

くっちゃん

広報
10月号
2021 No. 1113



まち・ひと・しごと くっちゃん子ども子育て応援し隊
Popke Lab 代表理事
松井 雅子 さん
特集 考えよう リサイクルのこと



広報紙をスマホなどで
閲覧できます



一表紙の写真について

表紙は、9月2日に行われた「東小学校地域教育研究会」から。子どもたちは、大鋸と呼ばれる道具を使って丸太を切る体験を行いました。この授業の詳細は、11ページに掲載の関連記事をご覧ください。



羊蹄登山にチャレンジ!

8月17日、第5回ワンダーキッズが開催され、羊蹄登山が行われました。子どもたちは互いに励ましあいながら歩みを進め、頂上では頑張った達成感から笑顔が溢れていました。



愛好家たちがプレーを楽しむ

9月5日、「町民スポーツフェスティバルパークゴルフ大会」が旭ヶ丘公園パークゴルフ場で開催され、町内のパークゴルフ愛好者69名が参加し、プレーを楽しみました。



元気いっぱい駆け抜ける 西小学校運動会

8月21日に行われた西小学校運動会では、新型コロナウイルス感染症対策のため、学年を分けて開催され、児童は競技中以外はマスクを着用し、徒競走やリズム運動・リレー競技などを頑張りました。

まちの話題

— PHOTO SPOT —



実りの秋到来 ジャガイモの収穫作業

町特産品の「じゃがいも」の収穫作業が、町内各所のは場で行われました。今年は高温少雨の厳しい夏となり、作物にも影響がありましたが、収穫の秋を迎えることができました。

(写真は9月2日に宇豊岡で撮影)



自分たちで植えたお米を収穫

俱知安八幡地域資源保全隊と学校教育との連携により行われる田んぼの教室が9月14日に実施され、東小学校5年生が稲刈り作業や脱穀作業を体験しました。



まちひとしごと

Vol. 49

くっちゃん子ども子育て応援し隊 Popke Lab
代表理事 松井 雅子 さん

助け合いながら 子育てできる地域をめざして



子育て中の親や子どもたちを支える活動を行う『くっちゃん子ども子育て応援し隊 Popke Lab』の代表理事を務める松井雅子さんに話を聞いた。

福岡県に生まれ、幼少期は好奇心旺盛で活発な子どもだったという松井さん。高校卒業後はアメリカの大学に進学し、その後はホテル勤務やアウトドアガイドなどを経験し、帰国後は縁あって俱知安町に移住した。

この町で結婚、出産を経験したが、夫婦ともに道外出身、故郷から遠く離れた土地での子育てにはかなり苦労したという。

「親や兄弟、親戚など頼れる人が近くにいない中での子育ては本当に大変でした。精神的に落ち込む時期もあり、夫婦だけで子育てをする難しさを感じました」

移住・転入者の多い町だからこそ、地域全体で子どもを育てていくための環境、曜日関係なく働く親やその子どもたちを支える組織が必要だと感じるようになった。

そして、2019年10月、ボランティア団体『くっちゃん子ども子育て応援し隊 Popke Lab』を設立。町内のさまざまな場所でサロンやイベントを開催している。

「子育てを助け合える仲間づくりや、親子が笑顔で過ごせる地域づくりを目指し、活動しています。来たときよりも元気になって帰る親や子どもの姿を見ると、活動をしていてよかったと思います」

読み聞かせの会『ぐりとぐら』のメンバーとしても活動する松井さん。会場となる絵本館にはさまざまな年齢・立場の人も受け入れてくれる魅力があると話す。

「子育て中に絵本館で話を聞いてもらって、気持ちが悪くなったり、あたたかい言葉に支えられたりしました。これからもそういう場所であり続けてほしいです」

自分たちには何ができるのかと手探りの日々が続いているが、信頼できる仲間や、団体の趣旨に賛同して協力してくれる人たちのおかげで、少しずつ前進できていると話す松井さん。今後は、将来の子育て世代まで繋がる活動がしたいという。

