



広報

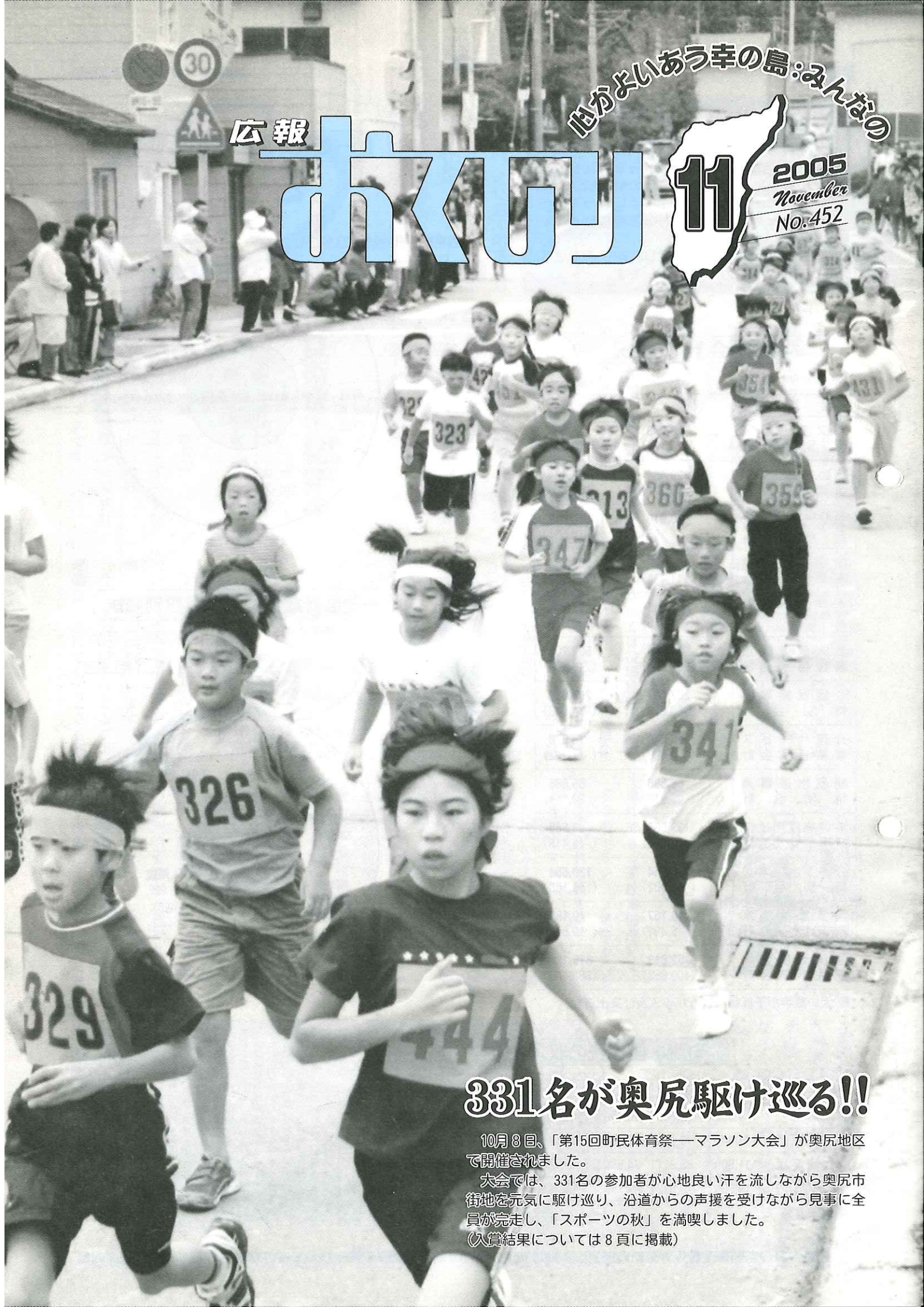
おくり



11

2005
November
No.452

島がよいあう幸の島：みんなの



331名が奥尻駆け巡る!!

10月8日、「第15回町民体育祭—マラソン大会」が奥尻地区で開催されました。

大会では、331名の参加者が心地良い汗を流しながら奥尻市街地を元気に駆け巡り、沿道からの声援を受けながら見事に全員が完走し、「スポーツの秋」を満喫しました。

(入賞結果については8頁に掲載)

奥尻町の財政状況を町民みなさんにご理解していただくため、毎年上半期、下半期に分けて公表しています。

今回は、平成17年4月1日から9月30日までの上半期分で、依然として町の財政状況は厳しい現状にありますが、住みよい町づくりを推進するため財政の効率的な運用に努めています。

今後も厳しい町財政に対し、町民みなさんのご理解とご協力をお願いします。

特別会計の状況

(単位：千円)

会計名	収入	支出
バス交通事業特別会計	78,273 (5,195)	78,273 (36,575)
自動車整備工場事業特別会計	129,484 (46,312)	129,484 (61,386)
あわび種苗育成センター事業特別会計	40,918 (196)	40,918 (16,501)
国民健康保険事業特別会計	369,696 (111,411)	369,696 (174,758)
国民健康保険青苗歯科診療所特別会計	57,201 (20,445)	57,201 (20,677)
老人保健医療事業特別会計	502,206 (213,008)	502,206 (215,474)
介護保険事業特別会計	207,967 (88,883)	207,967 (74,543)
介護サービス事業特別会計	15,076 (2,690)	15,076 (7,202)
簡易水道事業特別会計	65,586 (25,919)	65,586 (30,154)
港湾施設用地造成事業特別会計	33,565 (2,446)	33,565 (16,419)
公共下水道事業特別会計	120,654 (5,602)	120,654 (56,163)
漁業集落排水事業特別会計	40,157 (5,491)	40,157 (19,808)
国民健康保険病院事業会計	752,613 (409,853)	815,184 (388,146)

※ 太い数字が予算額 ()が収入及び支出済額

町税・国保税の収入状況

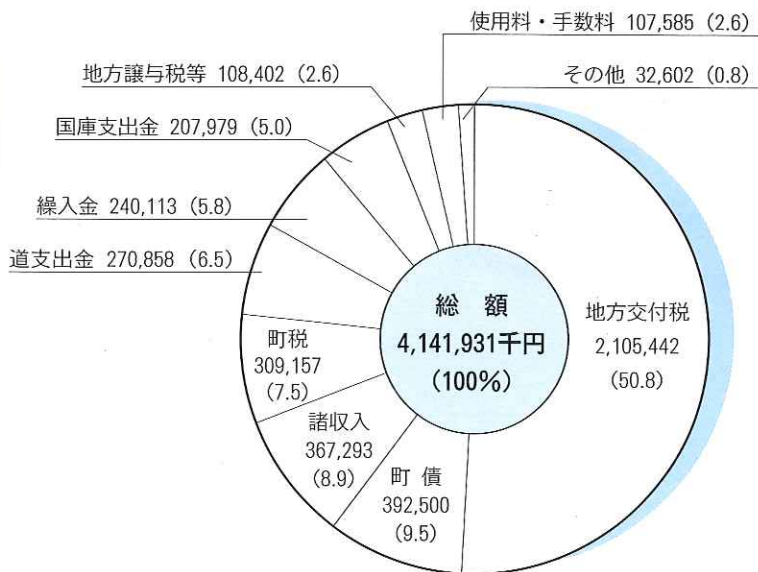
(単位：千円)

区分	調定額	収入済額	収納率	区分	調定額	収入済額	収納率
個人町民税	114,692	66,666	58.1%	軽自動車税	6,721	6,498	96.7%
法人町民税	11,041	10,926	99.0%	市町村たばこ税	18,643	18,643	100.0%
固定資産税	111,809	83,311	74.5%	入湯税	2,578	2,578	100.0%
国有資産等所在市町村交付金及び納付金	19,580	19,512	99.7%	国民健康保険税	112,694	42,036	37.3%

