

広報ほんべつ

本別

いいひと いいまち いきいきほんべつ

HONBETSU

2019

January
No.1083

1 月

本別中央小学校



仙美里小学校

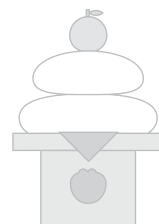
勇足小学校

Pick up

- ✿ 新年のごあいさつ
- ✿ 新春・夢・希望
- ✿ 認知症のケアは地域ぐるみで!

2019

迎春



- 【役場】
町長 高橋正夫 教育長 佐々木裕裕
副町長 大和田 収 教育委員 布施耕一
- 【町議会】
議長 高橋利勝 鈴木清志
副議長 藤田直美 丑若理恵
議員 阿保静夫 遠山倫子
- 【選挙管理委員会】
委員長 小林信雄
委員 方川一郎 山下孔三
職務代理者 山池二郎
山西三夫 委員 天池二郎
大住啓一 齊藤一成
篠原義彦 代表 畑山一洋
石山憲司 委員 方川一郎
梅村智秀 委員 方川一郎
柏崎秀行
水谷合子

本別町長
高橋正夫
Masao Takahashi



したが、他の作物にあつては、平年並みを確保することができ、また、酪農につきましては、災害時の停電の影響を憂慮していましたが、畜産を含め、好調に推移したことは喜ばしいところであります。

このような中、国では、本町のみならず、北海道、日本農業の存続さえも大きく揺るがすような貿易連携や経済連携などを締結する動きが続いています。

しかし、このような時だからこそ、私たちは、これからも、未来に大きな夢を託し、ふるさと本別はもとより、我が国が直面する課題に立ち向かいながら確実に克服し、歩み続ける所存であります。

昨年、4月に本別公園のメイン施設である「義経の館」がリニューアルし、本町の特産品販売ブースが増設され、さらには飲食店の提供がスタートするなど、より利用しやすい環境となり、町内はもとより、管内道内から多くの方々が来町され、本別町の魅力を再発信することができました。

今後も、町民の皆様が想う、まちを元気にしたいという気持ちと時代のニーズを的確に捉え、さまざまなる事業に対し積極的に取り組み、本町がさらなる飛躍を遂げる一年とする決意を新たにしております。

本年もこれまでと変わらぬご支援ご協力をいただきますようお願い申し上げますとともに、皆様のご多幸とご健康を心からご祈念申し上げます。

新年の挨拶

新年あけましておめでとうござい
ます。希望に満ちた輝かしい平成31
年の新春を町民の皆様とともに迎え
られましたことに、議会を代表して
心からお喜び申し上げます。

さて、昨年7月の町議会議員選挙
では、新人議員4人を含めて12人の
議員が、新たに町民の付託を受け選
出されました。議会基本条例で謳わ
れている、積極的な情報の公開、政
策活動への多様な町民参加の推進、
議員の自己研鑽と資質の向上など、
町民の皆様信頼される議会づくりに
を進めてまいります。私も議長に就
任し、すでに4か月が経過しましたが
が、新しい年を迎えその責任の重さ
を改めて感じるとともに、本町のさ
らなる発展のために、引き続き努力
してまいります。引き続き努力して
まいります。

昨年、全国各地で豪雨・台風・地
震と相次いで大型自然災害が発生し、
被災された方々にお見舞い申し上げ
ますとともに、復旧・復興活動にあ
たられている皆様から敬意を表し
ます。9月に発生しました、北海
道胆振東部地震とほぼ同時に町内全
域が停電となりましたが、長期間に
渡った停電は予想もしていなかった
経験でありました。改めて、電気が
ない生活の不便さを実感し、今後は
想定される災害として、新たな防災
体制の構築が必要と感じていると
思います。

進法案など新しい法案が可決され、
また、築地市場が83年の歴史に幕が
下され、豊洲市場への移転や、大阪
市が2025年万博に決定されるなど
大きな話題が数多くありました。
スポーツ界では、大坂なおみ選手の
日本テニス史上初の快挙となる四大
大会シングルス制覇、日本ハムから
メジャーリーグに活躍の場を移した
大谷翔平選手の飛躍、平昌冬季オリ
ンピックでは道産子選手の活躍など
で大いに盛り上がり、私たちにたく
さんの感動を与えてくれました。

本町においては、基幹産業の農業
では、豆類においては例年の収穫量
が確保できなかったものの、その他
の作物については平年並みを確保す
ることができ、酪農や畜産について
は好調を維持できたことは喜ばしい
ことであります。今後は、TPPの
発効や日欧EPAなどにより、本町
の農業経営への影響も非常に大きい
と感じているところであります。

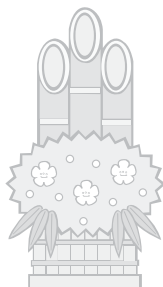
また、喫緊の課題である人口減少
の克服に向けて、総合戦略のもと、
新たな人材の確保、交流人口の拡大
など地方創生関連事業の推進を図つ
ているところであります。今後は、
議会・行政がより一層情報を共有し、
町民の皆様がよりよい暮らしを
実現できるような力を尽くして参り
ますので、なお一層のご支援・ご指導
賜りますようお願い申し上げます。

今年、新天皇の即位により、平
成最後と、新たな元号が始まる年と
なります。新しい年が皆様にとって
素晴らしい一年となりますことを心
からご祈念申し上げます。年頭の
ご挨拶といたします。

本別町議会議長
高橋利勝
Toshikatsu Takahashi



- 【公平委員会】
委員 大和田和盛 委員 山下芳久
" 矢野邦夫 職務代理者 土藏啓一
" 新津直子 委員 竹田 稔
- 【農業委員会】
委員長 山西輝美 委員長 阿部 立
職務代理者 荒木幸造 副委員長 志戸田由美子
- 委員 佐々木幸一 委員 能祖美恵子
" 斎 等 " 沼田久枝
" 河野一紀 " 小川末男
" 牧田安史 " 渡辺晃史
" 石山ひろのり " 吉田弘子
- 【本別消防団】
団長 伊藤英昭
副団長 三井孝寿
" 久常直樹 " 矢野邦夫
" 齊藤一成 本団部長 木下登美夫
" 中野康夫
" 細田 昇
" 風間 進



