



自然の恵み野 わっさむ町

# わっさむ



5月27日田植え作業 (字川西 三上孝生さんの水田)

農村生活体験事業 3名来町	2～3
和寒小学校、三笠山大学姉妹校提携	4
わっさむ担い隊通信	5
後期高齢者医療制度のお知らせ	6
東日本大震災への支援について、地デジの準備はお済みですか	7
運動会、体育祭	8
佐藤誌穂さん全国高校将棋選手権大会へ、工事着工の状況 他	9
年金あれこれ、これからの家庭教育	10
図書館へいこう	11
健康メモ	12
カメラアイ	12

2011  
(平成23年)

7

No. 680

～ようこそ！自然の恵み野わっさむ町へ～

# 農村生活体験事業

## 実習生3名が来町しました

ようこそ！和寒町へ 今年も「農村生活体験事業」に参加される3名の女性のかたが来町されました。

和寒町担い手推進協議会が平成2年からはじめたこの事業には、これまで23都府県から84名のかたが参加されています。

参加者は、10月末までの約5か月間、農村体験研修施設「ふれ愛の里」で生活をしながら、町内の9戸の受け入れ農家などで農業実習や町内の各種イベントに参加するなどして農村の魅力を体験していきます。

町民の皆さん5ヶ月間どうぞよろしくお願ひいたします。

今回は、和寒町の印象についてなどをそれぞれインタビューしましたのでご紹介します。

◆実習生の皆さんに次のことを伺いました。

**Q1** 和寒町に来て感じたことや印象は何ですか。

杉山亜矢乃

大変のどかでいい所だと思えます。たった100年でここまで開拓したご先祖様に頭が下がる思いです。



杉山亜矢乃さん  
出身地：静岡県  
趣味：園芸・ゴルフ  
・ドラマ鑑賞など

佐伯尚子  
流れる時間がのどかに感じた。あと町民のかたがたがとても優しいと思った。

大迫裕美

都会暮らししかしたことがないので不安がありました。思ったよりもお店があつて安心しました。空が広くて夕日がキレイです。

**Q2** 農業体験をしたいと思つたきっかけは何ですか。

杉山亜矢乃

人間は食べ物が無くては生きていきません。いずれ来る可能性のある食糧難に備えるためにも自力で生産する能力を身に付けたいと考えていたところ、たまたま募集を目にしたため。

佐伯尚子

もともと農業に興味があつて、いつか農業の仕事をしてみたいと思つていました。ここでの生活を今後役

立てることができたらと思つたのがきっかけです。



佐伯尚子さん  
出身地：愛知県  
趣味：散歩・パソコン・読書・旅行など

大迫裕美

野菜が好きで、また小さい頃からものづくりが好きだったので一度野菜づくりに1から携わつてみたいと思つていたのと、北海道に住みたいという思いがあつたので今回応募いたしました。



**Q3** 農業体験で楽しみにしていることは何ですか。

杉山亜矢乃

何よりも自分の関わった野菜が育つていく過程を見ることが出来るのが楽しみです。

佐伯尚子  
自分が育てた野菜が実っていくの  
が見えるところ。新鮮な野菜が食べ  
られるところ。

大迫裕美  
採れたての野菜が食べられること  
をとても楽しみにしています。



大迫裕美さん  
出身地：大阪府  
趣味：ものづくり  
(料理・裁縫など)

Q4  
農業体験で不安なことはあり  
ますか。

杉山亜矢乃  
寧ろ良くしていただきすぎて恐縮  
です。ご心配に及ばぬよう、勤めさ  
せていただきます。

佐伯尚子  
体力に自信がないところ。

大迫裕美  
ありません。

Q5  
農業体験のみならず、北海道  
でやってみたくはないことありま  
すか。

杉山亜矢乃  
機会があれば酪農体験もしてみた  
いです。北海道ならではのおいしい  
ものや、いい所をたくさん見つけて  
みたいと思います。

佐伯尚子  
酪農や観光など、色々やりたいと  
思っています。長期滞在や移住もし  
てみたいです。

大迫裕美  
和寒に住んでいる間に、たくさん  
場所に行きたいと思っています。ぜ  
ひ、おすすめの場所を教えてください。

Q6  
この農業体験をとおしてどの  
ようなことを学びたいです  
か。

杉山亜矢乃  
まず農作業の流れを体に覚えさせ  
ること。また、この町に住む方々の  
生き方を、見せていただき、見習う  
べきところを見習っていきたくと思  
います。

