



広
報

びらとり



みんなでつくる、未来へつなぐ。あふれる笑顔、びらとり。



第25回 YOSAKOI ソーラン祭り (6月11日～12日 札幌市)

特	平成28年度 町民税1%まちづくり事業	… 2
集	広域の観光圏形成をめざして ～鶴川・沙流川 WAKUWAKU 協議会～	… 4
	第32回すずらん観賞会	… 6
	よい食一生 食育だより	… 7
	まちのひろば	… 8
	教育委員会からのお知らせ	…10
	すこやかだより	…14
	図書館へ行こう	…15

平成28年度町民税1%まちづくり事業

町民税の1%に相当する額を、住民が主体となって実施する地域やまちづくり活動に対する補助事業「町民税1%まちづくり事業」は、毎年様々なアイディアを凝らした事業応募があり、町民で構成する「町民税1%まちづくり会議」により審議されます。

この会議にて審議された後、1%まちづくり会議会長より町長へ答申され、事業が採択されます。

平成28年度は12の事業が採択されました。ここで助成決定額と合わせて事業の概要を紹介します。



会長から町長へ答申 (5/15)

昭和の証人に学ぶ

町内在住の昭和初期生まれの方たちから、幼少期や戦中戦後の体験や経験を聴き取り、文章に書き起こしまとめる。

また、体験談を語っていただけの方を募り、当時は語り合う場を設ける。

団体名 聞き取り実行委員会
事業日程 6月～
助成決定額 21万2千円

BCS(平取つながらる高齢者) ネット促進員養成プロジェクト

5年間の活動経験を活かしタブレット端末使用のための促進員の養成を行うとともに、出張研修を多く実施し、初心者への啓蒙を行う。

団体名 岩知志パソコンクラブ
事業日程 4月～
助成決定額 10万円

日本ハムファイターズ フィールドクラブ (少年野球教室)

北海道出身者および日本ハムファイターズのプロ野球OBによる少年野球教室の実施・町内小学生(町内野球スポーツ少年団員)・町内中学校野球部員

団体名 日本ハムファイターズ 平取後援会
事業日程 5月7日(土)
助成決定額 15万円



ICTひかりサロンプロジェクト

SNS利用者の少ない貫気別、本町に焦点をあて、公衆無線LANアクセスポイントを利用し冬期間集中のタブレット・スマホ体験の場を提供する。

団体名 ICTひかりサロンプロジェクト実行委員会
事業日程 11月～
助成決定額 10万円

平取英語マップ制作プロジェクト

北海道を訪れる外国人が増加していることから自然溢れる平取町の良さを多くの外国人観光客に体験してもらえよう、泊まる・食べる・見る(体験する)の英語マップを作成。

団体名 英語マップ制作委員会
事業日程 4月～
助成決定額 9万円



**幌尻まつりとSL機関車で
地域を盛り上げる**

概要

鉄道跡地にあるSL機関車を地域の人たちが子どもたちの協力により色を塗り、幌尻まつりにあわせてライトアップするなど祭りを盛り上げるイベントとする。

団体名

振内新社会

事業日程

6月～8月

助成決定額

30万円

ふれないゴスペル

概要

ゴスペルライブを企画し、参加型のプログラムを通じて地域の交流・活性を図る。

団体名

ふれないゴスペル
実行委員会

事業日程

7月～10月

助成決定額

18万円

体力作り推進運動

概要

インドヨガ・太極拳、通年事業としてノルディックウォーキングなどに取り組み、体力作りによる健康維持と合わせて地域活性化を図る。

団体名

体力作り推進運動
実行委員会

事業日程

6月～

助成決定額

13万2千円



社会を明るくする運動推進事業

概要

犯罪や非行の起きない社会を作ることを目的に、映画「大地の詩」～留岡幸助物語～を上映する。

団体名

社会を明るくする運動
推進委員会

事業日程

7月

助成決定額

15万円

**アイヌ文化の理解と啓発、
文化交流事業**

概要

チアサンケの前夜祭として盆踊りやビールパーティーを実施し、アイヌ文化の理解と啓発、文化交流を図る。アイヌ（風習）結婚式【ウトムヌカラ】を行い、後世に伝える儀式として伝承していく。

博物館およびイオルのコタニに隣接した会場で盆踊りを行うことにより、アイヌ文化をより身近に感じてもらおう。

団体名

チアサンケ実行委員会

事業日程

8月20日[±]

