



まちかどウォッチング

「アウル」でカレー作り



まちの駅「アウル」でゆうゆう24に通っている児童とさくら館の高齢者が力を合わせてカレー作りに挑戦しました。一生懸命作った自慢のカレーをおいしく食べた後は、集まった人で交流をして、楽しいひと時を過ごしていました。(8月8日)

盛り上がった長寿園祭り



当別長生会が主催して長寿園夏祭りが開催されました。近所の小中学生もたくさん訪れて盆踊りやビンゴゲームなどで大いに盛り上がりました。お年寄りたちは「やっぱりお祭りは楽しい」と笑顔を見せていました。(8月6日)

▶10月1日(土)から全国一斉に国勢調査を実施◀

◆今月下旬から調査員が皆様のお宅を訪問し、調査票を配付します

記入いただいた調査票は、10月上旬に調査員が受け取りに伺います。記入項目は、性別、生年月日、住居の種類など17項目です。

◆出張や旅行で長期間、留守にされる方へ

長期留守による調査もれなどを防ぐために、今月下旬から10月上旬まで不在の方は、事前にご連絡をいただくと調査がスムーズに進みますのでご協力ください。

◆調査結果は12月から順次公表します

人口、世帯数の速報結果は12月から公表され、平成18年6月から結果がまとまったものについて順次公開されます。報告書はホームページや道立図書館などで見ることができます。

総務省統計局ホームページ <http://www.stat.go.jp/>

調査票が10月2日を過ぎてても届いていない場合は、ご連絡ください。

▼問合せ・連絡先 総務課総務係 (☎23 - 2330)



調査員は「国勢調査員証」を必ず身に着けています

お詫びと訂正

正誤燃やせないごみ

8月発行の「美観・好感・当別かわら版6号」で資源物の出し方ワンポイントのガラスびんの注意事項に誤りがありましたのでお詫びし、訂正します。

イベント

当別分屯基地50周年記念 北部航空音楽隊演奏会

- ▼日時 9月17日(土) 14時～
- ▼会場 総合体育館(白樺町)
- 入場無料、上履きを持参ください。
- ▼問合せ 航空自衛隊当別分屯基地 (☎23 - 2344・内線211)

特産品フェア & すとりーと・座・Manzai

三瓶(サンペイ)がやって来る!

町内外の特産品や吉本興業の若手芸人による「ねたバトル」ほか。

- ▼日時 9月25日(日) 10時～
- ▼場所 まちの駅「アウル」
- 問合せ 町観光協会 (☎23 - 3129)

当別ロータリークラブ 30周年記念特別講演会

- ▼演題 「大相撲、昔と今」
- ▼講師 (社)日本相撲協会役員 芝田山 康さん(元横綱大乃国)
- ▼日時 10月7日(金) 18時～
- ▼会場 「ゆとろ」(西町)
- 問合せ 同事務局 (☎22 - 0575)

西当別コミセン図書室

	タイトル	著者
一般書	シルクロード悠々	陳舜臣
	再生巨流	榆周平
	不思議の国のトットちゃん	黒柳徹子
	いつか、虹の向こうへ	伊岡瞬
	スウェーデンの素敵な家庭料理	織田紀子
	甦れ、ブッポウソウ	中村浩志
児童書	ライオンと魔女と衣裳だんす	C・S・ルイス
	犬ぞりの少年	J・R・ガーディナー
	雪の林	やえがしなおこ
	ぼくらはみんな生きている	佐々木洋文
	オオカミ族の少年	M・ペイヴァー

公民館図書室

	タイトル	著者
一般書	パンダの時間	ケレン・スー
	金毘羅	笙野頼子
	サウスパウンド	奥田英朗
	花まんま	朱川湊人
	さくら	西加奈子
	女系家族(上・下)	山崎豊子
	天国の五人	ミッチ・アルボム
児童書	ダヤン、わちふいーるどへ	池田あきこ
	じごくのそうべえ	田島ゆきひこ
	えんにち奇想天外	斉藤孝
	オットーと空飛ぶふたご	シャルロットハティ-