佐伯尚子  
おいしい野菜の作り方や見分け  
方。それと、これから自分に農業が  
出来るのかどうかいろいろな形で学  
んで生きたい。

大迫裕美  
普段食べている野菜がどのように  
作られているのかということや学ん  
でいきたいと思っています。美味し  
い野菜の見分け方なども知りたいと  
思っています。



Q7  
最後に和寒町民の皆さんにメ  
ッセージをどうぞ。

杉山亜矢乃  
私たち実習生を受け入れてくださ  
ったことに感謝いたします。少しで  
も皆様の役に立てるよう頑張ります  
ので、どうぞ宜しくお願いいたしま  
す。

佐伯尚子  
至らない所が多いと思いますが、  
町民の皆さんにとけこめるように頑

張りますのでよろしく願いたし  
ます。

大迫裕美  
とても温かく迎えていただき、あ  
りがとうございます。これから5ヶ  
月間、農業体験やさまざまな行事を  
通して地元では経験できない事をた  
くさん知りたいと思います。どう  
ぞ、よろしく願います。

■受け入れ農家さんから■

今年で実習生を受入れして3年に  
なる字川西藤井勇二さんは、「毎  
年、実習生は一生懸命働いてくれ  
ています。この実習で少しでも農業の  
大変さや辛さ、収穫の喜びなどを知  
ってくればうれしいです。」

そして良  
い人を見つ  
けて和寒町  
に残っても  
らえるとよ  
りうれしい  
です。」と  
話してくれ  
ました。



農村生活体験事業の詳しい内容  
については、和寒町農業委員会  
(32) 2435までお問い合わせ  
ください。

# 和寒小学校 三笠山大学 姉妹校提携！

5月26日(木)和寒小学校体育館において、和寒小学校と、町内の60歳以上が通う三笠山大学(学生71名)の姉妹校提携調印式が行われました。姉妹校提携は、小学校の運動会や学芸会などの行事に高齢者のかたにも参加してもらい、世代間の交流を深め、子どもたちにさまざまな経験や知恵を学んでもらおうというもので、この日は、全校児童162名の前で児童会長の兼丸拳哉君と三笠山大学2年の山口孝司さんが協定書に調印しました。

## 姉妹校提携の目的

小学校～地域の教育資源としての三笠山大学との連携により、子どもに様々な経験や人とのふれあいの場とする。

- ・世代間交流を通して、感謝の心や先達の智恵や年輪に学ぶ。
- ・学舎経験の幅を広げるとともに、人と人とのふれあいの大切さを理解する。

三笠山大学～三笠山大学開校20年を記念し、地域の一員として、次代を担う子どもを守り育てる意識の高揚を図る。

- ・世代間交流を通し、日常生活のメリハリや生きがいをもつ。

**今後は、学校行事や授業参観など、様々な活動に対して  
連携して取り組みを行います。**

## 姉妹校提携に関する合意書の内容

1. 私たちは、年齢の幅を超えた交流を大切に、友好関係を築きます。
1. 私たちは、互いを尊重し、協力して確かな学びを深めます。
1. 私たちは、郷土を愛し、豊かな心とたくましい身体をはぐくみます。



