

広報

# つるい

平成28年

9月号

No.661



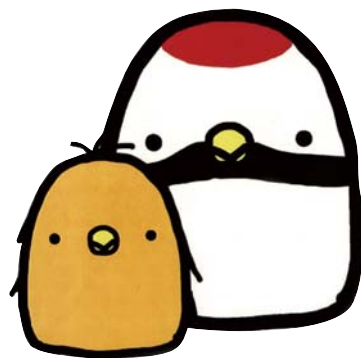
## 今月の主な話題

- 村の話題・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2～3
- 平成28年度鶴居村ふるさと創生基金  
人材育成事業視察研修結果報告・・・ 4～5
- 地域おこし協力隊通信ポンポン山新聞  
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 役場からのお知らせ・・・・・・・・・・・・ 7



the most beautiful  
villages  
in japan

鶴居村は「日本で最も美しい村」  
連合に加盟しています



鶴居村マスコットキャラクター「つるぼー」

## 平成28年度鶴居村青少年健全育成協議会 「鶴居村子ども会議」

8月15日、鶴居中学校で2016年度鶴居村子ども会議が開催され、村内各小・中学校の児童会と生徒会の代表12人が非行やいじめのない望ましい人間関係や健やかでよりよい生活・学習環境について、各校の取り組みや意見を発表しました。

同会議は、2013年度から毎年開催されており、児童・生徒達の積極的な意見交流の場となっている他、実践交流として実際に各学校で行っている生徒同士の交流を深めるゲームも行い、「自分の学校でも取り入れたい」といった声が聞かれました。



## 第1回鶴居村長杯パークゴルフ大会

8月28日、鶴居パークゴルフ場にて第1回鶴居村長杯パークゴルフ大会が開催されました。

この事業は、パークゴルフを通して、村内外の愛好者が、親睦と交流を図り、各自の健康増進をと共に、本村の活性化に寄与するため、今年度から行われています。当日は途中から雨も降り始め少し肌寒い天気でしたが、総勢95名が参加し、熱戦が繰り広げられました。結果は次の通りとなっております。

### 男性の部

優勝 釧路市 星 俊さん  
準優勝 白糠町 清水 幸夫さん  
第3位 釧路市 平 紀昭さん

### 女性の部

優勝 厚岸町 岩谷 博子さん  
準優勝 釧路市 越田 英子さん  
第3位 釧路町 谷川 登美子さん





## 鶴居村戦没者追悼式

8月5日、忠魂碑前にて「鶴居村戦没者追悼式」が、遺族の方々や関係者が参列し執り行われました。

日本における第2次世界大戦で兵員や一般市民を合わせた犠牲者は310万人にも及び、忠魂碑にはそのうちの84名の方々の名前が刻まれています。

当日は大石村長の式辞に続き、松井村議会議長や北海道連合遺族会長等から追悼の辞が述べられ、ご遺族、関係者による献花が行われました。

参列者は、亡くなられた方々への追悼とともに、平和への願いを新たにしていました。



## 「鶴居村温泉パスポート2016」販売中です！

村内の3つの温泉を巡ってスタンプを集めると抽選で特産品が当たる「鶴居村温泉パスポート」が、今年も絶賛販売中です。

パスポート購入者には、村イメージキャラクター・つるぼーのオリジナルタオルのほか、村内飲食店で使用可能な500円分のマイルクーポンがもれなくプレゼントされ、全てのスタンプを集めた方のうち、抽選で村の特産品が当たります。

なお、パスポートの売上げの一部については、タンチョウ保護活動のために寄付されることとです。



詳しくは、以下をご覧ください。

期日：販売中〜平成29年2月28日

価格：1,500円

参加店及び販売場所：

ホテルグリーンパークつるい

(鶴居北1-5、電話64-2221)

HOTELTAITO

(鶴居西1-5、電話64-3111)

湿原温泉民宿つるい

(鶴居東3-3、電話64-2030)

対応飲食店：パスポートに記載されている村内19施設

抽選応募方法：参加店3箇所目でスタンプを確認し、アンケートにご記入いただくと抽選にご応募できます。

※

当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

問合せ先：特定非営利活動法人美しい村・

鶴居村観光協会事務局  
電話64-2020



# 平成28年度鶴居村ふるさと創生基金人材育成事業

## 視察研修を終えて

平成28年6月27日～30日の日程で、山形県及び長野県で行われた平成28年度鶴居村ふるさと創生基金人材育成事業研修について紹介します。今回は、その中で視察訪問しました長野県の佐藤農園・生ハム工房豚家「TONYA」についてご報告いたします。

### 生ハムの事業

1. 製造の流れ  
ハモンセラノタイプ（スペイン）を製造して7年目。（イタリヤタイプは全体的に丸い形状である）



庫内には入れないのでガラスドア越しに撮影して下さいとの事で、見える範囲を撮影させて頂く。吊るしている同じ部屋で塩漬け等の作業もする。温度計は23.3℃・熟成庫内は19℃



熟成庫では60日間、20℃以下で乾燥熟成させる。夏場は夕方窓を閉め、日中は窓を開ける。（20～25℃を保つ）1年目は特に温度管理に注意していて、湿度は重視していない。製造方法は1年で口ウ付けするものと2年熟成で口ウ付けする方法の

