広報ぬまた 11月号

2012.10.25 No.563

10 月 14 日（日）沼田小学校現校舎最後の学習発表会

今月の主な内容

★就業支援センター５周年・２
★廣瀬さん道選抜入り・・３
★まちのニュース・・・・４
★こちら役場案内所・・・８
★ふれあいＩＮＦＯ・・・10
★沼田消防から（消報）・12
★沼田警察署から・・・・13
★生涯学習ゆめっくる・・14
★図書館から・・・・・・15

町の公式ホームページにおいて、まちのニュースが随時更新されており、いち早くご覧になれます！
また、フェイスブックの公式ページも公開されていますので、町ホームページにある右記のボタンをクリックしてご覧ください。

北海道沼田町
フェイスブック公式ページ
facebook

これまでを振り返り、これからも支えていく為に…

沼田町就業支援センター開所5周年記念式

平成19年10月に全国で先駆けた取り組みとして開所した「沼田町就業支援センター」の開所5周年記念式典が、10月10日(水)、生涯学習総合センターゆめっくるで開催されました。

このセンターは、主に少年院を仮退院した少年に対し、1年程度の期間、センターに宿泊させ保護観察を行いながら、沼田町の就農支援実習農場において農業を中心とした職業訓練を受けさせ、その自立と改善更生を助け、社会復帰の支援をすることを目的としており、現在まで全国から31名の少年を受け入れています。退所先は様々で地元に帰ることのできた少年、札幌市や旭川市の土木建築会社などに就職した少年や民間で運営されている更生保護施設に入所し、そこから仕事に就いて自立した少年、また沼田町内で雇用されている少年もいます。

今回5周年にあたり法務大臣からボランティアとして活動している5団体に感謝状が贈られ、法務省保護局長の齊藤雄彦氏から「少年達を暖かく迎えてくれている地元の方々に感謝します。今後ともこのセンターが少年達の自立に役立っていってほしいと思う」とお祝いの言葉を述べました。

感謝状を贈られた団体は以下のとおりです。

◆沼田明日萌の会（吉住淳男会長）◆沼田すずらんの会（藤村富子会長）◆沼田町商工会青年部（松尾敦史部長）◆深川更生保護女性会（土肥芳子会長）◆深川地区保護司会沼田支部（木谷克巳支部長）

感謝状が贈られた５団体の代表と
齊藤雄彦法務省保護局長（中央）

感謝状贈呈団体を代表して木谷支部長が「沼田が少年たちの古里になれば、との思いで活動してきた」と謝辞を述べました。

齊藤保護局長は少年たちが訓練する実習農場を視察。しいたけ発生棟といちごを栽培するビニールハウスを訪れました。実際に栽培されているいちごを食べ「美味しい」と感想を述べていました。

2年連続の道選抜入り！
廣瀬七海さん都道府県対抗中学バレーに出場！

沼田中学校3年の廣瀬七海さんが、12月に大阪府で開かれる「第26回全国都道府県対抗中学バレーボール大会」の北海道選抜に選ばれました。昨年に続く2年連続の選出で、177cmの身長と最高到達点3mのジャンプ力を生かしたスパイクとブロックを武器に、今年も活躍が期待されます。

廣瀬さんは昨年、2年生で唯一の北海道選抜メンバー入りを果たし、全国大会ではセンターのポジションで全5試合にフル出場。準々決勝で優勝を果たしたチームに負けてしまったものの、道選抜のベスト8進出に大きく貢献しました。

今年の道選抜チームは全員が3年生。「でも、2年連続で代表入りしているのは私だけ。昨年は男女とも私以外全員3年生で、支えられてばかりだったけど、今年は自分の力でチームを引っ張っていきたい」と表情を引き締めて語りつつ、「今年から道選抜の監督が代わって、選ばれるか心配したけど、8月に通知が届いて、内心ほっとした」と、不安があった事も話していました。

小学3年生から少年団でバレーを始め、常にチームの主力として活躍。沼中バレー部では今季、主将を務め、中体連優勝を目指しましたが力及ばず、「キャプテンとしてチームをまとめられなかった。今でも悔しい。北海道選抜では沼中の仲間たちの分まで頑張らなければいけないと思う」

卒業を控え、道内のバレー強豪校からの誘いも数多くあるとのこと。「意中の候補はなんとなくあるが、今は進路のことを考えず、北海道選抜の練習、試合に集中したいが、道選抜の3回目の練習で、左足をケガしてしまったので、まずは治療に専念したい」と語っていました。

昨年を振り返りながら廣瀬さんは「私の武器はスパイクとブロック。最高到達点が3mいくのも道選抜では私だけ。サーブとレシーブは得意じゃないけど、去年よりもプレーもメンタルも一回り二回り成長していると思うので、去年以上の活躍をして、ベスト4まで勝ち進みメダルを掴み取りたい」と意気込みを語っていました。

