



自然の恵み野 わっさむ町

わっさむ



2月7日 極寒フェスティバル

先人たちの軌跡	2～3
和寒高校スキー部の歴史に幕	4～5
わっさむの環境対策	6
クローズアップ人	7
北海道社会貢献賞、交通栄誉章緑十字銀章 他	8
全国中学校スキー大会結果、あぐり王国北海道に出演	9
各種スキー大会結果、極寒フェスティバル	10
図書館へいこう、健康メモ	11
年金あれこれ、これからの家庭教育 他	12
カメラアイ	13

2009
(平成21年)

3

No. 652

先人たちの軌跡

特集
NO.3

明治32年に開拓の鍬がおろされて以来、先人たちのたゆまぬ努力により、今日の和寒町が築き上げられてきました。
平成21年には『わっさむ110年』を迎えることとなります。

【昭和40年～昭和63年編】



昭和40年 町民プール児童生徒水泳大会

広報わっさむでは、平成21年にわっさむ110年迎えることから、今日までの和寒町の歩みを「先人たちの軌跡」としてご紹介しています。今回は、昭和中期から後期頃の様子をご紹介します。

昭和40年～昭和63年（飛躍期）

昭和40年 町民プール完成。開基65周年・開村50周年記念式典挙行。町民憲章、町章、和寒音頭を制定。

昭和41年 干ばつ、低温、水害台風のため畑に4億6千万円の被害。

昭和42年 和寒高校道立移管。町民体育館（公民館）新築。



昭和46年 市街航空写真

昭和44年

塩狩小学校廃校。塩狩駅構内に故長野政雄殉職記念碑建立。東山スキ場開設。農協会館完成。

昭和45年

朝日小学校廃校。町商工会館完成。青少年会館完成。

昭和46年

東陵小学校廃校（東和小に統合）。町内全小中学校で牛乳給食を実施。三和小プール完成。町土地改良事業を設置。

昭和47年

東和中学校廃校。南雲源一郎氏が

名誉町民第1号に。西和小プール完成。三笠山自然公園整備着手。

昭和48年

第1回町民運動会開催。町営球場完成。和寒駅構内に横断歩道橋設置。

昭和49年

西和中学校廃校。和寒中学校体育館新築完成。地籍調査終了。塩狩荘全面改築し、塩狩温泉観光ホテルに改称。

昭和50年

町立病院新築完成。D51蒸気機関車を公民館前に展示。開基75周年・開村60周年記念式典挙行。

昭和51年

東和小学校廃校。第1回福祉運動会開催。三笠山自然公園開園。特別養護老人ホーム『芳生苑』開苑。



昭和49年 塩狩温泉観光ホテル



昭和55年 子どもの国オープン

昭和52年
町立歯科診療所開設。地方自治30周年記念式典で、行政総合優良市町村として自治大臣表彰を受賞。

昭和53年
全国高校スキー大会で牧千代春氏（男子15km）、谷口智子氏（女子10km）がアベック優勝。役場総合庁舎完成。福原において最低気温零下41・2を記録。

昭和54年
和 کوچکラウンド照明施設完成。和寒と畜場廃止。ひまわり保育所完成。

昭和55年
特別養護老人ホーム『芳生苑』増築。三笠山自然公園子どもの国オープン。保養センターオープン。開基80周年記念事業として三笠山自然公園にタイムカプセルを埋設（2030年開封）。

昭和56年
東山スキー場第2リフト完成。湿雪害によりカラマツ倒木大被害。三笠児童館完成。

昭和57年
国営天塩川上流地区総合かんがい排水事業を記念し、恵水碑・観音像設置。降ひょう被害発生（被害面積



昭和57年 恵水観音像除幕式



昭和60年 特産品販売センターオープン

230ha、被害額1億円超）。

昭和58年
『スポーツの町』宣言。農産加工センター完成。

昭和59年
史上最高の水稲豊作（10万8千648俵）。生きがいセンター完成。東山スキー場ナイター設備完成。

昭和60年
生活研修センターに土壌診断室設置。味のふるさと便开始。特産品販売センターオープン。

昭和61年
第1回三笠山恵水観音まつり開催。自給肥料供給センター完成。廃棄物焼却施設完成。

昭和62年
和寒高校スキー部が全国高校スキー大会男子リレー競技で初優勝。葬祭場（松岡霊園）完成。防災無線施設完成。

昭和63年
和寒高校スキー部が全国高校スキー大会男子リレー競技で2連覇。『防犯の町』宣言。産業会館完成。



昭和62年 和寒高校スキー部全国優勝町内パレード

広報わっさむでは110年を記念して先人たちの軌跡を2月号から引き続きご紹介しています。次号以降では、平成元年から現在までの様子ををご紹介します。

昭和42年発足の伝統ある部

特集

和寒高校スキー部の歴史に幕

全国2連覇といった数々の記録からスキー強豪校へ

昭和42年にスキー同好会として発足した和寒高校スキー部が今季限りで廃部となります。これまでの栄光の歴史と、最後のスキー部で頑張る部員たちの様子をお伝えします。



昭和62年 初の全国制覇

和寒高校スキー部のはじまり

昭和25年、北海道永山農業高等学校（現旭川農業高校）和寒分校（定時課程夜間農業科）として開校したが、和寒高校の前身であり、昭和27年に北海道和寒高等学校として独立しました。

