

広報

みなみふらの

9

2016. SEPTEMBER No.726



第45回かなやま湖湖水まつり丸太切り大会(7月31日)

太陽と森と湖の祭典 第45回かなやま湖湖水まつり



- ①大勢の方が訪れたステージイベント
- ②開祭式でのもちまき
- ③前夜祭でのダンス
- ④「キンタロー。」ものまねライブ
- ⑤森のクラフト体験
- ⑥保育所園児「よさこいソーラン」
- ⑦石上久美子も参加した「千里大学生」と「ゆかいな仲間」の合唱団によるコーラス
- ⑧「魔法使いプリキュア」ショー
- ⑨子どもファッションショー
- ⑩「グラッドキッズ」によるダンス
- ⑪町長と熱唱「石上久美子」歌謡ショー
- ⑫「THEご主人様」ショー
- ⑬町内女性団体による「湖水音頭」
- ⑭前夜祭でのアマチュアバンドライブ
- ⑮「宇都ノ宮 見」歌謡ショー
- ⑯フィナーレを飾った花火大会

わがまちの一大イベント「第45回かなやま湖太陽と森と湖の祭典」が7月30日と31日の2日間、かなやま湖畔キャンプ場で開催され多彩な催しに観光客らが多数訪れ賑わいをみせました。30日の前夜祭では、第9回ロック・フェスティバル「かなやま湖・ミュージック・ウェイブ」が開催され、本町をはじめ道内で活動するアマチュアバンド9組が出演し、熱いステージが繰り広げられたほか、富良野近郊で活動しているダンスチームがステージ上で躍動しました。31日に行われた「かなやま湖湖水まつり」は今年で45回を迎え、大乗会の皆さんによるみこし

が会場、もちの無料配布やポテトチップスの抽選会など、たくさんのお客様が行われ約1万4千人が来場、夏の一大イベントを楽しみました。夕方からは、TairColorsやTheご主人様ライブショー、キンタロー。お笑いものまねショー、本町出身の演歌歌手石上久美子の歌謡ステージなどが繰り広げられ来場者を魅了しました。フィナーレを飾る花火大会では、約2000発の色とりどりの花火が夏の夜空を華やかに彩りました。

隊がオープニングを飾り、恒例の餅まきの後、ステージ上で、南富良野中学校吹奏楽部や陸上自衛隊上富良野駐屯地音楽隊による演奏、幾寅・金山保育所園児による「よさこいソーラン」、「グラッドキッズ」によるダンス、千里大学生とゆかいな仲間合唱団による合唱、子どもたち大人気の「魔法使い〜プリキュア」ショー、湖畔では「宝探し」やウィンドサーフィン大会、丸太切り大会が行われたほか、金山ダム見学会には120名を超える方が参加し、訪れた皆さんは、盛りだくさんの催しを楽しみました。

また特産品販売などの「南心のマルシェ」やフワフワ遊具などの「子どもランド」

南の国の真夏に 挑む体験の旅

「南の国の真夏に挑む体験の旅」



南富良野小学校
阿部 悠希

ほくは、六月二十七日から七月一日まで南の国の真夏に挑む体験の旅で沖縄県に行ってきた。その中で色々なことを学ぶことが出来た。

まずは、やはり気温のちがいです。なほ空港について飛行機から降りると、とても蒸し暑く感じました。なぜなら新千歳空港が十四度くらいと涼しかったからです。空港から出るとその日の気温は三十二度だったのでとても暑かったです。北海道では体験できない気温を体験出来てよかったです。

気づくことだけでなく楽しかったことが二つあります。一つ目は、ハーリー体験です。その前に崎本部小学校と交流し、その後、五・六年生と一緒にハーリーを体験しま



ハブと触れ合う

した。崎本部小学校の人でもやったことがある人が一人しかいなかったのびっくりしました。ハーリーは初めてだったけれどカヌーを授業などで体験していたのでコツはすぐつかめました。ほくの班は決勝で少しの差で負け、二位でした。沖縄でしか体験できないことが体験できてよかったです。

二つ目はホームステイです。一月に来た聖琉さんと約四か月ぶりに会いました。歓迎



歓迎夕食会ホストファミリーと

夕食会が終わってからずっとホームステイにならないかなと思っていました。そしていよいよホームステイ当日になりました。その日の夕食はパーベキューでした。とてもおいしかったです。海の近くでやっていたのでその服のまま海へ入ったり、カニをつかまえたりしました。その後花火をしました。聖琉くんが花火を二本持ち、丸くかくとハートになりました。すごかったです。お別れ式の時

