

広報しゃり Shari

広報しゃり

2017

6 No.886
月号

斜里の短い春、
こんにちは

写真：旧朱円小学校の桜

この写真を撮影したのは5月9日。ほとんど葉桜になっていました。

斜里も含め北海道の桜は開花が遅く、すぐに葉桜になって散ってしまいます。

桜はまるで、やっと始まったと思ったらすぐに移り変わってしまう斜里の春を象徴しているようです。

斜里の短い春をどうぞ満喫してください。

時代の変化にあわせ 知床の新イメージを発信

左ページの5枚の画像は新しい知床の観光ポスターです。これを見て、「今までのポスターと違って、ちょっとおしゃれかも」と思った方がいるかもしれません。そんな知床の新しいイメージをつくること、それが今回特集する「知床の観光ブランディング」です。



知床＝原生の大自然 昔からのイメージ

「知床」と聞くと、どんなイメージを持ちますか？「秘境の地」や「原生の大自然」でしょうか。そんな日常からかけ離れているところが魅力で、多くの観光客が知床を訪れていました。しかし、1998年の180万人をピークに観光客は減少を続け、今では約120万人、ピーク時の3分の2の水準で推移しています。

世代の変化・スマホの普及： 激変する旅行市場

以前ほど、知床に観光客が訪れなくなった背景の一つに「認知度の低下」があります。「知床旅情ヒット」がきっかけの知床ブームから、45年過ぎました。さらに、現在国内の世界遺産登録は20か所です。知床ブームを知っている世代の年齢層が高くなり、「世界遺産」というだけでは、知床という地名が認知されづらくなっているのです。

二つ目の背景が、「旅行する世代・スタイルの変化」です。交通網があまり発達していない時代は、団体旅行で知床を訪れるのが主流でした。今は情報は巷に溢れ、交通も大きく改善され、どこにでも行ける時代です。知床観光のライバルは国内や海外の無数の観光地です。「知床の大自然はすばらしい」。このことは紛れもない事実です。しかし、知床に固定的なイメージをもたない若い世代や外国人から知床が選ばれるためには、あえて「大自然」から一歩踏み出した新しいイメージが、今の知床には必要なのです。

知床が知られる、 選ばれるためには

一昨年から知床斜里町観光協会と斜里町が行っているのが「知床観光ブランディング強化事業」です。

ブランディングとは、他の商品とは差別化できる個性（イメージや信頼感）をつくりあげること。「知床が選ばれるための個性を探り、新しい知床のイメージを構築する」これがこの事業のねらいです。

今回の特集は、今まで取り組んできた事業について、詳しく紹介します。

多様な魅力を「トコさん」が表現

最

近、何かと見るこのクマ。名前は「トコさん」。かわいらしい姿ですが、ゆるキャラとは少し違います。トコさんは、平成27年に登場した「知床観光のシンボルマーク」です。定型化した知床イメージをいい意味で裏切ることを目的としています。基本はリュックを持っている姿ですが、トコさんはいろんな遊びや体験を楽しむのが大好き。多様な魅力を持つ知床の世界観をトコさんの姿で表現しています。



トコさん七変化

Tシャツ・シールなどのグッズ、市街地巡回バス「しゃりぐる」、電気自動車など、今までトコさんはいろいろなところに登場しました。

トコさんは観光のシンボルマークという名にふさわしく、観光施設や案内看板などこれからもっとトコさんに出会うことができます。トコさんが知床の新しいイメージをつくり、新しい観光客の層に発信していきます。



“新”知床を表すコピー

タグラインコピー

体で感じる世界遺産。 SHIRETOKO!

これは世界遺産であるという重要な価値に加え、体験型の観光地であることを伝えています。また、ローマ字表記で「SHIRETOKO!」と表記することで「行きづらい」「敷居が高い」などのイメージを払拭するとともに、外国人観光客へもアピールしています。

タグラインコピー・キャッチコピー・ロゴマークの違い

- ・タグラインコピー 商品の不変的な価値を表した言葉。
- ・キャッチコピー 関心を引くための宣伝文句やあおり文句のこと。
- ・ロゴマーク デザイン化された文字やマークのこと。

※知床観光ブランディング強化事業は、「斜里町第6次総合計画」、「斜里町観光振興計画」などに基づいて実施しています。また、「地方創生交付金」という国の補助金を活用しています。

知

床の新しいイメージをつくっていくタグラインコピーとキャッチコピー、そしてロゴマークが生まれました。ポスターやガイドブックなどで使われ始めているので、知っている方も多いかも知れません。実は、それぞれに深い意味があるんです。

キャッチコピー

遊ぼう。 知床と シレットココ!

キャッチコピーは2つを使い分けています。「知床と遊ぼう」は知床側からの誘いの視点です。様々な体験ができることを「遊ぼう」という言葉に集約しています。

DO-CO CO CO? SHIRETOKO!

「ドコココ? シレットコ!」は、観光客側からの驚きの視点。日本とは思えない非日常さと大きさを表現しています。

ロゴマーク

SHIRETOKO! 知床

「知床」と「SHIRETOKO」の2つを表記することで、新しいイメージをすっと認識できるようにしています。「知」は海から見える岩を、「床」は山に茂る木と「床」の矢印は知床半島を示しています。オリジナルの字体を作成しました。

観光ブランディングに関する情報をピックアップしてご紹介します。



知床を撮るのではなく、知床で撮る

2016年春、「写真ゼロ番地実行委員会」が立ち上がりました。メンバーは写真館経営者や会社員など、写真が好きな町内の有志約20人と石川直樹さん。写真を通して新しく多様な知床のイメージを探し、獲得していくことを目的としています。

「町内の多くの人を巻き込みたい」と昨年、町民参加型の写真ワークショップやトークイベントを行いました。ワークショップの参加者からは「思いがけない風景を被写体としてとらえることができ、刺激になった」などの声がありました。3月には集大成として写真家の鈴木理策さんと石川さんによる写真展を行っています。

今年も写真を通して、新しい知床を探し続けます。



▲ワークショップの一コマ。参加者が撮影した写真を見ながら、お互い感想を述べ合った。



2



3



①今回つくられたブランドブック。

②③ブランドブックに掲載されている石川さん撮影の写真。斜里にとって当たり前の冬の光景でも、少し目を凝らしてみればこんなにも魅力的に。

新しい知床の一面が垣間見える、そんなブランドブックに

今 年の春、知床のブランドブック(写真を中心とした雑誌)が完成しました。その名も「SHIRETOKO! SUSTAINABLE 海と、森と、人。」

「SUSTAINABLE(持続可能という意)」は知床には大昔から持続可能な暮らしが根付いていること、「海と、森と、人。」は知床独自の価値であり、それを大切に暮らす人々がいることを表現しています。

