

国際化の中の栗山を思い描く

先日、「太子堂奉賛会」事務局長であった鎌倉修吾氏(88歳)からお借りした、鎌倉氏お手製の冊子を読ませてもらった。退職後、2年間で書き上げた、きれいな手書きで書かれた戦争体験記『青春のかげら』と『プロで打たれた自分史』『人生走馬灯の如し』で、いずれも150ページ前後の冊子となっている。「体験記」は詳細な地図が添付され、「自分史」は生まれ育った宮城県(仙台)の様子、北海道移住と栗山定住の経緯、学校・職場、趣味同好会、寺院との関わりなどが文章化されている。

私は、こうしたらこのような見識と汗の結晶ともいえる冊子を書き残せるのだろうかと考えさせられた。「資料収集・調査・構想・記憶・文章」力に驚嘆させられ、造本技術(和綴じ・表紙付)はどのようにして、どこで形成されたのか考えさせられた。学校(義務制、青年)か、職場か、軍隊内の教育力か、いろいろと思いは巡るのである。先日、書類整理をしていたら

【問い合わせ】
栗山町史編さん室
☎7820

荣誉に輝いた皆さん おめでとうございます

緑化推進運動功労者 内閣総理大臣表彰を受章



栗山町ハサンベツ里山計画実行委員会

平成13年から始めたハサンベツ地区の「人が自然の恵みと共存する里山」復元活動やハサンベツ川周辺での町民参加による自然体験事業など、さまざまな活動を展開していることが評価されました。

高倉淳実行委員長は「里山が評価され、栗山町を発信するシンボルになりました」と話していました。

高齢者叙勲

旭日単光章を受章



元栗山町議会議員 青山 茂さん(88歳)

昭和54年から3期12年の長きにわたり、町議会議員としてこの間、議会広報特別委員会委員長などを務め、議会活動の経過などを町民にわかりやすく周知すべく、議会広報の編集上の指標づくりに尽力されました。

青山さんは「家族や町民の皆さんの支えのおかげです。今回の受章をうれしく思います」と話していました。

首都圏の若者・子育て層に向けて

皆さんこんにちは。地域おこし協力隊2年目の小葉松真里です。

栗山町に来てから1年が経過しましたが、昨年度は若者シティプロモーション事業や首都圏の女性を対象としたモニターツアー、札幌の大学生を受け入れる1泊2日のツアーなどさまざまな事業に携わらせていただき、活動を通して町のことを知ることができました。まだまだ慣れないことも多いですが、2年目も元気に活動していきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。



先月、町若者定住推進室の業務として首都圏向けに作成した町の情報誌が出来上がりしました。飲食店や商店街、病院、SPAなど、まちの施設の情報や町内在住のパパ・ママ&キッズたちにも登場していただき、おススメスポットや魅力を紹介するなど、栗山町での暮らしの様子が分かるものになっています。

札幌や東京の移住相談会で活用するなど、都市部の若者・子育て層に栗山町を知ってもらうきっかけになればと思います。特産品のご提供、取材にご協力いただいた皆さん、ありがとうございます。



女性目線で積極的に活動する

こんにちは。私は、仲間の輪創造委員会の新津里沙です。昨年の今ごろに栗山青年会議所(JCI)に入会し、ちょうど1年が経過しました。

私は元々栗山町民ではなく、あまり栗山町のことは知らなかったです。興味もなく日々を過ごしていました。ですが、ご縁がありJCIに入会することになり、メンバーの方々には活動内容だけでなく、さまざまな知識や細かい言葉遣いなど、社会に必要な常識を親切に教えていただいています。

今までは、間違えた言葉遣いを使っていたことも教えてもらえず、間違えたままでした。ですが、間違えを言い合える仲間に出会い少しずつですが私自身変わりました。

一人ひとりが、職業も考え方も違う中で意見を出し合い事業を作っていくことで、お互い学ぶ所や気付くことがたくさんあるのもJCIの素晴らしいところだと思います。そして、マチの



