

広報

public relations Numata

[こうほう・ぬまた]

Feb.2006 No.496

2

沼田町公武ホームページ

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

1月8日 成人式(ゆめつくる)

北海道沼田フェア」

「雪中米」が爆発的人気

昨年十二月に、管内では初めて台湾に沼田町のブランドである「雪中米」が輸出された事を機に、雪中米やトマトジューズなどの特産物の販路拡大や人的交流の促進を目的に一月二十一日、二十二日の両日、町内の生産者や農協職員など関係者十一人が現地台湾のスーパーで「北海道沼田フェア」を開催し、PRを行いました。

今回PRが行われたのは、「雪中米」など沼田の特産品を販売している台湾の食品スーパー「裕毛屋」一・二・五号店の三店で関係者がそれぞれ分かれて行いました。

「裕毛屋」は台湾第三の都市・台中市を拠点に六店舗を持ち、北海道産食品販売に力を入れている食品スーパーです。

本町の特産品の販売は昨年北海道東海大学馬淵教授の紹介により吉住商店の吉住社長や町職員が直接台湾を訪れてPRを行い売り込んだのがきっかけで、昨年十月以降にトマトジューズ「北のほたる」や昆布巻きなどの缶詰、「雪中米」など十一品目が出荷され販売されています。

北海道沼田フェアでは、台湾で雪中米の本格販売が始まることや、旧正月前であるため買い物客が伸びるこの時期



台湾でPR販売されている雪中米

にPRすることが効果的なことから、トマトジューズ「北のほたる」の試飲や雪中貯蔵したじゃがいものフライドポテトの試食、さらには雪中米をおにぎりなどにして現地の方々に沼田の特産を宣伝しました。

参加された生産者の方で販売ネットワークの中村秀子さんや横山喜代子さんは、日本をイメージさせる和服姿で現地の方と会話を大事にしながら特産品のPRを行いました。

現地での評判はよかったことから、今後のさらなる農産物の販路拡大や沼田への観光への足がかりになればと期待を込めていました。

今回、現地でのPRを契機に今後も継続して、農業関係者や商工関係者、行政が連携を図り台湾でのPRを行い、地元特産品の更なる販路拡大や、それを契機として沼田町に興味を持つてもらい人的交流の促進を図るなど地域の活性化に努めていきたいと考えています。

台湾で大盛況「北 地元の特産品をPR



試食でPRする生産者



興味深く雪中米を見つめる買い物客



大々的にPRした雪中米



農産加工場製品も



今回「沼田フェア」に参加された生産者や関係者



買い物客に説明をする関係者

「台湾」「裕毛屋」にて 販売ネットワーク

中村 秀子

二日間の「雪中米」PRで、同行して頂いた方々には、本当にお世話になり、ありがとうございます。

日本ということで、私たち二名の女性は、和服姿でPRさせて頂きました。当地での評判は、まあまあだったと思います。和服「日本」ということで、特に子供たちが興味を示し近づいて来てくれました。

「こんにちは！北海道の雪中米です」と一人一人に声をかけて試食して頂き「ありがとうございます」と言っていました。試食をしてくれる人、くれない人すべてに声をかけました。試食をしてくれる人には、必ず顔を見、目を見ながら挨拶をし、試食米を渡すと、九十五%の人は、快く受けて下さり、「グー」と親指を上に向けて「おいしい！」といってくれました。そんな時、すごく嬉しく感じました。

試食をして頂く時、特に感じたことは、大勢で入店して来ても、必ず一人一人に声をかけること、子供も大人と同じように挨拶をしてあげること、「こんにちは！」「ありがとうございます」は、はつきりと言つこと。

一人でも多くの方に試食してもらおうということですが、

必要以上にしつこくしないように、あくまでも、日本人としての好感を持たれるようにしながら、販売につなげていきたいと思いました。

私達二名店は、連携プレーが、とても良かったと思います。入口付近でチラシを説明しながら配る。その次は、その説明の試食米を渡す。（事前に説明を聞いていたのでスムーズに試食米に手が出るようでした）その次に、興味を示す方には、すぐそばの販売品の「雪中米」の所で、より詳しい説明をして頂く。そうして販売につなげる。このように、私達のチームは、それぞれの所で、個性を生かした最良のチームワークだったと思っています。店内は、日本の商品が、他にも数多く並ん



でいました。台湾の若者は、日本に憧れを持っていて、これからの台湾への商品の進出が楽しみです。沼田町でも「米」だけでなく、もっと多くの品物が輸出できることを願いつつ、一次加工品ならOKということなので、それに関して協力できることがあれば、協力したいと思っています。お店の方々に（裕毛屋）親切にして頂き、本当に楽し



