

やまきた

みんなで作る  
魅力あふれる元気なまち やまきた

4月29日山頂11時式典  
**大野山開**  
山北町観光



**特集1** / 一人ひとりができること  
ごみの減量と再資源化...2

**特集2** / 6月1日(木)から6月7日(水)は  
水道週間です...4

子育てっていいね!!・人物紹介コーナー...8

健康レポート...10

生涯学習センター通信...11



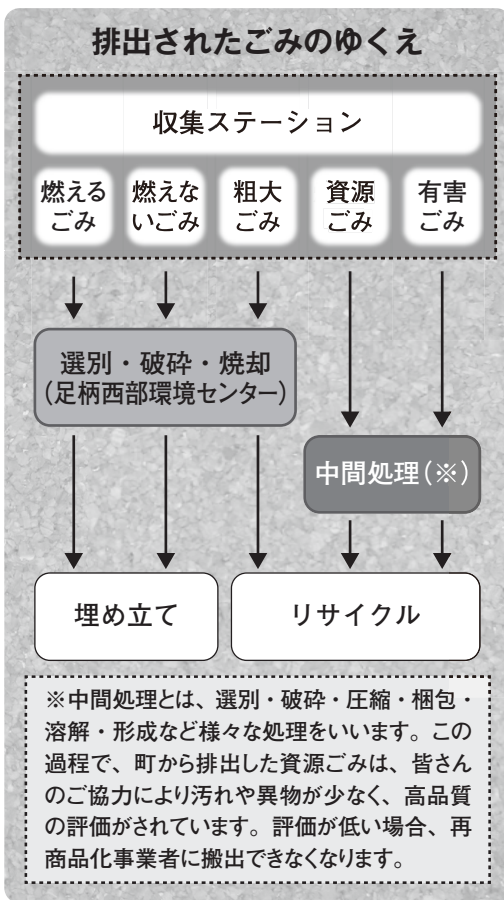
# 一人ひとりができること ごみの減量と再資源化

## —6月は「環境月間」です—



1972年6月にスウェーデンのストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して、国連では6月5日を「世界環境デー」と定めています。

日本では、環境基本法において6月5日を「環境の日」と定め、6月の1か月間を「環境月間」として設定し、環境問題についての関心と理解を深めるため、環境保全活動の普及、啓発に関する各種行事を実施することとしています。



**ごみの減量は、自然環境に与える負荷を大きく低減することができます。買った物はマイバッグを持ち過剰包装を避ける、不用品はフリーマーケットやバザーで活用する、再資源化を図るなど、日常生活の中でも環境のためにできることはたくさんあります。**

また、家庭から排出される生ごみは、約80%が水分であるとも言われています。水切りをすることで、重量を約10%減らすことができ、ごみの減量とともに悪臭対策にもつながります。

**一人ひとりができること**

私たちができる身近な環境保全には、ごみの減量と再資源化があげられます。美しい地球、美しい山北町の自然環境を50年後、100年後へと残せるように、まずは一人ひとりができることから始めてみませんか。

山北町分別早見表を参考に細かい分別にご協力ください。



**資源ごみ 分別されなければ ただのごみ**

私たちがごみとして排出しているものの中には、資源となる物や、まだまだ使うことができる物もたくさんあります。今まで、ただのごみとして捨てていた物の中にも、きちんと分別すればまだ再利用できる物も多く、ごみ処理にかかる費用や温室効果ガスの削減にもつながります。

**再利用できないものだから材料はリサイクルで**

皆さんが毎日使うティッシュペーパーやトイレットペーパーは使用後の再利用ができないものです。だからこそ、このペーパーを作るためには、リサイクルが重要です。

牛乳などの紙パックは、バージンパルプと呼ばれる大変良質な製紙原料から作られています。

紙パック（1リットル）6枚で、トイレットペーパー1個を作ることができますので、使用後は「切り開く・洗う、乾かす、まとめる」の手間をかけて、リサイクルしましょう。

**再び大切な資源やリサイクル製品へ**

こうして中間処理の過程を経た資源ごみは、製鉄所の燃料（コークス）となるほか、再商品化事業者（製品のメーカー）によってペットボトルや卵のパック、食品トレー、自動車の内装材など様々なものに再利用され、リサイクル製品として消費者に戻ります。



異物や危険物の混入がないか、手作業で確認が行われます

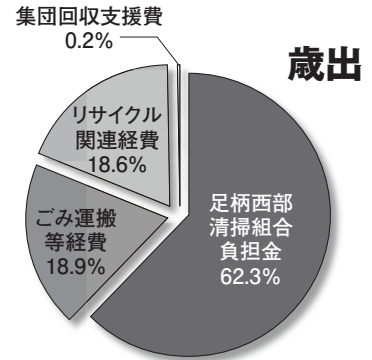
# 平成27年度の清掃・リサイクル事業にかかった経費

ごみ処理には多額の費用がかかっています

皆さんの家庭から排出されたごみは、燃えるものや燃えないもの、資源ごみなど種別にかかわらず、多額の処理経費がかかっています。ごみの減量化は、環境負荷低減につながるとともに、処理費用の抑制にも大きく関わってきます。