- ① 製造時の注意点
  - ・ 菌汚染された肉を使うと肉全体も汚染されるので、処理時に細心の注意を払う。使用する肉は、飯山市の「みゆきポーク」と麩料の「オレイン豚」を中心に使用。
  - ・ 塩漬けに使用する塩↓「瀬戸のほんじお」↓にがり（保水効果がある）がしっかりあるのでこの塩を使う。マグネシウムが多めで価格も手頃である。
  - ・ 骨付きも1本につき（11～12kg）1.5kgの塩を使用。3週間の塩漬け（1週間おきに3回）。大体重の重さ1kgにつき1日塩漬け＝10kg肉なら10日の計算。
  - ・ 佐藤代表は秋田県の生ハム製造会社で研修をしたそう、そこで修得した方法は2日間の塩抜きだが、現在は4日半の塩抜きをしている。（塩辛くなるので独自にこの方法に変更）
- ② 熟成時の注意点

2通りになっている。2年熟成させるものは別の熟成室に保管しており、白カビを多く生えさせ嫌気的な状態にさせる。

### 2. 生ハム製造の原木オーナー制度について

#### ① 体験費

1本35,000円で製造体験（13時頃～14時半頃）12月～2月（11月から予約開始）をしている。

製造体験料+熟成中の管理料↓1年後、熟成状態を確認するための生ハム&ワインパーティーの参加料の以上が全て含まれた料金としている。（ここで満足すれば持ち帰り、引き続き熟成を希望する場合はそのまま熟成管理する＝継続保管料あり）※引き取りに来れない客にはカビ取り等の清掃を行い、綺麗にした状態で郵送してくれる。

#### ② どのような人がオーナーになっているか

現在熟成庫には120～140本を管理。家族で食べる人、レストラン等で提供する店主、生ハムが好きな人など様々な顧客がいる。

### 3. 食品衛生管理者について

生ハム製造をしている施設は余り前例がないので食品衛生管理者となる事に難色を示す方も居たそう。たまたま知り合いがおり、その方が施設管理者となっていた。やはり食品衛生管理者が居ないと保健所申請は通らないとの事だが、長野県の場合は幸いにも、開始出来たが、他の都道府県で同じように出来るかどうかは不明であるし、担当の保健所の方とよく相談された方が賢明であろう、との事。現在奥様が研修等で学びながら、いづれ食品衛生管理者資格を取得する準備を進めている段階。そうなること事業も更にやり易くなるのではないかと思う、との事。

#### 【研修参加者】（敬称略）

鶴居村森林組合代表理事組合長 松井 廣道（上幌呂）

鶴居村観光協会理事長 和田 正宏（鶴居市街）

鶴居村地域おこし協力隊 増田喜美子（鶴居市街）

## ぶどう栽培

### 1. 佐藤農園

- ・ぶどう栽培をして25年目。ピノ・ノワールは5 ha
- ・高山村の冬の気温は下がったとしても-15℃程。積雪は50～80cm
- ・現在村にはワインぶどう農家が10～12軒あるが、ほぼ果樹と併用している。5年以内に3軒増える予定で進めている。(1軒大体7ha)



車でかなりの標高まで上り、ほぼ山の際に自宅と生ハム工房がある。施設の脇から見下ろす形でぶどう畑が広大に見渡せ、麓の街並みも見える。(高山村役場内で拝見した高山村産ワインのラベルに描かれた風景が広がっていた。)

ぶどうの苗木は傾斜に合わせて水平に植えられている。雑草はそれ程気にせず直ぐに草取りをしたりはしないそうだ。(鶴居村のぶどう園はとても整備されていると思えた。)土は小石混じりの乾いた赤土(砂礫質)で水はけがよい土壌。標高が高い為、冷涼で昼夜の寒暖差が大きい気候である。西傾斜による長い日照時間もワイン用ぶどう栽培には最も適している。この自然条件は銘醸地と言われるワイン産地のフランス「シャンパーニュ」や「ブルゴーニュ」南部地方に近い最適な自然環境とも言える。

## 2. 高山村のワイナリー建設



高山村はワインぶどうに取り組み始めて6年目の2011年6月、国に申請していた構造改革特別区域計画について、「ワイン特区」に認定された。現在、畑の麓に村が出資したワイナリーを建設中である。(今秋完成予定)

### 佐藤農園の視察研修を終えた感想

佐藤代表はぶどう生産農家でありながら自分が栽培した農作物が食べられる(飲まれる)シーンをトータルプロデュースしたいという想いから、地域の「食の魅力づくり」に大いに貢献されています。その人柄の良さは今回の視察受け入れの段階から垣間見られ、どんな質問にも快く、そして惜しみなく隠さず、事細かく答えて下さる姿勢に感銘しました。

「ぶどう栽培とワイン製造は全く別の作業で一人では絶対に出来ない。醸造士が居てくれるからワインが作れる。」とおっしゃっていましたが、

優秀なワイン醸造士や食品衛生管理者の協力を得られたり、新たなワイナリーでの新規就農を目指す移住者が集まるなど、佐藤代表の人柄のせいもあるだろうと実感しました。

高山村役場で高山村長とお会いしお話を伺った際も、村がワイン事業に賭ける想いや計画性が明確である上、佐藤農園には大きな信頼と期待を寄せていらつしやる事も感じ取れました。多くの人を呼び寄せるにはやはり「魅力ある人」の存在はとても重要であると感じます。

又、特産品開発から地域産業の自立と更に魅力ある農産業の確立を学ぶという観点から、地元食材(阿寒ポークなど)を利用して地域の新たな「食の魅力づくり」に貢献する事業構築の可能性に手応えを感じ、非常に参考になる視察先であり、鶴居産チーズ、鶴居産ワインと並行し、生ハムの特産品開発事業に取り掛かる事は話題性もあり、尚且つ強力な価値ある組み合わせであると考えます。また、その事業における雇用の創出と地域の魅力増大は新たな人の集客にも大いに関わるものと感じます。

