

＋保健師からの健康アドバイス

【連載シリーズ】メタボリックシンドローム

●テーマ／動脈硬化について

「メタボリックシリーズ第6弾」
今回のテーマはメタボリックシンドロームと動脈硬化の関係についてです。



■動脈硬化とは？

動脈硬化とは、心臓から体の各部分へ血液を運ぶ血管の弾力性が失われて硬くなったり、血液の通り道が狭くなり、血管に血栓（血のかたまり）がつまりやすくなってしまう状態をいいます。

■動脈硬化はなぜ怖い？

動脈硬化が怖いのは、自覚症状がないまま進行してしまうことです。進行してしまうと、心臓病・脳卒中・大動脈瘤など全身の血管の病気を招いてしまいます。血液の流れが悪くなることで起きる病気（循環器系の疾患）で日本人の約3割が命を落としているというのが現状です。

■動脈硬化とメタボリックシンドローム

人は年齢を重ねると少なからず動脈硬化になっていきます。動脈硬化はある種の老化現象ともいえるでしょう。しかし、見た目が若く見える・老けて見えるというように、同じ年齢であっても血管の状態に個人差があります。その大きな原因の一つとしてメタボリックシンドロームがあります。

内臓脂肪型肥満・高血圧・高血糖・高脂血症といった4つの危険因子のうち、1つ危険因子がある人はまったく危険因子のない人に比べ、心臓病に5倍かかりやすく、3つ以上では36倍もかかりやすいという報告があります。血液検査の数値がちよつと高めくらいでは気にしないという人も少なくありませんが、一つ一つが軽度であっても重なることで、動脈硬化の危険性は飛躍的に高まってしまうのです。

動脈硬化の進行を抑えるには、適正な運動・バランスの良い食事・禁煙・ストレスをためこまないなど普段の生活習慣がポイントです。また、最近はずいぶんメタボリックシンドローム・動脈硬化が増えています。家族全員で生活習慣の改善に心がけていきましよう！



コリドール交流情報館
～行ってみよう！～

長万部町

冬の花火

どくと花火だ！108発

2008年冬に華咲く長万部と題して、元旦の夜空に花火を打ち上げます。夏とはひと味違う、冬の花火をご覧ください。●日時／1月1日 午前0時●場所／飯生神社広場※振舞酒、年越しそばの屋台もあります。※長万部温泉街での日帰り温泉は、午前2時まで営業予定●問い合わせ先／実行委員会 01377・2・2157

八雲町

八雲の温泉再発見

温泉めぐりスタンプラリー開催中！

スタンプ1個でハーベスター八雲の食事が10%OFF！さらにスタンプ5個で：①施設の入浴料が無料！②抽選で1泊2食付無料ペア宿泊券やハーベスター八雲のお食事券、ファームネットやくもの農産物をプレゼント！③再抽選もあり！●参加施設／温泉ホテル八雲遊楽亭／パシフィック温泉ホテル清瀧園／温泉旅館銀婚湯／桜野温泉熊嶺荘／八雲温泉おぼこ荘●問い合わせ先／八雲温泉振興協議会（役場商工観光労政課内） 01377・62・2111

八雲町熊石地域

国民宿舎「ひらたない荘」

豊富に湧き出る温泉と熊石名産のアワビ料理が自慢の宿。温泉浴場の「あわびの湯」の露天風呂からは、平田内川渓谷の美しい景観が楽しめます。●1泊2食（税込）宿泊プラン／あわびフルコース（あわび料理10品 13,960円／ふるさと御膳コース（あわび料理7品 9,960円／通常コース 大人（中学生以上）7,100円、小学生 6,070円、幼児は無料（寝具は別途料金）●問い合わせ先／ひらたない荘 01398・2・3330

今金町

ピリカスキー場

【第4弾】脱メタボへの道!!

