



おおぞら



あなたはどっち?
ウォーキング派
マラソン派.....2

特集

おおぞらフォトコレクション.....18

- 神社祭
- ふれあい広場
- 女満別幼稚園秋の遠足
- 東藻琴幼稚園秋の遠足

10

2013 OCTOBER

No.91



「楽しみ」のひとりで片付けると、ウォーカーやランナーから異論が出そうなので、もう少し具体的に言うと、体を動かすことにより

ウォーキングやマラソンをする方が増える中、単に「健康ブーム」ととらえている人もいると思います。ウォーカーやランナーが歩き続け走り続ける理由は、どうもそれだけではないようです。

確かに、「飽食の時代」に摂取カロリーが増加し「メタボ」対策のために始めたことがきっかけだったかもしれません。

ただ、実際に「ウォーキング」や「マラソン」をライフスタイルに取り入れている彼らの話を聞くと、どうやら「歩く」「走る」ことを「楽しい」と感じているようです。

学生時代のマラソン大会が苦手だった人には信じがたい話でしょうが、彼らは「つらさ」以上にさまざまな楽しみを見出しているのです。

ただの健康ブームではない!?

歩く・走る
ルーツ

人類の進化は
2足歩行から



人類は、直立2足歩行することにより手を使い、のどが縦に伸び、目の位置が前面にせり出すことで、言語能力が備わり、知能が発達し、そして文明を築いたと言われています。歩くことができなければ、人類の進化はなかったと考えられています。

こうして進化した人類はいろいろと便利なものを作りだしてきました。テレビや洗濯機、パソコンや乗用車など機械文明の発達した今日では「便利」なものがあふれています。

ただし、便利になるということは日常生活で私たちが体を動かす機会がどんどん失われていくことを意味します。

私たち人間は皮肉にも知能の発達により自らの進化の原点である足を使う能力を低下させてしまったのです。足腰が強いと言われた日本人も西洋の生活スタイルが定着し、1億総運動不足の時代と言われ始めているのです。

- 頭の中が整理される
 - 悩みが解決する
 - ストレスが発散される
 - 達成感が感じられる
- など「健康」以外にも精神的な改善が図られるという声も意外にも多いのです。
- 当然ながらその理由は人に

よって様々ですが、運動により体質の変化が現れそれに伴い心も変化していくようなのです。つまり心と体のバランスを取り戻すことによって人間が本来持っている感覚を呼び覚まし、自ら実感できる「喜び」を見出しているのです。



DOTCH
あなたはどっち?

ウォーキング派
or
マラソン派



Walking or Marathon?

スポーツの秋到来です!
まちのマラソンイベントとしては10月27日に「ふぎおろしマラソン」も控えています。今月はまちのウォーキング&マラソンをこよなく愛する町民の皆さまにお話を聞きました。

最近新聞やテレビでマラソン大会やウォーキング大会などのイベントを募る広告を見かけることが多くなったような気がしません。マラソンブームの火付け役となった東京マラソンも30万人を超える参加者があり、競技会というよりイベントだとの批判もありますが、これだけの人が応募するのには何か理由があるに違いありません。

健康のためといえばそれまでですが、皆さんの職場やご近所にもウォーキングやマラソンを楽しんでいる方が意外と多いのではないのでしょうか?

町内を見ても、早朝や夕方に愛犬と散歩している人、音楽を聴きながらランニングしている人やご夫婦でウォーキングをしているなど、ウォーキング派もマラソン派も増えているような気がします。

歩いたり走ったり人間の基本動作であるこれらの運動にどのような魅力があるのでしょうか。

今月は「歩く」「走る」にスポットライトをあててみます。日ごろから運動不足で3日坊主のみなさん。今月は必見ですよ。

HIGASHIMOKOTO MARATHON CLUB



マラソン派のひとたち

夜な夜な東藻琴地区のお店で飲み会を開いて、楽しそうな会話をしているメンバーがいます。

東藻琴マラソンクラブ

彼らは、マラソンが好きなメンバーです。

飲み会の席を取材する訳にもいかないで、今回の特集のために東藻琴多目的グラウンドに集まっていたいただきました。すがすがしい早朝の空気の中、発起人である大井徹也さんにお話を聞いてみると・・・

「いやーこの前の釧路湿原マラソンもこの格好で走っちゃってさあ」「えっ？」

見るとそこにはふきおろしマラソンのパネルを背にした、と



大井 徹也さん

「いやあね。これでだいぶ参加者が増えると思うよ」
全く根拠のない自信満々の話しぶりに思わず口元がゆるんでしまいます。そういえば、昨年のふきおろしマラソンにもサラリーマンの恰好をした風変わりなランナーがいたことを思い出し、はっとします。
「この人に違いない・・・」
東藻琴マラソンクラブは、30代から60代の男女で構成されたランニングを心から楽しむ爽やかなクラブです。各々の練習や大会の成績を互いに励まし合っ



フロックスのランニングマシン
(ゲートボールセンターでも利用できます)



