





主な内容

- 2P わっさむ極寒フェスティバル
- 3P Sports 和寒っ子が大健闘!!
- 5P 粗大ごみの出し方
- 12P 越冬キャベツ 和寒の特産品をPR

『元祖越冬キャベツの里』 第31回わっさむ極寒フェスティバル





2月2日(日)、三笠山ふれあいのもりで極寒フェスティバルが開催されました。この日の朝はマ イナス 20℃に迫る寒さ、まさに「極寒!」。晴天に恵まれ、町内外から多くの来場者で賑わいました。 特産品の越冬キャベツの販売や「アウトコーリング」「ガリガリくん早喰い競争」「千切り越冬キャ ベッ早喰い競争」「ニアピンコンテスト」「スノーラフティング」「スノースライダー」「決定!極寒カ ラオケ王」と多くのアトラクションが用意され、来場者は「寒さ」と「越冬キャベツ」の和寒の1日 を楽しんでいました。

恒例のもちまきと大抽選会では、会場のあちこちから悲鳴と歓声が上がり、大盛況となりました。







(札幌自由が丘学園三和高校)

冬を楽しみました! アトラクション





力作ぞろいの





(建和会)

Sports

のドせ 和寒っ子が大健闘!!

アルペンスキー

第57回全国中学校スキー大会 長野県野沢温泉スキー場 2月5日~8日

・女子ジャイアットスラローム 前鼻 塗葱 (中3) 第2位 (滑走者:175名) 朝日美依奈 (中3) 第20位
・女子スラローム 前鼻 凛愛 (中3) 第1位 (滑走者:166名) 朝日美依奈 (中3) 第38位



女子スラロームで優勝した前鼻凛愛さん

柔道

第8回岩崎満杯北海道選抜少年少女大会旭川市総合体育館 2月2日

中学生の部 団体優勝 士別誠心館道場 (出場21チーム) 垂又 征吾さん(中2) 杉澤 蓮さん(中3)

決勝トーナメント

1回戦 旭川永山中学校 4-0 ○ 準決勝 山下道場(名寄) 5-0 ○ 決 勝 登別誠有館有櫛道場 4-1 ○

優秀選手賞 垂又 征吾さん(中2)



杉澤 蓮さん(左)、垂又征吾さん

ソフトテニス

第7回和寒町U14インドアソフトテニス大会和寒町総合体育館 1月25・26日

ダブルス女子の部 優勝 諸戸 里菜さん (中2)(出場60組)佐藤 夢夏さん (中2)

女子トーナメント

2回戦 興田・金住ペア(名寄東中) 3-0 ○ 3回戦 福本・高松ペア(和寒小・広陵中)3-2 ○ 4回戦 帆苅・佐藤ペア(士別南中) 3-0 ○ 準決勝 増茂・村椿ペア(当麻中) 3-1 ○ 決 勝 樫原・生出ペア(剣淵中) 3-0 ○



諸戸里菜さん(左)、佐藤夢夏さん

第41回全道ジュニアクロスカントリー和寒大会

1月25日(土)、和寒東山スキー場クロス カントリーコースで、和寒町スキー協会主催 の第41回全道ジュニアクロスカントリー和 寒大会が開催されました。全道から約250名 の小中学生が参加し、晴天の中、優勝目指し て力走を見せました。

和寒の子どもたちは、小学2年男子で窪田 蒼来さんが優勝、小学3年男子で中道大樹さ んが優勝、濱田恭介さんが3位、小学3年女 子で渡邊璃々さんが3位、小学4年男子で和 久玄さんが優勝、小学5年女子で和久葉澄さ んが3位、小学6年女子で塚崎陽菜さんが3 位に輝くなど、好成績を収めました。



スキースポーツ少年団



<そのほかの出場選手>

小学1年 中道 晴人さん 武山旺士郎さん 小学3年 細川 滉斗さん 内倉 鼓唱さん 和久 柚葉さん 永易 美咲さん 小学5年 細川 皓生さん 永易 巧さん 中学1年 和久 斡希さん 渡辺柊太郞さん 窪田くるみさん 和久 穂香さん 中学2年 村上 楓人さん 永易 幸太さん 中学3年 和久 泰さん 窪田さくらさん