く、良い思い出が私の おみやげです。今回が、きつかけの一つとして、台湾との交流がより良い方向に向かいますよう願っています。本当にありがとうございます。

台湾研修にて

HJY さくら 伊藤 淳

台湾の研修に参加させていただき、現地の環境や風土を感じることができました。特にスーパーでの沼田フェアでは、消費の動向、特に日本語を話せる地元の方々との会話やお互いにたどたどしい英会話の中から、台湾の消費者と



のつながりができたようにも思いました。「北海道ブランド」の位置づけが著しく高く評価されているのにも驚きでしたが、いわゆる「本物」を求められており、我々が今後台湾を初め農産物を輸出するものとしたときに、国内で生産するものと同様であることを基本であり、そのことを台湾の方々に理解していただくことが、重要だと感じました。

そして、スーパーの社長の意見も大変参考になり勉強をさせて頂きました。台湾の北海道ブームを最大限活用し、そのブームを発展させながら作り上げていく戦略から、台湾人の気質を考慮しながら、販売の展開を進めていくことが、現在の状況になっているのだと思いました。ここで私が感じたことや学んだこと、今後について思ったことをまとめたいと思います。

一、台湾の消費者は試食をしないと買わない。（どういふものか知らないから？ おいしいものかわからない 食べ方をしらない）
二、日本の商品を買う人は裕福な層ではないのか（日本の値段と変わらない！台湾の物価を考えると高い商品）
三、在住の日本人や日本人び





いきの台湾人が結構いる（安心して使える日本の商品を求めている）
 四、台湾の気候から食品の安全性にも関心がある（高温多湿の気象条件から農薬の使用量も多い 台湾自体が健康ブームである 日本から輸出されるものに不信感もあるのでは）
 五、石釜焼きのパンや惣菜、寿司（特に海苔巻や稲荷寿司）が飛ぶように売っていた（白米の単品だけでなく、ご飯や惣菜に着目した販売ではどうか）
 例として
 雪中米→「ご飯
 沼田産いも→「コロツケなど
 かぼちゃ→「てんぷらなど
 町の加工品→「各惣菜へ
 これらスーパーの惣菜コーナーと絡めながら、来店者にご飯を持ち惣菜を自由に選んで自分なりのお弁当を作って



もらい、「北海道弁当」などというオリジナル弁当にしてはどうかと考えてみましたがいかがでしょうか。

J A 北いぶき農協
 青年部沼田支部
 渡辺 大輔

・店の雰囲気、従業員の活気があって、こちらにもやる気が出るので良かった。
 ・雪中米を弁当や、炊いて白米で売ってもいいのでは？
 ・もつとお米をおいしく食べてもらえるような食材や、日本でご飯のおかずとして食べられるような物と一緒に試食してもらおう。例えば味噌とか、沼田でも味噌作っているの
 ・足をとめてもらうために他の食材を持って行くよりは、



白米なら白米、イモを売るならイモって感じで、何かに絞って試食なり販売した方が効果的だと思った。
 ・ものだけでなく、食文化そのものも輸出できたらおもしろいと思う。
 ・他の食材も、自分たちでどうすれば輸出できるか下調べをして、沼田の特産や米を中心とした、一つの料理のような使い方をできる作物を輸出できないだろうか？



ウィング
 浦田 忠

台湾裕毛屋で、北海道沼田フェア雪中米販売に参加でき、とても参考になりました。とうございました。
 裕毛屋五号店で、雪中米の販売拡大のために、米の試食をしてもらっている時に感じたことは、台湾の人達の好意的な人柄に安心して試食を勧められました。裕毛屋来客の人達は、興味を持ってくれて当然かもしれませんが、美味しければ雪中米を買ってくれたことを大変嬉しく思いがなされました。この他に沼田の特産物のトマトジュース・ジャガイモなども好評だったのが嬉しかったです。
 裕毛屋五号店で思ったことは、雪中米一キロで三三〇円、トマトジュース一缶五〇円だ



つたと思いますが、他の日本から輸入された商品を見ても、台湾の物価指数を考えると高額な商品で、手軽に買い物できないと感じましたが、それでも日本の商品を買っていくので不思議でした。高額にもかかわらず買っていく理由は、店の信用度が一番の理由だと思いましたが、良いもの、美味しいものであれば買ってくれると思います。
 また台湾の人達が、どのようなものを望んでいるか判断できなかったのですが、私に感じたのは、とにかく客に信用され安心して買物できる商品を提供すれば、買ってくれるのではないかと思います。
 最後に、裕毛屋の従業員の皆様には大変お世話になりました。一生懸命に手伝ってくれたことに感謝しています。

火文字「幸」あざやかに 年越イベント～温故知新2006

毎年恒例となっている「年越イベント～温故知新～」が12月31日の大晦日に行われ、町民ら初詣参拝者など延べ500人が訪れて、カウントダウンで新年を迎えました。

今年も北海道神宮から歩いて持ち帰った御神灯が、五カ山牧場の火文字に点火され、斜面には小学生から応募された「幸」という火文字が赤々と浮かびあがり、近くまで車で訪れた見物客から歓声が上がっていました。

