

1  
January  
2011 NO.671



新・永住宣言  
～来て！見て！住んで！～  
や・ま・き・た

# やまきた

広報



町長・議長  
年頭のあいさつ



今月の表紙

丹沢湖マラソン大会 20km  
永歳橋を駆け抜けるトップ集団

山北町のホームページ

<http://www.town.yamakita.kanagawa.jp>

# 瑞光祥春

## 迎春

今年は今町長として、たくさん課題を  
兔のように、ぴよんぴよん跳び越えていきます



山北町長 湯川裕司

## 賀正

今年が皆様方にとって、希望に満ちた  
明るい町になるよう、議会も努めていきます



山北町議会議長 本杉博是



### 町長あいさつ

新年あけましておめでとつございませう。  
町民の皆様には、輝かしい新春を健やかに  
かにお迎えのこと心からお慶び申し上げ  
ます。

私は、昨年の7月22日に町長に就任し、これまで、一町民  
一議員として、見えなかった町の様々な課題に対して、多  
くの皆様方のご指導、ご理解をいただきながら、自立でき  
る新たなまちづくりに取り組んでいるところであります。

これからの山北町を、町民の皆様が常に自分の町を誇れ  
るような町にするため、私のすべての力を注ぎ公平無私  
の心で「元気な山北」の再生のため、町職員と一丸となって  
町政の推進に、全力で取り組んでまいる決意であります。

この一年が、皆様にとりまして素晴らしい年になりますよ  
う。ご祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。



### 議長あいさつ

皆様、新年あけましておめでとつござい  
ます。

日ごろは、町議会に対し深いご理解と  
ご協力を賜り心より厚くお礼申し上げます。

議会は、住民の福祉と安全を守り、若い世代が山北町に住ん  
で良かったと思われるような町づくりに向かって行政とともに  
取り組んでまいりたいと存じております。また、議長として、  
分権改革が進む中、適切に対応するために、自己研鑽に努め、  
皆様の負託に応える議会運営に努めてまいる所存でございます  
ので、どうか本年も皆様より一層のご支援、ご理解をお願いす  
るとともに、本年が皆様にとって良い年でありますことを心よ  
うご祈念申し上げ、年頭のごあいさつとさせていただきます。



山北町の民生委員・児童委員が12月1日に改選されましたので、お知らせします。任期は3年で、平成25年11月30日までとなります。

# 民生委員・児童委員が 改選されました

民生委員は、厚生労働大臣の委嘱を受け、地域の方の身近な相談者・支援者として活動しています。特に福祉課題を抱える方の見守り・予防などを担っています。また災害時の弱者支援対策や関係法令の研究、ボランティア活動など、その活動の場は広く地域福祉を浸透させるための重要な役割を担っています。

心配ごと等がありましたら、担当地区の民生委員・児童委員にご相談ください。

【問合せ】福祉課福祉推進班  
(電話) 75-3644



## 民生委員・児童委員名簿

新・再	担当地区	氏名	新・再	担当地区	氏名
新	平山	茂木 智恵子	再	高松	大河内 美智子
再	萩原	岩本 廣勝	再	尺里東	高橋 清
新	台	關 光子	再	水上	武政 鷹志
再	萩原下・馬場	鳥海 昌俊	新	山下	能澤 武男
新	田中・鶴野	石田 祐子	新	上本村	石田 きぬ
再	上清水・中下清水	栗原 ちづ子	新	下本村	石田 初江
新	堂山・小笠原	岩田 かおる	新	前耕地	佐野 たね子
新	怒杭文化	坂田 洋子	新	村雨・本村東	長崎 貞子
再	田屋敷	高橋 つや	新	谷ヶ	武尾 好子
再	根下・城山	磯崎 初枝	再	清水西部 (峰・峰下・透間・諸淵・塩沢・谷戸・清水橋)	滝本 勉
再	万随・仁道	瀬戸 尚子	再	清水東部 (嵐・大蔵野・宮原・湯触・用沢)	佐藤 導子
新	宮地	茂川 利行	再	清水北部 (神縄・川西平山・山市場・湯本平)	山崎 悦子
新	共和	瀬戸 和江	新	中川 (焼大を除く)	湯川 雅美
新	越地	黒崎 美津子	再	神尾田・世附・焼大・玄倉	三尋木 聡美
新	湯坂	相原 勲	新	主任児童委員	湯山 めぐみ
新	斑目	小林 かつみ	新	主任児童委員	小西 恵子
新	南原	片山 晴造			
新	宿	府川 孝子			
再	原耕地	小野 幸信			
再	尺里西	加藤 佐知子			
再	尺里中	三橋 末子			

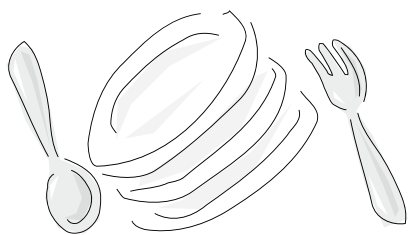
# 冬に食中毒!?

## ノロウイルス食中毒に

### ご注意ください!

食中毒と言えば、夏に多発すると思われられるかもしれませんが、近年、冬季を中心に、ノロウイルスが食中毒を起こす原因として猛威をふるっています。

ノロウイルスとはどういうものを理解し、予防対策をとるとともに、感染した場合の対処方法について事前に知っておくことで、ノロウイルス食中毒及び感染症の拡大を防ぐことができます。



#### ○ノロウイルスの特徴

ノロウイルスは人の腸内で増殖するウイルスで、ノロウイルスによる食中毒は1年を通じて発生しています。特に冬季に多発する傾向があり、人から人へ感染する感染症として問題になっています。感染力が強いため、集団生活をおくる学校、福祉施設、病院等で集団感染が発生することがありますので、特に注意が必要です。

#### ○ノロウイルス食中毒の予防方法は

- ・手洗いが一番の予防方法です。トイレの後、調理前、食事前、おむつ交換後等には、石けんを泡立て、30秒以上かけて手を洗う。
- ・手洗い後に手を拭くタオルは清潔なものを使う。
- ・予防には消毒（市販の漂白剤で十分です）や加熱（熱湯）をする。

とが大切です。

- ・ノロウイルスは、食事以外でも感染することがあります。この季節におう吐や下痢があった場合は、ノロウイルスによる感染を疑い、おう吐物やふん便を処理する際は、ビニール手袋やマスクを着用し、消毒する際は、換気もしっかりと行う。
- ・食品は十分に加熱(85℃で1分以上)してから食べるようにしましょう。



