

# 広報ナカガワ

2020

11







中川町立中央小学木交  
 第47回大運動会  
 日時: 9月26日(土) 9:00~ 雨天延其月  
 土場所: 中央小学木交 (27日(日))  
 グラウンド  
 テーマ「中間と協力 ゴールをめざせ!」  
 運動会の木票  
 よどりのかけ声を天きな声で言います。  
 運動会の見どころ  
 リーを最後まであきらめず  
 に走ります。

## 地方創生とは何か

「地方創生」とは、「東京圏への人口の一極集中を是正し、それぞれの地域で住みよい環境を確保して、将来にわたって活力ある日本社会を維持すること」(内閣官房、内閣府総合サイトより)とされています。

は全国平均を大きく下回る1・20(2020年1月時点)、ちなみに中川町は1・61です。つまり、東京に人が集まれば集まるほど、人口減少は加速します。だからこそ、東京圏への人口の一極集中を是正し、地方に「まち・ひと・しごと」をセットで充実させ、「人口減少に歯止めをかけよう!」というのが地方創生の目的と言えます。

## まち・ひと・しごと

産業振興課の調査では、中川町全体で9月末現在27人の正職員の募集、10人の臨時職員の募集があります。役場の採用募集などは含まれていませんので、実際にはもっと多くの求人があるかもしれません。

しかし、応募状況はかんばんらしくなく、中川町には仕事に対して、圧倒的に人が

足りていない状況です。また、仮に町内企業が必要とする37人が移住してくれたとして、その方々が住む住宅は不足しているため、住環境の整備が必要です。このように地方創生は、中川町の抱える「まち・ひと・しごと」の課題が一体となつて解決される必要があります。

## U-I-Jターナー

### 新規就業支援事業と緊急雇用定住促進事業

中川町では仕事に対し、圧倒的に人が足りていないという課題を解決するために、U-I-Jターナー新規就業支援事業(東京圏から移住する場合、世帯100万円、単身60万円が移住者に支援される制度)や、緊急雇用定住促進事業(東京圏以外からの移住にU-I-Jター

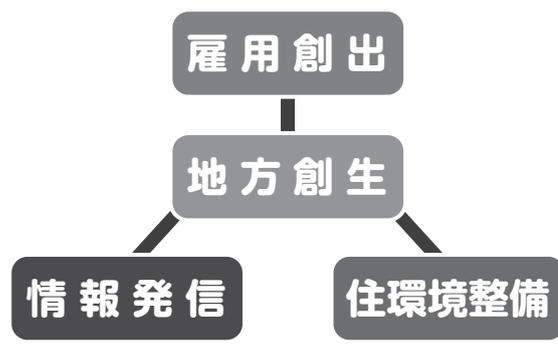
ナー新規就業支援事業と同様の支援を行うもので、道内からの移住の場合は世帯50万円、単身30万円)という二つの事業を展開しています。

※詳しくは広報ナカガワ9月号3ページをご覧ください。企業の皆様には、ぜひこの事業をご活用いただきたいと考えています。

## 情報発信の重要性

町内企業の求人条件は、他地域と比較し、特別悪いわけではありません。それでもなかなか人が集まらないのは、少子化等の影響や大都市圏から遠く利便性が低いなどの影響もあります。が、「中川町の企業が求人を出していること」を知られていないことも大きな原因です。

地域商社設立準備委員会(吉田 寛 委員長)では、



「しごと」や「ひと」の課題を分析しながら、町の施策やその他民間企業、サテライトスペース「ナカガワのナカガワ」と連携し、過不足のない充実した情報発信に努めていきます。



# ナカガワの人

仕事内容を教えてください

家電販売営業、納品、修理  
をしています。

この仕事に就いた

きっかけは？

札幌で音響関係の仕事をしているときに社長から「中川に戻って電器屋の仕事をしてみないか」と声をかけていただいたことです。札幌での仕事に大きな不満があったわけではありませんが、田舎には田舎なりの楽しみもあると考



