広報ナカガワ

2022 11

斎藤茂吉記念 第29回中川町短歌フェスティバル 入賞作品

9月3日に審査会が行われ、多くの応募作品の中から、町内応募者の作品も受賞されました。小中学生の部では、中川中学校の菅葵さんが最優秀賞（志文内賞）を受賞しました。中川町の児童生徒が最優秀賞を受賞するのは、29年の歴史で初めてのことです。受賞された皆さんのコメントとともに作品をご紹介します。

◆小中学生の部

〈最優秀賞・志文内賞〉

塾帰り西の空ふと見上げると藍色穿つおとめ座の穂先

中川町立中川中学校二年　菅　葵

塾が終わり、友達と別れて一人で帰っている時に、ふと見上げた空がきれいだったことを思い出して短歌を作りました。「おとめ座の穂先」とスピカを表す工夫をしました。

〈優秀賞〉

草原で草を背にしてねていたら自分の周りにたくさんの虫

中川町立中央小学校六年　石山　遼

苦手な虫が周りにいた時のことを思い出しながら書きました。

石の上ねことかげが遊んでたなんの遊びか分からない

山形県上山市立上山小学校四年　公平真奈実

左手に木星見えますアナウンス銀河旅行でぼくは聞きたい

山口県光市立浅江小学校四年　中村　力

しんしんと冬に雪降り子どもらはどこか遠くへ歩いて行くよ

旭川市立春光台中学校二年　大本　羽留

君を呼ぶ愛しているよと告げてみる「検索します」と照れ隠しする君

留萌市立港南中学校三年　水戸　優輔

〈佳　作〉（中川町のみ）

海はきれいかぜがふくとサーサーなるガラスのようにすき通ったうみ

中川町立中央小学校六年　齋藤　弥音

家族で海にお出かけした時にすごく海がきれいだったので、その時の様子を書きました。佳作をとったと聞いた時、驚いたけどすごくうれしかったです。

天塩川イトウと一緒にながれてくわたしの心も川のように

中川町立中央小学校五年　菊地　玲花

短歌のテーマが「自然」だったので、天塩川でよく見られる、幻の魚、イトウをイメージして書きました。

◆一般の部

〈最優秀賞・茂吉記念賞〉

言葉みな吹き払われて夕暮れの結氷湖に白きけもの道見ゆ

札幌市　坂倉恵美子

〈優秀賞〉

まっ暗なわたしの右眼痛み止めの目薬をさす当てずっぽうに

中川町　小林　淑子

見えない目に目薬を差すのは至難の業ですね。「下手ね」と自分で笑ってしまいます。右目は失明、でも目薬の扱いはだんだんうまくなっています。

この指は大根人参間引く指引き金を引く形もできる

中川町　山内　智子

戦争のニュースを日々聞く中に畑でニンジンを間引きをしていて浮かんできた歌です。これからも細く長く短歌と関わっていけたらと思っています。ありがとうございました。

※ご本人の希望で自筆のイラストを掲載させていただきました。

わが屈折をネジバナと言えば螺子釘の強度を話す建築家のあり

恵庭市　五十嵐容子

退勤の直後に深く息を吸うカシオペア座を仰ぐ角度で

東京都練馬区　音羽　凛

〈教育長特別賞〉

宗谷線・N村・少女ら・峠・海わたしの知らないN先生・若い

中川町　小林　淑子

審査員として長い間お世話になり今年一月に亡くなられた、西勝洋一先生への追慕詠であり、審査会においても高い評価をいただいた歌であることから、教育長特別賞を贈呈することといたしました。

◆高校生の部

〈最優秀賞（志文内賞）〉

懐かしい文学全集曝書していにしえの声たっぷりと聞く

クラーク記念国際高等学校仙台キャンパス二年　横溝　惺哉

〈優秀賞〉

暖炉（ストーブ）が休まずうごく雪降る間設定画面が微明をおびる

北海道士別東高等学校三年　胡摩崎　暖

庭園で薔薇と戯れ飛び回るいくつもの傷で美しさを知る

北海道恵庭北高等学校三年　古味　愛璃

授業中みんなが寝てる日本史で僕だけ起きててなんか嬉しい

北海道恵庭北高等学校三年　古田　彩人

会計のときに小銭を投げてくる客はトレーを賽銭箱と思っているのか

北海道恵庭北高等学校三年　元岡　由依

長き道出だしの今は前傾で私は走る月の照る夜

北海道恵庭北高等学校三年　若松　誉輝

〈佳　作〉（中川町のみ）

英語の短歌は、各単語の音節をもとに作られます。外国語で短歌を書いてみたかったんです。この内容は、私のルーツから遠く離れてしまったという気持ちを表しました。

Roots a world away
Like a ghost I walk this road
A kite without string
Crushed by bountiful nature
My tears water the flowers