※ 現年度分

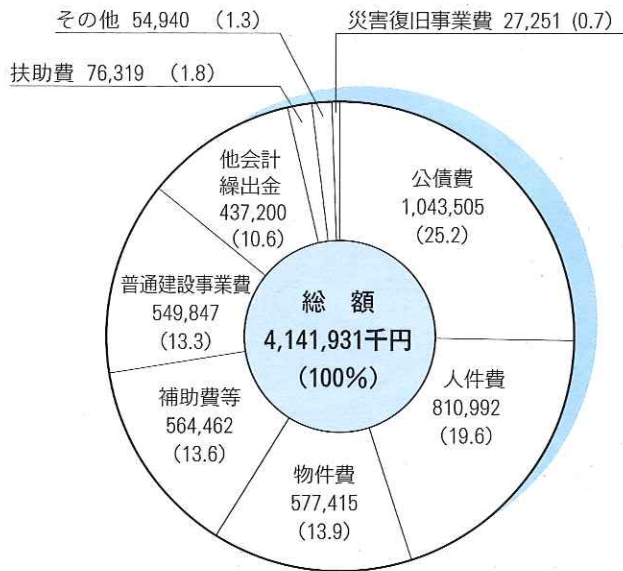
一般会計歳入予算の内訳

単位：千円、()内は%



一般会計歳出予算の性質別内訳

単位：千円、()内は%



一般会計の予算執行状況

〈歳入〉 (単位：千円)		総 額		〈歳出〉	
4,141,931 (1,899,552)				4,141,931 (1,577,320)	
309,157 (189,763)	町 税		議 会 費	46,557 (22,277)	
51,508 (17,801)	地方譲与税		総 務 費	961,764 (436,372)	
2,339 (1,190)	利子割交付金		民 生 費	274,040 (54,513)	
791 (180)	配当割交付金		衛 生 費	423,554 (171,114)	
455 (0)	株式等譲渡所得割交付金		労 働 費	618 (102)	
34,147 (22,970)	地方消費税交付金		農林水産業費	232,509 (38,086)	
8,556 (4,584)	自動車取得税交付金		商 工 費	55,486 (29,682)	
1 (0)	国有提供施設等所在市町村助成交付金		土 木 費	612,844 (144,818)	
10,604 (10,604)	地方特例交付金		消 防 費	164,932 (88,118)	
2,105,442 (1,401,160)	地方交付税		教 育 費	163,241 (64,002)	
1 (0)	交通安全対策特別交付金		公 債 費	1,043,510 (527,817)	
325 (0)	分担金及び金		諸 支 出 金	133,625 (419)	
107,585 (60,207)	使用料及び料		予 備 費	2,000 (0)	
207,979 (34,538)	国庫支出金		災 害 復 旧 費	27,251 (0)	
270,858 (75,817)	道 支 出 金				
14,893 (6,692)	財 産 収 入				
9,000 (50)	寄 附 金				
240,113 (0)	繰 入 金				
8,384 (8,385)	繰 越 金				
367,293 (65,611)	諸 収 入				
392,500 (0)	町 債				

※太い数字が予算額。
()が収入及び支出済額。

※16年度からの繰越事業費27,251千円を含む。

町の
財政状況

平成17年度
上半期

住みよい町づくりを
厳しい中でも

一般・特別会計町債(借入金)の主なもの

(単位：千円)

借 入 の 目 的	借入予定額
し尿処理施設整備事業	11,400
埋立地処分地施設整備事業	21,200
道堂幹線林道赤石線改良事業	14,200
新青苗地区養殖場造成事業	7,800
船揚場整備事業	14,200
米岡1号線整備事業	8,600
奥尻中央線整備事業	9,100
奥尻港湾直轄事業	113,000
奥尻港湾海岸整備事業	33,100
減税補てん債(恒久的減税分)	4,600
臨時財政対策債	128,100
直轄災害復旧事業	27,200

町債(借入金)の現在高

平成17年9月末現在 (単位：千円)

会 計 名	借入現在高
一 般 会 計	7,452,962
あわび種苗育成センター事業会計	137,559
青苗歯科診療所会計	266
簡易水道事業会計	119,851
港湾用地造成事業会計	200,676
公共下水道事業会計	788,702
漁業集落排水事業会計	156,984
国保病院事業会計	96,885

クリーンボランティア募集中

あなたの奉仕で町をきれいに

町では、町内に捨てられた空き缶などの回収を行う「奥尻町クリーンボランティア」を募集しています。

生活環境を清潔にする事で町民が健康で快適に暮らせるま

このボランティアは、町内の道路沿いや景勝地などに「ポイ捨て」で放棄された空き缶や空きビンなどを回収し、

年齢や性別は問わず、環境問題に関心のある方、リサイクルに興味のある方、社会参加に貢献したい方などなた

11月・建設雇用改善推進月間

雇用改善で建設の未来を

建設労働者については、労働条件や労働福祉の立ち遅れ、労働災害の多発など改善を要する問題を多く抱えています。

など、「雇用管理の改善等に関する助言・指導や各種啓発活動を実施します。

11月は「建設雇用改善推進月間」で、この期間ハローワークでは事業者に対し、季節労働者への①「雇入通知書」の完全交付についての指導②有給休暇の付与についての指導

なお、この月間のスローガンは「雇用改善で建設の未来を築こう」ですので、建設業が魅力ある産業として発展するよう、雇用の改善にご理解とご協力をお願いします。

でも結構ですので、ボランティア希望者は奥尻町減量等推進協議会事務局（☎3-2747・環境センター）までご連絡ください。

奥尻空港離発着時刻表

【ADK（エア-北海道）】

平成17年11月1日から11月30日までの時刻表

函館～奥尻 奥尻～函館

- 1便 《333便》 9:30 → 10:10 / 《334便》 10:30 → 11:05
- 2便 《335便》 12:50 → 13:30 / 《336便》 13:50 → 14:25
- 3便 《337便》 14:50 → 15:30 / 《338便》 15:50 → 16:25

運休日 ●11月14日(月)～27日(日) ●2便《335・336便》のみ 毎週土・日曜日・祝日

※予約後に、何らかの理由でご利用されないときは、忘れずに必ず解約、または変更の連絡をお願いします。連絡がない場合には、他の利用者にご迷惑がかかりますので、みなさんのご協力をお願いします。 ※予約・解約・変更等は ☎3-2301まで

10月の町長の動向

- 2日 第17回奥尻町交通安全啓発ゲートボール大会
- 5日 臨時町村会（江差町）
- 7日 平成17年度町政功労者等表彰審査委員会／定例課長会議
- 8日 平成17年度町政懇談会／第15回町民体育祭（マラソン大会）自衛隊員と協力会員との交流グラウンドゴルフ大会
- 10日
- 11日 離島航空路線開設に伴う要望（札幌市）
- 19日 北海道知事との管内町長懇談会（乙部町）
- 25日 南檜山地域医療連携検討会議（江差町）
- 27日 平成17年度政策研究会／檜山総合開発期成会臨時総会（札幌市）
- 28日 三位一体改革推進北海道総決起大会／市町村合併推進に関する地域懇談会（札幌市）

11月は

町・道民税 第4期 と 国民健康保険税 第6期 の納める月です

- ◎忘れずに納期（月末）までに納めましょう
- ◎納税には便利な口座振替のご利用を



奥尻町国保病院 からのお知らせコーナー information



11月の 外来診療体制表

※平成17年10月1日から下記のとおり変更になりましたご注意ください

	科 目	診療受診時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	一般診療第1	8:30~11:00	島津先生	泉里先生	柴田先生	泉里先生	島津先生
	産婦人科診療				産婦人科のみ 泉里先生		
午後	一般診療第1	13:30~14:30	自衛隊医官 高林先生	柴田先生	自衛隊医官 高林先生	柴田先生	島津先生
訪 問 診 療		午 前 中		第2 柴田先生	第4 島津先生		
		午 後		第2 島津先生	第4 泉里先生		
青 苗 診 療 所		13:30~14:30	泉里先生	休 診	島津先生	休 診	柴田先生
歯 科 診 療	予約受付		渡邊先生	渡邊先生	渡邊先生	渡邊先生	渡邊先生

