

新しい明日へ

＼ スマホデビュー応援！ / QRコードの読み取り方

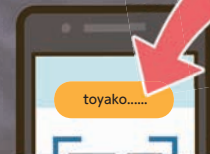
広報とやこでは、町HPや公式LINEなどへアクセスできるQRコードを掲載しています。

右の読み取り手順を参考に
読み取ってみましょう！



読み取り手順 ※機種によって操作方法が異なります

- 1 カメラアプリやQRコード読み取りアプリを起動する
- 2 カメラをQRコードに向ける
- 3 表示されたアドレスを押す



(QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です)

100歳 おめでとう



神ミツ子さん

神ミツ子さん(清水)が1月4日に100歳の誕生日を迎えたことを記念し、下道町長が1月24日に特別養護老人ホーム幸楽園を訪問してお祝い金と花束を贈呈、長寿を祝福しました。

町の古い資料を探しています！

洞爺湖町では、令和8年3月に迎える合併20周年記念事業の一環として「洞爺湖町史」を編さんしています。

町民共有の財産として後世に伝えていくことができるような町史を編さんしたいと考えていますので、ご自宅などで保管している資料などがあれば提供していただませんか？

集めたい資料

◎昭和50年代以降のさまざまな資料

- ・当時の町の様子が見える市街図（明治以降）
- ・旧虻田町、旧洞爺村の風景・生活・行事が記録された写真や映像
- ・古い文書やノート、日記
- ・自治会の記念誌や各種団体、地域でのグループ活動などの記録や資料

※個人情報に関わる物は除きます

資料提供の受付先

- 〒049-5692 虻田郡洞爺湖町栄町58番地
- 洞爺湖町役場企画財政課洞爺湖町史編さん室まで
- 電話 0142-74-3004
- メール kohotokei@town.toyako.hokkaido.jp
- ※洞爺湖町史編さん事業については、町のホームページで進捗状況を随時公開しております



人口と世帯の動き

	(先月比)
男	3,650人 (－13)
女	4,255人 (－2)
計	7,905人 (－15)
世帯	4,741世帯 (－13)
<12月31日現在>	

目次

- pickup news
踏み出す 新たな一歩
ワンポイント手話
- 国勢調査員募集のお知らせ
- 有珠山防災訓練～2000年噴火からの学び～
ANA 洞爺湖マラソンボランティア募集
- 令和6年度多面的機能支払交付金事業の活動事例紹介
- まちのわだい
- お知らせ
気象台日より
防災とやこ
心からおくやみ申し上げます
わたしのうた
- さわやかだより
脂質異常症を予防しよう
- 読書の家から
地域おこし協力隊通信 vol.81
- 消防だより
- あぶた福祉会
- 世界へ発信！2つのユネスコ遺産
- イベントカレンダー
- spotlight
日本習字とや教室 阿部あつ子さん
東奔西走／町公式LINEを友だち追加！



今月の表紙

二十歳のつどいが行われました。出席した47人が大勢の祝福を受けて新たに社会へと羽ばたいていきました。

－関連記事p3－



踏み出す 新たな一步

令和6年度 洞爺湖町二十歳のつどい



1. 久々の再会で記念撮影
2. 抽選会で運試し
3. 虻田地区の新成人
4. 洞爺地区の新成人
5. 拍手を受けながら入場
6. 二十歳の誓いを披露する伊藤拓海さん



令和6年度洞爺湖町二十歳のつどいが1月12日、役場防災研修ホールで行われ、二十歳の門出を迎えた73人のうち47人が出席し、新たな一步を踏み出しました。

開会の午後2時半前には多くの出席者が集まり、再会を祝いながら記念撮影などを楽しみました。

式では、来賓などから「変化の激しい時代に求められるのはお互いを支え合う社会です。希望に満ちた社会の実現に共に取り組みましょう」とお祝いの言葉が送られました。

二十歳の誓いでは、代表の伊藤拓海さんが「故郷・洞爺湖町に思いをはせながら地域の発展に貢献したいです」と決意を述べました。

式典終了後は、虻田中学校と洞爺中学校の恩師による祝いの言葉や、アトラクションも行われ、大勢の笑顔と祝福の中から社会へと羽ばたいていきました。

ワンポイント 手話

毎月、職員が今月の手話を紹介します。
第68回目は健康福祉課の大家鉄生です。

■問合せ 健康福祉課福祉支援係
(☎ 76-4006)



「明日」



人差し指を顔を脇のあたりで立てて、前に出しながら倒します

人から知る このマチのこと

今年は5年に1度、全国で行われる国勢調査の実施年です。国勢調査は、日本に住んでいる全ての人を対象となり、国の様々な政策立案などに活用するためのデータを集める大切な統計調査。正確に進めるにはその土地に明るい住民の協力が欠かせません。

洞爺湖町でも国勢調査を行うにあたり、調査員を広く募集しています。長年住むことで得られた土地勘や知識を生かして調査員の仕事をやってみませんか？

調査員の主な仕事



①担当地域の確認



②調査区内の世帯に調査書類を配布



③調査票の回収・整理・提出

スキマ時間を 有効活用！

▶ 調査票の配布

調査員の主な仕事です。担当する調査区内の世帯を回り、回答を依頼します（面会が難しい世帯には投函）。いつ配布するかは調査員が自由に決められます。回答後の調査票は、各世帯が基本的に郵送かインターネットで提出します。

1. 調査区

町内全域を約100の調査区に分割し、調査員1人につき1～2区を担当してもらいます。

2. 活動期間

8～10月ごろ（実際に調査に必要な期間は1～2週間程度です）

3. 調査員報酬

1調査区あたり4～5万円（担当する調査区数などによって異なります）

4. 応募条件

①満20歳以上②警察、税務、選挙に直接関係がない人③暴力団およびその関係者ではない人

5. 問合せ・申込先

企画財政課広報統計係

☎ 74 - 3004 ファックス 74 - 2121

メール kohotokei@town.toyako.lg.jp

タイムスケジュール (予定)

