

だきました。 0人の皆さんにご来場いた 催し、町内外の多くの皆さ 場前で第8回目となる「き んのご協力により、約40 こり祭」が開催されました。 2月2日(日)、中川町役 きこり祭実行委員会が主

そして林業を想う人々の姿 移動させる技術を競いまし 200キロを超える丸太を な林業道具である「とび」 たもので、メイン企画のき を再発見しよう」と始まっ が、地域の魅力であること 継承の場を創出し、山や森 同時に「森林文化・技術の こり丸太レースは、伝統的 の厳しい冬を楽しむことと 「がんた」「ばち」を使って このイベントは、中川町

そばセットを贈呈しました。 子詰合せ、侚中一産業の誉 合せやとらや菓子司のお菓 賞として道の駅の特産品詰 今回は、各賞金のほか副 特別賞として、「パフォー

> 部より「林業青年部長賞」 をご用意いたしました。 ルスタイン賞」、林業青年 大キャンペーンとして「ホ マンス賞」や、牛乳消費拡



■きこり丸太レース

した。 こりの部6チームの合計18 は、一般男子の部8チーム、 あったり、恐竜が参加して 栖町、名寄市からも参加が 開されました。沼田町や鷹 部門も白熱したレースが展 くれたりと大いに賑わいま チームの参加があり、どの 般女子の部4チーム、き 今年のきこり丸太レース

> たちがタイヤチューブで楽 雪の滑り台は多くの子ども

会場に1日だけ登場する

しむ姿が見られました。

出店者一覧

女性部、中川町職労、 創作キッチンたまさぶろう(名寄市)

■林業体験・雪遊び

ちに大盛況でした。 シュマロやソーセージを焼 験ブースでは、たき火でマ 点数を競うなど、子どもた いて食べ、的当てゲームで COの声が担当した林業体 実行委員のNPO法人E

が配られました。 参加した皆さんにはお菓子 んの子どもたちが参加し、 援が送られました。たくさ る姿に会場からは温かな声 子どもたちが丸太を引っ張 子ども丸太レースでは、



|飲食・物販も充実

だきました。出店に協力い ございました。 外から8団体の出店をいた ケットブースを設け、町内 ただいた皆さまありがとう 今年は役場車庫内にマー



●きこりの部

きこり丸太レース結果

準優勝 勝 北大中川研究林 遠藤工業A チーム辻井

●一般男子の部

準優勝 位 勝 GRヤリスRZ チーム土田 チーム育造会 ハイパフォーマンス

●一般女子の部

三位 準優勝 勝 きよえとその手下 大門軍団 木人会

 何匠舎、何中一産業、 バルエルリンコンチ

●パフォーマンス賞

●物販 夢創窯

●飲食

ザ・ダイナソーズ

マイナンバ

作りませんか?

作成すると、 書発行」等に使用するこ **書」「確定申告」「保険証** とができます。 としての利用」「ワクチ ン接種証明書の電子証明 マイナンバーカードを 「身分証明

申請の仕方

り郵送 を記入の上、顔写真を貼 1 (2) 申請書のQRコー 申請書に必要事項 スマホか

ら申請 ドを読み取り、 日までは中川郵便局でも (3) 2023年3月31

めない

用いた手続きを申し込

能です。 申請可能です。 方は、住民課住民サービ ※申請書が見当たらない ス室窓口にて再発行が可

2 交付方法

ます。 度でカードが出来上がり 申請してから1カ月程

が届きましたら住民課住 付します。 民サービス室窓口にて交 交付のお知らせはがき

設定があります。 交付の際は暗証番号の

カードの有効期限 切れていませんか?

は有効期限があります。 有効期限が切れていると マイナンバーカードを マイナンバーカードに

認ください。 失いますので、カード表 等カードとしての機能を 面記載の有効期限をご確 ・保険証として使えない

> 18歳未満:5年 18歳以上:10年 体の有効期限

5 年間 電子証明書の有効期限

限切れについては住民課 窓口にて再発行が可能で お越しください。 すので、住民課窓口まで 更新のお知らせが届きま なお、電子証明書の期

期限が延長されました マイナポイントの有効

31日」まで延長となりま 期限が、 マイナポイントの有効 「令和5年5月

込みにつきましては、 マイナポイントの申し

マイナンバーカード本

中川郵便局から申請 住民課窓口にて申請

能です

お手元のスマートフォ

ン等からマイナポイン

トアプリを使用した申

設定は郵便局では不可

(公金受け取り口座の

期限が近づきますと、

の方法があります。

参願います。 る場合は次のものをご持 住民課窓口で申請され

• マイナンバーカード 用します) (4桁の暗証番号を使

電子決済の一D等 公金受取口座の情報 支店名、口座番号の入 ペコマ、WAON、na naco等の電子決済が 力が必要です。 対象です。

越し手続きができます オンラインで市外引っ

が必要ですが、オンライ は、 が可能ですのですきま時 ラインで転出の届出が可 ポータルを利用してオン が可能です。 間に転出届出が可能です は2時間365日手続き 持っている方は、マイナ ン手続きの際に事前予約 能です。マイナポータル 引っ越し先の市町村で マイナンバーカードを 窓口での転入の届出