「マラソンをして良かったことは？」との質問にも
「体調をコントロールできる」
「風邪をひかなくなった」
「知り合いが増えた」
「各地の大会を夫婦で楽しめる」
「走った後のビールがうまい」
と、巧みなチームワークで必ず落ちをつけてくれます。取材中も笑顔が絶えないとても楽しい皆さんですが、実のところ彼らは、自らの健康管理とトレーニングを積み重ね、年に何回もフルマラソンやハーフマラソンを完走するすばらしい精神と体力の持ち主なのです。
「マラソンの醍醐味？やっぱり完走した後の達成感でしょう」
忙しい日常生活の中にありながら常に自分と見つめ合い、しっかりとした目標を定めている彼らの姿は、マラソンを通じて輝かしい人生を精いっぱい楽しんでいる純粋なアスリートに見えました。



MEMANBETSU ARUKOUKAI



ウォーキング派のひとたち

運動不足の代表格ともいえる広報取材班は、さつきく実際にウォーキングやマラソンを楽しんでいる町民の方にお話を聞いてみることにしました。

女満別歩こう会

毎週日曜日の朝に女満別図書館の前に集まっている人達がいま。平成13年から楽しく歩き続けている皆さんです。

年齢的には50代から80代の中高年のみなさんですが、取材当日はあいにくの雨模様にもかかわらず39名の参加により例会が行われました。

例会といっても難しい話をするわけではなく、空気の澄んだ女満別湖畔をみんなで楽しく歩こう



「現在の会員は51名で過去には69名いたこともあったのですよ。純粋にみんなで楽しく歩くことがモットーの会です。楽しくおしゃべりをして自分のペースで自分にあつた距離を歩きます。本当はひとりで歩いてもいいのですが、毎週みんなで顔をあわせて、何気ない日常の話をすることが私たちにとってとても大切な時間なのです」
「歩こう会」の例会の出席は強制されません。用事がある日は休んでもかまいませんし体調の悪い日も無理に出席する必要はありません。まさに自由な活動



会長の齋藤 重利さん(右)

ですが、かといって勝手気ままにというわけではなくお互いに楽しみを共有している印象で、取材するこちらもついつい笑顔になってしまふようなとても居心地のいい雰囲気の良い会でした。
会員の皆さんが持っている小さなカードがあります。これは例会に出席した場合に「認め印」が押されるもので、子どもたちが夏休みのラジオ体操でハンコを押してもらう仕組みと同じものです。
「出席に応じて満点みそがもらえるのさあ。ちよつとした褒美みたいなものかなあ。でも味噌がほしくて例会に来ているわけではないのだけどネ」と会員の皆さんは笑顔で話します。
カードの裏にはこんなことが書かれていました。
「湖畔の恵まれた自然に親しみながら健康で歩ける幸せをかみしめて、多くの仲間とともに心身の健康づくりに1万歩を目標に楽しく歩きましょう」
1万歩が歩けなくても、湖畔の木々の彩りから季節を感じ、たくさんの方の仲間と一緒に心から楽しんでる皆さんの笑顔が心身の健康を保っている何よりの証拠だと感じました。



すべては小さな一歩から
.....
ウォーキングもマラソンも難しいルールを覚える必要もなく人それぞれに様々な楽しみ方があります。ちょっとしたきっかけで始めると、いつもとは違う街角の風景や、心と体の変化を感じることが出来るはずです。

朝の澄んだ空気が
湖畔の爽やかな風
秋の夜の虫の鳴き声

小さな一歩を踏み出せば、都会では感じとれない大空町の素敵なフィールドがみなさんの五感にそつと語りかけてきます。

小さな一歩を踏み出せば、忙しい日常では気がつかない大空町の素晴らしい季節がみなさんの感受性を豊かにしてくれます。

小さな一歩の積み重ねが、みなさんの心と体を満たしていくのです。

心が満たされる意味の「満足」という漢字に足の字が使われているのはそんな理由があるからなのかもしれません。



今月の取材を終え、ゲームをしたがる子どもを無理に誘い藻琴山へ登山に連れ出しました。あいにくの天候で山頂まではいけませんでしたが、必死に山道を登っていく5歳の子どもの後姿を見ながら、ずいぶん成長したものだと感じました。

自分自身では初めて2本の足で歩きだした記憶は残っていないでしょうが、両親なり祖父母なり誰かしら私たちの歩く姿を喜んでくれた人がいたはずですよ。

ウォーキングもマラソンも両者に共通して言えることは、単に人間としての基本的な動作だけではない、心に作用する不思議な魅力を持っていることです。

パラリンピックの選手が車いすを力強くこぐ姿や義足で必死に走る姿が人々を感動させるのは、「歩く」「走る」喜びを忘れてかけている現代社会の私たちの本能に何か作用しているからなのかもしれません。

