

# 広報おとべ

平成25年



No.528



**はじける声援！  
元気いっぱい運動会！**

つくし保育園運動会が6月30日、町民グラウンドで行われました。  
園児たちは、走って踊って元気な姿を見せ、親の綱引きの応援にも一生懸命でした。



# 田舎だっていいじゃない！

## おとべの魅力再発見

〈滝瀬海岸シラフラ〉

遠くに住む知人から、乙部町には何かあるか尋ねられて困った経験はありませんか？  
あるいは、生活の中で当たり前と思っていることをうらやましがられた経験もあるかもしれません。

乙部町はとても小さな町ですが、実はどんな都会にも負けない魅力もあります。

今回は、そんな乙部町の「ふるさと自慢」を紹介します。

### 自慢 その1

#### 自然が由来の癒し

ご存知のとおり、乙部町は自然にとっても恵まれていて、美しい海岸線や雄大な乙部岳が魅せる四季の姿は、見るものを魅了します。

また、泉質が自慢の温泉や、森林浴を楽しみながら訪れることが出来る縁桂など、自然に由来した癒しのスポットがたくさんあります。

#### 美しい海岸線

国道沿いに伸びる海岸線の美しさは、日本海岸の町の

中でも指折りと言われていま

す。  
滝瀬海岸のシラフラが、夕焼けで紅く染まる光景は絶景そのものですし、日本海に沈む夕日はとても美しく、最近ではその美しい夕景を写真におさめようと、カメラを持った人を見かける機会も増えています。

六月には、夕日そのものにとてもきれいで、この頃まれに太陽が変形して見えることがあり、夏から秋にかけては夕焼けが美しく、乙部の空と岬を真っ赤に染めます。

館の岬は、地層が積み重なっている様子をはっきりと見ることが出来る珍しい岬で、切り立った崖が多い日本海沿岸でも、ひときわ目を引きま

す。  
また、鮪（しび）の岬は柱状節理の独特な姿の岬で、北海道の天然記念物に指定されています。

岬の上にある鮪の岬公園は桜の木が植えられていて、ウォーキングを楽しむものにもぴったりです。

### 四季を感じる乙部岬

道南の秀峰乙部岳は、春には残雪と青空の絶妙なコントラストを見せ、夏は緑、秋は赤と四季折々の姿を見せてくれます。

乙部岳を美しく見ることが出来る場所は様々ありますが、見るところによって印象が変わるので、「自分の中の乙部岳」がそれぞれあるのではないのでしょうか。たまに違う視点で見ると見るのも楽しいものです。

### 自慢 その2

#### 歴史が伝える食文化

乙部では普通に食べられている料理も、実は珍しいものがあります。

乙部出身者が、懐かしいふるさとの味と感じるもの、そんな自慢の味を紹介します。

#### 定番の鍋・汁物

郷土料理の定番にあげられる汁物。

豚汁やてっぽう汁が有名ですが、乙部町では三平汁が最も親しまれています。



6月には、時折写真のように変形した太陽を見ることができます。  
写真は昨年6月26日撮影のもの。

三平汁の具は、ササギやスケトウダラが一般的で、どこ

の家でも特に冬場に食べられています。  
北海道各地で親しまれているようですが、特に南西部では古くから親しまれているように、檜山が発祥と言う説もあります。

江戸時代の旅行家菅江真澄が、天明8年（1788）から寛政4年（1792）までの四年間の蝦夷地滞在生活を書いた紀行文「えみしのさへき」に「さんへ（サンペ）汁」



かたこもちを作るときに形をつくる型です。型を使うので、かたこもちと言うそうで、今でも家庭で作られています。



スケソウ三平汁は、具には魚の身のほか、タラコやタチ、肝まで入り、まさに頭から余すところなく食べられます。

として登場し、ヲトベ（乙部）の宿で食べたとの記述がありますので、二百年以上前から三平汁は乙部で食べられていたようです。

また、慶事の定番料理がクジラのダシのそうめんです。

祭や正月などには欠かせませんし、敬老会などの地域の行事で今でも振る舞われます。

お正月のくじら汁と並んで欠かせない郷土料理です。

### 昔懐かしのお菓子

少し年配の方なら皆さんご存知なのが、「こうれん」や「かたこもち」ではないでしょうか。

共に古くから伝わるもので、今でも家庭で作られることもあるようで、優しい素朴な甘さが人気です。

### 受け継がれる保存食

保存食としての漬物は、全国各地で様々な味がありますが、特に道南で特徴のあるものとして、枝豆を漬けた豆漬けがあげられます。

箸休めにも、お酒のお供にもぴったりの豆漬けは、枝豆が収穫される秋から冬場に

かけて食卓に並ぶ、古くから受け継がれている郷土料理です。

### 自慢 その3

### 実はこれってすごいんです

乙部町には、実はこんなすごいと言ったものがいくつもあります。

最近特に注目を集めているのは、日本経済新聞の特集で、鹿児島屋久島の縄文杉に続いて全国二位として取り上げられた縁桂で、九月二十三日の縁桂森林（もりもり）フェスティバルや、冬のかんじき散策会が行われ、多くの参加者が訪れます。

