

広報

# ぴっふ

2

February  
2017  
No.701

冬道守る男たち—。

深夜の町道除雪作業風景

比布が誇る除雪の裏側に密着

# 冬道守る職人技

## 真夜中の出動

出動です。  
よろしくお願ひします！

深夜の午前2時30分、雪見当番の除雪作業員から入る一本の電話。電話の受け手は上野秋雄さん。平成3年から役場建設課の嘱託職員として勤務する上野さんは、町道除雪の指揮を執る経験豊富なベテラン作業員。除雪車両の操縦においても作業員随一の技術を誇る頼れるリーダー。周囲からの信頼も厚い。



上野秋雄さん

上野さんは電話を受けると、他の作業員に電話で出動を呼びかける。

その後、連絡を受けた作業員が、除雪車両を納めた役場横の総合車庫に続々と集まり、出動の準備に取り掛かる。

## 積雪10センチ以上で出動

早朝の出動を判断するのは、午前2時30分。雪見当番が計測器で積雪量を測り、前日からの積雪が10センチを超えていたら、上野さんへ電話で連絡する。

しかし、積雪量だけで出動を判断するわけではない。「積雪が10センチ未満でも、降雪状況や風向き、その日の天気予報を見て判断するんだ」と上野さん。

朝の道路は通勤・通学などで利用する人が多い。判断を誤れば、市民の足に影響を及ぼしかねない。それ



ゆえ、正しい状況判断が求められる。出動回数は時期によって少し差があり、出動が多いのは1月下旬から2月。この時期は、ほぼ毎日のように雪が降るため、連日の早朝出動も多い。過去には、10日間連続で早朝出動があったこともあるという。

TAKUMI

# 匠





## 比布の除雪はココが良い

「比布は道路がしつかりと除雪されていて、見通しが良いので、運転しやすいです。小さな子どもを乗せているので、路面がきれいだととても助かります」



車で子どもを保育園に送迎する  
栃木真奈美さん

雪が降れば正月も返上

「雪が降れば、平日、週末も関係なく出勤します。もちろん、大みそかや正月も同じです」。

いつ降るかわからない雪に常に気が抜けない除雪作業員。冬は、携帯電話やスマートフォンからの天気予報のウェブサイトから目が離せなくなるという。

もう一つ、欠かさないのは、出

動前のミーティング。効率良く作業を進めるために、作業員同士で車両の走行ルートなどを確認し、万全を期す。

時刻は午前3時。黄色の回転灯をきらめかせ、出動を待ちわびた7台の車両が一斉に総合車庫を飛び出した。



スクールバス運転手を務める  
菊池総一郎さん

「いろいろな町を走ってきましたが、中でも比布は道路の除雪が行き届いています。安全運転が仕事の私にとって、比布の除雪作業員の方は心強いです」



きれいに除雪された町道。道路も広く開けられている

除雪の質の高さは、比布町の大きな魅力のひとつ。「朝の除雪が早く、通勤時に助かる」「歩道の除雪がきれいなので、歩きやすい」などの声もあった。





# 冬場の町道は こう守られている

## 町道除雪は直営体制

町道の除雪を行う作業員は、毎年12月1日付けで町長から辞令交付される臨時職員である。今年度の作業員は10人。彼らが、町道の全除雪距離125キロメートルのうち、98%を占める123キロメートルの町道に加え、7か所の公共施設の除雪を町の直営で担っている。

直営体制の大きな利点は委託業者を通さず、作業員に直接連絡できるところ。緊急時にも迅速に対応できる。

自治体が直接、除雪作業員を雇用し直営体制で行うことは珍しいことではないが、他町では大部分を専門業者に委託しており、本町のように町道のほぼ全域を直営で行う町は少ない。

## 体力と気力が勝負

除雪作業員の朝は早い。冬場は毎日のように、早朝の出勤に備えた生活を送っている。

早朝といっても時刻は深夜。出勤の連絡があれば、午前2時半には起床し、午前3時までには出勤する。作業が終わるのは、午前8時ごろ。日中も早朝と同様に、除雪作業や除雪した区域の排雪作業を行う。夕方午後5時、すべての作業が終わり、ようやく帰宅の途に就く。

「夜は午後8時には布団に入るよ。家にいる時間は短いけれど、長年やってるから慣れたよ（笑）」と除雪作業20年のベテラン島聖一さん。帰宅後は、ほとんど外出せず、出勤の連絡が来たらすぐに行けるように、常に気を張った生活をしているのだとか。まさに体力と気力が勝負である。

## 知っとこ 比布の いろいろな除雪車

雪を飛ばすロータリー車とそれを積みこむ除雪トラックの連携プレーは見事！排雪作業には不可欠なコンビだ。



▼ロータリー車



▼除雪トラック



「除雪車」といっても種類はたくさんあって、状況に合わせて使い分けるんだ。ここでは、比布町で扱っている除雪車両を紹介するよ。

小型の車両は、歩道などのせまい場所の作業に適しているよ。車体は小さいけど、運転がとても難しいんだ。

▼小型ロータリー車



操作レバーがいっぱい…！

▼運転席のようす（ロータリー車）



▼ミニホイールローダー



▼除雪専用車



大型の車両は、広い道路で大活躍。一度にたくさんの雪を押せるんだ。

▼除雪ドーザー





## 除雪の難しさ

作業には、さまざまな種類の特殊車両が用いられる。本町で扱っているのは、除雪専用車やロータリー車など6種類。各車両の先端には、路面の雪を押し出すブレードや雪を切り砕く回転歯などが装備されている。運転席には車両の各部を動かす操作レバーがたくさんあり、操作も複雑である。

しかし、作業員たちはまるで自分の手足のごとく自在に車両を操縦する。取材のため、特別に除雪ドーザーの助手席に同乗し、作業の一部始終を目の当たりにしたが、作業員の運転技術の高さに圧倒された。

「簡単な場所なんて一つもないね。どんな道にも歩道の縁石や電柱、看板といった障害物がある。普段は露出しているものでも、冬は雪に覆われて見えなくなる。車両が接触しないように見極めて作業をしないと



巧みなハンドルさばきで車両を操る作業員。住宅が立ち並ぶ市街地は、縁石や電柱などの障害物が多く、作業が難しい。



大切なのは、チームワーク。状況に応じて他の車両のサポートや応援の要請をし、効率よく丁寧な作業を心がけている。



作業終了後、除雪車のブレードについた雪を落とす上野さん。除雪車は商売道具。車両の整備も大事な作業の一つ。



昼夜問わず出勤に備える除雪作業員。一人ひとりが強い責任感と信念を持って働いている。

らない。経験が必要だよ」と作業員は話す。

難しいのは、障害物だけではない。

自然が相手の除雪作業は、天気や時間帯によって作業効率に影響が出ることも。降雪による視界不良はもちろん、「朝日」も大敵となる。日の出の強い日差しが、積もった雪に反射すると、景色が白く飛んで路面が急激に見にくくなるという。

しかし、彼らには、そんな状況下でも、安全かつ正確な操作が求められている。

## 除雪という仕事

ベテラン作業員の島さんは「除雪車は、巨大な刃を付けた危険なマシン。人や車に接触しないよう、周囲の安全確認が一番大事。長年この仕事をしているけど、運転中は常に緊張しているよ」と話す。

