

広
報

あつま

2009

4

No. 680

いのち満ちる 農(みのり)の里あつま 大いなる田園の町

いつの間にか
お母さんの背を抜かしたね
6年間ありがとう



■松浦武四郎は北海道の名付け親

松浦武四郎は、文政元年（1818年）伊勢国一志郡須川村（三重県一志郡三雲町から現在松坂市になる）に生まれ、明治22年（1888年）にその生涯を閉じました。探検家として知られる武四郎は、27歳から40歳の成壮年期に蝦夷地（北海道）を6度にわたって踏査し、詳細な地図を完成させました。

北海道にゆかりの深い武四郎は、北海道の名付け親でもあります。明治政府は、蝦夷地に代わる名称の選定を武四郎にゆだねました。武四郎は蝦夷を「かい」とも読むので「北加伊道」や「日高見道」など6案を政府に提案し、政府は加伊を海に改めて明治2年に北海道と呼び改めることにしました。

■アツマに2泊、見聞したことを東蝦夷日誌に

アツマを訪れたのは、6回目の探検の安政5年（1858年）6月のことで、アツマフト（現在の浜厚真付近）からトンニカ（現在の富里付近）に来て2泊して幌内を通りニワン（現むかわ町穂別）に向かいました。その旅のエピソードは武四郎が著した「東蝦夷日誌」に記されています。

「トンニカコタンは土地が高く肥沃で、アイヌの人たちが皆畑を耕して住んでいました。武四郎がエカシユムの家に滞在することになった夜のこと、2頭の犬がしきりに鼻を鳴らしながらやってきたのです。エカシユムはそれを見て弓を持って走っていき、シカ2頭を捕まえて戻ってきました。聴けば栗畑を荒らしにくるシカ。犬たちは吠えるとシカが逃げてしまうと考えたのか、鼻を鳴らして知らせ、それにピンときたエカシユムがシカを捕らえに走ったというわけでした」。シカが逃げるので吠えずに主人に知らせに来る犬を武四郎は、「実によく仕込まれた犬」だと感心したことなど、滞在したときの出来事などが記述されています（乾学芸員原文解釈）。

■戊午東西蝦夷山川地理取調日誌の中に躍る“安都摩”の文字

武四郎が著した「戊午東西蝦夷山川地理取調日誌」は安政5年（1858年）に石狩、十勝、釧路、網走、胆振などを調査した全61巻に及ぶ日誌です。その中に納められているのが「安都摩日誌」。その日誌の冒頭「今アツマと濁りて通称すれども、其本はアツマと清て呼なせしとかや。其名義元は名なき川なりしが、和語ももかと申獸、是夷言にてアツといへり。其獸爰を遊び渡りしより号とかや。マは夷語渡ると云事也。」とあり、前ページのアツマの名称の由来①の伝説を武四郎も聴いていたことが興味をそそります。

安都摩日誌は、6月21日にアツマに入り23日にトンニカを立つまで間、アツマの各地を見て回り、地形の様子や出会った人物のことなどが記載され、旧地名があふれる内容となっています。なぜ、武四郎がアツマを安都摩とつづる漢字をあてたのか知るよしもありますが、何か不思議な感じがするとともに、150年前に武四郎が見た厚真に思いをめぐらさずにはいられない文字のつづりなのかもしれません。

■武四郎の厚真での足跡を残すため石碑を建立



道道上幌内停車場線と道道夕張厚真線の交差する近くに、「松浦武四郎之碑」あります。また、石碑の背後に流れているハビウ川に架けられている橋は、この石碑にちなんで「松浦橋」と名付けられています。

石碑は、厚真町での武四郎の足跡を残すため、厚真にきて百年目の記念事業として、厚真町郷土研究会が中心となって昭和32年（1957年）に建立されました。

武四郎は、東蝦夷日誌のなかでアツマに関する歌を三首詠みました。「えみしらもしらぬ深山に分けいればふみまようべき道だにもなし」「おい茂る林がくれに家居せる人の心もなほくぞあるらし」「わけわふる笹原とおし山本の里のけふりは遠く見ゆれど」の歌のなかの「えみしらも～」の一首が石碑に刻まれています。

この石碑は、昭和57年4月に厚真町記念物第7号に指定されました。

■参考文献

厚真村史、厚真町史、厚真の旧地名を尋ねて、戊午東西蝦夷山川地理取調日誌「安都摩日誌」、北海道の名付け親松浦武四郎の生涯、あつま再発見歴史と文化への誘い



アツマの名称の由来については、確定的なものは無いにしろ諸説あることが知られていますが、漢字で書く「厚真」については、その意味や由来をしるす文献などが存在しないのが現状です。

数年前、本町教育委員会・乾哲也学芸員の講演の中で、今から150年前アツマの地を訪れた探検家・松浦武四郎が、アツマの風土や人物などを記した日誌を書いている、その日誌の名前が「安都摩日誌」ということを初めて聞きました。おそらく安都摩の文字はアツマの当て字と思われますが、松浦武四郎はどんな思いを込めて安都摩とするしたのか、想像するだけでも歴史ロマンが広がります。

このページでは、アツマの名称の由来と松浦武四郎のアツマでの足跡について紹介します。

●アツマの名称の由来	①夜襲にきた別のコタンの連中が、川にエゾモモンガ（むささび）が泳いでいるのを見て不吉と考え、引き返したという伝説によるもの。アイヌ語で「アツ」はエゾモモンガ、「マ」は泳ぐの意味。
	②「アトマプ」すなわち「アツ・オマ・プ」（オヒョーニレの・繁茂している・所）の転訛。
③アツマは本来川に名付けられたものではなく、地域の湿地帯に名づけられたものではないかという説。「アットマム（向こうの湿地帯）から転訛して「アトマム」になり、さらに「アトマ」になつて「アツマ」になった。	これらの3説はいずれもアイヌ語に語源を発しており、厚真町史によると③説が有力とされていますが、正しい由来は現在のところわかっていません。

■厚真という漢字が

■どのような意味が込められているのかは不明

明治30年4月1日、室蘭郡役所管轄の苫小牧六カ村戸長役場から分村して、厚真村戸長役場が設置され、厚真は自治体として独立しました。

明治に元号が変わり、明治4年の廃藩置県までの3年間、勇払一帯は高知藩が管轄しており、その書状のなかではアツマとカタカナで記載されていました。廃藩置県後、管理は開拓史の手に移り、明治6年苫小牧に開拓史出張所が開設、明治12年北海道に郡区町村が編成、明治13年勇払郡役所が設置され、厚真村が編入されました。当時の勇払郡役所は苫小牧村、勇払村、鶴川村、厚真村など16カ村があったということです。このころから厚真と表記され始めます。おそらく、開拓史の時代になってから「厚真」が漢字で表記されるようになったと推測します。

残念なことに、アツマをどのような意味を込めて厚真という漢字をあてたかに関する文献は見当たりませんでした。

しかし、後世になり厚真を紹介するキャッチフレーズに“厚い真心の町”といわれるようになりました。こじつけかもしれませんが、この表現はすばらしい意味が含まれていると思います。厚い真心のある人、厚い真心を込めて何かを作る、厚い真心が通じるなど、暮らしの中で大切に大事な要素が厚真の文字に秘められているのではないのでしょうか。

アツマの名称由来 150年前アツマを訪れた松浦武四郎は アツマを安都摩としるす

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）のお知らせ

平成21年度の保険料 計算の方法と軽減の仕組み

平成21年度の保険料は、平成20年の所得を基に計算します。
ただし、4月分、6月分および8月分の年金から差し引く保険料は、暫定的に平成19年の所得を基に計算しています。
正式な保険料は、支払方法とともに、6月に個別にお知らせします。