ぼくたちわたしたち

いのしし年生まれ

2019年の干支はいのしし(亥)。平成19(2007)年生まれで今年、年男、年女になる子供たちは本別中央小、勇足小、仙美里小合わせて44人。将来の夢、今年頑張りたいことなどを聞いてみました。(敬称略)

仙美里小学校

【5年生】

- ☆下級生のお手本になることです
夢⇒デザイナー 太田優季
- ☆夢⇒農場を継ぐこと 篠原和樹
- ☆国語を頑張りたいです 高藤諒丞
- ☆2019年は野球を頑張りたいです 塚林賢哉
- ☆6年生の勉強を頑張りたいです 福地優香
- ☆中学校の勉強を頑張りたい
仁王頭 麗
- ☆勉強を頑張りたいです 福良颯太



勇足小学校

【5年生】

- ☆夢⇒オホーツクとっさりケンタイでアザラシの飼育員になること 石井初姫
- ☆野球少年団でチームの勝利に貢献できる選手になりたいです 上田隆裕
- ☆夢⇒プロ野球選手になりたいです 小島武琉
- ☆なわとびを1分間で200回飛びたいです 林 優奈
- ☆夢⇒ペット屋さんになりたいです 堀越咲希
- ☆夢⇒大工さんになること 山下佳梧
- ☆夢⇒ジブリの映画監督になりたいです 吉田慎太郎



本別中央小学校

【5年生】

- ☆夢⇒サッカー選手 安部東磨
- ☆嫌いなイチゴとキウイを克服したい サッカーを頑張りたい 石田華姫
- ☆苦手な教科を克服する 大和田花音
- ☆夢⇒パティシエになりたい！ 大和田唯菜



大和田唯菜

- ☆サッカーの右バックが確実になること 夢⇒コンサドール札幌のチームに入って活躍したいです 岡崎翔真
- ☆水泳でベストタイムを出す。色々な国の言葉を知りたい。学校の勉強を頑張りたい 葛西陽向
- ☆夢⇒サッカー日本代表になって、世界でも活躍できる選手になりたいです 笠原 来
- ☆夢⇒プログラマーになってソフトの開発をしたい 久保田悠介
- ☆サッカーの試合で優勝できるように頑張りたい 郡 健斗
- ☆夢⇒テストで百点をいっぱいとりたいたいです。自分のできるところはしっかりとやりたいです 佐藤奏名
- ☆サッカーの試合を頑張りたいです 杉本一輝
- ☆夢⇒子どもが好きだから、保育所の先生になりたい 鈴木愛花
- ☆勉強でスムーズに問題がとけるように頑張りたいです 武田彩花
- ☆バレーボールで道東大会に出場できるように頑張りたいです 竹村栞馬
- ☆夢⇒プロ野球の選手になりたい 千葉羽矢斗
- ☆夢⇒お菓子を作るのが好きなので、パティシエになりたいです 塚田 舞

- ☆習い事を頑張りたいです 堤 悠羽
- ☆夢⇒ベクトルシヨップ 中塚拓菜
- ☆夢⇒プロサッカー選手 中野隼太郎
- ☆算数が苦手なのでたくさん勉強して克服したいです 中村紗奈
- ☆6年生としての学校での活動です。6年生、そして中学生に向けて学習などを頑張りたいです 南部ちとせ
- ☆少年団の大会で優勝できるように練習を頑張りたいです 野中唯衣
- ☆中学生に向けて勉強を頑張りたいです。柔道で全道一位になりたいです 濱名勇汰
- ☆6年生になるので、1年生の面倒を見るのを頑張りたいです 平手咲耶
- ☆歴史について学びたい 山岡汰緒
- ☆3月にある予選で勝ち進んで全道大会に行くこと 山本大暉
- ☆夢⇒サッカーに関わること 吉川航太
- ☆夢⇒サッカー選手 6年生と 渡辺彩乃

【6年生】

- ☆国語を頑張りたいです 高橋心美
- ☆中学生なので、勉強についていけるように頑張りたいです 山田衣純



新春・夢・希望

一人ひとりに個性があり、夢がある。
今の気持ちを忘れずに、
君だけのよさを輝かせよう！

認知症のケアは地域ぐるみで!

「もの忘れ散歩のできるまち ほんべつ」を目指して

認知症は、年をとれば誰にでも起こる可能性がある病気です。しかし、認知症についての誤解や知識不足から、本人も周囲もつらい思いをしていることが少なくありません。認知症の症状と、その症状が現れる理由を正しく理解し、認知症の人と上手に関わり合いながら、またいろいろな制度を活用しながら、お互いが安心して暮らしていける社会を目指しましょう。

どんな症状が現れるの?

多くの人に現れる「中核症状(認知機能障害)」と、そこに本人の性格や環境、人間関係などの影響が加わって起こる「周辺症状(行動・心理症状)」があります。中核症状は、記憶力・見当識・判

断力などが低下するのが特徴で、進行とともに左(※1)のような症状が見られるようになります。一方、周辺症状(※2)では一見不可解に思える行動が多く見られますが、症状の現れ方は個人差が大きいです。背景には本人にしか分からないさまざまな心理状態があり、ケアの仕方や周囲の接し方次第で症状が異なってきます。

中核症状【認知機能障害】(※1)

- ★ 何度も同じ話をしたり、同じ物を買ったりする
- ★ 時間や場所、人物が認識できない
- ★ 道具の使い方や手順が分からない
- ★ 身だしなみを整えられない
- ★ お金などの計算ができない など

里帰りしたらこんな状態になっていませんか!!??

(これらも認知症の症状かもしれません…)



家が片付けられず
ゴミも散乱!

冷蔵庫に同じ食材が
いっぱい入っている!

病院の薬が大量に残っている!

