



2023
(令和5年)

3月

No. 820

2月5日 (日)
わっさむ冬まつり 冬華火

主な内容

- 2P わっさむ冬まつり開催
- 4P オンラインで転出の届け出・転入の予約ができます！
- 12P 全道中学校スキー大会で和寒中学生3人が活躍

3年振りの冬の催し わっさむ冬まつり開催



越冬キャベツ無料配布や食べ物ブースには長蛇の列！

2月5日（日）、役場周辺特設会場で「わっさむ冬まつり」が開催されました。これまでの極寒フェスティバルを、町民向けに会場を移し、規模を縮小して、3年振りの冬のイベントとなりました。

越冬キャベツの無料配布と食べ物コーナーの、「カレーライス」、「そば・うどん」や、和寒小学校6年生と喫茶店KAKUREが共同で開発した「かぼちゃ揚げドーナツ」は早々に売り切れ、大変好評でした。

「アウトコーリング」「ニアピンコンテスト」「人間雪上カーリング」など多くのアトラクションも用意され、来場者は冬の和寒の1日を楽しんでいました。

大抽選会では、会場のあちこちから悲鳴と歓声が上がリ、大盛況となりました。



アウトコーリング
アトラクションは大盛り上がり！



ライスステージ



ニアピンコンテスト



人間雪上カーリング



夜には花火が打ち上がりました



小学6年生とKAKUREが共同開発したかぼちゃ揚げドーナツ



第44回全道ジュニアクロスカントリー和寒大会

1月28日（土）、和寒東山スキー場クロスカントリーコースで、第44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230名の小中学生が参加し、優勝目指して一生懸命走っていました。

和寒の子どもたちは、小学2年男子で中道陽太^{よつた}さんが準優勝、中学1年男子で和久玄^{ほるか}さんが優勝、中学2年女子で和久葉澄^{はすみ}さんが優勝するなど、輝かしい成績を収めました。

リレー競技では、小学女子の部で3位、中学女子の部で準優勝となりました。



スタートダッシュ

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



ゴール前でスパート



リレー3位の和寒町（写真右）



株式会社 セイコーマート様 企業版ふるさと納税 感謝状の贈呈

北海道を基盤とするコンビニエンスストアチェーンで、道内173市町村に店舗を展開されている、株式会社セイコーマート様より、持続可能な地域づくりへ使ってほしいと、企業版ふるさと納税を通じ、和寒町へ多額のご寄付をいただきましたので、令和5年1月31日（火）に、奥山町長から感謝状を贈呈させていただきました。

この寄付金はまちづくりのために大切にに使わせていただきます。

※企業版ふるさと納税とは…本社のある自治体以外に寄付を行うと税制優遇が受けられる制度。



写真右：道北営業部 柴崎部長様

マイナンバーカードを
お持ちの方は!

オンラインで転出の 届け出・転入の予約ができます!

「マイナポータル」というサイトを通して、オンラインで転出の届け出・転入の予約をすることができます。これによって、これまでの住所の市町村の窓口で転出届を出す手間がなくなり、転入先の窓口へ行くだけで住所変更のお手続きが済みます。
※別途、水道や税金・国保等のお手続きがある場合があります。



スマートフォンの場合・・・マイナポータルアプリをダウンロードし、スマートフォンでマイナンバーカードを読み取り、届出情報を入力して送信!

パソコンの場合・・・マイナポータルのサイトへアクセスし、カードリーダーでマイナンバーカードを読み取り、届出情報を入力して送信!



