

9月  
2018年  
NO.150

# とや TOYAKO 広報



洞爺湖・羊蹄山麓周辺を  
駆け抜けた



北海道トライアスロン





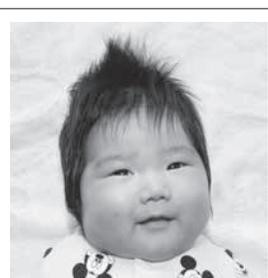
中塚 塑来くん  
(そのら)  
駿さん・瑠加さん  
5月18日生 入4区



星 悠斗くん  
(ゆうと)  
亮太さん・樹里さん  
6月7日生 成香



山口陽愛乃ちゃん  
(ひめの)  
雄大さん・菜摘さん  
6月12日生 温3区



村瀬 陸斗くん  
(りくと)  
良太さん・千絵さん  
6月13日生 泉区



高橋 澁羽ちゃん  
(みう)  
慶充さん・明莉さん  
6月24日生 虻8区



目次

- 3 pickup news  
洞爺湖町から甲子園へ  
ワンポイント手話
- 4 特集 有珠山噴火に備える
- 8 私たちの健康を支える  
国民健康保険制度
- 10 平成29年度介護保険の状況  
福祉用具を借りることができます
- 12 まちのわだい
- 14 お知らせ  
気象台からのお知らせ  
心からおくやみ申し上げます  
わたしのうた
- 19 さわやかだより  
介護予防講演会 認知症を予防しよう!
- 20 読書の家から  
地域おこし協力隊通信 vol. 6
- 21 ジオパーク通信
- 22 イベントカレンダー
- 23 洞爺湖町の夏
- 24 spotlight  
パワーリフティングで全国大会出場  
木藤大幹さん  
東奔西走/今月のワンショット

今月の表紙

第2回北海道トライアスロンが8月19日、洞爺湖温泉を発着点に行われました。道内外273人の選手が洞爺湖・羊蹄山麓周辺でスイム(2<sup>キロ</sup>)、バイク(139.6<sup>キロ</sup>)、ラン(23.1<sup>キロ</sup>)の合計164.7<sup>キロ</sup>の過酷なレースに挑戦しました。



人口と世帯の動き

	(先月比)
男	4,171人(±0)
女	4,743人(+1)
計	8,914人(+1)
世帯	4,933世帯(+5)
	<7月31日現在>

# pickup news

## 洞爺湖町から 甲子園へ



8月5日から21日まで、兵庫県の阪神甲子園球場で第100回全国高等学校野球選手権記念大会が開催されました。

甲子園に出場した洞爺湖町出身の選手を紹介します。

はしもと り く

### 橋本更功さん (虻田中学校卒業) (花咲徳栄高等学校2年)

#### interview

— 甲子園に出場した感想を教えてください。

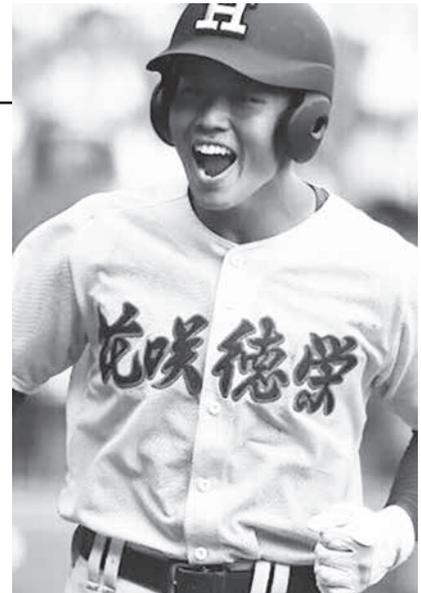
小さい頃から憧れの場所だった甲子園に出て、緊張もしましたが、たくさんの観客の中でホームランも打ててうれしかったです。

— 感謝の気持ちを誰に伝えたいですか。

家族や親戚、野球を教えてくれた指導者の皆さん、地元の友達など応援してくれた皆さんに「ありがとうございました」と伝えたいです。

— 来年への抱負をお願いします。

甲子園でプレーした経験を新チームの皆に伝えて、来春と来夏の甲子園にも出場できるように頑張ります。



つたえ いっせい

### 傳逸靖さん (洞爺中学校卒業) (旭川大学高等学校3年)

#### interview

— 甲子園に出場した感想を教えてください。

心の準備ができていないといつもの通りのプレイができないと実感しました。

— 感謝の気持ちを誰に伝えたいですか。

どんなことがあっても相談にのってくれたり、わがままに伝えてくれた親と小学校から野球を教えてくれた多くの指導者の皆さんに感謝の気持ちを伝えたいです。

— 3年間を振り返っていかがですか。

下積み時代という経験があったからこそ、甲子園でベンチ入りすることができて良かったです。悔いのない三年間をやりきりました。



## ワンポイント 手話

毎月、職員が今月の手話を紹介します。  
第3回目は平成30年度採用健康福祉センター福田桃香です。

■問合せ 健康福祉課福祉・高齢者グループ (☎74-3001)



「こんにちは」

両手の人差し指を立てて胸の前に寄せ合わせ



人差し指を折る

# 有珠山噴火

## に備える

■ 問合せ

企画防災課防災グループ（☎74-3004）



人的被害なし。

「有珠山の奇跡」として知られる住民避難は、いかにして達成できたのか。

2000年3月31日の噴火災害から18年が経った今。迫りくる次の噴火災害に備え、過去の記録を改めて見つめなおします。

## 過去の噴火から学ぶ

**有** 珠山は、約20〜30年の周期で、繰り返し噴火してきました。江戸時代以降の噴火を数えただけでも、少なくとも8回はあったことが判明しています。その麓で暮らす私たちにあって、噴火の規模や火口の場所は毎回異なりますが、「必ず噴火をする山」であるという共通の理解は定着しています。

また、過去の噴火の事例をみると、必ず火山性地震などの前兆現象が観測されています。

2000年の噴火において周辺市町への避難が円滑に運び、人的被害がゼロとなった

ことには、観測された地震などのデータを過去の噴火データと照らし合わせることで、噴火を事前に予測できたということが大きく影響しています。このように、噴火の周期を意識することや火山性地震の頻度を日頃から観測すること、おおまかな予測が出来る正直な山ですが、噴火の時期を正確に予測することはできません。

「必ず噴火をする山」だという認識をなくさずに、有珠山の特性をよく理解した上で、日頃から次の噴火に備えることが重要です。

# 有珠山噴火の歴史

- 1663年 山頂噴火(多量の火砕物降下で家屋埋積・焼失・死者5名)
- 1769年 山頂噴火(火砕流で南麓の家屋火災)
- 1822年 山頂噴火(火砕流で1集落全焼・死者82名)
- 1853年 山頂噴火(住民避難、赤く光るドーム出現)
- 1910年 北麓噴火(火砕物降下、泥流で1名死亡)
- 1943~45年 東麓噴火(火砕物降下、地殻変動、幼児1名窒息死)
- 1977~78年 山頂噴火(火砕物降下、泥流で死者、行方不明者3名)
- 2000年 西麓噴火(火砕物降下、地殻変動、泥流)

## ハザードマップの活用



有珠山周辺の市町村では、住民に対し事前に「有珠山火山防災マップ」(ハザードマップ)を配布していました。

それにより、自分の居る場所が火砕流や火災サージの及ぶ可能性がある危険な区域であることを視覚的に示したことが、住民の避難行動を促したとも言われています。

このハザードマップは、2000年の噴火災害を考慮し2002年に見直されています。



長崎良夫前町長に聞きました  
**まずは避難することが鉄則**

2000年有珠山噴火は、温泉地区の住民の避難先だと言われていた本町地区からの噴火となり、想定外のものとなりました。それでも人的被害ゼロに防げたのは、1977年噴火の経験が大きいです。



