にホームステイし、交流を深めることになっています。また研修の合間に、旭川市の旭山動物園、道立美術館、富良野、美瑛の丘など、各地も見学する予定です。

今回の短期日本語留学には、74人もの応募があったということです。水原市側では、今後の講座継続に期待を持っているようです。

宮島校長が研修性を歓迎しました

老人クラブ連合会がお楽しみ会

6月30日、東川町老人クラブ連合会（鬼塚義幸会長）が老人保健センターで本年度1回目のお楽しみ発表会を開きました。

町内7クラブなどから約200人が集いました。日ごろの活動成果を披露する年3回の発表晴れ舞台です。

そろいの晴れ衣装もあでやかに、寿老人クラブ6人の皆さんの大正琴演奏で幕開け。カラオケ歌謡曲や舞踊に日ごろのけい古の成果や自慢ののどを披露しました。それぞれ発表が終わると友人の出演舞台に声援を送り楽しいひと時を満喫しました。

交通死亡事故抑止の町内緊急ローラー作戦

東川町交通安全協会（藤田裕三会長）は7月7日、道道旭川旭岳温泉線沿いの東町、南町地区で、死亡事故抑止のための交通安全町内緊急ローラー作戦を行いました。

6月27日午後10時25分ごろ、南町2の道道で、道路横断中の近くの男性（78）が、女性（26）の乗用車にはねられ死亡する事故が発生したためです。男性は道路向かいの自宅に帰宅するところでした。

現場は広い直線で見通しが良く、夜間照明も明るい道路です。夜間交通量は少ないため、通行時に注意力が緩みがち。それが重大事故を引き起こす引き金になりかねません。とっさの判断が遅くなりがちな高齢者は、特に注意が必要です。

この日は協会役員、サポート隊約20人が手分けし、沿線約100戸に、交通安全と万一に備えて夜行反射材の着用を呼びかけました。

町内死亡事故ゼロ日記録は、千422日でストップしました。

今、生き生きと㉔

ロッジ・ヌタプカウシペ

春菜 秀則（はるな ひでのり）さん

大雪山のことなら何でも知らないことはない、と思えるほど。いわば旭岳の生き字引。「どうしてここが勇駒別という名になったか知ってるかい？　アイヌ語で『お湯に向かう川』っていうんだ。どこからでもお湯がいっぱいにわいているからね」―。こんな話を聞きながら泊まる宿は、とても心がウキウキ、豊かな気持ちになれそう。家族連れで、あるいはちょっといっぱい傾けながら…。そんな夜長のひとときもまたおつなもの。

「若い時は隣のしらかば荘に宿泊して、冬になると通い詰めて来たもんさ」。大雪山の魅力に取り付かれ、旭岳ロープウエーが開通した当初の１９６８（昭和43）年当時、既に鵡川町から旭岳に通い詰めていた山男は、今やなくてはならない〝旭岳の主〟。

旭岳温泉では今年、「アースデー（地球のことを考え行動する日）」にちなんで、６月下旬、青少年キャンプ場を会場に、春菜さんやＮＰＯ（非営利活動）法人ねおすの皆さんらが講師やイベンターになって、１週間日替わりのミニイベントを開きました。

火の起し方、まき割り、ザリガニ採り、そしてダッチオーブンを使ったアウトドア料理の数々…。くん製、雑炊、野菜スープ作り、パン作りなど、キャンプ定番の料理メニューが次々。そして春菜さんは、地元のアイヌ語地名の由来などを分かりやすく話す〝語りべ〟でした。

◇

ロッジ「ヌタプカウシペ」は、登山やスキー愛好家、クロスカントリースキーの国内強化合宿の常宿などとして年中賑わいが絶えません。この日はちょうど元札幌交響楽団員のご主人と声楽家の奥さんが夏山トレッキングに来ていました。

持参のリコーダーでさっそく即席トリオの演奏会。木管の温かい響きが広がりました。「オレさあ、楽器が好きだから…」というように、無造作に置いてあるピアノ、シロフォン、ラッパ、コルネット、リコーダー、ギターがいつも出番を待っています。

「スイスでリコーダーを買った時、こんなむさくるしい格好だから、楽器を買いに来たと思われなかったこともあったよ」。

11月から5月、温泉街は長い冬の期間。そのシーズン一番乗りは、クロスカントリースキー選手の国内強化合宿です。約８キロメートルの林間コースの整備は、隣の白樺荘ご主人、神林知宏さんと2人で、何年間も苦労して整備を続けてきました。その成果が多くの国内クロスカントリー選手たちの合宿地として評価につながっています。

春菜さんのお話会（旭岳温泉青少年野営場）

「アースデー」イベント 火おこし

「アースデー」イベント
春菜さんがまき割りのお手本を披露

ロッジ「ヌタプカウシペ」

「アースデー」イベント
ダッチオーブンでくん製作り

春菜（はるな） 秀則（ひでのり）さん／ロッジ・ヌタプカウシペ経営／旭岳温泉 ☎97−2150

胆振管内鵡川町出身、60歳。道立苫小牧東高校卒。山登り、スキーが好きで、年間を通して何度となくこの地を訪れているうち、廃業した旧山水食堂店舗が売りに出ていることを知って購入。1979（昭和54）年、ラーメン店「ヌタプカウシペ」を開業して30周年。温泉街から1.2キロメートル上方の山中で新たな自然湧出の温泉源を発見し、1989（平成元）年、旧店舗を頑丈なログハウスの宿泊ロッジに建て替えて旅館経営。「ヌタプカウシペ」とは、アイヌ語で「ヌタプ・カ・ウシ・ペ」。「台形状の地形の上にいつもいらっしゃるもの」という意味だそうです。台形とは、広大な山岳地帯。その上にいつもいらっしゃるものとは、大雪山の山並みを指し、その山並みを神としてあがめているのです。つまり大雪山のことです。東川町観光協会副会長、同協会旭岳部会長。

飲水思源（いんすいしげん）

町長　松岡市郎

出会いの場、フォトフェスタと写真甲子園

写真の町を宣言し、フォトフェスタは25回目、写真甲子園は16回目を迎えた。日ごろ、「どうして東川町は写真の町なのですか」とよく聞かれる。その度に「旭岳を中心とした大雪山の山並み、四季の変化など、写真の被写体としても素晴らしい自然がある。次代を担う子供たちにカメラのレンズを向けられても正々堂々とポーズが取れるよう健やかに暮らし、そして子供たちを育成したい。施設は写真映りの良いものを目指し、人々との出会いによる活力のあるまちづくりを図りたい」と私は言ってきている。

フォトフェスタは、日本写真協会、日本写真家協会、日本写真広告協会、日本写真文化協会、日本写真家連盟、東京都写真美術館など、写真関係団体の方々からご支援をいただけるようになった。また東京ビッグサイトで開かれた日本写真映像用品工業会など業界イベントでは、東川町特設ブース開設のご支援もいただいている。これも25年間にわたる町民と写真関係者の出会いのたまものだと感じる。

写真甲子園も15周年を迎えた。今年の応募高校数は３３１校と過去最高、今年から本戦出場高校も４校増え18校となった。美瑛町、上富良野町に加え、新たに旭川市と東神楽町も写真甲子園実行委員会に加わっていただいた。イベントの広域連携の一つでもある。

写真甲子園開会式での選手たちの出会いは、厳しい選考審査を経ての「実力の出会い」であり、選手や監督は、ローカルな人々や文化、そして自然との出合いで「出合いは絶景」となることであろう。また閉会式の場はまさに「出会いは感動」となり、私たちにとっても感動と感激の瞬間がやって来る。