号)が必要となります。 号) と、利用者用電子証 マイナンバーカードの署 手続きを利用する際は 混ぜて6桁以上の暗証番 名用電子証明書(英数字 オンラインによる転出 (数字4桁の暗証番

なかがわの森から~木育活動

幼児センター卒園記念制作「鹿角のキーホルダーとバードコールづくり」 中央小学校 じゅえるタイム「くぎ打ちトントン」「のこぎり×切る」



与税を財源に、幼児センタ **小育活動を行っています。** /アルケミーの山﨑さんを や中央小学校と連携して 中川町では、森林環境譲

-卒園記念制作

らも、楽しそうに完成させ入らないよ」と苦戦しなが を束ねて通す時に、「全然づくりでは、最初3本の糸

では、園児たちが「角尖っ バードコールづくり などと話しながら、角 、「自分の角大きい、「少しざらざらし

「鹿角のキー・

卒園記念

のヤスリがけなどを楽しそ

つに行ってました。

また、鹿角キーホルダー



るタイム」の一環として、 総合学習の時間に「じゅえ 2月2日、中央小学校で



図工教室を行いました。

3年生「くぎ打ちトントン」 る児童がいて、みんな楽し 目や鼻や尻尾など付けてい る児童も多かったのですが した。 うち、ハリネズミを作りま 童がトンカチで木にくぎを ツの木を加工したものに児 講師に招き、事前にトドマ -人1人個性が出ていて、 ロウウッドの福田さんを トンカチを初めて使用す





4年生「のこぎり×切る」

蝋ワックス塗り体験と2班 田さんを講師に、積み木蜜 﨑さんを講師にバードコー ルづくり、ロウウッドの福 に分けて行いました。 ノーザンアルケミーの山

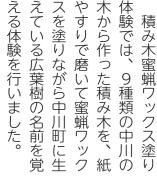
業に苦戦をしながらも、完 開けたりして、慣れない作 りで鹿の角を切ったり、イ 時とは違い、1からのこぎ そうにキュッキュッと鳴ら 成したバードコールを楽し 以前幼児センターで行った していました。 ンパクトドライバーで穴を バードコールづくりでは、



児童もいました。 さや色を見比べようとする 書く児童もいたり、木の重 覚えようと積み木に名前を みんな必死に木の名前を

ので知っている児童が多か 用している作家さんがいる ったのだと思います。 知っている児童が多く、オ ーグルミの樹皮や木材を活 また、オニグルミの木を

> 度も継続して行っていけれ うに行っていたので、次年 生の児童のみんなが楽しそ 最後に小学3年生、4年







ばいいと思います。

が指

火災予防運動が実施されます。 令和5年4月20日から30日までの間 春の全道

この季節は空気が乾燥し、 強風が吹くなど火災

が発生しやすくなります。

かけは どを行います。 消防車による広報活動、 中川消防では火災を未然に防ぐために、 マスク戸締り 火の用心」を統 防火対象物の立入検査 標語に、 出

意を払い、火災を起こさないよう気をつけましょう。 屋内外を問わず火気を取り扱う際には細心の

住宅用火災警報器の維持管理について

お出かけは スク戸締り



火の用心

お



警報器本

が鳴った場合は、故障か電池切れです。

れています。定期的に、点検ボタンを押すか点検

住宅用火災警報器の電池は、約10年で寿命とさ

ひもを引っ張り、作動確認をしましょう。

10年以上経過した場合や、火災警報以外の警報

体を交換しましょう。





遭

|難防止のポイント

(1)

行き先を家族に伝えましょう

☎01654-2-0110

山菜採りによる遭難の防止

慣れた山にも

隠れた危険が

☎7−2019 **☎**8−5071 **2**#9110

察署 中川駐在所佐久駐在所 察相談電話

求めて入山し、

があることを忘れず行動しましょう。

生しています。慣れた山でも、油断による「危険な落とし

山中で道に迷ったり、

沢に転落する事故が発

例年、4月に入ると、行者ニンニクやタケノコ等の山菜を



救急件数

中川消防支署へのご相談、お問い合わせは

☎7・2119番まで

消防支署までご連絡ください。

人団を希望される方や消防団員に興味のある方は中川

消防団員募集中!!







