# 広報 いまかね

いいまち　今金　夢のまち



ウルトラマングレート＆パワードを真剣に見つめる子供たち
（２月13日、雪まつり会場で行われたキャラクターショー）

3月号
2000（平成12年）
No. 494

## 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

# 有償ボランティア設立会の名称は「ひまわり」



2月16日、有償ボランティアバンクの設立総会が、総合福祉施設「としべつ」で開かれ、代表に川島禮子さんが就任しました。また、この会の名称が「ひまわり」と名付けられました。

## ボランティアバンクを設立した目的は？

4月1日から施行される介護保険制度の介護認定審査会において、「自立と認定された方」もしくは「要支援と認定され施設入所を希望する方」は介護保険制度の対象外高齢者となります。このような方を対象に町と社会福祉協議会が独自にサービスを実施するものです。

## どのようなサービスが利用できるの？

サービスには、外出支援サービス、給食サービス、軽度生活支援サービスなどがあり、利用者はサービス料を町に支払います。

## 有償ボランティア制度とは？

●ボランティアを利用したい人、ボランティアを提供したい人を会員として組織しています。現在登録しているのは58人、2団体で2級ホームヘルパー、看護婦、ケアマネージャーなどの有資格者もいます。

●個人的な希望を満たすために、ボランティアを利用するという考えとなりますので、基本的に有料となります。

●利用の登録、申込及びサービスの提供等については、事務局を通じて調整し、利用者のニーズにあったサービスを提供いたします。

●ボランティアによりサービスを提供した場合は、見返りとして実費費用又は点数預託を行うことができます。預託された費用・点数は提供した本人か家族がサービスを受けるときに使用することができ、預託した分が無料となります。



## 名称を「ひまわり」とした理由は？

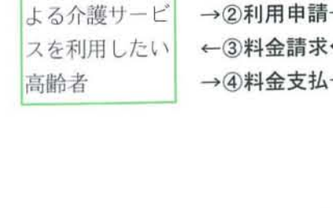
花の形が丸い輪であり、地域のみんなで助け合う仲間の輪・和のイメージと、ひまわりは太陽に向かって伸びていく花であり、今金町の未来も同じく明るいものとなることを願って「ひまわり」と名付けました。



次の方が役員となりました。

（敬称略）

| | | |
|---|---|---|
| 代表 | 川島 | 禮子 |
| 副代表 | 北 | 律子 |
| 〃 | 坪田 | 友子 |
| 理事 | 新井 | マサ子 |
| 〃 | 橘 | シゲノ |
| 〃 | 山口 | アイ子 |
| 〃 | 中野 | 君代 |
| 〃 | 浜田 | 郁夫 |
| 〃 | 牧田 | 寛子 |






4月1日から6歳未満の幼児に

# チャイルドシート着用が義務化



●規制対象／自動車の運転者が6歳未満の幼児を乗車させて運転する場合

●罰則等／罰則、反則金はないが、違反点1点となる

**平成12年4月1日から、道路交通法の一部改正に伴い6歳未満の幼児にチャイルドシート着用が義務化されます。**

## 交通事故でなくても負傷する！



ブレーキのはずみなどで座席から転落し、負傷する子供が少なくありません。

## 子供の安全は大人の責任！

### チャイルドシートが明暗

～チャイルドシートでケガに差！だれのせい～

昨年、信号機のない交差点で乗用車が出会い頭に衝突。助手席に乗っていた6歳の子供は、チャイルドシートを装着していたため打撲程度の軽傷で済みました。しかし、後部座席でチャイルドシートを装着していなかった2歳の子供は、車外へ放り出されて意識不明の重体に。

### あなたは何キロ手でささえられますか？

～子供があなたの手からスルリ～

時速40㎞でも衝撃力は体重の30倍。10kgの子供も300kgになってしまい、たとえお母さんが大切にだっこしていても、子供の命を支えきれません。逆に、子供がお母さんのクッション代わりになって、大きなダメージを負ってしまうことも少なくありません。子供には体に合ったチャイルドシートを使用して下さい。また、助手席での使用は、エアバックが作動するなど危険な場合もありますので、できるだけ後部座席で使用して下さい。

## チャイルドシートは発育に応じた形状のものを



①乳児用シート
（新生児から10ヶ月児くらいまで、体重10キロ未満用）



②幼児用シート
（10ヶ月児から4歳くらいまで、体重9キロ～18キロ以下用）



③児童用シート
（4歳～6歳まで、体重15キロ～36キロ以下用）

## 『非着用者は着用者の10倍以上の致死率です』

**チャイルドシート購入には運輸省認証マークがあるものを！**

運輸省の認証マークがあるものを使用しましょう。

c－○○○○ 認定番号　　自 c－○○○ 認定番号

## 今金町の交通事故発生状況

| | 1月発生 | 1月末現在 |
|---|---|---|
| 発生件数 | 1件 | 1件 |
| 死者数 | 0名 | 0名 |
| 傷者数 | 8名 | 8名 |

