

Catch Voice

くりやまキヤッチボイス

【お問い合わせ】 広報・防災・情報グループ ☎7501

■あなたの声をしっかりキャッチ！
1枚のハガキが明日のくりやまを変える！



皆さんの声はまちの宝

町民の皆さんのまちづくりに対する疑問や意見など、お答えするための仕組みとしてスタートした「くりやまキヤッチボイス」も運用から7カ月が過ぎました。

この間、専用ハガキや町ホームページの専用フォームを通じて寄せられた貴重なご意見は38通（1月20日現在）のほります。

皆さんからの「声」はまちづくりの課題解決や、役場の業務改善に役立て、「町民の声＝まちの宝」として大切に、今後の政策に反映させていきます。

キャッチボイスその後…

いただいたご意見とその回答につきまして、これまで広報紙でその一部（町ホームページでは全件）を紹介してきました。

今月は、昨年9月の広報に掲載した2件について、回答送付後の対応を下記に紹介いたします。（左ページはこれまで同様に意見と回答を紹介）

今後も、よりよいまちづくりのため、皆さんからの貴重なご意見をお待ちしております。

その後 エノキに寒さ対策

駅前ターミナルの植栽エノキ4株が見えて痛々しく感じます。寒さに弱いようなので、冬場はムシロをまいてはどうでしょうか？（40代男性）



駅前ロータリー南側に植えられたエノキ。ムシロが巻かれている。

ハガキの受付から半年。冬本番を迎えた駅前ターミナルを訪れると…そこには風雪にさらされながらも懸命に立つエノキの姿が。その幹にはしっかりとムシロが巻かれ、養生しています。優しいさっぱいの一枚のハガキにより、エノキは厳しい冬を何とかしのぐことができそうです。

その後 自転車マナー周知

自転車の危険運転を抑止するため、警察の取り締まりはもちろん、広報活動も行つてほしい。自転車事故の判決例とその原因を挙げ「自転車は乗り方によって凶器になり得る」「ルールは守らないといけない」と、自転車利用者の自覚を促す内容で周知してほしい。（70代男性）



広報に折り込まれた「自転車のルールとマナー」チラシ

昨年11月の広報くりやまに、自転車利用に関するチラシが折り込まれました。安全に利用するためのマナーや、「ヘッドホンしながらの運転は5万円以下の罰金」など違反行為とその罰則を具体的に紹介した内容になっています。

要望 JRの本数を増やしてほしい

JRの栗山から岩見沢行き朝の本数を増やしてほしい。学生が多すぎて乗ることができない。学生以外の一般客が困っている。（20代男性）



通勤・通学の手段として大きな役割を果たすJR

回答 次年度より利用実態調査などを実施予定

公共交通を取り巻く環境は、少子高齢化や人口減少など、様々な社会情勢から利用者が減少傾向にあるなど、年々厳しさを増しています。

本町と他市町を結ぶ公共交通は、通勤通学をはじめ、町民生活に関わる大きな問題と認識しており、次年度から第6次総合計画において、利用実態や利便性向上のための調査などを予定しています。

要望 若者や女性向けの自治講座開催

町民にも、行政に参加する機会を与えていただいています。まだまだ自らすすんで参加する人が少ないのが現状。特に若者、女性の層が参加できる自治講座、人材づくりの講座があれば良いのかなと思います。有料でも実施する価値があると思いますので、検討をお願いします。（60代男性）

検討 出前型懇談会、講座の中で実施を検討

町民参加による自律したまちづくりを推進するためには、町民の皆さんと行政とが議論し、また、学び合う場づくりが重要であると考えています。

町はこれまで、さまざまな講座などを開催してきましたが、さらに内容の充実を図るため、次年度以降、新たに地域に出向いての懇談会や協定大学と連携した講座の開催を計画しています。