調印式の様子



提携書を交わす

三笠山大学自治会副会長 山口 孝司さん  
和寒小学校児童会会長 兼丸 拳哉くん



花の苗を植えている様子



野菜の種まき作業

■詳しくは教育委員会社会教育係(TEL32-2477)までお問い合わせください。

# わっさむ担い隊通信

【NO.2】

## 〔担い隊(桐生一樹、中野利樹)の活動日誌〕

昨年8月に総務省の地域おこし協力隊事業を活用して、本町で活動している「わっさむ担い隊」2人の活動内容を報告します。

地域おこし協力隊事業は、人口減少や高齢化等の進行が著しい地域において、地域外の人材を積極的に誘致し、その定住・定着を図ることで、地域力の維持・強化を図る取り組みです。

### ワットサム探検隊と三笠山自然公園を散策をしました。

わっさむ担い隊の自主企画事業としてワットサム探検隊の三笠山自然公園散策のプログラムを企画しました。

子どもたちと草花や樹木を眺めながら三笠山を歩いたあとみんなでお弁当を食べ、最後にどんぐりや枝などを使って工作をしました。天候は雨となりましたが、元気いっぱい子どもたちと外で楽しむことができました。

今後もこのような自主企画事業を行うことで幅広く地域のかたがたと交流をしていけたらと思っています。(桐生)



### 夜桜まつりをインターネット中継しました。



第26回わっさむ三笠山夜桜まつりの様子をインターネットで配信しました。大雨の中、外で防寒着を着てジンギスカンを食べている姿は珍しく、たくさんのかたにご視聴いただきました。今後も和寒で開催されるイベントなどの様子を町外に発信していきます。(中野)  
配信内容は以下のWebサイトで録画をご覧ください。  
Ustream 和寒イベントチャンネル  
(<http://www.ustream.tv/channel/wassamu-event>)



### 不法投棄パトロールを行いました。

今年も昨年に引き続き不法投棄パトロールを実施しました。パトロールは林道を中心に行い、今回もパソコンやタイヤ、掃除機などたくさんのゴミを発見し、回収しました。(桐生)



### 酪農体験

福原で酪農体験をさせていただきました。牛のエサを運ぶ作業や、子牛のミルクやり、搾乳作業をさせていただきました。

大きな牛の側で搾乳するのは少し怖かったですが、なかなかできない貴重な体験となりました。(中野)

### ★わっさむ担い隊活動ブログ★

<http://wassamuninaitai.wordpress.com/>

※インターネットのブログで、わっさむ担い隊の活動日誌を日々更新しています。

### ★わっさむ.net★

<http://wassamu.net>

※和寒町の情報ポータルサイト「わっさむ.net」をオープンしました。このサイトでは、和寒町のイベントや観光情報、特産物のPRや各種イベントのインターネット中継など、様々な情報を発信していきます。

■詳しくは役場産業振興課担い手対策係(Tel32-2423)まで

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～ 保険証及び減額認定書の更新について ～

### ■ 新しい保険証に変わります

現在ご使用の保険証の有効期限が平成23年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中旬に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、お持ちの保険証を破棄し、新しいものをご使用ください。

新しい保険証の有効期限は、平成25年7月31日までです。  
紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、役場住民課保険医療係までお申し出ください。  
今回から、うら面に臓器提供に関する意思表示欄があります。

保険証の色は変わりません（黄色です）



### ■ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）も新しくなります

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成23年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

該当となる方には、7月中旬に新しい減額認定証を送付しますので、8月1日からはそちらをご使用ください。

※ 有効期間が保険証と異なりますのでご注意ください

減額認定証の交付対象となるのは、次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方です

区分Ⅱ	・世帯全員が住民税非課税である方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	・世帯全員の所得が0円のかた (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下のかた)
	・老齢福祉年金を受給されているかた