13:10 避難指示発令

避難行動の確認を個人で行っていただきます（ハザードマップの確認、一時集合場所の確認など）

14:00～15:30 有珠山パネルディスカッション

パネリストには、有珠山の学識経験者や洞爺湖有珠火山マイスターなどを予定しています（洞爺湖文化センター）



2000年の有珠山噴火から今年で25年となります。
次の噴火に備えるため、いざというときの行動を再確認するとともに、これまでの噴火災害の対応と教訓を振り返りながら、噴火を経験した方々をはじめ、噴火を知らない世代や新たに移住した方々の噴火災害の理解を深め、災害に強い地域を作りましょう。
※2000年の有珠山噴火は、3月31日午後1時10分ごろに西山山麓から噴火が始まりました
■問合せ 総務課自治防災室（☎74-3000）

【開催日】

令和7年

3月31日(月)

※詳細は広報3月号でお知らせします

有珠山防災訓練

2000年噴火からの学び

ANA洞爺湖マラソン ボランティア募集

2025

■活動日時 2025年5月18日

(日) おおむね8時～15時

■募集形態 個人、グループ（2～9名）または団体（10名以上）

■募集期間 2025年3月10日

(金) まで

■募集定員 約50名※変更になる場合があります

■申込区分

▽個人 1名

▽グループ 2～9名で構成し、リーダー1名を選出

▽団体 10名以上で構成し、15名程度で1名のリーダーを選出

※活動することが決定した際は、4月下旬までに個人またはリーダーへ実行委員会事務局よりご連絡します

■申込条件

▽活動日現在、高校生以上で長時間にわたって立ったまま行う活動について、健康上の支障がない人

※高校生のグループまたは団体の場合、リーダーは成人であること

▽活動日に指定する場所に集合し、指定する場所・時間で活動ができること

▽実行委員会が求める期間に、リーダーとの打ち合わせが可能であること

▽その他、実行委員会が定めるボランティア参加の注意事項を遵守し、活動ができること

■活動内容 給水所、スタート・フィニッシュ会場などでのランナーサービスおよび競技補助

■支給物品

▽スタッフジャンパー・キャップ

※前大会ですでに支給されている場合は対象外

▽大会オリジナルTシャツ・トートバッグ

▽昼食代1人800円

▽とうやコイン100コイン付与

■申込み・問合せ

洞爺湖マラソン実行委員会事務局

(☎75-4400※9時～17時/平日のみ) ※詳細はホームページをご確認ください



令和6年度 多面的機能

支払交付金事業の活動事例紹介



①5活動組織共通
②活動組織共同研修



①香川地区資源保全組合
②植栽による景観形成活動



①財田・川東地域資源保全組合
②用水路の保全活動



①大原地区環境保全会
②植栽による景観形成活動



①成香地域資源保全組合
②有害鳥獣被害防止対策活動



①花和地区環境保全会
②農用地隣接地の雑木伐採

私たちは、

農地・農道等の地域

資源の保全活動や機能

向上のための共同活動

に取り組んでいます

農地や農業用水などは、安全で安心な食料生産を支える生産基盤としての役割はもちろ

ろん、国土・環境・生態系の保全など多面的な役割を担っている地域の大切な資源です

が、多くの集落で過疎化や高齢化が進行し、資源を守る地域のまとまりが弱まっています。

この事業は、農業者だけでなく地域住民、自治会、関係団体などが幅広く参加する活動組織を立ち上げ、これまでの保全活動に加えて、施設を長持ちさせるようなきめ細やかな手入れや、農村の自然や景観などを守る地域共同活動の促進を目的に行っているものです。

事業開始から今年度で10年目を迎え、総勢100名を超える構成員で活動しております。

各活動組織は自らが策定した活動計画に基づき、農村環境を保全するため農用地周辺の草刈りや農道整備、景観形成などの保全活動のほか、活動組織共同研修などの取り組みを実施しました。

■多面的機能支払交付金事業に関する問合せ
経済部農業振興課
(☎82-5111)

写真の見方

①活動組織名
②活動事例

12/10 観光の玄関口を飾る 駅イルミネーション点灯式

J R洞爺駅のイルミネーション点灯式が行われました。洞爺湖町商工会（鈴木雅善会長）が毎年行っているもので、約1万5千個のLEDで飾られています。

点灯式には商工会の鈴木会長、下道町長、町内の小学生などが参加し、一斉にスイッチを押してライトアップしました。

また、点灯前にはueruによるクリスマスソングなどの演奏もあり、会場を盛り上げました。点灯は2月28日までです。



ライトアップしたイルミネーション

12/9 バドミントンで全国に挑戦！ 虻小・柴口さんが全国出場

虻田小学校4年の柴口涼香さんが、所属する伊達市バドミントンスポーツ少年団で第43回北海道小学生大会の小学5年以下女子ダブルスに出場し、3位に入賞しました。

この成果により、第33回全国小学生選手権の出場権を獲得。チームとしては2018年以來の全国切符を得たこととなり、下道町長に出場報告した柴口さんは「一つでも多く勝ち上がりたいです」と意気込みを語っていました。



全国大会出場を報告した柴口さん（左から2人目）

12/16 あやしい詐欺には気をつけて！ 歳末地域安全運動

洞爺湖町防犯協会（水戸光彦会長）の歳末地域安全運動が行われ、地域住民に犯罪への注意を呼びかけました。

この日は、虻田支部がAマートとうや湖店、ウロコ虻田店で防犯グッズなどを配りながら、SNSを利用した特殊詐欺などに警戒するよう、啓発運動を行いました。

洞爺支部は、12月13日とうや水の駅、セイコーマート洞爺店と同様の活動を行い、地域の安全確保に尽力しました。



Aマートとうや湖店で行った啓発運動

12/12 社明運動作文コンテスト 伏見さん・橋本さん入賞

第74回社会を明るくする運動作文コンテストで、虻田小学校6年の伏見希乃華さんと、虻田中学校2年の橋本羽汰さんが優秀賞に選ばれました。

コンテストは、全国の小中学生に犯罪や非行のない社会について作文で発表してもらうもので、今回は30万点以上の応募がありました。

橋本さんと伏見さんはそれぞれの学校で表彰状を受け取り、結果を喜んでいました。



入賞した橋本さん（左）と伏見さん

お知らせ information

暮らし



国民年金から
国民年金保険料の納付
は口座振替がお得です

忙しくて金融機関の窓口やコンビニエンスストアで支払う時間がないという方は、便利な口座振替をご利用ください。

また、口座振替には、当月分を当月末に引き落とさせていただくことにより月々60円割引される早割り制度や、現金納付よりも割引額が多い6か月前納・1年前納・2年前納もあり大変お得です。

