

広
報

あつま

2009 **11**
No. 687

いのち満ちる 農(みのり)の里あつま 大いなる田園の町

「ママ見て!!
こんな大きいのとれたよ!」



高速通信サービス **あつまネット** からのお知らせ

仕事や趣味の幅を広げてみませんか！ 大切なのはきっかけです。

- 今すぐ知りたい情報がある
- 旅行先の特産品や観光地情報を調べたい
- 旅行先の宿泊施設を調べたい
- 自宅に居ながらほかの人とゲームをやりたい
- 遠く離れた友人、子ども、孫と連絡をとりたい。写真を送りたい
- こんな事をやってみたいが相談する人がいない
- ほかの人の意見などを聞いてみたい



インターネットを利用して、これからの生活を変えてみては！今なら申し込みキャンペーン中！！

①	サービス提供地区	幌内、富里、高丘、吉野、美里、上野、豊川、共和、厚和、浜厚真、清住、軽舞、豊丘、鹿沼地区
②	キャンペーン期間	平成22年3月31日までのお申し込みの方にキャンペーン実施中
③	キャンペーン内容	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 初回工事費用 30,000円無料 ◆ 2カ月間使用料無料 ※サービス提供地域内であっても、障害物（地形や樹木など）により、基地局からの電波を受信できないときは、お断りする場合があります。
④	料 金	月額使用料 5,880円（使い放題、プロバイダ料金、消費税込み） 新設時 ◆ 新設手数料 2,000円 ◆ 初回工事費用 30,000円 初回工事費用は、キャンペーン期間中にお申し込みいただくと無料です

地デジ放送受信用 **チューナー** の貸出を行っています

平成23（2011）年7月24日に現在のテレビ放送（アナログ放送）は終了します。

地デジテレビの購入を考えているけれども、自宅で地デジ放送を受信できるか不安を感じている方はいらっしゃいませんか。

町では、「地上デジタル放送受信用チューナー」の貸し出し（期間は1週間）を行っています。

地デジテレビ購入前の事前チェックに、または、地デジ放送の体験にご利用ください。



地デジチューナーのイメージ図

問い合わせ先

役場まちづくり推進課企画調整グループ

TEL 27-3179

FAX 27-2328

E-mail machidukuri.h@town.atsuma.lg.jp

厚真町表彰式

地域振興等に貢献された七人を表彰

厚真町の発展に尽くしていきたい」とお礼のあいさつを述べていました。

式では、宮坂町長が「表彰申し上げた皆さまは、多年にわたる献身的なご奉仕と善意によって、地域社会の発展と福祉の向上に大きく貢献され、その献身的なご尽力と不断のご努力・善意に対し町民の皆さまとともに深く感謝したい」と式辞。続いて、受賞者を代表して、産業貢献賞を受賞された折坂哲雄さん（軽舞）から「この受賞は身に余る光栄なことで深く感謝申し上げます。今後、微力ではありますが厚真町の発展に

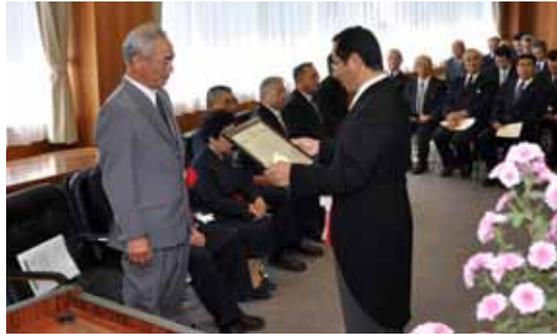
平成二十一年度の厚真町表彰式が十一月三日、総合福祉センターで行なわれました。表彰されたのは、町の発展や地域の振興に尽くされた七人の方々と、町議会議員、各団体長、自治会長などが見守る中、宮坂町長から受賞者一人一人に表彰状と記念品が手渡されました。

産業貢献賞



折坂哲雄さん(軽舞・66歳)

平成4年から16年の長きにわたりJA理事としての職責を担われ農業の経営基盤強化と拡充に尽力。またこの間、町まちづくり委員会委員を歴任。



宮坂町長から一人一人に表彰状が贈呈される

教育貢献賞



大捕孝吉さん(軽舞・61歳)

24年の長きにわたり町体育指導委員として、また、平成元年から同委員長としてスポーツの普及と住民の健康増進に尽くし、本町の体育振興に大きく寄与。

教育貢献賞



飛谷文子さん(本町・74歳)

3期12年にわたり町教育委員として学校教育および生涯学習環境の整備充実など本町の教育文化振興に尽力。また、民生児童委員も歴任し民生の安定に寄与。

産業貢献賞



種部健一さん(豊丘・61歳)

平成元年から19年の長きにわたりJA理事としての職責を担われ農業の経営基盤強化と拡充に尽力。またこの間、町農業委員等を歴任。

荣誉をたたえて



近藤大河さん(上厚真・17歳)

優れた技術とたくましい精神力をもって全日本ジュニア空手道選手権大会高校男子70kg以上の部で優勝するなど輝かしい活躍。

善行賞



苫小牧信用金庫 理事長 窪田 護さん
写真は代理で出席した専務理事 金沢俊一さん

地域振興助長の趣旨をもって多額の金員を寄付され社会基盤の整備など町勢発展に大きく寄与。

善行賞



藤崎光夫さん(札幌市・88歳)

地域振興助長の趣旨をもって多額の金員を寄付され社会基盤の整備など町勢発展に大きく寄与。

① 青少年センターでは1日図書フェスティバルが開催。北海道立図書館の協力により企画展や大型絵本の展示が行われました。



② 青少年センターでは併せて昔の農機具体験が行われ、子どもたちは縄編み機械、石臼、唐蓑などの使い方を習って実際に体験しました。



③ 厚南会館のロビーでは、生け花やサーフボードを抱えたゴリラのぬいぐるみが展示。来場者の気持ちを和ませています。



④ 上厚真学童保育所に通う子どもたちの作品。お弁当、おにぎり、フルーツなど色鮮やかにまるで本物のようでした。



⑤ 厚南会館会場は各保育園、各小中学校から一般、高齢者まで作品が多彩に展示。福祉センターとはまた違った趣があります。



⑥ 厚南会館では3日の夜に芸能発表が行われました。作品を移動し客席の場所を確保します。作品の中で芸能鑑賞するのも厚南会館の特色。



① 福祉センターロビーでは、樹石会の盆栽や陶芸同好会の作品が来場者をお出迎え。見事な作品に顔を近づけて鑑賞する姿が見られました。

② 福祉センター一室では、茶道会により茶席が設けられ、来場者に薄茶がふるまわれました。写真は、森田代表に作法を教わる宮坂町長。

③ 華道同好会と押し花サークルでは展示のほかに体験コーナーも行いました。来場者は自分の作品を大切に持ち帰っていました。

④ 老人クラブによる作品展が福祉センターで行われ、素晴らしい作品が数多く展示。お茶を飲み飲み話に花が咲いていました。

⑤ ゆくりでは、ともいきの里に入居している方の展示が行われました。ちょうちんの下には願いを込めた短冊が下っていました。

⑥ ライオンズクラブ主催による中高生意見発表会がゆくりで開催。厚真中、厚南中、厚真高校から17人の生徒が自分の思いを堂々と発表。

菊の香漂う各会場で1年間の集大成を発表

11.3~4 町文化祭

町民の文化芸術活動の集大成「平成21年度厚真町文化祭」(主催/町・町教育委員会、主管/町文化祭実行委員会)が11月3~4の両日、総合福祉センター、アセンタージュゆくり、青少年センター、厚南会館の4会場で行われました。