#### ○もし、ノロウイルスに感染してしまったら

ノロウイルス食中毒は、ウイルスが体内に取り込まれてから、通常24時間〜48時間で発症します。主な症状は、下痢・吐き気・おう吐・腹痛・発熱(39℃以下)等です。通常は1〜3日で回復しますが、おう吐や下痢が続いた場合は、脱水症状になることもありますので、早めに医療機関に行き、受診しましょう。

## 山北町体育指導委員協議会が 全国体育指導委員優良団体表彰を受賞

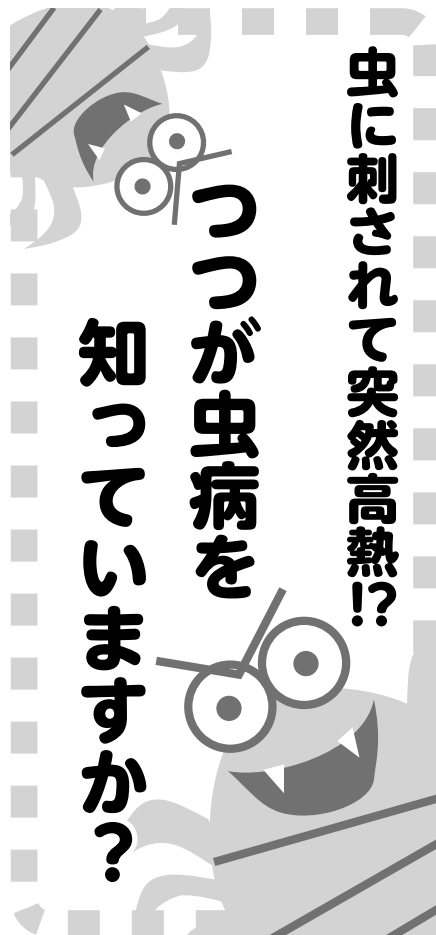
この度、山北町体育指導委員協議会が、地域スポーツの振興に尽力し、地域におけるスポーツ活動に積極的に取り組み、その普及と振興に努めた事により、11月25日に開催された第51回全国体育指導委員研究協議会において優良団体表彰を受賞しました。



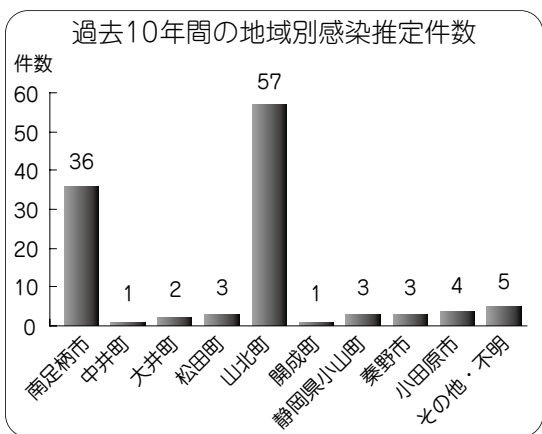
授賞式に出席された  
山北町体育指導委員協議会の会長と副会長

# 虫に刺されて突然高熱!?

## つつが虫病を 知っていますか?



町内において、つつが虫に刺されて高熱や頭痛等を発症している件数が近隣の市町に比べて非常に多くなっています。昨年も町内で7名の方が感染し、つつが虫病を発症しています。特に10月・11月頃の発生が多くなっていますので、ご注意ください。



### つつが虫とはどんな虫?

つつが虫とはダニの一種であり、野山や河川敷、田畑などに広く分布しており、幼虫の時期だけ草むらなどにいて、人や野ねずみなどの動物が通ったときにくつついで、2日〜3日の間体液を吸います。つつが虫の幼虫は、体長約0.3〜0.8mmととても小さく、刺されても痛みもかゆみもないため、気づくことはほとんどありません。



つつが虫の幼虫

### つつが虫病を発症するとどうなるの?

つつが虫に刺されてつつが虫病を発症すると、初めは風邪より重い感じの症状、体のたるさ(全身倦怠)、さむけ、頭痛等がみられ、その後39℃以上の高熱を発症します。発熱後は、3日〜4日して体に尋麻疹のような赤褐色の発疹や水ぶくれができます。この様な症状がでた場合は必ず医療機関に行き、受診しましょう。早めに医師の診断を受ければ、比較的早く回復します。

### つつが虫に刺されないために

- つつが虫に刺されて、つつが虫病にならないために、次のことに注意して感染しないようにしましょう。
- ・田畑・野山等に出かける時は、長袖・長ズボン等を着用し、素肌の露出を避ける。
- ・野山に行く時には、虫除けスプレーを使用する。
- ・草むら、地面等にじかに座らず、寝転んだりするのはやめる。また、地面や草の上にタオルや上着等を置くことはやめる。
- ・帰宅後は、つつが虫を屋内に持ち込まないよう、屋外で衣類を振り払う。
- ・帰宅後は早めに入浴し、身体をよく洗いましょう。脱いだ衣類も早めに洗濯するようにする。

## 人権擁護委員に藤嶋 研二さん、府川 千津子さんを委嘱

人権擁護委員の仕事には、「皆さんの人権が侵されないように監視すること」「もし、人権が侵された場合には、相談相手になって救済すること」「皆さんに正しい人権の考え方を広め、自由人権思想の啓発に努めること」などがあります。

このたび、法務大臣から、藤嶋 研二さん、府川 千津子さんが人権擁護委員に委嘱されました。任期は、平成23年1月1日から平成25年12月31日となります。

【問合せ】福祉課福祉推進班  
(電話) 75-3644

# 町 職 員 の 人 事 異 動

〔課長級〕

(平成22年12月1日付け)

新所属	氏 名	旧所属
生活環境課足柄西部清掃組合担当課長	鈴木 治	生活環境課主幹

〔退職者〕

(平成22年12月31日付け)

氏 名	旧 所 属
玉 置 郁 夫	総務防災課付課長
平 井 直 人	健康づくり課健康づくり班保健師(主事)

(敬称略)