助成決定額

21万9千円

**第30回ふれあい広場記念事業
苫小牧駒澤高校吹奏楽演奏**

概要

ふれあい広場が平成28年度で第30回を迎えることから、記念事業として苫小牧駒澤高校吹奏楽局を招き、町民を対象とした吹奏楽演奏会を開催。

団体名

ふれあい広場実行委員会

事業日程

平成29年1月28日[±]

助成決定額

27万円

**第2回平取町長杯争奪選手権
カラオケ大会**

概要

カラオケを歌って審査をし、上位10名までにトロフィーと盾を贈呈する。

アトラクションで、プロの歌手による発表会をする。

団体名

第2回平取町長杯争奪選手権カラオケ大会実行委員会

事業日程

10月16日[±]

助成決定額

9万7千円



お問い合わせ先
まちづくり課 地域戦略係
(☎ 2・2222)

広域の観光圏形成をめざして

鶴川・沙流川 WAKUWAKU 協議会

鶴川・沙流川 WAKUWAKU (わくわく) 協議会は、昨年5月、むかわ町、日高町、平取町の3町による広域の観光圏の形成をめざすために設立されました。協議会の構成員には、各町の農協、商工会、観光協会、森林組合など17団体が参加しています。

平成27年度は、国から地方創生交付金の交付を受けながら、札幌駅北口発シャトルバスの試行を行い31回(コース)運行されました。国道235号、237号線の利用者の減少やJR日高線の不通などにより、地域経済の地盤沈下が危惧されています。3町には、アイヌ文化や恐竜化石などの地域固有の歴史文化や、充

実した博物館施設、温泉、食文化などのさまざまな魅力ある地域資源があります。また、東京オリンピック・パラリンピックが開催される平成32年には、白老町に「民族共生象徴空間」が整備され、北海道を訪れる外国人観光客の増加が予想されます。

今回のシャトルバス運行の事業評価では、「民族共生象徴空間」の白老町、新千歳空港、さらに3町との間をつなぐ観光ルートの基盤をつくり、観光関係者の参入と経営安定化、雇用の創出にもつながることが期待されています。

◎平成28年度第1回協議会を開催

5月30日に第1回協議会が開催され、平成28年度の事業について協議が行われました。今年度は、平成27年度に続き、地方創生加速化交付金の交付を受け、協議会で実施する事業が7事



業、各町で実施する事業が5事業、あわせて12事業、総額1億3046万5千円

の事業を実施します。事業名は「鶴川・沙流川流域広域交流圏形成DMO構築連携事業」とし、地域連携DMOの構築をめざします。

【協議会実施事業】

- 流域資源調査
- PRビデオ等制作業務
- 流域観光モニターツアー
- マーケティング調査業務
- アンテナショップ運営業務
- など

【むかわ町実施事業】

恐竜モニュメント設置事業

【日高町実施事業】

日高地域活性化事業

オフロードバイク大会

【平取町実施事業】

彫刻機設置事業
彫刻機械操作技術講習業務

※DMOとは

顧客が真に求める商品やサービスを作り、その情報を届け、顧客がその価値を効果的に得られるようにするマーケティングに基づく観光戦略の策定や推進、地域内の幅広い関係者との合意形成などで、観光事業のマネジメントを担う機能・組織です。海外の観光先進地域ではすでにDMOが地域の集客に重要な役割を果たしています。

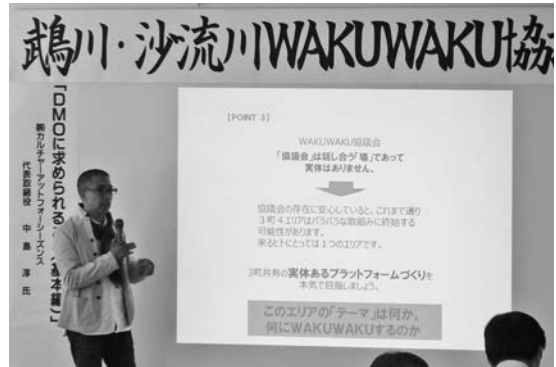
◎シンポジウムを開催

第1回の協議会終了後、協議会会員や構成団体を対象に「鶴川・沙流川の地域連携DMOの構築」に向けてというテーマで、(株)カルチャーアットフオーシーズンス代表取締役中島淳^{じゅん}氏を講師に招いてシンポジウムを開催しました。講演の内容については次のとおりです。