この写真イベントのおかげで、新聞やＴＶなどで東川町がよく紹介される。「新聞に出ていたよ。ＴＶ見たよ」などの言葉が寄せられる。共通していることは、人と人との出会いによって支えられているのだ。出会いは大切にしなければならない。

今年の写真イベントには多くの人々の来町が予定されていると聞く。どのような感動の出会いとなるのであろうか。考えるとドキドキする。

（7月22日　記）

短歌

給付金で千島桜を購いぬ冥途の父母へのみやげ話に　松倉和子

昏みゆく丘のかたちをなぞらへば思ひいたりし母の乳房よ　宮坂敬子

郭公も蝉の時雨も声たえて六月の日々を暮れる蝦夷梅雨　矢沢ますえ

田植え終え久に静もる水張田よかわずの声聞きしばしまどろむ　中田治子

肌寒く花もふるえし水無月もせかずゆるりと夏は来にけり　嶋崎ミエ

すんすんと色とりどりのルピナスの花咲き香り腰のばし見る　永江栄子

蝦夷梅雨かリラ冷えか知ら六月は今日も雨降り悩みてをりぬ　岡澤チズ子

毎日の歩みと共に今日ひと日あすの平和を願いて生きむ　清水チヨ

澄み渡る空を眺めて飛行機が雲に隠れて見えなくなるまで　笹田冨士子

足腰の痛みも老いと受けとめる拙なき趣味に心しずめて　瓜生昭枝

俳句

肩の荷を下ろして古希の夕涼み　石澤清宏

仰ぐ虹顔のなみだかわくまで　澤田久美子

この森になにが棲むやら夏の闇　松山蓉子

人気なき砲台跡の螢火よ　三島智

万緑や旧邸跡に見る栄華　長谷川きみゑ

一日（ひとひ）終え我に戻らむ宵涼み　小林露葉

草臥（くさびれ）て休らふ庭に納涼けり　青野公花

水の面（も）を打って納涼の極まれり　宮坂紫雲

庭の木に返す風あり夕涼み　杉山ひろのり

木陰ごと涼みて手作りパン屋まで　徳光吐苦

納涼船女かしまし揺れやまず　杉山りつ

納涼の風まで届く見舞文　山口佐知子

野良帰り煙管（きせる）で一ぷく涼み台　高瀬潤

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)。

ザ・マジックアワー（映画、DVD）
ポニーキャニオン

街を牛耳るボスの愛人、マリに手を出してしまった手下の備後。命の代償に伝説の殺し屋“デラ富樫”を連れてくると誓うが、期限が迫っても見つからない。窮地に陥った備後が取った苦肉の策は、映画監督のふりをして無名の俳優を雇い、殺し屋に仕立て上げることだった。(136分)

旭山動物園物語 オオカミの森（絵本）
小菅正夫／著　あべ弘士／絵　角川書店／刊

旭山動物園の元園長、小菅正夫さんと元飼育係で動物絵本の第一人者、あべ弘士さんによるこん身の感動絵本。動物園にはジョンとリカというとても仲の良いオオカミの夫婦がいました。しかしリカががんにかかり、ガリガリにやせ細ってしまいます。リカは手術を受けるのですが…。

かあちゃん（一般書）
重松 清／著　講談社／刊

親友をいじめた。誰からも助けてもらえなかったあいつは、自殺を図り、学校を去った。残された僕たちはそれぞれの罪を背負い、罰を受けて、1人の年老いた「かあちゃん」に出会った。
母が子どもに教えてくれたこと、子どもが母に伝えたかったことを描く感動の長編作。

大雪山の素顔（だいせつざんのすがお）

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。

手つかずの自然

「原生林」「手つかずの自然」という言葉がありますが、さて日本にどのくらいそんな自然が残っているのでしょうか？
国立公園のどの程度が手つかずの自然なのか、といわれると、僕たちも正直「う～ん…」とうなだれてしまいます。

北海道には国立公園が６つあります。大雪山国立公園は、阿寒国立公園とともに北海道で最初に国立公園に指定された場所です（昭和9年に指定）。

その理由は単純明快！　原始山岳環境が残っているのが非常に貴重だということでした。

そんな国立公園であっても、国立公園として指定されているエリアの中に人の手が加わっている場所はたくさんあります。保護のため規制がかかっている場所にもレベルがあって、そのレベルに応じて人の手の入り具合も違います。

一番規制の厳しい場所は「特別保護地区」という場所。旭岳でいえば、姿見の池園地を含む場所以上標高の高い所が指定されています。一部は人の手が入っていますが、本当に手つかずの自然が残っています。

山頂に登って周りを見回してみると、信じられないほど壮大な森の景色が広がっています。

山へ登るたびに、大雪山のすごさは山頂ではなく、そのすそ野に広がる広大な原生林ではないだろうか、と感じます。そんな大雪山ですが、先住民族であるアイヌにとってはどんな山だったのでしょう。

大雪山はアイヌ語で「カムイミンタラ」（神々の遊ぶ庭）や「ヌタプカウシュペ」（そこにいらっしゃる者）と呼ばれ、古くから信仰の的であった山々なのだそうです。

大雪山には神様がいて遊んでいた場所ですが、では神様の遊びってどんなものだと思います？

先日、機会があって旭川の川村カネトアイヌ記念館へ行ってきました。その時館長の川村兼一さんと大雪山の話になりました。

「大雪山はアイヌ語でカムイミンタラと呼ばれていて、神様が遊んでいる場所なんだよ。神様が遊ぶってことは、火山を噴火させたり、川を氾濫（はんらん）させたり…。神様の遊びっていうのはスケールが大きいんだよ」という話を聞いて「なるほど」と目からウロコがとれた気分でした。

「神々の遊ぶ庭」という意味は、今まで原生林とばく大に広い土地の中で、人間くらいの大きさの神様がいて森の中でひっそりと遊んでいるのだ、と思っていました。

でもそうではなく、もっともっとスケールが大きい話で、大雪山は神様にとって、子供がおもちゃで遊ぶ感覚で遊ぶ場なんだ、ということが分かりました。

アイヌの感覚というものはなんとも壮大なものだなぁ…と、しみじみ感動を味わいました。

先住民族アイヌの人たちが大きなスケールで敬い、畏敬の念を持って分け入ることさえ恐れていたカムイミンタラ。大昔の環境を残すこの自然を、どうかそのまま次の世代へとずっとずっと残していきたい、と思います。

文：大雪山自然学校　沢辺　佳彦

新連載

Hi from Kori

姉妹都市交流提携20周年を記念してカナダ・キャンモア町から英語教育指導員として来町したコーリー・チューイさんの新コラムが今月から登場です。

Encounters of the animal kind...

Getting settled in Higashikawa was a journey speckled with miniature adventures; ranging from paperwork treasure hunts around the town, to encounters of the animal kind.

Ok, lets start with the facts; both Hokkaido and The Canadian Rockies have a relatively similar climate, and therefore similar flora and fauna. In Canmore, its routine for me to carry bear spray on my morning runs, as the threat of an 800 pound grizzly bear surprising me in the woods is not at all unusual. Without the threat of dangerous carnivorous bears, or even cougars, in Higashikawa, I headed out on my daily morning runs without a worry in my head. Oh how I was mistaken!

One morning by the river, I saw something moving in the distance, just a few leaves on the path I thought. As I got closer, I noticed it was A SNAKE!!! What??! I stopped in my tracks, it stopped mid slither; we made eye contact. I think we were both confused and disoriented as it dashed into the bushes. With my increased adrenalin, I sprinted home, mildly traumatized from my meeting with the 4ft brownish orange reptile.

