

広 報

# みなみふらの

# 11

2015. NOVEMBER No.716



スタートダッシュ！町民マラソン大会(10月10日)

# 平成27年度 上半期財政事情

「財政事情の作成及び公表に関する条例」の定めにより、平成27年度上半期（4月1日から9月30日まで）の予算執行状況をお知らせします。  
総務課財政係 ☎52・2112

## まちの予算規模は？

全会計の予算総額は  
54億2,975万3千円

9月30日現在の一般会計予算額は43億2,997万7千円で、当初予算から2億7,312万8千円増加しています。これは、社会保障・税番号制度システム整備に伴う総合行政情報システムの改修委託や木質バイオマスエネルギー事業に伴う製品保管庫及び破碎機械等の購入に係る森林整備加速化・林業再生総合対策事業補助金などの補正を行ったためです。また、5つの特別会計予算の合計額は10億9,977万6千円で、当初予算から709万7千円増加しており、全会計を合わせた本年度の予算総額は54億2,975万3千円となっています。

## 一般会計の執行状況 収入は・・・

一般会計の予算額と収入済額・支出済額の内訳は【表1】のとおりで、予算額に対して9月30日までに収入した割合は52.3%で、中でも地方交付税は予算額25億7,144万1千円に対し、収入済額は18億7,211万円で収入全体の8割を占めています。また、金山・下金山の統合小学校改築に伴う地中熱利用設備設置事業などの財源に充てる国庫支出金は収入割合は17.2%、同じく林業専用道久住川向線開設事業などの財源に充てる道支出金は25.3%となっており、町税の収入割合は60.7%、東幾寅線整備事業や統合小学校改築に伴う地中熱利用設備設置事業などの財源に充てる町債（借金）は、来年3月以降に借入れるため9月30日までの収入はありません。

## 支出は・・・

統合小学校改築に伴う地中熱利用設備設置事業などを含む教育費の支出済額は2億1,349万5千円で、予算額に対する支出割合は39.3%、借金を返済する公債費の支出済額は3億5,904万3千円で同49.4%、また、特別職と一般職員に給与や手当を支払う職員費の支出済額は3億1,694万6千円で同48%などとなっています。

一般会計全体の予算額に対する支出割合は42.3%で、前年度同期の43.3%とほぼ同じ割合となっています。

## 町税の収入状況（平成27年9月30日現在）

税目	予算現額	収入済額	収入割合
町民税	1億1,027万3千円	6,134万1千円	55.6%
固定資産税	1億3,021万0千円	8,214万9千円	63.1%
軽自動車税	467万1千円	463万1千円	99.1%
町たばこ税	1,355万6千円	887万8千円	65.5%
鉱産税	30万4千円	16万8千円	55.3%
合計	2億5,901万4千円	1億5,716万7千円	60.7%

