

1枚... 2枚... きちんと教えられたかな？

11月10日
すつつ子ども教室
「北海道銀行へ行こう」



Kouhou

寿都

-SUTTU-

12

2014 December
No. 641

永年 寿都町の 発展に貢献された 皆様のご功績を たたえて...



●片岡春雄町長の式辞

永年にわたり町の振興・発展に尽力された方を顕彰する寿都町功労者表彰式を、11月7日に総合文化センターで開催し、次の4名1団体に表彰状と功労章、記念品を贈呈しました。

片岡春雄町長は「受章者の皆様は、我が郷土に深い愛着をもたれ、町民を愛する心情から、あらゆる困難を克服し自己の本分に徹して偉大な功績を残された方々であり、ここに、重ねて敬意と感謝の意を表します。」と式辞を述べ、永年の功績を称えました。

小西正尚議長が祝辞を述べた後、受章者を代表して、齋藤清子様が「地方自治、地域安全、教育行政及び地域振興の活動を続け、本町発展の一助になったことが評価され、このたび寿都町功労章を賜りましたことを、厚くお礼申し上げます。」と謝辞を述べられました。

式に引き続き行われた祝賀会では、歴代の功労者やご来賓の方々が受章者を祝福し、和やかに歓談されていました。

第46回 寿都町功労者表彰式挙行

自治功労



齋藤 清子 様
(渡島町)

寿都町教育委員会委員として16年間在職。その間、委員長職務代理者を歴任され、本町の教育振興に多大な貢献をされた。



奥村 與吉 様
(歌棄町歌棄)

寿都消防団団員として37年間在職。その間、同消防団分団長等の幹部として、消防活動の振興に多大な貢献をされた。



伊藤 秀壽 様
(大磯町)

寿都消防団団員として42年間在職。その間、同消防団副分団長等の幹部として、消防活動の振興に多大な貢献をされた。



榑野 秀夫 様
(渡島町)

寿都町交通安全指導員として25年間在職。その間、同部会長等の要職に就かれ、交通安全活動の振興に多大な貢献をされた。

公益功労



株式会社 吉本組
代表取締役社長
吉本 正則 様
(岩内町)

水産振興寄附金、民生寄附金として多額の寄附をされ、本町の発展のため多大な貢献をされた。



●齋藤清子さんの謝辞



●歓談の様子



●功労章贈呈の様子



●小西正尚議長の祝辞



●万歳三唱

寄附採納者

平成25年11月から平成26年10月までに、町政に貢献された方をご紹介します。

- 階堂 光子 様(東京都)
ふるさと振興寄附金として寄附をされた。
- 寿都地区プレジャーボート協議会 様(新栄町)
水産振興寄附金として寄附をされた。
- 寿都町奴保存会 様(新栄町)
ふるさと振興寄附金として寄附をされた。
- 寿都生コン株式会社 様(矢追町)
一般寄附金及び小学校運動会寄附金として寄附をされた。
- 札幌寿都会 様(札幌市)
一般寄附金として寄附をされた。
- 工藤 忠 様(千葉県)
樽岸町樽岸及び小川の土地を寄附された。
- 上杉智恵子 様(札幌市)
矢追町の土地を寄附された。
- 小倉 岩次 様(樽岸町建岩)
ふるさと応援寄附金として寄附をされた。
- 飯田 榮子 様(樽岸町建岩)
教育寄附金として寄附をされた。



赤ちゃんから お年寄りまで

寿都町教育委員会

電話 0136-62-2100

みんなが、学びの主人公

第46回

寿都町総合文化祭

日頃の研鑽の
成果を発表！

11月1日から5日まで、総合文化センターにおいて寿都町総合文化祭を開催しました。
今年も多くの作品展示、物産展、スタンプラリーなど、盛りだくさんの内容でにぎわいました。



11月1日 体験教室を実施しました

午前中は十勝こがね・レッドムーン・レッドアンデス・キタムラサキという4種類のじゃがいもを湯別の農家さんから提供していただき、スイートポテト作りに挑戦しました。



幼児から小学生及び保護者9名が参加し、最初に蒸かしたじゃがいもを食べくらべしてみました。「何もつけなくてもおいしい」と、子どもたちは味の違いを実感していました。その後はいよいよスイートポテト作り。じゃがいも本来のおいしさを出すため、砂糖もバターも必要最低限の量で作りました。最後にティースプーン1杯程の牛乳でまとめ、卵を塗ってこんがり焼きました。「甘くておいしい」「たくさん食べられる」と、子どもたちはできあがったスイートポテトをすぐに完食しました。