So there's my ecological blunder #1. Note to self: don't leave the bear spray in Canmore, you might need it for the snakes in Higashikawa!!

All in all, I am happily settled into the town, on guard in the mornings for random animals, and ready for whatever …

生き物との遭遇

東川に落ち着くのはちょっとした冒険でした。町中を書類探検、そして小動物との出合い。

北海道とロッキー山脈は比較的気候が近いため、そこに住む動植物も似ています。キャンモア町では、朝のジョギングに熊除けスプレーを持っていくのが日課でした。林の中、800ポンドもあるグリズリーベアに出くわす、なんて日常茶飯事。でも東川に来た私は危険な肉食熊やクーガー（ピューマ）の脅威もなく、安心して日課のジョギングに出かけました。ところがどっこい！これが間違いのもと！

ある朝のことです。川のほとりを走っていて、遠くに動くものを見つけました。初めは葉っぱが落ちているな、と思いました。ところが、近づくにつれて気がつきました！　〝ええっ？　へびだ！〟、思わず立ち止まりました。目が合って蛇もくねくねを止めました。お互いに混乱しているうちに蛇はやぶへと走り去りました。

全身にどっとアドレナリンが出て、全力で家に帰りました。4フィートもある茶色がかったオレンジ色の爬（は）虫類との〝出会い〟に軽くショックを受けながら。

というわけで、これが東川生活初めての生態学的（※）失敗。心に覚え書きしました。キャンモア町に熊スプレーを置いてきてはいけない、と。東川では蛇にスプレーが必要かも！

なにはともあれ、朝のジョギングは小動物に気をつけながら、その他なんであれ、心構えしつつ、機嫌良く町に落ち着いたところです。

（訳：宮地晶子）

【ちょっと豆知識】

上のコーリーさんのエッセイ、生態学的（※）と訳しましたが、原文はecologicalとなっています。エコロジカルというと「エコ＝環境にやさしい」を思い浮かべますが、実はエコロジーとは、広い意味で生物学の一分野のことです。環境破壊が表面化して、それを解決する学問分野として生態学が注目を受けるようになり、この言葉が一般化して広まりました。英語では「エコな商品」は「green(グリーン) products(プロダクツ)」。「エコに気をつける」ことを「I go(ゴウ) green.」と言います。

英語教育指導員　宮地晶子の

エイゴのマナビカタ

第62回

8月はぜひラジオを

わが家では中学1年生の息子が「基礎英語2」を聞いています。この番組の放送は1日3回。朝6時15分からの放送を聞くことが多いですが、だいたいは録音したものを聞いています。

語学学習は習慣化が成功の秘けつですが、なんやかや忙しい現代人が英会話スクールに通うのは至難の技です。どれだけ行く気があっても、体が空いていません。それよりは1日15分間ラジオを聞く習慣をつけることが近道だと思います。先日「大好きなことを仕事にしよう」という本を読みました。「青色発光ダイオード」を発明した中村修二さんの本です。

中村さんは小学校高学年のとき、母親に言われてスパルタ式の英語塾に通っていたそうです。その塾は家で「基礎英語」を聞くのが宿題。塾でその内容について質問されて、できないと定規でバシバシたたかれたそうです。こわくて英語を覚えたとか。でもおかげで中学校に入っても英語の授業に拒絶反応が出なくて助かったそうです。

中村さんは、日本語で発表した論文は認められなかったけれど、英語で書いた論文が認められてアメリカの大学教授になりました。「理系の人間に日本語はいらない」とまで言います。

またノーベル化学賞をとったあの田中耕一さんも、英語で論文を発表したことが国際的な評価につながって、ノーベル賞を受賞しました。

将来何になるにせよ、まずは初めの一歩を。8月の放送は4月から7月の復習です。4月から聞きそびれた人や、途中で挫折した人にぴったりです。

「基礎英語1、2、3」はちょうど中学校の英語の1、2、3年生に対応しています。ぜひ聞いてください。1回15分間の放送は、まさに短期の集中、長期の蓄積です。まずは書店でテキストを！

第2回 美しい緑と花の町・ルーイエナ町民訪問記

今回はルーイエナでの『歌と踊りとサウナ体験』を皆さまにお伝えします。

肩と肩、お尻とお尻、足と足を合わせて〝オイラ、オイラ！〟

ラトヴィアにおける「歌と踊り」はラトヴィア国民の誇りと愛情そのものです。ルーイエナ滞在中、初日の名前の日のお祝いパーティーから最終日のさよならパーティーまで、人が集まる場所には「歌と踊り」がありました。

▲くるくる回るロングスカート。風船のように美しく膨らみ印象的

ブラスバンドの演奏、透きとおるような歌声の合唱団。昨年東川で音楽交流のあった先生・生徒達との再会！

踊り手たちは民族衣装を身にまとい、終始笑顔で踊り続けます。女性のロングスカートはくるくるまわると遠心力で風船のように膨らみ、男性は背筋をぴんとして女性をエスコートするような踊りです。

男女とも軽快にステップを踏んでいましたが、踊り終わった後は息をはずませていました。それだけハードな踊りなのです。

さよならパーティーでは実際にルーイエナの方達と訪問団全員で輪になって踊りました。まずステップが早い!!　ついていくのが精一杯です。肩と肩、お尻とお尻、足と足を合わせ合い、〝オイラ、オイラ！〟と時を忘れて踊り続けました。

オイラの掛け声に特に意味はなく、日本の〝エイヤサー〟みたいな感じです。

▲肩と肩、お尻とお尻、足と足を合わせて〝オイラ、オイラ〟

そしてサウナ体験。ラトヴィアのサウナに興味津々の女性5人はシャワーを浴びて、いざサウナ室へ。

この日私たち訪問団を夕食に招待してくれたホストのビショフス校長先生自ら、腰タオル一丁で私たちを待っていてくれました。

◀昨年演奏できなかったユリス君（中学校3年生）も今回は大熱演

手にはたくさんの葉っぱがついたシラカバの枝が…。何だかコワイ…。後で知りましたが、シラカバで体をたたくことで筋肉のマッサージ効果が得られるのだそうです。

熱く焼けた石に水をかける度に蒸気が立ち込めます。温度がぐんぐん上がり、暑さで肌が痛い。〝アチチチチッ!〟そしてシラカバの枝攻撃!?　校長先生は5人も相手にして全身真っ赤です。

最後パーティーお開きでの校長先生のひとこと。

「女性5人とサウナに入ったおかげで、今日は若返りました！」。

次号もお楽しみに！

主婦、鈴木　佳苗さん

被保険者証等の更新時期です

下表に示す被保険者証等が更新時期になります。８月からは新しい被保険者証等を医療機関の窓口に提示してください（受給者証・認定証は被保険者証とセットでご使用ください）。

既にお持ちの被保険者証等は７月末日の有効期限終了後、問い合わせ先まで返却してください。

今回更新になる受給者証、認定証以外にも、申請によって適用を受けられる認定証があります。お問い合わせは役場の国保担当窓口まで。

８月に更新する各種被保険者証等

後期高齢者医療加入者	①後期高齢者医療被保険者証（注１）	
	対象	加入者全員
	交付	該当者に郵送します。受理後、古い被保険者証は役場にご返却ください。
	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額の引き下げ（限度額の適用） ・入院時の食事負担額軽減
	交付	該当者に郵送します。受理後印鑑を持参のうえ、役場で申請手続きをしてください （古い認定証は返却願います）
国民健康保険加入者	③国民健康保険高齢受給者証（注１、注2）	
	対象	70歳以上74歳以下の国保加入者全員 ※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
	交付	該当者に郵送します
	④国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証（注１）	
	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額の引き下げ（限度額の適用） ・入院時の食事負担額軽減
	交付	該当者に郵送します。受理後印鑑を持参のうえ、役場で申請手続きをしてください （古い認定証は返却願います）

