

# 美味しくできましたよ!ジャム作り体験

6月18日 保育園いちごジャム作り(イチヨウ組)

Kouhou

# 寿都

-SUTTSU-

# 7

2020 July  
No. 708

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。本町では、毎年7月を強化月間として、セレモニーの開催などを予定していましたが、新型コロナウイルス感染症防止のため中止とさせていただきます。なお、毎年寿都中学校生徒会から決意表明をいただいておりますので、今年は誌面に生徒会代表の言葉として掲載します。

### 行動目標

1. 犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと
2. 犯罪や非行をした人が再び犯罪や非行をしないようにその立ち直りを支えること



ホゴちゃん

### 取り組み

- 犯罪や非行が起こらないよう、若い人たちの健やかな成長を誓い、犯罪や非行をした人の立ち直りを支え、再犯を防止することの大切さや理解を深めてもらう取り組み
- 保護司などの更生保護ボランティアのなり手を増やすだけでなく、多くの人に支え手として加わってもらい、犯罪や非行をした人が、仕事などの生活に必要な支援を受けやすくするネットワークをつくる取り組み

## 寿都中学校生徒会代表の言葉(要旨)

寿都中学校生徒会長 3年 西村 咲玖弥

今年、小中高校は新型コロナウイルスの影響により、2月から臨時休校になり、当たり前が続くと思っていた日常は、突然消えてしまいました。さらに追い打ちをかけるように、緊急事態宣言が発令され、6月まで再度休校になり、世の中にいやな空気が溢れました。そんな状況の中、悪い大人たちはものを買って占めたり、デマを流したりと、社会をさらに暗くしてしまうことをします。

どうしてこのようなことが起こってしまうのでしょうか。今の日本は情報を得るものが身の回りにたくさんありますが、情報には嘘と本当の二つがあります。一部の日本人にはそれを見分ける能力が少し欠けているのではないのでしょうか。

ある大学のフェイクニュースに関する調査では、嘘と気付かなかった人の割合は、60代が最も多く84%、最も低かった40代でも74%であり、この結果を見ても、日本人はいかにデマに流されやすいかがわかると思います。また、アメリカの心理学者によると情報の流通量＝重要性×情報の曖昧さとなり、コロナウイルス関連の情報は命にかかわるため、重要性が高い上に、まだわかっていないことばかりで、関連する情報はそもそも拡散しやすいのです。

このデマに流されやすいことと、関連する情報は拡散しやすいということの二つが、今のネット社会の弱点や短所であり、これから改善していかなければならないことだと思います。

どうすれば改善されるのでしょうか。これは、ほとんどの小中高生に言えることですが、「～しなさい」と言われて行動していることがあると思います。それと同じで、今の日本人はメディアの情報を簡単に信じて行動してしまうから、ネットのデマに流されてしまうのだと思います。だから、まず自分で考えて動くことが大切で、自分で考えてから行動する習慣をつければ、少しでもデマに流されることが減ってくると思います。関連する情報は拡散しやすいということについても、自分で考えることが大切で、情報を誰かに伝えようとするときは、必ずその情報に疑いを持ち、情報の発信源を確認することを忘れてはいけません。もし、確認ができない場合は、その情報を拡散することはやめるべきだと思います。

以上のようにデマを拡散したり、デマに流されるということが減っていけば、今の社会がもっと明るくなると思うので、皆さんも行動に移してみてください。

全文は、寿都町ホームページ (<http://www.town.suttu.lg.jp>) にてご覧いただけます。

## 夏の病気と気を付けること



医師 関口 豊

はじめまして、4月から寿都診療所に勤務している関口です。  
暑い時期は、自分でも気が付かないうちに汗をかいて、体内の水分と塩分が失われているので、こまめな水分補給と合わせ、塩分の摂取が大切です。  
今回は、夏に多い病気や夏を乗り切るにあたり気を付けることを紹介します。

### 熱中症

熱中症は、体温が上がり、めまい、けいれん、頭痛などさまざまな症状を引き起こします。屋外だけではなく、室内でも起こることがあり、体が暑さに慣れていない時期や、気温が低くても湿度が高い時は、熱中症になることがあるので気を付けましょう。

熱中症対策として、水分補給が大切ですが、コーヒーや緑茶などのカフェインを多く含む飲み物は利尿作用があるので、水分補給には適していません。水や麦茶など水分補給に適した飲み物にしましょう。