●メタボレンジャーの経過報告



	8月8日(初回)	9月11日(2回目)	成果
身長	172cm	172cm	
体重	73.7kg	69.9kg	-3.8kg
体脂肪	23.3%	19.6%	-3.7%
BMI	24.9	23.6	-1.3
腹囲	88.3cm	82.2cm	-6.1cm

メタボレンジャーKJが脱メタボを目指して、3ヶ月目(折り返し地点) 突入です。
数値の改善がだんだん停滞してきました…そろそろダイエツトの壁『停滞期』なのかもしれない。今のままでは「半年で体重・体脂肪・腹囲マイナス10」が目標でしたが、目標達成は厳しいため、今回は目標の見直しを図りました。

【第4弾】脱メタボへの道!!

メタボレンジャーの経過報告

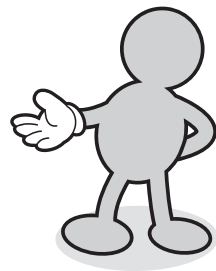
【停滞期】何をしてもらえづらい期間のことです。摂取カロリーを減らしたり消費カロリーを増やしたりすると、体はいつもより厳しい状況で重要な機能(体温調節等)を維持しようとするため、摂取カロリーをより取り込もうとし、消費カロリーを極力少なくしていきます。そのため、何をしてもやせづらいのです。この停滞期は個人差がありますが、1ヶ月程度と言われています。

■今後の目標

- ・体重: 65 kg
- ・体脂肪: 16 %
- ・腹囲: 80 cm を切る!!

■そのために実行すること

- ・食事は野菜中心のまま継続。
- ・今後は『新忘年会・お正月』等があるため、食べるときは食べ、普段は強く意識して気をつけるようにする。
- ・運動は週に2回の有酸素運動をきっちりと実践し、さらに腹筋運動を追加する。



●メタボリックシンドロームとは

おなか周りに脂肪がつく内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖などの生活習慣病の危険因子をあわせもった状態のことをいいます。

●メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪型肥満
腹囲
男性85cm以上
女性90cm以上

+

高血圧
収縮期血圧130mmHg以上
または/かつ
拡張期血圧85mmHg以上

脂質異常
中性脂肪150mg/dl以上
または/かつ
HDLコレステロール40mg/dl未満

高血糖
空腹時血糖値
110mg/dl以上

12月22日オープン予定

スキーシーズン到来!ピリカスキー場が12月22日、いよいよオープン(予定) ●リフト料金(1日券) / 大人2,800円 / 小人・シルバー2,150円※回数・ナイター・シーズン券あり ●営業期間 / 3月中旬まで、ナイターは1月1日から2月末日(予定)まで。また、12月31日は16時までの営業となります。 ●問い合わせ先 / クアアラザピリカ ☎0137・833・7111

せたな町北檜山区

低カロリー根野菜『ヤーコン』

ヤーコンは、南米・アンデス地方が原産。梨のような味わいで、豊富な食物繊維と低カロリーな根野菜です。食卓のアクセントとして、健康的な食生活のため、是非ご賞味ください。また、贈答用としてもご利用いただけます。 ●価格 / 4kg詰め(送料込み) 2,000円 / 8kg詰め(送料込み) 3,600円 ●受付期間 / 12月10日まで ●問い合わせ先 / 新函館農協若松支店 ☎0137・855・1331

せたな町瀬棚区

公営温泉浴場「やすらぎ館」

弱アルカリ性温泉で、冷え性、神経痛、火傷などに効き目があります。美肌効果がある成分も含まれているそうです。 ●場所 / 瀬棚区本町(旧国鉄瀬棚駅跡地) ●営業時間 / 午前10時から午後9時まで ※毎月第1・3月曜日定休 ●入浴料 / 大人350円、中人140円、小人70円 ●問い合わせ先 / やすらぎ館 ☎0137・877・3841

せたな町大成区

国民宿舎『あわび山荘』

貝取湾の雄大な自然にひっそりと抱かれている「あわび山荘」。大人気の露天風呂につかりながら心と身体を癒し、あわびを始めとする地元の特産品を味わう郷土料理でゆったりとリラックスメイクしてみたいか? ●※あわび鍋などの特別料理もあり。 ●場所 / せたな町大成区貝取湾 ●宿泊料 / 大人7,600円、小学生6,060円、幼児1,460円(寝具のご利用のみ) ●問い合わせ先 / 国民宿舎あわび山荘 ☎01399・4・5522



