



◎シャトルバス運行(18日のみ)

《JR石狩太美駅～あそ公園会場》	
JR石狩太美駅発	あそ公園会場発
12時30分	14時00分
14時30分	16時30分
17時00分	20時00分

◎飲食コーナー

当別の特産品やソーセージ、エゾ鹿肉の試食もあるよ！
18日＝13時～20時
19日＝9時～14時30分

*****あそ公園会場*****

<18日(土)>

- 13時～開場・滑り台開放・雪上車試乗
吉本興業漫才(ぼんぼん・ビックシティ)
- 13時30分～(株)玄米酵素楽しい食生活〇×ゲーム
- 14時～ふとみ元風会ヨサコイ披露
- 15時～ストラックアウト
- 16時～パツツンパツツンオシキリ食品(株)ゲーム大会
- 17時30分～当別太鼓
- 17時45分～北海道医療大学生ゴスペル披露
- 18時～開会式
- 18時30分～雪像コンクール表彰式
- 19時～花火大会・ビンゴゲーム

<19日(日)>

- 9時～開場・滑り台開放
プレイランドハッピー杯町民雪中玉入れ大会
- 10時～スノーモビル試乗
- 11時～子供餅つき・子どもジャズダンス・雪上車試乗
- 12時～子供綱引き
- 13時～スノーマンファンタジー 2006お楽しみ抽選会
- 14時30分～閉会式・餅まき

*****まちの駅「アウル」会場<19日>*****

雪上車があそ公園とアウル会場をつなぐよ！
11時～14時～ジャンボ輪投げなど楽しいイベント

☒詳細 あそ雪実行委員会(「商工会」内(☎23-2447))☒

宝くじ助成事業で「会館備品」を購入しました



金沢町内会は、地域生活環境の整備など「地域コミュニティ活動」を推進しています。

同町内会では、町を通じて、宝くじの受託事業収入を財源に地域コミュニティの助成を行っている(財)自治総合センターの「一般コミュニティ助成事業」を活用し、金沢会館に備品を購入・設置しました。

購入備品

- 会館防犯灯2灯
- 折りたたみテーブル15台
- パイプチェア40脚
- チェア格納台車1台



北海道医療大学

総合図書館の本を借りられます

北海道医療大学総合図書館には、専門書など約20万冊の本があります。2月から医療大学と町教育委員会とが連携し、同校図書室の本を借りることができるようになりました。

自宅や公民館図書室と西当別コミュニティセンター図書室などのパソコンを使って、同校図書室の本検索ができます。

借りたい本がある場合は公民館か西当別コミュニティセンターの図書室で申し込みください。

詳細 公民館(☎23-2511)
西当別コミセン(☎26-3300)

☐西当別コミセン図書室

	タイトル	著者
一般書	あの日にドライブ	荻原 浩
	夜市	恒川光太郎
	ダークハウス	アレックス・パークレー
	ひと日を重ねて	紀宮 清子
	スッキリ!	上大岡トメ
	光とともに・・・	戸部けいこ
児童書	うさぎちゃんとゆきだるま	あいはらひろゆき
	まんげつよるに	木村 裕一
	まぶらいの島	渋谷 愛子
	パーティミアス()	ジョナサン・ストラド
エルデスト 宿命の赤き翼	クリスティーナ・カリーニ	

☐公民館図書室

	タイトル	著者
一般書	下流社会	三浦 展
	金春屋ゴメス	西條 奈加
	ロリヲタ	嶽本野ばら
	ツキコの月	伊集院 静
	凍	沢木耕太郎
	新主人在宅ストレス症候群	黒川 順夫
児童書	めぐりめぐる月	シャロン・クリーチ
	もっと知ろうよEU第一巻	山崎 智嘉
	おじいちゃんわすれないよ	ベッテ・ウェステラ
	衣世梨の魔法帳2	那須 正幹
パスワード浜風クエスト	松原 秀行	

新刊

図書案内

Library



■人の動き 1月1日現在
()は前月との比較

人口	19,890 人	(19人減)
世帯	7,775 世帯	(1世帯減)
男	9,730 人	(6人減)
女	10,160 人	(13人減)

**交通 路面状態を読んで
安全 安全運転**

厳冬期は圧雪・凍結により路面が滑りやすく「スリップ」事故多発
冬道は車間距離と慎重運転

当別町の交通事故発生件数
(平成17年1～12月人身事故累計)

	平成17年	平成16年	増減数
発生件数	102	94	+8
死者数	2	4	-2
傷者数	140	130	+10

おくやみ

氏名	年齢	世帯主	住所
工藤 稔	62	本人	白樺町
荒井 松年	83	本人	六軒町
折 百合子	85	宣生	太美町
近藤 フデ	86	本人	白樺町
酒井 末美	71	本人	西町
田 トク	86	弘	樺戸町
武田スズエ	79	本人	太美町
武岡 哲夫	64	本人	獅子内
工藤 イツ	91	本人	末広
鎗水甚四郎	93	澤田タイ子	白樺町
山下 悦子	62	民雄	末広
谷口 由夫	87	本人	東町
井上 朝夫	77	本人	元町

