

自然の恵み野 わっさむ町

# わっさむ

2014  
(平成26年)

6月

No. 715



5月9日 三笠山夜桜まつり



- あなたの健康管理 年に1度の健診で P 2-3
- ふれあいのもりオープン P 4
- 春の叙勲 川口萬里さん旭日双光章、  
交通安全は町民の願い他 P 5
- 第4回町議会臨時会、太陽光パネル発電状況 P 6
- 札幌三角山放送局「月刊わっさむ」 P 7
- カメラアイ、  
ふるさとまちづくり応援寄附金 P 8-9
- 工事着工の状況他 P 10
- 図書館へいこう P 11
- 病院だより、自衛官等募集 P 12
- 年金あれこれ、これからの家庭教育 P 13



# あなたの健康管理 年に1度の健診で!



受診方法① 集団健診		健診内容	
日程	場所・時間		
6月30日 (月)	中和地域センター 7:00~8:30	○基本的な健診項目：無料 身体計測、問診、診察、尿検査、血圧測定、 血液検査、眼底検査、心電図  ○結核・肺がん検診(40歳以上)：無料 ※次頁参照  ○希望により以下の検査が受けられます ・肝炎ウイルス検査 ※次頁参照 300円 ・エキノコックス症検査 無料 ・喀痰検査(40歳以上) 300円 ・前立腺がん検査(50~75歳男性) 500円  <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <b>【町で実施する健診の対象者】</b>                          ☆基本健康診査                          20~39歳の町民のかた                          ☆特定健康診査                          40~74歳の和寒町国民健康保険加入者のかた                          ☆後期高齢者健康診査                          後期高齢者医療保険加入者のかた                     </div>	
7月1日 (火)	公民館 6:30~10:00		
7月2日 (水)	松岡地域センター 保健福祉センター 7:00~8:00 9:30~10:00		
	三和地域センター 保健福祉センター 7:00~7:30 9:00~10:00		
7月3日 (木)	大成寿の家 保健福祉センター 7:00~7:30 9:00~10:00		
	西和地域センター 保健福祉センター 7:00~7:30 9:00~10:00		
7月4日 (金)	保健福祉センター 6:30~10:00		
	保健福祉センター 6:30~10:00		
7月11日 (金)	保健福祉センター 6:30~10:00		
7月12日 (土)	保健福祉センター 6:30~10:00		
7月13日 (日)	保健福祉センター 6:30~10:00		
受診方法② 個別健診			
○健診場所 町立和寒病院 ○健診日時 4月から12月の平日 ※検査項目によって曜日の指定あり			○個別健診で追加できる検査 ☆胃がん検診(35歳以上) 1,500円 ☆大腸がん検診(35歳以上) 無料 ☆骨密度検査(40~70歳女性) 300円

※健診を受診する際は予約が必要となりますので、保健福祉センターまでご連絡ください。

## <社会保険のかた>

40歳から74歳までのかたは、保険者発行の特定健康診査受診券と健康保険証を持参いただければ、集団健診・個別健診を受診することができます。この場合も予約が必要です。

※加入保険によって健診項目・料金が異なります。



町の健診でわかります！

## 新たな国民病「慢性腎臓病 (CKD)」

### ■腎臓はどのような働きをしているの？

腎臓は握りこぶし程の大きさで腰のあたりに左右一対あり、からだの中で次の働きをしています。

- ・体内の老廃物を排出する
- ・赤血球を作るホルモンを出す
- ・血圧を調整する
- ・骨を強くする など



### ■慢性腎臓病 (CKD) って何？

慢性的に腎臓の働きが低下した状態をいい、原因としては生活習慣病や腎臓の病気などが考えられます。新たな国民病ともいわれ成人の8人に1人が当てはまるとされています。重症化すると透析療法が必要になる場合もあり、その直前まで自覚症状が出ないことも多いため、健康診断や血液検査等で定期的に調べることが大切です。

### 慢性腎臓病の定義 (①、②のいずれか、または両方が3か月以上持続する)

- ①尿検査で尿たんぱくが (+) 以上などの異常がある
- ②糸球体ろ過量 (eGFR) が60ml/分/1.73m<sup>2</sup>未満

町の健診ではご自分の値を知ることができます！

### ■昨年の特定健診結果では・・・

健診受診者総数 **738人**

その結果は…

①CKD非該当	564人	76.4%
CKD該当	②要経過観察	138人 18.7%
	③要専門医受診	36人 4.9%

～健診を受けたかたのうち約4人に1人が慢性腎臓病 (CKD) に該当することがわかりました～  
※健診の血液検査 (無料) のなかで、このCKDの状況を調べることができます。

