

3年ぶりの全学年での運動会  
今こそ練習の成果を見せるとき！  
6月5日（日）小学校運動会



## 主な内容

- 2P～3P 政策予算3億9,064万円を追加
- 4P 新型コロナワクチン4回目接種のお知らせ
- 5P 入院・通院にかかる医療費助成を高校生等まで拡大
- 6P 一般ごみと粗大ごみが有料になります



# 第2回 町議会定例会 政策予算 3億9,064万円を追加

令和4年度予算

## 総額 68億9,429万円

(一般会計 + 特別会計 + 繰越事業費)

◎新規事業  
●拡充事業



安心して暮らすことのできるまちづくり

### ◎生活環境

(単位：千円)

|      |               |                         |         |
|------|---------------|-------------------------|---------|
| 住環境  | ◎公営住宅等改修      | 旧若草集会所解体工事              | 6,000   |
| 衛生環境 | 下水終末処理場施設設備改修 | 電気、機械設備の更新              | 102,920 |
| ごみ処理 | ◎ごみ有料化        | 分別の手引き、指定ごみ袋作成。可燃ごみ処理委託 | 10,300  |
|      | 廃棄物処理施設整備     | リサイクルセンター施設管理委託 等       | 12,650  |



### ◎社会福祉

|      |                 |                    |       |
|------|-----------------|--------------------|-------|
| 児童福祉 | わっさむ健やかこども医療費助成 | ●中学生までを高校生までに拡充    | 1,050 |
|      | 保育所施設整備         | 正面門扉更新、玄関サッシ改修工事 等 | 3,200 |

### ◎基盤整備

|       |             |                      |         |
|-------|-------------|----------------------|---------|
| 道路網整備 | 町道改修整備      | ◎橋梁点検及び修繕、橋梁長寿命化計画改定 | 104,750 |
|       | 町道バリアフリー化推進 | 若草3条通り L=125m        | 28,000  |
| 雪対策   | 道路維持管理機械整備  | 除雪機械購入               | 38,420  |



## 産業育成による活力あるまちづくり

### ◎産業振興

|     |               |                                  |        |
|-----|---------------|----------------------------------|--------|
| 農 業 | ◎新規就農者確保・育成   | 和寒町地域担い手センター運営協議会(仮)負担金          | 2,500  |
|     | 不良排水対策        | 大雨災害対策のため排水路を改修                  | 10,400 |
| 林業  | 民有林の森づくり推進    | 民有林整備のための造林推進補助                  | 8,800  |
| 商工業 | ◎中小企業経営基盤強化促進 | 中小企業者が行う建物の新增改築、設備導入にかかる経費に対する補助 | 20,000 |



## ひとが輝くまちづくり

### ◎教育文化

|      |            |                           |        |
|------|------------|---------------------------|--------|
| スポーツ | 体育施設整備     | 総合体育館ボイラー更新、大成地域体育館屋上防水工事 | 13,530 |
|      | 東山スキー場設備更新 | 東山スキー場受変電設備更新             | 21,890 |

### ◎行財政

|     |               |                     |       |
|-----|---------------|---------------------|-------|
| 行財政 | ●公共施設等の計画的な改修 | 西町町民センター（産業会館）外壁等改修 | 6,230 |
|-----|---------------|---------------------|-------|



不良排水対策



総合体育館



東山スキー場

## 代表監査委員が選任されました

6月30日で任期満了となる代表監査委員には、議会の同意を得て、村井清一氏（字西町）を任命し、7月1日に辞令を交付しました。

村井氏は平成30年から委員を務められ、今回が2期目となり任期は、7月1日から4年間です。



わっさむ版

# 新型コロナワクチン 4回目 接種のお知らせ



重症化予防を目的に、4回目のコロナワクチン接種を行います。  
接種希望の方は **予約** が必要です。対象年齢によりご案内方法が異なりますのでご了承ください。

|           |                                           |
|-----------|-------------------------------------------|
| ● 集団接種期間  | 令和4年7月1日（金）～令和4年9月下旬                      |
| ● 対 象     | 下記の①または②に該当する <b>3回目接種から5か月以上</b> が経過した方  |
| ● 接 種 会 場 | 和寒町保健福祉センター                               |
| ● 使用ワクチン  | <b>ファイザー社ワクチン</b> または <b>武田／モデルナ社ワクチン</b> |

## 予約から接種日までの流れ

### ① 60歳以上の方

「接種券一体型予診票」が接種可能な時期が近づいた方から順次ご自宅に届きます。



接種を希望される方は保健福祉センターへ電話や窓口で**予約**してください。



接種日の約1週間前までに「**接種日のお知らせ**」がご自宅に届きます。



### ② 18歳以上59歳以下で基礎疾患を有する方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方

「接種券一体型予診票」は届きませんので、次の（１）、（２）の内容を確認してください。

下記にあてはまる方は、医師の説明や許可等は必要ありません。  
**自己申告で接種可能です。**

#### （１）以下の病気や状態の方で、通院／入院している方

1. 慢性の呼吸器の病気、慢性の心臓病（高血圧を含む）、慢性の腎臓病、慢性の肝臓病（肝硬変等）
2. インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病又は他の病気を併発している糖尿病
3. 血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く。）
4. 免疫の機能が低下する病気（治療中の悪性腫瘍を含む。）
5. ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
6. 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
7. 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害等）
8. 染色体異常
9. 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態）
10. 睡眠時無呼吸症候群
11. 重い精神疾患（精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、又は自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する場合）や知的障害（療育手帳を所持している場合）

#### （２）基準（BMI30以上）を満たす肥満の方

接種を希望される方は保健福祉センターへ電話や窓口で**予約**してください。



接種日の約1週間前までに「**接種券一体型予診票**」と「**接種日のお知らせ**」がご自宅に届きます。



予約した接種日に保健福祉センターへお越しください

※ 1, 2回目及び3回目のワクチンが未接種の方も4回目と同じ日程で受けられます。接種希望者はお問い合わせください。

申込み・問合せ

保健福祉センター保健係  
(☎32-2000)

