

広報

# くやま 1

2019.1.1 VOL.1312

月号

## 新年の繁栄を願って

邪気をはらい、健やかな年にと願いを込めて、  
しめ縄をおはらいする日本の伝統文化です。

「栗山新時代」の創生を目指して！



栗山町長 佐々木 学

あけましておめでとうございます。  
町民の皆様には、平成31年の輝かしい新春をご家族お揃いで健やかに迎えられたこと、心からお慶び申し上げます。

昨年4月、栗山町の第8代町長として町政をお預かりし、早くも9カ月が経過いたしました。

この間、6月の大阪北部地震や7月の西日本豪雨、道内では9月の台風21号、そして胆振地方中東部を震源とする地震が相次いで発生し本町でも大きな被害を被るなど、日常生活を脅かす大規模災害が多発いたしました。

基幹産業の農業では、春先から農作業はおおむね順調に進んだも

の、6月からの低温と日照不足が影響し、水稲では8年ぶり、畑作物も総じて不作となるなど、自然災害の脅威に見舞われた試験の一年となりました。改めて、防災・減災対策の重要性を再認識したところであり、町民の皆様の安全・安心な生活を守るための対策強化に、より一層努めてまいります。

さて、世界経済の緩やかな回復を背景に、景気拡大が高度成長期の「いざなぎ景気」を超え戦後2番目の長さとなる一方、地方では実感できない状況が続いており、加えて本格的な人口減少社会の局面を迎えた中で、地域経済への深刻な影響が懸念されております。

このような厳しい状況を打破し、まちの将来像である「誰もが笑顔で、安心して暮らすまち」実現のため、平成31年度から向こう4年間のまちづくりを具体化した「第6次総合計画後期実施計画」を昨年末に町議会へ提案し、慎重審議をいただいております。

昨年のまちづくり懇談会では、直面する町政課題として、栗山赤十字病院の改築、駅前商店街の活性化、栗山高等学校・北海道介護福祉学校・スキー場存続問題を提起させていただきました。今後、まちの将来を見据えた議論を重ね、一つひとつ責任をもって方向性を判断してまいります。

私がお約束した、栗山をもっと笑顔にする「5つの旗印」のもと、「栗山新時代」の創生を目指し、職員一丸となって全力で取り組んでまいりますので、なお一層のご支援とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

結びに、新しい一年が町民皆様にとりまして、希望に満ちた明るく健やかな年でありますよう心から祈念申し上げます、新年のご挨拶いたします。

あけましておめでとうございます。

輝かしい平成31年の新春を、町民の皆様とともに迎えられますことを、町議会を代表して謹んでお慶び申し上げます。

また、日頃より、議会運営に対して多くのご支援とご協力をいただき、深く感謝を申し上げます。

昨年は、9月5日の記録的な暴風が観測された台風21号、そして翌6日早朝に発生した胆振東部地震により、町内はもとより全道各地に甚大な被害がもたらされました。被災された皆様に対し、心よりお見舞い申し上げますとともに1日も早い復興をお祈りいたします。

これらの自然災害を通して、議

会が、また議員がどのように災害対応にあたるべきか、改めて議会BCP（業務継続計画）の重要性と策定の必要性を痛感したところであります。

さて、昨年12月、町の最上位計画である「第6次総合計画基本構想及び基本計画」の改定案が議会に提案されました。今、わが国は世界に類のない超高齢少子社会を迎え、人口減少が進行しています。

国は、2025年の超高齢社会像を表したのに続き、人口減少社会における自治体像を示した2040構想を提起しました。

こうした情勢を踏まえ、今後4年の計画期間はもとより次

期計画、さらには本町の将来の礎となる重要な意味を持つものになると考えております。

基本構想が掲げる「誰もが笑顔で、安心して暮らすまち」の実現に向け、議会基本条例の趣旨にのっとり、情報公開、住民参加、自由闊達な討議を進め、次代の子どもたちに対し責任ある議決を目指します。

本年4月には、町議会議員選挙が執行されます。当議会は、前回の選挙より議員定数を従前の1名減の12名といたしました。結果は無投票となり、議会として、責任の一端を重く受け止めております。

議員のなり手不足は、全国的に問題となっておりますが、多くの町民の皆様は議会、議員の活動に関心を持っていただくとともに議員を志していただける存在感のある活動を目指してまいりたいと決意を新たにしております。

終わりに、この一年が町民の皆様にとって健やかで希望に満ちた年でありますよう心からお祈りを申し上げます、新年のご挨拶いたします。

次代の子どもたちに対し責任ある議決を



栗山町議会議長 鷗川 和彦

謹賀新年

本年も  
よろしくお祈りします

町長 佐々木 学  
副町長 三浦 匠  
ほか職員一同

議長 鷗川 和彦  
副議長 大西 勝博  
議員 友成 克司  
檀崎 忠彦  
佐藤 則男  
重山 雅世  
置田 武司  
大井 賢治  
千葉 清己  
土井 道子  
三田 源幸  
藤本 光行

◆農業委員会  
会長 吉田 寿栄  
同代理 小川 信一  
◆監査委員 谷田 進太郎  
大井 賢治

◆教育委員会  
教育長 南條 宏  
同代理 湯地 定暁  
◆選挙管理委員会  
委員長 村上 哲  
同代理 砂田 正樹  
◆公平委員会  
委員 坂口 由紀子  
中川 昇  
越前谷 徹

◆国民健康保険運営協議会  
会長 北 輝男  
同代理 橘 一也

◆都市計画審議会  
会長 梶澤 勝則  
同代理 檀崎 忠彦

◆社会教育委員  
委員長 藤井 吉美  
副委員長 小川 真寿美  
副委員長 永池 英彦  
◆スポーツ推進委員  
委員長 岡山 典弘  
副委員長 永池 英彦



平成30年第6回栗山町議会定例会で次の議案が審議されました。  
(12月11日開会)

台風21号倒木事故に係る和解及び損害賠償の額の決定について

台風21号に伴う強風により、本町所有の台山共同墓地敷地内の樹木が倒れ、相手方が所有する墓石にそれぞれ損害を与えたことから、修繕相当額を賠償することで和解するもので、損害賠償の総額は524万8584円です。

歳入歳出予算に2億4011万7千円を追加し、総額を88億8187万1千円とするもので、主な内容は、ふるさと応援

てきましたが、その機能をふれあいプラザに移転・統合し、新たに「ふるさといきもの里オムラサキ館」を整備したことから、今年度末をもって施設を廃止するものです。

本町が加入する道央廃棄物処理組合におきまして、経費の支弁の方法を変更することから、地方自治法第286条第2項の規定により、道央廃棄物処理組合規約を変更するものです。

公平委員会委員として、越前谷徹氏（中央１）が同意されました。任期は平成31年1月1日から平成34年12月31日までの4年間です。

3) が同意されました。任期は平成31年1月1日から平成34年12月31日までの4年間です。

固定資産評価審査委員会委員として、金岩和恵氏（中央２）が同意されました。任期は平成30年12月22日から平成33年12月21

基金積立金の追加等に係る補正です。

歳入歳出予算に1472万9千円を追加し、総額を16億6257万9千円とするもので、主な内容は、療養給付費等負担金の追加等に係る補正です。

歳入歳出予算に38万9千円を追加し、総額を1億2470万4千円とするもので、内容は、女子学生寮の給水設備取替修繕に係る補正です。

歳入歳出予算から183万3千円を減額し、総額を2億1331万6千円とするもので、主な内容は、後期高齢者医療保険基盤安定負担金の確定に伴う補正です。

水道事業の収益的収入に299万2千円を追加し、総額を3億9667万円とし、収益の支出に285万円を追加し総額を3億9932万1千円

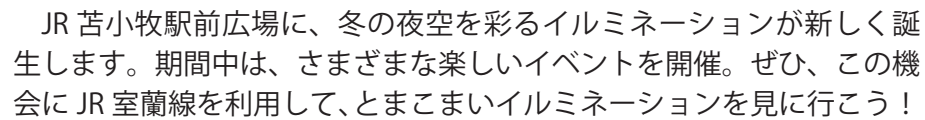
日までの3年間です。

氏（角田）が同意されました。任期は平成30年12月10日から平成34年12月9日までの4年間です。

前期実施計画の検証やこの間における社会経済情勢の変化などを踏まえた中で、まちづくりの基本目標のうち、重点政策方針における政策課題や重点的に実施する施策群、分野別政策の基本方針、町財政の中長期試算など、一部内容の見直しを行うもので、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。

▼人権擁護委員の推せんについて

人権擁護委員として井上善晴氏（松風3）、諏訪英敏氏（中里）が同意されました。任期は平成31年4月1日から平成34年3月31日までの3年間です。

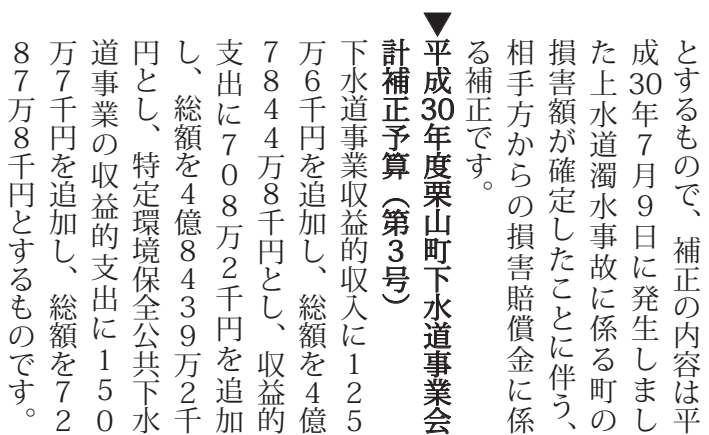


【場 所】 JR 苫小牧駅南口・駅前広場  
【期 間】 2月14日(木)まで  
【時 間】 16:00～23:00  
※詳しくは、とまこまいイルミネーション

