

No.674

2007.NOVEMBER

広報

たかす 11

「みんなにやさしい。元気なたかすづくり」



特集

しせつトで見る医療費の現状

たかすで生涯元気に③～今日から始めよう「健康な生活習慣」～

平成アミーゴ

鷹栖高等学校 陸上部2年



清水 翔太くん
(北野西2条1丁目)

ス

ポーツの秋。中高生の部活動は最上級生の3年生が引退し、2年生が中心となり新体制で秋の新人大会などに挑んでいきます。今月は、鷹栖高校の陸上部で短距離走選手として活躍する、清水翔太くんをご紹介します。

清水くんは中学1年生から陸上部に入部し、当時から100mを中心とした短距離走を始めました。「道具を使うスポーツが苦手、自分の体ひとつで勝負できる陸上をやってみよう」と思いました。足の速さに

自信があったわけではなく、学年全体で中間ぐらいの早さでした」と陸上を始めたころの思いを話してくれました。中学3年間を陸上部で継続して努力しましたが、大会で特に目立った成績を残すことはできませんでした。

鷹栖高校には清水くんが入学する以前は、陸上部がありませんでした。入学当初は高校で陸上を続けるつもりはなかったそうですが、入学と同時に転入した陸上部顧問の先生の誘いを

受け、陸上部創部とともに陸上を続けることを決意しました。

「全然ダメで、他の選手と肩を並べることができないんだろっか」と不安でした。高校最初の大会をこつ振り返りました。高校からの練習は高度かつ濃密で、太ももを高く上げる、腰を中心とした体全体の動き、足の着地の仕方、腕の振り方など、「速く走る」というテーマのために、細かな動作の一つひとつを意識する練習に取り組んでいます。また、トラックで走

る練習が出来ない冬期間は、しっかりと筋力トレーニングを行いました。そして、その潜在した能力を開花させ、2年生になり1000mでは全道大会に3回出場。7月の新人大会地区予選では200mでも8位に食い込み、今や旭川地区の高校生短距離走選手としてトップクラスの実力です。

陸上を始めて5年目で全道大会出場を果たし、順調に力をつけてきた清水くんですが、陸上競技の魅力について、「大会に出て走り終えた結果、記録が伸びていると、すつきりした気持ちになれるんです」と言い、

短距離走者にしか味わえない感覚の一端を伝えてくれました。続けて、「地味



6月1日に行われた高体連旭川地区予選で疾走する清水くん(ゼッケン7番)。出場42人中4位入賞を果たし、初となる全道大会出場の切符を手に入れました。

な練習はつらいですが、冬の練習でしっかりと体をつくることのできたので、春以降の結果に繋がったと思います」と話しました。現在の1000mベストタイムは11・53秒。「これからの目標は、全国大会への出場です。11秒前半のタイムが出せれば全国が見えてくるので、記録では10秒台を目指します」と力強く抱負を話してくれました。町内屈指のスプリンターは今、青春を全速力で駆け抜けています。



私も小学生のとき、科学館で温度計をつくった経験があります。遠い昔のことですが、わくわくした記憶があり、今の自分につながっている気がします。

今は科学教室を開いて、子どもたちと触れ合いながら、科学の種をまいているような気持ちでいます。将来、どんな素晴らしい花を咲かせてくれるのでしょうか。



鷹栖高校理科教諭
今井 健晴 先生

未来をみつめる まなざし

鷹栖高等学校 ～ 鷹栖子ども 自然科学教室 ～



鷹栖高校の理科の授業では、生徒ができる限り多くの実験を体験できるよう、100種を超えるメニューがあります。そのノウハウや高校の設備を開放し、町の子どもたちにもワクワクする理科授業を体験してもらおうと、自然科学教室を開催しています。

毎月第3土曜日に行うこの教室も、10月で53回を数えました。準備や片付けに手間は掛かりますが、子どもたちにとって、実験は自然の事物や現象に直接触れることのできる大切な機会です。「うわー」と素直に感動する声が教室に響くとホッとします。

最近は保護者の方もサポートしてくださり、感謝しています。

子どもたちがこの科学教室を切っ掛けに、「知りたい・学びたい」という気持ちをどんどん膨らませてくれることを期待しています。

詳しくは、高校のホームページをぜひご覧ください。「鷹栖高校」で検索、または、アドレス<http://www.takasu.hokkaido-c.ed.jp/>へ。

第53回目の教室から…本物ぞっくりの人工イクラをつくりました



平野快都くん
(北野小3年)

◀ 今日で18回目です。いつも楽しみにしています。イクラの色がちょっと薄かったけど、うまくできました。食べたら、かたいくておいしくなかった…。

▶ イクラをつくる前にサケの勉強もして、ちょっと難しかったけどサケのこともわかりました。今日友だちと初めて来たけど、また来たいです。



西 美希さん
(北野小3年)

鷹栖町でも年間に約2,500トンの廃棄物を処理しています。このうち家庭の燃やせるごみの焼却は旭川市に委託し、リサイクル品は用途や材質ごとに区分し、きれいに仕向け先に搬送しますが、その他のものは埋立処分します。この最終処分場が来年でほぼ満杯

です。「ごみ処理費用の有料化」が進んでいます。町でも検討の時期にきています。ごみの問題は永遠の課題です。それだけに次の世代に少しでも負担を残さないため、ごみの分別、再利用として一人一日100グラム減量など、皆さんのご協力のもと、町をあげて取り組んでまいります。

縄文時代にも貝塚があったように、人の暮らしからは必ずごみが発生します。文明の発達により大量生産・大量消費型の経済は私たちの生活にたくさんの恩恵をもたらしましたが、一方で大量の廃棄物を発生させることにもなりました。この廃棄物を適切に処理することは、発生の責任はもちろんのこと、自治体にとっても大変重要な仕事です。

来年から、生ごみの分別にもご協力をお願いします。その方法などについて「ごみ減量推進懇談会」など、家庭からの視点で検討いただいています。また、各自治体で

循環型社会を目指して

鷹栖町長 佐藤 節雄



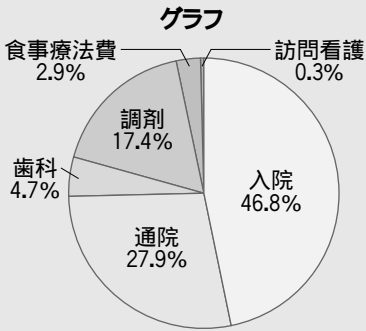
特集 みんなの国民健康保険

レセプトで見る 医療費の状況

生活習慣を見直すことで、医療費が下がるんです。

レセプトとは、一般の商店などで言うとレシートのこと。診療報酬明細書とも呼ばれ、カルテを基に作成される医療費の明細書です。今回は、この明細書を基に、鷹栖町の国民健康保険被保険者の疾病状況を分析しました。

