

# ほんべつ



いいひと いいまち いきいき ほんべつ

## 2 本別町スポーツ賞

平成21年度各賞が決まりました

## 4 ほんべつ学びの日の集い

国民年金コーナー

## 6 芸術・文化・スポーツの秋

## 8 秋の交通安全運動

## 10 健康なまちづくり講演会

## 12 第六次本別町総合計画 Part6

## 14 新型インフルエンザ

知っておこう

- まなび白書……………11
- ハロー農業大学校……………13
- マイタウン……………16
- みんなの健康・銀河ホットライン……………20
- ご寄付ありがとうなど……………21
- 本のある暮らし・わたしたちのまち……………22



### 願いを込めて植えました!

「第9回本別町の水源地の森林を造り育てる集い」(東部十勝森林管理署主催)が10月21日、水源地の本別沢で実施されました。勇足小学校(浅川佳孝校長)の4年生~6年生15人など約100人がオオバヤナギ、アオダモ、ヤチダモ200本を植樹しました

# 町スポーツ賞

# 中宮 山崎 博 志 統 さん

町スポーツ奨励賞・文化奨励賞に3個人・2団体

今年度のスポーツ賞・スポーツ奨励賞、文化奨励賞が十月二十日の町教育委員会で決定しました。受賞者は次の通りです。

## スポーツ賞

【功労の部】

宮崎 統 さん  
(北5丁目)



昭和四十八年から現在に至るまで、本別軟式野球連盟理事ならびに審判員として活躍され、特に昭和五十四年から平成十八年までの二十八年間は、同連盟理事長として会を取り仕切り、町内大会等も中心となって運営に当たられた。理事長退任後も審判員として活躍され、その試合状況に応じた的確な判定は他の模範となるところである。また、子どもたちには試合中でもマナーとルールを厳しく教

中山 博 志 さん  
(仙美里元町)



学生時代から野球に親しみ、本別軟式野球連盟役員を務める傍ら、職場の野球チームを監督として全

え、野球を通して青少年の健全育成にも尽力されるなど本町のスポーツ振興に寄与された功績は誠に顕著である。

道大会に十度導き、その野球に対する熱意と選手をまとめる統率力は誰もが認めることである。昭和四十九年から同五十九年まで同連盟理事および審判員を、昭和六十年からは副会長の要職に就き現在に至っている。また、平成四年から同十八年までは審判部事務局長として町内の野球大会等の運営を取り仕切った。子供たちの試合には自ら積極的に赴き、マナーやルールなどの基本について厳しく指導され、青少年の健全育成にも力を注がれている。平成十九年からは審判部長、さらには北海道軟式野球連盟帯広支部常任理事として軟式野球の普及発展に寄与されるなど、本町のスポーツ振興に寄与された功績は誠に顕著である。

## スポーツ奨励賞

個人

【優秀選手】  
加藤 龍 一 さん  
(上押帯)

平成二十一年度全北海道ジュニア柔道体重別選手権大会  
十勝支部予選  
90kg以下級 優勝

大橋 華 子 さん  
(北6丁目)

平成二十一年度第六十二回北海道高等学校陸上競技選手権大会  
女子四百メートル 8位

## 文化奨励賞

個人

西村 洋 吉 さん  
(北4丁目)

昭和三十八年二月、ファイナダーから見える本別の雄大に広がる景色などに魅かれカメラを通して見える美と記録による写真文化の振興を図るため、仲間を集め雪光カメラクラブ(現在の本別カメラクラブ)を設立する。また、会員のカメラ・写真技術の指導、会の運営に中心的な役割を果たすなど、同会の昭和五十一年度町文化奨励賞受賞に大きく貢献される一方、公民館講座「カメラ入門」講師、つづじまつり写真コンテストの審査員、さらには、自らの作品を町文化祭、公民館ロビー展、思い出のふるさと銀河線展など各種展示会にも積極的に出展するなど、写真を通して本町の文化振興に寄与された功績には誠に大きいものがある。

団体

パッチワーク  
愛好会

(高坂節子代表・南1丁目)

昭和六十二年六月にパッチワークの魅力に感動した者が集まり、パッチワークの普及と会員の親睦を図るためパッチワーク愛好会が結成される。

平成十年には、パッチワークのさらなる普及と発展を願い町文化協会に加入する。生活に密着した芸術文化活動の魅力を知ってもらうため、毎年欠かさずことなく文化祭展示部門に出展するとともに、常日ごろ、会員一人ひとりが、周りに伝え広める活動を行っている。また、指先を使う手芸は脳の働きを活性化させるといわれ、生きがいクラブをはじめとする高齢者の方々にも指導を行うなど、健康で明るいまちづくりを目指しながら本町の文化振興に寄与された功績には誠に大きいものがある。