(2) (3)

候や時間に合わせた行動をしましょう。

慣れた山でも、油断は禁物です。自分の体力や体調、

天

無理に山奥に入らないようにしましょう

帰宅時間を家族に伝えましょう。

行き先が分からないと、捜索開始が遅れます。

行き先や

また、山の中では、絶えず声を掛け合いながら、 ができません。なるべく、複数で出掛けましょう。 万が一、迷ったり、怪我をした場合、 強での入山は避けましょう

人では救助

要請

お互

(4) 目立つ色の服装で入山しましょう

の位置を確認しましょう。

が目立ち、発見されやすくなります。 かう場合もあります。上空からは、 万が一遭難した場合、 ヘリコプター 赤色や白色系の服 が上空から救助に向

(5) 携帯電話やホイッスルを持ちましょう 携帯電話があれば、 非常時の連絡手段として、

めることができます。 に自分の存在を知らせることができます。 また、 ホイッスルがあると、 助け 周囲 を求

2年目を振り返って」



なか

アウトドア観光振興担当

二年目はフライフィッシング 目を迎えようとしています。 年の歳月を経て、ついに三年 て今後の私の思い描く生活に ガイドを軸に個人事業主とし !けて舵取りをした年でもあ 中川町に移住しておよそ二

づきと出会いがあり、 にとって心地良く成長できた 自然の中で過ごし、沢山の気 年だったと思います。 思い返せば、多くの時間 私自身

懐かしさを感じることが多く 然との触れ合いは常に新鮮で 豊かな山や川、森林での自 それでいて心落ち着く

さんをゲストとして、豊かな ガイドとして、そしてお客 豊かな自然を職場とした私

> 楽しくやっていこうと思 の中川町での生活も前向き

な役目を務めてきました。 れたことがあります。 そんな日々の中で改めて気 然とゲストの橋渡しのよう

づきは多くの人は自分自身 ているということです。 自然の一部であることを忘れ でした。そしてもう一つの気 自然の一部であるということ と切り離された関係ではなく 人間 は

暫くしたら、白鳥達がやって

こんにちは。もう直ぐ4月

くる頃でしょうか。

あの飛ぶ

姿と声が聞けると思うと待ち

きる仕事。 して \exists 深くなる手助けとなる仕 という共通言語を通して、 っている仕事は、 ストと自然を繋ぐお手伝いを なくて、フライフィッシン 全面のサポートをするのでは この気づきの中で私が行 傾け続けているからこそで 々豊かな自然の中に身を置 るゲストとの繋がりがより 豊かな自然と自然の一部で 一釣り場へ案内し技術面や安 森や川やサカナの声に耳 いるのだと自覚しました。 ただゲスト

そんな気持ちだからこそ三年 私はこの仕事が好きです。 自然 中川町地域おこし協力隊活

2年間ありがとうございました』

その後歌内駅が廃駅になると 場だった天塩中川駅交流プラ 知りたくて企画した写ルンで ファンの人達とのやりとり、 ザで会った遠くから来た鉄道 す町民写真展、その写真展会 きたことは何よりの経験と糧 真を撮っていこうと思います 点を決めず、色んな場所で写 となりました。今後期限や拠 続せず協力隊を退任すること 遠しいです になりました。 企画や催しを皆さんと形にで 活動した2年を振り返ると、 私事ですが、残り一年は継 町民の目線を

> えてくれた気がします。 私に「生活」ということを教

ふん

わり愛おしい場所、そんな場

るは面白い』ということです。 な気づきは、『少し話をしてみ した。そしてもう一点、新た

日常の何気ないやりとり

町の中、自思います。 あるということは、とても幸 通して、よくよく見つめたと れしかったです。 さんの点と繋がって、 福なことだと、改めて感じま た!そんな感じで、 んで小さな可愛い刺繍ができ 100周年記念さくさく10 `年。各クイズ大会。 心が揺さぶられる事が 自然の中。 また撮影を 見つめる とてもう 畑や牧場。

ざいました。一人ではできな 所を沢山作りたいです。 はまたお話ししましょう。 いことばかりでした。 広報では最後の挨拶になり 様々な経験をさせてく 本当にありがとうご 町で会った際に 感謝し



広報ナカガワ 2023(R5). 4月号

いうことがきっかけで企画し

『新年度 村村 修 り司



返りです。 る2月末、 雪が勢いよく溶け始めてい 令和4年度の振り

を含め、佐久カフェや星屑 数年ぶりに開催したイベント が、秋味まつりやきこり祭等、 収まらないこともありました ことの大切さを実感した令和 端的に表現するなら挑戦する を経験することができました。 バー (2年目)、農泊事業、 4年度。コロナ禍もまだまだ まだ頭の中では整理できて 本当に沢山のこと

