

ぼくたち！
わたしたち！
きょうから1年生！



貫気別小学校入学式(4/8)



平取小学校入学式(4/9)

今月号は…

- 平成 25 年度 町政執行方針
- 平成 25 年度 教育行政執行方針
- 平成 25 年度 予算概要
- 国民健康保険税の率が一部変わります
- 認知症グループホーム事業が開始されました
- まちの広場
- 教育委員会からのお知らせ
- すこやかだより
- 図書館へいこう・・・ほか

平成25年度 町政執行方針



町長 川上 満

平成25年第2回町議会定例会は、3月4日に招集し、川上町長が町政、松本教育長が教育行政のそれぞれ平成25年度執行方針について説明しました。

本紙ではその概要のみをお知らせしますが、詳細な全文は町ホームページに掲載していますので、ご覧ください。

昨年の町長選挙におきまして、皆様からご支援をいただき、ふたたび町政への信頼と期待を担う重大任務を担わせていただくことになりました。町民の町政に寄せる期待の大きさを感じ、果たすべき使命と責任の重大さを痛感し、身の引き締まる思いです。

町民との協働による町づくり、健全で効果的な財政運営

とさらなる町民福祉の向上を目指し「町民が健康で豊かに安心して暮らせる町づくり」に努力をしてまいります。

資源をいかし、生産の喜びと活力に充ちたまちづくり

【農業振興対策】農業は、基幹産業として発展に寄与し、トマトは7年連続して生産量1万トンを超え、販売額も39億円を突破し、敬意を表するところですが、また、T P Pについては、交渉参加は断固反対としながら、戸別所得補償制度の推進、農山漁村の6次産業化、食の安全・安心の確



びらとりトマト・和牛フェア

保を中心に対応を進めます。担い手育成対策は、実践農場を整備し、新規参入者は15戸が就農していますが、農家戸数の減少が予想されるので、新たな対策の研究をします。

【林業振興対策】森林整備計画に基づき積極的に森林整備を実施し、森づくりへの意欲増進と負担軽減策を講じます。

【商工業振興対策】町内経済循環を図るべく、商工会及び関係団体と連携を図り、地域ブランド商品開発への支援等、商工業の振興発展に努めます。

また、伝統的工芸品の指定に伴う予算措置もしながら、振内地区、貫気別地区の商店街活性化についても、連携しながら対応します。

【観光振興対策】びらとり温泉は、平成26年4月オープンに向けて宿泊施設を含めた温泉施設として、本体工事を実施しますが、これまでいただいた意見や提案を受け止め、町民の皆様が喜んでもらえる観光拠点となるような施設をめぐらします。

【雇用対策】本年度も町有林造成事業等の雇用についての予算措置と、関係機関と連携をしながら、季節労働者の通年雇用促進と生活安定に努めます。



緊急雇用対策事業

自然と共生し、快適で安全な暮らしづくり

【道路・交通機関の整備】町道整備では、荷負本村線、本町公園線、川向学校シラウ川線、荷菜原田分譲1号線・2号線、川向町界線の改良舗装事業について実施します。

地域公共交通については、総合的に検討し、効率的な公共交通網の確立に努めます。

【情報通信の整備促進】光ファイバーによる高速通信網が整備されたことに合わせ、福祉、医療及び教育などの公共分野での有効活用が図れるよう検討します。

【防災・消防・救急救助体制】災害発生時に的確な対策を行うことができるよう地域防災計画に基づいて災害図上訓練を実施し、日常的な防災意識の向上と、携帯電話への災害情報緊急速報メールの活用など、情報提供に努めます。

【環境保全及び環境衛生】住民の健康の保持・向上と良好な環境を保つため、不法投棄の防止や公衆トイレ等の維持管理に努めます。

有害鳥獣駆除は、猟友会沙流川支部と連携して捕獲を行い、有害獣侵入防止柵についても引き続き実施し、被害軽減に努めます。

【住宅・住宅環境】町営住宅の整備を計画的に推進し、老朽化した町営住宅の改修等居住環境の改善に努め、さらに、住宅確保対策として、民間の賃貸住宅の建設を支援する制度を創設します。

【上水道・生活雑排水の整備】施設の良好な維持管理を行う

ため配水管長期整備計画を策定し、安全で安心な飲料水の供給に努めます。

【沙流川総合開発事業に係る水源地域の推進】平取ダム建設事業は、個別ダムの検証により事業の継続が決定されていますが、今後も早期完成を訴えていきます。

生涯を通じ生きがいと元気にあふれるまちづくり

【健康づくりの推進・医療機関の充実】住民が健康意識を持ち、健康づくりに取り組める支援を進めます。

国民健康保険病院の運営については、常駐医4名、そして出張医による診療を確立させ、きめ細かいサービスを提供し、多くの方に来院していただける経営努力をします。



国民健康保険病院

【子育て支援対策】子どもを安心して産み育てられる環境を整えるため、「すこやか赤ちゃん誕生祝い金」の充実、不妊治療の助成、小・中学校生医療費無料化の継続や、常設保育所の保育料を引き下げ

て子育てを支援します。【高齢者福祉対策の充実】本年度、民間事業者が開始する認知症グループホームをはじめ、関係施設の入所者が、生きがいを持てる日常生活になるよう支援します。

【アイヌ福祉対策の推進】平取町アイヌ文化振興基本計画を指針として、地域資源をいかした持続的な産業創造を図り、生業に結びつき息づくアイヌ文化の継承と生活基盤の安定を目指します。

平取町の歴史風土や文化を愛する心豊かな人づくり

【伝統文化の保存伝承と文化遺産の保存・保護】イオル事業で整備したコタンの再現空間、イオルの森、及び水辺空間を伝承活動の基盤として、保存伝承活動を展開し、伝統文化を守り育てる人的ネットワークの形成を目指します。

