

活力湧き出る みどり美しい水のまち



広報

きょうごく

10月号

2018(平成30年)

No.739

今月の主な内容

- 今月のまちの話題…………… 2
- 少年少女広島視察研修…………… 8
- 今月のお知らせ…………… 20



京極町は「日本で最も美しい村」連合に加盟しています。

京極イベントの会主催

kyogoku
Town News ニュース

東亜樹・竹野留里 ～歌謡ジョイントコンサート in kyogoku～2018

京極イベントの会主催（会長：佐々木英雄氏）の歌謡コンサートが8月10日（金）に、京極町公民館大ホールで、盛大に行われました。

当日は、400人を超える来場があり、ゲストとして招いた「東亜樹さん」「竹野留里さん」のステージや、地元カラオケのステージ、また、東亜樹さんの生歌による舞踊家のステージなど、盛りだくさんの内容でした。

また、本イベントを通じて地域の活性化にも繋がりたいというコンセプトもあり、町内外から多くの来場があったことや、地元商店から購入した景品を抽選会で還元するなど、商店街活性化も目標としたイベントとなりました。



東亜樹さん



竹野留里さん





本イベントは、
「まちづくり促進事業応援補助金」
を活用しています。

まちづくり促進事業応援補助金とは・・・

町では、昨年度より地域活性化の為に活動に対して補助金を交付しています。

内容については、町民主体の団体が、地域資源を活用する活動や、町内外から人を集める地域活性化のイベントの開催などに、町が対象事業費の1/2を補助する事業です。

● 実施団体：京極イベントの会

● 実施内容：歌謡ジョイントコンサート

● 出演者と会場のお客様と一体となった楽しいコンサートをコンセプトとして、地元の方の活躍の場や、地元商店街の活用なども実施し、町内全体の活性化を図る。

● 実施団体からは、

● 「目標としていた、450名来場を達成できて良かった。」

● 「町外からも多くの方が来てくれて、京極町のPRに繋がった。」

● などの声があがっていました。

● 来場者からも、

● 「是非来年も実施してほしい」

● との声が多くあがっていました。

京極町では、地域を元気にする活動を行う町内団体を応援します。
「何かしたい」と思っている団体の方は、お気軽に下記までお問い合わせください。

【まちづくり促進事業応援補助金に関するお問い合わせ】

企画振興課 42-2111 (内線25、27)

感謝をこめて長寿を祝う
～いつまでもお元気で～

9/4

京極町敬老会

敬老会は、京極町に住む数え75歳以上の方が対象となり、9月1日現在で647名、満100歳以上の方が4名いらっしゃいます。

当日は天候にも恵まれ192名の皆様が出席されました。

今年もゆうくん、すいちゃんが出席者の皆様をお出迎えし、会場内にはデイサービス利用者の方々の制作した、カラフルで美しい作品が飾られ、敬老会に彩りを添えていただきました。

式典では今年から対象になられた方を代表し、加藤正志さんが町長より敬老祝金を受け取られました。

お祝いのステージでは、保育園（たんぽぽ組・ちゅうりっぷ組）の園児による元気なお祝いの言葉と歌と踊り、松葉会、泉流朱鳳会の皆さんによる華やかで優雅な日本舞踊が披露されたほか、弾き語りの月居正明さんの伴奏で、来賓の皆様方とともに「上を向いて歩こう」「青い山脈」を参加者の皆さまも一緒に歌いながやかなか終了いたしました。来年も元気にお会いすることを楽しみに帰路につかれました。



一生懸命がかっこいい! スポーツ健闘の証

京極町剣道スポーツ少年団(京極剣道連盟)

第66回後志地方剣道大会

第66回後志地方剣道大会(全後志剣道連盟連絡協議会主催)が8月26日(日)京極町総合体育館を会場に、後志管内市町村をはじめ石狩、胆振、渡島管内より小学生から一般まで150チームが参加して行われ、選手・役員や応援の父母など千人を超える関係者が一堂に会して白熱した試合が展開されました。

京極町からは小学生の部3チーム、中学生の部1チーム、女子の部1チームが参加し、見事、女子の部で京極剣道連盟が優勝を飾りました。



○女子の部 優勝—京極剣道連盟
(東倉志穂、佐々木紅葉、久保詩織)

京極町剣道スポーツ少年団

剣道第一種審査会

剣道第一種審査会(初段~3段)が9月2日(日)小樽潮陵高等学校体育館で行われ、中学生・高校生の5名が見事合格しました。



剣道の第一種審査では、2人の相手と実技審査が行われ、その後剣道形の審査が行われます。審査に臨んだ生徒たちは審査員の厳しい目が光る大変緊張感のある雰囲気の中、日頃の稽古の成果が十分に発揮された立派な立ち会いで、受審した全員が合格しました。

- 三段 佐々木紅葉、村田優菜
- 二段 駒谷雄斗、老田彩花
- 初段 西村洸太

今年もがん健診等受診意向調査を実施します。

京極町では、平成27年度から町で行っている胃がん、子宮頸がん、肺がん、乳がん、大腸がん検診の受診状況や希望を把握することで、がん検診の受診を促進、がんの早期発見につなげ、がんによる死亡者の減少を図ることを目的として意向調査を実施しています。

昨年行ったがん検診等受診意向調査は、多くの方のご協力により80%以上の調査票を回収することができました。ありがとうございました。

京極町はがん検診の受診率が10%前後とかなり低く、国の目標である50%にはまだまだほど遠い状況です。

少しでも多くの方ががん検診を受けられるよう、効果的で効率的な検診を実施していきたいと考えています。調査のご協力よろしくお願いいたします。

対象の方には、10月にアンケートを送付いたします。



私たち健康推進員が
調査票の回収にお伺いします♪

〈お問い合わせ〉
健康推進課 保健師 TEL42-2111

第47回花だんコンクール審査結果

京極町ふるさとづくり推進委員会（大木勝彦会長）主催による花だんコンクールが8月3日に行われました。今年は花壇の部、ガーデニングの部に併せて15作品の出陳があり、花を育てる技術やデザイン、管理の状態や家の景観と調和しているかなどをポイントに審査を行いました。

審査の結果、花壇の部の最優秀賞には光寿寺、ガーデニングの部の最優秀賞には佐藤恵美さんがそれぞれ選ばれました。今回、出陳があった作品の他にも、大勢の方々に京極町の美化運動へご協力いただいています。これらの方々に感謝するとともに、これからもきれいな町づくりにご協力をお願い致します。



