



自然の恵み野 わっさむ町

わっさむ



10月10日パンプキンフェスティバル カボチャ何個持てるかな？

景観に配慮した美しいまちづくり事業	2
新規就農・就業者に奨励金 他	3
各種委員任命 他	4
わっさむ担い隊活動報告、地上デジタル放送について 他	5
人事行政の運営等の状況の公表	6～7
年金あれこれ、これからの家庭教育 他	8
図書館へいこう、健康メモ	9
カメラアイ	10～11

2010
(平成22年)

11

No. 672

和寒町の景観に配慮した

美しいまちづくり事業

「美しいまちづくり事業」では、「景観の美しさ」を中心にした団体や自治会等で行っている清掃活動や環境美化の活動を、広報誌等で紹介し、町民主体の環境美化活動を推進しています。

先月号に続き今回は、3団体の環境美化活動についてご報告いたします。

和寒小学校・中学校

【小中連携ボランティア】

小中連携ボランティアは、9月2日(木)和寒小学校グラウンドに集合して行われました。このボランティ



小中連携ボランティアの様子

ア事業をとおしてボランティア精神の向上と児童生徒の交流で協調性や思いやりの心を育てる事などを目的として、今年で4回目を迎えました。

開会式のあと小学生167名と中学生81名が16のグループに分かれて、和寒駅や国道、公共施設等にポイ捨てされた、たばこの吸い殻や空き缶などをていねいに拾い集め、ボランティア精神を養っていました。

【作業を終えて一言】

和寒小学校 鷹合教頭より

町を回って掃除をすると街の様子がいっつもと違うように見えました。これからも町を汚さないよう活動していきたいと考えます。

西町もみじ会老人クラブ

【もみじ集会所周辺清掃】

平成13年度に西町もみじ会老人クラブを設立して、現在54名の会員となつていきます。

設立当初から現在までもみじ集会所の清掃と周辺のごみ拾いを毎年4月と9月に実施しています。

もみじ集会所周辺の植木の剪定は重労働ではありますが、会員が自治会のお役に立てればと毎年行っています。

【作業を終えて一言】

会長 御囲さんより

自治会のかたがたをはじめ多くのかたから好評を受け、大変うれしく思っています。来年以降も続けていきます。



もみじ集会所清掃作業

若草自治会ふれあいクラブ

【若草自治会館清掃活動】

若草ふれあいクラブは、平成20年度の自治会移行から組織されています。

現在23名の会員となつています。主な事業は会館とその周辺の清掃

活動、町民大運動会の参加者の贈り、夏祭りの実施、区域内の清掃活動を中心に活動しています。

【作業を終えて一言】

自治会長 佐々木さんより

来年以降も皆さんに喜んでもらえるよう自治会館の清掃と周辺清掃を継続していきます。



若草自治会館清掃作業

環境美化活動の情報がありましたら、住民課環境衛生係(電話32422)までご連絡ください。

新規就農・就業者に奨励金

本町では、担い手の確保・育成を目的として、新規に就業し一年を経過されたかたを対象に奨励金を交付しています。本年度は、新規開業者1名、商工業後継者1名、農業後継者6名の計8名に9月28日、伊藤町長から奨励金が手渡されました。

三笠で飲食店を営む相馬宏行さんは「これからも地場産食材にこだわり、がんばっていきたい」農業後継者の石田剛さんは「就農して一年たちますが、まだわからないことだらけです。早く父や母に追いつけるように努力します」などと抱負を語っていました。

交付されたかたは下記のとおりです。



後列 深海さん、高瀬さん(代理)、町長、石田さん、関さん

前列 相馬さん、竹内さん、大浦さん、小林さん

商工業	高瀬 彰さん (南町 尙三徳)
	相馬 宏行さん (三笠 れすとらん四季)
農業	小林 大さん (三笠) 竹内 善隆さん (松岡)
	石田 剛さん (中和) 関 敦志さん (三笠)
	深海健太郎さん (北原) 大浦 伸也さん (大成)

第15回町民スポーツチャレンジデー・第39回町民ロードレース大会

10月3日(日)、総合体育館及び総合運動広場周辺で、第15回町民スポーツチャレンジデー 兼 第39回町民ロードレース大会が開催されました。

ロードレースの参加者はさわやかな汗を流し、総合体育館内では、ペタンク、スカットボール、トランポリンなど、日頃体験できない軽スポーツを楽しみました。

また、昨年度から引き続き開催している、4種目の記録にチャレンジする「第2回スポチャレ チャンピオンシップIN わっさむ」にも多くの参加者が記録更新に向けチャレンジしていました。

