

# 広報ナカガワ

2021

11



9月14日 中央小運動会

# ナカガワの人

2017年から販売を開始し、町内の飲食店だけでなく、お土産としても大人気の中川町の新名物『誉そば』を作っている中一産業の加藤貢さんに、そば作りにかける想いや、誉そばのおいしさの秘訣、おすすめの食べ方などを伺いました。

## 仕事内容を教えてください

そばの生産です。作付けから収穫、乾燥、選別まで行い、そばの実と発芽そば粉の販売をしています。

## 仕事の中で

特に意識していることは？  
みんなが健康で、毎日、無理なく作業し続けられることです。



かとう みつぐ  
加藤 貢 さん  
有限会社 中一産業 社長  
11月5日生まれ

## この仕事について

### きっかけは？

離農する農家の増加に伴い、中川の農地が荒れてしまっている状況を見かねて、それらの農地を使って少人数で生産できる作物として、そばの栽培を始めました。

## 誉そばのおいしさの秘訣は？

発芽そば粉を使っていることです。発芽そば粉は、収穫したそばの実を36度のお湯に16時間つけて、発芽させて作ります。発芽そば粉は、たんぱく質やルチンの量が増加し、体に良いだけでなく、そのそば粉で打ったそばは、甘みが強くとてもおいしくなります。

## おすすめの食べ方を

### 教えてください

そばようかんです。甘くしてもしょっぱくしてもとてもおいしいです。



## 5年後の展望や目標は？

2年後には跡継ぎに事業を継承し、その後は、現在は外部の工場で行っているそばの麺の製造まで、すべてを自社で行い、販売できるようにしていきたいと考えています。

## 仕事以外の活動で

### 注力していることは？

業務の効率化、作業工程の改善など、仕事のことを考えるのが好きなので、休みの時にもつい考えてしまいます。また、体調が悪いときは、スマホで専門の病院を調べて、どんなに遠くでも自分の車で行ってしまいますね。先日は群馬県まで行って、病気を治してきました(笑)。

## 町民の皆さんへ

メッセージをお願いします  
皆さん、おいしい発芽そばを、ぜひ食べてください!!



# 中川中学校 第74回 学校祭

9月18日(土)に、中川中学校で第74回学校祭が行われました。

コロナ感染症予防のため、様々な制限がもうけられた中での開催ではありませんでしたが、生徒たちは、吹奏楽、演劇、合唱、合奏での練習の成果を発揮し、すばらしい発表を行うことができました。



## 階段装飾

学校祭に向けて、装飾係が時間をかけて制作した力作です。



## 吹奏楽部の演奏

感染症防止のフェイスシールドを付けて頑張りました。



演劇『ふるさと』キャスト、バック絵兼コーラスに分かれて、中学生23人全員で創り上げました。



## 合唱

『北の国から』を歌い、一つ一つの音に「LOVE」を込めてお客さんに届けました。

# 斎藤茂吉記念 第28回中川町短歌フェスティバル 入賞作品発表

## ◆一般の部

### 〈最優秀賞・茂吉記念賞〉

絹豆腐みたいに白くなめらかな君の正義の危うい強度

札幌市 住吉和歌子

### 〈優秀賞〉

たば風が江差の海へ呔ゆるころ日に日に募る母の望郷

札幌市 伊藤 哲

自ずから四股名を「テルの山」と付け母は施設の相撲に挑む

旭川市 柗 明日香

舟形の月は光の手をのばし流水群を曳き連れてゆく

紋別市 古屋かつみ

遠ざかるものは歩いてゐるわたし裳裾広げて富士は待つなり

茨城県つくば市 松田 早苗

## ◆小中学生の部

### 〈最優秀賞・志文内賞〉

つり糸の先の真サバは空中に尾ひれで円書き舟に乗りこむ

山口県光市立光井小学校五年 横道 玄

### 〈優秀賞〉

友達と海に行ったよゆうやけがぼやけてばえる青色の海に

旭川市立豊岡小学校四年 荻原 凜

かき氷おいしくいちご使ったらおいしくなっていくかき氷

旭川市立豊岡小学校四年 鈴木 楓

毎年の祖父との海はもう来ないもう行ったのだ届かぬ場所へ

美深町立美深中学校二年 森口 栞奈

推し生誕絵文字で放つクラッカー画面の向こうでキミが笑った

下川町立下川中学校三年 勝元 麻雪

合唱祭上級生の歌声に動いた心動かぬ体

旭川市立東明中学校二年 小玉 稜太

## ◆高校生の部

### 〈最優秀賞・志文内賞〉

たかしくんスイカを六個買いました値より気になる運搬方法

北海道津別高等学校二年 渡部 悠太

### 〈優秀賞〉

また来たと声は豪雨と混ざり合いシロツメクサは雨水を受ける

北海道士別東高等学校二年 胡摩崎 暖

反抗期全くしゃべらず父と娘猫が繋いだ話すきっかけ

北海道池田高等学校二年 今野 沙羅

空に咲く花を見ている君の手に触れた私のうるさい心臓

北海道弟子屈高等学校三年 樋川 結稀

黄金の光に伸びるひまわりは忘れないでとたねの声する

北海道夕張高等学校三年 川岸 楓奈

マラソンを走り終わってしばらくはふわりと飛んだ薄羽蜉蝣

聖ウルスラ学院英智高等学校二年 横溝麻志穂

(敬称略)



