



自然の恵み野 わっさむ町

# わっさむ

## 和寒町成人式



1月10日 成人式

先人たちの軌跡.....	2 ~ 3
和寒町地球温暖化対策実行計画.....	4 ~ 5
子育て支援ガイドブックを発行.....	6
クローズアップ人.....	7
祝成人 和寒町成人式.....	8
故真鍋二三夫さんに特別叙勲、和寒消防出初式.....	9
所得税の確定申告.....	10 ~ 11
全道ジュニアクロカン、北海道中学校スキー大会.....	12
図書館へいこう、健康メモ.....	13
年金あれこれ、これからの家庭教育 他.....	14
カメラアイ.....	15

2009  
(平成21年)

2

No. 651

特集  
NO.2

# 先人たちの軌跡

明治32年に開拓の鍬がおろされて以来、先人たちのたゆまぬ努力により、今日の和寒町が築き上げられてきました。  
平成21年には『わっさむ110年』を迎えることとなります。  
【昭和元年～昭和39年編】

広報わっさむでは、平成21年にわっさむ110年迎えることから、今日までの和寒町の歩みを「先人たちの軌跡」としてご紹介していきます。今回は、昭和初期から中期頃の様子をご紹介します。

昭和元年～昭和10年（激動期）

### 昭和元年

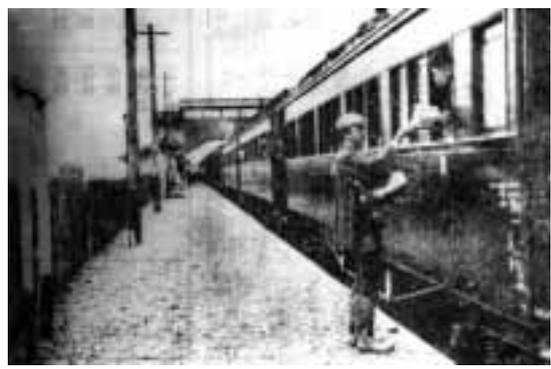
初めて市街に電話開通し、和寒郵便局が電話交換業務を開始（加入36台）

### 昭和2年

坂本孫一氏が駅構内の立売営業を開始。和寒商工会設立総会開かれる。

### 昭和3年

ペオツペ駅通所廃止。



坂本氏による駅構内立売営業

### 昭和5年

川西の佐藤徳治氏が温床苗代を試作（当時上川地方では直播98・6%）

### 昭和6年

全道除虫菊生産者大会が和小で開かれ、全道生産者連合会が結成（松本六太郎会長）。南雲源一郎氏らが木製サイロを作る（サイロの始まり）。

### 昭和7年

西和放牧場設置。

### 昭和8年

松岡農場支配人（小川義雄氏）が障子30枚の温床苗代を作り6反歩に



道庁立除虫菊試験地

1本植えして好成績をあげる。

### 昭和9年

道庁立除虫菊試験地設置。

### 昭和10年

除虫菊作付1千800町歩。10万貫生産。

### 昭和11年

南雲源一郎氏所有のホルスタイン牛が天皇陛下の御覧に浴す。

### 昭和12年

西和郵便取扱所が開設。

### 昭和13年

和寒神社が現位置に設立。

### 昭和14年

北産化学工業株式会社が創立し、除虫菊製剤を製造。



昭和8年春の火災予防パレード（大通り）



昭和24年大通り

昭和20年～昭和39年（復興期）

- 昭和15年 東和郵便局開局。
- 昭和16年 町内各小学校を国民学校と改称。和寒村森林組合設立。
- 昭和17年 中和郵便局開局。帝国砂白金開発有限会社が創立し、砂白金採取を始める。
- 昭和18年 国民健康保険組合が事業開始。

農地改革により既墾地約2千町歩が自作農地となり、未開地への開拓



昭和24年塩狩駅

入植が相次ぐ。松本六太郎氏が本道2区から衆議院に当選。

- 昭和22年 和寒中学校開校し、三和・中和・西和・東和各小学校に分校を置く。
- 昭和23年 和寒村農業協同組合が設立。
- 昭和24年 役場庁舎を現在地に新築移転。
- 昭和25年 永山農高和寒分校開校（和高的の前身）。
- 昭和27年 待望の町制施行。開拓農業協同組合設立。
- 昭和28年 上川地方に豪雨水害発生。



昭和31年大水害（北原）

- 昭和29年 和寒保育所開設（保育所の始まり）。台風15号襲い被害甚大。
- 昭和30年 大水害発生。小川義雄氏の顕彰碑を和寒神社境内に建立。
- 昭和31年 昭和28年からの連続災害のため町財政危機に陥り、財政再建団体に指定。台風襲来、長雨及び冷害とかなり水稻収穫皆無という未曾有の大凶作。
- 昭和33年 第1回全町健民大会開催。
- 昭和34年 第1回町民スキー大会開催。町が



