

広報あつさぶ

ASSABU

2016.12
636号



師匠に見守られ
緊張の舞台へ

Assabu Public Relations

功績に感謝して

祝 平成28年度 町政功労者等表彰式



左から)安藤氏、佐々木氏、洪田町長、南館町第一納税貯蓄組合伊勢谷氏、笹谷氏(能登谷氏は都合がつかず欠席)

4人と1団体に
町政功労者等を表彰

11月4日(金)、政治や文化、地域活動などの分野で町政の振興に寄与された人や団体を表彰する『平成28年度町政功労者等表彰式』が町民交流センターで開催されました。

受賞者には洪田町長から表彰状と記念品が贈られ、町や議会関係者など64人が功績を称えました。受賞者と功績内容は左記のとおりです。受賞者の皆様心よりお祝い申し上げます。

1.善行表彰

(敬称略)

氏名	功績内容
安藤 榮 継	ふるさとづくり寄附金として、100万円を寄附された
能登谷 英 子	一般寄附金として、200万円を寄附された

2.叙勲等顕彰

《 消防庁長官表彰 》

(敬称略)

氏名	功績内容
佐々木 宏	多年にわたり消防団員として町民の生活の安定に寄与された功績により永年勤続功労章を受章

《 北海道社会貢献賞 》

(敬称略)

氏名	功績内容
南館町第一納税貯蓄組合	昭和39年の設立以来、多年にわたり納税思想の普及啓発と自主納税の推進に尽力された功績により受賞
笹谷 勝 博	多年にわたり地方自治の振興発展に寄与された功績により受賞

まちの議会を傍聴してみませんか



町政は、あなたのために。
次の定例会は12月12日(月)からです。
《一般質問は12日午前10時20分頃開始予定》
手続きは、傍聴者名簿に住所・氏名を記入するだけです。

安全を祈願して

11月1日(火)、『厚沢部町総合給食センター整備建設工事安全祈願祭』が、町長や施工業者、運営企業社長ら27人の出席のもと挙行されました。



切麻散米(きりぬめさんまい)の儀

式では、建設工事の開始を祝うとともに工事中の無事故・無災害を祈願。厚田町長は「総合給食センターは町内保育所や小中学校の給食、高齢者宅への配食サービスのほか、災害時の炊き出し機能も備える。さらに、地元雇用の拡充など人口減少対策としても重要な役割を持つ施設。完成が待ち遠しい」と給食センターへの思いを述べました。

町総合給食センター整備建設工事始まる



鍬入れの儀(齋鍬)

運営企業代表のハーベスト(株)協本代表取締役社長は「この総合給食センターは、施設の設計施工から運営維持管理まで一括して民間会社が担う運営方式で北海道初となる。学校給食・保育所給食・高齢者配食の3つを1か所で実施することは全国でも珍しい。地元で豊かな食材を利用し安心して美味しい給食を提供し、周りに評判になるよう優れた給食センターにする」と決意を述べました。

11月19日(土)、厚沢部町生涯活躍のまち構想推進事業『地域包括ケア構築セミナー』が、町民交流センターで開催され、医療、介護、福祉職に従事する50名が参加。「厚沢部町における地域包括ケアシステムの構築に向けて」と題した講演とグループ討議を通して、安心して暮らせるまちづくりに向けた方策を検討した。

講師に村松静子氏を招き

つなぐこと。紡ぐこと

在宅介護研究センターLLP

医療の主体は医療の受け手

組合員代表の村松氏は、これまで日本赤十字社医療センター・ICU初代看護師長を務め、日本赤十字看護大学の設立に尽力。その後、日赤を離れて独立。看護の力を信じて在宅介護を浸透させるために

側にある。受け手側の思いが担い手側に伝わるよう対話を

安心して暮らせる
まちづくり
素敵な過疎のまち
を目指して

「その時代に合った看護とはどうあるべきか。看護の基本とは何か」を実証すべく今なお活動中。平成22年10月には医療の受け手と担い手の懸け橋を担うメッセンジャーナーズの認定協会を設立。現在、33都道府県99名が所属するなど全国に活動を広げている。

重視しつつなぐこと、察して行動し、紡(つむ)ぐことが大切。厚沢部は保健師らが地域を歩き医療の受け手側と寄り添っており大変素晴らしい町。地域包括ケアと言葉でいうのは簡単。しかし、実践することが難しい。「あなたが何かに気付いた時が取り組めるチャンス」と捉えて実践して欲しい。

真の素敵な過疎のまちへの『可能性への挑戦!』
町が打ち出している『世界一素敵な過疎のまち』が地域住民の実感としてあるのか。「あなたはあなた」「わたしはわたし」人と人をつなぎ、紡ぐ手助けを実践していけば、地域包括ケアという領域にとどまらず、真の世界一素敵な過疎のまち厚沢部町が誕生するのではないかと。あなたの頭が、あなたの手が未来を拓く。可能性への挑戦」と激励した。参加者はセミナーを終え、「人間らしく生きることを今一度考え涙が出た」「出来ないではなく出来ることを素直に取り組む大切さを実感」「初心を思い返し勇気をもらった」などと地域包括ケアの充実に向け、意欲を高めていた。



村松 静子 氏

町民文化祭」開催

芸能発表会

11月3日(祝)、町民交流センター(あゆみ)多目的ホールにおいて芸能発表会が開催され、18団体約170名が出演し、日ごろの鍛錬の成果を堂々と発表しました。

今年の出演者には、鶺中学校やASB42、同級生など初参加の学校や団体もあり、新しい息吹が歴史ある芸能発表会に花を添えていました。

芸能発表会は午後1時30分に開演後、吹奏楽やピアノ演奏、鹿子舞、太鼓、合唱、ダンス、日本舞踊、カラオケ、江差追分や三味線など多種多様な演目がスムーズに進行。約4時間30分の時間が瞬く間に流れていきました。

なお、自分も演じてみたい歌ってみたいなど、興味を持たれた方は、文化協会事務局(教育委員会社会教育係(TEL64-3318))に問合せください。



▲▼初参加の『鶺中太鼓“走楽(らん)”』来年も参加し『鶺の本気』を見せて



▲初参加の『ASB42』・・・来年は、ASB43?!
▶初参加の『同級生』息ぴったり!
▼『厚中吹奏楽部』感謝の思いを込めて



▼館追分民謡愛好会『木村正二氏』
圧巻の声量!