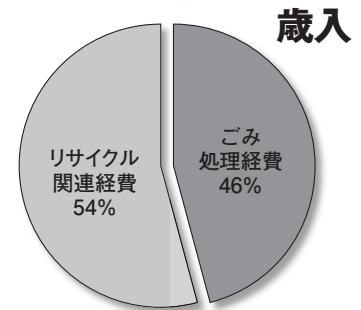
【歳出】 …… 175,609,804円

区 分	経費(円)
ごみ(可燃・不燃・粗大ごみなど)収集運搬処理経費	33,209,099
ごみ収集運搬経費	31,752,000
有害ごみ処理業務委託	1,457,099
リサイクル(ビン・缶など資源)関連経費	32,718,835
資源収集運搬経費(ペットボトル・容器包装プラスチック)	11,901,600
資源収集運搬経費(ビン・古紙など)	13,633,920
資源化経費(ペットボトル・容器包装プラスチック中間処理)	7,183,315
集団回収支援経費	419,270
資源回収奨励金	419,270
負担金	109,262,600
足柄西部清掃組合負担金(人件費・延命整備償還金含む)	109,262,600



【歳入】 …… 2,686,667円

区 分	経費(円)
ごみ処理経費(有料粗大ごみ処理券等収入)	1,239,840
リサイクル関連経費(有価物等再商品化費用拠出金)	1,446,827



【平成27年度 人口及びごみ・資源の回収量】

外国人登録を含む平成28年4月1日現在の人口	11,011人
ごみ回収量	2,474 t
資源回収量	626 t
集団回収による資源回収量	54 t

【経費の算出】

区 分	歳入 - 歳出(円)	1t当たりの経費(円)	1人当たりの経費(円)
ごみ処理経費(負担金含む)	141,231,859	57,086	12,826
リサイクル関連経費	31,272,008	49,955	2,840
集団回収支援経費	419,270	7,764	38
合 計	172,923,137	—	15,704

**3 Recycle (リサイクル)**

★再資源化する★

- 資源ごみは必ず分別して出す。
- 自治会・学校などの地域の資源回収に参加・協力を積極的に行う。
- 生ごみをたい肥化して活用する。(生ごみ処理容器など)

**2 Reuse (リユース)**

★再利用する★

- リサイクルショップ、フリーマーケットなどを活用する。
- マイボトル・マイ箸を使う。
- 長く使える商品を選んだり、修理して、物を大切に使う。

**1 Reduce (リデュース)**

★ごみを減らす★

- 生ごみの水切りをし、ごみの量を減らす。
- 食事は食べられる分量だけ作り、残り物を減らす。
- 詰め替え商品を買って、容器をごみとして出さないように心掛ける。
- 生ごみ処理容器などを使い、ごみの量を減らす。

**+1 Refuse (リフューズ)**

★不要なものを買わない★

- マイバックを持参し、レジ袋をもらわない。
- 買う時に、使うかどうかよく考えてから買い物をする。

ごみを減らすために  
1R+3Rを心がけましょう

【問合せ】環境課生活環境班  
(電話) 7513656

# 6月1日(木)から 6月7日(水)は 水道週間です

水道は、私たちの快適な暮らしや、様々な活動を支えるライフラインです。  
毎年6月1日から7日は「水道週間」として、水道を利用するみなさんの理解と関心を高めるため、全国的に水道に関する啓発事業が行われています。  
そこで、今回は、『水と健康とのかかわり』について紹介します。

## 健康のために

### 水を飲もう

#### 体内の水分量

私たちの体は、そのほとんどが水分でできていると言われていますが、その割合は年齢や性別、体型などによっても異なります。一般的な目安としては、成人男性で約60%、成人女性で約50%、55%、幼児で約70%、乳児で約75%が水分です。

体内の水分は、70%以上が体内の細胞に、およそ19%以上が組織と組織の間に、そしておよそ8%が血液にあるとされていて、体中で様々な働きをしています。

では、私たちは普段どれくらいの水分を摂取しているのでしょうか。例えば成人男性の場合、1日に摂取している水分の平均量はおおよそ2.5Lだとされています。ただし、2.5Lをすべて飲料から摂取しているのではなく、食物中に含まれている水分や体内でできる水分などをすべて合わせたのがこの量です。そして、このうちの0.3Lを呼吸から、0.6Lを汗から、1.5Lを尿から、0.1Lを便から、つまり摂取したのと同じだけの水分を1日で排出し、体内の水分バランスを保っています。

#### 水の役割

私たちが生きていく上で欠かせない水は、体内でどのような働きをしているのでしょうか。

#### ◇酸素、栄養の運搬

体内の酸素や栄養分、ホルモンなどは血液によって体の隅々まで運ばれます。また、体内の組織から老廃物を受け取って体外へ排出するのも血液の役割です。血液はその半分以上が血しょうという液体でできていて、この血しょうの91%は水分だとされています。

つまり、人体に必要な酸素や栄養は、水分がなくては運搬することができないのです。

#### ◇老廃物の排泄

体内に残った不要な老廃物は、排尿によって体の外へ排泄されます。健康な人が1日に排尿する量は平均でおおよそ1.5Lだと言われているので、体内に取り込む水分が不足している場合には、その排泄量も当然少なくなります。

体の中の水分が不足すると、熱中症や脳梗塞、心筋梗塞、脱水など様々な健康障害のリスクの要因となります。食事に含まれる水分や体内で作られる水分だけでは不足しがちな水分を、飲み水として意識してとることが大切です。

## ◇体温調節

個人差はありますが、大人の平熱は36〜37℃程度で、普段は天候や気温に左右されることなくほぼ一定に保たれています。体温が上がると人は体調を崩し、場合によっては命に関わる症状を引き起こすこともあるため、体温調節は生命を維持する上でもとても重要な機能の一つです。そして、この体温調節に欠かすことができないのが体内の水分です。気温が低いときには体内で対流して体温の低下を防ぎ、反対に気温が高くなると汗をかくことで水分を蒸発させることで体温が上がりすぎを防いでいます。



