広報

いまかね

いいまち　今金　夢のまち



中学校卒業式

平成１１年度「豊かで住みよいまちづくりと活力あるふるさとづくり」始動

4月号
1999（平成11年）
No.483

今金町民憲章

◎民主主義に徹し生活を合理化して近代的な町にいたしましょう。
◎健康で勤労にはげむ明るい町にいたしましょう。
◎技能をみがき産業の開発に努め、豊かな町にいたしましょう。
◎教育をたかめ楽しく生活できる平和な町にいたしましょう。

制定　昭和42年10月１日

「豊かで住みよいまちづくりと活力あるふるさとづくり」

平成11年度予算は、算1回定例町議会で慎重審議され、一般会計、特別会計あわせて総額100億4千3百19万3千円の予算が決まりました。

3月8日の初日には、村本町長が執行方針を、大塚教育長が教育方針をそれぞれ述べました。

今月号では、新年度に向けての執行方針を簡単にまとめ、予算のあらましを紹介しますので、町づくりに対する町民の皆様のご理解とご協力をお願いします。



地方分権時代を迎え、地方自治をとりまく環境は大きく変化しようとしており、真の地方自治が試される時代でもあり、今後、より一層住民と密着した行政を進めるため、自治体自身が政策立案能力をさらに高め、徹底した行政改革に取り組むことが強く望まれているところであります。

本町の平成11年度予算編成に当たりましては、統一地方選挙の年でもあり、各会計において一般経常経費と、継続事業費を優先した骨格予算の編成とした次第であり、新規事業につきましては、6月補正で対応すべく財源留保の措置を講じたところであります。

◎消防防災

消防施設の整備として普通消防ポンプ自動車を更新し、最新消防機材としてすき式ホースカー（ホース延長用資機材）や、手動吸管巻取り装置を装備することにより、町の防災体制に万全を期しました。また、東部地区の消火栓の設置を一基新設し、市街地、田代地区にも各一基づつを新設、水利を確保します。

◎防災計画

北海道との協議に入っている防災計画でありますが、11年3月中旬に協議が終了する見込みであり、その後、今年度に防災会議に諮り、平成11年度に防災計画書を印刷し、関係者へ配布する運びとなっています。

福祉の充実

◎保健・福祉関係

介護保険制度は、福祉の措置から利用へ、また、保健・医療・福祉を総合化したサービス提供への転換という全く新たな制度の導入ということで、市町村自治体を始めとして町民の皆様にも不安感があることは無理からぬところでありますが、老後の最大の不安要因となっている高齢者介護問題に対処できるよう、しっかりとした基礎を築いて参ります。

◎高齢者介護サービス体制

在宅介護支援センターを拠点にした総合在宅ケアシステムを効果的に推進し、各施設に資格取得した介護支援専門員（ケアマネージャー）を中心に関係職員の協調、連携により保健・医療・福祉サービスを一体的に提供できるよう対応して参ります。

◎高齢者福祉の充実

要介護認定を受けた被保険者を重点に順次居宅サービス計画の作成、サービス提供の調整を行うとともに、介護保険給付を補完する機能訓練、リハビリ教室、配食サービス、訪問指導等各種サービスを充実させ、事業は、高齢者実態調査をもとに介護保険事業計画において検討、策定し、多様化、複雑化する高齢者ニーズに的確かつ、迅速に応えられるよう努めます。

◎在宅福祉

デイサービス、ホームヘルプサービス、給食サービス等を社会福祉協議会と協調して実施しているところでありますが、介護保険制度の導入に伴い、社会福祉法人は社会福祉事業を経営する指定居宅介護支援事業者の位置づけとなり、本町の社会福祉協議会としても、積極的に展開している日常生活援助に加え、住民組織、ボランティア団体、地区民生委員との連携強化の下に、町民の自立した生活を支える各種サービスの提供が実施される体制を確立することが期待されます。

このため、従来にも増して総合福祉施設を拠点として、地域に根ざした在宅福祉サービスの充実に取り組んで参ります。

◎障害者福祉の推進

「光の里学園」懸案の知的障害者授産施設の建設が実現することになりましたので、従来に増して関係団体組織との連携を密にして、通所者の確保並びに施設運営の充実に向けて町内・自治会をはじめ、民間企業、商工関係業者の深いご理解とご支援を賜りたくお願いするものであります。

◎地域保健医療対策

北渡島檜山地域保健医療福祉推進協議会が設置され、地域センター病院内「地域医療支援室」を中心に医療供給体制の検討に入っており、小児科・婦人科・精神科医師等の派遣などへき地への医療支援機能が徐々に可能となってきましたので、更に連携・要請に向けて努力致したい。

このため、総合福祉施設における保健センターを拠点に、地域に密着した健康教育や健康相談指導をはじめ、各種住民検診による予防と早期発見・早期治療・機能訓練など対人保健サービスを総合的に実施し、乳幼児から高齢者まで生涯を通じて町民一人ひとりの健康づくりを推進して参ります。

◎交通安全対策

昨年と今年に高齢者の方の死亡事故が発生し、悲惨な交通死亡事故の抑止を最大の目標として、特に、高齢者に対する交通安全意識の啓発を図り、各関係機関との緊密な連携のもとに、より一層の交通安全対策の推進を図って参ります。

◎やすらぎ霊園墓地の造成整備

継続事業として進められ、墓地区画数は、計132区画に確定し、本年度実施予定の路盤工、舗装工、植栽工等は、できるだけ早い時期に完了し、住民の要望に対応できるよう努めて参ります。

◎環境衛生対策

近年の生活形態の変化や経済活動の多様化に伴い、家庭や事業所から排出されるごみが増大する中、省資源化や資源の有効活用を図るため、ごみの減量化とリサイクルへの取り組みが急務となっております。

平成12年度から施行される容器包装リサイクル法への対応など、環境衛生対策について北部檜山衛生センター組合と共に努力して参りたい。

農業の振興

◎農業振興事業

消費者が求めている安全、良品質、良食味農畜産物の生産拡大を図ることが重要であります。

そのためには、土地基盤の整備の推進と心土破砕による表面水の排除を図るとともに、有畜農家の減少等により堆厩肥の投入が減少傾向にあるため、緑肥作物の作付けを推進し、輪作体系の確立を図って参ります。

◎野菜振興対策

継続事業の野菜価格安定推進事業と大根・人参の安定的作付けを図るため、種子助成及び人参センチュウ対策及び東風と低温による抽台を防ぎ、安定生産を図るため被覆材助成を含めた野菜作付け定着化対策事業による補助・補填を行い、安心して生産拡大に励めるよう努めて参ります。

◎農業気象高度利用施設

本年9月完成予定でありますが、厳しい農業情勢が続く中で、安定かつ、生産性の高い農業の確立や適正な防除体制の整備、生産コストの低減、気象害からの回避、あるいは被害を最小限度に防ぐことは農業経営の安定化に向け不可欠の要素であり、気象情

