

2014

9



No.589

# はまなか

- ▶ 最新の内容ですか？「命のバトン」を改めて確認しましょう
- ▶ 高齢者見守りネットワーク展開中
- ▶ ルパン三世フィスティブアル in 浜中町
- ▷ 農業委員会情報 VOL. 23
- ▷ 霧多布高校通信 — 舞い上がれ青春の夏！第60回霧高祭開催 —
- ▷ 健康サポート — 毎日プラス一皿の野菜～健康寿命をのばそう～ —

コスプレ来場者、大集合！  
(8月2日、3日 ルパン三世フィスティブアル in 浜中町)



コンブを食べよう  牛乳を飲もう  “はまなか”



命のバトン事業は平成二十二年八月から実施し、今年で事業開始から四年が経過します。バトンをお持ちの方は、正しい場所へのステッカーの貼り付け、保管をされていますか? 「もしも」のために、改めて内容なども確認し、緊急時に備えましょう。

■命のバトンとは?

高齢者や障がいをお持ちの方などの安全・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緊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はすぐにバト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となるのです。

■配付の対象は?

六十五歳以上の方、また障がいをお持ちの方やそのご家族の方で、希望する世帯に対し、無償で配付いたします。

■どうすればもらえるの?

六十五歳以上の対象者の居る世帯は自治会を通して配付します。

障がいをお持ちの方やそのご家族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。

■バトンに入れるものは?

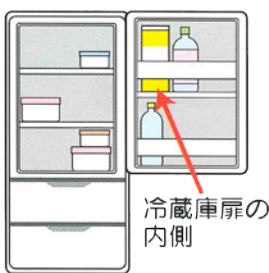
- ① 救急情報用紙
  - ② 健康保険証の写し
  - ③ かかりつけ医療機関の診察券の写し
  - ④ 薬剤情報提供書
- ※かかりつけ医療機関が浜中、茶内診療所の方は救急情報用紙を持参して医師に書き込んでもらうことができます。

命のバトンに必要な写しは役場本庁、浜中・茶内支所、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。

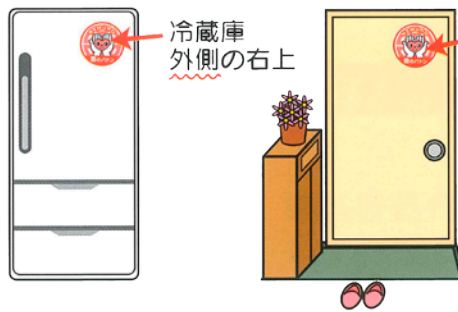


◆命のバトンの備え方

〈バトンの保管場所〉



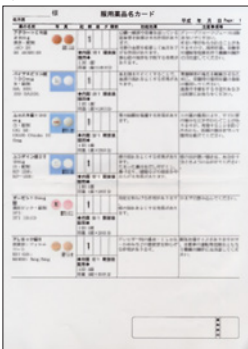
〈ステッカーの貼付場所〉



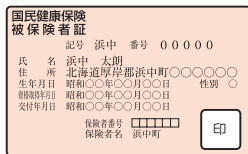
**お願い**  
ステッカーは、救急隊が発見しやすいよう、定められた場所に貼り付けましょう。

◆命のバトンに入れるもの

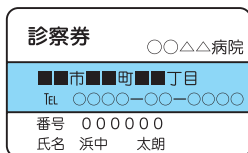
◆薬剤情報提供書



◆健康保険証の写し



◆診察券の写し



◆救急情報用紙



命のバトンの中に保管する薬の情報や健康保険証などは、いつも最新のものをに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 街づくり

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ご配慮いただき、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、あるいはつけっぱなし。
- 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。

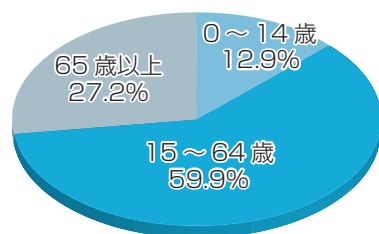
など



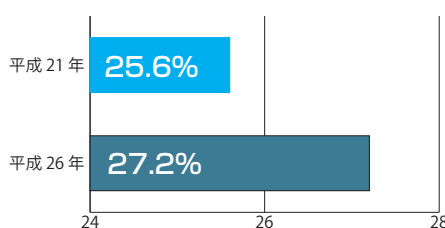
「何か変だな？」「おかしいな？」と感じたら  
浜中町地域包括支援センター（☎ 62-2307）へ

### 浜中町の高齢者の現状

平成 26 年 3 月末現在（人口割合）



高齢化率



平成 26 年 3 月末の 65 歳以上の人口は 1,698 人で、約 3.7 人に 1 人が高齢者です。

平成 21 年の高齢化率は 25.6% となっており、ここ 5 年間で高齢化率が 1.6% 高くなっています。

平成 31 年には 3 人に 1 人が高齢者になると推測されており、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

登録を希望される方・そのご家族は地域包括支援センターにご連絡ください。

●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。

●徘徊の恐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のもと捜索活動を行います。



ルパン三世の作者モンキー・パンチさん  
加藤一彦氏も参加し、来場者とじゃん  
けん大会、「サイン色紙」などのおまけ  
プレゼントを用意しました。

# ルパン三世 フェスティバル in 浜中町



日本全国より延べ八〇〇〇人の来場が  
あり、オリジナルグッズ販売をはじめ  
モンキー・パンチコレクションは大い  
に盛り上がりました。



町や商工会、町民有志で組織された「モ  
ンキー・パンチ&ルパン三世の地域活性  
化プロジェクト」は今回三回目となるル  
パン三世フェスティバルが八日・三日の  
二回総合文化センターで開催されました。



