

2013

9



No.577

はまなか

- ▶安心は冷蔵庫の中から 命のバトンを確認しましょう
- ▶高齢者見守りネットワーク展開中 気づいて 見守る 街づくり
- ▷農業委員会情報 Vol.19
- ▷まなぶん 〈茶内第一小学校〉
- ▷霧多布高校通信 第59回霧高祭「革新的な夏～Innovation」
- ▷健康サポート 「食行動」を変えて生活習慣病を防ごう ー健康寿命をのばしましょうー

大学生に野球の基礎と楽しさを学ぶ
(旭川大学野球部による野球教室 8月15日)



コンブを食べよう  牛乳を飲もう  “はまなか”

安心は冷蔵庫の中から



を確認しましょう

平成二十二年八月から実施してい

る命のボタン事業は今年で三年が経ちます。正しい場所へステッカーの貼り付けやボタンの保管をさせていただきますか？「もしも」のためにも一度見直し、確実に備えましょう。

命のボタンとは？

高齢者や障がい者などの安全・安心を確保するため、かかりつけ医療機関・薬剤情報提供書・持病などの「医療情報」や「診察券」、「健康保険証」の写しなどを専用の容器に入れて冷蔵庫に保管することで万一の救急時に備えるものです。

なぜ冷蔵庫の中に？

かけつけた救急隊員がすぐにボタンを探し出す必要があります。そこで、ほとんどの家庭の台所にある冷蔵庫が最適な保管場所だからです。

配付の対象は？

六十五歳以上の方や障がい者が居り、希望する世帯に無償で配付します。

どうすればもらえるの？

六十五歳以上の対象者が居る世帯は、自治会連合会を通して配付します。障がいをお持ちの方は、役場福祉保健課健康推進係にお申し込みください。

ボタンに入れるものは？

- ① 救急情報用紙
 - ② 健康保険証の写し
 - ③ かかりつけ医療機関の診察券の写し
 - ④ 薬剤情報提供書
- ※かかりつけ医療機関が浜中、茶内診療所の方は、①救急情報用紙を持参して医師に書き込んでもらうことができます。

命のボタンに必要な写しは、役場本庁、浜中・茶内両支所、老人福祉センターで無償でコピーいたします。お気軽にお越しください。



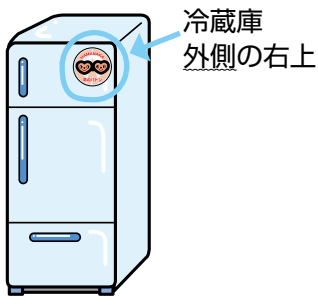
◆命のボタンの備え方

〈ボタンの保管場所〉

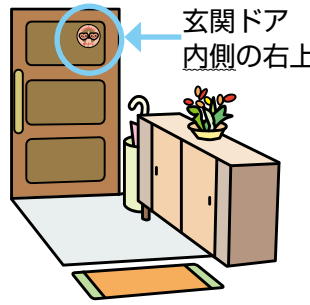


冷蔵庫扉の内側

〈ステッカーの貼付場所〉



冷蔵庫外側の右上



玄関ドア内側の右上

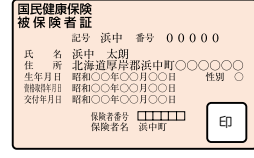
お願い
ステッカーは、救急隊が発見しやすいよう、定められた場所に貼り付けましょう。

◆命のボタンに入れるもの

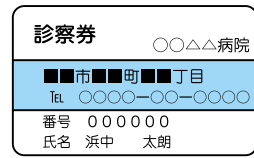
◆薬剤情報提供書



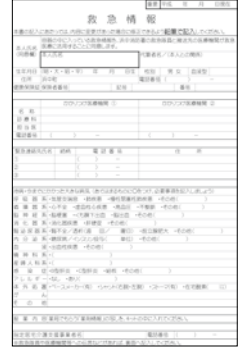
◆健康保険証の写し



◆診察券の写し



◆救急情報用紙



命のボタンに保管する情報はいつも最新のものを入れておきましょう！



●問い合わせ先 役場 福祉保健課 健康推進係 ☎62-2307 (直通)

高齢者見守りネットワーク 展開中

気づいて 見守る まちづくり

地域のすべての人たちによる見守り、支え合いにより、
高齢者が安心して暮らし続けられる地域づくりをめざし活動しています。

高齢者見守りネットワークは、さりげなく高齢者を見守るシステムです。近隣や知り合いの高齢者に配慮していただき、心配な出来事がありましたら地域包括支援センターにご連絡ください。

「きざし」「気づき」「さりげない見守り」「連絡」の「き・き・さ・れ（危機され）」を合言葉に、地域全体で高齢者を見守りましょう。

～見守りのポイント～

○認知症の人と家族を支えましょう。

- 最近物忘れがひどくなった。
- 認知症の高齢者を介護しているが、不安や疲れがたまっている。
- 認知症がひどくならないようにしたい。

など



○高齢者虐待の早期発見を！

- 最近、怒鳴り声がよく聞こえる。
- あざや傷があるのに理由がはっきりしない。
- 食事を与えない。世話をしない。

など



○「孤独死」を防止しましょう。

- 最近、姿を見かけない。
- 洗濯物が取り込まれない。
- 暗くなっても電気がつかないか、つけっぱなし。
- 郵便物がたまっている。

など



○消費者被害にご用心！

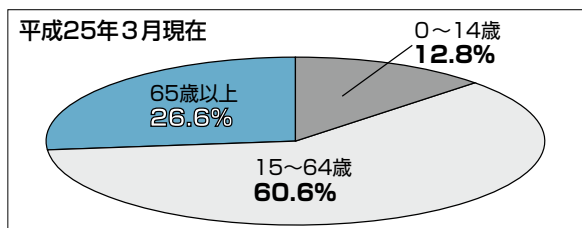
- 見かけない人が出入りする。
- 健康食品などが必要以上にある。
- 最近お金に困っている。
- 訪問や電話におびえる。

など



「何か変だな？」「おかしいな？」と感じたら
浜中町地域包括支援センター〔役場 福祉保健課内〕
(☎ 62-2307) へ

浜中町の高齢者の現状



平成25年3月の町全体の人口6,347人のうち、65歳以上の人口は1,690人で、約4人に1人が高齢者です。

平成31年には3人に1人が高齢者になると推計されており、見守りが必要な高齢者の増加が予想されます。

認知症高齢者等SOSネットワーク

- 徘徊の恐れのある認知症の高齢者等が徘徊により行方不明になった場合に、地域の支援を得て早期に発見するためのネットワークです。
- 徘徊のおそれのある高齢者等の名前、特徴などを町に登録していただき、行方不明になった場合に関係機関の協力により捜索活動を行います。