●●●●● 各会計の当初予算規模比較 ●●●●●

単位：千円

会計名	11年度	前年度	増減金額	増減率%
一般会計	5,825,852	6,066,374	△240,522	△4.1
国民健康保険特別会計事業勘定	839,085	758,411	80,674	9.6
老人保健特別会計	1,120,369	1,102,084	18,285	1.6
国民健康保険特別会計施設勘定	1,093,899	1,062,796	31,103	2.8
簡易水道事業特別会計	254,500	316,811	△62,311	△24.5
老人保健特別会計施設勘定	360,236	349,699	10,537	2.9
公共下水道事業特別会計	549,252	331,819	217,433	39.6
計	10,043,193	9,987,994	55,199	0.5

報を農業者に適時・迅速に伝達周知する体制を整備して参ります。

◎農山漁村ふるさと事業

地域振興対策事業として、水田共同化特別対策事業、無人ヘリ効率化対策事業、和牛育種価肥育事業を実施して地域農業の振興と活性化を図り後継者の育成と地場農畜産物の消費拡大を図って参ります。

◎畜産振興対策事業

平成8年度から実施してきた新需要適合型乳牛改良モデル事業につきましては、本年度事業として海外優良受精卵の導入によって生産された雌牛からの採卵及び人工授精等を行う多排卵及び受精卵移植技術等を活用し、優良遺伝子資源による優良な牛群の造成を図って参ります。

◎道営草地整備改良事業

平成10年度において地区採択され一部の調査設計を実施しておりますが、本年度から工事も着手し、草地基盤の整備により耕地の有効利用と低コスト自給飼料の生産性向上を図り、畜産経営の安定を図って参ります。

◎林業振興事業

緑豊かな森林を後世に引き継ぐため、未立木地の造林を積極的に推進するとともに、公費造林による造林事業・作業路開設及び下刈事業の補助残への助成措置を講じ、造林面積の拡大と保育事業の推進を図って参ります。

◎町有林の造林事業

新植6・67ヘクタール、作業路開設千2百メートルの外、下刈事業、除間伐事業、枝打事業、野そ駆除事業、町有林林況確認事業などの保育管理についても実施して参ります。

◎林道事業

継続事業で実施しておりますふるさと林道ブイタウシナイ線緊急整備事業は本年度で路盤改良工事が完了、平成12年度舗装工事をもって事業完成の予定であります。

◎国営かんがい排水事業

利別川地区につきましては、大変厳しい財政状況の中、全体事業費の大幅な増額で推進する運びとなっており、本地区は、町内でも有数の水田地帯であり営農技術の進歩に伴う近代化用水の確保と畑地かんがいによる畑作物の収量及び品質の向上を図り、受益者の皆さんの農業経営をより安定的なものにすることを目的に一期地区・二期地区ともに事業を進めて参ります。

◎道営事業

土地改良総合整備事業三地区につきましても、土地基盤の整備を全面的に進めて土地の高度利用を促進し、かつ、機械化一貫作業体系の確立を図り、適正規模への誘導を行い低コスト経営を目指すとともに、余剰労力を複合部門に誘導して安定複合経営の確立を図ることを目的として実施して参ります。

◎中山間地域総合農地防災事業二地区

排水路が整備されることにより、地下水が排除され、輪換田としてばれいしょ・大豆等の転作ができ経済条件からみても生産性が向上し、水田の汎用化計画の流動化目標の推進に努力し推進を図って参ります。

商工観光

◎商工業の振興

中小企業の経営安定を図るため、企業者自らの経営努力と相まって、商工会が実施する経営改善普及事業の支援を中心に、金融の円滑化と金利負担の軽減を図るため、特別融資制度や利子補給を継続実施するとともに、金融機関の貸渋りに対しても配慮して、商工会や観光協会等が実施する各種イベントに対しても支援をしながら、商店街の活性化を図るとともに、商工業の発展のために努力して参ります。

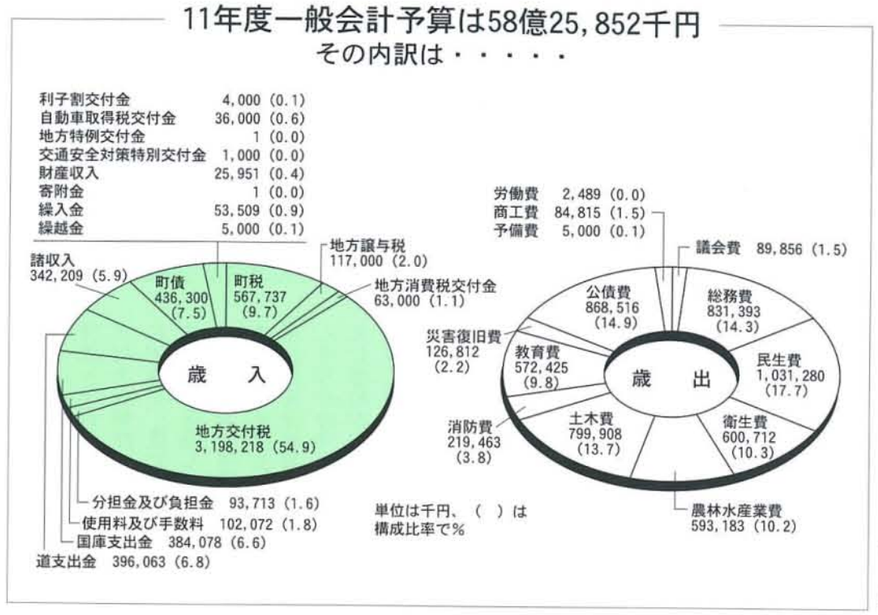
◎観光振興

本町の観光施設「クアプラザピリカ」は、近隣の公営施設が増加したことなどから利用客が大幅に減少し、大変厳しい経営環境におかれておりますが奥美利河温泉山の家は、町内はもとより道内外の利用者から大変好評を得ていることから、本年度の営業に期待をしているところであります。

しかし、クアプラザピリカを始め各施設も年数の経過とともに、改修を必要とする部分が出て来ておりますことから、充分なる施設の維持点検を実施するとともに、お客様に快適に利用していただくよう努めて参ります。

公共事業

◎公共土木事業



維持業務を始め道路事業、都市公園事業、公営住宅建設事業、災害復旧事業等の促進についても積極的に実施するとともに、維持業務等における民間企業の活用についても、雇用の促進を図る立場からも充分配慮し事業の推進を図って参ります。

教育行政

◎山村留学

全道で4町4校から始まり増加していたが、平成9年20町27校内3校が休止、平成10年は15町27校内3校が休止の状況にあります。これまでの預け親を介しての募集では限界に達した感があり、平成11年度全国山村協議会に加盟し、広く募集してまいりたいと存じます。

◎国際交流

ニュージーランドへの中学生10名の派遣、中国青少年交流訪問団30名、在日留学生5名、熊本県の小・中学生45名の受け入れを計画し、学校間交流の推進と英語指導助手の招聘に向けた条件整備を図ってまいる所存であります。

◎豊田小学校

明治38年に開校し、以来8,20余名の卒業生を世に送り出しながら地域の過疎化、少子化現象とはいいながら休校のやむなきに至り、誠に残念ではあります。地域の方々はもとより多くの学校運営にご尽力いただいた皆様に心より感謝を申し上げる次第であります。