長崎良夫前町長

この経験から、早期の避難指示をはじめとして、充実した噴火災害体制などを整えることができました。また住民も前回の噴火の体験が生かされていたと思います。

当時、町長として、全町民を無事に避難させることを第一に、職員には的確な指示と迅速な対応を心掛けさせました。

噴火災害は、まず避難するという認識が鉄則です。前回の噴火で被害者がゼロとなっていることに油断せず、次に起こる噴火の規模が分からないことから危険な山であると

いう認識を持つことが重要で

す。2000年有珠山噴火から18年がたち、次の噴火が近づいてきていると言われていま

す。町民の皆さんには、噴火があった時、自ら考え、行動できるように、噴火への知識や準備をしてほしいです。

最近では地域の人とのつながりが希薄化しているように感じます。人と人のつながりを強め、災害時にお互いを助け合えるように連携を強めてほしいです。

# 命を守る行動

## 防災力を高める

入江1区自治会長、防災部長に聞きました

### 防災への意識を持つことが大切

**噴** 火災害に限らず、災害が発生した時に最も重要なものは、自らの命を守る

といった「自助」の考え方で、役場など公的機関からの支援を「公助」と言いますが、大規模な災害が発生したとき

には「公助」が行き届かないことが想定されます。有珠山

噴火を例にすれば、想定される避難者の数は約5、300人、それに対して役場の職員は約150人しか居ません。消防や警察をあわせても、全

員を支援することは不可能です。そのため、自分や自分の家族が生き延びるには何が

必要か、どうしたらよいかを普段から話し合っ

て、さまざまな災害に備えておきましょう。

体が不自由な人など、自力での避難行動が難しい人が近隣

にいる場合には、近隣住民などの相互協力により迅速な避難が出来るよう助け合

いましょう。これを「共助」と言います。

「共助」をより体系的に進められるよう、町では自治会単位での「自主防災組織」の設立をお願いしています。「自

主防災組織」では、定期的な勉強会の実施や、防災備品の整備などを通じて、地域の防

災力を強化することになりま

すので、積極的な設立を働きかけているところです。

また、役場では自力での避難行動が難しい人を「避難行

動要支援者」として名簿登録し、その人の避難行動を支援する「支援者」を結びつける

入江1区自治会では、平成29年4月に自主防災組織を立ち上げました。私たち自身、1977年と2000年の有珠山噴火で避難経験があることや近年、自然災害が多くなっていることから設立しました。

消防職員を講師に講演会を行ったり、町主催の防災訓練に合わせて、独自の回覧を作成して参加を呼びかけたり、地震体験車の乗車体験など、防災意識の向上のために活動を行っています。

「公助」には、限界があります。災害時には、自分の命は自分で守る「自助」が大切です。この認識があれば、どう

いう備えが必要なのが見えてくると思います。普段から噴火時を想定して、自分の避難所や必要なものを確認しておくことが大切です。地域



山田晃さん  
(入江1区副会長  
兼防災部長)



山崎太一さん  
(入江1区自治会長)

の人が協力し合う「共助」が大切だと考えています。その中心が自主防災組織です。平常時から近所の人と信頼関係を築くことで避難に遅れる人も少なくなると思います。

今後の課題は、若い世代にも普段から自治会活動に参加してもらい、コミュニケーションをとりながら、防災意識の共有を図っていくことが必要だと感じています。

自然災害で犠牲者を出さないために、継続的に活動を続けていきたいと思っています。



昨年の有珠山噴火総合防災訓練

# 避難方法・避難情報の確認



## 我が家の防災マップを チェック

今年の3月に、自治会別の防災マップを配布しています。対象となる災害別に避難所・避難場所や避難経路を掲載していますので、目につくところに貼りだしておきましょう。



災害時における3段階の警報。危険のレベルに応じた判断を。

緊急性

### 避難準備情報・ 高齢者等避難開始

避難準備を呼びかけ、高齢の人や障害のある人に対して、早めの段階で避難行動の開始を求めるもの。

### 避難勧告

災害によって被害が予想される地域の住民に対して避難を勧めるもの。

### 避難指示(緊急)

避難勧告よりも強く避難を求めるもので、急を要する場合や人に被害が出る危険性が非常に高まった場合に発令するもの。

高

## 家族の安否確認ができる 災害用伝言サービス

噴火や地震などの災害時には停電や通信の混雑により、連絡手段が困難になるため、災害用伝言サービスを活用することが有効的です。

このサービスは、安否や避難場所を被災地の家族や友人はもちろん、被災地にいない人へも音声や文字情報で簡単に連絡することができます。



### 災害用伝言ダイヤル(171)

1. 「171」をダイヤルする。
2. 音声案内に従って、連絡を取りたい人の電話番号をダイヤルします。
3. 伝言を録音・再生ができます。



### 災害用伝言版

携帯電話、スマートフォンの災害用伝言版に接続し、伝言登録・確認ができます。



### 災害用伝言版(web171)

web171をインターネットで検索し、伝言登録・確認ができます。



### 災害用音声お届けサービス

携帯電話から録音したメッセージを相手に送信・確認することができます。

# 有珠山噴火避難訓練



## 10月28日(日) 9時開始予定

役場では毎年、次の有珠山噴火災害に備えて、有珠山噴火避難訓練を行っています。

より多くの皆様のご参加をお待ちしています。

■問合せ 企画防災課防災グループ(☎74-3004)

私たちの健康を支える

# 国民健康保険制度



■問合せ 住民課国保医療グループ (☎74-3002)

**私**たちは、日ごろ健康でも、いつ、どんなときに病気やケガをするかわかりません。

そんなときに備えて、加入者の皆さんが普段から保険税を出し合って医療費にあてる助け合いの制度が「国民健康保険制度」です。

今年度から北海道も運営に加わり、皆さんの住んでいる市町村とともに地域の健康生活を支えていきます。

## 洞爺湖町国民健康保険 医療費の状況

洞爺湖町国民健康保険の平成28年度の医療費は、8億6534万円です。人口の高齢化や医療の高度化、生活習慣病の増加などにより医療費は高止まりの状態となっています。

## なぜ医療費が高いの？

詳しく分析すると、次の理由が考えられます。

①人口構造の高齢化  
お年寄りの割合の増加にと

もない、医療機関を受診する機会が増え、医療費も増えています。

②生活習慣病など慢性疾患者の増加  
生活環境の変化、食生活の向上、運動不足などにより、

高血圧などの慢性疾患で受診する人が増えています。

③医学・医療技術の進歩  
医学・医療技術の進歩にと

もない、高度な医療技術を受けられる機会が増え、その結果、1件当たりの医療費が高くなっています。

④お医者さんへのかかり方  
同じ病気でも医療機関をい

くつも受診したりすると、医療費がその分増えることがあります。

よく「医療費を大切に使いましょう」という言葉を耳にしますが、病院などの医療機関に行かないということではなく、病気がとうまくお付き合いすると考えてみたらどうでしょうか。そして、毎日の生活の中でご自身の体調をチェックし、おかしいと感じたら早めに受診してください。

## 医療費の状況

(出典：北海道国民健康保険団体連合会提供の「各種医療費分析資料」)

区分		平成26年度	平成27年度	平成28年度	全道平均 (平成28年度)	胆振平均 (平成28年度)
入院	1人当たり医療費	194,621円	178,200円	<b>187,283円</b>	156,094円	172,498円
	受診率	35.765%	32.453%	<b>33.435%</b>	28.571%	32.075%
	1件当たり日数	16.90日	17.91日	<b>17.38日</b>	15.87日	16.59日
	1日当たり医療費	32,206円	30,661円	<b>32,223円</b>	34,433円	32,417円
入院外	1人当たり医療費	127,287円	130,113円	<b>119,400円</b>	118,774円	116,330円
	受診率	844.116%	836.304%	<b>819.962%</b>	802.065%	793.886%
	1件当たり日数	1.41日	1.40日	<b>1.37日</b>	1.47日	1.41日
合計	1人当たり医療費	346,075円	329,925円	<b>328,403円</b>	300,351円	312,266円
	受診率	1,027.449%	1,020.425%	<b>1,000.607%</b>	990.502%	966.591%
	1件当たり日数	2.05日	2.02日	<b>2.00日</b>	2.00日	2.02日
	1日当たり医療費	16,430円	16,009円	<b>16,444円</b>	15,180円	15,979円

平成28年度合計の1人当たり医療費、受診率及び1日当たり医療費は、全道・胆振平均のいずれも上回っていて、1人当たり医療費については、多少減少していますが、依然高い状態が続いていることが分かります。

## 病類別疾病分類

平成28年度と平成29年度の疾病別諸率上位5位までを集計しています。集計にあたっては、各年度の5月診療分(国保分・後期分)を基に算出し

ています。

医療費の構成割合で上位を占めているのは腎不全、脳梗塞などであり、一人当たり医療費においても同様です。

洞爺湖町では心疾患、脳血管疾患及び腎疾患につながる病気の高血圧症患者や糖尿病

患者が多く、医療費を引き上げる要因となっています。

これら高血圧と糖尿病の予防で医療費のかかる腎不全や循環器系の疾患が減少する可能性があります。

洞爺湖町では、特定健康診査及び各種がん検診を積極的

に受診することをお勧めしています。

がん、くも膜下出血、虚血性心疾患などの血管障害の早期発見や予防をするために、年に一度は洞爺湖町が実施する特定健康診査やがん検診を受診しましょう。

## 件数

洞爺湖町			北海道			
H29	疾病名	構成割合	H28	H29	疾病名	構成割合
1位	高血圧性疾患	15.61%	1位	1位	高血圧性疾患	15.59%
2位	歯肉炎及び歯周疾患	6.61%	2位	2位	歯肉炎及び歯周疾患	9.11%
3位	糖尿病	5.24%	3位	3位	糖尿病	4.72%
4位	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	5.16%	4位	4位	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	3.96%
5位	その他の眼及び付属器の疾患	3.94%	5位	5位	関節症	2.77%

