■発行日/平成18年6月1日　■発行/名寄しんきん「フィール」編集部　■〒096-0012名寄市西2条南5丁目　TEL01654-2-1111(代)

いい夢、応援します。
55th
名寄しんきん

キラリ★夢中人　Vol. 4

名寄地域の新しい情報発信源として3月27日に開局した『エフエムなよろ』は、情報発信ツールとしてだけでなく、今後様々な役割を担っていくメディアとして注目されています。今回は、そんな『エフエムなよろ』の魅力と今後の活動について局長の我孫子さんと女性パーソナリティーの若菜さんにお話を伺いました。

エフエムなよろ局長　我孫子さん
パーソナリティー　若　菜さん

リクエスト・メッセージ　宛先
FAX：（01654）9-7001
E-mail：788@nayoro.fm

Q1　開局してからの反響はどうですか？

番組に興味のある人（リスナー）からは、FAXやメールで意見や励ましの言葉、「楽しかったよ」というようなお褒めの言葉をいただきます。まだ始まったばかりですが、名寄市内を歩いてると色々なところでかかっているのを耳にし、皆さんに聴いてもらえているのがわかるのはすごく嬉しいですね。

ただこれからは幅広い世代の方に親しまれるラジオ局にしていきたいと思っていますので、あまり興味を持っていない方の意見も聞きたいという気持ちもあります。音楽をかけるにしても、どの時間帯にどんな世代のリスナーが多いのかというリサーチをもっとしていきたいですし、それによって選曲や番組時間の拡大も考えなければならないと思っています。

Q2　女性パーソナリティーの若菜さんのことを教えてください。

大学を卒業した後に札幌で就職し、色々な経験がしたくて営業の仕事をしていたのですが、以前から放送の仕事にはとても興味があって…そんな時、昨年の11月半ばにたまたま名寄の知り合いから『エフエムなよろ』の話を聞き、面白そう！やってみよう！と思い始めました。

今はパーソナリティーとして番組をまかされている以外にも、音楽を流したり色々な機材を使ったりと専門的な知識も必要ですので大変な事もありますが、『エフエムなよろ』を支えてくださるボランティアの方も30名程おり、とても楽しくやらせていただいています。

Q3　パーソナリティーとしてどのような番組作りをしていきたいと考えていますか？

女性だからというわけではないのですが、『お昼の公園通り』という料理コーナーや『おばあちゃんの知恵袋』という料理をする時のちょっとした工夫を紹介したりする番組があります。

他にも女性ゲストに来ていただき、ト1、クをしてもらう番組があって、今までは10分間という短い時間での放送でしたが、反響が大きく1時間に拡大することが決まっています。

やりたいことはたくさんあるのですが、今後はランチの情報やこんなものが安くなっていますよ！というような身近な情報を発信していけたらいいなと思っています。他にも他地域のラジオ局と中継を繋いだり、実際に地域の方々に突撃インタビューをしたり、生放送ならではという番組作りをしていきたいと考えています。

Q4　「A-Rてっし」を今後はどのような放送局にしていきたいと思っていますか？

第一は皆さんに楽しんでもらえる番組にしていきたいです。3月末までは無くて当たり前のものでしたが、「無くてもいいよね」というのは淋しいのです。ここから一歩皆さんの生活の中に入り込んで、「A-Rてっし聴いてよかったね」と言ってもらえるような放送局にしていきたいです。

ラジオの生放送はリアルタイムで臨場感のある放送が出来るというメリットがあり、地域の皆さんに新しい情報をいち早く発信していくことができるという速報性や起動力があるというのも魅力の一つですので、もっと地域の方々との距離を縮めていきたいです。

Q5　今後の予定（イベント）等を教えてください。

地域では夏冬で、色々とイベントがありますよね、名寄近郊を含め、様々なイベントに中継を繋いだりして参加していきたいと思っていますし、いずれはイベント企画のお手伝いができたら良いなと思っています。

他にも、色々な方にどんどん番組出演していただきたいと思っていますので、興味のある方は是非声をかけていただけたらなと思います。

Q6　最後にFeel読者に一言お願いします。

『エフエムなよろ』では、地域の皆さんに信頼されの必要とされる放送局を目指しています。今はまだ、ラジオ局に対して身近さが感じられないかもしれませんが、例えば「○月○日は私たちの結婚記念日なのでこの曲をかけてください！」「○○さん　お誕生日おめでとう！」等、もっと気軽にラジオ放送を楽しんでもらいたいです。

