

2019
8

Shimizu



特集 迫りくる災害に備える

ゆう・える 五月会サマーフェスティバル 2019

写真 中・高連携 サイエンス・サマースクール

洪水に備える

・防災ガイドマップを確認

自分の住んでいる場所が、どのくらい浸水する可能性があるのか、事前に確認しておくといざというときに役立ちます。

町では、防災ガイドマップにて浸水する恐れのある地域の情報を公開しています。

■防災ガイドマップは QRコードから



※防災マップは総務課と御影支所で配付しています。

・天気予報を確認する

台風の発生が増えるこれからの季節、日ごろから天気の移り変わりを確認し注意しましょう。

長い時間降る雨や強く降る雨は、河川氾濫の危険性があるので、注意が必要になります。



・避難するときの服装

避難は歩くのが基本です。着慣れていて動きやすい服であること、そして避難するときのけがを防ぐために、夏でも長袖・長ズボンを選ぶと良いでしょう。

雨の日は傘ではなく、上下が分かれているレインコートを着ると、手がふさがることなく避難できます。

自分の持っている服の中に避難する際、着て行けそうな服はありますか？



・明るいうちに早めの避難を

暗くなってから避難しようとする、足元が見えにくく、段差や溝に足を取られる等危険です。

特に子どもや高齢の方など避難に時間がかかる人は、日没前の明るいうちに安全な場所へ避難すると安心です。



一口メモ その1

集合場所・安否確認方法は決めてますか？

家族でお互いが違う場所にいるとき、災害が発生した場合に備えて、どこへ集合するかや安否確認の方法を事前に話し合っておきましょう。

災害時、連絡が取りにくくなる場合があります。その際には、電話に頼るだけでなく、災害用伝言板や災害用伝言ダイヤルを活用しましょう。



■災害用伝言板

携帯電話などからインターネットを通じて文字情報を登録します。自分の電話番号を知っている家族等が登録情報を閲覧できます。



■災害用伝言ダイヤル (171)

171 に電話をかけると伝言を録音できます。自分の電話番号を知っている家族等が伝言を再生可能です。

※毎月1日、15日は伝言ダイヤルをお試しで体験できます。携帯電話でも使用できます。

使い方

伝言録音	伝言再生
171	171
▼	▼
1	2
▼	▼
市外局番からの電話番号	

特集

迫りくる災害に備える

災害はいつ起こるか分からない

ここ数年、異常気象が続き、全国各地で洪水などの被害が出ています。

本町では、3年前に平成28年台風10号大雨災害が発生。町内に甚大な被害を与えました。

今年に入り、九州南部において今年の7月に降る1か月の雨がわずか1日で降り、土砂災害が発生するなどしました。

そして、昨年9月6日に起きた北海道胆振東部地震。全道で停電が続いたのは、記憶に新しいと思います。

こうした災害が毎年全国各地で頻発している今、安心して暮らしていくためには一体何が必要なのでしょうか。

今回、「洪水」と「地震」の2つに絞って、一緒に備えていきます。



災害を振り返る

平成28年8月30日 台風10号大雨災害
—大雨によるペケレベツ川等氾濫被害—

行方不明者2名、全壊40件、半壊11件
作物被害3,279ha、農地被害203ha
町道の通行止め34箇所、水道断水2,962戸、
農業用水断水210戸
被害額183億1900万円



情報を収集する

町では災害関連の情報をメールやSNSなどで発信しています。この他にもテレビやラジオからも情報を集められます。正しい情報を収集し、役立てましょう。

Twitter
 防災専用アカウントとして、情報を発信しています。
 アカウント名：
 北海道清水町防災 (@shimizu_bosai)

Facebook
 普段は町の出来事・イベント情報などを発信。非常時に防災情報を随時発信します。
 アカウント名：北海道清水町

防災メール
 町の気象情報、国民保護情報、避難関連情報などをメールや電話、ファックスでお知らせしています。
 ※ご利用には、事前の登録が必要です。
 ■問い合わせ先
 総務課総務係 Tel 62-2111

・**防災行政無線**
 災害関連の情報が町内に設置した屋外拡声器などから流れます。

・**町公式ホームページ**
 災害関連情報をトップページに随時掲載します。

12月頃から戸別受信機を全戸に無償貸出開始

今年の12月頃から、防災行政無線の戸別受信機の無償貸出を開始します。戸別受信機が自宅にあれば、町が発信する防災情報を室内に居ながら確認できるようになります。戸別受信機運用の詳細は、今後お知らせします。



日ごろの備えが大切



総務課
 防災・秘書・職員制度担当
 参事 鈴木 聡

今年も九州地方での豪雨災害のように、いつ、どこで、どのような災害が発生するかわかりません。起こりうる災害に備えて、日頃からご家庭での備蓄や家族の避難先を相談し決めておくことが必要です。そして、少しでも危険を感じたときにはためらわずにすぐ避難することも大切です。

町としても、避難所で必要な食料や暖房器具などを備蓄

■問い合わせ先
 総務課総務係
 Tel 62・2111

※自主防災組織とは、自分の命や自分の地域は自分たちで守る目的で、町内会及び農村地域では地域協議会を単位として結成している組織です。8月1日現在の町内における自主防災組織の組織率は約50%。

