

広 報

陸 別

2009.11
平成21年
No. 584

- ◆ 陸別小学校開校100周年
- ◆ 平成21年度財政状況
- ◆ 情報インフォメーション



復活した「えぞ木やり」

21年ぶりに復活した「えぞ木やり」は、池田一芳さんを中心に毎晩練習を重ねて4日の陸小開校100周年記念祝賀会で披露された。

陸別小学校開校100周年

明治43年以来100年の歴史を刻み、8500人の卒業生が巣立った陸別小学校（玉堀泰正校長）の記念式典と祝賀会が10月4日に開催されました。



開校100周年記念式典には在校生113名や卒業生ら約300名が出席し「100歳」を祝いました。

小学校体育館を会場に開かれた式典では、まずはじめに小学校の歴史をつづったDVDを上映。児童の合唱で開幕しました。

開校100周年記念事業協賛会の朝倉昭雄会長が「記念事業を推進してきた同窓生、地域の方に感謝申しあげます」と式辞を述べ、玉堀泰正校長から「これまで同様先人に学びながら、地域と一体となって教育に取り組んでいく。」とあいさつがあり、続



いて児童会長の佐藤美咲さんからは「いつも支えてくれているお父さんお母さん、地域の皆さんに感謝し、校訓を心に留め未来まで大切にしていきたい。」とあいさつがありました。

続いて、90周年以降の歴代校長やPTA会長など22名に感謝状が贈られ、受賞者を代表し第28代校長の沼山満さんが「皆さんの生き方、考え方が時代を作る。一生懸命励んで下さい。」と謝辞を述べました。

陸別小学校100年の歴史

【明治】

- 43・1・3 袖山米治先生を囑託し、児童28名をもって開校（校舎22・5坪）
- 3・1 足寄教育所附属第二湊別特別教授場として認可される。

- 10・4・5 校舎改修を行う。（10・5坪）
- 45・4・5 校舎移転し東2条3丁目に新築（平屋建75坪）
- 湊別尋常小学校と改称、認可される。
- 本校附属小利別特別教授場認可される。
- 本校附属第一湊別特別教授場認可される。
- 本校附属第一湊別特別教授場認可される。
- 本校附属第一湊別特別教授場認可される。
- 本校附属第一湊別特別教授場認可される。

【大正】

- 4・4・23 本校附属分線特別教授場認可される。
- 小利別特別教授場、分離独立する。
- 5・4・30 湊別特別教授場、分離独立する。
- 5・4・17 本校附属上陸別特別教授場認可される。
- 4・4・30 第一湊別特別教授場、分離独立する。
- 7・2・28 分線特別教授場、勳彌別特別教授場に統合する。
- 8・4・1 校舎増築。玄関（4坪）便所（6坪）など65坪。
- 9・9・1 高等科併置認可される。（修業2か年）
- 8・4・1 薫別特別教授場、再び本校の付属となる。
- 10・30 本校附属岡山教授場認可される。
- 校舎増築する。（教室3教室、玄関2か所など92坪）

- 10・4・1 本校附属岡山特別教授場閉鎖する。
- 13・10・7 本校附属苦務特別教授場認可される。
- 校舎増築（教室3教室、屋内運動場202・5坪）

【昭和】

- 10・12・25 校舎を改築する。（2階建て、鉄板葺）
- 15・6・2 開校30年の記念式典及び祝賀行事を行う。
- 16・4・1 湊別国民学校と改称する。
- 20・3・31 校舎改修（玄関改造、2教室増設）
- 22・2・1 国民学校・高等科廃止、湊別小学校と改称する。
- 28・9・23 町制施行により、陸別町立陸別小学校と改称する。
- 29・10・16 校旗・校訓・校章・校歌を制定する。



祝賀会は、会場をタウンホールに移し町内外から約170名が出席し開催されました。オープニングは、歌手の松本大地さんの「アメージンググレース」で幕が開き、朝倉協賛会会長があいさつに。陸別町と小学校の歴史をまとめ



会場には屋台も並んだ

たスライドが上映され100年のあゆみを紹介しました。ステージではこの日のために町民の手で復活した「えぞ

木やり太鼓」が披露され、小学生が打ち鳴らす太鼓の横では、池田一芳さんのかけ声とともに丸太を運ぶ木やりが披露され、その独特のかけ声で会場の笑いを誘っていました。また、会場には食べ物の屋台も並べられ、コクワの実やヤマブドウ、まきストープの上ではいも団子やカボチャ団子が焼かれ出席者に振る舞われました。最後は、児童達が会場を囲み「ふるさと」を合唱。出席者も一緒に口ずさみ100年の歴史を感じていました。



「えぞ木やり」復活に尽力した池田さん（上段左）とえぞ木やり太鼓（中段）

21	20	19	15	13	13	12	9	6	5	4	4	61	57	54	50	48	47	46	43	42	39	38	33																		
・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・																		
11	12	8	1	7	2	1	4	9	9	9	9	4	4	10	1	6	7	4	10	4	11	10	10																		
4	1	19	29	28	14	30	1	16	30	30	1	1	14	1	18	1	1	6	1	1	29	5	5																		
開校100周年記念式典・祝賀会開催。	校舎・体育館耐震診断。	職員用パソコン設置。	コンピュータ機器更新。	体育館開放事業のための改築工事。	インターネット接続工事。	水洗トイレ工事。	開校90周年記念式典・祝賀会を開催する。	PCB蛍光灯取り替え工事。	陸別町立上斗満小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立中斗満小学校閉校により児童を本校に迎える。	校舎改修第3期工事を完了する。	陸別町教育研究会を開催する。	校舎改修第2期工事を完了する。	陸別町立苦務小学校閉校、51年度より児童を本校に迎える。	陸別町立小利別小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立上斗満小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立薫別小学校、上陸別小学校、閉校により児童を本校に迎える。	統合校舎完成（事業費2億8千55万8千円）	陸別町立苦務小学校閉校、51年度より児童を本校に迎える。	開校70周年記念式典を開催する。	陸別町立小利別小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立立川上小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立勲禰別小学校閉校により児童を本校に迎える。	開校60周年記念式典及び祝賀行事を行う。	陸別町立上陸別小学校、陸別小学校の分校となる。	新校舎第1期工事起工する。（現在地）	新校舎第2期工事着工する。	新校舎へ移転する。	陸別町立薫別小学校、上陸別小学校、閉校により児童を本校に迎える。	統合校舎完成（事業費2億8千55万8千円）	陸別町立苦務小学校閉校、51年度より児童を本校に迎える。	開校70周年記念式典を開催する。	陸別町立小利別小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立上斗満小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立勲禰別小学校閉校により児童を本校に迎える。	開校60周年記念式典及び祝賀行事を行う。	陸別町立立川上小学校閉校により児童を本校に迎える。	陸別町立勲禰別小学校閉校により児童を本校に迎える。	開校50周年記念式典及び祝賀行事を行う。	屋内体育館完成 祝賀会開催する。	陸別町立川上小学校閉校により児童を本校に迎える。