花壇の部 最優秀賞
光寿寺



ガーデニングの部 最優秀賞
佐藤 恵美 さん



花壇の部 優秀賞
京極女性の会



ガーデニングの部 優秀賞
堅田 芙美子 さん



花壇の部 優秀賞
共楽クラブ



ガーデニングの部 優秀賞
渡部 ミチ子 さん



模範ガーデン
鳩澤 ゆかり さん



模範ガーデン
若狭 路子 さん



花壇の部 優良賞
遠藤 ムラ子 さん



花壇の部 優良賞
共栄地区婦人部



花壇の部 優良賞
京極保育園



花壇の部 優良賞
京極中学校



花壇の部 優良賞
パイオニアフーズ



花壇の部 優良賞
ふきだし地区環境保全会



ガーデニングの部 優良賞
藤井 志津子 さん

第23回少年少女広島視察研修



京極では、平成7年9月に「非核・平和の町宣言」をしたことをきっかけに、平成8年より広島市の平和祈念式典に小学生を派遣しています。

今年も8月5日から7日までの3日間、小学生4名・中学生4名が平和の大切さ、命の尊さを学んできました。子どもたちが自分の目や耳で実際に学んできた感想を紹介します。



広島視察研修で学んだこと

京極小学校六年
木村 萌 寧

私は初めて広島に行きました。広島は、すごく暑く熱中しようになりそうでした。だから水分補給はすごく大切だということも広島に行って学びました。

広島一日目は、最初に平和記念資料館に行きました。平和記念資料館には、爆弾で焼けた三輪車があったり、背中にやけどをした人の写真がありました。それを見て私は、すごく痛い思いをした人がたくさんいたんだなと思いました。私は平和記念資料館に行って、特に心に残ったことがあります。それは、当時の人たちの苦しみが書かれているものをたくさん見ることで、本当につらい体験だったということがわかったことです。

次は、広島平和会館に行って被爆証言者、原田さんという方に、当時のことをたくさん教えてもらいました。昭和二十年八月六日午前八時十五分に原爆が落とされたそうです。原爆が落とされた中心部の方は、約四〇〇〇度の高熱だったそうです。それを聞いたとき、中心部から二キロメートルも火で全焼全滅なのでにげられないと思いました。中心部から二キロメートルのところに住んでいた人は、すごく熱く、苦しい思いをしたんだなと思いました。他には、平和記念公園の五十センチメートル下には、たくさんの方がねむっているということも聞きました。

広島二日目は、平和記念式典に参加しました。色々な人の話を聞きました。その後船に乗って、広島に行きました。水族館に行ったりかき氷を食べたり、3人でおそろいのサングラスを買いました。とても楽しかったです。

私は、この研修に行つてすごくよかったです。知らなかったこともまてくわしく教えてくれたし、当身を体験している人がどれだけ多かったかとも、知ることができたので本当によかったです。広島はすごく楽しかったです。これからは、この研修で学んだ、当時の人はこんなにつらかったということ、友達とかに、教えてあげたいと思いました。



広島視察研修に参加して

京極小学校六年

及川 姫奈

原子爆弾が投下されてから七十三年しかたっていないのに、ほとんど原子爆弾について知りませんでした。なので学んだことが沢山ありました。

原子爆弾は、一九四五年（昭和二十年）八月六日、午前八時十五分に「リトルボーイ」という名前で投下されました。上空約六百メートルの地点で爆発したその一発で広島は、死の世界になったのです。私は、なんでそんなおそろしい物を人間は作ってしまったのかと思いました。

七十三年前の被爆の体験を教えてくださいましたのは、原田ひろしさんという方です。原田さんは、当時六才でした。原爆が投下された時お父さんと広島駅にいたそうです。たまたま強いかけのかけにいたので助かり、駅の下じきになつてしまつたけど、すぐぬけ出せたので無事でした。駅から出るとすぐ、火の海が広がっていたそうです。火の海からにげようと走ると、火が追っかけてくるように感じたそうです。私は頭の中で想像してみました。すごくこわいと思います。

平和記念式典にも出席しました。私たちと同じ小学六年生の男の子と女の子が前に出て、原爆について語っていました。すごいなと思いました。大人に言われるより、子供に言われる方が胸にくると思いました。もくとうをした時、これまで見たたり聞いたりしたことを想像していると、悲しくっておそろしい気持ちになりました。私たちと同じ、子供も原爆の被害にあつてしまいました。亡くなった方だけじゃなく、子供たちの夢も、笑顔もすべて原爆によつて、うばわれてしまいました。「もう二度と、このようなものによつて人々を苦しめないでほしい」と願いました。

広島文化を知るために、広島にも行きました。「厳島神社」に行きました。歴史で習ったばかりなので、少しわかりました。他にも鹿がいっぱいいたりして楽しかったです。

広島に行つて一番に思ったことは、戦争は苦しいものだとかわかってはいるはずなのになんで続いているんだらうということ。今後、戦争の苦しみを他の人にも伝えていきたいと思えます。それがみんなに広まったら、いつか、戦争はなくなると思えます。でも、無くなったとしても、原爆によつてうばわれた夢や笑顔は、戻ってきません。もう二度と、このようなことが起こらないでほしいと思えます。貴重な体験ができて良かったです。



広島視察研修で学んだこと

京極小学校六年

小柳 翔哉

ぼくは、広島に行つて原爆のことを学びました。まず、資料館に行きました。資料館には、原爆の被害者の写真や着ていた服などの他にも色々な資料がありました。特に写真は、当時のことがよくわかりました。おそろしい写真がたくさんありました。

73年前の事を話してくれたのは、原田ひろしさんです。原田さんは当時6才でした。1945年8月6日8時15分に悲劇は起きました。いつも通りの1日を迎えようとしていた時、原爆が落とされました。その時の熱風は4000度だったそうです。爆風は台風の10倍以上だったそうです。ぼくが特別におどろいたことは、原田さんはにげるとき道が遺体だらけでふむ場所がなかったそうで、人の体をふみながら進んだそうです。遺体の上は、ドロドロでふみつけるとめりこむそうです。もう1つおどろいたことがあります。それは、この1つの原爆によつて亡くなった人が、14万人もいることです。その中には、名前がわかっていない人だつてたくさんいます。この世に生きていた証を残せていない人がすごくかわいそうです。もうこんなことはこの世で二度と起こらないでほしいです。

今現在の被爆者は、約5万人だそうです。でもその中で原爆の話をしてくれる人は、150人ぐらいだそうです。なぜ話してくれないのかというと、もうこれ以上、おそろしい体験を思い出さくないからだそうです。話をしてくれる原田さんはとても勇気のある方だと思いました。

ぼくが本場に一番おどろいたのは、平和記念公園という公園を50センチメートルほどほれば73年前のものが出てくるということです。73年も前だから、もう片づいていると思つていたらちがいました。ぼくは、原爆について、原田さんが生き残れたことは本人が言つていたように奇跡だと思いました。もう絶対こんなことは起きてほしくありません。



「広島視察研修」をふり返って

京極小学校六年

並木省吾

ぼくは、広島に行つて感じた事が2つあります。一つ目は、被爆体験者、原田さんの話を聞いて、とてもつらい体験だと感じた事です。どうしてかという、原爆が落ちた時に原田さんは、駅の構内のすみにお父さんといっしょにかくれ被害をまぬがれたそうですが、その後まわりには、大勢の人たちが皮膚が垂れ下がっていたり内臓が飛び出ていたりそして死んでいたり地ごのようだったと言っていました。原田さんは、やけどの人が「助けて」と言っているのも何もできなかったことがつらかったし、絶対にわすれる事ができないと言っていました。ぼくは、わすれることができないくらいつらい体験をした事がないので、つらくておそろしい体験をぼくたちに話してくれてすごいなと思いました。