「自分は移住者ですが、子どもたちにとってはここがふるさと。現役の子育て世代だけではなく、子どもたちが親となったときに安心して子育てができる環境をつくりたいです」

多様な時代だからこそ、子育て世代を中心に、福祉、教育など、さまざまな垣根を超えて繋がる必要があり、その架け橋となれるように活動していきたいと話す。

そして最後に、松井さん自身の夢を聞いた。

「いつか、子どもたちに英語を教えたいと考えています。失敗してもいい、子どもたちのありのままを受け入れてあげられるような教室をつくりたいです」

これからの夢を語る松井さんの目は、好奇心旺盛な子どものように輝いて見えた。

※まちひとしごとは不定期連載です

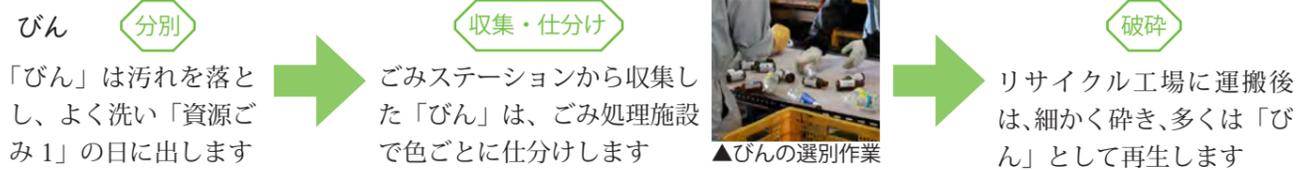
リサイクル製品

これって何のごみ？

私たちがごみステーションに出したごみには、資源として再利用できるものが多くあり、さまざまなリサイクル製品へと姿を変えています。

ここでは、私たちの分別したごみがどのような処理を経てリサイクルされているのか、その一部を紹介します。

※リサイクル製品と率（R2年度実績）は日本容器包装リサイクル協会 HP より



びんのリサイクル例



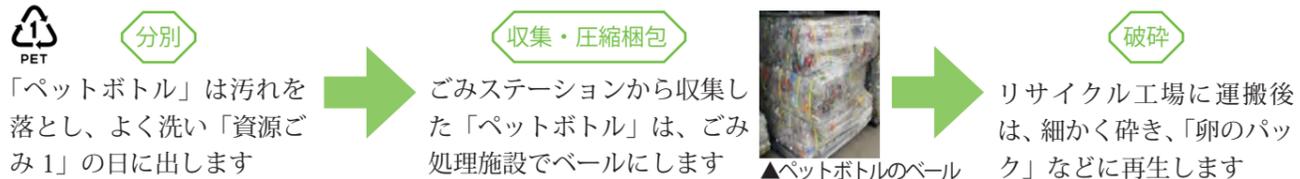
ガラスびん 約70%



コンクリートなどの土木材料 (写真は点字ブロック) 約15%



その他 (グラスウール (左) や防犯砂利 (右) など) 約15%



ペットボトルのリサイクル例



卵などを入れる食品パック 約40%



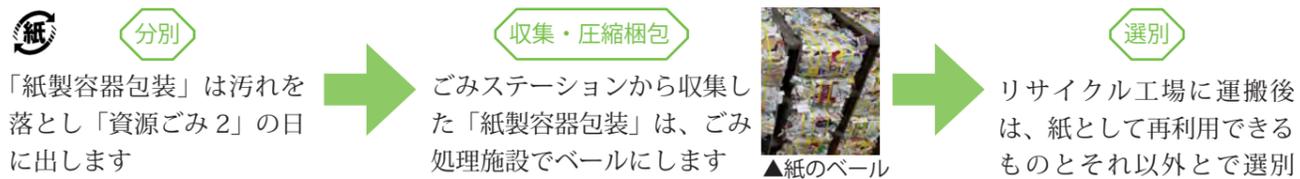
ユニフォームなどの繊維製品 約30%



飲料・洗剤のボトル 約25%



その他 (回収ボックスなど) 約5%



紙製容器包装のリサイクル例



段ボールなどの製紙原料 約95%



その他 (固形燃料 (左) や家畜の敷料 (右) など) 約5%



特集

考えよう リサイクルのこと

1日のごみ排出量は
1人「951g」

私たちは、日常生活を送る上で毎日多くのごみを出しています。町内で出された令和元年度のごみ総量から計算した「1人1日あたりのごみ排出量」は「951g」。平成27年度の「904g」から47g増加しており、私たちが一年間で出すごみの量は約17kgも増加していることとなります。

私たちがごみステーションに出したごみは、清掃センターや民間のごみ処理施設に運ばれて、埋立や固形燃料化処理などがされています。また、環境のことを考えたごみのリサイクルも進んでおり、現在は、資源化できるごみはリサイクル処理をして再利用しています。

6種類23区分 細かい分別の俱知安町

町では、現在家庭から出るごみを6種類（もやせるごみや資源ごみ）23区分（ペットボトルやびん・缶）に分別していますが、その種類が多くなると、ご

みを出す時にどの区分に該当するのか迷うことや困ることが多くなったり、ごみ箱の数が増えたりし、生活する私たちの手間が増え、負担は大きくなります。

正しい分別が 貴重な財源に

しかしながら、ごみの分別がなくなると、リサイクルできる貴重な資源をごみとして処理することになり、環境に悪影響を及ぼします。また、ごみ処理のコストも高くなります。

実際に、鉄くずや古着、新聞紙などの資源は、買い取ってもらうことで年間で1千万円以上が町の収入になり、貴重な財源として活用されています。

今月号の特集では、私たちが手間をかけて分別したごみの行方や、日頃の困りごと解決の手助けとなる「ごみ分別アプリ」や「ごみ啓発チラシ」について紹介します。

今後もキレイな町を維持し、豊かな自然環境を守るために、一人一人がリサイクルを知り、ごみのルールを守り、ごみを減らす意識を高めましょう。



スマホ専用ごみ分別アプリ「さんあ〜る」



アプリのダウンロードはスマートフォンでコチラから
iOS (左) android (右)
※英語にも対応しています

ホーム画面イメージ

このごみは何ごみ？

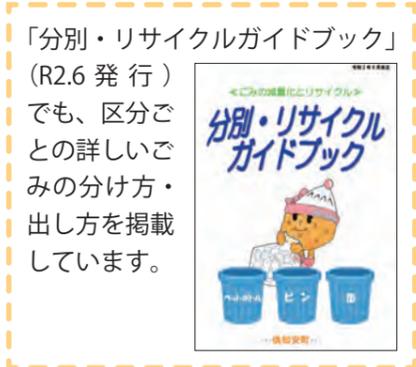
「普段使わないもの」や「久しぶりに買い換えたとき」など、「これは何ごみになるの？」と思ったときは・・・

約 1300 種類の分別辞典！

約 1300 種類のごみを網羅した「家庭ごみ分別辞典」で、困ったときにすぐ検索できます。五十音から探すこともでき、ごみの種類ごとに分別区分と出し方の注意事項を教えてくださいます。



出し方は飲料水だけでも 8 種類掲載し、素材によって出し方が違うものにも対応。個別のごみページでは、分別区分だけではなく、「すすぐ」や「町収集不可」などの注意事項まで教えてくれるので便利。花火やスキー用品などの季節的なごみも掲載しています。



「分別・リサイクルガイドブック」(R2.6 発行)でも、区分ごとの詳しいごみの分け方・出し方を掲載しています。



▲「ごみの分け方・出し方」チラシ(左)と「分別・リサイクルガイドブック」(右)

☎ 56-8008
居住環境課環境対策室

ごみ分別の種類が多い倶知安町では、ごみに関するさまざまなことは、皆さんが日々の暮らしの中で苦労していることや困っていることとして、多く挙がるのではないのでしょうか。今回紹介した「さんあ〜る」や「分別・リサイクルガイドブック」、「ごみの分け方・出し方」チラシなどを、日々の暮らしの中で活用してもらえたらと思います。これらのチラシやガイドブックは町HPでダウンロードできるほか、住民環境課環境対策室②(番窓口)でも配布しています。また、ごみに関する相談は、環境対策室へお気軽にお問い合わせください。

ごみ分別アプリが解決
ごみの困りごと
お助けします

日々の生活の中で、収集日を忘れてしまったり、分別がわからなくなったりすることはありませんか？
そんなときには、町が今月から導入する「スマホ専用ごみ分別アプリ『さんあ〜る』」が、皆さんをお助けします。
ここでは、その機能や使い方などを紹介。また、町が発行するごみに関するチラシやガイドブックも一緒に紹介します。

いつも収集日を忘れてしまう？

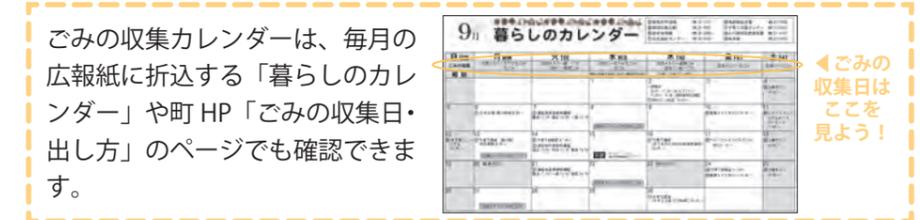
「ごみの収集日がなかなか覚えられない」や「忙しくて朝にごみを出すのを忘れてしまう」という方は・・・

通知機能で教えてくれる！

収集日をカレンダーで確認できる「ごみ収集日カレンダー」や、設定した時間の前日と当日にアラームで自分の住む地区の収集ごみをお知らせしてくれる機能があります。



色付きでわかりやすい「ごみ収集日カレンダー」



ごみの収集日カレンダーは、毎月の広報紙に折込する「暮らしのカレンダー」や町HP「ごみの収集日・出し方」のページでも確認できます。

◀ごみの収集日はここを見よう！

ごみの出し方がわからない？

「缶やペットボトルを出すときは洗う必要がある？」や「食用油はどうやって捨てればいいのか?」、「スプレー缶は穴を開けるのか?」などの疑問があるときは・・・

イラスト付きで簡単説明！

「もやせるごみ」や「資源ごみ」などの出し方はもちろん、ごみステーションには出せない「古着」や「パソコン」、「大型家電」などの出し方や「町が収集しないごみ」の種類も教えてくださいます。