このように、体の大部分を占める水分は、健康な生活のために欠かせないものです。そして、水道の蛇口をひねれば出てくる水道水は、私たちがとって一番身近な、健康維持のための「水」ではないでしょうか。

## 安全で安心な水道水

今、蛇口をひねればいつでも安全で安心な水道水を利用することができます。この「いつでも」とは、24時間休みなく水道水が作られているということです。そして、「安全で安心」とは、定期的に水質検査を行い、厚生労働省で定められた厳しい基準を満たし、安心して利用できる水道水がみなさんのところに送り届けられているということです。

町は、今後も安全で安心な水道水を安定して供給できるように努めていきます。

## 「水」を使って夏を涼しく

まもなく、本格的な夏が到来します。健康を保つための水分補給のほか、涼しく過ごすための打ち水や水まき、子どもたちが遊ぶプールなど、「水」が果たす役割がますます増える季節となります。安全で安心な水道水を上手に活用して、暑い夏を元気に過ごしましょう。

参考 「健康のために水を飲もう」

推進運動／厚生労働省

## 皆瀬川第2配水池

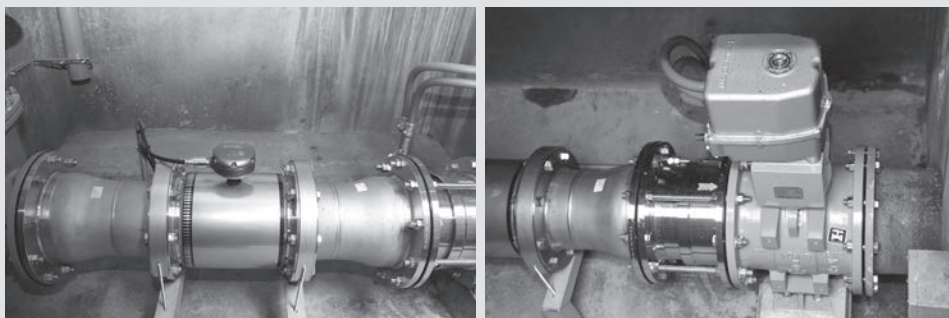
## 緊急遮断弁を更新しました

緊急遮断弁は、大地震などの災害時に配水管の破損事故などで配水池からの大量な水の流出による二次災害を防ぐことと、配水池に飲料水などを確保することを目的として、町内では皆瀬川第1配水池、同第2配水池、丸山配水池に設置されています。配水池に設置してある地震計が大きな揺れを感じると、自動的に緊急遮断弁が作動し管路を閉じて、配水池に水を蓄えるようになっていきます。

この内、皆瀬川第2配水池に設置されている緊急遮断弁と流量計が老朽化していたため、平成28年度に更新工事を実施しました。

災害時には、最大で皆瀬川第1配水池に1,000m<sup>3</sup>、同第2配水池に1,500m<sup>3</sup>、丸山配水池に1,500m<sup>3</sup>の水道水が確保(※)できることになっています。

※緊急遮断弁は、必ずしも配水池の水をすべて遮断し断水してしまうというところではなく、初期消火活動などに必要な水を供給することも考慮し、閉度が設定できるようになっています。



更新された緊急遮断弁（写真右）と流量計

【問合せ】上下水道課管理班

(電話) 7513645

# 健康ポイントノートでポイントを貯めて お得に健康づくり!!



健康づくり  
ポイント事業の  
参加方法

## ～健康づくりポイント事業のご案内～

### お持ちですか?【健康ポイントノート】

運動は毎日続けることが大切だとわかっていても、なかなか続かない…。そんなみなさんの健康づくりを支援するために、町では健康づくりポイント事業を実施しています。

「健康ポイントノート」に、毎日の健康づくりの取り組みや健診などへの参加をポイントとして記録し、ポイントを貯めながら健康と記念品が獲得できるお得な事業です!!

#### ①健康ポイントノートはどこでもらえるの?

健康福祉センター・保険健康課(役場)・生涯学習センター・清水支所・三保支所で配布しています。

#### ②参加資格はあるの?

山北町民の方なら誰でも参加できます。年齢制限もありません!

#### ③いつから参加できるの?

取組期間は毎年4月1日～3月31日までの1年間。いつでも始められます!  
※ポイントの年度繰り越しはできません。

#### ④ポイントノートへの記録は?

取り組んだ日の取り組んだ項目のポイントに○をつけるだけです!

#### ⑤記念品の交換はどうすればいいの?

健康福祉センターの1階窓口で記念品の交換ができます。ポイントノートをご持参ください。  
※記念品交換の期限は、翌年度4月末となります。

#### ⑥記念品は何があるの?

町ごみ袋(100P)、パークゴルフ場利用券(200P)、さくらの湯利用券(400P)、町商品券(500P)。

## 28年度の健康づくりポイント事業 高ポイント獲得者のご紹介!

第1位 細川 静子さん  
年間ポイント総獲得数 1,087ポイント

#### 細川さんのコメント

《主な取り組みはなんですか?》 毎日1時間のウォーキングと週に一度集会所で輪投げ練習に参加しています。  
《ポイントノートに参加して》 毎日、自分の取り組みを記録するのが楽しくて、サボりたいなあと思う気持ちに勝って、ウォーキングを続けるきっかけになっています。



### 平成28年度に取り組まれた方の中から、高ポイントを獲得された方々をご紹介します!

1,001ポイント	井上 喜子さん	913ポイント	佐藤 恵子さん	791ポイント	牧田 洋子さん
943ポイント	村松 修子さん	840ポイント	大鐘 道代さん	760ポイント	増田 英機さん
937ポイント	林 よう子さん	801ポイント	江口千恵子さん	712ポイント	藪田 芳二さん

参加者の方の  
声をご紹介します!!