平成六年七月に整備されて以来、健康づくりのために利用されている健康遊歩道は、室内用も含めて町内五カ所があり、館浦地区の素足（はだし）のこみちは、平成二十五年七月現在、全国二位の長さ（二〇一・六メートル）です。初めての人は、皆さん大きさと難易度？に驚くようで、



平成六年に設置された素足のこみちは、当時、全国1位の長さでした。現在でもこれだけの長さは珍しいので、ぜひ体験してください。



乙部漁港内には官軍上陸の地碑があり、ベンチもあるので、散歩にもぴったりです。ここから新政府軍の反撃が始まったという歴史に思いを馳せるのも良いのでは。

六種類の石を少し痛かったり、ほぐれて気持ちよくなったりと、楽しんで歩いています。また乙部町は、日本の歴史の転機となった場所でもあります。

旧幕府軍の手に渡った北海道を奪還するため、明治二年四月、新政府軍が行った上陸作戦で選ばれたのが、現在の乙部町でした。現在でも、幕末の出来事は多くの人に人気があり、乙部町は新政府軍上陸の地として知られています。

今回詳しく紹介していないものでも、北海道で唯一「快水浴場百選」に選ばれている、元和台海浜公園海のプールなど、自慢の場所やものがあります。

小さな町ですが、自分の町の乙部町の見どころや自慢の一品を発見するのも楽しいのではないのでしょうか。この夏、帰省される方や観光客に紹介できる、皆さんの乙部自慢を見つけていることを願っています。



# デイサービスにかわいい訪問者



乙部町デイサービスセンターで七月九日、つくし保育園の年長組園児二十人が、お年寄りと交流を深めました。つくし保育園では、園児たちの歌や踊りをお年寄りに披露して、楽しんでもらおうと毎年デイサービスセンターを訪問しています。

当日、園児たちはデイサービス利用者約三十人の前で、運動会で発表した踊り二曲と「しあわせならてをたたこう」を合唱。園児がお年寄りの間にたつて、一緒に手拍子をするなどして、楽しいひと時を過ごしました。

最後に、「いつまでも元気でいてね。」と園児たちが声をかけると、お年寄りたちは笑顔でこたえていました。

最後に、「いつまでも元気でいてね。」と園児たちが声をかけると、お年寄りたちは笑顔でこたえていました。

# 登下校路を清潔に

栄浜小学校児童会が六月二十六日、学校クリーン作戦として、学校周辺と栄浜地区の登下校路のゴミ拾いを行いました。

行われた春のクリーン作戦への参加を児童会だよりで促しました。今後、児童会では、今回に引き続き、鳥山地区と元和地区の登下校路でも活動をする予定とのことです。

最後に、「いつまでも元気でいてね。」と園児たちが声をかけると、お年寄りたちは笑顔でこたえていました。

最後に、「いつまでも元気でいてね。」と園児たちが声をかけると、お年寄りたちは笑顔でこたえていました。

最後に、「いつまでも元気でいてね。」と園児たちが声をかけると、お年寄りたちは笑顔でこたえていました。

これは、児童会長の町中謙心君（六年生）が、登校中にゴミが散乱しているのを見かけて、きれいにしたいと思いついたことをきっかけに、児童会が自主的に行ったもので、活動の第一段として、四月に

児童会長の町中君をはじめ、副会長の大坂海斗君（五年生）と書記の敦賀梨華さん（五年生）は「町をきれいにすることを伝えて、少しずつゴミを減らしていきたい。ゴミを捨

てないで欲しいです。」と話していました。



# 赤ちゃん卒業の第一歩

乳児のいる保護者を対象とした離乳食教室が七月十一日、栄浜ふれあいセンターで開催されました。

トーストを離乳食として実際につくり、お母さんのランチとして、栄養に気を配った昼食も用意しました。

離乳食教室は、乳児に与える離乳食の作り方や、保護者自らの食生活を見直すきっかけになればと今年度から始まった事業で、四月の開催に続いて今回は二回目。

日頃は子育てに追われて、自分の食事を二の次にしていらっしゃるお母さんたちも「とてもおいしくできました。子どもも見てもらえるので、じっくり作ってゆつくり食べることが出来ますね。」と話していました。

