

8月9日(土)

ふる里にぎわい祭り2025 仮装盆踊り

主な内容

2P 第20回 どんとこいわっさむ夏まつり

3P ふる里にぎわい祭り2025

4P 令和7年度国勢調査が行われます



和寒町ホームページ
QRコード



広報わっさむ 令和7年9月号 (2)





令和7年 国勢調査の お知らせ

令和7年国勢調査を 全国いっせいにこなします

国勢調査は、統計法という法律に基づいて、日本に住んでいるすべての人・世帯を対象として実施する統計調査です。

調査の回答は、パソコンやスマートフォンを使用してのインターネット回答、又は紙の調査票での回答、どちらかの回答方法を選んで調査にご協力ください。



インターネットで回答する場合

紙の調査票より回答方法が分かりやすく、インターネット回答を完了しましたらそこで調査は終了になりますので、日中は不在がちな一人暮らしの方や、仕事が忙しい方にオススメです。



9月20日(土)～30日(火)の間に各世帯に「調査票」等の調査書類を配付しますので、同封の「インターネット回答依頼書」をご確認ください。国勢調査オンラインサイトへアクセスし、記載されているログインIDとアクセスキーを入力し回答をお願いします。インターネット回答ができなかった場合は、紙の調査票での回答をお願いします。

回答期限 9月20日(土)～10月8日(水)

紙の調査票で回答する場合

鉛筆で調査票に記入していただき、郵便ポストに投函するか、調査員に手渡しで提出をお願いします。調査員が訪問したときに、提出方法をお伝えください。



9月20日(土)～30日(火)の間に各世帯に「調査票」等の調査書類を配布しますので、「調査票の記入のしかた」をよく確認して記入し、提出してください。郵送の場合は、専用の返信用封筒が同封されていますので、確実に封をして投函してください。調査員に提出する場合は、お互いに時間を合わせて確実に手渡してください。

回答期限 10月1日(水)～10月8日(水)



国勢調査
特設ページ



国勢調査をよそおった「かたり調査」にご注意ください！

金銭を要求してきたり、不審な電話があった場合は、役場まで速やかにお知らせください。



センサスくん



みらいちゃん

国勢調査についてのお問い合わせは、コンタクトセンター
(TEL0570-02-5901) または、役場総務課 (TEL32-2421) まで
※コンタクトセンターの設置は9月16日から11月7日まで

A J T A が縁で宮崎県小学生と玉入れ交流会



7月30日（水）全日本玉入れ協会（A J T A）九州協会のある宮崎県諸塚村（もろつかそん）から、小学6年生8名が国内研修で和寒町を訪れ、和寒小学校6年生6名と交流しました。はじめにモルックで親睦を深めたあと、和寒町の全日本玉入れ協会協力のもと、玉入れ交流を行いました。子ども達はすぐに打ち解け、積極的にコミュニケーションを取りながら、終始賑やかに交流を楽しんでいました。



モルックで親睦



玉入れで交流

指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)に係る協定を締結

8月8日（金）、日本郵便株式会社和寒郵便局様と「指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)」に関する協定を締結しました。

この協定により、和寒郵便局でも熱中症特別警戒アラートが発表された際に暑さをしのげる滞在場所として開放され、さらにアラートの発表時日以外も一時休憩所として開放していただいていますので、熱中症による健康被害の発生を防止するためにもご利用ください。



介護保険のおはなし『高齢者向け施設の種類と特徴』

入所の条件や費用の目安をご紹介します

一般的に「老人ホーム」と言われる高齢者向けの施設は、さまざまな種類があり、入所の条件やサービス内容が異なります。費用も入居の方の介護度や施設により異なります。

高齢者向け施設の主な7種類について、わかりやすくご紹介します。



高齢者向け施設の種類と特徴



運営	施設の種類	介護度 (入居条件)	費用(目安)	特徴
自治体・社会福祉法人	特別養護老人ホーム	要介護3以上	入居金 なし 月額 6～16万円	常に介護が必要で、在宅では介護が難しい高齢者を対象に食事・入浴・排泄など生活に必要な介護を受けることができます。 和寒町：特別養護老人ホーム 芳生苑
	介護老人保健施設	要介護1以上	入居金 なし 月額 6～16万円	身体介護や生活援助の他に、医師、看護師による医療ケアと理学療法士、作業療法士などによるリハビリを受け、在宅復帰を目指します。
	介護医療院	要介護1以上	入居金 なし 月額 8～20万円	医療と看取りを提供しつつ、生活施設としての機能を持った施設で、医療と介護の両方を必要とする人が安心して過ごせます。
主に民間企業	住宅型有料老人ホーム	自立～要介護	入居金 0～数千万円 月額 10～40万円 +介護費用	主に食事や清掃などの生活支援サービスが付いており、ヘルパーなどの介護サービスが必要な場合は外部または併設の事業所を利用することができます。
	介護付き有料老人ホーム	自立～要介護	入居金 0～数千万円 月額 10～40万円	自立した日常生活をするため食事・入浴・排泄・機能訓練などの介護を受けられます。
	サービス付き高齢者向け住宅	自立～要介護	入居金 0～数十万円 月額 8～20万円 +介護費用	高齢者単身・夫婦世帯向けのバリアフリー構造の賃貸住宅です。通常「サ高住」と呼ばれています。安否確認や生活相談が受けられます。介護や生活支援サービスは施設ごとに異なります。
	グループホーム	要支援2以上かつ 認知症の診断を受けた方	入居金 0～数十万円 月額 12～18万円	認知症の人が少人数で落ち着いた環境の中で生活ができるよう認知症に特化した施設です。 和寒町：ぐるーぷほーむ おや里かん