駅弁企画等、新しいイベント

にも参加させていただきまし

い要素やハプニングがあ ベントの度に何かしら

くださり常にギリギリクリア

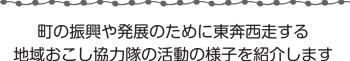
方がそっと手を差し伸べて

そして困っていると周り

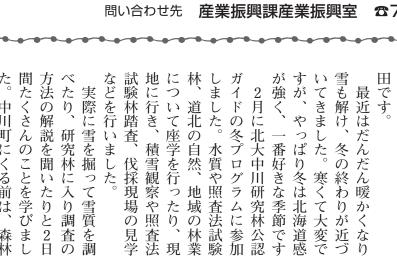
うと取り組んできたつもりで りその度に何とか乗り越えよ

> 0) はありません。 ともありましたが、 ッ できた経験値には勝るも シャーや体力的にきついこ 駆け抜けてきました。 得ること プレ

もよろしくお願いします! 遊 ことは沢山あります。 りも行きたいです。やりた りに行きたいですしきのこ狩 Ш 提供できるよう努めます。 験を活かし、美味しい料理を ずに。昨年度のイベントの経 そしてチャレンジ精神を忘れ フェプラスも開催 とも思っております。 イ びに来て下さいね。 メージした料理を作りたい の食材を使用した中川町を 令和5年度はまずは健康 しますの 山菜と オト 中



☎7-2816



間たくさんのことを学びまし べたり、研究林に入り調査の んでしたが、 に関する知識は全くありませ た。中川町にくる前は、 方法の解説を聞いたりと2日 実際に雪を掘って雪質を調 徐々に知識が増

の だ田田 にし **西** のり **法**



ちは。地域おこし協力隊の西 すが、やっぱり冬は北海道感 雪も解け、冬の終わりが近づ いてきました。寒くて大変で 最近はだんだん暖かくなり 町のみなさん、 一番好きな季節です。 こんに

中川



伐採現場の見学

現

どのアクティビティもとても ので、 を体験することもできました。 だまだ分からないことが多い と思います。 ティを体験していただきたい きになりました。 楽しく、今年はさらに冬が好 ナなど多くのアクティビティ クリングやスノーシュート ていきたいと思います。 に楽しくなってきました。 えてきて、 に多くの方に冬のアクティ キング、雪板、 また、今年の冬は雪上サイ 少しづつ知識を増やし 山を歩くのがさら 来年はさら テントサ ウ

『昨年振り返りと今年の抱負』

村 木 栞 奈



作年振り返

人たちともかかわることで

りしています。

空気感なのかもな、と考えた

からこそ感じられる美しさやっとこの土地で暮らしているまで個人的な意見ですが、き番きれいだということ。あくて思うのは、北海道は春が一

早一年半。もう折り返しまで

さて私が協力隊に着任して

やってきました。

の特産品や町内の作家さん

催事などに出店して、中川着任してからは町外や道外

新たに見えてきた課題もたく さんあります。 今年は町外での中川町のセールスももちろんですが、町 ールスももちろんですが、町 のひとたちにも中川町の特産 品にふれてもらえるような場 品にふれてもらえるような場 また新しい特産品やプロダク トなどの開発にも力を入れて トなどの開発にも力を入れて

新しい一年が幕をあけました。

今この原稿を書いているの

っというまに過ぎ去り、また

で走りまわり、町内の生産者で走りまわり、町内の生産者にきました。数えてみると一町外のどこかで販売を行って町外のどこかで販売を行ってのになります。

令和4年度 町有林林産物売払事業

み、春の兆しを感じています。ぶ寒さもゆるんで雪解けも進は2月の終わりですが、だい

一町での2回目の冬を越し

事 業 名	樹種	売払い先	売払金額(円)	材積(㎡)
令和4年度町有林林産物売払事業(国府)	トドマツ、クロマツ、NP、LP	遠藤工業有限会社	1,630,000	346.087
令和4年度町有林林産物売払事業(国府保安林)	トドマツ、クロエゾ、カラマツ、NP、TP、LP	遠藤工業有限会社	2,530,000	415.130
令和4年度町有林林産物売払事業(地場産品加工センター裏)	LP	遠藤工業有限会社	104,000	18.576

※NPは針葉樹、TPはカラマツ、LPは広葉樹のパルプ材

春のヒグマ注意特別期間

令和5年 **4月1日(土)~5月31日(水)**

あなたが被害者にならない一番の方法はヒグマに遭わないことです

食べ物やゴミは必ず持ち帰る
一人では野山に入らない
野山では音を出しながら歩く
事前にヒグマの出没情報を確認する
薄暗いときには行動しない
フンや足跡を見たら引き返す

※人里周辺などでヒグマを目撃したときは、市町村役場または警察にご連絡ください。

北海道環境生活部

中川町役場産業振興課



農地の賃借料

農地法の改正に伴い、標準小作料制度が廃止されました。代わって、農業委員会が農地の実勢賃 借料の情報提供を行います。

公表内容は、過去1年間に農地法および農業経営基盤強化促進法に基づいて締結(公告)された 賃貸借契約の状況です。

中川町で令和4年1月から令和4年12月までに締結された農地の賃借料水準(10アール当たり)