「自分がした仕事の跡が残ることが

魅力。体力的には大変なこともあるけれど、達成感や面白さもある」と島さん。

「とても責任のある仕事。もし、自分たちがいい加減な除雪をしたら、その道を通る人たちが困ってしまふ。道を通った人が少しでも気持ちよく感じてくれるような除雪を目指しているよ」と力強く語ってくれた。「除雪とは何か」という問いに島さんは「日々勉強」と答える。

「経験を積んだ分だけうまくなる。まだまだ未熟。もつといろんな現場を踏んでいけば、自然と技術もついてくるし、もつと良い除雪ができる。この仕事をするからには、技術を追い求めていかないとね」。

こうした仕事に対する作業員一人ひとりの姿勢と熱意が、除雪の質を高めているに違いない。

## いつもと変わらぬ道を

町では、通行に支障をきたさないよう、生活に合わせた除雪体制が敷かれている。

真つ暗闇の早朝、窓越しに響く除雪車の音。まだ寝静まった町中に響くその音こそが、私たちがいつもと変わらない道を通ることができるよう。朝、自宅を出ると、雪が降り積もったことなど感じさせないよう、きれいに除雪された道が目の前にある。

全ては道を通る人のために――。

技術を磨き、より質の高い除雪を追い求める作業員。彼らによって町民の生活路は守られている。

## ＜ご協力をお願いします＞

道路除雪は安全な道路交通を確保するため、除雪車が左右に雪を寄せる作業です。除雪で寄せられた雪は、沿道にお住まいのみなさんの共助により、冬道の交通が確保されています。町民のみなさまのご理解とご協力を重ねてお願いします。

## ＜町道の除雪に関する問い合わせ＞

役場建設課 維持係 ☎ 85-4807





# 第4回 町議会定例会 行政報告

第4回町議会定例会が平成28年12月12日に招集され、町長から行政一般報告がされました。概要をお知らせします。

別表 諸工事の発注状況 (平成28年9月8日から平成28年12月9日まで)  
(単位:円)

工事名及び工事の内容	請負業者	請負金額
町有住宅外壁補修その2工事 <small>小学校横2棟、蘭留1棟 外壁サイディング張替ほか</small>	㈱水野工務店	276,480
養鱒場沢浚渫工事 <small>土砂崩れ水路復旧、浚渫</small>	(有)蜂谷商事	135,000
消火栓設置工事 <small>消火栓1基(南1線2号)</small>	㈱岩城設備	1,123,200
北10線道路排水路整備工事 <small>土水路浚渫 260㍍、取付道路・縦断管撤去ほか</small>	日新工業㈱	1,058,400
北8線北10線連絡道路路肩補修工事 <small>片側路肩補修 134㍍、トラフ布設、分流槽・集水枘</small>	㈱新見産業	5,292,000
南町1丁目歩道緑石補修工事 <small>舗装止緑石取り替え、歩道舗装</small>	日新工業㈱	185,760
北2線道路陥没補修工事 <small>車道部陥没補修、コンクリート管再設置(北2線12号)</small>	日新工業㈱	370,440
新町集合住宅道路新設工事 <small>道路改良 96.98㍍、緑石設置、LED防犯灯、区画線ほか</small>	日新工業㈱	13,932,000
新町集合住宅道路汚水管布設工事 <small>汚水管布設 93.89㍍、公設汚水枘、マンホールほか</small>	㈱岩城設備	2,160,000
北4線排水路整備工事 <small>トラフ布設、切土法面整形、既設トラフ撤去ほか</small>	タカハタ建設㈱	1,134,000
北7線13号橋他補修工事 <small>舗装オーバーレイ、段差解消(北7線13号橋、改10号橋)</small>	日本道路㈱ 道北出張所	378,000
大型鋼製スノーポール設置工事 <small>スノーポール(矢羽根)更新(北2線14~13号 6基ほか)</small>	㈱新見産業	2,322,000
新町集合住宅道路配水管布設工事 <small>配水管布設 93.67㍍、給水管、仕切弁ほか</small>	㈱岩城設備	928,800
八坂公園園路等撤去工事 <small>公園施設(階段、遊歩道ほか)撤去、立入禁止柵設置</small>	(有)蜂谷商事	1,706,400

## ◆町長行政一般報告

### 諸工事の発注状況

平成28年度諸工事の発注状況は、別表をご覧ください。

### 観光施設の営業状況

グリーンパークびっぶは、例年より早い降雪により、(昨年)10月30日に今シーズンの営業を終了しました。また、キャンプ場は、クマの出没情報により閉鎖せざるを得ない状況が続き、本年は1500

人程度の利用にとどまっています。

なお、総収入は昨年より94万509円少ない508万6852円で、前年比84.4%と、大変厳しい営業結果となりました。

収入の約9割を占めるパークゴルフ場が、融雪の遅れで昨年より6日遅い営業開始となったことに加え、早い降雪によって昨年より16日早く終了したこと、また、ゴルフデインウィーク中の天候不順で利用者が減少したことが主な要因と考えられますが、パーク

ゴルフ人口そのものが停滞している現状でもあると思います。

このような状況を踏まえ、遊湯びっぶとの連携やPR活動に一層努めるとともに、施設管理の徹底を図り、来シーズンに向けた営業活動に努めてまいります。

びっぶスキー場は、12月1日に開場式とセンターハウス「スキップ」のオープンニングセレモニーを行い、同月10日からナイター営業を開始しています。

今シーズンは開場式当日からリフトが運行でき、50年目

を迎えた当スキー場にとって大変良いスタートをきることができたと思います。

12月4日現在のリフト収入は、1157万3千円で、昨年に比べて655万6千円多い状況です。

昨シーズンは12月20日から営業が始まったこと、また、今シーズンからリフト料金を値上げしたこともあり、が、シーズン券の新規購入者が30人以上もあり、早期特典付き販売や旭川市内のスポーツ店での出張店頭販売が定着してきたことに加え、クレジットカードが利用できるようになったことが要因と考えられます。

本年は、センターハウス「スキップ」が完成したほか、ロープリフトの更新などを行いました。50年目のシーズンを迎え、びっぶスキー場リニューアル元年と位置づけ、良佳村エリア全体に経済効果が波及されるよう、例年より多くのイベントを計画しています。利用者の安全を第一に、お客様にとって居心地のよいスキー場を目指し、スタッフ一丸となって努力していきます。





次に、交流促進施設「良佳プラザ・遊湯びつぷ」の利用状況です。

11月末までの入館者数は、対前年比92・5%と管理者から報告を受けています。

10月は入浴者数、宿泊者数ともに前年を上回りましたが、11月は積雪の影響もあり、対前年同月比73・4%と大変厳しい状況となっております。

近郊の観光地でも伸び悩んでいるとのことですが、独自の宿泊プランや宴会プランにより、旭川市内の町内会や老人クラブなどの利用が増加傾向にあるようです。

また、高速道路を利用するビジネスマンのリピーターも増えており、交通の要衝である利点が生かされているものと思えます。

様々な事情によりレストランを閉店せざるを得ない状況となりましたが、民間活力が最大限発揮され、来館者数、業績が向上されるよう、管理者との連携を深めていきます。



### 農作物の収穫状況

水稲は、6月の低温や日照不足により生育が心配されたものの、平年並みの収量となりました。

大豆など一部の作物は、順調に収穫作業が進められたものの、例年になく早い積雪により30日程度の畑で収穫ができず、残念な結果となりました。以上、町長行政一般報告とします。