スキー部は、昭和42年和寒高校が北海道へ移管され、道立学校として再スタートしたのとほぼ同時期に、スキー同好会として発足しました。

スキー部の栄光と歴史

そして昭和47年、士別高校スキー部出身の岡新一監督が赴任してから11年目には、全国高校スキー大会の個人競技でアベック優勝を果たすことになりました。

ここから和寒高校スキー部が全国スキーの強豪校としてその名を知られるようになりました。和寒高校スキー部が、全国及び全道大会で優勝した実績は次のとおりです。

全国高校スキー大会

昭和53年	第27回全国高校スキー大会	男子15km優勝 女子10km優勝
昭和62年	第36回全国高校スキー大会	男子リレー優勝
昭和63年	第37回全国高校スキー大会	男子リレー優勝
平成18年	第55回全国高校スキー大会	男子クラシカル優勝

全道高校スキー大会

男子リレー	12年連続優勝（昭和53年～平成2年）
女子リレー	7年連続優勝（昭和56年～平成2年）

今季で最後のスキー部

現在監督を務めるのは、平成10年に赴任した山石裕司監督。山石監督は平成18年に、男子クラシカル競技で全国優勝した清水康平選手を育成し、再び和寒高校の名を全国に轟かせました。

そんな山石監督を慕い現在所属するスキー部員は、男子1名、女子4名の計5名。最後のスキー部の主将を務めるのは旭川市出身の吉田悠真くん、部員に和寒町出身の荒井友希さん、山口県出身の岩村優さん、剣淵町出身の川上友里さん、鷹栖町出



昭和63年 全国2連覇達成

全国高校スキー大会

男子クラシカル10km	13位	吉田 悠真さん
女子クラシカル5km	22位	荒井 友希さん
	26位	川上 友里さん
	40位	武蔵 優衣さん
男子フリー 15km	5位	吉田 悠真さん
女子フリー 10km	16位	荒井 友希さん
	35位	川上 友里さん
	43位	岩村 優さん
女子リレー	12位	和寒高校

北北海道高校スキー大会

男子クラシカル10km	2位	吉田 悠真さん
女子クラシカル5km	1位	荒井 友希さん
	4位	武蔵 優衣さん
	6位	川上 友里さん
	7位	岩村 優さん
男子フリー 15km	2位	吉田 悠真さん
女子フリー 10km	1位	荒井 友希さん
	6位	岩村 優さん
	7位	川上 友里さん
	9位	武蔵 優衣さん
女子リレー	2位	和寒高校
女子総合	1位	和寒高校



北北海道高校スキー大会
(名寄市健康の森クロスカントリーコースにて)

身の武蔵優衣さんが所属しています。和寒高校は、道立高校の再編に伴い、既に募集停止となっており、現在所属する部員たちが全員3年生であることから、今季限りで和寒高校スキー部としての歴史に幕をおろします。部員たちは、これまでのスキー部の伝統を有終の美で飾ろうと、夏場のトレーニングから一生懸命練習に励んできました。最後のスキー部にかけた部員たちの力走は次のとおりです。



武蔵優衣さん
(鷹栖町出身)

川上友里さん
(剣淵町出身)

岩村 優さん
(山口県出身)

荒井友希さん
(和寒町出身)

吉田悠真さん
(旭川市出身)

こちらをご覧ください。
和寒高等学校ホームページ
<http://www.wassamu.hokkaido-c.ed.jp/>

最後まで精一杯の力走を見せる『和寒高校スキー部』の活躍を期待ください。

クロスカントリーの大会で『和寒高校』の名前がコールされるのも、今年で最後になります。数々の栄光の歴史を刻み、全国にその名を知られるようになった和寒高校スキー部。

09全日本ジュニアスキー選手権(新潟県)

3月5日
第80回宮様スキー国際競技会(札幌市)

今後の大会日程

わっさむの環境対策



NO. 3

和寒町地球温暖化対策実行計画

和寒町では、行政としての模範的、先導的な役割を果たすことができるよう一事業所（役場）として取り組むことのできる、温室効果ガス削減目標や地球温暖化防止に向けた取り組みを先月号に引き続きご紹介しています。