40歳以上のかた

## 結核・肺がん検診(レントゲン検査)を受けましょう！

### 【受診方法】

- ①集団健診の場合～申込みは必要ありませんので、時間内に会場 (右表の日程) までお越しください。
- ②個別健診の場合～町立和寒病院で随時検査を受けることができます。

【検診料】 無料

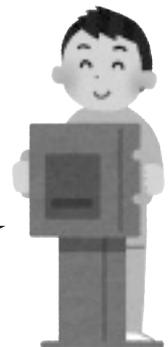
【持ち物】 健康保険証 (被保険者証) を必ずご持参ください。

【注意】 服装はボタン類その他凹凸など飾りのあるものは避け、湿布等はつけないでください。

### ◆◆結核・肺がん検診を受けなくてよいかた◆◆

- ・職場や学校で検診を受けたかた
- ・人間ドックなどの健診を受けたかた
- ・結核や肺の病気で治療中のかた
- ・妊婦のかたなど

年に1回は検診を受けて結核・肺がんの早期発見に努めましょう！



## 肝炎ウイルス検査も一緒に受けられます！

- 【対象】 20歳以上の町民で以下に該当するかた
- ・過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがないかた
  - ・他の機会に同様の検査を受ける予定がないかた

【検査内容】 血液検査 (HBs抗原検査及びHCV抗体検査)

【検診料】 300円

- 【受診方法】
- ①町で実施する基本・特定・後期高齢者健康診査 (集団健診) を受診されるかた  
ご希望のかたは当日の問診でお申し出ください。
  - ②上記以外のかた  
町立和寒病院で随時検査を受けることができます。直接病院にお申し込みください。



■お問い合わせ：保健福祉課保健係 (TEL32-2000) まで



# 交流の場に 「ふれあいのもり」 オープン

研修館「楡」の東向かいに、各種イベントの開催拠点「ふれあいのもり」が誕生しました。和寒町の四季の4大イベント（夜桜まつり・どんことい！わっさむ夏まつり・パンプキンフェスティバル・極寒フェスティバル）は、今年から「ふれあいのもり」で開催されます。ご家族やお仲間同士、職場の懇親会など、交流の場としても是非ご利用ください。



あずまや



トイレ

## ▼「ふれあいのもり」の施設概要

- 管理棟・ステージ棟 1棟
- あずまや 2棟  
(固定式テーブル18基×2棟)  
(固定式ベンチ72台×2棟)
- 公衆トイレ棟 1棟  
(男子：小便器5、洋式3  
女子：洋式8 身障用スペース1)
- 音響ブース 1棟
- 敷地内舗装道路 336m



管理・ステージ棟

## ▼ご利用のあたりの注意事項

- 町内の自治会や子ども会、保育所や学校行事などでご利用いただくときは「無料」です。
- 町外者のみのご利用や、入場料を徴して使用する場合、営業のために敷地の一部を占有する場合は「有料」です。
- いずれの場合も、事前に「使用申請書」の提出をお願いします。  
※ご家族でお散歩をしたり、あずまやでランチを食べたりする場合は、申請は不要です。
- あずまや内は「直火禁止」です。炭をお使いになる場合は、七輪やコンロなどをご用意ください。
- お問い合わせは…  
役場産業振興課商工観光労政係  
☎32-2423

## 三笠山夜桜まつり



5月9日（金）第29回わっさむ三笠山夜桜まつりは「ふれあいのもり」で開催され、町内外から集まった約600人のかたが新会場と夜桜、和寒ジンギスカン堪能しました。

「ふれあいのもり」完成後初のイベントとなった夜桜まつりの開会式では「こけら落とし」として鏡開きがおこなわれました。

## 和寒ライオンズクラブ



和寒ライオンズクラブ（高瀬征勝会長）は、5月7日（水）に創立40周年記念植樹として「ふれあいのもり」にエゾヤマザクラ10本を植樹しました。

早朝からの作業にあたりながら、新しい「ふれあいのもり」の景観がさらに素晴らしいものとなることを願っていました。



## 春の叙勲 川口萬里さんに旭日双光章（地方自治功労）

### 5期20年の議会活動に尽力

元和寒町議会議長川口萬里さん（79歳）は、長年本町の振興発展にご尽力された功績がこの度認められ、この春の叙勲において旭日双光章を受章されることとなり5月8日、高橋知事から勲記と勲章が伝達されました。

川口さんは昭和25年より農業に従事。その間、仕事をしながら野幌高等酪農学校において学業に励まれました。昭和50年に和寒町議会議員に初当選され、以来5期20年にわたり地方自治に参画、その間、昭和58年から2期8年は議長として、平成6年から1年間副議長として、常に中立の立場を貫き、議会の円滑な運営に努められ町政の伸展にご尽力されました。

