



10 / 2

秩父別中学校3年生を対象とした「思春期教室」が町老人福祉センターで開催されました。生徒たちは、妊婦さんやお母さんのお話を聞いたり、実際に赤ちゃんを抱っこしたりして、「いのちの大切さ」について学びました。

広報に掲載した写真をご希望の方、広報に関するご意見ご要望は、総務課総務グループ（広報担当）までご連絡ください。  
※写真は電子メール送信による提供も可能です  
・電話 33-2111（内線32番）  
・メール kouhou@chippubetsu.jp



10 / 10

秩父別中学校1年生の22名が、役場庁舎内で「総合学習」を行いました。生徒たちは5班に分かれ、チーベルくんの名前の由来など自分たちで決めたテーマをもとに、役場職員に質問しながら調査活動を行いました。



10 / 6

秩父別中学校吹奏楽部による「第29回定期演奏会」が開催されました。日頃の練習の成果を発揮した素晴らしい演奏や多彩なパフォーマンスで、大勢の来場者から盛大な拍手が送られました。



10 / 13

「田舎の親戚」主催による環境整備と「感謝祭」が、なつみの里で開催されました。感謝祭では、利用者が育てた野菜の料理などが振る舞われ、今シーズンのなつみの里での生活を振り返り、思い出話に花を咲かせていました。



10 / 12

秩父別小学校で学芸会が行われ、各学年による演劇やダンス、合唱、器楽演奏が披露されました。朝早くから集まった大勢の保護者たちからは、演目が終わるたびに大きな拍手が送られ、会場は大いに盛り上がりました。



農業委員会主催による新米試食会が役場講堂で行われました。食味を決めるとされるタンパク値が異なる2種類の新米ご飯が用意され、味や食感・香りやねばりといった点を比べながら味わっていました。



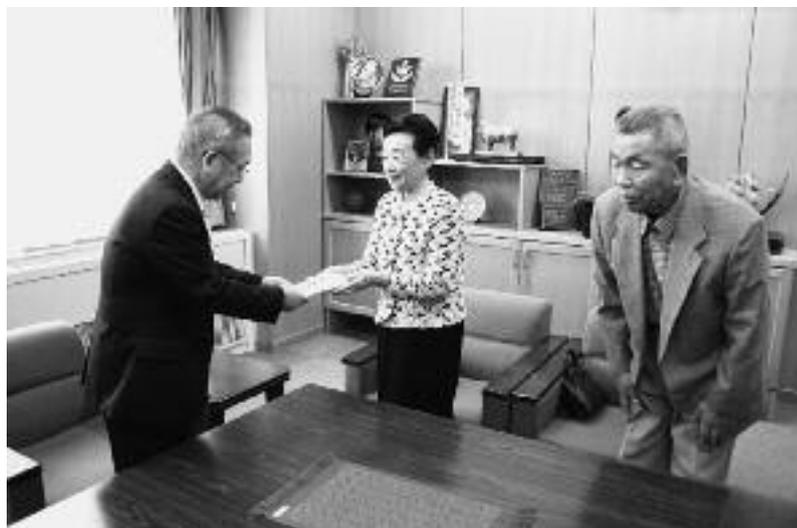
まちづくり協働隊主催によるフットパスが開催されました。昨年に続き2回目となる今年も、町内フットパスコース（約9km）を完歩し、参加者はコース途中の小さな山リンゴをかじったりしながら、まちの景色を楽しんでいました。



秩父別小学校で、今年デビューした「ちっぴべつ緑のナポリタン」が給食に登場しました。児童たちは口々に「おいしい」と喜んで食べ、その様子をテレビ局2社が取材しました。秩父別中学校では28日の給食で登場しました。



秩父別町農民協議会主催による「町長との懇談会」が秩父別温泉ちっぴ・ゆう&ゆで行われました。懇談会では、農業政策などについて話し合われました。



10月29日、西栄町内の大山清子さんが役場を訪れ、「夫婦共々町にお世話になっており、人材育成のために役立ててください」と町に200万円を寄付をされました。

受け取った神薙町長は、「大山さんのご厚意に深く感謝します。人材育成のため有効に活用させていただきます。」とお礼を述べました。

**大山清子さんが町に200万円の寄付**

## アキグミ収穫祭

～ちっぷっ子たちがアキグミを収穫～

10月9日（水）、今年で13回目となる「アキグミ収穫祭」が行われました。

この行事は「秩父別町山川草木を育てる集い」が主催し、毎年ちっぷっ子ふれあいスクールの子どもたちを招き開催しています。

当日は小雨がちらつく天気でしたが、参加した児童は楽しそうにたくさんのアキグミを収穫していました。



## 少年スポーツ教室

～小学生がタグラグビーを楽しみました～

10月27日（日）、スポーツセンター体育館で小学生を対象に、タグラグビー教室を開催しました。

タグラグビーは、タックルの代わりに腰に付けた帯状の布（タグ）取ることで相手の前進を止めることができるスポーツです。

接触を一切排除しているため、小学生が安全に楽しむことができ、ゲーム内容もスポーツが苦手な子どもでも取り組みやすくなっています。

秩父別町では、平成22年度からタグラグビー教室を開催しており、今年で4回目となりました。

当日は12名の児童が参加し、体育館内を所狭しと駆け回っていました。



実践形式の練習の様子

## マナビっぷ情報

生涯学習マスコット  
《マナビィ》です  
学習情報を皆さんに  
お知らせします



◆秩父別町教育委員会◆

## 放課後スキルアップ・ゼミ開校

～学力アップに期待！～

10月7日（月）、秩父別中学校で平成25年度「放課後スキルアップ・ゼミ」が開校しました。

今年で3年目となるこのゼミは、生徒の自学自習をサポートするための学習サポーターを配置し、放課後を利用して生徒一人一人が自主的に学ぶ姿勢を育むことを目標としています。