人と人とのつながりを大切にし、魅力的で個性あふれるまちづくり

【町民自治活動・まちづくり運動の推進】町民税1%まちづくり事業は、ユニークな事業が実施され、引き続きアイデアを重ねた事業が申請されることを期待しています。



町民税1%まちづくり事業
～雅楽後継者育成～

効率的な行財政運営を図る必要があるため、第5次平取町総合計画の財政収支計画、行財政改革大綱を基軸として、未来につなぐ持続可能な行財政の構築に努めます。また、財政健全化法に基づく健全化判断4指標を指針としながら、協働のまちづくりに向けて努力します。

【広域行政の推進】地方分権の推進により、地域の特性を活かした行財政運営による自立性が求められていますので、広域行政のあり方について検討します。

以上、平成25年度の町政執行にあたり、所信を申し上げます。

【広報広聴活動】町民が行政に関心を持っていただける広報紙面の充実とともに、旬な情報を取得できるホームページの発信に努めます。また、町民との対話も引き続き開催し、要望・意見を町政運営に反映させていきます。

【行財政改革の推進及び財政の健全化】地方財政を取り巻く厳しい状況下において住民ニーズに対応するためには、地方自治体を取りまく環境は、非常に厳しい時代ではありますが、非常に厳しい時代ではあります。職員が一丸となつて効率的な財政運営と効果的な住民サービスを維持し、町民の福祉の向上と、私たちの『ふるさと平取』発展のため、私は町民の先頭に立って力の限りを尽くす所存であります。

町民の皆様、町議会議員の皆様のご理解とご協力を心からお願ひ申し上げます。町政執行方針といたします。

平成25年度教育行政執行方針



教育長 松本 周次

平取町教育推進計画2年目にあたり、家庭・学校・地域の連携をより強固なものにするともに、世代や地域を超えた学習活動や健康・体力づくりが積極的に展開されるよう、教育行政を推進してまいります。

生きる力を育む

学校教育の推進

授業改善研究事業の実施、全国学力・学習状況調査やチャレンジテストへの参加及び各校統一の標準学力検査の実施に向け、その体制整備を各学校との連携のもとに進め基礎・基本の定着と自ら学び解決できる力を育てる指導の充実、学習指導要領の改訂を踏まえた教育内容の改善を図ってまいります。

学校教育環境の充実

教育における機会均等を保障し、安心して学べる教育環境確立のため、高等教育をめざすうえでの奨学金貸付制度をはじめとする就学援助の充実に努めてまいります。

学校運営の推進

学習指導要領の趣旨を踏まえた特色ある教育活動の推進と保護者や地域住民の意向が学校経営に反映できるよう、

地域の教育力を積極的に活用するとともに、外部評価となる学校評議員からの意見等を真摯に受け止め、信頼及び協力関係を構築させた学校運営を推進してまいります。

地域に信頼される

芸術・文化の向上

生涯を通じて、より文化的な営みを通じることができ、環境づくりや、地域の特色ある活動は、人と文化を育むまちづくりに重要であります。このことにおいて、個性豊かな地域文化の振興として、文化団体が行う文化祭等に対し支援してまいります。



24年度文化祭の様子

健康・体力づくりの

魅力ある社会体育の推進

体育連盟や関係団体との連携を図り、スポーツに気軽に親しむ環境づくりとスポーツレクリエーションの普及、及び推進に努めてまいります。



また、競技スポーツにおいては、各種競技において小学生が全国大会への出場を果たし、トップアスリートとしての足掛かりを掴んでおりますので、今後とも競技スポーツ選手の育成及び体制強化に対し支援してまいります。

その他、スポーツ少年団及び体育団体、サークルを支援するとともに、自主的な活動の促進を図り、生涯スポーツ社会の実現に向けた意識の啓発に努めてまいります。



活躍の場は全国へ



文化財の保護と

活用の推進

町民の大切な財産であり、地域の歴史や文化を理解する

ために欠くことのできないものであるとともに、当町の未来を創っていくうえでの基礎となるものでありますので、文化財への町民の理解促進と愛護意識の醸成に努めてまいります。