平成21年度財政状況

(平成21年9月30日現在)

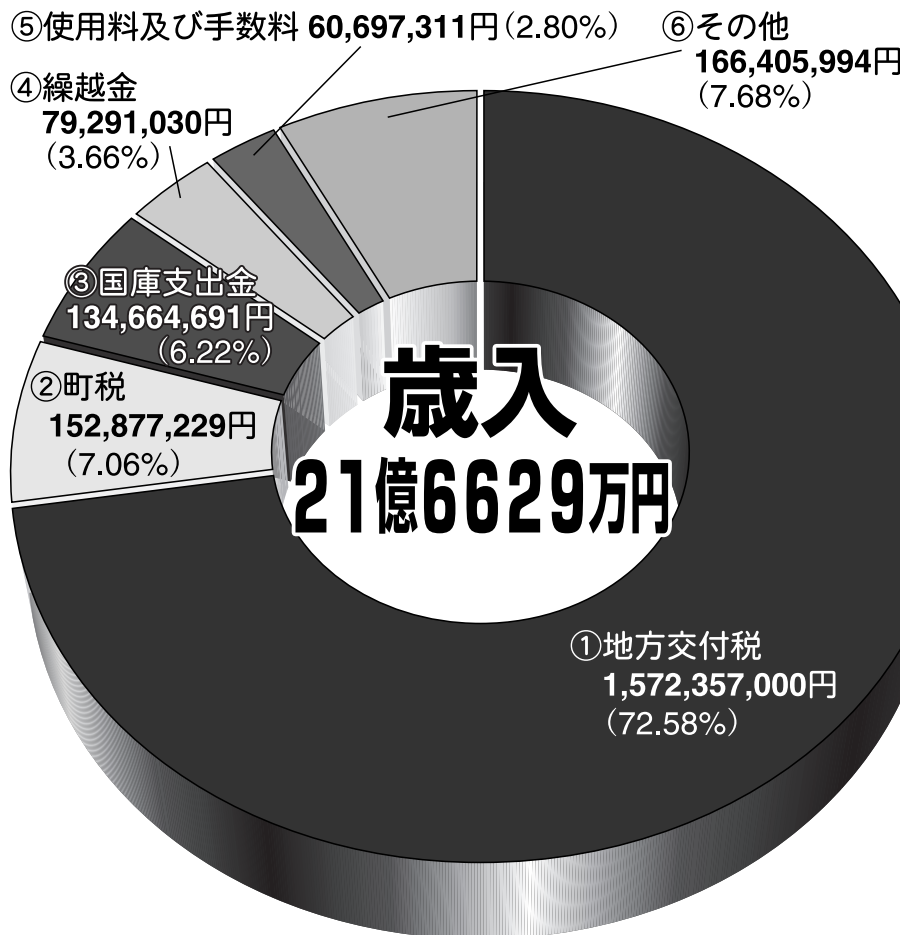
財政事情説明書の作成及び公表に関する条例第2条第1項の規定により、平成21年度における財政事情の公表に関する文書を作成したので報告します。

一般会計執行状況

【歳入】

款	収入済額(円)	比率	番号
地方交付税	1,572,357,000	72.58%	①
町税	152,877,229	7.06%	②
国庫支出金	134,664,691	6.22%	③
繰越金	79,291,030	3.66%	④
使用料及び手数料	60,697,311	2.80%	⑤
諸収入	52,693,789	2.43%	⑥
財産収入	31,728,285	1.46%	
地方譲与税	27,869,284	1.29%	
道支出金	22,383,600	1.03%	
地方消費税交付金	17,182,000	0.79%	
自動車取得税交付金	6,918,000	0.32%	
地方特例交付金	5,004,000	0.23%	
分担金及び負担金	1,303,036	0.06%	
利子割交付金	467,000	0.02%	
寄附金	420,000	0.02%	
交通安全対策特別交付金	349,000	0.02%	
配当割交付金	88,000	0.01%	
繰入金	0	0.00%	
株式等譲渡所得割交付金	0	0.00%	
町債	0	0.00%	
計	2,166,293,255	100.00%	

歳入の各項目の構成



公債費 町が国などから借りたお金を返済するため
総務費 役場全般の管理費(庁舎、財産)町有林管理、企画関係、交通安全、交流センター管理、銀河の森管理、税務関係、戸籍関係、選挙関係、統計関係、監査委員関係など
衛生費 予防接種や健康診断、ゴミ処理などの保健衛生・環境のためなど
民生費 保健センター・ふれあいの湯管理費、各種福祉施設や保育所・生活扶助費・乳幼児への医療給付金など福祉のため、国民年金関係など
土木費 道路整備、道路維持管理、橋整備、街路灯整備、公営住宅整備、公営住宅管理などのため