年間保険料の計算方法（平成21年度）

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割} \\ \hline \text{【一人当たりの額】} \\ \hline 43,143\text{円} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割} \\ \hline \text{【所得※1に応じた額】} \\ \hline \text{（平成20年の所得－33万円）} \times 9.63\% \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{1年間の保険料} \\ \hline \text{（限度額50万円）} \\ \hline \end{array}$$

注）1年間の保険料について

＊月の途中で加入した場合は、加入月からの月割になります。

例）8月15日に加入⇒1年間の保険料÷12か月×8か月（8月～翌年3月）＝長寿医療制度の保険料

＊100円未満の端数は切り捨てます。

※1 所得とは、前年の収入から必要経費（公的年金等控除額や給与所得控除額など。）を差し引いた額であり、社会保険料控除、医療費控除、配偶者控除などの「所得控除」を適用する前の額です。
なお、遺族年金や障害年金は、収入に含みません。

所得の低い方は保険料が軽減されます

①所得割の軽減

所得の低い方は、均等割り43,143円が次の例のとおり軽減されます。

例）年金収入のみ場合

年金収入		平成20年度の均等額	平成21年度の均等額
一人世帯	夫婦二人世帯※2		
168万円以下		8.5割軽減後 6,300円	7割軽減後 <u>12,942円</u>
上記のうち被保険者全員が、 年金年収が80万円以下で所得0円		8.5割軽減後 6,300円	9割軽減後 <u>4,300円</u>
—	192万5千円以下	5割軽減後 21,571円 （平成20年度と同額）	5割軽減後 21,571円 （平成20年度と同額）
203万円以下	238万円以下	2割軽減後 34,514円 （平成20年度と同額）	2割軽減後 34,514円 （平成20年度と同額）

※2 一方の所得が0円（年金収入120万円以下）の場合

②所得割の軽減

前年の所得から33万円を引いた額が58万円以下の方は、所得割が5割軽減されます。

例）年金収入180万円の場合

＊軽減判定⇒180万円－120万円(公的年金等控除)－33万円(基礎控除)＝27万円＜軽減に該当＞

＊所得割 ⇒27万円×9.63%×5割＝13,000円

被用者保険の被扶養者だった方は保険料が軽減されます

長寿医療制度に加入する前、被用者保険の被扶養者だった方は、加入してから2年間、保険料が軽減されます。

平成21年度は、均等割が9割、所得割が全額軽減されます。⇒1年間の保険料4,300円

安心して安心して生活できる住まいの実現を

耐震改修費用の負担を支援します

既存住宅の耐震改修費用負担軽減支援により、安全で安心して生活できる住まいの実現のため、平成21年4月1日から耐震改修費補助事業を次のとおり実施します。
今年度、耐震改修工事を実施する方、また、住宅の外壁改修工事等を予定している方は、ぜひこの制度を活用ください。
詳しくは、役場建設課建築住宅グループまでお問い合わせください。

耐震改修費補助事業

補助の対象 対象となる住宅

- ①昭和56年5月31日以前に着工された戸建て住宅、長屋住宅、併用住宅（店舗等の部分が1/2未満）および共同住宅
- ②耐震診断の結果、現行の耐震関係規定と同程度の性能を満たさないと判断された住宅
- ③耐震改修工事を行おうとする方が自ら居住している住宅
- ④共同住宅にあっては、管理組合の議決を経ていること
- ⑤戸建て住宅は、隣地境界線または道路境界線から7m以内に建設された住宅
- ⑥共同住宅は、隣地境界線または道路境界線から建物高さ以内の住宅
- ⑦建築基準法その他関係法令に明らかに違反がないこと

補助の対象 対象となる工事

耐震診断の結果により、倒壊の危険性があると判断された既存住宅の耐震改修工事で、その内容が耐震関係規定または地震に対する安全上これに準ずるものとして国が定める基準に適合していることが必要です。



木造住宅の場合は、北海道が行っている無料耐震診断を活用することができます。

補助の内容

- ①耐震改修工事費（耐震改修工事に係る附帯工事も含む）が20万円以上200万円以内の場合は20万円
- ②耐震改修工事費（耐震改修工事に係る附帯工事も含む）が200万円を超える場合は、補助対象経費の10%以内とし、30万円が上限
- ③耐震改修工事費（耐震改修工事に係る附帯工事も含む）の補助対象経費が20万円未満の場合は、その費用

その他

- ①補助金の交付を受けようとする方は、工事着手前に厚真町既存住宅耐震改修費補助金申込書と関係書類として、耐震診断報告書（写し）、改修計画書（様式あり）、位置図、配置図、平面図（改修内容が記載されたもの）、補強後の想定耐震診断報告書、耐震改修工事費見積内訳書を添えて町長に提出します。
- ②平成21年度は、事業1件（補助額30万円）としています。

問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601
役場保健福祉課健康推進グループ ☎26-7871

問い合わせ・申し込み先

役場建設課建築住宅グループ ☎27-2325

3月のまちの話題

「気がついたら百歳になつていたよ」

不屈の精神で百歳

ちやきよはる
茶木清治さん

(表町)の紀寿を祝う

明治三十五年に生まれ、三月五日で満百歳を迎えた茶木清治さんの紀寿を祝う会(発起人代表・藤原正幸さん)が三月二十日、総合福祉センターで行われ、宮坂町長や河村町議会議長をはじめ親戚、友人など約五十人が茶木さんの大きな人生の節目を祝いました。宮坂町長が「明治から四つの元号を生き抜いてこられたことに、お祝いとともに深く敬意を表します。百歳になられてもいまなお原付バイクを運転されるなど矍鑠とされている茶木さんにテレビ番組に出演し、全国にその元気さと厚真をPRしてもらいたい」と祝辞。茶木さんは「苦しい時代もあったが不屈の精神で頑張った。七十七歳から始めたゲートボールやカラオケを楽しんでいるので歳をとっている暇がない。気がついたら百歳だよ」と会場に詰め掛けた方々にそう話していました。



あいさつをする100歳にしてなお矍鑠な茶木さん

北部地区の空を オジロワシ悠々と

3月上旬、幌内地区を中心にオジロワシ数羽が姿を見せ、地域の方々は悠々と空を滑空する姿に目を奪われていました。

オジロワシは、ユーラシアで繁殖し北海道には冬鳥として飛来。まれに留まり繁殖することもあるといい、全長90cm、羽を広げると約2mにも達する大型の鳥で、名前のおり尾が白いのも特徴の天然記念物。幌内地区に住む小納谷睦子さんは「毎年この時期になると見かけるので毎年楽しみにしているんですよ」と話していました。



木から飛び立つオジロワシ

思い出に残る給食を 略式テーブルマナー会食 厚真中で



学校給食センター職員に給仕される生徒たち

町学校給食センターでは、卒業にあたり思い出に残る学校給食の取り組みをしようと三月六日、厚真中学校(濱口明雄校長)で略式テーブルマナー会食を行いました。昨年に引き続き二回目となる同会食は、前菜から始まりスープ、魚料理、肉料理、デザートへと続く本格的なもので、同センター職員が生徒一人一人にサーブ。田代優乃さんは「厚真の給食は私たちが小学校一年生の平成十二年五月から始まりました。卒業するところの思い出に残る給食を食べられなくなるのが残念です。今日の会食は緊張したけど記念になりました」と話し、周りの生徒たちと会話を楽しみながら給食を味わっていました。

子どもの自尊心を高めることは親の仕事

町発達支援センターが3月11日、総合ケアセンターゆくりで「第4回あったかハートのつどい」を行い、40人の参加者が心理士による講演やグループワークで、子どもたちの健やかな心の成長に理解を深めました。今回のテーマは「セルフエスティーム」で日本語訳は自尊心。講演では、子どもたちのよい行動をみつけ、その行動をほめ、やる気と努力を起こさせ、その繰り返しで習慣化し自尊心を高めることなどが紹介され、参加者は熱心にメモをとっていました。



