

◆確定申告の受付  
始まります

道展作品にうっとり

第71回道展標津移動展が1月22日から28日まで「あすばる」で開かれ、日本画、油彩、版画、彫刻など計76点を展示。

その中には町内の長谷川雅章さん（栄町・42歳）の油彩「遠い日」=写真右=の作品も展示されました。長谷川さんは、84年に道展初出品以来、92年、94年に佳作賞を受賞。このような実績が認められ昨年度展の「会友」にもなりました。今後の作品がますます楽しみです。

2月17日から—

# 所得税の確定申告 始まります

所得税の確定申告の時期を迎えました。所得税は、自分の所得状況を最もよく知っている納税者が、自ら税法に従って所得と税額を正しく計算し、納税するという申告納税制度を採用しています。

所得税のしくみや、確定申告について説明します。

## ○所得税のしくみ

所得税は、法人税と並んで我が国の租税体系の中心となる国税で、個人の所得金額を課税標準（納税義務を発生させる目的をもって課税物件を数量的に確定するための基準）として課税されます。

個人の所得税の確定申告は、課税期間（一月一日から十二月三十一日）の翌年の二月十六日から三月十五日（受付開始・終了日が土・日の場合は、日にちがずれます。）までの間に納税地の所轄税務署

## 課税所得金額の決定

（本町では根室税務署で行います。）

所得税は、利子所得・配当所得・不動産所得・事業所得・給与所得・退職所得・山林所得・譲渡所得・一時所得・雑所得の十種類に区分されます。

その人の一年間のすべての所得を一定の計算方法によって算出し、所得控除額を差し引いて課税所得金額が決まります。

所得控除金額には、扶養控除・配偶者控除・配偶者特別控除・生命保険料控除・損害保険料控除・医療費控除・雑損控除などがあります。

## 所得税の申告納税額

課税所得金額に税率を掛けた年間所得税額から税額控除額（住宅取得等特別控除・配当控除など）、源泉徴収税額を差し引いたものが

所得税の申告納税額となるわけです。

所得税の税率は、一〇%から五〇%の五段階となっており、サラリーマンの九割弱が最低税率一〇%の適用を受けています。

## ○確定申告をしなればならない人

- ①事業を行っている人
- ②不動産収入がある人
- ③土地や建物を買った人
- ④サラリーマンで年収が二、〇〇〇万円を超える人
- ⑤二カ所以上から給与をもらっている人

## ○申告すれば税金が還付される人

次の適用を受けることによって、源泉徴収や予定納税で納めた税金の方がその年に納めなければならぬ所得税よりも多くなる人は、確定申告をして所得税の還付を受けることができます。

### 1、医療費控除

自分や家族の病気やけがなどにより、支払った多額の医療費がある時は、次の算式によって計算した金額を医療費控除として所得から差し引くことができます。

何種類？  
税金は分類は？



現在我が国では、主な税金の種類は四十六種あるといわれています。これらを直接税と間接税に分類して説明しましょう。

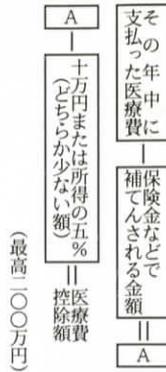
直接税とは、法律上の納税義務者と担税者（税を負担する者）が同一である税金をいいます。法人税、所得税、相続税、贈与税、住民税などがあげられます。

間接税とは、納税義務者と担税者が異なる税金で消費税に代表されます。ほかに酒税、特別地方消費税などがあります。この税金分は、価格や料金に乗せられているのが普通で、これを税の転嫁（シフト）といいます。

租税収入に占める直接税と間接税の割合を直間比率といえます。平成八年度予算の国税収入での直間比率は、直接税六五・四%、間接税三四・六%です。



### ・医療費控除額の計算方法



じて一般的に支出される水準を著しく超えない部分の金額

① 医師、歯科医師による診療代、治療代

② 治療、療養のための医療品の購入

③ 病院や診療所、老人保健施設または、助産所に収容されるための費用

④ あん摩、マッサージ・指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師などによる施術費

### ・医療費とは…

医療費控除の対象となる医療費とは、次の(1)や(2)のようなものといえます。

(1) 次のもののうち、その病状に

## パート収入がある時は…

### ●所得税

〈パートで働く人に対する税〉

パート収入は、通常、給与所得となります。課税される所得は、パートの年収から、給与所得控除額（パート収入が162万5千円までの人は65万円）と基礎控除（38万円）などの所得控除を差し引いた残額です。

例えば、パート収入が120万円で所得控除が基礎控除だけの場合、課税される所得は17万円となり、所得税は1万7,000円となります。

〈配偶者控除と配偶者特別控除〉

夫に所得があり、奥さまがパートで働く場合を考えてみますと、夫については、以下のとおり配偶者控除と配偶者特別控除が受けられます。

奥さまのパート収入が103万円までであれば、配偶者控除（38万円）が受けられます。

配偶者特別控除は、奥さまの所得によって調整されますが、最高額は38万円です。この控除はパート収入が103万円を超えていても141万円未満であれば受けることができます。

### ●住民税など

〈住民税〉

パートの年収が99万円以下ですと給与所得の金額が住民税の非課税限度額（34万円）以下になりますので、住民税はかかりません。

〈国民健康保険と国民年金〉

パート収入が年間130万円を超えると妻自身が国民健康保険と国民年金の保険料を負担することになります。

### 2、住宅取得特別控除

住宅ローンなどを利用してマイホームを新築や購入、増改築などをした時には、一定の要件に当てはまれば、居住の用に供した年から六年間、住宅取得等特別控除を受けることができ、所得税が軽減されます。

### ・住宅取得等特別控除の計算

住宅ローンなどの年末残高

A	B	C
1,000万円	2,000万円	3,000万円

▼ 入居年およびその翌年

$$A \times 1.5\% + B \times 1\% + C \times 0.5\%$$

|| 控除額

▼ 入居後三年～六年目

$$(A + B) \times 1\% + 0.5\% || \text{控除額}$$

(要件) ① 家屋の床面積が50㎡以上

上、240㎡以下 ② 住宅ローンなどの返済期間が10年以上 ③ 所得金額が2千万円以下など

### 3、雑損控除

地震、火災、風水害などの災害によって、住宅や家財などに損害を受けた時は、その計算方法により、所得税の全部、または一部を軽減されることがあります。

### ●確定申告のお問い合わせは…

- ▽ 役場税務課 ☎ 2-2131 (内線116) へ。
- ▽ 根室税務署 ☎ 01532-313261

# TOWN NEWS

## 自慢の味38品が並ぶ ～鮭飯寿司大試食会～



町内の方々が腕によりをかけて漬けこんだ、伝統の鮭料理「飯寿司」の大試食会が、一月十二日、生涯学習センターあすばるで開かれました。

この大試食会は、町観光協会の中に昨年発足したふるさとグルメ創作研究会（石橋昌幸開発部長の主催によるもので、忠類川フィッシングをはじめ当町を訪れる観光客に対して、標津らしい味を提供するため郷土料理の発掘をしよう）と行われたものです。