健康づくりポイント事業に参加して運動の頻度が上がりました!

健康ポイントノートへの記録が健康づくりの取り組みを続けるきっかけになりました!

健康づくりポイント事業に参加して健康の取り組みをするようになりました!

まだ健康づくりポイント事業に参加したことのない方は、この機会にぜひ参加してみませんか?

【問合せ】 保険健康課健康づくり班 (健康福祉センター) (電話) 75-0822

# 臨時議会開催

議長に 府川 輝夫氏  
副議長に 瀬戸 顯弘氏

5月10日に開催された臨時議会において、正・副議長の選挙、各常任委員会  
の選任などが行われました。結果は次のとおりです。(敬称略)

※◎は委員長(分科会長)、○は副委員長(副分科会長)。

## 【正・副議長】



議長 府川 輝夫



副議長 瀬戸 顯弘

## 《福祉教育常任委員会》

- ◎鈴木 登志子
- 児玉 洋一
- 熊澤 友子
- 原 憲司
- 石田 照子
- 瀬戸 顯弘
- 庄野 京子

## 《広聴分科会》

- ◎原 憲司
- 渡辺 良孝
- 瀬戸 顯弘
- 鈴木 登志子
- 小栗 直治
- 川村 俊治

## 【議会運営委員会】

- ◎瀬戸 恵津子
- 児玉 洋一
- 井上 正文
- 瀬戸 顯弘
- 鈴木 登志子
- 小栗 直治

## 【監査委員】

- 渡辺 良孝

## 【一部事務組合議員】

- 《足柄上衛生組合》
- 府川 輝夫
- 鈴木 登志子

## 《足柄西部清掃組合》

- 府川 輝夫
- 瀬戸 顯弘
- 小栗 直治

## 【常任委員会】

### 《総務環境常任委員会》

- ◎小栗 直治
- 井上 正文
- 藤原 浩
- 瀬戸 恵津子
- 川村 俊治
- 渡辺 良孝
- 府川 輝夫

### 《広報分科会》

- ◎藤原 浩
- 熊澤 友子
- 井上 正文
- 児玉 洋一
- 瀬戸 恵津子
- 庄野 京子



山北町議会議場

## 社会教育委員が決まりました

社会教育に関する計画の立案や、社会教育を推進するための調査・研究、社会教育委員だよりの発行などをしていただく社会教育委員が決まりました。任期については、平成29年4月1日から2年間です。(敬称略)

- 高橋 正・清水 隆 (山北地区) 江上 徹 (共和地区)
  - 小西 澄夫・瀧澤 康子 (岸地区) 細谷 俊一 (清水地区)
  - 瀬戸 尊至・石田 幸雄 (向原地区) 湯川 嘉一 (三保地区)
  - 諸星 カツ (文化団体連絡協議会代表) 山口 徳一 (PTA連絡会代表)
  - 近藤 千津子 (婦人会連絡協議会代表) 中村 有佐 (校長園長会代表)
- なお、次の方が退任されました。ありがとうございました。
- 河合 剛英議長 (岸地区) 武 昭好副議長 (山北地区)
  - 井上 美江子 (共和地区) 猪狩 利夫 (向原地区)
  - 高橋 隆史 (三保地区) 白井 明宏 (PTA連絡会代表)
  - 米山 孝 (校長園長会代表)

【問合せ】生涯学習課生涯学習スポーツ班 (電話) 75-3649

## 民生委員児童委員が決まりました

欠員のありました地域について平成29年5月1日付けで町の民生委員児童委員が決まりました。

任期については、残任期間である平成31年11月30日までです。(敬称略)

### 【担当地区】清水北部

(山市場・川西平山・湯本平・神縄)

小笹 裕

### 【問合せ】福祉課福祉推進班

(電話) 75-3644

## 町職員の人事異動 (敬称略)

(平成29年5月1日付け)

所属	氏名	備考
町民税務課 税務班 主幹	川口 貴幸	神奈川県から派遣
町民税務課 税務班 主任主事	松山 慎	平成29年7月31日まで



## 山口 利一さん

やまきた定住協力隊隊長  
(三保地区担当)



山口利一さんは、やまきた定住協力隊発足当初から隊員として活動し、平成26年4月からは隊長を務められ、移住希望者への対応や町内の物件の掘り起こしなどを行い町の定住対策にご尽力されています。今回は、山口さんにお話を伺いました。

### 定住協力隊として どのような活動をされていますか。

地域の空き家調査や物件の掘り起こしなどを行っているほか、町外からの移住希望者を対象に、年に一回空き家見学ツアーを開催しています。空き家見学ツアーでは、地元の方々にもご協力いただきながら、みかん狩りを行ったり、しし鍋を提供したり、参加者に山北町の良さを知っていただけるように工夫しています。また、昨年度初めて町に移住してきた方々の交流を目的に移住者交流会を開催しました。

### 活動をしている中で心がけていることや うれしかった出来事をお聞かせください。

移住者を迎え入れる私たちが、まずは楽しむということを心掛けています。移住を希望している方に楽しさや安心を体感していただけないと実際の移住にはつながらないと思っています。隊員同士の親睦を深め、移住希望者の方を良い雰囲気迎え入れる体制を整えることが大切だと感じています。また、今までの活動が徐々に地域にも浸透してきており、地域の方から空き家などについての相談を私にしてもらえるようになってきたことはとてもうれしい事だと思っています。

