

広報

Numata

public relations

【こうほう・ぬまた】

Nov.2006 No.503

11



沼田町公式ホームページ

<http://town.numata.hokkaido.jp>

沼田小学校合宿通学(9/25~30)

第4回臨時議会開催 沼田町就業支援センター関連 補正予算を可決



就業支援センター関連で議論がなされた臨時議会

十月十六日、臨時議会が開かれ、法務省が町内に設置を計画している「就業支援センター」に関連する実習農場の整備費の一般会計補正予算が全議員の賛成で可決されました。

実習農場の整備 2カ年で実施へ

臨時議会では、慎重審議され、全議員の賛成で補正予算が可決されました。

臨時議会で西田町長は「農場整備と平行して、町民の不安を解消するため、安心・安全を保障する協定書を法務省と結ぶほか、施設の内容等については町づくり懇談会で説明していきたい」と話していました。

補正予算の可決により、実習農場施設（牛舎）の建設工事などが始まり、来年の開所入所者の受入に向けて動き出す形になりました。

実習農場の整備は来年度まで二年間で行われ、今回可決されたのは十八年度分の三千六百九十六万円で、牛舎の建設やシイタケ栽培施設の実施設計などとなっています。

財源については、国の補助金が千八百四十七万円、起債

（過疎債）千七百五十万円、一般財源が九十九万円となっています。