▶元夕会『若柳元夕氏』の華麗な演舞
▼大トリ『津軽三味線佐藤流絃彩会』



第54回「厚沢部町」

文芸作品展

11月2日(水)・3日(祝)の2日間、総合体育館、鶉地区多目的研修センター、館地域振興センターにおいて、各地区文芸作品展が開催されました。

各会場には、保育所児や小学生、中学生から文化協会加盟団体の会員や一般町民、幸齢者学級生、デイケア利用者まで幅広い年齢層の作品が、各地区趣向を凝らして展示されていました。

また、体験コーナーやイベントも充実。総合体育館では、書道体験や囲碁体験、茶道体験のほか、アウトキャンパススタディで当町を訪れていた奈良教育大学の科学実験(巨大シャボン玉など)。図書館では、図書館まつりや古本市、北海道日本ハムファイターズ読書応援企画コーナー「クラブを本にかえて」も開催され、多くの方が足を運び、充実した時間を過ごしていました。



▲▼初参加の『奈良教育大学科学実験』
驚きの数々に瞳キラリ☆○☆



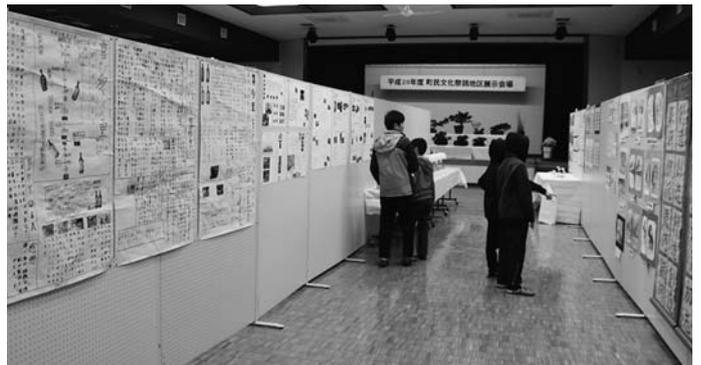
▲厚沢部会場)「素晴らしい盆栽だわ」



▲厚沢部会場)『おはなしまつり』
「お話ポケット会員募集中で〜す」



◀▶ 鶉会場) 鶉ならではの展示物
鶉会場) 色鮮やかな農産品展



◀▶ 館会場) 孫の成長を感じた絵
館会場) 鮮やかな鯉が出迎え



初めての…最後の…それぞれの発表の秋

美和小最後の学習発表会

平成29年3月をもって閉校となる美和小学校最後の学習発表会が、10月30日(日)、同校体育館で開催。保護者や来賓、地域住民ら約70人が見守る中、児童4人と教員3人らが力を合わせて7つの演目を行い、会場全体が笑顔と活気に溢れる最高の学習発表会となりました。



器楽にA.L.Tと清水校長も協演

舞踊『古代神』より

盛大な拍手の中、幕を閉じる

劇『三枚のおれ』より

<学習発表会を終えて>

- 斉藤 瀬那くん(5年)「お客さんが多くてパワーをもらった。器楽を特に頑張った」
- 渋田 磨瑚さん(5年)「とっても緊張したけど、たくさんの方が来てくれて嬉しかった」
- 渋田 明意さん(2年)「みんなの前ですごく緊張した。劇が楽しかった」
- 村松ゆずはさん(1年)「初めての学習発表会で楽しかった。古代神の踊りを頑張った」

保育所お遊戯会

11月19日(土)、館保育所お遊戯会が館地域振興センターで開催。会場いっぱいに集まった父母や親戚らの声援を受けながら歌に踊りにと頑張りました。おわりの言葉では山田太陽くん、伊勢谷千夏ちゃん、松橋咲綾ちゃんの3人が「最後のお遊戯会。とっても楽しくできました」と元気に話してくれました。なお、11月12日(土)、厚沢部保育所お遊戯会が町民交流センターで、11月26日(土)、鶺小保育所お遊戯会が鶺地区多目的研修センターで開催されました。



保育所生活最後のお遊戯『おぼろ月夜』



全員で歌『ね』

檜山管内合唱祭

11月20日(日)、『檜山管内合唱祭』が町民交流センターで開催。管内合唱サークル6団体・2小中学校、約120人が参加し素敵なハーモニーを奏でました。この合唱祭は、檜山管内文化団体連絡協議会主催により管内持ち回りで開催されているもので、当町では、平成25年以来3年ぶりの開催となりました。今回は、鶺小学校(本谷弘之校長)児童14人が初めて出演し元気いっぱいの歌声を披露。会場から溢れんばかりの拍手が送られていました。



鶺小学校の合唱『気球に乗ってどこまでも』



全体合唱『ふるさと』

祝受賞！祝入賞！おめでとうございます

税の作文 江差税務署長賞

厚中1年 伊勢谷 莉子さん受賞

第50回『中学生の税についての作文(全国納税貯蓄組合連合会・国税庁主催)』において、厚沢部中学校(大村徳則校長)1年生の伊勢谷莉子さんが江差税務署長賞を受賞し、11月17日(木)、同校で表彰状伝達式が行われました。