		平均額	最高額	最低額	データ
	畑	1,000円	1,000円	1,000円	17件
•	牧草畑	2,000円	3,000円	1,000円	77件

- データ数は、集計に用いた筆数です。
- 特殊な事情などで平均的な価格から著しくかけ離れるものは、集計から除いています。
- それぞれの金額は、四捨五入し100円単位としています。

【問い合わせ先】中川町農業委員会事務局(産業振興課) ☎7-2816

いよいよ春となり、少しずつ暖かくなってきました。

この時期は、雪だけではなく雨の降る日も多くなってきます。市街地では寒暖を繰り返しながらも積雪は日ごとに減っていきますが、山間部ではまだ多くの積雪が残っており、融雪(雪解け)は徐々に進んでいきます。

この雪解け水が河川に流れ込み、雨水が加わると河川の水かさが増え、流れも急激に速くなります。また、河川の増水により氾濫することもあり大変危険ですので、むやみに近づかないようにしましょう。

気象台では、雪解け水により河川が増水して洪水のおそれがあるときには、「洪水注意報」や「洪水警報」を発表して注意や警戒を呼びかけます。また、気温の上昇や降水により雪解けが進み、土

砂災害や浸水のおそれがあるときは「融雪注意報」を発表します。 このほか、この時期は山の斜面や雪の多い傾斜地では、気温の上 昇によりなだれが発生するおそれがあります。その場合には「な だれ注意報」を発表します。

これらの注意報や警報などの防災気象情報は、テレビやラジオのほか、スマートフォンなどで気象庁ホームページでも確認することができます。

お出かけの際には、最新の防災気象情報を利用して、春特有の 気象災害から身を守りましょう。

> 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

気象庁ホームページ「警報・注意報」 https://www.jma.go.jp/bosai/warning/ #area type=offices&area code=012000&lang=ja







名寄地区広域消費生活センタ

母が電話勧誘で健康食品を注文してしまった!

例

実家に行くと箱が置いてあり、母に「中身は何?」と聞くと、何 だかよくわからないと言っている。認知症が進み、話がかみ合わな い時がある。箱の中には手紙とお菓子、健康食品と1万2千円の振 込用紙が入っている。お菓子は既に食べかけていた。健康食品は外 のフィルムを破ってしまっているが、ビンの蓋は開けてない。父に 話を聞くと、数日前に女性から電話がきて、健康食品について話し ていたとのことだった。返品して、契約を取り消してほしい。

(相談者 50代 女性:契約者 80代 女性)



アドバイス

- 事業者からの電話勧誘で商品を受け取り、まだ開封していない状況でした。健康食品の蓋を 開けてしまっていたら、返品できない相談でした。
- 早急に対処したことで、契約書面を受け取って8日以内にクーリング・オフができました。
- 契約者の方が認知症などの持病があり、商品を大量に購入した場合は、返品ができることも あります。
- 見守りしている方は、定期的に高齢者の様子を見て注意をしてください。

本人の前年所得が次の計算式 程)に在学する学生等で、ご

で計算した金額以下であるこ

とが条件です。

• 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

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・中島

学校、専修学校及び各種学校期大学、高等学校、高等専門

(修業年限1年以上である課

に規定する大学(大学院)、短

対象となる方は学校教育法

令和5年度分は、令和5年

申請できる期間

できます。 でに保険料が納付済の月を除 れた月から2年1カ月前 く)まで、さかのぼって申請 過去期間は申請書が受理さ ੂੰ ਰ

☎0166·27· ■旭川年金事務所

もしくは日本年金機構のホー ムページでご確認ください。 その他詳細は、 年金事務所

(所得のめやす) 128万円+ 「扶養親族等の数×38万円」

印鑑

(保護者等の本人以外

が申請する場合)

学生証又は在学証明書原本 又はマイナンバーカード 基礎年金番号がわかるも

申請に必要なもの

通知書」が届きます。 ります。 却下通知書が届いた場合、 承認通知書が届いた場合、 保険料を納付する必要があ の1年間となります。 承認期間は4月~翌年3月 却下

国民年金は20歳以上であれ 倹粒 納付

間になります。 に申請してください。 合がありますので、 に障害年金が受け取れない場 「承認通知書」または 申請が遅れると、 申請後、日本年金機構から、 万 の すみやか

りません。

学生も加入しなければな

しかし、学生の方は一般的

国民年金保険料の納付が猶予

の所得が一定額以下の場合、 に所得が少ないため、ご本人

される「学生納付特例制度.