## 神奈川県交通安全功労者表彰

11月26日(金)、横浜市の県立音楽堂で、平成22年神奈川県交通安全功労者表彰が行われ、山北町交通指導隊の高橋佳信さん(山市場)が表彰されました。

高橋さんは、昭和62年から交通指導隊員として地域の交通安全の向上に尽力され、特に児童・生徒の通学時の交通安全の向上への取り組みについて評価されたことにより、今回の表彰となりました。



青年海外協力隊として

## 荻野 玲子さんがエチオピアへ



山北町向原出身の荻野玲子さんがJICA(独立行政法人国際協力機構)の青年海外協力隊として、1月11日からエチオピアに理数科教師として派遣されます。派遣されるにあたって12月16日に湯川町長を表敬訪問し、派遣へ向けた意気込みを伝えました。

青年海外協力隊とは、開発途上国の住民を対象として、当該地域の経済及び社会の発展又は復興に協力する事を目的とし、自分の持つ技術や経験をいかしたいというボランティア精神を持つ20歳から39歳までの方を開発途上国へ派遣する事業です。

荻野さんはエチオピアの首都アジスアベバ市にあるメネリク2小学校で、理数の科目において工夫した授業を行い、児童の関心を引き出し、現地の教員の指導力の向上に取り組みます。派遣期間は2年間で、荻野さんは「現地の子どもたちに物理や科学の面白さや奥深さを伝えたい」と意気込みを語りました。

派遣へ向けた意気込みを語られた荻野さん

# 山北町で5名の方が 神奈川県地方自治功労者表彰を受賞

11月30日、神奈川県庁で、佐藤光男町議会議員、細川哲郎町議会議員、茂木猛町議会議員、岩本章治町議会議員、本杉博是町議会議員が神奈川県地方自治功労者表彰を受賞されました。

神奈川県地方自治功労者表彰とは、長きにわたり地方自治の振興発展に尽力し、その功績が顕著である方を対象として表彰されるものです。

▶ 佐藤光男氏



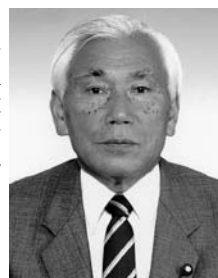
▶ 細川哲郎氏



▶ 茂木猛氏



▶ 岩本章治氏



▶ 本杉博是氏



## 町の一般・功労表彰で8名・1団体を表彰

11月16日に開催された表彰審査委員会（本杉博是会長）の審議を経て、町の一般表彰6名・1団体、功労表彰2名が決定しました。

一般表彰は町の発展に尽力された方や、町民の模範となる行為が認められた方、高額寄付をされた方などで、今回は、厚生、スポーツ振興に尽力された方、寄付をされた団体が選ばれました。

功労表彰は、公職に長期間就かれていた方、特に町の振興に功績があった方に贈られ、今回は、町長、議会議員として町の発展に努力された方が選ばれました。

町では、一般・功労表彰受章者を1月5日に開催される賀詞交歓会の席上で表彰し、これまでの功績をたたえます。

なお、受賞される方は次のとおりです。

### 一般・功労表彰

(敬称略)

表彰種別	功 績	受章者氏名・団体名	地区名
一 般	厚 生	遠藤 安弘	上本村
	厚 生	石田 綾子	南 原
	厚 生	飯田 玲子	下本村
	厚 生	尾崎 洋子	谷 ケ
	スポーツ振興	篠本 幸彦	下本村
	スポーツ振興	武井 章	湯 坂
	寄 附	アサヒビール株式会社 横浜統括支社	横浜市
功 労	自 治 振 興	瀬戸 孝夫	田 中
	自 治 振 興	故 牧田 禮二	湯 坂

# 住民基本台帳カードと 公的個人認証サービスの利用 について

## ○住民基本台帳カードを

### 発行しています

町では、「住民基本台帳カード」の発行を行っています。高度なセキュリティ機能を備えたICカードで、写真付きと写真なしの2種類が選択できます。

写真付きのものを選ぶと、カード表面には、住所、氏名、性別、生年月日が記載され、金融機関での新規口座開設やパスポートの作成、行政機関での各種証明書の申請時に利用できる公的な身分証明書になります。

### 【申請窓口】

役場町民課、役場清水・三保支所

※ただし、カードの受領の手続きは役場町民課でのみ行えます。

### 【申請に必要なもの】

・本人確認ができる証明書（運転免許証や顔写真付きの公的な身分証明書）

※写真付きの身分証明書がない場合は、健康保険証や介護保険被保険者証などを2種類。

種類。

・印鑑（認印）

・顔写真（4.5cm×3.5cm）無帽で正面向き

※顔写真は写真付きカードを希望される方のみ必要となります。

【発行手数料】500円

※有効期限は発行日から10年です。

※申請から発行までに約2週間かかります。

## ○公的個人認証サービスについて

公的個人認証サービスとは、「電子証明書」を住民基本台帳カードの中に記録することで本人確認を行い、オンラインでの手続きの際、他人によるなりすまし申請やデータ改ざんなどを防ぐためのサービスです。

公的個人認証サービスを利用してできる主な手続きは次のとおりです。

・所得税、法人税、消費税等に係る申告

・国税の全税目に係る納税

・青色申告の承認申請

・自動車税の新車新規登録

【申請窓口】役場町民課

### 【申請に必要なもの】

・住民基本台帳カード  
・本人確認ができる証明書（運転免許証等、顔写真付きの公的な身分証明書）

※写真付きの住民基本台帳カードをお持ちの方は必要ありません。

【電子証明書発行手数料】500円

※電子証明書の有効期間は3年間です。期間満了の3ヶ月前から更新の手続きができますので、必要な方は役場町民課へお越しください。

【問合せ】町民課町民班

(電話) 75-3641

## 住民基本台帳閲覧状況の公表

平成18年11月1日の住民基本台帳法の一部改正により、住民基本台帳閲覧状況の公開が義務付けられました。それに伴い、平成21年11月1日から平成22年10月31日までの閲覧状況を公表します。

閲覧日	閲覧者(受託者)	委託者	閲覧目的	閲覧対象
平成22年5月25日	防衛省自衛隊 神奈川地方 協力本部 小田原地域事務所		自衛隊法第29条1項、同第35条に基づく自衛官募集事務のための対象者抽出	山北町内全域の平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの男女 平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの男性
平成22年7月1日	株式会社 RJCリサーチ 調査業務本部長 久野 和英	神奈川県立体育 センター所長 安斉 講一	「県民の体力・スポーツに関する調査」(郵送法)のための対象者抽出	岸地区在住の満20歳以上の男女
平成22年8月12日	神奈川県足柄上 保健福祉事務所長		平成22年乳幼児身体発育調査のための対象者抽出	川西、湯触地区在住の男女