観光は地域づくりの視点で考える

観光は観光業だけの視点で考えるのではなく、「観光地域づくり」の視点で考える段階にきている。

情報が有り余っているなかで、個人旅行をするときに鶴川・沙流川の両流域を選んだとき、観光の拠点である施設しか回らないとしたら、旅行の後に町の名前が出てくるかわからない。この地域は、定山溪や富良野など一般的な観光地では



のニーズにあった地域の魅力を最大限発揮できる資源として活用し、その地域での時間の過ごし方を提案できるようになること。地域住民が地域の「これ、いいでしょう!」と自信をもって言えるようになること。人と人、来訪者と地域の人々との結びつきが深まることを大切にして、地域全体を楽しんでもらうということ。

DMOという考え方が出てきた背景

2000年初頭までは、「行政」「観光協会」「観光事業者」の3者による観光振興が圧倒的となっていた。地域間競争が激しくなり成果が上がらなくなっていたが、観光大国の欧米を見ると日本も「DMO」という「機能」が必要なのではないかという考え方になってきた。

DMOとは、地域の稼ぐ

力を引き出し、地域への誇りと愛着を醸成する「観光地経営」の視点に立った地域づくりのかじ取りの役割を果たす機能。

「DMO構築のポイント」は地域で住んでいる人が気づかない地域の魅力を掘り起こし、テーマを持ちながら魅力化を図る。

例えば、新千歳空港では買って食べられないここで

けのものを作り、できるだけ補助金なしで、ちゃんとお金が回る仕組みをつくること。

そこには人がまわしていかなければならないので、実行してくれる人材を着実に確保に見つけること、育てることが大事なことであり、難しいことです。

WAKUWAKU協議会の存在に安心していると、これまで通り3町はバラバラな取り組みに終始する可能性があるので、3町共有の実態あるプラットフォーム(基礎・基盤)をめざそう。

鶴川・沙流川WAKUWAKU(わくわく)協議会に関するお問い合わせ先

事務局 アイヌ施策推進課
(☎2・2341)



第32回 すすらん観賞会



今年で32回目を数える「すすらん観賞会」が、5月28日から6月5日まで芽生すすらん群生地で行われました。初日の5月28日と翌29日は、先着100名に根付きすすらんのプレゼントが、また、期間中の土日は、びらとり和牛のバーベキューコーナーが設けられました。

観賞会期間中は天候にも恵まれ、約4300人の方が群生地を訪れました。



よい食一生 ● 食育だより

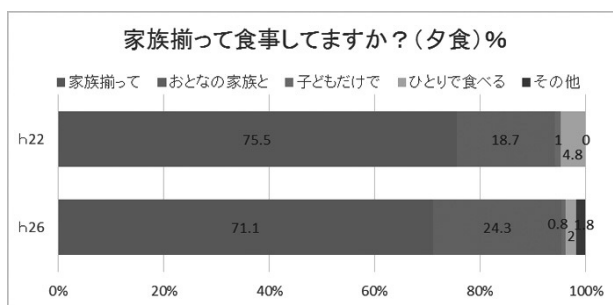
保健福祉課 保健推進係

6月は『食育月間』・毎月19日は『食育の日』

毎年6月は『食育月間』、毎月19日は『食育の日』とされています。

「食育月間」は、国・地方公共団体・関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の国民への浸透を図るための月間として、「食育の日」は、食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るための機会として、それぞれ国が制定した「食育推進基本計画」により定められています。

こうしたはたらきかけは、毎日忙しく過ごしている家族が、毎月19日は“家族揃って夕食を食べようね!!”という日に、また、学校給食では、“地域の食材を使ったメニューを食べよう!!”など、さまざまな食育の取り組みを行う時期になっています。



上のグラフは、平取町で実施された「食の実態調査」の結果です。5年間の変化をみると、全体では「家族揃って食事をする方」が4.4%減少していますが、「おとなの家族と一緒に食事をしている方」が5.6%増加し、「一人で食事をしている方」は2.8%減少しています。

それぞれが毎日忙しく過ごしていても、できるだけ家族が揃うように気を配りながら、食事の時間を過ごしていることがうかがえる結果であると感じます。

これからも、家族揃っての食事を通して、家族とのコミュニケーションや食の伝承という大切な時間を過ごしましょう!!