みなた けいすけ  
峯田 佳祐 さん

有限会社佐藤電器商会 勤務  
営業時間8:30~19:30 日曜祝日は休業  
9月21日生まれ

え、決心しました。

仕事の中で

特に意識していることは？

お客様に悲しい思いをしてほしくないと思っています。いいものを買ってもらい、そして長く使ってもらって、地元店で買ってよかったと思ってもらえることを意識しています。

趣味など仕事以外の活動で

注力していることは？

車、カメラ、バスケットボール、バンド活動、イベントでの音響調整、筋トレなど、趣味の幅が広く、どれも大切にしています。最近では、カメラで動画を撮ってYouTubeやSNSなどに投稿しています。コロナ禍で活動できないものがあるので、早く多くの趣味に打ち込みたいと思っています。

子どもの頃の夢は？

小さい頃はカーレーサーになることが夢でした。高校生のときに音楽ライブが好きになり、好きなアーティストの影響でギターを始めました。



おすすめの映画を

紹介してください

車が好きなので、ワイルド・スピードがおすすめです。観ていて楽しめる映画が好きです。

仕事で記憶に残っている

出来事を教えてください

高額な家電を買っていただいたことが嬉しくて記憶に残っています。

5年後の展望や目標は？

店のお客様を増やすことです。

一番感謝していることは？

商売柄、やはりお客様ですね。

お客様へひとこと

時代を反映して、大型量販店やインターネットで家電を購入される方が増えていきます。こんな時代だからこそ、身近な町の電器屋さんとして、商品を買っていただいた後のアフターケアに力を入れていきます。家電のことで困ったことなので、お気軽にご相談ください。



# 企業の地域貢献に感謝状を贈りました

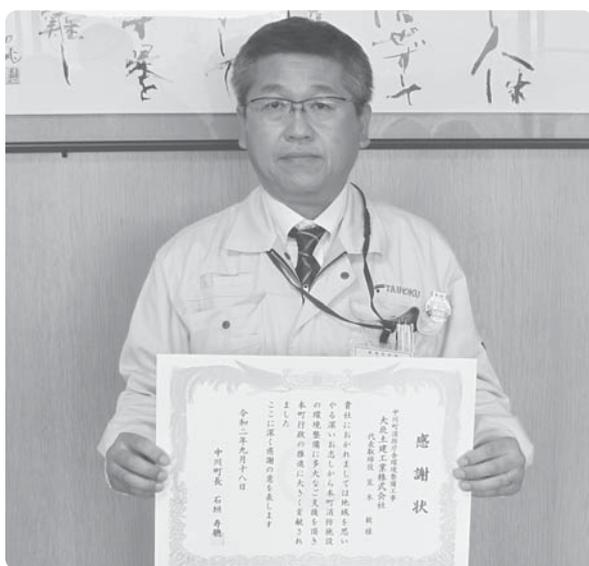
防災意識の向上に向けた水防災技術習得講習会の開催にご尽力をいただいた荒井建設株式会社様（取締役社長 荒井 保明様）に対し、中川町から感謝状を贈りました。



教育施設の環境整備にご尽力をいただいた秋津道路株式会社様（代表取締役 渡辺 慶人様）に対し、中川町から感謝状を贈りました。



消防施設の環境整備にご尽力をいただいた大北土建工業株式会社様（代表取締役社長 荒木 毅様）に対し、中川町から感謝状を贈りました。



# 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

#### サポートします

高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を  
対象とした公的な融資制度です。

#### ◆融資金額

お子さま1人あたり350万円以内

#### ◆金利

年1・70% 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」「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・30%(令和2年8月1日現在)

#### ◆返済期間

15年以内(世帯の状況によっては18年以内)

