

ASABU

広報あっさぶ

2018.12

660号



Assabu Public Relations

つなぐ。次の世代へ

【表紙：第56回厚沢部町町民文化祭「芸能発表会」より～関連記事4・5頁】

町政功労者等を表彰

11月7日(水)、地域活動や文化、政治等の分野で町政の振興に寄与された個人や団体、企業を表彰する『平成30年度町政功労者等表彰式』が町民交流センターあゆみで開催されました。式典では、洪田町長より受賞者8名2団体1企業に表彰状と記念品が贈られ、役場や議会関係者など88名がその功績を称え祝福しました。



〔後列左から、二木氏、佐藤氏、中富栄納税貯蓄組合、稲見納税貯蓄組合、相良氏〕
〔前列左から、榊高橋建設、高田氏、鈴木氏、洪田町長、山崎氏、中澤氏、山田氏(下川部氏は都合がつかず欠席)〕

1.功労表彰

(敬称略)

氏名	功績内容
鈴木 祥司	平成15年5月1日以来、多年にわたり議会議員として厚沢部町発展のために尽力された
山崎 孝	平成15年5月1日以来、多年にわたり議会議員として厚沢部町発展のために尽力された
高田 一弥	平成15年5月1日以来、多年にわたり議会議員として厚沢部町発展のために尽力された
中澤 道幸	平成9年1月1日以来、多年にわたり地区駐在員として厚沢部町発展のために尽力された
下川部 洋	平成10年4月1日以来、多年にわたり地区駐在員として厚沢部町発展のために尽力された
山田 克哉	平成9年12月1日以来、多年にわたり消防団員として町民生活の安定のために寄与された

2.善行表彰

(敬称略)

氏名	功績内容
榊高橋建設代表取締役 高橋 千尋	教育関連施設整備に対する指定寄附金として100万円を寄附された
二木 貞昭	厚沢部町振興のために100万円を寄附された

3.叙勲等顕彰

(敬称略)

氏名	功績内容
佐藤 征勝	平成8年12月16日以来、多年にわたり選挙管理委員会委員として公正な選挙の執行のために尽力された功績により藍綬褒章を受章

<総務大臣表彰>

(敬称略)

氏名	功績内容
佐藤 征勝	第48回衆議院議員総選挙においてよくその職務を全うされた功績により受彰

<北海道社会貢献賞>

(敬称略)

氏名	功績内容
中富栄納税貯蓄組合	昭和40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
稲見納税貯蓄組合	昭和38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

<北海道産業貢献賞>

(敬称略)

氏名	功績内容
相良 一之	平成5年7月20日以来、多年にわたり農業委員として地域農業の振興のために尽力された功績により受賞

納税貯蓄組合2団体を表彰

11月20日(火)、永年にわたり地域の税務行政に尽力された稲見納税貯蓄組合と滝野納税貯蓄組合の2団体の功績に対する納税功労者表彰贈呈式が役場で行われました。贈呈式には稲見納税貯蓄組合・佐々木宏組合長と滝野納税貯蓄組合・上田裕組合長が出席。檜山振興局・小林敏克振興局長より稲見納税貯蓄組合には『北海道社会貢献賞(納税功労者)』が伝達され、滝野納税貯蓄組合には『納税功労者檜山振興局長表彰』が贈呈されました。

北海道社会貢献賞(納税功労者) 稲見納税貯蓄組合 納税功労者檜山振興局長表彰 滝野納税貯蓄組合



▲(左から)小林敏克檜山振興局長、佐々木宏組合長、上田裕組合長、洪田正己町長

厚沢部町に恩返し

9月22日(土)24日(祝)に鳥取市で開催された『第39回全日本マスターズ陸上競技選手権』に出場した佐々木英明さん(上里)が男子80〜84歳200mハードルで3位に入る快挙を成し遂げました。今月号の『人財あっさぶ』では80歳を過ぎても自己鍛錬を重ねる厚沢部町体育協会会長の佐々木英明さんを紹介します。

人財あっさぶ 厚沢部をえ盛り上げる あっさぶ人を紹介します

4年ぶりに出場した佐々木さんは従来、『80mハードル』と『3段跳』『走幅跳』に出場していたが、『今年は新しいこと(種目)に挑戦』と『200mハードル』と『3段跳』『走幅跳』の3種目に出場した。200mハードルの出場者は全日本大会常連の『強者』ばかりで『まさか3位に入るとは』と当時の心境を教えてください。

体育協会会長 佐々木英明さん(81)

「目指すは東京五輪?!」
2020年全日本マスターズ陸上が東京五輪の使用会場で行われるかもとの噂を聞き今の目標に…。

賞状
第3位
佐々木 英明
栄光を讃える
鳥取県鳥取市
鳥取県体育協会

「3種目も出場するのは体力的に大変では」と尋ねると、『71歳から7年間、『十種競技』に出てたから大丈夫だよ』と驚きの返答。江差高校生の時、『東洋の鉄人』と言われた十種競技の名選手・楊伝広(台湾)を見て、『いつかは自分も』と夢見た佐々木さん。その夢の実現が71歳とは驚愕である。

「私の身体には食道がない」
教員生活最後の健診で糖尿病と診断され、『早死にする』との言葉で運動を再開。しかし退職後、食道癌が発覚した。(検査入院中に病院から北海道マスターズ陸上に出場した経験も…)。食道切除は成功するも手術後肺炎を併発し急変。医者から『もうだめかも』と家族に最終告知もあった。