ご提案いただきました「若者・女性向け自治講座の開催」を含め、より多くの町民の皆さんが気軽に参加できる仕組みづくりを検討していきます。

提案 まちづくり懇談会を昼間に開催しては？

町長との懇談会を昼間に開催してはいかがでしょうか？日中（午後）の時間帯であれば家庭にいる女性や高齢者が多く参加し、意見を述べられると思います。（70代男性）



昨年12月3日のまちづくり懇談会。活発な意見交換が行われた。

回答 試験実施するも出席者少なく

以前にも同様のご指摘をいただいていたので、過去3回、昼間（午後2時から）開催を行いました。しかし出席者は非常に少ない状態（前回開催は8人。午後6時からの通常開催は50人程度）でした。また、女性や高齢者の出席が多いという実績もありませんでした。今後もより多くの町民が参加できる方法を模索してまいります。

皆さまからのご意見お待ちしております！

- ① 広報折り込みの専用ハガキで！
2カ月に一度広報に折り込まれる専用ハガキを切り取ってご利用ください。必要事項を記入してポストに投函してください。（切手不要）
- ② FAXで！
ハガキをそのまま、またはお好きな用紙に必要事項を記入して、『72-3179』に送信してください。
- ③ ホームページ専用フォームで！
下記アドレスから <https://www.harp.lg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=SfQnm4ig> または町ホームページトップ画面の注目情報（画面右側）から専用フォームにアクセス



生活と環境

安全・安心な街を目指して

冬道は危険！安全運転を！

冬期間の路面は、積雪や気温の低下などにより道路が非常に滑りやすくなり、その状況は刻一刻と変化します。

また、信号待ちや渋滞の車の熱で解けた雪が低温で再び凍るなど、場所によってスリップが起きやすくなりますので運転には十分注意が必要です。

歩行者についても、雪によって歩道が狭くなったり、高くなった雪壁によって十分な安全確認がしづらくなったり、凍結した路面での転倒などに注意が必要となります。

ドライバーや歩行者は、時間に十分にゆとりを持ち、ゆっくりと行動するなど、冬型の交通事故を未然に防ぎましょう。



上の車間距離をとり事故を防止しましょう。

○道路脇の雪山により安全確認が困難になります。交差点進入時には、減速や一時停止を心がけ、雪山の陰からの車や歩行者の飛び出しに十分注意しましょう。

○悪天候時は、吹きだまりや吹雪による視界不良の危険性があるため、外出の際は天気予報や道路交通情報などを確認し不要な外出は控えましょう。

○冬道では、急発進、急加速、急ハンドル、急ブレーキなどの「急」のつく操作はスリップの原因となります。スピードダウンや早めのブレーキなど慎重な運転を心がけましょう。

周りをよく見ていなかったり、積雪などで歩道が歩きにくくなっているため、車道を歩行していきなり歩行者の近くを通過する際は、安全な間隔の保持や徐行をして、急な飛び出しや転倒には十分気を付けてみましょう。

歩行者の冬道の事故防止ポイント

○路面が凍結し転倒しやすくなるため滑りにくい靴を履きましょう。また歩幅を小さくしたりして滑りにくい歩き方をしましょう。

○道路を横断する時は必ず横断歩道のある場所を利用し、青信号でも立ち止まり必ず左右の安全を確認しましょう。

○外出するときは明るい服装で外出し、夜光反射材を身に付けて車には十分気を付けてみましょう。



私たちが栗山青年会議所です。

売込みます！「栗山ブランド」



こんにちは！私達は本年度、輝く地域創出委員会委員の端（はな）師孝（しこう）です。皆さんにお聞きします。はじめて知り合った人に栗山町を紹介した時に、「栗山ってどこですか？」あるいは「あの夕張のね」と声が返ってきた経験はありませんか？魅力ある祭りや建物や農産物もあるはずなのに、悲しくないですか？もしその反応が「あの栗山ね！知ってるよ」と返ってきたら、自分が生まれ育った町が認知されていると嬉しいですね。

