

# のぼりべつ

広報

人が輝き まちがときめく ふれあい交流都市 のぼりべつ

9月12日(土)と13日(日)の2日間、  
札幌市のソーシャルグリーンで「第  
12回北海道クロスカントリーレー  
ス」と「第15回大地の祭典」が開  
催されました。

レースに参加した親子ら約400人  
は、さわやかな秋風とともに緑の大  
地を駆け抜けた後、特産和牛のパー  
ベキューに舌鼓を打っていました。



特  
集

小さな小さな  
冒険旅行へ出かけよう

# 小さな小さな 冒険旅行へ出かけよう



天高く馬肥ゆる秋。

青空が広がり、食べ物のおいしい季節がやってきました。

紅葉が美しく山並みを染める秋は、すがすがしい天気の下、ほどよく体を動かし、旬のものをおなかいっぱい食べたいものです。

でも、あまり充実した食欲の秋を満喫すると、雪が降るころにはおなかの辺りが『肥ゆる秋』になってしまいます。健康でスマートな体を維持するためには、適度なスポーツが必要です。みなさんは、どんな健康づくりをしていますか。

今号では、手軽に健康づくりができる『ウォーキング』を紹介します。

お気軽・お手軽

# ウォーキング コース & ガイド

## ① 幌別川自歩道

自転車でも歩いてでも楽しめる道「自歩道」。幌別川右岸（桜木町側）の自歩道は、片道距離約2km。左岸（新川町・片倉町側）の自歩道は、約1.6km。

ただし、コース途中は、来年3月完成予定の「桜新橋」が工事中のため、回り道となる。



### 適度な運動が 健康な体をつくる

自動車や電車、エレベーターやエスカレーター。技術の発展とともに、私たちはほとんど歩くことが減ってきています。

「交通網がさほど整備されていなかった20〜30年前なら2〜3km程度、歩いてどこにでも出かけたのに、今では数百m先のコンビニエンスストアにまで車で乗り付けるようになってしまった」。

こんな話をよく耳にします。そして、他人事とは思えない人も多いのではないのでしょうか。

一昔前のSF（空想科学小説）に、科学が発展しすぎて体を動かすことが少なくなり、頭ばかりが大きくなり、太ったタコのような体をした未来人の挿絵がのっけていて、「どれほど科学が進んでもこんな体になるわけがない」と思ったものですが、あなたが間違っていた想像ともいえなくなってきたのではないのでしょうか。

さまざまな病気の原因となる肥満や今後増加と低年齢化が懸念される生活習慣病（成人病）など、歩くことが少なくなったことにその原因があると一概に言い切れませんが、運動不足がそれらを引き起こす要因であることは想像に難しくありません。

みなさんは、健康な体をつくり、維持するために適度な運動をして

いますか。

「運動」と聞くだけで腰が引けてしまう人もいるかもしれませんが、運動は面倒で疲れるものだけではありません。

最近、「体にやさしい」「脂肪の燃焼率が高い」「生活習慣病の予防になる」などのさまざまな理由から、「ウォーキング」が注目されています。

「ウォーキング」とは、健康のためやスポーツとして歩くことで、特別な装備や場所を必要とせず、気軽に楽しみながらできる健康法の一つです。

### 今日から私も 『ウォーキング』に挑戦

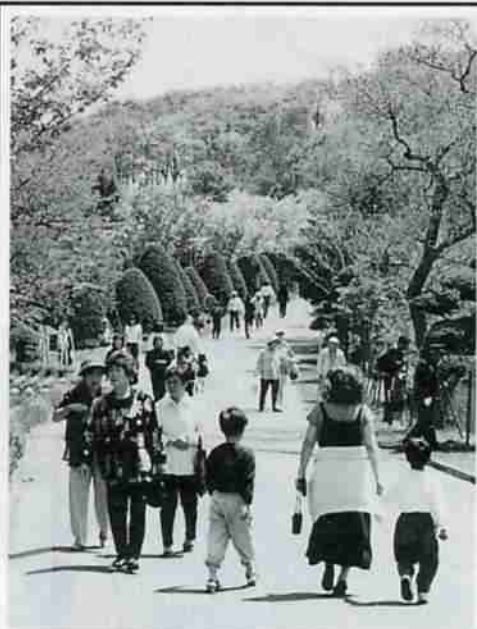
「歩くだけなら私にだってできるし、毎日歩いているから、もう十分」と考える方もいるかもしれませんが。

交通機関が発達していなかったころ、人は最低一日に1万歩、平均3万歩は歩いていたといわれています。それと比較して私たち現代人は、少ない人で2千歩程度しか歩いていません。

食生活が豊かになり、一日のカロリー摂取量が増える一方、歩く距離が短くなるとどうなるのでしょうか。

生活習慣病と呼ばれるさまざまな病気にかかるのも無理はないかもしれません。

「健康のためには一日1万歩」



### ③ 亀田記念公園

春は桜とつつじ、夏は森林浴、秋は紅葉と公園内の樹木がウォーキングをする人にやすらぎを与えてくれる。公園の入り口から亀田霊園付近までは、約1.2kmにだが、公園内の散策路を自由に組み合わせて、歩く距離は思い思いだ。公園内の市道を走る車に注意。



### お気軽・お手軽 ウォーキング コース & ガイド



ジョギング用として整備した一周約1kmのコースは、ウォーキングにも適している。  
ウォーキングのあとは、パークゴルフやテニスのプレーも可能。  
ジョギングコースの利用は無料だが、他施設の利用は有料。

### ② 岡志別の森運動公園



▲さまざまなタイプが発売されている歩数計・脈拍計

という言葉を目にしますが、なぜ1万歩なのでしょうか。  
「一日1万歩」とは、その摂取カロリー数と消費カロリー数のバランスを改善するための運動の目安なのです。  
1万歩はカロリーに換算すると約300kcal。このぐらいの運動を日常的にすることが理想的なのです。  
しかし、歩数計を使えば分かりますが、一日に1万歩という数字は、意識的に歩かなければなかなか達成できるものではありません。  
また、「なにがなんでも1万歩」と思って歩くのは苦痛以外のなにものでもありません。健康な体を維持し、ストレスを解消するために始めたウォーキングがストレスの元になってしまうのでは本末転倒です。

### ウォーキングは足元の準備から

ウォーキングの目的が、肥満解消や生活習慣病の予防にあったとしても、野に咲く草花や澄んだ空気を楽しみながらまちを散歩する。こんな気持ちでウォーキングを始めてみてはいかがでしょうか。もしかすると今まで知らなかったことを発見したり、思わぬ人との出会いがあるかもしれません。旅行というにはあまりにも短すぎるかもしれませんが、自分とまちなを見つめ直す「小さな小さな冒険旅行」に出かけてみませんか。

「冒険旅行」への出発の決意が固まったところで、必ず用意しなければいけないものがあります。それはウォーキングに適した「靴」です。

もちろん、新たに靴を購入しなければいけないというわけではありませんが、ウォーキングに適していない靴、例えばパンプスやサンダル、底の薄い靴でウォーキングに出かけるわけにはいきません。それではどんな靴がウォーキングに適しているのでしょうか。

「まず、第一に自分の足に合っていることが大切です。いかに高価な靴でもサイズが小さかったり大きかったりすると靴ずれの元となり足を痛めてしまいます。しかし、足にぴったりしすぎて窮屈なものもいけません。靴の中で適度

## 小さな小さな 冒険旅行へ出かけよう

短距離を普通に歩くだけなら、ファッション重視でも問題はないのかもしれませんが、一日に1万歩もの距離を歩こうと思うのなら、靴選択にはファッション性よりも機能を重視した方が快適なウォーキングを楽しめます。