少しでも暑いと感じたら扇風機や氷枕を使用することも熱中症予防につながります。



### 尿管結石

尿管結石は、わき腹や腰背部の痛みに加えて、発熱や吐き気、血尿などの症状を引き起こします。夏は体内の水分が汗として多量に出ていくので、毎日1~1.5Lの尿量が少なくなります。尿が濃縮されると、尿中の成分が飽和状態になって結晶化し結石になります。

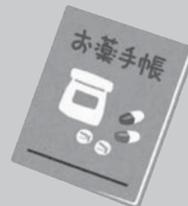
あらゆる病気の中でも一番痛いと言われる病気「尿管結石」を予防するため、こまめな水分補給による尿量確保が効果的です。



### 血圧低下

夏は、気温が上がり体内の熱を放出するために血管が拡張しやすく、汗を多量にかいて血管内の水分と塩分を失うことで血圧が冬よりも下がる傾向にあります。血圧は低ければ良いというものではなく、活動するうえである程度の数値が必要になります。

降圧薬を服用している方は、冬と同じ薬を夏に服用すると血圧が下がりすぎてたちくらみなどの症状が出る場合があります。症状がある場合は、薬の種類や容量を季節によってコントロールする必要がありますので、診療所へご相談ください。



### お酒との付き合い方

夏は、ビールをはじめお酒が美味しい季節です。しかし、アルコールでは、夏に必要な水分補給をすることはできず、アルコールを分解するために体内の水分を使用するので、体は脱水状態になってしまいます。また、体内から水分とともに塩分などのミネラルが出ていってしまうため、お酒を飲むときは、水などで水分を、おつまみで塩分を補給しましょう。

また、寝ている間にも水分が失われていくため、お酒を飲んだ後は特に多めに水分補給をしてください。

自分で「水が不足している」もしくは「飲み過ぎた」を判断する場合は体重測定を行いましょう。運動後や帰宅後に体重を計り、基準から減っていたら水分補給したりするだけでも予防につながります。普段から自分のベスト体重を知っておくことが健康管理につながるの、計る癖をつけると良いでしょう。

今年の夏は、感染症対策でマスクをする機会が増えています。屋外では外したり、室内ではこまめな換気を心掛けるなど、感染予防と熱中症予防に努め、体調の変化に気を付けながら過ごしましょう。



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  
FAX 0136-62-2280

# みんなが、学びの主人公

## 親子で楽しむ ベビースイミング教室 開催

3歳以下のお子さんがある親子を対象にベビースイミング教室を開催します。

幼少期から水に親しむことは、心肺機能の発達や運動機能の向上につながりますので、ぜひご参加ください。

開催日時：7月15日(水)、  
8月5日(水)、12日(水)  
午前10時30分～午前11時30分  
会場：町民プール  
講師：小樽市 健康応援社  
代表 小林恵里子 氏  
対象：生後6カ月以上3歳以下のお子さん  
いる親子  
※首がすわっていることが条件となります。  
申込期限：7月13日(月)  
申込み・お問い合わせ先：住民学習推進係

## 夏休みラジオ体操 開催

夏休み期間中に乱れがちな「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活リズムを守り、日常的・継続的な運動習慣の定着を図るため、「夏休みラジオ体操」を下記の日程で開催します。

夏の暑さに負けず、家族や友だちと一緒にラジオ体操で体を動かしませんか。皆さんの参加をお待ちしています。

開催日時：8月3日(月)～6日(木)  
午前7時00分～(雨天中止)  
会場：新栄会館公園、矢追かもめ公園  
対象：児童・生徒、一般町民  
その他：参加された児童・生徒には、最終日に参加賞を配付します。  
※最終日に参加できなかった児童・生徒には教育委員会窓口で参加賞を配付します。

## ウイズコムカレッジ「古文書を読もう！」開催

町の歴史に興味を持ち、歴史を活かしたまちづくりを行うための取り組みの一環として、ウイズコムカレッジ「古文書を読もう！」を下記の日程で開催します。

寿都の昔の様子などについて古文書を読み解き、歴史に触れてみませんか。初めて参加する方も楽しめるよう、文字の読み方などについて解説を交えながら、わかりやすく進めていきますので、お気軽にご参加ください。



講座の様子

開催期間：7月21日～10月27日  
毎週火曜日(祝日は除く)  
午後7時00分～午後8時30分  
会場：総合文化センター 1階 健康管理室  
対象：高校生以上の方  
申込期限：7月20日(月)  
申込み・お問い合わせ先：住民学習推進係