## わっさむ健やか子ども医療費助成制度拡大のお知らせ

# 入院・通院にかかる医療費助成を高校生等まで拡大

和寒町では、0歳から中学生までのお子さんの医療費を助成していますが、令和4年4月診療分より、新たに高校生等まで拡大します。



### 助 成 内 容

0歳から高校生等まで※の入院・通院費の全額助成（保険適用医療分）

### 新規申請が必要な方

平成16年4月2日～平成19年4月1日 生まれの子をもつ保護者

対象となる保護者宛に「わっさお健やか子ども医療費受給資格認定申請書」を郵送しています。該当される方は「7月15日（金）までに」手続きをお願いします。

以下のどちらかの方法で申請してください

申請の方法



ア、郵送にて申請

イ、保健福祉センター窓口にて申請

※高校生等まで：満18歳に達する日（誕生日の前日）以後の最初の3月31日まで。  
高校等進学により町外に転出しても、保護者が町内に居住している場合は対象となります。  
なお、婚姻した方やお子さんの所得が48万円をこえる場合は対象となりません。

### 医療費助成の方法

#### ●令和4年4月診療分～7月診療分の医療費について

保健福祉センターで申請の手続きをしてください。  
後日ご指定の口座に振り込みます。

#### 【持ち物】

- ①医療機関等で支払いした医療費領収書またはそれを証明できるもの（レシートも可）
- ②印鑑（朱肉を使用する印鑑）
- ③口座番号など振込先を確認できるもの

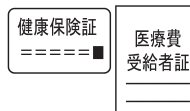
#### ●8月診療分から、医療機関の窓口で受給者証を提示してください

～新しい受給者証は、保護者宛に7月下旬ごろ郵送します。

#### 【医療機関・薬局窓口で提示するもの】

- ① 健康保険証
- ② わっさむ健やか子ども医療費受給者証

受給者証は、北海道内の医療機関・薬局で有効です



受給者証は  
窓口で必要です  
お忘れなく！

高校生等までの「重度心身障害者医療費受給者証」「ひとり親家庭等医療費受給者証」をお持ちの方も全額助成（保険適用医療分）に拡大します。新しい受給者証は7月下旬ごろ郵送します。



# 一般ごみと粗大ごみが有料になります

平成14年から西和ごみ処分場で一般ごみは埋立処分してきましたが、今までと同じ処分を続けると、埋立できる量が令和7年で満杯になることがわかりました。10月から愛別町にあるごみ焼却施設で一部のごみを処理できることになり、町民の皆さんにごみ処理にかかる費用の一部をご負担いただくため、5月にごみ有料化に関する説明会を開催しました。参加いただいた方々からも、ごみ有料化に対しご理解をいただきました。

ごみの分別については、説明会の開催や広報などでお知らせさせていただきます。

## 一般ごみ収集・直接搬入（10月分別開始、令和5年1月から有料化）

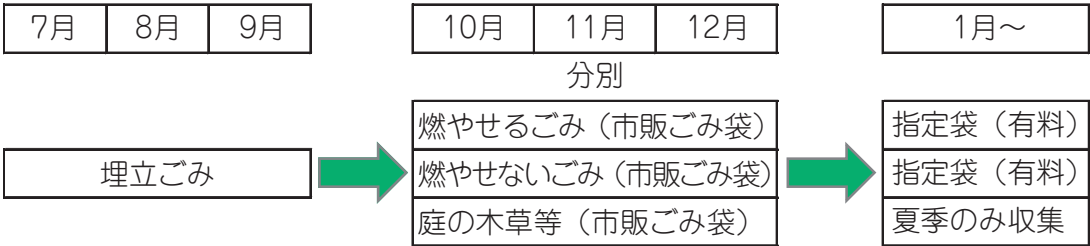
### ①一般ごみ収集

一般ごみは、10月から燃やせるごみ（可燃ごみ）・燃やせないごみ（不燃ごみ）・庭の本草等に分け、市販のごみ袋に入れて収集に出してください。令和5年1月から有料指定袋を出していただきます（燃やせるごみ指定袋（20L／10枚）を、12月に全戸配布予定）。ごみ袋は、燃やせるごみが40Lと20Lの2サイズと燃やせないごみは10Lのみとなります。（庭の本草等は無料）

| 区 分     | ごみ袋サイズ | 金額（10枚／組） |
|---------|--------|-----------|
| 燃やせるごみ  | 40リットル | 1,200円    |
|         | 20リットル | 600円      |
| 燃やせないごみ | 10リットル | 600円      |



#### スケジュール



※10月から燃やせるごみ排出試行期間として、分別を開始し愛別町にある施設で焼却処理を開始します。

### ②直接搬入（10月からリサイクルセンターが一時保管場所になります。）

| 分 類               | 直接搬入金額<br>10kgあたり | 受入条件                             |
|-------------------|-------------------|----------------------------------|
| 燃やせるごみ<br>（可燃ごみ）  | 200円<br>※計量端数切り上げ | 市販のごみ袋に可燃<br>ごみ・不燃ごみ分け<br>て持ち込む。 |
| 燃やせないごみ<br>（不燃ごみ） |                   |                                  |

※指定ごみ袋に入れて持込みしたときは、料金はかかりません。

#### 10月以降ごみ収集

| 曜日 | ごみ収集区分            |
|----|-------------------|
| 月  | 生ごみ・庭の木、草等（月数回午後） |
| 火  | 容器包装プラスチック（隔週）    |
| 水  | 燃やせるごみ（農村AB隔週）    |
| 木  | 生ごみ               |
| 金  | 資源ごみ・燃やせないごみ（隔週）  |

## 粗大ごみ（10月から有料化）

| 区 分  | 10kgあたり | ※注意                                             |
|------|---------|-------------------------------------------------|
| 直接搬入 | 200円    | 10kg未満200円、10.1kgから19.9kg400円<br>計量端数切り上げになります。 |
| 収 集  | 300円    | 上記同様計量端数切り上げ。                                   |