申込みの際は、年金事務所や各金融機関に備え付けの申出書に必要な事項を記入して、口座振替を希望される金融機関の窓口提出してください。すでに口座振替で前納されている人は、再度の申込みは必要ありません。

※1年前納から2年前納への変更など、振替方法を変更される場合は、再度申込みが必要ですよ

※6か月前納・1年前納・2年前納の申込締切日は毎年2月末となっていますので、早めの手続きをお願いします

■問合せ 室蘭年金事務所お客様相談室（☎0143-5011004）／住民税務課住民・戸籍年金係（☎7413002）

福祉灯油の申請
忘れていませんか？

老人世帯、重度心身障害者世帯、ひとり親世帯などの生活の安定と福祉の増進を図るために、一定の条件を満たす世帯に対し、生活の一助として冬期採暖に必要な福祉灯油

の購入助成を行います。

▼条件

①支給対象世帯

- ・令和6年11月1日現在、洞爺湖町に住所がある人
- ・満65歳以上の人がいる世帯
- ・1、2級の身体障害者手帳および精神障害者保健福祉手帳、Aランクの療育手帳の交付を受けている人がいる世帯
- ・ひとり親世帯で18歳未満の児童を扶養する世帯

※生活保護世帯、施設や病院に入所・入院している単身世帯、冬期間町外に滞在している世帯は、支給対象になりません

②収入（令和6年中の収入）

- ・1人世帯 月額10万円未満
- ・2人世帯 月額13万3千円未満
- ・3人世帯 月額16万6千円未満
- ・4人世帯 月額20万円未満
- ・5人世帯 月額23万3千円未満
- ・6人世帯 月額26万6千円未満

▼申請に必要なもの

・身体障害者手帳、療育手帳、

精神障害者保健福祉手帳

・令和6年中の収入状況が分かるもの（世帯全員分）

・事業所得がある人は令和5年分の確定申告書の写し

※代理申請の場合は委任状（窓口に用意）が必要

▼申請期限 2月28日（金）まで

■問合せ 介護高齢課介護保険係（☎74-3001）

洞爺いこいの家人館料・入浴券の料金改定

4月1日から、洞爺いこいの家人館料、入浴券の料金が一部改定することが決定しましたのでお知らせします。改定前に購入した入浴券（大人用）を4月1日以降に使用する場合、10円追加することにより使用できます。

▼改定前（大人用）

- ・入館料 490円
- ・入浴券 4900円（10回券1綴り）

▼改定後（大人用）

- ・入館料 500円
- ・入浴券 5000円（10回券1綴り）

TOYAKO
とやこに**広告**を掲載しませんか
広報

町では、地域経済の活性化を図るため、広報とやこに広告を掲載する民間の企業や自営業者を募集しています。

締切は発行月の前月5日までです。掲載料や手続きについてはお問い合わせください。

■問合せ 企画財政課広報統計係（☎74-3004）

あなたの悩みに
コタエを出します

面談
電話
相談予約
ダイヤル

完全無料
0143-47-8373
平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

ハロー弁護士相談 月~金曜日10:00~16:00(祝日・年末年始は除く)
☎011-281-8686 1回15分
相談無料

※掲載の時間や相談方法等は予告なく変更する場合がございます。

札幌弁護士会 むろらん法律相談センター

お知らせ

※入浴券は洞爺湖町に住所がある人以外は使用できません。町外に住んでいる人に譲渡しないでください

※入浴助成券を購入・使用する際は必ず「高齢者福祉証」を提示してください

※幼児（町民）は無料です。利用の際「無料利用証」の提示が必要です。必要な人は役場窓口で申請をしてください

献血にご協力ください

次の日程において、献血車が巡回します。病気やけがで輸血を必要としている人の尊い命を救うため、多くの方々のご協力をお願いします。

▼日時 3月7日（金）①10時～12時②13時30分～16時

▼場所 ①洞爺湖町役場②洞爺協会病院

※薬の服用やワクチンを接種されている方は、薬の種類などにより献血をご遠慮いただく場合があります

※献血のスマホアプリからご予約いただくと、事前問診回



「北海道水資源の保全に関する条例」に基づく事前届出について

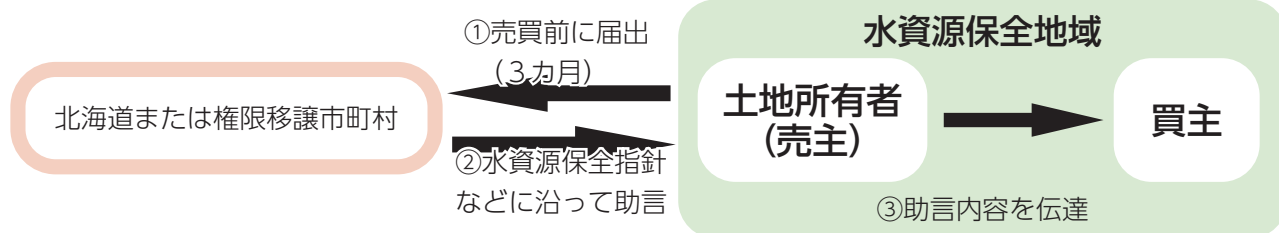
この条例は、水資源の保全に関する施策を総合的に推進し、本道の豊かな水資源がもたらす恩恵を現在と将来の世代が享受できるよう、道民の総意として制定したものであり、水資源保全地域に指定された区域内で土地取引行為を行う場合は、土地の権利者は、契約締結の3カ月前までに知事へ届出が必要です。

【届出先】

- ・各総合振興局、振興局地域創生部地域政策課
- ・権限移譲市町村（稚内市、北斗市、倶知安町、上富良野町、下川町、枝幸町、厚真町、むかわ町）

【問合せ先】

北海道総合政策部計画局土地水対策課水資源保全係
（☎ 011-204-5178）



※指定地域は、地域を管轄する道総合振興局・振興局、道のホームページで確認できます。ホームページは下記 URL、右記QRコードからご覧になれます。

< <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/stt/mizusigen/mizusigen.html> >