伊勢谷さんは「税について考えたこと」と題した作文で、税金の必要性を強く訴え、高く評価されました。表彰後、「私は今まで『税は生活に不必要なもの』と考えていましたが、今回の機会を通して『私たちは税に支えられ生活をしている』ということが知れて私の考えは変わりました。大事なことが知れて良かったです。このような賞をいただき、とても嬉しいです」と受賞の感想を寄せてくれました。

厚沢部スイミング少年団

日本水泳連盟泳力検定結果

日本水泳連盟泳力検定試験が、9月1日(木)、厚沢部地区町民プールで行われ、検定結果が11月1日に公表されました。見事合格した方は次のとおりです。

級	氏名	泳法
2級	高田 三禄(中1)	100m 個人メドレー
3級	松原さくら(小6)	50m クロール
3級	成澤亮太郎(小3)	50m クロール
3級	木村健之助(小4)	50m クロール
3級	木村進之助(小4)	50m クロール
3級	陶山 凌久(小3)	50m クロール
4級	柴田 湊(小3)	25m クロール

厚沢部柔道少年団

< 大会結果 >

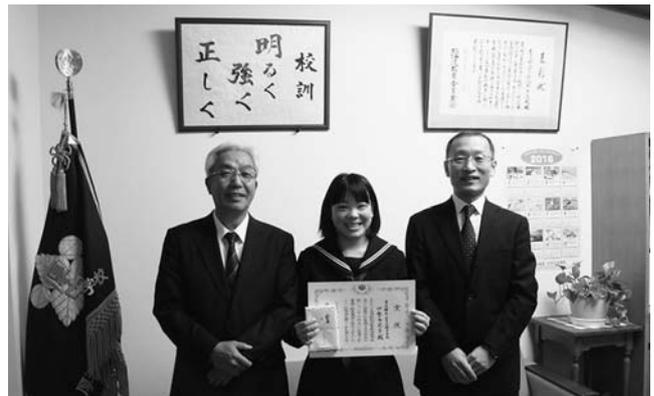
●第11回道南わんぱく柔道大会

(11月6日(日)上磯中学校体育館)

○小学校3・4年生女子・軽量級の部

第2位 石井 透子(厚小4年)

第3位 柴田 湊(厚小3年)



スポーツ少年団一覧

町少年団本部には下記10団体が加盟しています。活動に興味のある方は、少年団事務局(教育委員会社会教育係(Tel64-3318))にお問い合わせください。

競技名	指導員	備考
野球	太田 稔久	
剣道	池田 昭壽	
柔道	鈴木 悦郎	
館バドミントン	大森 秀行	
鶉バドミントン	古谷 武士	
バレーボール	湯田 皓二	
陸上	笠原 健	
空手	山本 正明	
ヒップホップ	山崎 理恵	
スイミング	佐々木 英明	冬期休団中

厚沢部剣道少年団

< 大会結果 >

●第39回少年剣道江差大会

兼(公社)江差地方法人会杯少年剣道大会

(10月10日(祝)江差中学校体育館)

○小学校3・4年生男子の部

第3位 干山 柊也(厚小4年)

○藤井稔杯 福田 浩史(厚中3年)

心リフレッシュ！体もシュツ？！

男性のためのフィットネス教室開催

11月2日(水)から30日(水)までの毎週1回、『男性のためのフィットネス教室』が町民交流センターで開催され、20代から60代の男性19人(延べ65人)が参加しました。

参加者は、運動不足の解消と体力向上を目指し、フィットネススタジオジョイ(函館市)蛭沢亮太先生の指導の下、ボクササイズやチューブトレーニングなど約1時間半、みっちり体を動かしました。皆勤賞の青山真さん(39)は、「きついで楽しい。5回でも少ないくらい」と充実した表情を見せていました。



汗をみっちりかいた後、居酒屋に立ち寄った参加者もチラホラ



沖縄民謡『ユイユイ』と『島人の宝』を披露

沖縄から学び自ら考え大きく成長

創造の翼中学生研修派遣報告会開催

11月3日(祝)、創造の翼『中学生研修派遣報告会』が総合体育館で開催され、約70人の前で、研修の成果を堂々と発表しました。

今年の研修派遣には中学生23名が参加。8月4日から3泊4日の日程で沖縄県を訪問し、戦争体験談や沖縄の歴史、自然、文化を見聞するなど、貴重な経験をしてきました。

参加者の西山桃花さん(厚中3年)は「沖縄での沢山の経験は大人になっても活かしていく。未来へ悲惨な戦争の記憶を伝えていきたい」と感想を述べました。

慶びの気持ちをいつまでも

町民記念の森『記念植樹』を実施

11月5日(土)、町民記念の森『記念植樹』が鶉ダムオートキャンプ場『ハチャムの森』で実施。参加8組が各々の慶事を記念して、エゾヤマザクラを心を込めて植樹しました。

平成19年度から始まった記念植樹は、今回で節目の10回目。

参加した佐々木英明・祥子夫妻(上里)は、「結婚50年の金婚式の記念に植樹しました。これからもお互い健康に気を付け、毎年の春を楽しみに過ごします」と、一足早く満開の笑顔で話してくれました。



心配された天候も植樹の時だけ雨が止む

祝 日本一 北海道日本ハムファイターズ祝勝会



札幌での優勝パレードを見てから参加した熱狂的ファンもチラホラ

奇跡の大逆転！喜びを仲間と共に

北海道日本ハムファイターズ祝勝会開催

11月20日(日)、北海道日本ハムファイターズ厚沢部後援会(佐藤準会長)は、日本一を祝して祝勝会を企画。会員24名が町民交流センターに集まり日本一の余韻を堪能しました。