多くの応募作品の中から、町内応募者の作品も受賞されました。  
ここでは、受賞された皆さんからいただいたコメントをお伝えします。

◆小中学生の部

〈佳作〉

ピアノの音ポロロンポロンなんかいもところにそまるきれいな音色

中川町立中央小学校四年 菊地 玲花



ピアノを習っている友達が、小学校の音楽室でピアノを弾いていたのを聴いて、きれいな音色だなあと思ったので、この短歌を作りました。

〈佳作〉

早春の日差しが窓をつきやぶる教室中に生命あふれる

中川町立中川中学校二年 高橋 美優



春になって太陽の日差しが教室中にあふれており、新学期になり友達が入ってきて、教室が明るくにぎやかになった様子を「生命」と表しました。

# バケツ稲づくり

## 稲を収穫しよう！

10月7日、気持ちの良い秋晴れの中、幼児センターの3歳児から5歳児の26名が、バケツ稲の稲刈りを行いました。

この稲は、園児たちが5月に田植えを行ったもので、小さな苗が立派に成長しました。

稲刈りは、鎌を使わず園児用のはさみで行いました。園児たちは、「緑だった稲が茶色くなってる」、「刈るのが楽しい」などと話しながら稲を刈りました。収穫したもち米は、例年行われている餅つきで使用する予定です。



# 中川消防支署からのお知らせ!

## 11月9日は119番の日

### 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

### 消火訓練装置「ケスヨ」について



上川北部幼年女性防火委員会では、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ事業により、消火訓練装置「ケスヨ」の整備を行いました。この事業は、同センターが地域住民のコミュニティ活動を促進し、その健全な発展を図る目的に行われています。今回の備品整備により、イベント等で、女性防火クラブの防火指導に「ケスヨ」を活用することで、地域住民に対しても防火思想の高揚も見込まれます。

消防団員を募集しております。お問い合わせは ☎ 7・2119番



**火災・救急出動状況**  
令和3年9月30日現在

火災件数	1件
救急件数	50件



## JR宗谷本線を利用してカードを集めよう!

### 名寄駅を含む7つの駅で「宗谷線ステーションカード」を配布します

宗谷本線活性化推進協議会（事務局：名寄市総合政策部総合政策課）では、鉄道利用促進のため「宗谷線ステーションカード」を作成しました。11月1日(月)より配布しますので、JRを利用して集めてみてはいかがでしょうか。

#### ◆どこで?

名寄駅を含む宗谷本線の7つの有人駅（旭川駅、南稚内駅では配布しません）

#### ◆もらう方法は?

配布している駅で宗谷本線区間を含むきっぷを買い、窓口の駅員さんに「ステーションカードください!」と伝えてください。（配布は窓口営業時間のみ）

#### ◆何種類あるの?

宗谷本線沿線各市町村1駅ずつ、全12種類あります(各カード250枚限定)

#### ◆お金はかかるの?

きっぷ1枚（1組）購入につき1枚を無料で差し上げます

◇入手条件は配布場所となっている駅で次の3つの条件を満たしたきっぷを買うこと

- 条件① 宗谷線区間を含む
- 条件② 当日に購入、または発券
- 条件③ 購入者本人が使用できる

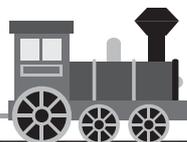
※問合せ先 宗谷本線活性化推進協議会(名寄市総合政策部総合政策課) ☎01654-3-2111 (内線3312)

旭川 比布 和寒 剣淵 士別 名寄 美深 音威子府 天塩中川 幌延 豊富 稚内

カード種類

配布場所

永山駅 士別駅 名寄駅 美深駅 音威子府駅 幌延駅 稚内駅



# 無料のアダルトサイトに登録、料金を請求された!

## 事例

スマホでアダルトサイトが「無料」と表示され興味がありクリックした。「18歳以上」をクリックした後に年齢を入力したら、有料登録になり13万5千円の料金請求画面が表示された。「退会の手続き」の画面があったので、自宅の固定電話から連絡をし、有料だとは思っていなかったことを伝えたとこ、**「申し込んでしまったのでキャンセルはできない。明日の14時までに支払わないと料金が25万円になる」と言われた。** (高校生)

