

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

- ▶ 盛夏の祭典がやってくる!
- ▶ JAひがしかわ、コープさっぽろが協同で移動販売車



7

2011 July
No.693

CONTENTS

盛夏の祭典がやってくる! _____ 3

まち・タウン _____ 6

- 好天の中、歓声いっぱい運動会
- 目指せ頂上! 初の「SEA TO SUMMIT2011」
- 韓国、台湾で観光・語学研修の誘致プロモーション
- 初登場のポニー馬車が大好評、くらし楽しくフェス
- 新規就農者激励会、期待いっぱい ほか

今、生き生きと _____ 12

- No.45 農業 南 直人さん

町長コラム「飲水思源(いんすいしげん)」 _____ 14

- 木を植え、森をつくる気持ちで!!
- ◇新刊図書・ビデオ案内

大雪山の素顔 _____ 15

- 川が教えてくれたこと② 環境省東川自然保護官事務所 佐藤一交さん
- ◇俳句

大雪地区広域連合からのお知らせ _____ 16

- 国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料が改定になりました

くらし・ネットワーク _____ 19

- 町税(住民税・固定資産税・軽自動車税)納税通知書を送付しました
- 忠別川上流災害の調査報告会を開きます
- 町民パソコン教室を開きます
- 排水設備工事責任技術者試験のお知らせ ほか

子育てチャンネル _____ 26

- へっぽこ母ちゃんの泣きぼくろ へっぽこ母ちゃん歴8年目 若井由香さん

保健だより _____ 27

- 覚えて安心、食中毒の簡単予防法

おいしい手料理 _____ 28

- 「冷やし中華・山菜サラダ(そうめん風)」 キタウン高原ホテル料理長 富塚 守さん

英語のページは休載いたします

しがしかわ
Public relations brochure of Higashikawa

7

2011 July
No.693



第5回しがしかわ大写真展
町外一般部門
「夏の日の思い出」
秦 憲一さん撮影

～ JAひがしかわと生活協同組合コープさっぽろの協同事業～ コープさっぽろの『移動販売車』を利用しませんか?

鮮魚・精肉・野菜などの生鮮品から惣菜・飲料・日用品まで、約1,000点の商品を載せた『移動販売車』が東川町内を走ります。

ご利用登録いただければ、定期的に『ご自宅の玄関先まで』うかがいます。

ご利用登録のお申し込み、お問い合わせ

JAひがしかわ管理課 ☎82-2121 (平日9:00～17:00)



写真甲子園、国際写真フェスティバル、どんとこい祭りが目白押し

盛夏の祭典がやってくる！

写真の町がしかわ「写真甲子園2011」「国際写真フェスティバル(フォトフェスタ2011)」が7月26日(火)から同日31日(日)まで、今年も6日間の日程で開幕します。前半4日間は、全国20校の高校生力又フマンが写真の腕を競う「写真甲子園」、後半は「第27回写真の町東川賞」の授賞式を中心とする各種写真の祭典「真夏の祭典(どんとこい祭り)」。まじり気分が町内に一気に弾けます。

写真甲子園、「がんばれ東北」枠で市立女子と好文館が出場

祭り期間前半の「写真甲子園」大会は今年、応募校数は今年も過去最高を更新してついに400校を越え403校になりました。

本戦大会への出場選考枠は、例年通り全国を8ブロックに分け、18校を選考しました。

今年は東日本大震災で被災した東北地方の高校に勇気と力を一と東北ブロック選出枠を2校増やし「がんばれ東北」の特別出場枠を設けました。

石巻市立女子高等学校、宮城県石巻好文館高等学校の2校は、広い北海道の大地をどう表現してくれるのでしょうか。

地元北海道ブロックからは、4年連続で帯広南商業高校、4年ぶりの旭川工業高校が出場します。

フォトフェスタでは初の「RICO OHポルトフォリオオーディション」

後半2日間のフォトフェスタでは新企画「RICO OHポルトフォリオオーディション」を開催します。

(株)リコー(東京)の協力。写真アーティストの才能発掘を狙いとした初の写真公開オーディションです。参加アーティストが会場で展示作品の制作意図などを語り、審査員と自由に話し合うことができる、というもの。作品内容や写真文化が熟成される機会を創出します。

年齢、国籍、プロ、アマチュアを問わず応募でき、審査員に写真評論家・飯沢耕太郎氏(東京)、写真家・鷹野隆大氏(同)が来町します。最優秀者は「リコーフォトギャラリーIRING CUBE」(東京・銀座)で個展開催の権利を得ることができます(2週間程度)。

事前審査を通して初エントリーしたのは20人。30、31の両日、文化ギャラリーで1日10人ずつ公開オーディションを行います。オーディションの見学者として、会場と一緒にご参加ください。

どんとこい祭りは、昨年から始まった「旭岳源水の乱」がさらに充実して登場します。仮装大賞への出場と併せて、お問い合わせはどんとこい祭り実行委82-2750へ。

写真甲子園2011本戦大会日程

| 7月 | 日程 | 場所 |
|--------|---|-------------------------|
| 26日(火) | オリエンテーション、開会式(後3時) 選手歓迎夕食会(後6時～) 収穫体験、ホームステイ | 農村環境改善センター 同センター中庭ほか |
| 27日(水) | 本戦撮影会(第1ステージ、第2ステージ) ファースト公開審査会(後6時半～) | 場所未定 農村環境改善センター |
| 28日(木) | 本戦撮影会(第3ステージ、第4ステージ) セカンド公開審査会(後6時半～) | 場所未定 農村環境改善センター |
| 29日(金) | 本戦撮影会(第5ステージ) ファイナル公開審査会、表彰式・閉会式 選手交流会(後6時半～) | 場所未定 農村環境改善センター " |

※時間は予定、変更の可能性あり。

国際写真フェスティバル(フォトフェスタ2011)、どんとこい祭り(7月30日、31日)

| | 国際写真フェスティバル | 時間 | 場所 | どんとこい祭り | 時間 | 場所 |
|-------------|----------------------------|------|------------|-------------------------|---------------|-----------|
| 7/30 (土) | 写真の町東川賞授賞式 | 後2時 | 農村環境改善センター | キッズステージ(町内小中学校) | 正午 | 羽衣ステージ |
| | 東川賞受賞作家作品展 ブカット | 後3時 | 文化ギャラリー | 仮装大賞 | 後5時 | " |
| | 東川賞受賞を祝い集い | 後3時半 | 農村環境改善センター | 写真と音楽のコラボ | 後7時 | " |
| | 北海道写真月間東川フォト ミーティングプレイス | 後7時 | 文化ギャラリー横広場 | 花火大会 | 後8時半 | 羽衣公園 |
| 7/31 (日) | 写真インディペンデンス展 合評の集い | 前10時 | 文化ギャラリー | 旭川市啓北中雑技団 | 前10時 | イベント広場 |
| | | | | マミーズバンド演奏 | " | 羽衣ステージ |
| | 東川賞受賞作家フォーラム | 後1時 | " | よさこいソーランチームステージ もちまき | 前10時半 後1時半 | " 羽衣公園 |


その他行事

◆国際写真フェスティバル／●ニコンエナ21東川ポルトフォリオレビュー(30日①前11時半～②後7時～、文化ギャラリー)●赤れんが・公開ポルトフォリオレビュー2011(①30日前9時半～②31日前9時半～、赤れんが倉庫)●写真インディペンデンス展合評の集い(31日前10時～、文化ギャラリー)●デジタル写真セミナー(①30日後1時～②31日前10時～、文化ギャラリー)●東川フォトミーティングプレイス(30日後7時～、文化ギャラリー前庭)●写真の町「出会いの広場」(道草館)●Myカメラアングル(同)●ストリートギャラリー2011(文化ギャラリー前庭)●ストリートギャラリー・フォトコンテスト(市街地)●ウォールギャラリー写真展(文化ギャラリー)●宮崎学展「となりのツキノワグマ」(赤れんが倉庫)●宮崎学トークショー(31日後0時半、赤れんが倉庫)◆どんとこい祭り／●どんとこいレストラン(前11時～、羽衣公園)●第2回水の乱(文化交流館横駐車場広場)●バンジー、トランポリン、ふわふわスライダー(前11時～、羽衣公園、役場横各会場)●大道芸、ストリートダンス(前10時～、イベント広場(1日目は正午から))●フリーマーケット、屋台、ゲームコーナー、思い出写真館NIJI、ストリートフォト(1丁目通り)●新車展示(トヨタ、スズキ、オートバイ、1丁目通り)●消防車展示(1丁目通り)●身体障がい者・一般来場者用休憩所開放(前9時～後5時、共生サロンこりん)


写真甲子園2011

「写真甲子園2011」本戦出場校 (20校)

〈3回目(2年ぶり)〉
 静岡県立伊東高等学校城ヶ崎分校
 (伊東市)
 「決戦！ プール掃除。」
 (カラー8枚組み)



〈5回目(3年ぶり)〉
 中越高等学校(長岡市)
 「雪国に生きる」
 「私たちの住む町は美しい」
 (カラー8枚組み)



中部 東海ブロック
 (出場枠3校(応募75校))

〈初出場〉
 愛知県立田口高等学校
 (北設楽郡設楽町)
 「都市と山村(まちとむら)」
 (カラー8枚組み)




〈初出場〉
 石巻市立女子高等学校
 (石巻市)
 「Color Revolution」
 (カラー8枚組み)




近畿ブロック
 (出場枠3校(応募59校))


〈初出場〉
 兵庫県立伊丹西高等学校
 (伊丹市)
 「私と自転車」
 (カラー5枚組み)



〈2回目(2年連続)〉
 大阪府立成城高等学校(大阪市)
 「MARGINAL」
 「少女と大人の狭間で」
 (カラー・白黒8枚組み)



〈3回目(3年ぶり)〉
 香川県立坂出高等学校
 (坂出市)
 「つながる島」
 (カラー8枚組み)




四国ブロック
 (出場枠1校(応募19校))

〈2回目(2年連続)〉
 山口県立下松高等学校
 (下松市)
 「アト・まち」
 (カラー8枚組み)



中国ブロック
 (出場枠1校(応募28校))

