

見やすい景色への色付け作業

町史編さん室の窓からは、駅のホームが見え、電車が到着するたびに乗降する様子がうかがえます。本州からは、梅や桜の便りが聞こえてきますが、乗客の服装はまだまだ厚着の方が多くみられます。

白銀の「景色」はまだ続きそうです。長い冬の除雪も堪え、早く春の気配を感じたいと願う今日この頃です。

町史編さん室では、さまざまな資料を収集し、整理をして分析を行い、刊行に向け編さん作業を進めています。この部屋には、寄贈された各種資料などもあわせて栗山に関する情報が蓄積されており、いわば町史編さんのためのベースキャンプと言っても過言ではありません。

町史の仕事をしていきますと、多くの資料と出会います。その中で新たな発見も少なくありません。皆さんからの情報や収集した資料の確認、調査などを進めることで、これまでわからなかった生活の様子や地域のつながりのことを明らかにすることができます。つまり、栗山の歩

みや人々の生活の様子の「景色」が今までと変わってくるかわかるのです。編さんにあたっては、黒1色の濃淡による水墨画的な「景色」ではなく、色彩豊かで鮮やかな油絵のごとく、誰もがわかりやすく、見やすい「景色」であるように、一つひとつの事実を積み上げ丁寧な色付け作業を進めて、『栗山町史第3巻』へと繋げていきたいと思っています。(衣川)

【問い合わせ】

栗山町史編さん室
☎7820



地域おこし協力隊を卒業します



地域おこし協力隊の五十嵐です。この度、二月末をもって栗山町地域おこし協力隊(以下、「協力隊」)を卒業し、実家のある東京に帰ることとなりました。二年という短い間で、温かく見守っていただき、ありがとうございました。

新卒で東京から単身で栗山町に協力隊として移住し、東京では気づけなかったことに気づかされました。ふるさと納税担当としての取材活動を通して、生産者の皆さんの農作物にかける熱意を知り、また、試食をさせてもらった時にはその

美味しさに感動しました。「この熱意やおいしさを多くの人に伝えたい」という気持ちになりました。首都圏での物産展の際には、お客さんとの会話の中でおいしさや品種の違いを自然と説明し購入してくれた時はとてもうれしかったです。商品販売するには、まず自分が一番のファンでなければならぬということ学びました。

そして、私が一番大切にしている場所が「栗山町青年団体協議会」。

名前を聞いたときは、お堅い団体だと思っていましたが、そこで同じ年代の「大切な仲間」と出会い、協力隊としてだけではなく、栗山町で輝ける場所を見つけたことができてよかったです。「おかえり」って言うってくれる人がいる。これこそ本当の「ふるさと」であり、人と関わっていくことが何よりも大切なことだと気づかせてもらいました。

これからも私の「ふるさと」として東京でも栗山町のPRをしなが、ずっと繋がっていきます。

恵み豊かな夕張川を未来へ繋いで

こんにちは!今年度、地域の誇創生委員会の委員長を務めます廣岡雄三です。

皆さんは、サケの遡上を見ることがありますか?

私たちの委員会では、故郷の恵み豊かな夕張川で「サケの自然産卵」を実現するために1年間を通してさまざまな事業を行っています。

この事業は「郷土愛の醸成」をテーマに、2007年に夕張川の水質調査・研究から始まり、夕張川にサケが遡上できる環境を整えるため、関係諸団体や地域住民の皆さんと一緒に毎年継続し11年目を迎えます。2015年にはサケ・マスの自然産卵に向け続けてきた運動が実を結び、栗沢頭首工に魚道「サーモンロード」が設置され、遡上も着実に増えていることが確認されています。

しかし、まだまだ「サケの自然産卵」への道のりは遠いのです。このため、私達はサケ・マスの自然産卵に向け、魚卵から稚魚



に育てる「サケの里親事業」、その稚魚を夕張川に放流する「サケ稚魚放流会」、また遡上してきたサケの産卵場所の「河川清掃」などを継続していきます。この活動を通して、夕張川を地域住民の皆さんが誇れる故郷の川にしていきます。