#### ◆使いみち

入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金や家賃など

#### ◆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)

【問い合わせ先】教育ローンコールセンター

☎0570・008656

☎03・5321・8656

## 駐在所から



【問い合わせ先】  
名寄警察署 駐在所  
中川久駐在所  
佐警察相談電話

☎01654-2-0110  
☎7-2019  
☎8-5071  
☎#9110

## 「冬の全国交通安全運動」が

### 実施されます!

#### 運動期間

11月13日(金)～11月22日(日)の10日間

#### 運動重点

高齢者の交通事故防止  
スリップ事故の防止  
飲酒運転の根絶

#### 交通事故防止のポイント

ドライバーの皆さんは、右方向からの横断歩行者や交差点とその付近での歩行者、自転車の動きに十分注意して、思いやりのある運転をしましょう。

歩行者の皆さんは、外出するときは、ドライバーから目立つように明るい服装や反射材を身につけましょう。

飲酒運転は悪質な犯罪です。「飲酒運転をしない、させない、許さない」ことを強く意識して、北海道から飲酒運転をなくしましょう。



## 町・道民税の第3期納期限は、11月2日(月)です。 忘れずに納めましょう!

# 新型コロナウイルス感染症への取り組み

依然として猛威を振るう新型コロナウイルス感染症対策として、中川町では6回の予算補正を行い、国の交付金を活用しながら約3億4814万円を投じて、感染拡大の防止、雇用の維持と事業の継続、経済活動の回復、強靱な経済構造の構築を目的として、様々な事業に取り組んでいます。その取組内容と事業費などを2回にわたって紹介します。

## 特別定額給付金

### 特別定額給付金

1億5407万円  
町民1人あたり10万円を給付します。

### 子育て世帯

#### 臨時特別給付金

207万円  
中学生以下の子をもつ子育て世帯に1人あたり1万円を給付します。

### 新生児

#### 臨時特別定額給付金

40万円  
令和2年4月28日から令和3年3月31日までに生まれた新生児の世帯主に1人あたり10万円を給付します。

## 予防衛生感染症対策

### 災害対策用備品等購入

183万円  
災害発生時対策のためのマスク、備品などの購入、防疫作業費用を措置します。

### 消耗品の購入

138万円  
防護服、消毒薬噴霧器などを購入します。

### 町公式ホームページ更新

350万円  
公衆衛生、防災情報の伝達性を高めたホームページを構築します。

### 避難施設発電機等購入

2242万円  
防災倉庫の設置、災害時備蓄、可搬型発電機などの整備を進めます。

### 社会福祉施設

#### 消耗品備品購入

119万円  
ぬくもり、一心苑、グループホームの感染予防品を購入します。

### 児童福祉施設

#### 消耗品備品購入

275万円  
幼児センター、放課後児童クラブの感染予防品を購入します。

### 児童福祉施設消耗品

#### 備品購入（緊急包括支援）

101万円  
幼児センター、放課後児童クラブの毛布、マットな

どを購入します。

### 社会福祉施設改修工事等

1226万円  
一心苑、ぬくもりの空調設備を改修します。

### 子ども・子育て支援交付

金備品購入 18万円  
子育て相談のためのパソコンを購入します。

### 幼児センター

#### 環境整備用備品購入

23万円  
感染症予防対策のための備品を購入します。

### 診療施設消耗品購入等

107万円  
診療所、歯科診療所の感染症予防対策を進めます。

### 医療施設修繕費

40万円  
感染症予防対策のための医療機器を修繕します。

### 診療所発電機設置工事

1100万円  
診療所の停電対策により高度な診療体制を確立します。

### 商工事業者

#### 休業要請協力金

130万円  
休業を余儀なくされた事業所を支援します。

### 観光施設感染防止措置

500万円  
ポンピラアクアリウム、道の駅ながわの衛生環境整備を行います。

### 学校施設用備品購入

205万円  
感染症対策の環境整備備品を購入します。

### 図書室用備品等購入

168万円  
図書室の利用による感染防止を図るための予防衛生対策を行います。

### 飛沫飛散・感染防止

物品購入 385万円  
アクリル板などを購入します。



# 児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。



189(いちはやく)  
ちいさな命に  
待ったなし

子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか？

## 子どもについて

- いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- 不自然な傷や打撲のあとがある
- 衣類やからだがいいつも汚れている ■ 落ち着きがなく乱暴である
- 表情が乏しい、活気がない ■ 夜遅くまで一人で家の外にいる

## 保護者について

- 地域などと交流が少なく孤立している
- 小さい子どもを家においたまま外出している
- 子育てに関して拒否的・無関心である/強い不安や悩みを抱えている
- 子どものけがについて不自然な説明をする