北海道本別高等学校  
学校吹奏楽部

(矢ノ目知恵顧問・弥生町)  
川内和博顧問

第五十四回北海道吹奏楽コンクール帯広地区大会高等学校C編成の部で最高賞である金賞を受賞し、地区吹奏楽連盟の推薦を受け、全道大会に出場する。

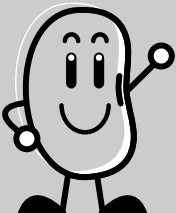
【出場者】  
指揮…矢ノ目知恵  
部長…野中梨沙

部員…三年小林聖菜・古田裕美・小川里奈・加藤千尋・坂本阿莉沙・塚谷美麗・前田海風

二年吉田翔・戸谷愛・濱名みどり・堀井沙友莉・永田春香・鈴木初雪・阿蘇小夏

一年板垣沙美・木村紗矢  
香・秋田紀恵、高千和・湯山美紗

授賞式は11月3日(文化の日)午前10時から中央公民館大ホールで行われます





# プログラム

10:00 10:20 10:35 11:35 12:25 12:30

<p>ほんべつ学びの日 啓発セレモニー</p>	<p>休憩</p>	<p>実践事例発表</p>		<p>閉会</p>
<p>中央小学校ジュニアプラスアンサンブル演奏 主催者あいさつ ほんべつ学びの日宣言朗唱 4つの風紹介</p>		<p>小・中・高校生 学校や子供たちが、地域との関わりの中で取り組んでいる事例（総合的な学習、キャリア教育、インターンシップ研修、ボランティア活動など）について発表します</p>	<p>子ども育成関係者 教員 子供の育成に関わっている活動内容や活動を通して日ごろ感じていること、学校現場を通して本別町の教育や地域の取り組みで感じたことなどについて発表します</p>	



# ほんべつ学びの日の集い 夢風事業

平成十九年九月十一日に、将来を担う子供たちの健全な精神と豊かな心をはぐくむために「ほんべつ学びの日」宣言を行いました。宣言から三年目を迎える中で、今年度は今一度学びの日の趣旨や学びの必要性について、町民の皆さんに周知を図り、理解を深めていただくため、「ほんべつ学びの日の集い」を開催します。町内の小学生・中学生・高校生と子供の育成に関わっている関係者が、学校や地域との関わりについて、子供と大人それぞれの視点で活動内容を事例発表し、学びの活動の輪をさらに広げます。多くの皆さんのお越しをお待ちしています。

とき **11月21日(土) 午前10時**  
 ところ **中央公民館大ホール**  
 テーマ **ほんべつ学びの日の活動の輪を広げよう**  
 主催 **本別町教育委員会**

九月七日に開催された「福祉でまちづくり」宣言記念事業で、本別中学校の総合学習「介護・福祉コース」を選択している生徒と本別町老人クラブ連合会会員により取り組まれた「聴き書き」イベントの作品を展示します。ぜひご覧ください。



お問い合わせ 町教育委員会 ☎22-2331

**国民年金**

**「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されます**

その91

国民年金保険料について社会保険料控除の適用を受ける場合には、「領収書」または「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の添付が義務付けられています。平成21年中に国民年金保険料を納付された人については、控除証明書が11月または翌年2月に送付されます。年末調整や確定申告の際には、控除証明書や領収書が必要となりますので、大切に保管してください。

11月に送付される人  
平成21年1月1日から平成21年9月30日までの間に国民年金の保険料を納付された人

翌年2月に送付される人  
平成21年10月1日から平成21年12月31日までの間に今年初めて国民年金の保険料を納付された人  
※11月に送付された場合は、翌年2月には送付されません

**国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象となります！**

○「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている月分以外（未納になっていた前年分あるいは翌年分など）の保険料を12月31日までの間に納付した場合、今年分として申告ができます。「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている保険料額に、後から納付した保険料額を合算して申告してください。なお、後から納付した保険料分の「領収書」も添付する必要があります。

○世帯主または配偶者としてご家族の国民年金保険料を納付された場合は、納付した人がその保険料を申告することができます。

詳しくは  
**住民課 戸籍年金担当**  
☎22-8128 (課直通)







## 本別町音楽祭

第38回本別町音楽祭（本別町文化協会・中央公民館主催）が10月10日、中央公民館で開催されました。音楽祭には5団体3個人が出演し、日ごろの練習の成果を披露。会場には、アニメの主題歌や70年代のフォークソングなどの多彩な音楽が響きわたり、集まった父母や知人など約200人から温かい拍手が送られていました。



## チェコ・フィルハーモニー演奏会

チェコ・フィルハーモニー八重奏団演奏会（（財）北海道教職員厚生会・町教育委員会主催）が10月7日、中央公民館で開催されました。世界最高峰といわれる演奏家8人が、バイオリン、チェロ、ホルンなど7種類の楽器で、クラシックや日本の歌などアンコールを含めて18曲を演奏。会場に訪れた町内の小・中学生と一般約500人は、温かみのある音色に酔いしれ、曲が終わるごとに大きな拍手を送っていました。



## ストックウオーキング

小樽商科大学の中川喜直教授を講師に招いたストックウオーキング講習会が10月18日、銀河アリーナで開催されました。中川教授は前半の講義の中で、両手にストックを持って歩くことにより「エネルギー消費の増加、ひざや腰への負担軽減」などの効果があることを説明。後半の実技では、ストックを使って「ストレッチや基本的な歩き方、運動強度を上げた歩き方」について指導しました。約20人の参加者は心地よい汗を流し、ストックウオーキングの効果を実感していました。



## 遊・遊ゲームランド

「世代を超えて夢中になろう」をテーマに体育の日記念事業「遊・遊ゲームランド」（町教育委員会主催）が10月12日、町体育館で開催されました。会場に集まった友達同士や親子連れなど約100人は、フリスビーでの的をねらう「フリスビーでGO」など得点を競う6種類のゲームや「体力測定」に挑戦。ゲームのほかにも、昔遊びコーナーや綿あめ、ポップコーンを提供する縁日コーナーなども催され、参加者はスポーツに触れ合いながら楽しい一日を過ごしました。