## 日数

洞爺湖町			北海道			
H29	疾病名	構成割合	H28	H29	疾病名	構成割合
1位	高血圧性疾患	8.26%	1位	1位	高血圧性疾患	9.84%
2位	脳梗塞	4.94%	2位	2位	歯肉炎及び歯周疾患	7.94%
3位	骨折	4.93%	7位	3位	統合失調症、統合失調症障害及び妄想性障害	4.03%
4位	歯肉炎及び歯周疾患	4.83%	4位	4位	脳梗塞	3.83%
5位	腎不全	4.62%	3位	5位	糖尿病	3.71%

## 医療費

洞爺湖町			北海道			
H29	疾病名	構成割合	H28	H29	疾病名	構成割合
1位	腎不全	9.46%	2位	1位	高血圧性疾患	5.76%
2位	その他の悪性新生物	6.74%	4位	2位	腎不全	5.27%
3位	脳梗塞	6.42%	1位	3位	脳梗塞	5.03%
4位	骨折	6.32%	6位	4位	その他の悪性新生物	4.86%
5位	その他の筋骨格系及び統合組織の疾患	4.61%	—	5位	その他の心疾患	4.73%

## 1人当たりの医療費

洞爺湖町			北海道			
H29	疾病名	1人当たり医療費	H28	H29	疾病名	1人当たり医療費
1位	腎不全	4,654円	2位	1位	高血圧性疾患	2,515円
2位	その他の悪性新生物	3,313円	4位	2位	腎不全	2,303円
3位	脳梗塞	3,158円	1位	3位	脳梗塞	2,197円
4位	骨折	3,106円	6位	4位	その他の悪性新生物	2,123円
5位	その他の筋骨格系及び統合組織の疾患	2,269円	—	5位	その他の心疾患	2,064円

## 受診率

洞爺湖町			北海道			
H29	疾病名	受診率	H28	H29	疾病名	受診率
1位	高血圧性疾患	16.66%	1位	1位	高血圧性疾患	16.56%
2位	歯肉炎及び歯周疾患	7.06%	2位	2位	歯肉炎及び歯周疾患	9.67%
3位	糖尿病	5.60%	3位	3位	糖尿病	5.02%
4位	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	5.51%	4位	4位	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	4.21%
5位	その他の眼及び付属器の疾患	4.20%	5位	5位	関節症	2.94%

(出典：北海道国民健康保険団体連合会提供の「疾病分類別統計表」)

## 医療費でお困りの人は ご相談ください

無料定額診療事業とは、経済的理由により適切な医療を受けることができない人に対し、無料または低額で診療を行う事業です。

■対象者(減免を受けることができる人) 低所得者などで経済的理由により診療費の支払いが困難な人(外国籍の人も利用できます)

■減免金額 診療費の自己負担分の10%以上または全額(減免金額は、医療機関によって異なります)

■実施機関 町内では、北海道社会事業協会洞爺病院(洞爺協会病院)のみ

■利用方法 直接、医療機関に電話などでお問い合わせください。申込方法や減免基準は、医療機関によって異なります。洞爺協会病院は地域医療福祉連携室(☎74-2555)まで。医療費の公費負担制度の活用についても相談に応じています。

支え合いでいつまでも安心な暮らし

平成29年度

# 介護保険の状況

■問合せ 健康福祉課介護保険グループ (☎74-3001)

介護保険制度は、介護が必要になった高齢者などがサービスを利用したときに、利用料の9割（一定以上所得のある人は8割）を保険給付する制度です。

保険からの給付費は、65歳以上の人が納める介護保険料と40歳～64歳までの人の医療保険に加算される介護分を合わせて約半分、残りの約半分を国・道・町の負担金で賄っています。

超高齢社会の中、洞爺湖町では介護予防の普及などにより要支援・要介護の認定者数、介護給付額が平成29年度は減少していますが、今後75歳以上の高齢化人口が増加することで、相対的に要支援・要介護の認定者数が増加することが予想されます。

介護保険は、高齢者が安心して暮らせるように社会全体で支える仕組みになっています。皆さんの理解と協力をお願いします。

また、保険料の負担を軽減するため、一人ひとりができるだけ長く健康でいることも大切です。ぜひ、日頃から健康管理や適度な運動を心がけましょう。

介護保険の負担を抑えるためには、みんなが健康でいることが大切なんだね！



## 介護保険料

- ・徴収方法は、年金から天引きされる特別徴収、町から送付される納付書で納める普通徴収があります。
- ・介護保険料の平成29年度分の収入額は約1億7192万円で、収納率は99.22%でした。

## 介護保険被保険者数 (平成30年3月31日現在)

- ・第1号被保険者数 (65歳以上) **3,627人**

## ■要介護 (支援) 認定者数 (平成30年3月31日現在)

区分	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	要介護 3	要介護 4	要介護 5	計 (前年度差)
認定者数 (人)	120	83	164	101	81	74	48	671 (-32)

## ■居宅介護サービス利用者数

(訪問介護、通所介護、短期入所、福祉用具貸与など)  
(平成30年2月サービス提供分)

区分	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	要介護 3	要介護 4	要介護 5	計 (前年度差)
受給者数 (人)	41	30	122	49	24	21	6	293 (-39)

## ■地域密着型介護サービス利用者数

(グループホーム、小規模特養、小規模通所介護など)  
(平成30年2月サービス提供分)

区分	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	要介護 3	要介護 4	要介護 5	計 (前年度差)
受給者数 (人)	0	0	32	18	17	15	5	87 (-5)

## ■施設介護サービスの利用者数

(平成30年2月サービス提供分)

区分	介護老人福祉施設 (特養)	介護老人保健施設	介護療養型医療施設	計 (前年度差)
受給者数 (人)	75	31	30	136 (+4)

## ■介護サービスの利用に対する保険給付費

サービスの種類	保険給付額
居宅サービス	2億2821万5803円
訪問サービス	5605万8057円
通所サービス	8326万1107円
短期入所サービス	1817万8413円
福祉用具・住宅改修サービス	1552万4709円
特定施設入居者生活介護サービス	1805万8080円
居宅介護支援・介護予防支援	3713万5437円
施設サービス	4億1359万3310円
地域密着型サービス	1億7146万2829円
その他の給付	8377万4972円
高額介護・医療合算サービス	2550万2322円
特定入所者介護サービス	5827万2650円
審査支払手数料	66万5738円
計	8億9771万2652円 (前年度差 -4447万5155円)

※平成26年度介護保険法改正に伴い、平成29年度から一部の事業が地域支援事業へ移行。

## ■地域支援事業にかかった費用

地域支援事業は、高齢者の介護予防や介護が必要な状態になっても自宅で生活を続けられるように支援するための事業です。



事業の区分	費用額
介護予防事業 (介護予防教室など)	1771万9292円
包括的支援事業 (包括の運営、生活支援体制整備など)	3222万5214円
任意事業 (紙おむつなどの支給、適正化事業など)	158万9179円
計	5153万3685円 (前年度差 +1131万5396円)

# 福祉用具を 借りることができます

■問合せ 健康福祉課介護保険グループ (☎ 74-3001)



介護が必要な状態になっても「できる限り住み慣れた家で暮らしたい」と願う人も多いと思います。住まいの環境を整備することや入浴や排泄などに用いる福祉用具を使用することによって、不便さや不自由さが解消されると、「できない」