この間、総務社会文教常任委員として通算15年間のなかで、近隣に先駆けての特別養護老人ホーム「芳生苑」の新築・増築や町立歯科診療所の開設、役場総合庁舎新築、明るく心身ともに健康な町づくりを推進した東山スキー場のナイター化・第2リフトの設置や道北では当時最大級の総合体育館建設などなど町政全般にわたる功績は誠に大きいものがあります。

また、議員を勇退されたあとも農業委員会会長、社会福祉協議会会長、森林組合代表理事組合長など多くの公職を歴任、まちのさまざまな分野で活躍され住民の深い信頼を得られました。

川口さんは、何事にも公平で、適切な判断力と力強い行動力で、町民の先頭に立って町の振興発展に邁進されてこられました。

#### 【おもな公職歴】

農業振興対策協議会委員・農家経済再建委員会委員・農業委員会委員・総合計画策定審議会委員・国民健康保険運営協議会委員・花嫁（婿）対策協議会副会長・ふるさと交流委員会委員副会長など



旭日双光章を受賞された川口萬里さん

## 交通安全は町民の願い



平成23年7月13日より、町内での交通事故による死亡者ゼロが続いており、平成26年4月18日で『1,000日』を達成し、北海道交通安全推進委員会から表彰を受けました。

この記録達成は、町民一人ひとりの交通安全意識の高さと交通安全関係団体の皆さまや子どもたちの見守り活動に携わる関係者の皆さまのご協力によるものです。

記録達成に関係された多くの皆さまのご協力に感謝の意を表すとともに、この記録が限りなく続くよう、さらにご協力をお願いします。

## 還付加算金 大変ご迷惑をおかけしました

この度、全国の自治体において還付加算金の算定誤りの事例が多数発生していることから、本町の還付事務処理手続きについて確認したところ、町道民税・国民健康保険税において算定誤りがあり、還付加算金の未払いがあることが判明しました。

税目	件数	対象者	未払いとなった還付加算金
町道民税	5件	2人	18,800円
国民健康保険税	13件	10人	19,900円

該当された皆さまには対応をさせていただきましたが、大変ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げますとともに、今後はこのような誤りが起きないように、適切な事務処理に努めてまいります。

