

広 報

# なかがわ

2017  
H29

No.702

11

じゅえる  
中川町 ゆるキャラ



9月17日 第29回北海道丸太押し相撲大会

# 財政健全化法に基づく中川町の「健全化判断比率等」について公表します

## 1 制度の背景及び概要

地方自治体の財政の早期健全化と財政再生、公営企業の経営の健全化を目的に、平成19年6月に成立、公布された「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」（平成19年6月22日法律第94号）に基づき、平成19年度から各年度の決算の数値を基に算定した4つの「健全化判断比率（①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率）」と公営企業の「資金不足比率」を公表しており、平成28年度決算に基づく数値を下記のとおり公表します。

「早期健全化基準」・「経営健全化基準」を超えると、イエローカード。「財政再生基準」を超えると、レッドカード。

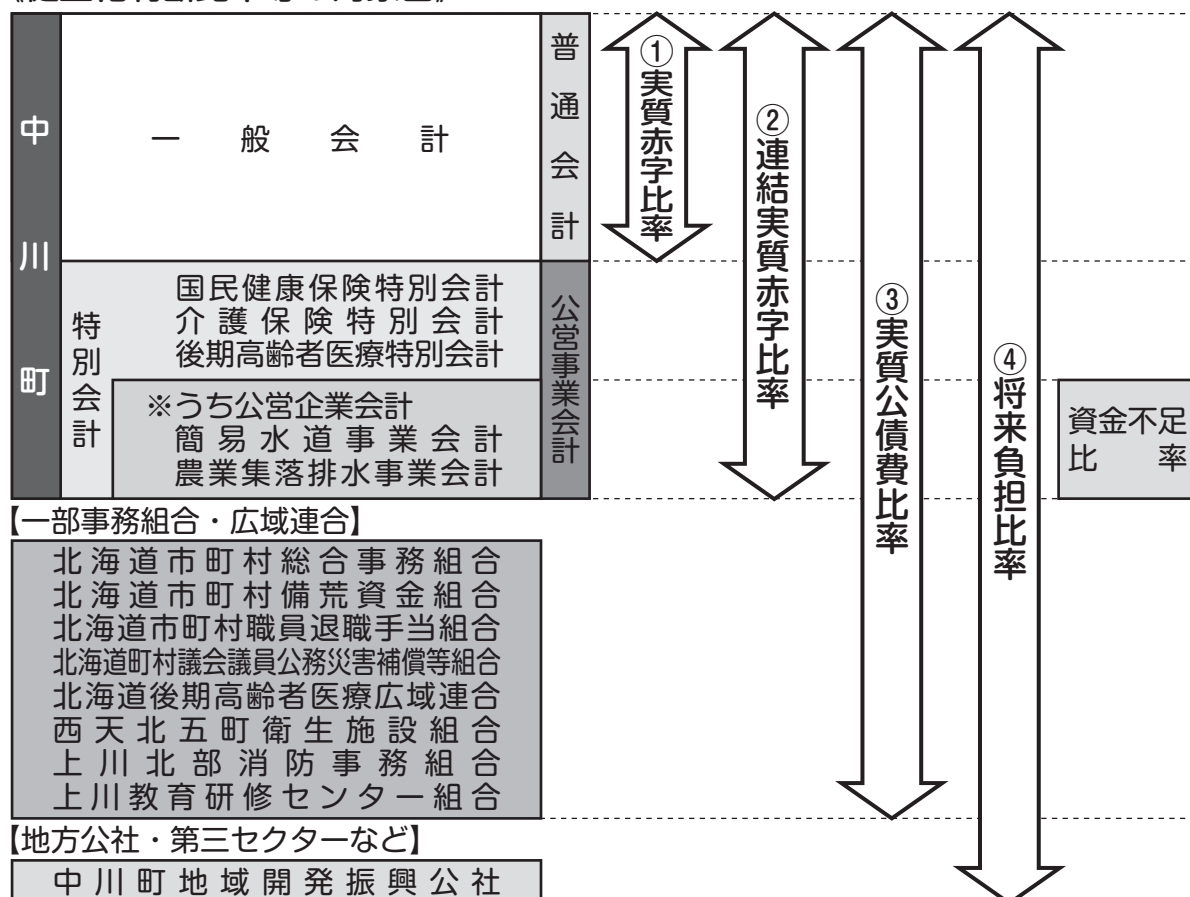
4つの健全化判断比率には「早期健全化基準」がそれぞれ設けられ、各年度の決算数値を基に算定した指標（比率）が1つでもその基準を超えた場合は、「財政健全化計画」を定め、自主的かつ計画的に財政の健全化を図らなければなりません。

さらに、自主的な財政の健全化を図ることが困難とされる「財政再生基準」が将来負担比率を除く3指標（比率）に設けられ、1つでもその基準を超えた場合は、「財政再生計画」を定め、総務大臣に報告、同意を得て財政の再生を図らなければなりません。

また、資金不足比率には、「経営健全化基準」が設けられ、基準を超えた場合は、公営企業会計ごとに「経営健全化計画」を定め、自主的かつ計画的に経営の健全化を図らなければなりません。

なお、それぞれの指標（比率）の算定した範囲は、以下の《健全化判断比率等の対象図》のとおり、地方自治体の全ての会計を対象とすることはもちろんのこと、地方自治体が加入している一部事務組合や広域連合、さらに地方自治体が出資している地方公社や第三セクター等の団体に対する負担金等も含めて算定することとなっています。

《健全化判断比率等の対象図》



## 2 中川町の平成28年度算定結果

### (1) 総括

		平成28年度算定値	早期健全化基準	財政再生基準
健全化判断比率	実質赤字比率	—	15.00	20.00
	連結実質赤字比率	—	20.00	30.00
	実質公債費比率	9.9	25.0	35.0
	将来負担比率	—	350.0	設定なし