アニメ「ルパン三世」で声優の栗田貴一さんと山寺宏一さんがゲ  
ストとして参加し、来場者と一緒にその場でのアフレコに挑戦。



総合文化センター駐車場では、産業界  
体青年部をはじめ様々な出店があり地  
元特産物などを販売しフェスティバル  
を盛り上げました。



都内部でしか上映しなかった「次元  
大介の墓標」を特別上映し、多くの  
来場者で賑わいました。



モンキー・パンチさんを囲んでゲストとトーク。栗田貴一さんの  
物真似シリーズなどで楽しい1目となりました。

# 第14回 浜中町花いっぱいコンクール 受賞者発表！

浜中町コミュニティ運動委員会が主催する「浜中町花いっぱいコンクール」も今回で14回目を迎えました。

今年は、団体の部3団体、学校の部4校の応募があり、8月6日に町内のフラワーマスターの方々が審査を行い、各部門の受賞者が決定しました。

応募された皆様をはじめ、町内各所で花壇等を整備されている皆様のご協力で、浜中町にはたくさんの花が咲きほこり、彩り鮮やかな明るいまちが形成されております。

来年度もコンクールを予定しております。町民の皆様には、引き続き、皆様の花いっぱい運動の推進をお願いいたします。

	団体の部	学校の部
最優秀賞	西円朱別連合会長寿会	浜中中学校
優 秀 賞	茶内農村連合会	茶内中学校
	一新会	茶内第一小学校
奨 励 賞		霧多布中学校

## 団体の部

最優秀賞  
西円朱別連合会長寿会



## 学校の部

最優秀賞  
浜中中学校



優秀賞  
茶内中学校



優秀賞  
茶内農村連合会



優秀賞  
茶内第一小学校



奨励賞  
霧多布中学校



優秀賞  
一新会



# 農業委員会情報

VOL.23  
【編集】  
浜中町農業委員会  
農政部会

## 就任のびらをつわい

浜中町農業委員会 会長 梅原 順一

この度、農業委員改選後の第一回総会において、不肖私が会長に選任されました。身に余る光栄に存じますが、その責任の重さをあらためて痛感しているところでございます。

農業委員会は、農地の適正な管理の指導、調整などの業務を担っており、また、農業者の公的代表機関として地域農業及び農地に関する事項について、意見の公表や町への建議を行うなど、農業政策のあり方を明らかにする役割を担っております。

農業を取り巻く情勢は非常に厳しい状況にあり、さらに農地中間管理機構の発足等、環境も変化しておりますが、委員一同が協力し、資質向上に努めるとともに、関係機関の指導を仰ぎながら農業の振興、農地の適正な管理等の課題に積極的に取り組んでまいりたいと考えております。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。就任のご挨拶いたします。

## 農地パトロールの実施

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ますが、浜中町農業委員会では、遊休農地の実態把握と発生防止、農地の違反転用の発生防止を重点的な取り組み目標とし、農業委員が町内の農地をくまなくパトロールいたします。

パトロールでは、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を確認します。

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、意向確認を行ってまいります。

## 農業委員会総会の報告

### 第35回総会（平成26年5月30日開催）

#### 付議議件

- 報告第1号 農地法第3条の3第1項の規定による届出について
- 報告第2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 農用地利用集積計画作成要請について

### 第36回総会（平成26年6月26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 農用地利用集積計画作成要請について
- 議案第5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

### 第1回総会（平成26年7月25日開催）

#### 付議議件

- 選挙第1号 浜中町農業委員会会長の互選について
- 選挙第2号 浜中町農業委員会会長職務代理者の互選について
- 選任第1号 浜中町農業委員会部会委員の選任について
- 報告第1号 農地法第3条の3第1項の規定による届出について
- 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4条の規定による許可申請について
- 議案第3号 農地法第5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 農用地利用集積計画作成要請について

（農業委員会総会は公開しております。）

## 農業委員会の活動UP/UP

浜中町農業委員会では、所掌業務を適切に処理するため内部機関として「農政部会」と「農地部会」を設置し活動を行っております。各部会の主な業務内容と委員構成をご紹介します。

農地部会			
1、農地等の利用関係のあっせん及び争議の防止に関する事項			
2、農地法、その他法令に関する事項			
部会長	白川	英之	
副部会長	穴吹	栄	
委員	永洞	忠志	
委員	橋場	和幸	
委員	嵯峨	弘巳	
委員	谷口	正明	

農政部会			
1、事業計画及び予算に関する事項			
2、農業振興の推進に関する事項			
3、関係機関との連携に関する事項			
部会長	白川	俊明	
副部会長	小田原	憲一	
委員	百々	英夫	
委員	新井	功仁恵	
委員	松家	忠夫	
委員	堀金	澄恵	

### 浜中町農業委員会

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

☎六五二一九六・二二二九

次回までの農業委員会情報は十二月号に掲載予定です。

## No. 88 ごみ博士のごみ分別ワンポイント!



### ●今回は「スズメバチにご注意を」じゃ!

暑い日が続いてスズメバチの活動も活発になってきておるが、くれぐれもスズメバチを刺激して襲われることの無いように気を付けてくれよ。本来スズメバチはハエなどの昆虫を捕まえてくれるので害虫駆除に役立っているのじゃが、巣を刺激したりすると防衛のために集団で襲ってくるので注意が必要じゃ。

また、特に夏場は缶やペットボトルの中をすすがないでおくと、スズメバチが匂いに誘われてその中に入ってしまい、収集している人や付近を通行する人に襲い掛かることがあって危険なのじゃ。空き缶やペットボトルといった資源物を出す際には中を軽くすすいでから出してくれよ。

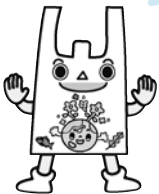
### ※お知らせ※

9月下旬に浜中町斎場の改修工事を行うことになっています。改修の期間中には火葬炉1炉のみの稼働となる日があり、斎場の使用が重なる場合には時間帯の調整をすることになりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問い合わせ先：町民課生活環境係 ☎62-2192 (直通)

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⑤】テレビを見ないときは必ず消そう!