# 芸術・文化 スポーツ の秋



## 本別中学校強歩大会

本別中学校（西岡敏幸校長、173人）が、9月25日強歩大会を実施しました。今年は、足寄町里見が丘から本別中学校までの16.2kmを、走り組と歩き組に分かれてそれぞれスタート。涼しい秋風の吹く中、互いに声援を送りながらゴールを目指しました。



## 帯広市本別会観楓会 パークゴルフ大会

毎年恒例の帯広市本別会（西藤亭会長）観楓会パークゴルフ大会が10月4日、太陽の丘パークゴルフ場で開催されました。好天に恵まれ、参加した会員17人と高橋正夫町長ら町関係者、町議会議員8人はパークゴルフでさわやかな汗をかき、会話を楽しみながらコースを回りました。会場を町内の温泉ホテルに移動した観楓会では、思い出話や近況報告など和やかな雰囲気の中で談笑に花を咲かせていました。



## 高齢者運動会

第38回本別町高齢者運動会（本別町社会福祉協議会主催）が10月4日町体育館で開催され、町内の12老人クラブから66歳から86歳までの約170人が参加しました。4つのチームに分かれた参加者は、仲間の声援を受けながら「ジャンケンリレー」「玉入れ選手権」など7種目で楽しみながら、爽やかな汗を流して親睦を深めていました。







# 交通事故死0 「800日」達成

平成19年8月11日からスタートした本別町の交通事故死0の日が、10月19日で800日を迎えました。

この記録は、各団体による交通安全運動の取り組みや町民の皆さん一人ひとりの交通事故防止に対する意識の強さにより達成されたものです。

交通事故は、誰かが気がつけていけば防げるものではありません。一人ひとりが、交通事故を「起こさない」「遭わない」という気持ちを持つことが必要です。

今後も、記録更新を目指し皆様のご協力をお願いします。



# 秋の交通安全運動 安全運転を訴えました

夕暮れが早まることによる視界の悪化や農作物輸送のために大型車の走行が増えるなど、交通事故が多発する時期を迎えたことから、本別町交通安全協会（前田進会長）や北海道警友会本別支部（木田弘支部長）などの団体が悲惨な交通事故を一つでも減らそうと、北八丁目ふれあい公園などを会場に、交通安全運動を実施しました。



- ⑤ 10/8 ガムや洗剤を手渡ししながら「安全運転をお願いします」と呼び掛ける、本別ライオンズクラブ（朝日基光会長）の会員十二人
- ⑥ 10/15 本別町交通安全母の会（田西喜代会長）の会員五人が、北八丁目ふれあい公園で交通安全キャンペーンを実施しました  
※役場に職場体験実習に入った本別高等学校一年の金子一久さんも一緒に安全運転を呼び掛けました
- ⑦ 10/21 町交通安全推進委員会（会長：高橋正夫町長）主催による本別町秋の交通安全街頭啓発「人の波運動」が開催され、自治会や事業所から約四〇〇人が参加。役場前駐車場で交通安全集会を行った後、国道二四二号線沿に移動し道行くドライバーに安全運転を呼び掛けました



- ① 9/25 本別町・足寄町・陸別町の交通安全協会主催による「交通安全タスキリレー」。陸別町から出発したタスキが足寄町から引き継がれ、大西光夫本別町交通安全協会副会長が交通安全運動の決意表明をしました
- ② 9/28 北海道警友会本別支部（木田弘支部長）の会員10人が「交通安全チラシとお茶」100組を配りながら交通安全を呼び掛けました
- ③ 9/30 柏木町自治会母の会（澤田京子会長）の会員21人が、スピードダウンなどと書かれた旗を掲げながら交通安全キャンペーンを展開しました
- ④ 9/30 仙美里小学校の5、6年生17人と仙美里中学校の生徒27人、仙美里元町自治会の方々による地域ぐるみの交通安全街頭啓発



昨年のいきいきほんべつ ふれあい祭りの様子



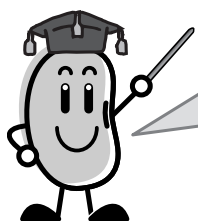
ところ  
町体育館

とき  
11月29日(日)  
午前9時30分スタート

いきいきほんべつ  
ふれあい祭り

まなび自書

生涯学習情報



町民と行政が協働で策定した「歓迎実感プラン21」(本別町生涯学習計画)の一層の推進を図るため、地域ですばらしい生涯学習活動を展開している各種団体・サークルが集い、口を揃えて、培ってきた活動を発信いたします。多くの町民の皆さんが参加し、共に学び、共に行動しよう。

いきいきほんべつ ふれあい祭りプログラム(予定)

	9:30	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	14:30
正面玄関	生ゴミ堆肥の無料配付(限定200袋)(本別町衛生組合)						
研修室(1階)	おはなしいっぱい(すいーとぼてと) 大型紙芝居、パネルシアター、エプロンシアター、手あそび						
大 競 技 室 (1階)	かあさんの味~うどん・そばコーナー~(市街地婦人会)						
	喫茶コーナー~コーヒー・ケーキ・おしるこ~(本別町商工会女性部)						
	フリーマーケット(参加者募集中)(窓口:本別消費者協会)						
	悪質商法追放啓発コーナー(本別消費者協会)						
	健康ほんべつ21(健康管理センター) 脳年齢測定、足指力計測、末梢循環機能測定 白鳩会コーナー「献血ではじめよう、人と人とのコミュニケーション」						
	福祉のまちコーナー~福祉関連アンケート・介護用品展示販売~(在宅介護を支える会、社会福祉協議会、ケアセンター)						
	日本赤十字社の社費(会費)、活動資金の寄付をお預かりいたします						
	本別町民文芸「沖積土」PR・販売コーナー(町民文芸沖積土編集委員会)						
	本別町指定文化財PR(マメシジミの生態模型展示など)(本別町教育委員会)						
	リース作り体験・展示・販売(KIDS LAND アイアイ)						
	行政相談コーナー(行政相談員)						
	司法書士法律相談コーナー(司法書士)						
	無料包丁とぎコーナー(本別技能士会) 正午まで受付						
	鉢花販売(木下花園・ワンコインフラワー)						
農産品・農産加工品の販売(JA女性部サークルの皆さん)							
キレイマメ町民還元販売(キレイマメの会)							
さわやか快適・肌着展示即売・予約会、人にやさしいケアシューズのPR・予約会(母子寡婦会)							
牛乳パック再生紙・押花製品・和紙製品・アート製品の展示販売(つつじの園)							
しめ飾り予約会(身体障害者福祉協会本別分会)							

