

かしわの葉

美幌町立美幌小学校 第3号

〒092-0062 網走郡美幌町西2条北4丁目1番地 TEL 0152-73-2019 受付時間 7:40~17:00(通常時)

【学校教育目標】

できること いっぱい みつけよう
自立する柏っ子

◇やりとおす ◇かんがえる

◇つたえあい ◇ふれあい

◇みとめあい

令和8年 6月26日 発行

文責 校長 水野 利幸

「凡事徹底」

2月に行われた冬季オリンピックや3月にはWBC（野球の世界大会）と、今年も様々なスポーツの世界大会が行われています。6月に入って始まったサッカーの北中米ワールドカップでも、日本チームがとても話題になっています。そして本日も試合が行われています。

大会前の5月に森保監督は、「凡事徹底」と今大会を四文字熟語で表しています。「凡事徹底」とは、普通にできることを当たり前のようにこなすことです。意味は簡単であると手抜きをしがちになるというあり得がちなことを手抜きせずこなすことです。どんな小さなことも徹底的にやり尽くすということです。そんな視点で観戦すると、日本代表の見方が変わってくるかもしれません。

日常に置き換えてみると、例えば、毎日読書や漢字の練習を行う。寝る前のストレッチや筋トレを行う。などをしっかりと行うといったことでしょうか。何かの夢や目標を達成するには、その人の「才能」が重要だと言う人もいますが、大事なのはやはり「努力」そして「継続」だと思います。しかし、努力することで目に見えるような結果をすぐに出せるとは限りません。努力したことが報われるのは、素晴らしい結果としてだけではないと思います。がんばること自体に「意味がある」のではないのでしょうか。子ども時代に、何かを継続してがんばったり、歯をくいしばったりという経験が大事だと思います。一生懸命にがんばる、努力するという経験は、人間として鍛えられることではないのでしょうか。きっと「がんばってもうまくいかない」「努力しても結果が出ない」という悔しさを味わうこともあるでしょう。しかし、それは、決して失敗ではなく、着実に目標に向かって近づいている過程であり、成果であるはずで、焦らず、あきらめずにコツコツと続ける大切さを実感して欲しいと願っています。そして、その応援団としてご家族や学校が後押しを続けるのだと考えます。「次こそは！」と、子どもたちには、しぶとくタフな大人になってほしいと思います。

「読書」について

本離れ、読書離れといった言葉を聞くことがあります。テレビなどの映像ではだめなのかといったことを聞くこともあります。本を読むということは、集中力や根気が必要ですし、テレビなど映像で一方向的に情報を流されたほうが楽に受け取ることができます。しかし本を読むということは言葉を通して想像力を育んだり、視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚という五感の記憶が言葉によって喚起され、遠い世界に思いを馳せたりするので、抽象的な思考能力を鍛えるには非常に良いとされています。抽象的思考力とは、実体のないものを理解したり、イメージしたりする力です。例えば、食塩水の濃度、部屋の湿度は全く違うものと思いますが、小学校で習う「割合」を使うと導き出せます。それぞれのやり方を覚えなくても「割合」を理解していれば解くことができます。あるものが全体の中でどのくらいを占めているかが割合なので、計算方法はすべて共通になるからです。もちろん、文章題の読み取りにも有効です。

スポーツデー開催

6日(土)に美小スポーツデーを実施しました。本番当日だけでなく、当日に至るまでの練習の取組も含め、自分の記録を超えようとがんばったり、競技を通じてチームワークの大切さや協力することの良さを学んだりする子どもたちの姿が見られました。気温が低く寒い中でしたが、たくさんの声援ありがとうございました。



1年「ダンシング玉入れ」



2年「息ぴったり!テカパンGO!」



3年「Let's All Jump!」



4年「砂漠の台風」



5年「大玉リレー」



6年「美小ばんぱリレー」

最後まで歩き抜きました!

6/12(金)の『遠足』では、午後から雷や雨の予報だったため、学年によっては目的地までのルートを変更するなどして、全学年が日程を短縮した形で実施しました。それでも、事前に計画した遊びにみんなで取り組んだり、おいしいお弁当を囲んで楽しく過ごしたりしていました。早朝からのお弁当の準備、ありがとうございました。



6年生 稲美北公園にて

~インターネットに潜む危険~

6/18(木)の3,4年生の参観日では、今年度も外部から講師を招き、児童および保護者を対象にした『ネット安全教室』を開催しました。便利なインターネットですが、様々な危険と隣り合わせです。年々、低年齢化していくネット犯罪やSNSを中心としたネットトラブルに子どもたちが巻き込まれることがないよう、危険から身を守るための方法を学ぶ機会となりました。



★生活目標★

- ◆物を大切にしましょう。
- ◆時間を守って行動しましょう。

日	曜	学校行事
1	水	水泳学習(4年)
2	木	宿泊学習(5年) がらがらどん(1年)
3	金	宿泊学習(5年) 水泳学習(2年)
4	土	
5	日	
6	月	図書返本週間(～10日まで) 職員会議(午前授業)
7	火	クラブ③
8	水	特別区域大掃除(～17日まで) 水泳学習(2年・3年) スクールカウンセラー来校
9	木	水泳学習(5年) がらがらどん(5,6年)
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	夏休み図書貸出(～22日まで) 水泳学習(1年・5年) 租税教室(6年)
14	火	クラブ④
15	水	母が贈る子ども劇場
16	木	教育相談会 水泳学習(1年・4年)
17	金	学期末事務(午前授業)
18	土	
19	日	
20	月	海の日
21	火	スクールカウンセラー来校
22	水	水泳学習(1年) がらがらどん(2～4年)
23	木	1学期終業式(午前授業・ことば休級) 大掃除
24	金	夏季休業開始(～8/20まで) 夏季学習サポート
25	土	
26	日	
27	月	夏季学習サポート
28	火	
29	水	
30	木	
31	金	

7月 スクールカウンセラーの予定

- ①7月 8日(水) 8:20～12:00
13:00～15:20
- ②7月21日(火) 9:10～12:00
13:00～16:10

※場所は1階会議室(1年生教室奥)になります。
※保護者の方が利用する場合には、事前に学校まで連絡ください。(73-2019担当:教頭山口)
※時間が重なった場合は、先に連絡があった方を優先します。

回覧用



東陽小だより

◆ 重点教育目標 ◆

『主体的に
学びつづける
子ども』

令和8年6月23日

第4号

美幌町立東陽小学校 文責 校長 長崎 祐紀

☆運動会 寒かったけど頑張りました！！

6月6日（土）、東陽小運動会が開催されました。天気は曇り空で肌寒い気温でした。児童には少しかわいそうな気温でしたが、生き生きと元気にグラウンドを駆け回っていました。来賓の方にも多くご来校いただき、東陽らしい運動会をご覧いただけたのではないかと思います。

児童の皆さんは、当日に至るまでに随分と練習を重ねてきました。運動会では、各自の持っている力を存分に発揮し、それぞれの学年の頑張りを感じることができました。楽しく思い出深い運動会になったのではないのでしょうか。低学年のかわいらしいダンス、ラストの高学年の力強くかっこいいよさこい、6年生の迫力あるリレーなど、運動会の取組を通して、学年・学級の絆が更に深まったのではと期待しています。

ご来校いただきました地域の皆様、保護者の皆様、大変ありがとうございました。



人権の花植え活動 6/17

人権擁護委員の皆さん、そしてフワ
ーマスターの方々に、力をいただきな
がら、人権の花植えを行いました。2
生がプランターに移していき、丁寧
に終わったプランターは、玄関前
並べました。ご協力いただきました皆
様、ありがとうございます。



本を寄贈していただきました

6月12日、小林史明様より図書18冊を寄贈していただきました。「本離れが進んでいるので、活字を読んで内容が理解できるように活用してほしい」という願いから、今回寄贈してくださいました。小林様、ありがとうございました。整備したのち、図書室にコボトラ文庫として設置します。

6年生 修学旅行に行ってきます

6年生が、6月24日（水）から25日（木）の2日間、旭川方面へ修学旅行に旅立ちます。

1日目はとうまスポーツワールド、旭山動物園へ。2日目は科学館サイパル、市内自主研修の予定です。それぞれの行動班で、めあてを決めて活動します。元気に行ってきます!! 旅の詳細は次号にてご紹介します。

ブックサード

6月11日（木）に、町図書館から館長さんはじめ職員の方が来校し、ブックサードが行われました。1年生に読み聞かせをしたあとに、本をプレゼントしてくださいました。「本を読んだときに感じることは、人によって違います。たくさん本を読んでくださいね。」と館長さんからお話がありました。1年生は姿勢よくお話や読み聞かせを聞くことができ、何度も美幌町図書館の方に褒めていただきました。



