

広報

# くりにやま 1

2015.1.1 VOL.1264

月号



**栗さんからのファン感謝デー**  
栗山監督の軽快なトークで、会場のスポーツセンターは、たくさんの笑顔であふれていました。



# ごみ処理方針を変更

## ごみ分別のさらなるご協力をお願いします

【問い合わせ】 環境政策課環境政策グループ ☎73-7511

### ごみ分別のさらなるご協力を

炭化処理施設の廃止に伴い、現在、町では収集したごみの一部を焼却処理と再生利用のため、町外への外部処理委託を実施しています。ごみの分別方法については当面の間、変更はありませんので、これまで通り適正な分別にご協力ください。

外部処理の内容は次の通りです。

#### ■外部処理内容

- ・木くず類
- ・ウッドチップとして再生
- ・衣類・タオル類
- ・工業用雑巾などとして再生
- ・布団類、硬質プラスチック
- ・固形燃料（RPF）の原料として再生
- ・炭にできるごみ類
- ・焼却処理

外部処理できないごみについては、中間処理施設内にて破碎処理を実施した後、埋立処分を行っています。



### 衣類・タオル類の分別のお願い

衣類・タオル類は、他のごみと混ぜないで！

回収された衣類（古着類）やタオル類は、工業用雑巾などとして、生まれ変わります。衣類（古着類）・タオル類を出す際は、他のごみ（紙おむつや紙くずなど）と混ぜずに「炭にできるごみ袋」にて出してください。

なお、衣類のボタン・ファスナーはつけたままで構いませんが、洗濯をしたきれいな状態で出すよう、ご協力をお願いします。

回収された衣類・タオル類は、専用の袋に詰め直し、上川郡鷹栖町の企業へ搬出しています。



衣類を外部処理用に詰め直す作業

### 事業所の皆さまへ



延命化が最重要課題の最終処分場

事業所から排出される事業系ごみとは、商店、オフィス、飲食店、工場などの営利を目的とする事業所だけでなく、病院、学校、官公庁など、広く公共サービスを行っている事業所も含め、事業活動に伴って生じた全ての廃棄物が事業系ごみとなります。

事業系ごみは、法律で定められた20種類の産業廃棄物とそれ以外の一般廃棄物に分類されます。町では、今回の炭化処理施設の廃止によるごみ処理方針の変更に伴い、現在の最終処分場の延命化を図るため、埋め立てごみの減量化対策を強化します。

これまでも家庭から出るごみ同様に事業所の皆さまへ分別徹底のご協力を！

### ごみ処理に関する説明会を随時受付します

町では、町内会・自治会をはじめ、各種サークル・団体、企業など、少人数からごみ処理に関する説明会の要望を随時受付しています。

ごみの分別方法は、市町村によって大きく異なり、特に転入された方は、分別にご苦労されていることと思います。「このごみはどの袋に入るの?」と言った素朴な疑問に丁寧に職員が答えたいと思いますので、ご希望のある方は、町環境政策課までお気軽にお問い合わせ下さい。

【問い合わせ先】 町環境政策課環境政策グループ ☎73-7511

# まちづくり懇談会を開催しました



12月3日から9日にかけて計4日間にわたり「まちづくり懇談会」を開催しました。

栗山町第6次総合計画を主要な課題として、様々な質問・意見や地域課題について町民と、椿原紀昭町長が直接懇談しました。町民から寄せられた、意見などの一部を紹介します。

### 質問 高齢者対策について

地域の高齢化が進み危機感を持っている。冬の除雪が最も心配で、現在の助成制度は1人暮らし限定の制度が多い。老夫婦2人暮らしでも雪対策では限界世帯も多い。今回の総合計画で老人が安心して暮らせる制度を望んでいます。

回答 今回の総合計画では除雪車が置いていた雪の塊も、屋根から落ちた窓付近の雪も、生活に必要な場所すべてを補助対象としま



す。皆さんのご意見を参考に、1人暮らし以外でも高齢の方であれば一定の要件により対象としており、さらに細部を見直す予定です。また、社会福祉協議会では、共助の仕組みで愛らぶ事業を実施していますので、それぞれにあった事業をご活用願います。

### 質問 道の駅を作る予定は?

先日、青年会議所主催のフォーラムがあった。その際、道の駅についての発言があった。私も、新たに道の駅を作ることは賛成。道の駅を作る際は行政が積極的につくるのか?現在、どのような構想があるのか教えていただきたい。

回答 今回の総合計画では、関係団体と連携して

### 質問 子どもの医療費補助は?

新たな観光振興体制を構築し、観光事業を推進することになっています。この中で、町民の皆さんから道の駅に関する声が多ければ、必要かどうかの協議もされます。道の駅であればトイレや駐車場の整備が必要になりますが、そのようなことも含め今後検討されることになると思います。

現在の子ども医療費補助は町内で受診した場合のみ100%補助されますが、町の医療機関では補助を受けられません。今回の計画で、やむなく町の病院に通う場合の補助を拡充する予定はないのでしょうか?

### 回答 町内の地域医療の確保の観点から当面、町外医療機関の補助拡充は考えていません。今回の総合計画では、若者定住策の一環として、現在、中学生までの子どもの医療費補助を高校生までに拡大する準備をしています。今後、広圏域での医療体制の構築など、現状と大きな変更があった場合にはあらためて補助制度の検討が必要になると考えています。なお、特別な医療処置が必要な病

気

### 質問 角田地区の振興策とは?

国道跨線橋撤去に合わせた新工業団地の造成や、町道整備が計画されているが、具体的にどのような事業なのか教えていただきたい。

回答 国道の角田地区にある跨線橋を撤去した後、栗山市街地に向かい右側の用地を工業団地として整備する予定です。跨線橋がなくなれば、国道につながる横の町道を整備し、住宅地と工業団地の棲み分けを明確にし、あけぼの団地周辺の道路も整備する事業です。



# 高額療養費制度の変更について

## ■ 70歳未満の所得区分と限度額の変更 ■

問い合わせ 町住民生活課住民・国保グループ ☎ 73-7508 (直通)

制度の改正により、平成27年1月診療分から所得区分が細分化され医療費・自己負担限度額が変わります。詳しくは下表をご覧ください。

## ■ 限度額適用認定証について

医療費が高額になる場合に支払を限度額までにするためには、限度額適用認定証が必要で、医療機関へ保険証と一緒に提示が必要です。

提示することにより、一カ月の外来・入院とも個人単位で一医療機関の窓口での支払が下表の限度額までとなります。入院などで医療費が高額になる可能性がある場合は、忘れずに国保担当窓口で認定証の交付申請を行ってください。

※ 70歳以上75歳未満で上位所得者及び一般の区分の人は、高齢受給者証で所得区分が確認できるため、認定証は必要ありません。



## ● 変更前：平成26年12月診療分までの自己負担限度額（月額）

区分	3回目まで	4回目以降 ※2
(A) 上位所得者 ※1	150,000円 +(実際にかった医療費-500,000円)×1%	83,400円
(B) 一般	80,100円 +(実際にかった医療費-267,000円)×1%	44,400円
(C) 住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※1 総所得金額などから基礎控除(33万円)を差し引いた金額が600万円を超える世帯  
 ※2 過去12か月以内に、同じ世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額です。

## ● 変更後：平成27年1月診療分からの自己負担限度額（月額）

旧区分	新区分	3回目まで	4回目以降 ※2	
(A)	(ア) 上位所得者	所得(※3)が901万円を超える	252,600円 +(実際にかった医療費-842,000円)×1%	140,100円
	(イ) 上位所得者	所得が601万円を超え901万円以下	167,400円 +(実際にかった医療費-558,000円)×1%	93,000円
(B)	(ウ) 一般	所得が210万円を超え600万円以下	80,100円 +(実際にかった医療費-267,000円)×1%	44,400円
	(エ) 一般	所得が210万円以下(住民税非課税世帯を除く)	57,600円	44,400円
(C)	(オ) 住民税非課税世帯	35,400円	24,600円	

※3 総所得金額などから基礎控除(33万円)を差し引いた金額

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ■ 高額介護合算療養費および医療費通知について ■

問い合わせ 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601  
 町住民生活課住民・国保グループ ☎ 73-7508 (直通)



## ■ 高額介護合算療養費について

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度および介護保険から支給されます。なお、手続きには町住民生活課住民・国保グループへの申請が必要となります。

- 後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。
- 支給額が500円以下の場合には支給されません。

## ◇ 自己負担限度額表 【1年分の自己負担額の計算期間：8月1日～翌年7月31日】

負担割合	区分	自己負担額の合計の基準額	
3割	現役並み所得者	67万円	
1割	一般	56万円	
	住民税非課税世帯	区分II(※1)	31万円
		区分I(※2)	19万円