新刊

図書案内

Library

氏名	年齢	世帯主	住所
橋 幸夫	79	本人	対 雁
齊藤 昭	61	本人	錦 町
築館 光子	67	金三	錦 町
長谷川正道	76	本人	西 町
河西 秀雄	80	本人	太美町
佐藤 順悦	57	本人	錦 町
河野 幸一	97	本人	太美町
井利元ミノル	93	征	ビトエ

◆ありがとうございます◆

新森敏幸さん(当別太)より、当別消防署に、札幌市内の病院への搬送時間短縮に役立つ「現場急行支援システム車載機」が寄贈され、救急車に搭載しました。

商店街活性化センター

「あえ～る」情報

❖北の風・高橋千枝子と仲間達「くらしの雑器展」

❖期間 9月7日(水)～11日(日)

❖四季折々～光と風を追って～笠井嗣夫写真展

❖期間 9月17日(土)～25日(日)

❖当別中学校吹奏楽部

父母会バザー

❖日時 9月25日(日)9時～17時

❖紅茶教室

❖日時 9月27日(火)
13時30分～15時

◆主催 まかべパン教室
☎23-1432

時間は10時～17時
(月曜は休館、祝日の場合は翌日休館/最終日は15時まで。)
詳細 あえ～る(☎25-5116)
商工会(☎23-2447)

氏名	父	母	住所
齊藤 広樹	男	靖 千秋	白樺町
佐々木風汰	男	浩幸 麻奈美	当別太
山田 悠貴	男	英正 ちなみ	西 町
廣瀬 干亮	男	経一 直美	美 里
平間 涼斗	男	誠 絵里香	栄 町
川越 結一	男	和人 夢	春日町
荒川 ゆら	女	和也 亜希子	春日町
村上 楓	女	修一 明美	若 葉
山田 颯良	男	和弘 いづみ	元 町
遊佐日加里	女	博憲 妙子	緑 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
 富山正明さん(栄町)から10万円
 戸来武さん(元町)から5万円
 太美社交ダンス同好会(浦田清一会長)から3万円
 戸来直政さん(蕨岱)から3万円
 ケイコ&ホーカンジャズコンサート実行委員会から10,643円
 伊藤恵子さん(対雁)から手編みの靴下30足
 藤田昭太郎さん(対雁)から手彫りふくろうの置物1台
 栄町老人クラブ(宮永恒夫会長)からタオル16枚・雑巾83枚
 社協「愛の小箱」募金として
 当別郵便局(弥生)から7,604円
 ☆当別幼稚園・鉄北幼稚園へ
 社団法人札幌地区トラック協会北支部から図書「ランディーとトラックのなかまたち」20冊

交通

安全 夕暮れ時はヘッドライトを早めに点灯しましょう。

秋の全国交通安全運動

9月21日(水)～9月30日(金)

運動期間中に全国統一行動日に合わせて町内で実施します。

- ①セーフティコール
- ②高齢者交通安全教室
- ③通学児童へ交通安全呼びかけ

当別町の交通事故発生件数(1～7月累計)

	平成17年	平成16年	増減数
発生件数	60	47	+13
死者数	2	2	0
傷者数	81	68	+13

飲酒運転追放キャンペーン実施中

☎法律相談(毎月第1木曜日に実施)

日時 10月6日・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)

日時 9月8日、9月22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 Calendr

9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	6日 火 13:00～15:00	歯の健康プラザ	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。
		15日 木 13:00～15:00		
	4カ月・10カ月児健診	5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	16日 金 受付13:00～14:00		
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）
	検診結果説明会	22日 木 10:00～15:00	西コミ	巡回ドック、フレッシュ健診の結果をご説明します。
		26日 月・27日 火 10:00～15:00	ゆとろ	
	健康相談（太美）	1日 木 9:30～11:30	西コミ	保健師や栄養士が健康についての相談に応じます。
	健康相談	21日 水 9:30～11:30	ゆとろ	指導日～健康運動指導士が個別に運動方法をアドバイスします。3カ月継続ができ、体脂肪や血圧測定、持久力などの体力測定を実施。必要があれば栄養相談も受けられます。（申込必要）
	健康運動相談（指導日）	30日 金 9:30～11:30		
	健康運動相談	毎週月・金曜 9:30～11:30		
	リハビリ教室	7日 水 10:30～14:30		
	友遊会	13日 火 10:00～12:00		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。
	かすみ草の集い	15日 木 10:30～14:30	西コミ	外に出る機会の少ない高齢の方。
断酒会	5日 月・19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	