平成18年度受診別診療費の割合



この結果から、大きな病を患って入院する前に、健康診断や定期検診で早期に病を発見し、早期治療を行うことで、医療費の増大に

また、平成18年度受診別医療費の内訳(表)を見ると、1件当たりの医療費では、入院が入院外の25倍以上と高額であることが分かります。

平成18年度における国民健康保険の受診別の医療費の割合(グラフ)は、入院が47%、通院が28%と医療費の約半分が入院で占められています。

医療費からみた国民健康保険の状況

表 平成18年度受診別医療費の内訳

	件数	医療費	1件当たり診療費
入院	1,344件	6億5,710万円	519,204円
食事療養費	(1,262件)	4,071万円	(全道478,951円)
入院外	34,996件	7億692万円	20,200円
通院	31,051件	3億9,212万円	(全道21,345円)
歯科	3,901件	6,655万円	
調剤	(21,479件)	2億4,464万円	
訪問看護	44件	361万円	
			全道の額は速報値

医療費を圧迫する生活習慣病

歯止めをかけることができます。

表は、平成19年5月診療分の国民健康保険疾病件数(疾病分類20分類)の上位5件です。

鷹栖町においては、高血

表 鷹栖町の疾病分類(20分類)・件数別(平成19年5月診療分)

順位	疾病名	件数
1位	循環器系疾患	745件
2位	消化器系疾患	484件
3位	筋骨格系、結合組織疾患	291件
4位	内分泌、栄養、代謝疾患	275件
5位	呼吸器系疾患	246件
6位以下	その他の疾患	1,008件
	合計	3,049件

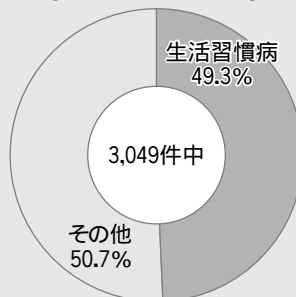
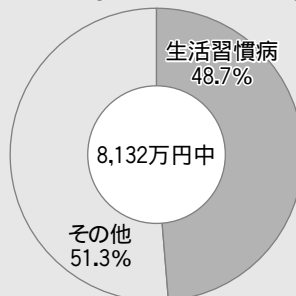


表 鷹栖町の疾病分類(121分類)・医療費別(平成19年5月診療分)

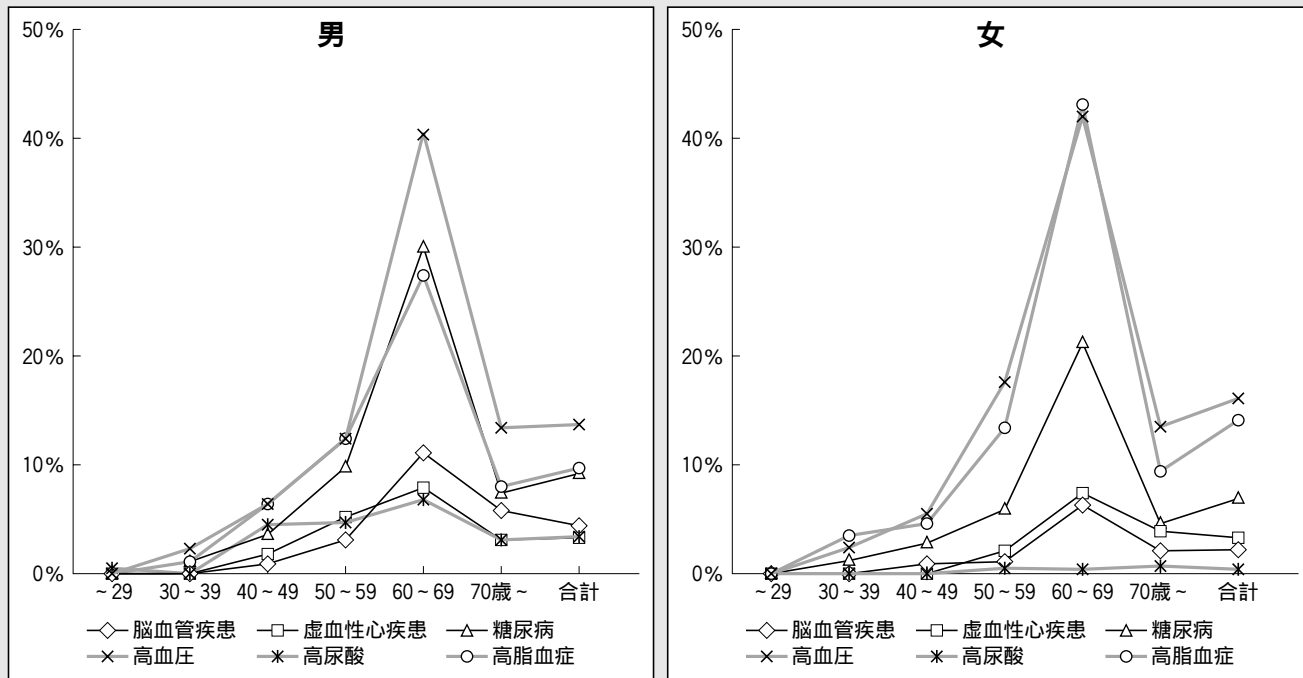
順位	疾病名	金額
1位	心疾患	629万円
2位	高血圧性疾患	623万円
3位	脳梗塞	556万円
4位	腎不全	420万円
5位	神経系の疾患	372万円
6位以下	その他の生活習慣病	2,152万円
	その他の疾患	3,380万円
	合計	8,132万円



また、医療費別(表)に見ると心疾患、高血圧性疾患、脳梗塞の循環器系疾患が上位を占め、医療費全

一人ひとりが生活習慣を見直し、この割合を少しでも減らすことが、大きな課題となっています。

グラフ 国民健康保険被保険者の男女別・生活習慣病の状況(平成18年5月診療分)



さらに生活習慣病の実態を調べるため、平成18年5月診療状況から、生活習慣病といわれる脳血管疾患・狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患(動脈硬化により血流が悪くなつて起こる病気)・糖尿病・高血圧・高尿酸血症・高脂血症を男女別に抽出(グラフ)しました。

