

# 広報ナカガワ

2023

2



# 令和5年 中川町二十歳のつどい

## おめでとうございませす!

1月4日(水)に、生涯学習センターちやいむアリーナにて、中川町二十歳のつどいが開催され、今年度に成人となった18〜20歳のうち、20歳の節目を迎えられた9名が参加しました。

広報ナカガワでは、出席者の皆さんに、二十歳の抱負を伺いました。



かじ た りゅう き  
梶 田 龍 希 さん

今までお世話になった家族、友人、町民の皆様のおかげで、今日という日を大好きな中川町で迎えることができ、嬉しく思います。これからもこの町で学んだ教えを胸に、社会に貢献していきたいと思えます。



きく ち あや か  
菊 地 綾 香 さん

今まで支えてくれた両親、お世話になった方々のおかげで今日を迎えることができました。これからも社会人としての自覚を忘れずに頑張っていきたいと思えます。



きく ち しょう た  
菊 地 翔 太 さん

今まで支えてくれた両親、お世話になった方々のおかげで成人式を迎えることができました。嬉しく思います。これからも成人としての自覚を持ち、勉学、仕事に取り組み、周囲の方々の感謝を忘れず日々精進していきたいと思います。ブラボー!!



石垣町長のはなむけの言葉



高橋教育長より  
記念品が贈られました

今まで支えてくれた家族、周囲のたくさんの方々のおかげで、無事成人を迎えることができました。これからは、成人としての自覚をしっかりと持ち、より一層精進していきたいと思えます。



たてまつ えい た ろう  
**立松永大朗** さん

まず無事に成人を迎えることができ嬉しく思います。今後の抱負は国試に受かり看護師になることです。大学生活もあと残り2年となりましたが、日々努力していきたいと思えます。また母を始めとする支えてくださる全ての方に常に感謝し生きていきたいと思えます。



ね もと う る は  
**根本麗** さん

これまで沢山の方々を支えていただき、成人を迎えることが出来ました。この感謝を忘れず、大人になるという自覚をしっかりと持ち、今までの経験を活かし、立派な社会人になりたいと思えます。これからの様々な出会いも大切に、日々精進していきたいです。



わか やま ゆ ま  
**若山 磨** さん



二十歳を迎えた  
誓いの言葉

これまで支えてくれた両親をはじめ、お世話になったすべての方々のおかげで、成人を迎えることができました。二十歳の節目を迎え、これからも感謝の気持ちを忘れず、良識ある社会人になれるよう精一杯頑張ります。



さ さ き か え で  
**佐々木 楓** さん

二十歳になり本格的に自分のいかなければならない道を考えなければならぬ段階に入ってしまった。現在大学生ですがこの将来のためにしっかりと学習して単位を取得し大学を卒業して一人で食べていく能力を持つために精進していこうと思えます。



さん の み や か ず ひ ろ  
**三野宮一博** さん

今まで様々な出会いがあり、多くの方に支えられ成長できました。約九年間この町で育ち、お世話になった方も多くいらつしやいます。お世話になった方々への恩返し、そして中川町に少しでも貢献できるように、社会人として精進して参ります。ブラボー!!



し ら は た み ず き  
**白 籬 瑞 紀** さん



# 「ワクワク」冬まつり開催

小学生を対象とした「冬休みワクワク体験教室」を1月6日(金)～13日(金)のうち5日間実施しました。11日(水)は、冬まつりの日でした。子どもたちが自ら考えた外遊びを、みんなで元気いっぱいに楽しみました。

冬まつりの内容は、前日に子どもたちが話し合って計画しました。4チームに分かれて、各チームがイベントを1つ行います。事前の話し合いではまず自分たちのチーム名を決めました。チーム名は「おいしいレモンティー班」「ビックリマークチーム」「??チーム」「天ぷらそば食べたい」に決定しました。「何をしたらみんな楽しめるか」「道具は何が必要か」「何分時間が必要か」など、子どもたち一人ひとりが意見を出していました。イベントの計画を立て終わり、子どもたちはプレゼンテーションをしました。発表する人を決め、イベント内容の説明をしました。違

うチームからは質問が飛び交いました。プレゼンテーションしたチームも考えていなかったことを質問される場面があり、プレゼンテーションを終えたあとに再度話し合いを始めたチームもありました。他のチームから質問されたことで、自分たちが考えていなかった部分が見えてきました。