3年生を中心に積極的に参加しており「自ら学ぶ」ということが浸透してきていることが伺えます。

これから、12月18日までの間、各々が学習計画をたて、学力アップを目指してもらいたいと思います。



スキルアップ・ゼミの様子

## 教育委員長職務代理者に 川上直子さんを指定

9月13日に行われた町議会定例会で同意を得て町教育委員に選任された川上直子さんが、10月1日に開催された教育委員会で、教育委員長職務代理者に指定されました。

なお、教育委員の任期は、平成25年10月1日から平成29年9月30日までです。

■町教育委員長職務代理者

【新任】 川上 直子 氏（筑紫町内）

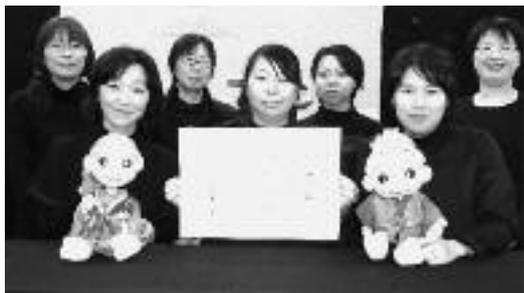
前教育委員長職務代理者の石橋淳子さん（中央東町内）は、平成25年9月30日をもって退任されました。

平成21年10月から4年間にわたり、本町の教育行政にご尽力いただきありがとうございます。

## ぷちパンプキンが表彰

～北海道地域活動振興協会理事長賞受賞～

町内で活動する「布遊具・布絵本製作サークル"ぷちパンプキン"」（代表：小島雅子さん）が、平成25年度優良読書グループ北海道表彰の「北海道地域活動振興協会理事長賞」を受賞しました。今回、地域の読書推進に貢献されていることが評価されての受賞となりました。



表彰を受けたぷちパンプキンの皆さん

## 秩父別中学校職場体験

～図書館で体験を行いました～

10月16日（水）、17日（木）の2日間、秩父別中学校の生徒1名が図書館で職場体験を行い、貸出業務を始めとする図書館業務を体験しました。

体験した生徒は、真剣に取り組んでいました。なお、職場体験は、図書館以外の町内各事業所でも行われました。（3年生全員が参加）



返却された図書を棚に戻しています

## 図書館だより

### ★ 図書館情報局 ★

～リサイクルブック市が開催されました～

10月26日（土）に青年会館でリサイクルブック市が開催されました。

リサイクルブック市は、図書の再利用をはかるとともに、図書への興味・関心を持ってもらうために、除籍された図書館の本や雑誌、皆様から提供いただいた本を出品し、年に1回開催しています。

当日の会場には、4,817冊の本が並べられ、多くの方がみえられ、盛況のうちに終了しました。



〈リサイクルブック市が開催されました〉

～絵本おはなし会スペシャル「みんなきてくれてありがとう！」～



〈ぷちパンプキンによる人形劇の様子〉

図書館では、子どもたちに読書の楽しさを知ってもらおうと、幼児・小学生を対象に絵本や紙芝居などの読み聞かせを毎月第4土曜日に開催していますが、10月26日（土）には読書週間になんで「絵本おはなし会」を特別企画で開催しました。

この日は、絵本の読み聞かせの後、布絵本・布遊具製作サークル「ぷちパンプキン」による人形劇が公演されました。参加した子どもたちは、同サークルの工夫をこらした演出に、真剣な眼差しで見入っていました。

### ◆ マナビっぷ情報に関するお問い合わせ先 ◆

教育委員会 教育グループ 【電話 33-2555 FAX 33-3549】

## ★『糖尿病』シリーズ ～食生活見直し編～

### <糖尿病の予防には、食生活・運動などの生活習慣を整えることが大切です>

今回は糖尿病予防における食生活について解説します。毎日の食事を意識することにより糖尿病を予防し、悪化することを防ぐことができます。

#### <食事で血糖をコントロール>

食事の取り方によっては、血糖値が急に上がり体に負担をかけてしまう場合があります。皆さんはどのような食べ方をしているでしょうか。



#### ○1日3食規則正しく食べる

⇒食事の間隔があいてしまったり、1食抜いてしまうことがあると次の食事で血糖が急に上がりやすくなります。また、1回の食べる量が多くなりがちなので、体に負担がかかります。