昭和34年駅前通り祭典

財政再建債を繰上げ償還（再建団体指定解除）。和寒映画開館。

- 昭和35年 国道40号線の市街地内舗装完成。
  - 昭和36年 電電公社マイクローウエーブ中継所完成（塩狩山）。
  - 昭和38年 市街地区簡易水道各戸給水始まる。塩狩国設スキー場開設。
  - 昭和39年 東京オリンピック大会で本町出身の渡辺長武氏がレスリングフリースタイルフエザー級で金メダル獲得。
- 【参考】和寒町史・和寒町百年史
- 広報わっさむでは110年を記念して先人たちの軌跡を1月号から引き続きご紹介しています。次号以降では、昭和中期から後期頃の様子をご紹介します。

特集

# わっさむの環境対策

## 和寒町 地球温暖化 対策実行計画

が策定されました

NO.2



和寒町では、庁舎内に地球温暖化対策実行計画の策定に向けた策定委員会・作業部会を組織し、平成20年10月に和寒町地球温暖化対策実行計画を策定しました。

この実行計画は、広報わっさむ8月号にてご紹介した計画策定の経緯を踏まえ、行政としての先導的、模範的な役割を果たすことができるよう、一事業所（役場）としての具体的な温室効果ガスの削減目標や地球温暖化防止に向けた取り組みをまとめましたので、ご紹介します。

### 温室効果ガスの排出削減目標

#### 1 排出削減目標の定義

京都議定書では、国は平成20年から平成24年の期間に、温室効果ガス総排出量を基準年度平成2年比で6%削減することとしております。

また、都道府県及び市町村においては国の削減目標である6%に即した目標であって、地域の状況に合った削減率が望ましいとされています。

和寒町の温室効果ガスは二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)が約95%を占めていることから二酸化炭素の排出抑制・削減が重要と考えられます。

減が重要と考えられます。

本実行計画では次のとおり削減目標数値を定め、計画期間内での排出抑制・削減に向けた取り組みを行ってまいります。

#### 2 これまでの取り組みによる排出削減

和寒町では、基準年である平成19年度までの取り組みとして、平成9年度に策定された「第2次和寒町行政改革大綱」に基づく事務事業の見直し・効率化を進めることにより健全財政を図ってまいりました。このことにより経費の節減が図られ、燃料等の使用量・温室効果ガスの削減にも繋がってきています。

#### 実際の取り組み

みとしては

- 施設の温度管理の徹底による暖房の節減
- 蛍光灯の間引き
- 点灯やノー残業デーによる電気の節減
- 裏紙・裏封筒の使用や紙類の分別によるごみの減量化
- 資源の再利用などの取り組みを

ります。

このような取り組みを積み上げた結果、平成15年度を基本とし、平成19年度を比較したところ2・6%の排出削減を行ってきています。

#### 3 本計画における排出削減目標

和寒町では計画期間内での削減率を算出するため、それぞれの事務・事業で実際にどのような取り組みが可能であるか検討をしてきました。取り組みの内容から様々な試算をし、集計した結果、削減率は3・5%となります。

この計画の策定にあたっては、基準年度を考慮して、これまでの実績を反映した削減目標を設定しました。

## 和寒町 地球温暖化対策実行計画



わっさむ

平成20年10月





計画期間内の温室効果ガス排出削減目標を  
**3.5%**とします。  
 (平成20年～平成24年)  
 平成19年度までに  
**2.6%**を削減済みです。  
 (平成15年度を基準として)  
 あわせて  
**6.1%**を目標とします。

このように、これまでの取り組みとして2・6%の排出削減が達成されており、平成20年度から平成24年度の期間内での取り組みによる排出削減を3・5%とし、あわせて6・1%となることから、京都議定書の排出削減目標の6%を達成することとなります。

**温暖化防止に向けた取り組み**

**1 直接的効果の取り組み**

**【電気】**

**照明機器**

始業開始前は、必要箇所を除き原則として消灯とします。  
 昼休みの事務室等は、窓口業務や必要箇所を除き原則として消灯とします。

晴天時等、照度が十分に得られる場所の照明は、業務や利用者に支障のない程度に消灯とします。  
 廊下、階段、ホール等の共有部分の照明は利用者の支障にならない程度に消灯とします。

残業する場合は、業務に支障のない範囲で消灯とします。  
 トイレ、会議室、更衣室、書庫、喫煙室等の人が常時いない場所は使用時のみの点灯とし、使用後は必ず消灯とします。

業務等に支障のない程度に間引き点灯とします。また反射板等の取り付けも検討とします。  
 照明機器に配慮した机・ロッカー等の適正配置に努めます。

照明機器の清掃や電球、蛍光灯の適正な時期での交換に努めます。  
 照明機器の新規、または交換する場合は、節電型照明機器の設置を

検討とします。

電球、蛍光灯を交換する場合は、省電力電球等の使用を検討とします。

**事務機器**

昼休みや長時間不在となる場合は、業務に支障のないOA機器については原則として電源を切りとします。

パソコン、コピー機、プリンター等の省電力モードの設定ができるOA機器は、省電力モードになるように設定とします。  
 退庁時等長時間使用しない場合は、支障のないOA機器については、原則としてコンセントを抜くことを心がけます。

待機電力の削減のため、使用していない電気製品はコンセントを抜きます。  
**その他**  
 職員はハンカチを携帯し、ジェットタオル等の使用を控えます。  
 乾電池は充電式の導入を図ります。  
 喫煙室の換気扇は、原則として自動運転とし、夏季等の窓を開けられない場合は窓を開けて換気扇を利用しない工夫とします。