ことが「できる」ようになり、心身の状態が改善することもあります。

日常生活の自立を助けるための福祉用具（次の品目）を借りることができます。

## 要介護4・5の人の対象品目

自動排泄処理装置 ※尿のみを吸引するものは要支援1・2、要介護1～3の人も利用できます

## 要介護2・3の人の対象品目

車いす（車いす付属品を含む）、特殊寝台（特殊寝台付属品を含む）、床ずれ防止用具、体位変換器、認知症老人徘徊感知機器、移動用リフト（つり具を除く）

## 要支援1・2、要介護1の人の対象品目

手すり（工事を伴わないもの）、スロープ（工事を伴わないもの）、歩行器、歩行補助つえ

平成30年度から

## 福祉用具貸与の制度が見直されました！

福祉用具を借りる場合は、同じ用具でも事業者によって仕入れ価格や経費が異なるため、レンタル料が異なります。しかし、実際にそのレンタル料が妥当な金

額なのか、わかりにくい面がありました。そこで、安心して福祉用具をレンタルできるように、おもにレンタル料の観点から見直されました。

### 1 福祉用具商品が複数示されます

→ 平成30年4月から

福祉用具専門員が、機能や価格帯が違う商品をいくつか示しますので、希望に沿った福祉用具を選びやすくなります。

### 2 全国平均貸与価格が公表されます

→ 平成30年10月から

商品ごとに全国的なレンタル料が調査され、レンタル料の全国平均額が公表されます。

### 3 レンタル料の上限が設定されます

→ 平成30年10月から

商品ごとにレンタル料の全国平均額から一定の範囲内での上限額が設定されます。

### 4 レンタル料の事業者価格と全国平均価格が示されます

→ 平成30年10月から

福祉用具専門相談員が、その事業者での貸与価格と全国平均貸与価格の両方を示して説明しますので、検討しやすくなります。

## 7/31 一般社団法人北海道建築士事務所協会室蘭支部 道の駅あぶたにベンチ寄贈

一般社団法人北海道建築士事務所協会室蘭支部（菅後治支部長）が室蘭支部設立50周年記念地域貢献事業の一環として道の駅あぶたにベンチ2脚を寄贈しました。

「道の駅にベンチが欲しい」という高齢者からの声を聞き、西胆振の3市3町の道の駅にベンチを設置。

菅支部長は「ベンチ寄贈を機会に地域との関わりを深くしていくような事業を行いたい」と話しました。



寄贈されたベンチに座る左から奥山耕一副支部長、真屋町長、菅支部長

## 7/27・8/1 戦没者追悼式 洞爺、虻田両地区で実施

平成30年度の戦没者追悼式が、洞爺地区と虻田地区の両地区で行われ、戦没者の冥福を祈りました。戦争の記憶を若い世代に引き継ぐ目的で、今回初めて町内2中学校の生徒による平和の誓いが朗読されました。

虻田地区での追悼式では、虻田ふれ合いセンターに約40人が参列。虻田中3年の三島陸さんが「中学生として平和への行動を起こしていくことを誓います」とメッセージを力強く読み上げた後、献花が行われました。



平和の誓いを朗読する三島陸さん

## 8/1 箱根町親善使節団来町 地元中学生と交流を深める

姉妹都市箱根町から「箱根町親善訪問使節団」が2泊3日の日程で洞爺湖町を訪れました。来町したのは、箱根町中学生6人と引率者2人の総勢8人。

歓迎式では使節団を代表して白鳥悠悠美さん（箱根中3年）が「雄大な自然を感じ、3日間を楽しみたいです」と意気込みを語りました。

滞在中は、雪蔵野菜貯蔵施設の見学やカヌー体験などで地元中学生と交流を深めました。



バナナボートで交流を深める生徒たち

## 8/1 医療救護活動の迅速化 災害時における医療救護活動に関する協定

洞爺湖町と北海道薬剤師会室蘭支部（上田薫支部長）は、役場第2委員会室で災害時における医療救護活動に関する協定を結びました。

町では、2000年噴火のような災害がいつ起こっても不思議ではないことから、医療活動の迅速化のために今回の協定を締結。

上田支部長は「医薬品の供給だけでなく、消毒薬や物資の供給などの役に立ちたい」と意気込みを語りました。



協定書を掲げる真屋町長と上田支部長

**8/6** ようこそ洞爺湖町へ  
**新 ALT アンジェラさん**

**洞** 爺湖町に新しい ALT (外国語指導助手) が来ましたので、紹介します。  
アンジェラ・ジューさんはアメリカ合衆国オレゴン州ポートランド出身の22歳。趣味はカラオケや映画鑑賞、ゲームで、料理や縫い物、修理など手先を使うことが得意です。  
アンジェラさんは「たくさん友達を作って、洞爺湖の魅力をアメリカの友達にも紹介したいです。日本語の勉強もがんばります」と抱負を語ります。



新しいALTのアンジェラさん

**8/2** 元気な身体で仲間づくり  
**胆振西部老人クラブ研修会**

**平** 成30年度胆振西部老人クラブリーダー研修会が、洞爺総合センターで開催しました。約90人の地域の指導者たちが参加し、これからの老人クラブのあり方について学びました。  
丸藤競函館市地域交流まちづくりセンター長が「魅力ある老人クラブのつくり方」と題して講演。  
引き続き、(株)エクシングの富樫盛司さんがカラオケを使っての若返り体操を指導し、会場を盛り上げました。



若返り体操を楽しむ参加者たち

**祝** 全道大会出場おめでとう!



**菊田記尉さん**

のりやす

(虻田中学校3年)

大会：第46回北海道中学校柔道大会

種目：男子60kg級

期間：7月26日～27日

「すごくレベルが高く、自分の足りないところがよくわかりました」



**佐藤福花さん**

ふくか

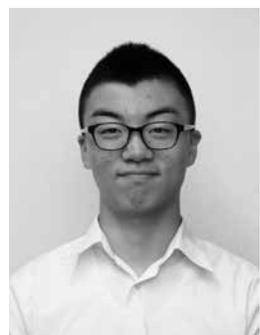
(洞爺中学校1年)

大会：第46回北海道中学校柔道大会

種目：女子44kg級

期間：7月26日～27日

「今回出場した経験を生かして、来年も出場したいです」



**毛利郁也さん**

ゆうや

(洞爺中学校3年)

大会：平成30年度少年の主張全道大会

期間：9月7日

「全道大会では自分の伝えたいことをしっかり主張したいです」



**斎藤宙輝さん**

ひろき

(虻田中学校3年)

大会：第39回北海道中学校水泳大会

種目：男子50m自由形

期間：7月28日～29日

「レベルの高い大会でとても緊張したけど楽しかったです」



# お知らせ information

## 暮らし



### 国民年金から マイナンバーによる手続 きが開始

平成30年3月5日から、国民年金の加入手続きや国民年金保険料の免除の申請、老齢基礎年金の請求の手続きがマイナンバーを使用して行うことができますようになります。

マイナンバーを使用して年金相談や届出を行う場合は、次の書類を持参してください。  
マイナンバーカードをお持ち

ちの人はカードを持参してください。

マイナンバーカードをお持ちでない人は次の①のマイナンバーが確認できる書類、②の身元が確認できる書類の両方を持参してください。

- ①通知カード、個人番号が記載された住民票の写し
- ②運転免許証、旅券(パスポート)、在留カードなど

マイナンバーの記載が困難な場合は、引き続き基礎年金番号を使用して各種手続きを行うこともできます。

国民年金保険料口座振替納付(変更) 申出書など、一部マイナンバーを使用できない手続きもあります。

■問合せ 室蘭年金事務所 (お客様相談室) ☎0143-5011004 / 住民課 住民・戸籍年金グループ ☎74-3002

### 自然災害に便乗した 悪質商法に注意!

6月の大阪直下地震・7月豪雨などの自然災害が発生し、それに便乗する悪質商法

が多数発生しています。便乗商法はさまざまな手口で迫ってきます。災害時にみられた便乗商法は次のとおりです。

- ①地震で屋根が崩れ、突然自宅を訪問してきた業者に屋根を点検してもらった結果、かなりひどいと言われた。修理が必要だと契約を迫られ、費用の見積書を依頼したが出してもらえず、修理作業を依頼した。別の業者に話を聞くと、非常に高額であることが分かった。
- ②大手新聞社に似た名称を名乗る、「豪雨災害の災害支援」の義援金を振り込ませようとする電話があった。

被害にあわないよう次の点に注意しましょう。  
①所有者の不安をあおって契約をせかす「点検商法」が後を絶ちません。思いもよらぬ悪い結果を業者から聞いても、冷静に受け止めその場で契約せず、ほかの業者から複数の見積もりを取って契約しましょう。

②義援金や見舞金を寄付するときは、確かな団体であるかを調べて振り込みましょう。

■問合せ 産業振興課 水産・商工グループ ☎74-3005

### 小さいマツカワガレイは キャッチ&リリースを

「王蝶」というブランドを持ち、白身の高級魚とされるマツカワ。漁獲量が少なく、幻の魚と呼ばれてきましたが、現在このマツカワを養殖・放流し、水揚げを増す取り組みを行っています。

資源保護のため、平成30年8月8日から平成31年8月7日までの期間、胆振総合振興局管内沖合海域で、全長35センチメートル未満の小さいマツカワを採捕した場合は、速やかに海中に戻してください。

■問合せ 胆振総合振興局 胆振海区漁業調整委員会 事務局 ☎0143-24-9812

### 「働き方」が変わります

2019年4月1日から

## 広告

## 広告

# お知らせ

## 🏠 運転免許更新時講習日程

場所 だて歴史の杜カルチャーセンター

### ■9月

優良(30分)  
20日(木) 13:30~ 26日(水) 18:30~  
一般(60分)  
26日(水) 19:30~  
違反(120分)  
20日(木) 14:30~  
初回(120分)  
14日(金) 13:30~