埋蔵文化財の保護と

活用の推進

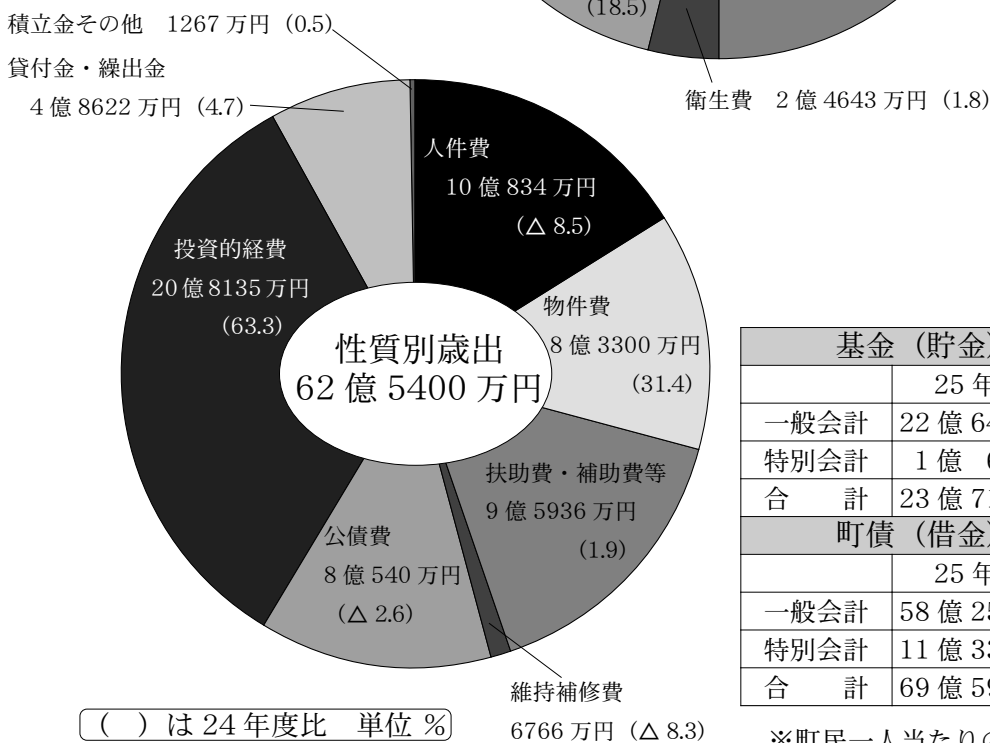
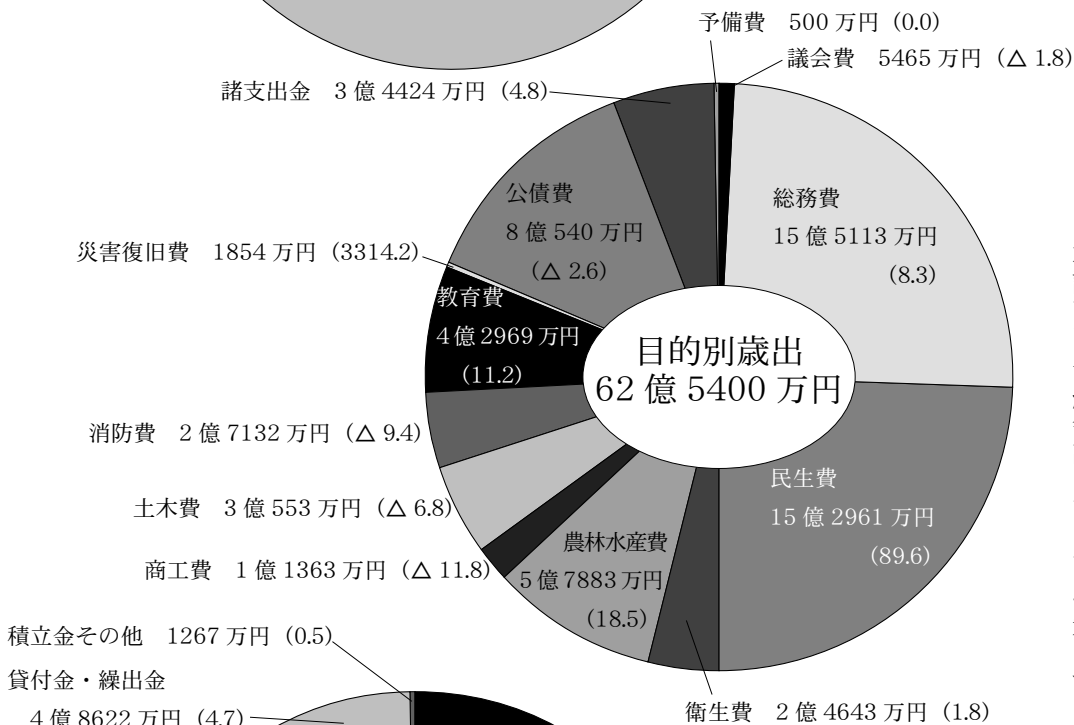
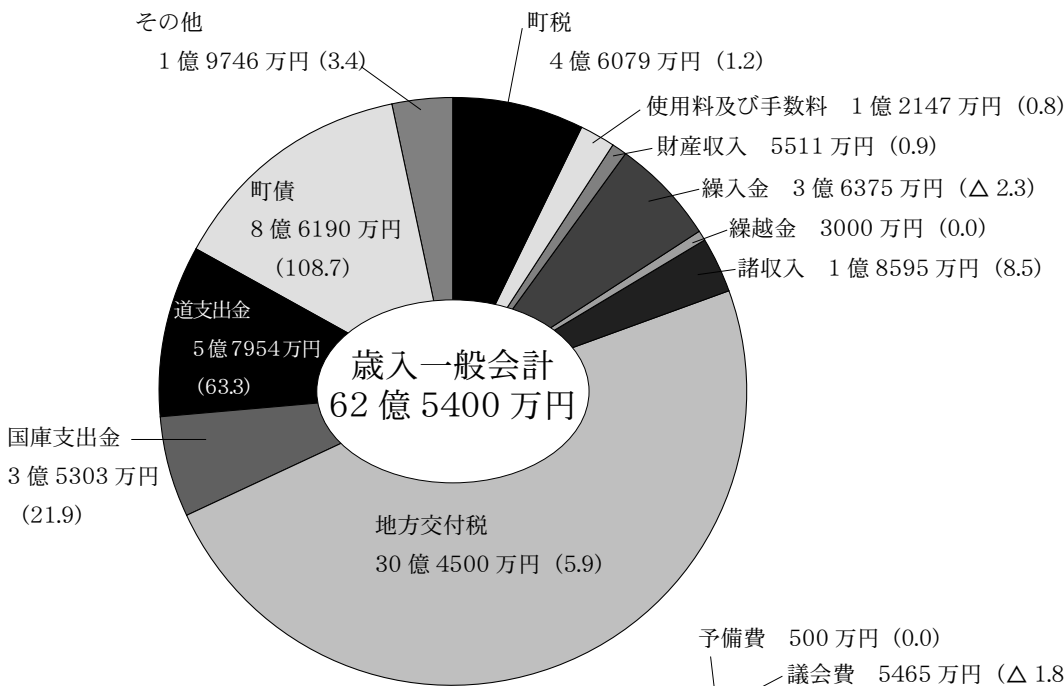
貴重な国民的財産であります埋蔵文化財を適切に保存し、次代に継承していくことは、地方公共団体の責務であると考えますので、その管理等に遺漏のないよう配慮してまいります。