**【燃料】**  
**暖房機器**  
 事務室等の暖房温度は、利用者に支障のない設定温度とし、こまめ

な管理を心がけます。

使用しない施設の冷暖房は、設備等に支障のない温度設定とします。  
 暖房期間中は暖房効果向上のため、ドアの開放放しのないように心がけます。

クールビズ、ウォームビズを心がけます。  
 暖房機器に配慮した机・ロッカー等の適正配置に努めます。

暖房機器の周辺に遮断物を置かない等の周辺整理に努めます。

その他の取り組みについては、随時広報誌を通じてご紹介とします。

また、地球温暖化対策実行計画の詳細については、住民課環境衛生係(電話32-2421)までお問合せください。



すこやかな成長を願って

特集

# 子育て支援ガイドブックを発行

子育てに関する必要な情報を1冊にまとめました

子育てに必要な手続き、利用できる支援制度、相談機関、施設など産前から思春期までの子どもの成長にあわせて受けられる支援内容について、わかりやすく紹介しています。

## 子育て支援ガイドブック

和寒町では、子育て支援についての基本構想をまとめるため、子育てに関わる各課の職員で構成する「子育て支援事業検討プロジェクト会議」を立ち上げて、これまで実施している事業の見直しや子育てに必要な施策等についての検討を行っています。

ガイドブックは、基本構想に先立ち発行したもので、子育てに必要な手続きや利用できる支援制度、相談機関、施設など子どもの成長にあわせて受けられる支援内容について、わかりやすく紹介しています。

## ガイドブックの内容

ガイドブックは、全41ページからなり、子育て支援に関する事業の追加や廃止のほか、制度改正などにも対応するため、加除式とし、変更になつたページを差し替えることができるようになっていきます。

また、子育て支援一覧表から子どもの成長にあつた、必要な支援内容のページをすぐ探すことができますようになっています。

## その内容は

- 1 妊娠が分かったら
- 2 出産を迎えるにあたって
- 3 赤ちゃんが生まれたら
- 4 乳幼児健診・育児教室
- 5 障がいのある子どもの子育て支援
- 6 子どもを預ける(保育所ガイド)
- 7 児童館・放課後児童クラブ
- 8 小・中学校ガイド
- 9 高校生以上への子育て支援
- 10 児童への各種手当
- 11 ひとり親家庭の方へ
- 12 児童虐待防止について
- 13 和寒町公民館「恵み野ホール」
- 14 ようこそ和寒町立図書館へ
- 15 和寒町公営住宅
- 16 和寒町内医療機関一覧表
- 17 公園や遊び場

の17項目からなり、さらに支援内容ごとに細かく分類されています。

## 配布と閲覧

町では、すでに保育所や小中学校での配布、母子手帳の交付時や戸籍窓口での配布、保育所を利用してない乳幼児や高校生のいるご家庭など

に直接配布しておりますがまだ手元がないご家庭などがありましたら、保健福祉課福祉係までご連絡ください。

また、ガイドブックは、保健福祉センター窓口でも閲覧することができますほか、各種支援内容に関するご相談なども行っておりますので、保健福祉センターまでお問い合わせください。

**子育て支援事業の基本的構想指針**  
現在、策定作業を進めている基本構想については、今後関係機関と協議のうえ、決定次第、広報誌等を通じてお知らせします。

●保健福祉センター

電話 0165-32-2000





クロスアップ  
第6回  
今を生きる 人がそが宝

昭和木匠工芸 代表

馬場 宣

昭

(ばばのりあき)さん

工芸品などの伝統や文化を守り育てていくことも必要

◆塩狩での農業から

馬場さんは昭和14年に幌延町目梨別に生まれた。出生後まもなく父母とともに、塩狩に移住し、農業を営む。そして、昭和26年には昭和44年閉校の塩狩小学校を卒業。昭和29年に和寒中学校を卒業後、塩狩で父の後を継ぐべく農業に従事することを決意した。

しかし、冬期間には仕事がないため、冬山造材で出稼ぎに出ることになる。冬場での丸太を運班する作業は大変な重労働であり、あまりの寒さに限界を感じたという。

その後、手に職をつけようと大工になるため、参考本などを買い独学で学び始める。そして、塩狩部落に冬期間のみ営業していた当時の農業

には欠かすことのできなかった

農機具用木柄部分の製作出荷をしていた星木工場に長として勤めることとなる。しかし、出火全焼という災難にみまわれ、当時の酒向車両製作所の一部で営業を再開。この仕事をやっていたうちに酒向車両製作所に見習いとして、住み込みで2年ぐら修行した。当時は馬そり製作をして

いたという。

その後、実家での農地が増えたため、一度は農業に従事することになるが、当時道内観光での木彫り製品が大量に売れはじめたこともあり、副業として木彫りを始めたのがきっかけとなっていく。

◆木彫り職人として

しだいにこの職業を本業にしたいと考え始めるようになり、本格的に木彫り職人としての技術を学ぶため、上士別の職人のもとで一から修行することを決意。本来なら5年修業のところをほぼ3年で技術を習得し、昭和41年に『昭和民芸社』として独立開業を