栗山青年会議所では、4月にあるくりやま老舗祭りと同じ日に、くりやまマルシェを開催します。これを通じて町内外の来場者約2万人と栗山の農産物とを結びつけます。栗山にまた来たくなるよう、他市町村



が輝く以上に栗山ブランドを売込みます。

あの特産品が美味しい！おすすめしたい！という情報があれば、どしどし私達まで教えてください。また私と同じく20歳から40歳までの男女の皆さんの力が重要です。興味のある方や、入会を希望する方は青年会議所までご連絡ください。

■一般社団法人 栗山青年会議所

☎0123(73)2345

企業広告を募集

予算説明書で企業PRしませんか

平成27年4月発行の「知っておきたいまちの予算（平成27年度予算説明書）」に掲載する事業者などの有料広告を募集します。

広告掲載事業は、町の資産を広告媒体として有効活用し、民間事業者などの協働によって町の新たな財源を確保するとともに、町民サービスの向上や地域経済の活性化を図ることを目的としています。

◆申込期限
平成27年2月13日(金)まで

◆申込方法
「栗山町広告掲載申込書」に必要事項を記入のうえ、広告のイメージ図を添えて申込先に直接持参、または郵送、Eメール、FAXで提出してください。

名称	知っておきたいまちの予算 (平成27年度予算説明書)
広告規格	第1種 縦52mm×横85mm 第2種 縦52mm×横175mm
規格	A4、2色刷、約50頁構成
募集枠数	第1種の枠でおおむね8枠
発行部数	6,500部
掲載位置	冊子裏表紙を予定
使用期間	平成27年4月～
印刷色	黒、青(2色)
使用内容	町内全戸配布(6,000戸) ほか、町内公共施設に設置
広告料	第1種 15,000円 第2種 30,000円

角田町営住宅入居者募集

入居資格

住宅に困窮している方

※町外に居住の方も申し込み可

◆申し込みに必要な書類

町営住宅申込書

住民票(入居希望者全員分)

所得税課税証明書、納税証明書

申込期限

平成27年2月16日(月)まで

申込多数の場合は選考、抽選で決定

入居可能日

平成27年2月25日(水)より

住宅情報

住宅番号 角田14号

所在地 栗山町角田146番地1

建設年 昭和54年

間取り 3DK 木造2階建

家賃 12000円(月額)

駐車場 あり(1台分)

申込先・問い合わせ

建設水道課総務管理グループ

☎73-7512



くりやま景観フォトコンテスト作品募集

くりやまのいい景色をみつけよう。

栗山町内の景観写真を募集します。

◇グランプリには2万円相当の栗山町特産品を贈呈します。(こども賞もあります)

◇詳しくは町ホームページまで

【応募期間】平成27年4月30日まで
【問い合わせ】町建設水道課 73-7513

少年ジェット「希望の翼」



栗山中学校 (2年) 橋日和

少年ジェットの研修を通してたくさんの方を経験しました。事前研修では現地で必要な語学力や研修を共にする仲間と協力することを学びました。ホームステイではホストファミリーと英語で会話をするのができ、パースの文化も知ることができました。今回の経験を今後に生かしていきたいです。



栗山中学校 (2年) 仁木萌愛

4日間のホームステイという貴重な経験を通じて、「英語力をあげる」「パースの文化を体験して日本との違いを知る」2つの研修目標を達成することができました。また、とても良い仲間と出会い、今回の研修を共にできたことも、とても嬉しく思います。本当にありがとうございました。



栗山中学校 (2年) 梅内悠三

今回の研修で人とのコミュニケーションには、相手を理解しようとする姿勢が大切であることを学びました。私は英語が苦手でした。しかし、言葉を理解しようとするのではなく、相手の気持ちを理解しようとするので、ホストファミリーや現地の人たちと会話することができるようになりました。