※大会結果は和寒スキー協会のホームページ(QRコード) http://ski.wassamu.net/ に掲載されています。

第19回全町レディースミニバレーボール大会

2月9日(日)、和寒町ミニバレー協会(赤石義美会長) 主催のミニバレー大会が総合体育館で開催され、参加チーム は汗を流し交流をしました。昼食には協会から提供された豚 汁を食べてお腹も満たされたよう

です。

結果は次のとおりです。





(敬称略)

	優勝	準優勝	3位		
	チーム チーター	チームJ子	えび天		
ミドルの部	牧 久美子、田住美樹	今北真由美、遠藤由美子	細田圭子、佐藤香苗		
	長田小百合、金田奈美	村岡美穂、瀬戸加奈子	和久美希子、近藤弘美		
シニアの部	ピンクレディー	バトルファイブ	がんばロース		
	赤石和子、栗山ひとみ	大東美笑子、三浦光枝	本舘美智子、澤井広子		
	斉藤悦子、山口小百合	渡部久子、稲安 恵	十川富久美、丹 弘子		
		小野田ちいみ			

粗大ごみの出し方について

現在和寒町の粗大ごみの一部は、愛別町外3町塵芥処理組合富沢衛生センターに運搬し、破砕して焼却しております。

富沢衛生センター(焼却施設)は、大規模改修工事のため令和2・3年度に2基の焼却炉を1基ずつ交互に休止し、令和3年2月は、2基とも休止する予定のため受入が制限されます。

このため、運べない4月からの「制限期間」の前に、臨時的に受け入れを行い、富沢衛生センターの焼却施設に運搬することといたしますので、希望の方は3月22日の臨時受入日をご利用ください。 (下記の【3】を参照のこと) 臨時受入日に持ち込むことができない場合は、ご不便をおかけしますが、ご自宅での保管をお願いいたします。

【1】搬出(持込)できない対象となる粗大ごみ

※普段、愛別町外3町塵芥処理組合富沢衛生センターに搬出しているもの

ふとん類、ソファー、ベットマットレス、じゅうたん プラスチック製品(つけもの樽、大きなオモチャなど)



【2】上記、粗大ごみを愛別町に搬出(持込)できない期間

令和2年			А	×	×	×	×	×	×	×	В	
	1月	2月	3 月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
令和3年		×	С	×	×	×	×	×	×	×	D	
	1月	2月	3 月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月

※上記の粗大ごみは、しばらくの間リサイクルセンターで受け入れすることができません。令和2年 10月中旬以降に、各自保管いただいている粗大ごみを受入予定です。また、今年度同様の冬期間 の臨時受入も予定しています。(A~Dは臨時受入日を設ける予定です。)

※近くなりましたら、お知らせ版等でご案内します。

【3】上記、粗大ごみのリサイクルセンター臨時受入れについて

富沢衛生センターへの受入れ制限が始まるため、リサイクルセンターで上記記載の「【1】搬出(持込)できない対象となる粗大ごみ」のみを臨時受入れします。

●臨時受入日(A) 令和2年3月22日(日) 第4日曜日開館

●時 間 午前9時~午後4時

●持込可能な品数 1世帯 7品まで

■夏期間搬入(持込)可能な粗大ごみ(4月中旬~11月下旬)

木製家具類、金物類、家電類など、下記の粗大ごみは処理方法が異なるため、今までどおり搬入(持込)・収集ができます。

木製洋服ダンス、勉強机、カラーボックス、本棚、自転車、ラジカセ、炊飯器、掃除機、 電気カミソリ、電気ミシン、プリンター など

※冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機、テレビ、エアコンはリサイクルセンターでは受入しませんので、購入されたお店等で家電リサイクル料金を支払い、処理をお願いします。

まちのニュース カメラアイ ~地域の話題をお届けします~

スキー、楽しかったよ!