まちのニュース
Numatatown News

まちのニュースは、沼田町公式ホームページからでもご覧になれます。Facebook ページもありますので、そちらもご利用下さい。

練習の成果を存分に発揮！

第 27 回沼田町教育長旗争奪少年野球大会

稲刈りも始まり収穫の秋晴れの中、町農村公園野球場で「第 27 回沼田町教育長旗争奪少年野球大会」が 9 月 15 日（土）と 16 日（日）の 2 日間で開催され、北空知の小学生野球チーム 8 チーム約 130 名が集まりました。

開会式で大会長である生沼教育長から「野球シーズンも残りわずかです。この夏の練習の成果を大いに発揮してください」と激励の挨拶があり、沼田ヤングイーグルスの畑地主将（沼田小 6 年）の元気な選手宣誓で幕を開けました。

この大会は、ヤングイーグルスの父兄や審判団で運営されており「子供達には全力でプレーしてほしい」と父兄はグランド整備などに汗を流していました。

大会結果は次のとおりです。

第 27 回沼田町教育長旗争奪少年野球大会結果

優　勝　雨竜ドラゴンズ
準優勝　深川ヤングスターズ

健康運動に最適！

元日本代表選手　荻原健司さんが指導「ノルディックウォーキング」

生活習慣病やリハビリ・介護予防に効果があるとされているノルディックウォーキングを普及しようと、9 月 16 日（日）、町健康福祉総合センターで健康運動教室が行われ、町民 71 人が参加しました。

町とスポーツクラブが共催した事業で、第 1 部の講演会では、スキーノルディック複合の元日本代表選手で 94 年リレハンメル五輪の団体金メダリスト、荻原健司さんを招き「オリンピック～日の丸を背負って～」と題して講演。荻原さんは、オリンピックや競技生活の経験談をユーモアたっぷりに交えながら、2 本のポールを使った全身運動効果の高いノルディックウォーキングを新しい健康運動法として取り入れるよう指導してくれました。

また、第 2 部の実技講習では、45 人が参加。引き続き荻原さんも技術指導として参加し、実際にフィールドに出て荻原さんらと談笑しながら雨竜川河川敷コースを経由した 4 km をしっかりと歩きました。

うっすらと汗をかいた参加者からは「ポールを持つことで、歩く姿勢が変わり運動量も多くなる」「ぜひポールを購入してみたい」などと運動効果に満足していたようで、荻原さんも「玄関にいつもポールがあると習慣化するようになる」と勧めていました。

新しい校舎が楽しみ！

沼田小学校児童が新校舎工事現場を見学

今年 12 月完成予定の沼田小学校新校舎の工事現場を沼田小学校の児童が 9 月 18 日（月）、1 時間目から各学年交代で工事担当者の案内のもと工事現場を見学しました。

多目的室で現場の危険個所などの説明を受けた後、全員がヘルメットを着用し工事現場に入り、まだコンクリート張りで作業員が作業をしていない安全な場所を 2 列で説明を受けながら歩きました。

見学を終わった児童から「校舎内に案内版は付くんですか？」「体育館はどんな大きさなのですか？」など新校舎への期待を込めた質問をしていました。

まちのニュース Numatatown News

子どもたちを深く理解するために…

平成 24 年度家庭教育（子育て）講演会

9 月 20 日（木）、町教育委員会と PTA 連合会（畑地誉会長）の主催で平成 24 年度家庭教育（子育て）講演会が開催され、36 名の保護者や教育関係機関の職員が集まりました。

講師には臨床心理士で、滝川市や深川市など空知管内のスクールカウンセラーをしている河原由紀氏を招き「相談室から見えるもの～子どもたちを理解するために～」と題して講演が行われ、いじめや自殺に対する話や、実際に子どもたちを見て河原氏が感じていることなどが話されました。

講演の終盤では、設定の中で子どもとどう話をするかのグループワークが行われるなど、参加者は真剣な様子で講演に参加していました。

除雪車ってすごいね！

小学校で除雪車写生会と出前講座

9 月 20 日（木）、深川道路安全衛生協議会（飯田孝一会長）が主催する除雪車トラックとロータリ除雪車の写生会と、協賛団体の札幌開発建設部深川道路事務所の出前講座が沼田小学校で行われました。

この写生会の取り組みは、除雪機械の関心を子どもたちに深めてもらおうと、毎年、深川管内の小学校で実施しており、今年は沼田小学校で実施される運びとなりました。

写生会は、9 月 7 日、13 日に続いて 3 回目。この日は写生会の他に「冬道を守る除雪車たち」と題した出前講座を実施。10 分ほどの DVD を上映した後、児童の目の前で実際に除雪車を動かし、除雪トラックの前面についた「プラウ」という大きな鉄の板や、ロータリ除雪車の雪を削る「オーガ」という装置が回る度に、子どもたちから「おー！すごーい！」と歓声が上がっていました。