私たちに備わった2本の足で歩める能力を自分なりにもう一度見直してみたいと思います。

「女満別歩こう会」のウォーカーや「東藻琴マラソンクラブ」のランナーのように、人生を変えるような喜びに出会ってもいいかもしれません。



田中 政弘さん

OZORA IRONMAN

走り続ける大空の鉄人

全道的なマラソン競技の締めくくりに大会として親しまれている「もこと山ふきおろしマラソン」も今年で30回目を迎えます。

この第1回大会から連続して30年間出場している鉄人ランナーが大空町にいらっしゃる皆さんはご存知でしょうか。

東藻琴西区にお住まいの田中政弘さん(64)は、藻琴山から駆け降りるハーブマラソンを毎年走り続けているのです。

ふきおろしマラソンは、標高差678mを二気に下るダウンヒルの大会です。上り坂より下り坂の方が楽なように思われるでしょうが、実際には膝や腰などへ負担も強く、平地と使う筋肉が異なるため、全国各地から参加する有力ランナーも思うようなタイムが出せずに途中棄権する人もいます。

田中さんはこの過酷なコースを

1キロ4分前半のペースで駆け降りる実力の持ち主で、年齢的にもこれだけのスピードを維持しているためには日常の生活リズムや食生活の管理、そして現役選手並みのトレーニングが必要とされるのです。

優勝を争うトップ集団のように目立ちはしませんが、30年間ものあいだ、年齢による体力の衰えを感じさせない田中さんの走りは、誰も真似ができない素晴らしいものです。

田中さんに走り続ける理由を聞くと「未だ現役で走っている70代ランナーがたくさんいます。頑張っている先輩ランナーを見ると、自分もまだまだ走れるのではと、そう思えるのです。私は走ることが大好きです。私の人生と共にいつまでも、自分の脚と一緒に走り続けていきたい。そう思っています」

控えめな言い方ですが、しっかりと目標を見定めた田中さんの目は少年のように輝いていました。

大会当日に沿道から田中さんの走りを見かけたら、ぜひとも「がんばれ」と声をかけてください。ひたむきにゴールを目指すその走りきつと心打たれるはずです。

INFORMATION

第30回記念大会

もこと山ふきおろしマラソン

10月27日(日) ●会場 すばーく東藻琴

今年から
リレーフルマラソンも
開催します!



ゲストランナーとして
日本体育大学駅伝部が
大空町にやってくる!
(フルマラソンの部)

食べる・買う
特産品・テント市も
お見逃しなく!!



ぜひもこと山ふきおろしマラソンに
応援に来てください!

こんなことがありました!



まちからのニュース

町民の皆様から寄せられた身近な話題や耳より情報をご紹介します!



さあ!なわとび何回跳べるかな?

8月12日(月)

夏休み子どもたちが縄跳びにチャレンジしました。東藻琴改善センターと女満別小学校を会場に3分間に何回跳べるかみんなで競いました。大人のみなさんも今度お子さんと一緒にチャレンジしてみてもどうでしょう。

[情報提供] 縄跳びが苦手な母



女満別湖畔でちょっと変わった木登り体験!

8月13日(火)

今の時代の木登りはとってもスタイリッシュ。高い木の枝にロープを掛けハーネスをつないでぶら下がったまま木登りができるのです。専門家の指導で子どもたちはあっという間に登っていきます。いつもと違う湖畔のそよ風が心地よさそうでした。

[情報提供] アウトドアが大好きな父



地域貢献事業に感謝の気持ちを込めて!

8月24日(土)

地域貢献事業として道路工業株式会社美幌・斜里工事事務所の方たちが女満別中学校の敷地舗装の補修作業を行いました。玄関前のくぼみが解消され学校環境が向上しました。ありがとうございました。

[記事・写真提供] 女満別中学校関係者



園児たちのかわいい写真です!

9月3日(火)

つづらな瞳のかわいい子どもたちの写真は、保育園の先生から提供いただいた豊住保育園の秋の遠足のひとコマです。子どもたちの表情が豊かなのは、やさしく見守る先生だからこそ撮れる写真です!森下カメラマン顔負けのナイスショットだと思います!

[写真提供] 豊住保育園のやさしい先生



熱血指導!バスケットボールクリニック

8月13日(火)

- 町で夏季合宿中の東京成徳大学の監督が、中・高生のためにトップレベルの技術を指導してくれました。
- 貴重なアドバイスを一つも聞きもらすまいと子どもたちも真剣そのもの。大空町からNBA選手が生まれるかもしれませんね!



落語も上手いが、花火もすごい!

8月19日(月)

- 大空寄席が始まりますよ。三味線漫談から始まり落語、紙切りと続き、さあみなさんお待ちかね!『林家たい平』師匠のお出ましです。張りのある声で最後には花火のものまねを披露してくれました。ここは大空町ですからね「おい山田君!たい平師匠に座布団一枚やっとなくれ!」



おもしろすぎて目が離せません!

8月21日(水)

- 女満別幼稚園に『劇団風の子』がやってきました。今回は2人の劇団員によるピープー劇場です。お菓子の筒を使った音遊びや手遊びに、子どもたちはおもしろすぎて一瞬たりとも目が離せません!どうですか?こんなに真剣な表情はお家でもなかなか見られませんよ!