イベントは「雪山しようがいケイドロ」「おにごっこ」「宝探し」「雪上ドッジボール」の4つを



行いました。イベントを計画したチームが、雪山にソリやコーンの障害物を置いたり、宝を探したり、コートを作るなど、イベントの運営をしました。自ら進んで準備する子どももいれば、何をしていたかわからなく戸惑っている子どももいました。戸惑っている子どもに高学年の子どもが優しく指示している姿が見られました。子どもたちは4つのイベントに全力で取り組んでいました。雪が舞う中でしたが、子どもたちは「暑い〜!!!」といって汗を流していました。ボールを使うイベントでは、ボールをキャッチしやすいからと手袋を脱いで取り組んでいる子どももいました。

イベント終了後は、使った道具を自分たちで片付けました。



イベントを終えてから「こうしたらもっとよかった」「時間ももっと短くても楽しめた」など自分たちなりの反省をしていました。来年の冬まつりは今年の反省を生かしてもっとみんなが楽しめるイベントを計画することができかな。



# 「低温注意報」について

上川・留萌地方では年によって異なりますが、1月下旬から2月下旬が一年で最も寒い時期となります。今回は、「低温注意報」についてのお話です。气象台では低温による農作物の被害（夏期）や水道管の凍結・破裂などによる被害（冬期）が発生するおそれがあるときに「低温注意報」を発表します。



具体的な発表基準は季節によって異なります。4月から6月、8月中旬から10月までは平均気温が平年より6℃以上低い、7月から8月上旬は気温が14度以下が12時間以上継続など、稲作などの農業関係に影響を及ぼす気温が基準となっています。

また、11月から3月までは最低気温が平年より12℃以上低いと予想する場合に発表しています。

冬期間の低温の要因は、上空に強い寒気が入ること、冬型の気圧配置が緩み内陸部を中心に晴れ、地表面の熱が奪われる放射冷却現象が起こることなどがあげられます。これまでの最低気温の記録は、旭川で−41.0℃（1902年1月25日）、名寄では−35.7℃（1982年2月2日）と内陸部では−30℃以下となり、留萌では−23.4℃（1985年1月25日）、羽幌では−26.4℃（1923年1月27日）など海岸部では−25℃前後となっています。

1月下旬から2月下旬の時期に低温注意報が発表されると、海岸部では−20℃前後、内陸部では−25℃から−30℃以下の厳しい冷え込みになることが予想されますので、水道管の凍結・破裂などに十分注意して下さい。



水道管の凍結



水道管の破裂

お問い合わせ先▶ 旭川地方气象台 ☎0166-32-7102  
ホームページアドレス

<https://www.data.jma.go.jp/asahikawa/index.html>



除雪作業の危険性について改めて確認していただきたく思います。

例年、雪に悩まされる時期に再度、除雪作業の危険性について、ご確認をお願いいたします。



## 雪下ろし安全10箇条

- ① 必ず2人以上で
- ② 足場の確認
- ③ まわりに雪を残して
- ④ 無理はしない
- ⑤ 落雪注意
- ⑥ 安全な装備
- ⑦ はしごの固定
- ⑧ こまめに手入れ
- ⑨ エンジンを切ってから
- ⑩ 携帯電話を忘れずに

中川消防支署へのご相談、  
お問合せは☎7・2119番まで



### 火災・救急出動状況

令和4年12月31日現在

火災件数 1件  
救急件数 74件

## 無理な作業はやめましょう

- 体調が万全の時にいきましょう。
- 作業前に周辺を確認しましょう。
- 準備運動をしましょう。
- 十分に休憩を取りましょう。
- 危ないときは用具を手から放しましょう。

## 駐在所から



【問い合わせ先】

名寄警察署 01654-2-0110  
中川駐在所 ☎7-2019  
佐久駐在所 ☎8-5071  
警察相談電話 ☎#9110

## 違法・迷惑駐車は

### 危険や障害の原因となります

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、スムーズ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通行を妨げます。

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。

緊急車両の活動を妨げます

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。

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幼児、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。