- ※1 世帯全員が住民税非課税である方
- ※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下)の方

申請される方は、町住民生活課住民・国保グループまでお申し出ください。

## ■ 医療費通知の送付を希望される方へ

北海道後期高齢者医療広域連合では、発行をご希望される方を対象に、医療費を半年ごとにまとめた医療費通知を送付しています。次回の発行は平成27年3月末(平成26年7～12月診療分)に行います。

## ◇ 新たに発行をご希望の方はご連絡ください

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが北海道後期高齢者医療広域連合または町住民生活課住民・国保グループへご連絡ください(電話での連絡だけで手続きできます)。



- すでに「発行希望」のご連絡をいただいている方につきましては、継続して発行しますので、再度のご連絡は必要ありません。
- この通知を受け取られたことにより、申請などの手続きをされる必要はありません。
- ※ この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりとすることはできません。

# 子ども・子育て支援新制度がスタートします



平成24年8月に成立した「子ども・子育て関連3法」に基づき、子ども・子育てのさまざまな課題を解決し、支援する「子ども・子育て支援新制度」が平成27年4月に本格スタートとなります。

## ◆新制度が目指すもの

- ・保育所と幼稚園の良いところをあわせ持つ「認定こども園」の普及
- ・保育の場を増やし、待機児童を減らして、子育てしやすい、働きやすい社会
- ・幼児教育や保育、地域のさまざまな子育て支援の拡充や質の向上
- ・共働きだけでなく、すべての子育て家庭を支援

## ◆手続きが変わります

幼稚園、保育所などを利用するためには町で認定を受ける必要があります。(近隣の幼稚園は今年度新制度へ移行しない為、認定を受ける必要はありません)

## ◆認定区分は3種類

### ○1号認定

- ・子どもが満3歳以上
- ・幼稚園、認定こども園での教育を希望される場合



### ○2号認定

- ・子どもが満3歳以上
- ・保育所などでの保育を希望される場合



### ○3号認定

- ・子どもが満3歳未満
- ・保育所などでの保育を希望される場合



## ◆保育を必要とする事由

- 2号・3号認定には次のいずれかに該当する必要があるります。
- ・就労(フルタイム、パートタイム、自営業、居宅内労働など)
  - ・妊娠、出産
  - ・保護者の疾病、障がい
  - ・同居または長期入院している親族の介護、看護
  - ・災害復旧
  - ・求職活動(起業準備を含む)
  - ・就学(職業訓練校等における職業訓練を含む)
  - ・虐待やDVの恐れがあること
- と
- ・育児休業取得中に、すでに保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
  - ・その他、上記に類する状態として、町長が認める場合

## ◆保育の必要量

保育を必要とする事由、就労時間などにより、利用時間が決められます。

○**保育標準時間(11時間)**  
・就労時間が月120時間以上

### ○保育短時間(8時間)

・就労時間が月64時間以上120時間未満  
※この利用時間は、各施設が定める時間内での取り扱いになります。

## ◆申請の流れ(保育園希望)

- 1 町へ認定申請  
入所申込みも1枚の申請書で同時にできます
- 2 認定証交付  
2号・3号認定
- 3 町の利用調整  
利用希望・保育所などの状況に応じて調整
- 4 利用先の決定、契約  
※幼稚園を希望される場合は直接園へお申し込みください。

新年度入園・入会申込受付が始まります

# 平成27年度 保育園・児童クラブ 入所申込のご案内



## ◆申込に必要な書類

- 1 申請書(町所定様式)
  - 2 雇用証明書(町所定様式)、在学証明書、母子手帳、診断書など、保育の必要性を証明する書類
- ※育児休業の方は、育児休業期間のわかる証明書を添付
- ※平成26年1月1日に栗山町に住民登録のない方は、平成26年度住民税課税(非課税)証明書を提出

## 児童クラブ

平成27年度より6年生まで入会できるようになります。

クラブ名	定員	開設時間
にじのこ児童クラブ(栗山)	70人	通常(月~金) ・下校時から午後6時30分まで
どんぐり児童クラブ(角田)	20人	土曜日、夏・冬休み、学校休業日
かぜの子児童クラブ(継立)	20人	・午前8時から午後6時30分まで

※にじのこ児童クラブは4月から2つのクラスに分かれる予定です



## ◆利用料

平成26年度の住民税額により決定します。  
※傷害保険料を別途負担していただきます。

## 保育園

- ◆栗山いちい保育園  
定員120人
- ◆継立まつば保育園  
定員60人
- ◆対象  
保護者が仕事などのため、家庭で保育することができない就学前の児童(生後8週目~5歳まで)
- ◆保育料  
4月からの保育料は、国の基準額を上限に3月までに決定します。
- ・4月~8月分は平成26年度、9月~3月分は平成27年度の住民税額により算定します。

## 参考：国基準の保育料(町の保育料は検討中です)

階層区分	保育料上限額(月額)			
	3歳以上(4/1現在)		3歳未満(4/1現在)	
	標準時間	短時間	標準時間	短時間
①生活保護世帯	0円	0円	0円	0円
②市町村民税非課税世帯	6,000円	6,000円	9,000円	9,000円
③所得割課税額48,600円未満	16,500円	16,300円	19,500円	19,300円
④所得割課税額97,000円未満	27,000円	26,600円	30,000円	29,600円
⑤所得割課税額169,000円未満	41,500円	40,900円	44,500円	43,900円
⑥所得割課税額301,000円未満	58,000円	57,100円	61,000円	60,100円
⑦所得割課税額397,000円未満	77,000円	75,800円	80,000円	78,800円
⑧所得割課税額397,000円以上	101,000円	99,400円	104,000円	102,400円

## ◆対象

日中、保護者が仕事などではない家庭の小学1~6年生までの児童

## ◆申込に必要な書類

- 1 児童クラブ入会申込書
- 2 雇用証明書

## ◆入園・入会申込期間

1月6日(火)~30日(金)

## ◆申込先、制度に関する問い合わせ

町保健福祉課  
福祉・子育てグループ  
☎ 22222

# 生活と環境

安全・安心な街を目指して

## 路面に応じた安全運転を！

「冬期間」（11月～3月）に北海道内で発生した交通事故のうち、積雪・圧雪路面や凍結路面でのスリップや、吹雪による「視界不良」などが原因となった「冬型事故」はおよそ3割を占めています。冬道は、夏場の舗装路面に比べてスリップしやすいことをしっかりと自覚するとともに、道路状況にあった運転を心がけましょう。

## ☆冬道の安全運転のポイント

○『急』のつく運転操作は絶対にしない  
急加速、急ブレーキ、急ハンドルはスピンやスリップを招きます。ソフトな運転操作を心がけ、ゆとりある運転をしましょう。

○早めのブレーキと合図を  
冬道では、ブレーキをかけたままスリップして止まれないことがあります。早めのブレーキでしっかり停止し、後続車には早めの合図で知らせ

ましょう。

○危険を予測して慎重な運転を  
雪道・凍結路では停車距離が非常に長くなります。スピードを控え、車間距離を十分にとって走行しましょう。また、わだちのある道ではハンドルを取られないように注意しましょう。吹雪など視界不良のときは前車の速度にあわせながら、一定の車間距離を保ち、見えない先に潜む危険を想定して速度を調整しましょう。

○歩行者を思いやる運転を  
歩行者は、寒さや足元の悪さのため周りをよく見ていなかったり、積雪や除雪により車道を歩く場合があります。歩行者の近くを通過する際は、安全な間隔を保ち、徐行をするなど、歩行者を守る運転に努めましょう。

## 【問い合わせ】

町民生活課生活安全グループ  
☎7510



飲酒運転追放パトロール

飲酒運転による悲惨な事故を未然に防ごうと、栗山町交通安全協会（岩崎俊英会長）が12月12日、町内飲食店街で飲酒運転追放パトロールを実施しました。カルチャープラザ「Eki」で行われた出発式には、警察署や町、関係団体から12人が参加しました。参加者は、交通安全の黄色いたすきを掛け、3班に分かれて町内の飲食店28店舗に「飲んだら乗らない！乗るなら飲まない！飲酒運転追放」と書かれた懸垂幕や、飲酒運転の追放が書かれた趣意書などを手渡し、飲酒運転を追放しようと呼びかけました。

## 私たちが栗山青年会議所です。

「雪中松柏」

日々新たに行動する青年であれ！



謹賀新年、日ごろより私たちの故郷、栗山町の皆様には、当青年会議所の運動・事業に際し、また、昨年度の創立45周年の際も、格別なる御高配賜りましたことをあらためて感謝・御礼申し上げます。本年度、第47代目理事長の職を預かります松原輝和と申します。