【問い合わせ】  
町経営企画課地域政策グループ ☎ 73-7502

鉄道を“残す”ためには、特に沿線に暮らす町民皆様のご理解とご協力が不可欠です。皆さんの JR 室蘭線の利用促進策に関するアイデアやご意見をお寄せください。

〒 069-1512 栗山町松風 3 丁目 252 番地  
栗山町経営企画課地域政策グループ 宛  
FAX 72-3179  
E メール tiikiseisaku-g@town.kuriyama.hokkaido.jp



とするもので、補正の内容は平成30年7月9日に発生しました上水道濁水事故に係る町の損害額が確定したことに伴う、相手方からの損害賠償金に係る補正です。

下水道事業収益的收入に125万6千円を追加し、総額を4億7844万8千円とし、収益的支出に708万2千円を追加

し、総額を4億8439万2千円とし、特定環境保全公共下水道事業の収益的支出に150万7千円を追加し、総額を7287万8千円とするものです。

▼栗山町議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例

例の一部を改正する条例  
以上3件は、平成30年8月の人事院勧告において給料などを引き上げる勧告がなされたことから、関係部分の条例を改正するものです。

平成3年に国蝶オムラサキの保護・育成を目的に設置され、町内外の多くの方々に利用され

# 皆さんの声を町政に

## まちづくり懇談会

佐々木学町長との「まちづくり懇談会」が、10月31日から11月13日までの日程で町内25会場で開催されました。集まった町民は延べ271人。栗山町第6次総合計画後期実施計画策定についての質問・意見、現在町が直面する地域課題について懇談しました。



開会にあたり佐々木町長からのあいさつ

### 栗山赤十字病院

**質疑** ①現在の場所で日赤を建替える予定なのか。駅周辺など、交通の利便性を考慮し検討すべきでは。

**質疑** ②日赤を建替えても、通院者は増えるのか。町民負担もあるのであれば、現状の課題を十分踏まえ、検討を進めてほしい。

**回答** 日赤の建替えは決まったことではないが、耐震化の問題もありまちの重要課題である。場所の問題も含め、病床規模や財政負担など、本町にとって最適な医療機関となるよう、さまざまな角度からスピード感をもって、結論を出していきたい。

**質疑** 栗山高校について、国際感覚を養う教育に特化するための英語学科や、IT技術の専門課程など、普通科ではなく特殊な専門課程を設置し、生徒を募集していったらどうか。また、介護福祉学校との連携を強化してはどうか。

**回答** 栗山高校と介護福祉学校の存続問題は、町の大きな課題である。例えばの話であるが、栗山高校の1クラスを福祉の専門課程とし、高校の3年間と介護福祉学校の2年間を合わせた5年間で福祉・医療の専門知識を学び、複数の国家資格を取得できるようなこ



### 栗山高等学校・北海道介護福祉学校の存続

とができないかと考えている。今後、町民による栗山高校の魅力づくりを具体的に検討する組織が立ち上がるので、皆さんと議論を深めていきたい。

### 栗山町スキー場の存続

**質疑** ①町スキー場について は、以前から使用できなくなれば廃止という話も出ていた。近隣のスキー場を利用するのも一つの手ではないか。

**質疑** ②町スキー場について、私は「無くってはならない施設」だと考える。今年になって中止ということだが、そのような行政の

やり方は理解できない。新町長のアイデアであらゆる方法を考えてほしい。寄附などでお金を集めるなど良案を期待している。

**回答** スキー場については、歴史もあり、教育の面からも冬期間の重要な施設と認識している。施設に思い入れのある方も多く、まちづくりの大きな視点で、関係者、町民と議論を尽くしたうえで判断したい。

### 北海道胆振東部地震

**質疑** 今回の地震で、あらためて情報伝達の必要性を強く感じた。町では平成34年度を目標に、コミュニ

**回答** 今回の地震では、特に住民への災害情報伝達の課題が浮き彫りとなった。町内会・自治会長の協力もいただいたが、全ての住民に避難所開設状況などの情報を早く正確に伝えることができなかった。コミュニティFM放送局について平成34年度の開局に向け、準備を進めていきたい。



長く町内会長を務められている八木橋義則さんと梶澤忠彦さんに総務大臣表彰が贈られ11月14日、役場応接室で伝達式が行われました。八木橋さんは昭和61年1月から現在まで、梶澤さんは平成10年1月から現在まで町内会長として役割を担われています。佐々木学町長が「これからもご活躍を期待しています」と声をかけると、2人は「家族の支えのおかげです」

## 総務大臣表彰

近年、自然災害が増えてきているので、これからは防災に対する地域づくりにより一層力を入れていきたいと思っています」と話していました。



## 全国更生保護女性連盟会長表彰

犯罪や非行の無い明るい社会を目指し、過去に過ちを犯した人たちの更生を手助けする活動をしている栗山更生保護女性会の飯尾喜美恵さんが、6月5日に東京都で行われた「第55回記念日本更生保護女性性の集い」で全国更生保護女性連盟会長表彰を受賞されました。飯尾さんは平成3年9月より同会に入会。27年間にわたりボラ

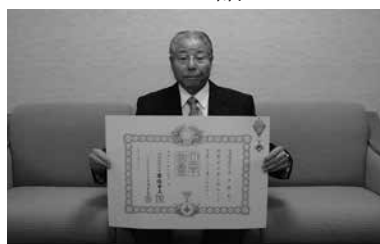
ンティアで更生保護活動が続けてきました。飯尾さんは「栗山の活動が認められ、とてもうれしいです」と笑顔で話し、女性刑務所への慰問活動や、刑務所事業で実施する炊き出しの仕事などの報告をしていました。



## 瑞宝単光章表彰

第31回危険業務従事者叙勲で元南空知消防組合消防司令の澤田康夫さんが瑞宝単光章（消防功労）を受章し12月19日、役場応接室で伝達式が行われました。澤田さんは昭和46年に消防職員に拝命以来、35年間消防業務に精励し、消防職員の技術の向上に努め、消防行政の発展に尽くし、地域の防災活動に多大な貢献をされました。佐々木学町長から「受賞おめでとう

うございます」と表彰状と勲章の伝達を受けた澤田さんは「受賞は消防の皆さんの指導があったもの。とても感謝しています」と話していました。



## 完成間近の平成年表



既に発行している「栗山町史別巻」と「栗山町史 平成史ダイジェスト版」の年表

いよいよ平成は、本年の4月で31年の歴史に幕を閉じます。町では、平成28年度に町史編さん室を設置し、平成の30年間でまとめた町史第3巻を編さんすることにしました。設置当時は、平成が終わりを迎えることなど考えてもいませんでしたが、今思えば「先見の明」があったのかも知れません。

そしてわからないことを調べ、項目には何を盛り込むべきかを考えながら作業を進めました。時には、事実の特定の難しさ、本町の歴史がどのように展開したのか、そして項目の重要度の判断などに苦慮し、行き詰まることもありましたが、また、おびただしい歴史事実の中には、今も埋もれたままになっているものや以前整理したときには関心の外に置かれたものもあり、これらを考慮すると記述の判断は非常に難しいものでした。

年表に載せる栗山の動きについては、「行政」「産業」「生活」「教育・文化・厚生」の4つの分野に分けて整理し、道内外の動きは特に道内の出来事を中心に取り入れました。

平成が幕を閉じるまで、あと4カ月ありますが、この年表が単なる事実の羅列に終わらないように、何かストーリーが描ければと思っています。(衣川)

町史編さん室 ☎767820

## 多くの方の交流の場となつて

こんにちは! 地域おこし協力隊の金谷です。11月にオープンした「café & bar くりとく」で先日、初めてのイベントが開催されました。その名も「高知県日高村ナイトinくりとく」!

ふるさと納税に関する道外でのイベント参加をきっかけに縁ができた、高知県日高村の地域おこし協力隊や関係者5人が視察を兼ねて来町され、このイベントが実現しました。

当日は、日高村特産品の「シュガートマト」とくりやまハムの「バラベーコン」を使用したピザなど、お互いの特産品でコラボレーションした特別メニューを提供しました。約15人のお客様にご来場いただき、満席状態での開催となりました。高知県の「返杯」、北海道の「乾杯締め」など、異なる宴会文化の交流で大いに盛り上がりました!