岩見沢緑陵高校 (1年) 山回実久

初めて体験したホームステイ。最初は頼れる人もなく、慣れない環境で英語を話すことに難しさを感じました。しかし、慣れてくると相手の話している内容が理解できるようになり、自分の伝えたいことも伝えられるようになりました。今回身につけた英会話力をこれからの生活に生かしていきたいです。



栗山高校 (2年) 後藤奏人

今回の研修が私にとって初めての海外経験でした。研修を通し、異国の言語や文化など今まで知らなかったことをたくさん知りました。私は高校を卒業後、留学したいと考えています。今回の研修で多くのことを経験し、自分が目指すべきところを明確にすることができました。



岩見沢東高校 (2年) 佐藤ことみ

オーストラリアに到着してすぐは、英語を聞き取ることで精一杯でした。しかし、時間が経つにつれて、相手が何を話しているのか理解できるようになり、自分からも積極的に話をすることができました。言葉や文化、環境の違いについて学んだ経験を糧として将来の仕事に生かしていきたいです。



岩見沢東高校 (2年) 鳴海百華

「自分の視野が広がった」これが今回の研修で私が一番感じたことです。オーストラリアでは日本と異なる文化や習慣を知ることができました。日本の文化は素敵ですが、異国の文化にも見習うべきところは多くあり、すべての文化の長所を少しずつ吸収していけるような世界になればいいと思いました。



岩見沢農業高校 (3年) 只木愛乃

オーストラリアでは、目に見えるものが全て新鮮でした。日々の生活で日本とは異なる雰囲気を感じました。日本人らしい謙虚さ、オーストラリア人らしい年齢に関係なく立場を超える対等さを身をもって感じました。これからも海外でより多くのことを学びたいと思います。そして自分の視野を広げたいです。



少年ジェット
「希望の翼」

国際 感覚豊かな青少年の育成のため町内の中学生・高校生を海外に派遣する少年ジェット「希望の翼」をオーストラリアのパースで実施しました。

今回派遣されたのは中学2年生から高校3年生の8人。昨年の10月から計9回、英会話を中心に事前研修を行い本研修に備えました。現地では初日に4度まで気温が上がり栗山町との温度差に驚きましたが、暑さに負けず、ホームステイや現地の先住民アボリジニの文化体験などを通して日本との違いを全身で感じ、多くの体験を通して栗山町に戻ってきました。研修の一端を報告します。



1月12日(月)	1月11日(日)	1月10日(土)	1月9日(金)	1月8日(木)	1月7日(水)	1月6日(火)	1月5日(月)	1月4日(日)
新千歳空港↓解散式	パース出発↓バンコク・スワンナプーム国際空港	パース到着↓フリーマントル見学	ホームステイ終了	先住民アボリジニ文化体験	ロットネスト島見学	英会話レッスン	英会話レッスン	出発式↓新千歳空港↓バンコク・スワンナプーム国際空港

少年ジェット「希望の翼」研修内容





【問い合わせ】
町保健福祉課
健康推進グループ
☎ 73-2256

受けないと損する？特定健診

平成25年度の栗山町特定健診受診率は21・0%、全道平均よりも低く、近隣町と比較しても非常に受診率が低い状況が続いています。

「病気が見つかったら怖い」「時間がない」など健診を利用しない方それぞれに事情や理由があると思います。

表1 南空知4町の特定健診受診状況
※北海道国保連集計資料より。順位は全道179市町村の順位

	平成23年度		平成24年度		平成25年度	
	受診率	順位	受診率	順位	受診率	順位
栗山町	20.3%	141位	23.7%	137位	21.0%	151位
長沼町	56.0%	11位	58.3%	11位	54.3%	13位
南幌町	36.2%	56位	33.4%	76位	30.7%	95位
由仁町	52.2%	16位	51.0%	24位	51.6%	23位
北海道	23.5%	—	24.0%	—	24.7%	—

表2 平成26年度 地区別特定健診受診状況
(平成26年12月末現在)