町担い手育成総合支援協議会(宮坂尚市朗会長)と町認定農業者会議(河村敏弘会長)による「町農業経営改善研修会」が3月16日、総合福祉センターで行われ、約50人の農業者が講師による講演と事例発表に耳を傾けました。肥料や飼料などの生産資材の高騰により逼迫している農業経営に対して、土壌診断データを活用した適切な施肥の重要性や耕種農家と畜産農家による耕畜連携による地域システムの可能性などが紹介されていました。



土壌診断データと耕畜連携で新たな活路を

思いやりの心を育てる 人権教室中央小で

札幌法務局苫小牧支局が三月二十二日、中央小学校(刑部守敬校長)の四年生対象に人権教室を行い、児童たちは人権啓発のビデオを鑑賞し、意見交換しながらいじめ防止に対する意識や思いやりの気持ちを高めていました。講師は、人権専門委員の實智智子さんなどで、物語の中のいじめの被害者と加害者だけでなく傍観していた登場人物にも焦点をあて児童と話し合っていました。



税のポスターで 松田さん(厚南中二年)入賞

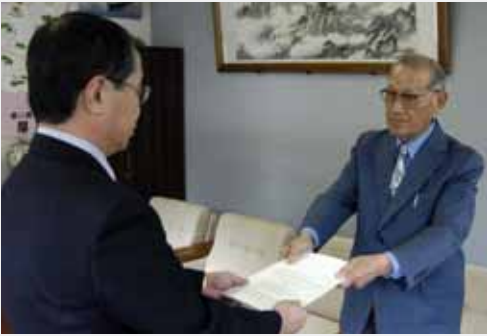
北海道が行う第二十三回全道中学生の税をテーマとしたポスターで、厚南中学校二年生の松田亜弓さんが胆振支庁長に入賞し、三月五日に同校で苫小牧道税事務所長から賞状と盾が伝達されました。風景画を得意とする松田さんは、北海道の自然を背景に、税の大切さを表現。「今まで描いた絵の中で一番の出来。入賞して心からうれしく思います」と笑顔で話していました。



来場者に料理の説明をする宮西女性部長

知恵とアイデアが結集 食の工夫展賑やかに

J Aとまこまい広域女性部厚真支部(斉藤育子支部長)が主催する「食の工夫展」が3月5日、総合福祉センターで行われテーブルいっぱい到手づくりの逸品が並べられました。開会式で斉藤支部長が「食品の安心安全や地産地消、食育など食に対する関心が高まっている。今年から名称を『趣味と工夫展』から『食の工夫展』に変えた第1回目。今日一日皆さんと楽しみたい」とあいさつ。米をテーマに農家の母さんの知恵とアイデアが結集した料理やおやつを来場者は興味深く見入り、試食していました。



古川副町長に答申する菅原会長

安心して暮らせる町を願い答申

町が町介護保険運営協議会（菅原治一会長・委員9人）に諮問していた第4期厚真町介護保険事業計画および第4期厚真町高齢者福祉計画について、同協議会で数度にわたり検討・協議を行った結果、答申がまとまり、3月31日菅原会長が役場を訪れ古川副町長に答申書を手渡しました。菅原会長は「保健と福祉が一体となり町民が安心して暮らすことができる福祉政策の実現に最善の努力をお願いします」と話し、古川副町長は「介護等を取り巻く厳しい状況は認識しています。この答申をふまえてさまざまな視点から検討・工夫していきたい」と応えていました。

募集

発掘事務補助員（嘱託職員）を募集します

教育委員会では、次により平成21年度の発掘事務補助員を募集します。

■募集人数1人 ■年齢45歳以下（平成21年5月1日現在の満年齢） ■応募資格原則、厚真町内に在住で普通自動車免許を有し、パソコンの操作に慣れている方 ■勤務条件・勤務場所／厚真町教育委員会（青少年センター内）・雇用期間／平成21年5月1日～平成21年8月28日・勤務日／土曜・日曜日、祝日を除く毎日および勤務を指示する日・勤務時間／午前8時30分～午後5時30分・賃金／月額135,600円（社会・雇用保険加入） ■勤務内容発掘業務に関わる支出伝票の起票や発掘作業員の各種保険手続きなどの事務 ■応募方法履歴書に写真を貼り付け、教育委員会社会教育グループまで提出してください（郵送可）。 ■応募期限4月20日（月） ■選考方法書類審査および面接選考。応募者がいない場合は、応募条件に関わらず任意採用する場合があります。

■応募・問い合わせ先
教育委員会社会教育グループ
（☎059―1601 厚真町京町165番地、☎27―2495）

募集

田舎まつり事務臨時職員を募集します

厚真町田舎まつり運営実行委員会では、次により事務臨時職員を募集します。

■募集人数1人 ■年齢60歳以下（平成21年5月11日現在の満年齢） ■勤務条件・勤務場所／役場内田舎まつり運営実行委員会事務局・雇用期間／平成21年5月11日～平成21年6月30日・勤務日／土曜・日曜日、祝日を除く毎日および勤務を指示する日・勤務時間／午前8時30分～午後5時30分・賃金／時給730円 ■応募資格パソコン（ワード・エクセル）を使用する方 ■応募方法履歴書に写真を貼り付け、厚真町田舎まつり運営実行委員会（役場産業経済課商工観光グループ）に提出してください（郵送可）。 ■応募期限4月24日（金） ■選考方法面接または書類選考になりますので、後日、応募者に通知します。期限までに応募がない場合は、任意選考させていただきます。

■応募・問い合わせ先
厚真町田舎まつり運営実行委員会【事務局／役場産業経済課商工観光グループ】
（☎059―1692 厚真町京町120番地、☎27―2486）

まちの話題 plus

海難事故ゼロ9千日を達成し表彰

鶴川漁業協同組合厚真支所が、2月19日をもって海難事故死ゼロ9千日を達成し、(社)北海道海防水救センターから3月11日、同支所で表彰されました。同漁協支所では、同センターがゼロ運動を始めて以来、約四半世紀にわたり海難事故による死者を一度も出しておらず、道内でも9千日の達成は厚真支所を含め8カ所で、胆振管内では初。伝達に訪れた笹野専務理事は「この達成は、組合員やその家族、関係者が一丸となって達成できたもの。ゼロの日の継続を」と賞状と盾を伝達。澤口副組合長は「これからも気を引き締めていきたい」と話していました。



笹野専務を囲む澤口伸二さん(左)と澤口隆さん

北海道石油共同備蓄(株)からAEDを寄贈

創立30周年を記念して北海道石油共同備蓄(株)から3月25日、自動体外式除細胞器（AED）2台を町と社会福祉協議会に寄贈していただきました。同北海道事業所の田中功夫所長が役場を訪れ「三本引きなどスポーツイベントが多い町なので、持ち運びしやすいものを町へ寄贈しますが、一度もこのAEDが使われないことを祈っています」と話し宮坂町長に贈呈。「大切に管理させていただきます」と町長はお礼の言葉を述べていました。寄贈していただいた可動型のAEDは、貸し出し用として役場に、もう1台は高齢者生活福祉センターに設置しました。



田中所長から町長へAEDが手渡される

事故がない町を願いかざり時計作製

本町の交通事故死ゼロの日1000日の達成を記念し、森田政一さん（84歳・宇隆）がかざり時計5台を作製し、町に2台寄贈していただきました。時計は、北海道を模った土台に時計をはめ込み、1000日達成のロゴ入り。10年ほど前から製作を始め、今まで作製した数は800台以上にのぼり、現在300台の注文を抱えているといい、時計づくりは森田さんの健康の秘訣ともいえます。森田さんは「以前、交通指導員をやっていたので、1000日達成は感慨深い。交通事故が無い町になるようお願いを込めて作ったんだよ」といきいきとした表情で話していました。