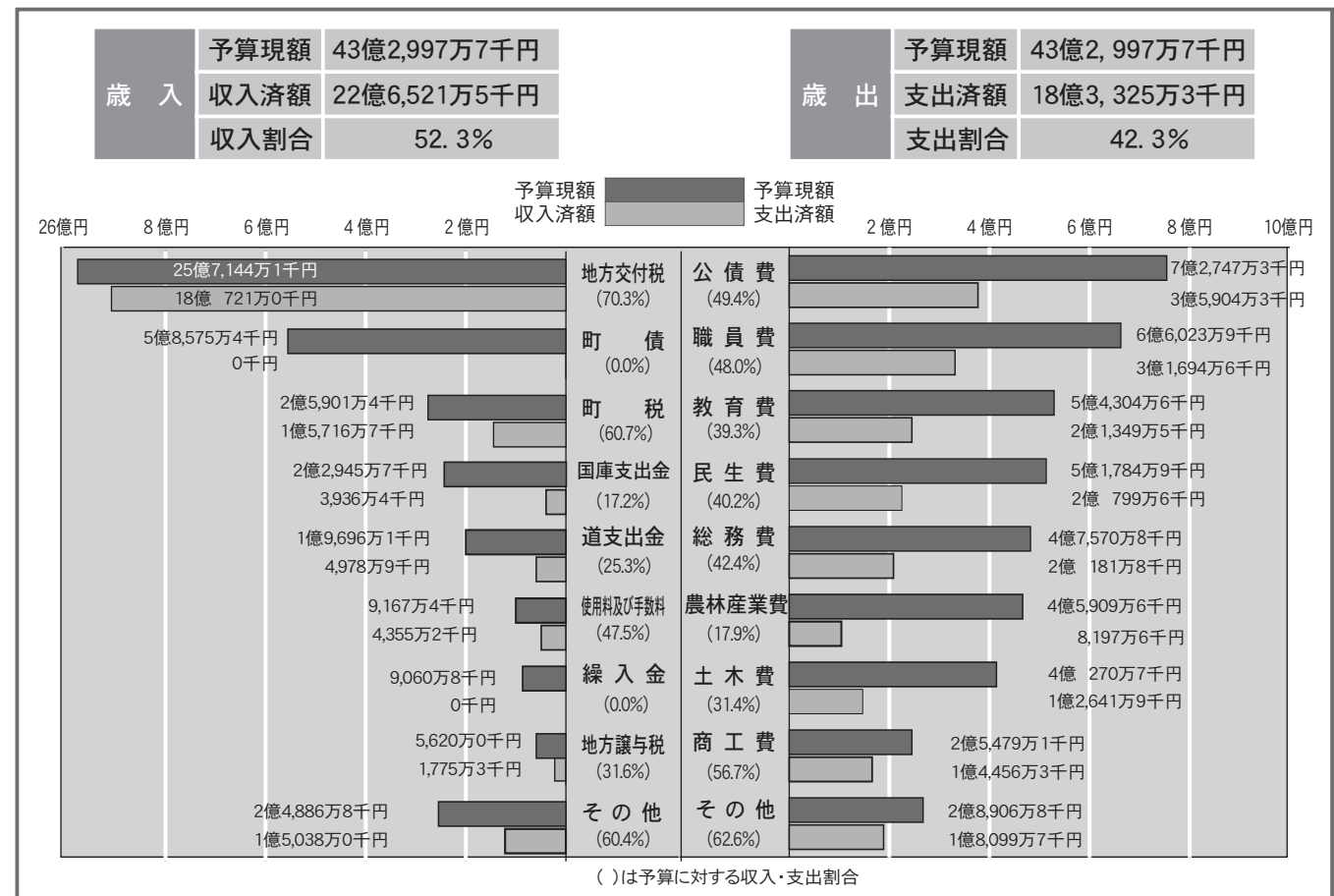
## 特別会計の執行状況

一般会計とは別に健康保険や上下水道などの事業を行う特別会計の予算額と収入済額・支出済額は【表2】のとおりで、特別会計全体の予算額に対する支出割合は37.2%で、前年度同期の40%とほぼ同じ割合となっています。

