

2014

10

No.590

# はまなか

- ▶第53回 きりたっふ岬まつり - 秋のうまいもん市 -
- ▷トピックス - 霧多布中学生「職業体験」 -
- ▷まなぶん《浜中小学校》- 輪が広がり、切磋琢磨する浜小の子！ -
- ▷霧多布高校通信 国内、海外派遣事業終了 - 多くを学んだ研修旅行 -
- ▷健康サポート 定期接種化されます！ - 水痘ワクチン・高齢者用肺炎球菌ワクチン -
- ▶浜中診療所からのお知らせ

じゃがいも、たくさんとれました！  
(9月1日 霧多布保育所児童じゃがいもほり)





## 第53回

# きりたっふ岬まつり

9月7日に「第53回きりたっふ岬まつりー秋のうまいもん市ー」が開催されました。

今年は天候にも恵まれ、会場となった総合文化センター特設会場への来場者は3,000人となりました。秋あじ・サンマ・ウニのつかみ取りなどのイベントは大盛況で、ステージで行われた「Kuro」によるユニークなパフォーマンスも会場を多いに沸かせていました。

また、地元の特産品販売コーナーやウニの殻むき体験、「ネイリストももこ」のネイルアート&耳つぼジュエリーなどの店舗も大変好評でした。







美味しいおでんはいかが？



ルパン三世グッズの販売も行われました。



小さな手に、かわいいネイルアート。



ウニの殻むき体験の真っ最中。



パフォーマー「Kuro」全身でジャグリング！



冷たい氷水、一生懸命さんまをつかめ！



分厚いゴム手袋でウニのトゲも痛くない！



逃げる秋あしを捕まえる！



# 浜の風景

## サンマ特集

浜中町役場  
水産課

第 21 号

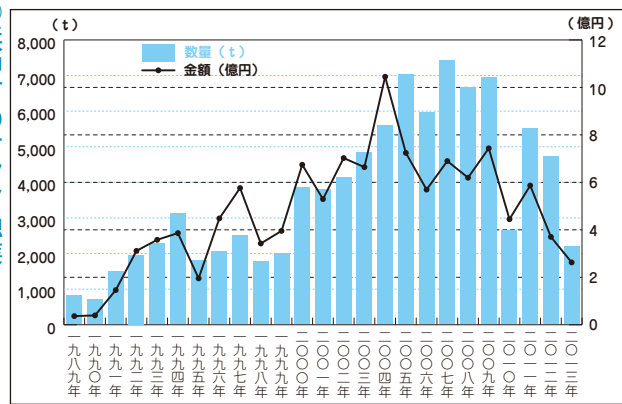
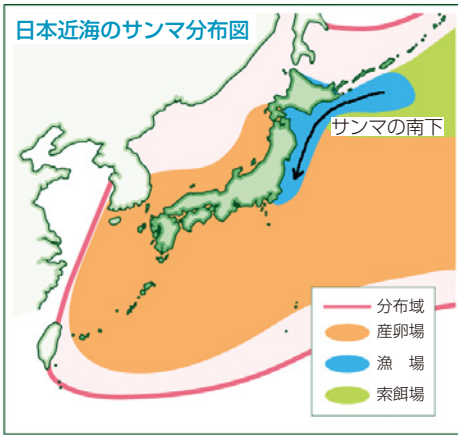
### ◎サンマの回遊

サンマは、「秋刀魚」と表記されるところで、秋の味覚を代表する魚で、その生息域は北太平洋の日本周辺から北米大陸の沿岸まで広く分布しています。

日本近海のサンマは、南方の黒潮海域で生まれ、冬から春にかけて水温の上昇とともに北上し、初夏にはエサの動物性プランクトンが豊富な千島列島沖合の親潮海域に移動して栄養をたつぷりと蓄えます。

夏から秋にかけて成熟し、親潮に乗って南下しはじめ、道東沖には、九月十月頃にサンマ漁場が形成され、浜中町内からも漁船が出漁します。

漁法は、サンマが光が集まる習性を利用して「棒受網漁」が主流となっています。



### ◎浜中町のサンマ漁業

浜中の霧多布港は、根室花咲、厚岸、釧路と並ぶサンマ水揚げの「道東四港」のひとつとなっています。サンマ漁業は、かつてサケ・マス漁の「裏作（副業）」として行われていましたが、サケ・マス漁の縮小などによって平成に入ってから「本業」として行われるようになり、現在では浜中町水産の中核を担う漁業となっています。

水揚げ高は最盛期に七千トン、十億円以上の水揚げを記録しましたが、近年は沿岸での漁場形成が遅れ、水揚げ高は減少傾向にあります。

### ◎サンマ漁業の動向

日本のサンマの漁獲量は、毎年TAC制度（漁獲可能量）により決められています。サンマは寿命が二年と短く、サンマ資源は二年で完全に世代交代するため、毎年どのくらいの卵が生まれ、生き残るかによって資源量が大きく変わります。

近年は、千島列島沖の漁場や公海では、ロシア、韓国、台湾、中国の漁船が多く、サンマを漁獲しています。国際的な資源管理が必要となっています。

### ◎サンマの栄養

サンマは健康な体づくりに必要な栄養素がたくさん含まれています。

### サンマの主な栄養素

栄養素	100g当り	効 能
たんぱく質	18.5 g	細胞やホルモンなどの材料になる3大栄養素のひとつ。
カリウム	200 mg	ミネラルの一種で体内のナトリウムバランスを整える。
カルシウム	32 mg	骨や歯の材料になり、筋肉や神経の動きを助ける。
鉄	1.4 mg	酵素を全身の細胞に届ける働きがあるミネラルの一種。
ビタミンD	19 μg	カルシウムの吸収をサポートし、骨の成長に欠かせない。
ナイアシン	7.0 mg	ビタミンB群に属し、エネルギー代謝の補酵素になる。
葉 酸	17 μg	アミノ酸の代謝に関わり、造血作用があるビタミンBの一種。
D H A	1,700 mg	中性脂肪の低下や認知症予防効果などで注目の不飽和脂肪酸。
I P A	890 mg	抗血栓作用などで注目されている不飽和脂肪酸。