ラジオは何かやりながらでも聴けるという気軽さがあります。

朝起きてテレビをつける方が多いと思いますが、同じような感覚でラジオをつけていただけたらなと思います。

私たちは、情報を取得する手段としてテレビやインターネット等様々なツールを利用しますが、その情報は必ずしも地域に密着したものばかりではありません。

しかし私たちが本当に必要と感じている情報は、今私たちが生活している「地域の情報」ではないでしょうか。

今回取材に応じてくださった我孫子さんも若菜さんも、初めてのラジオ局訪問に緊張している私たちを温かく迎えてくださり、ここに載せきれないほどのたくさんの楽しいお話を聞かせてくださいました。『エフエムなよろ』を取材するまでは、ラジオ局は少し遠い存在のように感じていたのですが、今回の取材でそういった気持ちは無くなりました。それは、我孫子さんや若菜さんの人柄が私たちを惹きつけてくれたからだと思います。

今後は『エフエムなよろ』が私たちの一部となり、もっと身近で親しみのある放送局になっていくと思います。そんな魅力的な『エフエムなよろ』を私たちも一ファンとして応援させて頂きます!!

創立55周年記念事業のご案内

レディースサークル「ひまわり会」講演会

講　師：庄司　歌江さん
講演日：平成18年7月12日（水）
会　場：グランドホテル　藤花

第6回名寄しんきん札響クラシックコンサート

公演日：平成18年9月16日（土）
会　場：グランドホテル　藤花

イベントカレンダー

名寄
- 名寄・下川間往復駅伝競走……6月18日
- サンビラー国体記念第4回サマージャンプ大会……7月30日
- そつじ名寄まつり……8月6日
- 名寄のおどり……8月7日
- 名寄産業まつり……8月27日
- スポーツフェスティバル……10月10日

美深
- 第1回びふか松山温原フェスティバル……6月24日
- 第22回美深ふるさと夏まつり……7月24日
- 06天塩川イカダトロ……8月6日
- 美深神社例大祭……9月2日
- 第22回美深ふるさと秋まつり……9月4日

下川
- 下川ふるさまつり……8月26・27日

士別
- 士別ハーフマラソン大会……7月23日
- 天塩川マラソン……8月14・17日
- 産業フェア……8月27日

旭川
- 第74回北海道蒸気大行進……6月3日
- 花フェスタ2006旭川……6月14・15日
- 旭川神社祭……7月28日
- 永山平田まつり……7月30日
- 道納涼花火大会……8月2日
- 旭川産業まつり……8月3日

風連
- 第27回ふうれん自樺まつり……6月18日
- 風連ふるさと祭り……8月12・13日

中川
- 中川まつり……8月2・4日
- ほうねんまつり……8月26日
- 分かわ総祭まつり&北海道天神・相撲大会……10月1日

音威子府
- 村民運動会……6月9日
- 八幡神社祭……7月23日
- 第25回ふるさと祭り……8月6日

士別
- 下士別まつり……8月26・27日

美深
- 第1回美深ふるさと秋まつり……9月2・3日

名寄
- 名寄・下川間往復駅伝競走……6月18日
- サンビラー国体記念第4回サマージャンプ大会……7月30日
- そつじ名寄まつり……8月6日
- 名寄のおどり……8月7日
- 名寄産業まつり……8月27日
- スポーツフェスティバル……10月10日

編集後記

●初めてのフィール編集員で私はA-Rてっしに取材に行きました。普段足を踏み入れない場所に行く事が出来、さらには楽しく体験させていただき、大感激の感動をさせていただきました。（千代）

●ラジオ局放送に出演と言うちょっとしたハプニング（？）もありましたが、楽しい取材でした。これからも貴重な体験となりました。これからも寄後という名寄の新しい発信源からFeelを広げていけたらと思います。（鈴花）

●今年4月、名寄市立大学が開学したということで、取材させて頂きました。新校舎に入ったのは初めてでしたので整った設備と環境に目を奪われました。

新しい出発にふさわしい大学だと思いますので、これからも期待していきたいです。（渡邊）

●今回、名寄市立大学を取材・見学させて頂いたのですが様々な設備が整っており、どれも近代的でその全てに驚きの連続でした。私の母校である名寄市立短期大学の名が無くなってしまうのは少し寂しい気もしますが、数年に亡くなって生まれ変わったとでも今後より一層名寄市の核として地域に必要とされる存在であり続けることを期待します。（中村）