冬季には地元産の生肉を佐藤代表の工房にお送りし、現地の製法で熟成管理をして頂き、味わいについてのご意見を頂くお約束も頂き今後同研究会の生ハム試作製造に対して様々な協力を得られるのではないかと確信しており、佐藤代表と知り合えた事は何より収穫であり、今後の鶴居村の特産品開発やワイン事業にも多くのアドバイスが頂けるのではないかと思います。



鶴居村地域おこし協力隊 Facebook



https://www.facebook.com/vill.tsurui.chiikiokoshi

# 鶴居村地域おこし協力隊通信

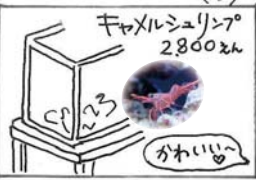
## ポンポン山新聞

(通称番号 20)

北海道フードマイスター  
温泉ソムリエ  
シュヴァリエ  
(フランスチーズ鑑評騎士)  
札幌生まれ・陸上部  
発行人：増田 喜美子  
＜2014.7月より活動しています＞



### ウサギの みどり ふぐ子 <5>



巣づくりについてスライドで勉強

年や、釧路動物園松本先生が加わり、タンチョウの巣について学ばせていただきました。座学の後に2か所の異なる単に移動して比較観察をするなど、鶴居村ならではの減多に出来ない様々な貴重な体験でした。私もとても興味深く、益々タンチョウへの愛着が増えました。



川探検で採取した土で5家族が陶芸体験！



長靴に水が！これもいい経験ですね



2016/07/18

### つるいっ子 体験活動 グループ

## サルルンガードの 活動に参加して

7月18日(祝)、タンチョウコミュニティ主催によるサルルンガードの活動に同行させて頂きました。午前中は鶴居小学校6年生6名が参加した川探検。釧路川へと合流する雪裡川の支流を上り、川の始まりを求め険しい森の中を探検しました。時には膝まで川を渡るなど、都会の子供たちの日常ではなかなか体験できる事ではないと思われませんが、鶴居村の子供たちはとても楽しそうにどんどん奥地へ進んでいきます。午後は低学



2016.8.9 小学生4名が参加した小中高・釧根秋季記録会

### 2020

## 東京オリンピックに向けて、鶴居村は？

リオオリンピックが終わり、いよいよ4年後には東京開催です。私が子供の頃はまさか自分はオリンピックに出られるはずがないし、当然周囲も世界を口にする環境ではありませんでした。冗談でも誰か「オリンピックに出るね。」と言っていたら、今よりはもう少し速く走ったのかも知れません。

8月より、鶴居村役場では人事異動の交付があり、新たな体制で行政が進んでおりますが、私は村づくり推進室に席を設けて頂きまして、これまでの役場1階から2階へと移動致しました。秋にはもう1名の協力隊員が増える予定ですが、どうぞ気軽に立ち寄って下さいね。

### 2階へ移動 しました！

## 秋まき だいこん

昨年に引き続き、ふれあい農園ではカブもニンジンも、よく育っています。カボチャは地温を上げるためマルチを掛けたところ、昨年以上に実の付きがよいようです。しかしながら雨続きの為か、結実せずに腐っていく小さな実も多い印象です。先日は冬の備蓄用に大根を植えました。今年の冬は自分で作った大根でおでんとたくあんが食べられるかな、と楽しみにしています。



薬用イモはほとんど葉が茂っています。葉や茎とても栄養が豊富な実も美味しいです。天ぷらやお浸しにしてみると、クセがなく柔らかくてとても食べやすい一品料理になりました。もっと快晴の日が続いて欲しいです。

### 雑談

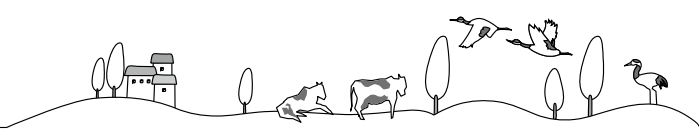
## 8月9日の虹

先日、東の空に綺麗な二重の虹が出たのを、皆さんは御覧になりましたか。私はふれあい農園で草取りをしていて、帰る段になってようやく自分の真上にある『手の届きそうな大きな虹』に気が付きました。大人になって都会で忙しく働いていると、虹を見る事は減多にありません。買物のレシートが777だったり、自販機やアイスで当たりが出たり、信号が全て青だった時、満員の地下鉄で目の前の方が降りたり、初乗り550円のタクシーに乗った時と、今考えると本当に小さな楽しみにふと『笑いと癒し』を求めているように思います。鶴居村に来て何度も虹を見たり、タンチョウが真上を飛んで来たり、ハート柄の牛を見つたり。そういった日常の出来事の方が、今はなぜか『よし！今日もいい事が起きそう』と思ってしまいます。





# 役場からのお知らせ



## 9月24日～9月30日は結核予防週間 ～長引く咳、微熱に注意！～

結核は過去の病気と思われがちですが、日本では1日54人が結核を発病しています。結核は、人から人へと空気を介してうつる病気ですが、早期に発見し、毎日きちんと薬を飲めば治ります。

2週間以上せきが続く、たんが出る、急に体重が減る、体がだるいといった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。また、年1回の健康診断で胸部レントゲン検査を必ず受けましょう。

結核の予防には、健康的な生活を心がけ、免疫力を高めておくことが大切です。抵抗力の弱い赤ちゃんは、結核にうつると重症になりやすく、命を危うくすることすらあるため、BCG接種を受けましょう。

## 「つるぼー」に投票してね！

毎年話題の「ゆるキャラグランプリ」。2016年の投票が開始されました。先日のつるい納涼まつりでも大活躍した「つるぼー」が今年も参加しています。投票は2016年10月24日(月)18時まで。