北海道の家庭のテレビの電力需要は17%となっています。テレビでの節電対策として、①省エネモードに設定する、②見ない時にはこまめに電源を切るなどありますので実践してみてください。

#### ●液晶の場合

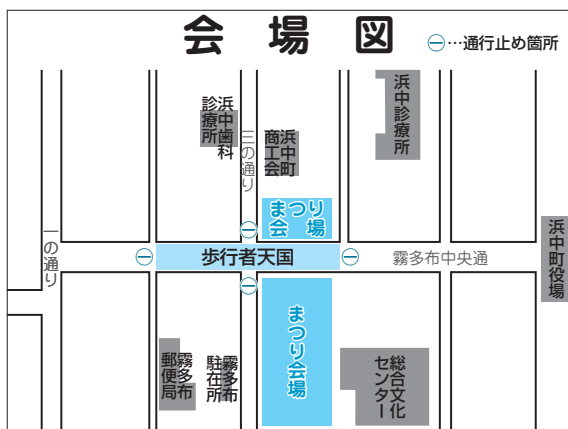
年間で電気 15.00kwh の省エネ  
(1日1時間テレビ20インチを見る時間を短くした場合) 約 **380円** の節約

#### ●プラズマの場合

年間で電気 74.57kwh の省エネ  
(1日1時間テレビ32インチを見る時間を短くした場合) 約 **1,890円** の節約



※経済産業省北海道経済産業局 実践おうちで省エネ 平成25年度 引用



☆さきりたっぷ岬まつり  
○日時／九月七日(日) 10:00～15:00  
○会場／霧多布市街地【総合文化センター】  
ンター駐車場、霧多布中央通(火防線)及び道路敷地】

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っぷ岬まつり」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。

さきりたっぷ岬まつりに伴った交通規制のご案内について

## 浜辺を優雅に疾駆 エンデュランス馬術大会



七月二十七日、「二〇一四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ているこの大会は、騎乗者が馬に負担をかけないように長距離を走る競技が行われるもので、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。今大会は天候にも恵まれ、人馬が一体となり、渾を颯爽と走る姿は大変優雅で見応えがありました。

## 宝くじ助成で コミュニティ活動備品を整備



コミュニティ助成事業は、財団法人自治総合センターが、「全国自治宝くじ」の受託事業収入を財源として行っており、住民が自主的に行うコミュニティ活動の推進を図り、地域の連帯感にもとづく自治意識を盛り上げることを目的に、コミュニティ活動に直接必要な設備等の整備に対して助成されるものです。今年度は、西円朱別連合会のコミュニティ備品を整備されました。今後さらに地域のコミュニティ活動の充実・強化が図られることが期待されます。

## 株式会社北雄組 仲の浜福祉会館駐車場を整備



六月二十八日、株式会社北雄組による、仲の浜福祉会館の駐車場整備が行われました。北雄組から「道路の側溝改修工事で仲の浜地区にお世話になったので、お礼として何らかの奉仕活動を行いたい」と申し出があり、駐車場の環境改善を目的に、碎石を敷均し、転圧により整地していただきました。この度の奉仕活動に対し、町長より感謝状を贈呈させていただきました。本当にありがとうございました。

## 揃いの半被で 元気に「火の用心！」



七月三十日、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。



## 民生委員児童委員のお知らせ ～あなたの安心な暮らしのお手伝い～



この度、各地区で活動する民生委員児童委員二十二名のうち厚陽地区を担当する中村好秋さん（在任期間十八年四ヶ月）が三月三十一日付けで退任され、新たに齋藤晃佳さん（五十歳）が就任されました。

民生委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。また、児童福祉法により児童委員も兼ねています。給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。民生委員児童委員は自らも地域住民の一員として、それぞれ担当する区域において、住民の生活上のさまざまな相談に応じ、行政をはじめ適切な支援やサービスへの「つなぎ役」として、また、役場や関係機関が行う調査への協力もその任務とし、町民の誰もが安心して暮らすことのできる地域づくりを目指して活動しています。民生委員児童委員は皆様の立場にたってご相談に応じます。また、相談に関する秘密は厳守しますので、お近くの民生委員にお気軽にご相談ください。

問い合わせ先  
福祉保健課福祉係 六六二一二三〇五

## 電話お願い手帳のお知らせ



町では、耳や言葉の不自由な方のコミュニケーションを支援するために、東日本電信電話株式会社より提供された「電話お願い手帳」を配布しています。

「電話お願い手帳」は耳や言葉の不自由な方やお年寄りが、外出先で用件や連絡先などを書いて、近くの人に協力をお願いする際に使用していただくもので福祉保健課、茶内支所、浜中支所で配布していますのでご利用ください。