オンラインでのお手続きには利用者証明用電子証明書（4桁の数字の暗証番号）にあわせて、署名用電子証明書の発行が必須です。カード交付時に6桁以上の数字と英語の混ざった暗証番号を設定していない方は、住民課お客さま窓口にて設定してください。また、15歳未満の方は署名用電子証明書を発行できません。

お問い合わせは住民課お客さま窓口（電話 32-2500・2422）まで



パスポートの手続きについてお知らせです



旅券法令が改正されました

旅券法令の改正にともない、令和5年3月27日から旅券（パスポート）申請手続きが一部変更となりますのでお知らせします。

●戸籍確認書類が戸籍謄本のみになります

添付する戸籍確認書類が戸籍抄本では受け付けられなくなります。

●旅券（パスポート）申請の一部がオンラインでできます

旅券の残りの有効期限が1年未満で、記載内容に変更がなく新しい旅券を申請する場合などにオンライン申請ができるようになります。申請はオンラインでできますが、受取はこれまでどおりご本人が窓口にお越しいただく必要があります。

オンライン申請を行う窓口は当面の間、パスポートセンターまたは振興局のパスポート窓口のみとなり、マイナポータルを通じて選んでいただいた受取窓口での交付となります。その場合、役場窓口で受け取ることはできませんので、役場窓口での交付を希望される方は、これまで同様窓口にお越しいただき、紙の申請書での申請となります。

●未交付失効旅券がある場合の手数料の新設

旅券を申請したが発行後6か月以内に受領せず同旅券が失効した場合で、失効後5年以内に新たな旅券を申請する場合は、手数料が通常より6,000円高くなります。



●査証欄（ビザページ）増補の廃止

その他の変更点・詳細は外務省のHPをご確認ください。
(外務省HP) <https://www.mofa.go.jp/mofaj/index.html>

年 金 あ れ こ れ

～国民年金の加入方法～

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	農業者、自営業者、学生、無職の方など加入手続きはご自身で、役場で行います。	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。加入手続きは、勤務先が行います。	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て、原則として年収130万円未満の配偶者の方。加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。	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)

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く)	基礎年金番号がわかるもの（年金手帳等）、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 ●扶養からはずれた	第3号被保険者→第1号被保険者	基礎年金番号がわかるもの（年金手帳等）、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 0166-25-5606 または住民課お客さま窓口係 TEL 32-2500

除雪機を活用させていただいています

国土交通省北海道開発局では、自治体の除雪体制を強化する支援として小型除雪機の無償貸与を行っています。

本町では、町有施設除雪のため要望していたところ1台が貸与され、リサイクルセンター敷地で活用させていただいています。



無償貸与された小型除雪機

地域おこし協力隊 だより

和寒産カボチャを美味しく食べようの会



坂口 美洋子 隊員

1月のカボチャのどら焼き作りは2週にわたり開かれ参加者もおおいに盛り上がりました~(^o^)/
本格的な銅板の登場に皆がわくわくドキドキ♡
近づくとホットプレートとは違う熱を感じながらのどら焼き作りとなりました。子どもたちは火傷しないよう慎重に生地をおいたりひっくり返したり、家庭では体験できない銅板焼きを参加者は楽しんでいました。

原材料に全て和寒産のカボチャ・はちみつ・小豆・米粉を使用し、ここでしか作れない“和寒限定どら焼き”が作れたのではないのでしょうか!!粒あんとカボチャペーストを重ねた2層のどら焼きは、他では見たことがないとなかなか好評でした。今回はどら焼き作りを行いました。次回以降もカボチャを使った加工品研究を続けていきたいと思っております!!