和寒東山ジュニアスキー教室(教育委員会主 催)を1月11~12日に開催しました。参加した 保育所年長児と小学1年生の18名は、はじめは怖 がっている子もいましたが、スキー協会指導員の 安全で丁寧な指導により、あっという間に上達。 終了後には「スキーが滑れるようになってうれし い」「もっと滑ってくる」と喜んで報告する姿が 見られました。



雪の中から青々したキャベツ

和寒小学校3年生児童が、農業活性化センター で、雪の中からキャベツを掘り出す体験をしまし た。

6月に種をまき、7月に苗を植え、11月に根を 切って畑に並べる作業をしてきました。最後の作 業は冷たい風が吹く寒い中でしたが、児童たちは 元気いっぱいに雪の中から青々としたキャベツを 掘り出していました。

作業の後は、自分たちで作ったキャベツをジン ギスカンと一緒に食べ、キャベツの甘みに驚き、 1年間の体験学習を終えました。

「黙々と石を削りました」

1月28日(火)、子育て講座で「勾玉作り教 室上が行われました。

講師に彫刻家の長澤裕子さんをお招きし、参加 されたお母さんたちは、しばし無言で黙々と石削 りに没頭していました。作業を進めながら「最 近、誰かにほめてもらったりしていますか?」と の問いかけに、長澤先生やお母さん方みんなで真 剣に語りあう中身の濃い講座になりました。



みんなが気軽に集まれる場所を

昨年11月にオープンした「憩いのオアシス ア マリリス」(旧たけだ衣料店跡)で、1月29日、 町内7カ所のサロン等の担当者による情報交換が 行なわれました。

運営が4年目となるサロンもあるなか、多くの 地域の方々に利用してもらうよう趣向をこらす一方 で、参加者の自主性に任せて自らは力を抜いて楽し むことを意識しているなど、活動を続けていくなか で試行錯誤している様子や得た視点などについて、 互いに参考となる話題が多く出されました。



『みんなで鬼退治』

保育所で、節分の行事「豆まき」が行われました。

当日は、子育て支援センターこども館に遊びに来ていた親子が保育所見学をしていたところ鬼が突然現れ、保育所の子どもたちは「鬼はそと~!」と大きな声で新聞玉を投げつけ、鬼を追い払ってくれました。

怖がっていた子も心の中の「泣き虫鬼」を退治 することができたのではないでしょうか。

プログラミング超初心者教室

2月5日(水)、公民館で生涯学習講演会「プログラミング超初心者教室」を開催しました。

CrossRoad 代表 中野利樹さん(元和寒町地域 おこし協力隊)を講師に、プログラミングとは何なのか、何ができるのかなどを学びました。11名の参加者からは、「初歩的な内容を知ることができ、プログラミングに興味を持つことができた」「論理的に考える力が必要だとわかった」と話され、おいしいコーヒーを楽しみながら自らの学びを深めていました。



2/9 (B)

今年1番のしばれ!冬も地域で交通安全

-34.5℃を記録し今年1番の厳しい冷え込みとなったこの日。三和・菊野自治会で「第27回三和しばれぶっとばせフェスティバル&冬の交通安全スポーツの集い」が開催されました。

開会にあたり、「交通安全の誓い」を参加者全員で読み上げ、交通事故に遭わないよう、交通安全への気持ちを新たにしました。約60名の参加者は、厳しいシバレの中、つきたてのお餅や豚汁、甘酒などで体を温めながら、軽スポーツで親睦を深め、冬の一日を楽しんでいました。

災害の備えを確認

若草自治会「防災の集い」が若草自治会館で開催され、40名の参加がありました。

若草自治会 防災士の方などの話で「自分の身は自分で守るための災害の備え」について、意識を高めていました。

また、お湯を入れるだけで食べられるご飯の非常食を試食して「美味しいし、5年間保存できるので、ぜひ購入したい」との声がでていました。



こんにちは 農業委員会です!