### ◎サンマの選び方、見分け方

鮮度と脂ののりを見極め、おいしいサンマを味わうコツ！

背の部分が太い

サンマの首の後ろが盛り上がっていて、背の部分が太いもの。

身の光沢がきれい

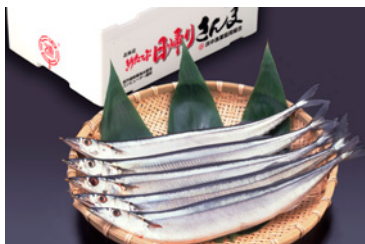
背も腹もぶよぶよせず、はり（弾力）があり、きれいな光沢のもの。

くちばしが黄色

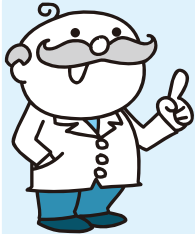
下唇の先の黄色いものほど脂がのっている。

目がきれい

目に透明度があり、赤くなっていないもの。



## No. 89 ごみ博士のごみ分別ワンポイント!



### ●今回のゴミ分別ポイントは「衣類」についてじゃ!

「天高く馬肥ゆる秋」澄み切った空、さわやかな風が気持ちのいい季節になってきたのう。「食欲の秋」や「スポーツの秋」、「読書の秋」などいろいろな「秋」をバランスよく楽しんでくれよ。短い夏が終わって衣替えするとき、もう処分するような衣類はなかったじゃろうか。不要な衣類は「燃えるゴミ」ではなく、浜中町では衣類を資源物として収集しているぞ。

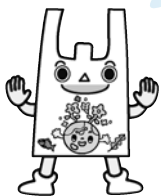
衣類全般（生地指定はありません）を収集しているのじゃが、洗濯済みの物を出してくれよ。

透明か半透明の袋に入れて収集日に出してくれれば良いのじゃが、雨や雪の日には衣類が濡れてリサイクルができなくなるので、衣類が濡れないような対策をして出すか、次回の収集日に出してほしいのじゃ。資源物に出す前にポケットの中に物が入っていないかの確認を怠るでないぞ。

ちなみに、汚れがひどいもの、濡れているもの、異臭がするものなどは収集できないので、「燃えるごみ」として出してくれ。

面倒なことでも、小さなことからコツコツと!  
それがごみ分別マスターへの一番の近道じゃ!!

## レジポくんからのお知らせ!



### 【省エネするには⑥】自動車で省エネしよう!

皆さんが使用している自家用自動車は、家庭でのエネルギー消費の約3割を占めていると言われています。自動車に乗ると、二酸化炭素などの温室効果ガスが排出され、自動車だけで20%もあります。ふんわりアクセル「eスタート」やアイドリングストップなどの省エネ運転をすることで燃料の消費が抑えられ、地球温暖化防止になりますので、下記を参考に家族みんなでチャレンジしてください。試算では10,000km走行で24,910円の節約。距離数が伸びたり台数が増えたりすれば、燃料が高騰している、今もっとお財布に優しくなるかも!?



●ふんわりアクセル「eスタート」 年間でガソリン 83.57ℓ の省エネ 約 14,040 円の節約	●加減速は少なめに 年間でガソリン 29.29ℓ の省エネ 約 4,920 円の節約
●早めのアクセルオフ 年間でガソリン 18.09ℓ の省エネ 約 3,040 円の節約	●アイドリングストップ 年間でガソリン 17.33ℓ の省エネ 約 2,910 円の節約

※年間削減量および年間走行距離、平均燃費は2000cc 普通自動車/年間 10,000km 走行とし、平均燃費 11.6km/ℓ で計算。レギュラーガソリン 168 円で計算。

※経済産業省北海道経済産業局 実践おうちで省エネ 平成 25 年度 引用



## 釧路地方法人会浜中支部より 交通安全の旗が寄贈されました



九月八日、(公社)釧路地方法人会の浜中支部(赤石 勉支部長)が浜中町交通安全運動推進協議会(松本 博会長)に交通安全啓発のために旗一〇〇枚を寄贈されました。これは、九月二十一日から九月三十日にかけて実施される「秋の交通安全運動」に先駆けたもので、赤石支部長は「町内における死亡事故〇の更新を続けてほしい。」とお話をされていました。

この度の寄贈に対しまして、心から感謝申し上げますとともに、交通安全推進のため大切に使用させていただきます。本当にありがとうございました。

## 町民水泳大会が開催されました



八月三十日、町民温水プールで町民水泳大会が開催されました。参加者は、小学生と一般を合わせて三十二名となり、個人種目・チーム対抗リレーなど、全二十種目が行われました。

対抗リレー(二〇〇m R)の小学生部門では、茶一ガールズ(佐々木佳瑚・松家 柚・佐々木果林・坂東るるか)が一分五十六秒三九で優勝。一般部門では、北の国から二〇一四(夏・茶内(山崎賢治・高松秀治・上田早耶香・春木聡子)が一分三十三秒六一で優勝しました。