（注１）有効期限は次のとおりです。　①は平成23年７月31日
②～④は平成22年7月31日
③、④は７月31日以前に75歳になる方は誕生日の前日までです。

（注２）③の受給者証の負担割合が２割（平成22年3月31日までは１割）と記載されている方は４月１日以降２割になります。ご注意ください。

申請によって適用が受けられる認定証（入院した場合のみ）

国民健康保険加入者（70歳未満）	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額の引き下げ（限度額の適用）
	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額の引き下げ（限度額の適用） ・入院した際の食事負担額の軽減
	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
	③国民健康保険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	・入院した際の食事負担額の軽減
	交付	申請手続きによって交付します

お問い合わせ　大雪地区広域連合国民健康保険対策室　☎82－3697（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 フォトフェスタ2009（2日まで、文化ギャラリーほか）
東川賞授賞式など（後2時、農村環境改善センターほか）
どんとこい祭り前夜祭花火大会（後8時半、羽衣公園）
2日 どんとこい祭り（前9時～、羽衣公園ほか）
フォトフェスタ各種行事（前9時～後5時半）
7日 第5回町議会臨時会（前9時半、議場）
9日 大雪山忠別湖トライアスロン in ひがしかわ大会（前9時15分、忠別湖）
22日 東川町農協青年部米俵担ぎ登山（前9時15分、旭岳ロープエー山ろく駅）
23日 第37回地域親睦球技大会（前8時半、B&G体育館）
30日 てっぺん祭り（前10時、農協裏特設会場）

人のうごき　6月16日～7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

生まれた子	父	母	行政区
今井（いまい）　遼人（りょうと）	康人	美紀子	17区
瀧田（たきた）　來愛（らいち）	隆之	由花	17区西町
中村（なかむら）　彩那（あやな）	健一	あさ子	南町2丁目
原（はら）　亘佑（こうすけ）	邦和	幸子	11区

おくやみ

亡き人	歳	届出人	行政区
森影　マサエ	84歳	森影　鐵清	南町２丁目
森影　清次郎	78歳	森影　和子	東町３丁目
鈴木　多三	96歳	鈴木　健治	13北区
安藤　喜一	78歳	安藤　マサ	17区

ご結婚

	行政区
三浦　義則 ／ 高畑　鮎美	北町3丁目
飯田　智浩 ／ 清水　映理子	11区
松本　則武 ／ 佐藤　愛恵	新栄

人口・世帯数　6月末日現在

人　口／7,799人（前月比＋21人）
男　／3,720人（前月比＋12人）
女　／4,079人（前月比＋　9人）
世帯数／3,204戸（前月比＋12戸）
出　生／　6人
死　亡／　5人
転　入／　32人
転　出／　12人

くらし・ネットワーク

住民福祉課から

国庫負担割合が2分の1に引き上げ、国民年金「保険料免除」であなたの年金大切に

国民年金の国負担の割合が、今年4月の法改正で、3分の1から2分の1に引き上がりました。「保険料免除期間」の間の年金は、これまで「保険料納付済期間」の3分の1だけしか年金額に反映していませんでしたが、国庫負担の引き上げによって、今後2分の1まであなたの年金額に反映されることになりました。国民年金保険料の支払いは、老後の暮らしを守るため欠かせないものです。保険料の支払いが難しい時には「保険料免除」を活用しましょう。

▼国庫負担率の引き上げと免除制度

国民年金は、40年間（20歳から60歳まで480月）保険料を納めた方の場合、65歳から満額（年間79万2千100円（21年度価格、以下同じ））の老齢基礎年金を受け取ることが出来る制度です。21年4月以降の加入期間の算定分について、支給年額の半額39万6千050円が国庫負担になるわけです。

国民年金制度では、経済的に保険料を納めることが困難な方などのため「保険料免除」があります。所得の状況によって保険料の「全額」「4分の3」「半額」「4分の1」の額が免除される制度です。この免除期間すべてについて、保険料を納めた額と同額の国庫負担額が年金額として支給されることになります。

また、国庫負担率の引き上げによって、免除期間の老齢基礎年金額も引き上がります。

例えば、全額免除では、21年3月まで40年間保険料免除の場合、従来は年金額26万4千円という計算でしたが、21年4月以降40年間保険料を免除された場合、年金額は39万6千100円になります。

▼納付猶予との違い

「若年者納付猶予」（所得が少ない20歳代の第1号被保険者が申請によって追納を認められること）、「学生納付特例」（学生期間中、申請によって保険料の追納を認められること）の2つがあります。

猶予期間について追納（後からさかのぼって保険料を納付すること）しなかった場合、年金の受給権はありますが、老齢基礎年金の年金額には反映されません（カラ期間）。ただしカラ期間中に障害、または死亡した場合には、傷害基礎年金、遺族基礎年金の支給対象になります。

国民年金は「保険料納付済期間＋保険料免除期間＋カラ期間」を合わせて原則25年間以上（300月以上）の「受給資格期間」を満たした方が受けることが出来ます。

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

就学支援費補助金の希望世帯を受け付けます

4月から支給受け付けしている福祉給付金の受給からもれた世帯を対象に、就学支援費補助金の受給希望者受け付けが始まります。

国の「地域活性化・経済危機対策臨時交付金」を活用し、本年度に限って7月から支給対象の範囲を拡大して支給します。

新たに対象となる世帯

①市町村民税の所得割が非課税で高等学校に通学する者がいる世帯②高等学校授業料免除の適用を受けている世帯

給付金額

児童1人につき月額8千円（高校に通学する児童のみ）

申請時に必要なもの

①授業料免除証写しまたは私立高等学校授業料軽減決定書の写し②当該年度の市町村民税が非課税等であることを証明する書類（①を添付の場合は不要）③在学証明書（①を添付の場合は不要）④預金通帳の写し（口座番号等のわかる面）

支給

審査の上、支給決定する場合は月末に指定口座に振り込む予定です。

お問い合わせは社会福祉室☎82－2111（内線503）

児童扶養手当、特別児童扶養手当の受給には現況届、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及び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。

8月3日付けで受給されている方に案内状を郵送しています。**8月13日(木)、14日(金)、同月17日(月)～21日(金)**の各集中受付期間内においでいただき、必要届書の提出をお願いします（聞き取り調査があります。時間に余裕を持ってお越しください。期間中は午後7時まで窓口時間を延長しています）。

期日までに提出がないと、8月分からの手当が差し止めになります。既に受給資格がなくなっている場合は資格喪失届の提出が必要です。

※21年1月1日現在、町内に住所のない方は、同日現在の住所地で、21年度（平成20年分）**所得証明書**の交付を受けてください（同居人等、生計を同一にしている者が東川町以外に住民票を置いている場合も必要です）。

場所　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（受給中の方のみ）＝※対象児童が東川町以外に住んでいる場合は、別居監護申し立て書、在学（在寮）証明書、別居している児童の住民票が必要です。

児童手当現況届の結果お知らせ

児童手当の受給に必要な「児童現況届」の提出結果について、継続して受給できる方への個別にご通知を省略し、お知らせに替えさせていただきます。10月期（6－9月分）の支給は、10月5日（月）にご指定の口座に振り込む予定です。