11月の専門医の出張診療日

病院では、患者さんのために次のとおり専門医の出張診療を予定していますので、症状のある方はぜひ一度受診ください。

なお、出張診療日程についてはあくまでも予定日で、専門医や交通機関等の都合により変更となる場合がありますのでご注意ください。

眼 科 診 療

▶ 11月4日(金) 受付 午後1時30分~2時30分

矯正歯科診療

▶ 11月11日(金) 予約 午後1時~

耳鼻咽喉科診療

▶ 11月17日(木) 受付 午後1時30分~2時30分
▶ 11月18日(金) 受付 午前8時30分~11時、
午後1時30分~2時30分

みなさんの声をお聞かせください

病院では、「みなさんに満足していただける病院づくり」のため、病院に対するご意見、ご希望などの「みなさんの声」をお聞かせしていただくため、「提案箱」を外来待合室に設置しましたので、お気軽にお気づきになった点をお寄せください。

なお、お寄せいただいたご意見や今後の対応策については、外来掲示板に掲載させていただきます。

歯科からのご案内

週2回診療時間を延長

病院歯科では、毎週火曜日と水曜日に診療時間を1時間延長しています。

仕事の都合などで平日の診療時間に受診できない方は、ぜひ一度歯科までご相談ください。

歯科外来の矯正治療料金について

先日、奥尻町の小学校（4年生以上）と中学生を対象に、矯正科専門の歯科医師による歯並びの検診が行われ、保護者の方には手紙を通じて、お子さんの矯正治療の必要性をお知らせしました。実際に相談、検査、治療にかかる料金の詳細についてお知らせします。

●相談料金……3,000円

●検査料金……3,000円（レントゲン、写真、模型を含む）

検査後に、診断と治療に関する詳細な説明がありますが、治療を開始することになると、次のとおり料金がかかります。

●一期治療料金（子どもの治療）……………150,000円

●二期治療料金（大人の歯並びの治療）……………200,000円

※一期治療が終わってから、二期治療が必要な患者さんに対しては行われますが、必要がないときは行わなくても構いません。また、子どもの治療を含めた大人の歯並びの治療となりますので、料金は350,000円となります。

その他に装置の調整料として、毎月4,000円がかかります。

矯正治療と聞くと、「装置が格好悪い」「面倒だ」「お金がかかる」というマイナスイメージをもたれる方が多いと思います。しかし、きれいな歯並びになれば、噛み合わせが良くなる、歯が磨きやすく虫歯になりにくい、見た目もきれいになるなど、得るものもたくさんあります。毎月、北海道医療大学の矯正科から矯正専門の歯科医師が奥尻町に来て治療を行っていますので、気になることがあればいつでも相談を受けますので、来院してみてください。



老齢基礎年金の繰上げ支給と繰下げ支給



老齢基礎年金の受給開始年齢は原則として65歳ですが、希望すれば60歳から64歳までの間でも繰上げて受けることができます。しかし、年金を受けようとする年齢によって一定の割合で減額されます（繰上げ支給）。

また希望すれば、66歳以後繰下げて、増額された年金を受けることができます（繰下げ支給）。

◎昭和16年4月2日以降に生まれた人の繰上げ・繰下げ支給の支給率

繰上げ・繰下げ支給を希望するときは、1か月単位で支給率が異なります

(数字は%)

年齢	月												
	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	
繰上げ支給	60歳	70	70.5	71	71.5	72	72.5	73	73.5	74	74.5	75	75.5
	61歳	76	76.5	77	77.5	78	78.5	79	79.5	80	80.5	81	81.5
	62歳	82	82.5	83	83.5	84	84.5	85	85.5	86	86.5	87	87.5
	63歳	88	88.5	89	89.5	90	90.5	91	91.5	92	92.5	93	93.5
	64歳	94	94.5	95	95.5	96	96.5	97	97.5	98	98.5	99	99.5
	65歳	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
繰下げ支給	66歳	108.4	109.1	109.8	110.5	111.2	111.9	112.6	113.3	114	114.7	115.4	116.1
	67歳	116.8	117.5	118.2	118.9	119.6	120.3	121	121.7	122.4	123.1	123.8	124.5
	68歳	125.2	125.9	126.6	127.3	128	128.7	129.4	130.1	130.8	131.5	132.2	132.9
	69歳	133.6	134.3	135	135.7	136.4	137.1	137.8	138.5	139.2	139.9	140.6	141.3
	70歳	142 (70歳以降142%は変わりません)											

●40年間保険料を納めた場合 (金額は年額)

繰上げ請求をした場合

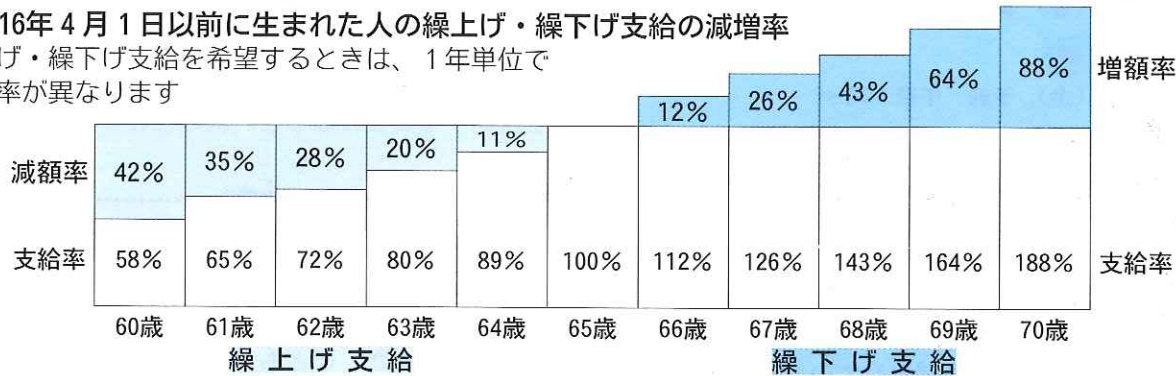
60歳6か月で老齢基礎年金を請求した場合
794,500円×73%=580,000円

繰下げ請求をした場合

66歳9か月で老齢基礎年金を請求した場合
794,500円×114.7%=911,300円

◎昭和16年4月1日以前に生まれた人の繰上げ・繰下げ支給の減増率

繰上げ・繰下げ支給を希望するときは、1年単位で支給率が異なります



ご注意ください。
繰上げ請求は

老齢基礎年金を繰上げ請求すると、年金額が減額されるほか、次のような制限がありますのでご注意ください。

- ①厚生年金や共済組合の加入期間がある人に支給される特別支給の年金が、繰上げ請求したときから65歳になるまで全部または一部が支給停止されます。
- ②遺族厚生(共済)年金を受けている人が老齢基礎年金を繰上げ請求した場合、65歳になるまでは遺族厚生(共済)年金は停止されます(65歳からは両方とも受けられます)。
- ③繰上げ請求をすると、障害者になっても障害基礎年金は受けられません。
- ④寡婦年金は、繰上げ請求をすると受けられなくなります。
- ⑤国民年金の任意加入はできなくなります。
- ⑥一度、繰上げ請求すると取り消すことはできません。

国民年金保険料は忘れずに納めましょう

■町民の話題や情報、町内会の活動、珍しい出来事など「まちの話題」がありましたら総務課広報統計係までご連絡ください



まちの話題あれこれ

★ わが家の アイドル ★



佐々木久利さん（字球浦）の

こはる
長女 **小春**ちゃん（8ヵ月）

～両親からのメッセージ～

いつも元気に笑顔で♡

★ 防災について意見交換 津波防災まちづくりシンポジウム

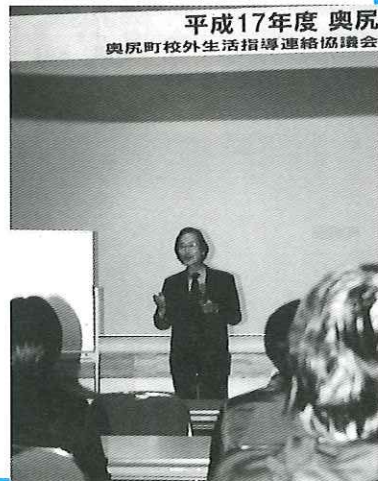


社団法人日本建築学会北海道支部と同災害委員会主催、北海道立北方建築総合研究所と奥尻町共催の「津波防災まちづくりシンポジウムinおくしり」が、10月14・15日の2日間にわたって実施されました。海洋研修センターで行われた初日のシンポジウムでは、講演や専門家による町の復興報告の後、一般参加者56名を交えながら総合的な防災のあり方について意見を交わしました。