減額認定証の色も変わりません（オレンジ色です）



#### お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目  
国保会館6階  
電話 011-290-5601

和寒町役場  
住民課保険医療係  
電話 0165-32-2422

## 東日本大震災への支援について

和寒町では、3月11日に発生した東日本大震災に際し、義援金の受付を行っています。

6月15日現在の義援金の金額は6,219,529円となっております。

大変多くの町民の皆さんからの善意に感謝申し上げます。

なお、受付状況については、団体での受付分のみお知らせいたしますのでご了承願います。



平成23年5月18日～平成23年6月15日受付分

団体名	金額(円)
東日本大震災復興支援チャリティーイベント バンド&YOSAKOIソーラン ハートフルス テージ実行委員会	87,600

### “感謝”でいっぱいです！

先日は、東日本大震災支援物資をお贈り頂きありがとうございます。  
北海道和寒町民皆様の心温まる贈り物に、遠く離れていても「人と人との絆を感じ、私たちは一人じゃないと勇気」も頂きました。  
本当にありがとうございました。



和寒町に寄せられたお礼のはがき

### 支援物資の第2次搬送について

東日本大震災で被災地に対し、町内の企業、団体、個人、多数のかたから提供していただいていた支援物資を第2次搬送として、被災した岩手県の社会福祉施設14カ所に届けました。今回は、タオル6,375枚、バスタオル340枚の計67箱を搬送し、支援に対し各施設から和寒町あてに礼状が寄せられています。

## 地デジの準備はお済みですか

北海道内の地上テレビは、7月24日正午をもって、アナログ放送からデジタル放送に完全移行し、従来のアナログテレビ放送は視聴できなくなります。

「地デジ」対応の準備がまだお済みでないかたは、ご準備いただきますようお願いいたします。

「市町村民税非課税世帯」に対して、チューナー（1台）の無償給付支援制度があります。詳しくは役場総務課まちづくり推進係までお問い合わせください。

デジサポ道北では、8月26日まで「地デジ」に関するご相談・お問い合わせについて要望があれば、ご自宅に訪問し『無料の地デジ相談』を実施します。

【開催日時】 8月26日まで 午前10時～午後5時

（休日）7月は毎週水曜日、8月は土・日曜日

訪問

設備確認

アドバイス



お問い合わせ先

デジサポ

（総務省テレビ受信者支援センター）

0166 - 30 - 0101

平日 9：00～21：00

土日・祝日 9：00～18：00

地デジについてお悩み事がありましたら

役場総務課まちづくり推進係（電話32 - 2421）まで至急お問い合わせください

## 運動会・体育祭

町内の保育所、小学校、中学校の運動会・体育祭がそれぞれ行われ、訪れた多くのご家族の皆さんから大きな歓声と拍手が送られ、楽しいひとときを過ごしていました。

### 6月18日(土) 保育所運動会



### 6月5日(日) 小学校運動会



### 5月29日(日) 中学校体育祭

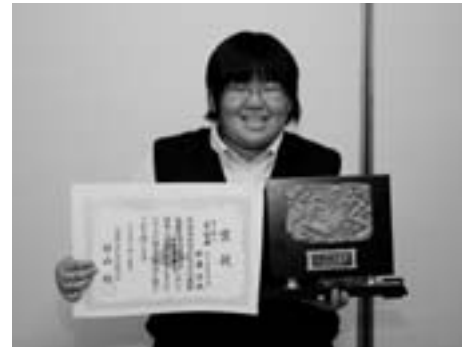




## 佐藤詩穂さん全国高校将棋選手権大会へ

5月26・27日、日高管内新ひだか町で開催された全道高校将棋選手権大会女子個人戦において、町内在住で旭川南高校1年の佐藤詩穂さんが準優勝し、8月4日から福島県郡山市で行われる全国高校将棋選手権大会への切符を手に入れました。

佐藤さんは、「高校での全国大会は、初めてなので、どんな選手がいるか分かりませんが、1勝できるよう頑張りたい」と全国大会への意気込みを語ってくれました。また、佐藤さんは、中学時代にも2度全国大会に出場し、2年連続ベスト16の結果を残しており、高校の全国でも活躍が期待されます。