※還付加算金とは、町税等が修正されて払い戻し金（還付金）が生じた際に、利息に相当するものとして一定の利率により計算された金額を加算してお支払いするものです。

お問い合わせ：住民課税務係（TEL32-2422）まで

## 第4回町議会臨時会

平成26年4月30日（水）開催された第4回町議会臨時会で、議決された主な内容についてお知らせします。



### 【工事請負契約の締結について】

- 南宗谷線地区広域米穀類乾燥調製貯蔵施設改修工事

契約金額：309,420,000円

契約の相手方：大阪府大阪市北区鶴野町1番9号

ヤンマーグリーンシステム株式会社

- 施工内容：設備更新



荷受操作盤



籾摺り機 3台



色彩選別機 3台

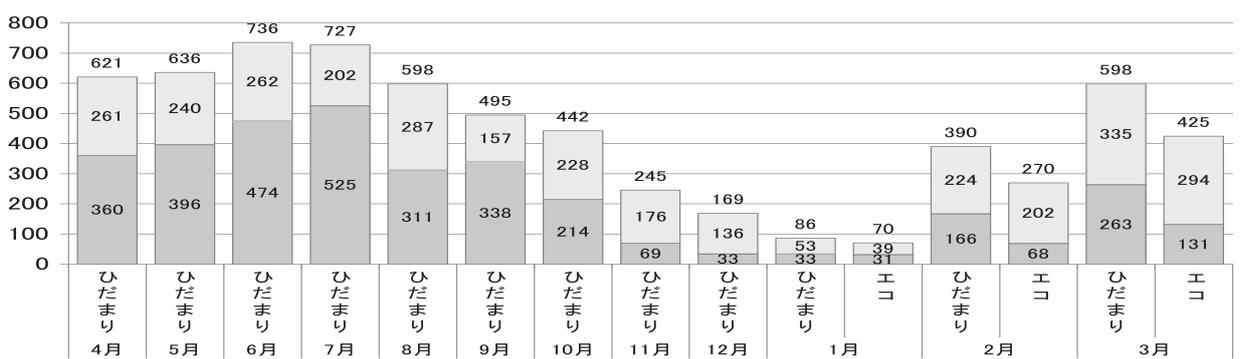
## 交流施設ひだまり・エココテージ 太陽光パネル発電状況

環境にやさしい町づくりをすすめるため、ひだまり及びエココテージに太陽光発電システムを設置し、データを集計しています。

平成25年度は、ひだまりで5,741kWh、エココテージで765kWh（1月～3月）が発電され、金額換算で約25万円分の発電量になりました。



### ひだまり・エココテージ太陽光発電実績



### エココテージは町民のかたも利用できます

エココテージは農村体験の他にも、町内外問わず会合やサークル、来客の宿泊といった目的でもご利用できます。

見学もできますので、ご予約・お問い合わせは交流施設ひだまり（32-3300）までご連絡ください。

料金案内 (1棟当たり)	1泊(5名以内)	7,000円
	時間利用(4時間以内)	3,000円
	※冬期間は別途暖房料	500円

太陽光発電による効果の目安		金額
ひだまり	消費した額 @29円×消費量(年間2,559kWh)	74,211円
	売電額 @48円×売電量(年間3,182kWh)	152,736円
	小計	226,947円
エココテージ	消費した額 @22円×消費量(年間535kWh)	11,770円
	売電額 @38円×売電量(年間230kWh)	8,740円
	小計	20,510円
合計		247,457円

※料金単価は契約により異なりますので、上記の金額はあくまでも目安となります。

## 札幌三角山放送局「月刊わっさむ」

# 札幌にわっさむの元気情報を発信

vol 13



和寒町の情報を札幌市民に向け発信し、「自然の恵み野 和寒町」をPRするとともに、都市と農村の交流人口拡大を図ることを目的に札幌三角山放送局で「月刊わっさむ」の放送をおこなっています。放送日は毎月第4火曜日午後2時～2時30分（30分間）です。

### ■「月刊わっさむ」2月24日 第35回放送 農業活性化センター「農想塾」上西主任が出演

昨年7月に商標登録された「わっさむペポナッツ」について紹介しました。

「種を食べるカボチャ「ペポカボチャ」の中でも多くの種子ができるよう品種改良された「ストライプペポ」を使い、食用カボチャ種子のブランド化を進めてきました。種に多く含まれる亜鉛は、味覚障害の改善や育毛など、多くの効能があるとされています。また、現在は使っていない果肉についても、有効な利用ができるように研究を重ねていきたい。」と話されました。



### ■「月刊わっさむ」3月25日 第36回放送 わっさむジビエ研究会代表 窪田裕二さんが出演（電話中継）



平成24年度から活動を始めた「わっさむジビエ研究会」から、農産物に被害を与えるエゾシカ等の「やっかいもの」を「地域資源」に変えていこうという取り組みを紹介しました。

「鹿肉は、日本ではまだ食文化として定着していませんが、欧州などでは高級食材として食されており、食べ方を知ってほしい。主婦でも作れるような鹿肉料理を広めていきたいと思っています。

また、この放送終了後には角や皮などを利用した工芸品のセミナーが開かれます。今後も町おこしの一環として取り組んでいきたい。」と話されました。

### ■「月刊わっさむ」4月22日 第37回放送 和寒町観光協会会長 渡辺裕治さんが出演（電話中継）

5月9日開催の「第29回わっさむ三笠山夜桜まつり」と新たなイベント会場「ふれあいのもり」をPRしました。

「今年完成した新会場「ふれあいのもり」には、最大で600人余りを収容できる四阿（あずまや）を完備しており、夜桜まつりがこけら落としとなります。会場では座ってすぐに美味しいジンギスカンが食べられるよう、至れり尽くせりのサービスで皆さまをお迎えします。また、新進気鋭の歌手星野裕矢さんのステージショーやカラオケ大会、大抽選会もありますのでぜひお越しください。」と来町を呼びかけました。



#### ◆放送を聴くためには

放送を見たり聴いたりするためには、三角山放送局のHP (<http://www.sankakuyama.co.jp>) でご覧になれます。また、過去の放送内容は、図書館で聴くことができます。

札幌市内（西区周辺地域）でラジオ番組を聴くには、周波数FM76.2MHzに合わせてください。

■番組のお問い合わせは 役場総務課まちづくり推進係（TEL32-2421）まで

## まちのニュース カメラ・アイ ～地域の問題をお届けします～

4/23  
(水)



### 新たな学びへの輝くスタート

平成26年度三笠山大学入学式が公民館恵み野ホールでおこなわれました。

新入学生の7名は学長から入学許可証を受け取り、新入生を代表し勝野弘嗣さんが学生生活への誓いの言葉を述べました。

入学式終了後は、第1講義として奥山町長から「平成26年まちの概要」の講話がおこなわれ、町の現状や他の自治体との比較しながら「住んでいてよかったと思えるまちづくり」をしていくと語ると、学生たちは熱心に聞き入り、実りのある講義となりました。三笠山大学は月1回のペースで開講され、講座やスポーツなどを通して学びの場として活動していきます。



4/26  
(土)