「ふるさとを思い、語り…」

「東京瀬棚会総会」開催！

10/6

10月6日（日）、東京都港区「南青山会館」において、第12回東京瀬棚会総会が盛況に行われました。当日は、高橋町長と桜井せたな観光協会長出席のもと、旧北檜山町、旧大成町の出身者8名も参加。総会後の懇親会では、出席者全員による自己紹介スピーチで大いに盛り上がり、ふるさとを語りながらあっという間に約3時間30分が過ぎました。

3町合併に伴い、名称の変更も検討しながら、来年以降は北檜山区や大成区出身者にも声を掛け会員の増加を図りたいと会議の中で確認されました。また、瀬棚区の奥井衣料店から参加者全員に「名勝 三本杉岩&瀬棚音頭入りハンカチ」の贈り物がありました。

長寿の秘訣は日常生活の運動化（瀬棚区）

健康長寿のためのダンスセラピー 10/18

10月18日（木）、瀬棚区の瀬棚町民センターにおいて平成19年度男女平等参画推進出前セミナー（主催：檜山男女共同参画推進協議会・北海道・財団法人北海道女性協会）が開催されました。

当日は、「健康長寿のためのダンスセラピー」と題し、札幌市のライフスタイル研究所の布上恭子氏が講演と簡単にできる運動を実演しました。

講演では、日常生活を運動化することが長寿の秘訣などのお話をした後、リラクゼーションによる、あかちゃん体操やテレビを見ながらできる簡単な体操などを実演し、参加者も有意義な時間を過ごしていました。



海鮮なべとおにぎりに行列（北檜山区）

ふれあい市場ファイナルイベント 10/20

10月20日（土）、今年最後の「ふれあい市場ファイナルイベント」（ふれあい市場運営協議会主催）が開催されました。当日は、時折雨が降る曇り空でしたが、海鮮なべと新米で作ったおにぎりプレゼントされ大勢の来場客で賑わいました。2000年に始まったふれあい市場は今年で8年目。ふれあい市場開設のほか、夏まつりなどの他イベントへの参加協力など、業種や地域を越えた連携活動を続けています。

一緒に協力して楽しい交流（瀬棚区）

高齢者と子どもの集い開催 10/25

10月25日（木）、瀬棚区のB&G海洋センター体育館において、65歳以上の高齢者と保育所の園児によるスポーツ交流会が開催されました。

当日は、高齢者約102名と園児が40名参加し、一緒に協力して行う競技や、園児がお遊戯を披露するなど、楽しい一日を過ごしました。





地域への感謝をこめて（北檜山区）

デイリーファーム若松による「大感謝祭」10/27

10月27日（土）、道南最大級の酪農法人のひとつである（有）デイリーファーム若松による「設立5周年記念式典並びに第2牛舎落成式」が行われました。外国の市場開放要求など厳しい環境にある酪農業の、新たなモデルとして国の事業を活用、施設・機械などの設備投資を進めており、このたびの第2牛舎完成により現在の搾乳牛243頭から、400頭への規模拡大を果たすこととなります。地産地消の将来構想の一環と地域への感謝を込めて、デイリーファーム産の牛肉の格安販売のほか、焼肉などが無料食べ放題で振舞われ、会場内に入りきれないほどの約300人が詰め掛けました。

小中学生17チームが参加（北檜山区）

ひそっぷ&道南NOSAI駅伝大会10/28

10月28日（日）、北檜山グリーンパークにおいて“ひそっぷ&道南NOSAI駅伝大会”が開催されました。これは北檜山区丹羽で営業しているアイスショップひそっぷが主催する大会で今年で4回目。当日は小学生の部11チーム、中学生の部6チームの合計17チームが参加、およそ100人もの選手及び関係者で賑わいました。