決選投票は「ゆるキャラグランプリ2016愛顔のえひめ(11月5日・6日開催)」にて行われます。

みなさまの投票をお願いいたします！  
【つるぼー投票ページ】

<http://www.yurug.jp/vote/detail.php?id=00002226>

### 【投票方法】

- ・投票は1日1回のみです。
  - ・パソコン、タブレット、スマートフォンから応募が可能です
  - ・初回のみID登録が必要です
- 詳細はこちらから  
<http://www.yurug.jp/vote/method.php>

ゆるキャラグランプリ公式TOP  
<http://www.yurug.jp/>

「ゆるキャラグランプリ」とは？

(公式ホームページより転載)  
日本には昔から八百万(やおよろず)の神がいると言われていました。山には山の、海には海の、川には川の、森には森の、木には木の、花には花の、それぞれ神様が宿っていると、ゆるキャラさんも日本国中にいて、みなさんの地域に根ざした活動をしています。

たとえグランプリにならなくとも、ゆるキャラさんたちは地域のスターとして頑張っています。そんな、ゆるキャラさんたちの一年に一度のお祭り、それが「ゆるキャラ®グランプリ」です。



## 安藤靖子 2016ギャラリー展 「Art of the sky」

6月26日～9月29日の毎週木曜日と日曜日、ギャラリー・工房彩の風にて、安藤靖子2016ギャラリー展「Art of the sky」が開催されています。このギャラリー展は出展者の安藤さんが、18年前から開いており、村内・道内に限らず、道外からも来店者は多くオープン時には200人～300人の来店者が詰めかけます。

入場無料となっていますので、興味のある方、お時間のある方はちよつと扉を開けてみてはいかがでしょうか。

### 【お問い合わせ先】

阿寒郡鶴居村雪裡原野北18線西6-5  
0154-64-2781



## 村新規採用職員を紹介します

これから村職員の一人として一生懸命頑張りますので、よろしくお願ひします。(8月1日付)



森 将大 (しょうた)  
(鶴居村出身)  
建設課  
上下水道係

### ●ご紹介します

〈3歳児歯科表彰虫歯のない子〉  
このほど行われた3歳児健診で「虫歯のない子」として表彰されたお子さんたちです。



松井 葵ちゃん  
鶴居市街



田村 菜月ちゃん  
鶴居市街



菱沼 結衣ちゃん  
中久著呂



## 9月1日は「防災の日」

平成12年のこの日に甚大な被害をもたらした関東大震災が発生したことや、台風の多い時季であることが主な理由とされ、広く国民に地震や台風などの災害に対する防災意識を高めてもらうため、9月1日が「防災の日」と定められました。いつ発生するかわからない地震等の災害時のためにも、近くの避難所がどこにあるのか改めて確認しておきましょう。また、災害時の非常食等の賞味期限はきれていませんか？防災グッズは整備されていますか？こちらもう一度確認をしましょう。

(資料提供：役場総務課)

(鶴居村HPアドレス)

<http://www.vill.tsurui.lg.jp/kurashi/bousai/hinanbasyo.html>

- ・指定避難場所は、避難対象地区毎に異なりますので、確認しておきましょう。
- ・避難の際は慌てずに、なるべく家族や近所の人たちと声をかけ合って避難しましょう。



施設名	所在地	避難対象地区
鶴居小学校	鶴居西2-27	鶴居西、北
鶴居村総合センター	鶴居西1-1	鶴居西、北、下雪裡
鶴居中学校	鶴居東2-31	鶴居西、東、南
上幌呂コミュニティセンター	上幌呂	上幌呂、新幌呂
幌呂小学校	幌呂東4-14	幌呂市街、幌呂西、東、支幌呂、茂幌呂
幌呂中学校	幌呂東2-21	幌呂市街、幌呂西、東、支幌呂、茂幌呂
幌呂農村環境改善センター	幌呂東2-21	幌呂市街、幌呂西、東、支幌呂、茂幌呂
下幌呂小学校	下幌呂	下幌呂
下幌呂コミュニティセンター	下幌呂	下幌呂
下雪裡コミュニティセンター	下雪裡	下雪裡
下久著呂コミュニティセンター	下久著呂	下久著呂
中久著呂コミュニティセンター	中久著呂	中久著呂
支雪裡コミュニティセンター	支雪裡	支雪裡
茂雪裡コミュニティセンター	茂雪裡	茂雪裡

## 9月9日は「救急の日」

皆さんは9月9日が何の日か知っていますか。

「9(きゅう)9(きゅう)の日」、すなわち「救急の日」です。

救急の日は救急業務に対して住民の方々の理解と認識を深めてもらうとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に定められました。

突然の事故や病気などの時、救急隊が現場に到着するまでの間に救急現場に居合わせた人が迅速な119番通報、適切な応急手当を実施することにより症状の悪化防止、救命率の向上が期待されます。家族や友人のもしもの時のために救急講習を受けてみませんか？鶴居消防署では各事業所はもちろん、個人からの講習依頼も随時受け付けています。お気軽に鶴居消防署救急救助係(TEL 64-2344)までお問い合わせください。



## 鶴居消防署新職員について

吉田 将也 (よしだ まさや) 18歳 釧路市出身

平成28年4月1日、鶴居消防署警防管理課警防係を拝命。4月12日から9月2日までの期間、消防士としての基礎知識を学ぶため北海道消防学校に入校していました。「これから鶴居消防署の一員として村民の皆様の生命、財産を守るため頑張りますのでよろしくをお願いします。」





# 官公庁などからのお知らせ



## 休日公証相談の実施について

釧路公証人役場では、次のとおり「休日公証相談」を実施します。ぜひご利用ください。

### (1)日時

9月22日(木・祝日)

午前10時～午後4時まで

### (2)場所

釧路公証人役場

(釧路市末広町7丁目2番地 金森ビル1階)