「私のふるさと」は栗山町です。これからはより一層お願ひします。

ことを真剣に語り合い、日々奔走している姿は非常に尊いものだと感じます。

さらに、活動を通して「マチ」について知らなかったことに気づき、さまざまな出会いがあることは、私の大きな財産です。

マチのために、社会人としての責任を感じながらも、これからも諸先輩方を見習うとともに、女性目線での事業の提案など積極的に活動していきたいと思っています。



【問い合わせ】
町住民生活課
生活安全グループ
☎ 73-7510

チャレンジ・セーフティ ラリー北海道2017

無事故・無違反の達成と交通安全意識の高揚を図ることを目的に「チャレンジ・セーフティラリー北海道」が行われます。

無事故・無違反でゴールを目指してみませんか。

◆実施期間

7月1日(土)から10月31日(火)までの4カ月

◆参加資格

自動車運転免許保有者(町内に居住または町内の事業所に勤務されている方)

◆参加部門

5人チーム部門
3人チーム部門
個人(1人)部門

◆手数料

参加者数×630円(申請時に振込手数料が別途必要)

◆申込期限

6月30日(金)まで

◆申込方法

栗山警察署または町交通安全協会(役場住民生活課内)に備え置きのかき入れ紙に必要事項を記入し、手数料を添えて郵便局から申し込み

◆発令されました!

「特殊詐欺警報」

道内では、親族の名をかりたり現金を要求する「オレオレ詐欺」をはじめとした特殊詐欺が多発し、5月に「特殊詐欺警報」が発令されました。

「オレオレ詐欺」は、子どもや親戚だけでなく、警察官や銀行員・弁護士、最近では女性からと、手口は巧みになっています。

手口

突然の電話で「息子や孫」を名乗り「病氣(耳の裏にしこり、のどにポリープ、

風邪など)になった」「トラブル(夫のいる女性を妊娠させた、会社の金を無くしたなど)があり、お金が必要」「(知り合い、上司、弁護士)にお金を受け取りに向かわせるから、来たら渡してほしい」などという内容の電話が入ります。

対策

◆常に留守番電話にする
犯人は声を録音されることを嫌がります。

◆いつも連絡を取っている番号に連絡する

「電話番号が変わった」を信じてはいけません。

◆合言葉を決める

怪しい電話が来たときのために家族だけがわかる合言葉を決めましょう。

家族を心配する心に付け込んだ、悪質な手口です!どんな理由があっても、知らない人にお金を渡してはいけません!



ごみ分別のご協力をお願いします



【連絡先・問い合わせ】
町環境政策課
環境政策グループ
☎ 73-7511

6月は「環境月間」

不法投棄は「しない」「させない」「許さない」

町内では、毎年多くの不法投棄物が発見されています。今年度もすでに6件にのぼり、山林・田・畑・河川・道路脇などに廃タイヤ、廃家電、自転車などが数多く捨てられています。

不法投棄されたごみは、自然環境や美観を損なうだけでなく、河川の汚染や悪臭の原因となり、私たちの健康や生活にも悪影響を及ぼす恐れがあります。

6月は「環境月間」です。

不法投棄をされない環境をつくるには「地域の目」が非常に重要ですので、皆様のご協力をお願いします。また、不法投棄を発見した場合は、町環境政策課または栗山警察署(☎ 73-0110)に通報願います。



廃タイヤなどの不法投棄物

不法投棄で検挙されると:

5年以下の懲役、または1000万円以下の罰金、もしくはその両方が課されます。

自分の所有地にごみを捨てられた場合は:

「自分の所有地を見に行くと多量のごみが捨てられていた」などのご相談を受けるケースがあります。

自分の所有地・管理地に不法投棄が行われ、ごみの投棄者が判明しない場合は土地の所有者・管理者が自らの責任でごみを処理しなければなりません。

ごみ回収

ボランテアによる

「こまめに草刈りをし、見通しのきくきれいな状況にしておく」「定期的に見回りをするなど、常に土地の状況を把握しておく」などの対策により、不法投棄を未然に防ぎましょう。

例年、雪解けとともに多くの町民の皆さんが、ボランテアでごみ拾いをして

くれています。町では、そのような方々のために、ボランテアごみ拾い用の袋を用意していますので、お気軽に環境政策課までお問い合わせください。

堆肥

「栗肥土」随時販売中!