クオング　ジェニファー

観光列車の沿線住民限定試乗会が行われました

9月23日、24日の二日間で、宗谷本線マイレール意識向上事業実行委員会（幌延町・中川町・音威子府村）が主催した、3町村の住民の方を中心にJR宗谷本線沿線住民を対象とした貸し切り観光列車の試乗会が行われました。

左奥から石垣町長、千葉稚内市議会議員
野々村幌延町長、佐近音威子府村長

佐久駅に停車する観光列車

車両は国鉄時代に製造された「キハ40形」を使用し、名寄ー稚内間を走りました。二日間で延べ71名の方が乗車され、3町村長の他、稚内市議会議員も乗車されました。

23日の車内の様子

地域の特産品を提供

参加者の方が手作りのご飯やフルーツ、家庭菜園の野菜を持ち寄り、車内で互いに分け合ったり、抜海駅では、抜海地区周辺2町内会が「稚内牛乳」や「ほっき飯」の無償提供を行ったりするなどアットホームな雰囲気で、ツアー会社などが企画する観光列車とはまた一味違う試乗会となりました。

終点の稚内駅での集合写真

古川（ふるかわ） 康（やすし） 国土交通大臣政務官が来町されました

9月8日(木)、古川　康　国土交通大臣政務官と東　国幹衆議院議員が、8月11日(木)の地震に伴って被災した道道問寒別佐久停車場線（歌内地区）の視察のため、中川町に来町されました。

古川政務官は、石垣町長や佐藤議長、ＪＡ北はるかの小林組合長から、地震の様子や町内の被害状況について話を聞かれました。また、被災した道道の復旧工事を行う株式会社中川建設の吉田社長から、作業の状況などについて説明を受けられました。

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

具体的には、若い時に公的年金に加入して保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。

国民年金のポイント

◎将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度で、老齢年金は基本的に65歳になった翌月から給付を受けられます。

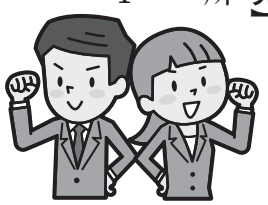
国が責任をもって運営するため安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保証されます。

◎老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

【問い合わせ先】
旭川年金事務所
☎０１６６・２７・１６１１



中川消防支署から

住宅防火 いのちを守る10のポイント

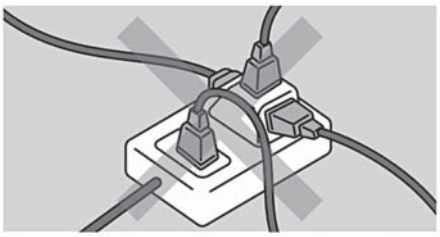
日頃から取り組んでいただく住宅防火対策として、**4つの習慣**、**6つの対策**からなるポイントを簡潔にまとめました。
住宅火災からいのちを守るための対策をご確認ください。

4つの習慣

①寝たばこは絶対にしない、させない

②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない

③こんろを使うときは火のそばを離れない



④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

6つの対策

①ストーブ等は安全装置の付いた機器を使用する。
②住宅用火災警報器を定期的に点検する。
③火災の拡大を防ぐため、部屋の整理整頓をする。
④消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
⑤避難経路・方法・場所等を日頃から確認する。
⑥地域ぐるみの防火対策を行う。

火災・救急出動状況
令和4年9月30日現在
火災件数　1件
救急件数　48件

中川消防支署へのご相談、お問合せは☎7・2119番まで

名寄地区広域消費生活センター情報

6千円のシャンプーがお試し500円と注文、定期購入!

