



自然を愛し、
人にやさしいまち

広報おげと

KETO

2019 **8**



あなたの「生きる」に寄り添いたい

7/28 おけと湖水まつり、ざわざわ市



「おけと湖フライ体験」フライフィッシャー気分?



同日、おけと勝山温泉ゆうゆう前で「ざわざわ市」が開催



「Eポート試乗会」仲良く漕ごう!

7/29 花いっぱい共励会



よく手入れされた見事な花壇やプランターに感嘆の声

8/7 おけと子ども七夕まつり



空き缶ちょうちんづくり、夜のローソク出せが楽しみ

ひとまち おけと

7/16 和心ブラザーズ「原点回帰」投げ銭ライブ



置戸神社の境内に広がる津軽三味線と和太鼓の響き





Oketo
7.12
TOPICS



成長を願って、すくすくギフト贈呈式

町内で生まれた赤ちゃんが元気にすくすく育つよう願いを込め、オケクラフトの食器を贈る「すくすくギフト」贈呈式が7月12日、地域福祉センターで開かれました。今回からモデルチェンジした3代目のオリジナルセットは、汁椀、皿、小皿、ボウル、カップ、スプーン2本、トレイの8点。贈呈式に出席した作り手の松本佳悟さんは「普段づかいで愛用してほしい」とあいさつしました。

Oketo
7.14
TOPICS



雨の中、置戸消防団消防演習

置戸消防団の消防演習が7月14日、雨の中、ファミリースポーツセンターグラウンドで実施されました。この日は、町内各分団から78人の消防団員が参加し、雨にも負けず、小隊訓練や消防ポンプ車操法など日ごろの訓練の成果を披露しました。演習の最後を飾った模擬火災訓練では、消防車が一齐に放水し、中央公民館前庭に巨大な7つの水柱が並びました。

Oketo
7.16
TOPICS



坂本 ^{たつ}達さん、小・中学校で講演

7月16日に置戸中学校、19日に置戸小学校で、4年3カ月をかけて自転車で世界一周した坂本達さんの講演会が開かれました。坂本さんは夢や目標をもち、実現に向かって自分からチャレンジすることの大切さとあいさつや感謝を忘れないことなどを旅の出来事を交えながら、生徒に語りかけました。坂本さんは現在、家族4人が自転車で北海道をめぐる旅にチャレンジ中です。

Oketo
7.23
TOPICS



置中、1日防災学校を開催

置戸中学校で、7月23日、災害時の対応を学ぶ防災教育を行いました。置戸高校1～2年生の約70人も参加し、日本赤十字北海道看護大学の根本昌宏教授などの協力で行われました。避難訓練や伊達消防署の地震体験車による地震体験のほか、避難所運営体験では、根本教授が講師となり、段ボールベッドの組み立てなどを学びました。昼食は災害用炊飯袋で調理し、試食しました。

みんなでささえあう まちづくりを目指して

今月の担当

地域福祉センター
包括支援係

佐藤 典幸

地域福祉センター包括支援係
(☎52-3333)

置戸町の人口に占める高齢者の割合は、5年前と比べて40.9%から44.5%と急激に上昇しています。高齢者における要介護認定者の割合も10年前から継続して上昇し、現在は21.5%となっています。将来的にも国立社会保障人口問題研究所による推計では、置戸町の総人口の減少と高齢化率の上昇は止まらず、2045年には総人口1,364人、高齢化率56.9%となることが予想されています。

高齢化率が40%を超えた段階で地域の担い手である町内会役員や老人クラブ会員も高齢の方が増えてきます。さらに65歳を超えても仕事を続ける人や親の介護などを担う人が増加傾向にあることから、これまでどおりでは地域の日常のつきあいも困難になりつつあります。ですが、住みなれた地域で自分らしく暮らし続けるためにも地域とのつながりや日常のつきあいは

切っても切れない関係です。

近年は災害も増えており、北海道胆振東部大震災によるブラックアウトは記憶に新しいところかと思えます。置戸町は幸いにも地震による被害はありませんでしたが、東日本大震災の被災者への調査では、「助け合いや気にかけることを普段からしていなければ、災害時にすることは不可能」との回答がありました。

地域のつながりが強ければ緊急時の対応もスムーズになり、結果的に多くの方の命を守ることにつながります。地域での防災活動を考える事をきっかけに、無理なく自然にできるような助けあいの仕組みも考えてみませんか。生活支援コーディネーターも一緒に悩みながらですが、それぞれの課題を解決できるように協力して取り組みます。