大試食会には三十六人が参加。酢をまったく使用しないものや魚を生から漬けたもの、山漬けの魚を使用したもの、香り付けにゆずやみかんを利用し風味を、たせた

もの、九月ごろの早い時期の銀毛の魚を漬けこんだものなど、工夫をこらした三十八品の鮭飯寿司が並びました。

参加者、町観光協会役員などの試食後、懇談会を行い、「どれもそれぞれ味があり、おいしい」「天候などによって味が変わったりするので、難しい面がある」「若い人たちなどにも飯寿司を漬けられるような教室を浸透させたい」など意見が出されました。

なお、参加者全員と関係者互選による審査の結果、「母から伝授された味を忠実に再現した」という武田敬子さん（本町）が飯寿司大賞に選ばれ、飯寿司樽が贈られました。

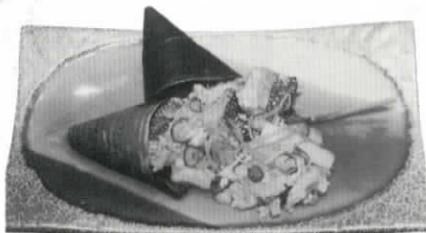
町観光協会では、来年も同試食会を実施し、より多くの参加者を募るために早い時期に周知し、百人規模へ発展させていくほか、観光客への食のサービスとして地元素材を使った新しいグルメの創作活動を展開していく考えです。

### ■今回の参加者

- ▽標津地区：畑中貞子、沢向ふさ子、忠鉢京子、木下球枝、宮井和子、篠田光子、松下よつえ、川畑サタ、柴田久男、池田うた子、岩村伸一、武田敬子、渡辺マサ子、波切貞子、石橋貞子、千葉洋子、村井八重子、佐藤金吾、宇野美奈子、姥名ヒサ、山崎一三、飯作京子、稗貫明美、池田信子、小林哲夫、石田仁、石井公子、中川益江、坂本和子
- ▽茶志骨地区：屋けい子、四條秀雄、更谷艶子、秋山るり子
- ▽忠類地区：川口キサ
- ▽薫別地区：新川洋子
- ▽川北地区：星山美知子

敬称略

大賞に選ばれた  
武田敬子さんの飯寿司



## 雪に負けず力走

### 新春スプリント大会

町内の公式スケート大会の幕開けとなる新春スプリント大会が、一月十八日、町営リンクで開催されました。



この大会には、町内の小中学生六十七人が参加。あいにく吹雪模様の天候となり、大会は五百メートルのみの競技となりましたが、参加者は懸命にゴールをめざし力走していました。

結果は次のとおり（一位のみ）

- ▽小学一年男子 小野大介（川北）
- ▽同女子 菅原恵美（川北）
- ▽小学二年男子 桜井裕樹（川北）
- ▽同女子 工藤朋佳（川北）
- ▽小学三年男子 境将太（古多郷）
- ▽同女子 中條李菜（古多郷）
- ▽小学四年男子 蛸山洋介（標津）
- ▽同女子 辻華乃子（川北）
- ▽小学五年男子 大石昭彦（標津）
- ▽同女子 黒沢文恵（標津）
- ▽小学六年男子 神内正成（標津）
- ▽同女子 吉田禎（川北）
- ▽中学男子 大石卓哉（標津）
- ▽同女子 大野弥生（標津）

敬称略

## 金婚式おめでとう

5組に記念品を贈る



12月16日、町では金婚式（結婚50周年）を迎えられた5組のご夫婦に対し、小田桐町長が記念写真と記念品を手渡し、お祝いをしました。

金婚式を迎えられたご夫婦は次のとおり。

- ▷榊 幸悦・アヤ子さん（茶志骨）
- ▷滝田 監幸・ヨネさん（同）
- ▷角田川春雄・百合子さん（共栄町）
- ▷間 豊太郎・静子さん（寿町）
- ▷柴田 国男・信子さん（望ヶ丘町）

## インターネットクラブ 発 足

世界中から各種情報をコンピュータを用いてリアルタイムで入手できるインターネットに町民に慣れ親しんでもらい、まちづくりに役立ててもらおうと、町内の有志が参加し、インターネットクラブ（沢向幸雄代表・会員二十人）がこのほど発足、初会合が、一月十五日、生涯学習センターあすばるで開かれました。

初会合には会員十四人が参加し早速インターネットを体験したほか、今後の活動計画を話し合いました。

同クラブでは、「インターネットの講習を行うとともに独自のホームページも開設したい」と話しており、また事務局の正田さんは「将来的にはプロバイダー（接続業者）を誘致するか行政を含めて独自のプロバイダーを設立したい」と意欲を見せています。

### 〈会・員・募・集〉

初心者、経験者を問いませんので、お気軽に申し込みください。

- ・足田哲也さん ☎2-21003
- ・国見秀雪さん（あすばる） ☎2-2900

## 町内全戸に バターを無料配布

J A 標津（佐々木喜一郎代表理事組合長）では、十二月十九日、各町内会を通じ、組合員と職員を除く二千三百三十世帯にバター二個（四百グラム）の無料配布を行いました。

この無料配布は、厳しい状況の中にある酪農に対して、町民に理解してもらい、安全で完全健康食品である牛乳・乳製品を今後もより多く食べてもらおうと、消費拡大の一環として行われました。

## 九州に海産物を通年販売

―サケ・ホタテ消費流通対策協議会―

### 大手スーパージャスコで

標津町サケ・ホタテ消費流通対策協議会（会長・鈴木輝英標津漁協組合長）は、九州の大手スーパー

ただいたことを契機として、同協議会が中心となって売り込みを図ってきたことから。

九州ジャスコ（金柿謙治社長、本社・福岡市）の関連会社を通じ、同社と通年で本町のホタテなどの海産物を販売することで合意、昨年十二月から九州各地の同社店舗で販売されています。