当日は、保健師らが子どもと遊んでいる間に、お母さんたちは栄養士の話聞きながら、ポテトサラダやフレンチ

離乳食教室は、十一月に第三回目をを行う予定になっています。



# わが家のアイドル

お父さん＝

菊地 善彦さん

お母さん＝

理恵さん

ぼくは＝

1歳10ヶ月の男の子です。

名前の由来＝

響きが気に入り、字画等を調べて決めました。

両親の願い＝

好奇心旺盛で、元気な子に育ってね。



菊地 <sup>かいり</sup> 權吏 <sup>くん</sup>  
(花 磯)



阿部 <sup>りりは</sup> 怜々葉 <sup>ちゃん</sup>  
(館 浦)

お父さん＝

阿部 安さん

お母さん＝

絵里さん

わたしは＝

1歳10ヶ月の女の子です。

名前の由来＝

「り」から始まる少しめずらしい名前を付けたくてお母さんが考えてつけました。

両親の願い＝

「怜」のようにかしこく「葉」っぱのように元気よく育ってほしいです。

## 1年に1回は特定健診を受けましょう！

～特定健診を受ければこんな“いいことが”～

### メリット1

自覚症状が出る前に病気の予兆を知ることができます。

乙部町の亡くなる方の3人に1人は、「心臓病」や「脳卒中」などの“生活習慣病”が悪化した病気が原因です。

### メリット2

自分が、健康であることを確認できます。また、病気を持っている方も、今の病気が悪化していないか確認できます。

検査を受けると、検査値（数値）で客観的に身体の状態をみる事ができ今後の生活改善に役立ちます。

### メリット3

病気の予防や悪化させない生活の工夫を考える機会になります。

自分では当たり前になっていた習慣が、実は身体に良くなかったということもあります。身体の状態にあわせ、自分にあった改善方法を見つけることが、健康への近道です。

### メリット4

家計の支出減にもつながります。

もし、高血圧で治療をすれば年間4万円、糖尿病で治療をすれば年間9万円程度\*を要します。その他、通院にかかる交通費や時間もかかります。生活習慣病を防ぐ事は、家計の支出や生活の質にも大きく影響します。

\*乙部町国民健康保険診療費統計より算出し、3割の自己負担と仮定し、1人あたりの診療費を12か月で試算。

～特定健診を受けて、自分のからだを見直しましょう～

## 特定健診・がん検診・各種検査のご案内(9月実施)

### ●各地区巡回健診

平成25年9月1日(日) 町民会館

9月2日(月) 栄浜ふれあいセンター、ゆりの里活性化センター

受付時間:午前6時～9時30分

### ■国保病院

毎週 火～木曜日(1日2名まで) 受付:午前8時～

### ◆検査内容および料金(巡回、国保病院とも同料金)

	特定健診	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	エキ/コックス症検査	肝炎ウイルス検査	骨粗しょう症検査
64歳以下	800円	1,200円	400円	400円	1,450円 (50歳以上対象)	300円	300円	他の健診と同時に受診した場合～800円 骨粗しょう症検診のみ受診した場合～2,100円
65歳以上	400円	600円	300円	300円				

### ★ご注意ください★

40～74歳の方の特定健診料金は加入している保険者により特定健診料金が異なります。国保加入者の場合は上記料金となります。生活保護受給の方は無料です。国保病院では、胃がん検査を実施していません。

○申込み○ 巡回健診は**8月16日(金)**までに、国保病院での健診は、希望日の2週間前までに下記へお申込ください。

～お申込み・お問い合わせ 役場町民課保健衛生係 (電話 62-2311)～



# 元気なうちから介護予防～高齢期の健康づくり

乙部町地域包括支援センターでは、65歳以上の高齢期の皆様を対象に介護予防に取り組んでいます。高齢になっても住み慣れた乙部の我が家で生活していくことが出来るよう、自分自身の問題として考えてみましょう。

## ① 今年も「お達者健診」を受けましょう

65歳以上の方に、「お達者健診」問診票を郵送しています。これは、普段の生活の中に危険な老化における不具合が起きていないかを毎年確認するものです。問診票が届いたら、自分の生活を振り返り、回答を記入して返送して下さい。確認後、要注意の方を訪問して必要な対応をお話し致します。