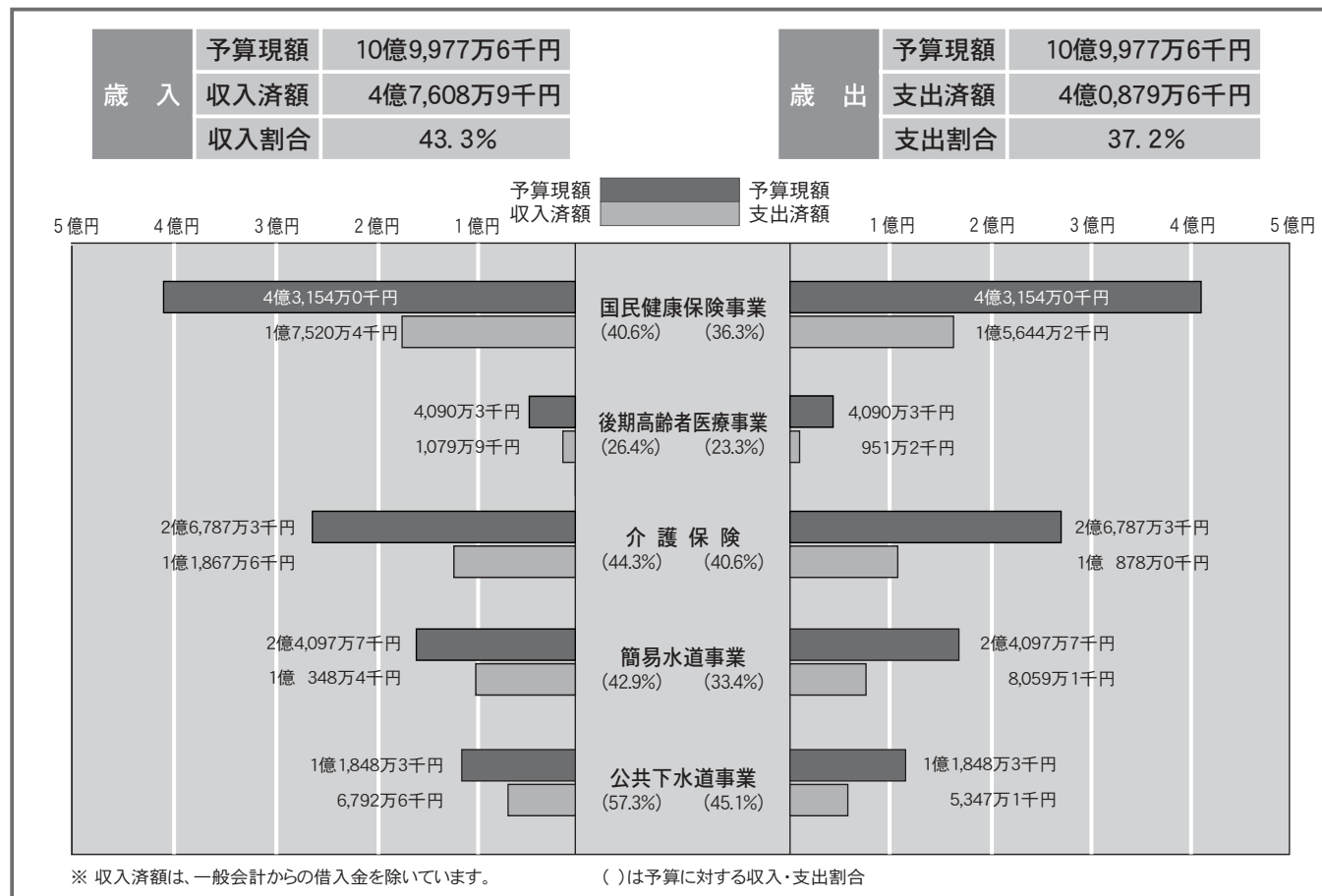
## 前年度からの繰越予算

このほか、前年度予算のうち工期が年度をまたいだ統合小学校校舎改築事業や南富良野町地域創生総合戦略・緊急事業、プレミアム付商品券事業などの繰越予算が6億9,525万6千円あり、これら事業の財源に充てる国庫補助金や町債などは事業が完了してからの収入となることから、収入済額は1億8,006万1千円で、繰越予算額に対する収入割合は25.9%、支出済額は6,582万3千円で支出割合は9.5%となっています。繰越予算と本年度の全会計予算を合わせた町全体の予算総額は61億2,500万9千円となり、収入済額は29億2,136万5千円で収入割合は47.7%、支出済額は23億787万2千円で支出割合は37.7%となっています。

【表1】一般会計予算の執行状況（9月30日現在）



【表2】各特別会計予算の執行状況（9月30日現在）



# 舞台発表とバイキング給食

## 南富良野町小中学生文化発表会

10月17日、町教育研究会（会長…谷口隆市南富良野小学校長）の主催による「南富良野町小中学生文化発表会」が、保健福祉センターみなくるで行われました。はじめに、各展示作品の表彰が行われ、引き続き各学校ごとに器楽演奏や合唱、よさこいソーランが発表されたほか、南富良野中学校吹奏楽部による演奏、全校の児童生徒による全体合唱も行われ、児童生徒の皆さんは元気な歌声を披露していました。



代表児童生徒から、「いじめ防止宣言」が発表され、いじめをしない決意を力強く発表し、会場から温かい拍手が送られていました。

舞台発表終了後には、全校の児童生徒が大ホールに集まり、「なんぶバイキング給食」が行われました。給食は、南富良野産の野菜を使ったメニューで、主食はチキンライスまたはインディアンライス、3種類のおかずを自分の好きな物を選んで皿に取り分け、給食を楽しみました。

# 地域貢献活動

町などが発注している建設工事を受託した次の業者より地域貢献活動として町内の環境整備等を行っていただきました。ご協力に対し厚くお礼申し上げます。

### ※町内業者

写真番号	業者名	地域貢献活動内容
①	㈱永井工務店	下金山地区東栄橋床板取替
②	小松建設工業㈱	幾寅東町公営住宅庭の雑木撤去及び窓コンパネ貼付
③	南富林建(有)	北落合第4号素掘側溝整備
④	金山美塗	町内バス停留所塗装
⑤	㈱及川水道工業	町道支障木等撤去
⑥	㈱ソケイズ	新幾寅団地排水管管内調査
⑦	㈱北菱南富良野支店	幾寅東団地幼児遊園地（遊具他全部）撤去



### ※町外業者

業者名	地域貢献活動内容
㈱増山建設	金山地区街灯塗装
道路工業・山伏特定建設工事共同企業体	落合西公営住宅線防塵処理及び落合川向線外舗装修繕
道路建設㈱	幾寅鹿越線外舗装修繕