## 潮路小3・4年生 ハロウィンカボチャの苗植え

6月3日、潮路小学校3・4年生が総合的な学習の一環として、ハロウィンカボチャの苗植えを行いました。

今年もワークランド歌棄の職員の方にご協力いただき、樽岸町浜中の畑で作業を行いました。職員の方から植え方を教わった児童たちは、大きなカボチャが実るようお願いを込めながら丁寧に植えました。

カボチャは9月に収穫を行い、10月に行われる「全校ハロウィン集会」で使うランタンの材料になる予定です。



## 寿都町総合文化祭及び 文化振興事業の中止について

寿都町総合文化祭及び文化振興事業は、新型コロナウイルス感染症防止のため、今年度は中止することにいたしました。

楽しみにされていた皆さまには、大変申し訳ありませんが、ご理解くださいますようお願い申し上げます。

## 齊下納さんが瑞宝双光章を受章しました

元寿都町選挙管理委員会委員長及び元公立小学校教諭の齊下納さん（渡島町）が瑞宝双光章を受章されました。

齊下さんは、平成8年6月に寿都町選挙管理委員会委員に選任後、同年7月に同委員長に就任され、16年間の永きにわたり在職し、選挙執行の適正管理及び選挙啓発に寄与されました。

また、昭和30年4月から40年の永きにわたり、寿都町、島牧村の小学校の教壇に立ち、平成7年3月に寿都町立潮路小学校を退任されるまで、責任感と情熱をもって児童の基礎教育に力を注がれ、永年の功績が認められこの度の受章となりました。

おめでとうございます。



## 戦没者追悼式

6月22日、総合文化センターで、戦争により犠牲となった寿都町の関係者を追悼する戦没者追悼式と、寿都町社会福祉協議会が主催する慰霊祭が行われました。

参列者一人ひとりが献花を行い、哀悼の意を表すとともに恒久平和に対する誓いを新たにしました。



## 選手たちへ応援メッセージを届けよう！ ～応援大使連載企画～

いよいよ開幕したプロ野球に合わせ、北海道日本ハムファイターズ「179市町村応援大使」2020企画としてファイターズ情報を連載していきます。

今回は、寿都町応援大使の大田泰示選手、宇佐見真吾選手や北海道日本ハムファイターズの選手たちへメッセージを直接届ける応援企画です。

詳しくは、下記をご覧ください。



大田泰示選手



宇佐見真吾選手

## 敬老会中止のお知らせ

例年9月に開催しております敬老会は、新型コロナウイルス感染症防止のため、今年度は中止することにいたしました。

楽しみにされていた皆さまには大変申し訳ありませんが、ご理解くださいますようお願い申し上げます。

なお、米寿を迎えられた方には、これまでどおり記念品を贈呈させていただきます。また、75歳以上の敬老会対象者全員にお饅頭及び寿都町社会福祉協議会からの記念品を配付させていただきます。

配付は、9月14日、15日を予定しています。

【町民課社会福祉係 0136-62-2513】

### ●申し込み先URL

[https://form.fighters.co.jp/hokkaido179\\_message2020/input](https://form.fighters.co.jp/hokkaido179_message2020/input)



### ●申込期限

7月31日（金）まで

応援メッセージは、選手たちが見ることができるよう選手ロッカーや寮に掲出されるよ！  
ファイターズ情報では、ファイターズの豪華賞品が当たるクイズなどが掲載される予定なので毎月の広報誌をチェックしよう！



フレップ ©H.N.F

## なかよしひろば 「ママさん交流会」開催

6月22日、子育て支援センターでなかよしひろば「ママさん交流会」を開催しました。

子育て中のお母さん同士でリラックスしながら交流を深め、楽しい時間を過ごしました。



子育て支援センターでは、月に数回、季節に合わせたイベントや、専門の方を講師にお招きして、子育てに関する講座を開催しています。お子さんと一緒に楽しく参加することができますのでお気軽にお越しください。

### <子育て支援センター開放日>

- ・毎週月～金曜日 午前9時～正午  
午後3時～午後5時

## コロナに負けるな! 寿かきドライブスルーセール開催

6月14日・21日、風太公園駐車場（湯別町）で「コロナに負けるな！寿かきドライブスルーセール」を開催しました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、町への観光客の入り込みが落ち込む中、寿かきと活ほたてを車に乗ったまま安心して購入いただけるドライブスルー方式で販売を行いました。午前10時の販売開始前から会場に町内外のお客さんが訪れはじめ、2日間で約400台が来町されるなど大盛況となりました。