かざり時計を作製した森田政一さん

国民の生命と財産を守る崇高な任務へ

自衛隊父兄会厚真支部（澤田征春会長）による自衛隊入隊激励会が3月19日、総合福祉センターで行われました。本町から入隊するのは、白田浩章さん（新町）と大場雄剛さん（表町）の2人で、自衛隊札幌地方協力本部副部長、町長、父兄会厚真支部員などの皆さんが、国民の生命と財産を守る崇高な志をもって入隊する2人の門出を見守りました。澤田会長が「頑張って立派な自衛官になってください」と激励し、入隊者を代表して澤田さんが「自衛官としての誇りを胸に若さと希望を持って旅立ちます」と入隊への決意を力強く述べていました。



澤田会長のあいさつに耳を傾ける入隊する2人

町職員の人事異動

※（ ）内は前職、Gはグループ

4月1日付けで町部局等の人事異動が発令されました。町長部局の組織体制の中で、産業経済課の農政グループが農林水産グループに、商工観光・林務水産グループが商工観光グループへとグループの見直しが行われました。

厚真町人事

▶異動（4月1日付）▷上厚真支所長（町民課税務G主幹）高田芳和▷産業経済課参事（交流促進センター支配人）新飯田治▷建設課長（建設課上下水道G主幹）堀武志▷会計管理者（会計室主幹）中田匡▷町民課町民生活G主幹（生涯学習課学校教育G主幹）矢幅敏晴▷町民課税務G主幹（議会事務局主査）橋本欣哉▷保健福祉課福祉G主幹（産業経済課農政G主査）西野和博▷保健福祉課健康推進G主幹（保健福祉課主査）木戸知二▷保健福祉課子育て支援G主幹（同課福祉G主幹）松田敏彦▷まちづくり推進課企画調整G主幹（建設課土木G主幹）岩田善行▷まちづくり推進課事業推進G主幹（同課事業推進G主査）大坪秀幸▷産業経済課農林水産G主幹（保健福祉課健康推進G主幹）遠藤秀明▷建設課土木G主幹（同課土木G主査）真壁英明▷建設課上下水道G主幹（同課上下水道G主査）酒井精司▷会計室主幹（町民課税務G主査）沼田和男▷町民課税務G主査（交流促進センター副支配人）高安正▷まちづくり推進課事業推進G（道派遣職員）川畑千▷産業経済課農林水産G主査（同課商工観光・林務水産G主査）

斎藤雪美▷建設課上下水道G主査（町民課町民生活G主査）佐伯智▷保健福祉課子育て支援G主任（同課福祉G主任）坪内真智子▷建設課上下水道G主任（産業経済課商工観光・林務水産G主任）宮本慎也▷建設課土木G主任（同課上下水道G主任）佐藤淳司▷町民課町民生活G主事（同課税務G主事）近藤奈々子▷産業経済課農林水産G主事兼農業委員会事務局主事（農業委員会事務局主事）藤岡隆志

▶道派遣▷中村真吾（産業経済課農政G主事）

▶新規採用（4月1日付）▷町民課税務G主事 上田大輔▷保健福祉課福祉G主事 南部友基

▶退職（3月31日付）▷遠藤賢一（産業経済課参事）▷長橋政徳（建設課長）▷宮澤正明（上厚真支所長）▷宮腰朝子（保健福祉課福祉G主任）

厚真町議会人事

▷異動（4月1日付）▷議会事務局主査（町民課町民生活G主査）蛇池克広

厚真町教育委員会人事

▶異動（4月1日付）▷生涯学習課長（会計管理者）佐藤好正▷生涯学習課学校教育G主幹（学校給食センター主幹）土居和一

▶退職（3月31日付）▷紺屋勝美（生涯学習課長）

厚真町農業委員会人事

▶異動（4月1日付）▷農業委員会事務局主任（保健福祉課福祉G主任）渡辺誠

私の大切な家族

ペット

ドライブ ♂ 2歳 (犬・パピオン)

新 町 保 利 博 司 さん家族



「主人が3年前から若年性認知症を発症して、寝てばかりいることが多くなったので、動物との触れ合いで心の癒しになればと、息子の勧めもあって生まれたばかりのドライブを飼い始めたんですよ」と臆することなく笑顔で話す奥さんの正子さんは、町社会福祉協議会でヘルパーを務める。名前のドライブは、ご主人が長年バスの運転手さんだったことに由来するという。

「ドライブをみてもらう時間をだんだんと長くしていったのですが、飼い始めたときは『うるさい』もいえなかったんですよ」と奥さん。その横でドライブの頭をなでながら「ちょっとうるさいけどかわいい」とご主人。「ここまでくるのに2年かかりましたね。ドライブは私たちにとってまさしく“元気の源”なんですよ」とご主人とドライブを見つめそう話す正子さんだ。

ペット、本を紹介してください。お気軽に総務課総務人事グループまで (☎27-2322)

本

私の出会った素敵な本

「あきらめない」
「いないいないばあ」

鎌田 実／著
きむらゆういち／絵・作

町保健師 二本柳 牧 子 さん

2月から半年間、町保健師として町民の健康管理に汗を流す二本柳さん。1歳1カ月の男の子のお母さんでもある二本柳さんが紹介してくれた本は、地域医療の第一人者として知られる医師、鎌田實さんが上梓した短編エッセイ集「あきらめない」と息子さんのファーストブック「いないいないばあ」。

道内の地域医療先進地、せたな町（旧瀬棚町）で保健師を務めていた関係で鎌田さんを知り、その活動や考え方に魅せられたという。「病気で死と向き合っている患者さんの生き方や出産にかかわる秘話などが描かれ、地域医療に尽くす医師たちの温かさも伝わってくる本で、まさしく『生きることをあきらめてはいけない』と実感します」と著者のサイン入りの本を大事そうに開く。「絵本は友達からプレゼントされたものなのですが、息子に初めて読んであげた絵本なんです。今でもこれが一番好きみたいで、絵本を読んであげるときはまずこの本を読んであげるとご機嫌なんですよ」と母親の顔になる二本柳さんだ。





「人口が集中していないぶん簡素な街のイメージでしたが、町の人たちが集まってくると活気があり、知らない顔の私に気軽にあいさつしてくれる人が多いフレンドリーなマチだと思いましたね」と厚真の印象を話す酒井さん。

四月一日から、指定管理者として働あつまスタンプ会が、こぶしの湯あつまを管理運営。その支配人として手腕を振るっているのが酒井さんだ。留萌管内小平町で生まれ育った酒井さんだが、弟さんのお嫁さんが厚真出身という縁がある。前職は、隣のゴルフ場で営業畑を歩み、道央圏を中心に道内各地を訪れ、その人脈は広い。

「いろいろな方と知り合いになりました。転職したことを知らせていないため、いまだに予約の電話が来るんですよ。人脈は本当にありがたいが、そして私の財産なんです」

「ホスピタリティー（温かくもてなす心）を大事にしたいですね。『スタッフがやさしかった』『食べ物がおいしかった』『施設がきれいだった』。そう感じてもらえるリピーターを増やしていきたいと思っています。それから、町民の皆さんの大事な税金を投入している施設なので、町民の方にもっと来ていただきたいですね。そのためには、町民の方に愛される施設であり、自慢できる施設を目指す努力は惜しみません」と目と声に力が入る。

ホールインワンも経験したことのある息抜きのゴルフは、施設が軌道に乗るまで当分の間お預けになるが、「ご来館いただいた方の名前と顔を早く覚えて『酒井また来たぞ!』といってもらえるようになりたいですね」と笑顔が輝くこぶしの湯支配人酒井さんだ。

出 会 い

き い

き

人

町民の皆さんに愛される施設を目指します

表 町 酒 井 克 人 さん (48歳)

凶 鑑

ふるさと

「約二十五年間にわたりゴルフ業界に身を投じてきた酒井さんに、その広い人脈から支配人要請の声がかかった。知らない業界なので不安はありましたが、話を聴いているうちに『おもしろいな』と思ったんですよ。新しいことに挑戦するには最後の年齢だし、オバマ大統領じゃないですが、自分も変わらなきゃと思い決断したんです」とバイタリティー溢れる表情でそう話す。