なお所得超過によって受給資格のなくなった方には、7月末日までに消滅通知を送付しています。

地域活性性課から

お問い合わせは地域づくり推進室☎82－2111（内線262）

〝急報〟町内に「架空請求はがき」が出回っています。相手には絶対連絡しない！

最近、町内に「内容確認通知書」なるはがきが一方的に送り付けられて来ています。

差出人は「NPO法人国民消費生活センター」と名乗っています。「連絡しない場合は管轄裁判所から財産差し押さえ」などとほのめかす文言が強い文調で表記されているものです。

このようなはがきは、数年前から被害が絶えない架空請求詐欺の疑いが極めて強いものです。差出人には絶対に連絡しないでください。

連絡をすると、相手から一方的に脅されたり、個人情報を聞き出され、不当な訴訟取り下げ費用を振り込み請求される恐れがあります。

裁判所からの重要な通知や告知などの場合、普通郵便の封書や文面が見えるはがきで送付されることは絶対にありません。

文面に表記されている連絡先に**電話をかけなかったり、無視したために、あなたが不利益になることはありません。**

不安な場合、架空請求詐欺かどうか区別がつかない場合は、相手先に連絡する前に、まずお問い合わせください。

北海道立消費生活センター☎050－7505－0999

空き缶ごみ危険！　ごみ収集車火火災が多発！

空き缶ごみでごみ収集車の火災事故が相次いでいます。空き缶は、缶の中身を使い切り、缶に必ず穴を開け、空き缶のリサイクルごみとして出してください。

ごみ収集車の火災は、今年4月、5月、1件ずつ発生しています。

4月の火災原因は、4トンごみ収集車の中でカセット式ガスボンベの空き缶が爆発したため。収集中のごみ約3分の1が燃失しました。

5月の火災は、回収ごみの中に混じっていたスプレー消臭剤、ヘアースプレー缶、カセット式ガスボンベ缶の空き缶が爆発しました。このため収集車のごみの半分が延焼しました。

収集車内でごみが圧縮されて発熱・爆発すると、重大な事故になります。加えて、夏季シーズンは気温も上昇し、火災の危険性が高まります。「どうってことない」と安易な空き缶のごみ出しは絶対に止めましょう。

麻しん風しん（MR）混合予防接種のお知らせ　住民福祉課

下記の方を対象に麻しん・風しん混合予防接種を行っています。夏休みを利用して早めに予防接種しましょう。

	第1期	第2期	第3期	第4期
時期	生後12カ月から同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初日から同年度の末日までの間にある者（中学1年生に相当する年齢の者）	18歳となる日の属する年度の初日から同年度の末日までの間にある者（高校3年生に相当する年齢の者）
対象		平成15年4月2日～同16年4月1日までの間に生まれた方	平成8年4月2日～同9年4月1日までの間に生まれた方	平成3年4月2日～同4年4月1日までの間に生まれた方
回数 料金	1回・無料（町の全額負担）			
日程	毎週金曜日（祝日除く）※8月14日はお休みします			
受付時間	午後1時～同4時半			
場所	町立診療所			

【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）
※お子さんの体調の良い時に受けましょう。
※お問い合わせは保健指導室まで☎82-2111（内線505、506）

後期高齢者健診のお知らせ　住民福祉課

実施日	9月14日（月）～30日（水）（土、日、祝日除く）
会場	町立診療所
対象	75歳以上の町民 （ただし65歳以上で後期高齢者医療保険の加入者も含む）
内容	尿検査、血液検査、身体測定、問診、医師診察、血圧測定、心電図、 胸部X線検査
料金	無料
申し込み	希望日の3日前までに町立診療所までお申し込みください。 電話受け付けは☎82－2101

エキノコックス症検診のお知らせ　住民福祉課

日時	8月20日（木）午後3時～同5時 8月21日（金）午後5時～同7時
会場	保健福祉センター
対象行政区	1区、2東区、2西区、3区、4南区、新栄、5南区、5北区、6東区、 6西区、7南区、7北区、8区、9区、10区、11区、12区、13南区、 13北区、14区、15区、16東区、16西区
対象者	対象行政区の小学3年生以上の町民、対象行政区以外で5年以上1度も検査を受けていない町民（対象者への個別通知はありません）
内容	検査方法は、採血による血清反応検査です。検査の結果は約1カ月後に判明します。受診者に精密検査必要の有無をお知らせします。
その他	5年に1度の受診対象です。 希望される方は、保健福祉センターに直接お越しください（申し込み不要）

工事、委託の入札結果　都市建設課

工事、委託の入札結果をお知らせします。

入札日	工事名等	請け負い業者	請負価格（税込み、円）	契約方法等
6月30日	西10号道路用地確定測量委託業務	旭川設計測量㈱	1,522,500	指名競争入札
7月16日	医師住宅建設工事	㈲谷地建設	27,195,000	〃
	平成21年度公営住宅清流東団地A1居住性向上型内部改修工事	㈲門間建設	13,440,000	〃
	防火水槽(1工区)設置工事	松井組工建㈱	19,215,000	〃

特定計量器定期検査を実施します
産業振興課

町では上川支庁の小型はかり（能力1㌧未満）定期検査（出張検査）を次の通り実施します。

計量用計りは2年に1度、北海道知事が実施する定期検査を受けることが義務づけられています。商店、病院など、取引や証明上の計量に使用する計りは、検定証印等が付されたものでなければ使用できません。

日時 8月28日（金）午前10時半～午後2時半
場所 役場旧車両センター
お問い合わせ 商工観光振興室☎82－2111（内線136）

東川サッカー少年団が初の3位入賞

7月18日から3日間、帯広市の帯広の森球戯場を会場に開かれた（財）北海道サッカー協会主催の第6回全道少年（U－10）8人制サッカー大会北北海道大会（4年生大会）で、東川サッカー少年団（今野裕太監督）が結成以来初の3位に入賞しました。

北北海道9ブロックの各地区予選大会を勝ち抜いた24チームが出場しました。東川サッカー少年団は旭川地区出場の旭川末広北、旭川忠和両サッカー少年団とともに出場、優勝したプログレッソ十勝FC（U－12）と準決勝で対戦して「0－3」で破れました。

しかし3位決定戦で、旭川地区トップレベルの強豪、旭川末広北を敗った森の里サッカー少年団（帯広）を逆転の「2－1」で破り、チーム結成以来の快挙になりました。

同少年団は、8月15日札幌で開催予定の全道少年U－10サッカーフェスティバルに出場予定です。

空の日／旭川空港まつり

平成21年9月6日（日） 「送迎デッキ」無料開放（9月5～14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）

❶管制塔、管技業務、気象業務の見学 …… 1回目＝前9時～
（10歳以上各15人限定（抽選））　2回目＝前10時～　3回目＝前11時～
❷SKY一日ランプハンドリング体験（抽選1家族） …… 前9時～同9時40分
❸HAC旭川空港遊覧飛行（事前申し込み30人、有料） …… 前9時20分～同10時
HAC遊覧飛行へのお問い合わせ、申し込みは、旭川市町づくり推進課☎25－5316（直通）
❹ANA豆タグに乗ろう（5歳～小6まで希望者受け付け順） …… 1回目＝前9時45分～　2回目＝後1時15分～
❺場周道路バスツアー（小学生以上抽選、各回限定22人） …… 前10時、同11時、後1時、同2時
❻空港消防車に体験搭乗（小学生限定、3回（1回2人抽選） …… 前11時～後零時
❼ホールインワンで紙飛行機と遊ぼう（受け付け順、小学生以下200人） … 前11時～後1時
❽JAL飛行機と一緒に写真を撮ろう（受け付け順、各30人） …… 1回目＝後零時～　2回目＝後2時～
❾ADO航空機乗員と記念撮影（子供と一緒のご家族4組、抽選） …… 後零時15分