除排雪作業の障害となります

違法駐車が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。

やめましょう

みんなが困る 迷惑駐車



# 国民年金保険料の支払いについてのお知らせ

**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カ月前納・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。

**国民年金保険料は  
クレジットカード  
でも納付できます**

クレジットカード納付でも2年前納が利用できるようになりました。ただし、有効期限を迎えるクレジットカードカードの場合、更新時に改めて手続きが必要な場合がありますのでご注意ください。クレジットカードをご希望の方はクレジット

トカードの有効期限を迎える方は、最寄りの年金事務所へお問い合わせください。

**電子納付(Pay-easy)の利用**

Pay・easyなら自宅や外出先から、夜間や休日でも納付ができます。納付書に記載されている「収納機関連番」、「納付番号」、「確認番号」をPay・easy対応のATMかインターネットバンキングの画面に入力するだけで納付ができます。ただし、コンビニエンスストア内に設置されている複数の銀行に対応しているATMでは利用できませんのでご注意ください。

**【問い合わせ先】**

旭川年金事務所  
☎0166・

27・1611

## 名寄地区広域消費生活センター情報

### 長期保管のカセットボンベ、ガス漏れに注意!

#### 事例

数年前に災害時の備蓄として購入しておいたカセットボンベをコンロで使用したところ、火が出た。すぐに消し止めたが、ボンベからシューと音が漏れていた。(60歳代 男性)



#### アドバイス

- カセットボンベは、製造から長期間経過したり、保管環境が悪かったりすると、内部パッキンの劣化などによってガス漏れする可能性があります。大変危険です。
- 使用期限の目安は製造後約7年とされています。製造年月日を確認してから使用しましょう。製造年月日が分からないものや金属部分に変形やさびが見られるものは使用をやめましょう。
- 先端のキャップを付けた状態で、直射日光の当たらない40℃以下の湿気の少ない場所で保管しましょう。
- 空になったカセットボンベは、お住まいの自治体のルールに従って廃棄しましょう。古いボンベやガスが残っている状態で処分したい場合は、製造事業者等へ問い合わせましょう。
- 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。

カセットボンベの  
処理に関する  
問い合わせ先

一般社団法人日本ガス石油機器工業会 カセットボンベお客様センター

電話 **0120-14-9996**

受付時間▶ 平日10:00~12:00、13:00~16:00 (2022年12月23日現在)

● 問い合わせ先

**名寄地区広域消費生活センター** ☎・FAX 01654-2-3575

◆ 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・中島

## 『町内写真展とクイズ大会』

こ  
な  
お  
も  
と  
お  
か  
岡 本 直 子



こんにちは。新しい年が始まりましたね。慣れない雪おろしをしていると、ここに声をかけてくださってありがたいです。

さて、急な大雪で突然冬が始まった11月の終わり、中川町生涯学習センターちゃいむにて、密やかに写真展をしておりました。この写真展は10月に札幌で行われた工房宮地・クルミの家具展での写真展・町内バージョン。宮地さんの椅子を、町内のご愛用者の方からお借りし一緒に展示しました。

写真も椅子の木材もこの町生まれ。素敵な里帰りになりました。

また、写真展に関連したクイズ大会を児童クラブにて行いました。『宮地さんのクルミの椅子ができるまで』と、中川

町濃いオニグルミのなぞ』がクイズのお題。今回は難しい（私にも）内容でしたが、小学校一年生から六年生までの3チーム、皆さんで相談して、沢山正解をだしてくれました。今回町内の企画で明確だったのは写真やクイズを通して町の方にこの事業を知るきっかけになったらいいということです。少し届いていたら幸いです。ではまた。



# 中川町地域おこし協力隊活動記

## 『2022 霜月・師走』 い ち む ら し ゆう じ 市 村 修 司



聖なる夜、クリスマスマスにこの記事を書いております。季節の違いですが、メリークリスマス、そして明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします！昨年の11月と12月の出来事をお伝えします。

11月はオトカフェプラスを開催しました。今回は観光列車「まんぶくサロベツ号」が中川町に停車しました。私は乗客のお客様向けの駅弁と町民の皆さま向けのランチボックスを提供しました。町内はコロナ禍の中でしたが、テイクアウトで多くの方に利用いただきました。ありがとうございました！今回は訳あって私一人の営業でしたが、駅弁の盛り込み作業を町内の方に手伝っていただき本当にあり