選手たちは、競い合いながらも楽しんで泳いでいる様子でした。

## 霧多布湿原 センター通信

Kiritappu Wetland Center

### 活動報告

#### 湿原と海のつながりを実現

浜中の豊かな自然と水産資源にはどのような関係があるのか。それを明らかにするために一昨年から始まった「つながり調査」。その一環で、今年も観察会を九月七日に開催しました。遠く沖繩から、海辺の自然ガイドをしている「しかたに自然案内」鹿谷麻夕・法一氏を講師にお招きし、琵琶瀬川河口でアマモを中心とした海辺の環境を観察しました。藻場では小さな魚やエビ、水草の食み跡、住処のような穴など発見がたくさん。水草が水環境を整え、水生生物が育ち、私たちが水辺にやってくる鳥たちが食べる、そうした生命のつながりを感じることができました。

沖繩の海の様子と現在の課題、浜中の海との比較などのお話も、とても興味深いものでした。



#### 湿原センターで職業体験

九月二日・三日、霧多布中学校から二名が職業体験にやってきました。自然体験学習のサポート、センター内の展示の更新や補修のほか、湿原や森の中を歩いて秋の花やきのこの写真を撮りました。

体験後、「自分が小学生のとき体験した学習に、今度はサポート側として参加できたことが印象的だった」と話してくれた中学生。子どもたちの心に残る体験をしていくことの大切さを、改めて感じさせられました。

#### 涼しげ「にじいろランチ」

八月のワンデイシェフは、こななさんによる「にじいろランチ」。ホエイ豚や自家製野菜など、浜中の食材をふんだんに使っています。冷製パスタや冷しゃぶサラダなど、夏にぴったりの涼しげなランチでした。お客様は「彩りがきれい」「美味しくてボリュームもたっぷり」と、お食事を楽しんでいました。

#### お知らせ

##### 十月の生き物調査隊

中高生を対象に行っている、生き物調査隊のご案内です。カワシンジユガイ博士と、川を調査しますよ。

日時・10月5日(日) 9時30分～14時

●予約・問合せ先

湿原センター ☎65-2779

<http://www.kiritappu.or.jp/center/>

## 中村好秋さん感謝状贈呈



厚陽地区を担当されてきました民生委員・児童委員の中村好秋さんが本年三月三十一日付けで退任（在任期間十八年四か月）されました。

永年にわたり地域住民の福祉の向上に献身的に尽くされた功績に対し、厚生労働大臣及び北海道知事より感謝状の贈呈とあわせて、北海道民生児童委員連盟から感謝状と記念品が贈られました。

中村好秋さんは、平成七年より民生委員・児童委員として高齢の方や障がいのある方など、支援が必要な方の身近な相談に応じ、見守りを行うなど地域福祉の推進にご活躍されました。

## 霧多布中学校生徒「職業体験」



上段、下段右の写真は山平くんが撮影。下段左は編集作業中の山平くん。

九月二日と三日の二日間、霧多布中学校の二年生が、町内の各企業において職業体験をしました。

役場においても、企画財政課広報係で山平駿輔君が広報記事の編集（今月号七ページ掲載分）や、それに係る取材の体験をしました。

慣れないカメラでの撮影に苦勞しながらも真剣に取り組み、「パソコンを使つての編集作業や、写真の加工は楽しい。」と仕事の中にも楽しさを見いだしていました。

取材先でも生徒の皆さんは、明るく積極的に仕事を体験していました。

## 霧多布中学校・高等学校 合同避難訓練



八月二十九日、霧多布中学校と霧多布高等学校が合同でスクールバスを利用した津波避難訓練を実施しました。

この訓練は、大地震が発生したとの想定で午後二時からシェイクアウト（身の安全を確保する）訓練を実施し、その後大津波警報が発令された想定で、スクールバスでの避難を行いました。高校のバスに乗れなかった一部の生徒は中学校まで走って向かい、そこでスクールバスに乗車しました。避難所の「MOTTO かぜて」までは第一波津波到達予測時間内の十七分で避難することができました。

生徒は落ち着いた行動で、何よりも命を守ることを実感する訓練となりました。

## 霧多布保育所児童 いも掘り体験



九月一日、霧多布保育所の園児の皆さんが役場の裏の畑でじゃがいも掘りを行いました。このじゃがいもは、今年の五月末に園児が自分達の手で植えたもので、およそ三か月で食べられるまでに成長しました。掘り起こしたじゃがいもの中には面白い形のものもあり、それを見つけた児童はとても嬉しそうにしていました。また、例年より多くの量が収穫でき、手を泥だらけにして楽しみながら採ったじゃがいもは、園児達のおやつ（いも団子）としてもなりました。



## 「秋のすずらん無料法律相談会」のお知らせ

釧路弁護士会による無料法律相談会が実施されます。当日は、釧路弁護士会所属の弁護士が浜中町を訪れ、難しい手続きもなく、法律相談を受けられます。

借金問題、離婚や子どものこと（親権・養育費）、遺言や相続、労働問題、交通事故、賃貸借などで、お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

ご相談内容についての秘密は厳守されますので、ご安心ください。

**日時** 10月31日（金）13：00～16：00  
**場所** 総合文化センター  
**相談料** 無料（電話予約をお願いします。）  
**問合せ先** 浜中町役場総務課総務係 ☎62-2125

## 平成26年度（第65回）全国労働衛生週間

「みんなで進める職場の改善 心とからだの健康管理」

事業場における労働衛生意識高揚と自主的な労働衛生管理活動の促進を図るため「平成26年度（第65回）全国労働衛生週間」が実施されます。

この週間に作業管理、作業環境管理、メンタルヘルス等の健康管理に取り組みましょう。

**実施期間** 10月1日から10月7日まで  
**問合せ先** 釧路市柏木町二番十二号  
 釧路労働基準監督署 ☎0154-42-9711

## 浜中診療所からのお知らせ

【内科医師派遣診療について】

10月の北大第二内科医師派遣の診療日をお知らせいたします。

○10月10日（金）～12日（日）まで  
 ○10月31日（金）～11月1日（土）まで  
 ※ただし、土・日曜日は、急患（急病）のみの診療となりますので、来院される前にならず電話連絡いただきますようお願いいたします。