また、翌日には、一般から27名が参加して役場青苗支所で体験学習が行われ、防火水槽や避難路を地図に記入する作業や緊急時の技術などを体験していました。

★ “能力”伸ばす知恵を伝授 奥尻町教育講演会

奥尻町校外生活指導連絡協議会（会長・永洞博）と奥尻町PTA連合会（会長・佐々木宏明）共催の「奥尻町教育講演会」が、10月15日に海洋研修センターで開催されました。講師は、世の親に警笛を鳴らす教育学者で有名な目白大学教授の谷田貝公昭氏で、「脳力を手で伸ばす!! 現代の不器用っ子はなぜダメなのか」と題して講演しました。会場にはPTA父母や教育関係者など約90名が訪れ、時折ジョークを交えながらも子どもの「脳力」を伸ばす知恵が伝授されるなど、聴衆者は「とてもためになった。帰ってさっそく子どもに実行してみる」と満足していました。



★ 供養と不戦の誓いを 奥尻町戦没者追悼式

奥尻町遺族会（会長・平木文夫、会員32名）主催の「奥尻町戦没者追悼式」が10月19日に海洋研修センターで開催されました。奥尻町には戦争で尊い命が犠牲となった戦没者が118名おり、毎年遺族会で追悼式を開催して戦没者の霊を慰めています。今年も遺族15名、来賓21名の合わせて36名が出席して黙祷や献花などを行いながら、戦没者への供養と不戦の誓いを心に刻んでいました。

ゴールめざして力走

10月8日、「第15回町民体育祭ーマラソン大会」が、奥尻市街地から球浦地区間をコースに開催されました。

大会には各学校の児童・生徒や一般合わせて331名が参加し、コース沿道で大観衆が声援を送る中、学年ごとに指定された距離に果敢にチャレンジしました。

子どものなかには、この日のために練習してきた子、泣

きそうになりながら走る子、ゴール直前で抜いた子、途中

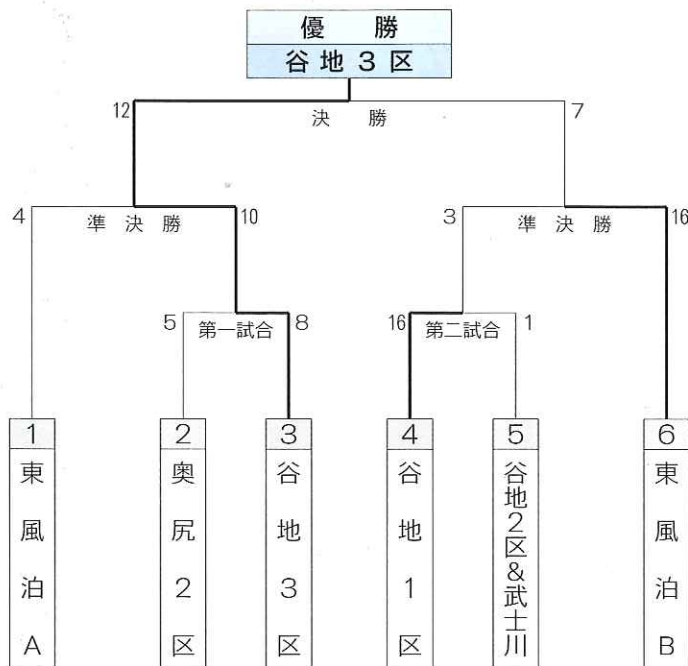
で歩きだす子など様々でしたが、熱気と大歓声に包まれながら、どの子も最後までゴール目指して力走していました。種別（距離別）の6位までの入賞者は次のとおりです。

第15回奥尻町町民体育祭『マラソン大会』入賞者一覧

種別	距離	1位	2位	3位	4位	5位	6位
小学校1年	男 1,300m	野口 恒輝 (青) 6分32秒	新貝 諒介 (宮) 7分01秒	今 智哉 (宮) 7分02秒	飯田 眞央 (奥) 7分03秒	中川 雅斗 (奥) 7分18秒	伊藤 優陽 (青) 7分37秒
	女 1,300m	小徳 侑以 (宮) 6分24秒	村松 蘭 (青) 6分29秒	久米 優香 (奥) 7分10秒	古川 璃歩 (奥) 7分12秒	新城 優美 (宮) 7分17秒	田原かえで (奥) 7分31秒
小学校2年	男 1,300m	二佐 拓斗 (宮) 5分48秒	田中 絢哉 (青) 5分49秒	白田 悠太 (青) 6分07秒	田中 凧 (奥) 6分20秒	田原 幸徳 (青) 6分22秒	富田 哲平 (宮) 6分27秒
	女 1,300m	川岸 篤美 (宮) 6分11秒	藤本 陽香 (青) 6分17秒	中川祐季奈 (奥) 6分44秒	坂本 有希 (青) 6分57秒	小寺 京香 (青) 7分06秒	三原香奈子 (宮) 7分17秒
小学校3年	男 2,000m	宮本 裕基 (青) 9分03秒	小倉 祥史 (奥) 9分14秒	菊地 俊平 (青) 9分18秒	満島 征辰 (奥) 9分57秒	小山内 誠 (奥) 10分12秒	夏目 岳浩 (青) 10分30秒
	女 2,000m	豊間根 楓 (宮) 9分21秒	天内 朱夏 (奥) 9分28秒	中野 美紅 (奥) 9分35秒	井田 星佳 (青) 9分45秒	三浦はづき (青) 9分55秒	越森妃奈子 (奥) 9分58秒
小学校4年	男 2,000m	高田 憲吾 (青) 8分30秒	瀧 拓馬 (宮) 9分03秒	若山 洸 (青) 9分17秒	前 紘人 (宮) 9分20秒	高田 大夢 (青) 9分23秒	松田 大樹 (青) 9分36秒
	女 2,000m	前田 妃織 (奥) 9分28秒	平木 まゆ (奥) 9分43秒	三原 亮子 (宮) 9分50秒	天内 悠莉 (奥) 10分15秒	鈴木 美祐 (奥) 10分26秒82	野口万理奈 (青) 10分26秒98
小学校5年	男 3,000m	田中 京輔 (宮) 12分15秒	藤本 翔吾 (青) 13分11秒	工藤 俊起 (青) 14分40秒	二佐 翔太 (奥) 14分50秒	越森 壮一 (奥) 15分15秒	水野 良太 (宮) 15分16秒
	女 2,000m	大谷 風花 (奥) 9分00秒	鷹原 佳那 (奥) 9分05秒	千葉 和希 (奥) 9分30秒	田中 梨奈 (奥) 9分36秒	南谷 采花 (奥) 9分58秒	逸見 玲奈 (奥) 10分27秒
小学校6年	男 3,000m	豊間根隼人 (宮) 12分43秒	中野 幹也 (奥) 13分49秒	木村 信平 (青) 14分13秒	小黑 建昇 (奥) 14分26秒	近藤 卓 (青) 14分43秒	成田 浩輔 (青) 14分54秒
	女 2,000m	小浜めぐみ (青) 8分30秒	安達 杏子 (青) 9分12秒	竹内はづき (奥) 9分15秒	深瀬 早絵 (奥) 9分36秒	大谷 佳菜 (奥) 9分44秒	米坂 優子 (青) 10分06秒
中学生	男 5,000m	川瀬 和将 (青3) 19分16秒	川瀬 弘樹 (青2) 19分22秒	田中 晶大 (青2) 19分45秒	加藤 祐太 (青1) 20分11秒	坂本 一樹 (青2) 21分36秒	新谷 友崇 (奥2) 21分47秒
	女 3,000m	福野 香織 (青1) 14分08秒	水野あゆみ (奥3) 14分13秒	若山 千草 (青3) 14分24秒	天方 愛理 (奥2) 14分28秒	大谷 萌華 (奥2) 14分45秒	米田 千映 (奥1) 15分14秒
高校生	男 5,000m	永洞 肅勅 (1) 19分38秒	辻 勇太 (3) 19分57秒	若山 大樹 (2) 20分00秒	川瀬 翔麻 (3) 20分03秒	木村 恭平 (1) 20分15秒	角原 悠磨 (1) 20分29秒
	女 3,000m	田中 美絵 (1) 14分38秒	藤谷 歌織 (1) 14分58秒	榎引 円 (3) 15分30秒	海老原 愛 (2) 15分54秒	角原 有香 (1) 16分05秒	羽立 希望 (2) 16分07秒
一般	男 5,000m	相原 鉄平 18分55秒	水野 将史 19分11秒	三浦 浩 20分45秒	能代 仁 21分02秒	松川 公洋 21分13秒	井口 順一 21分33秒
	女 3,000m	黒瀧 康子 12分33秒	木村 麻里 16分04秒				