### 今後の目標や力を入れていきたい 活動などを教えてください。

今までの活動を継続しながら、幅広い世代が生活しやすい環境を整えていくことが目標です。地域のまとまりを大切に、良い人間関係を構築することで、そこに住む人が安心して暮らせる町になり、人口の減少を食い止め、移住者の受け入れへとつながってくると考えています。また、移住者の方々にも町の良さを一緒にPRしてもらうとともに、コミュニティづくりを積極的に行い今後の活動に生かしていければと思っています。移住希望者の受け皿を増やすためにも、空き家などの情報をお持ちの方は積極的にご連絡ください。



岩井さんご家族 峰下

お父さん 岩井 侑輝さん

お母さん 凧沙さん

はるき  
遥輝くん 5か月



私は、京都からこの山北町に嫁いできました。

出産を機に主人の実家で暮らし始めてはよいもので半年が経ちます。

慣れない環境での出産、育児。不安だらけで手探りなスタートでしたが山北町の子育てに関するサポートや母の経験などを参考になんとかやってきました。

遥輝を連れて近所のお店に行った時の事です。

お店の方や、お客さんに次々に抱っこされ「お父さんにそっくり」、「清水の宝よ」なんて言われて我が子もニコニコ笑って答えていました。

みなさんに声をかけてもらえる散歩が遥輝は大好きです。

産まれた頃はおっぱいを飲んで、寝るを繰り返していた遥輝も最近では起きている時間が長くなりあやせば笑顔を見せてくれて、成長したなあつくづく感じます。今では寝返りができるようになり得意げにごろごろしています。ますます目が離せなくなり笑顔の絶えない幸せな毎日をご過ごしています。遥輝の事になると家族全員必死です。実はこの文章も締め切り当日の朝に家族で考えました。(笑)

主人はもちろん両親や近所のみなさんにささえられてここまでできました。子どもを通して人との繋がりが出来た事に感謝の日々です。これからも遥輝が元気に成長できる様に家族で協力していきたいと思います。

来年のお年玉楽しみです。

(お話は、お母さんの凧沙さん)



## 空き家を定住促進に活用しませんか？

近年、山北町でも人口の減少対策として、定住促進のために様々な事業を行っており、町外へ情報を発信しています。最近になってその成果がはじめ、『山北町に家を借りて住んでみたい』『自然豊かな地域の近くに家を建てたい』などの問い合わせが多く寄せられるようになりました。

しかし、山北町へ移住を希望している方に対して貸家や売家、売地などが十分に確保されていないため、物件を紹介できないというのが現状です。



## 物件を提供してみませんか？

人口減少に歯止めをかけ、若い世代の方に山北町に来てもらうためにも町民のみなさんのご協力が必要です。ぜひみなさんがお持ちの空き家、空き地を町の空き家バンクに登録し、移住希望者へ提供してみませんか。

## 安心して相談してください!!

物件の所有者と移住希望者との仲介や契約手続きに関しては、町と提携を結んだ神奈川県宅建協会の会員である専門の不動産業者が行います。契約段階からは民間の賃貸物件や売却物件と手続きなどはほぼ変わりませんのでご安心ください。

## 空地活用に賃貸住宅という選択肢を足してみませんか？

町では、住まいづくり応援制度として新築祝金・空家活用助成金・勤労者等利子補助金制度で移住者などのサポートを行ってきました。

このたび、町内の空き地を活用し、小規模賃貸住宅を新築した方に20万円を交付する空地活用助成金を新たに開始いたしました。空き地の活用を検討されている方はお気軽にご相談ください。

- ※空地活用助成金の申込みには空き家バンクへの登録が必要です。
- ※空き家バンクへの登録は指定の様式にて簡単に登録できます。
- ※右のチラシを役場・各公共施設にて配布しています。詳細はチラシ、または定住対策課までご連絡をお願いします。



私たちが定住協力隊です!!

## やまきた定住協力隊の取組み

町では定住促進のために「やまきた定住協力隊」を組織し、山北・岸・向原・共和・清水・三保地域の各地域に1名ずつ隊員を配置しています。隊員は各地域の物件の掘り起こしや情報収集を行っていますので、隊員がお伺いした際にはご協力していただけますようお願いいたします。また、今後、町へ移住した方にも協力隊になっていただき、移住定住のサポートをしていきます。

- 山北担当隊員：津田 憲一郎(副隊長)  
 岸 担当隊員：福岡 健一  
 向原担当隊員：荻野 勝明  
 共和担当隊員：岩本 貞行  
 清水担当隊員：武尾 良夫  
 三保担当隊員：山口 利一(隊長)  
 アドバイザー：佐藤 和寛  
 (県宅建協会会員)

### ..... 平成28年度 空き家バンクの実績 .....

#### 1. 空き家バンク登録 新規登録件数

貸家・共同住宅	8件
売家・売地	3件
借地	1件
貸店舗	1件
合計	13件

#### 2. 空き家バンク利用 成立件数

貸家・共同住宅	12件
売家・売地	3件
合計	15件

転入	12世帯
	24人
転居	3世帯
	11人
合計	15世帯
	35人

空き家・空き地を提供したい方はお気軽にお問い合わせください!!