気象台からの お知らせ



なだれや融雪害に注意

春の訪れを感じる季節の防災事項として「なだれ」と「融雪害」について紹介します。

「なだれ」とは、斜面に積もった雪が重力の作用により下方に落ちる現象で、春先は特に「全層なだれ」が発生しやすくなります。「クラック」や「雪しわ」といった雪面に出来る前兆現象を発見した場合は、決して近付かずに斜面から離れることが重要です。

まだ積雪が残る中、気温が上昇すると、雪解けや降雨により発生する低い土地の浸水や河川の増水、土砂災害など「融雪害」のおそれが高まります。

2018年3月9日には、5月並みの暖気が流入して大雨となり、各地で道路の冠水、住家の床下浸水、河川の増水などの被害が発生しました。

気象台では、なだれや融雪による災害が予想される場合は、注意報のほか府県気象情報や「気象台からのコメント」で注意喚起を行います。お住まいの自治体からの情報と併せて防災行動にご活用ください。



「災害の発生が心配される場合に、確認しておきたい情報のリンク集」室蘭地方気象台 HP（気象庁ホーム>地域の情報>胆振・日高地方）より

■問合せ 室蘭地方気象台（☎ 0143-22-0109）



答までできます

アプリのダウンロードはこ
ちらから

AppStore



GooglePlay



■問合せ 健康福祉課 (☎76
14006)

募
集



2025年度労働基
準監督官募集

▼インターネット受付期間

2月20日(木)～3月24日(月)

※受信有効 https://www.jinji.go.jp/saiyo/siken/sennomonsyoku_daisotsu/rouki/rouki_daisotu.html

▼受験資格

・平成7年4月2日～平成16
年4月1日生まれの人

・平成16年4月2日以降生ま
れで①大学(短期大学を除く)
を卒業した人および令和8年
3月までに卒業する見込みの
ある人、②人事院が①と同等
の資格があると認めた人

▼試験日(第1次) 5月25日
(日)

(日)

■問合せ 北海道労働局総務
部総務課人事第一係 (☎01
1170912311)

海上保安庁職員募集



【海上保安学校学生採用試験
(特別)】

▼資格

・令和7年4月1日において
高等学校を卒業した日の翌日
から起算して13年を経過して
いない人

・令和7年9月までに高等学
校を卒業する見込みがある人

▼受付期間 2月20日(木)
～3月13日(木)

▼試験日程 5月11日(日)

▼試験科目 基礎能力試験
(多肢選択式)、作文試験

▼採用予定 令和7年10月

【海上保安官採用試験】

▼資格

・平成7年4月2日以降生ま
れで大学を卒業した人

・令和8年3月までに大学を
卒業する見込みがある人

▼受付期間 2月20日(木)

～3月24日(月)

▼試験日程 5月25日(日)

▼試験科目 基礎能力試験
(多肢選択式)、課題論文試験

▼採用予定 令和8年4月

■問合せ 室蘭海上保安部
管理課 (☎01431231
0118)

自衛官募集



▼募集科目 自衛官候補生

▼資格 18歳以上33歳未満

▼受付期間 2月13日(木)
～20日(木)

▼試験期日 3月2日(日)

※採用状況により、実施しな
い場合もあります

■問合せ 防衛省自衛隊札幌
地方協力本部室蘭地域事務所
(☎014314419533)

