



いきいき

くんねつぶメロンブランド継続へ意義ある年

全道的にその名が知られる「くんねつぶメロン」。その普及に多大に貢献している訓子府町メロン振興会は昨年、設立40周年を経過しました。年々生産者や作付面積が減る中で、会長の城地さんは「多くの先輩が築いたブランドをいかに継続していくか、今年、考える年になる」と話していました。

「くんねつぶメロンの栽培経過は、40周年記念誌にも記してあります。昭和38年までさかのぼります。当時の農業改良普及センター所長が、農家の生活改善の一環として女性を中心に栽培を奨励し、その後試験栽培で試行錯誤したようです。昭和43年に5戸の農家で本格栽培が始まりました」



城地 勇さん (緑丘 52歳)

「当時は、畑作のほか新しい作物を生産しようという動きがあり、ハウス内で女性も管理などができるメロンに目を付けたようです。生産が順調になった昭和48年にメロン振興会が設立されました。当時は、18戸で作付面積が4・9haでした」

「メロン振興会は、メロン栽培技術向上や長期に安定出荷する生産体制確立の活動を続けています。設立40周年を経過したことに、くんねつぶメロンというブランドを築いてきた多くの先輩に感謝しています。節目の年に会長を務めさせていただき、感慨深いですね」

「メロン栽培は平成11年、12年に119戸で、19・7haの作付けがピークで年々減少し、現在は73戸で7・9haの作付けです。減少の要因はさまざまありますが、農業情勢変化の中、出荷のあり方などブランドを、どう継続維持していくか考えていかなければなりません。そういう意味で、今年41年目の振興会は、くんねつぶメロンの将来に向けて意義ある年で、新たなスタートを切ったことになりました」

ヘルシ

運動・栄養・休養

PPKを知っていますか？

PPKという言葉をご存知ですか？PPKとは「ピンピンコロリ」の略です。「老後をピンピンと元気に生きコロリと死ぬ」という考え方で、

「健康に過ごす」ということを言う保健師だなぁ、と思う方もいらっしゃるかと思いますが、「ピンピンコロリ」で有名な一休さん、正月は「どくろ」で祝ったと言われている。「めでたく浮かれている、人間いつか死ぬ」ということを忘れてはならない」という教えのことで、それに倣ってみました。

話をピンピンコロリに戻しましょう。もともとこの言葉は、約30年前に長野県で生まれた言葉と言われています。長野県は平均寿命の割に高齢者一人当たりの老人医療費が低いため、「ピンピンコロリの里」と言われており、「ピンピンコロリ地蔵」というものもあるそうです。しかし、このことはなかなか全国に浸透せずにいたようです。1998年に医事評論家の水野肇さんと青山英康さん共著の「PPKのすすめ」の出版で、

“「生き方上手」は「死に方上手」？”

この言葉が浸透したこのことです。30年の間、医療が進化し、高齢者が増え、寝たきりや認知症の高齢者が増えたという現状があり、元気に老後を過ごしたいという気持ちがある、この言葉を広めたのかもしれない。

「これ以上」より「今までどおり」で

そうは言っても、「死に方」は選べませんので実際にコロリと死ぬというのは難しいことです。しかし、死の直前まで健康に暮らすというために何か自分で努力をしたり、前向きに明るく考えるという「生き方」は自分で選べるのではないのでしょうか。「健康に」と言ったついでに病気で、「健康に」と言う方もいらつしゃるでしょう。そんな方は「もつと良くなるように」というより「これ以上悪くならないように」ラジオ体操を始めたたり、お酒を減らしたり気軽にできることから始めてみませんか。いつまでも元気に毎日を過ごすために、介護予防の取り組みに興味のある方は、気軽に福祉保健課高齢者支援係(☎47-5555)にご相談ください。

今月の担当 保健師 藤谷 未来

介護・支援・予防

わたしたちの国民年金

20歳になったら国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

皆さんは、国民年金について考えたことがありますか？「年金なんてまだ関係ない」と思いませんか？

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一病気やけがで障がいが残ったとき、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。ただし、加入の届け出や保険料の納め忘れがあると年金が受けられないこともあります。「あのときに…」と後悔する前に、

国民年金に加入しましょう。

すでに厚生年金や共済組合に加入している方は、第2号被保険者となっているので、加入手続きは不要です。

Q 学生ですが、保険料を納めないとならぬの？  
A 20歳からの学生期間中に学生納付特例の申請手続きをしなかったり、保険料を納め忘れたりすると、在学中にけがや病気で障がいの状態となった場合に、障害基礎年金が受けられない場合があります。

また、将来受け取る老齢基礎年金も減額されてしまいます。

○問合せ 町民課戸籍年金係 (☎47-2203 役場1階窓口1番)

保険料納付は便利な口座振替で

くんねつぶフアン



大塚 正芳さん (元町 28歳)

“商工業振興のお手伝いを”

今月は、訓子府町商工会事務局職員の大塚さんにお話をうかがいました。

「平成22年4月に北海道商工会連合会に就職し、この年の7月に訓子府町商工会に着任しました。出身が札幌市で、学生時代に知床に遊びに来ただけで、訓子府は全く初めての地でした」

「町の商工業振興のための仕事をしていますが、業界の方のご理解とご協力を得ながらがんばっているところです。今後とも町活性化のためのお手伝いをしていきたいと思っています」

「高校時代は、陸上、大学時代は空手をしていましたが、現在スポーツはしていません。趣味のギターは続けていますが、少し運動をしなればなりませんね」