今後も定期的にイベントを開催し、町内・町外問わず多くの



イベントの特別メニュー

町PR隊事務所 ☎767103

## 作文コンテスト 優秀賞受賞

法務省「社会を明るくする運動」中央推進委員会が主催した「第68回社会を明るくする運動作文コンテスト」で、栗山小学校6年の堀江妃菜さんの作品が、小学生の部で本町初の優秀賞に選ばれました。同コンテストは、日常の家庭生活や学校生活の中で体験したことを基に、犯罪や非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をし

た人の立ち直りについて感じたことなどを題材に行われ12月18日、同校図書室で表彰伝達式を実施。栗山地区保護司会の井村勇夫会長から、表彰状と図書カードが手渡されました。堀江さんは「受賞できてとてもうれしいです」と話していました。





# 生活・安全

安全で安心なまちを目指して

【問い合わせ】  
町住民保健課  
生活安全  
グループ  
☎ 73-7510

## 「冬道の事故防止と飲酒運転根絶」

冬季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、路面の状況も刻一刻と変化します。

冬季間は、時間に十分なゆとりを持ち、ゆっくり行動することで交通事故を防ぎましょう。

また、新年会などお酒を飲む機会が増えることから、飲酒運転による事故が増加する傾向にあります。飲酒運転は極めて悪質な犯罪です。「飲酒運転をしない、させない、許さない」を合言葉に地域から飲酒運転をなくしましょう。

### ◆運転者の冬道事故防止ポイント

- 凍結・圧雪路面では、急ブレーキ時の制動距離（ブレーキ距離）が夏場の乾燥路面と比べ3倍から10倍以上にもなるため、急ブレーキや急発進をせずに慎重な運転を心掛ける
- 交差点進入時は、轍やアイス

バーンなどの路面の変化に注意。また、雪山の死角から歩行者や車が突然出てくる場合がありますので、十分に注意する

○悪天候時に外出する際は、天気予報や交通情報を確認し、不要な外出は控える

○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、突然の転倒や急な飛び出しなどに対応できるよう心掛ける

### ◆歩行者の冬道事故防止ポイント

- 歩くときは歩幅を小さくし、足の裏全体に体重をかけるように歩く
- 道路を渡るときは、必ず横断歩道を利用し、信号が青の場合でも必ず左右を確認してから渡る
- 夕方から夜にかけて外出するときは、運転者の目につきやすいように明るい色の服装や夜光反射材を身に着ける

# ごみの適正な分別をお願いします

## ごみ分別の確認を

広報くりやま12月号の「ごみ質調査結果」でもお伝えしたとおり、調査した全ての種類で、依然として不適切物が多く混入している状況であり、不適生物の中で、分別を間違いやすいごみの例としては表1のとおりです。

安定したごみ処理のためにはご家庭での適正な分別が非常に重要です。資源物は正しく分別されれば、有償で売却することができま

すし、適正な分別はごみ処理費用の低減、また、埋立最終処分場の延命化につながります。

## スプレー缶、カセットボンベの出し方

缶に記載の廃棄方法を確認し、適切に廃棄してください。記載がない場合は、次の図1のとおり必ず使い切ってから火の気のない換

【図1】正しい処理方法



缶がカラになったか確認する  
缶を振って、中身が残っていないか音を聞く

ガスを抜く  
ガス抜きキャップがない場合は、穴あけ器具を使ってガスを抜く

ごみに出す  
キャップなどのプラスチックを分別し、⑤赤色袋に入れる

※ガスを抜くことが不安な方は、町環境政策課または南空知消防組合消防署にお問い合わせください。

【問い合わせ】  
町環境政策課  
環境政策  
グループ  
☎ 73-7511

【表1】分別を間違いやすいごみの例

| 種 類                                      | 間違い内容                | 正しい出し方                       |
|------------------------------------------|----------------------|------------------------------|
| ①生ごみ（オレンジ）<br>※生ごみ以外はいれないでください。          | 食品パックのまま             | パックは洗浄し④青色袋へ                 |
|                                          | レジ袋混入                | 洗浄し④青色袋へ                     |
|                                          | 水切りネット混入             | 洗浄し③緑色袋へ                     |
| ②炭にできるごみ（茶色）<br>※燃えるごみと判断しないでください。       | シュレッダー紙              | ⑥黒色袋へ                        |
|                                          | 輪ゴム・運動靴              | ③緑色袋へ                        |
|                                          | 葉・落ち葉                | ③緑色袋（他のごみは混ぜない）へ             |
| ③炭にできないごみ（緑色）<br>※その他ごみと判断しないでください。      | 家電製品・針金ハンガー          | ⑥黒色袋へ                        |
|                                          | ガラスコップ・陶器茶碗          | 公共施設回収ボックスへ                  |
|                                          | 電池・電球・蛍光管            | 公共施設回収ボックスへ                  |
| ④プラスチック類（青色）<br>※プラマークが目印となります。洗浄してください。 | 保冷剤・カイロ              | ③緑色袋へ                        |
|                                          | プラスチックハンガー・歯ブラシ・スポンジ | ③緑色袋へ                        |
|                                          | 食べ残しプラ容器             | プラ容器は洗浄し④青色袋へ<br>生ごみは①オレンジ袋へ |
| ⑤缶・びん・ペットボトル（赤色）<br>※中身を取り除き、洗浄してください。   | 食用油などのプラボトル          | 洗浄し④青色袋へ                     |
|                                          | びんの金属キャップ            | ⑥黒色袋へ                        |
|                                          | 中身の残った化粧品びん・塗料缶      | 洗浄して⑤赤色袋へ                    |
| ⑥資源（黒色）<br>（鉄金属・雑紙・わりばし）<br>※混ぜないでください。  | ティッシュペーパー            | ②茶色袋へ                        |
|                                          | 箸（木製）                | ②茶色袋へ                        |
|                                          | 質の悪い紙                | ②茶色袋へ                        |

## 緊急通報は110番、相談電話は#9110に！

110番は、緊急の事件・事故などをいち早く警察へ通報するための緊急電話です。

110番に出た警察官が、事件・事故の内容に基づいて必要な事項を質問します。慌てずに落ち着いて正しく答えてください。

携帯電話で110番する場合、車で移動しながらの通報者や歩きながらの通報は控えてください。通話が途切れることが

あります。

緊急の対応を必要としない遺失物、拾得物の届け出、諸願手続きの照会是最寄りの警察署や交番などの電話を利用し、相談に関する意見、要望は「#9110」をご利用ください。

【問い合わせ】  
栗山警察署  
☎ 0110

## 【警察より】特殊詐欺被害防止のお願いです

アダルトサイトなど、有料サイトの未納料金の支払い請求などを装い、羞恥心に付け込んで電子マネーをだまし取る特殊詐欺が増加しています。

◇「アダルトサイトの未納・解約料金」を請求するメール  
◇「電子マネーを購入し、カードの番号を教える」という電話  
これらは詐欺の手口です。被害には女性も遭っています。

皆さんも、このような不審なメールや電話が来たら1人で悩まず最寄りの警察署や交番などにご相談ください。

【問い合わせ】  
栗山警察署  
☎ 0110



# 元気が一番

保健のお知らせ

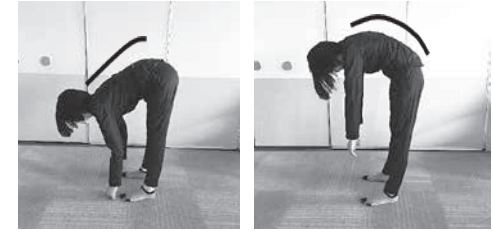
【問い合わせ】  
町住民保健課  
健康推進  
グループ  
☎ 73-2256

腰痛予防・改善のための

## ストレッチと軽運動

まず、腰痛には原因がはっきりしているもの（特異的腰痛・特異性腰痛）と、原因がはっきりしないもの（非特異的腰痛・非特異性腰痛）の2つに分けられます。医師の診断により「椎間板ヘルニア」「腰椎分離・すべり症」などの診断がつき、痛みの原因がはっきりしている場合は治療やリハビリを優先するようにしましょう。

レントゲンやMRI検査でも原因がはっきりせず、慢性的に腰痛が継続している場合などは運動療法が有効な場合があります。セルフチェックとして背中を反らせた場合や前屈した場合に脚に強いしびれや痛み、腰の痛みや違和感を強く感じた場合はその方向に無理に動かすことは避けましょう。



前屈を例にした場合、股関節が良く曲がっている左の写真は背骨の動きが少なく、右の写真は太ももの裏側が硬く股関節が曲がっていないため、背骨を大きく丸めるような姿勢になっている。このような姿勢では椎間板などに強く負担がかかる。

まずは、腰痛予防・悪化防止のために股関節周辺のストレッチを行いましょう。太ももの裏側のストレッチは片脚を伸ばし、背筋をできる範囲でまっすぐにしておいて股関節から曲げていくようにし

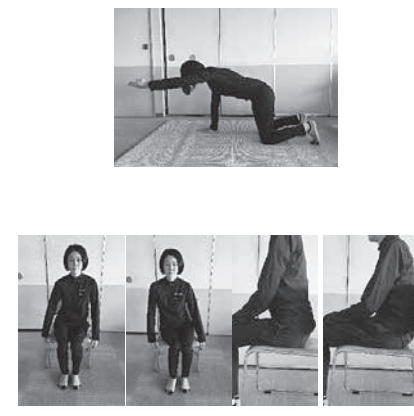
ます。また股関節前側のストレッチは、床に片膝をついた姿勢から後ろ脚を大きく引いておき、背中を反らせないように注意しながら上体を前方に少し移動させます。いずれも「張り感はあるが痛すぎない」程度で20〜30秒静止しましょう。これを2回ほど行いましょう。椅子に座ったままでも実施できます。



腰椎をはじめ脊椎は身体の奥側（体幹深部筋群）と、身体の表側（体幹表層筋群）の筋肉群がそれぞれ仕事をして支えています。体幹深部筋群の働きが弱くなると体幹表層筋群、いわゆる背中や腰の筋肉