## ② 元気なうちから介護予防の取り組みをしましょう

「年だからしかたがない」ではなく、元気なうちから介護予防に取り組む事で、今の元気を維持していく事が出来ます。弱ってからでは、介護保険サービスを利用するしかありません。元気なうちが大切です。

### ●畑やってるから大丈夫・・・

「畑やって動いているから大丈夫」とよく聞きます。畑仕事も外に出て、身体を動かし、野菜の成長を楽しむ喜びは良いことです。それに加えて普段使わない部分の筋力をつける体操を取り入れましょう。

### ●人の中に出たくない、おっくうだ・・・

これもよく聞きます。これを言われると次につなげる事ができません。家に閉じこもっていると、身体も心も衰える一方です。年齢を重ねる毎にますます心身の老化は進んでしまいます。

## ③ 参加して下さい～

### 乙部町地域包括支援センターの介護予防の事業について

#### ①ぴんしゃん教室

年をとると足腰は衰えがちです。運動をしない生活では筋力はどんどん低下して生活に支障が出てしまいます。運動を習慣にする事で若々しい生活を維持できます。

(対象となる方) 取り組みたい方どなたでも

(日 程)	第1、3木曜日午前10時～11時30分	8月 8日(木)・22日(木)	12月 5日(木)・19日(木)
(場 所)	ケアセンターおとべ	9月 5日(木)・19日(木)	1月 9日(木)・23日(木)
(送 迎)	バスで迎えに行きます。	10月 3日(木)・17日(木)	2月 6日(木)・20日(木)
		11月 7日(木)・21日(木)	3月 6日(木)・27日(木)

#### ②お達者いきいき教室

老化は筋力の衰えばかりではありません。

- ・低栄養（栄養不足による老化）・飲み込み機能の低下
- ・閉じこもりによる生活が不活発・認知症、うつ症状
- ・ひざ、腰痛 など

さまざまな問題があります。総合的に取り組む教室です。

(対象となる方) お達者健診で介護予防の取り組みが必要と判断された方、取り組みたいと思う方

(日 程) 毎週金曜日午前10時～午後1時45分  
 (場 所) 高齢者ふれあいセンター（ケアセンター横）  
 (送 迎) バスで迎えに行きます。





# 8月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
7/28	7/29	7/30	7/31	1 ヒブワクチン予防接種 (国保 午後1時～) 不活化ポリオ予防接種 (国保 午後1時～)	2	3
各小中学校 夏休み						
4 (休日当番医 乙部町国保病院) 第40回記念産業まつり &温泉まつり (乙温 午前10時～)	5	6	7 おたっしゃ体操教室 (滝寿 午後1時30分～) 三種混合予防接種 (国保 午後1時～)	8 お達者びんしゃん教室 (ケア 午前10時～) 三種混合予防接種 (国保 午後1時～) 四種混合予防接種 (国保 午後1時～) おしゃべりサロン (姫ふ 午後1時30分～)	9	10
各小中学校 夏休み						
11 (休日当番医 厚沢部町国保病院)	12	13	14 子宮頸がん予防ワクチン接種 (国保 午後1時～) 乙部町「成人のつどい」 (町館 午前8時45分～) (式典 午前10時45分～) ふれあい交流盆おどり・花火大会 (乙港 午後7時30分～)	15	16	17
各小中学校 夏休み						
18 (休日当番医 道立江差病院)	19	20 びよびよ広場 (交流 午前10時～)	21 赤ちゃん相談 (ケア 午前9時45分～) 赤ちゃん健診 (ケア 午後1時～) 小中学校2学期始業式	22 ウォーキング講座(姫川地区) (姫ふ 午後5時30分) お達者びんしゃん教室 (ケア 午前10時～) 肺炎球菌ワクチン予防接種 (国保 午後1時～) 健康相談 (ゆり 午後1時30分～)	23 健康相談 (三愛 午前9時～) 健康相談 (三研 午前9時40分～)	24 南部檜山清掃センターは機械点検整備のため休業となります。
各小中学校 夏休み						
25 (休日当番医 佐々木病院) 檜山管内バレーボール 少年団交流大会 (町体 午前10時～)	26	27 サロン「とよはな」 (豊セ 午後1時～) こころの健康相談 (江保 午後3時～)	28 おたっしゃ体操教室 (栄ふ 午後1時30分～) すくすく広場・ひよこサークル合同 (子ども園) (交流 午前10時～)	29	30	31

