

広報

たかす

No.719
2011.AUGUST

8



夏も元気に!!!

北野保育園プール学習
(B&Gアクアリズム)
7月22日

みんな 笑顔で あったかす。

特集

食べて!動いて!生き生きと! 生涯元気な人生を

生涯元気な人生を

「生涯元気」

この世に生を受けてから、
自らの生涯を全うするまで、

いつまでも自分の好きなことや

趣味の活動を続け、

自分らしく生き生きと暮らすこと。

そんな「生涯元気」の実現のためには、

人との交流から生まれる

つながりを感じながら、

自分の心と体を健康な状態に

保ち続けることが大切です。

今回は、心と体の健康にとって

大事な要素となる

「運動」と「食生活」に注目。

専門的な目線を交え、

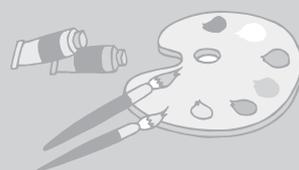
健康づくりに役立つ内容をお伝えします。

「生涯元気」な人生へ

さあ、一步を踏み出しましょう！



目次 CONTENTS



2

特集

食べて、動いて、
生き生きと！
生涯元気な人生を

8

鷹栖町振興補助金を
ご活用ください

12

マンスリートピックス

14

今月のお知らせ

消防ミニ通信
すくすくアイドル
窓口から
人の動き
いきいきわいわいカレンダー

行政情報

- ▼鷹栖・北野地区住民センター図書室 新刊図書のお知らせ ……9
- ▼鷹栖町農業委員会委員の改選 ……10
- ▼後期高齢者医療制度のお知らせ ……11

6月6日(月)～17日(金)まで、主に国民健康保険に加入している方を対象に、各地区住民センターで特定健診やがん健診等を実施しました。

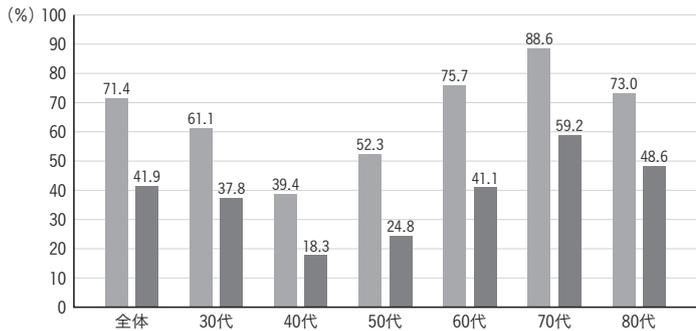
平成20年度から導入された特定健診は、現代人に増え続けている生活習慣病の予防を目指しています。中でも、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム、以下「メタボ」)の発見に着目しています。

「生涯元気」に健康的な生活を送るためには、健診結果を参考に、毎日の食生活や運動習慣を見直すことが大切です。

町では「生涯元気なまちづくり」を目指すため、特定健診等の受診者の方を対象に、運動習慣や健康づくりに関するアンケートにご協力いただきました。

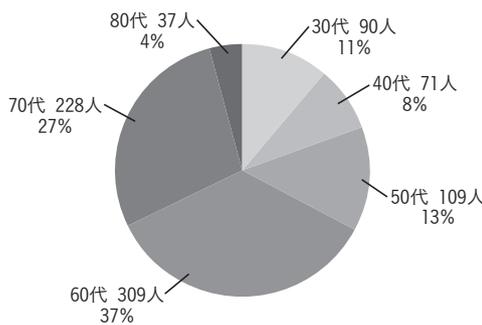
【回答者844名】

グラフ③ 体を動かさず習慣のある方の世代別割合



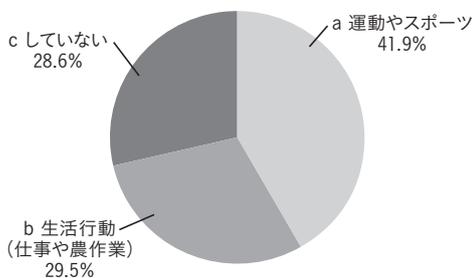
60代以上で割合が高くなり、特に70代は自身の健康づくりへの満足度も高く、町の「生涯元気」を代表する世代といえるかもしれません。実践している運動種目では各世代とも「ウォーキング」が最も多く、50代以上では次いで「パークゴルフ」が目立ち、若い世代では「バスケットボール」などの団体種目に取り組む方も多ようです。

グラフ① アンケート回答者世代別割合



対象：各地区住民センターで実施した特定健診等を受診された方
方法：選択式のアンケート (一部自由記述有り)

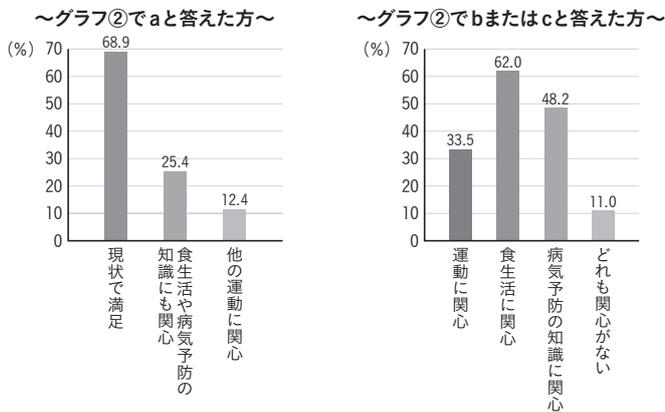
グラフ② 体を動かさず習慣はありますか (目安：1回30分以上の運動を週2日以上)



運動やスポーツを習慣的に取り組んでいる方は約4割ですが、仕事や農作業といった生活行動で体を動かさず習慣がある方を加えると、全体の7割以上の方が、日常で体を動かさず習慣があるという結果となりました。

運動やスポーツをする習慣がない方のその理由としては、「生活行動で体を動かさず十分」という方のほか、「忙しくてできない」と答えた方が若い世代ほど多く、80代では体の痛みを理由に挙げる方が最も多かったです。