なお、本年度の工事の詳細については次のとおりです。また、実習の農場の場所については一部変更になりましたので、お知らせいたします。

本年度の主な事業

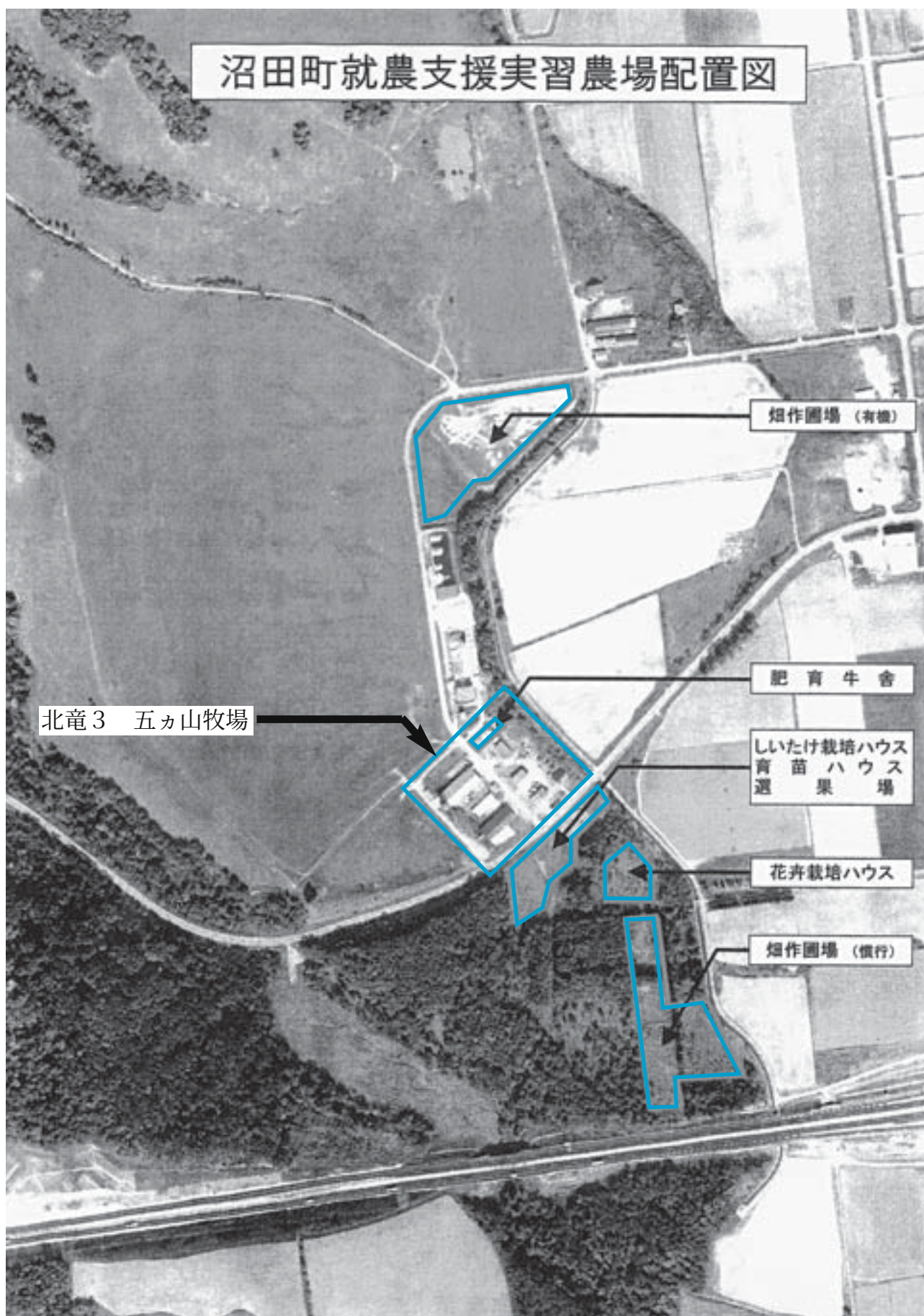
◆椎茸発生棟実施設計

◆地質調査委託料

◆農業用施設設置基礎工事
（牛舎）

◆農業用施設設置上部工事
（牛舎）

実習農場整備場所も一部変更



新しくなる！！ 白樺館魅力倍増・・・

12月下旬一部リニューアルオープン（予定）

ほろしん温泉白樺館のリニューアル工事が10月16日（月）より着手されました。

リニューアル工事完成までの間、町民の皆様方には多大なご迷惑をおかけいたしますが、工事期間中ご利用できる場所は別表のとおりですので今後ともご利用の程お願い申し上げます。

さて、リニューアル工事の概要でございますが5本柱により実施されます。

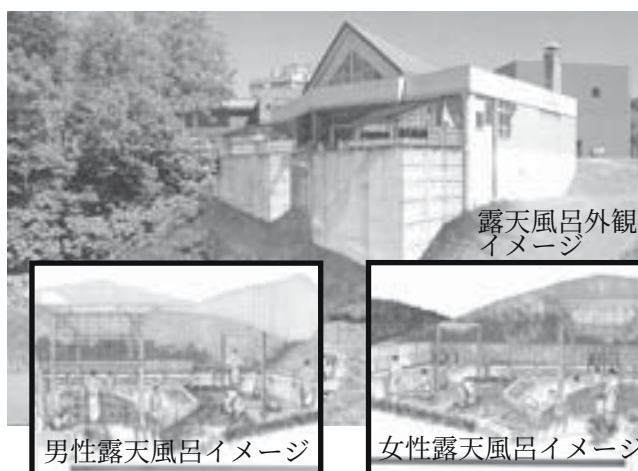
（その1） 北投石を利用した他にはない岩盤浴（北海道初システム）を導入決定！

＝12月23日オープン（予定）＝

秋田県玉川温泉で知られる「北投石」を使用し3つの方法で体を癒します。

- ①飲 む→北投石の効果を持った水を飲み、体の中から元気してくれます。
- ②吸 う→北投石の効果を持った水を室内に噴霧（ミスト状）し、呼吸することで体内細胞に刺激を与えてくれます。
- ③温める→温めた床（ブラックシリカ使用）に横になることで、温熱療法の効果が期待できます。