7月の主な行事予定

- 1日（水）スマホ・ネット安全教室（2校時3年、3校時5年）、SC来校日
- 2日（木）児童会活動日
- 7日（火）保護者面談①、ひまわり農園
- 8日（水）保護者面談②、5年生宿泊研修
- 9日（木）保護者面談③、5年生宿泊研修
ひまわり農園予備日
- 10日（金）5年生休養日
- 13日（月）保護者面談④
- 14日（火）保護者面談⑤
- 15日（水）保護者面談⑥、母が贈る子ども劇場
SC来校日
- 16日（木）保護者面談⑦
- 17日（金）クラブ④
- 20日（月）海の日
- 21日（火）保護者面談（5年）
- 22日（水）保護者面談（5年）
- 23日（木）終業式、防犯教室
- 24日（金）夏季休業開始～8/20まで
- 27日（月）学習サポート～29日まで

🚗🚗🚗 改めてご確認ください ご協力をお願いします 🚗🚗🚗

- ・校舎前への朝の車の乗り入れがすっかりなくなりました。ご理解とご協力ありがとうございます。
- ・校舎裏駐車場への車の乗り入れについても、**7:45～8:10の間はできません。**職員の通勤のため車の通行があり危険なためです。8:10以降は乗り入れ可能です。
- ・校門前の通りについても、駐停車禁止ですので、北側及び南側の道路での乗降をお願いしています。こちらについてもぜひ守ってくださるようお願いいたします。



あさひ

美幌町字稲美140-2 Tel0152-73-4422

旭小学校の教育目標

- ◎ぐんぐんのびる旭の子
- 進んで学習する子ども（知）
- 思いやりのある子ども（情）
- 進んではたらく子ども（意）
- 自ら体をきたえる子ども（体）

運動会を終えて

美幌町立旭小学校長 泉 次郎

6月も末になり、暑くなる日も多くなってきました。これから北海道も本格的な夏を迎えます。

6月13日（土）に運動会を開催しました。たくさんの応援ありがとうございました。私事にはなるのですが、身内に不幸があり、残念ながら運動会に参加することができませんでした。子どもたちの頑張る姿を見て、応援することができず、本当に残念でなりません。しかしながら、運動会前の練習の様子や係活動の様子をみて、“いい運動会になるだろうな”と確信していました。運動会は勝ち負けを越えて、仲間をたたえたり、励ましたり、ねぎらったりすることに大きな意味があると考えています。運動会後の学校生活の仲間づくりにぜひ活かしてほしいと願っています。

また、運動会終了後にはたくさんの保護者・地域の皆様に片付けのお手伝いをいただいたと伺っています。本当にありがとうございました。職員だけでは大変な作業となるところでしたが、皆さんのお力添えによりとても助かりました。さらに、駐車場の整備に来ていただいたボランティアの皆さん、計画や準備でお力添えいただいた PTA 役員の方々に改めて感謝申し上げます。子どもたちのために今後とも本校の教育活動へのご理解とご協力をお願いいたします。

夏休みを迎えるまでに、残り一月あまりとなりました。これから5年生は宿泊研修、6年生は修学旅行を実施します。他の学年も夏休み前のまとめの活動を行います。子どもたちの成長のために活動を通して、チャレンジし、振り返り、次の活動につなげる取組を進めていきますので、保護者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

～生成AIの時代を迎えて～

インターネット環境の加速度的な発展は、生活様式を一変させてきました。スマートフォンの普及により、日常生活でスマートフォンがないと立ち行かなくなりました。私自身も以前にスマートフォンが故障したときに、本当に困りました。様々なしくみがスマートフォンをはじめとするインターネット環境を前提に成り立つ社会となっています。

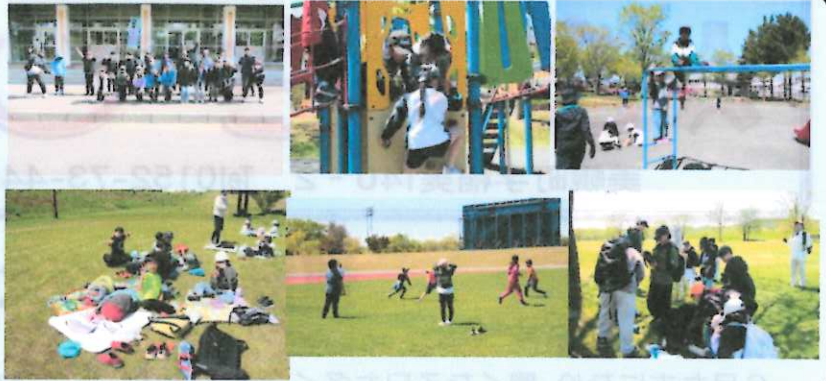
学校現場においても一人一台端末を活用した授業スタイルが定着してきています。さらに最近では生成AIの普及が日常生活に影響しはじめていると感じます。

インターネットに限らず、たとえ便利なものでも、使い方を誤れば、便利なものとはなりません。例えば、包丁は料理をする上で欠かせないものですが、使い方を誤れば怪我をします。SNSも大変便利なものですが、使い方を誤れば、トラブルになったり、他人を傷つけるものとなります。さらに最近では生成AIの発展が話題となり、変化に追いついていくことが困難となっています。私自身も同じです。【従来のAIが「既存のデータから正解を見つける（分析・予測・分類）」ことを得意としていたのに対し、生成AIは「過去に学習した膨大なデータをもとに、ゼロから新しいものを創り出す」という全く異なるアプローチを持っているそうです。】

そのような時代に生きていく子どもたちには、自分で考えて判断する力が一層求められてきていると感じます。考えなくても簡単に回答を検索できる時代だからこそ、大切にしたいと思えます。

好天に恵まれ、みんなで楽しい1日を過ごしました！(5月22日(金) 遠足)

青空の下、旭小玄関前を各学年ごとに元気いっぱいに出発しました。各学年の目的地に向かって元気に歩きました。目的地でも、楽しく過ごしている子が見られました。ゆったりとした時間の中で、たっぷり遊ぶことができたようです。みんなで楽しい1日を過ごすことができました。



子どもたちのがんばりがたくさん見られた運動会でした！(6月13日(土) 運動会)



真剣に走る姿、元気に響き渡る応援の声、団体競技で力を合わせる様子、勝っても負けてもチームを応援する温かい姿、様々な場面で、子どもたちのがんばりがたくさん見られた運動会でした！ご来場いただきました保護者の皆様、地域の皆様、ありがとうございました。運動会アンケートについても、ご協力いただきありがとうございました。いただいたご意見につきましては、来年度に向けての参考にさせていただきます。また、テントの片付けのご協力いただき、ありがとうございました。大変助かりました。

中学生と新体カテストを行いました！(6月22日(火) 小中合同耐カテスト)

今年度からの新しい取り組みとして本校の1・2年生が、美幌中学校2年生と一緒に新体カテスト(上体起こし・立ち幅跳び・反復横跳び)を行いました。中学生のサポートのもと、元気いっばいに取り組んでいた子ども達です。こういった中学校との連携をこれからも進めていきます。



7月行事予定

- 1日(水) クラブ活動②
- 9日(木) ~10日(金) 修学旅行(6年)
- 15日(水) 母が送る子ども劇場
- 22日(水) 委員会活動
- 23日(木) 1学期終業式(夏休み~8/20)

【教育目標】 夢へのチャレンジ 切磋琢磨する生徒 (令和4年11月1日改訂)



さくら

桜

ばな

花

○美の心
○本気の学び
○論より実践

令和8年6月30日発行 第3号

= 令和8年度「重点教育目標」 = 美中 PRIDE

「本気の朝読書」

校長 葉茸 清敏

6月13日の地区陸上大会を皮切りに、中体連の熱戦が火蓋を切りました。折しも今年は寒暖の差が激しく、生徒の体調管理が懸念されるのですが、万全の健康対策を講じてこれまでの練習の成果を遺憾なく発揮してくれることを期待しています。



一方で、昨今の熊出没情報など、生徒の安全を脅かす事案にも直面しております。学校といたしましては、危機管理体制を今一度引き締め、迅速な情報共有と徹底した安全対策のもと、細心の注意を払って日々の教育活動を展開してまいります。

さて、本校では毎朝8時20分から「朝読書」を全校で実施しています。朝の10分間という短い時間で行う「朝の読書」には、脳の働きや学習効率を最大化する素晴らしい効果が詰まっています。主な理由は以下の3点です。

第一に、脳のウォーミングアップ（学習モードへの切り替え）として「朝読書」が最適だからです。登校直後の脳はまだリラックス状態やぼんやりした状態にありますが、静かに文字を追うことで、脳の「前頭葉」が優しく刺激されます。これにより、1時間目の授業が始まる前に自然と集中力が高まり、スムーズに勉強へと向かう心の準備が整います。