「20年間生き延びたし、教員時代は厚沢部町3小学校でお世話にもなった。己の厚沢部人生に感謝し町に恩返しを」と現在、夏は水泳、冬はスキーを小学生に指導。「子どもは褒めると凄いスピードで成長する。自分は体力低下が遅くなるように今後も鍛錬」と語った。

第56回厚沢部町町民文化祭

11月2日(金)・3日(祝)、地域の伝統行事『町民文化祭』が開催された。
56回目を迎えた今年の町民文化祭は文芸作品展を総合体育館(二部、町民交流センター)で実施。
芸能発表会は町民交流センターあゆみで、『檜山管内舞台発表会』と同時開催された。
老若男女が芸術文化、芸能に触れる貴重な秋の2日間となった。



▲生きがいデーマンバーの大作
▼愛情込められた盆栽が見る人を圧倒

◀竹泉書道愛好会体験コーナー：書道体験に集中
▼茶道ひまわり会体験コーナー：おもてなしの心



▲(館追分民謡愛好会)木村正二さん精魂込めた江差追分
▼(おらいもコーラス)本番直前まで一生懸命に青空リハ



▲(ヒップホップシネガ)表情豊かにダンシング！
▼(つつじ会コーラス)1小節1小節に気持ちをのせて



▶同時開催の檜山管内舞台発表会『上ノ国鼓友会』より

町立3保育所 最後のお遊戯会 成長した姿に感涙



館保育所『最後のお遊戯会』が10月27日(土)館地域振興センターで開催され、多くの来場者が見守る中、子ども達は一所懸命取り組みました。総練習では「パッチリ成功」した子ども達も本番前には「ドキドキ」硬い表情。初めの年長組がハンドベルを無事終わると会場は拍手喝采。安堵した子ども達はその後の歌や器楽、遊戯では表情豊かに自信を持って披露し、保護者や保育士らは子どもの成長に瞳を潤ませていました。11月11日(土)には厚沢部と鶴保育所最後のお遊戯会も開催され、感動のフィナーレを迎えました。



▲これまでの時間を思い返し子ども達の成長に感涙する保育士の姿も。

後継就農藤盛さん 町給食センターへ 小松菜8キを寄贈



今年の3月、厚沢部町後継就農者に認定された藤盛修さん(41歳・館町)が11月7日(水)、小松菜8キロを町総合給食センターに寄贈しました。藤盛さんは高齢で農作業がしんどくなり始めた父・与一さん(74歳)の経営を継ぐためAコープ厚沢部店を退職。与一さんの指導を受けながら米とホウレン草、小松菜を栽培し初の出来秋を迎えました。藤盛さんは「育ててくれた町に少しでも恩返しを」と小松菜を寄贈。町給食センターでは8日の献立「小松菜と大根のサラダ」に活用し、小中学生ら400名に提供されました。



▲「小松菜とは珍しいね」と町長。「1年1年成長しなさいよ」と激励。

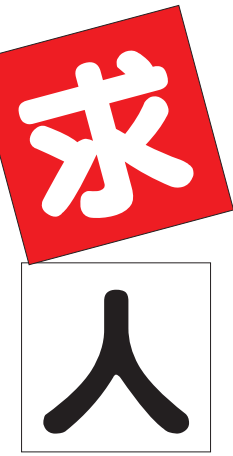
丸井今井でフェア メイクインやコメ 厚沢部の食を発信



11月17日(土)・18日(日)の2日間、厚沢部町観光協会(素敵な過疎づくり(株)運営)は丸井今井函館店で『道の駅あつさぶフェア』を開催し、厚沢部町産の野菜や米、特産品等を販売しました。今回のフェアは丸井今井函館店が厚沢部の優れた農産物の魅力に注目し観光協会に打診。厚沢部の食の魅力を発信しようとの開催となりました。同店地階の特設会場には道南板坂農園・板坂峰行さんと庄山農園・庄山江利子さんから生産者も店頭に並び、「社長泣かせのメイクイン詰め放題いかがですか」等元気な声が響いていました。



▲「今日は寒いのでお鍋にしませんか〜？」と野菜を売り込む庄山さん。



国保病院

厚沢部町国保病院では臨時職員(看護師1名、看護補助者1名)を募集しています。

□対象者

★看護師 看護師又は准看護師免許を取得されている方。
★看護補助者 身体介助等が可能で介護職員初任者研修修了者(旧ホームヘルパー2級以上取得者であれば尚可)。

いずれも町内在住又は通勤可能、かつ夜勤が可能な方で、勤務状況については、ご相談に応じます。雇用期間は採用日から平成31年3月31日迄(その後、更新の場合あり)。

希望者は国保病院備付けの履歴書に必要事項を記入し、左記係へ提出してください。

◆提出期限 12月14日(金)迄
◆問合せ先 国保病院総務係

☎64-33036

救急講習会を開催

11月16日(金)、道立江差病院

小児科医長・野上和剛先生を講師に招いての救急講習会『けいれんと呼吸の安定化』が厚沢部保育所で開催され、町内3保育所の保育士ら19名が参加しました。

講習会では保育所における救急対応を適切に行うために『熱とけいれんの関係性』と『けいれん発症時の重要な情報と心構え』等を聴講した後、『呼吸の安定化』を補助するバックマスク換気のマスクの使用方法についての実技演習を実施。保育士らは積極的に学びを深めていました。