●私は前回同様、今回も3面の料理を担当させていただきました。このような機会でもない限りほとんど料理をしなかった私ですが、これを機に過に何度かは料理をするようになりたいです。

ご紹介した三品とも、料理が苦手な方、時間がない方にぜひお勧めです。一度作ってみてはいかがでしょうか？（金田）

フィール編集委員●編集委員長　小野寺優子（本店営業部）●副編集委員長　池田沙織（本店営業部）●事務局長　服部恭子（業務部）
●編集委員　藤澤美里（本店営業部）　早坂晴香（本店営業部）　千葉沙織（中央通支店）　大伏綾子（公園通支店）　林由子（ふれあい支店）　野作直子（総務企画部）　中村由紀子（事務部）
フィール連絡委員　岡部誠子（美深支店）　横本奈菜（下川支店）　伊豆倉陽子（風連支店）　佐藤澄（中川支店）　岡村由佳（音威子府支店）　佐藤有希（士別支店）　福田恵理（旭川支店）　以上
http://www.hokkai.or.jp/nss1024/

ふれあいパッケージ　フィール　No.33

ご意見・ご感想をお待ちしております

■発行日/平成18年6月1日　■発行/名寄しんきん【フィール】編集部　■〒096-0012　名寄市西2条南5丁目　TEL01654-2-1111(代)　FAX3-0940
●本部・本店TEL01654-2-1111　●美深支店TEL01656-2-1731　●下川支店TEL01655-4-4141　●風連支店TEL01655-3-2504　●中川支店TEL01656-7-2541　●音威子府支店TEL01656-5-3331
●士別支店TEL0165-22-1000　●旭川支店TEL0166-25-2001　●旭川北支店TEL0166-52-7755　●中央通支店TEL01654-2-5522　●公園通支店TEL01654-3-2332　●ふれあい支店TEL01654-3-6611　●永山支店TEL0166-48-5533

18年4月開学

名寄市立大学に行って来ました！

新館の玄関
スロープを上ると自動ドアがあります。

みなさんもご存知のとおり、新「名寄市」の誕生とともに、今年4月「名寄市立短期大学」が「名寄市立大学」として大きく生まれ変わりました。

市立短期大学児童学科はそのままに、市立大学として今までの栄養学科、看護学科に加え、新たに社会福祉学科が新設されたのです。この3学科が揃っている公立の大学は国内でも珍しく、全国各地より多くの方が受験され、大学・短大を合わせ新1年生202人が名寄での新しい生活をスタートさせています。

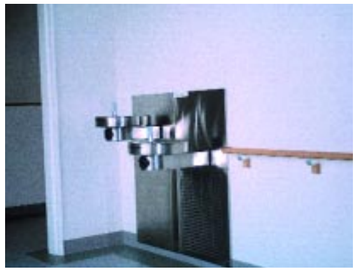
新しい土地での新しい生活。多くの学生が自分の夢を叶えるため、期待と不安を胸にこの名寄市に飛び込んできました。名寄市立大学では、そのような学生の不安を少しでも取り除き、名寄での生活を安心して送れるように、学内に心身ケアのための健康相談室が設置されました。健康に関するカウンセリングや、悩み事の相談まで気軽に出来る環境作りにも力を入れているのです。福祉や医療を専門的に学ぶ学生にとって、この健康相談室はより実践的で最高の学びの場ともなるのではないでしょうか…。

新館・給食経営管理実習室
給食実習で使用する器材が完備されています。

四年制大学になるにあたり、校舎も大幅に増築されました。恵陵館（元恵陵高校）、新館（今回新しく建設された校舎）、本館（旧短大の校舎）から成り、3つの校舎を合せると旧短大校舎の二倍以上の広さになります。

新館・中講義室
視聴覚教室を兼ねており、
全部で136席あります。

見学させて頂いた新館はとても近代的で、各々の教室にはどれも最新の設備が整っていました。実習室なども今までにない、より専門的な機械・器具などがたくさん揃っています。また、新館の入り口を入るとすぐに「名寄しんきん」のATMコーナーがあります。一般の方も利用できますので、お近くの方は是非ご利用下さい。