※ は開催時間になります

主催/いきいきほんべつ ふれあい祭り実行委員会(事務局=企画振興課 企画・生涯学習担当 ☎22-8121)



真剣な眼差しで講演を聞く参加者

「メタボ撃退の特効薬? これならやれる!」

「メタボ撃退の特効薬?これならやれる!」と題した健康なまちづくり講演会が10月1日町体育館で開催され、札幌医科大学保健医療学部の武田秀勝教授がメタボリック症候群の予防と改善について講演しました。武田教授は、①気持ちよと感じる軽い運動を自分にあつたリズムで行うこと。②特に、第2の心臓である足を使って歩くことを習慣化・日常化すること。③楽しく運動することなどのポイントを挙げ、それが予防と改善さらには健康維持につながると話しました。最後に、メタボ撃退の特効薬は「自分の意識の中にある」と語り、「自分に合ったものを一つでよいから継続することが重要である」と強調しました。会場に訪れた約60人の参加者は、武田教授のユーモアたっぷりの話に引き込まれながら、メタボについての理解を深めました。



ユーモアたっぷりの講演で会場を沸かせた武田秀勝教授

健康なまちづくり講演会

メタボ撃退の特効薬は「自分の意識の中にある」



# HELLO 農業大学校

## 農大ってどんな学校？

本別町内に北海道立農業大学校という学校がある、将来農家になる若者が農業を勉強する所だ、というのは知られていても、就農するまでの流れ、あるいは就農後も研修が受講できることは、あまり知られていないのではないのでしょうか。このことについて、ここであらためてご紹介します。



### 研修部門

農業を志して入校する学生以外にも、既に農業に従事している方々や農業に従事しようという方々に、一般的な研修や機械研修を実施しているのが研修室です。研修室では、稲作経営専攻コースの担当や校内の情報発信も行うほか、町民に身近なところでは、小・中学校と協力し、農業体験等の食育を行う「北の農学校」の窓口になっています。



# シリーズ 第六次本別町 総合計画 Part6

第六次本別町総合計画を策定する町総合計画策定審議会（今野公司会長）の四回目の会議が十月五日町体育館中競技室で開催されました。今回は、第二回北海道農園大学開発研究所開発特別講座として北海学園大学の内田和浩教授を講師に迎え「本別で生きる 生き抜くためにーまちづくりは仕事づくりー」と題して講演をいただきました。



内田教授は、仕事づくりへの発想の転換や子供たちへの教育を中心に、若者の意見も交えながら、今後の本別町に向けてのアドバイスをしました。

### 職に対する 発想の転換

人口を増やす点で考えると、企業誘致が浮かびあがります。しかし、大企業の工場や支店などを誘致してもそこに勤めた人は転動があるため、人口は増えても、実際は本別にどまりません。本当の意味での定住や、人口流出に歯止めをかけるには、地産地消のビジネスや、いま注目を浴びている協同労働（労働者同士で出資し、自らが経営し、労働者となる）など職に対する発想の転換をした仕事づくりが必要です。

### ほんべつ大好き子

本別に定住してもらうためには、まず本別を好きになってもらうこと、そのためには小さい頃から学校教育を通じて、本別を大好きになってもらう必要があります。生涯学習によるまちづくりを進めている本別は学校教育と社会教育を今回策定する総合計画の「根」として盛り込み、幼い頃から「ほんべつ大好き子」を育成することが必要です。

### 若者から見たほんべつ

若者は本別をどのように思っているのでしょうか。内田教授のゼミの受講生でこの講座にゼミ生六人と参加した本別高校卒業の加藤亜実さん（本別町出身）は、「本別を離れて本別の良さを知った。しかし、地元にいる同級生も、本別では仕事が見つからないので都会に出るしかないと言っている。私も、今後どのようなところに就職するかわからないができれば、本別に貢献したい」と今の心境を語ってくれました。本別出身の若者は地元に戻り地元で就職し生活したいと思っています。しかし、就職先がないため、やむなく出ていかざるを得ない。という問題が挙げられます。働く場所を多く創らないのでしょうか？

まちづくりは互いの思いや意見を出し合い議論し、学び合いながら作り出していくものです。基幹産業である農業を活かしながら本別の新しい仕事づくりを進めていくことも一つの焦点となりそうです。今後町民アンケートを実施し、これまでの議論に町民の皆さんの意見や想いを交えながら、審

議会では、さらなる議論を重ね、皆さんとともに総合計画を創っていきます。



総合計画のつくりかたの 問い合わせ 企画振興課 企画・生涯学習担当 ☎22-8121 (課直通)