子育てしやすい まちを目指して Vol.17



野上先生は「けいれんの際は本人から目を離さず、楽な姿勢を確保し誤嚥を予防することが重要。発症時は見た目インパクトがあるので動揺しがちだが慌てず冷静に対応を」と語りかけました。

講習会を終え保育士は「日常生活の中で突然起きるかもしれないので適切に対応するための知識や技術を学べて大変良かった」「子どもを預かるⅡ命を預かる」ということを再認識した。子ども達の命を守るため今後も勉強を重ねていく」と感想を述べました。

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と、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ので注意が必要です。

今年度の国民年金保険料は1カ月16,340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。

また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、納付の手間がかからないクレジットカードでの納付や口座振替を利用できますのでぜひご検討ください。

《平成31年4月から 産前産後は免除に》

平成31年4月から産前産後の国民年金保険料は免除となります。

□対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方

□届出時期

出産予定日の6カ月前から届出可能ですので、速やかに届出ください。

※ただし、届出ができるのは平成31年4月からです。

□産前産後期間の取扱い

産前産後期間として認められた期間は保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

□施行日

平成31年4月1日
☆ご不明な点等ありましたら保健福祉課住民年金係へ

☎64-33313

活性化センターだより

道南NATEC秋季研修会に参加しました②

前回に引き続き、『道南NATEC秋季研修会』について報告します。

北海道立総合研究機構中央農業試験場では、環境保全グループから「土壌調査に関係する様々な分析装置」の説明を受け、栽培環境グループからは「緑肥を活用した土づくり」の情報提供を受けました。

緑肥は地力の維持増進に効果があり、エンバクを中心に栽培されています。緑肥作物には多くの種類があり、活性化センターが注目しているのは越冬性の緑肥でヘアリーベツチやライ麦などがあります。

作物収穫後の生育期間が短い北海道の場合、越冬性をもつ緑肥は生育量を確保する上で大きな利点を持ちます。マメ科のヘアリーベツチは窒素固定するため窒素肥料を軽減することが出来ます。

厚沢部町の隠れた名湯『矢櫃(やびつ)温泉』がいつから知られていたのかはよくわかっていません。矢櫃温泉に関わる最も古い記録は、大正5年2月1日付で江差町大字豊部内町の夏原律太郎さんから厚沢部村大字館村字矢櫃の鉱泉地一坪の貸付願書が檜山支庁長あてに提出されています。

夏原律太郎さんがどのように温泉地を営んでいたのか

農業試験場では、9月に種を播いて翌年5月にすき込み1週間後にカボチャを定植する試験が行われました。環境保全型農業推進に緑肥作物の効果的な利用はとても重要です。

農業活性化センターでは、小さい面積ですが、「ヘアリーベツチ(3品種)」と「ライ麦(1品種)」、「エンバクとヘアリーベツチ混播」区の生育調査を行っています。

ホクレン農業総合研究所では、作物生産研究部における「園芸作物開発課の品種育成」の説明を受け、高温条件でも高品質が期待できるブロッコリーの情報も興味深いものでした。その後、「アスパラガスの情勢」について説明を受け、試験圃場ではアスパラガスやキャベツ、ケール等の品種比較試験を視察しました。

【専門員 川村 榮一】

あつさぶの昔の話題

大正時代の『矢櫃(やびつ)温泉』

厚沢部町の隠れた名湯『矢櫃(やびつ)温泉』がいつから知られていたのかはよくわかっていません。

矢櫃温泉に関わる最も古い記録は、大正5年2月1日付で江差町大字豊部内町の夏原律太郎さんから厚沢部村大字館村字矢櫃の鉱泉地一坪の貸付願書が檜山支庁長あてに提出されています。

夏原律太郎さんがどのように温泉地を営んでいたのか

ははつきりしません。矢櫃温泉は昭和30年代までは風呂桶が設置され、薪でお湯を沸かして入浴ができるようになっていたそうなので、夏原さんも温泉を沸かして湯治場として整備していたのではないかと思います。

夏原さんは大正13年に鉱泉地の権利を館町在住の川股さんという方に譲っています。

【介護保険係長 石井 淳平】



▲矢櫃温泉の湯元は現在の吹き出し口よりも少し奥にあります。写真奥の土管から湧き出した鉱泉をパイプで送り出しています。

農業委員会だより

農地パトロールを実施しました

10月26日(金)厚沢部町農業委員会では、役場や農業関係団体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、町内の全農地を対象に巡視していますが、今年は去年からの継続案件を中心にパトロールしました。上の山や鶴、中館地区のは場では、廃農地等利活用促進交付金を利用した復元予定農地など、遊休農地の解消に向けた取組について視察することができました。

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



法テラス江差通信

廣田弁護士より「退任のご挨拶」

早いもので、私が法テラス江差に赴任してから、3年が経とうとしています。

私は平成31年の1月に任期満了となり江差を離れる予定でした。

振り返ってみると、短い期間ではありましたが、様々な経験をさせていただいたと思っています。道南・檜山地域だからこそ関わることでできたこともたくさんあったと感じています。