果たすことになる。

◆木彫りでのこだわり

開業以来、取引先の数も増し、商品の需要も多く、大量生産が求められるようになる。同時に、機械設備が必要となることから資金には相当苦労したという。

当時は、熊の木彫りの他、鮭の木彫り、基盤・将棋盤など多くの種類を手がけてきた。そんな馬場さんは「木彫りには級も資格も必要ないが、自由な発想で作った作品そのものに価値があり、作品のすばらしさによって価値が決定される。厳しさもあるが、常にも他の商品とは違うもの、そしてそれ以上の商品を製作することにこだわってきた」という。現在では『昭和木匠工芸』と社名を変更し、看板・木塀・木工芸などの仕事

が主となり、時代の移り変わりとともに工芸品も少なくなってきた。こういった伝統や文化を守り育てていくことも必要だと語る。



馬場 宣昭さん [昭和木匠工芸] 69歳  
和寒町字西町 TEL0165-32-2677  
出身：幌延町生まれ  
経歴：1951年 塩狩小学校卒業 1954年 和寒中学校卒業  
1966年 昭和民芸社開業 1996年 昭和木匠工芸に社名変更 2005年 和寒町消防団長  
趣味：スキー、パークゴルフ

# 祝 成人 和寒町成人式

青年らしい、勇気と行動力を発揮していきます

成人式に出席した42名のはたちの門出を祝し、

町内関係者が集うなか、成人式が行われました。

1月10日(土)、恵み野ホールにおいて、新成人を祝い励ます「和寒町成人式」が行われました。

式に出席した42名のはたちの門出を祝し、伊藤町長から「活力ある元気な和寒町を守り育てていくためには、若い力が必要であり、皆さんのご支援とご協力をお願いしたい」と、期待を込めた激励の言葉が贈られました。

また、成人式の実行委員長を務めた川上泰督さんが町民憲章を朗唱したのち、成人を代表し橘亜樹良さんが「今日からは大人の仲間入りを果たしたことで、法律的にも、社会的にも、成人としての責任を持つこととなります。日頃から教養を高めるとともに、青年らしい、勇気と行動力を発揮していきたい」と成人の誓いを述べました。

式終了後には、実行委員会主催による祝賀パーティーも行われ、町おこしの会から成人祝い酒が贈られるなど、久しぶりに再会した同級者らは、楽しいひとときを過ごしていました。



町民憲章を朗唱する川上泰督さん



成人の誓いを述べる橘 亜樹良さん



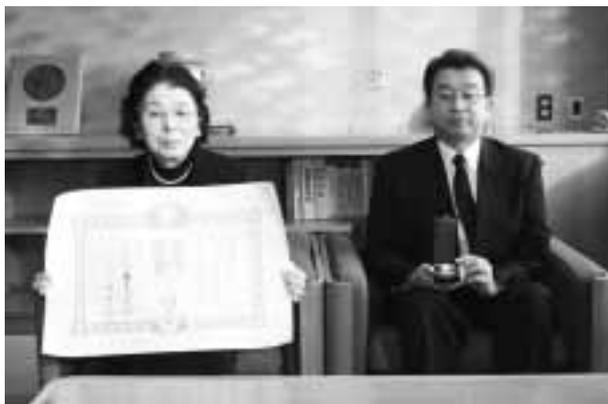
選挙管理委員会から記念品を受け取る南 明美さん



町おこしの会から成人祝い酒を受け取る吉田 敦子さん



## 故 真鍋二三夫さんに特別叙勲 地方自治の育成発展功労で旭日単光章



元町議会議員で11月8日に死去されました故真鍋二三夫さん(74歳)への旭日単光章伝達式が12月26日、役場応接室で行われ、伊藤町長から妻の優子さんへ伝達されました。

真鍋さんは、昭和9年生まれ。昭和54年5月から平成11年4月まで町議会議員を5期20年務められ、その間、副議長や総務社会文教常任委員会委員、建設常任委員会委員長、議会運営委員会委員として、地方自治行政の進展及び議会の円滑な運営など本町の教育、福祉、産業、建設行政の振興発展に尽力されました。

また、教育委員会教育委員、和寒町農業振興対策協議会委員、水道運営委員会委員、企業誘致委員会委員

などの公職を歴任され、特に氏が昭和43年からの10年間に教育委員会教育委員として、当時離農による過疎化や少子化により、児童・生徒の減少が著しい地域の小中学校の廃校問題に対して、自ら地域住民の説得に傾注し、円満に小学校4校、中学校2校の廃校を実現させた功績は誠に大きいものがあります。

さらに、商工会会長や体育協会会長、観光協会会長も歴任され、地域経済の活性化、スポーツの振興、観光事業の展開などに尽力されました。

氏は、人格高潔にして識見に優れ、常に地域住民の意見に耳を傾け、適性機敏な判断力、行動力をもって事にあたり、何事にも筋を通す固い信念は、町民誰もが認め、深い信頼を得ていました。