※ＳＳ運動（スピードダウン・シートベルト着用）で交通事故を未然に防ごう！

交通事故死ゼロ日数　**１９８日**

# 第17回いまかね雪まつり

## 松井さんの華麗なエアに観客沸く

2月12・13日の両日にわたり「プレリュード（～21世紀への前奏曲～）」をテーマに第17回いまかね雪まつりがふれあい広場で行われました。

雪像には各参加団体が工夫を凝らしたものや、人気キャラクターのたれパンダなど大小17基の雪像が会場に立ちならび、特にスベリ台のある雪像は子供たちに大人気でした。

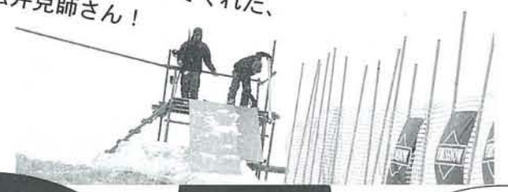
オープニングでは、今回の雪まつりポスターを制作してくれた、今金中学校の湯野なつみさんに記念品が贈呈されました。

また、今回の一番のメインとなったスノーボードのエア・ショーには、札幌から松井商店の息子さんである、プロスノーボーダーの松井克師さんと3名のボーダー、DJほか2名のスタッフがノリのいい音楽でショーを演出。会場には両日にわたり多くの観客が詰めかけ華麗なエアに大歓声が沸き上がっていました。





プロの技を披露してくれた、松井克師さん！





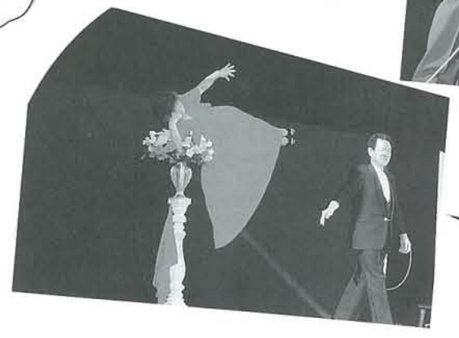




平浩二さんの歌にうっとり！『浩二さんステキー』

元禄小町～みゆき組～踊り＆歌謡ショー





空中浮遊で観客あ然！ヨシ＆シルキーマジックショー



夜空を華やかに彩った スパークリング花火ショー



振る舞い餅まき 交通安全協会協賛





見事なショーで子供たちを釘付けにした実行委員会事業部によるウルトラマングレート＆パワードショー



明日から営業に出よっと！



▲後志利別川清流保護の会 せせらぎ・ふれあい基金運動



いつでもスベリ台は子供たちに大人気！





▲署名ありがとうございました。北方領土返還署名活動

12日、午後9時 メインステージは 女子高生に占拠された！





風が強くて玉がとどかないよー！

▼小学3年生から中学生を対象に行われた『全日本紅白玉合戦』



## 第4回平成雪合戦檜山大会

13日には第4回の平成雪合戦檜山大会が会場内で行われました。管内から12チームが参加し、上位4チームには賞金、副賞のほか昭和新山国際雪合戦大会への出場権が得られるため、大変な激戦が繰り広げられました。中には雪玉が顔面を直撃し血を流す場面も。

昭和新山国際雪合戦の出場権を獲得したのは次の4チームです。

◎優　勝　厚沢部太鼓山（厚沢部町）
◎準優勝　火の用心（今金町）
◎3　位　役場野球部（北檜山町）
◎4　位　ほこほこ大地（今金町）





熱い男の戦い！

# 国民年金の保険料は忘れずに納めましょう。

国民年金は、日本に住所のある20歳以上60歳未満のすべての人が加入し、基礎年金の給付に必要な費用を公平に負担することによって成り立っています。

老齢基礎年金は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めることによって、満額の年金（平成11年度価格＝80万4千2百円）が受けられます。

保険料を未納にしておくと、受け取る年金額が減額したり、受けられなくなることもあります。

自分自身の将来のためにも保険料は必ず納めましょう。

（町民課年金係）

## 国保の退職者医療制度のご案内

退職者医療制度は、長い間会社などに勤めていて退職し、年金を受け取るようになった方とその被扶養者に対し、医療費の一部負担を軽減する国民健康保険の制度です。

［対象となる方］
次の条件にすべてあてはまる人とその被扶養者が対象となります。
①国民健康保険に加入している方
②老人保健制度の適用を受けていない方
③厚生年金や共済組合の老齢年金を受けていて、その年金制度に20年以上加入している方、または40歳以降に10年以上加入している方。

［医療機関にかかるとき］
国民健康保険退職被保険者証を医療機関の窓口で提示して診療を受けます。
また、窓口で支払う一部負担金は次のとおりです。

| | 外　来 | 入　院 |
|---|---|---|
| 退職被保険者（本人） | 2割 | 2割 |
| 被扶養者（扶養家族） | 3割 | 2割 |

［届出に必要なもの］
退職者医療制度の資格は、年金受給権が発生した日からとなります。年金証書を受け取ったら、14日以内に届出をしてください。
届出に必要なものは、国民健康保険の保険証、年金証書と印鑑です。

なお、制度のくわしい内容・ご不明な点などは役場町民課年金係、「としべつ」内保健福祉課国保係へおたずねください。

## 阪神、淡路大震災で被災された方へお知らせ

**被災者自立支援金の申請期限は、平成１２年４月２８日(金)までです！**

●被災者自立支援金とは、１日も早く生きがいのある生活を再建できるよう、一定の用件を満たす被災世帯に対して支援金を支給する制度です。
●支給額は、複数世帯120万円～50万円、単身世帯などについて、他市町（神戸市は５ブロックに区分）へ移転した場合、30万円か25万円を加算。