がたかったです。他にも「手伝うよ」と声をかけて頂くこともあり、本当に色々な人に支えてもらっています。

12月は糠南駅のクリスマスパーティーに出店してきました。コーヒータンやホットワインを提供しました。お客さまもスタッフの方も皆、温かい方ばかりで雪が降る中での野外営業でしたが寒さは感じませんでした。とは言えスタッフの方のご厚意で豚汁が提供された時は涙ものでした。鉄道ファンの方の行動力には頭が下がります。何か夢中になれることがあるとういことは本当に素敵なことですね。

雪がとても多いですが、皆さまご無事でありませう願っております。ではまた。



# 『中川町の自然』

にしだのりこ  
西田法子



中川町のみなさん、こんにちは。地域おこし協力隊の西田です。

北海道での2度目の冬がやってきました！以前は寒いのがとても苦手でしたが、少しだけ寒さに強くなった気がします。また冬を満喫したいと思います！

さて、10月にワーケーションで滋賀県から2名の方が中川町に来られました。現在お仕事されている滋賀県と「きれいな空気と景色に包まれた場所」との二拠点生活を検討されており、偶然見つけた中川町ワーケーションのHP

をみつけご応募してくださいました。中川町到着後すぐ連絡をいただき、「こんなにきれいな景色は見たことない。本当に来てよかった」と言っていたきました。釣りや鹿の解体、森林散策、鮭の遡上等を見て、毎日中川町を満喫されていました。ここまで中川町での滞在を楽しんでいただけると、私もとてもうれしい気持ちになりました。

まだまだワーケーション事業でお客様をご案内するには物足りないことや不便をかけたしまうところもあります。私も少しずつスキルアップしながら多くの方に中川町での滞在を楽しんでいただけるように頑張っていきます。



## 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

# 天塩川 春・発信 in なかがわ 2023

募集期限は「2月28日」まで

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、近い方には、町の特産品などが送られます。

### ■参加方法は？

- (1) はがきでの応募
  - 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。  
1枚1口に限ります。応募口数に制限はありません。

- (2) インターネットでの応募は専用応募フォームでの応募から行います。  
中川町観光協会HP内の特設サイトをご確認ください。



### ■お問い合わせ先・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2023」係  
☎01656-7-2816

# 保健だより

【今月のテーマ】

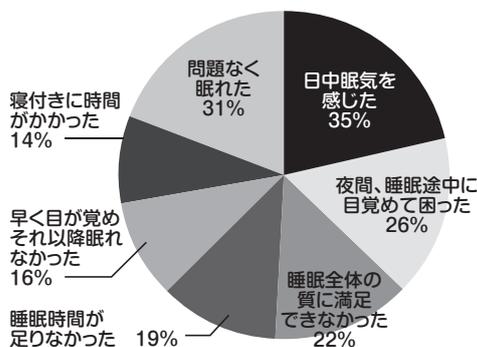
## 不眠対策は生活習慣から

睡眠の悩みは、意外に多くの方が感じています。

国民健康・栄養調査の結果では、20歳以上の約7割の方が不眠による睡眠の悩みを感じていました。

### 【睡眠の質の状況】

20歳以上…5702名



年代別では、20・30歳代の方は日中の眠気や寝つきの悪さを感じる割合が比較的多く、70歳以上では夜間の睡眠途中に目覚める割合が多い傾向がみられています。

不眠の症状には、主に寝つきの良くない「入眠困難」、睡眠途中で目が覚めて眠れない「中途覚醒」、予定しているより早くに目覚める「早朝覚醒」、しつかり睡眠をとった気がしない「熟眠感欠如」があります。

不眠の症状が続くと、心身の不調だけでなく、日常生活にも支障がで



てくる可能性があります。生活への支障が続く場合は治療も必要になりますが、まずは不眠の原因になる生活習慣を見直し、快い眠りを目指しましょう。

生活への支障が続く場合は治療も必要になりますが、まずは不眠の原因になる生活習慣を見直し、快い眠りを目指しましょう。

### 不眠につながる生活習慣

#### ■体内時計のずれ

人は太陽とともに生活しています。体内時計のずれがあると、入眠困難や中途

覚醒の原因になることがあります。

人の体内時計は24時間よりも少し長い周期のため、整えていかないと毎日少しずつずれていきます。

目覚めたときに日光を浴びて（冬など暗いときには電気の明かりでも刺激になります。）脳にサインを送ることで体内時計がリセットされ、その14～16時間後に分泌されるメラトニンというホルモンが、自然な眠りを誘導