（その2） 全面リニューアルの露天風呂！ ＝来年3月下旬オープン（予定）＝



眼下に広がる大自然を男女それぞれが満喫いただけるような空間となっています。

浴槽には電気風呂
スペースも新設して
益々魅力アップ。

（その3） 無料休憩室スペースが倍増！

＝12月23日オープン（予定）＝

日々の疲れを癒すためにごゆっくりとお休みいただけるよう十分な広さを確保して益々充実。

（その4） 体を癒すマッサージルームを新設！

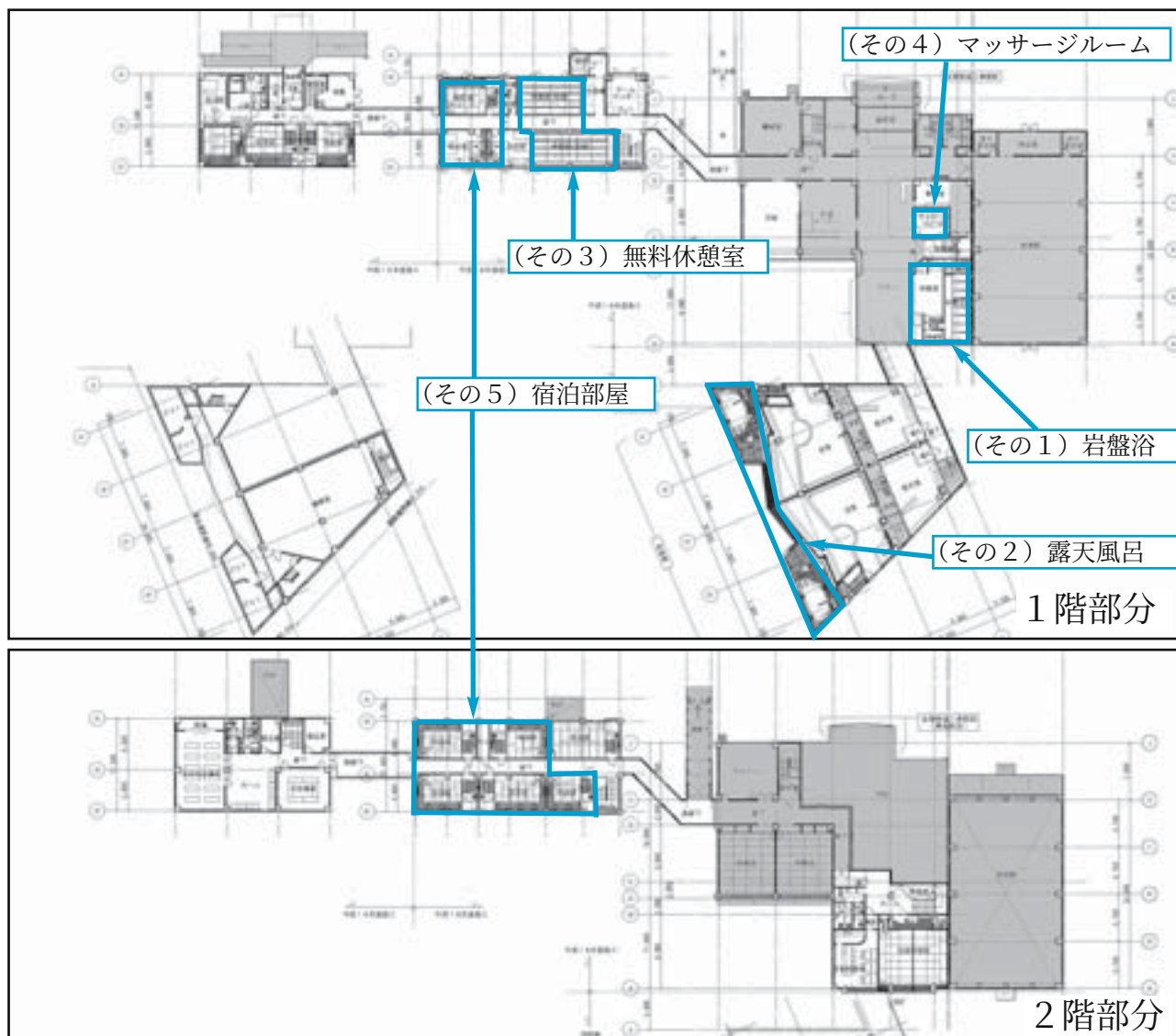
＝12月23日オープン（予定）＝

日頃の疲れを癒し、リラクゼーションを高めるために個室のマッサージルームを新設、リラックスして体を癒す空間を提供いたします。

（その5） 快適になる宿泊部屋！

＝12月28日オープン（予定）＝

各客室にはトイレ・洗面所を完備し、和室・洋室の2タイプをご用意いたします。



★営業概要★

	施設名	オープン予定日
第一次 オープン	大浴場	大浴場は工事期間中、今まで通りご利用できますが、12月10日～20日までの11日間はご利用できません。
	岩盤浴	12月23日よりご利用いただけます。
	マッサージルーム	
	喫煙ルーム	
	ゲームコーナー	
	軽食明日萌	
	日帰休憩室	
	宿泊部屋 (白樺館)	12月28日よりご利用いただけます。
第二次 オープン	露天風呂 電気風呂	平成19年3月下旬よりご利用いただけます。
ほたる館	宿泊部屋	白樺館工事期間中は、今まで通りご利用できますが、12月10日～20日までの11日間はご利用できません。
	宴会場	
	レストラン	
	会議室	
	売店	

※12月10日(日)～12月20日(水)までの11日間は「ほたる館・白樺館」全館休業日となります。

たくさんの魅力アイテムをご用意し、皆様方をお待ちしておりますのでお楽しみにお待ち下さい。
 ★工事に関するお問合せ先 ほろしん温泉ほたる館 電話35-1188
 役場建設課 電話35-2116