10月の予定

内容	日にち	時間	場所	内容	日時	時間	場所
4カ月10カ月児健診(BCG)	3日(月)	13:00～	西コミ	リハビリ教室	12日(水)	10:30～	ゆとろ
健康相談(太美)	4日(火)	9:00～	西コミ	ポリオ予防接種	13日(木)	13:00～	西コミ
ポリオ予防接種	11日(火)	13:00～	ゆとろ	健康運動相談(指導日)	14日(金)	9:30～	ゆとろ



～じゃがいもとセロリのキンピラ～

おいしい当別野菜が沢山収穫される季節となりました。みなさんは1日5皿の野菜料理を食べていますか？この5皿とは、野菜だけではなく、きのこ・海藻類も含め、健康維持のために一日350g食べようという目標が達成できる目安となります。

そして、これらの食品にはコレステロールの抑制、便秘解消などの働きをする「食物繊維」が豊富に含まれています。今回は、地元でとれるじゃがいもやセロリと旬の食材しめじを使った料理を紹介します。

- 《材料 4人分》
- じゃがいも 中2個
 - セロリ 1本
 - しめじ 1袋
 - 厚揚げ 1/2枚
 - 赤唐辛子 1/2本
 - 生しょうが 1/2かけ
 - にんにく 1かけ
 - ごま油 大さじ1
- 《調味料》
- しょうゆ 大さじ2 1/2
 - みりん 大さじ2

砂糖 大さじ1

《作り方》

じゃがいもはせん切りにして一度水にさらしてからザルにあげ、水気を切っておく。セロリの茎は斜めのせん切り、葉もせん切りにする。しめじは小房に分ける。

厚揚げは熱湯をかけて油抜きをし、7mm太さの棒状に切る。

赤唐辛子は種を取って小口切りにする。にんにく・しょうがはみじん切りにする。

熱したフライパンにごま油と生しょうが・にんにくのみじん切り、じゃがいもを入れて炒め、じゃがいもが透き通ってきたらしめじ、セロリ、厚揚げ、セロリの葉を入れ、全体に油が回ったら赤唐辛子と調味料を加え、味を絡めるようにして炒めて出来上がり。

【調理のポイント】

調味料を入れると焦げやすくなるので、火加減を調整して炒める。

1人分の栄養価

- エネルギー 131kcal
 - たんぱく質 3.3g
 - 脂質 4.3g
 - 食物繊維 2.3g
 - 塩分 1.3g
 - カルシウム 33mg
 - 鉄分 0.8g
- *1人分で野菜が50gとれます

今回のレシピは、町食生活改善協議会から提供いただきました。

町管理栄養士 大倉淑子

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



生活習慣病予防やダイエットのために運動を始めたい方は、健康運動相談(指導日)に参加しよう。コレステロールも下がるよ。詳しくは健康カレンダーを見てね!!

9月 (内科系急病当番医)						
1日 堀江	2日 堀江	3日 スウェーデン	4日 太美	5日 とうべつ	6日 さわざき	7日 堀江
8日 堀江	9日 勤医協	10日 堀江	11日 堀江	12日 スウェーデン	13日 太美	14日 とうべつ
15日 さわざき	16日 堀江	17日 近藤	18日 勤医協	19日 堀江	20日 堀江	21日 スウェーデン
22日 太美	23日 とうべつ	24日 さわざき	25日 堀江	26日 近藤	27日 堀江	28日 勤医協
29日 堀江	30日 スウェーデン					

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

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。