※重さによって料金が決まる「従量制」・粗大ごみ収集は令和5年5月から有料となります。

## 新型コロナウイルス感染症対策等情報

6月17～18日の第2回町議会定例会において、新型コロナウイルス感染症対策として追加補正を行いました。主な内容をお知らせします。

### ・公共的空間安全・安心確保事業 563万円

町内公共施設における感染防止対策に必要な物品の整備及び施設の改修・修繕をします。

### ・保健福祉センター空調設備整備事業 1,900万円

ワクチン接種会場の他、各種教室・検診など不特定多数の町民が集まるため、換気能力の向上・熱中症対策として空調設備を整備します。

### ・介護サービス事業所応援事業 170万円

介護事業所が継続してサービス提供を行うために必要な感染予防対策に支援するとともに、利用者と家族の面会環境を整備する介護事業所に応援金を交付します。

### ・公共施設感染予防対策事業 287万円

保育所内の手洗い場蛇口を非接触型のセンサーに取り替えます。屋外給湯器及び蛇口1か所を増設し、屋外保育行事での手洗い等に活用します。

図書館内の接触感染を防ぐため、来館者が利用する洗いの蛇口を自動センサーに切り替えます。

### ・お買い物クーポン発行事業 1,580万円

町民の感染予防に対する努力や協力に対する感謝を込めて町内でご利用いただける、全町民1人5千円分のお買い物クーポン券を配付します。

### ・和寒元気！プレミアム応援券発行事業 2,700万円

新型コロナウイルスの影響による町内消費落ち込みの早期回復と地域経済の活性化のため、「プレミアム付き商品券」を発行する実行委員会に対し補助金を交付します。

### ・経営継続緊急支援事業 1,100万円

長引く新型コロナウイルス感染症流行の影響により、経営に大きな打撃を受けている町内の中小企業、個人事業主等に対し、今後の経営継続を支援することを目的に緊急支援金を交付します。

## 災害の備えは大丈夫ですか？

新型コロナウイルス感染症の不安が続いていますが、災害はいつ起きるかわかりません。突然やってくる災害に対して、被害をできるだけ抑えるために日頃から家庭で、次のような備えを進めておいてください。

○地域で協力し合えるよう“顔の見える関係”を築き、避難するときは、近所に声を掛けて。

○災害時に備えて、家族で避難場所などについて話し合っておくことも大切です。避難所が過密になることもあるので、可能な場合は親戚や友人の家等の避難も検討してみましょう。

○気象情報に気をつけて。

携帯電話をお持ちの方は、和寒町に警報などの発令がされますと、メール配信される設定ができます。北海道防災情報の携帯サイト <http://i.bousai-hokkaido.jp/> から登録ができます。

○地震に備え、金具や市販の転倒防止用具で、家具などが倒れないよう固定してください。

○停電に備え、防災無線の受信機や懐中電灯に使用する電池を用意しておいてください。

また、長時間の停電では、ランタンやカセットコンロが役立ちます。

### 非常用持出品を確認

災害時には、電気や水道等のライフラインが止まる可能性もあります。日頃から、保管場所や内容について確認しておきましょう。

例：マスク、消毒液、体温計、水、食料、常備薬、懐中電灯、防災情報ラジオ、電池、軍手、防寒具など



# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～令和4年度の保険料と保険証の一斉更新について～

### ■ 保険料の計算方法（令和4年度）

保険料額は、被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と、前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

|                                             |   |                                                                      |   |                                                    |
|---------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------|
| <b>均 等 割</b><br>【1人当たりの額】<br><b>51,892円</b> | + | <b>所 得 割</b><br>【被保険者本人の所得に応じた額】<br>(令和3年中の所得－最大43万円)× <b>10.98%</b> | = | <b>1年間の保険料</b><br><b>【限度額66万円】</b><br>(100円未満切り捨て) |
|---------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------|

※ 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

※ 「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。

※ 前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

### ■ 保険料のお支払い方法

- 保険料の納め方は、原則「年金天引き」です。（申し出によって「口座振替」も可能）  
ただし、次のいずれかに当てはまる方は「年金天引き」ができないため、「納付書」または「口座振替」にて納めてください。
  - ◆ 介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額 18 万円未満の方）
  - ◆ 介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計額が、介護保険料が天引きされている年金の受給額の半分以上を超える方
  - ◆ 新たに制度に加入された方の半年の期間
- ※ 「口座振替」をご希望の場合は、金融機関での手続きが必要です。

### ■ 保険証が新しくなります（黄緑色→黄色）

現在、ご使用の黄緑色の保険証の有効期限が令和4年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を郵送します。（黄色 有効期限：令和4年9月30日まで）

- 窓口負担割合の見直しに伴い、9月中に、すべての被保険者の方を対象に新しい保険証を郵送します。  
(窓口負担割合が変更とならない方も含みます。)

| 後 期 高 齢 者 医 療 被 保 険 者 証 |      |                            |   |
|-------------------------|------|----------------------------|---|
| 有効期限                    |      | 令和4年9月30日                  |   |
| 交付年月日                   |      | 令和4年7月 1日                  |   |
| 被保険者番号                  |      | 00000000                   |   |
| 被<br>保<br>険<br>者        | 住所   | 上川郡和歌町字□□□                 |   |
|                         | 氏名   | 和 寒 一 郎                    | 男 |
|                         | 生年月日 | 〇〇年〇〇月〇〇日                  |   |
| 資格取得年月日                 |      | 〇〇年〇〇月〇〇日                  |   |
| 発行期日                    |      | 〇〇年〇〇月〇〇日                  |   |
| 一部負担金の割合                |      | 1 割                        |   |
| 保険者番号並びに保険者の名称及び印       |      | 39014642<br>北海道後期高齢者医療広域連合 |   |

新しい保険証は黄色です

### ■ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）、限度証（限度額適用認定証）も新しくなります（橙色→水色）

現在、ご使用の橙色の減額認定証及び限度証の有効期限が、令和4年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。引き続き対象に該当する方には7月中に保険証と一緒に郵送します。