わたしは三段重ねのどら焼きです。



和寒産 小豆・はちみつ



銅板提供：小林金物店

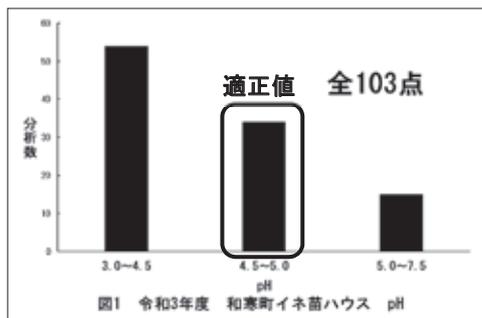


和寒町農業活性化センターからのお知らせ

イネの苗と土づくり —pH（ピーエイチ）・リン酸—

● pH とイネの苗

米や野菜を作るには、土づくりが大切です。イネの苗土は pH に気をつけなければなりません。pH とは土が酸性か、アルカリ性かの程度を数字で表したものです。pH は 7 を中性として、7 より低いと酸性、高いとアルカリ性を示します。多くの作物は、弱い酸性である pH6.0 ~ pH6.5 の土で良く育ちますが、イネの苗を育てるには、pH4.5 ~ 5.0 の土が良いとされています。その理由は pH5.0 以上の土でイネを育てた場合、「ムレ苗」という症状が起こり、苗の段階で突然枯れることがあるためです。カルシウム（石灰）は土をアルカリ性に変化させます。イネの苗づくりでは pH を 4.5 ~ 5.0 に保つために、カルシウムを土に入れられないことが多いです。このため pH4.5 より低いハウスが多くなっています（図 1）。pH4.5 より低くなると、土の中のアルミニウムによって、根が伸びなくなって苗の育ちが悪くなります。



● pH を調整する

はじめてイネの苗づくりをするハウスでは、pH5.0 を超えることがほとんどです。「ムレ苗」が発生しやすく、pH を下げる必要があります。pH を下げるには、硫黄を土に入れます。pH を目的の数字まで変化させるには日数が必要なので、前年の秋に硫黄を入れましょう。

同じビニールハウスでも、土の pH が違う場合もあります。イネの苗づくりが終わったハウスに、土づくりのため「エンバク」を植えると、場所によっては枯れることがあります。この枯れた場所をスケッチのように地図を作ると、ハウス土壌 pH の把握に参考となります。

● pH の低いハウスでは「リン酸」が多く含まれている可能性がある

pH の低いイネの苗づくり用ハウスでは、作物に必要な栄養素であるリン酸が、たくさん土に入っ



写真1 水稻苗のリン酸過剰症
(写真提供：立浪 直剛氏)

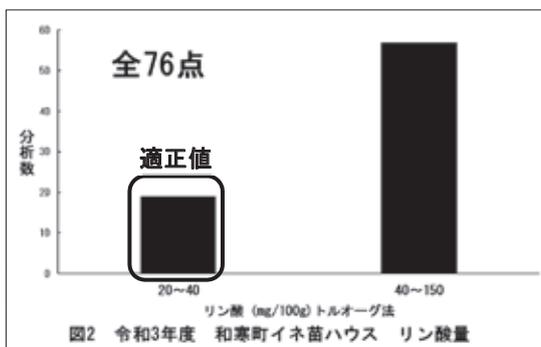


図2 令和3年度 和寒町イネ苗ハウス リン酸量

ている場合があります（図 2）。リン酸が土に多すぎると、苗の葉っぱの先が赤茶色に変化する症状が発生します（写真 1）。この症状が発生したときは、リン酸を土に入れる量を減らすとともに、土にマグネシウム（苦土）が少ない場合「硫酸マグネシウム」を入れることもおすすめです。

【和寒町農業活性化センター 農業専門支援員 横井 義雄 技師 大村 光平】

お問合せは 和寒町農業活性化センター（TEL32-2010）まで

まちのニュース カメラアイ ～地域の問題をお届けします～



1/23
(月)

越冬キャベツ収穫体験

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。
作業は寒い中行われましたが、児童たちは雪の中から青々としたキャベツを掘り出していました。

いっぱい食べて！遊んで！

わっさむドキドキクラブ17名が、公民館で白玉おしるこ作りと雪遊びを行いました。みんなで協力して白玉おしるこを作って腹ごしらえをした後は、外で雪合戦やソリ滑りをして、元気いっぱい雪山をかけまわりました。



2/4
(土)

こんにちは 農業委員会です！

●第2回 農業委員会総会

日時・場所	2月28日(火) 午後3時30分	町民センター大集会室
議 件	1. 農地所有適格法人報告	16件
	2. 農用地の賃貸借の解除	9件
	3. 農用地の使用貸借	2件
	4. 農用地の売買	1件