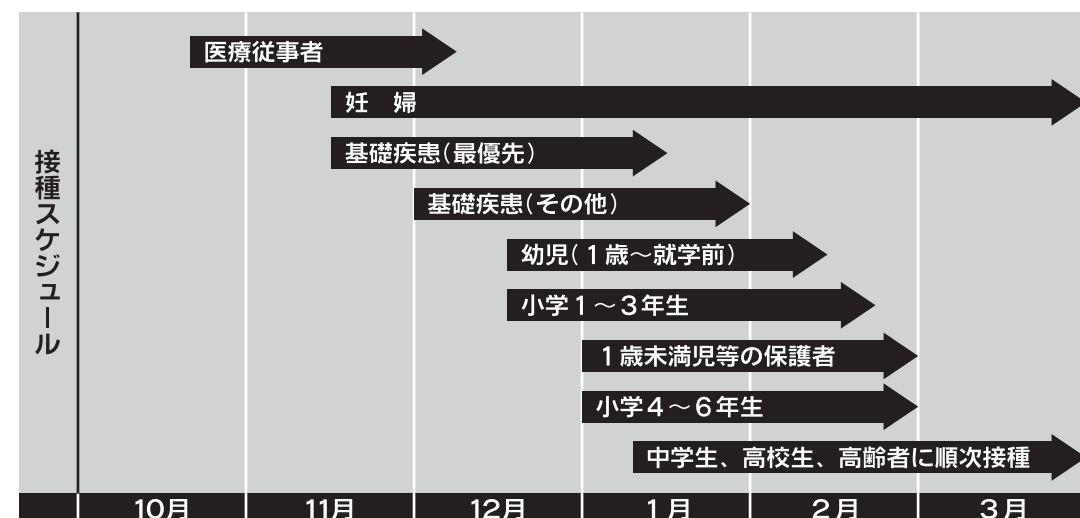
# 新型インフルエンザ

## 予防接種が始まりました

新型インフルエンザの患者が本別町内でも増えておりますが、新型インフルエンザワクチンの予防接種が北海道でも十月二十三日から始まりました。予防接種の目的は、患者が集中発生することによる医療機関の混乱を避けることにあります。

今回は、予防接種の概要を掲載しますが、予防方法などの詳しい内容は、別途お知らせいたします。

**優先接種対象者**  
直接新型インフルエンザの診療にあたる医療従事者や感染すると重症化しやすい人を指します。ワクチンは当面確保できる量に限りがあるため、これらの人を優先的に接種するよう定められています。



※基礎疾患とは  
慢性の呼吸器疾患・心疾患・腎疾患・肝疾患・神経疾患・血液疾患・糖尿病などが含まれます。たとえば糖尿病の患者で優先対象基準となるのは、「慢性心疾患、慢性呼吸器疾患などを併発している人や糖尿病合併妊婦」「1歳から高校生に相当する年齢」「インスリン療法を必要とする人」などで、診療にあっている医師が適切に判断することになっています。

## 新型インフルエンザ ワクチン



### Q A 予防接種の位置づけは？

個人の意思に基づく任意接種です。ワクチン接種は重症化予防というメリットはありますが、接種後、はれたり、発熱などの症状が出ることもあります。また、まれにですが重い症状を引き起こす可能性もありますので、この点をご理解のうえで「個人判断」により接種を受けていただくようお願いします。また、ワクチンを接種したからといって感染を防止することはできません。

**Q A** 予防接種の回数とは？  
ワクチンは1週間から4週間の間隔をおいて一人2回接種することになっています。しかし、現在国でその回数について検討中ですので、今後変更になる可能性があります。

**Q A** どこで受けられますか？  
本別町では「町国保病院」と「幡医院」の2か所で接種を受けることができます。妊婦や基礎疾患を有している人で町外の医療機関に通院している人は、通院している医療機関（主治医）の判断でその医療機関でも受けられますが、詳しいことは医療機関へお問い合わせください。また、基礎疾患を有している人で町外の医療機関が「優先接種対象者証明書」を発行した場合には、町内の医療機関で接種することができます。

**Q A** 予防接種の費用は？  
接種費用は実費を徴収させていただきます。2回接種の場合、1回目は3,600円、2回目は2,550円となります。なお、本別町では優先接種対象者のうち生活保護世帯や町民税非課税世帯の人には接種費用を免除するとともに、妊婦・幼児・小学生および1歳未満児等の保護者には費用の半額を助成します。

**Q A** 接種の予約は？  
「町国保病院」「幡医院」でのワクチン接種については、健康管理センターおよび役場保健福祉課で申し込みを受け付けます。詳しい日程や必要な書類等については、11月上旬に新聞折り込みチラシ等でお知らせします。

**感染拡大を防止するために**

- 基本は日頃からの一人ひとりの予防対策が大切です
- 手洗い、うがいを徹底しましょう
- 外出時は人混みを避け、マスクを着用しましょう
- せきエチケットを守りましょう

詳しい情報は本別町のホームページをご覧ください  
<http://www.town.honbetsu.hokkaido.jp>  
 お知らせー新型インフルエンザ

インフルエンザに関するお問い合わせ・ご相談は健康管理センターへ ☎22-2219





## ダンスで親睦 9 19

毎年学習と交流を目的に行われていた十勝母子寡婦会研修会が9月19日本別町を会場に開催されました。午前中は中央公民館で相田みつを展を鑑賞し、午後からは町体育館中競技室で大阪ラブソディなど懐かしいリズムに合わせてながら、誰でも簡単に踊れる健康ダンスを行い、十勝管内から集まった参加者50人は互いに親睦を深めました。