もう一つは、戦争は絶対に起こしてはいけないと感じたことです。戦争をしなければ、原爆が落とされることもなかったと思います。ぼくは、「平和記念資料館」に行つて、ボロボロの服や、時間が止まったようで時計を見ました。一発の原子爆弾によつて多くのぎせいの者が出て赤と黒の世界になってしまつたのです。そんな時代に生きていた人たちは、本当にかわいそうだと思いました。ぼくは、絶対戦争なんて体験したくないと思います。僕にとつて「平和」とは、みんなが安心して暮らせることだと思います。そして最後に楽しかったことがあります。

宮島の「厳島神社」に行つたことです。海に大鳥居があつてすごく神秘的な場所でした。ぼくたちが行つたときは、潮が引いていたので大鳥居の下まで歩いていくことができました。とても貴重な体験をしました。暑かつたけど、楽しいこともあつてよかったです。京極小学校の代表として広島で聞いたことや学んだことや感じたことをみんなに話してあげたいと思います。



広島視察研修で学んだ事

京極中学校三年

赤坂優太

僕は、広島視察研修に参加するまでは原爆や戦争の悲惨さなどは、学校で少し勉強していたけどそれほど詳しくは知りませんでした。今回の研修で平和記念資料館に行つて遺品や写真を見たり、被爆被害者の話を聞いたりしてたくさん学ぶことができました。

僕が参加して特に印象に残つたのは、原田浩さんという語り部さんの話です。この原爆の被害者で話をしてくれるのは150人ちょっとしかいない原田さんも話したくはなかったけど元平和記念資料館の館長だったから話してくれると言っていました。被爆した人の中には、なんで自分だけ生きているのだろうと言っている人がいますが、過去のことは話したくないのだと思います。そして、原田さんの被爆した時の話の中で特に印象に残っているのは、全滅区域の中で原田さんは奇跡的に助かつて原爆の火から逃げている時に周りの人が爆風や熱線で体がぼろぼろになっていて、その人達が助けを求めても火から逃げるしかなかく助けることができないし、周りにも助ける人もいないのでそのまま亡くなつてしまつたので、原爆は、すごく恐ろしいことだと言っていました。僕はこの話を聞いて戦争は二度と起きてはいけないことだと思いました。

広島に行つて厳島神社や原爆ドームなどの世界遺産を見ることができてとてもいい経験になりました。

今回、広島研修に参加して学んだ事をいろんな人に伝えて原爆の恐ろしさ、悲惨さ、そして命の尊さなどを知ってもらいたいです。





広島視察研修に行つて

京極中学校三年
田居 福太郎

僕がこの広島視察研修に行きたかった理由は、社会の授業で習った原爆をもっと深く知りたいと思つたからです。

1日目の平和記念資料館では、早速、原爆の悲惨な写真などを見ました。熱により人が火傷を負う写真、原爆が落ちた時間で止まっている腕時計などが印象に残っています。僕の中で最も印象に残っているのが放射線についてです。特に、放射線による後遺症や急性障害、遺伝子への影響などが印象に残っています。遺伝子への影響は、一度、原爆が落ちたら何百年、何千年とたつても消えることがないので、放射線はとても恐ろしいものだと思つて感じました。平和記念資料館の後に、被爆者のお話を聞かせていただきました。被爆者の原田さんは、先程の平和記念資料館の元館長で被爆した経験を話せる最後の館長だったそうです。6歳の時に被爆した原田さんのお話しは、本当に起こったことなのかと思うようなお話しばかりでした。最も印象に残っている話は、人の上を歩いたという話です。原田さんは被爆した時、広島駅近くの頑丈な建物の近くについて助かったそうです。逃げる時に、生きている人でも踏んで逃げたそうです。人を踏むと、皮膚などが焼けているので、足が埋まったそうです。僕が、こんな経験をしていたら、その情景が脳裏に焼きついて話したくないと思いました。

2日目は、平和記念式典に参加しました。内閣総理大臣や国際連合事務総長のお話しなど、普段聞くことができない人たちの話が聞けて良かったです。広島では、二つの世界遺産を見ることができました。原爆ドームは、原爆の悲惨さが伝わってくるような建物でした。厳島神社は、本当にこれを平安時代の人たちが造つたのかと思うような建物でした。

今回、広島視察研修に行つて、原爆がどれだけ恐ろしく悲惨なものかを知ることができました。広島視察研修は、とても良い経験になったので、原爆の恐ろしさや平和の尊さを発信していかなければならないと思いました。



今回の研修を終えて

京極中学校三年
竹田 一翔

僕が、この視察研修を終えて思い出に残っていることは、3つあります。1つ目は、広島記念資料館です。ここでは、その当時の様子を詳しく学ぶことができました。特に、三輪車と、お弁当箱と、8時15分で止まった時計は見ることがありましたが、実際に見ると、言葉が失いました。写真や当時使用していた物などを見ると、原爆の悲惨さを改めて理解することができました。

2つ目は、広島平和記念式典です。ニュースでは安倍総理などのあいさつしか取り上げられないですが、広島市長などのお話しを聞くことができて良かったです。特に小学6年生の男の子と女の子がたくさん人の前で堂々と演説を行つていてびっくりしました。

3つ目は、宮島です。特に鳥居と厳島神社が思い出に残っています。鳥居は、見たことがあったのですが、実際に近くで見ると、すごく迫力がありました。厳島神社は、世界遺産でもあったので、中に入れることがすごくうれしかったです。

僕は、この研修で、改めて戦争の悲惨さと平和の尊さを学ぶことができました。被爆者の方のお話しや、平和式典でのあいさつなどを聞いて、原爆とはどれほどこわいものなのかを知ることができて良かったです。学んだ事を周りのみんなにも伝えていきたいです。





広島に行つて学んだこと

京極中学校三年

半田 あやめ

私は、今回初めて広島に行きました。私は、3日間で学んで、考えたことと伝えなければならぬことを発表します。

伝えなければならぬことは、広島平和記念式典の平和宣言で市長が「広島に原爆が落ちてたくさんの方が出たことを過去の事だとして忘却や風化させてしまう事があつては絶対にいけない。人類が歴史を忘れ、あるいは直視することを止めたとき、再び重大な過ちを犯してしまいます。」と言つていたことです。語り部さんも過去のことにしてほしくないと言つていたので驚いて、納得しました。あの悲劇がどんな過去になつていきますが、忘れては絶対にいけないと思つていました。語り部さんは、悲劇を忘れないで、二度と同じようなことを起こさないために、嫌かもしれないけど、その悲惨な体験を私たちに話して伝えてくれてるのだと思つてます。その思いや体験が世界の人人々全員に広まつてほしいです。まず、私が京極町の人人々にこれを伝えたいと思つてます。これを見た人は他の人人々にも伝えてもらつてほしいです。