1 直接的効果の取り組み

【燃料】

公用車

公用車の一元管理を図り、効率的運用に努めます。

アイドリングストップの徹底を図ります。

急発進、急加速、急ブレーキのないような安全運転の徹底を図ります。

暖気運転は必要最小限とし、燃費向上に努めます。

利用時間、行き先等の調整が可能な場合は乗り合わせて利用できるように検討します。

市街への外勤は業務に支障のない限り自転車や徒歩を心がけ、公用車の利用の低減を図ります。

公共施設適正配置検討プロジェクトで出される、「公用車の効率的運

用と環境に配慮した取り組み」と連携し、温室効果ガス削減に向けた取り組みとします。

「公用車の効率的運用と環境に配慮した取り組み」とは、役場職員で組織する 公共施設適正検討プロジェクト によって作成されたもので、

公用車の使用状況や維持管理を検証することにより、将来に向かっての

【効率的な運用】維持管理費用の縮減【適正配置】環境に配慮した取り組み】を検証したものです。

【廃棄物】

ごみの分別・リサイクルを徹底し埋立ごみの減量に努めます。

事務用品、電気製品、OA機器等が故障した場合は、可能な限り修理して使用するなど長期間の利用を心がけ、更新する場合は省エネタイプの

機器の購入を検討します。

機器の購入を検討します。

未使用物品、不要物品を必要な部署で使用する取り組みを実施します。

イベントや会議等の飲食の提供は数量に配慮するとともに、廃棄物の発生を抑制するように努めます。

【その他】

庁内での文書は庁内LAN等を活用し、ペーパーレスに努めます。

コピー、印刷物は両面使用を基本とし、紙の使用量の削減に努めます。

ミスコピー、ミス印刷した用紙は可能な限り裏紙として再利用します。

シュレッダー処理を必要最小限とし両面使用した用紙は可能な限り分別回収し、リサイクルします。

会議等の資料は可能な限り両面印刷し、必要最小限の資料となるように努めます。

封筒は、可能な限り再利用に努めます。

【水道】

2 間接的効果の取り組み

温室効果ガス削減の対象項目ではありませんが、水道を使用することで温室効果ガスの排出に繋がることから、

本計画では上水道の使用量についても削減に向けた取り組みを実施します。

トイレの擬音装置等の導入を検討します。

基準年（平成19年度）使用量

3万2千629㎡

目標年（平成24年度）使用量

3万1千487㎡

削減率

3.5%

削減量

1千142㎡

芝生や植木等の散水は雨水等を利用する工夫をし、効率的・計画的に実施します。

水の節水を常に心がけます。

【物品購入】

コピー用紙やその他の用紙は可能な限り再生紙を購入します。

文具、事務用品等は必要性を十分考慮し、最小限の購入量とします。また、購入の際には、エコマークやグリーンマークなどの環境ラベルが表示されている製品の購入を心がけます。

プリンター、カートリッジ等はリサイクル可能な製品の購入に努めます。

購入時は可能な限り簡易包装となるように業者に依頼します。

機器等の購入には省電力タイプで、リユース・リサイクルが容易な製品の購入を検討します。



クロージアップ
今を生きる 人こそが宝
第7回

(有)酒向自動車工業 代表取締役

酒向光雄

(さこうみつお)さん

自分の口は自分で養う みんなで知恵を出し合おう

◆見習い生活での苦勞

昭和22年に和寒青年学校を卒業する以前から、兄が馬そりを製作してもらったことをきっかけに、昭和21年剣淵町の佐藤軽車両で技術を習得するため見習いとして働いた。馬車・馬そりを製作する会社であり、丁稚といわれる見習いであることから、もちろん給料はない。生活の面倒はみてくれるが、朝5時から夜の

11時まで土日もなく働いた。ご飯炊き、水くみ、掃除、冬は雪はね、仕事前はこま使いの毎日。そこで7年間勤めたのち、比布町にある高瀬軽車両に新たな技術を習得するため、勤めることとなる。当時は、大変人気のあった保導車といわれるもので、ゴムのタイヤを装着した馬車を製作した。アメリカ製の中古タイヤにスプリングをつけた、いわ

ばりヤカーのような運搬車だ。

数々の苦勞を経験しながら、ついに昭和30年に酒向軽車両として和寒町での独立開業を果たすことになる。

◆自動車販売と整備

開業当初は、これまでの技術を活かして、馬車・馬そり・農機具製作が中心であった。当時の農業は、馬と農機具があれば農業ができるといわれた時代であり、大変な忙しさだったという。

その後、時代の流れとともに、まだまだ数は少なかったが、自動車販売や整備の仕事も行うようになった。特に販売については、1日に3台以上売れることもあり、年間100台以上の販売実績を上げることもあった。和寒町にある自動車のほとんどは、酒向さんが販売したもの。運転技術を教えるため、路上での講習にも同伴したことも多かったという。また、車を購入すると、部落で入魂式を行う習慣もあり、その席にも出来る限り同席した。