片栗庵において行われたお茶会では、多くのかたの参加をいただき、和やかな雰囲気の中、秋の一日を満喫しました。

ロードレース大会及び「スポチャレ チャンピオンシップIN わっさむ」の成績は以下のとおりです。

39回町民ロードレース大会結果

		1位	2位	3位
親子組 (上段・子 下段・親)		山住 栞汰	山中尚太郎	鈴木 はる
		山住 克巳	山中裕己子	鈴木健一郎
小学1・2年	男子	鈴木 真心	山住 翔斗	前鼻 弥優
	女子	前鼻 杏実	精進 茅乃	酒井 里緒
小学3・4年	男子	郷 佳玖	村上 伊吹	山中 駿吾
	女子	小島 詩織	松村 美緒	辻 あすか
小学5・6年	男子	十川 涼矢	前鼻 船斗	加藤 貴久
	女子	金谷 羽純	後藤 華	高原 未来
中学生	男子	村岡 快斗	森山 翔吾	-
	女子	酒井 結衣	-	-



スポチャレチャンピオンシップINわっさむ 現在の最高記録

年代	種目	立ち幅とび		フラフープ回し		なわとび		インディアカ投げ	
		氏名	記録	氏名	記録	氏名	記録	氏名	記録
幼児		丹野 亜蘭	1m32cm	丹野 亜蘭	07秒70	-	-	丹野 亜蘭	4m32cm
小学1～3年男子		池澤 功太	1m62cm	梅本虎之介	12分45秒00	池澤 功太	168回	山中 駿吾	16m21cm
小学1～3年女子		小島 詩織	1m70cm	酒井 里緒	3分58秒00	小島 詩織	249回	瀬川 結貴	10m37cm
小学4～6年男子		吉田 静槻	2m20cm	吉田 静槻	42秒33	吉田 静槻	267回	吉田 静槻	28m50cm
小学4～6年女子		後藤 華	1m80cm	辻 あすか	15分07秒00	小島 詩織	284回	菊地 美咲	18m58cm
中学男子		福井 崇久	2m34cm	-	-	福井 崇久	241回	福井 崇久	21m40cm
一般20代(男)		沼田 健祐	2m55cm	-	-	渡邊道太郎	321回	沼田 健祐	23m32cm
一般20代(女)		-	-	-	-	西本 桂子	280回	-	-
30代～40代(男)		鈴木健一郎	2m47cm	-	-	鬼頭 智	292回	村岡 裕一	23m80cm

網掛けは新記録で、その他は昨年までの記録です。

農業委員に青塚一雄さん選任

永年にわたり農業委員としてご活躍されておりました鷺見唯男さんがてしおがわ土地改良区の役員改選により退任され、後任として、青塚一雄さんを新たに9月27日付で農業委員に選任する辞令が伊藤町長から交付されました。

農業委員は、選挙委員9名、選任委員5名、計14名で構成され、青塚さんは、てしおがわ土地改良区推薦の選任委員となります。

任期は、平成22年9月27日から平成23年7月19日までです。



青塚一雄さん

固定資産評価審査委員会委員に佐藤孝一さん再任

佐藤孝一さんは、第3回定例町議会(9月17日開催)において議会の同意を得て、伊藤町長から10月1日付で固定資産評価審査委員会委員に任命されました。

任期は、平成22年10月1日から平成25年9月30日までです。



佐藤孝一さん

人権擁護委員に打田幸江さん

平成10年8月から、人権擁護思想の普及啓蒙や私たち住民の人権問題に関する相談業務にご努力をいただいできました、吉田恵美子さん(西町)が9月30日をもって人権擁護委員を勇退されました。12年の長期にわたるご苦労に感謝を申し上げます。

後任として、10月1日付で打田幸江さん(三笠 電話32-2982)が委嘱されました。

人権擁護委員は、町長が推薦し、議会の同意を得て法務大臣から委嘱されます。



打田幸江さん

特設人権心配ごと相談所を開設します。

相談日程

- 1.相談実施日：12月7日(火)
- 2.相談時間：午前10時から午後3時まで(5時間)
- 3.相談場所：保健福祉センター 1階「相談室」

人権擁護委員

荒瀬 龍 男 和寒町字西町196番地 電話32-4504

打田 幸 江 和寒町字三笠 5番地 電話32-2982

相談は無料で、秘密は固く守られます。

人権の侵害など悩みごとがありましたら、お気軽にご相談ください。

詳しくは、保健福祉課福祉係(電話32-2000)

町職員人事異動

～ 10月1日付採用 よろしくお願ひします ～

やま した あおい
山 下 葵【保健福祉課介護支援専門員】

10月から職員として勤めさせていただくことになりました。初めて道北に住む事になり厳しい冬をとて心配していますが、寒さに負けないようこれからも初心を忘れず頑張っていりますのでよろしくお願ひいたします。