## シリーズ学校だより 154

各学校の取り組みを紹介します。

### ▶▶南富良野小学校▶▶

☆学習指導要領の工夫☆  
本校では、「基礎・基本を身につけ、いきいきと学習に取り組む子どもの育成」をテーマに児童の学習を進めています。日々の継続的な取組を通して基礎基本を身につけさせるとともに、子どもの実態に応じて学習指導方法を工夫し、「なるほど」を実感できるように授業づくりを目指しています。その指導方法の工夫の一つ、昨年度から少人数指導に取り組んでいます。少人数指導は、1つのグループを少人数にして指導を行うことにより、児童一人一人に対してきめの細かい指導を行うことが可能となり、そのことにより指導の効果を高めることをねらいとして、主に算数科で実施しているものです。「算数がわかりやすい」「問題をたくさん解けた」など、学習に前向きな声が聞こえるようになってきました。



☆ファイナルチャレンジ☆  
本校では、チャレンジタイムと称して、毎週水曜日の昼休みに、全校児童が学年を縦に割って班を作り体力作りの運動に取り組んでいます。9月12日(土)土曜授業の2・3校時には、今までの取組の成果を交流するファイナルチャレンジを行いました。今年度は各学年の代表者が、なわとび・登り綱に挑戦しました。学年が上がることにより、2重跳び・あや跳びなどそれぞれに披露しました。また、登り綱では高学年がどんどん一番上まで登り、大きな拍手がわいていました。その後、チーム毎の長縄連続跳びと一斉跳びを競い合い、最後は、雑巾がけレースと馬跳びレースで大いに盛り上がりました。後期もまた、3月のファイナルチャレンジに向けて取組を続けていきます。

# こどもえほんまつり

## 絵本といっしょに大きくなろう

10月3日、4日の両日、WISH（我家麻紀代表）が主催する「第7回こどもえほんまつり」が町民体育館（幾寅）で開催され、216名の親子や子供たちが来場し、絵本の魅力を楽しみました。

道立図書館や近隣図書館などから大型絵本50冊を含む約800冊の様々な絵本が会場いっぱいに展示され、訪れた子どもたちは大きい絵本やしかけに歓声を上げ、絵本に囲まれながら、手にとって読んでいました。



会場では、絵本の展示のほか池田町人形劇サークル「ばべつとくれよん」による人形劇「ポんくんとコンくん」の公演が行われました。たぬきとぎつねが地蔵や鳥などに変身するなど大人も子どもも興味深そうに見入っていました。また、ボードビル「南の島のハメハメハ大王」や参加型の手品も行われ、時には歓声が上がりました。

また、スタッフが子ども達に読み聞かせなどを行い、来場者は、読む楽しさ・聞く楽しさを味わい、絵本の世界を満喫していました。「こどもえほんまつり」は、図書館の無い町で、子どもたちが少しでもたくさん絵本に出会う機会を作りたいとWISHが6年前から企画して教育委員会主催で開催していましたが昨年度から、自立し、WISHの自主開催で実施しています。

WISHの趣旨に賛同をいただき地域内外からたくさんの方々に寄付をいただき「こどもえほんまつり」を開催することができ大変感謝しています。

また、スタッフが子ども達に読み聞かせなどを行い、来場者は、読む楽しさ・聞く楽しさを味わい、絵本の世界を満喫していました。「こどもえほんまつり」は、図書館の無い町で、子どもたちが少しでもたくさん絵本に出会う機会を作りたいとWISHが6年前から企画して教育委員会主催で開催していましたが昨年度から、自立し、WISHの自主開催で実施しています。



### 札幌南ふらの会総会開催

9月30日に札幌市において、会員31名が出席し平成27年度札幌南ふらの会（星澤幸子会長）の総会が開催されました。

総会には、池部町長が来賓として出席し挨拶を述べた後、事業報告及び活動計画が承認されました。また、この日は星澤会長がSTVテレビ「どさんこワイド」の料理コーナー出演6千回で、池部町長からお祝いの花束が手渡されました。

総会終了後、懇親会が行われ、アコーデオン奏者の田村賢太郎氏の演奏や久しぶりの再会に昔話をさかせ交流を深めました。



# 平成28年1月個人番号カード交付開始



電子証明書が標準的に搭載！

電子証明書も含めて  
交付手数料は無料だよ！



〔個人番号カード〕

平成27年10月以降、マイナンバーの通知とともに郵送される「個人番号カード交付申請書」により申請を行っていただき、本人確認のうえ市区町村からカードの交付が受けられます。

