

これからの家庭教育



「援助交際」などの言葉にはだまされない

「援助交際」という名の売買春が増えてきています。売春をブランド品の購入などのためのこづかい稼ぎだと割り切る考え方には、毅然として「いけない」と言わなければいけません。

また、行動の背後には、心の問題もあると言われるます。学校や家庭に居場所を見つけれない寂しさなどの内面のストレスや葛藤に目を向けていくことも大切です。

子どもに愛情と関心を持ち、話しを聞きましょう。その際、「援助交際」は売買春であり違法であること、薬物や暴力団などの犯罪に巻き込まれる危険があること、望まない妊娠や性感染症を招くおそれがあること、将来の人生の心の重荷になること、などに気づくように働きかけましょう。

「援助交際」をさせない

(文部科学省発行 家庭教育手帳小学生(高学年)～中学生編抜粋)

健康メモ

「お酒は「百薬の長」って本当??」

今の時期は、歓送迎会、花見など何かとお酒の席が多くなりますが、お酒は本当に「百薬の長」なのでしょうか？



【お酒の影響って?】

アルコールは体にとつては毒物なので、早く無害なものに変えようと肝臓ではアルコールを最優先で処理しますが、1時間間に7gしか処理できません。一緒に食べた物は処理できず血液中に出て、アルコールが処理されるまで待っています。そのため脂質体内では中性脂肪に変わる(多く含むおつまみ・肉・魚・油等)を食べると、**中性脂肪が高くなりやすくなります。**

アルコールは肝臓の再生能力を弱くするので、休肝日を作り肝臓を休ませなければ、**脂肪肝や肝硬変**などになる可能性が高まります。

アルコールは尿酸の排泄を抑えるので、**尿酸**が

身体にたまりやすくなり**痛風**の原因となります。

アルコールは太らないと言われますが、実際は**エネルギーが1g5キロカロリー**あり、余ると**脂肪**として溜まります。

さらに、お酒の種類によつては**糖分**が多いものもあるのです。いくら食事に気をつけていても**カロリー**や**糖分の摂りすぎ**になることがあります。

1日の**純アルコールの適量**は20g、**糖分の適量**は20g、**糖**尿病や**予備群**の方は10gまでです。ご自分の**摂取量**を下の式で計算してみましよう。



【未成年者・妊婦は?】

未成年者は肝臓のアルコール処理能力も未熟なので、少量のアルコールでも大きな影響があります。妊婦のアルコール摂取も胎盤を通じて胎児に大きな影響を与えるので、**妊婦の飲酒は厳禁**です。

少量のお酒は悪玉コレ

ステロールを減らしたり、ストレスの解消など良い効果も。上手にお酒を楽しみましょう

純アルコール量チェック!

種類	1日に飲む量	アルコール度数	純アルコール量
ビール	ml	×0.05×0.8=	g
日本酒	ml	×0.15×0.8=	g
ワイン	ml	×0.12×0.8=	g
チューハイ	ml	×0.08×0.8=	g
果実酒	ml	×0.13×0.8=	g
焼酎(25度)	ml	×0.25×0.8=	g
ウイスキー	ml	×0.40×0.8=	g

糖分量チェック!

種類	1日に飲む量	100ml中の糖分量	糖分量
ビール	ml	×0.03=	g
日本酒	ml	×0.05=	g
ワイン	ml	×0.02=	g
チューハイ	ml	×0.03=	g
果実酒	ml	×0.21=	g

焼酎・ウイスキーは糖分は含まれていません。

保健師 佐武 絵理

=一時保育について=

常設保育所において一時保育を行っています。利用を希望される方は、利用する3日前までに保健福祉センター(32-2000)か、常設保育所(32-2242)にお申し込みください。

保護者が次のようなときに利用できます。

仕事や職業訓練、就労などにより、断続的に保育が必要なとき
傷病、入院、災害、事故、出産、看護、介護、冠婚葬祭などにより
保育が必要なとき

育児に伴う心理的・身体的負担を解消するために保育が必要なとき

対象児童 満1歳から小学校就学前の集団保育が可能な児童

保育児童 1日おおむね3名まで

利用できる日 月曜日から土曜日まで

(祝祭日・年末年始など、保育所の休所日をのぞきます。)

保育時間 午前8時～午後4時まで

利用料金 ・3歳未満 2,200円/日 ・3歳以上 2,000円/日

申請に必要なもの ・印鑑 ・母子手帳(初めて利用するときのみ)

その他 ・利用は1日単位です。半日・時間単位は実施していません。

・緊急の場合には、口頭でも受け付けます。



=農家のみなさまへ=

都市女性農村生活体験実習生を受け入れてみませんか?