教育環境を取り巻く多くの問題が派生する中、「不易なるもの、失ってはならないものは何か」を改めてしっかりと判断し、平取町教育推進計画を基軸として、学校教育及び生涯学習など、各々の主体性を尊重しつつ、また、併せて相互の関連性を追求しながら、教育全般の振興に努めてまいります。

町民の皆様におかれましては、当町の教育行政の推進に、より一層のご理解とご支援をお願い申し上げます。

平成25年度 予算概要

平成25年度の町予算が議決されました。総合計画実施計画・収支計画を基本として編成した各会計予算は、一般会計が総額62億5400万円(前年度比17.4%の増)、特別会計は22億6827万円(前年度比3.5%減)となっています。本誌では一般会計についてお知らせします。

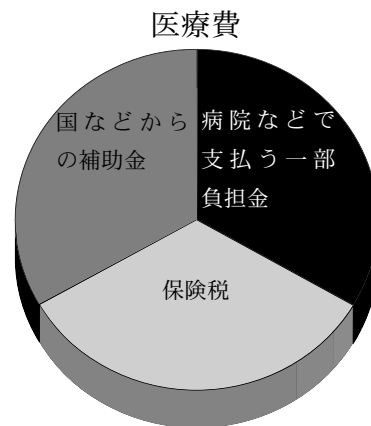


() は 24年度比 単位 %

基金(貯金)残高の見込み		
	25年度末	町民一人当たり
一般会計	22億6463万円	41万4千円
特別会計	1億673万円	2万0千円
合計	23億7136万円	43万4千円
町債(借金)残高の見込み		
	25年度末	町民一人当たり
一般会計	58億2583万円	106万6千円
特別会計	11億3328万円	20万7千円
合計	69億5911万円	127万3千円

※町民一人当たりの額は、平成25年3月末現在人口5,464人で算出しています。

平取町国民健康保険税 の率が一部変わります



国保は、みなさんの健康と暮らしを守るための制度です。

国などからの補助金と、みなさんが納める保険税により、病気やケガなど、保険証を使ってお医者さんにかかるときに必要な医療費で、大切な財源です。

いざというときに、安心して医療を受けられるように、決められた保険税を必ず納めるようにしましょう。

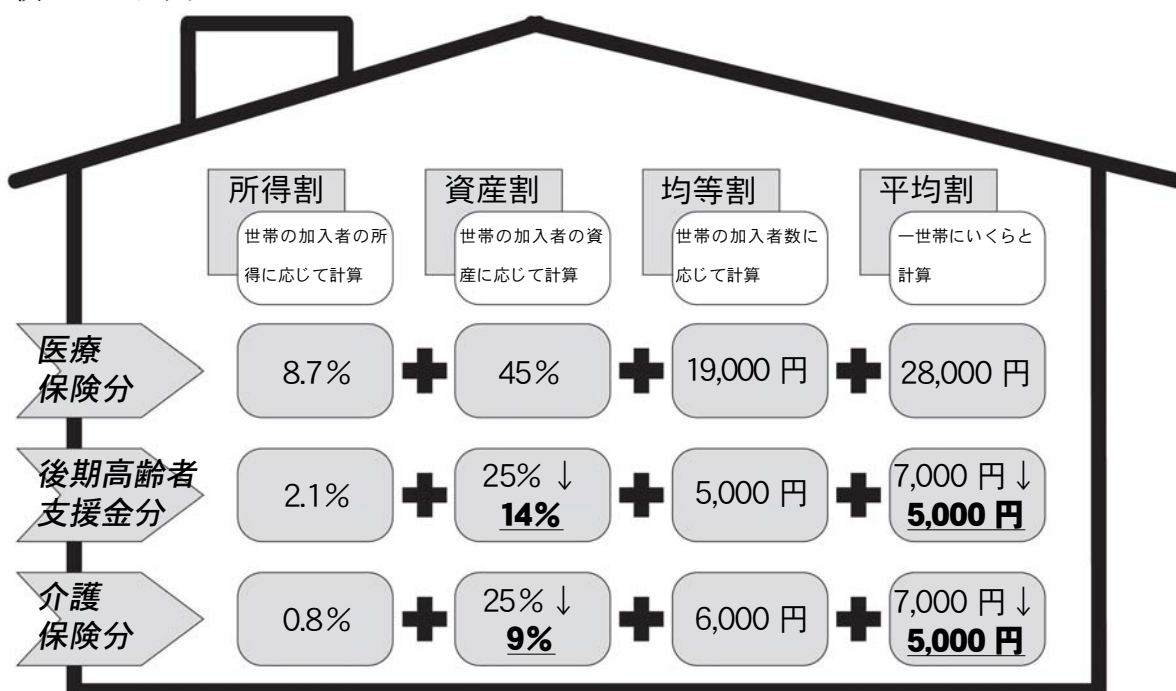


◆一世帯あたりの保険税が変わります

本年度より、後期高齢者支援金分・介護保険分の資産割及び平等割の税率・金額が変わります。世帯構成等により違いはありますが、平均すると5,000円程度下がる予定です。

その年の医療費は、国などからの補助金と病院などで支払う一部負担金を差し引いた金額が、保険税の総額になります。それを下の項目をもとに割り振り、それらを組み合わせて一世帯の保険税が決まります。

「後期高齢者支援金分」や、「介護保険分（40歳以上65歳未満の人）」も同様に決められ、上限額は別々に決められます。



◆保険税は、年齢によって納め方が異なります

◇ 40歳未満の人

医療保険分と後期高齢者支援金分を合わせて納めます。介護保険分の負担はありません。

◇ 40歳以上65歳未満の人

医療保険分、後期高齢者支援金分、介護保険分を合わせた額を納めます。

◇ 65歳以上75歳未満の人

医療保険分と後期高齢者支援金分を合わせた額を納めます。

介護保険料は別に納めます。



問合先 町民課 国保医療係 (☎ 4-6113)