その結果、男女共に共通して、全ての疾患が共に30歳代より治療者が増加し、60歳代で高い割合を迎えることが分かります。また、中でも高血圧、糖尿病、高

生活習慣病でみる診療状況

表 虚血性心疾患と高血圧・高脂血症・糖尿病の併発率

	男	女	計
高血圧	85.4%	78.7%	81.8%
高脂血症	63.4%	66.0%	64.8%
糖尿病	51.2%	36.2%	43.2%

表 脳血管疾患と高血圧・高脂血症・糖尿病の併発率

	男	女	計
高血圧	74.1%	65.6%	70.9%
高脂血症	48.1%	68.8%	55.8%
糖尿病	42.6%	21.9%	34.9%

表 200万円を越える高額治療を受けている人の生活習慣病発症率

疾病名	発症率
高血圧	84.6%
虚血性心疾患または脳血管疾患	61.5%
糖尿病	53.8%
高脂血症	38.5%

脂血症は、他の疾病に比べて高い割合で発症しています。

男女別に比較すると、男性では、糖尿病・脳血管疾患・高尿酸血症の割合が高く、女性では、高脂血症の割合が高くなっています。

さらに、虚血性心疾患(表)や脳血管疾患(表)と他の疾病の関連性をみてみると、高血圧・高脂血症を、高い割合で併発していることが分かります。

また、平成18年度で200万円を越える高額な治療の内訳(表)では、高血

圧は84%、虚血性心疾患または脳血管疾患は61%、糖尿病は53%と、生活習慣病で治療を受けている割合が高いことが分かります。

生活習慣病は、インフルエンザやかぜなどのように突発的に発症するものではなく、定期的な健康診断などで進行状況を把握することができません。

ぜひ、これを機会に、自分自身の健康状態を把握し、次ページに掲載している一次予防に積極的に取り組みましょう。

「健康な生活習慣」

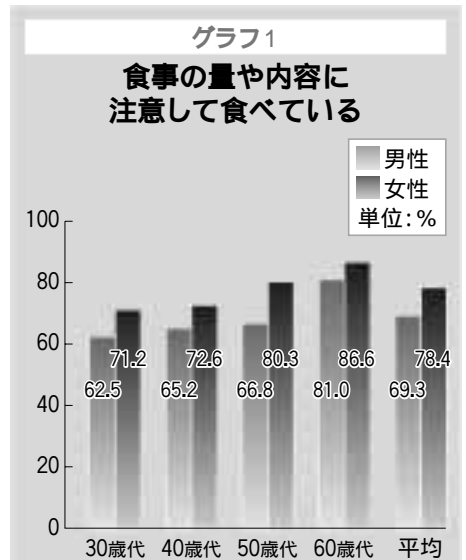
一次予防を今、始めないと、遅いんです。

生活習慣病を防ぐための最重要項目、「食事」と「運動」に注目し、皆さんの現状の意識を年代別に分析しました。一人ひとりが今から実行できる「一次予防」を一緒に考えましょう。



アンケート結果（グラフ1）を見ると、男女ともに60歳代は80%以上が「食事の量や内容に注意している」と答えています。しかし、30〜50歳代の男性はおよそ65%と低い状況です。男性の高血圧発症率のグラフと対比すると、そのピークは60歳代となっており、遅い場合が多いのです。子どもたちを含め、できるだけ若いころから健康を保つための食習慣を続けることが必要です。

食事への皆さんの意識は？



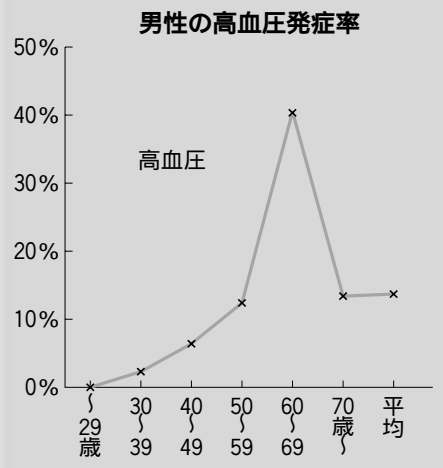
食事面からの一次予防

～理想的な食習慣のために、何を、どれだけ食べればいいのか？

基本の1日量 (1600kcal)

- 乳・卵 240kcal
 - プレーンヨーグルト ...65g・40kcal
 - 牛乳 ...120g・80kcal
 - 卵 ...55g・80kcal
 - スライスチーズ ...12g・40kcal
- 魚・肉・豆 240kcal
 - もめん豆腐 ...55g・40kcal
 - ローズハムの薄切り ...20g・40kcal
 - 油揚げ ...10g・40kcal
 - 鶏肉(皮なし) ...37.5g・40kcal
 - カレイ ...85g・80kcal
- 野菜ときのこと 480g・80kcal
 - みかん(2個) ...270g・80kcal
 - じゃが芋 ...55g・40kcal
 - 長芋 ...60g・40kcal
- 野菜・くだもの 240kcal
- 穀類・油など 880kcal
 - ごはん(3膳) ...400g・640kcal
 - 砂糖 ...大さじ2杯・80kcal
 - 油脂 ...大さじ1.5杯・160kcal

若いころの食事への無関心が、高血圧を招く一因です。



「15期会」の活動で勉強したことを家に帰ってからもなるべく実践して、家族みんなの健康を考え料理をしています。

一年一回、栄養士さんのアドバイスを受けながら調理実習を行い、おかずをバイキング方式で自分で選び、1食500キロカロリーを目指して各自で昼食をつくる研修を行っています。これは、おかず一品ずつの栄養素やカロリーを考えるきっかけになっていきます。料理も毎回テーマを設けて作り、「糖尿病予防食」などを作っています。「塩分控えめ」とよく言いますが、糖尿病にならないためには「普通の」食事を心掛けていれば、減塩を過剰に考えることはないと思います。



元保健推進委員で構成する「15期会」幹事
富樫 清子さん
(17線9号)

特集 今から始めよう

たかすで生涯元気に

③

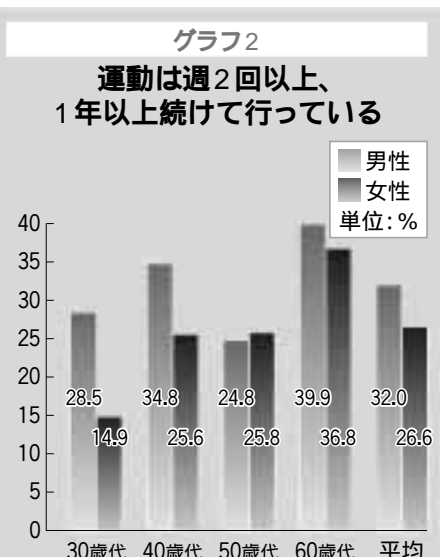
平成19年度 健康に関するアンケート調査結果(年代別分析・30~69歳)
表の数字は「はい」と答えた人の割合 有効回答者数2,642

運動への皆さんの意識は?