「靴には着地時の衝撃から足を守るために、適度な衝撃吸収力が必要で、ランニング時の足にかかる衝撃は、体重の2〜3倍。ウォーキング時は、1〜2倍の衝撃が足にかかるといわれています。



▲距離や歩行スピードなどに応じたウォーキングシューズを選ぶのがポイント

にかかとが動かせ、履いたときにリラクセスできるような靴が理想的です。私たち日本人は、足幅の広い人が多いので、幅のゆったりした靴がいいかもしれません。足はむくんだりしてサイズが変化するので、びも付きがいいでしょう。選ぶのは足が一番むくむ夕方ですね」と話す小見山麻美さん。

日常生活の中で、機能面よりもファッション性が重要視されやすい靴。

長い距離を歩けば、運動としては大変効果的ですが、足にはそれだけ負担が大きくなります。特に都会の舗道を歩くときや普段運動をしていない人には、衝撃吸収材の入った靴をお勧めします。現在、数多くのウォーキングシューズが販売され、スポーツタイプのものからビジネスシューズタイプなどさまざまです。私の店では数種類のウォーキングシューズを扱っています。購入の際は、見た目だけではなかなか分かりにくいので、店員と相談していただくのが一番です。ウォーキングシューズをお求めになる方は多いです。年齢層も中高年の方が多く、ご夫婦でお求めになる方もいらっしゃいます。まさにブームですね。今、一番売れているのは、かかとの部分に衝撃吸収材が入っているタイ

プや軽くて履きやすいスポーツシューズ、足のまめなどの原因となる靴の中の熱や湿気を逃がしやすなものなどですね。価格は、1万円から1万5千円くらいのものが主流です。お求めになるときは、負担にならない程度の金額で、足に合ったものを選んでください。



こみやまあさみ  
小見山麻美さん (21歳)

市内スポーツ用品店に勤務して4年、シューズ担当としてのきめこまやかな接客が好評を得ている。ウォーキングシューズなどについての研修を受け、客の要望に合わせたその的確なアドバイスは実に分かりやすい。

自分の足に合った靴をお求めください。



▲「ランニングマシン」で気軽にウォーキング

指導してくれる人はいないのかしら

「靴を購入し、準備万端にはなったものの、どうやってウォーキングを始めたらいいいのか分からない。ただ、歩けばいいのかもしれないが、どうせやるならちゃんとしてウォーキングしたい」という方は、一度、総合福祉センター「しんた21」のトレーニングルームに行かれてはいかがでしょうか。

「しんた21」のトレーニングルームには、ウォーキングからランニングまで、自分の好みの速度でゴムベルトの上を歩いたり走ったりすることができる「ウォーキングマシン」や「ランニングマシン」、ひざ関節へ負担をかけず適度な運動ができる「エクササイズバイク」などが設置されており、天候に左右されず気軽に運動ができます。

「ウォーキングマシン」は、



### ⑤地獄谷～大湯沼

美化センターから地獄谷展望台と鉄泉池（往復）を経由する大湯沼までのコースは約1.7km。美化センターから地獄谷展望台とナナカマドの広場、大湯沼展望台、大正地獄（往復）を経由して舟見山に向かうコースは、約3.1km。ウォーキングの後は、温泉入浴で汗を流すのもいい。



幌別ダム下の川上公園コースは、郷土資料館横の駐車場から多目的広場や遊具施設、運動広場を経て、公園横の歩道を歩き、駐車場までの距離が約700m。さらに足を伸ばそうとすれば、川上公園から養護老人ホーム恵寿園まで片道約2.5kmのコースが楽しめる。

## お気軽・お手軽 ウォーキング コース & ガイド

### ④川上公園



## ウォーキング前には 十分なストレッチを！



清野弥生さん (23歳)

「しんた21」のトレーニングルームのトレーナー。個々人の体力に合わせた運動メニューを専門的な見地から設定できる「健康運動実践指導者」や「スポーツプログラマー2種」の資格を有し、利用者の指導や相談にあたっている。

自分の体力に合わせて歩くことができ、心拍数を知ることでもできますので安全にウォーキングを楽しむことができます。また、「ランニングマシン」は、時速1kmから最高16km/hまで、自分の好みの速度で歩いたり走ったりすることができ、転倒防止などのために手すりがついています。ひざの調子があまりよくない方は「エクササイズバイク」がお勧めです。ひざは、走ったり歩いたりしたとき、想像以上の衝撃を受けています。「エクササイズバイク」は、ひざに衝撃を与えることなく効果的にトレーニングをすることができ、心拍数に応じてペダルの重さが自動的に調整されるシステムなので、安全かつ効果的に運動ができます。トレーニングルームでは、体

格メニューを設定していますので、施設を利用する前に、毎月5日のつく日（土・日曜日・祝日を除く）に行われる体力測定を受けて、自分に合ったトレーニングを受けて、「理想的な歩き方は「胸を張って、大きく手を振りながらひざを伸ばし、幅広いステップで、かかとからしっかりと着地すること」です。せつかく長時間歩いても、背中が曲がって頭を突き出して歩いていては、内臓などに悪影響を及ぼし、健康を損なうことになりません。背筋をピンと伸ばしてかかとから着地し、つま先で大地をけるようにして歩くこと。かかとから着地するとき、親指をちよつと

## 小さな小さな 冒険旅行へ出かけよう



▲「しんた21」トレーニングルーム

▼ひざに負担をかけない「エクササイズバイク」



**しんた21**  
片倉町6丁目9-1  
(☎050100)



▲ウォーキングは正しい姿勢で

す。ウォーキングを始めたばかりの人は、正しい姿勢を維持して歩くのは難しいかもしれません。トレーニングルームにお越しただければ、体力などに応じた適切な指導をさせていただきます。トレーニングは、疲労困ぱいするほど長時間続けなければ効果がないと思っっている方が多いのですが、それは体を痛めるだけでかえって逆効果になります。トレーニングは、5分間、10分間と区切り、適度に体を休ませながら続けることで効果が現れてきます。ウォーキングにしてもトレーニングにしても、事前事後に十分なストレッチ（筋肉や関節を静的に伸ばし、血液の循環をよくする体操）をすることがとても大切です。準備運動無しにいきなりトレーニングを始めるなど筋肉を痛めることがあります。このトレーニングルームには、

私のほかにトレーナーが2人おられますので、ご来館の際にお気軽に声を掛けてください。ストレッチやウォーキングなど個別に指導させていただきます。

「しんた21」のトレーニングルームは、1回500円（トレーニングルームのほかにシャワーを利用できます）で利用することができます。そのほかにもお得な回数券（7枚綴り3千円、12枚綴り5千円）もあります。定休日は月曜日と祝日の翌日、利用時間は火曜日から土曜日が9時から21時まで、日曜日が9時から17時までです。

### 生活習慣病を予防する 有酸素運動

「生活習慣病」といわれるようになった「成人病」の大きな要因は運動不足。これに栄養の取り過ぎが重なると肥満になり、脂肪などが血管を詰まらせることになってきます。

「人間は血管と共に老化する」といわれています。それは、血液中のコレステロールや中性脂肪などの脂質が、血管の柔軟性を失わせ、血流を悪化させるからです。

これらの脂質がどれか一つでも正常値を超えると「高脂血症」を引き起こし、それがさらに進むと「動脈硬化」や「心筋梗塞」など、心臓病や高血圧を生じ、さまざまな生活習慣病を引き起こします。血液の循環を良くし、心肺機能を高め