	1 位	2 位	3 位
小学生の部	三浦エックス線 ジュニアA	日本ハム	瀬棚っ子魂 4
中学生の部	今養ティー チャーズ	本田滝子	今養陸上部A



交通安全とボランティア精神を養う（瀬棚区）

「瀬棚商業高校・クッキーキャンペーン」実施！ 11/2

10月29日（月）から11月2日（金）までの5日間、瀬棚商業高等学校の生徒による「秋季交通安全・高齢者宅訪問」が行われました。

これは、「瀬棚区を通るドライバーや地域住民及び高齢者に対し交通安全啓蒙を行い、生徒と教職員の交通安全への意識を高める」「生徒手づくりのクッキー配布を契機として、区内高齢者とのふれあい、高齢者をいたわる心や生き方を学び尊敬する態度、また、ボランティア精神を養う」を目的に毎年行われている活動で、期間中毎朝、班に別れて街頭指導を行ったり、高齢者のお宅を訪問し、手づくりクッキーを手渡しました。

大成中学校3年の佐野一紗さん、稲船脩人くん、張間のぞみさんが（大成区）

税についての作文コンクールで入賞 11/14

例年、租税教育推進活動の一環として、全国納税貯蓄組合連合会が主催・応募する中学生の「税」についての作文コンクールにおいて、佐野一紗さん（大成中学校3年）の作文「税の力」が、北海道納税貯蓄組合連合会長賞に輝きました。また、稲船脩人くん（大成中学校3年）の作文「悪い方から良い方へ」が八雲税務署長賞に、張間のぞみさん（大成中学校3年）の作文「私達を支えてくれる社会生活の税」がせたな町納税貯蓄組合連合会長賞を受賞しております。税とはなんだろう、どんな使われ方なのかをそれぞれに調べ、理解したうえで自分の考えをまとめました。



平成20年4月から 学校給食センターが統合されます

より機能的に、安全で安心できる給食を提供するため、3区にそれぞれある学校給食センターを平成20年4月から1つに統合することになりました。

■現在の給食費（月額）

	小学校	中学校
北檜山区	3,600円	4,400円
瀬棚区	3,600円	4,550円
大成区	3,500円	4,300円

■統一後の給食費（月額）

	小学校	中学校
せたな	3,600円	4,400円

学校給食センター

せたな町

- 給食費の納入方法は、変わりません。
口座振替による自動振込みとし、ご指定の金融機関に毎月25日に口座から引き落としさせていただきます。

●学校給食に要する経費の負担

保護者の皆さまからご負担いただく学校給食費は、賄材料費（給食用調理材料費）に充当させていただきます。従って、学校給食センターの管理運営費、人件費は町がこれまで通り負担いたします。

※給食費については、北檜山区の現在の金額に合わせます。

※北檜山学校給食センターから瀬棚区・大成区の学校に給食を配送します。

■問い合わせ先

北檜山学校給食センター ☎ 0137-84-4622

■ヒグマパネル展を開催します ～たくさんのご来場お待ちしております～

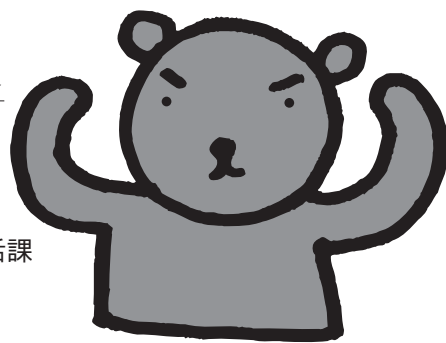
●日時／12月3日（月）～7日（金） 午前9時～午後3時30分

●場所／久遠小学校

●内容／・ヒグマに出遭わないために
・ヒグマ出前教室開催結果などについて
・ヒグマの生態について

■問い合わせ先

檜山支庁地域振興部環境生活課
☎0139-52-6494



昨年制定された「北海道教育の日（十一月一日）」。「すべての道民に教育尊重の気運を高めるため、教育振興を図る日が必要」と、道退職校長会、道教育振興会、（社）日本教育会北海道支部の三団体が連携し、十七年に制定推進協議会が発足。各校長会、道P連、道経済連など三十五団体が参加、道教委、市町村教委連などが後援、制定に向けた取組が展開されてきました。

