8・9月の まちのわだい

今年は、天気に恵まれた上士幌保育所運動会。園児たちの真剣な表情と笑顔にいつも幸せな気分になります。
特に親子競技の親子の表情がとても大好きです。
写真は、4歳児親子競技「グルリン・パンツ」。

8月29日 株式会社植村土建に感謝状

株式会社植村土建（新得町・植村高愛社長）は、地域貢献事業の一環として、老朽化が進んでいた糠平小学校の遊具を塗装されました。

このことから町は、8月29日に町長室において町長・教育長名の礼状を贈呈しました。

9月1日 川村組が清掃ボランティアを実施

川村組（川村文雄社長）は、ふれあい公園でお祭り前に実施している恒例の清掃活動を行いました。

この日は社員ら約50名がサクシュオルベツ川沿いの草刈りを行い、辺りはすっかり綺麗になりました。

9月2日 300人が東大雪の道を満喫

「北海道自然歩道　東大雪の道ウォーキング大会」（主催…上士幌町・ぬかびら源泉郷魅力発信キャンペーン実行委員会／共催…北海道新聞帯広支社、上士幌町教育委員会）が、ぬかびら源泉郷で開催されました。

今年初めて企画された大会には、当初の定員200名を超える300名が道内各地から参加し、糠平湖沿いの東大雪の道（旧国鉄士幌線）を伸びる、メトセップから糠平湖畔園地までの約８㎞のコースを満喫しました。

幕別町札内からご夫婦で大会に参加された男性は「最初は平坦だったけど、後半は登山道みたいで面白く、このくらいがコースとしてはちょうど良かった。糠平が大好きなので、来年もまた参加したい。」と、完歩しての感想を語ってくれました。

豪快なサケ漁の再現に歓声

アイヌ伝統のサケ漁である第20回マレック漁（主催：北海道アイヌ協会上士幌支部　川上支部長）が、東泉園で開催されました。

この日は漁の再現に先立ち、チセ（アイヌ伝統住居）において自然の神々にお祈りをする「カムイノミ」を行い、その後サケのいる池の前でも水の神へのお祈りをしました。

マレック漁は、丸木船からかぎ付きのヤリ（マレック）を投じてサケを捕まえる漁法で、参加者が上手にサケを捕らえるたびに、会場からは歓声が上がっていま

「まちのわだい」のコーナーでは、みなさんからの楽しい話題や情報をお待ちしています。
企画財政課情報交流担当　☎ 2-2111 内線 265 または E-Mail ☞ kikakuzaiseika@town.kamishihoro.hokkaido.jp まで、お気軽にご連絡ください。

した。

9月8日 焼き立てピザでお腹いっぱい！

10区の2少年会のピザ作り教室が、東地区集会所で開催されました。

帯広の「ますやパン」が食育と地産地消の推進を目的に実施している移動式教室で、この日は十勝産小麦で生地を手作りした後、上士幌産チーズや地元で採れた野菜などをトッピングし、最後に石窯で焼き上げました。