※実質赤字比率と連結赤字比率は、赤字でない限り比率がないものとされます(「—」と表示)。【単位：%】

		平成28年度算定値	経営健全化基準
資金不足比率	簡易水道事業特別会計	—	20.0
	農業集落排水事業特別会計	—	

※資金不足比率は、資金不足が発生しない限り比率がないものとされます(「—」と表示)。【単位：%】

### (2) 健全化判断比率及び資金不足比率

#### ★実質赤字比率

一般会計等の実質赤字額（歳入総額－歳出総額）の標準財政規模に対する比率で、黒字か赤字かを判断する指標です。

平成28年度は赤字でないため、本比率は算出されないことになりました。

#### ★連結実質赤字比率

公営事業会計（各特別会計）を含めた全ての会計を連結した実質赤字額（または資金の不足額）の標準財政規模に対する比率で、この指標によって、国民健康保険や簡易水道事業などの公営事業会計を含めた中川町全体の財政運営状況が分かります。

平成28年度は赤字でないため、本比率は算出されないことになりました。

#### ★実質公債費比率

一般会計等が負担する元利償還金と準元利償還金の標準財政規模に対する比率です。

収入のうち、どのくらいを借金の返済に充てているかを示すもので、一部事務組合、広域連合などの返済に対する負担も計上されます。

平成28年度は10.2%となりましたが、これと平成26年度（9.7%）、平成27年度（9.8%）の3カ年を平均し、9.9%となりました。

これは、早期健全化基準（25.0%）や財政再生基準（35.0%）と照らして低い値であり、また、地方債の発行について総務大臣などの許可が必要となる基準（18.0%）よりも低い値となっています。

#### ★将来負担比率

いわゆるストックの指標として、一般会計等が将来負担すべき地方債や債務負担行為などの実質的な負債の標準財政規模に対する比率であり、一般会計に加え公営事業会計、一部事務組合、広域連合、地方三公社および第三セクターなどを含めた全体の実質的な負担を把握しようとするものです。一般会計等が抱えている負債が、一般会計等の標準的な年間収入の何年分かを示しています。

平成28年度は充当可能財源額が実質的な負債額を上回っているため算出されないこととなりました。

#### ★資金不足比率

公営企業の資金不足を公営企業の事業規模である料金収入等の規模と比較し、経営状況の深刻度を示すものです。中川町においては、簡易水道事業特別会計、農業集落排水事業特別会計が対象となります。

平成28年度はいずれの会計も資金不足がないため、本比率は算出されないこととなりました。



# 第35回なかがわ秋味まつり 第29回北海道丸太押し相撲大会が 盛大に開催されました



9月17日(日)、第35回なかがわ秋味まつり・第29回北海道丸太押し相撲大会が開催されました。

晴天に恵まれた今年のお祭りは、町内外から多くのお客様が天塩川河川敷イベント広場に来場され、大いに賑わいを見せました。

午前には中川町産の丸太を押し合う丸太押し相撲が行われ、多くのチームが参加し、熱い戦いを繰り広げました。

男性の部は昨年引き続き、大空町「東藻琴B&G海洋センター」チームが見事2連覇を果たしました。女性の部では、各チーム個性的な衣装を身にまとった選手が、熱戦が繰り広げられ、優勝したのは、農作業の姿で参加した中川町「のら女」チームでした。

午後は野菜詰め放題や鮭つかみ取りなど来場者の多くが参加できるイベントや、よさこい演舞、ぼんびら太鼓の披露、自衛隊による車両展示、忍者ショーなどで盛り上がるなか、おなじみのエコール咲くの手作りピザ、地域おこし協力隊の鹿肉を使用

した猟師カレーや中川ブランドコーヒー、姉妹町村の長野県中川村特産品の販売や、まちづくり・地域づくりに関するゼミの道外巡検で来町した日本大学の学生が作る富士宮焼きそばの販売など、多くの露店が会場を囲むように軒を連ね、来場者は中川町の秋を五感で楽しんでいました。



# お子さまの教育資金を「国の教育ローン」 (日本政策金融公庫)がサポート!

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

【ご融資額】 お子さま1人あたり350万円以内

【金利】 年1.81% 固定金利

※「ひとり親家庭」、「世帯年収200万円（所得122万円）以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円（所得346万円）以内の方」は年1.41%（平成29年8月31日現在）

【ご返済期間】 15年以内

※「交通遺児家庭」、「ひとり親家庭」、「世帯年収200万円（所得122万円）以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円（所得346万円）以内の方」は18年以内

【お使いみち】 入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃など

【ご返済方法】 毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）

【保証】 （公財）教育資金融資保証基金（連帯保証人による保証も可能）

詳しくは、HP（「国の教育ローン」で検索）または、教育ローンコールセンター 0570-008656（ナビダイヤル）または（03）5321-8656 までお問い合わせください。

## 駐在所から



### 指名手配被疑者の捜査強化

#### ① 指名手配犯人検挙に御協力を

全国警察の総力を挙げて指名手配犯人の追跡捜査を行っています。一人でも多くの指名手配犯人を早期に検挙するためには、捜査に対する皆様の御理解と御協力が欠かせません。逃走中の指名手配犯人に関する情報は、どんな些細なことであっても、ためらわず110番又は美深警察署、交番、駐在所に連絡をいただきますよう、よろしくお願いたします。

#### ② 捜査活動に御協力を

本年に入り、犯罪発生件数は、減少傾向にあるものの、殺人、強盗、放火等の凶悪犯や振り込め詐欺等の悪質な犯罪が後を絶たないほか、暴力団が密かに活動を活発にしているなど、予断を許さない状況にあります。

このような情勢の下、犯人を早期に検挙して事件を解決するためには、捜査に対する皆様の御理解と御協力が欠かせません。皆様から寄せられた不審者、不審車両などに関する情報によって、多くの事件を解決しております。

犯人や事件に関する情報は、どんな些細なことであっても、ためらわず110番又は美深警察署、交番、駐在所に連絡をいただきますよう、よろしくお願いたします。



#### 【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

☎ 2・1110  
☎ 7・2019  
☎ 8・5071  
☎ #9110



## 『クマとのおつきあい』 はっ とり かず お 服 部 一 雄



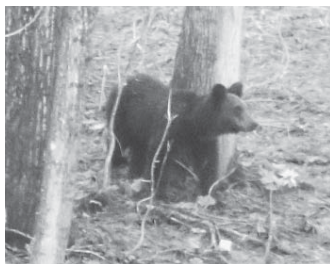
今年、一昨年より多いです。

煙や道路でも目撃されています。中川の山はクマの領域でもあって、そこに入る際にヒトはクマ対策をして入っていく必要があります。そこでもう一度クマへの備えについてお知らせします。本当はクマの方にも人間対策をしてもらいたいところではあります。