昨年十二月には、標津漁協など町内の加工業者と取引が成立し、活ホタテや冷凍ホタテ、サケの新巻ほか、イクラやサケのはらすなどを販売。今年もすでに冷凍ホタテやイクラの注文があり好評で、新巻などの商品の注文も増えるのではと、今後に期待が寄せられています。

### 嘉穂町の直売施設で

話の発端は、同社の金柿社長が十年來本町に釣りに訪れていることがきっかけで話が進み、一昨年十二月に同社の恒例の催事「北海まつり」に試験的に出展させてい

全国で唯一「鮭神社」があることから本町とサケが縁で交流している福岡県嘉穂町では、今年四月にオープンする「農産物等直売施設」に本町の海産物の加工品を今年で販売するコーナーを設けることになりました。

販売する製品は、標津漁協を中心に町内加工業者の干物やイクラ、タラコ、新巻などが置かれる見込みで、今後両町で協議し決定します。

.....

これらのこと今後、九州へのPRと販路拡大に効果が現れると関係者は期待しています。



昨年十二月、ジャスコの「北海まつり」での標津産の海産物コーナー

# 21世紀に向けて “はばたけ”

一月七日、生涯学習センター・あすばるで成人式が行なわれました。今年町内で成人式を迎えたのは百十五人。成人式には、華やかな振りそでや真新しいスーツに身を包んだ八十一人が出席し、成人を祝いました。

育委員長から激励の式辞に続き、小田桐町長（山口助役代理）と荒谷町議会議長から祝辞がありました。成人を代表して、

太田整弥さんと波切幸代さんが、二十一世紀に向けた力強い誓いの言葉を述べました。

式典では、橋場俊一教

## 115人が 新成人に

このあと、標津小PTA会長の森岡亨さんを講師に



華やかな振りそで姿の新成人

新成人にインタビュー  
・成人になった感想や抱負などを聞きました。



波切 幸代さん

▽成人になったという意識はない。▽地元に戻ってきて（現在札幌）、保母が介護士になり社会人として働きたい。▽故郷を離れて自然の良さがわかった。



太田 整弥さん

▽すがすがしい感じがする。早くかわいいお嫁さんがほしい。▽現在、建築士を目指して勉強中！ ▽標津はもっと人口が増えて発展してほしい。



古川 晃子さん

▽社会人として、これからしっかりしなければ。▽将来は両親のような家庭を築きたい。▽標津は、もっと観光面をPRしてほしい。



山田 弘次さん

▽まだ、実感はないが、責任感を感じる。▽早く仕事を覚えて、まちのために貢献したい。▽標津はもっと活気がほしいので、自分たちで盛り上げたい。

2月7日は――

## 『北方領土の日』です

択捉島、国後島、色丹島及び歯舞群島からなる北方四島は、皆様もご承知のとおり、我が国の父祖伝来の地として受け継いできたわが国固有の領土です。

ものです。

北方領土の日制定に伴って全国の都府県に返還のための県民会議が組織され、遠くは九州長崎県の県民の方々が北方領土問題を自身のこととして取り組んでいます。

この二月七日には、東京をはじめ全国各地で北方領土返還要求大会などが催され、返還運動原点の地、根室管内では、北方領土返還要求根室住民大会・一市四町の中学生による少年弁論大会を開催し「北方領土の日」を盛り上げています。根室地域からの返還運動の発信は、今や全国に広がりを見せています。

依然として大きな進展を見せず

に今日に至っています。

### 今一度考えよう

「北方領土の日」は、一八五五年二月七日の日露通商条約（日露の国境を択捉と定めたもの）の調印の日になんぞ昭和五十六年一月政府閣議で決定された

北方領土返還運動が始まって半世紀以上の歳月が流れました。北方四島の元居住者の高齢化が進む中、次代に領土への熱い思いを風化することなく伝え、北方領土の歴史を認識し、粘り強い返還運動が必要だと思えます。

私たち町民も今一度、北方領土について考えてみましょう。



近くて遠い島 北方領土（国後島）

2月9日

農村環境改善  
センター

〈町生涯学習センター・付属施設〉

# 文化ホールとして オープン

文化ホール（町生涯学習センター・付属施設）として活用するため、農村環境改善センターの改修工事が行なわれていましたが、このほど完成し、二月九日、オープンします。

改修工事では、電動式移動椅子四百五十席などを整備し、総事業費は九千三百万円。財源の内訳は、道補助金三千八百五十万円、町文化体育振興基金五千二百五十三万円。コンサートや演劇、映画上映、講演会などに活用されます。

二月九日、オープン記念行事として、「シベツ・ミュージック・フ

ェステイバル」が開かれます。町内の各小中学校や女性合唱サークル「グリーンフレンズ」、川北OBバンドによる演奏、合唱が披露されます。多くの町民の皆さんのご来場をお待ちしています。

農村環境改善センターへ  
のお問い合わせは、生涯  
学習センター・あすばる  
(☎2-2900) まで。

※利用についての詳細は、三月号でお知らせします。



電動式移動イス 450 席が整備された農村環境改善センター

## オープン記念行事——

### ミュージック・フェスティバル

2月9日 午後1時開場 1時30分開演

- ・各小中学校による吹奏・器楽演奏・合唱
- ・グリーンフレンズ合唱
- ・川北OBバンド演奏 ※入場無料

町民の皆さんに身近で親しまれる施設にと、保健福祉センターの愛称と施設内の温泉名を募集していましたが、このほど愛称が「ひまわり」に、温泉名が「ひまわり温泉」に決まりました。

愛称を採用されたのは、河野テル子さん（曙町・主婦）。町民から三十二件の応募があり、町議会や健康づくり推進員、民生児童委員の代表など八人の審査員により決定。太陽を連想させる生き生きとした印象でわかりやすいことから選ばれました。

## 保健福祉センター・愛称決まる

# 『ひまわり』

7月1日オープン予定

この施設は、町民の保健予防活動の充実や健康づくり事業の推進、福祉活動の総合的な展開を図り、町民の健康増進と生活の質的向上を目指すものです。

また、特別養護老人ホームはまなす苑と標津病院とを廊下でつなぎ、より効果的なサービスの提供が可能となり、二十一世紀に向けた健康と福祉の理想郷づくりの拠点施設となります。