お問合せは農業委員会 (TEL32-2435) まで

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 (令和5年4月1日現在)	年間を通して行っております。 (3月以降の試験も随時受け付けております。)	細部受付時にお知らせいたします。 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。

健康メモ

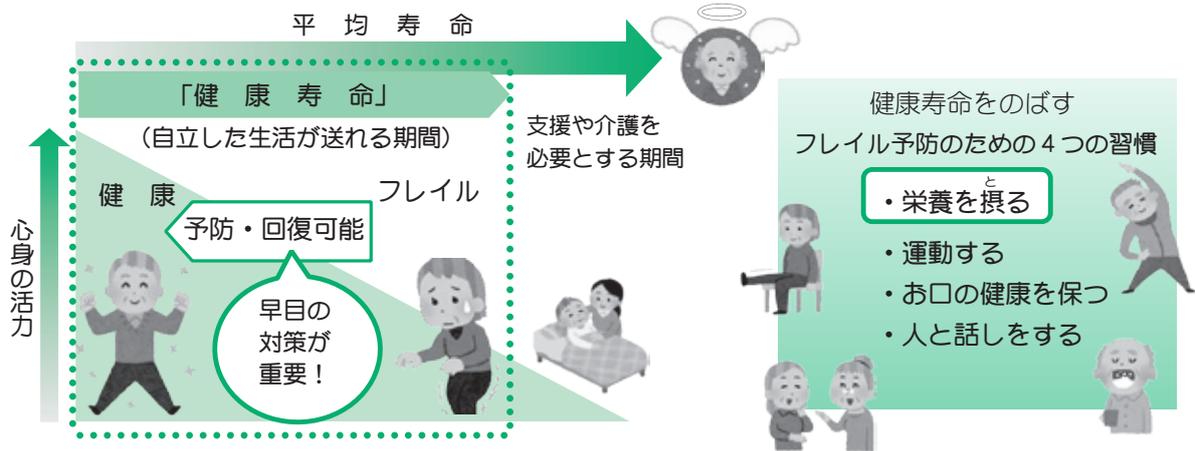
のぼそう、健康寿命けんこうじゅみょう

～ カギはたんぱく質にあり！ ～

「健康寿命」とは、健康上の問題で介護などを必要とすることなく自立した生活を送れる年数を表しています(下図)。筋力や運動・認知機能など心身の活力が低下した状態を「フレイル」と呼びます。

生涯、自分らしく元気で暮らせるために毎日の生活の中で「フレイル」を予防し、健康寿命をのばす取り組みが大切です。

【フレイル予防に取り組みましょう】



【あなたのフレイルの可能性をチェック】

- 半年で2～3キロ以上体重が減った
- 筋力・握力が低下したと感じる
- ここ2週間疲れたような感じがする
- 以前と比べて歩くのが遅くなったと感じる
- 定期的な運動や体操をしていない

3つ以上

フレイルの可能性あり

1～2つ

フレイルの前段階

「フレイルの進行に関わる要因に関する研究」J-CHS 基準 参考

【たんぱく質を積極的に摂りましょう】

たんぱく質は筋肉や骨、内臓、血管など身体をつくり「フレイル」を予防できる大切な栄養素です。年をとると食べる量が減り、不足がちです。毎日意識して摂りましょう。

たんぱく質が摂れる食習慣

- ・1日3食 食べている
- ・毎日10種類以上の食品を食べている
- ・よく噛んで食べている
- ・たんぱく質を豊富に含む食品(乳製品・肉・魚・卵・大豆製品など)を、毎食ひとつ以上食べている



たんぱく質が不足しやすい食習慣

- ・1日3食 食べていない
- ・肉や魚を食べないことがある
- ・漬物とごはんだけで食べ終えることがある
- ・お菓子や菓子パンが食事にわりになることがある



治療中でたんぱく質制限が必要な方は、主治医または管理栄養士までご相談ください。

【管理栄養士 吉田 美佳】

図書館へいこう!