地震に備える

・**家の中、点検していますか？**

大きな地震が起きたときに備え、家具が倒れないように固定する、避難経路に家具を置かないなどの対策が十分か、今一度確認してみましょう。



・**寝ているときでも地震は来る**

就寝中に地震が起きても避難や救助を求められるように、枕元に懐中電灯やスリッパ、笛を置いておくと便利です。



・**安全に避難するには**

一屋内一

- ・机の下にもぐる
- ・火の始末をする
- ・靴やスリッパを履く（けが防止）
- ・施設内では係員の指示に従う
- ・避難の際は階段を使う
- ・店内ではショーケースなどから離れる
- ・手持ちのかばん等で頭を保護する

一屋外一

- ・運転中はハザードランプを点灯し、緩やかに速度を落とす。左側に停止する
- ・塀の倒壊やガラスの落下に注意する



一口メモ その2

ライフラインの復旧には時間がかかる

平成28年の台風災害の際、電気の復旧には7日、水道の復旧には16日かかりました。その間の日数を乗り越えるには、日ごろの備えが必要不可欠です。

	平成28年 台風災害	胆振東部 地震
電気	最長7日	最長2日
水道	16日	-

被災後、本町で電気と水道が復旧するまでにかかった日数

一口メモ その3

備えるものは変わる

必要なものはその人それぞれで変わります。自分に必要なものをすぐ持ち出せるように用意しましょう。

備えるもの 参考例

- 飲料水（1人1日あたり3リットルが目安）
- 通帳、健康保険証などの貴重品、衣類、携帯電話の充電器、携帯ラジオ、懐中電灯、予備の電池等



一口メモ その4

避難場所がどこか知っていますか？



町では、指定緊急避難場所を決めています。主に学校や公民館、福祉館などです。洪水の場合は、建物の中へ避難できます。地震の場合は建物が損傷している可能性があるため、屋外のグラウンドや広場が避難場所になります。災害の状況によっては、避難場所が危険な場合があります。その場合は近くにある別の避難場所や安全な場所へ避難しましょう。

指定緊急避難所

- ・各小、中学校
- ・清水高校
- ・文化センター
- ・老人福祉センター
- ・農業研修会館
- ・旧下佐幌小学校（さくらさくら）
- ・御影公民館
- ・各福祉館 など

【詳細は防災ガイドマップをご確認ください】

今年も開催決定！！

十勝清水 肉丼まつり

TOKACHI SHIMIZU
MEAT-DONBURI FESTIVAL

会場
有明公園

9/8
(日)

10:00 ~ 14:00

グルメ・特産品も
盛りだくさん！

- ・鳥せい清水本店「若鳥炭火焼・から揚げ」
- ・とんかつのみしな「カツサンド」
- ・大樹チーズ&サーモングルメ地域活性化協議会「大樹チーズサーモン丼」
- ・清水高等学校「牛ほろ丼」
- ・パセリの会「とちかち桃花豚の豚汁」
- ・青木ピッグファーム「とちかち桃花豚ステーキ」
- ・あすなるファーム「ヨーグルト、ムース」
- ・産直と憩いのサロン 三丁目広場「野菜、お惣菜販売」
- ・十勝アルプス牧場「プレミアムアイス、ミルクジャムなど」
- ・銘菓と洋菓子 静月「シフォンケーキ、ワッフルなど」
- ・町商工会「ドリンク販売」
- ・喫茶グレイス「クレープ、ドリンク、かき氷」
- ・JA十勝清水町「牛玉メンチ、黒にんにくなど」
- ・十勝スロウフード「牛とろフレーク、コスモバーグなど」
- ・十勝レガーロ合同会社「清水産ワイン さねんころ」
- ・町観光協会「特産品販売」
- ・cafe bus komorebi「各種ドリンク」
- ・なつぞらブース「乳搾り体験」
- ・縁日コーナー

今年の丼はこれだっ！

- ・十勝スロウフード
 - ・十勝清水牛玉ステーキ丼 地域活性化協議会
 - ・JA十勝清水町
 - ・ドライブインいとう
 - ・慎鮎
 - ・ふるカフェ カマクラヤ
 - ・社会福祉法人 清水旭山学園
 - ・十勝清水コスモファーム×農家バル
 - ・佐藤さんちの神居牛
 - ・かふえ増埜
 - ・プリマハム北海道工場
 - ・焼肉かじさん
 - ・辻屋精肉店
 - ・爺遊森（じゆうじん）
 - ・マミーのまんまの会
 - ・呑み食い処 げんや
- 「十勝牛とろ®丼」
 - 「十勝清水牛玉ステーキ丼」
 - 「十勝若牛ローストビーフ丼」
 - 「豚丼」
 - 「牛もつ煮込み丼」
 - 「サラチキ丼」
 - 「北海地鶏ステーキ丼」
 - 「ブラウンスイス牛の旨肉みそ&若牛の塩カルビ丼」
 - 「佐藤さんちのローストビーフ丼」
 - 「十勝牛のハヤシライス」
 - 「生ハムユッケ丼」
 - 「十勝若牛牛タンビビンバ丼」
 - 「肉屋の和牛牛丼」
 - 「豚丼」
 - 「豚ジン丼」
 - 「十勝若牛の牛すじと季節の野菜カレー」



前売り券

前売り券は1セット1000円です。(1杯500円の丼チケット+600円分チケット)

【販売場所】

出店飲食店、かちまいサロン(帯広市 藤丸7階)、チケットぴあにて販売しています。※当日は現金販売のみです。

問い合わせ先

町観光協会 商工観光課(役場庁舎1階) Tel.62-1156

2回目の

肉・丼まつり開催



本町は農業算出額において全道179市町村中9位。畜産分野では産出額全道5位を誇ります。また、豊富な農畜産物を利用して食品加工業も盛んな農業を基幹産業とした町です。そんな町を更に熱く盛り上げるべく、今年も「十勝清水 肉・丼まつり」を開催します！今回は、まつりへの思いとまつりの情報をご紹介します。