〈3回目(3年連続)〉
 沖縄県立南部工業高等学校
 (島尻郡八重瀬町)
 「生まれ変わる」
 (カラー8枚組み)




〈9回目(2年連続)〉
 八代白百合学園高等学校
 (八代市)
 「幸せな時間」
 (カラー8枚組み)




九州・沖縄ブロック
 (出場枠2校(応募50校))

〈5回目(4年連続)〉
 北海道旭川工業高等学校
 (旭川市)
 「離」
 (白黒7枚組み)



〈5回目(4年連続)〉
 北海道帯広南商業高等学校
 (帯広市)
 「き・ど・あい・らく」
 「みんな同じじやつまらない!!」
 (カラー8枚組み)



北海道ブロック
 (出場枠2校(応募38校))

〈2回目(2年連続)〉
 盛岡中央高等学校
 (盛岡市)
 「復興への願い」
 (カラー8枚組み)

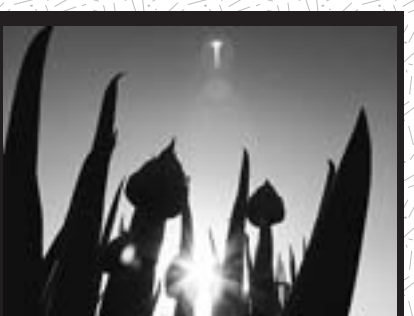


〈初出場〉
 宮城県柴田農林高等学校
 (柴田郡大河原町)
 「覚醒 (もう一人のワタシ)」
 (カラー8枚組み)




東北ブロック
 (出場枠4校(応募36校))

〈初出場〉
 宮城県石巻好文館高等学校
 (石巻市)
 「希望の印」
 (カラー6枚組み)



〈4回目(3年連続)〉
 宮城県柴田農林高等学校
 (柴田郡大河原町)
 「覚醒 (もう一人のワタシ)」
 (カラー8枚組み)



〈初出場〉
 群馬県立大間々高等学校
 (みどり市)
 「Strange world」
 (カラー8枚組み)




〈5年連続5回目〉
 栃木県立栃木工業高等学校
 (栃木市)
 「巴波川(うずまがわ)日記」
 (白黒8枚組み)




関東ブロック
 (出場枠4校(応募98校))

〈2回目(2年ぶり)〉
 明星学園高等学校(三鷹市)
 「空に手をのぼす」
 「ききかへて」
 (カラー8枚組み)



〈3回目(2年連続)〉
 正則高等学校
 (東京都港区)
 「刻まれた記憶」
 「江戸更紗を継ぐ」
 (白黒8枚組み)



韓国、台湾で観光・語学研修の誘致プロジェクト



韓国ではソウル市の北東北3県・北海道ソウル事務所、水原（スーウォン）市役所などを訪れました。

台湾では、台北市の日本交流協会台北事務所文化ホールで日本語研修生の募集説明会を行い、満員の120人が詰め掛けました。写真II。

書類選考で合格した23人が7月3日から2カ月と3カ月の2コースで来町します。高校生対象の韓国研修コースは、7月31日から1カ月間、20人が来町します。

韓国、台湾からは、東日本大震災後多額の義援金が日本に届きました。あふれるほどの応援メッセージも被災地に寄せられました。

その支援の気持ちにこたえるため、町は今年の研修生を無料で受け入れることにしています。

「Aひが」がわ「ロープ」のほんが毎回の移動販売車



生活協同組合コープさっぽろ（札幌 大見英明理事長）の移動販売車「おまかせ便」が町内に登場しました。6月16日、東川町農協事務所前でテープカットして運行開始を祝いました。

2トントラックの中に約千アイテムの生鮮食品、日用品を積み、町内を巡回するトラック移動販売車です。農家地区を中心に町内5カ所で停車販売します。

コープさっぽろ・山口敏文専務理事 板谷重徳東川町農協組合長、松岡市郎町長の3人がテープカットしました。

山口専務は「初めて農協の組合員勘定で決済できるシステムになった」と期待を込めました。

松岡町長は「庭先まで出向いてくれて買物ができる、というのは先導的な試み」と期待を寄せました。一般市民も自由に利用でき、取り寄せ予約をすることもできます。

この日は併せて同農協事務所に憩いの場「笑味（えみ）ちゃん家（ち）」もオープンしました。1階会議室約56平方メートルを、自由に利用できる談話室（休憩室）として改築しました。

旭川の豊岡さんが秘蔵カメラを寄贈

旭川市内在住の豊岡武雄さん（75）が東川町に秘蔵のカメラを寄贈してくれました。6月23日、文化ギャラリーを訪れました。

HOYA（株）（東京）のカメラ事業部門、ペンタックスの前身、旧旭光

学工業（株）が1979（昭和54）年に発売した「ペンタックスオート110」です。

「7、8回使っただけ」というように、保存状態は最高。「東川でぜひ使って役立ててもらいたい」と持参して



災害救命医療の経験を旭医大医師が講演



東日本大震災後の医療専門チームメンバーとして2度にわたって震災被災地入りするなど、阪神淡路大震災の医療ボランティアとして経

験豊かな町内在住の旭川医大病院救急科助教、及川欧医師を講師に招いて、5月27日役場で防災講演会を開きました。

「診察時にマスクをしていると、患者の目の目がうつろで、こちらに視線をくれない。マスクをしている相手にまったく関心がない、というのは元気がない証拠だと思ひ、マスクをはずし、手を握ってみた。すると途端に家族のことを話してくれるようになった。など被災者の状況を話しました。

「本を読んでいるわけでもないのに目の疲れを訴える人が多い。空気がどれほど汚れているか、ということに気がついた」「不思議なことに、肩こり、腰痛のあった人が、震災前に比べて痛みがなくなった、という人が半数に及んだ。ストレスがかかった状態に置かれていると、痛みを自覚しないようだ」

「ストレスから解放されると急に体調が悪くなり、長く回復しない」とストレス症候群の多さも指摘しました。

また「夜、すぐに眠りにつけない人が58・8%もいた。『周りが怖くて眠れない』『すぐ隣の人の名前も知らない』と不安があるようだ。親戚が亡くなり、行方不明の人が何人もいるので、お互いに重い話をしたくない、と思つて話をしなくなつていよう」と被災者の心情の一端も披露しました。

初登場のポニー馬車が大好評 くらじ楽まつフェス

5月28、29の2日間、キトウシ森林公園で第50回くらじ楽まつフェスティバルが開かれました。

衣類、雑貨のフリーマーケットに加えて、花と野菜の苗、ウド、フキなど春の野草販売も大人気。心配された天候の大きな崩れもなく、芝生の飲食会場できつろぐ家族連れの楽しそうな笑顔がいっぱいあふれました。



東川と美瑛の写真クラブが交流撮影会で初対決



東川と美瑛の写真クラブが初めてのクラブ対抗写真撮影交流を行いました。

6月12日、東川フォトクラブ（白田健二会長）、美瑛写真会（武藤勝志会長）の会員10人ずつが文化ギャラリーに集まりました。デジタルカメラを使って町内中心部の羽衣公園、市街地の町並みなどを思い思いに撮影。出来上がった作品を持ち寄つてA3版のプリント出力をして講評しあう、という企画です。

「月間フォトコン」（株日本写真企画刊）誌主催の誌上企画「クラブ対抗

デジタルフォト合戦」として実現しました。

当日は同誌の藤森邦晃編集長、東京で活躍している写真家、種清豊氏らが写真指導、講評、選考をしました。

参加者は初の企画に「大人の写真甲子園だね」と撮影意欲満々。継続開催の希望も多く出ていました。カメラ、プリント用印刷機材はキヤノンMJから無償貸し出し提供を受けることができました。この日の結果は同誌8月号で誌上发表の予定です。

「乱拍子」（村場康彦代表）の皆さんが今年も投げ銭路上公演に訪れました。見事な和太鼓乱れ打ち、とら舞いなどを披露し、来場者は力強い演技に拍手喝采（かっさい）していました。美瑛町内の牧場からポニー乗馬車も登場しました。公園内をのんびり遊覧子供たちの行列ができました。

トライアスリート、今年も鋭気

トライアスリートの塩野絵美選手(31)は東京ベルデイ・トライアスロンセクションチーム、写真中央が5月31日から6月9日まで10日間、トレーニング合宿に来町しました。



旭岳に向かう道道旭川旭岳温泉線の急勾配な道路や、「平地でノンストップの長い練習コースは北海道」というとおり、信号がなく適度な勾配差が連続している道路は、1日100キロから150キロという長距離のバイク練習に最適なコースの連続です。今年第27回全日本トライアスロン宮古島大会(4月24日、沖縄県宮古島)で女子総合優勝(8時間39分19秒)し、その好調さを韓国大会へも持続して結果を出すのが目標。

7月3日開催の済州国際アイアンマン・コリア大会出場に向けて最終調整のため来町しました。旭岳に向かう道道旭川旭岳温泉線の急勾配な道路や、「平地でノンストップの長い練習コースは北海道」というとおり、信号がなく適度な勾配差が連続している道路は、1日100キロから150キロという長距離のバイク練習に最適なコースの連続です。今年第27回全日本トライアスロン宮古島大会(4月24日、沖縄県宮古島)で女子総合優勝(8時間39分19秒)し、その好調さを韓国大会へも持続して結果を出すのが目標。

ユーを交互に繰り返して、徐々に体調づくりに持っていけます。旭川市消防職員ら消防職員のチーム「HANZO」メンバーが併走役をかって出有効なトレーニングをこなしたようです。塩野選手ら東京ベルデイ・トライアスロンセクションチームは8月、合宿3年目までこれまで最多の約10人が再び来町します。

新規就農者激励会、期待いっぱい

新規農業就農者が町内に誕生しました。6月8日、東川農協青年部(青木健太郎)が主催して東川町農協大ホールで激励会を開きました。



18歳から38歳まで9人。高校、農業大学を卒業後すぐに家業を継いで就農する方、Uターン就農する方、札幌市内からまったく異業種からの新規就農者も。女性の後継者も昨年に続いて2年連続で誕生しました。板谷重徳東川町農協組合長は「ここ5年以上、新規就農者が毎年6、7人