開祭にあたり、総合福祉センターで開催セレモニーが行われ、宮坂町長が「文化芸術活動は人の心を豊かにします。この両日は皆さんが丹精込めて創られた作品や日々練習を重ねた発表を拝見させていただきます。厚真の素晴らしい文化、伝統、風土を次の世代に引き継ぎ、また、町内外に発信してもらいたい」と出展者などにあいさつ。町長、河村町議会議長、宮西教育委員長、兵頭教育長、山家文化祭実行委員長の5人によるテープカットで文化祭が開幕しました。菊の香漂う各会場では、文化協会加盟団体の作品をはじめ、保育園、小中学校、老人クラブ、一般などから出品された作品や各団体、個人の熟達した芸能が披露され、会場を訪れた人々の心を和ませていました。また、当日は粉雪が舞う肌寒い天候でしたが、各会場では町婦人団体協議会や上厚真ヘアーズ少年団後援会、厚高ボランティア部のバザーが来店し、温かい食べ物提供され、来場者の体を温めていました。



厚南会館会場



青少年センター会場



ゆくり会場



総合福祉センター会場

特別会計の状況

市町村の財政には「一般会計」と「特別会計」の2種類があります。一般会計は、市町村の財政の基本を示す家計簿といえるもので、税金などの収入を示す「歳入」とその使い道を示す「歳出」の2つから成り立っています。

特別会計は、市町村が行っている特別の事業に対して、支出や収入を分かりやすくするために一般会計とは分けて経理するものです。

厚真町には、平成20年度から「後期高齢者医療特別会計」が1つ増え、7つの特別会計があります。



10月27日、高橋北海道教育委員会教育長が中央小学校を訪問し6年生と一緒に給食を食べる

(単位：円)

特別会計名	予算現額	収 入		支 出	
		収入済額	収入率%	支出済額	執行率%
国民健康保険事業	718,288,000	239,517,603	33.4	301,321,324	42.0
老人保健	1,829,000	6,351,271	347.3	615,916	33.7
介護保険事業	423,075,000	170,774,171	40.4	159,767,342	37.8
介護サービス事業	113,431,000	25,737,998	22.7	37,228,738	32.8
簡易水道事業	254,551,000	53,678,840	21.1	87,863,146	34.5
公共下水道事業	161,277,000	16,438,461	10.2	76,099,354	47.2
後期高齢者医療	63,300,000	19,343,000	30.6	19,310,332	30.5

地方債の状況

国などから借り入れた長期間の借入金をいいます。

区 分	金 額
一 般	85億307万円
簡易水道事業	9億5,130万6千円
公共下水道事業	14億2,134万8千円
合 計	108億7,572万4千円
H21.3末対比	121万6千円

※地方債のうち、内容によっては返済額の一部が地方交付税で補てんされるものもあります。

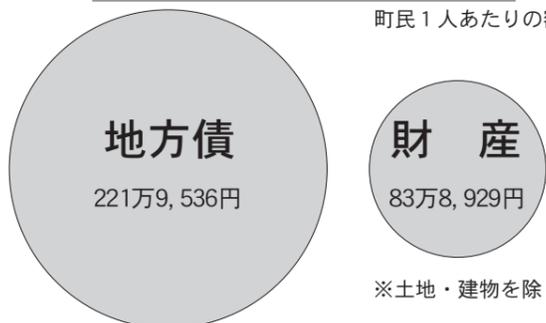
一時借入金の状況

一時的に金融機関から借り入れして支払いに充てるお金をいいます。

区 分	金 額
一般会計	無 し
特別会計	無 し

地方債と財産の比較

町民1人あたりの額



財産の状況

財産は、出資による権利、債権、土地・建物のほかに、特定の目的のために準備しておく元手の資金をいう基金があります。

町には財政調整基金など19の基金があります。

区 分	金額(千円)
出資による権利	176,755
債 権	182,637
基金	3,751,358
合 計	4,110,750
H21.3末対比	304,231

土 地	22,856,553.21㎡
建 物	82,446.89㎡

一般会計の状況

歳 入

(単位：円)

	予算現額	収入済額	収入率%
町 税	1,804,263,000	1,031,964,278	57.2
地方譲与税	112,000,000	35,852,405	32.0
地方消費税交付金	58,000,000	33,483,000	57.7
地方交付税	1,496,000,000	1,005,796,000	67.2
分担金・負担金	123,229,000	5,596,510	4.5
使用料・手数料	82,169,000	32,262,263	39.3
国庫支出金	572,615,000	23,225,504	4.1
道支出金	316,815,000	29,186,819	9.2
財産収入	63,631,000	29,715,409	46.7
繰入金	49,957,000	150,000	0.3
繰越金	70,036,000	136,998,089	195.6
諸収入	192,408,000	24,928,333	13.0
町 債	472,912,000	0	0.0
その他	42,011,000	22,145,442	52.7
歳入合計	5,456,046,000	2,411,304,052	44.2

歳入のその他の内訳

	予算現額	収入済額	収入率%
利子割交付金	2,200,000	766,000	34.8
配当割交付金	700,000	144,000	20.6
株式等譲渡所得割交付金	700,000	0	0.0
ゴルフ場利用税交付金	1,000	2,800	280.0
自動車取得税交付税	30,000,000	7,491,000	25.0
地方特例交付金	7,000,000	10,022,000	143.2
交通安全対策特別交付金	1,400,000	629,000	44.9
寄附金	10,000	3,090,642	30,906.4
その他計	42,011,000	22,145,442	52.7

歳 出

(単位：円)

	予算現額	支出済額	執行率%
議会費	44,412,000	21,419,705	48.2
総務費	274,844,055	145,474,514	52.9
民生費	644,685,250	211,957,040	32.9
衛生費	279,178,500	108,936,326	39.0
労働費	16,957,000	7,282,296	43.0
農林水産業費	562,558,000	90,202,350	16.0
商工費	76,975,000	53,672,267	69.7
土木費	933,077,920	280,159,059	30.0
消防費	274,326,613	135,689,879	49.5
教育費	471,798,485	177,702,191	37.7
公債費	1,069,344,000	498,919,376	46.7
給与費	805,736,000	382,494,471	47.5
予備費	2,153,177	0	0.0
歳出合計	5,456,046,000	2,113,909,474	38.7

皆さんに納めていただいた税金や国・道からのお金は、どのくらい使われているでしょうか。
地方自治法および町条例の規定に基づいて、今年9月末現在の平成21年度各会計の歳入・歳出、地方債、財産の状況についてお知らせします。

マチの家計簿

一般会計、特別会計を合わせた予算71億9,179万7千円を町民1人あたりにすると、146万7,714円です。

1世帯あたりでは、353万5,790円になります。

◆町の人口

人 口 4,900 人
世帯数 2,034 世帯

(平成21年9月末現在)

経済的な理由で
地上デジタル放送を
まだ受信できない世帯に

地上デジタル放送受信簡易チューナーを 無償給付します

総務省では、経済的な理由で地上デジタル放送に移行することが難しい世帯に対する支援を10月1日から受付を始めています。支援を希望する世帯は、支援申込書の提出が必要です。

■支援対象

生活保護世帯

障害者がいる世帯で
町民税が非課税の世帯

社会福祉事業施設に入所され
自分のテレビを持ち込んでいる世帯

上記の世帯の中でNHK（日本放送協会）の受信料が全額免除されている世帯が対象です。

■支援内容

簡易なチューナーを無償で給付します（テレビは給付しません）。また、アンテナ工事などが必要な場合は、その支援も行います。

■申込受付期限（平成21年度分）平成21年12月28日（消印有効）

■支援申込書の入手方法

- ・総務省地デジチューナー支援センターにお問い合わせると、同センターから支援申込書が郵送されます。
☎ 0570-033840 ホームページ <http://www.chidejishien.jp>
- ・役場町民福祉課福祉グループ（総合ケアセンター内）にもあります。☎ 26-7872

温かい善意により支えられている歳末たすけあい運動

歳末助け合い事業が変わります ▶ 歳末見舞金が申請方式に

皆さんからお寄せいただく善意の「歳末たすけあい義援金」をもとに実施している「歳末見舞金」について、今年度から各自でお申し込みいただく「申請方式」が変わります。これに伴い、見舞金の対象となる方や基準に