有酸素摂取能力を増大することができると有酸素運動（エアロビクス）は、この血中コレステロールを改善するほか、動脈硬化の進行を防止し、ひいては老化の防止にもつながるといわれています。

「ウォーキングは、中高年の人が気軽に、快適に、継続して、好きなときに取り組める有酸素運動の一つです。生活習慣病の元となる肥満を解消するために、ダイエットで食事を減らすと、体重は減りますが、脂肪よりも筋肉を落とすだけで、逆に体脂肪率を高くすることになります。食事は腹八分目に抑え、ウォーキングなどの全身持久性の有酸素運動を継続すると、脂肪が運動のエネルギー源として使用され、筋肉量を保ちながら、体重を減らすことができます。また、心肺機能が向上し、酸素摂取量が増加するので、全身に酸素と栄養が行きわたります。手足などの末端での血流も盛んになり、血管抵抗も減少して血圧が低下し、高血圧を改善します。個人差はありますが、生活習慣病予防のためにウォーキングは適度な運動ですね」と話す新井良医師。

ウォーキングは、生活習慣病や肥満を予防するだけではなく、私たち現代人のもう一つの悩み「ストレス」の解消にも効果があるとされています。

「職場、家庭、学校、近隣など仕事や人間関係による精神疲労、

ストレスは避けて通ることのできない問題です。これは、運動不足などのため、頭と体の疲れ方が一致していないことに関連していることが往々にあります。ウォーキングがストレス解消に効果があるというのは、適度な運動や生活様式の変化によって心の疲労を軽減させるためです。ウォーキングは、ストレスの元を離れて、気分転換することで脳に適度な刺激を与え、ストレスを解消させたり脳の老化や痙ほうを防ぎます。

## 自分の体と相談しながら健康づくり

「何事もそうですが、度を越えたものであつてはいけません。いくら体によい運動であつても、過激過ぎたり、体力を超えていたり、無理なものは、腰痛をはじめ関節痛、じん帯の損傷などをもたらします。健康のためにジョギングを始めた人が、無理をしすぎたために体を壊し、結果的に前より健康状態が悪くなったということがよくあります。ウォーキングも同じです。ウォーキングを行うときは、1時間程度をめどとし、週に1、2日は休息日を設け、疲れを残さない程度に続けることが大切です。これまでハードなスポーツをしてきた人ほど、ウォーキングなどの軽運動を軽視し、歩くだけでは運動にならないと思うようですが、実は早歩きはジョギングとほ



## 生活習慣病の改善にウォーキングをお勧めします。



新井 良さん (46歳)

「あらい内科医院」を一元療実か日々  
若山町4丁目「あらい内科医院」を一元療実か日々  
開業し、7年目を迎えている。明らかな地域な  
ムドクスターとして提供している。患者のみならず、公  
サービスは、患者の信頼を得て、送

んど同じカロリーを消費しま

組み合わせることで、生活習慣病

つながら歩いても効果は同じとい

「歩く」という単純な行動は、

力などを考慮したジョギングも健

「病状や個人差もありますよ。ウォーキング

どに、自分の体と相談しながら、

を改善するために、体の状況にあ

信のない人は、かかりつけの医師

の組織や体力そのものが低下して

新井医師。

なわち歩くということ、単に足

腰を強くするだけでなく、肺や心臓を運動によって強化し、血液循環をよくするため、細胞の活性化を促し、全身に作用する優れたリハビリテーションとして役立つのです。

## 目指せ！ウォーキングの達人

生活習慣病を改善することができ

市内には、病氣と闘うためにウォーキングを始めてから健康を取り戻し、ウォーキングを極めた人だけに贈られる「日本マスターウォーカー賞」を手にした歩きの達人ともいえる人がいます。

その達人の名は、鷺別町の亀谷清三さん。

亀谷さんは、40代前半に糖尿病と診断され、昭和62年の入院中に、同じ病を克服した元横綱・隆の里の本を娘さんから贈られ、その内容に勇気づけられたそうです。それから、医師の指導を受けながら歩くことを始め、今では、病気をコントロールして元気に過ごされています。

「始めたころは大変でした。体力の低下もあったんでしようが、自宅の周りを3時間も歩けば、足がガクガクでした。「これからも歩いていける」と自信を持ったのは、「苦小牧」室蘭ウォーク」約70kmを完歩してからですね。それからは、全国各地で開催される



## 小さな小さな 冒険旅行へ出かけよう

いろいろな大会に参加しました。足のまめをつぶして、靴下を血だらけにして歩き通したこともありました。ウォーキングを始めて得たものはたくさんあります。病気をコントロールできるようになったこと。そして、全国各地に多くの友人ができたことですね。「歩くことの楽しさ」「歩けるうれしさ」「会えるうれしさ」を知りました」と朗らかに笑う亀谷さん。現在、日常的にも約10kmを歩き、各地で開催される大会にも積極的に参加しているそうです。中でも、日本歩け歩け協会が全国の主要7大会を対象に行っている日本マーチングリーグのうち、「瀬戸内」「九十九里」「北海道ツアー」「飯田やまびこマーチ」



▲さまざまな大会のワッペンやバッジ、その一つひとつに思い出があり、宝物と亀谷さんは話す



大きな夢に向かって歩き続ける。  
それがウォーキング。



亀谷清三さん (68歳)

病気がきっかけで、ウォーキングを始め、今年で11年目。全国各地で行われる大会に積極的に参加し、大会記念のワッペンやバッジ、スナップ写真は大切な財産という。「ウォーキングが健康への第一歩」と自ら実践する歩き達人。

「道内第1号の日本マスターウォーカー賞を手にしたことが一つの区切りになりました。でも、これで私のウォーキングがゴールに到達したわけではありません。道はどこまでも果てしなく続いていきます。夢も果てしなく大きくなります。すでに、「地球一周に匹敵する通算4万kmウォーク」を達成し、「四国八十八カ所霊場を巡る50日間1千300kmウォーク」も2回完歩しました。やってみたいウォーキングはたくさんあります。海外の大会にもどんどん参加

していきたくてですね。ウォーキング発祥の地といわれるオランダの大会に参加し、200kmを完歩したときは感激でした。これからは、2回目の「4万kmウォーク」にチャレンジしたいと思っています。ま、なにをするにしても健康でなければ実現できない夢物語になっただけですが、ウォーキングを始めてからはおかげさまで健康状態も上々なので、いつかはやり遂げて見せますよ」と大きな夢へ一歩一歩着実に歩み続ける亀谷さん。ウォーキングをしていると、さまざまなものが見えてくるそうです。

色はまるつきり別世界。なによりも季節の風と香りを楽しめませよ。道を行き交う人々の表情。これは、車ではなく自分の足を使って歩いてみないと分かり得ないことです。私たちを取り巻く大自然の美しさは飽きさせるといことがないですね。ウォーキングの楽しみ方は人それぞれ。自分なりの楽しみ方を見つけて、決して無理をしないこと。これが、ウォーキングを長く楽しめる秘けつですね。歩くことが苦痛になるようではいけません。一人で歩くのもいいし、友人と歩くのもいいでしょう。私にとってウォーキングはただ歩くだけのものではありません。全国各地に出掛けて行くものですから、旅行といってもいいかもしれません。旅には出会いがあります。私も数多くの出会いがありました。私はそんな出会いの中で生まれた友情をいつまでも大切にしたい、これからも歩いていきます」と大自然の息吹と友情を糧に、どこまでも歩き続ける亀谷さん。