第二に、「継続」による語彙力と読解力の向上です。たった10分でも、毎日続ければ1週間で50分、1ヶ月で約3時間以上の読書量になります。この積み重ねが、教科書やテストの文章を正しく、素早く理解する基礎体力を育てます。

第三に、落ち着いた1日のスタートを切れる点です。静かに本と向き合う時間は、心をリラックスさせ、情緒を安定させる効果があります。クラス全体が静寂に包まれることで、学校全体の規律や落ち着いた雰囲気づくりにも繋がります。

このように、朝の10分間読書は、限られた時間で「集中力」「学力」「豊かな心」を同時に育むことができる、非常に理にかなった習慣です。

本校では、火、水曜日に図書館司書の高橋さんが来校され、学校図書 of 整理をして下さいます。学校生活を通して高橋さんから沢山アドバイスをいただき、図書館の利用を増やすなど「読書活動」を盛り上げていきましょう！

1日防災学校を実施しました

5月28日、防災意識の向上を図ることを目的として1日防災学校を実施しました。近年は気候変動に伴う自然災害や地震の増加など、災害に対する備えが年々重要になってきています。この日は外部から講師としてお招きし、学年別に講演や体験活動による学習を行いました。1年生はNHK北見放送局の方から過去に美幌町で発生した水害のニュース映像と水害のAR画像を使った講話を受けました。2年生は美幌町役場職員の方から段ボールベッドやテント組立の講習を受け避難所設営体験を、3年生は美幌消防署職員からAEDの講習を受け救命救急体験を行いました。災害はある日突然やってきます。いざというときのために今回の講習が役立てられればと思います。



3年生総合的な学習の時間

6月9日、3年生の総合的な学習の時間にて「人間関係づくり」の授業を行いました。この授業には外部講師として町内で活動している「演劇集団タカクト」代表の熊崎崇朗さんをお招きし、演劇のワークを通じてよりよい人間関係づくりを学ぶ授業を実施していただきました。授業は2時間で行い、1時間目は講義と「マキニウムメソッド」と呼ばれる演劇の技法を用いた簡単なレッスンを、2時間目は短時間でできる台本を使った演劇の発表を行いました。最初は緊張した様子の生徒もいましたが、実際に演じていくうちにだんだんと楽しそうな表情に変わってく姿が見られました。この学習を通して生徒達は、表現することの楽しさや大切さを学ぶことができました。ここで得た気づきを、これからの学校生活やより良い友人関係づくりに活かしてほしいと思います。



輝け！美中生！大会結果（入賞分のみ）

【テニス】ルーセント杯中学・学年別選手権大会

女子3年生の部	《準優勝》N・Tペア(全道国体予選出場権獲得)
男子初心者1年生の部	《優勝》I・Tペア 《準優勝》M・Tペア
女子初心者1年生の部	《優勝》I・Yペア 《準優勝》Y・Aペア



中体連地区大会

【陸上】美幌中拠点校で参加

男子110mH	《優勝》TR
男子400m	《7位》K
2・3年男子100m	《7位》TY
1年男子100m	《7位》O
男子走り幅跳び	《2位》TY
男子砲丸投げ	《6位》K
1年男子砲丸投げ	《2位》Y
	《3位》H
女子走り幅跳び	《5位》K
1年女子100m	《5位》T
男子4×100mリレー	《2位》
(美中からは3名出場)	
女子4×100mリレー	《3位》
(美中からは1名出場)	

【陸上】美幌RCで参加

男子200m	《優勝》T
2・3年男子100m	《優勝》T
女子円盤投げ	《優勝》A
女子砲丸投げ	《8位》A



大会の結果は、6月21日までに実施されたものを掲載しています。これ以降に実施された大会の結果につきましては、来月号に掲載します。

頑張れ北中



令和8年度 北中スローガン

「自分でやる! 自分がやる!」

美幌北中学校だより No.4

令和8年6月30日

文責: 校長 森 敦

学校TEL73-2441

スマートフォン・SNSについて考える

6月5日に本校の生徒指導部による「携帯・ネット教室」を行いました。この中でスマホ等、ネット環境における以下の、4つのよくあるトラブルを紹介しました。

1 SNSで知り合った人からの誘い

◎「撮影会に来ない?」「モデルやらない?」→実際は**危険な犯罪への誘い**の可能性が...

2 ゲーム課金をエサにした要求

◎「課金してあげる」→**画像要求**につながることも...

3 画像の悪用・脅し

◎「言うこと聞かないと拡散するぞ」→軽い**写真**でも**悪用**されることも...

4 画像拡散

◎「面白いから広めて」「保存だけならいいでしょ」→**犯罪になる**ケースも!

この他に「友だちがこの写真拡散してと送ってきたときあなたならどうする」などのシミュレーション、知らないうちに犯罪になるケース、トクリュウについて、ネットトラブルにあった時どうするなどの話をしました。

最後にネットトラブルにあった時どうするかについて、以下の3点をまとめとして話をしました。

1 スクショする 2 一人で悩まない 3 大人に相談する

近年、スマートフォンの所持率の上昇や低年齢化に伴い、様々なことを考えていかなければならない時代になってきたと感じています。学校では日頃から注意喚起をしたり、毎年スマホ・ネット教室を行っていますが、スマートフォンやSNSのトラブルが本校の生徒についても起こっているのが現実です。

そのような中「スマホを学校に持っていったらダメなのか」という声もあります。確かに子どもたちが学校にスマホを持ってくると便利な面はありますが、文部科学省では「携帯電話は、学校における教育活動に直接必要のない物であることから、中学校においては、学校への生徒の携帯電話の持ち込みについては、原則禁止とすべきであること。」としています。

この条項には例外もありますが、学校へのスマホの持ち込みは、トラブルが起こる心配がない、あるいはトラブルが起きた場合は家庭の責任において解決を図っていただくといったことが必要だと考えています。

様々なご意見があるとは思いますが、子どもたちが「正しく」「安全」にネット環境を使えるようになるよう、ご家庭と一緒に考えていきたいと思っています。



携帯・ネット教室の様子

北中生の活躍!

【オホーツク中体連 陸上大会(入賞・全道進出決定者)】

《男子》

- ・1年 100m 1位 曾根 楓太
3位 佐藤 練
- ・2・3年 100m 5位 大林 快翔*全道進出
- ・2・3年 200m 2位 大林 快翔*全道進出
- ・800m 1位 上山 怜穂*全道進出
- ・1500m 2位 反怖 樹*全道進出
7位 上山 怜隠*全道進出
平岡 愛都*全道進出
三浦 直樹*全道進出
- ・3000m 6位 井上 友喜*全道進出
- ・4×100mリレー 2位 美幌中拠点*全道進出
(曾根)

・走幅跳

- 1位 鯛治 大登*全道進出



《女子》

- ・1年 100m 2位 松田 陽莉
3位 佐藤 瑠依
6位 鈴木 愛梨
- ・2・3年 100m 1位 田中 杏心*全道進出
2位 長谷川蓮奈*全道進出
5位 影山 大瀬
- ・2・3年 200m 1位 長谷川蓮奈*全道進出
2位 影山 大瀬*全道進出
3位 矢花 陽奈*全道進出
7位 松田 陽莉
- ・800m 5位 田中 梨心*全道進出
7位 吉田 香穂
- ・1500m 4位 上山 璃乃
5位 田中 梨心
- ・4×100mリレー

- 1位 美幌 RC*全道進出
(影山、田中杏、長谷川)
- 3位 美幌中拠点*全道進出
(松田、石川、矢花)

・走高跳

- 2位 矢花 陽奈*全道進出
- 4位 石川 知奈
- 6位 佐藤 瑠依

・走幅跳

- 1位 田中 杏心*全道進出
- 4位 田中 雪芽



7月 行事予定

日	曜	行事予定
1	水	卒業アルバム写真撮影
2	木	スクールカウンセラー来校
4	土	オホーツク地区中体連 ・サッカー 準決・決勝(遠軽) ・男女バスケット(~7/4 北見) ・ソフトテニス(~7/4 北見) ・卓球(~7/4 紋別)
5	日	社明パレード 開会式演奏(10:30 役場)
9	木	参観日 修学旅行説明会
11	土	田村精肉店杯ソフトテニス大会
12	日	英検 2次
16	木	1・2年 性の講話 スクールカウンセラー来校
18	土	全日本少年野球北海道大会(~7/20 滝上等) 全道中体連相撲大会(岩見沢)
19	日	和牛まつり演奏
20	月	海の日
23	木	3年 性の講話
24	金	1学期 終業式 全道中体連水泳大会(~7/26 函館)
25	土	夏季休業(~8/20) 北海道卓球選手権大会(カデットの部)
26	日	全道中体連陸上大会(~7/29 旭川)
27	月	夏休みサポート学習 頑張れ北中~夏の陣~(~7/31)