事　例

スマホの広告で通常約６千円のシャンプーが初回500円で購入できるとあり、クレジットカード決済で注文した。再度購入しようと思い、同じ広告を見たところ、注文を確定する画面の上方に細かい文字で**「５回継続購入」**の記載があるのに気付いた。画面をスクロールしないと全体が表示されない為、前回は気付かなかった。事業者に解約したいと伝えたが「５回継続購入の条件は明記されている。」と言われ断られた。（60才代・男性）

アドバイス

- ネット通販の注文画面では「初回限定」などとお得感を強調した表示に比べ、購入条件が小さく表示されていたり、気付きにくい場所に表示されて、分かりづらいことがあります。画面の隅々まで見るなど注意が必要です。
- 注文を確定する前に、定期購入が条件になっていないかを確認し、定期購入が条件の場合、継続期間や支払総額など、契約内容をしっかり確認しましょう。
- 特定商取引法が改正され、事業者は最終確認画面で注文内容を明確に表示しなければならなくなりました。誤認させる表示により消費者が申し込みをした場合は、契約を取り消せる可能性があります。
- 困ったときは、名寄市消費生活センターに相談してください。

●問い合わせ先　**名寄地区広域消費生活センター**
☎・FAX01654-2-3575
◆相談時間：午前9時15分～午後4時　◆休日：土・日・祝日・年末年始　◆担当：宇都・安土

防災一口メモ 冬に備える

秋の深まりとともに、初霜や初氷などの季節となってきました。

上川・留萌地方では、朝晩を中心に冷え込み、これから本格的な冬の到来を迎えます。今回は、「冬への備え」についてのお話しをします。

冬というと真っ先に浮かぶのは「雪」だと思います。旭川での平年値は、「初雪」は10月19日、地面が雪に白く覆われる状態となる「積雪」は11月4日、降った雪が融けずに積雪状態が継続する「長期積雪」（根雪）は11月24日となっています。

今から６年前の2016年は冬の訪れが早く、旭川での初雪は10月20日とほぼ平年並みでしたが、「長期積雪」は10月29日と平年より1ヶ月程度早くなり、11月上旬には30センチを超える積雪となりました。このように年によっては、急に積雪状態になることもあります。

また、峠や山間部では平地よりも気温が低いため、平地は雨でも、峠や山間部では路面が凍結したり、積雪状態となることがありますので、車で峠を通行する方や山間部にお住いの方は、路面状況の変化に気を付けてください。

天気予報や週間天気予報で雪の予報が発表されたら、車のタイヤ交換など早めに冬の備えを行いましょう。

気象台では、冬の始まりに、峠や山間部で初めて積雪状態になる時と平地で初めて積雪状態になると予想された時には、「雪に関する気象情報」を発表して積雪や路面の凍結による交通障害について注意を呼びかけています。また、気象庁ホームページの「今後の雪」では、１時間毎に推定した現在の積雪の深さと降雪量の分布、及び、６時間先までの予測を表示することができますので、天気予報や交通情報などと併せてご利用ください。

お問い合わせ先▶ 旭川地方気象台　☎0166−32−7102
ホームページアドレス
https://www.data.jma.go.jp/asahikawa/index.html

気象庁HP「今後の雪」▶
https://www.jma.go.jp/bosai/snow/#zoom:7/lat:43.395740/lon:140.690198/colordepth:deep/elements:snowd

中川町地域おこし協力隊活動記

『これからもどうぞ宜しくお願いします!』

Rawwood 福田隼人（ふくだはやと）

中川町のみなさまこんにちは。ロウウッドの福田です。深緑の季節も終わり、山の表情も日々紅葉へ移り変わっていく今日この頃でありますが、みなさまはいかがお過ごしでしょうか。

10月半ばで、地域おこし協力隊としての3年の任期を終了する私ですが、この肌寒い時期を迎えると、協力隊として移住してきた3年前のことを思い出します。

林業の根付いた中川町で第一次産業に携わりながら、自分の培った経験をどのように活かせるかと、当初は不安でいっぱいでした。最初の1年間は林業を知る事に多くの時間を費やしました。林業の仕事内容とは具体的に何をして、またそれは何の為で、それらが木材生産や流通、森づくりをどのように支えているかをたくさんの方々に教えて頂きました。

2年目は、木材の流通網を広げるべく色々模索していました。そんな時に豊里地区で工房を構える機会を頂き、木材の加工や保管を行える場所を持つ事で、自身の事業内容の幅が大きく広がりました。

3年目には、少しずつ増えていく仕事の依頼に感謝をする一方で、任期終了後に事業を独立させて行く事に対する不安がありました。そんな中でも、お声掛けには可能な限り対応していこうと挑戦を続けた最後の1年間になりました。

木材流通コーディネータとしての任期を経て想う事は、個々の内容や方向は違えど、森という一つの存在に本当に多くの人達が惹かれ集まっているんだなぁと言うことです。

最後になりますが、この3年間、役場、町民の方々を初め、林業事業体や北海道大学研究林、多様な製作分野の方々など大変多くの人たちに助けていただきました。本当に有り難うございます！