【整形外科診療について】

市立釧路総合病院の医師による、整形外科の診療日をお知らせいたします。

○11月11日（火）10：00～  
 ※腰痛、肩痛、股関節痛で受診を希望される方は、予約が必要となります。また、医師の都合により診療日に変更になる場合がありますので、ご了承ください。

**問合せ先** 浜中診療所 ☎62-2233

## 休日公証相談のお知らせ

**日時** 10月18日（土）10：00～16：00  
**場所** 釧路市末広町7丁目2番地 金森ビル1階  
 釧路公証人役場  
**相談内容** 遺言、相続、任意後見、尊厳死宣言、お金の貸し借り、賃貸借、離婚に伴う養育費・慰謝料・財産分与など  
**相談料** 無料  
**申込方法** 相談を希望される方は、10月17日（金）までに、電話予約をお願いします。  
**問合せ先** 釧路公証人役場 ☎0154-25-1365

## 10月は「不正軽油防止強化月間」です

不正軽油とは、軽油引取税を脱税するために、軽油に灯油や重油を混和するなどした燃料油をいいます。

不正軽油の話聞いた、給油するところを目撃したときは、「不正軽油ストップ110番」で、皆様からの情報提供をお待ちしています。

**電話番号** 0800-8002-110（フリーアクセス）  
**問合せ先** 釧路総合振興局地域政策部  
 課税課事業税関係係 0154-43-9165（直通）

## 10月20日～26日は行政相談週間です ～国の行政等に関するご相談をお寄せください～

- このような相談はありませんか。
- 道路がでこぼこになっているので補修してほしい。
  - 登記や社会保険について聞きたいことがある。
  - 贈与税や相続税など税金に関して聞きたいことがある。
  - 役所に相談したいがどこの窓口か分からない。
- 行政相談委員は、あなたと行政とのパイプ役です。
- 行政相談所の開設  
 行政相談委員が、住民の皆様からの行政に対する苦情や意見・要望等の相談に応じます。相談料は無料で、秘密は厳守いたします。  
 相談は、行政相談所以外でも随時受け付けています。役所の仕事について納得ができないこと、困っていること、ご意見ご要望などがありましたら、お気軽に行政相談委員にご連絡ください。
- 釧路行政評価分室でも相談を受け付けています。
- 相談先** 「行政苦情110番」 ☎0570-090110  
 行政相談委員 紺野 恵美子 ☎62-2595



## 安全・安心なまちづくりの日および全国地域安全運動

### ～みんなで築こう、安全で安心な大地～

- 10月11日から20日までの10日間、「平成26年全国地域安全運動」を実施します。
- 運動重点は以下のとおりです。
  - ・子供・女性の犯罪被害防止
  - ・特殊詐欺の被害防止
  - ・コンビニ強盗の被害防止
  - ・タイヤ盗難の被害防止
- 子供対象犯罪の被害防止のため、「いかのおすし」などを使った防犯指導を繰り返し行い、登下校時には見守り活動を行いましょう。
- 女性対象犯罪の被害防止のため、夜間に人通りの少ない道を歩くのを避け、イヤホンで音楽を聴いたりスマートフォンを操作しながら歩いたりしないようにしましょう。
- 「レターパックや宅配便で現金を送って」と言われたら詐欺です。特殊詐欺の被害防止のため、お金の要求や儲け話は安易に信じることなく、怪しいと思ったら警察に相談しましょう。
- コンビニ強盗の被害防止のため、コンビニ店舗の非常ベルが吹鳴していたり、屋外赤色灯が点灯していたら、警察に通報をお願いします。
- タイヤ盗難の被害防止のため、タイヤは鍵のかかる場所に保管し、鎖などで連結して施錠しましょう。
- 全国地域安全運動の初日である10月11日は「安全・安心なまちづくりの日」です。
- 北海道知事が会長を務める、「北海道犯罪のない安全で安心な地域づくり推進会議」では、10月10日に「道民の集い」を開催し、運動の周知と自主防犯を呼びかけます。
- 全国地域安全運動期間中は、全道各地で様々な取組が行われますので、道民の皆様の積極的な参加をお願いします。

### 駐在所告知板

交通死亡事故<sup>ゼロ</sup>更新中  
 浜中町1,441日  
 (9月15日現在)

### ～拳銃のない安全・安心な社会は道民の願い～

拳銃を使用した凶悪犯罪は依然として後を絶ちません。道警では、「拳銃のない安全・安心な社会」をつくるため、拳銃等に関する情報を専用フリーダイヤル「0120-10-3774」で24時間受け付けています。実名・匿名を問わず、寄せられた情報に基づいて拳銃を押収して被疑者を検挙した場合、情報を提供していただいた方に報奨金を支払う制度です。

この「拳銃110番報奨制度」にぜひ協力をお願いします。

みなさんの家に、戦時中に使用されていた軍用銃は眠っていませんか？軍用銃は大事な形見や遺品であっても所持することは法律に違反し、子供がもてあそんで大きな事故につながったり、盗まれて犯罪に使用される危険性がありますので、発見の際は警察に通報をお願いします。

厚岸警察署浜中グループ駐在所

## 産地場クツキンク

今月の食材は「さんま」です。

### 「さんまの韓国風みそ煮」

【材料4人分】

- ☆さんま……………4匹
- ☆にら……………1束
- ☆もやし……………1/2袋
- ☆みそ……………大さじ2杯
- ☆砂糖……………大さじ1杯
- ☆コチュジャン……………大さじ1杯
- ☆醤油……………小さじ1杯
- ☆酒……………100ml
- ☆水……………100ml