「ごみの分け方・出し方」チラシ(R2.9 発行)は、ごみ収集日やごみの出し方などが1枚の紙にまとまっているので便利。

7項目の家庭ごみの出し方を教えてくれる。イラストと簡単な説明付きでわかりやすい。

俱中陸上部紺谷さんが全国大会へ 吹奏楽部が全道大会で金賞

俱知安中学校陸上部、吹奏楽部が、それぞれ優秀な成績を収めました。

【陸上部】
紺谷遙希さん（3年）が全道中体連200呎（記録22秒70）で第1位となり、全国大会に出場しました。

8月17日（火）から20日（金）に茨城県ひたちなか市で開催された全国大会では、残念ながら予選敗退となりましたが、51人中24位と健闘しました。

【吹奏楽部】
8月4日（水）、札幌コンサートホールKitaraで行われた令和3年度第66回全日本吹奏楽コンクール北海道予選（中学C編成）で金賞を獲得し、札幌地区代表として全道大会への出場を決めました。

8月27日（金）に行われた全道大会では、見事金賞を獲得。東日本大会出場こそ逃しましたが、俱知安中学校吹奏楽部が全道大会に出場するのは、俱知安中学校の統合後初めての快挙となりました。



▲吹奏楽部

8月24日（火）には、紺谷さんが役場を訪れ、町長・教育長へ結果を報告。「自己記録は越えられなかったが納得のいく走りができた」と話しました。

9月14日（火）には、吹奏楽部の代表者5名が役場を訪れました。

練習場所の提供など、日頃支えてもらっている地域の方々への感謝を述べ、「これからも町民の皆さんに応援される部活を目指して活動していきたい」と話しました。



▲紺谷さん町長訪問（8月24日）



▲吹奏楽部町長訪問（9月14日）

大きなじゃがいも 収穫できたね

俱知安農業高校と北陽小学校による「じゃがいも交流」が、8月20日（金）に俱知安農業高校内の農場で行われました。

この日は、同高生産加工コースの3年生と同小4年生が、一緒にじゃがいもの収穫作業を行いました。



▲収穫作業の様子

児童たちは、生徒に教えてもらいながら、7月に追肥作業を体験したほ場に作付けされた「男爵」を手作業で掘り起こしました。今年の夏は高温少雨となりましたが、このほ場は大きな影響は受けず、約200kgのじゃがいもを収穫しました。

その後、生徒と児童がグループに分かれてじゃがいもを使った料理について話し合いが行われ、中止になった調理実習の代わりとして、生徒からじゃがいもを使用した料理のレシピが児童に提供されました。

英検準1級合格！ 俱高生が難関突破

俱知安高校の生徒3名が実用英語技能検定（以下英検）準1級に合格しました。英検準1級は大学中級相当の内容で、合格率は約15%程度と難易度の高い検定です。

合格した生徒は、「専門的な単語や言い回しが多く難しかった」「英検の受験を通して問題を解く力がついた」「受かるとは思っていませんでした」など話しました。



藤本奈緒さん 内浦蒼依さん
半田あやめさん 七島貴教諭

0歳から小学生までみんなが楽しめる 「なりきりハロウィン」イベント開催！

昨年大好評だったハロウィンイベントを今年はパワーアップして開催します！

今年は0歳のお子さんから楽しめるよう、スタイ（よだれかけ）を準備しました！もちろん小さなお子さんや小学生が着られる大きなサイズもあります！

ビニール袋やフェルトで手作りされた衣装とかわいい小物で素敵な写真を撮影しよう！

衣装はハロウィンにちなんだものや、プリンセスの衣装、人気のキャラクター、あこがれの職業など全20種類以上！！1日1人2種類まで選んで着られます！

撮影のみの来館もOKです！10月は南児童館でハロウィンを楽しもう！

■幼児開放／10時～16時、月・水・金曜日は全館、火・木曜日は1階のみの開放（12時～13時は使用不可）



- ①ハロウィンにちなんだ衣装
- ②かわいいプリンセスのドレス
- ③あこがれの職業の制服
- ④みんなが知ってる人気キャラクター

■南児童館 ☎ 22 - 0419
※駐車場は南児童館裏にあります
※詳細は町HPにてご確認ください

北海道179市町村応援大使プロジェクト 新たな応援大使が就任！

俱知安町の新たな応援大使に伊藤大海選手が就任しました。伊藤選手は2021年12月までの間、俱知安町の応援大使としてさまざまな活動を行う予定です。選手をより身近に感じてもらうために、伊藤選手のプロフィールを紹介します。

いとう ひろみ
伊藤 大海 選手

- ポジション／投手
- 背番号／17
- 投打／右投げ左打ち
- 生年月日／1997年8月31日
- 身長・体重／176㍍・82㍏
- 出身地／北海道
- 経歴／駒大苫小牧高～苫小牧駒沢大～北海道日本ハム（ドラフト1位・21年）

■総合政策課総合政策係 ☎ 56 - 8001

よりよい広報紙のために 広報くっちゃんアンケートを実施します

広報くっちゃんがより分かりやすく、親しみやすいものとなるよう、アンケート調査を実施します。

読んだ感想をはじめ、「こんなページがあったらうれしい」「こんな情報が載っていたら助かる」といった皆さんのご意見・ご要望をお聞かせください。

アンケートは右の二次元コードから回答できるほか、11月号からは広報くっちゃんに常時掲載します。

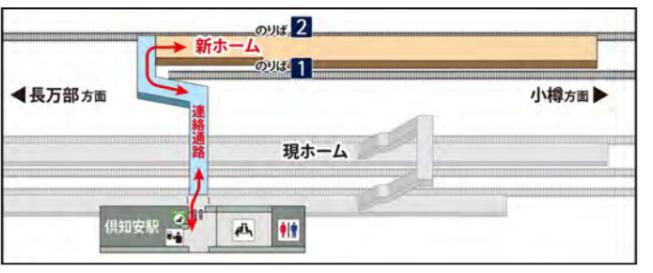
また、町HP、Facebookからも回答できますので、ご協力をお願いします。



■総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

新ホームの使用開始に伴い移動経路が変更 JR 倶知安駅の利用方法が変わります

北海道新幹線の札幌延伸に伴う在来線支障移転工事のため、JR 倶知安駅の利用方法が変更になります。これまでは、跨線橋を渡ってホームまで移動していましたが、新たなホームでは、連絡通路を使用して移動することになります。(移動経路は右図のとおり)



新たなホームは、10月31日(日)より使用開始となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

工事に伴う一部列車の運休とバスによる代行輸送のお知らせ

- 運休列車/以下のとおり(すべて代行バスが運行)
 - 10月30日(土): 小樽 21時35分発 倶知安行
 - 10月30日(土): 小樽 22時30分発 倶知安行
 - 10月31日(日): 倶知安 5時20分発 小樽行
- ※代行バスの始発駅の出発時刻は運休列車と同時刻ですが、その後、各駅の発着時刻は遅れます