さて、本年は「雪中松柏」日々新たに行動する青年であれ！」をスローガンに掲げ、まちづくり、ひとづくりに邁進させていただきます。所存でございます。「雪中松柏」とは、雪の中でも松や柏の木は青い葉を保つたまま耐え忍ぶ姿より、どんなに変化があっても、その志を貫くことを意味する言葉です。

私たちは「明るい豊かな栗山の実現」という先輩諸



氏より受け継いだ大志をしっかりと抱き、それを実現するために、日々新たな行動が必要である、という意義を込めたスローガンとさせていただきます。この故郷を誇り溢れ、輝かせるために、私たちは本年も行動します。結びになりますが、本年も引き続き皆様のご協力をお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

# 議会の動き

平成26年第7回栗山町議会定例会において次の議案が審議されました。

## 議案

- ▼栗山町第5次総合計画の一部変更について  
民間大規模建築物耐震診断補助事業の追加など、主要事業の追加2件です。
- ▼平成26年度栗山町一般会計補正予算（第7号）  
歳入歳出予算に7586万4千円を追加し、総額を87億7099万円とするもので、主な内容は、子育て支援センター改修工事の追加などに係る補正です。
- ▼平成26年度栗山町国民健康保険特別会計補正予算（第3号）  
歳入歳出予算に408万円を追加し、総額を19億8337万6千円とするもので、主な内容は、一般被保険者療養費などに係る補正です。
- ▼平成26年度栗山町介護保険特別会計補正予算（第3号）  
歳入歳出予算に344万2千円を追加し、総額を13億7254万6千円とするもので、主な内容は、介護保険システム改修などに係る補正です。
- ▼平成26年度栗山町後期高齢者医療特別会計補正予算（第1号）  
歳入歳出予算から175万7千円を減額し、総額を1億8980万3千円とするもので、主な内容は、後期高齢者医療広域連合納付金の額の確定に伴う補正です。
- ▼平成26年度栗山町住宅団地造成事業特別会計補正予算（第1号）  
歳入歳出予算に3377万8千円を追加し、総額を3727万8千円とするもので、朝日4丁目住宅団地第4期造成に係る用地購入費の補正です。
- ▼平成26年度栗山町下水道事業会計補正予算（第2号）  
収益的収入に460万円を追加し、総額を5億189万3千円とするもので、老人福祉施設などの公共施設増に伴う補正です。
- ▼栗山町第6次総合計画基本構想及び基本計画について  
平成27年から8年間にわたる栗山町第6次総合計画の基本構想および基本計画を定めるもので、本件は、栗山町中長期財政問題等調査特別委員会へ付託されました。
- ▼栗山町国民健康保険条例の一部を改正する条例  
出産育児一時金の支給額が一部改正されることに伴う

- 条例改正です。
- ▼乳幼児及び児童医療費の助成に関する条例の一部を改正する条例  
乳幼児および児童医療費の助成対象を中学生から18歳まで拡大することに伴う条例改正です。
- ▼栗山町公営住宅条例の一部を改正する条例  
関係法令の一部改正に伴う条例改正です。
- ▼栗山町桜山自然の家条例を廃止する条例  
桜山自然の家の廃止に伴う条例廃止です。
- ▼公平委員会委員の選任について  
公平委員会委員として志摩隆氏（継立）が再任されました。
- ▼監査委員の選任について  
監査委員として谷田進太郎氏（錦3丁目）が再任されました。
- ▼教育委員会委員の任命について  
教育委員会委員として月輪淳裕氏（角田）が再任されました。
- ▼栗山町議会基本条例の一部を改正する条例  
関係法令などの変更に伴い、本条例を改正するものです。

## 諮問

- ▼栗山町議会議員政治倫理条例  
栗山町議会基本条例第23条第1項に規定している議員の政治倫理の基本姿勢をより明確化、具体化するため制定するものです。
- ▼栗山町議会政務活動費の交付に関する条例の一部を改正する条例  
政務活動費の交付請求および交付方法について、従来の事前交付から、政務活動を終了したときに請求して交付を受ける方法にする条例改正です。

## 報告

- ▼訴えの提起に係る専決処分について  
公営住宅使用料の滞納者に対し、滞納使用料などの支払い請求の訴えの提起に係る専決処分を行いました。





【問い合わせ】  
町保健福祉課  
健康推進グループ  
☎ 73-2256

### 簡単な運動で猫背を予防しよう

健康づくり運動教室の講師をしている長谷川 拓介先生に、良い姿勢を保つためのポイントをうかがいました。



健康運動指導士  
長谷川 拓介さん

年末年始が近づき、寒さが身にしみる季節になりました。寒くなるとつい肩をすくめて、身体を丸めてしまっていますね。

上半身・背中を丸めた姿勢は一般的に「猫背」と言われますが、この猫背姿勢、肩こりの原因となったり、肩の動きを妨げたり、さらには肺や胃などを圧迫して、肺活量が低下したり、逆流性食道炎などを生じることがあります。

猫背の原因は様々考えられますが、良くない姿勢を長くすることで胸の筋肉や首の筋肉が硬くなってしまう事で引き起こされやすくなります。また年齢を重ねる事により椎間板の変形や骨粗鬆症が要因による脊椎の微細な圧迫骨折によっても猫背の傾向が強くなっていきます。

運動により一度変形してしまった骨の形を戻すのは不可能ですが、筋肉の緊張を解いたり、また弱っている筋肉に刺激を与えることにより姿勢を改善・悪化を予防することができます。

### ■自宅でも簡単にできるセルフマッサージ

今回はご家庭でも簡単にできる運動やケアの方法をご紹介します。ご自分の身体を触ることから始めてみましょう。まずは鎖骨を探してみてください。首の付け根から横に伸びている細い骨ですが、鎖骨のすぐ下には小胸筋という筋肉が走っています。この筋



写真①  
テニスボールを使ったマッサージ



写真②  
首のマッサージ

肉は肩甲骨と肋骨をつないでいるため、硬くなると肩甲骨が肋骨側に引っ張られ猫背の傾向が強くなります。その辺りを軽くご自身でマッサージしてみましよう。指を入れるようにしてもよろしいですし、写真①のようにテニスボールを用いると楽に、効率よくマッサージする事ができます。

### ○首筋の筋肉をやわらかく

また首筋の斜角筋・胸鎖乳突筋といった筋肉も硬くなると頭が前方に引っ張られやすくなります。写真②のようにやや首を横に向け、首の筋張った部分を丁寧にマッサージすると良いでしょう。

### ○無理なく背中中の筋肉をストレッチして強化！

背中側の筋肉の働きが弱まると肩甲骨を背骨側に引き寄せる働きが弱くなり猫背傾向が強まります。写真③のように椅子に座った姿勢で軽く背筋を伸ばし、肘を後ろに引く運動を行うと胸



写真③  
椅子を使ったストレッチ

のストレッチと背中中の筋肉への刺激を同時に行う事が可能です。肩甲骨を背骨に引き寄せるような意識を持って実施してみてください。20〜30秒ほど維持して1セットとし、それを2〜3セットほど繰り返すのが基本です。この時に注意するのは、肩を持ち上げてすくめるような動きを避けることです。肩をすくめる動作は首から肩にかけての筋緊張を生んでしまい、肩こりの原因となってしまう。肩を脱力させるようにストン、と下に落とすようにしておいてから肘を後ろに引くようにしましょう。

### ■痛みがある場合はお医者さんに相談を！

肩や首は非常にデリケートな関節です。夜も寝られないくらいの痛みが続くような場合は無理に運動をするのではなく、整形外科で診断を受ける事をお勧めします。

## 健康のコラム



栗山赤十字病院 院長 渡邊 光明

### 糖尿病について！ 血糖値が気になる？

新年明けましておめでとうございませう。今回は糖尿病について書いてみましょう。

おせち料理やお屠蘇気分にかけている方々にはすこし耳の痛いお話かもしれません。

今、新聞やTVなどで「血糖値が気になる」だしたら「・・・」などの宣伝がなされています。血糖値は測定しなければわかりません。健康人では、血糖値は綿密な生体機構で常にほぼ一定(80〜120mg/dl)にコントロールされています。これが過食や運動不足などで破綻すると耐糖能障害となり、血糖値が上昇します。



### ▼糖尿病のしくみ

まず、食後の血糖値が上昇します。次いで空腹時の血糖値も上昇してきます。肥満、カロリ―過剰、運動不足などによるインスリン分泌量の低下とインスリンの効きが悪くなる(インスリン抵抗性)ことが原因です。

日本人は太っていないにもかかわらず相対的にインスリン分泌が少ないために耐糖能障害・糖尿病になりやすいのです。

### ▼糖尿病と高齢化

糖尿病患者は年々増加しています。平成19年の厚労省の調査結果によると糖尿病と糖尿病予備軍の数は2210万人に達し、成人の6人に1人とされました。さらに男女ともに60歳〜70歳以上の高齢者が増加が顕著で、3人に1人が糖尿病かその予備軍と推定されています。