教室ではピザのほかにも、石窯でホイル焼きしたリンゴやズッキーニなどが提供され、子どもたちは「お腹いっぱい。」と大満足の様子でした。

9月11日 上士幌消防団が北海道消防協会賞を受賞

北十勝消防事務組合上士幌消防団は、9月7日に中標津町で開催された「第64回北海道消防大会」において北海道消防協会賞を受賞し、表彰旗が授与されました。

「消防フェスティバル」の開催など、日頃の地道な活動が評価されたもので、今回受賞した3団体の一つに選ばれる栄誉となりました。

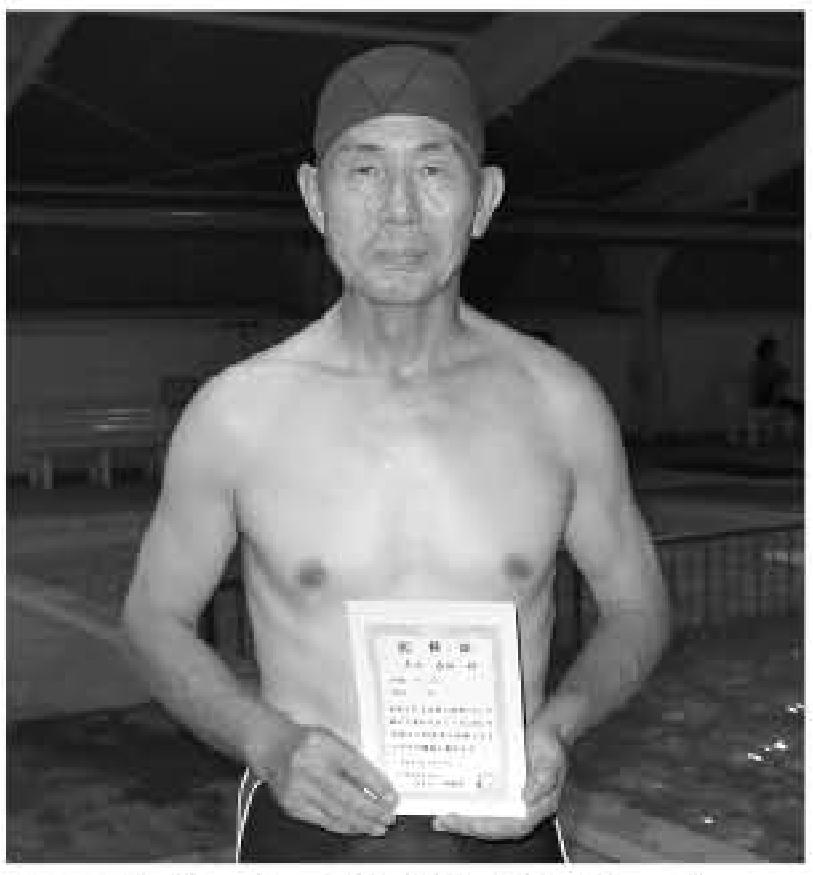
平成24年度敬老会

「平成24年度敬老会」が山村開発センターで開催され、百寿（100歳）、米寿（88歳）、古稀（70歳）を迎えられたみなさん（対象者118名のうち、出席者は48名）をお祝いしました。

式典では竹中町長の挨拶に続いて敬老祝金の贈呈が行われ、その後披露されたフラサークル「モアナ・ラニ」と保育所年長児によるダンスに、参加したみなさんは笑顔を見せていました。

また参加者を代表してお礼の言葉を述べた長尾芳郎さんは、8月29日にNHK「ゆうどきネットワーク」で上士幌町が紹介されたことに触れながら、「町の様子を見た番組出演者は『日本にこんな素晴らしい所があるなんて知らなかった。』と感心していました。今、町が住みよいのはみなさんのおかげなので、誇りを持って老後を過ごして欲しい。」と話されました。

9月13日 大山在雄さん、泳いで宇宙へ到達!?



教育委員会が上士幌小学校のプール利用者を対象に実施した企画「記録に挑戦！もしも泳いで昇れたなら…」で、1位に輝いた大山在雄さんに記録証が授与されました。

この企画は、25ｍプールで泳いだ距離を合計し、3776ｍで「富士山到達」、10㎞で「飛行機の飛ぶ高さ」、100㎞で「宇宙到達」というように、どこまで昇れたかを競うものです。

今回1位になった大山さんは、企画スタートの5月28日からほぼ毎日プールに通い続け、昨年自身が記録した159㎞を超える176㎞を達成しました。

5年前に水泳を始めてから風邪を引かなくなったという大山さんは、「楽しい上に痩せられて健康にもいいなんて、まさに一石三鳥です。」と、笑顔を見せながら水泳の魅力について語ってくれました。

まちのわだい

地域を変えてく新しい力

地域おこし協力隊活動報告

TITLE: 健やか生活へ辿り着くまでの道のり Vol.5
～「健康寿命」を伸ばしましょう♪～

記:健康増進推進員　間野　富子

今年は残暑が厳しい夏となりましたが、元気にお過ごしですか？主に、特定健診の受診勧奨のための訪問活動などをしている私ですが、陽射しの強さを味方に町内をはしり回り、夏が過ぎていきました。

さて、副題にした「健康寿命」。これは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」を意味します。平成22年の全国平均は「男性70.42歳、女性73.62歳」。何歳まで生きるかを示す「平均寿命」とは意味合いが違います。何歳になっても、「自分の足で歩きたい」「趣味を続けたい」など、好きな事を出来る身体が健康寿命を支えます。「健診」を受けていただく事は「将来」につながります。生活習慣病のない方に比べ、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの放置があると、心筋梗塞は約3倍、脳梗塞は7～10倍の発症の危険があります。

今後も訪問や健康相談などを通して、健康につながる生活習慣の情報をお伝えしていく予定です。

元気な町を支える町民の方々が笑顔で過ごせるように地道に活動を続けていきたいと思います。

▲訪問に行ってきます！

メガ盛りで20店制覇！

7月20日(金)～9月30日(日)の日程で開催されている「上士幌町メガ盛りキャンペーン」において、町内在住の高見一弥さん(写真右)が、参加20店を完全制覇する快挙を成し遂げました。

高見さんは友人の協力なども得ながら参加各店のメガ盛りメニューを次々に食べ歩き、開始51日目となる9月9日(日)、ナイタイ高原牧場レストハウスのメガドックで全店制覇となりました。