また、神社ではお神酒やそばなどの無料配布、地元農産物の福袋販売や、つくたての餅をふんどし姿の男性によって餅まきが行われるなど、新年を迎えるにふさわしい盛り上がりを見せていました。



「幸」の文字がくつきりと浮かぶ五ヶ山牧場

2 MONTH NUMATA TOWN NEWS

最近のまちのニュース

定住促進奨励交付金 西尾昌浩さんら4人に

町では定住促進に向けた条例に基づき、このたび町内に住宅を新築された、西尾昌浩さん（市内二）融雪槽を設置された林 敏夫さん（仲町東）らは12月29日、また、1月19日には新築された吾子博明さん（市内3）に町長室においてそれぞれ奨励金の交付式が行われました。



奨励金の交付を受ける西尾さんら

「晴れて大人の仲間入り」 沼田町で38人が新成人

町教育委員会が主催した成人式が1月8日、ゆめくくるで開かれ、新成人と町関係者が出席して式典が行われました。

今年晴れて大人の仲間入りをしたのは、昭和60年4月2日～61年4月1日までに生まれ方で対象者（住民登録者）は33人。式典には、住民登録外の町出身者も含め38人が出席しました。

式典では、西田町長が式辞を述べた後、新成人代表の山口達朗さんと岡田梨絵さんが「これから社会の一員として自覚と責任を持ち、自己啓発に努め知性を磨き、輝く新しい社会の創造を目指してたくましく歩み続けることを誓います」と成人宣言しました。式典の後は、立食パーティーが行われ、参加者は級友や恩師と記念撮影をしたりして話を弾ませていました。



久しぶりの旧友と話かほす新成人

独居老人宅を除雪ボランティア 宮脇建設職員18名が除雪

除雪のできない独居老人のため、1月28日に宮脇建設（代表取締役斉藤祐一）の職員による除雪ボランティアが行われました。

これまで、旭町バス停の除雪を同職員の好意により行っていましたが、個人住宅の除雪ボランティアは今回が初めて。社長を含め、札幌市や岩見沢市などからも駆けつけた職員計18名が、町内5件の独居老人宅を分担して除雪しました。現場責任者の辻本さんは「仕事に関係なく、地域のため、高齢者のためにお手伝いできるのは、これくらいしかないのではないのでしょうか」と話し、「また来年も機会があればやりたい」と、来年以降も続けていく話をしていました。



除雪作業に汗を流す職員ら

2 MONTH NUMATA TOWN NEWS

最近のまちのニュース

ふるさとづくり事業に寄付 恵比島の定岡トシさん100万円

恵比島に在住の定岡トシさん（85）が、12月21日役場町長室を訪れ、「沼田町夜高あんどんやほたるの保存に」とふるさとづくり事業に100万円を寄附しました。

西田町長は「ありがとうございます。沼田の資源のために有効に使わせていただきます」とお礼を述べていました。



寄付を町長へ手渡す定岡トシさん

高齢者住宅を除雪ボランティア 沼田技能協会が除雪

沼田技能協会（会長岩村辰美）による除雪ボランティアが、1月31日に行われ、この日参加した10名の会員が、高齢者住宅と高台寺太子堂の屋根雪降ろしをしました。

このボランティアは、「町民に喜んでもらえるもので、仕事の落ち着いている時期にできる」ということから始められ、今回で6回目となります。

岩村会長は「毎年の恒例事業として考えており、居住者に喜んでもらえるので、来年も続けていきたい」と話していました。



高齢者住宅を除雪作業する技能協会のみなさん

神輿半纏が新しく コミュニティ助成で購入

神輿をあげる会『紅蓮（ぐれん）』では財団法人自治総合センターのコミュニティー助成事業の助成を受け、沼田神社例大祭時などに使用する衣装、手拭等を購入いたしました。

この事業は同センターが全国自治宝くじの普及広報事業費として受け入れる宝くじ受託事業収入を財源として、コミュニティー活動を促進し、その健全な発展を図ると共に、宝くじの普及広報を目的として行われるものです。

神輿をあげる会『紅蓮（ぐれん）』が沼田神社例大祭時及び地域コミュニティー事業時に使用し、継承して参ります。

今回の購入でより一層のコミュニティー活動が充実される事が期待されます。



新調された神輿衣装

小学校で授業参観 生きがいデイで子供たちと交流

1月26日生きがいデイサービスのお年寄りと民協の高齢者福祉部会関係者、社協のヘルパーなど21人が沼田小学校の授業参観に参加し、授業している児童たちの姿を見て、自分たちの孫のように真剣に参観していました。