また、これからのロウウッドに関してですが、中川町で「ロウウッド」という事業名で、①木材流通と製材、②薪製品の製作と販売、③テーブルや小物等の製作と販売、④モノづくり体験教室、といった内容の活動を行なっていきます！何かございましたらお気軽にお声がけ下さいませ。

これからもどうぞ宜しくお願いします！

『大忙しの夏』

村木栞奈（むらきかんな）

みなさん、こんにちは。協力隊の村木です。

今これを書いているのは9月末。気づけば夏はあっという間に過ぎ去り、木々の葉っぱは少しづつ色づいてきている頃です。

今年の夏は催事に大忙しの夏でした。3ヶ月の間に5本もの催事に出店していたので、この夏は道内を走りまわっており、ほとんどを中川の外で過ごすこととなりました。

目まぐるしくもある一方そのお陰で一年前には右も左もわからなかったのがお客様の動きをみて商品の配置を変えてみたり、どうやってお声掛けをしたら興味をもってもらえるのかなどがわかるようになり、少しづつですが板についてきたように思います。

今年の催事は残すところあと一本。

東京の上野にて開催され、これまで中川町も参加してきた「北海道に魅せられた人たち」が名古屋で開催されることとなり、そこに今回も中川町が参加します。

大丸松坂屋はThink Local、Think Greenと題してSDGsへの取り組みや、それぞれの地域のまちや人々の課題を考え、応援していく社会貢献への取り組みを行っておりその一環として行われている催事が「北海道に魅せられた人たち」です。

初めての名古屋という土地でいったいどのような反応がみれるのか。すこしドキドキしますが、中川町のことを少しでも多くの方に知ってもらえるよう頑張ってきます！

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

問い合わせ先　産業振興課産業振興室　☎7−2816

バケツ稲づくり
稲を収穫しました！

10月6日、今にも雨が降りそうな曇りの中、幼児センターの3歳児から5歳児の18名が、バケツ稲の稲刈りを行いました。

この稲は、園児たちが5月に田植えを行ったもので、小さな苗が大きく成長しました。

稲刈りは、鎌を使わず園児用のはさみで行いました。園児たちは、「刈るのが楽しい」と楽しそうに話しながら稲を刈っていました。

今年は、天候が悪く、稲は成長したものの、穂にお米は入りませんでした。毎日食べているお米を育てることの難しさ、農家の皆様の大変さを知りました。

園児たちは「来年は、ちゃんとお米ができるように、稲のお世話をもっとがんばりたい」と話していました。

保健だより

【今月のテーマ】

「ポリファーマシー」について ～薬の多剤服用に注意！～

みなさんは、薬をいくつ飲んでいますか？

薬は病気の治療や症状軽減に有効です。薬がないと不安という方もいるでしょう。

しかし近年、**「ポリファーマシー」**とよばれる、**多剤服用による副作用や※薬物による有害事象の発生**が問題になっています。

【ポリファーマシーの問題】

- 薬の数が増えることで薬同士が相互に影響しあい、薬が効きすぎたり、効かなかったり、副作用が起こるリスクが高くなる。
- 異なる医療機関から、同じ効能の薬が重複して処方される可能性がある。
- 用量・用法が複雑になり、「飲み忘れ」や「飲み残し」が起こりやすく、使用しなかった薬（残薬）がたまる。また、正しく服用されなかったことにより症状が悪化し、さらに薬が増える悪循環に陥る。

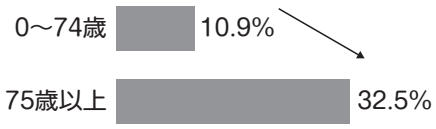
薬はその人の症状や病態、生活環境によって適正な処方も変化しますので、「何種類以上の薬を併用すれば多剤服用」という明確な定義はありません。