「一般会計」・「特別会計」とは？

町の会計は、「一般会計」と「特別会計」に分かれています。

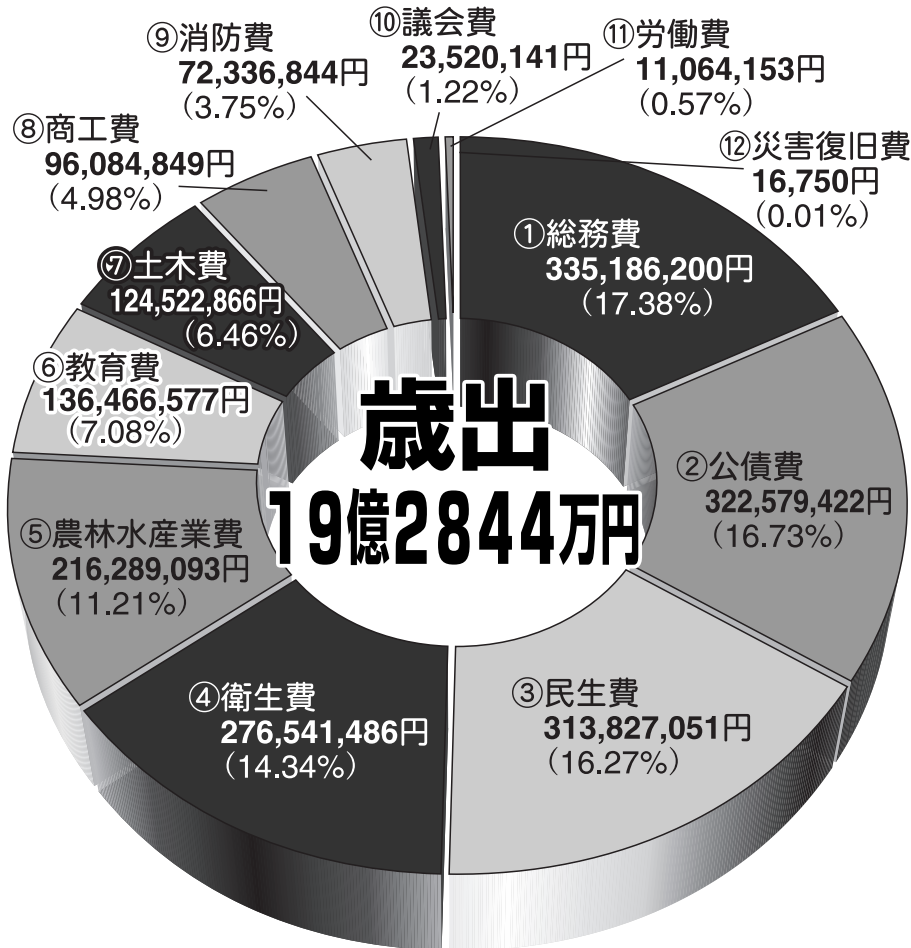
「一般会計」は皆さんの家庭にあてはめると、食費や光熱費など、普段の生活のなかで基本的に必要なお金と考えることができます。

「特別会計」を家庭でいうと、食費などの普段使うお金とは別に、何か特定の目的のために使うお金と考えることができます。この特別会計は、それぞれ違う目的ごとに「国民健康保険事業勘定」、「国民健康保険直診勘定」、「簡易水道」、「老人保健」、「公共下水道」、「介護保険事業勘定」、「後期高齢者医療」の7つに分かれています。

特別会計は、それぞれの市町村が目的ごとに分けて管理しているため、市町村ごとに違いはありますが、一般会計は、全国的に統一されているルールに基づいて集計しているため、比較することによって、それぞれの市町村の台所事情がわかります。

【歳出】

款	支出済額(円)	比率	番号
総務費	335,186,200	17.38%	①
公債費	322,579,422	16.73%	②
民生費	313,827,051	16.27%	③
衛生費	276,541,486	14.34%	④
農林水産業費	216,289,093	11.21%	⑤
教育費	136,466,577	7.08%	⑥
土木費	124,522,866	6.46%	⑦
商工費	96,084,849	4.98%	⑧
消防費	72,336,844	3.75%	⑨
議会費	23,520,141	1.22%	⑩
労働費	11,064,153	0.57%	⑪
災害復旧費	16,750	0.01%	⑫
予備費			
計	1,928,435,432	100.00%	



教育費 小中学校や各種スポーツ施設の建設、運営費など教育文化のため、社会教育関係、公民館管理運営のため、文化財保護のため

消防費 消防署を運営するため、災害の対策をするため

農林水産業費 農林業の振興のため（農業委員会関係、農道整備、農地整備、営農用水関係、畜産関係、公共草地管理、農畜産物加工研修センター管理、林道整備、有害鳥獣駆除関係など）

商工費 商工関係の振興、消費者対策、観光に関すること（各種イベント）公園管理など

議会費 議会を運営するため（議員報酬、議会広報発行費、調査費など）

災害復旧費 農業施設・土木施設（道路、橋）河川などが天災により受けた被害箇所の復旧のため

労働費 労働者対策のため（振動病対策事業など）

基金の現在高

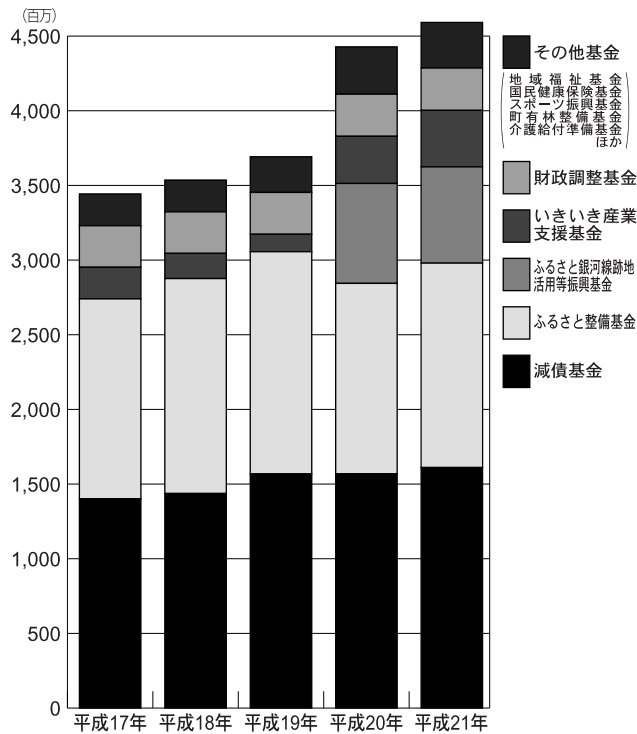
(単位:円)