この日は一年生の授業を見た後、児童たちが作った作品を見学し、2つの教室に分かれて5年生と一緒に給食を食べていました。

お年寄りたちは、食事をしながら楽しい雰囲気の中で会話を楽しんでいました。



真剣に参観するお年寄りたち

まちのニュースは、沼田町公式ホームページで随時更新されていますので、いち早くご覧になることができます。

ホームページアドレス <http://www.town.numata.hokkaido.jp>

生涯学習だより ゆめつくる

沼田町教育委員会生涯学習推進室

ご意見・ご相談はお気軽に

教育委員会

電話 35 - 2132

子育て 悩み 相談
子ども 電話

専用 35 - 1912

2月の生涯学習情報

- 2月11日(土) 高穂スキー場まつり
1000～ 町営高穂スキー場
- 17日(金) キッズクラブ「外で元気に雪遊び」
1000～ ゆめつくる
- 19日(日) 文化連盟30周年記念カルタ大会
1000～ ゆめつくる
- 22日(水) おはなしキラキラ
1100～ ゆめつくる図書館
- 23日(木) おはなしフワフワ
1530～ ゆめつくる図書館

子育て

テレビづけの子育て

毎日赤ちゃんを抱えて、密室育児の生活を送っている母親は、社会とのつながりを求めてついテレビのスイッチを入れてしまいます。言葉の通じない子どもとの生活の中で、流れてくる情報が刻々と変わるテレビこそが、社会を知る手段となってしまうからです。

またテレビは、家事に忙しい母親の片腕となってくれます。子どもはテレビが大好きです。子ども向けの番組を見せておけば、じつにおとなしくしています。母親はたとえ短い時間でも子どもにまとわりつかれずに、お茶を飲んだりする時間ができ、家事にも専念できます。ところが、そこに落とし穴があるのです。

赤ちゃんのときから一日中、テレビがつけばなしの部屋に寝かされ育てられた子が、テレビが生活の一部となってしまうのは時間の問題です。小学生の子どもをもつ親がよく「テレビばかり見ていて、ちっとも勉強しない」と嘆いていますが、そのときになつて気づいても後の祭りです。

テレビの一番悪いことは、見ている方が、じつと受け身の状態で楽しんでいれはいいということ。大人ならいざ知らず、幼い時期からこのような習慣がついてしまうと、子どもは「自発性」の芽を摘んでしまうというこにせひ気づいてほしいのです。

テレビを見る受け身の習慣は「自発性」の芽を摘む

子供たちを守ろう

地域ぐるみで子供の安全対策を・・・

最近、全国各地で子どもが被害にあう事件(犯罪)が多発しています。今の世の中「田舎だから大丈夫」は通用しません。子どもたちが犯罪や事故に巻き込まれないよう、地域ぐるみで子どもたちを見守っていかねばなりません。どうぞ町民みなさまのご協力をお願いします。

不審者情報がありましたら下記までお願いします!

沼田警察署 35 - 3110 (又は110番)

教育委員会	35 - 2132	沼田小学校	35 - 2842
沼田中学校	35 - 2850	沼田高校	35 - 2353
沼田保育園	36 - 2077	沼田幼稚園	35 - 3435

子どもに何か起きた場合は、かけこみにご協力を!

子どもが身の危険を感じ、町民皆さんの民家にかけてこできた場合など、子どもの安全確保についてご協力をお願いします。その場合、すぐに沼田警察署へ連絡してください。

ゆめつくる 図書館 だより

図書館からの お知らせ

新しく 入った本

一般書

みずうみ・・・・・・・・・・よしもと ばなな
エンド・ゲーム・・・・・・・・・・恩田 陸
狂喜乱舞殺人事件・・・・・・・・・・赤川 次郎
妻に先立たれる前に・・・・・・・・・・志茂田 景樹
タッチ・・・・・・・・・・ダニエル キイス
漫画日本一短い母への手紙・・・・・・・・・・西 ゆうじ
いま、暗闇でふるえているきみへ・・・・・・・・・・義家 弘介
法廷絵師は見た！・・・・・・・・・・大橋 伸一
トニー流幸せを栽培する方法・・・・・・・・・・トニー ラズロ
ハワイで犬の字・・・・・・・・・・小栗 左多里
ふくもの・・・・・・・・・・上大岡 トメ
またまたへんないきもの・・・・・・・・・・早川 いくを
赤ちゃんが朝までぐっすり眠る方法・エリザベス バントリー
和風が暮らしやすい。NO. 23・・・・・・・・・・主婦と生活社
暮らしのラッピング・・・・・・・・・・長谷 恵
やさしい布箱づくり・・・・・・・・・・広岡 ちはる
キャラメルお菓子・・・・・・・・・・坂田 阿希子
子供の肥満を防ぐ100のレシピ・・・・・・・・・・中村 丁次
美肌塾・・・・・・・・・・佐伯 チズ
はじめてのiPod&iTunes・・・・・・・・・・小原 裕太
マギー審司のラッキーマジック33・・・・・・・・・・マギー審司
図解孫にモテるための本・・・・・・・・・・第三文明社
NHK週間こどもニュース・・・・・・・・・・日本放送出版協会