グラフ誌の写真を撮影したのは、主に新しい観光ポスターの写真も手掛けた写真家の石川直樹さん。一緒に旅する視点で知床の魅力をお伝えしています。

石川さんは「地元の人でさえ気づかなかつた新しい知床の一面を、写真によって垣間見えるものにしたい」と語っています。石川さんの写真はこれまでのイメージだけにとどまらず、知床の魅力が私たちのすぐそばにあることを教えてくれます。

今回つくったのは冬バージョン。今年は夏バージョンを作成予定です。また、新たな知床の一面が見つけれられるかもしれません。



知床流水フェス

今年の冬、知床の夜を楽しむ冬のイベントが誕生しました。その名も「知床流水フェス」。このイベントもブランディングを意識したイベントです。「体で感じる参加型フェス」というテーマ通り、氷の造形アートのみならずたき火を囲んでの語りや温かい飲み物提供、プチ・アウトドア体験など五感で知床を感じることができるイベントでした。

このフェスの状況はSNSでも絶えず発信され、口コミ効果で予想以上の集客となりました。

本物の冬は、ここにある



▲大型テントやアイスドームなどが立ち並び、知床流水フェス グリーンステージの様子。



トコさんグッズ、大盛況!

3ページで紹介した「トコさん」の公式グッズのテスト販売も行われました。収益も目的としていますが、同時にデザイナーが制作したちょっとかわいい・オシャレなものを販売して、新しい知床のイメージを拡散させていく役割も期待されています。

昨年度予想を大幅に超える販売数を記録したため、今年度も商品の種類を増やしながら本格的な販売に移行していく予定です。



知床全体の魅力をビジュアル中心にウェブでも発信

<http://www.shiretokohokkaido.com>



ブランドブックと連動したウェブサイト「SHIRETOKO! SUSTAINABLE 海と、森と、人。」も公開しました。観光情報を発信するサイトとは異なり、知床に関心をもったり、共感したり、好きになってもらうことを意図したものです。興味や好意をもてば、そこは行ってみようという地域になるという考え方です。

都会に住む若い女性や外国人を主なターゲットに、オシャレな写真とともに知床に住む人の暮らしや産業、歴史、文化などの多様な風景を感じてもらえるサイトです。また、スマートフォンにも最適化させつつ、Facebookやインスタグラム(写真を共有できるSNS)とも連携できるようにしています。

少しずつですが、ウェブ上でも新しい視点での知床が発信されていきます。

No.	テーマ	内容	町担当課
10	働き盛り世代の健康づくり①	働き盛り世代の健康管理	保健福祉課
11	働き盛り世代の健康づくり②	働き盛り世代の認知症予防	〃
12	働き盛り世代の健康づくり③	働き盛り世代の歯と身体の健康	〃
13	介護保険と高齢者への生活支援	介護保険制度のしくみと町の高齢者生活支援事業	〃
14	地域づくりと介護予防	町の高齢者を取り巻く状況と介護予防で推進する地域づくり	〃
15	こころとからだの介護予防	いつでも始められる介護予防活動	〃
16	高齢者を支える地域づくり	地域包括ケアシステムの構築に向けて	〃
17	認知症を知ろう	認知症の正しい理解と接し方	〃
18	心かよう福祉社会をめざして	福祉施設の概要と各種福祉サービス	〃
19	楽しく子育て	まちの子育て支援策	こども支援課
20	後期高齢者医療制度入門	後期高齢者医療制度のしくみ	住民生活課
21	国保が守るみんなの健康	国民健康保険のしくみ	〃
22	みんなの病院	国保病院の概要	病院事務部
23	災害に備えて	自然災害に備えた日ごろからの対策と災害時の対処方法	企画総務課
24	活用しよう!防災マップ	防災マップのみかた・活用方法	〃
25	地図で見る身近な危険(図上訓練)	斜里町市街地の地図を使った防災訓練(約3時間の講座)	〃
26	身近な税金の話	いろいろな税金のしくみ	税務課
27	ためになる年金の話	国民年金のしくみ	住民生活課
28	悪質商法に注意!	悪質商法への対策~トラブルに巻き込まれないために~	〃
29	交通安全教室	交通事故の危険性と防衛手段	〃
30	環境を考える	地球温暖化対策やポイ捨て禁止条例などの取り組み	環境課
31	ゴミのゆくえとリサイクル	町のゴミ事情と資源物のリサイクル	〃
32	おいしい水と快適な下水道	上水道の現状と課題・下水道事業の概要	水道課
33	救急と火災予防	AEDの取扱い方法や住宅火災警報器のこと	消防署
34	斜里町の農業	農業の現状・課題・振興策	農務課
35	斜里町の水産業	水産業の現状・課題・振興策と漁港整備	水産林務課
36	斜里町の林業	林業の現状・課題・振興策	〃
37	斜里町の商工・観光	商工観光業の現状・課題・振興策	商工観光課
38	知床しゃりブランドを全国へ!	ブランド認証制度と地場産業活性化チャレンジ事業概要など	〃
39	教育行政と学校教育	教育委員会のしくみ・予算と事業・学校教育	生涯学習課
40	学び・体験の場 公民館	講座・サークルづくりからの公民館活動	ゆめホール
41	図書館へようこそ	絵本の紹介・読み聞かせのコツ・ブックカバー講習会など	図書館
42	博物館で学ぼう知床の動植物	知床に生息する動植物などのお話	博物館
43	スポーツで健康な毎日を!①	座ってできる介護予防運動	ゆめホール
44	スポーツで健康な毎日を!②	レクリエーション・スポーツ講座	〃
45	スポーツで健康な毎日を!③	体幹筋力アップ運動	〃
46	スポーツで健康な毎日を!④	ラダー(はしご)下肢筋力運動	〃

対象

町内のおおむね5人以上の団体とします。
(自治会・サークル・仲間など)

ちなみに昨年は…

- ・自治会の老人クラブの例会
- ・学校の授業
- ・各団体の女性部の総会 などで活用していただきました。

申込方法

開催希望日の2週間前までに希望テーマ、希望日時(第3希望まで)、会場、代表者の氏名などを記載した申請書を提出してください。
※時間は原則、平日の9時から21時までの間で2時間以内です。