その後、運転席に児童が実際に乗って記念撮影を行い、児童たちにとって貴重な体験となりました。

秋の全国交通安全運動

町で様々な啓発運動を実施！

9 月 21 日（金）から 30 日（日）までの期間で秋の全国交通安全運動が行われました。

町では、通学する児童等を見守るため、町内各所に町内会の方々や事業所員、交通安全指導員などが街頭に立ち、交通安全を呼びかけました。

役場前の交差点には、町内に事業所を有する北央道路工業株式会社の従業員約 10 名が立ち、のぼりなどを持ち交通安全を呼びかけました。北央道路工業㈱は平成 18 年より会社の奉仕活動として街頭啓発を行っています。

また、9 月 26 日（水）には旗の波運動も行われ、沼田保育園児や沼田長生クラブ、町自動車学校の職員が参加し、交通安全を呼び掛けました。

沼田警察署員が車を止めると、保育園児や長生クラブのメンバーが啓発チラシなどの入った袋を手渡して、園児たちが大きな声で「気を付けてください！」とドライバーに声を掛けていました。

まちのニュース Numatatown News

野菜販売や屋台で賑わい！

初めての「秋の夕市産業まつり」

石狩沼田駅前のとむとむ広場で９月 21 日（金）、初めての開催となる「秋の夕市産業まつり」（実行委員会主催）が開催されました。

農家の奥さんグループなどが特価で野菜等を、役場農業振興課が沼田産の黒毛和牛を販売、飲食店等も出店し会場は賑わいをみせました。また、沼田町土地改良区が、子供達に風船を配るなど子供からお年寄りまで楽しめるイベントとなりました。

会場には開会前から人が集まり、午後５時から行われた餅まきも人だかりとなり、初めてのイベントは順調な滑り出しとなりました。なお、このイベントは 10 月 26 日（金）にも開催される予定です。

さらに利用しやすくなりました♪

ほたる館「平家の宿」のエレベーターが完成

今夏から工事をしていた、ほろしん温泉ほたる館の平家の宿のエレベーターが９月 22 日（土）に完成しました。今まで源氏の宿には７階までのエレベーターが設置されていましたが、平家の宿には設置されておらず、この度、利用者の要望などから平家の宿にも設置しました。

今回設置されたエレベーターは、11 人乗りで出入口幅が 90 ㎝と広く、車イスでも利用しやすい作りとなっており、センサーが付いていてゆっくりと乗り降りしてもドアに挟まれない仕組みとなっています。

エレベーターが設置されたことにより、車イスを利用しているお客様が源氏の宿に宿泊して大浴場に移動する場合、従来は建物の外のスロープを利用しなければいけなかったところを建物の中を通って移動することができるようになりました。

関係者等約 10 名が集まり行われたテープカットで金平町長は「多くの方々の要望によりエレベーターを設置しました。エレベーターを利用していただいて、ゆっくりと温泉を利用してほしい」と挨拶し、町議会の杉本議長は「沼田町の高齢化率が毎年上がっている。そんな中で必要なエレベーターだと思う」と完成を祝っていました。

初心を忘れずに！

仮免許終了検定合格者に「セーフティ・ドライブ・カード」を交付

町立自動車学校（山岸博美校長）と沼田警察署（天野正輝署長）、沼田地区交通安全協会連合会（山田英次会長）の３団体は、交通事故対策の一環として、沼田自動車学校の仮免許終了検定合格者を対象に「セーフティ・ドライブ・カード」というカードにそれぞれの安全の誓いを自筆させ、一旦学校で預かり、路上検定合格時にそのカードを交付するという事業を９月 26 日（水）から始めました。

これは、９月 26 日現在で昨年よりも死亡事故が多く、初心運転者の事故も多くなっていることから始めるもので、北海道内では初の試みです。

この日、仮免許終了検定に合格し、初めてセーフティ・ドライブ・カードの交付を受けたのは女性２名。カードにそれぞれ「思いやりを持って運転する」「優しさと思いやりで安全運転を」と誓いの言葉を記入していました。

沼田警察署では「運転する時は、いつまでも初心を忘れず運転してほしい」と語っていました。

まちのニュース
Numatatown News

住宅の窓、キレイになったね！

就業支援センター入所の少年が窓清掃ボランティア

9月27日（木）、沼田町就業支援センターに入所する少年達が、旭町の高齢者住宅の窓拭きボランティアを行いました。

このボランティアの取り組みは、更生の立ち直りに繋げようと、同センターと沼田警察署少年補導員連絡協議会、沼田署が主催し、昨年の草刈りに続いて実施しました。

この日は、入所中の少年らが、後援の嶋産業㈱の職員などから作業のやり方を教えてもらい、1枚1枚丁寧に窓の汚れを拭き取っていました。

少年の一人は「初めての作業なのでなかなか慣れなかったけど、窓が綺麗になってよかった」と話し、作業に打ち込んでいました。

悩みがあったら相談してください

人権擁護委員が小学5年生に「人権110番カード」配布

10月4日（木）、沼田小学校（藤森正男校長）の5年生23名に対して、人権擁護委員の平木恵子さんと横山哲雄さんが「人権110番カード」を配布しました。

この「人権110番カード」は、子どもたちがいじめや虐待など、様々な人権被害にあい、悩んでしまった時に、相談窓口となる電話番号が書かれたカードです。

配布は道徳の授業に合わせて実施。横山委員が「何か嫌な事があった時は、迷わずに両親や先生、人権擁護委員に相談してください。そして大人になった時は、相談を受けられる様な大人になって欲しい」と子どもたちに向けて話し、1枚1枚丁寧に手渡していました。