会場・場所省略

(国保) 国保病院 (豊セ) とよはま地区センター (三愛) 三ツ谷愛郷会館 (乙港) 乙部漁港中央ふ頭  
 (町体) 町民体育館 (交流) 生きがい交流センター (三研) 三ツ谷研修会館 (滝寿) 滝瀬寿の家  
 (ケア) ケアセンターおとべ (ゆり) ゆりの里活性化センター (栄ふ) 栄浜ふれあいセンター (乙温) 乙部温泉郷  
 (町館) 町民会館 (江保) 江差保健所 (姫ふ) 姫川ふれあいセンター

# 教育委員会だより

第281号

## チェロの音色と詩の朗読に魅了

～チャリティーチェロコンサート～

七月十日、公民館において「土田英順『魂の調べ』チャリティーチェロコンサート」が開催されました。このコンサートは東日本大震災復興支援と北海道南西沖地震二十周年を追悼する目的で開催され、チェロ奏者の土田英順氏、ピアニストの鳥居はゆき氏、詩人の麻生直子氏が出演し、チャリティーコンサートを始



チェロ・ピアノ演奏と詩朗読のコラボレーション



被災地の様子を語る土田英順氏

めたきつかけや被災地の子どもの様子などの話を交えてチェロの名曲や映画音楽などの演奏に合わせて詩の朗読も行われました。

コンサートでは、東日本大震災を支援する募金も行われ、集まった募金は児童の教育環境整備と地域再生復興に関わる活動への助成に使われることとなります。ご協力ありがとうございました。

## ニシンで栄えた頃の乙部

～公民館講座「おとべ学」～

六月十六日、町民会館において町学芸員を講師に「おとべ学」の講義が開催されました。今回は、公民館と高齢者大学の合同講座として開催され、高齢者大学の受講生と一般町民の計四十名の方々が受講し、江戸時代にニシンで栄えた頃の乙部について学びました。

乙部町沿岸の各集落は少なくとも江戸時代始めに形作られ、本州におけるニシン需要の増大と共に檜山沿岸は大いに活気付き、松前藩ではニシンを「魚では無く松前の米である」として「鯡（さかなにあらず）」と書くほど大事にしています。特に乙部は漁獲量が多く、古くからの慣例で檜山管内のどこの浜にニシンが来ても「乙部浜に鯡群来候」と藩主に報告するほどの千石場所でした。講義では、ニシンに関する話をはじめ、江戸時代の乙部村の出来事な



公民館講座「おとべ学」の受講者

ど約一時間に渡って受講者は熱心に耳を傾けていました。

## 少年の主張檜山地区大会

六月二十一日、江差町において少年の主張檜山地区大会が開催されました。六月五日に公民館で開催した町内予選会から選出された乙部中学校の代表二名が出場し、表彰を受けました。

優秀賞 常田 朱莉(三年)  
優良賞 海老原瑞希(三年)

## スポーツフェスタ開幕

今年も檜山管内スポーツフェスタが開幕しました。競技種目は卓球・野球・テニス・バドミントン・パークゴルフ・ゲートボール・サッカー・バレー・ソフトバレーの九種目で管内各町で開催される予定となっています。

### 「卓球競技の部」

六月二十三日(町民体育館)

#### 【団体戦】

○一般男女混合の部

優勝 乙部町

#### 【個人戦】

○一般男子シングルス

準優勝 笹田 幸司

○一般女子シングルス

準優勝 阿曾 由香

第三位 原田江里香



白熱した試合を繰り広げる選手



# 元気に水しぶきをあげています

子ども水泳教室

六月二十五日から七月十九日まで町民プールにおいて子ども水泳教室が開催され、小学生五十二名が元気に水しぶきを上げていました。水泳教室では、町スポーツ推進委員や学校教職員が指導に当たり、乙部地区と明和・栄浜地区の二教室に分かれてそれぞれ四回ずつ実施されました。子ども達は学年や習熟度別に分かれて、低学年は水慣れから始めてビート板キックまで、高学年は二十五mクロールや平泳ぎ、背泳ぎなどの指導を熱心に受け、みるみる上達していききました。

また、七月三十一日には町内小中学生水泳競技大会が開催され、子ども達は水泳大会で大会新記録や自己記録の更新をめざしていました。



▶熱心に水泳を教わる子ども達

# 地域の基幹産業を学ぶ

乙部中学校三年イカつけ体験学習

七月六日、乙部中学校の三年生が乙部船団（松崎敏文船団長）の協力のもとイカつけ体験学習を行いました。生徒達は六艘の船に分乗して出港し、沖へ出ると波があり船酔いをする生徒もいましたが、船上で漁船の装備の説明を受けたり、イカの水揚げを体験するなど熱心に教わっています。