8月1日からは水色の減額認定証及び限度証をご使用ください。

（有効期限は1年間です。）

| 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証   |      |                            |  |
|---------------------------|------|----------------------------|--|
| 有効期限<br>交付年月日             |      | 令和5年7月31日<br>令和4年8月1日      |  |
| 被保険者番号                    |      | 00000000                   |  |
| 被<br>保<br>険<br>者          | 住所   | 上川郡和歌町字□□□番                |  |
|                           | 氏名   | 和歌 一郎                      |  |
|                           | 生年月日 | 〇〇年〇月〇〇日                   |  |
| 発行期日                      |      | 〇〇年〇月〇〇日                   |  |
| 適用区分                      |      | 区分Ⅰ                        |  |
| 長期入院<br>該当年月日             |      | 保険者<br>者印                  |  |
| 保険者番号並び<br>に保険者の名称<br>及び印 |      | 39014642<br>北海道後期高齢者医療広域連合 |  |

新しい限度額適用認定証は水色です

### ■ お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

【住所】〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館 6 階

【電話】011-290-5601

和寒町役場 住民課保険医療係

【電話】32-2422



# 令和4年4月から 国民健康保険税が変わります



国民健康保険税の税率の改定を行いましたのでお知らせします。

## ◆新しい保険税率

| 区 分   |                  | 医療分<br>(国保に加入する<br>すべての方) |          | 後期高齢者支援分<br>(国保に加入する<br>すべての方) |          | 介護分<br>(40歳以上から<br>65未満の方) |          |
|-------|------------------|---------------------------|----------|--------------------------------|----------|----------------------------|----------|
|       |                  | 改正前                       | 改正後      | 改正前                            | 改正後      | 改正前                        | 改正後      |
| 所得割   | 所得に対して           | 5.0%                      | 6.0%     | 2.0%                           | 2.0%     | 1.0%                       | 1.2%     |
| 資産割   | 固定資産税に対して        | 24.8%                     | 10.0%    | 15.2%                          | 10.0%    | 8.0%                       | 5.0%     |
| 均等割   | 加入者1人あたり         | 23,000円                   | 24,000円  | 5,000円                         | 5,000円   | 6,000円                     | 7,000円   |
| 平等割   | 1世帯あたり           | 25,000円                   | 26,000円  | 10,000円                        | 10,000円  | 6,000円                     | 7,000円   |
| 賦課限度額 | 1世帯あたりの<br>最高限度額 | 630,000円                  | 650,000円 | 190,000円                       | 200,000円 | 170,000円                   | 170,000円 |

世帯ごとの課税額は、7月初旬に届けられた納税通知書をご確認ください

## ◆国保税の改定について

国民健康保険は、持続可能な医療保険制度を構築し、将来にわたり国民皆保険制度を堅持するため、平成30年度から都道府県と市町村が共同で運営をしています。道が財政運営の主体となり、市町村ごとの国保事業費納付金を決定するとともに、市町村ごとの標準保険税率を算定します。町は道が算定した標準保険税率を参考に、国保事業費納付金を納めるために必要となる町の国保税の税率等を決定します。

昨年度に引き続き、納付金を納めるために必要な財源となる町の国保税の税率改正を行い、標準保険税率に近づけ安定的な運営を目指しています。



## 保険証更新

## 国民健康保険証を郵送します

北海道  
国民健康保険  
被保険者証

有効期限 令和5年7月31日  
交付年月日 令和4年8月1日  
適用開始年月日 ○○○年△月△△日

記号 和 番号 111111 (枝番) 01

氏名 和寒 花子

生年月日 ○○○年○○月○○日 性別 女

世帯主名 和寒 太郎

住 所 北海道上川郡和寒町字□□□番地

保険者番号 011312

交付者 和寒町

限度額適用認定証は  
**自動更新されません**

限度額適用認定証は役場で  
更新手続きをして下さい



新しい保険証は緑色です

○新しい保険証は**7月下旬**  
に**郵送**します。届きましたら  
内容をご確認ください。



○有効期限満了の保険証  
は、住民課保険医療係に  
返却するか、ハサミ等で  
細かく裁断し処分してくだ  
さい。



## 和寒町防犯協会新役員が決まりました

令和4年度から3年間、犯罪の無い明るいまちづくりを目指して活動します。町民みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。(敬称略)

- |      |          |           |          |
|------|----------|-----------|----------|
| ・会長  | 浜田友子(西町) |           |          |
| ・副会長 | 辻博幸(西町)  |           |          |
| ・理事  | 高田秀人(北町) | 杉山禎裕(日ノ出) | 西田陽司(西町) |
|      | 島田周(西町)  | 小林めぐみ(菊野) | 安藤清恵(西町) |
|      | 笠嶋彰英(西町) | 土井一光(西町)  | 下司和也(三笠) |
| ・監事  | 後藤和博(南町) | 吉田隆宏(西町)  |          |

## こころの健康 ～悩みごと、お気軽にご相談ください～



もし、あなたが悩みを抱えていたら誰かに相談してみませんか。ひとに話すことで、少しでもこころが軽くなるかもしれません。秘密は守られます、まずはお電話ください。

●和寒町保健福祉センター 0165-32-2000 (平日 8:30 ~ 17:15)

●北海道いのちの電話 011-231-4343 (有料・365日24時間対応)

自殺を考えるほどの深い悩み・苦しみを抱え、誰にも相談出来ずにいる方々の支えになります。

●24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310 (無料・365日24時間対応)

いじめやその他の子どものSOS全般に悩む子どもや保護者などを対象とした窓口です。

●よりそいホットライン 0120-279-338 (無料・365日24時間対応)

DV、性暴力、自殺を考えるほど悩んでいる時など、どんな悩みも一緒に解決する方法を探します。

## 地域おこし協力隊 だより

塚本 麻里 隊員



先月ご案内した、わっさむ食と観光案内所での【糰生甘酒の販売】について、さらに嬉しいお知らせです。スタンダードな甘酒に加え、【抹茶・きなこ・黒ごま・カカオ】味もお求めいただけるようになりました！

こちらの4種類は特に、甘酒というより【アイス感覚】またはおうちカフェタイムでの【発酵ラテ】(2~3倍の牛乳や豆乳で割る)としてお召し上がりいただくのがおすすめです。砂糖なし、アルコールなし、栄養たっぷり！便秘解消や美肌効果にも最適なので、片手で手軽にエネルギー補給しがてらおいしいおやつタイムを味わってください。あなたのお好みのお味はいかに(\*^~\*)