周辺症状【行動・心理症状】(※2)

こんな心理症状に
なっているかもしれません

- ☆ 無気力になり、外出しなくなる → 動くのがおっくうで、着替えるのも面倒くさい
- ☆ 現実にはないものを見たと言う → 過去に怖い体験をしたことを思い出している
- ☆ 夕方にそわそわし、徘徊する → 自宅を自宅とっておらず、昔住んでいた家に帰ろうとする
- ☆ お金や物が盗まれたと騒ぐ → 大事なお金や物が見つからず混乱している
- ☆ 怒りっぽくなる、怒鳴る → 本人なりに何かを求めてSOSを発している

もしも、予期せぬ症状が現れても、慌てず落ち着いて対応しましょう。気持ちに寄り添い、感情を和らげることで、症状も改善することが多くあります。

認知症のケアは

地域ぐるみで!

認知症の症状は個人によって現れ方も千差万別です。あるとき突然発症することもあります。そんな思いがけない状況でも、慌てないことが大切です。

認知症の対応には○○○の

「ない」を心がけましょう。

○ 驚かせない

○ 傷つけない

○ 抱え込まない

それでも、症状が現れたときの対応はプロのヘルパーなどでも困難なことが多く、これが正解ということはありません。家族あるいはひとりだけで抱え込まず、地域の人たちの見守りや公的支援などを通して、地域ぐるみで認知症の人やその家族を支える時代です。

介護している家族を支えるサービスとしては、「やすらぎ支援事業」や「在宅介護者を支える会」の活動などがあります。「やすらぎ支援事業」は、やすらぎ支援員が高齢者宅を訪ね、見守りや話し相手等をするので、介護している家族の負担



清流の里ではいも団子で歓談



多くの人が参加したゆうあいの里



小物作りも行われた陽だまりの里

小規模多機能事業所で
行われた認知症カフェ

を軽減しています。また、在宅介護者を支える会では相談や交流活動を行っています。詳しくは地域包括ケアセンターにお問い合わせください。

認知症カフェを

ご存知ですか?

厚生労働省が示す「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」の中では、認知症カフェは「認知症の人やその家族が地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場」とされています。

本別町では今年度3か所の小規模多機能事業所(陽だまりの里、清流の里、ゆうあいの里)で開催しました。内容はさまざまで、認知症についての講話や相談、小物作り、おしゃべりタイム、お茶やお菓子を囲んだ交流、福祉用具の展示などを行いました。

今後も関係者で相談しながら、町内のいくつかの場所で開催していく予定です。家族の皆さんや地域の人も多くの人々が気軽に集まって、認知症についての理解を深め、ホッとできる時間を過ごせるような企画を考えていきます。次回の認知症カフェの際には、一度立ち寄ってみませんか?

認知症のご相談は、 地域包括支援センターに!

認知症や介護方法、介護サービスの制度がわからないなど、困っていることはありませんか?

相談するのに「早すぎる」ということはありません。保健師や社会福祉士、介護支援専門員が皆さんのご相談に応じます。

相談および問い合わせ

本別町地域包括支援センター

本別町西美里別6-15 総合ケアセンター内

☎ 22-9222



地域おこし協力隊が行く Part 6



観光振興推進員
庄田 ゆきえ

庄田推進員は旭川市出身。これまでの3年間は南富良野町の地域おこし協力隊として産地直売所に勤務し、業務の効率化に取り組み、顧客数の増加・売り上げの向上に務めてきました。現在、企画振興課内で勤務。今後、本別町の観光振興を推進するとともに、任期終了後の自立に向けてとちかイノベーションプログラムに参加し、本別特産の豆を使った新商品開発に取り組んでいます。

町の特産品を販売し、観光をPRします！

「地域おこし協力隊」で観光振興推進員の庄田ゆきえです。まちの特産品の販売や観光PR、ふるさと納税返礼品などの業務に携わっています。着任してから半年が経ちましたが、早く本別町の魅力を伝えられるよう、これまで、たくさんの人からお話を伺ってきました。誰からも頼られる推進員になれるよう頑張ります。

本町に3人目の地域おこし協力隊が今年度7月、観光振興推進員として着任しましたので、その役割や活動について紹介します。



問い合わせ 企画振興課 商工・労働・観光・元気まち推進担当 ☎ 22-8121
本別町観光情報ホームページは **本別 観光** で検索してください



将来に渡って
活力ある地域を
維持していくために

その6



地方創生拠点整備交付金
【H29事業】観光拠点施設「義経の館」整備事業
総事業費：50,460千円（うち交付金 18,388千円）

「シリーズ地方創生」今回は国の地方創生関連交付金を活用した観光拠点施設整備の取り組みについてお知らせします。

入口前のオープンスペースには、自然を満喫でき開放感のあるテラス席を設置。新たに提供を始めたソフトクリームも好評

本別公園の魅力プラスα

本町の観光資源の中で、誘客の拠点である本別公園の新たな魅力創出のため、国の地方創生拠点整備交付金を活用し、園内の中心施設「義経の館」を改修整備し、平成30年4月にリニューアルオープンしました。

この事業では、公園の中心施設としての集客機能を生かし、さらなる地域産品の充実や食事メニューを提供する体制を整え、新たな本別公園の観光施設としての魅力を創出。本町への入込客増加や地域産品の販売拡大につなげていくため、

- ① 地域特産品などを販売する売店の拡大（増築）
- ② 新たな飲食提供スペースの整備（改修）
- ③ 自然と親しむ屋外飲食スペースの整備（増設）を行いました。

義経の館での物産販売、食事提供などの運営は、町観光協会が担っています。



連休やお盆には、駐車場があふれるほど多くの人が来園

上昇中
H30.12末
見込み

- 本別公園入込数 115千人（前年比：約8%増）
※ビーフハウス・御所直接利用者数を除く
- 施設売店売上額 2,100千円（前年比：約56%増）



地域産食材等を使った豚丼やカレーライスが人気のレストラン

地方創生に関する問い合わせ 企画振興課 地方創生推進室 ☎ 22-8121



ミッチェル訪問団の高校生2人は、体験談を英語で発表



勇足小5・6年生の15人が立江小学校との交流を報告

ほんべつ 学びフェスタ 2018

ほんべつ学びフェスタ（実行委員会等主催）が12月1日、中央公民館で開催され、町民や教育関係者ら約500人が来場しました。

まちの中に四つの風を吹き渡らせよう！

開会式では、佐々木基裕教育長のあいさつの後、学びの日宣言を朗唱。続いて第19次本別町中学生・高校生オーストラリア・ミッチェル訪問団と、徳島県小松島市立江交流事業訪問団（勇足小学校）がステージに登壇し、写真等を映しながら交流の様子を報告しました。