ついても関係者の意見をお聞きしながら慎重に協議を進め、見直しを行いました。ご自分の世帯が該当すると思われる場合は、社協事務局または担当の民生児童委員までお問い合わせください。

■対象となる方

厚真町に居住している方で、次のいずれかに該当する世帯で、前年の総収入が103万円以内の世帯（世帯人員が1人増えるごとに38万円を加算）。

- ①重度の在宅介護者世帯（介護保険法による要介護度3以上の要介護者がいる世帯）
- ②在宅の重度障がい者世帯（障害者手帳1級または2級を所持する障害者がいる世帯）
- ③ひとり親世帯（世帯主が20歳未満の子を扶養している世帯）

収入基準について

前年の世帯収入が、103万円（世帯人員が1人増えるごとに38万円を加算）以内の世帯収入は給与収入、年金収入、株、配当金、土地売買収入など（遺族年金、障害者年金は含みません）

【計算例】3人世帯の場合の基準

世帯主(103万円) + 家族①(38万円) + 家族②(38万円) = 179万円以下の場合に該当になります。

次の方は該当になりません

基準日(12月1日)において、長期入院(6カ月以上)されている方、福祉施設に入所されている方、生活保護を受給されている方

■申請期限 12月11日(金)まで

■見舞金支給 12月中旬に理事会で審査・決定し、贈呈を予定しています。

■申請方法

申請用紙に必要事項を記入の上、町社会福祉協議会窓口まで提出してください（申請用紙は、10月23日付けで各家庭に配布しています。お手元にない場合はご連絡ください）。

■問い合わせ先 厚真町社会福祉協議会（総合ケアセンターゆくり内、☎26-7501）

助成限度額が10万円から **15万円へ**

北海道

特定不妊治療費助成事業の助成額が拡大します

北海道では、国の「緊急経済対策」による不妊治療にかかる助成額の拡大を受けて、特定不妊治療を受けている方の経済的な負担の軽減を図るため、従来の特定不妊治療費助成事業について、その助成限度額を10万円から15万円に拡大することになりました。

ただし、助成額の拡大（10万円→15万円）については、平成21年度限りの措置です。

また、平成21年度にすでに特定不妊治療費助成事業の申請を行った方でも、10万円以上の特定不妊治療費がかかった方については、追加申請をすることで、平成21年4月1日にさかのぼってかかった経費のうち10万円を超えた額について助成を受けることができます（最大5万円まで）ので、下記までお問い合わせください。

追加申請の対象となる方

平成21年度特定不妊治療費助成事業の申請をすでに行った方のうち、1回の治療につき10万円以上の額を申請し、助成対象経費が10万円を超える方で、10万円の交付を受けている方。



問い合わせ先 北海道胆振保健福祉事務所苫小牧地域保健部（苫小牧保健所）健康増進課健康増進係 ☎0144-34-4168（代）

町コミュニティ運動推進協議会

「歳末助け合いチャリティー不用品即売会」

◆◆◆ご協力とご来場を◆◆◆

とき 12.1 火 午前10時～正午

ところ 総合福祉センター2階青年室

物を大切にする環境づくりを目指し、たくさんの町民の皆さんから寄付いただいている「歳末助け合いチャリティー不用品即売会」を今年も開催します。

寄付していただいた物品は安価で販売し、即売会での収益金の一部を歳末助け合い募金に寄付します。

皆さんのご協力とご来場を心からお待ちしています。

繊維リサイクルにもご協力をお願いします

繊維リサイクルとは、古衣料をウエス（工業用雑巾）に再生することです。「チャリティー不用品即売会には古すぎてだめだけど、繊維リサイクル用としてなら良いかな」という衣料がありましたら寄贈ください。

回収ボックスは通年で、総合福祉センター、厚南会館、京町保育園、宮の森保育園（上厚真）の4カ所に設置しています。繊維リサイクルについてもご協力ください。

詳しくは、広報あつま9月号をご覧ください。

ご協力にあたってのお願い

- ◆衣類、運動用品、台所用品の寄付をお願いします（衣類については洗濯してあるもの）。
- ◆家電用品、家具など大きくて運びにくいものはお断りしています。
- ◆回収期間 11月27日（金）から11月30日（日）まで
- ◆回収場所 地区のコミュニティ推進員にお宅か総合福祉センターまで

問い合わせ先 同協議会事務局（役場まちづくり推進課企画調整グループ内、☎27-3179）

虫歯が1本もない 22人の子どもたちを表彰

11月5日、総合ケアセンターゆくりで「虫歯のない子表彰式」が行われ、22人(50音順で掲載)の子どもたち一人一人に古川副町長から賞状が手渡されました。

古川副町長「今年は例年以上に虫歯のない子が多くてうれしく思います。歯は健康につながるものなのでこれからもずっと大切にしてくださいね」と子どもたちに話しかけていました。

今回の表彰は、平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた33人が対象で、今年度の歯科健診受診者から選ばれました。虫歯のない子の表彰は、今回で17回目となり、今年の22人を含めて今までに266人が受賞しています。



荒井大斗くん
(富里)



石崎夢遥ちゃん
(軽舞)



井鳥隼太くん
(豊沢)



江川京珠ちゃん
(表町)



大本あさみちゃん
(表町)



岡澤祐太くん
(上厚真)



尾谷駿文くん
(東和)



近藤琉莉夏ちゃん
(表町)



斎藤まどかちゃん
(浜厚真)



佐藤京右くん
(豊沢)



竹山 柚ちゃん
(本郷)



田中芭那ちゃん
(表町)



田中優吾くん
(新町)



中井颯人くん
(表町)



中島藍音くん
(本郷)



橋本桔平くん
(本郷)



深谷心花ちゃん
(表町)



藤岡祐人くん
(表町)



松澤 杏ちゃん
(新町)



三上菜月ちゃん
(幌里)



山崎 桜ちゃん
(鹿沼)



渡邊悠良くん
(上厚真)

第10回 健康ふれあい マラソン大会

素晴らしい秋晴れのもと田園を駆け抜ける

第10回健康ふれあいマラソン大会が10月12日体育の日、スポーツセンター周辺を会場に3*・5*コースに町内小中学校、高校、一般から約100人が参加し行われました。秋晴れの絶好のコンディションの中、選手たちはさっそうと駆け抜け、親子などで参加したウォーキングの部では、田園の中を気持ちよさそうに歩いていました。

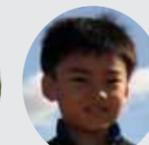


第10回健康ふれあいマラソン優勝者
(各部の右は男子の部、左は女子の部、敬称略)
※中学生男子、一般男子は5*、ほかは3*。
※新は、大会新記録

1年生の部



山野下明音(中央小)
24分45秒



大捕匠翔(軽小)
15分55秒

2年生の部



兼本海音(上小)
18分23秒



滝 壮一郎(上小)
18分07秒

3年生の部



松井 遥(中央小)
15分09秒



奥井宜哉(上小)
16分30秒

4年生の部



佐藤睦美(上小)
17分29秒



米澤史弥(中央小)
15分40秒

5年生の部



谷口歩紀(中央小)
15分58秒



米澤祥平(中央小)
15分28秒

6年生の部



海沼なつ実(上小)
16分10秒



真壁一樹(上小)
16分42秒

中学生の部



中島華奈(厚南中)
12分26秒 新



三浦千茂(厚南中)
22分11秒

一般の部



藤田 典(厚真高)
20分20秒

一般女子の部は
参加者なし

カメラアングル

①大会を盛り上げる上小の先生たち②ウォーキングの部のスタート③横山守上厚真小学校長に激励されながらゴールに向かう選手④飲み物を飲みながら健闘をたたえあう選手たち⑤今大会の出場選手中最高齢の小松岩雄さん(上野・83歳)のゴールに惜しめない拍手が送られる⑥5*を走破し笑顔でゴールする小松さん