また、仕事やプライベートで町民の皆さまとお会いし、お話する機会を持ち、皆様が生活しておられる地域を今以上に良くしようという意思を持ち活動されていることを見聞きする都度、自治体の規模は大きくなるとも、また人口は多くなるとも、とても素晴らしい環境だと感じ、この地域で生活できていることを嬉しく感じました。

農業者年金に 加入しませんか

農業者年金は農家の皆さんが老後を安心して暮らすための年金です。加入要件は、

- ① 60歳未満
- ② 国民年金の第1号被保険者
- ③ 年間60日以上農業に従事している方なら幅広く加入できます。

保険料は20,000円、67,000円の間で選択でき、全額社会保険料控除の対象となります。

また、要件を満たせば保険料助成(政策支援)を受けることができます。

詳細については、町農業委員会事務局へお気軽にお問い合わせください。

▼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.86

この場をお借りして、様々な場面でお世話になった皆様方に感謝申し上げます。

「どうもありがとうございます」

私の後任として、平成31年1月より東京から柿谷佐保子(かきたにさほこ)弁護士が着任する予定です。

柿谷弁護士は、函館に住んでいたこともあり、すぐに地域に溶け込んで活躍してくれるものと期待しております。

今後とも法テラス江差をよろしく願っています。

★ご相談のご予約は、050・3383・5563へお願いいたします。

【法テラス江差 弁護士 廣田 朋子】

★参加者募集★ 北海道新幹線体験乗車会 「日帰りで行く青森の旅」

北海道と北海道新幹線建設促進道南地方期成会では、北海道新幹線をより身近に感じていただくため、特別価格での体験乗車会を実施します。

- ①「新函館北斗駅」発着プラン
- ◆日程 平成31年2月16日(土) 平成31年3月2日(土)

◆行程

行き 新函館北斗駅9時31分発↓新青森駅10時37分着
帰り 新青森駅15時31分発↓新函館北斗駅16時34分着

- ◆料金 大人3,900円
子ども(小学生)1,900円

※未就学児は無料。ただし、座席が必要な場合は子ども料金

- ②「木古内駅」発着プラン
- ◆日程 平成31年2月23日(土)

◆行程

行き 木古内駅9時44分発↓新青森駅10時37分着
帰り 新青森駅15時31分発↓木古内駅16時21分着

- ◆料金 大人2,900円
子ども(小学生)1,400円



▼QRコード



本体験乗車会は青森日帰りの旅です。新青森駅到着後は自由行動となります。各日程100名を定員としますが、より多くの方に参加いただくため、お一人様1回とします。その他詳細はホームページ『北海道新幹線つながるNATIVE』または厚沢部町役場総務政策課窓口に備付けの案内チラシでご確認ください。

○応募方法 官製葉書やホームページ『北海道新幹線つながるNATIVE』内の応募専用フォームで必要事項を記載の上、申込みください。

○応募期限 12月19日(水)迄

※12月19日(水)消印有効

○応募先 〒060・8799

札幌市東区北6条東1丁目2・1 札幌市中央郵便局留「北海道新幹線体験乗車会」事務局あて

○問合せ先

北海道総合政策部交通企画課交通連携グループ
☎011・231・4111
(内線23・814)

※受付時間 平日9時〜17時

受動喫煙が子どもにも与える影響って…？

『たばこ』から立ち込める煙や吸う人が吐き出した煙には『多くの有害物質が含まれている』ことは既にご存知かと思いますが、そこで、今回は「周囲の人の喫煙が赤ちゃんや子どもにも与える影響」について詳しくお話しします。

たばこが子どもの健康と将来に影響を与えている

子どもの受動喫煙による健康被害は乳幼児突然死症候群（SIDS）や呼吸器症状（せき・たん・息切れなど）、肺炎や中耳炎などがあります。中でもSIDSは、それまで元気だった赤ちゃんが突然死亡してしまう怖い病気です。たばこはSIDSのリスク因子であり、父親と母親が喫煙



者である場合はリスクが10倍にもなると言われています。

また、胎児時の受動喫煙の影響が、成人になってからの肥満や糖尿病、メタボリックシンドロームに関連があることがわかってきました。健康被害のほかにも、家庭で受動喫煙にさらされている子どもは数学および読解力が低下するというデータが報告されています。子どもに「勉強しなさい」という前に、大人が禁煙を考えることが先決です。

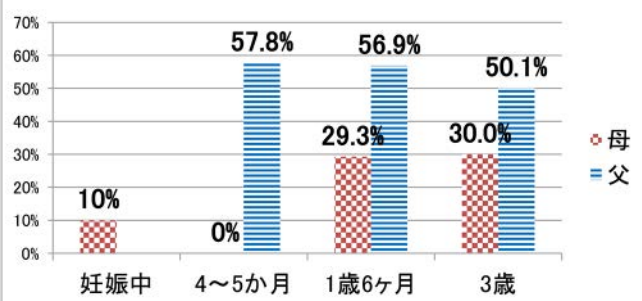
「換気扇の下やベランダで吸ってるから大丈夫！」 と思っている人はいませんか？

「受動喫煙の怖さはよく分かったけれど『子どもの前では吸ってないよ』と言う人はいませんか？」たばこの煙は換気扇で全て排出されることはなく室内に入り込みます。カレーを作っている時に換気扇を回しても部屋中にカレーの匂いがして帰ってきた人が「今日はカレーだ！」と思うのと同じことです。家族が換気扇の下で喫煙している子どもの体内には喫煙しない家庭の子どもに比べて3倍のニコチン量が検出されています。ベランダの場合はサッシは閉まっていますが、隣の人がベランダで吸っているともわかる程たばこの煙は室内に入ります。換気扇の下やベランダでも有害物質が蔓延します。