お越しいただいた皆さんありがとうございました。



6月21日 ドライブスルーの様子

## とれたて「風太くん」ニュース

～Vol.27～

今月のニュースは「道の駅みなとま～れ寿都」「アンテナショップ寿都魚一心」「ベーカリー寿」からお届けします。

### みなとま～れニュース 寿都産素材を活かしたメニューのご紹介!

日に日に暑さが増し、外出する機会も多くなったのではないのでしょうか。多くの皆さまに、新型コロナウイルス感染症防止にご配慮いただきありがとうございます。

さて、道の駅では寿都産の食材を使ったメニューをご紹介します。

「生ウニのジェノベーゼ（1300円）」は、湯別町で栽培されている「風のバジル」をソースに使用したパスタに、これから旬を迎える寿都の生ウニを贅沢に乗せたこの夏おすすめの一品です。さわやかなバジルの香りとウニの甘さを堪能できます。

「ハニーナッツソフト（380円）」は、寿都で採取された「いたどりはちみつ」を使用したソフトクリームです。香りが良く濃厚な「いたどりはちみつ」は、香ばしいナッツとさっぱりしたソフトクリームと相性抜群です。

寿都産の旬の食材を味わって暑い夏を乗り切りましょう。ぜひ、みなとま～れ寿都へお越しください。



生ウニのジェノベーゼ



ハニーナッツソフト

### 寿都町観光交流センター「みなとま～れ寿都」(一般社団法人寿都観光物産協会)

- 住所：寿都町字大磯町29-1
- 開館時間：【4月～9月】9:00～18:00
- E-Mail：eki@suttufan.com
- 電話：0136-62-2550
- 休館日：【4月～9月】無休
- H P：http://suttufan.com/

## アンテナショップニュース 「アンテナショップ寿都魚一心」リニューアルオープンしました！

今年3月から改装しておりましたアンテナショップは、6月11日（木）「アンテナショップ寿都魚一心」としてリニューアルオープンしました。

店内に入ると、目の前で職人が握る姿が見える入口正面の広々とした寿司カウンターが皆さんを迎えます。

入口右側には、お土産にしたり、お持ち帰りいただいて寿都の海の幸が楽しめる鮮魚・水産加工品コーナーが設置されています。

ランチメニューは、お寿司に天ぷらとそばが付いたセットメニューや海鮮丼などを提供しています。厚く切りつけた新鮮なネタで握るお寿司は絶品で、素材本来の味を楽しめます。

ディナーメニューは、お寿司だけでなく、お刺身や焼き物をはじめ、一品料理などのメニューを提供しています。魚に合う各種のお酒をご用意していますので、家族や友人をお誘いあわせの上、ぜひご利用ください。

ニセコエリアでの寿都の食の提供と、食を含めた寿都の魅力を広く発信し伝えることで、本町の食の付加価値と知名度向上を図り、まちの元気再生へと繋げていきます。

※なお、寿都アンテナショップ寿都魚一心では、「寿都元気キャンペーン第2弾プレミアム商品券」が利用できます。



客席



鮮魚・水産加工品コーナー



一心定食

### アンテナショップ寿都魚一心

- 住所：虻田郡ニセコ町曾我51-5
- 電話：0136-44-1208
- 定休日：水曜日
- 営業時間：11:00~15:00、17:00~22:00(ラストオーダー 21:15)

## ベーカリー寿ニュース 安心してお召し上がりください

いつもベーカリー寿をご利用いただきありがとうございます。

ベーカリー寿では、新型コロナウイルス感染症防止対策として、皆さまに安心してご購入いただけるよう各種パンの個包装を実施しています。

また、衛生管理徹底のため、営業時間を短縮しております。ご理解とご協力をお願いいたします。

朝食や午後のおやつにベーカリー寿のパンをぜひご利用ください。



### ベーカリー寿~Kotobuki~

- 住所：寿都町字新栄町104番地 寿都町地域コミュニティ施設「みなくる104」1階
- 電話：0136-75-7040
- Facebook：https://www.facebook.com/Kotobuki.Bakery/
- 営業時間：11:30~16:00
- 定休日：日曜日

