

広報ナカガワ

2021

10



ナカガワの人

40年にわたって、中川町民の胃と心を満たし続け、8月31日をもって惜しまれつつも店仕舞いした「ささき」のマスターこと、佐々木守さんに、これまでのお店や料理についての思いや、これからことを伺いました。

仕事内容を教えてください

料理をやることです。

この仕事に就いた

きっかけは？

高校を卒業し、旭川のホテルにフロントとして入ったときは、料理には全然興味がありませんでした。しかし、ホテルで働く中でルームサービスのの食事を目にするうちに、だんだん料理に興味を持つようになりまし。そのころ、ちようど調理場に欠員が出て



佐々木 守さん
「ささき」マスター
8月8日生まれ

そちらへの配置換えを希望したことで料理の世界に入りました。

中川にお店を出した理由は？

ホテルで料理人として働く中で、いつか自分の店を持ちたいと考えるようになりまし。旭川市内でも考えたのですが、ホテルと一緒に働いていた妻が中川町出身で、その妻の母の勧めもあって中川町でレストランを始めること

になりました。そのころの中川町は人口が3600人ほどで、とても活気がある町だなどという印象を受けまし。地域の後押しもあって、40年も店を続けることができたので、中川に来てよかったと思っっています。

仕事の中で

特に意識していることは？

『温かいものは温かく、冷たいものは冷たく』です。ずっと作りたてを食べて頂く事にこだわってきました。

レストランを店仕舞いすることを決めたのはなぜですか？

1点目は、妻が足腰を悪くして、営業を続けるのが難しくなっただけです。そして2点目は、料理人になって54年、ずっと働きづめだったため、少し余裕をもつてのんびり生活を楽してみたいなど考えたためです。

これから挑戦したいことや、楽しみにしていることは

なんです

夫婦での旅行は40代にたくさんしましたが、コロナが落ち着いたら国内外を1人で旅行をしたいです。また、読書が好きなので、ゆっくり本を読みたいですね。昔はアガサ・クリスティなどの推理小説をよく読みましたが、今はより広いジャンルの本を読みたいと思うようになりました。あと、やはり料理は好きなので、これからののんびりと続けていきたいですね。



最後に、

数えきれないほどの料理を提供してきた、町民の皆さんにメッセージをお願いします

町民の皆さんの支えで、40年間お店を続けることができました。皆さん本当にありがとうございました。



夏の「森林環境プログラム」

@ 林業試験場

8月26日に嘗の林業試験場道北支場にて、幼児センターの森林環境プログラムが行われました。

このプログラムは、子どもたちが自然に親しめるように、幼児センターが企画して、毎年4回、林業試験場で実施している自然体験プログラムです。

今回は小雨がぱらつく中でしたが、こどもたちは夏の木々や生き物を観察したり、森の実りを味わったりと、意欲的に活動していました。



かっぱをきこんで準備万端!!



スモモがいっぱい落ちてる

今はちょうどスモモのシーズン。道にはたくさんスモモが落ちていました。でも、下に落ちていたスモモはしっかりと洗わないと食べられません。なぜかというと、林業試験場にはいろいろな野生動物がおり、そのフンに触れてしまっているかもしれないから。特に気をつけないといけないのは「キツネ」。寄生虫がいて、エキノコックスになってしまう可能性があります。そのため、木を揺らして落ちてきた実を直接袋でキャッチすることにしました。大量の水滴や死角からのスモモ攻撃にも負けず、清潔な実をキャッチできたかな?



スモモをキャッチできるかな??



木になるフサスグリは落ちていないので食べられません。みんなバクバク。酸っぱいけどおいしいね!

「なほいつとよかウツス」



リスのいた小道の周りの木の上を観察しました。みんな木の上を見上げますが、残念ながら樹上のリスを見つけることはできませんでした。今回の森林環境プログラムで、子どもたちは実際に『見て、聞いて、食べて体験』することで、前回5月に訪れた時から、季節が移っていることを感じとっていました。次は10月、子どもたちは秋の森林を体験する予定です。

正解はクルミの花でした。このクルミは北海道には自生していない種類だそうです。後半には、遠くの小道をエゾリスが横切りました。職員の方によると、このプログラムの中で野生動物が見られたのは初めてらしいです。しかし遠すぎてほとんどの子は見ることができなかつたので、ゆっくり近づいて...