## 工事着工の状況

場所	工事名	施行内容	金額(円)	完成期限	施行业者
日ノ出	日の出道路バリアフリー化工事	工事延長L = 184.31m 施工幅員W = 5.5m + 1.5m(片側歩道) (道道和寒幌加内線~北3丁目通り)	22,050,000	8月31日	共栄建設(株)
西町	2条通りバリアフリー化工事	工事延長L = 193.60m 施工幅員W = 5.5m + 3.0m(片側歩道) (道道和寒幌加内線~北2丁目通り)	31,710,000	8月31日	(株)近藤組
三笠	南1条通りバリアフリー化工事	工事延長L = 230.89m 施工幅員W = 5.5m + 1.65m(片側歩道) (南4丁目通り~南6丁目通り)	28,665,000	9月16日	(株)浜田組
川西	5号道路路面改修工事	工事延長L = 545m 施工幅員W = 5.3m (17線道路~18線道路)	5,859,000	8月31日	(株)近藤組

## 自衛官等募集

■受験種目	①一般曹候補正	②自衛官候補生(男子)	③自衛官候補生(女子)	④航空学生
■応募資格	①18歳以上27歳未満 (24年4月1日現在)	②18歳以上27歳未満 (採用予定月の1日現在)	③18歳以上27歳未満 (採用予定月の1日現在)	④18歳以上21歳未満 (平成24年4月1日現在)
■受付期間	①平成23年8月1日 ~9月9日	②年間を通じて行っています。	③平成23年8月1日 ~9月9日	④平成23年8月1日 ~9月9日
■試験期日	①平成23年9月17日	②受付時にお知らせします。	③平成23年9月25日 ~9月28日 ※いずれか1日を指定されます	④平成23年9月23日

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。



# 年金あれこれ

## あなたは年金を将来、受けられますか？

老齢基礎年金は最低25年間（受給資格期間の合算）保険料を納めなければ受給することができません。満額支給されるためには、40年間保険料を納める必要があります。

### ムダにいませんか？あなたの保険料！

国民年金は20歳から60歳まで加入します。老齢基礎年金を受け取るためには、原則25年の加入期間が必要です。10年、20年保険料を納めていても、25年の加入期間を満たさない場合は、老齢基礎年金を受け取ることができません。さらに、老齢基礎年金は保険料納付済期間が40年あってはじめて満額支給されます。

60歳までの間に、25年の受給資格期間を満たせないかたや40年の納付がなく年金額が満額にならないかたは、60歳以降も国民年金に任意加入することができます。（保険料はその年度で定められている金額です）

40年間保険料を納め続けると、65歳から月に65,740円の基礎年金が受けられます。夫婦では月に約131,480円（23年度年金額）になります。

※平成22年の全国消費者物価指数が前年を0.7%下回った結果、平成23年度の年金額については、平成22年度の年金額を0.4%引き下げる改定が行われました。

受給するために必要な期間（受給資格期間）は、

- ① 国民年金保険料納付済期間
- ② 免除期間
- ③ 合算対象期間
- ④ 厚生年金保険加入期間
- ⑤ 共済組合の組合員期間
- ⑥ 第3号被保険者期間
- ⑦ 学生納付特例期間
- ⑧ 若年者納付猶予期間

※①～⑧を合算して  
25年以上です。

（ただし、③・⑦・⑧は受給資格期間を満たしているかどうかをみるときは計算されますが、年金額を計算するときには含まれません。）

お問い合わせ先 役場住民課お客さま窓口係 ( 32 - 2422・2500 )

**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

～子どもたちはこうして「生き方」を学びます～

- 批判ばかり受けて育った子は、非難ばかりします。
- 敵意にみちた中で育った子は、誰とでも戦います。
- ひやかしを受けて育った子は、いつも悪いことをしているような気持ちになります。
- 心が寛大な人の中で育った子は、がまん強くなります。
- はげましを受けて育った子は、自信を持ちます。
- ほめられる中で育った子は、いつも感謝することを知ります。
- 公明正大な中で育った子は、正義心を持ちます。
- 思いやりのある中で育った子は、信仰心を持ちます。
- 人に認めてもらえる中で育った子は、自分を大事にします。
- 仲間の愛の中で育った子は、世界に愛を見つけます。