### ■10月

優良(30分)  
3日(水) 18:30~ 12日(金) 13:30~  
一般(60分)  
3日(水) 19:30~ 12日(金) 14:30~  
違反(120分)  
9日(火) 18:30~  
初回(120分)  
18日(木) 18:30~

働き方改革関連法が順次施行されます。  
①時間外労働の上限規制(月45時間、年360時間)が導入されます。(施行2019年4月1日)※中小企業は2020年4月1日)※  
②年次有給休暇の確実な取得(毎年5日、時季を指定)が必要です。(施行2019年4月1日)※  
③正規雇用労働者と非正規雇用労働者間の不合理な待遇差(基本給や賞与など)が禁止されます。(施行2020年4月1日)※  
※中小企業は2021年4月1日)※

ホームページをご覧ください。  
■問合せ 産業振興課 水産・商工グループ(☎74-3005)  
伊達警察署から  
**秋の交通安全運動実施**  
■運動期間 9月21日(金)~9月30日(日)の10日間  
■運動重点  
①子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止  
②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止  
③全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底  
④飲酒運転の根絶

⑤スピードダウン  
■交通事故防止のポイント  
①ドライバーの皆さんへ  
夕方から夜間にかけて、歩行者や自転車の見落としや発見遅れによる交通事故を防ぐために、対向車や前車がない時は、ライトをハイビームに切り替えましょう。  
運転する前に、同乗者全員がシートベルトとチャイルドシートを正しく着用しているか確認しましょう。  
②歩行者の皆さんへ  
横断前に左右をよく確認しましょう。さらに、道路中央で左をまた確認しましょう。外出するときは、明るい服装や反射材を身につけましょう。  
■9月30日は、「交通事故死ゼロを目指す日」です  
記録が残る昭和43年以降、全国で交通事故死がゼロであった日はありません。一人ひとりが交通ルールを正しく守り、思いやりのある交通マナーで交通事故死ゼロを目指しましょう。

10110)  
消費税軽減税率等  
説明会の開催  
平成31年10月に実施される、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。  
軽減税率制度(軽減対象品目、帳簿・請求書などの記載方法、税額計算など)の概要や軽減税率制度へ対応するための中小事業者への支援措置について、適格請求書等の保存形式(インボイス制度)の概要について説明します。  
■対象者 洞爺湖町・壮瞥町・豊浦町内の全ての事業所の人  
■日時 ①11月5日(月)②11月6日(火) 14時~15時  
■場所 ①伊達市市民活動センター②虻田ふれ合いセンター  
■締切 10月16日(火)まで  
■申込み 洞爺湖町商工会(☎76-2311)へ電話するか、窓口までお申し込みください。  
■問合せ 室蘭税務署(☎0143-22-4435)

## 洞爺温泉病院 ホスピス緩和ケア病棟見学会

病棟見学会のほか、緩和ケア病棟についての説明会、病棟の様子などをご覧いただけます。

■日時 10月11日(木) 13:30~15:30  
■場所 洞爺温泉病院ホスピス緩和ケア病棟  
■問合せ 洞爺温泉病院医療相談室中山(☎87-2311)  
※事前申し込みが必要です。

## 北海道教育大学 ミュージックキャラバンプロジェクト2018

「北海道教育大学ミュージックキャラバン」と銘打ち、岩見沢校音楽文化専攻の学生による演奏会を行っています。

■日時 9月29日(土) 14:00~  
■場所 洞爺湖文化センター  
■料金 無料  
■問合せ 北海道教育大学事務局岩見沢校室広報・地域連携グループ 吉泉(☎0126-32-0310)

## 公証週間の実施

法務省・日本公証人連合会では、毎年10月1日～7日を公証週間と定めています。遺言、各種契約、任意後見契約、私署証書の認証、確定日付などの相談に応じていますので、ご利用ください。相談は無料、秘密は厳守されます。

■電話相談 ☎03-3502-18239

■受付時間 9時30分～12時 / 13時～16時30分

■問合せ 室蘭公証役場(☎0143-44-8630)

## 行政

### 平成30年7月豪雨災害に 対する義援金「封筒募金」

平成30年7月に、西日本を中心に全国各地で発生した豪雨災害により、多くの人々が被災され、避難所生活を余儀なくされています。町ではこの度の災害に対し

て、公共施設及び金融機関内に義援金箱を設置するとともに、洞爺湖町の全世帯の皆さんに自治会を通じて封筒募金を募ることにしました。皆さんの暖かい支援・協力をお願いします。

### メルトタワー21の排ガス (煙突) 測定結果

■測定日 平成30年5月30日

■測定結果 0.0005ナノグラム(ナノグラムは、10億分の1グラム) 測定結果は基準値を下回っています。

■詳細 西いぶり広域連合(☎0143-59-0705)

## 募集

### 地域食堂「ほのぼの」 お手伝いボランティア募集

①調理補助有償ボランティア  
■作業内容 厨房内での調理

補助作業(厨房清掃、食器類の煮沸消毒、材料の洗浄やカット、給仕係の品出し、食器洗い)

■時間 8時30分～14時30分

■お礼 500円/時間 (交通費含む)

■募集人数 2人程度

■条件 洞爺湖町在住の人、年齢18歳以上、性別問わず

②フロア作業有償ボランティア  
■作業内容 食堂での利用者対応(着席誘導、食物品出し、食器回収)、サロンでの子ども見守り、食堂とサロンの清掃とテーブル配置作業など

■時間 11時～17時

■お礼 500円/時間 (交通費含む)

■募集人数 2人程度

■条件 洞爺湖町在住の人、年齢18歳以上、性別問わず

■問合せ ほのぼの事務局 (☎080-1329417355) / 生活就労サポートセンターいぶり(☎0143-83-7355)

## 公共工事の契約状況

町では契約金額が1千万以上の公共工事の契約状況について、次のとおり公表しています。

■問合せ 総務課管財・情報グループ(☎74-3000)

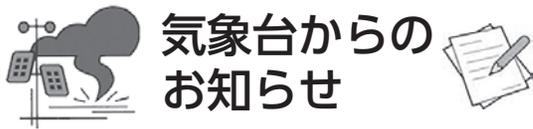
工事名	請負業者	契約金額	工期	工事場所	工事概要
洞爺保育所新築工事(外構工事)	(株) 重建能登組	27,972,000円	～11月30日	洞爺町	アスファルト舗装工、園路縁石工、花壇工、など
月浦浄水場膜ろ過装置更新工事	ゴウダ・齊藤經常建設JV	81,000,000円	～平成31年1月31日	月浦	膜ろ過装置の更新 対象膜ろ過装置 3基、膜モジュール更新 36台、膜ろ過装置の改造、膜モジュール洗浄槽の改造
污水1号幹線管路布設替工事 第1工区	(株) 重建能登組	18,036,000円	～11月9日	泉	リップ付硬質塩化ビニル管布設工(φ400mm): 54m、リップ付硬質塩化ビニル管布設替工(φ200mm): 57m 他
污水1号幹線管路布設替工事 その1	(株) 重建能登組	19,872,000円	～11月30日	泉	リップ付硬質塩化ビニル管布設工(φ400mm): 104m、下水道用ダクタイル鋳鉄管布設工(φ300mm): 4.31m 他
污水1号幹線管路布設替工事 その2	(株) 重建能登組	14,796,000円	～12月20日	泉	既設管内中込め注入充填工: 109m <sup>3</sup> 、既設人孔更正及び上部改良工: 2箇所、内副管設置工: 2箇所 他
本町1号線ほか道路整備工事	(株) 小松組	16,200,000円	～11月30日	本町	道路整備延長 L= 521.4m、舗装工 A= 2.100m <sup>2</sup> 、側溝工 L= 433.0m



## 自衛官募集

募集種目	資格	受付期間	試験期日
自衛官候補生	18歳以上 27歳未満の男女	9月12日(水) まで	男子 9月25日(火) ~ 30日(日) (いずれか1日で行います) 女子 9月27日(木) ~ 29日(土) (いずれか1日で行います)
防衛大学校	18歳以上 21歳未満の男女(高卒 または高専3年次終了した人)	9月28日(金) まで	1次試験 11月10日(土) ~ 11日 (日) (2日間行います)
防衛医科大学校看護学科 (自衛官候補看護学生)	18歳以上 21歳未満の男女(高卒 または高専3年次終了した人)	9月28日(金) まで	1次試験 10月20日(木)
防衛医科大学校(医学科) 学生	18歳以上 21歳未満の男女(高卒 または高専3年次終了した人)	9月28日(金) まで	10月27日(土) ~ 28日(日) (2日 間行います)

■問合せ 防衛省自衛隊札幌地方協力本部室蘭地域事務所 (☎ 0143-44-9533)