10月のまちの話題

厚南中学校開校三十周年の節目を祝う

八百人を超える卒業生が全国各地の社会の一線で活躍

軽舞、浜厚真、上厚真中学校の三校が統合し、昭和五十五年四月に開校した厚南中学校が三十周年を迎え十月二十三日、同校体育館で記念式典が行われました。式典で渡部孝樹開校三十周年記念事業実行委員会委員長と高畑邦男厚南中学校校長がそれぞれ「伝統を受け継ぎ、地域とともにさらに新鮮で希望に満ちた学校として発展することを願う」「真理と正義を追求し、自ら考え行動する中で失敗に屈することなく挑戦、飛躍できる大人を育てたい」と式辞を述べ、宮坂町長、河村町議会議長、宮西教育委員長が祝辞を寄せました。また、渡部実行委員長から歴代校長と歴代PTA会長に感謝状の贈呈、式の締めくくりに全校生徒による合唱「心と心で」が披露され、参列した地域の方々などから惜しみない拍手が送られていました。



式辞を述べる渡部孝樹開校30周年記念実行委員会委員長（右上）、高畑邦男厚南中学校校長（左上）、合唱前に参列者にあいさつする工藤秀聖生徒会長（下）



厚真ライオンズクラブ認証35周年さらなる団結で友愛の輪を広げる



昭和四十九年に設立された厚真ライオンズクラブ（福田栄佐久会長・会員二十八人）の認証三十五周年記念式典・祝賀会が十月二十日、こぶしの湯あつまで会員など関係者が集い行われました。福田会長のゴングで式典が開会。同会長が「設立以来、厳しい時代の流れの中で地域社会の理解と協力を得ながら、友愛と相互理解の精神のもと社会奉仕に精進し三十五周年を迎えられたことは喜びに堪えない。今日を節目としてさらなる団結で友愛の輪を広げたい」と式辞。会員でもある宮坂町長と河村町議会議長が祝辞を寄せ、会員たちは一層の発展を誓っていました。また、十一月二日には、この節目を記念し町社会福祉協議会に三十万円が寄贈されました。



式辞を述べる福田栄佐久会長

豪華大型フェリーを見学 フェリーフェス苫東港で

北海道運輸局苫小牧海事事務所が主催するフェリーフェスティバルが10月26日、浜厚真地区苫小牧東港に停泊している「すいせん」（新日本海フェリー所有、苫小牧東港一敦賀港《福井県》間就航、総トン数・17,329ト）で行われました。抽選により参加した150人のうち、本町からの参加者も10人ほどいて、操舵室やスイートルームなど船内くまなく見学。参加した加藤恵子さん（新町）は「時間の余裕があったらぜひゆっくりと家族か友達と船旅を楽しんでみたいですね」と笑顔で話していました。



操舵室を見学する厚真からの参加者



厚幌ダムの完成に思い巡らし 現地見学会

室蘭土木現業所厚幌ダム建設事務所（鎌田博所長）では10月6日、厚幌ダム建設事業に伴い用地を手放した地権者を対象に現地見学会を行いました。参加した5人の地権者に鎌田所長が工事の進捗よく状況を説明し、付け替え道路の工事現場や完成している龍神の森トンネルなどを案内しました。参加した厚幌ダム地権者協議会会長の近藤友彦さん（京町）は「順調に工事が進んでいるのを見せてもらって安心した。また来年も行ってほしい」と話し、厚幌ダムの早期完成を願っていました。

仲秋の名月にちなみおももちつき

仲秋の名月に合わせ京町保育園では10月2日、もちつきが行われ園児たちはつきあがったもちをおいしそうに頬張っていました。加藤恒光園長（町民福祉課長）が下ごしらえし、年長のキリン組の園児たちが2人1組になって、年下の園児たちの「ヨイショ！」の掛け声に調子を合わせ杵を振りおろしていました。



いいもの見つけた!!フリマ盛況

子育て支援センターを利用する子育てサークルの主催による恒例のフリーマーケットが10月3日、同センターで行われました。

物を大切にしようという思いから始まったこのフリマ。地域や利用者から無償で提供を受けた子ども用の衣類をはじめ玩具など新品同様のものが数多く陳列され、どれも無料。訪れた保護者たちなどは、会話をしながら我が子に似合う品物を手にとって見定め



厚真のお米 伊勢神宮や日胆の各神社へ
胆振青年神職会（中村昇洋会長・厚真神社）による稲刈りの儀が十月七日、森田春男さん（桜丘）の田んぼで行われました。胆振日高の若い神官十人が今年五月に植えたおぼろづきの稲穂2アールを手刈り。中村さんは「森田さんのお陰でよい米ができました」と笑顔。新米は、十一月二十三日の新嘗祭に合わせ、日胆の神社にお供えするほかに、伊勢神宮（三重県）にも奉納されます。



備えあれば憂いなし 地震防災体験学習
（社）日本建築学会北海道支部などが主催する地震防災体験学習が十月三日、総合ケアセンターゆくりなどで行われ、約四十人の参加者が耐震診断や避難食づくりに体験しました。この体験学習は地域の防災力を向上させようと毎年道内各地で開催されていますが、胆振日高管内では初めての開催。参加者は、万が一に備え真剣な眼差しでメモをとっていました。

▼ハスカップレディーも厚真の特産品PRに役



▲笑顔で接客するあつま新鮮組の皆さん

「厚真の美味しい特産品いかがですか」

味覚の秋を迎え、町内の団体などが厚真の特産品を苫小牧市で販売・PRをし人気を集めました。10月18日には、農協と商工会の青年部で組織するあつま新鮮組（窪田泰法会長）が苫小牧市内のスーパー前で「あつま特産市」を開き、その場で精米するななつぼしやカボチャやトマトなどの新鮮農産物、ジンギスカンなどの加工品を販売。また、10月23～25日の3日間、「第26回東胆振特産まつり」にJA、同女性部厚真支部市原精肉店、手作りグループあすなろなどが参加し、おふくろみそやシソジュースなど厚真の逸品が販売されていました。

厚真川でカモの群れ羽休め

10月に入り厚真大橋と厚真新橋の間の厚真川でたくさんのカモが飛来し羽を休めています。10月の初旬から飛来しはじめ、中旬ごろから序々に増え百羽を超えるまでになりました。

カモは渡り鳥で、日本で越冬するためロシアなどの北方から飛来し本州に向かう途中に厚真川で羽を休めていると思われます。人の気配に敏感なところがあるこのカモたちを、散歩に訪れた京町保育園児がその愛くるしい姿を見ようと近づくと一斉に飛び立ってしまう場面も。また、連なって泳ぐ姿にこの付近を通る人々の気持ちを癒してくれています。



百羽を超えるカモが厚真川で羽を休める



コスモスの種を丁寧に摘み取る皆さん

来年も花の絨毯になるようお願い込め

6月4日に種をまき、今年も9月上旬から見事なコスモスなどの花の絨毯として町内外の人々の目を楽しませた厚真川河川敷地では10月19日、花フレンズ会員や防災行政無線の呼びかけで集まった20人により種採集が行われました。

コスモスの種を中心に採集が行われ、封筒を片手に乾燥した種を選び細長い針のような形状をした小さな種子を、参加者した皆さんは来年もこの河川敷が花の絨毯になることを願い丁寧に集めていました。2時間かけて採集したバケツ2杯分の種子は来年また使用されます。

サーフィンのまちから市長が訪問

サーフィンによるまちづくりを進めている福島県相馬市の渡辺一成市長が10月28日、役場を訪れ宮坂町長と懇談しました。この訪問は、町内臨海部の活性化を進めている役場若手職員4人によるプロジェクトチームが7月に同市に視察に行き、サーフツーリズムの取り組みなどを学んだことがきっかけ。浜厚真海岸などを視察後、町長室を訪れた渡辺市長は「浜厚真海岸はとても可能性がある場所。たくさんのサーファーが訪れるこの地域資源を住民の理解を得ながら生かせるようになれば」と話し、宮坂町長は「交流人口の拡大に向け少しずつでも前進していきたい」と応えていました。



宮坂町長と談笑する渡辺南相馬市市長(左から2番目)