◎国民健康保険特別会計事業勘定

平成12年4月から実施されます介護保険制度については、国民健康保険制度と同じくその実施主体は市町村であり、第二被保険者に係る介護納付金分保険料は、従来の医療給付費分保険料として徴収することになっております。で、国保制度に大きな影響を及ぼすことが予想されますが、収納確保に万全を期して進めて参りたいと存じます。

◎老人保健特別会計事業勘定

本町の老年人口比率（平成10年10月1日現在）は、23・4パーセント、70歳以上の高齢者人口は16パーセントで、老健外来の動向は、高齢化で、高い受診率になっていますが、改正健保法の一部負担引き上げの影響から一件あたりの日数が減少傾向にあるなど、診療報酬改定が実施された10年4月以降横ばいで推移しています。

しかし、老人保健施設の入所利用等から施設療養費は年々増加傾向にあります。

◎国保病院

町民により良い医療サービスを提供するため、八雲町総合病院との診療科目の支援体制の確立や住民検診の取り込みなど、安定的、継続的な病院経営を図りながら、病院経営の効率化と良質的な医療の供給を推進する

◎老人保健施設

老人保健施設の運営は、対象者の家庭訪問に重点を置くとともに広域的施設の位置付けの中、近隣町との連携を密にしながら入所者の確保に努めて参ります。

また、訪問看護事業の対象者の確保についても大変難しい状況でありますが、北部4町では今金町以外実施していないことから、今後介護保険制度の中で、共同実施すべく各町と協議を重ねその実現に向け努力して参ります。

◎簡易水道事業特別会計

町全域での水の普及とそれに伴う公衆衛生の向上、生活環境の改善を図るべく、平成9年度より三カ年計画にて神丘地区簡易水道事業を進めて来たところであり、本年度をもって完了の予定となっております。

◎公共下水道事業

昨年度より事業を進め、本年度の施工区域は、商工団地の全域、大和町の一部、緑町の一部を予定しており、地域関係者と協議調整を図りながら推進して参ります。



4月は統一選挙です。

4月11日北海道知事・道議会議員選挙
4月25日町長・町議会議員選挙です

任期満了に伴う北海道知事、道議会議員選挙は4月11日。今金町長・町議会議員選挙日は4月25日です。

この選挙は、私たちの日常生活を左右する最も身近な選挙で、皆さんの一票によって将来が決まります。

明日の北海道・今金町の進路を決めるのにふさわしい立派な代表を選出するため、候補者の主張や考えなどを〝よく聴き〟〝よく考えて〟棄権することなく、貴重な一票を投票するようお願いします。

候補者は「あなたの手で」

候補者を選ぶときは、あなた自身の判断で、この人こそと思う人を選びましょう。

よく「私の一票くらい……」といって棄権する人がおりますが、あなたの一票はこの日のためにあるのです。その一票一票の積み重ねが、現在の今金町をささえていることを知るとき、そう粗末にすることはできないはずです。

当日は、棄権しないで貴重な一票を正しく行使しましょう。

不在者投票制度の活用を

最近の各種選挙における投票率は低下傾向にあります。

有権者の方々がより投票しやすい環境を整えるため、公職選挙法の一部が改正され、投票時間の延長・不在者投票の改善などが図られました。

◆不在者投票関係

不在者投票の時間が2時間延長され、午後8時までとなります。

◇不在者投票が認められる事由が緩和され、次のような方も不在者投票ができるようになりました。

・自営業の方など冠婚葬祭などの予定がある方。

・レジャーや買い物など私用で、投票日に投票区域にいない方。

・引っ越しなどをして他の市町村に住んでいる方。

◇不在者投票がしやすくなりました。

・不在者投票の手続きが簡単になります。（印鑑不要など）

・不在者投票所でも、候補者の氏名などを掲示しています。

★不在者投票期間

☆北海道知事・道議会議員

4月10日まで

☆町長・町議会議員

4月20日から24日まで

※詳しいお問い合わせは、今金町選挙管理委員会

☎2―0111

しめやかに今金町農業委員会会長 故坂本久光氏を偲ぶ



今金町農業に大きく貢献された今金町農業委員会会長である坂本久光氏が去る3月1日不慮の事故で亡くなりました。

葬儀は、町内の隆憧寺でしめやかに執り行われ、遺族をはじめ親戚、関係者弔問客らは坂本久光氏のご冥福をお祈りいたしました。

故坂本久光氏は、昭和25年本町の金原で生まれ、昭和48年農業に従事し、今金町農業の未来を担う人材として嘱望され、昭和52年、今金町農業委員に27歳の若さで初当選、以来、平成5年からは会長に選任され現在に至るまで通算8期22年にわたり、農業委員会の円滑な運営と農地行政、農業後継者の育成、農業後継者の花嫁対策などに卓越した指導力で積極的に取り組むとともに、本町農業の将来の指針となるべき農業振興計画樹立の提言に献身的な努力をされ、特にハウス栽培による軟白長ネギ、ミニトマト等の導入に全力を傾注され、この幾多の功績が高く評価され、平成4年11月、今金町功労者表彰、平成7年全国構造政策推進功労賞、本年の2月10日には、北海道知事より「北海道産業貢献賞」を授与されるなど本町農業の発展に寄与されました。

また、スポーツを通した青少年の健全育成にも尽力され、平成9年からは今金町スキー連盟会長としてクアプラザピリカスキー場の開設やスキー学校の開校、スキースポーツ少年団の育成などにも尽力されました。

ご遺族の平穏と故人のご冥福を心からお祈り申し上げます。

豊田小学校94年の歴史にお別れ



豊田小学校（高橋勝保校長）は在籍児童1人の卒業に伴い3月3日、地域に親しまれ優秀な人材を社会に送り出してきた豊田小学校の休校式と歴史を語る会が開かれました。

休校式は、卒業生や地域の方々をはじめ山本檜山教育局長、村本町長、中野議会議長、教育関係者など約150人が出席し94年間の歴史を閉じました。高橋勝保校長は、休校記念誌の編集のなかで「地域や同窓生が寄せる思いを強く感じ、21世紀に向かって力強く前進し、その大切さを次代に伝えていくのも私たちの役目です」。学校の歴史と伝統を築き上げた地域の方々に感謝を述べるとともに、鈴木愛未さんもお別れの言葉で「私だけでなく、卒業されたたくさんのみなさん、学校を支えてくださった多くのみなさんも、この豊田小学校ですばらしい時間をすごし、休校になるのは、とても残念なことですが、豊田小学校での思い出を忘れずにがんばっていきたいと思います」と力強く述べていました。



豊田小学校沿革

明治35年、西田、津田両氏の入殖計画の努力により入植者が増加し、農事事務所の一隅に仮教育所を設け、津田惣三郎を教師として寺小屋教育が始められ、明治37年には児童が増加し、仮教育所の開設を郡役場に届けと維持を願った。しかし金原通学区であるためその請願が聞き入れられず、遠距離であること、更に冬期の積雪等通学不便で困っていた時、時の郡長古賀為次郎氏（二代目）が色々奔走し、特別教育所として、明治38年正式認可を受け、初代校長として津田惣三郎氏が任命されました。