に無理な仕事加わり硬くなって血行不良を起こし、疲労の物質がたまり神経を刺激して痛みを誘発してしまいます。

体幹深層筋群は腹式呼吸（息を吐くときにお腹を凹ませる）で鍛えられます。まずは大きく深い腹式呼吸を意識的に実施してみましよう。また、お腹をしつかり凹ませたまま、四つ這いで片手を上げ10秒保持する運動は体幹深部筋のトレーニングとしてとても有効です。凝り固まってしまっている腰背部の筋をほぐすため骨盤を前後左右に動かす、また肩を左右交互に下げるような動かす運動も効果的です。ただし背骨を固定している手術を受けている場合や、すべり症の場合は骨盤周辺を動かすような運動は実施しないように注意しましょう。



## 保健福祉のコラム

栗山赤十字病院 院長 内科

渡邊 光明



定期健診、がん検診を受けて

## 健康長寿になろう！

あけましておめでとうございませう。平成最後の正月をいかがお迎えでしょうか？

昨年は、本庶祐（京都大学特別教授）が2018年ノーベル医学生理学賞を受賞されました。PD-1の発見、がんの免疫療法に関する業績が評価されたのです。

がんの治療法として従来からの手術、放射線治療、抗がん剤の三大療法に加えて、第4の選択肢として癌免疫療法に道を開いたのです。

というわけで、今回は「がん」についてお話しします。

長寿社会では2人に1人ががんに罹患するとされ、現在でも日本人の死因の30%から40%を占めています。治療法の選択肢が増えたとはいえ、がんの予防、早期発見、早期治療（非侵襲的）が望まれます。多くのがんの原因は不明です。

が、遺伝的な要素に加え、糖尿病、肥満、喫煙など生活習慣病が発癌を促進することから、禁煙、運動、減塩、節酒など生活習慣改善が重要で、定期的な生活習慣病健診、発見のための「がん検診」が必要です。40歳を過ぎたら定期的に「がん検診」を受けましょう。

一方で、最近の研究で原因が明らかになったがんもあり、これらは予防可能です。

肝炎ウイルス（B型、C型）は肝細胞がんを、ヒトパピローマウイルスは子宮頸がんを引き起こしますし、胃がんはほとんどがピロリ菌感染であると判明しました。

肝炎ウイルスに感染しているかは血液検査でわかります。

ピロリ菌感染の診断には血液検査や胃内視鏡検査が必要です。

最後に「胃がん」について述べます。

日本人のピロリ菌感染者はおよそ3500万人といわれ、特に50歳以上の人で感染している割合が高いとされています。ピロリ菌は幼小児期に経口感染で胃の中に住み着きます。ピロリ菌感染により胃炎を呈し、そこから胃潰瘍、十二指腸潰瘍、さらには数十年経て胃がんが発生してきます。つまり、ピロリ菌感染を早期に診断し、治療（すなわち除菌）できれば潰瘍や胃がんは少なくできるというわけです。

胃がん検診は従来の胃バリウム検診に加えて、胃内視鏡検診が導入されました。

栗山町から胃がん死亡者をなくしたいとのメッセージをこめて、平成27年には「胃がん予防とピロリ菌除菌」をテーマに町民を対象にした「栗山町胃がん予防フォーラム」を開催し、幅広い知識の普及、胃内視鏡検診の啓蒙を図っています。お聞きになった方も多いと思います。現在、確実に除菌さ

れる方が増えています。さらには、栗山町と栗山赤十字病院の共同事業として中学生ピロリ検診を実施しており、毎年、数名が治療を受け除菌に成功しています。

町民の皆さんも一度は自分の胃にピロリ菌がいるか、胃炎があるか健診や内視鏡検査を受けてみてはいかがでしょうか。感染していれば薬を1週間飲むだけで除菌されますが、胃がんのリスクはゼロにはなりませんので年1回の胃内視鏡検査で経過観察が必要です。定期的な検診を受けていれば胃癌で亡くなることはありません。

健康長寿で暮らせる栗山町民でいられるように、定期的な健診、がん検診の受診をお勧めして今回のお話しとします。1年の計は元旦にあり。

※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。

# 後期高齢者医療制度

## 高額介護合算療養費と医療費通知

【問い合わせ】

町住民保健課国保グループ  
☎ 73-7508

### ■高額介護合算療養費

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、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および介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えた場合、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、手続きには申請が必要になります。

【対象外】

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ない場合

【支給外】

支給額が500円以下の場合

### ◇自己負担限度額表

【1年間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<br>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<br>非課税世帯 | 区分Ⅱ（※1）<br>31万円  |
|      |              | 区分Ⅰ（※2）<br>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、世帯全員の所得がない（公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下）、または老齢福祉年金を受給している方

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。

### ■医療費通知を全受診者に送付します

広域連合では被保険者の皆さんの医療費総額などをお知らせする「医療費通知」を、対象期間に医療機関などを受診した全受診者に送付します。なお、発行時期は9月と3月の年2回です。

【イメージ図】

| 受診年月   | 診療を受けた医療機関等 | 診療区分 | 日数 | 医療費総額  | 自己負担額 |
|--------|-------------|------|----|--------|-------|
| H30年1月 | 〇〇病院        | 医科外来 | 1  | 18,000 | 1,800 |
| H30年2月 | ××薬局        | 調剤   | 1  | 10,000 | 1,000 |
| 合 計    |             |      |    | 28,000 | 2,800 |



※この通知は皆さんの受診状況をお知らせするもので、請求書ではありません。

### ◇医療費通知の活用

- 医療費の推移が一目でわかるため、ご自身の健康状態の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など、皆さんの健康保持・増進に役立つ情報が記載されています。
- 診療日数などに間違いがないか確認しましょう。

### ◇医療費通知の活用

- このお知らせは、医療費控除の申告手続で医療費の明細書として使用することができます。
- 医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

# 「緊急地震速報」を

## 見聞きしたら、まず身の安全を！

【問い合わせ】

札幌管区気象台天気相談所  
☎ 011-611-0170

「緊急地震速報」とは、地震の発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早くお知らせする情報です。最大震度5弱以上の揺れが予想された場合に、震度4以上が予想される地域に発表され、主にテレビやラジオ、携帯電話・スマートフォンを通じて伝えられます。

緊急地震速報が発表されてから強い揺れが襲ってくるまでは、わずか数秒から数十秒しかありませんが、あらかじめ危険を回避する行動を取ることで、身の安全を図ることができます。

【緊急地震速報を見聞きしたら】

①家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外へ飛び出さない
- 無理に火を消そうとしない

②鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる

③エレベーターでは

- 最寄の階に停止させ、すぐに降りる

④屋外や街では

- 看板や割れたガラスの落下、ブロック塀の倒壊に注意する

⑤自動車運転中は

- 急ブレーキはかけず、ゆるやかにスピードを落とす
- ハザードランプを点灯し、周りの車に注意をうながす



【緊急地震速報を利用するときの注意】

震源に近い場所では、緊急地震速報の発表が強い揺れに間に合わない場合があります。また、緊急地震速報で予想する震度は±1階級程度の誤差を伴ったり、震源が観測点から遠い場合や深い場合は、誤差が大きくなる場合があります。

【地震に備える】

地震の揺れに備えるために、住宅・建造物の耐震化や家具の耐震固定をするなど、室内に安全スペース（物が落ちてこない、倒れてこない、移動しない空間）を作っておきましょう。

また、気象庁では緊急地震速報の訓練を行なうための動画を、通信事業者では訓練用のスマートフォンアプリを用意しています。これらのツールを利用して、テレビ・ラジオ、携帯電話・スマートフォンの緊急地震速報の報知音を確認し、定期的に身を守る訓練をしましょう。

まわりの人にも声をかけながら

あわてず、まず身の安全を!!

緊急地震速報の詳細については、気象庁ホームページをご覧ください。  
<https://www.data.jma.go.jp/svd/eww/data/nc/index.html>



## フィンランドでの体験を報告 北海道介護福祉学校

**町** 立北海道介護福祉学校で11月29日、福祉先進国フィンランドの交換留学に派遣された学生による報告会が行われました。同校2年の一條彩花さん、笹谷旺岐さん、仁岸利緒さん、山川昂平さんは15日間にわたる、フィンランドのカヤニ二市にあるカイヌー

ン職業学校での授業や障がい者就労支援施設、特別養護老人ホームなどでの実習を体験。報告会に集まった町民約20人を前に動画とスライドを使ってフィンランドの介護の様子や文化・習慣などを報告しました。



①動画とスライドを使って発表  
②1人ずつマイクを持ち説明



周田児童会長の作品を鑑賞する  
角田小の児童

## くりっ子の力作が並ぶ 児童生徒作品展

**小** 中学生の絵などを集めた「くりっ山の子どもの作品展」が12月5日から11日までの6日間、カルチャープラザ「Eki」で行われました。町教育振興会の主催。町内の小学校4校の子どもたちが描いた水彩画や習字など約600点が並びました。

6日に会場を訪れた角田小学校の児童51人は、自分たちの作品を見つけて大喜び。また、他校の作品にも関心を寄せていました。水彩画を描き上げた児童会長の周田俊誠さんは「他校の人の作品を見ると奥行きを使うのが上手だなと思いました」と話していました。