登録を希望される方・ご家族は地域包括支援センターにご連絡ください。

農業委員会情報

VOL.19
【編集】
浜中町
農業委員会
農政部会

農地パトロール（農地利用状況調査）を実施します！

浜中町農業委員会では、全国的な組織運動の一環として農地パトロールに取り組んでいます。遊休農地の実態把握と発生防止、農地の違反転用発生防止について、重点的に取り組むことを目的とし、現在は、「地域の農地を守り活かす運動」のもと、期間を定め、農地パトロールを集中的に推進しています。全国統一の農地パトロール月間は、毎年八月から十一月に設定されており、

当農業委員会では、地域の実情に応じ例年十一月に実施しております。

パトロールで確認する事項は、農地の利用が著しく劣っていないか、農地の無断転用はないか、農地法による許可案件・農業経営基盤強化促進法による利用権設定農地は適正に利用されているかなどを調査します。

パトロールの結果、農地の利用状況が著しく劣っている、または耕作の目的に供されていない場合は、農地法の規定により所有者等に通知し、改善に向けた協議等を行ってまいります。

アンケート調査にご協力ください

現在、農業委員会では、農業経営の生産基盤である農地について、今後の意向等を把握すべく、アンケート調査を実施しております。

高齢化などによる農業従事者の減少、耕作放棄地の増加が進む中で、北海道においても食料自給率の維持・向上が重要な課題となっております。

農業委員会としても、基礎的資源である農地が、今後も優良な状態で確保され、有効利用されるよう意向調査を行うものですので、関係者の方々のご協力をお願いします。

なお、アンケートについては、九月中旬に各地区の農業委員が自宅に伺い回収いたしますので、それまでにご記入願います。

農業委員会総会の報告

第23回総会(平成25年5月27日開催)

付議議件

- 報告第1号 農業経営基盤強化促進事業（利用権設定等促進事業）による農用地利用関係調整報告について
- 議案第1号 土地の現況証明願について
- 議案第2号 農地法第3条の規定による許可申請について
- 議案第3号 農地法第6条の規定に基づく農業生産法人の定期報告について
- 議案第4号 農業経営基盤強化促進事業による利用権設定等申出について
- 議案第5号 農用地利用集積計画作成要請について
- 議案第6号 農業経営基盤強化促進事業による農用地買入協議について
- 議案第7号 浜中町農業・農村活性化に関する建議について

第24回総会(平成25年6月24日開催)

付議議件

- 報告第1号 農業経営基盤強化促進事業（利用権設定等促進事業）による農用地利用関係調整報告について
- 議案第1号 土地の現況証明願について
- 議案第2号 農地法第3条の規定による許可申請について
- 議案第3号 農地法第4条の規定による許可申請について
- 議案第4号 農地法第6条の規定に基づく農業生産法人の定期報告について
- 議案第5号 農業経営基盤強化促進事業による利用権設定等申出について
- 議案第6号 農用地利用集積計画作成要請について

第25回総会(平成25年7月31日開催)

付議議件

- 報告第1号 農業経営基盤強化促進事業（利用権設定等促進事業）による農用地利用関係調整報告について
- 議案第1号 土地の現況証明願について
- 議案第2号 農地法第5条の規定による許可申請について
- 議案第3号 農地法第6条の規定に基づく農業生産法人の定期報告について
- 議案第4号 農業経営基盤強化促進事業による利用権設定等申出について
- 議案第5号 農用地利用集積計画作成要請について
- 議案第6号 不動産取得税徴収猶予に関する証明について
- 議案第7号 浜中町農業振興地域整備計画の変更について

（農業委員会総会は公開しております。）

総会の審議する案件について

農業委員会総会は、毎月一回開催し、農地法や農業経営基盤強化促進法などに基づく農地の売買や貸借などの権利移動に関する許可、農地転用申請書に添付する北海道知事への意見内容の審議、土地の現況証明願に関する許可など、様々な業務について慎重に審議をしております。今回は、その中から「土地の現況証明願に関する許可」について、概要を説明いたします。

土地の現況証明願とは、申請地が農地か非農地であるかを証明するものですが、その判断は三名以上の農業委員が現地調査を行い、総会で審議して決定いたします。

現況証明願書は、法務局に登録されている農地（畑、牧場）が、現況では農地でない場合に、農業委員会が行政サービスとして発行するもので、法務局では、地目変更の登記申請の際に添付書類として証明書の提出を求めています。

手続きに必要なものは、左記のとおりです。

手続きに必要なもの

現況証明願	2部	農業委員会事務局・農業委員会ホームページにデータ有
土地の登記簿本	1部	法務局より交付
位置図	1部	縮尺1/1000～1/5000
証明手数料印鑑		1筆2,250円 認印が必要です

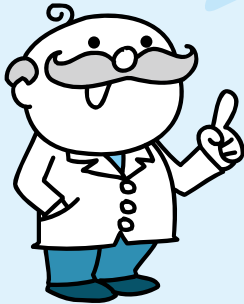
農業委員会への質問やご相談は、左記または地域の農業委員まで

浜中町農業委員会

☎六五二一九六二二二九

次回の農業委員会情報は十二月号に掲載予定です。

No. 76 ごみ博士のごみ分別ワンポイント!



●今回のごみ分別ポイントは「テレビ」じゃ!

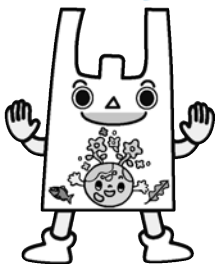
みんなは、古くなって使わなくなったテレビをどのように処分しておるかのう。自宅にある不要なテレビを処分する場合には、町内の家電小売店に引取りを依頼することが必要じゃのう。テレビの処分に困って不法投棄をするものもおるが、不法投棄者が特定された場合は、5年以下の懲役か1,000万円以下の罰金またはその両方が科せられるので、絶対にやってはいかんぞ!!

そういえば、最近、廃棄物最終処分場にテレビを持って来た人がいたぞ。小さく分解してもダメじゃ!さらに、収集の燃えないごみにも、たまに含まれていたぞ。これは、レッドカードを貼ることになってしまうのう。

テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機・エアコンなどの廃家電は、家電リサイクル法により、適切に処分することが義務付けられているのじゃ。しっかりとした排出を心がけてくれよ。

面倒なことでも、小さなことからコツコツと!
それがごみ分別マスターへの一番の近道じゃ!!

