

広報

中川町成人の日のつどい なかがわ

2018
H30
No.705

2

じゅえる
中川町 ゆるキャラ



1月4日 中川町成人の日のつどい

祝！成人おめでとう 成人の日のつどい 新成人の抱負を聞きました

今日まで支えてくれた家族に感謝します。大学での勉強は思ったより大きですが、しっかり学び、立派な社会人になれるよう頑張っています。



石垣克眞さん

20年間、不自由なく育ててくれたお父さん、お母さんに感謝しています。言葉や行動で、少しずつ恩返しをしていきたいと思っています。



浅野莉音さん

成し遂げんとした志をただ一度の敗北によって捨ててはならない。
『テンペスト』



高島遼太さん

看護師を目指して、大学に通っています。今年度は三年生になり、実習も多くなりますが、将来しっかりと知識と技術を持てるように頑張ります。



小池未来さん

親元を離れてみて、今まで何不自由なく生活できたのは、両親のおかげだと実感しました。20年間育ててくれて、本当に感謝しています。



田中瑛理さん

今まで、健康に育ててくれた両親に感謝しています。これからも、支えてくれている多くの方への感謝を忘れずに、夢に向かって日々努力していきます。



高橋由衣さん



1997年 (平成9年)

主な出来事

社会

- ・マーズ・パスファインダーが火星に到着
- ・香港が英國から中国に返還される
- ・消費税が3%から5%に引き上げ
- ・山一証券が破綻
- ・北海道拓殖銀行が破綻
- ・たまたまがブレーク
- ・今年の漢字「倒」(大型倒産やサッカー日本代表が強豪を倒してワールドカップ出場)

理容の国家試験合格を目指に日々努力をしていきます。
これからも、両親への感謝の気持ちを忘れずに立派な理容師になり、恩返しをしたいです。



田中徹平さん

今まで育ててくれた両親には、とても感謝しています。
これからは就職活動も始まるので、悔いのないよう精一杯頑張ります。



松原陸人さん

新成人としての自覚と責任を持ち、日々過ごしていきます。
四年後、立派な薬剤師となり、医療の向上に貢献していきます。

今まで大事に育ててくれた両親やお世話になった周りの方々に感謝しています。
春からは保育士として、たくさんの子どもたちに笑顔をとどけられるよう頑張ります。



田村綾音さん



若山磨唯さん



中川町での出来事
・パークゴルフ場の完成

- ・芥川賞「水滴」(日取真俊)
- ・直木賞「鉄道員」(ぼつぼや)・浅田次郎、「女たちのジハーダ」(篠田節子)
- ・サッカー日本代表が初めてワールドカップ出場を決める(ジョホールバルの歓喜)
- ・プロ野球ヤクルトが日本一

Dive to Haskap!!!

ハスカップワインに溺れる日

@otocafe天塩中川駅

このイベントは、町特産品「ハスカップワインに溺れる」をテーマに2013年から開催し、毎回ハスカップワインに合い、地域の食材を活かした料理を提供しようと工夫を凝らしています。

5回目となる今回も、前回に引き続き、札幌で活躍中の

フレードクリエイティブチーム

12(ジュウニ)のおふたりを

お招きして、鹿肉、発芽そば、

ふきやたけのこなど山菜、匠

舎さんのワインナーなど中川

町の食材をふんだんに使った

クリスマス料理が町産木材で

彩られたテーブルに並びまし

た。

12月16日(土)、町内で収穫されたハスカップを醸造してつくられたワインを味わうイベント「Dive to Haskap!!!」が、オトカフエのプロデュースにより天塩中川駅で開催されました。

た。

会場では「森のはちみつ」

「木工クラフト」「白樺樹皮細工」などの展示も行われて、

お土産やクリスマスの飾りつけのために買い求められるお客様もいらっしゃいました。



天塩川 春・発信 in なかがわ

第5回きこり祭
2月25日(日)開催決定!!

中川町では、全面結氷する大河「天塩川」の解氷時刻を予想するクイズを行っています。解氷日時を的中させた方、または近い方に賞金10万円をはじめ、上位入賞者に町の特産品などが贈られます。

解氷時刻は、標識木が倒れて流れたときです。

■参加方法は?

はがきでの応募は、①予想する解氷日時(月、日、時、分) ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦メールアドレスの7点を記入し郵送してください。はがきの場合1枚1口に限ります。応募口数に制限はありません。

インターネットでの応募は、専用URLから行います。2月1日(木)～2月28日(水)



■問い合わせ・応募先

〒098-2892
北海道中川郡中川町字中川337番地
中川町役場 産業振興課産業振興室
「天塩川 春・発信 in なかがわ」係
☎01656-7-2816 FAX 7-3511
専用URL <https://nakagawatourism.com/teshiogawa/quiz/>

中川町の冬を多くの皆様に楽しんでいただき、少し昔の生活や仕事をの様子に思いをはせていただくなり祭を開催します。今年も大迫力のKIKORI丸

太レースやイケメンキコリコンテスト、林業体験を実施するほか「手打ちそば」「焼肉」「焼鳥」「豚汁」など美味しい体を温める飲食店や「木工クラフト作品」などマーケットが並びます。



近年、全国で大規模な水害などの災害が発生していることを受けて、中川町では平成29年10月に洪水ハザードマップを作成し、全戸配布しています。

天塩川とその支流の増水によって大規模な洪水が発生した場合、避難所への避難、食糧や生活物資の不足が予想されます。そこで、平成28年度に5カ年の備蓄計画を立て、年次計画的に必要な物資の整備を始めています。役場では平成26年度から災害時の食糧品などの備蓄を始めており、平成29年度からは北海道の交付金を活用して避難所で使用する各種生活用品についても整備を始めました。

今後は、町内の14カ所の避難所に食糧品などの物資を分散配備し、常に起こりえる災害に備えていきます。町民の皆さんには、日頃から洪水ハザードマップに目を通してください、最寄りの避難所を確認し、もしもの災害に対する心構えを持つて、ただくとともに、飲料水や非常食などの家庭内備蓄を進めていただき、よろしくお願いします。