畑で育てた自慢のカボチャ！

田村忠行さんがジャンボカボチャを役場前等に設置

10月4日（木）、町市内4在住の田村忠行さんが直径約60cmのジャンボカボチャを役場などの公共施設の玄関前に設置しました。

田村さんが持って来たのはアトランティックジャイアントという品種の大きく育つカボチャで、ゆめっくるに1個、ふれあいに1個、役場に2個の計4個を設置。田村さんは「立派に大きく育ったので、見て楽しんでほしい」と笑顔で語っていました。

歌にダンスに大盛り上がり！

第45回沼田中学校文化祭

10月6日（土）、沼田中学校（長野時敏校長）で第45回目となる文化祭が開催されました。

今年の文化祭テーマは「沼魂！気炎万盛～ココロ connect festival ～」。生徒の魂がひとつになり、炎のような勢いで盛り上がる文化祭になるようにとの思いから付けられました。

長野校長も冒頭に「テーマにあるような、盛り上がる、心を繋ぐ文化祭にしてください」と挨拶。開祭式後は、演劇「ロミオとジュリエット」や仮装をした生徒がダンスを披露した有志発表、吹奏楽部による「アフリカン・シンフォニー」などの演奏など、盛りだくさんの内容で文化祭は繰り広げられ、テーマ通りの心繋がる文化祭となっていました。

役場の各課ご案内します！ こちら役場案内所！

先月号から始まった、役場の各課を紹介する「役場の各課ご案内します！こちら役場案内所」。11 月号では、総務課と農業振興課をご紹介します！

こんにちは！総務課です！

総務課ってこんなところ

総務課では、防災・広報・庶務・統計・選挙管理委員会などなど多岐にわたった仕事をしております。

町民の皆様と直接お会いする機会は少ない部署ではありますが、課員一丸となって元気に町のために働いております。

何かご不明な点がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください！

総務課のメンバーを紹介します！

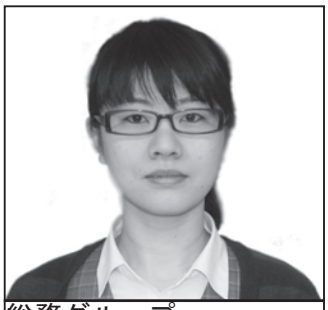
総務課長
辻　　広治
趣味：畑いじり
「総務課は、幅広い業務を抱えており、課題もたくさんありますが、よりよい沼田町にするため頑張ってまいります。

総務課長補佐
黒田　美和
趣味：野球観戦
「いつ衆議院が解散するのかドキドキしています。選挙があった折には、みなさんのご協力をお願いいたします。」

広報情報グループ
広報官　亀谷　良宏
趣味：中古品屋めぐり
「カメラのテクニックが無く、すごく苦労しています。これから勉強していきたいのでどなたか教えてくれませんか！？」

総務グループ
主査　丹　美香子
趣味：食べること
「統計を担当しています。いろいろな調査がありますので、みなさんのご協力をお願いします。」

総務グループ
主査　高橋　光一
趣味：あんどん作り
「防災を担当しています。防災計画の見直しに日々頭を悩ませております。がんばりますのでよろしくお願いします。」



総務グループ
主事　土田　菜々
趣味：サークル活動
「４月に総務課に異動してきました。今は職員・臨時職員に関わる業務を担当しています。よろしくお願いします。」

広報情報グループ
主事　小川　幸道
趣味：音楽・アニメ
「広報で取材して広報誌を作ったりしています。沼田に友達いないので友達募集中です。よろしくお願いします。」

事務員
岩渕　友美
趣味：ドライブ
「一般事務と防災無線の放送をしています。より聞きやすい放送を心がけていきたいと思います。よろしくお願いします。」

こんにちは！農業振興課です！

活力ある沼田農業の発展を目指してがんばります！

農業振興課は、町の基幹産業である農業の振興発展のため、農協などの関係団体や、農業者の皆様で組織する各種協議会、会議等の場で連携を図りながら農業政策を検討し、農業者の皆様のための沼田町独自の対策を実施しています。