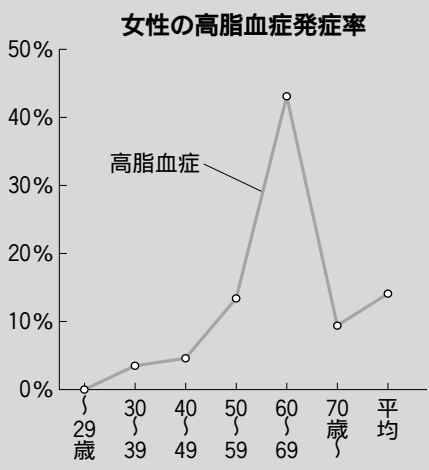
グラフ2を見ると、「運動は週2回以上、1年以上続けて行っている」と答えた人は、男性32%、女性26%と、男性が多くなっています。

特に、30歳代女性は子育てに忙しいせいか、日常的な運動習慣を持っている人が、およそ15%しかいません。

活発に運動ができる年齢のときから、健康づくりを意識した運動を続ける習慣をもつことが必要です。



女性に多い高脂血症の予防は、健康的な食習慣 + 運動習慣で。



運動面からの一次予防 ~ 家庭でできる簡単な筋力トレーニング

大腿前側と下腹部を強くする

脚上げ

A. 床に横になって 片方のひざを伸ばし、足首の角度を直角にしたまま、ゆっくりと床から持ち上げ、10秒間キープする。



※背や腰がそらないように気をつける。

●10秒で1回
目標回数 左右4回ずつ

B. いすに座って 前かがみにならないようにより姿勢でいすに座る。足首の角度を直角にしたまま、ゆっくりと床から持ち上げ、10秒間キープする。



●10秒で1回
目標回数 左右4回ずつ

腹筋

A. いすに座って いすに浅く座り、息を吐きながら上体を後ろに倒す。背中が背もたれに付くほんの少し手前で、上体をキープする。



※おへそをのぞきこむように背中を丸めて上体を後ろに倒す。このとき、背中が背もたれにつかないようにする。

●10秒キープで1回
目標回数 4回

B. 床に横になって ひざを立てて床に座り、ゆっくりと上体を後ろに倒していく。少しきついと感じる程度のところで、上体をキープする。



●10秒キープで1回
目標回数 4回

アンケート調査の結果から『男性は食事、女性は運動について、生活習慣を見直す必要がある』という傾向が浮き彫りになりました。

また、若い年代ほど体力に自信を持ち健康への不安も少ないせいか、一次予防への関心が低いようです。このままでは、50代でもお伝えしたとおり、60歳代を迎えるときには何らかの生活習慣病にかかってしまう恐れが高くなってしまいます。

すべての人の健康保持・増進の基本は、健康的な食習慣、運動習慣の実行です。50歳から急増する肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病を予防するためには、30歳代・40歳代から健康習慣を続けることがとても重要です。

病気にかからないための「一次予防」で、「生涯元氣」を目指して、今日から実行できることを見つけましょう!!

震も知って

Do You 農?

食も知る



このコーナーでは、一カ月間の農作業を追いながら、クリーン農業の取り組みとまちの農作物が育っていく姿をご紹介します。

【鷹栖産農作物の加工品：青大豆豆腐】



格言

『毎週楽しみにして
くださるお客さまと
顔を合わせるのが、私
たちのやりがい。地域
のお母さん手作りの
安心をお届けします』

花りんご

(13線16号「花かいどう」で活動)

北斗女性グループ「花りんご」が「青大豆豆腐」の加工販売を始めて、今年で5年目。1日に原料の大豆「大振袖」30キロを加工、120丁を販売しています。大豆はもちろん、会員自らが生産したものです（在庫が切れる時期を除く）。
その手作りの味が口コミで評判を呼び、直売日には町内外から「青大豆豆腐」を買い求める客が押し寄せ、販売開始から1時間ほどで完売する人気です。
その人気の秘密は、大豆本来の甘味と香り、そして滑らかな食感。1丁あたり800グラムですが、市販の豆腐のように硬く締めないため、ふんわりとして、口にする濃厚な甘味と香りが広がります。また、豆腐の色はその名の通り、ほん

【販売日時】

毎週土曜日
10:30~14:00

直売開催日は広報最終ページのカレンダーに掲載しています。また、町公式HPでも情報を掲載しています。

のり青色を帯びています。冷奴、湯どうふなど、素材の味を楽しめる調理法がおすすめのこと。会員が原料から販売まで一括して責任をもった商品で、自信をもって、笑顔でお待ちしています。



「四季の里」で、素材の良さを活かした加工をしています。

天使の寝息

～絵本祭りとの出会い～

私たち家族が鷹栖町に移り住んで、今年で4年目になります。うれしい事にこの4年の間にいくつかの素敵な出会いがありました。その中のひとつに、昨年スタッフに誘っていただいて、お手伝いをする事になった「絵本祭り」があります。
絵本祭りは、7年前に絵本を通して子どもたちを楽しませてあげたいという思いから、お母さんたちが立ち上げた手作りのお祭りです。何かを自分たちで始めるのはとてもパワーがあることだと思います。そんなパワーのある人たちと一緒に絵本祭りを作っていくことは、私にとっても、家族にとっても、とても良い経験になると思います。

わが家の子どもたちは、絵本祭りを毎年楽しみにしています。読み聞かせのお手伝いをしていただいている方たちはとても楽しく、個性的で、他では味わえない読み聞かせをしてくれます。絵本祭りに参加している子どもたちを見ると、みんな本当に楽しそうできいきしています。わが家の子どもたちも、会場内を走り回って楽しんでいました。
もしも、まだ絵本祭りを体験していない方がいたら、百聞は一見にしかずです。きっと楽しい思い出になると思います。絵本祭りのおかげで、わが家の子どもたちは絵本に興味が出てきたようです。私も、もう少し絵本のことを勉強したいと思うようになりました。
子どもと一緒に楽しめる今の時間を大切にして、これからも素敵なスタッフのみんなと一緒に、できる限り絵本祭りに関わっていきたいと思っています。