乙部船団様をはじめ、たく



▶真剣な眼差しでイカを捌く生徒さん  
さんの関係者のご協力、誠にありがとうございました。

▶真剣な眼差しでイカを捌く生徒

## 図書室の新刊おすすめ紹介

### 【一般向け】

- 烈風のレタイエム (熊谷 達也)
- 孤独な放火魔 (夏樹 静子)
- ドンナビアンカ (菅田 哲也)
- お伽話のつくり方 (来栖 ゆき)
- ガソリン生活 (伊坂 幸太郎)
- 国循の美味しい！かるしおレシピ (国立循環病研究センター)
- 新健康力大全 医者・薬に頼らず自分で治す (石原 結實)
- いつやるか？今でしょ！今すぐできる45の自分改造術 (林 修)

### 【幼児・児童向け】

- 一期一会 恋学期。友学期。 (マインドウェイブ)
- チャームアップ・ビーズ！1～2 (宮下 恵菜)
- はなかっぱとエゴロウ (あきやま ただし)
- 歴史に輝くお姫様大図鑑 (ブレインナビ)
- 色わけいきものずかん (アンドレ・ボス)
- にゃんころ えんそく日和 (はっとり みどり)
- アンパンマンとパレード！ (やなせ たかし)
- まほうのでんしレンジ (たかおか まりこ)
- あたまにかきのき 日本民話 (唯野 元弘)

みなさまのご来室をお待ちしています♪

## 七夕の短冊を飾ったよ♪

毎月恒例の「みたい！よみたい！絵本とかみしばい」では、幼児から小学生、親子が絵本の読み聞かせを楽しんでいます。6月の読み聞かせ会では、七夕にちなんで短冊作りに挑戦。参加者は、思い思いの願いを短冊に書き、笹に七夕飾りをしました。

これからも気軽に本に親しめる読み聞かせ会や季節にちなんだ工作会などを開催しますので、皆さまのお越しをお待ちしています♪



## 8月の読み聞かせ会

と き 8月24日(土) 10時～  
と ころ 公民館図書室 (協力:館浦婦人会読み聞かせの会)

# 平成26年度 北海道市町村職員共済組合 職員採用試験案内

- <受付期間> 平成25年7月1日(月)～8月20日(火)  
受付時間 9時～17時  
(土曜日・日曜日・祝日は休日のため受付けておりません。)
- <受付場所> 北海道市町村職員共済組合(郵送可)
- <第1次試験日> 平成25年9月7日(土)
- <試験場> 北海道自治労会館  
(札幌市北区北6条西7丁目5番地の3)

## 1 職種、職務内容等

職 種	職 務 内 容	採用予定数
一般事務職	共済組合業務全般	3名程度

## 2 受験資格

昭和61年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた者で学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業または平成26年3月卒業見込みの者。

※詳細につきましては、役場総務課(62-2311)へお問い合わせください。



# お知らせ

運転免許証の更新  
お済みですか

八月の運転免許更新時講習の日程は、次のとおりです。

- ▽8月6日(火) 江差町文化会館 小ホール 優良運転者講習 午後1時 一般運転者講習 午後1時45分
- ▽8月22日(木) 江差町文化会館 小ホール 優良運転者講習 午後1時 違反運転者講習 午後1時45分
- ▽8月29日(木) 上ノ国町総合福祉センター 優良運転者講習 午後1時
- ▽8月29日(木) 道立江差病院 優良運転者講習 午後3時

## ねんきんの窓

# 20歳になったら国民年金

国民年金は、やがて訪れる長い老後や、生活の安定を損なうような“万が一”の事態に備え、保険料を出し合い、お互いを支え合う制度です。

20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう！

### 【国民年金の加入手続きは、どこで行えばいいの?】

国民年金の加入手続きは、お住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所で行ってください。

### 【毎月の保険料はいくら?】

国民年金の保険料(定額)は、月額15,040円です。なお、保険料をまとめて前払いすることにより割引される前納制度もあります。また、定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納付されると、将来、老齢基礎年金に加えて付加年金が支給されます。

### 【口座振替が便利でお得!】

口座振替は、金融機関等の窓口での現金納付に比べて便利でお得です。口座振替には、毎月の保険料が翌月末に引落しされる翌月末振替と、毎月の保険料がその月の月末に引落しされる当月末振替(早割)があります。早割は月額50円が割引されます。口座振替で前納制度をご利用される場合は、現金での前納に比べてさらに割引額が高くなります。