### 気象台からの お知らせ

#### 台風のシーズン 土砂災害や水害、風害から 身を守りましょう

8月から9月にかけては、日本では一年中で最も台風の接近・上陸が多くなる季節です。(図1)

台風は、日本のはるか南の海上で発生することが多く、発達しながら北上し、主に太平洋高気圧の縁辺を進み、北海道に上陸あるいは再上陸することもあります。

北海道付近に上陸・接近する頃には、海水温が低い場所を通るため水蒸気の供給が少なくなり、勢力を弱めますが、逆に9月頃になると、北からの寒気を取り込み、

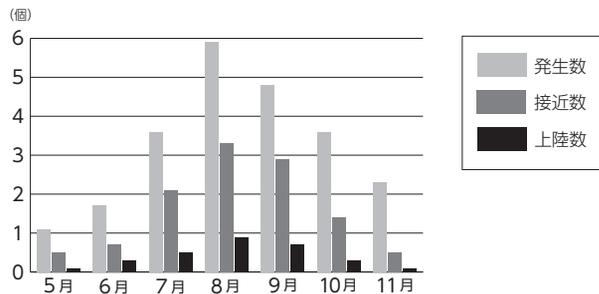


図1 台風発生・接近上陸月別平均値 (1981年～2010年の30年平均)

低気圧として再発達し、風による被害が増す場合もあります。

低気圧に変わったとしても、雨も含め油断は禁物です。

また、台風が西日本付近にあったとしても、暖かく湿った空気をポンプのように北海道付近まで送り込み、早い段階から大雨になる場合もあります。(図2)

気象庁では、3時間毎に「台風情報」を発表しているほか、気象台では「土砂災害」や「浸水害」のおそれがある場合に「大雨警報・注意報」を、洪水による災害のおそれがある場合に「洪水警報・注意報」を発表しています。また、大雨警報が発表されている中で、土砂災害の発生する危険性がより高まったときには、「土砂災害警戒情報」を発表します。この場合は避難を開始するなど身を守る行動が必要です。

テレビやラジオなどで「台風情報」などを知ったときには、気象台ホームページなどで内容を確認し、市町が発表する避難情報などにも注意しましょう。

■問合せ 室蘭地方気象台(☎ 0143-22-4249)



図2 北海道の大雨災害の例  
前線による大雨+台風接近時

相談



「行政に関わるくらし」  
の無料相談会 開催

担当後藤) / 住民課住民・戸籍年金グループ(☎74-3002)

無料法律相談会開催



■場所 洞爺湖町役場  
■担当 林正樹弁護士(伊達噴火湾法律事務所)

■日時 10月4日(木) 13時30分~15時

できないことややる気が起こらないなどの相談に応じます。  
■日時 ①偶数月13時~②奇数月13時

■場所 ①室蘭保健所②伊達市保健センター

お詫びと訂正

8月号2ページのこんにちには赤ちゃん「納屋英門くん」の名前に間違いがありました。正しくは「納谷英門くん」です。訂正してお詫びします。

寄付



善意のご寄附ありがとうございます。

わたしのうた

あぶた俳句会 8月定例会

赤い星月に並びて夏夜半  
千葉征子

向日葵や娘の来て日記余白なし  
矢野知子

浜の子の裸は遠くなりけり  
菅原敏子

盥水あふれて遊ぶ裸の子  
小笠原勇

青蘆に触れて水郷屋形船  
佐藤美風

窓口へ届出があり、広報紙への掲載を承諾した人を掲載しています。

心からおくやみ  
申し上げます

故加茂たき子さん  
■7月13日死去■92歳■遺族は秀明さん■泉区

故佐藤秀己さん  
■7月21日死去■76歳■遺族は秀樹さん■入4区

故菊地あきのさん  
■7月28日死去■98歳■遺族は佐藤スミ子さん■虻5区

故島善信さん  
■8月2日死去■90歳■遺族は久子さん■虻6区

故羽生博さん  
■8月3日死去■87歳■遺族はヤイコさん■虻7区

故唯木浩明さん  
■8月3日死去■57歳■遺族は由紀さん■美沢東

故杉上正美さん  
■8月12日死去■79歳■遺族は美沙子さん■泉区

7月20日から8月19日届出分

■日時 9月15日(土) 10月20日(土) 9時30分~12時  
■場所 赤川集会所  
■問合せ 北海道行政書士会室蘭支部(☎74-3538)

相続手続き、遺言書の作成や、契約手続き、また官公署に提出する書類の作成などの相談に応じます。  
事前の予約は不要です。  
■日時 9月20日(木) 13時30分~15時  
■場所 入虻田地区V  
■問合せ 住民課住民・戸籍年金グループ(☎74-3002)

金銭、相続、夫婦間、交通事故、消費者問題のトラブルなどの相談に応じます。  
必ず2日前の17時までに事前予約してください。  
定員(3人)になり次第締め切ります  
■日時 9月20日(木) 13時30分~15時  
■場所 観光情報センター  
■担当 林正樹弁護士(伊達噴火湾法律事務所)  
■問合せ 住民課住民・戸籍年金グループ(☎74-3002)

こころの健康相談

人とうまく付き合うことが

町への寄付

▽秋山博子さん(入1区)は1万円

▽一般社団法人北海道建築士事務所協会室蘭支部はベンチ2脚寄贈

社会福祉協議会

寄附物品

▽村中兼一さん(虻5区)

▽沼田光博さん(虻5区)

▽大橋之さん(温8区)

▽南美也子さん(虻4区)

▽穴戸姫歌さん(虻5区)

▽矢野孝典さん(虻7区)

介護予防講演会

認知症を予防しよう！



7月5日、役場防災研修ホールで「認知症を予防しよう！」をテーマに介護予防講演会を開催しました。56人が参加し、「大変勉強になった」「参加して良かった」といった声があり、好評でした。今回はその講演内容の一部をご紹介します。



グループホーム雅の郷 佐沼明子さん

認知症と学習療法の効果について ～学習療法を1年4か月実践して～

1. 認知症の基礎知識

認知症とは、いったん正常に発達した知的機能が脳の器質的障害によって持続的に低下し、日常生活や社会生活に支障が生じている状態です。単なる物忘れの延長ではなく、病気としての側面をしっかりと理解しておくことが大切であり、生活に不都合が生じるという観点から、生活を支援していくという視点が求められます。

認知症は細かく分類すると70種類以上あるといわれますが、主に4つに分類します。

アルツハイマー型認知症

特徴

脳の神経細胞が徐々に減少し脳が小さくなる。年齢と共に発症率が上がる。

主な症状

物忘れが徐々に進行。中期には時間や場所がわからなくなったり、服薬管理ができなくなる。

脳血管障害型認知症

特徴

脳血管が詰まったり、出血することでその部分の脳細胞が死んでしまい認知症の症状が現れる。

主な症状

物忘れが強い反面、判断力や理解力は問題なく保たれるなどまだら認知症と呼ばれる。脳のダメージを受けた部分により手足の麻痺、呂律が回りにくい、感情がコントロールできなくなるなどが現れる。

レビー小体型認知症

特徴

a - シヌクレインというたんぱく質が異常になって蓄積したもの。

主な症状

物忘れに加え、“実際には見えないものが見える(幻視)”などの症状が見られる。身体や表情が硬くなる、立ちくらみなどの症状が起こる。

前頭側頭型認知症

特徴

前頭葉、側頭葉に脳の委縮が強く、物忘れよりも自発性や関心の低下、言語障害、行動の変化などが目立つ。

主な症状

自分の行動を抑制できず人間的な温かみ、共感や思いやりに欠けるなどの感情面が鈍くなる。

2. 施設での学習療法

平成29年2月から入居者を対象に学習療法を行っています。週3～5回、1回20～30分程度の「読み書き」と「計算」のプリントを学習し、教材は一人ひとりに合った課題でスラスラできるものを選びます。プリント学習の他、磁石すうじ版という数字の駒を置いていくゲームもします。

入居者と職員の信頼関係を築く良い機会となり、今まで分からなかった生活の気付きにも広がり、質の高いケアを提供できるようになりました。

脳が目覚める健康教室 ～脳の健康づくりはじめてみませんか？～

認知症にならない(脳の老化を防ぐ)ための習慣



公文 学習療法センター 鴨下之彦さん

- ①簡単な計算をテンポよくスラスラと！  
課題はレベルアップではなくテンポアップを目標とする。電卓よりも暗算、筆算を心がける。
- ②声に出して文を読む習慣を身につける  
音読は視覚・聴覚を使った「脳の全身運動」と言われている。新聞のコラム・社説などを読む。
- ③目的をもって手指を使う  
ピーラーよりも包丁を使う、楽器の演奏、物づくりはおすすめ。
- ④アカペラで歌を歌う  
伴奏なしで暗唱して歌う、歌詞を見ながら歌うのも良い。
- ⑤大事なのは「生活の姿勢」  
目標を持った生活、新しいことに興味関心を持つ、交流の場に出るなど心がけましょう。