少し工夫すると、じゃがいもはおいしいおやつになります。ぜひ、家でも作ってみてくださいね。

午後からは芸能発表会にも登場した「寿都コーラスマリンハート 大地讃頌歌う会」の皆さんにご協力いただき、コーラス体験を実施しました。

コーラス団体の指導・伴奏をしている寿都小学校の田中先生に指導いただき、「ビリーブ」「翼をください」の2曲に挑戦しました。

最初に簡単なストレッチ・発声練習をし、曲を区切りながら1曲ずつ練習しました。難しい所は繰り返し練習し、最後に全員で2曲を歌い上げ、終始和気あいあいと楽しい雰囲気の中でのコーラス体験となりました。続けて練習すると、芸能発表会で聴かせていただいたコーラス団体の皆さんのようにきれいなハーモニーを奏でることができるようになるかもしれません。



寿都町文化団体連絡協議会功労者表彰

11月2日には、芸能発表会に先立ち表彰式が行われ、町文化振興に功績を残された1団体2個人が表彰されました。

●文化賞 寿都町立寿都中学校器楽部 様

第35回全日本リコーダーコンテストにおいて中学校四重奏の部で金賞を、中学校合奏の部で銅賞を受けました。

全日本リコーダーコンテストで優秀な成績を収め、町文化振興へ大きく貢献されました。



●文化奨励賞 寿都藻潮俳句会 小西恵子 様

寿都藻潮俳句会の発展に長年寄与され、町文化祭の作品展示にもなくてはならない存在であります。後志俳句大会をはじめ、様々な大会で入賞され、町文化振興へ大きく貢献されました。

●文化奨励賞 日本詩吟学院岳風会 小樽しりべし岳風会寿都支部 佐藤 澄 様

日本詩吟学院岳風会寿都支部結成当初から役員を務め、師範免許取得や小樽しりべし岳風会の指導員(審査員)も担い、他支部との交流にも積極的に参加し、町文化振興へ大きく貢献されました。

一年間の集大成!

芸能発表会

寿都町老人クラブ連合会

今年で6度目の出演となった寿都町老人クラブ連合会の皆さん。トップで登場し、お揃いの浴衣で町の貴重な財産でもある「弁慶音頭」を元気に披露していただきました。



寿都松前神楽保存会

歴史の深さと重みを感じさせる素晴らしい舞と、力強い演奏に、会場からは時折歓声上がり、お祭りとはまた違った伝統文化の迫力で会場を魅了していただきました。



とりっこ

今年初出演。1歳から12歳までの女の子9名による「おおきなかぶ」を披露してくれました。最後まで泣かず元気いっぱい頑張り、可愛い発表で会場中を笑顔にしてくれました。



日本詩吟学院岳風会寿都支部

今年はお出演者も増え、調和の取れた合吟、息の合った連吟、伸びのある独吟を披露していただきました。日々の練習に裏づけされた力強い声を会場いっぱいに届けていただきました。



寿都中学校器楽部

今年は3曲、全国レベルの音色を披露してくれた寿都中学校器楽部の皆さん。心にじんわりと染み渡る素敵な演奏に会場全体が包まれました。



寿都カラオケ愛好会「ザ・寿の都」

この芸能発表会を目標にそれぞれが日々練習を重ね、時に美しく、時に力強く歌い上げていただきました。会場からは歓声やおひねりも飛び出し、盛り上がりました。



HAPPY MOM (ハッピーママ)

今年はピアノ以外の楽器も使い、じっくり聴かせる歌から一緒に口ずさみたくなる歌まで、幅広いラインナップで会場を盛り上げていただきました。



寿都コーラスマリンハート 大地讃頌歌う会

今年最後に登場し、確かな発声と日々の練習の積み重ねが感じられるきれいなハーモニーで、芸能発表会を締めくくっていただきました。



年末年始に向けて「正月太り」注意報!