人のうごき

3月1日～3月31日届出分

マチの善意

(おことわり)
上記は、窓口などで、広報紙への掲載につ
いての確認ができた方を掲載しています。

ホッとひといき

日一日と加速度的に日が長くなり、温度も上がって春の到来を実感できるころとなった。
昨年の八月からメタボ対策で早朝の犬の散歩が日課となった。冬期間は、目だし帽を被り、完全防寒の着膨れで、日が明けない暗いうちに散歩するのだから、見かけは不審者に近い。
散歩していると大型車両の往来の多さに驚かされ、苦小牧東港でのフェリーの発着の関係だろうと想像しながら、車両に轢かれな

ようにと夜光反射材を身に付けたりもする目立ちたがり屋の不審人物だ。しかし、春の陽気は、週ごとに着膨れた服装の脱皮を促す。
新年を迎えたときにも増して新たな気持ちで仕事や学業などに向き合う人も少なくない年度明け。役場でも四月一日付けで人事異動があった。異動を予想していたが、引き取り手がなかったと思われる残留。皆さんに広報を見飽きられないように気を引き締め直す二十一年の春なのだ。(木)

キッズ5月の予定

子育て支援センター「ゆうゆう島」情報

月	火	水	木	金
毎週水曜日の午後はサークル活動利用日です。お母さんたちの集まりにご利用ください(予約が必要です)。				1 開放日
4 休館日	5 休館日	6 休館日	7 開放日	8 開放日
11開放日、ジェニファーと遊ぼう	12 開放日	13子育て講座『ベビーマッサージ』※予約が必要です!	14 開放日	15 開放日、保育園ホール開放
18開放日、ジェニファーと遊ぼう	19 開放日	20 びよびよ広場	21 開放日	22 開放日
25 開放日	26子育て講座『ソフティアロ』※予約が必要です!	27なかよし広場『カレーパンマンのお面』※前日までに予約してね!	28 開放日	29開放日、午後はおもちゃ洗いのため休館

★子育て支援センター「ゆうゆう島」ホームページはこちらからどうぞ!
厚真町ホームページ <http://www.town.atsuma.hokkaido.jp/>
→トップページ→教育・文化→子育て支援センター

- ＊利用時間 午前10:00～11:30 午後1:00～4:00
- ＊『びよびよ広場』 第1・3水曜日の午前中(予約はいりません)
0～1歳までのお子さんご家族が対象です。お子さんを自由に遊ばせながら、親同士の情報交換の場としてご利用ください。
- ＊『なかよし広場』 第2・4水曜日の午前中
1歳～就学前までのお子さんご家族が対象です。手遊び・ゲーム・製作など、季節の遊びも取り入れ、親子で楽しみましょう。
- ＊『ジェニファーさんと遊ぼう!』 開催日の午前中
遊びながら英語に触れることができます。年齢に関係なくお越しを!
- ＊開放日には、お気軽に遊びに来てください。
- ＊電話相談(9:30～17:00)・来所相談(10:00～16:00)・予約、その他お問い合わせなどは
☎27-2438(直通) 子育て支援センターへ!!



「広報あつま」を読んでクイズに応募すると、正解者の中から抽選で5人に『図書カード』をプレゼントします。

問題

表町在住の茶木清治さんが満100歳を迎えました。77歳で喜寿、88歳で米寿などいわれますが、百寿ともいわれる100歳を祝うことばは何というでしょう?

- 【ヒント】今月号の広報を見てくださいね。
- ▶応募方法 ハガキかFAXで、クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号と、広報や町のことについての意見・感想等を書いてください。
- ▶しめ切り(当日消印有効) 4月30日(木)
- ▶あて先 〒059-1692 厚真町京町120 厚真町役場 広報クイズ係(FAX 27-2328)
- 【3月号の答え】 8連覇
- 【3月号の正解者】3月号の応募者は10人で全員正解でした。抽選の結果当選された方には後日賞品を発送します。

Quiz・クイズ

みなさんの声をお寄せください

- ・こんな記事を読んでこう思った。
 - ・こんな疑問を持っている。役場のみなさん教えてなごどんなことでも結構です。
- 紙面は無記名ですが、住所や氏名、性別、年齢は伺います。
- 総務課総務人事グループ広報担当
電話 27-2321 FAX 27-2328

みんなの
声

総合ケアセンターゆくり「機能訓練室」からのご紹介 ☎26-7871

笑顔が素敵な美里にお住まいの岩田文一さん(79歳)は、3年ほど前から健康のために夏はパークゴルフ、冬は機能訓練室に月曜日から土曜日まで通い、健康運動指導士から岩田さんにあった運動メニューを教わり、1時間程度体を動かし汗を流しています。

今回、岩田さんからうれしい報告がありましたので、皆さんにご紹介します。



昨年4月に病院で動脈硬化の測定を行い「血管の硬さは70歳代後半」という検査結果でした。毎日運動を継続していたところ今年の3月の検査では、なんと「60歳代前半」という結果が出ました。

岩田さんは「ここ(機能訓練室)に来ると、知り合いができたり、お互いにばかいったりできるし、特に1人で家にいる人にはいい所だからお勧めしますよ。自分も最初は10回するのがやっとだった腹筋が、今は25回もできるようになった」と笑顔でそう話します。

皆さんも、機能訓練室を利用して、岩田さんのように若返りたいと思いませんか?

ぜひ、皆さんのご利用をお待ちしています。



サークル訪問

あつまりゆうすいかん

厚真流水館



代表者/高橋康夫さん
会員/5人 指導者/3人
活動日/毎週水・土曜日
活動場所/スタードーム剣道場
対象/小学生～中学生
連絡先/☎27-2213(代表者宅)



道場に気合の入った掛け声が響き、剣士たちの額には玉の汗が浮かんでいる。厚真流水館は、子どもたちに剣道を通じて健やかな心と身体の成長を育むため、昨年9月に立ち上げられた新しい団体だ。「流水館」は、水の流れるようによどまない、いつも新しい気持ちとしなやかな身体になるようお願いを込めて名付けられたという。

代表の高橋さんは「まず大事なことは、意識的ではなく自然とあいさつや返事ができる子どもになってもらいたい」と話し、稽古中厳しい檄が飛ぶ。「基礎的な積み重ねにより剣道の技もあいさつと一緒にについてくると思います」と根気強く反復して指導する目はやさしい。

「稽古の成果が生かせるようないろいろな大会に出てみたいですね。子どもたちを募集中です」と抱負を話した。

掲載を希望するサークルなどは総務課総務人事グループへ(☎27-2322)

みんなの広場

風を切って 風に乗って 飛び立とう

上厚真小学校卒業証書授与式で卒業生が歌った「卒業の詩」の歌詞より



校長先生から贈る言葉

困難や不安があると思いますが、それらを乗り越えていくことが君たちに課せられた新たな試練。小学校で学んだことを忘れないでくじけず前進を。



上厚真小学校（横山守校長）では、男子4人、女子9人計13人が学びやを巣立ちました。校長先生から卒業証書を受け取ったステージには、雛が成長し大空に羽ばたく装飾がされ卒業生を祝福。「未来に羽ばたけ13人の仲間たち」。

3/19 上厚真小学校卒業証書授与式

3/1 厚真高等学校卒業証書授与式

厚真高校（鈴木隆一校長）では、男子22人、女子15人計37人が卒業証書を手に社会へと旅立ちました。式では卒業生を代表して堤勝則さんが「厚真高校で過ごした3年間を必ず意味のあるものに昇華させていきたい」と答辞を述べました。