電話やFAX、メールのほか、直接企画係の窓口でもお受けします。
申請書の様式はご希望があれば企画係から送付しますが、斜里町ホームページからでもダウンロードすることができますので、ご活用ください。

☞斜里町ホームページ
<http://www.town.shari.hokkaido.jp/>
▶ [申請書ダウンロード] ▶ 企画総務課 [出前講座申込書]

☎ 役場 企画総務課 企画係
☎ 0152-23-3131 内線 241 ☎ 0152-23-4150
メール sh.kikaku@town.shari.hokkaido.jp

テーマ

出前講座メニューは、以下の一覧表の通り46テーマあります。
これ以外のテーマを希望される場合は、お問合せください。

No.	テーマ	内容	町担当課
1	みどりと人間の調和を求めて	斜里町総合計画の内容と推進状況	企画総務課
2	情報公開ってなあに?	情報公開制度と個人情報保護条例のしくみ	〃
3	斜里町の行政改革	行政改革の取り組み状況	〃
4	みんなで作るまちづくりのルール	自治基本条例の概要・策定過程の取り組み	〃
5	まちの家計簿	まちの財政状況・主な歳入と歳出	財政課
6	「世界遺産・知床」	世界遺産の概要(知床の特異性)	環境課
7	100平方メートル運動の森づくり	100平方メートル運動の森・トラストの取り組みについて	〃
8	斜里町の都市計画	これからの都市計画と都市計画マスタープラン	建設課
9	議会を傍聴してみませんか?	町議会のしくみと役割	議会事務局

出前講座

みなさんの「知りたい」に応えます!

町民のみなさんの「知りたい!」にお応えする「出前講座(デリバリー・トーク)」。町職員が役場の仕事や制度・施策などをみなさんに直接説明いたします。出前講座を利用して、日ごろ気になっていたこと、疑問に思っていたことを聞いてみませんか?

▼接種可能な町内の医療機関

母子手帳、予診票（ぼると21にあります）を持参して医療機関までお越し下さい。また、町外医療機関で接種する場合は、ぼると21までお問い合わせください。

医療機関	対象年齢	予約と受付日時	接種可能日
斜里町 国保病院	3歳～中学3年生	要予約（☎0152-23-2102） 月・火・木・金曜日 16:00～16:30	毎週火曜日 13:00～13:30
	高校生相当～20歳未満	予約不要	月～金曜日 8:30～11:00、13:30～16:00 ※火曜のみ午後は14:00～
水柿内科医院	3歳～20歳未満	要予約（☎0152-23-5275） 月～金曜日 診療時間帯	月～金曜日 9:00～11:30、13:30～16:30 ※金曜のみ午後は16:00まで

40歳以上の国保加入の方へ

特定健康診査受診券を郵送しました

「特定健康診査（特定健診）」とは、生活習慣病の予防や重症化の予防を目的とした健診です。斜里町国民健康保険に加入中の40歳～74歳のみなさんに、平成29年度の特定健康診査受診券を郵送しました。健診は、自覚症状のないまま進行する病気を発見する絶好の機会です。早期に発見できれば、それだけ改善できる可能性が高くなります。さあ、健診に行きましょう！

図 役場 住民生活課 医療年金係 ☎0152-23-3131 内線 140

▼特定健診は、以下の方法で受けることができます。

- ①ぼると21（6月21・22・23日と12月8日・9日）、ウトロ漁村センター（12月7日）で行われる集団検診の「生活習慣病健診」を受診する。※詳細は広報しゃり5月号10～11ページをご確認ください。
- ②指定医療機関で（水柿内科医院ほか）で個別検診を受診する。
- ③人間ドック（斜里町国保病院、網走厚生病院）を受診する。
※上記の病院以外で人間ドックを受診（予定）された方も、特定健診に該当する場合があります。医療年金係までお問い合わせください。
- ④脳ドック（網走脳神経外科・リハビリテーション病院）を受診する。※8月以降の日程に空きがあります。

▼受診券の見本



斜里町検診ガイド（広報しゃり4月号に折り込んだA3のチラシ）や斜里町ホームページにも詳細を書いていますので、ご覧ください。ご不明な点は役場 医療年金係にお問い合わせください。

子宮頸がん予防ワクチン接種のご案内

子宮頸がんは、数年～数十年にわたって持続的にヒトパピローマウイルス（HPV）に感染した後に発症するといわれています。予防ワクチンは、子宮頸がん全体の50～70%の原因とされる2種類（16型・18型）のHPVに予防効果があります。ご希望の方は、ぼると21までお申し込みください。

※予防ワクチンが、子宮頸がんそのものを予防する効果はまだ証明されていません。

▼今年度の定期接種対象者

- ①中学1年生女子
（平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ）
- ②中学2～3年生女子の未接種者

▼接種費用 無料

▼申込期限 6月20日(火)まで

図 ぼると21 保健福祉課 保健推進係
☎0152-22-2500

子宮頸がん予防ワクチン接種のリスク

現在、接種との因果関係は不明ですが、持続的な痛みを訴える重篤な副反応が報告されています。その発生頻度などは調査中であり、厚生労働省では子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的には勧めていません。



あなたの健康のために

健康に役立つ情報をお知らせします。

無料で接種できます！

日本脳炎ワクチンを接種しましょう

「日本脳炎」とは、ウイルスを持つ蚊が人を刺すことによって感染する病気です。数日間の高熱・頭痛・嘔吐から始まり、光への過敏反応や意識障害、けいれんなどを引き起こします。ほとんどが無症状で終わるといわれていますが、発症した場合20～40%の人が死に至ります。

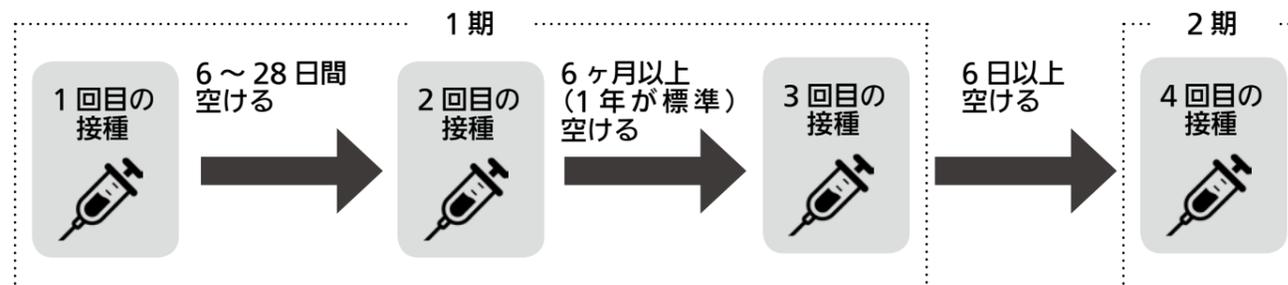
これまで日本脳炎のウイルスを持つ蚊はほとんど生息していないため、北海道は日本脳炎の予防接種を行う必要がない区域に指定されていました。しかし、最近では道外や海外を行き来する機会が増加し、わずかながら北海道での感染の可能性が出てきました。昨年度より日本脳炎のワクチンを定期接種（無料）として実施しています。