農業委員会総会の会議結果は下記のとおりです

●第2回 農業委員会総会

日時・場所 2月20日(木)13時30分 役場第2会議室

出席委員 14名(全委員出席)

件 1. 農地所有適格法人報告 11件 2. 農用地賃貸借の解除 3件 3. 農用地の一時転用 1件 4. 農用地の賃貸借 3件 5. 農用地の贈与 1件



お問合せは農業委員会 (TEL32-2435) まで

金 あ 狂 れ n

~こんなときには国民年金の届出を~~

国民年金の加入と保険料の納付はお忘れなく

国民年金は、国内に居住する20歳以上60歳未満のすべての方が加入し、保険料を納める制度です。 職業などにより3種類に分類され、加入方法や納付方法が異なります。

	種別	納付方法		
第1号被保険者	自営業や学生など	ご自身で納付します。 (加入手続き後、納付書が郵送されます)		
第2号被保険者	会社員(厚生年金)、公務員(共済組合)の 加入者	勤務先が納付します。 (給料から差し引かれます)		
第3号被保険者	第2号被保険者に扶養されている配偶者	ご自身での納付は不要です。 (配偶者が加入する制度が負担します)		

[※]第1号被保険者の方で国民年金保険料が困難な場合は、免除申請ができます。

次のようなときは手続きが必要です。

届出が必要なとき	異動の内容	手続きに必要なもの		
●厚生年金加入者が会社等を退職し た	第2号被保険者→第1号被保険者 (第3号被保険者に該当する場合を 除<)	印鑑、年金手帳、退職日のわかる 書類 (資格喪失証明書、離職票な ど)		
●配偶者に扶養されていたが、配偶者が厚生年金の資格を喪失した ●配偶者の扶養からはずれた	第3号被保険者→第1号被保険者	印鑑、年金手帳、扶養からはずれ たことがわかる書類 (資格喪失証 明書など)		

■お問い合わせ:旭川年金事務所 TEL 0166-27-1611または住民課お客さま窓口係 TEL 32-2500

町職員人事異動 令和2年3月1日付

- ·住民課環境衛生係兼税務係 大 岩 海 (前職 住民課環境衛生係)
- ~ お世話になりました ~

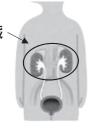
令和2年2月29日付 自己都合退職 今 優 貴 (住民課税務係)

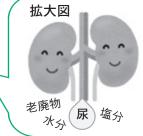


まんせいじんぞうびょう 慢性腎臓病を予防しましょう~

【腎臓のはたらき】





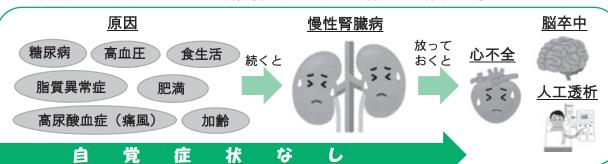


腎臓は24時間休みなく尿を作っています

- ・全身を巡った血液が常に腎臓に流れ込 みます。
- ・血液中の余分な水分や塩分、老廃物を 尿に排泄します。

【慢性腎臓病とは】

生活習慣病や加齢などが原因で腎臓の働きが低下する病気です。自覚症状がなく働きがかなり低 下した段階で、むくみやだるさ、血管障害が現れ、人工透析などの治療が必要になります。



【食生活を改善して慢性腎臓病を予防しましょう】

①減塩にとりくみましょう

塩分をとりすぎると血液中の水分が増えて血圧が上がります。高血圧によって細い血管(直径0.005 mm程度)が傷み、腎臓の働きが低下します。(参考:髪の毛の太さ0.07mm)



減塩食品を選びましょう





(業) 塩分の多い食品を減らしましょう

1日塩分6gが 月安です



漬け物(8 切れ) 塩分約 2 g



みそ汁 約 2 g



約6 g

②食べすぎに注意しましょう

食品に含まれる「たんぱく質」をとりすぎると血液中の老廃物が増えて、腎臓に負担がかかります。

たんぱく質が多い食品(1日の適量*)











魚 小1切れ(50g)

肉薄切り 2切れ(50g) 卵 1個(50g) 豆腐 1/3丁(110g)

※治療の必要なかたは、医師または管理栄養士にご相談ください。

【健康診査を受けましょう】

腎臓の働きの程度を知るには、まず「血液検査」と「尿検査」を受けることが大切です。和寒町で は初期の腎臓病を見つけることができる「微量アルブミン尿検査」も独自に追加しています。健康 診査を受けてご自分の腎臓の働きを確認しましょう。

【管理栄養士 田中 佳香】

紫の紫の画書館へいこう線の紫

第162回直木賞芥川賞受賞作入荷!