「安全運転でお願いを！」 沼田ライオンズクラブ街頭啓発

沼田ライオンズクラブ（山田英次会長）が交通安全街頭キャンペーンを10月10日、本通3丁目の国道275号線で行われ、会員たちが安全運転を呼びかけました。

街頭啓発は毎年実施しているもので、交通安全のタスキをかけ街頭に立ってドライバーに交通ルールとマナーを呼びかけることで、安全運転を心がけてもらおうというものです。

参加したのは会員13人と沼田警察署の4人。署員がドライバーを呼びとめ、会員が缶ジュースとティッシュ、交通安全チラシのセットを配布し、「安全運転をお願いします。」と言添えて、送り出していました。



安全を呼びかける会員ら

11 MONTH NUMATA TOWN NEWS

最近のまちのニュース

夜高あんどん祭り30回記念 上方演芸会が沼田町で公開録音

夜高あんどん祭り30回を記念して、NHKのラジオ番組「上方演芸会」の公開録音が9月29日、町民会館で行われました。

午後6時の開場に約400人の観客が訪れ、ゲストで出演した「酒井くにお・とおる」「ザ・ぼんち」「横山ホットブラザーズ」の漫才を最後まで楽しんでいました。



上方演芸会を楽しんだ観客

「みんなで協力、炊事・洗濯」 沼田小学校が合宿通学

沼田小学校（天野政俊校長）4～6年生の児童21人が、9月25日から30日まで町民体育館研修棟に合宿しながら通学しました。

子どもたちだけで生活しながら、家事をこなすことで親の大切さを知ってもらおうと希望者を募って5年前から実施しています。子どもたちは班に分かれ、下校すると洗濯や食事の買出し、調理など、すべての家事を協力して行っていました。

今回の合宿は、浅井学園大学が全面的に協力し、教員志望の学生8名が各班に付き添い、児童とふれあいました。子どもたちは「友達といっしょに生活できるので楽しい」と話していました。



みんなで夕食の準備をする児童ら

高齢ドライバーが任意で講習 自動車学校で認定教育

高齢者ドライバーを対象にした認定教育が9月22日、町立沼田自動車学校で行われ、74歳から78歳までの6名が参加しました。

免許更新の際に、高齢者講習の場合は誕生日前2ヶ月と後1ヵ月間に3時間の講習が必要となるが、認定教育は任意に受講でき、免許更新の6ヶ月以内に4時間の講習を受ければ、高齢者講習の受講が免除されます。

高齢者事故の多くは、加齢による認知・判断に必要な身体機能の低下が影響しているといわれていることから、高齢運転者一人ひとりに身体的機能の現状を自覚して頂くことなどを目的に開催されています。



講習を受ける高齢者ドライバー

11 MONTH NUMATA TOWN NEWS

最近のまちのニュース

HBCラジオパーソナリティー松永俊之さん 町民パークゴルフでプレーを満喫

9月27日、HBCラジオパーソナリティーの松永俊之さんとツアーで来られた65人の方たちが秋空のもと、町民パークゴルフ場でプレーを満喫されました。

このツアーは、毎年開催され、HBCの松永さん主催で大会が行われており、今年は層雲峡で大会が開催され、前日にツアーの方たちと沼田でプレーされました。



プレーを楽しまれた松永俊之さん

秋の味覚に1000人賑わう 第11回紅葉まつり

ほろしん温泉ほたる館が主催した第11回紅葉まつりが10月8日、同温泉の体育館で行われ、約1000人が秋の味覚と各種催し物を楽しみました。

当日は、あいにくの天候で会場は室内に変更されましたが、家族連れで賑わい、屋台広場では毎年評判の「雪中そば倶楽部」が手打ちそばの実演販売をしたほか、地場野菜を具材に使ったピザなど、工夫を凝らしたメニューが並び大好評でした。

また、イベントとして豪華景品が当たるラッキー抽選会や多彩なゲームが行われ、会場は最後まで盛り上がりを見せていました。



大勢の人でにぎわった紅葉まつり

第37回北空知中体連駅伝大会 沼田中学校男子チームが優勝

第37回北空知中体連駅伝大会が9月14日、妹背牛町で開催され、沼田中学校からは男子2チーム・女子1チームが出場し、男子Aチームが見事に優勝を飾りました。

メンバーは、区間順に長沢祐介君（2年）、栗中豪士君（3年）、小西貴士君（1年）、久保新太君（2年）、畠山琢磨君（2年）、新川高史君（3年）の6名。2区間から5区間までの選手が区間賞となり、2位とは17秒差で優勝しました。