一月末には本体の仕上げ工事を終了。今後は内部設備整備や備品などの設置と周辺外構工事を行い、オープンは七月一日の予定です。

※利用にあたっての詳細は、次号でお知らせします。



工事が進む保健福祉センター

# みんなの広場

皆さんの声を  
このコーナーに  
お寄せください

町内にはどんな

サークルがあるの？

**Q** 生涯学習センター・あす  
ばるがオープンし、サー  
クル活動が盛んに行われているよ  
うですが、こういった部門のサー  
クルがあるのですか？



町民に幅広く利用されている「あすばる」

**A** あすばるは、町民の文化  
活動、交流、生涯学習の拠  
点として、昨年七月にオープンし  
ました。オープン以来、多くの  
方々が利用されています。

ご質問のあすばるを利用してい  
るサークルの部門は、次のとおり  
あります。

- ①音楽 ②舞踊 ③絵画 ④手  
芸 ⑤川柳 ⑥詩吟 ⑦書道 ⑧  
陶芸 ⑨茶道 ⑩ボランティア  
⑪幼児レクリエーション ⑫コン  
ピューターなど

※詳しくは、生涯学習センター・あ  
すばる（☎2-2900）へお  
問い合わせください。

## 時事川柳

ほろ酔い八月まで酔ってついでくる  
口けんか二人へ酒がけしかける  
片手では足らぬ握手をして別れ  
ヨサコイで流した汗の心ち良さ  
海を見て四角太陽に目を丸く  
世が乱れ心に隙間風とおる  
昔こいし十人家族の丸テーブル  
呑めぬ酒呑んだ振りして輪の中に  
腕時計主が亡くても動いている  
しばれ道口はたっしやで足すべ  
福袋買った本人鬼袋

午前様抜き足差し足猫じやれる  
売り言葉買つて天敵増えて行く  
黒い腹見せるカラスと見せぬ人  
飯寿しつけ不安と期待交差する  
ホットな部屋で早い春

小路惣一郎  
" " " " " " " " " " " "  
岩佐 哲子  
戸村 寿生  
渡辺 孝子  
太田 明人  
今泉 慎子

## ご意見や要望など お寄せください

〈あて先〉  
標津町字標津3-5  
役場広報統計係  
「みんなの広場」コーナーまで

このコーナーでは、町や広報紙に対するご意見や要望など  
をお待ちしています。なお、匿名はご遠慮願います。  
(ただし、人や団体の中傷となるものはご遠慮ください。)

## 新町民に スポット

根室支庁根室北部地区  
水産技術普及指導所

ふ 家 誠一郎さん



「ウニの増殖事業に  
取り組んでいます」

昨年四月、稚内から転勤で標  
津町民となった根室支庁根室北  
部地区水産技術普及所勤務の福  
家さん（川上町・40歳）。

生まれは、福岡県北九州市。  
下関に捕鯨施設などがあったこ  
とから「海の関係の仕事をした  
い」と、高校卒業後、北大水産学  
部に進み道職員に。仕事は漁協  
を初め漁業者へ水産技術の普及  
や指導に当たり、現在はウニの

動が激しいため、種苗の放流  
など人工的に手を加えなけれ  
ばならない」と増殖事業の振  
興に意欲を燃やしています。

「標津の海産物が九州にも販  
路が拡大したと聞きましたが、  
ポイントを狙った戦略が必要  
だと思えます。人が多く集ま  
る北九州市や福岡市などに進  
出し、それが点となり少しずつ

増殖事業を担当しています。

「標津のウニの増殖場としての  
平磯地帯は、北側の古多糠と薫  
別近辺に限られており、この限  
られた漁場を有効利用していく  
ことが大切」といいます。

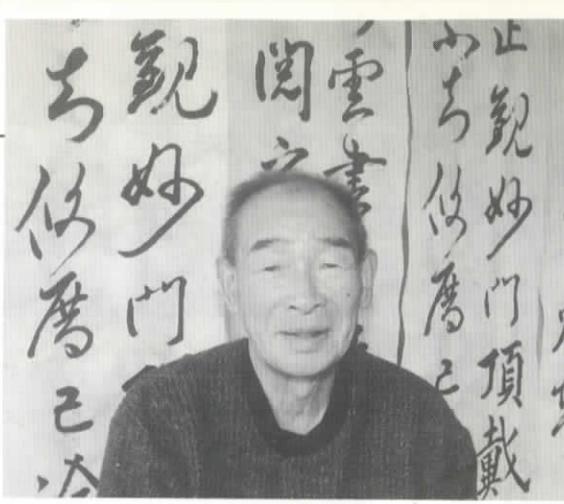
「ウニは産卵後、一カ月海中で  
浮遊し、その後、海底に沈着する  
が、この場所が深みや砂場に入  
ってしまふと生産対象のウニに  
はならない。ウニの発生は年変

つ面に広がるのでは…」

趣味は、貝類の標本作り。  
今では北海道の巻き貝が百種  
類以上にもなりました。休日  
はご自慢のジープで標津の自  
然を探索中とか。

いき・いき  
人生

林 勇さん  
(川北共栄町・77歳)



書道塾（小梨和・元川北中校長が先生）に通っており、今では北海道書道協会認定三段の腕前になるほどに上達。毎朝四時半ごろに起きて、三時間練習に励んでいるほどの熱の入れようです。

「自分は不器用だから、一生懸命練習する。字もうまくなりたいが、それ以上に精神的にプラスになる。書道を始めてから、

書道は  
心の安定剤

少々のことで腹を立てなくなりましたよ。昔はたん腹だったんだよ」と笑って話します。書道のほか、大好きなのが釣り。昨年、忠類川では、やまべ、海ではカレイと、釣果は好調で、仲間から「釣りバカ」と言われているほどの釣り好き。

「人に迷惑をかけることが一番」という林さんは、これからも自分の趣味を大いに楽しみたいと話します。

「書道をやると精神統一ができ、心が安定するんだよ。私にとって書道は、心の安定剤なんだ」と話す林さん。年をとり何かをやらなければと思い、四年前から始めた書道。毎週一回、中標津町の

しづつ  
歴史発見!?