## 住民基本台帳カードをお持ちの方へ

公的個人認証サービス利用者の方は、電子証明書の有効期間をご確認ください！

利用者クライアントソフトの「自分の証明書」ボタンをクリックして、パスワードを入力すると有効期間の満了日を確認できます。

①利用者クライアントソフトの「自分の証明書」ボタンをクリック

②パスワードを入力

③以下の画面で有効期間の満了日を確認できます。

有効期間内であれば、平成28年1月以降でも、電子証明書は個人番号カードを取得するまで利用可能です。

## 重要なお知らせ

- 個人番号カードは即日交付ができません。
- 平成27年10月以降、個人番号カードの交付申請が集中した場合、市区町村からの交付が遅れる可能性があります。確定申告を控えた時期に有効期間満了を迎える方は、特にご注意ください。
- 住民基本台帳カードに搭載される電子証明書の更新を希望する方は、平成27年12月22日（火）までにお住まいの市区町村で手続きをしてください。

くわしくは、お住まいの市区町村にお問合せください。

ご注意を!!



マイキーくん





地域おこし協力隊員 国領 剛史

金山に来てはや4か月になりました。最初に案内されたのは金山高台の果樹園でした。「こんな曲がりくねった道を行くのかあ」と少々不安になりながら車の窓から景色を見渡していたのが昨日の事の様です。

心配をよそに着いた果樹園は最高のロケーション。残念ながら雑草だらけではあつたけれどそれを忘れさせるほどの見晴らしの良さ。少々若者めいた気持ちになったものです。

そう言う感じで作業を始めたいのですが、実際にやってみると色んな事が思うように進まない。と、その前に：繁みで周りが見渡せない。鹿柵はあるものの「ここ普通に熊出るんじゃないの?」と思うや急に緊張感。最初の頃は意味無く声を出して歌いながら作業していました。地元の方の住民の方は「元々熊が生活していたところに人間が入ってきたんですよ」と。大切な言葉だと思つし、そ

の意味も心に刻んでいきます。ただ北海道とは言え怖いものは怖い。お互いに思わぬ出会い頭だけは避けたい。今は平気になりましたが、そう言う思いでいつも聞き耳だけは立てながら過ごしています。

最後になりますが今思う事は、この広い大地でそして極寒の地で過ごしていくためには前もって準備をしておくこと。「備え有れば憂いなし」それを肌で感じます。色んな道具も入ります。都会で必要としたものとは全然異なります。

そして、道具を使いこなすスキルを身につけること。道具がなければ知恵をつけること。知恵を持ちあわせていないなら素直に人から教える貰うこと。そんな単純な事が一番大切な実感した4か月です。



## 地域おこし協力隊活動記②

町の振興や発展のため活動している地域おこし協力隊の様子を紹介します

(背景の写真は、金山高台の木いちごです)



地域おこし協力隊員 服部 理沙

6月下旬に南富良野町へやってきてあつたという間に4ヶ月が過ぎ、間もなく冬を迎えようとしています。

落合地区に配属された私の業務は、どどころ野外学校での「総合型地域スポーツクラブ『ゆつく』」の活動および落合地区の地域行事、北落合地区のサ□ン活動などです。

ゆつくの主な活動としては、コーディネートシヨントレーニングや軽いスポーツを行なう「がるスポー!」金山小と南富小で子供たちの放課後の時間に頭や身体を使つての遊びやスポーツを行なう「えかつちクラブ」、みなさんでお茶を飲みながら歌いたい歌をリクエストして歌う「歌声喫茶」、ウォーキング教室などがあります。それぞれゆつく会員さんと一緒に身体を動かしたり頭を使つて楽しく活動しながら、どどころスタッフのみなさんの進行の仕方や子供たちへの接し方などを勉強していま

す。現在落合地区では神社祭、盆踊り、きのこ狩りなどの年中行事やゆつくサ□ン、新生クラブ定例会のお手伝いなど、北落合地区では先輩隊員・池山さんが立ち上げた月1回のサ□ン活動を行なっています。南富良野力ヌー大会や町民マラソン大会など、町の行事のお手伝いもさせていただく中で、落合地区だけでなく南富良野町全域の方に声をかけていただけているように、うれしく感じています。



# おのほ しょうぼう広報

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

## 南富良野支署にある消防車を紹介します

広報において、これまでAEDの設置や住宅用火災警報器の確認などについてお知らせしてきました。今回は消防のことをより理解していただくため、災害時に多く出動する支署1号車(タンク車)を紹介いたします。