道の行き着く先は人それぞれ。健康を目指して歩く人もいれば、自然との一体感を目指して歩き続ける人もいます。

「健康にいいから」と半ば義務的に歩くのではなく、私たちがウォーキングの達人のように大きな夢へと続く道を見つけたいものです。

## 取れたての旬の味、最高です

9月12日(土)と13日(日)の2日間、一年の安全操業と大漁を祈願する「第21回登別漁港まつり」が行われました。

大漁旗をはためかせた漁船が停泊する祭り会場では、前浜産のホッキ貝などの「海産物即売」や焼き鳥などの露店が立ち並び「青空市」、「よさこいソーラン」などが行われ、訪れた多くの市民でにぎわいました。

また、取れたてのサケを抽選で即売する「朝揚げサケの即売」には人気が集中し、会場から大きな歓声が上がっていました。



## 健康づくりとふれあい交流を体験

9月6日(日)、「第11回登別市民健康まつり」と「ふれあい広場'98のぼりべつ」がしんた21を会場に開催されました。市民の健康増進と健康づくりへの意識の向上を目的とした「健康まつり」では、すこやか健康ウォークや体脂肪測定、骨粗しょう症検査などが行われました。また、障害をもつ方やお年寄りと健常者との交流を深めることを目的とした「ふれあい広場」では、車いすなどの体験コーナーや障害者団体・福祉団体による出店コーナーなどの催しが行われ、会場は大勢の市民でにぎわいました。



## 環境保護に下水道は大切です

9月10日の全国下水道促進デーにちなみ、市の下水道促進イベントが9月4日(金)から6日(日)の3日間、登別サティを会場に行われました。2階のサティホールでは、「下水道なんでも相談コーナー」や下水道をテーマにした市内小学4年生380人による「ポスター展」が開催され、訪れた多くの親子連れなどで会場はにぎわいました。

また、1階の屋外広場では、市水道部職員が子どもたちにヨーヨーや風船のプレゼント、くじ引きなどを行ったほか、家庭排水の処理の仕組みがわかる模型を使って、下水道処理の大切さを訴えていました。



## みんなで築く住み良いまち

8月24日(月)から9月2日(水)にかけて、市内の地区連合町内会からのテーマを基に、地域の方と市の部長職がまちづくりに向けてぎくばらんに意見交換を行う「地区懇談会」が開催されました。

今年度は登別温泉地区をはじめ、8地区連合町内会と「ごみの不法投棄防止について」「防災対策について」「登別温泉バイパスについて」「湿原の保全について」など、まちづくりや市民生活に密着したテーマについて懇談しました。出席した地域の方からは、住み良いまちづくりに向けて活発な意見が出されました。





▲ 迫力満点の「閻魔大王からくり山車」

## 熱狂と興奮に包まれた3日間

8月28日(金)から30日(日)までの3日間、登別温泉街で「第35回登別地獄まつり」が開かれました。

初日は、あいにくの雨模様でしたが、約100人の担ぎ手による重さ約1トンの「鬼みこし」に続き、高さ約6mの「閻魔大王からくり山車」が登場すると、沿道を埋め尽くした見物客から大きな歓声上がり、祭りムードは一層盛り上がりました。また、「鬼踊り大群舞」では、浴衣姿の観光客が飛び入りする姿も見られ、観光客と地元住民が一体となった踊りの輪に、温泉街は熱く燃えました。



## うまく焼けるといいな

9月12日(土)、郷土資料館・文化伝承館で陶芸教室が開かれました。この陶芸教室は、小学校の第2・第4土曜日の休日を活用して行われている体験学習事業の一つで、この日は約30人の親子が参加。登別市老人陶芸所のお年寄り14人の指導のもと、子どもたちは用意されたねん土を練り、ろくろを回しながら皿や湯飲み、置物などを思い思いの形に仕上げていました。

できあがった作品は、3週間ほど自然乾燥させた後、老人陶芸所のお年寄りによって焼き上げられ、10月初めに子どもたちに渡されます。



## 大変な盛況ぶりでした

8月22日(土)、23日(日)の2日間、「白石の観光と物産展」(登別市・白石市姉妹都市交流推進協議会、登別商工会議所主催)が、市役所前で開催されました。

この催しは、昭和58年に登別市と宮城県白石市が姉妹都市提携したことをきっかけに、昭和59年から行われているもので、今年で15回目となります。

会場では、白石産のお米や地酒、ラーメン、木工品などの特産品の販売やもちつき大会、抽選会などが行われ、用意した3トンのお米や300本の地酒をはじめ、大部分の特産品が品切れになるほどの盛況ぶりでした。



# 市民レポート

## 男女共同参画社会ってなんだろう

『のぼりべつ男女共同参画懇話会』の活動を通じて



市民リポーター

かなざわ みずえ さん  
金澤水江さん  
(若草町・54歳)

戦後53年の今でも、「女のくせに」「女だから」と言われることがよくあります。

反対に「男のくせに」「男だから」と言っている方を見かけることがよくあります。

社会的・文化的につくられてきた「男性像」「女性像」の根底にあるものは何でしょうか。

男女の性別による区分け、それは差別として私たちの心に根付いているのではないのでしょうか。

今回は、家庭や社会などのあらゆる場面で、女性と男性が平等に参画することを目指す「男女共同参画社会」について真剣に勉強されている「のぼりべつ男女共同参画懇話会」の活動をレポートしました。

### 「のぼりべつ男女共同参画懇話会」って何をしている会?

「男女共同参画懇話会」という名称を聞いてもなにやら堅苦しく、どんな活動をしている会なのか想像できません。少しでもこの会の内容や活動を知りたいと思ひ、懇話会が月に1回開いている例会に参加させていただき、話を

を聞きました。

「のぼりべつ男女共同参画懇話会」は、昨年12月にできました。そもそもそのきっかけは、2年前につくられた市の総合計画の指針の一つに「女性も共に参画する地域社会をつくる」と盛り込まれたことを知り、私たち市民も男性と女性が家庭や社会、地域で共に活動できるような運動を展開しようと考えたからです。現在、20代から50代の女性20人が公募で集まり、男女共同参画社会について議論を重ねています」と、8月例会のマンズリーダーと、その月のリーダー三澤由比子さん。

懇話会では、会の代表者を持に定めず、その月々で会のリーダーを持ち回りで決め、会員全員が会の運営にかかわる方法をとっているそうです。名称の由来について聞いたところ、「最初は、会の名称を『女性懇話会』としようとしたのですが、男性・女性といった性別にこだわらず、ゆくゆくは男性も会員に入ってもらいたいと思ひ、「のぼりべつ男女共同参画懇話会」としました」と話してくれました。

### どんな活動をしているの

会では具体的にどのようなことをしているのか聞いたところ、「懇話会では、今年度当初に作成した今年1年間の活動プログラムの3つの柱「学習」「調査研究」「啓発」を中心に進めています」と考えています。このうち「学習」では、ワークショップ方式(※1)を取り入れ、会員が自主的に講師を招く勉強会や読書会など、月に1回の割合で行っています。今月は、「日本の女性と人権」(明石書店)という図書をメンバー全員が事前に読み、その内容や感想を発表し合いました。発表は、フリートーク形式(※2)で行い、自由に発表できるようにしています。今回の発表では、女性問題への興味の有無にかかわらず、だれもが女性問題を良い方向へ導く役割があることを認識しなければならぬことや昔の親の育て方による性別役割分業に対する意識の改革などを中心に意見の交換をしました」。