外国人とカボチャをくり抜く子どもたち

ハロウィン今年も賑やかに

町教委が主催し子どもたちに人気のハロウィンパーティーが10月30日、総合福祉センターで行われ町内の小学校児童99人が欧米の文化に触れていました。

今年5月と8月にそれぞれ来町した本町の英語指導助手フジタ先生とアズセナ先生やその友達の15人の外国人たちが、欧米の子どもたちも楽しみにしているハロウィンを紹介。思い思いに仮装してくる児童たちもいて、黄色いカボチャのくり抜きやお化け屋敷、ダンス、リングゲームなどで楽しいひとときを過ごしていました。

教育振興に功績があった15人の方に町教育委員会表彰



平成21年度の町教育委員会表彰式が10月30日、青少年センターで行われ、児童生徒の健康管理、社会教育・体育の振興、青少年の健全育成などに功績のあった方、また大会で顕著な成績を収めた15人に宮西政志教育委員長から表彰状が贈られました。宮西委員長が「日ごろのご労苦に感謝するとともに、ご功績に敬意を表します。引き続きご支援とご指導を」と表彰された方を前に感謝の言葉を話していました。

【表彰された方は次のとおり】

小林孝さん（京町・町学校医）、吳忠さん（本町・町学校歯科医）、高橋茂さん（宇隆・町社会教育委員）、赤坂弘さん（幌里・同）、高橋康夫さん（本郷・町体育指導委員）、木村伸章さん（京町・同）、嶋力男さん（錦町・スポーツ少年団指導者）、立石恵輝さん（本郷・同）、遠藤秀明さん（宇隆・同）、山崎新二さん（上厚真・同）、藤樫学さん（上厚真・同）、山路秀亮さん（豊丘・同）、工藤芳一さん（表町・同）、蔵重瑞（表町・同）、近藤大河さん（上厚真・空手競技全国大会優勝）

本町出身の小説家・内山さん故郷へ

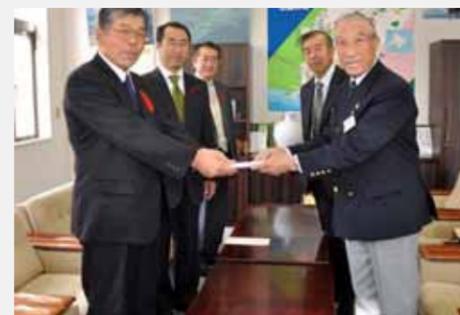
本町出身（上厚真地区）で苫小牧高等専門学校と慶応義塾大学を卒業し小説家として活躍している内山安雄さんが10月28日、役場を表敬訪問し宮坂町長と歓談しました。内山さんは「私の小説の主人公はいつも北海道出身。小説の中には故郷の山河や高専時代のことが影響していると思います」と宮坂町長に話していました。ナンミンロードなどアジアを舞台にした小説家として知られている内山さんは、今年8月、33冊目の書き下ろしで映画化も予定されている小説「渋谷女子力」を持参。我が郷土としたため宮坂町長に手渡していました。



サインを記し町長に本を贈呈する内山さん

JAから「たんとうまい」新米40キロ

JAとまこまい広域（浅野勝善組合長）から10月15日、浅野組合長などが役場を訪れ、「たんとうまい（ななつぼし）」の新米40キロなどを町に寄贈していただきました。毎年、JAから寄贈を受けているもので、町では学校給食に使用し、子どもたちも新米の給食を楽しみにしています。浅野組合長は「今年は天候不良で作柄は思わしくありませんが、厳選されたものなのでおいしい新米です」と宮坂町長や兵頭教育長に手渡し、宮坂町長は「子どもたちのために大切に使用させていただきます」とお礼の言葉を述べていました。



浅野組合長から新米40キロが手渡される

秋色の中田んぼのオーナー稲刈り体験

町観光協会（寺坂文秀会長）が行っている田んぼのオーナー制度の稲刈りが10月25日、事業に協力している幌内地区の小納谷守さんの田んぼで行われ、遠くは東京、札幌から40人ほどのオーナーやその家族が集まりました。寺坂会長が「今日一日稲刈り体験を通して実りの秋を楽しんで」と冒頭あいさつ。小納谷さんなどの手ほどきで参加者の皆さんは、カマを片手に一株ずつ丁寧に稲を刈り、その姿をカメラやビデオで撮影していました。刈り取った稲は脱穀や乾燥、精米し11月8日にオーナーに手渡されました。



稲刈りの様子を写真に収めるオーナー家族

私の大切な家族

ビーニー (Beenie) ♀ 5歳 (犬・フラットコーテッドレトリバー)

豊沢(ルーラル) ^{まるやま さとし}丸山 聡 史さん家族



紅葉深まる丸山さん宅の裏庭で

信頼できるブリーダーをインターネットで探し求め九州からやってきた小さな黒毛の犬。丸山さん夫妻はジャマイカ語で「小さい」という意味がある「ビーニー」と名付けた。2年前にルーラルに居を構えた丸山さんご夫妻。「環境が良いせいか、厚真に来てから体がひと回り大きくなりましたね」と奥さんの史子さん。ご主人の日課は早朝の浜厚真海岸でのサーフィン。ビーニーは毎日ご主人と同行する。「あまりにも早いので車の中で寝ていることも多いですよ」とビーニーの頭をなでるご主人。ビーニーは2歳の晴風くんと7カ月の陽風くん兄弟のお姉さん。「晴風の嫌いな物を私たちには内緒で食べてくれたり、陽風の顔をベロベロとなめてかわいがってくれる天真爛漫なお姉さんなんです」と笑顔が絶えない丸山さん一家だ。

ペット、本を紹介してください。お気軽にまちづくり推進課企画調整グループまで ☎27-3179

本

私の出会った素敵な本

「八日目の蝉」

角田 光代/作

本郷 ^{まえかわ みさと}前川 美里 さん

本好きの家族の中に生まれ、ご主人もよく本を開く人だというのが、自分は本を読むことがほとんどなかったという前川さん。しかし、ここ数年の間で本に対する思いに変化が現れた。

紹介してくれた「八日目の蝉」は母親に薦められた小説。「交際相手の子どもを誘拐してしまう女性の話なのですが、犯罪者にもかかわらず母親のような気持ちが出ていて、自分も母親なのでその気持ちがのり移ってしまいました。読み出したら止まらなくて2日間で読み切ったんですよ」と話す5歳と1歳の男の子を持つお母さん。

「育児の合間を見つけ本を開いているときに、自分を見つめられる自分の時間なんです。小説の展開は現実ではありえないことが多い。でも、それを読むことによって今の生活をゆっくりと考えることができるようになり、心を広くもって物事に接することができるように感じるんですよ」と笑顔で本の良さを話す前川さんだ。



出会

いき

いき

いき

いき

ふるさと

凶

鑑

人

たくさんの農家の方に教えられ助けてもらった

幌里 厚真ファーム社長 高見 宏三 さん (64歳)



9月30日から3日間にわたり安平町で行われた、ホクレン主催による2009年度北海道枝肉共励会生産者の部で最優秀賞を受賞。豚肉全道一に輝き、農林水産大臣から贈られた賞状を手にする厚真ファーム社長・高見さん。
「従業員が一丸となり、衛生面に細心の注意を払い健康な豚に育てたいという思いと、最優秀賞を獲って明治神宮に行こうという意気込みで頑張ってきたことが実を結びました」と笑顔を見せる。農林水産省関係の大会で最優秀賞を受賞すると翌年の明治神宮で行われる新嘗祭に招待されるという。同共励会は、道内18JAと1生産法人から186頭が出品。3頭1セットで枝肉を審査し、各豚の重量や肉質、肉色などの品質が厳しくチェックされた。JAとまこまい広域の組合員である同ファーム