厚沢部町の現状は…？

また、衣服に付いたたばこの臭いにも注意が必要です。臭いの元はたばこの有害物質がガス状になったものです。その衣服のまま赤ちゃんをやすと毒ガス発生装置に…。

両親の喫煙率（過去3年の平均データ）



妊娠を希望する夫婦にも影響があります

女性の喫煙は卵巣の女性ホルモン（エストロゲン）の産生を抑制するため、卵子の老化や染色体異常を引き起こします。妊娠に至っても流産の可能性が高くなります。男性の喫煙は精子の状態を悪化させ、精子数や精子の運動能力、正常な形態の精子数を減らします。喫煙者は非喫煙者に比べ精子数が15～25%減少すると言われています。「煙草は百害あって一利なし」

☆☆☆ 保健福祉課健康増進係からのお願い ☆☆☆

たばこは10月から値上がりしました。1日20本吸う人は年間約18万円、10本吸う人は年間約9万円の出費です。家族みんなで健康に仲良く暮らすために、出来る限り減煙や禁煙をお願いします！

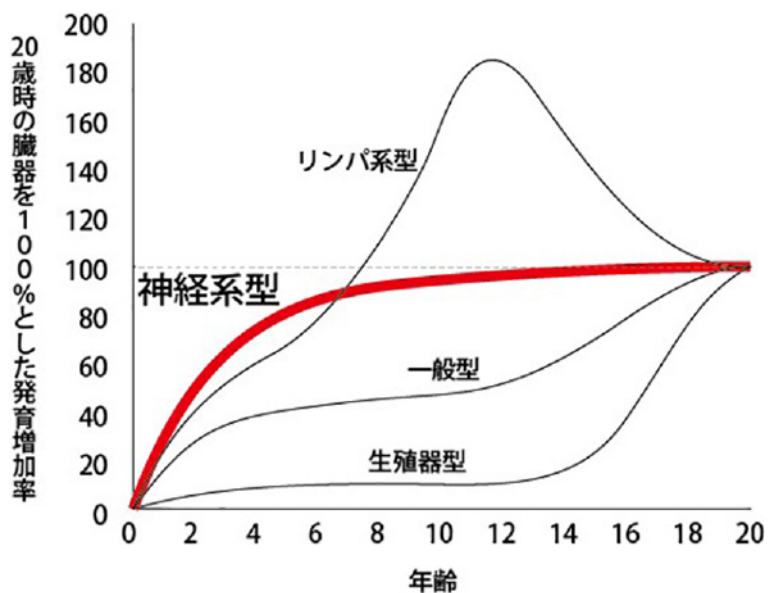
子育てをもっと楽しく子どもと遊ぼう！

Vol.8

今月はあそびの紹介の前にプチ講座を紹介いたします。

「皆さん『ゴールデンエイジ』という言葉は聞いたことがありますか？『ゴールデンエイジ』とは子どもの身体能力や運動能力が著しく発達する期間のことです。5歳～12歳のことを指しますが、神経系は5歳～9歳で急激に発達します。左のグラフを見てわかる通り神経系は5歳～6歳で急激に発達し大人の80%まで発達します。12歳ですでに大人の100%。お父さんお母さんの今の運動神経も12歳までの間に作られたものになります。

ゴールデンエイジの時期に様々な動作を体験することで脳が刺激され運動神経も発達していきます。



さて、それでは今月のあそびを紹介します！

お父さんお母さんはお子さんと、おじいちゃんおばあちゃんはお孫さんと遊んでみましょう！！

まねっこタップ

おうちの方が足をタンタンタタンなどリズムをつけて踏み鳴らし、子どもがまねをします。足を右、右、左、とランダムに踏み替えたり、テンポを変えたり、前後左右にステップを踏んでも楽しいでしょう。



ダンボールサッカー

段ボール箱を横にしてサッカーゴールに見立てます。袋に新聞紙などを詰めた手作りボールを蹴り入れて遊びます。段ボール箱の口を上にしてすのこせ、離れた場所からボールを投げ入れればバスケット遊びに。



バランス感覚や筋力が育ってくると、イメージ通りに動けるようになってくるので体を使う遊びがどんどん楽しくなってきます。体を使って遊べば遊ぶほど神経系の発達につながります！

子育ての悩みや相談等ありましたら、いつでも保健師・栄養士に連絡 (TEL64-3319) してください。

厚沢部町国保病院（TEL64-3036）からのお知らせ

12月の外来診療

診療科	診療日
内科	月～金曜日（祝祭日は休診）
眼科	4日（火）・5日（水） 18日（火）・19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、受診が可能な場合もありますので、お問い合わせください。

『夜間救急外来診療』について

平成30年度の国の制度改正に合わせて、午後8時以降の受診は、原則、入院としています。緊急性がない場合の受診は受付時間内（8時30分～11時30分、13時30分～15時00分）に受診いただくようご協力をお願いいたします。