問合せ 健康福祉センターさわやか (☎ 76-4006) 地域包括支援センター (☎ 76-4822)



心ってどこにあるのでしょうか？  
こんのひとみ/いもとようこ 絵

心ってどこにあるのでしょうか？好きな人の前で赤くなるからほっぺ？ドキドキするから胸？嫌なことがあると痛くなるからおなかかな？温かい絵と言葉で贈る心について考える絵本となっています。(あぶた読書の家所蔵)

# 読書の家から

**あぶた読書の家** (☎ 76-2100)  
[時間] 10時～16時20分 [休館日] 木曜日、祝日  
**みずうみ読書の家** (☎ 75-4702)  
[時間] 10時～15時 [休館日] 木曜日、祝日  
**洞爺総合センター図書室** (☎ 82-5111)  
[時間] 9時～16時30分 [休館日] なし

## 新刊案内

### ■あぶた読書の家

△一般▽北海道の草花 (梅沢俊)▽ミステリーな仏像 (本田不二雄)▽ほんとうの贅沢 (吉沢久子)▽騙しの絵の牙 (塩田武士)▽砂の家 (堂場瞬一)▽ウイステリアと三人の女たち (川上未映子)▽草薙の剣 (橋本治)▽湖畔の愛 (町田康)▽月の炎 (板倉俊之)▽修羅の都 (伊東潤)▽死の島 (小池真理子)▽万引き家族 (是枝裕和)▽おまじない (西加奈子)▽ペインレス△上・下▽ (天童荒太)▽ロンリネス (桐野夏生)▽じつと手を見る (窪美澄)▽**△児童書▽**「悩み部」の結成、とその結末。(麻希一樹 / usi 絵)▽「悩み部」の栄光と、その慢心。(麻希一樹 / usi 絵)▽「悩み部」の焦燥と、その暗躍。(麻希一樹 / usi 絵)▽「悩み部」の成長と、その緊張。(麻希一樹 / usi 絵)▽「悩み部」の平和と、その限界。(麻希一樹 / usi 絵)▽もりのス

パゲッティやさん (舟崎康子 / 奈良坂智子 絵)▽もりのレストラン (舟崎康子 / 舟崎克彦 絵)▽もりのクリーニングやさん (舟崎康子 / 舟崎克彦 絵)▽虫の飼いかたさがしかた (藤丸篤夫 / 新開孝)▽ちいさないきものくらしとかいかた (日高敏隆)▽カブトムシ&クワガタムシ飼いのポイント (小林俊樹)

**■洞爺総合センター**  
△一般▽それまでの明日 (原奈)  
△児童書▽わすれんぼっち (橋口さゆ希 / つじむらあゆこ 絵)

### ●絵本の玉手箱 9月のおはなし会

■日時 ①9月21日(金)、10月19日(金) 14時～15時30分 ②9月10日(月)、9月24日(月)、10月1日(月) 10時～11時30分  
■場所 ①あぶた読書の家②あぶた母と子の館  
■問合せ 佐藤 (☎ 76-2487)  
ピノキオの会 読み聞かせ  
■日時 9月11日(火)、10月16日(火) 14時30分～  
■場所 あぶた読書の家  
■問合せ 松本 (☎ 76-2613)

## 地域おこし協力隊



### 通信

vol.6

今月の  
リポーター  
坂本篤司さん



8月からは、新しく2つのイベントを行います。1つ目は、「Let's Cycle Toya」。景観が素晴らしく、交通量も少なくて走りやすい洞爺湖をのんびりサイクリングして、おいしいものを食べたり、温泉に入ったり、洞爺湖を満喫しようという自転車企画です。5月から11月のハイシーズンのみの開催を予定しています。

2つ目は、「Let's Rock Toya」。胆振周辺のロック好きが集まり、演奏したい曲や楽器を持ち寄って、

その日限りのセッションを楽しむイベントです。1人や仲間同士でも、現役バンドマンや昔は楽器を弾いていた人も、練習してきたものを当日に一発演奏。上手くても下手でも気にしないで、とにかく合奏を楽しんでもらいたいと考えています。次回は10月と12月に開催予定です。

どれもジャンルはバラバラですが、楽しいことを通して人と繋がることができ

るイベントです。洞爺湖でやりたいと考えていたものが形になり、地域の活性化に繋がっていただきたいと思います。

興味のある人は、地域おこし協力隊坂本 (☎ 090-1287019923) までお問い合わせください。

## 「巨大噴火・津波の痕跡と、遺跡を巡る旅」参加者募集！

噴火湾沿岸では豊かな海の恵みに支えられ、ずっと昔から人々の暮らしが続いてきました。ここ数年、北海道博物館や伊達市噴火湾研究所による研究が進み、異常な規模で起こった自然災害と、それを乗り越えてきた人々の姿が明らかになりつつあります。縄文時代を代表する「入江・高砂貝塚」、有珠山噴火災害の歴史を残す「文政火砕流の碑」「アルトリ海岸」「カムイタプコプ遺跡」を周るバスツアーに参加してみませんか？



調査が進むカムイタプコプ下遺跡  
(伊達市有珠地区)

日 時：10月13日(土) 9時～12時  
集合場所：洞爺湖町役場駐車場  
対 象：どなたでも(ただし内容は中学生以上です)  
参 加 費：無料！  
申 込 先：洞爺湖有珠山ジオパーク推進協議会(☎74-3015) mail: info@toya-usu-geopark.org  
定 員：40人※定員になり次第、受付を締め切ります。  
主 催：北海道博物館  
共 催：洞爺湖有珠山ジオパーク推進協議会

## 抽選で当たる!!

## 洞爺湖町 オリジナルエコバッグで「大地の物語」をPR!

洞爺湖周辺の実り豊かな大地をもっと宣伝したい! という思いから生まれた、洞爺湖町オリジナルエコバッグ「大地のポケット」(3種類のいずれか1枚)を抽選で6名にプレゼントします。ぜひ、このバッグを持ち歩いて「世界ジオパークの町」の宣伝にご協力ください!

ご希望の人は、はがきかファクス、もしくはEメールで、下記内容をご記入のうえご応募ください。9月分の締切は9月25日(火)の消印まで有効です。当選は発送をもってかえさせていただきます。

※一度当選された人は対象となりませんのでご注意ください。



バッグのサイズは横  
幅35cm、まち幅は約  
12cmです。

図柄は絵本『11万年のうえの一日』から、「小幌海岸」「リンゴ畑」「洞爺湖温泉」の3種類。※図柄の指定はできません

1. 応募者の名前
2. 連絡先電話番号
3. 届け先の住所(洞爺湖町内に限ります)
4. ジオクイズの答え

<ジオクイズ>  
洞爺湖町にある国指定の縄文遺跡は「〇〇・高砂貝塚」。〇〇に当てはまる文字はなんでしょう?

※答えはこのジオパーク通信内にあります。よ〜く読んで答えてね。

～ 応募先 ～ 〒049-5692

洞爺湖町栄町58番地 洞爺湖町役場ジオパーク推進課

※ファクスは Fax 76-4727 まで

※Eメールは info@toya-usu-geopark.org まで

ジオパークとは、大地の成り立ちと、自然、人間とのつながりを楽しく学ぶことができる地域のこと。国内には「ユネスコ世界ジオパーク(国際認定)」が9地域、「日本ジオパーク(国内認定)」が43地域あります。