## アドバイス

- ・無料だと思ってアダルトサイトを閲覧し、動画再生ボタンなどをクリックしたら、突然、「登録完了」などの画面が現れ料金を請求されたという相談が後を絶ちません。「無料」のキーワードでサイト検索をしても無料サイトとは限りません。安易にクリックしないようにしましょう。
- ・「退会はこちら」「誤操作の方はこちら」等の案内があっても、決して連絡してはいけません。支払いをさらに求められたり、個人情報聞き出されたりする危険があります。
- ・事業者にお金を支払ってしまうと、取り戻すことは困難です。慌てて支払わないようにしましょう。
- ・困ったときは、消費生活センターか警察相談ダイヤル（#9110）に相談してください。#9110に掛けると24時間対応、匿名で相談する事が可能です。



●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

## 戸建て木造住宅の無料耐震診断を実施しています

地震による住宅の倒壊被害を未然に防止するため、戸建て木造住宅の無料耐震診断を実施しています。

### ■対象住宅

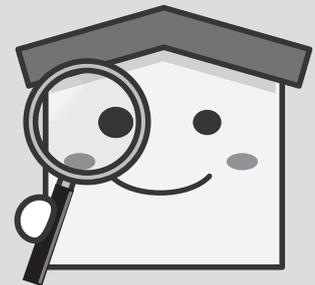
- ・ 2階建て以下で延べ床面積が500㎡以下の木造建て住宅
- ・ 申請者が当該戸建て住宅を所有又は居住していること
- ・ 昭和56年5月31日以前の建築基準法に基づいて建設された住宅

### ■診断方法

- ・ 財団法人日本建築防災協会の診断ソフト（一般診断法）を使用します。
- ・ 現地調査は行いません。住宅の状況については図面と申請者からの申告により判断します。

### ■耐震診断及び耐震相談窓口

- ・ 環境整備課（役場1階）では、無料耐震診断又は建物の耐震化について相談窓口を開設しています。お気軽にご相談ください。



問い合わせ先 環境整備課環境整備室 ☎7-2815

## 『ありがとうございました!』

きたの 北野 もえ 萌



こんにちは、北野です。気づけば本州と変わらないほど暑かった夏の日々も過ぎ去り、草木が色付いて、だいぶ秋も深まってきました。この広報が配布される頃にはもう雪が降り出すのだと思うと、毎年のことながら道北の季節の移り変わりの速さには驚かされます。そしてまた長い冬が始まりますね。今年は一体どのくらい雪が降るのか、四度目の冬もまだまだ楽しみが勝った気持ちで迎えられるそうです。広報に記事を書かせてもらうようになって、早いもので三年が経とうとしています。そして今回が、協力隊として最後の記事になります。思えば中川町に来て一年目の頃、「広報見てるよ」と声をかけていただけることがよくありました。あまりお会いする機

会がない方にも、広報を通して協力隊がどのような活動をしているのか知ってもらい、繋がりを持つことができました。とても感謝しています。

これまでの三年間を振り返ると、かけがえのない大切な人達と出会い、日々自分の未熟さを痛感しながら数えきれないほどたくさん助けていただき、一人では成し得ることのできなかったことばかりで埋め尽くされていて、お世話になった方々には感謝の念に堪えません。この場をお借りしてお礼を言わせていただきます。本当に、三年間ありがとうございました。ございました。もともと知らない場所を訪れて回るのが好きな私ですが、中川町もまた私の中で欠かすことのできない、大切な場所になりました。

協力隊卒業後は地域開発振興公社に勤務しながら、アロマ関連の事業も続けていくことになりました。また新たな場所でも中川町産精油の可能性を模索しながら、引き続き中川町の皆様にはお世話になることになりました。どうぞよろしくお願いたします。

# 中川町地域おこし協力隊活動記

## 『This is RAWWOOD Vol.8』

はやと 福田 隼人



中川町の皆様、こんにちは。髭の福田です。デザインと木材加工の分野にいた私ですが、素材の事をもっと深く理解して製作活動に活かしたいと、中川町に移住してちょうど2年が経ちました。家具、デザインや空間造形をしていた時代の私は多種の素材を使用していたので、木は石やガラスのように使用する素材の一つにすぎませんでした。かつて、欧州で活動していた時期の終盤では制作活動や自身のキャリアの壁にぶつかっていました。創造や表現に足りないものを得るために、使用する素材を木に決めた私は日本に戻って木工を学ぶため、十代の若者に混ざり、おじさんが慣れない手つきで毎日木材を加工する2年間でした。指を切った少し短くなりました。でも舐めてたら治りました。そ

の期間に得られた知識と技術はそれまでの創作活動と今後のビジョンに大きく影響を与えました。木工を始めてから森に入ると、木はただの素材でなく、私から寄り添っていくものになっており、もつとこの素材の本質を知りたいと思うようになっていました。

また、日本に戻って来てから何か住みにくさを感じていた私は、広大な土地と広葉樹の生産が盛んな北海道へと仕事を探しに旅に出て、色々な街を訪れ、たくさんの人に出会い、ここ中川町で縁をいただきました。初めて中川町から眺めた景色の感覚は今でも忘れません。「雄大」「美しい」その二言がずっと体に残っていました。協力隊として中川に移住して、初めて林業という分野に触れ、環境的・経済的に持続可能な森づくりの現場は、町や事業体の献身的な取り組みによって成り立っている事を学びました。中川に住んで2年が過ぎ、想い返すと、遠回りして挫折しながらも全ての経験が繋がっている事に気づかされます。有難いです。よーし、あと1年の任期頑張るぞー!