認知症グループホーム事業が開始されました

～こころのホームふれない～

町が新たな介護サービスの基盤整備を図ることについては、平成24年の「広報びらとり8月号」でお知らせしましたが、昨年7月に町介護保険事業計画並びに町総合計画に基づき、認知症対応型共同生活介護事業（グループホーム）を担う民間業者を公募した結果、応募があった中から、日高町で数多くの介護福祉事業を営んでいる「株式会社富川グロリアホーム」（谷井和恵代表取締役・従業員72名）を8月に開設運営事業者として選定し、旧振内営林署跡の町有地に建設着工した認知症グループホームの建物が今年3月下旬に完成し、4月10日にはその開所式が行われ、入居が始まって事業が開始されました。

約6畳の広さの個室9部屋に加え、居間・食堂・浴室などの共同生活スペースで構成された平屋の建物が2棟建設され、定員は合計18人です。家族や地域の方々と交流するための地域交流棟も中央に設けられ、合計延床面積453㎡の中で、地域に密着した運営がされる予定です。

振内産のカラマツ材を多用した温もり感あふれる建物は、小学校や住宅地に隣接し、認知症の方にとってふさわしい立地条件となっています。

町は、町民の皆様からご負担いただく介護保険料が、将来大きく増高しないよう十分勘案しながら、今後も高齢化社会に対応するために必要な介護福祉施策を進める予定です。



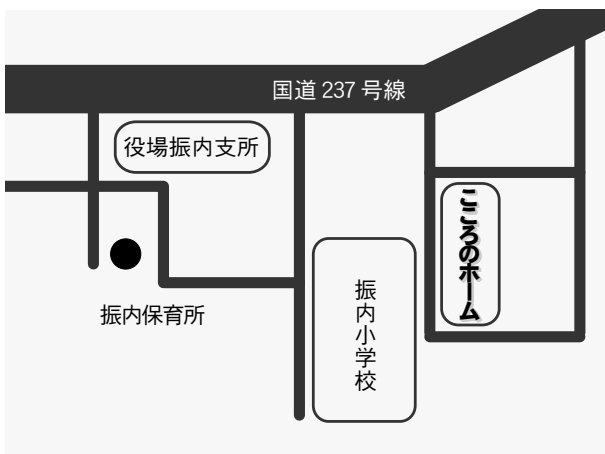
テープカットの様子



建物外観(25年4月10日)



振内小学校児童への説明(24年12月10日)



所在地 (旧振内営林署跡地、振内町31番地17)

認知症グループホームは、介護保険制度に基づき、認知症の高齢者が共同で生活する住居で、家庭的な環境のもと、入浴・排泄・食事等の介護や支援・その他日常生活上の世話などを受けることにより、入居者がその能力に応じた生活を営むことができるものです。

グループホームの名称は、隣接する振内小学校の児童から募集し、職員が心からのケアで接するという意味を込めて、事業者が「こころのホームふれない」と名付けました。

問合せ先 こころのホームふれない (☎ 3-3110)

まちの広場

(すずらのまち びらとり)

愛の鈴で交通安全！

町内各小学校入学式

ワクワクドキドキの入学式を迎えた新1年生44人に、今年も商工会女性部の皆さま手作りの「交通安全愛の鈴」がプレゼントされました。

平取小学校では、交通安全婦人指導員や商工会女性部の方がピカピカのランドセルに「愛の鈴」を取り付け、新1年生はとても喜んでいました。

※平成25年度新入生※

紫雲古津小学校	5人	
平取小学校	22人	
二風谷小学校	6人	
貫気別小学校	2人	
振内小学校	9人	計44人



さらなる発展を目指して

和牛生産改良組合設立50周年(3/27)

平取町和牛生産改良組合設立50周年記念祝賀会が中央公民館で開催され、組合員や関係者約100人が出席しました。

佐藤貢組合長は、冒頭に「和牛生産の発展に貢献した先人たちに感謝し、今後も努力していきたい」と挨拶されました。

同組合は、1962年に和牛振興推進協議会として発足し島根県から繁殖素牛54頭を購入し出荷を開始しました。その後は「びらとり和牛」として道内有数のブランド牛となっています。



4月1日から、びらとり温泉と二風谷ファミリーランドの指定管理者が「株式会社アンビックス」に変更となりました。

皆様のお越しを心よりお待ちしております。

◆指定管理者が変わりました



苫小牧信用金庫 金沢俊一理事長が町長室を訪れ、平取町発展のためにとご寄付くださいました。川上町長より「町のために大切にに使わせていただきます」とお礼の言葉が述べられました。

◆ご寄付ありがとうございます

いさりびジンギスカン

漁火成吉思汗 好評販売中です！

焼肉亭沙流苑では、オリジナル商品の「漁火成吉思汗（いさりびジンギスカン）」の販売を行っています。

今年で販売3年目を迎えるこの商品は、従来の味付けジンギスカンとは違い、ふんだんな野菜をペースト状にし、自家製タレと漬け込んだ野菜漬けジンギスカンで、タレづくりから包装まですべて手作業で行っています。

店主の菅原貴博さんからは「先代が営んでいた『漁火』という言葉がこの町に残したいという思いで商品名に付けた。これからはトマト・和牛に続く平取町の特産物となるように、また、北海道で一番のジンギスカンを目指している」と強い決意を話されていました。

町内価格 1kg 1,300 円で、沙流苑のほか胆振・日高管内 A コープ、生協、小売店、むかわ町の道の駅「四季の館」や新千歳空港などで販売しており、今後も販路を拡大していくとのことです。