考えたことの1つ目は語り部さんが、デモなどはやめてみんなに祈つてほしいと言つていたことです。私は、首相などに話を納得させるような核兵器や戦争根絶のデモは良いと思つてました。祈るだけでは伝わらないのでいろんな人に伝わるようにするデモは良いと思つてます。でも、それがきっかけで事件などが起きないように厳重な警戒は必要だと思つてました。

考えたことの2つ目は、アメリカの中には、原爆を広島に落としたので第二次世界大戦が早く終わり、死者がもっと多くなつたかもしれないので、落として良かったと思つている人がいて、語り部さんがそれに対して怒つていてということ。私はそれを聞いたときは、その考え方を全否定するのはおかしいと思つてました。でもちゃんと考えると語り部さんは、もうそういう意見ではなく「もう核兵器や戦争はいらぬ」という意見や考え方にしてほしいのだと思つてます。アメリカや他の国でも同じことですが、こういう考えの人が絶対いると思つるので、核兵器や戦争の根絶を真つ先に思う人が増えてほしいと思つると同時に私も広めていかなければならないのだと思つてました。今回は、本当に貴重な体験をさせていただきありがとうございました。



後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 交通事故など、第三者の行為によりけがや病気になったときは？ ～

交通事故（自動車事故や自転車事故等）や飲食店等での食中毒など、第三者（加害者）の行為によってけがや病気になったとき、本来、治療費は加害者が全額負担するのが原則ですが、被保険者証を使って治療することができます。治療費のうち後期高齢者医療制度の負担分については、後期高齢者医療制度が一時的に立て替えて、後日、加害者に請求することになります。

■ 第三者の行為とは？

- 交通事故
- 他人の飼い犬にかまれた
- 購入食品や飲食店等での食中毒
- 暴力行為 など

◆ 必ず医療機関に伝えましょう

医療機関に対して第三者行為によるけがなどにより、保険証を使用して治療を受ける旨をしっかりと伝えましょう。

◆ 警察に届け出ましょう

交通事故のときは、けがの程度が軽くても必ず警察に届出し、人身事故として事故証明書を出してもらいましょう。

◆ 市区町村の窓口にも必ず申請しましょう

法令により、速やかに後期高齢者医療広域連合に届出をすることが義務付けられていますので、市区町村の窓口へ第三者行為による被害届の申請をしてください。

【申請に必要なもの】

- 第三者行為による被害届(市区町村の窓口にあります。)
 - 被保険者証
 - 被保険者の印鑑
 - 事故証明書(後日でも可)など
- ※詳しくは市区町村の窓口へご確認ください。

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合
住所 〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目
国保会館6階
☎ 011-290-5601

京極町役場住民福祉課 保険医療係
住所 〒044-0101
京極町字京極527番地
☎ 42-2111



秋の火災予防運動

10月15日～10月31日

これからの季節、日に日に寒くなり暖房器具などを使う場面が多くなると思います。また空気が乾燥し、火事が起きやすい季節ともなります。

この運動は悲惨な火事を防止するため、毎年行われています。

忘れてない？
サイフにスマホに
火の確認

平成30年度 全国統一防火標語

住宅火災から命を守る7つのポイント

①住宅用火災警報器を設置する

②寝具やカーテンなどは防炎品を使用する

③ストーブの近くに燃えやすいものを置かない

④寝たばこは絶対しない

⑤近隣住民で協力体制をつくる

⑥住宅用消火器などを常備する

⑦ガスコンロから離れるときは必ず火を消す

みなさま 火の用心 をお願い致します



消防への通報・連絡は下記まで		
火事・救急・救助 (指令センター)	局番なし	119番
災害案内専用電話 (自動音声)		22-6655番
その他お問い合わせ(消防署京極支署)		42-2303番





～にこにこ教室でつくってみたよ～

今回で3回目のにこにこ教室では布のバックに色をぬって遊びました。
透明度、発色のよい、みつろうクレヨンを使って重ね塗りや、好きな絵を描いて自分だけのマイバックができました。ほかにも小さな木のコマにも好きな色を塗って回して遊びました。楽しかったね。



～幼児交流倶楽部あき組たのしかったよ！～

短い夏が過ぎ、あつというまにあき組です。
教育委員会事業幼児交流倶楽部あき組がはじまり1週目は敬老の日に向けおじいちゃんおばあちゃんへプレゼントをつくりました。2週目はあき組恒例の虫さがしをしました。いっぱいだったね！

～きらきらママ教室～

妊婦さんと授乳中のお母さん達が集まったきらきらママ教室が支援センターで行われました。

1回目の「助産師に聴こう、おっぱいの秘密とプレママのあれこれ&子育て支援センターと保育園ってどんなところ？」では保健師の他、助産師、保育園長がお母さん達の話の聞いたり答えたりしていました。

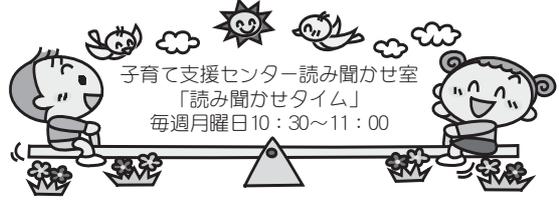


絵本読み聞かせ 10月の予定は次のとおりです。

- 1日紙芝居「チーちゃんはかくのがすき」
絵本「ブンブンどらいぶ」他
- 15日紙芝居「おおきなぼうし」
絵本「にんじんロケット」他
- 22日紙芝居「するするおかあさん」
絵本「うさぎうさぎなにたべてるの」他
- 29日紙芝居「おようふくきょうね」
絵本「ぎゅうって」他

ご報告

9月8日(土)に予定していました
子育て支援事業
「親子で楽しむ公演会 スイミー」
ですが、胆振東部地震の影響のため中止とさせていただきます。今後また楽しいイベントを考えていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくをお願いします。



10月の子育てカレンダー

- 秋の親子ピクス教室～子育て支援センター・・・3・10・17・24日(水) 10:00～11:00
- 乳児健診～公民館・・・9日(火) 13:00～
- ぱくぱく教室～公民館・・・26日(金) 10:00～11:30



今月の生涯学習情報

生涯学習センター湧学館 電話 42-2700・公民館 電話 42-2203・総合体育館 電話 42-2075

10月のカレンダー ■休館日 ★夜間開館日 ●イベント

日	月	火	水	木	金	土
9/30	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	11/1	11/2★	11/3

※休館中の本の返却には、正面玄関横の「返却ポスト」をご利用ください。(夜間や早朝にも返却できます)



10月27日(土)

湧学館まつり

*湧学館で遊びリンピック

～3つの競技でメダルをねらおう!

*ゆうくんすいちゃんをさがせ!

～湧学館のどこかに隠れているよ

*ガチャガチャで図書館クイズ!

～出てきた問題を解いて景品ゲット

*えほん&紙芝居のおはなし会

～どんなおはなしがお楽しみに♪

*布絵本、おはなし迷路コーナー

などを予定しています



◎詳しくは、回覧・チラシ・ホームページなどでお知らせします。



10/5(金)、19(金) 平家物語 読書会(読書室)

午後7時～午後8時まで

10/20(土) おはなし会(幼児室)

午前11時～ ☆プレゼントもあるよ!
みんな来てね!