街角で協力をお願いされた際には、皆様のご協力をお願いします。

## 厚浜木材が霧多布児童遊園地に ウッドチップを寄贈



春から子どもたちに利用されている霧多布児童遊園地に厚浜木材加工協同組合よりウッドチップの寄贈をいただきました。これは児童遊園地の地面が土のため遊具に泥が付き利用する子どもたちの服も汚れるなど衛生面での問題がありました。寄贈いただきましたウッドチップを遊具周辺に敷詰めていただいたことにより服や遊具が汚れず、児童遊園地の利用者が快適に使用できるようになり、元気いっぱい遊ぶ子どもたちの姿がとて嬉しそでした。

この度の寄贈に対し、町長より感謝状を贈呈させていただきました。本当にありがとうございました。



八月十一、十二日に霧多布、茶内、姉別郵便局が、郵便局のイメージアップとなる長年の尽力に感謝を込めて、四団体一人に事業協力者感謝状を贈呈いたしました。



感謝状を受けたのは、団体では霧多布、茶内、茶内第一、姉別保育所の子供たちで、毎年、父の日、母の日に合わせ似顔絵を描いており、その作品を局内に展示しています。個人では、小笠原舞子さんが二〇〇四年から霧多布郵便局の玄関ロビーに生け花を飾るボランティア活動を続けています。

この日は各郵便局長が各団体、個人を訪れ感謝状と記念品を手渡ししました。

「全国一斉！法務局休日相談所」の開設

**日時** 10月5日(日)10:00～15:00【事前予約優先】  
**場所** 釧路市幸町10丁目3番地【無料駐車場有】  
 釧路地方合同庁舎5階会議室  
**相談内容** 土地・家屋に関する登記、会社・法人に関する登記、土地の測量、隣地との境界紛争、地代・家賃の紛争、給与の差し押さえにおける供託、いじめ、虐待、DV、セクハラ・パワハラ、インターネットによるプライバシー侵害等の人権に関する問題、認知症高齢者等の権利擁護を図る成年後見制度、婚姻、離婚、養子縁組など戸籍の届出方法、遺言書の形式・書き方、遺産相続など  
**相談料** 無料  
**担当者** 法務局職員、司法書士、土地家屋調査士、公証人、人権擁護委員  
**問合せ先** ☎0154-31-5000  
 (音声案内「3」を押してください)  
**受付時間** 平日9:00～17:00  
**予約締切** 10月3日(金)

平成26年度  
 “食の安全見てみ隊、学び隊”のご案内

お店で売っている食品が安全かどうか、どのように作られているのか、疑問に思ったことはありませんか？  
 食品の安全を高めるために、何をすればいいのか考えたことはありませんか？  
 道では、親子で食の安全確保について理解を深めていただくため、“食の安全見てみ隊、学び隊”を実施します。よろしければぜひ、ご参加ください。

**日時** 10月4日(土)9:30～12:00  
**場所** 釧路市昭和中央4丁目18-1  
**体験内容** 「クイズに挑戦!」、「お店の裏側を探検!」  
 「温度計を片手に、食品衛生プチ監視員!」、「手洗いは大丈夫?汚れがとれたかチェックしよう!」  
**募集対象** 小学4年生～6年生&その保護者  
**参加料** 無料  
**申込締切** 9月12日(金) 必着  
**問合せ先** 〒085-0038 釧路市花園町8番6号  
 北海道釧路保健所生活衛生課主査(広域)  
 Eメール:kushiroho.seikatsul@pref.hokkaido.lg.jp  
 ☎0154-22-1233  
 FAX0154-22-1273

We have a Dream  
 霧多布湿原  
 センター通信  
 Kiritappu Wetland Center

活動報告

廃校キャンプ、楽しかったね!

八月四～六日、二泊三日の廃校キャンプが無事終了しました。心配されていた天気も何とか持ち堪え、全プログラムを予定通り行うことができました。今年の会場は旧琵琶瀬小学校。まだ新しく、綺麗な学校です。ここで三日間寝食を共にし、初めて会った子とも最終日にはすっかり仲良くなっている、そんな嬉しい光景が見られました。

地引き網体験は浜中漁協にご協力いただき、琵琶瀬地区の漁師さんたちのご好意による生き物観察、教育委員会にはバスの手配など、たくさんの方の力をお借りしての実施となりました。ありがとうございました。



横浜ゴムボランティア作業

八月八日、横浜ゴム北海道カンパニーの方々十一名と、湿原センター

裏の森を整備しました。細いトドマツを間伐し、それを運んで散策路の両脇に並べて道を作っていくという作業を行いました。大変な作業でしたが、参加した方々からは「道が出来上がっていくので達成感があった」「来年もボランティア作業に参加したい」との声が聞かれました。



ぜひたく寿司ランチ

七月のワンデイシェフは、千歳鮭さんによる「寿司ランチ」。八種の寿司にそうめんのお椀、お茶とアイスがつきました。豪華なランチに、召し上がったお客様からは「千円は安すぎる!」と驚きの声をいただきました。

お知らせ

無人島へ出発!