### ●町から提案した主な議案

- 比布町税条例の一部改正
- 比布町国民健康保険税条例の一部改正
- 比布町農業委員会の委員の定数に関する条例の全部改正
- 平成28年度比布町一般会計補正予算（第7号）ほか2件



### 第5回町議会臨時会

第5回町議会臨時会が平成28年11月25日に行われました。議決された議案は次のとおりです。

- 平成28年度比布町一般会計補正予算（第6号）ほか5件

## 功績をたたえて表彰

平成28年度比布町功労表彰及び感謝状の贈呈式が平成28年12月12日、第4回町議会定例会の席上で行われ、伊藤町長から表彰状が手渡されました。

功労表彰は、町表彰条例に基づき、町の政治や経済、文化、社会福祉などの振興に貢献された方や、模範となる行いをされた方に贈られます。

受賞された方々の貢献に心から敬意を表します。

### 功労表彰

中根慶邦さん（寿町）



中根さんは、昭和61年12月から30年の長きにわたり民生委員児童委員として社会福祉の増進に貢献。同協議会会長として18年、道連盟上川支部長を6年歴任されました。

### 功労表彰

大河弘子さん（新町）



大河さんは、平成2年5月から26年の長きにわたり保護司として精励され、保護司会比布支部長を2年間歴任するなど、社会福祉の向上に貢献されました。

### 感謝状

大西時男さん（3区）



大西さんは、昭和55年4月から36年の長きにわたり交通安全指導員、平成24年からは指導員隊長として交通安全思想の普及に尽力されました。

### 感謝状

林義雄さん（新町）



林さんは平成28年3月まで18年の長きにわたり、交通安全指導員として精励され、交通安全思想普及に尽力されました。





# 比布消防団出初式

比布消防団（御囲正寛団長）出初式が1月7日、比布コミュニティ消防センター前で行われ、町内3分団の団員45人が制服姿で整列しました。

統監の伊藤喜代志町長に敬礼後、観閲並びに服装点検などが行われ、団員たちは来賓らが見守る中、市街中心部を行進しました。

行進後は町農村環境改善センターに会場を移し、消防殉職者への黙とうをささげたほか、功労者に対する表彰が行われました。

受賞者（敬称略）

## ◆比布町長表彰

【勤続表彰】

勤続30年▽奥山勝弘（副分団

長）・遠藤芳紀（部長）

勤続10年▽浅野真明（班長）・

久保昌義（班長）

勤続5年▽岸田卓也（団員）・

八巻隆則（団員）

【永年勤続特別褒賞】

勤続30年▽奥山勝弘（副分団

長）・遠藤芳紀（部長）

## ◆北海道消防協会表彰

勤続30年▽奥山勝弘（副分団

長）・遠藤芳紀（部長）

## ◆北海道消防協会表彰

勤続30年▽奥山勝弘（副分団

長）・遠藤芳紀（部長）

勤続10年▽浅野真明（班長）・

久保昌義（班長）



## ◆旭川治安協力会表彰

功労者表彰▽佐藤直一（前団

長）

功績者表彰▽奥山勝弘（副分

団長）



# 比布町成人式

第68回町成人式が1月8日、町農村環境改善センターで行われ、新成人34人（男性13人、女性21人）が振袖やスーツ姿で出席しました。

式では新成人を代表し、斎藤剛さんが「これまでお世話になった方々、自分を育ててくれた比布町に恩返しができるよう頑張ります」と誓いの言葉を述べました。

式後には、新成人たちが比布中学校を卒業する数日前に撮影した「二十歳の君へのメッセージ」ビデオを鑑賞。懐かしい姿が登場するたびに歓声があがり、恥ずかしそうに顔を覆う参加者もいました。

このビデオ撮影は7年前から始まりました。中学校卒業後に離れ離れになった友人、お世話になった先生、比布町で過ごした時間を思い出し、ふるさとを大切に感じてほしいとの願いを込め、成人式で上映しています。

将来の夢を語る15歳の自分に再会した新成人たちは「友達に囲まれ楽しい生活を送っていたことを思い出し、この町で育つてよかったと感じた」「自分に励まされた。つらいこともあるけれど、仕事を頑張っていた」と笑顔を見せました。



毎月確認していますか？

## クレジットカード利用明細を 必ず確認しましょう！



### ◆◆相談事例◆◆

金融機関口座からデパートのクレジットカードの引き落としが毎月一定額あることに気づき、デパートに問い合わせると、5年前と3年前の車検代や買い物をした際の代金約40万円分の支払いが今も続いていることがわかった。

カードを利用するときには、いつも「翌月一括払い」にしていたので、一括払いになっていたと思っていたが、7年前にカードを契約した際、支払方法を「リボ払い」にしていたらしい。

利用明細なども確認していなかったのは反省しているが、契約時にもっと分かるように説明をしてほしかった。(60歳代・女性)

### ◆◆消費者へのアドバイス◆◆

●クレジットカードの支払方法には、一括払いや分割払いのほかに、利用金額や件数に関わらず、毎月一定の額や割合を支払うリボルビング払い(以下、リボ払

い)があります。リボ払いは、月々の支払いを一定額に抑えられる反面、支払い期間が長期化し、手数料がかさむことがあるので注意が必要です。

●クレジットカードで支払う際、一括払いとしたはずなのに、リボ払いになっていたという相談があります。カードを申し込む際は、初期設定が「リボ払い」になっているカードもあるので、支払方法や規約をしっかりと確認しましょう。

●利用明細は必ず確認し、少しでも不審なことがあったらすぐにカード会社に問い合わせることが大切です。

●困ったときは、消費生活センターなどへ早めにご相談ください。(消費者ホットライン188)

～誘いに乗らない、申し込まないことが肝心～

●消費者ホットライン ☎0570-064-370 ゼロゴナナゼロ 守ろうよ みんなを

●旭川市消費生活センター☎0166-22-8228

すぐに消費生活センターに相談しましょう

## 求人募集

町内事業所の求人募集情報をお知らせします。  
求人募集情報は町図書館玄関、農村環境改善センターロビー、比布駅で掲示しています。

### ■上川農業試験場

南1線5号 ☎85-2200

#### □農業技能員

内容 / 農作業全般作業員

勤務 / 月-金 8:45 ~ 17:30(土日祝は休み)

資格 / 普通自動車免許・大型特殊免許

日給 / 8,720円

期間 / 4月 ~ 5月 (2か月)

#### □研究補助員

内容 / ほ場作業、室内分析調査、データ入力など

勤務 / 月-金 8:45 ~ 17:30(土日祝は休み)

日給 / 6,670円

期間 / ①4月 ~ 5月 (2か月)

②4月 ~ 12月 (9か月)

### ■町立ぴっぷクリニック

中町1丁目2-10 ☎85-2222

#### □事務員

内容 / 受付、電話対応、会計など

給与 / 基本給 15万 ~ 18万円

#### □看護師・准看護師

内容 / 医師の診察補助など

勤務 / シフト制

資格 / 看護師・准看護師資格

給与 / 看護師 21万 ~ 31万円

准看護師 18万 ~ 26万円

#### □看護助手

内容 / 医師・看護師の看護補助など

勤務 / 8:30 ~ 17:15

木・土は 8:30 ~ 12:30

資格 / 介護職初任者研修修了者が

望ましい

給与 / 13万 ~ 16万円

### ■(株)商会 比布営業所

北1線4号 ☎58-9111

#### □正社員

内容 / 自動車の解体、部品の仕分け

勤務 / 8:30 ~ 17:30

資格 / 要普免 (未経験者大歓迎)