### 【作り方】

- ①にらは4～5cmの長さに切る。もやしはひげ根をとる。
  - ②さんまは、頭と内臓をとり半分に切る。
  - ③鍋にAを合わせ、火にかける。煮立ったら、さんまを重ならないように入れる。
  - ④さんまに煮汁をかけながら、中火で約10分煮る。器に盛る。
  - ⑤鍋の煮汁に、にらともやしを加え、もやしがしんなりするまで煮る。
  - ⑥④の器に盛りつけたさんまに、にらともやしを添え、煮汁をかける。
- ※応用 魚の種類は問いません。好みの品を使用してください。

### さんまの韓国風みそ煮

【1人分の栄養素】

エネルギー	376kcal
カルシウム	53mg
食塩相当量	1.1g

健康維持のため塩分  
1日摂取目標量

・成人男	9g 未満
・成人女	7.5g 未満





## 学校発信情報

# 「まなぶん」

このコーナーは、町内の小・中学校における特色ある教育活動や取り組みを紹介するコーナーです。

また、愛称の「まなぶん」は、「学ぶ」と地図記号で学校を表す「文」を合わせたものです。町内小学校5校・中学校4校を連載でご紹介しています。

### 学校データ

(10月1日現在)

校長	湊谷美樹治
教頭	大西 展史
教員数	9人
養護教諭	1人
事務職員	1人
事務生	1人
児童数	51人
学級数	7学級

## 《浜中小学校》

— 輪が広がり、切磋琢磨する浜小の子! —

今年度の浜中小学校は、姉別南小学校の統合によって児童数が増え、学校の雰囲気が大きく変わりました。仲間が増えたことがよい刺激となり、子どもたちは随所に活気あふれる表情を見せてくれています。今年度、浜中小学校では、①「基礎学力の保障」をめざす条件・環境整備、②「基礎学力の保障」を支える教師の授業力向上、③体力づくり・人間関係づくりに向けた取組の充実の3つを重点とし、様々な取り組みを進めています。

例えば、毎朝、15分間の「チャレンジタイム」を設定し、全校で基礎的・基本的な学習内容の定着に励んでいます。水曜日のチャレンジタイムでは「全校5分間走」を行うなど、体力づくりにも力を入れています。また、新たに設けた「放課後の時間」は、子どもたちがその日の学習内容をその日のうちに身につけられるように復習をしたり、学年の隔てなく遊んだりできる時間になっています。

子どもたちはこのような日課を通して、互いに切磋琢磨し合うとともに、楽しい雰囲気の中で仲間意識を高めています。そして、教職員も一人一人の学びに応えるために、毎週のように研修を行い、模擬授業をはじめとする授業力向上の努力を続けているところです。

今後も、子どもたちにとって「毎日、通いたくなる学校」、保護者にとって「安心して任せられる学校」、教職員にとって「子どもたちのために働きがいのある学校」を目指し、教育活動の改善・充実に取り組んでいきます。



50名を超えた児童数



体力づくり「全校5分間走」

## 私たちの町の高等学校 霧多布高校通信 No. 160

# 国内、海外派遣事業終了

## ～多くを学んだ研修旅行～

長い夏休みが明け、8月20日に新たな気持ちで生徒たちは学校に登校してきました。夏休みは大きな事故やケガもなく、見せてくれた元気な姿から有意義に過ごしたことがうかがえました。

さて夏休み中には、海外交流派遣、国内環境派遣、国内産業派遣の3つの研修が行われました。

今年度の各研修は、海外派遣に4名、環境派遣に3名、産業派遣に3名の生徒が参加しました。

海外派遣では、12日間、オーストラリアで現地の高校に通いながら、海外の文化を体験し、現地の人とコミュニケーションをはかりながら、多くのことを学ぶことができました。環境派遣は、5日間、石川県と福井県の湿地を視察し、環境の保全と湿地の状況の実態にふれ、身近な環境の大切さと保全の必要性を学びました。産業派遣は、4日間、関東地域で漁連の食品センターやタカナシ乳業の工場を視察し、浜中町の牛乳などがどのように本州で使われているかなど、地元の産業について深く学びました。

各研修とも多くのことを学び、参加生徒一人ひとりが成長する糧となりました。貴重な機会をくださった浜中町、お世話になりました関係各位の皆様にご改めて感謝申し上げます。





## 「少年少女国内派遣事業に参加して」

霧多布中学校 二年 巽野 由貴奈

浜中町少年少女国内派遣事業は、七月三十日から三泊四日の日程で東京都を中心に行われ、小学生十二名、中学生四名が参加しました。今回は、参加した生徒を代表し、霧多布中学校二年 巽野由貴奈さんの感想を掲載いたします。この事業は、異なる風土を訪ね、広く見聞と見識を深め、自主性と郷土愛を育成することを目的として、今年で十五回目となりました。



私は、少年少女国内派遣に参加し、多くの事を学ぶ機会ができました。一つは、浜中町と東京の違い。もう一つは、参加仲間達との交流。そして、リーダーとしての役割です。最初に浜中町と東京の違いについてです。

東京の目につく建物は、大きさ、高さがあり、建物の中や外には、今まで見た事がないくらいいたくさんの人がいました。

浜中町で暑いと感じる気温が東京の最低気温にもならず、びっくりしました。日中もとにかく暑くて汗が止まらなかったです。

でも、アクアスタジアムでのアシカショーやイルカショー、スカイツリーからの素晴らしい景色、一番楽しみにしていた、ドイツニーランドを体験できて良かったです。

次に参加仲間についてです。

初めて会う人ばかりで、緊張しましたが、話をするとなんか緊張がなくなり、自分からも積極的に話をする事ができました。同室の人は、話などをし楽しい時間を過ごせました。

次はリーダーの役割についてです。

最初は班をまとめられるか、とても不安がありました。人数確認や皆の意見をまとめ、時間を守れました。



ミーティングでは、きちんとその日の出来事を伝えることができました。ただ、ドイツニーランドのときに一度はぐれてしまったのはとても悔しかったです。最後に少年少女国内派遣を振り返っての感想です。