置戸町プレミアム付商品券申請受付中

令和元年度住民税非課税者の置戸町プレミアム付商品券購入引換券交付申請を8月19日より役場1階に臨時の申請窓口を設置し受け付けています。

購入を希望される方は8月1日まちのおしらせに折込みました申請書に記入いただき申請してください。

役場申請窓口のほかに、下記の日程で各地区公民館・住民センターにて申請窓口を設置いたしますので、こちらをご利用ください。

- | | |
|---------------------|---------------------|
| ■9月3日(火) 境野公民館 | 午前9時30分から午前11時30分まで |
| ■9月3日(火) 川向住民センター | 午後1時30分から午後3時30分まで |
| ■9月4日(水) 拓殖住民センター | 午前9時30分から午前11時30分まで |
| ■9月4日(水) 勝山公民館 | 午後1時30分から午後3時30分まで |
| ■9月5日(木) 秋田地区住民センター | 午前9時30分から午前11時30分まで |

■お問い合わせ まちづくり推進室地域振興係 (☎52-3312)



特集

道内唯一の福祉科 置戸高校

今回の特集は、わたしたちのまちの高校、置戸高校で福祉を学ぶ生徒の姿を紹介します。

置戸高校は、昭和26年に北海道北見北斗高等学校置戸分校として開校。平成2年に福祉教育パイロットスクールの指定を受け、平成7年から普通科1学級、生活福祉科1学級へ学科を転換しました。現在は福祉科1学級の単置校で、道立高校では唯一の福祉科です。介護福祉士国家資格合格率は全国平均の73.7%を上回る高い合格率を誇っており、昨年度で7回目となる合格率100%を達成しました。現在、置戸高校の生徒在籍数は、1年生13人、2年生9人、3年生13人の計35人。うち博愛寮には23人が入寮しています。

福祉科として実績のある同高では、地域との交流も盛んです。町内の小、中学校の授業への協力やおけと大学の受け入れのほか、おけと夏まつりや、さまざまな町内行事にボランティア部「くれ

よん」などが参加しています。このような生徒たちの地域活動は、まちに大きな活力を与えています。



ボランティア部などによる置高生の協力（平成30年10月ハロウィン祭）

老人ホームでよさこいソーランを披露（令和元年7月）



置高生の介護実習の様子を紹介します

福祉施設での介護実習

校外の福祉施設における介護実習は、1年生時に行う1週間のコミュニケーション研修から始まり、2年生時では3週間、3年生時では1期と2期に分けて、計7週間かけて行います。

実習の前には、校内で介助の知識や技術を徹底して身につけなければなりません。さらに3年生の実習では、介助のほかにケアプランを作成します。ケアプランとは、介護を利用する方とその家族が、より良い日々の生活を過ごすことができるように、長期的、短期的な目標や課題を設定し、それに対してどの

ような支援をしていくのかを示したもので、実際には介護支援専門員が作成します。実習の中では、食事などの介助も行い、限られた時間で介護を利用する方とコミュニケーションをとりながら、介護を受ける方にとって、より良い介護の在り方を見つけなければなりません。学校で学んだ知識や技術を最大限に生かし、成果を発揮するときです。

また、施設の利用者さんとの交流は、座学とは違う介護の楽しさや仕事をする喜びを感じることができ、社会に出るための予行練習ともいえます。



ホール対応の様子、利用者さんへの声かけが大切



緑清園運動会、行事は利用者さんの楽しみのひとつ

介護福祉士とは

介護福祉士は、日常生活に支援が必要になった高齢者や障害を持っている方が安心して介護が受けられるように、介護の専門家として制定された国家資格です。みなさんは、「介護」に対してどのようなイメージをもっているでしょうか。

介護とは、介護を必要とする方が望んでいる、その人らしい生活を支えることです。介護を利用する方の精神や身体状況、生活環境などは人それぞれ、そのため介護も一人ひとり異なります。

また、人が日々の生活を幸せに生きていくためには、その人なりの「生きる」希望や目標が大切です。介護に必要なことは、介護を利用される方の立場に立ち、希望や目標を叶えるお手伝いをするのです。そのためには、どのようなお手伝いができるのかを

考える創造力とそれを安全に実践するために専門的な知識や技術が求められます。知識には、医療的なものだけではなく、人としての尊厳や社会倫理、コミュニケーションも必要不可欠なものです。