肉・丼まつり
開催にける思い

「十勝清水肉・丼まつり」は本町の「肉」と「丼」をテーマとし、町内産の農畜産物の販路拡大や交流人口・関係人口の増加を目指す、地方創生・人口減少対策に向けた食のイベントです。昨年の第1回目は5千4百食を用意しましたが、予想をはるかに上回る人出により早々に売り切れとなりました。ご来場のお客様にはご迷惑をお掛けしました。第2回目となる今年は、1人でも多くのお客様



肉・丼まつり実行委員会
実行委員長 阿部一男

に味わっていただけようように、サイドメニューは3千食以上、丼は1万食、合計1万3千食以上をご用意します。そして、今年のまつりには飲食店だけでなく肉生産者の方々も参加します。そしてこのイベント限定のオリジナル丼や多彩なサイドメニューなど昨年よりパワーアップして皆さんをお迎えします。たくさんの方が清水町を訪れて、本町の食の魅力・町の素敵な景色などを目いっぱい感じてもらえるよう、着々とイベントの準備を進めています。皆さん誘い合わせの上、ぜひお越しください。最後に、このイベントにご協賛・ご後援いただきました皆さま、当日運営にご支援いただき皆さまに心より感謝申し上げます。

あなたの疑問に お答えします！

本町の特定健診受診率は十勝管内ワースト5位。
「特定健診はちょっと…」と受診をためらってる人へ、
保健福祉課健康推進係スタッフがズバリお答えします。

「治療中だから…」

治療中でも症状のない病
気まで診療中に発見でき
るとは限りません。

町内の下記医療機関に通
院している場合、5月初旬
に送付した特定健康診査受
診券に同封している『特定
健康診査に該当する検査項
目の情報提供承諾書』を医
療機関に提出いただくと、
特定検診を受診したのと同
様にみなされます。(用紙は
保健福祉課にもあります)

健康維持のため、病院の
データ提供にぜひご協力く
ださい。

- 対象医療機関
- ・清水赤十字病院
- ・啓仁会病院
- ・前田クリニック
- ・だい内科医院
- ・御影診療所

「今は健康だし、 毎日忙しいから…」

健康な人でも油断は禁物。
生活習慣病のほとんどは自
覚症状がありません。

また、「あのとき受診し
ていれば」と後悔しないた
めに健診に行きましょう。

年に1回、所要時間はお
よそ1時間程度です。

みなさん、特定健診を
ぜひ受診してください！



健康推進係スタッフ

「健診日程が希望日 と合わなくて…」

日時が決まっている集
団健診(8ページ参照)と、
下記の町内指定医療機関で
受診できる個別健診があり
ます。

仕事やプライベートなど
都合に合わせて好きな受診
方法を選ぶことができます。

個別健診を受診できる町内医療機関

医療機関	電話番号 (☎0156)
清水赤十字病院	62-2513
啓仁会病院	63-3131
前田クリニック	62-2032
御影診療所	63-2320

- 健診料 1,600円
- 申込み 事前に各医療機関へ

年に1度は特定健診でカラダをチェック！

特定健診のススメ

皆さんは年に1回、特定健診を受けて、自分の体の状態をチェックしているでしょうか？
「自分は大丈夫」だとは思わずに、ぜひ健診を受けて今の自分の体の状態がどうなのか
確認してみましょう。詳しくは保健福祉課健康推進係 (Tel. 67-7320) まで。

レディース健診今年からスタート！

女性限定で、特定健診をはじめとした各種検
診が1日で受けられます。

なお、例年3月に実施していた、乳がん及び
大腸がん検診は下記のとおり11月に変更しま
したので、ご注意ください。

詳しくは、保健福祉課健康推進係まで。

日時	健診・検診	会場
11月14日(木)	子宮がん・乳がん検診	御影公民館
11月15日(金)	レディース健診 ※特定健診、早期健診、 後期高齢者健診、 胃がん検診、肺がん 検診、大腸がん検診、 乳がん・子宮がん検診、 骨粗しょう症検診、 肝炎ウイルス検査	保健福祉 センター
11月16日(土)	乳がん検診	保健福祉センター

生活習慣病を予防改善 できる特定健診

偏った食事や運動不足から引き
起こされる糖尿病や脂質異常症な
どは、気づかぬうちに動脈硬化を
進め、心筋梗塞や脳卒中につなが
ります。そうした生活習慣病の発
症や重症化予防が目的で、特にメ
タボリックシンドロームに着目し
て判定するのが特定健診です。

対象者は、清水町国民健康保険
加入者で、今年度中に40歳から74
歳になる人です。下記表の集団健
診や町内指定医療機関(9ページ
参照)で受診できます。

検査内容は、診察・身体測定・
血圧測定・血液検査・尿検査・腹
囲測定を行います。予約は電話・
FAXで簡単にできます。

なお、町の国民健康保険以外の
協会けんぽや健康保険組合などに
加入する40歳以上75歳未満の被扶
養者の特定健診は、町が行う集団
健診や町内指定医療機関で受診が
できません。受診方法など詳しく
は、加入している医療保険者に直
接お問い合わせください。