まず、ヒト側の対策は山においては「自分の存在を知らせる」事が一番大切です。入林禁止は無理ですし、クマを絶滅させることもできません。不用意にクマに接近してしまう事が最も危険ですから、鈴やラジオを持ち歩きましょう。クマの方で察知して避けてもらえるようにするのがです。

畑や農耕地においてはクマを寄せ付けないう対策を取るこ

とが大切です。電牧柵や、刈払で畑の周囲を見通しの良い状態にするのも大変有効です。また、作物は柵で守っても、農畜産廃棄物を放置してはいけません。これらに気付いたクマは毎年ここに来て、ヒトとの接触事故を起こしかねません。生ゴミや空き缶、ぬかもよく被害にあいます。



人間をクマが避けてくれるのが理想的

逆にクマの方もある程度は人間に合わせる必要があります。といってもクマに言葉は通じませんが、個性差も大きいですから、危険な個体を排除する、見回りでヒトが多く出入りする地域を学習してもらう等の付き合い方をしていくのがいいでしょう。

熊種族と全体の関係性を保つていくのがいいと私は思います。これが中川町の自然との共生になると考えています。

# 中川町地域おこし協力隊活動記⑥3

## 『norari~自然豊かに丁寧な暮らしを vol.24』 お とう たけ ひろ 尾 藤 剛 弘



食と観光・情報発信を担当して毎月下旬に天塩中川駅で「otocafe」を開催しています。10月は、21日〜27日でした。9月のなかがわ秋味まつり・森のギャラリィと晴天の中、たくさんのお客様にご来場いただきました。ありがとうございます。今年のイベント出店も一息つきました。今年は大小問わず様々なイベントに出店いたしました。面白かったです。同時に体のメンテナンスも大変でした。9月のイベントが終わると、気づくと秋になり、そして冬になっていきますね。冬が好きなので待ち遠しい部分もあります(笑)。otocafeのメニューも10月から変更いたしました。まだ早いかもしれませんが、待ち焦がれているお客様もいますので、有機ココア解禁いたします。

した。今年は、昨年以上の味で勝負していきます。まず牛乳が、ノンホモ低温殺菌のなかとん牛乳です。温めるとなめらかな味わいが感じられると思います。そして今年からはじめてフリーはちみつ（アザミ・シナ・キハダ）。お好みで砂糖の代わりに飲みものの味を調整してください。というものです。もちろんかけすぎは厳禁ですが、中川町で採れたはちみつ味の違いを楽しんでいただければと思います。そして昨年大人気でした「マシユマロ入り有機ココア」も解禁です。ココアとシナマドレーヌの相性は抜群かと思っております。お楽しみに。9月はレモン酵母を使ったマドレーヌでした。季節により酵母が変わります。こちらの季節感も楽しんでいただけるとさらに美味しい時間を過ごせると思います。

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ととても楽しいですね。



## 『第23回りんぐすの集い』 たしろ えみ 田代 絵美



「りんぐすの集い」

が今年も開催されました。ナナカマド林業グループが主催しているイベントで自然の素晴らしさを知ってもらい、人と人、人と緑の輪を広げるため、毎年、林業試験場道北支場にあるあずまやを中心に木を身近に感じる取り組みが行われています。今年も約40名の方に参加いただきました。ありがとうございました。

私も着任してから毎年、森の中で楽しめるゲームなどを担当してきました。1年目は草木染、2年目はクルミの収穫祭、3年目の今年は木の特徴を探してパズルを完成させるゲームを行いました。

林業試験場には北海道の木、そして北海道には自生していない木もあります。キリやヒッコリーといった道北では目にしな

い木にもゲームを通じて、見て触れて知ってもらおうことができただけではないかと思っています。

大人の方には大人向けの難しい問題も用意してあったのですが、たくさんの方が生えている中から葉っぱや特徴だけを頼りに問題を解いていただき、秋色に色づく森を楽しんでいただけていたようです。

毎年40〜50名の方が参加してくれています。ずっと参加してくれているお子さんは、木の名前を憶えていたり、食べられる木の実を自分で探して食べたり自分なりの森での楽しみ方を見つけて出しています。

そして、りんぐすは森の楽しみはもちろんですが、ナナカマドの皆さんが用意してくれる絶品チキンレッグや取れたての秋あじを使ったちゃんちゃん焼きなどお腹いっぱい味わうこともできます。

来年も多くの方のご参加お待ちしています。



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

問い合わせ先 産業振興課産業振興室 ☎7-2816

## 『バードヴィレッジワークショップ』 さとう あんな 佐藤 杏那



中川町の地域ブランド KIKORI を9月より

総括する立場となりました。はちみつのはちみつ仕入れも田代さんから引き継いでいます。札幌の地下歩行空間で行われた「手仕事の収穫祭」、「秋味祭り」ではちみつの試食販売会を、「森のギャラリー」ではギャラリー会場内での販売と商品展示を行うなど、少しずつ新体制で動き始めています。来年度から本格的に体制が変わる予定ですので、そこに向けての整理と準備を進めている段階です。町内での販売場所も少しずつ拡大できれおと思っています。KIKORI商品を見かけたならぜひ手に取ってみてください。

「森のギャラリー」もたくさんの方にこれまでいただきました。今回企画した「バードヴィレッジワークショップ」も好評頂け

たようでホッとしています。巣材も様々な素材を集めることができました。酪農家の加藤さんに分けて頂いた牧草、小林さんの製作している根曲り竹細工、くるみ皮細工で使えない部分や、ぶどうづるの鬼皮や田代さんの白樺の薄皮など。普段なかなか手にしない素材に参加者の皆さんも創作意欲を掻き立てられたようです。集中し始めると1時間、2時間黙々と巣を作りこんでいるのが印象的でした。会場内にはフェルトで作った鳥を木にとまらせる演出もし、小さなお子さんたちは何羽いるのか数えたり、触ったりして楽しんでくれたようです。初めての試みでしたが、テーマとなった「なかがわの森の仲間たち」を表現することが出来ました。ご協力いただいた方々にお礼申し上げます。