下記の接種スケジュールを確認して、接種してください。

図 ぼると21 保健福祉課 保健推進係 ☎0152-22-2500

▼標準的な定期接種のスケジュール

日本脳炎ウイルスに対する確実な免疫をつけるためには計4回の接種が必要です。原則、7歳6カ月までに3回接種し（1期）、9歳～13歳までにさらに1回接種します（2期）。



▼年齢別の定期接種のスケジュール

原則、日本脳炎ワクチンの定期接種は生後6ヶ月～7歳6ヶ月未満のお子さんが対象ですが、平成21年10月1日以前に生まれた方は特例措置として定期接種を受けることができます。

対象年齢 （平成29年4月1日現在）	接種時期		
	1期（1回目～3回目）	2期（4回目）	
生後6ヶ月～7歳6ヶ月未満	7歳6カ月になる前日まで「標準的な定期接種のスケジュール」を参考に、3回接種してください。 ※3歳以降に接種することが望ましいです。 ※7歳6カ月までに3回接種できなかった場合、残りの回数は任意接種（有料）になります。	9歳以上で13歳になる前日までに4回目の接種をしてください。	
7歳6ヶ月～9歳未満	定期接種対象外です。		
9歳以上	平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ	9歳の誕生日を迎えてから「標準的な定期接種のスケジュール」を参考に、3回接種してください。	3回目接種後6日以上間隔を空けて、13歳になる前日までに4回目の接種をしてください。
	平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ	「標準的な定期接種のスケジュール」を参考に、3回接種してください。	
	平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれ	「標準的な定期接種のスケジュール」を参考に、3回接種してください。	

6月4～10日は
歯と口の健康週間です

「おいしい」と 「元気」を支える 丈夫な歯

(平成29年度 歯と口の健康週間標語)

歯と口の健康週間は約90年前に歯科医師会が「むし歯」にちなみ、6月4日を「むし歯予防デー」としたのがはじまりです。歯と口の健康の大切さは長い間提唱されてきましたが現在、その重要性は以前とは比べものにならないほど高まっています。歯と口の衰えは糖尿病や心臓・循環器疾患など全身の健康に影響し、身体の衰えにも大きく関わっています。いつまでも元気に年を重ねていくためにも、歯と口の健康を保ちましょう！

(保健推進係 歯科衛生士 金澤 美希)

お子さんの歯と口の健康のため フッ素塗布をしましょう！

虫歯を防ぐには毎日の歯みがきや食生活を気をつけることと同時に、フッ素塗布が有効です。フッ素は、乳歯の前歯が生えそろう満1歳頃から年に2～3回定期的に歯に塗ることにより予防効果があります。

お子さんの歯の検診とあわせて、ぜひご利用ください。歯の磨き方などの歯科相談も行います。

※歯科検診は乳幼児のみです。

	ぼると21		ウト口漁村センター	
日時	6月26日(月)		6月29日(木)	
対象	乳幼児	小学生	乳幼児	小学生
受付時間	12:30～13:00	13:30～16:00	12:30～13:00	13:30～16:00
診察開始時間	13:00～	診察なし	13:00～	診察なし

▼持ち物

- ・歯ブラシ
- ・フッ素塗布手帳

(フッ素塗布手帳がない場合は受付で発行します)

※フッ素塗布手帳を受付に出して待つ場合は、会場内でお待ちください。

▼費用 無料

歯と口の健康を保つためのポイント

半年～1年に1度は歯科検診を受けましょう
むし歯も歯周病も早期に発見することができます。

デンタルフロスや歯間ブラシを使い
丁寧に磨きましょう

歯垢をできる限り取り除くことでむし歯や歯周病の予防になり、歯の寿命を延ばします。夜は特に念入りに！

よく噛んで食べましょう

よく噛むことで虫歯や歯周病の予防になり、口のまわりの筋肉を鍛えられます。また、認知症やがん予防など様々な効果が期待できます。

甘いものは控えめにしましょう

虫歯菌は糖を利用して、虫歯の原因となる酸を作り出します。規則正しい食生活を心がけましょう。

6月の フッ素塗布日程

▼フッ素塗布の効果

- ①虫歯になりかけて溶けだしたカルシウムを元に戻す(再石灰化)作用を促進します。
- ②フッ素が歯に取り込まれることで歯が強化され、酸に溶けにくい歯になります。
- ③虫歯菌の働きを抑え、酸の産生を抑制します。

☎ ぼると21 保健福祉課 保健推進係
☎ 0152-22-2500

移動精神相談会のご案内

心の病、家族は悩んでいませんか？

精神疾患を持つ成人の子どもと同居する親が、社会から孤立するケースが増えています。成人後に統合失調症やうつ病を発症すると、本人の意思で受診を避けるなど必要な医療を受けられないことがあります。

また、親の高齢化も問題になっています。子どもの精神疾患を認めたくない気持ちや周囲の偏見を恐れて相談をためらう気持ちから家族もとも社会から孤立してしまう可能性があります。

社会から孤立し悩みを長期間抱えてしまうと症状が悪化して暴力を振るうなど、より深刻な状況を引き起こしてしまいます。

まずは、抱え込まずに相談してみることが大切です。右記の日程で移動精神相談会を行いますのでご利用ください。

食事を楽しみながら 実践してみてください！

国民の身体の状況、栄養素の摂取量、生活習慣の状況を明らかにすることを目的とした「平成27年度 国民健康・栄養調査」の結果が発表されました。その中で、現代の日本人の生活に以下のような課題があることがわかりました。みなさんに気をつけて欲しいことをアドバイスしますので、ぜひ実践してみてくださいね。

(保健推進係 管理栄養士 分銅 慧)

☎ ぼると21 保健福祉課 保健推進係 ☎ 0152-22-2500

課題1

若い世代ほど栄養バランスに課題

- ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事は、若い世代ほど食べられていない傾向にあります。この世代は、外食や中食(総菜やコンビニ弁当などを家で食べる)の利用割合が高いです。
- ・20～30代の女性はたんぱく質、カルシウム、食物繊維やカリウムなどの摂取量が60歳以上の女性に比べて少ない傾向があります。