■特定健診の日程(集団健診)■

日時	会場
11月11日(月) 午前	御影公民館
11月12日(火) 午前	保健福祉センター
11月13日(水) 午前	保健福祉センター

※健診料 1,600円
詳しい受診時間は送付するお知らせ用紙に記載されます。
●申込み 保健福祉課健康推進係 (Tel. 67-7320) まで。

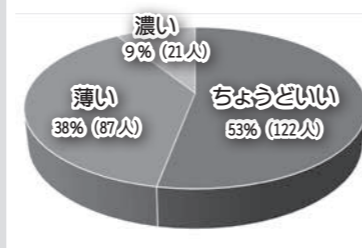
6月の健診時に調査 みそ汁塩分 試飲調査結果の お知らせ



調査にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました！



◎みそ汁試飲調査結果 (230人回答)



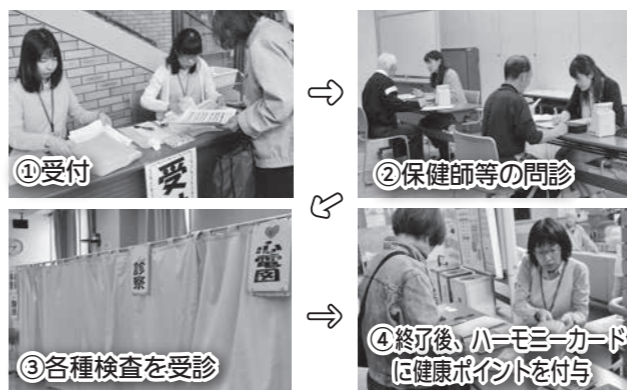
今回の試飲調査で提供したみそ汁の濃度は、水150ccに対し
みそ小さじ1杯の適塩です。適塩とは「高血圧予防のために理想
的な味付け」のことです。右のグラフから、約4割の人が適塩よ
りも濃いめの味付けに慣れている可能性があります。

高血圧は脳や心臓、腎臓に負担をかけ命にかかわる危険があり
ます。高血圧のひとつの原因として「塩分の摂りすぎ」があげら
れます。

減塩対策としては、塩やしょうゆ、みそは控えめにし、①香辛
料を使う②酸味を楽しむ③だしを利用するなどが効果的です。

日頃から減塩を意識するよう心がけましょう。

集団健診の受診は簡単。健康ポイントがもらえます！



清水高校生がインターンシップ体験!

7月23日～25日の3日間、清水高校2年生が町内事業所等でインターンシップ体験をしました。

生徒たちは自分の適性を知り、将来の職業選択につなげるべく、希望した職場で真剣に学んでいました。

今回、役場広報広聴係へインターンシップに来ていた大山さんが、取材・撮影・記事を作成してくれました。

ナイス
ショット!



清水町役場

大山 凌芽さん

清水町役場を選んだのは、16年間住み続けている町の役場で働くのが夢であることと、幅広い人々と接する機会があるからです。

広報広聴係での職場体験では、取材を通じて、工事現場に出向き、工事のノウハウや現場で事故が起こらないような気配りが大切だと学びました。また取材終了後の記事作成が、少し難しく感じました。今回の職場体験で、将来働きたい職場を身を持って経験でき、役場で働くイメージをつかむことが出来ました。



今回の職場体験で、将来働きたい職場を身を持って経験でき、役場で働くイメージをつかむことが出来ました。

第1保育所

中野 未夢さん

子どもが大好きで関わりたかったので、第一保育所を職場体験先を選びました。子どもたちと触れ合うことによって、保育士の仕事を学び、働くことの大変さとやりがいを知るという目標を立て頑張りました。

散歩に行くときに、私の言うことが子どもたちに伝わらなくて苦労しましたが、最後は通じ合えて楽しく帰ってくることができました。

この3日間は将来子どもと関わっていくのに、いい経験になったと思います。



田村建設(株)

神谷 翼さん

田村建設を職業先を選んだ理由は生産技術系列より更に深く多くのことを学べると思ったのと重機がとても好きだからです。職場体験では、共栄橋、文化センター、ペケレベツ川の復旧工事の見学や測量、護岸整備の軽作業体験をしました。重機を扱う現場は危険が伴うので、配慮しながら行動することがとても大変でした。



護岸整備等での細かい作業をすることで集中力が上がったので、今後の学校生活に生かしていきたいと思います。

清水赤十字病院

柴田 桃伽さん

将来就きたい仕事の候補のひとつである看護師を体験するため、清水赤十字病院を職場体験先を選びました。体験では、病院内の見学、患者さんのお世話、薬の調合等を行いました。

人を助けるのは病院でしかできないなかで、患者さんから「ありがとう」と言ってくることがやりがいだと感じました。少しずつ環境に馴染むことができ、将来私がなりたい看護師に近づけたと思います。これから決める進路に役立てたいと思います。



に馴染むことができ、将来私がなりたい看護師に近づけたと思います。これから決める進路に役立てたいと思います。

鈴木 るりか

プロフィール

年齢 15歳
出身 東京都
著書

「さよなら、田中さん」
[14歳、明日の時間割]

略歴
12歳の文学賞で3年連続大賞受賞。中学2年生で小説家としてデビュー。



3月に清水ミライ会議で講演していただいた中学生作家の鈴木るりかさん。十勝への思い、本町との縁、自身の十勝での体験などをふんだんに盛り込んだコラムです。

十勝探訪記②



3月23日当日、北海道新聞や十勝毎日新聞で大きく取り上げてくれたこともあり、100人のホールに150人も来て下さった。地元の高中生による、清水町の未来を考える発表に続き、私の話にも皆さん熱心に耳を傾けてくださる。帯広で高校生起業家として活躍している山本愛優美さんのパワフルな講演に続き、最後は、フォーラムの発表者を中心に、会場にいた全員が輪になつてのシンポジウム。テーマは「私の好きなもの」。主に地元の中高生の話を軸に会が進められたのだが、私が思わず途中で唸ってしまったのは、彼らが「家族が好き、この清水町が好きです」とはっきり言う姿だった。同年代だから分かるが、そういうことを口にするのは照れくさい、恥ずかしいと感じる年頃だ。にも関わらず、晴れ晴れとした表情で、こう断言できる彼らに心を動かされた。