・締切日を過ぎますと、申請できませんのでご注意下さい。
・申請用紙の請求・問い合わせは、り災証明書の発行を受けた市町の担当課まで。

㈶阪神・淡路大震災復興基金
お問い合わせは、兵庫県生活復興推進課
☎078-362-4022

## 平成12年度後志利別川河川愛護モニターを募集

函館開発建設部では、後志利別川の河川整備、河川利用又は河川環境に関する地域の方々の要望を十分に把握し、地域との連携をさらに進めるため河川愛護モニター制度を実施しています。

平成12年度について、次の内容によりモニターをしていただける方を募集しております。

◆活動内容
モニターは、日常の生活の範囲内で知り得た情報を河川管理者に伝えることを主な任務とするものです。

◆活動範囲
後志利別川トマンケシナイ川合流点上流から上ハカイマップ川合流点上流まで。

◆応募資格
後志利別川に接する機会が多く、又は河川愛護に関心を持つ、満20歳以上の健康な方。

◆募集人員、任期
募集人員は１名。任期は平成12年４月１日から平成13年３月31日までです。

◆応募方法
官製はがきに・住所・氏名・性別・年齢・電話番号・職業、これまでに自治会等の地域に密着した活動の経験、応募理由を記入のうえご応募ください。

◆応募、問い合わせ先
○函館開発建設部　管理課
〒040-8501 函館市大川町１番２７号
☎０１３８－４２－７１１１
○函館開発建設部　今金河川事業所
〒049-4308　瀬棚郡今金町字今金４１４－７
☎０１３７８－２－００４１



# みんなの広場

## 「がんばった現場実習」

今金高等養護学校
産業科一年
堺　理江子さん

十月四日から八日までの五日間、現場実習に行きました。私の実習先はぴりかファームという、おもにじゃがいもや大根をつくっている農場でした。一日実習でのいもひろいの時は、風邪をひいて休んでしまったので、学校以外のところで作業をするのも、畑の仕事も、今回の現場実習がはじめてでした。現場実習に行く前は、とても緊張しました。はじめ、ぴりかファームに決まった時は、あまりうれしくありませんでした。なぜなら、テーオーというスーパーに行ってみたかったからです。でも、担任の脇澤先生が「理江子は、体力不足でつらいことが苦手だから、五日間農場でがんばってみなさい。がんばることができたら、来年はテーオーに行けるかも。」と言ったので、がんばろうと思いました。仕事は、小さいいもをひろうことといもの選別でした。大根の袋づめもしました。一番つらかったことは、四日間小さいいもをひろう仕事でした。一日目は「楽しいなあ。」と思いましたが、二日目からは中腰の姿勢がつらくて、足が痛くなりました。三日目、四日目はつかれで手が止まったり、よそみをして注意を受けました。一番楽しかった仕事はぴりかファームのおばさんと一緒に機械に乗っていものの選別をしたことです。おばさんたちとの学校の話やねこの名前の話などをしました。現場実習に行く前に、目標を二つたてました。一つ目は「つらくても弱音をはかない。」です。いもひろいはとてもつかれたけど、学校に戻るまではつかれたと言わないように気をつけたので守れたと思います。二つ目は「てきぱき行動する。」でした。足が痛かったのであまりできませんでした。守れなかった目標もありましたが、五日間休まないでできたので、とてもよかったと思います。引率の先生やぴりかファームのおじさんに「よくがんばったね。」と言われましたし、とてもうれしかったです。

私は将来、就職したいと思っています。姉と一緒に住んで、テーオーのようなスーパーで働きたいです。来年の現場実習も一生懸命がんばりたいです。


オランダ公園の清掃に励む生徒たち

前略　大震災からまる五年が経過いたしました。
これまでの間、皆様方から多方面にわたり多大なご支援を頂戴してまいりました。
改めて厚くお礼を申しあげます。
お陰様をもちまして、神戸のまちは着実に復興への歩みを進めており、去る十二月には市内の応急仮設住宅に入居していたすべての被災市民の方々に、恒久住宅へ移っていただくことができました。
景気の低迷の影響も受け、経済復興は未だ八割の水準にあるなど、依然として被災地は厳しい状況にありますが、二十一世紀をまさに目前に控え、市民生活の安定と神戸のまちのさらなる復興に引き続き全力で取り組んでまいる所存であります。
なお、今回の大震災でいただいたご支援に対する感謝の気持ちと復興した神戸の姿をご覧いただくために、二〇〇一年初春から夏にかけて市内各地で様々なイベントを行う「神戸　二十一世紀・復興記念事業」の開催も予定いたしております。
略儀ながら書中をもちまして、これまでのご厚情に対する重ねてのお礼とさせていただきます。

草々

平成十二年一月

神戸市長　笹山幸俊

## 俳句

羊水を浮く安けさや春の風呂　杉本あい
ごっこ鍋凍れて囲む浜訛　戸沢慶秋
狛犬や主に倣いて雪烏帽子　大谷長晧
太陽の溢れて早し春の川　芳賀あきえ
一隅に氷残して川暗し　佐藤朝子
冬落輝野積み廃車の窓に撥ね　阪井みえ
初凪や潮満ち満ち来蝦夷に富士　梅村直子