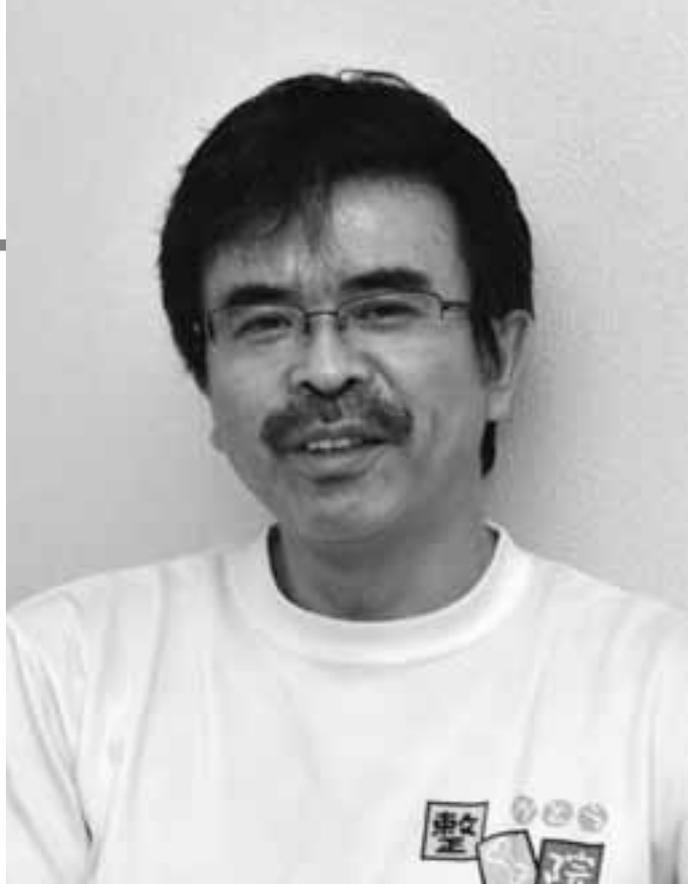
グラフ④ 健康づくりについての関心(複数回答可)



運動やスポーツを習慣的に実践している方は、自身の健康づくりへの満足度も高いようです。また、25%の方が食生活や病気の予防についても学びたいと答えました。運動やスポーツを習慣的に取り組んでいない方は、全ての世代で食生活に最も高い関心を寄せています。

実施時期や回答者の構成バランス等、考慮する要素がありますが、今回のアンケートから、生活習慣病予防に大切な「運動」や「食生活」に対する、町民の皆さんの取り組み状況や関心の高さを伺うことができました。

アンケート結果から、運動実践種目で最も回答が多かった「ウォーキング」に関して、より効果的な歩き方(ノルディックウォーキング)と、皆さんの関心が最も高かった「食生活」に役立つ内容を、次ページから紹介します。



かとう しこう
加藤吏功さん
(かとう整骨院院長)

**ノルディック
ウォーキング**

あまり聞きなれない方もいるのではないのでしょうか。90年代後半から北海道でも知られ始めた、比較的新しい運動です。

ノルディックウォーキングとは、2本のポールを用いて行うウォーキングのこと。一般的なウォーキングに比べ、腰やひざにかかる負担が軽減されるとともに、全身の筋肉を使うことで、より高い効果が得られます。今回は、町体育指導員長も務めている、かとう整骨院院長の加藤吏功さんに、ノルディックウォーキングによる健康づくりについてお話を伺いました。

——ノルディックウォーキングとの出会い

3年前に知人の紹介で、富良野で行われたフォーラムに参加しました。そこで、ノルディックウォーキングを取り入れたリハビリを推奨する整形外科医の講演を

聞き、その効果の良さを知りました。

医者が使っているなら、使わない手はないと思い、私自身も勉強しながら、リハビリの一環として勧め始めました。

——リハビリとしての効果

主に効果があるのは、股関節痛や下肢痛の方です。これらの持病を抱える方は、歩くだけで痛みが出るので、なかなか外を出歩こうとしません。

ノルディックウォーキングは、2本の足と2本のポ

ール、つまり、4本足で歩く運動。ですから、患部への負担が軽くなるため、痛みも和らぎます。

また、ポールの長さを調節することで、必然的に腰が伸びる状態で運動することができます。その結果、高齢により腰を曲げながら歩いている方も、継続的に行えば、かなりの効果が得られたという例もあります。

——メタボ対策にも効果が

有酸素運動としても、かなり効果的な運動といえま



▲ポールを使うと、歩く姿勢が改善されます。また、腕を大きく振るので全身の血流も良くなります。

運動

健康づくりに新たな波を

ノルディックウォーキング

す。内臓脂肪を燃焼させるため、メタボ体型の方にもオススメです。

特定健診の結果で、メタボと診断された方にも勧められています。

— 運動だけではなく、スポーツとしての活用も

「トレイルラン」というスポーツはご存知ですか？走りながら山を登り、走りながら山を下って、そのタイムを競うスポーツです。

競技では、ノルディックウォーキングと同様2本のポールを用いてもOKなので、多くの人が活用しています。ポールの使用で登り下りがしやすく、若い方のみならず幅広い年代の方が楽しめます。

スポーツをしながら健康づくりもできるニュースポーツ。ぜひ始めてみてはいかがでしょう。

— 良さをもっと知って欲しい

健康づくりへの効果はあるのですが、町民の方がな

かなかそのことを知る機会がありません。最近、スポーツ学会での学問としても研究されはじめるほど注目されています。

私自身も、リハビリとして勧めています。知名度が低いせいか「ポールをつけて歩くのが恥ずかしい」「持ち運びが不便」など、なかなか浸透しきれていない現状です。

その要因として、ノルディックウォーキングで得られる効果が、しっかりと伝わっていないことがありません。講演などを開催し、ただ指導を受けるのではなく、健康づくりへの効果を十分に知っていただければ、皆さんも積極的に活用されると思います。