東京は、便利な物や楽しい場所がたくさんあり、便利ですが、人が多く空気が美味しくないと感じました。

私は、やっぱり浜中町の新鮮な空気や自然が好きです。その自然が壊れないように、ゴミのポイ捨てや自然を破壊するようなことがなく

なればいいと思いました。少年少女国内派遣でリーダーとして班をまとめたり意見などを積極的に言ったりし、学校生活では、経験しない事をしました。

これからは、行事や委員会などで、この経験を活かし、行動を広げて行きたいと思えました。

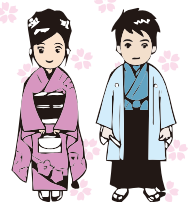
少年少女国内派遣に参加できて、とても良かったです。そして新しい仲間とも出会えて良かったです。

## ☆平成27年 浜中町成人式のお知らせ☆

教育委員会では、平成27年浜中町成人式実行委員会を組織するため、対象となる方々の名簿を作成しています。「町内に住所を有し、平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方々」は、自動的に名簿登録させていただきます。また、進学や就職などで町外へ転出された方（転出届を出し、現在の住所が浜中町外の方）で、浜中町での式典に参加を希望される方は、下記までご連絡ください。

なお、成人式の日程については成人式実行委員会にて決定（11月上旬頃）後、お知らせするとともに、名簿掲載しました方々には、11月下旬に案内状を送付いたします。

連絡先（事務局）浜中町教育委員会生涯学習課社会教育係  
☎0153-62-2394（または☎62-3131）



## 総合文化センター大ホール工事のお知らせ

浜中町総合文化センター1階大ホールの修繕工事を行うため、平成26年10月中旬から平成27年3月中旬まで大ホールの使用を一時休止いたします。ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



## 学校教育からの情報コーナー

### 「生きる力」を育む学校教育の充実に向けて！

高度情報化の進展など変化の激しい社会の中で、たくましく生きるために、「生きる力」を支える「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」を子どもたちにバランス良く育むことが重視されています。「確かな学力」の育成については、8月に本年度の全国学力・学習状況調査結果の報告がありましたが、これまでと同様に、北海道や本町において、学んだことを活用する力や学習意欲に課題が見られたところです。

町内の学校では、授業を基盤とした教育活動の充実を目指して、子ども達に「確かな学力」を育む取組が展開されていますが、2学期には、こうした取組の一端として町内の4つの小・中学校で公開研究会が開催されます。この4校の研究内容について紹介します。

#### 霧多布小学校（9月26日）算数の授業改善を目指して

「主体的に学び、自分の考えを豊かに表現できる子どもの育成」を研究主題とし、思考力・表現力を育てる算数の授業改善に精力的に取り組んでいます。本校では、昨年度から系統性を重視した算数的活動を工夫し、思考の跡が残るノート指導に取り組み、本年度はさらに根拠をもって説明できる、他と比べて自分の考えを深めるという視点に目を向け、授業実践を図っています。



霧多布小学校

#### 霧多布中学校(10月30日)思考力・判断力・表現力を育てる学習活動の工夫を目指して

「思考力・判断力・表現力を育てる学習活動の工夫」を研究主題とし、各教科において基礎基本の定着と学習意欲の向上を図りながら、言語活動の充実結びつけ、生徒の思考力・判断力・表現力を育てることを目的としています。また、町研の「ICTを活用した教育活動」のモデル校として、ICT機器を活用した生徒の学ぶ意欲を高める研修に取り組んでいます。



霧多布中学校

#### 浜中小学校（11月14日）国語読解指導の充実を目指して

「習得した知識・技能の活用を通して、わかる喜びを味わう国語科指導の工夫」を研究主題とし、学びを実感し意欲を高める子どもの育成を目指しています。11月14日に開催される浜中町へき地複式研究大会では、文学的な文章や読書指導を通して「読みの力」を育てる国語の授業の取組を公開します。



浜中小学校

#### 茶内小学校（11月21日）算数的活動の充実を目指して

「思考力を高め、学びを活かす子どもの育成」を研究主題とし、知識や経験を結びつけて、自分の考えをもつことのできる子どもの育成を目指しています。特に算数科において、子どもが学習の見通しや目的意識をもって主体的に取り組む算数的活動の充実に向けて、精力的に研究授業に取り組んでいます。



茶内小学校

### 浜中中学校 赤石 夏波さん 北海道卓球選手権大会(カデットの部)に出場！！

浜中中学校 赤石 夏波（中1）さんが7月29日に開催された釧路地区予選を見事に突破し、9月6日に札幌市で開催された北海道卓球選手権大会（カデットの部）に出場しました。結果は、惜しくも1-3のスコアで1回戦敗退となりましたが、赤石さんにとっては大きな経験となりました。これからの活躍に期待しています。