明治41年には、新校舎建築にあたり経費はすべてが部落寄付で建設し15坪の校舎を新築した。明治42年児童の増加に伴い第10利別教育所として開設され、大正4年第10利別尋常小学校として認可となり、学校長後藤寅之助氏が金原校との兼任を命ぜられた。

大正15年、村経済の関係上止むを得ざる事情で第10利別尋常小学校が廃止され金原校と併合されましたが、児童達は通学はしたけれども冬期間は欠席がちとなり、その後、村会議員の南川松栄氏が部落の事情をよく説明し、昭和7年猛正志尋常小学校として再び開校し、昭和19年豊田校に高等科併置となり、豊田尋常高等小学校となりました。

昭和22年豊田中学校が併置され、小学校3名、中学校2名の教員配置となり、学校行事の際、校歌なきに不便を感じ加藤秀夫作詩、高橋長一郎作曲にて校歌を制定した。



昭和48年3月には、学校統合推進計画で豊田中学校が統合となり、25年7カ月の歴史を閉じました。

昭和59年、木造校舎の老朽化のため、校舎落成式と開校80周年記念式典を挙行する。

平成3年からは「子供鬼能太鼓」（郷土伝統芸能）の活動や国際交流で受賞する。平成4年から四つ葉学校へ加入し、平成6年第43回全道へき地・複式研究大会を開催。児童の数はしだいに減少し、平成11年3月に94年間の歴史に幕を閉じることになりました。

町家族協定調印式ならびに
農業後継者就農奨励証書交付式



幅口さん親子



中山さん親子

町家族協定農業普及推進協議会と町農業実習生受入協議会が共催し2月26日、家族協定調印式と就農奨励証書の交付式が出席者の見守るなか、町民センターで開かれました。

この調印式は、満60歳に達した経営者が後継者に経営の移譲や資産の移譲を行い、後継者が経済面においても老後の生活を保証するものです。

平成10年度は、2家族が家族協定に臨み、鈴金の中山一信さんが一浩さんと鈴岡第一の幅口忠男さんが博隆さんに経営移譲するための協定書に署名をしました。

また、新規就農者3名に対して就農奨励証書の交付と記念品がそれぞれ手渡され、引き続き祝賀会が行われ、新たに農業に挑む若い就農者を激励していました。

新規就農者を紹介します。

（敬称略）

◎村上　寛明（中種川）
◎菅原　隆司（下トマンケシ）
◎木俣　収（日　進）

連携を深め
歌、踊り、そして作品展示

今金町青年・婦人合同文化祭が3月7日、町民センターで開かれました。

青年と婦人団体協議会の研修報告や介護保険制度についての説明が行われ作品展示では各婦人団体から帽子、張り絵、押し花など、青年団体からは、そば作りの体験のレポートがまとめられていました。

また、発表交流会では、歌や踊りなどが披露され、不用品即売会やお茶会なども催され会場を楽しませていました。

合同文化祭は、青年・婦人団体連絡協議会がお互いに連携などを深めようと行われているものです。







八束婦人会による
サザエさん→

社会福祉法人今金福祉会に
変わりました

今まで法人名称と施設名称が同じであった「豊寿園」が運営と組織強化を図るため、社会福祉法人「豊寿園」が新しく社会福祉法人「今金福祉会」に変更になりました。

なお、施設名の特別養護老人ホーム「豊寿園」は従来と同じ名称です。

北檜山職業相談室への
職員派遣日について

函館公共職業安定所職員の4・5月の派遣日は、次のとおりとなります。

◆4月7日　13時～17時
　8日　9時～12時
◆5月6日　13時～17時
　7日　9時～12時
・北檜山職業相談室
　☎4－5724

リズムカルに
パパンと介護を語る



町主催の「健康ふれあい講演会」が3月4日、町民センターで約120名が参加して開かれました。

講演会では、講談師の田辺さんより実体験をもとにした介護問題をテーマとした「鶴英ちゃんの修羅場介護日記」が迫力満点に披露され、さらに介護について改めて訪れた人を関心させていました。

町民の方々に福祉に対する意識啓発と理解を深め、これからの手助けになることを願い行われたものです。

優秀技能者を表彰

桜井　朗一さん
水野　健一さん

檜山地方職業能力開発協会で3月9日、優秀技能者等表彰式が江差町で行われ本町より2名が表彰されました。

この度受賞された、桜井朗一さんは神社仏閣まで、先人の技能を継承しつつ、後進の指導や育成に努められたのが認められ受賞しました。

水野健一さんは、身につけた技能を持って技能士資格を取得し、社会奉仕活動に積極的に参加し活動していることなどが認められ受賞されました。



『今、豊かさの中で
～町づくりの原点とは～』

福祉講演会



今金町手をつなぐ育成会と光の里学園共催の福祉講演会が3月13日、町民センターで開かれ、講師に松村俊昭さんを招き約60人が出席して開催されました。

講演では、高齢社会に向け、高齢になったからといって若い人に任せないで頑張ることや、人間関係をつくることが財産になるなどが述べられました。

松村さんは昭和40年には今金中学校英語教師も歴任され、昭和52年出家し、5年後正覚寺の住職を継ぎ北海道地域起しアドバイザーとしても活躍されています。

今　金　矯　正　展

（全国刑務所作業製品展示即売会）

矯正展は、矯正施設の刑務作業における職業訓練や一般作業に従事している受刑者が1日も早く社会復帰を目指し、日々習得した技術を生かして作り上げた製品を広く社会に紹介するものです。

記

1、日　時
　5月8日（土）・9日（日）
　午前9時～午後4時
2、場　所
　今金町民センター
3、展示即売品
　木工（家具類・まな板等）、印刷（便箋セット等）、洋裁（枕等）、金属（花台バーベキューコンロ等）、革工（財布等）、その他（味噌・醤油）
4、その他
　ビデオ放映「生きがいは塀を越えて」他
◎お問い合わせ
　役場町民課住民運動係
　☎2－0111



《介護保険制度の基礎知識》

介護保険制度ってなに？

①介護保険制度は平成12年4月から始まります。
②40歳に到達した時点から全員が加入となります。
③保険料の算定方法や介護保険でのサービスを受けられる内容が異なることから第1号被保険者と第2号被保険者の2つに分けられます。

《第１号被保険者と第２号被保険者の比較》

	第１号被保険者	第２号被保険者
年齢対象等	・65歳以上の人	・40歳以上65歳未満で、医療保険に加入している人
介護保険料	・所得段階に応じて今金町が設定します。	・それぞれ加入している医療保険の算定方法に基づき設定されます。
介護保険料の支払方法	・年金受給額が年18万円以上の人は年金から天引きとなります。 ・年金受給額が年18万円以下の人や天引きが禁止されている傷害年金や遺族年金受給者は今金町が直接徴収します。	・加入している医療保険料と一括して支払いします。
介護保険の給付が受けられる対象者	・寝たきり、痴呆等で入浴、排泄、食事等の日常生活動作において常に介護が必要な人。 ・家族や身支度等の日常生活において支援が必要な人。	・厚生省の指定する老化に伴う特定の疾病が原因で介護が必要となった人。
	介護認定審査会において「要支援」及び「要介護」と判定された者	