相
談



無料法律相談会開催

金銭、相続、夫婦間、交通
事故、消費者問題のトラブル

防災とうやこ

No.47 災害時のデマ情報に注意！

大きな災害では、インターネットや SNS などで様々
な情報が拡散されていますが、その中には誤った情
報やデマが含まれている可能性があります。

特に SNS の場合、誰もが簡単に情報発信ができ
るため、正しくない情報もたくさんあります。目にし

た情報をうのみにせず、正確性が判断できない場合
には安易に情報を投稿・拡散しないことが大切です。

誤った情報をもとに行動することは、混乱や危険を
招くおそれがありますので、下記の点に注意し、デマ
情報に惑わされないようにしましょう。

1. 信頼できる情報源の確認

災害時には、自治体、警察、消防、気象庁などの発表を最優先で確認
すること。SNS や個人の投稿は必ずしも正確でないため注意。

2. 情報の拡散は慎重に

不確実な情報は拡散しない。情報が拡散することにより、不必要な混乱
を引き起こす可能性あり。正確な情報のみ共有すること。

3. 他の情報と比べてみる

インターネット検索し、複数の情報を比べる。本や新聞など、インターネッ
ト以外で調べるのもおすすめ。

4. 冷静な行動を心がける

誤った判断が命に関わることもあるため、落ち着いて、信頼できる情報を
もとに冷静に行動すること。



心からおくやみ 申し上げます

故佐藤美鈴さん
■12月16日死去■71歳■遺族は知倫さん■虻8区

故塚田修子さん
■12月16日死去■89歳■遺族は竜美さん■入4区

故阿部洋子さん
■12月22日死去■86歳■遺族は和文さん■虻4区

故正源そ代さん
■12月25日死去■100歳■遺族は勉さん■入4区

故西村明さん
■12月28日死去■83歳■遺族はエイ子さん■入4区

故小林丞さん
■12月30日死去■90歳■遺族はフサエさん■虻8区

故駒井やす子さん
■1月1日死去■81歳■遺族は文夫さん■入1区

故福士ハルノさん
■1月1日死去■91歳■遺族は齊藤浩恵さん■入1区

故京谷能裕さん
■1月5日死去■78歳■遺族はたき子さん■美沢西

故野邊きいさん
■1月7日死去■77歳■遺族は哲明さん■入1区

故中野鞠枝さん
■1月9日死去■88歳■遺族は孝さん■虻3区

故亀谷香寿美さん
■1月11日死去■64歳■遺族は強さん■入1区

故大西節子さん
■1月13日死去■91歳■遺族は健一さん■美沢東

12月20日から1月19日届出分

広報紙への掲載は申請手続きが必要です。

などの相談に応じます。必ず
2日前の17時までに事前予約
してください。

定員（3人）になり次第、
締め切ります。

▼日時 ①2月20日（木）②
3月6日（木）13時30分～15時

▼場所 ①洞爺湖町役場②
観光情報センター

▼担当 ①葛生翔弁護士
（北海道みらい法律事務所）

②増川拓弁護士（北海道みら
い法律事務所）

■問合せ 住民税務課住民・
戸籍年金係（☎7413002）

「行政に関わるくらし
の無料相談会」開催

相続手続、契約手続、遺言
書や官公署に提出する書類の
作成などの相談に応じます。

▼日時 ①2月15日（土）
②3月15日（土）9時30分～
12時

▼場所 ウトゥラノ
■問合せ 北海道行政書士会
室蘭支部（☎8217023
担当：河合）／住民税務課
住民・戸籍年金係（☎741
3002）

▼日時 3月13日（木）13
時30分～15時30分

▼場所 ハローワーク伊達
▼対象 15歳から49歳の
人・家族

▼内容 就労相談・就労体

働きたい人のための
出張相談会

働きたい人を応援する無料
出張相談会を開催します。む
ろらん地域若者サポートス
テーションは、働きたい人の
就労自立支援施設です。その
他、就労相談も歓迎です。

▼日時 3月13日（木）13
時30分～15時30分

▼場所 ハローワーク伊達
▼対象 15歳から49歳の
人・家族

▼内容 就労相談・就労体

願ほか

■問合せ むろらん地域若者
サポートステーション（☎
014315016186）

寄付



善意のご寄付ありがとうございます。

●社会福祉協議会

△現金▽

▽匿名

△寄付物品▽

▽毛利タカ子さん（温8区）

▽山浦和好さん（泉区）

▽北野由美子さん（温2区）

▽洞爺湖温泉小学校

▽洞爺湖ビジターセンター・

火山科学館

▽桜ヶ丘保育所

わたしのうた

あふた俳句会 1月定例会

冬風や活気みなぎる朝の市
亀倉千鶴子

参拝の皆を見守る大冬木
川上智恵

冬の月星のささやき聴いてをる
長曾我部弓子

冬障子日毎に変はる木々の色
千葉征子

あやかしのやうな手招き冬木立
佐藤美風



脂質異常症を予防しよう



健康診断の血液検査などで、コレステロールや中性脂肪の数値が気になったことはありませんか？血液中のLDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪が多すぎる、またはHDL（善玉）コレステロールが少なすぎる状態を脂質異常症といいます。

コレステロールは脂質の一種で、体にとって必要で大事なものです。しかし、血液中の脂質のバランスが崩れた状態を放置しておくと、血管の壁にコレステロールがたまり狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの病気を引き起こす原因となります。

予防や改善のためには、食生活の見直しや適度な運動を心がけることなどが大切です。

<食事で気をつけたいポイント>

- ・適正なエネルギー量の食事をする
- ・脂肪の多い肉や乳製品、加工食品を控える
- ・魚を積極的にとる
- ・食物繊維の多い食品をとる
- ・減塩を心がける
- ・アルコールは適量に



お知らせ

“あなたの血管は大丈夫？”食事を見直そう 生活習慣病予防栄養講演会

- | | | | |
|------|--------------------|-----|----------------------------|
| ・日時 | 3月13日（木）13時30分～15時 | ・内容 | ①脂質異常症ってどんな病気？ |
| ・会場 | 洞爺湖町健康福祉センターさわやか | | ②脂質と上手につきあう食事 |
| ・定員 | 20人 | | ③「食べて学ぼう！」～おすすめ料理の試食があります～ |
| ・申込み | 3月5日（水）まで | | |
| ・参加費 | 無料 | | |
| ・講師 | 管理栄養士 尾崎 節子さん | | |

食事で健康に！ いきいき料理教室～とうや湖町食育の会主催～

- | | | | |
|------|------------------------------|-----|------|
| ・日時 | 3月18日（火）10時～13時 | ・内容 | 調理実習 |
| ・会場 | 洞爺湖町健康福祉センターさわやか | | |
| ・定員 | 20人 | | |
| ・申込み | 3月11日（火）まで | | |
| ・参加費 | 300円 | | |
| ・持ち物 | エプロン、髪をおおうもの（バンダナなど）、ふきん2～3枚 | | |

<実施予定メニュー>

- ・彩りちらし
- ・豚肉の野菜巻 リンゴソース
- ・くずし豆腐のかきたま汁



問合せ・申込み 健康福祉課（☎ 76-4006）

室蘭保健所から

脳卒中？顔・腕・言葉異常があれば、救急車

脳卒中は、西胆振地域の死亡原因の第3位、日本人の「介護が必要となった主な原因」では、認知症に次いで2位です。

早くに症状を発見して治療を受けることが、生命を救い、重い後遺症が残らないことにつながります。

簡単チェック！ ACT FAST（米国脳卒中協会推奨）

1つでもあったら
急いで行動

脳卒中初期症状をいち早く確認できる方法が「ACT FAST」です。直訳は「急いで 行動」ですが、FASTは、脳卒中を疑う際に行うチェックの頭文字を組み合わせています。

F ace（顔）

口を「イ〜ッ」としてもらい、片方しか動かなければ異常です



A rm（腕）

手のひらを上にして両手を水平に上げてキープしてもらい、片腕だけ下がってくるときは異常です



S peech（言葉）

話をしてもらい、言葉が出ない、ろれつが回らない、言葉が理解できないときは異常です



T ime（急いで）

脳梗塞の血の塊を溶かす治療（血栓溶解療法）は、発症から4.5時間がリミットです





お茶の工場に行こう

株式会社伊藤園

むかしから飲まれてきた日本のお茶は、どのようにつくられているのだろう？茶畑や工場の秘密をさぐろう！（あぶた読書の家所蔵）

読書の家から

あぶた読書の家 (☎ 76-2100)

【時間】 10時～16時30分 【休館日】 木曜日、祝日

みずうみ読書の家 (☎ 76-2100 (あぶた読書の家))

【時間】 9時～17時 【休館日】 木曜日、祝日

洞爺総合センター図書室 (☎ 82-5111)