ご寄付ありがとうございました

☆当別町社会福祉協議会へ
 百石重敏さん(弁華別)から5万円
 東方一洋さん(緑町)から5万円
 田二次郎さん(樺戸町)から5万円
 泉 正信さん(当別太)から5万円
 武岡和広さん(太美町)から5万円
 吉泉チヨエさん(若葉)から2万円
 高田克雄さん(樺戸町)から1万円
 ふるさとシンフォニー当別(高橋千枝子代表)から5,150円
 笠田光秀さん(川下)から5千円
 住谷ミツさん(弥生)から手編みの手袋5双 靴下カバー80足 雑巾95枚
 本田喜和子さん(東裏)から手編みの靴下21足 タオル6枚
 松木久仁さん(弁華別)から手作りマスコット小170個・大10個
 北成グループ婦人会(中沖チズ子会長)からタオル大14枚・小67枚・雑巾19枚
 ことぶき大学からタオル94枚・雑巾65枚
 匿名の方からタオル85枚
 ☆社協「愛の小箱」
 カワハラ時計店(弥生)から6,434円

氏名	父	母	住所
川村 亜衣	治	知枝	西町
山岸 翔騎	新一	ゆり	当別太
野崎 葉	学	絵理	獅子内
山谷 花梨	優人	ひとみ	弁華別
明石慎之介	実	綾	高岡
森 一風樹	弘臣	由紀子	六軒町
池田 琉斗	公章	美佳	樺戸町
田村 柊弥	直紀	千絵理	北栄町
沓沢 陸斗	学	直子	若葉



商店街活性化センター「あえ～る」情報

- ◆2006当別ふくろう展
 - ◇期間 2月9日(木)～12日(日)
 - ◆イラストによる
当別ふくろうの村だより展
 - ◆ふくろうグッズフェア(販売あり)
 - ◆松ぼっくりでふくろうを作ろう
(先着15名)参加無料
・日時 11日(土)13時～15時
 - ◆カラオケで歌おう「春よ来い」
(先着40名)会費1,000円
・日時 12日(日)17時30分～
 - ◆児童問題研究家石川さちこの
子育てバンザイ、お母さんが
元気になる魔法の言葉展
 - ◇期間 2月18日(土)～25日(土)
 - ◆石川さちこ子育て相談会
18日(土)～19日(日)14時～16時
- 時間は10時～17時(月曜は休館/展示会最終日は15時まで。)
 詳細 あえ～る(☎25-5116)

☎法律相談(毎月第1木曜日に実施)
 日時 3月2日(木)・13時～16時 会場 「ゆとろ」(西町) 申込・詳細 事前に福祉課福祉係(☎23-3019)へ。
 ☎心配ごと相談(毎月第2・4木曜日に実施)〔携帯電話で24時間受け付けます。090-2070-5082へ。〕
 日時 2月9日、2月23日・13時～16時 会場 「ゆとろ」(西町) 申込・詳細 町社会福祉協議会(☎22-2301)へ。

健康カレンダー

Health Calendar

2月

ゆとろ～総合保健福祉センター（西町）西コミ～西当別コミュニティーセンター（太美町）

申込・詳細 福祉課保健サービス係（「ゆとろ」内・☎23 - 2346）

	事業名	日時	会場	対象者・内容
お母さんと乳幼児	マタニティスクール	7日 ^火 28日 ^火 13:00～15:00	ゆとろ	妊婦同士の交流を中心に元気に妊娠、出産期を過ごしましょう。
		23日 ^木 13:00～15:00	歯の健康プラザ	
	4カ月・10カ月児健診	13日 ^月 受付13:00～14:00	ゆとろ	該当の日程を対象者へ通知します。 お子さんの成長を確認し、子育てや離乳食など、日ごろの悩みを解消しましょう。 ◆4カ月児にBCG予防接種をします。
	1歳8カ月・3歳児健診	17日 ^金 受付13:00～14:00		
歯科検診・フッ素塗布	21日 ^火 9:30～14:00	1歳から就学前までの幼児。 虫歯のチェックと、フッ素の塗布		
個別予防接種	DPT（ジフテリア・百日せき・破傷風）生後3カ月～90カ月未満	【個別予防接種が受けられる医療機関】 *勤医協当別診療所 *近藤医院 *太美中央医院 *スウェーデン通り内科循環器科クリニック *さわざき医院（要予約） *とうべつ内科クリニック（要予約）		
	DT（ジフテリア・破傷風）11歳・12歳			
	麻しん 生後12カ月～90カ月未満			
	風しん 生後12カ月～90カ月未満			
成人向け	基本健康診査	各医療機関の診療時間の午前中		糖尿病や高血圧など生活習慣病のチェックができます。（40歳以上）
	巡回ドック	2日 ^木 ・3日 ^金 7:30～9:30	ゆとろ	基本健康診査、胃・肺・大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、歯科健診が受診できます。
	健康相談	22日 ^水 9:30～11:30		保健師や栄養士が健康についての相談に応じます。
	健康運動相談（指導日）	24日 ^金 9:30～11:30		健康運動指導士が個別の運動方法をアドバイスします。
	健康運動相談	毎週月・金曜（10日は休み） 9:30～11:30		必要な方はゆとろの運動器具を使った運動実践ができます。
	リハビリ教室	8日 ^水 10:30～14:30		脳卒中、神経難病などにより、体や言葉に不自由さがある方。
	友遊会	14日 ^火 10:00～12:00		外に出る機会の少ない高齢の方。
	かすみ草の集い	16日 ^木 10:30～14:30		西コミ
断酒会	6日 ^月 ・20日 ^月 18:00～21:00	ゆとろ	お酒で悩んでいる方とその家族。 （断酒会の申込み・詳細） 日中は江別保健所☎011 - 383 - 2111 夜間は工藤☎22 - 2510	