❶❷❺❻❾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24日まで（必着）。1応募1人。応募多数の場合は抽選です。

◆その他

空港消防車、ラジコン機、小型航空機などの展示、消防グッズ・ポストカード販売、音楽ライブステージ、子供縁日、お楽しみ抽選会、模擬店、健康の郷・大雪フェア（9月4～6日）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 ☎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

子育て支援センターから

申し込み、お問い合わせは地域子育て支援センター☎82－5100

「親子バス遠足」をします

リュックサックにお弁当と水筒を持って出かけましょう。木のおもちゃ、大型遊具がたくさんあります。

対象 家庭の親子ならどなたでも
日時 8月20日（木）午前9時45分～午後1時15分ごろ
場所 カムイの杜（もり）「わくわくエッグ」（旭川市冨沢）
持ち物 着替え、水着、帽子、お弁当、敷き物、飲み物
募集 20組程度（要予約、8月3日から受け付け順）

「子育て講演会」を開きます

楽しく子育てをするコツとは？

旭川市内で児童クラブ「ホロホロ」を主宰している谷地元雄一さんの講演会です。乳幼児期から学童期の発達までを中心に、父親としての体験談を交えながらお話しいただく予定です。お気軽にご参加ください。

対象 家庭の親子ならどなたでも
日時 8月28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（幼児センター内）
内容 お話「こどもはおもしろい～こどもと生活することで大事なこと」
講師 児童クラブ「ホロホロ」主宰、谷地元雄一さん
その他 8月3日から受け付けします。講師を囲んで交流会も予定しています。子育てで困っていることなどがあれば申し込み時にお知らせください。

町民水泳大会の参加者を募集します
東川町水泳クラブ

第17回東川町民水泳大会の参加者を募集します。健康体力づくりにお気軽にご参加ください。日本水泳連盟認定のバッジテストを申請できます。希望者はお問い合わせください。

日時 8月23日（日）午前9時半（午前9時受け付け開始）
会場 B&G海洋センター
対象 東川町民（幼児以上、男女）
参加費 300円（1人）
締め切り 8月17日（所定の申し込み用紙でお申し込みください）
お問い合わせ 水泳クラブの千葉さん☎82－2511、武田さん☎82－2757

第29回 大雪山自然観察講座のご案内

環境省東川自然保護官事務所、東川町、大雪の自然を記録する会

大雪山の雄大な自然の中で動植物の様子や生きる仕組みを楽しく学びましょう。体験しながら自然観察をします。

参加料は大人200円、小人100円（小学生以下）（いずれも資料、保険料含む）。定員はいずれも25人（定員になり次第締め切り）。申し込み、お問い合わせは商工観光振興室☎82–2111（内線135）

講　　座	日 時 ・ 講 師	内　　容
①夏の旭岳温泉で植物と昆虫を探そう	**8月5日（水）** 旭岳ビジターセンター 田上　千尋さん	旭岳温泉自然探勝路 昆虫、植物の探索。夏休みの思い出づくりに。
②大雪の紅葉を満喫して歩こう	**10月4日（日）** 大雪山の生き字引 池永　甦次さん	旭岳温泉街から第一天女が原 紅葉真っ盛りの大雪山を歩きましょう。
③わさび沼の冬とフカフカの新雪を体験しよう	**12月13日（日）** 山楽舎BEAR代表 佐久間　弘さん	旭岳温泉わさび沼周辺 旭岳の雪質を体験！
④森の長寿を訪ねよう	**平成22年3月14日（日）** ネーチャーガイド 塩谷　秀和さん	天人峡くるみの沢周辺 雪遊びの楽しさを満喫！

※時間はいずれも前8時半～後3時。小雨実施。天候急変の場合は計画を変更することがあります。
※持ち物は、昼食、雨具、防寒具（夏でも）、タオル、軍手、着替え、常備薬など（双眼鏡があると便利です）
※③④の観察会は、かんじき（スノーシュー）が必要です。お持ちでない方は、当日500円で貸し出します。申し　込み時にお申し出ください。
※講座①は主に子供〈小学生以上〉が対象、講座②は健脚者向きです。

ひがしかわ東京会が国会見学

6月10日、ひがしかわ東京会（三好光吉会長、102人）が国会議事堂の見学会を行いました。

31人が参加しました。参議院議員会館では、同会名誉会員の内閣総理大臣補佐官（拉致問題担当）、中山恭子氏を囲んで懇談も出来、補正予算案審議中の国会内を見学して見聞を広めることができたようです。

社明運動強調月間で法務大臣メッセージを伝達

「社会を明るくする運動」強調月間がスタートした7月1日、東川保護司会（石上郁支部長）が松岡市郎町長に森英介法務大臣メッセージを伝達、更生保護制度への理解を求めました。

石上支部長ら町内6人の保護司のみなさんが一堂に集まりました。社会への復帰を目指す少年の更生保護活動について「最近は就労支援活動も保護司の仕事になってきており、皆さんの理解を得て一人でも多くの少年が社会復帰を果たせるよう力添えをお願いします」などと話しました。

花倶楽部がチャリティーパーティーの益金を寄付

7月17日、東川町花倶楽部（大石久子キャプテン）から寄付をいただきました。

大石さんら役員3人が役場を訪れ、松岡市郎町長に益金を手渡しました。町では写真の町事業に役立てることにしています。

いただいた寄付は、6月27日農村環境改善センターで開いたチャリティービールパーティーの売り上げ益金の一部ということです。

「秋のライブ2009」を開きます

叢舎（くさむらや）

恒例の秋のライブコンサートを開きます。主に東京でジャズをベースに独特の境地で音楽活動している女性ボーカリスト、酒井俊さん、ピアニスト、田中信正さんのデュオコンサートです。

今回は道内巡回ツアー6カ所の最終ステージ。曲目は「ヨイトマケの唄」「満月の夕」「old black joe」などを予定しています。2人の昨年のライブに続いて、今年のステージも楽しみです。

日時　9月6日午後4時（午後3時半開場）

料金　3千円（要予約）

予約・お問い合わせ　叢舎（澤田さん）☎82―4416

自衛隊員の募集

企画総務課

◆2等陸・海・空士、一般曹候補生

資格　日本国籍を有し、18歳以上27歳未満の者（平成22年4月1日現在）

期日　**（2等陸・海・空士）**▼男子　9月22、25日のいずれか1日（予定）▼女子　9月28日**（一般曹候補生）**第1次試験　9月19日、第2次試験　10月8～15日

会場　陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川市春光町）

受付期間　9月11日まで（受け付け中）

◆航空学生

資格　日本国籍を有し、高校卒業した21歳未満の者（平成22年4月1日現在、見込み含む）

期日　第1次試験　9月23日、第2次試験　10月17～22日、第3次試験　11月14日～12月18日

会場　第1次試験　陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川市春光町）、第2次試験以降未定

受付期間　9月11日まで（受け付け中）

◆陸上自衛隊看護学生

資格　日本国籍を有し、高校卒業した24歳未満の者（平成22年4月1日現在、見込み含む）

期日　第1次試験　10月24日、第2次試験　11月21、22日

会場　第1次試験　陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川市春光町）、第2次試験未定

受付期間　9月7日～10月2日

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）222、募集相談員の小野利昌さん☎82―3737

多重債務問題の相談会を開催します

旭川財務事務所

深刻化する多重債務問題を解決するため、北海道財務局主催の多重債務者相談会を開きます。相談料は無料です。秘密は厳守します。

日時　8月25日（火）午前9時半から、同26日（水）同9時から

会場　旭川地方合同庁舎（旭川市宮前通東）内、旭川財務事務所

お申し込み　前日までに要電話予約☎31―4151（理財課）

テレビの地上デジタル放送を見る簡易チューナーを支援します

総務省地デジコールセンター

総務省では、経済的な理由等で地上デジタル放送が見られない受信料全額免除世帯に、簡易チューナーを無償給付します。

ご希望の方は、日本放送協会（NHK）との間でテレビ受信契約を結び、受信料支払い全額免除の適用を受けることが必要です。早めに契約手続きをお願いします。支給は本年度秋以降に予定しています。