給与 / 月給 143,800円以上

### ■高齢者事業団

中町1丁目1-15 ☎85-2050

#### □会員

内容 / 清掃業務、農作業全般作業員

場所 / 町内

勤務 / 8:00 ~ 17:00

資格 / おおむね 60歳以上

時給 / 業務によって異なります。

### ■求人のある事業所

は、役場産業振興課商工労働係にご連絡を。掲示板・広報紙・町ホームページで求人募集をお手伝いします。

☎85-4806



# 介護はある日突然、やってくる!?



介護は、加齢とともに徐々にその必要性が高まる・・・というイメージを持つ方が多いと思います。しかし、それまで元気だった方が、ある日突然、脳梗塞や転倒骨折、脱水により急に要介護状態になることは十分に起こりえることです。



## ▼入院↓退院↓その次は？

介護には、病気が関係し、そのきっかけが入院であることは少なくありません。急な発症により入院し、家族が手続きなどに追われている間でも、病状が治まれば退院が転院をしなければなりません。どの病院も治療が目的ですので、介護やリハビリのために入院し続けることはできません。

そのため、本人・家族には急な対応が迫られます。複雑な医療保険や介護保険制度に振り回される家族は多いです。そこに入院中の本人の意思は尊重されていないのも現状です。



## ▼自分がどうしたいかを家族で話し合っておこう

介護が必要になったとき、「自分はどうしたいか」が基本です。しかし、実際に介護をする家族の意思を無視することもできません。自分らしく生活するためには、元気なうちから家族で話し合っておくことが大変重要です。

## ▼相談窓口を知っておこう！

入院中は病院の相談窓口（地域医療連携室など）、自宅にいる場合は地域包括支援センターが相談窓口となります。ぴっぴクリニックに入院しているときは、ナースステーションにご相談ください。

相談窓口では、「自分はどこでどのように生活したいか」を

伝えましょう。必要に応じて介護認定申請の手続きなどを行います。介護サービスの組み合わせだけでなく、地域や友達の支援も自宅での生活を継続するためには重要になります。

## ▼今からできること

「そのときになってみないとわからない」では、自分の望む生活は継続できません。元気なうちに介護保険サービスや制度を知っておくこと、将来の自分の姿を考えておくこと、そのために、地域に出ているいろいろな方と交流を持つことは大変重要です。ボランティア活動なども有効です。困っている人にちよつとした手助けをすることが、自分が介護と向き合う学びにもなります。

## ～講演会のご案内～

### 「生き方」「逝き方」講演会

演題「エンディングノートは一人で書いてあげよう！～話し合って決める人生の花道～」

日時 3月1日(水)  
午後2時～3時30分  
場所 町農村環境改善センター  
多目的ホール  
講師 旭川医科大学 緩和ケア診療部  
副部長 阿部 泰之 氏



「じぶんできめるって？」  
あべやすし / 著  
絵本作家でもある阿部先生が「自分で決めるってどういうことか？」を読者に問いかける一冊。

町地域包括支援センター  
(役場保健福祉課内) ☎85-2112 (直通)

この笑顔が目印♪

高木 俊助さん  
グループリビング桂

利用者の方々や職員が笑っているところを見るのが大好きです。町のサービスだけに頼らず、近所や友人同士で見守り・支え合うまちにしたいですね！

今月の介護  
イケメン×イケメン

介護職員も募集中です★





先月号では、除雪・雪下ろしの注意点について勉強したね。今月号は、「自主防災組織」について勉強するよ。

■問い合わせ  
役場総務企画課生活安全係  
☎ 85-4802

## 「自主防災組織とは??」

そもそも「自主防災組織」とは？

自主防災組織とは、住民一人ひとりが「自らの命は自ら守る」そして、「自分たちのまちは自分たちで守る」という、地域住民の自衛意識と連携によって結成される防災組織のことです。

### 自主防災組織の役割・活動

地域内で自主的に防災活動を行なう自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。

#### 《平常時》

- 防災知識の普及啓発活動  
防災だよりの発行、講習会の開催など
- 各家庭の安全確保  
消火資機材の点検整備、家具の固定、建物の耐震診断など
- 地域内の防災環境の確認  
災害時要支援者、避難所・避難路の把握による防災マップの作成など
- 防災訓練の実施  
情報連絡訓練、消火訓練、避難訓練など
- 防災資機材点検整備  
防災資機材や備蓄品の管理など

みんなも防災レンジャーになろう！



今年も防災仲間を求めるリアル防災レッド

#### 《災害時》

- 情報収集伝達活動  
地域内の被害情報の収集や、役場や消防などからの救護情報などの住民への周知
- 初期消火活動  
消火器、バケツリレーなどによる初期消火活動
- 避難誘導活動  
地域住民の避難誘導、安否確認、災害時要支援者への援助など
- 救出救護活動  
簡単な工具を使用した救出、負傷者の救護など
- 給食給水活動  
備蓄食料などによる給食、救援物資の避難所への運搬と分配  
自主防災組織を作るには、事前に規約や事業計画等を定めておき、効率的な組織運動を行なうことが望ましいです。  
自主防災組織設立にあたっては、役場総務企画課生活安全係にご相談ください。

## 子どもの広場 2月の行事予定

### \*子どもの広場\*

#### ■開催日■

月・水・金曜日：午前9時～正午・午後1時～3時

火・木曜日：午前9時～正午

■内容■ 入園前の親子を対象に、遊びや育児に関する情報提供や保護者同士の交流の場として開催しています。予約は不要です。

### \*子育て相談\*

■開催日■ 子どもの広場開催中（随時）

■内容■ 保育士による子育て相談を行います。必要に応じて、保健師や栄養士も対応します。事前に予約が必要です。

※町民カレンダーに掲載しています。

### \*今月の行事\*

#### ■おひなさませいさく

2月24日（金）午前10時～正午

かわいいひななごりをみんなで作りましょう。

■問い合わせ■ 保健センター ☎ 85-2555

おうちにかざってね！

日	月	火	水	木	金	土
			1 0歳児 教室	2	3 せつぶん あそび	4
5	6	7	8 1歳児 教室	9 お休み	10	11 建国記念 の日
12	13	14	15 2歳児 教室	16	17	18
19	20	21	22	23	24 おひなさま せいさく	25
26	27	28	★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★			



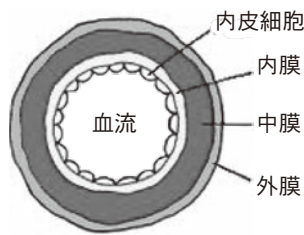
第 32 話

## 生活習慣病と血管

健康な体を維持するためには、生活習慣病の予防と改善が重要です。生活習慣病の重症化は血管を傷め、心血管や脳血管疾患、腎臓病などの重大な病気を引き起こします。

最近では、血管の内皮細胞が傷つくことで高血圧を起したり、動脈硬化を進めて心血管疾患や脳血管疾患の発症に影響を与えることがわかってきました。

### ▼血管の断面図



- 伸び縮みして血液量や血圧を一定にする。
- 動脈硬化を防ぐ。
- 血が固まらないようにする。

### ◆血管内皮細胞の働きが悪くなるとうなるの？

血管内皮細胞は血管の内側なので、全身を循環する血液から大きな影響を受けます。

血管内皮細胞は、表面をグリコカリックスといわれる層のバリアで覆われていて、高血糖や高脂質状態になるとこのバリアが傷つけられてしまいます。通常食後4〜6時間くらいで回復しますが、常時血糖値やコレステロール、中性脂肪が高い状態はバリアで