基金名	区分	平成21年9月30日 現在	平成20年9月30日 現在	増減額
減債基金		1,611,938,669	1,568,910,008	43,028,661
ふるさと整備基金		1,368,632,299	1,274,875,468	93,756,831
ふるさと銀河線跡地活用等振興基金		644,676,200	669,096,216	△24,420,016
いきいき産業支援基金		379,101,107	315,902,612	63,198,495
財政調整基金		283,551,825	281,856,023	1,695,802
地域福祉基金		92,213,878	122,781,182	△30,567,304
町有林整備基金		60,539,946	52,160,000	8,379,946
国民健康保険基金		56,482,747	56,173,793	308,954
スポーツ振興基金		52,365,453	52,318,446	47,007
介護給付準備基金		35,097,091	24,163,647	10,933,444
中山間ふるさと水と土保全基金		10,000,000	10,000,000	0
介護従事者処遇改善臨時特例基金		1,927,604	0	1,927,604
計		4,596,526,819	4,428,237,395	168,289,424

基金は、町の貯金にあたるものです。

(単位:円)

町民一人当たりの貯金額	平成21年9月30日 現在	2,787人	1,649,274
-------------	------------------	--------	------------------



「基金」・「地方債」とは？

「基金」は、町の貯金にあたるものです。使う目的ごとにそれぞれ分けて貯金しています。昨年の同時期に比べ約1億7千万円増えています。

「地方債」は、町の借金にあたるものです。一般会計など4つの会計合わせて約66億円の借金がありません。昨年の同時期に比べると約4億6千万円の減となっています。

一般会計の借金の総額を、9月30日現在の人口で割った町民一人あたりの借金額は昨年同時期より約10万円減って約155万円となっています。

特別会計の執行状況

平成21年9月30日現在

会計名	区分	予算額 (円)	収入済額(円) (収入率)	支出済額(円) (支出率)
国民健康保険事業勘定		408,096,000	184,069,643 45.10%	173,491,340 42.51%
国民健康保険直診勘定		391,271,000	200,888,354 51.34%	176,312,638 45.06%
簡易水道		178,996,000	86,771,558 48.48%	73,733,460 41.19%
老人保健		5,675,000	346,028 6.10%	61,012 1.08%
公共下水道		135,682,000	67,770,367 49.95%	64,485,432 47.53%
介護保険事業勘定		252,941,000	106,644,644 42.16%	91,894,945 36.33%
後期高齢者医療特別会計		40,293,000	12,567,200 31.19%	9,753,117 24.21%
計		1,372,661,000	659,057,794 48.01%	589,731,944 42.96%

地方債の現在高

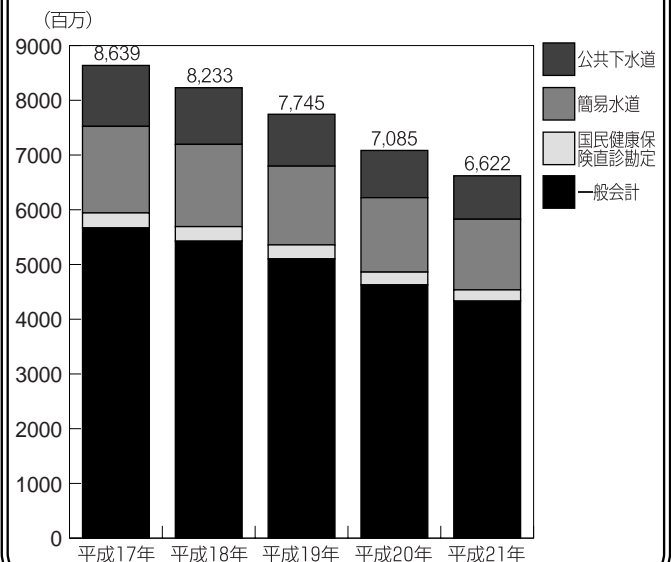
(単位:円)

会計名	区分	平成21年9月30日 現在	平成20年9月30日 現在	増減額
一般会計		4,331,602,020	4,628,492,549	△296,890,529
国民健康保険直診勘定		205,423,548	233,272,622	△27,849,074
簡易水道		1,291,497,066	1,360,014,638	△68,517,572
公共下水道		794,313,940	863,478,708	△69,164,768
計		6,622,836,574	7,085,258,517	△462,421,943

地方債は、町の借金にあたるものです。

(単位:円)

町民一人当たりの借金額 (一般会計分)	平成21年9月30日 現在	2,787人	1,554,217
------------------------	------------------	--------	------------------



地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づき、平成20年度決算に基づき算定した健全化判断比率及び資金不足比率を公表します。

財政の健全化判断比率
及び資金不足比率の
公表について

1 健全化判断比率

(単位:%)

指標の名称	陸別町の比率	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	—	15.0	20.0
連結実質赤字比率	—	20.0	40.0
実質公債費比率	15.9	25.0	35.0
将来負担比率	—	350.0	設定なし

※実質赤字比率と連結実質赤字比率は、赤字額がないため「—」と表示しています。
※将来負担比率は算定されないため「—」と表示しています。

2 資金不足比率

(単位:%)

特別会計の名称	陸別町の比率	経営健全化基準
簡易水道事業特別会計	—	20.0
公共下水道事業特別会計	—	20.0

※いずれの会計も資金不足額がないため「—」と表示しています。

用語解説と陸別町の状況

○地方公共団体の財政の健全化に関する法律（財政健全化法）

町全体の財政状況を把握し、自治体の財政状況の健全性を維持することを目的とした法律です。

○健全化判断比率

財政状況の健全性を判断する指標です。赤字額、最近の借金返済、今後の借金返済をもとに算出します。早期健全化基準と財政再生基準の2つの基準により健全性を判断します。基準を超えると法律に基づく対策が必要です。

○実質赤字比率

一般会計の赤字額をもとに算定した指標です。陸別町は、赤字のない健全な状態です。

○実質連結赤字比率

一般会計と特別会計（陸別町では国民健康保険、診療所、簡易水道、下水道、老人保健、介護保険）の赤字額をもとに算定した指標です。陸別町は、赤字のない健全な状態です。

○実質公債費比率

最近（平成18年度から平成20年度）の借金の返済額をもとに算出した指標です。陸別町は、早期健全化基準を下回っており、健全な状態です。

○将来負担比率

今後の借金等の返済総額から現在の貯金額等（基金等）を差し引いた額が、どの程度か算出した指標です。陸別町は、貯金額等の額が借金等の返済総額を上回っており、健全な状態です。

○資金不足比率

公営企業（陸別町では簡易水道と下水道の2つ）の赤字額をもとに算定した指標です。経営健全化基準により公営企業の健全性を判断します。陸別町は、赤字のない健全な状態です。