### 天然麴の通販 と 手作り発酵食教室

Hakko Class. 塚本 麻里

HP <https://tsuku2.jp/hakko-class>

TEL 090-3386-0290

FB <https://www.facebook.com/HakkoClass>

▲「いいね！」お願いします！

# 地域おこし協力隊 **だより**

坂口 美洋子 隊員



## チャレンジメロンのお知らせ

わたしのメロン栽培への挑戦はまだ雪も残る3月、メロン農家の佐藤昭徳さんでの実習から始まりました。4月中頃、活性化センターの苗床（＝苗を育てる温かい場所）で、自分が栽培するメロンの種まきをしました。種から芽が出る瞬間をドキドキ待っていましたが、いくら待っても芽が出なく、わたしの初めてのメロンの種まきは失敗から始まりました。（温かさが足りなかったみたい。）

メロンの芽が出ないことにはメロン栽培が始められないので、佐藤さんの苗床で芽が出るまで育てて頂き、ようやく出た芽を丈夫な苗に育てるところから始めました。

メロンは寒さに弱く、メロンの苗を電気マットや電熱線の上に置いて電気で温めて育てます。それでも寒すぎて苗がしおれてしまった時もあります。

丈夫な苗になる日まで、毎朝起きるとメロンが元気かどうか確認するまでは安心できない日々が続きました。5月に入るとだんだん気温の暖かい日々が増え、メロンの苗が大きくなるスピードも早くなり丈夫に育ってきています。

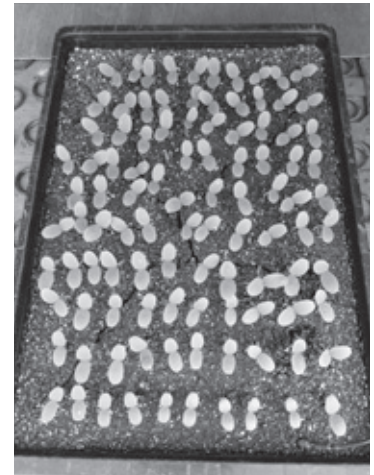
今は活性化センターの40メートルのハウスへ植えかえました。狭い場所から広い場所になったので、これからはもっと勢い良く育ってくれると思います。このメロンハウスには「MK-M197」という青肉メロン40本と、「ルピアレッド」という赤肉メロン40本を植えました。

美味しく育てば8月中頃、『チャレンジメロン』として和寒町の皆さまに販売できればと思っています。

初めての種まき失敗  
(ˉ:ω:ˉ)



成功 (\*^▽^\*)



5月下旬  
メロン苗はここまで大きくなりました。





## 観光列車「花たびそうや号」をお出迎え

5月14日～6月5日の土日に運行の観光列車「花たびそうや号」をお出迎え。

和寒駅は商工会女性部の皆さんが、塩狩駅では役場職員がお出迎えし、乗客や鉄道ファンの方たちでとても賑わいを見せていました。

「花たびそうや号」へのお出迎えは、旭川～稚内間での沿線市町村で行なわれ、乗客の皆さんの旅の思い出になったことでしょう。また宗谷線でお待ちしています。



和寒駅では商工会女性部の皆さんによるお出迎え



塩狩駅では役場職員によるお出迎え

## 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6回 農業委員会総会

日時・場所 6月21日（火）午後4時 役場第2会議室

出席委員 12名（全員出席）

|     |                                |     |            |     |
|-----|--------------------------------|-----|------------|-----|
| 議 件 | 1. 農用地の解約                      | 4 件 | 2. 農用地の賃貸借 | 2 件 |
|     | 3. 農用地の使用貸借                    | 1 件 | 4. 農用地の売買  | 2 件 |
|     | 5. 農業委員会活動の点検・評価及び最適化活動の目標について |     |            |     |

お問い合わせは農業委員会（TEL32-2435）まで

旭川地方法務局からの  
お知らせ

## 自筆証書遺言書保管制度のご案内

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こと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、すべて予約制となっています。ご検討される方は最寄りの法務局まで、お気軽にお問合せください。

【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/>

【手続きの詳細】 旭川地方法務局ホームページ  
<https://houmukyoku.moj.go.jp/asahikawa/>



【お問合せ先】旭川地方法務局名寄支局（TEL 01654-2-2349）

## マイナポータルで べんりなこと、いろいろ

マイナンバーカードを作られた方は、スマートフォン・PCからカードを読み取ることで、「マイナポータル」というサイトから子育てや介護をはじめとする行政手続の検索や、オンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ることができたりします。

### 特定・後期健診の結果確認

特定健診情報の他にも、薬剤情報・医療費を確認することができます。



### 税金情報の確認

ご自身の住民税・所得情報を確認することができます。



### 年金情報の確認

年金資格記録・支払額・振込予定日の確認ができます（マイナポータルとねんきんネットを連携させる必要があります）。



### 年金のお手続き

保険料の免除・猶予申請（学生納付特例含む）、国民年金への加入（きりかえ）のお手続きができます。



### そのほかにも・・・

- ・児童手当情報の確認
- ・障がい者手帳に係る給付情報の確認
- ・生活保護に関する情報
- ・介護保険に関する資格・給付情報



など、和寒町民の方が利用できるサービスについて、詳しくは下部のQRコード、または担当部署へお問い合わせください。

## まずはマイナンバーカードの申請から！

役場住民課お客さま窓口係では、申し込みに必要な端末をお持ちでない方や手続きが不安な方をお手伝いしていますので、お気軽にご相談ください。

### 申請書があり、郵送で申し込む場合

1

申請書に申請日・氏名など必要事項を記入



2

6か月以内に撮影した顔写真を申請書に貼る



3

申請書に同封してある返信用封筒に申請書を入れてポストへ投函（差出有効期間が切れていても、そのまま使えます）



後日はがきが届いたら、本人確認書類（免許証等）を持って役場でカードの受け取り



役場お客さま窓口では、顔写真の撮影もタブレットで行っています。  
また、申請書が無い方への再発行も行っていますので、お気軽にお問合せください。

### 注意事項について

- 申請からお渡しまで1ヶ月程度かかります。  
※マイナンバーカード未取得の方に、QRコード付申請書が令和4年7月～令和4年9月までに送付される予定です。
- 受取は原則申請者ご本人です（病気、身体の障害、その他やおえない理由等があれば代理人に委任できます）。