「好きなものがある人は強いんだ」
拙作『14歳、明日の時間割』の中で書いたセリフを思い出す。このシンポジウムに参加した中高生の真っ直ぐな思い、その強さに打たれる。またそう思われる清水町が、そこに住む人々に、いかに愛されているか、改めて実感した。
フォーラムの休憩時間と、終了後に、地元の書店さんの協力により、著作の販売とサイン会も開かれた。予想を上回る長蛇の列。一瞬、私は乃木坂か? AKBか? と錯覚する。(嘘です。そこまで身の程知らずではありません)。しかし長い行列ができていたことは本場で、ひたすらありがたい。これで(鬼)編集者が待つ東京にも大手を振って帰れるというもの。中には「友達にプレゼントしたい



から」と言って、一人で四冊も買ってくれた人もいて「ありがとうございます」の言葉だけでは到底足りないくらいの感謝の気持ちでいっぱいになる。
私はサインにイラストと添え、ハンコも押すので、一冊仕上げるのに時間が掛かる。お並びいただいた方をかなり長く待たせてしまい、申し訳なさで身が縮む思い。せめて押印ぐらい母にやってもらおうかと横を見ると、地元の方のお喋りに興じており戦力にならず。後でその事を言つと「そこは本人が押すからいいんじゃないの。お母さんが押したら、嬉しさも価値も半減だよ」と返されたが、そうだろうか? もしそうなら、私にとつては、さらに嬉しいことだ。



身体障害者手帳の申請について

身体障害者手帳は、身体に一定の永続する障がいを持つ人が交付を受けられ、取得することによって様々な福祉サービスを利用することができます。

ただし、身体障害者手帳の取得は任意のため、個人で申請していただく必要があります。町で申請を受付し、北海道が交付の可否を判定します。

障がいの等級

障がいの種類や程度により等級が付けられ、数字が小さくなるほど重度の障がいとなります。その障がいの種類や程度に応じた福祉サービスを利用することができます。障がいの程度が変わったり、新たに障がいが発生したときは、再度申請が必要となります。

受けられる福祉サービス

- ・補装具等の交付、修理（車いす、義肢、装具その他）
 - ・有料道路の通行料割引（本人名義ならETC利用も可能）
 - ・NHK放送受信料減免
 - ・タクシー料金の割引 など
- ※障がいの種類や程度によって利用できない場合もあります。



手帳交付までの手続き

- ① 「診断書・意見書」を準備
指定医に記入してもらってください。用紙は病院又は保健福祉課にあります。
- ② 申請に必要な書類を保健福祉課又は御影支所に提出
・申請書（保健福祉課窓口へ配置）
・写真（縦4cm×横3cm）
・診断書・意見書
- ③ 北海道が判定
手帳交付の可否、交付される場合の等級の判定が行われます。通常、判定には1〜3か月かかります。
- ④ 判定結果を通知
北海道から判定結果が出た後、書面にて保健福祉課からご本人に連絡します。
- ⑤ 保健福祉課又は御影支所で手帳を交付します。

保健福祉課 福祉係

☎0156-69-2222

十勝清水トラックマーケット

今年もスタートしました!



出店者との会話ははずみです!



トラックの荷台に並べられた新鮮野菜

町内産の新鮮野菜を町民の皆さんに食べてもらいたいとの思いから始まったトラックマーケットも今年で3年目。
清水地域が7月13日に、御影地域が7月20日にスタート。採れたてのみずみずしい野菜が並べられ、多くの買い物客でにぎわっていました。また、野菜以外にも、お菓子や手作り雑貨なども販売されています。
トラックマーケットは10月中旬頃まで、清水・御影地域でそれぞれ毎月1回程度開かれる予定です。日時・会場は新聞折込みチラシなどで周知されますので、ぜひ一度足を運んでください！
また、出店者も随時募集していますので、町観光協会（事務局 役場商工観光課 ☎62-1156）までお問い合わせください。

HELLO BABY



「HELLO BABY」は、6か月から2歳くらいの赤ちゃんを掲載しています。希望される方は広報広聴係までお気軽にどうぞ。



たくさん食べて元気に育ってね!

佐藤 結友 ちゃん



笑顔いっぱい成長してね!

澤山 みどり ちゃん



健康最前線 あなたも知らない間に 熱中症かも!?

馬瀬戸 菜 保健師

こんな症状があったら
あなたは「熱中症」かも?

- ①めまいや顔のほてり、立ちくらみ
- ②筋肉痛や筋肉のけいれん
- ③体のだるさや吐き気
- ④汗を大量にかく、または全くかかない
- ⑤体温が高い、皮膚が赤く乾いている

みなさんは、いくつ当てはまりましたか?

当てはまる数が多いほど、熱中症になっている可能性があります。熱中症を予防するために、普段から水分補給や涼しい場所での休息をこまめに取りましょう!

熱中症とは

暑さや水分不足などの原因で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能がうまく働かなくなると身体に様々な症状を起こします。

室内でも油断大敵! 熱中症

「外にいないから、自分は熱中症とは関係ない」と思い込んでいませんか? 実は、室内でも熱中症は起こります。熱気や湿気がこもるところや、睡眠不足、睡眠中に汗をかいて脱水していることが熱中症のリスクになります。

熱中症はどこでも起こる危険性があることを覚えておきましょう。

水分補給を忘れずに!