祝勝会では、当日の朝に札幌で開催された優勝パレードやシーズン中の映像が流され、ファイターズ話に花を咲かせていました。

来シーズン皆さんも後援会員とともに応援しませんか？後援会に興味のある方は厚沢部後援会事務局(役場農林商工課内[64-3314]安達)へ問い合わせください。

ごめんください
栄養師です



322

並川麻子

皆さんは1年に1度、健診で身体の状態を把握していますか？
検査数値の中でも、血糖値や中性脂肪など、特に食事内容によって影響を受けやすい検査数値があります。

町で行っている健診結果からも、血糖値や中性脂肪などの項目で基準値から外れている人が増えてきています。

血液検査では、主に肝臓や腎臓の機能、糖や脂質の状態、そして、そこから栄養状態が良好なのか否かもわかります。

肉料理が多い、野菜の摂取量が少ない、飲酒量が多いなどの食生活を見直す指標にしてください。



検査値からわかる食習慣

「こんな食事が身体に影響大！」



腎機能

こんな食事に注意！	こんなひと工夫を！
<ul style="list-style-type: none"> ○味付きの主食（丼ものなど）・加工食品（ソーセージや缶詰、魚卵など）、インスタント食品を好む ○肉・魚・卵料理（動物性たんぱく質）の過剰摂取 ○食べたいものだけを食べる傾向 <p>※運動不足、肥満、脱水、喫煙、加齢、高血圧症、糖尿病などでも影響を起こすことあり。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○食事は20分以上を目安に。よく噛み満腹感を得る！ ○丼ものや単品料理より、<u>定食（主食、主菜、副菜、汁物）</u>を選んでバランス良い献立の選択を！ ○汁物は1日1回までにし、<u>具たくさん</u>にすることで減塩に効果的！ ○煮物の煮汁は、<u>煮詰めずに残す</u>ことで塩分量の少ないおかずになります！

中性脂肪／高LDLコレステロール／低HDLコレステロール

こんな食事に注意！	こんなひと工夫を！
<ul style="list-style-type: none"> ○主食（米、めん類、パン類）ばかり食べる ○海藻類、きのこ類など食物繊維が少ない ○油脂の多い料理、脂身の多い料理などを好む ○菓子パンや和洋菓子を食べる頻度が多い ○果物の食べる量が多い（1人でりんご1個など） ○就寝1～2時間前の食事が多い（夕食・夜食など） <p>※運動不足、肥満、ストレス、遺伝、喫煙、加齢でも影響を起こすことあり。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○揚げ物は「素揚げくから揚げく天ぷら」の順に油の吸油量に違いがあります！蒸し料理も含めて<u>色々な調理法にチャレンジしましょう！</u> ○野菜、海藻類、きのこ類に含まれるビタミン・ミネラルには、血糖値の急激な上昇や油脂の吸収を抑えたり栄養素の吸収を上げたりする効果があります！特に、<u>海藻やきのこはサラダや酢の物にも活用を！</u> ○果物は<u>夜より朝</u>。エネルギーとして蓄積しにくい！

血糖値／HbA1c

こんな食事に注意！	こんなひと工夫を！
<ul style="list-style-type: none"> ○食事時間や回数が不規則（朝食を食べないなど） ○満腹になるまでお腹いっぱい食べる（特に夕食） ○主食同士の組合せ（ラーメン+ライスなど）を好む ○甘い味付け（砂糖、みりん）の料理が多い ○清涼飲料水（炭酸飲料、糖分入コーヒー、ジュース）や菓子類を好む ○食事以外の間食や飲酒のボリュームが大きい <p>※運動不足、不規則な生活、ストレス、肥満、喫煙、加齢、家庭環境や遺伝でも影響を起こすことあり。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○糖質・脂質（主食、メインのおかず）の単品に片寄らないようにするのがポイント！ ○同じ摂取量でも1日3食より2食の方が太りやすく、脂肪が作られやすい！<u>3食決まった時間に食事を！</u> ○これからの寒い季節は、<u>栄養バランスが良く、野菜がたっぷり食べられる鍋料理がオススメ！</u> ○食べ方として… <ul style="list-style-type: none"> ・野菜のおかずから箸を付ける ・時間をかけてゆっくりよく噛む ・「～ながら食い」をやめる <p>本を読みながら、テレビを観ながら、など</p>

町では、国民健康保険加入者を対象に個別健診(特定健診)を行っています。

健診や健康に関するご相談がありましたら…、保健福祉課健康増進係・保健師【☎64-3319】へ

あつさぶ文化財情報

ほんとうの『俄虫』

厚沢部町内でインバクトのある地名の1つは、『俄虫(がむし)』ではないでしょうか。アイヌ語起源と思われる地名ですが、意外にもはつきりしません。

『カムイ・ウシ』(クマ・いる処)という解釈が一般的ですが、アイヌ語地名研究で著名な山田秀三は「熊の場合、ウシで呼んだらうか疑義はあるが」と述べています。

アイヌ語の『ウシ』は『○○』があるところ』というように意味ですが、カムイをウシとする類例が見当たらないためこのように疑問を呈したわけです。

なお、『カムイ』というのは必ずしもクマに限らず、本来は『神』を意味する単語です。シマフクロウは『コタン・コ口・カムイ』(村・守る・神)ですし、クマは『キムン・カムイ』(山・神)です。

もともと、『俄虫』は安野呂

川下流から厚沢部川との合流点あたりまでを指す地名で、今の上里を中心とした地名です。明治には本町や新町を『下俄虫』、上里を『上俄虫』と呼ぶようになりました。したがって、俄虫という地名は今の上

里のどこかを指して『俄虫』と読んだのが地域全体を指す地名になったと考えられます。次号では、もともと『俄虫』はどこだったのかを探ります。

【学芸員 石井 淳平】

太鼓山から眺める上里(上俄虫)集落



法テラス江差通信

子どもの貧困問題

Vol.61

『相対的貧困』とは

厚生労働省が2014年に行った調査によると、『子どもの貧困率』は16.3%(相対的貧困率)で、およそ6人に1人、約325万人の子どもの達が貧困状態にあると考えられています。