10



ボー川史跡自然公園  
副園長 榎田 光明

前回は会津藩の治世の中で「教育」について書いたが、今回は領地となった西別から紋別までの地域の警備と開拓について、少ない資料から見えてゆきたい。

幕府から領地を請取った直後の万延元年（一八六〇）には、標津に八人、別海に三人、斜里に十五人、紋別に六人、合計三十二人の会津藩士が配置されている。翌年

の文久元年には、標津に奉行樋口佐太助、医師武藤英博など十七人、斜里に四人、紋別に七人、合計二十八人が配置され直し、他に上磯の戸切地陣屋と箱館留主居に十五人が配置されている。総人数四十数人の警備体制になる。

藩士の他に家族も伴わなれている。国泰寺の景峰雜記という日記には、文久二年に何組もの会津藩の女性や子供が標津に行くため宿泊したことが書かれている。この年から家族共々の生活が始められたのである。標津に配置された藩士十七人の家族が四人とすると六十八人が来住したことになる。

会津藩の警備と開拓

宮崎三左衛門という会津勤番が漆の木を植えたことが伝えられている。

標津では会津から炭焼き二人が来住して、現在の標津霊園付近に炭焼き釜が二基築かれ、炭の生産があったようである。また、古文書の中に馬飼、百姓、山猟といった職業名が見られ、藩士達の生活を支える最低限の生産が行なわれたようであるが、積極的な産業の育成を会津藩が進めた形跡はない。

会津藩が重点を置いたのは、やはり利益の出る鯨、鱒、鮭などの海産物の生産であった。文久二年（一八六二）に場所請負を藤野喜兵衛から会津藩御用達の山寺権治、吉川弥三右衛門に変えた。これは形の上での請負で、実際は会津藩が直接経営を行なおうとしたものと言われている。しかし、十分な利益を上げることはできなかったようである。

しかし、国泰寺の過去帳、位牌によると標津の会津藩士三人、藩士の妻十九人、合わせて二十二人の名があり、来住者の三分の一が死亡するという、厳しい生活状態を示している。

開拓という面では、わずかに知床硫黄岳から硫黄を採掘して箱館で売り捌いたこと、網走クルマトナイに



野付・会津藩士の墓

# 健康 健い



井上栄養士

今月の担当は

## 食物繊維が人気上昇中！

くもつと美味しく・賢く

・上手に食べよう

最近、ヘルシー志向やダイエットの流行の影響を受け、食物繊維という言葉をあちらこちらで耳にするようになり、その生理的な効果が明らかになるに従い、ますます注目されてきています。そこで食べる菜とされている食物繊維をもっと知り、上手に美味しくとって健康になりましょう。

### ◆食物繊維は消化されない成分でいろいろな病気を予防します。

野菜や穀物、果物、海藻、きのこなどに含まれている食物繊維は、消化酵素で消化されない成分の総称で、その種類は非常に多く、大きく分けると二つに分けられますが、それ

### 主な食品繊維

主な繊維の種類	ふくまれる食品	
不溶性繊維	セルロース	穀類 豆類 いも 野菜 果物
	ヘミセルロース	穀類 豆類 野菜
	リグニン	穀類 豆類 根菜類
水溶性繊維	ペクチン	果物 野菜 いも 豆類
	グルコマンナン	こんにゃく さといも
	アルギン酸	こんぶ わかめ などの海藻類

らは性質も働きもそれぞれ異なります。主な特徴や効果は――

◎不溶性食物繊維（水に溶けないもの）

セルロース、ヘミセルロース、リグニンといわれるもので、いずれも植物性食品全般に含まれる。

①便秘予防と整腸作用

②腸での有害物質生成予防と吸収障害で大腸がん予防

③満腹感を出し、肥満予防

◎水溶性食物繊維（水に溶けるもの）

果物に多く含まれるペクチン、こんにゃくのグルコマンナン、海藻類のアルギン酸等のぬるぬる、ねばねばした感じのもの。

①ナトリウム（塩分）の吸収を抑えるので高血圧予防

②コレステロールや中性脂肪の作用を抑え高脂血症予防

③血糖値の上昇を穏やかにするなどの効果があります。

### ◆食物繊維は食事で積極的にとりましょう。

このように健康な体づくりに活躍している食物繊維ですが、生活の洋風化と加工食品類の増加に伴い、摂取量は年々減少してきていて、一日平均<sup>16.9g</sup>（90年調べ）しか摂取できていません。食物繊維は一日に20〜25gはとりたくて

されているので、ほうれん草のお浸し二人分程（160g・食物繊維5.6g）不足しています。だから意識して食物繊維を食事にとり入れた

ものです。ただ、食物繊維を必要以上にとった場合、大切な栄養素まで体外に出してしまうので気をつけましょう。しかし、今の食

生活の傾向から見ると、とりすぎ注意というよりは、とりなさ過ぎ注意といったところでしょうか。

食物繊維を多く含んだ食品の代表は最初の方ででてきたとおり、野菜類や海藻、きのこ類です。野菜には食物繊維の他にも病気に対する抵抗力を養うビタミンや体の働きを円滑にする鉄分、カリウム、カルシウムなどのミネラルも豊富に含まれています。食物繊維の多く含まれている食品をおいしく上手に食べるポイントは――

①バランスのとれた食事に適量の食物繊維を。

②生食は量が限られてくるの

### 食物繊維が多くふくまれる食品



中1個、ほんしめじ…100g、コーン缶…大さじ2、青じそ…4枚、レタス…8枚、

〈作り方〉

① 鮭に塩と酒をふり、薄力粉をまぶしてサラダ油少々を敷いたフライパンで両面をかりっと焼き、天板に並べる。

② マヨネーズソースを作る。

マヨネーズとみそ、酢を混ぜ合わせた中に玉ねぎと青じそのせん切り、ほぐしたほんしめじ、コーンを混ぜて鮭にかけ、200℃のオーブンで15分焼く。皿にレタスを敷き、鮭を盛りつける。

●寒天サラダ（1人分70Kcal）

〈材料〉4人分

棒寒天…1本、きゅうり…1本、ロースハム…4枚、ひじき（乾）…20g

「酢…大さじ2、しょうゆ…大さじ1、ごま油…小さじ1、砂糖…」

「小さじ1/2、豆板醤…小さじ1/2」

〈作り方〉

① 棒寒天は水で3分ほど浸してもどし、食べやすくほぐす。きゅうりは斜め薄切りにしてから、ハムは2等分してからそれぞれ細切りにする。ひじきは水でもどし食べやすい長さに切り、熱湯でゆでる。