【時間】 9時～16時30分 【休館日】 なし

新刊案内

■あぶた読書の家

△一般▽抹殺（柴田哲孝）▽さやかか寿司（森沢明夫）▽青姫（朝井まかて）▽

ロブスター（篠田節子）▽ツミデック（一穂ミチ）▽地雷

グリコ（青崎有吾）▽架空犯（東野圭吾）▽気の毒ばたら

ききたきた捕物帖（三）（宮部みゆき）▽さかさ星（貴志祐介）▽耳に棲むもの（小川

洋子）▽蘭医繚乱 洪庵と泰然（海堂尊）▽真珠王の娘（藤

本ひとみ）▽罪名、一万年愛す（吉田修一）

△児童書▽私立探偵家学園5チームは蒸気の中で（斉藤倫）▽星空としゃかんの青

い鳥（小手鞠るい）▽友だちは給食室のゆうれい（草野あ

きこ）▽ノラネコぐんだんピザをやく（工藤ノリコ）▽ね

ぞうプロレス 炎のおとまりバトル（ひらぎみつえ）▽れ

いぞうこのかみさま（うえだしげこ）▽たれてる（鈴木の

りたけ）▽まほうのばくばくべんとう（まいのおやつ）▽

△児童書▽ノラネコぐんだん

だんおりがみパンやさん（い

しばしなおこ）▽つめたい

こおりどんなかたち？（伊

地知英信）▽くろねこノロの

たび（平松謙三）▽もうじき

たべられるばく（はせがわゆ

うじ）▽妖怪温泉（広瀬克也）

△児童書▽ノラネコぐんだん

だんおりがみパンやさん（い

しばしなおこ）▽つめたい

こおりどんなかたち？（伊

地知英信）▽くろねこノロの

たび（平松謙三）▽もうじき

たべられるばく（はせがわゆ

うじ）▽妖怪温泉（広瀬克也）

●絵本の玉手箱 2月のおはなし会

■日時 ①2月17日(月)10時～11時30分②

2月21日(金)14時～15時30分

■場所 ①あぶた母と子の館②あぶた読書の家

キッズタイム

■日時 2月22日(土)10時～11時30分

■場所 あぶた母と子の館

■対象 乳幼児および保護者

■問合せ 佐藤 (☎ 76-2487)

ピノキオの会読み聞かせ

■日時 2月20日(木)14時15分～14時50分

■場所 虻田小学校図書室

■問合せ 松本 (☎ 76-2613)

■洞爺総合センター図書室

△一般▽人魚が逃げた

（青山美智子）▽宙わたる教

室（伊与原新）▽近くも遠く

もゆるり旅（益田ミリ）▽知

りたいこと凶鑑（みつけ）▽

ゆびさきに魔法（三浦しをん）

△児童書▽ノラネコぐんだん

だんおりがみパンやさん（い

しばしなおこ）▽つめたい

こおりどんなかたち？（伊

地知英信）▽くろねこノロの

たび（平松謙三）▽もうじき

たべられるばく（はせがわゆ

うじ）▽妖怪温泉（広瀬克也）

△児童書▽ノラネコぐんだん

だんおりがみパンやさん（い

地域おこし協力隊



通信

vol.81

今月の
リポーター
白澤祐子さん



皆様こんにちは。早いもので洞爺湖町に転居してきてから、もうすぐ1年が経とうとしております。充実した時間は早く感じると思いますが、私も毎日感動と発見の連続で、有意義な時間を過ごしております。前居住地と比べると雪が少なく暖かい日が多いので、冬の暮らしやすさも実感しているところで

に組み組んだこともありました。手話は日本語や英語と同じように言語のひとつです。日常的に触れていないと即座に出てこなくなるため、受講の機会をいただき、共に学ぶ仲間ができたことも嬉しく、毎回楽しいひと時を過ごしております。

そんな協力隊1年目の後半は、夏の行事やイベントがひと段落し、少しゆとりができましたので、秋から町主催の「手話奉仕員養成講座」に通っております。前居住地でも同講座を受講済みで、時々手話に触れる機会がありました。また前職である消防団活動においても、有志で「手話で防災」

耳が聞こえない方、聞こえにくい方のための暮らしや観光の場面でのお手伝いができることが目標です。また、次の有事に備え、災害発生時や避難所等での共助の一助となるよう自己研鑽を積んでいきたいと考えております。



消防だより 119

洞爺湖消防出初式

令和7年1月5日(日)
洞爺湖文化センターに

おいて洞爺湖消防出初式(西胆振行政事務組合洞爺湖消防団・洞爺湖支署主催)を開催しました。屋外にて観閲式を



あらためて防火を誓った観閲式

行った後、屋内式典では永年にわたって消防団活動に功績を重ねた団員に表彰状および感謝状が授与されました。

洞爺湖町民の皆様におかれましては、火気の使用には十分注意していただき、今年1年、安心・安全な洞爺湖町となるようご協力をお願いします。

令和7年洞爺湖消防出初式の被表彰者は次のとおりです。(敬称略)

■北海道知事表彰

永年勤労章

班長 青葉浩晴(第3分団)
団員 近藤一也(第3分団)

勤労章

分団長 三谷史憲(第2分団)

部長 剣持賀子(女性分団)
班長 武井亮人(第1分団)
班長 大和徹(第1分団)
団員 廣島光敏(第3分団)

10年勤続表彰

団員 浅利弘樹(第3分団)
団員 廣瀬聖吾(第1分団)
団員 佐藤悟(第3分団)

■北海道消防協会表彰

功績章

部長 稲實邦章(第3分団)

30年勤続章

班長 青葉浩晴(第3分団)
団員 近藤一也(第3分団)

20年勤続章

分団長 三谷史憲(第2分団)

部長 剣持賀子(女性分団)

班長 武井亮人(第1分団)

班長 大和徹(第1分団)

団員 菅原孝明(第1分団)

団員 村上友和(第3分団)

10年勤続章

団員 中野有(第1分団)

団員 佐藤悟(第3分団)

団員 星野和樹(第2分団)

■西胆振行政事務組合管理者表彰

30年勤続賞

班長 青葉浩晴(第3分団)

団員 近藤一也(第3分団)

20年勤続賞

分団長 三谷史憲(第2分団)

部長 剣持賀子(女性分団)

班長 武井亮人(第1分団)

班長 大和徹(第1分団)

団員 村上友和(第3分団)

■洞爺湖町長感謝状

20年勤続感謝状

分団長 三谷史憲(第2分団)

部長 剣持賀子(女性分団)

班長 武井亮人(第1分団)

班長 大和徹(第1分団)

団員 菅原孝明(第1分団)

団員 村上友和(第3分団)