また、環境問題やエネルギー問題の関心が高まる中、安全で低コストな雪冷熱に着目し、お米を始めとする農産物の生産・貯蔵に雪の利活用を進めています。

地域産品の地産地消を進めましょう！

◆農業振興課スタッフ紹介

職　　名	氏　　名	担　当　業　務
課　　長	栗　中　一　弘	農業政策総括
課長補佐兼農産加工場長	嶋　田　英　樹	農業政策全般・農産加工場運営・特産品販路拡大
就農支援実習農場長	前　田　昌　清	就農支援実習農場運営
就農支援実習農場主査	中　野　勝　文	就農支援実習農場運営
農業振興グループ主査	神　薮　　太	農政関連・中山間事業・配偶者対策・担い手育成
農業振興グループ主査	高　橋　征　一	生産振興・戸別所得補償・農業水利・有害鳥獣駆除
農業振興グループ主査	下　口　あゆみ	農地流動化・都市との交流　（農業委員会事務局兼務）
利雪技術開発センター主任研究員	伊　藤　　勲	雪の利活用・雪の販売・林業
農業振興グループ主事	大　山　勇　太	畜産・新規参入・担い手育成（農業委員会事務局兼務）
農業振興グループ主事	山　上　　諒	奉職１年目です。全ての業務に一生懸命がんばります！

◆農業振興課の主な実施事業

（沼田町農業総合対策事業）

- 新時代農業経営高度化支援事業
- 土づくり推進事業
- 農業生産組織育成支援事業
- 農地保有合理化支援事業
- 農地保有流動化事業　など

（国の事業）

- 中山間地域等直接支払制度
- 農地・水保全管理支払交付金
- 農業者戸別所得補償制度　など

【平成 24 年度　重点推進事項】

農業振興課では、下記の事項を平成 24 年度の重点推進事項として取り組みを進めています。町民の皆様のご協力をお願いいたします。

★農業新規参入対策

★農業の担い手育成（後継者育成）

★農業後継者（担い手）の配偶者対策

★特産品の販路拡大

★雪エネルギーの利活用

★町民の皆様へお知らせ

- 沼田町産トマトのケチャップを発売します。
- 雪の科学館の利用を受け付けています。
- 農業振興課では、家庭菜園用堆肥の販売も行っています。（15kg 入 /500 円）

冬の訪れとともにインフルエンザが近づいています！
～ 予防が肝心 ～

1. インフルエンザと風邪は違います！

インフルエンザ		風邪
インフルエンザウイルス	原　　因	コロナウイルス
１～３日	潜伏期間	２～５日
突然現れ、急速に進行しやすい。	進　　行	比較的ゆっくりと進行する。
高熱、頭痛、関節痛など全身症状が強く、肺炎や脳炎など重症化することがある。	症　　状	鼻水、咳、微熱
乳幼児から高齢者まで多くの人を巻込み、強い感染力を持つ。	感 染 力	さほど強くない。

2. しっかりと予防しましょう！

◎かからないために、かかっても悪化しないために… インフルエンザワクチン予防接種！
ワクチン接種は、特に重症化予防に効果があるといわれています。

全町民にインフルエンザワクチン予防接種費用を助成しています！

（１）接種期間：平成 24 年 10 月 15 日～平成 24 年 12 月 31 日
（２）接種方法：①健康保険証を持参し、医療機関を受診下さい。
②中学生以下のお子さんの場合は、必ず保護者が同伴し、健康保険証と母子健康手帳を持参ください。

（３）インフルエンザワクチン予防接種［費用助成対象］の医療機関

○沼田厚生病院【電話番号３５－２３２１】
※予防接種受付は月～木曜日の午後１時 15 分～午後４時までです。
※祝日等の休日前日は接種できません。ワクチンが不足することがありますので、早めに予約した上で接種下さい。

○北空知の医療機関（受付時間などは、直接お問い合わせください）

（4）年齢と回数、費用

年　齢	回　数	自己負担	助成金額
(接種日において) 1 歳以上 12 歳以下	2 回	無　料	1 回目 3,000 円 2 回目 2,550 円
13 歳以上 15 歳以下 [平成 9 年 4 月 2 日以降生まれ]	1 回		3,000 円
おおむね 16 歳以上 [平成 9 年 4 月 1 日以前生まれ]		1,000 円	2,000 円
(接種日において) 70 歳以上の方		無　料	3,000 円
生活保護及び非課税世帯の方 ※事前に発行された証明書が必要です。			

・2 回接種される方は、できるだけ同一医療機関で接種下さい。
・自己負担分は、医療機関の会計にて直接お支払下さい。
・生活保護及び非課税世帯の方は、あらかじめ役場保健福祉課にて証明書発行の手続きをとってから、接種して下さい。自己負担分が免除されます。
・生後 6 か月以上 11 か月以下の乳児が接種希望される場合は、かかりつけ医師にご相談下さい。