栗肥土は、役場・角田農村環境改善センター・南部公民館で随時販売しています。ぜひ、ご活用ください。
【価格】
1袋(10kg) 300円



取引や証明に使うはかりは、定期検査が必要です

商店やスーパーマーケット、病院などで取引や証明に使用する「はかり」は、計量法に基づき2年に1回は定期検査を受けなければなりません。
※「取引」とは商品の量り売りなど、「証明」とは健康診断結果の記録などのことです。

【定期検査日程】

6月15日(木) 9:30~16:00
役場車庫
6月16日(金) 9:30~10:15
角田農村環境改善センター
6月16日(金) 10:45~11:30
南部公民館

【問い合わせ】

町ブランド推進課 ☎ 73-7516



募集 まちづくり審議会・委員会

町では、町民参加の機会を広げるため、各種審議会・委員会などの公募を推進しています。

▶政策評価委員会

【申込期間】 6月1日(木)~19日(月) 必着

【応募資格】 3機関以上の町の審議会・委員会などの委員は応募不可

【応募方法】 ・専用の申込書に必要事項を記入し、下記申込先まで提出
・申込書は下記申込先で配布するほか、町ホームページからもダウンロード可能

【決定方法】 申込書による書類選考および面談 *申込書は返却しません。

【協議内容】 評価対象事業の選定(3事業程度)と学習、総合判定・改善点の検討など

【公募人数】 4人(総委員数5人)

【応募資格】 町内に在住、在勤、または在学されている満18歳以上の方

【任期】 委嘱のあった日から平成31年3月31日まで(2年)

【会議など】 ・7月~2月の間、平日の夜間(120分程度)月1回・年8回程度を予定

・会議1回出席につき4,000円の謝礼

・この会議は原則公開

【申込先・問い合わせ】 町経営企画課地域政策グループ ☎ 73-7502 FAX72-3179
Eメール tiikiseisaku-g@town.kuriyama.hokkaido.jp

元気が一番



【問い合わせ】
町保健福祉課
健康推進グループ
☎ 73-2256

見過ごされやすい病
気も、健診でわかる
なんて、受けておけ
ば安心だね！



集団健（検）診のお知らせ

◆日程 6月25日(日)※女性限定

◆場所

総合福祉センター「しゃるる」

◆健診機関 結核予防会

◆受診できる項目

特定健診・生活習慣病予防健

診・いきいき健診・各種がん検

診（胃・肺・大腸・子宮・乳）

◆日程 7月4日(火)

◆場所

総合福祉センター「しゃるる」

◆健診機関 北海道対がん協会

◆受診できる項目

特定健診・生活習慣病予防健

診・いきいき健診・各種がん検

診（胃・肺・大腸）

※それぞれの項目には対象があり

ます。詳細は「保健サービスガ

イド」をご確認ください。

献血のお知らせ

◆日程 6月26日(月)

◆場所・時間

○北海道内田鍛工株式会社

午前9時半～11時

○日本高圧コンクリート株式会社

午後0時15分～1時

○JAそらち南

午後1時半～2時

○栗山町役場

午後2時45分～4時半

検査が充実！いきいき健診

いきいき健診の検査内容が一部追加になりました

いくつかになっても、生活習慣病の予防は大切です。心筋梗塞・脳梗塞などの予防のために、健診を受診しましょう。後期高齢者医療制度に加入されている方は、いきいき健診をご利用いただけます。今年4月から、いきいき健診の検査内容が変わりました。変更点は表1のとおりです。特定健診の申込方法や健診機関などの詳細は、広報くりやま平成29年4月号折り込みの「保健サービスガイド」をご覧ください。