各市町村レベルでも「教育の日」制定が行われるなど、運動の高まりも見られ、道民運動推進協議会が設立され、更なる浸透・発展を目指しています。十月と十一月を協賛月間として位置づけられ、五〇〇を超える事業が全道各地で展開されました。

檜山においても「ストップ・ザ・いじめ」子ども会議（十一月十七日合同庁舎）を開催、児童生徒のパネルディスカッションや実践発表などが行われました。

本町においても各小学校での実施に応じて、いじめ防止児童生徒集会や標語、ポスターの作成啓発等が取り組まれました。また、旧三地区にあったいじめ問題対策会議を解消し、この度「せたな町いじめ・不登校等問題対策協議会」を設立、各小学校長、PTA会長、児童委員、行政担当者からなる第一回の協議会が十一月二十一日に開催され、学校・家庭・地域それぞれが連携を一層強化して取組み、子どもたちの健全育成を図っていくことが確かめられました。

プリズム



せたな町女性研修交流会

10月21日（日）、大成町民センターにおいて、せたな町女性研修交流会が行われました。

当日は、せたな町内から82名の女性が参加し、有限会社ナチュラルハート代表取締役神田裕子氏の講演や「久遠神楽」の演舞。更には「学びあいネットワーク事業」によるペーパーブロック・エコバック・リサイクル帽子・ミニ針刺の作成、七宝焼、健康体操が行われました。参加した女性達は、秋の一日を有意義に過ごしました。

牧場体験

10月27日（土）行われた「ふるさと体験塾」では、9名の子どもが北檜山区丹羽の大津牧場で、牧場体験をしました。牧場体験では、普段なかなか知ることの出来ない牛の話や、実際に乳牛から乳を搾ったり、牧場にいる他の動物たちとふれ合いを体感しました。また、実際に搾った牛乳からバター作りを体験した子どもたちは、牧場を身近に感じました。



せたな町民文化祭

本年度も11月3日（土）から11月4日（日）までせたな町各会場において文化祭（作品展示の部）が開催されました。出品者・団体の皆様ともども熱のこもった作品を展示をしていただきました。

大成会場【作品展示の部】
出品点数741点／鑑賞者約250名



瀬棚会場【作品展示の部】
出品点数800点／鑑賞者約500名



北檜山会場【作品展示の部】
出品点数747点／鑑賞者約550名



12月は道税の納税推進強調月間として、滞納整理を実施します～納税にご協力ください～
夜間納税窓口を12月13日（木）に午後8時まで支庁税務課で開設します。

■問合せ先／檜山支庁税務課納税係 ☎0139-52-6473

●派遣日時
・12月26日（水）
午前9時～午後5時

■問合せ先
■0137・84・5724
北檜山職業相談室

■問合せ先
■0137・62・2509
ハローワーク八雲

■問合せ先
■0139・52・0178
ハローワーク江差

北檜山職業相談室での取り扱いについて
雇用保険受給手続から認定・給付まで、ご本人の申し出によりハローワーク八雲で受付ができますのでご利用ください。

ご利用ください



■0138・26・0420
函館地方法務局人権擁護課

●相談日時
・12月4日（火）午後1時～午後3時
・12月4日（火）午後1時～午後3時
・12月6日（木）午後1時～午後3時
ふれあいプラザ

●相談場所
・12月4日（火）午後1時～午後3時
・12月4日（火）午後1時～午後3時
・12月6日（木）午後1時～午後3時
ふれあいプラザ

●相談内容
児童・生徒のいじめ、体罰、家庭内のいざこざ、借地借家、不動産登記、相続関係等、身近な人権・法律問題等心配ごと

●相談日時
・12月12日（水）午後1時～4時
・2月13日（水）午後1時～4時

●相談場所
・12月12日（水）午後1時～4時
・2月13日（水）午後1時～4時

お気軽にご相談を

函館地方裁判所「受付相談」のご案内

ご相談ください

裁判所では、法的な問題を抱え、紛争の解決に悩んでいる方々に対し、紛争解決の手続き等に関する「受付相談」を各裁判所の窓口で常時行っています。また、2ヶ月に1回せたな町瀬棚区に出張しての受付相談を行っています。金銭や土地・建物に関するトラブルなどの民事関係の紛争、夫婦・親子や相続に関するトラブルなどの家事関係の紛争等様々な問題について、どのような内容でも結構です。お気軽にご相談ください。