は涙が出そうなほど悲しかったです。また行きたいと思いました。さらに楽しむことではなく学ぶこともありました。それは戦争のことです。当時の人は皆亡くなっていたら自分も死ぬという考えだったそうです。なので、生きるという選たかをしなかったようです。ほくはそのことを初めて聞いたとき、なぜ生きるという選たかをしないんだらうかと思いました。当時はみんなが亡くなっているんだらうか自分も死ぬという考えだったのでもっともみんなあと思いました。

ほくはこの「南の国の真夏に挑む体験の旅」で集団での行動や戦争のことについてくわしく学びました。どちらもこれからの生活に生かせると思うので、頑張っていました。沖縄に行かせてくれた保護者の皆さん、ほくたちをずっと見守り続けてくれたずい行者のみなさんありがとうございました。

「沖縄の思い出」



南富良野小学校
大泉 亮輔

ほくは初めて沖縄に行き、四泊五日の南の国の真夏に挑む体験の旅は、すごく楽しかったです。一番楽しかったのは、エマラルドビーチとグリーンフラッシュビーチで泳いだこと、ホームステイです。

グリーンフラッシュビーチでは、バナナボートに乗るのは初めてとても早く、少し怖かったけれど楽しかったです。ヒトデ、ヤドカリ、ナマコなどの生き物もいました。エマラルドビーチはとっても海がきれいでした。砂にうまってみると温かく、とても落ち着く場所でした。

ホームステイでは、すぐに氷島という島まで連れていかけてもらい、そこで名物のアイスを食べました。アイスは、バナナ味で北海道とは、ち



崎本部小学校との交流

がって沖縄のパニーラは、こかったです。氷島の海は、光の反射でとってもきれいに光っていましたが、突然のスコールで見られなくなり残念でした。夕食は沖縄名物のソーキそばとフルーツの盛り合わせでした。ソーキそばは、北海道のうどんのように、フルーツは、パッションフルーツとパイナップルを食べました。パイナップルはとっても甘くて、パッションフルーツは、たくさん種が入っていて、種と実をいっしょに食べたらグレープフルーツの味がしました。



美ら海水族館

次は戦争についてです。ほくが、一番心に残っているのが、ひめゆりの塔や平和祈念資料館、平和の礎です。平和祈念資料館では、戦争のときに使われた物がたくさんあり、亡くなった方の写真がありました。戦争中のガマ(洞くつ)の中を体験でき、証言映像や戦争の中で、生き抜いた人が書いた作文がありました。それらを見たり聞いたりしているうちに、悲しさ、苦しさの気持ちが伝わってきました。平和の礎には亡くなった多くの人の名前がありました。沖縄戦で戦った北海道の方だけで、二十人以上の方が亡くなっていました。今は、きれいな海だけれど、沖縄戦の時は、米軍におされて

私が今回の体験の旅で楽しかった事は、ホームステイと美ら海水族館、学んだことは戦争についてです。ホームステイは三日目の夜から四日目の朝までお世話になりました。ホームステイ引渡式の後、小雪さん、愛紗さん、亜美さん、りずさん、海色さんと私で伊豆味小中学校に行きました。木でできた校庭の遊具が、とてもおもしろかったです。その義に小雪さ



南富良野小学校
大神 頌子

「たくさん経験した体験の旅」
ホームステイがありがとうございました。北海道にきたらぜひ家にきてください。
このことから、戦争のつらさ、苦しさ、悲しさがとても伝わり、もう二度とおきてほしくないと思いました。
この体験を通し、沖縄の歴史やたくさん思い出ができました。沖縄での四泊五日でみんなの仲が深まったと思います。



パーベキューを堪能

んのおばあちゃんのいるあじさい園に行きました。坂の上にあるカフェで、かき氷とゼンさいをいただきました。ゼンさいには、さとうきびから作られる黒糖が入っており、甘くておいしかったです。そして夕食はパーベキューでした。海ぶどうやもずく、そばもおいしかったです。その後、花火をしました。その時に空を見上げると美しい夏の大三角形が見えました。初めて見たので、とてもキレイでした。ホストファミリーの皆さんには、本当にお世話になりました。

そして美ら海水族館も楽しかったです。日本最大級の水槽は、やはり大きかったです。水そうには、私が初めて



グリーンフラッシュビーチ

は改めて、「戦争は二度と起こしたくない。」と思いましたが。今回沖縄に行くと、経験したことはたくさんあります。そして、仲間と迷わくをかけるという目標も達成できました。なので、残り八か月の小学校生活も、今回学んだことを活かして過ごしたいです。保ご者、地域のみなさま、本当にありがとうございました。