◆大事にしてきたもの

これまでの馬車・馬そり製作販売から、時代の変化とともに自動車販売と整備へと方向転換しながらも、町の自動車屋さんとして、多くの町民に親しまれてきた。

酒向さんは、幼いときから父親がなく、兄弟6人と力を合わせて生活してきた。『自分の口は自分で養う』というのが当たり前で、生きていくために、見習い時代から様々な苦勞を重ねてきた。そんな、酒向さんが大事にしてきたもの。それは『一番は従業員。従業員は家族同様』と答えてくれた。これまで、自動車整備士の育成にも力を注いできた。そして、多くの人から愛される会社を運営するには、従業員が一番大事だという。

また、町内も寂しくなってきたところもあるが、みんなが少しでも知恵を出し合って考えていくことが大事だと語ってくれました。



酒向 光雄さん [(有)酒向自動車工業] 77歳

和寒町字南町 TEL0165-32-2173

出身：和寒町字東和生まれ

経歴：1947年 和寒青年学級卒業 1946年 佐藤軽車両 (剣淵町)

1954年 高瀬軽車両 (比布町) 1955年 酒向軽車両創業

趣味：旅行、登山、釣り

堂前信一さん（松岡）が北海道社会貢献賞を受賞

前和寒町議会議員 堂前信一さんは、長年にわたり地方自治の振興発展に貢献されたことが認められ、1月27日に北海道社会貢献賞を受賞しました。

堂前さんは、昭和62年4月に町議会議員に初当選され、以来平成19年4月にご勇退されるまで、5期20年務められ、この間、副議長を4年、議長を8年務められ議会の円滑な運営に尽力されました。

また、農業委員会委員、国保運営協議会会長、水道運営委員会委員、和寒高等学校教育振興協議会副会長など多くの公職に就かれ、地方自治の振興だけでなく、産業、社会福祉、教育などの振興にも貢献されました。



堂前信一さん（松岡）

樋口安史さん（西町）が交通栄誉章緑十字銀章を受賞



樋口安史さん（西町）

緑十字章は、警察庁長官から交通安全功労者、優良安全運転管理者、優良運転者に贈られ、受賞配偶者に対する感謝状も贈られるものです。

樋口さんは、運転免許を取得以来44年間無事故無違反の優良運転者であることから、1月29日（木）に土別警察署において、土別警察署長から伝達されました。

受賞にあたり、普段から交通安全に心がけていることをお聞きしますと、「普段から交通ルールを守り、いつも時間に余裕をもって出かけるようにしています。」と話されていました。

全町レディースミニバレー大会結果

2月1日（日）、総合体育館において、和寒町ミニバレー協会が主催する全町レディースミニバレー大会が開催されました。結果は次のとおりです。

（敬称略）



	優 勝	準 優 勝	3 位
ジュニア	チーム名：うさぎさん 主将：北島 早苗 選手：三田真希子 選手：中谷 望 選手：遠藤由美子 選手：今北真由美	チーム名：でこぼこ4 主将：大場 栄子 選手：乗田 結香 選手：西澤 清江 選手：目黒 恵美 選手：平田 君代	チーム名：ハッピーバナナ 主将：加藤 慶 選手：十川ルミ子 選手：佐藤美佐子 選手：村岡 真紀
ミドル	チーム名：バナナミドル？ 主将：窪田 節子 選手：栗山ひとみ 選手：大野由美子 選手：稲安 恵	チーム名：チーム名は何？ 主将：南雲 純子 選手：伊藤裕美子 選手：中原まり子 選手：三好 敦子 選手：朝日万由美	チーム名：芳生苑クッキング 主将：武山友香里 選手：原 江利子 選手：米澤 晃子 選手：澤井 廣子
シニア	チーム名：白樺チーム 主将：朝日久美子 選手：小野ヒロ子 選手：小松 和子 選手：渡部 久子 選手：本館美智子	チーム名：楡チーム 主将：塚崎 政子 選手：吉田 敦子 選手：渡辺多加子 選手：十川富久美	チーム名：東山チーム 主将：高橋 文子 選手：竹本 良子 選手：谷口 真純 選手：赤石 和子

全国中学校スキー大会クロスカントリー競技結果

平成21年2月4日（水）から7日（土）に岐阜県高山市鈴蘭高原クロスカントリーコースで行われた全国中学校スキー大会に和寒町から、内田伸明さん（3年）、辻 将鷹さん（3年）、山口清美さん（3年）、松村真由さん（1年）の4名が参加しました。