第168回 (2022下半期) 直木賞芥川賞受賞作

直木賞受賞

『地図と拳』

小川 哲 / 著

ひとつの都市が現われ、そして消えた。日露戦争前夜から第2次大戦までの半世紀、満洲の名もない都市で知略と殺戮が繰り広げられ…。日本SF界の新星が放つ歴史×空想巨編。



『しろがねの葉』

千早 茜 / 著

戦国末期、採掘最盛期を迎える石見銀山。天才山師・喜兵衛に拾われた少女ウメは、銀山の知識と鉱脈のありかを授けられ、女だてらに坑道で働き…。渦巻く欲望と死に抗って生きる女の生涯を描く。



芥川賞受賞

『この世の喜びよ』

井戸川 射子 / 著

幼い娘たちとよく一緒に過ごしたショッピングセンター。喪服売り場で働く“あなた”は、フードコートで常連の少女と知り合い…。



『荒地の家族』

佐藤 厚志 / 著

元の生活に戻りたいと人が言う時の「元」とはいつの時点か。あの災厄から十年余り。生活も仕事道具も攫われ、妻を喪った男は、その地を彷徨い続けた。



話題の新着本

『よき時を思う』 宮本 輝 / 著

90歳の記念に祖母が計画した、家族のための豪華絢爛な晩餐会。そこに秘められた16歳の日の出会いと別れの記憶…。孫の綾乃は祖母の生涯を辿り、語られずにきた苦難と情熱を知る。



『銀座に住むのはまだ早い』

小野寺史宜 / 著

東京23区に住んでみたい。と、昔から思ってきた。家賃5万円弱のワンルームなら、どこに住めるだろうか? 実際に探して歩いてみた。書き下ろし短編小説も掲載。



『答えは市役所3階に』

辻堂 ゆめ / 著

市役所に開設された「2020こころの相談室」に持ち込まれるのは、切実な悩みと気づいてもらいたい想い、そして、知られたくない秘密で…。ストレスフルな現代に贈る、あたたかなミステリー。



『数学の女王』 伏尾 美紀 / 著

博士号を持つ異色のノンキャリア警察官・沢村依理子は、道警本部の警務部に異動となる。そんな中、新札幌に新設されたばかりの北日本科学大学で爆破事件が発生する。



『たらしの城』 佐々木 功 / 著

織田信長の美濃攻めが始まる。墨俣に一夜にして城をつくり、敵はあるか信長の度肝を抜いた藤吉郎の奇想天外な策略の数々とは? 史上まれにみる出世街道を突き進んだ戦国武将・豊臣秀吉の魅力あふれる物語。



今月のBEST本

(1月の貸出回数上位本)

『ゴールデンカムイ』 野田 サトル / 著

明治末期の北海道・樺太を舞台にした、金塊をめぐるサバイバルバトル漫画。アイヌ文化を丁寧に描いているところも人気となっています。昨年完結し、図書館では全31巻揃えています。



戸籍の窓回

■人の動き		1月末現在	
人口	3,001人	(△5人)	
男	1,432人	(±0人)	
女	1,569人	(△5人)	
世帯数	1,525戸	(△5戸)	
()は前月比			
出生	0人	死亡	7人
転入	5人	転出	3人

■お悔やみ申し上げます

氏名	年齢	住所
柏谷 照子さん	98歳	芳生苑
栗本フミ子さん	90歳	芳生苑
笠原 陽一さん	69歳	三笠
上榎 トミさん	94歳	芳生苑
古山キミ子さん	96歳	東丘
杉澤 茂さん	86歳	三笠

ご寄付ありがとうございました

(お申し出順)

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 72件 計 93万円

社会福祉協議会

- ▼5万円 亡長男の葬儀に際して
小笠原 久利さん(日ノ出)
- ▼3万円 亡母の葬儀に際して
柏谷 きぬこさん(東町)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
栗本 忠幸さん(中和)
- ▼1万円 亡夫の葬儀に際して
笠原 人美さん(三笠)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
上榎 一之さん(三笠)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
古山 政雄さん(松岡)
- ▼3万円 亡夫の葬儀に際して
杉澤 愛子さん(三笠)