10/27(土)湧学館まつり

午前10時～

10月の展示

平成最後の・・・

読書の秋

平成の芥川賞・直木賞受賞作などを展示します

陶芸教室

昼の部 開催します

日程:10月9日(火)、16日(火)、

23日(火)、30日(火)

時間:午前9時～午前11時まで

場所:湧学館1階 陶芸教室

内容:自分だけの作品作り

講師:陶芸家 池田富次氏(蘭越町在住)

協力:京極町陶芸愛好会

参加料:粘土を使うごとに500円(1kg)

対象:京極町在住の高校生以上の方

定員:16名

持ち物:手拭きタオル

(粘土で泥だらけになります)

その他:教育委員会生涯学習課へ

お申し込みください。



湧学館のホームページでは、新着本情報などを随時お知らせしています。
インターネット予約もご利用ください

京極町 湧学館

検索

(<http://lib-kyogoku.jp>)



● 新着図書案内 ●

ひとり5冊まで2週間貸出できます
予約・リクエストも随時受け付けています



◆日傘を差す女 (伊集院静)
都心のビルの屋上で、捕鯨船の伝説の砲手である老人が、胸に鉤が刺さった遺体で発見される。捜査本部は自殺と結論づけるが、酷似した凶器で殺害された遺体が次々と見つかり…。〔小説〕



◆焦土の刑事 (堂場瞬一)
1945年東京大空襲の日、防空壕で女性の遺体が発見される。首には刃物による切り傷が。犯罪として捜査を進める京橋署刑事の高峰だが、署長から「空襲の被害者だ」と言われる。殺人事件のもみ消し、そしてまた殺人が起き…。〔小説〕



◆うちの子、安全だいたいどうぶ?新しい防犯教育 (宮田美恵子)
子ども自身に「自分で自分の命や体を守る力をつけること」。それこそが保護者が子どもにできる防犯教育です。社会や時代の変化に合った新しい防犯教育を、乳幼児期から12歳まで年代別にわかりやすく解説。〔安全教育〕



◆もう言っとかないと (中村メイコ)
現在84歳、芸歴82年をむかえた中村メイコ。これまで秘してきたことから、戦争や芸能界、盟友たちのことまで、古舘伊知郎を聞き手に思いの丈を語りつくす。〔芸能〕



◆きゅうきゅうしゃのぴーとくん (鎌田歩)
救急車のぴーとくんの毎日は大忙し。すっかりくたびれてしまったぴーとくんは、逃げ出して海に向かう途中、仕事を頑張っている、郵便車のあかくんや宅配車のほいほいさんたちを見かけ…。働く車の活躍を描く。〔絵本〕



◆珍獣ドクターの診察日記 (田向健一)
動物病院にやってくる、言葉を話せないさまざまなペットたち。アマガエルからリクガメまで、100種類を超える動物たちの治療をしてきた著者が、生きものの命との向きあい方を綴る。〔児童ノンフィクション〕



◆蝶のゆくへ (葉室麟)
北村透谷や島崎藤村らが教師を務める明治女学校に学ぶ星りょう(後の相馬黒光)は、自分らしく生きたいと願い、葛藤する新時代の女性たちと心を通わせていき…。歴史長編。〔小説〕



◆とりあえずウミガメのスープを仕込もう。 (宮下奈都)
北海道のトムラウシに1年間移住したり、本屋大賞を受賞したり…。さまざまな変化があった6年半の月日を、「食」とおして温かく描き出す。〔エッセイ〕



◆全身の病は口から防ぐ! デカヘッド「歯」ブラッシング (山本松男)
健康寿命は口内環境で決まる! 全身の病を悪化させる歯周病の基礎知識と治療の最前線、虫歯等の口腔トラブルについて解説した上で、歯周病・虫歯を撃退するデカヘッド歯ブラシを使ったブラッシング法をわかりやすく紹介。〔口腔衛生〕



◆シカクさん (マックバーネット)
シカクさんはマンマルさんに天才彫刻家と間違えられて、さあ、たいへん。ふたりが欲しいものは、無事カタチになるのか? マック・バーネットのお話を大阪弁訳した文と、ジョン・クラッセンのイラストが楽しい絵本。〔絵本〕



◆ふたりはとつても本がすき! (如月かずさ)
チーターのチッタちゃんとカバのヒッポくんは本を読むのが大好き。はやく、たくさん読むチッタちゃんと、ゆっくり、じっくり読むヒッポくん。正反対のふたりだけど…。読書を通して友情を深める物語。〔読み物〕



読書週間期間中は、図書の貸し出しを1人10冊までに拡大します。



貞村管理栄養士

「きょうごくキッズ☆ファームで 野菜嫌いを克服」

食育の一環として、役場裏の土地で、野菜の栽培・収穫体験教室『きょうごくキッズ☆ファーム』を実施しています。

8月25日(土)に行われた第3回教室は、あいにくの悪天候により収穫は別日程で行い、調理実習のみを行いました。

第3回キッズ☆ファーム、収穫の様子

調理

収穫した野菜と、京極産の食材を使って夏野菜ピザと茹で枝豆を作りました。

「走らない、順番を守る、おはなしをきく」の3つの約束をし、お母さんと一緒になすやピーマンを切り、生地を薄くのばして具材をトッピングしました。



試食

「おいしい!」とおかわりをし、普段よりもたくさん食べていました。

冷凍ではない枝豆を初めて食べるお子さんもいて、「豆の味が濃い!」とおかわりも大人気でした。



収穫

人参・かぼちゃ・枝豆などたくさん収穫しました。

人参の収穫では、葉っぱがちぎれてしりもちをついたり、土から出てくる人参の大きさに大盛り上がり!小さな人参でも大満足の表情でした。



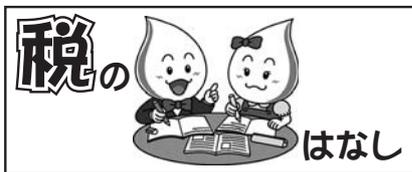
アンケートの結果 保護者向けのアンケート結果の一部を紹介します。

家庭での人気レシピ! ~どうしたら食べてくれた?~

- そのまま丸かじり【きゅうり】
- 漬物【きゅうり、ズッキーニ、なす】
- 輪切りにしてBBQで焼く【ズッキーニ】
- 素揚げ【ズッキーニ】
- 天ぷら【ズッキーニ、しそ】
- ピザ【なす、ピーマン、ズッキーニ】
- カレー【なす、ピーマン、ズッキーニ】
- 納豆【ラディッシュ】

教室に参加してお子さんの反応

- 収穫した野菜を嬉しそうに食べた
- 野菜を自分から食べるようになった
- 育てた野菜、収穫した野菜は家でもよく食べるようになった
- きゅうりのトゲが痛いことを知った
- ズッキーニという野菜を知った
- 町内色々な所にじゃがいもの花が咲いていることに気づき、京極ではじゃがいもがたくさん作られていることを知った