## 『怪我の功名になれ』

やま ぎき てっ べい  
山 崎 哲 平



夏の対比で涼しさが身に染み作業の手が進む今日この頃ですが、皆様お元気にされていますでしょうか。山崎も40歳と新しい領域に入り「お元氣」の意味にも少しずつつ深みが増してきているように感じます。

早いもので角でもものづくりを始めて15年くらい。まだまだこれからなのは重々承知ですが、弟子を迎える運びになりました。僕はアホなので「弟子」と言いたいだけなのかもしれないませんが、将来の仕事仲間かもしれないし。同時にとても責任を感じています。

函館の同年代の男性で「きんちゃん」と呼んでいます。とてもまじめで熱いものごと縁を感じました。彼はシカの角の作品、特に羽根の彫刻に

興味があり、工房に来たいと連絡をくれていました。自分の技術やノウハウを他人に教えることは、少し前の自分には考えられない行動で、生み出した技術は絶対に人に教えたくない！不利益！とそんな考えでした。

しかし、どうしてそんな選択をしたのかを振り返ってみると実は僕、去年の暮れから数か月、急激に体調とメンタルを崩しており心療内科に通院するほどだったんです。もう世の中から消えたい！と思いつめるような時期もあり、今思えば笑えますが危なかった笑。結果的にその数か月に悶々と自分自身と対峙する時間を持つことができて、考えの根っこが少し変わったのですね。今までの活動に加え、もし僕が居なくなっても続いていくことも作っていきましょう！と思うのです。

今後に影響する大事な取り組みになる気がします。果たしてどうなるものか？中川にきたのもそうですが、「流れを信じる。」アホな僕にはこれしかないのです。

## 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

## 『3ヶ月が経ちました』

むら き かん な  
村 木 葉 奈



皆さんこんにちは。地域商社設立準備担当の村木です。中川に来たのは7月初旬。北海道で快適な夏が過ごせるぞ、と期待しながら来たのですが、今年の北海道は関西にも負けなくらいの暑さでびっくりました。雨も全く降らず、人間だけでなく、森の木々や川の魚達も暑さに参ってしまっていて気候変動の深刻さを痛感した夏でもありました。

そんな夏もあつという間に終わり、早くも冬を感じるようになってきましたね。北海道で過ごす初めての冬を無事に越せるのだろうかと不安を感じながらも、段々と色づいて来た山を見て、これからどんな景色が見られるのかとワクワクしています。

中川にきて一番驚いたことは、紫陽花が夏になってもずっと咲いていること。関西では梅雨が終われば紫陽花も早々に散ってしまうので、6月にしか咲いていないと思っていた紫陽花が、中川では夏の間もずっと花をつけているのを見て、なんだか少し不思議な気分でした。

そんな小さなことから、大きなことまで、中川ならではの楽しみや発見を少しずつ増やしていけたらな、と思っています。



# 保健だより

## 【今月のテーマ】薬の多剤服用に注意！

### 「ポリファーマシー」について

みなさんは、薬をいくつ飲んでいますか？

薬は病気の治療や症状軽減に有効です。薬がないと不安という方もいるでしょう。

しかし近年、「ポリファーマシー」とよばれる、多剤服用による副作用や薬物による有害な兆候・症状の発生が問題になっています

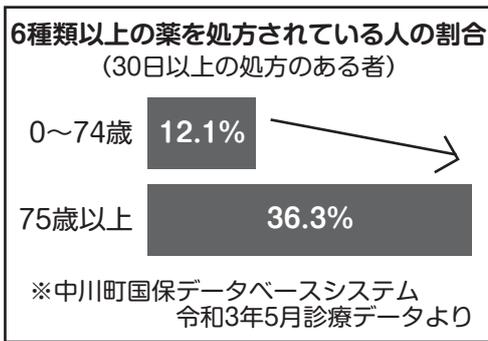
**【ポリファーマシーの問題】**  
 ●薬同士が相互に影響しあい、薬が効きすぎたり、効かなかつたり、副作用が起るリスクが高くなる。  
 ●異なる医療機関から、同じ効能の薬が重複して処方されている可能性がある。  
 ●用量・用法が複雑になり、「飲み忘れ」や「飲み残し」が起りやすく、使用しなかった薬（残薬）がたまる。  
 また、正しく服用されなかったことにより症状が悪化し、さらに薬が増える悪循環に陥る。