「一生の思い出沖縄」



南富良野小学校
小川 紗矢

私は、今回の南の国の真夏に挑む体験の旅を通して、体験し、楽しみ、学んで、成長ができました。沖縄に行くと楽しかったこと、学んだことを紹介します。

まず、楽しかったことを紹介します。

一つ目は、海です。グリーンフラッシュビーチとエメラルドビーチに行きました。グリーンフラッシュビーチでは泳ぎましたが、バナナボートに乗りました。海の波が来るたびにバウンドしてみても浴びて楽しかったです。エメラルドビーチでは、もぐった

ら奥まで通って見えてきれいでした。私は海に入ったことがなかったけど、沖縄の海に二回も入って楽しかったです。

二つ目はホームステイです。ファミリーのみなさんと半日という短い間、一緒に過ごして楽しかったです。ホームステイでは、海が見える温泉につれて行ってくれました。すごくきれいでした。ファミリーの家に帰ったら、ごはんを食べました。その時はそばを食べました。北海道とは全く違いました。その後は一緒に花火をしました。最後には線香花火対決をしました。半日がいつもより短く感じてありませんでした。けれどもとても楽しい思い出になりました。

次に学んだことを紹介します。

一つ目は、戦争についてです。ひめゆりの塔や平和の礎を見たりしてつらさを感じました。見学をして、証言ビデオや写真で戦争の苦しみや悲しさを感じました。

二つ目は、行動です。沖縄での行動で少し変わったように感じました。沖縄にいつて変わったことは責任感をもつ



ハーリー体験

て行動することです。親善大使としてのきちんとした行動ができたのかなと思いました。これからの課題は見て考えることです。

この体験を通して、今後の生活に生かしていきたいと思っています。この沖縄へ行って学んだことは忘れません。

ホストファミリーのみなさん、本部町のみなさんこの一週間、さまざまな準備をしてくれてありがとうございました。



南富良野小学校
今野 遙也

六月二十七日にほくたち六年生は沖縄の本部町へ行きま

「仲間とともに五日間」

て、戦争が二度と起きてはいけないことだと思いました。

沖縄での四泊五日は、楽しい思い出はもちろん、ホームステイでの食や生活の仕方のちがいや、平和祈念資料館などの戦争について、くわしく知ることができました。これは、ホストファミリーのみなさんや、沖縄で関わったたくさんの方の温かなかんげいのおかげだと思いました。ですのでこのきちような体験をむだにせず、これからの生活、学習に生かしていきたいです。

「沖縄への思い出」



南富良野西小学校
太田 未緒

まず、私が沖縄に行くと学んだことは戦争についてです。なぜ、戦争がおきてしまったのかは、分かりませんでした。が、幼い子供や負傷者の手当てをする病院に爆弾が落とされて亡くなった方がいてすごく無念な気持ち、感情になりました。

また、沖縄に住んでいた方も多くの犠牲になられていますが、北海道に住んでいた方も多く犠牲になられていました。

次に、沖縄で楽しかった事

は二つあります。

一つ目はホームステイです。宮里いるはさんの家にとまらせてもらって、屋上で花火をしました。他にも知念沙希さんとも遊びました。一回に二人の沖縄の子と一緒に遊べたので楽しかったです。貝がらやアセロラジュースなどをもらってもう一回行けるのなら、「にふなーーびる」と言いたいです。

二つ目は、美ら水族館で魚を見た事です。北海道の水族館にはいないジンベイザメなどを見てジンベイザメはすごく体が長かったです。おどろきました。沖縄にしかない魚もいたので楽しかったです。

続いて、沖縄でおどろいた



ゆいれーるにて

ただけいたかったかなど考えると、もう二度と戦争はしたくないと思いました。

三つ目はホームステイです。二月に来た海りくんと船に乗って釣りをしたり、キャッチボールなどをしました。その中で、一番楽しかったことは花火です。海りと海りのいこといっしょにしました。手で持つ花火が終わった後、置いてやる花火もしました。置いてやる花火はものすごく盛り上がりました。ほくは花火の上をとびこえました。最高に楽しかったです。

ほくは、将来、沖縄に住みたいと思いました。本部町との交流は、ほくたちの学びゆう目標のFLY UPに必要な時間でした。

本部町のみなさん、ホームステイ先の海りくん、あんちゃん、ももちゃん本当にありがとうございました。こんどは、北海道に遊びに来てください。待っています。

事は三つあります。

一つ目は沖縄の人は浴そうにお湯をためないという事です。北海道の人はほぼ毎日、浴そうにお湯をためて、入っているのをおどろきました。

二つ目は、気温のちがいでした。北海道と沖縄の七月の気温はほぼ同じなんです。が、沖縄は、ベタベタしているあついで北海道はサラサラしているあついでした。だから沖縄の方があつく感じるのかもかもしれません。

三つ目は方言のちがいです。北海道の可愛い「めんこい」で沖縄は多少ちがいますが、「美らカーギー」と言うときれいと言つ意味になります。こつという方言のちがいを学ぶことも北海道と沖縄のきょうりが縮まると思います。