防災訓練によるLPガスの爆発見学!

9月1日(日)

- 9月1日の防災の日に、大規模地震による家屋の倒壊や火災を想定した防災訓練を行いました。避難対象地区(夕陽台・東陽)の住民が消防団の誘導で女満別小学校に避難し、消火訓練や応急処置を学びました。LPガスの爆発見学に、みなさん驚いた様子で防災意識も高まりました。





- 問合せ 教育文化会館 ☎74・2067
- 入場料 有料(通し券または単券) これから入場券をお求めの場合は、単券700円をお買い求めください。単券で高校演劇全てをご覧いただけます。

10月のオホーツク演劇祭 in おおぞら

「ごも舞台探検」 普段見ることのできない音響装置や照明などの舞台設備が見られます。

- 日時 10月5日出 午前10時30分～正午
- 場所 教育文化会館
- 対象 町内小学生(先着20名)
- 参加料 無料
- 高校演劇フェスティバル
- 日時 10月27日(日)
- 場所 教育文化会館
- 出演校
 - 北見藤女子高校 午後1時～2時
 - 北見緑陵高校 午後2時20分～3時20分
 - 網走南ヶ丘高校 午後3時40分～4時40分
 - 北見北斗高校 午後5時～6時

※出演順が変更になる場合があります。

★図書館

- 図書事業の問合せ 女満別図書館 ☎74・4650 東藻琴図書館 ☎66・2010
- 読み語りのじかん おはなしたいむ 幼児から小学校低学年を対象に絵本の読み語りをを行います。
- 日時 10月12日(土)・26日(土) 午後2時～
- 場所 女満別図書館

★文芸創作広場

- 楽しく語り合いながらエッセーや詩などの創作活動を楽しめますか? 参加は無料ですのでお気軽にご参加ください。
- 日時 10月2日(水) 午前10時～
- 場所 東藻琴図書館 午後6時～
- 女満別図書館

★B&G海洋センター

スポーツ体験サークル スポ塾(じゅく) 開催!



バスケットボールや卓球、バドミントンなど良く知られているスポーツから、あまり知られていないニュースポーツなど、様々なスポーツを体験します。

- 対象 小学校3～6年生
- 日時 10月8日(火)～平成26年1月28日(火) 毎週火曜日 午後4時～5時15分
- 場所 東藻琴B&G海洋センター
- 指導員 B&Gアドバンスインストラクター
- 主催 一般財団法人 大空町青少年育成協会
- 申込方法 海洋センターに設置している申込用紙にご記入のうえ、海洋センターに提出してください。

受講料は無料です

受講生は常時募集しています。その他の詳細は下記海洋センター担当者までお問い合わせください。 ■申込み・問合せ 東藻琴 B&G 海洋センター ☎66-2741

★おまそらインフォ

- ボディメイクストレッチ教室 専門知識を持つインストラクターが、効率の良いストレッチ方法を指導します。
- 日時 10月2日(水)～10月23日(水) 午後7時30分～8時30分 毎週水曜日 計4回 (受講無料)
- 場所 東藻琴B&G海洋センター・トレーニングルーム
- 対象 18歳以上の市民
- 講師 横尾 早苗氏(フィットネスクラブ キタミ所属)
- ※そらつきーポイント対象事業(100P)
- 各事業の申込み・問合せ 東藻琴B&G海洋センター ☎66・2741

- ロコモ予防ができる 健康長寿体操 ロコモティブシンドロームは、「運動器の障害により、要介護となる危険性の高い状態」のことです。運動器の障害は若い頃からの生活環境や習慣によつて影響を受けます。将来のことを考え、今から対策をとみましょう。
- 日時 10月24日(木) 午前10時～11時30分
- 場所 女満別ゲートボールセンター
- 対象 どなたでも参加できます。
- 内容 体調に合わせた体操
- 講師 北見ウエルネス健康センター 健康運動指導士 KOTOE (佐藤琴絵) 氏
- 参加料 無料
- 持ち物 汗拭きタオル、飲み物(動きやすい服装でお越しください)
- 問合せ 後 福祉課保健介護グループ (内線116) 支 住民福祉課福祉グループ (内線423)

10月イベントカレンダー

1日(火)	
2日(水)	ボディメイクストレッチ教室 文芸創作広場
3日(木)	
4日(金)	
5日(土)	東藻琴高校交流マルシェ ども舞台探検
6日(日)	
7日(月)	
8日(火)	スポ塾
9日(水)	ボディメイクストレッチ教室
10日(木)	
11日(金)	
12日(土)	読み語りのじかん
13日(日)	
14日(月)	体育の日
15日(火)	スポ塾
16日(水)	ボディメイクストレッチ教室
17日(木)	
18日(金)	
19日(土)	おはなしたいむ
20日(日)	
21日(月)	
22日(火)	行政相談 スポ塾
23日(水)	ボディメイクストレッチ教室
24日(木)	健康長寿体操講座
25日(金)	
26日(土)	読み語りのじかん
27日(日)	もこと山ぶきおろしまラソン 高校演劇フェスティバル
28日(月)	
29日(火)	スポ塾
30日(水)	
31日(木)	