4Hクラブの篠田雄太会長から  
生地づくりを学ぶ児童

## 地産地消を学ぶ 4Hクラブ手打ちうどん教室

**町** 内の20代を中心とした若手農業者でつくる栗山町4Hクラブ主催の町内産ゆめちからを使った手打ちうどん教室が町内3小学校で行われました。町内の小学生に地域農業への理解を深めてもらうと同クラブ会員が指導し、毎年開催。12月8日は角田小学

校の児童44人が参加しました。はじめに小麦粉と塩水を入れたビニール袋を振って、生地づくり。作った生地を寝かせている間に、食料と小麦の学習を30分ほど実施した後、棒で薄く延ばし、麺切りに挑戦しました。長さや太さが違う個性的な麺ができ上がりました。

## 力合わせてペッタン 親子もちつきの集い

**子** どもたちになにがねとうすを使った昔ながらのもちつきを体験してもらおうと、親子もちつきの集いが11月9日、角田の開拓記念館で開かれました。町内のハサンベツ里山で子どもたちが田植え、収穫したもち米約25キロを用意。蒸し上がった米を二つのうす

に入れ、大人がこねた後、「よいしょ、よいしょ」のかけ声と共に、きねを持つ子どもたちが交代でつきあげました。できあがったものは、石臼で大豆をひいて作ったきな粉をまぶしたり、あたたかい雑煮にしたりして、集まった約80人に振る舞われました。



臼に入ったもちに向かって杵を  
力強く振り下ろす生徒

## 話題の地元食材を調理 コーングリッツレシピ教室

**子** 実トウモロコシの胚乳を砕いて、粒の大きさに揃えた地元食材「コーングリッツ」の調理を学ぼうと12月19日、子育て支援センター「スキップ」でレシピ教室が開かれました。一般財団法人栗山町農業振興公社が展開する「くりやま農業女性塾」と子育て支援センターの食育事業「パクモグ相談」の共同開催。当日は親子連れなど14組が参加しました。料理研究家

の井澤綾華さんを講師に招き、コーングリッツを生地に使ったパンやトルティーヤなど4品を紹介。また、子育て世代同士の交流も行われました。でき上がった料理は親子で試食。新しい町内産食材の味わいに会場には笑顔が溢れました。参加者は「魅力的な食材でも活用の仕方がわからないのもある。簡単なレシピを教えてもらえるのはうれし」と話していました。



3班に分かれ、年末年始の飲酒  
運転根絶を呼びかける

## 飲酒運転根絶へ 交通安全協会がパトロール

**飲** 酒運転による悲惨な事故を未然に防ごうと、町交通安全協会など関係機関が12月17日、夜間パトロールを行いました。カルチャープラザ「Eki」で行われた出発式には、同協会や栗山警察署などから18人が参加。大塚清康会長が「飲食店のご協力のもと、

飲酒運転根絶に向けてパトロールを強化していきたい」とあいさつしました。その後、参加者は黄色いたすきを身に着けて町内の飲食店約30件を訪問。「飲酒運転厳罰処分」と書かれたのぼりなどの啓発グッズを手渡し、飲酒運転追放を呼びかけました。



①スライドを使って説明する井澤さん②でき  
上がった料理を試食

## あけましておめでとーございます

新年あけましておめでとーございます。私は、一般社団法人栗山青年会議所2019年度理事長を拝命しました山形智信です。

平成の御代替わりにより新たな時代の幕開けを迎える本年、栗山青年会議所も創立50周年を迎え、先輩諸氏が築き上げてきた歴史・伝統・想いを通して、現役メンバー一同創始の精神に對し意義深さを感じるとともに、関わりをいただいた皆様に深甚なる敬意と感謝を申し上げます。

さて、2019年度メンバー一丸となりこの地域に新たな活力を創造するために、スローガンを「我むすび 照らせ未来への道」としました。

日本人が古来より培ってきた結<sup>むす</sup>は新たな生命の誕生を意味し、エネルギーに満ちあふれた精神であります。今日までふるさとを築き上げてきた先達はどうな困難に直面しても明るい豊かな地域を創造するため



に挑戦を繰り返してきました。今を生きる我々青年も同様に、ふるさとで営む価値をさらに高めるべく未来を照らす行動を展開してまいります。

2019年度は6つの事業と創立50周年を軸に、常に若者らしく新たな価値の創造に向けて挑戦してまいりますので変わらぬご指導ご協力をお願い申し上げます。

詳しくは栗山青年会議所ホームページ「WEBまおい」に掲載しておりますのでご覧いただければ幸いです。



# 1/6(日) 出初めはしごのり 出初め式

## 栗山消防団

町民の皆様、あ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まち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。

栗山消防団 団長 鈴木 英雄

出初めはしごのり 9:45～

9:45～ 元中西外科医院(餅まき)  
10:05～ 三勝前  
10:15～ K.KITANO・元岡嶋商店前(餅まき・和太鼓)  
10:30～ 幸寿恵前  
10:50～ 元2区駐車場  
11:00～ ストアーやまかね東側(餅まき・和太鼓)  
11:20～ 山崎建設・石田鉄工所前  
11:30～ 役場前(和太鼓)  
11:45～ 消防署前

※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： 仲井浩祐・西岡政則・森 茂樹・  
田中成明・渡部将太・  
諸橋輝之・渡邊匡哉

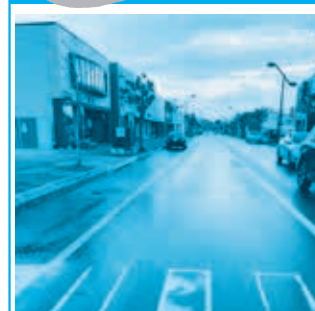
【纏隊員】

第一分団： 石田尚久・鈴木孝志・山崎崇朗・  
岡村辰吾・金谷拓実

【問い合わせ】 南空知消防組合消防署 ☎ 72-0150

# くりやまサポーターのまち楽しみまくり

「栗山の魅力を探る」まち巡りも2回目。生まれも育ちも栗山の2人が、馴染みの商店街を訪れました。40年前は近隣の町村からも人々が集まって、それは賑やかだったという栗山商店街。地域の方から聞く栗山話は、見慣れた風景が歴史とつながる、なぞ解きのようなワクワク感と懐かしさがありました。こんな、まちの楽しみ方もあるんだなあ。



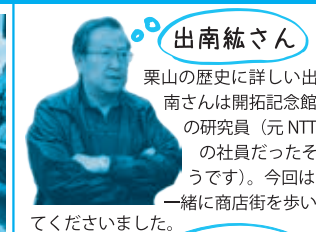
今回は栗山町の中心！商店街の歴史を知るべく、まちのエキスパートを取材します！



くりやまサポーターの  
趣味が狩猟の  
じーま

日ハム村田選手  
大好き♡  
みさき

生粋の栗山っ子コンビが  
レポートします！



出南さん

栗山の歴史に詳しい出南さんは開拓記念館の研究員(元NTTの社員だったそうです)。今回は一緒に商店街を歩いてくださいました。



コーヒESHOP『ツモロー』ママ 中川京子さん

ソフトボール選手だったスポーツウーマン。弟さんが経営していたツモローを38年前に引き継ぎママへ。パブルの全盛期には午前9時から午前2時まで

ほぼ満席！今でもなお営業時間を替えない頼れる超タフな町民のママ的存在です♡



絶品！の  
カツカレー  
@ツモロー

出南さんの話から、あらためて町がどんなところか垣間見ることができました。



栗山初の  
エスカレーターを  
息子と一緒に  
体験したんだ～

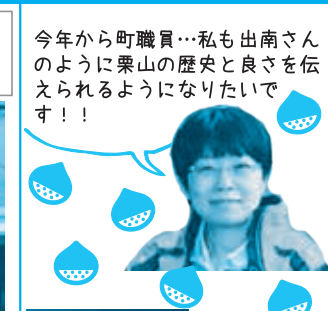
1kmまで続くほど大きな商店街は、全国で「町」規模では稀だよ。

昔懐かしいキャバレー『エンゼル』に行けば誰かに遭遇？



tomorrow (通称ツモロー)

当時高校生だったお客さんが子どもを連れて会いに来てくれることが一番HAPPY！！



今年から町職員…私も出南さんのように栗山の歴史と良さを伝えられるようになりたいです！！

ツモローさん横に『Cafe&Bar くりとくら』地域おこし協

力隊員と一緒に11月16日オープン！



いつかママみたいな栗山まで会いにきてもらえる人になりたい☆☆

## 個人賠償責任保険について

マネークイズです。

「子どもがお友達の家で遊んでいるときに、誤ってそのお宅の物を壊してしまいました。その場合の修理代を賠償できる保険は、次のうちどれでしょう」

- ①子ども保険
- ②個人賠償責任保険
- ③自動車保険

答えは②です。

個人賠償責任保険(保険会社によって名称はそれぞれ)は、日常生活において、うっかり人にケガをさせたり、他人の物を壊したりしたときなど、偶発的な事故による損害賠償責任を負ったときに備えることができます。