自転車の運転について

今年度より道交法が改正されましたが、現在のところ本校生徒が指導されたり検挙されたりという報告はありません。

しかし地域の方からは「鳥里で生徒が脇道から急に飛び出してきた」「アークス付近でスマホを見ながらヘルメットをかぶらずに自転車に乗っている生徒がいた」などのご連絡をいただいています。

4月当初は気をつけて運転していた生徒が多かったと思いますが、少し時間がたって気持ちが“ゆるんで”いる人もいるのではないのでしょうか。一瞬の気のゆるみが大きな事故につながります、今一度、自転車の運転について、ご家庭でも確認していただきたいと思います。





北海道美幌高等学校だより

報徳の風



令和8年5月25日発行

TEL 0152-73-4136

FAX 0152-73-4137

ホームページ <http://www.bihoro-high.hokkaido-c.ed.jp/>

語れ、今の自分。届け、未来の自分。

一校内意見発表大会が終了しましたー

5月19日（火）、「びほーる」にて校内意見発表大会を実施しました。未来農業科3年生にとっては、高校生活最後の意見発表大会となります。クラス内予選を勝ち上がり、夜遅くまで原稿の推敲や発表練習に励む姿が見られました。その真剣な取り組みこそが、美幌高校生の大きな美徳と感じています。

今回の校内大会を勝ち抜いた代表生徒は、6月25～26日に更別農業高校で開催される東北北海道意見発表大会へと進みます。今の自分をまっすぐに語り、その思いが未来の自分へ届くような、実りある発表となることを期待しています。健闘を祈っています。

※美徳：人として大切にしたい“心の良さ”のこと。

分野Ⅲ類 **最優秀賞** 3年C組 東 拓生

「牛のどこが好きですか？～お世話から伝える酪農の魅力～」

青々とした放牧地でのびのびと過ごすホルスタインたち、カラッとした風に揺れる背丈よりも高いデントコーン畑、「これがオホーツクの酪農か…」初めて見る美幌高校の農場を見て、目の前に広がる壮大な景色に、期待で胸がいっぱいになった。

大阪府の南部、河内長野市で生まれ育った私は、雄大な自然で牛と触れ合いたい！と考え、地域未来留学を活用し、北海道はオホーツク唯一の農業高校、美幌高校に進学した。初めての北海道での生活は、身の回りで起きる出来事の一つ一つがワクワクや興奮、そして挑戦の連続だった。

畜産の授業では、牛洗いやブラッシングなど、牛と触れ合い、扱い方を学ぶ実習や、牛を取り巻く環境について学んだ。

実習を重ねていくうちに「酪農のことをもっと知りたい。」と強く思うようになった私は、地域の共進会に参加し、酪農家さんにお話を伺ったりすることで、オホーツクの酪農について理解を深めることができた。

酪農家さんにお話を伺う中で、必ずといっていいほど話題になる言葉がある。「離農」だ。オホーツク

総合振興局のデータを調べてみると、私が生まれた平成20年頃には1000軒以上あった酪農家が現在では、660軒近くにまで減少していた。

なぜ離農してしまうのか。その原因に後継者不足が挙げられる。私はその背景として、酪農の魅力が次世代に十分に伝わっていないからだと考えた。実際美幌町では、地元の子供達が牛と触れ合い、酪農の魅力を知る機会はとても少ない。

どうにか酪農の魅力子どもたちに伝えることはできないのか。そう考えていたときに、課題研究の授業で、町内の小学一年生を牛舎に招いて牛や施設の説明、触れ合い体験をし、牛について知ってもらう機会を頂いた。どうすれば牛の魅力を知ってもらえるだろう。仲間たちと頭を捻り、クイズやイラストを書いたパネルを用意した。「牛の舌の長さはどれくらいかな？正解はみんなの腕の長さと同じくらいだよ！」目を輝かせて驚く子どもたちの反応をみて、大成功だ！そう思った。すると、あるひとりの小学生の言葉が私の胸に深く突き刺さった。「牛のどこが好きですか？」私は考えてもいない質問に驚いてしまい、「ん～優しそうなところかな」と思わず、回答を濁してしまった。それから、牛舎で牛を見るたびに、私は牛のことをなにもわかっていなかったことが嫌でもわかり、悔しかった。牛が好きで北海道まで来たのに、牛を産業動物としか見ないようになった結果、いちばん大事なこと、目の前にいる牛！頭！頭と向き合うことができていなかったのだ。

牛の好きなどころ、魅力ってなんだろう。私は牛舎に行き、牛たちをよく観察し、給餌や哺乳といったお世話の手伝いをすることにした。餌の食べ方や寝る体制、何より、撫でてと言わんばかりに頭を擦り寄せて来る牛たちはたまらなく愛おしかった。人懐っこい牛やマイペースな牛、ちょっと怒りっぽい牛など、牛をお世話していく中でわかる牛の個性という魅力をどうすれば上手く伝えられるのだろう。

そう考えていた矢先、京都市動物園に、高校生職場体験実習として実習の機会をいただくことになった。実習内容は主に様々な動物たちへのそうじや餌やりなどのお世話を中心に体験した。中でも、実習を担当してくださった飼育員の折戸さんから「ごはんですよ」という給餌イベントについて教えていただき、きつねのキョウ君に対して行なった体験は今でも忘れられない。折戸さんのお話はとてもわかりやすく、たくさんの子どもたちが耳を傾けていた。「きつねさんは何を食べていますか？」「草！」「お肉！」「正解！京都市動物園では、馬肉やにんじんなどのお野菜を与えています！」給餌という基本なお世話を通して動物たちの個性や魅力を解説しているのを間近で見て、動物の魅力を伝えるプロの仕事をもっと知ることができた。

酪農家が酪農の魅力伝える方法について知りたい。そう思った私は士幌町で「酪農家だからできること」「酪農家にしかできないこと」を理念に酪農の魅力伝えるために酪農教育ファーム認証制度を受けている山岸牧場さんに相談したところ。哺乳体験をはじめとする牛との触れ合いや酪農家の仕事の説明を通して牛乳を克服した子のお話や、牛が怖いと言っていた子どもたちが酪農体験を終えると帰りたくないとかガダを捏ねるようになるという話を伺うことができた。

私は、酪農をお世話という形で実際に体験することで、子どもたちに魅力を伝えることができると改めて感じた。

大阪から非農家として酪農について学んだ私だからこそ見える酪農、美幌町の魅力がある。「私の牛の好きなどころはお世話をした中で見つけた豊かな個性」だと次世代に伝える。将来は、大学に進学し、動物行動学の分野から牛の魅力を見つける。その後は、美幌町で、お世話体験を中心にした酪農教育ファームを作り、オホーツクの酪農を盛り上げ、次世代につなげる架け橋になる。それが、私を育ててくれた美幌町への恩返しであり、私の生涯をかけた挑戦の幕開けだ。

☆分野Ⅰ類 【農業生産・農業経営】

- 農業生物の育成や生産性向上に関する意見
- 農業生産物の加工・流通・消費に関する意見
- 農業の経営や経済活動に関する意見

最優秀賞 3年C組 織田 若菜 題名：未来へ繋ぐ酪農の道
優秀賞 3年C組 本田 匠 題名：「ありがとう」を作る農業

☆分野Ⅱ類 【国土保全・環境創造】

- 国土の保全や環境創造に関する意見
- 森林資源の活用に関する意見

最優秀賞 3年C組 吉本 楽 題名：「在来種を守り、外来種は活用」
優秀賞 2年C組 水藤 歩 題名：豊かな農業と自然を守るために私たちができること

☆分野Ⅲ類 【資源活用・地域振興】

- 園芸作物や社会動物の活用に関する意見
- 地域資源の活用や地域の振興に関する意見

最優秀賞 3年C組 東 拓生 題名：「牛のどこが好きですか？～お世話から伝える酪農の道」
優秀賞 2年C組 佐藤 亮輝 題名：私の育った町



▲生徒会
Instagram



▲公式 Instagram



▲公式ホームページ



▲農業クラブ
Instagram



北海道美幌高等学校より

報徳の風



令和8年6月2日発行

TEL 0152-73-4136

FAX 0152-73-4137

ホームページ <http://www.bihoro-high.hokkaido-c.ed.jp>

応援ありがとうございました。

<野球部> 令和8年度春季北海道高等学校野球大会北見支部予選会
対 網走南ヶ丘(5-24 ●)