今年度は、恵み豊かな夕張川を未来へと繋いでいくため、地域の子どもたちを中心に川やそこに生息する生き物と触れ合い、夕張川の未来の姿を想い描いてもらいます。

皆さんと一緒にこの運動をこれからも続けていきますので、ご協力の程よろしくお願い致します。

栗山JCホームページWEB
<https://www.kuriyama-jc.jp/>

平成30年 町内会長・自治会長 ~1年間よろしくお願いします~

美貴弘勝透幸弘一夫一幸則憲哉透典孝一男性 真洋孝利博正友正賢典繁義哲昭耕憲真 (敬称略)	森山月田上島山中岡田村下澤家瀬田川尾間 島藤青伊藤井藤金田西澤田山長氏川亀市飯草	山別丘田山白台和月呂分田園田山山下 煙学旭共三阿大南御南円東滝 鳩雨緑北桜杵旭共三阿大南御南円東滝 角田町内会連合会 繼立町内連合会 日出連合町内会	茂力慶則司彦芳郎行彦仁正彦正道友雄男三幸子 伸義武忠一範則威清英武英孝哲昭和慶	村永田橋野澤瀬穂田山藤池間木戸森畑本岡本 河福角八磯椀古赤秦高初佐永本鈴木笹高塚武橋	手丘栄央日目事地 南の山桜松中朝日4丁目農団睦里わ央地里葉栄士里地 新と湯ふじ団みなみ青道富中湯森	明央淳裕彦晴茂裕強晴明司彦治則一二義正之之 英統雅勝善政茂敏武忠勝政昇英和則繁 沼倉室上上俣川藤澤井田崎田野口藤佐林間川 大窪高小村井古中木小今置檜前小坂斉岩小北玉	松風第1町567892 松風第2松風第3松風第4松風第5松風第6松風第7松風第8松風第9松風第10松風第11松風第12 松風第13松風第14松風第15松風第16松風第17松風第18松風第19松風第20松風第21松風第22松風第23松風第24松風第25松風第26松風第27松風第28松風第29松風第30松風第31松風第32松風第33松風第34松風第35松風第36松風第37松風第38松風第39松風第40松風第41松風第42松風第43松風第44松風第45松風第46松風第47松風第48松風第49松風第50松風第51松風第52松風第53松風第54松風第55松風第56松風第57松風第58松風第59松風第60松風第61松風第62松風第63松風第64松風第65松風第66松風第67松風第68松風第69松風第70松風第71松風第72松風第73松風第74松風第75松風第76松風第77松風第78松風第79松風第80松風第81松風第82松風第83松風第84松風第85松風第86松風第87松風第88松風第89松風第90松風第91松風第92松風第93松風第94松風第95松風第96松風第97松風第98松風第99松風第100松風第101松風第102松風第103松風第104松風第105松風第106松風第107松風第108松風第109松風第110松風第111松風第112松風第113松風第114松風第115松風第116松風第117松風第118松風第119松風第120松風第121松風第122松風第123松風第124松風第125松風第126松風第127松風第128松風第129松風第130松風第131松風第132松風第133松風第134松風第135松風第136松風第137松風第138松風第139松風第140松風第141松風第142松風第143松風第144松風第145松風第146松風第147松風第148松風第149松風第150松風第151松風第152松風第153松風第154松風第155松風第156松風第157松風第158松風第159松風第160松風第161松風第162松風第163松風第164松風第165松風第166松風第167松風第168松風第169松風第170松風第171松風第172松風第173松風第174松風第175松風第176松風第177松風第178松風第179松風第180松風第181松風第182松風第183松風第184松風第185松風第186松風第187松風第188松風第189松風第190松風第191松風第192松風第193松風第194松風第195松風第196松風第197松風第198松風第199松風第200松風第201松風第202松風第203松風第204松風第205松風第206松風第207松風第208松風第209松風第210松風第211松風第212松風第213松風第214松風第215松風第216松風第217松風第218松風第219松風第220松風第221松風第222松風第223松風第224松風第225松風第226松風第227松風第228松風第229松風第230松風第231松風第232松風第233松風第234松風第235松風第236松風第237松風第238松風第239松風第240松風第241松風第242松風第243松風第244松風第245松風第246松風第247松風第248松風第249松風第250松風第251松風第252松風第253松風第254松風第255松風第256松風第257松風第258松風第259松風第260松風第261松風第262松風第263松風第264松風第265松風第266松風第267松風第268松風第269松風第270松風第271松風第272松風第273松風第274松風第275松風第276松風第277松風第278松風第279松風第280松風第281松風第282松風第283松風第284松風第285松風第286松風第287松風第288松風第289松風第290松風第291松風第292松風第293松風第294松風第295松風第296松風第297松風第298松風第299松風第300松風第301松風第302松風第303松風第304松風第305松風第306松風第307松風第308松風第309松風第310松風第311松風第312松風第313松風第314松風第315松風第316松風第317松風第318松風第319松風第320松風第321松風第322松風第323松風第324松風第325松風第326松風第327松風第328松風第329松風第330松風第331松風第332松風第333松風第334松風第335松風第336松風第337松風第338松風第339松風第340松風第341松風第342松風第343松風第344松風第345松風第346松風第347松風