## 平成21年 和寒消防出初式

1月8日(木)午後1時30分より、サイレンを合図に、平成21年和寒町消防出初式が挙行されました。

消防団員が、庁舎前に整列、団長の挨拶ではじまり、神社で今年一年間の無火災を祈願し、市街地区で、火災予防パレードの後、大通りで分列行進が行われました。

恵み野ホールでの式典では、永年勤続の表彰が行なわれ、次の方々に表彰状と記章が贈られました。

(敬称略)

### ■永年勤続表彰(和寒町消防団)

#### ◎35年勤続

分団長 玉手雅夫  
分団長 真鍋紘一

#### ◎30年勤続

分団長 杉澤茂  
分団長 伏見豊治

#### ◎20年勤続

副分団長 山住浩  
部長 金谷浩幸

#### ◎10年勤続

団員 丹政信  
団員 今野裕二

#### ◎5年勤続

団員 村岡哲也

### ■永年勤続表彰(和寒支署)

#### ◎20年勤続

消防士長 秋濱修二

#### ◎10年勤続

消防士長 奥山敏雄  
消防副士長 半澤潤也



## 平成20年分所得税の確定申告がはじまります

平成20年分の所得税の確定申告が2月16日(月)から下記の会場ではじまります。

期間間近になりますと、大変混雑し、長時間お待ちいただくこともあります。申告書はできるだけ自分で書いて、お早めに提出してください。

### 確定申告

会場	期間	受付時間
名寄税務署	2月16日(月)～3月16日(月)	午前9時～12時、午後1時～5時
町民センター1階子供会室	2月16日(月)～3月13日(金)	午前9時～11時、午後1時～4時

申告書は、国税庁ホームページ【<http://www.nta.go.jp>】の確定申告書等作成コーナーで作成することができます。

### 名寄税務署納税相談(譲渡所得対象)

会場	期間	受付時間
町民センター1階子供会室	2月13日(金)	午前10時～午後3時30分

### 確定申告が必要な方

次に該当する人は、所得税の確定申告が必要ですので、期間内に申告を済ませてください。

平成20年中の年収が2千万円を超える方

2箇所以上から給与を受けている方

給与と所得のほかに、年金や事業所得、不動産所得などがある方

年末調整をしていない方

### 還付申告

年末調整が済んでいる方で次に該当する場合は、確定申告をすることによって、源泉徴収された所得税が還付される場合があります。

家屋を住宅借入金等で新築、購入又は増改築等をした場合

多額の医療費を払った場合など。



### 申告に持参するもの

印鑑

確定申告書など

収入や経費などの証明できる書類(源泉徴収票、収入内訳書)

生命保険、地震保険料、国民年金保険料の各控除証明書、医療費控除の年間支払額が証明されている書類(領収書等)

還付申告の方は本人の預金口座がわかるもの

納める方は口座使用印鑑も持参ください。

### 要介護認定者を対象とする障害者控除について

身体障害者手帳、精神障害者手帳を有している方等が障害の程度に応じて、障害者控除、特別障害者控除の対象とされていますが、介護保険法の要介護認定により普通障害、特別障害に準ずるとして町長の認定を受けた場合に、障害者等と同様に控除の対象となります。

新たに控除を受けるためには町長が発行する認定書が必要となりますので、詳しくは保健福祉課介護保険係(TEL 32-2000)までお問い合わせください。

### 医療費控除について

納税者本人や家族のため1年間に支払った医療費の一定額(「10万円」または「所得の5%」のうち少ない方の額を医療費から引いた額)を「医療費控除」といい、所得から引くことができます。

年収200万円の高齢者の場合、所得は公的年金等控除120万円を引いた80万円。「所得の5%」は4万円です。医療費が年間12万円なら、4万円を超えた額の8万円を控除できます。

控除できる「医療費」には、介護保険料の利用者負担の一定額も含まれます。施設や事業者が発行する領収書をきちんと取っておき申告してください。

## 寄附金控除（ふるさと納税）について

毎年1月1日から12月31日までに寄附を行った方は、寄附先から受け取った領収書などを申告書に添付して申告を行ってください。申告をされた方の所得や寄附金の額に応じて、寄附を行った年の所得税から所得控除され、寄附を行った翌年度の住民税から税額控除されます。

### 《所得税から住宅ローン控除を引ききれなかった人》

税源移譲により、所得税が減額となり控除できる住宅ローン控除額が減る場合があります。

平成11年から平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税から控除しきれなかった額がある場合は申告により、平成21度の住民税（所得割）から控除できます。

なお、平成19年以降に入居した場合は、住民税の住宅ローン控除の適用は受けられません。

住民税の住宅ローン控除の適用を受けるためには、毎年申告が必要です。

申告期限は原則毎年3月15日（21年は3月16日）までとなっていますので、その年の1月1日現在にお住まいの市区町村に申告書を提出してください。

#### 提出方法

##### 所得税の確定申告をされない人

申告書に源泉徴収票を添付してお住まいの市区町村へ提出してください。

##### 所得税の確定申告をされる人

所得税の確定申告書とともに、税務署へ提出してください。

### 申告書の作成は、国税庁ホームページの（[www.nta.go.jp](http://www.nta.go.jp)） 便利な「確定申告書等作成コーナー」で！！

画面の案内にしたがって金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税、消費税の申告書や青色決算書などを作成できます。作成した申告書等は、プリンタを使って印刷した「書面」により、税務署に提出することができます。