★家族揃って栄養満点メニュー★『あさりのお好み焼き』

【材料】(4人分)

小麦粉	1カップ
牛乳	1カップ
じゃがいも	50g
にんじん	50g
卵	1個
キャベツ	200g
ピーマン	2個
あさり缶詰	100g
桜えび	32g
とろけるチーズ	60g

【作り方】

1人分エネルギー 433kcal

- ① 小麦粉と牛乳はダマにならないように混ぜ合わせる。
- ② 卵は溶き、じゃがいも・にんじんは皮をむきすりおろし、①に加え混ぜる。
- ③ キャベツ・ピーマンはせん切り、あさり缶詰は汁気をきっておく。
- ④ ②に③とチーズ・桜えびを入れ混ぜ合わせ、お玉などですくい、ホットプレートでじっくりこんがり焼き上げる。
- ⑤ お好みソースやマヨネーズぬり、お好みで青のりやかつお節、紅しょうがなどのせる。



早寝・早起き・朝ごはんは、元気の基本!

びらとり まちのひろば



平取町長当選証書交付式

任期満了にともなう平取町長選挙は、立候補者が現職の川上満氏のみであったため、無投票となりました。

6月13日に当選証書が遠藤裕昭選挙管理委員会委員長から手渡されました。

任期は7月3日から平成32年7月2日までの4年間です。

本町地区いきいきサロン (5/20)

本町地区いきいきサロンは、地域のボランティアが主体となり、新たな仲間づくりや気軽に立ち寄れる集いの場を開いています。この日は地域包括支援センター職員を招いて、体と頭を使った介護予防体操を行いました。毎月第1・3金曜日、午前9時30分から本町生活館で開催しています。詳しくはお問い合わせください。(代表：平村公子 ☎ 2-2953)



平取高校選挙出前講座 (5/26)

7月に行われる参議院選挙から、選挙権年齢が「18歳以上」に引き下げられたことにともない、平取高校3年生を対象に選挙出前講座が行われました。

選挙の種類や選挙運動の期間について道選挙管理委員会日高支所職員から説明を受けたあと、実際の投票箱や記載台を使い模擬投票が行われました。

家畜共進会 (6/3)

第39回平取町家畜共進会が家畜市場で行われ、肉用牛、乳用牛あわせて68頭が出陳されました。各部門の最優秀賞は次のとおりです。

肉用牛の部：さくら (高橋 武さん)

乳用牛の部：ハイブン サンデイ

スター ルーシファー (水野 大介さん)



第 25 回 YOSAKOI ソーラン祭り(6/11 ~ 12)

第 25 回 YOSAKOI ソーラン祭りに「平取義経なるこ会」が出演しました。

21 回目の出場となった今年は、^{アンダー}U-40 大会（参加人数が 40 人未満のチームを対象とした審査）にて、対象チームを全 5 ブロックに分けて行われた一次審査を通過。10 チーム（各ブロック 1・2 位）での二次審査に進出し、優秀賞を受賞しました。



平成 28 年 春の叙勲伝達式

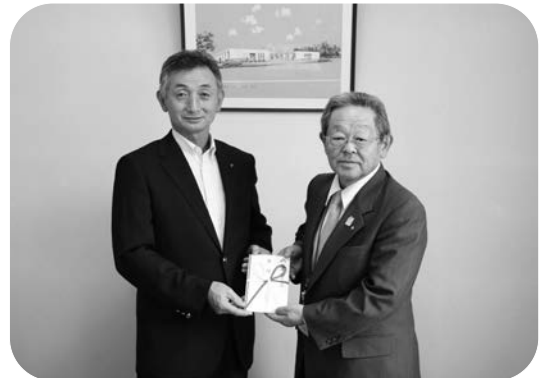
元平取消消防団長の仁岸清信さん（荷葉）が瑞宝単光章を授章しました。昭和 42 年に平取町消防団団員を拜命以来、37 年あまりの永きにわたり防火防災の任にあたり、消防行政の発展と団員の技術向上に尽力し、地域防災に多大な貢献をされました。