平成17年度町内会対抗ソフトボール大会結果



町内会ソフトボール大会

谷地3区が優勝 昨年の雪辱晴らす

奥尻町体育協会主催の「平成17年度町内会対抗ソフトボール大会」が、10月16日に奥尻小学校グラウンドで開催され、今年度の大会は開催が急だったことから6チームのみが参加し、各町内会あげての大会

ました。

援の中、ファインプレーや珍プレーの続出で熱戦が繰り広げられました。

決勝戦には、ともに強力な打線を誇る谷地3区チームと東風泊Bチームが勝ち進み、昨年に続く谷地町内会と東風泊町内会という同じ顔合わせの対戦となりました。

ホームランが飛び交う白熱した打撃戦の末、谷地3区が東風泊Bを12対7で下して優勝し、昨年の雪辱を晴らすと

ともに、東風泊町内会の3連覇を阻止しました。

各町内会の成績と個人賞は次のとおりです。

- ▼優勝 谷地3区町内会
- ▼準優勝 東風泊町内会B
- ▼最優秀選手 鹿野 光彦(谷3)
- ▼優秀選手 木村 孝義(東B)
- ▼敢闘賞 佐藤 啓太(谷3)
- ▼敢闘賞 村上 勝彦(東B)
- ▼特別賞 小泉 良子(谷3)
- ▼特別賞 宮古衣理子(東B)

(敬称略)

奥尻町選手 めざましい活躍 第5回管内スポーツフェスタ

今年度の「第5回檜山管内スポーツフェスタ」が、檜山管内各会場で実施されましたが、奥尻町から参加した各選手団がめざましい活躍をおさめましたので、その結果についてご紹介します。

【ソフトボール競技の部】

- 日程 6月19日(日)
- 会場 瀬棚町・三杉球場
- 参加 5町5チーム
- 成績 第3位
- 【ゲートボール競技の部】
- 日程 7月4日(月)
- 会場 上ノ国町・天の川ふれあい広場

- 参加 8町15チーム
- 成績 総合第3位
- 【卓球競技の部】
- 日程 7月9日(土)～10日(日)
- 会場 奥尻町・町民センター
- 参加 6町47名
- 成績 総合の部：準優勝、団体の部：優勝、個人・一般女子シングル(40歳未満)の部：優勝と第3位

【軟式野球競技の部】

- 日程 9月3日(土)～4日(日)
- 会場 江差町・町民野球場
- 参加 8町8チーム
- 成績 優勝



優勝した谷地3区チーム

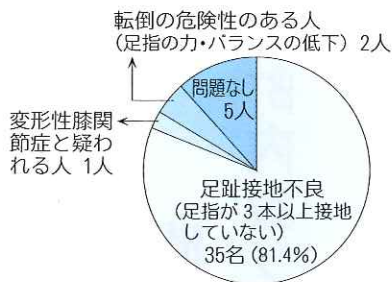


図1 足裏形状から見た正常度チェック

Q 9月4日に開催された「歩いてみる会」で、足裏健康測定が行われましたが、奥尻町の人たちの足裏の状態はどうでしたか？

A 男性13名、女性30名、計43名が測定しました。結果は図1のとおりで、指の接地が悪い方が8割を超えていることがわかりました。

教えてくれじゃ
保健師さん



足は身体を支える土台です

足裏健康測定から

みなさんは自分の「足」のことに興味をおもちですか？足の裏の最も重要な機能は「歩くこと」です。歩くことができなくなると、QOL（生活の質）が著しく低下してしまいます。自分の生活を守るためにも、もっと足について注意を向けてみましょう。

Q 指の接地が悪いのはなぜですか？

A 原因として、運動不足や長ぐつ、ハイヒールなどの履物による影響が考えられます。

Q 指の接地が悪いとどんなことが起こりますか？

A 指の接地が悪ければ踏ん張りが利かず、転倒して捻挫や骨折をする傾向が強くなります。また、足裏全体のバネの働きが悪くなります。衝撃がそのままひざや腰に圧力として加わり、障害を引き起こす原因になります。

Q 転倒、骨折やひじ、腰のトラブルを防ぐにはどうしたらいいですか？

A 毎日の生活の中で足の指をしっかり接地させ、安定した歩行ができるようにしましょう。

今回の測定でチェックされた方もそうでない方も、年齢とともに衰えがちな「足」の機能を高めるように心がけましょう。

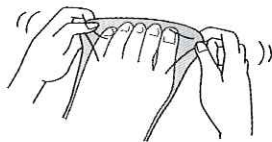
ちょっとしたくふうをすることでよくくなります。

くつ下のはき方 外反母趾、内反小趾、浮き指を防ぐ

5本指くつ下をはくことをおすすめします。通常のくつ下の場合は、はく前に右下のようにしましょう。

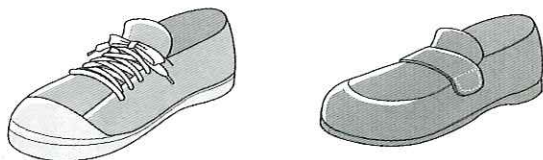


指の部分を左右にひろげて、指にゆとりがもてるようにする。



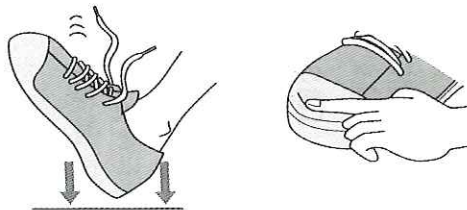
くつのはき方 歩きを軽くし、こぼさないくふう

ひものあるくつが、マジックテープでとめるくつをおすすめします。



1 ひもは必ずほどいてからはく。

2 はいたら、かかとをおさえつけ、くつの先は、おしたときに指1本分つぶれるくらいのゆとりをもたせる。指先はゆるく、足首はぎゅっとしっかりひもをむすぶ。

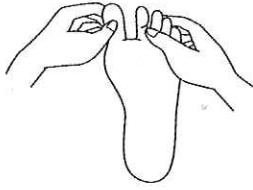


①日常生活で気をつけること

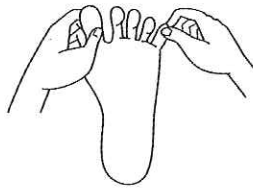
■これからは日に日に朝夕寒くなっていく時期です。気温の変化に注意し、風邪をひかないよう心がけましょう