栗山町も高齢化が進んでおり、高齢者における糖尿病の発症や進行に対する適切な予防と管理への取り組みが求められます。

### ▼糖尿病になることでもっと恐ろしいこと

糖尿病予備軍が問題になるのは、糖

尿病発症前の段階です。すでに脳卒中や心筋梗塞、認知症などの合併症のリスクが高くなることです。自分で知らないうちに糖尿病予備軍となり、不幸にも脳卒中、心筋梗塞を発症してしまう患者が多いのです。

### ▼糖尿病の治療

糖尿病(予備軍も)と診断されたら食事療法、運動療法を指導して生活習慣を見直します。次いで、薬やインスリン注射で血糖値をコントロールします。

糖尿病に特有の3大合併症(最小血管障害)といわれる、失明(糖尿病性網膜症)や腎障害(糖尿病性腎症、末期には透析が必要となります)、そして末梢神経障害は血糖値をコントロールすることで予防できます。

重要なことは、大血管障害といわれる脳卒中や心筋梗塞の予防には血糖値



だけではなく、血圧やコレステロール値、禁煙といった動脈硬化因子の包括的な管理を早期から厳格におこなうことが必要とされていることです。

### ▼糖尿病と認知症と「がん」

最近では人口の高齢化に伴い、糖尿病患者での認知症と癌の増加が問題となつていますが、包括的な管理で抑制できるかもしれません。

糖尿病患者は健康人に比較して平均寿命が10年から15年短いと報告されていますが、早期に診断し管理すれば健康人と同じ寿命が得られます。

当院では、眼科、フットケア外来、透視センターなども充実していますし、糖尿病療養指導士の資格を持つ薬剤師、管理栄養士、看護師がおります。何なりとご相談してみてください。

最後になりましたが、町民の皆様を対象にして糖尿病について啓蒙、知識の普及を奨めるべく講演会を予定しています。血糖測定のサービスマも検討しています。ふるってご参加ください。それではさようなら。



※栗山町地域医療協議会のご協力により、町内で開業している医師・歯科医師・薬剤師さんによる「リレー方式」で連載しています。



## 思いやりに国境なし 介護福祉学校でフィンランド留学の報告会

福祉先進国フィンランドの交換留学を終えた、町立北海道介護福祉学校の学生4人が12月18日、校内で報告会を行いました。4人は報告会に集まった学生や町民約40人を前に、フィンランド介護の特徴をスライドを用いて、効果的に援助機械を活用し、介助者の負担を減らしている点などを説明。また、「留学前はフィンランドの介護は介助者本位だと誤解していました。介護の根底にある利用者の方への思いやりは、フィンランドも日本も変わらない」と感想を述べていました。



## 天使の歌声響き渡る 少年少女合唱団ロビーコンサート

栗山少年少女合唱団が主催する「ロビーコンサート」が12月21日、カルチャープラザ「Eki」で開かれ、訪れた観客約50人を魅了しました。上中美穂代表が「家族や地域の皆さんに支えられ、発足11年目を迎えることができました。子どもたちのハーモニーをお楽しみください」とあいさつ。同合唱団に参加する栗山、長沼、南幌の小中学生を中心とする21人が、「ジングルベル」などのクリスマスソングや、映画「となりのトトロ」の主題歌などを披露しました。



## 災害時及び防災活動に関する協力協定 栗山町・一般社団法人栗山青年会



### 町と青年会議所が防災協定 いざという時、協力してまちを守る

栗山町と一般社団法人栗山青年会議所（北野数馬理事長）が、12月8日、災害時および防災活動に関する協力協定を締結しました。栗山町で大規模な災害が発生した時に、相互協力して円滑な活動を行うとともに、普段から協力して防災意識を高め、地域防災力を向上させることがねらい。役場会議室で行われた調印式で、北野理事長は「様々な生業をもつ青年会議所が、いざという時に迅速に行動し、将来にわたりまちの安全に努めたいと思います」と決意を述べました。



### 自分でうったうどんの味は？ 小学校で「栗産栗消」の手打ちうどん教室

栗山町4Hクラブ（富澤政範会長）による手打ちうどん教室が、12月10日、栗山小学校で行われました。児童たちは農家のお兄さんたちから手ほどきを受けながら、栗山産小麦「きたほなみ」に塩水を入れ、こねるところから作業を始め、栗山町産の野菜が入った温かい出汁をかけおいしくいただきました。栗山小6年の水上知也さんと、犬飼陸斗さんは「初めて粉からうどんを作りとても楽しかったです。今度、家でも作ってみようと思います」と楽しそうに話してくれました。

## 道産食材の献立でグランプリ ガーデンハウスの「季節の黒米寿司」

高齢者施設の栄養士らが献立を競う「第1回きた食day コンテスト 2014」で介護老人保健施設ガーデンハウスくりやま（社会福祉法人愛全会）がグランプリを受賞しました。道内29施設が応募する中、管理栄養士の中田雅江さん、佐藤みどりさんが出場。栗山産の米、野菜をふんだんに使用した献立で見事、栄冠に輝きました。11月28日の報告会で中田さん、佐藤さんは「グランプリを励みにして、これからも、おいしい癒される料理を提供していきたいです」と受賞の喜びを語っていました。



### レンガ通りの補修作業 函館市の齊藤建設が地域貢献奉仕作業

齊藤建設株式会社（本社函館市：齊藤大介社長）がボランティアで、中央橋と万年橋付近のレンガ歩道の布設替工事を実施しました。工事現場は、長年の経過によりレンガ舗装がゆがみ、歩きづらい状態となっていますが、11月20日から約3週間かけて実施。同社の坂口吉穂専務は「この地域は農業基盤整備などで以前から仕事をいただいていた地域。今年、栗山の秋祭りを歩いた時に歩道の劣化に気付き、少しでも地域の皆さんのお役に立てればと工事を申し出ました」と話してくれました。

## 里山の景観と自然を守る 火薬庫の沢でボランティア作業

桜丘3丁目の通称「火薬庫の沢」の河床を浸食から防ごうと、ハサンベツ里山実行委員会が主体となり、11月30日、ボランティアで川底に石を組む作業などを行いました。作業に参加したのは、青年会議所や、NECフィールドングの職員、役場職員など約60人。3年ほど前から浸食がすすみ深いところでは2m以上えぐりとられている場所があった中、今年2回目となる地道な作業の甲斐あり1m近く河底が上がった場所もあります。参加者は寒空のもと、約3時間の作業に汗しました。



### 優良従業員表彰式 困難な時代を企業と共に歩んだ従業員を表彰

栗山商工会議所（松原正和会頭）主催の第53回優良従業員表彰式が11月28日、ホテルパラダイスヒルズで行われました。表彰されたのは、5年、10年、15年、20年、30年以上の勤続者で、11事業所から53人が松原会頭と花田正博副町長から表彰状と記念品が手渡されました。松原会頭は「本日表彰された方はデフレに翻弄され、困難な時代を企業と共に苦勞されてきた方ばかりです。皆さんのノウハウを後輩たちに継承し、これからも企業と地域の発展に貢献してください」とあいさつしました。

まちの駅 栗夢プラザ  
1月のイベント

あけまして  
おめでとうございます



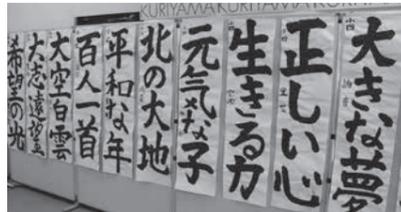
今年も皆さんに愛される「栗夢プラザ」を目指しますので、よろしくお願いいたします。

※年始は1月6日(火)から営業いたします。

書初め展  
～出村太幹書道教室～

子どもたちが書いた、力強い作品の数々をお楽しみください。

日時／1月19日(月)～31日(土)



大好評！手打ちそば

日時／毎週金曜日（1月2日は休み）  
11:30～12:30



【ホール・会議室ご利用のご案内】  
サークルや団体の催し、商品の展示会など、ご利用をお待ちしています。まずはお気軽にご相談ください！！

【問い合わせ】まちの駅「栗夢プラザ」  
☎ 73-5515・Fax 73-5535  
ホームページ  
http://www.kurimu-plaza.com/  
開館時間 10:00～17:00

2015 栗山公園だより1月号 vol.81

栗山公園のいろいろな数字クイズ！

2014年のいろいろな数字（たかはしダリア調べ）を集めました。  
左の内容と右の数字を結んでみてね！（答えは下にあります）

- なかよし動物園の動物の数 ① • A 3053
- なかよし動物園の動物の種類 ② • B 16
- 2014年栗山公園の来園者数 ③ • C 84
- キャンプ・バーベキュー利用者数 ④ • D 68,488
- 栗山公園こどもまつり来園者数 ⑤ • E 934