利別俳句会

※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。

## 瀬棚町

**歩くスキーの集い参加者募集！**

◆と　き　3月12日（日）
午後9時30分集合・午後12時30分解散予定
◆集合解散場所　瀬棚町B＆G体育館
◆コース　大里地区
◆対　象　小学生以上
◆参加料　200円（保険料）
狩場山と日本海を望むコースを予定しています。昼食時には豚汁・飲み物を用意しています。用具も貸し出しますので、お気軽に参加ください。
◆申込み・お問い合わせは、
教育委員会社会教育課
☎01378-7-3322

## 北檜山町

日本海の荒波にもまれて育った

**美味しい『新成産カキ』**

カキフライ、カキ酢、カキ鍋などお好みの食べ方で、栄養満点ぷっくり太った新成産カキをお召し上がりください。
■価格／1kg（約8個）500円
（消費税込み）
■地方発送もいたします。（3月上旬～5月下旬）
■お問い合わせ・お申し込み
・ひやま漁協瀬棚支所太檜出張所
（新成☎01378-6-0310）
・葛西　勉さん
（新成☎01378-6-0233）
・木村清敏さん
（新成☎01378-6-0155）

## 八雲町

～町営温泉おぼこ荘～

**《静かな山峡の湯宿》**

四季折々に変わる露天風呂。心と体をいやしリフレッシュしてください。
□料金
◆日帰り入浴　・大人360円・大人（中学生）310円
・中人150円・小人　無料
◆宿　泊　・大人5,950円
・大人（中学生）5,800円
・中人5,380円・小人4,850円
※11月1日～4月30日の間は、別途暖房料として310円が加算されます。
お問い合わせ先／八雲町商工観光労政課
☎01376-2-2111　内線342
■予約／町営温泉おぼこ荘
☎01376-3-3123

## 長万部町

～長万部町ポイントガイド～

**●学習文化センター●**

5万冊以上の書籍類、2千種類以上のビデオテープを豊富に揃えた図書館やAV室、最新設備を誇る多目的ホールを備えています。
図書館は、無料となっていますのでお立ち寄りください。
◎場　所　高砂町（センター通り）
◎時　間　午前10時～午後6時
〔日曜日は午後5時まで〕
◎休館日　月曜日、祝祭日
【お問い合わせ先】
学習文化センター（☎01377-2-5757）

## 熊石町

☆手軽に高級スッポン鍋☆

スープの素材缶詰『くまぽん』
札幌市の料亭などに出荷している、スッポンを熊石の味として手軽に味わっていただけるよう缶詰にして販売しています。
1缶400gで2000円、あっさり醤油味スープとスッポンが入っています。同量の水と季節の野菜を加えて煮込めば手軽にスッポン鍋がお楽しみいただけます。
■お問い合わせ先
ひらたない荘　☎01398-2-3330

## 大成町

●温泉紹介

**『国民温泉保養センター』**

広大な貝取澗渓谷の保養温泉地に位置する、身も心もあったかになる温泉。お風呂から眺められる四季折々の景色、周辺には遊歩道や公園もあり、大成町の大自然を満喫できます。
■場　所　大成町字貝取澗
■入浴料　大人260円・小人50円



**『ぬくたまらりーパート3』**応募締切は3月31日まで！
まだ7町（今金町、北檜山町、瀬棚町、大成町、熊石町、長万部町、八雲町）の温泉スタンプが集まっていない方はお早めに！

## 少年の非行、家出の防止と少年を暴力団から守る活動の強化

**（少年向け）**
○思いあたる人はいませんか？
・親などに行き先を言わずに外出したり、夜遊びや外泊などをしていませんか！
・うそをついたり、家族との会話をさけていませんか！
○盛り場には、危険な落とし穴がいっぱい！
・盛り場では、不良グループや暴力団が皆さんのスキを狙っています。楽しそうにみえるゲームセンターなども怖いことがたくさんあります。
○万引きは、窃盗（ドロボウ）という犯罪で、重い罪になります。見つかってから品物を返しても、お金を払ってもドロボウには変わりありません。
○テレホンクラブを利用するいわゆる「援助交際」（援交）は、売春です。

**（保護者向け）**
○いつも子供さんの行動に関心を持っていますか？
「明るく楽しい家族の対話」と「子供の行動に関心を持った声がけ」を心がけましょう。
○テレホンクラブや伝言ダイヤルを利用して性的な被害に遭うケースが増えています。

**（少年、保護者向け）**
○困ったり、悩んでいることがあったら、いつでも気軽に少年相談電話や最寄りの交番・駐在所・北檜山警察署に相談して下さい。

「少年相談110番」
フリーダイヤル
0120－677－110番
北檜山警察署
☎01378－4－5110

《北檜山警察署　生活安全課》



## 年金相談日のご案内

年金に関する質問や相談を次の日程で行いますので、お気軽にご利用してください。

記

◎とき　3月23日（木）
午前10時～午後3時まで
（午後12時15分～1時まで昼食）
◎ところ　役場町民相談室
◎相談員　函館社会保険事務所職員
《町民課年金係》