私は、「南の国の真夏に挑む体験の旅」を通して沖縄に行く事で、ふだんの生活が行く前とちがって、気をつけることが分るので、気をつけて生活をしたいです。

「沖縄のたぐさの思い出」



南富良野小学校
中島 歩美

私が沖縄で一番思い出に残っていることは、ホームステイです。特に、食のちがいは、とてもおどろくことが多かったです。

ホームステイ先で食べたご飯は、そばでした。そばといつても、見た目も味も北海道のそばとは全然ちがいました。家がそば屋さんと言っていたので、とても楽しみでした。沖縄のそばは、とてもおいしいかったです。

あと、ホームステイ先でフルーツも食べました。それはマンゴーとドラゴンフルーツでした。沖縄のフルーツといえば、マンゴーというくらい、私はマンゴーが好きです。ドラゴンフルーツは、今回初めて食べました。とてもあざやかな色をしていました。北海道では、食べることのできないめずらしいフルーツをたくさん食べることができ、とてもうれしかったです。

次に思い出に残っているのは平和学習です。

特に、平和の礎で聞いた海の話が心に深く残っています。



那覇にて

戦時中、にげ場を失ったたくさんの人々がアメリカ軍に追いつめられ、げけから飛び降りて自殺したという話を聞きました。青い色の海が、血の赤色にそまったそうです。それを見たアメリカ軍が、自殺のげけと呼んだそうです。

今は、とてもきれいな海にもどりませんが、昔、沖縄のきれいな海が真っ赤に血でまっってしまったなんて、たくさんの方が命を落としました。まっただなだと思えました。

他にも、平和祈念資料館ではたくさんの方の作文を読み、こつにかかれていた時のことなど、戦時中、大変だったこと、つらかったことが作文に書かれていました。改め



シーサー造り体験

しょうぼう広報 ほのお

富良野消防署南富良野支署
☎52-2119 FAX52-2979
✉fs-nanpu@vesta.ocn.ne.jp
災害案内 ☎52-3119

ドクターヘリについて

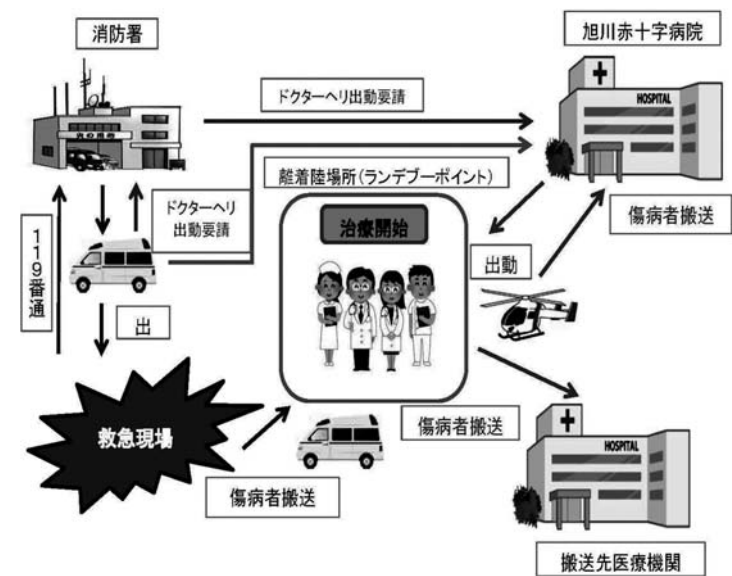
皆様も近年、ドクターヘリを目にする機会が多くなったのではないのでしょうか。

南富良野支署では救急活動する際に重症が疑われる傷病者はドクターヘリを要請することが多く、平成27年は南富良野支署内で12件要請し、今後も要請する機会が増える可能性があります。

今回はドクターヘリのシステムと南富良野町内におけるドクターヘリの離着陸場所（ランデブーポイント）を紹介いたします。

ドクターヘリは専用の医療機器を備え、医師と看護師を乗せた救急医療専用のヘリコプターで、現在、北海道に4機配備され、道央（札幌）、道北（旭川）、道東（釧路）、道南（函館）に1機ずつあります。

南富良野町では施設や学校の協力を得て下記の通り20箇所のランデブーポイントがあります。ランデブーポイントには前述の通り強風や砂ほこりによってケガをしてしまう可能性があるため関係者以外は近づかないようお願いいたします。



