

# ASABU

広報あつさぶ

2018.2  
650号



「伝統をつなぐ  
思いをつなぐ  
未来につなぐ」

Assabu Public Relations

【表紙：71年の歴史に幕『厚沢部町立鵜中学校閉校式』より～関連記事2頁】

「71年の歴史に幕」4月より町内3中学校は新『厚沢部中学校』に

# 鶺中学校閉校式・思い出を語る会

町立3中学校は本年3月末をもって閉校し、3校を統合した新『厚沢部中学校』が4月に開校することに伴い、鶺中学校（大口久克校長、13名の閉校式と思い出を語る会が、1月28日(日)に行われ、在校生や同窓生、教職員ら約240名が出席しました。なお、館中学校の閉校式は2月18日(日)に同校で行われます。



▲校旗返納) 鶺中を稲穂が包むという校章は鶺地区の地域性を綺麗に描写



▲最後の文化祭での鶺中太鼓『走楽(らん)』より

式典では、浜田正己町長が「少子化による生徒数の急激な減少に歯止めをかける事ができず子どもたちの望ましい教育環境を確保するため統合という選択に至った。地域の方々のご理解と決断に感謝」と式辞。来賓の檜山教育局・河野秀平局長は「鶺中学校は檜山管内教育実践表彰や北海道公立学校教育課程実践研究成果報告集に掲載されるなど創意あふれる教育活動を実践してきた」と述べ、鈴木祥司議長は「2000人を超える優秀な人材を輩出してきたのも先生方や同窓生の努力と地域住民の温かい支援の賜物」と敬意を表しました。生徒代表の外崎裕樹くん(2年)は「入学当時、困っていた自分を助けてくれた先輩の優しさを

## 「鶺中太鼓『走楽』の伝統を 新中学校でも受け継いで」

先輩から受け継いできた鶺中太鼓『走楽』など鶺中の良さと伝統は新『厚沢部中学校』の仲間にも繋いでいきたい」と決意を語りました。鶺中学校旗を町に返納した大口校長は「地域が学校を励まし学校が地域を励ますという良質な関係を紡ぎ出し、生徒1人ひとりの成長に大きな励ましを与え続けてきた。鶺中学校で過ごした苦楽が多くの人たちの心の中で『なつかしさ』として生き続け、『心のふるさと』や『生きる支え』になることを切に願う」と挨拶しました。

式典後には思い出を語る会が鶺地区多目的研修センターで行われ、鶺中として最後の演舞『鶺中走楽』も披露。出席者それぞれが鶺中学校の伝統と思い出を胸に刻みました。

## 齊藤克也さんと松田政弘さん

## 人命救助の功績に感謝状を贈呈

### 農業トラクターで救急隊の活動を援助

檜山広域行政組合消防本部(広島良二消防長)は12月28日(木)、人命救助に貢献したとして当路の農業、齊藤克也さん(59歳)と松田政弘さん(58歳)に感謝状を贈呈しました。厚沢部町民が同本部から人命救助の功績に対する感謝状を受けるのは初めてのことです。

事故は12月13日(水)午後3時25分頃、当路・古佐内橋付近の厚沢部川で発生。トラクターで川を渡ろうとしていた男性が誤って川に転落し約50メートル流されて対岸に避難。しかし、避難した対岸へ渡る橋はなく、当時の川は、川幅約20メートル、水深約1.5メートル、流れも速く人力だけ

では渡れない状況だったため男性の知人から連絡を受け現場に駆け付けていた松田さんと齊藤さんが自身の大型トラクターを運転し厚沢部消防署救急隊の活動を援助。トラクターのバケットに救急隊員と担架を乗せて川を渡り男性と接触。応急処置後、バケットに男性も乗せて救急車まで戻り、男性は町国保病院に搬送されました。

当時の気温は氷点下2度。低体温により命の危険が及んでいましたが機転の利いた判断と地域住民、消防隊員の迅速な連携が命を救いました。感謝状を受けた齊藤さんは「到着直後は動揺したが冷静な運転を心掛けた」。松田さんは「みんながお世話になってきた方。退院した男性から『ありがとう』と言われ、心から嬉しかった」と述べました。



▲感謝状を受け取った齊藤克也さん(左)と松田政弘さん

## 女性農業者チャレンジ活動

### 檜山管内初の優秀賞

## 東谷弥生さんを表彰



農村生活の充実や地域振興などのために積極的に活動する女性農業者や高齢者を対象にした『女性・高齢者チャレンジ活動表彰』(道主催)で、旭丘の農業、東谷弥生さん(50歳)が檜山管内で初となる優秀賞を受賞。1月18日(木)、賞状授与式が役場で行われ、檜山振興局の川上浩一産業振興部長より賞状等が伝達されました。厚沢部生まれの東谷さんは東京や札幌でパッケージデザイン等に携わった後、平成11年にUターン。実家の農業を

手伝いながら、味噌やあじ味噌の製造、大根や人参などの乾燥野菜、トマトやプルーンなどのジャム等、手づくりで加工を行い、前職の経験を活かしてパッケージのデザインも手がけて商品化し、道の駅や物産展、インターネット『東谷農園』で販売しています。賞状を受け取った東谷さんは「この賞を励みに今後も加工品づくりを続け、厚沢部産野菜のおいしさを多くの人に届けていきたい」と抱負を話してくれました。



# 平成30年厚沢部町成人式

平成30年『厚沢部町成人式』が1月5日(金)、町民交流センターで行われ、華やかな振り袖や真新しいスーツに身を包んだ新成人25名が出席し、大人としての自覚と決意を新たにしました。



▲新成人代表の誓いを行った福田浩太郎さんと十河ゆきみさん

式典では、主催者の町教育委員会・鈴木聡教育長より激励の言葉が、来賓の渡田正己町長と鈴木祥司議長よりお祝いの言葉が贈られ、新成人25名は真剣な表情で耳を傾けていました。

新成人を代表して、福田浩太郎さんと十河ゆきみさんが「厚沢部町出身者として誇りと自信を持ち、ふるさと厚沢部町を語る社会人になりま

す」と誓いの言葉を力強く宣言。来賓や保護者から期待の拍手が送られました。

式典後には、『発見！タカトシランド』(UHBテレビ)のナレーションやSTVラジオのパーソナリティーで活躍中の黒岩孝康氏による記念講演「夢を叶える生き方」が行われ、自身の経験で得た学びや考え方、生き方等を紹介。「親を大切に！」「人とのコミュニケーションを大切にできる大人になつて！」とエールを送り、新成人の門出を祝いました。