レジポくんからのお知らせ!

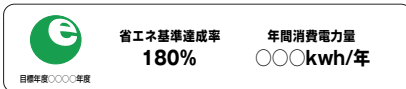


【省エネするには①】電気製品を買うとき、「省エネラベリング制度」を活用しよう

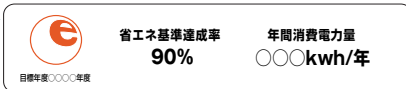
皆さんが電気製品を購入するとき、選ぶポイントは何ですか?デザインだったり、性能だったりと思いますが、私は地球に優しい省エネ製品を選ぶことにしています。省エネ製品は、省電力で動く国の省エネルギー基準を達成しているかどうか表示されている省エネラベルで確認できます。(18種類)。

今使っている製品の年間消費電力量と比較してみると、何年か使用すると電気料金の差額で新しいものが買えたりするかも。そういえば9月からは電気料金が上るし…。節電しなきゃ。ラベルは下記のようにになっているので参考にしな。

省エネ基準を達成しているラベル(マークが緑色)

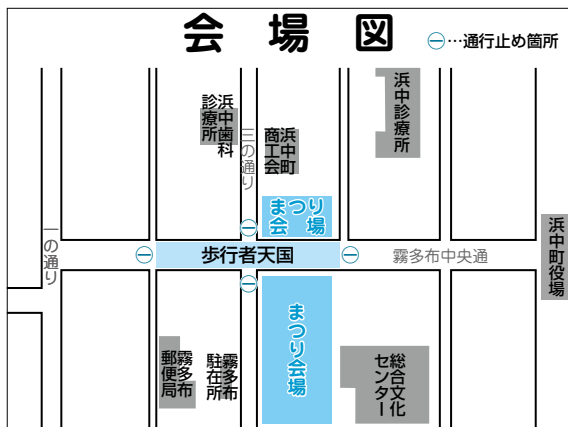


省エネ基準を達成していないラベル(マークがオレンジ色)



省エネラベリング制度対象の製品(18種類)

エアコン、電気冷蔵庫、電気冷凍庫、蛍光灯器具、ストーブ、テレビ、ガス調理機器、電子レンジ、ガス温水器、石油温水器、電気便座、電子計算機(パソコン)、磁気ディスク装置、変圧器、ジャー炊飯器、DVDレコーダー、ルーティング機器、スイッチング機器



○会場/霧多布市街地【総合文化センター】
○会場/霧多布市街地【霧多布中央通(火防線)及び道路敷地】

☆さきりたつぷ岬まつり
○日時/九月八日(日) 10:00~15:00

なお、通行止の時間帯は、午前八時~午後四時までとなっております。交通安全に十分ご注意ください。

「第五十二回さきりたつぷ岬まつり」秋のうまいもん市」が、次の日程及び会場で開催されます。

つきましては、左記のとおり霧多布市街地「霧多布中央通(火防線)」を道路交通規制「**通行止**」区域としますので、町民皆様のご協力をお願いいたします。

さきりたつぷ岬まつりにもなう
交通規制のご案内について

8月30日から『特別警報』の発表を開始します

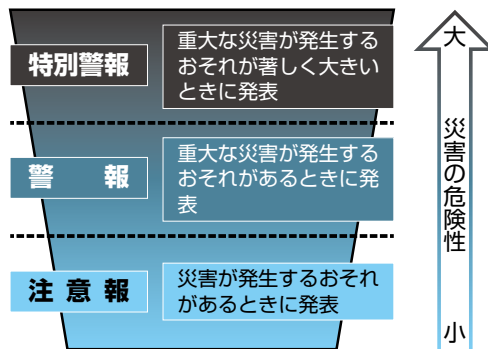
気象庁は、これまでの大雨・津波・高潮などの「警報」に加え、警報の発表基準をはるかに超える異常な現象が予想され、重大な災害が発生するおそれが著しく大きい場合、特別な警戒を呼びかける「特別警報」を新たに発表します。

対象となる現象は、東日本大震災における非常に高い津波、居住地に大きな影響のある火山噴火、これまでに経験がないような低気圧や台風による激しい豪雨や暴風など異常な気象現象が発生した場合が該当になります。

津波、火山噴火については、大津波警報、噴火警報のうち、危険度が非常に高いものを特別警報として、従来の名称のまま発表します。

特別警報が発表された場合、お住まいの地域は一生のうちに何度も経験しないような非常に危険な状況です。屋外の状況や避難指示・勧告に留意し、直ちに命を守るために最善の行動をとってください。

また、従来の警報も重大な災害が発生するおそれがある場合に発表しています。大雨などの被害を防ぐには、時間をおって発表される注意報・警報やその他の気象情報を活用し、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。



●問い合わせ先

釧路地方気象台 防災業務課

☎0154-31-5146

※特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>



子どもたちの笑顔が印象的でした。

「廃校キャンプ開催！」
子どもクラブ活動報告
活動報告
Kiritappu Wetland Center
霧多布湿原
センター通信

8月5日から7日までの3日間、毎年恒例の廃校キャンプを開催しました。今年の会場は旧西円朱別小学校。17名の小学生と7名の中学生ボランティアが参加しました。

1日目は学校を探検したあと、三郎川で川遊びと釣り体験をしました。2日目は藻散布の海岸で海遊びをして、霧多布温泉ゆゆうでお風呂を楽しめました。夜は関西風お好み焼きを作り、初めての味にみんな大喜び。校舎を利用した肝試しでは中学生ボランティアが大活躍しました。3日目はグラウンドでドッジボールや缶蹴りで遊んだ後、校内を掃除し、キャンプの思い出を話して3日間を振り返りました。最後の記念撮影での子どもたちの笑顔が印象的でした。

この活動は、浜中町教育委員会のご後援と、NPO法人えんの森にご協力いただきました。ありがとうございました。

お知らせ

海と湿原のつながり観察会開催

湿原は浜中の美味しい魚介類と深い関係があり、そのつながりを解明すべく始まった『海と湿原のつながり調査プロジェクト』も2年目。専門家の解説を聞きながら湿原を歩き、海と湿原をつなぐカギを見つけましょう。