わっさむ担い隊活動報告

「わっさむ担い隊」は、町の新たな担い手として地域の住民とともに地域活性化に取り組み、町の発展に貢献することを目的に今年8月から2名を委嘱し活動をはじめています。

今回は中野利樹さんが活動について報告します。



中野 利樹

東京から和寒に移り住んで約2ヶ月が過ぎました。周りの人たちに支えてもらいながら、少しずつですが和寒での生活にも慣れてきました。

同時に和寒町の良いところや抱えている問題も見えてきたと思います。

わっさむ担い隊としての活動についてですが、9月以降は高齢者住宅の見回りや図書館での手伝い、町有林のつる切り、農家さんでの研修、農業活性化センターでの研修、道路清掃など行いました。うれしいことに活動を通して町民のかたがたとのつながりも広がってきました。



環境美化活動の様子

また、和寒町への移住を考えている人向けの情報をもっと充実させるために、和寒に移り住んできた方に直接お話を伺って町のホームページを更新する作業も進めています。

活動を始めて2ヶ月が過ぎましたが、わっさむ担い隊はまだまだ町民のかたがたに知られていないように感じているので、活動報告の壁新聞を現在作成しています。道北日報で活動報告の連載もスタートする予定ですので、そちらもぜひご覧ください。日々の活動はインターネットでも発信しています

(<http://wassamuninaitai.wordpress.com>)。

今後はいい意味で町に慣れすぎないようにし、よそ者目線で和寒のいいところを引き出せるよう活動していきたいと思います。

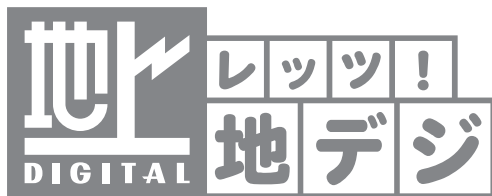
『地上デジタル放送』受信説明会・相談会開催のお知らせ

いまのアナログテレビ放送は、2011年7月24日までに終了し、地上デジタル放送に完全移行します。それまでの間に、アナログテレビ放送を視聴している方は、地上デジタル放送への受信準備が必要になります。準備にあたり、「地デジを見るにはどうすればよいか」「アンテナは、いまのままでよいのか」など、地上デジタル放送に関してわからないこと、お困りのこと、どんなことでもご相談ください。

テレビ受信者支援センター担当者によります、地デジ説明会と受信相談会（いずれも無料）を下記の日程で開催します。

ぜひ、お気軽にお越しください。

区分	日 時	会 場
説明会	11月24日(水) 午前10時～午前11時	町民センター 子供会室
	11月25日(木) 午前10時～午前11時	
相談会	11月24日(水) 午前11時～午後5時	
	11月25日(木) 午前11時～午後5時	



詳しくは総務課まちづくり推進係（32-2421）までご連絡ください。

工事着工の状況

場所	工 事 名	施 行 内 容	金 額 (円)	完成期限	施行業者
日ノ出	中学校教員住宅(旧和高)改修工事	校長住宅・教頭住宅内部改修工事	3,958,500	11月12日	(株) 浜田組
西和	和寒西和デジタルテレビ中継局整備工事	デジタルテレビ中継局送信設備整備一式	3,885,000	11月12日	電気興業(株) 北海道支店
三和 松岡	不用老朽建物除却工事	旧三和小教員住宅(S48)107.91㎡ 松岡中教員住宅(S48)58.86㎡	2,247,000	12月3日	(株) コンドー産興

和寒町人事行政の 運営等の状況を公表します

趣 旨

地方公務員法第58条の2の規定に基づき、和寒町で平成18年3月に「和寒町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」を制定しました。

人事行政の運営等の状況の公表は、この条例に基づき、職員の給与や職員数、勤務条件等を町民の皆さんに公表することにより、人事行政運営の公正性と透明性を高めることを目的としています。

1 職員の任命及び職員数に関する状況

(1) 職員の採用及び退職の状況

区分	平成20年度 職員数	平成20年度 退職者数	平成21年度 採用者数	平成21年度末 職員数
一般職	112	3	0	109
技能労務職	0	0	0	0
合計	112	3	0	109

2 職員の給与の状況

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳 ネットワーク人口 (21年度末)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 B / A	(参考) 20年度の 人件費率
21年度	3,968人	4,420,282千円	76,281千円	538,712千円	12.19%	12.45%