九月の子ども自然クラブは「無人島探検」。船でケンボッキ島へ探検に行きます。島には何が待っているだろう?皆さんの参加をお待ちしています。  
 日時:9月21日(日)

●予約・問い合わせ先

湿原センター ☎65-2779  
<http://www.kiritappu.or.jp/center/>

## 全国一斉「高齢者・障がい者の人権あんしん電話相談」強化週間のお知らせ

高齢者・障がい者をめぐる問題は、周囲の目につきにくいところで起こることが多く、被害者が外部に訴えるだけの力が出せなかったり、身近に相談できる人がいなかったりするなど、重大な結果に至ってから発覚するという例が少なくありません。

そこで、法務省の人権擁護機関では強化週間として、下記のとおり平日の対応時間延長と土日の対応を行います。

- 相談先** 「高齢者・障がい者の人権あんしん電話相談」  
☎0570-003-110
- 受付時間** 9月8日(月)～12日(金) 8:30～19:00  
9月13日(土)～14日(日) 10:00～17:00
- その他** 面接による相談については通常どおり  
(平日 8:30～17:15)
- 相談担当** 釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員  
および釧路地方法務局職員
- 主催** 法務省および全国人権擁護委員連合会
- 実施機関** 釧路地方法務局および釧路人権擁護委員連合会
- 問合せ先** 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 五十嵐)  
☎0154-31-5014

## 休日公証相談のお知らせ

- 日時** 9月28日(日) 10:00～16:00
- 場所** 釧路市末広町7丁目2番地 金森ビル1階  
釧路公証人役場
- 相談内容** 遺言、相続、任意後見、尊厳死宣言、お金の貸し借り、賃貸借、離婚に伴う養育費・慰謝料・財産分与など
- 相談料** 無料
- 申込方法** 相談を希望される方は、9月26日(金)までに、電話予約をお願いします。
- 問合せ先** 釧路公証人役場 ☎0154-25-1365

## 「道有林森林観察会 ～地域住民と創る道有林のつどい～」の参加者を募集します

皆様がお住まいの地域に所在している道有林は、豊かな水を育み、土砂の崩壊や流出を防ぎ、二酸化炭素の吸収・貯蔵など、さまざまな役割を通じて暮らしに関わっています。

釧路総合振興局森林室では、森林づくりに対する理解を深めていただくことを目的として、苗木を植栽した人工林や巨樹・巨木等の森林観察会を実施します。

- 日時** 10月5日(日) 9:30～12:00頃(予定)
- 見学場所** 厚岸町、浜中町の道有林内
- 参加料** 無料
- 定員** 17人
- 集合場所** 浜中町役場茶内支所(浜中町茶内栄81番地)  
9:30集合(集合場所からはバスで移動)
- 申込締切** 9月25日(木)
- 申込み先** 釧路総合振興局森林室管理課主幹G  
☎0153-52-2165

## 「高速道路 親子見学会」参加者募集!

- 日時** 10月4日(土) 13:00～17:30  
(暴風雨など荒天の場合は中止)
- 見学場所** 北海道横断自動車道(浦幌～白糠間)建設工事現場
- 内容** 工事現場見学、建設機械試乗会など
- 参加料** 無料
- 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)
- 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)
- 交通手段** 集合後、バスでの移動となります
- 申込方法** 電話受付(平日 9:00～17:00)  
定員になり次第申込を終了させていただきます。
- 申込期間** 9月1日(月)～12日(金)
- 申込み先** 釧路市役所道路河川課 ☎0154-31-4599

### とうもろこしのプリン

【1個分の栄養素】

エネルギー	131kcal
カルシウム	76mg
食塩相当量	0.1g

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ゼラチンは水でふやかしておく。ラップをして電子レンジ(500W)で約20秒加熱して溶かす。とうもろこしは包丁で削り取る。(②でミキサーを使わない場合は削ったとうもろこしを包丁でみじん切りにする。)
  - ②鍋に水とうもろこしを入れ、中火にかけて、ふたをして10分ほど煮る。砂糖を加えて、ミキサーにかけて攪拌する。
  - ③ゼラチンを加えて混ぜ、牛乳を加える。
  - ④プリンカップに注ぎ入れ、冷蔵庫で2時間ほど冷やし固める。
- \*飾り付けの例  
ミントの葉やシナモンで香りを添えて、目や香りで涼しさを演出してみましょう。

産地  
今月の食材は「乳製品」です。  
「とうもろこしのプリン」  
【材料】プリンカップ約6個分  
A ☆粉ゼラチン……………5g  
☆水……………30ml  
☆とうもろこし……………2本  
(または、スイートコーン粒状缶詰か  
冷凍コーン……………350g)  
☆牛乳……………150ml  
☆砂糖……………400ml  
大さじ4杯



## 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」を合わせたものです。町内小学校5校・中学校4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	沢田恵美子
教頭	水澤 好克
教員数	8人
養護教諭	1人
事務職員	1人
事務生	1人
児童数	28人
学級数	3学級

## 《浜中中学校》

— 農園・ハウス・花壇とともに…本校の農園作業 —

本校では毎年5月に農園作業を行います。農園・ハウス・花壇に、学年毎に考えた農作物や花をそれぞれ植えますが、沢山の種類となるため、しっかり計画を立てる必要があります。農園は広いので、学年毎の作付を終えた後、余ったスペースに先生方も作物を植えています。

今年は農園への鹿の侵入を防ぐため、PTA環境整備作業の際に新しい防護ネットを取り付けてもらいました。おかげで現在まで、鹿の侵入による被害はありません。



農園・ハウス・花壇で行う作業は、本校ならではの取り組みです。農作物や花の作付後は、学年の中で役割分担して、平日は昼休み・放課後のわずかな時間を利用し、水まきや雑草取りに励んでいます。夏休みには、部活動終了後に作業する姿も見られました。地道で大変な作業ですが、生徒達は一生懸命に取り組んでいます！