第348松風第349松風第350松風第351松風第352松風第353松風第354松風第355松風第356松風第357松風第358松風第359松風第360松風第361松風第362松風第363松風第364松風第365松風第366松風第367松風第368松風第369松風第370松風第371松風第372松風第373松風第374松風第375松風第376松風第377松風第378松風第379松風第380松風第381松風第382松風第383松風第384松風第385松風第386松風第387松風第388松風第389松風第390松風第391松風第392松風第393松風第394松風第395松風第396松風第397松風第398松風第399松風第400松風第401松風第402松風第403松風第404松風第405松風第406松風第407松風第408松風第409松風第410松風第411松風第412松風第413松風第414松風第415松風第416松風第417松風第418松風第419松風第420松風第421松風第422松風第423松風第424松風第425松風第426松風第427松風第428松風第429松風第430松風第431松風第432松風第433松風第434松風第435松風第436松風第437松風第438松風第439松風第440松風第441松風第442松風第443松風第444松風第445松風第446松風第447松風第448松風第449松風第450松風第451松風第452松風第453松風第454松風第455松風第456松風第457松風第458松風第459松風第460松風第461松風第462松風第463松風第464松風第465松風第466松風第467松風第468松風第469松風第470松風第471松風第472松風第473松風第474松風第475松風第476松風第477松風第478松風第479松風第480松風第481松風第482松風第483松風第484松風第485松風第486松風第487松風第488松風第489松風第490松風第491松風第492松風第493松風第494松風第495松風第496松風第497松風第498松風第499松風第500松風第501松風第502松風第503松風第504松風第505松風第506松風第507松風第508松風第509松風第510松風第511松風第512松風第513松風第514松風第515松風第516松風第517松風第518松風第519松風第520松風第521松風第522松風第523松風第524松風第525松風第526松風第527松風第528松風第529松風第530松風第531松風第532松風第533松風第534松風第535松風第536松風第537松風第538松風第539松風第540松風第541松風第542松風第543松風第544松風第545松風第546松風第547松風第548松風第549松風第550松風第551松風第552松風第553松風第554松風第555松風第556松風第557松風第558松風第559松風第560松風第561松風第562松風第563松風第564松風第565松風第566松風第567松風第568松風第569松風第570松風第571松風第572松風第573松風第574松風第575松風第576松風第577松風第578松風第579松風第580松風第581松風第582松風第583松風第584松風第585松風第586松風第587松風第588松風第589松風第590松風第591松風第592松風第593松風第594松風第595松風第596松風第597松風第598松風第599松風第600松風第601松風第602松風第603松風第604松風第605松風第606松風第607松風第608松風第609松風第610松風第611松風第612松風第613松風第614松風第615松風第616松風第617松風第618松風第619松風第620松風第621松風第622松風第623松風第624松風第625松風第626松風第627松風第628松風第629松風第630松風第631松風第632松風第633松風第634松風第635松風第636松風第637松風第638松風第639松風第640松風第641松風第642松風第643松風第644松風第645松風第646松風第647松風第648松風第649松風第650松風第651松風第652松風第653松風第654松風第655松風第656松風第657松風第658松風第659松風第660松風第661松風第662松風第663松風第664松風第665松風第666松風第667松風第668松風第669松風第670松風第671松風第672松風第673松風第674松風第675松風第676松風第677松風第678松風第679松風第680松風第681松風第682松風第683松風第684松風第685松風第686松風第687松風第688松風第689松風第690松風第691松風第692松風第693松風第694松風第695松風第696松風第697松風第698松風第699松風第700松風第701松風第702松風第703松風第704松風第705松風第706松風第707松風第708松風第709松風第710松風第711松風第712松風第713松風第714松風第715松風第716松風第717松風第718松風第719松風第720松風第721松風第722松風第723松風第724松風第725松風第726松風第727松風第728松風第729松風第730松風第731松風第732松風第733松風第734松風第735松風第736松風第737松風第738松風第739松風第740松風第741松風第742松風第743松風第744松風第745松風第746松風第747松風第748松風第749松風第750松風第751松風第752松風第753松風第754松風第755松風第756松風第757松風第758松風第759松風第760松風第761松風第762松風第763松風第764松風第765松風第766松風第767松風第768松風第769松風第770松風第771松風第772松風第773松風第774松風第