☆天候不良により運行が出来ない場合があります。その場合は救急車で病院に搬送します。

○ドクターヘリのQ&A

- Q お金はかかりますか。
A ドクターヘリ機内で提供した医療行為は医療保険の範囲で医療費がかかります。消防分の請求はありません。
- Q ドクターヘリの要請は自分(町民)で要請することは可能ですか。
A ドクターヘリの要請は消防のみとなります。要請するかの判断は通報内容と傷病者の状態で判断します。
- Q 傷病者家族及び関係者がドクターヘリに同乗することができますか。
A 基本的に同乗することができませんが、傷病者の情報収集などの目的で医師、看護師必要と判断された場合同乗してもらうことがあります。

ドクターヘリ南富良野町ランデブーポイント一覧

幾寅地区	山村広場、南富良野小学校、南富良野中学校、南富良野高等学校、南ふらのスキー場、重機車庫前、幾寅除雪ステーション、町民体育館駐車場
東鹿越地区	東鹿越地域交流センター、森林公園駐車場（バスケットゴール付近）
落合地区	旧落合小学校、落合地区多目的センター、落合チェーン脱着場、狩勝峠パーキング
北落合地区	旧北落合小学校
金山地区	旧金山中学校、特別養護老人ホームふくしあ、金山除雪ステーション
下金山地区	南富良野西小学校、下金山地区多目的センター

※施設関係者の皆様においては、日頃より消防活動にご理解ご協力いただきありがとうございます。ドクターヘリを運用した救急活動の際は今後ともご理解ご協力の方よろしくお願い致します。

南富良野支署出動件数（平成28年1月～7月末現在）	
救急出動	62件（内ドクターヘリ要請件数4件）
火災出動	3件（内他市町村応援出動1件）
救助出動	0件

地域おこし協力隊活動記⑫

町の振興や発展のため活動している地域おこし協力隊の様子を紹介します



地域おこし協力隊 國領 剛史

「果樹園日記」

協力隊2年目の夏を迎えました。

私が担当している十梨別の果樹園も今年は大変革の時を迎えています。まず金山民衆会での監修のもと、新たに170本ものブルーベリーの苗が植えられ、そして、その枝や芽を守る為の電気柵の設置。面積がほぼ2haあるためその装いはまるで畑のようで「こういう風に立てていくのか」とまた1つ勉強になりました。また苗が根付くまでの水撒き用にエンジンポンプの配備。

昨年は貯水タンクから高低差だけで散水していたので、今年はすごく作業がはかどりました。この場をお借りしてご助力頂いた金山の方々に厚くお礼を申し上げます。

そして極めつけは果樹園管理棟の建設、散水用配管や園内道路も敷き始められています。

この冬までには出来上がるようで、ロケーションと相まってきっと素晴らしい環境、空間になると思います。

ジューンベリー、ハスカップ、カシス、カランツ、ラズベリー、グーズベリー、ブルーベリーと季節とともに6月半ば頃より順を追って実をつけていきましたが、今は『奇跡の果実』と呼ばれるシーベリーにうなる程に実がなっています。

日々成長していく樹木、そして進化していく果樹園と共に自分自身も南富良野で暮らすことで「一回り大きくなればなあ」と思いながら過ごしています。



シリーズ学校だより⑬

各学校の取り組みを紹介します。

▶▶南富良野高等学校▶▶▶



「カーニー部インターハイ結果」
8月8日（月）から山口県岩国市中山湖カーニー競技場にて全国高等学校総合体育大会（インターハイ）が行われました。
北海道代表として本校3年安西秀和くん、2年藤原明香さん、1年上坂淳くん、黒田真菜さんの4名がwk1とwk2で出場しました。
残念ながら決勝進出はできませんでしたが、10月に岩手県で行われる国体での活躍が期待されます。
頑張れ！南富良野高校カーニー部。



「カーリング部 札幌にてオンアイス練習を実施」
8月12日（金）にカーリング部男子5名、女子4名が札幌市どうぎんカーリングスタジアムにて約4時間にわたりオンアイストレーニングを実施しました。
当日は、最初、基礎的なデリバリーの練習を中心に、ストーンの運び方等についても練習を行った後に、ゲームを行い、有意義な練習となりました。
今シーズンは、男女共に全国大会出場を目指し、全国大会優勝を目標に活躍してくれることに期待しています。
頑張れ！南富良野高校カーリング部。

このコーナーでは、地域や学校で行われるイベント行事などを紹介します。皆さんの身近で行われている楽しい催しなどありましたら、企画課広報統計係（☎52-2115）までお知らせください。

一味園納涼盆踊り&花火大会(8月3日)

一味園（伊藤ひろみ園長：入所者数53名）では納涼盆踊りと花火大会が開催されました。

同園前庭を会場に入所者とご家族・ボランティアの皆さんなど約120名が一同に会し、楽しいひとときを過ごしました。

子ども踊りでは参加された子どもたちが、利用者一人ひとりと握手し踊り始めました。開催にあたりご協力をいただきました皆様に厚くお礼申し上げます。



「とれたて野菜まつり」(8月6日)