があります。

4月から翌年3月分までの期

1

6

保健だより

【今月のテーマ】 令和5年度 各種健診・がん検診のお知らせ

- ●健診・特定健診とがん検診を受けましょう!● 健診・特定健診は、大切な自分の「からだ」の終点は、ま1回忘れずに受けました。
 - 健診・特定健診は、大切な自分の「からだ」の総点検。年1回忘れずに受けましょう。
- 乳房超音波検査併用乳がん検診のご案内(限定18名) 令和4年度から開始。超音波検査は血縁者に乳がんの既往のある方や出産経験のない方など乳がんのリスクの高い方や、乳腺の発達している方に勧められている検査です。

対象年齢の町民のみなさまには、5月上旬に各世帯宛てに各種健診(検診)調査票(申込書)を送付いたします。調査にご協力をお願いします。

内容	対象者(令和6年	F3月31日時点年齢)	В	程	場	所
	20~39歳	• 中川町国民健康保険加入者				
健 診 特 定 健 診	40~74歳	上記以外の医療保険の被扶養者				
			7月24日(月)~7 〔健診機関:旭川			
胃がん検診 肺がん検診 大腸がん検診	35歳以上 ※胃がん検診は80歳未満まで		10月11日(水) 〔健診機関:	全≫ 七 ン/ね〕	中川	1
前立腺がん 検 診	40歳以上の男性		אַסיעוושו	食診センター〕	保健セ (集団を	ンター 験診室)
エキノコックス 症 検 査	10歳以上(5歳刻みの節目年齢の方)					
子宮頸がん 検 診	20歳以上偶数年齢の女性		8月10日(木)			
乳がん検診 ※8/10のみ乳房超 音波検査併用有			8月10日(木) 10月16日(月) *10月早朝受付:(6時30分~		
肝炎ウイルス	肝炎ウイルス 40・45・50・55・60・65・70・75歳の 第月年齢の方で過去に検索を受け		上記の健診・特定 検査できます。	健診と併せて	中ノ保健セ	
横 査 節目年齢の方で過去に検査を受け たことのない方		7月~12月 (個別:	検査)	中川町立	江診療所	

[※]特定健診・子宮頸がん検診・乳がん検診は、7~12月の期間に個別受診できます。 (詳細は5月調査票送付の際にご案内致します。)

【下記については、対象年齢の方に個別通知します】

		<u> </u>	
内容	対 象 者	日 程 (期間)	場所
風しん抗体検	昭和37年4月2日〜昭和57年4月1 日生まれの男性	上記の健診・特定健診と併せて 検査できます。	中川町立診療所*他の各医療機関、職場健
注意~令和7年3月末までの期間延長	(無料クーポン券対象の方には、個人通知 しております。)	通年(個別検査)	診・人間ドック等で受診で きる場合もあります。受診 時にご確認ください。
成人歯周病健 診	20·30·40·50·60·70歳の節目年 齢の方(令和6年3月31日時点年齢)	7月~翌年2月(個別検査)	中川町立歯科診療所

問い合わせ先 住民課幸福推進室 保健師 ☎7-2813

令和5年度 町栄養士からのご案内

食事は私たちの健康な身体と心を支える大切な営みです。

現在の食をめぐる環境の変化に伴い、肥満や生活習慣病が年々増加しています。

生涯にわたって健康で豊かな生活を送るため、中川町では各個人に合わせた栄養相談を行っていきます。

■栄養相談

(※日程調整が必要な場合がありますので事前のご連絡をお願いいたします)

対象者	内容	日 程	場所
妊娠期	妊娠週数と個人の健康状況に合わせた適切 な食の相談		
乳幼児期	健やかに成長するために、月齢・年齢に合 わせた食の相談	毎週火曜日	
町民	バランス食を基本に、個々の生活に合わせた食の相談 【こんな相談も受けています】 ・ダイエット、低栄養に関する相談など	午後1時~4時 ※この時間以外での相談もできますので、事前に住民課	保健センター
(一般)	*生活習慣病の治療中の方 糖尿病・脂質異常症(高コレステロール 血症)・高血圧・腎臓を守る食事などの 相談	幸福推進室までご連絡ください。	

■訪問相談 ご自宅に伺って食事・栄養の相談をします。お気軽に声をかけてください。

■栄養講話 会社や町内の集まり、各団体などでの食と健康に関する栄養講話や栄養相談を行います。

※日程の調整がありますので、事前(約1ヶ月前)にご連絡ください。

■料理教室 旬の野菜や身近な食材を使用した料理教室です。

日程は広報(お知らせ版)にてお知らせします。お気軽にご参加ください。

■中川町健康ポイント事業



中川町健康ポイント事業は、町の健診・がん検診を受診 した方にポイントを付与し、そのポイント数に応じて健康 づくりに役立つ特典と交換できる事業です。

令和4年度は、『減塩食品』や『脂質や糖質の吸収を抑える食品』との交換を行いました。

ぜひ、毎年町の健診・がん検診を受診して、素敵な特典 と交換してみませんか。

←中川町健康ポイント事業の様子(昨年の健診時)

■町ホームページでのレシピ紹介



野菜をたくさん食べることのできる料理の他、減塩でも美味しい料理、骨粗しょう症の予防・改善におすすめの料理、お弁当のおかずにおすすめの料理などのレシピを紹介しています。ぜひご覧ください。

【掲載場所】

ホームページトップ>健康・福祉>健康づくり>栄養・食育 に★レシピ紹介★があります。

食や栄養に関することで気になることがありましたらお気軽に声をかけてください。

According to the ALT STEE-MUSICIA.