認知症サポーター100万人キャラバン

あなたも“認知症サポーター”になりませんか。

「認知症サポーター養成講座」(出前講座)受け賜います

無料

■認知症サポーター100万人キャラバンとは

「認知症を知り地域をつくる」キャンペーンの一環として、認知症の人と家族への応援者である認知症サポーターを全国で100万人養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指す取り組みです。

■認知症サポーター養成講座とは

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を応援していくための講座です。当社のキャラバン・メイト（認知症サポーターの講師役）が団体、地域を問わずご要望があれば無料で開催します。

認知症サポーターが増え、認知症の人や家族が安心して暮らせる町づくりが展開できるようになることが、私たちの願いです。

はるかぜ
グリーンパレス
●●役場
せたな町立国保病院
道南ロイヤル病院

グループホーム はるかぜ
施設の見学など
お気軽にご相談ください。

空室
あります

お問い合わせ グループホームはるかぜ [高木] 北檜山区徳島 / ☎0137-86-0077
(有)ケアステーションせたな [樋口] 瀬棚区本町 / ☎0137-87-2710

(有料広告)

戸籍の窓口

(10月1日～10月31日届出)



お誕生おめでとう

- 福沢 ^{りん}凜ちゃん (伸) 北檜山
- 小濱 ^{ほの}歩希 ^か果ちゃん (朋幸) 豊岡
- 平澤 ^と斗夢くん (誠) 都
- 清水 ^{しよ}翔貴くん (孝寿) 都
- 奥村 ^{たいせい}泰成くん (大樹) 都

ご結婚おめでとう

- 〔木南 重美さん 北島歌
岩原 晴美さん 北檜山〕

おくやみ申し上げます

- 大松 忠作さん (92歳) 小倉山
- 中郷 ミツさん (98歳) 丹羽
- 畑澤 昇さん (75歳) 北檜山
- 本田 常夫さん (82歳) 丹羽
- 藤森 幸江さん (76歳) 本町9区
- 渡邊市郎兵さん (86歳) 北島歌2区
- 田村 百合さん (78歳) 島歌1区
- 秋田 正三さん (90歳) 都
- 太田 マサさん (67歳) 富磯

この欄に掲載をしている方は、本人またはご家族の了解を得ています。

人口と世帯

10月末現在 (前月比)

人 口	10,510人 (+1)
男	4,965人 (+2)
女	5,545人 (-1)
世 帯	4,686世帯 (+9)

配偶者暴力防止法の改正について

配偶者暴力防止法が保護命令制度の拡充、市町村に対する基本計画策定の努力義務等を定め平成20年1月11日から変わります。

ご確認ください

- 家庭、簡易裁判所の裁判所書記官
- 問合せ
 - ・函館地方・家庭・簡易裁判所 0138・42・2151
 - ・函館地方・家庭裁判所江差支部、江差簡易裁判所 0139・52・0174
 - ・八雲簡易裁判所、函館家庭裁判所八雲出張所 0137・62・2494