日時：9月21日(土) 9:30～12:30
持ち物：長靴
釣りキャンプ開催

9月の子どもクラブは、再びキャンプです。

9月の子どもクラブは、再びキャンプです。テーマは「釣り」。釣竿づくりから始まり、自分で釣りエサを集めて川で釣りをしたあと、捕れた魚を料理して晩ごはんになります。1泊2日、釣りざんまいで過ごしてみませんか。

日程：9月28日～29日

9月のワンデイシェフ

9月は、ロッキー亭による「シカとチキンのケバブと昆布ナン」です。シカとチキンの味の違いをぜひ食べ比べてみてください。

日時：9月8日(日)

●湿原センター ☎65・2779

<http://www.kiritappu.or.jp/center/>

小さな消防士の放水体験



茶内保育所幼年消防クラブ員二十四人が、七月二十三日、放水体験を行いました。

浜中消防団第三分団雪田敏二三分団長に対し、「これから放水訓練を実施します。よろしくお願ひします。」と元気に挨拶を行ったあと、ミニ防火衣を着装。四人一組（指揮者、一番員、二番員、機関員）でミニ消防車を使用して、標的めがけて放水しました。

かわいらしい小さな消防士達が、一生懸命放水体験する姿を多くの父母があたたかく見守っていました。

揃いの半被で 元気に「火の用心！」



八月一日、霧多布保育所幼年消防クラブ員十五人が、防火パレードを行いました。

クラブ員達は、お揃いの半被に身を包み、みこしを担いだり、まといを持って、浜中消防署から一新会会館まで「火の用心、マッチ一本火事の元！」と火災予防を元気に呼び掛けながら練り歩きました。

その後、会館から霧多布保育所までの道のりを消防車両に乗り、拡声器で火災予防を呼び掛けました。

浜辺を優雅に疾駆 エンデュランス馬術大会



八月四日、「二〇一三浜中渚のエンデュランス馬術大会」が開催されました。

全道から乗馬競技者が参加した今大会は、騎乗者が馬に負担をかけないように長距離を走る競技で、タイムや技術だけではなく、馬の体調に対する配慮も競われます。

天候にも恵まれ、人馬が一体となり、渾身をこめて走る姿は大変優雅で見応えがありました。

晴れ渡る空に響く 音楽隊の演奏



浜中町の町制五〇周年を記念して、北海道警察音楽隊によるコンサートが七月二十二日に総合文化センター駐車場を会場に開催され、町内の小中学生や町民の方々と約一〇〇〇人が観覧しました。

行進曲を始め、歌謡曲や演歌、アニメの主題歌など馴染みの多い楽曲が演奏され、中でも「ルパン三世のテーマ」が演奏されると、会場は大いに盛り上がりました。

コンサートの後半には、カラーガード隊による華麗なパフォーマンスが青空の下で練り広げられ、観覧に訪れた方々を魅了していました。

「法の日」週間行事のお知らせ

釧路地方裁判所、釧路家庭裁判所、釧路地方検察庁、釧路地方法務局、釧路弁護士会及び法テラス釧路では、「法の日」週間にあたり、下記1の無料法律相談を行いますので、ご利用ください。

また、各機関において、下記2の広報活動を行っていますので、こちらもご利用ください。

①無料法律相談所の開設

日 時 10月1日(火) 10:00~15:00
場 所 釧路市治水町12番10号
 釧路市民文化会館展示ホール
内 容 釧路弁護士会所属弁護士による民事一般、交通事故、家事関係等の法律相談を行います。
受 付 予約制(定員70人)ですが、受付状況により当日9:30から会場でも受け付けます。なお、予約者を優先しますので、お待ちいただく場合もありますことをあらかじめご了承ください。
 [受付期間は、9月2日(月)から9月27日(金)までで、8:30から17:00の時間帯です(ただし、土・日・祝日を除く。)]

②広報活動

詳しくは各庁までお問い合わせください。

実施項目	申し込み・問い合わせ先
○裁判所の法廷見学及び公判傍聴 ○裁判所のビデオ、DVD貸出	釧路地方家庭裁判所 事務局 総務課 庶務係 ☎0154-99-1222 (直通)
○小・中学生、高校生に対する法教育の実施 ○裁判員裁判の説明、模擬裁判の実施 ○検察庁の庁舎見学、業務説明 ○刑事司法に関する説明 ○法教育研修の実施(講師の派遣)	釧路地方検察庁 企画調査課 ☎0154-43-3051 (直通)
○法務局「出前講座」実施 ○法務局「なるほど講座」実施 ○法務局「なんでも相談所」実施	釧路地方法務局 総務課 ☎0154-31-5010 (直通)

③ホームページのアドレス

各機関では、それぞれホームページを設けています。

裁判所 <http://www.courts.go.jp/kushiro/>
 検察庁 <http://www.kensatsu.go.jp/>
 法務局 <http://www.houmukyoku.moj.go.jp/kushiro/>
 弁護士会 <http://www.946jp.com/ben54/>
 法テラス釧路 <http://www.houterasu.or.jp/kushiro/>

●申し込み・問い合わせ先

釧路地方検察庁 企画調査課
 ☎0154-43-3051(直通)

「全国一斉！法務局休日相談所」及び「法務局なるほど講座」のお知らせ

法務局では、登記・供託・戸籍・人権擁護事務などの業務に関する相談として、相続、登記手続、土地の境界問題、遺言、成年後見、いじめや児童虐待、高齢者に対する介護者の虐待、女性に対する暴力といった人権に関する困りごと、心配ごとなどのご相談をお受けする「全国一斉！法務局休日相談所」及び「法務局なるほど講座」を開設いたします。

相談は、公証人・司法書士・土地家屋調査士・人権擁護委員・法務局職員、講座については公証人と法務局職員が担当します。相談は無料で秘密は守られますので、お気軽にご利用ください。

場 所 釧路市幸町10丁目3番地
 釧路地方合同庁舎 5階会議室(無料駐車場有)
日 時 10月6日(日) 10:00~15:00 (事前予約優先)
担 当 者 法務局職員・公証人・司法書士・土地家屋調査士・人権擁護委員
講座の内容 「遺言」 10:00~11:30
 「成年後見制度」 13:00~14:00
 (事前予約可能で、どちらか一つの受講もできます。)

●申し込み・問い合わせ先

釧路地方法務局 総務課 ☎0154-31-5000

「高速道路親子見学会」のお知らせ

日 時 9月28日(土) 13:00~17:30
 (暴風雨など荒天の場合は中止)
見学場所 白糠町白音トンネル建設現場他
集合場所 釧路地方合同庁舎正面
 (合同庁舎の駐車場利用可)
内 容 工事現場見学、建設機械試乗会など
交通手段 集合後、バスでの移動となります
対 象 釧路管内在住の小学生とその保護者
定 員 親子20組、40名程度(先着順)
参 加 料 無料
申込方法 電話受付(平日9:00~17:00)
 ※定員になりしだい受付を終了させていただきます。