選手達は、15日、優勝の報告に教育委員会を訪れ、松田教育長より「来月の全道大会も頑張ってください」との激励を受け、選手代表の栗中君は「強いチームに食い付いて行けるよう頑張ります」と全道大会への抱負を述べていました。



優勝報告する生徒たち

斉藤文夫さん作成の「黄金水車」 ほたる館に寄贈展示

斉藤文夫さん（旭町東：58歳）の作成した水車がほろしん温泉ほたる館に寄贈されました。

斉藤さんは、目が不自由な状態でありながら、現在まで自宅の車庫を作業場として木工作品を作成しています。

今回の作品は、今年の5月中旬から取り掛かり、約4ヶ月間をかけて完成させたもの。どこかで展示できるところを探していた際にほたる館への展示が決まり、9月27日に寄贈されました。ほたる館の横山専務により「黄金水車」と名付けられた水車はほたる館のロビーに展示され、来館した方々の目を引いています。

次の作品についても「冬の間に考え、来春から取り組みたい」と意欲を見せていました。



寄贈された「黄金水車」

ゆめつくる 図書館 だ よ り

☆図書館に展示してあります☆

『ねずみくんのチョコッキ デザインコンクール』作品

絵本「ねずみくんのチョコッキ」にでてくるねずみくんは、いつも赤いチョコッキを着ています。そんなねずみくんにみんなで新しいチョコッキをデザインしてあげました！小学生・中学生がデザインしたもの、親子でデザインしてくれたもの、かわいい・かっこいいチョコッキがたくさんあります！ねずみくんには、どれが似合うと思いますか？



『ポスターコンクール ～わたしの好きな本～』作品

小学生のみんなが、自分の好きな本の絵を描いてくれました。オススめのところも一言書いてあるので、興味のある方は本を借りて読んでみてくださいね！



10月27日～11月9日まで
秋の読書習慣です

秋の夜長、本を読んで
過ごしませんか？

図書館からの お知らせ

利 用 案 内

月～木曜日……………10：30～18：30
金曜日……………10：30～20：30
土・日・祝日……………9：30～17：00

1人10冊 2週間

新しく 入った本

一 般 書

家裁の人……………魚戸 おさむ
ありふれた風景画……………あさの あつこ
ひとつ灯せ……………宇江佐 真理
ダークネス……………倉阪 鬼一郎
ぼくだけの☆アイドル……………新堂 冬樹
ピース……………樋口 有介
覚えていない……………佐野 洋子
中高年パワーが学校とまちをつくる……………岸 裕司
憑かれた鏡……………E.ゴーリー

児 童 書

風船でつくろう！たのしい動物園……………高田 佳子
ごみを拾う犬もも子……………中野 英明
ウィッシュハウス……………セリア・リーズ
パイレーツ・オブ・カリビアン3……………ロブ・キッド
デモナータ3幕……………ダレン・シャン

幼児の絵本

さくらとかえる……………にしはら 京
あなたはだあれ？……………五味 太郎
ジャッキーのうんどうかい……………あだち なみ
ぼくのおじいちゃん……………伊藤 美弥子
あかりをけして……………アーサー・ガイサート



『ぐりとぐらの世界』が展示されました！

図書館へ

行こう！



第一回図書館 フェスティバル開催

十月一日（日）から十月七日（土）までの一週間、沼田町図書館では図書館フェスティバルを開催いたしました。色々なイベントに、たくさんのこどもたちや親子など、延べ二百人が参加してくれました！七日のフェスティバル最終日には古本市を開催し、こどもから大人まで本に親しんでいただけたのではないかと思います。

また、六月から実施した『本をよもう』の抽選会も行なわれ、『本をよもうキャンペーン』の抽選会も行なわれ、キャンペーン参加者の多くの方に集まりました。

『本をよもうキャンペーン』や図書館フェスティバルを通し、たくさんの方に図書館を利用していただきました。これからも、ぜひ図書館を利用してくださいます。

図書館フェスティバルのようす

図書館フェスティバル 一週間のイベント

10月1日(日)

- 人形劇
- 図書館クイズ
- お菓子作り
- 映画会

10月2日(月)

- マジックバルーン体験

10月3日(火)

- 小麦粉粘土で遊ぼう

10月4日(水)

- パネルシアター

10月5日(木)

- ねずみくんのチョッキデザイン

10月6日(金)

- 図書館をかざろう

10月7日(土)