11月は児童虐待防止  
推進月間です

虐待を受けたと思われる  
子どもがいたら

ご自身が出産や  
子育てに悩んだら

子育てに悩む親がいたら

児童相談所や市町村の相談窓口にご連絡ください

いち はやく  
189

児童相談所  
全国共通  
3桁  
ダイヤル

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

中川町勤労者貸付金制度を  
ご利用ください

中川町では、北海道労働金庫と提携して、勤労者の皆さんへの貸付金制度を行っています。北海道労働金庫に口座がない方には、口座を開設していただくなどの条件がありますが、すべての勤労者の皆さんが利用することができ、次の2つの貸付金制度があります(審査の結果、希望に添えないことがあります)。

### ■中川町勤労者生活資金融資(総融資枠1000万円)

生計費、耐久消費財購入費、レジャー費、医療費など、さまざまな目的については100万円、教育費については150万円を限度に融資を受けることができます。

利率は、教育費2・39%、教育費以外は2・81%(ともに保証料別途)となっています。

### ■中川町勤労者住宅資金融資(総融資枠2000万円)

自己または親族の居住に関する住宅の購入やマンションの購入、リフォーム、土地付建物の購入などの目的で800万円を限度に融資を受けることができます。

利率は、1・86%(保証料別途)となっています。

8月31日現在で1件の貸付があり、融資枠は残額約1900万円です。

### 【問い合わせ先】

総務課総務町政室 ☎7・2811  
北海道労働金庫名寄支店 ☎01654・2・2270

## 『フランスで得たもの』 やま さき てっ べい 山 崎 哲 平



以前紹介したパリの展示販売で9月26日〜10月2日まで渡仏してきました（帰国後のPCR検査は「陰性」でした。ご安心ください！）。

今回は展示のコーディネーターであるセルゲゾの伊東恵さんと、北海道のエゾシカの革をファッション性の高いアイテムや素材として発信する活動を行っている鹿革蝦夷地（ろっかくえぞち）の皆さんと行動しました。鹿革蝦夷地さんとはコートのボタンを作らせていただいたご縁があり、彼らの展示会の撮影と設営バックアップもさせていただきました。その点も貴重な体験でした。

会場はルーブル美術館やオペラ通りのすぐそばで、日本のレストランが多く立ち並ぶ所で、日本食はかなり現地の

方に愛されている印象でした。月並みですが、日常の全てが映画のワンシーンになってしまうような歴史ある街並みは大変美しく壮観で心が震えました。何せこれから半年と展示は長いので、ギャラリースタッフともコミュニケーションをとれたことと、会場の空気を感じながら自分の売場の設営もできたことは大きな財産になると確信しています。



# 中川町地域おこし協力隊活動記

## 『素材からデザインへ』 ふく だ はや と 福 田 隼 人



中川町の皆様こんにちは。ヒゲの福田です。前は丸太造材から板材生産までのお話をしましたが、この度は、私のデザイン話をお話し。

デザインと一言で言っても、とても広い分野ですが、昔からプロダクトデザインのトップはカーデザインと言われています。一方、木材を用いたデザインは建築、家具分野で大きく注目され、現代では、環境問題や災害支援の見地から、その重要性が年々高まっています。私も京都の大学で建築の意匠設計を勉強していた時代は雑誌に載る前衛的な建築デザインに憧れておりました。

それから、年月とともに、デザインに対する価値観も緩

やかに変わっていききました。欧州に住んでいた頃は美意識の普遍性というものに没頭し、日本に帰ってからは、木材を手で加工する難しさに打ちのめされる日々、中川町に来てからの1年間は木材生産と流通の勉強で、口から泡を吹きそうになるばかりでしたが、本当に多くの方に支えていただき、木という素材に様々な方向から多様にアプローチすることができました。