しかし、**6種類以上の薬を併用していると、副作用を起こす頻度が増加する**というデータがあります。

特に75歳以上の高齢者では注意が必要です。

疾患の数が増え、複数の医療機関にかかるようになり、薬の量が増える傾向にあります。（左図参照）

6種類以上の薬を処方されている人の割合（30日以上の処方のある者）



※中川町国保データベースシステム
令和4年5月診療データより

また、肝臓や腎臓の働きが衰え、薬を分解したり、体の外に排泄するのに時間がかかるようになり、副作用が出やすくなることがあります。

しかし、ポリファーマシーを心配して本来必要な薬を減らすのはよくありません。

大切なのは薬の数ではなく、**その処方内容が適正かどうか**、という点であることを押さえておきましょう。

ポリファーマシーを防ぐために

■お薬手帳は1冊にまとめておく

お薬手帳は、医師や薬剤師が患者の現在の服薬状況を把握し、薬の重複や飲み合わせについて確認することができます。

複数の医療機関や薬局を利用している場合でも、お薬手帳は1冊にまとめましょう。

■重複受診を控える

同じ病気で複数の医療機関にかかる重複受診は、薬の重複、過剰な処方を招くおそれがあります。

安易な医療機関のはしごは控えましょう。

日頃から、かかりつけの医師や薬剤師を持ち、処方されている薬の把握をしてもらうと安心です。

■主な副作用の症状を知っておく

薬の追加や変更があったあとに、いつもと違う症状はありませんか？

主な副作用の症状には、

- ふらつき、めまい
- 物忘れ
- 気分が沈む（抑うつ状態）
- 食欲がない
- 尿が出にくい、便秘
- 肝機能障害

などがあります。

気になる症状があっても、自分の判断で薬をやめたり減らしたりするのはよくありません。

急にやめると、病状が悪化したり、思わぬ副作用がでることがあります。

必ず、医師、薬剤師に相談しましょう。

《相談する時の注意》

現在使っている薬、残っている薬のほか、毎日飲んでいるサプリメントや健康食品についても、医師や薬剤師に必ず全部伝えましょう。

また、いつ頃からどのような症状が出てきたのか、メモしておきましょう。

※薬物有害事象とは
薬との因果関係がはっきりしないものを含め、患者に生じる好ましくない、あるいは意図しない兆候、症状、または病気。

問い合わせ先　住民課幸福推進室（しあわせ）　保健師　☎7－2813

食べること
育つこと

食育通信

食事でできるフレイル予防について

フレイルとは、加齢に伴って、体重の減少や筋力の低下などがみられ、「心身が老い衰えた状態」のことを言い、そのままにしていると、要介護の状態になる可能性が高い状態をいいます。

予防・改善するためには、低栄養による体力・筋力低下を防ぐことがとても大切です。

毎日の食事で体の維持に必要なエネルギーや栄養素を不足しないように食べる必要があります。

まずは、下記のチェック表で現在の食生活が低栄養に陥りやすいか確認してみましょう！

【低栄養のリスクチェック表】

- □減量しているわけではないのに、6か月で2～3kg以上体重が減った。
- □食欲が無く、1日2食以下の日が多い。
- □前よりも疲れやすくなった。
- □ペットボトルのふたが開けにくくなった。
- □歩くのが遅くなった。
- □1人の食事が多い。
- □主食はおかゆを食べている。
- □ごはんとみそ汁だけの食事が多い。
- □肉や魚を食べる機会が少ない。
- □カップ麺や菓子パンだけの食事が多い。

チェックの数が多いほど、低栄養のリスクが高い食生活となっています。

1つでもチェックが付いた方は、次の食事のポイントを参考に低栄養のリスクを低くしていきましょう。

「食」に関する情報をお伝えします！

ポイント1 たんぱく質を不足させない！

フレイルになるのを防ぐために、特に重要な栄養素がたんぱく質です。

たんぱく質は、筋肉の他、脳や骨、血液、消化酵素、ホルモン、免疫細胞などの維持に必要な大切な栄養素です。

1日に必要なたんぱく質量

●日本人の食事摂取基準2020
65歳以上の推奨量

- **男性…60g**
- **女性…50g**

また、たんぱく質は一度にたくさん食べるよりも、1日3回に分けて均等に摂る方が効率的に体に利用される特徴があります。

そのため、1食あたり15～20gのたんぱく質を目安に摂ることが大切になります。

下表①と普段の食事内容を比べ、不足が無いか確認してみましょう。

表①　食品に含まれるたんぱく質早見表

食品名	量	たんぱく質	食品名	量	たんぱく質
鮭切り身 1切れ	80g	**16g**	チーズ 6Pチーズ	1個	**4g**
豚ももスライス 2枚	50g	**10g**	調整豆乳 1本	200mℓ	**7g**
卵 1個	50g	**6g**	ごはん 1膳	150g	**4g**
納豆 1パック	40g	**7g**	食パン 6枚切り1枚	60g	**5g**
豆腐 1／3丁	100g	**7g**	ゆでうどん 1玉	200g	**5g**
牛乳 1杯	200mℓ	**7g**	ゆでそば 1玉	200g	**10g**