校長先生から贈る言葉

時間をかけて考え周囲の人の意見を聴き、最後の決断は自分で決めることが大切。しっかりと志を立て、限りない前途に自信と誇りを持って邁進を。

園長先生から贈る言葉

今年の卒園時の皆さんは元気のいい体育系の子どもたちでした。これからも早寝早起きをして、しっかり朝食をとって元気に小学校に通ってください。



宮の森保育園（上厚真・佐藤秋夫園長）では、男の子9人、女の子2人の11人が元気いっぱい過ごした保育園を卒園しました。式の終了後、卒園児たちはお母さんに花をプレゼントすると、感謝まって目頭を押さえるお母さんもいました。

3/21 宮の森保育園卒園式

3/13 厚真中学校卒業証書授与式

厚真中学校（濱口明雄校長）では、在校生によるピアノ演奏が流れる中、男子17人、女子15人計32人一人一人に校長先生から「おめでとう」「がんばって」と言葉が添えられ卒業証書が手渡され、思い出のいっぱいの学びやを後にしました。



校長先生から贈る言葉

目的を持った人間、自分に責任を持てる人間、愛の心を持っている人間になるよう、自分を磨き、育て、輝いてほしい。

旅立ち
巣立ちの時
大きく羽ばたけ
厚真の子

厚高インフォメーション



119

卒業式

ここ厚真高校にも巣立ちの時がやってきました。三月一日、本校体育館にて第三十回卒業証書授与式が挙行されました。今年度の卒業生は男子二十二名、女子十五名の計三十七名。過去十年間で最も多い数です。式では鈴木校長から卒業生一人一人に卒業証書が手渡されました。

卒業生代表の堤勝則君は答辞で、「三年間、担任の金川先生に迷惑をかけてしまった。それでも先生は私たちのことを見捨てないでずっと信じてくれた」と三年間を振り返り、「厚真で受けた恩を忘れず、次の世代の見本になれるような立派な社会人になります」と述べました。

式終了後、三年生の教室で最後のホームルームが行われ、担任から卒業生に饒の言葉（はたけのことば）を、卒業生から担任へ合唱と花束のプレゼントが贈られました。

最後は玄関で在校生に見送られながら、さまざまな思いを胸に卒業生は巣立っていきました。外はきれいに澄んだ青空が広がっていました。三十七名の未来がこの空のように明るく、輝きに満ちたものになるようにと祈りつつ、卒業生を送り出しました。

今月の記念日

4月8日は「指圧の日」

正しい「指圧」の普及により、人々の健康増進に貢献しようと、日本指圧協会が制定しました。4と8が指（4）庄（8）の語呂に似ていることや、四月八日が釈迦生誕の日で、釈迦の慈悲の心が指圧の心「母心」にも通じることから、この日とされました。

指圧とは文字どおり、手指を用いて人体の外表に圧を加え、体調を整える治療法のことです。

人は体に、だるさ、うずき、痛みなどを感ずると、自然と必ずそこに手をやり、状態に応じて、さすったり、なでたり、押したりして、自ら痛みを和らげようとします。こうした人間の本能的操作が、いわゆる「手当て」の始まりといわれています。

「指圧の心 母心 おせば命の泉湧く」。同協会の母体を創った浪越徳治郎氏が、出演したあるテレビ番組の中で、自作自演の振り付けで視聴者に向けて放ったこのスローガンは、当時話題に

なりました。浪越氏は少年時代、医者もいない、薬もないという環境の中で、難病に苦しむ母の痛みを和らげようと、日夜母親の全身をさすったり、押さえたりして、指圧の技法を会得したといえます。

指圧療法は、こうした手指の本能的操作を科学的に究明し、体系づけられた日本発の自然療法です。医療従事者として国家資格で認められた指圧師が、体の状態に応じ、圧法や圧加減、加圧速度など、圧の具合を変化させながら、ゆつくりと、あるいはリズムミカルに操作して治療します。

健康へのニーズが多様化する中、指圧療法に対する評価も高まっています。体調管理や疾病予防など健康増進の面でも効果が期待できるからです。今や海外でも実践、研究されている指圧。指圧の根底にある「母心」の思想も、世界に浸透し始めています。

文芸あつま ◆短歌◆

回転寿司に食欲満ちた孫ふたり分の支払ふとして成長をみる

（本町 飛谷 文子）

後期なりと苦笑すれど元氣だし長生きせんと前向きになり

（新町 中田 八重）

たずね来る十九年ぶりの先生にしばしの間旧交温たむ

（上野 宮崎 静恵）

（あつま文芸友の会発行『文芸あつま 第十四号』から抜粋）

ほけんの 掲示板 5月

児童相談所巡回相談

とき 21日(木)
時間は人数が確定次第決定します
ところ 総合ケアセンターゆくり
対象 お子さんの発達や子育てにつ
いての悩み・相談がある方なら、
どなたでも相談できます。
申し込み 11日(月)までに保健福祉課
福祉グループへご連絡ください。
その他 スタッフは室蘭児童相談所
児童福祉士ほか
＊秘密は厳守いたします。

母親教室

とき 11日(月) 10:00～13:00ころ
ところ 総合ケアセンターゆくり
対象 妊婦さんとパートナー
持ち物 母子手帳、筆記用具、エプロン、
手ふきタオル
その他 調理実習をします。動きやすい服
装でお越しください。

乳児健診

とき 13日(木)
3～6カ月児 13:30～13:50
9～12カ月児 13:00～13:20
ところ 総合ケアセンターゆくり
対象 H20.11.5～H21.2.3生まれ(3～6カ月)
またはH20.5.5～8.13生まれ(9～12カ月)
のお子さん
持ち物 母子手帳、バスタオル
＊3～6カ月のお子さんは、アンケート
とBCG問診表も必要です。押印の上お持
ちください。

三種混合予防接種

とき 18日(月)～22日(金) ※21日(木)午後は休診です。
ところ あつまクリニック
受け付け 接種希望当日に保健福祉課で受け付けを行って
ください。
受付時間は 9:00～11:30、14:00～16:30です。
対象 ①1期初回…初めての場合には、生後3カ月から12
カ月までが標準的な接種年齢となります。1期初
回を1回以上接種して、生後12カ月を越えている
場合は48カ月までにできるだけ終了してください。
②1期追加…1期初回接種(3回)終了後、12カ月か
ら18カ月までにできるだけ終了してください。
※上記以外の場合は町保健師にご相談ください。
持ち物 母子手帳、印鑑

3歳児健診

とき 27日(木)
ところ 総合ケアセンターゆくり
受付 12:50～13:20
対象 H18.1.8～5.27生まれのお子さん
(対象児には個別にお知らせします)
持ち物 母子手帳、アンケート類、早朝尿、
バスタオル、歯ブラシ



MR混合(麻しん・風しん)予防接種

とき 25日(月)～29日(金) ※28日(木)午後は休診です。
ところ あつまクリニック
受け付け 接種希望当日に保健福祉課で受け
付けを行ってください。
受付時間は 9:00～11:30、14:00～16:30です。
対象 ①生後12カ月～24カ月のお子さん
②平成15年4月2日～平成16年4月1日
生まれのお子さん(小学校就学前の1年
間にあたるお子さん)
③中学1年生(平成8年4月2日～平成9
年4月1日生まれの方)
※上記以外の場合は町保健師にご相談ください。
持ち物 ①②の方…母子手帳、印鑑
③の方…母子手帳、予防票(押印の上持
参)、保護者が同伴できない場
合は委任状