特に、男子リレー競技では北海道選抜チーム第4走のアンカーとして内田伸明くんが選抜され、見事全国制覇を成し遂げました。

結果は次のとおりです。

【クロスカントリー競技】

男子5kmクラシカル				
22位	内田 伸明さん	58位	辻	将鷹さん
男子5kmフリー				
10位	内田 伸明さん	85位	辻	将鷹さん
男子リレー競技				
1位	北海道選抜チーム	第4走	内田	伸明さん
女子3kmクラシカル				
59位	松村 真由さん	63位	山口	清美さん
女子3kmフリー				
59位	山口 清美さん			



男子リレー競技北海道選抜チームは見事全国制覇を成し遂げ、第4走アンカーで大活躍した内田伸明さん（右から2人目）

和寒小3年生が『あぐり王国北海道』に出演しました

あぐり王国北海道

あぐり王国北海道は、北海道農業の魅力を各地に出向き、地域の方々と交流を深めながら紹介する番組で毎週土曜日午後5時から放送されています。

【2月14日午後5時HBCにて放映されました。】

越冬キャベツの魅力を紹介

1月16日（金）、和寒小学校3年生の学級を訪れたのは、タレントの森崎博之さん、お笑い芸人オクラホマの河野真也さん、HBCの松坂有希子アナウンサーのほか、同番組に応募した4名の子どもたち「あぐりっこ」です。

和寒小学校の3年生は、越冬キャベツの種植えから収穫までの体験を毎年総合学習の一環として行ってきており、同番組の出演者と一緒に、これまで学習してきた内容を授業で発表しました。

発表後には、番組からの質問も多く出され、越冬キャベツの魅力について、答えていました。



越冬キャベツの収穫体験

その後、川西の荒井敏一さんのほ場を訪れ、越冬キャベツの収穫体験を行いました。

あいにくの吹雪もようではありましたが、スコップを片手に雪の中から越冬キャベツを一生懸命掘り起こしました。中には、夢中になってキャベツを両手いっぱい抱える子どもたちもあり、楽しい体験授業となりました。



『冬音』のキャベツプリンなど

越冬キャベツの味覚を味わおうと居酒屋『冬音』を訪れ、キャベツプリンや越冬キャベツのキッシュの味を堪能しました。

和寒東山ジャイアントスラローム大会

2月15日(日)、東山スキー場において、和寒町スキー協会が主催する、第10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。結果は次のとおりです。

幼児女子組 4位 前鼻 杏実さん
 小学3・4年女子組 6位 山石沙也加さん
 (町内入賞者関係分のみ)



ジュニアスキー技術選道北ブロック大会

1月25日(日)、和寒東山スキー場において北海道ジュニアスキー技術選手権道北ブロック大会が行われました。この競技は、小学3年生から高校生までの男女が、大回り、小回り、制限滑降(ポール)の3種目の合計得点により、総合的なスキー技術を競い合う競技です。道内各地から約40名の選手たちが参加し、町内からも、佐々木彰斗くん(中1)が出場し、中学男子の部で見事2位に輝きました。



第20回わっさむ極寒フェスティバル

2月7日(土)、大地の広場(カントリーエレベーター横)において、第20回わっさむ極寒フェスティバルが行われました。アウトコーリング、ニアピンコンテスト、スノーモバイル体験試乗などのアトラクションのほか例年大好評の食べ放題コーナー、大ビンゴ大会、雪中餅まきと、20回を記念して今年は『ピン玉世界選手権』も行われるなど、町内外から訪れた多くの皆さんが冬の1日を楽しみました。また、最優秀賞の5万円をめざした雪像コンテストでの入賞結果は次のとおりです。



雪像コンテスト入賞者

順位	チーム名	代表者(敬称略)
最優秀賞	三笠山大学専攻科A	有元喜恵子
優 秀 賞	クロカン少年団	酒井香奈子
3 位	チーム一致団結	酒井 健
4 位	なかよし家族A	馬場 幸子
5 位	チームげんきもりもり	渋谷 博樹
6 位	社協・芳生苑	伊藤 明
7 位	村上ファミリー	村上 久
8 位	赤石ファミリー	赤石 義美
9 位	きかんしゃエドワードとおっさんたち	合田 菊夫
10 位	嗚呼ワットサム	青山 康俊
11 位	しげジイ	斉藤 悦子
12 位	三笠山大学本科1年D	—
12 位	社協・健楽苑	木村 有志
12 位	なかよし家族B	丹羽千恵子
15 位	上さん	上村 光義

図書館

☆へいこう

新着本のご案内

〔一般書〕

ディヒザテロ通りマイケル・オンダーチェ） 廃墟建築士（三崎亜記） 鬼の遣音（道尾秀介） 架空の球を追え（森絵都） 女優仕掛人（新堂冬樹） 反乱する管理職（高杉良） 千世と与一郎の関ヶ原（佐藤雅美） WE LOVEジジイ（桂望実） 煙霞（黒川博行） 楊令伝（北方謙三） ヒロウな話で恐縮です日記（三浦しをん） ペンジャミン・パトンスコット（フィッツジェラルド） 風花病棟（木蓮生） 少女漢かなえ） 本日、サーピステイ（朱川湊人） 「裁く」ための練習帳（森炎） 珈琲屋の人々（池永陽） いつもそばにいますよ（江上剛） 人間には使えない蟹語辞典（金田一秀穂） 男道（清原和博） 大人のかわいいスイーッテコ（山田けい） わたしの優しい死神（きのとりこ） カルボナーラばかり注文するな（武田双雲） 猫グッズ図鑑（佐々木ルリ子） Pinky（石橋かおり）