- ①マイナンバーカードを取得等された方
- ②保険証利用登録をされた方
- ③公金受取口座を登録された方

あわせて20,000円分のマイナポイントもらえます！



マイナポータルはこちらから



お問い合わせは住民課お客さま窓口（電話32-2500・2422）まで

# まちのニュース カメラアイ ～地域のお話をお届けします～



5/13  
(金)

## 子育て講座『小児救命救急講座』

こども館で保育所入所前のお子さんをお持ちのお母さんを対象に、和寒消防の救急救命士2名を講師に『小児救命救急講座』を開催しました。

誤嚥や熱性けいれんなどの対処法や心臓マッサージなど、お母さん達は、とても真剣に人形を使った実践を行っていました。

『もしも』は、起きないことが一番ですが、対処法を知っていれば安心につながりますね。

## 公民館の調理室がピカピカに！

和寒町ボランティアクラブの皆さんが、公民館調理室の清掃ボランティアを行ってくれました。ガス台などの調理器具から、食器の一つひとつまでキレイにさせていただき、調理室全体が整理され、より使いやすくなりました。ボランティアクラブの皆さん、ありがとうございました。



5/25  
(水)



5/30  
(月)

## 税金への理解を深めました！

和寒小学校6年生の児童が役場職員を講師に税金について学習しました。和寒町に集まる税金の金額、使い道など、思いのほか身近な税金のことについて、自分たちの生活に置き換えて真剣に学習していました。

## 児童が田植えを体験

和寒小学校5年生の児童が、字中和 西川直哉さん宅圃場で田植えを体験しました。

児童は西川さんの指導のもと、慣れない泥の感触に戸惑いながらも丁寧に苗を植えていました。今後は稲刈りや収穫も予定しています。



5/30  
(月)



6/3  
(金)

## みんなで仲良く遊んでね

民生委員児童委員協議会の児童部会（大石多恵子部会長）が、こども館の子どもたちに「ウディころころキューブ」というおもちゃをプレゼントしました。レールになっている積み木を重ね合わせて、球を転がすおもちゃです。贈呈後、早速子どもたちがトンネルを作ったり、長いレールを作ったりして、球を転がして遊んでいました。



6/4  
(土)



## 塩狩峠記念館と「花たび そうや」を見学

わっとさむドキドキクラブは、ＪＲで塩狩駅まで行き塩狩峠記念館と観光列車「花たび そうや」の見学を行いました。24名の参加者は花たびそうやの乗客に手を振り「和寒へ、ようこそ～」と可愛く声かけをしてくれました。その後、塩狩峠記念館で三浦綾子と「塩狩峠」についての話を聞き。さっそく興味を持って小説を手にする様子も見られました。

## 冥福と恒久平和を願う

和寒町戦没者慰霊招魂祭が忠魂碑前（保健福祉センター横）で執り行われました。遺族や来賓の方々約50人が参列し、3年ぶりに献茶や詩吟などの奉納行事も実施しました。

その後、参列者一人ひとりが献花を供え、247名の戦没者の冥福をお祈りしました。



6/15  
(水)

## 公共機関電話番号

|                |         |            |       |         |
|----------------|---------|------------|-------|---------|
| 和寒町役場（代表）      | 32-2421 | 和寒町教育委員会   | （北 町） | 32-2477 |
| お客さま窓口（1 階）    | 32-2500 | 公民館        |       |         |
| 住 民 課（1 階）     | 32-2422 | 図書館        | （西 町） | 32-4646 |
| 産業振興課（1 階）     | 32-2423 | 総合体育館      | （三 笠） | 32-4470 |
| 農業委員会（1 階）     | 32-2435 | 保健福祉センター   | （西 町） | 32-2000 |
| 出 納 室（1 階）     | 32-2420 | 保育所        | （三 笠） | 32-2242 |
| 総 務 課（2 階）     | 32-2421 | こども館       | （三 笠） | 32-3125 |
| 建 設 課（2 階）     | 32-2424 | 和寒町立診療所    | （西 町） | 32-2103 |
| 議会事務局（3 階）     | 32-2436 | 農業活性化センター  | （日ノ出） | 32-2010 |
| 消防和寒支署（1 階）    | 32-2119 |            |       |         |
| 救急・火災の時は・・・119 |         | バス予約（専用電話） |       | 32-2525 |



ケーちゃん

# サマージャンボ7億円

（1等5億円・前後賞各1億円合わせて）

# サマージャンボミニ3,000万円

（1等3千万円）

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

## 7月5日火 2種類同時発売!

発売期間 7/5火～8/5金  
抽せん日 8/17水

公益財団法人北海道市町村振興協会

各1枚 300円

## 年 金 あ れ こ れ ～国民年金に関する電子申請が始まりました～

国民年金第1号被保険者の各種手続きについて、「マイナポータル」を利用し、電子申請ができるようになりました。

申請には、マイナンバーカードやマイナポータルの利用登録が必要で、スマートフォンやパソコンで申請書を作成することができます。マイナポータルから電子申請した場合は、申請結果についてもスマートフォン等で確認することができます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

### 電子申請の対象となる手続き

- ・国民年金被保険者関係届出書（申出書）  
※資格取得届・種別変更の手続きに限られます
- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- ・国民年金保険料学生納付特例申請書



令和4年度免除・納付猶予申請の受付は、7月1日から行っております。

マイナポータルのほか、役場住民課お客さま窓口係でも引き続き申請できますのでご相談ください。

■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

## 自衛官募集

| 受験種別   | 応募資格                       | 受付期間                                           | 試験日 及び 会場                                     |
|--------|----------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 自衛官候補生 | 18歳以上33歳未満<br>(令和5年4月1日現在) | 受付中<br>～8月15日(月)締切<br>※9月以降の試験も随時<br>受け付けています。 | 8月21日(日)・8月22日(月)のい<br>ずれか1日を指定できます。<br>会場：旭川 |