▲小中学校時代の恩師も祝福にかけつけ大人になった新成人と記念撮影「夢(目標)に向かって1日1日を一生懸命生きて！」とエールを送る黒岩氏

記念講演『夢を叶える生き方』



# 平成30年厚沢部町消防出初式

平成30年『厚沢部町消防出初式』が1月4日(木)、町民交流センターで行われ、消防団員75名が出席しました。木村秀喜団長は「安全で安心な町民の生活を確保するため今後も火災や自然災害で迅速に対処できる技術の習熟を日頃から訓練しよう」と訓示し、地域防災への決意を新たにしました。式典では、平成29年度『北海道消防表彰』と『北海道消防協会表彰』の伝達式も行われ、優良消防団員の功績を称えました。



▲北海道消防協会表彰受賞の伊勢谷広氏 ▲北海道消防表彰受賞の白川友之氏

## ★北海道消防表彰

### ★永年勤労章(30年勤続)

白川 友之 氏(班長)  
森高 敏之 氏(班長)  
古川 正紀 氏(団員)  
森 英樹 氏(団員)  
東谷 広之 氏(団員)

### ★表彰状(10年勤続)

澁田 潤介 氏(部長)  
久保田和敏 氏(班長)  
小野寺 孔 氏(班長)  
松橋 真也 氏(団員)

※平成29年3月31日現在算定

## ★北海道消防協会表彰

### ★功績章

伊勢谷 広 氏(副分団長)

### ★30年勤続章

伊勢谷忠洋 氏(班長)  
西里 勇治 氏(団員)

### ★20年勤続章

山田 克哉 氏(班長)

### ★10年勤続章

小野寺 孔 氏(部長)  
岩田 淳一 氏(班長)  
佐々木卓也 氏(団員)  
上田 和弘 氏(団員)  
松橋 真也 氏(団員)

※平成29年12月31日現在算定

# 鶺鴒 千手観音像を供養

昭和3(1928)年に創建された鶺鴒の『千手観音堂』にまつられている千手観音像を供養しようと1月17日(水)、江差町の正覚院・松村俊昭住職と鶺鴒の住民ら14名が同所を訪れ、厳肅な雰囲気の中、家内安全、交通安全、身体健全、五穀豊穰などを祈願しました。

千手観音像は上ノ国町石崎の砂鉄を用いたブロンズ製の『十一面観世音菩薩』で、『多くの人に救いの手を差し伸べる』ための千本の手と『どこにいても多くの人を見る』ための十一面の顔を持ち、『母の慈悲や優しさ』を象徴していると言われています。松村住職は「道南の日本海沿岸には四国八十八ヶ所巡礼が遠く

て参拝できない人のために、松前町の法幢寺から八雲町熊石関内の門昌庵を遍路する三十三ヶ所巡礼があり、この千手観音像は十九番札所にあたる正覚院でまつられていた。鶺鴒は昔から正覚院の穀物等を



▲「多くの町民にお参りして欲しい」と話す出席者

作る特別な地域であったため鶺鴒でまつることになったが、寺院と別の場所であつたため、いるのは三十三ヶ所所唯一」と語り、農業・山崎孝さん(70歳)は、鶺鴒に千手観音様がまつられていることで良い作物を作らねばという思いが増す。先人が受け継いできた観音様を敬う大切な思いを後世に繋いでいきたい」と述べ、川村範子さん(75歳)は「以前は千手観音堂の周りで相撲大会が催されるなどとても賑やかだったわ」と昔を懐かしみました。

# 私事から考える 農林商工業で 地域を活性化！



日本政策金融公庫札幌支店農林水産事業主催『みんなで考える地域ビジョンin厚沢部町』が12月20日(水)、山村開発センターで開催されました。本セミナーには農業者や商工業者、農業者支援を行う素敵な過疎づくり協議会など60名が参加。農業による地域活性化や経営の課題解決に向けて日本公庫等が協力するソフト事業や融資制度についての講演を聞いた参加者は「融資以外の日本公庫のメニューを活用し経営改善をしたい」「普段聞く機会の少ない海外展開に関する話が聞けて良かった」等の感想を述べました。



▲講演後に個別相談する農業者も出るなど熱心なセミナー参加者

# 仲間と切磋琢磨！ スポーツ少年団 団員募集中！



町スポ少本部主催「第40回柔道大会」が1月6日(土)、総合体育館で開催。また、同「第54回剣道大会」も7日(日)、同体育館で開催されました。なお、両大会各部門の優勝者は左記のとおりです。  
【柔道】小4の部1位 柴田 湊選手(厚小)  
小5の部1位 石井 透選手(厚小)  
中学の部1位 石井 遼平選手(厚中1)  
【剣道】基本打ち1位 佐藤 匠選手(鶏保)  
小低の部1位 田畑 颯基選手(厚小2)  
小高の部1位 八重樫大翔選手(鶏小6)  
中学の部1位 下川部大輝選手(厚中3)



▶一緒に柔道しよう！  
毎週月曜と木曜の夜に  
総合体育館で活動中！



▶一緒に剣道しよう！  
毎週火曜と金曜の夜に  
総合体育館で活動中！

# 新春鹿子舞交流会 貴重な郷土芸能 次の世代に繋ぐ



町鹿子舞交流協議会主催「第22回新春鹿子舞交流会」が1月14日(日)、町民交流センターで開催され、来賓や協議会員ら約60名が参加しました。2年ぶりの開催となった今年の交流会には「上俄虫鹿子舞」を伝える上里獅子舞保存会と「土橋鹿子舞」を伝える富栄鹿子舞保存会が出演。各地域で代々受け継がれている希少な鹿子舞を太鼓と笛の音色に合わせて披露しました。町鹿子舞交流協議会・浜谷栄会長は「鹿子舞の伝承は後継者不足が課題。次の世代に繋いでいくためにも交流会の開催は重要」と語りました。