### (3)相談内容

遺言、相続、任意後見、尊厳死宣言、お金の貸し借り、賃貸借、離婚に伴う養育費・慰謝料・財産分与など

### (4)相談料 無料です

### 【申込方法】

相談を希望される方は、9月21日(水)まで、電話予約をお願いします。(☎25-11365)

## 「全国一斉!法務局休日相談所」及び「法務局なるほど講座」開催

法務局では、司法書士会、土地家屋調査士会、公証人会及び人権擁護委員連合会と連携して、登記・供託・戸籍・人権擁護事務等の所掌事務について、地域の皆さまからの相談にお応えする「全国一斉!法務局休日相談所」を開催します。

相談は無料で秘密は厳守されますので、お気軽にご利用ください。

また、同日、公証人を講師に

招いて、「法務局なるほど講座」も併せて開催します。

※予約・申込みはいずれも月々金曜日の平日午前9時～午後5時までで、9月28日(金)が締切となります。

### □申込み先(いずれも共通)

釧路地方法務局総務課

☎31-5000(音声案内)

「3」を押してください。

### ■相談所について

①日時 10月2日(日)

午前10時～午後3時まで

### ※事前予約優先

②場所 釧路市幸町10丁目3番地 釧路地方合同庁舎

### ③相談内容

(1)土地・家屋に関する登記、会社・法人に関する登記手続  
(2)土地の測量、隣地との境界紛争  
(3)地代・家賃の紛争、給与の差押えにおける供託  
(4)近隣トラブル、いじめ、虐待、DV、セクシュアルハラスメント、パワーハラスメント、インターネットにおけるプライバシー侵害等における困りごと

### (5)成年後見制度

(6)離婚・養子縁組、無戸籍等の身分事項に関する困りごと

(7)遺言や相続に関する困りごと

### ■なるほど講座について

①日時 10月2日(日)

午前10時～同11時30分まで

### ※予約制

②場所 釧路市幸町10丁目3番地 釧路地方合同庁舎

### ③講演内容

(1)講師 釧路公証人合同役場 田村一善 公証人

(2)演題 「遺言について」

※受講定員は30名です。定員を超過した場合は、キャンセル待ちとなります。

## 全国一斉「高齢者・障害者の人権あしん相談」強化週間について

法務省の人権擁護機関では、高齢者や障害者の人権を守るための各種活動を行っています。高齢者や障害者に対する暴行、虐待等の人権侵害事案は、依然として数多く発生しています。そこで、このような高齢者や障害者をめぐる様々な人権問題の解決を図るための人権相談活動を強化するため、9月5日(月)～11日(日)までの1週間を「全国一斉『高齢者・障害者の人権あしん相談』強化週間」として、相談時間を延長し、土曜日及び日曜日も対応することとしています。

この機会にぜひご相談ください。

### ■高齢者・障害者の人権あしん電話相談

☎0570-003-110

### ■実施日時

(1)期間 平成28年9月5日(月)～9月11日(日)まで

(2)時間

・9月5日(月)～9月9日(金)

午前8時30分～午後7時まで  
9月10日(土)～9月11日(日)  
午前10時～午後5時まで

相談担当者  
釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員及び釧路地方法務局職員

### ■主催

法務省人権擁護局及び全国人権擁護委員連合会

### ■実施期間

釧路地方法務局及び釧路人権擁護委員連合会

### ■問合せ先

釧路地方法務局人権擁護課  
釧路市幸町10丁目3番地  
☎31-5014

## 薬物依存普及啓発講演会の開催について

釧路保健所では、一般住民が、薬物依存症についての知識を理解し、適切な支援やサポートを受けることができることを目的に標記講演会を開催することとなりました。この機会にぜひご参加ください。

### ①テーマ

薬物依存症とは？  
～やめたくてもやめられない心の病気～

### ②日時

平成28年9月8日(木)  
午後1時～午後3時

### ③場所

釧路市生涯学習センター  
まなぼと学習室  
802-803号室  
(釧路市幣舞町4番28号)

④講演内容  
講師 北海道立精神保健福祉センター 相談研究部 部長 宮城 崇史  
内容 「薬物依存症とは? 依存症お正しい理解と回復について」

⑤参加料 無料

⑥定員 60名

⑦申込み方法  
電話またはFAXにて申込みください。FAX様式は、釧路保健所HPにて掲載。

⑧申込み・問い合わせ先  
釧路保健所健康推進課健康支援係

☎22-1233  
FAX 22-1273

⑨その他  
講演会終了後、希望者は個別相談を実施

## 第26回公証週間について

日本公証人連合会では、10月1日から7日までの期間を第26回公証週間と設定し、公証制度を広く国民の間に普及させるため、同期間中、電話相談を実施します。

### (1)日時

10月1日(土)から7日(金)

①午前9時30分～正午

②午後1時～午後4時30分

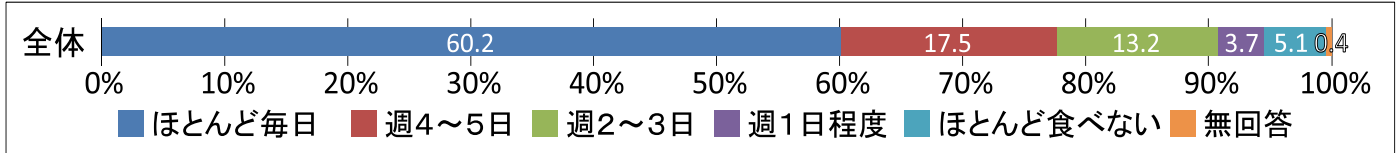
(2)内容  
遺言、任意後見契約など公証事務全般

(3)電話  
☎03-3502-8239  
(土・日も実施)