児童書

小中学生からとれる資格と検定大事典！・オバカズキ
1日1話ディズニーおはなし1冊365日+1日・神戸 万知 訳
子ぎつねヘレンがのこしたものの・・・・・・・・・・竹田津 実
かいけつゾロリのなぞのおたから大さくせん 前編・原 ゆたか
まじめにふまじめかいけつゾロリアニメ大図鑑・原 ゆたか
キャベたまたんていピラミッドのなぞ・三田村 信行
死の国へ走るワゴン（平成うわさの怪談 16）・・ 木暮 正夫
わらうおばサザクロ（平成うわさの怪談 17）・・ 木暮 正夫
丑三つ時レストラン（怪談レストラン40）・ たいい よしかず

幼児の絵本

カペリートのかわし・・・・・・・・・・ロドルフォ パストール
カペリートのまほう・・・・・・・・・・ロドルフォ パストール
きかんしゃトーマスのことばえほん・・イリハート オードリー
ショコラちゃんのスキーだいすき・・・・・・・・・・中川 ひろたか
動物の赤ちゃん・・・・・・・・・・小宮 輝之
プーさんのたてたいえ・・・・・・・・・・A. A. Milne
また ぶたのたね・・・・・・・・・・佐々木 マキ
まめうしのまんまるいふゆ・・・・・・・・・・あきやま ただし
もりのヒーローハリーとマルタン・・・・・・・・・・やなせ たかし
吾輩は猫である・・・・・・・・・・夏目 漱石

利用案内

月曜日・・・・・・・・・・14:00～18:00
火～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

『おはなし会』に ご参加ください♪

図書館では、毎月、幼児から小学校低学年を対象に、紙芝居や絵本をよむ、おはなし会をしています！

2月のおはなし会

おはなし・キラキラ

（1～4歳のこども対象）

2月22日（水） 11:00～

おはなし・フワフワ

（5～8歳のこども対象）

2月23日（木） 15:30～

たくさんの参加おまちしています！！

本の予約・リクエスト お気軽に！

読みたい本が貸出し中の時は、予約ができます。また、読みたい本が図書館にない時は、ほかの図書館から借りたり、リクエストの多い本に関しては、新しく購入するなどして、できる限りご要望にお応えします。どうぞご相談ください！



本の貸出期限は
2週間です。
期限は必ず守りま
しょう！！



フォーラム記念写真

けいせつ 蛭雪だより

column VOL.59

雪の学校連載コラム

「雪から学ぶ楽雪フォーラム 二〇〇五」参加報告

昨年十二月十日に新潟県十日町市で開催された「雪から学ぶ楽雪フォーラム二〇〇五」に、三年生の代表二名とともに参加してきました。このフォーラムは、「北海道と十日町地域の高校生による楽雪に関する実践交流会」のサブタイトルが示すとおり、高校生による利雪活動を通じて雪利用に対する理解と一層の普及をはかることを目的としたものであり、北海道からは利雪活動の先進校である岩見沢農業高校の生徒とともに、普通高校として利雪学習に力を入れている沼田高校の生徒が講師として招待されました。



フォーラム会場

まず驚かされたのが、フォーラムの前夜の宿泊地であった富山での雨。地元の方に聞くと、例年ならばすでに雪の時期とのことでした。地球環境の微妙な変化を考えさせられる旅となりました。環境教育の重要性は、年々増していると改めて感じました。

フォーラムに先立って、地元の松代高校の生徒会スタッフと北海道の高校生による「楽雪ワークシヨップ」が行われ、これから松代高校が取り組む利雪活動の計画に対して、北海道の高校生が自分たちの経験したことをふまえてアドバイスするというスタイルで実施されました。また、事前に実施した「雪に関するアンケート」の集計結果についての考察も行われ、十日町地域と北海道の高校生の雪に対する意識の違いが話題となりました。



フォーラム発表

フォーラムで本校生徒は、昨年度から沼田高校で取り組んできた雪冷房装置の制作と学校内外での試験運用の取り組みを中心に、今年度の利雪学習の様子を発表してきました。生徒による懸命な事前準備の甲斐もあり、私たちの取り組みを広く知っていただくことができたと思います。参加した生徒にとっては、貴重な経験となったはずです。



楽雪ワークシヨップ

沼田高校教諭 山岡 景寛

ある安塚町にて一泊し、翌朝、外に出ると膝上までの積雪。しめった重たい雪が一晚でこれほどまでに積もる新潟の雪に対するマイナスイメージの一端が分かる気がしました。

沼田高校において利雪学習を取り入れて四年目が終わろうとしていますが、その活動の幅は、年々、広がりをみせています。沼田の雪は、環境やエネルギーの問題を考える上ですばらしい素材となりうるものです。利雪学習を通して生徒たちが自ら考え、実践することでの理解を深めることはもちろんですが、今回のような活動を通じて、自信を深めることができるようなものになればよいと思います。