軽自動車税について

■軽自動車税とは

軽自動車税は毎年4月1日現在、町内で原動機付自転車、小型特殊自動車、軽自動車及び2輪の小型自動車などを所有している方に課税されます。(道路を走行するしないにかかわらず申告が必要です。)

■税率

1 平成28年度から税制改正により、原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪の軽自動車、二輪の小型自動車等の税額が引き上げられております。

車種区分		税率(年額)
原動機付自転車	50cc以下のもの	2,000円
	50ccを超え90cc以下のもの	2,000円
	90ccを超え125cc以下のもの	2,400円
	ミニカー	3,700円
小型特殊自動車	農耕作業用	2,400円
	その他のもの(フォークリフト等)	5,900円
二輪の軽自動車	125ccを超え250cc以下のバイク及びブトレーラー	3,600円
二輪の小型自動車	250ccを超えるバイク	6,000円
もっぱら雪上を走行するもの		3,600円

2 四輪車などは、平成27年4月1日以後に新規登録した車両から新しい税率が適用されています。平成27年3月31日までに新規登録した車両(初めて車両番号の指定を受けた車両)は、登録後13年間は、現行税率のままです。初めて車両番号の指定を受けた月から13年を経過した車両(電気自動車等を除く)は平成28年度から、次の表の重課税率が適用されています。

車種区分			税率(年額)			
			平成27年3月31日までの登録車	平成27年4月1日以降の登録車	登録後13年超(重課税率)	
軽自動車	三輪		3,100円	3,900円	4,600円	
	四輪	乗用	営業用	5,500円	6,900円	8,200円
		乗用	自家用	7,200円	10,800円	12,900円
	四輪	貨物用	営業用	3,000円	3,800円	4,500円
		貨物用	自家用	4,000円	5,000円	6,000円

三輪及び四輪の軽自動車に適用されるグリーン化特例の詳細については、京極町のホームページを確認してください。

■手続きをする場所・問い合わせ先

原動機付自転車(125cc以下のバイク) 小型特殊自動車	京極町役場税務課 ☎ 0136-42-2111
軽自動車 (125cc超~250cc以下のバイク・軽四輪)	札幌地区軽自動車協会 ☎ 050-3816-1763 (コールセンター)
二輪の小型自動車	北海道運輸局 札幌運輸支局 ☎ 050-5540-2001 (登録手続き案内)



軽自動車税は、自動車税と異なり月割課税制度はありません。したがって、年の途中で廃車したり譲渡しても、当該年度の税金は全額納めていただくことになります。

また、廃車や譲渡などで現在所有していなくても、手続きが済んでいないと翌年度も課税されてしまうことになりますので、忘れずに手続きをしてください。

10月31日は「町道民税」・「国民健康保険税」 第3期の納期限です

＜問い合わせ先＞ 役場税務課 ☎42-2111 内線34~36



住民福祉課

一部免除を受けたときは
残りの保険料の納付を忘れずに

保険料の一部免除

国民年金の保険料には、本人・世帯主・配偶者の前年の所得（1月から6月までに申請する場合は前々年の所得）が一定額以下の場合には、申請して承認されると納付が免除される制度があります。この場合免除される保険料額には、全額、4分の3、半額、4分の1の4種類があります。

このうち、4分の3免除、半額免除、4分の1免除は、納付すべき保険料の一部が免除されることから一部免除といえます。この一部免除を受けた保険料の残りの保険料、つまり免除を受けていない保険料は、必ず納めなければなりません。この保険料の納付を怠ると免除が承認されずとも保険料未納期間となってしまうので注意が必要です。

4分の3免除の場合

平成30年度では、4分の3免除を受けると月額1万2、250円が免除され、残りの4、090円を納付しなければなりません。

半額免除の場合

平成30年度では、半額免除を受けると月額8、170円が免除され、残りの8、170円は納付しなければなりません。

4分の1免除の場合

平成30年度では、4分の1免除を受けると月額4、080円が免除され、残りの1万2、260円は納付しなければなりません。

保険料の納期限

国民年金の保険料には納期限があります。毎月の保険料は、翌月末日までに納付しなければなりません。

そして、2年を経過すると時効によつて保険料を納めることができなくなります。

保険料の一部免除を受けた場合でも、残りの免除されていない保険料については、この納期限までに納めなければなりませんので、ご注意ください。

くわしくは、
役場住民福祉課または
小樽年金事務所国民年金課

TEL 0134-23-4236

までお問い合わせください。

住民福祉課

納めた国民年金保険料は全額が
社会保険料控除額の対象です

国民年金保険料は社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、平成30年1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけではなく、ご家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、平成30年度中に納付した国民年金保険料については、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、平成30年度1月1日から10月1日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られる予定です。申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証を添付してください。（9月下旬から10月上旬にかけてコンビニエンスストアで国民年金保険料を納付された一部の方は、11月中旬頃送られる

予定です。）

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一の時には心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようにしましょう。

10月の小樽年金事務所
出張相談日

住民福祉課

●開設日時

10月18日（木）

午前10時30分～午後3時30分

●開設場所

後志労働福祉センター

（倶知安町南1条東1丁目）

●予約申込受付

小樽年金事務所お客様相談室

TEL 0134-65-5002

午前8時30分～午後5時

（土・日・祝日を除く）

・ご予約を受付の際には、相談者及び配偶者氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容について確認させていただきます。



自衛官募集説明会の案内

総務課

次のとおり自衛官募集説明会が開
催されます。

説明種目	日時	場所	備考
自衛官候補生	10月20日(土) 1回目：9:00～9:50 2回目：10:00～10:50 3回目：11:00～11:50	黒松内町 総合町民センター内 1F 婦人研修室	※左記の日時以外での説明を受けたいという方は別途調整承ります。
	10月21日(日) 1回目：9:00～9:50 2回目：10:00～10:50 3回目：11:00～11:50	倶知安町 公民館内(文化・福祉センター) 2F 研修室	
	10月27日(土) 1回目：11:00～12:00 2回目：13:00～14:00	岩内町 岩内文化センター内 2F 会議室	

くわしくは、

自衛隊札幌地方協力本部

倶知安地域事務所

TEL 23-3540

自衛官募集相談員 村上 敦

TEL 42-2543

までお問い合わせください。

10月15日(月)～21日(日)

「秋の行政相談週間」です

総務課

住民の皆様からの行政に対する苦情やご意見・ご要望をお聞きしています。

毎日の暮らしの中で、国の役所や特殊法人が行っている仕事について困っていること、納得できないこと、ご意見をお持ちの方はお気軽においでください。

相談は無料で、秘密は厳守します。

◎ 定例行政相談

・ 日時 10月20日(土)

午前10時から午後1時

・ 場所 京極町公民館1階会議室

◎ 行政相談委員

・ 氏名 今野 光 治

・ 連絡先 42-3518(自宅)