薬はその人の症状や病態、生活環境によつて適

正な処方も変化しますの  
 で、「何種類以上の薬を併用すれば多剤服用」という明確な定義はありません。

しかし、6種類以上の薬を併用していると、副作用を起す頻度が増加するというデータがあります。

特に75歳以上の高齢者では、薬の量が増える傾向にあります。（左図参照）



また、肝臓や腎臓の働

きが衰え、薬を分解したり、体の外に排泄するのに時間がかかるようになり、副作用が出やすくなる  
 ことがあります。

しかし、ポリファーマシーを心配して本来必要な薬を減らすのはよくありません。

大切なのは薬の数ではなく、その処方内容が適正かどうか、という点である  
 ことを押さえておきましょう。

### ポリファーマシーを防ぐには？

#### ■多剤服用に注意

日頃からかかりつけの医師や薬剤師を持ち、処方されている薬の把握を  
 してもらおうと安心です。

◎お薬手帳は1冊にまとめておく

お薬手帳は、医師や薬

剤師が患者の現在の服薬

状況を把握し、薬の重複や飲み合わせについて確認  
 することができません。

複数の医療機関や薬局を利用している場合でも、お薬手帳は1冊にまとめ  
 ましょう。

#### ◎重複受診を控える

同じ病気で複数の医療機関にかかる重複受診は、薬の重複、過剰な処方を招く  
 おそれがあります。安易な医療機関のはしごは控えま  
 しょう。

#### ■主な副作用の症状を知っておく

薬の追加や変更があったあとに、いつもと違う  
 症状はありませんか？

- ・ 主な副作用の症状には、
- ・ ふらつき、めまい
- ・ 物忘れ
- ・ 気分が沈む(抑うつ状態)
- ・ 食欲がない
- ・ 尿が出にくい、便秘

・ 肝機能障害

などがあります。

気になる症状があつても、自分の判断で薬をやめたり減らしたりするのはよくありません。

急にやめると、病状が悪化したり、思わぬ副作用がでることがあります。  
 必ず、医師、薬剤師に相談しまし  
 しょう。

#### ◎相談する時の注意

現在使っている薬、残っている薬のほか、毎日飲んでいるサプリメントや健康食品についても、医師や薬剤師に必ず全部  
 伝えま  
 しょう。

また、いつ頃からどのような  
 症状が出てきたのか、メモして  
 おきま  
 しょう。



食べることに育つこと

# 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3弾

今回は、ストック野菜レシピ紹介の第3弾、手軽に野菜の摂取量を増やすことのできるレシピを先月号に引き続き紹介いたします。

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。

野菜不足を感じている方は、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！』

前回紹介した胡瓜やもやし、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い、ストック野菜を準備しておくとも便利です。



### 水菜編

1. 根元を切って洗い、食べやすい長さに切って水気を切ります。



2. ジップロックやタッパなどに入れて冷蔵保存します。



(保存：冷蔵4日)

### ストック水菜の簡単アレンジ料理！

- ・水菜…一皿分
- ・ベーコン…2〜3枚
- ・炒め油…大さじ1/2
- ・塩、こしょう…少々

#### 【材料】

水菜炒め  
ベーコンやハム、卵などと炒め物に。



### 水菜サラダ

かつお節、ツナ、カニカマ、豆腐などと合わせると手軽にサラダが作れます。

#### 【材料】

- ・水菜…一皿分
- 【調味料】
- ・カニカマ…2本
- ・ポン酢…小さじ1
- ・白ごま…小さじ1

### 大根編

大根は、料理に合わせた形や大きさに切り、冷蔵保存しておきます。



1. 千切り器で千切にして冷蔵保存します。食べる分の大根を盛り付け、上から焼き海苔やかつお節をのせ、好みのドレッシングをかけたら簡単サラダの完成です。



(保存：冷蔵4日)

2. 薄めの厚さのいちよう切りにして、ジップロックに入れ塩少々でもみ、冷蔵保存しておきます。

### ストック大根の簡単アレンジ料理！

#### 【大根の和え物】

赤しそふりかけや塩こんぶと和えたり、ツナを加えポン酢などをかけたら完成です。

#### 【材料】

- ・大根…一皿分
- ・ツナ缶（オイルタイプ）…1/4缶程度
- ・ポン酢…小さじ1



- 【塩もみの材料の目安】
- ・大根…1/4本分程度
- ・塩…小さじ1



問い合わせ先 住民課幸福推進室 管理栄養士 ☎7-2813

# 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

ため安定していきなり、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。

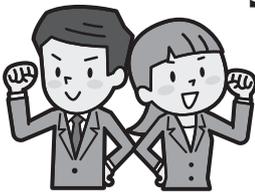
障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