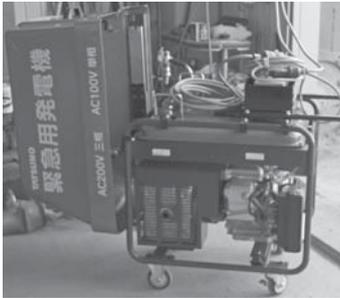


リスはどこかな?

町内のガソリンスタンドにて 災害時対応訓練が実施されました

町内の2つのガソリンスタンド（株式会社中川石油・天北物産株式会社）にて、9月6日（月）14時46分より、地震による停電を想定した災害時対応訓練が実施されました。

この訓練は、上川北部石油業組合の全てのガソリンスタンドに発電機が配置されたのを機に行われたもので、災害発生における停電時に発電機を稼働させ円滑に給油を行えるように防災知識の習得と発電機操作の習熟を図ることを目的に行われました。



当日は、町内の方々や緊急車両などが給油に訪れていましたが、スタッフの方のスムーズな電源切り替えや適切な誘導により混乱なく給油が行われました。

スタッフの方は、「胆振東部地震の停電の際は、多くのガソリンスタンドが営業できず、皆さんにご不便をおかけしました。しかし中川町のガソリンスタンドには発電機が配置されており、日ごろから災害時に備えて訓練も行っているため、もしもの時にもスムーズに給油できます。安心してご利用ください。」と、話していました。



【問い合わせ先】

株式会社中川石油

01656・7・3261

天北物産株式会社

01656・7・2143

国民年金保険料 納付猶予制度について

20歳から50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得（1月から6月までに申請される場合は前々年所得）が一定額以下の場合、申請して承認されると保険料の納付が免除になるのが保険料納付猶予制度です。

所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、納付猶予制度の他にも免除制度等もありますので、役場の国民年金窓口へご相談ください。

日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内をおこなっております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限内までに納付が無い場合は、