新館・廊下にある水飲み場
背の低いものと高いものと２つあります。

3つの校舎に共通する大きな特徴は、人に優しいバリアフリー対応の造りになっていることです。入口にはスロープが付けられ、廊下にある水飲み場は背の高いものと低いものが設置されています。また、階段には全てに手すりが付けられ、新館にはエレベーターや車椅子用のトイレが、恵陵館の階段には手すりに加え昇降機が設置されており、細部に渡って多くの配慮がされています。これらの設備に囲まれて学ぶことで、常にバリアフリーに対する意識を持つことができ、人に対する優しさが、より強く育まれていくような気がします。さらに、「学生ラウンジ」という学生の憩いの場が3箇所あり、明るく開放的なラウンジで学生がくつろげるような造りになっていました。中でも新館のラウンジには、今回一面で取材させていただいたエフエムなよろの「Air てっし」（ラジオ放送）が流れており、雰囲気の良い空間作りに一役買っていました。

恵陵館・階段に設置された昇降機
安心して昇り降りできますね。

名寄市民にとっては少し遠い存在に思えていた名寄市立短期大学が、四年制大学になったことで、より地域に密着した大学としても大きな一歩を踏み出しました。地域の窓口としての役割を担うべく、「地域交流センター」が設置されたのです。ここでは、地域貢献に関する様々な活動に取り組んでいます。今まで以上にボランティア活動や市民のための公開講座などを通じて地域のみなさんとふれあえる機会を設けていますので、ぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか？

中尾裕二事務局長より一言

市民の皆さんの大学として、市民の方も気軽に利用できる大学を目指しています。皆様からの要望や意見を取り入れて、地域との関わりをより密にし、積極的に関わっていきたいと思っています。

久保田学長　　中尾事務局長

久保田宏学長より一言

名寄市立大学は、４年制大学として出発したばかりの未来ある大学です。これからの名寄市発展に貢献できるよう、地域の皆さんのお力をお借りして、共に大学を育てて頂ければと思っています。

今後名寄市立大学が大きく成長していくことで、「名寄市」という地名がブランド名となれば幸いです。

気になる絵本・ここが見どころ

「おぼえていてね　アーカイブ星ものがたり」

作：市川　拓司
訳：こじまさとみ

今はもう亡くなってしまったあの人が、きっと暮らしている星、アーカイブ星。この絵本は、この星で暮す一人の淋しい女の人の物語です。なぜ淋しいのかからずに、淋しさのわけを知りたくて「探しものの扉」を開けると、そこは雨の森の中…歩き続けた彼女が森の中で見つけたものは、本当に大事なものでした…。

この絵本は、大事なものを見つけた時の、女の人のあたたかい気持ちが伝わってくる、そんな優しさいっぱいの絵本です。

アーカイブ星と聞いて気付いた方もいると思いますが、この絵本は大ヒット映画「いま、会いにゆきます」の作品の中から生まれた絵本です。映画の小道具として作られた絵本なので、是非この機会に絵本と一緒に映画もご覧になってみてはいかがでしょうか。より絵本の温かさが伝わると思います。

「チャーリー・ブラウン　なぜなんだい？ ―ともだちがおもい病気になったとき―」

作：チャールズ・M・シュルツ
訳：細谷　亮太

―ともだちがおもい病気になったとき―

この絵本は、重い病気にかかり辛い思いをしている子どもの気持ちを理解してあげることの大切さを、スヌーピーの仲間たちを通じて、子どもたちに分かりやすく説いた絵本です。白血病に苦しむ少女、ジャニスと、クラスメイトのチャーリー・ブラウンやその仲間たちが、豊かな感性と温かさで、私たちに生きるうえで欠かせない思いやりの心を教えてくれます。

この本は「がんとたたかっている幼い子どものために、スヌーピーとその仲間たちの力をかしてほしい」という看護士さんの一通の手紙から生まれました。病気の子どもたちと親、そして世間がつくってしまう「壁」が取り除けるよう願って作られたのです。