どうすれば地デジが見られるの？

### 一戸建て住宅の方

UHFアンテナがついているかどうか確認しましょう  
(分からなかったらお近くの電気店等に)

#### ●VHFアンテナの場合

UHFアンテナ工事が  
必要です。



#### ●UHFアンテナの場合

通常はその  
まま地上デジ  
タル放送を受  
信できますが、  
調整等が必要  
な場合があります。



電気店等へ行き、いずれかの方法をお選びください

#### デジタルテレビに 買い換える

※デジタルテレビを購入され  
る場合、価格は大きさによ  
り異なります。



#### 今お使いのテレビに チューナーを買い足す

※今のテレビで見られます  
が、チューナーを購入され  
る場合、価格は約5千円か  
らになります。



#### パソコンで見る

※パソコン用の地デジチュ  
ーナーを購入する必要があ  
ります。購入する場合、価  
格は約6千円からになります。



2011年(平成23年)7月24日  
アナログテレビ放送は終了します  
地上デジタル放送の準備はお済みですか??

※集合住宅の方は、管理会社や大家さんへお問合せください。

デジサポ神奈川では地上デジタル  
放送をご覧になっていない方の戸  
別相談を行っています

デジサポ神奈川では、高齢者等の  
方々のために「戸別相談(訪問相  
談)」を無料で実施しています。デ  
ジサポ神奈川(045-633-  
9557)に戸別相談をお申し込み  
くださいましたら、1週間以内を目  
途にデジサポ神奈川からご指定の電  
話番号にご連絡をさせていただきます。  
ご自宅への訪問日程などの調整をさ  
せていただきますので、遠慮なく  
相談ください。

悪質商法にご注意ください!!

地デジのアンテナ工事業者等を装っ  
て家庭を訪問し、前金を受け取って工  
事を実施しない等の事例がおこって  
います。頼んでもいないのにアンテナ工  
事業者等を名乗る者が訪ねて来た時  
は、十分注意してください。

また、総務省やデジサポ神奈川、  
役場より地デジ対応の申込み代金等  
をはがきや電話等で請求するような  
ことは一切ありませんので、ご注  
意ください。

怪しいなと思ったときは、はつき  
り断り、どんな要求をされても自分  
の判断でお金は支払わないでくださ  
い。

地デジについてのご相談・お問合せ先

○お問合せ先が分からない場合や  
地デジ全般に関するお問合せ

総務省地デジコールセンター  
電話：0570-107-10101  
(平日：9時から21時  
土日祝日：9時から18時)

デジサポ神奈川コールセンター  
電話：045-345-10110  
(平日：9時から18時  
土日祝日：9時から18時)

○地デジ受信機器の設置・接続・  
操作などでお困りの場合

家電困りごと相談センター  
デジタル110番  
電話：0570-1010186  
(平日：9時から17時)





西丹沢の彩られた紅葉のなか

# 西丹沢もみじ祭りを開催

青空の下、紅葉を楽しみました



しし鍋を囲んで

11月20日（土）、中川パーベキューセンターで、西丹沢もみじ祭りが開催されました。  
彩りはじめた紅葉と青空の下、参加者はしし鍋を囲んで旬の食材を楽しみました。また、各方面で活躍している北川大介さん（松田町出身）の歌謡ショーも行われ、1,000人を超える参加者は、しし鍋や歌謡ショー、カラオケ大会等を楽しみました。

**食の秋**  
**紅葉の秋**  
**運動の秋**  
**山北町秋のイベントを開催**

# 秋空のした 山北町産業まつりを開催



晴天の下、オーケストラを開催

11月23日（火・祝）、健康福祉センター駐車場・鉄道公園で山北町産業まつりが開催されました。  
町内の産業を町民に広く紹介し、農林商工業の振興を図ることを目的に、各種イベントや農産物・林産物の販売が行わ



大盛況の新潟県村上市（旧山北町）の物産展

れました。  
こかぶの無料配布や新潟県村上市（旧山北町）の鮮魚販売コーナーには、長蛇の列ができ、産地から直送された鮭などの海産物は大盛況でした。他にも天装戦隊ゴセイジャーショーや海上自衛隊横須賀音楽隊と山北中学校吹奏楽部による演奏が行われ、素晴らしい演奏に会場全体が一体となりました。



子どもと一緒にゴセイジャーショー



紅葉の中、マラソンスタート

11月28日(日)、紅葉の美しい彩りの中、丹沢湖マラソン大会が行われました。

9月の台風の影響により、マラソンコースに甚大な被害を受け、一部コースを変更し開催する事になりましたが、今年で32回目となる大会には、北海道や宮崎県など全国各地から3,754人のランナーが参加し、競技を行いました。

当日は晴天に恵まれ、鮮やかに彩った晩秋の丹沢湖畔をランナーたちが気持ちよさそうに走り抜けました。走り終わった後には、エネルギー補給のためにスポーツドリンクとバナナの配布があり、しし汁なども振る舞われました。



永歳橋を駆け抜ける選手



エネルギー補給!!



女子表彰式の様子

## 朝食を上手にとって朝から元気に！ 朝ごはんは一日の大切な栄養補給です

### ■ 朝ごはんを抜いている方へ

ちょっとでも朝寝坊したいから、毎日朝ごはんは抜くという方。昔からいわれるように、朝ごはんは一日の大切なはじまりですので、少しでも食べるようにしましょう。牛乳やくだもの、パン等はとりやすいと思いますので、少しずつ朝ごはんを充実させるようにして、栄養バランスは昼食と夕食で整えましょう。