課題2

睡眠時間6時間未満の割合が増加

1日の平均睡眠時間が6時間未満の割合がここ数年で増加しています。睡眠時間が少なくなっている原因は、男性では「仕事」、女性では「育児」「家事」があげられています。さらには就寝前に携帯電話を操作したり、ゲームをする人が増加したことも原因の一つに加わりました。

第1回 移動精神相談会のご案内

▼日時 7月21日(金) 10時～15時

▼場所 ぼると21 小会議室

▼相談担当医 網走向陽ヶ丘病院 精神科医師

▼相談内容の例

- ・ささいなことにも悲観的になってしまう
- ・何をやるにもやる気が起きない
- ・夜、眠れなくて困っている
- ・家族がうつや認知症の疑いで病院に連れて行きたい
- ・認知症の家族への対応 など

☎ ぼると21 保健福祉課 保健推進係

☎ 0152-22-2500

※相談会に参加するには予約が必要です。

ぼると21までご連絡ください。

6月は

食育

月間です

副菜を食べましょう！

副菜もしっかり食べている人の多くは、国が定めた栄養補給量の目標値に限りなく近い値を摂取しています。目標値に近い量を食べていると、身体も心も元気になります。

特に20～30代の女性は、たんぱく質・カルシウム・食物繊維・カリウムの摂取量が少ないので、大豆製品や乳製品、海藻類を食べることを心掛けましょう！



休息をとる日をつくりましょう！

22時～2時の間にしっかり睡眠をとることが自分自身の幸せホルモンの分泌に繋がります。健康のために「休息をとる日」もスケジュールに取り入れるよう心掛けましょう！

子育ての疲れをヨガで癒そう!

子育ての疲れやストレスをヨガで癒しませんか? 身体を動かして心も身体もリフレッシュしましょう!
子育て中の他の保護者の方とも交流できますよ。

- ▼日時 7月14日(金) 10時～11時30分
 - ▼申込み 6月5日(月)から申込み開始。
 - ▼場所 ゆめホール知床 和室
 - ▼定員 先着15名
- 子育て支援センターにご連絡ください。
☎ 子育て支援センター ☎ 0152-23-5355

6月の子育てカレンダー

のびのび // 子育て支援センター ☎ 0152-23-5355

イベント	場所	日程	時間
開放日 自由遊びの日です。 好きな時間にきてくださいね!	子育て支援センター	1日(木)、5日(月)、8日(木)、12日(月)、 15日(木)、19日(月)、22日(木)、26日(月)、 29日(木)	【午前】 9:30～11:30 【午後】 13:00～15:30
		2日(金)、6日(火)、7日(水)、9日(金) 13日(火)、14日(水)、16日(金)、20日(火)、 21日(水)、23日(金)、27日(火)、28日(水)、 30日(金)	【午後】 13:00～15:30
遊びの広場 手遊びや歌、製作など楽しめます。 ※初回のみ要申込み	子育て支援センター	9日(金)、20日(火)、23日(金)、27日(火)	10:00～11:30
	ウトロ漁村センター	7日(水)、21日(水)	10:00～11:30
移動開放日	はまなす保育園	1日(木)	10:00～11:30
土曜開放日	子育て支援センター	3日(土)	10:00～11:30

わくわく // 児童館 ☎ 0152-23-5245

イベント	日程	時間
デュエマクラブ	3日(土)	13:30～
手作りおもちゃ講座 ～コマをつくろう～ 紙テープで作るカラフルなコマです	10日(土)	13:30～
ハーモニカおじさんとうたおう! みんながよく知っている童謡を「えみある」のおじいちゃんおばあちゃんといっしょに歌います。	12日(月)	14:00～
百人一首クラブ	17日(土)	13:30～
おてだまをつくろう お裁縫にも挑戦! 自分で縫って小豆を入れてお手玉をつくります。	24日(土)	13:30～

※クラブはどれも見学できます。

講座はどれも定員はありません。対象は小学生から一般までですが、就学前のお子さんは保護者同伴です。

あくあく // ぽると21 ☎ 保健福祉課 保健推進係 ☎ 0152-22-2500

内容	日程	時間
1歳半検診(27年10月生)	1日(木)	受付 13:00～13:30
1歳半検診(27年11月生)	1日(木)	受付 13:30～14:00
2歳半健康相談(26年12月生)	6日(火)	受付 9:30～10:00
2歳半健康相談(27年1月生)	6日(火)	受付 10:00～10:30
4ヶ月健診(29年2月生)	15日(木)	受付 13:30～14:00
9ヶ月健診(28年9月生)	15日(木)	受付 13:00～13:30
離乳食教室(ベビーック) ※対象者には個別にお知らせ	28日(水)	13:30～15:00

お役立ち情報



子育て応援!

子育てに役立つ情報をお知らせします。



児童手当制度のお知らせ

児童手当は児童を養育している方の家庭生活の安定と児童の健全な育成を図るために支給する手当です。

☎ 役場 こども支援課 児童育成係 ☎ 0152-23-3131 内線 146

- ▼対象 中学3年生まで(満15歳の誕生日を迎えた後最初の3月31日まで)の児童を養育している方
- ▼支給月 原則6月・10月・2月に前月分までが支給されます。
- ▼今回手続きが必要な方 お子さんが生まれたり、他の市町村から斜里町に転入したなど新たに児童手当の受給資格が生じた場合は、手続きが必要です。手続きを行わなければ受給できませんのでご注意ください。
- ▼手続きに必要なもの
 - ・印鑑
 - ・健康保険証
 - ・請求者名義の金融機関の口座番号がわかるもの
 - ・個人番号カード
 (個人番号カードを持っていない方は個人番号通知カードと運転免許証を提示してください)
- ・その他必要に応じて提出する書類があります。
※公務員の方は勤務先に請求してください。

▼児童手当の額

児童の年齢など	児童手当の額(1人当たりの月額)
0～3歳までの誕生月まで	15,000円
3歳～小学校修了まで	10,000円(第1子・第2子) 15,000円(第3子以降)※
中学生	10,000円
所得制限額以上	5,000円

※「第3子以降」とは
高校卒業まで(18歳の誕生日を迎えた後の最初の3月31日まで)の児童のうち3番目以降をいいます。

現在、児童手当を受け取っている方は現況届の提出が必要です!