定住促進対策の一環として平成2年から実施している本事業ですが、近年受入れ農家が減少傾向にあります。

実習生に來られる方には農村生活体験をとおして地域のイベント等で町民の方々とのふれあい・交流を大切にいただき、ひとりでも多くの実習生が農業を基幹とする和寒町を理解し、将来はこの町に住んでいただきたく、これまで71名の方が来町され、その内15名が引き続き本町に在住を希望され、うち11名が地元の青年と縁があって結婚されております。

毎年実習生も真剣に農業体験に取り組んでいます。



実習生の待遇等

実習生は、OL等の方で農業経験が無い人や経験の少ない人が主になるので、充分配慮した中で体験をさせて下さい。

実習時間は、原則として午前8時から午後5時までの間をお願いします。

実習手当は、1日1,000円を負担願います。

実習生の送迎は、実習時間を配慮し受入農家で対応してください。

実習期間は6月から10月末までの5ヶ月間です。

受入れは月に1週間でも結構です。



詳しくは農業委員会事務局(32-2421)までお問い合わせ下さい。

士別警察署からのお知らせ

北海道洞爺湖サミット警備に向けてのお願い

～ テロの未然防止のため不審情報の通報を! ～

「北海道洞爺湖サミット」が7月7日から9日まで開催されます。

地域の防犯対策として、

帽子、サングラス、マスク等で不自然に顔を隠し、うろついている。

見慣れない車が長時間、無人で駐車したり、不自然な状態で人待ちしている。

などの不審な人や車を見かけたときは、

・人相 ・服装 ・車のナンバーや色 ・立ち去った方向

など確認できた内容を直ちに110番通報してください。

また、農繁期を迎えますので、農家の方等は農薬等の管理の徹底をお願いします。

春の全国交通安全運動の実施 ～よくみよう くるまとしてんしゃ しんごうき～

4月6日から15日迄の10日間実施されます。実施の重点は次のとおりです。

・子どもと高齢者の交通事故防止 ・速度上昇期に伴うスピードの出し過ぎ防止

・自転車の安全利用の促進 ・二輪車の交通事故防止

・後部座席を含むシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。1人1人が交通ルールを守り、交通マナーを実践して、交通事故に遭わない、起こさないよう注意しましょう。

新学期が始まり、学校や幼稚園に初めて通うお子さんも歩いています。保護者の方は、日常生活の中でお手本を示し、交通ルールをしっかりと教えましょう。

最近、自宅周辺で事故に遭う高齢者の方が増えています。通り慣れた道路でも油断せず、しっかり安全を確認しましょう。



第14回読書感想文コンクール

応募総数296点の中から下記の方たちが優秀賞に選ばれました。

小学校1年生の部(応募数26点)

優秀賞 沼田 美空 「パンピ」を読んで

小学校2年生の部(応募数26点)

優秀賞 後藤 華 「ぐりとぐらの大そうじ」
を読んで

小学校3年生の部(応募数41点)

優秀賞 牧 和佳奈 「ふき」を読んで

小学校4年生の部(応募数24点)

優秀賞 高瀬 弘大 「笑顔で生きんしゃい!!」
を読んで

小学校5年生の部(応募数24点)

優秀賞 岡 ななみ 「ハッピーバースデー」
を読んで

小学校6年生の部(応募数35点)

優秀賞 松村 真由 「モーツァルト」を読んで

中学生の部(応募数84点)

優秀賞 田中 友世 「疾走」を読んで

高校生の部(応募数36点)

優秀賞 西嶋 美雪 「人斬り以蔵」を読んで

図書館



新着本のご案内

〔一般書〕

フランケット・キャッツ
(重松清) 一つ覚えて三つ
忘れる中高年(綾小路きみま
ろ) 夜を守る(石田衣良)
羊の貝伊集院静(福袋角
田光代) 魔界の塔(山田悠
介) くじら日和(山本一力)
猫と針(恩田陸) 乳と卵
(川上未映子) 群青に沈め
(熊谷達也) ビールボーイ
ズ(竹内真) 静かな爆弾吉
田修一) 婚約のあとで(阿
川佐和子) 深泥丘奇談(綾
辻行人) 岩倉具視(永井路
子) ワンス・アポン・ア・タ
イム・イン・東京 上下(楡周
平) 日月めぐる(諸田玲子)
ジバク(山田宗樹) もも
この21世紀日記N07
(さくらももこ) いつから
中年(酒井順子) 心霊探
偵八雲(神永学) 手づ
くりの味噌・燻製を染しむ
(成美堂出版編集部) 赤ち
やん・子どものお祝いごと
(成美堂出版編集部) 地球
温暖化は止まらない! S
レッドシンガー)

〔児童書〕
いたずらぎつね(中川李
枝子) リリー・モラハンの

— 話題の本 —
『乳と卵』
(川上未映子/作)
姉の卷子とその娘・緑子が大阪からや
ってきた。39歳の姉は豊胸手術を目論
んでいる。姪は言葉を発しない。そし
て3人の不可思議な夏の3日間が過
ぎてゆく...。
第138回芥川賞受賞作品

〔寄贈のお礼〕
近藤 雅之 様(西町)
丹野 千鶴子 様(三笠)
飯田 真裕美 様(三笠)

毎週土曜日
14:00~
おはなしかい開催

図書館のホームページは <http://db.net-bibai.co.jp/wassamu/> アクセスしてみてね!!