本城 法子さん
(北野東5条2丁目)

住宅地購入の 不公平感について

Q シンフォニータウンに引越して2年目の秋を迎えています。鷹栖町の自然豊かなこの土地と美味しい空気と、そしてあったかな住民と、この町に引越してきて良かったなと感じている所です。

～中略～

土地の購入について、この前こんな話を聞きました。「シンフォニータウン」に限らず、「ハーモニーパーク」や「フォレストタウン」なども役場職員が角地や南側の土地などを先に押さえてあるという話です。～中略～

実際、私が購入した会社の人に聞いても「町役場の職員が先に買っちゃっから、我々業者はテントに泊まり込みで並んでも、このように間しか買えんのさ」と話していました。

番先に来る行政関係の人が有利に決まっています。都市などでは分譲マンションなど購入希望者が重なったときは「公開での抽選」です。鷹栖はそれをすると「あいだの土地」が売れ残ってしまおうでしょうが、やはり「公平・平等」が原則ではないでしょうか？土地は一生の財産です。一般市民は、そのような不公平感を持っておりませぬ。

ぜひ、広報でお答えください。

A 鷹栖町の住宅団地は、平成10年から11年に造成した鷹栖地区の「ハーモニーパーク」と平成15年から造成し販売している北野地区の「シンフォニータウン」があります。ハーモニーパークは、民間企業が造成販売している団地で、シンフォニータウンは、鷹栖町土地開発公社が造成販売しております。

販売前に先行して町職員が土地を買っているのとですが、民間販売の「ハ

ーモニーパーク」や「フォレストタウン」は、一般予約販売前に鷹栖町民を優先とした先行予約販売を行っており、それに従って正規に土地を購入しています。また、鷹栖町土地開発公社が販売しています「シン

町長への手紙

広報たす10月号に折り込みし出した「町長への手紙」で寄せられたご意見などの中から、広く皆さんに関係している内容とその回答を掲載します。

「シンフォニータウン」についてですが、予約申込日を新聞広告や広報でお知らせし、個人、メーカーを問わず、予約申込段階より先着順に受け付けております。町職員であっても、予約申込日の前日から住宅メーカーの

方と役場前に一緒に並び、正規に購入手続きをします。

住宅メーカーの方が、どのようにお話になったかわかりませんが、土地開発公社で販売した土地についても、町職員に対し一切便宜などを図っておらず、すべての購入者に対し、公平に対応しています。

鷹栖地区公民館のパソコンについて

Q 鷹栖地区公民館1階ロビーのパソコンが、もうかなり前から使用できないようです。

～中略～

今の世の中は「ウェブ」でもっと知りたい情報をインターネットのみで公開する傾向にあるようです。たまに気になる情報を得たい時、公民館のパソコンが使えないという状況です。情報格差という言葉を実感している町民も多いのではないのでしょうか。ぜひ、故障

中のパソコンを早く直してほしいと思います。

A 鷹栖地区公民館の1階ロビーに設置のインターネットパソコンは、操作練習を目的として、平成16年度に設置を開始しましたが、故障により本体一式をIT教室用パソコンと交換。その後も故障の都度、回復作業を行い、現在は使用できる環境となっております。

使用者が使う時だけ電源を入れるシステムのため、電源OFFの状態の時には、故障しているかどうかの判断がつかないため、修理のタイミングが遅くなる場合があります。故障時には、近くの公民館職員への報告や電話で連絡をいただければ、できる限り早期に使用できるよう努めますので、ご理解をお願いいたします。



鷹栖地区公民館のパソコン

Monthly
Topics
マンスリートピックス
今月の話題

10/3 **ベルリン・フィルハーモニー・
プラス・クインテット 来町**

世界最高峰の金管五重奏を間近で

ベルリン・フィルハーモニー・プラス・クインテットが来町し、鷹栖中学校で町内の児童生徒を対象にしたコンサートと、メロディーホールで鷹栖中吹奏楽部員へ演奏指導するマスタークラスが行われました。

マスタークラスは鷹栖小スクールバンドの団員も見守る中、4パートに別れて実演を交えて指導。吹奏楽部員は熱心に質問するなど、世界的奏者の技術を学ぼうと真剣な表情でした。



越沢神社と歩んだ100年の歴史を綴った
共和町内会100年記念誌「草わけ道」▶

10/8 **越沢神社と北斗神社が合祀**

100年の想いを次世紀へ繋ぐ

100年の歴史を刻んだ「越沢神社」が10月8日に「北斗神社」と合祀することとなり、共和町内会の氏子らにより合祀祭が厳粛に行われました。

合祀祭を無事終えた、永山喜長実行委員長は「越沢神社がなくなることは、淋しい感じもしますが、これからは北斗神社の皆さんと仲良くお祭りしたいと存じます」と感慨深げにあいさつをしました。

10/7 **パレットヒルズ
「秋の植樹祭」**

町民の杜が一層にぎやかに

秋晴れの下、恒例の植樹祭が開催され107人が参加し、サクラなど72本を植樹。パレットヒルズを彩る新たな木々が増えました。

また、今年は次の皆さまから、樹木の寄付をいただきました。ありがとうございました。

- 荒谷利子 様 イチイ 163本
- 浅香 優 様 プラム 20本
- 旭川トヨペット(株) 様 チシマザクラ 50本





国際交流アシスタント・セーラさんの

dooee~!

「Cooee ~!、クーイー!」とは日本語の「オーイ!」と似た、遠くにいるみんなを呼ぶときに使われるオーストラリア独特の言葉です。



初めて子どもたちが私に「最初はゲー」の合図で握りこぶしのチャレンジポーズをむけて以来、日本での「ジャンケン」の底知れぬ人気に気づかされることになりました。日本中どこでも、どの子どもこのシンプルなゲームの“とりこ”になっているみたい。

日本で幅広い人気を誇る「ジャンケン」、オーストラリアでは「rock ,paper ,scissors(ゲー、パー、チョキの順)」としてみんな、特に小学生によく知られています。でも私の小学生時代を振り返っても「rock ,paper ,scissors」は順番を決めるときや、最後のチョコレートを誰が食べるかなど、何かを決めるときにだけ使われていました。でも日本ではジャンケンそのものが楽しいゲームでもあったりして、何度も何度も繰り返しできちゃって、子どもたちは飽きたそぶりを見せません!驚き!