## 9月は、「健康増進普及月間」「食生活改善普及運動月間」です

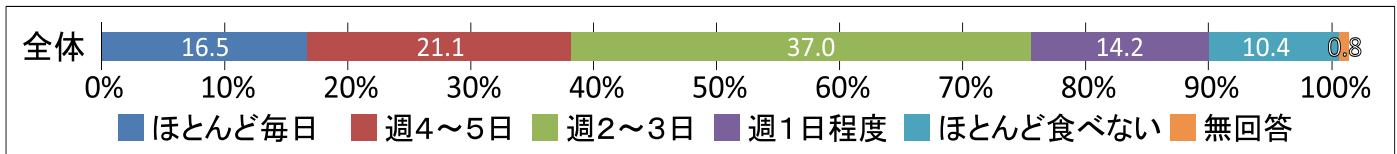
### (1) 健康つるい21 (第二次)計画～栄養・食生活

○ 「1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べるのが週に何日ありますか」



・村では、1日2回以上主食・主菜・副菜をそろえて食事をしている人が全体で60.2%となっています。年代別にみると、60歳代で75.8%なのに対し、20歳代では39.3%で、特に若い世代に課題がみられます。

○ 「野菜を1日に350g以上(小鉢5杯程度)食べるのが週に何日ありますか」



・野菜を1日に350g以上(小鉢5杯程度)を「ほとんど毎日食べる人」は全体の16.5%でした。

### (2) 「食事をおいしく、バランスよく」とりましょう。

平成28年度食生活改善普及運動の基本テーマは「食事をおいしく、バランスよく」が基本テーマとなっています。若い世代を中心にバランスのとれた食事がとりにくい状況となっていますが、多様な食品から必要な栄養素をバランスよくとる秘訣は、毎日の食事で、主食・主菜・副菜を組み合わせることであります。

#### ● 主食・主菜・副菜とは



ごはん、パン、めん類などで、エネルギーの元になります。



魚や肉、卵、大豆製品などを、使ったおかずの中心となる料理で、たんぱく質や脂質を多く含みます。



野菜などを使った料理で、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含みます。

### (3) 「プラス1皿の野菜」「おいしく減塩1日マイナス2g」で健康寿命を伸ばしましょう！

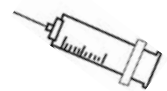


- 大人が1日に必要な野菜の摂取量は350gです。これは、日本人の平均摂取量(280g)にもう一皿加えた量に相当します。  
生野菜だけでなく温野菜やスープ、煮物を活用して、毎日の食卓に野菜を一皿プラスしてみましょう。



- 厚生労働省の1日あたり塩分摂取量の目標値は、男性8g、女性7gです。また、高血圧学会が推奨する1日あたり塩分摂取量は6g未満で、減塩をすすめることは高血圧の他、胃がんや腎臓疾患等の予防にも繋がります。  
日本人の1日あたり平均塩分摂取量は、男性11.1g、女性9.4g(『平成25年国民健康・栄養調査結果の概要』)なので、だし・柑橘類・香辛料等を使い、まずは1日マイナス2gを目指してみませんか。

### 『B型肝炎ワクチンの定期接種が始まります！！』



- 平成28年10月1日から、B型肝炎ワクチンが定期接種となります。
- 対象は平成28年4月1日以降に生まれたお子さんで生後1歳に至るまでの間にある方
- 接種回数は3回
- 該当者になる方には、個別に案内を送付します。(9月)



# 新刊案内

鶴居村ふるさと情報館みなくる図書室だより

みなくる図書室では毎月第3土曜日の11時から絵本などのおはなし会をしています。小さなお子さんや小学生、大人のひとでも興味のある方はぜひご参加ください。

※9月のおはなし会は17日(土)です。

●開館時間……10:00~18:15

●休館日……9月の図書整理日は27日(火)です。

●貸し出し……【本・雑誌・紙芝居】

2週間(1人10冊まで)

【CD・VTR】

1週間(CD3点、VTR2点まで)

※紹介している本は8/31(水)から利用できます。

## 重力波は歌う アインシュタイン最後の宿題に挑んだ科学者たち



ジャンナ・レヴィン 著  
田沢恭子・松井信彦 訳  
2016年2月に世界を揺るがせた「重力波直接検出」という偉業は何を意味するのか。重力波そのものの解説に加え関係する科学者たちの苦悩と感動、喜びを初めて詳細に伝える待望の科学解説。

## 昭和なくらし方



小泉和子 著  
ぜひおすすめしたいのがぬか漬け。意外と大事なものは、はたきがけ。雑巾はたくさん持ち運んでつぎつぎにきれいな雑巾を使う…。シンプルでミニマムな毎日の原点を、昭和のくらし博物館長が伝授する。

## 匿名交叉



降田天 著  
SNS上で陰湿なネットストーカーに悩まされる楓。一方、ブログで粘着してきたハンドルネーム「色葉」を攻撃する人気ブロガー「ソラパパ」。匿名のふたりが交叉した時、驚愕の真実が浮かび上がる…。

## 珠玉の短編



山田詠美 著  
スプラッタ描写に定評がある作家・夏耳漱子は、「珠玉」という惹句に取り憑かれてしまった。やがて頭の中で珠玉たちが騒ぎ出し…。表題作のほか、第42回川端康成文学賞受賞作「生鮮てるてる坊主」など11編を収録。

## 裏庭探偵クラブ ① 密室で消えた父をさがせ!



M・G・レナード 著  
河井直子 訳  
ダーカスの父で昆虫学者のカトル博士が、ある日密室から姿を消した。事件に巻き込まれたと確信したダーカスは、2人の仲間とともに探偵クラブをつくり、父を探し始める…。昆虫たちを相棒に謎を解く冒険ミステリー。