775松風第776松風第777松風第778松風第779松風第780松風第781松風第782松風第783松風第784松風第785松風第786松風第787松風第788松風第789松風第790松風第791松風第792松風第793松風第794松風第795松風第796松風第797松風第798松風第799松風第800松風第801松風第802松風第803松風第804松風第805松風第806松風第807松風第808松風第809松風第810松風第811松風第812松風第813松風第814松風第815松風第816松風第817松風第818松風第819松風第820松風第821松風第822松風第823松風第824松風第825松風第826松風第827松風第828松風第829松風第830松風第831松風第832松風第833松風第834松風第835松風第836松風第837松風第838松風第839松風第840松風第841松風第842松風第843松風第844松風第845松風第846松風第847松風第848松風第849松風第850松風第851松風第852松風第853松風第854松風第855松風第856松風第857松風第858松風第859松風第860松風第861松風第862松風第863松風第864松風第865松風第866松風第867松風第868松風第869松風第870松風第871松風第872松風第873松風第874松風第875松風第876松風第877松風第878松風第879松風第880松風第881松風第882松風第883松風第884松風第885松風第886松風第887松風第888松風第889松風第890松風第891松風第892松風第893松風第894松風第895松風第896松風第897松風第898松風第899松風第900松風第901松風第902松風第903松風第904松風第905松風第906松風第907松風第908松風第909松風第910松風第911松風第912松風第913松風第914松風第915松風第916松風第917松風第918松風第919松風第920松風第921松風第922松風第923松風第924松風第925松風第926松風第927松風第928松風第929松風第930松風第931松風第932松風第933松風第934松風第935松風第936松風第937松風第938松風第939松風第940松風第941松風第942松風第943松風第944松風第945松風第946松風第947松風第948松風第949松風第950松風第951松風第952松風第953松風第954松風第955松風第956松風第957松風第958松風第959松風第960松風第961松風第962松風第963松風第964松風第965松風第966松風第967松風第968松風第969松風第970松風第971松風第972松風第973松風第974松風第975松風第976松風第977松風第978松風第979松風第980松風第981松風第982松風第983松風第984松風第985松風第986松風第987松風第988松風第989松風第990松風第991松風第992松風第993松風第994松風第995松風第996松風第997松風第998松風第999松風第1000松風第1001松風第1002松風第1003松風第1004松風第1005松風第1006松風第1007松風第1008松風第1009松風第1010松風第1011松風第1012松風第1013松風第1014松風第1015松風第1016松風第1017松風第1018松風第1019松風第1020松風第1021松風第1022松風第1023松風第1024松風第1025松風第1026松風第1027松風第1028松風第1029松風第1030松風第1031松風第1032松風第1033松風第1034松風第1035松風第1036松風第1037松風第1038松風第1039松風第1040松風第1041松風第1042松風第1043松風第1044松風第1045松風第1046松風第1047松風第1048松風第1049松風第1050松風第1051松風第1052松風第1053松風第1054松風第1055松風第1056松風第1057松風第1058松風第1059松風第1060松風第1061松風第1062松風第1063松風第1064松風第1065松風第1066松風第1067松風第1068松風第1069松風第1070松風第1071松風第1072松風第1073松風第1074松風第1075松風第1076松風第1077松風第1078松風第1079松風第1080松風第1081松風第1082松風第1083松風第1084松風第1085松風第1086松風第1087松風第1088松風第1089松風第1090松風第1091松風第1092松風第1093松風第1094松風第1095松風第1096松風第1097松風第1098松風第1099松風第1100松風第1101松風第1102松風第1103松風第1104松風第1105松風第1106松風第1107松風第1108松風第1109松風第1110松風第1111松風第1112松風第1113松風第1114松風第1115松風第1116松風第1117松風第1118松風第1119松風第1120松風第1121松風第1122松風第1123松風第1124松風第1125松風第1126松風第1127松風第1128松風第1129松風第1130松風第1131松風第1132松風第1133松風第1134松風第1135松風第1136松風第1137松風第1138松風第1139松風第1140松風第1141松風第1142松風第1143松風第1144松風第1145松風第1146松風第1147松風第1148松風第1149松風第1150松風第1151松風第1152松風第1153松風第1154松風第1155松風第1156松風第1157松風第1158松風第1159松風第1160松風第1161松風第1162松風第1163松風第1164松風第1165松風第1166松風第1167松風第1168松風第1169松風第1170松風第1171松風第1172松風第1173