どちらにしろ、このゲームは世界中の子どもたちに良

く知られているようです。フランスに飛んでみましょう。「^{ピエール} pierre, ^{パピエ} papier, ^{シソ} ciseaux!」というゲームになり、中国に進むと「^{ツァイチョクケン} 猜拳」ゲームで「^{ジャンダオ} 剪刀、^{シトウ} 石頭、^フ 布」となります。同じように、韓国のゲーム「^{カワイ} 가위, ^{パワイ} 바위, ^ポ 보(チョキ、ゲー、パーの順、韓国もパーは中国と一緒に布なんですね)」にもチャレンジしてみましょう。次に外国人に会ったり、海外旅行をするときまでに、世界のジャンケン覚えておいてね。もしかしたら最後に残ったクロワッサンや、シュウマイ、キムチがもらえるかもしれませんよ😊

鷹栖町公式HPでセーラさんの英文がご覧になれます。

http://town.takasu.hokkaido.jp/english_page/columns/air_en.html

From Sarah



日本宝くじ協会から 遊具が贈られました

(財)日本宝くじ協会が行う「児童の遊び場に遊具を贈る事業」により、公園など下記の10カ所に、滑り台、揺動系遊具などの幼児・児童用遊具が寄贈されました。

【遊具設置場所】しらかば団地公園・つつじ団地公園・メロディー団地公園・鷹栖保育園・北野保育園・緑地公園・みのり公園・ハーモニーパーク公園・にこにこ公園・たかす円山幼稚園
緑地公園は11月中に遊具設置予定

10/19 福祉の集い2007

福祉にかける想いを寄せる

メロディーホールで「福祉の集い2007」が催され、約600人が来場。福祉の実践発表や芸能交流会などが行われました。

今回、初の試みとなる「トークセッション」では、多方面で活躍する町民をパネリストとして招き、事例発表を行いました。福祉の最前線で活躍する4氏の熱い想いを、来場者らは時折深くうなずくなど耳を傾け聞き入っていました。





クローズアップ

ふるさとの山に 仲間と育てた絆の木々よ永遠に

同会の歴史は、廣瀬さんから老人大学大学院7期生が「ふるさとの自然づくり」をテーマにボランティアとして植樹活動を始めたことにさかのぼります。平成11年6月に、北海道新聞社などが主催する「北海道千本桜運動」からエゾヤマザクラの苗木30本の寄贈を受けたものが、パレットヒルズ

の植樹第一号です。また、その前年には桜を種から育てる実生栽培にも挑戦し、会員が自宅で丹精込めて育てあげました。その苗木は中高生の植樹活動をはじめ、以後のパレットヒルズでの植樹に利用され、その一部は3年ほど前から立派な花を咲かせるまでの大きさに育っています。



活動開始時の24人の会員

種から育てた木の方が、環境に順応しただおかげか、よそから持ち込んだ苗木よりも、たくましく育っている

生まれ育った鷹栖の発展に、少しでも役立てたことが幸いですが、その功績を控えめに話してくれました。10月7日に開かれた

「パレットヒルズ」における桜の杜づくりを、取り組み当初から第一線に立って支えてきた二千桜会が、10年間の植樹活動を締めくくることになりました。今回は会長の廣瀬由松さんと、同会の活動のあらましをご紹介します。

「種から育てた木の方が、環境に順応しただおかげか、よそから持ち込んだ苗木よりも、たくましく育っている

00本のほか、ミズナラなど200本以上の樹木を植えました。同会の地道な努力がパレットヒルズの植樹活動を盛りあげたことについて、町の皆さんや中学、高校の生徒さんに喜んでもらえたことを、会員みんながうれしく思っています。私たちが

「パレットヒルズ秋の植樹祭」では、佐藤町長から感謝状が贈呈されました。同会の植樹活動は年内で一段落しますが、以前から行ってきた、さつき苑での交流や、毎年8月の「戦没者追悼の集い」に千羽鶴を贈る活動などは、これからも続けるとのこと。

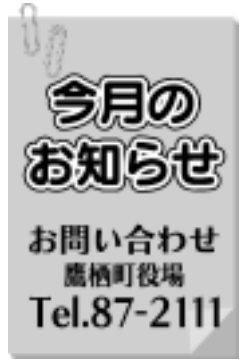


二千桜会 会長
廣瀬 由松 さん
(10線10号)

るようです」と、廣瀬さんは胸を張ります。平成12年に老大学院卒業後、同級生らで植樹を続けるために、活動の母体となる会を結成。「千本桜運動」「西暦2000年」をかけて、二千桜会と名付けました。これまでに、桜の実生苗1,0



鷹栖高校の植樹を5年にわたり指導しました



ワールドコースト 友好訪問団派遣事業

企画課企画広報担当

平成20年3月に、姉妹都市ワールドコースト市へ中高生を派遣する、友好訪問団員を募集します。

【募集人数】 中高生12名
（高校生は、1・2年生のみ）

【応募資格】 心身ともに健康で、参加者およびその家族が、町内で行われる各種国際交流活動に積極的に参加・協力できる方。

【応募方法】 11月30日(金)までに、「参加申込書」と「ワールドコースト友好訪問団参加にあたって」と題した作文(800字程度)を、役場企画課企画広報担当まで提出してください。

【団員の選考】 コミュニケーション能力審査など

【事前説明会】 事前説明会を11月13日(火)4時から、役

場において開催します。

年末調整等事務の 説明会を開催します

旭川中税務署

年末調整の仕方や給与支払報告書(源泉徴収票)、各種支払調書の書き方についての説明会を、次のとおり開催します。

【日時】 12月4日(火) 午前10時から

【場所】 プラザ・クロス10 (鷹栖町南1条1丁目)

【お問い合わせ】 町税務課税務係

旭川中税務署
☎ 2111
☎ 1624

特別障がい者・障がい者認定 障がい者控除の認定

保健福祉課介護福祉係

心身に障がいのある65歳以上の高齢者で、身体(知的)障がい者に準ずる方(要介護状態)に対して、

特別障がい者・障がい者認定ができます。認定されると、税金の控除を受けることができますので、年末調整時または確定申告時に申し出てください。

【対象者】 介護保険の要介護1以上であり、日常生活に支障のある方

【基準日】 毎年12月31日

【認定・申請】 保健福祉課介護福祉係

【税の申告・相談】 税務課税務係

情報公開制度の 利用状況

総務課庶務担当

平成18年10月1日から平成19年9月30日までの、情報公開制度の利用状況をお知らせします。

申請件数	公開件数
1	0
非公開件数	不服申立件数
1	0

第54回 鷹栖こども 自然科学教室のご案内



【日時】 11月17日(土) 10時~12時
【場所】 鷹栖高校 理科実験室
【内容】 雪がキラキラ舞う置物、スノードームを作ります。
【対象】 町内在住の小学生 (保護者の参加も可)
【費用】 100円
【お問い合わせ】 鷹栖高校 今井教諭 ☎87-3020

健康づくり推進研修会

自分の、家族の、そして町の健康づくりを考えてみませんか!