- 古本市

- 屋台コーナー

- ポスターコンクール表彰式

- ねずみくんのチョッキデザイン
コンクール表彰式

- 『本をよもうよキャンペーン』
抽選会

十月一日 人形劇



渡辺先生の楽しい人形劇

深川の劇団ぼっぼ座から渡辺先生と劇団ジュニア部の小学生がきて、人形劇『ふしぎなかばん』を披露してくれました。
かばんの中から色々なものがでてきて、こどもたち

にクイズをだしたり、見てい
る人が参加できる人形劇に、
こどもたちは夢中で楽しんで
いました。

十月一日 お菓子作り

絵本『ぐりとぐら』の中に
でてくるカステラをみんな
作りました。カステラを焼い
ている間は、みんな布で
きたアンパンマンかるたを
して楽しめました。
どのグループもおいしく焼
けて、みんな大満足！ぐりと
ぐらのように、お料理するこ
とと食べることが大好きにな
りました。



『ぐりとぐら』のカステラ作り

十月二日 マジックバルーン体験

こどもたちと風船で動物を
作りました。秩父別から四人
の先生がきてくださり、色ん
な動物がたくさんできました。
こどもたちは風船が割れない
かドキドキしながら、一生懸

十月六日 図書館を飾ろう

小学校の図書委員のこども
たちがきて、オススメの本の
ポップを作ってくれました。
みんな読んでくれるとい
いね！



ポップを作ってオススメ本を紹介



はじめてのバルーンアート

ポップアップ絵本 布絵本展示

ポップアップ絵本は北海道
立図書館から、布絵本は奈井
江町図書館からお借りしまし
た。
とびだすしに、こども
たちはびっくり！



布でできたカルタに興味津々

十月七日 古本市

フェスティバル最終日には、
古本市を開催しました。



沢山の本が集まりました！

自然と融和した温泉郷 ほろしん温泉ほたる館

ほたるの里



◆ほたるの里川柳

へ夏の部

入選作品ご紹介

お題へ夏

ほたる

- 流れ星！ 叫んで見れば
ホタルかな
- なつけしき ほたるを
ながめ さけすむ
- 夢や思い出 数々のせて
今年も夜空に 舞うほたる
- 夜のなごり ほたると入る
露天風呂
- 風そよぎ 君へと向かう
このホタル

※秋の部 お題へ秋「自分で思うもの、感じるもの」で募集しております。
十一月十五日まで募集いたしておりますのでお気軽にご応募下さい。

イベントのご案内

・かぼちゃの重量当クイズ

ジャンボかぼちゃの重量を予想して、応募していただくだけです。
的中の方には宿泊券を差し上げます。
応募期限 11月15日(水)まで



11月 5日(日)・・・「ほたる寄席」
18日(土)・・・「麻雀大会」
毎週水曜日・・・「ペアの日」
第2木曜日・・・「レディースデー」

【レストランせせらぎ】からのご案内

◆Happy Halloween◆

・ハロウィンクッキー プレゼント

「〇〇〇〇 or 〇〇〇〇」のあの一言で期間中、レストランで従業員の手作りクッキーがもらえます

・ハロウィンデザート

※期間限定ですでお早めに！！

・ジャックランタン

従業員がカービングしたユニ

ークな**おぼけかぼちゃ**が皆様をお迎えいたします



宿泊予約状況

下記の予約状況は、平成18年10月1日現在の宿泊予約状況です。キャンセル等で予約できることもあります。また、会議室、宴会場の予約は含まれておりませんのでお問い合わせ下さい。

11月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			○	○	○	×
5	6	7	8	9	10	11
○	○	○	○	○	○	△
12	13	14	15	16	17	18
○	○	○	○	○	△	×
19	20	21	22	23	24	25
○	○	○	○	○	○	○
26	27	28	29	30		
×	○	○	○	○		

12月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					○	○
3	4	5	6	7	8	9
○	○	○	○	○	○	△
10	11	12	13	14	15	16
休館						
17	18	19	20	21	22	23
休館				×	×	×
24	25	26	27	28	29	30
×	×	○	○	○	○	○
31						
○						

1月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	○	○	○	○	○	○
7	8	9	10	11	12	13
○	○	○	○	○	○	○
14	15	16	17	18	19	20
○	○	○	○	○	○	○
21	22	23	24	25	26	27
○	○	○	○	○	○	○
28	29	30	31			
○	○	○	○			

×＝満室 △＝残りわずか ○＝余裕あり

こちら 沼田警察署 35-3110

女性に対する暴力を
なくしましょう。

ストーリーによる被害や配偶者からの暴力で悩んでいませんか？

ひとりで悩んでいても何の解決にならないばかりか、これらの行為がやがて他の凶悪犯罪にも発展しかねません。プライバシーは守られますので、ひとりで悩まず、被害が深刻になる前に相談してください。