これからも、それらの経験を活かして、デザインを用いた木材流通への還元を目指して日々邁進します。頑張るぞおー！

画像は、製品化に向けて試行錯誤中の組み立て式の2人掛けソファベンチです。





イライラに振り回されない7日間レッスン 安藤 俊介 著

女帝 小池百合子 石井 妙子 著

365日北海道絶景の旅 いろは出版株式会社 編

人は、なぜ他人を許せないのか？ 中野 信子 著

syunkon カフェごはんレンジでもっと！絶品レシピ 山本 ゆり 著

法廷遊戯 五十嵐 律人 著

スキマワラシ 恩田 陸 著

図書館の子 佐々木 譲 著

あつかったらぬげばいい ヨシタケシンスケ 著

ふたごのかがみ ピカルとヒカラ 高山 なおみ 著

さらにざんねんないきもの事典 今泉 忠明 監修



なまえのないねこ

竹下 文子 町田 尚子 絵文

飼い猫たちがもっている「名前」に憧れているひとりぼっちの猫。ある日名前を探すことに…。名前のない猫が見つけた「ほんとうに欲しかったもの」とは？第25回日本絵本賞、第12回MOE絵本屋さん大賞など数多くの賞を受賞。

# まちの文芸

## 俳句

平穩に生きる幸せ葱を噛む  
クレパスの粉吹きとばし秋を描く

古市 和子 只野人

10月号に掲載した短歌に誤りがありましたので、左のとおり訂正してお詫びします。

古市 和子

## 短歌 今月のお題「水」または自由詠

朝顔と一緒に写る娘の写真 裏に大きく三百個咲いたと  
万歩計だけしか使わぬ携帯電話 母は長年はなせずについて  
扇風機いくら回せど三十二度欲しいのはただ冷えた水だけ  
川上は昨夜も雨か濁り水あふれ渦巻くテッショオベツ  
予報には晴とありしに降りこめて刈り終えし牧草ひたと水漬く  
水に浮き「また来年ネ」と呟きぬ町営プール今日最終日  
二十一歳の南吉さんが描くのは神がつくれし生きものの人  
声に出し南吉さんと呼んでみる言葉暖かく心情柔らか  
母想う小さく愛らしき「おっかささん」声にしてみる涙こぼるる  
白鷺と同じ目線の病室の空 移りゆく雲秋近き空  
もう二月母に会えないコロナ禍にも白寿ま近を忘れ得ず居り  
コロナ禍にせめての花火会ゆかた着てはしゃぐ子らの下駄カラランコロんと  
水道の普通の水が美味しくて幸せだなどと思う真夏日  
二階から見る電線に水の玉が並んで光る雨上がりの朝  
ビール缶を濯ぎし水を花にやるびつくりするかなちよつと苦くて

金子みえ子 金子みえ子  
小林 淑子 金子みえ子  
小林 淑子 小林 淑子  
小林 淑子 小林 淑子  
長屋恵美子 長屋恵美子  
長屋恵美子 長屋恵美子  
水野 房子(浜松) 水野 房子(浜松)  
水野 房子(浜松) 水野 房子(浜松)  
水野 房子(浜松) 水野 房子(浜松)  
山内 智子 山内 智子  
山内 智子 山内 智子  
山内 智子 山内 智子  
山内 智子 山内 智子



●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) 07・2850)へ  
お願いします。

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。

**短歌同好会 俳句紫苑会**  
連絡先(どちらも)古市和子さん  
07・2850

# 保健だより

【今月のテーマ】

## ご存知ですか？ セルフメディケーション

平均寿命が長くなった現代、いかに毎日を健康的に生きるかが、幸せな生活を送る上でも重要になってきます。

そこで注目されているのが「セルフメディケーション」です。

セルフメディケーションとは、「**自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること**」と世界保健機関(WHO)は定義しています。

### ■セルフメディケーションの効果

- ① 毎日の健康管理の習慣が身に付く。
- ② 医療や薬の知識が身に付く。
- ③ 医療機関で受診する機会が減少する。
- ④ 国民全体の医療費の増加が抑制される。

### ■取組方法は？

健康に過ごすためには、自分の健康は自分で守ることを意識し、健康管理をしていくことが大切です。

セルフメディケーションの基本は、**自分のからだの状態を知っておくこと**です。家庭でできることとして、体温・体重・血圧・脈拍測定などが挙げられます。

毎日のセルフチェックにより、ちょっとした身体の変化に気づきやすくなります。

また、健康診断を受けて、その結果にしっかりと目を通し、医師や保健師、管理栄養士からの説明を聞きましょう。病気や予防についての正しい知識を身に付けたり、自分に必要な生活習慣の見直しについてアドバイスを受けることができます。