◎ 相談内容

・ 年金、交通安全、雇用保険・労働災害、労働保険、登記、道路、生活衛生、消費者保護、窓口サービスなど

住民福祉課

秋の輸送繁忙期の交通安全運動がはじまります

10月17日(水)から10月26日(金)の10日間、「秋の輸送繁忙期の交通安全運動」が実施されます。

日没時刻が早まることから薄暗時間帯から夜間にかけて交通事故が増加します。交通事故を防止するため、ドライバーは早め点灯を心がけ、歩行者は夜光反射材や明るい服装など運転者から見やすい格好をしましょう。

■ 運動の重点

- 過労・過積載・暴走行為運転の防止
- 高齢者の交通事故防止
- 自転車利用者の街頭指導
- シートベルト全席着用の指導
- 飲酒運転の根絶

■ 旗の波運動

交通事故防止のため街頭啓発による「旗の波運動」を実施します。往来する自動車等に安全運転を呼びかけ、町内での交通事故を未然防止するため、皆さんのご協力をお願いします。

○ 実施日 10月17日(水)

午前7時30分から8時00分まで

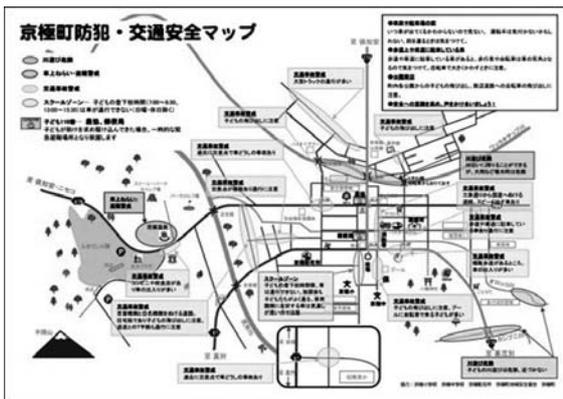
○ 実施場所 京極町役場前

住民福祉課

「京極町防犯・交通安全マップ」を作成しました

町では関係機関のご協力により、京極町防犯・交通安全マップを作成しました。防犯や交通安全には、地域の皆さんの日ごろからの注意がとても大切です。皆さんのご協力で、安全・安心な町づくりをしていきましょう。

京極町ホームページからダウンロードできますのでご利用ください。
<http://www.town-kyogoku.jp/kurashi/tikikanzen/map/>
(QRコード)



10月の総会は、左記のとおり開会予定となります。

●日時 10月25日(木)午後1時30分
(農繁期等により日時変更を行うことがあります。)

総会案件については、開会日時の2週間前までに地区担当委員に申し出下さい。

あおし
渡部 蒼士くん



駅前（10月19日）
勇輝さん=知世さん

いつもニコニコ、甘えん坊の蒼士。
笑顔も泣き顔も可愛いよ！
生まれてきてくれてありがとう。
心優しい男の子になってね。
1歳おめでとう!!



「必ずチェック 最低賃金！ 使用者も、労働者も」

北海道最低賃金

北海道内で事業を営む使用者及びその事業場で働くすべての労働者（臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む。）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 **835** 円

（効力発生年月日 平成30年10月1日）

○最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金及び時間外等割増賃金は算入されません。

○特定の産業で働く者には北海道の特定（産業別）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
TEL011-709-2311(内線3533)

ま ち の 事 件 簿

事 件

- 8月中、京極町では犯罪の認知はありませんでした。

事 故（事例）

- 8月6日、道道豊浦京極線において、脇見運転によりハンドル操作を誤り、路外逸脱した事故が発生しました。
- 8月13日、道道豊浦京極線において、右折待ち停車車両に追突する事故が発生しました。

平成30年8月末
交通事故発生状況

	30年	29年
人身	2件	1件
物損	40件	35件
死者	0人	0人

京極町地域安全協会
倶知安警察署

◎災害義援金の受付について

= 日赤京極分区 =

日本赤十字社では、9月6日に発生し甚大な被害をもたらした「北海道胆振東部地震」の被災者の生活支援を図るため、義援金の受付をしています。

義援金は、銀行、郵便局又は日赤京極分区(健康推進課)で受け付けをしています。

〈義援金名〉 平成30年北海道胆振東部地震災害義援金
〈募集期間〉 平成31年3月31日まで

○銀行口座

①北洋銀行 札幌南支店
【口座番号】 4627670 (普通預金)
【口座名義】 北海道災害義援金募集委員会 会長 伊藤 義郎
(ホッカイドウサカイクンキョウシユウイカイカイチョウトウヨシロウ)

②北海道銀行 本店営業部
【口座番号】 3286280 (普通預金)
【口座名義】 北海道災害義援金募集委員会 会長 伊藤 義郎
(ホッカイドウサカイクンキョウシユウイカイカイチョウトウヨシロウ)

* 同一金融機関の本店支店間の振込手数料は免除されます。

○郵便局・ゆうちょ銀行

【口座記号番号】 00130- 1-673591

【口座加入名者】 「日赤平成30年北海道胆振東部地震災害義援金」

* 郵便局、ゆうちょ銀行窓口で取扱いの場合の振替手数料は免除されます。

* 受領証を希望する場合は、通信欄に「受領証希望」と記載してください。

○日赤窓口(役場:健康推進課)

【受付方法】 健康推進課の窓口で受け付けをいたします。

◎災害義援金の受付状況について (窓口受付:9月21日現在)

「大阪府北部地震災害義援金」及び「7月豪雨災害義援金」の送金額は、前月の報告と同額です。皆さまのご支援に心から感謝申し上げます。

日赤京極分区長 山崎 一雄

町長室から (第183号)

9月4日夜半から5日早朝にかけて、台風21号が北海道の日本海沿岸を通過いたしました。本町においては、大きな被害も無く安心いたしました。本町でも、震源とする、大地震が発生いたしました。本町でも、震度3を記録し、厚真町では、北海道で初めての震度7が観測され、甚大な被害もたらされ、亡くなる方も見舞いを申し上げます。被災された皆様からのお見舞い申し上げます。

この地震により全道約295万戸で停電が発生し、深々と比較早く復旧いたしました。京極では、6日夕方・7日に著しい支障がなくなりました。産業・日常生活等に遅れは復旧されました。地震によるダメージが大きく、また、厚真火力発電所の地震によるダメージが大きく、計画停電の話や2割節電の協力依頼もあり、道民にとっては不安な状況となりました。

そんな中、「京極の水力発電再稼働で、節電目標も引き下げられ、需給逼迫状況が一程度改善される」との新聞報道がなされ、一躍京極の発電所がクローズアップされました。

京極の水力発電所は、電力需要が少ない夜間を中心に、水を上部ダムにポンプアップし、必要が多い時間帯に下部ダムに向けて水を流して、水車を回し発電する「揚水式」呼ばれ、組み立てた水式と、他の河川からの流れ込みがないので「純揚水式」と呼ばれています。

現在、40万キロワットの出力の発電機2基が稼働しており、20万キロワットの出力の発電機2基が稼働して、間を要する稼働した時点で、上部ダムに水を戻すのに12時間、基が稼働した時点で、9時間、元として戻すのに12時間、京極の発電所が稼働した時点で、元として戻すのに12時間、間を要する稼働した時点で、9時間、元として戻すのに12時間、