定住促進マスコットキャラクター

◎制度開始からの累計実績（平成21年度～平成28年度）  
 転入65世帯 転居57世帯 合計122世帯（285人）

【問合せ】定住対策課定住対策班  
 (電話) 75-3650

## 構造改革特別区「教育特区」の認可を受けました!!

町では、平成27年4月から旧三保中学校の跡地利用と地域振興を目的に、株式会社が設立する通信制高等学校を誘致するための教育特区認可申請を国に対し行っていました。このたび、5月22日に教育特区の認可を受けました。



この認可を受けたことにより、町は株式会社が設立する学

校設置に関し許認可権が与えられたこととなります。

今後、通信制高等学校を設立する会社から、学校の設置認可申請書が提出され、町で審査を行い、学校設置が認められれば、早くも29年9月から学校の運営が始まることとなります。

町では、教育特区を推進することにより、地域特性を生かした人材育成と町内全域での消費拡大など地域振興につながることを期待しています。

【問合せ】学校教育課教育班 (電話) 75-3648

# 健康レポート

## がんを防ごう！

### 「がん検診」とは？

みなさんは年に1回、定期的に職場や学校で「健康診断（健診）」を受診していると思います。一般的な健診は対象の病気を定めずに、身体に異常がないかどうかを調べます。

それに対し、「がん検診」は特定の病気に絞って調べる「検診」です。

### がん検診の目的は？

がん検診の目的は、がんを発見するだけではなく、検診の対象となる人たち（集団）の死亡率や病気になる率を低下させることです。

胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮がんの5つのがんは、検診を受けることで早期に発見でき、さらに治療を行うことで死亡率が低下することが科学的に証明されています。



### 検診のメリット・デメリット

がん検診のメリット・デメリットを知ったうえで検診を受けましょう。

#### メリット1 救命

最大のメリットは、早期発見、早期治療による救命です。

#### メリット2 早期発見

早期であれば、治せる可能性も高く、身体的負担、経済的負担が少なくて済みます。

#### メリット3 防止

がんになる前段階のポリープや潰瘍、異常な細胞を見つけ、必要に応じて治療をすることで、がんになることを防ぐことができます。

#### メリット4 安心

「異常なし」と判定されればひとまず安心です。しかし、日本人は2人に1人ががんを患う時代、定期的な検診の受診を欠かさないでください。

#### デメリット1 100%ではない

がんの種類や発生場所によって見つけづらいことがあります。

#### デメリット2 身体に負担

検査によっては身体に負担がかかってしまうことがあります。また、レントゲン検査による放射線の被ばくの問題があります。

### がんを防ぐための新12か条

これは日本人を対象とした調査・研究で明らかとされている証拠をもとにまとめられたものです。

1. たばこは吸わない
2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
4. バランスのとれた食生活を



## 湯

健康福祉センター

### 【さくらの湯】通信

今月のイベント日

6月21日(水)「梅」風呂

6月26日(月)風呂(ふる)の日

・毎月26日を風呂の日とし、当日ご利用された方全員に、次回平日ご利用割引券を差し上げます。

※詳しくは、町HPなどをご覧ください。



5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物は不足にならないように
7. 適度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌の感染予防と治療
10. 定期的ながん検診を
11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
12. 正しいがん情報でがんを知ることから

#### 【問合せ】

保険健康課健康づくり班

(電話) 75-0822

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

# 生涯学習センター通信 No.39

編集発行 山北町立生涯学習センター 〒258-0113 足柄上郡山北町山北1301-4 ☎0465(75)3131 Fax0465(75)3030

お知らせ

## 図書室の利用時間が 変わります

平成29年7月1日(土)より、図書室の利用時間が変わります。  
変更は次のとおりです。ご注意ください。



現行：午前9時～午後6時  
(貸出しは午後5時まで)



変更後：午前9時～午後5時15分

☆図書貸出時間…午前9時から午後5時15分まで  
(貸出し時間は、現行より15分延長されます)

☆まなび室の利用時間も午後5時15分までとなります。  
これに伴い、生涯学習センターの閉館時間は午後5時15分  
(夜間利用のある日を除く)となりますので、ご注意ください。

## お知らせ

## ● 第22回山北クラシック音楽連盟コンサートを開催します!

日 時：6月18日(日) 14:00開演(13:30開場)

場 所：多目的ホール

内 容：グリーグ作曲「ペール・ギュント」ほか

入場料：800円

問合せ：治療室みやざと TEL (76) 3714



## ● 七夕飾りを作ろう!

昨年の様子▶

7月7日は七夕です。生涯学習センターでは、七夕飾り用に竹を6月30日(金)から7月7日(金)までの期間、1階ホワイエに設置します。

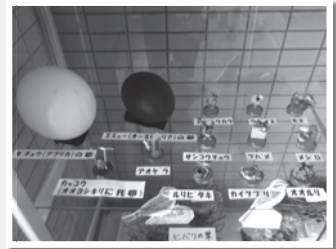
会場にはたくさんの短冊や折り紙などを用意しますので、叶えたい願い事を書いて飾ってみませんか?多くの方のご来場をお待ちしております。



## ● 展示「鳥の巣と卵」

鳥の巣や卵にちなんだ、様々な展示を行っています。鳥の写真やその鳥の巣、実際の卵や卵を使った加工品などを紹介しています。ぜひご覧ください。

※展示を見た後は、さらに詳しく鳥のことについて図書室で調べてみましょう!



## ● やまきた拍子木の会が神奈川県図書館協会表彰を受賞

4月20日、神奈川県図書館協会総会において、やまきた拍子木の会が神奈川県図書館協会表彰を受賞されました。

やまきた拍子木の会は、平成7年に山北町立中央公民館の紙芝居制作ボランティアとして設立され、山北町の民話や歴史を題材にした手づくり紙芝居の制作を行っています。

※制作された紙芝居は図書室で貸し出しを行っています。

また、縦2メートル、横2.4メートルの大型紙芝居の制作も行っており、年に1回開催される生涯学習センターフェスティバルで上演するほか、小中学校や町内外の催しへ出向いて紙芝居の上演を行うなど、図書室及び地域での読書活動普及と地域の民話や歴史の伝承に貢献された功績が称えられ表彰されました。