▶すり足に近い足さばきと常に鹿子頭を動かし続ける細やかな踊りが特徴の上俄虫鹿子舞



▶神楽舞の足さばきを取り入れた踊りといわれる優雅な動きが特徴の土橋鹿子舞

# 道新幹線トンネル 要対策土処理方法 に係る住民説明会

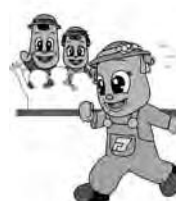


1月15日(月)、町内峠下で工事が進む北海道新幹線渡島トンネルの町内区間(南郷・北郷・上二股工区)で掘削される基準値を超えた要対策土(自然由来の重金属を含む土)の処理方法に関する住民説明会が町民交流センターで開催され、議員や地域住民ら14名が出席。工事主体の鉄道建設・運輸施設整備支援機構は「要対策土は稲穂見林道沿いの山林(上里地区)の民有地へ運搬し盛土する。そこで重金属を吸着させ基準値以下の地下水等にする。環境や生活に影響があつてはならない。厳しく監視する」と説明しました。



▲「万全な対策と監視を行う」と説明。住民らの理解を求めました。

# 鶏小廊下マラソン ユニークな取組が NHKで全国放映



鶏小廊下(本谷弘之校長、28名のユニークな取組「鶏小廊下マラソン」が1月9日(火)NHKの「おはよう日本」で全国に紹介されました。普段「廊下は走ってはだめ」と教える中、廊下マラソンという異例のアイデアを出した本谷校長は「雪が降っても児童が運動できるように学校で考える必要がある」と説明。先生の熱い思いに児童は応え、目標達成に向けて取り組んでいました。なお、見逃してしまったという方も安心してください！町ホームページ「おらにも君ブログ」で紹介していますので、ぜひご覧ください。



▲目標達成に向け、悩み、乗り越えようとする経験は人生の貴重な財産！

# 高品質米No.1 ふっくりんこを 学校給食に寄贈



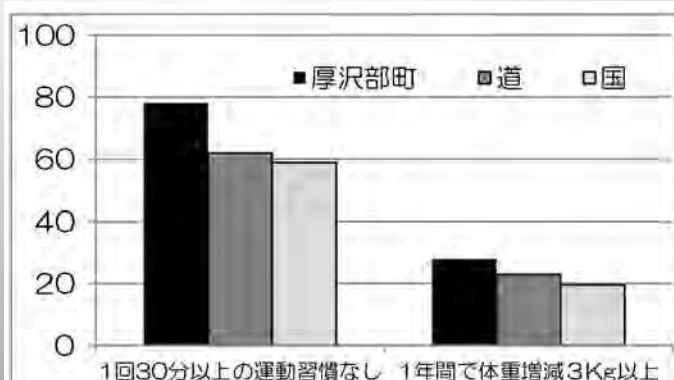
厚沢部町米作振興会(山田智穂会長)は1月19日(金)、厚沢部産「ふっくりんこ」100kg(茶碗1000杯分)を町給食センターに寄贈しました。山田会長は「29年産函館育ち「ふっくりんこ」の高品質米出荷で厚沢部町が第1位を収めた。この厚沢部産ふっくりんこを小中学生に食べてもらい、お米の大切さと地産地食の素晴らしさを知ってもらいたい」とJA新はこだて厚沢部基幹支店とともに企画。1月24日(水)にはJAが寄贈したメークイン50kgと地元産舞茸を使った「ご当地あつさぶカレー」が振る舞われました。



▲「厚沢部のふっくりんこはおいしいって宣伝を」と願う山田会長

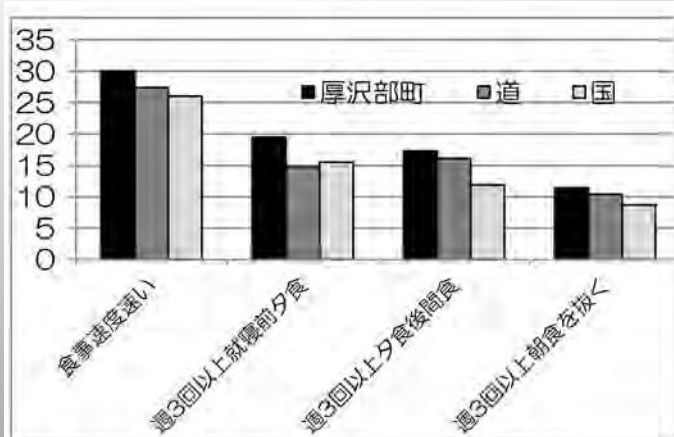
### (3)みなさんは、『てくてく・カミカミ・ニコニコ・どきどき♥』していますか？

#### 「あなたは『てくてく』していますか？」



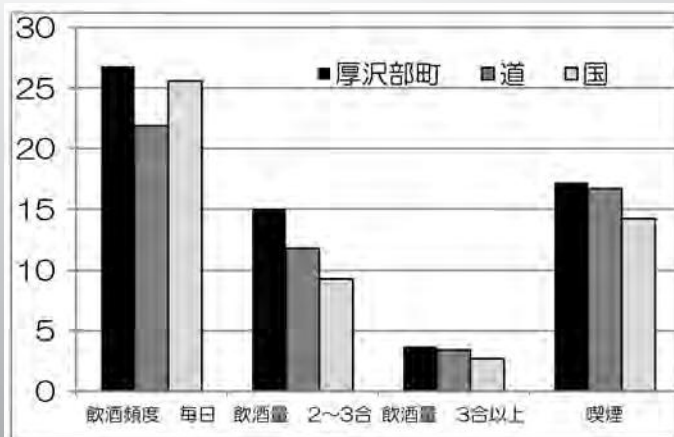
運動習慣のある方は2割程でした。  
また、3割近くの方が1年間で体重の増減が3kg以上あると答えています。  
農繁期に体重が落ち、農閑期に体重が増える方が多いようですが、年々農繁期に体重が落ちずに体重が増えてきているという話もよく聞きます。

#### 「あなたは『カミカミ』していますか？」



食事速度が速いと自覚している方が国や道と比較して多い傾向にあります。  
時間に余裕がある時は、ゆっくりよく噛んで食べることを心がけましょう。  
また、夜食を過ぎてしまうと朝の食欲がわかないことがあります。夕食が遅くなる時は、ご飯の量を減らしたり、消化の良いものを食べると良いですね。