地区名	対象者	受診者	平成26年度受診率	平成25年度受診率	増減
松風	464	58	12.5%	10.8%	↑
中央	480	35	7.3%	7.7%	↓
錦	77	16	20.8%	15.3%	↑
桜丘	148	22	14.9%	9.6%	↑
朝日	317	40	12.6%	13.1%	↓
富士	144	26	18.1%	14.2%	↑
中里	203	30	14.8%	14.0%	↑
湯地	118	19	16.1%	12.3%	↑
森	3	0	0.0%	0.0%	→
鳩山	36	5	13.9%	15.2%	↓
雨煙別	33	6	18.2%	27.3%	↓
緑丘	30	1	3.3%	0.0%	↑
北学田	61	21	34.4%	37.9%	↓
桜山	45	14	31.1%	16.7%	↑
杵白	85	29	34.1%	28.8%	↑
旭台	57	19	33.3%	37.5%	↓
共和	42	11	26.2%	32.4%	↓
三日月	30	7	23.3%	13.8%	↑
角田	174	27	15.5%	11.5%	↑
阿野呂	43	23	53.5%	50.0%	↑
大井分	55	4	7.3%	12.2%	↓
南学田	91	29	31.9%	24.4%	↑
継立	178	36	20.2%	17.4%	↑
日出	46	6	13.0%	13.9%	↓
御園	68	18	26.5%	34.8%	↓
南角田	40	13	32.5%	30.6%	↑
円山	43	7	16.3%	21.1%	↓
東山	8	2	25.0%	0.0%	↑
滝下	12	5	41.7%	36.4%	↑
合計	3,131	529	16.9%	15.6%	↑

■Aさんのお話し
Aさん(67歳・男性)は、65歳の時に退職後初めて特定健診を受けました。「元氣だから大丈夫」と思う反面、「健診で病気が見つかったら嫌だ」と不安もあり、健診を受けずにいました。健診の結果、Aさんは高血糖状態であることがわかりました。高血糖とは、まだ糖尿病ではありませんが、正常者と比較すると動脈硬化症の発症リスクが1.5〜2倍高くなる状態です。健診後からAさんは間食を減らし、野菜中心の食事へと改善しました。2年間で血糖値は基準値内まで下がり、減量にも成功しました。

○特定健診を受けたAさんの感想
「高血糖と聞いた時はショックでしたが食事の数値が下がり安心しました」と健診のメリットを感じていました。

■Aさんの過去3年間の特定健診結果

	24年	25年	26年
年齢	65歳	66歳	67歳
体重(kg)	82.0	77.0	70.3
BMI	29.8 ↑	27.9 ↑	25.5 ↑
空腹時血糖	107 ↑	105 ↑	90
HbA1c	6.2 ↑	5.7 ↑	5.4

※BMI：肥満指数。(基準値：～24.9)
※空腹時血糖：血液中のブドウ糖のこと。(基準値：～99mg)
※HbA1c：過去1～2ヶ月間の平均的な血糖の状態。(基準値：～5.5%)

■1年に1回は特定健診を!

もしAさんが健診を受けずにいたら、気づかぬうちに動脈硬化が進み、心筋梗塞などの病気になっていたかもしれせん。健診は自覚症状のない病気を予防することができます。毎年特定健診を受けましょう!

★核医学診断装置(RI)
専用のカメラで体内の様子を画像にし、主に臓器の働き具合を調べて、がんなどの病気の状態、機能の異常を早期に診断できる装置です。



★コンピュータ断層撮影装置(CT)
周囲360度からX線をあて、身体を撮影すること
で、体内の様々な病巣を発見できる装置です。



【献血のお知らせ】

◆日程 2月26日(木)
◆場所・時間
・御園公民館 午前10時～11時
・栗山町役場 午後1時～4時30分

健康のコラム



高橋歯科医院 院長 高橋 克弥

歯周病と全身との意外な関係

歯周病と全身の健康との関係をご存じでしょうか?