誕生している。新しい東川の農業をどう変えていくのか、今後の活躍を応援したい」と激励しました。

松岡市郎町長は「今や町内で40歳未満の就農者が50人を越えて若い農業者が活躍する素晴らしい時代になった。農業は今、最も近代的で最先端をいく産業になった。国民の命を守る産業と自覚して取り組んでほしい」と農業を選んだ新しい仲間をエールを送りました。(関連記事、12頁を参照)

タイのTV局、雑誌社が残雪の旭岳を取材

タイ国内主要マスメディアのテレビ3局、新聞社1社、旅行雑誌1社、旅行代理店4社の一行20人が大雪山旭岳を観光地取材視察に訪れました。同国内の旅行代理店プロアジアトラベル(バンコク)がタイ政府に呼びかけて実現しました。4泊5日で札幌、小樽、登別、旭川など道内主要観光地を回り、5月24日旭岳を訪れました。ロープウェイで標高約1600メー

トルまで上がり、残雪が残る姿見周辺の眺望にびっくり。南国・タイで見ることでできない高山の風景と一面の雪景色に「ウワーツ、すごい、冷たい!」と感嘆。東関東大震災後低迷している北海道観光の活性化に向けて観光客需要の回復を目指す企画です。雪と高山が美しく、大雪山など北海道の山岳観光需要は高い、ということでした。



エキノコックスに要注意、と予防講演会

エキノコックス症予防の基礎知識を知ってもらおうと町は5月25日、町内在住の写真家・獣医師の竹田津実さんを講師に、農村環境改善センターで「キタキツネとエキノコックス講演会」を開きました。



「ほとんどのキツネは農家のそばで生活している。主食は農家の残飯で、猫のえさをとったりもする。1匹のキツネの狩場は約3キロメートル四方で、5千300匹もネズミを捕って食べる」などと生態を解説しました。

に毎年駆虫薬入りのえさ散布を行えば効果的」などと話しました。エキノコックス虫はネズミの肝臓に寄生し、キタキツネ、犬などを媒介してヒトに経口感染します。ヒトに感染すると肝臓に寄生し、潜伏期間10年から15年を経て重い肝機能障害を引き起こし、死に至る場合があります。

「一番問題なのは放し飼いの飼い犬。放し飼いにすると縄張りを持つと、キツネの巣穴に入って体毛に虫卵をくっつけて戻ってくる。子供はその犬と一緒に遊び、抱いたりする。これが恐ろしい」と注意を喚起しました。

5月28日、東3号北6線の町有林で、2年目の「コープ未来(あした)の森づくり」植樹祭がありました。生活協同組合コープさつぽろ(札幌)の社会貢献事業として昨年からは本町でも取り組みが始まり2年目。生協組合員の親子30人が参加して、町有林約20アールにイタヤカエデ、ナナカマドの苗木を200本ずつ植栽しました。



青空が広がり、大雪山の残雪がまぶしくくっきりと見えるさわやかな日和になりました。お母さんと一緒に訪れた幼児は、自分の体より大きなスコップを抱えて、一生懸命に苗木を植え、大きく育つようお願いしました。「未来(あした)の森づくり」事業は、買い物のにきにレジ袋を辞退したお客さん1人について0・5円ずつを積み立てて原資を作ります。5年間森づくりをする資金にしています。二酸化炭素の排出を減らして地球温暖化を防ぐ運動に役立てよう、という取り組みです。昨年10月について2回目の植樹となりました。

インターネットのトラブルに注意

6月20日東川中学校で旭川東警察署生活安全課の政岡正明少年係長が「インターネット、携帯電話のトラブル」と題して犯罪に巻き込まれないよう講演しました。

「第61回社会を明るくする運動」に呼応して、旭川地区保護司会東川支部(松岡洋信支部長)が主催しました。近年小、中学生の間でも利用が進ん

でいるパソコンのインターネット接続、携帯電話の利用実態について危険性とトラブル回避の注意点を指摘しました。「小学生が課金方式のネットゲームで10万円も使ってしまった」「携帯電話で知り合った男に写真を撮られ、脅されて男の風俗店で働かされていた」など、犯罪に巻き込まれる危険性が高い、などと実例を示しました。





北海道という寒冷地で、不耕起自然農法という難問に挑戦を始めた。無農薬、無肥料、耕さない農業で目指すのは、生産者と消費者が近くに直接結びつき、地域と農業者がともに支え合う強くて小さな輪。「子供や孫たちに地球の自然を残したい」。その思いは、これからどう実を結ぶでしょうか。



6月からスタートした営農1年目の最初の作業はうね立て。長さ約40メートル1列すべてを手作業で進め、

約10時間で完成しました。うね立てすることで長雨対策もOK。自然農法の農業をするために欠かせない第一歩です。

最初にまいたのは大豆。被覆保温には草マルチで低温対策をしました。大豆は痩せた土を肥やす働きがあるので、後作のための土作りにもなる

といいます。20アールの土地は、この要領でうね立てし、野菜、豆類、ハーブ類などを混合栽培する計画です。

雑草マルチをするのは「単に無農薬ではなく、地球に負荷をかけないやり方」という理由。

農業用保温シートの資材は、一般的にはビニール。「ビニールはリサイクルしても燃えかすはごみになり、埋め立てしても地球に負荷がかかってしまう。草を使えば、使い終わったものは土に戻っていくでしょう。だから草は僕にとって貴重な資材なんです」。

農地は一見荒れ放題で草いっぱい。

でも機械で耕さないことで土地が固くならないのだといいます。

「お米を作るなら水のきれいなところがいい」。思い出したのは、今は亡きおじいさんが35年前まで米作りしていた田んぼでした。

「ほかの町でも新規就農者を求めている。でもこの町でやりたかった。この町で末永く暮らしたい。みんなの力を借りて、お互いがともに支えられる小さな輪を作りたいんです」。

今後の栽培計画の品目は、コメ、小麦に始まって、葉もの野菜、根菜類、イモ類、豆類、果菜類、ハーブなど50品目以上盛りだくさん。事前に契約した消費者に週に1度程度届けるシステムを模索しています。

収穫物を届ける仕組みは現在思案中。「『果たして農業になるのか?』という疑問は、自分の中にある。みんなに聞いたら『そんなことは無理』と言われそうだけど、子供や孫たちが笑顔で暮らせる環境を少しでも残せるよう役立ちたいんです」。



研修中の松家農園で(発芽玄米商品の選別作業)



刈り取った雑草類を播種(はしゅ)した大豆のうねの上にもき、マルチ用保温材として有効利用



松岡市郎町長の手から黄金のスコップを受け取りました(6月9日、新規就農者歓迎会で)



南さんが借りた約20アールのは場

みなみ なおと 南直人さん/農業/東町1

東神楽町出身、35歳。旭川工業高等専門学校卒。苫小牧市内、札幌市内の会社でSE(コンピューター・システムエンジニア)。その後脱サラして農業を目指し、札幌市内の自然食品販売会社の直営農園で1年間農業研修。その後町内の松家農園(松家源一さん経営)で2年間農業研修。今年新規就農者として独立。祖父の耕作地だった東倉沼の牧草地(約20%)を引き継いで貸り受け、不耕起栽培の自然農法による農業をスタート。目指すのは地域支援型農業(CSA)を参考とした小さなコミュニティづくり。CSAは、日本、ヨーロッパの「協同」の考え方を参考に、1980年代半ばにアメリカで再構築されて始まった小規模農業経営の一方式。事前契約した消費者に、地元の農家が収穫物を直接届けるシステムを構築しています。比較的新しいニューヨーク市のCSAは、エリアごとに100近くの支部を統括し、全米では12,549もの農家が参加しているということです(2007年、米農務省)。合気道2段。趣味は雅楽には欠かせない和楽器、龍笛。

飲水思源

町長

松岡市郎

木を植え、森をつくる気持ちで!!

未来をしっかりと予測することは「神のみぞ知る」で不可能なことではあるが、先人が行ってきたように柔軟な対応をできる未来への投資と遊び心(余裕)が必要なのだ。それは地域全体で支える「子どもたちの未来のために」の行動と実践でもある。

行政は一本一本の木を大切に育て、素晴らしい森へと成長させることが大切である。「過去に学び、未来に向かって何をなすべきか」と「一点を見て判断するのではなく、住民福祉向上という全体を見る」というのが町づくりの判断基準でなければならぬ。過去の実績を否定する人がいるが、否定してはいけない。時代は川の流れるように絶えず変化している中で、その時代の人たちによって最高と判断されるものを展開してきているからだ。

「少子高齢化で大変だ、大変だ」「日本は子どもの数が減り、人口が減っている。だから人口が増えるはずがない」。どこかで聞いた気がする。これは日本全体の平均的な話である。では終戦後からつい最近まで、日本では人口は増え続けてきていたが、すべての市町村で人口は

増えていたのだろうか。

全体が減っているから減る、増えているから黙って待っても自然に増えるのだろうか。答えは明白、「NO」である。それは歴史が証明している。

学校の試験もそうであるが、クラスの平均点が上がっていることが、必ずしも全生徒の成績が上がっていることにはつながらない。上がる者、下がる者がいて全体で上がっているのである。100点満点に近い者は伸びる点数幅は小さいが、50点程度やそれ以下の人は努力することによってまだまだ伸び、全体の伸び率に大きく貢献する可能性を持っている。

魅力ある町づくりとは、地域の人々の持っている「知と技」を使って、「東川らしさ」をどのように表現し、町の価値を高めることができるかでもある。学校の試験に例えるなら、平均点以上を目指して自ら努力する姿勢が大切である。

ご教示いただいた言葉に、芭蕉の「不易流行」がある。町づくりに置き換えて考えてみると、不易とは「東川らしさ」の持続であり、「流行」とは時代の流れに順応でき、先導できる能動的な行動であると考えている。

文化交流館 新刊図書・ビデオ案内

★本、DVDの蔵書リクエストをお受けしています

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)。



魔法使いの弟子
(映画、DVD)
ウォルト・ディズニースタジオ・ジャパン

今は亡き偉大なる魔法使い「マリン」の弟子「バルサザール」は、現代のニューヨークで「マリン」の後継者である「デイヴ」と出会う。気弱な物理オタクの大学生「デイヴ」に魔法の美学と技を伝授しようと苦戦する一方で、魔法の監獄に閉じ込められていた史上最悪の魔法使いたちが次々とよみがえり、「選ばれし者」「デイヴ」の命を狙う残忍な魔法使いたちとの大戦争が始まる。その戦争にマンハッタン全体が巻き込まれていく。(109分)