#### 「あなたは『ニコニコ・どきどき』していますか？」



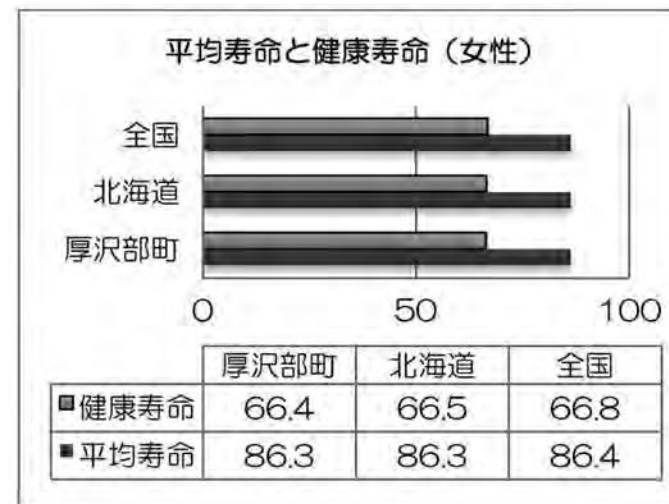
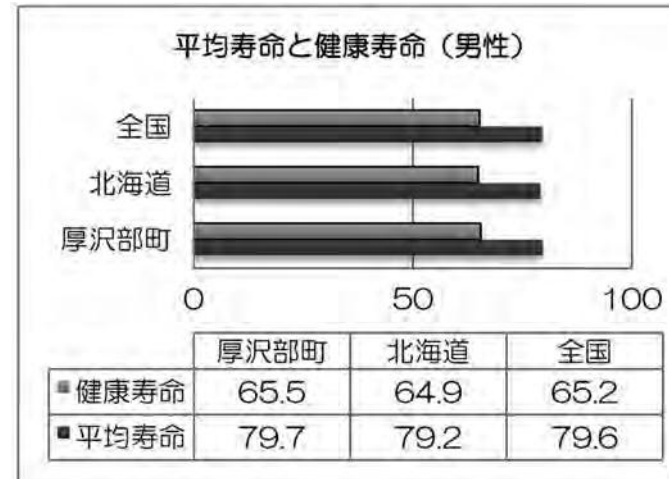
厚沢部町は毎日飲酒している方が他より多く、その中でも適量といわれる1合を上回る量を飲酒される方が多い傾向にあります。  
また、北海道は喫煙率が高いといわれていますが、厚沢部町は道の喫煙率も上回っています。  
飲酒や喫煙以外に楽しめる場や生きがいづくりがあるといいですね。

〔単位：％(町で実施している特定健診の質問票結果より)〕

2018年は、『てくてく・カミカミ・ニコニコ・ドキドキ』を生活習慣に取り入れて、健康寿命を伸ばしましょう！

## 各統計から分析する 厚沢部町民の生活習慣の 特徴について

### (1) 健康寿命と平均寿命からみえること (H28国保KDBシステムより)



### (2) 健康寿命を伸ばすポイントは、『てくてく・カミカミ・ニコニコ・どきどき♥』

#### ① てくてく

適度な運動。運動習慣をつくることで、適正体重の維持や血液データの改善、ストレスの解消につながります。

#### ② カミカミ

規則正しい3度の食事。大豆製品や野菜、キノコ類をバランスよく取り入れ、よく噛んで食べることで脳の活性化や血液データの改善につながります。

#### ③ ニコニコ

心の健康。しんどい時は深呼吸をしたり、誰かに相談すると良いですね。( ^o^ )

#### ④ どきどき(ワクワク)♥

五感を使った感動。趣味や生きがいを持つことが大切です。

ごめんください  
保健師です



334

藤岡 智恵

#### ■ 健康寿命とは

健康寿命とは、日常生活に支障なく暮らせる年齢です。厚沢部町は道や国と比較して大きな差はありませんが、65歳前後で健康状態や日常生活動作に不安が出てくる方が多いようです。

また、健康寿命と平均寿命の差は、男性が14年、女性が20年近くあります。

平均寿命が年々伸びてきているこの時代。医療や介護にかからなくてもよい状態(健康期間)を伸ばしていくことが理想です。

#### ■ 平均寿命の順位

男性の平均寿命の順位は全道179市町村中38位(道南ではNo.1)です。健康寿命と平均寿命ともに道や国よりも高い傾向にあります。当町の男性は自己の健康管理ができている方が多いのかもしれません。

女性の平均寿命の順位は全道179市町村中97位(道南では7位)です。健康寿命と平均寿命ともに道や国と同等または若干低い傾向にあります。当町の女性は自分の健康を過信して頑張りすぎているのかもしれません。



## 活性化センターだより

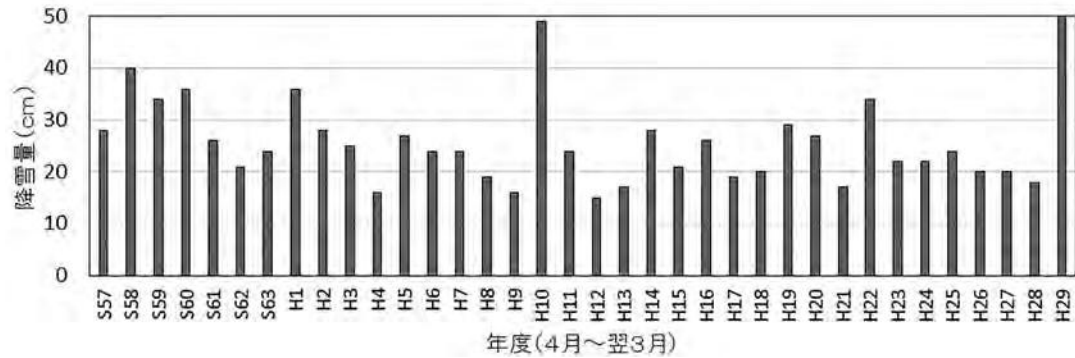
観測史上最大の降雪量を記録

1月11日から13日にかけて、厚沢部町で記録的な降雪がありました。

農業活性化センターのすぐ隣にある鶺アメダスの観測データによると、12日に50cmもの降雪が記録されました。これは鶺アメダスが降雪・積雪の観測を始めた昭和57年以降最大です。また同日、積雪が100cmになり、こちらも観測が始まって以来最も早く100cmに達した記録となりました。