### ★支署1号車(タンク車)★

火災が発生したときや交通事故など救助が必要となった時出動する車両です。タンクには2000Lの水を積み、油火災や電気火災にも対応できるよう泡を使った消火も可能です。ルーカスと呼ばれる電動の大型救助器具(写真2)、エンジンカッターなども常備し、事故車両に閉じ込められた場合の救出などに使用します。他に三連はしご、ロープ、滑車、カラビナなど多数の資機材を積み、状況に応じた様々な救助を行います。

また、救急活動において一刻を争う状況に直面した場合、ドクターヘリを要請することがあります。このときドクターヘリの支援車両としても活躍します。



写真1



写真2



写真3



写真4

今回紹介した支署1号車以外では救急車、指令車、支署2号車(ポンプ車)、大型水槽車があり車両の見学が可能です。希望される方は富良野消防署南富良野支署までご連絡ください。

南富良野支署出動件数(平成27年1月~9月末現在)
救急出動 74件(内ドクターヘリ要請件数9件)
火災出動 2件(内他市町村応援出動0件)
救助出動 0件

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

### フロアカーリングで熱戦（10月4日）

教育委員会が主催する「第4回町民フロアカーリング大会」が町民体育館で行われ、地域の愛好者で編成された11チーム42名が参加しました。

競技は4人1組のフォース、2人1組のダブルスで白熱した試合が繰り広げられ、競技を通して交流が図られました。

#### ○試合結果

フォースの部 優勝：金山長寿クラブB 準優勝：下金山C 第3位：下金山A  
 ダブルスの部 優勝：歩こうレディース 準優勝：マイナちゃん 第3位：チーム凸凹



### 老人の日、百歳の節目を祝う（10月7日）

老人の日記念事業として100歳到来者に安倍晋三内閣総理大臣からの賞状と銀杯が贈呈され、町から金一封が贈られました。

今年度の百歳は、ふくしあ入居者の菅野アサ子さんと幾寅在住の石川ミヤコさんの2人で、町長から「お元気に長生きしてください」と直接手渡されました。



菅野アサ子さん 金山



石川ミヤコさん 幾寅

### さわやかな秋空の下走りきる（10月10日）

町民マラソン大会が町体育協会（高松昌弘会長）の主催で山村広場を発着点に小中高校生、一般男女64人が参加し行われました。

種目は小学生の男女2km・4km、中学・高校生・一般男女が8km、10kmの15種目及びオープン種目に4kmのウォーキングも併せて行われました。

参加者はさわやかな秋空の下、自分のペースで走り切りました。



### 最後の学芸会ふるさとに届けみんなの笑顔（10月17日）

本年度末をもって閉校になる金山小学校（北島信校長）で最後の学芸会が行われました。

児童6名は音楽や個人発表など一人ひとりが主役になり、父母や住民、卒業生などが見守る中、一生懸命演技切りました。

また、劇では「かぐやひめ」を喜劇に仕立て上げたもので、金山の見慣れた風景の写真が登場するなど最後の学芸会を盛り上げていました。



### 稲刈り体験で先人の苦労を体験（9月24日）

下金山と金山の小学校全児童13名により、春に田植えを行った「はくちょうもち」の稲刈りを体験しました。この体験授業は、地元農家の協力により地域の主産業の理解や関心を深めるため毎年行っています。児童の皆さんは、農家の方より稲刈りの仕方や鎌の使い方などの説明を受けた後、早速手鎌を持ち、うねを隠すほど実った黄金色の稲を丁寧に刈り取っていました。

刈り取った稲は、はさ掛けし乾燥させたあと、昔ながらの足踏み脱穀機による脱穀作業を体験、12月には餅つき集会を開催する予定です。



### 防災訓練を通して万が一に備える（9月26日）

幾寅西町町内会（阿部修一会長）では住民の防災意識を高めることを目的とし、防災訓練を幾寅西団地B棟で行いました。

訓練は、消防や役場防災担当の指導の下、避難訓練や消火訓練などが行われ、防火扉を突破する訓練には実際に防火扉を手や足で割り、隣家に避難する方法など、参加した皆さんの防災意識がより深まる訓練になりました。

### 郵便局と窓口業務連携調印式（9月24日）

10月1日から住民票の写し、所得証明書、印鑑登録証明書、納税証明書の4種類の交付手続き事務を落合、金山郵便局及び下金山簡易郵便局で行っています。

これに先立ち日本郵便株式会社との委託協定調印式が役場で行われ、富良野地区代表局長である山部郵便局の島田和典局長と池部町長が町の窓口業務委託協定書を取り交わしました。