10代の高校生にとっては、難しい問題や課題もありますが、生徒たちは、純粋に真剣に福祉に対して取り組んでいます。



福祉科の校内実習の前後には、レポート提出が必須。実習の手順や意味を理解し、課題を検討します。



実習中は、定期的に福祉施設職員と置戸高校福祉科教員を交えて、実習の内容をカンファレンス（検討・協議）し、施設職員から適切なアドバイスをもらうなどより実践的な介護を学びます。

3年生は実習を終える頃、卒業後の進路や国家試験に向けて本格的に取り組んでいきます。



緑清園運動会の後に水分補給

置高生にききました

■コミュニケーションを大切に

さ さ き ま な か
佐々木 愛佳さん

3年生

【出身は】留辺薬町
【介護実習について】

利用者さんの顔と名前を覚えてくると、会話も弾み、楽しいです。

介助の後に礼をいっていただけることも嬉しいです。実習では、介助することに集中してしまい、声かけが足りないと感じています。コミュニケーションが大切なので、もっと声かけをしていきたいです。作業にならない介護をすることが私の目標です。

これからは進路のことや国家試験に向けてさらに忙しくなり、大変で考えすぎてしまうこともあります。頑張っていきたいと思います。



置戸高校生、将来の夢

置戸高校では、一般教育科目のほか福祉教育科目、福祉施設での介護実習など介護福祉士資格取得を目指して、多くのことを学んでいます。多くは道内の福祉施設へ就職していますが、これまでに学んだ福祉の精神と多くの知識や経験を生かし、社会福祉、看護、保育系などの大学や専門学校に進む生徒もいます。社会に出て、どのような道に進む場合でも、社会生活において、福祉の知識は役立つものです。福祉と共に歩んだ、研さんの3年間の高校生活は、生徒たちの大きな財産となり、これからの人生を切り拓いてくれることでしょう。

■お問い合わせ 町教育委員会 ☎52-3316
北海道置戸高等学校 ☎52-3263

置戸町は、置戸高校生を 全力で応援します！

■給付型奨学金で応援！

「福祉の夢サポート奨学金」

■通学費・寮費補助で応援！

「バス定期代金自己負担の一部補助」

「博愛寮月額12,000円補助」

■学校教育環境の充実

「福祉教科の準教科書無償配布」

「カスタムオーダーの実習着の作成」

「学校給食の提供」

「実習・研修時の町有バスの送迎」など

置戸高校とわたし。

勉学や部活動に励む置高生、彼らを見守り指導する先生、4人の声をお届けします。

■かっこいい、人の役に立つ仕事



たかはし ちかこ
高橋 知果子さん

2年生
ボランティア部所属

【出身は】標茶町

【入学のきっかけは】

ケアマネの仕事をする母の姿をみて、人の

役に立っている、かっこいいと感じたから。また、母の薦めもあったからです。

【学校生活は】想像以上に勉強は難しく、レポートも多いので、毎日、遅くまで勉強しています。やめたいと思うこともあるほど勉強は大変ですが、1年生のコミュニケーション実習では、先生方に指導していただいたことを実践し、利用者さんとふれ合うことができとても楽しかったです。学校祭では、よさこいでクラスと先生が団結し、より仲が深まりました。

■卒業生からのメッセージ



たなか こゆき
田中 小雪さん

特別養護老人ホーム
緑清園 介護士

社会に出てからのことも置戸高校で学んだことが、現在、働いてみて役に立っていると

感じます。仕事では、うまくいかない時もあり、試行錯誤の毎日です。

在学中は、国家試験の勉強を何度も諦めようと思うことがありました。けれども、自分が困っていることがあれば、先生が真剣に向き合ってくれて乗り越えることができました。在校生の皆さんには、国家試験全員合格を目指し、クラスで団結して頑張してほしいと思います。

■真摯な生徒と共に成長していきたい。



おおもり りょうた
大森 涼太さん

福祉教員 1年副担
バレーボール部顧問

福祉のニーズが多様化し、科学技術も向上する中、これからは利用者様と向き合うだけ

ではなく、新たな介護用の道具や機械を導入し、活用する方法も求められる時代です。その方法や経験も学ぶことが必要と考えています。また、高校生だからこそ、純粋に利用者様の心を受け止めて気持ちを考え、福祉について学ぶことができます。3年間の介護実習を通して、生徒たちも成長していきますが、私自身も真摯な生徒と共に学び、成長していることを日々感じています。置戸高校は、町の協力もあり、生徒主体で福祉について挑戦できる学校です。