ここで『相対的貧困』とはどういうことを指すかといえます。『社会の標準的な所得の半分以下の所得しかない世帯』のことだそうです。世帯収入でいうと、『2人世帯であれば177万円、3人世帯で217万円、4人世帯で250万円を下回る世帯』を指します。

そして、子どもの貧困問題に目を向けると、食事の問題、教育の問題が真っ先に思い浮かぶかと思えます。あるいは、親からの虐待(肉体的虐待に限りません)なども考えられるかも知れません。

子どもであるが故に、自身が抱えている貧困問題を周囲に発信できないでいるケースもあるかも知れません。まして、子どもが自分自身で役場に相談、あるいは弁護士に相談ということはより一層困難なことだと思います。

このようなことから、子どもの貧困問題は、なかなか表面化されない社会問題なのかも知れません。

『子ども食堂』とは

ここ最近、『子ども食堂』という運動・活動を、新聞やテレビで目や耳にするようになりました。このような運動・活動を通じて、子どもが抱えている問題を、子ども自身が周囲に発信する機会を作ることができるのかも知れません。

そして、その問題を受け取った大人が、役場や弁護士に相談することができるならば、『子どもの貧困問題を解決

▼債務整理・後見制度・離婚手続き・相続などに関するご相談は法テラス江差事務所へご連絡ください。

できる1つの方法になり得るのではないかと考えられます。全ての問題を弁護士が解決できる訳ではありませんが、弁護士もこのような問題について専門家と連携していく取り組みをしております。

もし皆さんの身近なことで何かお困りごとがございましたら、お気軽にご相談いただければと思います。

無料でご相談に応じられる場合がございますので、まずはお電話をいただきますようお願いいたします。事前にご連絡いただければ、土日のご相談にも対応いたします。

ご相談のご予約は、050-33383-5563へ

【法テラス江差

弁護士 米山 清貴】

活性化センターだより

ジャガイモシストセンチュウ拡散防止のために

岡山南部地域ではここ数年ジャガイモシストセンチュウの新たな発生圃場が確認されています。

このジャガイモシストセンチュウは種芋の生産において特に問題になります。種芋に

ジャガイモシストセンチュウが付着していた場合、その種芋を植えた畑でもジャガイモシストセンチュウがまん延してしまいます。そのため、ジャガイモシストセンチュウが一度発生すると、字単位で種芋の作付が制限されてしまいます。『あつさぶメーカーイン』は

食用だけでなく、半分が種芋です。種芋の生産をいつまでも続けていけるように徹底した対策が必要です。

農業活性化センターでは冬の間、ジャガイモシストセンチュウの土壌検診を行っています。検診は土を完全に乾燥させてからオーブンで48時間加熱後、顕微鏡で観察します。



検診に必要な土の量の目安(どんぶり1杯分)

【農業振興係 田中 将之】

ダイズシストセンチュウや雑草の種子など外見の似たものが多数含まれています。ジャガイモシストセンチュウのシストを見落とさないように慎重に確認します。

このように時間がかかる作業になるので、春、定植直前に土を持ち込まれてもすぐに結果が出せません。雪が積もると土の採取も難しくなってしまうので、雪が積もる前、年内のうちに持ち込みをお願いいたします。

農業委員会だより

農業委員会の活動について

農地パトロールを実施

10月20日(木)、農業委員会は、町や関係機関との合同による農地パトロールを実施しました。

農地パトロールは農地法に基づいて毎年実施しているもので、町内全農地を対象に巡視等を強化しています。この日は去年からの継続案件を中心にパトロールしました。

去年から遊休農地の解消に

取り組み組んでいる赤沼町の圃場を巡回しましたが、今年はトウモロコシが栽培されていて、順調に農地へ還元されている様子を確認しました。

農業委員会と町は、今後も遊休農地の発生防止、解消に向けて、日頃から監視や指導等に取り組んでいきます。

農業者年金巡回相談会を開催します

12月16日(金)の午後1時より役場第1会議室で農業者年金巡回相談会を開催します。

内容は、主に受給の手続きに関するもので、65歳未満の農業者年金受給予定者等を対象に行います。

個別相談も行いますので、対象となる方は是非ご参加ください。

☆ご不明な点は、農業委員会事務局(☎64-3314)にお問い合わせください。



遊休農地の解消が進む赤沼町の圃場

▼農業者年金、売買・貸借・相続など農地に関することは、農業委員会事務局(☎64-3314)へご相談ください。

Vol.89

退職金

社長の決断、応援します。

中退共の

退職金制度なら

安全 国の制度だから安心
新規加入や掛金を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。

有利 掛金は全額非課税
手数料もかかりません。

簡単 社外積立で
管理も簡単
納付状況や退職金試算額を、事業主さんにお知らせします。

パートタイマーさんや
家族従業員も加入できます



詳しくはホームページへ

中退共 検索

お問合せはお気軽に

(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部

TEL (03) 6907-1234
FAX (03) 5955-8211

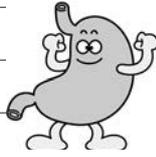
道立江差病院(☎52-0036)診療予定



12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 午後 月・金曜日
消化器内科	午前 月～金曜日 午後 火曜日
呼吸器内科	午前 金曜日(23日休診) 午後 木曜日
総合診療(外科)	午前 火～木曜日(外科は9日のみ)
小児科	午前 月～金曜日(午後の受診は要連絡)
泌尿器科	午前 月～金曜日 午後 水曜日
精神科	午前 月～金曜日 午後 月曜日
産婦人科	午前 月曜日～金曜日
耳鼻咽喉科	午前 6・7・14・15・20・21・28日 午後 14日のみ
眼科	午前 8・22日(予約以外は10時迄に受付) 午後 7・14・21日
皮膚科	午前 火曜日
神経内科	終日 2・16日