申込期間 9月2日(月)~9月13日(金)

●申し込み・問い合わせ先

釧路市役所 道路河川課 ☎0154-31-4599

交通死亡事故^{ゼロ}継続を目指して

- 夏休みは終わりましたが、観光やレジャーシーズンは続いています。速度の出し過ぎ、無理な追い越しは、重大な交通事故となるおそれがあります。焦らず、慌てず余裕を持った運転を心がけてください。
- 9月21日から9月30日までの間、秋の全国交通安全運動が実施されます。期間中の推進重点は、『全ての座席のシートベルト・チャイルドシートの正しい着用』、『飲酒運転の根絶』、『夕暮れ時の早め点灯』となっています。
- 「スピードダウンと後部座席を含めたシートベルト着用」で交通死亡事故ゼロの継続を目指しましょう。

駐在所告知板
交通死亡事故^{ゼロ}更新中
浜中町1,075日
(8月15日現在)

厚岸警察署浜中グループ駐在所

「高齢者・障がい者の人権あんしん電話相談」のお知らせ

「高齢者・障がい者の人権あんしん電話相談」
☎0570-003-110

- 実施日時** 9月9日(月)～9月13日(金) 8:30～19:00
9月14日(土)・9月15日(日) 10:00～17:00
- 面接相談** 面接による相談については、通常どおり(月曜日から金曜日の8:30から17:15まで)
- 相談担当者** 釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員及び釧路地方法務局職員
- 主催** 法務省及び全国人権擁護委員連合会
- 実施機関** 釧路人権擁護委員連合会及び釧路地方法務局

- 問い合わせ先
釧路市幸町10丁目3番地
釧路地方法務局 人権擁護課 (担当…清水、五十嵐)
☎0154-31-5014 (直通)

ノルディックウォーキング普及推進員養成講習会開催のお知らせ

釧路保健所では、生活習慣病予防対策として、有効な運動とされているノルディックウォーキングを地域で広めるため、普及推進員養成講習会を開催します。

- 日時** 10月9日(水) 10:30～15:30 (受付10:00から)
- 場所** 釧路市広里18番地 大規模運動公園内 湿原の風アリーナ
- 内容** ノルディックウォーキングの理論(講義)及び実技
- 講師** 北海道大学名誉教授 川初 清典氏
- 参加費** 無料
- 申込方法** FAXまたは電話(必ず、住所・氏名・電話番号・年齢・性別をお知らせください。)

- 申し込み・問い合わせ先
釧路保健所(釧路総合振興局 保健環境部 保健行政室) 健康推進課 健康増進係

☎0154-22-1233
FAX0154-22-1273

9月11日は「警察相談の日」 警察の相談ダイヤル #9110

警察では、身の回りにおける出来事で生活の安全等に関する幅広い相談に応じています。また、警察業務についての要望・意見、苦情も受け付けています。

警察本部と各方面本部の相談センターには、警察相談専用電話「#9110」を設置していますので、お気軽に相談してください。

- 緊急の事件・事故以外の相談については、短縮ダイヤル「#9110」(警察相談専用電話)へ(ダイヤル回線電話、IP電話等「#9110」で繋がらない場合は、下記の番号にかけてください。)

- 北海道警察 釧路方面本部 ☎0154-23-9110
- 問い合わせ先
厚岸警察署 警務係 ☎52-0110 (内線211)

豚肉のみそチーズ焼き
【1人分の栄養素】
エネルギー 442kcal
カルシウム 146mg
食塩相当量 2.4g

健康維持のため
牛乳を1日コップ
1杯(200ml)飲
みましょう。

- 【作り方】
- ① 子鍋にみそを入れ、Aを加えて混ぜ、弱火にかけてとろりとするまで練る。
 - ② 豚肉は筋を切り、サラダ油を熱したフライパンで両面を焼き、火を通す。
 - ③ ②の片面に①を塗ってスライスチーズをのせ、オーブントースターで軽く焼いてチーズを溶かす。
 - ④ 好みの野菜を付け合わせにし③を皿に盛り付ける。
- ※豚肉以外に鶏肉や、牛肉、白身魚等に
応用できます。
- (町栄養士)

今月の食材は「チーズ」です。
「豚肉のみそチーズ焼き」
【材料 4人分】
☆みそ……………大さじ4杯
☆みりん……………大さじ3杯
A ☆砂糖……………大さじ1杯
☆しょうゆ……………大さじ1杯
☆スライスチーズ……………4枚
(又はゴーダチーズ薄切り80g)
☆豚ロース肉(厚切り)……………4枚
☆サラダ油……………大さじ1杯

産地場
クッキング



学校発信情報

「まなぶん」

このコーナーは、町内の小・中学校における特色ある教育活動や取り組みを紹介するコーナーです。

また、愛称の「まなぶん」は、「学ぶ」と地図記号で学校を表す「文」をあわせたものです。町内小学校6校・中学校5校を連載でご紹介しています。

学校データ

(8月1日現在)

校長	岡嶋 治
教頭	長谷川郁夫
教員数	5人
事務官	1人
養護教諭	1人
事務生	1人
児童数	18人
学級数	4学級

《茶内第一小学校》

本校ではこれまで環境教育の一環として、緑の少年団活動を位置づけ、身近な自然環境に対する関心を持ち、様々な体験活動を通して地域の自然環境の理解を深めてきました。

今年度は新たに「フクロウ学習」を行っています。町内に生息しているシマフクロウについて、その生態や生息状況などを調べたり、保護活動の現状を学ぶ活動を行います。NPO法人シマフクロウ・エイドの方に講師として来ていただき、年3回の活動を予定しました。



1回目は6月に全校児童を対象に、映像資料を使ってシマフクロウについての基礎学習を行いました。羽を広げたシマフクロウの実物大写真は迫力満点でした。

7月には5・6年生が学校裏の林で、巣箱の設置を体験しました。巣箱に敷くための枯れ木や土を集めたり、ザイルを使って高い木に登ったりしました。

こうした体験活動を通して、生態系保護の意識や自然環境への理解をさらに深めていきたいと思ひます。



私たちの町の高等学校 霧多布高校通信 No. 147

第59回霧高祭

「革新的な夏～Innovation」



7月11日に本校体育館において、平成25年度インターンシップ（企業体験）報告会が行われました。2年生は一人ひとりが作成したパワーポイントを用いて、3日間の体験を1年生に伝えました。1年生は真剣な眼差しで、2年生の発表を聴いていました。また、インターンシップ先の企業ごとにブースをつくり、1年生は積極的に2年生に質問をしていました。2年生も経験したことを熱心に説明をしていました。1・2年生ともに、今回の経験を今後の進路活動に向けて役立てて欲しいと思ひます。