ヤマトシジミの食卓
(児童書)
吉田道子／著 くもん出版／刊

主人公の「かんこ」は、3年生。お兄ちゃんが拾ってきた子犬と同じさびしそうな目をしていると思い、空き地の平たい石に座っていた「風助さん」を家に連れてくる。「風助さん」は、「かんこ」の生まれる前のまちの様子や、平たい石はヤマトシジミというチョウの食卓だと教えてくれた。そして時々「かんこ」の家から姿を消し、ある日を境に帰ってこなくなってしまう。



ポリテイコン 上・下
(一般書)
桐野夏生／著 文藝春秋／刊

大正時代、東北に芸術家たちがつくったユートピア「唯腕村」。村の後継者、「東一」はこの村で美少女「マヤ」と出会う。マヤの父親は失踪し、母親は中国で行方不明になって、北田という謎の人物の娘としてこの村に流れ着いた。過疎、高齢化、農業破綻、食品偽装など、ユートピアはいつしかデストピアへ。自らの王国に囚われた男と、国と国との狭間からこぼれ落ちた女の運命は…。

だいせつぎんのすがお

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。

川が教えてくれたこと②

沢の岩にはコケがびっしりと付き、新緑からの木洩れ日は緑の光線となり、川面すらも緑となって周辺の草木もさらに緑を濃くする。自分の肺に取り込む空気も緑色に感じてむせかえる、そんな経験をしたことがあるでしょうか。

6月から7月にかけての時期は、川の風景が最も美しいと感じる時期です。河畔の樹木からは青葉が芽吹き、林床には山野草が青々と茂り、時折小さな花を付ける可憐(かれん)な植物が咲いていたりします。やや時期の遅れた話と思われる方もいると思いますが、いやいや上流ではまだまだ季節の訪れが遅いことがあります。渓流をさかのぼることは、季節をどんどんさかのぼることになり、源流の日陰地には7月でも残雪が残っていることだってあるのです。

川に通っていると、絶好の釣り日和という日があります。しかし、ヒトの感じる釣り日和なんて魚には関係のない感覚ですから、当てになりません。それでも過去の経験から、こんな場所ではこんな風に釣れるはずなのになぜか釣れない、という場合があります。

まず疑うのは、最大のライバルである釣りの先行者の有

無です。蛇の道はヘビ。やはり釣り日和に誘われるのでしょうか。先行者の有無は釣果に大きく影響しますから、まずはその有無を気にしなければなりません。魚が釣られてしまっていては、釣れるものも釣れませんからね。

足跡があった場合、その日のものか、あるいは2~3日前に付けられたものかなど、釣果に影響しそうな情報を読み取り、続行するか、川を替えるか、あきらめて帰るかを決断します。その他水質や水温や潮汐、外来魚の繁殖状況など、考えるべき多くの要素があります。

川の状態を知ることは、その山の状態を知ることに繋がります。先行者の有無も大事ですが、水底の土砂の状態は特に重要です。比較的きれいと思われる川でも川底の石や岩に砂が付着していれば、上流での森林伐採や河川改修など、土木工事をしている場合があります。川底の石に毛足の長い藻が付着していれば、上流での大量取水による水量減少、あるいは生活排水の混入もあり得ます。

そのような状態の川では、カゲロウやトビケラ、カワゲラといった成虫になるまで川底の石の表面を生活の場とする昆虫にとって、生育を脅かされることになり、それらを主食とするヤマメやイワナ、オショロコマといった渓魚にとっても生息環境の悪化につながる事になるわけです。

環境省東川自然保護官事務所 佐藤 一 交

俳句

梅雨の傘中から花びらこぼれ落ち

万緑と力競べのロープウェイ

綿飛ばしほっとタンポポの吐息かな

健やかに泣いて笑って玉の汗

好ましや男の汗と白き歯と

バトン受け汗も出ぬ間にごぼう抜き

不揃いの雑路歩く汗の靴

腕ぬきをもて額の汗を拭ひけり

汗拭きし母の乳房の白きこと

球場の歓声マドンナの汗の目に

その人の生き方秘めし夏帽子

教室の汗の匂ひや五時間目

被災地や汗も涙も一拭ひ

山口 佐知子

高瀬 潤

石澤 清宏

澤田 久美子

松山 蓉子

三島 智

秋山 深雪

長谷川 きみゑ

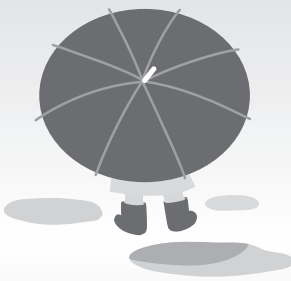
小林 露葉

青野 公花

杉山 ひろのり

徳光 吐苦

杉山 りつ



65歳以上の方(第1号被保険者)の保険料(年額)

| 保険料区分 (7段階) | 対 象 者 | 算定方法 | 保険料額 (年額、円) |
|----------------|---|------------------|----------------|
| | | | 21～23年度 |
| 1 | 生活保護の受給者、老齢福祉年金の受給者で住民税非課税世帯 | 基準額×0.50 | 27,300 |
| 2 | 住民税非課税世帯で、前年の合計所得+課税年金収入額が80万円以下 | 基準額×0.50 | 27,300 |
| 3 | 住民税非課税世帯で、保険料段階が第2段階以外 | 基準額×0.75 | 40,950 |
| 4 | 住民税課税世帯の本人が住民税非課税で、前年の合計所得+課税年金収入額の合計額が80万円以下 | (特例) 基準額×0.88 | 48,040 |
| | 住民税課税世帯の本人が住民税非課税で、特例第4段階以外 | 基準額 | 54,600 |
| 5 | 本人が住民税課税で合計所得金額が200万円未満 | 基準額×1.25 | 68,250 |
| 6 | 本人が住民税課税で合計所得金額が200万円以上400万円未満 | 基準額×1.50 | 81,900 |
| 7 | 本人が住民税課税で合計所得金額が400万円以上 | 基準額×1.75 | 95,550 |

保険料の納め方

特別徴収(年金からの天引き)、普通徴収(口座振替または納付書による納付)があります。

- 特別徴収(年金からの天引き)
老齢、退職、遺族、障害の各年金が年額18万円(月額15,000円)以上の方は、2カ月おき(2、4、6、8、10、12の各月)に支払われる年金から、支払いごとに2カ月分の保険料が天引きされます。老齢福祉年金からは天引きされません。
- 普通徴収(口座振替、納付書による金融機関等への納付)
普通徴収の対象となる方は、大雪地区広域連合から送付される納付書にしたがって納付いただきます。
- 40歳以上65歳未満の方の保険料(第2号被保険者)
医療保険料として一括徴収になります。保険料の計算方法や額は、加入している公的医療保険制度によって異なります。
 - ①社会保険に加入している場合
 - 給料に応じて異なります。
 - 医療保険の保険料と同様に事業主が半分負担します。
 - 被扶養者の直接保険料負担はありません。
 - ②国民健康保険に加入している方の場合
 - 所得、資産等に応じて異なります。
 - 保険料と同額の国庫負担があります。
 - 世帯員分も世帯主が負担します(世帯単位で算出します)。

国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料が改定になりました

【国民健康保険料】

広域連合議会で、23年度国民健康保険料率が決まりました。医療費の動向や保険財政の安定化等をもとに十分に検討した結果、以下の保険料率表のとおり決定しました。

これまで同様、加入者の皆さまが安心して医療を受けられる事業運営のため、ご理解ご協力をお願いします。

23年度国民健康保険料率表

()内は前年度

| | 医 療 分 | 支援金分 ※1 | 介護分 ※2 |
|--------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 所得割り(%) | 8.4 (5.8) | 2.2 (1.7) | 1.7 (1.5) |
| 資産割り(%) | 20.0 (20.0) | 8.0 (8.0) | 4.3 (4.3) |
| 均等割り(円) (1人当たり) | 26,000 (21,000) | 7,000 (6,000) | 7,200 (6,600) |
| ※3 | 7割軽減額 | 7,800 (6,300) | 2,100 (1,800) |
| | 5割軽減額 | 13,000 (10,500) | 3,500 (3,000) |
| | 2割軽減額 | 20,800 (16,800) | 5,600 (4,800) |
| 平等割り(円) (世帯当たり) | 38,000 (32,000) | 10,800 (9,400) | 9,800 (9,400) |
| ※3 | 7割軽減額 | 11,400 (9,600) | 3,240 (2,820) |
| | 5割軽減額 | 19,000 (16,000) | 5,400 (4,700) |
| | 2割軽減額 | 30,400 (25,600) | 8,640 (7,520) |
| 賦課限度額(円) | 510,000 (500,000) | 140,000 (130,000) | 120,000 (100,000) |

※1 支援金分は74歳以下の人が納める「後期高齢者支援金」です。後期高齢者医療制度に必要な総医療費の一部を負担するものです。

※2 介護分は40～64歳の方が納める介護保険料相当分です(介護保険の第2号被保険者)。

※3 前年所得が一定の基準額に満たない世帯は、均等割りと平等割りの軽減が適用されます。

【介護保険料】

「介護保険制度」は、40歳以上のすべての人が保険料を出し合って介護にかかわる費用をお互いに支え合う制度です。住み慣れた地域でいつまでも健やかに暮せるよう、費用を保険料として相互に負担しています。

費用の財源は、65歳以上の方の第1号被保険者並びに40歳以上65歳未満の方の第2号被保険者の皆さまからの保険料と公費(税金)です。21～23年度の保険料の基準額(年額)は、54,600円(月額4,550円)です。保険料は、介護保険事業計画で見込まれる大雪地区広域連合全体の介護サービス量(費用)に基づいて3年ごとに見直しています。その負担割合は次のとおりです。