してくれます。



#### ■良くない生活習慣や環境

左記に☑がついた場合は、眠りを妨げる原因になっていないか、生活を見直しましょう。

- ☐空腹のまま寝たり、暴飲暴食はないか

空腹感や夜間の低血糖などが、中途覚醒の原因になることがあります。

寝る前の飲食は避け、摂る場合は消化の良いものにしてしましましょう。

☐就寝前の飲酒  
寝酒をされる方もいますが、一時的に寝つきが良くなる感じはあるものの、眠りは浅くなり、利尿作用もあるため、中途覚醒や早朝覚醒、熟眠感欠如の原因になります。



☐就寝前の喫煙・カフェイン摂取  
喫煙やカフェインには脳の覚醒作用があり、入眠困難の原因になります。

タバコの影響は、喫煙後1時間程度は続きます。

☐就寝前の電子機器やゲーム、パソコンなど  
電子機器の光は脳の刺激になり、入眠を妨げます。特に寝る30分～1時間前から、離れるようにしましょう。

☐寝室の気温や湿度、照明は適切か  
暑さや寒さ、強い照明などは、入眠を妨げ中途覚醒の原因になります。

☐就寝前の電子機器やゲーム、パソコンなど  
電子機器の光は脳の刺激になり、入眠を妨げます。特に寝る30分～1時間前から、離れるようにしましょう。

☐不安やストレス  
不眠の一番の原因になるものです。

寝床に考え事をもちこまない、眠れないなら寝床から離れて静かに気分転換するなど、自分なりの解消法を工夫しましょう。

この他、不眠の原因には、かゆみや頻尿などの症状や睡眠時無呼吸症候群やうつ病など病気によるものもあります。その場合はその治療を優先しましょう。

かかりつけ医とよく相談しましょう。



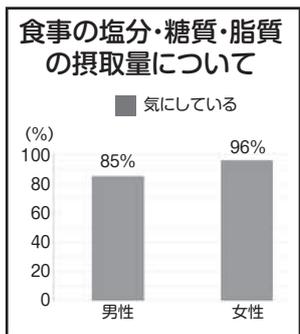
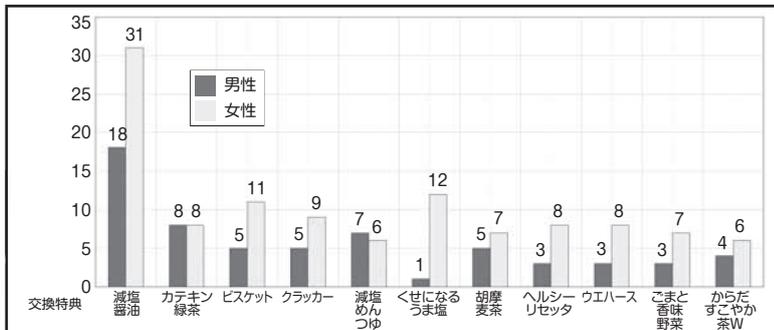
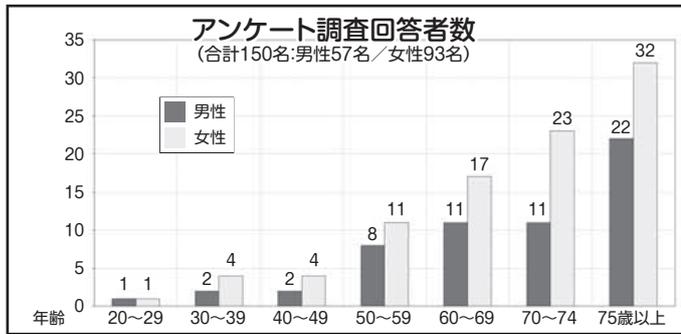
食  
育  
通  
信

食  
育  
通  
信

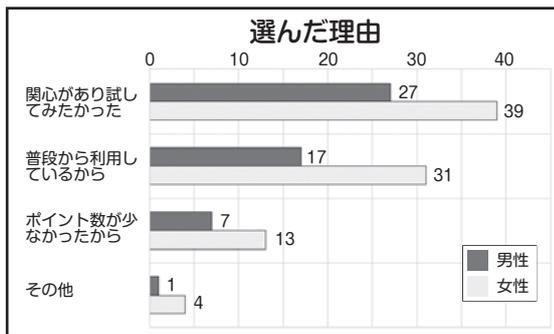
「食」に関する情報をお伝えします！

中川町健康ポイント事業のアンケート調査結果について

今回は、町の健診・がん検診を受診した方を対象とした、中川町健康ポイント事業のアンケート調査結果について報告いたします。今年度で5回目となるアンケート調査では、交換した特典への感想の他、普段の食生活で意識していることなどを調査しました。