そして、普段から適度な運動、栄養バランスの良い

食事、十分な睡眠時間を確保し、自己の自然治癒力を高めることを心がけましょう。



### ■体調不良をおこしたら

自己管理していても、日々の忙しさから、時には頭痛や風邪、軽症のけがなどを起こすこともあります。

そんな時は、※OTC医薬品を上手に使用して、セルフメディケーションを図っていきましょう。

具体的には、風邪を引いた時は重症化する前に風邪薬を飲む、小さな傷には絆創膏を貼る、疲れたときはビタミン剤を飲む、などが考えられます。

※OTC医薬品とは？

薬局やドラッグストアなどで処方箋なしに購入できる医薬品のことです。要指導医薬品・一般用医薬品とも言われます。

今までは、「市販薬」と呼ばれていましたが、平成19年から呼び方が統一されました。これに対して医師が処方する医薬品は、「**医療用医薬品**」と呼ばれます。

### ■セルフメディケーションの注意点

体調管理でわからないときは自己判断をせず、医師、保健師、管理栄養士の指導を受けましょう。

OTC医薬品を使用する場合は、必ず説明書を読みましょう。誤った使用方法は、症状を悪化させることがあります。

普段から気軽に相談できる、かかりつけ薬剤師を持つとよいでしょう。



# 食育通信

## 果物の適量

おいしい旬の食材が出回る季節、その中でも果物が好きな方は多いのではないのでしょうか。

「果物はビタミンCや食物繊維、カリウムが摂れるから」「お菓子よりもカロリーが低いから」という理由で毎日食べているという方もいると思います。

しかし、実は果物には、糖分が多く含まれています。そのため、食べ過ぎる習慣があると、カロリーオーバーになり、中性脂肪の増加や血糖値の上昇につながる可能性があります。

図① 糖質の多い食品の消化吸収時間

食品	吸収の特徴	小腸に到達する時間→					
		胃にとどまる	1時間	2時間	3時間	4時間	5時間
ジュース	吸収が早い糖						
砂糖 果物							
麺類・パン	ごはんより早い						
ごはん	吸収がゆっくりな糖						

果物が好きな方、肥満や血糖値が気になる方は、果物の特徴や適量を参考に、普段食べる量の目安にしましょう。

### 果物の食べ過ぎには注意！

ビタミンやミネラルの補給に適した果物は、糖質を多く含む食品の中でも胃にとどまる時間が短いため、小腸での吸収が早くなります。そのため、食べ過ぎると血糖値が上がりやすく、体内で脂肪に変わりやすいという特徴があります。(図①参照)

## 「食」に関する情報をお伝えします！

### 果物の1日の適量は？

バランス食では、1日当たりの果物の摂取基準を80キロカロリーとしています。(図②参照)

図② 1日の果物の適量80kcalの目安(種類別)

80g	95g	130g	140g	150g	180g	190g	200g	240g
ぶどう 【約10粒】 (巨峰) 皮付100g	バナナ 【中1本】 皮付135g	柿 【1個】 皮付140g	ぶどう 【1房】 (デラウェア) 皮付160g	りんご 【1/2個】 皮付170g	みかん 【2個】 皮付215g	梨 【1/2個】 皮付220g	桃 【1個】 皮付230g	いちご 【小20粒】

果物は、含まれる糖質の量によって適量が違います。糖質が多い果物は量が少なく、糖質が少ないものは多く食べることが出来ます。

### 果物の上手な食べ方は？

このように、食べ過ぎには注意が必要な果物ですが、旬の美味しい果物は毎日味わいたいものです。

1日の適量とともに、血糖や中性脂肪へ影響の少ない食べ方も参考にして上手に食べましょう。

#### 食べる時間

##### ① 遅い時間に食べない

夕食後など、夜遅くに食べると糖分が中性脂肪に変わりやすくなります。朝食時や日中の体を動かしている時間帯がおすすです。

##### ② 空腹時を避ける

食後に食べることで、血糖値の急上昇を抑え、食べ過ぎも予防することが出来ます。

### 加工品の特徴を知る

#### ・ジュース

果汁100%のジュースや果汁の入った野菜ジュースは、飲みやすいため、一度に多量に摂ることで、血糖値の急上昇が起こりやすくなります。果物同様に空腹時を避け、飲み過ぎないように量を決めゆつくり飲むようにしましょう。