— 魔法のつえで元気に暮らそう

股関節に痛みがあり歩くのが辛かった女性が、ノルディックウォーキングを継続したことで、今ま

で歩けなかった距離を歩けるようになり、2本のポールを「魔法のつえ」と呼んだそうです。

町内にも、股関節や足腰に痛みを抱えていて、なかなか外へ出たがらない人が多くいると思います。その人たちにとっても「魔法のつえ」になってほしいです。

誰にでも、簡単にできるノルディックウォーキング。日ごろの運動不足解消に、また、いつまでも爽やかな自然の空気を味わうためにもオススメです。



▲ポールには手を離しても落ちないように、手首にバンドが付いているタイプのものも

ノルディックウォーキング講習会

ノルディックウォーキングについての講習会を、左記の日程で開催を予定しています。

詳細は広報たかす10月号でお知らせしますので、興味がある方は、ぜひご参加ください。

▼日にち

11月18日(金)、25日(金)

▼場所

サンホールはびねすおよび周辺道路

【お問い合わせ】

生涯元気課生涯元気係

☎ 87-2112



A1. 分解したもので受け入れられません。販売店等(農機具は産業廃棄物処理業者)に相談してください。



み ゆ き
美由紀さん

お が わ か ず や
小川一也さん

夏が旬の
野菜を食べる

毎日の「食事」は、人が生きていくために欠かすことのできない行為です。

私たちは、食卓の上で「食事」を捉えがちですが、生産者の努力なくては、毎日「食事」をとることはできません。ときに、その食材が育まれた現場へ思いをはせることも、必要ではないでしょうか。生産者の皆さんの思いが詰まったおいしい食材を食べ、「生涯元気」に過ごせる体づくりを目指していきましょう！

今回は、町の数ある農産物のなかで、夏野菜のキュウリをピックアップ。キュウリは、主成分の90%以上が水分でできており、体内の熱を取り除く作用がある、夏バテ予防にも効果的な食材です。町内で農業を営む小川一也さん・美由紀さん夫妻に、生産者としての思いと、キュウリを使ったオスマレシピをご紹介します。

「食」への思い

大人の方は、子どもが嫌いなものを、なんとか食べてもらいたいと思っっていることでしょうか。しかし、栄養があり体に良い食べ物であっても、嫌がって食べていると、その栄養は十分に取り込まれないのでは、と思っすることもあります。

食べ物「おいしい」と思っって食べることで、含んでいる栄養を十分に取っただけではなく、体も心も元気になれると思っいます。子どもが「おいしい」と思っって食べれるよう手助けすることも、大切なことだと考えています。

子どもたちに、食べ物のおいしさを感じてもらっ一つの方法として、農作業体験が良いのではないでしゅうか。農作業をして汗を流し、自分が育て、収穫した食べ物、青空のもとで食べる。この環境が、おいしく食べれる魔法になるのではないでしゅうか。

私も以前、畑を訪れた子

どもが、農作業で目いっぱい汗を流しているなかで、それまでは口にしなかつた野菜を「おいしい」と食べている様子を見ることがありました。

また、大人の方にも、ぜひ農作業を体験していただきたいです。最近では、家庭菜園をする方も増えていますが、親子で一緒に育てみるのも良いと思っいます。自分の思いが込められたものは、より一層おいしく食べられます。親と子が一緒に育むことで、食に対する思いがさらに増すのではないでしゅうか。

私たち生産者は、皆さんに「おいしい」ものを届けたいと、愛情込めて育てています。皆さんが「おいしい」と食べていただけるとの喜びであり、やりがいでもあります。

作り手と受け手が共感できる。これが「食」としての役割が成り立つときであり、私たちの幸せの瞬間でもあります。

食生活

生産者の思いを感じて

今が旬! 夏野菜を食べよう

材 料

キュウリ…3～4本、塩…キュウリの重量の3%の量、しょうが…半片分（多めのほうがおいしいです!）、ごま油…大さじ1杯

作り方

1. キュウリに包丁で、縦に5mmぐらいの切り込みを入れる
2. 1のキュウリの切り込みの部分を、すりこぎやめん棒でトントンとたたき、割れ目を入れてから、親指を入れて縦半分に割る。
- POINT 切り込みを入れることで、きれいに半分に割ることができます! そうすると、より塩がなじみ、さらにおいしくなります!
3. しょうがを細かくせん切りにする
4. 2のキュウリを手で一口大にパキパキと折り、ボウルに入れる。そこに、塩とせん切りのしょうがを入れ、手でザッと混ぜてからふたをして、冷蔵庫で半日休ませる。
5. 水気を切ってからごま油をかけ、混ぜたら出来上がり

しょうががアクセント♪

キュウリのトントン漬け



山形の郷土料理

夏にオススメ「だし」



材 料

キュウリ、ナス、しそ、小ねぎ（あればミョウガ、オクラ）、しょうゆ、納豆昆布（水を加えるとネバネバするみじん切りの昆布）

作り方

1. 材料をみじん切りにする（ナスとしそは水につけ、あくを抜く）
2. 納豆昆布を容器に入れて水を加え、上澄みをすてる。（ない時はオクラなどのネバネバ系の野菜を加える。）
3. 2に1の野菜としょう油を加えて10分ほどおいて出来上がり

温かいご飯にかけるだけでも絶品!
冷奴やひやむぎ、そうめん
などにかけてもおいしいです!