その後、徐々に雪は解け始めていますが、例年最大の積雪を観測するのは2月～3月にかけてです。今後降雪量がさらに増える可能性もあるため、農業施設の大雪対策が必要です。また、積雪が多くなった場合は、ほ場の雪解けが進まず春作業の遅れが懸念されます。計画的な融雪剤散布を行います。晴天が続く前の散布が効果的です。

【農業振興係 田中 将之】



▶1日に降った最大降雪量(鶺アメダス)



(写真①)丸山から撮影された館城全景  
ヤマザクラと思われる若木がたくさん見えます。  
館城の中には今はほとんどなくなったトドマツが  
植えられています。

丸山から撮影された写真①には、今は大木となつているヤマザクラやシラカバの若木がみえます。



(写真②)まだ砂利道路だった館城富里線  
右手には礎石と思われる石が積み上げられています。

館城富里線から撮影された写真②の右側には建物の礎石と思われる石が積み上げられています。土管やコンクリートブロックなども積み上げられています。

このような殺風景な館城の景観も、館地区の方々の努力によって、大きな木や草花に囲まれた現在のような憩いの場となつていったのです。

【学芸員 石井 淳平】



## 続・協力隊新聞 笑顔であつたあさぶ

Vol.7

雪が少ないという道南地域であっても今年の冬は、ここ数年の中でも雪が多いみたいですね。毎朝、役場駐車場に積みあがっている大量に除雪した雪の山を眺め、「雪国に来たのだから」としみじみ思う毎日です。

年明けの大雪が降ったある日、運悪くインフルエンザにかかってしまい家で寝込んで

いたのですが、私が熱でうなされている間、心配してくれた友人やご近所の方が家の前を綺麗に雪掻きしてくださいました。雪で車や玄関ドアが埋まる程の降雪量だったので助けてくださった周りの皆様のお気持ちには本当に心が温かくなりました。この時、人の温情を感じたのと同時に、改めて北海道の自然の過酷さを

## 法テラス江差通信

Vol.75

相続について

先日、『政府が土地相続時の登記の義務化や土地所有権の放棄の可否などに関する協議・検討に入る』旨の報道がなされました。これは、所有者不明土地の増加や空き家問題が背景にあるようです。

みなさんは、相続が発生した際に不動産の相続登記を行っているですか。または、遺産分割協議に基づいて名義変更

を行っていますか。登記が行われずにそのまま放置され、世代交代が進むと、法定相続人の数が増え、その分登記手続きへの労力が増えます。

もし、「うちの相続登記はどうなっているのだろうか」「相続登記しておいた方がよいのだろうか」などと疑問に思われる方がいましたら、法テラス江差法律事務所へ相談を。



## あつたぶ学芸員講座 昭和46年の館城

館城は古くから地元の方々が大切に保存してきました。

特に、昭和40年前後から館地区では館城整備の機運が高まったようです。現在、館城に植えられているサクラやクリなどもこの頃に植えられたものです。

## ねんきん講座 国民年金保険料は口座振替がお得です！

前納制度を利用し、現金で保険料を1年度分前納すると3,510円割引となり、6カ月分前納では800円割引となります。

- また、口座振替制度を利用すると・・・
- ① 2年度分の前納  
(4月～翌々年3月分)
  - ② 1年度分の前納  
(4月～翌年3月分)
  - ③ 6カ月分の前納  
(4月～9月分、10月～翌年3月分)
  - ④ 毎月(早割)  
※納付期限よりも1カ月早く口座振替
  - ⑤ 毎月(割引なし)  
の右記5種類から自由に選ぶことができます。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、ご希望の金融機関または函館年金事務所(☎0138・56・1165)へ申し出てください。なお、4月分からの口座振替を希望する場合は、口座振替申出書を2月28日(水)迄に年金事務所(☎040・8555 函館市千代台町26・3)へ提出してください。

◎国民年金保険料の免除申請ができます。

国民年金は、所得が少ないときや失業等により保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除を申請することができます。平成26年4月からは、申請時点の2年1カ月前の月分まで申請できるようになりましたので、ご活用ください。

☆詳しくは、保健福祉課住民年金係へ、お気軽にどうぞ

☎64・3313

## あつたぶメイクイン コロッケコンテスト 作品受付始まる！

じゃがいもの女王メイクイン発祥の地・厚沢部町の知名度向上を図るためメイクインを使用したコロッケのレシピを全国から募集する『第5回あつたぶメイクインコロッケコンテスト』(素敵な過疎づくり(株主催)の作品受付が始まりました。見事、最優秀賞に輝いたコロッケは商品化し、道の駅あつたぶや各種催事等で販売する予定です。詳細は町ホームページに掲載していますのでご覧ください。

◆応募締切は2月28日(水)まで



第3回 最優秀賞「もちもちコロッケ」  
トマト味の身中とモチモチとした食感を楽しめるコロッケ

第1回 最優秀賞「野菜コロッケ」  
厚沢部産のコボツやさつまいもを使った厚沢部の味覚を詰め込んだコロッケ

第4回 最優秀賞「あつたぶのこじやん!コロッケ」  
厚沢部産のキノコがたっぷり味付け、ベースの濃厚な味付コロッケ

第2回 最優秀賞「お花畑コロッケ」  
人参やピーマンで色鮮やかさを表現したコロッケ



食生活  
改善  
協議会

エネルギー 282 kcal  
塩分 1.8 g

## 今月の簡単レシピ

### 疲労回復に最適！ 煮豚



【材料】(2人分)  
●豚ロース肉 240g  
●長ネギ 40g  
●しょうが 20g  
●長芋 80g  
●大根 160g  
●まいたけ 30g  
●いんげん 3本  
☆だし汁 400ml  
☆しょうゆ 大さじ2と2/3  
☆みりん 大さじ2と2/3  
☆砂糖 小さじ2

【作り方】  
①鍋に豚ロース肉と長ネギ、しょうがを入れ、ひたひたの水を加えて、アクを取りながら1時間程ゆでて一口大に切る。  
②長芋は一口大、大根は3cm角に切って下ゆでする。まいたけは手で裂き、いんげんはさつとゆでて斜め半分に切る。  
③鍋にだし汁と調味料を入れて、火にかけ、煮立ったら豚肉、長芋、大根、まいたけを入れて30分ほど煮る。  
④煮汁は残して具だけを盛り、最後にいんげんを添える。