洞爺湖消防出初式で行われた表彰式

災害情報メールの登録を

NTTの固定回線網がIP化へ移行したため、災害発生時にどこで災害が発生しているかを自動音声で案内するサービスの回線数(0142

123-7171)が減少してしまい、災害発生時に上記電話番号へ電話を掛けても繋がりにくい状況となること予想されます。

西胆振行政事務組合では火災や救助、自然災害等の情報(消防出動情報)を携帯電話、スマートフォン、パソコンのメール機能を活用して配信するサービスを行っていますので、こちらへの登録を推奨しております(事前登録が必要となります)。

詳しくは「西胆振行政事務組合消防本部ホームページ」(<http://nfd119.sakura.ne.jp/>、または二次元バーコード)をご覧ください。なお、災害発生中は119番や消防本部、各署所代表電話に問い合わせを行うことは控えるようお願いいたします。



統一標語

『守りたい
未来があるから
火の用心』

あぶた福祉会

第81回

笑顔のクリスマス会

清 水友愛の里で12月13日
にクリスマス会を行いました



利用者の笑顔があふれたクリスマス会

場作りを進めていきました。

開会式は毎年恒例の利用者による司会、上埜施設長のあいさつ、乾杯を済ませると、みなさんが楽しみにしていた食事の時間となりました。

食事はチャーハン、からあげ、フライドポテト、ローストビーフ、グラタン、エビチリ、ナポリタン、厚焼き玉子、ミネストローネなどクリスマスらしいメニューを提供しました。食事の終わりににはクリスマスケーキを提供し、ボリューム満点の料理が並び、とても好評で最後まで笑顔が絶えませんでした。

食事が一段落した後には、いよいよ余興の時間です。余興では、ハンドベルや巨大クリスマスツリー作りを行いました。ハンドベルは初めての試みで職員もドキドキして見えていましたが「ジングルベル」、「きよしこの夜」の2曲を演奏し、練習時間が少ない

中でも2曲ともうまく演奏できました。参加された利用者からは「緊張したけどうまくできた」や「来年もやりたい」などの声も聞かれ、職員もホッと一安心しました。

巨大クリスマスツリー作りは、各テーブルごとに飾り付けをした9つの絵を合わせるというものであり、最後に上埜施設長にクリスマスツリーの象徴でもある星を付けてもらい、とても華やかになりました。

楽しい時間はあっという間に終わり、閉会式です。最後は利用者代表のあいさつ、万歳三唱を行い、良い雰囲気でした。今年最後の行事を終えました。行事後には、利用者が一番楽しみにしているプレゼント配りを行い、サンタクロースとトナカイに扮した職員が男子棟、女子棟へと行き、一人

一人にプレゼントを渡ししました。利用者からは歓声が上がり「プレゼントちょうだい」、「はやくこっちきて」などの声も聞かれていました。欲しかったプレゼントをその場で開け、嬉しそうに職員に伝える様子には、いつ見ても良いものだなと感じました。

最後になりますが「クリスマス会」はみなさんが楽しみにしている行事で、友愛の里の中でも大きな行事の一つです。今後も、年齢や体調面に配慮した中で、みなさんが笑顔で楽しめるような行事を実施していきたいと思えます。

中央競馬馬主社会福祉財団ならびに函館馬主協会助成事業完了のお知らせ

このたび公益財団法人中央競馬馬主社会福祉財団から、令和6年度助成金の交付を受け、左記の事業を完了致しました。

ここに事業完了のご報告を申し上げますと共に、公益財団法人中央競馬馬主社会福祉財団並びに一般社団法人函館

馬主協会をはじめ、ご協力を賜りました関係者の皆様に謹んで感謝の意を表します。
(社会福祉法人あぶた福祉会 理事長 夏目與市)

事業名 椎茸栽培用ビニールハウス設置工事

事業内容 ビニールハウス(7.2m×15m)1棟

事業費総額 209万円

助成金額 131万円

施設名称 障害者支援施設清水友愛の里

施設所在地 洞爺湖町清水142番地の3

完了年月日 令和6年10月31日



新しく設置したビニールハウス



世界へ発信！



2つのユネスコ遺産

■問合せ 世界ジオパーク・縄文世界遺産推進室 (☎ 82-3663)

ジオパークおすすめ図書のご紹介

現在はインターネットが普及し、スマホやタブレットなどで新しい情報を手軽に得られるようになりました。一方で、デジタル化されていない（インターネット上で見られない）過去の出来事やその記録は、本という形で手にすることができます。

今回は、洞爺湖有珠山ジオパークに関係する図書のいくつかをご紹介します。ジオパーク推進協議会事務局がある、洞爺湖町「みずうみ読書の家」では貸出も行っていますので、ぜひご利用ください。

「麦畑山ヲ生ズ」

『昭和山生成 50 周年記念写真集 麦畑山ヲ生ズ』
1994 年 昭和山生成 50 周年記念事業実行委員会



1944～45年の火山活動で誕生した昭和山。その過程を記録した三松正夫氏のスケッチや豊富な写真、当時を知る人々の文章等を掲載しています。

有珠山と対峙した学者の半生

『有珠山 火の山とともに』
2008 年 岡田弘著 北海道新聞社



1977年、2000年の有珠山噴火と向き合った火山学者・岡田弘先生の著書。火山学者になるまでの道のり、有珠山噴火対応の現場で起きていたことを、詳細な記録をもとに振り返ります。

最新の研究から火山を学ぶ

『現場で熱を感じ探る 火山の仕組み』
2023 年 宇井忠英著 ベレ出版



日本、そして世界各地の火山の現場で調査を続けてきた宇井忠英先生の最新著書。火山噴火の現象ごとに、仕組みを解説しています。火山の基礎知識と全体像の両方が学べる本です。

子どもが見た噴火の現実

『石の雨が降った日 有珠山噴火と闘った子供の記録』
1979 年 虻田町教育研究会 北海道新聞社



1977年の有珠山噴火、翌年の泥流災害を経験した、小学生1年生から中学3年生までの95名の作文と、学校の先生による解説。子どもたちが見た、噴火の瞬間や家族の様子、避難先の生活がとてもしアリアルに書かれています。