子どもから高齢者までが普段乗っている自転車での事故は、被害者になることも加害者になることもあり得ます。

過去には自転車事故により相手側が重篤な状態になった場合で、数千円以上という高額な賠償請求になったこともありま

保険が役に立ちます。

この保険は一般的には火災保険や自動車保険に「特約」で加入します。すでに加入している場合もあるので、これらの保険証券を確認してみましょう。

特約保険料は、月に数百円(補償内容による)で、通常は世帯主が加入するとその家族も補償対象になります。

保険金額はその商品によって5千万円、1億円、無制限などさまざまです。加入の際には補償される内容(免責額など)と、補償額の確認も必要です。



星 洋子(ほし ようこ)  
1級FP技能士、2級DCプランナー。一般企業で10年以上経理・総務業務に従事しながら、自身の家計の見直しのためにFPの資格を取得。ライフプランを提案する独立型FPとしてセミナー講師、相談業務などを中心に活躍中。

## 消費生活相談室です

お客様宛にお荷物のお届けにあがりましたが不在の為持ち帰りました。下記よりご確認ください。  
<http://〇〇〇〇-ose.com/>

### 【注意】 不在通知のSMS(ショートメール)

大手宅配業者をかたり「不在通知」「出荷完了」などの件名で、ショートメールを送り、「荷物のお届けにあがりましたが、不在のため持ち帰りました。下記によりご確認ください。http://〇〇〇〇～～」などと書かれたURLにアクセスすると、偽サイトに接続され、コンピューターウイルスに感染するなどの被害が相次いでいます。

#### 【ひとこと助言】

- ◎個人情報悪用される恐れがあるのでURLへアクセスすることはやめましょう。
- ◎個人情報を盗み取られるだけでなく、多数の人へ同じSMSが発信されることや、本人になりすましてネットで買い物をされ、代金を請求されることもあるので十分に注意しましょう。
- ◎通信販売で商品を購入したなど心当たりがある場合は直接事業者へ問い合わせを確認しましょう。
- ◎困ったときは、南空知消費生活相談室にご連絡ください。

#### 南空知消費生活相談室

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

## オレンジカフェ を開設



認知症は特別な病気ではなく誰にでも起こる可能性があります。オレンジカフェは介護に不安がある方、地域の方が気軽に集まり、抱えている悩みなどを話せる、「憩いの場」です。どなたでも参加可能ですので、お気軽にお越しください。

1月のテーマは「こんな時どうする？認知症介護の現場」です。今回は現場で行っている介護方法について具体例をあげながら紹介します。認知症の方と接する際のヒントとなればと考えています。ぜひ、ご参加ください！

#### 【日 時】

1月16日(水) 13:30～15:00

#### 【場所・問い合わせ】

ガーデンハウスくりやま  
☎ 72-2600

## 無料法律相談

【日 時】1月18日(金)

13:00～16:00

【場 所】総合福祉センター「しゃるる」

#### 【内 容】

札幌弁護士会所属弁護士による法律相談

【申込方法】事前に電話で予約(定員6人)

【申込先・問い合わせ】

町社会福祉協議会 ☎ 72-1322

## 全国一斉生活保護 110 番

釧路青年司法書士協議会および全国青年司法書士協議会は、市民の権利擁護のために活動する若手司法書士による団体であり、今回はこの活動の一環として、生活保護に関する全国一斉の無料相談会を開催します。

【日 時】1月27日(日) 10:00～16:00

【専用電話番号】☎ 0120-052-088



ご存知ですか？

## ～子どもの心に届く伝え方～

### 「早くしなさい」「ちゃんとしなさい」「いいかげんにしなさい」



これらは子どもを注意する時によく使われる言葉です。しかし、子どもにはどれも曖昧でわかりづらい言葉です。「ちゃんとして何?」「いいかげんってどんなかげん?」と、注意されながら思っているかもしれませんね。頭ごなしに命令するのは簡単ですが効果的ではありません。何をすれば良いかを肯定的表現を使って伝えましょう。

【おもちゃを片付けてほしい・・・】

「ちゃんと片付けなさい」ではなく、「箱に入れてね」とか「棚に並べてね」など。

【みんなで使う遊具の順番を守ってほしい・・・】

「もう少し待ちなさい」ではなく、「〇〇ちゃんの次だよ」とか「△番目だよ」など。



具体的にわかりやすい言葉で伝えてあげると、子どもは先の見通しを持って行動することができるようになります。そして、よい行動をした時はすぐにほめてあげることも大切です。



【おもちゃを片付けることができた・・・】

「上手にできたね、お片付けしてくれたから部屋がキレイになったよ」

【順番を守ることができた・・・】

「えらかったね、待つことができたからお友だちと仲良く遊べたね」

ほめる時は「あなたの行動で助かった、という伝え方で子どもを認めてあげましょう。人に認められることは自尊感情や自己肯定感を育てることにもつながります。

#### 新コーナー

#### 「ゆき」 おしゃべりボックス

今シーズン初めてたくさん雪が積もった日の朝、3歳の娘Mちゃんが起きてくるなり「朝ごはんを食べないで雪遊びがしたい」とごねて大変でした。その日はたくさん雪遊びをしてごきげん!! 大きな雪だるまを二つ作りました。

その後、しばらく雪は降らず、暖かい日が続いて、周りの雪も溶けた雪だるまもすっかり溶けた頃、「ねえ、今度はいつ雪が遊びに来てくれるの?」と、Mちゃんにとって雪は空から遊びに来てくれる存在のようです。

ママより

皆さんからの投稿をお待ちしています!

お子さんとのなにげない会話や思わず笑ってしまったお子さんの行動など、ほっこりするものやおもしろいエピソードを受け付けております。



ご厚意ありがとうございます。

平成 30 年度栗山町ふるさと応援寄附金

4/1～11/30 の総数 9,480 件 **117,819,489 円**

【問い合わせ】町経営企画課地域政策グループ ☎ 73-7502

## まちの駅 栗夢プラザ

### 1 月のイベント

【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



書初め展～出村太幹書道教室～

【期 間】1 月 23 日(水)～ 31 日(木)

大好評！手打ちそばの日（毎週金曜日）

【日 程】1 月 11 日・18 日・25 日

※ 30 食限定で無くなり次第終了となります。

ホール・会議室ご利用のご案内

サークルや各種団体など、商品の展示会などご利用をお待ちしております。まずはお気軽にご相談ください。



【締 切】  
平成 31 年 5 月 31 日(金)

## 第 5 回 くりやま景観フォトコン 作品募集中

町内の景観写真

## 大募集

平成 30 年 5 月 1 日以降に  
栗山町内で撮影された写真を  
ご応募ください。  
住所年齢問わず誰でも応募可能  
グランプリには 2 万円相当の  
町特産品を贈呈！こども賞アリ！  
詳しくは町ホームページまで

【問い合わせ】町建設課技術グループ ☎ 73-7513

マチを好きになるアプリ



## マチイロ

自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん！

1

役立つ行政情報を  
見逃さない！



2

自分に合わせた  
情報が届く！



3

いろいろなマチの  
魅力をお届け！



ダウンロードはこちらから

App Store からダウンロード

Google Play でダウンロード



※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。  
※広告が表示されますが、各自治体とは何ら関係ありません。

マチイロに関する問い合わせは株式会社ホープ(☎092-716-1404)まで

### 町税納期限

納税は便利な口座振替を  
ご利用ください

**1 月 31 日 (木)**

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

全てコンビニで  
納付ができます

課税内容に関する問い合わせ 町税務課課税グループ ☎ 73-7505

納税に関する相談 町税務課収納グループ ☎ 73-7506

## 募 集

平成 31 年度北海道障害者職業  
能力開発校入校生の追加募集

国立北海道障害者職業能力  
開発校では、休職中の障がい  
者の入校生（訓練期間 1 年ま  
たは 2 年間）の追加募集をし  
ています。

詳しくは、当校または最寄  
りの公共職業安定所までお問  
い合わせください。

◆受付期間

1 月 20 日(日)まで

◆問い合わせ

〒073-0115  
砂川市焼山 60 番地

国立北海道障害者職業能力開  
発校

☎ 0125 (52) 2774  
FAX 0125 (52) 9177

社会人の学び直しを応援

町立北海道介護福祉学校に  
は開校以来多くの社会人が入  
学し、介護福祉士の資格を取  
得してきました。

「今さら遅いのでは」と考  
えている方、2 年間の学び直  
しを検討してみませんか？

社会人の資格取得を支援す  
る制度があります。

◆緊急再就職訓練「長期資格取  
得コース」

厚生労働省が実施する職業  
訓練

・ハローワークに求職の申し込  
みをしており、受講あつせん  
が受けられる方

・訓練を受ける方は授業料など  
が無料（条件を満たした人に  
は給付金制度あり）

◆高度職業訓練促進給付

厚生労働省が実施する母子家  
庭自立支援給付

<窓口納付>

毎月末に郵送されます納入通知書で各窓口、  
コンビニエンスストア、各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  
支払いをお願いします。

【問い合わせ】

町上下水道課上下水道グループ ☎ 73-7514

◆今後の入学試験実施予定

・四次入試

◇試験日

2 月 9 日(土)

◇願書受付(いずれも消印有効)

2 月 1 日(金)まで

・五次入試

◇試験日

3 月 20 日(水)

◇願書受付(いずれも消印有効)

2 月 12 日(月)～3 月 11 日(月)