現在児童手当を受給されている方は、現況届の提出が必要です。この現況届は児童手当を引き続き受給する要件があるかどうかを確認するためのものです。6月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず6月中に提出してください。

※対象となっている方には6月上旬に現況届の用紙を送付します。



お誕生学級のご案内

1歳(0ヶ月～1歳1ヶ月)になるお子さんと保護者を対象に、育児学級「お誕生学級」を開催します。
1歳からの子育てについて専門家から学ぶよい機会です。ぜひお申込みください。

- ▼対象 平成28年6月、7月生まれの子と保護者
 - ▼日時 7月12日(水) 10時30分～12時ごろ
 - ▼場所 ぽると21 検診室(2階)
 - ▼内容 計測、親子で手遊びやおもちゃづくり、虫歯予防・幼児食について、幼児食の試食
 - ▼持ち物 母子手帳、筆記用具、お食事エプロン、おしぼり、お子さんに必要なもの
 - ▼参加費 400円
 - ▼定員 先着10組
 - ▼申込期限 6月23日(金)まで
ぽると21にご連絡ください。
- ☎ ぽると21 保健福祉課 保健推進係
☎ 0152-22-2500

糖尿病教室 はじめます!



ここ数年、日本では糖尿病患者が爆発的に増加しています。高血糖の状態が長く続くと動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞や脳梗塞で死に至ることも少なくありません。最近では糖尿病患者の癌の罹患率が高いことや認知症の発症率が高いこととも関連があるといわれています。糖尿病をしっかり理解し、早期に診断・治療することが重要です。

平成26年度に引き続き、計6回の糖尿病教室を開催します。この機会に糖尿病について勉強してみませんか？糖尿病が心配な方、糖尿病に関心がある方などぜひご参加ください!

第1回目はこちら!

【日時】7月20日(木) 15時~16時

【場所】斜里町国保病院 1階会議室

※会議室の場所がわからない場合は、国保病院受付で確認をお願いします。

【テーマと講師】

「糖尿病とは?」 合地 研吾 院長
「食事療法の基本編について」 桑畠 睦美 管理栄養士



合地院長

2回目以降の日程(予定)

日程	テーマ	講師
8月17日(木)	糖尿病と腎臓について	細川 貴規 内科医長
	糖尿病と運動療法について	村上 寿枝 理学療法士
9月21日(木)	糖尿病と心臓について	森 秀樹 内科医長
	フットケアの必要性について	高橋 雄二 副看護師長
10月19日(木)	糖尿病と消化器疾患について	伊藤 康雄 内科医長
	食事療法の応用編について	笠谷 めぐみ 管理栄養士
11月16日(木)	糖尿病の治療について	細川 貴規 内科医長
	薬について	小野 哲朗 薬剤師
12月21日(木)	糖尿病と検査について	廣本 邦夫 検査科長
	糖尿病と認知症について	合地 研吾 院長

※毎月第3木曜日に行います。日程が変更になる場合があります。

住宅用火災警報器調査にご協力いただきありがとうございました

4月26日、本町・港町自治会を対象にした住宅用火災警報器調査を実施しました。

新築住宅に対する住宅用火災警報器の設置義務化から10年が経過しています。今回、電池切れなどが今後増えると想定されることから調査したものです。

警報器の設置率は60.8%、作動確認実施率(半年間に作動確認をした住宅の割合)は27.8%でした。

ご協力ありがとうございました。



119 だより

岡 消防署 ☎ 0152-23-2435

消防署からお願い

火災警報器の定期的な作動確認、本体の交換など、適切な維持管理をお願いします!



6月の診療表



国保病院から
お知らせ

岡 国保病院 ☎ 0152-23-2102

外来診療表		月	火	水	木	金		
内科	午前(1診)	合地	合地	森(秀)	合地	合地		
	午前(2診)	細川 19日:吉田	伊藤	細川	伊藤	森(秀) 2日:佐藤		
	午後	森(秀) 19日:吉田	細川	細川	森(秀)	伊藤 2日:佐藤		
外科	午前	整形外科	5日:休診 12日:森(雅) 19日:非常勤 26日:森(雅)	整形外科	6日:休診 13日:森(雅) 20日:休診 27日:森(雅)	新田	整形外科	1日:覺田 8日:小島 15日:覺田 22日:休診 29日:小島
		午後	整形外科	5日:休診 12日:森(雅) 19日:非常勤 26日:森(雅)	新田		休診	休診
小児科	午前	旭川医大	旭川医大	休診	旭川医大	旭川医大		
	午後	旭川医大	予防接種	休診	旭川医大 (慢性疾患診療)	旭川医大		
産婦人科	午前	-	-	7日:加藤 21日:千石	8日:加藤 22日:千石	-		
	午後	-	-	7日:加藤 21日:千石	8日:加藤 22日:千石	-		
皮膚科		5日:沖永	-	-	-	-		
循環器科		19日:鈴木	-	-	-	-		

受付時間	午前	午後
内科	8:30~11:00	13:30(火曜は14:00)~16:00
外科	8:30~11:00 (8日(木)、29日(木)、金曜は10:00から)	13:00~16:00
小児科	8:30~11:00	13:00~16:00(火・金曜は15:00まで) ※1日(木)、15日(木)は乳児健診のため、15:00以降の診療となります。
産婦人科	8:30~11:00	13:00~16:00 (8日(木)、22日(木)は15:00まで)
皮膚科	8:30~11:00	13:30~16:00
循環器科 ※予約診療のみ	8:30~11:00	13:30~15:00

※整形外科外来診療は予約制です。事前に外来窓口または電話(0152-23-2102)により予約をお願い致します。(予約受付時間:平日14時~16時)予約された患者様につきましては、予約時間の30分前までにお越しください。また、投薬のみの患者様につきましては内科外来で、関節注射のみの患者様につきましては外科の新田医師の診療でも対応しますのでそちらをご利用ください。

※ヘリカルCT肺がん検診は1日、8日、15日、22日、29日(毎週木曜日)で、予約制です。

※都合により、担当医師が変更になることがあります。

年金相談をご利用ください

国民年金や厚生年金の受給金額、加入記録や納付状況の確認など、年金制度の相談をお受けします。
※事前の予約が必要です。

- ▼日時 6月27日(火) 11時～15時
- ▼場所 ゆめホール知床 会議室2
- ▼予約先 北見年金事務所お客様相談室 ☎0157-33-6007
- ☎ 役場 住民生活課 医療年金係 ☎0152-23-3131 内線140

女性とのコミュニケーションを学ぼう!

