

とままえ



風かおる
人が輝き
躍動するまち



まちびと百景

苫前町消防団総合演習

毎年実施されている消防団の総合演習。消防団員はそれぞれ仕事もち、勤務を終えた後、我々住民の生命と財産を災害から守るため、訓練を行っている。

森町長や逢坂照雄北留萌消防組合消防長からも「きびきびしたスピーディーな動きで全道でも通用する」との言葉もいただいた。

消防団の出動がないことを祈りつつ、団員の皆さんの活動に敬意を表したい。

- 北海道指導林家の認定…2
- サクラマス稚魚の放流…3
- 留萌管内少年東西対抗剣道大会…4
- ファイヤー通信、文芸…5
- 健康ばんざい…6
- まなびの情報…7
- 国民健康保険ガイド…8
- 国民年金…9
- 住まいる情報…10～11
- ちびっこギャラリー…12

まちの人口

人口／3,655人 (男／1,712人：女／1,943人)
世帯数／1,648世帯 (5月31日現在)

URL:<http://www.town.tomamae.lg.jp>

北海道指導林家の認定

町内において林業生産活動を意欲的に行い、他の模範となるような方を指導林家として認定、林業普及指導事業における指導者として活用を図ることを目的とした北海道指導林家認定事業で古丹別に在住している服部秀行さんが指導林家として認定証の授与が4月28日(水)に町長室で行われた。

林業は、安価な外国産木材の輸入等により、国内産木材の販売低迷等による廃業など山を手放すことや、相続等により山林を譲り受けたものの、森林の管理ができず放置されたものなど森林の荒廃が増加しており、全国的に深刻な問題となっている。

町長から認定証を受けた服部さんは「責任の重さを感じているが、荒廃している山が1つでも少なくなるよう、自分の経験を活かしていきたい。」と語った。



国勢調査実施本部の設置

10月1日を調査日として5年に1度行われる国勢調査のため、実施本部の設置が4月30日(金)行われた。

国勢調査は、人口や世帯、年齢、就業状況等の各データを調べる国の基本的な統計調査で、西暦年の末尾が0の年の調査は居住期間や在学など教育の状況、就業地や通学地までの交通手段などの項目も加わる。

本町では調査員として51名が総務大臣から任命を受け、9月23日から調査票を配布、約1週間後に回収を行う。今回からプライバシー保護の観点から記入内容を見ることができないよう封筒で提出する方法のほか、郵送提出も希望により可能となる。

森町長も「漏れがないよう調査を実施するが、町民皆さんの協力をお願いしたい」と述べていた。



留萌セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会で古丹別サンダースが初優勝

5月4・5日(火・水)に第4回留萌セントラルクリニックカップ争奪少年野球大会が留萌市菅見晴球場ほかで開催され、本町から出場した古丹別サンダースが初優勝を果たした。同大会は、留萌市内で行われるシーズン最初の公式戦として開催、市内や管内のチームの他、名寄市や富良野市など管外も含め、計15チームがトーナメント戦で熱戦を繰り広げた。

サンダースは、1回戦で留萌萌友スポーツ少年団、2回戦で天塩タイガース、準決勝で増毛ファイターズを撃破、決勝では富良野市球友ライナーズと対戦した。2回に大量4点を奪ったサンダースが優位に試合を進め、追いつがる球友ライナーズを7-5で振り切り初優勝を飾った。なお、最優秀選手賞にはサンダースの前川貴頌選手が選ばれた。



交通ルールを守ろうね ～ 町内保育園(所)で交通安全教室 ～



暖かくなり幼児の行動範囲も広がる季節になってきたことから、町内保育園(所)で交通安全教室が開催され、園児が楽しみながら交通ルールを学んだ。

5月10日(月)、苫前保育園(青木久美子園長)で行われた教室では、青空の中全園児35名が参加した。青木園長から「ルールやきまりを守りましょう」とあいさつした後、苫前駐在所の藤田利文所長から「道路を渡るときは、左右をしっかりと見ること。自転車は1人では乗らず、お父さんお母さんと一緒に乗ること」と園児と約束をした。簡易信号機と横断歩道マットを使って行われた訓練では、お友達と手をつなぎ、信号機を守って横断することができた。