#### 食改さんのコメント

豚肉は脂が多いと思われて敬遠されがちですが、疲労回復の働きがあるビタミンB1が豊富に含まれています。他にも、肌荒れや口内炎の改善にも役立ちます。



道の駅  
新着  
情報

### 町民も集う 道の駅を 目指して

冬でも、キャベツやほうれん草などの新鮮野菜や、厚沢部産メークインを使用した冷凍コロッケや揚げいも等、品揃え豊富な『道の駅あっさぶ』ですが、町民の利用が少ないのが悩みの種。町観光協会では「町民も集う身近な道の駅」を目指して日々取り組んでいます。2月9日(金)から3月16日(金)の間は、檜山振興局森林室の協力の下『木育コーナー』を設置します。町民の皆様もぜひ道の駅にお立ち寄りください！



図書館  
新着  
情報

### おあめ図書

2月14日はバレンタインです。  
甘い香りがただよってきそうなこの季節。  
今回は甘い食べ物テーマの本を紹介します。



#### 「米粉のシフォンケーキとスイーツ」 (湊 麻里衣 著)

小麦や乳製品・卵を使わずに、ふわふわのシフォンケーキが作れるレシピ本。ケーキの他にもクッキーやタルトなど45品を紹介。アレルギーを持つ方も安心して食べられる本格的グルテンフリースイーツです。

#### 「モカとつくるホットチョコレート」 (刀根 里英 著)

絵本「モカと幸せのコーヒー」に登場する白うさぎのモカと一緒に、ぽかぽかあったかホットチョコレートをつくろう！  
小さく可愛いレシピ付きの絵本です。



- 図書館では、お探しの資料が貸出中の場合、予約を承っています。また、リクエストや道立図書館からの貸出も受け付けています。どうぞ、お気軽にご利用ください。
- 問合せ先 図書館(直通) ☎64-3436

## 厚沢部町国保病院 (TEL64-3036) からののお知らせ



### 2月の外来診療



| 診療科 | 診療日                                           |
|-----|-----------------------------------------------|
| 内外科 | 月～金曜日(祝祭日は休診)                                 |
| 眼科  | 6日(火)・7日(水)<br>20日(火)・21日(水)<br>27日(火)・28日(水) |

受付時間 午前… 8時30分～11時30分  
午後… 13時30分～15時00分

※診療日は予定であり、医師の出張などで変更する場合があります。事前に病院へご確認ください。  
※眼科診療は事前に予約していない方も診療日当日の予約に余裕があれば、受診が可能な場合がありますので、お問い合わせください。

### 【無料送迎バスのご案内】

国保病院と館・鵜地区を往復する無料送迎バスを下記のとおり運行していますので、ご利用ください。

#### 運行日 週2回(火・木曜日)

停車場 出発時間

- ① 旧館診療所前 午前8時30分  
② 館地域振興センター 午前8時30分過ぎ  
③ 鵜学校前バス停 午前8時50分  
④ 鵜地区研修センター 午前8時50分過ぎ  
⑤ 国保病院 午前9時10分

※帰路は利用者全員の診療が終わり次第出発します。  
(帰路順:国保病院⇒館地区⇒鵜地区)

行程

## 北海道立江差病院 (TEL52-0036) からののお知らせ



### 2月の外来診療



| 診療科      | 診療日                                   |
|----------|---------------------------------------|
| 整形外科     | 午前 月～金曜日                              |
| 循環器内科    | 午前 月～金曜日<br>午後 月曜日・金曜日                |
| 消化器内科    | 午前 月曜日・水曜日・金曜日<br>午後 月～水曜日            |
| 呼吸器内科    | 午前 金曜日<br>午後 木曜日                      |
| 総合診療(外科) | 午前 火～木曜日(外科は9.23日)                    |
| 小児科      | 午前 月～金曜日(午後の受診は要相談)                   |
| 泌尿器科     | 午前 月～金曜日<br>午後 水曜日                    |
| 精神科      | 午前 月～金曜日<br>午後 月曜日                    |
| 産婦人科     | 午前 月～金曜日                              |
| 耳鼻咽喉科    | 午前 6.7.14.15.20.21.28日<br>午後 14.28日   |
| 眼科       | 午前 8.22日(予約以外は10時迄に受付)<br>午後 7.21.28日 |
| 皮膚科      | 午前 火曜日                                |
| 神経内科     | 2.16日                                 |

受付時間 午前… 8時00分～11時30分(初診の方は9時00分～)  
午後… 13時00分～14時30分

※予約受付時間(定期患者のみ) 13時00分～16時00分  
※診療日や担当医は予定であり、変更になる場合があります。事前に病院へ確認の上、受診してください。

### ★子どもの健康セミナー要旨② 「アレルギー」

- ①アトピー性皮膚炎の要点:重症例でも適切な治療と管理により湿疹が分からない状態にコントロールできる可能性が高い。コントロール状態が心身の発育や各種活動・社会性の向上に大きな影響を及ぼす。皮膚の深いところ(表面の見ただけではわからない)の炎症が重要。血液検査で判断できる。
- ②アレルギー性鼻炎の要点:症状が強いと様々なパフォーマンスを落とし、睡眠の質や発達・発育にも影響する。喘息合併例は、鼻炎をコントロールしないと喘息が落ち着かない。アレルゲンを減らすことが重要。皮下・舌下免疫療法(12歳以上)により根治する場合がある。
- ③気管支喘息発作の要点:肺気腫と同様に「不可逆的」な疾患。発作を起こすたびに肺は固くなり肺の寿命は短縮する。発作が落ち着いても肺は完全な健康状態までは改善しないと考えるべき。最重症児についても定期吸入薬や分子標的治療薬で軽快し、時に完治する。
- ④食物アレルギーの要点:診断には食物負荷試験(+除去試験)が最も有用で、問診や皮膚検査、血液検査が次ぐ。離乳食で怖がっていつまでも卵などを食べさせない方が食物アレルギーになりやすい。重症症状の既往があればエピペンという自己注射薬を処方することがある。【小児科医長 野上和剛】

### ★道立病院からのお願い★

道立江差病院の内科は、循環器内科及び消化器内科の専門外来となっています。風邪や発熱などの症状のみの方は、厚沢部町国保病院で初期受診をしてください。皆様のご理解ご協力をお願いします。