■興味のある方は、お気軽に下記までご連絡ください。  
自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所  
TEL 01654-2-3921 住所 〒096-0011 名寄市西1条南9丁目45  
※受験申込は、和寒町役場総務課でも対応します。

## 工事着工の状況

| 場 所 | 工 事 名             | 施 行 内 容                                   | 金 額(円)     | 完成期限          | 受注者       |
|-----|-------------------|-------------------------------------------|------------|---------------|-----------|
| 日ノ出 | 公営住宅屋根塗装工事(日ノ出団地) | 屋根塗装工事 2棟                                 | 2,783,000  | 令和4年<br>7月29日 | (株)コンドー興産 |
| 三 和 | 8号道路路面改修工事        | 工事延長 L=701.0m、W6.0m<br>(14線～道道和寒幌加内線付近)   | 18,095,000 | 令和4年<br>8月31日 | (株)近藤組    |
| 北 町 | 大通り歩道補修工事         | 工事延長 L=135.0m、W3.0m(片歩)<br>(小学校入口～北3丁目通り) | 3,443,000  | 令和4年<br>8月31日 | (株)近藤組    |

## 健康メモ

## 知っておきたい朝食の効果

「時間がない、食欲がない」などの理由で、朝食を食べられなかったり、菓子パンだけで済ませてしまう、という方もいるのではないのでしょうか。朝食の効果を確認しましょう。

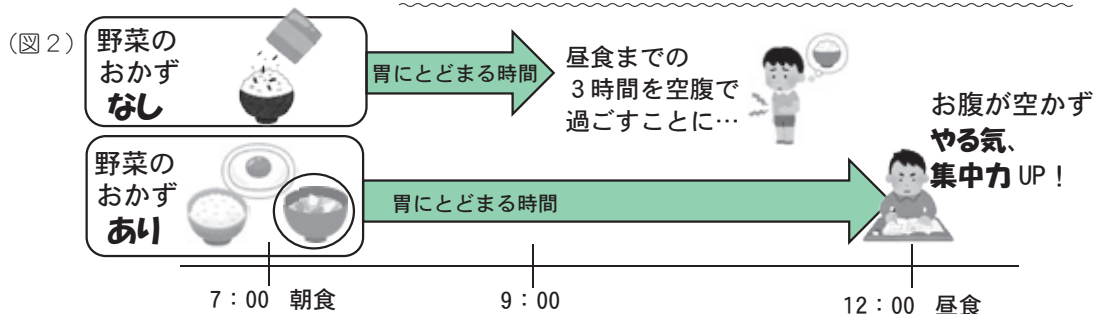
## 【朝食の効果①】 日中を活動的に過ごせる！

体を動かすためには、**糖質** や **たんぱく質** が必要ですが、朝の体は前日の夕食から 10 時間以上経過しているため、それらが不足している状態です。

朝食に **糖質** ・ **たんぱく質** をしっかり食べることで、体温が上がり、勉強や仕事に集中でき、午前中を活動的に過ごすことができます。 (図 1)



また、**野菜** のおかずは食物繊維が多く入っており、胃に長くとどまるため腹もちが 2 倍になり、お昼まで空腹を感じにくく、やる気・集中力を持続させる効果があります。(図 2)



## 【朝食の効果②】 夜ぐっすり眠れる！

睡眠ホルモン（メラトニン）は、朝起きて太陽の光を浴びてから 14 ～ 16 時間に分泌され眠くなります。材料は朝食のたんぱく質から作られるセロトニン\*です。

**たんぱく質** の多いおかずを朝食に食べ、太陽の光を浴びて日中を過ごすことで夜のメラトニンの分泌量が増加すると言われており、質の良い睡眠が得られます。



※セロトニンは、太陽の光を浴びると分泌されるホルモンで、感情や精神の安定に深くかかわっています。

【朝食におすすめ！】 **たんぱく質** と **野菜** がとれるおかず

- ・ 前の日の夕食の残りや、スーパー・コンビニのおかず等を上手に利用してみましょう。
- ・ 朝食を食べる習慣がない方がいきなり食べると腹痛が起きるなどの可能性があります。最初は味噌汁などから始めて、徐々にごはんやパン、おかずを増やしていきましょう。

【管理栄養士 田中佳香】



# 図書館へ行こう！

## 話題の新着本

『<sup>そら</sup>宙ごはん』 町田 そのこ / 著  
育ての母と産みの母。ふたりの母親に育てられた宙は、産みの母親と暮らすことになるが…。ごはんを作って食べることを通して成長していく姿を描く。



『奇跡集』 小野寺 史宜 / 著  
満員の朝の快速電車。腹痛のぼくがその場にしゃがもうとした瞬間、先に女性がしゃがみこみ…。偶然、同じ電車の同じ車両に乗り合わせた見知らぬ人々が起こす小さな奇跡を描いた連作短編小説。



『空をこえて七星のかなた』 加納 朋子 / 著  
「南の島へ行くぞ」というパパの言葉で石垣島へ旅することに。でもあまり気が進まなくて…。星を愛し、星に導かれた人々が紡ぐ7つのミステリー。



『棘の家』 中山 七里 / 著  
小6の娘がイジメを苦しめ飛び降り自殺を遂げた。加害者への復讐を誓う母親。中学教師の父親を責める息子。崩壊する家庭を守るため、父親は学校と闘うことを決意する…。



『子宝船 きたきた捕物帖 2』 宮部 みゆき / 著  
宝船の絵から、弁財天が消えた。江戸深川で起こる不可解な事件に2人の「きたさん」が立ち向かう、謎解き×怪異×人情の捕物帖シリーズ第2巻。



『<sup>せきれき</sup>石礫 機捜235』 今野 敏 / 著  
警視庁機動捜査隊渋谷分駐所の機捜車コールサイン235に乗る名コンビ、高丸と綿長は、密行中に指名手配の爆弾テロ犯・内田を発見し追跡するが、内田が建築現場に人質を取って立てこもる…。



## 『今日は、これをしました』

群 ようこ / 著

編み物、動画鑑賞、新聞購読、マスク作り…。無理をしない。無駄をしない。いくつになっても、家の中でも、近所でも、喜びや楽しみは見つけられる。彩りに満ちた日常を綴ったエッセイ集。



## 『あきらめません!』

垣谷美雨 / 著

閉鎖的な地域社会、男尊女卑…。定年退職を迎えた郁子の夢のセカンドライフは、夫の田舎への移住をきっかけに崩れていく。だが、ある日出会った銀髪の女性議員の後押しで、なぜか市議会議員に立候補することに!?