役場では災害への備えを進めています



指定緊急避難場所、指定避難所を指定しました

指定緊急避難場所

災害が発生したときにその危険から逃れるための避難場所

- ・中川中学校
- ・ナポートパーク
- ・エコミュージアムセンター

指定避難所

災害により家に戻れなくなった町民が滞在する、避難生活に適した施設

- ・中川中学校
- ・ポンピラアクアリズイング
- ・エコミュージアムセンター



『家庭の害獣とのたたかい』

はつとりかずお
服部一雄



安川の我が家は古い家なので、隙間が多いです。寒いのは多いです。火を焚いて我慢できますが、許せないのがネズミの害です。食料は出しつばなしにしないのですが、荒らされはしなかつたのですが、就寝時に頭をたたかれるに至つて危機感を覚えた私は、この不法侵入者を退治することを決意しました。ネズミとの2ヶ月にわたるたたかいが始まったのです。

しかしヤツはあきらめず廊下からの進入を図り、扉を削り始めたのです。怒り心頭です。以前の穴をわざと開けてやり再度粘着シートをかけ、今度は音を立てないように人間が監視することとしました。果たしてついに出てきたヤツは粘着シートに引っ掛かり、脱出する間もなく捕獲されました。粘り勝ちです。

長い戦いもついに勝利しました。しかし、またいつ野生動物が家に住み着くかわかりません。また今日も軒先に謎の足跡がありました。今後も戦いは続きます。失敗！ 次は粘着シートです。床下か

らの進入路は既に分かっているので、そこに仕掛け待ちます。2日目にかかりました！ が、ヤツは力ずくで脱出して朝にはいませんっておりました。以後2回脱出を許します。一旦敗北を認め进入路をふさいで休戦としました。



かじられ、半分まで貫通しています

中川町地域おこし協力隊活動記⑥

『norari~自然豊かな丁寧な暮らしを vol.27』

おとうたけひろ
尾藤剛弘



担当として毎月下旬に天塙中川駅で「estatecafe」を開催しています。2月は、21日～27日です。2017年も、たくさんのお客様にご来店いただき、誠にありがとうございました。

12月は、私が食と観光の地域おこし協力隊として積み上げてきたモノをディレクションしたイベント「DIVE TO HASKAP」がありました。今年もたくさんのお客様に喜んでいただき嬉しかったです。食べ物は、人を元気にしたり、幸せにしたりする力が本当にありますね。昨年

ています。今年のDIVE TO HASKAPは、食材についてなるべく地元の企業ということをテーマにしました。HD企画のハスカップサイダー・そしてハスカップワイン・KIKORIブランドの森のはちみつ・道の駅なかがわ匠舎の燻製ベーコン・ウインナー、ハスカップジャム・中川リプロベースの鹿肉・株式会社さんかいらくのふき、たけのこ、わらび、ホタテ、うに・中一産業の蕎そばを使いました。

中川で生まれた食材や料理となかがわの森から切り出された木材を大きなうつわとして使い、中川でしかできない味付けにしています(笑)。他の地域おこし協力隊のみなさんにも協力してもらいたいです。協力隊のみなさんとも協力してもらいたい、空間をデコレーションしてもらいました。インスタ映えする空間に仕上がっていますよ。

地元で考え、新しく価値を生み出したものを通して、日々の暮らしが豊かになっていくことを楽しんでください。

同様、料理のコーディネーターは、12(ジュウニ)さんにお任せしました。彼女たちは、札幌市で中川のはちみつを使った料理を提供してくれるなど、関係人口として違う土地で協力してくれ



『振り返りと新たな抱負』

た しろ え み
田 代 絵 美



中川町で過ごす冬

も3度目になり、地元新潟とは違った真っ白な雪道にも慣れてきました。地域おこし協力隊としても3年目となつた今年はこれまで中川町で経験させていただいた事を生かして、森と人を繋げる仕事に励んでいきたいと思います。

昨年は着任してから続けてきた森でのイベントやクラフト材の流通を通して多くの方と交流することができました。町内の方にも多くご参加いただきありがとうございました。

特に豊里の町有林で行われている森のさんぽと薪のごちそうは色々な方と協力しながら毎年様々な新料理を作つてきました。身近な山でも視点を変え登つてみると毎年違う発見がありました。

3年間担当してきたイベント

では毎年参加してくださる方も多く、子供たちが森での楽しみ方を自ら考え実行している姿が印象的でした。

クラフト材の流通では旭川の木作家、瀬戸晋さんが中川町の木材だけを使ってクラフト展に出品していただきました。

「一本のキハダだけを使った作品」というコンセプトに興味を持つて、木のふるさと中川町にも興味を持つてくださる方々と出会うことができました。

そして、自ら作った白樺樹皮細工を札幌などで販売する機会を頂きました。森から採れる恵みを長く使ってもらえる商品に加工していく事はとても難しいですが、それを上回るやりがいを感じることができました。

振り返ると様々な形で中川町の森と人に関わる仕事を行うことができました。今年は樹皮細工を販売する機会を沢山いただいているので、自分で作つた商品を通して中川町を知つてもらいたい、なかがわの森に行つてみたいという方を増やしていきたいと思います。

町の振興や発展のために東奔西走する 地域おこし協力隊の活動の様子を紹介します

『中川の一年』

佐藤杏那



中川町に来て丸1年が経ちます。私の人生の中でも移住、転職、結婚など大きな転機が一気に舞い込み、とても濃厚な1年となりました。現在妊娠しており、出産に備え協力隊の活動を2月2日で終えることになりました。

当初想定していたスケジュールとは違つたものになりました

が、山村での生活とやりたかった林業作業にも打ち込むことができ、充実した時間を過ごすことができました。大人になると新しく自分で出来ることが増えた。

れば可能性も同じく増えるものです。新しい可能性に素敵な予感を感じていた矢先だったのですが、妊娠に対する当初は戸惑いがあったのも確かです。幸いにして周りの方々にもたくさんの励ましや助けを頂いています。本当に感謝しかありません。この先、育児にも余裕が出来た時には、仕事としてこれまでの経験を活かし、地域で貢献できることを考えていきたいと思っています。それが私に出来る皆さんへの恩返しだと考えています。