◆血管内皮細胞の働きは？  
血管内皮細胞は、次のような働きがあります。

あるグリコカリックスをはがしてしまい、血管が伸び縮みしなくなる、動脈硬化が進む、血栓ができやすくなることになり。そして、血管が伸び縮みしなくなることで血圧を上げてしまい、高血圧を起こすのです。

また、高血糖や高脂血症以外に喫煙、肥満などもグリコカリックスをはがす原因になります。

血管内皮細胞を健康な状態に保つことが、血管を守るために大切です。そのための生活習慣や食生活については、次回からお話しします。

### ■お知らせ

比布町国保の特定健康診査は、比布町契約医療機関で**3月31日(金)まで**受診できます。年に1回、自分の体の確認のためにもぜひ受診しましょう。

社会保険の方は、それぞれの加入健保にお問い合わせください。



# きたよん通信

## 障がいのある方への対応について(その③)

同じ障がいのある方でも、人によって状態が違い、必要な支援も違います。どのような支援が必要なのか、本人に確認することが大事です。

するほか、症状が見えづらいついなどの特徴があります。

▼配慮すること  
体調に応じて、対応してほしいことを本人に確認しながら、負担をかけない対応を心がけます。

### ■精神障がい

統合失調症やうつ病、てんかん、アルコール依存症などの様々な精神疾患により、日常生活や社会生活のしづらさを抱えています。適切な治療・服薬と周囲の配慮があれば、症状をコントロールできるため、大半の方は地域で安定した生活を送っています。

### ■高次脳機能障がい

脳血管障がいなどの病気や交通事故などにより、脳にダメージを受けることで生じる認知障がいや行動障がいなどの症状のことをいいます。身体的には障がいが残らないことも多く、外見では分かりにくい「見えない障がい」ともいわれています。

▼配慮すること  
2つのことを同時にしようとすると混乱するので、何かを頼むときは一つずつ、ゆっくり伝えます。疲労やイライラする様子が見られたら、ひと休みして気分転換を促します。

### ■難聴などの方

原因がわからず、長期にわたり配慮が必要な病気です。症状が進行しやすかったり、日によって症状が変化したり



# ぶっくんノート [2月号]



□開館時間 午前10時～午後6時

□休館日 毎週月曜日(祝日の場合は次の日)6日、13日、20日、27日

□館内整理日 22日(水)

**5 (日) よみきかせ会 (ひろがり文庫)**  
午前10:30～11:00

**24 (金) ぶっくん☆シアター (映画上映会)**  
午前10:00～

参加は無料で、  
申し込みも不要!

## 「リンカーン」

巨匠スティーヴン・スピルバーグによる、第16代アメリカ合衆国大統領リンカーンの伝記ドラマ。奴隷制を廃止し、南北戦争を終結させるため、憲法の修正に挑むリンカーンの28日間の物語。

- 監督/スティーブン・スピルバーグ
  - 脚本/トニー・クシュナー
  - 原作/ドリス・カーズ・グッドウィン
  - 出演/ダニエル・デイ=ルイス  
サリー・フィールド  
トミー・リー・ジョーンズほか
- 2013年(平成25年)アメリカ映画。151分。



イベントやおすすめの本を  
「比布町図書館 facebook」で紹介中



**1** ラジオ文化放送の大人気番組「武田鉄矢今朝の三枚おろし」を書籍化!

「人間力を高める読書法」

武田 鉄矢 / 著



ラジオ文化放送の大人気番組「武田鉄矢今朝の三枚おろし」を書籍化! 『失敗の本質』『ザ・ラストマン』『1行パカ売れ』『修業論』『持丸長者「幕末・維新篇」』など、武田鉄矢が気になっている1冊をピックアップし本の解説をしていく。

**2** アロハはすてきな意味をもつ言葉なの!

「ルルとララのアロハ! パンケーキ」

あんびるやすこ / 著

「きょうは、シュガーおばさんがかえてくる日ね、ルル!」いつもふたりにお菓子のつくりかたをおしえてくれるシュガーおばさんは、ハワイへ旅行にでかけてました。シュガーおばさんをまわっていると、小さなおきゃくさまがやってきました。森の子ねずみたちです。ハワイが恋しいというおじいちゃんネズミのために孫たちはルルとララにお菓子をお願いします。ハワイのことを思い出してくれる人気のお菓子っていったいなんですか?

**3** 日経朝刊連載「迷いの旅籠」、待望の単行本化!

「三鬼三島屋変調百物語四之続」

宮部 みゆき / 著



江戸の洒落者たちに人気の袋物屋、神田の三島屋は“お嬢さん”のおちかが一度に一人の語り手を招き入れての変わり百物語も評判だ。訪れる客は、村でただ一人お化けを見たという百姓の娘に、夏場はそっくり休業する絶品の弁当屋、山陰の小藩の元江戸家老、心の時を十四歳で止めた老婆。亡者、憑き神、家の守り神、とあの世やあやかしの者を通して、せつない話、こわい話、悲しい話を語り出す。「もう、胸を塞ぐものはない」それぞれの身の処し方を感じる、聞き手のおちかの身にもやがて、心ゆるれる出来事が…。

# 情報満載

比布町役場 (代表)	85-2111
総務企画課	85-4801
	85-4802
税務住民課	85-4803
保健福祉課	85-4804
地域包括支援センター	85-2112
産業振興課	85-4806
建設課	85-4807
議会事務局	85-4808
農業委員会	85-4809
比布町教育委員会	85-2262
図書館	85-3354
体育館・改善センター	85-2513
保健センター	85-2555
農業対策室	85-4011
ぴっぴスキー場	85-3056
遊湯ぴっぴ	85-4700

## わが家のアイドル



かとう ゆめこ  
加藤 夢子ちゃん  
直人さん・詩子さんの長女  
(1歳6か月・北町)

外で遊ぶことが大好きで、毎日雪の中、お散歩をしています。一番好きなのはブランコです。今の時期はブランコの乗りまねをして楽しんでるよ♪ よろしくね◎

みなさんのご家庭のかわいいアイドルをご紹介ください。最近の写真とコメントを添えて、役場総務企画課広報係にお寄せください。写真はカラー・白黒を問わず、Eメールでの投稿もお待ちしております。宛先は裏表紙をご覧ください。

### 参加者募集中!

#### 旭川比布同郷会の 総会・懇親会が開催されます

旭川比布同郷会(合田春夫会長)では、平成29年度総会並びに懇親会の出席者を募集しています。

旭川近郊に暮らす本町出身者と交流を深めませんか。知人、友人を誘って、ぜひご参加ください。

なお、会場までは町のバスを運行しますので、ご利用ください。

■日時 ■3月12日(日)午後2時~4時30分

■場所 ■花月会館(旭川市3条通7丁目)