「森のギャラリー」後は一気に秋の冷え込みが始まっています。祭り疲れの方も多いと思います。体調を崩さないよう気を付けていきたいですね。



## 『中川町研修』

のどか  
和  
むら かし  
村上



こんにちは。こちらは半袖で過ごせる日がだんだんと減ってきました。もう秋ですね。焼き芋ですね。

9月17日から19日までお店のスタッフと中川町へ行きました。お店で町のことを説明してくれているのに、行ったことがない…これは是非連れていきたい！というので今回実現することができました。

稚内空港から中川町へ向かう車の中で「次、道の駅が出てきたら運転交代しよう！」と話していたら中川町へ着いてしまいました(笑)。

到着したら、もう『秋味祭り』が開催され、鮭のつかみ取りを見学、ビンゴ、餅まきに参加しました。会場では日大文学部の佐野ゼミの学生さんが宇都宮焼きそばを出していましたね。その後『丸藤牧場』で放牧牛について教えていただ

き、『鮭の遡上』、『天塩中川駅』を見て、『居酒屋十一』で美味しい晩ご飯を頂きました。次の日は日大生と一緒に『エコミュージアムセンター』で化石のクリーニング体験。お昼は『道の駅ながわ』でスタミナラーメンを食べました！誉平ソーセージなどを作っている『匠舎加工センター』を見学。大人気だったカボチャやアスパラを作っている『ウエムラグリーン農産』でハウスと倉庫見学。『とらや菓子司』ではブランドケーキを頂きました。

中川町とはどんな所か、何があるか、物が出来る過程や様子、今後サテライトでどう活用できるのか考える材料を、今回の研修で実際に確認する事が出来ました。台風が直撃する中、私達の見たい所はほぼ全て見ることが出来ました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。今後の商品展開と情報発信を考える際や、イベント等でもこの研修で得た情報をどんどん活用していきたいと思えます。

## 『くるみ、編みはじめました』

おり  
織  
こ ぼやし さ  
小林 紗



森のギヤラリーを終え、10月に入り早くもストーブ

必要な気温に驚きつつも、空と雲がともきれいに見えるので、春、夏、秋を中川町で過ごした中で一番のお気に入りかもしれません。あとは冬を待つのみですが、みなさんの笑顔を浮かべながらの「全然大丈夫だよ」に不安いっぱいのこの頃です(笑)。

タイトルの通り、夏に採取し、乾燥させていたクルミ樹皮を催事に向けて編みはじめました。樹皮を採取した段階でのクルミ樹皮の内側は白い状態ですが、乾燥の過程でタンニンの成分によってどんどん黒くなっていきます。ひと夏置いた樹皮の内側は黒に近い茶色で、編む際に樹皮の表面と内側の黒いコントラストを出して編めるのがクルミ樹皮細工の特徴です。

乾燥した樹皮を編むために一度水浸けて柔らかくするので、一晩浸けておいた水は真っ黒になり、濡れた状態の樹皮を素手で編むと、手が1週間以上くすみ色に染まるほどです。水に浸けている段階を「昆布みたい」とおっしゃる方も多く、それを洗っている私も昆布のような香りと触り心地な気がして、少し不思議な感覚でした(笑)。

本来は木杵を使って編む方法が一般的なくるみ樹皮細工ですが、町の白樺樹皮細工の講習を受講していることもあり、その方法を利用して今回は編んでみました。

クルミの樹皮は表も裏も使えることがとても素敵な表情を出してくれます。きれいで上品な白樺樹皮とは違う面白かごになっていると思います。冬の間、工房で編むことをじっくりしていく予定で、それぞれの特徴を活かす編み方を見つけていけたらと思います。

## 大事なお知らせを受信するために

おしらせ君の  
お知らせ



故障時の連絡先  
NTT東日本北海道データセンター  
☎0120-860-023 (通話料無料)

おしらせ君(IP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。災害などが起こり、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、観光協会からもお知らせが届いています。これらのお知らせを受信するためにも、おしらせ君の電源は常に入れておいてくださいますようお願いいたします。

## 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。





## 第9回「相続分とは何ですか？」

Q 先日、夫が亡くなりました。夫は、生前、金融機関に1,000万円を預金していましたが、遺言を残してはいなかったため、相続人のうち、誰がどれだけの相続財産を受け取るようになるのかがよく分かりません。夫の相続人は、妻である私と2人の子供ですが、私と子供たちは、どのように相続財産を受け取るようになるのでしょうか？

A 妻であるあなたの相続分は2分の1、2人の子供の相続分はそれぞれ4分の1ずつとなります。民法では、亡くなった人のことを「被相続人」といいますが、その被相続人が、生前に遺言を作成して、各相続人間の相続分を指定しているような場合には、相続人は、原則としてその指定された相続分にしたがって相続財産を分配することになります。しかしながら、被相続人が、生前に遺言を作成していない場合には、民法上、相続財産の持分割合については、次のような基準が定められています(民法900条)。

①相続人が、配偶者(夫又は妻)と子の場合には、配偶者と子の相続分は各2分の1ずつとなります。仮に、子が数人いる場合には、子の全体の相続分である2分の1を、更に子の人数で等分に分けて相続することになります。

②相続人が、配偶者と直系尊属(被相続人の親又は祖父母)の場合には、配偶者の相続分は3分の2、直系尊属の相続分は3分の1となります。

③相続人が配偶者と被相続人の兄弟姉妹の場合には、配偶者の相続分は4分の3、兄弟姉妹の相続分は4分の1となります。

※相続人の順位については、第2回「だれが相続人になるの？」を御覧ください！

今回のケースでいくと、あなたの場合は①に当てはまることとなりますので、夫の財産を、あなたが2分の1(500万円)、子供たちはそれぞれ4分の1(250万円)ずつ相続することになります。

**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。

次回は、第10回「特に親に尽くした子の相続分について」をテーマに御案内いたします。

## 名寄地区広域消費生活センター情報

ちょっと  
待って!