<直木賞受賞>

「熱源」

川越 宗一/著



樺太で生まれたアイヌ、ヤヨマ ネクフは故郷を奪われたポー ランド人や、若き日の金田一京 助と出会い、自らの生きる意味 を見出し…。明治維新後、樺太 のアイヌに何が起こっていたの か。アイヌの闘いと冒険を描く 傑作巨篇。

<芥川賞受賞>

「背高泡立草」



古川 真人/著 草は刈らねばならない。そこに 埋もれているのは、納屋だけで はないから-。長崎の島に暮ら し、時に海から来る者を受け入 れてきた一族の、歴史と記憶の 物語。『すばる』掲載を単行本

話題の新着本

「タイガー理髪店心中」

小暮 夕紀子/著

穏やかだった妻の目に殺意が兆し、夫 はつかの間、妻の死を思う。のどかな 田舎町で変転する老夫婦の過去と行く 末とは?



「騒がしい楽園」 中山七里/著

埼玉県の片田舎から都内の幼稚園に赴 任してきた幼稚園教諭・神尾舞子。待 機児童、親同士の確執など様々な問題 を抱える中、動物の惨殺事件が立て続 けに発生。やがて、事態は最悪の方向



「国道食堂」 小路 幸也/著

ちょっと田舎にあるけれど、何を食べ ても美味しい食堂<ルート517>。そこ は、お店の中にプロレスのリングが あって…。ちょっと変わった店に通う 人々の様々なドラマを描く。



「イマジン?」 有川 ひろ/著

憧れていた映像制作の現場に飛び込ん だ、良井良助。専門用語が飛び交う慣 れない現場であたふたする良助だった が、作品と向き合う仲間たちの熱気 に、焦がれるような思いを募らせ…。



今月のBEST本

化。

(1月の貸出回数上位本)

「みちづれの猫」

唯川 恵/著 実家の猫に死期が近いことを母親 から知らされ、私は東京から金沢 に向かうが…。「ミャアの通り 道」をはじめ、猫に寄り添われ救 われてきた女性たちを描く7編の 短編集。



「清明」 今野 敏/著

神奈川県警刑事部長に着任した異色の 警察官僚・竜崎伸也に、警視庁との軋 轢、公安と中国の巨大な壁が立ちはだ かる。一方、妻の冴子が交通事故を起 こしたという一報が…。

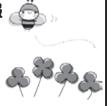


3・4月のイベント情報

おはなし会

3/14 14:00~ おはなし会 3/21 14:00~ おはなし会

3/28 14:00~ おはなし会 4/ 4 14:00~





戸籍の窓口

■人の動き 1月末現在 人 口 3,271人(△6人)

> 男 1, 5 4 1人 (△3人) 女 1, 7 3 0人 (△3人)

世帯数 1,629戸(△3戸)

()は前月比

出生 1人 死亡 3人 転入 0人 転出 4人

■たんじょうおめでとう

あかちゃんあとうさん・おかあさん住 所後藤 惟月拓磨・汀那未 北 町

■お悔やみ申し上げます

氏名年齢住所佐藤 勲さん80歳中和

ご寄付ありがとう ございました

和寒町

- ▼ふるさとまちづくり応援寄付金(ふるさと納税) 1月分 75件 計 940万円
- ▼5万円 亡夫の葬儀に際し 佐 藤 桂 子さん(中 和)

社会福祉協議会

▼10万円 亡夫の葬儀に際し

吉 田 敦 子さん(三 笠)