# イベントカレンダー

イベントカレンダーの見方 **時** 時間 **所** 場所 **詳** 詳細

9月10日(月)	<b>フッ素塗布</b> 時 13:00～15:00 所 健康福祉センター(☎76-4006)
11日(火)	<b>脳の健康教室</b> 時 9:30～11:15 所 健康福祉センター(☎76-4363<社会福祉協議会>)
11日(火)～13日(木)	<b>結核・肺がん検診</b> 所 虻田地区(☎76-4006<さわやか>)
12日(水)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 入江保育所(☎76-4317) <b>げんきクラブ</b> 時 13:30～15:30 所 洞爺温泉病院(☎76-4006<さわやか>)
13日(木)	<b>はつらつパパ・ママの子育てセミナー</b> 時 10:00～11:30 所 健康福祉センター(☎76-2008<子育て支援センター>)
14日(金)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 本町保育所(☎76-2673)
15日(土)～16日(日)	<b>収穫うまいもの市</b> 時 15日(土) 10:00～16:00 / 16日(日) 9:00～15:00 所 とうや水の駅ふれあい広場(☎82-5277<NPO 洞爺まちづくり観光協会>)
15日(土)	<b>行政に関わるくらしの無料相談会</b> 詳 p18 <b>十五夜お月見だんご</b> 時 10:00～12:00 所 洞爺財田自然ハウス(☎82-5999)
18日(火)	<b>脳の健康教室</b> 時 9:30～11:15 所 健康福祉センター(☎76-4363<社会福祉協議会>)
19日(水)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 桜ヶ丘保育所(☎75-2088)
20日(木)	<b>コグニの集い</b> 時 13:30～15:30 所 洞爺湖交流センター2階(☎76-4363<社会福祉協議会>)
21日(金)	<b>無料法律相談会</b> 詳 p18 <b>フッ素塗布</b> 時 13:00～14:30 所 洞爺ふれ愛センター(☎76-4006<さわやか>)
22日(土)	<b>外来種バスター～秋の陣～オオハンゴンソウ駆除</b> 時 9:30～12:00 所 洞爺湖ビジターセンター・火山科学館(☎75-2555)
23日(日)	<b>アイヌ民族伝統儀式 カムイノミ・イチャルパ</b> 時 11:00～ 所 歴史公園(☎74-3001<健康福祉課福祉・高齢者グループ>)
24日(月)	<b>第23回洞爺湖町フォーターマラソン駅伝大会</b> 時 9:30～11:00 所 虻田ふれあいセンター(☎75-4400<観光振興課内洞爺湖町陸上競技協会 田仁>)
25日(火)	<b>脳の健康教室</b> 時 9:30～11:15 所 健康福祉センター(☎76-4363<社会福祉協議会>)
26日(水)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 洞爺保育所(☎82-5559) <b>げんきクラブ</b> 時 13:30～15:30 所 健康福祉センター(☎76-4006)
28日(金)	<b>洞爺地区健康相談</b> 時 9:30～11:30 所 洞爺総合支所(☎82-5111)
29日(土)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 本町保育所(☎76-2673) <b>北海道教育大学ミュージックキャラバンプロジェクト2018</b> 詳 p15
30日(日)	<b>とうや湖月浦ワイン&amp;グルメ祭り</b> 詳 ピックアップイベント <b>いぶり歌・踊りまつり</b> 詳 ピックアップイベント
10月2日(火)	<b>秋の町内一斉清掃</b> 時 7:00～ 所 洞爺湖町内(☎74-3006<環境課>)
3日(水)	<b>脳の健康教室</b> 時 9:30～11:15 所 健康福祉センター(☎76-4363<社会福祉協議会>)
3日(水)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 本町保育所(☎76-2673)

4日(木)	<b>無料法律相談会</b> 詳 p18
5日(金)	<b>洞爺地区健康相談</b> 時 9:30～11:30 所 洞爺総合支所(☎82-5111)
6日(土)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 本町保育所(☎76-2673)
6日(土)～19日(金)	<b>第12回町民ギャラリー展 洞爺湖町小・中学生作品展</b> 詳 ピックアップイベント
6日(土)	<b>洞爺湖町地域食堂ほのぼの秋祭り</b> 詳 ピックアップイベント
8日(月)	<b>とうや湖スポーツまつり2018</b> 時 9:00～12:00 所 あぶた母と子の館(☎74-3010<社会教育課>)
9日(火)	<b>脳の健康教室</b> 時 9:30～11:15 所 健康福祉センター(☎76-4363<社会福祉協議会>)
10日(水)	<b>保育所開放</b> 時 10:00～11:30 所 入江保育所(☎76-4317) <b>げんきクラブ</b> 時 13:30～15:30 所 洞爺温泉病院(☎76-4006<さわやか>)
11日(木)	<b>洞爺温泉病院ホスピス緩和ケア病棟見学会</b> 詳 p15

## ≫ ピックアップイベント

### クライミングウォール完成

虻田ふれあいセンターロビー内にクライミングウォールが完成しました。利用を希望する人は、クラブの定める誓約事項に承諾の上、署名が必要になります。

■日 時 9月12日(水) 19時～21時

毎週水曜日一般開放

■場 所 虻田ふれあいセンター

■問合せ 洞爺湖クライミングクラブ事務局  
(☎76-2311<洞爺湖町商工会>)

### とうや湖月浦ワイン&グルメ祭り

- ・幻のとうや湖黒毛和牛と洞爺湖町産の秋野菜セット  
前売券 1,600円 当日券 2,000円
- ・豊浦産 SPF 豚と洞爺湖町産の秋野菜セット  
前売券 1,200円 当日券 1,500円
- ・月浦ワイン 360ml ボトル 赤/白  
ボトル販売のみ前売券 1,000円

※前売券と当日券は数量限定

■日 時 9月30日(日) 10時～15時

■場 所 洞爺湖汽船駅前棧橋前特設会場

■問合せ 洞爺湖町商工会(☎76-2311)

洞爺湖温泉観光協会(☎75-2446)

### いぶり歌・踊りまつり

舞踊、カラオケ、民謡、太極拳、フォークダンス、フラダンスなど盛りだくさんのステージ発表です。

■日 時 9月30日(日) 12時～

■場 所 洞爺湖文化センター

■料 金 無料

■問合せ 洞爺湖町文化団体協議会 葛西和彦(☎76-2761)

### 洞爺湖芸術館からのお知らせ

第12回町民ギャラリー展 洞爺湖町小・中学生作品展

■日 時 10月6日(土)～10月19日(金) 10時～16時

■場 所 洞爺湖芸術館1階 町民ギャラリー室

■表彰式 10月6日(土) 13時～ とうや水の駅2階

■問合せ 洞爺湖芸術館(☎87-2525)

### 洞爺湖町地域食堂ほのぼの秋祭り

■日 時 10月6日(土) 12時～14時30分

■場 所 洞爺湖町地域交流センター

■料 金 無料

■問合せ ほのぼの事務局(☎080-3294-7355)



# 夏

## 洞爺湖町の夏

町内各地域で洞爺湖町の夏を彩るイベントが行われました。神輿や盆踊り、屋台など地域色あふれるお祭り。たくさんの人が訪れた各イベントを写真で紹介します。



### 写真説明

1 とうや子ども共和国 2~4 洞爺夏まつり 5 にぎわいまつり2018&ビアガーデン 6・9 虻田神社例大祭 7 2018 洞爺湖温泉夏祭り 8 薬師の日 湯かたまつり



糖尿病治療をきっかけに始め

全国大会出場

profile

昭和51年6月14日生まれ。趣味は音楽鑑賞。時間があれば、ヘヴィメタルからクラシック音楽までさまざまなジャンルを楽しむ。虻田5区在住。42歳。

Spotlight

スポットライト



パワーリフティングで全国大会出場

木藤大幹さん

9月8日、9日に江別市で行われた、パワーリフティングの全国大会第23回ジャパンクラシックマスターズ選手権大会男子120キロ超級に初出場しました。パワーリフティングは、バーベルを肩に担いで立ち上がり「スクワット」、あおむけになり胸の上で持ち上げる「ベンチプレス」、床から引き上げる「デッドリフト」の3種目で合計重量を争う競技です。室蘭市出身で、青森県の大

学を卒業後、水道事業の会社に就職し、平成25年に洞爺湖町へ転勤しました。同じ頃、糖尿病を発症。筋力トレーニングが改善に効果的だと聞き、会社の同僚の勧めで川越トレーニングジムに通い始めました。

「最初はバーベルの重りを外した20キロのシャフトもまともに上げられませんでした。でも、病気のために諦める選択はありませんでした」

トレーニングを重ねていくうちに、今まで持ち上げるこ

とができなかった重さを持ち上げられる達成感で競技に夢中になりました。昨年5月、初参加したアマチュア大会で準優勝し、普段の練習とは違う大会の雰囲気の魅力を感じました。昨年10月には、江別市で行われた全道大会で公式戦デビューを果たし、今回が全国大会初挑戦です。

「ライバルができたので、今回はその人に勝つことが目標。今後は国際大会出場も視野に入れていきます」と気合も十分。

ジムの川越代表も「木藤さんはメンタル面が強く、本番で一番力を発揮できるところがすごい」と話します。

競技を始めて5年。糖尿病は徐々に改善してきています。

「持病があってもここまで挑戦できることを知ってもらいたいですね」

現在は週2回、ジムに通い、健康維持と各大会で結果を残すため、トレーニングに励んでいます。

東奔西走

ト ラiasロンを初めて近くで見て、とても過酷なスポーツだと感じました。競技終了後のパーティーに参加した選手の達成感に満たされた笑顔がとても印象的でした。(C.K)

夏を感じるお祭りが盛りだくさんでした。夏はイベントが多くて取材は大変ですが、関わる人の情熱や子どもたちの楽しそうな笑顔を見ると元気をもらいます。(H.S)

今月のワンショット



地域おこし協力隊主催のめざせ100人! タオヨガ



2018年は北海道150年  
Hokkaido's 150th Anniversary