5月10日

<ソフトテニス部> 第79回高体連オホーツク支部ソフトテニス選手権大会 5月19日～21日

女子団体	予選リーグ	対 湧別	(3-0 ○)	
		対 紋別	(3-0 ○)	* 決勝トーナメント進出
	決勝トーナメント	対 北見緑陵	(0-3 ●)	* 1回戦敗退
男子団体	予選リーグ	対 北見緑陵	(0-3 ●)	
		対 北見商業	(0-3 ●)	* 予選リーグ敗退
女子ダブルス	横山・佐々木	対 紋別	(4-0 ○)	
		対 北見藤	(0-4 ●)	* 2回戦敗退
男子ダブルス	善波・平野	対 北見緑陵	(0-4 ●)	* 1回戦敗退
	吉田・柳谷	対 北見緑陵	(4-3 ○)	
		対 北見柏陽	(2-4 ●)	* 2回戦敗退
	村田・長澤	対 北見藤	(0-4 ●)	* 1回戦敗退
	米地・橋本	対 北見北斗	(2-4 ●)	* 1回戦敗退
	戸澤・原田	対 網走南ヶ丘	(1-4 ●)	* 1回戦敗退
	早瀬・岡部	対 湧別	(1-4 ●)	* 1回戦敗退

<バドミントン部> 第73回高体連オホーツク支部バドミントン選手権大会 5月21日～23日

男子団体	1回戦	対 佐呂間	(3-2 ○)	
	2回戦	対 北見商業	(0-3 ●)	
	3回戦	対 網走桂陽	(- ○)	* 第3位
男子ダブルス	1回戦	篠塚・吾妻	対 清里	(2-0 ○)
	2回戦		対 北見柏陽	(1-2 ●) * 2回戦敗退
	1回戦	上野・佐藤	対 北見柏陽	(0-2 ●) * 1回戦敗退
男子シングルス	1回戦	篠塚	対 佐呂間	(2-1 ○)
	2回戦		対 北見藤	(2-0 ○)
	3回戦		対 北見商業	(0-2 ●) * 準々決勝敗退

<弓道部>第 69 回高体連オホーツク支部弓道競技選手権大会 5月21日～23日

男子団体 (田川・橋本・田中・佐藤・中田・篠永・樫山)

予選 40射21中 通過

準決勝 20射 9中 決勝進出

決勝リーグ 2勝 1負 (網走南ヶ丘● 北見商業○ 北見柏陽○) ⇨全道大会出場

個人 **優勝** 中田 翔梧 ⇨全道大会出場

第3位 橋本 琥珀 ⇨全道大会出場

女子団体 (川上杏・加藤・渡部・曾根・二川・酒井・松浦・川上清)

予選 40射15中 通過

準決勝 20射10中 決勝進出

決勝リーグ 0勝 3負 (網走南ヶ丘● 北見商業● 北見緑陵●) ⇨全道大会出場

個人 **優勝** 川上 杏華 ⇨全道大会出場

全道大会 6月16～18日 (札幌市)

<陸上競技>第 78 回高体連オホーツク支部陸上競技選手権大会 5月22日～24日

石澤 400m ・予選: 1分02秒00

800m ・予選: 2分25秒75

曾根 100m ・予選: 11秒00 ・準決勝: 11秒05

・決勝: 10秒87 (大会新記録) **優勝** ⇨全道大会出場

200m ・予選: 22秒15 ・準決勝: 21秒90 (大会新記録)

・決勝: 22秒04 (大会新記録) **優勝** ⇨全道大会出場

石川 100m ・予選: 11秒79 ・準決勝: 11秒88

400m ・予選: 54秒60 ・決勝: 53秒33 6位 ⇨全道大会出場

山本 100m ・予選: 11秒89 ・準決勝: 11秒86

走幅跳 ・決勝: 4m63 22位

佐藤 走幅跳 ・決勝: 5m37 13位

三段跳 ・決勝: 12m01 7位 ⇨全道大会出場

梅田 やり投 ・決勝 49m47 4位 ⇨全道大会出場

松本 やり投 ・決勝 29m15 3位 ⇨全道大会出場

全道大会 6月15～19日 (帯広市)

現在、美幌高校で現在活動している部活動は、**野球部・弓道部・ソフトテニス部・バドミントン部・スキー部・吹奏楽部・美術部・写真部**の計8部活です。

8部活動以外にも、「少年団活動から活動しているので高校でも続けたい!」「指導者がおり、チームが組める人数が揃っているので高校でも続けたい!」「町のサークルで活動しているので高校でも続けたい!」という声に対しては、部活動の新設は出来ませんが、**高体連・高文連に出場するための「登録」及び「高体連・高文連主催大会への引率」**などを行い、子ども達の活動を保障する体制を整えています。

疑問な点や不明な点がありましたら、美幌高校(教頭)までご連絡いただけますよう、よろしくお願いいたします。



北海道美幌高等学校だより

報徳の風

令和8年6月15日発行

TEL 0152-73-4136

FAX 0152-73-4137

ホームページ <http://www.bihoro-high.hokkaido-c.ed.jp/>

宿泊研修に行ってきました

タイトル「3日間を通して」

2026年5月27日(水)～29日(金) ネイバル北見

私はこの宿泊研修を通して、仲間と協力することの楽しさ、大切さを学びました。登山では、みんなで声をかけ合ったり、肩や手などをお互いに貸したりして、頂上まで登ることができました。野外炊飯やスポーツでは、1人ではできないようなことが多く、班のみんなにたくさん助けられました。この宿泊研修で学んだことは、これからの学校生活に活かしていきます。 (浦野 夢琉)

大学生の話しを参考にして今後の生活に活かしたい。色々なことが学べた。あまり話さなかった人と話すことができたり、仲の良い友達の私生活の一面が見ることができた。「こんな、一面があるだ」とわかった。登山や野外活動で班のみんなと仲や絆も深まった。普段と比べて、何をするにも「人がいる」「暇そう。少し面倒だ」と思ったけど、人がいるおかげで、わからないことや、気になることが聞けて、暇もせず、疲れたが凄く楽しい3日間になった。 (門脇 統也)

3日間すごく濃かったです。1日目は東京農業大学ですごく難しい話を聞き、登山では虫に刺されたり、足が震えたり、とても色々ありました。2日目は野外炊飯が一番大変でした。カレーはスープカレーになるし、米は餅になるし、疲れました。3日目は見事に熱を出しました。視界はグルグル回っているし、鼻水はずっと出てました。でも最終的に考えてみると、とても楽しかったと思えた宿泊研修でした。すぐ風邪治って良かったです。 (川上 清華)

- 東京農業大学に行って、大学とは何かを学ばせてもらえた。
- 大学の昼食で、唐揚げ丼を食べた。すごく美味しく、良い大学だと思った。
- みんなで普段できない、登山をして疲れたけど、すごく楽しかった。
- 朝から美幌高校の校歌を歌い、美高体操をして、良い朝になった。
- 進路についての話を聞き、改めて自分の進路についてしっかり考えられた。
- 学祭についての話しをした。自分の部門で、しっかりと話をまとめられた。
- 「いじめ」について話し合い、改めて自分も気を付けようと思った。
- キンボールをして、チーム内で協力をして、良く頑張れたし楽しかった。
- 野外炊飯でカレーを作ったり、ミニバレーやドッチビーなどができて楽しかった。
- 3日間を通して、様々な事を学んで、体験して、すごく楽しい3日間になった。

(桐山 晴良)

私はこの宿泊研修を通して、普段できない経験をする事ができました。大学見学では、自分の好きな分野を深く学べる事に魅力を感じました。登山では、最後まで諦めない事の大切さを学び、登頂した時には大きな達成感を味わう事が出来ました。学級討議では、いじめについて考え、自分にできる事を見つめ直す事が出来ました。野外炊飯やスポーツレクでは、仲間と協力することの大切さを学びました。3日間を通して、時間を見て行動する事は意識出来ましたが、先を見据えて行動する力は、まだ足りないと感じました。高校3年間でその力を身につけていきたいと思っています。「楽しいと思える宿研」にする事ができ、とても楽しかったです。(鈴木 紗々)

行く前は本当に嫌だった。A組の話しをしたこともない人と一緒に行動なんて、できる気がしなかったから。でも話しかけたら返してくれるし、迷っていたら助けてくれるし、みんな優しいなって思った。やってみて一番楽しかったのは山登りだった。膝痛いし、すごいわれたけど、一番上まで行って見た景色がすごく綺麗で、登ってよかったと思えた。下りは登りの時より余裕があったから、気付かなかった植物とかをじっくり見られて、楽しかった。セミの抜け殻がいっぱいあった。

(松原 咲)



美幌高校で大切にしている「宿泊研修」ってなに？
 中学生のみんなに教えるよ！

美高の宿研を教えるよ！

✖ 北見市内の高校では... やめたところも...