(2) 職員の採用及び退職の状況

(各年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年 増減数	主な増減理由
		平成20年	平成21年		
一般行政部門	議会	2	2		
	総務	14	13	1	財務会計システム導入による会計職員減のため
	税務	4	4		
	農林水産	10	10		
	商工	2	2		
	土木	7	6	1	業務量の効率化による
	小計	39	37	2	
福祉関係	民生	10	10		
	衛生	10	10		
	小計	20	20		
	一般行政部門計	59	57	2	
	教育	9	10	1	社会教育事業の充実を図るため
	小計	9	10	1	
公営企業会計	病院	23	22	1	退職者不補充のため
	水道	1	1		
	下水道	1	1		
	その他	19	18	1	異動のため
	小計	44	42	2	
	合計	112	109	3	

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数	給与費				一人当たり 給与費 B / A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計	
21年度	69人	265,376千円	41,029千円	107,991千円	414,396千円	5,707千円

- (注) 1 職員手当には退職手当を含まない。
2 給与費は当初予算に計上された額である。

3 職員の平均給与月額、初任給等の状況

(1) 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況（平成22年4月1日現在）
一般行政職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
和寒町	40.8歳	308,200円	368,400円
			337,600円
国	41.5歳	325,521円	391,770円
類似団体	43.1歳	318,681円	357,062円
			349,212円

- 「平均給料月額」とは、平成22年4月1日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均である。
- 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、調整手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の額を合計したものである。このうち、上段はこれら全ての諸手当込みのものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものである。また、下段は国家公務員の平均給与月額には時間外勤務手当、特殊勤務手当等の手当が含まれていないことから、比較のため国家公務員と同じベースで再計算したものである。
- 国及び類似団体は平成21年4月1日現在

(3) 定員適正化計画の数値目標及び進捗状況
定員適正化目標

計画期間		数値目標
始期	終期	
平成17年4月1日	平成22年4月1日	13名削減 8.5%

平成22年4月1日現在における定員の数値目標

126名（平成17年4月1日）から13名削減し113名とする



(7) 広報わっさむ 平成22年11月号

(2)職員の初任給の状況 (平成22年4月1日現在)

区分	和寒町		国
	初任給	2年後の給料	初任給
一般行政職	大学卒	172,200円	172,200円
	高校卒	140,100円	140,100円

(4)その他の手当 (平成21年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価	国の制度との異同	国の制度と異なる内容	支給実績 (21年度決算)	支給職員1人当たり平均支給年額 (21年度決算)
扶養手当	配偶者 月額13,000円 配偶者以外の扶養親族 月額6,500円 16~22歳までの扶養親族 月額5,000円/人 加算	同		7,072千円	208,000円
住居手当	持ち家 月額6,000円 借家 家賃に応じて月額限度額27,000円	異	持ち家手当なし 借家 家賃に応じて限度額27,000円	4,929千円	93,000円
通勤手当	キロ数に応じて月額2,000円~24,500円	同		432千円	108,000円
管理職手当	管理職=課長・課長補佐職 月額30,000円 課長補佐職月額20,000円	異	管理又は監督の地位にある職員の官職のうち、規則で指定する官職を占める職員に対し支給 一種 給料月額の25% 二種 給料月額の20% 三種 給料月額の16% 四種 給料月額の12% 五種 給料月額の10% 本省庁課長補佐 給料月額の8%	5,631千円	296,400円

(3)職員の経験年数別・学歴別平均給料月額状況 (平成22年4月1日現在)

区分	経験年数			
	10年以上15年未満	15年以上20年未満	20年以上25年未満	
一般行政職	大学卒	267,700円	358,700円	376,500円
	高校卒	219,600円	266,000円	321,400円

4 一般行政職の級別職員数等の状況

(1)一般行政職の級別職員数の状況 (平成22年4月1日現在)

区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1級	定型的な業務を行う職務	8人	13.3%
2級	相当高度の知識又は経験を必要とする業務を行う職務	8人	13.3%
3級	特に高度の知識又は経験を必要とする業務を行う職務、係長等の職務	15人	25.0%
4級	困難な業務を処理する係長等の職務 課長補佐等の職務	14人	23.4%
5級	困難な業務を処理する課長補佐等の職務、課長等の職務	9人	15.0%
6級	困難な業務を処理する課長等の職務	6人	10.0%

- (注)1 和寒町の給と規則に基づく給料表の級区分による職員数である。
2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務である。