〔改正の主な内容〕

●保護命令制度の拡充

- ① 生命又は身体に対する脅迫を受けた被害者に係る保護命令
- ② 電話等を禁止する保護命令
- ③ 被害者の親族等への接近禁止命令

●市町村基本計画の策定の努力義務

問合せ 北海道檜山支庁環境生活課窓口

0139・52・5785

<http://www.gender.go.jp/e-vaw/index.htm>

看護師免許をお持ちの方へ

あなたのキャリアをもう一度生かしてみませんか

道では看護師免許をお持ちで「これからまた仕事につ

- きたい」と考えているけれど、ブランクが長い、今まで経験のない施設への就職を考えているなどの不安から一歩踏み出せないでいる方々を応援する「再就業のための体験研修」を実施しています。
- 対象者／ナースバンク登録者で1年以内に再就職の希望のある方
- 研修場所／あなたの居住地でああなたの希望する施設
- 研修内容／看護技術の見学や実習(1～5日間程度)
- 研修時期／随時受付
- 受講料／無料
- 問合せ 社団法人 北海道看護協会 北海道ナースセンター 011・863・6794

年金係からのお知らせ

国民年金保険料控除証明書届いていますか？

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・町民税等の社会保険料の控除の対象となります。

皆さんが年末調整または確定申告の手続きの際、生命保険料の控除の申告に1年間に納付した証明書をお使いになるように、国民年金保険料の申告についても、必ず証明書が必要になります。

このため、「国民年金保険料控除証明書」(ハガキ)が、11月初旬から送付されていますので、内容をご確認のうえ大切に保管してください。



- 問い合わせ先／函館社会保険事務所 0138-56-1161
- ・本庁町民児童課戸籍年金係 [担当/栗城] 0137-84-5111 (内線1137)
- ・瀬棚総合支所総務税務課戸籍年金係 [担当/浜登] 0137-87-3311 (内線3114)
- ・大成総合支所町民福祉課戸籍年金係 [担当/栄田] 01398-4-5511 (内線2158)



広報見聞録

税を考える週間書道展

Koho - kenbunroku



11月11日から17日までの「税を考える週間」に行われた小学校児童による「税を考える週間書道展」が開催され、出展作品366点の中から30点の受賞作品が選ばれました。受賞者は次のとおりです。

北檜山小5年	浅沼奏絵	島歌小5年	畑野未奈	久遠小6年	榊田成美
太櫓小6年	横井 茜	瀬棚小3年	羽二生空	久遠小3年	上野拓海
北檜山小3年	坪井 葵	馬場川小5年	岡崎可鈴	久遠小5年	佐々木直哉
北檜山小6年	山本紗綾	瀬棚小5年	横山 陸	久遠小4年	杉村結香
北檜山小6年	赤井はるか	馬場川小4年	横山みのり	平田内小5年	杉村崇斗
若松小4年	西川亜里沙	島歌小5年	手塚諒太	平田内小6年	門間 恵
太櫓小4年	大坂史果	瀬棚小5年	上野拓磨	久遠小5年	平澤美優
玉川小6年	大石香苗	瀬棚小6年	伏見鈴菜	久遠小4年	藤原さやか
北檜山小6年	伊関千織	瀬棚小6年	平賀沙英	久遠小5年	榊田貴廣
北檜山小5年	内田朱音	島歌小5年	畑野由佳		
小倉山小6年	遠藤 舞				

編集後記

▼今年のインフルエンザは、例年より1ヶ月も早く確認されています。「うがい・手洗い」のほか、感染を防ぐためのマスクの着用も心掛けたいですね。予防接種を予定されている方は、町内の医療機関で接種できますのでぜひご利用ください。▼勤労を尊び、生産を祝い、国民互いに感謝しあうという「勤労感謝の日」が近づくと毎年思うのですが、ともすれば互いに感謝をしあうという部分が薄れがちな毎日。感謝する気持ちを忘れずに、自分らしくひたむきに頑張ろうと気持ちを新たにすることが大切です。▼冬の訪れを告げる「雪虫」。今年の初雪虫は私の中では、10月27日に行われた「デリーフアーム若松」による「大感謝祭」の時でした。雪虫の正式名は、アブラムシ科の「トドノネオオフタムシ」。北海道には十数種類もの雪虫がいるそうですが、年々その数が少なくなってきたという話もあります。が、今年は、うっかりしていると雪虫が口の中に入ってくるほどの大量発生？と感じたのは私だけでしょうか…。そして、ついに昨日（11月15日）初雪が降りました。2007年最後の広報をお届けします。（乾）