6 月 13 日、役場会議室で伝達式が行われ、山口修二日高振興局長より勲章が手渡されました。

ご寄付ありがとうございます

日高西部農協機械センター（仲山浩代表取締役）から社会福祉法人平取福祉会「特別養護老人ホーム平取かつら園」（藤澤佳宏理事長）へ、チャリティーオークション開催の収益金の寄付がありました。

あたたかいご厚意に感謝いたします。



振内地区の周辺整備を実施

振内橋で工事を請け負っている道路工業株式会社（本社：札幌市）が、地域貢献の一環として、国道 237 号線沿いの植樹柵整備を行いました。

道路工業株式会社より寄贈いただいた 150 本の花苗を、地域の商工会「和み会」の方たちとともに定植作業を行いました。

教育委員会からのお知らせ

「一歩ずつ前へ」「限界突破」好天の下、多くの大会新記録誕生！ 平取中学校体育祭・振内中学校体育大会開催

5月28日に平取中学校体育祭、6月6日に振内中学校体育大会が開催され、生徒たちは一人ひとりの持つ若いエネルギーで、そのパワーを十分に発揮し、スローガン達成に向けて全力で競技しました。



平取中学校では「一歩ずつ前へ!!」のスローガンのもと第47回体育祭が行われました。1～3学年の4クラス対抗で、練習の成果を100%発揮し、2年男子1500mにおいて大会新記録誕生、新種目であるハンドボール投げでは、6つの大会記録が認定されました。個人種目では自らの限界に挑戦し、団体種目ではクラスの勝利のため、日々の練習を重ねてきました。好天に恵まれ素晴らしい条件の下で、保護者

の応援にも力が入り、地域の方々ともその喜びを分かち合っていました。3年生にとっては、大切な思い出の体育祭となりました。



振内中学校では「限界突破～最後まであきらめずに～」のスローガンのもと第48回体育大会が行われました。午前の部で個人種目とPTA種目、午後の部では3つの団体種目が行われ、その結果、2年男子800m(2人)・1年女子800m・共通男子走り幅跳び・共通

男子砲丸投げ(2人)の4種目で、6つの大会新記録が誕生しました。雨天により順延となりましたが、当日は好天に恵まれ、少人数での競技ではありましたが、練習の成果が遺憾なく発揮され、一人ひとりが素晴らしい笑顔の大会となりました。



◆日高管内各種中体連大会が開催されます(卓球のみブロック大会開催)

卓球…ブロック大会 6/30 (門別 SC) 管内大会 7/7 (浦河ファミリー SC)

パレーボール…7/7・8 (三石 SC) 野球…6/30・7/7・8 (新冠町営グラウンド)

剣道…7/2 (平取中) 柔道…7/3 (浦河町) バスケットボール…7/7・8 (門別 SC・富川中)

バドミントン…7/7・8 (静内山手体育館・静内中)

※ SC…スポーツセンター

歯・口腔の健康とブラッシング教室実施！

【児童生徒に対する歯・口腔の健康啓発実践事業の実施】

町保健福祉課と教育委員会が連携し、今年度より各小中学校において、給食後の歯磨きを実施しています。町歯科衛生士を各学校に派遣し、「歯・口腔の健康」の学習と「ブラッシング教室」などを実施しました。

「早寝・早起き・朝ご飯」と連動した食後の歯磨きの習慣形成と規則正しい基本的な生活習慣の定着に向けて、しっかりと取り組んでいきましょう。各家庭でのご協力をお願いします。

上手な歯みがきで 守りましょう、健やかな歯！



キッズチャレンジ THE あぐり ～体験をつうじて農業を楽しく学ぶ～

町内の小学生を対象として例年開催している『キッズチャレンジ THE あぐり』は、今年度も紫雲古津の水田を会場に実施していきます。



今年度の事業から、昔ながらの農業だけでなく、現代農業についても様々な体験をつうじて、農の循環を学ぶとともに食育を推進することを目的に行います。

年間の参加募集を行ったところ、昨年度より多くの児童の申し込みがあり、小学校1年生15人を含む39人が登録されました。

5月28日㊥の第1回目となる昔ながらの手作業による田植えでは、天候にも恵まれ1年生から6年生までの児童35人が参加し、JA青年部らの指導を受けながら行いました。



初めて参加した児童は、田んぼに裸足で入ることに抵抗があったようですが、一度田んぼの中に入ってしまうと、ヌルヌルとした感触を楽しんでいる様子も見られ、無事に田植え作業を終えました。