作：ドロシー・ロー・ノルト

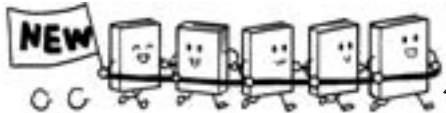
子どもは常に親から学んでいます。親は、子どもにとって人生で最初に出会う、最も影響力のある「お手本」です。これからも家族の絆を深め、子どもの豊かな成長を見守りましょう。

—和寒町青少年育成町民会議—



# 図書館へいこう! BOOKS

## 新しい本が入りました!



この他にも  
いろいろ  
入りました

### 一般書 [小説・エッセイ]

- ・「真夏の方程式」 (東野圭吾)  
探偵ガリレオシリーズの最新作

サッカー選手  
長友佑都の初の  
自伝

- ・「日本男児」  
(長友佑都)



- ・「幸福な生活」 (百田尚樹)  
18話の物語。それぞれの最後一行の台詞が衝撃的。
- ・「キミは知らない」 (大崎 梢)  
突然消えた先生を追いかけて、たどりついたのは・・・。



- ・「月の上の観覧車」  
(荻原 浩)

大切な誰かの  
面影はいつも  
後悔の記憶の中・・・。

- ・「ブックジャングル」 (石持浅海)  
閉鎖された市立図書館での機転と悪意の攻防戦!
- ・「天頂より少し下って」 (川上弘美)  
極上の恋愛小説全7篇。

遊軍記者と  
ベテラン刑事が  
追う殺人事件の  
背後には?

- ・「ヘッドライン」  
(今野敏)



- ・「しょうがない人」 (平安寿子)  
浮世のしがらみは、オトナの女じゃないとわからない!

### 一般書 [その他]



- ・「地球一周空の旅」
- ・「がれきの中で本当にあったこと」
- ・「たった5秒で相手の心をつかむひとの力」
- ・「はさみを入れずにおしゃれ着物リフォーム」
- ・「羊毛フェルトで旅するどうぶつづくに」
- ・「子どものまんぷくごはん」
- ・「電子レンジ簡単レシピ100+」
- ・「女子栄養大学の手作りスイーツ」
- ・「ファーストガーデニングガイド」

### 児童書



- ・「しろもくろもみんなおいで」
- ・「しげちゃん」
- ・「ルルとララのふんわりムース」
- ・「わすれんぼうにがんばい!」
- ・「つつつくせんせいといたずらぶんぶん」
- ・「クレスプリー伝説ダレンシャン・前史2」
- ・「ミス・カナのゴーストログ1・2」

### コミック

- ・JIN-仁-

大ヒットした  
ドラマの原作です。

### DVD

- ・シュガーバニーズ
- ・ハローキティりんごの森のファンタジー

### 「麒麟の翼」東野圭吾/著

寒い夜、日本橋の欄干にもたれかかる男に声をかけた巡査が見たのは胸に刺さったナイフだった…。大都会の真ん中で発生した事件の真相に加賀恭一郎が挑む。2012年映画公開予定。

白ま  
人斬!



### イベント情報

7/23(土) 13:30~15:00  
絵本の読み聞かせと  
アフリカンドラムの演奏

- 7/2(土) 10:30~  
ポコ・ア・ポコ赤ちゃんおはなし会  
14:00~おはなし会
- 7/9(土) 14:00~おはなし会
- 7/16(土) 14:00~ポコ・ア・ポコおはなし
- 7/30(土) 14:00~おはなし会