一方、古丹別保育所(川森のり子所長)でも交通安全教室が5月13日(木)開催され、全園児36名と子育て支援センターに参加した4名あわせて40名が参加した。あいにくの雨模様のため体育館で行われた教室では、室内に設置された簡易信号機を使い、道路の渡り方を学習した。

川森所長からは「今日はしっかりとルールを学び、事故に遭わないよう気をつけましょう」とあいさつ、古丹別駐在所の鈴木憲作巡査部長より「みんなが事故にあわないようきちんとルールを守りましょう」と述べ、園児も元気よく返事をした後、体験がスタート。最初は、信号を見ることができず、前の人について行くだけだった園児も、徐々に信号をしっかりと見ることができ、ルールが身についていた。



サクラマス稚魚の放流

本年で5年目となるサクラマス稚魚の放流が5月8日(土)水辺の楽校ビオトープ池で行われ、小学生や保護者など約20名が参加、5センチ程度に成長した約300匹の稚魚を放流した。

この事業は、環境マネジメントシステム(ISO14001)認定取得企業である萌州建設株式会社苦前支店(秋山貴人執行役員苦前支店長)が溪遊愛好会(二本柳健司代表)からの要望を受け、住民との交流や自然環境保全を目的に地域社会貢献事業として実施したもの。

当初は、天竜橋付近で放流する予定であったが、雪解けによる水や前日からの雨などの影響で水位が高いことから危険と判断し、古丹別所学校前にある水辺の楽校での放流となった。

子どもらは「大きくなってまた古丹別川に戻ってほしい」「他の魚に食べられないように」と思い思いの願いを込めながら、稚魚を見守っていた。



成人講座 太巻き寿司

5月12日(水)公民館で成人講座の太巻き寿司教室が開催され、16名が参加した。講師はとままえ温泉ふわたの料理長である西岡達之さん。

西岡さんは、和食の担当ではあるが太巻きやにぎり寿司は修行した経験がなく、厨房で他の料理人から教わったものを自分で学習し習得した経緯がある。

今回の教室では、太巻き寿司と細巻きの作り方を学んだが、合わせ酢の作り方から巻き方までを学んだ。特にしゃりの作り方では、混ぜるときは切るようにして混ぜることや、うちわ等でおおぐのはツヤのある仕上げにするためなどの細かな説明を加え分かりやすく指導していた。

参加者も太巻きや細巻きの巻き方でうまくいかない部分は西岡さん呼び、「しゃりが多すぎる」「のりしろを多くとった方がよい」などのアドバイスを受けていた。

太巻き2本、細巻き2本を体験した参加者は大変満足そうに「家でもやってみたい」と笑顔で語った。



桜も間に合い、ジンギスカンに舌鼓 ~第39回さくらまつり~

5月16日(日)午前11時から古丹別緑ヶ丘公園で第39回さくらまつりが開催され、多くの町民がさくらを見ながらイベントを楽しんだ。

5月に入っても天候不順で気温が上がらないことから、実行委員会や関係者も公園内のエゾヤマザクラやソメイヨシノなどの開花も心配していたが、2~3日前の好天で気温も上がり、芽吹いていた木々の花も一気に開花、何とかまつりに間に合い、当日も晴天の青空の中に咲くピンクの花びらが来場者の目を楽しませていた。

本年は、本町の130年記念を冠として行われたまつりでは、緑ヶ丘公園桜祭り実行委員会の犬矢根正春委員長や森町長が「桜の花の下で1日楽しんでください」との挨拶の後、苦前鱗萃会による勇壮なよさこいソーラン、演歌歌手による歌謡ショーや来場者によるカラオケ大会などのステージイベントが行われるとともに、商工会女性部による山菜そば、ホタテごはんや町内商店・団体などによる販売も賑わいを見せていた。

仲間うちや家族連れなどで訪れていた来場者は、ジンギスカンに舌鼓を打ちながら、お酒を楽しみ、中には踊り出す人も出るなど、頬もピンクに染めながら春のひとときを満喫していた。