3月の予定

内容	日にち	時間	場所	内容	日時	時間	場所
女性がん検診	1日(水)・3日(金)	7:55～	ゆとろ	マタニティスクール	9日(木)	13:00～	ゆとろ
検診結果説明会	3日(金)	10:00～	ゆとろ	かすみ草の集い	9日(木)	10:30～	西コミ
4カ月10カ月児健診(BCG)	6日(月)	13:00～	ゆとろ	リハビリ教室	15日(水)	10:30～	ゆとろ



転ばぬ先の体づくりをしよう!

寒い冬、体を動かす機会が少なくなっていますか?それだけ筋肉を使うことが減ることになり、それは高齢者にとって大きな問題です。昨年10月から6回にわたり「転倒予防推進講座」を行い、参加者の皆さんと転ばないための筋力維持の大切さについて学びました。

◇大事な筋力

15分ぐらい続けて歩くことができずか?高齢者にとって筋力、特に足の筋力の衰えは転倒の原因の一つです。転倒・骨折は寝たきりにつながる可能性があります。普段から体を動かすことが筋力維持につながります。

◇体は柔らかく保つ

足を伸ばして床に座り両手を前に伸ばした時に、つま先に手が届きますか?
柔軟性の低下は老化というより、体を伸ばすことが少ないことが原因です。柔軟性を高めることは体の動きやすさにつながります。

◇足の指に注目!!

足の指を開くことができますか? つまづいた時に踏ん張れるのは、足の指の働きが大きく、体を支える大切な働きをしています。

◇家の中でできる簡単な体操◇

①立ち上り運動

浅く座った状態から立ち上がる。立ち上がった状態からイスへ座る。できる方は10回程度続けます。

②ももの前の運動

座った状態で片足の膝を伸ばす。しばらく保った後足を戻す。できる方は片足10回程度、両足行います。

ポイント「動作をゆっくり」「呼吸を止めないこと。太ももが少しだるいと感じるぐらい行います。」
③タオルのたぐり寄せ運動
床にタオルを広げ、足の指を使ってたぐり寄せます。

春に向けて今から、転ばない体づくりを進めましょう!

保健サービス係

「ゆとろ」内・☎23 2346
町保健師 荒 厚子



Hospital
内科系急病当番医

平日 ⇒ 19時~21時
土曜日 ⇒ 14時~17時
日曜・祝日 ⇒ 9時~12時・14時~17時



除雪の前後はストレッチをして筋肉をほぐしましょう

2月 (内科系急病当番医)						
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
堀江	勤医協	堀江	堀江	スウェーデン	とうべつ	さわざき
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
堀江	近藤	堀江	勤医協	堀江	堀江	スウェーデン
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
太美	さわざき	堀江	近藤	堀江	勤医協	堀江
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
堀江	スウェーデン	太美	とうべつ	堀江	近藤	堀江

3月 (内科系急病当番医)						
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
勤医協	堀江	堀江	スウェーデン	太美	とうべつ	さわざき
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
近藤	堀江	勤医協	堀江	堀江	スウェーデン	太美

医療機関		
勤医協当別診療所	☎23-3010	末 広
近藤医院	☎23-2021	園 生
さわざき医院	☎25-2055	北栄町
とうべつ内科クリニック	☎22-1313	西 町
太美中央医院	☎26-2332	太美南
スウェーデン通り 内科循環器科クリニック	☎25-3151	太美町
堀江病院	☎22-3111	樺戸町
当別ファミリークリニック	☎26-4649	ビトエ
北海道医療大学歯科内科クリニック	☎23-1211	金 沢

上記の機関で、基本健康診査を受けることができます。