■特定疾病とは～
初老期の痴呆、脳血管疾患（脳出血・脳梗塞等）、糖尿病性関連疾患慢性関節リウマチ、骨粗鬆症による骨折など老化が起因する疾病です。

■要介護とは～
身体上もしくは精神上の障害があるため、日常生活における基本的動作（入浴、排泄、食事など）の全部または一部について介護が必要と見込まれる状態を要介護といいます。

■要支援とは～
身体上もしくは精神上の障害があるために日常生活を行うのに支障があると見込まれる状態を要支援といいます。
要支援または要介護と判定された人は介護保険サービスを受けられます。要支援と判定された人は在宅サービスか施設入所かを選択できます。
自立という判定が出た人は介護保険のサービスを受けられませんが今金町独自のサービスを受けることができます。
その判定の方法や介護保険サービスの受け方については来月号からの広報で随時掲載いたします。また地域等で説明会の開催も随時いたします。
☆お問い合わせや説明会の開催については総合福祉施設内「としべつ」介護保険係まで
☎2－2780

ご利用下さい！ 今金町保健福祉ガイド

今金町には在宅で生活している、おとしより・身体に障害がある方々がいきいきと自立した生活を送っていただけるように支援する、いろいろなサービスがあります。そんなサービスを紹介する今金町保健福祉ガイドブックが出来ました。
今金町で利用できる保健福祉サービスや制度について内容・料金・申し込み方法をわかりやすく説明しています。「今金町保健福祉ガイドブック」は総合福祉施設「としべつ」や役場玄関横に置いていますので、ご自由にお持ち帰り下さい。
お越しいただくのが大変な方は、在宅介護支援センターまで、ご連絡下さい。

お問い合わせ先
在宅介護支援センター
TEL・2－2780



―― コリドール交流ネットワーク構想推進協議会情報コーナー ――

～瀬 棚 町～

春の行楽施設オープン情報!!

①春の日差しの中、気の合う仲間とスポーツを
三杉球場・テニスコート・4月1日（木）
②日本女医第１号荻野吟子コーナーも充実
瀬棚町郷土資料館　4月29日（木）
③安心手軽にマリンスポーツを体験できる
B&G海洋センター艇庫　5月5日（水）
④キッチン・トイレ付きのおしゃれなケビンが人気
青少年旅行村　4月24日（土）
※ケビンの予約受付は4月1日から
■予約・お問い合わせは
①②③瀬棚町教育委員会社会教育課☎01378-7-3322
④瀬棚町商工観光課☎01378-7-3311

～北檜山町～

春だ　桜だ　水仙だ
玉川公園水仙まつり

■日時／５月９日（日）午前９時～
■場所／玉川公園（北檜山町字丹羽）
そよ風に揺れる水仙たちに囲まれて、春の一日を家族や仲間と楽しく過ごしませんか。
◎ＳＴＶラジオ公開生放送
◎ロードレース大会
◎ヘリコプター遊覧
（中学生以上2000円、小学生1000円）
◎宝入りもちまき
■お問い合わせ／北檜山町観光協会
☎01378－４－5406

～八 雲 町～

～町営おぼこ荘～
《静かな山峡の町営温泉》

四季折々に変わる露天風呂。新緑を見ながらの露天風呂は格別。
□料金

	大人	大人(中学生)	中人	小人
日帰り入浴	360円	310円	150円	無　料
宿　泊	5950円	5800円	5380円	4850円

◎お問い合わせ・予約は…
「町営おぼこ荘」☎01376－3－3123へ

～長万部町～

●写万部山の山開き●

内浦湾を一望して、身体をリフレッシュしてみませんか。下山後には、ジンギスカンや催し物を予定しています。みなさんの参加をお待ちしております。
◎開催日　５月５日（水）
午前９時より受付
◎場　所　写万部山
ハイキングコース（字共立）
◎参加料　500円程度
《お問い合わせ先》
共立小学校
☎01377－２－4823

～熊 石 町～

４月24日！『熊石休養村』

32万平方メートルの広大なグリーンフィールドに「国民宿舎ひらたない荘」を核として、道内でも有数のキャンプ場「青少年旅行村」、心と体をリラックスさせる「アワビの湯」、「テニスコート」で気分リフレッシュ、子どもの歓声が楽しい「子供の国」「ちゃぷちゃぷ公園」などが整備されています。
子どもからおじいちゃん・おばあちゃんまで家族みんなで熊石へGO！
◇お問い合わせ
役場水産商工課観光係（２－3111）

～大 成 町～

●温泉紹介
秘湯「湯とぴあ臼別」

古くから「ランプの湯の宿」として親しまれてきた“臼別温泉”が装いも新たに変身!!
春夏の緑はもちろん、秋の紅葉の美しさも楽しめる「湯の里」として評判です。
■場　所　大成町字宮野
（国道沿いに看板あり）
■入浴料　無　料
（お心のある方には清掃協力金として100円頂いております）

4月1日高齢者の患者さんの負担額が変わります

○老人保健制度加入者の皆さんの診療に関する一部負担金が下記のとおり変更になります。

■外来の場合

１日につき５００円→５３０円

ただし、同一の医療機関に１月に５日以上通院した場合は、その月の５日目以降の通院については無料となります。（薬剤に関する一部負担金はお支払いただきます。）

■入院の場合

１日につき１，１００円→１，２００円

※市町村民税非課税の世帯に属する方等で老齢福祉年金を受給している方については、１日につき500円に減額されます。
※市町村民税非課税の世帯に属する方等については、１月の負担上限が35,400円に減額されます。

そば作りに挑戦

住吉自治会（伊藤正行会長）で２月28日地区のおじいちゃんやおばあちゃんが講師となってそば作りが行われました。



地域振興券交付申請を受け付けています

お早めに申請してください。
◎申請場所　　今金町役場
◎お問い合わせ　２－０１１１

みんなの広場

美利河の思い出
美利河小5年
村上はるかさん



私は、美利河で1年間、宮越さんで暮らす事になりました。

初めて学校に行くと、丸山さんの奈都ちゃんと悠以ちゃんが、絵を書いているときに友達になりました。先生は、森先生でした。私は、たまに夏休みに、美利河に来てました。森先生は、お兄ちゃんの担任だから、少し知っていました。今度から、朝自習が入って、漢字テストでした。始めの理科は、べっこうアメを作りました。だけど、こげて失敗しました。

一番心に残った行事は、今金での音楽交歓会です。私たちは合唱で、「友達だから」を歌いました。合奏は、私の好きな、「魔女の宅急便」でした。心の中で、「まちがったら、どうしよう」と思いました。だけど、合唱も合奏もうまく行きました。

美利河のみなさん、宮越さん1年間ありがとうございました。

私は、札幌に行ってもがんばります。みなさん、さようなら。

美利河の思い出
美利河小5年
溝田　悠以さん



私は、1年間ピリカでくらしました。

たん任の先生は、森先生でした。1日目の勉強は、国語も算数も理科も社会も、ほとんど遊びながらの勉強で、とっても楽しかったです。国語は漢字ビンゴをやって、そして理科ではわたあめを作りました。小さなビールの空きカンにモーターがついていて、中にさとうをいれて、アルコールランプであぶりながら回していると、ふわふわのわたあめが出てきて、とってもおいしかったです。