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 一で活動中。



"Graduation"

In Japan, March is a very important purpose provided a series of the school wear, which means graduation ceremonies! In America, the school year starts in September and ends in June. Graduation ceremonies usually happen in May or June. Usually the whole school doesn't go to the

June. Usually the whole school doesn't go to the ceremony; just the graduating students and their families.

In high school and college, students wear a

special cap and gown. Usually they are black or the colors of the school. Many people wear "tassels", special colored ropes around their shoulders that represent accomplishments such as awards or grade rank. In the ceremony, people listen to speeches from teachers and other students, they receive a diploma from the Principal, and at the end everyone throws their cap in the air! Some students also decorate their hats to show their interests and sense of style. Graduation is an important tradition everywhere.

『卒業式』

日本では、3月はとても大切な月です。学年末であり、卒業式を意味します。アメリカでは、学校は9月に始まり、6月に終わります。そのため、卒業式は通常、5月か6月に行われます。そして、卒業式には全校生徒が出席することはなく、卒業する生徒とその家族だけが出席するのが一般的です。



今月の役立つフレーズ

Every cloud has a silver lining

エベリー・クラウド・ハズ・ア・シルバー・ライニング **「不幸中の幸い**」



人間の業

百田 尚樹 著

今日から使える!特別支援iPad活用法 内田 義人 著

おばあちゃんは猫でテーブルを拭き 金井 真紀 著 ながら言った

新しい収納の教科書

赤工 友里 著

神々の復讐

中山 茂大 著

ラブカは静かに弓を持つ(本屋大賞ノミネート)

安壇 美緒 著

標本作家

小川 楽喜 著

川崎警察 下流域

香納 諒一著

松雪先生は空を飛んだ

·文·著

やさしい猫

中島 京子 著

ある行旅死亡人の物語

伊藤 亜衣 著

かぼちゃスープのおふろ 柴田 ケイコ 作

徳川家康ヘタイムワープ

朝日新聞出版

ーキ屋さん 小手鞠 るい さく うさぎのモニカのケ-



ライオンのこころ. ジム・フィールド え レイチェル・ブライト ぶん

体が小さいネズミと体が大きいライオンの友情 物語。翻訳は女優の安藤サクラさん。 つよくてやさしいこころを育てる絵本です。

短

夜半の

雨

歌

今月のお題

自由詠

凍てかけし浜木綿の鉢は新年を祝い呉るごと花咲かせたり 乾燥機かけたての布団に潜り込み羊数える間なく眠れ 誰にも言いたくないことまた増えて昨夜残したビールを捨てる

「ワフルに雪掻く夫の背いつもより数倍大きく頼もしく見ゆ

金子みえ子

五十嵐仁美

思ったことを短歌で一首または、

俳句で

五十嵐仁美

日

頃

のできごとや風景

・季節に感じたこ

金子みえ子

海

の色が特別に濃い

朝である

これから話す嘘のあれこれ

旅人算というのがあった 赤き実をつけたる居間のやぶこうじ大寒の今日ともに春待

何だろうこの請求書に領収書 いつまでも追いつかぬまま私の算術 ま、

雪ならば影の青さも美しい我ら引きずる影は何 いいことにして家計簿を閉じる

小

林

淑子

小

淑子

ーテンを開ければむっちりと肥えたうさぎが寛いでおり

冷え込みし夜のいたずらかガラス窓を埋め広がるきららかな森

⑦つすらと ③ぎりながれる 圕んせかい むんどのゆうべ ①んいきしずもる

ポタポタの音の消えたるは今朝のうっすら雪の積もるゆえ

五句それぞれの一

字目を拾って言葉にする短歌や俳句の遊び

「折句」といいます

兎年

横山やすこ

横山やすこ

山

内

ご利用ください。

年会費500 刀刊会報

Щ

内

智子

短歌月 方は、

魔女のなみだのクッキ

草野 あきこ 作

いいましたら、お気軽にご参加ください 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 俳 短歌同好会 句紫苑会 古市 林 和 淑 子 子 さん さん **7** 7 8 2 8 5 0 7 7 8