### その電話…

### 本当に息子や孫からですか？

9月以降、留萌市・士別市において、息子や孫を名乗る者から「のどを痛めて声の調子が悪い」、「病院でカバンをなくして携帯電話もない」、「扁桃腺がはれて病院にきたがカバンをなくしてしまった」との電話が連続で発生しています。サギグループは、道北地方をターゲットにしている可能性がありますのでご注意ください。



#### 消費者へのアドバイス

- 突然の電話で「息子」「孫」を名乗り、「のどにポリープができた」「カバンを盗まれた」などと言い、現金を要求する電話は「オレオレ詐欺」と疑いましょう。
- 「携帯電話番号が変わった」と言っても、元の電話番号に掛けて事実を確認しましょう。
- 息子や孫の上司を名乗る者が自宅を訪問しても、現金やキャッシュカードを渡したり、口座番号や暗証番号を伝えないでください。
- このような電話が掛かってきたときは、すぐに電話を切り、家族や24時間対応の警察相談ダイヤル(＃9110)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**

TEL・FAX 01654-2-3575

◆相談時間/9:15~16:00 ◆休日/土・日・祝日

# こくほ ご存じですか？

## 加入・喪失の届け出は14日以内に！

会社を退職したとき、自営業を始めたときなどは、国保に加入の届け出をしなければなりません。

また、就職をして職場の健康保険などに加入したときなどは、国保をやめる届け出をしなければなりません。

このようなときは忘れずに14日以内に届け出をしてください。

**国保に加入するとき**

- ・ 職場の健康保険などをやめたとき
- ・ 他の市町村から転入してきたとき
- ・ 子供が生まれたとき
- ・ 生活保護を受けなくなったとき

**加入の届け出が遅れるとどうなるの？**  
加入の届け出が遅れると、届け出をした日からではなく、加入資格を得た月までさかの

ぼって国保税を納めなくてはなりません。場合によっては、その間の医療費は全額自己負担となります。

**国保をやめるとき**

- ・ 職場の健康保険に加入したとき
- ・ 他の市町村に転出するとき
- ・ 国保の被保険者が死亡したとき
- ・ 生活保護を受けるようになったとき

**やめる届け出が遅れるとどうなるの？**  
国保をやめる届け出をせず、に国保の保険証で医療を受けると、国保が負担した医療費をあとで返還しなければなりません。また、国保と職場の健康保険の保険料(税)を二重に支払うことにもなります。



【問い合わせ先】

住民課住民サービス室

☎ 7・2814

## 「ねんきん定期便」をお届けしています

日本年金機構では、国民年金や厚生年金に加入している方に保険料の納付実績や年金見込み額などを記載した「ねんきん定期便」を毎年誕生月に送付しています。

【問い合わせ先】  
ねんきん定期便専用ダイヤル  
☎ 0570・058・555  
050で始まる電話からは  
☎ 03・6700・1144  
月曜日から金曜日の  
午前9時～午後7時  
毎月第二土曜日の  
午前9時～午後5時  
ご自身の加入記録の確認にご活用ください。

通知する内容	35歳、45歳、59歳の方	それ以外の方
①年金加入記録	○	○
②年金見込み額 ・ 50歳未満の方には加入実績に応じた額 ・ 50歳以上の方には「ねんきん定期便」作成時点の加入制度に引き続き加入した場合の将来の年金見込み額	○	○
③保険料の納付額	○	○
④年金加入履歴	○	—
⑤厚生年金のすべての期間の月ごとの標準報酬月額、賞与額、保険料納付額	○	○ 直近1年分
⑥国民年金のすべての期間の月ごとの保険料納付状況	○	○ 直近1年分





できるWindows10パーフェクトブック:  
困った&便利ワザ大全 広野忠敏 著

あなたのその「忘れもの」  
コレで防げます NHK出版

肺炎がいやなら、のどを鍛えなさい  
西山耕一郎 著

かんたん手作り! ドッグウエアと  
便利グッズ ブティック社

樹木たちの知られざる生活:  
森林管理官が聴いた森の声  
ペーター・ヴォールレーベン 著

会話もメールも英語は3語で伝わります  
中山裕木子 著

ヒストリア 池上永一 著

ディレクターズ・カット 歌野晶羊 著

院長選挙 久坂部羊 著

ランニング・ワイルド 堂場瞬一 著

R帝国 中村文則 著

つぼみ 宮下奈都 著

この世の春 上・下 宮部みゆき 著

さらさら流る 柚木麻子 著

ブタのドーナツやさん 谷口智則 著

ざんねんないきもの事典 続  
今泉忠明 著

いらないねこ ヒグチユウコ

# まちの文芸

〔短歌〕 今月のお題「てへん」または自由詠

ふわふわのかき玉掬いやわらかな湯気の向こうの朝ドラを観る  
足指に付いた砂も連れ帰る月がゆらゆら揺れる海から  
網戸より爽やかな風と虫の声都市では虫を聞く会するらし  
とうとうと引いてゆく水に攫われて帰らぬ人ら還らぬ昔  
月の光わたしに忍び入るときは辺りの星も携えて来て  
満開のイタドリを群を揺さぶりて夏の終わりを告げる川風  
貫ひ来し茄子三本が絡み合ふ蛇にも似たる長き体で  
杏の実がぼつんと落ちて道を行きて戻りぬそのひかり見て  
何時何処でどのようにして試すのか打ち上げ花火の試し打ち上げ  
朝一番のニュースは告げるミサイルが今この時に頭上を飛ぶと  
縁のないはずの戦争を突然に現となして今朝のミサイル

〔俳句〕

木の葉散る山女魚もさびて竿納め  
この秋の山の木の実も見当らず  
夜のしじま切り裂いて鳴く恋の鹿  
光散るススキの穂先に蒼き海  
秋光やひげのゴッホと目の合へり  
嵐去る稲田に爪の跡残し

五十嵐仁美  
五十嵐仁美  
鎌田陽子  
小林淑子  
小林淑子  
古市和子  
古市和子  
山内智子  
山内智子  
いずこへ?  
ここかも!