秋には取れた作物を味わう収穫祭があります。今から、その時を楽しみにして頑張っています。



## 私たちの町の高等学校 霧多布高校通信

No. 159

## 舞い上がれ青春の夏！

## 第60回霧高祭開催

7月になり、北海道でも遅い夏が始まりました。霧多布高校では夏の大きなイベントに向けて生徒は活発に活動しました。7月11日、2年生によるインターンシップ報告会が実施されました。2年生が6月に行ったインターンシップの活動で学んだことを1年生とインターンシップ協力企業の方々にスライドを使い説明し、その後、各ブースに分かれて報告しました。報告会の中で1年生は先輩たちの活動を熱心に聞き、自分たちの活動の糧にしようとしていました。今回の活動が1、2年生の今後の進路活動に生かされることを願っています。

また、7月19日、20日には、第60回霧高祭が開催されました。今年は「Summer Revolution ～舞い上がれ僕たちの夏～」をテーマに、前夜祭の企画や本祭のクラスステージ、クラス模擬店、各種展示など、生徒一人ひとりがここまで準備してきたことをすべて発揮し、大いに盛り上がりました。テーマの言葉どおり昨年より革新された霧高の一大イベントになりました。



参加者募集!

# 町民体育祭

★一緒に爽やかな汗を流しませんか★

## 第41回 町民マラソン大会

- 日 時 10月4日(土) 9:30～
- 会 場 浜中町総合グラウンド
- 参加者
 

●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22日(月)**

### 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)

☎ 0153-62-3144

FAX 0153-62-3145



七月三十日から八月二日まで、浜中町少年少女国内派遣団が日本の首都・東京を中心に研修を行いました。この事業は、体力・健康状態が良好で、将来のリーダーとして活動に意欲のある小・中学生が日本の首都を訪ね、郷土との地域差や大都会の文化などを体験するとともに、参加者との集団生活を通して自立心や協調性を学ぶことを目的に毎年実施しています。

浜中町では体験することのない連日の暑さの中、大勢の人で混雑する駅で切符を買ったり電車に乗ったり、またホテルをはじめ公共の場所でのマナーや集団生活での気遣いなど大変多くのことを学んだ四日間でした。

無事研修を終えて、みんな元気に浜中町に帰ってきました。今回の研修で感じたことや学んだことを生かして、将来の立派なリーダーとして活躍することを期待します。

### 少年少女国内派遣事業(教育委員会主催)

～日本の首都で時代を担うリーダー研修～

### 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/>



公認財団法人 北海道青少年育成協会

## 学校教育からの情報コーナー

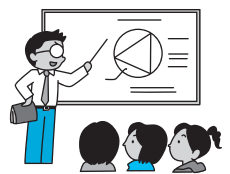
### 生活リズムを整え、夏に学び、実りの秋をめざして！

小・中学校は8月21日から2学期が始まりましたが、1年で最も暑い7月、8月にもかかわらず、各学校では、子ども達の生きる力を育むために、様々な取り組みがなされました。

7月末には、すべての小・中学校で一学期の学習成果を検証する「ほっかいどうチャレンジテスト」が実施され、一人一人の子どもたちの学力向上に向けて、各学校できめ細かい点検と評価が展開されました。特に、霧多布中学校では、7月18日に全校生徒を13のグループに分けて、教師全員で「全校一斉放課後学習」を実施しました。この学習会で、一人一人の生徒の真剣に学習へ取り組む姿が見られ、終了時には、生徒が、「また次やってみたい。」「少人数でよくわかった。」と話し、そんな生徒の思いを大切に、霧多布中学校では今後も学力向上に向けた取り組みが予定されております。



25日間の夏休みには、町内全ての小・中学校で1学期に学習した内容の復習を中心に、学校による取り組み期間の違いはありますが、3日間から14日間にわたり補充学習(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。参加した子ども達からは、「1学期に学習した内容を確認できて良かった。」「問題を解くのが速くなったし、勉強するのが楽しく感じられた。」「復習することが大切だなと感じた。」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した。









また、茶内小学校では、学習習慣や運動習慣を含む望ましい生活習慣の定着を目指して学校・家庭・地域が一体となった取り組みの体制づくりを目的に、「子ども朝活」事業が実施され、子どもたちが主体的に適切な時間配分について考える機会となったようです。





## 新着図書案内



<p>『ようちえんのおひめさま』 種村 有希子/作(児童書)</p> <p>きのみ幼稚園には、毎日9時になるとかわいい王子様とお姫様がでてくるお城があります。</p> <p>ところが、ある日の夜、街に嵐がやってきて、お城が壊れてしまい…。</p> <p>釧路出身の作者が描く、心温まる物語。</p> 	<p>『知ってびっくり！ 世界のなぞ・ふしぎ物語』 並木 伸一郎/監修(児童書)</p> <p>雪男は本当にいるの？モアイ像は何のために作られたの？</p> <p>世界に分からないことや、不思議なことがたくさんあります。この本で、そんな謎と不思議の世界を探検しよう！</p> 	<p>『くろくまレストランのひみつ』 小手鞠 るい/作 土田 義晴/絵(児童書)</p> <p>森の図書館には本がたくさんあります。そこで働いてるのはヤギの館長さんだけ。</p> <p>ある日、悩みをかかえたくろくまさんが図書館へやってきて…。</p> 
<p>『野生の猛禽を診る 獣医師・齋藤慶輔の365日』 齋藤 慶輔/著(一般書)</p> <p>釧路湿原内にある野生生物保護センターを拠点に、シマフクロウやオオワシなどの希少猛禽類の救護と治療を担う獣医師の記録。</p> 	<p>『星々たち』 桜木 柴乃/著(一般書)</p> <p>奔放な母とも、実の娘とも生き別れ、昭和から平成へと移りゆく時代に北の大地をさまよった一人の女性。</p> <p>彼女と関わった人たちが紡ぐ9つの物語。</p> 	<p>『いまどき和食100』 川上 文代/著(一般書)</p> <p>肉じゃがやいなりずし、けんちん汁などの和食を、簡単においしく作ることが出来ます。</p> <p>だしのとり方や、合わせ調味料の割合早見表、材料別索引もあります！</p> 
<p>◀児童書▶ 『うみの100かいだてのいえ』 いわい としお/作 『もっとしごとば』 鈴木 のりたけ/作 『アナと雪の女王』 サラ・ネイサン&amp;セラ・ローマン/作 しぶや まさこ/訳</p> <p>◀一般書▶ 『虚ろな十字架』 東野 圭吾/編 『ズボラでも血糖値がみるみる下がる57の方法』 板倉 弘重/編 『知りたい北海道の木100』 佐藤 孝夫/編</p> <p>『なないろレインボウ』 宮下 恵菜/著 『春、戻る』 瀬尾 まいこ/著</p>		