年末年始はお酒を飲む機会が増え、つい飲みすぎたり、お酒に加え、ごちそうを食べ過ぎ、気がついたら太っていたということはありませんか。今月は、年末年始を健康的に過ごすために気をつけてほしいことについてお伝えします。

まずは「飲みすぎ」について、普段よりも酒量が多くなっていても1週間の平均が下記の量以上にならないよう注意しましょう。下記の量以上を飲むと、高血圧や脳



出血、脂質異常症のリスクが高くなると言われています。次に「食べすぎ」についてですが、食事量に気をつけることはもちろん食べ物の内容にも気をつけ体重増加を防ぎましょう。

☆飲みすぎ防止のポイント☆

- ① 飲み過ぎたと感じたら次の日は休肝日にしよう
- ② お酒を飲むときはお茶も一緒に飲もう
- ③ 飲む時間、本数を決めて切り上げよう

☆食べすぎ防止のポイント☆

- ① 飲み会、食事会がある日は他の食事をセーブ、または次の日で調整しよう
- ② 食事のときは必ず野菜か海藻、きのこのおかずを用意し、お店の場合は注文しよう
- ③ 揚げものの品数を少なめにして摂取するエネルギーを控えめにしよう

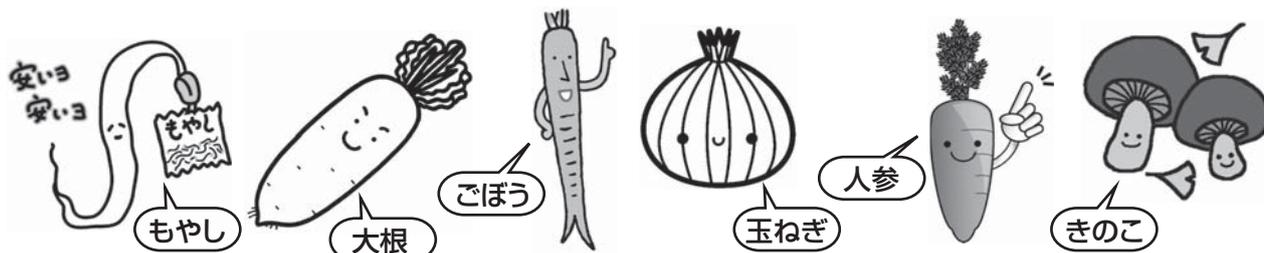
種類	ビール	日本酒	焼酎(25度)	ワイン	ウイスキー(40度)	チューハイ(5度)
男性	1000ml (大缶2本)	2合 (湯のみ2杯)	220ml (コップ1杯)	360ml (1/2本)	120ml (コップ1/2杯強)	1040ml (缶3本)
女性	500ml (大缶1本)	1合 (湯のみ1杯)	110ml (コップ1/2杯)	180ml (1/4本)	60ml (コップ1/4杯強)	520ml (缶1.5本)

※1種類のみを飲む場合の1日当たり量

<野菜ひとくちメモ> ~冬の野菜不足解消~

冬場は野菜の収穫量が減り、価格が上がることから野菜を買い控えし、結果、食べる量が減りがちになります。そこで、同年同じくらの価格で出回っている野菜、乾物の利用をお勧めします。価格が安定している代表的な野菜は、もやしや大根、ごぼうなどありますが、同じようなメニューだと飽きてしまうので、定番の料理以外にもいろいろな料理に使ってみましょう。また、乾物は、定番の切干大根、干しいたけの他、最近はほうれん草などいろいろな種類の物が出回っているため、常に買い置きしておき、野菜不足のときに使ってみましょう。今月のくらしのお知らせガイドで切干大根を活用したレシピを紹介しています。ぜひ、お試しください。

●価格が安定している野菜●



みんなの診療所 No.87

健康で安全な冬の過ごし方



寺崎美智子 看護師

日ごとに寒さが増してきましたね。寒くなると家にこもりがちになりますが、散歩などの適度な運動はされていますか。今回は、「健康で安全な冬の過ごし方」について考えてみたいと思います。