〔児童書〕

しかめつつらあかちゃん（ジョージ・パーケット） たんじょうびはきのうえ（きむらゆういち） ジャッキーのたからもの（あだちなみ） だまし絵サーカス（ウオーレス・エドワード） ドロップドロップ（杉田比呂美） のるのるひつじとせかせかひつじ（蜂飼耳おそとがきえた）（市川里美）

本一話の題
『トリアングル』
(新津きよみ/著)
10歳の時に初恋の少女が殺され、15年後の時効成立をきっかけに、刑事となった事件を追いつけることに決意した郷田亮二。そんな亮二の前に、殺された少女にあまりにも似た美しい女性が現われ…。
ドラマ「トリアングル」の原作本。

毎週土曜日
14時00分～
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!!

健康メモ

タバコを知ろう!!

「タバコの害くらい知ってるよ」「どうせやめると言うんでしょ？」そう言われることは承知の上ですが、禁煙を考える時代が来るかもしれません。

WHO（世界保健機構）が提案した「たばこ規制枠組み条約」より、2010年2月までに人が集まる場所での全面禁煙化、こうした施設内にはいかなる形態の喫煙所も設けないこと、違反管理者への罰則規定を定めること」が採択されました。

なぜこのようなことが採択されたのでしょうか？



「吸っていないくても影響が！」タバコの煙には有害物質がたくさん含まれ、様々ながんや呼吸器系の病気にかなりやすい、動脈硬化を促進するなどの影響があります。

一方、タバコを吸わない人が他人の煙を吸う（受動喫煙という）だけでも、同じような健康被害が起こりやすくなります。

また、タバコの煙は喫煙室の出入口などの隙間から空気中に広がるので、受動喫煙を防止するためには喫煙室の設置も望ましくないので。

さらに、空気清浄機で除去

できるのは、煙に含まれる有害物質のうちわずか3%。残りの97%は全く除去されずに空気清浄機を素通りしてしまします。

要するに、空気清浄機はタバコに無効なのです。

「からだに及ぼす様々な影響」

タバコは八ゲますよ!!
毛髪の元となる細胞は、毛細血管から栄養素を吸収し、毛髪を作ります。しかし、タバコを吸うと血液の流れが悪くなり、髪に必要な栄養素が行き渡らず、薄毛や脱毛・白髪が進行。40歳男性の非喫煙者のうち薄毛の人は38%ですが、喫煙者では67%に増加するというデータもあります。

「あなたは悪くない!悪いのはニコチンです」

なぜタバコはなかなかやめられないのでしょうか? 「自分の意志が弱いから…」と思っ

双子の姉妹。どっちが喫煙者?

…正解は左。しわ・くすみが目立ち歯にも色素沈着が。カラーで見たい方は保健福祉センターへ!

タバコは5歳以上老ける! 喫煙によって、皮膚の色に関係するメラニンの量が増え、肌のくすみやしわも増加。例えば喫煙者の27歳時のメラニン量は、非喫煙者の32歳のメラニン量と一緒に、その差は5歳!

タバコは子供にも影響が! 妊婦がタバコを吸うと、次のような影響があります。

- ・流産、早産、低体重児等の原因に
- ・乳幼児突然死症候群・斜視・脳出血・小児がんなどを発症しやすい
- ・身長・体重の増えや知能の発達が悪くなる
- ・落ち着きがない・問題行動を起こしやすい
- ・胎児が女の子の場合、将来不妊になりやすい

「あなたには悪くない!悪いのはニコチンです」

タバコの煙に含まれるニコチンは脳で快感を伝える働きをします。そのため、喫煙すると「ストレスが解消した」などのような錯覚に陥ります。この状態が「ニコチン依存」で、一定量のニコチン濃度を保っていないと不安やいらつき、眠気などが生じます。

このような「依存症」に陥るとなかなかやめられなくなります。

禁煙する方法は色々ありますが、なかなかやめられない場合は「禁煙外来」を受診してみるのも一つの手です。

保健師 佐武絵理

年金あれこれ

会社などを退職される方へ・・・国民年金の加入と保険料の納付はお忘れなく！

60歳未満で会社等を退職される（厚生年金等をやめられる）方は、2週間以内に戸籍年金係で、加入の手続きをして、保険料を納めていただくことになります。

◆厚生年金に加入している時◆

あなたは・・・厚生年金保険料等として給料から天引きされていまして、国民年金保険料は個別に納めていませんでした。
配偶者は・・・第3号被保険者の認定を受けている期間は、配偶者の加入する年金制度全体で負担していらしたので、国民年金保険料の納付は不要でした。