☎ JR 北海道新幹線工事事務部企画グループ
☎ 011 - 806 - 0016

北海道新幹線一ノ門モ/
第一倶知安橋は11月末に開通予定

現在架け替え工事を行っている第一倶知安橋の新橋は、11月末に開通予定です。その後は、現橋の撤去工事が行われます。工事のご理解とご協力をお願いします。

▲第一倶知安橋の現橋(手前)と新橋(奥)

地域の人々と ふれあいながら学ぶ

「東小学校地域教育研究会」(主催・東小学校)が9月2日(木)・3日(金)に実施され、地域の人々が先生となり、さまざまなワークショップを行いました。子どもたちは6つのグループに分かれ、体育・自然・伝統文化・食育・科学実験など、普段はなかなか学ぶことのない分野について、実際に体を動かしながら学びました。

倶知安町の伝統文化である「羊蹄太鼓」の演奏をはじめ、食育の授業では、野菜の中から種を取り出す実験、小枝や木の実を使った木工クラフト、大きなのこぎりを使って丸太を切るなど、珍しい道具や初めての体験に、子どもたちは興味津々な表情で楽しそうに学んでいました。



▲食育の実験に興味津々な子どもたち

飲酒運転ゼロへ しない・させない

倶知安警察署駐車で8月27日(金)、飲酒運転の撲滅に向けた『飲酒運転ゼロ』決起集会が行われ、倶知安警察署や後志総合振興局、倶知安町などから関係者が参加しました。

倶知安警察署管内では、今年に入り飲酒運転による検挙事案が9件発生。すでに昨年1年間と同じ数に達していることから、斉藤之則署長は「飲酒運転をしない・させないために、関係機関と連携を強化し、住民に飲酒運転ゼロの意識を高めてもらいたい」と話しました。

その後、参加者は町内の飲食店を巡り、『飲酒運転ゼロ』と書かれた啓発ポスターとうちわを配布しました。



▲飲食店で啓発ポスターを手渡す

訓練参加で万が一に備えましょう 原子力防災訓練が行われます

- 訓練日時/ 10月28日(木)9時~15時
- 訓練概要/
- ①緊急時広報訓練 9時頃
防災行政無線(一部地域を除く)や、広報車などで屋内退避の指示を出しますので、参加が可能な方は屋内退避を実行してください(屋内に入る・換気扇を止めるなど)
- ②孤立地区等避難訓練
レルヒ公園、下水終末処理場内において、自衛隊ヘリコプターによる救助訓練を行います。訓練時は、尻別川リバーパークゴルフ場やレルヒ公園の一部は安全確保のため使用できません



☎ 総務課危機管理室 ☎ 56 - 8000

身近な疑問や関心事を伝えてみませんか? 「まちトーク」を開催します

住民と町長がまちづくりについて話し合う「まちトーク」が今年も開催されます。今年度の「まちトーク」は9月30日(木)から全11会場で行っていますので、ご都合のいい会場へお気軽にお越しください。

10月の開催日程

11日(月) 18:30~	会場: 北地域会館
18日(月) 15:00~	会場: サンスポーツランド
19日(火) 18:30~	会場: 琴和福祉会館
25日(月) 15:00~	会場: 高砂地域センター
29日(金) 18:30~	会場: 中小企業センター

新型コロナウイルス感染防止対策として

- ・マスクの着用、手指の消毒をお願いします
- ・体調の悪い方はご遠慮ください
- ・当日会場にて検温を行います(37.5度以上の方は参加できません)

☎ 住民環境課生活安全係 ☎ 56 - 8005



■ 総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

教室の支援者は、引き続き募集しています。支援者として活動するためには、英語を話せる必要はなく、特別な資格も必要ありませんので、興味のある方は広報広聴係までお問い合わせください。

なお、今回受講した皆さんは、今後町が開催する予定の「外国籍住民向けの日本語教室」で、日本語などを教える学習支援者として活動します。

多文化共生のまちへ 町民が「にほんご」を教える支援者に

多くの外国籍住民の方が暮らす倶知安町。町が令和元年度に実施した「倶知安町多文化共生のまちづくりに関するアンケート」では、日本語を「学びたい」・「機会があれば学びたい」との回答が約8割となりましたが、町内で外国籍住民の皆さんが「日本語」を学べる場所は多くありません。

そのため町では、外国籍住民の皆さんが日本語などを学ぶ機会をつくることで、より一層地域に溶け込んでもらうために、「日本語」だけでなく、「日本文化」や「日本のマナー・ルール」などを学ぶことができる「日本語教室」の開催を目指し、取り組みを始めました。

仕方について学ぶ「日本語学習支援者養成講座」を役場会議室で開催。17名の受講者が、英語などを使わずに日本語のみで行う外国人とのコミュニケーション方法や日本語の教え方などについて、実践を通して学びました。



▲日本語支援者養成講座の様子(9月14日)



暮らしの i Information

情報の掲載を希望される場合はご相談ください
※掲載希望月の前月10日までに総合政策課広報広聴係へ要連絡

納税だより

【公的年金からの町道民税の特別徴収】

令和3年4月1日に65歳以上で、前年中の公的年金に対して町道民税が生じた方は、次のとおりとなります。

①**昭和30年4月3日から昭和31年4月2日生まれの方**
今年の10月から公的年金特別徴収が始まります。公的年金に係る年税額の半分を2回に分け、6月と8月に納付書（口座振替）で納め、残った年税額は10月、12月、翌2月に支給される年金から徴収となります。

②**昭和30年4月2日以前生まれの方**

昨年度何らかの事情で特別徴収が中止になった方以外は、年6回の公的年金支給時に徴収となります。前年度の年金に係る税額の半分の額を、4月、6月、8月に支給される年金から徴収となります（仮特別徴収）。10月、12月、翌2月の年金支給時には、年税額から仮特別徴収される税額を引いた残額が徴収となります。

※公的年金から特別徴収される町道民税は、公的年金に係る税額分のみです。公的年金以外の所得に係る町道民税は、別に納付書や給与からの徴収で納めます
※本年度分の計算の結果、年税額が仮特別徴収額より少ない場合は還付金が発生します。該当する方には手続きの連絡をしています

※次に該当する方は対象となりません

- ・もともと町道民税が非課税の方
- ・町道民税の額が公的年金支給額を超える方
- ・年金の年間支給額が18万円未満の方など

☎**税務課住民税係** ☎56-8003

【お気軽に納税相談を】

「町税を納付できない事情がある」「納付書を紛失してしまった」など、納税に関する相談は随時受け付けていますので、お気軽に納税係へ連絡またはお越しく下さい。

☎**税務課納税対策室納税係** ☎56-8002

募集

会計年度任用職員募集

児童支援員 若干名

- 応募資格／児童福祉に関心のある方、保育士または教員免許有資格者・児童関連業務の従事経験者尚可
- 任用期間／任用日～翌年3月31日
- 業務内容／遊びを通じた生活指導
- 勤務時間／平日は10時～18時または13時～18時、土曜・長期休暇期間は8時～18時の間でシフト制
- 勤務場所／放課後児童クラブおよび北児童館
- 賃金・待遇／月額11～15万円程度
- 期末手当・社会保険・雇用保険・通勤手当有
- ※「俱知安町保育人材確保一時金」の対象となる場合があります。