### 【毎月15,040円は払えない・・・そんなときはどうすればいいの?】

20歳になられ、所得が少なく保険料を納めることが困難な方については、若年者納付猶予制度や学生納付特例制度などの保険料免除制度を利用することができます。手続きはお住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所で行ってください。

◆お問い合わせ先・・・町民課年金係(電話62-2311)◆

## 乙部町国民健康保険病院 8月外来診療日程表

	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
午前	村瀬	村瀬		乙部国民健康保険病院	村瀬	村瀬	奈良	村瀬	奈良		厚沢部国民健康保険病院	村瀬	村瀬	村瀬	村瀬	村瀬		道立江差病院	村瀬	村瀬	奈良	村瀬	奈良		佐々木病院	村瀬	村瀬	村瀬	村瀬	村瀬	
	藤永	藤永			藤永	藤永	藤永	藤永	藤永			藤永	藤永	藤永	藤永	藤永			藤永	藤永	藤永	藤永	藤永	藤永		藤永	藤永	藤永	藤永	藤永	藤永
午後	村瀬	村瀬			藤永	村瀬	奈良	奈良	藤永			藤永	村瀬	藤永	村瀬	村瀬			藤永	奈良	奈良	奈良	藤永			藤永	村瀬	藤永	村瀬	村瀬	

※ 病院改修工事のため、駐車場が狭くなっておりますが、ケアセンター前駐車場もご利用できます。



# 法テラス江差より

今月から、三カ月に一度、法テラス江差法律事務所の北館弁護士・板垣弁護士から、法律に関するコラムを寄せていただきます。

## 破産について

●今回は「破産」についてお話しします。

私は借金問題のご相談を受けた時、割と早い段階で破産の是非を検討し、破産した方が良いと判断したら、ご相談者に私の考えをお伝えします。

これに対して「いや、破産せずに何とか頑張って返していきます」と言う人もいます。破産する・しないは個人の自由ですから、私は無理強いをしません。●ただ、破産を拒否する方の中には、破産は悪いことだと思っ

て拒否する方がいます。しかし、破産は法律で認められた制度ですから、決して悪いことではありません。破産法は、「この法律は…債務者について

経済生活の再生の機会の確保を図ることを目的とする。」と定めています。

平たく言うと「経済的に立ち直れるようにすることが破産の目的」と言うことです。

以前使われていた「破産宣告」という言葉も、今は、「破産手続開始の決定」という言葉に変わり、債務者が悪いイメージを持たれないよう工夫しています。

また、以前は、破産すると財産を殆ど失いましたが、今は、破産しても保持できる財産が大幅に増えています。

このように、法律が債務者の立ち直りを応援してくれているのですから、借金返済が不可能になったら破産を検討しない手はないと言っても過言ではありません。

●借金問題は、時間が経つと更に状況が悪くなることが多いので、早めに相談されることをお勧めします。

相談予約の電話は 050-33383-5563 です。

(法テラス江差 弁護士 北館篤広)

## 道立江差病院からお知らせ

### 外来診療体制

### 8月の診療予定です

循環器内科	午前 月～金曜日 午後 月・金曜日
消化器内科	午前 月～金曜日 午後 火・水曜日
呼吸器内科	午前 金曜日 (30日休診) 午後 木曜日 (29日休診)
外科	午前 月～金曜日
整形外科	午前 月～金曜日
小児科	午前 月～金曜日
泌尿器科	午前 月～金曜日 午後 水曜日
神経精神科	午前 月～金曜日 午後 月曜日
産婦人科	午前 月～金曜日
耳鼻咽喉科	午前 6日・14日・15日・20日・29日 午後 14日・28日
眼科	午前 木曜日 午後 7日・21日・28日
皮膚科	午前 火曜日
神経内科	9日・23日

診療科によって、曜日によって担当医が変わります御確認下さい。

診療日は予定であり変更になる場合もあります。事前に病院にご確認の上、受診してください。

受付時間 午前…8時00分～11時30分  
(初診の方は、9時00分～)  
午後…13時00分～14時30分

### 整形外科新任医師紹介

4月より江差病院に赴任した整形外科の神保俊介です。これまで整形外科医として札幌医科大学、函館五稜郭病院、滝川市立病院に勤務してきました。今回ご縁があり、江差病院に勤務することとなりました。出身は札幌医科大学で、野球部に所属していました。前任の滝川市立病院は非常に手術の多い病院で、外傷の手術を中心に300例近く行いました。江差は滝川に比べると全体的に落ち着いた病院であるという印象をうけています。今年は外傷もそうですが、膝、脊椎を中心に手術が必要な方に手術を施行して江差の皆様にご貢献できればと考えております。日々の外来では骨粗鬆症、リウマチなども診させていただきます。何かお困りのことがあれば気軽に受診してください。どうぞよろしくお願いいたします。