適度な運動と保湿、水分補給

外に出るのが面倒になる季節ですが、寒くても適度な運動は、筋力低下や風邪の予防にとって大切です。屋内でも、適度な運動を毎日続けることが重要です。

運動するときは室温を少し下げたり衣服を脱いだりして、体温調節をしましょう。

また、汗をかいたときはタオルでしっかりとふき取り、体を冷やさないように注意しましょう。

屋内の湿度は、60～70%を保つように心がけ、湿度が低いときは湿らせたタオルをかけるなどの工夫をしましょう。

また、夏場よりもあまり気にしなくなる水分補給ですが、冬場は暖房などで意外と体が乾燥しがちです。喉の乾燥も防ぐことができますので、こまめに水分補給を行いましょう。



インフルエンザと風邪の予防

この季節は、インフルエンザなどの感染症や風邪が流行する時期です。予防のために、外出時はマスクを着用し、帰宅後は手洗い、うがいを習慣化しましょう。

また、部屋の換気を行うことで、屋内のウイルスを減らすことができます。

インフルエンザの予防接種は、接種後、抗体ができるまで2週間ほどかかりますので、接種を受けていない方は、早めの接種をお勧めします。



外出時の5つの注意点

- ①交通事故防止のため蛍光色などの明るい色の服装を心がけ、自分の存在を周囲に分かりやすくしましょう。
- ②帽子や手袋などの防寒具を活用し、暖かくして出かけましょう。
- ③冬道は路面が滑りやすいため転倒しやすくなります。時間に余裕を持って行動しましょう。また、道路状況にあった滑りづらい靴を選びましょう。杖(つえ)をお使いの方は、滑り止めの付いたものを使いましょう。
- ④建物の中でも、靴に付いていた雪が解け、床がぬれて滑りやすくなっていることがありますので足元に注意しましょう。
- ⑤携帯電話をお持ちの方で、近所に行くとき自宅に置いていく方が多いようです。転倒など、万が一けがをした場合に、すぐに助けを呼ぶことができるため、携帯電話は必ず持って外出しましょう。

みなさんの

「健康で安全な冬の過ごし方」を教えてください

ご自分で工夫している「健康で安全な冬の過ごし方」はありませんか。ご近所の方とお茶を飲みながら「健康」についてお話するのも、たまにはいいかもしれません。

ぜひ、寿都診療所にも「健康で安全な冬の過ごし方」をお知らせください。皆さんで元気に冬を過ごしましょう。

年末年始の休診について

平成26年12月31日(水)から平成27年1月5日(月)まで休診 となります。

急患の受け入れはしますが、来院前にお電話で連絡をお願いします。

寿都診療所 電話 0136-62-2411



防災訓練を実施しました

11月11日、湯別地区の住民を対象とした洪水避難訓練、11月21日は、渡島町、新栄町及び樽岸町建岩の土砂災害警戒区域の住民を対象とした土砂災害訓練を実施しました。



洪水避難訓練では、14名の参加があり、午後2時の防災無線の放送を合図に、避難所である農村活性化センターへ避難しました。



住民避難完了後は、原子力防災における避難と寿都警察署員の説明による災害に対する心構え、また、農村活性化センターに設置してある無線機器の取扱いについての防災講習会を行いました。

土砂災害訓練では、22名の参加があり、DVDを鑑賞したあと、寿都警察署の協力のもと、土砂災害図上訓練を、総合文化センターにおいて実施しました。

図上訓練（DIG訓練）とは、警戒区域の状況をもとに、災害から身を守るため、想定される様々なことを地図上に書き込み、その災害の対処方法について参加者同士で討論しながら導き出すという訓練です。



訓練では、危険区域ごとにグループに分かれ、危険が予測される区域と自宅からの避難経路を地図上に書き込み、非常持出品や避難する場合の心構えなど互いに再確認をしていました。

訓練に参加した方は、「各班の意見が大変参考となりました。災害があった場合はこの経験を生かしたいと思います。」と話していました。



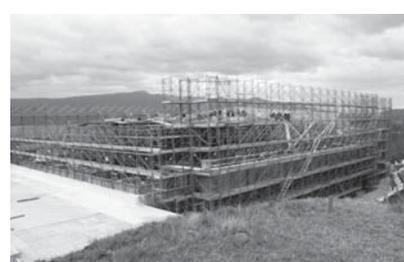
体育館、ここまで進んでいます

11月7日、寿都町総合文化センターにおいて、（仮称）寿都町総合体育館の構造見学会を行いました。当日は、国や道、町内外の建設関係



者、近隣の市町村の職員、約90名が出席し、東野副町長のあいさつのあと、関係者から新体育館の概要や地域材の活用、「事業費などについて説明のあと、工事現場の見学を行いました。