災害が改められないことを、願うばかりです。

山崎 一雄

気づかれにくい、かかりやすい高齢者のうつ②

高齢者がうつ病になってしまうと・・・



興味や感情がなくなり、健康への意欲も失われる
「台所に立つのもおっくう」「歩くことさえ嫌」
「今まで楽しめたことが楽しめない」

うつ病を放っておくと・・・



閉じこもりが続き、筋力が低下してしまい、
本当に歩くことが困難に。「立てない、歩けない」



そして、とうとう寝たきりに・・・

もしかして、と思ったら早めに相談・・・どこに相談したらいいの？

うつ病が疑われたら病院の精神科や精神科クリニックなどへ行きましょう。
いきなり受診するのに抵抗を感じるなら、まずはかかりつけの医師に相談してみることも
できます。専門の医療機関を紹介してもらえることもあります。
また、保健所や役場保健師、地域包括支援センターでもご相談にのることができます。

周りのみなさんへ



①受診のきっかけをつくる

助けを求めない人、相談できない人が多いので、周りが気づいてあげることが大切です。先月号のチェック項目を参考に
してみてください。そして受診や相談をすすめてあげてください。

②心配しすぎない

治るまでにはある程度時間がかかります。長い目で見守りましょう。気を使いすぎて言動がぎこちなくなることがありますが、今まで通りに接するようにして下さい。

③励ましすぎない・・・

うつ病にかかりやすい人はもともとがんばり屋で几帳面、責任感の強い人。そんな人が疲れているのですから、「がんばれ」は禁物。「励ましに
応えられない」と自分を責めることにもなりかねません。

④ゆっくり休ませる・・・

気分転換として無理に旅行や遊びに誘うのは、かえって頑張らせてしまうことになりかねません。周りの人が手伝ってあげられることは手伝い、できるだけ心身共に休ませるようにします。

⑤薬をうまく利用する・・・

休養と周りのみなさんの理解に加え、薬による治療はとても役に立ちます。医師の指示通りに服用するようサポートしてあげましょう。勝手に服用をやめると自殺やうつ病の再発の危険が高まります。

⑥原因を追究しすぎない・・・

必ずしもはっきりとした原因があつてうつ病になっているとは限りませんし、多くの原因が複雑に関係していることもよくあります。つつい原因を探しがちですが、ますますつらくなり、人間関係や家族関係がぎくしゃくしてしまうことになりかねません。あまり考えこまないことも大切です。

地域包括支援センターだより

電話 55-8615 (直通)
担当 高橋・本間・藤原・増田・兼松

中高生のための地域医療福祉入門(6) 所長 前沢政次

Q8. 医療は人の最後、つまり「死」につき合う仕事だというのは何となくわかりましたが、難しいですね。ほかにどんな仕事があるのですか？

そうですね。確かに看取りの仕事は、こちらの側の人生、人間性、生きる姿勢も問われる気がして大変です。

今月は「人が死ぬ」ことではなく、「人が生まれる」ことを支える医療について案内しましょう。

みなさんは人はどのように生まれてくるかは、勉強してますね。

生命の誕生は母親が妊娠することから始まります。役場に行って母子手帳をもらいます。そこでは保健師が対応しますね。そして、お産が近づくと助産師の出番です。町村の保健師は母子保健は業務の一部で、助産師が人の誕生にかかわる大部分の仕事をしています。もちろん、病院では産婦人科の医師がお産に深くかかわります。地域で働くとなると助産師が助産所の開設や育児支援をしたりと大活躍です。

Q9. 助産師はほかにどんな仕事をしているのですか？

まず妊婦健診です。お母さんとお子さん（まだ誕生前ですから胎児と呼ばれます）の両方の健康状態を観察します。妊婦の家族関係や生活調整をサポートします。

次に出産があります。分娩開始から産褥期（お産後のからだ全身、とくに生殖器が元にもどるまでの期間で6週間から8週間かかります）、そして子育てまで、お産する人自身が、自ら出産をコントロールして工夫し、「産んだ」という経験や自信が自分の人生と子育てへのエネルギーとなっていくように継続的に寄り添うことが助産師のたいせつな仕事です。

お産は幸せなことばかりではありません。流産や早産、死産、未熟児、先天性の障がい、といった問題が生じることもあります。その場合にも、強いストレス、トラウマ（精神的外傷）、悲しみに沈みがちな人たちのそばにいる仕事も助産師のたいせつな仕事です。

最近では助産師が性暴力被害者のための支援チームの中心的役割を果たすことが多くなってきました。

Q10. 助産師になるにはどんな勉強をすればよいのですか？

まずは看護師になるための学校を卒業し、看護師国家試験に合格し、看護師免許を取得します。その後、大学別科、大学専攻科、短大専攻科、専修学校、専門職大学院、大学院などで勉強し、助産師国家試験を受けて、助産師免許の取得になります。

今回は加納尚美編著『助産師になるには』（ペリカン社、2017年）を参考にしました。高校生向けの解説書としてお勧めです。

ご意見、ご質問はこちらまで

ひまわりクリニックきょうごく ☎ 42-2161 FAX 42-3359
E-mail : sinryo@town-kyogoku.jp
公式ホームページ <http://www.kyogoku-clinic.com>

おくりやみ申し上げます

ふきだし 山内 豊さん 8月14日 (88歳)
 十 区 南川 トヨさん 8月25日 (88歳)

🏥 10月当番病院

土・日祝祭日

俱知安厚生病院

☎ 22-1141

受付 夜間 午後5:00～午後9:00
 土曜日 午後0:00～午後5:00
 日曜日
 ・ 午前9:00～午後5:00
 祝日

10月の主な行事予定

14日(日)	体育協会長杯ミニバレーボール大会 場所：体育館
20日(土)	ほかほかまつり 場所：福祉センター
27日(土)	湧学館まつり 場所：湧学館

● 編集後記 ●

ふきだし湧水が今月の表紙です。京極町の大切な資源がどのようには守られてきたかなどを、来月の広報紙で取り上げたいと思います。今年、夏に行われたイベントのほとんどが雨の影響で中止となったりなど、天候に恵まれない事が多いです。そんな中、台風や地震など、北海道では経験が少ないことが続々起きており、全道的に停電が起きたりなど、自分達の生活を見直し、日頃から対策の必要があると感じたところ。災害の状況などは町のHPや広報車を活用して町民の皆さまにお届けしますので、誤った情報に左様、注意してください。

👤 人のうごき

平成30年8月末現在
 ()は前月との比較

- 人口 3,034人 (-2)
- 男性 1,465人 (+1)
- 女性 1,569人 (-3)
- 世帯数 1,486戸 (±0)



まちの日誌 8月

1日 第16回慶和園ふれあいの夕べ

2日 ちびっこサマーキャンプ
 3日



5日 少年少女広島視察研修
 7日

8日 クリーン作戦



11日 第16回京極町長杯パークゴルフ大会

13日 第36回きょうごくふるさとまつり
 14日



17日 ふきだし公園内佛尊像例祭