詳細はお問い合わせください
申込方法／履歴書と免許証の写し、ハローワークの紹介状を提出

※長期休暇期間や支援員の休暇時に補助員として働ける方を募集しています。空いた時間に仕事がありましたら、ぜひご相談ください
☎55-6116

自衛官募集

- 受験資格／採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の者
- 自衛官候補生（第4回）
■受付期間／10月5日(火)～11月12日(金)
■試験期日／
男子・女子 11月28日(日)・29日(月)
- 自衛官候補生（第5回）
■受付期間／10月5日(火)～12月10日(金)
■試験期日／

男子・女子 12月18日(土)・19日(日)

■受験資格／令和3年4月現在で15歳以上17歳未満の男子

■受付期間／11月1日(月)～令和4年1月14日(金)

■一次試験期日／令和4年1月22日(土)・23日(日)

※状況により変更の可能性あり
☎**俱知安地域事務所** ☎23-3540
古谷 和 ☎23-3165
清水 礼子 ☎22-0075
名畑 由美 ☎22-1177
油谷 賢次 ☎090-8903-3403

周知

子育てサロン「おむつなし育児」

おむつなし育児ってなに？という

☎くつちゃん子ども子育て応援し隊
ポッケラボ ☒popkelab@gmail.com



令和4年度 保育施設等入所申込について

- くつちゃん保育所ぬくぬく・認定こども園【保育部分(2・3号)】
- 新規・転入所の申込受付／11月4日(木)～11月30日(火)予定
- 町内各保育施設等（令和4年4月1日時点の子どもの年齢）／
○くつちゃん保育所ぬくぬく（0～2歳）
- 認定こども園俱知安幼稚園（0～2歳）（3～5歳）
- 認定こども園俱知安藤幼稚園（3～5歳）
- 認定こども園俱知安めぐみ幼稚園（3～5歳）

認定こども園【教育部分（1号）】
令和4年4月入園

■願書配布／11月2日(火)

■願書受付／11月17日(水)14時～

各幼稚園で受付
※詳細は各幼稚園へお問い合わせください

☎**俱知安幼稚園** ☎22-1354

☎**俱知安藤幼稚園** ☎22-1733

☎**俱知安めぐみ幼稚園** ☎22-1276

公証週間無料電話相談会

日本公証人連合会本部において、

電話による無料交渉相談会を実施します。公証人が皆さんの疑問、質問などに対応しますので、遺言、任意後見、尊厳死宣言、家庭内信託、離婚、その他契約一般の公正証書のご相談など、お気軽にお問い合わせください。

■期間／10月1日(金)～7日(木)

■受付時間／9時30分～12時、13時～16時30分

☎**電話相談の特設専用電話番号** ☎03-3502-8239

小樽公証役場においても、「休日無料面接相談」を実施します。

■日時／10月2日(出)9時～12時、13時～16時30分

■場所／小樽公証役場（小樽市色内1丁目9番1号）

■担当／公証人 羽澤勝夫

■相談事項／遺言、相続などの身近な法律相談をはじめ、離婚、金銭や土地建物の貸借問題、任意後見契約などについて

■受付／実施日前日までに電話で受付。定員になり次第予約終了

☎**小樽公証役場** ☎0134-22-4530

狩猟免許の取得経費補助

町では、農作物の被害防止のため有害鳥獣の捕獲に必要な狩猟免許を新たに取得した方に、取得に要した経費の一部を補助します。

■狩猟免許の種類／
第一種銃猟免許・わな猟免許

■対象条件／

- ・俱知安町の住民基本台帳に記録のある方
- ・猟友会に入会し、町が行う鳥獣

捕獲に5年間従事する方

・町税に滞納がない方

■補助対象経費／狩猟免許試験申請手数料など

■補助金額／補助対象経費の10分の8

☎**農林課畜産林政係** ☎56-8010

ヒグマに注意しましょう

これから山菜採りやキノコ採りなどのため、野山に入る機会が増える季節となります。山にはヒグマがいるということを認識し、ヒグマに出会わないように注意しましょう。

- ・目立つ服装をし、単独行動を避け複数で行動する
- ・鈴など音の出るものを鳴らす
- ・クマの足跡やフンを見つけたら、すぐに引き返す

☎**農林課畜産林政係** ☎56-8010

野犬掃討

人や他の動物への危害防止のため、野犬掃討（放たれている犬も対象）を実施します。

■日時／10月1日(金)～12月31日(金)

■対象犬が対象にならないよう、次のことを守りましょう。

- ① 放し飼いや、逃げ出せる環境で犬を飼育しない
 - ② 散歩の際は必ずリードを装着する
 - ③ 犬の登録、狂犬病予防注射を行い、登録鑑札票、予防注射済票を首輪につける
 - ④ 犬がいなくなった時にはすぐに役場に連絡する
 - ⑤ 犬が戻った時の連絡も忘れずに
- ☎**住民環境課環境対策室地域衛生係** ☎56-8008

里親制度

諸事情により家庭で暮らせない子どもを自分の家に迎え入れて養育する制度です。

養育里親、専門里親、養子縁組里親、親族里親などがあります。

お子さんがいない方、子育てを終えた方、子育て中の方でも構いません。

※詳しく知りたい方、登録を希望される方はお問い合わせください

☎**北海道児童相談所（木村）** ☎011-631-0301

10月は「不正軽油防止強化月間」

「不正軽油」とは、軽油に灯油や重油など混ぜた「混和軽油」や軽油以外の石油製品を混ぜ合わせた「製造軽油」などをいいます。

不正軽油をトラックなどの燃料用として販売または使用すると軽油引取税の脱税行為となります。

また、これらの不正軽油は、排気ガス中のPM（粒子状物質）やNOx（窒素酸化物）を増加させるため、大気汚染の原因となり、自然環境に悪影響を及ぼします。

北海道では、10月を「不正軽油防止強化月間」とし、不正軽油を作らない、売らない、買わない、使わないを合言葉に、不正軽油撲滅の取り組みをします。

不正軽油に関する情報がありましたらご連絡ください。

☎**不正軽油一〇番（通話料無料）** ☎0800-8002-110

後志総合振興局税務課

☎23-1336

特設行政・人権相談所開設

10月の行政相談週間にあわせて特設行政・人権相談所を開設します。
 ・道路がデコボコになっていて通行に支障がある
 ・登記や年金について聞きたいことがある
 ・不当な差別、誹謗中傷、いじめ、プライバシーの侵害など人権問題に悩んでいる