学習活動では、さまざまな意見や新たな発見が常にあり、その議論は長時間に及ぶこともあるそうです。

「調査研究」では、男女平等をテ



▲4月16日木に行われた「男女共同参画講演会」



▲自主的に運営されている「のぼりべつ男女共同参画懇話会」



▲8月のリーダー三澤由比子さんから話を聞きました

## のぼりべつ男女共同参画懇話会

# メンバー募集

男女平等や男女共同参画について一緒に考えてみませんか。

会の活動などに興味のある方は、市役所企画広報室(☎851122)までどうぞ。



▲回を重ねるごとにメンバーらの男女共同参画意識は深まる

### 懇話会のこれからは?

「懇話会での活動は、まだ始まったばかりです。メンバー一人ひとりの意

トマに市民を対象とした意識調査を実施しようと考えています。アンケートでは、男女平等について市民の意識がどうなっているのか、男女差別の実態やその解決方法について調査したいと思っています。この資料が、今後の「男女共同参画社会」の実現に少しでも役立つのであればうれしいです。現在、準備班をつくり、11月をめどにアンケートを実施したいと準備を進めていますので、アンケート用紙がみなさんのお手元に届きましたら、内容を記入して返送いただくようご協力をお願いします」とのことでした。

「啓発」では、男女共同参画の意識をもっと広めるため、財市川房枝記念会常務理事の山口みつ子さんを講師に招き、「男女共同参画社会づくりを目指して」と題した講演会を4月16日に開催しました。この講演では、「女性自らが政治や市民活動へ積極的に加わることが社会の慣習や認識、政治、職場、家庭での男女差別といった障壁を取り除くことになる」と語られ、会場に集まった170人の方は、山口さんの話に認識を新たにしていたようです。今後は、講演会のほかに各種パンフレットをつくって、多くの方に男女共同参画の理解を深めていきたいと考えています」と懇話会メンバーのみなさんは話してくれました。



▲市企画広報室清野主査(女性担当)から話を聞きました

### 懇話会は自主的に運営されています

市には、女性にかかわる施策の展開を総合的に調整する担当部署がありません。市がこの懇話会をどのようにとらえているのか、企画広報室の清野主査(女性担当)に話を聞いてみました。

「この懇話会は、市民サイドから男女共同参画社会づくりを進めるため、市民が主体となって運営しているものです。懇話会は、だれかが中心となっ

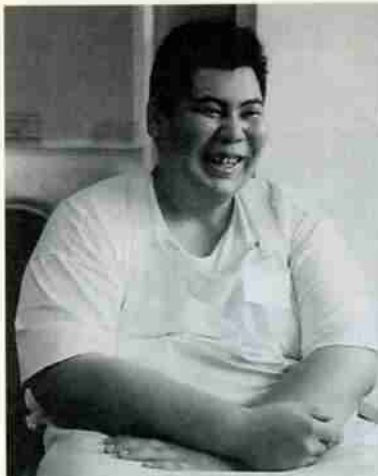
て議論の違いを認め合いながら、前に進んでいこうとしています。この懇話会で話し合われたことを、職場や家庭、地域での男女共同参画実現に向けた提言としてまとめ、市へ提出することを考えています。市は、この提言をもとに男女共同参画の構想をつくる予定と聞いています。また、だれもが楽しめる女性のフェスティバルやミュージカルもやれるといいなど考えています。メンバーは、それぞれ男女共同参画について違った意見を持っていますが、互いの意見を認識しつつ、いろいろな可能性を持った会として活動していきたいです。もし、参加したいという方がいらっしゃれば、お待ちしていますのでお申し出ください」とメンバーのみなさんは懇話会の夢を語ってくれました。

### 女性も共に参画する地域社会づくりへ

今回、「のぼりべつ男女共同参画懇話会」のレポートを通して、女性がまず、的確な判断力や行動力を身につけ、社会とのかかわりを積極的に持つことがとても重要なことなのだと思うようになりました。この懇話会では、メンバーそれぞれが自己を確立し、男女共同という共通意識の下に意見を交わし、活動しています。

これからの社会は、一人ひとりの人権が尊重され、意欲を持った女性が自ら選択して社会に参画し、生き生きと活躍できる社会。そして性別で役割分担することなく地域活動にかかわり、男性と女性が互いに助け合い、楽しみも責任も共に分かち合える社会になっていければと思います。

- ※1 意見や技術の交換・紹介を行う研究会。
- ※2 時間や発言方式にあらかじめ制限を設けず、自由な討論や対話を行うこと。



### ちくだやいちろう 築田弥一郎さん

昭和51年6月生まれ。22歳。平成9年4月から市職員として恵寿園に勤務。お年寄りから「おにいちゃん」と親しみを込めて呼ばれ、寮父として日夜奮闘している。

「シヨートステイ」（短期入所）も行っていきます。恵寿園に入所されているお年寄りは77人。そのうち男性が21人、女性は56人で、平均年齢は80・5歳。在園人数は、平均して6年数カ月です。同園では、長期入所のほかに、在宅で介護している家族が、病氣や冠婚葬祭、介護疲れなどで一時的に介護ができなくなったときに利用できる「シヨートステイ」（短期入所）も行っていきます。

「恵寿園」は、おおむね65歳以上で身体や精神、環境、経済的な理由などのため、在宅での生活が困難な方が入所している市運営の養護老人ホームです。



## ちくだや

養護老人ホーム「恵寿園」  
川上町277-1 (☎5043)

「私たち寮父・寮母は、トイレや部屋の掃除、洗濯、入浴介助、おむつ交換など、身の回りの世話をしています。お年寄りの話し相手になることも大事な仕事の一つです」と話すのは、お年寄りから見ると孫のような年齢の築田さん。

築田さんは、福祉の専門学校を卒業し、介護福祉士の資格を持っている職員です。「恵寿園での1日は、朝6時の起床から始まります。8時の朝食、朝礼と体操を行った後は、12時の昼食まで自由行動です。日中は、買い物や趣味の教室に参加されたり、テレビを見たりと自由に過ごし、5時の夕食を迎えます。就寝は9時。みなさん思い思いに楽しい一日を過ごされています」と話す築

人が輝き まちがとぎめく



▲「のぼりべつ豊水まつり」の踊りにも参加

歌っているときが一番楽しい。人の心に響く歌をいつまでも歌いたい。

# 仲間たち Group

## 登別市歌謡協会

「現在、10月4日(日)に市民会館で開催する『第12回歌謡フェスティバル』の準備に全力をあげています。今年は、市長賞や商工会議所会頭賞、社会福祉協議会会長賞が新たに賞に加わり、会員も張り切っています」と登別市歌謡協会会長の金澤富子(かねさわとみこ)さん。

同協会は、歌を通して会員相互の交流と親睦を深め、社会に貢献することを目的に昭和61年11月に設立されました。

現在は、市内の12の歌謡サークルが加盟し、会員は約160人。

協会の大きな事業としては、「花の舞、歌謡の宴」「歌謡フェスティバル」「公員の発表会」などを毎年行っており、その事業で得た収益金の一部を社会福祉協議会や市立図書館、文化協会に寄付しています。

歌うことが大好きで、10代のころ

から民謡、歌謡を歌い、17年前から歌謡一筋に取り組んだという金澤会長。

「歌っているときが一番楽しいですね。声を出すことは老化防止になりますし、ストレス解消には最適です。内臓も丈夫になり、健康維持に大変良いものです。3代目会長に就任して3年になります。会の運営費を有効に活用するため、舞台設営は会員の協力を得て、手づくりで行い、経費の軽減を図ってきました。また、12のサークルの交流と親睦を一層深め、初代会長が苦勞してつくり上げた協会を、副会長の絹(ぬい)さんや会員の方の協力もいたたいて、さらに発展させていきたいですね」と金澤さんは笑顔で話してくれました。