そして、しいたけ、なめこさいばいもやりました。丸山さんが来て、作業のしかたをおしえてくれました。しいたけとなめこのきんがあって、それを木にとんかちを使ってうちつけました。私は、初めてやったので楽しかったです。だけど、来年にならなければとれなかったので、去年の人達が作ったしいたけをとって、たくさんのしいたけをもって帰りました。

その次に、水仙ロードレースもありました。私は3㎞を走りました。毎日毎日、走っていたけど、ほんばんから4位ぐらいでした。

その次に、ライオンズクラブの人に招待してもらって、海づりに行きました。最初は全然つれなかったけど、あとから2ひきもつれました。海がきれいで魚がたくさん見えているのになかなかつれなくて、くやしかったです。

その次には、ダム1周ハイキングがありました。学校からゴーカート乗り場の近くまでみんなと歩きました。その後は、ジンギスカンを食べました。

それにカニカン登山もやりました。おはらいをしてもらってから歩きはじめると、急な坂がたくさんあって、10分の3ぐらいのぼっただけでくたくたになってしまいました。

そして、たくさん色々な行事をやって私が一番たのしみにしていた、ゲレンデスキー合宿もやりました。私はスキーをやるのは初めてだから、とってもきんちょうしました。スキー板をもっていなかったから買いに行って、午後から丸山さんのしょうちゃんと、奈っちゃんとすべりに行きました。奈っちゃんは最初から上手で1人ですらすらすべっていたけど、私はわるい坂を登る事もくろうしていました。だけど、しょうちゃんにおしえてもらってだいぶ上手になったので、1回だけリフトに乗ってファミリーコースをすべりました。だけど、途中からあまりにも急に見えて1回ターンするたびにころんでしまって、奈っちゃんは2本すべっているうちに、私は半分ぐらいしかすべっていなかったし、下まで下りるのに1時間半ぐらいかかって下りて来ていたけど、今は先生達におしえてもらって、いちおう全部のコースをすべれるようになりました。



1年間だけだったけど、美利河でくらした1年は、とっても楽しかったです。

美利河のみなさん、先生がた、丸山さんのおじさん、おばさん、しょうちゃん、長い1年間ありがとうございました。さようなら。

3年間の思い出
美利河小5年
塚谷　善介くん



ぼくは、美利河に来てはじめて会った人は、宮越さんでした。1年目の里親の人です。

宮越さんの家では、おいしい物ばっかり食べるので、おかしなんかおなかがいっぱいで食べれませんでした。

学校は、ほとんどキックベースがはやっていました。だから、よく練習をしました。

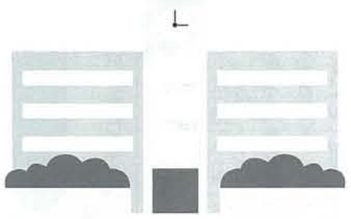
2年目は、里親が宗像さんにかわりました。よく、丸山さん家に遊びに行ったり、牛舎の手伝いをしたり、川に行ったりと、たくさん自転車を使いました。ビーダマンでもよく遊びました。

3年目は、ドッチボールがはやっていて、ぼくのチームは大会で優勝したりしました。釣りもしました。ルアー釣りでは、なかなか釣れなかったけど、最後の日でやっとギンゲヤマメが釣れました。とてもうれしかったです。

ポケモンカードも集めたりしました。お金を合わせると、1万円以上になってしまいました。

今年は、いつもの年よりとてもスキーがじょうたつしました。スキー大会でも回転で1位になったし、歩くスキー大会でも銀メダルをとりました。ぼく自身、今年はなんだか気合が入っていたと思います。

美利河のみなさん、3年間どうもありがとうございました。さようなら。



句

乳くさき嬰のよく笑ひ猫柳　今村由井子
盆梅のふくらみしこと告げたくて　杉本あい
さくら餅一つで疲れ癒しけり　芳賀あきえ
春雷や少女の手話をバス停に　伊藤翠女
ガラス拭く姉さんかぶり春隣　佐藤朝子
映像の球児叱咤す四月馬鹿　阪井みえ
水温む美少女多き町となり　斉藤みち

俳

※俳句には本来ふり仮名は不要ですが、"誰もが読みやすく"との主旨によりあえて付記しています。

利別俳句会

子が家のアイドル

▶小林　葵ちゃん



（平成8年10月27日生まれ）
南栄町　小林洋伸さん、佳奈子さんの長女
【親から】
そこぬけで元気で人見知りしらずの女の子です。
最近は"野猿"の大ファン毎日歌って踊って私たちを楽しませてくれます。
こんな私ですがみなさんよろしくネェ

◀工藤　和樹ちゃん



（平成8年11月20日生まれ）
南町　工藤明さん、さおりさんの長男
【親から】
おしゃべりで、歌を歌うのが大好きな和樹です。ギンガマンが好きでいつも剣を持ってギンガマンごっこをして遊んでいるボクですがこれからもよろしくネ。

社会教育だより

第269号

（重点目標）

い　ま　か　ね

いつでも、どこでも、誰でもが、
町の歴史や自然・文化を大切にし
家庭や学校、地域社会のきずなを深め
熱意をもって、自ら楽しく健やかに学び合いましょう。

問い合わせは、二一三四八八

委員会は今（1）

～社会教育委員会部会活動から～

町行政の中には様々な委員会があります。その中の一つとして社会教育委員会（委員十二名）があり、町民の声を広く反映させるための活動を行っています。平成十年度は、幼少年部会と成年部会の二部会を設け、それぞれ当面のテーマを『家庭教育充実のための子育て層への支援方策について』『婦人層・高齢者層の団体活動充実のための方策について』と設定し審議、活動を進めてきました。幼少年部会では更に乳幼児期、児童期、中学生期の年代層に区分し、それぞれの時期に即した子育て支援方策を探ることとしており、本年度は、現在の中学生がおかれている現状について、生活面、学習面、健康体力面、意識や嗜好など幅広く今金中学校との意見交換を行い、指導現場や日頃生徒に接していて感じる地域、家庭で抱える様々な課題について、また、地域ぐるみで支える子育て支援について議論を行ったところであります。成年部会では、過疎化、高齢化の進行で、困難さが予想される団体活動のあり方を探るため、婦人団体・老人クラブ連合会との懇談会を開催し、それぞれの団体が抱える課題や活動状況などの情報交換を行いました。平成十一年度以降も社会教育委員会では、種々の関係機関・団体等との意見や情報交換の機会を設け、それを基に町民のニーズや課題解決の方策を審議し、本町の社会教育のあるべき姿を探ることとしており、併せて、委員会の活動状況やその時々の話題を社会教育だよりの紙面より発信していくこととしています。

ふるさとモノ語り

（文化財探訪34）

こね鉢

木をくりぬいて作る大きな鉢で、主として、そば・うどん・団子などをこねるのに使用されました。こね鉢は、農家の場合ほとんど自家製作でした。その製作方法は、臼を製作する時のように樹幹の上側の木口をくりぬくのではなく、縦に半割りにした面をくりぬいて仕上げます。