#### ・果物缶

果物缶は、ビタミン類が少なく、シロップ(砂糖)が使われているため、生の果物よりもカロリー・糖質量は、約2倍になります。

#### ・ドライフルーツ

乾燥させているため、生の果物よりも重量当たりの糖質量が増えています。カロリー・糖質量は、生の果物よりも約5倍に増えるため、食べ過ぎないように、1度に食べる量を決めておくと良いでしょう。

#### ・ジャム

ジャムには、食べる量の半分以上の砂糖が入っています。大きじ1杯で約50キロカロリーです。使用する目安を決め、食べ過ぎに注意しましょう。

# 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、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

# 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。

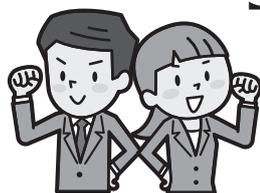
障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

### 【問い合わせ先】

旭川年金事務所

☎ 0166・

27・1611



# 中川消防支署から

## 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番通報でき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、どついう状態か伝える  
(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

### 消防団員を募集しております

中川消防団では現在男性、女性ともに消防団員を募集しています。興味のある方は中川消防支署までお問い合わせ下さい。

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

令和2年9月30日現在

火災件数 2件  
救急件数 46件



119番  
通報は  
落ち着いて  
正確に!

## ファイターズ応援大使連載企画

今月は、「応援大使」に関する謎解きを出題！  
正解者の中から抽選で18名様に「選手の直筆サインボール」をプレゼントします！  
また12月6日(日)に開催する「応援大使選手とのオンライン交流会」の情報も！

### ファイターズ謎解き

#### ■応募方法

謎を解いて、解答ページに「隠された4文字」を記載して郵送または左のURL、QRコードからご応募ください。

#### ■解答ページ

URL [https://form.fighters.co.jp/hokkaido179\\_quiz2020\\_02/](https://form.fighters.co.jp/hokkaido179_quiz2020_02/)

※11月1日(日)から閲覧できます。

#### ■郵送先

〒062・8656

北海道札幌市豊平区羊ヶ丘1番地

(株)ファイターズスポーツ&エンターテイメント 地域連携グループ 応援大使プロジェクト係

※お名前、ご住所、ご連絡先、隠された4文字を明記の上、郵送ください。

■応募締切日 2020年11月23日(月・祝) 必着

#### ■注意事項

当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
プレゼントの選手はお任せください。

### 応援大使選手とのオンライン交流会

12月6日(日)に、応援大使選手とのオンライン交流会を開催します。また交流会の前後では、会場にて特別映像の上映や豪華賞品が当たる抽選会を実施します。  
時間や場所などの詳しい情報は、11月下旬にお知らせしますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、参加者数などの規模を限定して行います。



### ファイターズ謎解き?!

写真を参考に「応援大使」に関わる隠された4文字を見つけよう!



1					
2					
3					
4					

©H.N.F.

# 子育て通信

## 子どもの意思を尊重する

2歳頃になると、今まで大人の促しに従ってきたことに、「イヤ」「シナイ」「モット」など、自分の意思を表してくるようになります。

天気が良くても長靴を履きたい。ごはんを食べる前に、手を洗いたくない。帰るよと言っても、まだ帰りたくないなど、今までですなりとやっていたことが、ある日、「自分はこうしたい」と、意思を表します。