こちら 沼田警察署 35-3110

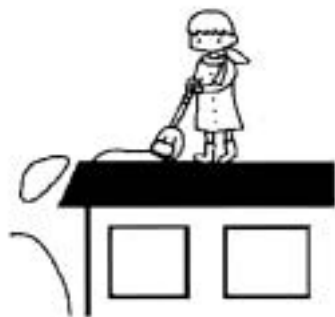
落氷雪による事故を防ぎましょう。

～落ちる前 落として安心 屋根の雪～

落氷雪にご注意下さい。

例年二月は、気温の寒暖の差が大きくなり、氷のようになつた雪が屋根から落ちて通行人などが下敷きとなつたり、雪下ろし作業中に屋根からの転落、除雪機に巻き込まれるなど尊い命を落とすなどの事故が発生しています。このような事故を防ぐために次のことに注意しましょう。

- 屋根の雪は早めに下ろしましょう。



道路に面した屋根の雪や窓枠等に付着した氷柱を点検し、早めに下ろし（除去）しましょう。

また、雪下ろしの時は見張りを置くなど軒下の歩行者や遊んでいる子どもに注意しましょう。

● 危険な軒下は歩かないようにしましょう。

落氷雪の危険がある軒下などは歩かないようにし、また、建物を管理している方は看板やロープなどで歩行者に注意を促すようにしましょう。

● 子どもを落氷雪の危険がある場所で遊ばせないようにしましょう。

屋根等からの落氷雪の危険がある場所で子供を遊ばせないようにするとともに、遊んでいるのを見かけたときには声をかけ、注意しましょう。

● 雪下ろしは転落防止用のロープを装着しましょう。

雪下ろし作業中に雪とともに屋根から転落する事故が多く発生しており、雪下ろし時には転落防止用のロープを確実に装着するなど転落防止の措置を講じましょう。

● 除雪機による除雪は周囲の安全を確かめながら行いましょう。

除雪中に除雪機への巻き込みや、下敷きになるなどの事故が発生しており、除雪作業中は周囲の安全確認と修理時におけるエンジン停止など事故防止に注意しましょう。

違法・迷惑駐車はやめましょう

～その駐車 あなた以外が困ってる～

● 道路を狭くし、交通の流れを乱します。

たつた一台の違法駐車車両のために交通の流れが乱され、スムーズに走行ができなくなる場合があります。

● 追突や交差点での事故のきっかけをつくりまします。

違法駐車車両が列になつている道路ではそこに注意が奪

われるため、追突や交差点で右左折時の事故を誘発します。



● 緊急車両の活動を妨げます。

狭い道路などでは違法駐車車両が他の車を通行不能にしたり、時には消防車や救急車などの緊急車両の活動を妨げ人命が失われることもあります。

● 歩行者事故、車両単独事故の原因になります。

住宅地での違法駐車は、駐車車両の直前直後からの横断による歩行者や、夜に走行車両が駐停車車両に気づかず追突するなどの交通事故の原因にもなります。

● 除排雪作業などの障害に！

違法駐車車両が除雪車の進行や、除排雪作業の妨げとなり、地域に大きな迷惑をかけることとなります。

振り込め詐欺にご注意を

「振り込め詐欺」のほとんどが預貯金口座への振込みによるものです。したがって、最近多発する詐欺の被害予防上で重要な点は「すぐに振り込むな！」「一人で振り込むな！」という点にあります。

被害に遭わないためにも次の事に注意してください。

警察官が、交通事故の示談に介入することはありませんので、示談交渉せずに、今すぐ示談金を払わなければ示談が成立しないなどと言うことはありません。相手は、あなたがパニックになるのを狙っています。「自分だけは騙されない」と思っている、相手のワナにはまってしまう。

● 必ず警察署や家族に連絡をとり確認しましょう。

● 警察、家族、知人、銀行窓口など第三者に相談しましょう。



節分から考える^{しゅさい}主菜の役割

～節分豆(大豆)を通して考える～

2月に入り、沼田の積雪も多くなってきましたね。
今回は2月3日にむかえた年中行事の1つでもある節分に注目し、節分には欠かせない豆(大豆)を通して、毎日の食生活の中での主菜の役割について考えてみたいと思います。