支援は現物給付です。ご自身で購入したチューナー、アンテナ、工事費用などの費用精算はできません。

お問い合わせは総務省地デジコールセンター☎0570―07―0101

放送大学の学生募集

放送大学北海道学習センター

放送大学は21年度第2学期の学生を募集します。

テレビ放送などを利用して授業を行う通信制大学です。学校教育法に基づいて、正規の大学教育を受けることが出来ます。

募集期間　8月31日（月）まで

授業料　1科目（2単位）1万千円（テキスト代含む）。大学院は1科目（2単位）2万2千円（同）。ほかに各科入学料

学生の種類　①科目履修生・選科履修生（15歳以上）②全科履修生（18歳以上で大学入学資格を持っている方）③大学院（修士科目生、修士選科生＝いずれも18歳以上）

お問い合わせと資料請求　放送大学北海道学習センター旭川サテライトスペース（旭川市常磐公園内、常磐館内）☎22―2627

社協だより

温かい善意ありがとうございます

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。

《ご香典の返礼にかえて》

13北区　鈴木　健治様
西町2丁目　宮野　信子様
1725区　岩下　博也様
1717西区　小森　実雄様
17区　安藤　マサ様

今月のくらしの相談日ご案内

毎月第3木曜日午後1時半から同4時まで、町民のみなさんのお困り事など、社協相談室でご相談に応じます。今月の相談日と相談員は次のとおりです。

8月20日　水　野　忠　昭

各種大会成績

【剣道】

◆第43回青少年旭川大会（7日・旭川市大雪アリーナ）
◇小学生低学年　敢闘賞　東川錬成館A
◇同高学年　敢闘賞　同

【バレーボール】

◆第22回ほくでんカップ北海道家庭婦人大会旭川予選会（6月30日・東川B&G海洋センター体育館）
▼準決勝
西神楽2―0東川友輪

【綱引き】

◆北海道フェスティバルイン旭川兼北海道長中学生選手権大会（6月30日・旭川市大雪アリーナ）
◇男子
▼競技　①東川綱引倶楽部

写真の町ギャラリー展示案内

1. 東川町文化ギャラリー
東町1丁目19-8 ☎82-4700
○8月1日（土）～9月6日（日）
・東川賞受賞作家作品展
・写真インディペンデンス展
○8月6日（木）～9月6日（日）
写真甲子園2009本戦作品パネル展

2. キトウシ物産センターギャラリー
西5号北44番地 ☎82-2632
○7月29日（水）～9月6日（日）
中嶋朋子、西村俊範、立木義浩3人展

3. キトウシ「森のギャラリー」
キトウシ展望閣付近 ☎82-2632
○写真の町25年特別企画展
「えぞ王国」森の写真展
6月7日（日）～10月18日（日）

4. 旭岳ロープウエイ　天空ギャラリー
旭岳温泉 ☎68-9111
○奥田實写真展「母なる大雪山」
6月22日（月）～8月31日（月）

5. ギャラリー造形美術東川
西町2丁目8-1 ☎82-4005
○林明輝写真展「大きな自然　大雪山」
5月20日（水）～9月6日（日）

6. フォトギャラリー「北写人」
東10号南2番地 ☎82-4838
○深山　治　写真常設展

7. ギャラリー　まるめろの木
北町5丁目4-6 ☎82-3002
○デジ・アナ写真展
7月7日（火）～8月2日（日）

8. ファーム・フォトギャラリー
青木農場ギャラリー（2号北2）
樋浦農場ギャラリー（西10号北2）
樽井農場ギャラリー（西5号北33）
ﾌｧｰﾑ中田ギャラリー（西7号北45）
○7月25日（土）～8月16日（日）

9. 改善センターギャラリー
○写真甲子園2009初戦応募作品展
7月28日（火）～9月6日（日）

「青春キャッチ5・7・5」（平成20年度入選作品）

大賞　優しさは　目には見えない　プレゼント
（一般の部　山下　貴恵）

子育てチャンネル

「激動の2歳」

「2歳児はまるで怪獣」―。そんな言葉を2歳児のお母さんたちから聞き、育児本で見かけたりしていた。でもわが家の娘、奈乃羽（なのは）が2歳になってしばらくは「あれ？　わりといい子ちゃんじゃない？」と思っていた。

娘は誰に似たのか、なにしろよくしゃべる。北海道弁も使いこなしている。「話が通じるからかんしゃくを起こさなくて済んだのかな」と勝手に解釈していた。でもとうとう、やっぱり誰もが通る2歳児の〝イヤイヤ時期〟がやってきた。

「小憎らしい」「いまいましい」。こんな言葉が思い浮かぶなんて、これっぽっちも思わなかった。

生後6カ月から保育園に通わせ、仕事が遅くなることが多くて、赤ちゃんなのに大きな子のクラスに混じって、遅い時間まで一人でぽつんとみんなと同じように紙芝居を見ていた娘。怒ったり、イライラしたり、なんてことを考えもしなかったころが今は懐かしい。

一日に何回「ダメ！」って言うだろう。

同じフレーズも飽きるので『ダメっていったでしょ！」「お父さんがダメ！って言ってたでしょ！」と変換しつつ言ってみても、なんか一日中〝ダメ、ダメ〟言っているのが嫌になってくる。

「この間まで当然のように進んでいた日常のことに、なんでいちいち『ヤダッ！　イヤダァ！』って言うんだろう」

「なんであんなに『おやつっ！　おやつっ！』『アメっ!!　ペロペロキャンディー！』ばっかりほしがるの？」。

2歳半になったこの春に、弟、健太郎（＝ケンケン）が生まれ、「お母さん、だっこ！」が始まった。さらに甘えん坊が進み「ママ！だっこ！」と平べったい声で訴える。それもケンケンを抱っこしている時にヒートアップする。

絶叫に近い夜泣きも始まった。ケンケンがやっと寝たころに絶叫。娘が寝たころにケンケンのミルクの時間。やっれ母は眠る間もなし。寝ていてもお母さんの存在を感知するセンサーがビンビン張っていて、ちょっと離れても泣き叫ぶ日が続いた。2人以上子供がいるお母さんを改めて心から尊敬した。

2年ほど前、家族で旭岳温泉に行き、その途中で通りかかった東川町がすっかり気に入って、夫婦で家族会議。その日のうちに移住しようと決めた。

ドライブした車の中で、赤ちゃんだった娘はすやすや眠っていた。そしてこの春札幌から越してきた。

娘は大好きな保育園のお友達や先生とのお別れを経験した。たくさんのお友達との写真をしみじみ〝じーっ〟と見ている背中がせつなかった。

お母さんの入院、弟の誕生、新しい家族と新しい家での生活が始まり、新しい保育園（幼児センター）で新しいお友達や先生との出会いがあった。これらが一気にやって来た激動の春を迎えた。毎日泣きながら幼児センターに行く日が続いた。