1年間ありがとうございました。



のどか
和

『下高井戸商店街 歳末企画』

むら かみ 村 上



見られたり、ランチが食べられたり……と色々なことに使えるとてもお得な物です。

『歳末特別企画』では溜めたスタンプと各店舗の特別商品とを交換することが出来ます。個数が限られている物もあり、毎年、申込受付の初日は長蛇の列になります。

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。

ナカガワのナカガワでは2回目の年越しとなりました。クリスマスには中川町から雪を送つてもらい、店先に雪だるまを作りました。めったに雪の降らない下高井戸に突如現れた小さな雪だるまに大人も子供も大興奮で興味を持つてくれていました。

私は雪にシロップをかけてかき氷にして食べてみたいという願望がありますが、実践してみたことがありますか？？

下高井戸商店街でのビッグイベンツ『歳末特別企画』が行われました。下高井戸商店街では、お買い物をすると『しもたかスタンプ』という物をお渡ししています。それを集めると、お買物券として使えたり、映画が

見られたり、ランチが食べられたり……と色々なことに使えるとてもお得な物です。

『歳末特別企画』では溜めたスタンプと各店舗の特別商品とを交換することが出来ます。個数が限られている物もあり、毎年、申込受付の初日は長蛇の列になります。

中川町はサテライトを設ける前から参加していたので『匠舎』の『ワインナー』や『フランクフルト』などは以前から大人気です。今回は『ワインナーセット』の他に、『蕎そば』と『わらび』を組み合わせたセットは初めての試みでしたが多くのお文を頂きました。

有難いことに中川町は毎年多くの注文を頂けていますが、商店街の各店舗から申込みをしてくれる方や、交換する商品を決めかねている方に中川町の商品を薦めてくださる方が多いおかげであります。もちろん私たちもお手伝いに行っていますが、知らない所でも助けてもらつてばかりです。

問い合わせ先 産業振興課産業振興室 ☎7-2816

『帰省しました』

こ はやし さ おり 小 林 紗 織



年末年始は穏やかな天氣で、無事に帰省し、そして中川町へ戻ることができました。

実家に到着した日はもちろん雪もなく、温かいを通り越して、コートを着ると暑いくらいの気温で、銀世界の中川町とのギャップをとても感じた瞬間でした（笑）。

外の気温は圧倒的に関西の方が暖かいですが、実家に帰つて家の中の寒さに驚きました！

北海道では外が寒くても中に入るとどこも暖かく、快適に過ごしていましたが、電車の中の寒さや実家では違う部屋に移動する度にとても寒いこと、こちらでの生活を経験したからこそ

暖かいはずの地元で風邪をひいてしまうのではないかと、帰

省中ずっと心配してしまった

帰省中、多くの友人に会えて、久々の関西弁を沢山話して、笑つて、良い新年を迎えることができました。

また竹細工のザルも、先輩のお家にお邪魔して手取り足取り指導していただくことができました。

ずっと習得したいと思っていましたが、た網代底のザル、力を入れて引つ張りながら、かつ広げながら製作するので、なかなか丸にすることはできませんでした。職人さんによつてやり方は違うそうですが、両手とさらに足も使つて編む方もいらっしゃるそうで、私も色々なやり方を挑戦してみたいと思つています。

夏に向けてこのザルを編めるようになることも、今年の目標のひとつです。

今年も昨年同様、新しいことに挑戦しつつ、丁寧なものづくり、作品に自分らしさを少しでも出していきた

いです。

本年もどうぞ

よろしくお願いいたします。




農業者年金で 生活の安定を 考えませんか？



農業者年金の6つのポイント

- 積立て方式で安心
- 加入・脱退も自由
- 保険料は全額社会保険料控除
- 保険料はいつでも変更できる
- 農業の担い手には保険料補助
- 終身年金 80歳までの死亡一時金あり

〔お問い合わせ〕
JA北はるか中川支所 金融・共済課
☎7-2821
中川町農業委員会 ☎7-2816

農業者年金に加入すれば～農業者年金の支給額(年額)の試算～

加入年齢	納付期間	保険料 納付総額	年金額(年額)		平均余命までの受給総額	
			男性	女性	男性	女性
20歳	40年	960万円	76万円	63万円	1,628万円	1,713万円
30歳	30年	720万円	50万円	42万円	1,080万円	1,137万円
40歳	20年	480万円	30万円	25万円	640万円	673万円
50歳	10年	240万円	13万円	11万円	285万円	300万円

* この試算は、通常加入で保険料月額2万円で加入し、65歳までの運用利回りは2.5%、65歳以降の予定利率が0.20%となった場合の試算です。

受取総額は農業者年金加入者について想定している平均余命を考慮し、男性80.5歳、女性92歳まで生存した場合の金額です。

* 運用利回りは、加入後の経済変動により上下します。制度発足以降の14年間(H27まで)の運用利回りの平均は、年率2.73%です。

* 予定利率は毎年度、農林水産省告示により定められ、平成29年度は0.20%となっています。

* 各金額は単位未満を四捨五入により表示しています。



とくほ

し存じですか？

医療費通知について

国保加入者が病気やケガのため病院や調剤薬局などの医療機関を受診された場合に、国保から医療機関へ支払われる医療費は、保険税と国や北海道からの補助金によってまかなわれています。この貴重な保険税等を有効に使うためにも、一人ひとりが自分の健康管理に十分心がけとともに、正しい保険診療の受け方について注意することが必要となります。



険の対象とならない診療費や入院時の食事療養費は含まれておません。)

医療費通知は、医療機関の請求をもとに作成しているため、受診された月から発送まで4ヶ月かかります。また、同じ月に受診されていても医療機関からの請求が遅れた場合などには記載されないことがあります。

医療費通知の記載内容と領収書を照らし合わせたときに違があるなど、疑問がある場合には国保担当までご連絡下さい。

国民年金保険料は 口座振替がお得です

□座振替は現金納付よりも割引額が大きい6ヶ月前納・1年前納・2年前納や月々50円割引となる早割制度が用意されています。

□座振替をご希望の方は納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印をご持参のうえ、ご希望の金融機関または最寄りの年金事務所へお申し出ください。

電子納付 (Pay-easy)の利用

外出先から、夜間や休日でも納付ができます。

国民年金保険料は クレジットカードでも 納付できます

そこで国保では、国保の制度や健康管理に対する理解をより一層深めていただきため、医療費通知を年6回、世帯主の方宛に送付しています。

医療費通知には、医療機関を受診されたときに窓口で支払った額と国保が負担した額の合計額（医療費の総額）や、受診日数などが記載されています。（薬の容器代や診断書料など保