イベントカレンダー

イベントカレンダーの見方 時 時間 所 場所 詳 詳細

2月14日(金)	保育所開放	
	時 10:00 ~ 11:30	
	所 洞爺保育所 (☎ 82-5559)	
15日(土)	「ひじり在宅クリニック」健康教室	
	時 11:15 ~	
	所 ひじり在宅クリニック (☎ 76-4838)	
16日(日)	行政に関わるくらしの無料相談会	詳 p 11
	とうよこケアネットワーク講演会	
	時 13:00 ~ 15:15	
18日(火)	所 洞爺湖万世閣3階原生林の間 (☎ 76-4006 <健康福祉課>)	
	脳トレサロン	
	時 10:00 ~ 11:30	
19日(水)	所 洞爺ふれ愛センター (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
	乳児健診	
	時 12:30 ~	
20日(木)	所 健康福祉センターさわやか (☎ 76-4006)	
	脳健康教室	
	時 9:45 ~ 15:00	
21日(金)	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
	無料法律相談会	詳 p 10
	洞爺地区健康相談	
22日(土)	時 9:30 ~ 11:30	
	所 洞爺総合支所 (☎ 82-5111)	
	保育所開放	
25日(火)	時 10:00 ~ 11:30	
	所 入江保育所 (☎ 76-4317)	
	冬の金比羅火口 スノーシュー散策	
27日(木)	詳 ピックアップイベント	
	親子ふれあい遊び	
	時 10:00 ~ 11:30	
28日(金)	所 健康福祉センター (☎ 76-2008 <子育て支援センター>)	
	脳健康教室	
	時 9:45 ~ 15:00	
3月4日(火)	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
	保育所開放	
	時 10:00 ~ 11:30	
6日(木)	所 本町保育所 (☎ 76-2673)	
	親子ふれあい遊び	
	時 10:00 ~ 11:30	
7日(金)	所 健康福祉センター (☎ 76-2008 <子育て支援センター>)	
	脳健康教室	
	時 9:45 ~ 15:00	
7日(金)	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
	幼児健診	
	時 12:30 ~	
7日(金)	所 健康福祉センターさわやか (☎ 76-4006)	
	無料法律相談会	詳 p 10
	保育所開放	
7日(金)	時 10:00 ~ 11:30	
	所 本町保育所 (☎ 76-2673)	
	献血	
7日(金)	所 虻田地区	詳 p 9

10日(月)	フッ素塗布	
	時 13:00 ~ 15:00	
	所 健康福祉センター (☎ 76-4006)	
11日(火)	コグニの集い	
	時 10:00 ~ 11:30	
	所 洞爺駅交流センター2階 (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
12日(水)	げんきクラブ	
	時 13:30 ~ 15:00	
	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
13日(木)	脳健康教室	
	時 9:45 ~ 15:00	
	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
14日(金)	げんきクラブ	
	時 13:30 ~ 15:00	
	所 洞爺ふれ愛センター (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
15日(土)	保育所開放	
	時 10:00 ~ 11:30	
	所 本町保育所 (☎ 76-2673)	
18日(火)	「ひじり在宅クリニック」健康教室	
	時 11:15 ~	
	所 ひじり在宅クリニック (☎ 76-4838)	
21日(金)	行政に関わるくらしの無料相談会	詳 p 11
	脳トレサロン	
	時 10:00 ~ 11:30	
27日(木)	所 洞爺ふれ愛センター (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	
	洞爺地区健康相談	
	時 9:30 ~ 11:30	
27日(木)	所 洞爺総合支所 (☎ 82-5111)	
	脳健康教室	
	時 9:45 ~ 15:00	
27日(木)	所 ウトゥラノ (☎ 76-4363 <社会福祉協議会>)	

>> ピックアップイベント

冬の金比羅火口 スノーシュー散策

冬季は歩くことのできない金比羅火口災害遺構散策路をスノーシューで散策します。夏季とは違った雪景色の金比羅火口、さまざまな生き物の足跡などを見ることができます。

- 日 時 2月22日(土) 9時30分~12時予定
- 場 所 洞爺湖ビジターセンター集合・解散
- 対 象 小学校高学年以上
- 定 員 10名(申込み順)
- 参加料 300円
- 持ち物 防寒着(手袋や帽子)、スノーブーツ、飲み物、おやつなど

※道具レンタル(スノーシュー、ストック)はありますが数に限りがありますので、お持ちの方はご持参ください
※スノーブーツはスノーボード用ブーツでも可能です
■申込期限 2月21日(金)17時まで
■申込み・問合せ 洞爺湖ビジターセンター・火山科学館 (☎75-2555 担当:久保田)



生徒と共に目指す

正しく美しい字

profile

旧虻田町出身。入江4区
在住。趣味は生け花、読書。

「楽しみながら書くことの輪が広がってくれば」と話す阿部さん。美しい字、正しい字の表現を目指して、生徒と共に筆を取りながらその可能性を引き出しています。

東奔西走

一十歳のつどいの写真を撮りながら、思い出したのは自分分が参加した成人式。久々に会った友人たちのおかげで一日中笑っていた気がします。皆さんも出会いを大切に、これからも素敵な思い出をつくってください。(D.Y)
例 年と比べると今年は雪が少なく感じます。道路が見えていて車の運転がしやすいなと思ったりしますが、時々昼・夜の寒暖差で氷が張っていることもあります。路面状況を考えた運転で、事故には気をつけましょう。(Y.A)

Spotlight

スポットライト



日本習字とうや教室

阿部 あつ子さん

筆、すずり、半紙が置かれた机が並ぶ小学校の教室。慎重な手つきで筆を運ぶ児童のそばにいたのは、町内で習字教室を開き、町の学習支援ボランティアに協力する阿部あつ子さんです。

書道の趣味が高じて日本習字の教授免許を取得し、2022年9月に教室を開設。小学校低学年の子どもから大人まで幅広い世代の人たちが通います。美しく正しく書くには、はね、はらい、と

めなどに細かい筆運びが求められますが、あいさつや正しい姿勢まで気を配り、集中して字に向き合ってほしいと伝えています。

字の練習以外にも年1回は手書き文字を生かした手紙を大切な人に送ったり、年2回の作品作り（カレンダーやうちわなど）を行うなど多様な「書」の魅力を広めています。学習支援ボランティアで心がけているのは、ていねいな指導。「書けない」「もう無理」

町公式LINEを友だち追加！

イベントや防災など様々な情報に加え、フルカラー版広報紙もご覧いただけます！