J Aふらの南富良野支所とれたて野菜まつり実行委員会主催による、「第15回地場産とれたて野菜まつり」が道の駅物産センター横の広場で開催され、多くの買い物客や観光客で賑わいました。

とれたてのミニトマトやスイートコーン、じゃがいもなどが所狭しと並び、格安で販売されました。

このほか、地域の美味しい主力野菜を原料にした野菜たっぷり焼きうどんや牛乳が来場者に無料で提供、ゆでとうきびの販売や名物の人参の詰め放題が行われました。



ふくしあで夏祭り(7月23日)

社会福祉法人南富良野大乘会が運営する特別養護老人ホームふくしあ（大宮光明施設長：入所者数36名）で8回目の夏祭りが開かれ、利用者や家族をはじめ地域住民など多くの皆さんが集まり、賑やかな催しを楽しみました。「占冠の青巖太鼓」や職員による「よさこいソーラン」などが披露され、約200名の参加者は夏のひとときを過ごしていました。

また出店では、たこやき、やしそば、焼き鳥など多彩なメニューでお腹も心も満たしていました。



反核平和の火リレー(7月27日)

反核平和の火リレーは、広島県広島市の平和記念公園に燃え続ける「平和の火」をトーチに掲げ、全世界からの核兵器の廃絶を訴える平和運動で、29回目を迎える今回も、北海道平和運動フォーラムが後援する実行委が主催、7月19日に宗谷管内幌延町をスタート、富良野市から到着した平和の火は役場前で富良野市のランナーから引き継がれ占冠村へ向けて出発しました。平和の火は広島に原爆が落とされた8月6日に札幌に到着しました。



七夕まつりを楽しむ(8月7日)

町商工会（曾慶一介会長）の主催による恒例の「こども七夕まつり」が幾寅駅前広場で開催され、親子連れなど多くの人が参加しました。

午後5時に集まった子どもたちは、4グループに分かれ商店街を回り、ろうそくと花火やおやつ等をもって行きました。会場では流しソーメンが行われたほか、子どもたちは無料で配られた花火をしたり、たこやきやおもちゃなどの露店が出店され、参加した親子連れの皆さんは、楽しい一夜を過ごしました。

「幾寅地区盆踊り大会」夏を楽しむ(8月18日)

幾寅地区連合町内会（佐藤茂会長）が主催する「地域ふれあい盆踊り大会」が町民体育館で行われました。

大会では子ども盆踊りや仮装盆踊りが行われ、仮装の部では個人・団体に分かれて出場者はそれぞれ工夫を凝らした衣装で登場し、町内外からのたくさんの方が、見物客を楽しませていました。

審査の結果、仮装団体部門で、町内幾寅婦人会による「傘っ子娘」が優勝しました。



プロレスラーがやってきた!(8月5日)

道内で活動しているプロレス団体「北都プロレス」が町民体育館でチャリティーマッチを行い、目の前で見るプロレスの迫力に圧倒されながらもレスラーの個性ある技などに会場は大いに盛り上がりました。

また、試合前には町内の保育所・老人ホームなどを慰問し、レスラーと相撲をとったり、抱き上げてもらうなど入所者や園児とふれあいました。

なお、北都プロレスでは今回の収益金の一部を社会福祉協議会に寄附されました。





保健福祉センター
発信@みなくる

保健福祉センター みなくる
保健福祉課 ☎ 52-2211 FAX 39-7020
地域包括支援センター ☎ 39-7711
社会福祉協議会 ☎ 39-7711 FAX 52-3711

平成28年度ボランティア講座

「聴くことが楽しくなる！傾聴入門」 けいちょう

相手の心に寄り添い、おもいやりと温かい心で話を受け止める「傾聴」というコミュニケーションスキルについて学びます。聞き上手になりたい方、傾聴に興味のある方などたくさんの方のご参加をお待ちしています！

と き 9月20日(火) 18:00~20:00
と ころ 保健福祉センターみなくる 2階研修室
講 師 NPO法人北海道総合福祉研究センター 理事長 五十嵐 教行 氏
参加費 無 料 ※どなたでもご参加いただけます。
締 切 9月13日(火)
問い合わせ・申込み先 南富良野町社会福祉協議会(担当:伊賀) ☎39-7711

いきいき脳の健康教室を開催します！

読み書き・計算で脳の健康維持(認知症予防)・増進を！
この教室は、読み書き(音読)・簡単な計算の教材を使って継続的に学習すると、脳の前頭前野が活性化され高齢者の認知症予防に効果があるという東北大学の川島教授の研究成果を基に行います。