留萌管内少年東西対抗剣道大会・留萌管内少年少女個人選手権大会



5月16日(日) 苫前中学校体育館で、留萌地方剣道連盟連絡協議会(清水陸留萌剣道連盟会長)主催の第47回留萌管内少年東西対抗剣道大会と第37回留萌管内少年少女個人選手権大会が開催された。

大会には小中学生約90人が参加、個人戦では、小学校2年生以下の部、3・4年生の部、5・6年生の部、中学生男子の部、女子の部の5部門に分かれて行われ、苫前剣道連盟(三上敏行会長)からは9名の小中学生が参加したが、健闘もむなしく入賞することができなかった。また、苫前町以北を西軍、小平町以南を東軍として行われた東西対抗戦では西軍が15勝11敗11分けて勝利した。

管内各地域から応援に駆けつけた約110人の父母らは、我が子の手に汗握る試合に熱い声援を送っていた。

戦争のない世の中を願って ~平和の鐘慰霊法要~

平和の鐘奉賛会(中野吉晴会長)による慰霊法要が5月16日(日)古丹別緑ヶ丘公園内にある戦没者慰霊堂で行われ、留萌管内各地より約90名の方々が参列、第2次世界大戦へ招集された増毛町から幌延町までの1953人の肉親の冥福を祈った。

参列した竹内勝副町長からも「肉親を失った悲しみは癒えることはないが、年月の経過と共に戦争の記憶が忘れ去られようとしている。現在も原爆等の後遺症で苦しんでいる方が多くおり、戦争の悲惨さや怖さを世界に伝え、平和の輪を広げていくことが必要」と述べた。

この後、参列者は慰霊堂横にある鐘つき堂に並び、1人ずつ鐘をつきながら戦争のない世の中を願っていた。



苫前町商工会総会・商工会法施行50周年記念式典



5月21日(金)午後3時30分からとままえ温泉ふわつとにて苫前町商工会(菊地暢会長)の通常総会が開催された。総会には130人の会員のうち委任状68を含め112人が出席し開催、菊地会長があいさつを行い、中小企業等の経営革新やまちづくり等による地域活性化の推進などの4つの重点事項を盛り込んだ事業計画、定款の一部改正など8件の議案を原案通り可決した。

また、同日午後5時より同会場にて商工会法施行50周年記念式典が、森町長をはじめとして條野昌和留萌振興局副局長や工藤敏郎道議会議員などの来賓も集まり挙行された。当商工会は、昭和35年12月に故菊池朝治氏を初代会長として組織、商工会活動の基礎づくり、組織強化と育成などを行いながら、今日を迎えた。菊地会長はあいさつで「商工会がかかえる問題は国内外と山積、厳しい状況であるが、更なる商工業の振興と発展、地域への貢献などを行い、努力していきたい」と述べたあと、50周年記念表彰として島田清一元会長、松田弘前会長に功労賞ほか団体功労者表彰、永年勤続役員表彰などが行われた。

来賓祝辞で森町長は「町も商工会と連携しながら、総合的なまちづくりと地域コミュニティの再生、小規模事業者の経営をはじめとする地域経済の活性化に努めていきたい」と述べた。その後開催された記念祝賀会では、20年前からの商工会活動が収められたDVDも上演され、当時の活動を振り返りながら50年の歩みを祝っていた。



苫前町消防団総合演習



日頃の訓練成果と町内消防団と消防職員の連携等確認を目的とした総合演習が5月23日(日)苫前町公民館駐車場で開催され、消防職員、消防団員などあわせて65名が参加した。

服装点検、機械器具点検などが行われたあと小隊訓練を古丹別分団が、ポンプ操法を苫前分団が実施、訪れた来賓や訓練を見学に来た町民に日頃の訓練の成果を披露した。また、模擬火災訓練として萌州建設株式会社苫前支店の建物を使用し、連絡体制や消火の際の役割分担の確認を含めた放水訓練を行った。サイレンの警笛や火災箇所の連絡など本番さながらの訓練では消防職員、団員双方が緊張した面持ちで自分の役割を見事にこなしていた。

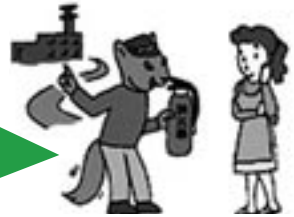
山の緑を 火災から 守ろう

最近全国的に山火事や野火が多発しております。
 苫前町でも近年山火事や野火が発生しておりますので、山に入る際は火気の使用は極力避けるようにしましょう。



山に入った際は、たばこの投げ捨てはやめましょう。
 山を守るのも愛煙家のマナーです。

悪質な訪問販売が多発する時期になりました。
 消火器や住宅用警報器について、消防や役場では斡旋はしておりませんので、十分注意願います。



火事・救急は119番!