町では、町民の皆さんと一緒に、知恵と力を出し合ってまちづくりを進めるために、地域振興などを目的とした自主的な活動や、まちづくりに関する課題解決に結びつくような活動を支援する制度(補助金)を設けています。

この制度により、町民の皆さんがまちづくりに参加する機会を広げ、町民と行政が協力・連携してまちづくりを進めることで、「地域力」の向上と、さまざまな人たちとの交流による、地域コミュニティの活性化にもつながります。

あなたの思いをまちづくりへ…

～鷹栖町振興補助金を活用しませんか～

【平成23年度の助成申請団体】

●協働のまちづくり推進事業

団体名(上段/町民・下段/町)	事業内容	助成額(予定)
オヤジと園児のなかよし畑 福祉課	保育園・幼稚園児と団塊世代との交流事業 高齢者の生きがいづくり活動を実施	80,000円
手づくり絵本Kizuna 教育課	手づくり絵本の作成と普及活動 絵本をプレゼントするブックスタート事業の実施	100,000円
北野いきいき遊び塾 福祉課	認知症予防のためのレクリエーション活動 介護予防事業の実施	70,000円

《今後期待される事業分野例》

生活環境・景観整備、公共施設等の小規模維持補修、防犯・防災活動、ごみの減量・リサイクル推進、子育て支援、高齢者・障がい者福祉、地産地消、観光振興、教育・文化・スポーツ振興など

●自主活動支援事業

団体名	事業内容	助成額(予定)
鷹栖町スポーツ少年団連絡協議会	各スポーツ少年団員が共通で使用する備品等の整備事業	430,000円
クローン病を知ろう実行委員会	クローン病に対する知識や理解を深めるためのコンサート事業	50,000円
チームあったかす	東日本大震災による原発事故の影響で野外活動が制限されている子ども達の受け入れ事業	350,000円

《過年度実施事業例》

地域イベントの開催、特産品の開発・研究、体育施設・備品整備、各種団体の道内外研修など

【お問い合わせ】 総務企画課企画係 ☎87-2111



7月から、鷹栖水泳少年団の活動がB&G海洋センターのプールで始まり、私も参加させていただいています。オーストラリアでは長い間、ほぼ毎日、夏でも冬でも水泳をしていました。ゴールドコーストの一般家庭には、プールがついていることが多いので、子どもたちが楽しんで泳ぐことができます。もちろん、溺れるなどの事故防止としても、泳げるようになることは、とても大事なことだといえます。鷹栖町は海に面しておらず、暑い日も少ないのでほとんど泳げませんが、水泳少年団の存在はとても良いことだと思います。

ゴールドコーストの教育課程では、子どもたちは水泳を学ばなければいけません。でも、水泳自体が楽しいので、学校の登校前や放課後にも練習をする子が多いです。また、水泳を学ぶことが出来るプー

ルも多く、教室ではコーチに正しいフォームを教えてください。もっと上達したい子は、スキル・アップと体力強化を目的としたトレーニング団に入ることも出来ます。

かなり元気な子どもだった私は、両親にトレーニング団に入るように言われ入団しました。活動がとても楽しく、結局5歳の時から水泳を学び始め、20歳まで本当に一生懸命練習を続けました。

水泳を通してたくさん友達ができ、良い思い出を作ることが出来ました。この経験を生かし、B & G海洋センターのプールで、鷹栖の子どもたちを上達させることをとても楽しんでます。

今月の
オススメ

東野圭吾コーナー



人気作家・東野圭吾コーナーを設置。ドラマ化された「流星の絆」「白夜行」「新参者」など代表作をはじめ、多くの作品を取り揃えました。ぜひご活用ください。

《設置作品》

「探偵ガリレオ」「聖女の救済」「赤い指」「プラチナデータ」「夜明けの街で」ほか

★図書室
新刊情報★

鷹栖・北野地区住民センター図書室の新刊情報をお届けします。

一般書新刊	
サザエさん一家の公的保険	豆腐小僧双六道中おやすみ
三人しまい殺人事件	翼に息吹を
スパイクス -ランナー-	ジェノサイド
いねむり先生	ワーカース・ダイジェスト
ハタラクオトメ	アニマルズ・ピープル
あなたがいる場所	十字軍物語1、2
はとの神様	おかあさんとあたし。
しっぽちゃん	アルケミスト-夢を旅した少年-
空也上人がいた	モリー先生と火曜日
ヴァレンタインズ (エクス・リプリス)	ドロップアウトのえらいひと
寝る前に読んでください。vol.1・2	県庁おもてなし課

児童書新刊	
アルフレートの時計台	あいたくて (小さい詩集)
きみ、ひとりじゃない	秘密の花園 新装版
ゴールデンバスケットボール	クラブード 改訂版
ふくろうはかせものまねそう	空色勾玉
捨て犬・未来と子犬のマーチ	うそつきの天才
-もう安心していいんだよ-	ヒットラーのむすめ
闇のダイヤモンド	スポットライトをぼくらに
猫がおどる日	スターガール

鷹栖町農業委員会委員の改選

任期満了後の初定例会が7月20日に開かれ、会長には吉本憲さん、会長職務代

理者には舟根禎さんが選ばれました。任期は平成26年7月19日までです。



鷺下 義明さん
(南1条4丁目)



北村 浩光さん
(15線18号)



舟根 禎さん
(12線7号)



吉本 憲さん
(8線11号)



上村 健二さん
(北野東5条2丁目)



山崎 禎彦さん
(10線1号)



山下 寿明さん
(12線6号)



佐々木 辰善さん
(24線17号)



相澤 峰基さん
(13線11号)



小原 孝志さん
(21線16号)



森脇 豊仁さん
(14線12号)



近藤 義紀さん
(11線8号)



畑山 一郁さん
(8線8号)

まちづくりの主役は町民

ある日、ふとテレビを見てみると、99歳で詩集を出版された柴田トヨさんの番組を拝見しました。その詩集は、日常の出来事がやさしい言葉でつづられており、日ごろの感謝の気持ちが表現されていました。

町内にもご長寿の方が多くありますが、高齢であることは自慢すべきことだと思いません。今までの健康づくりのたまものであるからです。柴田さんのように、いくつになっても新たな一歩を踏み出せる可能性はあるのです。

いつもこの帰り道では、野球少年団やなんたら・たんたらもつちの子どもたちの声が聞こえてきます。その声を聞くと、嬉しさがこみあげてきます。町では、子どもの声が少なくなつた時期もありました。今では、子ども