ポイント2 運動（体を動かす）

体を動かすと消化機能の働きがよくなり、栄養の吸収が良くなります。また、適度な運動は、筋肉量の維持や骨の強化、食欲増進にもつながるため大切です。

運動を行う最適なタイミングは、食後2～3時間後です。食事で摂ったたんぱく質が吸収されるタイミングに運動しておくことで、鍛えたい部分へ効率的に利用することができます。

筋肉量を維持・増やしたい方は、食後のウォーキングや体操、筋力トレーニングも習慣にしてみてはいかがでしょうか。

フレイル予防の食事は、栄養の偏りや不足に気づき、体を維持する栄養を少しずつでもプラスすることが大切です。

食事量やバランスが気になる方は、役場栄養士にご相談下さい。

問い合わせ先　住民課幸福（しあわせ）推進室　管理栄養士　☎7－2813

企業の地域貢献に感謝状が贈られました

消防前堆雪場舗装工事にご尽力いただいた、荒井建設㈱様（取締役社長　荒井　克典様）、㈱橋本川島コーポレーション様（代表取締役社長　橋本　毅様）、新谷建設㈱様（代表取締役社長　新谷　龍一郎様）、㈱山崎組様（代表取締役社長　山崎　晴一様）、三共舗道㈱様（取締役社長　皆川　俊哉様）、北海舗道㈱様（代表取締役　高木　常芳様）、㈱中川建設様（代表取締役　吉田　寛様）、㈱佐藤組様（代表取締役　菊地　広幸様）に対し、中川町から感謝状が贈られました。なお、三共舗道㈱様、北海舗道㈱様、㈱中川建設様は、贈呈式当日、都合により欠席されました。

株式会社
橋本川島コーポレーション 様

荒井建設株式会社 様

株式会社佐藤組 様

株式会社山崎組 様

新谷建設株式会社 様

防災用のドッグフード「糀（こうじ）とブラン」を寄贈していただきました

合同会社つれづれ様（代表　齋藤桂子様）より、中川町に防災用ドッグフード「糀とブラン」30パックを寄贈していただきました。「糀とブラン」は、原材料はすべて北海道産を使用し、調理師による下処理から、味や品質を損なわないレトルト加工まで、ヒューマングレードにこだわったウェットタイプの無添加ペットフードで、常温でも長期保存が可能です。また、容器がそのまま器として使えるので、空いた容器で水を飲ませることも可能です。

今回寄贈いただいた商品は、役場にて備蓄し、災害の際に使用させていただきます。

ちゃいむ図書室の新着図書

目でみる日本史
岡部 敬史 文

採集と見分け方がバッチリわかる
アンモナイト図鑑　守山 容正 著

いきもの六法
中島 慶二 監修

寝る前10秒子どもの姿勢ピーン！
ポーズ　西村 猛 著

世界のたまご料理
岡根谷 実里 講師

夜の道標
芦沢 央 著

浅草ルンタッタ
劇団ひとり 著

裂けた明日
佐々木 譲 著

嘘つきジェンガ
辻村 深月 著

汝、星のごとく
凪良 ゆう 著

その本は
又吉 直樹・ヨシタケシンスケ 著

トーマス、にっぽんへやってくる
ウィルバート・オードリー 原作

食糧危機のサバイバル
ゴムドリco. 文

はりねずみのノート屋さん
ななもりさちこ 作

かいけつゾロリ にんじゃおばけあらわる！
原 ゆたか さく・え

「此の世の果ての殺人」
荒木あかね 著

小惑星が日本に衝突すると発表されたある日、自動車学校のトランクから女性の死体が…。元刑事で自動車学校教官とそこに通っていた小春が地球最後の謎を解きはじめる。第68回江戸川乱歩賞受賞作。