### ■ 朝ごはんは食べるけど、

#### ごはん味噌汁、パンと目玉焼きだけの方へ

朝は、ごはんのみそ汁とお新香という方、ごはんと相性の良い納豆や生卵、干物などを一品加えるだけで、栄養バランスがかなりアップします。

パンと目玉焼きだけの方は、簡単なサラダや季節のくだもの、牛乳を加えることで栄養バランスがアップします。

### ★ 朝食のポイント

乳製品やくだものをとるのは朝がチャンスです！朝の目覚めに乳製品やくだものをもって食事バランスをアップさせましょう。



この時期は忘年会や新年会、忙しい毎日で食事のバランスを考えるのは難しいと思います。ですが、そういう時だからこそ次のことを心掛けて、身体の健康を保ちましょう。

年末年始のこの時期に  
食事バランスを確認してみませんか？

## つつい食べ過ぎてしまうことが多い夕食…。 野菜や魚をメニューに入れて バランスよく栄養をとりましょう

### ■ 夕食にお肉を食べたい方へ

今日はお肉を食べたいという時は、一緒に副菜もたっぷりとりましょう。主菜が豚カツだったら、ご飯と酢の物、野菜スープのように、あっさりした副菜との組み合わせにしてみましょ。また、主菜を肉野菜炒めなどにして、肉と野菜と一緒に食べられるメニューを選んでも良いかもしれません。

### ■ 夜遅くに夕食をとる方へ

残業などで夕食が遅くなる場合、主菜をエネルギーの低い魚料理や大豆製品などにして、煮物や焼きもの、おひたしなど油を使っていないあっさりした料理を中心にしましょう。また、夕方に軽食（おにぎりなど）をとっておくと、夜遅くに食べすぎないですみます。

### ★ 夕食のポイント

主菜は1品で、なるべくあっさりとしたものを組み合わせましょう。お酒の席でも栄養のバランス意識をもって、カロリー過多にならないように飲みすぎ・食べ過ぎに注意しましょう。

## 昼食は単品メニューに プラスアルファを考えましょう!!

### ■ カツ丼や牛丼などの丼もの、

#### パスタ料理を食べる方へ

丼ものを食べる方は、青菜のおひたし(副菜)等を一品加えて、野菜もと、バランスよく食事をとることが大切です。

パスタ料理を食べる方もサラダなどをとるなどして野菜をとりましょう。

### ■ コンビニなどのお弁当を食べる方へ

野菜がきちんと入っているお弁当にしましょう。サラダや野菜ジュースなども一緒に食べたり飲んだりすることで、食事バランスをアップすることができます。

### ★ 昼食のポイント

昼食は、サラダや青菜のおひたし、みそ汁などの副菜との組み合わせを意識しましょう。

# 中央公民館だより

No. 214

編集発行／山北町立中央公民館 〒258-0113 足柄上郡山北町山北1301-4  
☎ 0465(75)3131 Fax 0465(75)3030

## 山北町中央公民館まつり 【2011年2月5日(土)～13日(日)】

イベント満載 期間中は公民館が面白い!

2月11日 冬のおはなし会スペシャル

2月9日～ サークル体験教室

### やまきた寄席「三遊亭小遊三」

出演 三遊亭小遊三、林家 木久蔵、昭和のいる・こいる ほか  
日時 2月13日(日) 14:00開演(13:30開場)  
場所 1階 多目的ホール  
定員 408名(要整理券)



### 教室・サークル作品 展示発表会

日時

2月5日(土)～13日(日)  
9:00～17:00

(ただし、5日は13:00から、  
13日は16:00まで)

場所

2階ギャラリー・展示ホール、1階  
ロビー

～中央公民館で開催した教室や  
公民館サークルの作品を展示します。～

### 芸能発表会

日時

2月6日(日) 13:00開演  
(12:30開場)

場所

1階 多目的ホール(入場自由)

演目

大型紙芝居・コーラス・各種  
体操 ほか

～公民館サークルが1年間  
活動した成果を発表します。～

### 映画フェスティバル 「60歳のラブレター」

日時

2月12日(土) 13:30上映  
(13:00開場)

場所

1階 多目的ホール

定員

288名(要整理券)

(当日は児童用DVDを3階  
視聴覚ホールにて随時上映  
します。)

### 整理券配布の方法

※公民館まつりの詳細は随時、町HP及び公民館だよりで紹介していきます。  
1月7日(金) 9:00より中央公民館、清水・三保支所にて、申込みと同時に整理券を配布します。定員に  
なりしだい締め切りとさせていただきます。

## 心の豊かさは学びから

「あなたも生涯学習活動に参加してみませんか」

# 教室案内

\*1月7日(金) 9:00から申し込みの受付をします。  
定員になりしだい締め切りとなります。

## 親子バレンタインケーキ作り教室

日時 1月23日(日) 9:30~12:00

内容 生クリームたっぷりのハートのチョコレート  
レジャーケーキを作ります。

対象 親子(定員18組36名)

講師 沼田 陽子さん

参加費 500円

(持ち帰り用の箱代含む)

持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具

## サークル体験教室

この教室は生涯学習活動を目的に、普段から公民館を利用されている登録団体の活動を体験する教室です。皆様お誘い合せのうえ、生涯学習活動に参加してみませんか？

### 「ジャギーレインボー」体験教室

大人のジャズ体操サークルです。ストレッチで体の隅々まで良く伸ばすことから始まり、毎日欠かすことの出来ない歩行運動もリズムに合わせて体を動かし、和気あいあいといい汗を流します。

日時 2月9日(水) 13:00~14:30

内容 ストレッチとリズム体操

対象 一般(定員20名)

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装・飲み物・タオル

### 「パピルス」体験教室

和と日本や立体絵本、身近な材料を使ったりリサイクル小物などを制作しているサークルです。

日時 2月9日(水) 10:00~12:00

内容 飛び出すカード作り(数種類ある中から選んで制作)

対象 一般(定員20名)

参加費 100円 ※作成するカード1枚(紙代等)

持ち物 なし

### 「あじさいの会」体験教室

公民館事業で「パン作り教室」を開催したのがきっかけで発足したサークルです。パン作りに親しみつつ、技術を高めることを目的に、いろいろなパンを作って楽しく試食しています。

日時 2月10日(木) 9:30~12:00

内容 バレンタインをイメージしたパン作り

対象 一般(定員6名)

参加費 1,000円

持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具・持ち帰り用の容器

### 男性ダンベル体操「くすの木」体験教室

男性を対象としたダンベル体操のサークルです。認知症予防、メタボ予防、生活習慣病予防など、いろいろな効果が認められている玄米ダンベル体操を行っています。

日時 2月19日(土) 10:00~11:30

内容 玄米ダンベルを使った体操

対象 男性(定員10名)

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装・飲み物

◎ 教室についての申し込み、問い合わせは中央公民館事務室Tel(75)3131までどうぞ!