☆来期開園予定日☆  
4月29日（水・祝）

ちょっとだけヒント♪  
2013年の来園者は  
61,948人だよ！



答え

①-A ②-B ③-C ④-D ⑤-E

【問い合わせ】

栗山公園案内所 ☎ 72-0706 http://t-daria.com/parktop  
指定管理者 たかはしダリア ※QRコードは「株式会社デンソーウェブ」の登録商標です。

最新情報を簡単アクセス  
http://t-daria.com/parktop



こんにちは！

消費生活  
相談室

「無料点検」に応じたら…  
高額な排水管工事勧誘に注意！

ご相談は南空知消費生活相談室へ

毎週月・木曜日 勤労者福祉センター 13:00～16:00  
毎月第2・4水曜日 いきいき交流プラザ「サンタの笑顔」 13:00～15:00



【国民生活センター相談事例】

「無料で排水管の点検をする」と業者が訪ねてきた。見てもらったところ「工事が必要」と、排水管の一部が割れている写真を見せられたため、工事契約を結んだ。工事当日、開始後しばらくして、「水漏れしていて隣の家まで水が行っている」と言われた。工事費が合計で70万円と高額になったので迷っていると「特別に50万円にする」と値引きを示され、隣の家に迷惑をかけたくないので、契約してしまった。

【被害に遭わないための注意事項】

「特別に値引きする」などと言われても、その場で契約してはいけません。家族や周囲の人に相談しましょう。必要ない場合は、きっぱり断ることが大切です。

【問い合わせ】南空知消費生活相談室 ☎ 72-3581



町内の幼稚園・保育園では、特色を生かした地域開放子育て支援事業を展開しています。  
未就園のお子さんが集団遊びを体験する場として、ぜひご活用ください。

幼稚園・保育園に  
遊びに来ませんか？

栗山めぐみ幼稚園

◆なかよし広場

栗山めぐみ幼稚園では、月1回開放事業を行っています。  
今年度はクッキングや、高齢者との交流会、スタンプリングなどを楽しみました。参加することで、園の雰囲気や集団遊びに慣れ、入園するときもスムーズです。

◆参加者の声

在園児のあいさつがとても元気で感じました。先生たちもとても優しく、親子で楽しい時間が過ごせました。



なかよし広場に参加した  
村口さん親子

園名	栗山いちい保育園	継立まつば保育園
事業名	わくわく広場	のびのび広場
時間	午前10時～午後1時	午前9時30分～正午
次回広場	1/23(金) 演劇鑑賞会	1/23(金) 1日体験入園
園開放	毎週水曜日 午前10時～11時 ※1月は14日(水)から	毎週月曜日 午前10時～11時 ※1月は19日(月)から
問い合わせ	☎ 72-1572	☎ 75-2032

栗山いちい保育園は「わくわく広場」、継立まつば保育園は「のびのび広場」です。  
未就園児とその保護者を対象に、園開放や季節の行事参加などが企画され、園児と一緒に集団生活を体験できます。

栗山いちい保育園  
継立まつば保育園

保育園でも地域開放を行っています。

出前  
始めます

角田・継立地域に  
子育て支援センター  
がやってくる！

角田・継立地域にお住まいの皆さんお待ちせよ！子育て支援センターがスタートします！  
親子で自由に集い、支援センター職員と歌・手遊び・絵本読み聞かせと一緒に遊ばせませんか？  
ママは、子育てについてのおしゃべりや、情報交換を楽しんで、お子さんは初めてのお友達との出会いに大喜び。きっとステキな時間が過ごせますよ。  
※子育てに関する心配ごとや悩みなどもお気軽にご相談ください。

【角田地区開催日決定！】

◇日時 2月3日(火)

◇場所 午前10時30分～正午  
角田農村環境改善センター 1階和室

※継立地区は日程調整中です。  
※詳しくは子育て支援センターにお問い合わせください。

# みんなの水道

## 水道料金の支払いはお済みですか？

水は、みなさんにお支払いいただいた水道料金によって給水、維持されています。このことから、料金の納付が滞った場合は、やむを得ず給水停止させていただきます。料金に未納がないか、今一度ご確認ください。水道の給水、維持にご理解とご協力をお願いします。

## 水道料金のお支払方法

お支払には2つの方法がありますが、納め忘れがなく便利な「口座振替」をおすすめします。

**おすすめ！**

**<口座振替>**  
 検針の翌月10日に、ご指定の口座より自動振替となります。残高不足などにより振替できなかった場合は、再度口座振替はいたしません。「振替不能のお知らせ」をお送りしていますので、同封の納入通知書でお支払ください。口座振替のお申し込みは、役場建設水道課、各金融機関、郵便局でお願いします。

## <窓口納付>

毎月末に郵送されます納入通知書にて各窓口、コンビニエンスストア、金融機関で納付してください。納期限は翌月10日です。期日までにお支払いをお願いします。

■問い合わせ  
 町建設水道課上下水道グループ ☎ 73-7514



**職種**  
 ・一般事務  
 ・保育士  
 ・調理員（給食センター勤務※調理師資格無でも可）  
 ・提出書類 履歴書（写真添付）  
 ・提出期限 1月30日（金）  
 ・提出先・問い合わせ  
 町総務課総務グループ  
 ☎ 73-1111

**農林業センサスにご協力を！**

農林水産省は平成27年2月1日を基準日として「2015年農林業センサス」を実施します。この調査は農林業の政策に役立てるために、5年ごとに実施される重要な調査です。昨年末から調査員が農林業関係者を訪問していますので、調査へのご協力をお願いします。

■問い合わせ  
 町経営企画課地域政策グループ  
 ☎ 73-7502

**「調理師業務従事者届」を提出しましょう！**

現在、就業している調理師は、「調理師法第5条の2」により12月31日現在の就業場所を届け出なければなりません。

■対象  
 寄宿舎、学校、病院、事業所、社会福祉施設、介護老人保健施設、矯正施設、飲食店営業、魚介類販売業、そんざい製造業などで調理業務に従事している調理師

■届出方法  
 働いている地域の調理師会各支部や保健環境部保健行政室、地域保健支所に備え付けの用紙に、必要事項を記入し提出



忘れずに届け出を！

■届出期限  
 平成27年1月15日（木）まで

■届出先・問い合わせ  
 北海道全調理師会由仁支部（馬道温泉内）新納 和則  
 ☎ 0123（88）3737  
 空知総合振興局保健環境部由仁地域保健支所  
 ☎ 0123（83）2221

**町税納期限** 納税は便利な口座振替をご利用ください

**2月2日（月）**

国民健康保険税 ⑦期  
 介護保険料 ⑦期  
 後期高齢者医療保険料 ⑦期

コンビニ納付可

課税内容に関するお問い合わせ 町税務課課税グループ ☎ 73-7505 納税に関するご相談 町税務課収納グループ ☎ 73-7506

**くらし**

**登記相談予約サービスをご活用ください！**

札幌法務局岩見沢市局では、主に不動産登記申請に関するご相談を受け付けており、日時を電話で予約できるサービスを行っています。ご相談を希望される場合は、事前に電話で予約願います。

■予約連絡先  
 岩見沢支局（栗山町管轄支局）  
 ☎ 0126（22）0619

一人暮らし高齢者に日常生活用具の費用を助成

心身の機能が低下し、防火などに配慮が必要な方へ、電磁調理器・自動消火器の購入費を助成しています。

■対象  
 65歳以上で低所得者の一人暮らし高齢者

**助成内容**  
 電磁調理器、自動消火器の購入費助成（上限有り）  
 ※所得税が課税されている方は利用者負担あり

■申込先・問い合わせ  
 栗山町地域包括支援センター  
 ☎ 73-2255

**土地・建物・会社の登記事項証明書をオンラインで！**

不動産および会社・法人の登記事項証明書の請求は、インターネットを使った「かんたん証明書請求」がお得です。詳しくはホームページをご覧ください。

■問い合わせ  
 札幌法務局  
 ☎ 011（709）2311  
 内線（2153） <http://www.touki-kyoutaku-net.moj.go.jp>

**泥炭土を無料配布**

千歳川河川事務所および江別河川事務所が進めている江別地区遊水事業における掘削工事で発生した泥炭土を無料配布いたします。（栗山町民対象）

■配布時期  
 平成27年6月以降を予定

■配布条件  
 ・町内での利用  
 ・4トントラック以上で搬入が可能  
 ・な場所であること  
 ・受け入れ数量が200立方メートル以上（数量調整をする場合があります）