✔ 美幌高校は違う！

なぜ大切なの？ そのヒミツを紹介！

- 1 仲間との絆を深める**
友達づくりのきっかけ
一緒に泊まるから、すぐに仲良くなれる。回帰力がUP！
- 2 ルールやマナーを学ぶ**
社会に出る準備
時間を守る、公共のルールを知る、協力し合う。マナーを学ぶ。
- 3 自立心を育む**
自分のことは自分で
親元を離れ、自分で考えて行動する。責任感が身につく！
- 4 高校生活の目標を見つける**
未来へ一歩前進
自分を見つめ直し、これからの高校生活でやりたいことを見つける。

美幌高校で成長しよう！
 最高のスタートを切るための特別な時間だよ！

令和8年度 第2回北海道警察官採用試験



受験申込受付中

受付期間：7月1日(水)～8月14日(金)

《問合せ先》

北海道警察本部採用センター

Tel: 0120-860-314

(ハローサイヨー)

びほろ川

ON、OFFのある職場！
仕事も私生活も充実！
仕事のやりがいはもちろん、北海道警察は私生活も大切にしている組織です。

休暇や給料、育児や介護との両立等、私生活も充実させたい方にとって魅力あふれています。



薬物、ダメ絶対

明るい生活と 豊かな将来に向けて

- ① 知覚薬物に近づかない！
社会のルールをしっかりと守る
見たら、聞いたらその場から離れる
- ② 甘い言葉に騙されない！
キツハリと断る勇気を持つ
誘ってきたら？～しっかりと断る
- ③ 見かけたら早く通報！
身近な人がやってたら？～本人のためにやめさせる

110番が最寄りの警察署へ連絡



7月

美幌警察署

72-0110

署所在地交番



飲酒運転を しないさせない許さないそして見逃さない！

7月13日は 飲酒運転根絶の日



北海道警察

夏の交通安全運動

★運動期間★ 7月13日(月)～22日(水)

運動重点

- 飲酒運転の根絶 止まってくれてありがとう！
- 高齢運転者の交通事故防止と子どもを始めとする歩行者の安全確保
- 自転車・バイクの交通事故防止と自転車利用時のヘルメット着用
- スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底

相談電話は #9110 まで

福住管内の事件・事故

(5月16日～
6月15日まで)

- ・事件 1件
(建造物侵入)
- ・交通事故 1件
人身事故 1件
物件事故 3件



夏の交通安全運動

実施期間

7月13日(月)～7月22日(水)

運動の重点

- 1 飲酒運転の根絶
- 2 高齢運転者の交通事故防止とこどもを始めとする歩行者の安全確保
- 3 自転車・バイクの交通事故防止と自転車利用時のヘルメット着用
- 4 スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底

7月13日(月)は飲酒運転根絶の日

びほろ峠



福住駐在所

72-8154

HP 北海道警察公式防犯アプリ

ほくとポリス



美幌警察署 落とし物のホームページ検索・届出用



警察庁推奨アプリ!

スマホで特殊詐欺対策

特殊詐欺対策アプリは警察庁のホームページから入手できます。右のQRコードからその紹介と入手方法のページに行けます。警察庁推奨の特殊詐欺対策アプリは

- ① 詐欺対策 by NTTタウンページ
- ② 詐欺バスターLite

の2つあり、どちらも

- ・ダウンロード・利用料が無料
- ・Android・iPhoneの両方に対応
- ・特殊詐欺の犯行に利用された番号(国際電話番号を含む)の発着信をブロック・警告してくれる

です。

①②のどちらかよりも、両方ダウンロードした方がより安心です。

詳しい内容については、上のQRコードから確認してください。

薬物の乱用はあなたを壊す

覚醒剤や大麻などの違法薬物は、一度でも手を出してしまうと、その強い依存性により、自分の意思で止めることができなくなり、やがて身体や精神がボロボロになって、記憶障害や人格変化により以前と同様の生活を続けることができなくなるばかりか、場合によっては死に至ることもあります。

また、周囲の人にも多大な被害を与える可能性もあります。

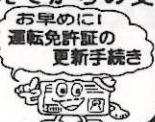
もしも違法薬物を勧められたり誘われた場合は、きっぱりと断りその場を離れることが大切です。

薬物に関する相談や大麻草が生えている場所を発見した際は、最寄りの警察署に連絡してください。

運転免許更新時講習 (7月)

- ☆優良運転者講習(30分)
9日、23日
13:00～
 - ☆一般運転者講習(1時間)
16日
13:00～
 - ☆違反運転者講習(2時間)
9日、23日
14:00～
 - ☆初回運転者講習(2時間)
9日、23日
14:00～
- 場所 美幌町民会館

※ 美幌警察署で、免許更新の手続きを終えてからの受講となります



令和8年度第2回 北海道警察官採用試験 受験申込受付中



1次試験日：9月13日
受付期間：7月1日～8月14日

～お問い合わせ先～
美幌警察署
0152-72-0110

夏山遭難の防止

- 乾く前に 水分・塩分、熱中症予防
- こまめな水分・塩分を補給をしましょう。
- 登山計画書を提出しましょう。
- 複数人で登山をしましょう。
- 携帯電話を持ちましょう。

夏の海 少しの油断が事故のもと

- 指定された泳域区域内で泳ぐ。
- 子供から目を離さない。
- 体調不良時や飲酒後は泳がない。
- 釣りをする時は必ず救命胴衣を着用する。
- 水上オートバイで泳域区域内に入らない。

北海道警察 [https://x.com/HP_tiki1]

2ヶ月連続!

【重要】会員登録の未納料金が発生して
おります。本月中にご連絡いただき、返
付の手続きに移行します。おのりカスタマ
ーサービス

発行：福住駐在所

美幌警察署管内で、

【美幌町・津別町】

特殊詐欺の被害発生中!



美幌警察署の管内では、4月の還付金詐欺被害に続き、5月も警察官がたりの特殊詐欺被害が発生しています。

相手がどんな身分をかたつても、

- 身に覚えのない話をしてくる
- 金銭(カード類を含む)の話をしてくる
- 個人情報(氏名、生年月日、口座番号など)を聞いてくる



場合は、**詐欺**を強く疑いましょう。

もしも迷ったときは、余計なことは話さず、
すぐに家族・友人・知人・警察などの第三者に
相談しましょう。

～特殊詐欺対策のすゝめ～



- ① 携帯電話に、道警公式防犯スマホ用アプリ「ほくとポリス」、または「ほくと君防犯メール」(スマホ以外)を入れる。(利用料無料)
→道内や登録地域の犯罪・不審者などの警察からの情報を入手できる。
- ② 携帯電話に、警察庁推奨のスマホ用アプリ「詐欺対策 byNTT」や「詐欺バスター Lite」を入れる。(利用料無料)
→警察庁などの情報を元に国際電話や詐欺電話をブロック・警告できる。
- ③ 固定電話は、国際電話の利用休止を申込み。(加入条件あり、無料)
- ④ 固定電話は、ナンバーディスプレイに加入する。(条件満たせば無料)
- ⑤ ④に加入の際は、ナンバーリクエストも加入する。(条件満たせば無料)
→加入した固定電話に非通知電話をかかってこなくできる。

上の①～⑤について、「興味がある」とか「加入の仕方がわからない」という方は、気軽に本職や美幌警察署にお問い合わせください。



オルタ巡査からのお願い

喉が渇いていなくても一杯どうぞ！

暑い季節がやってきました。「これくらいの暑さなら平気」そんな声も聞こえてきますが、そんな油断が熱中症を招くこともあります。暑さは年々厳しくなっています。我慢せず、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。暑さには強い！という自信よりも「今日はお茶を一杯多めに飲んだ！」という安心を。

「もしかして熱中症？」こんな症状にご注意を!!

めまいや立ちくらみがする、頭が痛い、吐き気がする、体がだるく力が入らない、足がつる、筋肉がけいれんする、汗が止まらない、汗が出ない、体が熱い、ぼんやりする、呼びかけへの反応がおかしいなど。。。

ひとつでも当てはまったら熱中症のサインかもしれません。早めの対処で熱中症を防いで、今年の夏も元気に笑顔で過ごしましょう!!

と美幌

上美幌駐在所
73-2816
永田 博隆
美幌警察署
ホームページQR



夏山遭難の防止

乾く前に 水分・塩分 熱中症予防

- こまめな水分・塩分を補給をしましょう。
- 登山計画書を提出しましょう。
- 複数人で登山をしましょう。
- 携帯電話を持ちましょう。

北海道警察【https://x.com/HP_tiiki】



最新採用情報発信中

北海道警察本部採用センター公式SNS



X(旧 Twitter)



LINE公式アカウント



Instagram



YouTube

連載 ☆ ちょっと行ってみよう! やってみよう!