会場では、子供たちの作品や各学校・町教育委員会事業の写真が展示されたほか、小学生がお仕事を体験する「だがしや楽校」、軽スポーツ「ポッチャ」体験会、伝統文化子どもお茶席、小学生を対象とした本別高校理科実験教室、教員向け講座のプログラミング教室などが催されました。ランチバザーでは元気くんカレーやマンゴーミルクも昨年同様に好評を博し、北海道150年記念を銘打った下の句かるた大会では、町内の子どもから大人まで12チーム36人の参加者が、読み上げられた句の札を素早い動きで取り合うなど真剣勝負を展開。

さまざまな催しが1日を通して行われ、来場者は、子供たちの健全な精神と豊かな心を育むため、家庭・学校・地域が一体となって日々学ぶことの必要性を再認識しました。



ポッチャ体験会



プログラミング教室



本別高校理科実験教室



だがしや楽校



北海道150年記念・下の句かるた大会は、参加者が白熱した勝負を展開



クレイマメ商品町民還元セール



無料包丁と匙



分別した生ごみが堆肥になり還元されました



喫茶コーナーでホットとひと息



科学実験教室



エプロンシアター



お楽しみ抽選会



骨密度測定



オリジナルエコバックづくり

いきいきほんべつふれあい祭り（実行委員会主催＝武川準司実行委員長）が11月18日、「ともに暮らしを豊かにするネットワークづくり」をテーマに、中央公民館で開催され、約650人の来場者が、出展者らと交流しながら地域の活動に理解を深め、にぎわいのひとときを楽しみました。

いきいき ほんべつ ふれあい祭り

地域活動を発信し、交流を深める

会場では、町内で活躍する21団体・サークル、11個人が一同に集まり、日ごろの活動の成果を披露。手作り雑貨・衣料品などのフリーマーケットや、健康や食生活、行政相談、オリジナルエコバック制作、エプロンシアターなどの催しのほか、無料包丁と匙や生ごみ堆肥の無料配布など恒例のイベントが実施されました。また、鉢花や野菜、豆加工品などの販売や喫茶コーナーも盛況で、初出展の科学実験教室では子供たちが夢中になって人工イクラ作り等を体験。各ブースで買い物や体験をした人を対象に抽選会も行われ、クレイマメ商品や各団体お薦めの商品などが当選者にプレゼントされました。



たくさんのお手製作品が並べられた、いきいきフリーマーケット

住み慣れた地域で暮らし続けるために

地域包括ケアプロジェクト

Vol. 3

これからの地域福祉を見つめ直し構築するため、平成29年から取り組みを開始した「地域包括ケア」。シリーズ3回目は、「GENKIくんプロジェクト」についてお知らせします。

健康であるために「GENKI」な活動

健康づくりの目標は、住民一人ひとりが、そのらしい人生を全うするために、ベースとなる健康をサポートしていくことにあります。医療や介護サービスを安心して受けられることはもちろんですが、その前提として、健康であるために個人が日常生活で取り組むべきことについて、長野県諏訪中央病院の名誉院長である鎌田實医師や自治会福祉部の協力を得ながら、さらに推進するための活動が「GENKIくんプロジェクト」です。



この活動のシンボルマークは
G 元気のために
E 栄養
N 運動
K 健診
I 生きがい
とし、健康のために「各自が取り組みたいこと」を意識できるような働き掛けをしています。

町内3自治会をモデルに取り組み

今年度は3自治会をモデル地区として事業を実施。9月に柏木町、11月には南1丁目と錦町で鎌田医師の講演「人生100年時代をどう生きるか」フレイル(虚弱)にならない生き方や、町国民健康保険病院医師の健康アドバイスのほか、地域連携室の周知も図られました。参加者一人ひとりにこれから頑張っていく目標をたててもらい、今後に生かすきっかけを作りました。



生きがいとなる楽しみを持つよう

本別町では、町民の約4割を65歳以上の人が占め、さまざまな福祉活動は担い手不足に悩まされています。いつまでも健康でいられることにますます関心が高まっています。



自分の健康は自分の手でつづけていくことが大切。そのためにも、集える場所があること、生きがいとなる趣味や楽しみがあることなどが重要です。

来年度以降も、希望があればこうした活動のサポートをします。皆さんもぜひ、健康でいきいきとした人生を歩んでいきましょう！

フレイル(虚弱)にならない生き方(鎌田医師の講演より)

～介護を必要とせず、元気に100歳まで過ごすため、一人ひとりができる健康づくり～

| 課題 | 予防しよう! |
|------------------|-----------------------|
| ①フレイル | → 筋肉強化「スクワット」「かかと落とし」 |
| ②口腔フレイル | → 歌・おしゃべり |
| ③社会的フレイル(＝閉じこもり) | → 閉じこもらない地域の集まりに参加する |

「やってみよう!」
鎌田流かかと落とし
1. つま先上げ 2. かかと上げ 3. 4. 5. 両足つま先上げ

問い合わせ

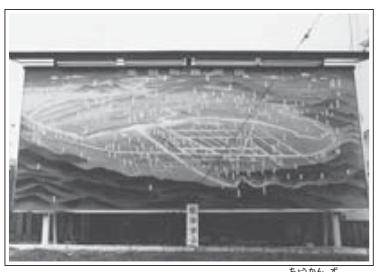
健康管理センター
GENKIくんプロジェクト(問い合わせ) 0222-22119
地域包括ケアに関する総合センター 0222-85220



「資源的価値を認識し、地域的な特色を売り出せば、観光の将来的性は十分ある」。昭和46(1971)年の町勢診断報告書には、本別町の観光についてこのように示されています。そこで美しい自然環境を生かした観光振興と地域の活性化を図るため、同48(1973)年から平成3(1991)にかけて約10億円を投じ、義経の里本別公園が整備されました。「歴史写真館@ほんべつ」10回目は、本別公園かぶと池が整備された昭和49(1974)年の写真をお伝えします。



① 神居山から見下ろす本別公園(昭和49年撮影/歴史民俗資料館所蔵)