大人をてこずらせるこれらの行為は、子ども自身が大きくなるための、大事な時期に入ったのだと見てください。

子どもの意思表示に、大人はいくつかの選択肢を用意し、子どもの意思をどう尊重できるかを考え、実行することが大切です。

子どもの要求は、とても難しく、とてつもなく大きく



なものではありません。少しの時間を子どもにください。少しだけでいいので、子どもの望みを聴いて叶えてください。

自分の思いを表した時に、肯定的に受け止められることで、自分を安心して表現できる育ちにつながっていきます。

問い合わせ先 子育て支援センター ☎7-2118



換気をしよう



咳エチケット



手を洗おう



いまは、きよりをとって



新北海道スタイル



オンラインを上手に使う



テイクアウトやデリバリーも



3つの「密」をさけよう

自衛官候補生を募集します

○応募資格  
令和3年4月1日現在、18歳以上33歳未満の男女

○受付期限  
11月9日(月)

○試験日  
11月15日(日)  
11月16日(月)

いずれか1日を指定できます

○試験会場  
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



# 9月の入札・契約結果

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2年度 営36線用地境界標 埋設委託業務	※かたやま測量株	2,340,000		3,003,000	2,574,000	85.7%	用地境界標埋設一式	着手 令和2年9月10日
	株三洋コンサルタント	2,370,000						完了 令和2年12月10日
	エヌユーコンサルタント株	2,380,000						
令和2年度 歌内本線用地境界標 埋設委託業務	※エヌユーコンサルタント株	2,070,000		2,365,000	2,277,000	96.3%	用地境界標埋設一式	着手 令和2年9月10日
	かたやま測量株	2,090,000						完了 令和2年11月30日
	株三洋コンサルタント	2,100,000						
令和2年度 中川町総合行政情報 端末賃貸借業務	※株HDC	510,000		647,900	561,000	86.6%	中川町総合行政情報端末77台ほかサーバ等機器月額使用料	開始 令和3年1月1日
								終了 令和7年12月31日

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819

ありがとうございます  
ぐんぐん

社会福祉協議会、一心苑、グループホームに寄付  
・義父(川村 喜一様)死去に際して

幌延町 岡 一文様  
・妻(淳子様)死去に際して 吉田 弘様  
・社会福祉推進の為に 匿名 1名様

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

吉江 秀子様  
匿名 7名様

謹んでお悔やみ  
申し上げます

4区 川村 喜一様(82歳)  
大富 吉田 淳子様(63歳)

## 中川町営球場に

## 夜間照明がつけました

町の野球少年団や社会人野球チームの練習や試合に使われている中川町営球場。日没とともに練習ができなくなる子どもたちの練習時間を確保するため、株式会社三和電機様(代表取締役 三和 寿志 様)が夜間照明を4基設置してくださいました。西の山並みに日が沈んだ後、夜間照明の点灯式が行われました。練習を一通り終えた少年団の子どもたちとその保護者、町の社会人野球チームのメンバー立ち会いの中、三和代表取締役に感謝状が贈られ、照明が点灯しました。照明の明るさに驚き、練習時間が増えたことに喜びを隠しきれない子どもたちは、日の光が戻ったようなダイヤモンドで走塁練習を行い、喜びを全身で表現したのでした。



【問い合わせ先】教育委員会 ☎7・2877

# あの日あの時のナカガワ



6月11日中央小「選手宣誓」



6月4日中川中「選手宣誓」



「定番玉いれ!」



「観てるだけじゃあ ねえ」



「ゴールまであと少し」



6月11日佐久小「ひっばれ〜(笑顔で?)」

新型コロナウイルス感染症の影響で、小中学校の運動会と体育大会が秋の開催になりましたので、今から20年前の平成12（2000）年の広報なかがわ7月号から運動会と体育大会の様子を振り返ってみました。当時は、佐久小学校がありましたので、3つの小中学校で晴天の下、子どもも保護者も心地良い汗を流しました。今も昔も運動会は地域の一大行事です。地域を挙げて楽しんでいる様子が伝わってきます。

令和2（2020）年11月号（通巻738号）

印刷 株式会社 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。

## ナカガワの情景

## 町の人口

（9月30日現在）

人口 1,467人（-3）

男 736人（+1）

女 731人（-4）

世帯数 788戸（-1）

（ ）は前月末との差を示します。

延期になっていた中川中学校の体育大会と学校祭を同時開催する中中祭2020、中央小学校の大運動会は、どちらも雨天の影響で予定を変更や短縮しての開催となりましたが、一人ひとりがひたむきに表現する姿が印象的でした。