### 特集!

#### 夏休みに読みたい本特集

工作や自由研究などに役立つそ  
うな本の特集です。  
その他、夏向けのおす  
すめ本もたくさん紹介し  
ます。

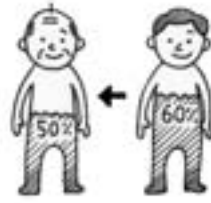
小学生のみんな、  
ブックラリー  
はじまったよ!  
参加してね



# 健康メモ

## 人間の体は水分でできている

【体内の水分の役割】  
人の体の構成成分で一番多いのが水分です。成人では60%、高齢者では50%前後を占めています。



体内での水分の働きは大きく分けて3つあり、次に水分不足によって起きる影響について紹介します。

- 1、摂取した栄養素が身体に行き渡らない  
栄養素は血液中の水分に溶けることで運ばれるため、水分不足により血液中に溶けていられる栄養の量が少なくなります。さらにはドロドロ血液になることで流れも悪くなり、体内に十分な栄養が行き渡らなくなってしまいます。
- 2、老廃物が体内にたまる  
老廃物は尿や便として排出されますが、水分不足によって老廃物が排出しきれずたまってしまいます。

3、体温調節ができなくなる  
体温調節は、水分(汗)が蒸発する際に周りの温度を奪う性質と、温まりにくく冷めにくいという特徴を利用して行っているため、水分が不足すると上手く体温調節ができなくなってしまうです。

【いつ、どの位水分が必要?】

では、1日にどのくらいの水を飲めば良いのでしょうか。1日に必要な水分量のうち食事や摂れる水分を除くと、「1・5ℓを水やお茶を飲むことで摂取する」必要があります。これは大きいペットボトル1本分に相当します。

水分摂取は水やお茶など糖分の含まれないものが好ましく、糖分を含むジュースやスポーツドリンクの飲み過ぎは肥満や血糖値の上昇をまねく原因になります。  
また、のどが渇いたと感じた時点で、体内の水分量はすでに低下しています。のどが渇く前にこまめに水分補給をする必要があります。水分不足をふせぐため、次のタイミングで1日5〜6回、コップ1杯ずつ(250ml程度)飲むのがお勧めです。

例



【水分摂取と熱中症】

これからの季節は、「熱中症」や「脱水症状」で病院へ搬送されるかたが増加します。水分不足は熱中症の原因になります。特に高齢者は、体内の水分量が元々少なく、のどの渇きも感じにくいいため、意識的に水分摂取を心がけることが大切です。

また、農作業などで炎天下に長時間いるかたやビールハウスで作業するかたも同様に注意が必要です。  
水分をしっかり摂って健康的な生活を送りましょう!

保健師 小林真依子

## まちのニュース カメラ・アイ ~ 地域の問題をお届けします ~



5/16

### 自転車防犯診断

5月16日(月)、JR和寒駅前と道北バスターミナルにおいて自転車防犯診断が行われました。この運動は自転車利用者のかたへの防犯意識や交通ルール・マナーの向上を目的として行われているもので、毎年「春の地域安全運動」の期間中に実施されています。

今回も施錠や防犯登録の有無などをチェックシールに書き入れ、自転車利用者へのルール・マナーの遵守や防犯対策の大切さを呼び掛けました。



5/21

### 片栗庵のつどい

5月21日(土)、「片栗庵」にてかたくり庵のつどいが開催されました。あいにくの雨天でしたが、庭園の見える茶室でお茶会によるお茶体験や短歌・俳句教室が行われました。

また、ワットサム探検隊の茶道体験も行われ、参加者は日本の文化に触れる一日になりました。



### 札幌啓明中学校農業体験事業

5月27日(金)、札幌市立啓明中学校の修学旅行に伴う農業体験受け入れ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もとで、ミニトマトの苗を支えるための囲いづくりやかぼちゃの種をポットに植えるなどの作業を行い、日頃食べている農産物がどのように作られているかを体験し、学習を深めていました。



### おやこっこ教室

6月3日(金)、こども館にて第1回目の「おやこっこ教室」(育児教室)が行われました。

今回は13組(29名)の参加で、手遊び・親子体操・新聞紙を使った設定遊びなどを楽しみ、たっぷり体を動かした後は親子でおやつをいただきました。

いつも以上にお母さんとスキンシップを図ることができた子どもたちは、とても素敵な笑顔を浮かべていました。



### 三笠山大学6月講座

6月9日(木)、三笠山大学6月講座が行われました。士別市教育委員会社会教育主事の尾中康裕さんを講師に、「ほっかいどう学について」と題した講演を聞き、体と頭を使ったレクリエーションなどで、脳をほぐした後に、道教委が行っているほっかいどう学検定の問題にチャレンジするなど、郷土北海道の知識を深めました。