## 夢は牛のお医者さん



時田美昭 作  
江頭路子 絵  
新潟県の山あいにある小さな小学校に、3頭の子牛が入学してきた。この出会いが、少女の夢のはじまりとなる…。ひとりの少女の26年に密着したドキュメンタリー映画「夢は牛のお医者さん」を、絵本として再構成。

## 釧路短期大学平成28年度後期科目 等履修生・聴講生の募集について

本学の科目を社会人の方に解放しています。科目等履修生は単位を取得することができます。また、短大卒以上で条件が揃えば、図書館司書・幼稚園教諭・保育士・ベビーシッター他、免許・資格取得も可能です。

- 【選考方法】 書類選考
- 【定員】 若干名
- 【申込方法】 所定の志願書に記入し、郵送または持参
- 【締切】 平成28年9月30日(金)必着
- 【問合せ先】 釧路短期大学 教務・学生課  
〒085-0814 釧路市緑ヶ岡1-10-42  
☎68-5124

## オータムジャンボ宝くじが 発売されます！



※この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。



## 鶴居文芸

凍原社8月句  
(俳句)

藤蔓を巧みによせてくもの糸

少年の驚きに似て夕立かな

村ふたつに割って夕立の通りすく

えぞにうの大輪の花見上げおり

羽根休め休みなく鳴く大地鳴

幼子の水遊びのよな夕立かな

はしどこの香はトンネルの中までも

陶器市音の触れ合う盛夏かな

水脈

洋三

和子

恒子

紀代子

和枝

ちえこ

ミヤノ

## 9月の自然観察会

### ●バードカービング初心者講座1回目

- 【日時】 9月4日(日) 午前10時～午後3時
- 【内容】 初心者を対象に、釧路湿原の野鳥をモデルに角材を削り彩色して作品を作ります。
- 【定員】 10名
- 【参加費】 5,500円
- 【集合・申込・問合せ先】  
塘路湖エコミュージアムセンター  
(☎015-487-3003)

### ●秋の湿原花ハイク

- 【日時】 9月11日(日) 午前10時～12時
- 【内容】 まもなく花の季節が終わりを迎えます。華やかな秋の花でここの花の季節を締めくくりましょう。
- 【定員】 15名
- 【参加費】 無料
- 【集合・申込・問合せ先】  
温根内ビジターセンター(☎65-2323)



## 寄付

いただきました心温まる善意に心よりお礼申し上げます。

- ・地域振興及び地域福祉等に関する事業のために  
静岡県 鈴木 昌則 様  
金10,000円

- ・特別天然記念物「タンチョウ」の愛護に関する事業のために  
新潟県 本間 誠二 様  
金10,000円

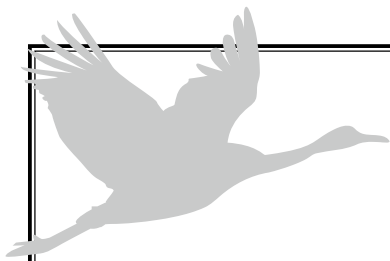
## お誕生



お誕生おめでとうございます。  
7月中に届出のありました出生について、次のとおりご紹介いたします。

後藤	さゆき 沙幸	ちゃん	女	鶴居市街
松下	せいや 晴哉	くん	男	中雪裡南





# シリーズ タンチョウ

Vol. 261

鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ

鈴木 敏 祥

〒085-1205 鶴居村中雪裡南 ☎64-2620 / FAX64-2239

鶴居 タンチョウ

検索



## レンジャーのお仕事②

夏を迎え、今年生まれたタンチョウのヒナも親鳥と同じくらいの大きさの幼鳥になりました。もうそろそろ親鳥が幼鳥に飛び方を教える時期になることでしょうか。この時期の私たちはそんな冬に戻ってくるタンチョウ達のため、様々な準備をしています。今回はその準備のひとつ、冬期自然採食の管理作業について紹介します。

### ●みんなでつくる冬期自然採食地

冬期自然採食地は、タンチョウが給餌に頼らず冬に自然の中で餌が採れる場所をつくる活動です。これまでに村内に15ヶ所の採食地をつくり、現在はそれらの維持管理を主に行っています。

7月10日、「日本製紙クレインズ」の選手の皆さんと一緒に管理作業を行いました。今回も「サルルンガード」の子ども達を始め、鶴居村のたくさんの人達にご協力をいただきました。作業場所は旧雪裡川沿いの採食地で、冬には周辺でタンチョウやオオワシなどが確認されている所です。この場所の倒木や藪を除去することで、開けた空間をつくるのが主な作業内容でした。この日の天候は曇りですが湿度が高く、作業をしているとみるみる汗が。そんな中、クレインズの選手は大人の腿ほどの太さの倒木を運び出し、子ども達は藪や枝をノコギリで伐り、作業前は草木が生い茂っていた場所が、タンチョウが自由に出入りできる開けた空間になりました。作業の成果が目に見え、参加者全員大きな達成感が。目で見える作業の成果以上に、たくさんの方の力で管理作業を行えたということが私たちには何よりの成果でした。

### ●みんなの想いをタンチョウに

活動の最後に、みんなでタンチョウへのメッセージをつくりました。メッセージは「タンチョウが来やすいように木を切っておいたから、ぜひ来てね。おいしい魚がたくさん食べられるよ」や「かなり働いた。木や草をノコギリで切った。役に立てた。喜んでくれたら嬉しい。隠れ家と逃げられるスポットがあるから使ってね」など、その日の感想やイチャオシポイントなどを書いてもらいました。今後この場所のタンチョウの利用状況をしっかり調べ、結果を報告したいと思います。