★イベント

東藻琴高校 交流マルシェ開催

生徒自らが丹精込めて育てた花や肉製品、ジャムや味噌などの加工品を地域の方に味わっていただくための販売会です。交流マルシェでは、町内の協賛団体と共に地域商店街の活性化のため、生徒と町民の交流を中心とした様々な企画を行っています。ぜひ、お越しください。

- 日時 10月5日(土) 午前9時～11時
- 場所 旧やまがみ商店
- 販売品 野菜・花・ハム・ソーセイジ・ジャム
- 問合せ 東藻琴高校 ☎66・2061

10月 運転免許の更新時講習日程

- 場所 網走エコーセンター ☎0152-43-3704
- 【優良講習】(30分) 1日(火)、15日(火)、22日(火)
- 【一般講習】(60分) 8日(火)、22日(火)
- 【違反講習】(120分) 1日(火)、15日(火)
- 【初回講習】(120分) 8日(火)
- ※高齢者(70歳以上)の方は、自動車学校で受講後に更新手続きを行います。更新時会場には、運転免許証と筆記用具を忘れずにお持ちください。

日暮らし

パーソントリップ調査

パーソントリップ調査とは、人がどこからどこへ、どういつ目的でどのような交通機関で移動したかを調べることで現在の交通実態を把握し、将来の交通計画に役立てるものです。車を運転したりバスや鉄道を利用する人の一日の動きを将来の交通計画に反映させるため、北海道が中心となり、北見網走都市圏(2市5町)を対象として調査を実施します。

毎日の生活にあつた利用しやすい交通計画をつくるため、皆様のご協力をお願いします。

- **調査期間** 10月～11月
- **対象** 対象となる方には、ハガキでお知らせします。
- **調査方法** 調査員が訪問し調査票を配布・回収します。
- **問合せ** 北見網走都市圏パーソントリップ調査実施本部 ☎ 0120・918・063 または総務課企画グループ (内線213)

10月21日から行政相談週間

行政サービスに関する苦情や手続きに関する問い合わせなどの相談を受け解決のための助言をおこなっています。

今回の調査は、東日本大震災による転居の実態も把握することとしています。調査結果は今後の住宅・防災等の研究に利用されますのでご協力願います。

- **調査員** 「調査員証」と「立入検査証」を携帯しています。
- **問合せ** 総務課企画グループ (内線205) 支 地域振興課 (内線414)

ヒグマに注意

今年は何年よりも熊の出没件数が多く、キノコ採りなどで山に入る場合は熊と遭遇しないよう次のことに注意しましょう。

- **熊出没情報の確認**
 - **鈴やラジオ**で音を出しながら行動
 - **薄暗いとき**には野山に入らない
 - **フンや足跡**を見つけた場合は、引き返す
 - **食べ物やゴミ**は必ず持ち帰る
- なるべく単独行動は避け、熊の痕跡を見つけた場合は連絡してください。熊の出没情報を配信しています。

す。総務大臣から委嘱を受けた行政相談員が相談を受けますのでプライバシーは守られます。1日行政相談特設会場も設けますのでご利用ください。

- **日時** 10月22日(火) 午後2時～4時
- **場所** 役場1階1号会議室 相談員 笹 融心

- **問合せ** 総務課企画グループ (内線205) 支 地域振興課 (内線414)



住宅・土地統計調査の実施

多様化している居住状況や住宅性能を明らかにするための統計調査を行っています。この調査は居住環境や省エネルギー性能住宅、土地の利用状況を明らかにするもので、全国で350万世帯を抽出し5年に一度行われるもの

山に入る前に確認しましょう。
※熊出没情報配信の詳細は「まちのおしらせ8月号」をご覧ください。
登録方法
・ 次のメールアドレス宛に、空メールを送信してください。
kumatawni_ozora_hokkaido.jp
※迷惑メールの設定をしている場合は届かない場合があります。
(ドメイン登録をしてください。)
・ QRコードからもアクセスできます。



- **問合せ** 産業課商工グループ (内線314) 支 産業建設課産業グループ (内線441)



東藻琴高校 いざ!全国大会へ

みなさんは農業鑑定競技のことをご存知でしょうか? 農業鑑定競技とは、日々の農業学習の中で得た知識を競い合うもので、全国で予選が行われる農業高校の甲子園です。東北海道大会で2位になった田村愛花さん(3年)と7位入賞の辻村飛鳥君(2年)が全国大会へ出場することになりました。全国の舞台で特訓の成果をいかに発揮してください。また管内定時制生徒生活体験発表会では高橋莉沙さん(2年)が準優勝しました。



辻村君 田村さん 高橋さん

QUESTION

こんなに難しい
農業鑑定競技の問題です。
みなさん解りますか?