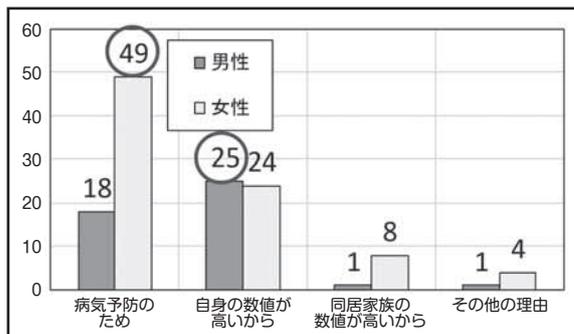


Q3. 普段から食生活の中で塩分・糖質・脂質の摂取量に気をつけていますか？



Q2. 選んだ理由はなんですか？ (複数回答あり)

今回のアンケート結果から今年度は、交換特典のラインナップを一部変更し、糖質や脂質を意識する方向へのトクホのお茶やおすすめのノンオイルドレッシングなどを加えました。そのため、特典との交換では、「関心があり試してみたかった」という理由が多い結果となりました。また、特典については、使用してみただ方の約8割以上が「良い」という感想結果でした。



Q4. 気をつけている理由は？

**1か月間歩数チャレンジ結果**

順位	参加者名	性別	年代	合計歩数
1	M.Aさん	女性	50代	730,770歩
2	S.Nさん	女性	60代	341,578歩
3	T.Kさん	男性	50代	211,866歩
4	K.Mさん	女性	50代	123,734歩
5	M.Yさん	女性	40代	105,548歩

『チャレンジ特典』1か月間歩数チャレンジ結果発表  
今回、新たに加わった1か月間(30日間)の歩数記録チャレンジを達成した方の中で、歩数の多かった方上位5名を発表いたします。ぜひ、今後も健康づくり習慣を継続していただきたいと思います。

普段の食生活の意識では、男女ともに普段から塩分や糖質、脂質などの摂取量に気をつけている方が多く、その理由として、男性は「健診の数値が高い」から、女性は「病気予防のため」が1番多い理由となり、予防意識に差があることが分かりました。

# According to the ALT ジェニーがいうには、

## “Chinese New Year”

You probably know New Years, but what about Lunar New Years? It's called “Chinese New Year” in America, because it is very important in Chinese culture. My family would gather together for a night of eating, drinking and celebrating. There are lots of traditional foods like noodles, dumplings and mooncakes. They are thought to bring longevity, prosperity and wealth. People also wear and decorate with the color red, which is the color of luck. Another tradition is to give money in red envelopes called “hong bao”, similar to OTOSHDAMA in Japan. There are also festivals with performances like the dragon dance. In this performance, many people wear a big dragon costume together and dance to scare away evil spirits. What's your favorite New Year's tradition?



dragon dance



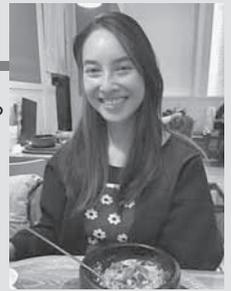
hong bao



mooncakes

### クオング ジェニファー

アメリカのシアトル出身。中川町のALT（外国語指導助手）で、町内の小学校・中学校・幼児センターで活動中。



## 『旧正月』

お正月はご存知でしょうか、旧正月はどうでしょうか。これは中国の文化においてとても大切な祝日で、アメリカでは「チャイニーズ・ニューイヤー」と呼ばれています。私の家族は、集まって、食べて、飲んで、一晩中お祝いするんです。麺類、団子、月餅など、伝統的な食べ物がたくさんあります。これらは、長寿、繁栄、富をもたらすと考えられています。また、人々は幸運の色とされる赤を身につけて着飾ります。また、日本のお年玉のような「ホンバオ」と呼ばれる赤い封筒にお金を入れて贈る習慣もあります。また、龍舞のようなパフォーマンスを行う祭りもあるんです。龍舞は大きな龍の着ぐるみを着て、悪霊を追い払うため大勢で踊るパフォーマンスです。あなたの好きなお正月の習慣は何ですか？

## 今月の役立つフレーズ

You only live once!