### ☆看護師通年募集のお知らせ

現場復帰される方、新人の方も個別にしっかりサポートします。看護師正職員の採用試験は函館で受験でき作文と面接です。是非受験して仲間になりませんか。また臨時看護職員は常時募集し当院での面接のみです。介護士やヘルパーの方も募集しております。気軽にご連絡ください。

☎ 52-0036 (内線202) 藍葉

# 長寿と健康を祝って

## 〜永楽会で長寿を祝う会〜

花磯地区と豊浜地区で組織されている老人クラブの永楽会（桜井幸雄会長・会員五十八人）が六月三十日、とよはま地区センターで、永楽会「長寿と誕生を祝う会」を開催しました。

会の冒頭、今回お祝いを受ける、米寿の笹森政春さんと喜寿の伊藤タマ子さん、猪俣力さん、猪俣シズさんに会長が記念品を手渡し、長寿を祝福しました。

桜井会長はあいさつで「年齢を重ねると気候の変化などで体調を崩しがちだが、皆さん元気に参加してくれて心強い。また来年も元気で会うことを誓いましょう。」などとお互いの健康を祈りました。

余興では、会員のカラオケや踊りが披露され、用意された料理やお酒を楽しんで、少し飲むのが健康の秘訣だよと笑顔で話していました。

夫婦で喜寿のお祝いを受けた猪俣力さんは「お互い元気で、子どもに迷惑をかけないようにと、いつも二人で話している。良いじいさんばあさんでいたいですね。」と話していました。

## 鳥みたい？ 不思議なキュウリがありました

「二本のキュウリがくっついていて、鳥に似ている形の変な変わったキュウリが採れましたよ。」と役場に連絡をくれたのは、元和の中村一郎さんご夫妻。

中村さんによると、自宅の畑で奥さんがキュウリを収穫していると、二本が繋がっているものを見つけたそうで、「曲がったものや、少し変わった形のは良くあるけど、

これは何十年も畑をやっているけど初めてだね。」と話していました。



▶歌や踊りでにぎやかに

## よろこび

### かなしみ

6月15日〜7月14日

こんにちは

よろしくね

敦賀 詩<sup>うた</sup>さん 勇太・梢・奈子 元町

おくやみ

もうしげます

櫻井 エツさん(92歳)花磯

山崎 房子さん(86歳)元和

橋端 トノさん(90歳)元和

井口元治郎さん(72歳)元町

ごけっこん

おめでとう

松 下 祐 也<sup>さん</sup>(幕別町)

新 岡 加奈子<sup>さん</sup>(三ツ谷)

※この欄に掲載を希望しない方は、届出の際窓口へお申し出ください。

## 函館バス路線変更のお知らせ

八月十六日(金)の八雲発江差行き、乙部十字街十九時二分の便は乙部十字街の後、国道を直進し、市街地中央通線を通って道道へ入り、乙部バス停へと通行区間が一部変更になります。また、九月七日(土)は上下とも全便が国道を通行することとなり、乙部バス停はセブンイレブン前に臨時でバス停を設置することにします。

それに伴って両日とも変更区間のフリー乗降はできませんのでお知らせします。

## 編集後記

今年も乙部の観光シーズンがやってきました。交通量が増えますので、事故にはくれぐれも気をつけてください。今月は、住んでいると気がつかない乙部町の良さを少しだけ紹介しました。情報があふれている現代では、都会への憧れが強くなりがちですが、身の回りにも素敵なものがあるのだと再認識しました。

## 町の人口

= 6月末現在 =

世帯数	1,976 (+1) (+9)
人口	4,249 (-2) (+1)
男	1,953 (-1) (±0)
女	2,296 (-1) (+1)

( ) 内は前月との比較増減  
( < ) 内は3月末からの累計増減

## 広報 おとべ

平成 25 年 8 月 1 日 発行 (第528号)  
編集・発行 乙部町総務課企画係  
〒043-0103 北海道乙部町字緑町388  
(TEL) 0139-62-2311 (FAX) 0139-62-2939  
ホームページ <http://www.town.otobe.lg.jp>



間伐で未来につなぐ北の森  
この用紙は、原材料の一部に道産間伐材を使用しております。

8月は道町民税〈第2期〉国民健康保険税〈第2期〉の納期限です。