### 『e-Tax』を利用する方にもおすすめ！

「確定申告書等作成コーナー」でe-Tax用のデータを作成して、電子申告（e-Tax）をすることもできます。

『e-Tax』を利用して申告すると・・・

#### ①最高5,000円の税額控除

平成20年分の所得税の確定申告を本人の電子署名及び電子証明書を付して、申告期限内にe-Taxで行うと、所得税額から最高5,000円の控除を受けることができます（平成19年分の確定申告で本控除の適用を受けた方は受けられません。）

#### ②添付書類を提出省略

所得税の確定申告をe-Taxで行う場合、医療費の領収書や源泉徴収票等は、その記載内容を入力して送信することにより、提出または提示を省略することができます（確定申告期限から3年間、書類の提出または提示を求められることがあります）。

#### ③還付金がスピーディー

e-Taxで申告された還付申告は早期処理しています（3週間程度に短縮）。

・e-Taxの利用に際しては、開始届出書の提出、電子証明書の取得（手数料が必要です）、ICカードリーダライタの購入などの事前準備が必要です。

・確定申告会場（役場1階子供会室）で、e-Taxで申告することのできるパソコンを準備いたしますのでご利用ください。

※パソコンの環境などにより、ご利用いただけないことがあります。

お問い合わせ先

和寒町役場 住民課税務係 電話32 - 2421（内線133・132）  
名寄税務署 電話01654 - 2 - 2157

## 第30回全道ジュニアクロスカントリー和寒大会

1月11日(日)、和寒東山スキー場クロスカントリーコースにおいて、第30回全道ジュニアクロスカントリー和寒大会が行われました。全道各地の小学生から中学生約230名が出場し、午前には個人競技、午後から継走競技が行われ、日頃の練習の成果を競い合いました。町内からも多くの選手が出場しました。

結果は次のとおりです。



小学1年男子	3位	山石大介さん
小学1年女子	3位	松村美緒さん
	4位	鬼頭くるみさん
小学3年男子	3位	十川涼矢さん
小学4年男子	5位	鬼頭壮一郎さん
小学4年女子	4位	山石沙也加さん
小学5年女子	5位	酒井結衣さん
小学6年男子	5位	丹翔吾さん
中学1年男子	1位	袈田晃司さん
	4位	村岡快斗さん
中学1年女子	1位	松村真由さん
	2位	山口美幸さん
中学3年男子	4位	内田伸明さん
	7位	辻将鷹さん
中学3年女子	2位	山口清美さん

(町内入賞者関係分のみ)

## 第41回北海道中学校スキー大会 クロスカントリーで和寒中4名が全国大会へ出場決定

第41回北海道中学校スキー大会のアルペン競技は、1月14日(水)～16日(金)に富良野スキー場、クロスカントリー競技は、1月16日(金)～18日(日)に和寒東山スキー場クロスカントリーコースを会場に行われました。

クロスカントリー競技では、内田伸明くん(3年)、辻将鷹くん(3年)、山口清美さん(3年)、松村真由さん(1年)がそれぞれ、クラシカル・フリーでの全国大会出場への切符を手に入れました。

大会結果は下記のとおりです。

### 【クロスカントリー競技】

女子クラシカル	3位	山口清美さん	7位	松村真由さん
女子フリー	4位	山口清美さん	10位	松村真由さん
男子クラシカル	6位	内田伸明くん	14位	辻将鷹くん
男子フリー	2位	内田伸明くん	11位	辻将鷹くん

(町内入賞者全国大会出場者関係分のみ)



左から辻将鷹くん、内田伸明くん



左から山口清美さん、松村真由さん



# 図書館へいこう!

## 新着本のご案内

### 〔一般書〕

▼ふたりの季節(小池真理子)▼警官の紋章(佐々木譲)▼断絶(堂場瞬一)▼ほうき星上下(山本一力)▼パリデギ(黄晰暎)▼内館牧子の艶談・縁談・怨談(内館牧子)▼ラクガキいっぷく(中野翠)▼宇宙のかけら(竹内蕙)▼女ともだち(遙洋子)▼壺霊上下(内田康夫)▼雪山冥府(澤田ふじ子)▼仮想儀礼(篠田節子)▼エッジ上下(鈴木光司)▼スノーホワイト(谷村志穂)▼判決の誤差(戸梶圭太)▼恋と恋の間(野中柊)▼東天の獅子4(夢枕獏)▼幽霊コレクター(ユードイット・ヘルマン)▼花嫁は夜汽車に消える(赤川次郎)▼幻影シネマ館(佐々木譲)▼長くつきあった彼と別れたあなたへ(野中圭一郎)▼殺人鬼フジコの衝動(真莉幸子)▼宇宙は、今日も私を愛してくれる(山元加津子)▼美声教室(白石謙二)▼おとぎの国、ロシアのかわいい本(小我野明子)▼いまをどう生きるのか(松原泰道)

### 〔児童書〕

▼ひとめあがり(川端誠)▼うしはどこでも「モ〜」(ケネス・アンダーソン)▼門ばんネズミのノーマン(ドン・フリーマン)▼あの夢は言えない(亀井洋子)▼かいけつゾロリ(イシノシシ)▼ピンチー(原ゆたか)▼いじめ(エレイン・スレバンス)▼ケーキをもってピクニック(テール・チョンキン)

☆毎週土曜日  
14時00分〜  
おはなしかい開催

— 話題の本 —  
『悼む人』  
(天童 荒太/著)  
全国を放浪し、死者を悼む旅を続ける坂楽静人。彼を巡り、夫を期癌の母らのドラマが繰り広げられる。聖者なのか、偽善者なのか? 「悼む人」は、誰なのか? 7年の歳月を費やした長編小説。

図書館のホームページは <http://db.net-bibai.co.jp/wassamu/> アクセスしてみてね!!