甘いモノが苦手なのでパフェ系は苦労したという高見さんですが、「来年もキャンペーンがあるなら、ぜひ全店制覇に挑みたい。」と今から意気込みを語っていました。

上士幌高校新聞局 通信 月刊 上高

Monthly Kamishihoro High-School

9月11日(火) 生徒会役員選挙が行われました

▲生徒会長に当選した名波萌菜美さん(前列中央)を囲んで

9月11日(火)に上士幌高校で生徒会役員を決める選挙が行われました。

今回の立候補者は生徒会長1名、副会長3名、書記3名、会計3名、会計監査2名です。選挙の結果、生徒会長名波萌菜美さん(2B)。副会長河瀬祐季さん(2A)、小野智裕君(2A)。書記佐藤瑞希さん(2A)、柴山ゆきさん(1A)、宮部純香さん(1A)。会計田村誠人君(2A)、安倍泰生君(1B)、小糸達也君(1A)。会計監査佐藤裕俊君(2A)、藤川生吹君(2B)が当選しました。

会計に当選した安倍泰生君(1B)は「学校の環境を変えたい」と意気込みを話しました。生徒会に入って自分自身が変わることについて「高校生活面での能力が高められ、自信が付き、積極性が増す。そしてもっと地域の人に応援してもらえるような学校にしたい」と語ってくれました。

今回の選挙は1年生も積極的に立候補し、演説も気合が入っていました。

戸籍の窓口

平成24年8月末現在の人口

男	2,494人（先月比＋4）
女	2,612人（先月比－2）
計	5,106人（先月比＋2）
世帯数	2,347世帯（先月比＋5）

寄　付

▶東京都新宿区の三井共同建設コンサルタント株式会社は、8月9日にアーチ橋の保全資金として金1万円を寄付されました。

▶帯広信用金庫上士幌支店は、8月20日に町の振興資金として金1万円を寄付されました。

▶東京都稲城市の株式会社エクスプレスは、9月18日にアーチ橋の保全資金として金1万円を寄付されました。

－ふるさと納税－

▶伊東斗志雄さん（愛知県、金1万円）
▶加瀬良子さん（京都府、金1万円）
▶加瀬年男さん（京都府、金1万円）
▶印南多加史さん（神奈川県、金1万円）
▶佐々木史江さん（帯広市、金2万円）
▶大塚輝夫さん（東京都、金1万円）

上士幌町民憲章

1 心もからだもきたえ、すこやかな人になりましょう。
1 おたがいに立場を理解しあい、楽しい家庭をつくりましょう。
1 きまりを正しく守り、明るい社会をつくりましょう。
1 自然を愛し、美しく住みよいまちにそだてましょう。
1 文化をたかめ、豊かな郷土を築きましょう。

町民文芸

短歌

ゆっくりと農機具引きゆくトラクター長雨止みてすがしき九月
表装の講座を受けむと街に出ず風邪癒えて今日は清しき心
石川　裕子

初ひまご生れし知らせに産院へ小さき姿におどろきま見ゆ
新生児の三人の赤ちゃん吾がひまごは泣いていだかれ窓越しに見ゆ
髙木　慶子

ひそと餌をついばむあさの雀ひとつ見守りゐたり玻璃の裡より
水洗の一気に流すあの勢いわれの思考にあらばと思ふ
本間　栞風

川柳

四季めぐり秋の味覚に舌つづみ　米森　博樹

ドンドンドン太鼓たたいて秋祭り　鈴木　豊

風が舞い枯れ葉のダンス軽やかに　小池　由希子

秋空に紅葉が赤く燃えている　米森　真弓

だいすきなブドウいっぱい食べる秋　高木　誠也

電力は絶対足りてる星見えず　桜　花絵

梅漬を干し上げ熱い夏が去り　坂田　いさ子

定年後余白ばかりが広くなる　白石　馨

編集後記

紙残暑が非常に厳く、その分、天候にも恵まれた9月だと思えます。紙先日ナイタイ高原牧場に行った時には、沢山のお客さんが雄大な景色を見て喜んでいる顔を見ることができました。（上から見たレストハウス越しの牧場と上士幌の街は絶景でした･･･A）

紙ぬかびら源泉郷で開催された「東大雪の道ウォーキング大会」に参加し、コースを歩きながら同行取材しました。紙初開催の大会はこちらが驚くほど好評で「来年もぜひやってほしい」との声が多く聞けたのは大きな収穫でした。（将来、上士幌が北海道随一のウォーキングのメッカになった姿を夢想せずにはいられません･･･Y）

広報 **かみしほろ** 11月号は10月25日（木）発行予定