◆自衛官募集◆

種 目	一般・技術幹部候補生	歯科幹部候補生	薬剤幹部候補生
応募資格	22歳以上26歳未満の者(大学院修士学位取得者は28歳未満) 専門の大卒者(卒業見込含)で20歳以上30歳未満 専門の大卒者(卒業見込含)で20歳以上26歳未満		
募集期間	平成20年4月1日~5月12日		
試験日	平成20年5月17日(土)		
問い合わせ	自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所 0165-42-3921		



お電話お待ちしております!

受験の有無に関わらず、説明のみの対応もします。
受験申し込みは役場総務課でも対応いたします。

和寒中学校
和寒高校
スキー部

ジュニアオリンピック出場!!

国内のトップクラスの中高生が集まり世界の舞台でも通用する選手を育成することを目的に継続して開催されている「JOCジュニアオリンピックカップ2008全日本ジュニアスキー選手権大会」が新潟県で行われ、和寒中学校の生徒3名・和寒高校の生徒5名が出場しました。白熱した雪上の戦いの結果は以下の通りです。

【高校生男子】クラシカル・フリー共に10k)

吉田 悠真(2年) クラシカル 68位
フリー 9位

【高校生女子】クラシカル・フリー共に5k)

荒井 友希(2年) クラシカル 18位
フリー 18位

武蔵 優衣(2年) クラシカル 50位

川上 友里(2年) クラシカル 57位

フリー 48位

岩村 優(2年) クラシカル 63位

フリー 57位

【中学生男子】クラシカル・フリー共に10k)

内田 伸明(2年) クラシカル 22位
フリー 21位

【中学生女子】クラシカル・フリー共に5k)

山石友加里(3年) クラシカル 7位
フリー 28位

山口 清美(2年) クラシカル 22位

フリー 49位

第50回 町民スキー大会結果

3月1日(土)、東山スキー場で第50回町民スキー大会が行われました。この日は小雪まじりの天気となりましたが、今年からオープン競技となったスノーボード競技をふくめ延べ84名の参加がありスピードを競いました。



距離競技		1	2	3
幼児組男子・女子		山石 大介	村岡 来玖	酒井 里緒
小学1・2年	男子	十川 涼矢	山口 裕輝	
	女子	辻 あすか		
小学3・4年	男子	鬼頭壮一郎	高瀬 弘大	
	女子	酒井 結衣	山石沙也加	鈴木 志穂
小学5・6年	男子	村岡 快斗	川島 和平	丹 翔吾
	女子	松村 真由	山口 美幸	鈴木 結衣

大回転競技		1	2	3
幼児組男子・女子		山石 大介	外山 睦子	兵藤 茅乃
小学1・2年	男子	須賀 大志	山口 裕輝	兼丸 拳哉
	女子	村岡 董	南 なぎさ	須藤 彩奈
小学3・4年	男子	前鼻 舶斗	菊地 啓太	高橋 志稀
	女子	山石沙也加	米澤 早紀	南 香那
小学5・6年	男子	金谷 光真	渡邊 一宝	沼田 凌良
	女子	山口 美幸	南 まど香	高原恵梨子
高校以上一般男子・女子		山石 和子	藤井 誠	

滑降競技		1	2
幼児組男子・女子		村岡 来玖	鬼頭くるみ
小学1・2年	男子	井戸川龍也	中谷 勇志
	女子	鈴木 志穂	井川 愁
小学3・4年	男子	鬼頭壮一郎	
	女子	鈴木 志穂	井川 愁
小学5・6年	男子	佐々木彰斗	丹 颯人
	女子	松村 真由	鈴木 結衣

和寒東山 ジャイアントスラローム大会

2月16日和寒東山スキー場において、第8回和寒東山ジャイアントスラローム大会が開催されました。この日は、一般までの約220名の選手によって好タイムが続々と記録されました。和寒町で入賞された選手の方々は次のとおりです。

幼児男子組	優勝	澤渡 史貴
小学3・4年女子組	6位	山石沙也加
小学3・4年男子組	5位	澤渡 巧喜
小学5・6年男子組	優勝	佐々木彰斗
中学女子組	4位	堂前 結花
	6位	高橋 雅子

入賞は6位まで
(小学3・4年男子組は10位まで)

全道ジュニアアルペン和寒大会

3月16日和寒東山スキー場において、第27回全道ジュニアアルペンスキー和寒大会が開催されました。この日は春を思わせるような陽気で、参加した小学生・幼児約200名はシーズン最終盤の滑りを披露していました。和寒町で入賞された選手の方々はこのとおりです。

幼児男子組	優勝	澤渡 史貴
	6位	山石 大介
小学3年男子組	優勝	澤渡 巧喜
	6位	前鼻 舶斗
小学6年男子組	優勝	佐々木彰斗
	4位	金谷 光真

入賞は6位までです

和寒東山スキー場は3月20日をもって今シーズンの営業を終了しました。
多くのスキヤーの皆さん ご来場ありがとうございました。