## イベント紹介

### つるし雛作り教室【11月25日・12月16日(木)】

山北婦人会の方を講師にお招きして、つるし雛作り教室を開催しました。



### こんにゃく作り教室【11月26日(金)】

滝本 保江さんを講師にお招きして、寒いこの季節にぴったりのこんにゃくを作りました。



### 篆刻教室【12月11日(土)】

瀧澤 保美さんを講師にお招きして、篆刻教室を開催しました。参加者は石に自分の名前や絵等を彫り、手作り印鑑を作りました。



# 行事予定 Schedule

\* 都合により内容を変更する場合がありますのでご了承ください。

1月	催し物名	場所	開始時刻	対象	主催者・問合せ
5	水	賀詞交歓会	多目的ホール	10:00	招待者 総務防災課 ☎(75) 3643
6	木	消防出初式	多目的ホール	9:30	招待者 総務防災課 ☎(75) 3643
9	日	成人式	多目的ホール	10:30	対象者 生涯学習課 ☎(75) 3649
15	土	母なる川 酒匂川写真展(~23日)	1階ロビー	9:00	自由 酒匂川水系保全協議会 ☎(33) 1481
		ワンダーランド	多目的ホール	9:00	申込者 中央公民館
		ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者 中央公民館
		おはなし会	図書室	14:30	自由 中央公民館
20	木	つるし雛作り教室③	第1会議室	13:30	申込者 中央公民館
21	金	山北町商工会50周年記念式典	視聴覚ホール	11:00	招待者 山北町商工会 ☎(76) 3451
22	土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者 中央公民館
23	日	親子バレンタインケーキ作り教室	調理実習室	9:30	申込者 中央公民館
26	水	おはなし会	図書室	14:30	自由 中央公民館
30	日	ワンダーランド	多目的ホール	9:00	申込者 中央公民館
2月(前半)	催し物名	場所	開始時刻	対象	主催者・問合せ
5	土	公民館まつり 教室・サークル作品展示発表会(~13日)	2階展示ホール ギャラリー他	13:00	自由 中央公民館
		ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者 中央公民館
6	日	公民館まつり 芸能発表会	多目的ホール	13:00	自由 中央公民館
9	水	「パピルス」サークル体験教室	美術工芸室	10:00	申込者 中央公民館
		「ジャギーレインボー」サークル体験教室	多目的ホール	13:00	申込者 中央公民館
10	木	「あじさいの会」サークル体験教室	調理実習室	9:30	申込者 中央公民館
11	金	公民館まつり 冬のおはなし会SP	和室	10:30	自由 中央公民館
12	土	公民館まつり 映画フェスティバル	多目的ホール	13:30	申込者 中央公民館
13	日	公民館まつり やまきた寄席	多目的ホール	14:00	申込者 中央公民館

※      は公民館まつり期間

## 休館日

※中央公民館（図書室を含む）は、年末年始を除く祝日も開館しております。  
ただし、祝日の翌日は休館になります。

※      は休館日、○ は祝日、     は公民館まつり期間。

日	月	火	水	木	金	土
						①
2	3	4	5	6	7	8
9	⑩	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	⑪	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					



限られた資源を  
大切にしましょう

## ～環境にやさしいまちづくりを目指して～

中央公民館では、地球温暖化防止対策推進のため、

- ①照明は使用時以外こまめに切る。
- ②冷暖房は、冷房28℃以上・暖房20℃以下に設定する。

以上のことに取り組んでいます。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。





# 図書室から



## ☆ 今月の新着本案内 ☆

### ◆ 一般書

書名	著者名等
ほんとうにおいしい 生地で作るチョコレートレシピ	佐藤 ひろ子
若様組まいる	畠中 恵
冬の童話	白川 道
美しいおせちとおもてなし正月料理	主婦の友社編

### ◆ 児童書

書名	著者名等
おかあさんは、なにしてる?	ドロシー・マリノ
星と宇宙のふしぎ109	永田 美絵
まつり	いせ ひでこ
まほうつかいのトビィ	カズノ・コハラ



2月6日(日)は公民館まつり芸能発表会のため、学習室の利用はできませんので、ご了承願います。

### 成人の日特集!

国際問題やニュースをわかりやすく解説している本など、これから社会に出る方に特におすすめの本を集めました。

## おはなし会

### ●日程・内容

- 1月15日(土)  
紙芝居「はなさかじい」ほか  
(おはなしボランティア「ゆめ」)
  - 1月26日(水)  
パネルシアター「ゆきだるまのゆきたろう」ほか  
(おはなしボランティア「汽車ポッポ」)
- 時間 14:30~15:00  
●場所 おやこ室(図書室内)

### 冬のおはなし会スペシャル

公民館まつり期間に開催します!

日時 2月11日(金) 10:30~11:30

場所 2階和室 **入場自由・無料**



楽しいおはなし、たくさんあります。  
みんなできてね!!

### 図書室からのお願い

図書室のサービスをみなさまに公平に気持ち良く受けていただくために、平成23年2月より、1ヶ月以上図書室の資料を返却されない場合、その資料を返していただくまで貸出しを停止させていただきます。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## 2010年 予約・貸出件数ベスト5 (一般書のみ)

### ★ 予約件数

1. 1Q84 BOOK3 / 村上 春樹
2. 1Q84 BOOK2 / 村上 春樹
3. 小暮写真館 / 宮部 みゆき
4. 1Q84 BOOK1 / 村上 春樹
5. 夜行観覧車 / 湊 かなえ

### ★ 貸出件数

1. 1Q84 BOOK1 / 村上 春樹
2. 1Q84 BOOK2 / 村上 春樹
3. 1Q84 BOOK3 / 村上 春樹
4. 告白 / 湊 かなえ
5. 新参者 / 東野 圭吾

## 図書室利用案内

- 利用時間は、9:00~18:00です。  
(ただし、木曜日以外の17:00~18:00は本の閲覧・コピー・返却業務となります。)
- 新刊図書は、随時入ります。また、新聞・雑誌・ビデオ・DVD等も置いてありますのでご利用ください。
- 図書の貸し出し冊数は、本5冊以内、雑誌2冊以内で、期間は2週間以内です。
- ビデオ・DVDの貸し出し点数は、合わせて2点以内で、期間は1週間以内です。
- 静かに学習をしたい方は、2階の学習室をご利用ください。その際、図書室で利用手続きを行ってください。
- 休館日の図書の返却は、中央公民館入口横の図書返却ポストをご利用ください。  
(ビデオ・DVD・紙芝居は入れないでください。)
- 清水・三保支所の窓口でも返却ができます。
- インターネットで図書室の蔵書検索・予約ができます。  
(アドレスは、<http://webymkt.yama-lib-unet.ocn.ne.jp/>です。)