◆問い合わせ

北海道介護福祉学校

☎ 76060

・ひとり親であつて、20 歳未満  
のお子さんを扶養し、児童扶  
養手当の受給者か同等の所  
得水準

・専門学校を卒業し資格取得が  
見込まれる方

・月 10 万円（住民税課税世帯は  
70500 円）が支給

◆北海道介護福祉士修学資金

北海道の福祉・介護人材確保  
対策事業

・専門学校で介護福祉士資格  
取得を目指す方に授業料を  
貸与

・卒業後 5 年間福祉業務に従事  
することで返済が免除

# 戸籍のまど

Kuriyama town  
11月16日～12月15日届出

## おめでた (敬称略)

| 住所  | 氏名    | 月日    | 保護者名   |
|-----|-------|-------|--------|
| 杵 白 | 南部 由依 | 11/30 | 雅志・美都子 |
| 松風4 | 武岡 柊花 | 11/30 | 真吾・雅美  |
| 中央4 | 成田龍之介 | 12/11 | 航矢・美里  |

## おくやみ (敬称略)

| 住所  | 氏名    | 年齢 | 月日    | 世帯主 |
|-----|-------|----|-------|-----|
| 角 田 | 荒山 健治 | 87 | 11/15 | 本 人 |
| 富 士 | 池川 保  | 86 | 11/16 | 本 人 |
| 継 立 | 鵜川 孝  | 85 | 11/21 | 本 人 |
| 中央3 | 吉岡 シゲ | 90 | 11/25 | 本 人 |
| 角 田 | 小泉 和子 | 64 | 11/23 | 正   |
| 朝日4 | 谷山 城一 | 72 | 11/28 | 本 人 |
| 朝日4 | 橋元 清  | 69 | 12/4  | 本 人 |
| 中央1 | 今井 せつ | 88 | 12/4  | 本 人 |
| 桜丘1 | 石田フサ子 | 80 | 12/4  | 本 人 |
| 中央4 | 川原真由美 | 68 | 12/9  | 春 信 |
| 角 田 | 菊地ミチエ | 83 | 12/13 | 本 人 |
| 松風3 | 小室 雅裕 | 63 | 12/13 | 罗 津 |

## 人のうごき

|                      |               |
|----------------------|---------------|
| 人 口                  | 11,834人 (－15) |
| 男                    | 5,485人 (－15)  |
| 女                    | 6,349人 (±0)   |
| 世帯数                  | 5,881世帯 (－5)  |
| ※12月1日現在、( )内は前月比です。 |               |

# ご厚意

| 社会福祉協議会へ |                    |
|----------|--------------------|
| 金一封      | ぼけっと・くらぶ (長沼町)     |
| 物 品      | 桂 敏子さん (中央3)       |
|          | 北海道コカ・コーラボトリング株式会社 |

| くりのさとへ |                     |
|--------|---------------------|
| 金一封    | 北野 隆春さん (桜丘2)       |
| 物 品    | 小泉 修さん (中央4)        |
| 慰 問    | 月見草の会 (高橋 澄子 会長)    |
|        | 傾聴ボランティア (日原富士子 会長) |

| 泉徳苑・一草庵へ     |                  |
|--------------|------------------|
| ボランティア       | 太田 欣仁さん (松風2)    |
|              | ケーナの会            |
| 寄 附          | カインドネスシオミ薬品、     |
|              | エスケイアイファーマシーな花薬局 |
| JA そらち南コポロの会 |                  |

あなたの  
悩みに

すべての相談の相談料が  
**無料**になりました。

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**

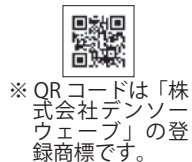
コタエを  
出します

## 2019年1月号 Vol.130 栗山公園 だより

## 今年の干支「いのしし」のおはなし

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。

【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。

## 【いのしし年 (亥年) 生まれの人って??】

辛抱強く根性があり、自我をしっかり持っている、何事もしっかりとやり遂げます。自分の意見もしっかり持っている、はっきり述べる傾向があり、頑固な一面もあるそうです。また、神経質で心配性、飽きやすい部分もありますが、人に好かれやすく、さっぱりしているので、友人がたくさんいます。

## 【亥という字の成り立ちは??】

亥という字は獣 (一説ではイノシシ) の象形文字で、骸、核の字のように、骨格の表れるような形のものをいい、亥という字が生まれたそうです！

## 初心を忘れずに！

町民の皆さん、あけましておめでとうございます。

昨年4月12日に町長に就任し、早や9カ月を迎えようとしています。

就任時の所信表明で、「私に託された4年間、家族である町民皆さんに何かあれば真っ先に駆けつけ、頑張っている方がいれば激励に向い、何かを成し遂げようとするときにはいっしょに汗を流す、そのような町長でありたい」と申し述べ、今日まで勤めてきました。

これからも、その初心を忘れずに、力の限り頑張っていきたいと思います。

さて、今年の干支は、60年に一度の「己亥 (つちのと・い) です。

亥年であるからと言って、やみくもに猪突猛進するのではなく、しっかりと準備をして、どこで勝負をかけるのかを考える年と言われています。

今、本町は、日赤病院の改築問題、栗山高校と介護福祉学校の存続問題、駅前商店街の活性化問題、スキー場の存続問題など直面する町政課題を抱えています。

町民皆さんや関係者の皆さんと、しっかりと議論を行い、熟慮を重ね、一つひとつの課題に対し、町の将来に責任ある結論を導き出していきたいと思います。

昨年12月18日に、栗山高校の皆さんに「栗山の魅力・ブランドを活かしたまちづくり」という演題で講演を行いました。私の方から、栗山の魅力・

## こちら町長室



飲酒運転追放パトロールで町内の飲食店に協力を呼びかけ (12月17日)



講師として、栗山高校の生徒に今後の町政課題などを伝える (12月18日)

## 【今月の主な動向】

| 日 程           | 内 容                                              |
|---------------|--------------------------------------------------|
| 1月6日(日)       | 栗山消防団第1分団出初登梯<br>平成31年度栗山消防団出初式                  |
| 1月7日(月)       | 平成31年度栗山地区新年交礼会                                  |
| 1月8日(火)       | 栗山青年会議所新年交礼会                                     |
| 1月8日(火)～9日(水) | 官公庁新年挨拶回り                                        |
| 1月11日(金)      | 交通安全祈願式<br>そらち南農協青年部第10回通常総会<br>栗山町交通安全指導員部新年交礼会 |
| 1月13日(日)      | 平成31年度成人式                                        |

※予定ですので変更となる場合があります。

今後のまちづくり・栗山が直面する町政課題についてお話しし、栗山高校の皆さんには、これらのことを「知る権利」があると同時に、まちづくりの一員として「知る義務」があることをメッセージとして伝えました。

その後、生徒会の皆さんと「栗山高校の魅力づくり」などについて意見交換を行い、「地域とのつながりや交流を大切にしていきたい」という若者らしい率直な意見をいただきました。

来年以降も、年に一度は、次代を担う栗山高校の皆さんと、まちづくりについて意見交換する機会を設けていきたいと思っています。

昨年の7月から、このコラム「こちら町長室」を書き始めて、今回で第7号となりました。

拙文ではありますが、これからも、私の町長としての活動や考え方、旬な話題などについて、町民の皆さんにお伝えしてまいります。

本年も、どうぞよろしくお願いいたします。

栗山町長 佐々木 学



歳末警戒パトロールに出席し、金融機関などに防犯を呼びかける (12月3日)

| 日 程             | 内 容                                                   |
|-----------------|-------------------------------------------------------|
| 1月17日(木)        | 第10回JAそらち南女性部通常総会並びに平成31年度新年交礼会<br>空知町村会平成30年度第3回臨時総会 |
| 1月21日(月)        | 中長期財政問題等調査特別委員会                                       |
| 1月22日(火)        | 栗山ロータリークラブ例会町長卓話                                      |
| 1月25日(金)        | 愛全会グループ新年交礼会<br>栗山町遺族会新年懇親会                           |
| 1月26日(土)        | 町長講演会新春交礼会                                            |
| 1月29日(火)～31日(木) | 平成31年度予算町長査定                                          |
| 1月31日(木)        | 北海道新聞社空知新年交礼会                                         |

ニューストピックス  
News & Topics

## 英語漬けの生活＊イングリッシュキャンプ

**英**語コミュニケーションスキル研修 in くりやまが、雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウスで開催されました。昨年度、小学校の宿泊学習で交流のある福島県川俣町と本町の中高生 24 人が、2泊3日の泊まり込みで、外国人講師から英会話を学びました。参加者からは、「プログラムの最後にははっきりと大きな声でプレゼンができた」と英語のスキルアップを実感していました。(11月23～25日)



## 町の活動を共有＊キャリア教育発表会

**栗**山町小中高ふさとキャリア教育体験発表会が栗山高校で行われました。児童や生徒、学校関係者など約250人が参加し、職場体験やインターシップなどで学んだことをスライドや動画を使って発表し、その後、町内の8企業・団体が事業内容を紹介しました。閉会式では、各学校の代表が「知らないことを知れてうれしかった」などと感想を述べていました。(12月1日)



## 地域で交流＊全町ミニバレーボール大会

**冬**恒例のスポーツイベント「第38回全町ミニバレーボール大会」がスポーツセンターで開かれました。今年は男子9チーム、女子8チームの約170人が参加し、地域や仲間の声援を受けて熱戦を繰り広げました。

〈大会の成績〉

【男子の部】優勝：朝日町内会チーム

【女子の部】優勝：南町内会チーム (12月9日)



## 笑いの絶えない寄席＊春風亭昇太独演会

**笑**点の司会者としておなじみの落語家春風亭昇さんによる落語独演会が、カルチャープラザ「Eki」で行われました。当日は、多くの方々が公演を一目見ようと、開場の2時間以上前から長蛇の列ができるほどに。演目「ストレスの海」「二番煎じ」といった話芸を披露した約1時間半の独演会は、観覧した327人の笑いが終始絶えない寄席の時間となりました。(12月12日)