# 健康メモ 大切です。子どもの生活リズム

成長発達が著しい子どもには生活リズムを整えることがとても大切です。

20年ほど前から表情が乏しかったり、急にパニックになったり、いったん機嫌を損ねるとなかなか回復できなかつたりする子どもがよくみられるようになりました。そういう子どもは朝ごはんを食べてこないとか、睡眠時間や場所が一定しないとか、生活が安定していない場合が多いことがわかっています。

夜の9時や10時を過ぎた時間にコンビニエンスストアなどで子どもをみかけることがあります。また、夜遅くまでテレビをみたり、ゲームをしているため寝不足の状態です。保育所や学校に行つて半日ボーッと過ごす子どもが珍しくありません。



生活リズムが乱れると寝起きが悪くなりがちで、そうすると「早くご飯を食べなさい」「早く着替えなさい」など親のイライラがつのりま

す。一方で生活リズムが良くなると「起床」「就寝」「食事」はもちろんのこと、細かな生活の場面ごとの切り替えがスムーズになつて親子とも気持ちよく生活が送れるようになり、これが良好な親子関係の基礎になると考えます。

### 生活リズムを整える3つの要素

#### 睡眠

子どもが夜寝ている間には成長ホルモンをはじめとして大切なホルモンが分泌されます。睡眠時間はもちろん、ある程度決まった時間に寝て起きることが生活リズムを整える起点になります。

寝る時間が近づいたらテレビを消して家の中の電気を消しましょう。子どもは布団に入つても大人がテレビをみたり、ゲームをしていてはお休みモードになれません。そして朝は部屋のカーテン

を開けておひさまの光をあびましょう。子どもはまぶたを通して朝の光を浴び、生体時計がリセットされます。

#### 食事

朝は体温を上げるためにエネルギーを補給しなければなりません。

朝ごはんはエネルギーになりやすい炭水化物(ごはんやパン)とタンパク質(卵や納豆・乳製品など)が摂れる食事が望ましいでしょう。

#### 遊び

からだを動かして感じる心地よい疲労感は食欲を高め、布団に入つてからの寝つきをよくします。

冬は体調を見ながら短い時間での外遊びや散歩をしましょう。



(保健師 辻 留美子)

## 年金あれこれ あなたの年金を増やしませんか

### ○付加年金とは

平成20年度の老齢基礎年金の年金額は792,100円(満額=40年間保険料納付)ですが、老後のより高い老齢基礎年金を受けたいと考えている方のために、毎月の保険料(平成20年度は14,410円)のほかに付加保険料を上乗せして納付すると、老齢基礎年金に上乗せして支給される付加年金があります。

また、国民年金保険料と同じく全額が社会保険料控除の対象となります。

### ○付加保険料の額は定額

付加保険料の額は1ヶ月400円です。付加保険料を納付することができる対象者の方は、第1号被保険者または任意加入被保険者の方です。

また、農業者年金の加入者は、必ず付加保険料を納付しなければならないことになっています。

### ○付加年金額は

付加年金額の計算は、次のとおりです。

年金額 = 200円 × 付加保険料納付月数 (65歳から老齢基礎年金を受給する場合)

つまり、保険料月額400円に対して、年金額は年200円ですから、65歳から年金を受給した場合、仮に1年間付加保険料を納付した場合、2年間で付加保険料相当分の年金を受け取ることができます。

※付加保険料の納付手続きについて、役場戸籍年金係または最寄りの社会保険事務所にお問い合わせください。

### ～ 旭川社会保険事務所よりお知らせ!! ～

#### ■年金相談について、事前の予約を受け付けております

旭川社会保険事務所では、年金相談の予約を随時受付しております。お待ちいただく時間がなく、スムーズに相談ができます。

予約相談実施時間 平日 午前8時30分～午前10時00分

午後4時00分～午後6時30分

詳細につきましては、旭川社会保険事務所総合相談室 TEL 0166-72-5004まで

**保険料納付を忘れずに・・・納めて安心国民年金**

## これからの家庭教育

### 生活リズムの確立と睡眠～睡眠の習慣確立を阻む要因～ (ポイント) 大人の生活習慣も見直しましょう

1960年代からの高度経済成長に合わせ、日本人の就床時刻は遅くなり、睡眠時間は減少する一方です。社会全体が昼夜問わず働き続け、深夜営業のお店の明るい光が照らし続ける中で、大人の生活が変わり、子どもの生活がそれに引きずられています。テレビ、ビデオ、ゲーム、インターネットの影響は子どもの世界に入り込み、幼児を対象とした調査結果でも遅寝の要因は「夜9時以降のテレビ娯楽番組を大人と見ること」でした。子どもの健やかな生活リズムのためには、睡眠軽視の大人社会の変容が必要であり、子どもの健やかな成長を願う地域ぐるみの取り組みが大切です。