受付時間 午前・・・8時00分～11時30分(初診の人は9時00分～)
午後・・・13時00分～14時30分

※診療日は予定であり変更になる場合もあります。
事前に病院へ確認の上、受診してください。

※担当医は曜日によって変更になる場合があります。
事前に診療科へご確認ください。

★★★ 職員募集のお知らせ ★★★

臨時および看護師職員、臨時看護助手を常時募集中！
離職者でも、正職員として再就職可能です。
詳しくは、総看護師長 中野へ【☎52-0036(内線202)】
助産師、薬剤師、臨床工学技士も募集中！
今後の職員試験実施予定日は12月10日と1月21日です。
詳しくは、北海道病院管理室HPで確認願います。

国保病院(☎64-3036)診療予定



12月の外来診療



診療科	診療日	休診日
内科	月曜日～金曜日	土～日・祝祭日
眼科	6日(火)・7日(水) 13日(火)・14日(水) 20日(火)・21日(水) 〔事前予約必要〕	27日(火)・28日(水) 月・木～日・祝祭日

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
場合もあります。事前に病院にご確認ください。

※眼科診療は事前に予約していない方も診療当日
の予約に余裕があれば、受診が可能な場合もあ
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・鶉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 鶉学校前バス停 | 午前8時50分 |
| ④ 鶉地区研修センター | 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⇒鶉地区)

ねんきん講座

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

《国民年金を受け取るために》

国民年金保険料を納めないままにしておく、将来の老齢基礎年金や、障害・遺族など事故が発生した場合の年金が受けられないことがあります。

今年度の国民年金保険料は1カ月16,260円です。
納めた保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。

まだ納付がお済みでない方は、納付書をご用意の上、お近くの金融機関または郵便局、コンビニエンスストアの窓口で納付してください。

また、役場で手続きをすることによって、納め忘れがなく納付の間隔がかららないクレジットカードでの納付や口座振替をご利用いただけますので、ご検討ください。

《国民年金保険料の後納制度》

後納制度とは、時効で納めることができなかつた国民年金保険料について、平成27年10月から平成30年9月の3年間に限り、過去5年分まで納めることができる制度です。

後納制度を利用することで年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかつた方が年金受給資格を得られる場合があります。詳しくは、「国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570011050(ナビダイヤル)」または「函館年金事務所(厚生年金徴収課 ☎01388218003、国民年金課 ☎0138561165)へお問い合わせください。

☆ご不明な点は、保健福祉課 住民年金係へ、お気軽にどうぞ

☎64-3313



今月の簡単レシピ

食生活
改善
協議会

カブ入り コーンスープ

エネルギー	63kcal
たんぱく質	2.7g
脂質	1.1g
炭水化物	11.2g
塩分	1.2g

【材料】(4人分)

カブ 100g
 玉ネギ 1/4個
 万能ネギ 1本
 だし汁 500ml
 クリームコーン缶 150g
 牛乳 80ml
 塩 小さじ1/2
 味噌 大さじ1/2

【作り方】

- ①カブと玉ネギは1cm角に切り、万能ネギはみじん切りにする。
- ②鍋にだし汁と玉ネギを入れて柔らかくなるまで煮る。
カブとカブの葉を加えてさらに煮る。
- ③クリームコーン、牛乳、塩、味噌を加えて温める。

食改さんのコメント

カブとコーンの甘みが引き立ち、自然なとろみも付きます。
 一緒に加えた野菜も食べやすく、体がポカポカ温まる一品です。



心もぽかぽか温まります。
 ポロニーヤ国際絵本原画展
 入選作品を絵本化。

小説家志望の青年。
 日常に疲れ、傷ついた彼の前に突然現れたのは、白くて小さいさぎのモカ。
 冷え切った青年の心を溶かし、希望に満ちあふれていた過去を思い出させてくれたのは...。
 モカが作る思いやりたっぷり
 のぽかぽかコーヒー。

モカと幸せのコーヒー

(刀根里衣著)



1年もあとわずかか、今年の終わりが近づいてきました。12月といえばクリスマス。この時期にピッタリな本をご紹介します！

図書館
新情報

おすすめ図書



●お探しの書籍や雑誌、DVDが貸出中の場合は、ご予約をどうぞ！図書館職員へお気軽にお申し付けください！
 ●問合せ先 図書館(直通)
 ☎64-3436

●原作本に登場した可愛くておいしいお菓子や、パーティーかざりを一緒に作りましょう！
 ●お呼ばれた時に使える子どもに伝えたいマナー、これに盛りつければもっと可愛くなる、そんなおすすめグッズもご紹介。

ルルとララの

パーティーブック

(あんびるやすこ著)



つちはし自然観察教育林 観察会のお知らせ

●10月23日(日)、『紅葉かんさつ会』を開催しました。



上側から茶、赤、黄、緑に並べた木の葉のグラーション！

●今年はずいぶん葉の色づく時期に悪天候が続き十分な日射がなかったせいも教育林の紅葉の具合はイマイチといったところ。しかし、ドングリヤクリ、マタタビなど木の実はなりは良く、そちらに目を奪われながらの散策となりました。最後に、様々な色の落葉を集め、緑々黄々赤々茶とグラーション状に並べてみました。緑から茶色へ徐々に葉の色が変化していく様子にも見えて、とても綺麗でした。