かたまった足の指をほぐす効果があります。

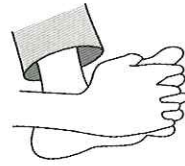
1 となり同士の足の指を手の指でつまみ、前後に動かしてリラックスさせる。



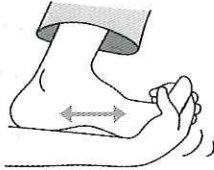
2 足の親指と小指を手の指でつまみ、おうぎのようにひろげる。



3 足の指と指のあいだに手の指を入れる。



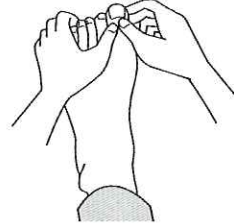
4 ③の状態ですの指を甲側にそらして、足底筋（足の裏の筋肉）をのばす。



5 両手の親指で土ふまずと湧泉をおす（3～5秒間）。



6 両手の親指で、足のつめを1本1本指先に向けてマッサージする。



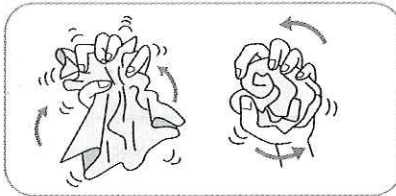
・湧泉
つま先から足の裏の長さの1/3のところ、左右中央にあるくぼみ。

②足の指・アーチの手入れで足指に刺激を

足底筋の強化に役立ちます。1日1回毎日おこなうと効果的です。

③新聞紙ギャザーで指の機能アップ

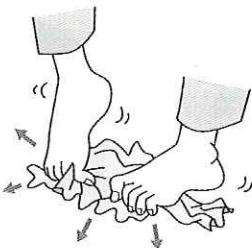
1 片ほうの手でぎゅっと新聞紙（1/4の大きさに切ったもの）をにぎり、てのひらのなかでまわしながらボール（球形）をつくる。



2 つくったボールを下におき、足の指でつまみ上げる。



3 足の指を使って、新聞紙を前後左右に開く。

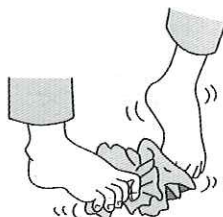


4 足の指をのばしたり縮めたりしながら、開いた新聞紙をたぐりよせる。

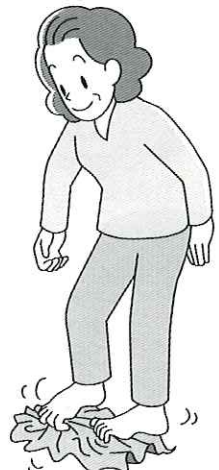


7 立ち上がって③～⑥の動作をくり返してもよい。

5 新聞紙を足の指を使って、たたんで小さくする。



6 新聞紙を土ふまずの下において立つ。



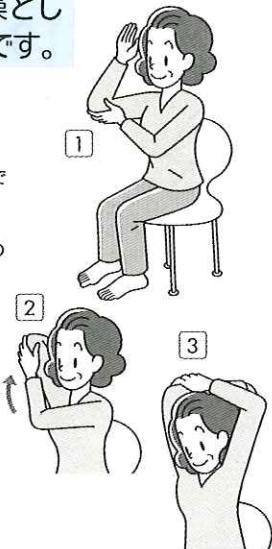
（12ページへ続く）

筋をのばし、筋肉をしなやかにして、関節の可動域をひろげましょう。準備体操として、また運動後の疲労回復にも有効です。

④からだの柔軟性を高めるストレッチ

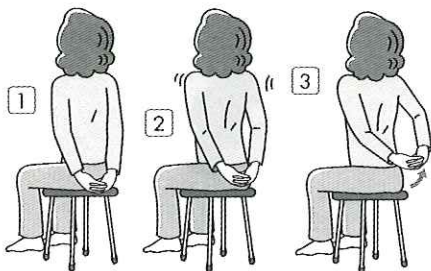
肩のストレッチ

- 1 腕をまげて手を耳に近づける。反対の手でひじを支える。
- 2 腕をゆっくりもち上げる。約20秒間そのまま。
- 3 できるようなら顔を出してとめる。
- 4 反対側も同様におこなう。



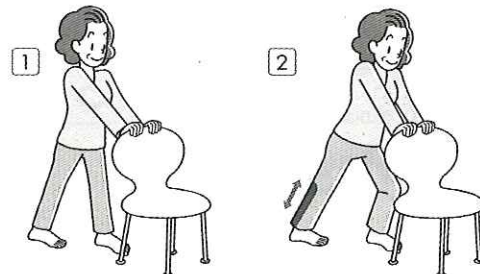
胸・大胸筋のストレッチ

- 1 両手をうしろで組む。
- 2 肩甲骨をまんなかによせるようにして、胸・大胸筋をのばす。
- 3 うしろで組んだ手を上にもち上げるようにして、胸をひろげ呼吸を深くする。四十肩・五十肩の予防にもつながる。



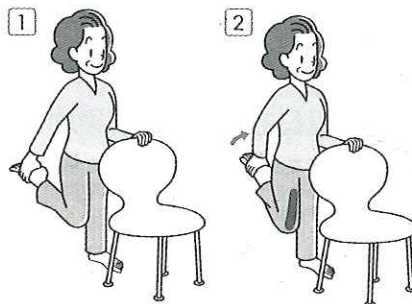
ふくらはぎのストレッチ

- 1 いすの背などにつかまり、足を前後に開く。
- 2 うしろの足のかかとを床に着けたまま、前の足のひざをまげる。つま先はまっすぐ前に向けておくこと。
- 3 反対側も同様におこなう。※ はのぼす部分です。



太ももの前・すねのストレッチ

- 1 いすの背などにつかまり、あいているほうの手で同じ側の足の甲をもつ。
- 2 そのまま、かかとをおしりに近づけるようにひき上げる。
- 3 反対側も同様におこなう。※ はのぼす部分です。



ピカピカ元気な歯だよ!!

歯科健診で「虫歯なし」と診断されたお子さんをご紹介しますコーナーです。

今回掲載されたお子さんは、これからもきれいな歯を大切に、健やかに成長してくださいね。

V3



なかたに たくむ 拓夢くん (3歳8ヵ月・宇松江)

V2



たかなみ ゆうき 高波 友樹くん (2歳10ヵ月・宇奥尻)

V2



はだて みさき 羽立 海咲ちゃん (3歳1ヵ月・宇奥尻)

V3



かわしり ののほ 川尻 希羽ちゃん (2歳9ヵ月・宇松江)

わたなべ まこと 渡辺 心くん (3歳4ヵ月・宇球浦)

なりた こうき 成田 幸生くん (2歳7ヵ月・宇宮津)

印のお子さんは、歯科健診で2回以上「虫歯なし」と診断されたお子さんです

特別養護老人ホーム
「おくしり荘」から



◆ にぎやかに盆踊り会

おくしり荘の「盆踊り会」が、8月18日に行われました。当日は、青苗婦人会、東風泊女性会、檜山漁協婦人部、農協女性部、すこやかクラブのみなさんがボランティアで来荘し、利用者のみなさんは一緒に踊りながらにぎやかな時間を過ごしました。

◆ 敬老会を開催

9月12日におくしり荘の「敬老会」が開催されました。今年も青苗婦人会、すこやかクラブ、武士川女性会のみなさんが来荘し、ボランティアで歌と踊りを披露してくれました。利用者のみなさんは手拍子するなど、楽しいひと時を過ごしました。



▲仮装して踊りを披露する青苗婦人会のみなさん

◆ 民謡のボランティア

9月19日に「正調江差追分滋賀支部」の三浦幸輝さんがボランティアで来荘し、江差追分などの民謡を披露しました。三浦さんの素晴らしい歌声に、利用者のみなさんは感激している様子でした。

◆ 寄附・寄贈

東京奥尻島人会様、櫻花 定美様、吉野寿司様、小浜 亀一様、國枝 由子様、坪谷 三郎様、上埜 美栄子様、上野 貞治様、小林 浩様、増川 良定様
ご厚志ありがとうございました。