延滞金が加算されるだけでなく、納付義務のある方の財産を差し押さえることがあります。

※納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者及び世帯主です。

【問い合わせ先】

旭川年金事務所

☎0166・

27・1611



血液型と免疫力

藤田 紘一郎 著

私がつって私がつときめく自家発電
ブローチ集

光浦 靖子 著

兇人邸の殺人

今村 昌弘 著

花束は毒

織守 きょうや 著

星のように離れて雨のように散った

島本 理生 著

硝子の塔の殺人

知念 実希人 著

能面刑事の奮迅

中山 七里 著

ゆかいなえいごとかずのだいずかん
アラン・サンダース 作

虫のしわざ図鑑

新開 孝 写真・文

山火事のサバイバル 1

ポドアルチング 文

わくわくサバイバル図鑑

ハイサイ探偵団 監修



万事快調
オール・グリーンズ

波木 銅 著

第28回松本清張賞受賞作。

田舎の底辺高校にはある噂が…。

表向きは園芸同好会だがその実態は大麻を
育てている犯罪クラブ。

そのメンバーは3人の女子高校生。

ユーモラスな新時代小説。

まちの文芸

俳句

虫の声途切れ間なりに雨の音
夏暑し病の話自慢気に
そよ風にゆれてささやく秋桜

花 古市 和子
只野人

短歌 今月のお題 自由詠

イタドリの花ぷくぷくとしなだれて笑い合ってる秋のまひるま
まひるまの緑の原でぐいぐいと牛乳のんで笑い合ったね
陽の下に洗濯ものを干しながら幸せだねと独りつぶやく
少年は潮風のようにやって来て波が引くように帰ってゆきぬ
五輪閉幕 メダル獲りしも逃がせしも選手の数だけドラマのありて
大半は友人・知人の町の夜半救急車の音に胸騒ぎやまず
クルミほどの脳しか持たぬ猫たちの眼がまじまじと我が愚をわらう
階段を踏み外したが可笑しいか笑わば笑えこの猫たちめ
夫子孫 三者三様に男なり その誰か知るわたしのころ
三味を弾き剣道二段の孫殿よ拓真流にて生きてゆかれよ
柵を越え坂道を登るてっぺんは飲みたいほどの秋の青空
ひっそりと抱かれており金色に蜘蛛の糸張る夕日の森に
でかい靴玄関より消え夏終る半畳の三和土その広きこと
この店はふしぎの国の一丁目 夢紡ぐという鉛筆を買う

五十嵐仁美
五十嵐仁美
金子みえ子
金子みえ子
鎌田 陽子
鎌田 陽子
小林 淑子
小林 淑子
長屋恵美子
長屋恵美子
山内 智子
山内 智子
横山やすこ
横山やすこ

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。
〔連絡先〕

短歌同好会

小林 淑子さん ☎ 8・7781

俳句紫苑会

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。

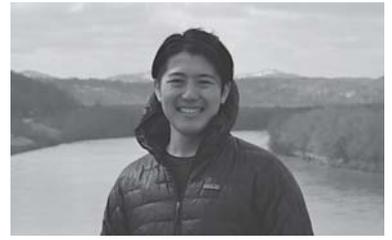
お申し込みは、事務局（小林淑子さん
☎ 8・7781）へ

お願いします。



『移住後の変化』

豪 中 野
なかに



皆さんこんにちは。アウトドア観光振興担当の野中豪です。

私は中川町へ移住してきてから日常の中で大きな変化が二つありました。

一つ目の変化は、天気予報や雨雲レーダーなどの気象情報や空の気分を常に意識するようになったことです。

首都圏で働いていた頃はあまり天気の変化に興味がありませんでした。都会での雨は通勤や移動が不便になるため、あまり好ましいものではありませんでした。中川町に来てからというもの雨や雨予報はとても嬉しいものになりました。なぜなら、山や川、それらの中で生きている草木や魚たちが雨を喜んでいるように感じるようになったから

です。中川町の大自然で仕事を行う私にとって、天気の様子を常に意識することは欠かせない日課となっております。

二つ目の変化は、太陽の動きや月の満ち欠けを自然と意識するようになったことです。この地球上で生活してればどの場所にも空はありますが、中川町の空は特別な景色だと私は日々感じています。特に夕暮れ時から夜空へ変化する空の景色はいつも感動します。今日は何時に日没になるのだろうか、月の形はどんな形だろうか、そんなことを考えながら過ごす時は私にとって、とても豊かな時間です。

中川町に来たからこそ得られた私の中の変化をこれから先も大切にしていきたいと思います。



中川町地域おこし協力隊活動記

『写真展のフレームを』

直子 岡本
なほ とも おか



こんにちは。秋らしくなりましたね。

さて、お陰さまで着実に進んでおります『町民フォトグラファー企画』の進捗をご紹介します。

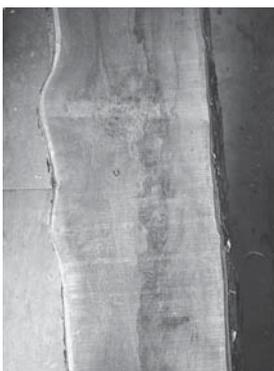
町民フォトグラファーさん達の撮影期間も終わり、手元には35個の「写ルンです®」が届いており、どんな写真が詰まっているのだろうか、とワクワクしながら眺めております。

次はフォトフレーム。企画当初からフレームは中川町産木材で作りたいと考えており、ダンボールでフレームの形を作り、意気込んで小泉建具店へ向かいました。ところが、木のことも木工のことも全く分からない私の要望は、職人小泉さんを悩ませてしまい出