ありますのでご注意ください。方またはクレジットカードの有效期限を迎える方は、最寄りの年金事務所へお問い合わせください。

ただし、有効期限を迎えるクレジットカードの場合、更新時に改めて手続きが必要な場合が

問い合わせ先

旭川年金事務所

☎ 0166・27・1611



ちやいむ図書室 の 新着図書

- ゲッターズ飯田の裏運気の超え方
ゲッターズ飯田 著
- 自動的に夢がかなっていくブレイン・プログラミング
アラン・ピーズ 著
- たった1分で相手をやる気にさせる話術
PEP TALK 浦上大輔 著
- 発達が気になる赤ちゃんにやってあげたいこと
黒澤礼子 著
- 免疫栄養ケトン食でがんに勝つレシピ
麻生れいみ 著
- その調理、9割の栄養捨ててます！
世界文化社
- 町工場の娘：主婦から社長になった2代目の10年戦争
諏訪貴子 著
- 「教育費をどうしようかな」と思ったときにまず読む本
竹下さくら 著
- 佐々木十美の子どもと食べたい晩ごはん
佐々木十美 著
- 夫の後始末
曾野綾子 著
- 婚活中毒
秋吉理香子 著
- 異形のものたち
小池真理子 著
- 道標：東京湾臨海署安積班
今野敏 著
- 痴漢冤罪
新堂冬樹 著
- 大獄：西郷青嵐賦
葉室麟 著
- ふたご
藤崎彩織 著
- 漫画 君たちはどう生きるか
吉野源三郎 原作

まちの文芸

[短歌] 今月のお題「ひ(火)へん」または自由詠
オーロラの煌めきに揺らぐ七つ星 仰きたしされどスエーデンは遠し
半世紀この地に住みて今もなお好きになれない雪の季節は
昼にさえ寒き日あるに太陽の燃え尽きる日のくるとは恐ろし
ストーブを点けると丸まる猫少しほどけ始めたもうすぐ溶けちやう
ともどもに聖夜を灯すキャンドルと伏見稻荷の赤き蠟燭
雪雲を切りて振りゆく機の下に誘導灯はにわかに著し
段丘の相寄りて雪の濃き辺りうごくともなく灯りがひとつ

[俳句]
歳末の賑わい見せる店の先
此の暮の雪の多さに嘆く八十路
雪で知る毛糸の帽子の有難味
降れば苦よ降らねば鬱の北の冬
臥して見る師走の町を羨しことも
元朝や常と変らぬ葉呑み

河野	廣	小林	淑子
只野人		古市	和子
古市		山内	智子
和子		横山	やすこ
		東西混々?	
		最北空港?	
		深更除雪?	

日頃のできごとや風景・季節に感じたこ
と思ったことを短歌で一首または、俳句で
一句詠んでみませんか。
短歌や俳句に興味をお持ちの方がいらっしゃ
いましたら、お気軽にご参加ください。

短歌同好会 俳句紫苑会

連絡先(どちらも)古市和子さん

☎ 7・2850

●月刊会報「まほろば」をご希望の方は、
年会費500円の購読会員制をご利用

ください。

お申し込みは、事務局(古市和子さん

☎ 7・2850)へ

お願いします。



気象台一口メモ 冬の気温～体感温度～

1年を通じてこの時期の気温は最も寒くなり、冬型の気圧配置や低気圧で風速も強い時期となります。

普段、生活の中での気温、いわゆる体感気温は気象台の発表と感覚が大きく変わる場合があり、体感気温に影響する大きな要素は風速です。単純に言うと風速1メートルにつき気温が1度下がる感覚になり、気温が0度でも10メートルの風のもとでは、体感温度はマイナス10度、ということになります。

風を予想する場合、気象関係者のあいだでは、「7・5・3」ルールということがあります。

これは天気図で北海道付近に等圧線が3本かかると注意報クラス、5本だと暴風警報クラス、7本だと危険な状態というものです。

これを気温に換算すると、等圧線1本について体感温度が2～3度下がる目安になりますから、参考にしてください。

また、風が弱くても朝方に晴れると、地上の熱が奪われる「放射冷却現象」により、極端に気温が低くなりますので、水道凍結などの思わぬ事態となることがあります。

天気予報や気象台の情報をを利用して、実際の気温や体感気温などを考慮した生活を送ってください。

問い合わせ先▶旭川地方気象台 ☎0166-32-7102

ホームページアドレス <http://www.jma-net.go.jp/asahikawa/>

ます。
お知らせが送られています。
これらのお知らせを受信するため
ておいてくださいますようお願ひし
ます。
災害などが起り、避難などの緊
急対応が必要なときも、おしらせ君
でお知らせすることが考えられるほ
か、商工会、観光協会からも大切な
お知らせが届きます。

おしらせ君（一P告知端末器）は、
町内のおしらせ君同士でのテレビ電
話が無料で使えるほか（役場の各部
署への音声電話も無料でかけること
ができます）、役場から住民の皆さ
んへのさまざまなお知らせが届きま
す。

大事なお知らせを受信するために



おしらせ君は夜中に自動で光ることがあります

おしらせ君は、保守のために毎月5日と20日の午前3時～4時の間に自動で画面が光り、再起動します（画面は下のような表示になります）。

故障ではありませんし、作業は数分で終わりますので、そのままにしておいてください。



12月の入札・契約結果についてお知らせします

工事・業務名	入札・見積り合わせ 参加業者 (※落札業者)	入札結果		予定価格(円)	契約金額(円)	落札率	工事などの概要	期間
		第1回	第2回					
平成29年度 中央小学校 コンピューター 更新リース事業	株式会社アクリティップ内事業所	190,700		253,152	205,956	81.4%	中央小学校パソコン教室用 パソコン20台他付属品一式、 校務用サーバー1台他付属 品一式、校務用パソコン19 台他付属品一式	着手 平成29年12月28日 納入期限 平成30年2月28日
	株式会社HDC	221,400						
平成29年度 中川町幼児センター・ カーテン等購入	株式会社ウツメツ寝具店	2,889,600		3,250,800	3,120,768	96.0%	幼児センター 各種カーテン、ロールスクリ ーン購入及び取付一式	納入期限 平成30年2月28日
	株式会社おしゃれショッピングはしば	2,967,660						

入札・契約結果は、予定価格130万円以上の工事請負、50万円以上の委託業務、40万円以上の備品購入について掲載しています。
なお、リース事業については備品購入の取扱いで、1ヶ月あたりの支払額を予定価格としています。

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819



「訴訟最終告知のお知らせ」のハガキはウソ!