家庭科の授業に協力

清水小学校5年生の家庭科の授業支援として、女性セミナーの皆さんが3日間、学校訪問をされました。

子どもたちは、地域の方のお手伝いに緊張気味でしたが、裁縫で初挑戦の「玉結び」「玉止め」に熱心に取り組みました。悪戦苦闘していた子どもたちでしたが、女性セミナーの皆さんから丁寧なアドバイスを受けながら、見事に完成させていました。支援された方々は「普段、学校に足を運んだことがなかったのでよい機会だった」と話されていました。

コミュニティ・スクールの目的の一つでもある学校と地域を結ぶきっかけになるとともに、子どもたちにとっても、地域の人との大切な関わりを持つ機会となりました。



TOPICS トピックス

第30回 郷土作家展
後藤一夫 写真展「美」を求めて



「郷土作家展」(御影文化協会・御影公民館共催)を次のとおり開催します。

今回は、音更町在住の写真家で後藤一夫さんの作品です。二科展に入選されている作品も多く、美しい瞬間をとらえた自然の写真が心を癒し、ひと味違った感性の作品に引き込まれます。皆さんのご来場お待ちしております!

- 開催期間 9月19日(木)～9月23日(月)
10時～18時
※最終日23日は15時まで
- 場 所 御影公民館
- 入 場 料 無料

図書館だより

毎月19日は読(19)書の日

『なつぞら』を本でもっと楽しむ

清水町の景色が使用された連続テレビ小説『なつぞら』をもっと楽しんでみたいと、図書館で「なつぞらの世界」と題して図書の展示・貸出を行っています。

『なつぞら』のノベライズ本、物語を構成する重要な要素の「酪農」「お菓子」や、なつが夢中になった「アニメーション」についての図書を9月末まで展示します。

いよいよ佳境を迎える物語のお供に、ぜひご利用ください。



新着図書からピックアップ



『もっとざんねんないきもの事典 おもしろい!進化のふしぎ』
今泉忠明監修/高橋書店

生き物についての豆知識を収録した人気シリーズの第4弾です。動植物のすごい生態の影に隠れた、愛すべき「ざんねん」や恐るべき「ざんねん」な部分にフォーカスを当てています。「デンキウナギは電気を出して敵から身を守るが、自分も感電してしまう」「見つけた人にしあわせをもたらすとされている四つ葉のクローバーは、生物学的には一枚の葉」「プレーリードックは家族が増えたとお父さんが追い出される」など、知ると思わず誰かと話したくなる驚きのエピソードが満載です。

- 『とてつもない失敗の世界史』 トム・フィリップス著 禰亙田亜希訳/河出書房新社
- 『家康謀殺』 伊東潤著/角川書店
- 『出身成分』 松岡圭祐著/角川書店
- 『緋の河』 桜木紫乃著/新潮社
- 『ガラスの城壁』 神永学著/文藝春秋



登場人物になりきって読みました



読むのと紙芝居を抜くタイミングを合わせるのを頑張りました



マライア先生とアメリカのダンスに挑戦!



ナレーションとパネルが息の合った動きを見せてくれました



会場一体!夏の特別お話し会

五月会サマーフェスティバル 2019

7月20日、読み聞かせサークル五月会と4人の小学生「読み手キッズ」による特別お話し会「サマーフェスティバル」を行いました。当日は51人の観客が訪れ、大型絵本の読み聞かせや紙芝居の上演のほか、ゲスト出演として英語指導手マライア先生のダンス、清水高校ボランティア部6人によるパネルシアターも加わり、会場は楽しさに包まれました。

ナレーションと演じる役の台詞で声の調子を変えたり、話し方を変えて複数の登場人物を演じ分けたりなど、それぞれ考えた読み方の工夫を余すところなく披露し、お客さんを楽しませてくれました。マライア先生と一緒に踊ったダンスでは、最後はジャンプのタイミングが合い、会場から大きな拍手が沸き起こりました。

お話し会終了後、読み手キッズは「最初は緊張したけど、登場人物になりきるうちに読むのが楽しくなった」「役に合わせて低い声で台詞を読むように頑張った」など、お話を讀んだ感想や気をつけたいポイントを話してくれました。お客さんからも「好きなくまがお話に出てきて面白かった」「読む声が大きくて子どもも楽しんで聞けた」などの感想があり、読み手と聞き手がお話の楽しさを共有する素敵なお話し会となりました。

人口 9,388人 (-7)
男 4,604人 (-9) 女 4,784人 (+2)
世帯数 4,720 (-8)
令和元年7月末現在()は前月比

TOWN EVENT CALENDAR
8/16 ~ 9/15

8/16	金		9/1	日	■エントランスホール展「河内野十勝支部俳句会作品展」(~29日) (図書10時)
17	土	■町民水泳記録会(清水小プール9時30分)	2	月	■小学校芸術鑑賞会:低学年 (文セ13時20分)
18	日		3	火	
19	月		4	水	
20	火		5	木	■町民と町長のふれあいトーク (役場9時)
21	水		6	金	
22	木		7	土	
23	金		8	日	十勝清水肉・井まつり (有明公園 10時)
24	土	■十勝清水トラックマーケット (セイコーマート御影店横 9時30分) ■おはなし会 (図書10時30分)	9	月	
25	日		10	火	
26	月		11	水	■町民絵画展(~15日) (文セ9時)
27	火		12	木	
28	水		13	金	
29	木	■小学校芸術鑑賞会:高学年 (文セ13時20分)	14	土	■十勝清水トラックマーケット (セイコーマート御影店横 9時30分) ■おはなし会 (図書10時30分)
30	金		15	日	
31	土	■十勝清水トラックマーケット (ハモ9時30分)			