### みんなで美しいまちに

約160名が集まり、市街地区で「全町一斉清掃活動」がおこなわれました。

町民の美化活動への意識は年々高まってきました。これからもごみのない美しいまちをつくっていきましょう。



4/27  
(日)

### 真剣に取り組むこどもたち必見!

～子ども読書の日(4/23)記念事業～

図書館で、名寄本よみ聞かせ会によるおはなし工作教室が開催されました。

絵本を楽しんだ後は、おもちゃ作り。割りばしに輪ゴムを巻き付けつけるのに苦労していましたが、一生懸命に作品を完成させていました。



5/1  
(木)～

### 数多くの力作を展示しています

今年も5月1日より北原交流展示館が開館。和寒町在住のかたや和寒町にゆかりのあるかたの絵画、書道、陶芸、木彫、水墨画、写真、押し花、パッチワーク等さまざまな作品の展示をおこなっています。作品は開館中も随時受け付けています。小学生の作品展等の特別展も今後予定していますので、是非ご来館ください。

■開館時間 午前10時～午後4時 ■休館日 月・火曜日  
※祝日は開館、その翌日が休館日となります。



5/3  
(土)～

### 子どもたちの笑顔がいっぱい!

三笠山自然公園こどもの国が午前10時にオープンし、町内外から2,100人を超える多くの家族連れが訪れました。

オープン初日は一部の遊具を除き500円で乗り放題ということもあり、人気のゴーカートや豆汽車では長い行列ができていました。

また、天候にも恵まれ子どもたちが元気に園内を走りまわり、楽しい1日を過ごしました。



5/10  
(土)

### ～土曜日をもっと有意義に～ドキドキクラブ始動!

小学生の学力や体力の向上を図るために、土曜日にドリル学習、読書やスポーツ、レクリエーション活動などをおこなう土曜日の充実した学習機会を提供する「わっさとさむドキドキクラブ」がスタートしました。

初回の5月10日は公民館恵み野ホールで開講式とスポーツレクリエーション「あそびリンピック」をおこないました。「あそびリンピック」では紙飛行機飛ばし、スリッパ飛ばしなどに挑戦し、児童たちは楽しく体を動かしながら充実した土曜日を過ごしました。



5/11  
(日)

### 全日本リトルリーグ選手権大会北海道地区予選大会

予選を勝ち抜いた札幌勢2チーム、旭川勢2チームのリトルリーガーが和寒に集結し、代表決定戦が町営球場でおこなわれました。

決勝戦は旭川大雪リーグと旭川中央リーグの旭川勢同士の対戦となり、全国大会出場を目指し白球を追いかけてきました。

リトルリーグは硬式ボールを使用し、大人顔負けの試合が展開されました。



5/16  
(金)

### 日ごろの育児から少し離れてリフレッシュ

こども館で乳幼児を持つお母さんを対象に「子育て講座 健康お菓子作り教室」がおこなわれました。

年5回の講座の第1回目は「ケーキ・サレ」（塩ケーキ）のお菓子を作りました。皆さん手際がよく、オーブンで焼いたおいしいお菓子ができ、みんなで試食をしました。焼き待ち時間や試食中などそれぞれの子育ての情報交換をおこない、日々の育児のリフレッシュになりました。



5/17  
(土)

### 風流な体験『かたくり庵のつどい』

片栗庵で「かたくり庵のつどい」がおこなわれました。

あいにくの雨となり庵内での開催となりましたが、多くの町民が訪れました。また、わっさとさむドキドキクラブの児童たちの茶道体験もおこなわれ、参加者は落ち着いた雰囲気の中で茶道と日本庭園を眺めながらお菓子とお茶を楽しみました。

## 和寒町ふるさとまちづくり応援寄附金

### 大切にに使わせていただきます ありがとうございます

寄附総額 2,530,656 円  
寄附件数 23 件

《指定された用途内訳》

高齢者福祉	11件	1,050,000円
教育・少子化対策	4件	350,000円
自然環境保全	1件	300,000円
産業振興	2件	550,000円
その他	5件	280,656円