直すことに。木工作家の高橋綾子さんにご足労いただき、現在試作を作っていた段階です。

写真展には、今回企画に関わってくださった皆さんの自慢になるようなフレームで展示できるように。

今回知ったことは、木は金属やプラスチックとは違い、縮んだり歪んだりするので、それを考慮した作り方や組み立て方が必要なこと。ただそのことに、どこか温度や安心感をおぼえるのかもしれない。人の手によって作られたということも、このフィルム写真展に必要な要素なんだと、改めて感じます。どんな写真展になるのか、もう直ぐです。町民フォトグラファー写真展は天塩中川駅交流プラザにて、10月20日から11月10日まで。お待ちしております。



『夏の思い出 焚火と星空』

いちむらしゅうし
市村修司



こんにちは。前回の投稿から2カ月ほど経ちましたが、その間に色々な体験をさせていただきました。そして、いつの間にか夏は終わってしまいました。今回は、私の中川町での初めての夏の思い出を書きたいと思います。

まず、町民の皆さんや農家さんと出会う機会を多く頂きました。土田和博さんのかぼちゃの摘芯（実をより多くつけるためにつるを切る作業）や町内のお母さん達と一緒にハスカップ収穫、丸藤英介さんの牧場見学、otocafe+の営業等、充実した時間を過ごすことができました。

otocafe+ではランチを提供させていただきました。沢山の町民の皆さんに来ていただき、ありがとうございます。

た！今後も農家さんの野菜を使用した料理や商品化をイメージした料理の提供を試みて6次化とも関係させたいと思っております。農家の皆さん、ご協力頂ければ幸いです。

道北食材探しの旅を少しずつはじめました。枝幸町では市場の競り見学、初山別村のエビに情熱を注ぐ職人さんとの出会い、留萌のパスタを製麺している加工場の方と面識を持つことができました。中川町の野菜と合わせ、それらの食材を調理して皆さんに提供できればとも考えております。焚火をしながら人生で初めて満天の星を見ることができました。しばらく頭から離れませんでした。中川町に来てから色々な人との出会いがあり、初めての中川町の夏を満喫しました。日々に多謝です。



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

『季節の移り変わり』

にしだのりこ
西田法子



中川町のみなさん、こんにちは。改めまして、6月中旬に観光地域経営担当として着任しました西田法子と申します。まだまだ分からないことばかりですが、どうぞよろしくお願いたします。

さて、中川町にやってきてもうすぐ3カ月が経ちます。以前、沖縄に住んでいたことがありますが、中川町の夏のあの暑さには驚きました。

そして、早くも気温が下がり、山が色づいてきており、季節の移り変わりのはやさにまたびつくりしています。あと数週間のうちに紅葉がはじまり、あっという間に冬がくるんだらうなと思うとどのようにな植物や季節が変わっていくのかとても楽しみです。

最近涼しくなり、散歩を

することが増えてきました。散歩中にお野菜を頂いたり、町の方々と立ち話したり、川や植物など自然の様子を観察したりと、穏やかな時間を過ごしています。

また、道端に咲いているタンポポやレンゲ、アジサイ、コスモス、それぞれの自宅の庭にたくさんのお花が咲いていてとてもたのしいです。いつかこの町に咲いている花をつかって何かできないかなと考えています。



保健だより

【今月のテーマ】 腸活で免疫力アップを目指そう！

腸活とは

腸活とは、腸の働きを整えることで、健康的な生活を送れるようにすることです。

腸には、免疫細胞の60%以上が存在し、免疫に深くかかわっています。腸の健康は、免疫力アップに非常に重要です。

腸活は、主に腸内細菌・睡眠・運動がポイントになります。

腸活は腸内の善玉菌が

重要

腸内細菌は、善玉菌と悪玉菌、そのどれでもない中間の菌が存在し、中間の菌が一番多く、次いで善玉菌、悪玉菌が一番少ない状況で、バランスを保っています。

善玉菌は、悪玉菌が増えるのを抑えて腸の運動を活発にし、食中毒や病

原菌による感染の予防や、発がん性物質ができるのを抑制して腸内の環境を良好に保ちます。

また、腸内でビタミンB群やビタミンKなどを作ります。

さらに善玉菌は、体の免疫機能を高める効果も報告されています。

善玉菌を増やす方法

善玉菌を増やすには、食べるものが重要です。

一つめは、生きた善玉菌が含まれる、ビフィズス菌や乳酸菌などを含む発酵食品を食べることで

これらに含まれる菌は、腸内にある程度の期間は存在しますが、住みつくことはできないため、毎日の摂取が勧めです。

食品としては、ヨーグルト、乳酸菌飲料、納豆、

腸内環境を良好に 食事で免疫力アップ!