今後の事業予定は次のとおりですが、追加の申し込みも受け付ける予定ですので、次回以降の参加を希望される方は、教育委員会にお問い合わせください。

実施予定日	内容	開催場所	場所の詳細
7月2日(土)	夏野菜の観察・収穫体験 試食	岩知志	糸屋氏所有の畑ほか
10月1日(土)	稲刈り、はさかけ	紫雲古津	平目久人氏所有の田んぼ
12月3日(土)	精米	去場	平目久人氏所有の精米所
	試食	紫雲古津	紫雲古津生活館

【問い合わせ先】 平取町教育委員会 生涯学習課 社会教育係 (☎ 2-2619)

教育委員会からのお知らせ

今年で 32 年目！ ～「振内町民ラジオ体操 100 日大会」～

5月24日、ラジオ体操100日大会（振内自治会・振内体育協会主催）の初日を迎えた振内町の会場には、町民約60人が集まりました。

毎朝6時30分から役場振内支所前（雨の日は振内青少年会館内）で、100日目となる8月31日まで毎朝行われます。ぜひ参加してください。



今年も「リトルラビットスポーツクラブ」がスタート！



町民体育館が主催する「リトルラビットスポーツクラブ（通称：リトラビ）」が、今年度も始まりました。各地区の体育館などで、小学1～3年生（貫気別は6年生まで）の児童が年間10回、簡単なスポーツなどを体験し、スポーツをする楽しさを知ってもらうために実施していきます。

現在、本町21人、振内12人、貫気別16人が登録しています。

ポカポカ陽気のなか、ゲートボール大会始まる！

5月27日、第1回全町コート始めゲートボール大会が二風谷ファミリーランド運動公園ゲートボール場で行われました。町内から6チームが集結し、各チーム趣向を凝らした戦略で、優勝を目指して、熱戦が繰り広げられました。

大会結果は次のとおりです。

優勝：小平／準優勝：ぬきべつ／第3位：荷菜B



体育館 日曜日開放のお知らせ

町民体育館・振内青少年会館・貫気別町民センターの各体育施設を第2と第4日曜日に一般開放しますので、どうぞご利用ください。

一般開放

第2・第4日曜日 9:00～15:00

博物館コラム「シンの役割」

シンタという民具があります。木の枠の上にオニガヤを敷きつめたもので、見た目には「すのこ」のようでもあり、「いかだ」のようでもあり、はたまた「そり」のようでもあります。実はこれ、赤ちゃんの揺りかごです。

揺りかごとと言ってもロッキングチェアのようにカーブした脚が付いていて揺れるのではなく上から吊り下げ、取り付け紐を引っぱることで揺らす仕組みになっています。実際に乗せられる赤ちゃんは着物の上からグルグル巻きにされ、万が一落ちてケガをしないようにと、吊り下げる高さも地面から10cm程度までといわれています。家の中では梁からぶら下げますが、屋外ではトドマツの枝などで作った小屋の中にシンタを吊るし、そこに赤ちゃんを寝かせておいて畑仕事をするということもあったそうです。

子守歌にもよく「モコロ シンタ ラン ラン（眠りの揺りかご降る降る）」のような言葉が出てきますし、「アンカヤチッポ（帆付きの小舟）ホー チッ」というフレーズもよく耳にします。ここではシンタを舟に見立てているのだといわれています。

平取のカムイユカラ（神謡）では、シンタが雷の女神の空飛ぶ乗り物として現れます。右に曲がりたければ右の吊り紐を引き、左に曲がりたければ左の吊り紐を引いて雷の女神は上空を沙流川沿いに村へと近づいて来ます。

その様子を見た村長は「雷の女神が来られるぞ！遠慮して謹みなさい！」と村人たちに命じますが、村長の息子と娘は言うことを聞きません。息子は「ふん！神様というのは仕事をしなくてもいいのか、いい気なもんだ！」と言いながら刃物を研ぐ手を休めず、汚れた研ぎ汁を空に向かってぶちまけます。娘のほうも悪態をつきながらゴザ編み用のガマの茎で空に向かって川の水をぶちまけます。

汚れた水をさんざん顔に浴びせかけられた女神はすっかり怒ってしまい、雷を雨あられのごとく降らせ村を全滅させてしまいました。

というのがこのお話しの結末です。いい行いをすれば必ずいいことが起こるが、悪い行いをすれば必ず悪い結果になる、というのがこうしたアイヌのお話しの特徴です。同時に自然現象の恐ろしさや、雷が近づいて来た時の対処法など生活の知恵も教えるものなのでしょう。

お話しの中のように空を自由に飛ばなくとも、赤ちゃんにとってシンタは、とても気持ちのいい乗り物に違いありません。



二風谷アイヌ文化博物館で
展示されているシンタ

目指せ!!はつらつ健康

すこやかだより

Health Information

平取町の健康を 考えてみよう!