人生一度きり!



嫌われない断り方69フレーズ  
井上 裕之 著

大人のいじめ  
坂倉 昇平 著

60歳からはじめて人生が楽しくなる  
100のこと  
宝島社 出版

父ちゃんの料理教室  
辻 仁成 著

名画の中で働く人々  
中野 京子 著

おもいいたします  
あさのあつこ 著

光のどこにいてね(第168回直木賞候補作)  
一穂 ミチ 著

息をつめて  
桂 望実 著

鎌倉残影 歴史小説アンソロジー  
朝井 まかて 他 著

連鎖  
黒川 博行 著

教誨  
柚月 裕子 著

猿と人間  
増田 俊也 著

パンしろくま  
柴田 ケイコ 作・絵

最強！戦国武将決定戦  
小和田 哲男 監修

すずめの戸締まり  
新海 誠 作



「そして、  
よみがえる世界」  
西式 豊 著

脳神経外科医の牧野はある人に依頼されて視覚を失った少女の視覚再建装置埋設手術を執刀する。オペは成功したが少女の黒い幻影に脅かされるように…。

第12回アガサ・クリスティー賞受賞作。

# まちの文芸

短 歌 今月のお題 自由詠

温めた猫用ミルクをスポイトで与えたウニ坊いま7kg  
雪の庭せわしく動くエゾリスの去りてまず飲む朝のコーヒー  
列島のモヤモヤ感も蹴り飛ばす俄ファン（こむか）のひとりとなりて  
年金までもう三日よと言ひ聞かず 貯金通帳残高確認  
涙出るヘルソン奪還のウクライナ 人々喜べど神のこころは  
しじみ貝の白き出汁（だしじり）の甘やかさ しじみ味わう年を重ねて  
絵ハガキを見ると買いたくなる癖は今も変わらず冬柄を買う  
真っ白にガシガシの霜地を覆う 冬になるのだ準備は良いかと  
何もかも値上がりしている棚の品 ひもじい財布ひもじいところ  
割引のシール貼られし品多し値上げの暮れの私のレジかご  
好きだった通販会社が閉店し購買意欲平和に停滞

五十嵐仁美  
金子みえ子  
鎌田 陽子  
小林 淑子  
長屋恵美子  
山内 智子  
山下 博子  
横山やすこ  
ひもじくない  
さみしくない  
がまんじゃない

●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。



短歌同好会  
俳句紫苑会

小林淑子さん ☎8・7781  
古市和子さん ☎7・2850

〔連絡先〕  
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つ  
しゃいましたら、お気軽にご参加ください。

# 幼児センターの入園児を募集します

令和5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

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

認定区分	1号認定	2号・3号認定
教育・ 保育時間	教育時間 8時00分～13時10分	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29年4月2日から令和2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	市町村民税をもとに決定します。8月までは前年度分、9月以降は当年分の税額により決 定されます。 2019年10月保育の無償化により、3～5歳児は無料、0～2歳児は市町村民税非課税世帯 が無料の対象となります。また、町の施策により第2子以降、無料です。	
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。延長料金は別途になります。(1 時間当たり100円、1時間未満の端数がある 場合は1時間に切り上げ)

## ■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

令和5年2月1日(水)～2月17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。





# 農業者年金が さらに便利になります！

～より加入しやすく・生活設計に応じた年金受給～

ポイント

1

令和4年1月から

若い農業者が加入しやすいよう  
保険料が引き下げられます

(35歳未満の方は、月額1万円から加入できます)

ポイント

2

令和4年4月から

農業者年金の受給開始時期の  
選択肢が広がります

(年金の受給開始時期を、ご自身で選択できます)

農業者老齢年金：65歳以上75歳未満

特例付加年金：65歳以上(年齢上限なし)

ポイント

3

令和4年5月から

農業者年金の加入可能年齢が  
引き上げられます

(60歳以上65歳未満の方も加入できます)