### 第151回 直木賞・芥川賞 受賞作品が図書室で借りられます！

- 芥川賞 受賞 『春の庭』 柴崎友香
- 直木賞 受賞 『破門』 黒川博行

直木賞にノミネートされた作品もありますので、ぜひ図書室へお越しください！！

### 「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（2F・図書室）午前11時より

9月6日（土）

9月27日（土）

紙芝居『よいしょ よいしょ』

絵本『ごろごろごろん』

絵本『ぼくのコブタは、いいこでわるいこ』

紙芝居『ころころ じゃっぼーん』

絵本『カッパのいちにち』

絵本『にじいろのさかなとおおくじら』

※9月の「絵本らんど・おはなしタイム」は第1・第4土曜日になります。ご注意ください。

## 1日 350g の野菜をとりましょう

野菜にはビタミンやカリウム、食物繊維などの栄養素がたくさん含まれており、がんや高血圧、糖尿病など生活習慣の予防に効果があるといわれています。

1日の必要量は、緑黄色野菜を 120g、その他の野菜（淡色野菜）を 230g、合計 350g の摂取が望ましいとされています。

### 国民の平均野菜摂取量と必要量比較

1日の摂取必要量 350 g  
 男 260.0g → 90.0g 不足  
 女 270.9g → 79.1g 不足  
 (平成 24 年国民健康・栄養調査報告より)

## 毎日プラス一皿の野菜

意識して積極的に不足分約 100 g 程度の野菜を食べる努力をしましょう。三食の中で野菜料理のプラス一皿を心がけてみましょう。ゆでたり、炒めたりしたほうが、生のときよりカサが減ってたくさん食べることができ、増量できます。

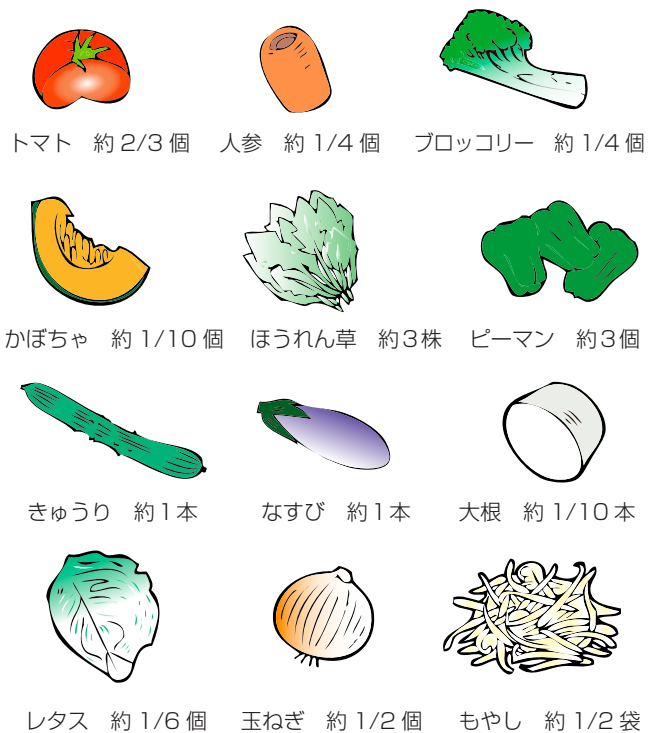


♪ 9月は健康増進普及& 食生活改善普及運動月間♪

## 毎日プラス一皿の野菜 ～健康寿命をのばそう～

NO 306 保健師・歯科衛生士・栄養士です

### 野菜 100g を計ってみると



### みるこんからのお知らせ

## 北海道がん征圧・がん検診受診促進月間です

がん検診は、がんを“初期”の段階で見つけられるため、早期発見・早期治療につなげることができます。町では、がん検診の受診率向上を目指し、特定の年齢の方々へがん検診が無料で受けられる「無料クーポン券」を配布しています。皆様、ぜひ活用してください。



浜中町健康づくりキャラクター「みるこん」

がん検診	対象年齢（昨年度の年齢）
大腸がん	40 歳・45 歳・50 歳・55 歳・60 歳の男女
乳がん	40 歳の女性
子宮がん	20 歳の女性

※ 今年度は、平成 21 年度～平成 24 年に配布された乳がん・子宮がん検診無料クーポン券を未使用の方にも、申し込みにより無料クーポン券を配布しております。対象の方には、春にハガキでご案内を差し上げていますので、詳しくはそちらをご覧ください。