大雪地区広域連合の介護サービス費用(100%)

| | | |
|----------------------------------|--------------------|--------------------|
| 公費50%(税) (国25%、道12.5%、町12.5%) | 第1号被保険者の 保険料20% | 第2号被保険者の 保険料30% |
|----------------------------------|--------------------|--------------------|

**【後期高齢者医療保険料】**

被保険者全員が負担する「均等割り」、前年の所得に応じて負担する「所得割り」の合計額です。23年度保険料額決定通知書、納付通知書（普通徴収）、特別徴収開始通知書は7月中旬に送付いたします。

23年度後期高齢者医療保険料

| | |
|--|---------|
| 所得割り（％） | 10.28 |
| 均等割り（円）、（ ）は軽減基準所得 | 44,192 |
| 9割軽減額（33万円かつ被保険者全員が年金収入80万円以下で他の所得がない） | 4,400 |
| 8.5割軽減額（33万円） | 6,628 |
| 5割軽減額（33万円+（24万5千円×世帯主以外の被保険者数））※4 | 22,096 |
| 2割軽減額（33万円+35万円×世帯の被保険者数） | 35,353 |
| 賦課限度額（円） | 500,000 |

※4 単身世帯の方は該当しません。

保険料の納付方法の変更

現在年金からお支払いいただいている方（特別徴収）、特別徴収開始通知書によって10月以降特別徴収となる方は、支払い方法を口座振替に切り替えることができます。10月以降、特別徴収分の支払いを口座振替に切り替えご希望の場合は、**8月3日（水）までに**役場の国保担当窓口（または収納担当窓口）で納付方法の変更申し出を行ってください。

◆手続きに必要なもの

本人の保険証、振替口座の預金通帳、印鑑（通帳のお届け印）

※介護保険料は納付方法を変更できません。

保険料の納期限

大雪地区広域連合の国民健康保険料（普通徴収）、介護保険料（同）、後期高齢者医療保険料（同）の納期限は次のとおりです。納期限を過ぎると延滞金が徴収される場合があります。期限内の納付が難しい場合は、分割納付などの制度もあります。納付相談窓口でご相談ください。

保険料納期限（23年度）

| | |
|-----|-------------|
| 第1期 | 8月1日（月） |
| 第2期 | 8月31日（水） |
| 第3期 | 9月30日（金） |
| 第4期 | 10月31日（月） |
| 第5期 | 11月30日（水） |
| 第6期 | 12月28日（水） |
| 第7期 | 24年1月31日（火） |

▶ お問い合わせ ◀

大雪地区広域連合国民健康保険対策室・介護保険対策室
☎（直通）82-3697

▶ 納付相談窓口 ◀

税務課税務収納室 ☎82-2111（内線121）

くらし Network ネットワーク

税務課からのお知らせ

税務収納室 課税に関すること
(内線123、124)、納付に
関すること(内線121)

町税(住民税・固定資産税・軽自動車税)納税通知書を送付しました

平成23年度の町税納税通知書を
7月1日に送付しました。

〔住民税〕 毎年1月1日現在に
居住する市町村に、前年の所得
をもとに算出された税額を納め
る税金

〔固定資産税〕 毎年1月1日に
土地・家屋・償却資産を所有し
ている方が固定資産の価格をも
とに算定された税額を所在市町
村に納める税金

〔軽自動車税〕 毎年4月1日現
在、軽自動車(原動機付自動車、
軽自動車、小型特殊、二輪、農

| | |
|-------------|---------|
| 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 |
| 東川町社会福祉協議会 | 82-7505 |
| 大雪消防組合東消防署 | 83-0119 |
| 道草館 | 68-4777 |

7月の行事

- 2日(土) 戦没者慰霊祭音楽行進(前10時、市街地)
東川町戦没者ならびに開拓功労者異例追悼式
(前11時、平和と開拓の碑)
- 3日(日) 町民体育祭(町民グラウンド)
- 7日(木) トピア・ルーイエナ町から交流訪問団ウエルカム
パーティー(後6時、農村環境改善センター)
中国人強制連行殉難烈士慰霊祭(前10時、東14
号墓地)
- 14日(木) 忠別川上流災害調査報告会(後3時、同)
- 15日(金) 東川町産業振興懇談会(後1時半、農協)
- 22日(金) 第1回農業委員会総会(後1時半、第3会議室)
- 26日(火) 写真甲子園2011開会式(後3時、農村環境改善
センター→29日まで)
- 30日(土) 国際写真フェスティバル、どんとこい祭り開幕・音楽
行進(正午、1丁目通り)=31日まで
写真の町東川賞授賞式(後2時、農村環境改善セ
ンター)
- 8月2日(火) 第32回北海道中学校剣道大会開会式(後1時半、
東川中)

人のうごき 5月16日～6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 |
| 高見 峻平 | 直広 | 綾香 | 34区 |
| おくやみ | | | |
| 亡き人 | 歳 | 届出人 | 行政区 |
| 岡澤 常雄 | 87歳 | 岡澤 チズ子 | 6西区 |
| 齋藤 夏子 | 59歳 | 齋藤 和博 | 32区 |
| 中原 福恵 | 96歳 | 中原 伸明 | 東町1丁目 |
| 行天 ミサオ | 85歳 | 行天 孝夫 | 34区 |
| 紫牟田 ヌイ子 | 81歳 | 紫牟田 隆博 | 17区西町 |
| 谷 ツギ子 | 95歳 | 谷 千代栄 | 15区 |
| ご結婚 | | | |
| 新郎 | 新婦 | | 行政区 |
| 福永 紳 | 矢野 由香 | | 西町3丁目 |
| 河村 紀行 | 河村 美徳 | | 上岐登牛 |
| 大谷 浩輔 | 居川 美佐子 | | 北町3丁目 |

| | | |
|----------------------|--------|-----------|
| 人口・世帯数 5月末日現在 | | |
| 人口 | 7,868人 | (前月比+ 1人) |
| 男 | 3,751人 | (前月比+ 5人) |
| 女 | 4,117人 | (前月比+ 6人) |
| 世帯数 | 3,322戸 | (前月比+ 5戸) |
| 出生 | 3人 | |
| 死亡 | 8人 | |
| 転入 | 30人 | |
| 転出 | 24人 | |

耕作業車等)を所有している方
が納める税金

身体障がい者等減免措置

身体障がい者のために使用
される軽自動車で、一定の
要件を満たすものは減免措
置となります。(生計を一
にする方が所有する車両に
ついても適用対象)

減免を受けるには7月21日
までに申請が必要です。

年4回に分けて納めていただき
ます。納税通知書の内容を確認し、
納期限内の納付をお願いいたしま
す。

納入期限

| | |
|-----------------------|-----------|
| 第1期 | 8月1日(月) |
| 町・道民税、固定資産税、 軽自動車税 | |
| 第2期 | 9月30日(金) |
| 町・道民税、固定資産税 | |
| 第3期 | 11月30日(水) |

町・道民税、固定資産税
第4期 1月31日(火)

町・道民税、固定資産税

公的年金等からの特別徴収制度

(東川町は当分の間 見送り)

老齢等年金給付の支払を受けて
いる65歳以上の方から、個人住民
税を特別徴収する制度が創設され
ていますが、本町は当分の間、見
送りにしてまいります。

納税について

納税には便利な口座振替を

預金口座から納期限の日に町税
を自動的に振替納付することがで
きます。預貯金口座振替依頼書が
手続き窓口にありますので、納入
通知書、預貯金通帳、銀行印を持
参のうえ、納期限15日前までに手
続き願います。(郵便局は20日前
までに手続きが必要です。)この
機会にご利用ください。

口座振替受付窓口

「役場税務課」、「東川町農
業協同組合」、「北中央信用組
合東川支店」、「北海道銀行
豊岡支店」、「北洋銀行旭川
中央支店」、「北陸銀行旭川
支店」、「東川町内の各郵便
局」

口座振替できる金融機関

「東川町農業協同組合」、
「ゆうちょ銀行及び郵便局」、
「北中央信用組合」、「北海道
銀行」、「北洋銀行」、「北
陸銀行」の道内の各店舗(一
部引落とできない支店もあ
り)

納期限までの納付が難しい場合

何らかの事情で納期ごとに納付
することが困難な場合は、7月15
日(金)までに必ず納税相談をし
てください。納税猶予・分割納付
(口座振替が原則)や事情によっ

ては、減免になる場合もあります。
必ず税務課税務収納室担当へ
ご相談ください。

延滞金の徴収を行っています

税(料)金が納期限後に納付さ
れた場合に、その納期限の翌日か
ら納付された日までの日数に応じ
て延滞金を徴収してまいりますので、
納期限内に納付を済ませますよ
うお願いします。



定住促進課から

各種届け出は住民室(内線112)、住宅のことは住まい室(内線116、117)

国民年金は、保険料の免除・納付猶予制度(申請)があります

国民年金保険料を納付することが困難な場合、申請によって保険料の納付が免除、猶予となる「保険料免除」「若年者納付猶予」の制度があります。

免除、納付猶予を受けずに保険料未納の状態のまま死亡、障害の場合、遺族基礎年金、障害基礎年金を受けられないことがあります。忘れずに保険料の免除、納付猶予申請をしましょう。

ただし、その間保険料の支払い額は少ないため、将来受け取る年金額は少なくなります。

免除期間の保険料は、将来受け取る年金額を満額に近づけるために、10年以内であればさかのぼって全額納付することができます。

免除承認期間は7月から翌年6月までです。

▼全額免除 免除期間は受給資格期間として

算定されますが、全額納付に比べ、年金額が2分の1になります。

▼一部免除(一部納付)

「4分の1」「2分の1」「4分の3」と3段階あります。前年所得を基に審査が行われます。

一部免除の場合、保険料を納付しないと、その間「未納期間」となり、受給資格期間に算定されません。

▼若年者納付猶予

一定以上の所得のある世帯主と同居している30歳未満の申請者の場合、本人、配偶者の前年所得を基に審査が行われます。

▼失業による特例免除

申請する年度または前年度に失業(退職)している場合に対象になります。申請者以外の「申請者の配偶者、世帯主」の前年所得によって該当段階が判定されます。

雇用保険受給者証、雇用保険被保険者離職票が必要です。

他の市町村から転入した方は、源泉徴収票、確定申告書の写しなど、前年の所得状況を証明するものをご持参ください。

本年度の申請は、印鑑をご持参ください(役場1階1番窓口)。旭川年金事務所は ☎27-1161

1

企画総務課から

調査報告会のお問い合わせは ☎(内線221)、その他のお問い合わせは企画財政室 ☎(内線226)