体も心も生涯元気に

私たちの元気なあいさつや遊び声に励まされ、頑張る力が湧いてきます。子どもたちの素晴らしなあいさつは、学校で取り組んでいるオアシス運動の力だと思えます。長年の継続が素晴らしい成果となつていることを嬉しく思います。

町民息吹まち

高齢になつても生き生きと生活できる体の元気。あいさつによつて生まれる心の元気。鷹栖には多くの「元気」であふれています。

町では、今年度より皆さまがより一層「元気」にごしてほしい思いも込め、生涯元氣課を新設いたしました。今後は、皆さまからの意見を多く取り入れながら、皆さまとともに、生涯元氣なまちづくりを進めてまいります。

鷹栖町長 助安嘉和

後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 医療費通知の発行と新しい保険証の発送について～

9月に医療費通知を発行します

北海道後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さまに健康や医療に対する理解を深めていただくとともに、制度の健全な運営を図るため、医療費通知を発行しています。

医療費通知とは

- 医療機関で診療を受けた際にかかった医療費の額を、半年ごと（1～6月、7～12月）にとりまとめ、年2回（9月と翌年3月）はがきでお知らせするものです。



今回発行するのは
平成23年1～6月の分です

※医療費通知イメージ

- 受診年月、診療を受けた医療機関名、診療区分、日数、医療費の総額（10割の金額）を記載しています。
- この通知を確定申告（医療費控除）の際の領収書として使うことはできません。
- 診療内容の審査などの都合上、一部の受診記録を記載していない場合があります。

新たに医療費通知の発行を希望される方へ

医療費通知は、発行を希望される方のみ送付しています。

すでに「発行希望」のご連絡をいただいている方については継続して発行しますので、再度のご連絡は必要ありません。

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが、保険証をお手元にご用意していただき北海道後期高齢者広域連合または町民税務課医療年金係へご連絡ください。

医療費通知を受けとられたことによる、申請等の手続きをされる必要はありません。

新しい保険証の発送について

新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で発送しています。万が一届いていない場合は、至急、町民税務課医療年金係までお知らせください。

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062 札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
☎011-290-5601

町民税務課
医療年金係

☎87-2111

マンスリー トピックス

今月の話題



6/26



爽やかな汗を流して

第27回健康をさがそう!! たかすジョギングフェスティバル

町教育委員会主催の「第27回健康をさがそう!! たかすジョギングフェスティバル」が行われ、子どもからお年寄りまで約1900人が参加しました。

当日は青空に恵まれ、絶好のマラソン日和。子どもたちがゴールする時には、応援に来ていた家族からの熱い声援が飛ぶ場面も見られました。

参加者らは、風景を楽しみながら走るなど、思い思いのペースで爽やかな汗を流していました。

7/7

おいしいお米と一緒に

町農業経営者同友会夏季研修

町農業経営者同友会（吉本憲会長）の会員が、夏季研修の一環として鷹栖小学校を訪問し、子どもたちと一緒に給食を食べました。

今年度から、町内小中学校の米飯給食に鷹栖産米を使用。給食では「おいしい」といってお代わりする子どもも多く、生産者である同友会会員も「これからも、みんなに喜んで食べてもらえるお米を作ります」と意気込みを話していました。



7/10

暑さに負けず盛大に

第24回さつき祭

鷹栖さつき苑（波瀾幸敏施設長）で、「第24回さつき祭」が開催され、施設利用者や地域住民ら多くの方が訪れました。

ステージイベントでは、町内外9つの団体が熱いパフォーマンスを披露。また、今回は東日本大震災チャリティーイベントとして、さつき苑が出店した屋台の売り上げすべてが、義援金として被災地へ寄付されました。



鷹栖町HPにも「トピックス」を掲載しています。



▲左から栃谷さん、三宅くん、小笠原くん

7/17~18

全道大会で活躍 三宅君は全国大会へ

7月17、18日に函館市で「第29回北海道小学生陸上競技会」が行われ、鷹栖北野XC少年団所属の三宅樹くん(6年)が男子走り幅跳び、小笠原達也くん(4年)が男子800m、栃谷和さん(4年)が女子800mで優勝しました。

小笠原くんは「ゴール後は疲れて頭がいっぱいだったけど、嬉しかった」と、栃谷さんは「1位をとれて嬉しかった。自己新記録ではないけれど、悔いのない走りができた」と話していました。

三宅くんは8月に行われる全国大会にも出場が決定。「優勝できてとりあえずホッとした。全国大会では悔いのない戦いをしていきたい」と抱負を語ってくれました。

7/15

エゾシカの食害を防ぐ

くくり罠講習会

エゾシカ捕獲のための「くくり罠講習会」が行われ、農業者ら12名が参加しました。

今年2月、町地域農業推進会議の補助事業により、14名がわな猟免許を取得。くくり罠の設置は、町内では初の試みとなりました。

町猟友会の荒田敏彦会長を講師に迎え、実際に出没するエリアで罠の仕掛け方についての講習も行い、参加者は真剣に耳を傾けていました。



7/15

より一層活用しやすい施設に

B&G海洋センター改修助成決定書授与式

鷹栖町B & G海洋センターの改修に対し、B & G財団から助成を受けるにあたり、同財団から決定書の授与式が行われました。

授与式では同財団の大島康雄常務理事から、助安町長へ決定書が手渡されました。

修繕工事は、トイレや玄関のバリアフリー化、遠赤外線暖房機器の導入など、年内いっぱいを予定しています。

町職員の人事異動

総務企画課総務係

7月31日付けで町職員の人事異動がありました。

【退職者】(7月31日付)