登別市歌謡協会に関する問い合わせは、金澤さん(☎1172)までどうぞ。



▲昨年開催された「第1」回歌謡フェスティバル

## ちよっとひとこと

楽しかったこと、悲しかったこと、うれしかったこと、市への疑問や意見・要望などを企画広報室へ電話やはがき、封書、ファクスでお寄せください。紙面上では匿名でも氏名、住所、電話番号をお知らせください。なお、個人や団体への中傷や営利を目的としたお話はご遠慮ください。

企画広報室 中央町6-11  
☎1122 FAX☎1108

### アマリリスを盗んだ心が痛みませんか？

広報のぼりべつ9月1日号の「ちよっとひとこと」に、花泥棒のことが出ていましたが、8月12日に私もアマリリスの球根が盗まれました。毎年大きな花を咲かせ、今年も楽しみにしていました。庭から鉢に移そうとしていた矢先に盗まれたアマリリス。がっかりしました。腹が立って仕方ありません。こんなことはやめてください。（富士町 女性60歳）

### 嘱託員の採用はどのように？

市の嘱託員の採用は、公募する場合としない場合があると聞きましたが、どのように行っているのでしょうか。（一市民）

#### 【お答えします】

嘱託員の採用については、基本的には一般公募により行うこととし、公募にあたっては広報紙に掲載するなど、広く人材の確保に努めております。

また、採用にあたっては、適性試験と面接試験を実施し、厳正な審査を経て採用を決定しております。ただし、例外として幼稚園園長、郷土資料館館長、議会史編さん業務専門員など専門的な知識や経験を必要とする職種については、選考のうえ面接試験を行い採用しております。

嘱託員の採用にあたっては、今後とも一般公募を基本として公正に実施してまいります。

（総務部職員課）

田さん。同園では、お年寄りが園生活をよりいっそう楽しめるよう、誕生会やバス旅行、運動会、仮装盆踊り、恵寿園祭り、文化祭、クリスマス会、ひな祭りなど、さまざまな行事を毎月実施しているほか、大相撲の星取り大会を行うなど、お年寄りが退屈しないような行事も行っていきます。また、幅広い趣味を持ち、充実した生活を送っていたため、手芸教室や俳句クラブ、生け花教室、書道教室、民謡教室も開いています。

「この職場を希望したのは、もともとお年寄りが好きでしたし、介護福祉士の資格を存分に生かすことができると思ったから。ここはお年寄りの生活の場ですから、快適に過ごしていただくことを念頭に、お年寄りと接しています。入園しているお年寄りが病気で入院し、退院してここに戻ってくると「恵寿園が一番いい」とおっしゃってくれます。人間関係はとても大切です。お年寄りから信頼されるのは、とてもうれしいことです。私が休み明けで出勤すると、お年寄りから「寂しかったよ」と言われることもあります。一度築いた信頼関係が壊れてしまうと、修復するまでに倍以上の時間と労力を要します。言葉遣いには気をつけ、お年寄り一人ひとり、その人に合った言葉遣いをするようにしています」と話す築田さんは、高齢者福祉の最前線で今日も全力投球で頑張っています。

お年寄りと楽しく会話することも大切な仕事



えびなりい  
蝦名利衣さん（25歳）

登別厚生年金病院勤務

患者さんの希望に添える看護を続けていきたい

「女性が活躍でき、一生続けることができる仕事に就きたいと思ったのがこの職業を選んだきっかけですね」と話す蝦名さんは、外科・整形外科・泌尿器科の入院病棟を担当する看護婦さん。

学生のころは、支笏湖や積丹にスキューバダイビングに出かけていたそうですが、最近はややかな時間のとれないのが悩みとか。

「多くの患者さんに接していると、人それぞれの生き方が見えてきます。いろいろな人との出会いは、看護婦だからこそ得ることができる貴重な体験ですね。これからも患者さんの希望に添える看護を続けていきたいです」という蝦名さんの優しい笑顔が患者さんの心を和らげます。



剣道を続けているうちに、私の生き方、進むべき道が見えてきました

「剣道を始めたのは小学4年生のとき。父の勧めで剣道スポーツ少年団に加入したことがきっかけでした。尊敬する剣の先輩はたくさんいますが、少年団のときに指導してくださった今は亡き先生が生涯の目標です」と語る加茂さん。剣の道を極めんと剣道一筋に打ち込み、大学卒業後は教師の道へ。以来20年にわたり、体育教師として、そして赴任先の剣道部の指導者として活躍しています。今年の「全道教職員剣道大会」では、団体の部で優勝するなど、自らの剣も怠ることなく鍛え続けています。

### 剣道を通じて、人間形成につながる指導をするのが私の役割

登別高校剣道部は、現在、男子8人、女子5人、マネージャー1人の計14人。練習はほとんど毎日行っており、練習時間は1日平均3時間にも及ぶそうです。昨年の「全道高等学校剣道選手権大会」では、練習の成果が余すところなく発揮され、男子団体戦で準優勝に輝きました。

「生徒には、相手を思いやり敬う心、礼儀作法を身に付けるよう指導しています。剣道部の生徒は、



他の生徒の模範となる生徒が多いですね」と話す加茂さんは、意欲、集中力、自己管理を柱に、何事もやり遂げる精神力と継続することの大切さを教えています。

「数年前、剣道以外のスポーツを趣味で始めました。そのとき、実感しましたよ。一度に多くのことを覚えようとしてもなかなか身に付かないことに。それからは、大切なことから一つひとつ生徒に指導していくことにしました。」

平成12年1月には「全道高等学校新人剣道大会」が、また、6月には「全道高等学校剣道選手権大会」が、日本工学院北海道専門学校体育館（札幌市）を会場に開催されます。道内の高校から約700人の選手が出場するこの大会で、「優勝を目指して頑張ります」と加茂さんは熱く語ってくれました。



昭和31年9月生まれ。42歳。

日本体育大学を卒業後、高校の体育教師として、そして剣道部の指導者として生徒を指導。現在、登別高校剣道部の監督として全道制覇を目指して活躍する熱血教師。

# きらり

KIRARI

かもてつや  
**加茂徹也**さん（片倉町）

登別高校の体育教師として生徒を指導するかわら、同校剣道部の監督を続けて12年。単に勝負に勝つだけではなく、剣道を通じて人間としてどうあるべきか、どう生きるべきかなど、心の在り方を中心に指導。また、自らも剣道7段の腕前を持ち、今もなお現役選手として活躍中の「熱血教師」加茂さんに話を聞きました。

『剣の道は人間形成』  
を信条に、剣道を志す生徒の指南役。

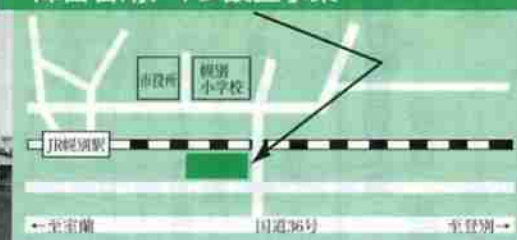


4事業紹介

# 市内の事業はここまですんで進んでいます

市は、私たちのまち「のぼりべつ」が市民のみなさんに愛され、共に暮らす喜びを見いだせるまちにするため、さまざまなまちづくりを進めています。今号では、市内で行われている主な事業の途中経過をお知らせします。