●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。



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

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。

# 秋の深まりと冬の訪れ

9月中旬頃から北海道の高い山では紅葉が始まり、10月下旬には、初霜や初氷、初雪が観測される季節となります。災害発生可能性がある場合、気象台からは警報・注意報などの情報を発表していますが、この季節は天気や気温などの変化が大きく、次のようなことに注意する季節となります。

- ①日中は暖かくても朝晩の冷え込みで一日の気温差が激しく、また、日ごとの気温差も大きいので、体調を崩してしまいがちです。体調管理に注意しましょう。
- ②山々では一足先に冬が訪れています。旭岳の初冠雪の平年は9月25日で、標高1,500m付近でも、10月下旬にもなれば気温が0℃を下回る日が多くなり、普通に雪が降ります。登山をするときは防寒対策を十分に行い、悪天が予想される場合は計画を中止する勇気を持ちましょう。
- ③平地の気温で見ると、上川・留萌地方では最低気温の平年値が10月下旬にはすでに2℃を下回るころがでてきます。峠や山間部では気温がもっと低くなっており、雨が降ると路面が凍って滑りやすくなります。ドライバーの皆さんは、雨や雪、気温の予報を参考にスリップ事故に注意し安全運転をお願いします。冬タイヤへの交換は、特に遠出をする方は早めになさったほうが良いかもしれません。

上記の注意点を回避するためには、警報・注意報だけでなく、日頃の天気番組やニュース、週間予報などの情報を利用し、行動計画を検討するようにしましょう。



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/>

## 11月は児童虐待防止推進月間です



### 児童虐待とは・・・

身体的虐待	殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる など
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など
心理的虐待	言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など



あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。  
**児童虐待かもと思ったら  
すぐにお電話ください。**

問い合わせ先 住民課幸福推進室 ☎7-2813





# 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		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 松田橋・1号橋 橋梁長寿命化補修工事	※株佐藤組	11,700,000		12,830,400	12,636,000	98.5%	松田橋・1号橋 補修施工一式	着工 平成29年9月8日
	植村技建術	11,760,000						
	株常盤天塩川建設	11,770,000						
	株佐藤工建	11,790,000						
	株中川阿部建設	11,800,000						竣工 平成29年12月20日
森林整備加速化・ 林業再生総合対策事業 平成29年度町有林森林 作業道(板谷足田沢線) 開設工事	※天塩川工業株	2,930,000		3,221,640	3,164,400	98.2%	町有林作業道 1333mの開設	着工 平成29年9月14日
	遠藤工業術	2,947,000						
	上川北部森林組合 中川支所	2,983,000						
	中川町森林協同組合	2,983,000						竣工 平成29年10月4日
森林環境保全 直接支援事業 平成29年度 町有林森 林作業道(板谷志見山 線) 開設工事	※上川北部森林組合 中川支所	2,619,000	抽選により落札	2,828,520	2,828,520	100.0%	町有林作業道 1242mの開設	着工 平成29年9月14日
	天塩川工業株	2,619,000						
	中川町森林協同組合	2,619,000						
	遠藤工業術	辞退						竣工 平成29年10月4日
平成29年度 歌内本線舗装工事	※株中川阿部建設	19,750,000		21,988,800	21,330,000	97.0%	舗装工 L=325m	着工 平成29年9月28日
	秋津道路(株道北営業所)	19,900,000						
	株山崎組	19,970,000						竣工 平成29年12月20日
森林環境保全 直接支援事業 平成29年度 町有林保育間伐工事	※天塩川工業株	3,394,834	抽選により落札	4,203,360	3,666,420	87.2%	町有林 23.50haの保育間伐	着工 平成29年9月28日
	中川町森林協同組合	3,394,834						
	遠藤工業術	3,800,000						
	上川北部森林組合 中川支所	3,892,000						竣工 平成29年11月10日

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)	高等工科学校生徒(一般)
応募資格	18歳以上27歳未満 (採用予定月の1日現在)	平成30年4月1日現在 15歳以上17歳未満の男子
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	平成29年11月1日～平成30年1月9日
試験日場	受付時にお知らせします	1次 平成30年1月20日 2次 平成30年2月1日～4日 1次試験 名寄市 2次試験 旭川市

【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】 気になる手指のしびれ

毎日の生活の中で、いろいろなことに使う手指の「しびれ」の原因はさまざまですが、なかには、命にかかわるものや、悪化すると生活に支障をきたす病気がかくれていることもあります。

しびれの特徴や、あわせて起こる症状などから、受診の必要な「手指のしびれ」にはどのようなものがあるのかをチェックしていきましょう。

◆からだの片側にしびれが起こり、しびれの他に麻痺やろれつが回らないなどの症状が見られる

この場合には、**脳卒中**が疑われます。早急に受診しましょう。

脳卒中の場合には、片側にしびれが起こり、麻痺などの他の症状を伴うという特徴があります。

また、脳卒中の要因として、高血圧や脂質異常症などの生活習慣病が背景にあります。年に1回は健康診断などで、

危険因子がないかどうかを確認していくことが大切です。

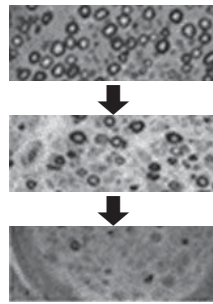
◆糖尿病もしくは高血糖状態の持続があり、両側の手や足にしびれがみられる

この場合には、**糖尿病性神経障害**が疑われます。糖尿病が進行すると末梢神経に障害が出て左右両方の手や足にしびれが現れるのが特徴です。

糖尿病神経障害では、初期には自覚症状はありませんが、障害が進んでいくと、「手足の指先がたまにしびれる」「足の裏に何かがついている感じ（違和感）がある」という症状が、両側の先端から現れてきます。さらに進行していくと、しびれや違和感が次第に強くなり、神経細胞がだんだんと障害されて、しまいには感覚がなくなっていくきます。