なお、不安な場合にはお電話で相談してください。

※受付時間外に受診された場合、検査ができません。



北海道立江差病院（TEL52-0036）からのお知らせ

12月の外来診療

診療科	診療日
整形外科	午前 月～金曜日（午前11時迄の受付）
循環器内科	午前 月～金曜日 午後 月曜日・金曜日
消化器内科	午前10時迄受付 4.18日（再診完全予約制） 午前11時迄受付 10日（再診完全予約制） 午前11時30分迄受付 金曜日（再診のみ） 午後 水曜日と3.17日
呼吸器内科	午前 金曜日 午後 木曜日
総合診療（内科）	午前 月～木曜日（月曜日は10時から診療）
総合診療（外科）	午前 火～木曜日（外科は14.28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 午後 水曜日
精神科	午前 月～金曜日（初診完全予約制）
産婦人科	午前 月～金曜日
耳鼻咽喉科	午前 4.5.12.13.18.19.26.27日（初診11時迄） 午後 12.26日
眼科	午前 6.27日（予約以外の方は10時迄に受付） 午後 5.19.26日
皮膚科	午前 火曜日
神経内科	14.28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
※診療日は予定であり、変更になる場合があります。

★★★ 看護師・助産師を募集しています ★★★
看護師・助産師の正規・臨時職員を募集しています。子育てなどで仕事から離れていて復職しようと考えている方、ぜひ働いてみませんか？お気軽に電話で問合せください。〔TEL 52-0036（内線202）総看護師長 廣野〕

★膝の話その②「変形性膝関節症の治療法」★

<保存療法>

- ① **筋力訓練・減量**: 太腿の筋肉を強化すること。体重減少により関節を保護します。
- ② **痛み止め（飲み薬・湿布）**: 辛い痛みを緩和します。
- ③ **関節内ヒアルロン酸注射**: 関節内に直接弾力に富んだヒアルロン酸を入れて軟骨を保護します。
- ④ **足底装板**: 内側にかかるすぎる体重を分散します。

<手術療法～人口膝関節置換術～>

人工膝関節の材料は特殊な金属やポリエチレンなどでできており、使用すると次のようなメリットがあります。
【人工膝関節のメリット】

- ① 痛みが軽減し、**快適な生活**が送れるようになります。
 - ② 高度なO脚やX脚などの**変形が改善**されます。
- 【人工膝関節の役割】
- ① 膝の痛みを取り除いたり和らげたりする。
 - ② 膝の痛みや変形の為に、しにくかった膝の曲げ伸ばしも可能になる。
 - ③ 体重の支えや**患部以外の関節への負担を軽減**する。

当院では10月から患者さん1人ひとりに合わせて**専用手術器械**を作製し、正確で効率のいい手術が可能となるシステムを開始。人工膝関節置換術には、さまざまな手術器械が使用され、患者さんの安全性を確保しています。また、事前の画像検査によって得られた患者さんの個々のデータから3Dプリンターを使って、1人ひとりの膝の状態に合わせた手術器械を作製することができるようになりました。これにより、手術をより少ないステップで行うことができ、**より正確な手術が可能**となりました。

【整形外科医長（日本整形外科学会専門医）榊原 譲】

食生活改善協議会

エネルギー 357kcal
塩分 1.9g

今月の簡単レシピ

ほっこりミルク鍋

【材料】（2食分）

- キャベツ 150g
- かぶ 1/2個
- ベーコン 4枚
- 舞茸 50g
- 切り餅 4枚
- A牛乳 300cc
- A水 300cc
- Aカップスープの素 2袋
- A塩 少々

【作り方】

- ①鍋にAとざく切りにしたキャベツとくし型に切ったかぶを入れて火にかけ、しんなりするまで煮る。
- ②①に食べやすい大きさに切ったベーコンと小房にさいた舞茸を加え煮る。
- ③切り餅を加え柔らかくなるまで煮る。

食改さんのコメント

キャベツには消化を助ける作用のあるジアスターゼが含まれていて、胃もたれの改善には良い食材です。胃の粘膜を保護してくれる牛乳と一緒に食べることで疲れた胃の回復を助けてくれます！



●厚沢部町図書館では、お探しの資料が貸出中の場合、予約を承っています。また、道立図書館からの貸出やリクエスト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 厚沢部町図書館（直通） ☎64-3436



『パディントンのクリスマス』（マイケル・ボンド 著 R・W・アリー 絵）

もうすぐクリスマス！
クマのパディントンは、デパートでイベントがあることを知り、ブラウン家のみんなと出かけることにしました。
ほっこり心が温まる『クマのパディントン』シリーズの絵本です。

『頭のいい子が育つ英語のうた ハッピークリスマスソング』（村松 美映子 監修）

誰もが聴いたことのあるクリスマスソング24曲を英語で収録！
綺麗な挿絵とテキストの絵本ページ、キリスト生誕物語や各国の習慣、文化的背景を学べるページなど内容も充実の1冊です。



12月。今月クリスマスがやってきます。昔は馴染みの薄かった日本でも今は欠かせない一大イベントとして根付いています。そこで今回は、クリスマスがテーマの新作図書を紹介します。