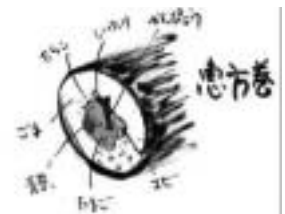


節分について

本来、節分とは「四季の移り変わる時」の意味で立春・立夏・立秋・立冬の前日を指していました。特に立春が1年の初めと考えられることから、次第に「節分」といえば春の節分を指すものとなりました。立春を新年と考えれば節分は大晦日にあたり、前年の邪気を祓うという意味をこめて追儺の行事が行われており、その一つが豆まきです。追儺とは悪鬼を追払う行事のことで、平安時代、陰陽師達により宮中において大晦日に盛大に行われ、その後諸国の社寺でも行われるようになったと言われています。最近では豆まきとあわせて巻き寿司を食べる習慣も定着してきており、食料スーパー等でも時期になるとフェアを開催しているほどです。

巻き寿司を食べるのはなぜ？

節分の日、「巻き寿司のまるかぶり」が節分のイベントとして世間に定着してきたのは大阪が発祥の地といわれており、その後マスコミでの取り上げ等もあり全国的に広まったと言われています。太い巻き寿司をラップを吹くように口にくわえて恵方^{えほう}に向かい、私語を交えずに丸ごと食べる事によって1年間良い事があると考えられています。巻き寿司を食べるのは「福を巻き込む」という考えからで、さらにまるごと食べるのは「縁を切らないために包丁を入れない」という理由からのようです。ちなみに恵方^{えほう}とは陰陽道で、その年の干支に基づいてめでたいと定められた方角の事を表します。戌年の今年はおおよそ南南東^{えほう}が恵方にあたる方角です。



毎日の食事の中における主菜の役割

節分には欠かせない「豆(大豆)」ですが、私達の毎日の食生活の中では主菜^{しゅさい}として位置づけられ納豆、豆腐、おから、豆乳等に加工され利用されています。今回はこの大豆製品が属する主菜^{しゅさい}について体内での作用などを考えてみましょう。

主菜^{しゅさい}・・・たんぱく質という栄養素を主に含む魚・肉・大豆製品・卵などの食べ物で、**臓器や筋肉、血液の構成成分**となり私達の体の維持に欠かす事ができない働きを担っており、普段の食事ではメインのおかずとして食卓に登場している事と思います。体たんぱく質は常に合成、分解を繰り返している事からも毎日の食事では補給する必要があります。

中でも...

納豆、豆腐、豆乳などの大豆製品に多く含まれる**大豆たんぱく質**は血中コレステロールを下げ、血管をしなやかにし、動脈硬化予防等の働きが明らかになっています。又、骨粗鬆症予防作用のある**イソフラボン**、脂質の代謝を促進する大豆**サポニン**など、様々な成分を含んでいます。食べ過ぎは禁物ですが、1日1食、主菜として豆腐や納豆等の大豆製品を登場させると良いでしょう。



今回は節分を通して豆まきにかかせない豆(大豆)から、主菜^{しゅさい}に注目してみましたが、たんぱく質の摂取源でもある主菜はその役割からも欠かす事の出来ない食べ物です。是非、日々の食生活で欠ける事のないよう意識していきましょう。

歯と口の健康づくり

むし歯ができる4つの原因

口の中に細菌がある 糖分の多い食物をとっている
細菌や糖分が口の中にとどまる 歯の抵抗力が弱い
という4つの要素が重なると、むし歯がおこりやすくなります。



むし歯を防ぐ4つの原則

1日2回は歯みがき

歯みがきは回数を増やすより、1回毎に時間をかけて徹底的に行うようにしましょう。



砂糖・甘い菓子を控える

糖分が発酵してできた酸はむし歯の大きな原因です。甘いものは控えめにしましょう。



規則正しい食事

頻繁に物を食べていると歯垢がたまりやすく唾液が酸性になるので、食事は規則正しくしましょう。



歯をきれいにする食物をとる

硬いものや食物繊維の多いものをよくかんで食べると、歯垢がたまりにくくなります。

乳幼児期から甘味には注意

離乳期を過ぎると、食べられる物の種類もグンと増え何でもおいしく食べられるようになる大切な時期です。それとともに間食におやつや飲み物を摂る機会が増えがちです。甘味は新生児でも最も好む味なので、子どもが喜ぶからと与え始め、甘い食べ物や飲み物の味を覚えさせてしまうと、子どもの甘味への欲求はエスカレートしやすくなります。

おやつや飲み物でのカロリーの摂りすぎは、食事への意欲の減退や肥満のもとです。また甘味食品には通常糖分が多く含まれているので、むし歯の原因にもなりやすいのです。将来の口や全身の健康を守る生活習慣をつくっていくためにも、甘いものに偏った食生活にならないよう気をつけましょう。