昨年、「糖尿病」をテーマにお伝えしましたが、今年『**血圧**』を中心に、健康情報や健診結果から見えてきた平取の血圧事情を、お伝えしたいと思います。



健診から見えたこと 2人に1人が高血圧!?

平成26年度の特定健診(受診者402人)のうち、収縮期血圧(上の血圧)が130mmHg以上の方が、全体で**44.3%**でした。おおよそ2人に1人が高血圧か予備群ということです!また、拡張期血圧(下の血圧)は85mmHg以上が**21.1%**でした。

ここで男女別に見るとどうなるか、上の血圧はさほど変わりませんが、下の血圧で

は男性の方が約**1.4倍**も多いです。下の血圧が高いのは、動脈硬化の前兆、生活習慣改善のサインなど言われています。

健診の基準値は、予防の目線から、治療開始より厳しめに設定されていますが、『**まだいいや**』と放っておくと、脳梗塞や心筋梗塞など恐ろしい病気の引き金になりますので、もしも当てはまったら高血圧予防を意識しましょう!

平成26年度
血圧が基準値を超えていた割合の男女別表

	男女	男性	女性
収縮期血圧 (最高血圧、上の血圧)	44.3	43.8	44.7
拡張期血圧 (最低血圧、下の血圧)	21.1	25.6	17.7

参照 国保データベース (KDB)

ヘルスアップコーナー ～血圧の基準値～

血圧を測っても、『高いのか低いのかさっぱりわからん』では、もったいない! 基準値を知って自分のカラダを知りましょう。

若年者～75歳 ※高血圧治療ガイドライン2014より

病院などでの血圧: 140/90mmHg 未満

自宅での血圧: 135/85mmHg 未満

75歳以上

病院などでの血圧: 150/90mmHg 未満

自宅での血圧: 145/85mmHg 未満

個人差もありますが、上は140下は90のラインは超えないことが大切とも言われています。



医療費から見えたこと 高血圧の医療費だけで 6200万円!?

平成26年度の平取町国保の歯科を除く医療費を見ると、全体で約5億円ですが、**高血圧症が12.3%**を占めています。金額にすると、なんと約**6200万円**です。

実際、保健師が血圧測定をしていますが、高血圧で治療中の方が多いな、という印象も受けます。

高血圧を放っておくと、脳梗塞や心筋梗塞など重大な病気に繋がりがりやすいことは確かです。

今月号を機会に、ご家族やご友人と、血圧について話してみたいかがでしょうか?

【お問い合わせ先】

保健福祉課 保健推進係

(ふれあいセンター) びらとり内

☎ 4-6112

お気軽に

お問い合わせください

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 9:30～18:00 土・日曜日 9:30～17:00
 ○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】

『神奈備』／馳星周
 『総選挙ホテル』／桂望実
 『大岩壁』／笹本稜平
 『ジャッカ・ドフニ』／津島佑子
 『半席』／青山文平
 『奥さまはクレイジー・フルーツ』
 ／柚木麻子
 『牛姫の嫁入り』／大山淳子
 『ヨーコさんの“言葉”
 それは何ぼのことだ』／佐野洋子
 『老いも病も受け入れよう』
 ／瀬戸内寂聴
 『中島卓也メッセージ BOOK
 ー思いは届くー』／中島卓也



【家庭・生活・趣味】

『フェルト羊毛で作るやっぱりかわ
 いうちのペット』／須佐沙知子
 『編み方いろいろエコクラフトの
 かご』／荒関まゆみ
 『北海道で育てるバラ』／石渡杏奈
 『家具をカッコよく DIY する本』
 ／学研プラス