## 屋根から落ちる雪や氷に気をつけましょう

屋根のつららなどは、1日の気温が上昇する午前11時頃から午後2時頃にかけて最も落ちやすくなります。歩行者や小さなお子さんのいる保護者の方は、事故を未然に防止するために、次のことに気をつけてください。
①屋根の雪やつららなどが落ちやすくなっている屋根の軒下は、できるだけ通行しないようにしましょう。やむを得ず通行しなければならないときは、十分注意してください。
②小さなお子さんを屋外で遊ばせる場合には、お子さんが軒下で遊ぶことが絶対ないように、保護者の方は気をつけてください。




## 申告書は自分で書いてお早めに

平成十一年分の所得税の確定申告の受付は三月十五日（水）までです。申告期限間際は会場が大変込み合いますので、確定申告書等はご自分で作成して税務署の窓口や郵便で早めに提出しましょう。
なお、税務署ではご自分で作成し提出していただけるよう、相談担当者が記載方法等のアドバイスをしております。
税務署の相談会場にお越しの際には、あらかじめお分かりになる箇所をご記入の上、印鑑、前年の確定申告書等の控え、使い慣れた「計算器具」や「筆記具」をご持参ください。
詳細については
《八雲税務署》
☎01376－3－2148

## 社会福祉協議会だより

12・2・10

※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》
檜山北高等学校生徒有志
北檜山御詠歌一同

《函館市》
佐藤勇治

《札幌市》
片岡洋三子
安東光

《長野県》
吉田和男

《今金町》
鈴木青一
杉山日恭俊行
今金オ
今森琴鈴
中矢磯大



## 消費税及び地方消費税は必ず期限内納付を！

消費税及び地方消費税は、「消費者からの預かり金」とも言える税です。
定められている期限までに、申告・納付をお願いします。期限内に納付できない事情のある場合は、お早めに税務署にご相談ください。
詳しいお問い合わせは、八雲税務署総務課管理徴収担当
☎01376－3－2148

## 戦没者のご遺族のみなさまへ

特別弔慰金が支給されます

| | |
|---|---|
| 対象者 | 戦没者死亡当時の三親等内親族で次の要件をすべて満たす方<br>1．第六回特別弔慰金国庫債券の受給権を取得していないこと<br>2．平成11年4月1日現在、公務扶助料、遺族年金等の受給権を有する遺族がいないこと |
| 支給内容 | 額面24万円、6年償還の記名国債 |
| 請求期限 | 平成14年3月31日まで |
| 請求窓口 | 町民課町民係 |

（重点目標）
い　いつでも、どこでも、誰でもが、
ま　町の歴史や自然・文化を大切にし
か　家庭や学校、地域社会のきずなを深め
ね　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

# 絵本・昔話の魅力

二月十六日、**子育てと絵本・昔話～観る喜び・聴く喜び・読む喜び**と題して、児童文学を研究している横浜市のフェリス女学院大学助教授の藤本朝巳先生を招いて、「健やか今金っ子を育む講演会」が開催されました。読み聞かせを実践している先生のお話から、良い絵本は子供の傍らに置くだけで、健やかな成長の手助けになるとの思いを強くしました。先生によると良い絵本とは、五七調の言葉で音としての響きが心地よいもの。日本語として美しい語りであること。わかりやすく想像を膨らませる絵であること。ストーリーの中にメッセージとして、課題や試練が含まれ、それを克服する内容、方策が三回繰り返されていることだそうです。



（図書室には絵本がイッパイ）

読書離れや活字離れは、大人が子供の側に良い絵本を置かなくなったこと。そして、日本語やあいさつの乱れは、幼少の頃に美しい日本語を音として刻まれることが少なくなったことが要因として考えられるそうです。

講演で読み聞かせにじっと耳を傾けていると、いつしか心が平穏になりました。絵本や昔話には、穏やかな心で子供たちに接してあげるための魅力も潜んでいるようです。

## ふるさとモノ語り
（文化財探訪45）

### 紡毛機（ぼうもうき）

かたまりをほぐした羊毛を紡ぐのが紡毛機です。北海道では、大正時代にホームスパン製織用として英国製が導入されました。

写真の紡毛機は山田春吉さん（今金）寄贈のもので、三角形のフレームをもつ型式で、十勝地方で量産されました。旭川で考案された机のような作業台をもつ北海道独特の型式もあり、これらの2種が昭和30年代まで圧倒的に用いられたそうです。

手編み用の毛糸も紡がれ、ときには子供も重要な紡ぎ手となりました。

昭和30年代後半、化学繊維が普及し、ホームスパンとともに紡毛機は急速に減少しました。



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

「ゆとりと豊かさにあふれた生活」を日常に取り込み、また、余暇の充実を目指した生涯スポーツとして生まれたのがミニテニスです。今金町でも数年前から普及しだし、昨年4月からミニテニス愛好会が誕生し活動しています。




今回は、このミニテニス愛好会（会長今野　佑さん）を紹介します。

会員は9名で会長以外は全部女性。毎週水曜日午前10：00から2時間と木曜日午後7：00から2時間、週2回活動しています。

またスポーツをしたあとの休憩時にはコミュニケーションを図っています。夏期間にはミニテニスに拘らず、パークゴルフなどの屋外スポーツも取り入れるなど幅広い活動をしています。「この年になっても手軽にみんなで楽しめるのがミニテニスでしょうね」と笑いながら今野会長さんは話してくれました。