平成25年度の『和寒町ふるさとまちづくり応援寄附金』の状況をお知らせします。

全国の皆さんからいただきました寄附金は、基金に積み立てるなど適正に管理するとともに、それぞれ目的事業に充当し、寄附者のご意思に沿うように活用させていただきます。

平成20年度からこれまでの 累計 101件  
13,185,656円の寄附金をいただいています。

## 工事着工の状況

場所	工事名	施行内容	金額(円)	完成期限	施工業者
日ノ出	和寒中学校第1体育館 他外部改修工事	第1体育館屋根塗装 1,190㎡ 第2体育館屋根塗装 605㎡ 渡り廊下屋根塗装 885㎡	14,688,000	8月15日	(株)浜田組
東和	農業基盤整備促進工事	暗渠排水工 10ha	15,714,000	7月31日	(株)コンドー興産
西町	西裏通り バリアフリー化工事	工事延長L=100m (西4条通り～新大通り)	10,854,000	8月15日	共栄建設(株)
三笠	南1条中通り 路面改修工事	工事延長L=230m (南4丁目通り～南6丁目通り)	18,964,800	8月15日	(株)近藤組
三笠	公営住宅外壁等改修工事 (ひまわり団地11年棟)	屋根・外壁塗装 2棟8戸	7,322,400	7月31日	(株)橘組
三笠	南宗谷線地区 広域米穀類乾燥調製 貯蔵施設改修工事	荷受操作盤更新 糶摺りプラント3台更新 色彩選別機3台更新	309,420,000	9月30日	ヤンマー グリーン システム(株)
東和	林業専用道(規格相当) 東陵1号支線開設工事	工事延長L=982m 施行幅員W=3.0m	15,498,000	8月29日	共栄建設(株)
南丘	林業専用道(規格相当) 南丘公園1号支線開設 工事	工事延長L=600m 施行幅員W=3.0m	8,316,000	8月29日	(株)橘組
日ノ出	日ノ出2号道路 路面改修工事	工事延長L=550m (12線～13線)	18,414,000	8月8日	(株)近藤組
三笠	公営住宅外壁等改修工事 (ひまわり団地14年棟)	屋根・外壁塗装 2棟8戸	7,344,000	8月8日	(株)橘組
日ノ出	日ノ出西地区 不良排水路改修工事	工事延長L=198m V型側溝(V300)布設替他	3,024,000	8月8日	共栄建設(株)
三笠	片栗庵保護塗装工事	外部木部漂白洗い 浸透性外部木部保護剤2回塗り (庭門、四阿、茶室等)	3,348,000	8月29日	(株)コンドー興産

## 白樺並木の一部を伐採



町道2号道路総合体育館周辺の白樺並木の一部で腐食が進み、倒木の恐れがあることから樹木医の伐採処理の診断を受けた白樺を間引きました。また、通行者や施設利用者の安全を確保するため、樹木の剪定をおこないました。



# 図書館へ行こう!

## 話題の新着本



「天地雷動」 伊藤潤  
戦国時代の転換点・長篠の戦い。天下を狙う武将たちは何を思い、戦ったのか。熱き人間ドラマと壮絶な合戦を描く長編歴史小説。



「グレイ」 堂場瞬一  
大学2年生の波田は、破格の待遇で、著名な経済評論家が主宰する研究所の契約社員になる。それが運命を大きく狂わせる一歩だとは知らずに…。



「獺の檻」 道尾秀介  
あの女が私の目の前で死んだ。かつて父親が犯した殺人に関わり、行方不明だった女が、今になってなぜ…。



「女のいない男たち」 村上春樹  
舞台俳優の家福は女性ドライバーみさきを雇う。死んだ妻について、彼はみさきに少しずつ語り始めた。描き下ろしの表題作など全6編の短編を収録。



「本屋さんのダイアナ」 柚木麻子  
「大穴（ダイアナ）」という名前、金色に染めた髪。行方知れずの父親。孤独なダイアナに本の世界と同級生の彩子だけが光を与えてくれた。現代の『赤毛のアン』

## 話題の新着DVD

### 「ローン・レンジャー」

行くぜ!キモサベ! ジョニー・デップと『パイレーツ・オブ・カリビアン』のスタッフが贈る最強アクション

### 「モンスターズ・ユニバーシティ」

大ヒットした『モンスターズ・インク』シリーズ。待望の新作!

### 「スノーピーとパーティクイーン」

スノーピー・ファンに贈るチャールズ・シュルツ原作の心温まるショート・ストーリー。



## 6月の特集 「日本の伝統文化を愉しむ」

今、日本の文化がおもしろい!

歌舞伎、能、落語、三味線、弓道、薙刀など日本文化について親しみやすく書かれた本の他、伝統芸能を題材にしたマンガも多数、展示貸出しします。

## 話題のベスト本

「白ゆき姫殺人事件」 湊かなえ  
美人OL殺人事件を巡り、一人の女に疑惑の目が集まった…。噂話の嵐の中に真相を探るミステリ長編。



「無垢の領域」 桜木紫乃  
悪意も邪気も欲もない純香がやってきた瞬間から、大人達の安穏な日常は歪んでいく…。心の中の一番隠しておきたい部分を抉り出す長篇小説。

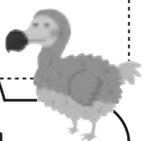


「銀行総務特命」 池井戸潤  
ドラマ「花咲舞が黙ってない」の原作本のひとつ。不祥事処理の「捜査権」を与えられた男の闘いを描いた銀行ミステリー。



## 6・7月のイベント情報

- 6/14 14:00～ おはなし会
- 6/21 14:00～ ポコ・ア・ポコおはなし会
- 6/28 10:00～ 人形劇「とべ!ドードー」
- 14:00～ おはなし会
- 7/5 14:00～ おはなし会