【問い合わせ先】

旭川年金事務所

☎ 0166・

27・1611



## 町長交際費の支出内訳

上半期＝4月1日～9月30日

(単位:円)

	項 目	令和3年度		令和2年度		
		上半期		上半期		
		件数	金額	件数	金額	
1	接 遇	外部（国・道、関係機関）との公の意見交換または折衝などに必要な土産などの購入、情報収集のための懇親会などを開催する場合とし、社会通念上妥当と認める範囲の額とする。	7	206,003	3	43,470
2	会 費	懇談会、懇親会、祝賀会など（2万円を上限とする）	0	0	6	29,500
3	祝 い 金	周年、設立記念式、祝賀会、慶事など、招待・会費不要の場合（2万円を上限とする）	2	20,000	2	20,000
4	寸 志	総会懇親会、交礼会、基金造成ビールパーティーなど、招待・会費不要の場合（2万円を上限とする） 各種全国大会などに出場する個人または団体（3万円を上限とする） 各課・教育委員会などで対応するものは除く。	0	0	1	10,000
5	協賛金・負担金	町内協賛行事（1万円を上限とする） （補助金・負担金など重複支出無し） 諸会議負担金	0	0	0	0
6	見 舞 金	中川町慶弔規程による香典、供花、供物、災害などに係る義援金	21	272,400	13	156,500
	合 計		30	498,403	25	259,470

問い合わせ先 総務課総務町政室 ☎7-2811



# 自筆証書遺言書保管制度のご案内

## ～旭川地方法務局からのお知らせ～

遺言は、相続をめぐる紛争を防止するために有用な手段であり、そして自筆証書遺言書は自筆さえできれば遺言者本人のみで作成できます。

これまでは自筆証書遺言書の保管については、自分自身で保管するか、遺言執行者等に預けるなどの方法しかありませんでしたが、本制度の創設により、今は法務局に預ける事ができるようになり、遺言者本人の死亡後、相続人等に遺言書を発見されなかったり、改ざんされたりすることを防ぐことができます。家庭裁判所の検認手続きも不要です。

自筆証書遺言書保管制度は、プライバシー保護と手続に一定の時間が必要となることから、全て予約制となっています。ご検討される方は旭川地方法務局供託課までお気軽にお問い合わせください。



### 【電話によるお問い合わせ先】

旭川地方法務局供託課

電話0166-38-1167 (直通)

※受付時間／平日の午前8時30分から午後5時15分まで  
(年末年始・祝日を除く)

### 【オンライン予約】

法務局手続案内予約サービス <https://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu.home-t/>

### 【手続の詳細】

法務省ホームページ [http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03\\_00051.html](http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html)



みんなチェック！最低賃金

## 北海道 最低賃金

北海道内の事業場で働くすべての労働者（会社員、パート、アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人）及びその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。

時間額

# 889円

(効力発生日 令和3年10月1日)

## 松浦武四郎が旅した 天塩川の歴史を絵本で学ぼう！

- ◆日 時／11月20日（土）11：00～12：00
- ◆内 容／絵本『悠久の大河 松浦武四郎が見た天塩川』の読み聞かせなど
- ◆会 場／剣淵町絵本の館「展示ホールA」
- ◆定 員／50名（要・事前申込み）参加料 無料

### 【申込み先】

テッシ・オ・ペツ賑わい創出協議会事務局  
(名寄市役所産業振興課)

電 話 01654-3-2111 (内線3344)

メー ル ny-sangyo@city.nayoro.kg.jp

参加する方のお名前、年齢、お住まいの市町村を電話又はメールでお知らせください。

☆中学生以下の参加者には絵本プレゼント！

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止または延期となる場合があります。

# 企業の地域貢献に感謝状が贈られました

中川町立中央小学校体育館階段等補修工事にご尽力いただいた、大江建設株式会社様（代表取締役社長 大江 智宣様）に対し、中川町から感謝状が贈られました。



カーポート周辺の草刈り作業にご尽力いただいた、株式会社佐藤工建様（代表取締役 佐藤 正樹様）に対し、中川町から感謝状が贈られました。



## 自衛官募集

	自衛官候補生(男子・女子)11月試験	陸上自衛隊高等工科学校生徒(男子)
応募資格	18歳以上33歳未満 (令和4年4月1日現在)	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	受付中～11月9日(火)締切	<ul style="list-style-type: none"> <li>11月1日(月)～12月3日(金)締切 (推薦)</li> <li>11月1日(金)～令和4年1月14日(金)締切 (一般)</li> </ul>
試験日	11月14日(日)～15日(月)の いずれか1日を指定できます	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和4年1月8日～11日の指定する1日 (推薦)</li> <li>令和4年1月22日 (一般)</li> </ul>
会場	旭川 ※細部受付時にお知らせいたします	推薦：札幌 一般：名寄 ※細部受付時にお知らせいたします