5. 職員の手当の状況

(1)期末手当・勤勉手当

和寒町		国	
(21年度支給割合) 期末手当 2.75月分 勤勉手当 1.4月分	(21年度支給割合) 期末手当 2.75月分 勤勉手当 1.4月分	(21年度支給割合) 期末手当 2.75月分 勤勉手当 1.4月分	(21年度支給割合) 期末手当 2.75月分 勤勉手当 1.4月分
(加算措置の状況) 役職加算 5~15% 職制上の段階、職務の級等による加算措置	(加算措置の状況) 役職加算 5~20% 管理職加算 10~25% 職制上の段階、職務の級等による加算措置	(加算措置の状況) 役職加算 5~20% 管理職加算 10~25% 職制上の段階、職務の級等による加算措置	(加算措置の状況) 役職加算 5~20% 管理職加算 10~25% 職制上の段階、職務の級等による加算措置

(2)退職手当 (平成22年4月1日現在)

和寒町		国	
(支給率) 自己都合 勤続20年 23.50月分 勤続25年 33.50月分 勤続35年 47.50月分 最高限度額 59.28月分 その他の加算措置 (退職時特別昇給 無し)	勤奨・定年 30.55月分 41.34月分 59.28月分 59.28月分	(支給率) 自己都合 勤続20年 23.50月分 勤続25年 33.50月分 勤続35年 47.50月分 最高限度額 59.28月分 その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 (2~20%加算)	勤奨・定年 30.55月分 41.34月分 59.28月分 59.28月分

(3)時間外勤務手当

支給実績 (21年度決算)	8,276千円
支給職員1人当たり平均支給年額 (21年度決算)	223千円
支給実績 (20年度決算)	6,895千円
支給職員1人当たり平均支給年額 (20年度決算)	156千円

6 特別職の報酬等の状況

(平成22年4月1日現在)

区分	給料月額等	
	(参考)類似団体における最高/最低額	
給料	町長 748,000円	798,000円 / 435,500円
	副町長 594,000円	663,000円 / 427,500円
報酬	議長 246,000円	307,000円 / 150,000円
	副議長 195,000円	251,000円 / 115,000円
	議員 170,000円	228,000円 / 97,000円
期末手当	町長 副町長	(21年度支給割合) 4.10月分
	議長 副議長 議員	(21年度支給割合) 4.10月分
退職手当	町長 副町長	(算定方式) 748,000円 × 5.126 × 在職年数 (支給時期) 任期满后
		594,000円 × 3.234 × 在職年数 任期满后

類似団体についての最高/最低額は平成21年4月1日現在

7 勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)職員の勤務時間

(平成22年4月1日現在)

1週間の勤務時間	勤務時間の割り振り				
	始業	終業	休憩時間	休憩時間	週休日
38時間45分	8時30分	17時15分	12時00分~13時00分	廃止	土曜・日曜

このページに掲載し切れなかったその他の内容については、和寒町のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

年金あれこれ

65歳の国民年金・60歳に特別支給の老齢厚生年金の受給権が発生する方へ事前に「裁定請求書」が送付されます！

年金請求時の相談業務の平準化及び裁定事務の迅速化を図るため、次に該当する方を対象に、日本年金機構から受給権が発生する65歳・60歳に到達する3か月前に「裁定請求書」が送付されます。

また、受給資格が確認できないかたには、60歳に到達する3か月前に「年金に関するお知らせ（ハガキ）」が送付されます。

老齢基礎年金の受給資格を満たしており、65歳から老齢基礎年金、老齢厚生年金の受給権が発生するかた。

老齢基礎年金の受給資格を満たしており、60歳に特別支給の厚生年金の受給権が発生するかた。

65歳到達者で、老齢基礎年金、老齢厚生年金の受給権が発生しているかた。

60歳から64歳の間に特別支給の老齢厚生年金の受給権が発生しているにもかかわらず、年金の請求がされていないかた。

日本年金機構で管理している記録では、老齢基礎年金の受給資格が確認できないかた。

注意 65歳で老齢基礎年金を受給されるかたは、誕生日以降に裁定請求書を戸籍年金係までご持参ください。

保険料納付を忘れずに・・・納めて安心国民年金

これからの家庭教育

～あらためて親子から始めよう！～

親が楽しめば子どもも楽しい

子どもの体力低下を防ぐためには、まず親の意識改革が必要です。親が変わらなければ子どもも変わりません。子どもの今を正しく認識し、子どもと一緒に元気アップに取り組みましょう。

子どもは学校生活などでも運動を行っていますが、お父さん・お母さんと一緒になって体を動かすという事が子どもにとってとても重要です。親子という絶対的な信頼感のなかで、本気でほめられたりしかられたりすることで体も心も成長していくのです。

最近運動不足を感じているお父さん・お母さんも多いと思います。自分達の運動不足解消のためにも、日常生活をリフレッシュするためにも、親子揃って運動を続けるようにしましょう。その時に大切なのは、お父さん・お母さん自身が楽しんで取り組むことです。そうすれば、きっと子どもも楽しく元気になれるはずです。