これからの花見シーズンや行楽のお供にいかがでしょうか。

また、新商品として「漁火ジンホル（ジンギスカンホルモン）」を近日販売予定で、こちらの商品も乞うご期待です。



問合先 焼肉亭 沙流苑 さりゅうえん ☎ 2-2228 (ホームページ <http://www.saryuen.com/>)

新採用職員紹介

4月1日付けで新採用となった職員10名を紹介します。

一日も早く職場環境に慣れ、町民の皆さんのお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願ひします。



建設水道課
土木用地係

あおき かな
青木 香奈



国民健康保険病院
臨床検査室

あかさか かずみ
赤坂 和美



社会福祉協議会
居宅介護支援事業所

あらかき たかひろ
荒木 孝裕



国民健康保険病院
庶務医事係

いわもと たいが
岩本 大河



建設水道課
土木用地係

さとう としひろ
佐藤 敏博



建設水道課
水道施設管理係

さとう ひろし
佐藤 大



保健福祉課
福祉係

にしきの ゆうた
錦野 雄太



町民課
国保医療係

ひろなか ゆうき
廣中 祐樹



産業課
土地改良係

もりしま かずよし
森島 和良



生涯学習課
学校教育係

わたなべ ふみや
渡邊 郁弥

教育委員会からのお知らせ

小・中学校教職員 19 名に辞令交付

4月4日、平成25年度平取町教職員辞令交付式が行われ、新たに異動のあった19名に辞令が交付されました。

交付式にあたり、本間稔浩教育委員長から「新しい時代の義務教育を創造する優れた教師として、教職に対する強い情熱、教育の専門家としての確かな力量、総合的な人間力を発揮して、子どもたちの可能性を開く創造的な実践に努められるよう期待します」と式辞が述べられました。



【前列左から】鈴木貴雄教頭（貫気別小）、前田勝也校長（振内中）、品田和輝校長（振内小）
五十嵐敏英教頭（紫雲古津小）、加渡三之教頭（二風谷小）

【後列左から】風間伸昭教諭（振内小）、佐々木充伸教諭（平取小）、渥美裕之教諭（振内中）
金崎貴之教諭（振内中）、豊岡隆裕教諭（紫雲古津小・二風谷小・貫気別小）



【前列左から】田中名緒子養護教諭（振内小）、久保 恵教諭（平取中）、小林由子教諭（平取小）
石森美恵教諭（振内小）、伊藤真由恵教諭（振内小）

【後列左から】中村範子教諭（平取小）、豊岡節子教諭（貫気別小）
石井綾子教諭（振内小）、石橋美香養護教諭（紫雲古津小）

3 団体 9 個人に平成 24 年度平取町教育奨励表彰

2月27日、中央公民館において平成24年度教育奨励表彰授与式が行われ、貴重な調査・研究・発表・実践により成果を上げ、また、各種公式大会において特に優秀な成績を取めた3団体9個人に対して、教育委員長より表彰状が手渡されました。表彰を受けられた方々は次のとおりです。(敬称略)

【学校教育奨励表彰】

北海道平取高等学校 3年生教養コース「フードデザイン」学習における給食レシピづくり、地元特産品を生かした商品開発研究実践

【芸術文化奨励表彰】

檜の実吟社(俳句) 昭和44年設立以来の定期的・継続的活動による句集第6巻の刊行

【スポーツ奨励表彰】

【剣道】 平取義経剣心会

第36回北海道少年剣道錬成大会小学生団体優勝

第61回北海道少年剣道錬成大会・第54回「赤胴」少年剣道錬成大会小学生団体優勝(全国大会出場)

【バドミントン】 木村 尋斗(旭川実業高校2年生)

第64回北海道高等学校バドミントン北海道選手権大会男子シングルス第4位、男子ダブルス準優勝、団体準優勝(高校総体全国大会出場)

【レスリング】 和田 理志(天理教校学園高校1年生)

レスリング全国選抜大会奈良県予選会96kg級優勝

【バドミントン】 二谷 優吾(平取中学校3年生)

平成24年度北海道中学校バドミントン大会男子シングルス第3位(全国大会出場)

【陸上競技】 平村 太幹(平取中学校3年生)

平成24年度北海道中学校陸上大会4種競技優勝、110mハードル第2位(全国大会出場)

【柔道】 及川 智己(平取中学校2年生)

平成24年度北海道中学校柔道大会90kg級第2位

【空手】 盛 琴子(平取中学校2年生)

第14回チャレンジ空手トーナメントフルコンタクト中学生女子55kg未満優勝(全国大会出場)

【空手】 松橋 徹太(二風谷小学校5年生)

第13回北海道糸東会全国選抜大会小学5年男子組手の部優勝(全国大会出場)

【空手】 渡邊 空知(振内小学校4年生)

第13回北海道糸東会全国選抜大会小学4年男子形の部第2位

第32回北海道少年少女空手道錬成大会小学4年男子形の部優勝(全国大会出場)

【空手】 川上 真那心(平取小学校3年生)

第14回チャレンジ空手トーナメントフルコンタクト小学3年男子クラスA優勝(全国大会出場)

お困りのことがありましたら相談を

新年度を迎え、入学・進級という新たなステージにチャレンジする子どもたち。ご家庭におきましても家族のふれあいを大切に、ご支援をお願いいたします。

お子さんの学校生活について悩みや不安、お困りのことがありましたら、まずは学校(先生)に相談してください。また、教育委員会でも「さわやか相談室」

(☎2-2619)を設置しています。他にも日高教育局教育相談電話(☎0146-22-1325)、道立教育研究所教育相談電話(☎0120-3882-56<毎日24時間>、☎0120-3882-86)のような相談機関がありますのでご利用ください。