中野喜和子(鷹栖保育園保育士主任)
※()内は、退職時の配置

読書感想文・感想画 コンクール作品募集

教育課社会教育係

本を通じて心を感じたことを作品として残してみませんか。

【応募区分】

▼読書感想文…小学(3～6年)・中学・高校・一般の部

▼読書感想画…保育園・幼稚園・小学(1～2年)の部

【応募資格】 町内に在住、または通学・通勤する方

【応募点数】 ひとり1点

【応募作品】

▼読書感想文…B4版原稿(4000字詰・縦書き)を使用すること。小学(3～6年)・一般の部は3枚以内。中学・高校の部

は5枚以内。

▼読書感想画…54cm×38cmの大きさ。版画以外で作風は不問

【応募締切】 11月25日(金)

くくり罾にご注意を

産業振興課農林畜産係

鷹栖町鳥獣被害防止対策協議会(上谷澄世会長)では、エゾシカによる農作物被害を未然に防止するため、エゾシカ捕獲用の「くくり罾」を設置しています。

エゾシカが森林と田畑を往来する獣道(けものみち)に設置し、罾の存在を示す注意看板を立てています。危険ですので、看板の付近には絶対に近づかないでください。

特に、大型犬などのペットも罾にかかる恐れがありますので、ご注意ください。罾はかかった動物を傷つける目的のものではありませんが、万が一ペットが罾にかかってしまった場合は、速やかにご連絡ください。
【設置期間】 7月～12月

【お問い合わせ】

産業振興課農林畜産係

☎87-2111



防災訓練の実施

総務企画課広報情報係

町では、防災の日である9月1日(木)に「防災訓練」を行います。対象は、北成地区となりますので、地域の皆さんの積極的な参加をお願いします。

【日時】 9月1日(木)

午前10時から

【会場】

北成地区住民センター

【内容】

○炊き出し訓練

○救急時の応急手当など(AEDの使用方法など)

【対象者】

北成地区の方で希望者(町内会を取りまとめをさせていただきます)およびボランティアの皆さん

老人大学・大学院共催「学園祭」

鷹栖町老人大学「学園祭」を、今年も午後から1部・2部に分けて開催いたしますので、都合のよい時間帯にお越しください。

老大学生一同、皆さまに素晴らしい出し物をご覧いただくこと、全員力を合わせて取り組んでおります。同時に実技講座で制作した作品(絵手紙・陶芸・切絵等)も展示します。

ぜひ、多くの皆さまにご覧いただき、励ましの言葉をいただければ幸いです。

【とき】 8月26日(金)

開場 午後12時30分

第1部開演 午後1時

第2部開演 午後2時45分

【ところ】 たかすメロディーホール

【入場料】 無料

【お問い合わせ】

教育委員会生涯学習指導員 担当・松谷 ☎87-2028



第15回 鷹栖町建設業協会会長杯 パークゴルフ大会参加者募集

▶とき 8月21日(日)

▷受付時間 午前7時～7時20分

▷開会式 午前7時30分

▶ところ たかす丸山パークゴルフ場

▶参加料 協会員 500円

一般町民 700円

※コース利用料300円もかかります

▶参加資格 鷹栖町民・鷹栖町PG協会会員

▶各賞 入賞(男子10位まで、女子5位まで)、ホールインワン賞(指定ホールのみ)、飛び賞、BB賞、参加賞

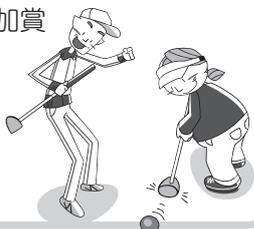
▶申し込み

教育課社会教育係

☎87-2028

▶申込締切

8月11日(休)



**北方領土返還要求
運動強調月間**
総務企画課広報情報係

8月は、北方領土返還要求運動全国強調月間です。国民一人一人がこの問題への正しい認識と理解を深め、返還活動をさらに盛り上げていくことが重要です。

北方領土の一日も早い返還のため、署名活動などを行いますので、町民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

【お問い合わせ】

総務企画課広報情報係

☎ 87-2111

**介護保険在宅
サービスの助成**
福祉課介護保険係

町では、介護保険の認定者で低所得世帯（本人および一親等の同居家族が町民税非課税の世帯）が、居宅サービスを利用した場合に、利用者負担金（食事代・日常生活費を除く）の25/100以内を助成しています。

なお、助成対象とならない場合がありますので、サ

ービス利用前にお問い合わせください。

▼持参するもの

印鑑、領収書、口座番号など振り込み先が確認できるもの

▼対象となるサービス

通所介護、短期入所生活介護、訪問介護、訪問看護、住宅改修、訪問リハビリ、福祉用具貸与など。

先月号でお知らせした、「社会福祉法人等利用者負担軽減事業」の申請が必要になるサービスもあります。

【お問い合わせ】

福祉課介護保険係

☎ 87-2112

**農業青年交流会
参加者募集**
産業振興課農業振興係

地域の農村の未来を担う農業青年が、「将来、ともに農業経営ができる良きパートナー」とめぐりあえることができるよう、出会いの機会を提供するための交流会『あっ！たかすへ行く！』～農業青年交流会～を開催し、JAたいせつ青年部と

合同で開催します。興味のある方は、ぜひご参加ください。

▼とき 9月3日(土)

▼参加資格

概ね20歳以上の独身女性（学生は除く）

▼募集人数 20名

▼参加費 1000円

▼内容

独身農業青年との交流会、野菜収穫体験

▼申し込み締め切り

8月19日(金)