鎌田

陽子

 $\ddot{\mathbb{H}}$

陽子

お申し込みは、事務局 (小林淑子さん

「まほろば 円の購読会員制を をご希望 0

企業 感 状が贈ら 地 域 貢献 れました

建設株式会社様(取締役社長 空家住宅等除雪作業にご尽力いただいた、荒井 中川町から感謝状が贈呈されました。 荒井克典 様) に



中川 町役場に 寄附されました

役社長 ます。 らは街の活性化の為に、活用させていただき 町役場に二十五万円を寄附されました。これ 株式会社三洋コンサルタント様 石田十羽完 様)が来庁され、 (代表取締 中川



ありがとう

社会福祉協議会、一心苑、 グループホームに寄附

母(久子様)死去に際して

鎌田 康徳

父(利五郎様)死去に際して 高橋 充弘 様

特養施設運営の為に 渡邊久美子

 $\frac{1}{\mathbb{Z}}$

様

季節のものを含めて次の方々 社会福祉協議会、一心苑、 グループホームに寄贈

より「志」を頂きました。この

芽生

② 区

妻(みつ子様)死去に際して ございます 御囲 誠治 様 様 申し上げます。 紙面をお借りしてお礼

匿名

8 件

謹んでお悔やみ 申し上げます

5 区

ご結婚おめでとう 鎌田 福田 高橋利五郎 ございます 久子 様 様 様 ② 区 94 歳 (86歳)

稲 \blacksquare お母さん 澪み 央ぉ 榛名 さん ちゃん

2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	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
工事:未仂石	(※落札業者)	第1回	第2回					初 问
	※㈱中川水道	1,680,000		1,903,000	1,848,000	97.1%	, 中央小学校 消火栓ポンプ改修一式	着工 令和5年2月2
令和4年度 中央小学校								有工 节和 5 千 2 万 2
中央小学校 消火栓ポンプ改修工事								竣工 令和5年3月3

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819

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)5月試験	一般曹候補生(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)	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 ~ 5月9日似締切					
試験日	5月14日(日)・15日(月)のいずれか1日を指定できます。	5月20日(土)~21日(日)のいずれか1日を指定できます。(1次試験)				
会 場	旭川で実施します。※細部受付時にお知らせいたします。					

※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、詳しい説明を聞きたい方は、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

YOSAKOIソーラン祭りの市民審査員 大募集!

YOSAKOIソーラン祭りは北海道の初夏を彩る「市民参加型」のお祭りです。踊り子としてだけではなく、様々な形で参加できるのが魅力の1つです。その一環として、チームの演舞を審査する「市民審査員」を募集します! 基準は「審査コンセプトに沿った『YOSAKOIソーラン大賞』に選ばれてほしいチーム」です。



特別な知識や技術の無い方も例年多くご参加いただいております。 審査を通してありのままの感動を表現しましょう!

【募集要綱】

- ◆活動日程 令和5年6月10日(土) 午前9時30分~午後7時、11日(日) 午前9時30分~午後9時の中で、どこかの3~4時間を目安としております。
- ◆活動場所 札幌市中央区(大通公園周辺)
- ◆活動内容 YOSAKOIソーラン祭りにおける演舞の審査
- ◆募集期間 令和5年4月1日~28日(HPにて詳しい募集要綱をご確認ください)
- ※応募人数が定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

【問い合わせ】

〒060-0001 札幌市中央区北1条西2丁目 北海道経済センター4F YOSAKOIソーラン祭り実行委員会

☎011 · 231 · 4351 FAX011 · 233 · 4351

Eメールアドレス shinsa@yosakoi-soran.jp

公式ホームページ https://www.yosakoi-soran.jp/ → QRコード L





楽しみました。 生のお兄さんお姉さんと一緒に勉強やゲームを キリン組の8名が中央小を訪れ、先生方や1年 来年から小学校に入学予定の幼児センターの 10 小学校 一日入学



ちゃいむのアリーナに 場保健師の指導の元、 キングです。今回は役 ルを持って行うウォー 始まった、2本のポー のトレーニングとして キングは、クロスカン て体験会が開催されま トリースキー選手の夏 ノルディックウォー



ノルディックウォーキング

ナナボートで滑り降りると、 クが止まりません。急な斜面をブルーシートや大きな浮き輪、 開催されました。 バスに乗ってスキー場に向かうときからワクワ 子どもたちが楽しみにしている、年に1回のスキー場あそびが 子どもたちの歓声が響いていました。 27』 幼児センター 冬の晴天の空 スキー場あそび

(2023) 年4月号 (通巻767号) 国境

この広報紙は道産間伐材を使用しています。



がワのトピックス

(3月1日現在)

1,318人 (-10)

男 668人 (-5)

女 650人 (-5)

世帯数 722戸(-3)

()は前月末との差を示します。

今月の表紙

中川中

3月11日に、中 川中学校の卒業式 が開催され、8名の 卒業生が、家族や先 生方、在校生に見 守られながら3年間 学んだ中川中学校 を巣立っていきまし た。