うちの町だったらどんなことができるだろう...。楽しみながら、健康になれたらいいなあ。そんな思いを形にしていく、天塩町の健康づくりをリードする3氏が講師です。この機会にぜひご参加ください。

【講師】 天塩町 保健師主任 柿崎美穂氏
天塩町健康づくり推進委員会 委員長 西沢 繁氏
東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科 准教授 斉藤恭平氏

【日時】 11月22日(木) 13時~16時30分
【場所】 サンホールはびねす 1階 生きがいホール
【参加料】 無料
【申し込み・お問い合わせ】

保健福祉課保健推進係 ☎87-2112 FAX87-2226
主催 / 上川保健所保健福祉企画課



児童虐待防止推進月間

保健福祉課社会福祉係

今月は「児童虐待防止推進月間」です。

全国では、児童虐待に関する相談件数が増加を続け、子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶たない状況です。事件を未然に防ぐためには、地域と町が一体となって子どもたちを健全に育てる目と心が大切です。

万が一、児童虐待を受けたと思われる児童を発見した場合は、速やかにご連絡ください。

【連絡先】

○旭川児童相談所

(旭川市10条通11丁目)

☎ 23 8195

○町保健福祉課社会福祉係

☎ 87 2112

24時間対応しています。

除雪サービスの案内

保健福祉課介護福祉係

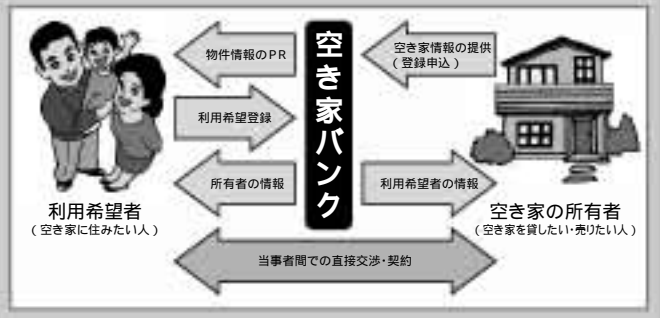
高齢者・障がい者で除雪が困難な方を対象に、日常

空き家バンクの登録について

近年、「自然豊かな農村地区へ移住したい」、「田舎くらしをしてみたい」などの空き家に関する問い合わせが多数あり、町では、町内の賃貸(売買)できる住宅を所有している方に、「空き家バンク」へ登録していただき、利用希望者などへ情報提供を行っています。

この制度は、空き家の有効活用を通して町の活性化と定住促進のために実施するものです。空き家所有者の提供と、皆さんからの空き家の情報提供をお願いします。

【企画課商工企業立地担当】



【申請先】

保健福祉課介護福祉係

☎ 87 2112



平成20年度合併処理浄化槽設置の申込

町民課環境衛生係

町では、10人槽以下の合併処理浄化槽を新たに設置する方に対し、補助金を交付しています。

消防の通信

火は見る
あなたが離れる
その時を

火災予防看板の作成

10月15日から31日まで、全道一斉に秋の火災予防運動が実施されました。

この看板は消防署に揭示するほか、鷹栖小学校の学芸会にも掲示しました。

鷹栖地区少年消防クラブでは、この火災が出やすい時期にどうすれば町民の皆さんに防火を呼び掛けることができるかを考え、火災予防看板を作成しました。



2007年度全国統防火標語

火は見る
あなたが離れる
その時を



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

こんにちは、よろしく

氏名 両親
 シブノ 宮中月斗ちゃん 信さん・真理子さん
 鷹栖北 尾島奈々枝ちゃん 清貴さん・縁さん
 シブノ 小林虎詩ちゃん 成光さん・琴美さん
 シブノ 斉藤風太ちゃん 大樹さん・菜摘さん

ご結婚おめでとうございます

新郎 新婦
 第16町内 松島司さん 鷹栖北 福原育子さん
 旭川市 上島典貴さん 瑞穂 廣田夏樹さん
 21区 藤田順一さん 21区 岩井美瞳さん
 鷹栖南 大沼哲也さん 旭川市 蒲地由美さん

おくやみ申し上げます

氏名 年齢
 3区 福眞 八重子さん 85歳
 5区 武隈 正秋さん 73歳
 鷹栖北 千葉 しずえさん 60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
 武隈 笑子さん
 社会福祉事業としてご寄付
 (株)日建旭実建設様
 旭実運輸(株)様
 コンス A・M・G(株)様
 ひばりが丘霊園様
 島畑 光信さん

保育園の入園について

平成20年4月から、新たに入園を希望される方は、入所申込書を提出して下さい。

【提出期限】11月7日(水)

期限を過ぎた場合も随時受け付けています。

【申し込み・お問い合わせ】

保健福祉課社会福祉係 ☎87-2112

各種相談窓口

お気軽にご相談ください

就職先を探している看護職と、看護職員を雇用したいと考えている施設にそれぞれ登録していただき、職業紹介を進めています。
 電話・メールなどにより相談をお受けしています。
 登録・職業紹介はすべて無料ですので、お気軽にご利用

ナースセンターに登録しませんか

上川保健福祉事務所

平成20年度に合併処理浄化槽の設置を予定している方は、早急に申し込みをしてください。年度途中での申請は、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