また、かねてより準備を進めてきた「第59回霧高祭」も7月21日～22日に開催されました。前夜祭の文化委員企画や、パフォーマンス選手権、全校焼肉、本祭のクラスステージやクラス模擬店、一般公開などで大いに盛り上がりました。テーマとして掲げた「革新的な夏～Innovation」の言葉のとおり、生徒たちの記憶に残る革新的な霧高祭となりました。



すがすがしい秋空の下で 町民体育祭！！

出場者大募集！

第40回 町民マラソン大会

日 時…10月5日(土) 9:30～
 会 場…浜中町総合グラウンドほか
 種 目…・小学1～4年生 2Km
 ・小学5～6年生 3Km
 ・中学生女子・一般女子 3Km
 ・中学生男子・一般男子 6Km
 申込締切…9月24日(火)



●申し込み・問い合わせ先

教育委員会 生涯学習課 スポーツ係（総合体育館内）
 ☎62-3144 FAX62-3145



七月三十一日から八月三日まで、浜中町少女国内派遣団が、東京で研修してきました。

少年少女国内派遣は、町内の小学五年生と中学二年生を対象に、異なる文化や風土にふれ、研修や見学をすることによって、郷土「はまなか」を再発見するとともに、参加者の交流や集団生活を通じて自立心と協調性を養い、次代を担う少年リーダーの育成を図ることを目的としています。

今年は異常気象でゲリラ豪雨が心配される中、雨にもあたらず、子ども達は通勤ラッシュで混雑する駅で切符を買い、満員電車で揺られながらも、東京タワーや国会議事堂、浅草を見学し、東京スカイツリーにも登り、日本の首都東京の歴史や下町、現代の高層建築物を間近に見てきました。また、東京ディズニーランドでは四班に分かれ、事前計画のもと中学生リーダーを先頭に活動しました。

派遣団は、事故や怪我もなく無事帰ってきました。

研修の成果や感想については、参加者の作文を次号に掲載する予定です。

東京で研修してきました！
 少年少女国内派遣

毎月第3日曜日は道民家庭の日

「道民家庭の日」は、家族そろって食事を共にする、職場の行事を控えるなど、家族団らんの機会をもち、その絆を確かなものにする日として提唱しています。家庭は、みんなが楽しく暮らし、安心して過ごす「憩いの場」であり、「学びの場」であり「明日への生きる力を生み出す場」でもあります。

北海道青少年育成協会では、毎月第3日曜日を「道民家庭の日」と定め、明るい家庭づくり運動を推進しています。

○ホームページ <http://www.ikuseikyo.jp/>



学校教育からの情報コーナー

夏休みにサポート学習会を実施し、確かな学力の定着

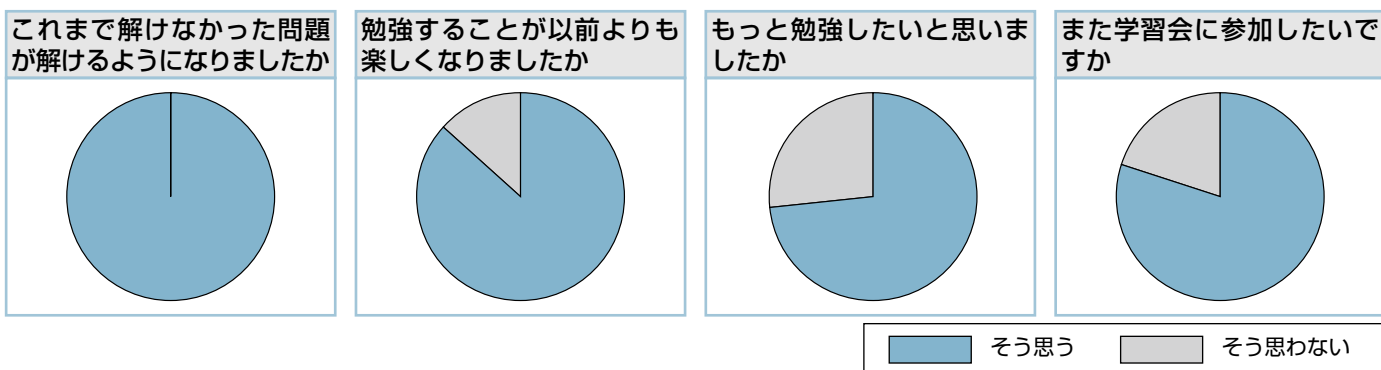
小・中学校は8月20日から2学期が始まりましたが、25日間あった夏休みには、各学校で1学期に学習した内容の復習を中心に補充学習（サポート学習）を実施し、確かな学力の定着が図られました。

学習会には多くの子ども達が参加し、指導者として先生方はもとより、本町出身の大学生ボランティアにも手伝っていただき、学校による期間の違いはありますが、2日間から14日間にわたり熱心にすすめられました。

参加した子ども達からは、「来て良かった、またやってほしい。」「問題を解くのが速くなったし、楽しくなった。」「数学ができるようになった。」と感想が寄せられ、学習に対する成就感や意欲が高まった様子で、充実した2学期の学習につながる事が期待されます。冬休みにも、各学校では同様にサポート学習を計画しております。



夏休みのサポート学習会のアンケートの結果から（中学校第3学年15人のアンケート）



浜中町教育委員会は、北海道教育委員会や学校と連携して、総合的な学力・体力向上の取り組みを進めています。

ほっかいどう 学力・体力向上運動メッセージ

平成25年6月 北海道知事・北海道教育委員会委員長

地域の皆様へ

地域は、子どもたちにとって大切な学習の場です。子どもたちが、自立して生きていくために必要な力を身に付けることができるよう、地域の皆さままで支援していきましょう。

- 学校以外での学びや運動の機会をつくるなど、地域全体で子どもを育てましょう。
- 職場訪問や職場体験を受け入れるなど、学ぶことの意義やよさを伝える機会を増やしましょう。
- 地域の行事等において、知恵や経験を話したり、励ましの言葉をかけたりしましょう。