の出品豚は、3頭平均の枝肉重量が78・2kgで安定し、格付けも「極上」1頭、「上」2頭。「どの豚を出品するかその見極めは神経を使いますよ。規重量の80kgを超えると格付けは『中』になってしまふんだよ」と審査の厳しさを話す。
最優秀賞の受賞は、04年度に厚真ファームなど町内の生産者がJAとまこまい広域として出品、団体の部で最優秀賞に輝いて以来の快挙。現在、繁殖豚が330頭あり、年間約7600頭を出荷し、全道各地に流通している。
総合物流会社のグループ企業として、グループの食糧基地に位置付けられている厚真ファームは、1985(昭和60)年10月に設立され現在満25年。循環型の農業を目指し和牛の飼育と畑作の両輪でスタート。02年度から豚の飼育、今年から米の栽培も始めた。
「初めのころは、農業の右も左もわからない中よく失敗していたのですが、町内のたくさんの農家の方々に親切に教えてもらいまた仲間入りできたかという感じですよ。これからは主食の米や飼料用米の栽培にも力を入れていきたいし、消費者の方が安全で安心して食べることができる健康でおいしい肉を作っていきたいですね」と柔和な顔でそう話す高見さんだ。

人のうごき

10月1日～10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。



キッズ12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
	1 休館日	2 びよびよ広場	3 乳幼児相談	4 開放日、保育園 ホール開放
7 「Hello えいご」、 開放日	8 開放日	9 なかよし広場 『ワンちゃんサンタ』 ※前日までに予約してね!	10 開放日	11 開放日
14 「Hello えいご」、 開放日	15 開放日	16 びよびよ広場	17 開放日	18 開放日
21 開放日	22 クリスマス会 ※予約が必要です!	23 休館日	24 開放日	25 開放日、午後 はおもちゃ洗いの ため休館
28 開放日	※1日◎は厚南会館で事業のため休館します。 ※12月29日～1月6日「ゆうゆう島」はお休みです。			

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)。

★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.townatsumalg.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(12月は第2週のみ)
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。
- ※『Hello えいご!』 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!!

ホッとひといき

「私、女子大生になるんだよ」ととぼけたことをいう妻に「認知症にでもなったのか」と答える夫。
妻は、ある資格を取得して放送大学に入学した。放送大学は衛星放送による通信制の大学で、それに伴って放送大学の講義を受信できるようパラボランテナを屋根に設置した。妻に依頼された夫の仕事は、その講義を録画するよう機器をセットすること。外部入力とかでなかなかうまく録画できず、初回の放送を

はじめてびたびたボカをやり講義を受けられない女子大生にらまれる。
2011年7月から地上波がデジタルに完全に移行するが、素人的な考え方をすると、地上波の番組を衛星放送で流すことができれば、難視聴地域も解消することができると安直に思ったりもする。「今度合コンでも」と女子大生に二十年前にいった言葉を再度聞いてみた。「あなたこそ認知症だわね」とあきれ顔をされた。(木)

「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、今回は『図書カード』をプレゼントします。

問題
11月3日に行われた町表彰式で7人の町民の方々が表彰されました。その中で近藤大河くん(上厚真・高校2年生)が空手競技の全国大会で優勝し、受賞した賞の名前は「何をたたえて」?
【ヒント】 今月号の広報を見てね。

▶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) 11月30日(月)
▶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)
【10月号の答え】 平成12年
【10月号の正解者】 10月号の応募者は14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ど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。

●まちづくり推進課 電話 27-3179 FAX 27-2328



声

みんなの広場

寄せられた声

学校給食の一日というページを
読ませてもらって、昔、自分が毎日
食べていた給食はこんな作業を
やってあやうく作られていたんだ
なと写真を見ながらなつかしく
思いました。(10代・女性)

広報9月号の給食の記事を見て、
娘の小学校入学と同時に給食が始
まり、メン類の日は必ず「おいし
かった」といって帰ってきたのを
思い出しました。
なつかしい!! (女性)

広報9月号のサークル訪問(厚
真フォークダンス同好会)の写真
がいいですね。
年齢なんてなんのその!!音楽に
合わせて踊っている皆さん、ほほ
えましいですね。また、かわいら
しいスカートが最高です。(50代・女性)

来年4月から始まる廃プラスチック
の分別がちゃんとできるか不
安なので、年寄りでもわかるよう
に説明してくださいね。(70代・女性)

異文化交流事業 町国際交流協会

手で食べるスリランカカレー教室

町国際交流協会(館山睿会長)では、食文化を通して他国の文化に触れる異文化交流事業を行っています。

本年度は、苫小牧駒澤大学の金内花枝先生や留学生をお招きし、手食文化のお話、スリランカ料理づくり、食べ方などを学び交流を深めます

- とき 12月4日(土)午前10時～午後2時ころ
- ところ 総合ケアセンターゆくり
- 予定している料理
スリランカカレー、スリランカ風サラダ
- 昼食 当日作った料理を試食します
- 参加料 材料費や保険料として300円を当日集めます。
- 申し込み期限・人数
11月25日(日)・先着20人
- 申し込み先・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内、☎27-3179)

サークル訪問

厚真写真同好会



多くの来場者で賑わった文化祭写真展



代表/徳地美登さん
会員/8人
活動日/不定期
活動場所/随時指定
対象/一般
連絡先/☎27-2321 (事務局職場・西尾茂さん)

昭和39年に設立された伝統ある同会は、時の流れとともに移り変っていく郷土などを写真に収めてきた。「いろいろな年齢層の方とお話ができるので楽しいですね」と会員で最年少であり紅一点の木本梢さんは笑顔で話す。「写真はセンスと技術の融合ですね。写真を撮る感覚だけでなく、カメラなどの機材の使い方をよく知っていなければ」と話すのは前会長の藤井健三さん。藤井さんはデジタル一眼レフの機能を使いこなし、パソコンでレタッチソフトを使い写真を調整する87歳のスーパーパー!「会員の中でも、得意としている被写体があって参考になるし、お互いの作品を批評しあうのも楽しい時間です」と徳地美登会長。道内各地を訪れる年1回の撮影旅行で今年も写真を肴にして話に花が咲いたという。

掲載を希望するサークルなどはまちづくり推進課企画調整グループへ(☎27-3179)



厚高インフォメーション



126

文化系大活躍

本校二年生は十月二十六日〜三十日、四泊五日の日程で見学旅行に行っていました。

一日目は関西に入り、奈良公園で二、三月堂・東大寺大仏殿、薬師寺を見学しました。二日目は金閣寺、清水寺を見学した後、大阪や京都を自主研修し、三日目は東京に移動し、午後から自主研修しました。それぞれの計画に沿って有意義な時間を過ごしました。四日目は、東京デイズニードで楽しく過ごし、上野から寝台車に乗って、無事厚真に到着しました。とても有意義な見学旅行になったようです。

- この度、文化系の大会においてすばらしい成績を収めました。
- ①写真部高文連全道高等学校写真展へ出品
 - 齊藤 陸 (3年)
 - 山口 祐貴 (3年)
 - ②牛乳・乳製品利用料理コンクール全道大会にて入選
 - 藤本 貴則 (3年) 優秀賞
 - ③自然科学部全道高等学校理科研究発表大会にて最高賞を受賞
 - 児玉 真 (3年)
 - 迎 大貴 (3年)
- 口頭発表の部
総合賞
ポスターセッションの部
優秀ポスター賞



厚真中央小 3年
滝本 天舞くん (8)
「僕の大好きなノコギリクワガタです。ツノのバランスがうまくいったんだよ。本物みたいでしょ」



厚真中央小 1年
藤田 怜李くん (7)
「自分の頭の中で考えた花火だよ。大きい花火もうまく描けたけど下の方の小さな花火見える？」

わたしたちの作品

今月の記念日

11月1日は「紅茶の日」

海難に遭ってロシアに漂着した日本人の船主、大黒屋光太夫が、1791年の11月、女帝エカテリーナ2世に接見。茶会に招かれ、日本人として初めて外国での正式な茶会で紅茶を飲んだという史実を基に、11月1日が「紅茶の日」と定められました。日本紅茶協会では毎年この日に、音楽やトークショーと一緒に紅茶を味わうイベントを開催しています。