【お問い合わせ・申込先】

参加希望の方は、左記までご連絡いただき、参加申込書を請求してください。参加申込書に必要事項を記載し、返送いただきます。申し込み完了となります。

あっ！たかすへ行く！

実行委員会

（事務局）産業振興課農業振興係

☎ 87-2111

平成23年度【任意予防接種】

《予防接種の公費全額助成のお知らせ》

- 子宮頸がん予防ワクチン
- ヒブ（インフルエンザ菌b型）ワクチン
- 小児用肺炎球菌ワクチン

子宮頸がんウイルス（16型・18型）感染予防、ヒブ（インフルエンザ菌b型）・小児用肺炎球菌の感染時の重症化予防のため、ワクチン接種に係る費用を全額助成します。

1. 助成対象者

平成24年3月31日までの期間にワクチンを接種する、下記の月年齢の方

【子宮頸がん予防ワクチン】

中学校1年生（13歳相当）～高校3年生（18歳相当）の女子
（9月末までに1回目の接種を済ませるようにしてください）

【ヒブ（インフルエンザ菌b型）ワクチン】

2ヵ月～4歳の乳幼児

【小児用肺炎球菌ワクチン】

2ヵ月～4歳の乳幼児

2. 助成額

子宮頸がん予防ワクチン、ヒブ（インフルエンザ菌b型）ワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン接種に係る費用の全額
※接種期間外および実施医療機関（町ホームページ～予防接種の助成参照）以外で接種される場合は全額自己負担になります。

3. 持ち物

【子宮頸がん予防ワクチン】

- ・年齢が確認できるもの（健康保険証、学生証など）
- ・母子健康手帳 ・予診票（高校3年生のみ）

※その他の方は医療機関にある予診票を利用してください

【ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン】

- ・母子健康手帳

◆子宮頸がん予防ワクチンの供給不足について◆

全国的に本ワクチンの供給不足が生じましたが、製造販売業者のワクチン供給が整い、中学1年生～高校3年生までの全対象者のワクチン接種を再開することになりました。詳細につきましては、厚生労働省のホームページをご覧ください。

【お問い合わせ】 生涯元気課保健推進係 ☎87-2112

第2回 助安農場収穫祭

☆食べものこどもたちの楽しいまつり☆

- ▶日時 8月14日(日) 午前10時～午後4時
- ▶ところ 助安農場およびフライトパーク
(11線11号3番地)
- ※詳細は今月号折り込みチラシをご覧ください

～上川中部定住自立圏事業～

2011 石狩川上流・未来への森づくりプロジェクトin旭ヶ丘 参加者募集

上川中部定住自立圏域の住民による、協働の森づくりイベントを開催いたしますので、ぜひご参加ください。

- ▶日時 9月11日(日)
午前9時～正午 ※受付 午前8時30分～
- ▶場所 上川町字菊水(旭ヶ丘地区)・農業公園
- ▶内容 第I部～上野ファーム・上野砂由紀さんとの森の庭づくり
第II部～森の案内人・笠康三郎さんとのフットパス&植樹

◎植樹はエゾヤマザクラ、ナナカマド、アオダモ、イタヤカエデから選べます。(各3m程度の苗)

- ▶申し込み期限 8月19日(金)まで
- ▶その他 ○参加料は掛かりません
○長靴、軍手、シャベル(花の苗用)を持参してください
○当日は、現地集合となっております

- ▶お申し込み・お問い合わせ
上川町役場産業経済課農林水産グループ
☎01658-2-1211

鷹栖養護学校「学校公開」

～きて、みて、はなそう2011～

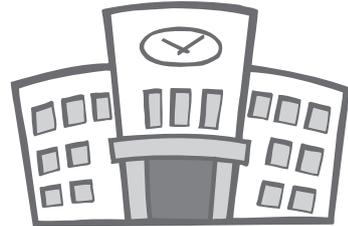
鷹栖養護学校では、地域や関係機関の皆さまに、学校での学習内容や子どもたちの様子を見ていただき、本校教育活動への理解を深めていただきたく、「学校公開～きて、みて、はなそう2011～」を実施いたします。

授業見学と情報交流を予定しており、たくさんの方々との交流の場にしたいと考えています。皆さまのご参加をお待ちしております。

- ▶と き 10月12日(水)
- ▷受付 9:10～9:25
- ▷全体説明 9:25～9:40
- ▷授業見学 9:40～11:10
- ▷情報交流 11:15～12:30
- ▷終了 12:30

◎参加をご希望の方は、お手数をおかけしますが、9月12日(月)までに下記までご連絡ください。

【お問い合わせ】 鷹栖養護学校 ☎87-2279
(担当:青山・松岡)



消防三通信

「消したかな」
あなたを守る
合言葉

◆平成23年度鷹栖消防演習◆

6月30日(休)に鷹栖消防団(日蔭孝志団長以下79名)による消防演習が鷹栖町総合グラウンドで行われ、小隊訓練やポンプ車操作、鷹栖町役場からの出火を想定した避難訓練

と併せた火災防衛訓練が行われました。地域防災の中核的存在として今後も訓練に努め、鷹栖町の安心・安全を目指して行きたいと思っております。



上川中部消防組合鷹栖支署

- 火事・救急・救助は ☎119
- 防火の相談は ☎87-2042

窓口から

ご結婚おめでとうございます

新 郎 新 婦
北野東 藤島朋樹さん 北野東 小林英子さん

おくやみ申し上げます

氏 名	年齢
9 区 齊 藤 兼 次さん	84歳
北野東 早 川 信 行さん	69歳
北野西 橋 本 安 子さん	57歳
鷹栖北 長谷部 光 夫さん	76歳
鷹栖南 北 野 ハツ工さん	93歳
鷹栖南 穴 戸 喜代美さん	85歳
鷹栖南 清 水 ナ ヲさん	91歳
ソフォニー 藤 田 實さん	71歳
北 斗 平 舟 勝 治さん	70歳