行政相談委員・人権擁護委員が住民の皆さんからの行政や人権に対する苦情やご意見、ご要望などをお聞きします。お気軽にご相談ください。相談無料、秘密は厳守します。

■日時/10月16日(土)13時30分～16時
 ■場所/公民館研修室
 ■相談委員/加藤修・中島由布
 行政評価局や法務局では常時相談を受け付けています。

「行政苦情110番」
 ☎0570-090-110
 「みんなの人権110番」
 ☎0570-003-110
 住環境課生活安全係
 ☎56-8005

北海道最低賃金改定のお知らせ

北海道の事業場で働く全ての労働者およびその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。
 時間額 889円
 (令和3年10月1日より)

※最低賃金には、精皆動手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金および時間外等割増賃金は算入されません

※特定の産業で働く方には、北海道の特定最低賃金が適用されます
 厚生労働省北海道労働局
 労働基準部賃金室
 ☎011-709-2311
 小樽労働基準監督署俱知安支署
 ☎22-0206

自賠責の期限切れは大丈夫？

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、令和2年の事故発生件数は約31万件、死傷者数は約37万人となっております。誰でも交通事故の被害者・加害者になるかもしれません。

自賠責保険・共済は、すべての車・バイクに加入が義務付けられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度です。自賠責保険・共済に加入しないでの運行は法令違反になりますので、一人一人が自賠責制度の役割や重要性などを十分理解した上で、車などを運転しましょう。

金毘羅祭典に伴う露店出店の中止のお知らせ

例年、金毘羅祭典に併せて町道北3条通(メルヘン通り)を会場に、露店出店が行われておりましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、昨年度に引き続き今年度の露店出店は中止することになりましたので、ご理解のほどよろしくお願いたします。

町建設課管理係 ☎56-8011
 町建設課管理係 ☎56-8011

消防署からのお知らせ

秋の火災予防運動を実施します

朝晩の冷え込みが強くなる秋を迎え、暖房器具の使用増加で火災が発生しやすくなるこの時期、10月15日から31日まで全道一斉に火災予防運動が実施されます。

火災予防運動は全国統一標語「おうち時間 家族で点検 火の始末」を合言葉に火災による死傷者と財産の損失を未然に防ぎ、防火思想をより広く普及することを目的として実施されています。

日頃から火災予防には十分注意されていると思いますが、この火災予防運動を機に、より一層の防火意識の向上に努めるようお願いいたします。羊蹄山ろく消防組合HPにて火災予防などの記事を掲載していますのでご覧ください。

	令和3年	令和2年
火災	3件	4件
救急	470件	540件
救助	37件	29件
その他	80件	52件

まちの事件簿 | 地域安全ニュース

8月の主な事件

▽盗難事件の発生
 町内の商業施設において、商品が万引きされる事件が3件ありました。

8月の主な交通事故

▽5日、道道において、車両同士の追突事故が発生しました。
 ▽7日、町道において車両同士の衝突事故が発生しました。
 ▽7日、国道において、バイクと車両の衝突事件が発生しました。

	令和3年	令和2年
人身	16件	16件
物損	322件	353件
死者	2名	0名

消費者コーナー

俱知安消費者協会

俱知安消費者大会のご案内

広報9月号、また、消費生活ニュースで9月開催をお知らせしましたが、コロナ禍の緊急事態宣言によって下記のとおり延期して開催することになりました。皆さんの出席をお待ちしつつ、ご案内します。

記

- 日時/10月8日(金)
 開場:13時10分 開演:13時30分
- 場所/文化福祉センター大ホール
- 演題/「家庭ゴミの現状とゆくえ」
- 講師/ニセコ環境株式会社
 環境部長 関口 肇 氏
- ※当日はマスクの着用、検温、手指の消毒、三密を避ける行動をお願いします
- 消費生活相談室(公民館1階団体室)
- 月・水・金曜日10時～15時 ☎23-1522

町総合文化祭開催のお知らせ

文化活動の充実発展を図ることを目的に開催する俱知安町総合文化祭は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は「芸能発表会」「町民音楽祭」「吟詠剣詩舞発表大会」「和室催し物」は中止し、「幼保、児童・生徒および文化サークルなどによる作品展示会」を開催します。

詳しくは今月の折込チラシをご覧ください。
 公民館文化振興係 ☎22-0230

町営プール代替施設の利用期間延長について

建物の老朽化により営業を中止している町営プールの代替施設として、ホテルニセコアルペンのプール施設を町営プールの料金で利用可能な「代替施設利用券」を総合体育館で販売しています。
 施設の利用期間を9月30日(木)まで

全町敬老会のお知らせ

■日時/10月15日(金)11時
 ■場所/俱知安町総合体育館
 ■対象/満75歳以上の町民
 ※感染症の状況によって、開催もしくは中止について判断します。対象の方へは10月上旬に案内します
 福祉医療課地域包括支援センター
 ☎23-0500

選挙権の歴史

今秋には衆議院議員総選挙が予定されています。憲法15条で公務員の選定は国民固有の権利と定められていますが、法律上、全ての日本国民に投票の機会が付与されていたわけではありません。今回は、選挙権を巡る裁判をいくつかご紹介します。

- ・在宅投票制度廃止事件…「疾病等のため投票所へ行くことができない在宅者」のために1952年までは在宅投票制度が存在していましたが、この制度が廃止されたため、裁判となりました。裁判所は、国民は、その手が投票箱に届くことが憲法上保障されていると述べ、この訴えを機会に、重度身体障害者に限り在宅投票制度が復活しました。
- ・在外日本人選挙権訴訟…日本国外に在住する在外国民は国政選挙の投票を行うことができませんでした。2005年、最高裁判所が憲法違反との判断を示し、法改正が行われました。
- ・成年被後見人選挙権裁判…成年被後見人の方の選挙権が認められていませんでしたが、選挙権を求める訴訟が提起され、2013年、東京地裁は憲法違反との判断を示し、法改正が行われました。

選挙権については、一定額の納税を要件とする時代もありましたし、女性の選挙権が認められたのは1946年からです。現在でも、住民票のないホームレスの方は選挙権を行使できず、問題視されています。選挙権は、民主主義を実現する上で重要な権利の一つですが、歴史を見ると、さまざまな運動や裁判で拡大されてきたことが分かります。

今秋の選挙では、ぜひ、大切な一票を投じてください。



ようてい法律事務所
 弁護士 渡邊 恵介
 ☎21-6228

人口	14,835人(前月比 -8)
男子	7,560人(前月比 0)
女子	7,275人(前月比 -8)
世帯数	8,000世帯(前月比 -22)
うち外国籍住民	692人(前月比 -24)



ぼくたち わたしたち くっちゃん子

俱知安ですくすく育つ子どもたちです。「こんな子に育ってほしい！」ご家族の願いも併せて紹介します。

☎総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

子育て支援センターだより

11月の広場のお知らせ

あいあい広場 (0歳)	11月11日(木)
きらきら広場 (1歳)	11月18日(木)
のびのび広場 (2・3歳)	11月25日(木)

どの広場もおもちゃづくりと誕生月のお子さんのお誕生日会を行います。

■申込 / 10月4日(月)9時30分～

子育て講座「栄養士さんに聞いてみよう」

～量はこれくらいでいいのかな？12カ月以降どんなものをあげたらいいの？離乳食で迷ったり、知りたいことなどを栄養士さんに聞いてみませんか？～

■日時 / 11月10日(水)10時～11時
 ■場所 / 子育て支援センター (託児有)
 ■対象年齢 / 9カ月～1歳6カ月
 ■講師 / 岩井 麻未栄養士・新田 京子栄養士
 ■申込 / 10月11日(月)9時30分～