# 認知症サポート 通信

山北町  
健康福祉センター  
山北町山北1971-2  
(電話)75-0822  
(FAX)76-4592

## 認知症を正しく理解し、認知症の方や 家族の方を地域で見守りましょう！

地域でサポートすることで、認知症の方も家族の方も  
ゆとりを持って生活することができるようになります。

### 認知症患者が 増えています

現在、高齢化が進み、全国的に認知症になる方が増えています。85歳以上では、4人に1人が認知症の症状があるといわれ、山北町でも介護申請をされている方の約20%の方に認知症の症状があります。

### 認知症サポーターに なりませんか？

認知症になっても地域の理解と支え合い、助け合いがあれば認知症の方も家族の方もゆとりをもって生活することができます。そのためには、認知症について正しい知識を身につ

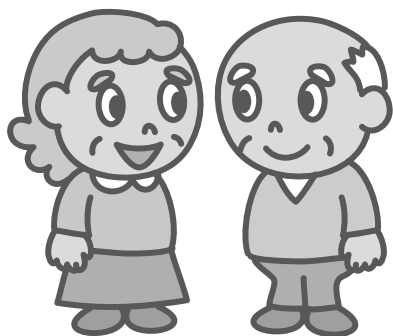
け、認知症の方や家族の方を温かい目で見守り、支えることができる地域をつくる必要があります。そういった地域を作るため、正しい認知症の知識を身に付けるために認知症サポーター養成講座を受講し、『認知症サポーター』になってみませんか。  
町では、認知症について理解を深め、『認知症サポーター』を養成する「認知症サポーター養成講座」を随時開催し、安心して暮らせるまちは目指しています。また、地域で「認知症サポーター養成講座」の要望があれば地域へ出向いて開催しますので、お気軽に健康づくり課までご連絡ください。

『認知症サポーター』になったからといって、特別なことをする必要はありません。認知症を正しく理解し、友人や家族にその知識を伝えたり、できる範囲で手助けをしたり、認知症の方やその家族の方の気持ちを理解するという気持ちをもって行動することが大切であり、活動内容はひとそれぞれです。

### 認知症について 理解を深めましょう

平成23年1月30日(日)に中央公民館多目的ホールで認知症に関する劇と講演を開催します。

山北町健康マイスターが演劇に挑戦し、認知症について演劇の中でみなさんにわかりやすく演じます。認知症に詳しい先生の解説もありますので、ぜひご参加ください。詳細は、1月1日号のおしらせ版をご覧ください。



### 認知症の人への対応の心得 3つの「ない」

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

### 具体的な対応の 7つのポイント

1. 見守る
2. 余裕をもって対応する
3. 声をかける時は一人で
4. 後ろから声をかけない
5. 相手に視線を合わせて、やさしい口調で
6. おだやかに、はっきりした滑舌で
7. 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する



### 認知症サポーター ステッカー

お父さん 小嶋 大輔さん

お母さん なつみさん

ほのか  
穂乃香ちゃん 9歳

ゆうた  
悠大くん 7歳



# 子育てって いいね!

小嶋さん  
ご家族  
<尺里東>



初めまして。私たち小嶋家は、夫、私、小学校3年生の穂乃香、小学校1年生の悠大の4人家族です。山北に住むようになり、9年が経ちました。

2人は毎日けんかばかり。時には手が出たり、足が出たりと激しいものも。しかし、本当はとても仲が良く、けんかの後でも気付けば2人で遊んでいます。学校から帰り、相手がいないと「穂乃香は?」「悠大は?」とお互い必ず聞いてきます。それには、2人が同じ誕生日、生まれた時間も15分しか違わないということも関係あるのでしょうか・・・(笑)。

今では2人も小学生になり、それぞれで過ごすことも多くなり、私自身も自分の時間が増えた反面、当初は淋しさもありました。2人が小さい時は、何をすることも精一杯で、もっと楽しんで子育てが出来ればよかったなあと、後悔すること・・・。しかし、しっかり成長してくれている証。これからは、また違った楽しみもあるかと期待しています。

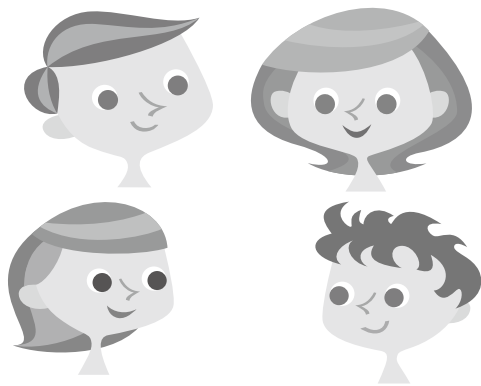
こんな2人の子育て、今は学校でのことや感じたことや思ったことなど色々な話をよく聞くように心掛けていますが、まだまだ!!。すぐ怒ってしまったり、話しかけられても、ついつい「後で!」と言ってしまうたり、日々反省ばかりです。私自身、もっと心に余裕を持ち、子どもとの

時間を楽しんで、大切にしていきたいようになりたいと思っています。

そして、この山北で子育て出来る良かったなと思うのは、自然の多い環境はもちろん、なんととっても地域のみなさまの温かさです。とくに近所の方には、登下校の時や、遊んでいる時など、声を掛けてくださったり、助けていただいたりと、感謝がたえません。

これからまだまだ大変な事もあるかと思いますが、色々な方の力を借り、もちろん夫とも協力して、笑顔で元気に育てていけるように頑張っていきたいと思っています。

(お話は、お母さんのなつみさん)



## 草刈り大好き もぐもぐ隊

11月中、平山地区と共和地区の荒廃地の草刈りのお手伝いをしに、長野県からもぐもぐ隊のみるく君とめえめえ君が山北町に来ました。

現在、地域の高齢化や農業等の担い手不足により、農地等の草刈りが課題となっています。その課題を少しでも解決するために、やぎを荒廃地に放牧し、草を食べてもらうことで荒廃地を減少させる活動をみるく君とめえめえ君のやぎが行っています。