忠別川上流災害の調査報告会を開きます

昨年8月、忠別川上流で起きた河川災害の調査報告会「平成22年8月豪雨、忠別川上流災害調査報告会・集中豪雨による被災実態と地域の防災について」を開きます。

調査報告は、同災害調査団長の清水康行北海道大学大学院工学研究院教授(水圏環境工学分野)、地域防災に関して、NPO(非営利活動)法人環境技術研究センター、鈴木英一理事長がそれぞれ発表を担当します。

日時 7月14日(木)午後3時 場所 農村環境改善センター 会場 役場第1小会議室(1階) 定員 各10人 受講料 無料

町民パソコン教室を開きます

旭川ケーブルテレビ(株)(CATVポテト)が町民パソコン教室を開きます。パソコン初心者からもうと便利に使い方を学びたい方が対象です。

講座内容は、A「インターネットの使い方」、B「電子メールの使い方」、C「ウィンドウズの基本から便利な使い方」。

日時 ①②7月3日(日)「講座A+C」(午前10時半〜正午)、③「講座B+C」(午後1時半〜同3時) ④同月13日(水)「講座B+C」(午前10時半〜正午)、「講座A+C」(午後1時半〜同3時) ⑤⑥同月20日(水)「講座A+C」(午前10時半〜正午)、「講座B+C」(午後1時半〜同3時)

会場 役場第1小会議室(1階) 受講料 無料 申し込み 旭川ケーブルテレビ(株) 吉岡さん、本間さん(☎22-0707)

都市建設課から

お問い合わせは公共施設管理室 ☎(内線238)

排水設備工事責任技術者試験のお知らせ

排水設備指定工事店の資格要件に排水設備工事責任技術者制度を導入しました。次のとおり第16回北海道排水設備工事責任技術者試験の全道統一試験、試験講習を行います(講習は10月、既登録者は受験不要)。

日時 11月2日(水)午後1時半から 受付期間 9月1日(木)〜同月12日(月)午前9時〜正午、午後1時〜同3時半(土・日除く)

21

手数料 受験料4千円、受講料3千円(テキスト代含む)、試験制度変更のため、来年度(24年度)から費用が上がります。

保健福祉課から

お問い合わせ、申請は社会福祉室 ☎(内線502、503)、健康と食は保健指導室(内線505〜507)、高齢者介護は地域包括支援センター(内線508)

「福祉医療受給者証」の更新時期です

現在ご使用中の「重度心身障害者」「ひとり親家庭等」「乳幼児等」それぞれの医療費受給者証は有効期限が7月31日(日)までです。継続して必要な場合、更新申請が必要です。

入院の医療費助成を受ける方は別途申請が必要です。助成対象は小、中学生に拡大しています。認定結果は、7月末日までに郵送いたします。

申請手続きは次の書類をそろえて申請してください。

①乳幼児等医療費受給資格認定申請書②振込口座が分かるもの

手当の種類と支給額

Table with 3 columns: 手当の種類, 支給額(月額、円), 支給月. Rows include 特別障害者, 障害児福祉, 特別児童扶養 (1級, 2級).

(保護者のもの) ③保険証(子供のもの) ④限度額認定証⑤印鑑

ご存じですか? 障がい児者の方への経済支援

障がいがある方のための経済的な支援として、国の手当支給制度があります。

◇障がい児(者)本人に支給される手当

①特別障害者手当

○著しい重度の障がいがあるため、日常生活で常に特別の介護が必要な20歳以上の在宅の方

○病状または精神障害が2つ以上の方

○介護保険の要介護度4、5で特別な介護が必要な方に支給されます。

◇障害児福祉手当 精神または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常に介護が必要な20歳未満の児童を養育している父母などに支給されます。

◇障がい児を養育している方に支給される手当

③特別児童扶養手当

精神または身体に中程度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母などに支給されます。

◇対象となる世帯 ①70歳以上の方のみで構成される生活保護受給世帯(障害者加算対象世帯を除く)

②同居する18歳以上の方全員が市町村民税所得割が非課税世帯

(※)で、高等学校に通学する児童を養育する世帯(※住宅借入金等特別税額控除等を受けられていない方は、その控除前の市町村民税額)

◇給付金額 ①高校に通学する生徒1人につき

5で特別な介護が必要な方に支給されます。

②障害児福祉手当

精神または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常に介護が必要な20歳未満の在宅の児童に支給されます。

◇障がい児を養育している方に支給される手当

③特別児童扶養手当

精神または身体に中程度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母などに支給されます。

◇対象となる世帯 ①70歳以上の方のみで構成される生活保護受給世帯(障害者加算対象世帯を除く)

②同居する18歳以上の方全員が市町村民税所得割が非課税世帯

(※)で、高等学校に通学する児童を養育する世帯(※住宅借入金等特別税額控除等を受けられていない方は、その控除前の市町村民税額)

◇給付金額 ①高校に通学する生徒1人につき

5で特別な介護が必要な方に支給されます。

◇障がい児を養育している方に支給される手当

③特別児童扶養手当

精神または身体に中程度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母などに支給されます。

◇対象となる世帯 ①70歳以上の方のみで構成される生活保護受給世帯(障害者加算対象世帯を除く)

②同居する18歳以上の方全員が市町村民税所得割が非課税世帯

(※)で、高等学校に通学する児童を養育する世帯(※住宅借入金等特別税額控除等を受けられていない方は、その控除前の市町村民税額)

20

◇旭川がん検診センター土曜検診
▼胃がん、肺がん、大腸がん検診は「第1、第3土曜日」▼子宮がん、乳がん検診は「第1土曜日」。

子宮頸がんの予防ワクチン接種を再開します

子宮頸(けい)がんの予防ワクチン接種受け付けを再開することになりました。ワクチンの確保状況、3回目の接種が8月以降であるため、1回目の接種可能人数に制限が出る可能性もあります。ご希望の方はお早めに予約するようお願いいたします。

町に住民登録している中学1年生から高校3年生までに相当する年齢の女子を対象にして、接種費用の全額を助成します。

国内のワクチン供給量が十分でなかったため、1回目の接種者への接種を差し控えていましたが、ワクチン供給量に一定の目途がついたため、再開可能になりました。町内で接種可能な医療機関は町立診療所です。

中学1年生から高校2年生相当の年齢の方は、旭川市内の医療機関でも接種できます。

ただし旭川市内の医療機関では高校2年生相当の方だけを対象にして接種を再開しています。事前にご希望の医療機関にご確認ください。

さい。

幼児センターから

お問い合わせは地域子育て支援センター ☎82-5100

「うちよち教室」を開きます

零歳児対象の教室です。お兄さんやお姉さんも一緒に安心して遊べる場所です。親子で楽しみながらお友だちをつくりましょう。

日時 7月14日(木) 午前10時～正午

場所 子育て支援センタープレイルーム

対象 零歳児のお子さん、お母さん

募集 15組程度(要予約)

内容 赤ちゃん体操、親子遊び、紙皿おもちゃ、伊藤和代園長を囲んで「食と生活リズム」交流会

「子育て講座(美容)」

紫外線の基礎知識、ダメージお肌のケアの方法を学びましょう。

日時 7月7日(木) 午前10時～同11時半

場所 子育て支援センタープレイルーム

対象 家庭の親子

内容 スキンケアとUV対策

講師 資生堂販売(株)坂本幸恵さん

募集 10組程度(要予約、託児あり)

大雪地区広域連合から

お問い合わせは、☎(直通) 82-3697

大雪地区広域連合職員を募集

24年度新規採用の職員採用試験(第1次試験)を実施します。要領は「上川管内町村等職員採用資格試験」に準じます。

試験日 9月18日(日)

会場 旭川大学

職種 一般職(男女、学歴ともに不問)

採用 若干名

受付期間 7月4日(月)～8月5日(金)

その他 試験案内、受験申込書は7月4日(月)から大雪地区広域連合事務局(保健福祉センター1内)で配布

国民健康保険・高額療養費の支給申請を簡素化

高額療養費の支給申請(現金支給分)は、4月診療分からは窓口での申請手続きは不要となりました。

該当となる方には、今までどおりお知らせの文書と、新たに申請書を郵送いたします。今までは、お知らせの文書を送付後、国保担当窓口で支給申請手続きを行っていた必要がありました。同封の申請書にご署名、振込口座等

大雪消防組合から

東消防署は ☎83-0119

ドクターヘリの運行にご理解を

道北圏の救急救命に対応する「道北ドクターヘリ」が昨年より運行スタートしています。

着陸時には小石、土ほこりが飛散し、騒音などの迷惑をおかけします。出動要請の際、着陸地点

移動献血車が来町します 保健福祉課

移動献血車が来町します。献血のご協力をお願いします。

| 実施日 | 時間 | 場所 |
|----------|-----------|-------------|
| 7月25日(月) | JA東川事務所前 | 9:30~11:30 |
| | 旭川福祉専門学校前 | 12:30~13:50 |
| | 役場庁舎前 | 14:00~15:20 |
| | 東川養護学校前 | 15:30~16:30 |

2種混合予防接種(小学校6年生)のお知らせ 保健福祉課

2種混合予防接種(ジフテリア、破傷風)を行います。乳幼児期に3種混合予防接種で得た免疫の低下を防ぎ、免疫を高めることが目的です。

| 実施日 | 受付時間 | 場所 | 対象 |
|------------------------|-------------|-------|---|
| 7月26日(火)、28日(木)、29日(金) | 13:00~16:30 | 町立診療所 | 3種混合予防接種の第1期初回(3回)、1期追加接種(1回)合計4回のうち3回以上受けている児童 |
| 8月2日(火)、4日(木)、5日(金) | | | |

の安全確保と活動支援のため消防隊も出動しますが、皆さまのご理解、ご協力をお願いします。ヘリコプター乗務員の指示がない限り、機体には近づかないようお願いいたします。

もう付いていますか? 住宅用火災警報器

住宅用火災警報器の設置義務化が始まりました。お宅にはついていませんか?