② 本別駅前南側にあった本別町鳥瞰図(昭和49年撮影)

本別公園の始まりは、昭和初期にさかのぼります。当時町内で呉服商を営んでいた夏川石五郎・ヤエ夫妻が、自生するエゾウラシキツツヤやマザクラを植え込んで作った「夏川公園」。その花園は本別山溪の特色ある豊かな自然、山頂からの雄大な景観とともに、早くから親しまれていました。また、同49(1974)年発行の町広報403号「本別山溪特集号」では、この一帯の史跡、名勝地、伝説とゆかりの地をまとめ、「わが町のすばらしさを知り、観光発展に協力を」と呼び掛けています。同44(1969)年公園コンクールで十勝観光連盟から推せん公園に指定されたことも記されていて、既に本町の顔としての存在感が伺えます。

写真①はつじ祭りの日でしょうか。駐車場は満車、たくさんの方が池に浮かび、橋のたもとの出店やステージ前広場がにぎわっています。同47(1972)年に「神居山展望台」が設置され、市街地と本別公園を結ぶ遊路が設置されました。

歩道もできました。その後かぶと池周辺の整備も進み、町民にとつてさらに身近な憩いの場となりました。

一方、国鉄本別駅前も観光のアクセスポイントでした。列車やバスから降りてすぐ目についたのが大きな鳥瞰図(写真②)。町内全域のおもな名所と施設が描かれた看板です。近くに「観光案内所・観光物産センター」もありましたが、平成2(1990)年、本別公園内に「義経の館」が新設されたことで、その役割を終えました。同館は、義経伝説展示室、町の指定文化財マシジミコーナーを備え、歴史、伝説、自然など多彩な情報を発信しています。平成30(2018)年にリニューアルとして、町のPRを担っています。



③ リニューアルした義経の館(平成30年)

お問い合わせ

歴史民俗資料館
0222-21411 内410
図書館 0222-5112

にぎやかに 「はしご酒」

11/7

第7回はしご酒（実行委員会主催）が11月7日、町内の15飲食店で開かれました。今回はしご酒には町内外から約220人が参加。4～5人程度に分かれた参加者らは、チケットに記載された4店舗を2時間程度で巡り、各店でにぎやかに1ドリンクとおつまみを楽しみました。これまでは最後に行っていた抽選会を今回はスタート前に実施し、当選者には商品券などが手渡されました。



新入学に向けて

11/9

平成31年4月に、小学校の新入学を迎える町内の幼児47人（男23人、女24人）を対象とした新入学児童健康診断が11月9日、町体育館で行われました。子どもたちはお父さん、お母さんに手を引かれながら、身長や体重の測定、視力や聴力、歯の検査を元気いっぱいを受けて、入学に向けて準備を進めました。



いじめ・ネットトラブル の根絶を願って

10/27

平成30年度いじめ・ネットトラブル根絶！メッセージコンクール（北海道いじめ問題対策連絡協議会主催）の十勝管内表彰式が10月27日、新得町で行われ、勇足中学校3年の二瓶由理亜さんがネットトラブル根絶部門のポスター部門において、中学校の部最優秀賞を受賞しました。このコンクールは、いじめやインターネット上の有害情報による被害などから青少年を守るための社会全体の意識の醸成を図るために実施されたもので、管内からポスター112作品、標語1324編の応募のうち、部門ごとに最優秀賞1点、優秀賞1点、優良賞4点を選出。会場では、受賞者が大橋則之十勝教育局長から表彰状などを受け取りました。また、入賞作品は11月30日から12月10日までの期間、道の駅「ステラ★ほんべつ」において展示されました。なお、町内の入賞者は次のとおり（敬称略）。

【いじめの根絶部門】

ポスター部門中学校の部

奨励賞＝久常かなめ（勇足中2年）

山田陽菜乃（勇足中2年）

標語部門高校の部

優秀賞＝「ダメだよと 止めないあなたも

共犯者」小林 開（本別高2年）

奨励賞＝「『関係ない』 見て見ぬふりも

同じ罪」篠原伶緒（本別高1年）

【ネットトラブルの根絶部門】

ポスター部門中学校の部

最優秀賞＝二瓶由理亜（勇足中3年）

優秀賞＝畠山七海（勇足中2年）



勇足中学校 二瓶由理亜さん（右）

勇足中学校教育目標

（知）創造性豊かで高い知性を養う

（徳）豊かな人間性を育てる

（体）強靱で粘り強い体を鍛える

生徒一人一人の瞳が輝き、地域に信頼される学校を目指し、地域・保護者の皆さんのご協力をいただきながら、勇足という土地の持っている精神や特色を生かした授業や学校行事等、日々の教育活動を推進しています。



地域とともに歩む学校
 笑顔でチャレンジ

各学校の手作りページ

HELLO 勇足中学校





100歳おめでとうございます 町敬老祝い金の贈呈 11 22

藤田富美子さんが11月18日に100歳を迎えられ11月22日、高橋正夫町長が敬老祝い金を贈呈しました。

富美子さんは、大正7年11月18日に幕別町でお生まれになり、昭和18年に夫の故丑吉さんとの結婚を期に本別町へ移住。農業に従事後、山溪閣温泉に勤務しながら、2男2女のお子さんを育て、孫8人、ひ孫6人に恵まれました。趣味はパークゴルフのほか、住宅周りの清掃で「草一本生えていない」と評判。平成26年から足寄町の「あづまの里」で生活されています。贈呈のこの日は、あいにく風邪気味だったため家族が代理で受けました。長女の大戸トクヨさんは、100歳を迎えたことについて「体が弱く何度も手術を受けましたが、長生きしてくれてありがたい」と語りました。



だがしや楽校で 本別町を売り出そう！ 11 20

第56回本別町PTA研究大会（町PTA連合会主催）が11月20日、中央公民館で開催されました。大会は尚網学院大学エクステンションセンター長の松田道雄氏による「人とのつながりをつくる仕掛け」と題した講演が行われ、本別町でもお馴染みの「だがしや楽校」の活動を紹介。続いて、会場に集まった人を4～5人のグループに分け、「まめのまち本別町をだがしや楽校を生かして売り出そう！」とのテーマでグループ討議を行い、約100人の参加者からは「新しい考え方や広がりがあり、コミュニケーションの大切さを感じた」などの感想が出されました。