詳しくは…

農業者年金基金

検索

<https://www.nounen.go.jp>



# 自衛官などを募集します

受験種目	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 ~ 2月6日(月)締切 (年間を通じて行っています)
試験日	2月12日(日)・13日(月)のいずれか1日を指定できます ※2月以降も試験はございます
会場	旭川市

※コロナウイルスの状況次第で日程・会場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

〒096-0011 名寄市西1条南9丁目45 ☎01654-2-3921

2月7日は  
「北方領土の日」です

歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方領土は、私たちの先人が心血を注いで開拓した日本固有の領土です。

北方領土の早期返還のために、中川町役場に署名コーナーを設置していますので、ご協力をお願いします。

◆署名期間

2月20日まで

◆署名場所

中川町役場1階

会計課前ロビー

【問い合わせ先】

北海道総務部

北方領土対策本部

☎011・204・5068



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

・母(清子様) 死去に際して

遠山 静香様

・夫(隆男様) 死去に際して

富岡 美恵子様

・叔父(一幸様) 死去に際して

吉田 義信様

・社会福祉推進の為に

横山 芳男様  
匿名 1件

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。

北海道コカ・コーラボトリング(株)

青森県 古市 敏幸様

ナナカマド林業グループ様

玉井 智様

匿名 5件

謹んでお悔やみ申し上げます

3区 遠山 清子様 (84歳)

5区 富岡 隆男様 (80歳)

1区 吉田 一幸様 (77歳)

ご結婚おめでとうございます

(木村 一輝様 (士別市)  
梶田 あすか様 (4区))



# 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					
令和4年度 職員用パソコン購入	※株式会社HDC	483,000		537,900	531,300	98.8%	職員用パソコン2台	納入期限 令和5年3月24日
令和4年度 本人確認書類裏書 印字システム機器購入	※株式会社HDC	831,000		924,000	914,100	98.9%	本人確認書類裏書印字 システム機器1台	納入期限 令和5年3月24日
令和4年度 プール地震被害箇所 機能復旧改修実施設計 委託業務	※株式会社中原建築設計事務所	2,450,000		2,783,000	2,695,000	96.8%	プール地震被害箇所機能 復旧改修実施設計一式	着手 令和4年12月29日 完了 令和5年3月15日
令和4年度 トレーニングセンター 地震被害箇所機能復旧 改修実施設計委託業務	※株式会社アイエイ研究所	880,000		1,023,000	968,000	94.6%	トレーニングセンター地震 被害箇所機能復旧改修 実施設計一式	着手 令和4年12月29日 完了 令和5年3月15日

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819

まちの  
ご長寿さん

喜寿おめでとうございます  
ございます

川合 美智子 さん

ごんにちは赤ちゃん

熊谷 えみりちゃん  
お父さん 徹 弥さん  
お母さん みつきさん





## 12/17(土) 図書室 クリスマス会

ちやいむにて図書室のクリスマス会が開催され、クリスマスにまつわる絵本のおはなし会が行われました。



## 12/19(月) ジェニファー先生と 英語で遊ぼう



この日はコアラ組の「英語で遊ぼう」が行われ、A-L-Tのジェニファー先生による英語の絵本の読み聞かせや、英語を使ったゲーム（フルーツバスケット）が行われました。子どもたちは、英語に親しみながら楽しんで活動していました。

## 12/19(月)・21(水) 中川中学校 武道教室

中川町剣道連盟の講師を招き、剣道の授業が行われました。生徒たちは、講師の指導の下、礼儀作法を学び、はだしになつてすり足や素振り、面・胴の打ち込みなどの練習を行いました。



## 1/10(火) 中川消防出初式・獅子舞

中川消防の出初式が行われ、町内各所で獅子舞が披露されました。幼児センターでは、大きな口をカチカチしながらやってくる獅子を怖がりながらも、子どもたちは恐る恐る頭を噛んでもらっていました。



令和5（2023）年2月号（通巻765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

(1月1日現在)

人口 1,336人 (-9)

男 675人 (-9)

女 661人 (±0)

世帯数 729戸 (-6)

( )は前月末との差を示します。

## 今月の表紙

### ～ 中川町 二十歳のつどい～



1月4日(水) ちやいむのアリーナにて、二十歳のつどいが開催されました。二十歳の節目を迎え、新たな一歩を踏み出した9名の出席者は、久しぶりの再会を喜びながら、近況報告や思い出話に花を咲かせていました。