松風第1174松風第1175松風第1176松風第1177松風第1178松風第1179松風第1180松風第1181松風第1182松風第1183松風第1184松風第1185松風第1186松風第1187松風第1188松風第1189松風第1190松風第1191松風第1192松風第1193松風第1194松風第1195松風第1196松風第1197松風第1198松風第1199松風第1200松風第1201松風第1202松風第1203松風第1204松風第1205松風第1206松風第1207松風第1208松風第1209松風第1210松風第1211松風第1212松風第1213松風第1214松風第1215松風第1216松風第1217松風第1218松風第1219松風第1220松風第1221松風第1222松風第1223松風第1224松風第1225松風第1226松風第1227松風第1228松風第1229松風第1230松風第1231松風第1232松風第1233松風第1234松風第1235松風第1236松風第1237松風第1238松風第1239松風第1240松風第1241松風第1242松風第1243松風第1244松風第1245松風第1246松風第1247松風第1248松風第1249松風第1250松風第1251松風第1252松風第1253松風第1254松風第1255松風第1256松風第1257松風第1258松風第1259松風第1260松風第1261松風第1262松風第1263松風第1264松風第1265松風第1266松風第1267松風第1268松風第1269松風第1270松風第1271松風第1272松風第1273松風第1274松風第1275松風第1276松風第1277松風第1278松風第1279松風第1280松風第1281松風第1282松風第1283松風第1284松風第1285松風第1286松風第1287松風第1288松風第1289松風第1290松風第1291松風第1292松風第1293松風第1294松風第1295松風第1296松風第1297松風第1298松風第1299松風第1300松風第1301松風第1302松風第1303松風第1304松風第1305松風第1306松風第1307松風第1308松風第1309松風第1310松風第1311松風第1312松風第1313松風第1314松風第1315松風第1316松風第1317松風第1318松風第1319松風第1320松風第1321松風第1322松風第1323松風第1324松風第1325松風第1326松風第1327松風第1328松風第1329松風第1330松風第1331松風第1332松風第1333松風第1334松風第1335松風第1336松風第1337松風第1338松風第1339松風第1340松風第1341松風第1342松風第1343松風第1344松風第1345松風第1346松風第1347松風第1348松風第1349松風第1350松風第1351松風第1352松風第1353松風第1354松風第1355松風第1356松風第1357松風第1358松風第1359松風第1360松風第1361松風第1362松風第1363松風第1364松風第1365松風第1366松風第1367松風第1368松風第1369松風第1370松風第1371松風第1372松風第1373松風第1374松風第1375松風第1376松風第1377松風第1378松風第1379松風第1380松風第1381松風第1382松風第1383松風第1384松風第1385松風第1386松風第1387松風第1388松風第1389松風第1390松風第1391松風第1392松風第1393松風第1394松風第1395松風第1396松風第1397松風第1398松風第1399松風第1400松風第1401松風第1402松風第1403松風第1404松風第1405松風第1406松風第1407松風第1408松風第1409松風第1410松風第1411松風第1412松風第1413松風第1414松風第1415松風第1416松風第1417松風第1418松風第1419松風第1420松風第1421松風第1422松風第1423松風第1424松風第1425松風第1426松風第1427松風第1428松風第1429松風第1430松風第1431松風第1432松風第1433松風第1434松風第1435松風第1436松風第1437松風第1438松風第1439松風第1440松風第1441松風第1442松風第1443松風第1444松風第1445松風第1446松風第1447松風第1448松風第1449松風第1450松風第1451松風第1452松風第1453松風第1454松風第1455松風第1456松風第1457松風第1458松風第1459松風第1460松風第1461松風第1462松風第1463松風第1464松風第1465松風第1466松風第1467松風第1468松風第1469松風第1470松風第1471松風第1472松風第1473松風第1474松風第1475松風第1476松風第1477松風第1478松風第1479松風第1480松風第1481松風第1482松風第1483松風第1484松風第1485松風第1486松風第1487松風第1488松風第1489松風第1490松風第1491松風第1492松風第1493松風第1494松風第1495松風第1496松風第1497松風第1498松風第1499松風第1500松風第1501松風第1502松風第1503松風第1504松風第1505松風第1506松風第1507松風第1508松風第1509松風第1510松風第1511松風第1512松風第1513松風第1514松風第1515松風第1516松風第1517松風第1518松風第1519松風第1520松風第1521松風第1522松風第1523松風第1524松風第1525松風第1526松風第1527松風第1528松風第1529松風第1530松風第1531松風第1532松風第1533松風第1534松風第
--	---	---	--	---	---	---	---