- Q1 このうち塊茎はどれですか?
①サツマイモ ②ジャガイモ ③ネギ
- Q2 このうち最もさし木に適している土はどれですか?
①パーライト ②鹿沼土 ③腐葉土
- Q3 畑1.5haに10aあたり窒素成分量11.5kgを施用する場合、何kgの尿素肥料(窒素成分46%とする)が必要か求めなさい。
答え kg

正解 Q1 ① Q2 ② Q3 375kg

町民文化祭作品・出演者募集!!

ぜひこの機会に作品や
芸能を披露してください。

町民文化展

- 【女満別地区】
 - **会場** ゲートボールセンター・女満別研修会館
 - **日時** 11月2日(土)～11月3日(日)
＜作品搬入＞11月1日(金) 午後1時～
＜作品撤去＞11月3日(日) 午後5時～
- 【東藻琴地区】
 - **会場** 東藻琴農村環境改善センター
 - **日時** 11月3日(日)～11月4日(月)
＜作品搬入＞11月1日(金) 午前9時～
＜作品撤去＞11月4日(月) 午後5時～
 - **募集内容** 生花・書道・絵画・木工・盆栽・手芸・織物・標本などパネルや机に展示できる作品。
 - **申込期限** 両地区文化展とも10月11日(金)まで

申込方法

教育委員会生涯学習課に備え付けている申込書に必要な事項を記入のうえ、提出してください。なお、不明な場合はお気軽にお問い合わせください。

- **申込み・問合せ** <女満別地区>生涯学習課社会教育グループ(内線505)
<東藻琴地区>生涯学習課社会教育グループ(内線456)

町民芸能祭

- 【女満別地区】
 - **会場** 教育文化会館
 - **日時** 11月17日(日)
午前12時30分(開場:正午)予定
- 【東藻琴地区】
 - **会場** 東藻琴農村環境改善センター
 - **日時** 11月24日(日)
午後1時(開場:午前12時30分)予定
 - **募集内容** ピアノ・エレクトーン・お琴・楽器演奏・舞踊・民謡・詩吟・歌謡・ダンス等、ステージで発表できる舞台芸能。
 - **申込期限** <女満別地区>10月18日(金)まで
<東藻琴地区>10月24日(木)まで

「千島桜」を用いた啓発

北方領土交渉の再スタートを機に、みなさんに北方領土に対する理解と関心を深めていただくために、千島桜をシンボルの花とした啓発を行っています。北海道が中心となり国民の方々に広く北方領土に対する理解と関心を深めていただくものです。

北方領土に自生する千島桜は、「元居住者のみなさんが「ふるさとの花」として親しんでいるもので北国の短い春を飾る淡紅色の美しい桜です。日本一遅く咲く桜として有名で根室市では桜開花の標準木になっています。

「千島桜」のシンボルマークは、公益社団法人北方領土復帰期成同盟が平成15年度に広く道民からの公募により選定したものです。

デザインデータは、北海道のホームページからダウンロードできます。
<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/hrt/cherry.htm>



東藻琴診療所診療時間の変更

毎週火曜日と木曜日の午後5時から午後7時まで時間外救急対応を行っていましたが、都合により10月1日から当分の間、お休みします。

町民の皆様にご迷惑をおかけして大変申し訳ありませんが、よろしくお願いたします。

《10月以降の診療時間》

- 月～金曜日
午前9時～午後12時30分
午後2時～5時
- 土曜日
午前9時～午後12時
- 問合せ 東藻琴診療所 ☎66・2611

お詫び

「まちのおしらせ」9月号に誤りがありました。訂正してお詫びします。

4頁

お知らせ広場4頁の狂犬病予防注射の記事が誤っていました。

【誤】 網狂犬病予防注射

【正】 狂犬病予防注射

【誤】 午後9時～11時

【正】 午前9時～11時

氷川町交流

8月24日～27日 熊本県氷川町との友好町交流事業が行われました。

昨年度は友好町提携10周年を記念して、商工業者を中心に交流事業を実施しましたが、今年度は「農業者の育成と交流」をテーマに氷川町より5名の農業青年と担当職員の方が来町しました。

8月25日に行われた「ふるさとまつり」では「ロール転がしどってん酷大会」に出場しました。青年達は想像以上のロールの重たさにゴールした途端に倒れこんでいましたが、第27回大会を記念して27位のチームに贈られる特別賞を受賞しました。



8月26日にはJAオホーツクあばしりの農業施設や町内の農家視察などを行いました。農業施設では大根の選別作業や麦乾施設などの見学を行い、農家見学では、玉ねぎの選別作業や肉牛の牛舎見学、農業経営状況の説明などを受けました。参加者は作付規模やトラクターの大きさの違いに驚いた様子でした。大空町と氷川町では栽培作物や作付面積など大きな違いがありますが、異なった地域での体験や交流を通して自分の農業や自分の町を見つめ直すきっかけになったことと思います。