図書館新情報

おすすめ図書



クリスマス会館



読書啓発事業「図書館クリスマス会」（教育委員会主催）が12月8日（土）午前10時30分より町図書館で開催されます。今年度2回目となる今回は読み聞かせボランティアサークル「お話ポケット」（福島美香代表）が中心となり、子どもから大人までが読書の楽しさを感じられるような内容に検討されています。多くの方々に参加し、「図書館クリスマス会」を楽しみましょう！
☆期日 12月8日（土）
☆時間 10時30分～11時30分
☆場所 町図書館ロビー
☆内容 大型絵本などの読み聞かせ、パネルシアター、ペープサート ほか

戸籍の窓

(11月22日届出分まで)

おくやみもうしあげます

館 町	岩 山	孝 さん	(88歳)	10/29
鶉 町	牟 田	清 子 さん	(94歳)	11/ 5
共 和	柳沼マサ子 さん	(87歳)	11/ 6	
上 里	若 山 郁 子 さん	(85歳)	11/ 8	
稲 見	下川部繁子 さん	(83歳)	11/11	
鶉 町	辻 口 國 光 さん	(84歳)	11/12	
当 路	川股サキエ さん	(90歳)	11/13	
赤沼町	丹保マツエ さん	(94歳)	11/19	
本 町	森 誠 一 さん	(80歳)	11/21	

町の人口

平成30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	1,138	1,083	1,192	2,275	(-3)
鶉地区	336	326	353	679	(-1)
館地区	454	443	493	936	(-9)
全 町	1,928	1,852	2,038	3,890	(-13)

※外国人住民を含む

厚沢部町交通事故死
ゼロ記録簿

平成30年11月26日現在

連続 1 4 3 8 日



厚沢部町ふるさと納税寄附状況

(11月22日届出分まで)

今月の寄附件数	216件
今月の寄附金額	2,107千円
平成30年度 寄附件数累計	2,641件
平成30年度 寄付金額累計	21,087千円
前年度寄付金額	1,320千円



精神保健相談のお知らせ

北海道江差保健所では、臨床心理士がカウンセリングや相談に応じる精神保健相談（こころの健康相談）を次のとおり開催しますので、相談を希望される場合は12月6日（木）午前中迄に申込み願います。

- ◆ 期 程 12月11日（火） 12時～15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

運転免許更新時講習

- ★ 12月6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
- ◆ 初回更新者講習 15時45分～17時45分
- ◎ 江差町文化会館
- ★ 12月18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12日（水） 優良運転者講習 13時～13時30分

12月と年末年始の休日当番医

急遽変更になる場合がありますので念のため確認願います。

当番日	病院名	電話番号
12月 2日（日）	道立江差病院	52-0036
9日（日）	厚沢部町国保病院 （ドラッグストアまるや）	64-3036 67-2856
16日（日）	道立江差病院	52-0036
23日（日）	乙部町国保病院	62-2331
24日（祝）	勤医協江差診療所	52-1366
30日（日）	上ノ国診療所	55-2017
31日（月）	道立江差病院	52-0036
1月 1日（祝）	勤医協江差診療所	52-1366
2日（水）	乙部町国保病院	62-2331
3日（木）	厚沢部町国保病院 （あっさぶ調剤薬局）	64-3036 64-3041

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 木間内・外崎明さんから 100,000円
- 新町・下川部紀子さんから 50,000円
- 新町・澤田政文さんから 50,000円
- ☆お世話になったお礼にと 横浜市・柳沼勝正さんから 20,000円
- 町へ一般寄附金として 富栄・今井茂雄さんから 20,000円

☆☆☆南部桧山清掃センターからのお知らせ☆☆☆
12月8日（土）は休日のため施設へのゴミの搬入はできません。
12月31日（月）～1月5日（土）も正月休みのため受入れできません。
【問い合わせ先：南部桧山清掃センター（☎53-6301）】

12 & 1 お知らせ

町政要望事項の
取りまとめについて

例年12月に各地域において『まちづくり座談会』を開催し町民の皆さまと「まちづくりに対する意見や要望、地域が抱える課題」等について懇談してありますが、今年度は来年4月に町長選挙を控えていることから実施いたしません。

なお、今年度も各町内会に對して『町政要望事項のとりまとめ』をお願いしますので意見や要望等のある方は12月中にお住まいの町内会長や地区駐在員へ申し出願います。

◆ 問合せ 総務政策課政策振興係 ☎ 64・3311

年末年始の閉庁日と
各施設の休業日について

- 役場 ★ 12月29日（土）～1月6日（日）
※ただし、閉庁期間が長期となるため次のとおり臨時開庁しますので、ご利用ください。
◎ 1月4日（金）8時30分～13時
役場窓口（総務政策課・税務財政課・保健福祉課・出納課・あゆみ（保健福祉課）
- 国保病院 ★ 12月29日（土）～1月6日（日）
※3日（木）は休日当番医です。
- 道の駅あつさぶ ★ 12月30日（日）～1月5日（土）
- 体育館・図書館・郷土資料館 ★ 12月31日（月）～1月5日（土）
- 上里ふれあい交流センター
- 館地区憩いの家 ★ 12月31日（月）17時まで営業
- ★ 1月1日（祝）～3日（木）は休業
- ★ 1月4日（金）～通常営業
- うずら温泉 ★ 12月30日（日）
レストラン 14時まで営業
日帰り入浴 19時まで営業
- ★ 12月31日（月）～1月2日（水）全館休業
- ★ 1月3日（木）～通常営業