平成29年度子ども予防接種週間

3月1日(木)から7日(木)までは「子ども予防接種週間」となっています。この時期は、4月からの入園・入学に備え、保護者の予防接種への関心を高めるとともに、接種漏れを見直すのに最適な時期と考えられています。この機会に受け忘れていた予防接種がないかご確認ください。

なお、通常の診療時間に予防接種が受けにくい方々に対して、日曜日に臨時の予防接種を実施します。ぜひご利用ください。

【日時】
3月11日(日) 午前9時～正午

【場所】
にしみこどもクリニック

【申込期限】
3月9日(金) 午後1時まで

※右記問い合わせ先までご連絡ください。



平成29年度成人用肺炎球菌ワクチンの定期予防接種は3月31日まで

【対象者】
①表1の生年月日の方
②60歳から65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障がい(身体障がい1級相当)がある方
※すでに任意予防接種された方を除きます。

表1 成人用肺炎球菌予防接種対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日
70歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日
75歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日
80歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日
85歳	昭和7年4月2日～昭和8年4月1日
90歳	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日
95歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日
100歳	大正6年4月2日～大正7年4月1日

- 【留意事項】
・対象者①に該当する方には、平成29年3月に個別案内をしています。平成29年3月以降に転入されるなど、案内が届いていない方、案内の再発行をご希望の方は右記問い合わせ先までご連絡ください。
- ・対象者②に該当する方は、主治医とご相談の上、接種してください。
- ・対象者で予防接種を受ける場合は町から3500円の助成が受けられます。
- ・平成26年度から平成29年度に該当しなかった65歳以上の方(平成30年度の対象者)は定期予防接種に該当する年度に個別案内します。
- ・定期予防接種の対象年度より前に接種された方は、定期予防接種の対象となりませんので、ご注意ください。

インフルエンザに注意

空知管内でインフルエンザの大きな流行が危惧されています。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。

○まめにマスク、まめに手洗いを心掛けましょう

くりやま健康マイレージ
ポイントカード



有効期間 平成29年4月～平成30年3月末まで

健康づくり推進協議会からのお知らせ
■くりやま健康マイレージの期限が迫っています

「くりやま健康マイレージ」は、特定健診や各種がん検診の受診、健康づくり事業などに参加することでポイント(ため、賞品(くりやまギフトカード)と交換することが出来る事業です。