特別養護老人ホームおくしり荘

☎3-2600

お元気ですか社協です

個人情報保護法に関する方針

奥尻町社会福祉協議会では、次の方針に基づき、個人情報の保護に努めます。

- ① 本会は、個人の人格尊重の理念のもとに、関係法令等を遵守し、実施するあらゆる事業において、個人情報を慎重に取り扱います。
- ② 本会は、個人情報を適法かつ適正な方法で取得します。
- ③ 本会は、個人情報の利用目的をできる限り特定するとともに、その利用目的の範囲でのみ個人情報を利用します。
- ④ 本会は、あらかじめ明示した範囲及び法令等の規定に基づく場合を除いて、個人情報を事前に本人の同意を得ることなく外部に提供しません。
- ⑤ 本会は、個人情報を正確な状態に保つとともに、漏えい、滅失、き損などを防止するため、適切な措置を講じます。
- ⑥ 本会は、本人が自己の個人情報について、開示・訂正・追加・削除・利用停止を求める権利を有していることを確認し、これらの申出があった場合には速やかに対応します。
- ⑦ 本会は、個人情報の取扱いに関する苦情があったときは、適切かつ速やかに対応します。
- ⑧ 本会は、個人情報を保護するために適切な管理体制を講じるとともに、役職員の個人情報保護に関する意識啓発に努めます。
- ⑨ 本会は、この方針を実行するため、個人情報保護規定を定め、これを本会役職員に周知徹底し、確実に実施します。

平成17年9月1日制定

社会福祉法人奥尻町社会福祉協議会

会長 石田 鐵 二

ご厚志ありがとうございました

このたび、社会福祉のために役立ててほしいと、次の方々からご寄附をいただきました。社会福祉協議会では、今後の福祉活動に活用させていただきます。あたたかい善意のご寄附をいただき、ありがとうございました。

- ◆ 野球スポーツ少年団奥尻ブレイクス様 10,000円
- ◆ 奥尻町食生活改善推進協議会様 10,000円
- ◆ 高田貞春様 100,000円
- ◆ 坪谷いく子様・越森早苗様 10,000円

お気軽にご相談を!!

社会福祉協議会では、心配ごとや困りごとについて、各関係機関と密接な連絡をとりながら適切な助言や援助をしますので、お気軽にご相談ください。

と き 毎週水曜日 午後1時～4時

と ころ 社会福祉協議会 相談室

☎2-3591・FAX 2-3927

教育・戸籍

☆太田 陸^く 11・10/5 元貴
 ☆岡留 昂輝^く 12・2/3 徹
 ☆川岸 沙織^さ 11・8/26 康弘
 ☆河野 芽唯^さ 12・1/13 光裕
 ☆田中 輪^く 12・2/14 忠久
 ☆中澤 春菜^さ 11・5/6 功
 ☆根元 葉月^さ 11・4/23 武哉

☆天内 美月^さ 12・1/13 弘
 ☆大谷乃々果^さ 11・5/12 俊一
 ☆佐藤 翼^く 12・3/8 康博
 ☆高田 沙羅^さ 11・4/29 巧也
 ☆疋田 颯^く 11・11/9 希
 ☆吉田 樹^く 12・1/25 貢
 ☆松田 洗^く 11・5/30 洋

☆東山 琉起^く 11・4/14 満
 ☆明上 雅^さ 12・3/21 光
 ☆押見はいり^さ 12・3/15 敏文
 ☆葛西 雄^く 11・11/25 幸則
 ☆近藤 雅裕^く 11・5/6 祐光
 ☆七戸 優斗^く 11・12/5 光宏
 ☆寅尾 稜斗^く 11・6/7 伸裕
 ☆松前 幸歌^さ 11・7/19 守
 ☆村松 詩音^さ 11・7/15 明
 ☆森田 有咲^さ 11・6/17 吉紀
 ☆泉澤 優歌^さ 11・7/27 希仁
 ☆小柳 夕夏^さ 11・8/13 徹
 ☆庄山 めい^さ 11・6/25 聡
 ☆白戸 佑弥^く 11・10/22 理之
 ☆新谷未亜稀^さ 11・10/21 友美
 ☆高田 縦吾^く 11・6/2 憲佳
 ☆成田 涼雅^く 11・7/11 英治
 ☆宝福 午臣^く 11・7/16 昭人
 ☆松田明香里^さ 11・4/23 雅樹
 ☆若山 宝珠^く 11・8/13 勝
 ☆若山歩奈実^さ 11・4/21 真治

◆宮津小学校◆
(11名)

◆奥尻小学校◆
(7名)

児童氏名・生年月日・保護者

◆新入学児童名簿

☆前 莉緒奈^さ 11・9/1 義弘
 ☆美原 悠子^さ 11・8/2 敏文
 ☆宮原 礼奈^さ 11・10/27 博幸
 ☆村田 雅^さ 12・1/7 潤次

☆東山 琉起^く 11・4/14 満
 ☆明上 雅^さ 12・3/21 光
 ☆押見はいり^さ 12・3/15 敏文
 ☆葛西 雄^く 11・11/25 幸則
 ☆近藤 雅裕^く 11・5/6 祐光
 ☆七戸 優斗^く 11・12/5 光宏
 ☆寅尾 稜斗^く 11・6/7 伸裕
 ☆松前 幸歌^さ 11・7/19 守
 ☆村松 詩音^さ 11・7/15 明
 ☆森田 有咲^さ 11・6/17 吉紀
 ☆泉澤 優歌^さ 11・7/27 希仁
 ☆小柳 夕夏^さ 11・8/13 徹
 ☆庄山 めい^さ 11・6/25 聡
 ☆白戸 佑弥^く 11・10/22 理之
 ☆新谷未亜稀^さ 11・10/21 友美
 ☆高田 縦吾^く 11・6/2 憲佳
 ☆成田 涼雅^く 11・7/11 英治
 ☆宝福 午臣^く 11・7/16 昭人
 ☆松田明香里^さ 11・4/23 雅樹
 ☆若山 宝珠^く 11・8/13 勝
 ☆若山歩奈実^さ 11・4/21 真治

◆青苗小学校◆
(21名)

おめでとう
39名

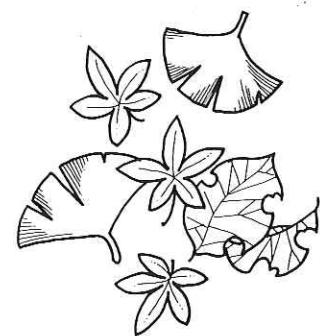
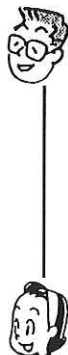
平成18年度新入学児童
あの子がもう1年生!?

教育委員会では、来春4月で各小学校に入学者の児童を、10月1日現在の住民基本台帳から調査しました。平成18年度の新入学児童は平成11年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた児童が対象になり、来春は3校で39名が新入学を迎える予定です。

この名簿から記載もれがあったり、氏名や生年月日などに誤りがありましたら、教育委員会事務局学校教育係(☎2-1-3890)までご連絡ください。

町の人口・世帯

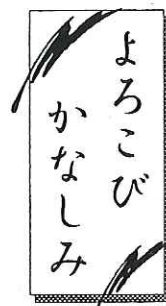
住民基本台帳9月末現在
 (男) 1,903人 (±0)
 (女) 1,826人 (+5)
 (計) 3,729人 (+5)
 1,721世帯 (+3)
 ()は前月末比較増減



10日まで・敬称略)
 (平成17年9月11日から10月

お誕生

おなまえ	坪田 美緒	川尻 愛音	川尻 政史	佐々木 陽	高島 七海
保護者	守正	政史	政史	一樹	友浩
住所	字宮津	字松江	字松江	字奥尻	字奥尻



夫の名	妻の名	住所
成田有矢	岩井亜貴子	字球浦
安倍 泰	小野英子	字奥尻

ご結婚

ご冥福を
お祈りします

おなまえ	年 齢	住 所
青坂 章子	満64歳	字赤石
工藤 勝治	満82歳	字富里
櫻花 源治	満91歳	字青苗
藤谷 英樹	満65歳	字奥尻
伏間 定吉	満96歳	字青苗
岸田 節子	満83歳	字富里

募 集

道営住宅入居者

江差町の

檜山支庁では、江差町所在の道営住宅の入居者を次のとおり募集しています。

戸数 一般住宅2戸（江差町字円山と字南ヶ丘の団地）

住宅 ①道営檜山団地：平成5年度建設、RC造4階建ての1階、2LDK58㎡、水洗トイレ、内風呂、サンルーム、物置等元備②道営南ヶ丘団地：昭和53年度建設、CB造2階