■会費 ■5千円

### 申込期限 ■2月20日(月)

#### 申し込み・問い合わせ 役場総務企画課広報係



#### ご相談ください 社会保険労務士による 労働相談会を開催します

雇用保険や労働契約、賃金やパート業務をしている方の悩みなど、仕事や労働に関する相談会を開催します。

社会保険労務士が相談に応じます。相談は無料で、個人の秘密は守りますので、ぜひ

### ご相談ください。

■日時 ■2月17日(金)午後2時~7時(予約不要)

■場所 ■福祉会館第1研修室  
■問い合わせ ■  
役場産業振興課商工労働係

#### 弁護士に相談しませんか

#### 旭川弁護士会 巡回無料法律相談

日ごろの悩みを弁護士に相談しませんか。もしかしたらあなたの悩みは、法律で解決できるかもしれません。

旭川弁護士会では、弁護士が身近にいない地域のみならずにも、弁護士に相談できる機会をつくるため「巡回無料法律相談」を実施します。

### 相談するだけで解決できる 悩みもあります。ぜひ、ご相談ください。

なお、相談は無料ですが、相談を希望する方は事前にご連絡をお願いいたします。

■日時 ■2月7日(火)午後1時~4時

■場所 ■福祉会館第4研修室  
■予約・問い合わせ ■  
役場総務企画課生活安全係

#### 目標を達成したみなさん

#### ぴっぴ健康マイレージに ご応募ください

ぴっぴ健康マイレージの応募を受け付けています。

3つの健康目標(①健康診査を受ける ②がん検診を受

ける ③健康に関する事業に参加する)をすべて達成されたみなさんに町内共通商品券を贈呈します。

ダブルチャンス「誘って受けとく!がん検診」では、ぴっぴ健康マイレージを達成した方が、がん検診未受診の方を誘い、その方が受けた場合に誘った方、誘われた方それぞれに町内共通商品券を贈呈します。

ぴっぴ健康マイレージに参加して、お得に自分も周りの方々もみんなで健康な状態を維持していきましょう。

■応募締切 ■3月10日(金)

■問い合わせ ■  
保健センター



# 国民年金保険料の納付は 口座振替が便利でお得です



## お申し込みは簡単！

口座振替申出書に必要な事項を記入・押印（金融機関の届出印）し、旭川年金事務所または金融機関の窓口へ提出してください。口座振替申出書は、各金融機関、旭川年金事務所の窓口へ備え付けています。

**早割・6か月分・1年分・2年分を前納するとお得！  
前納の申し込み期限は2月末までです。**

（10月～翌年3月までの6か月前納の申し込みは8月末までです）

2年分の保険料を口座振替でまとめて前納すると、

**15,690円のお得！**

（現金支払総額 393,000円 → 前納支払額 377,310円）

※3月分が納入されていない場合は、3月分と2年前納分の25か月分が引き落としとなります。

平成28年度 国民年金保険料 納入額早見表（現金納付・口座振替の比較）

平成28年度	1か月分		6か月分		1年度分	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
現金（納付書） 翌月末口座振替	16,260円	-	97,560円	-	195,120円	-
口座振替 （当月末）早割	16,210円	50円	97,260円	300円	194,520円	600円
6か月前納 （現金納付）	-	-	96,770円	790円	193,540円	1,580円
6か月前納 （口座振替）	-	-	96,450円	1,110円	192,900円	2,220円
1年前納 （現金納付）	-	-	-	-	191,660円	3,460円
1年前納 （口座振替）	-	-	-	-	191,030円	4,090円

※保険料額は、平成28年度の額です。

上記は平成28年度の保険料額を基にしたためやす額です。平成29年度の保険料額は、2月下旬ごろに告示されます。前納分はすべて社会保険料控除の対象となります。また、今年4月から口座振替に加え、現金・クレジットカードによる2年分の前納ができるようになります。

★詳しくは、下記窓口にお問い合わせください★

■問い合わせ ■役場税務住民課戸籍年金係 ■  
■旭川年金事務所 ☎27-1611 ■

## まちの人口（12月末現在）

総数 3,828人（-7）  
男 1,801人（-1）  
女 2,027人（-6）  
世帯数 1,826世帯（-5）

※住民基本台帳登録数  
（ ）は対前月増減数

税務住民課の窓口では、本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード等）の提示をお願いしています。なりすましや第三者からの不正な届出、請求を防止するため、みなさまのご協力をお願いします。

申請をお忘れなく

冬の生活支援事業

町では、冬の生活支援事業を実施しています。

助成を受けるには申請が必要

です。申請書は先月号の広報紙に折り込んでいるほか、役場保健福祉課の窓口へ用意しています。該当する世帯は、必要書類を持参のうえ、期限

までに申請してください。

■対象世帯 ■平成28年12月1日現在で比布町の住民基本台帳に登録されており、町民税

非課税世帯で、次の要件に該当している世帯

① 65歳以上のみの世帯  
② 障がい者（身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている者）のいる世帯

③ 18歳以下の児童を扶養しているひとり親世帯  
④ 準要保護受給世帯（教育委員会認定されている世帯）  
⑤ 生活保護受給世帯  
■助成額 ■1世帯1万円  
■必要書類 ■  
① 記名、押印した申請書（申請書がない場合は印鑑を持参してください）  
② 障がい者のいる世帯は、該

当する手帳の写し

③ 通帳の写し

■申請期限 ■2月28日（火）  
■問い合わせ ■  
役場保健福祉課福祉係

◆お悔やみ申し上げます◆  
（氏名・享年・行政区）



戸籍のまど  
（1月15日までの届出）

※了承をいただいた方のみ掲載しています。

中野美代子さん 83歳（新町）

大出 愛子さん 89歳（南町）

宮崎 義一さん 98歳（18区）

利用申し込みのお知らせ

農産加工室3月利用分

3月1日から31日までの間に改善センター農産加工室の利用を希望する方は、5人以上のグループで、加工品目と数量をまとめてお申し込みください。

■締切■2月13日(月)

■抽選会■2月20日(月) 午前9時30分から福祉会館

■問い合わせ■

役場産業振興課特産振興係

参加者募集中

手軽でおいしい  
おにぎらずを作ろう!

町田園交流推進会議では、町内産の米やいちごジャム、小ねぎしやゆめなど使った「おにぎらず」作りの参加者を募集しています。

詳しくは、今月号の折り込みをご覧ください。

■日時■2月25日(土) 午前10時〜午後1時

■場所■福祉会館第3研修室

■参加料■大人500円、子ども300円

■申し込み・問い合わせ■

役場産業振興課農政係

お知らせします

農業委員会だより

【農業委員会総会の審議事項】

次の議案が審議され、承認されました。

第30回総会(11月21日開催)

◎農地法第3条の規定による許可申請

4件 410、133㎡

◎農用地利用集積計画の決定

3件 171、282・01㎡

◎平成28年産水稻生産量の答申について

10a当たり平均単収554kg  
第31回総会(12月19日開催)

◎農地法第3条の規定による許可申請

2件 238、494・90㎡

◎農地法第5条の規定による許可申請

1件 23、649㎡

◎農用地利用集積計画の決定

4件 120、633㎡

手続きをお忘れなく

自動車税の住所変更

自動車税は、4月1日現在の登録に基づいて課税される税金です。引越して住所が変わったときは、運輸支局で変更登録をしてください。

次の場合は運輸支局で登録手続きが必要です。

①住所が変わったとき(変更登録)

②自動車を買ったとき(移転登録)

③自動車を使用しなくなったとき(抹消登録)

平成29年度の自動車税納税通知書を確実にお届けするために、3月中に手続きをお願いします。なお、変更登録が間に合わないときは、札幌道

税事務所にご連絡いただくか、道税ホームページから自動車税の住所変更手続きをお願いいたします。

■問い合わせ■

札幌道税事務所自動車税部

☎011・746・1197

ご参加ください

上川農業試験場新技術発表会

上川農業試験場の研究員が、最新の研究成果や新品種をわかりやすく紹介します。また、研究成果についてご意見をいただき、今後の研究に役立てていきます。

■内容■

①新たに開発された品種・栽培方法・病害虫防除に関する



おなじみ! きしがみジンギスカン!!