北留萌消防組合消防署 苫前支署 ☎64-2321
 // 古丹別支署 ☎65-4119

「文芸」

(短歌)

お早ようと告げる雀の鳴く声に窓辺の朝顔目を覚ましゆく
 吾が窓に封いて咲きにし雪柳花の白さにせまる黄昏

古丹別 大矢根亮子

ひと群の都忘れを降る雨に濡れるひととき倦怠の貌
 朱の色を兆す薔薇や窓際の黄昏の笑み花芯に届く

札幌市 住吉 美恵

戦争と平和の中のまぼろしの父が恋しきカキツバタ咲く
 私だけふから薔薇を愛します都忘れのうすむらさきよ

古丹別 木幡とく子

干したての洗濯物を畳みつつひと日の温み頬にあており
 海の水まだ冷たくて細波の浜辺の小石お手至にする

(俳句)

浜風に わかめふすまが なびきおり
 朝の市 背黒くイカの 並びおり

古丹別 桑 風

祭笛 親子で「ワッショイ」 樽みこし
 半夏過ぎ 秋の気配が 頬撫でる

古丹別 林 千代美

(文責・大矢根)

(川柳)

仕分け人 笑顔で財を 捻り出し
 前向きの 一步に託す 老いの夢

苫前 小島 信子

気配りが 教えてくれる 人の道
 喜寿過ぎて 禿と白髪の クラス会

札幌市 原 淑子

誤字脱字 変換ミスに 悩む老い
 (文責・鎌田)

苫前 鎌田 信夫

暮らしぶりの映し～北の光が続く道～

萌える天北オロロンルート

留萌管内イベント情報

【留萌市】6月26日(土)・27日(日)
 オートキャンプフェスティバルinるもい2010
 6月27日(日)
 うまいよ!るもい市
 【遠別町】6月19日(土)
 ひらめ底建網オーナーin遠別2010(引き上げ実施日)

今月のトピックス

ひらめ底建網オーナー オーナー決定
 「ひらめ底建網オーナーin遠別2010」のオーナー募集は、全国から625通の応募があり、5月16日に開催された「富士見ヶ丘公園開きえんべつ山菜まつり」にて、160名のオーナーが決定いたしました。運命の引き上げ日は6月19日土曜日です。

沿道沿いの草花情報募集

地域情報受信システム実行委員会では、管内の魅力を再発見するため、皆様の地域の沿道に咲いている草花の情報をお待ちしております。
 情報は、0164-42-3871までお寄せください。

問 萌える天北オロロンルート運営代表者会議事務局 (増毛土建株式会社内)
 TEL 53-1140 FAX 53-1141 E-MAIL y.sango@mashikedoken.co.jp
 留萌管内の情報が満載!るもいfan.net HP http://rumoifan.net/moeten

健康ばんざい

『行楽シーズンは エキノコックス症にご注意を』

今日の担当は宮前保健師です

遅かった春からいよいよ夏を迎える頃になりました。山に海にと屋外で活動する機会が多い季節です。エキノコックス症に感染するリスクも増えますので、次の点を参考にしてください。

エキノコックス症とは？

寄生虫のエキノコックスが主に肝臓に寄生して起こる病気です。北海道では毎年20名程度の患者がみつかっています。感染してもすぐには自覚症状が現れない特徴があります。無症状のまま見つかる人もいますし、数年から10数年の潜伏期間を経て、上腹部の不快感や張った感じが出現して疲れやすさ、黄疸等の症状が現れます。対処しないと転移したり、命にかかわることもあります。