保護者の皆様へ

家庭は、子どもたちにとって、温かい愛情に包まれた心のよりどころであり、望ましい習慣やルールを身に付ける場でもあります。家族での時間や生活を大切にするとともに、子どもに規則正しい生活習慣を身に付けさせましょう。

- 子どもの生活リズムを整えましょう。（早寝・早起き・朝ごはん）
- 家庭でのルールや目安を決め、しっかりと守るよう子どもと約束をしましょう。
（勉強する時間、運動の時間、読書の時間、睡眠時間、テレビやゲームの時間、携帯電話などの使い方等）
- 学校での出来事の話聞き、励まし、ほめて自信をもたせましょう。
- 子どもと夢や目標について語り合しましょう。
- 親子で運動やスポーツに取り組みしましょう。



新着図書案内



<p>『なぜ あらそうの?』 ニコライ・ポポフ／作・絵 (児童書)</p> <p>そこにはきれいな花があっただけなのに…。なぜ争いは起きてしまうのか。文字がなく、絵だけで語りかけてくる一冊。</p> 	<p>『世界を変えた建物』 クリスティーネ・パクスマン／著 アンネ・イベリングス／絵 (児童書)</p> <p>世界にある建物を、古い年代順から紹介します。子どもはもちろん、大人でも楽しめる一冊です。建物をめぐる時間へ出かけましょう!</p> 	<p>『アッチとボンとなぞなぞコック』 角野 栄子／作 佐々木 洋子／絵 (児童書)</p> <p>小さなおばけのアッチは、おばあちゃんのトマトを守るため、のらねこのボンと一緒になぞなぞコックと勝負をします。果たしてアッチはトマトを守ることができるのか!</p> 
<p>『できる大人のモノの言い方大全 LEVEL 2』 話題の達人倶楽部／編 (一般書)</p> <p>あの話題の本の続編がパワーアップして登場! コミュニケーション能力がアップする、一歩先のフレーズ事典。</p> 	<p>『鬼談百景』 小野 不由美／著 (一般書)</p> <p>小野不由美が初めて手掛ける百物語怪談。この作品を読んだ後に、同著の「残穢」を読むことをおすすめします。</p> 	<p>『おうちで作れる かわいいおすし』 松尾 みゆき／著 (一般書)</p> <p>おうちで簡単にかわいい一口サイズのおすしが作れます。お誕生日パーティーなどの特別な日、ピクニックなどのお出かけにもピッタリ!</p> 
<p>《児童書》 『かたつぼさん どこですか?』 さこ ももみ／作</p> <p>『14歳の君へ どう考えどう生きるか』 池田 晶子／編</p> <p>《一般書》 『北海道 水辺の生き物の不思議』 川井 唯史・中村 太士／編</p> <p>『また次の春へ』 重松 清／著</p>	<p>『りんごかもしれない』 ヨシタケ シンスケ／作</p> <p>『NO.6 #7』 あさの あつこ／著</p> <p>『オレとO・N』 野村 克也／著</p> <p>『高校入試』 湊 かなえ／著</p>	

【外国語を学んでみませんか?】

ヨーロッパ圏の語学本を新しく集めてみました! 言葉を通じて、その国の文化・風習なども学んでみてはいかがでしょうか。

- ドイツ語…… 『しっかり身につくドイツ語 トレーニングブック』 森 泉／著
- イタリア語… 『街歩きイタリア語』 岩田 デノーラ 砂和子／著
- スペイン語… 『やさしいスペイン語文法』 大岩 功／著
- フランス語… 『ゼロからスタート フランス語 文法編/会話編』 松本 悦治/監修 島崎 貴則/著

「絵本らんど・おはなしタイム」のお知らせ

総合文化センター (2階・図書室) 午前 11 時より

9月14日 (土)

9月28日 (土)

- 紙芝居 『台風がきたぞ』
- 絵 本 『いま、なんさい?』
- 絵 本 『さみしくなかったよ』

- 紙芝居 『たこちゃんたこちゃん』
- 絵 本 『おまかせコックさん』
- 絵 本 『石のきもち』

生活習慣病と食生活の充実

適正な質と量の食事をバランスよく、規則正しくとることは、健康生活の基本です。栄養・食生活の乱れは高血圧・脂質異常・糖尿病、肥満などの生活習慣病の要因になり、子どもの成長や高齢者の低栄養状態にも大きく影響します。食生活を見直して、毎日の食事を充実させましょう。