5月の日曜・祝日当番医

日程	区分	病 院 名	住 所(苫小牧市)	電 話 番 号
3日 (日・祝)	内科系	花輪内科循環器科医院	三光町5-6-15	(0144)36-2555
4日 (月・祝)	外科系	光洋整形外科・内科・リハビリ	光洋町1-16-16	(0144)71-2700
5日 (火・祝)	内科系	やまざきこども医院	大成町2-3-1	(0144)75-1133
6日 (水・祝)	外科系	江夏泌尿器科医院	木場町2-8-1	(0144)33-3855
7日 (木・祝)	内科系	滝上循環器科内科クリニック	泉町2-5-4	(0144)37-8011
8日 (金・祝)	外科系	ともより整形外科	東開町4-21-22	(0144)57-8211
9日 (土・祝)	内科系	苫小牧病院	光洋町3-16-4	(0144)72-1201
10日 (日)	外科系	三上外科整形外科	元中野町3-8-14	(0144)33-7815
11日 (月)	内科系	柴田内科循環器科	桜木町1-24-18	(0144)71-2225
12日 (火)	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	(0144)36-1221
13日 (水)	内科系	吉川医院	表町5-2-3	(0144)34-4565
14日 (木)	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	(0144)72-7000
15日 (金)	内科系	錦岡医院	宮前町2-33-4	(0144)67-0013
16日 (土)	外科系	とまこまい脳神経外科	光洋町1-12-20	(0144)75-5111
17日 (日)	内科系	たかやなぎ小児科	日新町2-7-8	(0144)71-2115
18日 (月)	外科系	松沢クリニック	明野新町5-13-21	(0144)57-7171

(診察時間) 9:00～17:00
当番医は変更になることがあります。
新聞等で確認するか、当日病院へお問い合わせください。
(お知らせ)
『北海道救急医療・広域災害情報システム』
を利用して近くの医療機関などが検索でき
ます。
ホームページアドレス
<http://www.qq.pref.hokkaido.jp>
フリーダイヤル 0120-20-8699
携帯電話・PHSからは
011-221-8699



こころの病気

「うつ病」「うつ状態」とよく耳にする
ようになりました。

うつ病は青年期から高齢者までの
年代でも発症し、特に中年期以
降からの発症が多いといわれてい
ます。国民の15人に1人はうつ病
を経験するといわれています。別
の調査では6人に1人が発病する
といわれるほどだれでも可能性の
ある病気です。

日常生活の中でうつ病とつながり
のあるものを紹介します。

五月病

4月は進学、就職、配置転換な
どで環境が大きく変わる季節です。
新しい環境にうまく適応できず、

あるいは適応しようががんばりす
ぎで、5月の連休を過ぎたあたり
からうつ的な状態になることを5
月病といっています。
環境が変わると、新しい生活に
慣れようとするために肉体的にも
精神的にも疲れるものです。それ
は大きなストレスとなって心身に
のしかかります。5月病は通常一
過性ですが、ストレスをためたま
ま引きずってしまつと、登校拒否
や出社拒否、うつ病など心の病の
引き金になってしまうこともあり
ます。

マタニティブルー

出産の際、胎盤といつしよに妊
娠中に分泌されていたホルモンが
一気に体外に排出されます。その
ため感情に関係する脳の神経伝
達物質の分泌などが変化してバラ
ンスが崩れるといわれています。
また、子どもができて家族関係や
自分の役割が変化するために、不
安が増すなどの心理的ストレスや
疲労がたまりやすい時期です。こ
れらが重なりイライラしたり、ち

更年期

よつとしたことで涙が出たり、頭
が痛かったりすることを「マタニ
ティブルー」といい、出産した
だれもが少なからず経験します。
産後3カ月くらいで赤ちゃんの
リズムが落ち着いてきたところにお
母さんも良くなつていきますが、
よくならないと「産後うつ」につ
ながっていきます。

女性ホルモンのエストロゲンの
分泌が減少し始めるため、ホルモ
ンのバランスや自律神経のバラン
スが悪くなりさまざまな更年期の
症状が起きます。ほてったり、
疲れやすかったり、身体的部分で
の訴えのほかに気分が落ち込んだ
りして、更年期うつにつながって
いきます。

しかし、女性だけに限らず男
性も40歳ころからは、男性ホルモ
ンのテストステロンの減少が加速
し、60歳になると、40歳の時とく
らべて平均25%もホルモン量が低
下しているといわれています。そ
のため、女性と同様のうつ症状が

現れることがあります。

また、女性、男性ともに、子ど
もたちが巣立っていく時期や、男
性では管理職や重要なポストにつ
く時期と重なることやリストラや
定年後の不安などでうつ症状が重
症化することもあります。

どのうつ状態にも共通するのは、
イライラや気分の落ち込み、不眠
などといった症状が2週間以上治
らない、自分の好きなことをやっ
ていても楽しくない、といった
症状です。「いつもの自分と違う
な」と気づいたら、だれかに相
談することや、病院の受診をお勧
めします。

また、周りにいる家族や職場の
人が気づいてあげることが大切で
す。普段からのコミュニケーション
が大切になってきます。お子さ
んが出産するとき、ご主人が管理
職になったとき、長年一緒に暮ら
していたお子さんが就職で実家を
離れるときなどは、家族と普段よ
り多く接する機会をつくりたい季
節です。

【苫小牧保健福祉課健康推進グループ】

苫小牧市夜間・休日急病センター(内科・小児科のみ)

曜 日	受 付 時 間	(住所) 苫小牧市旭町2-9-2 (電話番号) 0144-35-0001
月曜日～金曜日	19:00～翌朝7:00	4月1日から旧苫小牧保健所跡に新設・移 転しています。 ※休日は当番医のほかに、急病センター も診察を受け付けています。
土曜日	14:00～翌朝7:00	
日曜日	9:00～翌朝7:00	
年末年始(12/31～1/3)	9:00～翌朝7:00	

★「苫小牧市医師会ホームページ」にも休日当番医表を掲載しています。
<http://www.toma-med.or.jp/>
また、携帯電話でも休日当番医のWebサイトにアクセスできます。
携帯電話用 URL <http://www.toma-med.or.jp/phone/>
※ご利用の携帯電話の種類によっては、うまく表示できない場合がありますのでご了承願います。



と き 5月12日(火)
ところ 総合ケアセンターゆくり前
10:00～12:00
厚南会館前 13:30～14:30
北電苫東厚真発電所前
15:00～16:00
献血で糖尿病をチェック!
3月15日から献血者全員に糖尿病
関連検査を行っています。

公募

町地域公共交通活性化
協議会の専門部会員
を公募しています

厚真町地域公共交通活性化協議会（会長・古川副町長）では、町民の方々とともに本町の公共交通のあり方などを考え、広く皆さんの意見を「厚真町地域公共交通総合連携計画素案」に反映させるため、協議会の専門部会員を公募しています。

応募要領などの詳細については、3月27日に各自治会に配布し回覧している案内チラシをご覧ください。

■問い合わせ先
町地域公共交通活性化協議会事務局（役場まちづくり推進課企画調整グループ内）☎27-3179

助成

まちおこし奨励事業を
実施しています

町では、団体やサークルなどが自主的、主体的になつて取り組む事業を支援するため「厚真町まちおこし奨励事業」を実施しています。

- 補助対象事業
- ①まちおこし事業
- ②人材育成事業
- ③特産品開発事業
- ④文化活動

⑤そのほかまちおこしと認めた事業

※ただし、団体の経常的運営費、営利を目的とするもの、入場料を徴収するもの、また、事業費が5万円未満のものは対象にならない場合がありますので、事前にお問い合わせください。