### 大型バイク交通安全パレード

6月15日(水)、大型バイク交通安全パレードが和寒町を通過しました。このパレードは、士別地区交通安全協会連合会主催で、6月10日から行われた初夏の交通安全運動にあわせて実施され、この日は、大型バイク42台が士別市をスタートし、幌加内町、和寒町、剣淵町の順にパレードを行いました。また、和寒町での到着セレモニーでは、大型バイク愛好者の岡政之さんが交通安全宣誓文を読みあげ交通安全をよびかけました。



### 「ゴールデンタイム in 軽トラ市」

6月18日(土)、交流施設ひだまりにおいて、「ゴールデンタイム in 軽トラ市」が開催されました。この軽トラ市は商工会商業部会が主催となり、今年はいじめて開催されるもので、この日は、軽トラ15台にビールややきとり、ハンドメイド品などさまざまな露天がならび、また、ストラックアウトやバッティングなどのゲームコーナーもあり、子どもから大人までたくさんの人で賑わいました。

# 感謝

社会福祉協議会

「 寄 附 」

南 隆司さん(川西)から

亡父の葬儀に際し、3万円を

鷺見孔土さん(三和)から

亡父の葬儀に際し、5万円を

「 寄 贈(芳生苑) 」

タオル他

横枕カズコさん(三笠)

箕島由美子さん(名寄市)

松村 利一さん(西和)

「 慰 問 」

(芳生苑・健楽苑) 「

喫茶ルームボランティア

(芳生苑)

酒井久子さん(健楽苑介護

ボランティア)

追山和彦さん(健楽苑介護

ボランティア)

民生委員児童委員協議会

(芳生苑慰問)

明光寺分教婦人会(芳生苑

慰問)

水無月ボランティア(芳生

苑)

更生保護女性部(芳生苑慰

問)

清水靖子さん(健楽苑介護

ボランティア)

## 戸籍の窓

◆おめでとつ赤ちゃん

赤ちゃん お父さん 住所  
お母さん

中山 卓郎さん 三笠  
愁太くん 美穂さん

井上 菜那ちゃん 玲さん 西和  
智子さん

◆お悔やみ申し上げます

氏名 年齢 住所  
鷺見 志一さん(86歳) 三和



# ハロ-ベイベー



さや 塚崎 彩 椰ちゃん

《H22. 3. 10生まれ》

北 町 塚崎知史さん・優希さんの二女

こんにちは 「さや」です。  
小柄で一見おとなしく見える私だけ普段は元気いっぱい！ 歌や踊り、散歩に絵本に毎日没頭してるよ。テーブルのうえって見晴らし抜群で大好き！ あと、ママは遠慮するけどモップかけも上手にできるんだよ。

外で会った時には声をかけてネ♥



くれは 荒木 紅 怜羽ちゃん

《H22. 4. 5生まれ》

川 西 荒木康博さん・千代美さんの長女

こんにちは！ 「くれは」です。  
外が大好きで、お兄とよく外に出てるよ。  
でも... お兄とは「けんか」仲間!! いつもお兄をなかせてるの!!

車や人を見かけると「バイバイ」って手を振るから、見かけたら手を振ってネ♥



## 人の動き

人口	3,882人( 8人)
・男	1,781人( 3人)
・女	2,101人( 5人)
世帯数	1,759戸( 2戸)
( )内は前月対比	
出生	4人
死亡	3人
転入	14人
転出	7人
6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](http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/08_mobile/mobile_top.htm)  
E-MAIL [info@town.wassamu.hokkaido.jp](mailto:info@town.wassamu.hokkaido.jp)

発行 北海道 和寒町役場／総務課



古紙配合率50%再生紙を使用しています