■申込方法  
 町建設水道課に備え付けの用紙に必要事項を記入し提出

■申込期限  
 1月23日（金）

■申込先・問い合わせ  
 町建設水道課総務管理グループ  
 ☎ 73-7512

**臨時職員の登録**

町では、臨時職員の採用を登録された方の中から選考し雇用しています。

平成27年度の登録を希望される方は、次のとおり手続きをしてください。

採用の場合は、必要に応じて担当課より随時連絡します。

2月7日は **北方領土の日**

北方四島の返還 早期の実現を

1月21日（水）～2月20日（金）まで  
 役場旧庁舎ロビーに署名コーナーを設置します。

【問い合わせ】町総務課総務グループ ☎ 72-1111

**相談無料**

あなたの悩みに  
 コタエを出します

- 離婚（45分）
- 多重債務（30分）
- 交通事故（30分）
- 雇用トラブル（30分）

※その他相談は有料のご案内となります。

相談予約ダイヤル **0126-33-8373**  
 平日 10:00～16:00（12:00～13:00を除く）

札幌弁護士会 南空知法律相談センター

くらし

正しく知って賢くもう  
おう! 「すまい給付金」

「すまい給付金」は昨年4月の消費税引き上げに伴う住宅購入者の負担軽減を目的に実施されています。収入に応じて、最大30万円を受け取ることができます。受給条件などについて、気軽にお問い合わせください。

◆問い合わせ  
すまい給付金事務局  
☎0570(064)186



高次脳機能障がい者と家族のつどい開催について

高次脳機能障がいとは、交通事故や脳の病気などで脳に損傷を受けた後「物覚えが悪くなった」「注意力、集中力が低下した」などの症状により、日常生活や社会生活に支障をきたすものです。

岩見沢保健所では、高次脳機能障がい者ご本人および、ご家族同士の交流を目的につどいを開催します。また、高次脳機能障がいについてのご相談も受け付けますので、お気軽にご相談ください。  
※参加を希望される方は、保健所まで事前にご連絡ください。

◆開催日  
奇数月第3金曜日  
午後1時～3時まで  
◆場所  
空知総合振興局1階保健所会議室  
(石見沢市8条西5丁目)  
◆申込先・問い合わせ  
岩見沢保健所  
☎0126(20)0122

消防車を売却します

栗山消防団第1分団第1部車更  
新に伴い、旧車両を競売いたします。  
◆競売日時  
1月26日(月) 午前10時  
◆競売場所  
南空知消防本部2階小会議室  
◆現車説明  
1月19日(月)～23日(金)  
午前10時～午後5時  
※現車説明時に、入札の必要書類をお渡しします。

催し

「空知食育フォーラム」  
食育で農業地帯空知に活力を

◆内容  
・食農教育に取り組む農業者の講演  
・高校生による食育事業の取組発表  
・発表者によるトークセッション  
◆日時  
1月15日(木) 午後1時15分から  
◆場所  
岩見沢市民会館「まなみーる」多目的室  
◆参加料 無料  
◆問い合わせ  
町産業振興課農林業振興グループ  
☎⑦7515



◆競売車両  
昭和61年製  
消防ポンプ自動車(CD・II型)  
◆問い合わせ  
南空知消防組合消防署  
☎⑦0150

第11回 KURIYAMA  
フットサル大会(5人制)

◆月日 2月1日(日)  
◆場所 スポーツセンター  
◆対象 中学生以上の町内在住の方、または町内勤務の方で構成されたチーム  
◆参加料  
・栗山協会登録チーム 4千円  
・栗山協会未登録チーム 7千円  
◆申込期限 1月14日(水)  
◆監督会議・抽選会  
◆日時  
1月21日(水) 午後7時～  
※参加チームは必ず出席ください  
◆場所 スポーツセンター  
◆申込先・問い合わせ  
栗山サッカー協会 住友  
☎090(8906)5841



募集

「北海道障害者職業能力  
開発校」入校生追加募集

国立北海道障害者職業能力開発校では、求職中の障がい者の入校生(訓練期間1～2年)を追加募集します。  
詳しくは、お問い合わせください。

◆問い合わせ  
北海道障害者職業能力開発校  
☎0125(52)2774

陸・海・空 自衛官募集

◆9000人のリーダーを目指そう!  
◆自衛隊幹部候補生募集  
○受付期間  
2月1日(日)～4月25日(土)  
○初任給  
月額 214900円(大卒)  
月額 232000円(大学院卒)  
◆自衛官未経験者の『体験』コース!  
○予備自衛官補第1回募集  
○受付期間 1月8日(木)～4月2日(木)  
○教育訓練招集手当  
日額 7900円(教育訓練参加日数分支給)  
◆自衛隊の経験を社会で生かそう!  
◆自衛官候補(男子)生募集  
○受付 随時

「ちびっこ探検学校」  
「島」参加者募集

沖縄に近い南の島「ヨロン島」で、全国から参加する仲間との共同生活や、さまざまな野外活動を通じて友情を深めませんか。また、

○対象年齢 18歳～26歳  
○俸給  
月額 159500円(2上任官以降)  
特別退職手当  
1任期 544039円(陸)  
※詳しくは問い合わせください。  
◆問い合わせ  
自衛隊札幌地方協力本部恵庭地域事務所  
☎0123(34)5438

国民年金

20歳になったら『国民年金』

20歳を迎えると、さまざまな権利とともに義務も生まれます。国民年金に加入することもそのひとつです。



年金なんて先のこと。  
今は関係ないよ!  
…なんて思っている  
人いませんか?

国民年金は、日本に住んでいる20歳から60歳までのすべての人が加入しています。その目的はやがて訪れる老後の所得保障だけではありません。不慮の事故などによる障がいや死亡により、私たちの生活の安定が損なわれることのないよう、みんなで前もって保険料を出し合いお互いを支え合う制度です。

また、少子高齢化により現役世代の負担が年々増加していますが、基礎年金の半分は国庫負担で賄われています。さらに賃金や物価の変動に合わせて年金額が改定されますので、安定した収入が得られます。ただし、加入の手続きや保険料の納め忘れがあると年金が受け取れないことも!「あのときに・・・」と後悔する前に必ず国民年金の加入手続きを取りましょう。

なお、学生や、収入が少なく保険料の納付が困難な場合は、支払いを猶予する制度がありますのでお問い合わせください。

【問い合わせ】  
町住民生活課住民・国保グループ ☎73-7509

在日外国人小学生と活動を共にすることで、国際感覚が身に付きま  
す。  
◆期間  
3月27日(金)～4月2日(木)  
◆場所  
鹿児島県大島郡与論島  
◆対象  
小学2年生～6年生  
◆参加費  
168000円(新千歳空港発)  
◆申込締切  
3月5日(木)まで  
※申込方法など詳しくは問い合わせ  
ください。  
◆問い合わせ・申込先  
公益財団法人国際青少年研修協会  
☎03(6417)9721

ご厚意ありがとうございます。

平成26年度 ふるさと応援寄付  
4/1～12/15までの総数 9,055件 **93,976,101円**  
【問い合わせ】町経営企画課 ☎73-7503

1月6日 (火) 出初めはしごのり 出初め式

# 栗山消防団

町民の皆様、明けましておめでとうございます。

昨年は皆様のご協力により火災を最小限に食い止めることができました。心から感謝申し上げます。本年も火災のない安全で安心な町づくりのため栗山消防団一丸となり無火災を目標に努力いたしますので、ご支援ご協力をお願い申し上げます。

第一分団では本年も町内の無火災を願い、栗山市街地におきまして恒例の「はしごのり」を行いますので皆様のご声援をお願いします。

**出初めはしごのり 9:55～**  
9:55 越路前 (餅まき)  
10:05～ 高橋歯科医院前交差点  
10:15～ K.KITANO・岡嶋商店前 (餅まき)  
10:25～ 幸寿恵前  
10:40～ 2区駐車場  
10:50～ ストアーやまかね東側 (餅まき)  
11:00～ 山崎建設・石田鉄工所前  
11:10～ 役場前  
11:20～ 栗山いちい保育園前  
※時間は前後する場合があります

**出初め式 13:00～**  
【行進】栗山消防団庁舎前を出発し、駅前通りを行進します。  
【式典】カルチャープラザ「Eki」

【登梯員】第一分団：高杉文浩、仲井浩祐、中井浩輝、大旗 修、越前谷孝行、端 師孝、西岡政則、廣瀬勝憲、長尾有二

■問い合わせ 南空知消防組合消防署 ☎72-0150

## 【投票所別投票状況】(小選挙区)

投票所	有権者数	投票者数	投票率
1 スポーツセンター	3,007	1,161	38.61%
2 総合福祉センター	2,593	1,186	45.74%
3 カルチャープラザ	2,068	954	46.13%
4 雨煙別公民館	389	170	43.70%
5 角田農村環境改善センター	1,283	633	49.34%
6 南部公民館	1,271	644	50.67%
7 円山文化センター	181	95	52.49%
期日前投票	10,792	1,594	14.77%
合計	10,792	6,437	59.65%

**衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査**  
第47回衆議院議員総選挙と第23回最高裁判所裁判官国民審査の投票が12月14日、町内7カ所の投票所で行われました。  
本町の投票率は59・65%で、前回の66・90%から7・25ポイント下がりました。  
衆議院議員選挙の小選挙区の各候補者、比例代表の各政党の得票数と、各投票所の投票状況についてお知らせいたします。

## 【比例代表】

有効投票：6,194票 無効投票：241票

政党名	得票数
民主党	1,990
自由民主党	1,634
公明党	940
日本共産党	676
維新の党	475
支持政党なし	237
社会民主党	119
次世代の党	64
幸福実現党	59

## 【小選挙区】

有効投票：6,146票 無効投票：291票

候補者名	党派	得票数
いなつ久	公明党	2,900
神谷ひろし	民主党	2,513
木村けんじ	日本共産党	733



## 相談

心の健康相談

◆日時・場所  
1月15日(木) 午後1時～3時  
岩見沢保健所(空知総合振興局内)  
◆対象  
心に健康問題を抱えている方、精神障がいのある方、そのご家族  
◆相談員  
精神科嘱託医師による面接相談  
◆申込期限  
前日の午前中  
◆申込先・問い合わせ  
岩見沢保健所健康支援係  
☎0126(20)0122

## 無料法律相談

◆日時・場所  
1月16日(金)、30日(金)  
午後1時～4時  
総合福祉センター「しやるる」  
◆内容  
札幌弁護士会所属弁護士による30分間程度の法律相談  
◆申込方法  
事前に電話で予約  
◆相談料 無料 (定員6人)  
◆予約・問い合わせ  
町社会福祉協議会  
☎②1322

## ご厚意

町へ

【金一封】  
◆総務寄附金(まちづくり)として  
◆金留 功さん(朝日4)  
【物品】  
◆子ども発達サポートセンターへ「スーパートーカー」  
※イラストごとに言葉が録音でき、会話が苦手な子どもでもコミュニケーションを楽しむことができます、携帯用会話補助装置  
◆札幌アカシヤライオンズクラブ、札幌クラーライオンズクラブ、札幌時計台ライオンズクラブ



スーパートーカー

## 社会福祉協議会へ

【金一封】  
◆田村 敏子さん(朝日3)  
【物品】  
◆北海道コカ-Colaボトリング(株)

## 泉徳苑へ

【物品】  
◆カインドネスシオミ薬品(松風3)  
◆ココカラファインくすりのえびな(中央2)  
◆エスケイアイファーマシーの花  
◆薬局栗山店(朝日2)  
◆桜丘伝承もちつき会実行委員会(藤原東峰実行委員長)  
◆JAそらち南コポロの会  
◆田中 一英さん  
【ボランティア】  
◆三浦 英昭さん(朝日4)  
◆太田 欣仁さん(松風2)  
◆ケーナの会

## くりのさんへ

【金一封】  
◆高野 英弥さん(釧路市)  
【物品】  
◆永井 貞子さん(湯地)  
◆桜丘伝承もちつき会実行委員会(藤原東峰実行委員長)  
◆山田 光子さん(雨煙別)  
◆株式会社クオス(松風2)  
◆株式会社サンライフサービス(岩見沢市)  
【ボランティア】  
◆月見草の会(土田清美会長)

## おめでとう

## おくやみ

【11月16日～12月15日届出分(敬称略)】

氏名	年齢	世帯主	住所
高宮利男	82	住	朝日3
中嶋八雄	90	常	隆旭台
大場幸雄	66	本	南学田
山本房子	75	本	角田
平田正一	97	本	中央4
衣川澄子	82	本	桜丘1
澤田ハル	96	本	三日月
中嶋正美	84	本	南角田
小澤百合子	62	晴	中央3
遠藤綾子	91	本	中央2
富澤友三	79	本	大井分
亀淵鈴子	90	本	継立
高橋キヨ	90	本	松風2
石戸谷リセ	93	本	松風4
金留ユワノ	84	功	朝日4
菅原洋子	73	本	湯地
権平キクエ	93	本	旭台

【11月16日～12月15日届出分(敬称略)】

氏名	年齢	父母名	住所
澤田遥	11/25	朝日3	朝日3
堀本奈	11/26	松風4	松風4
岸田音	11/27	南学田	南学田
太田香	12/1	松風3	松風3
今田綾	12/3	朝日3	朝日3
山崎浩	12/11	中里	中里

# ニューストピックス NEWS & TOPICS



## 元気が一番！ 継立健康フェスティバル

**地**域住民の健康意識向上と交流を目的とした「第11回継立健康フェスティバル」が南部公民館で行われました。子どもからお年寄りまで約130人が参加し、健康運動指導士による解説つきの健康体操やスポーツ推進委員考案のボーリング競技などを行うミニ運動会が開催されました。お子さん2人と参加した高橋純子さん(37歳)は「地域の方と一緒に体を動かし、交流ができて良かったです」と話していました。(11月30日)

## 栗っ子の力作が勢ぞろい\* 児童生徒作品展

**栗**山町教育振興会主催による平成26年度栗山町児童生徒作品展がカルチャープラザ「Eki」で開催されました。町内4校の小中学生が制作した絵画、書道、工作、立体作品など力作が展示され、多くの来場者の目を楽せました。また、同展では特別支援学級たちの生徒の作品販売も行われました。

(12月3日~9日)



## サンタさんからプレゼント\* くりの子クリスマス

**お**はなしボランティア「栗の子」による「くりの子クリスマス会」が栗山町図書館で開かれ、親子連れなど160人が参加しました。手作りのパネルをつかったパネルシアター「サンタのおくさんミセスクロース」や人形劇「さんまいのおふだ」など4演目を上演。会場は、子どもたちからの拍手や声援に包まれました。プログラム終了後にはサンタクロースが登場し、子どもたち一人ひとりにプレゼントが手渡されました。(12月6日)

## 好プレー、珍プレー連発\* 全町ミニバレーボール大会

**冬**の恒例スポーツイベント「第34回全町ミニバレーボール大会」がスポーツセンターで行われ、男子11チーム、女子4チームの約130人が参加しました。前年度優勝チームの朝日町内会の中山直樹さんと、南町内会の昆野綾さんが「大会終了後に実施する懇親会のビールを楽しみに精一杯プレーします」と選手宣誓し、熱い試合が繰り広げられました。男子の部は南町内会Aが優勝、女子の部は継立が優勝しました。(12月8日)



## 栗山町生涯学習情報

# マナビイ

栗山町教育委員会  
総合福祉センターしゃるる  
TEL72-1117 FAX72-6522



## 「カーリング」をお勧めします!!

栗山町スポーツ推進委員 大塚崇

皆さんは札幌市にカーリング施設があることをご存じでしょうか。2012年にオープンした「どうぎんカーリングスタジアム」は、公共施設としては全国で初めての通年型カーリング専用施設です。11月29日、栗山町スポーツ推進委員でカーリングに挑戦してきました。私もカーリングは初めての経験で、今回は2時間の体験コースに参加しました。

体験コースでは、インストラクターの指導により、氷の上の歩き方から教わります。続いて、ストーンを投げる動作の練習を行います。動作練習の後、いよいよ実際にストーンを投げたのですが、なかなか狙った方向には行かず、ハウスと呼ばれる円の中に入れるのはとても苦労しました。



また、カーリングにはブラシで力いっぱいストーンの前方を掃き、ストーンの距離を伸ばすスイープという役割があります。これがかなりの運動量で息が上がります。一通りの練習を終え、最後は推進委員で対戦形式のゲームを行いました。皆徐々に上達していきミラクルショットや珍ショットも飛び出し、ストーンの行方に一喜一憂し大変盛り上がりました。



カーリングは「氷上のチェス」と呼ばれるほど、高度な戦略を必要とするスポーツです。しかし、ルールはとても簡単で、老若男女を問わずレクリエーション感覚で楽しめます。興味のある方は職場や町内会のイベントなどで、ぜひ体験してみてくださいいかがでしょうか。



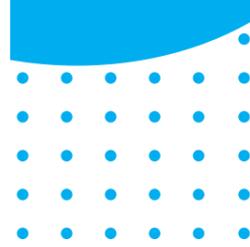
■新体力テスト

- ◆日時 1月31日(土) 午前9時30分～正午
- ◆場所 スポーツセンター
- ◆対象 20～64歳の町民
- ◆内容 握力測定、長座体前屈、上体起こし、反復横跳び、立ち幅跳び、急歩
- ◆申込方法 スポーツセンター受付にて申込み
- ◆申込期限 1月23日(金)(定員10人)
- ◆申込先・問い合わせ スポーツセンター ☎72-6161