- 12:00 ジンギスカン交流(有料・14時まで)
- 14:10 ココアの無料配布(数量限定)
- 14:30 第1回ジンギスカン銅投げ選手権受付開始
- 15:00 第1回ジンギスカン銅投げ選手権
- 15:30 いちごちゃんファミリーお披露目会
- 15:30 お楽しみ抽選会(抽選券が必要)
- 16:00 プチチョコまき

今年は移動動物園が来るよ! スキー場で待ってます!

# 2/11 土

# ジンギスカン 感謝day

日ごろのご来場に  
感謝を「米」で  
比布産米食べ放題!!  
(JAびっふ町協賛)

ぴっぷスキー場センターハウススキップ横にて開催

前売券 大人(中学生以上) 3,000円(当日券 3,500円)  
発売中! 子ども(小学生) 1,000円(当日券 1,200円)

※ぴっぷスキー場センターハウス内総合案内所にて販売  
※リフト乗り放題(9時~16時)・遊湯ぴっぷ入浴券1枚付き  
※シーズン券の方は中学生以上1,000円(当日券1,200円)  
小学生500円。ともに遊湯ぴっぷ入浴券1枚付き  
※限定250食。なくなり次第終了させていただきます。

問い合わせ ぴっぷスノーイベント実行委員会(事務局:ぴっぷスキー場 ☎85-3056)



# 広報 ぴっぷ

3月号は3月1日発行予定です

ストップ・ザ・交通事故死

～めざせ 安全で安心な北海道～



ルールむし しん号むしは わるいむし

(交通安全スローガン平成27年内閣総理大臣賞作品)

## 2月の行事予定

- 4(土) あそか苑雪まつり  
10:30 同苑
- 5(日) 部長杯一般男子・女子バレーボール大会  
9:00 体育館
- 7(火) 第1回町議会臨時会  
15:00 役場(議場)
- 10(金) 小学校新1年生体験入学  
9:00 同校
- 11(土) ぴっぷスキー場ジングス感謝デー  
12:00 ぴっぷスキー場  
全町混合ダブルス卓球大会  
18:00 体育館
- 12(日) 部長杯ミニバレー大会  
9:00 体育館  
ぴっぷスキー場GS競技大会  
9:00 ぴっぷスキー場
- 17(金) 中学校新1年生保護者説明会  
13:30 同校
- 20(月) 第33回農業委員会総会  
13:30 役場(議場)
- 21(火) 総務常任委員会 ～22日  
9:00 役場(議員控室)
- 25(土) 田園交流推進会議「おにぎらずを作ろう！」  
10:00 福祉会館(第3研修室)
- 27(月) 産業建設常任委員会  
9:00 役場(議員控室)
- 28(火) 議会運営委員会  
9:30 役場(議員控室)

※変更になる場合がありますので、無線放送などにご留意ください。

### 比布町のできごとを手軽に知りたい方 町のフェイスブックをご覧ください！



みんな、きむじだよ！最近フェイスブックを始めたんだけど、まちの情報がいろいろ発信されているんだね。写真もたくさんあって、見るだけでもおもしろいよ。登録も簡単だし、使い方がわからないときは役場に行ったら教えてくれるよ。みんなにおススメしているところなんだ。

気になった方は右のQRコードを読み取り、町フェイスブックをご覧ください。



毎朝、子どもたちの登校を見守る「きむじい」こと木村宣昭さん(74)もフェイスブックを始めました。

### 情報

- ② 次年度特に注意を必要とする病害虫
- ③ 農業改良普及センターの活動紹介
- 日時 ■ 2月20日(月) 午後1時～4時
- 場所 ■ 当麻町公民館「まとまる」
- 入場 ■ 無料
- 問い合わせ ■ 上川農業試験場

☎85・2200

### 保護者のみなさんへ

お子さんが安心安全にスマートフォンを利用するために

お子さんにスマートフォンを利用させる場合は、次の点に注意してください。

- ① 適切にインターネットを利用させる
- トラブルや事件に巻き込まれないよう情報モラルやコミュニケーション能力を親子で身につけましょう。
- ② 家庭のルールをつくる

適切な生活習慣が身につけられるように、お子さんと一緒に話し合い、具体的なわが家のルールをつくりましょう。

### お知らせします

各種申請書にマイナンバーの記載欄が追加されています

今年1月から協会けんぽの各申請書、届出書にマイナンバーの記載欄が追加されています。新様式は、協会けんぽのホームページから印刷できます。

なお、被保険者の方は、保険証の記号番号を記入すると、マイナンバーの記入は不要となります。

■ 問い合わせ ■ 全国健康保険協会北海道支部

☎011・726・0370

## 2月7日は北方領土の日です

北方領土返還要求運動を盛り上げるため、1981(昭和56年)年1月の閣議了解により、毎年2月7日を北方領土の日としました。

2月7日は、1855(安政元)年、日露間の国境を択捉島とウルップ島の間で定めた「日露通好条約」が結ばれた日です。みなさんもこの機会に北方領土に目を向けてみませんか。



※○内の数字は順位（敬称略）  
町内関係者のみ

◆全町ダブルス卓球大会

（12月17日・町体育館）

- 【男子】①平岡稜真（中学生）・川島真（一般）②中谷光希（中学生）・尾張祐輝（高校生）③浅野和哉（小学生）・中野渡陸士（高校生）、橋口稜世（高校生）・高森孝則（一般）
- 【女子】①有岡紗希（中学生）・大西信子（一般）②三浦鈴花（中学生）・平岡愉果（一般）③山田玲華（小学生）・磯部

◆町民バドミントン大会

（12月18日・町体育館）

- 【ダブルスA】▽前半戦①太田とみ・菊池佳澄②有岡紗希③有岡修治・中一美▽後半戦①菊池佳澄・有岡紗希②太田とみ③有岡晴美
- 【ダブルスB】▽前半戦①内沢義治・有岡晴美②工藤竜樹・中臯乃③内沢栄代子・奥野聖奈▽後半戦①中一美・工藤竜樹②内沢義治・内沢栄代子③奥野聖奈・中臯乃

◆第10回ヨネックス杯全道小学生インドアソフトテニス北見大会

（1月14日・北見市）

- 【女子】6年①平野心海・西木戸愛梨▽5年③長尾柑奈・荒尾夕佳▽4年以下③田中芽依・古川桜衣

堀部勝幸さんが  
北海道社会貢献賞を受賞



堀部勝幸さん（3区）が自治功労者として北海道社会貢献賞を受賞しました。

堀部さんは、平成5年10月から6期21年にわたり、町議会議員として活躍。この

間、19年から4年間は副議長として議長を補佐し、議会機能の円滑な運営、強化に努めるとともに、町政の推進役として生活基盤の整備や住民福祉の向上、地方自治の振興に多大な貢献をされました。