米が主食になるのは大正後期以降であり、それまではそばやうどん、馬鈴薯やかぼちゃの団子類は日常に限らず、年中行事や来客時の食べ物でもありました。したがって、こね鉢は、どこの家庭にも必要な調理用具でした。

写真は、美利河・佐々木与助さんから寄贈されたもので



す。

参考文献「北海道の民具」（北海道新聞社刊行）



私たちの生涯学習

レッスンで流す汗に青春がきらめく船木紗良さん（18歳）と萌衣さん（15歳）の姉妹（東町）。二人がバレエを始めたのは、9年前。今も指導をいただいている岡田先生（函館市在住）と出会いバレエサークルができたのがきっかけでした。二人とも体を動かすことが大好きで、スポーツ感覚で始めたバレエに今ではすっかりぞっこん。特にバレエへの思いを強くしたのは、一九九七年の夏。モスクワのボリショイバレエ学校で二週間の特別夏季講習を受講したこと。この経験が、この春、檜山北高校、今金中学校を卒業した二人をバレエの道へとかきたてました。紗良さんはモダンバレエを、萌衣さんはクラシックバレエを目指し、大きな夢に胸を膨らませています。「海外留学を経験して、恩師の岡田先生の片腕として今金の子供達にバレエを教えたい」「海外でもっと勉強したい」と、トウシューズを見つめる瞳を輝かせています。頑張れ！　未来のプリマドンナ。

隠れ肥満の解消にヘルシーウォーキング

どうもこの頃からだが重くだるいとか、冬場の運動不足のつけが回ってきているあなた―この春からウォーキングを始めてはどうですか！

車社会となった現代、健康管理のため歩くことが見直されており、また、都会よりも田舎ほど歩かなくなったと言われています。

ウォーキングは、道具がなくても一人ひとりのペースでトレーニングができます。20分以上の歩行で、効率よく脂肪を燃やしてエネルギーを消耗し、隠れた肥満の解消にもつながるそうです。

すでに、町内でも早朝や夕方にそれぞれがマイペースで歩いている方をよく見かけます。教育委員会では、もっと多くの方々に普及しようと、ことしから『ヘルシーウォーキング事業』を計画しています。奥ピリカ温泉へ向かう7キロから9キロ程度のコースを設定し、春は新緑、秋は紅葉の森林浴を楽しみながら歩こうというものです。

自然観察や親子のふれあいをしながら、からだと心のリフレッシュをしませんか。

日程や内容等については、改めてお知らせします。



今金町体育協会　会員募集のお知らせ

本町の体育協会に加盟している団体は20団体で、それぞれの分野で活動しております。入会希望の方は、また詳しいことについては、各団体連絡責任者まで。

平成11年度今金町体育協会加盟団体一覧

加盟団体名	連絡先	電話番号
野球連盟	小林洋伸（高美町）	2－0940
バレーボール専門部	尾形洋幸（寒昇）	2－3603
バスケットボール専門部	佐渡一宏（曙町）	2－1776
バドミントン連盟	西勝明（南栄町）	2－2126
ソフトテニス連盟	中里英明（御影）	2－2388
卓球連盟	宮崎哲夫（栄町）	2－0768
剣道連盟	垣本利光（大和町）	2－1368
柔道連盟	小西脩（寒昇）	2－2727
空手道連盟	中村和正（旭町）	2－0019
山岳会	津村好見（金原）	2－2894
スキー連盟	伊藤良智（金原）	2－2932
陸上クラブ	川崎寛（神丘）	2－0597
ソフトボール連盟	中川真希（南町）	2－1610
サッカークラブ	住吉淳（南町）	2－2338
ゲートボールクラブ	山北幸好（緑町）	2－0965
パークゴルフクラブ	小田島武太郎（大和町）	2－1322
ピリカスノーボード愛好会	谷詰雅裕（高美町）	2－3659
歩くスキークラブ	西雪清輝（末広町）	2－1836
硬式テニスクラブ	小池利雄（末広町）	2－0107
水泳協会	鈴木正之（大和町）	2－3489

“いまかねなんでも探検隊”隊員募集！（予告）

教育委員会では〝いまかねなんでも探検隊事業〟を計画しています。小学3年生から中学生を対象に、フライ・フィッシング、乳しぼり、化石採集、砂金堀り、ドサンコ乗馬など、身近な自然や歴史産業を題材とした野外体験。

学校を通じて隊員募集しますので、どしどし応募を！

社教関係行事等の日程

〈4月〉

8日(木) 社会体育施設利用団体代表者会議 19：00 総合体育館
12日(月) スポーツ指導員実技研修 19：00 総合体育館
14日(水) 体育指導委員会 19：00 総合体育館
15日(木) こども会連合会総会 19：00 学習センター
15日(木) スポーツ指導員会議 19：00 総合体育館
19日(月) NZ友好協会総会 19：00 学習センター
19日(月) 町民学級開設打ち合わせ会議 10：00 学習センター
20日(火) スポーツ少年団本部総会（理事会） 19：00 総合体育館
27日(火) 青年会議総会 19：00 学習センター
28日(水) 文化協会総会 19：00 学習センター
28日(水) 文化財保護委員会 13：30 教育委員会

〈5月〉

7日(金) 四つ葉会総会 19：00 学習センター

いじめなどの相談電話は、２－３５５０番です。（不在の時や夜間は留守番電話になります）

今金梅苑にお出かけを・・・



献血の実施について

4月22日（木）は献血の日です。採血の前には必ず医師が診察いたします。

みなさんのご協力をお願いします。

記

○役場前
午前9時～午前11時30分
○国保病院前
午後1時～午後2時10分
○農協横
午後2時30分～午後4時30分

《保健福祉課》

国保病院・老人保健施設からお願い

国保病院・老人保健施設では、入院患者さん、入所されている方の清拭などに使用する綿製品が必要となっています。

ご家庭に余っているもの、また、使用済みで不要となっている綿製の〝バスタオル、タオル、シャツ〟などありましたらご寄贈いただきたくお願いいたします。

※連絡先
国保病院　☎2－0221
老人保健施設☎2－2780

労災保険講習会の開催について

函館労働基準監督署は、労働保険年度更新の時期に伴い労災保険講習会を開催しますのでお知らせします。

また、受講できない方のために申告書の作成指導、申告書の収集等の相談も実施します。

記

◎労働保険、年度更新説明会
・日　時　4月15日（木）
13：30～16：00
・会　場　江差町文化会館
◎申告・納付相談並びに申告書収集日程
・日　時　5月10日（月）
13：00～15：00
・会　場　今金町商工会
☆持参書類
・労働保険申告書・労働保険料・事業主の印鑑・平成10年度確定保険料算定基礎賃金計表（平成10年4月～平成11年3月までのもの）
※お問い合わせ
函館労働基準監督署
☎0138－23－1276

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

保険料の未納がある方は、お手持ちの納付書等で納めてください。

なお、納付書の使用期限は、4月30日までです！

特急バス「せたな」号運行開始
4月26日から8月31日まで

・札幌発　9：00→今金町民センター13：40→瀬棚着14：00
・瀬棚発　14：50→今金町民センター15：10→札幌着20：00
☆乗車運賃　大人片道　5，000円
大人往復　9，400円
子供片道　2，500円
子供往復　4，700円
なお、乗車について予約が必要となります。