歯周病は口の中の病だけと思いがちで、全身の健康とは無関係に思えます。最近の研究ではその関係が深いことがわかってきました。さらに全身の状態で、歯周病など口の中の健康に大きく影響することも明らかになっています。今回は特に歯周病と全身の病気との関係について紹介します。

1 糖尿病との関係

糖尿病は、インスリンという血糖を下げるホルモンが不足したり、うまく作用しなくなることで、常に血糖値が高い状態になってしまう病気です。高血糖の状態が続くと、様々な合併症がおきます。歯周病はそんな糖尿病

の合併症の一つとされ、糖尿病の人は健康な人に比べて歯周病になりやすく、また重症の歯周病になる可能性が高いのです。ところが歯科医院での歯周病の治療で歯ぐきのはれや、出血などが改善するとインスリンの働きが良くなり高血糖値が改善する可能性があります。これがわかってきました。

これは重症の歯周病になると、歯周病菌やその毒素が歯ぐきの血管から体内に入り、インスリンの働きを阻害するためと考えられています。

2 心疾患との関係

心疾患は、生活や運動、ストレスなどの積み重ねが引き起こす生活習慣病の一つと考えられています。さらに歯周病の人は、心疾患を発症するリスクが高い事が明らかになっています。これは歯周病によって歯ぐきの炎症で発生した炎症性物質が、血流を介して心臓の血管に影響を及ぼすためと考えられています。

3 誤嚥(ごえん)性肺炎との関係

食事中誤って食べ物や唾液が気管に入るとすると、自然にむせたりせきが出たりします。これは肺や気管支に物が入る事を防ぐための生理的な反応です。しかし、この機能が弱まると食べ物や自分の唾液が肺に入り、肺炎を起してしまいます。これが誤嚥性肺炎とよばれる病気です。唾液中に含まれる

細菌で、歯周病菌の多くは肺炎を起す原因菌になります。重症の歯周病の人は、口腔内の歯周病菌の数も多いため、それにより発生するリスクが高くなります。

4 認知症との関係

認知症の一つである脳血管性認知症の原因は脳卒中です。脳卒中は動脈硬化が脳の血管で起こるものですから歯周病を予防して動脈硬化のリスクを減らす事が認知症の予防にもなると報告されています。また、脳の委縮が認められるアルツハイマー型認知症の人では、健康な人に比べ残っている歯の数が少ないことがわかっています。

歯周病を予防して物をよくかむことで、その刺激が歯根膜から脳に伝わり脳を活性化するためアルツハイマー型認知症の予防になるとされています。

5 早期低体重児出産との関係

妊娠中の女性が歯周病の人は、低体重児出産や早産する確立が高くなること報告されています。妊娠中の女性は、つわりによって歯磨きが不十分になりやすく、歯周病菌の数が多くなり、歯周病になりやすいためです。

そして歯周病になってしまうと歯ぐきの炎症性物質が血管に入り、へその緒を通じて胎児に影響し早期低体重児出産の確立が高まると考えられます。

このように歯周病は、単に口の中の病気にとどまらず全身の健康にも大きく影響します。そのために歯周病を予防することが一番大切です。

歯周病の発症には歯周病菌の感染と歯周病菌から身体を守ろうとする防御機能とのバランスが関係しています。口の中を完全に無菌化することは不可能ですが、毎日の正しいブラッシングによるプラークコントロールと、歯科医院での専門的な口腔内のクリーニングの継続で口の中を毎日清潔な状態にしておくことが、予防にとって大切になってきます。

歯磨きの時に鏡を見て、歯ぐきがはれていたり、歯石が付いていたり、また歯ぐきから出血があるようでしたらためらわずに、歯科医院でチェックしてもらってください。

今回は歯周ポケットについて少しだけ紹介する予定です。



※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。