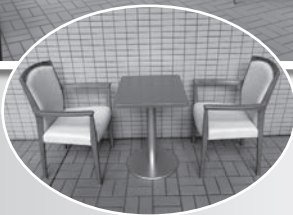


▲大型紙芝居上演の様子  
(生涯学習センターフェスティバルより)



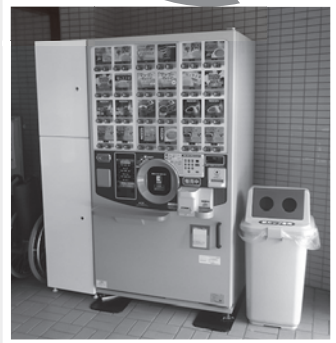
▲大型紙芝居制作の様子

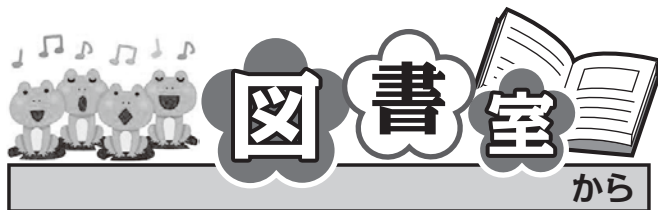
## テーブルセットと自動販売機を 設置しました!



1階ロビーにテーブルセットを3セット設置し、また、1階出入口近くに紙コップ式の自動販売機を設置しました。

1階ロビーでは飲食ができますので、生涯学習センターへお越しの際は、ぜひご利用ください。





## ☆ 新着本案内 ☆

## ◆ 一般書

書名	著者名等
日本の美しい庭園図鑑	大野 暁彦他
一度は訪れてみたい日本の美しい庭園55。	
パナマ文書	オーバーマイヤー
世界を震撼させたスクープの全容。	
城をひとつ	伊東 潤
関東の覇者・北条氏を支えた大藤一族の戦い。	
諦めない女	桂 望実
小学一年の娘が忽然と姿を消し母は狂乱するが…。	
素敵な日本人	東野 圭吾
登場人物が誰かに似ている…極上の短編ミステリー。	

(ほか)

## ◆ 児童書

書名	著者名等
ひとりになったライオン	夏目 義一
群れを離れ単独で狩りをするライオンの成長を描く。	
ナビラとマララ	宮田 律
対テロ戦争に巻き込まれた二人の少女のその後。	
フラダン	古内 一絵
フラダンス愛好会に集められた男子高校生の青春。	
にいちゃんのなみだスイッチ	いとう みく
ぼくのにいちゃんは泣き虫だ。だけど…。	
もりのとしょかん	ふくざわ ゆみこ
森にすてきな図書館ができるまでを描く心温まる絵本。	

(ほか)



## 本は雨がきれい

本は湿気がとても苦手。水に濡れてしまうとふやけたり破れやすくなってしまいます。

みんなが気持ちよく本を読めるように、雨が降っている場合は、濡れないように、ビニール袋やバッグに入れましょう。

※バッグの中に冷たい飲み物等が入っている時もご用心。ペットボトルについた水滴で本が濡れてしまう場合もあります。

おはなしボランティア「ポケット」による  
おはなし会

6月17日(土) 担当：汽車ポッポ  
しかけ紙芝居

『たっちゃんのとるてるぼうず』ほか

●時間 10:30~11:00

●場所 親子室(図書室内)

※申込みの必要はありません。

時間までにお越しください。

※毎月第3土曜日に開催します。

おすすめ本  
コーナーより

図書室では、月ごとにテーマを変えておすすめの本を紹介しています。今月のテーマは以下の通りです。

## ★「キミ本大賞決定!!」★

全国の中学・高校教師が生徒に最も読んでほしい本を選ぶ「君に贈る本大賞」(キミ本大賞)。3回目となる今年は43都道府県から1,450人もの先生が投票しました。その上位本を展示しています。

## 👑 1位

『夢をかなえるゾウ』  
水野 敬也/著



## 👑 2位

『一瞬の風になれ』1~3  
佐藤 多佳子/著



## 👑 3位

『風が強く吹いている』  
三浦 しをん/著



## ★「おとうさんの本」★

6月18日(日)は「父の日」です。ゆかいなお父さん、おっちょこちょいのお父さん…。子どもの本にはいろいろなタイプのお父さんが登場します。

※このほかにも、たくさんの方に本を手にとっていただけるよう、いろいろな本を紹介していきますので、ぜひ図書室へお越しください!



# 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。

6月	催し物名	場 所	開始時刻	対象	主催者・問合せ
3 土	第3回山北町社会福祉大会	多目的ホール 第1・2・3会議室	9:00	自 由	社会福祉協議会 ☎(75) 1294
	本のリサイクル展(～11日)	1階ロビー	9:00	自 由	生涯学習センター
	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
10 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
13 火	山北写真同好会 室伏功夫個展 (～26日)	1階ロビー	13:00	自 由	室伏 功夫 ☎(75) 0126
17 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
	おはなし会	図 書 室	10:30	自 由	生涯学習センター
18 日	第22回山北クラシック音楽連盟 コンサート(有料800円)	多目的ホール	14:00	自 由	山北クラシック 音楽連盟 宮里 ☎(76) 3711
24 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
	青少年健全育成大会	多目的ホール	13:00	自 由	生涯学習課 ☎(75) 3649
30 金	七夕飾りを作ろう!(～7月7日)	1階ホワイエ	9:00	自 由	生涯学習センター
7月(前半)	催し物名	場 所	開始時刻	対象	主催者・問合せ
1 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
8 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
15 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	10:00	申込者	生涯学習センター
	おはなし会	図 書 室	10:30	自 由	生涯学習センター