### 交通事故防止を呼びかけ（9月25日）

町交通安全協会（秋元忠会長）が秋の交通安全運動の一環として、南富良野小学校5・6年生と共に街頭啓発運動を物産センター駐車場で行いました。

児童が書いた交通安全を呼び掛ける手紙と町の特産品が入った袋を停車したドライバー一人ひとりに手渡し、「スピードダウンをお願いします」など声をかけていました。





保健福祉センター  
**発信@みなくる**



**日本赤十字社 社資募集に  
ご協力をお願いします**

日本赤十字社は、国内災害救護、国際救援・開発協力事業や社会福祉事業など各分野にわたって活動しています。こうした活動に必要な資金は、町民の皆さまから寄せられた社資（募金）などによってまかなわれています。

**社員と社資**

日本赤十字社の活動は、赤十字の理念に賛同して登録された社員（いわゆる会員のことで、【社員】と呼んでいます。）から寄せられる【社資】と広く一般から寄せられる「寄付金」が財源となっています。【社員】は日本赤十字社の組織的基盤であり、赤十字運動を推進していくための大きな原動力になっています。

**社資の主な使い道**

社資は、主に以下のことに使われています。

- ・町赤十字奉仕団活動補助 ・町献血事業支援
- ・災害救護活動、被災者の日用品セットや毛布の配布 ・広報活動、事務費など

**社資の目標額** 1世帯 500円 募集期限：平成27年12月18日（金）

**問い合わせ先** 町保健福祉課社会福祉係（日本赤十字社南富良野分区事務局）

**いきいき脳の健康教室に参加しませんか？**

「いきいき脳の健康教室」では、教材を使って「読み・書き・計算」に取り組みます。サポーターや参加者の皆さんとの楽しいおしゃべりも教室の楽しみのひとつです。教室は毎週水曜日に保健福祉センターみなくるで開催します。参加者を随時募集していますので、興味のある方はどうぞご連絡ください。

- 日 時 平成28年2月24日までの毎週水曜日 10時から11時まで
- 場 所 保健福祉センターみなくる 1階トレーニングルーム
- 参加費 1ヶ月 1,200円

**★「教室サポーター」も随時募集してます★**

「いきいき脳の健康教室」の運営をお手伝いしていただけるボランティアスタッフを募集しています。

**●申込み・問い合わせ先●**

南富良野町社会福祉協議会 ☎39-7711

みなくるでも、印鑑登録証明書と住民票の発行を行なっていますので、ご利用ください。

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

**教育委員会通信**

学校教育係・生涯学習係  
☎52-2145

**平成28年成人式のお知らせ**

本年度に新たに成人を迎え、社会の一員として次代を担う皆さんをお祝いするため「成人式」が開催されます。

本町で成人式の対象になるのは、平成7年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、住民登録されている方々です。

既に該当者ご本人あてに郵送でご案内をさせていただいておりますが、お名前の記載誤りや案内が届いていない方がおられましたら、11月25日（水）までに生涯学習係まで連絡をお願いします。

なお、成人者ご本人が町内に住民登録をされていなくても、親などが町内に居住されている、又は本町中学を卒業している方は出席が可能ですので、希望される場合は連絡をお願いします。