くりやま健康マイレージのポイントと賞品交換の期限は3月31日までとなっています。期限が過ぎると無効になります。

ポイントがたまっている方は、町保健福祉課6番窓口までポイントカードをお持ちになり、忘れずに交換してください。

保健福祉のコラム



栗山さいつ眼科院長 齋藤 秀文

「なみだ目」について その2

前号で涙の分泌には生理的に日内変動があり、分泌された涙は鼻に抜けていくこと、そしてその通り道が詰まるとなみだ目になることをお知らせしました。今回はそれ以外のなみだ目の原因などをお伝えします。

生理的・反射的な分泌

まず、涙の分泌には悲しくないのにじわじわと出る生理的な分泌と反射的分泌があります。生理的分泌は前号でお伝えした日内変動のある涙の分泌です。反射的分泌は例えば、目にゴミが入ったときなどに涙腺からたくさん涙が出される現象です。冬の寒いときに室内から屋外に出て冷たい空気に接した際、涙がわつと出るのもこの現象です。さらに目にゴミがはいつて目に傷ができた際もこの涙の分泌がおきます。

ところで、目に傷ができる病気で有名なのはドライアイ(乾き目)です。このドライアイでも実は反射的な涙の分泌がおきるのです。乾き目なのになみだ目を訴える患者さん多いということですが、一見矛盾したような症状ですがこういうこともあるのです。(ただし、シエーグレン症候群などそもそも涙腺が慢性的な炎症で壊れているものではあまり反射的分泌はおきませんから、この限りではありません)

これらのなみだ目に対する治療はそれぞれの原因に対する治療となります。目にゴミが入ったならそれを取り除きます。寒い外に出た時になみだ目になるなら角膜の知覚を多少麻痺させるような目薬を使います。さらにドライアイなどで角膜に傷がついているなら傷をよくなる目薬を使います。

涙嚢マッサージが効果的

いずれの場合も、涙がたまった場合には前号でお伝えした目頭をマッサージする涙嚢マッサージが効果的ですのでやってみてください。

もう一つなみだ目に関連してお伝えしたいことがあります。それはまぶたの皮膚がただれる眼瞼炎(がんげんえん)です。涙が常にまぶたの皮膚にこぼれてきているので、じめじめとして皮膚にすんでいる常在菌(じょうぞうきん)というばい菌が増えます。増えたばい菌は皮膚の炎症を引き起こし、まぶたが赤くなりかさかさしたりただれて、痒くなったり痛くなったりします。

この場合の対処ですがなみだ目の治療を継続するほかに、菌を殺し、皮膚炎をよくする塗り薬を使います。毎日、瞼の炎症が起きている場所に塗ります。これは眼軟膏というもので軟膏の成分が眼の中に入っても大丈夫です。ただし、この眼軟膏の中には強いもの

のもあり副作用が出るものもあります。2週間以上使う場合には再受診して副作用のチェックが必要です。

なお、この眼瞼炎は再発することがしばしばあります。瞼の菌が増えることが原因ですからそうならないようにするのが予防となります。毎日瞼の周囲を石鹸で洗うのが予防となります。石鹸が目に入ると痛いというイメージがありますが、最近では目に入っても痛くない石鹸も売られています。し、石鹸が無理でしたら毎日起きた後に目の周りを濡れティッシュなどできれいに拭くのも効果的です。

以上、今回は鼻涙管閉塞以外のなみだ目の原因とその対処法や、なみだ目から併発してくる眼瞼炎とその治療法などをお伝えしました。

少しでも皆さんの症状の軽減に役立てば幸いです。

※栗山町地域医療協議会のご協力により、「リレー方式」で連載しています。

消費生活 相談室

です



南空知消費生活相談室

毎週 13:00 勤労者
月・木曜日 ~ 16:00 福祉センター
毎月 13:00
第2・4水曜日 ~ 15:00 ☎ 72-3581

相談急増！ハガキによる架空請求

【国民生活センター事例より】

「総合消費料金に関する訴訟最終告知」というハガキが届いた。訴訟や差し押さえなどと書かれており、怖くなってハガキに書いてあった電話番号に連絡したところ、「あなたは買った物の代金を支払っていないため、企業から訴えられている。弁護士に確認したが取り下げに間に合わないので、示談金として10万円をコンビニで支払うように」と言われた。全く身に覚えがないのに支払わなければならないのか。(60歳代女性)