## 戸籍の窓

(1月25日届出分まで)

いつまでもおしあわせに！

荒木 敬仁さん 当路  
外崎 莉香さん 北斗市

おたんじょうおめでとう！

赤沼町 山本 陸翔くん 12/23  
(要さん・早織さんの子)

新町 高野 愛ちゃん 1/9  
(健二さん 真実さんの子)

美和村 松律人くん 1/15  
(翔平さん 由美さんの子)

おくやみもうしあげます

富栄 山田 キチさん(81歳) 1/9  
赤沼町 児玉テル子さん(74歳) 1/9  
館町 細畑 利光さん(94歳) 1/15  
当路 齊藤シゲエさん(86歳) 1/22  
赤沼町 岡本 ツマさん(100歳) 1/22

## 町の人口

平成29年12月末日現在

|     | 世帯    | 男     | 女     | 人口    | 前月からの<br>人口増減 |
|-----|-------|-------|-------|-------|---------------|
| 下地区 | 1,159 | 1,109 | 1,224 | 2,333 | (-8)          |
| 鶉地区 | 341   | 341   | 354   | 695   | (+1)          |
| 館地区 | 467   | 463   | 501   | 964   | (-2)          |
| 全 町 | 1,967 | 1,913 | 2,079 | 3,992 | (-9)          |

※外国人住民を含む

## 厚沢部町ふるさと納税寄附状況

(1月25日届出分まで)

|                  |          |
|------------------|----------|
| 今月の寄附件数          | 0件       |
| 今月の寄附金額          | 0円       |
| 平成29年度<br>寄附件数累計 | 28件      |
| 平成29年度<br>寄付金額累計 | 945,000円 |
| 前年度寄付金額          | 830,000円 |

## 厚沢部町交通事故死 ゼロ記録簿

平成30年1月28日現在

連続 1 1 3 6 日



### 町生涯スポーツ講座の 参加者を募集します！

町教育委員会では、平成29年度町生涯スポーツ講座『初めてのノルディックウォーキング＆楽しい入浴方法セミナー』の参加者を募集します。今回はノルディックウォーキング体験後、温泉ソムリエの資格を持つ講師による『入浴事故』防止につながる基本的な入浴方法も紹介します！詳細は下記のとおり。定員になり次第締め切りますので、お早目に申込みを。

★ノルディックウォーキングとは？

ポールを使ったウォーキングで世界的にも効率の高い全身運動とされています。

◆参加料 無料

◆定員 15名(先着順・定員になり次第締切)

◆対象 一般町民(小学生以下は保護者同伴)

◆復約(約3.4km)します。

※上里温泉から役場前をノルディックウォーキングで往復(約3.4km)します。

◆場所 上里ふれあい交流センター(上里温泉)

◆日程 2月24日(土)

☆受付 13時～13時20分

☆体験 13時30分～14時30分

☆温泉セミナー 14時40分～15時10分

※上里温泉から役場前をノルディックウォーキングで往復(約3.4km)します。

◆申込み 2月16日(金)までに教育委員会事務局 社会教育係へ

電話 64・3318

※ポールが無い方は貸し出ししますので、申込時に身長を申告願います。

※運動ができる温かい服装、帽子、タオル、冬道を歩けるスノトレ・長靴を準備願います。

※講習終了後、入浴される方は入浴の準備等、各自対応願います。



▲ふるさと厚沢部町を応援を！  
詳しくは町ホームページをご覧ください。  
<http://www.town.assabu.lg.jp>

### 善意感謝致します

◎社会福祉協議会へ

★御香料のお礼に代えて

富栄・山田正栄さんから

50,000円

### 直近の休日当番医

急遽変更になる場合がありますので予め確認願います。

| 当番日      | 病院名       | 電話番号    |
|----------|-----------|---------|
| 2月11日(日) | 道立江差病院    | 52-0036 |
| 12日(祝)   | 厚沢部町国保病院  | 64-3036 |
|          | (あさぶ調剤薬局) | 64-3041 |
| 18日(日)   | 道立江差病院    | 52-0036 |
| 25日(日)   | 乙部町国保病院   | 62-2331 |
| 3月4日(日)  | 勤医協江差診療所  | 52-1366 |

☆☆☆南部松山清掃センターからのお知らせ☆☆☆  
2月10日(土)と24日(土)は休日のためゴミの搬入はできません。  
ごみ収集カレンダーにも掲載していますので、ご確認ください。  
問い合わせ先: 南部松山清掃センター(☎53-6301)

## 行事 & 2 & 3 お知らせ

### 運転免許更新新講習

★上ノ国町総合福祉センター  
○2月14日(水)

◆優良運転者講習  
13時～13時30分

★江差町文化会館

○2月20日(火)

◆優良運転者講習  
13時～13時30分

◆違反運転者講習  
14時15分～16時15分

○3月13日(火)

◆優良運転者講習  
13時～13時30分

◆一般運転者講習  
14時～15時

◆初回更新者講習  
15時45分～17時45分

### 冬の交通安全運動

交通事故の危険性を自分事と捉え、交通ルールの遵守と思いやりのある安全運転の実践を積極的にに行いましょう！

◆重点推進事項

①高齢者の交通事故の防止！

②凍結路面などのスリップによる交通事故の防止！

③飲酒運転の根絶！

### 確定申告書の受付開始と マイナンバー記載について

①平成29年分『所得税及び復興特別所得税』確定申告の相談と申告書の受付は、2月16日(金)から3月15日(木)迄です！  
確定申告書は国税庁ホームページの『確定申告書等作成コーナー』で作成し、印刷して郵送等により提出することができます。『確定申告書等作成コーナー』には給与所得や年金所得のみの方専用の初めての方でも操作しやすい画面もありますので、ぜひご利用ください。

税務署などへ確定申告のためにお越しの際には、前年の申告書控え、確定申告に必要な書類及び印鑑をご持参ください。

なお、申告書の作成には時間がかかりますので、午後4時頃までにお越しください。  
②確定申告書には申告者や扶養親族の方などのマイナンバーの記載が必要です！  
マイナンバーを記載した申告書を提出する都度、申告者ご本人の本人確認書類の提示