(元気アップ親子セミナーブック「TOUCH」抜粋)



- 和寒町青少年育成町民会議 -

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集

資格 平成23年4月1日現在 15歳以上17歳未満の男子
身分 特別職国家公務員(生徒) 自衛官ではありません。
居住場所 神奈川県横須賀市御幸浜2-1(武山駐屯地)
高校教育 神奈川県立横浜修悠館高等学校(通信制)に入学し、生徒課程修了時に高等学校の卒業資格を取得することができます。

休日 週休2日制、祝日、年末年始休暇等
手当 生徒手当：月学94,900円 期末手当(ボーナス)：年2回(6月、12月)
待遇 食事・制服類・寝具は、支給又は貸与
受付 平成22年11月1日(月)～平成23年1月7日(金)
(電話連絡等により広報官が対応いたします。)

試験日 平成23年1月22日(土)

問い合わせ先

*自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所 TEL：01654-2-3921

住所 名寄市西1条南9丁目45(公園通り)

受験申し込みは、和寒町役場総務課でも対応いたします。



図書館

★へいごろう!

新着本のご案内

〔一般書〕

業政駆ける(火坂雅志)
 キリン(山田悠介) マリア
 ピートル(伊坂幸太郎) 竜
 が最後に帰る場所(恒川光
 太郎) 西南の嵐(松井今朝
 子) なくしたもののたちの
 国(角田光代) 往復書簡
 (湊かなえ) キッド・ピス
 トルズの醜態(山口雅也) い
 ちにち8ミリの(中島さな
 え) 嘘つき王国の豚姫(岩
 井志麻子) マンチュリア
 ン・リポート(浅田次郎)
 月と蟹(道尾秀介) 烈日
 (今野敏) 背表紙は歌う
 (大崎梢) 仇討ち街道(鳥
 羽亮) 6人の容疑者(上
 下(ヴィカース・スワルー
 プ) ローカルガールズ
 (アリス・ホフマン) 大い
 なる闇(藤原正彦) ジョ
 シカク(黒野伸一) 鳴く
 かウグイス(不知火京介)
 魔所(堀川アサコ) 新懐旧
 国語辞典(出久根達郎) 吉
 祥寺の朝焼けに歌えば本
 所(次郎) サイパンから来
 た列東(棟田博) モリオ
 (荻上直子) ばら色タイム
 カプセル(大沼紀子)

毎週土曜日
 14時00分～
 おはなしかい開催

〔児童書〕

ベストフレンズ(いつまで
 も！) (ジャクリン・ウィル
 ソン) かげスー・ジー・リ
 ー) うさぎがそらをなめ
 まし(黒井建) アデレード
 (トミー・ウンゲラー) は
 れときどきあまのじゃく
 (矢玉四郎) ひぐれのラッ
 パ(安房直子) なみだめネ
 ズミイグナートのぼうけん
 (乙一) かしこいさかなは
 かんがえな(クリス・ウオー
 メル)

一話 題 の 本

『神苦楽島』上・下
 (内田 康夫/著)

秋葉原で若い女性の不審死に
 遭遇した浅見光彦。事件の鍵は
 淡路島に? 拝み屋、民間信仰、牛
 頭天王、新たな死体……。やがて
 呪いは浅見にもふりかかる!

★読み聞かせボランティア募集中。詳しくは図書館までご連絡下さい★

健康メモ

うつ病とは、どんな病気??

うつ病は、誰にでも起こり
 うる病気ですが、長期化して
 仕事や家事ができなくなるな
 ど、生活に支障をきたすこと
 も少なくありません。うつ病
 を悪化させないために、本人
 も周囲も病気について正しく
 理解し、早めに医療機関を受
 診することが大切です。

【うつ病の誘因】

脳の変化やなりやすさ(遺
 伝子)、ももとの性格や考
 え方の傾向、環境(ストレス
 の状態)などが影響している
 と言われています。

脳の変化 意欲や気分を調
 節する「セロトニン」などの
 量が減ることが、要因の一つ
 と考えられます。

性格 まじめで几帳面など
 一人で頑張りすぎる人に多い
 傾向があります。

環境(ストレスの状態)
 喪失体験(親しい人との死
 別、失恋・離婚など) 環境・
 対人関係の変化(異動や退
 職、引越、出産、子ども
 の独立など) 病気や体調の変
 化など