図1

キムチ、みそ、酢などの発酵食品です。

二つ目は、善玉菌のエサとなる、食物繊維やオリゴ糖を含む食品を毎日食べることです。

食物繊維は、野菜、果物、キノコ、海藻、イモ類、豆類に多く含まれており、オリゴ糖は豆類、バナナ、玉ねぎなどに多く含まれています。(図1)

日本人の腸内細菌は、食物繊維をエサにして発酵を進める菌が多く、体に役に立つ様々な物質を生み出しています。

悪玉菌が増えた場合

脂身の多い肉や魚、揚げ物中心の食事、不規則な生活、各種のストレス、便秘などが原因で、悪玉菌が腸内に増えてきます。

腸内細菌は、肥満、糖尿病、大腸がん、動脈硬化、炎症性腸疾患などの病気と深く関係していて、悪玉菌が増えることは、これらの病気の発症や悪化に関わってきます。

睡眠

腸と脳は迷走神経と言われる神経細胞でつながっており、睡眠不足で脳が影響を受けると、腸にも悪影響が起きる可能性があります。

があります。

個人差はありますが、少なくとも6時間以上の睡眠が望ましいです。

運動

歩くことは腸の働きを良くするので、日常的に歩くことをお勧めします。また、全身のストレッチも、血液の流れが良くなるので、有効です。



腸活による免疫力アップは、新型コロナウイルス感染症予防にも重要と言われています。

自分でできることに、是非チャレンジしてください。



食育通信 「食」に関する情報をお伝えします！

簡単便利！ストック野菜レシピの紹介 第2弾

今月も先月号に引き続き、手軽に野菜の摂取量を増やすことのできるレシピを紹介いたします。

野菜は、体を良い状態に保つバランスの良い食事に欠かすことができません。

腸活に必要な善玉菌を増やしたい方は、ぜひ毎日の食事に野菜をプラスしていきましょう！

まずは食べやすい準備を！
『ストック野菜を作る！』

先月号で紹介した人参やキャベツのストック野菜、今月も新たなストック野菜の紹介です。休みの日などに野菜を買って準備しておくと手軽に食事に加えられます。



きゅうり編

買ってきたきゅうりは、洗って適当な大きさに切り、すぐに使えるように左のように容器に入れて冷蔵保存しておきます。

※保存期間の目安は、冷蔵で4日間にしましょう。

1. 大きめにカットし保存容器または保存袋に入れる。
※小さく切ると水分が出やすいため。



(保存：冷蔵4日)

ストックきゅうりの簡単アレンジ料理！

和え物

練り梅や塩昆布、ツナ缶のり佃煮、納豆などで和えたら完成。※ボウル等に入れて和え、冷蔵庫に入れておくと味が馴染んでさらに美味しくいただけます。

【材料】

・きゅうり：2本

【調味料】

・塩昆布：大きじ2

・ごま油：大きじ1 / 2

・白ごま：小さじ1



浅漬け

家にあるめんつゆ、みそ、キムチなどを入れ2〜3時間冷蔵庫内で漬けるだけで簡単浅漬けの完成。



【材料】

・きゅうり：2本

【調味料】

・めんつゆ（2倍濃縮）：大きじ1

・ごま油：大きじ1 / 2

もやし編

耐熱容器にもやしを入れ、軽くフタをしてレンジ（500w）で2分加熱します。冷めたら容器底に出た水分をよく切って、冷蔵庫で保存します。



(保存：冷蔵4日)

もやしのサラダ

ストックもやしとドレッシングやポン酢、かつお節などをかけて簡単サラダにストック

人参も加えれば、野菜の摂取量がさらにアップ！



トッピング野菜

カップラーメン、即席スープなどに加えて手軽に野菜の摂取アップに。



問い合わせ先 住民課幸福推進室 管理栄養士 ☎7-2813

1回限りの注文のつもりが「定期購入」だった!