日本が初めて紅茶を輸入したのは1887(明治20年)。原産地の中国からではなく、イギリスからでした。ヨーロッパ文化の憧れもあり、紅茶は、日本の茶の湯の伝統にも匹敵する舶来の文化として、上流社会でもはやされました。

かつては日本でも生産されていた紅茶ですが、輸入が自由化された1971(昭和46)年以降、日本で販売される紅茶は輸入品に切り替わりました。紅茶の消費量も、ティーバッグの導入

や缶入り紅茶ドリンクの開発などをきっかけに飛躍的に増えました。紅茶は産地や種類によってポリフェノールなどの成分量が異なるため、ひと口で紅茶の効能を語るのには難しいといわれています。しかし、世界中で消費される8割近くが紅茶という事実は、紅茶がだれからも愛される飲み物であることを証明しています。

日本紅茶協会のウェブサイトで、「お湯は沸騰直後のものを「カップは内側が白く、香りが広がりやすい浅いかたちのもの」など、おいしい紅茶の入れ方が解説されています。季節のおいしいレシピ」では、季節ごとの食材やイベントに合わせたおいしい紅茶のレシピを紹介。また、同協会が認定した全国のおいしい紅茶が飲めるお店の情報も掲載しています。

今秋は、さまざまな紅茶の香りや味を楽しんでみてはいかがでしょうか。

*日本紅茶協会 <http://www.tea.agr.jp/>

文芸あつま ◆短歌◆

春秋時代の歴史残しつつ庭と運河が世界遺産に蘇州の町は
末枯れゆく花を刈りつつものみなに終わりあること知りつも淋し
朝ごとに募る寒さに娘は三たびインフルエンザの予防を促す

(本町 飛谷 富夫)
(宇隆 加賀谷明美)
(新町 金本 年子)

(あつま文芸友の会発行『文芸あつま 第十四号』から抜粋)

ぼくの・わたしの クラスじまん

ともだちっていいな



その97 上厚真小学校



紹介してくれたのは…
上厚真小学校3年生のみなさん
クラスみんなで作りました!

上厚真小学校の3年生は十六人(男子六人・女子十人)。みんな明るく、楽しいクラスです。休み時間にはみんなで元気いっぱい遊んでいます。最近はおしゃべり(ボールの代わりに柔らかいフリスビーを使う)が人気です。だれかが声をかけると、いつの間にかみんなが集まってくる。ボールの時はこわがっていた人も、だんだんと取れるようになってきました。

体育では長縄も人気です。最初はすぐに引っかけかけてしまう人ばかりでしたが、練習を続けるうちに上手になって、楽しくなってきました。

十月の学習発表会では音楽の発表をがんばりました。「歌」「リコーダー」「器楽」と三曲演奏しました。どれもむずかしい曲ばかりでしたが、「みんなの心を一つに」を合言葉にみんなで一生懸命に練習をしました。そのため本番では大成功でした。元気がよすぎて、けんかになっちゃったこともあるけれど、これからもみんなで協力して、いろいろなことにチャレンジしてがんばりたいです。そして、もっともっと仲のよいクラスにしたいです。



ストレスと上手に付き合おう

現代人の多くが抱えているストレス。ヒトが生活するためには欠かせないものですが、抱えすぎて体や心に不調をきたす方が増えています。今月は、ストレスと上手に付き合うために、疲れたときに必要以上に脳を働かせすぎない「考え方のコツ」「休み方のコツ」「過ごし方のコツ」をご紹介します。

1 考え方のコツ

まずは少しスローダウンを！
みなさん、毎日全力疾走でいる

2 休み方のコツ

休み方しだいでストレスの耐性が

3 過ごし方のコツ

脳をバランスよく使いましょ！
「嫌だ」「つらい」「楽しい」「うれしい」などの感情は脳の回路でうみ出されています。しかし喜びや楽しさを感じる部分と、つらさ

んなことを頑張っていますか？この状況が続くと遅かれ早かれ体も心もオーバーヒートしてしまいます。一時的に少しくらいの遅れをとっても、持久力を持っていると確実にゴールできるものです。スローダウンして、今の思考回路をいったんオフに

忙しいと余計なことは考えられなくなりませんか。アレもしなければ、でもコレもしなければ...とあわただしい気持ちになるでしょう。そんな時こそ、いったん思考停止し、楽しいことを考えていい気分

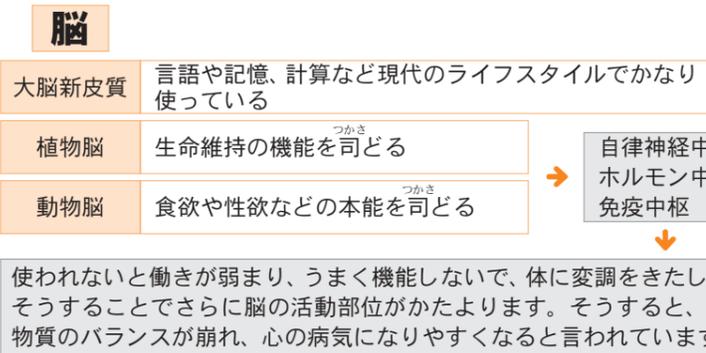
にひたってみましょう！
笑いはストレスの特効薬
ゲラゲラ笑うと、緊張感を増す「交感神経」からリラックスを促す「副交感神経」に切り替わり、知らず知らずのうちに心身の緊張がほぐれます。しかも脳はダマされやすく、意識的に笑っていると次第に本気で面白く感じてくるようになります。今日から大きな声で笑ってみましょう！

変わる！
休み方には、何もしないでだらだら過ごす方法と、さまざまなことをして休日を過ごす方法があります。どちらかに偏ることなく、バランスをとって休みを過ごしましょう！

仕事からむ休みはNG
せっかくの休みでも、仕事の付き合いが関係する休日になると、気分転換がしにくいものです。人間関係を良好に保つ必要もありますが、そんな休日が続かないようにしたいですね。

集中力を高めるためには、休息が不可欠
ヒトの集中力はせいぜい40〜50分です。それ以上長く作業をしても効率が悪くなります。40〜50分に1回のペースで休憩しましょう！

を感じる部分は脳の別々の場所にあります。ワンパターンの生活でいつも同じ脳の部分だけをつかうのでは、ほかの部分が機能しな



使われないと働きが弱まり、うまく機能しないで、体に変調をきたします。そうすることでさらに脳の活動部位がかたよります。そうすると、脳内物質のバランスが崩れ、心の病気になりやすくなると言われています。

上記のように、「ふだん「考える」ことに脳を使っていることが多い現代人。時には「感じる」ソフトに変えてみましょう。早起きをして朝の太陽の光を浴び一日の始まりを「感じる」、外に出て空気を吸って天気や季節を「感じる」、気ままにマチを歩き見慣れた風景のなかで何かを聞き、発見して、そんな喜びや驚きを「感じる」、好きな音楽を聴いて何かを「感じる」：そんな過ごし方が脳のリフレッシュにつながります。五感を使うことにもなり、脳をバランスよく使うことにもつながります。



【役場町民福祉課健康推進グループ】

ほけんの掲示板

両親教室

とき 14日(月) 18:30~20:30
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
申し込み 12月9日(木)までに町民福祉課健康推進グループ(保健師)へお申し込みください。

乳幼児健康相談

とき・ところ 3日(木) 10:00~11:00
子育て支援センター
対象 H20.9.4~H21.10.3生まれのお子さん
持ち物 母子手帳、バスタオル

なかよし広場・乳幼児健康相談(厚南会館)

とき・ところ 1日(火)・厚南会館
受付 10:00~10:45
対象 H20.9.2~H21.10.1生まれのお子さんと保護者
持ち物 母子手帳、バスタオル
内容 10:00~11:00 計測、相談、自由遊び(11:00~11:30 なかよし広場(手遊び、パネルシアターなど))
その他 乳幼児相談となかよし広場を同時に開催します。計測は上記の対象児に行いますが、なかよし広場は就学前のお子さんならどなたでも参加できます。