事例

自宅に「消費料金に関する訴訟最終通告のお知らせ」と題するハガキが届いた。契約不履行による民事訴状が提出されている。期日までに連絡しないと財産などが差し押さえられる内容が書いてある。身に覚えがないがどうしたらよいか。取り下げ最終期日は明日になっている。



消費者へのアドバイス

- 不特定多数の50~70代女性に送られており、実在しない団体で架空請求です。
- ハガキが届いた翌日が、取り下げ最終期日は有りません、無視しましょう。
- ハガキを受け取った人を不安にさせ、連絡させるように仕向けています。
- 連絡すると電話番号などの個人情報を知られ、お金を要求される恐れがありますので、絶対に連絡しないで無視をしましょう。
- 心配な時は、消費生活センターか24時間対応の警察相談ダイヤル#9110まで相談してください。

●問い合わせ先

名寄地区消費生活センター

TEL・FAX 01654-2-3575

◆担当／宇都・齋藤

相続登記Q&A

旭川地方法務局 名寄支局
☎01654-2-2349

第12回「子供同士で相続分を決めることはできますか?」

- Q** 先日、父が亡くなったため、父の財産について、母が既に亡くなっていることから、残された私と他の兄弟2人を合わせた3人の子供で相続することになりました。
父は生前、自宅建物とその土地を所有していました。父は私たちに遺言を残していないため、父の財産を、私を含む相続人3人で話し合って分配したいのですが、可能でしょうか？
- A** 弟兄3人全員の話し合いによって、それぞれの相続分を決めることができます。
民法では、被相続人(亡くなった人のことを言います。)が、遺言によってあらかじめ相続分を指定している場合には、相続人は、原則として遺言で指定された相続分にしたがって財産を分配することとし、また、被相続人が遺言を作成していない場合には、法定相続分(今回の場合、相続人は兄弟のみのため、それぞれ3分の1ずつの持分割合)によって相続することとしています(民法900条、902条)。
※「法定相続分」については、第9回「相続分とは何ですか？」を御覧ください！
しかしながら、法定相続分に基づいて相続財産を3人の共有名義とした場合、3人で等しく一つのものを持つことになり、各人が思いどおりに自己の財産権を処分しにくくなることや、売買や登記の手続が煩雑になるなどの不都合が生じてしまうおそれがあります。
そこで、民法907条では、共同相続人は、被相続人が遺言で禁じた場合を除き、いつでも、その協議で、遺産の分割をすることができることを規定して、相続人間の話し合いによって相続財産の配分を決めることができることとしています。この話し合いのことを「遺産分割協議」といいます。
あなたのケースでは、相続人である子供3人が全員で、遺産分割協議を行い、誰が何をどのように相続するのかをお互いの同意によって決めることができます。



次回は、第13回「相続登記の手続について」をテーマに御案内いたします。

相続登記は
お済みですか？

「未来につなぐ相続登記」の
御相談は、旭川地方法務局まで
お問い合わせください。



幼児センターの入園児を募集します

平成30年4月1日から入園を希望する
保護者は手続きをお願いします。

受付期間にご注意ください!!!

●入園には「認定」が必要です

平成27年4月から「子ども・子育て支援新制度」が開始されたことに伴い、認定こども園等に入園するためには、「認定」を受けていただく必要があります。

子どもの年齢や保護者の就労状況、利用を希望する区分に応じて3つの認定区分（右表参照）に分けられます。

認定区分		入園希望のお子さん	
1号認定	満3歳以上 【就学3年前のお子さん】	保育を必要としない場合	
2号認定		保護者の就労などで、保育を必要とする場合	
3号認定	満3歳未満	※保育の必要量によって「保育標準時間」と「保育短時間」に区分	
区分		保育標準時間	
		保育短時間	

区分	1号認定 教育時間 8時00分～13時10分	2号・3号認定 保育標準時間 7時40分～17時45分 保育短時間 8時30分～16時30分
年齢	平成24年4月2日から平成27年4月1日までに誕生した、3・4・5歳児	概ね5ヵ月から就学前まで
基準	中川町に住所がある方	保護者や同居親族が ①日中、仕事をしている ②産前8週、産後8週 ③病気、けが、障がいをもっている ④同居の親族を常時介護している ⑤家庭が災害を受け、復旧にあたっている ※その他、求職や就学中などの場合はご相談ください。
給食		完全給食
長期休業	夏休みと冬休みはそれぞれ25日間	ありません
保育料	平成28年所得(4～8月保育料) 平成29年所得(9～3月保育料) から算定します。	
その他	土曜日、長期休業中、平日の13時10分以降に保育が必要な場合、預かり保育をします。 (※保育料が別にかかります)	保育時間外の保育が必要な場合、延長保育をします。 (※保育料が別にかかります)

■申請書類

- ①入園申込書
- ②保護者の雇用証明又は就労証明（保育希望の場合）
(申請書類は住民課幸福推進室と幼児センターにあります)

■提出先

住民課幸福推進室・幼児センター（どちらでもかまいません）

■受付期間

平成30年2月1日(木)～2月23日(金)

■その他

現在、認定を受けている児童の保護者には幼児センターから申請書類をお渡しします。



駐在所から



違法・迷惑駐車の防止

違法・迷惑駐車は、次のような危険や障害の原因となります。

(1) 道路を狭くして通行の妨害になります。

違法駐車があるために交通渋滞を引き起こし、スマートな車両走行ができなくなることがあります。

また、歩道上駐車は歩行者の歩行を妨げます。

(2) 交差点付近での事故の原因となります。

交差点付近の違法駐車は、通行する車両や歩行者の見通しを妨げ、交差点事故の原因となります。

(3) 緊急車両の活動を防げます。

狭い道路に違法駐車があるときは、他の車両が通行不能となります。

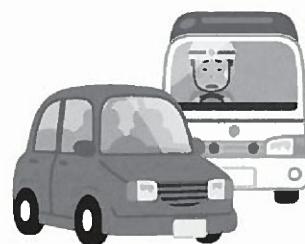
特に、消防車や救急車などの緊急車両の活動を妨げ、人命救助に重大な影響を与えます。