みんなが書いたメッセージはサンクチュアリの2階に展示されています。センターが開館しましたらぜひご覧ください。そしてもしタンチョウに会うことがあったら、みんなのメッセージを伝えてもらえると嬉しいです。



みんなで協力して倒木を伐採

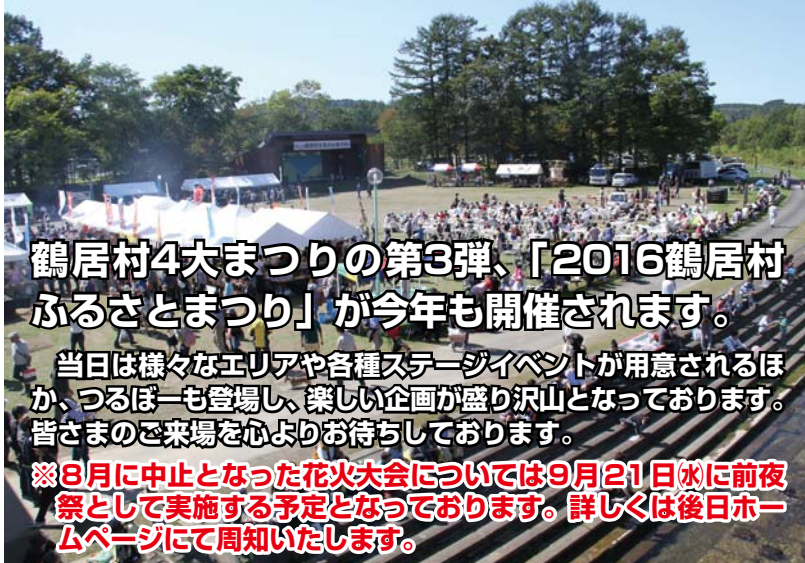


メッセージを持って記念撮影



9月村のカレンダー		
1木	・鶴居老人クラブ健康相談 9:30～ 鶴居老人寿の家 ・幌呂老人クラブ健康相談 9:30～ 幌呂老人寿の家	
2金	・第13回釧路地区老人クラブ連合会パークゴルフ大会 9:00～ 鶴居村パークゴルフ場	
3土	・第38回鶴居保育園運動会 9:30～ 鶴居保育園グラウンド	
4日	・鶴居消防秋季消防演習 10:00～ 鶴居村民広場	
6火	・鶴居村小劇場 13:00～ 総合センター	
7水	・介護予防事業「ふまともくらぶ」 10:00～ 総合センター	
9金	・第38回鶴居村寿大学室内軽スポーツ大会 9:30～ 総合センター ・鶴居村社会福祉協議会「心配ごと相談サロン」 12:30～ 総合センター小会議室	
10土	・わんぱくアドベンチャークラブ9月講座 8:30～ 標茶町西別岳	
11日	・平成28年度秋季村民ゴルフ大会 12:00～ 釧路カントリークラブ	
13火	・子育て支援事業「あそびのひろば」 10:00～ ふるさと情報館「みなくる」 ・第3回鶴居村議会定例会 10:00～ 村議会議場	
14水	・第3回鶴居村議会定例会 10:00～ 村議会議場	
15木	・第3回鶴居村議会定例会 10:00～ 村議会議場	
16金	・第3回鶴居村議会定例会 10:00～ 村議会議場	
18日	・第55回鶴居村駅伝競走 9:00～ 村内一円	
22木	・2016鶴居村ふるさとまつり 10:00～ 茂雪裡川河畔特設会場	
25日	・第15回たんちょうパークゴルフ鶴居大会 8:30～ 鶴居村パークゴルフ場	
26月	・おひさま（親の会） 10:00～ 役場第1、2会議室	
27火	・平成28年度鶴居村敬老会 11:00～ 総合センターホール	
29木	・介護予防事業「ふまともくらぶ」 10:00～ 総合センター	

# 2016 鶴居村ふるさとまつり



鶴居村4大まつりの第3弾、「2016鶴居村ふるさとまつり」が今年も開催されます。

当日は様々なエリアや各種ステージイベントが用意されるほか、つるぽも登場し、楽しい企画が盛り沢山となっております。皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

※8月に中止となった花火大会については9月21日(水)に前夜祭として実施する予定となっております。詳しくは後日ホームページにて周知いたします。

【日時】 9月22日(木) 午前10時～ (※雨天決行)  
【場所】 茂雪裡川河畔特設会場  
【問合せ】 鶴居村ふるさとまつり実行委員会 (☎64-2114)

## 今月の表紙

鶴居村子ども会議のひとつコマです。仲間づくりの一環で読み聞かせを実践していました。  
(※詳細記事は2ページ)

## 交通事故発生状況

(鶴居駐在所より情報提供)

今年1月からの発生件数  
人身事故1件/物件事故40件  
7月中の発生件数  
人身事故0件/物件事故7件  
**死亡事故ゼロの日** 259日  
(7月末現在)

## 人の動き

(7月末住民登録人口)

**人口 総数 2,520人**  
(前月比 -2人)  
うち外国人人口 19人  
(男4人・女15人)

昨年同期は 2,517人で、  
対前年比較は +3人です。

男 1,252人(前月比 -1人)  
女 1,268人(前月比 -1人)

**世帯数 1,126戸**  
(前月比 -2戸)  
うち外国人世帯数 12戸

## 編集後記

先日の台風はすごかったですね。これからまだまだ、油断できない季節なので皆さま気を付けてください。さて、今月号より広報を担当することとなりました。前任者同様現場取材を大切に、皆さまが楽しんで読んで貰えるような記事を今後書いていきたいと思います。また、大きいイベントだけではなく、皆さまが身近で行っているイベントも出来る限り載せていきたいと思いますので、宜しくお願いします。(Y)