【医療・社会】

『目の病気がよくわかる本』
 ／大鹿哲郎
 『原爆供養塔 忘れられた遺骨の
 70年』／堀川恵子
 『アイヌの遺骨はコタンの土へ』
 ／北大開示文書研究会

新しい CD が入りました！

【邦楽】

- May Dream / aiko
 - 超いきものばかり～てんねん記念メンバーズ BEST セレクション～/いきものがかり
 - あの日 あの時 / 小田和正
 - WHITE / superfly
 - Butterflies / BUMP OF CHICKEN
 - YELLOW DANCER / 星野源
 - LOVE BEBOP / MISIA
 - Ms.OOJA THE BEST あなたの主題歌 / Ms.OOJA
 - 八奏絵巻 / 和楽器バンド
- 【洋楽・その他】
- デンジャラス・ウーマン / アリアナ・グランデ
 - 2016 GRAMMY(R) ノミニーズ
 - cuisine de classic / KOBUDO ー古武道ー
 - 妖怪ウォッチ ミュージックベスト ～ファーストシーズン～
 - 0655 / 2355 ソング Best!
- 明日が来るのをお知らせします
- あそびうた～グーチョキパーでなにつくろう



図書ワゴン（移動図書館車）運行日程【7月】

7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

8日（金）【振内地区】

- 10:00～11:00 山の駅ほろしり館
- 11:15～11:45 岩知志ふれあい館
- 13:30～14:00 豊糠生活改善センター

- 利用者カードがなくても、ご利用できます。
- 貸出期間は、**次回の巡回日まで**になります。
- 本の返却、不用な本のご寄贈も受け付けます。

6月の休館日

6・13・20・27日

7月の休館日

4・11・18・19・25日





今月のワンショット

びらとりホテルの会 ホテル放流 (6/10 親水公園)



公式キャラクター「ビラッキー」

まちの人口と世帯数

人口	5,333人	(△25)
男	2,597人	(△16)
女	2,736人	(△9)
世帯数	2,623世帯	(△17)

()内は前月比 5月末現在

交通事故発生状況

発生件数	4件	(2)
死者数	1人	(1)
傷者数	7人	(5)

()内は前年比 5月末現在

死亡事故ゼロ日数 49日

すずらん短歌会詠草

人間と見紛う豊かな表情の 看板犬が営業部長 熊谷 厚子	地に伏せてかまえし姿恐ろしや 吠えまくる犬に車で「チャオ」と 石川原 多満代	昼食はパンでいいよと夫の声 我を氣遣う心うれしき 中原 千鶴子	啄木のうたに魅せられ今もなお 人の生きざま切々と詠う 高橋 洋子	フェルトで大きなボールを作り上げ 心に浮かぶ曾孫の笑顔 相田 のぶ子	手作りのとうふと共に学友の 愛情の味も加わり美味なり 中沢 三二子
-----------------------------------	--	---------------------------------------	--	--	---



関係機関電話番号
市外局番 (01457)

平取町役場 (本庁)
総務課(代表) ☎2-2221
まちづくり課 ☎2-2222
産業課 ☎2-2223
税務課 ☎2-2224
出納室 ☎2-2225
建設水道課 ☎2-2226
議会事務局 ☎2-2227
アイヌ施策推進課 ☎2-2341
農業委員会・土地改良区 ☎2-2695
観光工商課 ☎3-7703

役場振内支所 ☎3-3211
役場貫気別支所 ☎5-5204

ふれあいセンターびらとり ☎4-6111
保健福祉課 ☎4-6112
町民課 ☎4-6113
児童館 ☎2-3026
子ども発達支援センター ☎2-3400
地域包括支援センター「ほほえみ」 ☎2-3700
社会福祉協議会 ☎4-2267
図書館 ☎4-6666

平取町教育委員会
中央公民館 ☎2-2619
町民体育館 ☎2-2749
二風谷アイヌ文化博物館 ☎2-2892
沙流川歴史館 ☎2-4085

その他公設機関
平取町国民健康保険病院 ☎2-2201
平取町外2町衛生施設組合 ☎2-2024
日高西部消防組合平取支署 ☎2-2361

平取町公式ホームページ



QRコード

発行/平取町まちづくり課広報広聴係 〒055-0192 北海道沙流郡平取町本町28番地

ホームページ Eメール
http://www.town.biratorihokkaido.jp/ info@town.biratorihokkaido.jp