## 人形劇「とべ!ドードー」

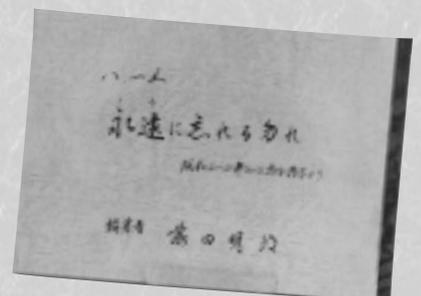
全国で活躍する人形劇団すぎのこが今年も夢を届けにやってくる! 歌がたくさんでくる人形劇ですので、小さなお子さまからお楽しみいただけます。

## 藤田明郎さん

### 「八・十五 永遠に忘れる勿れ」を寄贈

「和寒今昔物語」の出版や「和寒町百年史」の編さん委員も務められた藤田明郎さんが、このほど「八・十五 永遠に忘れる勿れ」をまとめられ図書館へ寄贈されました。

これは旧朝日小学校に保管されていた終戦直後の連合軍総司令部 (GHQ) による各学校への通達などの文書類をまとめたもので、当時の学校現場の様子などが記録されている貴重な資料です。図書館で閲覧することができますので、ぜひご覧ください。

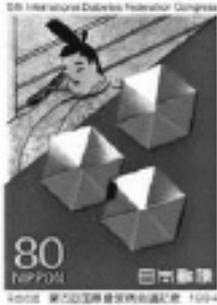


# 病院だより

## 糖尿病の検査「HbA1c」(ヘモグロビン・エー・ワン・シー) ってなに？

町立和寒病院 検査科長 宮部 健治

### ■日本で最初の糖尿病患者



日本初の糖尿病患者と考えられているのは、遠く平安時代、源氏物語の主人公光源氏のモデルになったといわれる『藤原道長』(966～1028)で、糖尿病で亡くなったとされています。道長は51才で「消渴」(私たちが現在糖尿病と呼んでいる病気の症状とそっくりな病)を発病し、続いて眼病を併発、最後は背中に大きなオデキを併発し、敗血症で62才で亡くなられたようです。この切手は平成6年(1994)日本で初めて国際糖尿病連合(IDF)の会議が開かれたときの記念切手で、絵柄の六角形はインスリンの結晶を表しているそうです。世界的には紀元前の古代エジプトの古文書に人類初の糖尿病の症状らしき記述があるようです。

### ■HbA1c(ヘモグロビン・エー・ワン・シー)とは？

血液検査のすべもなかったそんな昔から、糖尿病があったことは驚きです。今では糖尿病の診断や糖尿病のかたの治療の最も重要な指標になる血液検査項目が「HbA1c」です。これは、食物の糖分が血液に吸収されて、赤血球の中のHb(ヘモグロビン)とブドウ糖が結合してできる物質です。

当院でもHbA1cは検査の中でも一番多く、年間に2,800件にもなっています。

くわしく説明すると、専門用語も多く出てきて、生物や理科の授業のようになり、難しくて読みたくなるかたもいらっしゃると思いますので、できるだけ簡単にご説明しましょう。

Hbは赤血球の中に含まれています。その赤血球は骨髄で作られ、赤血球の寿命は約120日間体内を循環し、最後は主に脾臓で分解されます。

赤血球が体内を循環する120日間(約4か月)の間にHbはブドウ糖と結合しますので、HbA1cは過去4か月の血糖値の状態を表していることとなります。しかし、赤血球の50%は、過去1か月間に作られ、25%は過去2ヶ月、残りの25%は3～4か月で作られますので、近い過去の血糖値ほどHbA1cに大きく影響するという事で、臨床的には過去1～2か月の平均血糖値の動きをみるために使用されています。

その値は総ヘモグロビンに対するHbA1cの割合(%)で表します。正常値は4.6～6.2ですが、日本糖尿病学会では「血糖コントロールの目標」として、血糖正常を目指す場合は、6.0未満、糖尿病合併症予防のための目標は7.0未満と定められています。治療目標は個々の患者さんの状態によって決められます。

生活習慣病として糖尿病が増えていますが、血糖の高い血液が流れ続けることによって血管が傷つき、心筋梗塞や腎障害・失明など、命にかかわったり、生活に大きく支障が出たりする合併症が起きてしまいます。