無料クーポン券の使用期限    平成 27 年 1 月 31 日  
 申し込み・問い合わせ先    福祉保健課健康推進係 ☎ 62 - 2307



## 秋の全国交通安全運動の実施

～お互いに もてたらいいな 思いやり～

### ◎「秋の交通安全運動」が実施されます！

○実施期間 9月21日（日）から9月30日（火）の10日間

○実施の重点

- 夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車乗車中の交通事故防止
- 飲酒運転の根絶
- 全ての座席シートベルト・チャイルドシートの正しい着用
- 子供と高齢者の交通事故防止

○交通事故防止ポイント

運転者の方へ

秋は日没の早まりとともに、夕方から夜間にかけての自転車、歩行者の見落とし、発見遅れによる交通事故が心配されます。夜間の自動車の運転はハイビームが基本です。対向車や前車がないときは、ライトを遠目に切り替えて、歩行者や自転車を早めに発見しましょう。

自動車に安全な座席はありません。全員のシートベルト・チャイルドシート着用を確認してからスタートしましょう。

飲酒運転は凶悪犯罪です。「これくらいなら大丈夫だろう」という間違った考えをしていませんか？少量のお酒でも飲んで車を運転してはいけません。「飲んだら乗らない」「乗るなら飲まない」「乗る人には飲ませない」を徹底しましょう。

歩行者・自転車利用者の方へ

夜行反射材を活用するとともに、自転車も早めにライトを点灯し、自分の存在をアピールしましょう。

道路を横断するときは、左右の安全を確認し、近づいてくる車があるときは、無理に横断しないで通り過ぎるまで待ちましょう。また、近くに横断歩道がある場合は、少し遠回りでも横断歩道を渡りましょう。

### ◎9月30日は、「交通事故死ゼロを目指す日」です！

記録が残る昭和43年以降、全国で交通事故死がゼロであった日はありません。町民一人ひとりが、交通ルールを守り、思いやりのある交通マナーで、浜中町の交通事故死ゼロを継続していきましょう。

### 駐在所告知板

交通死亡事故<sup>ゼロ</sup>更新中  
浜中町1,410日  
(815日現在)

厚岸警察署浜中グループ駐在所

## ひとのうごき

7月末現在（前月比）

- 人口：6,293人 (+ 2)
- 男：3,055人 (- 2)
- 女：3,238人 (+ 4)
- 世帯数：2,471世帯 (+ 3)



### おたんじょう

浜中市街・高橋 樹菜ちゃん(祐介さん)



### おくやみ

琵琶瀬親睦・北畑キミエさん (83歳)  
浜中市街・加賀谷隆雄さん (84歳)  
霧多布一區・尾谷 ヤエさん (99歳)



## 俳句

この夏は意外と寒い日の続き

鈴木 徹夫

(霧多布)

鍬の柄にとまりし蝶とひと休み

酒井 梅子

(茶内)

ふわふわと飛び来し堂迎え盆

福沢 秋桜

(茶内)

## 短歌

風香る秋の気配を感じつつ異国の夫の帰りを待ちし

二瓶 晴子

(茶内第三)

リラ香る季節に君は逝きしかな盆の線香細くたゆたう

相原 睦子

(茶内)

海守る神としての龍神さまに海上安全をあがめて沖出

松館スミ子

(貫人)

雨に濡れうつつむき顔のコスモスも明日になれば空を見るなり

福沢 秋桜

(茶内)

## ご寄付ありがとうございます

浜中輸送事業協同組合 代表理事 赤石 美枝子さん 100,000円 (教育費寄付金として)  
琵琶瀬 杉澤 好紀さん 掛け時計 (町長室用として)

# はまなか行事カレンダー (9月)

日	月	火	水	木	金	土
	1 ○健康教室【茶内第三】 (茶内第三母と子の家 10:00～11:30)	2	3 ○ハツラツ倶楽部わっ はっは(茶内コミュニ ティーセンター 13:30 ～15:00)	4 ○げんきすくらぶ(母 子健康センター 10:00 ～11:30) ○健康教室【姉別南】(姉 別農村環境改善センター 13:30～15:00)	5	6 ○絵本らんど・おはなし タイム(総合文化セン ター図書室 11:00～)
7 ○第53回きりたっぶ岬 まつり(霧多布市街地 特設会場 10:00～ 15:00)	8 ○健康教室【西円朱別】 (西円朱別会館 10: 00～11:30)	9	10 ○ハツラツ倶楽部わっ はっは(老人福祉セン ター 10:00～11:30)	11	12	13 ○町民駅伝大会(浜中支 所前 9:30～スター ト)
14 ○ハツラツ倶楽部わっ はっは(茶内コミュニ ティーセンター 13:30 ～15:00)	15 ○健康教室【茶内市街】 (茶内コミュニティー センター 10:00～ 11:30) ○お散歩遠足(霧多布 一区公園 10:00～ 12:00)	16	17	18	19	20 ○太陽市場(商工会館前 10:00～12:00)
21 ○健康教室【姉別北】(姉 別寿の家 10:00～ 11:30)	22 ○ハツラツ倶楽部わっ はっは(老人福祉セン ター 10:00～11:30)	23 ○健康教室【茶内第一】 (茶内第一住民センター 10:00～11:30) ○むし歯予防教室(母子 健康センター 10:00 ～11:00) ○小学生むし歯予防教室 (母子健康センター 15:00～17:00)	24	25 ○風呂の日(ゆうゆ)	26	27 ○絵本らんど・おはなし タイム(総合文化セン ター図書室 11:00～)
28	29	30				

**● 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

●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 水…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/>