◎予約・お問い合わせ先
・北都観光　☎011（241）0241
・東日本海フェリー瀬棚営業所　☎7－3963

11・3・10

社会福祉協議会だより

※光の里学園、豊寿園、社会福祉協議会への多額のご寄付、ご厚意ありがとうございました。

（敬称略）

《北檜山町》
河野英夫

《今金町》
山本ミヨ
大倉行雄
吉野博幸
嶋政光
坂本路香ピアノ教室
安藤留三
中村恭子
濱田和子
松谷サナヱ
金子正男
牧田栄子
種川婦人会

健診を受けて明るい健康づくり

4月みんなの健康

（保健福祉課健康づくり・国保係）

項目	対象者	実施日	時間	対象地区	実施会場	備考
一般住民関係						
一般相談	全住民	4月5日(月)	10：00～11：45	全地区	総合福祉施設内保健センター	健康相談（血圧測定・尿検査）、栄養相談
一般相談	全住民	4月12日(月)	10：00～11：45	〃	〃	〃
一般相談	全住民	4月19日(月)	10：00～11：45	〃	〃	〃
一般相談	全住民	4月26日(月)	10：00～11：45	〃	〃	〃
乳幼児関係						
3歳児健診	生後3歳2、3、4カ月児	4月14日(水)	受付時間 12：40～13：00	全地区	総合福祉施設内保健センター	尿検査・身体計測・保健相談・医師診療・歯科相談・ﾌｯ素塗布・栄養相談
股関節脱臼検診	生後4カ月児	4月20日(火)	実施時間 13：00～14：00	〃	八雲保健所今金支所	股関節X線撮影
乳児健診	生後4、7、10、12カ月児	4月21日(水)	受付時間 12：40～13：00	〃	総合福祉施設内保健センター	身体計測・保健相談・医師診察歯科相談・栄養相談
すくすく子育てダイヤル	就学前までの幼児のいる保護者	4月14日(水)	9：00～12：00	〃	総合福祉施設（2－2780）	電話による心配事相談
妊産婦関係						
妊婦相談	妊婦の方	4月15日(木)	13：00～15：00	全地区	総合福祉施設内保健センター	健康相談・栄養相談・歯科相談

お知らせ

☆妊婦相談の実施時間以降にお越しの方は、保健婦まで直接お越しください。また、「としべつ」には保健婦と栄養士がおりますのでお気軽に相談下さい。

見えない砂糖にご用心

「おやつ」と聞いて真っ先に甘いお菓子やジュース類を思いついた方は要注意！これらには大量の砂糖が含まれていることをご存知でしょうか？おやつは、大人で『嗜好品』的要素があったり、力仕事をする方の場合は「体力の回復」という役割があり、子供では成長に見合う「栄養の補給」という大切な役割があります。

大人の場合は、「体力の回復」のために糖分の他に蛋白質やビタミン・ミネラルも必要です。ジュース類や甘いお菓子などはエネルギーの補給になりますが、その他の栄養素を充分補うことができません。例えば、エネルギー補給の意味で甘いおやつなどを食べると、血糖値が急上昇するため一時的には元気になれたような気分になりますが、すぐに血糖値を下げるためのホルモン「インシュリン」が多量に分泌され、今度は逆に血糖値が下がりすぎて脱力感を感じて体が思うように動けなくなることがあります。また、水分補給の意味で砂糖がたくさん入ったコーヒー、ジュースなどを飲むと、一時的には喉が潤いますが、甘味の強い液体、濃度の濃い液体は脱水症状を起こす作用があるので、すぐにまた喉が乾いてしまいます。

1日の砂糖の摂取限度量は大人で20～25g（子供はその半分）です。大きなスプーンで2～3杯程度の量です。お菓子やジュース類には1個食べた（一本飲んだ）だけでも1日分の砂糖をとってしまうものが多くあります。ちなみに缶コーヒーやジュースには24～30g菓子パンには25g位の砂糖が入っています。

糖分の取りすぎは、肥満はもとより生活習慣病の引き金になりかねません。参考として、おやつ＝お菓子ではなく、おやつ＝ごく軽い食事と考えて、上手におやつを取っていただきたいと思います。

5月には農業改良普及所の事業の「青空教室」でおやつの話をする予定です。

保健福祉課健康づくり係

休日当番医

4月4日	北檜山町立国保病院	（北檜山）	☎4－5321
11日	富田医院	（今金）	☎2－0324
18日	今金町立国保病院	（今金）	☎2－0221
25日	道南ロイヤル病院	（北檜山）	☎4－5011
29日	岩間医院	（今金）	☎2－0057

※診療時間
午前10時から正午まで
午後1時から3時まで

種川温泉・あったからんどの休湯日の変更のお知らせ

◎「種川温泉」は毎週木曜日に定休日となっておりますが、4月29日（木）は「みどりの日」の祝日になりますので通常営業します。
なお、4月26日（月）は4月29日の振替として休湯日とします。

◎「あったからんど」は5月6日（木）営業日とし、5月7日（金）は振替として休湯日とします。

住民の動態

2月末現在

		前月対比
人口	7,206人	（△5）
男	3,471人	（△1）
女	3,735人	（△4）
世帯数	2,680世帯	（△3）

◇おたんじょうおめでとう

篠木	祐治（ゆうや）ちゃん	2月15日	（保護者 祐二）上花石
鷲野	恵介（けいすけ）ちゃん	2月22日	（保護者 恵一）高美町
飯山	若奈（わかな）ちゃん	2月28日	（保護者 美仁）豊田

◆おくやみもうしあげます

嶋	榮一さん	2月22日	86歳（豊寿園）
村田	和江さん	2月24日	73歳（末広町）
地搗ツルヨさん		2月25日	92歳（末広町）
坂本	久光さん	3月1日	48歳（金原宮前）
安藤	ジエさん	3月12日	100歳（豊寿園）
川崎	郁子さん	3月15日	56歳（下トマンケシ）

3月15日受付分まで

プルタブを集め車椅子と交換
今金町ブルタブ回収運動が始まります。

現在、道内各地で空き缶のプルタブを回収して福祉施設に車椅子を寄贈しようとボランティア活動が展開され、今金町においても各団体や個人で、自発的な回収が行われてきましたが、取り扱い窓口を明確化するために、社会福祉協議会と今金町衛生委員会が主体となって回収事業が実施されることとなりました。

回収されたプルタブは、光の里リサイクルセンターに一度収集され、静岡県内にある環連絡協議会に25キロ毎に送付され、約1トンになると車椅子と交換され町内の福祉施設に寄贈されます。

また、光の里学園で実施されている空き缶のリサイクル運動にもご協力をお願いします。

●回収箱の設置場所

役場・町民センター・としべつ・国保病院・教育委員会・総合体育館・老人福祉センター・商工会・あったからんど・種川温泉休憩所・クア・プラザピリカ

◎お問い合わせ
・今金町社会福祉協議会
ボランティアセンター
☎2－2780
・今金町役場町民課
住民運動係
☎2－0111



発行／北海道今金町役場　Tel②0111番　編集／企画調整課広報広聴係