または写しの添付が必要(控除対象配偶者、扶養親族及び事業専従者などの本人確認書類は不要です)。  
【本人確認書類の例】  
□例1 マイナンバーカード  
□例2 通知カード+運転免許証、公的医療保険の被保険者証など

◆問合せ先 江差税務署  
江差町字姥神町167番地1  
檜山地方合同庁舎  
☎52・0078

### 自衛官募集のお知らせ

自衛隊では、自衛官採用試験(平成30年4月採用)の受験者を募集しています。

◆募集種目 自衛官候補生  
◆資格 18歳以上27歳未満  
◆試験期日  
①2月10日(土)～2月12日(祝)  
②3月4日(土)～3月5日(日)

◆備考 試験期日は右記日程の希望する1日  
◆問合せ先  
①自衛隊江差地域事務所  
☎52・2476  
②役場総務政策課総務係  
☎64・3311

### 檜山地域人材開発センター 実施事業のお知らせ

| 住民講座・技能講習名               | 日程              | 時間          | 受講料             | 申込締切     |
|--------------------------|-----------------|-------------|-----------------|----------|
| フラダンス教室                  | 2月7日(水)         | 13:00～15:00 | 各2,000円         | 2月6日(火)  |
|                          | 2月21日(水)        |             |                 | 2月20日(火) |
| 玉掛け(19H/15H)             | 2月19日(月)～21日(水) | 8:30～18:00  | 28,000円/24,000円 | 2月9日(木)  |
| フォークリフト運転技能講習(31H/11H)   | 2月22日(木)～25日(日) |             | 52,000円/21,000円 |          |
| 小型移動式クレーン運転技能講習(20H/16H) | 2月26日(月)～28日(水) |             | 50,000円/44,000円 |          |

★問合せ(申込)先  
檜山地域人材開発センター  
☎52・0160

# 時 間 を 刻 む

檜山管内は人口減少率の割合が高く、少子高齢化や過疎化対策への取組が檜山管内共通の切迫した課題となっている。

この状況を踏まえ当町では、厚沢部町『素敵な過疎のまちづくり基本条例』を平成21年3月に制定。『世界一素敵な過疎のまち』をスローガンに、都市部との交流による『厚沢部ファンの獲得』や滞留人口の拡大による『地域の賑わい創出』を目的として『大学アウトキャンパス事業』を展開している。

今月の『時間(とき)を刻む』では、事業開始10年を過ぎた大学アウトキャンパス事業を通して、厚沢部町(民)との縁や絆が更なる関係に繋がった『素敵な過疎のまちを目指した取組』について紹介する。

## 『素敵な過疎のまち』を目指して

### シリーズⅢ

「毎回厚沢部の方々に温かく迎えられてとても幸せ。食の大切さと働く厳しさを厚沢部農業で学んだので小学校教員としても活かしていきたい」

奈良教育大学生・小塚さんが教員に

一昨年11月、奈良教育大学アウトキャンパススタディで4年連続厚沢部町を訪問し、ホームステイ先等との謝恩会で抱負を述べた小塚益代さん。昨年4月から大阪府堺市立東深井小学校5年2組の担任として日々奔走する中、「厚沢部町の生活や食文化、農業を東深井の子ども達に知ってもらい、食や文化、地域への愛着心を持たせたい」と思いを巡らせていた。

▼おらいも君らが函館空港でお出迎え  
毎回同じでも笑顔で喜び心優しい小塚さん



## 大学アウトキャンパス事業 『縁』や『絆』が更なる『繋ぐ』へ

地域おこし協力隊・相良隊員が繋ぐ

厚沢部産農産物のPRや販路拡大に向けて、一昨年7月から素敵な過疎づくり(株)で活動する地域おこし協力隊の相良尚美隊員(当路出身)。昨年4月からは厚沢部小5年生の担任・土佐林洋介先生と連携し、『厚沢部の農業に学ぼう』をテーマにした授業とメークインやポップコーンを学校菜園で栽培。厚沢部の食について学習を深めていた折、小塚先生から寄せられた『交流授業』の相談。相良隊員の『厚沢部町や野菜を愛する心』に火が付いた。

アグリスト倶楽部・外崎代表に繋ぐ

まず、それぞれの地域の特徴や郷土料理等の紹介ビデオを撮って送ることに。厚沢部小5年生の『厚沢部の農業に学ぼう』で講師役を務めたアグリスト倶楽部(株)外崎明代表に出演依頼。趣旨に賛同した外崎代表と地域おこし協力隊・吉田典幸隊員も含めた3名による『厚沢部愛』に満ちた映像が完成。小塚先生に送られた。

厚沢部と東深井小は繋がったか?!

2人の厚沢部愛で繋がった取組は学校間協議へ。「今年度の交流授業は諦めかけていた」と話す相良隊員。「様々な体験から幅広い見識を持たせたい」と土佐林先生の尽力で繋がった両校。詳細は次号で。

### あとがき

▼今月号ではたくさんの『繋(つな)ぐ』に出会った。『鶴中太鼓の伝統を新厚沢部中の仲間にも繋げたい』(2頁)、「郷土芸能の鹿子舞を次の世代に残したい」(7頁)という先輩の取組や町の伝統を繋ぐ姿勢。『厚沢部産野菜のおいしさを多くの人に届けたい』(3頁)、「厚沢部の農業を子どもたちに教えたい」(当頁)という厚沢部農業の魅力を更新に繋ぐ姿勢。『先人が受け継いできた観音様を敬う心を後世に繋げたい』(5頁)、「町民の助け合いの距離感、温かい心のバトンを私も繋ぎたい」(10頁)という先人の敬う心や温かい心を繋ぐ姿勢。全ての方に共通していたのは先人や先輩に感謝し町や地域を大切に思う心を持っているというところ。『今ここに』にあるのは代々受け継がれてきたから。大切なモノは後世に残したい。『やらない選択や出来ない理由を考えるのは容易。しかし、その先に未来はあるのか。その時になってコトの大切さに気付くのでは悲劇』ひとりでは時間が掛かる。しかし、誰かがやるのを待っているのは遅い。▼広報の取材で教えられた思い。出会った方々の思いを繋いでいく使命がある。鶴中学校開校式(2頁)で校長先生がお話になった『経験した苦楽』はなつかしさとして心の中で生き続け『生きる支え』になる』との言葉を胸に……。 (三)