振内小学校3年生の皆さん

教育委員会からのお知らせ

高齢者と子どもの交流会を行いました！

3月23日に平取町子ども会育成連絡協議会主催事業「高齢者と子どもの交流会」を中央公民館にて実施し、本町地区老人クラブ、子ども会から合計73人の参加がありました。



餅つきでの交流

まず、高齢者と子どもがチームを組み、大きなトランプを使用した神経衰弱に挑戦。「あのカードはあそこにあるよ！」と子どもが高齢者に教えてあげる場面があり、会場は大いに盛り上がりを見せました。

また、続いて行った餅つきでは、高齢者が子どもに杵の振り方を教え、お互い楽しみ、みんなでついた餅を雑煮にして一緒に食べるなど、参加者は大いに交流を深めることができました。



トランプゲーム神経衰弱

「手づくり」と「運動」の講座を開催



飾り巻き寿司作り

3月に、女性教養講座と成人文化講座の3講座を開催しました。

飾り巻き寿司では、ひなまつりに合わせ梅の花の形をした巻き寿司が出来上がり、変形しながらもきれいなお寿司に、参加者からは歓声があがっていました。

着物のリメイクでは、長年着ることのなかった着物を好みの丈に4枚併せて手縫いをし、すっぽりかぶることの出来る服を作りました。

冬場の運動不足の解消のため開催したエアロビクスでは、音楽に合わせて身体を動かし、気持ちの良い汗を流すことができました。



エアロビクス講座



着物のリメイク



着物からできた服

自治振興会が新入学児童に防犯ブザー贈呈



原田副会長から、千葉竜美二風谷小学校長へ贈呈

平取町自治振興会（福澤一光会長）では、新入学児童へ、ランドセルに付けることが出来る、防犯ブザーをプレゼントしました。

毎年、入学式に合わせ、学校、家庭、地域で事件の未然防止と子どもの安全確保のために贈呈しており、入学式では、子どもたちが早々に付けている様子うかがえました。

スポーツ指導者らがプロのトレーナーから学ぶ

～体育関係団体合同研修会「スポーツ研修会」～



3月10日、町民体育館で教育委員会とスポーツ少年団本部主催の「スポーツ研修会」が行われ、体育関係団体の指導者ら32人が、プロのトレーナーから正しい筋力トレーニング法について学びました。

前半はインナートレーニングと姿勢改善を専門とするトレーナーの高津さんが「体幹・インナートレーニング」をテーマに講演され、特に筋力の基礎知識についての詳しい説明がありました。

〔例えば、効果的な筋力トレーニングとして・・・〕

- 速筋（瞬発力を引き出す筋肉）は強度を強く回数少なく、遅筋（持久力を引き出す筋肉）は強度を低く回数多くトレーニングする。
- 毎日のトレーニングより週3～4日程度が効果的。
- 筋肉発達には栄養が不可欠、なるべくサプリメントに頼らない補給を。

その後の実技では体育室に会場を移し、アシスタントの田中さんから標準的なストレッチを学んだ後、ボールを使いながらバランス感覚も養うトレーニングや、参加者より要望のあった“ひざを痛めないストレッチ”など、数々の専門的なトレーニング法を習得しました。

ステップアップには人としての成長も大切！

～トップアスリート活用事業「曾田雄志サッカー教室」～

3月20日、町民体育館では、元コンサドーレ札幌のDF曾田さんを講師に招き、平取・日高両町の小学生で構成するエストレヤ・FCと平取中学校サッカー部員ら18人がスキルアップ法について学びました。曾田さんは引退後、コンサドーレ札幌のアドバイザースタッフなどとして活躍されていますが、現役時代から「人格者」として評判が高く、その特性を生かして企業、行政、教育機関などで講演講師を数多く務めています。

曾田さんは冒頭「シュートがうまくても1人で結果が出るわけではない。サッカーも誰かのおかげで成り立っていることを毎日の練習や生活の中で意識して」と話し、技術を磨くだけでなく、人間性の成長も大切なことを強調されました。

実技では、「ボールを寄せる、止める、相手との距離を保ちフェイント」など基本テクニックのポイントを繰り返し教わりながら、チームワークを養うための練習など約7種目のメニューにより技術の向上を目指しました。



目指せ!!はつらつ健康

すこやかだより

—保健福祉課—

高齢者虐待の防止を考える町民の集い

3月17日(日)、ふれあいセンターびらとりにおいて、「高齢者虐待の防止を考える町民の集い」(平取町高齢者虐待防止ネットワーク会議・平取町主催)が開催され、約40人の町民の方が参加しました。

講師に、北星学園大学の大内高雄先生をお招きし、「高齢者の尊厳ある老後に向けて」(高齢者虐待の防止における地域の役割について)をテーマにご講演いただきました。

大内先生は、高齢者虐待とは「高齢者が他者からの不適切な扱いにより権利利益を侵害された状態」であり、虐待かどうか判別しづらい事例であっても、支援が必要な場合には、高齢者虐待防止法の取り扱いに準じて、援助を行っていく必要があることを説明されました。

さらに、法で定める高齢者虐待の定義の他に「高齢者が自己放棄的な態度で生活している状態」、いわゆる自己放任または自虐(セルフネグレクト)と呼ばれる問題が多くなってきており、支援の必要性を説明されました。

高齢者虐待の防止の具体的な取り組みとしては、認知症

高齢者が虐待の被害者となることが多いことから、地域住民の認知症に対する理解を深める活動が重要であることや、介護者や高齢者が地域と孤立した状態で虐待が起きやすいことから、高齢者や介護者を孤立させないようなサロンづくり等の活動が重要であることとを話されました。

講演後は5グループに分かれて、町民同士が講演の感想などを話し合い、「介護者が悩みを一人で抱え込まないことが大切と感じた」「地域で認知症をサポートできる人が増え



たらよいと思う」などの意見がありました。

高齢者虐待の相談に限らず、介護に関することなど、様々な相談を受けていますので、お気軽にご相談下さい。

☆問い合わせ先

平取町地域包括

支援センターほほえみ

(保健福祉課介護支援係)