○早期健全化基準

財政状況が悪化しており、自主的に改善策を実施する必要があると判断される基準です。

○財政再生基準

財政状況が悪化しており、国の管理のもと財政再建を行わなければならないと判断される基準です。

○経営健全化基準

公営企業の財政状況が悪化しており、自主的に改善策を実施する必要があると判断される基準です。

情報
INFORMATION

要介護認定・要支援認定を申請される皆様へ

平成21年10月より

要介護認定の調査方法が一部見直されました

- 平成21年4月に、最新の介護の手間を反映させること、できるだけ認定結果のバラツキを是正することを目的として、要介護認定の見直しが行われました。
 - 上記の見直しに併せて、厚生労働省の検討会で検証が行われ、認定調査の方法がさらに見直されることとなりました。
 - 具体的には、認定調査の際に日頃の状況をより重視することや一部の調査項目の判断基準が見直されたことから、今後、これまでよりも詳しく日頃の状況についてお伺いする場合があります。
- (注) 要介護認定の仕組みそのものが変わるわけではありません。
- この新たな方法は、10月1日以降に申請された方から適用されます。
 - なお、9月中に更新の申請を行った場合は、更新前の要介護度を選択できますが、10月より、見直しを行った要介護認定の調査方法が実施されることから、10月以降に要介護認定申請を行った場合は、実際の判定結果をもって要介護度が決定されますのでご注意ください。

【お問い合わせ先】

要介護認定についてご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせ下さい。
陸別町 保健福祉センター 介護保険担当
電話番号：27-8001

法人の方へ～電子申告ご利用のお願い

北海道では、法人道民税・法人事業税・地方法人特別税についてインターネットを通じた電子申告(eLTAX)を行っています。

十勝支庁へ持参や郵送することなく、オフィス等のパソコンから申告することができますので、是非ご利用ください。

申し込み、詳しい内容はeLTAXホームページ <http://www.eltax.jp/> をご覧ください。

問い合わせ先

十勝支庁課税課事業税係
帯広市東3条南3丁目 電話0155-27-8505

子育て応援特別手当(21年度版)の執行停止について

陸別広報10月号でお知らせしました、子育て応援特別手当(21年度版)につきまして、国より執行を停止する旨通達がありましたのでお知らせいたします。皆様にご迷惑をおかけした点について、深くお詫び申し上げます。

11月は「労働時間適正化キャンペーン」期間です

～労使の協力で進めよう！労働時間の適正化～
全国一斉無料相談ダイヤル
～過重労働と貸金不払残業の解消のために～
11月21日(土)「勤労感謝の日」の前々日
9:00～17:00

なくしましよ 長い 残業
0120-794-713

厚生労働省・北海道労働局・各労働基準監督署
北海道労働局ホームページ
<http://www.hokkaido-labor.go.jp/>

精神保健福祉講演会

「薬物乱用・依存を知ろう～身近に迫る薬物の恐さ～」

日時 平成21年11月29日(日曜日)
14:00～16:00

場所 ホテル日航ノースランド帯広 2階
帯広市西2条南13丁目1番地

内容 講演会

1 「薬物乱用・依存を知ろう～身近に迫る薬物の恐さ～」

講師 芦澤健 氏(特定医療法人 北仁会 旭山病院 副院長)

2 「薬物依存からの回復」

講師 森 亨 氏(北海道ダルク 施設長)

対象 関心のある方は、どなたでも参加できます。

定員 100名前後

受講料 無料

申込 事前に電話での申込を受け付けます。

当日参加も可能です。

主催 精神保健協会

申込・問い合わせ先(事務局)

十勝保健福祉事務局保健福祉部(帯広保健所)

子ども・保健推進課 精神在宅支援係

電話 0155-26-9084(直通)

陸上自衛隊 高等工科学校生徒を募集します

募集種目		募集資格	
陸上自衛隊 高等工科学校生徒		平成22年4月1日現在 15歳以上 17歳未満の者 (H5年4月2日～H7年4月1日生まれ)	
受付期間	試験日	入隊時期	
平成21年11月1日 ～ 平成22年1月8日	平成22年1月23日	平成22年 4月上旬予定	

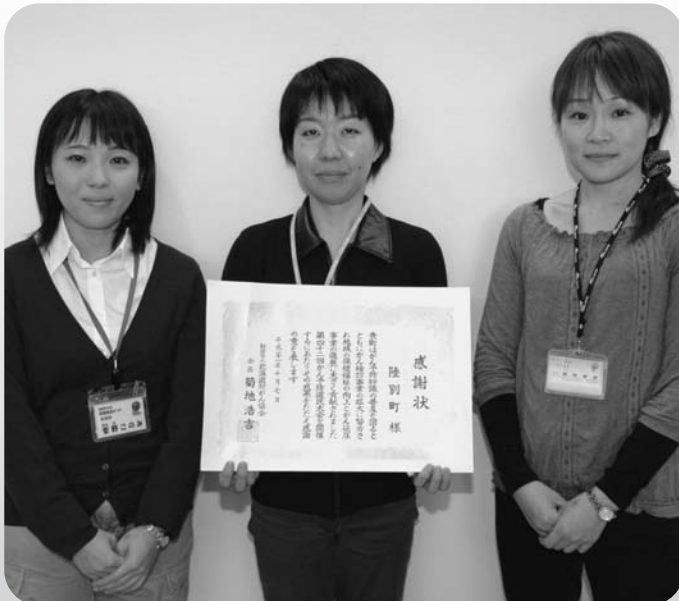
※詳しくは、役場総務課 27-2141又は
自衛隊帯広募集案内所（帯広市西5条南14丁目
NCサウスビル）
電話&FAX 0155-23-8718
自衛隊帯広地方協力本部ホームページ
<http://www.mod.go.jp/pco/obihiro/>
Eメールアドレス
bz583852@bz01.plala.or.jp
募集コールセンター
フリーダイヤル 0120-063782
ナビダイヤル 0570-045818（携帯電話）
自衛官募集ホームページ
<http://www.mod.go.jp/gsd/jieikanbosyu/>