あたたかい心ありがとうございました

○社会福祉協議会へ

☆香典返しご寄付

清 水 清さん
大 武 良 子さん
齊 藤 ヨ シさん
長谷部 光 子さん
北 野 美紗子さん
平 舟 春 美さん

○鷹栖町ふるさとまちづくり

応援基金へ

☆次代のふるさとを担う

子どもたちの活動事業として
匿名 3件

☆心豊かなふるさとの人々を

育て活動事業として

神 田 秀 男さん

☆その他町長が必要と認める 事業として

小 林 勝 彦さん 30万円
匿名 2件

☆複数の活動事業として

讃 良 岳 宏さん
岸 本 都史夫さん
山 田 奉 一さん 1万円
阿 戸 正 明さん 3万円

※詳しくは町HPにて、寄附者の同意を
いただいた項目を公表しています。



このコーナーでは、町内で満一歳の誕生日を迎える赤ちゃんを、
毎月紹介しています。

ぼくの毎朝の日課はパパ
をお見送りする事!!だけど、
ちょっぴり淋しくなっちゃ
う🥺遊んで食べて寝てパパ
を待ってるよ🥰



おくやましする
奥山静流ちゃん

平成22年8月1日生まれ
南1条4丁目
拓・みちるさんの子

つたい歩きでイタズラば
かりしているきいです。キ
ュートな笑顔で、みんなを
メロメロにしています♥



ゆもと きい
湯本喜衣ちゃん

平成22年8月3日生まれ
北野東3条1丁目
賢太郎・千賀子さんの子

お父さんとお姉ちゃんがキ
ャンプに行っても、まだ小
さくてひ弱な僕は、いつも
お留守番🥺早く丈夫になっ
て連れて行ってもらうんだ!



やまはら こう た ろ う
山原康太郎ちゃん

平成22年8月6日生まれ
北野東2条1丁目
章由・緑さんの子

はじめまして!!ボクかい
とです★食欲…旺盛👍遊
びもだ〜い好き👍でも、ち
よっぴり泣き虫で甘えん坊
💧毎日楽しく成長してまあ
〜す♥



ひら い て か い と
平出海翔ちゃん

平成22年8月9日生まれ
南1条6丁目
実・幸枝さんの子

いつも元気にハイハイを
して、お兄ちゃん、お姉ち
ゃんと笑顔いっぱい遊ん
でるヨ!!



にし だ しゅん た ろ う
西田隼太郎ちゃん

平成22年8月19日生まれ
北野東5条3丁目
勉・和美さんの子

はじめまして奏心です。
大好きなお姉ちゃんの後を
追いかけて、邪魔してばかり
いる僕🥺たくましく成長
中!!みんな仲良くしてね♥



つ つ み か な と
堤 奏心ちゃん

平成22年8月21日生まれ
北野東4条3丁目
章・操さんの子

いきいきわいわいカレンダー

8月	6 [±]	たかす熱夏フェスタ2011前夜祭、花りんごグループ直売(花かいどう)、朝市てくてく(ぬくもりの家えん)	
	7 ^日	たかす熱夏フェスタ2011本祭	
	8 ^日	開拓感謝の集い、戦没者慰霊祭 鷹栖町小学生松浦市派遣(~13日)	
	9 ^火	お年寄り送迎日(長寿老人会) コーヒー茶ろんでてくてく(10:00~15:00)	
	10 ^水	乳幼児健診、ブックスタート	
	11 ^木		
	12 ^金		
	13 [±]	鷹栖地区盆踊り	
	14 ^日	北斗・北成地区盆踊り	
	15 ^月		
	16 ^火	北野盆踊り大会	
	17 ^水	小・中学校2学期始業式	
	18 ^木		
	19 ^金		
	20 [±]	中央豊年祭り、花りんごグループ直売(花かいどう)、朝市てくてく(ぬくもりの家えん)、24時間マラソンソフトボール大会(~21日)	
	21 ^日		
	22 ^月		
	23 ^火	幼児歯科検診・フッ化物塗布(9:15~11:00サンホールはびねす)	
	24 ^水	幼児歯科検診・フッ化物塗布(9:15~11:00サンホールはびねす)	
	25 ^木	幼児歯科検診・フッ化物塗布(9:15~11:00サンホールはびねす) こころの健康相談(9:30~11:00サンホールはびねす※予約制)	
	26 ^金	老人大学学園祭 お年寄り送迎日(北成老人会)	
	27 [±]	花りんごグループ直売(花かいどう) 朝市てくてく(ぬくもりの家えん)	
	28 ^日	八幡神社祭	
	29 ^月		
	30 ^火	お年寄り送迎日(北斗老人会)	
	31 ^水		
	9月	1 ^木	防災訓練(北成地区)
		2 ^金	
		3 [±]	
		4 ^日	花りんごグループ直売(花かいどう) 朝市てくてく(ぬくもりの家えん)
		5 ^月	

郷土資料館開館日(毎週水・土曜日/10:00~18:00)

第90回 鷹栖こども 自然科学教室のご案内

- ▶と き 8月20日(土) 午前10時~12時
- ▶と ころ 鷹栖高校 理科実験室
- ▶内 容 ドライアイスで遊ぼう
- ▶対 象 鷹栖町在住の小学生
(保護者の参加も可)
- ▶費 用 100円
- ▶定 員 20人
- ▶申 込 開催日の3日前までに、電話にて。
鷹栖高校 今井教諭 ☎87-3020

ひとの動き

[7月25日現在]

()内は前月比

人 口	7,489人(-16)
男	3,536人(-9)
女	3,953人(-7)
世帯数	3,068戸(0)
7月中緊急出動状況	
急病	11件(10人)
一般負傷	2件(2人)
交通	4件(5人)
その他	0件(0人)
7月合計	17件(17人)
累 計	157件(151人)

()内は搬送人員

平成23年の交通事故状況

鷹 栖 町	発生件数	人 身	7件
		物 損	47件
	死 者	0人	
	傷 者	2人	
道内での死者			77人

編集後記

暑い日が続き、夏バテや熱中症対策に気を使う時期ですね。今年は節電により、扇風機が飛ぶように売れているそうです。

今回の紙面で、町の特産でもあるキュウリを紹介しましたが、夏の野菜がおいしい時期です。農家の方は収穫、出荷作業に汗を流して頑張っています。農家さんの思いが込められたおいしい野菜を、皆さんもぜひご賞味ください!

明日からは夏の一大イベント「たかす熱夏フェスタ2011」です!会場に足を運んでいただき、熱い夏を楽しんでください☆ 《山本》