## ①鉄南ふれあいセンターエレベーターと障害者用トイレ設置事業



「人にやさしいまちづくり事業」の一つとして、障害をもつ方や高齢者が利用しやすい公共施設にするため、昨年度の市役所本庁舎と市民会館のエレベーター設置に続き、今年度は、鉄南ふれあいセンターにエレベーターを設置するとともに障害者用トイレを設置します。完成は、来年2月末をめどとしています。

(事業費は、約8,151万円)

▶問い合わせ 社会福祉課 (☎1911)

## ②市民会館大ホール大規模改造事業

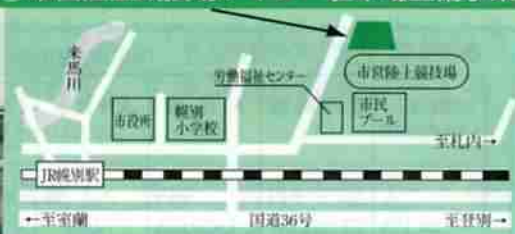


市民会館大ホールの客席を舞台の見やすい傾斜とするため、床を改造します。客席数は、ボイラー機と母子室の設置スペースの関係から、現在の967席から715席に変更します。また、一部客席内には、車いすを利用する方のスペースも設けます。工事は10月中旬から着手し、完成は来年4月末を予定しています。なお、工事期間中は大ホールを利用できませんので、ご理解とご協力をお願いします。

(事業費は、約1億2,150万円)

▶問い合わせ 社会教育課 (☎1100)

## ③市営陸上競技場トイレ・駐車場整備事業



老朽化した市営陸上競技場のトイレを建て替えるとともに、陸上競技場を利用する方のための駐車場を舗装します。完成は、11月末を予定しています。

(事業費は、約3,638万円)

▶問い合わせ 社会教育課 (☎1100)

## ④高規格救急車の購入



本署(登別市消防署・中央町)に配備している1台に続き、2台目の高規格救急車を購入します。今回購入する、救命用資機材を装備した高規格救急車は、鷺別支署の老朽化した救急車に代わり、来年2月ごろ鷺別支署に配備します。

(事業費は、約3,864万円)

▶問い合わせ 消防本部 (☎9611)

お知らせ

10月7日(水)と8日(木)の12時にサイレンが鳴ります

市は、市内でサイレンが聞こえる範囲を調査するため、10月7日(水)と8日(木)の12時から30秒間、消防署幌別分遣所(鉄南ふれあいセンター屋上)のサイレンを鳴らします。

また、両日以外の日に市内の海岸付近で、ハンドマイクでサイレンを鳴らす調査も数回行いますのでご了承ください。

お問い合わせ 総務課

(☎1130)

富良野塾登別公演

『今日、悲別で』

日本、ニューヨーク、カナダでたくさんの人に大きな感動を与えた話題作です。

▼日時 10月9日(金) 開場18時、開演18時30分

▼場所 市民会館大ホール

▼入場料 前売り券3千円、当日券3千500円

※小学4年生以下の入場はお断りしますのでご了承ください。

▼チケット取扱先 市民会館、総合体育館、登別観光協会、志賀総合食料品店イースト

別大会事務局(☎3562)

みんなで防ぼう

食中毒

食中毒の発生を未然に防ぐには、家庭での衛生管理が大切です。帰宅後、トイレの後、調理の前後、食事の前には必ず石けんで手を洗い、日ごろから食中毒の予防に努めましょう。

食品衛生の3原則

清潔・迅速・冷却または加熱

楽しい歯みがき教室

参加者募集

お子さんのかわいい前歯が見えはじめたときから歯の手入れは必要です。一生使う歯の大切さを今から教えてあげましょう。

▼日時 10月28日(水) 10時~12時30分

▼場所 しんた21

▼対象 1歳~1歳6カ月のお子さん

▼内容 歯のお話と歯科検診(飯沼歯科医院院長・飯沼良幸さん)、手作りおやつを試食、交流会

▼定員 20人(申込順)

▼参加料 300円(おやつ材料代)

▼持ち物 お子さんの歯ブラシ、母子健康手帳

▼申し込み・問い合わせ 保健福祉課

(しんた21内☎0100)

▼お問い合わせ 世界食糧デー登

▼お問い合わせ 文化・スポーツ振興財団(☎1116)

▼お問い合わせ 鉄南ふれあいセンター

▼お問い合わせ 社会福祉課

▼お問い合わせ 世界食糧デー登

▼お問い合わせ 世界食糧デー登

▼お問い合わせ 世界食糧デー登

登別市職員給与などの状況

登別市職員の給与と職員数の現状を市民のみなさんに理解していただくため、国家公務員の給与と比較しながらその内容をお知らせします。

市職員の給与は、その職務と責任に応じて支給される給料と、扶養・通勤手当などの諸手当から構成され、「登別市職員の給与に関する条例」に基づいて支給されます。また給与は、毎年

度国の人事院が国家公務員の給与を民間の給与水準と均衡させることを目的に行う勧告に準じて改定が行われます。なお、国家公務員と地方公務員の給与水準を比較する際に用いられるラスパイレス指数は、国家公務員を100とした場合、登別市職員は平成9年4月1日現在で98.4(前年比0.6ポイント減)となっています。

◆部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区分	職員数			対前年増減数		
	平成8年	平成9年	平成10年	平成8年	平成9年	平成10年
議会	6	6	6			
一般行政部門						
総務企画	106	106	104	△2		△2
税務	27	27	27			
民生	94	93	95	2	△1	2
衛生	57	57	58	△2		1
労働	3	1	1	△2	△2	
農林水産	11	12	12		1	
商工	16	19	20	1	3	1
土木	55	56	57	△2	1	1
小計	375	377	380	△5	2	3
特行政部門						
教育	66	62	61	△5	△4	△1
消防	90	89	89	1	△1	
小計	156	151	150	△4	△5	△1
普通会計合計	531	528	530	△9	△3	2
会計企業等部門						
水道	20	21	21	△1	1	
下水道	21	21	22	2		1
その他	12	12	12	1		
小計	53	54	55	2	1	1
総合計	584	582	585	△7	△2	3

◆決算額に占める人件費の状況 (平成9年度普通会計決算見込額)

住民基本台帳人口(世帯数)	歳出総額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)	(参考)H8年度人件費
人	千円	千円	%	%
56,173	23,013,977	4,910,638	21.3	24.4

※人件費は、特別職の給与を含みます。(人件費=給料+諸手当+退職手当+共済費)

◆職員給与費の状況 (平成10年度普通会計予算)

職員数(A)	給与				1人当たり給与費(B/A)
	給料	職員手当	期末手当	計(B)	
人	千円	千円	千円	千円	千円
530	2,184,465	505,932	1,052,225	3,742,622	7,062

※給与費は、特別職の給与と退職手当は含みません。(給与費=給料+諸手当)

◆平均給料月額と平均年齢 (平成10年4月1日現在)

区分	一般行政職(事務・土木技師など)	技能労務職(運転手・清掃職員など)
平均給料月額	352,572円	327,827円
平均給与月額	411,267円	363,225円
平均年齢	43歳1月	47歳1月

一日行政相談を行います  
秋の行政相談週間

国や特殊法人(公団・事業団・銀行・公庫など)の業務、北海道や市の業務に関する苦情や意見、要望をお持ちの方はお気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

- ▼月日 10月17日(土)
- ▼時間 13時30分～15時
- ▼場所 労働福祉センター和室
- ▼相談員 行政相談委員 石本重吉さん、山形貞子さん
- ▼問い合わせ 企画広報室 (☎1122)