冬の通行止め

旭川土木現業所

冬季の積雪により、次の道道が全面通行止めとなります。

【道道雨竜旭川線】

維文と和寒町字福原 11月1日～平成20年4月23日

【道道鷹栖江丹別線】

大成と江丹別町芳野 10月30日～平成20年4月9日

【お問い合わせ】

旭川土木現業所 事業課管理係 ☎26 4461

用ください。

【お問い合わせ】北海道ナースセンター ☎011

863 6794

アイドル

このコーナーでは、町内で唯一歳の誕生日もあつまる赤ちゃんも、毎月紹介しています。

こんにちは！咲希です。お姉ちゃんと遊ぶの大好き♡たまにお菓子取られて泣いちゃうけど負けないように頑張るもん！



かくちさき 角地咲希ちゃん
 平成18年11月9日生まれ
 北野東4条3丁目
 誠・美幸さんの子

琉絢兄ちゃん一緒に遊ぼう！一緒にお風呂入る！あっ！朱華も一緒に保育園行く！！あっ！またおいていかれた～。朱華も行きたい～！



やまだしゅうか 山田朱華ちゃん
 平成18年11月21日生まれ
 北1条2丁目
 芳裕・飛鳥さんの子

ハイハイと伝い歩きで家のなかを探索中のそらです 3僕が泣くとお姉ちゃんがだっししてくれるんだ～。まだ×2甘えん坊でいるぞ～♡



みよいそら 明井颯良ちゃん
 平成18年11月25日生まれ
 南1条5丁目
 隆・美香さんの子

心配ごと相談	サンホールはぴねす	☎87-2112	毎月第2・4水曜日 (13時～15時)
子育て相談	子育てセンター	☎87-2112	毎週月・水・金曜日 (9時30分～16時)
	たかす円山幼稚園	☎87-3222	毎週火曜日 (9時30分～16時)
子ども教育相談	鷹栖地区公民館 3階相談室	☎87-2028 (内線410)	毎週火・金曜日 (13時～17時)
心の健康相談	上川保健所 (旭川市永山6条19丁目)	☎46-5992	平日 (8時45分～17時)

冬の交通安全運動

11月21日(水)～11月30日(金)



- ▶ 運転者の皆さんへ
冬期は路面状況が刻々と変化することを自覚確認し、ゆとりある運転を心掛けましょう。また、積雪に備えて早めに冬タイヤに交換しましょう。
- ▶ 歩行者の皆さんへ
雪道やわだち、凍結路面の歩行は、思わぬ所で転倒する恐れがあります。道路横断中の転倒は、大きな交通事故につながります。冬道の危険性や特徴について家庭や地域で話し合う機会をつくるなど、安全な歩行をお願いします。
【鷹栖町交通安全協会】

「広報たかす」 モニター募集中

- 町では、わかりやすく親しみやすい広報活動を進めるため、広報モニターを募集しています。
- 平成19年度に発行されている「広報たかす」および期間中に掲載している「鷹栖町ホームページ」(「広報たかす」だけでも構いません)をご覧ください、ご意見、ご感想を用紙に書いて送っていただきます。モニターになられた方には薄謝を差し上げます。
- ▶ 応募資格
町内在住・在勤の16歳以上の方
 - ▶ 委嘱期間
平成20年3月31日まで
 - ▶ モニター内容
12月と3月に400字程度でご感想を書いて提出していただきます
 - ▶ 募集人員 10人
 - ▶ 募集締切 11月30日(金)
 - ▶ 申し込み・お問い合わせ
企画課企画広報担当

「サイクルして クリスマスの飾りを作ろう」

- 国際交流アシスタントのセーラさんと一緒に、楽しくかわいい3つのクリスマスの飾りを作ってみませんか。
- ▶ 日時
12月6日(木) 午前10時～12時
 - ▶ 場所
サンホールはびねす2階(ふれあいの部屋)
 - ▶ 持ち物
端切れ(10cm×30cm程度)、ふた付の空瓶(1本)、ボタン3つ、使用済みの電球、コルク 用意できない方はこちらで準備いたしますので、お申し込みの際にお知らせください。
 - ▶ 定員 20人(託児サービス有)
 - ▶ 参加料 300円
 - ▶ 申込締切 11月20日(火)
 - ▶ 申し込み・お問い合わせ
企画課企画広報担当
使用済みの電球を探しています。クリスマス飾りとして再利用できる使用済みの電球を探しています。お譲りいただける方はご連絡ください。



いさゝか わいわい カレンダー

11/6	お年寄り送迎日(親睦老人会、松平老人会)	23	勤労感謝の日
7	乳幼児健診、ブックスタート、老人大学	24	花りんごグループ直売(花かいどう)
8		25	第12回全町ミニバレーボール大会
9		26	
10	スポチャンピック、たかよう祭、花りんごグループ直売(花かいどう)	27	
11	鷹栖保育園お遊戯会	28	機能維持モデル事業、心配ごと相談
12	子宮がん・乳がん抱き合わせ検診	29	
13	お年寄り送迎日(北斗老人会、長寿老人会)	30	鷹栖地区町づくり懇談会(19:00～鷹栖地区公民館)固定資産税・都市計画税第4期納期限、BCG(13:30～14:00浅井医院)、糖尿病教室
14	機能維持モデル事業、心配ごと相談	12/1	北斗地区町づくり懇談会(19:00～北斗地区公民館)花りんごグループ直売(花かいどう)
15	こころの健康相談(9:30～11:00サンホールはびねす 予約制)	2	
16		3	
17	ソフトボール連盟納会、子ども自然科学教室、花りんごグループ直売(花かいどう)	4	年末調整等事務説明会(プラザ・クロス10)お年寄り送迎日(親睦老人会、松平老人会)
18	北野保育園お遊戯会	5	老人大学
19	子宮がん・乳がん抱き合わせ検診、がんセンター健診	6	
20	お年寄り送迎日(北成老人会)	7	
21	老人大学	8	北成地区町づくり懇談会(18:30～北成地区公民館)、花りんごグループ直売(花かいどう)
22	健康づくり推進研修会(13:00～16:30サンホールはびねす)	9	

【10月25日現在】 人の動き

()内は前月比

人口	7,625人(-2)
男	3,616人(-3)
女	4,009人(+1)
世帯数	2,964戸(-12)

10月中救急出動状況

急病	10件(10人)
一般負傷	1件(1人)
交通	2件(2人)
その他	1件(1人)
10月合計	14件(14人)
累計	182件(178人)

()内は搬送人員

今年の交通事故状況

鷹栖町	発生件数	人身 10件 物損 55件
	死者	0人
	傷者	16人
道内での死者		238人

表紙の写真...10月14日にハロウィーンフェスが行われ、参加者はカボチャをくりぬきジャック・オー・ランタンを作り、スイカ割りにも似たピニャータ(小写真)を楽しみました。作品は役場前に飾られ、暗闇の中で暖かな光を放ちました。