相談は、各警察署の相談窓口又は相談ダイヤル【#9110】へ。

被害者保護のための住民基本台帳閲覧制限支援が実施さ

れています。これは、ストーリーや配偶者暴力を受けている被害者及び被害者と同居する方の居所を加害者に知られないようにするため、住民基本台帳の閲覧制限を行う制度です。詳しくはお近くの警察署、駐在所、役場にお尋ね下さい。



指名手配被疑者の捜査にご協力下さい。

～ピンときたら110番～

○指名手配犯人検挙にご協力を
本年十一月に全国警察の総力を挙げて指名手配犯人の追跡捜査を行います。一人でも多くの指名手配犯人を検挙するためには、町民皆さんのご協力が必要です。

逃走中のオウム真理教関連事件の犯人を含め、指名手配犯人に関する情報は、どんな些細な事でも警察に通報するようお願いします。

○捜査活動にご協力を

最近、背景や動機が判然としない凶悪犯罪、金融機関・コンビニ等に対する強盗事件、暴力団や来日外国人等による組織的な窃盗事件が多発しています。

犯人を検挙し事件を解決するためには、捜査に対する町民のご理解とご協力が欠かせません。皆さんからの不審者、不審車両等の通報により、事件を解決した例がたくさんあります。

事件に関する通報は、ためらわず、どんな些細なことでも是非通報をお願いいたします。



被害相談窓口を利用下さい。

○被害者等のための各種相談窓口をご存知ですか？

警察では事件や事故の被害に遭った方や家庭内暴力、ストーリーカー、お子さんのいじめ問題などで悩んで

いる方などの相談を受け付けています。また、事件や事故による心の傷が癒されず悩んでいる方のために、民間被害者相談窓口のカウンセラーがあなたの話をお聞きします。事件や事故でお悩みのあなた、勇気を出してダイヤルを

各種相談窓口

【被害者相談】

○札幌

- ◆性犯罪・少年相談110番（フリーダイヤル）・・・0120-756-310
- ◆少年相談110番（フリーダイヤル）・・・0120-677-110
- ◆暴力相談電話・・・0120-222-0200

○函館・旭川・釧路・北見方面

- 性犯罪・少年相談110番（フリーダイヤル）・・・0120-677-110

○旭川中央警察署被害者専用電話・・・0166-22-7000

【一般相談】

○専用電話・・・#9110

- 札幌・・・011-241-9110
- 函館・・・0138-51-9110
- 旭川・・・0166-34-9110
- 釧路・・・0154-23-9110
- 北見・・・0157-24-9110

【民間被害者相談電話】

- 北海道被害者相談室・・・011-232-8740
- （財）北海道暴力追放センター・・・0120-210-490
- 北海道交通安全活動推進センター・・・011-233-2543



メタボリックシンドロームに ご 注 意 !!

シリーズⅡ：～やっぱり食事が基本でしょう～

前号から4回シリーズの予定でメタボリックシンドロームについて特集しています。シリーズⅠとなった前号では、お腹周りに脂肪(内臓脂肪)がたまる腹部肥満に、たとえ軽度であっても高脂血症、高血圧、糖尿病といった生活習慣病を1人で2つ以上持っている状態が、循環器病(心臓病、脳卒中)を進行させてしまう危険が非常に高まる状態をメタボリックシンドロームであると、その病態についてお知らせしました。シリーズⅡの今回は、予防には欠かせない食事について取り上げてみたいと思います。

はじめに…

中性脂肪とは

肝臓で合成され、血液で全身に運ばれてエネルギーとなります。エネルギーとして使われなかった余分なものは皮下脂肪として蓄積され、その蓄えが過剰になると肥満などの原因になります。

なぜ内臓脂肪が問題なのか？

お腹周りにたまった内臓脂肪は、皮膚の中にたまる皮下脂肪と違って次のような特徴的な性質を持っているため問題なのです

①中性脂肪をためやすく分解しやすいから

中性脂肪の分解により **脂肪酸** が発生！！

この脂肪酸が悪さをする！！

●糖を分解する **インスリンの働きを低下させ**、結果的に血糖値を上昇させる

●肝臓に取込まれて **中性脂肪の合成に再利用** される

②血圧や血糖を上昇させる様々な物質を発生させるから

※逆に、血糖値を下げる働きを持つ物質の分泌を減らしてしまうこともあります

以上の事からも内臓脂肪の蓄積は**悪循環**を招く事が分かります。**上流を正して下流も正していく**が必要です。

では、なぜ内臓脂肪がたまるのか？

食事から摂るエネルギー(摂取エネルギー)と、運動や生活の中で使うエネルギー(消費エネルギー)のバランスが摂取エネルギー側に偏ってしまう事が主な原因と考えられています。又、基礎代謝(生きていくうえで最低限必要なエネルギー、つまり何もしない状態で消費されるエネルギーのこと)の低下も原因と考えられます。これは、エネルギーが主に筋肉で燃やされる事と関係し、加齢による筋肉量の低下が燃やすエネルギーの減少へとつながってしまいます。