●次回1月22日(日)は、定例観察会『冬の森たんけん(スノーシュー歩き)』を開催します！
 ●問合せ先
 教育委員会社会教育係
 ☎64-3318

お知らせ

行事

12

精神保健相談のお知らせ

北海道江差保健所では、専門の医師や保健師を相談員として、次のとおり精神保健相談（こころの健康相談）を開設します。相談を希望される場合は、12月15日(木)午前中迄に事前に申込み願います。なお、開設日以外でも保健師による相談は随時対応していますので、お気軽にご相談ください。

- ◆ 日程 12月20日(火)
- ◆ 時間 15時～16時
- ◆ 場所 北海道江差保健所
- ◆ 相談料 無料
- ◆ 問合せ 北海道江差保健所
☎ 52・1053

檜山地域人材開発センターからのお知らせ

○フラダンス教室

- ◆ 日程 12月7日(水)・14日(水)
- ◆ 時間 10時～12時
- ◆ 定員 20名
- ◆ 受講料 各2,000円
- ◆ 申込締切 各実施日前日迄

○職業訓練(型枠施工科)講習

- ◆ 日程 1月6日(金)～
3月21日(火)
- ◆ 時間 9時10分～15時50分
- ◆ 定員 10名
- ◆ 受講料 無料(但し、テキストト代として2,000円程度必要)

◆ 応募方法

ハローワークへさしに入学願書の応募書類を提出してください

◆ 対象者

公共職業安定所に求職申込みを行っている方
※平成27年度に受講した方は受講できません。

◆ 申込締切

12月20日(火)迄

運転免許更新時講習

江差町文化会館

- 12月8日(木)
- ◆ 優良運転者講習 13時～13時30分
- ◆ 一般運転者講習 14時～15時

◆ 初回運転者講習

15時45分～16時45分

○ 12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

上ノ国町総合福祉センター

- 12月22日(木)
- ◆ 優良運転者講習 13時～13時30分

冬の交通安全運動

交通安全を自らのことと捉え、交通ルールの遵守や思いやりのある交通マナーの実践を主体的に行いましょう。

◆ 重点推進事項

- ① 高齢者の交通事故防止！
- ② 凍結路面等のスリップによる交通事故防止！
- ③ 飲酒運転の根絶！

「全道一斉すずらん無料法律相談」開催のお知らせ

北海道弁護士会連合会では身近に弁護士がいない地区の皆様が弁護士に相談できる機会として『全道一斉すずらん無料法律相談』を実施しており、厚沢部町では次の日程で開設されます。

金銭や不動産、消費者問題など、法律にまつわるご相談を担当弁護士が無料でお受けします。

相談内容に関する一切の秘密は守られますので、日頃の生活の中でお困りになっていることがありましたらご相談ください。

なお、相談は予約制となっておりますので、相談を希望する人は左記により事前に予約をしてください。

◆ 日時

12月16日(金)13時～15時

◆ 場所

厚沢部町役場(第2会議室)

◆ 予約・問合せ先

役場総務政策課住民運動係
☎ 64・3311

「厚沢部町の病院・医療を考えよう講演会」について

「町に病院を残したい」「住み慣れた町で暮らし続けるための医療とは？」など厚沢部町の医療について考えてみませんか？参加料は無料です。

◆ 日時

12月10日(土)14時～16時

◆ 場所

町民交流センター

◆ 問合せ

保健福祉センター
☎ 64・3319

年末年始の休業について

■ 役場

■ 国保病院

■ 総合体育館

■ 図書館・郷土資料館

○ 12月31日(土)～1月5日(木)

■ うずら温泉

○ 12月30日(金)

日帰り入浴19時まで営業
レストラン14時まで営業

○ 12月31日(土)～1月2日(祝)

全館休業

○ 1月3日(火)～通常営業

■ 館地区憩いの家

○ 12月31日(土)16時まで営業

○ 1月1日(祝) 年始休業

○ 1月2日(祝)～通常営業

厚沢部町ふるさと納税寄附状況

(11月20日申込分まで)

今月の寄附件数	2件
今月の寄附金額	110,000円
平成28年度寄附件数累計	20件
平成28年度寄附金額累計	710,000円
前年度寄附金額	5,690,000円

戸籍の窓

(11月20日届出分まで)

いつまでもおしあわせに!

- ♥ 山下 隆介さん 鶉町
- 須田 紗耶歌さん 鶉町
- ♥ 中山 博之さん 新町
- 大川 麻美さん 新町

おたんじょうおめでとう!

赤沼町 大^{たいが}口 泰河くん 10/14
(広祐さん・美里さんの子)

おくやみもうしあげます

館町 嶋崎 幸子さん(76歳) 10/13
赤沼町 佐々木良子さん(71歳) 10/21
美和 福田 久雄さん(76歳) 10/22
新栄 佐藤 鐵雄さん(80歳) 10/26
中館 三浦 正裕さん(17歳) 10/31
赤沼町 平山 三次さん(84歳) 11/14

町の人口

平成28年10月末日現在

	世帯	男	女	人口	前月からの人口増減
下地区	1,162	1,130	1,248	2,378	(-1)
鶉地区	340	352	359	711	(-1)
館地区	480	479	521	1,000	(±0)
全町	1,982	1,961	2,128	4,089	(-2)

厚沢部町交通事故死 ゼロ記録簿

平成28年11月20日現在

連続 **703** 日

『飲酒運転をしない、
させない、許さない』



▲厚沢部を応援してください!
詳しくはホームページで
<http://www.town.assabu.lg.jp>

● 一ふるさとづくり寄附金
函館市・大窪克之さんから
10,000円

● 社会福祉協議会へ
☆御香料のお礼に代えて
中館・三浦明美さんから
50,000円

善意感謝致します

放送大学4月入学生の募集について

放送大学とは、テレビ等の放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代の方が学んでいます。

ただいま、平成29年4月入学生を募集していますので、下記へお気軽にお問合せください。

● 募集学生の種類

【教養学部】

- 1) 科目履修生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
- 2) 選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)
- 3) 全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)