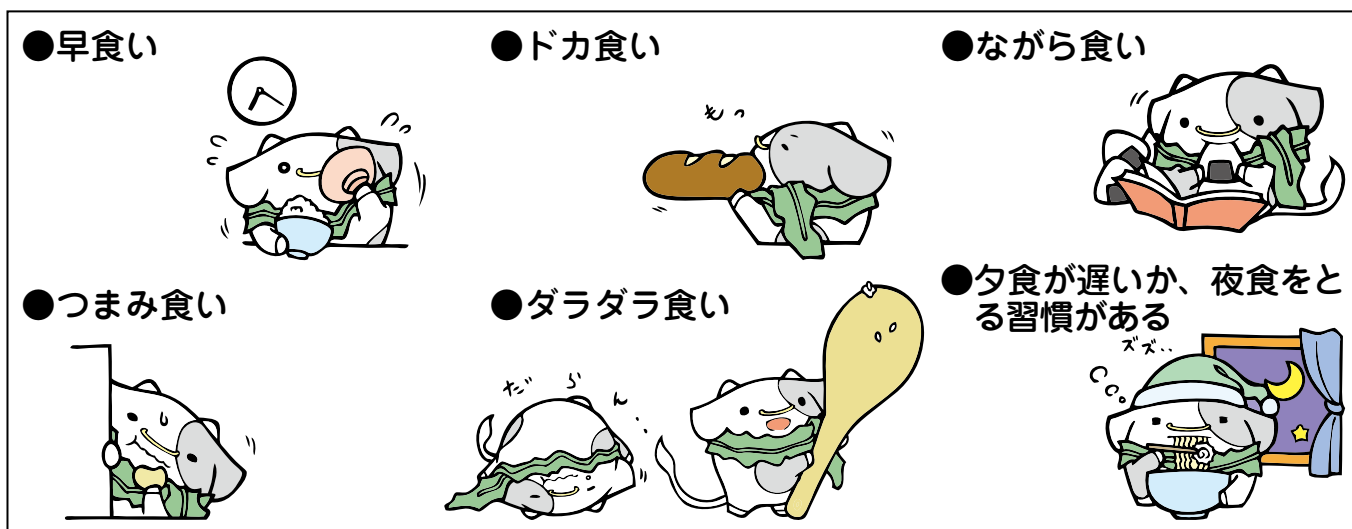
♪9月は健康増進普及&食生活改善普及運動月間♪

「食行動」を変えて生活習慣病を防ごう
—健康寿命をのばしましょう—

NO 294 保健師・歯科衛生士・栄養士です

「食行動」を変えて生活習慣病を防ごう

太りやすく、生活習慣病を招きやすい食行動は、以下の6つ。心あたりのある人は、すぐに改善することをおすすめします！



定食スタイルで栄養バランスを整えよう — 1日5皿の野菜料理 —

ご飯などの主食、肉や魚などの主菜、野菜などの副菜。この3つがそろった「定食スタイル」に果物を整えると自然と栄養バランスがとれます。



北海道がん制圧・がん検診受診促進月間です！

— 検診は、声かけあって、みんなで予防！ —

9月・10月は、北海道がん制圧・がん検診受診促進月間です。がんは、日本人の死因第1位で、年間35万人以上の方ががんで亡くなっています。がんを“初期”の段階で見つけられる「がん検診」は、早期治療につなげることができ、とても有効です。皆さんぜひ、がん検診を受けましょう！



『無料クーポン券』を活用しましょう♪

昨年度20歳・25歳・30歳・35歳・40歳になった女性は子宮頸がん検診。昨年度40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった方は大腸がん検診。同年齢の女性は乳がん検診が無料で受けられます。対象の方には、「無料クーポン券」を送付していますので、ぜひ活用してください。

《無料クーポン券の使用期限：平成26年1月31日》

健康に関する質問やご相談は、下記まで
役場 福祉保健課 健康推進係
☎62-2307

道東 花のかんげせ ⑮



「エゾヘビイチゴ」

エゾヘビイチゴの純白の花

六月を迎え、さすがにタンポポの勢力にも衰えが目立ち、いらい、片隅の草花へ、順次、あれやこれやと楽しめる季節がやってきた。エゾヘビイチゴの鮮やかな純白の花が咲き始め、賑やかになった。

エゾヘビイチゴの原産地は、ヨーロッパを始め、現在はアジア、南北アメリカ、ニュージーランドへ…、エネルギーシユに分布を拡げている。

平凡社刊の『日本の帰化植物』によればそもそも由来は明治時代というので、すごくエネルギーシユである。

細いツルを延ばし、ところどころに根を下ろし株をつくる。

花は、茎の上に一〜五個、分厚く丈夫そうな葉は三枚ずつ。

葉のふちに粗いギザギザがある。赤い果実をつける。バラ科、多年草。

(ペン&スケッチ 小椋 昭三)

ひとのうごき

7月末現在 (前月比)

- 人口：6,385人 (+ 7)
- 男：3,084人 (- 1)
- 女：3,301人 (+ 8)
- 世帯数：2,488世帯 (+ 6)



おたんじょう

- 茶内農協牧野 兵頭 心ちゃん (剛さん)
- 茶内 栄 菅沼 希海ちゃん (僚さん)
- 熊牛新生・鈴木 千珠ちゃん (友和さん)
- 暮 帰 別 三上 うみちゃん (大輔さん)
- 霧多布一区・石野 圭吾くん (晋作さん)
- 茶内 旭 石原 律くん (圭さん)
- 浜中桜南・岸田 すみれちゃん (賢太さん)
- 茶内西円・高脇 煉斗くん (涉さん)
- 姉 別 第一 熊谷 篤人くん (俊樹さん)



お く や み

- 奔 幌 戸 藤原 正巳さん (73歳)
- 茶内 緑 穴吹カヲルさん (93歳)
- 水取場 藤山 イサさん (88歳)
- 茶内 緑 能登千代子さん (98歳)
- 霧多布東区 松田 淑子さん (75歳)



俳句

月見園のかあさん想う風露草

福沢 睡蓮 (茶内)

暮れてゆく湿原の秋ひたすらに

小椋 昭三 (暮帰別)

朝一番捕われにけり蜘蛛の囲に

酒井 梅子 (茶内)

冷夏飽き暑さ来るのも待ち遠し

鈴木 徹夫 (霧多布)

短歌

ふと思う山本六三郎さんあの世でも牛をいたわる句を詠みあるらん

福沢 睡蓮 (茶内)

風よりもやさしく匂え限りあるいのち珠なすあじさいの青

相原 睦子 (茶内)

運命まで替えることなどできないとあきらめ明るく八十年を経る

松館スミ子 (貫人)

早くして朝のやりとり我が子とのいつか消えゆく時を待つなり

二瓶 晴子 (茶内第三)

ご寄付ありがとうございます

茶内旭 伊藤 貞子さん 100,000円 (福祉振興基金として)

はまなか行事カレンダー (9月)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
M勤	文 体 農 す M 勤					勤
8	9	10	11	12	13	14
M勤	文 体 農 す M 勤					勤
15	16	17	18	19	20	21
M勤	体 農 す M 勤	文 体 す 勤				勤
22	23	24	25	26	27	28
M勤	体 農 す M 勤	文 体 す 勤				勤
29	30					
M勤	文 体 農 す M 勤					

● 役場からの伝言板 ●

・浜中町防災行政無線で放送した内容を確認したい場合は、『☎62-5333』へ電話してください。24時間以内の放送内容を聞くことができます。

9月あそびのひろは日程

毎週…月火水金 9:00~12:00 (霧多布保育所内子育て支援センター)

毎週…月火水木金 14:30~16:30 (霧多布保育所内子育て支援センター)

毎週…水 10:00~12:00 (茶内コミュニティセンター) ※コミセン使用時はお休み

※19日水(9:15~11:30)は「お料理会」を行います! 2日月・3日火はお休み、10日火は9:00~11:00までです。

●表下段は休業・休館のお知らせです。各記号は下記の施設と対応しております。

文…総合文化センター 体…総合体育館 農…農業者トレーニングセンター す…すくらむ21
 M…MO-TTOかぜて 霧…霧多布湿原センター 勤…勤労青少年ホーム 勤…町民温水プール

発行 浜中町役場
 編集 企画財政課広報係

〒088-1592
 北海道厚岸郡浜中町霧多布東4条1丁目35番地1
 ☎(0153)62-2111 代表 FAX(0153)62-2229
 町ホームページ <http://www.townhamanaka.jp/>