子育て支援センター (南3東5ぬくぬく内) ☎ 55 - 8355 FAX 55 - 8377

開所時間 9時30分～12時、13時～17時 休所日 日曜日、祝日

※現在は感染予防対策のため月～金曜日は16時までで土曜日は休館

※4・10カ月児健康診査を受診した子どもで、保護者が同意した場合のみ掲載しています

インフルエンザと予防接種

医療機関での予防接種が徐々に開始される時期となりました。

インフルエンザワクチン

インフルエンザウイルスは毎年変異しながら流行するので、ワクチンは毎年の流行を予測して製造されます。

ワクチンの予防効果

インフルエンザワクチンの効果で重要なのは重症化や合併症予防です。インフルエンザが重症化するに命に関わる肺炎・気管支炎・脳症・心筋炎などになることがあります。ですが、これらの予防に有効です。

特に、高齢者では死亡を5分の1に、入院を3分の1～2分の1に減少させることが期待できるとの研究報告があります。

予防効果のある期間

接種を受けて約2週間後から予防効果を発揮し、約5カ月間持続します。したがって、毎年受ける必要があります。

新型コロナウイルスとの接種間隔

コロナワクチン接種の前後13日以上(中13日以上)の間隔を空けて接種してください。



町のインフルエンザ予防接種の料金助成および対象の方について

①接種を受ける月に「満65歳以上の方」、「満60～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器機能に障害を有する方」、「ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能不全の方」…1回の接種。自己負担有

②生活保護世帯の方…13歳未満は2回、13歳以上は1回の接種。自己負担なし

☆①②の方の町内実施医療機関および開始時期などについては、詳細が決まり次第、10月上旬折込予定の新聞ちらしなどでお知らせします

☆①②の方で、やむを得ず町外で接種される方は窓口で事前手続きが必要です

☆それ以外の方は、全額自己負担となります。接種を希望する医療機関に直接お申込ください

☎ 22 - 1144

スポーツの秋 身体を動かし健康を維持しましょう

年々、身体を動かすことが面倒に感じていませんか。動かないと認知機能や筋力が低下し、生活機能が低下してしまいます。

今年、東京五輪が開催され、多様な人たちが一生懸命スポーツに取り組む姿を見て、感動した方も多かったのではないのでしょうか。皆さんも、今より少しだけ動くことを意識して、年齢を重ねても自分らしく元気な状態を維持しましょう。

家の中でこまめに動きましょう

ぶつからないように注意しながら、大きく身体を使ったり、こまめに動いたりしてみましょう。

テレビを見るときは

背筋を伸ばして姿勢を正し、かかと・つま先をゆつくり交互に上下させてみましょう。テレビ体操もおすすめです。

腹式呼吸で深呼吸を

マスク生活が続く、無意識に口が開き、浅い呼吸になっていませんか。深呼吸を意識しましょう。



①鼻から息を深く吸い込み、おなかを膨らませる

②ゆつくり息を吐きながら、おなかに力を入れてしつかりへこませる

一日に数回繰り返して行くと、腹筋が使われておなかまわりがすっきりしてきます。

季節を感じて歩きましょう

自分のペースで目安を決めて、定期的に歩きましょう。慣れてきたら、速度を上げたり距離を伸ばしたりしてみましょう。杖やストックを使い歩きながら上半身の筋肉を動かすこともおすすめです。

筋力や体力を維持するために「無理せずに続ける」「運動後には水分とタンパク質を補給する」ことが大事です。四季を感じながら楽しく動いて、はつらつとした毎日を過ごしましょう。

☎ 23 - 0500

感動一点の場

『大白鳥』
1978年 小川原 脩 画



縦162センチ、横130センチの大きな画面に描かれた白鳥たちの姿は、まるで目の前にいて、羽ばたく音まで聞こえそうな臨場感があります。しなやかな肉体、柔らかな羽毛、駆け出す動き。濃紺から灰白にいたる寒色のグラデーションを背景に、凜とした空気をまといながら、白鳥の細部ひとつひとつが丁寧に描かれています。

小川原は動物をよく描いた画家で、1960年代後半からはデフォルメされた馬、70年代には群れる犬が、それと同時に大白鳥も対象となりました。白鳥がモチーフである代表作には「男と白鳥」(1939年、北海道立近代美術館蔵)がありますが、これは神話をもとにした神様の化身、空想の鳥として描かれています。一方、本作は、毎年春に倶知安にも訪れる渡り鳥「オオハクチョウ」が題材です。大きな軀を広げ、群れで飛び立つ様子のなんと力強い事。そうすると手前の一羽の様子が気になります。どうして一緒に飛び立たないのか、なぜ顔を背けているのか。小川原の長年のテーマ「個と群れ」が本作にも表れているようです。10月16日からの展覧会で展示予定です。

文：沼田 絵美 (小川原脩記念美術館 学芸員)

ふるさと探訪

—マダラコウラナメクジ、はびこる—

462回

秋が深まるにつれ目にする機会の増えるキノコですが、倶知安町周辺では数年前から、何者かにかじられたキノコがよく目立つようになりました。

これらはヨーロッパ原産の外来ナメクジ、マダラコウラナメクジの仕業であることがほとんどです。ヒョウ柄のような模様が特徴的なナメクジで、体長は最大20センチ近くまで成長し、寿命は3年ほどと考えられています。北海道で初めて確認されたのは2012年のことで、今ではかなりの地域に広がっていると考えられています。

町内の生息密度の高い場所を夜に歩くと、ほんの短い時間に倒木や落ち葉、木の幹、キノコの上などでマダラコウラナメクジや、彼らが這った後のテラテラ光る粘液の道を見つけることができます。食性は雑食で、他のナメクジを捕食する習性も持っているため、在来のナメクジを駆逐してしまうのではないかと心配されています。また、農作物に被害を及ぼす例もあり、これから身近なところでも被害が増えてくるかもしれません。

ちなみに、マダラコウラナメクジ自体に毒は無いとされていますが、寄生虫などを媒介しているケースも報告されており、注意が必要です。ナメクジ本体や粘液に触れてしまった時は、その手で目や口を触らないようにして、よく手を洗いましょう。



▲キノコを食べるマダラコウラナメクジ

文：小田桐 亮 (倶知安風土館 学芸員)

展覧会のお知らせ

■第1展示室

第63回「麓彩会展」

1958年、小川原脩をはじめとする8人の発起人により創設された「麓彩会」。小川原が「地方文化の苗床」として位置付けた麓彩会展は今年で63回目を迎えます。地域にゆかりが深い作家、また、この地域に根差して創作活動を展開する作家の最近作など、多彩な美術を紹介します。

会期：10月16日(土)～令和4年1月16日(日)