【症状】

こころの症状だけでなく、
 特に初期には身体の症状が現
 れる場合が多くあります。

こころの症状
 悲しい、憂うつ、気分が沈
 む。元気がない。眠れない。
 集中力がない。物事を悪い方
 へ考える。自分を責めるなど

身体
 食欲がない。身体がだるい、
 疲れやすい。胃腸の調子が悪
 い。頭痛がするなど

不眠・食欲低下・意欲低下
 という症状が3つ重なって2
 週間以上続く場合はうつ病の
 可能性が高いので、早めに相
 談を

【治療】



治療には休養が欠かせませ
 ん。ゆっくりと休んだり、ス
 トレスのかからない環境で過
 ぎすことが重要です。

薬物治療
 薬物療法の中心となるのは
 「抗うつ薬」です。「抗不安
 薬」や「睡眠薬」を併用する
 こともあります。

精神療法(カウンセリング
 など)

【周囲の対応】

ゆっくりと話を聞いてあげること
 が基本。答えを与えるの
 ではない。
 無理に励まさない。



病気であることを認めてあ
 げる(休養と治療への理解)
 環境の調整(発症のきっかけ
 となるストレスを減らす)
 重要なことは先に延ばす
 (結婚、離婚、退職など)
 特に注意したいのは、患者
 さんに自殺願望がある場合で
 す。

自殺の危険性を示すサイン
 がみられたら、周囲のひとは
 そのくらいつらい状況にある
 ことを理解してゆっくりと話
 を聞きましょう。そして、決
 して一人にせず、早めに精神
 科や心療内科を受診させてく
 ださい。

うつ病は治る病気ですが、
 完治までに長い時間を要する
 病気で、再発の可能性も高い
 です。「回復した」と感じて
 からもしばらくは、医師の指
 示を守って薬を使い続けるこ
 とが必要です。

ご相談は保健福祉センター
 保健師まで(電話32 200
 0) (保健師 辻 留美子)

まちのニュース カメラ・アイ ~ 地域のお話をお届けします ~

9/16



和寒小学校全校生徒による人文字撮影

9月16日(木)、和寒小学校改築事業竣工を記念して全校児童による人文字撮影が行われました。この日は、カメラを搭載した飛行船を飛ばし上空から撮影され、全校児童167名でかたどった「和寒」の文字が見事に映し出されました。

和寒小学校は平成20年度に校舎工事、平成21年度に体育館工事、平成22年度に外溝工事が実施され、全ての工事が完了しました。

9/27



新就業者のつどい

9月27日(月)に公民館にて、「新就業者のつどい」が開催されました。

この日は平成21・22年度に新たに町内に就職・就農した10名のかたが集まり、字中和 家具工房たいむ 佐藤順一氏より講演を受け、その後交流会を行いました。参加者達は仕事に対する思いなどを話しながら交流を深めました。

9/27



爽やか笑顔で南丘へ

9月27日(月)体育協会主催の「大人の遠足」が行われました。晴天に恵まれ青空の下、総合体育館を出発し、南丘森林公園目指し歩きました。

冬に行われたウォーキングラリー参加者を中心とした約10名の参加者は約15kmの道のりを、元気いっぱい歩き、自然のなかで心地良い汗を流しました。

9/28



神戸野田高校農業体験事業

9月28日(火)、兵庫県神戸市の野田高校の修学旅行で農業体験事業が行われました。この事業は和寒町グリーンツーリズムネットワーク協議会(代表中原浩一氏)が受入れを行っているもので、この日訪れた生徒は、町内の受け入れ農家のかたのもとで、ミニトマトの収穫やかぼちゃ磨きなどの作業を行い、日頃食べている農産物がどのように作られているか学習を深めていました。

10/2



マスクプレイオペレッタに魅了

10月2日(土)図書館にて劇団バクによるマスクプレイオペレッタ(ぬいぐるみ人形劇)が行われました。

みんなが知っている昔話をたのしい歌と踊りで味付けした劇団バクの「おむすびころりん」上演には、お年寄りから小さな子どもまで約80名が来館し、躍動感のあるマスクプレイオペレッタの世界を楽しんでいました。

正直爺さん、欲張り爺さん、可愛いねずみたち・・・どのキャラクターも全身を使った感情豊かな演出で、子どもも大人もすっかり魅了。「さよなら」が名残惜しいあつという間の1時間でした。



伊藤町長がラジオ出演で和寒町をPR

10月4日(月)札幌市で運営しているコミュニティFM「三角山放送局」で放送されている「三角山タウンボイス・アナタが主役」の番組に伊藤町長がゲスト出演し、和寒町のカボチャなどを紹介しながら「ぜひ和寒町に訪れてほしい」とまちの魅力を伝えました。

三角山放送局は札幌市の西区を主なエリアとして放送を行っているコミュニティFMで、和寒町出身の杉澤洋輝さんが代表を務めています。今後も放送局と協力しながら札幌圏へのPRを検討していきます。