親の介護に 備えるために 11 17

遠距離介護セミナー（町、町国民健康保険病院主催）が11月17日、総合ケアセンターで開催されました。同セミナーには、町内に住む親と離れて札幌市や旭川市などで暮らす人や、町内の介護事業所の職員ら39人が参加。一条正彦院長のあいさつに続き、同病院の医師と地域包括支援センターのケアマネジャーが、遠方に住んでいても介護をうまくやっていくコツや、介護保険サービスと町の福祉サービスについて説明し、参加者は親の介護に備え、慌てないために真剣な表情で話しに聞き入りました。



小学生が英語で 理科実験 11 12

本別中央小学校の5、6年生43人を対象に国際協力機構（JICA）の研修生11人が英語で指導する理科実験教室が11月12日、本別高校で行われました。JICA関係者とつながりのある同高校の近藤浩文校長が同小学校に声を掛け、交流が実現。日本の理科教育を学ぶJICA研修生が、特殊な溶液に漬け込んだ木の葉を加工処理する「葉脈標本」づくりをすべて英語で説明すると、同高校生は小学生に通訳しながら実験の手本を示しました。小学生も片言交じりの英語で同研修生との交流を図りながら、仕上がった標本でキーホルダーを完成させました。



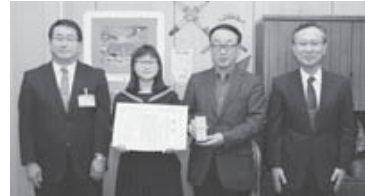
アプリを活用した検索訓練 11 22

オレンジセーフティネットモデル事業（十勝東北部6町（本別町、足寄町、陸別町、上士幌町、池田町、浦幌町）主催）の一環として、スマートフォンアプリを使った認知症等行方不明者検索模擬訓練が11月22日、同6町内で行われました。模擬訓練は、認知症の人が上士幌町から車で本別町へ移動し行方不明になったという設定で行われ、検索する町職員ら20人は同アプリで行方不明者の顔写真や特徴、捜索者の位置情報などを共有し、開始から49分で発見（写真）。その後、総合ケアセンターに移動し、同アプリの検証、課題などについて意見交換を行いました。



税を考える週間行事で受賞 11 21

平成30年度税を考える週間（11月11日～17日）に合わせて行われた中学生の「税についての作文」（全国納税貯蓄組合連合会、国税庁共催）で、本別中学校の高橋奏さん（3年）が北海道税務関係団体連絡協議会長賞を受賞し11月21日、十勝池田地方法人会の朝日基光会長から表彰状が手渡されました。同作文は、税の正しい理解、関心を深めてもらうことを目的に実施され、十勝池田税務署管内では134編の応募のうち唯一、全道大会に選出されました。なお町内からは、勇足中学校の大関翔夢さん（3年）が同作文で十勝池田間税会会長賞、さらに、「税に関する高校生の作文」では、本別高校の志賀美桜音さん（2年）が十勝池田税務署長賞を受賞しました。



元オリンピック選手 が講演 11 18

本別中学校PTA（瀧澤修司会長）主催の教育講演会が11月18日、同校体育館で、元スピードスケートオリンピック選手の石澤志穂さんを講師に迎えて開かれました。石澤さんは平昌五輪金メダリスト・小平奈緒選手のアシスタントを約1年間務めた体験をもとに、小平選手の生活姿勢や食事内容などを紹介。また、スポーツと栄養の関わりについて解説し、「正しい食事のマナーを身に付けて、応援されるアスリートを目指して。自分の可能性を信じて挑戦を続けてほしい」と語りました。



子育て支援計画 策定に向けて 11 15

平成30年度第1回本別町子ども・子育て会議（田西昭子会長）が11月15日、中央公民館で行われました。会議では高橋正夫町長から新たに委員になった2人に委嘱状が交付され、事務局から平成32年度に策定する第2期本別町子ども・子育て支援事業計画の策定スケジュールやアンケート調査などについて説明がありました。委員はアンケート内容や回収方法について審議したほか、将来の子どもの人口減少に伴う保育施設のあり方について意見交換を行いました。



小松島市の味覚 今年も到着

12 9

本別町友好都市・徳島県小松島市の特産品であるみかんやすだち、ゆずの販売会が12月9日、道の駅「ステラ★ほんべつ」で行われました。今年で3回目となるこの販売会は、本別町と小松島市の特産品について、互いの販売実証を通じて独自販売ルートの構築を目的とし、道の駅「ステラ★ほんべつ」と町観光協会が共同で実施。会場では、販売開始前から多くの町民らが来場し、小松島物産の関心の高さが示されました。また、これに先立ち11月17日と18日には、同市内で本別町のジャガイモなどの農産品を販売しており、お互いの地域産品の定着が徐々に広まってきています。



町の移り変わり を知る

12 7・8

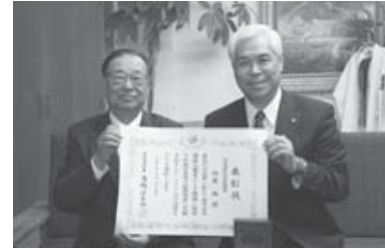
ほんべつ学第3回秋冬のまなび「十勝・本別の開拓物語」（町教育委員会主催）が12月7日と8日の両日、歴史民俗資料館で行われました。7日は一般町民、8日は子どもと親子が対象で、計19人が参加。講師の帯広百年記念館学芸員の大和田努さんは、今と昔の街並みの写真を比較し、「今当たり前にあるものは、昔誰かが作ったもの。人々の営みが積み重なって、歴史を作っている」と解説し、展示中の本別開拓八翁が残した経営記録や日記などの大切さについて語りました。