12月

MR混合(麻しん・風しん)予防接種

とき 7日(月)~11日(金) ※10日(木)午後は休診です。
ところ あつまクリニック
受け付け 接種希望当日に町民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カ月までのお子さん
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、予診票様式三、(保護者が同伴できない場合は、予診票様式四《保護者が署名したもの》をご持参ください。

三種混合予防接種

とき 14日(月)~18日(金) ※17日(木)午後は休診です。
ところ あつまクリニック
受け付け 接種希望当日に町民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~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カ月までで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~18カ月まででできるだけ終了してください。
※上記以外の場合は保健師にご相談ください。
持ち物 母子手帳、印鑑

12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(0144)
6日	内科系	さくらファミリークリニック	東開町3-17-21	55-6526
(日)	外科系	双葉外科医院	双葉町2-10-17	32-5470
13日	内科系	すがわら内科呼吸器科	しからば町1-18-9	76-7011
(日)	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
20日	内科系	加藤胃腸科内科クリニック	緑町2-5-3	35-2125
(日)	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
23日	内科系	横山内科消化器科	川治町4-1-2	74-0011
(水)	外科系	苫小牧泌尿器科・循環器内科	明野新町2-1-12	57-0455
27日	内科系	とまこまい北星クリニック	拓勇東町4-4-6	57-8000
(日)	外科系	とまこまい脳神経外科	光洋町1-12-20	75-5111
31日	内科系	柴田内科循環器科	桜木町1-24-18	71-2225
(水)	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221

(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>
電話 フリーダイヤル 0120-20-8699
携帯電話・PHSからは 011-221-8699

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。
土曜日	14:00~翌朝7:00	※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。
日曜日	9:00~翌朝7:00	
年末年始(12/31~1/3)	9:00~翌朝7:00	

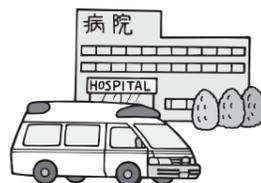
★「苫小牧市医師会ホームページ」にも休日当番医表を掲載しています。

<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。



説明会 「廃プラスチック類」の分別収集の住民説明会を開催します

ごみの減量化・リサイクル化の推進を図るため、来年4月から新たに「廃プラスチック類」の分別収集が始まります...

安平・厚真行政事務組合と町では、次のとおり4カ所で開催します。多くの住民の皆さんにご来場いただきご意見をお聞かせください。

■住民説明会の日時や場所

Table with 3 columns: 日, 開会時間, 場所. Dates include 11月24日, 11月25日, 11月26日, 11月27日.

相談 「困りごとなんでも特設相談所」を開催します

毎日の生活の中で、いじめ・差別、家庭内での暴力、職場でのいやがらせ、ストーカーなどの人権問題ではないかと感じたり...

相談は無料で、秘密は厳守します。 12月8日(火) 午前10時から午後3時まで

相談 女性の権利ホットラインを開設します

11月15日(日)から11月21日(土)まで、全国一斉「女性の権利ホットライン強化週間」です。

からの暴力などについて、気軽に相談していただけるよう「女性の権利ホットライン」特設電話相談所を開設します。

相談時間 11月15日(日)・21日(土) 午前10時〜午後5時

相談 職場でのトラブルでお困りの方はご相談を

職場でのトラブル(解雇、配置転換、賃下げ、いじめなど)でお困りではありませんか。

まずは、お近くの「総合労働相談コーナー」にご相談ください。

ていまずのでご覧ください。 ■総合労働相談コーナー

相談時間等 午前9時〜午後4時30分、土日、年末年始を除く

講座 生涯学習通信講座の受講生を募集しています

NHK学園では、生涯学習通信講座の受講者を募集しています。

■受付期間 通年で申し込みを受け付けています。

12月の運転免許証更新時講習の日程

苦小牧市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。

許可 さくらますの船釣りにはライセンスが必要です

平成21年12月15日から翌年3月15日までの制限期間にライセンス海域で、さくらますの船釣りをするにはライセンスが必要です。

催し 東胆振精神保健大会が行われます

東胆振精神保健協会では、次により東胆振精神保健大会を行います。

■日時 12月13日(日) 午後12時30分〜午後3時30分

月間 11月は建設雇用改善推進月間です

建設労働者の雇用の改善に関する法律では、建設業の雇用管理の改善に向けた基本事項のうち事業主の責務として、次のことを規定しています。

・心太鼓(苦小牧市手をつなぐ育成会)によるアトラクション

■入場料 無料(直接会場へ、定員360人)

①雇用管理責任者の選任 ②特定区域での募集に関する届出

■問い合わせ先 ハローワークとまこまい(苦小牧公共職業安定所)

被害者等のための各種相談窓口

警察では、事件や事故で被害にあった方や家庭内暴力、ストーカー、お子さんのいじめ問題などで悩んでいる方などの相談を受け付けています。

被害者犯罪 性犯罪被害110番 0120-756-310

一般相談 専用電話#9110 民間被害者相談電話 北海道被害者相談室 011-232-8740

犯罪被害給付制度について

犯罪被害給付制度は、不慮の犯罪行為によって亡くなられた被害者の遺族の方や障害が残ったり、一定の要件に該当する重傷病を負った被害者の方に対して国が給付金を支給し、その精神的・経済的打撃の緩和を図ろうとする制度です。

詳しい内容については、警察本部または最寄りの警察署にお問い合わせください。

もしやと思ったら迷わず連絡を!

警察では、警察庁指定特別手配被疑者、平田信、高橋克也、菊地直子の行方を追っています。



苦小牧警察署 0144-35-0110

町税・道税の納税はお済みですか?

12月は 個人道民税 固定資産税 国民健康保険料 などの滞納整理強化月間です

東胆振地方税徴収対策本部を構成する厚真町、苦小牧市、白老町、安平町、むかわ町と胆振支庁苦小牧道税事務所では、12月を「地方税滞納整理強化月間」と位置付け、集中的に滞納整理に取り組みます。

東胆振地方税徴収対策本部とは

財産の搜索や差押え・インターネット公売などを構成団体が連携して取り組むために平成21年7月1日に設置した組織です。

町税は、町民の皆さんの生活に欠かすことのできない公共サービスや公共施設の維持管理などに使われています。

問い合わせ先

町税 役場総務課税務グループ 27-2481 道税 苦小牧道税事務所納税課 0144-32-5178

かねもと あきや
兼本 洸堃くん
H 19・2・15 生
父—泰 光さん
母—由 紀さん
(鯉 沼)



●—わが家のアイドルはこんな子です。—●
「いつもニコニコしていますね。その顔を見るとホッとします。最近はウルトラマンが好きなようで、父と母はいつも怪獣役で息子にやっつけられてしまうんです。お魚が大好きなんですよ」



高橋ひなたくん
H 19・3・2 生
父—仁 史さん
(東 和)



●—わが家のアイドルはこんな子です。—●
「気に入ったものがあつたら無我夢中になりますね。今はテレビだとシンケンジャーで食べ物だと柿やキノコが気になるようです。おじいちゃんっ子で毎朝5時ごろに起きる早起きな子です」

■今月の表紙

10月16日、子育て支援センター前の畑に5月末に地域のおじいちゃんの手ほどきで植えたサツマイモの収穫が行われました。予想以上に大きく実ったサツマイモを手にした子どもたちの笑顔が広がっていました。

■今月の内容

- | | |
|-------------------|------------------|
| あつまネットからのお知らせ | 虫歯のない子22人を表彰 |
| 町表彰式で7人を表彰 | 第10回健康ふれあいマラソン大会 |
| 町文化祭 | いきいきふるさと図鑑 |
| 平成21年度各会計予算執行状況 | みんなの広場 |
| チャリティー不用品即売等のお知らせ | まなびや |
| まちの話題 | 健康情報・ほけんの掲示板 |
| | 情報ひろば |

2009年 11月

NO. 687

10月末現在の人口
4,891人(前月比-9)
男 2,371人 / 女 2,520人
世帯数 2,029(前月比-5)