事例

高校生だが、動画投稿サイトで「脱毛クリームが今なら500円!」と書かれた広告を見て注文した。商品が届き、コンビニで500円を支払った。1か月後、同じ商品が届き、5,980円の請求書が入っていた。事業者を確認したところ、「5回分の受け取りが条件の定期購入です。途中で解約する場合は、初回500円は通常価格の5,980円になり、差額の5,480円の支払いと2回目の商品を返送してほしい」と言われて仕方なく了承した。定期購入だと気づかなかった。学生なのでお金がない。どうしたらよいか。(高校生)



アドバイス

- 1回だけのつもりで申し込んだが、複数回の購入が条件だったという定期購入に関する相談が多数寄せられています。
- 注文前には、商品価格だけではなく、定期購入が条件となっていないか、支払うことになる総額はいくらかなど、契約内容をしっかりと確認しましょう。
- 契約内容は、「初回500円」などの目立つ表示とは離れた場所に表示されていたり、小さい字で書かれてることがあり、画面の隅々まで見るなど注意が必要です。
- 通信販売の契約は、クーリング・オフがありません。解約する場合は、「次回発送の10日前までに申出が必要」と期間が決まっていたり、途中で解約すると初回分も通常価格で支払うケースが見られます。事前に解約や返品条件をよく確認しましょう。
- 事例のように、未成年者の契約は、取消ができる場合もあります。困ったときは、消費生活センターに相談してください。

※民法改正により、2022年4月から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。

●問い合わせ先

名寄地区広域消費生活センター
☎・FAX 01654-2-3575

【担当】
宇都・齋藤・安土

10月1日(金)から 10月7日(木)までは公証週間です

公証人は、公証役場において遺言や大切な契約などの公正証書の作成、会社を設立する際の定款の認証などを行っています。公証人は、法務大臣によって任命される公務員です。

「遺言は公正証書で!」

公正証書遺言は、自筆遺言書のように裁判所での検認は必要ありませんし、原本は公証役場で保存していますので、偽造・変造や紛失の心配もありません。

また、公証人が自宅や病院へ出向いて遺言書を作成することもできます。公証制度の詳細については、公証役場又は法務局にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

旭川公証人合同役場 ☎0166-23-0098
名寄公証役場 ☎01654-3-3131
旭川地方法務局 ☎0166-38-1144



中川消防支署から

秋の火災予防運動が始まります

全国統一防火標語「おうち時間 家族で点検 火の始末」を合言葉に、10月15日から31日までの間、秋の火災予防運動が実施されます。
この時期は空気の乾燥により火災が発生しやすくなります。

中川町における火災原因は、コンロ、ストーブ、タバコ、ゴミ焼き・残火が挙げられます。
屋内外を問わず火気を取り扱う際には細心の注意を払い、火災を起こさないよう気をつけましょう。

住宅用火災警報器

中川消防支署では、住宅用火災警報器の設置調査を毎年行っています。令和2年度の、住宅用火災警報器設置率は、91%となっています。大切な命や財産を守るために、住宅用火災警報器を必ず設置するようにしましょう。

住宅用火災警報器を設置しましょう



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おります。消防団に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3年8月31日現在