受賞に際し堀部さんは「多くの方の支えがあったからこそ。これからも町や住民のみなさんのためにできることをしていきたい」と話しました。

健康生活

脳梗塞③

▼脳梗塞のさまざまな前兆

よく「脳梗塞は前触れなく起こる」といわれます。前兆となつて発作が、周囲からわかりづらいことが理由のひとつとしてあげられます。自分自身の体の異変として、そのサインをみつけることが大切です。

▼わずかな違いを見逃さない  
①朝起きがけに手足がしびれている（まひ）

②食事中にはしを落とす（脱力）

③言葉が出ない、理解できない、話のつじつまが合わない（言語障害）

④ものが二重に見える（視覚障害）

⑤ろれつが回らない

⑥めまいがする

血栓でふさがれた場所により現れる症状は様々です。しかもこれらは、特定の症状が慢性的に続くのではなく、ある時ほんの数分から数十分現れては、またすぐに直ってしまうので、本人も周りも大して気に留めることのないまま

になってしまうのです。

このような症状を「一過性脳虚血発作」といい、「隠れ脳梗塞」という呼び方もします。他にも、普段いびきをかかなかつた人が、突然かくようになったという場合も脳梗塞との関係が疑われます。

このような症状で、一つでも思い当たるものがあつた場合「とりあえず様子見」は禁物です。症状があつても日常生活に支障ないからと様子見をしている間にも、脳梗塞を発症してしまうかもしれません。

40歳代では3人に1人、50歳代になると2人に1人、60歳代では7〜8割の人に隠れ脳梗塞の症状が見られるといえます。早期診断、早期治療を心がけてください。

お知らせ

びっぷクリニックでは、消化器（胃・大腸）痔・乳がん・腹腔鏡下胆のう摘出術等を行っています。

また、土曜日（月2回）、旭川医大血管外科の医師が診療をしています。

町立びっぷクリニック

院長 加藤一哉



**12.20** まちのために  
自分たちができること

▼中央小6年生が子ども議会を開催。案内看板の設置やPR動画の活用、特産品を使ったレシピなど7つのアイデアを提案しました。



**12.22** おすすめする本に  
手作りの帯を作成

▼中央小5年生25人が国語の授業で、本を紹介する手作りの帯を作成。イラストや感想、推薦の言葉を入れ、町図書館に展示しました。



**12.23** 比布駅で  
ピアノコンサート

▼ピカフエ比布駅でクリスマスコンサートが開かれ、町内の子ども15人が演奏。ピアノの音色が会場を和やかに包み込みました。



**12.28** 冬休みの宿題が  
終わっちゃったよ

▼町教委主催のぶつくん寺子屋が開講。参加した小学生49人は元教職員や大学生に教わりながら冬休みの宿題を終わらせていました。



**1.1** 新年に豪華な賞品  
恒例のもちまきも

▼びっぷスキー場の感謝デーが行われ、来場者はスノーベリィや獅子舞との写真撮影や抽選会、もちまきなどを楽しみました。



**1.4** 子どもから大人まで  
スキー・スノボ教室

▼町教委主催のスキー・スノーボード教室が開かれ、85人が参加。公認インストラクターから3日間、クラス別にレッスンを受けました。



**1.8** 初稽古と鏡開き  
気合いの入る剣士たち

▼比布剣道連盟と少年団が青少年会館で初稽古。剣士たちの気合いの入った声が響きわたりました。もちつきや鏡開きも行いました。



**1.11** おいしそうなお  
食品サンプル作り

▼町教委が食品サンプル作り教室を開催。親子ら46人はラーメンやチャーハンなどのサンプルを作り、おいしそうと声をあげました。



**1.11** 書道教室で書き初め  
心整え筆にぎる

▼町公民館書道教室が書き初めを行い、半紙の前に集中する真剣なまなざしの生徒たち。一文字一文字丁寧に力強く書き上げました。



**1.12** 男子厨房に入ろう会  
バランスの良い食事を

▼男性を対象にした料理教室が開催され、6人が参加。栄養士に教わりながら、煮込みハンバーグなど3品を作り、楽しく試食しました。





# 白い歯は 笑み見せとばす 雪のよう

▼愛用する歯のケアグッズ

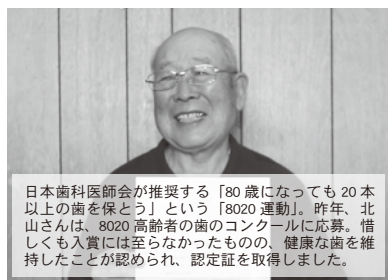


## 生涯現役 な人

北山文夫<sup>さん</sup>  
(85歳・東町)

### Profile

昭和6年生まれ、旭川市出身。数年間、室蘭市で暮らした後、昭和20年に比布に移住、62歳まで農業を営む。現在は高齢者事業団に勤務。



日本歯科医師会が推奨する「80歳になっても20本以上の歯を保とう」という「8020運動」。昨年、北山さんは、8020高齢者の歯のコンクールに応募。惜しくも入賞には至らなかったものの、健康な歯を維持したことが認められ、認定証を取得しました。

このコーナーは、生涯現役で活躍している町内の高齢者を紹介します。みなさんからのご紹介もお待ちしておりますので、役場総務企画課広報係までご連絡ください。

取材カメラに照れ笑いしながらも、軽快な足どりで除雪機を押し、自宅前の除雪作業に精を出す、東町の北山文夫さん。8年前、知人の紹介で高齢者事業団に入団。以来、夏は草刈りや木の剪定、秋は冬囲い、そして冬は除雪作業に汗を流すなど、明るい性格で活発な方です。「これといった趣味はないけれど、唯一誇れるのは歯だよ」とカメラに向かって、にっこりと笑い、自慢の白い歯を見せてくれました。85歳を超えた今もお20本以上の歯を保っており、これまで抜いた歯はたったの4本しかありません。「孫にこれが良いから使えって勧められるんだ(笑)」と取り出したのは、自身が愛用する歯のケアグッズ。歯の手入れには妥協を許さないうです。「この年になっても、元気でいられるのは、丈夫な歯のおかげ」と北山さん。「仕事があると、生活に張りが出る。これからもまだまだ働いて、健康を維持していきたいね。歯の管理にも手を抜かないよ」と笑顔で語られました。

広報ぴっぷ 2月号 No.701  
2017(平成29)年2月1日

- 発行 比布町
- 編集 総務企画課広報係  
〒078-0392  
北海道上川郡比布町北町1丁目2番1号  
☎0166-85-2111(代表)  
0166-85-4801-4802(総務企画課直通)
- ホームページ  
<http://www.town.pippu.hokkaido.jp>
- Eメール  
[ichigo@town.pippu.hokkaido.jp](mailto:ichigo@town.pippu.hokkaido.jp)

### ■表紙のことば■

町が寝静まる深夜。黄色の回転灯をきらめかせた除雪車が、町道の除雪作業を行います。例年1月下旬から2月は、1年のうちでも降雪量が特に多く、昼夜問わずに除雪車が出動します。この時期、暗闇の中で町中を走り回る除雪車は雪国ならではの光景です。