■将来に向けて進む生徒のサポートに



とびない ゆいな
飛内 唯奈さん

国語・芸術教員 1年担任
バドミントン部顧問

介護福祉士資格取得を目指す生徒達にも国語は大切な教科です。福祉科では、レポート

の課題も多いため、文章の書き方を身に付けることができるように、「書く」機会を与えています。次に「読む力」も大事です。資格取得のための試験問題文を読み取れる力も必要です。この二つの力を付けることができるように心がけ、指導しています。古典の授業では、ひとつの物語、世界として興味をもってもらえるように工夫しています。福祉の心を持ち、目標に向かってまっすぐ進む生徒達を見守り、サポートをしていきたいと思っています。

このまちで暮らす人、団体を紹介します。

#おけと生活

夏の夜、夜空で輝く星空を撮ってみませんか？
今回は、勝山在住の栗田康弘さんに星空のある風景
写真の撮り方を教えていただきました。

星空のある風景を撮影した写真は「星景写真」と呼ばれ、カメラの性能が向上したことにより一般的な機材でも気軽に撮影できるようになりました。天の川や夏の星座がにぎわうこの季節に、ぜひチャレンジしてみてください。



■栗田康弘さんプロフィール
勝山駐在所勤務、趣味は木工と星景写真。10年前、職場の先輩の影響で、木星のガリレオ衛星を撮影したところ、星景写真の面白さに目覚める。

撮影に必要な道具は？

星を写すには、弱い光を集めるために長時間シャッターを開いておき、絞りを調節できるカメラや三脚が必要になります。一般的には、一眼レフと呼ばれるレンズを交換することができるタイプのカメラを使用します。スマートフォンやコンパクトデジタルカメラなどは星を撮るのに向いていません。

※今回、例として使用するカメラは、キャノン製のデジタル一眼レフカメラです。販売会社や機種によって、表示や用語などが異なります。



・一眼レフカメラとレンズ

・三脚 ※ある程度強度があればホームビデオ用でも可



・リモコンやリリース ※あれば撮影の幅が広がる

撮影機器の設定方法は？

■レンズの設定

1★ レンズは広い範囲を撮影できる広角レンズを選びます。カメラに付属された標準のズームレンズで撮る場合は、広角側にして撮ってください。

2★ レンズのピント合わせは手動（マニュアル）で行いますので、レンズの側面についているAF・MFと表示されたスイッチをMF（マニュアルフォーカス）側にしてください。

■カメラの設定

1★ 設定を手動（マニュアル）側にします。

2★ おすすめのカメラの設定は、明るさの感度を決めるISOを6400、シャッタースピードを30秒、取り込む光の量を決める絞り（F値）はF3.5に合わせます。これらの各数値が選べない場合は、近い数値に合わせてください。※シャッタースピードの設定は、30秒の場合は『30』と表示されます。『1/30』と間違わないように。



ピントの合わせ方

星の撮影では景色が暗すぎて、自動でピントを合わせてくれるオートフォーカスが使えず、手動でピントを合わせる必要があります。ここではファインダーをのぞかずに画面に映像を映し出してピントを合わせるライブビュー機能を使った方法を紹介します。

- 1★ ピント合わせに使うため、明るい星（遠い街灯の明かりでも可）を探してカメラを向けます。
- 2★ ライブビューの状態にして、画面の中央に星が映るように方向を微調整してカメラを固定します。この時、まったくピントが合っていないと、画面に何も映し出されない場合もありますので、ピントのリングを回してピントが合いそうな位置を探りながら星を探してください。
- 3★ 画像を拡大して見やすくし、星の像が一番シャープに映る（像がぼやけずに最も小さい丸になる）ようにピントを合わせます。

撮影の方法

- 1★ 撮影したい構図を決めます。明かりのない真っ暗な場所では、ファインダーにも画面にもほとんど何も映らないことがほとんどです。とりあえず、勘で方向を決めて、1枚撮影してみましょう。撮れた画像を見て、カメラの方向を調整、再度撮影を繰り返し、構図を決めていきましょう。
- 2★ シャッターは直接手で押すと、三脚に据えていても、押したときに必ず一瞬ブレてしまいますので、レリーズの使用がおすすめ。ない場合はセルフタイマーを使用すると、ブレません。
- 3★ 構図を決めるための方向の微調整をしながら、明るさの微調整もします。初めて撮影する場合は、ISO6400、絞りF3.5、シャッタースピード30秒くらいが最適です。一度それで撮ってみて、そこから微調整してみてください。

星が暗いと感じたときは、ISOは数値を大きくし、シャッタースピードは時間を長くすると、より明るく撮ることができます。ただし、月明かりや街灯などが近くにある場合では、ISOの数字を小さくしてください。試し撮りをしながら調整しましょう。