自然体験指導者養成講習会

文部科学省・農林水産省・総務省がすすめる、
小学校での長期自然体験活動（子ども農山漁村交
流プロジェクト）の推進、体験活動の支援を行う
指導者の養成を行います。

全体指導者（全4日間）	
日程	①平成21年12月23日(水) 平成22年 1月 9日(土)～11日(月) ②平成22年 2月11日(木)～14日(日)
対象者・ 募集人数	小学校での自然体験活動の指導にかかわる 意志を持つ20歳以上の方 / ①②とも定員 は24名
参加費	10,500円(教材費・保険料等を含む)
補助指導者（4時間）	
日程	③平成21年12月23日(水) ④平成22年 2月11日(木) ※開催時間は、いずれも10時～15時を予定
対象者・ 募集人数	小学校での自然体験活動の指導にかかわる 意志を持つ18歳以上の方 / ③④とも定員 は24名
参加費	1,000円(教材費・保険料等を含む)

会 場 足寄町 九州大学北海道演習林及び
ネイバルあしよろ
参加締切 12月16日
問い合わせ・申し込み
NPO法人自然体験学校
中川郡池田町昭栄49-6
電話・FAX 015-579-2188



がん予防道民大会で感謝状

第42回がん予防道民大会が10月7日音更町文化
センターで開催され、その席上、「がん征圧事業に
大きく貢献した。」として、陸別町に感謝状と記念
品が贈呈されました。

陸別町は、過去5年間（平成16年度から平成20
年度）の胃・肺・大腸がんのいずれものがん検診
において、十勝・全道の平均を大きく上回る受診
率だったことが評価されたものです。

これをうけて町保健師は、「全道の中から選ばれ
たのはとても光栄です。今後もさらに多くの町民
の方にがん検診を受けていただけるよう努力して
いきます。」と決意を新たにしています。

今、陸別町では

小・中学校・地域が連携し教育活動に取り組んでいます。

現在陸別町では、小・中学校及び地域が連携し「小・中学校連携教育推進事業」と題した特色ある教育活動に取り組んでいます。さまざまな形で小学校と中学校、地域が連携し、事業を進めているところです。

今年度の活動の様子について、一部ではありますが下記のとおりお知らせしたいと思います。

小中学校での連携



4/30 中学校の先生が小学校で授業
(小学5年生-体育)



7/7 小・中学校の先生たちによる
合同研修会

地域との連携



5/27 リクベツ鉄道乗車体験
(小学1年生-生活科)



9/12 陸小まつり
(全校児童-小学校)



10/19 学校支援地域本部事業
(中学校3年-美術 年10回実施)



8/24~26
職場体験-町内事業所
中学校3年-総合的な学習

12月1日(火)に陸別町教育研究大会を中学校で行います。この事業の授業も計画しており、ぜひ地域の方に陸別の子どもたちの様子を見ていただきたいと考えておりますので、たくさんの方のお越しをお待ちしています。(詳しい日程等については、後日、町内回覧でお知らせします。)

〈陸別町教育委員会〉



女川トシエさん（共栄第1）が平成21年度中に100歳を迎える長寿を祝い、総理大臣からの祝状が届き、5日しらかば苑において、金澤町長から祝状と記念品が手渡されました。



陸別町社会福祉協議会主催の「ふれあい広場2009りくべつ」が3日保健センター前庭で開かれ、約500人がステージショーやゲーム、抽選会などを楽しみました。



りくべつ宇宙地球科学館（銀河の森天文台）で17日「陸別スターライトフェスティバル」が開かれ、町内外から約200人が来場し講演やコンサートなどを楽しみました。



陸別町観光協会主催で「ふるさと銀河線りくべつ鉄道まつり」が11日駅前多目的広場で開催され多くの家族連れで賑わいました。初めて企画された「婚カツ列車」には、道内各地から男女62人が参加し、4組のカップルが誕生しました。



25日、日産自動車陸別試験場テストコースを会場に道内各地から3歳から84歳までの足自慢約220人が完走し「第12回日産カップ・陸別こがらしマラソン」が開催されました。



18日陸別小学校（児童113人）で学習発表会が開催されました。学年ごとにこの日のために練習してきた成果を発表し、演目が終わるごとに来場した父母や祖父母から盛んな拍手が送られました。

<11月>

陸別町の子育て支援情報

日	曜日	行	事	子育て支援関係	担	当
1	日					
2	月			自由遊び(保健センター)		らっこクラブ
3	祝					
4	水					
5	木					
6	金					
7	土					
8	日					
9	月			自由遊び(保健センター)		らっこクラブ
10	火					
11	水					
12	木			プチットタイム(保健センター)		教育委員会
13	金					
14	土					
15	日					
16	月			自由遊び(保健センター)		らっこクラブ
17	火			乳児健診事後相談会(保健センター)		保健福祉センター
18	水					
19	木			妊婦・乳幼児相談(保健センター) プチットタイム(保健センター)		保健福祉センター 教育委員会
20	金					
21	土					
22	日					
23	祝					
24	火					
25	水					
26	木	保育所	歯科健診	プチットタイム(保健センター)		教育委員会
27	金					
28	土					
29	日					
30	月			自由遊び(保健センター)		らっこクラブ

【問合せ先】 ○保健福祉センター TEL27-8001 ○教育委員会 TEL27-2123 ○らっこクラブ TEL27-2177(鈴木代表)

伝言板

◇ 子育て支援センターから ◇

リサイクルのお願い

家庭で眠っている乳幼児の衣類・育児用品はありませんか？
ありましたら、子育て親子ひろば(保健センター内)までお願いします。

足寄から
Ashoro

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」
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
☎25-3188

本別から
Honbetsu

北日本生涯学習まちづくりフォーラム

全国生涯学習市町村協議会では、「田舎が輝くまちづくり ひとが動く まちが変わる」をテーマに講演やパネルディスカッションを行います。多くのみなさんの参加をお待ちしています。

●とき 11月28日(土) 午後1時～午後5時30分
29日(日) 午前9時～午前11時

●ところ 本別町中央公民館大ホール(本別町北1丁目)

●内容 28日 田舎が輝くまちづくりの全国的な事例紹介、基調講演、対談、パネルディスカッションなど
29日 まちなか散策(豆のまち本別めぐり)
※本別発豆ではりきる母さんの会、渋谷醸造、岡女堂本家、山口醗酵食品を見学