砂原勝さんに道社会貢献賞

12 6

砂原勝さん（南3丁目）が北海道社会貢献賞（自治功労者）を受賞し、12月6日、役場を訪れ高橋正夫町長に報告しました。砂原さんは昭和41年に町職員として奉職し、国民健康保険病院事務長、福祉課総合福祉推進準備室長、福祉課長、総合ケアセンター所長、総務課長等を経て、平成17年から助役、平成21年から平成29年まで副町長を歴任。同賞の受賞は本別町行政の推進と発展に尽力した功績が認められたもので、砂原さんは「町民の方々をはじめ、町長、役場職員の皆さんのおかげで素晴らしい賞を頂くことができました。この受賞を肝に銘じて奉仕の心を大切に、町の発展を見守りたい」と喜びを語りました。



本別産食材の 恵みに感謝

11 22

「食べて学ぶふるさと給食」が11月22日、町内全小・中学校で行われました。この取り組みは、町内で生産されている農畜産物や加工品を活用した献立で給食を提供し、食品の栄養や働き、食の大切さについて学ぶことを目的として平成27年度から実施されています。この日のメニューはイナキビご飯、本別野菜の豆乳スープ、豚ジギスカン、黒和え、元氣くんまんじゅうの5品で、本別中央小学校4年生38人は「親子ふれあい給食」として、小田恵里奈栄養教諭らがメニューを紹介。食材の生産者や加工業者、保護者の26人も各教室で児童と一緒に給食をいただき、ふれあいのひとときを過ごしました。



地域で支えあう町づくりを！

12 8

チャレンジド・ネットワークほんべつ（新津和也会長）が主催する「障がい者週間記念事業」が12月8日、「障がいがあっても暮らせるまちづくりとは」をテーマに中央公民館で開催されました。開会式に続いて行われた講演には、町社会福祉協議会管理者の笹川和哉さんの進行により、各団体から3人が発表者として登壇。町健康長寿のまちづくり会議の井出壬午会長は、「民生委員活動についてしっかり広報活動したい」と語り、ほんべつ「そらの会」の井出直美事務局長は、昨年自身が交通事故に遭った経験を振り返り、「障がい者を支える誰かの助けが必要だと思った。地域で支えあう町づくりが必要。この町で暮らしていきたいと思うから、伝えることの大切さを知りました」と訴えました。ほんべつつつじの園の新津和也施設長は平等と公平について、「個々の背の高さに合わせて踏み台の高さを変える『公平』の精神が、暮らしやすいまちづくりにつながる」と思いを述べると、来場者からも共感の声があがりました。このほか会場では、加盟する8団体1



個人が、カレーライスやクレープなどの食べ物や小物などの販売をしたほか、作品展も行われ、約200人の来場者は障がい者の活動に理解を深めました。また、手をつなぐ親の会がほんべつつつじの園25周年記念事業として主催する映画上映も行われ、軽い知的障がいをもつ主人公の行動に来場者は共感し涙するなど、好評を博しました。

西村修一さんに 道国保連合会表彰

12 7

平成30年10月に開かれた北海道国民健康保険団体連合会表彰の伝達式が12月7日、役場で行われ、国民健康保険運営協議会の西村修一委員に、高橋正夫町長から表彰状と記念品が手渡されました。この賞は、同協議会委員として長年にわたり国民健康保険事業推進向上に功績のあった人へ贈られるもので、西村さんは「皆のおかげで受賞することができました。13年はあつという間で、今後も地域医療のために頑張りたいです」と受賞の喜びを語りました。



ゴールに向かって

11 26

子育て支援センター「わくわくデー」によるちびっ子運動会が11月26日、健康管理センターで行われました。参加した29組59人の親子は、かけっこ、玉入れ、おやつ取り競争の3種目に挑戦。かけっこでは、子供たちがゴールに向かってハイハイやよちよち歩きで、玉入れでは夢中でボールをかごに入れるなど、元気いっぱい体を動かし、かわいらしい笑顔を見せていました。



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お愛に包まれてすくすく元気に育ってね！



※写真は本人に了解を得た上で掲載しています



南二丁目
荒木 咲人
(詩織ママ)



柏木町
宮野下 意人
(拓美ママ)

新春映画上映会を開催します

帯広シティーケーブル(OCTV)では、町民を対象にした「本別新春映画上映会」を開催します。昭和50年まで町内にも映画館がありました。今回は懐かしい映画2作品が用意されていますので、当時の感動をそのままに、劇場でみた大スクリーンの迫力を再び味わってみませんか？家族や友人をお誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

- 日程 平成31年1月27日(日)
- 会場 中央公民館
- 内容

presented by OCTV

① 午前10時～ 「幸せの黄色いハンカチ」



© 1977, 2010 松竹株式会社
昭和52年公開。山田洋次監督、高倉健主演による日本映画。北海道を舞台にした作品です

② 午後2時～ 「二十四の瞳」



© 1954/2007 松竹株式会社
昭和29年公開。木下惠介監督、高峰秀子主演による、戦争の悲壮さを描いた日本映画です

- 入場料 無料 (会場準備上、事前に申し込みください)
- 参加申し込み 1月24日(木)午後5時までに、OCTV (0120-0116-16511)へ申し込みください

ご寄付ありがとうございます

平成30年11月16日から12月15日

次の通りご寄付をいただきました。紙面上に厚くお礼申し上げます。(敬称略)

★図書館図書購入指定

金 200,000円 南2丁目 岡崎 勉

★老人ホーム指定

キャベツ 15kg、ハクサイ 13kg 勇足西4 逸見 孝雄

個性あるふるさとづくり寄付条例による寄付

計 金 11,030,000円 607人

みんなの健康

413

私たちは食べることで、生きるために必要な栄養を取り入れ、内臓・筋肉・骨の機能を維持しています。またおいしく食べることで、生きがいや幸せをもたらしてくれます。

健康なお口で食事をおいしくいただきますよう！

高齢社会を迎えている今、老人ホームでも食事で問題となっているのが飲み込むことです。食事はかむことと飲み込むことで成り立っています。加齢などでお口の機能が低下した場合、かむことについては、食事形態(キザミ食・流動食等)の調整や、養菌の調整等で機能を低下を補うことができますが、飲み込むことについては、お口の衰えが誤嚥につながりやすく大変危険です。老人ホームには、お口の機能が低下している利用者が多くいますが、機能が低下していても、安全で安心して食べていただくために、さまざまな工夫をしています。座って食事する時は、深く座り、足底を床につけ、顎が上に向かないように注意しています。上に