## 初めての修学旅行生を歓迎！ 9 24

本別町・足寄町・陸別町・池田町へ道外修学旅行生誘致を進めるちほく体験観光協会が9月24日、兵庫県立有馬高等学校の修学旅行生140人を迎えました。本別町には豆の収穫や豆腐づくりなどの農業体験コースを選択した45人が来町。生徒たちは、北海道立農業大学校での講演や金時豆の収穫を終えた後、中央公民館で豆ではりきる母さんの会（山田富江代表）の会員7人の指導の下、豆腐づくり体験をしました。初めて行う豆腐づくりは全行程丁寧に行われ、出来たての豆乳や完成した豆腐に「おいしい」「今まで食べたものよりあっさりしている」など口々に歓声を上げ、北海道農業を満喫していました。



## 今年最後の「夜でかけナイト」が開催 9 25

町民と商店の触れ合いの場として今年最後となる「夜でかけナイト」が9月25日、北1丁目から北5丁目までの商店街で開催されました。当日はほんのり暖かい陽気に包まれ、子供から大人までが屋台や屋外シアター、ヨーヨー釣りなどで楽しみ、商店街は多くの人でにぎわいました。



## 東北部3町の高齢者が交流 9 29

十勝東北部高齢者まなびのつどい（十勝東北部社会教育連絡協議会主催）が9月29日、町体育館を主会場に開催され、足寄町、陸別町、本別町の高齢者学級などに所属する約100人が参加しました。午前中に中央公民館で相田みつを展を鑑賞後、午後からは町体育館に会場を移し、自己紹介を兼ねた「よろしくじゃんけん」などのゲームで親睦と交流を深め、楽しいひとときを過ごしました。



## 応援をもらった感謝を込めて 10 5

本別高校野球部（西中剛志監督、櫻井敦史主将）の1、2年生17人が10月5日、観光スポットで多くの人足を運ぶ「道の駅ステラ★ほんべつ」の清掃活動に汗を流しました。この活動は春・夏・秋すべての大会で受けた、町民からのたくさんの応援に感謝して行われたもので、道の駅周辺の落ち葉拾いや花壇の整備、跨線橋のマイマイガの死がいや卵塊を除去。この話を聞いた同校羽球部（池田勝也監督、高橋圭祐主将）10人も遅れて参加するなど、道の駅は秋の観光シーズンに向け、お客さんを快く迎えられるようきれいに整備されました。



## 先進の福祉学びたい 10 6 北見市留辺蘂町自治会協議会・ 本別町自治会連合会研修交流会

本別町で実践されている福祉の進め方を学ぼうと北見市留辺蘂町自治会協議会（森幸男会長）の24人が10月6日、本別町を訪れました。本別町自治会連合会（佐々木哲夫会長）役員6人との研修交流会が町総合ケアセンターで開催され、互いに福祉の取り組みを説明した後、意見交流に移りました。北見市留辺蘂町からは「活発なボランティア活動はどのようにして育成されたのか？」「自治会未加入者の状況は？」「座談会を21回開催し、ひざを交えて意見を出し合い地域福祉計画を策定したのは素晴らしい」など、活発に意見が交わされお互いに自治会活動について学び合っていました。



## マイマイガの卵塊駆除 10 11

本別建設業二世会（佐藤貢会長）が10月11日、中央保育所と勇足保育所の壁や軒下に産み付けられたマイマイガの卵塊の駆除を行いました。この作業は地域貢献活動としてボランティアで行われたもので、はしごや三脚に上がり、ブラシやへらを使いながら、一つひとつ卵を丁寧に取り除きました。卵からかえった幼虫には毒性があるとされていることから、子どもたちの身体への影響も懸念されるため、少しでも発生を防ごうと駆除を行った会員10人は、真剣な作業に汗を流しました。



## 交通安全の大切さ呼び掛ける 10 14

10月14日、町体育館で町内の高齢者を対象とした本別警察署（畠山隆署長）主催の高齢者の交通事故防止安全教室が開催されました。この教室では道警本部交通安全教育隊の女性2人が講師となり、「歩道の無い道路での正しい歩き方」や、「斜め横断の危険性」、「夜出歩く時の夜行反射材の必要性」などについて説明が行われました。最後に高齢者を狙った振り込め詐欺の対処法などについても、オレオレ詐欺などの具体的な例を出して説明があり、参加した約60人は真剣な様子で聞いていました。

※この記事は役場に職場体験実習に入った本別高等学校1年の伊藤徹哉さんが取材し書いたものです



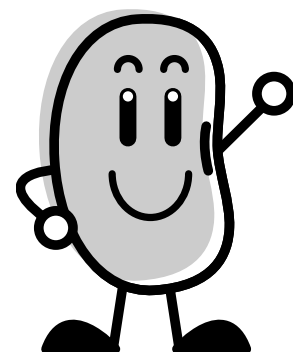
情報を広報電算担当へお寄せください ☎22-8121 (課直通)



## 研修を終えて

最初は不安でしたが、気がつけば3か月、あっという間に過ぎました。研修中は主に町のイベントなど地域振興の仕事に携わり、本別きらめきタウンフェスティバルでは小松島物産市を担当し、小松島市の特産品を販売したりしました。また、広大な畑や、牧場で間近で牛に触れたりと改めて北海道の大きさを知ることができ、とても貴重な経験ができました。プライベートでも旭川や阿寒、釧路なども観光でき、大変充実したものになりました。3か月という短い期間でしたが、本別町で学んだ町づくりや、体験した出来事をこれからの仕事に役立てたいと思います。本当にありがとうございました。