●その他 詳しくは、本別町公式ホームページ(<http://www.town.honbetsu.hokkaido.jp/>)をご覧ください。

●お問い合わせ 本別町役場企画振興課企画・生涯学習担当 ☎22-8121

第8回 町民カローリング大会参加者募集

- ・日 時 平成21年11月24日(火)午後7時～
- ・会 場 陸別中学校体育館
- ・種 別 団体戦 3名
- ・チーム編成 カローリングの愛好者で町内会・職場・サークル・同好会等でチームをつくることとします。
- ・参加資格 (1)町内在住者
(2)小・中・高・大学生の出場は認めない。
(3)一人が2チームに登録することは出来ない。
- ・ル ー ル カローリングルールに準じて行う。
- ・試合方法 予選リーグにより決勝・交流・親睦リーグに分ける。
クラス別にリーグ戦を行う。
- ・組み合わせ 大会事務局において、関係者立会の上行う。
- ・参加料 1人100円(参加料50円、1日保険料50円)
- ・申込方法 各町内会体育部長あてに送付した申込用紙で**11月17日(火)までに教育委員会社会体育担当へ申し込んでください。期日厳守【電話可】27-2123**
- ・表 彰 決勝リーグのみ1位から3位まで表彰し、交流・親睦リーグは1位のみ表彰とする。
- ・その他 (1)審判は相互審判としますので、各チームの協力をお願いします。
(2)当日の選手変更は認めます。ただし、一度試合に出場した者が他のチームで出場することはできません。

しばれパークゴルフ場オープン

町民運動場内に『しばれパークゴルフ場』がオープンします。皆様、注意事項を守り楽しくご利用ください。

【注意事項】

- 特設コース(1コース9ホール)のみのため利用者はお互いに譲り合いマナーを守ってプレーしてください。
- 利用時間は自由ですが、整備等で利用できない場合がありますので、ご了承ください。

整備はパークゴルフ協会のご協力により実施しています。不明な点があれば、教育委員会社会体育担当(27-2123)までお問い合わせください。

第33回 スポーツの集い

11月9日(月)より開催

今年で33回目となります「スポーツの集い」が陸別中学校体育館で11月9日より4日間の日程で開催されますのでお知らせします。

(開場 午後6時30分、試合開始 午後7時～)

〈スポーツの集い日程表〉

日	曜日	種 目	性別	備考
9	月	バレーボール	男・女	予選・決勝
10	火	バドミントン	男・女	予選・決勝
11	水	フロアーリング	男・女	予選・決勝
12	木	ミニバレー 混成40歳未満 ミニバレー 混成40歳以上	男・女	予選・決勝

史跡ユクエピラチャシ跡

史跡の維持管理と活用 ⑦チャシ展の開催

10月8日から「史跡ユクエピラチャシ跡展」が公民館と関寛齋資料館で開催されています。公民館の展示は、遺跡の特徴や発掘調査の成果、出土品の解説や史跡整備事業の成果をボードで紹介しています。ここでは、北海道のチャシ



写真① 公民館の展示風景

シの分布や、大量に出土したシカの骨の出土状況の復元、白い盛土の調査状況や、チャシが造られた年代の決め手となった15世紀末に作られた陶磁器などを見ることができ

ます。関寛齋資料館の展示は、関寛齋とユクエピラチャシ跡とのかかわりを中心とした解説となっています。

公民館の展示は無料で、開館時間内でしたらいつでも見ることができ

ますので、気軽に見に来て

てください。

(天鳥居仁・教育委員会主任)



写真② 案内ボード



写真③ 展示ボードと展示ケース



写真④ 出土品の展示

公民館だより

本の貸出期間は3冊
2週間です。

◇ 一般図書

外科医須磨久善…海堂 尊
不毛地帯 1〜5巻…山崎 豊子
憂鬱たち…金原 ひとみ
ゼロ、ハチ、ゼロ、ナナ…辻村 深月
鉄の骨…池井戸 潤
ハング…菅田 哲也
猟犬…深見 真
きよの猫村さん4…ほし よりこ
パソコンの「パ」の字からネット遊び…サトウサンペイ+Daso編集部
掏摸 スリ…中村 文則



◇ 児童図書

ぐりとぐらのしりとりた…ながわ りえこ、やまわき ゆりこ
とべとべあひるの3きょうだい…うすい かなこ
ルルとララのスイートポテト…あんびる やすこ
ホトにきやうたんたん冬のきょうおきだめし…岸 野真衛
いのちかがやけ！タイガとココア…あんず ゆき
はつてベッタタンおりがみブック…川島 隆太
チャレンジミツケ！ 6…ウオルター・ウイック
さあ、たべてやる！…ケイト・マクラマラン
とびだす・ひろがる！どうぶつえほん…吉川 正和
星のモーシヤ義足つけたゾウの絵日記…クアトーン・カヤン
星守る犬…村上 たかし



◇ CD

「シングル」
虹…ゆず
CANDY…平井 堅

「アルバム」
BEST A, I…A, I
ayaka's History 2006-2009…絢香



◇ DVD

呪怨 黒い少女
呪怨 白い老女



健康コーナー

136

☆私のウンチはいくらウンチ？

毎月「食育」をテーマに広報に連載しているところ
です。

さて、今回のキーワードは「うんち」！大人から子どもまで、食べ物を食べたらず必ず出るもの。今回はその「うんち」のお話です。

差がありますので3日に1回でも気持ちよく排便できれば便秘とはいきません。毎日排便があってもうんちが硬く、排便時に苦痛を感じるようなそれは便秘です。

◎便秘(べん)は体からの便(たよ)りです！
うんちは健康のバロメーターとも言われ、毎日のうんちをチェックすることで、簡単に健康管理ができます。□から入った食べ物は食道から胃を抜けて小腸を通り、大腸でうんちとなって排泄されます。だから内臓が健康かどうかはうんちを見ればわかります。

◎肉食や高脂肪食品(バターなど)を取り過ぎない。
◎野菜(食物繊維)を多くとる。
◎ヨーグルトや乳酸菌飲料などの微生物食品や、納豆、味噌といった発酵食品を取る。
◎便秘をしないように習慣づける。