同時に、睡眠に対する知識の不足が子どもの生活リズムの確立を阻む要因となっています。現在、小中学生の保護者は、自分がまだ幼い頃には夜8時から9時頃に就床していた世代です。「幼い頃夜どのように寝ていましたか？」と尋ねると「早く寝なさい」「子どもの時間は終わった」「テレビを消しなさい」と親からいわれたといえます。改めてその記憶をたどり、睡眠に対するきちんとした認識を伝えていくことが大切です。

(文部科学省 子どもの生活リズム向上ハンドブック 抜粋) - 和寒町青少年育成町民会議 -

## 自衛官募集中

### ■平成21年度採用「予備自衛官補」募集

#### ☆予備自衛官補って？

普段は社会人や学生であっても、いざという時には自衛官として社会のために貢献できる。それが「予備自衛官補」です。一般と技能の公募コースがあり、平成20年7月1日までに全国で5,784名が採用されています。

「身分」非常勤の特別職国家公務員

「採用年齢」一般公募：18歳以上34歳未満

技能公募：18歳以上で保有する技能に応じ53歳～55歳未満

(技能例：医師・看護師・技師・語学・整備・情報処理・通信・電気・建設等々)

◇ 詳しくは、お問い合わせください。

「訓練内容」一般公募：3年以内に50日の教育訓練を受けます。

技能公募：2年以内に10日の教育訓練を受けます。

「教育訓練召集手当て」日額：7,900円(自宅から訓練実施駐屯地までの交通費支給)

「衣・食・住」食 事：教育訓練召集間、無料支給されます。

宿 泊：教育訓練召集間、駐屯地内の定められた宿舎に起居(無料)します。

被服等：教育訓練で使用する作業服等は無償貸与されます。

「応募」電話連絡または、下記住所へお越しください。名寄出張所広報官が対応いたします。

「受付」平成21年1月5日～4月13日(月)(締切日必着)

「試験日」平成21年4月18日・19日・20日のいずれか一日が指定されます。

#### ■問い合わせ先

\*自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所 TEL: 01654-2-3921 (電話お待ちしております)

住所 名寄市西1条南9丁目45(公園通り)

※ 受験申し込みは、和寒町役場総務課でも対応いたします。

# まちのニュース カメラ・アイ ～地域の問題をお届けします～

## かぼちゃ料理教室

12月18日(木)、保健福祉センター調理室において冬至に合わせた和寒産かぼちゃ料理教室が開催されました。教室では農業女性生活改善グループ(代表長 谷川律子氏)のメンバーらが講師となり「一歩進んだかぼちゃのデザート」をテーマとして「かぼちゃパイ」や「かぼちゃのムース」などの料理を作りました。参加した町民の方々は、特産品である和寒産のかぼちゃを丁寧に調理し、おいしそうないい匂いが、調理室いっぱい広がっていました。



12/18

## 芳生苑クリスマス会

12月20日(土)、芳生苑においてクリスマス会が開催されました。社会福祉協議会の川口会長は「ゆっくと家族の皆さんとの交流を深めてほしい」と挨拶

を行ったのち、会場に訪れた多くのご家族のみなさんは用意された、おでんやお寿司などを入所者の皆さんと一緒に楽しみました。



12/20

## J A北びびき鏡餅贈呈



12/22

12月22日(月)、役場庁舎においてJ A北びびき農業協同組合(代表理事組合長尾形正捷氏)から鏡餅の贈呈がありました。尾形組合長は「資材の高騰など厳しい農業情勢にはあるが、これまでの農業に対するご支援に感謝したい」と伊藤町長に鏡餅を贈呈しました。伊藤町長は「国の農業施策に期待するともに、町として必要な施策を講じていきたい」と述べ、役場庁舎1Fの出納室前に贈呈された鏡餅が飾られました。

## 1月1日和寒神社

1月1日(木)、和寒神社に多くの参拝客が訪れ、今年1年の健康や安全祈願などを行いました。



1/1

## 110番通報訓練



1/9

1月9日(金)、町民センターにおいて土別警察署が主催する交通安全少年隊の110番通報訓練が行われました。交通安全協会の真鍋会長から「地域でなにかあったときにすぐに110番通報ができるよう学習していったほしい」と挨拶を受けたのち、少年隊を代表して高原千尋さん(中2)が誓いの言葉を述べていました。隊員らは、土別警察署と直接電話をつなぎ、不審者、盗難、事故などのケースに応じた通報訓練を行い、いざというときの通報の仕方について学習していました。

## ジュニアスキー教室

1月8日(木)から9日(金)13日(火)から14日(水)の4日間にわたり、教育委員会主催

によるジュニアスキー教室が行われました。教室には、幼児から小学1年生までの36名が参加し、町内外の全日本スキー連盟指導員から初歩的なスキー技術を学びました。はじめはあまり滑れなかった子ども、最後にはリフトに乗ることができるようになるなど、有意義なスキー教室となりました。



1/9