役場=清水町役場 文セ=文化センター 御支=御影支所 保セ=保健福祉センター 図書=図書館
ハモ=ハーモニープラザ 町体=清水町体育館 アリ=アイスアリーナ 改善=改善センター
消防=清水消防署 第1=第1保育所 第2=第2保育所 御こ=御影こども園 幼稚=幼稚園
清小=清水小学校 御小=御影小学校 清中=清水中学校 御中=御影中学校

町長の日記

清水町・旭山地域のスポーツ交流会に参加してきました。この交流会は、小学校廃校後20年目を迎える運動会(スポーツ交流会)で、旭山学園生も加わり総勢200人を超える人が参加し、軽スポーツに汗を流していました。旭山地域は8月に盆踊りもあり、農村ならではの伝統が引き継がれ、素晴らしい文化がそこにはあります。その後の懇親会も大勢の人たちが参加しました。楽しい時間をありがとうございました！
(7月14日の日記より)



町長のフェイスブック「阿部一男」で検索!

あとがき

■清水高校生インターンシップ体験で大山君が広報係に。3日間、取材や記事作成等に携わっていただきました。今月号のトップックス中、消火技術研修会の写真は大山君が撮影したものです。今回体験したことを糧に将来の夢に向かって頑張ってください。 (下保)

■今回、職場体験として企画課広報広聴係に配属されました。広報紙のほか、町の情報収集や町の行事をまとめることがとても印象深くともためになりました。職場体験ができたことに感謝を忘れず、これから学校生活を送りたいです。(大山)

■島津さんが教えてくれた、古い木に生えた舞茸を収穫した話は、つい五、六十年前の出来事。私の知らない町の歴史が頭の中に広がりました。不自由のない平和な時代を生きてこられたのは、先人の人々のおかげだと改めて感じました。(長谷川)

軽自動車税の創設



令和元年10月からの消費税10%への引上げにより自動車取得税(道税)を廃止し、軽自動車税に「環境性能割」が創設されました。この改正に伴い、軽自動車税は「環境性能割」と一種別割りで構成されます。令和元年10月1日以後の軽自動車の新車・中古車を問わず、取得された車両(取得価格が50万円を超えるもの)に適用されます。当分の間、道が賦課徴収を行います。

区分(軽三輪以上)	税率	
	自家用車	営業用
電気自動車	非課税	非課税
ガソリン車	令和2年度燃費基準+20%達成	1% ※1(非課税)
ハイブリッド車	令和2年度燃費基準+10%達成	
	令和2年度燃費基準達成	0.5%
	平成27年度燃費基準+10%達成	2%
上記以外の車	※1(1%)	2%

※1 消費税引上げに伴う対応として、取得時の負担感を緩和するため、令和元年10月1日から令和2年9月30日までの間に取得した自家用乗用車は1%分が臨時的に軽減されます。

インフォメーション

誕生
長井 すすず ちゃん (智久 / 千夏)
伊藤 美結 ちゃん (竜太 / 佳奈美)
青砥 大晟 ちゃん (大将 / 香)

結婚
工藤 駿 さん 狭間 美里 さん
鴨川 弘 さん 畑森 みゆき さん

哀悼
神田 菊江 さん 御影鉄南
芦澤 清史 さん 一新
亀山 計太郎 さん 西清水
遠藤 慶喜 さん 松沢
石田 稔 さん 下佐幌平和
佐藤 邦一 さん 青葉

こんにちは 広報モニターです

★表紙の写真がすばらしい。こんな自然な撮影ポイントがあるとは。
★表紙、裏面にかけて見開きにしてほしかった。
★絶景を観光資源と位置付けて、町内外の多くのの人に知ってもらうため、具体的な情報を紹介するのも必要では。
★魅力再発見、まさに

●訂正とお詫びについて
広報しみず7月号12ページ、ゆづえる『町民文芸誌「文芸しみず」の歴史と文化』の「文協文芸」の歴史と文化の掲載されている「文協文芸」の画像に誤りがありましたので、訂正してお詫びいたします。

「文協文芸」(1963年)