このように、スポーツと上手に付き合い、生活のリズムとして生きがいをもつことがこれから望まれるスポーツの姿なのかもしれません。



## もっと地域施設の活用を
## －学校開放事業を考える－

学校が一人ひとりの子供の願い「もっとそのスポーツをやりたいな」を満足させることができないとすれば、地域の中で多様なスポーツ活動を行える場、時間、指導者等を提供するなどが望まれます。

現在全国的に地域の方が直接学校の教育活動に参加して頂いている部分は、クラブ・部活動における指導です。主体はあくまでも学校です。学校を考えない地域の子供・大人を含めた地域独自のスポーツ活動の取組みが期待されています。子供達や地域の人が気軽に集まれる場所として、学校や体育館等です。学校は子供の教育活動以外の時間は空いているので、これを地域のさまざまなスポーツ活動の場として活用することがベストとされています。

幼児から高齢者まで、種目使用時間など、スポーツを楽しむ環境を作ることは可能になってきていますし、子供も大人も自分がやりたいスポーツに、気軽に、積極的に参加できるすてきな環境は、心を豊かにする文化の創造につながります。



このように、学校開放を利用した地域の活性化が今後さらに必要不可欠になってきます。人は一人では何にもできません。集まり、協力し合ってはじめて事業やまとまりある地域が成り立つと思います。その一つがスポーツであり、コミュニケーションの場でもあるのです。もう一度、スポーツを通して自分、地域を見つめ直す必要性があるかもしれません。

## 中国・青島から訪問団来町

さる2月18日、国際国内交流事業のひとつとして日中青少年交流協会中国交流団を受け入れました。これは、中国の青少年とスポーツ・文化などの交流を通じて、相互理解と親善を深め、国際協力の精神や行動力を養うことを目的としています。中国青島から10名（うち小学生2名）は、役場での表敬訪問の後、休校中の中里小学校でピリカカイギュウや今金町の歴史資料を見学し、クアプラザピリカでの昼食会・交流会を終え、帰路につきました。



## ピリカの重要文化財
## 鹿児島に行ってまーす。



縄文時代といえば、青森県三内丸山遺跡をはじめとする北に花開いた文化と思われがちですが、縄文時代のはじまりに関してはもうひとつ重要な拠点がありました。鹿児島県を中心とした南九州です。

鹿児島県歴史資料センター黎明館において「縄文のあけぼの」と題した企画特別展が2月4日から3月5日まで開催されました。

この特別展に我が町のピリカ遺跡出土の国指定重要文化財が出品されました。良質な石材に乏しい九州にあって、ピリカの大きな石器は九州の人々に驚嘆の目で見られていました。

## 社教関係行事等の日程
（3月）

5日(日)　合同町民学級並びにいきいき学園講演会　13：00　町民センター
5日(日)　第29回町民歩くスキーの集い　10：00　ピリカ遺跡コース
5日(日)　第7回石井杯バレーボール大会　8：30　総合体育館
6日(月)　婦連協役員会　9：30　教育委員会会議室
12日(日)　サロンフットボール大会　8：30　総合体育館
12日(日)　青年婦人合同文化祭　10：00　町民センター
12日(日)　第6回ジュニアカップスキー大会　9：00　ピリカスキー場
17日(金)　春休みこども映画館　19：00　町民センター
21日(火)　社教・体指・文保委員合同会議　19：00　学習センター
24日(金)　四ッ葉会ふれあい研修会　13：30　町民センター

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）

# 「介助があれば」「少し歩ける方は」ポータブルトイレで！

トイレまでの移動が大変な場合にはオムツやパットを思い浮かべる前に、トイレが利用者のすぐそばにあったらどうかを最初に考えてください。ポータブルトイレは、脳卒中で片麻痺や股関節・膝関節に障害があるために「低い位置からの立ち上がりが困難」「トイレまでの移動が困難」「夜間排尿回数が多い」という方が利用するのに便利で、1人で排泄できたり、少しの介助で排泄できるようになります。また携帯用で持ち運び出来るトイレです。

ポータブルトイレにも、いろんな種類がありますので、ご紹介します。

## ポータブルトイレは大きく分けると4つの種類があります。

**☆スタンダード型**

スタンダード型はあちらこちらでよく見かけます。プラスチック製で値段も8千円～1万円と安いのですが、安定性が悪く、高さが35㎝と低いため、立ち上がりにくいのが難点です。


スタンダード型

**☆デラックス型**

デラックス型もプラスチック製です。スタンダード型との違いは肘掛けや背もたれの部分が付いていることです。値段は2万円～3万円位です。


デラックス型

**☆木製椅子型**

家具調につくられており一見それとはわからないポータブルトイレです。重さもありますが安定性もあります。背もたれ・肘掛けがついており、高さの調節ができるため立ち上がりやすくなっています。値段は4万円～6万円位です。


木製椅子型

**☆コモード型**

コモード型は足を引くスペースがあり、また肘掛け・背もたれがあり、スムーズに立ち上がることができます。値段は2万円～3万円位です。


コモード型

身体の状態・生活スタイルなどに合わせて納得のいく商品をお選び下さい。在宅介護支援センターでは、ご本人やご家族の希望、困っていることをお聞きしながら身体機能や介護者の身体機能、体力にあった用具をご紹介します。併せて、用具の給付制度の申請手続きのお手伝いもしています。（ご本人の身体機能、所得によって制度を利用できない場合もあります。）各種ポータブルトイレの展示もしていますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