大きくなった、と思っていても、ちっちゃい娘には、まだまだ乗り越える山のなんと多く大きかったことか。

いっぱい遊んで、汗びっしょりになって、おでこやほっぺに張り付いた髪もそのままで昼寝している顔、一生懸命自分で着替えようと服を脱いで、パンツを脱いだ時の、その小さいおしり、お買い物のとき必死でお母さんの服をつかんでいる、ぷっくりしたえくぼの出る手…。

大きな気持ちで温かく見守ってあげなければ…。宝物を抱っこしていると感じた赤ちゃんの日々を思い出して。

無邪気によく笑う小さなケンケンのほうがつい可愛くなってしまうけど、日々成長していく娘との時間も、育児に専念できる貴重な時間。大事に過ごそう。もうすぐ仕事に復帰する私は考えた。

増田祥子

夏でも要注意！ 新型インフルエンザ流行の兆し

4月末、メキシコ、米国から発生して世界各地に発生拡大した新型インフルエンザの脅威はまだ記憶に新しいところです。7月には町内からも感染確認されました。今後冬シーズンにかけて再び猛威を振るう恐れがあるという警告も出ています。本格的に感染をまん延させないため、今から予防に効果的な手洗い、うがいの徹底、咳（せき）エチケットの実行が大切です。

新型インフルエンザは、家畜用の豚が、鳥インフルエンザ、ヒトインフルエンザウイルスに同時感染し、その体内で豚、鳥、人それぞれのインフルエンザウイルス遺伝子が組み合わさって出現したといわれています。

感染は、咳やくしゃみなどで放出されるしぶき（細かい唾液（だえき）、鼻汁など）に含まれるウイルスを至近距離（1メートル以内程度）で受けることで感染します。人の手や手すりなどを媒介してうつることもあります。

感染力は強いようですが、従来のインフルエンザと同様、のどや鼻に感染することが多く、多くは重症化せず回復しています。

治療薬は、抗インフルエンザ薬が有効ですが、一部耐性を持つタイプも報告されています。

ただし重症化しやすい傾向として、ぜんそく、心臓病、リウマチ、糖尿病などの基礎疾患を持っている方、また妊婦、幼児、高齢者も注意が必要といわれています。

最新の情報では、肺で増殖しやすいことが分かってきました。ウイルスそのものは弱毒性だからといって油断できません。

家族や身近な人が新型インフルエンザと診断されたら

ぜん息、糖尿病など、持病がない場合は、発病予防の内服は必要ありません。出来るだけ外出を控えてください。1週間程度発症しなければ大丈夫です。

持病をお持ちの場合は、症状が出たらかかりつけ医にご相談ください。医師の判断で発症を予防する内服薬を処方される場合もあります。

▼潜伏期間 1～7日間

▼症状 高熱、咳、関節痛、頭痛、鼻水、下痢（げり）、嘔吐（おうと）など

▼発熱など感染が疑われる場合 上川保健所発熱相談センター☎46－5989

▼病院 必ず事前に連絡してから受診し、受診時は必ずマスクを装着しましょう（周囲の人にうつさないためのエチケットです）。対応している医療機関や町立診療所で受診しましょう。

新型インフルエンザ感染防止対策

予　防	○小まめな手洗い、うがいの徹底 ○せきエチケットの励行 ○日ごろから栄養、休養を充分にとって抵抗力を高める ○不要な外出や人込みを避ける ○新聞など最新情報を常にチェック
咳（せき）エチケット	▷他人にうつさないよう、マスクを着用しましょう ▷1回の咳でウイルス5万個、1回のくしゃみでウイルス10万個が飛び散るといわれています。マスクなしで咳、くしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、相手と1メートル以上離れましょう ▷マスクは口、鼻をしっかり覆いましょう ▷鼻汁、痰（たん）を含んだティッシュはすぐにごみ箱に捨てましょう ▷必ず手洗いしましょう

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】

7日㈮ もぐもぐ教室 申し込み制 13:00〜14:00
乳幼児健診 13:30〜
（通知者以外は14:30〜）
20日㈭ エキノコックス症検診 15:00〜17:00
21日㈮ エキノコックス症検診 17:00〜19:00
24日㈪ 子育て相談 予約制

▷13日㈭、14日㈮予定の予防接種はお休みします。

※会場は保健福祉センターです!

【9月分】

4日㈮ ごっくん教室
乳幼児健診
11日㈮ 栄養教室
14日㈪ 〜30日㈬ 後期高齢者健診（町立診療所）
30日㈬ 1歳6カ月児健診

＜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＞予約制
7日㈮テーマ「未満児との交流遊び」……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
3日・4日・5日・10日・11日・12日・17日・18日・19日・24日・25日・26日・29日㈯・31日
（29日は土曜日ですが、ご家族で是非遊びに来てくださいね）

※会場は地域子育て支援センターです！

おいしい手料理

くず粉を使って、暑い季節に〝涼しい甘さ〟がうれしいおやつです。

【くず鹿の子】

＜材　料＞（8個分）
●本くず粉…… 50ｇ
●水……280cc
●グラニュー糖…140ｇ（お好み）
●鹿の子豆…… 20ｇ（市販の小豆甘納豆でＯＫ）

＜作り方＞
① くずの生地を作ります。鍋にくず粉を入れ、少しずつ水を加えてていねいに溶かす。〝だま〟が残る場合は濾（こ）して、さらにグラニュー糖を加えて混ぜる。
② 中火にかけ、木べらで鍋底から混ぜる。
③ 固まってきたら弱火にし、透明になるまで気長に練る。
④ 透明になった生地に鹿の子豆をパラパラと加え、豆がつぶれないようくずを豆にかぶせるように混ぜる。
⑤ 熱いうちにスプーンで８等分程度になるようにすくって水の中に落とす。
⑥ すぐに引き上げ、形を整えたら笹の葉に包んで完成。食べる15分程度前に冷蔵庫に入れて冷やし、冷たくしてどうぞ。その日のうちにお食べください。

＜応用編＞
鹿の子豆を使わず、⑤の手順の時にあん玉を包んで桜の葉の塩漬けに包むと「くず桜」になります。
※「葛（くず）粉」と称してジャガ芋でんぷんを混ぜ入れた商品があるので注意してください。このような粉ではうまく固まりません。

（和菓子教室主宰・高瀬　順子さん）

【食べて健康・豆知識】

私たちが毎日使っている砂糖には、さまざまな種類があります。しっとりとしたソフトな感じと風味を持ち、調味料、菓子用、飲み物用など、何でも使える万能選手が上砂糖です。

そのほかにグラニュー糖、三温糖、中双糖、氷砂糖、黒砂糖などの種類があります。それぞれ特徴がありますから、用途によって使い分けましょう。

砂糖は１グラム４キロカロリーのエネルギーになります。ショ糖は食べた後消化吸収されるのが非常に早く、ブドウ糖と果糖に分解するので、疲労回復や発育期の子供には不可欠です。ただし甘くておいしいので、ついつい食べすぎてしまいます。食べ過ぎは肥満や生活習慣病の原因になるので、食べたら積極的に体を動かし、エネルギーを消費しましょう。

砂糖の効用として、甘さをつけるほかに①でんぷんの老化防止②ゼリー化③酸化防止④ホイップクリーム、メレンゲの安定化⑤防腐性一などがあります。上手に使って豊かな食生活に活用しましょう。

このお菓子は、１個当たり97キロカロリーです。

（住民福祉課栄養士　中村　弘美さん）

□発行/東川町役場 □編集/地域活性課地域づくり推進室 tel.82-2111
□印刷/株式会社総合企画

PRINTED WITH SOY INK
R100 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。

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/