■第2展示室

小川原脩・谷口一芳 二人展「仲間たちへのオマージュ」

小川原作品とともに、当館に所蔵される谷口一芳(1919-2013)作品を紹介します。一芳さんは、野鳥や自然保護への強い関心から、専ら鳥を題材とし、鳥への畏敬、愛慕、賛歌を込め、自然との共生、深奥幽玄の世界を追求。麓彩会展にも第9回展(1967)より参加。この倶知安の地で交流を深め、それぞれに動物たちへの想いを絵画へと込めた画家二人の作品をご覧ください。

会期：10月16日(土)～令和4年2月13日(日)

アート・イベントのお知らせ

■ギャラリートーク「小川原脩と谷口一芳」

日時：10月16日(土)14時～14時30分 会場：第2展示室(無料)
お話し：沼田 絵美(学芸員)

■土曜サロン

世界のグレートアーティスト(16)「ル・ナン兄弟 農民画の先駆者」

日時：10月23日(土)14時～15時 会場：映像ルーム(無料)
お話し：柴 勤(館長)

京都逍遙(4)「典雅なる都の西(洛西・三尾)」

日時：10月30日(土)14時～15時20分 会場：映像ルーム(無料)
お話し：柴 勤(館長)

■金曜ナイトサロン

「美術館でフランス語～ゼロからの旅立ち⑬・⑭」

日時：⑬10月22日(金) ⑭10月29日(金) 各18時～19時
会場：映像ルーム(無料) お話し：柴 勤(館長)
定員：5名程度(要予約)

倶知安風土館イベントのお知らせ

■寺子屋ミュージアム(小中学生向けイベント)

「作ろう!知ろう!ニセコ連峰②」

石こうでニセコ連峰のミニチュアを作ってペイントしながら地形や自然について学びます。今回はチセヌプリ～白樺山周辺。

日時：10月23日(土)13時～16時30分 定員：10名(要予約・先着順) 場所：風土館
講師：古市 竜太さん(マウンテンガイド・コヨーテ主宰) 参加費：300円/1個(1人2個まで)

■ふるさと探訪(観察会)「冬空舞うガを観察しよう」

冬が近づくにつれ現れる不思議なガ、「フユシャクガ」の仲間を旭ヶ丘公園で探します。
日時：10月30日(土)9時～13時 定員：8名(要予約・先着順) 集合場所：旭ヶ丘公園
講師：小田桐 亮(風土館学芸員) 参加費：250円(保険代)

ミュージアム 通信

小川原脩記念美術館 ☎21-4141
観覧料：一般 500円(400円)
高校生 300円(200円)
小中学生 100円(50円)

倶知安風土館 ☎22-6631
観覧料：一般 200円(100円)
高校生以下、美術館観覧者無料

開館時間は9時～17時
入館は16時30分まで
※()内は10名以上の団体料金
10月の休館日 毎週火曜日
美術館：1日～15日
(収蔵庫のくん蒸処理作業、
展示替えのため)
風土館：1日、2日(資料整理のため)

美術館はお暇?

どの美術館でもそうですが、展覧会と展覧会の間には休館日が設けられています。それをさして、「美術館の仕事は休みが多くていいね」と言われることが何と多いことか。

しかし、それは大いなる誤解なのです。この休館は、前の展示の撤去作業、次の展示の準備のためであり、この間、スタッフは、いわば肉体労働を凝縮したような日々を送ることになるのですから。

そして、今月はそこに「くん蒸」の期間が加わります。カビと虫に効果がある特殊な薬剤を用い、長い時間をかけて収蔵庫の中を徹底的に消毒するのです。これは作品を少しでも長く保存し、次の時代に伝えるためには不可欠な作業です。どうぞ、皆さんの温かなご理解を!

館長 柴 勤



公民館 3階図書室

10～18時（日曜は17時まで、毎週月曜休室）

※28日（木）は図書整理日のため休室 29日（金）より古本市を開催



ふしぎ <霊験>
時代小説傑作選

編：細谷正充



川のほとりで
羽化するぼくら

彩瀬まる



嗚う
淑女二人

中山七里



今すぐ使えるかんたん
ぜったいデキます!
ネット通販でお買いもの

井上香緒里



絵本館

10～18時（毎週水曜休館）

※26日（火）は図書整理日のため休館



あっばれ! どごうちゃん

文：堀切リエ
絵：長谷川知子



サヨナラの前に、
ギズモにさせてあげたい9のこと

作：ベン・デイヴィス
訳：杉田七重



みにくいマルコ
えんとつ町に咲いた花

にしのあきひろ



絶対好きにならない同盟
甘いヒミツがある、あいつのこと

作：夜野せせり
絵：朝香のりこ

“くっちゃん”で先生になろう!

自然と国際色豊かなこのまちで、子どもを産みたい、育てたい・・・でも、今の仕事も続けたい方は多いと思います。

そこで、町は待機児童ゼロ、一時預かりや延長保育などを実現し、働くお母さんを支援したい。これまでは「先生」不足が大きな壁。今年から町立保育所ぬくぬく、私立認定こども園(めぐみ、藤、倶知安)、そして放課後児童クラブなど、まちが一つになって“くっちゃん”で先生になろう! キャンペーンをはじめました。

①「保育人材確保一時金」は8年間で総額100万円。

②学生時代の奨学金返還に支援助成金として最大120万円! (上限年24万円を5年間)。

知り合いやお孫さんにも教えていただけたら! 『くっちゃんの子どもたちは、地域みんなで育てていきましょう!』



▲飲酒運転ゼロ決起集会 (8月27日)

文字一志

今日は何を食べよう?

☆鶏だんご豆乳味噌汁☆

●材料 (4人分)

鶏ひき肉 200g、しょうが適量、片栗粉 大さじ1、塩少々、大根3g、にんじん 1/2本、ねぎ1本、きのこ1/2パック、味噌小さじ4、豆乳200ml、水400ml

●作り方

- ①鶏団子を作る。鶏ひき肉にすりおろししょうが、片栗粉、塩を入れて混ぜる。
- ②鍋に水、昆布を入れておく。
- ③大根、にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切り、きのこは石づきを取ってさいておく。
- ④②に固い野菜から入れて煮る。①の鶏団子を丸くしながら入れる。火が通ったら、豆乳を入れて、味噌を溶かす。



1人分 エネルギー 150kcal
塩 分 1.1g

減塩は薄味だけでなく、量も気をつけましょう!

7月に行った倶知安町いきいきライフ検診の食生活アンケートでは454人の国民健康保険の方から回答がありました。外食と比べて自宅の味を薄いと感じている方の割合は65.6%。ご家庭で薄味に取り組んでいる方が多いことがわかります。味噌汁、漬物を1日2回以上食べる方の割合はどちらも約33%でした。

1日に摂取する塩分の目標は男性7.5g未満、女性6.5g未満、高血圧の治療中の方は6.0g未満。国の調査によると食塩摂取量の平均は10.9gとなっていて、目標に届くためには、さらにもう一歩気をつける必要があります。

薄味にしてもたくさん食べると結果として塩分をたくさん取ってしまうこととなります。薄味+食べる量、回数なども気をつけましょう。

栄養士 岩井麻未