【ひとこと助言】

- ハガキによる架空請求に関する相談が増加しています。
- 行政機関を装い、「未納料金の訴訟最終告知」などと書かれたハガキが自宅に届き、文面に「訴訟を起こす」「差し押さえ」などと法律用語を使って不安をあおり、ハガキに記載のある連絡先に電話をかけさせようとするものです。連絡をするとお金を要求されたり、電話番号などの個人情報を知られてしまったりするケースもあります。
- このようなハガキが届いても、決して連絡してはいけません。

まちの駅 イベント 3月

【問い合わせ】

まちの駅「栗夢プラザ」
☎ 73-5515 Fax 73-5535
開館時間 10:00 ~ 17:00

春待ちゆっくり市 大ビンゴ大会

【日時】

3月16日(金) 18:00 ~ 20:00
特選お肉・果物・海の幸・ギフトカードほか、豪華景品盛りだくさん！

大好評！手打ちそばの日

【今月の「そばの日」(限定30食)】

3月2日、9日、16日、23日、30日
(毎週金曜日 11:00 ~)

ホール・会議室ご利用のご案内

サークルや団体の催し、商品の展示会などでのホールや会議室のご利用をお待ちしています。
まずは、ご相談ください！

栗山公園 だより Vol. 120

【問い合わせ】

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



“ハムスター”と“モルモット”の違いって??



なかよし動物園のかわいいアイドルは“ハムスター”??それとも“モルモット”?

正解は…モルモットです！現在、オス2匹、メス2匹の計4匹います。では、どのような違いがあるのか6つのポイントでお話ししますね♪

	ハムスター	モルモット
①サイズ	手乗りサイズで平均 100グラム以下	平均1キログラム以上
②食事	雑食(なんでもOK)で、植物の種子や昆虫までも食べる	完全草食ではあるが、にんじんなど一部の野菜・果物も食べる
③しっぽ	短いしっぽがある	ない
④寿命	平均2~3年	平均6~8年
⑤運動	回し車はお手の物	回し車に乗れない
⑥赤ちゃん	一度の出産で3~15匹産む	一度の出産で2~4匹産む

春先にはなかよし動物園でもモルモットのかわいい赤ちゃんが産まれる予定です。皆さん会いに来てください！！

あなたもはじめて
みませんか？

町子育て支援センター 子育てボランティアを募集

町では、子育て中の保護者の育児負担や不安感を軽減するため、子育てボランティアを活用したさまざまな子育て支援事業を実施しています。子どもが大好きな方や先輩ママさん、ぜひ登録して活動してみませんか？



子育てボランティアとは
月に1回程度、子育て講座やイベント時に託児などのお手伝いをしています。
現在10人の方がボランティア登録をされています。「小さいお子さんと遊んでみたい」と思っている子どもが大好きな方や子育て経験者の方、大歓迎です。

【内容】
①子育て支援センターの講座や育児サークルまめっこ行事の託児バリエーション(子どもフェスティバルなど)のお手伝い

子育てボランティア スキルアップ研修会のご案内

子育てボランティアに登録された方、またこの活動に興味のある方が参加できる研修会を開催します。参加を希望される方は3月7日(木)までに申込みください。

【日時】 3月9日(金) 13:30 ~ 15:00

【場所】 町子育て支援センター (警察署横)

【内容】 講話・茶話会

【参加費】 無料

【問い合わせ】 町子育て支援センター ☎ 72-1280

《資格要件》
①町内在住・在勤
②地域における子育てボランティアとして活動意欲のある方
※保育士資格など特別な資格は必要ありません。

まち という名の家族



【問い合わせ】
町子育て支援センター
☎ 72-1280 Fax 72-1320



子育て応援券の使用期限が近づいています

平成29年度の子育て応援券を支給された方で、未使用の応援券をお持ちの方は、使用期限が3月31日までとなっています。お早目にご利用ください。



ファミリーサポート・センター 託児室の移転のお知らせ

4月1日より、託児室が移転します。会員の方には個別に通知しますが、移転場所は次のとおりです。ご利用前には、見学も可能となりますので、お気軽にご利用ください。

◆現託児室

中央2丁目うらら駅前内

◆移転後

中央3丁目旧ロジ栗の木2階

◆問い合わせ

アドバイザー 羽鳥

☎ 090(6695)6084
会員も募集中です！