すくすく1歳です

7月生まれ

こはく  
敦賀 琥珀ちゃん  
(11日生まれ)

(大磯町) 竜 之さん  
好 美さんの子



お兄ちゃんが大好きな琥珀、1歳の誕生日おめでとう！笑顔いっぱい元気に育ってね！

### 特別定額給付金に便乗した 詐欺に注意しましょう

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策の特別定額給付金(1人10万円)の支給に伴い、全国で不審な電話などが相次いで確認されています。被害に遭わないためにしっかり対策を行いましょう。

#### 総務省や自治体などの職員が、下記を行うことは絶対にありません

- 現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- 受給にあたり、手数料の振込みを求めること
- メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

#### 絶対に教えない！渡さない！

- 暗証番号 ●通帳 ●マイナンバー
- 口座番号 ●キャッシュカード

不審な電話やメールなどがあった場合は、  
寿都警察署へご相談ください。

【寿都警察署 0136-62-2110】

### 戸籍の窓口

人口2,908人(-3) 世帯数1,667世帯(±0)  
男 1,421人(+1) 女 1,487人(-4)  
(令和2年5月末現在住民基本台帳)

#### ～こんにちは よろしくね～

渡島町 濱谷 朝陽くん(6/5)  
大地さん・有未加さんの子

歌棄町歌棄 米田 蘭叶ちゃん(6/6)  
純也さん・美穂さんの子

矢追町 木村 歩美ちゃん(6/24)  
大輔さん・舞さんの子

#### ～ごめいふくを お祈りします～

歌棄町歌棄 長内チカ子さん(5/28) 97歳

矢追町 笠島 操さん(6/7) 88歳

湯別町上湯別 成田 ミサさん(6/17) 91歳

### ご寄附ありがとうございました

佐竹建設株式会社(岩内町)  
代表取締役社長 佐竹 英敏 様  
一般寄附金として 2,000,000円

中村 鶴枝 様(歌棄町歌棄)  
寿都町字政泊町政泊15番の原野  
他53筆67,604.03㎡

### ●消防団員の異動●

- 任用(令和2年6月1日付け)
- 第1分団第1部 団員 中野佑太郎
- 第1分団第2部 団員 砂原 正三

## ふる里文芸

### 短歌

戦時下の激動生きたし幼少期  
コロナに負けぬと百歳めざす  
一湾の五月雨れており対岸の  
練御殿のかげろえりなり  
友よりの手縫いのマスク柔かく  
好みの模様肌にあやしく  
我が家にもマスク届けり意外にも  
レトロ香漂うロマンに浸り  
(老人クラブ短歌)  
今日も又今を盛りに一日を  
恋のエールか鳥のさえずり  
窓ごしの星の光に誘はれて  
心の願い如何に伝えん  
裏庭にひまわりの芽がざつくりと  
小鳥にあげた種の残りか  
悲しさも淋しさも越え五十回忌  
修する仏前母のふところ  
油断あり一足早く蒔く豆は  
鳩みな啄ばみ二度目蒔くなり  
天間ときこ

俳句  
たんぽぽを握らせ進む乳母車  
父母の忌や経の流れて五月雨るる  
再開のゆべつゆへと桜招く  
轉えずりや暗い世相に冴え渡り  
紫陽花の根分た蕾姉の忌に  
(老人クラブ俳句)  
母思ふ娘からの電話花こぶし  
春の朝港見下す寿都富士  
みず色の仏花のアヤメ香る朝  
雨あがり重い長靴苗植えぬ  
青き空鶯の声のどかなり  
新茶の香仏前香る味香る  
国道に町民集い花植える  
五月晴かわい曾孫さずかりぬ  
車窓より山の緑りの美しさよ

石橋 典子  
中村 昭風  
志田 妙子  
中村 昭風  
志田 妙子  
亀谷 セツ  
松本 輝子  
青木 文子  
森本 輝子  
亀谷 セツ  
志田 妙子  
中村 昭風  
石橋 典子

富樫 トシ  
一戸 サダシ  
青木 文子  
千引 静江  
鷹島 サツ  
松沢 スミ  
天間ときこ  
奥野 光子  
南 慧子

石橋 典子  
中村 昭風  
志田 妙子  
中村 昭風  
志田 妙子  
亀谷 セツ  
松本 輝子  
青木 文子  
森本 輝子  
亀谷 セツ  
志田 妙子  
中村 昭風  
石橋 典子