ちよろみん作品館

短歌と俳句の寄稿がありましたので、紹介します。

短歌
十勝野に渡りし住みて七十年
景は変わらず落葉松並木 宗像三郎

待望の雨をあびてる作物を
背なあぶりつつ眺める六月 森山ヤヨイ

しらじらと明けくる空にあげ鳥
なにを騒ぐか空中に舞う 村谷三恵

草刈ると地杭さがしに汗まみれ
父母の足跡残るか今も 藤原静子

移ろいに咲き次ぐ花に癒さるる
石楠花は蜂に蜜を与えん 田村徳子

夏いよよ緑濃くして葉隠くれに
囀りを聞く木洩れ日のなか 橋本佳代子

迸走る玉汗拭きふきこの夏も
「千年の森」に草抜きており 坂下洋子

俳句

老鷺に別れを告げて帰りけり
何処もかも空き地かまわず草茂る
ポピー描き花の仔細しみじみと
贅沢な何もせぬ日や梅雨ひと日

高田囃鳥
佐々木とき女
高田悦子
村上俊彦

-自己新記録を目指して68名が出場-町民陸上競技記録会



7/7

-クラスごとに多彩な展示-2日間にわたり清水高校学校祭開催



7/6・7

-こぐま戦隊マモルンジャーと交通ルールを学ぶ-第1保育所こぐまクラブ集合訓練



7/4

-交通事故撲滅を願って-土木施工管理技士会、生活安全推進委員会などが旗波作戦



7/11

清水陸上少年団7名が北海道小学生陸上競技大会へ出場報告



7/8

特別養護老人ホームせせらぎ荘で夏祭り開催、道警音楽隊が演奏



7/7

-未経産牛クラスから最高位まで60頭を審査-町ホルスタイン共進会開催



7/13

道路の舗装補修の社会貢献を実施した北洋道路(株)に感謝状贈呈



7/12

生涯学習ボランティアが清水中学校参観日の書写授業で支援活動



7/12

-創立35周年を記念して39点を展示-彩西会絵画展



7/25

町ミニバレー協会とJoyすぽべケレバツが清掃活動でゴミ拾いを実施



7/21

清水・御影中学校生徒22名が北海道中学校体育大会へ出場報告



7/17

7/23 自分の体力を知って健康づくりを



7月23日、65フェスティバルが町体育館で開催され、60名が参加。この行事は、高齢者の体力チェックを行うことで、日頃の体力増進や健康づくりに役立てることを目的に開催しています。準備運動後に、握力測定、長座体前屈、開眼片足立ち、6分間歩行の体力チェックを実施。参加者からは「自分が思っていたよりもできなかった。体力が落ちていたのかも」と、今後は毎日の体力づくりに心がけたいと話していました。

7/14 地域で集う恒例イベント 牛の丸焼きも大人気



7月14日、みかげふえすてばる実行委員会の主催による「みかげふえすてばる」が、御影公民館で開催されました。今年も「十勝若牛」の炭火焼きを無料で配付。多くの来場者が牛肉を求めて並び、列が絶えませんでした。当日は小雨が降り、少し肌寒くもありましたが、家族や友人、地域や職場の仲間が集い会話を楽しみながら、出来立ての食べ物や冷えた飲み物を堪能しました。

7/27 家族や仲間と楽しく夏のまつりを満喫



清流まつりが7月27日に駅前イベント広場で開催されました。ステージイベントは、清水ジュニアプラスバンドの演奏を皮切りに、吹奏楽部の演奏、バトンやダンスなどの発表のほか、よさこい演舞なども披露され、おいに会場を盛り上げていました。来場者は、町内飲食店の美味しい食べ物や飲み物とともに、家族や仲間と会話をしながら、夏のイベントを満喫していました。

7/23 いざという時のために 防火への対策を学ぶ



7月23日、消火技術研修会が消防庁舎で実施され、町内事業所から59名が参加しました。研修では、避難マニュアルを学んだほか、消防庁舎の図面を使用した図上避難訓練、消火器体験や煙体験等が行われました。消火器体験では、参加者から「消火器を初めて使用したが、いざという時のために経験できてよかった」と日頃からの防火対策に関し、あらためて認識した様子でした。



清水人

しみず じん

いくつになっても現役宣言！
今だからできる郷土愛のかたち
～ 全ては主人公 9,388 人のために ～

御 影在住の島津さん。幼少の頃、樺太（現サハリン）で暮らしていた当時のお話しを伺いました。

公 公共交通や車などの移動手段が無かった時代、冬に両親は木製のそりを馬に付け人を乗せて運ぶ仕事をしていました。当時、兄弟10人で両親の仕事を手伝っていたそうで、「寒い中、毎日馬のえさを用意して、敷き藁を換えていましたよ。当時は本当に大変でした。」

樺 太の生活の中で、ロシアの人たちとの交流も。「ロシア人の家庭に遊びに行つて、お昼ごはんをご馳走になったんです。言葉が通じなくても、身振り手振りで伝え合い、とても楽しかった。」と当時を振り返ります。その後、第二次世界大戦が激化。小学

5年生のときに家族で樺太から引き揚げることになりました。引き揚げて移動しているときに、兄弟の1人から「清水町に来るといい。」との電報が入り、急きよ清水町へ移住すること



に。住み始めた頃は、大きな木を切り倒したり、朽ちた木の根を起こす、家を一緒に建てるなど、苦勞が絶えませんでした。数え切れないほどの苦勞を乗り越えた現在の生活は「近所の人たちや家族とのつながり

の中で暮らせて、今がとても幸せ！」と、満面の笑みを浮かべながら話していました。

「今の暮らしが とても幸せ！」

島津 秋子さん (83)

「た だね、もう戦争に負けたから、もう戦争に勝つてほしくないと思ってるよ。」戦争を体験したからこそ言える、戦争に対する感情がこもっていました。今ある平和な日常は、当たり前、当たり前と願う気持ちが、強く伝わってきました。

和 裁とパークゴルフが得意で、自宅の棚にはパークゴルフ大会で優勝したときのトロフィーが

びっしり。今は家庭菜園と玄関先の花々のお世話が楽しみで、自宅の前には綺麗に手入れされた花々が可憐に咲いています。家庭菜園では新鮮なレタス、きゅうり、ピーマン、トマトが。「この間は孫と一緒にふきを探りに出かけたんです。次の日の朝4時からふきを炊いたんですよ！」とにこっと笑顔で話していました。



パークゴルフ大会でもらったトロフィーやメダルなどが、いっぱい並んでいました。

広報しみず726号
学習情報ゆう・える449号

●発行 北海道清水町 ●編集 企画課広報広聴係
●発行・編集 清水町教育委員会 0156(62)2114
0156(62)5115
http://www.town.shimizu.hokkaido.jp/