◎インフルエンザの予防は、日頃からの取組みが大事！

（１）栄養と休養を十分にとる。

・バランス良い食事、野菜･果物でビタミンやミネラル、12 時前に眠る良質な睡眠、運動習慣で血行を良くするなど、日頃から抵抗力を高めましょう。

（２）人ごみを避ける。

・病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

（３）適度な温度、湿度を保つ。

・ウイルスは低温と乾燥を好み、そのような環境ではウイルスが長時間空気中を漂っています。特に適度な湿度（50 ～ 60%）を保ちましょう。

（４）外出後の手洗いとうがいの励行

・手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

（５）マスクを着用

・抵抗力が低下している方は感染予防のため、インフルエンザにかかった方は他人に感染させないために、マスクを活用しましょう。

◎インフルエンザに関するお問い合わせは… 保健福祉課健康グループ【電話３５－２１２０】まで

生活習慣病予防は思春期から！

去る 9 月 20 日と 26 日、沼田中学校 3 年生（30 名）の保健体育の授業で町保健師による授業が行われ「**健康**」や「**生活習慣病**とその**予防**」について考えました。

自分の生活を振り返り「休みの日も朝ごはんを食べる」「お菓子やジュースを減らそう」「野菜もしっかり食べる」などの意見が出ました。**自らの生活を見直す機会**になったようです。

缶コーヒーは甘いからお茶にしよう。

メタボリックシンドロームを発症した 40 歳代男性の事例

健診は受けた方がいいね。

野菜も食べないとダメ！

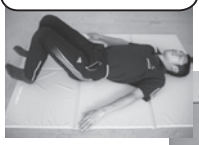
生活習慣病は、**食生活**や**運動習慣**などが原因で血液が傷つき、最終的に**命の問題**に関わるとても恐ろしい病気です。痛みなどの**自覚症状がない**ため、静かに進行していきます。
自分自身の生活を振り返り、今日から改善できることを始めてみしょう！

【保健福祉課健康グループ　保健師　吉田】

今月は**ヒップアップ**のための
★おしり・ものストレッチ★
を紹介します。

すべての運動は呼吸をしながらゆっくり行います。
おしり・ももの運動は、おしり回りをスッキリさせスタイルを良くします。
また、大きく力強く歩くためにも必要な筋肉です。
ゆっくり上げ下げし、5 秒キープを 10 回めやすに、無理せず行いましょう。

スタート姿勢



おへそを高くあげます。

かかとだけつけます。

おしりにも力を入れます。

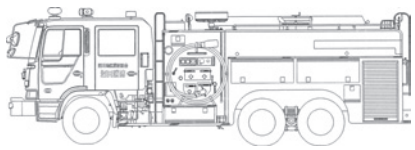
もの足りない場合は片足で行います。

スタート姿勢

かかとを上にしてあげます。

上半身を前後に倒さないように心がけます。

【保健福祉課健康グループ　健康運動指導士　松野】



消報

深川地区消防組合
深川消防署
沼田支署予防担当
TEL 35-2050

安心は、点検から！

ひと冬を一緒に過ごすストーブです。使い始める前に必ず点検整備をしましょう。火がつきにくかったり、異臭がしたり、少しでも異常があったら、使用せずにお店に相談しましょう。下の８箇所に注意して、安心・安全にひと冬を過ごしましょう。

①高温部でのやけどに注意

②寝る時・外出時は消火する

③周囲に洗濯物は禁止

④燃えやすいものは置かない

⑤温風や輻射熱（ふくしゃねつ）に注意

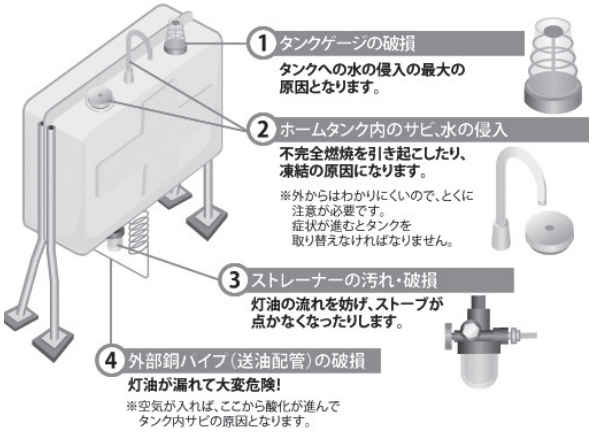
⑥スプレー缶等は置かない

⑦使用中は換気に注意

⑧排気管の点検

ホームタンクからの漏えいにご注意を！

毎年、ご家庭や事業所等に設置されているホームタンク等からの漏えい事故が発生しています。漏れた灯油等が土壌や河川を汚染すると、火災危険はもちろん河川の生態系に深刻な影響を及ぼしかねません。事故を未然に防ぐには日常の点検が非常に大切です。