◆厚生年金等をやめた時◆

あなたも・・・国民年金の第1号被保険者となります。
配偶者も・・・国民年金の第1号被保険者となります。
◎保険料は、社会保険庁から送付される納付書で納めます。
◎保険料の納付が困難な時は、免除申請ができます。

※反対に会社等にお勤めになった時は、同様な手続きが必要になります。

◆会社にお勤めされた方◆

【手続きに必要な物】

- ・会社（事業所）で発行の資格取得証明書
- ・年金手帳
- ・印鑑

※国保に加入されていた方は、保険証を返却していただきます。

◆会社を退職された方◆

【手続きに必要な物】

- ・会社（事業所）で発行の資格喪失証明書
- ・年金手帳
- ・印鑑

※健康保険任意継続者以外の方は、国保加入の手続きも行います。

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

生活リズムの確立と睡眠 ～懸念される影響～

（ポイント）睡眠習慣は心の安定、身体の発育成長、学力面などに影響します

睡眠の習慣がきちんと身に付かない場合には、様々な弊害が懸念されます。
睡眠不足や不規則な睡眠リズムは、イライラする、攻撃性が高まる、無表情になる等、情動面に影響を与えます。また、年齢が低いと攻撃性に現れ、年齢が高いとつつ傾向が出るという調査もあります。
学校生活においては、睡眠不足で朝起きられない児童は「忘れ物が多い」「叱られる回数が多い」傾向があります。学力面でも多くのデータが示すとおり、睡眠不足と学力には関連がみられます。
また、睡眠不足は肥満になりやすいといった報告もあるなど、きちんとした眠りが子どもたちの心身の健康に影響することがわかります。

（文部科学省 子どもの生活リズム向上ハンドブック 抜粋）－和寒町青少年育成町民会議－

自衛官募集中

■平成21年度採用「予備自衛官補」募集

☆予備自衛官補って？

普段は社会人や学生であっても、いざという時には自衛官として社会のために貢献できる。それが「予備自衛官補」です。一般と技能の公募コースがあり、平成20年7月1日までに全国で5,784名が採用されています。

「身分」非常勤の特別職国家公務員

「採用年齢」一般公募：18歳以上34歳未満

技能公募：18歳以上で保有する技能に応じ53歳～55歳未満

（技能例：医師・看護師・技師・語学・整備・情報処理・通信・電気・建設等々）

◇ 詳しくは、お問い合わせください。

「訓練内容」一般公募：3年以内に50日の教育訓練を受けます。

技能公募：2年以内に10日の教育訓練を受けます。

「教育訓練召集手当て」日額：7,900円（自宅から訓練実施駐屯地までの交通費支給）

「衣・食・住」食 事：教育訓練召集間、無料支給されます。

宿 泊：教育訓練召集間、駐屯地内の定められた宿舎に起居（無料）します。

被服等：教育訓練で使用する作業服等は無償貸与されます。

「応募」電話連絡または、下記住所へお越しください。名寄出張所広報官が対応いたします。

「受付」平成21年1月5日～4月13日（月）（締切日必着）

「試験日」平成21年4月18日・19日・20日のいずれか一日が指定されます。

■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（電話お待ちしています）

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。

まちのニュース カメラ・アイ ～地域のお届けします～

全町老人クラブ交流会

1月30日(金)、町民センターにおいて和寒町老人クラブ連合会と北海道身体障害者福祉協会と北海協会との共催で「第3回全町老人クラブ文化レクリエーション交流会」が会員約1000名の参加のもと盛会に行われました。交流会では、全国老人クラブ連合会推奨の「いきいきクラブ体操」を全員で行い、各会場に分かれて健康ダンスと花札、麻雀の3種目をおして交流を深め楽しいひと時を過ごしました。



1/30

加工品研究セミナー

2月5日(木)、農業活性化センターにおいて町内の生産者や商工会、農協などで組織する加工品研究ワーキングチームによる講演会が行われました。前ホテルクラブバーサッポコの料理長、現在は農水省「地産地消の仕事

人」や北海道食育アドバイザーなどを務めるほか、STVどさんこフイード180にレギュラー出演などで知られる『貴田桂一さん』が講演を行いました。地域の食材と地域づくりと題し、和寒の特産品である越冬キャベツやかぼちゃの料理などを紹介したほか、地産地消を推進するための数多くのヒントが話され、貴重な講演会となりました。