これは、高血糖状態が続くと末梢神経の血管が傷み、血液（栄養）が神経に届きづらくなつて、神経の数がだんだん

神経細胞の減少の経過



減っていくためです。

適切な治療をして、高血糖状態が続かないようにすることが、最善の予防です。

◆顔を上に向けて、首を右に倒すと右手、左に倒すと左手のしびれが強くなる

この場合には、首の骨が変形して起こる**頸椎症などの首の病気の可能性**が考えられます。頸椎には様々な神経が密集しているため、神経が圧迫されてしびれなどの症状を起こします。

症状が長く続いたり、悪化していく場合は、整形外科への受診が勧められます。

◆上記3つのような症状がなく、手指の手のひら側にしびれがある

この場合には、**手根管症候群**の可能性ががあります。

「手根管」は手のひらの付け根にあり、骨とじん帯に囲まれています。この囲みの中には、9本の腱と正中神経（図1）が通っています。

手根管の中を通る腱を覆う膜や、それぞれの腱を連結している滑膜が炎症をおこして腫れて厚くなり、正中神経が圧迫されるため、指にしびれや痛みが起こります。

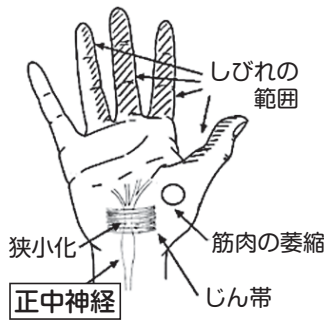


図1 正中神経の圧迫によるしびれの範囲

### 手根管症候群の症状の特徴

- 小指以外の指にしびれや痛みがある
- 夜間や早朝にしびれや痛みが強くなる
- 手を振るとしびれや痛みがやわらぐ

手のしびれが手根管症候群によるものかをチェックする方法として、**ファーレンテスト**（図2）があります。体の正面で図のように手の甲を合わせた状態を保ち、1分以内に指がしびれたり、もともとあったしびれが強くなる場合は、手根管症候群が疑われます。



図2 ファーレンテスト

疑いのある場合は、整形外科の受診が勧められます。

治療としては、安静が基本ですが、症状にあわせて、薬物療法や手術などの治療法もあります。

手根管症候群は、進行すると、親指の付け根の筋肉が萎縮し、親指と他の指を向かい合わせる「つまむ動作」が難しくなるため、悪化させないことが大切です。





## 歯周病・むし歯予防の食習慣について

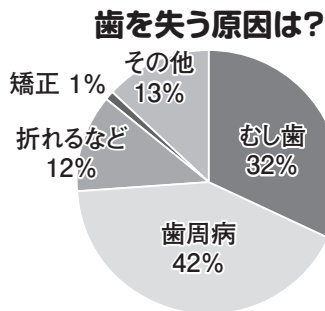
11月8日は「いい歯の日」です。楽しく食事をしているためには、歯の健康を保つことが必要です。

現在、歯を失う大きな原因となっているのは、1位が歯周病、2位がむし歯で約7割を占めています。

(左図参照)

特に1位の歯周病は、軽度の状態も含めると、成人の5人に4人がかかっているとされている歯茎の感染症（歯周病菌による）です。

国内では、働き盛りの30代から歯の喪失につながる歯周病者が増加しています。



「永久歯の抜歯原因調査報告書」(2005年8020運動推進財団)より

### 歯を守る食習慣

#### 4つのポイント

歯周病やむし歯は、歯垢（プラーク）の中の細菌の増殖によって、歯茎細胞の炎症・破壊や歯を溶かしてしまう病気です。

これらの原因は、食事の回数や歯磨きの状況、間食内容、唾液の量など、様々な要因が合わさってなりやすさが決まります。次の食習慣を確認し、歯を守っていきましょう。

#### ① 歯垢がでやすい

##### 食べ物に注意

歯垢は、唾液と食物のカス、口腔内の細菌が結合した固まりです。歯垢が除去されずにいると、固い歯石になり、取り除くのが困難になります。

チョコレートやスナック菓子、ビスケットなどは食後も歯にくっつき口の中に残りやすい為、歯垢を作り

やすい環境をつくりやすくなります。細菌のエサになる砂糖が多く含まれる食べ物や、飴のように長い時間口の中に入れるものは頻度に注意が必要です。習慣化しないようにしましょう。

#### ② だらだら食べない

口腔内は、食後20分程度経ってから、唾液の作用によって酸性の状態を中性に戻し、歯の再石灰化をします。だらだら食べていたり、頻繁に何かを食べていると、歯周病やむし歯になりやすくなります。

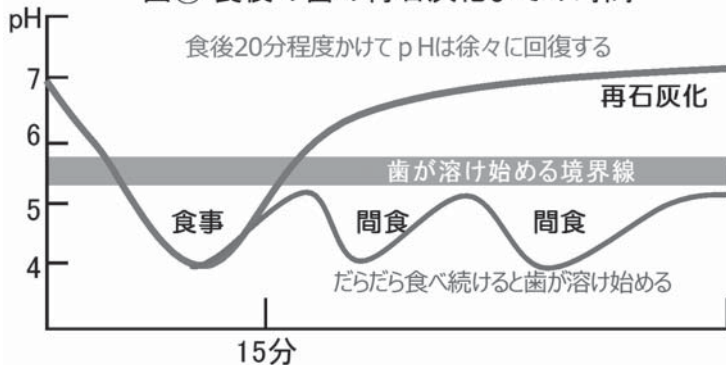
(図②参照)

#### ③ 酸性の食品を食べた後はうがいをしましょう

酸性の食品を長時間口の中に入れた状態が続くことも、歯の表面が溶けやすくなり、むし歯や知覚過敏の原因になります。食べた後は、水やお茶でうがいをすると良いでしょう。

(図③参照)

図② 食後の歯の再石灰化までの時間



④ よく噛んで唾液を出す  
唾液には、口の中を潤し、歯周病やむし歯の原因となる菌の増殖を抑える他、食後の酸性になっている口腔内を中和し、虫歯を防ぐ働きがあります。日頃からよく噛む食習慣が唾液の分泌量増加につながります。