「こころの健康への理解を深める」

10月6日(水)保健福祉センターにて『うつを理解しよう～働きざかりのこころの健康～』をテーマに旭川医科大学医学部 健康科学講座 杉岡良彦医師を招いて健康づくり講演会が開催されました。

講演会では、現代社会で問題となっている「うつ病」について、具体的なアドバイスを受けました。近年増加している心の病気への関心は高く、参加した町民など100人余りは杉岡医師のわかりやすいお話しに、多くの人々が抱えているストレスとこころの健康への理解を深めるなど熱心に耳を傾けていました。



和寒中学校1年生がかぼちゃランタンを展示

10月7日(木)、和寒中学校1年生が作成したかぼちゃのランタンが交流施設ひだまり駐車場に展示されました。今回展示された作品は「第11回かぼちゃランタンコンテスト」に出展するもので、生徒たちの個性あふれるユニークな25個のランタンが施設を訪れる人の目を引きつけていました。また、8日(金)にはロウソクに火が灯され、幻想的な雰囲気醸し出していました。



パンプキンフェスティバル

10月10日(日)、恵み野ホール周辺において第13回パンプキンフェスティバルが開催されました。このイベントは、「かぼちゃの里わっさむ」をPRしようと農業関係団体ばかりではなくいろいろな分野の団体が協力し行われています。会場では、ランタン作り体験、熱気球の搭乗体験や恒例のカボチャつかみ取り、カボチャみこし、新米や農産物の直売も行われるなど、町内外から多くのかたがたが訪れ秋の味覚を楽しみました。



リサイクルまつり

10月16日(土)、リサイクルセンターにおいてクリーンタウンわっさむによる「リサイクルまつり」が開催されました。毎年開催されているこのイベントでは、遊休品の引渡やエコ商品の抽選会、フリーマーケットなどのほか、コーヒーの無料配布なども行われ、約160名の町民のかたがたが訪れました。

感謝

和寒町

「寄贈」

和寒町ライオンズクラブから、子育て支援事業に役立ててくださいと、絵本など18冊を

西村 互さん(清水町)から、学校教育に役立ててくださいと、文房具35点を

芳生苑・健楽苑

「寄附」

池野 孝さん(江別市)から芳生苑に役立ててくださいと5万円を

牧 まつ子さん(福原)から健楽苑に役立ててくださいと5万円を

「寄贈」
「タオル他」

ハロ-ベイベー



る い くん
弓場 琉生

＜H21. 7. 12生まれ＞

三 笠 弓場 明^{さん}・奈津子^{さん}の長男

はじめまして琉生です。僕はボール遊びが大好きな男の子です。今はお父さんから野球を教えてもらって右投げ・左打ちの猛特訓中です。ボールの他に携帯電話やリモコンも投げちゃうから、お母さんにいつも叱られるんだあ。早くお父さんとキャッチボールできるように頑張るゾー!! よろしくね。!(^^)!



ひか り くん
中村 光里

＜H21. 7. 14生まれ＞

西 町 中村 勝^{さん}・美希^{さん}の三男

はじめまして、光里です。僕は最近少しだけ歩けるようになって、いろんな場所に探検に行けるようになったんだよ。棚の物を落として、物を投げるのが面白くて仕方なくて、お母さんを困らせるいたら盛りの僕ですが、どうぞよろしくお願いま〜す。♡

戸籍の窓

◆おめでとう赤ちゃん

赤ちゃん

お父さん
お母さん
住所

川江 優芽^{さん} 峰^{さん}
美穂^{さん} 西 町

◆お悔やみ申し上げます

氏 名 年 齢 住 所

高買アヤ子 ^{さん}	(88歳)	芳生苑
安達サダ子 ^{さん}	(83歳)	芳生苑
玉根 尚美 ^{さん}	(41歳)	南 町
大木 恒雄 ^{さん}	(68歳)	南 町
伊藤 正敏 ^{さん}	(86歳)	三 笠
池野 ミヨ ^{さん}	(89歳)	芳生苑
牧 太郎 ^{さん}	(90歳)	福 原
小野田ミサ ^{さん}	(94歳)	西 町
福本 正市 ^{さん}	(87歳)	西 町
西山 治 ^{さん}	(80歳)	三 笠



人の動き

人 口 3,925人(18人)
・男 1,815人(9人)
・女 2,110人(9人)
世帯数 1,758戸(2戸)
()内は前月対比
出生 1人 死亡 9人
転入 2人 転出 12人
10月1日現在

インターネットでも情報満載!

和寒町ホームページアドレス

<http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/>

和寒町携帯電話サイト

http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/08_mobile/mobile_top.htm

E-MAIL info@town.wassamu.hokkaido.jp