キツネや犬が感染します

エキノコックス症は通常、キツネと野ネズミの「食べる」「食べられる」関係の中で生きています。また、犬もキツネ同様に感染した野ネズミを食べると感染します。飼う犬の飼い方には注意が必要です。

人が感染しないためには？

エキノコックスの卵が口から入らないように感染予防が第1です（卵は60度10分間の加熱で死

にます）。

- ① 外から帰ったら必ず手を洗う。
- ② キツネに餌付けや触れない。
- ③ キツネが近寄らないよう、生ごみは適正に処理する。
- ④ 飼い犬が野ネズミを食べないように、放し飼いや野原に放さない。散歩中に拾い食いをさせない。
- ⑤ 山菜や野の果実は十分に加熱もしくは十分に水洗いしてから食べる。
- ⑥ 沢水など生水は煮沸後に飲む。

「早期発見が大切です」

町では特定健診に併せてエキノコックス症検診（血液検査）を実施します。対象地区が5年に1度の巡回になります。今年の対象地区住民の方はぜひ受診しましょう。

なお、詳細につきましては後日、回覧でお知らせします。

エキノコックス症検診

●対象者

・旭・香川・長島・岩見・小川
・東川・九重・三溪地区の住民で
小学3年生以上の方

●日程

平成22年9月15日～17日
平成22年12月16日、17日

●会場

・ 茗荷町公民館
・ 茗前福祉センター

+ Dr.小野の処方せん

食生活と糖尿病予防

日本人は脂肪の多い食事をとることにより、筋肉や肝臓の組織内に脂肪が溜まりやすく、糖の処理を司るインスリンの働きが低下する体質を持っている人が多い。筋肉や肝臓に溜まった脂肪は生活習慣を改めることにより、短期間でも減らすことができます。10日間の教育入院で低脂肪食と運動指導によって肝臓や筋肉内の中性脂肪が減り、食後の血糖値も改善していきます。糖尿病の合併症として腎症、網膜症、神経症、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞はよく知られていますが、久山町研究によると認知症やがんの発症リスクも2～3倍に増加するそうです。最近40年間の食生活の変化をみると米の摂取量が半減し、肉類や乳製品の摂取量が約3倍に増えています。動物性脂肪の摂取量の増加が糖尿病の急増につながる大きな要因と考えられています。

子供の2型糖尿病の最大の要因は肥満で、肥満の原因は特に脂肪のとり過ぎです。小児糖尿病は20年間で約3倍に増加しています。減量する場合、炭水化物を極端に減らすとLDLコレステロールを上げてしまうため、最低でもごはん1日茶碗3杯食べましょう。



医療法人社団オロロン会

茗前クリニック

理事長 小野 哲郎 ☎ 64-9070

朝ごはん応援企画「元気モリモリ・朝ごはん」

第2回目の「元気モリモリ・朝ごはん」も野菜で攻めます。というのも、日本人の野菜平均摂取量は1日当たり250g。目標量の350gにあと100g不足しています。普段の食事に野菜料理をあと1品追加したい。でも「買ってあまる」「どう調理したらよいか…」という人のため、簡単で使い回しの方法がわかって、いくつかの調理法でアレンジできるものを紹介します。担当者も実際に調理し画像を掲載していきたいと思います。

ぜひ、参考にさせていただいたらうれしいです。

やみつきたけのこ (4人分)

材 料：ゆでたけのこ 1/2個、もやし 1袋
アスパラ 5本

調味料：塩 ひとつまみ、コショウ・油 小さじ2
めんつゆ 大さじ3、バター 小さじ1

- 作り方：①ゆでたけのこを大きめにスライスする。
②もやしはさっと洗い、アスパラの固い皮をむいて、斜め切りする。
③フライパンに油をひき、たけのこをしっかりと炒め、めんつゆで味つけ、蓋をして1分ほど蒸し、アスパラを加え炒め、塩こしょうする。
④もやしを加え、蓋をして強火でさっと蒸し焼き、火を止めて、バターで風味付けして完成。

ワンポイント アドバイス

今回いただきもののアスパラで、細いものだったので、たけのこも薄めにスライスしました。バター風味がよかったです。