(4) 歩行者事故などの原因になります。

住宅街での違法駐車は、駐車車両の直前や直後から児童の飛び出しによる事故や夜間には走行車両が駐車車両に気付かず衝突するなど、交通事故の原因にもなります。

(5) 除排雪作業などの障害となります。

違法駐車が除雪車の進行や除排雪作業の妨げとなり、住民に迷惑をかけ、生活にも重大な影響を与えます。



問い合わせ先

美深警察署
中川駐在所
佐久駐在所
警察相談電話
☎ 8·5071 #9110

自衛官などを募集します

受験種目	自衛官候補生
応募資格	18歳以上27歳未満（採用予定月の1日現在）
受付期間	年間を通じて行っています。 ※採用予定数に達した場合は実施しません。
試験日場	受付時にお知らせします。

【問い合わせ先】自衛隊旭川地方協力本部名寄出張所 ☎ 01654-2-3921

保健だより

【今月のテーマ】 冷え対策について

厳しい冷え込みが続いているこの時期には、冷えから起るさまざまな不調に悩まされる方も増えてきます。

症状が慢性化してしまうこともあります。たかが「冷え」と軽く考えないことが大切です。

今日から始める冷え対策

「冷え」によって引き起こされる不調には、肩こりや腰痛、片頭痛、倦怠感、便通異常などの身体症状だけではなく、やる気がない、抑うつ、イライラ、不眠などの精神症状もあります。

また、身体の免疫機能は深部体温が37度前後でよく働くようになっているため、体温が低い状態が続くと、免疫機能がうまく働かなくなり、がんを発症したり、風邪などの感染症にかかりやすくなります。

冷えは熱を産生する筋肉量の少ない女性に多い傾向はあります。男性でも年齢とともに筋肉量は低下するため、中高年になると、誰でも冷えを感じやすくなります。

中には、自覚はなくても実は冷えている場合もあります。中には、自覚はなくても実は冷えている場合もあります。

- 手指や足先などが冷える
- かかとなど肌が荒れやすい
- しもやけができやすい
- 目の下にクマができるやすい
- 便秘がち
- 腰痛がおこりやすい
- 肩がこりやすい
- 冷えとのぼせがある

血行不良タイプの原因と対策(◆)

血行が悪くなっている状態です。更年期やストレスによって自律神経が乱れている場合も、このタイプです。

- ◆ 手足(指も)をよく動かしたり、マッサージをする
- ◆ こまめに体を動かしたり、ストレッチや体操をする
- ◆ 症状のある場所を冷やさないよう重ね着など衣類を工夫する(首の後ろや腰、足首を温めるとその先の血流を促します)

- お腹周りが冷える
- 肌が黄色い
- 肌に張りがない
- 胃もたれしやすい
- お腹が張ったり胃が痛む
- 下痢しやすい
- 食後眠くなりやすい
- 甘いものを摂ることが多い

胃腸虚弱タイプの原因と対策(◆)

胃腸が弱かったり、ストレスや暴飲暴食で負担がかかっていて、消化能力が低下し、エネルギーとなる栄養を取り込みづらい状態です。胃に近い臓器も冷えている(子宮・卵巣は不妊症や月経痛、腎臓では頻尿の要因)場合もあるため、要注意。

- ◆ 胃腸に負担をかけないよう、冷たいものは少量ずつ、消化によいものを意識して摂る
- ◆ 腹巻をしたり、腹筋を鍛える

- 背中や全身が冷える
- 肌が青白い
- 肌にツヤがない
- 便秘・下痢を起こしやすい
- 体がいつもだるい
- 風邪を引きやすい
- トイレが近い
- 平熱が低い(35度以下)

新陳代謝低下タイプの原因と対策(◆)

全身の新陳代謝が低下して、熱の産生が十分にできない状態です。筋力の低下や老化の他、疲労が強いときにも起こります。

- ◆ 湯船につかり全身を温める
(時間の無いときには足浴も効果的です)
- ◆ 代謝効率のよい筋肉を鍛える
(太ももなど筋肉を鍛えるスロースクワットなど)



食べる...こと 食育通信

「食」に関する情報を伝えします！

体を温める食生活について

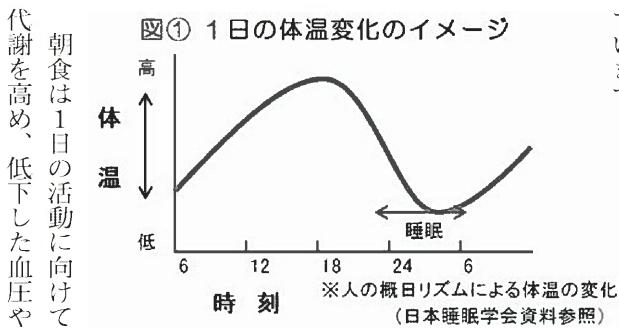
さまざまな体の不調の原因となる「冷え」、その主な原因は血行不良です。

保健だよりの3つのタイプ

に当たる方は、原因となれる食生活をしていないか確認し、冷え予防の食生活を取り入れてみてはいかがでしょうか。

冷えの原因とは

人の体は、脳や内臓の機能を維持するため、深部体温が一定になるように調整されています。寒さを感じると、温かい血液を体幹部中心に循環させ、その結果、中心から遠い手足の温度が下がり冷たくなります。しばらくすると、体は冷えた部分の体温を上げるために、血行を良くしようと働きかけますが、自律神経の乱れや貧血、さらに動脈硬化などで血管内部の狭窄がありすると、血行不良となり、体温が戻りにくくなります。



日常生活での体温は、左図①のように、夜間は低く、朝に最低となり、起床・朝食後に上昇します。その後、ゆるやかに上昇して夕食時間後に下降するという形で変動しています。

冷え対策の食生活のポイント

朝食を食べる

体温を上昇させる大切な働きがあります。欠食習慣があると、十分に血圧や体温が上昇しないため、自律神経の乱れや代謝の低下が生じやすくなります。

温かいものを口にする

冷たい飲食物をとると体が冷え、温かいものをとると体が温まるのはよく経験します。

冷蔵庫から冷たい清涼飲料水やビールなどのお酒、間食でアイスクリームなど食べる機会の多い方で、冷えなどの体調の不良が起きやすい場合は、飲食する回数や量に注意が必要です。