徳島県小松島市職員  
平田直之



## 平成21年度 防火標語・ポスター入賞者決まる

10/21

町防火管理者連絡協議会（三好喜美雄会長）、町危険物安全協会（朝日基光会長）では、本別ライオンズクラブ（朝日基光会長）の協賛を得て、町内の小学4年から6年生を対象に防火標語とポスターを募集しました。防火標語に126編、防火ポスターに76作品の応募があり、子供たちからの火災予防へのメッセージが込められた作品は、防火標語・ポスター展として10月15日から30日まで、中央公民館ロビーに展示されました。また、防火ポスターの部最優秀賞（防火管理者連絡協議会会長賞）の作品は、防火ポスターとして印刷され町内各事業所に配布し掲示されています。入賞者は次の通り。（敬称略）

### 【防火標語の部】

防火管理者連絡協議会会長賞＝  
「火のしまつ うっかりなくして しっかりと」  
大泉瑛弥子（仙美里小6年）

危険物安全協会会長賞＝  
「消しやすれ その1つ1つが 火事をよぶ」  
五十嵐理紗（中央小5年）

本別ライオンズクラブ会長賞＝  
「火に注意！ ルールを守る 楽しい花火」  
佐藤輝之（中央小4年）

### 【防火ポスターの部】

防火管理者連絡協議会会長賞＝三ツ石 望（中央小6年）  
危険物安全協会会長賞＝山田拓海（仙美里小5年）  
本別ライオンズクラブ会長賞＝城浦教祐（勇足小4年）



## ばまキッズまつり

10/16

家庭支援・教育事業「なかよし」による「ばまキッズまつり」が10月16日、子育て支援センターで開催されました。空き箱で作った手作りの積み木やアンパンマンのパタパタ人形、おかしくじ等のたくさんのお店に子供たちも大喜び。育児支援サークルの竹とんぼやすーとぽてと、ぶっくるによる人形劇や手あそび、読み聞かせも行われ、参加した42組93人の親子は楽しい時間を過ごしました。



## 副町長に砂原勝氏を再任

10/15

10月15日に開催された本別町議会定例会で、副町長を選任する議案が提出され、砂原勝氏が副町長に再任されました。



## 農大市

10/17

北海道立農業大学校（樋口廣作校長）で10月17日、恒例の農大市が開かれ、学生が授業で作った玉ねぎや、白菜、牛肉などの新鮮な農畜産物が低価格で販売されました。農大市は授業の一環で、地域住民との交流なども目的に毎年開催されており、今年も町内外からたくさんの買い物客が訪れました。



## 秋の火災予防運動パレード

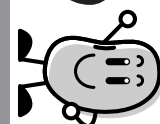
10/15

秋の火災予防運動パレードが運動初日の10月15日、午前9時のサイレン吹鳴により実施されました。高橋正夫町長が「冷え込みが厳しくなり、暖房の使用も増えるので火災が増える時期。予消防に万全を期すようお願いしたい」とあいさつ。消防車や本別町危険物安全協会会員の燃料配送車など19台が消防署前を出発し、火災予防を呼び掛けながら町内を回りました。



情報を広報電算担当へお寄せください ☎22-8121（課直通）

マトタビクンほんべつ





# 未来に輝く 子どもたち



本別町の未来を担うかわいい星たちです。  
お父さん、お母さんのたくさんの愛に包まれてすくすく元気に育ってね!



向陽町  
山田 匠真くん  
(雅美ママ)



東仙美里  
唯野 廉くん  
(亜希子ママ)



錦町  
谷藤 柁空くん  
(みきママ)



勇足西五  
上田 志保ちゃん  
(法子ママ)

※写真は本人に了解を得た上で掲載しています

## ご寄付ありがとうございます

平成21年9月11日から10月15日

- 次の通りご寄付をいただきました。  
紙上をかりて厚くお礼申し上げます。(敬称略)
- ★本別町特別養護老人ホーム物品購入費指定  
金30,000円 …… 仙美里元町 太田 憲子
  - ★本別町老人ホーム指定  
大根 30本 …… 向陽町 小松 栄一

- 個性あるふるさとづくり寄付条例による寄付
- ★福祉でまちづくり推進事業  
金100,000円 …… 南4丁目 榎澤 重作  
金200,000円 …… 南2丁目 松井 洋
  - ★資料館特別展示「わが町の七月十五日展」開催事業  
金10,000円 …… 帯広市 広陵連合町内会 会長 笹岡 俊夫

# みんなの健康

303

内臓脂肪型肥満はメタボリックシンドローム(メタボ)の原因になり大いに関心を集めています。子供にもメタボが存在し、小学生ころから動脈硬化を進行させる事が明らかになってきています。肥満の七歳児では四割、思春期以降の肥満で七八割が成人肥満に移行すると言われています。将来の心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病発症予防には、子供の肥満予防が重要です。菓子や清涼飲料水等の間食によるカロリーオーバーや運動不足、ほかに、夜更かしや朝寝坊も原因の一つと言われています。夜更かしをして朝寝坊すると一日二食になりがちです。二食では食事と食事の感覚が開き過ぎて一回の食事も増え、栄養

## 夜ふかしと子供の肥満

の吸収も良くなるため太りやすくなります。力士がそうですね。また、夜更かしによる睡眠不足は、さまざまなホルモンの分泌異常を来し脳レベルで体を太りやすくします。(1)脂肪細胞から分泌されるレプチン(食欲を抑え、エネルギー消費を高める働きをするホルモン)の減少  
分泌が減ると食欲が抑えられにくくなり、脂肪が燃えにくい状態、太りやすい体になるわけです。