**●お問い合わせ先**
総合福祉施設としべつ内
在宅介護支援センター
☎2－2780


ポータブルトイレは、在宅介護支援センターに展示してありますので、どうぞご覧ください。



健診を受けて明るい健康づくり

# 3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** | | | | | | |
| 一般健康相談 | 全住民 | 3月6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） |
| 一般健康相談 | 〃 | 3月13日(月) | 10：00～11：45 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 一般健康相談 | 〃 | 3月27日(月) | 10：00～11：45 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 一般健康相談 | 〃 | 4月3日(月) | 10：00～11：45 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 一般健康相談 | 〃 | 4月10日(月) | 10：00～11：45 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 無医地区巡回診療(耳鼻科) | 〃 | 3月14日(火) | 14：20～14：50 | 〃 | 〃 | 八雲総合病院耳鼻科医師診察（有料）<br>持ち物：診察料金・保険証・老人医療受給者証(70才以上の方) |
| 無医地区巡回診療(眼　科) | 〃 | 3月30日(木) | 14：20～14：50 | 〃 | 〃 | 八雲総合病院眼科医師診察（有料）<br>持ち物：診察料金・保険証・老人医療受給者証(70才以上の方) |
| 無医地区巡回診療(泌尿器科) | | 3月28日(火) | 14：00～14：30 | 〃 | 〃 | 八雲総合病院泌尿器科医師診察（有料）<br>持ち物：診察料金・保険証・老人医療受給者証(70才以上の方) |
| **乳幼児関係** | | | | | | |
| 股関節脱臼検査 | 生後4ヶ月児 | 3月7日(火) | 個別通知にてお知らせします。 | 全地区 | 八雲保健所今金支所 | 股関節X線撮影 |
| すくすく子育てダイヤル | 乳児及び就学前の幼児を持つ保護者の方及び妊婦の方 | 3月8日(水) | 9：00～12：00 | 〃 | 総合福祉施設 | 電話による心配事などの相談(☎2-2780) |
| 3歳児健康診査 | 生後3歳2．3．4ヶ月児 | 3月10日(金)<br>4月3日(月) | 受付時間<br>13：15～13：30 | 〃 | 総合福祉施設内保健センター | 身体計測・小児科医診察・歯科医診察<br>保健相談・歯科相談 |
| 乳児健診 | 生後4．7．10．12ヶ月児 | 3月17日(金)<br>3月24日(金) | 受付時間<br>13：30～13：45 | 〃 | 〃 | 身体測定・保健相談・医師診察<br>歯科相談 |
| **予防接種関係** | | | | | | |
| ポリオ予防接種（個別接種になりましたので各病院で接種して下さい） | 生後3ヶ月～90ヶ月未満児 | 4月4日(火) | 時間帯<br>13：30～16：20 | 全地区 | 富田医院 | ＊母子健康手帳・予診票を忘れずに<br>＊予診票は各病院にも用意してあります。 |
| | | 4月5日(水) | 時間帯<br>14：30～15：00 | 〃 | 今金町国保病院（小児科外来） | |
| | | 4月6日(木) | 時間帯<br>14：00～17：00 | 〃 | 岩間医院 | |

お知らせ
☆無医地区巡回診療は病院の治療費と同じです。70歳以上の方は老人医療受給者証も必要となりますのでお忘れのないようお願いします。
☆ポリオ予防接種は個別接種となります。接種方法は経口接種です。接種料金は無料です。
母子手帳をご確認の上、未接種で対象年齢にある方は接種をお勧め致します。
☆ポリオ予防接種の個別案内は3ヶ月～18ヶ月の方のみですので、それ以外で未接種の方は下記までご連絡下さい。
☆ポリオは「小児麻痺」とも呼ばれています。日本では見られなくなりましたが、東南アジアや中国、インド等ではまだ流行があります。
日本では流行していなくても、国際社会の現在では接種を受けておくことは必要です。
☆予診票等をお持ちでない方、受け方がわからない方も、下記連絡先まで、ご相談下さい。
＜お問い合わせ・連絡先＞今金町総合福祉施設としべつ　保健福祉課健康づくり係保健婦　電話　2－2780

## 骨粗鬆症（こつそしょうしょう）を予防するには　②（食事）

今回は骨粗鬆症予防に食事面からどのように取り組んでいくと良いかあげてみます。

まず、普段の食生活を振り返ってみて、骨を弱くする原因があるかを考えてみましょう。骨を弱くする食生活とは、次に示すことです。

・カルシウムの多い食事をしていない。
・カルシウムの吸収を助ける食品をあまりとっていない。
・カルシウムの吸収を妨げる食品を多くとっている。

骨を丈夫にするにはこれらの逆を実行すれば良いわけで、骨を強くする食生活とは①カルシウムの豊富な食品を毎回の食事に取り入れる。②カルシウム等の吸収率を高めるビタミンDをとる。③カルシウムの吸収を妨げる要因を取り除く。ということになります。もっと具体的に書くと、①～カルシウムは日本人が唯一不足している栄養素。その上、カルシウムは体内で吸収されにくく、吸収率の高い牛乳でさえ利用されるのは約半分です。また、牛乳・乳製品以外に乾物類や緑黄色野菜も意外なカルシウム源となります。カルシウムを多く含む食品をまんべんなく継続的に取ることが大切です。②～骨の成分はカルシウムだけではなく、蛋白質やマグネシウムもあります。これらの吸収を高めるにはビタミンDを含む食品（かれい、かつお等の魚類が多い）をとることが大切です。③～蛋白質、リン酸塩、食物繊維はどれも重要な栄養素ですが、とりすぎるとカルシウムの吸収を妨げます。リン酸塩は清涼飲料水や加工食品、インスタント食品に多く含まれています。その他に食塩、カフェイン、アルコールのとり過ぎにも注意してください。