集う、参加する、活動出来る 介護保険外の社会資源について紹介していきます

いきがいデイサービス青山(老人憩いの家)山田様にお話を伺いました。

①いきがいデイサービス青山(老人憩いの家)の魅力をお聞かせください。
好きな時に来て好きな時に帰れる、一人ひとりのペースで気軽に過ごせる場所です。持参したお昼を食べながら交流したり、入浴ができることも魅力の一つです。



②どのような活動をしていますか。
花札やパズルのレクリエーションで脳トレをしたり、テレビを見ながら体操もしています。麻雀やカラオケの時間もあり、みなさん自由に参加して楽しんでいます。

③場所や利用時間、料金について教えてください。

- ☆場所：美幌町老人憩いの家(青山公園)
- ☆時間：月曜日～土曜日・祝日 9:30～16:30
入浴は月・木曜日(祝日は休み) 11:30～14:30



☆利用料金：無料

④対象者や申し込み方法、問い合わせ先について。

- ☆対象者：美幌町在住の60歳以上の要介護認定を受けていない方
※要支援認定を受けていても介護保険のデイサービスを利用していなければ対象になります。
- ☆申し込み・問い合わせ：美幌町役場高齢介護グループ 0152-77-6542
美幌町社会福祉協議会 0152-72-1165

編集後記 今年も猛暑が予想されます。水分を飲めない方は夏の野菜や果物等を取り入れて、夏バテを予防しましょう。



美幌町地域包括支援センターだより 『ぽけっと』 第69号
 発行：美幌町地域包括支援センター 発行日：令和8年7月1日(水)
 住所：〒092-8650 網走郡美幌町字東2条北2丁目25番地
 美幌町役場内1階9番窓口
 電話：0152-75-3220 ファックス：0152-73-4787



『いよいよ夏本番!! 熱中症に注意です』
美幌町地域包括支援センター所長 佐々木 将明

7月に入って、いよいよ北海道も夏本番を迎えましたね。とは言っても、既に暑い日が続いていますが……。向こう3ヶ月の天気予報を見ますと、暖かい空気に覆われて全国的に高温の傾向と発表されています。最近の北海道は本州のような気候になり、湿度の高いジメジメした夏という印象です。今年も35℃を超える猛暑日が想定されますので、くれぐれも熱中症にはお気をつけ下さい。熱中症の予防には「暑さを避ける」「水分・塩分の補給」「体調管理の徹底」の3つの基本対策が必要です。エアコンや扇風機を使って空気を循環させ、1時間ごとにコップ1杯(200ml)の水分補給を心がけましょう。そして、体調が優れない時は無理せずゆっくり休むことが大切です。

これからお祭りや花火大会、ビアパーティーなど待ちに待ったイベントが目白押しです。健康で元気な体をつくって、せっかくの短い夏をおもいっきり楽しんで過ごしましょう。

新人紹介

4月1日付で入職しました松田理恵と申します。これまで介護福祉士として病院や特別養護老人ホームで勤務してまいりました。これからは、障がい相談員として経験を重ね成長していきたいと思っています。利用者様、地域の皆様に安心していただけるような関わりを大切にしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。観葉植物が好きで、育て癒される毎日を楽しんでいます。植物好きな方が、いらっしゃいましたら気軽に声を掛けてください。



～この夏、安心して出かけるために～

歩くのが不安になった為、外出の回数が減ってきたり、買い物や通院が大変になったりしていませんか？

そんな不安を抱えた方をサポートする移動補助具をご紹介します。

	① 電動歩行器	② 電動車いす	③ 電動カート
こんな方におすすめ	ある程度歩ける方	歩行が不安定で屋内や近距離移動用にしたい方	歩行が不安定で屋外や長距離移動用にしたい方
メリット	<ul style="list-style-type: none"> ・歩く力を活かせる ・坂道も楽に移動できる ・コンパクトで扱いやすい ・歩行機能維持に繋がる ・9ℓ程度の荷物搭載可能 	<ul style="list-style-type: none"> ・姿勢が安定する ・屋内外どちらでも使える ・介助者が操作できるタイプもある 	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離の移動に最適 ・安定性が高い ・25ℓ程度の荷物搭載可能
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離移動には不向き ・歩く力が必要 ・雨の日は使い難い 	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離にはやや不向き ・荷物が載せられない ・操作方法の理解力が必要 	<ul style="list-style-type: none"> ・大きく、小回りがきかない ・屋内利用は不向き ・保管場所が必要 ・操作方法の理解力が必要
段差の対応力	△ 小さい段差は対応可能	△～× 基本的に避けたい方が多い	× ほぼ不可。回避が前提

① 電動歩行器:RT.3
詳細は下記 QRコードで確認(メーカーHP)




② 電動車いす:JW アクティブ
詳細は下記 QRコードで確認(ヤマハ電動車いすマニュアル)




③ 電動カート:セニアカー
詳細は下記 QRコードで確認(メーカーHP)




ご紹介した歩行補助具は介護保険で借りられる場合があります。担当ケアマネジャーや地域包括支援センターへご相談ください。



おしゃべりカフェのご案内

おしゃべりカフェとは、認知症の方や家族、認知症に関心のある方、サポートしたい方が集まり、ゆっくり気軽にお話や相談ができるカフェです。

お茶やお菓子を用意しています。どなたでも大歓迎です、是非お立ち寄りください。

～次回のお知らせ～ 日時:7月22日(水)



内容:美幌警察によるお話「詐欺、悪徳商法から我が身を守る為に」

～その後の日程～ 9月11日(金)、11月29日(日)、令和9年1月26日(火)

時間はいずれも:13:00～15:00

場所:しゃきっとプラザ1階 集団健診ホール

介護を学ぼう会 ～一人で悩まない、抱え込まないために～

介護をしている方、介護に関心のある方と一緒に学び、介護の疑問、悩みや介護の体験談など誰かと会うこと、話をする事で気分転換をし、情報交換の場となればと開催しています。



今年度1回目は4月18日(土)に「もしかして認知症かな?と思ったら」～認知症になってもより良く暮らすために～というテーマで北見赤十字病院出前講座にて認知症疾患医療センター認知症看護認定看護師太田くり氏より講話をしていただきました。

認知症についての理解が深まる会となり、参加者から「自分が認知症になったときの心構えができると思った」と感想もありました。次回は7月11日(土)です。案内は町の広報にも掲載しています。ぜひみなさん参加して一緒に学びましょう。

問い合わせ先:美幌町地域包括支援センター 電話0152-75-3220

「子どもみまもり隊」一斉活動日のご案内

平成17年度に「子どもみまもり隊」を発足し、「子どもの命と安全を守るための活動」として広く町民の皆さんに呼びかけ、登録者に缶バッジを無料で配布し、活動を進めています。

下記記載の活動日は、一斉活動日として、町内小中学校の始業日と終業日登校時の見守り活動を地域安全パトロール隊「リトルウイング」の皆さんと一緒に活動していただきますので、ぜひ缶バッジを身に付けて最寄りの小中学校にお集まりくださいますようお願いいたします。

1 一斉活動日の予定

【1 学期終業日】

学校名	活動日	活動時間
美幌小学校 東陽小学校 旭小学校	7月23日(木)	7:40~8:10
美幌中学校 北中学校	7月24日(金)	7:50~8:20

【2 学期始業日】

学校名	活動日	活動時間
美幌小学校 東陽小学校 旭小学校	8月21日(金)	7:40~8:10
美幌中学校 北中学校		7:50~8:20

子どもみまもり隊缶バッジ



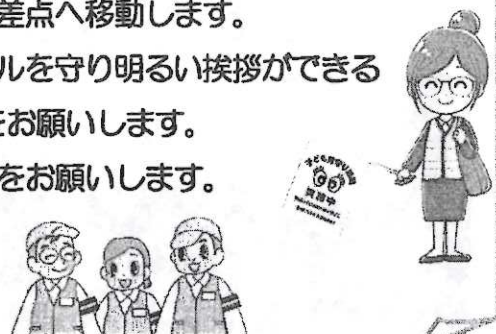
「子どもみまもり隊」への登録をお待ちしています
登録無料
町民会館窓口にて受付しております。
(七三-四一八七)



2 活動の内容

- 缶バッジを身に付け、上記の活動時間までに最寄りの小中学校玄関前に集合下さい。または、お近くの通学路に立って活動をお願いします。
- 受付担当職員に氏名を報告し、各班に分かれて通学路交差点へ移動します。
- 通学の様子（自転車の乗り方など）を見守り、交通ルールを守り明るい挨拶ができるように「おはよう」「気を付けて」などの温かい声かけをお願いします。
- 手持ち旗をお貸ししますので、子どもたちへの注意喚起をお願いします。

《問合先》 美幌町青少年育成協議会事務局
美幌町民会館内 (☎73-4187)



美幌町青少年育成協議会だより

第86号

リトルウイング

小さい翼



発行日：令和8年7月1日

発行元：美幌町青少年育成協議会事務局
美幌町民会館内 ☎73-4187

まだ小さくかわいい翼を守り、やがて大きく旅立つまで、健全に育成し続ける広報紙(名付け 元町 若林恵美子氏)

「子どもは地域の宝」 安心・安全な町づくりを町民の手で!