② ボールに①の材料を入れ混ぜ合わせ①を加える。

★お手軽メニューの紹介★

● 鮭のマヨネーズ焼き（1人分）

〈材料〉4人分 218Kcal

・ 鮭（80g）…4切れ

・ マヨネーズソース

マヨネーズ…大さじ2、みそ…小さじ1、酢…大さじ1、玉ねぎ…

イベント

News

# '97 しべつ冬まつり

●日時 / **2月22日** (土) 午後3時~8時

●会場 / **サーモンパーク広場**

●主な内容

- ▷大抽選会 ▷寒中玉入れ大会
- ▷子供花火大会・ボブスレー大会
- ▷ビデオシアター (サーモン科学館内)
- ▷スノーモービル試乗会
- ▷各種模擬店
- ▷「利雪・親雪」シンポジウムほか

参加者  
募集

## ◇雪像づくりコンテスト

### ▷ファミリー・グループの部 (30組)

家族同士や学校の友達10人以内で1組となり小雪像を作ります。

ただし、小中学生が参加する場合は、必ず成人が1人以上一緒に参加してください。

### ▷団体の部 (5組)

職場の仲間などで大雪像を作ります。人数制限はありません。

★申込み→2月5日(水)まで

## ◇雪中船曳き競争

一昨年の冬まつりで大人気だった「雪中船曳き競争」を今回も開催。

男子の部8チーム・女子の部8チームを募集、1チーム6人(曳く人5人・船頭1人)で申込んでください(中学生以上)。定員になり次第締め切ります。

★申込み→2月5日(水)まで



その他、「雪中玉入れ大会」や「アイスクャンドル」、「模擬店出店」などの募集も行っています。

★申込み・お問い合わせは、しべつ冬まつり実行委員会(役場水産商工観光課☎2-2131内線219)まで

しべつ冬まつり実行委員会

# 国有財産（土地）売払いのお知らせ

次のとおり国有財産（土地）を一般競争入札により売り払います。

- 所在地/物件番号1：字標津 1332 番地 7（面積 363.60 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 2：字標津 1332 番地 8（面積 363.78 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 3：字標津 1332 番地 9（面積 363.96 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 4：字標津 1332 番地 10（面積 364.12 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 5：字標津 1332 番地 11（面積 388.24 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 6：字標津 1332 番地 12（面積 365.16 m<sup>2</sup>）
- 物件番号 7：字標津 1332 番地 13（面積 364.99 m<sup>2</sup>）

■土地・地目/宅地

■入札日時/平成9年2月12日（水）午前10時30分締切

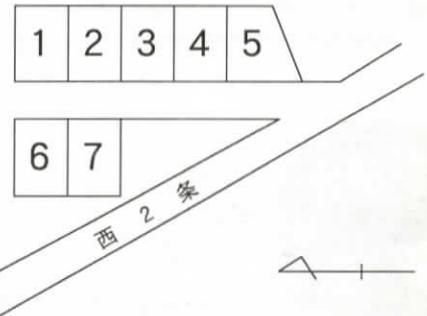
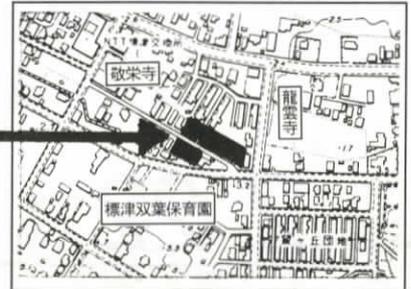
■入札場所/標津営林署・会議室

■入札保証金/入札金額の100分の5以上とし、入札前までに納入してください。

■現地説明/平成9年2月6日（木）午前10時～12時  
標津営林署

★お問い合わせは、標津営林署・業務課森林活用係（☎2-2202）まで。

売  
払  
い  
力  
所



## 根釧管内 15 市町村の広報紙を展示

川北生涯  
学習センター

～お気軽にご覧ください～



川北生涯学習センターでは、同センター内のロビーに、根釧管内 15 市町村の広報紙の展示コーナーを設置しています。

このコーナーは、各市町村の広報紙を通じ、まちづくり、スポーツ、文化などの情報を町民の皆さんに提供し、利用してもらおうと昨年の一月号より展示を始めました。

同センターでは住民票、印鑑証明、戸籍謄本などの窓口業務を取り扱っており、待ち時間の解消にもなっています。利用者からは「他の町の様子が変わり、参考になる点もある」などと好評です。

同センターでは、広報紙の展示を今後も続けていく予定です。

公共  
施設が

泣いて  
いる...



昨年の12月に川北農村公園のトイレの窓ガラスが何者かによって破損されました＝写真＝。以前にもこのようなことが2～3度あり、町としてもその行為に大変心を痛めております。さらに、町内のこのような類似の公共施設についても同様な被害があり、その対策に大変苦慮しているところです。

このようなことが起きると、その修繕に要するムダな経費の支出など、町民の皆さんに大変迷惑をかけることとなります。公共施設は皆さん共有の財産ですので大切に使用しましょう。

防犯・防災

覚醒剤追放にご協力を

覚醒剤は、現在、中学生や高校生にも広がってきており、「やせたい」「オシャレだから」などの理由で簡単に手を出す人もいます。

覚醒剤の乱用を続けると「家の中に虫がいっぱいいる」などといった幻覚を見たり、実際に存在しない人の声などの幻聴が聞こえることがあり、恐怖感に襲われ、身近な人に危害を加えて大きな事件を引き起こしたり、また、覚醒剤なしでは耐えられない体になってしまい、中毒を引き起こし、最後には死に至ることもあります。

人の一生を台なしにする覚醒剤は、私たちのまわりから撲滅しなければなりません。覚醒剤を追放するために、皆さんのご協力をお願いします。

—中標津警察署・住民課—

屋根からの雪や氷に気をつけて

屋根から落ちる雪や氷などによる事故をなくするために、皆さんには次のことについて注意されますようお願いいたします。

■道路に屋根の雪や氷などが落ちるような建物には、すべり止めなどの設置をしましょう。

■すべり止めがつけてあっても、強さが足りなかったり古くなっている場合があるので、必ず点検し、悪いところがあれば修理をしましょう。

■屋根の雪、つらはら、気温が急に上昇し、特にマイナス3度からプラス3度くらいになると落ちやすい状態になるので早めにおろすようにし、その際は歩行者や子供に注意を促しましょう。