「脳の健康教室」教室サポーター募集

- この教室の運営を手伝っていただける「教室サポーター」を募集します。
- 対象者 おおむね65歳までの町民の方で高齢者の心身の健康増進に理解のある方
※但し、事前の研修会(9月下旬)に参加可能な方
 - 日 時 平成28年10月~平成29年2月まで(5ヶ月間)
毎週 水曜日 午前中2時間程度
 - 内 容 受講者への「学習」支援、「仲間づくり」支援、「社会参加へのきっかけづくり」支援
 - 事前研修会 9月下旬頃(会場:保健福祉センターみなくる トレーニングルーム)

「脳の健康教室」受講者募集

- この教室に参加していただける「受講者」を募集します。
- 対象者 おおむね65歳以上の町民の方で毎週水曜日の教室に通うことが可能な方
 - 日 時 平成28年10月~平成29年2月まで(5ヶ月間)
毎週 水曜日 10:00~11:00の間で30分程度
 - 内 容 くもん教材を使った簡単な読み書き・計算学習

※上記共通事項

- 場 所 保健福祉センターみなくる トレーニングルーム
- 応募方法 電話にて下記へお申しください。
- 応募締切 9月20日(火)
- 申 込 先 南富良野町社会福祉協議会(担当:伊賀) ☎39-7711

教 育 委 員 会 通 信

学校教育係・生涯学習係
☎52-2145

住民自主企画活動支援事業

第7回「こどもえほんまつり」

子育て支援ボランティアサークルWISH(ウィッシュ)主催の住民自主企画活動として、子どもたちにたくさんの本に触れ、本の世界を知ってもらうことや本の世界を人形劇で体感し、面白さを知ること、更には子どもの発達を促す「おもちゃ」の講話など、実際に「手に取り・触れて・体感すること」を目的に、第6回「こどもえほんまつり」が開催されます。ぜひ、ご家族でご参加ください。

○日 時 10月1日(土)・2日(日) 両日とも9時から16時まで

○場 所 幾寅 町民体育館

○参加料 無 料

- 内容等 (1日) 9時00分~ 本とおもちゃの展示
※絵本が約600冊、他に大型絵本やしかけ絵本もあります。
11時00分~ おはなし会・絵本抽選会
14時00分~ おもちゃの講話
※小樽市「キンダーリーブ」よる子どもの成長・発達にとって良いおもちゃの講話を聴き、たくさんのおもちゃで遊びながら親子で体験する内容です。
- (2日) 9時00分~ 本とおもちゃの展示
11時00分~ おはなし会
14時00分~ おはなし会・絵本抽選会



※写真は昨年度開催されたものです。

子育て支援センター「ぷっこ」だより

～☆☆明るく元気な子にそだちますように☆☆～

☎52-2315
☎090-5985-4339

子育て支援センター

こんにちは
保健師です!
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

わが家でしっかり血压管理 ～自宅での血压測定方法～



血压値を
知りましよう

残暑も終わり、朝晩は涼しい季節になりました。今年は健診を受けましたか？町の健診は（南ブミニドック）6月と10月に実施しています。

6月の健診結果では、「高血圧」で指摘される方が多く、今月号では自宅での血压管理・測定方法についてお伝えします。気温の変化とともに血压も変動しやすい時期なので、高血圧で治療を受けている人だけでなく、日頃の血压の状態に目を向けていきましょう。

正しい血压管理

血压は1日の中でも大きく変動しています。「病院や職場で高い」「人に測られると高い」「早朝だけ高い」などそれぞれに違いがあります。そのため、家庭で血压を測定し、普段の自分の血压値を知っておく必要があります。

家庭での血压測定方法

家庭で血压測定する目的は、医療機関で月に1～2回日中に測る血压値ではわからない朝と夜に起きる「早朝・夜間高血圧」など自分の本当の血压を知ることです。

※「早朝高血圧」は要注意！！

血压は、起床前から徐々に上昇し始めます。これは、体が目覚めるために準備を行なうためです。高血圧の方は、早朝の血压が特に高くなりやすく、「早朝高血圧」と言います。脳卒中や心筋梗塞は午前によく起こることが報告されており、朝の急激な血压上昇と関連があると言われています。血压で治療中の方は、特に注意が必要で日頃から血压測定をしましょう。

①血压計の選び方

- 上腕測定タイプ・上腕挿入タイプ → お勧め
- ×手首測定タイプ・指先測定タイプ → 持ち運びに便利ですが、誤差も生じやすいため上腕で測定するタイプをお勧めします。

②正しい測定方法

- 測定タイミング→1日2回（朝・晩）測定する。
- 家庭で血压測定する場合には…（朝）～起床後1時間以内、トイレに行ったあと、朝食前、薬を飲む前
- （晩）～寝る直前、入浴や飲食の直後は避ける