まちの文芸

短　歌

今月のお題　秋 or 食

とうきびにかぶりつかないまま秋が来そうで奥歯が疼いておりぬ　五十嵐仁美

母の好きな巻き寿司の中に巻いてゆく菜園最後のきゅうりと夏の日　金子みえ子

稲穂にもススキにも見えぬアキアカネ　昔はあんなに多くいたのに　鎌田　陽子

サクランボ、いちじく、桃、梨、柿、リンゴ　情(こころ)いっぱい贈り贈られ　小林　淑子

噛み千切り砕きて潰す我の歯の過激な活動休む日は無し　山内　智子

つやつやのベニテングダケは飴菓子似　食べちゃいたいほど可愛いけどね　横山やすこ

朝昼晩少しずつでも三食を欠かしちゃダメよ　さあキッチンへ　食育通信

そうめんとひやむぎはここ　うどんなんてその奥でいい寒くなるまで　食品備蓄棚

スベリヒユ、アカザ、ポケットの道草は夕食のカテ　母へのみやげ　食料難時代

牧草はまだまだ青い天高く牛肥ゆる秋　馬？はいません　秋のアニマルウェルフェア

日頃のできごとや風景・季節に感じたこと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。

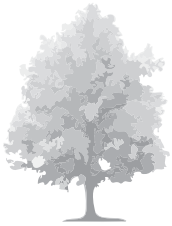
〔連絡先〕

短歌同好会
小林淑子さん　☎８・７７８１

俳句紫苑(しおん)会
古市和子さん　☎７・２８５０

●短歌月刊会報「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（小林淑子さん☎８・７７８１）へお願いします。



町長交際費の支出内訳　上半期＝4月1日～9月30日

（単位:円）

	項目		令和４年度 上半期 件数	令和４年度 上半期 金額	令和３年度 上半期 件数	令和３年度 上半期 金額
1	接遇	外部（国・道、関係機関との意見交換または折衝などに必要な土産などの購入、情報収集のための懇親会などを開催する場合とし、社会通念上妥当と認められる範囲の額とする。	14	204,443	7	206,003
2	会費	懇談会、懇親会、祝賀会など（２万円を上限とする。）	14	119,500	0	0
3	祝い金	周年、設立記念式、祝賀会、慶事など、招待・会費不要の場合（２万円を上限とする。）	6	46,460	2	20,000
4	寸志	総会懇親会、交礼会、基金造成ビールパーティーなど、招待・会費不要の場合（２万円を上限とする。） 各種全国大会などに出場する個人または団体（3万円を上限とする。） 各課・教育委員会などで対応するものは除く。	0	0	0	0
5	協賛金･負担金	町内協賛行事（１万円を上限とする。） （補助金・負担金など重複支出無し）　諸会議負担金	0	0	0	0
6	見舞金	中川町慶弔規程による香典、供花、供物、災害などに係る義援金	16	193,550	21	272,400
		合計	50	563,953	30	498,403

問い合わせ先　**総務課総務町政室　☎7－2811**

自衛官募集

	自衛官候補生（男子・女子）
応募資格	18歳以上33歳未満 （令和５年４月１日現在）
受付期間	受付中～11月14日（月）締切　（年間を通じて行っています）
試験日	11月20日（日）・21日（月）のいずれか１日を指定できます。 ※11月以降も試験はございます。
会場	旭川