大空町の農業青年との交流会も行われ、来年の3月には大空町の農業青年が氷川町を訪問する予定です。

来年度以降もこの交流事業は継続的に実施していきますので様々な分野の団体等の方々が交流を行い、友好町としての絆を深めていただけたらと考えています。

日頃から感じていることはありませんか？

皆さんからいただいたふれあい意見箱や町長へのメールの一部をご紹介します。

運動公園の遊具について

楽しい公園をつくってほしいと思います。運動公園の遊具も充実させてほしいです。

回答

女満別運動公園の遊具は昭和55年に設置し、設置後30年以上経過しているため、老朽化が進んでいます。平成24年度に都市公園(女満別運動公園、女満別ふれあい公園、女満別いこの広場、女満別トマップ川公園)を対象に、公園施設を全て調査、点検し、公園施設の長寿命化を図ることを目的とする大空町都市公園長寿命化計画を策定しました。調査、点検の結果では、女満別運動公園の遊具は更新の必要がある判定結果となっています。公園利用者に安全で安心してご利用いただくため、平成26年度に女満別運動公園の遊具を見直しする予定です。今年度中に女満別運動公園内にどのような遊具を設置するか等についての意見をいただく機会を設け、公園の整備を検討します。

■問合せ 建設課 管理グループ(内線328)

大空町の季節の野菜を使った
簡単レシピ第18弾

材料(4人分)

- 白菜……………400g
- ボンレスハム……………2枚
- 油……………大さじ1
- 牛乳……………1カップ
- 塩……………小さじ1/2
- 砂糖……………小さじ2
- 酒……………小さじ2
- 片栗粉……………小さじ2

【1人分の栄養】

- エネルギー……………100kcal
- たんぱく質……………3.9g
- 脂質……………5.6g
- カリウム……………332mg
- 食物繊維……………1.3g
- 塩分……………0.9g



白菜のミルク煮

【つくり方】

- 白菜は大きめのそぎ切りにする。
- ハムは一口大に切る。
- なべに油を熱し、白菜を軸のほうから順に入れて炒める。
- 白菜がしんなりしてきたら②のハムを加えて炒め合わせる。
- 牛乳、塩、砂糖、酒を加えて、煮立ったら火をやや弱めて白菜がやわらかくなるまで煮る。
- 片栗粉を倍の容量の水でといて⑤にまわし入れ、大きく混ぜてとろみがついたら火からおろす。

白菜の代わりに、ブロッコリー・じゃが芋・かぼちゃでも

町内各所ではレシピとともにミニ情報を掲載したプリントを配置しています。ご活用ください。

- 配置先 スーパーばんば、笠井商店、両地区Aコープ、図書館、めちやいるど館、フロックス、メルヘンカルチャーセンター、役場、総合支所
- 問合せ 役 福祉課保健介護グループ (内線113)

町内在住で顔を合わす機会が多い方もいます。時折会う人もいます。卒業後一度も会っていない方もいます。案内の文面には、互いの変わり果てた姿を嘆き酒を酌み交わしましょうとありました。いったい誰とクラスメートだったのか不安になり、卒業アルバムを探し、想い出に耽りながら「出席」

町長手記

同窓会



Eiji Yamashita

昭和35年生まれの私は53年に高校を卒業しました。35年を経て53歳となりました。高校の同窓会の案内がありました。卒業後初めてのことでした。

幹事には、地元網走に居住している方や札幌在住の人の名前が連ねてありました。懐かしく思うと同時に、住所を調べ、案内を発送し、会場を手配するなど、ご苦労なことがたと感謝の気持ちで湧いてきました。個人情報取り扱いが厳格化を求められる昨今、大変な作業だったと思います。

8月、会場となった網走のホテルには、90人を超すおじさん、おばさんが集まりました。卒業生が2百50名ですから、まずまずの出席率です。受付では懐かしさで談笑するグループ、誰だっけと指差し確認する人、さまざまです。網走市内、近郊に住む人、札幌はもちろん遠く道外から参加された方も多くいました。会は1次会から、ほとんどの人が参加した2次会、クラス毎の3次会となりました。学生時代の想い出話を花を咲かせたり、子どもや孫、高齢となった両親の話など、時には愚痴も飛び出します。社長や会社の役員もいれば、技術者もいます。農業者や歯科医師、主婦専業を自負する人もいます。立場や職種は様々ですが、話せば35年前の高校生です。同じ学び舎で過ごし、想い出を共有する者として同じ立場です。

私自身の人間形成にも大きな影響を与えてくれた高校生活。このたびの同窓会は、町村職員としての道を歩んだ、その原点を思い出させてくれる良い機会となりました。

10月の山下町長の総合支所勤務日は**8日(火)・16日(水)・25日(金)**です。

生涯学習情報

はばたき habatakai

10月 渡邊教育長の
女満別研修会館勤務日
1日(火)・8日(火)・15日(火)
・22日(火)・29日(火)です。

名木・古木を探しています!