■健康ストレッチ・ヨガ教室

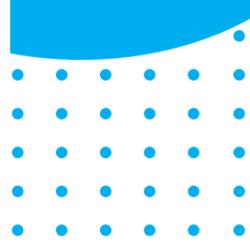
- ストレッチに簡単なヨーガを取り入れた教室です。札幌ストレッチヨーガ愛好会代表の渋谷和子先生が指導します。
- ◆日時 2月10日(火) 17日(火) 24日(火)  
午前11時～午後0時30分
  - ◆場所 スポーツセンター
  - ◆対象 20～70歳の町民
  - ◆受講料 1,500円(入館料含む)
  - ◆申込方法 スポーツセンター受付にて申込み
  - ◆申込期限 2月6日(金)(定員10人)
  - ◆申込先・問い合わせ スポーツセンター ☎72-6161

札幌ひなまつりコンサート



- ◆日時 3月7日(土) 午後6時30分開演
- ◆場所 スポーツセンター
- ◆内容 指揮/梅田 俊明  
ヴァイオリン/田島 高宏  
管弦楽/札幌交響楽団
- ◆曲目 (第一部)  
○スツペ 喜歌劇「軽騎兵」序曲  
○ブルッフ ヴァイオリン協奏曲第1番ト短調 (第2部)  
○ブラームス ハンガリー舞曲第5番  
○ドヴォルジャーク スラブ舞曲ほか
- ◆入場料 一般
- 当日 2,500円(前売2,000円)
- 高校生以下 当日 700円(前売500円)

冬の里山たんけん隊



- ふわふわな新雪を歩こう！冬ならではの出会いを探して冬の里山を大冒険します。
- ◆日時 1月25日(日) 午前9時～午後1時
  - ◆場所 ハサンベツ里山センター
  - ◆対象 親子連れ(小学生以上) 20人
  - ◆持ち物 動きやすい服装、防寒着、タオル、長靴、リュックサック、着替え
  - ◆参加料 2,000円 ※昼食付き
  - ◆申込方法 参加者の氏名・年齢・性別・住所・電話番号・Eメールアドレスを記入し、郵送、Eメール、FAXのいずれかで提出または電話で申し込み
  - ◆申込期限 1月19日(月)
  - ◆申込先・問い合わせ 雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス TEL/FAX ☎72-1696



- ◆お問い合わせ 町教育委員会社会教育グループ ☎72-1117
- ◆前売券取扱所(1月中旬販売予定) カルチャープラザ「Eki」、総合福祉センター「しゃるる」、農村環境改善センター、南部公民館、白光堂楽器店、スポーツセンターほか

第3期 スポーツセンター教室



- 【期間】 1月13日(火)～3月27日(金)
- 【回数】 各教室全10回 ※ソフトエアロは全5回
- 【場所】 スポーツセンター
- 【対象】 20歳以上の町民
- 【受講料】 各教室1,000円(入館料含む) ※ソフトエアロは500円
- 【保険料】 1,850円(任意加入)
- 【申込方法】 スポーツセンター窓口にて申込用紙に必要事項を記入し、受講料を添えて提出
- 【申込期間】 1月7日(水)9時より受付開始 ※印鑑をお持ちください
- 【問い合わせ】 スポーツセンター ☎72-6161

**バランスボールピラティス**

【日時】 1月13日(火)～3月17日(火)  
毎週火曜日 13:30～14:30

【内容】 バランスボールを使用し、ヨガと太極拳の要素を合わせた体にやさしい教室です。

**ソフトエアロ**

【日時】 1月15日(木)～2月12日(木)  
毎週木曜日 13:00～14:00

【内容】 エアロビクスの基本的なステップからコンビネーションへと軽快に体を動かす教室です。

**いきいき運動(午前の部)**

【日時】 1月14日(水)～3月25日(水)  
毎週水曜日 10:00～11:00

【内容】 卓球・ミニテニス・バドミントンなどを中心に取り組む運動教室です。

**いきいき運動(午後の部)**

【日時】 1月14日(水)～3月25日(水)  
毎週水曜日 13:30～14:30

【内容】 卓球・ミニテニス・バドミントンなどを中心に取組む運動教室です。

**すこやかストレッチ**

【日時】 1月16日(金)～3月20日(金)  
毎週金曜日 10:00～11:00

【内容】 健康増進のためのストレッチ教室です。体力に自信のない初心者の方にもオススメです。

**卓球教室**

【日時】 1月16日(金)～3月27日(金)  
毎週金曜日 13:30～14:30

【内容】 基礎から始める初心者向けの卓球教室です。この機会に卓球に挑戦しましょう。

図書館へ行こう!!

- 木曜おはなし会へようこそ! ～ほっこり★絵本の時間～  
親子の楽しいひとときを絵本と一緒に過ごしましょう。赤ちゃん大歓迎! 幼児の読書相談もお受けします。
- 日時 毎週木曜日 11:00～11:20
- 場所 図書館 幼児コーナー
- 内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

- 複製絵画を貸出しています  
ピカソやゴッホなどの複製絵画を22点揃えています。ご自宅やお店で絵画芸術をお楽しみください。
- 貸出期間 1カ月間以内(一人1点のみ)



▲『ゲルニカ』ピカソ



▲『アイリス』ゴッホ

【問い合わせ】 栗山町図書館 ☎72-6055

菅沼 孝三 北海道極寒ツアー2015

吉川晃司、DREAMS COME TRUEのレコーディングにも参加しているドラマー“手数王”こと菅沼孝三氏。今回は栗山町の和太鼓チーム 艶美火舞羅とのコラボのほか 栗山・札幌のミュージシャンと共演します。



- 日時 1月17日(土) 18:00開演
- 場所 由仁町文化交流館 ふれーる
- 入場料 一般 2,500円(前売2,000円)  
高校生以下 1,500円(前売1,000円)
- 販売店 ・白光堂楽器店 ・コーヒーショップ ツモロー
- 問い合わせ OTO-MAU くりやま(松本) ☎090-3393-4677



会場全員で「onちゃんおはよう体操」を踊る！  
かわいらしい石沢アナウンサーの「6」



監督のフリートーク  
選手との裏話など、普段は聞けない話が盛りだくさん



いつもと逆の立場？監督から報道取材陣へ逆取材



紙吹雪の中、来季躍進の決意を誓う



選手の応援歌を熱唱！



開幕戦スタメン予想！  
監督からは面白くないと不評



グッズ販売も大盛況



野球少年団から栗山監督に熱い応援メッセージ



栗山の五郎さんも登場

## 栗山監督ファン感謝デー

「栗さんからのファン感謝デー（同実行委員会主催）」が12月21日、スポーツセンターで行われました。北海道日本ハムファイターズの栗山英樹監督が監督就任以来、ファンに感謝し恩返ししたいと、毎年、栗山町で開催しているもので、今年は、道内外から2,000人以上のファンが集まりました。栗山監督と選手との裏話や、サイン入りのグッズが当たるプレゼント抽選会など、ファンにはたまらないイベントが盛りだくさん。最後には希望者全員と記念撮影会も行われ、希望者が列をつくり栗山監督と楽しいひと時を過ごしました。



▼先日、今年度初のスノーボードに行ってきました。去年の終わりにボードの手入れを怠けたせいかエッジが錆ついてしまっていて、前日は一晩中、錆落としと研磨に追われました。努力の甲斐あってボードは新品同様に。満を持してグレンデに繰り出したのですが、一年ぶりのボードは感覚がつかめず、グレンデに寝そべってばかりでした。腕についた錆を落とすべく、リベンジを決意した一日でした。（東庄）

▼介護福祉学校「交換留学報告会」の取材に行ってきました。学生の皆さんはしっかりとしたテーマを持ってフィンランドを訪れ、自分たちなりの答えを見つけて帰国。若く、新鮮な切り口での発表にはとても説得力がありました。私も負けてはいられません。今年の目標は（できるだけ）若く！（怪我しない程度に）アクティブな広報マンに決定！今年もよろしくお願ひします。（仁平）

▼栗山監督のイベントを取材しました。イベントでの栗山監督の発言や、取材陣との受け答えから、日ごろ如何に色々な事を深く考えていることがわかります。選手のこと、ファンのこと、北海道のこと、選手の家族のことまで。逆に、私が如何に何も考えずに生活しているか知ってしまいました。今年も最後まで反省です。（藤沢）

編集担当者の  
 つらいつらい

人のうごき 平成26年12月1日現在 ( )内は前月比

人口	12,700人 (-45)	男	5,909人 (-24)	女	6,791人 (-21)	世帯数	6,005世帯 (-18)
----	---------------	---	--------------	---	--------------	-----	---------------