新体育館は、「木にふれあい、木に学び、木と生きる」をコンセプトとし、木の良さを生かし、木と



ふれあい、スポーツを通じて、人々の健康づくりにつなげる施設としています。また、多くの人が木の良さや自然環境の大切

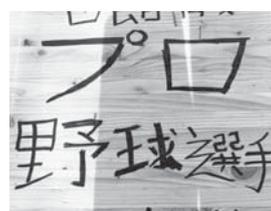
さを学ぶことができる施設とするため、積極的に地域材を利用しています。

新体育館の構造は、建築面積2,029.00㎡、延べ床面積2,398.30㎡あり、木造2階建（一部鉄筋コンクリート）としています。カラマツ集成材を用いた頑丈な工法で、カラマツは本町及び後志管内産のものを使用しています。また、外壁は、道南杉を使用し、総木材量484㎡のうち、343.93㎡が集成材となっています。

将来の夢を梁に刻みました

10月29、30日、小中高生278人が、新体育館の梁に将来の夢を書き込みました。

当日は、風が強く寒い日でしたが、全長約7.5mある梁をたて約40cm、よこ約30cmに区切り、その枠



の中に、児童・生徒たちは、思い思いの夢を力強く書き込んでいました。

皆さんの夢、かなうといいですね。



寿都保育園発表会(11/16)



温泉・道の駅通信 No.21

今年も残すところ1ヵ月。皆さん、年末年始の準備はお済みですか。今年もみなとま〜れとゆべつのゆでは、お歳暮ギフトの販売をしています。各社自慢の商品を集めたギフトセットを、お世話になっているあの方に贈りませんか。詳しくはみなとま〜れ又は、ゆべつのゆまでお問い合わせいただくか、店頭にて配布しているチラシをご覧ください。

さて、11月はみなとま〜れでコンサートが3本。11月9日はおなじみ「JUNCO」さんが今年3月以来の公演、11日には「M-TOY BOX」の皆さんが寿都で初めての公演、そして28日には3年連続となる「PETA」さんのアコースティックライブがそれぞれ行われました。どの公演も多くの皆さんにお集まりいただき、出演者の方々も「またぜひ寿都でやりたい」とお言葉をいただきました。今回出演していただいた皆さんの次の公演にもご期待ください。



11日のM-TOY BOXの公演

また11月12日には、寿都中学校の職業体験が行われ、みなとま〜れとゆべつのゆにそれぞれ2名の生徒が来て、実際の仕事を体験しました。慣れも早く、最後にはすっかり落ち着いて仕事をしていました。今回の経験を、ぜひ、今後の学校生活や普段の生活にも役立ててほしいです。

イベントスケジュール・お知らせ

●札幌市立大学写真部SEED写真展のお知らせ

札幌市立大学写真部SEEDによる写真展がみなとま〜れとゆべつのゆにて開催しています。今回は寿都をPRするポスターを作り、そのポスターの人気投票を行う形式になっています。投票は今年15日(月)まで受け付けており、投票した方の中から抽選でプレゼントを贈呈しますので、ぜひ、投票してくださいね。



●ゆべつのゆ冬期営業時間のお知らせ

ゆべつのゆは、12月から3月末まで冬期営業時間となり、営業時間が短縮されます。皆様にはご不便をお掛けしますが、ご理解の程、よろしくお願い致します。なお、例年、冬期営業期間中は利用を休止している露天風呂を、今年度は引き続きご利用いただけます。皆様のご利用をお待ちしています。

●年末年始の営業予定

年末年始は、みなとま〜れとゆべつのゆの営業日・営業時間が変更になります。

	みなとま〜れ	ゆべつのゆ
12月30日(火)	通常営業	通常営業
31日(水)	休館日	17時まで営業
1月1日(木)	休館日	通常営業
2日(金)	通常営業	通常営業

寿都町観光交流センター「みなとま〜れ寿都」

住所：寿都町字大磯町29-1
電話：0136-62-2550
E-Mail：minatoma-re@rondo.ocn.ne.jp
開館時間：9:00~17:00
休館日：毎月第1月曜日