婚活のプロが「婚活の現実」から「出会いからお付き合いまでの方法」をお教えします。「婚活って必要?」「自分からどう話しかければいい?」など悩んでいる独身男性のみならず、足を運んでみませんか?
※入場無料、申込不要です。

- ▼日時 6月11日(日) 19時～
- ▼場所 ゆめホール知床 会議室1
- ▼講師 大橋 清朗氏 (NPO法人花婿学校代表)
- ▼対象 町内の独身男性
- ☎ 斜里町農業委員会 ☎0152-23-3131 内線166

インターナショナルオホーツクサイクリング参加者募集!

第36回インターナショナルオホーツクサイクリング2017の参加者を募集します!

- ▼日程 7月7日(金)～9日(日)
- ▼申込期限 6月4日(日)まで
- ※申込書はB & G 海洋センター・ゆめホール知床にあります。
- ☎ オホーツクサイクリング実行委員会 事務局 ☎0152-54-1361



暮らしの情報

「募集」「イベント」「お知らせ」など暮らしのヒントになる情報を紹介します。

町長の資産を公開します

「斜里町長の資産等の公開に関する条例」に基づき、平成28年12月31日現在の馬場町長の資産を公開します。7月1日より役場で閲覧できます。

- ▼閲覧場所 役場 企画総務課 総務係 (2階8番)
- ▼閲覧時間 土日・祝日を除く 8時45分～17時30分
- ☎ 役場 企画総務課 総務係 ☎0152-23-3131 内線239

「合同企業説明会」参加企業募集!

新規就労者・一般求人者と町内各企業とのマッチングの場を提供する「合同企業説明会 in 斜里 2017」を開催します。昨年は16の企業が参加し、約70名の求職者・高校生との面談から11名の採用につながりました。今年も多く企業の参加いただけますよう、よろしくお願ひします。

- ▼日時 7月13日(木) 14時～17時(予定)
- ▼場所 ゆめホール知床 公民館ホール
- ※今年度も、高校生と一般求職者を同時に実施します。
- ☎ 役場 商工観光課 商工労政係 ☎0152-23-3131 内線164



今月の納期

- ▼町税
 - ・口座振替日…6月26日(月)
 - ・納期限…6月30日(金)
- ▼税目 町道民税…1期分・一括
- ▼水道料・下水道使用料 納期限と口座振替日…6月26日(月)
- ▼下水道受益者負担金・分担金
 - ・区分…第1期
 - ・納期限…6月30日(金)

「あおばの家」入居者を募集します

- ▼所在地 斜里町青葉町38番地
- ▼募集戸数 夫婦世帯用居室1戸
- ▼間取り等 部屋面積 39.60㎡ (居間6畳・和室6畳)
- ※流し台、電気コンロ、FFストーブ、洗面台、トイレなどがついています。

▼入居対象者 次の①・②の両方の条件に該当する方。

- ①斜里町に住所があり、原則として60歳以上で、家族の援助を受けることが困難な方。
- ②自炊ができる程度の状態にあるが、高齢のために独立して生活するには不安がある方。
- ※ペットを飼うことはできません。

- ▼利用料(月額) 月額0～50,000円 (収入に応じて決定)
- ※この他、光熱水費等月額15,000円を負担していただきます。

- ▼申込み ぼると21に6月19日(月)までご連絡ください。
- ☎ ぼると21 保健福祉課 福祉係 ☎0152-22-2500

広報についてご意見
お聞かせください!

臨時職員を募集します

職種区分	条件	人数	雇用期間
斜里町国保病院 看護助手	町内に在住し、明るく元気で、体力に自信のある方(所持資格要件なし)	1名	平成29年7月1日～11月30日(契約は6ヶ月更新)

▼勤務条件

- 勤務場所 斜里町国民健康保険病院
- 業務内容 看護師の助手業務(患者の移送介助・入浴介助・病室清掃など)
- 勤務日と時間 月～金曜日 8時15分～17時(休憩1時間)

- 賃金 6,500円/日
- 保険等 社会保険・厚生年金・雇用保険加入
- ▼申込方法 履歴書を国保病院受付まで直接持参(月～金曜日 9時～17時)
- ▼申込期限 6月15日(木)まで
- ☎ 国保病院 事業部 総務係 ☎0152-23-2102

町営住宅空室情報

5月22日現在の町営住宅の空室状況は、下記の通りです。空室は待機者がいませんので、随時入居が可能です。町営住宅には、所得制限など入居資格があります。詳細は契約財産係までお問い合わせください。

団地名	住所	建設年度	間取り	空室の階数	空室数
かえで東団地	青葉町54	昭和61～平成3年	2DK	1階	4
			2LDK・3LDK	2、3階	4
新光南団地	新光町28	昭和51～54年	3DK	1階	5

道営住宅(かえで西団地)の入居者を募集します

▼募集住宅

- 斜里町青葉町29番地2(2LDK、60.66㎡)1戸
- 斜里町青葉町29番地4(2LDK、58.17㎡)1戸

▼構造 木造平屋建

- ▼応募条件 次の条件すべてに該当する方が対象です。
 - ①家族で入居する方。(単身者不可)
 - ②住宅にお困りの方。(持ち家のある方不可)
 - ③控除後の収入が月額15万8千円以下の方。(60歳以上の方、障害者、小学生以下の子がいる子育て世代などは月額21万4千円以下)
 - ④暴力団員ではない方

▼受付期間 6月1日(木)～15日(木)

※郵送の場合は必着

▼抽選日時 6月26日(月) 18時30分～

▼抽選場所 役場2階 大会議室

▼入居日 北海道からの入居許可決定後

▼入居の条件など

- ①家賃…家族構成、所得などによって計算されます。
 - ②敷金…家賃の2ヶ月分を前納していただきます。
 - ③駐車場使用料…月額3,050円
 - ④ペット等を飼うことはできません。
- ※詳細は契約財産係までお問い合わせください。

▶アンケート

- Q1 今月号でよかった内容があれば教えてください。
- Q2 取り上げてほしい内容や企画があれば教えてください。
- Q3 その他、広報に関するご意見があれば教えてください。