東消防署管内(東川、東神楽町)の設置率は62・1割です(4月末現在)。調査では、「義務設置まで猶予がある」「義務化を知らなかった」「費用負担が大きい」などの回答がありました。中には、本来必要な場所以外の所に設置されているケースもありました。

設置が必要な場所は①寝室として使用しているすべての部屋②2階以上に寝室がある場合は階段の踊り場です。まだ4割近い住宅で未設置です。家族や家財を火災による被害から少しでも軽減でき



「中山間地域等直接支払制度交付金」事業の報告

東川町中山間制度推進協議会(藤井春雄会長、事務局・町産業振興課農林振興室)はこのほど、

中山間地域等直接支払制度交付金事業の昨年度実施結果をまとめました。生産条件が不利な中山間地域に交付対象要件を満たす農業者などに対し、交付金を直接支払うことで、耕作放棄地の発生防止、水源かん養、土砂崩壊の防止など、中山間地域が果たす多面的機能の確保を図るための対策として実施しています。昨年度から5年間の予定で第3期対策が始まっています。

地域振興5法の指定地域のほか、農業生産条件が不利であるとして都道府県知事が実態に応じて指定した地域(特認地域)等が対象です。本町は農林統計上の中山間地域に該当し、町全域が指定を受けています。

中山間制度推進協議会の事業概要 (平成22年度)

| | | |
|--------|----------|-----|
| 対象者の概要 | 農業者(人) | 378 |
| | 対象農地あり | 89 |
| | 対象農地なし | 289 |
| | 生産組織(組織) | 1 |
| | その他(団体) | 1 |
| 合計(人) | 380 | |

対象農用地交付額の概要

| | |
|---------------------------|------------|
| 緩傾斜農用地面積(m ²) | 4,310,820 |
| | 団地数 202 |
| 交付金額(円) | 34,486,560 |
| 急傾斜農用地面積(m ²) | 121,377 |
| | 団地数 6 |
| 交付金額(円) | 2,548,917 |
| 協定面積(m ²) | 4,432,197 |
| | 団地数 208 |
| 交付金額(円) | 37,035,477 |

対象農地、交付額

| | |
|------------|--------|
| 管理運営費(千円) | 3,047 |
| 個人配分額(%) | 14,814 |
| 共同取組活動費(%) | 19,174 |

対象地域内にある100分の1以上の傾斜、一団の農用地(1畝以上のまとまった面積)で、かつ耕作者等の同意を得ていることが要件です。

交付単価は緩傾斜(勾配100分の1以上)の田で8千円(10⁴当たり)、急傾斜(勾配20分の1以上)の田で2万千円(10⁴当たり)です。

▼対象取り組み、事業実施内容
具体的取り組み、交付金の使い道は、毎年集落で検討し、協定参加者によって耕作放棄地の発生防止、多面的機能の確保を図る取り組みを決定しています。

交付金は、管理運営費を除く全額を共同取組活動費、個人配分額として配分しています(別表)。

▼事業費の負担割合
通常地域で国2分の1、道と町がそれぞれ4分の1ずつですが、



中山間事業で行われた農業用水路清掃事業(34区)

本町は特認地域として国、道、町それぞれ3分の1ずつの負担となつています。

花の苗を寄贈いただきました

教育課

6月7日、西7号北36番地、ふらが農園(鈴木敦也代表)から花の苗を寄贈していただきました。教育課では、農村環境改善センター玄関前花壇に花々を定植しました。ありがとうございました。



夏の旭岳を観察しよう! 8月の自然観察講座にお誘い

東川自然保護官事務所

今年の第1回自然観察講座を開きます。「夏の天女が原湿原を歩こう」と題して、旭岳中腹の天女が原湿原周辺で真夏の植物、昆虫観察をします。ガイドは鳥羽晃一さん(ガイド)

オフィス風)、東川自然保護官事務所スタッフ2人が同行します。日時 8月10日(水)午前8時半(農村環境改善センター前集合)午後3時

23年度裁判所事務官の採用試験を実施します

旭川地方裁判所

本年度の裁判所事務官試験採用三種試験を次の要領で実施します。日時 9月11日(日)第1次試験(詳細は受験票で通知)、2次試験(面接)は1次試験の合格発表(郵送)で通知。受験資格 1990(平成2)年4月2日~1994(同6)年4月1日までに生まれた者。受付期間 7月12日(火)~同日21日(木) お問い合わせ 旭川地方裁判所事務局総務課人事係 ☎(直通) 51-6267

自衛官の募集

自衛隊旭川地方協力本部南地区隊

自衛官候補生、一般曹候補生、航空学生を募集します。資格 日本国籍を有し、2012(平成24)年4月1日現在、18歳以上27歳未満の者(航空学生は同日現在18歳以上21歳未満の者)高卒、高校卒業見込み含む。受付期間 ①自衛官候補生男子は随時②自衛官候補生女子、一般曹候補生(男女)、航空学生は8月1日(月)~9月9日(金)試験日 ①自衛官候補生男子は受け付け時に通知②同女子は9月25日~同月28日までの間の1日③一般曹候補生は第1回試験9月17日(土)④航空学生は9月23日(金)会場 陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)など お問い合わせ 自衛隊旭川地方協力隊南地区隊 ☎22-0648、自衛官募集相談員の小野利昌さん ☎82-3737

ミニバレー大会の開催

東川町ミニバレー協会

第20回東川ミニバレー協会長杯ミニバレー大会の参加者を募集します。日時 7月17日(日)午前9時15分(開会式)から会場 東川町B&G海洋センター

氷土会創設時委員の松田與一さんら8人を町表彰

町の発展、町づくりに尽くした8人の町表彰が決まり、6月23日、藤原啓子町議会議長が町議会議場で松岡市郎町長から表彰を受けました。写真。藤原議員は1999(平成11)年3月に初当選後、勤続12年以上議会議員として活躍しています。受賞者のうち、町内在住50年以上で今年満100歳を迎える方の表彰は、誕生日にそれぞれの自宅を訪ねて表彰することになっています。受賞者は次の通り(敬称略)。

善行表彰

松田與一(87) 観音像(木彫彫刻、本体高さ170センチ、幅60センチ)ほか木彫彫刻4点、彫塑1点を町に寄贈(総額860万円相当)

勤続12年以上議員表彰

本多信義(70) 佐竹司兆(も



中小企業退職金共済制度が拡充しました

(独)勤労者退職金共済機構

中小企業の従業員を対象にしてある国の退職金共済制度「中小企業退職金共済制度」(以下「中退共」)の加入者範囲が今年から広がりました。加入できる従業員の範囲は①同居の親族だけを雇用する事業所②同居の親族とそれ以外の従業員を雇用する事業所です。同居の親族である従業員が加入する場合は、小規模企業共済制度に加入していない方(契約者でないこと、使用従属関係があること)の確認が必要)など、一定の書類提出が必要です。

「中退共」は従業員の方が退職する時、直接本人に退職金をお支払いします。国から掛け金の一部助成(同居の親族である場合は対象外)、全額非課税の優遇措置もあり、パート従業員の方も加入できます。

建設労働者のためには「建退共」

建設現場労働者のための退職金

制度「建設業退職金共済制度」(以下「建退共」)も活用ください。建設業を営む事業主と、建設現場で働く労働者が加入できます。労働者の方が働いた就労日数に応じて、事業主の方が「共済証紙」(日額310円)を共済手帳に張り、労働者が働くことを止めた時証紙数に応じて建退共が退職金を支払う制度です。掛け金は事業主が負担し、その一部を国が助成しています。法人は損金、個人事業所は必要経費として扱い、税法上全額非課税となります。 「中退共」のお問い合わせは、中小企業退職金共済事業本部事業推進部 ☎(代) 03-3433610151、「建退共」は建設業退職金共済事業本部事業推進室 ☎03-54400-4316

各種大会成績

【剣道】 ◆第30回旭川地区少年剣道大会(5月5日・当麻町スポーツセンター=追加分) [団体戦] ▼小学生低学年の部 ③東川錬成館(木村友紀、杉山太一、七尾芳昌、今村侑平、猪股ひかり) ▼全道赤胴大会予選通過 木村友紀(東川錬成館) 【柔道】 ◆第42回旭連杯中学校大会兼第10回丸敏杯大会(6月5日・愛別町海洋センター) [男子] ▼個人66キ級 ③白幡翔(東川) ▼同81キ級 ③滝本諒一(東川)

東川町文化ギャラリー展示案内 東町1丁目19-8 ☎82-4700 ○7月6日(休)まで ・東京写真月間2011北海道展 ○7月8日(金)~同月21日(休) ・ライオン・リブレ「Kamui Mintaraカムイミタラ」 ・奈良美弥子「大地のうたがきこえる-冬音(とおね)-」 ・日本旅行写真家協会展 ○7月30日(土)~9月5日(月) ・第27回写真の町東川賞受賞作家作品展 ・写真インディペンデンス展 ・写真甲子園2011本戦作品展 ※7月7日(休)、同月22日(金)~29日(金)は入れ替え、展示準備作業

◎歳からのおはなし会

にちじ: 7月21日(木) 午前10時半~同11時半 ばしよ: 文化交流館絵本ルーム 年齢に関係なく、どなたでも参加OK! 読み聞かせのほか、手遊び、簡単な工作をします。みんなで楽しく遊びましょう。(申し込み不要、会費はありません) お問い合わせ 「おはなしの会ピッピ」三上さん ☎82-2809



社協だより 温かい善意ありがとう 5月16日から6月15日までには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》 東町1丁目 中原 伸明様 153234 行天 孝夫様 34区 齋藤 和博様 153234 谷 千代栄様 6西区 岡澤チズ子様 今月のくらしの相談日 ご案内 相談日を設けて毎月第3木曜日午後1時半から同4時まで社協相談室で開いています。今月の相談日と相談員は次のとおりです。 7月21日 泉 文夫

夏の交通安全運動 7/15(金)~24(日) 車上ねらい 車は必ずキーロック ★車内に金を置かない ★あなたを狙われています 5月中旬以降、町内で車上狙い4件、車の盗難が2件発生しています 車の盗難 シメン! キーが刺さる! 油断とスキがねらいの的! 東川町防犯協会、東川・東川西・志比内駐在所