全道大会に向け教育長へ表敬訪問



## 新着図書案内



<p>『<b>こころとしんぞう</b>』 中川 ひろたか/文 村上 康成/絵(児童書)</p> <p>明日は運動会。ドキドキしてなかなか眠れない…。運動会のかげっことも思っきり走ったらドキドキ。好きな子を見てもドキドキ。このドキドキってなんだろう。心臓の働きについて教えてください。</p> 	<p>『<b>ずかん いろいろな星</b>』 沼澤 茂美・脇屋 奈々代/著(児童書)</p> <p>太陽や月、地球などの天体はもちろん、今まで聞いたことのない惑星や、銀河系についても分かりやすく紹介しています。星の一生や、宇宙のしくみ・ふしぎもこの一冊で完璧！</p> 	<p>『<b>ふたりは世界一!</b>』 アンドレス・バルバ/作 宇野 和美/訳 おくやま ゆか/絵(児童書)</p> <p>小さな男の子・フワニートと大きな女の子・ベロニカは、記録を作るのが大好き！そんな二人が、誰にも負けない新記録をつくる旅へ出る！</p> 
<p>『<b>なぜ名前だけがでてこないのか</b>』 澤田 誠/著(一般書)</p> <p>記憶力は、「記憶を引き出す力」で鍛えることができる！脳科学者が正しい記憶力の鍛え方を紹介。人やものの名前を忘れてしたり、思い込みでミスしてしまう人、必読です！</p> 	<p>『<b>猿の檻</b>』 道尾 秀介/著(一般書)</p> <p>ある事件の真相を求めて訪れた寒村で、次々と主人公を襲う異様な出来事。幾重にも張り巡らされたトリックの向こうに待ち受ける驚愕の真実とは…。道尾秀介最新作！</p> 	<p>『<b>心地いい暮らしを作る 家仕事</b>』 リンネル編集部/編(一般書)</p> <p>料理、掃除、洗濯の基本はもちろん、お茶の淹れ方や手紙・年賀状の書き方、冠婚葬祭の常識なども紹介されています。この一冊で、暮らしを今より心地よくしてみませんか？</p> 
<p>◀児童書▶ 『1歳のどっち?クイズ どうぶつ』 榊原 洋一/監修 『神様の階段』 今森 光彦/著 『ジョシュア・ファイル 1・2巻』 マリア・G・ハリス/著 石随 じゅん/訳</p> <p>◀一般書▶ 『カメラをつれて まきばへ行こう!』 平林 美紀/著 『天佑なり 上・下巻』 幸田 真音/著 『できる大人の話のネタ全書』 話題の達人倶楽部/編</p>		

### 図書室からのお願い

図書室の本をお持ちの方で、2週間の貸出期限を過ぎていた本はありませんか？  
ただいま図書室では、バーコードによる蔵書情報のデータ化をしており、蔵書点検・整理を行っています。  
ご家庭の本棚、子ども部屋などに図書室の本がございましたら、速やかに返却をお願いします。

### 「絵本らんど・おはなしタイム」のお知らせ

総合文化センター（2F・図書室）午前11時より

10月11日（土）

10月25日（土）

紙芝居『ごちそうなにが出来るかな』  
絵本『おうちへかえろ』  
絵本『こわがりやのクリスマスだっしゅつだいさくせん』

紙芝居『しろいやさしいぞうのはなし』  
絵本『おてて たっち』  
絵本『どんなにきみがすきだかあててごらん』



水痘（水ぼうそう）と高齢者の肺炎球菌感染症の予防接種が平成 26 年 10 月 1 日から定期接種になります。

定期接種化されます！

水痘ワクチン・高齢者用肺炎球菌ワクチン

NO 307 保健師・歯科衛生士・栄養士です

## 水痘（水ぼうそう）ワクチン

水痘は、水痘ウイルスによる伝染力の非常に強い病気で、発熱、発疹が主な症状です。健康な子どもの場合は一般に軽く済みますが、中には重症化し入院が必要になったり肺炎や脳炎などの合併症を起こしたりすることがあります。

対象者	1歳から3歳に至るまでのお子さん
経過措置対象者	3歳から5歳に至るまでのお子さんを対象とし、1回注射します。（平成26年度限り）
接種方法	3ヶ月以上の間隔を置いて、合計2回注射します。
標準的な接種期間	生後12ヶ月から生後15ヶ月に至るまでに初回接種を行います。 追加接種は、初回接種終了後6ヶ月から12ヶ月に至るまでの間隔を置いて1回行います。
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>すでに水痘にかかったことのあるお子さんは、対象外となります。</li> <li>すでに任意接種で水痘ワクチンを受けたことがあるお子さんは、接種した回数分を受けていることとなります。</li> <li>平成26年10月1日時点で3歳に達していないお子さんも、平成26年度中に3歳の誕生日を迎える場合、誕生日以降は経過措置の対象者の扱いとなります。</li> <li>今年度対象となる方には、9月下旬にご案内を送付しておりますので、詳しくはそちらをご覧ください。</li> </ul>

## 高齢者用肺炎球菌ワクチン

肺炎球菌感染症は、肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気です。この菌は、喉や鼻にいる細菌で、肺炎や気管支炎、中耳炎などを起こします。肺炎球菌による肺炎は、成人の肺炎の25～40%を占め、特に高齢者では重篤化が問題になっています。

対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>65歳になる者（経過措置終了後の平成31年度より実施）</li> <li>60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方（インフルエンザの定期接種対象者と同様）。</li> </ul>
経過措置対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成26年度から平成30年度までの間は、各当該年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方が対象となります。</li> <li>平成26年度に101歳以上となる方。（平成26年度限り）</li> </ul>
接種方法	ワクチンを1回注射します。
自己負担料	3,000円
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>すでに肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある方は対象外となります。</li> <li>接種を希望される方は、健康推進係にお電話でお申し込みください。</li> <li>詳しくは9月中旬の自治会配布をご覧ください。</li> </ul>

## みるこんからのお知らせ

### 地域ゲートキーパー研修会 ～相談の受け止め方とつなぎ方～ の開催について

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。「ゲートキーパー」として周囲の方々のこころの健康を支えませんか。



浜中町健康づくりキャラクター「みるこん」

- ◇日時 平成26年10月29日（水）13:30～15:15
- ◇会場 老人福祉センター 集会室
- ◇内容 「自殺の現状やゲートキーパーの役割について」講師 釧路保健所 佐久間保健師 事例のロールプレイ等
- ◇申込み 10月22日（水）