芳生苑・健楽苑

- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
柏谷 きぬこさん(東町)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
栗本 忠幸さん(中和)
- ▼5万円 亡母の葬儀に際して
上榎 一之さん(三笠)

=寄贈(芳生苑・健楽苑)=(野菜・タオル他)

- ▼高橋豊子さん(南町)
- ▼菅原久美子さん(三笠)
- ▼渡邊立夫さん(西町)
- ▼(有)玉手商店(西町)

士別警察署かわら版

日々の雪かき 安全第一

○適切な時期の冰雪下ろし

屋根からの冰雪落下による事故が発生しています。冰雪が屋根からせり出している軒下などは、危険ですので近づかないようにしましょう。

道路に面している建物を管理している方は、適切な時期の冰雪下ろしと、冰雪が落下する危険がある場所については、看板やロープ等により、歩行者に注意を促しましょう。

○複数による安全を確保した冰雪下ろし

屋根の冰雪下ろし中に、はしごや屋根から転落する事故も発生しています。

作業するときは、補助者を置くなど複数で行うとともに、命綱や安全帯を装着するなど万全の措置を講じ、自身の安全を確保しましょう。

○除雪機による作業中の安全確保

除雪機による除雪作業中に、衣類が巻き込まれたり、下敷きになるなどの事故も発生しています。

除雪作業時は、作業に適した服装を着用し、エンジンを掛けたまま雪詰まりを取り除くなどの作業は絶対にやめましょう。



問い合わせは士別警察署まで

士別警察署 (代) 0165-32-0110

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	9件 (9件)
死者	0人 (0人)	
傷者	0人 (0人)	
道内での死者	13人 (13人)	

()内は令和5年累計



ハローベイビー

こんにちは「しの」です！
 食べることとお風呂の時間が大好き！
 夏になったらプールに行きたいな。
 特技は狭いところに入ること！いつもお父さんとお母さんに探されて
 るの。
 お友達募集中です☆これからもよろしくね！

しの
箕岡 誌乃 ちゃん 《R4. 3. 2生まれ》

三笠 おとうさん 箕岡 望実さん
 おかあさん 莉穂さん

全道中学校スキー大会で和寒中学生3人が活躍



左から和久玄さん、細川皓生さん、和久葉澄さん

2月1日（水）、全道中学校スキー大会ノルディック競技（1月11日～13日開催：倶知安町）で入賞を果たし、全国大会出場を決めた細川皓生さん（2年）、和久葉澄さん（2年）、和久玄さん（1年）が和寒町役場を訪れ、全国大会に向けて「20位以内を目指したい」、「調子を万全にして臨みたい」と決意を語っていました。

2月7日から行われた全国中学校スキー大会は次のとりの結果となりました。

第60回全国中学校スキー大会 長野県野沢温泉スキー場 2月7日～10日（敬称略）

- | | | |
|-----------------------|------------|----------------|
| ・北海道選抜チームリレー（出場：19組） | 細川 皓生（第2走） | 第3位 入賞 |
| ・男子5kmクラシカル（出場者：145名） | 細川 皓生 | 第14位 和久 玄 第53位 |
| ・男子5kmフリー（出場者：155名） | 細川 皓生 | 第30位 和久 玄 第43位 |
| ・女子3kmクラシカル（出場者：114名） | 和久 葉澄 | 第23位 |



和寒の特産品をPR

1月27日（金）に札幌の道新プラザD O B O Xで「わっさむ真冬の収穫祭2023」を開催しました。越冬キャベツを始め、町の特産品物販コーナーやキャベツを使用した中華料理のデモンストレーションを行い、和寒町のPRをしました。

会場は多くの来場者で賑わっていました。



広報わっさむ

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