■補助金の額
補助対象経費の3分の2以内で、1事業の補助金限度額は、30万円までです。

■事業の申し込み期限
第1期／5月20日（水）、第2期／8月20日（木）、第3期／11月20日（金）、第4期／1月20日（水）

■申請・問い合わせ先
役場まちづくり推進課企画調整グループ（☎27-3179）

募集

在日外国人留学生の受け入れ家庭を募集します

町国際交流協会では、在日外国人留学生の短期受け入れ事業を実施しています。

次により、苫小牧駒澤大学に在学中の留学生の受け入れ家庭を募集します。

■受け入れ期間
8月21日（金）～24日（月）3泊4日

■留学生の国籍
主に中国、韓国の方

■留学生の性別
受け入れ家庭の希望を参考に決

定させていただきます（希望どおりにならない場合もありますのでご了承ください）。

■受け入れ募集数
3～5世帯の家庭

■受け入れ家庭へのお願い
家族の一員として生活を共にし、気軽に話し合い、普段の生活のままで楽しく交流してください。

留意事項

留学生は、日常会話程度の日本語を話すことができます。日本で生活している人たちですので、特別な食事等の用意は必要ありません。

■受け入れ家庭募集期限
5月15日（金）

■申し込み・問い合わせ先
町国際交流協会事務局（役場まちづくり推進課☎27-3179）



と交流する5人の小学生の皆さん
（軽舞）

納税

自動車税の納期限は
6月1日です

自動車税は、毎年4月1日現在の所有（使用）している方に納めていただく道税です。

納税通知書は、5月7日に全道一斉に発送します。

忘れずに納めましょう。

コンビニ納税ができます

自動車税納税通知書は、コンビニエンスストアーでのお支払いができます。

問い合わせ先

胆振支庁地域振興部課税課自動車税係
（☎0143-24-9581）

募集

パークゴルフ協会の
会員を募集しています

町パークゴルフ協会では、会員を募集しています。

青空の下、緑豊かなコースの中で、一緒にさわやかな汗を流しませんか。

年会費

1人2,000円

申し込み期限

4月30日（木）

申し込み・問い合わせ先

町パークゴルフ協会事務局
（新町・中末吉さん☎27-2147）



5月の運転免許証更新時講習の日程

苫小牧交通安全センターで行っている運転免許証更新時講習（優良）の日程をお知らせします。

◆午前10時開講：1日（金）、7日（木）、11日（月）、13日（水）、14日（木）、19日（火）、21日（木）、22日（金）、27日（水）、29日（金）

◆午後1時30分開講：15日（金）
◆午後3時30分開講：12日（火）、26日（火）

※このほかの講習日程（一般、違反、初回）については、下記までお問い合わせください。

※優良は5年以上継続して免許のある方で、過去5年間無事故・無違反の方。

■問い合わせ先（社）苫小牧地区交通安全協会（☎0144-33-1458）

講座

子育て講座に
お越しください

子育て支援センター「ゆうゆう島」では、5月に子育て講座を次により開講します。

講座への問い合わせ・申し込みは同センター（☎27-2438）までお願いします。

お気軽にお越しください。

ベビーマッサージ

日時

5月13日（水）10～15～11～15

場所

子育て支援センター

対象

1カ月半～6カ月のお子さんのいる方

講師

癒心（いしん）代表・藤田ゆかさん

■申し込み期限・定員

5月8日（金）・10組まで

ソフトエアロ

日時

5月26日（火）10～15～11～00

場所

京町保育園ホール

対象

就学前のお子さんのいる方

持ち物

タオル、運動靴、水（動きやすい服装でお越しください）

■申し込み期限・定員

5月19日（火）・15人まで

その他

当日は、託児ボランティアがいますので、お気軽にご参加を！

届出

景観法に基づく
届出制について

北海道では、良好な景観の形成のため、景観法第16条の規定に基づく届出制度を本年4月1日から施行しています。

一定規模の建築物の建築および工作物の建設ならびに開発行為を行う場合は知事への届出が必要となり、良好な景観を著しく阻害する場合は必要な措置を勧告等することがあります。

詳しくは、次にお問い合わせください。

問い合わせ先

胆振支庁建設指導課または室蘭土木現業所建設指導課（☎0143-24-9594）

もしやと思ったら迷わず連絡を！

警察では、オウム真理教特別手配被疑者、平田信、高橋克也、菊地直子の行方を追っています。

地下鉄サリン事件をはじめとしたオウム関連事件は、まだ終わっていません。

皆様のご協力をお願いします。



現在のイメージ画
平田 信
昭和40年3月27日生
(44歳)



現在のイメージ画
菊地直子
昭和46年12月9日生
(37歳)



現在のイメージ画
高橋克也
昭和33年4月26日生
(50歳)

苫小牧警察署 ☎0144-35-0110

平成21年度

苫小牧保健所が行う各種相談・検査など

総合保健相談

◆相談日
毎週月曜日～金曜日（随時受け付けます）

◆内 容
保健、医療、福祉などに関する相談に応じ、必要なサービスについての情報提供を行います。

医 療 相 談

◆相談日
毎週月曜日～金曜日（随時受け付けます）

◆内 容
医療に関する相談や苦情を受け付け、解決の手助けをします。ほかの機関が担当する事項については、担当機関を紹介します。

■総合保健・医療相談共通
・相談日は、祝祭日を除きます。
・対象は、地域住民の方です。

こころの健康相談

◆相談日

1 定期相談
①精神保健相談 毎月第1週目 偶数月が木曜日 奇数月が火曜日
②思春期精神保健相談 偶数月が原則第2月曜日（10月は第3月曜日）奇数月が第2木曜日
※①、②の各相談は、相談日の3日前までに予約が必要です。また、精神科医師または保健師が相談に応じます。

2 随時相談
保健師などが電話、来所などに対し、随時相談に応じます。

◆内 容
こころの病気・思春期（不登校やひきこもり）に関することなどについて、専門医や保健師などによる相談を行います。

女性の健康相談

◆相談日

1 定期相談
毎月19日（土・日、祝日の場合は翌日）
9：00～17：00で予約が必要です。

2 随時相談
毎週月曜日～金曜日（祝祭日を除きます）

◆内 容
平成20年12月1日から「女性の健康サポートセンター」を開設しています。これは、女性が女性特有の身体的特徴を有していることなどをふまえ、健康上の相談に応じるとともに健康保持や予防に関する普及啓発の取り組みを行います。

センターの開設にあわせて、妊娠、出産、子育てに関する相談、思春期や更年期の心身に関する相談など、女性のライフサイクルに応じた相談に対応しています。

骨髄バンク登録

◆相談日
月2回相談日がありますが、日程については下記にお問い合わせください。所要時間は15～30分です。

◆対象となる方
骨髄提供の内容を十分に理解している方（必要な方には、ドナー登録のしおり『チャンス』をお渡しします）で、年齢が18歳以上54歳以下、体重が男性45kg、女性40kg 以上の健康な方

そのほかの検査など

肝炎ウイルス検査、H I V抗体検査（☎0144-35-7474エイズ専用電話）、水質検査（有料）がありますのでお問い合わせください。

問い合わせ先

北海道苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

あべ
阿部 ひかりちゃん
H 18・10・12 生
父—雄 史さん
母—り かさん
(上厚真)

●—わが家のアイドルはこんな子です。—●

「家にあるジャングルジムやすべり台にあがって親がハラハラするポーズをとってみせる男の子まさりの女の子です。体を動かすことが大好きなので、これからは外遊びが中心になりますね」



かなざわ ゆな
金澤 優奈ちゃん
H 18・10・17 生
父—令 仁さん
母—美 貴さん
(本 郷)

●—わが家のアイドルはこんな子です。—●

「3人兄妹の末っ子で、お姉ちゃんお兄ちゃんきょうだいの真似をして何でも自分ですりようとする積極的な女の子ですね。お絵かきが大好きで、お気に入りのアンパンマンをいつも描いているんですよ」

■今月の表紙

3月19日、上厚真小学校で平成20年度（第101回）卒業証書授与式が行われました。卒業生13人が校長先生から卒業証書を授与され、壇上で思い出や抱負を話し、保護者にカーネーションを手渡していました。

■今月の内容

アツマの名称由来	みんなの広場
平成21年第1回定例議会	まなびや
耐震改修費補助事業	健康情報・ほけんの掲示板
長寿医療制度	情報ひろば
まちの話題	
いきいきふるさと図鑑	

2009年4月

NO. 680

3月末現在の人口
4,890人(前月比 - 34)
男 2,369人／女 2,521人
世帯数 2,004(前月比 - 10)