人間の愛と絆の大切さが溢れているこの一冊、子どもはもちろん、広く大人の方にも読んでいただきたいと思います。

生活ミニ知識

私達の生活に安らぎをもたらしてくれる季節の植物たち。美しく咲いた花を、少しでも長く楽しみたいと思いませんか？

ここでは、身近なもので簡単にできる押し花の作り方をご紹介します。

○用意するもの

・新聞紙（電話帳サイズに折りたたんでおく）……10枚
・ティッシュペーパー　…2枚
・電話帳（できるかぎり厚めもの）……1冊
・図鑑や辞典など大きくて重い本　……約5kg分

○花の選び方

咲いたばかりの新鮮な花を選びます。傷や虫の付いている花は、押し花作りの途中で傷んでしまうので、よく確認しましょう。

○作り方

①花の下準備をします。花びらの多い花は、花びら同士が重ならないように間引きします。葉や茎に厚みのあるものは、カッターナイフで縦半分に切りましょう。

②折りたたんだ新聞紙5枚の上にティッシュペーパーを敷き、その上に充分に間隔を開けて花を並べます。並べた花の上にティッシュペーパーを乗せ、残りの新聞紙を重ねます。

③花がずれないように気を付けながら、②を電話帳の真ん中のページに挿みます。

④平らな床の上に③を置き、用意した辞典等を乗せて重しにし、4～5日置きます。湿度により出来具合が異なりますので、取り出した花が湿っているようでしたら、ティッシュペーパーと新聞紙を新しいものに交換し、さらに2日ほど③～④の工程を繰り返してください。完全に乾燥したら出来上がりです。

○押し花の保存方法

押し花は湿気や日光に弱いので、タッパーやファスナー付きのビニール袋に入れ、直射日光の当たらない場所で保存しましょう。

○押し花をお好みの紙に貼る方法

紙は和紙や画用紙など厚めの物を選び、接着剤は木工用ボンドや手芸用ボンドを使うとキレイに仕上がります。接着剤はつまようじの先に付け、少量ずつむらなく塗っていきましょう。

花…花芯の裏に接着剤をつけて貼ります。花びらは変色することがありますので、なるべく接着剤はつけないようにします。

葉…小さな葉は葉の付け根に、大きな葉は葉の中心に接着剤をつけて貼ります。

茎…太い茎は全体に、細い茎は数箇所に接着剤を付けて貼ります。

押し花は、お手紙に添えたり、葉書やメッセージカードに貼ったりと、工夫しだいで様々な楽しみ方があります。夏は色鮮やかな花がたくさん咲く季節ですので、押し花作りで身近な草花の豊かな表情をお楽しみください。

超簡単クッキング

デミグラスソースのツナドリア

市販品を使った簡単料理

〈材料〉 2人分
・ツナ缶詰……1缶
・玉ネギ……1/2個
・コーン……1/2カップ
・ご飯（冷やご飯だと尚良い）……茶碗2杯分
・ピザ用チーズ……50g
・デミグラスソース……1袋（120g）
・器に塗るバター（またはサラダ油）　適宜
・パセリ（お好みで）　……適宜

作り方
①玉ネギをみじん切りにする。
②フライパンにツナの油を熱して玉ネギを中火で炒め、しんなりしたらコーン、ツナ、ご飯も加えほぐしながら炒め合わせる。ご飯がばらばらとしてきたら、デミグラスソースを加え、全体を混ぜ合わせる。
③耐熱の器に薄くバター（またはサラダ油）を塗り、炒めたご飯を入れピザ用チーズを全体に散らし、オーブントースターで3～4分焼いて出来上がり。

※デミグラスソースの代わりに残りものののカレーを使っても美味しくできます。

フィール編集委員作

にらの豚肉巻き

電子レンジでスピード料理

〈材料〉 2人分
・豚肉バラ薄切り肉……150g
・にら……1/2束
・ミニトマト……（お好みで）
・塩……少々
・こしょう……少々
〈たれ〉
・ねりがらし……適宜
・しょうゆ……適宜

作り方
①大きめに切ったラップの上に端が少しずつ重なるように豚肉を縦に並べ、塩、こしょう各少々を振る。にらを左右の幅に合わせて切りそろえて手前におく。
②にらと肉の間にすき間ができないように肉を手前から巻いていく。巻き終わったら、全体をラップでしっかり包み込み、両端をしっかりひねって閉じ、電子レンジで約3分加熱する。
③ラップをしたまま冷まし、あら熱がとれたらラップをはずして2cm幅に切り出来上がり。

フィール編集委員作