## 休館日

※生涯学習センター(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。

6月						
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	

7月						
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					



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～

生涯学習センターでは、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。

## お誕生おめでとう

地区	赤ちゃん	性別	保護者(敬称略)
中下清水	藤山 玲奈 <sup>れいな</sup>	(女)	大輔・恵
尺里東	宇野 希 <sup>のぞみ</sup>	(女)	史朗・ひとみ
下本村	杉山 佳輝 <sup>けいき</sup>	(男)	真輝・春佳

## おぐやみ申し上げます

地区	氏名	性別	年齢	世帯主(敬称略)
台	藤澤 久男	(男)	85歳	本人
馬場	工藤 光友	(男)	73歳	〃
堂山	佐々木 和夫	(男)	72歳	〃
尺里中	瀬戸 達司	(男)	66歳	〃
村雨	中戸川 順次	(男)	92歳	〃
共和西	瀬戸 正見	(男)	77歳	〃
南原	本杉 佳奈子	(女)	78歳	伸夫
尺里西	吉浦 カヨ子	(女)	83歳	鶴見浩和
共和東	瀬戸 サト	(女)	95歳	隆雄
畑	高橋 富久野	(女)	89歳	忠

※今回の掲載分は、平成29年4月16日から平成29年5月15日までに受付したものです。  
なお、希望された場合のみ掲載しています。

## 今月の町の動き

- 6 / 3 山北町社会福祉大会
- 4 酒匂川統一美化  
クリーンキャンペーン
- 24 青少年健全育成大会



▲昨年の青少年健全育成大会の様子

### 町の人口と世帯 (5月1日現在)

	人口	内は前月比
男	5,261人	(-7人)
女	5,485人	(-10人)
計	10,746人	(-17人)
世帯数	4,230世帯	(+1世帯)

## まちのデータ

### 4月の降雨量

山北	177mm (186mm)
三保	192mm (202mm)

### 4月の平均気温

山北	16.7°C (16.8°C)
三保	13.4°C (14.0°C)

※( )内は平成28年の数値

## いきるまがし

卓袱台<sup>ちやくぶだい</sup>の夫のメモ書チューリップ 高瀬 益子

(評)卓袱台とはなつかしい。使う時に出し、後はさつと片付けられる便利さが、私も気に入っていた。その、たぶん夫婦二人の卓である卓袱台に夫のメモが置いてあった。その目の先の庭にはチューリップが色とりどりに咲いている。ひとつの景の掲示だけなのに、読後伝わってくるこの温かさは何だろうと思う。日常のひとつと駒で、ここまでの佳句が生まれる良い例だと思う。(中山妙子 記)

句仲間と昼のカレーや若楓  
脳トレのちらし掌柿若葉  
夏近し園児の手足ぬつと伸び  
路地抜ける郵便バイク柿若葉  
もと通りたたむ古地図や柿若葉  
この里に暮らし至福の初音聴く  
豆飯や声にして読む家庭欄  
友の句や病を知りし花の冷え  
白牡丹気高き薫り漂わす  
未だ見れる地元の桜最後まで  
背も低くなりし友の背茶摘み唄  
無住寺の人影もなく著我<sup>しづが</sup>の雨  
夏近し水面光りぬダムの朝  
マジシャンの帽子と鳩や団子花  
仏生会両足痺れ風あまし  
春愁や笑みのないまま鏡伏せ  
山遍路眉間弛ます草芳<sup>かほ</sup>  
大空にとどけと願うしゃぼん玉  
春一番手鏡そつとのぞく駅  
春天にとどく吊橋風が哭く

石田 加津子  
瀬戸 余音子  
竹下 由里子  
和田 恵美子  
小塚 英子  
柳川 楊雨  
古瀬 房江  
武尾 てる子  
高橋 秋月  
尾崎 重司  
瀬戸 恵津子  
稲葉 末江  
湯川 ゆうじ  
金子 和夫  
吉田 誠次  
関田 幸子  
玉置 雅扇  
木村 加代子  
尾崎 幸子  
中山 妙子



## 町内の災害等出動状況

4月1日から4月30日まで (小田原市消防本部)

火災 1件

救急 49件

救助 6件

# やまきた アルバム

四季折々の  
山北のイベント



## 今月の表紙

### 「大野山開き」



今月号の表紙は、4月29日に行われた大野山開きでのワンシーンです。当日は快晴の中多くの方が訪れ思い思いに過ごしていました。今年も多くの方に大野山へ訪れていただけることを願っています。

## 今年もやってきました登山シーズン 大野山開き開催!!



4月29日、共和地区にある大野山山頂で、登山者の安全を祈願する大野山開きが開催されました。当日は快晴の中多くのハイカーや家族連れが山頂に訪れ、360°の眺望やコーラスグループの美しいハーモニー、フォルクローレの陽気な音色に耳を傾け穏やかな一日を楽しんでいました。

また、今年も登頂証明書が配付されました。



▲ 毎年恒例の牛乳の無料配布



登山者の安全を祈願



▶ みんなで楽しく「ハイ、チーズ」

▶ 町長から登頂証明書を手渡し



## 自治会長・広報委員研修会を開催



自治会長及び婦人会長を対象に、平成29年度自治会長研修会並びに広報委員研修会が、4月27日に生涯学習センターで開催されました。



活発な意見交換が行われました。



代表して河合連合自治会長に委嘱状が手渡されました。

この研修会は、行政と住民のパイプ役であり、地域の代表として活躍されている皆さんに、町の仕事や町からお願いすることなどを説明するために開催されたものです。

当日は、広報委員、社会福祉協議会福祉協力委員、足柄上地区防犯協会防犯連絡員の委嘱などが行われました。