火災件数 1件
救急件数 40件

駐在所から



【問い合わせ先】

署 2-1110
警察所 7-2019
佐久駐在所 8-5071
警察相談電話 #9110

「全国地域安全運動」が実施されます

運動期間

10月11日(月)～10月20日(水)の10日間

運動重点

- ・子供と女性の犯罪被害防止
- ・特殊詐欺の被害防止

地域安全のポイント

ア 子供の犯罪被害防止

- ・「いかのおすし」の防犯標語による防犯指導や、登下校の見守り活動を行いましょう。
- ・ウォーキング、ジョギング、買い物、犬の散歩等の日常活動の中でできる「ながら見守り」にご協力ください。
- ・防犯ブザーや防犯ホイッスルなどの防犯グッズを持たせましょう。

イ 女性の犯罪被害防止

- ・夜間は、できるだけ人通りが多く明るい道を歩くようにしましょう。
- ・イヤホンで音楽を聴きながら、スマートフォンを操作しながらなどの「ながら歩き」は周囲の状況がわかりにくくなるので注意しましょう。
- ・防犯ブザーなどの防犯グッズを携帯しましょう。

ウ 特殊詐欺の被害防止

- ・普段から家族間で連絡を取り合い、詐欺の話をしてお互いに詐欺に関心を持ちましょう。
- ・「自分だけは大丈夫」と思っている人ほど危険です。「自分もだまされるかもしれない」という心構えをして詐欺の電話などがあつた場合に落ち着いて対応しましょう。

10月11日は「安全安心なまちづくりの日」です

人と人の絆を強めるとともに、防犯意識を高め、犯罪のない安心して暮らせる北海道を目指しましょう。

子育て通信



「外ではしつかり、家ではさんぱり...」

「家では、片付けなさい
って言っても、全くしない
し、親の言うことをきかな
いのに、保育園や幼稚園で
は言うことを聞いて、やっ
ているのはどうしてでしょ
うか」と、子どもの行動を
不思議に思う話を聞くこと
があります。

このような、子どもの様
子を聞くと安心します。
家が、その子にとって、
くつろぎと、甘えさせてく
れる、とても安心できる場
所になっているからです。
小さいながらも、子ども
は、家の外は社会であるこ
とを知っています。

社会人としての意識を持
って、守らなければならな
いこと、他者とのかわり
方など、様々なことに思考
を巡らせて行動しています。
「外」での緊張やストレス
が、家に帰るとホッと抜け
ていく。頭も体も軽くなる。

わがまま言っても、叱ら
れることをしても、「親は
自分のことを、嫌いになら
ない」という、絶対的安心
感を子どもは持っているの
で、家に帰ると外での緊張
を解いて、ダラッと出来
るのです。

逆に、「外」では言うこと
を聞かないけれど、家では
言うことを聞く・聞き分け
が良いという子がいます。
「良い子でない」と親に
嫌われる」「良い子でいた
ら褒められる」という思い
が強く、いつも緊張してい
るのでしよう。

家での緊張が大きく、そ
の緊張を「外」で発散して
心のバランスをとっている
のだと思います。
親と子の関係が安定し、
安心できる居場所が子ども
にあるから、「外ではしつ
かり出来て、家ではやらな
い」ということです。

問い合わせ先 子育て支援センター ☎7-2118

全国労働衛生週間が 実施されます

令和3年度全国労働衛生
週間が9月1日から9月30
日までを準備期間、10月1
日から10月7日までを本期
間として実施されます。
この機会にそれぞれの職
場において、トップから第
一線の現場に至るまで日ご
ろの労働衛生活動を点検し、
その取り組みを前進させま
しょう！

全体(主)スローガン

「向き合おう！」

「こころからだの 健康管理」

副スローガン

「こころをこころ
ルールとともに、

みんなを守る

「健康職場」

【問い合わせ先】

名寄労働基準監督署

(安全衛生課)

☎01654・2・

3186

自賠責保険・共済 未加入での運行は 法令違反です！

交通事故による死傷者数
は年々減少傾向にあるもの
の、令和2年度の事故発生
件数は約31万件、死傷者数
は約37万人と、国民の誰も
が交通事故の被害者にも加
害者にもなり得る極めて深
刻な状況となっています。

自賠責保険・共済は、す
べてのクルマ・バイク1台
ごとに加入が義務付けられ
ており、加害者の賠償責任
を担保することで、被害者
の基本的な賠償を保障する
制度であり、被害者の救済
を目的としています。