■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

※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。



マイノリティデザイン

澤田 智洋 著

賢い子はスマホで何をしているのか  
石戸 奈々子 著

高校受験は「内申点アップ」が9割  
桂野 智也 著

魔法のトイレ体操  
小林 弘幸 著

みとりねこ  
有川 ひろ 著

アイスクライシス  
笹本 稜平 著

教場X  
長岡 弘樹 著

シカクさん  
マック・バーネット 文

虫のしわざ図鑑  
新開 孝 写真・文

大人も知らない？ふしぎ現象事典  
ふしぎ現象研究会 編

NEO図鑑 深海生物  
藤原 義弘 監修・執筆



影踏亭の怪談

大島 清昭 著

実話怪談作家の姉が臉を縫い合わされ束縛された状態で密室から発見された。姉が調べていたある宿屋で起きる怪異と関連していたのか……

第17回ミステリーズ！新人賞受賞作。

# まちの文芸

短 歌 今月のお題 「声」及び「響」または自由詠

生きるとは多分もつと楽なはず仔猫を拾った夜に思えり  
デルタ株という名の脅威に晒されていること猫は無関心なり  
オオタニサーン 君に出来ない事あるのかアナウンサーは絶叫している  
ペア・ガラスの窓の明け閉めに慣れぬ母 上げる下げると太字のメモ貼る  
フキノトウを摘みしばかりと思いに早萩の花風に揺れおり  
人通り無き街中の星の夜を一人占めして家路につきぬ  
民の声は天の声とぞ奥の院にその声届かぬ秋はかなしき  
補聴器に何より大きく響くのはわたしの囁む音わたしの飲む音  
転んでもただでは起きぬと声あげて転ぶたんびに自分を励ます  
姉妹あり兄弟あるは宝なり悲喜こもごもにいつも寄り添う  
カラス語の賑やかな空「どちらからお出でですか」と尋ねてみまし  
木の間より打上げ花火「どん」と咲く籠りし日々を夜空へ飛ばし  
裏口のバジル一枝頂きぬ閉店間近の町のレストランに  
収穫の季節になれど枝豆に実が入らない スーパーに買いに行く

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  
小林 淑子  
小林 淑子  
長屋恵美子  
山内 智子  
山内 智子  
山内 智子  
山内 智子  
花 山内 智子

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。



# 子育て通信



## 大人の仕事は、待フマンとです

「あゝ、あんなに叱らなければ良かったな」と、子どもを叱った後に、思うことが多々あると思います。

そして振り返り、「あれは叱ったのではなく、感情的に怒ってしまったな」と思うこともあるのではないのでしょうか。

例えば、食事になるので遊んでいたおもちゃなどを、元に戻すように声をかけても、子どもはまだ遊びの途中で、すぐにはやめません。

そうすると、「早く片付けなさい」「ごほんの時間って言うてるでしょ」「いつも同じこと言われているのに、どうして出来ないの」と、感情的に言葉を浴びせることになると思います。

子どもからすると、楽しい遊びを、突然予告なしで終わらせなさいと言われても、気持ちの切り替えが上手く出来ません。

どうすれば、お互いに気持ち良く、食事に向かえるの

でしょうか。

まず、大人は子どもにして欲しい、次の行動や活動をあらかじめ伝えましょう。

おもちゃをもとに戻すのに要する時間を考えて、時計の針や数字がわかる子には、「ここになったら戻し始めてね」と、伝えます。

時間になっても動き始めないようでしたら、一緒にもとに戻しましょう。一時間も二時間もかかるわけではありません。ほんの少しの時間です。

出来たら、「きれいにできたね」と、褒めましょう。たとえ、大人が手伝ったとしても、元に戻すことが出来たことを褒められることで、少しずつ次はこれをするから、ここまでにしよ

うと、子ども自らが切り替えをして行動するようにな

つてきます。自ら考え行動する刺激を与え、辛抱強く待つのが、大人の仕事ですね。

問い合わせ先 子育て支援センター ☎7-2118

## 高橋教育長が再任されました

高橋信行教育長が令和3年9月30日をもって任期満了となり、議会の同意を経て、10月1日付けで再任されました。

任期は令和3年10月1日から、令和6年9月30日までです。

## 人権擁護委員に

〇〇〇

大西英一氏と菊田啓美氏が人権擁護委員として、10月1日付で法務大臣から委嘱されました。

障がいがある人に対する不当な扱いや高齢者への虐待、学校でのいじめ、女性や外国人に対する差別などの悩みごとや心配ごとがありましたら、気軽にご相談ください。

委嘱期間は令和3年10月1日から令和6年9月30日までとなっています。

## 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!

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

■ご融資額／お子さま1人につき350万円以内

■金利／年1・66%

※母子家庭の方などは年1・26%

(令和3年8月1日現在)