こどもに覚えさせたい甘味



素材の持つ自然な甘味

さつまいも、かぼちゃ、にんじん、くだもの

こどもにはさけたい甘味



アメ
ガム
チョコ

砂糖を多く含み
口の中に長く残る
菓子類の甘味

甘い飲み物も飲み方には注意

甘い飲み物の多くは糖分が多く、しかも酸性なので、むし歯ができやすくなります。ジュース1缶、1瓶に5～15gの糖分

こんな飲み方はさけましょう！！

水がわりに頻繁に飲む
寝る前に飲んでそのまま眠ってしまう
哺乳瓶などで長時間飲む



確定申告書は、自分で書いてお早めに！

平成17年分の所得税の確定申告の相談及び申告書の受付は2月16日（木）から始まります。（還付申告の受付は、1月から始まっています。）

所得税の確定申告の相談及び申告書の提出期限は、3月15日（水）、消費税及び地方消費税（個人事業者）の確定申告の相談及び申告書の提出期限は3月31日（金）となっております。

申告書は、前年の「確定申告書の控え」や「確定申告の手引き」などを参考に自分で作成し、お早めに提出してください。

また、申告書は、国税庁ホームページ【<http://www.nta.go.jp>】の「確定申告書等作成コーナー」で簡単に作成することができます。

税務署の申告相談会場にお越しの際には、印鑑、前年の確定申告書等の控え、使い慣れた「計算器具」や「筆記具」をご持参ください。



インターネット
で確定申告！

平成17年分から消費税が変わっています！

消費税法が平成16年4月1日から改正されています。

個人事業者の方は、原則として、平成17年分から適用となります。主な改正点は次のとおりです。

納税義務が免除される基準期間における課税売上高が1,000万円（改正前3,000万円）に引き下げられました。

（例えば、平成15年分の課税売上高が1,000万円を超えている個人事業者の方は、平成17年分の消費税課税事業者となります。また、平成17（16）年分の課税売上高が1,000万円を超えている個人事業者の方は、平成19（18）年分の消費税課税事業者となります。）

簡易課税制度を適用することができる基準期間における課税売上高の上限が5,000万円（改正前2億円）に引き下げられました。

■新たに消費税課税事業者となった方及び消費税課税事業者になる方は、「消費税課税事業者届出書」の提出と記帳及び書類の保存が必要となります。

■詳しくは深川税務署（TEL 0164-23-2260）までお問い合わせ下さい。

NOWな
やんぐ
power

今回は、丸谷みずえさん（市一北・二十一歳）からの紹介で、田村やよいさん（旭町西・二十三歳）です。

田村さんは深川市出身で、深川東商業高等学校を卒業後、札幌市で就職し、平成十七年四月から、現在の北いぶき農協沼田支所に勤務しています。

【趣味は何ですか？】

外に出ることが少なく、スポーツをすることもあまりないので、普段は部屋で本を読んだり音楽を聞いています。よく読む本は「安野モヨコ」さんの作品で、音楽はR&Bやスガを聞いています。映画を見るのも好きで、特に思い出に残っている映画は「ワイルドシングス」です。

【沼田町に来て思ったことは？】
沼田町に来た人は皆思うことですが、雪が多いと思います。深川に住んでいる頃はしなかつた除雪を、沼田に来てからはするようになりました。

【今後の抱負】

失敗が多いので、落ち着いて仕事がこなせるように頑張りたいです。

また、早く結婚したいと思っているので、素敵なお嫁さんになれるよう努力したいです。

次回は、川嶋 敬さん（市一東・27歳）です。どうぞお楽しみに。



広報ぬまた 第四九六号 二〇〇六年二月九日発行 発行者 北海道雨竜郡沼田町長 西田篤正 編集 総務課広報情報室 電話〇一六四―三五一二―

すくすく育ってね

今月号の赤ちゃんです。よろしくね！

11月4日 川嶋 琉姫ちゃん（長女）
お父さん 理智
お母さん （緑ヶ丘）



10月29日 松原 正朋くん（長男）
お父さん 利浩
お母さん （幌比里）



11月7日 沼本 安未ちゃん（二女）
お父さん 次登
お母さん （旭町西）



11月21日 川邊 慶心くん（長男）
お父さん 晃
お母さん （北竜3）



11月21日 下口 瑠唯ちゃん（二女）
お父さん 隆幸
お母さん （緑ヶ丘）



おくやみ

氏名	月日	年齢	住所
馬狩 與一さん	11月30日	73歳	市内5
大原 辰夫さん	12月23日	65歳	市内2
坂井 ウエさん	12月25日	78歳	市内4
下保 淳一さん	12月27日	48歳	中央
植木 幹雄さん	1月7日	83歳	高穂2
原 ユキさん	1月11日	88歳	旭町東
河野 キヌさん	1月22日	89歳	市内5
多田 廣吉さん	1月25日	84歳	北竜3

人の動き

人口 4,091人（前月比 1人）
（男 1,931人・女 2,160人）
世帯 1,705戸（前月比 + 0戸）
（平成18年2月1日現在）

交通事故死ゼロ

2409日

（平成18年2月1日現在）