健康なうんちは、水分80%、食べ物のカス10%、腸内細菌10%で出来ています。形は「バナナ状」、色は「黄色」か「褐色」が理想的です。水分が90%を越すといわゆる水様便となり、排泄の回数も多くなります。これが下痢と呼ばれる状態です。一方、便秘というとうんちが何日も出ない状態のことをいうと思っている方も多いようです。が、排泄のリズムには個人

・朝食を抜かない。朝起きたらコップ1杯の水を飲むと効果的。
・便意を感じたら我慢せずにトイレへ行く。
・その2「運動不足タイプ」。

【担当】
保健福祉センター
保健師 菅野このみ

便がお腹に残っている感じがするの、筋力の低下、つまり運動不足からきています。都会と比べ、地方ではど

◎老若化している腸年齢
今、現代人の腸年齢は年々老化しています。腸内環境の悪い人ほど、つまり腸年齢が若くない人ほど肌の衰えを感じているというのが特徴です。いくら高価な化粧品で外

その1、「生活習慣タイプ」
肉食中心で、繊維の多い食べ物を食べない。また、若い女性や子どもの中には便意を感じながらもトイレに行かない、行けない人がいます。
◎改善アドバイス
その1、「生活習慣タイプ」
肉食中心で、繊維の多い食べ物を食べない。また、若い女性や子どもの中には便意を感じながらもトイレに行かない、行けない人がいます。

＜腸年齢チェックリスト＞

1. □いきまないとでないことがある
2. □用を足した後も残便感がある
3. □うんちが硬くて出にくい
4. □うんちをする時間は決まっていない
5. □ときどきゆるいうんちが出る
6. □コロコロのうんちが出る
7. □出たうんちが便器の底に沈みがち
8. □うんちの色が黒っぽい
9. □うんちが臭いと家族から言われる
10. □おならが臭い
11. □たばこを吸う
12. □顔色が悪い
13. □肌荒れや吹き出物が悩みの種
14. □運動不足を自覚している
15. □寝付きが悪く、寝不足である
16. □ストレスが多い
17. □朝食は食べないか、よく抜く
18. □朝食は食べるが短時間
19. □食事時間が決まっていない
20. □野菜不足を自覚している
21. □肉類が大好きである
22. □ヨーグルトや乳酸飲料が苦手
23. □週に4回以上外食をする

☆チェックが0個…実年齢より若い
1～4個……………実年齢+5歳
5～9個……………実年齢+10歳
10～14個……………実年齢+20歳
15個以上……………実年齢+30歳

＜あなたのウンチはどのタイプ？＞

どんなうんちが出たかチェックをし、食生活や生活習慣の見直しをしましょう！

<p>げんきうんち</p>  <p>形はバナナ状、色は黄色か褐色。においも臭くなく、スルっと出るのが特徴的！</p>	<p>くによくようんち</p>  <p>とても臭く、お腹が痛くなるのが特徴。ドロドロしてトイレに行くのを我慢できない！</p>
<p>ごろごろうんち</p>  <p>ごろごろ・がちがちのうんち。力を入れてもなかなか出てこない。水分が少なく、こげ茶色をしているのが特徴</p>	<p>ひよろひよろうんち</p>  <p>柔らかくて、出してもお腹がスッキリしない。とても細いのが特徴。</p>

側を覆っても、お腹の中が真っ黒だとどんなにお金を使ってもきれいにはなりません。肌の状態は、健康状態とも、腸内環境とも直結しているのです。左の腸年齢チェックリストで、自分の腸年齢をチェックしてみよう！常に腸年齢の若さを保っていくことが、健康を維持していく上で大事なポイントです。
*この文章は、宮崎市吉野保育園で開催された辨野(べん)の義己先生の講演会内容を一部抜粋しています。

銀河の森コテージ村からのお知らせ

〈10月25日現在コテージ予約状況〉

※予約は既にうまっている場合があります。最新の予約状況は直接コテージ村管理棟へご確認ください。

○余裕あります ●満室です △予約が入ってます ※予約はお早めにコテージ村管理棟へ(TEL27-4040 FAX27-4041)

11月	コテージ 予約状況	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
	6人用	○	○	○	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	△	△	○
	10人用	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

12月	コテージ 予約状況	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
	6人用	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	10人用	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

町民のうごき

うぶごえ

- 山本 ^{みお} 滯 ^{ちゃん} 彰紀 ^{さん} 9・17 緑町
 奈都子 ^{さん}
- 西崎 ^{れん} 漣 ^{くん} 寿伸 ^{さん} 10・9 東1条1区
 百恵 ^{さん}
- 尾藤 ^{りあ} 梨緒 ^{ちゃん} 征宏 ^{さん} 10・13 元町
 裕美 ^{さん}

おくやみ

- 伊藤 定夫 ^{さん} 60歳 10・12 緑町
- 森 アイ子 ^{さん} 82歳 10・13 新町1区
- 金石ヨシコ ^{さん} 95歳 10・27 栄町



「日産」から町へ
感謝状
 陸別町が小利別地区にある試験場の運営に尽力し、さらに、日産自動車購入費補助制度を導入し販売に貢献したとして、日産自動車(株)山下光彦副社長より感謝状が渡されました。(10月11日)

運転免許更新時講習日程

月	会場名	種類	日	曜日	時刻	月	会場名	種類	日	曜日	時刻
11月	本別中央公民館	一般	11	水	10:00	12月	本別中央公民館	一般	2	水	10:00
		優良	11	水	11:30			優良	2	水	11:30
		初回	11	水	13:00			初回	2	水	13:00
		違反	26	木	10:00			違反	16	水	10:00
11月	足寄町民センター	優良	19	木	14:00	12月	足寄町民センター	優良	17	木	14:00
		一般	19	木	15:00			一般	17	木	15:00

※本別警察署で更新手続きを済ませてから受講して下さい。

町の人口・世帯数 21.9.30

人口 2,787人(+1)
 男 1,400人(±0)
 女 1,387人(+1)
 世帯数 1,376戸(+2)

友好町民の会 **213**人(前月比±0人)

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

「厚意」
 ご寄付ありがとうございます
 社会福祉協議会
 ボランティアセンター
 (愛情銀行)へのご寄付
 □松山孝和さん(下陸別)から社会福祉協議会に3万円が寄付されました。

11月1日現在
 交通事故死ゼロ
 4,492日

冬の交通安全運動
 11月12日(木)~11月21日(土)