図③ 食品・飲料の酸性度比較

アルカリ性 ↑	【pH値】	
	10.0	海藻類（わかめ・昆布・ひじきなど）、こんにゃく
	9.0	
	8.0	
中性	7.0	牛乳・チーズ・ヨーグルト・卵・豆乳
	6.0	魚介類・野菜類・いも類・大豆食品・水・お茶・紅茶
	5.0	白米・パン・麺類・肉類・炭酸水・コーヒー・焼酎
	4.0	飴・果物・ジュース類・ビール・日本酒
	3.0	ワイン・梅酒・酢・栄養ドリンク
酸性 ↓	2.0	レモン・コーラ・梅干し

また、よく噛む必要がある食品の中でも、野菜は食物繊維が豊富なため、歯の表面を掃除する働きがあります。料理に入っている野菜を食べる時は意識してゆっくり噛んでみてはいかがでしょうか。  
(噛む回数の目安は1口30回程度を目標)

# 子育て通信

## 子どもの満足感を満たしましょう

果物がおいしい季節です。食後にぶどうやりんごなど食べられると思うと、子どもたちはワクワクします。出来れば、食後ではなく先に食べたいという気持ちでいっぱいでしょう。

先においしいもの（果物）を食べたい気持ちが溢れてくると、目の前の食事に手をつけないことや、食べさせようとしても口を開けない、また、その手を払うなどの行動が見られますね。

そうすると、「ごはん食べなかつたら、果物は食べられないよ」と、大人の言葉が出てしまいがちです。

その言葉に大泣きする子どもいれば、意地でも食べないと動かない子、仕方なしというように食べ始める子等、様々です。楽しい食事がとても悲しい食事になります。

ごはん（食事）をしっかり食べさせたい思いや、子ども

の言うことを何でも聞いていたら、わがままになるのでは、と思ってしまうのでしょうか、そうはなりません。

ほんのちよつと子どもの満足感を満たしてあげると、すんなりと次へ進むものです。

食事が止まってしまったら「果物食べてからごはん食べようか」と声をかけると、ニコリ顔で果物を食べた後に、ちゃんとはんを食べることが多いです。時には、「もういいらない」と食べないこともあるでしょうが、叱らずに『そういうこともありますね』と、大きな心でおさめましょう。

子どもの求めていることは、難しいことはありません。ほんの少し時間を割いたり、してあげることで満足します。たくさん大人の見守りで、子どもたちの育ちを支えていきたいですね。

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



熊谷健一さん(77歳) 熊谷照子さん(77歳)



草野和美さん(77歳)

# 赤ちゃんは キラちゃん



ゆう あ 植村悠愛ちゃん  
お父さん 健太さん  
お母さん 菜実さん



い おり 川田伊織ちゃん  
お父さん 重光さん  
お母さん 絵美さん



か よ 藤森花陽ちゃん  
お父さん 将司さん  
お母さん 寛奈さん



## 11月9日は119番の日

昭和62年から11月9日を「119番の日」として制定し、この機会に消防の仕事や119番について正しい知識と理解を深めていただき、防火防災意識の高揚を図っています。

目の前で、火災や急病・怪我、事故などが発生した場合は、誰でも気が動転し興奮した状態になりがちです。一刻をあらそう時でも落ち着いて119番通報出来るように正しい通報要領を身につけましょう。

### 119番通報のポイント

- ①慌てず、落ち着いて局番なしの119番
- ②火災・救急・救助なのかを伝える
- ③発生場所、どういう状態か伝える  
(住所や発生場所がわからない時は  
周囲の目立つ建物や目標物を伝える)
- ④消防職員の問いかけに正確に答える



### 秋の火災予防運動実施中!

秋の火災予防運動が実施されています。空気の乾燥により火災が発生しやすい季節柄、火の取扱には十分注意しましょう。火災が発生しないよう今後とも引き続き火災予防にご協力の程宜しくお願い致します。

中川消防支署へのご相談、お問い合わせは

☎7・2119番まで



火災・救急出動状況	
平成29年9月30日現在	
火災件数	0件
救急件数	47件

## 議会・各種委員会の開催状況

- 9月13日 ● 議会運営委員会
- 議会全員協議会
- 9月20日 ● 議会第2回定例会
- 9月29日 ● 選挙管理委員会
- 議会公共施設特別委員会
- 農業委員会総会
- 10月5日 ● 選挙管理委員会

ありがとうございます  
ぽんぽんぽん

社会福祉協議会、一心苑に寄付  
・社会福祉推進の為に

(秋味まつり売上金の一部として)  
日本大学文学部地理学科

佐野ゼミ 様

ご結婚おめでとうございます  
ぽんぽんぽん

(吉田 武志 様 (大富)  
佐藤 杏那 様 (4区))



ふるさと今月のキラリ



9月21日(木)、子どもたちに食の大切さや農業に関心を持ってもらおうと、JA北はるか農協青年部中川支部（竹中智哉部長）が幼児センターの園児を対象にとうもろこしの収穫体験を行いました。

大富地区の竹中農園には青年部員9人が集まり、園児たちをとうもろこし畑に案内。小さな手でとうもろこしを一本ずつ「よいしょ、よいしょ」ともぎ取った後、ていねいに皮をむきました。試食をごちそうになった子どもたちは「おいしいね」と笑顔でいっぱいでした。

竹中部長は「子どもたちも楽しそうよかった。来年も農業体験を企画したいです」と嬉しそうに話していました。



9月27日(水)、中央老人クラブと佐久老人クラブ合同の交通安全啓発活動が道の駅なかがわで開催されました。

国道40号線を走る車に交通安全の旗を振り、スピードダウンを促すとともに、道の駅に立ち寄った車には交通安全啓発グッズとともに、長野久子さんお手製の巾着袋が手渡されました。

発行 中川町

編集 総務課総務町政室

印刷 国 境



道産 間伐材使用 この広報紙は道産間伐材を使用しています。

町の人口

(9月30日現在)

人 口	1,595人 (+2)
男	790人 (+1)
女	805人 (+1)
世 帯 数	834戸 (+2)

( )は前月末との差を示します。

なかがわの情景

9月17日(日)、恒例のなかがわ秋味まつり、丸太押し相撲北海道大会が開催されました。

雨天になることも多かった秋味まつりですが、今年は晴天に恵まれ、町内外から来場されたお客様も中川町の秋を堪能された1日になったと思います。