■窓枠、突出看板などからの落氷雪は少量でも危険なため、こまめに取り除くようにしましょう。

■軒下の通行者や子供には十分注意を促しましょう。

■たくさん雪が落ちたときは、直ちに事故がないかを確認し、歩行者の通行の支障にならないように、速やかに処理しましょう。 —釧路開発建設部—

消防署からのお知らせ

～電気器具・配線器具による

火災を防ぐためには～

■たこ足配線はやめましょう。

■コンセントやプラグは定期的に清掃しましょう。

■コードの上に重い物を置くのはやめましょう。

■コードが熱くなっていたら、電気器具の使用をやめましょう。

※火の元の点検を励行し、住宅の防火にいつそうのご理解とご協力をお願いします。 —標津消防署—

郵便局

「学資保険」「育英資金」のご利用を

お子さんの未来と現実をしっかりと見つめていますか？

郵便局では「学資保険」「育英資金」を取り扱っています。進学時に一時金や満期金など、“安心”保障もセットされています。

★お問い合わせは、郵便局のセールスパーソンかお近くの郵便局まで。

阿寒バス

農村環境改善センター横にバス停留所ができました

皆様から要望がありました道道川北茶志骨線(病院前通り)の農村環境改善センター横に阿寒バス路線の停留所ができました。沿線周辺の方の病院、あすばる、福祉センターなどの利用に大変便利です。どうぞご利用ください。

★詳しくは、阿寒バス標津営業所まで。

戸籍の窓口から

(12月11日～1月10日届出分)

ご結婚おめでとう

夫の氏名	妻の氏名	住所
田中 勤さん	石黒 望美さん	曙 町
佐賀 英幸さん	川崎美也子さん	忠 類

お誕生おめでとう

おなまえ	住所	保護者
三上 優夢くん	曙 町	三上 一則 美智代
吉田 慧美ちゃん	伊茶 仁	吉田 賢 治恵
神内 瑚伯ちゃん	望ヶ丘町	神内 好浩 かつみ
桶谷 大智くん	緑 町	桶谷 秀真 由美
飯山 慎也くん	共栄 町	飯山 一雄 智江
飯山 香里ちゃん	〃	〃
中野 千春ちゃん	弥栄 町	中野 小夜 壽子
金田 恭平くん	住吉 町	金田 順也 美佐子

おくやみ申し上げます

氏名	住所	年齢
村上 謙吉さん	鳩ヶ丘 町	87歳

寄付・寄贈

ありがとうございました

●町社会福祉協議会に—

活動資金として

・(株)和信洋行

・聖友標津支所

香典返しをやめて

・天野秀敏・美彌子さん(中標津町)

●はまなす苑に—

・曙町内会婦人部

・望ヶ丘町内会婦人部

・連合北海道標津地区連合会

・金田則子さん

スポーツ

町営金山スキー場が  
オープン!!

町営金山スキー場が1月3日からオープンしています。皆様のご利用をお待ちしています。(毎週水曜日は休日)。

■営業時間 9時～16時

★お問い合わせは、同スキー場(☎5-2172)または役場水産商工観光課観光係(☎内線219)まで。



2月のスポーツ

1日(土)

▷少年スポーツ大会  
〔14時～総合体育館〕

2日(日)

▷第19回町民バレーボール大会  
〔9時～総合体育館〕

基礎スキー検定会

〔10時～金山スキー場〕

9日(日)

▷ファミリースキー教室  
〔10時～金山スキー場〕

11日(火)

▷第20回標津スプリントスケート選手権大会〔9時～町営リンク〕

16日(日)

▷第19回町民スキー大会  
〔9時30分～金山スキー場〕  
▷第19回スピードスケート記録会  
〔9時30分～町営リンク〕

23日(日)

▷第4回会長杯争奪ソフトバレーボール大会  
〔9時30分～総合体育館〕

健康相談・健診日程表

〈2月分〉

乳幼児

■離乳食教室

13日(木)  
〔13時30分～/あすばる〕

■乳幼児相談

18日(火)〈標津〉  
〔9時30分～10時30分・13時30分～14時30分/あすばる〕

※午前の部 10・13カ月児、午後の部 4・7カ月児対象

20日(木)〈川北〉  
〔13時30分～14時30分/川北生涯学習センター〕

※4・7・10・13カ月児対象

■乳児健診

24日(月)  
〔13時～13時30分/役場2F集会室〕

■1歳6カ月児健診

25日(火)  
〔〔9時～10時/役場2F集会室〕

■歯ピカ教室

3日(月)  
〔9時30分～10時30分・13時30分～14時30分/あすばる〕

成人

■一般健康相談

3日(月)  
〔13時30分～15時/茶志骨パイロット会館〕

20日(木)  
〔10時～11時30分/川北生涯学習センター〕

28日(金)  
〔13時～16時/役場相談室〕

■糖尿病健康相談(予約制)

19日(水)  
〔10時～16時/役場相談室〕

妊婦

■ママスクール

7日(金) 14日(金)  
〔13時～15時/あすばる〕

★お問い合わせは、役場福祉保健課(☎内線129・131・135・138)までお気軽に

ごみの収集日

曜日	一般廃棄物収集区域 (祭日は休みです)〈有料〉	不燃物収集日 (無料)
月・木	新川上町・若草町・川上町・栄町・ 緑町・弥栄町・曙町	2月6日・2月20日 (木) (木) 3月6日 (木)
火・金	本町・鳩ヶ丘町・双葉町・望ヶ丘町・ 桜木町・住吉町・東浜町	2月7日・2月21日 (金) (金) 3月7日 (金)
水・土	川北市街・伊茶仁・忠類・浜古多糠・ 薫別・崎無異・古多糠	2月5日・2月19日 (水) (水) 3月5日 (水)

★ごみは指定された日に指定された場所へきちんと出しましょう。

**募集**

**保育園・幼稚園  
入園児募集**

**■募集する保育園・幼稚園**

▷保育園…標津双葉・川北つくし・北標津ひまわり・茶志骨みどり・古多糠こぼと・薫別わかば

▷幼稚園…標津・川北

**■対象**

▷保育園…平成4年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた幼児

▷幼稚園…平成3年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた幼児

**■申込期間**

▷保育園…2月1日(土)～2月8日(土)

▷幼稚園…2月1日(土)～2月10日(月)

**■必要書類**

▷保育園…

- ・入園申請書 (1人につき1枚)
- ・平成8年分の源泉徴収票 (給与所得者家族全員) の写し (給与所得者のみ)
- ・稼働証明書 (母親が勤務している事業所の証明書。内職の方は町内会長の証明)