正常なストレーナー

危険なストレーナー
（ヒビ割れ、沈殿物）

『警報器　あなたの危険　知らせます』

大切な家族や財産を守るため、住宅用火災警報器を設置しましょう。

沼田警察署あんぜん広場

NumataPolice

TEL 35- 3110

夕暮れ時の交通事故防止

この時期は、夕暮れから夜間にかけて、道路横断中の高齢歩行者が被害となる交通事故が多発します。

車のライトが見えていても、ドライバーからあなたの姿が見えているとは限りません。夕暮れ、夜間の外出時には持ち物や身体に夜光反射材を付け目立つようにしましょう。

外出する時はできるだけ明るい服を着ましょう。また、自転車にも夜光反射材を付けましょう。

またも工事現場で敷鉄板が盗まれる事件が発生しました

沼田町字浅野の工事現場に敷いてある鉄板が５枚盗まれる事件が発生しております。

１枚約１.５トンもの重さのある鉄板であるため、今回も大型トラックを用いての犯行と思われます。

不審なトラックを見かけた方、夜間に工事現場で不審な物音を聞いた方は警察に通報をお願いします。

沼田町の事件・事故の発生状況

犯罪の発生状況

（８月末現在）

		侵入窃盗	自動車盗	自転車盗	車上・部品狙い	器物損壊	その他	合　計
沼田町	平成 24 年	0	0	0	0	0	6	6
	平成 23 年	2	0	2	0	1	0	5

※「その他」の被害品は、オートバイ１件、タイヤ４件、敷鉄板１件です。

交通事故の発生状況

町内における交通事故件数

人身事故		物損事故	
平成 24 年	6	平成 24 年	6 7
平成 23 年	1	年成 23 年	6 7

（８月末現在）

町民が町外で第１当事者となった人身事故件数

平成 24 年	5
平成 23 年	5

（８月末現在）

今年の人身事故の内訳
軽傷事故 ５件 重傷事故 ０件 死亡事故 １件

物損事故の主な原因のワースト３は、後方不確認のバック事故、前方不注視、ハンドル操作の不適です。

また、高齢者（65 歳以上）の物損事故の発生率は 23.8% と高くなっています。

生涯学習

ゆめっくる

明日萌の里・ほたるの里ウォーキング

２００名を超える参加者！「明日萌の里・ほたるの里ウォーキング」

10月7日（日）に「明日萌の里・ほたるの里ウォーキング」が開催されました。今年は、200名を超える参加者が町内外から集まり、15㎞コース・6.5㎞コース・ノルディックウォーキングコース・3.5㎞コース・スタンプラリーコースに分かれ、秋晴れの天気の中ウォーキングを楽しみました。

当日は、受付の時に少し小雨が降りドキドキしましたが、開会式の時には晴れ間がのぞき、スタート時には青空の下で気持ちの良いスタートをすることができました！親子での参加や友達、おじいちゃんおばあちゃんと一緒に参加と様々な方が参加。途中の給水ポイントでは幌新の横山さん宅よりスイカとトウモロコシの差し入れをいただいたり、ライオンズクラブの方々もボランティアでお手伝いをしていただきました。ゴール地点で開催されていた紅葉祭りにも、ウォーキングに参加された方のほとんどの方が参加され、ジンギスカンや沼田の農産物を使ったピザ、雪中そばなどを食べ、秋の休日を満喫していました。

小学生も元気にウォーキング

親子も笑顔でウォーキング

ライオンスクラブのボランティア

横山宅からのおいしい差し入れ

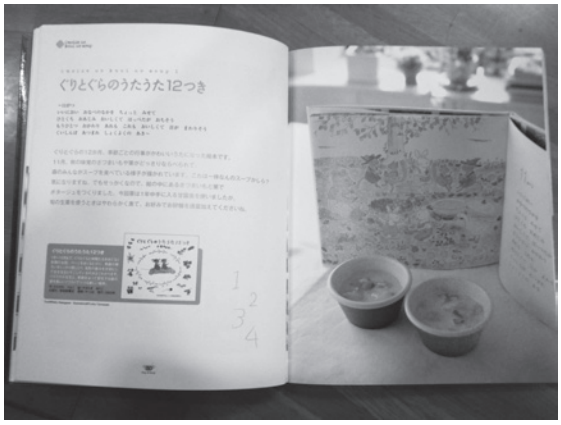
沼田町学童保育の愛称は『こどもっくる』!!

現在、ゆめっくる内子ども館で実施されている学童保育は、3学期から新しい沼田小学校へ移転します。これに伴う学童保育所の愛称を9月に一般公募した結果17通の応募があり、町長をはじめとする選考委員会で選考し、次のように決定しました。最優秀賞については、施設入口に表示し、各種パンフレットなどの印刷物に使用させていただきます。たくさんのご応募ありがとうございました。

最優秀賞　『こどもっくる』･･･岩倉那月さん（８歳男）「子どもが集まるところだから」
優 秀 賞　『ゆうやけ館』・・・城田有梨さん（１２歳女）
〃　　『ゆーゆうがっかん』・黒田啓輔さん（１２歳男）

司書のイチオシ!