健診はぜひ受けて、糖尿病のかたは受診のたびに「HbA1cの数値は？」と医師に聞いて、健康管理に活かしていただきたいと思います。

## 自衛官等募集

■受験種目	■応募資格	■受付期間	■試験期日
一般曹候補生	18歳以上27歳未満 (平成27年4月1日現在)	平成26年8月1日(金)～ 平成26年9月9日(火)	平成26年9月19日(金)又は、 平成26年9月20日(土)
自衛官候補生 (男子)	18歳以上27歳未満 (採用予定月の1日現在)	年間を通じて行っています	受付時にお知らせします。
自衛官候補生 (女子)	18歳以上27歳未満 (採用予定月の1日現在)	平成26年8月1日(金)～ 平成26年9月9日(火)	平成26年9月25日(木)～ 平成26年9月29日(月) ※いずれか1日を指定されます。
航空学生	18歳以上21歳未満 (平成27年4月1日現在)	平成26年8月1日(金)～ 平成26年9月9日(火)	平成26年9月23日(火)

### ■お問い合わせ先

自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所  
住所 〒096-0011 名寄市西1条南9丁目45  
電話 01654-2-3921

※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

## ■国民年金保険料の「免除制度」

国民年金の保険料を納めることが困難なときは、本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定基準以下または失業などにより納付することができない場合、申請して承認されると下表のように保険料の納付が免除されます。

全額納付		(保険月額：15,250円)
全額免除		(納付なし)
4分の3免除	4分の1納付	(保険月額：3,810円)
半額免除	半額納付	(保険月額：7,630円)
4分の1免除	4分の3納付	(保険月額：11,440円)

どの免除に該当するかは前年所得により基準が定められおり、被保険者、配偶者及び世帯主それぞれの前年所得が免除の対象となる基準額を下回る場合に承認されます。

また、失業した場合は本人の前年所得にかかわらず、申請して承認されると保険料が免除されます。(免除を申請する日の年度または、その前年度に失業したかたが対象です。)

老後の年金額を計算する際に、保険料の免除を受けていた期間は保険料を納めた期間と比べて、それぞれ減額されます。

### 【老齢基礎年金の計算式】

$$772,800円 \times \frac{\text{保険料納付済月数} + \frac{\text{全額免除月数} \times 1}{2} + \frac{4}{5} \times \frac{\text{4分の1納付月数} \times 5}{8} + \frac{6}{8} \times \frac{\text{半額納付月数} \times 6}{8} + \frac{7}{8} \times \frac{\text{4分の3納付月数} \times 7}{8}}{40年(加入可能年数) \times 12月}$$

ただし、減額された保険料を納めないまましていると、その期間は「未納期間」として扱われ、老齢基礎年金の受給資格を得る期間には数えられず、老後の年金額にも反映されません。一部免除納付を認められたかたは、納付分の保険料は必ず納めましょう。

また、免除を受けた期間の保険料は、10年以内であれば後から納めること(追納)ができますので、満額の年金に近づけるためにも是非ご利用ください。

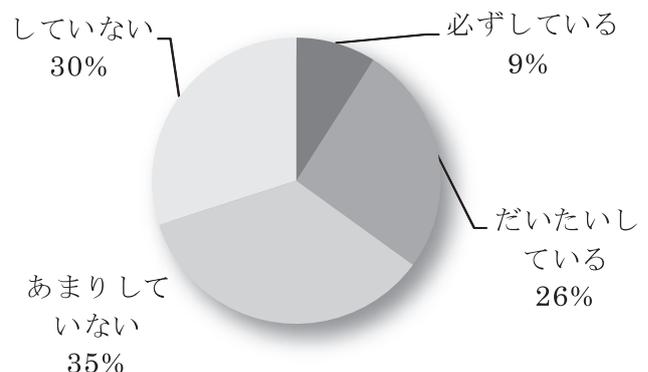
## 保険料納付を忘れずに・・・納めて安心国民年金

# こ れ か ら の 家 庭 教 育

人からもらう幸せだけでなく、人のためにできる幸せもある。

「バスや電車で席をゆずること」を小・中学生の65%は「していない」「あまりしていない」と答えています。弱い人を思いやり行動する愛情や勇気を持った人に育てるためには何ができるでしょう。思いやりの心は、子どもころからの日常における実践を通してはぐくまれます。交通機関という場面に関わらずまず親が率先してやってみせながら、子どもたちが自然に妊婦や高齢者、障がいのある人などが困っているときに声をかけたりすることが出来るようになるように規範の意識を育てていきましょう。

バスや電車で席をゆずる小・中学生の割合



◆「家庭教育ノート」より