<申込み・問合せ先> 福祉保健課健康推進係 ☎ 62-2307

……まちづくり懇談会開催日程が決まりました！……

「まちづくり懇談会」を左記のとおり開催します。町では、第5期浜中町新しいまちづくり総合計画を核としてまちづくりを推進していますが、その実現に向けて、町長及び町職員が各地域にお伺いし、まちづくりに関する意見、提言、要望などを直接町民の皆様からお聞きし、今後の町政に反映させることを目的にまちづくり懇談会を開催いたします。

今年度の懇談会は地域要望や意見交換の場のほか、町行政につきまして、「新庁舎建設について」「津波避難計画」「給食センター建設について」などの説明をさせていただきますので、町民皆様の多数の参加をお願いするとともに、忌憚の無い意見をお聞かせください。

なお、開催日程につきましては、現段階での日程調整となっております。町長の公務等の都合により変更する場合があります。その場合、大変ご迷惑をおかけしますが、自治会長様等相談させていただきますので、ご了承ください。また、変更になった場合は、自治会配布等により、周知させていただきます。

平成26年度「まちづくり懇談会」日程

開催日・時間	地区名	会場	開催日・時間	地区名	会場
10月14日 18:00~	琵琶瀬自治会	琵琶瀬住民センター	11月4日 18:00~	藻散布自治会	藻散布会館
10月15日 19:00~	一新会	一新会会館	11月6日 18:30~	水取場町内会	水取場地区会館
10月16日 18:30~	貰人自治会	貰人会館	11月10日 19:00~	浜中東南連合会	浜中東南集会所
10月17日 18:00~	新川自治会	新川会館	11月11日 18:00~	火散布自治会	漁村センター
10月20日 13:30~	渡散布自治会	渡散布住民センター	11月12日 10:00~	円朱別連合会	円朱別会館
10月20日 19:00~	仲の浜自治会	仲の浜福祉館	11月12日 19:00~	姉別地区連合会	姉別農村環境改善センター
10月21日 18:30~	奔幌戸自治会	奔幌戸ふれあい館	11月14日 10:00~	西円朱別連合会	西円朱別農民研修センター
10月22日 18:00~	霧多布中央会	中央地区コミュニティセンター	11月17日 13:00~	茶内第三連合会	茶内第三母と子の家
10月23日 10:00~	厚陽自治会	厚陽地区会館	11月17日 19:00~	茶内自治会	茶内コミュニティセンター
10月23日 18:00~	共和町内会	共和会館	11月25日 10:00~	茶内農村連合会	茶内コミュニティセンター
10月24日 18:30~	暮帰別町内会	暮帰別福祉館	11月25日 17:00~	丸山散布自治会	丸山散布地区コミュニティセンター
10月27日 18:00~	榊町自治会	榊町会館	11月26日 18:00~	湯沸自治会	湯沸母と子の家
10月31日 18:30~	樹徳会	勤労青少年ホーム	11月27日 10:30~	熊牛連合会	熊牛地区コミュニティセンター
11月4日 10:00~	茶内第一連合会	茶内第一住民センター	11月28日 19:00~	浜中市街親交会	浜中農村環境改善センター

ひとのうごき

8月末現在（前月比）

- 人口：6,283人（-10）
  - 男：3,055人（±0）
  - 女：3,228人（-10）
- 世帯数：2,470世帯（-1）

おたんじょう

- 榊町・大井 煌人くん（英人さん）
- 恵茶人・安藤 明史くん（史也さん）
- 姉別大和・菊池 唯夏ちゃん（裕幸さん）

おくやみ

- 茶内萩の里・奥谷 節子さん（70歳）
- 茶内一区・上平 トキさん（91歳）
- 茶内三区・小阪 ミイさん（83歳）
- 浜中市街・山崎 フジさん（92歳）
- 丸山散布・上野 新子さん（83歳）
- 奔幌戸・相模 房雄さん（78歳）
- 仲の浜・菅野 サキさん（87歳）
- 新川・木谷 紀市さん（74歳）

俳句

湾ながむ漁家の点在深む秋

鈴木 徹夫（霧多布）

えだ豆も莢の張り良し月見酒

酒井 梅子（茶内）

横たえる蝶から離れず舞う蝶や

福沢 秋桜（茶内）

短歌

夕やけと指差す子らに時を経て映る夕やけ同じと願うなり

二瓶 晴子（茶内第三）

黒き実をおとして結実終りたる廃家の前の桜の夏は

相原 睦子（茶内）

荷作りの中に近況の文入れるたがいに聴い難くなりせば

松館 スミ子（貫人）

障子あげ招きいれたる月明かり生きとし生ける命祈れり

福沢 秋桜（茶内）

ご寄付ありがとうございます

- 釧路市 佐藤 稔さん 5,000円（教育及び文化スポーツの振興に関する事業として）
- 札幌市 林 達男さん 10,000円（事業指定なし）



# はまなか行事カレンダー (10月)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
						
12	13	14	15	16	17	18
						
19	20	21	22	23	24	25
						
26	27	28	29	30	31	
						

**● 役場からの伝言板 ●**

・浜中町防災行政無線で放送した内容を確認したい場合は、『☎62-5333』へ電話してください。24時間以内の放送内容を聞くことができます。





**10月あそびのひろは日程**





毎週…月火水金 9:00~12:00 (霧多布保育所内子育て支援センター)

毎週…月火水木金 14:30~16:30 (霧多布保育所内子育て支援センター)

毎週…水 10:00~12:00 (茶内コミュニティセンター) ※コミセン使用時はお休み

●表下段は休業・休館のお知らせです。各記号は下記の施設と対応しております。

…総合文化センター
 …総合体育館
 …農業者トレーニングセンター
 …すくらむ 21

…MO-TTOかぜて
 …霧多布湿原センター
 …勤労青少年ホーム
 …町民温水プール