スポーツ推進委員が行く！

スポーツ吹矢

を紹介します！

## 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

## スポーツ吹矢とは？

グラスファイバー製の筒でプラスチック製の矢を吹き、的に当たった点数を競う競技です。ゲームとして楽しみながら心身を鍛えられ、老若男女誰でも手軽にできます。



今回、朝日会館（朝日3）でスポーツ吹矢を行っている「スポーツ吹矢協会栗山あじさい支部（稲葉幡男代表）」に町スポーツ推進委員がお邪魔しました。



あじさい支部会員の方々からは、デモンストレーション後、「礼をする↓構える↓筒を上げる↓息を吐く↓息を吸う↓吹く↓息を調える↓礼をする」の一連の基本動作も交えながら教えていただきました。腹式呼吸を使って飛ばす矢のスピードはなんと時速100km以上。構え方、筒の向き、角度といったポイントを調整しながら、的に向かって1回5本の矢を吹き、点数を楽しく競い合いました。

真ん中に当たる  
ようになりました！



活動について  
栗山あじさい支部は、昨年3月に発足し、現在6人で活動しています。私も初心者からのスタートでしたが、気軽に楽しくプレーしています。スポーツ吹矢は、腹式呼吸を使って行うので、運動効果だけではなく、シワ防止や肩こり改善など、健康に良いのが魅力です。



稲葉代表に  
インタビュー

## 町民の皆さんに――

栗山あじさい支部では、いつでも会員を募集しています。朝日会館にて練習の体験も無料で行っておりますので、是非一緒にスポーツ吹矢をやってみましょう！

## まずは気軽に体験から！

◆練習日 毎週土曜日

午後1時～4時

◆場所 朝日会館

【問い合わせ】

栗山あじさい支部  
代表 稲葉 ☎7872

## 第3期 スポーツセンター教室

【期 間】 1月8日(火)～3月26日(火)  
 【場 所】 スポーツセンター  
 【対 象】 20歳以上の町民  
 【定 員】 25人  
 【受講料】 各教室 1,000円(入館料含む)  
 【保険料】 1,850円(任意加入)  
 【申込方法】 スポーツセンター窓口で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(月)9:00より窓口受付開始  
 ※教室期間中の途中申し込み可  
 【問い合わせ】 スポーツセンター ☎ 72-6161



ピラティス教室(夜間の部)の様子

### 難易度 ★ 健康ストレッチヨガ教室

【日 時】 毎月火曜日 全2回 /1,000円  
 11:00～12:30(初回は1月8日(火)から)  
 ※毎月受講の場合、日時などを受付でご確認ください。  
 【内 容】  
 ストレッチに簡単なヨガを取り入れた教室。講師は、札幌健康ストレッチ・ヨガ愛好会代表の渋谷和子さん。

### 難易度 ★★ ピラティス教室(夜間の部)

【日 時】 毎月第2、4木曜日 全2回 /1,000円  
 19:00～20:30  
 ※毎月受講の場合、日時などを受付でご確認ください。  
 【内 容】  
 体に負担が少なく、ヨガと太極拳の要素をあわせた教室です。講師はマットピラティストレーナーの草沢奈美さん。

### 難易度 ★★★ いきいき運動

【日 時】 毎週水曜日 全10回  
 1月16日(水)～3月20日(水) 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組み合わせたいきいき運動教室。初心者や運動に自信のない方でも安心の内容です。

### 難易度 ★★★★★ バランスボールピラティス

【日 時】 毎週火曜日 全10回  
 1月15日(火)～3月26日(火) 13:30～14:30  
 【内 容】  
 体に負担が少なく、ヨガと太極拳の要素をミックスした体にやさしいピラティス教室。バランスボールを使用したメニューが中心です。

### 難易度 ★ すこやかストレッチ

【日 時】 毎週金曜日 全10回  
 1月18日(金)～3月22日(金) 10:00～11:00  
 【内 容】  
 健康増進のためのストレッチ教室。体力に自信のない方にオススメ。基本的なストレッチに加え、バランスボールやストレッチポールなども使います。

### 難易度 ★★★ ソフトエアロ

【日 時】 毎週木曜日 全7回  
 1月17日(木)～2月28日(木) 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まで、爽やかに動くタイプの教室。今回も全7回で行います。

### 野鳥観察会のお知らせ

野鳥愛好会おつ鳥クラブによる野鳥観察会を行っています。  
 ◆日時  
 1月19日(土)～3月23日(土)  
 毎週土曜 午前10時～11時半  
 ◆参加費 無料  
 【場所・問い合わせ】  
 オオムラサキ館 ☎ 72-3000



野鳥観察ができるバードテーブル  
 冬期間のみ餌やりも行えます。



今シーズンの観察飼育舎の営業は終了しましたが、冬季も営業を行っています。昆虫展示、野鳥観察などが楽しめます。

## ふるさと自然教育通信 VOL.21

### 冬の里山雪遊び スノーシュートレッキング



◆日時 1月27日(日)  
 午前10時～午後0時半  
 ◆集合場所  
 ハサンベツ里山センターハウス  
 ◆参加費 1,200円  
 ◆対象 小学生3年生以上  
 ※3年生未満は保護者同伴です。  
 ◆服装 防寒着、帽子、手袋  
 ◆持ち物  
 リュック、飲み物、タオル  
 ◆申込期限 1月26日(土)  
 【問い合わせ】  
 雨煙別小学校コカ・コラ環境ハウス  
 ☎ 72-1696

オオムラサキ館のサケの稚魚たちにみんな会いに来てね!



## 図書館へ行こう!!



### くりくり号日程変更のお知らせ

年始休館のため、一部変則運行になっておりますのでご確認ください。

【Aコース】1月9日(水)、18日(金)  
 2月1日(金)、15日(金)

【Bコース】1月11日(金)、25日(金)  
 2月8日(金)、22日(金)

【栗小コース】1月10日(木)、2月14日(木)

### 館内視聴用DVDを購入しました

「舟を編む」、「グレイテスト・ショーマン」など9点を購入しました。どうぞご利用ください。

### 冬休みブックマラソン 1/27(日)まで開催

期間中、本1冊貸出につきスタンプを1個押印。10個たまるとオリジナルしおり、またはポストカード、20個たまると記念品を贈呈。詳しくは折り込みされているヤム・ニ・ウシをご覧ください。

※スタンプは1日最大3個までです。

【問い合わせ】 図書館 ☎ 72-6055



カルチャープラザ「Eki」2階の町民ギャラリーの出展者を募集します。詳細や条件については、お気軽にお問い合わせください。

【対 象】 町民または町民を含むグループ

【期 間】 通年(年末年始を除く)

【展示可能時間】 9:00～22:00

※販売を伴う場合は10:00～17:00です。

【料 金】 無料

※販売を伴う場合は1日2,000円です。

【申込先・問い合わせ】

カルチャープラザ「Eki」 ☎ 73-3333

# 栗山少年少女合唱団「ロビーコンサート」

2018.12.16 / カルチャープラザ「Eki」

今年で15周年を迎えた栗山少年少女合唱団(上中美穂代表)のロビーコンサートが11月16日、カルチャープラザ「Eki」で開かれ、聴衆を魅了しました。



【栗山少年少女合唱団】  
栗山、長沼から15人が参加



【第2部】マリンバ演奏  
同団OGの永岡涼子さん  
(札幌大谷大学音楽科4年)



【第3部】ジンゲルベル  
クリスマス気分を楽しむ



【第1部】大きな古時計  
美しいハーモニーを披露

## 編集担当者のひとりごと

▼先日、一年の世相を表す漢字が「災」と発表されました。全国的な台風の影響や、9月に北海道全域を襲った大地震といった自然災害が、特に印象的な一年でした。私個人の一年の漢字を表すなら「学」です。災害から学んだ教訓、初めての教育委員会の仕事で出会った様々な学び、そして今年度から担当した広報「マナビイ」(マナビイ↓まなびい↓まなび↓「学び」↓...)この辺で止めておきます)など大変多くのことを学んだ年でした。本年もよろしくお願いいたします。(伊藤)

▼平成最後の年末年始はいかがお過ごしでしょうか。夢に向かって大学へ進学することになった妹は厳しい試験を突破し寮生活が決定。早速、内装の写真を見せてもらいましたが、私がイメージしていた(古びた)寮とはまるで違い、目を疑ってしまいました。そんな私ですが、学生時代以来約3年ぶりに一人暮らしを再開。兄妹それぞれ環境が変わり、今年1年がどんな年になるか楽しみです。(田畑)

【発行】栗山町 【編集】総務課／教育委員会  
〒069-1512 北海道夕張郡栗山町松風3丁目252番地  
☎0123-73-7501 (直通) FAX 0123-72-3179

【印刷】山東印刷株式会社  
【ホームページ】<http://www.town.kuriyama.hokkaido.jp/>  
【E-メール】[kouhoubousaijouhou-g@town.kuriyama.hokkaido.jp](mailto:kouhoubousaijouhou-g@town.kuriyama.hokkaido.jp)

■次号「広報くりやま2月号」の原稿締切は1月15日(火)まで  
■提出先：町総務課広報・防災・情報グループ ☎0123-73-7501