模範となる青少年を

ご推薦ください

登別市青少年問題協議会は、平成10年度登別市青少年表彰を行います。郷土登別市の担い手としての豊かな心と実践力を持ち、ほかの模範となる青少年をご推薦ください。

- ▼表彰の種類・対象
  - ◎青少年善行表彰 市内に住む28歳未満の青少年で、その活動がほかの青少年の模範となる方
  - ◎青少年団体活動者表彰
    - 《個人》市内に住む28歳未満の青少年で、市内に組織され、現在活発な団体活動が続いている青少年団体に3年以上所

属し、ほかの青少年団体活動の模範となる方

優良勤労青少年表彰

勤労年数が3年以上の市内に住む28歳未満の青少年で、日常生活に誠実さが認められ、その職務に忠実、精励で、職務技能の向上、研さんに努めるなど、ほかの青少年の模範となる方

- ▼推薦者 市民または職場の長、団体の代表者など
- ▼推薦・選考方法 社会教育課に備え付けの推薦書に必要事項を記入の上、提出してください。推薦された方の中から登別市青少年問題協議会が表彰者を選考、決定します
- ▼推薦書提出期限 10月19日(月)
- ▼提出先・問い合わせ 社会教育課 (☎1100)

労働相談を

お受けします

解雇や賃金不払いなどの雇用問題が増加しています。雇用問題に関する労働相談は、市商工労政課でお受けするほか、専門的な問題については、室蘭労働基準監督署(☎6131)、胆振支庁労働相談所(フリーダイヤル☎01206105)、イヤル(☎01206105)、

ハローワーク・室蘭公共職業安定所(☎8689)でお受けします。お気軽にご相談ください。

▼問い合わせ 商工労政課 (☎2171)

集まれ!

登別出身の新東京人

首都圏在住の登別出身者でつくふるさと会「東京登別げんきかい」は今年で設立10周年を迎えます。これを記念して、11月7日(土)に東京で開かれる「げんきかい」の総会と懇親会に、この春以降、首都圏に進学・就職した登別出身者を招待します。ご家族の中に該当する方がいましたらご連絡ください。

▼連絡先・問い合わせ 企画広報室 (☎1122)

雇用の確保に

ご理解とご協力を!

長引く景気の低迷により、求人は減少を続ける一方、リストラや倒産などにより離職者が急増し、求職者の再就職は非常に厳しい状況になっています。事業主のみならず、従業員の採用計画がありましたら、ぜひ求人申し込みをお願いします。

▼求人申し込み・問い合わせ ハローワーク・室蘭公共職業安定所(☎8689)

◆退職手当の支給率 (平成10年4月1日現在)

区分	登別市		国	
	自己都合退職	勤奨・定年退職	自己都合退職	勤奨・定年退職
勤続20年	21.000月分	28.875月分	21.000月分	28.875月分
勤続25年	33.750月分	44.550月分	33.750月分	44.550月分
勤続35年	47.500月分	62.700月分	47.500月分	62.700月分
最高限度額	60.000月分	62.700月分	60.000月分	62.700月分

※退職手当=退職時の給料月額×支給率

◆特別職の給料などの状況 (平成10年4月1日現在)

区分	月額	期末手当の支給割合
市長	870,000円	6月期 2.2月分
助役	700,000円	12月期 2.5月分
収入役	630,000円	3月期 0.55月分
		計 5.25月分
議長	400,000円	(一般職と同様に加算措置があります。)
副議長	350,000円	
議員	320,000円	

◆一般行政職の初任給と経験年数別平均給料月額 (平成10年4月1日現在)

区分	初任給		経験年数別平均給料月額		
	登別市	国	10年以上15年未満	15年以上20年未満	20年以上25年未満
大学卒	173,000円	173,000円	284,300円	347,800円	385,700円
高校卒	140,700円	140,700円	252,200円	295,500円	354,900円

◆一般行政職の級別職員数の状況 (平成10年4月1日現在)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	9級	計
標準的な職務内容	係員の職務	係員の職務	係員の職務	主任の職務	係長・主任の職務	係長・主任の職務	課長の職務	次長・課長の職務	部長・次長の職務	
職員数	13人	14人	37人	36人	64人	121人	16人	40人	9人	350人
構成比	3.7%	4.0%	10.6%	10.3%	18.3%	34.5%	4.6%	11.4%	2.6%	100%

◆期末・勤奨手当の支給割合 (平成10年4月1日現在)

区分	登別市	国	備考
6月期 期末	1.6月分 勤奨	0.6月分 期末	1.6月分 勤奨
12月期 期末	1.9月分 勤奨	0.6月分 期末	1.9月分 勤奨
3月期 期末	0.55月分 勤奨	0.55月分 期末	0.55月分 勤奨
計	5.25月分		5.25月分

※期末・勤奨手当は、民間企業のボーナスにあたります。

問い合わせ

職員課

(☎1132)



ピアノ 田部京子



# このまちが 好き

『カルミナ・クアルテット & 田部京子』クラシックコンサート

新世代をリードする本格的クアルテット(四重奏)として世界の音楽ファンから注目されている「カルミナ・クアルテット」と昨年4月にニューヨークデビューを果たし、各国で高い評価を受けている室蘭市出身の田部京子さんによるクラシックコンサートが開催されます。

▼日時 10月17日(日) 開場18時、開演18時30分

▼場所 市民会館大ホール

▼演奏曲目 ベートーヴェン…弦楽四重奏曲第4番ハ短調 作品18の4、ブラームス…ピアノ五重奏曲へ短調作品34など

▼入場料(全席自由) 高校生以上2千円、中学生以下1千円(未就学児の入場は、お断りしますのでご了承ください)

▼チケット取扱先 市民会館、総合体育館、市役所内母子会売店、アーニス、紀文堂書店(JR登別駅前)、ブックアベニューいりえ(若草町)、カメラのおおしだ(鶯別町)

▼問い合わせ 文化・スポーツ振興財団(☎011-116)

## となりまち ホットライン

### 室蘭市

さかなの港町同窓会にお越しを

秋サケや朝イカなどの新鮮な水産物や加工品をはじめ、農産物などを豊富に取りそろえています。

▼日時 10月4日(日) 9時～14時

▼場所 追直漁港

▼内容 ◎さかなの港町市場：ふれあい朝市、サケのぼう引き、サケのつかみ取り、千人なべ(一杯100円)、露店、よさこいソーランなど ◎さかなの港町展覧会：漁港パネル展、イルカ・鯨ウオッチングパネル展、室蘭観光パネル展 ◎外海景勝地観光遊覧船乗船：中学生以上1千500円、小学生以下700円

▼問い合わせ 室蘭漁業協同組合(☎243333)

### 伊達市

秋の味覚まつりにお越しく下さい

◎第19回伊達農業まつり

▼日時 10月4日(日) 10時～15時(雨天中止)

▼場所 だて歴史の杜カルチャーセンター駐車場

▼内容 野菜、花の即売、屋台コーナー、牛の丸焼き、子どもの国(ポニーの乗馬、ミニSLなど)

▼問い合わせ JA伊達市

(☎0142232181)

◎第9回伊達漁協秋サケまつり

▼日時 10月18日(日) 10時～15時(雨天中止)

▼場所 伊達漁協前広場(伊達市西浜町無番地)

▼内容 サケの即売(10時15分から完売まで)、海産物の即売、飲食コーナー、サケのつかみ取り

▼問い合わせ 伊達漁業協同組合

(☎0142232424)



この広報紙は再生紙を使用しています。