▼5万円 亡夫の葬儀に際し

佐藤 桂 子さん(中 和)

=寄贈(芳生苑・健楽苑)=(タオル・野菜他)

- ▼東 千重子さん (三和)
- ▼松村ミツ子さん(西和)
- ▼和寒町酒販組合(南町)
- ▼髙桑ヤス子さん(三笠)
- ▼吉田 敦子さん(三笠)
- ▼乗田 政宜さん(西町)

=慰問(芳生苑)=

- **▼**如月ボランティア(抹茶提供)
- ▼喫茶ボランティア(コーヒー提供)

🎁 士別警察署かわら版

≈融雪期の雪による事故の防止≈

3月に入ると昼夜の寒暖の差が大きくなり雪解けが進み、気温が上昇した日には氷のようになった屋根の上の雪が落ちて下敷きになったり、屋根の雪下ろし中に雪とともに落下する危険性があります。次のことに注意して事故防止に努めましょう。

- 道路に面している屋根やビルの窓枠などの 氷雪を確認し、氷雪があれば早めに取り除き ましょう。
- 建物を管理している方は、看板やロープな どで歩行者に注意を促しましょう。
- 雪下ろし作業は、転落防止の措置を講じて 複数人で行いましょう。
- 落氷雪のおそれがある軒下などを歩かない ようにしましょう。
- 落氷雪の危険がある場所で遊んでいる子供 を見かけたら注意しましょう。

北海道警察官募集中 ~≥≥からつながる、未来のために~

~警察官採用試験(第1回)の

申し込みが始まります~

【試験日程など】

- ①受付期間 3月1日(日)~4月8日(水)
- ②第一次試験 5月16日(土)
- ③第二次試験 6月中旬から7月上旬
- ④募集人数 大学卒男性 120 名程度

大学卒女性 40 名程度

高校卒男性 35 名程度

高校卒女性 15 名程度

⑤受 験 地 旭川、名寄、稚内

詳しくは、士別警察署のホームページをご覧いただくか、士別警察署までお問い合わせください。



問い合わせは士別警察署まで 士別警察署 (税23-0110

1月中交通事故状況 (1月末現在)

発生件数		人身	0件(0件)		
		物 損	8件(8件)		
死	者		0人(0人)		
傷	者		0人(0人)		
道内での死者			7人(7人)		

()内は令和2年累計

交通事故死ゼロ日数 1,193日



こんにちは。わかなです月

ぷくぷくほっペがチャームポイントで、くるくる髪の毛 はパーマではなく天然です。 家の中を探索するのが好き で、いつも『わっちゃんどこ~?』と言われます。

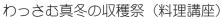
父親ゆずりの人見知りのため、反応がイマイチの時があ りますが声をかけてくださいね。

三好 和奏ちゃん 《H30.10.28生まれ》

北町 三好渉太さん・洸さんの長女

越冬キャベツ 和寒の特産品をPR







越冬キャベツ特別販売会

2月6日(木)に北海道新聞本社道新プラザDO-BOXで「わっさむ真冬の収穫祭」、2月12日 (水)~18日(火)にはJR札幌駅西通り北口にある北海道どさんこプラザ札幌店で「越冬キャベツ 特別販売会」を開催。越冬キャベツや特産品のペポナッツ、フタバ屋のお菓子のほかに新しく商品化 されたビーツ入りトマトジュースなどを販売しました。

「わっさむ真冬の収穫祭」では、料理研究家の坂下美樹さんの料理講座も開かれ、越冬キャベツを 使った春巻きなど3品が紹介されました。催事開催中は、越冬キャベツを目当てに足を止める多くの 人で賑わいを見せていました。





広 報 わっさむ

What

発行/和寒町 編集/総務課情報管理係 印刷/文義堂印刷·出版 some 〒098-0192 北海道上川郡和寒町字西町120番地 電 話 0165-32-2421 (代表) FAX 0165-32-4238 ホームページ http://www.town.wassamu.hokkaido.jp/