向くと食物が食道ではなく気道に入りやすくなり危険です。水やお茶、汁物等を飲むときは、むせやすいので「ころみ」をつけて調整したり、パラパラになりやすい食べ物はミキサーで滑らかにして固めたり、「ころみ」をつけて食べてもらっています。細かく刻んだ食事はかむ力が低下した人への対応となり、飲み込む力が低下した人には逆に危険になりますので気を付けましょう。

栄養面では、高齢になるほど筋肉が増えにくくなるので、たんぱく質の摂取が必要になります。たんぱく質の素となるアミノ

酸の中でもロイシンが重要とされています。ロイシンはたんぱく質の材料になるほか、たんぱく質合成のスイッチを入れる大切な役割があり、肉や魚のほか、牛乳・乳製品、卵、大豆・大豆製品にも多く含まれています。健康な歯でしっかりと噛んで、健康な筋肉でしっかりと飲み込むことができます。いつまでもおいしく食事ができるよう、皆さん頑張ってケアしましょう。



本別町特別養護老人ホーム 栄養士 新津 佐知子

銀河ホップアップ

足寄町・陸別町から

足寄町

第8回

ウツドキャンドルナイト

足寄町の森林資源であるカラマツ材を有効活用したウツドキャンドルやアイスキャンドルの灯りが幻想的に会場を照らす、足寄の冬を楽しむイベントです。

□日時 2月2日(土)
午後4時～

□会場 あしよる銀河ホール21前
□内容 ウツドキャンドルによる照明演出の無料提供、軽音楽コンサート、こども滑り台 ほか
※内容は変更になる場合があります

□問い合わせ あしよる観光協会
☎25-16131

陸別町

第36回

しばれフェスティバル

今年のしばれフェスティバルも盛りだくさんの企画で皆さんをお待ちしております。ぜひご来場ください。

□とき 平成31年
2月2日(土)
3日(日)

□ところ 陸別町イベント広場
(陸別町手遠別)

□内容 よしもとお笑いステージショー(天津、ですよ、スリムクラブ、GO! 皆川、二立地アイドルライブショー(フルーティ)、キャラクタリーショー(怪盗戦隊ルパンレンジャーVS警察戦隊パトレンジャー)、しばれ花火、大抽選会 ほか
□問い合わせ 陸別町役場産業振興課
☎27-12141 内線135
※しばれフェスティバル実行委員会ホームページ(しばれフェス)で検索してください

ふるさとの本を知ろう

本のある暮らし

214

本別にもあった! 百人一首

戸籍のまど

お誕生

11月後半から
12月前半の
届出分

若木 幸輔^{こうすけ} 章宏^{あきひろ} 11/17 美蘭別
岡田 采子^{さいし} 佳憲^{よしのり} 11/18 向陽町
佐藤 凜^{りん} 大介^{だいすけ} 11/19 北8丁目
大川 愛莉^{あいり} 秋男^{あきお} 11/22 拓 農

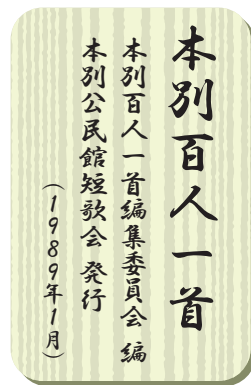
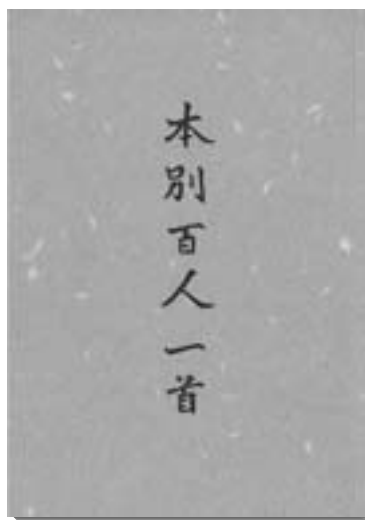
ご結婚

(岡本 汰一^{たいいち} 押 帯
橋本 綾^{あや} 旭 川 市
三ヶ森 康人^{こうじん} 上 本 別
木幡 祐佳^{すけか} 音 更 町
尾崎 将寛^{まさひろ} 北 3 丁目
古川 由稀^{ゆき} 北 3 丁目

おくやみ

古澤 京一^{きやういち} 91歳 11/15 美里別西中
古田 二郎^{じらう} 83歳 11/17 勇足元町
松坂 旭^{あす} 92歳 11/19 新 町
鈴木 貞男^{さだお} 79歳 11/20 北8丁目
横山 貴^{たか} 67歳 11/30 新 町
毛利イトヨ^{いとよ} 97歳 12/3 柏木町
木村 はる^{はる} 95歳 12/4 北8丁目
加藤 孝一^{たかひさ} 91歳 12/6 錦 町

お正月といえば、かるた。歌がるたとして知られる「小倉百人一首」は、鎌倉時代、歌人の藤原定家がそれまでに詠まれた多くの和歌から、百人の優れた歌人の歌を一人一首ずつ選んだものですが、わが町にも、町民百人による歌集「本別百人一首」があるのです。



なぜ作ったの?

平成元（1989）年1月、本別公民館短歌会の結成40周年を記念して発行されました。開拓時代から短歌・俳句・川柳などの文芸活動が盛んであった本別町の歴史を伝え、楽しみながらふるさとを学び知ることができるように、との願いがこめられています。

どんな歌が収められているの?

本別町民と町にゆかりのある人が詠んだ短歌の中から、町民文芸誌「沖積土」を中心に編集委員会が百首を選定しました。短歌会会員の歌ばかりでなく、この歌集のために寄せられた作品もあり、昭和3年から同63年までに詠まれた作品が、作者の五十音順に掲載されています。五・七・五・七・七の三十一文字（みそひともじ）で、本別の自然の美しさや歴史的な出来事、人々の暮らし向きなどが折々に表現された「ふるさと歌集」です。ぜひ読んで、まちの情景を思い浮かべてみてください。

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

わたしたちのまち

前月比

人口 7,099人(-9)

男 3,475人(-9)

女 3,624人(±0)

世帯数 3,674戸(-11)

〔11月末日住民基本台帳〕