美幌町青少年育成協議会会長 三山 秀市



町民の皆様には、日頃より青少年健全育成活動に対しまして温かいご支援をいただいておりますことに心より感謝申し上げます。

育成協議会では、5月20日に令和8年度総会を開催しました。構成団体皆様のご出席を賜り、令和7年度活動内容の総括と令和8年度の体制と活動内容を協議していただき、全ての議案が承認されました。今後も町民の皆様とともに青少年の健全育成と、安心・安全な町づくりへ貢献できるよう取り組んで参ります。

本町では、本誌4ページに掲載のとおり、「子どもみまもり隊」一斉活動を実施しています。「子どもみまもり隊」は、現在2,200人を超える町民の皆様に登録していただいております。みまもり隊の証である「缶バッジ」を身に付け、各学校やお近くの通学路で「おはよう」「いってらっしゃい」「気を付けてね」などの声かけをしながら、子どもたちの見守りをお願いします。

このほか、小学校・中学校・高校のPTAはじめ多くの団体の方々に参加して、びほろ夏まつりやふるさと祭りにおいて、子どもたちが安心して安全な環境で楽しめるよう、非行防止や事件・事故防止を目的に巡視活動を行っています。

こうした活動を通して、我々大人が子どもたちを不安のない安全で安心な町に、しいてはわれわれ町民一人ひとりが安心して暮らせる町にしていかなければなりません。また、町のホームページにある「あんしんねっとびほろ」(ページ ID:0012014)に登録していただき、普段の見守り活動に加え不審者情報を受信したら、登下校時に通学路へ出て子どもたちの見守りにご協力ください。

町民の皆様と育成協議会52構成団体と一緒に、子どもの命と安全そして地域を守るための活動にご理解とご協力をよろしく願いたします。

令和8年度 青少年育成協議会総会議案より

今年度総会を去る5月20日に開催し、活動計画などについて原案のとおり承認されました。引き続き、関係団体との連携を図りながら、安全安心な町づくりのために活動を進めて参りますので、今後とも皆様のご協力をよろしくお願い致します。

令和8年度 育成協役員・理事・事務局

※網掛けは新規役員

(敬称略)

役職名	氏名	所属団体名
会長	三山 秀市	青少年育成協議会
副会長	村口 善二	〃
	上杉 晃央	〃
理事	水野 利幸	小中学校校長会(美小)
	新田 英樹	PTA連合会(美中会長)
	早田 眞二	自治会連合会
	丸山 俊夫	美幌地区保護司会美幌分区長
	石川 亘	民生委員児童委員協議会長
	長谷川 浩一	美幌地区防犯協会
	梶 艶子	自治会連合会女性部会事務局長
	土記 憲二	自治会連合会青少年部会長
事務局長	松本 直樹	青少年育成協議会
会計	永井 英俊	〃
監事	伊藤 健一	商工会議所
	井上 裕子	警察署少年補導員連絡協議会
事務局	横関 恵子	青少年育成協議会
	中川 睦子	〃
	安井 俊司	〃
	寺崎 智史	〃
	十川 元紀	〃
	浅野 謙司	青少年育成センター
	佐々木 鑑仁	〃

育成協の協力構成団体

- ◇町内小中学校 ◇美幌高校 ◇各学校PTA
 - ◇PTA連合会 ◇生徒指導連絡協議会
 - ◇自治会連合会 ◇自治会連合会青少年部会
 - ◇自治会連合会女性部会 ◇自治会連合会福祉部会
 - ◇自治会連合会交通安全部会 ◇交通少年団
 - ◇自治会連合会体育部会 ◇自治会連合会防犯部会
 - ◇自治会連合会環境衛生部会 ◇警察署
 - ◇自治会連合会防火防災部会 ◇防犯協会
 - ◇警察署少年補導員連絡協議会 ◇交通安全協会
 - ◇暴力追放推進協議会 ◇民生委員・児童委員協議会
 - ◇社会福祉協議会 ◇シニアクラブ連合会
 - ◇保護司会美幌分区 ◇青少年補導伝承隊 護老子
 - ◇更生保護女性会 ◇農業協同組合 ◇農協女性部
 - ◇農協青年部 ◇商工会議所 ◇商工会議所青年部
 - ◇連合商店会 ◇食堂組合 ◇文化連盟
 - ◇スポーツ協会 ◇消防署 ◇スポーツ少年団本部
 - ◇ライオンズクラブ ◇ロータリークラブ
 - ◇建設業協会 ◇防火協会 ◇青少年育成センター
 - (新加入)北海道エルピーガス協会網走支部美幌分会
- 【計52団体】

令和8年度 青少年育成協議会の活動方針

「青少年の健全育成は、私たち大人自身の有り様や社会全体の在り方にある」との認識に立ち、「地域のおじさん、おばさん運動」を町民総ぐるみ運動として積極的に取り組んで参ります。

- ◎青少年のたくましく健やかな成長を願い、「大人が変われば、子どもも変わる」を合い言葉に、青少年健全育成のための町民総ぐるみ運動を推進します。
- ◎「青少年の育成は大人の責任である」という認識に立ち、家庭・学校・地域に根ざした「地域の子どもは地域で育てる～地域のおじさん、おばさん運動～」を推進します。
- ◎青少年育成センターとの連携・協働の基に、地域ぐるみで青少年の命を守り、豊かで安心して過ごせる社会環境づくり運動を推進します。
- ◎「道民家庭の日」の普及促進を図り、明るい家庭、地域づくり運動を推進します。



青少年育成協議会の主な活動より

地域のおじさん、おばさん運動

【声かけ運動・巡視活動】

子どもたちが安心して過ごせる環境づくりのため地域安全パトロール隊「リトルウイング」の多くの団体が連携して声かけ運動や巡視活動を行います。

【町民総ぐるみ運動】

「子どもみまもり隊」の隊員が連携して見まもり活動を町民総ぐるみで取り組みます。

【青バトによる巡視活動】

地域安全パトロール隊「リトルウイング」の青バト(青色回転灯装備車両)による巡視活動を行います。

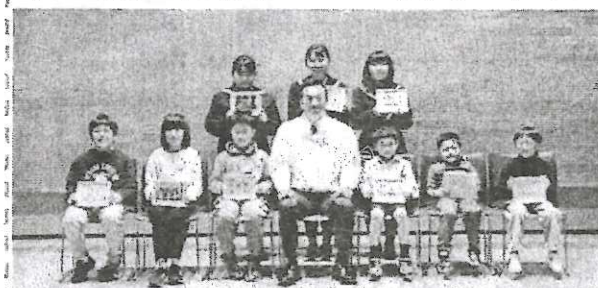
【社会を明るくする運動】

青少年の健全育成に向けた運動に「社会を明るくする運動推進委員会」と連携して取り組みます。

【夏まつり会場の巡視活動】

リトルウイングとPTA合同で巡視活動を夏まつり会場で行います。

明るい家庭づくり絵画コンクール表彰式 R7.10.19



地域の子どもは地域で育てる

【ふるさと祭りの「子ども横丁」と「巡視活動」】

子どもたちがお金を使わず、安心して遊べる居場所として「子ども横丁」を開設します。

☆9/4~6 ふるさと祭り会場にて

【第23回 明るい家庭づくり絵画コンクール】

青少年健全育成の中心を担う家庭の役割と重要性を広く町民に呼びかける、町内小中学生による「絵画コンクール」を行います。

☆表彰式 10/24(日) 町民会館にて

【第42回 美幌町少年の主張大会】

町内小中学生が町民の前で自分の主張を堂々と発表する場です。

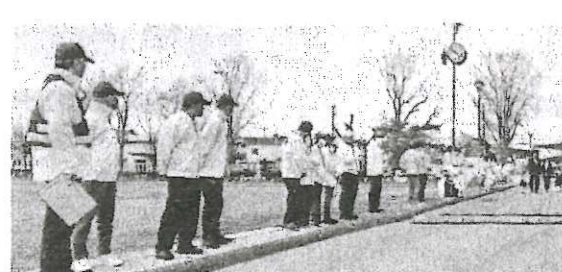
☆11/7(土) 町民会館「びほーる」にて

美幌町少年の主張大会 R7.11.8

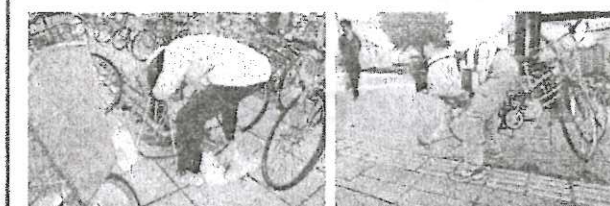


啓発活動

入学期の声かけ運動(定例巡視活動)



JR美幌駅前駐輪場清掃・防犯診断(警察署主催)



R7.10.14 JR美幌駅

美幌ふるさと祭り「子ども横丁」 R7.9.4~6