一人一人が、より一層自
賠責制度の役割や重要性、
保険金・共済金の支払いの
仕組みなどを十分に理解・
認識することがとても大切
です。

【問い合わせ先】

国土交通省自動車局整備課

☎03・5253・8599

ありがとうございます

じゅんます

社会福祉協議会、一心苑、

グループホームに寄附

・母(敏子様)死去に際して

斉藤 満 様

・社会福祉推進の為に

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。

小泉 利男 様

古市 光治 様

吉江 秀子 様

匿名 14件

謹んでお悔やみ

申し上げます

4区 吉田 正典 様 (80歳)

大富 遠藤 信市 様 (90歳)



8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3年度 特養一心苑高圧開閉器 取替工事	※(株)三和電機	1,750,000		1,980,000	1,925,000	97.2%	高圧開閉器取替一式	着工 令和3年8月12日
	東邦電設(株)	1,765,000						竣工 令和3年11月15日
	西山坂田電気(株)	1,772,000						
令和3年度 中川町農業振興計画 策定業務	※(株)二十一世紀総合研究所	2,450,000		2,750,000	2,695,000	98.0%	中川町農業振興計画策定 業務一式	着手 令和3年8月12日
	(株)道銀地域総合研究所	2,550,000						完了 令和4年3月25日
	(株)ドーコン	2,600,000						

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819

自衛官募集

	自衛官候補生 (陸上自衛官男子・女子のみ)試験	陸上自衛隊高等工科学校生徒(男子)	
		一般	推薦
応募資格	18歳以上33歳未満 (令和4年4月1日現在) ※陸上女子若干名の為定数になり次第締め切ります	15歳以上17歳未満 (令和4年4月1日現在、中卒(見込み含む))	
受付期間	①受付中 ~ 10月12日締切 ②受付中 ~ 11月9日締切	11月1日~ 令和4年1月14日	11月1日~12月3日
試験日	①10月17日・18日 ②11月14日・15日 ①・②いずれか1日を受験者が指定できます	令和4年1月22日	令和4年1月8日~11日の いずれかの日が指定されます
会場	旭川 ※細部受付時にお知らせいたします	1次試験：名寄 ※細部受付時にお知らせいたします	1次試験：札幌

※コロナウイルスの状況次第で日程又は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

☎01654-2-3921

〒096-0011 名寄市西1条南9丁目45

ハロウィンジャンポ

5億円

1千万円

1等1,000万円

1等前後賞合わせて5億円
1等3億円、前後賞各1億円

2つのジャンポで
ラッキーハロウィン!

インターネット
購入はこちら!

この宝くじの収益金は、
市町村の明るいまちづくりや
環境対策、高齢化対策など
地域住民の福祉向上の
ために使われます。

9月23日(水) 同時発売 各1枚300円
発売期間/9月23日(水)~10月20日(火)
抽せん日/10月27日(火)

まちのご長寿さん

喜寿おめでとございます

佐々木 武美 さん(77歳)

菅野 君江 さん(77歳)

あの日あの時のナカガワ



1997年（平成9年）の秋味祭りは、前年5月にオープンしたばかりのナポートパークで行われました。祭りの見どころの一つである子どもたちによる『鮭のつかみ取り』は、公園内を流れる小川で行われていたんですね。町の人々が見守る中、子どもたちは細長い小川を自由に逃げ回る大きな鮭を一生懸命追いかけていました。

令和3（2021）年10月号（通巻749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

（8月31日現在）

人口 1,425人（+1）

男 712人（-1）

女 713人（+2）

世帯数 770戸（+1）

（ ）は前月末との差を示します。

例年9月に行われてきた中川町敬老会ですが、昨年に続き、今年度も新型コロナウイルス感染予防のため開催自粛となってしまいました。

そのため、9月9日（木）に、今年75歳以上の346名の方のお宅を石垣町長や役場職員が訪問し、敬老記念品（商品券）をお渡ししました。