寿都温泉ゆべつのゆ

住所：寿都町字湯別町下湯別462-1
電話：0136-64-5211
開館時間：10:30~21:30
休館日：毎月第1月曜日

新年交礼会

今年度も下記の日程で新年交礼会を開催します。

- と き 平成27年1月4日(日) 午前11時
- と ころ 総合文化センター
- 会 費 1,000円
- 申 込 先 企画課企画係
(62-2608)
- 申込期限 12月19日(金)

※当日は、樽岸から磯谷方面への送迎車を用意します。

ご希望の方は、申し込みの際にお申し出ください。

ご寄附ありがとうございました

- 飯田 榮子 様 (樽岸町建岩)
教育寄附金 200,000円
- ガイ スタンリー ジョン 様 (東京都)
寿都町字樽岸町建岩349番の山林
ほか2筆 106,101㎡
- 五十嵐 ^{たけのぶ}建設 様 (札幌市)
ふるさと応援寄付金
(希望により金額は非公表)

戸籍の窓口

人口 3,223人 (-3) 世帯数 1,752世帯 (-2)
男 1,583人 (-4) 女 1,640人 (+1)
(平成26年10月末現在住民基本台帳)

～こんにちは よろしくね～

新 栄 町 大島 ^{そうた}楓空くん (11/7) 卓さん・友美さんの子

～ごめいふくを お祈りします～

樽岸町建岩 鎌田サダ子さん (11/21) 90歳



私の疑問・意見・提案の広場

<総合文化センターのトイレ>

文化センターのトイレはなぜ、ウォシュレットじゃないのですか。ウォシュレットにしない特別な理由でもあるのですか。役場は職員のためにウォシュレットになっているのですか。文化センターの方が役場よりずっとお客さんがトイレを使う機会も多くて、大きな行事もたくさんあるのに、不思議です。何か理由があってウォシュレットにしないのなら、広報か何かで教えてほしいと思います。よろしくお願いします。

<町の考え>

総合文化センタートイレのウォシュレット化につきましては、次年度以降、順次、整備する予定です。総合文化センターのトイレは、他の施設に比べ個数が多く、経費を要することから、複数年での改修を考えています。公共施設の整備につきましては、利用される方の声を聞き進めてまいりますので、ご理解くださいますようお願いいたします。

工業統計調査のお願い

経済産業省では、工業統計調査を平成26年12月31日を基準日として実施します。

本調査は、製造業を営む事業所を対象に、1年間の生産活動に伴う製造品の出荷額、原材料使用額などを調査し、製造業の実態を明らかにすることを目的としています。

本調査は、国の重要な統計調査であり、調査結果は中小企業施策や地域振

興などの基礎資料として利活用されます。

調査票にご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することは絶対にありません。

調査の趣旨・必要性をご理解いただき、ご回答をお願いします。



工業統計キャラクター
コウちゃん

<http://www.meti.go.jp/statistics/>
経済産業省・北海道・寿都町

短歌

ふる里文芸

霜枯れて小枝にすがる木の葉かな (老人クラブ)	打ちよせる流木に雪まだらなり	霜月や在りし日思う喪のハガキ	北斎の波裏返る十二月	妻あとの柚子湯こなれて疲れ取る	舞台より手を振る園児冬ぬくし	木枯らしや紋次郎になり身構える	生身魂のときには善女ときに魔女	遠山の霧のふかさや里遠く	菜園の実りの後や赤のまま	俳句	文化祭移ろい見ゆる作品に 華やぐ帯と声澄み渡る	遠き日の友と眺めた紅葉の 浸かぶスボット永遠に残れり (老人クラブ)	初雪や犬の散歩に行く人の 仲良く並ぶ足跡つづけり	並木路は紅深めたるナナカマド 夕日に映えし君のロマンも	文化祭今年もお役目果たせたと かみしめ辿る我が家への道	胸高に帯を締めたる日も遙か 秋のひと日の虫干しに思ふ	家族居し頃の食卓広すぎて 小鉢小皿を並べてひとり
松沢	遠藤	亀谷	小西めぐみ	中村	志田	石橋	原田た江子	林原	佐藤	松沢	松沢	亀谷	小西めぐみ	中村	石橋	原田た江子	佐藤
スミ	紀子	セツ	昭風	妙子	典子	江子	節子	峯子	スミ	スミ	セツ	昭風	典子	江子	峯子		