※測定するときのポイント

測定をしたら記録して、主治医の先生にみてもらいましょう。
高血圧が続く、または過剰な降圧が見られる場合、主治医が降圧剤の種類を変えたり、増量（減量）したりするための大切な判断材料になります。
※血压のことばかり気にしすぎて、何回も繰り返して測定する人がいます。測りすぎ、気にしすぎはかえってよくないので、あまり気にしすぎないことも大切です。



血压の正しい測り方

- いすに背筋を伸ばして座る
- カフを心臓と同じ高さにする
- 腕に力を入れない



☆リサイクル市☆

大好評で、年2回開催の声も…



☆ファーストサイン☆

赤ちゃんの気持ちわかるかな？



☆どんごる遠足☆

みんなのとびっきりの笑顔み～つけた♪



☆0歳ぷっこ☆

七夕製作の後はお散歩に行きました。

保育所の元気な子どもたち

幾寅保育所

7月8日（金）全国訪問おはなし隊のキャラバンカーがたくさんの絵本を積んで保育所の園庭にやって来ました。キャラバンカーの中から、自分の好きな絵本を選び園庭でみたり、お遊戯室では読み聞かせ会に参加したり、いいお天気の中、十分に絵本と触れ合うことができました。



金山保育所

7月2日（土）に親子バス遠足で旭川市にあるカムイの杜公園に行ってきました。心配だった天候も雨に当たることなくみんなで水遊びを楽しみました。
お母さんが作ってくれたお弁当もとっても美味しく楽しい思い出の1ページになりました。



寄附・寄贈

一味園・からまつ園・ごきんくら園

次の方々から寄附・寄贈があり ぶくしあへ

ました。皆さんのご厚志に対し紙

上をもつて厚くお礼申し上げます。

南富良野町へ

まちづくり応援寄付金

○岐阜県 谷川 勝司様 一万円

○幾 寅 乙 十

社会福祉協議会へ

○金 山 川井稔様より故川井厚

子様生前のご厚志に対するお礼

として

○幾 寅 天間直子様より故天間

美智雄様生前のご厚志に対する

お礼として

○幾 寅 南富良野町国際交流協

議会様より社会福祉協議会の運

営に活用する寄附として

三七、四五〇円

○札幌市 北都プロレス代表中條

正様より社会福祉協議会の運営

に活用する寄附として

一七、二二七円

○幾 寅 高松昌弘

○幾 寅 田嶋廣幸

○幾 寅 富樫秀雄

○幾 寅 新田茂男

○幾 寅 山西すみ子

○金 山 石川商店

○金 山 山の魅力を伝える会

○金 山 金山民主会

○金 山 金山郵便局

○金 山 株佐藤商会

○金 山 南富良野消防団第四分団

○金 山 ぺんき屋金山美塗

○金 山 大居喜久子

○金 山 錦織寿義

○金 山 相蘇貞雄

○下金山 下山自治連合会

○下金山 株永井工務店

○下金山 中田外喜子

○下金山 長谷川英夫

○下金山 平野清司

○下金山 渡部一成

○占冠村 青巖太鼓

○占冠村 大和富雄

○富良野市 J.A.からの旅行センター

○富良野市 株西川食品

○富良野市 (有)メガネのデ・アイ

○富良野市 大槻一幸

○富良野市 大野京子

○富良野市 後藤宗男

○東神楽町 市川哲男

○旭川市 高橋 實

○帯広市 戸塚一衛

○帯広市 西村和枝

○帯広市 西村美和

○音更町 小牟禮 峰行

○大樹町 山内 艸太郎

○砂川市 加藤 英司

○岩見沢市 須田 勝雄

○札幌市 経甞北海道保育専門学校

○札幌市 市原 悦子

○札幌市 三森 輝夫

○札幌市 吉岡 繁勝

○釧路市 佐々木 優子

様

☆お誕生おめでとう

幾 寅 吉田 梨乃

平成28年7月26日生まれ

★お悔やみ申し上げます

落合 安済 一郎(92)

平成28年7月2日逝去

幾 寅 新谷 信子(89)

平成28年7月6日逝去

落合 松原 トヨ(85)

平成28年7月8日逝去

北落合 蛭名 功(82)

平成28年7月10日逝去

落合 藤井 幸雄(73)

平成28年7月13日逝去

金 山 川井 厚子(66)

平成28年7月26日逝去

幾 寅 西山 理江(43)

平成28年7月28日逝去

南わたしたちのまち

(平成28年7月末日現在)

人口2,610人(1)

男 1,303人(Δ1)

女 1,307人(Δ2)

世帯数1,449戸(Δ4)

()内は前月比