では、内蔵脂肪を減らすにはどうすればいいのか？

摂取エネルギーと消費エネルギーのアンバランスからも考えられるように、『もっと運動の機会を増やして食べ過ぎには気を付ける』という事は皆さんすでに理解している事で、従来言われてきた事でもあります。しかし、口で言うのは簡単だが実行は難しい…のが現状なのではないでしょうか。いきなり高い目標を設定しても継続するには想像以上のパワーを必要とする場合も多いです。まずは下記に示した項目から日頃の食事を振り返り、○か△の中から2～3個決めて実行してみましょう。



□にチェックしてみましょう！！

◎すでにできている ○出来そう △頑張ればできそう ×出来ない

□腹八分目にする

□1食にご飯は茶碗1杯、パンなら食パン1枚とする

□揚げ物(天ぷら、フライなど)は週に3回までとする



□牛乳、ヨーグルトを低脂肪にする

□マヨネーズ、ドレッシングは使いすぎない(低カロリー、ノンオイルにする)

□飲酒後にラーメン、お茶漬けなどを食べない

□外食では和定食を選ぶ

□丼物にご飯は全部食べずに残す



□甘い清涼飲料水を制限する



□お菓子、間食を制限する

□アルコールは1日1杯までにする



□酒のつまみは低カロリー食品にす

□休肝日を週に2日以上にする

□寝る2時間前までに食事を終える

□夕食後は食べない

□野菜を1日2回以上食べる



□魚料理は週4日以上とする

すでに配布しています広報7月号では1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかを示された**食事バランスガイド**について特集しています。バランスよく食事するための食べ物の組み合わせ方や年齢等に合わせた量が示されていますので、是非もう一度見返してみてください。

上記に提案した項目は今よりも食べる量を少なく、又食べ方のバランスをよくする効果があります。メタボリックシンドローム予防に欠かせない内臓脂肪減少のために、すでにメタボリックシンドロームに該当すると思われる方はもちろん、改善の必要性を感じている方々も早期の予防のきっかけとしてみましょう。

「メタボリックシンドロームにご注意！！」は全部で4回シリーズを予定しております。次回は、「シリーズⅢ：動かぬ体は肥満の基」です。

今年も「赤い羽根共同募金」に暖かい ご支援をお願いいたします。

今年も10月1日から12月31日まで赤い羽根共同募金が行われています。

赤い羽根共同募金に寄せられます皆様からの寄付金は、民間の社会福祉施設や社会福祉協議会をはじめ、小学校・中学校の児童や生徒におけるボランティア活動や、母子・父子家庭の交流会、お年寄りや身体にハンディキャップをもつ方々の移動のための「車いす用リフトつき車両」や、障害をもつ子供たちの早期治療等を行うため、また、近年ますます活発化する市民ボランティアやNPO団体による住民参加の諸活動への支援など、皆様の身近なところで役立てられています。「誰もが安心して暮らせるまちづくりのため」、皆様の暖かい思いやりを赤い羽根共同募金にお寄せ下さい。



すくすく育ってね

今月号の赤ちゃんです
よろしくね!

8月15日 藤村 秀美ちゃん (二女)
お父さん 恵秀 (市一北)
お母さん 昭子



8月23日 菅岡 佑来ちゃん (三女)
お父さん 宣行 (旭町西)
お母さん 美智子



8月22日 岩澤 桃杏ちゃん (長女)
お父さん 均 (緑ヶ丘)
お母さん 久子



おくやみ

氏名	月日	年齢	住所
齊藤仁三郎さん	9月24日	82歳	緑ヶ丘
樋口 鐵一さん	9月24日	105歳	旭町東
澤田 友吉さん	10月8日	95歳	緑ヶ丘
中澤 榮松さん	10月10日	89歳	北竜2

人の動き

人口 4,017人 (前月比 △2人)
(男 1,884人・女 2,133人)

世帯 1,688戸 (前月比 +3戸)
(平成18年10月1日現在)

交通事故死ゼロ

2651日

(平成18年10月1日現在)