今回山北町に来たみるく君とめえめえ君は一生懸命草を食べてくれて、荒廃地の草をきれいにしてくれました。



# お誕生おめでとう

地区	赤ちゃん	性別	保護者(敬称略)
萩原	平野 雄太郎	(男)	文雄・グエン、ティゴックニ
田中	樽本 瑞希	(女)	悠希・沙希子
宿井	上 楽水	(男)	英俊・香
尺里中	峯尾 悠馬	(男)	翼・美知子

## 善意の窓

納税道義の高揚のため  
 社団法人  
 小田原青色申告会様  
 100,000円

母子保健のため  
 藤本慶子様  
 100,000円

## 今月の町の動き

1/4	役場仕事始め
5	賀詞交歓会
6	消防出初式
9	成人式
23	キッズカーニバル

## おくやみ申し上げます

地区	氏名	性別	年齢	世帯主(敬称略)
平山	山口 高幸	(男)	77歳	本人
怒杭文化	福野 鷹次	(男)	80歳	〃
畑	新納 妙子	(女)	96歳	〃
〃	瀬戸 フサ	(女)	97歳	〃
平山	磯崎 キミ子	(女)	85歳	政雄
高松	武田 愛子	(女)	71歳	敏彦
山下	佐々木 敏子	(女)	78歳	峰一
古宿	瀬戸 重子	(女)	90歳	幸子

※今回の掲載分は、平成22年11月16日から平成22年12月15日までに受付したものです。  
 なお、掲載を希望されない場合は、届出をされる際に申し出ください。

## 町の人口と世帯 (12月1日 現在)

( )内は前月比

男	5,895人	(- 2人)
女	6,175人	(- 6人)
計	12,070人	(- 8人)
世帯数	4,220世帯	(+2世帯)

## まちのデータ

### 11月の降雨量

山北	103mm (166mm)
三保	129mm (200mm)

### 11月の平均気温

山北	9.8℃ (12.2℃)
三保	10.3℃ (11.1℃)

※( )内は平成21年の数値 山北の気温は、皆瀬川浄水場での測定値



# 歌会詠草

慌しきおおつごもりの昼下がりに地表しらじらと風花の舞う  
 石川 和子

(評) おおつごもりは大晦日の古語。日本の古きよき言葉である。何事も機械化が進み、日常生活が随分と簡便になった今でも、大晦日はまた格別、特に女性にとっては心身共に忙しい日である。朝早くから働き続けてもうこんな時間、とほっと一息ついて気付けば風花が舞っている。静かな年の瀬である。昼下がりという言葉のもつ雰囲気人間の営みと清らかな自然現象をすんなり繋いで味わいのある一首と思う。

(相原とき江記)

講習に往く吾が心晴れきたり海の煌めき見つつ走れば  
 内田 洋子

秋半ば「いやしの里」のすすき原富士よりの風渡りゆく見ゆ  
 川口 恵美

ヘルメット脱げばロングのドレス着て我でなき我敢えてたのしむ  
 後藤 一乃

この暑さしばらく続く予報にて夕の水遣り丁寧にする  
 佐々木 雅子

ちひろ描く昔の遊び「はないちもんめ」見つむれば歌の聞こゆる錯覚  
 武尾 ふじ子

帰省せし子はそっと包みを置きゆけり初給料の花とゴルフボール  
 高橋 喜美代

待望の花咲きしとて訪えばここぞと高き皇帝ダリヤ  
 鶴岡 幸子

豪州の水平線出する太陽のたちまち抱く南半球  
 山崎 文子

用水路の橋に声して未だ暑き地表を照らす二十日余の月  
 相原 とき江



# 山北の夜を照らす 光の祭典



クリスマスツリーとふるさと交流センター



様々な色で彩られた鉄道公園

12月12日から25日まで、山北駅前商店街、ふるさと交流センター周辺、鉄道公園広場で山北町商工会創立50周年記念事業として「2010 YAMAKITA 灯りのページェント」が行われました。

会場を訪れた方々は、クリスマスツリーや色とりどりの光で彩られたいつもと雰囲気の違う駅前商店街や鉄道公園を見て楽しみました。

## だれもが大切にされ いきいきと輝いた生活を

12月の人権週間にちなんで、12月4日(土)、中央公民館多目的ホールで「人権問題講演会」が開催されました。

本年度は、講師にカラージュのみなさんをお招きし、「人の絆、生命の尊さ・お互いを思いやる心」をテーマに音楽と一緒に話を頂きました。

生命の尊さやお互いを思いやる心、友だちを大切に作る心、ふるさとを想う心、日常にある差別や偏見に気づき、それに向き合う人の心など、日常の心のあり方としての人権とはどういう内容かを中心にお話頂き、講演を聞いた方は、「人権について改めて考えさせられました。人の心や自分の心を大切にしていこうと思いました」と感想を述べられました。



素晴らしい演奏をしてくださった  
カラージュのみなさん



役場各課の  
直通電話番号と  
メールアドレス



会計課 75-3640  
kaikei@town.yamakita.kanagawa.jp  
町民課 75-3641  
tyomin@town.yamakita.kanagawa.jp  
税務課 75-3642  
zeimu@town.yamakita.kanagawa.jp

福祉課 75-3644  
fukusi@town.yamakita.kanagawa.jp  
定住対策室 75-3650  
teijyuu@town.yamakita.kanagawa.jp  
生活環境課 75-3645  
seikatu-kankyo@town.yamakita.kanagawa.jp  
産業観光課 75-3646  
sankan@town.yamakita.kanagawa.jp  
都市整備課 75-3647  
toshi@town.yamakita.kanagawa.jp  
企画財政課 75-3652  
kikaku-zaisei@town.yamakita.kanagawa.jp  
生涯学習課 75-3649  
gakusyuu@town.yamakita.kanagawa.jp

学校教育課 75-3648  
kyoiku@town.yamakita.kanagawa.jp  
政策秘書課 75-3651  
seisaku@town.yamakita.kanagawa.jp  
総務防災課 75-3643  
soumu-bousai@town.yamakita.kanagawa.jp  
議会事務局 75-3653  
gikai@town.yamakita.kanagawa.jp  
健康づくり課 75-0822  
kenkou-c@town.yamakita.kanagawa.jp  
清水支所 77-2404  
bran-simizu@town.yamakita.kanagawa.jp  
三保支所 78-3006  
bran-miho@town.yamakita.kanagawa.jp