ISOを大きくすると次第に画像が荒れ、シャッタースピードを長くすると、星が線を描くように流れてしまい、ピンボケに見えてしまう場合もあります。

慣れてきたらチャレンジ！

- ・ホワイトバランスの設定によって、全体の色味が変わりますので、慣れてきたらいろいろ試してみましょう。
- ・レンズにソフトフィルターを取り付けて撮影すると、星をより大きく見やすくし、明るく映す効果があります。



撮影日：7月27日
撮影地：勝山地区
撮影機材：カメラCANON EOS Kiss X6i
レンズCANON EF-S 18-135mm F3.5
撮影の設定：ISO 6400／絞り F3.5／シャッタースピード 30秒／ホワイトバランス／白色蛍光灯
※カラー版を裏表紙に掲載

車窓や車体に星の光が反射するのが面白くて撮ってみました。景色だけではなくいろいろな撮り方ができると思います。試してみてください。

撮影月日：6月26日
撮影地：おけと湖畔 森林体験交流センター前駐車場
撮影機材：カメラCANON EOS Kiss X6i
レンズCANON EF-S 10-22mm F3.5（ソフトフィルター使用）
撮影の設定：ISO 3200／絞り F3.5／シャッタースピード 90秒



【注意】

- ・撮影する際は、他人の敷地、畑、牧草地、立入禁止場所、交通の妨げになる場所、危険個所での撮影は絶対にやめましょう！
- ・夜間、車の走行は、事故のないよう交通安全を心がけ、駐車場所も安全に配慮しましょう！



鉄道に乗って
遊んで
楽しく応援！

北海道鉄道活性化協議会では、10月14日までの期間、北海道の鉄道に乗って、遊んで、楽しんで応援する「北海道レールエールキャンペーン2019」を実施中です。皆様ぜひご参加ください。

■キャンペーン内容

- ① JRクーポン付きガイドブックの発売
販売期間：～9月15日（日）
販売価格：500円（税込）
- ② フォトコンテストの実施
募集期間：～9月14日（土）
応募方法：本キャンペーン公式Webサイトをご覧ください。

■詳しくは、公式Webサイトをご覧ください。

<https://www.hokkaido-rail-k.jp/railyell-cam>

■お問い合わせ

北海道鉄道活性化協議会（事務局：北海道総合政策部交通政策局交通企画課 担当：大宮）
☎011-231-4111（内線：23-845）

地域巡回バス、9月から
おけばんばくんデザインに

現在、町内を走っている地域巡回バス（にここ号、ほのぼの号）が、おけばんばくんやクマゲラなどをかわいらしくデザインしたラッピングバスに生まれ変わります。運行開始は9月からの予定です。お楽しみに！

■ラッピングバスデザインイメージ



■お問い合わせ

まちづくり推進室地域振興係（☎52-3312）

喜びと悲しみ（敬称略）

■ご出生おめでとうございます

- 大竹 憂太 女児 湖珀（こはく） 勝山新生 6/26
沙耶
- 笹地 友貴 女児 唯織（いおり） 林友 7/7
千尋

■お悔やみ申し上げます

- 橋本 勇 89歳 常楽園 7/2
- 西 榮一 84歳 秋田 7/7
- 菅野 武雄 84歳 北光第二 7/8
- 大槻 三郎 89歳 勝山新生 7/15
- 奥山 ツネ 93歳 常楽園 7/31

編集後記

☆介護は自分や家族にもかかわる問題。いつまでも自分らしく暮らしていくためには、誰かの手助けが必要だと再認識。そして、支える人と支えられる人、両者のためにもソフト・ハード面のより良い環境づくりと政策が必要だと感じました。日々の暮らしの中で、幸せを感じるひとときを創り出すことができる社会を望みます。 (祐)

人の動き

- 世帯数 1,432世帯（-4世帯）
 - 人 □ 2,857人（-4人）
 - 男1,329人（-4人）女1,528人（±0人）
- 令和元年7月31日現在（）内は6月末比

■今月号の表紙：7月24日、特別養護老人ホーム緑清園で運動会が行われました。介護実習中の置戸高校生も参加し、笑顔で声援を送ります。



おけとの なつぞら

置戸の夏、集めました。

天の川（勝山）、白花豆（勝山）、花いっぱい庭（心和）、フライフィッシング（おけと湖）、忍び岩（鹿の子沢）、小麦の収穫（豊住）、花いっぱいの道（北光）、常呂川ラフティング（林友）

広報おけと 2019年8月号
発行／置戸町

<http://www.town.oketo.hokkaido.jp>