※標津双葉、川北つくし以外のへき地保育園に入園希望の方は、入園申請書のみ提出してください。

▷幼稚園…

- ・入園申請書 (1人につき1枚)
- ・平成8年分の源泉徴収票 (午後保育を希望する方で給与所得者のみ) の写し

★入園申込み・お問い合わせは、各保育園・幼稚園まで。

**産業後継者の皆さんへ  
～植林をしませんか～**

町では、備荒、備蓄林などの造成のために、植林をする産業後継者を募集しています。

**■対象者**

農林業、漁業、商工業のいずれかの経営継承かつ結婚を予定されている方。

**■苗木の種類**

アカエゾマツ、カラマツ

**■その他**

- ・苗木は無償で差し上げます。
- ・植林する土地のない方は、町が土地をお貸しします (この場合、町との分収契約を結ぶことになります)。

★申込み、お問い合わせは、役場農林課林政係 (☎内線214・234) まで。

**相談**

**巡回教育相談を  
行います**

いじめや登校拒否などの教育上の悩みや問題を持つ学校関係者、保護者などに対する教育相談会を次のとおり行いますので、お気軽にご相談ください。

**■日 時** 2月14日 (金)

13時～16時30分

**■場 所** あすばる

**■相談指導員**

法務局人権擁護委員、釧路児童相談所判定課長、町教育委員会指導主幹

**■相談事項**

- ・学校経営、生徒指導に関すること
- ・カウセンリング、精神医学に関すること
- ・家庭教育、青少年教育に関すること
- ・お問い合わせは、町教育委員会 (☎2-3110) まで。

**健康**

**しべつ「健康まつり」  
開催されます**

～さがそう 見つけよう 私の健康法～

**■日 時** 2月2日 (日) 11時～14時

**■場 所** あすばる

**■内 容**

健骨度チェックコーナー、浦島太郎 (お年寄り疑似体験)、赤ちゃんハイハイ・よちよちスタスタ障害物競争、食を通して健康を考えるコーナー、健康劇、エアロビクス、健康・歯科相談など

—役場福祉保健課—

**年金**

**第3号被保険者の特例  
届出は3月末まで**

第2号被保険者 (サラリーマン) に扶養されている奥さんの国民年金保険料は夫の所属する年金制度から拠出されて納付されますが、これには、第3号被保険者に該当するための届出が必要です。

これまででは、届出が遅れると届出の月からの適用となりましたが、第3号被保険者の未届出期間が昭和61年4月までさかのぼって納付済期間として認められる特例期間が、3月末に迫っています。

第3号届出が確認できなかったり届出もれがある方は、ぜひ再確認をお願いします。

★お問い合わせは、役場住民課国民年金係 (☎内線130) まで。

**サーモン科学館**

**2月1日から開館  
～サーモン科学館～**



冬期間および館内清掃のため休館していたサーモン科学館ですが、2月1日から開館します。

今月の主な展示は、ナメダangoやシロザケの赤ちゃんなどです。

皆さんのご来館をお待ちしています。

**■開館時間** 9時30分～17時

(入館は16時30分)

★お問い合わせはサーモン科学館 (☎2-1141) まで。

# まちの声 (129)

## 「友との再会」



辻 明彦さん

(川北寿町)  
(株) 上田組勤務

一九九七年一月、我がまち標津にも、寒さの厳しい本格的な冬を迎えました。  
そんな折、私たち川北中学校二十九期生の同窓会を十年ぶりに開きました。  
卒業後は一度も会っていな

い人たちもいて、三十六才になった同級生との再会をとっても楽しみにしていました。  
当日、会場に入ってくる一人ひとりの顔を見ては、「変わってないな」「あいつは誰だ」などと、懐かしい顔を見ては、歓声が上がっていました。  
こんな状態ですから、幹事の挨拶どころか、乾杯の音頭もそこそこに盛り上がり始めたのです。あちらこちらで聞こえる思ひ出話、現在の近況や子供の話題など、時間のたつのも忘れ(ただの酔っ払いとでもいいますが)家へたどり着いたのは、朝方近くだったと思います。

これほどまで盛り上がり楽しい同窓会になるとは想像もできずに、九年間机を並べた仲間との再会は、懐かしい少年時代を思い出させてくれました。  
川北中学校では、卒業時に、将来の夢や希望をタイムカプセルにつめて、十年後に開くという「立志の誓い」という約束事があります。

今年、川北中学校も開校五十周年記念の年を迎えます。  
私たち同級生も、三十年後、四十年後……と、楽しい再会を続けていきたいと思えます。

追伸  
昨年からミニバレーを始めました。週に二回、仲間と一緒に汗を流しています。職場の異なるチームですから、ミニバレーを通しての交流の場となっています。

「ラッキー・しまま」に乾杯!  
次の「まちの声」は、北川北の藤澤昌樹さんです。

### 人のうごき

- ・人口 6,717人 (+6)
  - ・男 3,252人 (+2)
  - ・女 3,465人 (+4)
  - ・世帯数 2,335世帯(+5)
- ▷平成9年1月1日現在  
( )は前年比

### 町内の交通事故

- ・人身事故 1件(1)
  - ・負傷者 2人(2)
  - ・死亡者 0人(0)
  - ・物損事故 20件(20)
- ▷1月1日~1月15日まで  
( )は累計

▽初めて開かれた「鮭飯寿司大試食会」。各家庭のご自慢の味38品がずらりと並び、いざ試食開始。どれから食べようかと迷うほど。「うん、これもおいしい」と思いながら、各家庭の伝統の味が舌を通してピリピリと伝わってきます。今回の試食会により、さらにおいしい飯寿司が出来るのが楽しみです。(H)  
▽今年のしべつ冬まつりは、二月二十二日、標津サーモンパークを会場に、もりだくさんの内容で開かれます。▽現在、町民総参加の祭りの創造を目指した「祭りをやろう会」が発足し、その中で検討を行っています。みなさんも祭りを盛り上げるため、ぜひ冬まつりに参加してみたいかがでしょうか。(M)

編集のまど

### 交通事故死 ゼロの日

534日  
(1月15日現在)

### 広報 しべつ

- ・発行日/平成9年2月1日
- ・編集・発行/標津町役場 総務部企画振興課広報統計係  
〒086-16 北海道標津郡標津町字標津3番地5  
☎ 01538-2-2131・FAX 2-3011
- ・印刷/標津印刷(株)