『絵本の中のおいしいスープ』



前回は芸術の秋にぴったりの本を紹介しましたが、今月は食欲の秋にぴったりの本を紹介します。

今回紹介する本は、絵本に出てくるスープを実際に再現してみたレシピ集です。

スープが出てくる絵本はたくさんありますが、今回紹介する本に取り上げられている絵本は“ぐりとぐら”や“おおきなかぶ”など一度は見たことがあるものばかりです。

また、この本で紹介されているレシピは親子で楽しめるようにと工夫されています。キッズマークという子どもにお任せできる部分も太字で紹介されているので、親子で料理する場合どこを子どもに任せたらいいのかわからないという方にもオススメのレシピ本となっています。

ごはんになる具だくさんスープから、子どもが大好きな甘くてデザートみたいなスープまで様々なレシピが絵本とともに紹介されています。

スープは時間がない時でも簡単に作ることができ、またドリアにしたりグラタンにしたりとアレンジも自由自在です。野菜嫌いな子どもだって、スープにしたら食べるかも…。

図書館には、今回紹介した本の他にもスープが載っているレシピ本や絵本の中に出てくる料理のレシピが載っている本があります。興味のある方は、ぜひ手に取ってみてください。

新刊図書

≪一般書≫

「ヒア・カムズ・ザ・サン」　作者：有川　浩
「空飛ぶ広報室」　作者：有川　浩
「虚像の道化師」　作者：東野圭吾
「ひらいて」　作者：綿矢りさ
「鬼談百景」　作者：小野不由美
「白ゆき姫殺人事件」　作者：湊　かなえ
「ひなこまち」　作者：畠中　恵
「中年心得帳」　作者：林　真理子
「北海道鉄道駅大図鑑」　作者：本久公洋
「銀の匙　ＶＯＬＵＭＥ４」　作者：荒川　弘
「スケッチブック」　作者：桜川　ハル
「お隣さま」　作者：十和

≪児童書≫

「怪物はささやく」　作者：パトリックス・ネス
「オリンピック　ヒーローたちの物語」　作者：大野　益弘
「ドラキュラなんてなりたくない！！」　作者：藤　真知子
「おしえておしえて」作者：マーカス・フィスター

新刊図書これがおすすめ!!

『おおかみこどもの雨と雪』 細田　守

“おおかみおとこ”と愛し合い、「雪」と「雨」の姉弟を授かった花。都会でひっそりと暮らす４人だが、突然“おおかみおとこ”が死んでしまう。花は子どもたちを連れ、田舎に移るが…。今夏映画化になった作品です。

『あなたへ』 森沢　明夫

妻の死によって孤独を抱えた倉島は、妻の想いを知るために、自家製キャンピングカーで旅に出る。富山から長崎まで 1200 キロ。倉島を待っていたのは…。夫婦の愛と絆を綴った長編小説。2012 年 8 月公開映画のノベライズ。

『うた恋い　1～3』 杉田　圭

31 文字の和歌に込められた究極のラブ・ストーリー！ 紫式部や在原業平、藤原定家らが詠んだ恋歌を、マンガやショートショート、超訳で紹介する。平安マメ知識付き。図書館には 3 巻まで置いています。

広報ぬまた 第五六三号
二〇一二年十月二十五日発行 発行者 北海道雨竜郡沼田町長 金平嘉則
◆まちのどんな情報でも構いませんので、ぜひお聞かせください。編集 総務課広報情報グループ 亀谷・小川 電話〇一六四―三五―二一一一

寺島実郎氏も参加！

第24回東京沼田会総会

沼田町出身者や関係者で組織されている東京沼田会（田坂勝芳会長）総会が、10月13日（土）に、東京都の市ヶ谷で開催されました。

当日は沼田町から金平町長や杉本議長をはじめ７名が参加し会員との交流を深め、沼田町出身の寺島実郎氏（三井物産戦略研究所会長）も会場入りし、会員と楽しく談笑する場面も見られ和やかな雰囲気の中で総会が開催されました。

また、会場内には沼田町の特産品販売コーナを設け、新商品のトマトジュースや雪中米、雪ん子焼きの販売も行われ、特産品を買い求める会員で賑わいを見せていました。

来年は沼田町への訪問なども計画されており、今後も相互交流を行い精力的に活動を行うことを確認し閉会しました。

細川 夏希（なつき）ちゃん（長女）
8月28日生まれ
お父さん 豊弘
お母さん 梨絵
（市内１北）

宮岸 匠（たくみ）くん（次男）
9月8日生まれ
お父さん 広彦
お母さん 真由美
（北竜３）

おくやみ

氏名	月日	年齢	住所
小笠原昇一さん	9月29日	83歳	旭町東

人の動き

人口 3,534人（前月比 ＋３人）
（男性 1,667人 女性 1,867人）
65歳以上 1,283人（高齢化率36.3%）
世帯数 1,617戸（前月比 △３戸）
○総人口増減内訳
増加…転入：15人 出生：３人
減少…転出：13人 死亡：２人
（平成24年９月28日現在）

交通事故死ゼロ

85日
継続中！
（平成24年10月１日現在）

この広報誌は再生紙と大豆インクを利用しています。