現在町内に12本の樹木を名木・古木として指定しています。新たに名木・古木として指定する樹木を探しています。町民皆様からのたくさんの情報をお待ちしています。

【対象としている名木・古木】

- 「町内では唯一または珍しい樹木」
- 「樹齢が100年以上のもの」
- 「自然的価値及び歴史的、記念的な意味のある樹木」
- 「樹木として保存価値のあるもの」

■問合せ 教育委員会生涯学習課社会教育グループ(内線504)

活動掲示板



女満別女声合唱団

女満別女声合唱団が創立45周年を迎え、記念コンサートを開催いたします。

- 日時 10月19日(土)
開演 18:30(開場 18:00)
- 場所 教育文化会館
- 入場料 500円

主催/女満別女声合唱団
後援/大空町文化団体協議会

■チケット購入 ☎74-2265(事務局:河崎)

おおぞら 図書だより

File 30



第7回大空町児童生徒文学作品コンクール 第2回大空町図書館マナーポスターコンクール 各賞決定!!

今年もたくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

入賞作品は10月1日(火)より各図書館において展示中です。力作をぜひご覧ください。また、町民文化展にも出展の予定です。

【10月の休館日】

- 東藻琴図書館 ▶ 毎週日曜日
- 女満別図書館 ▶ 毎週月曜日、15日(火) 振替休館
- 両館共通 ▶ 14日(月) 体育の日
25日(金) 図書整理日(毎月第4金曜日)

■東藻琴図書館 ☎66-2010 FAX 66-2333 ■女満別図書館 ☎74-4650 FAX 74-4820
http://www.library.town.ozora.hokkaido.jp/library/opac 発行 一般財団法人大空町青少年育成協会(指定管理者)

新着図書のご案内



★大豆粉でつくる、糖質オフでもこんなに美味しいパンとお菓子
森田 康行/著



★札幌本
柘出版社/出版



◆体型を選ばない ゆったり着こなす 大人のニット
米村 望/編



◆山の病気とケガ
野口 いずみ/著

★…両館 ◆…女満別図書館のみ ♣…東藻琴図書館のみ



女詣別



東葉琴







おおぞら

10

2013 OCTOBER No.91

■表紙写真 世界陸上ファイナリスト

世界陸上400m H 決勝で夢の表彰台の一角を掴んだ為末 大さんの走りです。運動公園で行われた父子チャレンジアカデミーに参加した親子も為末かけこワールドに大満足の1日でした。



広報おおぞらは、見やすさや読みやすさを配慮したユニバーサルデザインフォントを採用しています。また環境にやさしい植物油インキを使用しています。



大空町の人口と世帯

平成25年8月末現在(前月比)

7,887人(-2)

●男 3,831人(-4)

●女 4,056人(+2)

3,112世帯(-1)

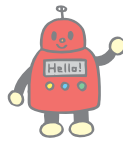


こんにちは赤ちゃん ※保=保護者

- 錦町 1/古澤 佑都くん(保:義博さん)
- 東陽/富田 花楠ちゃん(保:博太さん)
- 山園/佐久間 大斗くん(保:智さん)
- 西区/早川 結菜ちゃん(保:真紀さん)

ご結婚おめでとうございます

- ♥ 栄町 2/北山 賀一さん
網走市/尾岸 史織さん
- ♥ 錦町 2/林 一斗さん
錦町 3/正岡 未咲さん



おくやみ申し上げます

- 豊里/山内 千代吉さん(92歳)
- 中 央/小田島 正雄さん(93歳)
- 湖 南/石田 キミ子さん(90歳)
- 栄町 5/大風 庄藏さん(83歳)
- 福 富/東海林 清子さん(70歳)
- 福 富/岡本 ハツノさん(88歳)
- 北一 区/相馬 将男さん(80歳)

ご寄附ありがとうございます

- 社会福祉協議会
 - 錦町 2/元氏 充さん
母の死亡、香典返しを廃して
 - 中 央/中村 キヨ子さん
夫の死亡、香典返しを廃して
 - 豊 里/山内 信一さん
父の死亡、香典返しを廃して
 - 湖 南/岡内 日出雄さん
義母の死亡、香典返しを廃して
 - 中 央/小田島 ソトエさん
夫の死亡、香典返しを廃して
 - 福 富/東海林 繁さん
妻の死亡、香典返しを廃して
 - 福 富/岡本 富美雄さん
母の死亡、香典返しを廃して
 - 北一 区/熊谷 俊範さん
義父の死亡、香典返しを廃して
- 大空町商工会青年部
福祉推進のため

※承諾を得た方のみ氏名の掲載をしています。



まちのおもしろ話題大募集!!

町では、みなさまからのさまざまなおもしろ話題を写真付きで紹介します。

■問合せ 役 総務課企画グループ(内線212)

※掲載は選考させていただきます。

皆さんの投稿をお待ちしています。

ちょっと カメラマン 森下さんの **ひとこと** Vol.06

広報おおぞらの写真撮影を担当しているカメラマン森下暢亮さんから見た今月の大空町

道端のススキを見かけると、どこことなく寂しく感じますが、ススキに風情を感じるのは日本人ならではの感性ですね。

今月の一枚

夕暮れの帰り道、ススキを見つけました。

https://www.facebook.com/nobuaki.morishita