【大学院】

- 1) 修士科目生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
- 2) 修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修)

● 出願期間

平成28年12月1日(木)から平成29年3月20日(祝)
(インターネットでの出願も受け付けます)

● 資料請求(無料)・問合せ先

〒060-0817 札幌市北区北17条西8丁目(北海道大学構内)
放送大学北海道学習センター TEL:011-736-6318
ホームページ <http://www.ouj.ac.jp>

Facebook「北海道・檜山の旅」について

檜山振興局では、地域住民や旅行者向けに「Facebook(フェイスブック)」を通じて、管内7町の季節の旬な情報や観光の話題を発信しています。

Facebookにアカウント登録していない方も、PCやスマートフォンなどから見る事が出来ます。是非一度ご覧の上「いいね!」をお願いします。

● Facebook(フェイスブック)

<https://www.facebook.com/hokkaido.hiyama>

● QRコード



● 問合せ先

檜山振興局商工労働観光課観光振興係 TEL:52-6642

当番日	病院名	電話番号
4日(日)	佐々木病院	52-1070
11日(日)	道立江差病院	52-0036
18日(日)	勤医協江差診療所	52-1366
23日(祝)	道立江差病院	52-0036
25日(日)	上ノ国診療所	55-2017
31日(土)	乙部町国保病院	62-2331

(受付時間 9時〜17時)

急遽変更になる場合がありますので、予め確認願います。

休日当番医について

☆☆☆南部桧山清掃センターからのお知らせ☆☆☆
12月31日(土)~1月5日(木)は正月休みのため受入れはできません。
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:南部桧山清掃センター(☎53-6301)

今年で5年目となる『奈良教育大学アウトキャンパススタディ』が、10月27日(木)から11月5日(土)、3班編成で行われ、奈良教育大学生計6人が当町を訪れた。滞在中は、農家宅でホームステイを行いながら、地域産業の学習や農作業体験、地元産食材活用提案の実施、文化祭や館小放課後子ども教室での科学教室の実施、郷土料理や草木染体験など様々な活動から多くのことを学び、地域住民も多く学びと感動を受けた。



▲館小子ども教室で

▶板坂さんを囲んで

▼「お米大好き！厚沢部に来て幸せ！」



アウト キャンパス スタディ inあつさぶ

奈良教育大学生が学び、 奈良教育大学生から学ぶ

『人生は自分で切り拓く』

10月27日(木)、函館空港に降り立った第一陣の4人は、北斗市にある道南板坂産業本社・社の山へと向かった。純国産の薪とおがくず作りを見学するためだ。そこでは板坂一社長が笑顔で出迎えてくれ、仕事に対する姿勢、これまでの苦悩と挑戦、今後の夢などを熱く語ってくれた。

「たくさんの出会い、経験をしなさい。いつか必ずためになる」「些細なことでも自分で考え工夫すること」「他人にできないこと。やっていけないことに手掛けみて。人生は挑戦の連続」「もういいやと妥協をすれば人は成長しない」「みなさんは若い。自分の道、人生は信念を持って切り拓いていってください」と板坂さん。優しい口調だが一つひとつの言葉には人生の年輪に裏付けられた重みがあり、私も含め、今一度自分自身を見つめ直す大変貴重な時間となった。

時 間 を 刻 む

『厚沢部町は第2の故郷』

11月1日(火)、木間内ふれあいセンターにおいて、学生主催の『謝恩会』が開催された。謝恩会にはホームステイ先の野澤夫妻、奈良夫妻、野村夫妻、外崎一家のほか、土橋樂しい理科実験教室主宰の加藤先生や浜田町長らを招待。学生らが調理した料理を囲み厚沢部での学びに対して感謝の気持ちを伝えられた。

今回で4年連続の参加となる小塚さんは「毎回新しい出会いと地域の方に迎えられる幸せ。働く厳しさを厚沢部農業で経験したので教員としても頑張れます」同じく4回目の青木さんは「今年も厚沢部に帰ってこれました。奈良育ちの私ですが厚沢部町は第2の故郷」と話し、受入れ側の野澤勝晴さんは「孫みたいで可愛い。みんなの成長や毎年の受入れが楽しみで農作業にも張りが出る」と思いを伝え、笑いあり涙ありの素敵な謝恩会となった。

あどがき

▼第54回町民文化祭を取
材し、今から6年前、教育
委員会社会教育係として
町民文化祭を担当してい
た頃の3年間を思い返す。
出演・出展者の調整から物
品手配、各会場の設営に当
日の運営。そんな激務の
日々集大成が芸能発表
会本番だった。1年間の成
果発表を前に自信と不安
が交錯する演者、裏方の委
員会職員も各々出演者の
成功を願い、調和のとれた
音響、顔立ちや衣装が映え
る照明、スムーズな舞台転
換とすべく当日までの準
備を再確認。本番直前は双
方独特の緊張感に包まれ
る。本番では、すつ転んで
しまった踊り手や音を外
してしまっただ歌い手、マイ
クを入れ忘れてた音響係や
途中で暗くしてしまった
照明係など多少なりとも
失敗はあった。しかし、本
番に向け一生懸命練習を
し、最後までやり遂げた演
者を笑う者はいなかった。
当日に向け念入りに準備
をしてきた裏方を責める
者もいなかった。出演者と
裏方が心ひとつに最後ま
で臨めば、観衆からは拍手
や声援が自然と起きた。

▼「最後まで諦めない心」
「一体感」。シーズン前の下
馬評では下位予想される
も見事優勝した『北海道日
本ハム』と『北海道コンサ
ドール』が優勝の要因に挙
げられた言葉のひとつ。

▼「心」と「チームワーク」の
大切さを改めて教えられ
た今年の秋だった。(三)