「人」や北海道食育アドバイザーなどを務めるほか、STVどさんこフイード180にレギュラー出演などで知られる『貴田桂一さん』が講演を行いました。地域の食材と地域づくりと題し、和寒の特産品である越冬キャベツやかぼちゃの料理などを紹介したほか、地産地消を推進するための数多くのヒントが話され、貴重な講演会となりました。



2/5

介護予防講演会

2月5日、保健福祉センターにて「口腔ケアと高齢者の健康」と題し、旭川医科大学口腔外科竹川政範医師を講師に介護予防講演会が開催されました。「口の働きは健康の大きな支え、普段からのケアが大切。」と具体的なケアの方法も交えた身近な「口の話」に、参加された約60名の町民の方は、熱心に耳を傾けていました。

全日本スノーモビル

2月8日(日)、わっさむサーキットにおいて全日本スノーモビル選手権第3戦が行われました。雪の降るなか103名のライダーたちがスノーモビルの速さを競いあい、町内からも4名の選手が出場しました。雪けおりを上げながら疾走するスノーモビルの迫力あるレースが展開され、会場に集まったファンを魅了していました。



2/5



2/8

国際交流で和寒町に

2月6日(金)から10日(火)まで、国際交流の会では台湾と中国の留学生2名を受け入れました。留学生たちは、極寒フェスティバルへの参加、越冬キャベツ掘り体験、和寒小学校全児童との交流、スキー体験などを行い、和寒の冬を体感し、受け入れ家族の皆さんとともに、楽しいひとときを過ごしました。



2/9

三笠山大学講座

2月12日(木)に三笠山大学2月講座が行われました。今回は女性大学セミナーとの連携講座として開催され「健康な体であるために」という演題で町立病院山下院長から、喫煙の害、逆流性食道炎、ピロリ菌について分かりやすく解説され、充実した講演会となりました。

2/12



和小新校舎にお引越

2月14日(土)、和寒小新校舎に引越しを行うため、児童・教員、PTA、教育委員会などの関係者らが引越し作業を行いました。児童たちは、ランドセルにたくさんのお書庫の本を詰め込み、引越し作業を手伝いました。



2/14

ハローベビー



ゆづき
栗山由葵くん

《H19. 10. 11生まれ》

南町 栗山可奈子さんの長男

こんにちは、ゆづきです。
僕は音楽が大好き。曲が流れるとすぐにノリノリで踊りだすよ。ぐずついても、違う事をしてても、それを忘れて夢中になっちゃう(笑)
そんな僕を見て、みんながほめてくれるから、とっても嬉しいんだ!



ななせ
林七瀬ちゃん

《H19. 10. 11生まれ》

三笠林 隆一さん・美紀さんの三女

はじめまして『ナナセ』です。ナナにはね大好きなお姉ちゃんが2人いるの。ご飯の方が好きだけど。最近困った事に姉ちゃん同士のケンカに巻き込まれて毎日戦闘ごっこ。ナナも泣かないよ! 男の子みたいなお姉ちゃんだけどいと寂しくて泣いてママにベッタリ離れないの! 町中で見たら『ナナ』と呼んでね!



としや
牧寿也くん

《H19. 7. 20生まれ》

三笠牧 亨さん・郁子さんの長男

はじめまして『としや』です。僕は、食べる事が大好きです。最近では、お姉ちゃんよりより食べるので、おなかがぼんぼりなんだ! あと、テレビを見ながらお姉ちゃんと一緒に上手に踊る事もできるよ! こんな僕だけど、皆さんよろしくね!

感謝

☆和寒町☆

▼株式会社細川商店(代表取締役 細川博司さん) からリサイクル事業推進に役立ててくださいと、10万円を

☆町立病院☆

|| 寄附 ||

▼森 正紘さん(旭川市) から亡父の葬儀に際し10万円を

|| 寄贈 ||

▼井上 隆さん(西町) からティッシュ60箱を

☆芳生苑・健康苑☆

|| 慰問 ||

▼喫茶ルームボランテニア
▼草花の会 押花作品展示

☆社会福祉協議会☆

|| 寄附 ||

▼武内ハナヨさん(東町) から亡父の葬儀に際し、2万円を
▼大前博道さん(川西) から亡妻の葬儀に際し、5万円を
▼福井教之さん(南町) から亡母の葬儀に際し、5万円を
▼和久 充さん(北原) から亡母の葬儀に際し、5万円を

戸籍の窓

◆お悔やみ申し上げます

氏名 年齢 住所
大前 星子さん(63歳) 川西
福井 英子さん(79歳) 南町
和久 清枝さん(85歳) 芳生苑



発行 北海道 和寒町役場/総務課

人口 4,068人(4人)
・男 1,886人(2人)
・女 2,182人(2人)
世帯数 1,775戸(4戸)

()は前月対比

出生 1人 死亡 4人
転入 12人 転出 5人

2月1日現在

人の動き

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



古紙配合率50%再生紙を使用しています