☎ 2-3700

◆高齢者虐待とは◆

「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」では、高齢者(65歳以上の人)に対する、家族などの養護者、または養介護施設従事者などによる次のような行為を高齢者虐待と定義しています。

【身体的虐待】

殴る、つねる、蹴る、無理矢理食事を口に入れる、やけど・打撲させる、ベッドに縛り付けたり、意図的に薬を過剰に服用させ身体拘束、抑制をする、など

【介護や世話の放棄】

入浴させず異臭がしたり、髪が伸び放題、皮膚が汚れている、水分や食事を十分与えられないことで、空腹状態が

長時間続き脱水症状や栄養失調状態にある、室内がゴミだらけなど劣悪な環境で生活させる、など

【心理的虐待】

怒鳴る、ののしる、悪口を言う、話しかけているのに意図的に無視をする、など

【性的虐待】

排泄の失敗に対する罰として、下半身を裸にして放置する、わいせつな行為をしたり強要する、など

【経済的虐待】

生活費を渡さない、使わせない、自宅等を本人に無断で売る、年金や貯金を本人の意思や利益に反して使用する、など

※参考【セルフネグレクト】

成人が通常の生活を維持するために必要な行為を行う意欲・能力を喪失し、自己の健康・安全を損なうこと。必要な食事をとらず、医療を拒否し、不衛生な環境で生活を続け、家族や周囲から孤立し、孤独死に至る場合がある。防止するためには、地域社会による見守りなどの取り組みが必要とされる。

図書館へいこう

平取町立図書館

ふれあいセンターびらとり・3階

○開館時間 火～金曜日 10:00～18:00 土・日曜日 10:00～17:00

○休館日 月曜日・祝日 ※月曜日が祝日の場合は、その翌日も休館。

TEL 4-6666

FAX 4-6871

✉ risu2@guitar.ocn.ne.jp



新着図書のお知らせ

【小説・エッセイ】

『ガソリン生活』／伊坂幸太郎

『天翔る』／村山由佳

『私の嫌いな探偵』／東川篤哉

『閻魔の世直し』／西條奈加

『アニバーサリー』／窪美澄

『サクラ秘密基地』／朱川湊人

『憤死』／綿矢りさ

『来世は女優』／林真理子

『少年十字軍』／皆川博子

『正義のセ』1～3／阿川佐和子

『パン屋を襲う』／村上春樹

『桜ほうさら』／宮部みゆき

『モナミは宇宙を終わらせる?』

／はやみねかおる

『「赤毛のアン」が教えてくれた

たいせつなこと』／茂木健一郎

【家庭・生活・趣味】

『中高生のお弁当 簡単なのに

おいしい&満足』／主婦の友社

『ひとつのカたちからいろいろ

フクロ』／ハセガワアコ

『長生きしたけりゃ肉は食べるな』

／若杉友子

【社会・経済・その他】

『親子で楽しむ 12カ月のキッズイ

ベント』／辰元草子

『今から知っておきたいお葬式とお

墓45のこと』／小谷みどり

『今、話したい「学校のこと」』

／藤原和博



大人のために絵本で癒しを… 絵本セラピー体験講座を実施



3月16日、日高管内初の絵本セラピスト資格保持者である、新冠町在住の武田明美さんを講師にお招きし、ふれあいセンターにおいて「絵本セラピー体験講座」を行いました。

絵本を読み聞かせた後、「あなたの好きなものは?」「特に頑張っていることは?」などの質問をし、参加者がその解答を発表しようという内容で、絵本に込められている「まずは自分を大切に」「短所もあなたの魅力」などのメッセージが絵本を通して伝えられていきました。

大人が自分の心と向き合う「絵本セラピー」に興味がある方には、岡田達信『絵本はこころの処方箋』をおすすめします。ぜひ一読を!



図書ワゴン（移動図書館車）運行日程【5月】

9日（木）【貫気別地区】

10:45～11:15 荷負 遠藤和江さん宅前

11:30～12:00 貫気別生活館

13:15～13:45 芽生生活改善センター

14:00～14:30 旭生活館

10日（金）【振内地区】

11:00～12:00 山の駅ほろしり館

13:15～13:45 岩知志ふれあい館

14:15～14:45 豊糠生活改善センター

□利用者カードなしでも、ご利用できます。

□貸出期間は、次の巡回日までになります。

□本の返却、不用になった本のご寄贈も受け付けます。

5月の休館日

3～6・13・20・27日

6月の休館日

3・10・17・24日





■オオハクチョウの飛来 (4/2)

長かった冬が終わり、越冬を終えたオオハクチョウたちは日本を飛び立ちシベリアの繁殖地に渡ります。

すずらん短歌会詠草

幼き日「ばあちゃんあげる」とどんぐりを 手にのせくれし孫早成人なりき	中沢 三二子
一生を通して何故か隣には 土地が変われど母の家在り	相田 のぶ子
人生の流れの中の句読点 リアルに来るや母との別れ	高橋 洋子
知らぬまに母の背中をみて育ち 気付けば母と同じこととして	中原 千鶴子
病み臥すも母には告げず逢いに行けば 装いに気付く母は鋭し	石川原多満代
八十歳となりても意地を張る母に 我が身映して苦笑いする	熊谷 厚子

町の人口	人口	5,464 (▲ 86)
	男	2,642 (▲ 34)
	女	2,822 (▲ 52)
	世帯数	2,565 (▲ 30)
	外国人住民数	134

()内は前月比 3月末現在

発行・平取町役場 編集・総務課 広報広聴係
この広報誌は資源保護のため再生紙を使用しています。