しかし、カルシウムばかりを意識しすぎて偏った食事になっては困ります。カルシウムを豊富に含むと同時に、全体的な栄養バランスの良い食事をとりましょう。

（保健福祉課健康づくり係）

## あっ 人をひいちゃった！



2月12日、雪祭り会場内で行われたドライビング・シュミレータ体験。

これは、実際に多い事故をもとに、運転の疑似体験をするもので、体験者は平均で3人の人をひいてしまうそうです。私も普段気をつけているつもりでしたが、いざ体験してみると2人もひいてしまい、本当の人でなくてよかったと胸をなでおろしました。

## うちの子のアイドル

### ▶成田　健悟（けんご）ちゃん



（平成9年9月1日生まれ）

中トマンケシ
成田正春さん、美智代さんの長男

【親から】

建設機械のオモチャが大好きな“けんご”です。今はお姉ちゃんのままごとセットがお気に入りです。遊び方はダンプにパワーショベルで積んで走り回っています。お片付けは苦手ですが、今日も元気に遊んでいます。

### ◀小林　奈央（なお）ちゃん



（平成9年9月24日生まれ）

南栄町　小林実さん、ゆかりさんの長女

【親から】

人見知りをしない、毎日元気な“奈央”です。

歌と踊りが好きで何でも興味を持つ年頃の女の子です。

大きくなったら、やさしく、元気な子に育ってほしいと思っています。

## 休日当番医

| | | | |
|---|---|---|---|
| 3月5日 | 北檜山立国保病院 | （北檜山） | ☎4－5321 |
| 12日 | 今金町立国保病院 | （今　金） | ☎2－0221 |
| 19日 | 道南ロイヤル病院 | （北檜山） | ☎4－5011 |
| 20日 | 楢崎医院 | （瀬　棚） | ☎7－3021 |
| 26日 | 今金町立国保病院 | （今　金） | ☎2－0221 |

（4月分については予定です）

| | | | |
|---|---|---|---|
| 4月2日 | 道南ロイヤル病院 | （北檜山） | ☎4－5011 |
| 9日 | 北檜山立国保病院 | （北檜山） | ☎4－5321 |
| 16日 | 瀬棚町国保医科診療所 | （瀬　棚） | ☎7－2470 |

※当番医が急きょ変更となる場合がありますのでご了承下さい。



※診療時間
午前10時から正午まで
午後1時から3時まで

## 小児科外来の診療時間変更のお知らせ

小児科外来は、毎週水曜日と金曜日の午後からの診療となっておりますが、次の期日については、診療開始時間が午後2時以降に変更となりますのでお知らせいたします。

3月10日（金）
3月17日（金）
3月24日（金）
4月3日（月）



### 小児科診療日が変わります

平成12年4月1日より小児科診療日が水曜日・金曜日から**月曜日・水曜日**に変わります。

（今金町立国保病院）

## 住民の動態

1月末現在

| | | 前月対比 |
|---|---|---|
| 人　口 | 7,154人 | （　2） |
| 男 | 3,452人 | （　4） |
| 女 | 3,702人 | （△2） |
| 世帯数 | 2,707世帯 | （　4） |



### ◇おたんじょうおめでとう

| | | | |
|---|---|---|---|
| 池田 | 佳穂（かほ）ちゃん | 1月6日 | （保護者　英　史）日の出町 |
| 木島 | 望（のぞみ）ちゃん | 1月8日 | （保護者　照　光）種川宮前 |
| 原紺 | 二葉（ふたば）ちゃん | 1月10日 | （保護者　克　彦）寒　昇 |
| 螺良 | 龍太郎（りゅうたろう）ちゃん | 1月19日 | （保護者　弘　志）大和町 |
| 髙橋 | 愛実（まなみ）ちゃん | 1月25日 | （保護者　公　彦）末広町 |
| 安達 | 凛音（りんと）ちゃん | 1月28日 | （保護者　真　司）種川宮前 |
| 伊藤 | 颯太（そうた）ちゃん | 2月3日 | （保護者　悟　志）中　里 |

### ◇いつまでもおしあわせに

2/2　鈴木　陽仁さん（中豊田）＝平野　公重さん（栄　町）

### ◆おくやみもうしあげます

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 南　川 | 薫さん | 1月20日 | 77歳 | （八束初田） |
| 加　我 | キミエさん | 1月30日 | 84歳 | （緑　町） |
| 片　石 | 信さん | 2月2日 | 64歳 | （トマンケシ） |
| 中　島 | ハ　ル さん | 2月5日 | 63歳 | （高　美　町） |

2月15日受付分まで

今金町ホームページ　http://www.hakodate.or.jp/imakane/

発行／北海道今金町役場　Tel②0111番　編集／企画調整課広報広聴係