◆対象

後期高齢者医療制度に加入されている方

◆検査項目

問診、身体計測、血圧測定、血液・尿検査（貧血・脂質・糖代謝・肝機能・腎臓機能）

＊北海道対がん協会・結核予防会・札幌厚生病院で受診の方は心電図・眼底検査が含まれます。

（表1）

従来の検査内容	変更点（追加）	追加の検査でわかること
※身体計測 身長・体重・BMI ※血圧測定	腹囲	○ 腹囲 内臓脂肪の蓄積を調べます。内臓脂肪が過剰にたまると、さまざまな生活習慣病になる恐れがあります。 ○ 空腹時血糖 飲食によって変動するため、空腹時の血糖値を調べる検査です。 糖尿病は症状がないまま進行します。 HbA1c(平均血糖値)と調べることで、糖尿病の診断基準と照らし合わせて判定するのに役立ちます。 ○ クレアチニン・e-GFR（推算糸球体濾過量） 腎臓の働きを調べる検査です。 初期には症状がない慢性腎臓病（CKD） を早く見つけるために必要な検査です。CKDは進行すると自然に治ることはなく、人工透析が必要になったり、脳梗塞・心筋梗塞のリスクが増すため、早期発見が必要です。 ○ 尿酸値 体内での尿酸の産生と排泄のバランスを調べる検査です。 尿酸値は高くなっても症状がなく 、高値が続くと痛風や慢性腎臓病（CKD）、などを起こします。 ○ 貧血検査 貧血状態や栄養状態を調べる検査です。高齢の方は、食欲が落ちるなどの理由で低栄養状態になりやすく、貧血になっても 症状が持病等で隠れやすく、気づきにくい状況にあります。
※血液検査 血中脂質（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール） 肝機能（GOT・GPT・γ-GPT） 血糖（HbA1c）	血糖（空腹時血糖） 腎機能（クレアチニン・e-GFR）（尿酸値） 貧血検査（赤血球・ヘモグロビン・ヘマトクリット）	
※尿検査（尿糖・尿たんぱく）	変更なし	

保健福祉のコラム



とくち内科胃腸科ファミリークリニック 院長

久野 和成

胃食道逆流症のお話し その1

胃食道逆流症とは

皆さんは、「胸やけ」に悩んでいませんか？胸骨の裏の灼熱感（焼ける感じ）を「胸やけ」と呼びます。胃食道逆流症（医師の間では英語の頭文字をとって「GERD」と読んでいます）は、胸やけを起こす代表的な病気で、胃の内容物が食道に逆流して起こる症状をいいます。

さまざまな理由で胃の内容物が頻繁に食道に逆流するようになると、胃酸で胸やけや口の中まで酸っぱい水が上がってくる感じ（**呑酸**）が起こります。中には狭心症と紛らわしい胸の痛みが起ることもあります。

逆流症状のほか、胃酸によって食道粘膜がただれて食道炎が起ることもあります。症状があっても食道に異常がなかったり、食道

炎があっても症状が少ない場合があるため、逆流による症状または食道炎のどちらかが治療を必要とする状態であればGERDと診断します。

内視鏡検査で食道炎があるものを逆流性食道炎と呼び、ひどい胸やけがあるものの食道炎が確認できないものを非びらん性胃食道逆流症「NERD」と呼びます。どちらも食道に胃酸が逆流して起こる病気という意味では同じで、治療法も同じとなります。

では、どうして胃酸の食道への逆流が起るのでしょうか？

食道と胃のつなぎ目を解剖学的には噴門と呼びます。正常な噴門には下部食道括約筋（LES）と呼ばれる逆流を防ぐ構造を持っています。この機能が低下すると胃液の逆流が起こります。

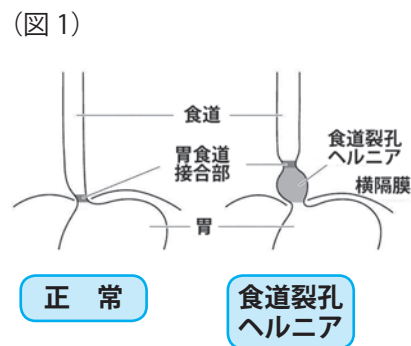
食べ過ぎた時に「げっぷ」が出

るのは噴門が一時的に開いて胃にたまった空気を出す現象（一過性LES弛緩）が起こるからです。この現象は胃底部（胃の上部）の伸展刺激によるもので必ずしも病的なものではありません。しかしこの際に空気と一緒に胃酸が逆流することがGERDの原因として大きいと考えられています。

胃酸逆流の約60～80%は一過性LES弛緩に伴い発生していると報告されています。噴門の一時的弛緩は暴飲暴食、早食い、食べた後すぐ横になるなど、食べ方によって起こる場合があります。高脂肪食などによって生じることもあります。胃の中に長時間内容物が残るような人は胃の内圧が上がります。胃の圧迫により胃酸が逆流しやすくなっているために逆流が起こることがあります。

肥満は腹腔および胃の内圧上昇に伴って逆流発生の悪化因子と考えられています。常に前屈みの人も胃の圧迫により胃酸が逆流しやすいと考えられます。

食道裂孔（横隔膜を食道が貫い



食道と胃の関係
ー正常像と食道裂孔ヘルニア

※文中図は、日本消化器病学会編「胃食道逆流症（GERD）ガイドブック」より引用しました。