建て、3DK67・7㎡、庭つき

募集 平成17年11月10日(木)～11月16日(水)まで（16日必着）

決定 申込者数が戸数を上回る場合は抽選で入居者を決定

基準 政令月収が20万円を超えないこと

申込 入居申込書、添付書類を檜山支庁担当まで提出

※申し込み及び家賃等の詳細については次へお問い合わせください。

▼檜山支庁経済部建設指導課（建築住宅） 主査（〒043-18558、檜山郡江差町字陣屋町336-13、☎0139-5216620）

【自衛隊生徒】
資格 中学校卒業（見込みも含む）で17歳未満

受付 平成17年11月1日(火)～18年1月10日(火)まで

試験 平成18年1月14日(土)、場所については受付時連絡

※試験の詳細、合格後の処遇等については役場総務課（☎213111）、または自衛隊江差募集事務所（☎013915212476）へお問い合わせください。

協 力

今年も募金にご協力を



今年も10月1日から、全国一斉に「赤い羽根共同募金運動」が開始されています。

今年で59回目を迎えるこの運動は、誰にでもどこでも簡



単にできる福祉参加運動で、多くのボランティアの方たちに支えられています。

今年のスローガンは「地域の福祉、みんなで参加」で運動は12月31日まで実施していただきますので、町民みなさんのあたたかい思いやりで募金くださるようお願いいたします。

この募金に寄せられたみなさんの寄付金は、町の社会福祉や社会福祉協議会をはじめ、小・中学校の児童や生徒のボランティア活動、母子・父子家庭の交流会、お年寄りや身体にハンディキャップをもつ方々の移動のための車椅子の購入、障害をもつ子どもたちの早期治療など、様々な福祉活動に役立てられるものです。

学校や職場、地域、また家庭や街角など、どこでもでき

る優しさと助け合いの輪：それが赤い羽根共同募金運動です。趣旨ご理解の上、みなさんの募金へのご協力をお願いいたします。

なお、類似した詐欺まがいの募金にはくれぐれもご注意ください。

編集後記

▼11月になると朝晩の冷え込みが一段と厳しくなり、いよいよストーブなどの暖房器具が欠かせませんが、火災の危険性も高まりますので、火の取扱いはくれぐれもご注意ください。ね▼それでも今年は全国的に暖かい秋が長く続いたせい、気温の低下が例年よりも遅れているようです。その影響からか海水温が下がらず、海の魚介類にも変化が見られると言われています。例年だと10月からはホッケのシーズンとなりますが、今年は「ホッケはさっぱりだ」「ブリが太漁だからまだ海水が暖かいんだ」と言っ浜の声。投げ釣りしても「全然釣れない」「フグがうるさくてエサを全部取られてしまう」と言う釣師の声。気温の変化は漁業者などの生活にも直結する大事なことなのです。自然界の摂理にまたひとつ思い知らされました▼それにしても原油価格の高騰で一般灯油などがかなり高くなり、家計をやり繰りしている主婦の方が悲鳴をあげているとよく聞かれました。昔は「マキ」を炊き、時代の進化とともに灯油で暖をとるのが常識となりましたが、こうも灯油の値段が高いとまた「マキ」の需要が増え、時代を逆行することになるのかも。でも、あの「マキストーブ」の温もりは、石油ストーブとは違う何とも言えない心地良い暖かみと感じたのは、私だけではないのでは……

（総務課広報統計係）



自衛官生徒募集

防衛庁・自衛隊では、次のとおり自衛官の採用を予定しています。

【2等陸・海・空士】

資格 18歳以上27歳未満の男性
試験 平成17年11月27日(日)

※今年度は採用枠が拡大され入隊のチャンスです

平成17年

11月

わが町のカレンダー

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
10/30 	10/31 	1 (北) (南) 友引 犬・すし・紅茶・本格焼酎の日、計量・灯台・自衛隊記念日 保 予防接種 教育・文化週間週間(～7日)	2 (北) (南) 仏滅 保 いきいき元気クラブ 全国牛乳週間(～8日)	3 (北) 大安 文化の日 レコード・まんが・みかん・ハンカチーフの日 総 町政功労者等表彰式(11:00～役場会)	4 (南) 赤口 ユネスコ憲章記念日 企 温泉定休日 病 眼科診療(8:30～14:30～病院)	5 (南) 先勝 雑誌広告の日 役場閉庁舎日 各学校休業日
6 友引 	7 (北) 先負 立冬 あられ・せんべいの日 企 温泉定休日 全国糖尿病週間(～13日)	8 (北) (南) 仏滅 刃物・世界都市計画の日 保 インフルエンザ予防接種(65歳以上・要予約～9日) 議 決算審査特別委員会(議場)	9 (北) (南) 大安 119番・換気の日 太陽暦採用記念日 教 小中学校音楽交歓会(8:45～海セ)	10 (北) 赤口 技能・トイレ・エレベーター・肢体不自由児愛護の日 企 温泉定休日	11 (南) 先勝 電池・くつした・ピーナッツ・チーズの日、ジュエリーデー、世界平和記念日 病 矯正歯科診療(13:00～病院) 税を考える週間(～17日) 全国冬の交通安全運動(～20日)	12 (南) 友引 洋服記念日 役場閉庁舎日 各学校休業日 企 テレビドラマロケ
13 先負 うるしの日 	14 (北) 仏滅 企 温泉定休日 保 インフルエンザ予防接種(一般・要予約～18日)	15 (北) (南) 大安 さも・こんぶ・かまぼこの日 七五三	16 (南) 赤口 国際寛容デー 保 いきいき元気クラブ(14:30～支所) 警 運転免許更新(10:00～海セ)	17 (北) 先勝 将棋・肺がん撲滅デー、ボジョレヌーボ解禁日 企 温泉定休日	18 (南) 友引 土木の日 保 乳児健診(9:30～支所)(13:00～母子)	19 先負 鉄道電化の日 農協法公布記念日 役場閉庁舎日 各学校休業日
20 仏滅 アフリカ工業化・世界子どもの日 保 東風泊保育所おゆうぎ会(9:00～東保)	21 (北) 大安 世界テレビデー 企 温泉定休日	22 (北) (南) 赤口 いい夫婦の日、小雪 教 町教育推進協議会総合研修会(青中)	23 (北) (南) 先勝 勤労感謝の日 手袋・外食・Jリーグの日	24 (北) 友引 オペラ記念日 財 年末調整説明会(10:30～海セ) 病 耳鼻咽喉科診療(13:30～病院)	25 (南) 先負 ハイビジョンの日 (8:30～13:30～病院)	26 (南) 仏滅 ベンの日 役場閉庁舎日 各学校休業日
27 大安 ノーベル賞制定記念日 	28 (北) 赤口 税関記念日 企 温泉定休日	29 (北) (南) 先勝 議会開設記念日 パレスチナ人民連帯国際デー	30 (北) (南) 友引 保 いきいき元気クラブ(14:30～支所)	12/1	12/2	12/3

※町内行事の日程は、都合により変更となる場合がありますので、詳しいことについては、各問い合せ先でご確認ください。

お問い合わせ先略称 **保** 保健福祉課 **総** 総務課 **企** 企画観光課 **病** 国保病院 **議** 議会事務局 **教** 教育委員会 **警** 奥尻駐在所

会場・場所略称 (役場会)役場2階会議室 (病院)国保病院 (議場)町議会議場 (海セ)海洋研修センター (支所)役場青苗支所 (母子)母子健康センター (東保)東風泊保育所 (青中)青苗中学校

ごみ収集の略称 **南** 燃やせるごみ **赤** 燃やせないごみ **資** 資源ごみ (北) 北部・野名前～赤石地区 (南) 南部・松江～神威路地区

今月の月間・快適通勤推進月間・全国青少年健全育成強調月間・ゆとり創造月間・職業能力開発月間・JAS普及推進月間・品質月間・その他

発行・奥尻町 043-1498 北海道奥尻郡奥尻町字奥尻806番地 ☎01397-2-3111 FAX01397-2-3445

編集・総務課広報統計係

奥尻町ホームページ公開アドレス <http://www.dosanko.co.jp/okushiri/> Eメールアドレス info@town.okushiri.lg.jp

【このまま見やすいところへ貼ってご活用ください】