## 今月のBEST本 (5月の貸出回数上位本)

### 『元彼の遺言状』

新川 帆立 / 著

「僕の全財産は、僕を殺した犯人に譲る」という遺言状を残して、大手製薬会社の御曹司が亡くなった。学生時代に彼と交際していた弁護士剣持麗子は、「犯人選考会」に参加し、依頼人を犯人に仕立て上げようと奔走するが…。



### 『メンタル強め美女

白川さん3』 獅子 / 著

可愛くなきゃ、オシャレじゃなきゃ、空気読まなきゃ。女性たちには、ストレスがいっぱい。でも、どんな状況も華麗にかわしていくメンタル強めのOL・白川さんが、周囲の女子たちも変えていく。最強美女の痛快コミック。



## 定例おはなし会について

毎週土曜午後2時から、幼児コーナーにて、幼児～小学生向けのおはなし会を開催しています。ご予約は不要です。お気軽にお越しください。



FMラジオ「情報わっさむ」毎週火曜日放送中！ 詳しくは町HPで

## 戸籍の窓口

■人の動き 5月末現在  
 人 口 3, 0 6 5 人 (+1人)  
 男 1, 4 5 2 人 (+1人)  
 女 1, 6 1 3 人 (±0人)  
 世帯数 1, 5 5 9 戸 (▼2戸)

( )は前月比  
 出生 1人 死亡 3人  
 転入 6人 転出 3人

## ■たんじょうおめでとう

あかちゃん おとうさん・おかあさん 住 所  
 南 祐吏くん 和馬さん・安那さん 南 町

## ■お悔やみ申し上げます

| 氏 名      | 年 齢 | 住 所 |
|----------|-----|-----|
| 近藤 一雄 さん | 94歳 | 芳生苑 |
| 河野 キ工 さん | 95歳 | 西 町 |
| 堀清水千恵子さん | 82歳 | 日ノ出 |
| 清田 順子 さん | 62歳 | 西 町 |
| 濱田 則彦 さん | 84歳 | 菊 野 |

## ご寄付ありがとうございました

(お申し出順)

## 和 寒 町

- ▼液晶テレビ 塩狩峠記念館の振興のために  
堀 田 小夜子さん(土別市)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際し  
河 野 享さん(西町)
- ▼ふるさとまちづくり応援寄付金(ふるさと納税)  
5月 110件 計 202万円

## 和寒保育所

- ▼保育用品各種 50万円相当  
開院25周年記念に際し  
医療法人社団野々瀬内科小児科クリニック  
(西町)

## 社会福祉協議会

- ▼5万円 亡父の葬儀に際し  
近 藤 幸 雄さん(三笠)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際し  
河 野 享さん(西町)
- ▼5万円 亡妻の葬儀に際し  
堀清水 政 明さん(日ノ出)
- ▼5万円 亡妻の葬儀に際し  
清 田 雅 明さん(西町)

## 芳生苑・健楽苑

- ▼10万円 亡父の葬儀に際し  
近 藤 幸 雄さん(三笠)
- ▼5万円 亡妻の葬儀に際し  
堀清水 政 明さん(日ノ出)

=寄贈(芳生苑・健楽苑)=(野菜・タオル他)

- ▼小野田穎意さん(西町)
- ▼松村ミツ子さん(西和)
- ▼久保正明さん(三笠)

## 士別警察署かわら版

1. 令和4年度(第2回)北海道警察官募集中  
「やりがいも魅力もでっかいどう」

警察官の仕事は交番勤務や犯罪捜査、防犯活動、交通指導取締、災害救助等多岐に渡ります。

きっとあなたの興味のある仕事や、個性・特技を生かせるフィールドがあります。

## ○ 試験概要

- (1) 受付期間  
令和4年7月1日(金)から8月19日(金)  
午後5時30分まで
- (2) 第1次試験日  
令和4年9月18日(日)
- (3) 第2次試験日  
令和4年10月下旬から11月上旬
- (4) 採用予定人数  
200名程度  
男性A区分 35名程度  
男性B区分 115名程度  
女性A区分 15名程度  
女性B区分 35名程度
- (5) 受験資格

## 【学歴】

- ・A区分  
学校教育法による大学(短期大学を除く。)等を卒業した者(令和5年3月末日までに卒業見込みの者を含む。)  
※高度専門士の称号を取得又は令和5年3月末日までに取得見込みの者を含む
- ・B区分  
A区分以外の者

## 【年齢】

平成2年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた者(令和5年4月1日現在で18歳以上33歳未満)

\*北海道警察では、WEBや対面型など、各種説明会を開催しています。

問い合わせは士別警察署まで

士別警察署 代 0165-32-0110

## 5月中交通事故状況 (5月末現在)

|        |           |          |
|--------|-----------|----------|
| 発生件数   | 人 身       | 0件 ( 0件) |
|        | 物 損       | 3件 (28件) |
| 死 者    | 0人 ( 0人)  |          |
| 傷 者    | 0人 ( 0人)  |          |
| 道内での死者 | 11人 (38人) |          |

( )内は令和4年累計





## HELLO-BABY

初めまして食いしん坊のようです^^

お腹が空くと冷蔵庫や棚へ食料を探しに行くよ!それでも足りないときはテレビに夢中のお兄ちゃんからおやつを横取りしてるよ~★

欲しいものを見つけたらよちよち歩きでダッシュするよ!ほく人見知りだからなかなか笑わないけど、バイバイは得意だから声かけてね♡

長谷川 <sup>よう</sup> 櫻くん 《R3. 4. 13生まれ》

北町 おとうさん 長谷川 雄 亮 さん  
おかあさん 友里恵 さん

## 6月5日 小学校運動会



## 6月15日、16日、17日 保育所三二運動会