種目 ①混成40歳未満②同40歳以上③同50歳以上④女子(ともに1チーム6人以内) 参加料 500円(1人) 締め切り 7月6日(必着) 申し込み・お問い合わせ 所定の申込用紙で事務局の早坂順一さん



子育てチャンネル

ヘッポコ母ちゃんの泣きぼくろ

涙もろい私は、今日も朝から涙が一粒（毎日ではないけど...）。でも決して悲しいのではなく、どちらかというとどうれし涙に近い。

2人の息子の小さな背中を見送り、だんだん黒いランドセルが遠くなったところにポロツと落ちる。

去年、ピカピカの1年生になった長男坊は、学校へ一緒に行く「1年生の男子（限定）」が近所にいない...という、たったそれだけの理由で小学校へ行くことを嫌がりました。最初のうちは「そんなわがままを言わないの!!」と怒ったものの、考えてみれば、最近まで幼稚園児だった子が徒歩30分不慣れた場所へ1人で行くにはプレッシャーも大きかったのでしょう。彼のスト

レスはチック症となって私たちを悩ませました。

なかなか1人の通学だけは乗り越えられないでいる息子。本当なら、どっしり構えて受け止めるはずなのに、毎日イライラしている私。

ある日、主人が言いました。「入学してすぐ1年生になる子」、365日かけてやっとこさ1年生になる子もいるよね。ウチはゆっくりでいいんじゃない?」。涙ぐみ私を見て、さらに「きつと来年、兄弟仲良く学校に行くからね。俺たちの子だよ、大丈夫!」



と。

頭の中では分かっていたのに、すんなりと1年生になれた子がうらやましくて、いつの間にか比べるばかりの母親になっていました。大反省。少し大げさだけど、主人が言った言葉が身に染みました。まだまだだ修業が足りないへッポコな私。

そんな甘アママの親が出した決断は、朝の何気ない会話を車の中でしたながら学校まで送り続けること1年間。気がつけば長男のチック症は消え、代わりに少し自

信がついた体つきで生意気な兄貴風を吹かし、次男坊と一緒に元気な「行ってきます!」が聞けるまでになりました。

ふと、1年前の小さな出来事が今とても懐かしく、そう思えるぐらいたくましくなった子供たちの背中に一粒ポロリ。そして実はこのことであくさんの人に支えられたなあ、と感謝の気持ちで二粒目がポロリ。

今日の晩御飯を考えなくちゃならないから、感傷に浸ってる場合じゃないんだけどね。ごめ〜んね、涙もろくて。

ヘッポコ母ちゃん歴8年目

若井由香



危険な食中毒の季節です 覚えて安心、食中毒の簡単予防法

暑くなる季節は、食中毒が心配ですね。原因菌は家庭で日常的に使う生鮮食品や調理器具、人の皮膚などに付着しています。温度や湿度が高い環境で増殖しやすく、これからの季節は1年間のうちで特に要注意。楽しい行楽に、家族でおいしいお弁当を安心して食べられるよう、便利な食中毒の予防法をご紹介します。

お弁当は、安心できる食材を自分で選んで作ることができるので、家族の健康を守るためにも大切なことです。栄養バランスがよく、冷め

ても食べやすくおいしいお弁当を作るには、いつもの料理作りにプラスして、ちょっとした心掛けが大切です。

は、他の食材料に細菌を移

さないように速やかに洗剤でよく洗

ましよう。

○おにぎりはラ

ップで包ん

で握りまし

よう。

なく加熱しましょう。

3. 細菌を増やさない

(1) 水分を減らす

○煮ものや和えものは汁気を切りましよう。

○ゆで野菜は湯

切り後、ペーパータオルな

ごでしっかりと

絞って水分を

よく除きまし

よう。

(2) 味付けは濃い

目に

○酢や梅干しを活用しましよう。細菌増殖を遅らせ

ることができま

(3) 温度を下げる



1. 細菌をつけない

○調理前は石鹸などでよく手を洗いましよう。

○手に傷がある場合は、傷に細菌が入り込んでいます。使い捨ての手袋をはめましよう。

○かぜ気味の際はマスクをしましよう。

○新鮮な材料を使いましよう。

○生の魚介や肉に触れたまな板や手

2. 細菌を減らす(殺菌・滅菌)

○揚げ物は中ま

でよく火を通

しましよう(中心温度はセ氏75度以上)

○電子レンジで再加熱するものは、途中で上下を返すなど全体をムラ

なく再加熱するものは、

(5) 食中毒の3原則

細菌は「付けない」「増やさない」「殺す」を守っておいしいお弁当づくりをしましよう。

4. 食中毒が起きた時

「下痢、嘔吐(おうと)、発熱」などの症状が表れると体内の水分が失われます。その時は水分を補給することが重要です。

下痢には体内の細菌を排せつする働きもあります。下痢の症状が出る場合には、自己判断で市販の下痢止め薬を飲まず、医療機関に受診して医師の指示に従ってください。

○ごはん、おかずは余熱を手早く冷ましてからふたをし、弁当箱内を細菌が好む「高温多湿」な環境になることを防ぎましよう。

○気温の高い時(セ氏20度以上)は保冷材を活用しましよう。

(4) 細菌の広がりを防ぐ

○おかずは種類ごとにカップなどで分けて仕切ってから詰めましよう。

○生野菜は流水で洗ってペーパータオルで水気をしっかりと拭き取り、別容器に入れましよう。

7月 July

保健カレンダー

お問い合わせ

●保健福祉課保健指導室 ☎82-2111

【7月分】

8日(金) ごっくん教室 **申し込み制** 13:00~14:00
乳幼児健診 13:30~

(通知者以外は14:30~)

旭川がん検診センター送迎検診 **申し込み制**
7:50集合15日(金) 2歳ふれあいルーム **申し込み制** (幼児センター)

20日(水) 栄養教室 10:00~13:00

25日(月) 移動献血車(庁舎ロビー受け付け)

26日(火)、28日(水)、29日(金)

小学6年生2種混合予防接種(町立診療所) 13:00~16:30

※ごっくん教室、乳幼児健診、送迎検診(受け付け)、
栄養教室の会場は保健福祉センターです

【8月分】

2日(火)、4日(水)、5日(金)

小学6年生2種混合予防接種(町立診療所)

3日(水) もぐもぐ教室

乳幼児健診

5日(金) じっくり子育て相談

<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)

<親子遊び体験教室> **予約制**

1日(金) テーマ「いちご狩り」(予定) …… 10:00~11:00

22日(金) テーマ「ジャブジャブ池」(水遊び) …… 10:00~12:00

29日(金) テーマ「幼児センターで遊ぼう」(水遊び) 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

4、5、6、11、12、13、19、20、25、26、27日

★26日(火)は午後開放(対象年齢0~1歳) 13:00~15:00

※会場は幼児センターです!

<共生サロンこころん>

お問い合わせ

NPO法人こころんく東川(東町1丁目) ☎82-2666

8日(金) 健康体操(荒川由佳理さん) 10:00~11:00
申し込み制

11日(月) リコーダーアンサンブル イコロ演奏会 12:30~

20日(水) おとなり会(茶話会) 14:00~15:00

22日(金) 健康体操(荒川由佳理さん) 10:00~11:00
申し込み制24日(日) こいもくらぶ(草取り、土寄せ) 10:00~11:30
申し込み制25日(月) こころん研修会(大友愛美) 10:00~11:30
申し込み制

サロンスペースは一般開放しています。

(月~土曜日9:00~17:00)

団体、個人の貸し館も承ります。ご連絡ください。

おいしい手料理

【冷やし中華・山菜サラダ(そうめん風)】

暑くなると食欲をそそられる冷やし中華のご紹介です。
付け合わせに、手作りの万能中華だれをかけて、山菜サラ
ダ(そうめん風)もどうぞ。

<材 料> (2~3人分)

◇冷やし中華

●中華麺…3玉(市販品)

●鶏肉(胸肉)…50g

●スライスハム…2枚

●えび…(1人当たり2本)

●きゅうり…小1本

●生姜(しょうが)…少々

●玉子…1個

●サラダ油…少々

●トマト…小さ目1個

●練り和からし…適量

◇中華だれ

●食用酢…180ml

●しょう油…210ml

●ごま油…(大さじ3)

●一味唐辛子…少々(お好み)

●水…180ml×3

●砂糖…18g

◇山菜サラダ(そうめん風)

●山ウド、山ぶき…各1本

(30cm程度1本)

●わらび…100~150g

●大根、人参…3分の1本

●長ネギ…10cm程度の長さ1本

<作り方>

◇冷やし中華

①材料の麺、鶏肉、えびをそれぞれゆで冷まし、鶏肉は食べ
やく裂いて下ごしらえする。

②ハム、きゅうり、生姜はそれぞれ千切りに下ごしらえする。

③玉子は薄焼きにして千切りに下ごしらえ。

④トマトは食べやすい大きさに切りそろえる。

⑤皿に麺を盛り付けたら、下ごしらえした材料を飾り盛りし、
和がらしを添えて完成。

◇中華だれ

今月のレシピの要(かなめ)は中華だれの出来具合。たれ
は万能中華たれの基本レシピとして重宝します。①高温に熱して火を止めたごま油の中に、一味唐辛子を加え
て焦がし、焦がし唐辛子のごま油を作る。その後余熱を冷
ましておく(唐辛子の香ばしい香りが立ったらOK)。

②準備した酢、水、砂糖、しょう油、ごま油を混ぜて完成。

万能中華だれは、3日間程度作り置きOKです。

◇山菜サラダ(そうめん風)

①ウド、ふきはそれぞれ約2分間程度ゆで、10cm程度の長
さに食べやすく切りそろえる。②わらびはバットに入れ、灰汁の熱湯をかけて一晩付け置き
する(灰汁の代わりに重曹を入れた熱湯でも可)。

③大根、人参は生で千切りにスライス。

④長ネギは白髪ネギに切る。

⑤見栄えよく飾り付けし、白髪ネギをたっぷり上に散らし
て完成。

キトウシ高原ホテル料理長 富塚 守さん

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。