#### ○寝る前の3時間前には食事を済ます

⇒寝る前に炭水化物（ごはん、パンなど）を食べると、就寝時に血糖値が上がった状態となるため体への負担が大きく、体重が増加してしまう原因にもなります。

#### ○30分かけてゆっくり食べる

⇒満腹感は15分以上たたないと感じないので、ゆっくりよく噛むといいです。早食いは食べ過ぎにつながります！

#### ○食物繊維の多い物から食べる

⇒食物繊維の多い物（野菜やキノコなど）から食べると満腹感を感じやすく、糖の吸収もおだやかになります。



#### ○バランスの良い食事を意識する

⇒麺類や丼物などは炭水化物が多く野菜不足につながり、血糖値が上がりやすくなります。外食では定食などを選択し、家の食事では小鉢を一品つけるなど食事のバランスを意識しましょう！



だいたい同じカロリーですが、カップラーメンとおにぎりの組み合わせ（炭水化物のみ）は血糖値を上げやすくします！  
麺類や丼物の時には、野菜をプラスすると血糖の急上昇が抑えられます。



みなさんの食生活はいかがでしょうか？一度にすべて見直す事は難しいと思いますが、できることから実践してみましよう！ 次回は、間食見直し編です！

糖尿病などの生活習慣病予防・治療に関する相談は、役場の保健師にお気軽に相談してください！

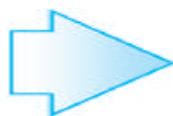
役場住民課住民福祉グループ 保健師 33-2111（内線47）

平成25年11月1日から

## 子どもの『肺炎球菌ワクチン』の種類が変わりました！

### 【変更される内容】

今まで  
**7種類**の肺炎球菌を予防



11月1日から  
**13種類**の肺炎球菌を予防



予防できるウイルスが増えました！

合計4回の接種のうち、すでに数回接種されている場合でも、11月1日から13種類の肺炎球菌予防の接種に変わります。

### 【小児肺炎球菌ワクチンとは】

細菌性髄膜炎という脳を包んでいる髄膜に起こる感染症のことです。最初は、風邪のような症状で始まるため、早期診断・治療が難しい病気です。進行が早く、けいれん、意識障害などの症状を起こし、なかには重い後遺症が残る場合もあります。特に2歳未満の子どもがかかりやすい傾向にあります。

お問い合わせ 役場住民課住民福祉グループ 33-2111（内線47）

## 自宅に備えてありますか？

### ちっぷQ救ボトル



秩父別町では、高齢者宅での万が一の救急時に、迅速に対応できるように、「ちっぷQ救ボトル」を配付しています。

#### 救急ボトルがあると・・・

- ◎救急車でかけつけた救急隊員や病院が、Q救ボトル内にある病名や薬名を見て素早く適切に対処できます。
- ◎いち早く家族に連絡することができます。



**【対象者】** 原則65歳以上の町民  
(65歳未満の方も希望があればお渡しします)

**【費用】** 無料 (町が全額負担)

使用方法などの詳細についてはお問い合わせください。

お問い合わせ 役場住民課住民福祉グループ 33-2111（内線45）

●○ 戸籍の窓 ○●

平成25年 10月31日 現在	人口 2,649人 (+1人) 男 1,263人 (±0人) 女 1,386人 (+1人) 世帯数 1,142戸 (-1戸)
10月中の動き	出生 3人・死亡 3人 転入 3人・転出 2人

けつこん 町内名 氏名 おめでとう  
新盛市 前田 綾華 一  
深川市 野原 綾華 一  
日の出 越智 大貴 一  
妹背牛町 長谷 香菜子 一  
おたんじょう 町内名 氏名 おめでとう  
協栄 杉山 正晃 まさあき  
中央西 鬼頭 せいな  
中央東 谷田 彩美 あやみ  
おくやみもうしあげます  
旭町内 氏名 年齢  
筑紫 根本 昭 71  
南 柴田 ユミ 96  
中央東 林 スエ 100

(敬称略)

一歳になりました



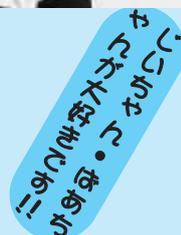
10月21日生まれ

りゅうのすけ  
今川 竜之介ちゃん  
ママ めぐみさん  
(旭町内)



10月7日生まれ

りいさ  
北守 里依紗ちゃん  
ママ 恵さん  
(協栄町内)



不動産や会社の登記事項証明書がインターネットで請求できます。

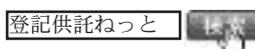
- ◆環境設定一切不要！ ネットショッピング感覚でご利用できます。
- ◆ご利用可能時間が長い！ 仕事の後でも安心してご利用できます。
- ◆窓口や郵送での請求に比べ手数料が格安です！

窓口請求	郵送請求	オンライン請求	
		郵送で受け取る場合	窓口で受け取る場合
600円	600円 + 郵送料	500円 ※普通郵送料はかかりません	480円



【インターネットでのご利用先】

<http://www.touki-kyoutaku-net.moj.go.jp>  
「登記・供託ねっと」に今すぐにアクセス！



【お問い合わせ先】

旭川地方方法務局登記部門  
TEL 0166-38-1146