〈郵送での回答〉アンケートの回答を書いてこちらの住所まで

▶〒099-4192 斜里町本町12番地 斜里町役場 企画係 宛

〈FAXでの回答〉アンケートの回答を書いてこちらの番号まで

▶☎0152-23-4150

〈メールでの回答〉アンケートの回答を入力しこちらのアドレスまで

▶sh.kikaku@town.shari.hokkaido.jp

〈アンケートフォームからの回答〉

下記のQRコードから簡単にアンケート回答ができます。



阿部 美喜男さんが春の叙勲で旭日双光章を受章

斜里町議会議員としてご尽力

今年の春の叙勲で、阿部 美喜男さん（斜里町以久科北 52 番地）が旭日双光章を受章されました。阿部さんは昭和 62 年から 7 期 28 年間の長きにわたり斜里町議会議員を務め、平成 22 年から副議長として地方自治の進展にご尽力されました。さらに、昭和 62 年から 8 年間にわたり、斜里町奨学審査委員会委員として、斜里町の教育発展に多大なる貢献をされました。受章おめでとうございます。



我妻孝一さんと藤田忠さんが厚生労働大臣特別表彰を受賞

民生委員・児童委員としてご尽力

この度、我妻孝一さんと藤田忠さんが厚生労働大臣特別表彰を受賞され、5月9日に伝達式が行われました。

我妻さんは平成7年より21年間、藤田さんは平成13年より15年間、民生委員・児童委員を務められました。お二人は、日頃より担当地域の実情把握に努められ、地域の住民のみなさんから大変信頼されておりました。長年ありがとうございました。受賞おめでとうございます。



まち発見レポート

斜里のまちでつけた「発見」をご紹介します。
また、みなさんから情報を募集しております。
固 役場 企画総務課 企画係 ☎ 0152-23-3131 (内線 241)

“新” 消防署庁舎・車庫の町民見学会

斜里の防災拠点をのぞいてみよう!

4月22日、新しい消防署庁舎・車庫の町民見学会が行われました。消防署員の訓練施設や新しく導入された通信指令システム、車庫の消防車・救急車の迫力ある姿など普段は見ることができない、斜里の防災拠点の裏側をのぞきました。午前と午後の部合わせて37名が参加し、「119番通報がってから、こうやって署員は出動するんですね」など参加者からは感心の声があがりました。



「道の駅しゃり」と「道の駅うとろ・シリエトク」で記念イベント

道の駅 10周年 おめでとう!

町内の2つの道の駅は平成19年の4月にオープンし、今年で10周年を迎えました。これを記念して4月～5月にかけて10周年記念イベントが行われました。

どちらの道の駅でも、来館者に記念きっぷがプレゼントされた他、道の駅しゃりでは「運が来る」といわれる来運の水を入れる専用のペットボトルが販売されました。さらに、5月12日のふらっとナイトでは商品引換券付きの記念もちまきが行われ、会場では大きな歓声が上がっていました。また、道の駅うとろ・シリエトクでは、開館日の4月25日～27日に各店舗の特別割引セールが行われました。

町民のみなさんも、この機会に改めて道の駅を訪れてみませんか?

ふらっとナイトでの10周年記念もちまき



記念きっぷを受け取る知床ウトロ学校の子もたち



スケアード・ストレイト教育技法による自動車交通安全教室

交通事故の恐ろしさを実感

5月19日、スケアード・ストレイト教育技法による自転車交通安全教室 (JA 共済連北海道・北海道警察主催) が行われました。スケアード・ストレイトとは、「恐怖の直視」という意味。今回はスタントマンが再現した交通事故を目撃し、その恐ろしさを学びました。会場の斜里高校には斜里高校・清里高校・斜里中学校の生徒が集まり、少しの油断で交通事故の被害者にも加害者にもなることを実感し、改めて交通ルールを守る大切さを噛みしめていました。

自動車の死角に自転車がいたことで衝突してしまった事故を再現



佐藤 京子さん 60歳 美咲 4/30	小坂 勝己さん 39歳 新光 4/29	三浦 幸子さん 70歳 光陽 4/26	幾島 彌生さん 74歳 本町 4/20	今野 恒子さん 79歳 ウトロ 4/17	高橋 順一さん 74歳 美咲 4/16	西田 正治さん 91歳 朝日 4/7	高橋 仁さん 83歳 青葉 4/6	羽田 正男さん 97歳 越川 4/4	加勢 ヒデさん 92歳 青葉 4/4	羽田野百合子さん 79歳 西町 4/2	梅田 照子さん 67歳 青葉 4/1	阿部ヨシ子さん 91歳 大栄 4/1		
誕生おめでとう			結婚おめでとう			おみやみ申し上げます			高橋 一登さん 光陽町 4/1			藤崎 安奈さん 光陽町		

人の動き
〈平成29年4月末現在〉

- 人口/11,790人(-4人)
男: 5,815人(-6人)
女: 5,975人(+2人)
- 世帯/5,624世帯(+24世帯)

National trust 100sq Movement Forest Trust
100平方メートルの運動の**木林**トラスト

〈4月の参加状況〉

- 寄付金額 470,000円
- 参加者 22人(件)

森と生きものの復元事業にご協力ください

斜里町植樹祭

6月3日(土) 8:30 役場集合
小雨決行

会場

斜里町峰浜 254 番地 (峰浜町有地)
開会式 9:20 スタート

会場への自家用車の乗り入れはできません。無料送迎バスをご利用下さい。

送迎バス時刻表

行き		帰り	
役場前 発	8:30	植樹祭会場 出発	10:40
旧朱円小学校 校門前 発	8:42	旧峰浜小学校 校門前 着	11:00
旧峰浜小学校 校門前 発	8:50	旧朱円小学校 校門前 着	11:08
植樹祭会場 到着	9:10	役場前 着	11:20

※植樹祭終了時刻によって、帰りの到着時刻が前後する場合があります。

参加費

無料 (事前の申込みは不要)

長靴、軍手、タオル、雨具、虫除けスプレーなどは各自で準備してください。
小学生以下の参加者は保護者同伴での参加をお願いします。

問合せ

役場 水産林務課 林務係
☎ 0152-23-3131 (内線 156)

当日が雨天の場合の確認先 役場宿直室 ☎ 0152-23-3131

参加者には
記念品をプレゼント!



【主催】斜里町・網走南部森林管理署

【共催】網走地区森林組合・知床森林生態系保全センター

ヒバリ



画像提供：知床博物館

広報担当者が取材中に聞こえた季節の「音」を紹介します。
今月の音は「ヒバリの鳴き声」です。よく畑で聞こえてくる「ピチピチ」という音は、4〜5月にしか聞けない限定の声。ヒバリの繁殖期に、オスが縄張りを主張して鳴いている声だそうです。
私がヒバリの鳴き声を聞くことができたのは表紙の桜の写真を撮影した日。残念ながらヒバリの姿をカメラでとらえることはできませんでしたが、視覚と聴覚で目一杯、春を感じることができた一日となりました。

今月の音♪