■ご返済期間／15年以内

※母子家庭の方などは18年以内

### 【ホームページ】

「国の教育ローン」で検索

### 【問い合わせ先】

幼児ローンコールセンター

☎0570・00865

(ナビダイヤル) または

03・5321・86

56

## 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

・父(信市様)死去に際して

札幌市 遠藤 悦朗 様

・母(サツキ様)死去に際して

西藤 利秋 様

・離町に際して

横関 靖子 様

・社会福祉推進の為に

名寄市 柏谷 慧二 様

川本 文明 様

匿名 1件

社会福祉協議会、一心苑、

グループホームに寄附

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。

竹中 隆 様

遠藤千代子 様

横田 信子 様

匿名 13件

## 謹んでお悔やみ申し上げます

5区 西藤サツキ 様(99歳)

佐久 久保田雅志 様(59歳)

5区 及川ソヨ子 様(78歳)



# 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					
令和3年度 石田川・秋田川 浚渫工事	※植村技建㈱	1,250,000		1,408,000	1,375,000	97.7%	河川土浚渫 石田川240㎡ 秋田川160㎡	着工 令和3年9月16日
	㈱中川建設	1,260,000						竣工 令和3年11月30日
	㈱佐藤工建	1,260,000						
	㈱佐藤組	1,270,000						
令和3年度 天幕川浚渫工事	※㈱佐藤組	1,690,000		1,892,000	1,859,000	98.3%	立木伐採1,400㎡ 河川土浚渫200㎡	着工 令和3年9月16日
	㈱佐藤工建	1,700,000						竣工 令和3年12月10日
	植村技建㈱	1,700,000						
	㈱中川建設	1,710,000						
令和3年度 富和3線道路改良工事	※植村技建㈱	1,340,000		1,507,000	1,474,000	97.8%	夕焼橋左岸側路盤改良	着工 令和3年9月16日
	㈱中川建設	1,350,000						竣工 令和3年11月22日
	㈱佐藤組	1,360,000						
	㈱佐藤工建	1,360,000						
森林環境保全 直接支援事業 令和3年度 町有林新植(秋)工事	※遠藤工業㈱	1,380,000		1,545,500	1,518,000	98.2%	人工造林 1.00ha	着工 令和3年9月16日
	天塩川工業㈱	1,400,000						竣工 令和3年11月18日
	中川町森林協同組合	1,401,000						
森林環境保全 直接支援事業 令和3年度 町有林枝打ち (中川牧場)工事	※中川町森林協同組合	975,000		1,081,300	1,072,500	99.2%	枝打ち 6.07ha	着工 令和3年9月16日
	天塩川工業㈱	980,000						竣工 令和3年12月17日
	遠藤工業㈱	983,000						
森林環境保全 直接支援事業 令和3年度 町有林新植 (豊里・ニオの森)工事	※遠藤工業㈱	810,000		898,700	891,000	99.1%	人工造林 0.50ha	着工 令和3年9月16日
	中川町森林協同組合	813,000						竣工 令和3年11月18日
	天塩川工業㈱	815,000						
令和3年度 防犯監視カメラ システム購入	※㈱佐藤電器商会	670,000		737,000	737,000	100.0%	中川町立診療所 防犯監視カメラ システム一式	納入期限 令和3年12月29日

問い合わせ先 総務課企画財政室 ☎7-2819

## こんにちは赤ちゃん

まちの  
ご長寿さん

喜寿

おめでとうございます

遠藤 幸憲 さん(77歳)

玉井 トメ子 さん(77歳)

南谷 信子 さん(77歳)



かほ

山平 果歩ちゃん

お父さん 恭之さん  
お母さん 小春さん



りゅうし

山本 龍志くん

お父さん 龍哉さん  
お母さん 茜さん



うた

横山 詩ちゃん

お父さん 将太さん  
お母さん ゆかりさん

# あの日あの時のナカガワ



1982年（昭和57年）11月3日に、中川開基80周年を記念したタイムカプセルが、見晴公園に埋められました。このタイムカプセルは高さ120センチメートルくらいの球形で、当時の宮本弘町長のメッセージなど471種類の品々が収納されました。発掘は、埋設から50年後の2032年11月3日に行われる予定です。どんなものが入っているのか楽しみです。

令和3（2021）年11月号（通巻750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 1,421人（-4）

男 710人（-2）

女 711人（-2）

世帯数 767戸（-3）

（ ）は前月末との差を示します。

10月3日（日）に、天塩中川駅の交流プラザにて「なかがわテイクアウト秋味まつり」が開催され、中川町の姉妹都市である長野県中川村特産のフルーツやお酒、そして町内飲食店のテイクアウトメニューなどが予約販売されました。

当日は朝からお客さんがぞくぞくと訪れ、まつりは大盛況でした。