※コロナウイルスの状況次第で日程が変更する場合があります。

■興味のある方は、お気軽に下記までご連絡下さい。

自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所

☎01654－2－3921　　〒096－0011 名寄市西1条南9丁目45

ありがとうございます

社会福祉協議会、一心苑、グループホームに寄附

・離町に際して　宮脇　政義　様

・夫（和博様）死去に際して　多田　春美　様

・母（孝子様）死去に際して　野々村　眞　様

社会福祉協議会、一心苑、グループホームに寄贈

季節のものを含めて次の方々より「志」を頂きました。この紙面をお借りしてお礼申し上げます。

吉江　秀子　様

多田　春美　様

匿名　7件

謹んでお悔やみ申し上げます

5区　野々村孝子　様（89歳）

1区　多田　和博　様（71歳）

9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 第1回	入札結果 第2回	予定価格(円)	契約金額(円)	落札率	工事などの概要	期間
令和4年度 大富旧国道線用地測量委託業務	※かたやま測量㈱	3,090,000		3,619,000	3,399,000	93.9%	用地測量一式　L=500m	着手　令和４年９月８日
	㈱三洋コンサルタント	3,130,000						完了　令和５年１月20日
	エヌユーコンサルタント㈱	3,150,000						
令和4年度 中川町立学校ＧＩＧＡスクール保守業務委託	※中央コンピューターサービス㈱	2,720,000		3,201,000	2,992,000	93.5%	中川町立学校 GIGAスクール 保守業務一式	着手　令和４年９月８日
								完了　令和５年３月31日
令和4年度 総合保健センター給水・給湯管更新工事	※㈱中川水道	24,980,000		28,182,000	27,478,000	97.5%	総合保健センター 給水･給湯管更新一式	着工　令和４年９月26日
	㈱佐藤工建	25,160,000						竣工　令和５年３月31日
令和4年度 中川町立診療所 オゾン脱臭器購入	※㈱シーテック	780,000		880,000	858,000	97.5%	中川町立診療所 オゾン脱臭器購入一式	
								納入期限 令和４年12月23日
令和4年災 トヨビラ線応急工事	※㈱佐藤工建	3,030,000		3,399,000	3,333,000	98.1%	災害応急工事一式 崩土除去　L=40m	着工　令和４年９月27日
	㈱佐藤組	3,050,000						竣工　令和４年10月31日
	㈱中川建設	3,050,000						
	植村技建㈲	3,060,000						
令和4年災 富和３線応急工事 １工区	※植村技建㈲	2,000,000		2,255,000	2,200,000	97.6%	災害応急工事一式 決壊防止土のう　L=50m	着工　令和４年９月27日
	㈱中川建設	2,010,000						竣工　令和４年10月31日
	㈱佐藤組	2,020,000						
	㈱佐藤工建	2,040,000						

問い合わせ先　総務課企画財政室　☎7−2819

みんなチェック！最低賃金
北海道最低賃金

北海道内の事業場で働くすべての労働者（会社員、パート、アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人）及びその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。

最低賃金額
時間額　920円

効力発生年月日
令和4月10月2日

厚生労働省　北海道労働局　労働基準監督署（支署）

町民の皆さんへのお知らせ

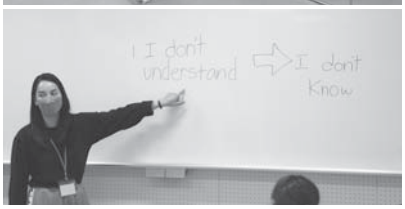
来月号からALTのジェニー先生の連載がはじまります。

簡単な英語と日本語で、みんなが楽しく読める連載になる予定。お楽しみに!!

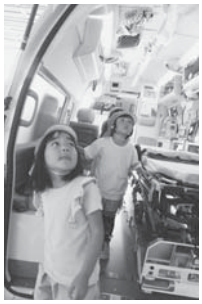
ナカガワのトピックス

9/8(木) 第1回 英語クラブ

大人から小学生まで4名が参加し、ALTのジェニー先生と一緒に英語を使ったゲームを楽しんだり、便利な表現を学んだりしました。今後も続けていく予定なので、次回はみなさんも参加してみよう！



9/13(火) 幼児センター 消防署見学



消防車や救急車を見学したり、あこがれの消防士さんの仕事を体験したりして、子どもたちは大喜び。みんなのキラキラした顔を見ることができました。

9/18(日) なかがわ 秋味まつり

役場駐車場にて秋味まつりが開催されました。町内飲食店の出店や町内の作家さんの体験ブースなどが並び、多くのお客さんを楽しませました。お楽しみ抽選会の目玉「ナカガワ牛3キロ」は石垣町長と佐藤議長によって抽選され、幸運な3名に贈られました。

9/14(水) 中央小学校 マラソン記録会

中央小学校のグラウンドにて今年もマラソン記録会が行われました。保護者のみなさんが見守る中、子どもたちはこれまでの練習の成果を発揮し、最後まで力を出し切って走っていました。

9/30(金) 中川村とのオンライン交流

中川中学校にて、長野県の中川村立中川中学校とのオンライン交流が行われ、各校生徒会による学校紹介や合唱交流が行われました。また、島津生徒会長から先日の地震の際に頂いた震災お見舞いメッセージのお礼が伝えられました。

令和4（2022）年11月号（通巻762号）
印刷　株式会社　国 境

この広報紙は道産間伐材を使用しています。 道産 間伐材使用

町の人口

（10月1日現在）

人　口	1,351人（－6）
男	687人（－2）
女	664人（－4）
世帯数	738戸（－4）

（　）は前月末との差を示します。

今月の表紙

～ 中川中学校　第75回学校祭 ～

9月10日（土）に中川中学校の学校祭が行われました。百花繚乱～今しかできない最高の青春を～をテーマに掲げ、吹奏楽演奏、国語科意見発表、全員が参加の劇、合唱の発表が行われ、生徒たちはいろとりどりの花を咲かせていました。

〒098-2892　北海道中川郡中川町字中川337番地　☎(01656)7－2811
中川町HPアドレス　http://www.town.nakagawa.hokkaido.jp　　E-mailアドレス　nakagawa@town.nakagawa.hokkaido.jp