冷えを感じやすい人は、温かい飲み物や食べものを摂る機会を増やしていきましょう。

しおっぱい物や甘い物を控える

これらを多く摂ると、喉が渇いて冷たい飲み物を多くとりがちになり、体を冷やす原因になります。

図② タイプ別冷え対策の食事ポイント

タイプ	意識したい食事内容
血行不良	<p>[ポイント] 血行を良くするビタミンEや体を温める食材・調味料を摂る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 毛細血管の血行を良くするビタミンEを多く含む、サラダ油やナッツ類、卵、かぼちゃや色の濃い葉物野菜を食べる。 血行促進効果のあるアリシンを含む、長ねぎやにんにくを食べる。 体を温める効果のある生姜や唐辛子、スパイス類を料理に取り入れる。
胃腸虚弱	<p>[ポイント] 胃腸に負担のかからない食材や調理方法を選び、よく噛んで食べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 揚げ物を避け、脂の少ない鶏胸やささみ、たらやかれいなどを食べる。 野菜料理は、消化しやすいように温野菜にして食べる。 食材は普段より小さめに切り、消化しやすいようにする。 胃酸の分泌を高める香辛料や甘味・塩味・酸味の強いものは控える。 アルコール飲料、炭酸飲料、コーヒー、紅茶、濃い緑茶を控える。
代謝低下	<p>[ポイント] 代謝アップに関わる鉄や亜鉛、葉酸、ビタミンCなどを摂る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 代謝促進効果のある鉄を多く含む肉類や貝類、大豆食品、海藻類、色の濃い葉物野菜、ごま(吸収の良いすりごまがお勧め)を食べる。 鉄の吸収を助けるビタミンCを多く含む柑橘系の果物や冬野菜を食べる。 細胞の代謝に欠かせない亜鉛(卵・チーズ)や葉酸(緑黄色野菜)を毎日摂る。 筋肉量が減少しないよう、たんぱく質を多く含む(肉・魚類、卵、大豆食品、乳製品)を毎食食べる。

タイプ別の食事ポイント

左図②を参考に、自身に合った食品を選んで冷え対策をしていきましょう。

冷えが気になる方で、食生活で相談したい事がある場合は、役場栄養士までお気軽にご相談ください。

子育て通信

「抱っこ・おんぶ」していますか？



4月から小学生になる6歳の子。文字の読み書きも出来、

小さい子のお世話を良くしてくれます。やつて良いこと・悪いことの区別もしっかりと出来ます。

その子がある日、「小さく

なりたいな。そうしたら、お母さんに抱っこやおんぶをたくさんしてもらえるから」と、ボツリと言いました。

4歳を迎える頃には、これまで手を借りていたことのほとんどが、自分で出来るようになります。「自分は大きくなっている」という気持ちを強くしてきます。

周囲も子どもの成長を喜び、出来ることを褒め認めてくれますが、それに伴い子どもの「甘え」に対しての変化も見られていきます。

抱っこやおんぶを子どもが求めると、「もう大きくなつたんだから」「赤ちゃんみたいだよ」などの言葉をかけています。

しまいかちです。

子どもは大きくなつたというプライドや、周囲の大きくなつた子への評価を見聞きしているので、年齢が上になるとつれて「抱っこ」「おんぶ」を求める言葉を控えるようになります。口にしてしまったら、「赤ちゃんみたい」と言われるのはプライドが傷つきます。でも、大好きなお母さ

んやお父さん、大好きな人に抱っこやおんぶをして欲しいのが、本当の気持ちです。大きくなることは出来るとも増えますが、我慢や辛抱することも増えます。「抱っこ」「おんぶして」と求めてきた時は、我慢や辛抱の袋がいっぱいなのです。言葉に出来ず胸に秘めている時もあります。

問い合わせ先 子育て支援センター ☎7-2118

まちのご長寿さん

喜寿おめでとうございます



仲谷節子さん(77歳)

米寿おめでとうございます



熊谷泰智さん(88歳)

鳴海福松さん(77歳)

佐藤 正さん(77歳)



中川消防支署からの

中川消防出初式が挙行されました

平成30年中川消防出初式が1月9日に挙行され、町民の皆様にご協力、ご観覧いただき無事に終了することができました事を消防関係者一同、心より感謝申し上げます。

また、恒例となりました獅子舞披露につきましては、皆様からのご声援、ご厚情を賜りましたことを、合わせて御礼申し上げます。

平成29年出動状況について

昨年は町民皆様のおかげをもちまして無火災を達成することができました。本年も昨年同様に無火災継続を目指し、消防職・団員一同、より一層の火災予防に努めてまいります。皆様には引き続き、火の用心を心掛けていただきまますようお願い致します。

また、救急出動は前年比3件増の59件となりました。救急要請の際は落ちついて①出動場所②具合の悪い方の症状③具合の悪い方の年齢④お名前と連絡先等をお伺いしますので、あわてずゆっくりお答えください。

今後も救急車の適正利用にご理解のほどよろしくお願い致します。

消防団員募集中!!

入団を希望される方や消防団員に興味のある方は中川消防支署までご連絡下さい。

中川消防署へのご相談、お問合せは07-21119番まで



火災・救急出動状況
平成29年12月31日現在

火災件数 0件
救急件数 59件



議会・各種委員会の開催状況

12月6日 ●議会運営委員会

●教育委員会議

12月13日～14日 ●議会第4回定例会

12月13日 ●議会全員協議会

12月25日 ●議会広報特別委員会

●農業委員会総会

社会福祉協議会、一心苑に寄付
・社会福祉推進のために

横山 芳男 様
(フリーマーケット売り上げの一部)

連合北海道
中川地区連合会 様
署名 2名 様

社会福祉協議会、一心苑、グループホームひだまりに寄贈
季節のものを含めて次の方々
より【志】
佐々 節子 様
誉一老人クラブ 様
北星信金昭和二世会 様
署名 2名 様

謹んでお悔やみ
申し上げます

5区	2区	5区	5区	1区
三井	根本	高橋	高橋	鈴木
正憲	三	トメ子	ミツエ	シユ
様	様	様	様	様
(91歳)	(71歳)	(89歳)	(81歳)	(87歳)