(2)胃から分泌され、成長ホルモンの分泌を刺激するグレリン(食欲を増進させる)の分泌が高進  
グレリンの分泌が増える  
と過食になり太りやすくなります。

よく動き、間食を控え、夜更かししないことが大切です。一日三食、「はやね・早起き・朝ごはん」ができていますか。

本別町国民健康保険病院  
栄養給食室  
管理栄養士 北原 洋子

# 銀河ホップアップ

## 足寄町

### 第30回足寄町女性のつどい

テレビドラマや映画でおなじみの女優、あき竹城さんの講演などを行います。どなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。



日時 11月29日(日)  
午前10時～午後3時15分

- 場所 足寄町民センター
- 内容 講演・講座ほか  
基調講演「キラキラ輝く人生のために」(仮称)  
講師：あき竹城さん(女優)  
※赤十字バザール、特産品販売コーナーも併せて開催します
- 参加料 無料
- その他 託児所を設置します。ご希望の方はお申し込みください
- 申込先・詳細 足寄町教育委員会  
生涯学習室 ☎2513188

## 陸別町

### 第31回十勝人形劇フェスティバル

銀河きらきら！ワクワク人形劇!

人形劇を愛し、情熱を傾ける社会人・学生・母親等の人形劇サークルが一同に集い、子供たちに人形劇の楽しさを伝え、人形劇の普及を目的にこちかち人形劇フェスティバルが開かれます。

親子人形づくり講習会  
とき 12月5日(土)  
午後3時～午後5時

- ところ 陸別町役場第4会議室
- 人形の種類や操作方法を紹介し、簡単にできる人形の作り方を親子の皆さんに指導

し、人形作りとその操作を体験してもらいます。

人形劇フェスティバル  
とき 12月6日(日)  
午前10時～午後12時30分

- ところ 陸別町タウンホール
- (1)人形劇公演および人形劇体験コーナー  
十勝管内の人形劇サークルや道内のサークルが参加します。また、観客に人形劇を実演してもらう人形劇体験コーナーを開催します。
- (2)人形展示  
各サークルが公演で使用した人形を展示し、色々な人形の面白さを見ていただきます。
- 問い合わせ 陸別町教育委員会  
☎2712141

# 自分たちの手で 図書室を楽しく!

## 中央小図書室改装大作戦

### お誕生

9月後半から  
10月前半の  
届出分

木下 光<sup>ひかる</sup> 圭司<sup>きすけ</sup> 9/6 北2丁目  
倉田 慎也<sup>しんや</sup> 武典<sup>ぶけん</sup> 9/13 中学校  
谷藤 柊空<sup>あき</sup> 徹<sup>とと</sup> 9/15 錦 町  
井上 亜咲<sup>あさ</sup> 正大<sup>しょうだい</sup> 9/17 北8丁目  
大和田 敬也<sup>けいや</sup> 敦也<sup>あつや</sup> 9/28 美里別西上

### ご結婚

(井上 晃通<sup>あきと</sup> 勇足西 1  
安野 真理子<sup>まこと</sup> 勇足西 1  
古川 陽太<sup>やうた</sup> 北 5 丁目  
水野 咲<sup>さき</sup> 北 5 丁目  
笠原 陽史<sup>やうし</sup> 勇足元町  
穴澤 裕江<sup>ゆえ</sup> 陸 別 町  
佐々木 信幸<sup>のぶゆき</sup> 拓 農  
伏見 かおり<sup>かおり</sup> 池 田 町  
田中 佑弥<sup>ゆうや</sup> 北 6 丁目  
日下 愛子<sup>あいこ</sup> 北 見 市

### おくやみ

池田 瑞子<sup>みずこ</sup> 71歳 9/13 北8丁目  
中北ハナ子<sup>はなこ</sup> 82歳 9/17 向陽町  
前田 光子<sup>みつこ</sup> 93歳 9/19 北7丁目  
阿部 芳子<sup>よしこ</sup> 78歳 9/26 朝日町  
松本 トリ<sup>とり</sup> 87歳 9/28 栄 町  
糊澤 記子<sup>きこ</sup> 92歳 9/29 南4丁目  
小林アヤ子<sup>あやこ</sup> 73歳 10/3 北6丁目  
敦谷 和子<sup>わかこ</sup> 81歳 10/6 南4丁目  
市原美佐子<sup>みさこ</sup> 84歳 10/12 勇足元町

### わたしたちのまち

前月比

人口 8,579人(-7)

男 4,224人(-1)

女 4,355人(-6)

世帯数 3,949戸(-3)

〔9月末日住民基本台帳〕

本別中央小学校ブック委員会の児童の皆さんが、「毎日来たくなる、本が好きになる、楽しい図書室」づくりに挑戦しました。

新しく誕生した「畳スペース」には、まわりに300冊の楽しい本が並び、展示することも。

足を伸ばして座ったり寝転んだり、自由なスタイルで読書を楽しめるようになり、「1年生も喜んで来てくれそう」と委員の皆さんも期待しています。

アイデアを活かして、さらにいきいきとした図書室になるといいですね。



入口近くに  
古い机が



机を撤去して低い書架と畳を



くつろぎスペースになりました

お問い合わせ先

本別町図書館

(愛称:ぶつくる一丸)

本別町北2丁目 ☎・FAX 22-5112