と き 平成28年1月10日（日）受付 午前10時00分から10時40分  
開式 午前11時（終了予定 正午）

と ころ 保健福祉センターみなくる  
内 容 ①式典 ②集合写真撮影（後日配付）



**みなみふらのスポーツ講演会**

スポーツ愛好者や指導者がより良いパフォーマンスを発揮するために必要な知識や技術を身に付けることで、今後スポーツ活動を活性化させていくことを目的に開催いたします。

と き 11月29日（日）10時から12時まで

と ころ 保健福祉センターみなくる

対 象 者 スポーツ実践者（小学生以上）・スポーツ指導者並びにスポーツ指導に興味のある方

内 容 講演「スポーツにおけるダイナミックストレッチ」

講 師 北海道大学大学院 保健科学研究所 准教授 寒川 美奈 氏

※冬季オリンピック日本選手団のトレーナーとしても活躍されています。

参加申込 申込用紙に必要事項を記入のうえ、11月20日（金）までに申込みください。

※申込用紙は教育委員会にあります。

**第26回レディース・第10回男子ミニバレーボール大会**

と き 12月6日（日）午前9時から  
（受付8時30分から・監督会議8時45分から）

と ころ 町民体育館

参加資格 町内に居住する中学生以上の方で構成するチーム

チーム編成 レディース・男子とも1チーム5名（8名まで登録可能）

参加申込 申込用紙に必要事項を記入のうえ、11月27日（金）までに申込みください。

表 彰 優勝・準優勝・第3位・第4位のチームには、記念品を授与します。

※第34回町民ミニバレーボール大会は平成28年2月14日（日）に開催の予定です。



# 子育て支援センター「ぶっこ」だより

～☆☆明るく元気な子にそだちますように☆☆～

☎52-2315  
☎090-5985-4339

子育て支援センター

雪虫が飛び交い赤や黄色の紅葉も落ち、季節は冬へと移り変わる時期になりました。これからの季節は、朝晩の温度差や空気が乾燥しやすく、体調を崩しやすくなってしまいます。「しっかり食べてしっかり眠る」規則正しい生活で風邪に負けない丈夫な身体を作りましょう。

## ☆りんごの日☆

9月から製作や絵本を楽しむ「リンゴの日」を設けました。一番初めの日には、絵本「わたしのワンピース」を読み、お話に登場するかわいいうさぎさんのワンピースづくり。大きなおにいちゃんやおねえちゃんはクレヨンやのり、はさみを使い上手に仕上げています。小さな赤ちゃんは手形や足型を押しお母さんと一緒に作品を作りました。



「まだ小さいから何もできないわ」を思っているお母さん、どんなことをするのか？と気になるお母さんも気軽に参加してみてください。次はどんな作品ができるかな？

## ☆ぶっこリサイクル市☆

9月29日(火)には子供用の使わなくなったものを持ち寄って「ぶっこリサイクル市」を開催しました。

おもちゃ・洋服・靴・マタニティ用品など会場に並べられた品物も時間が経つにつれてどんどん減っていき、捨てられてしまうものも有効に活用することができたと思います。63名ものたくさんの参加があり、協力していただいた皆さんには感謝いたします。



## 保育所の元気な子どもたち

### 幾寅保育所

楽しみにしていた「芋ほり体験」を大乗会さんの畑で行うことができました。土の中からでるお芋の大きさに子ども達の笑顔がほころんでいました。あいもは何のおかずに変身したのでしょうか？



### 金山保育所

金山保育所のお遊戯会が行われました。園児は歌や楽器、お遊戯を一生懸命行いました。演目のトリを飾る劇では「ももたろう」をアレンジして面白おかしく演じていました。



こんにちは  
**保健師**です！  
保健福祉課保健指導係  
☎52-2211

## 肥満とメタボリックシンドロームについて



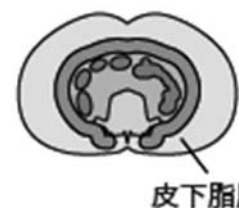
秋の南プミドックも終わり、今年度の町の集団健診は終わりましたが、まだ健診を受診されていない方はおられますか？  
健診の目的の一つとして、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防に重点を置き、生活習慣病の前段階である「メタボ」を発見するための検査が中心となります。  
本号では、メタボリックシンドロームについてお話をします。

### メタボは皮下脂肪ではなく、内臓脂肪の過剰な蓄積で起こります！

皮下脂肪がたまりすぎた肥満を「皮下脂肪型肥満」といいますが、皮下脂肪型肥満は高血圧、糖尿病にほとんど影響がありません。生活習慣病の発病に関係し、メタボリックシンドロームの原因となるのは内臓脂肪がたまりすぎた「内臓脂肪型肥満」です。健診では腹囲の測定で男性85cm以上、女性90cm以上あると内臓脂肪型肥満のおそれがあります。

#### 皮下脂肪型(洋ナシ型) 肥満

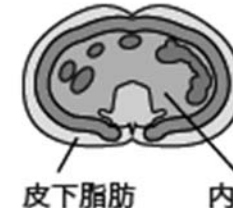
お尻や太ももなどの皮下に脂肪がつき、下半身が太った感じになる。



皮下脂肪

#### 内臓脂肪型(リンゴ型) 肥満

お腹あたりの内臓まわりに脂肪がつき、上半身のボリュームが増す。



皮下脂肪 内臓脂肪

### 内臓脂肪がたまりすぎるとどうして危険なの？

内臓にある脂肪細胞は脂肪を蓄えるだけでなく、下の図のようなさまざまなホルモンを分泌しています。〈善玉〉ホルモンが主に分泌されていますが、脂肪細胞内に脂肪が過剰にたまると〈悪玉〉ホルモンの分泌が増え始めます。この〈悪玉〉が動脈硬化の進行や高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの病気を招くのです。内臓脂肪型肥満が続くと、さまざまな異常が急速に進行するので大変危険です。