所得税等の確定申告が始まります

平成29年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告等の受付を2月16日(金)から3月15日(木)まで行います。(給与所得者等の「還付申告」の受付は1月16日(火)から開始します。)

この期間、名寄税務署及び役場1階住民サービス室に申告相談窓口を開設しますのでご利用ください。

申告用紙や各種明細書様式などは窓口に用意しております。

なお、役場窓口で最終日（3月15日）に申告相談を行う場合、午前中に受け付けが終了した分までが期限内申告の取扱いとなりますのでご留意願います。

【申告相談に持参するもの】

- 源泉徴収票（給与・年金など）
- 印かん（認印等）
- 金融機関口座通帳（もしくは口座番号等の控え）
- 本人確認書類（マイナンバーカード又は通知カード+運転免許証・健康保険証など）

*平成28年分からは申告書へのマイナンバーの記載が必要となります。

【該当する場合に持参するもの】

- 年金掛金や健康保険料、介護保険料などの控除証明書または領収書
- 生命保険・地震保険または旧長期損害保険の控除証明書
- 寄付金の証明書（自治体、共同募金会、日赤、社協、震災関連など）
- 医療費の領収書（高額療養費、医療保険金、入院費給付金などの支払を受けた場合は差引きますので、その金額がわかるもの）

パソコンで確定申告書を作成できます

国税庁のホームページ「確定申告書等作成コーナー」は、画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税等の確定申告書などを作成できる便利なシステムです。

また、作成したデータは印刷して書面で提出できるほか、e-Tax（イータックス）を利用すると、税務署に出向かなくても、自宅やオフィスからインターネットを利用して申告や納税、様々な申請・届出などができます。

不明な点は「お問い合わせ先」へお願いします。

医療費控除が変わります

平成29年分確定申告から通常の医療費控除について提出書類の簡略化の実施とセルフメディケーション税制が創設されました。

通常の医療費控除とセルフメディケーション税制による医療費控除は選択制のため重複して適用することはできません。

・通常の医療費控除について

通常の医療費控除については「医療費控除の明細書」を作成し確定申告書に添付することで、医療費の領収書の提出が不要となります。また、所定の事項が記載された「医療費



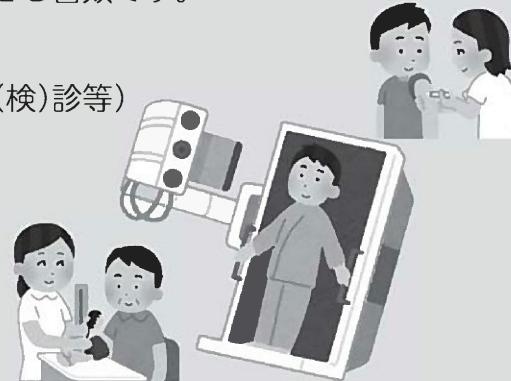
通知」の添付により医療費控除の明細書の提出を省略できます。医療費の領収書については5年間自宅等で保管する必要があります。

・セルフメディケーション税制による医療費控除

健康の保持増進及び疾病予防に対して申告対象期間中に「一定の取り組み」をしている方が、「スイッチOTC医薬品」を購入し、その支払額が1万2千円を超える額（上限8万8千円）を対象に、所得控除が受けられる制度です。申告に必要な書類は、スイッチOTC医薬品購入の領収書、一定の取り組みが確認できる書類です。

・該当する「一定の取り組み」とは？

- ①保険者が実施する健康診査（人間ドック・各種健（検）診等）
- ②市町村が健康増進事業として行う健康診査
- ③予防接種（定期接種・インフルエンザ）
- ④勤務先で受けた定期健康診断
- ⑤特定健康診査（メタボ検診）、特定保健指導
- ⑥市町村が実施するがん検診



・スイッチOTC医薬品とは？

対象となる商品を購入した場合にはレシートにセルフメディケーション税制対象商品である旨が記載されています。

（注1）医療費控除は会場混雑防止と待ち時間短縮のため事前に明細書を作成してから申告されるようお願いします。

（注2）上記のほかにも、申告内容によって必要となる書類がありますのでお問い合わせください。

公的年金等を受給されている方の「確定申告不要制度」について

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告をする必要がなくなりました。

（注1）この場合であっても、所得税の還付を受けるための確定申告書を提出することができます。

（注2）所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告が必要な場合があります。

「復興特別所得税」について

平成25年から平成49年までの各年分については、復興特別所得税（税率2.1パーセント）を所得税と併せて申告・納付することになっています。

申告書の作成に当たっては、復興特別所得税額欄の記載漏れのないよう、ご注意ください。

【復興特別所得税の計算方法】

「基準所得税額」（所得税額－所得税額から控除する額）×2.1パーセント
(計算例)

「基準所得税額」が30万円の場合の復興特別所得税額
300,000円×2.1パーセント=6,300円

お問い合わせ先 名寄税務署 ☎01654-2-2157（自動音声で案内します）
住民課住民サービス室 税務担当 ☎7-2814

元気発信・笑顔の大地・夢開花 なかがわ

ふるさと今月のキラリ



1月9日(火)、生涯学習センターちゃいむで、中川消防団、中川消防支署による出初式、町内獅子舞パレードが行われました。

今年は雪の降る中での出初式となり、制服や制帽には雪が積もり、ふるえる寒さでも外套を着ないその姿は、火災へ立ち向かう強い決意を見せてくださいました。

獅子舞パレードでは、2頭の獅子が町内を練り歩きながら、今年1年の厄除けと、消防団員による無火災、無災害の呼びかけを行いました。



この広報紙は道産間伐材を使用しています。

発行 中川町 編集 総務課総務町政室 印刷 国境

町の人口 (12月31日現在)

人 口 1,577人 (-3)

男 782人 (+0)

女 795人 (-3)

世帯数 827戸 (+2)

()は前月末との差を示します。

なかがわの情景

1月4日(木)、生涯学習センターちゃいむで成人の日のつどいが行われました。

新成人となった10名が出席し、ご家族や地域の方々に新成人としての門出を祝福されました。子どもの頃はきかん坊だった子や泣き虫だった子が男性は凜々しく、女性は可憐に成長され、出席されたご家族も感慨深い様子でした。