『特設人権相談所』を
開設します！

江差人権擁護委員協議会と函館地方事務局江差支局では人権週間（12月4日～10日）に次のとおり『特設人権相談所』を開設します。

- ◆ 日 程 12月4日（火） 12時～13時
- ◆ 場 所 役場第2会議室
- ◆ 相談料 無料

児童や生徒のいじめ、体罰、家庭内のいざこざ、借地借家、不動産、登記、相続関係など身近な法律相談や人権問題等、心配ごとや悩みごとがありましたら、お気軽にご相談ください。

厚沢部町の人権擁護委員は①太田滋子さん ②岩田富貴子さん ③松島美保子さんの3名です。秘密は厳守されます。

なお、函館地方事務局江差支局（☎52・1048）ではいつでも人権相談に応じていますので、ご利用ください。

冬の交通安全運動

交通事故の危険性を自分事捉え、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

北海道電力からのお願い

日頃より節電へのご理解ご協力いただいているところ誠に恐れ入りますが、引き続き「無理のない範囲での節電」にご協力をお願いいたします。

なお、普段からお使いの電化製品（照明や冷蔵庫、テレビ等）を中心に、ご協力をお願いします。

詳しくは、「ほくでんホームページ」をご覧ください。



★ 申込先

桧山地域人材開発センター ☎ 52・0160

住民講座・職業訓練名	日 程	時 間	受講料	申込締切
フラダンス教室	12月 5日（水）	13:00～15:00	2,000円	12月 4日（火）
	12月19日（水）	13:00～15:00	2,000円	12月18日（火）
機動職業訓練『型枠施工科』	1月 8日（火）～ 3月22日（金）	9:10～15:50	2,000円	12月20日（木）
	公共職業安定所に求職申し込みを行っている方が対象です。 ※平成29年度に機動訓練を受講された方は受講できません。 ※過去に受けた訓練と同じ場合は再受講できない場合があります。			

桧山地域人材開発センター
実施事業をお知らせします

あつさぶの魅力を探訪

秋を彩るイチヨウの木「大豊作銀杏の恩恵」

ぎんなん

「今年の銀杏は大豊作。珍しいから見に来ないか」との電話。厚沢部に銀杏があるとは。季節を感じに富里へ車を走らせた。



富里 松橋保美さん(60歳)

家の横には2本のイチヨウの木が並ぶ。特徴的な黄色の葉は落ち右側の木の枝には大量の実が垂れ下がっていた。保美さんは「イチヨウの木は小学生の時には既にあった。茂祖父さんが九州から持ってきたと聞いたが、実が大量になるのはここ数年のこと。さつ木の下に行ってみな」と(んっ?ほのかに臭う)

「銀杏の実はいっぱい。葉はたくさん落ちるしイチヨウの木って結構厄介」と保美さん。茶わん蒸しや串焼きの銀杏は大好物。イチヨウ並木も秋の風物詩と好感していた筆者。独特の臭いは初体験だった。「雌株のイチヨウにだけ銀杏がある。雌雄のイチヨウの木が近くなければ銀杏がならないと聞いたから結構希少と思う。自分は銀杏を食べないからおいしさはわからない。トミエ母さんは食べるよ」と。

保美さんに紹介されたトミエさん(90歳)は昨日橙色の皮を取り除き一晩水に浸した銀杏の実を優しく撫でていた。薄茶色の硬い殻に包まれた銀杏は大粒で大量にあった。「こうして天日干しした後、フライパンで炒れば食べられるよ」と穏やかに話すトミエさん。

「3年前かな。テレビで銀杏は健康に良いと見てから銀杏を拾うようになった。現金でしょ」と笑う。「ただ、栄養があり過ぎるのか5粒程食べた後に痺れたことがあったから多くは食べない。私以外誰も食べないし銀杏が豊作になっても誰も喜ばないね」と。「家の周りにはフキやアズキナなど自然の恵みが豊富。昔は農業を手伝っていたけど今は山菜採りなど好きなことをさせてもらっている。息子夫婦には感謝だよ」と話すトミエさん。大豊作銀杏のお陰で素敵な時を過ごせたのは筆者だった。

あとがき

▼「大切な生命をつなぐ」
「先人が築いてきたものを後世につなぐ」「伝統や芸能を次の世代につなぐ」「知識や技術を子どもに」。今月号では多くのつなぐに出会った。「つなぐ」には「切れないように保たせる」という意味がある。つなぐ方が感じているつなぐれてきたもの(時間)を「途絶えさせないように」「少しでも長く」という苦悩に心から敬意を表します。
▼今年の第56回町民文化祭文芸作品展は1会場(総体に集約)開催された。昨年までは鶴と館地区のセンターでも開催され、両会場とも町内会役員が尽力し運営されてきた。筆者が文化祭を担当していた頃、「運営が大変だから総体に集約しては」という意見があった。しかし、「地域住民の作品は近くで見たい」「歴史ある3会場の作品展示は続けたい」などの声に支えられつなぐれてきた。地域住民が負担に感じないよう行政から寄り添う姿勢も大切。昨年のまちづくり座談会では「新・厚沢部中開校後も町民文化祭は3地区で開催したいんですよ」という声を聞き、明るい心境になったのを今でも覚えている。
▼文化祭の「やめる」「決断」。目先の損得に惑わされず行政と住民が地域のことを考えた見直しであれば尊重する。大変だから「やらない」が導いた集約であれば残念至極である。(三)