利用者負担軽減①【介護サービス費】

介護サービスの利用者負担額が一定の上限額を超えた場合に、その超えた分が高額介護サービス費として後から払い戻されます。所得や世帯の状況に応じて上限が設定されています。

利用者負担軽減②【居住費（滞在費）・食費】

特別養護老人ホームや介護老人保健施設、介護医療院やショートステイを利用したときは、所得や資産等の状況に応じて、施設の居住費（滞在費）と食費が軽減されます。

※利用者負担軽減は、施設入所やショートステイを利用するときに申請手続きが必要です。

～和寒町でつながる、広がる～

地域おこし協力隊 ☆ 活動報告

和寒町地域おこし協力隊中満です。夏の青々とした畑や町の景色にうっとり。
町の人とのつながりの中から生まれる和寒の魅力を形にするため、隊員
それぞれの活動を通して想いを発信していきます！

中満 紗和 隊員

魅力
発見！

夏はふれあいのもりで
和寒を堪能



毎年夏にはふれあいのもりに併設しているRVパーク
に道内各地から多くのキャンピングカーや車中泊され
る方が訪れ、宿泊しながら和寒町の自然やふれあいの
もりで和寒ジングスカンを堪能されています♪



【☺活性化センターで
ミニトマトの収穫から出荷準備☺】

一粒一粒丁寧に収穫。
甘みがあって
美味しい♡



藤井 久美子 隊員



「きらっと」で

～流しそうめんをしました～



子どもたちも初めて
触れる本物の竹を提供
していただきました★

流れてくるそうめんや
トマトに夢中！
上手にキャッチしています♪

まちのニュース カメラアイ ～地域的话题をお届けします～

7/11
(金)



ニュースポーツでつながり作り

和寒町に住む青年層の交流機会創出を目的とした「青年のつどい」を北星信用金庫和寒支店駐車場で実施しました。

(一財)スポーツ協会 渡邊道太郎さんを講師にニュースポーツ体験を実施し、大人・子ども合わせて53名の参加があり、モルックを通じて交流を深めることができました。

参加者からは「普段は職場以外の人と関わる機会が少なく、つながり作りのきっかけになった」などの声がありました。

驚異のバイクテクニク披露で観客を魅了

わっさむサーキットにて『全日本トライアル選手権第4戦北海道・和寒大会』が開催されました。

トライアル競技とは、地面に足をつけないようにバイクを操り、岩や急斜面などから構成されるセクションをクリアしていく競技で、大会当日は合計87名の選手がエントリーしました。

当日は、全国のトップライダーの高度なテクニクに町内外から訪れたたくさんの観客から熱い声援が送られていました。

7/13
(日)



スポーツスタッキングを体験しました

公民館講座・学び舎みかさやま・わっさむドキドキクラブでは、旭川市立大学短期大学部の赤堀達也先生による「Let's スポーツスタッキング」を開催し、小学生からシニアまでの14名が参加しました。

前半では、手を使うことの大切さを学び、後半では、スポーツスタッキングを体験し盛り上がっていました。参加者からは「すぐにカップを買ってやってみます」「子ども達と一緒にできてよかった」といった声がありました。

7/30
(水)



戦後80年 平和について考える

公民館では、北海道新聞出前講座「皇室取材から見つめる「戦争」と「平和」」を開催しました。講師に北海道新聞編集局報道センターの伴野昭人さんを講師に迎え、18名の参加がありました。皇室や戦争の記憶をめぐる取材エピソードを通して、戦争を直接知らない世代が、あらためて平和とは何かを考えるきっかけとなりました。

8/5
(火)



暑い夏はプールでenjoy!!

7/23～25 水泳教室

(教育委員会主催)



3日間で延べ137名の小学生が参加した水泳教室では、それぞれ自分の目標に向かって一生懸命練習し、短い間で成長が見られました。

7/25 少年少女水泳大会

(B & G海洋クラブ、教育委員会主催)



小学生22名が出場した水泳大会では、それぞれの泳力に合わせてビート板の部や自由形の部に分かれ、自己ベストに挑戦しました。

7/26 水中レク(スポチャレ第3弾)

(B & G海洋クラブ、教育委員会主催)



幼児から小学生まで44名が参加した水中レクリエーション大会では、水中玉入れなどの競技に加え、普段は使用できない大きなボートなどで遊びながら水に親しみました。

8/4 サップ体験(スポチャレ第4弾)

(B & G海洋センター、教育委員会主催)



小学生26名が参加したサップ体験では、水上をすいすい進むサップボードに大歓喜。暑い夏に人気のウォータースポーツを思う存分楽しめました。

自衛官募集

受験種別	応募資格	受付期間	試験日	会場
自衛官候補生 (男子・女子)	18歳以上32歳未満	受付中～10月9日(木)締切 (10月以降の試験も随時受け付けています。)	10月19日(日)・ 20日(月) (いずれかの1日を 指定できます。)	細部は受付時にお知らせします。



■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。

農業委員会 活動報告

○第7回 農業委員会総会

日時・場所 7月24日(木) 午後1時30分 役場子ども会室

出席委員 10名

議 件 議案第1号 土地の現況証明書の交付について 2件「原案可決」

議案第2号 農地放題18条の第6項の規定による解約について

2件「原案可決」

議案第3号 農用地利用集積等促進計画を定めるべき旨の要請について

6件「原案可決」

○農地パトロール（農地地用状況調査）

総会終了後、遊休農地などの現地調査を実施



お問合せは農業委員会（TEL32-2435）まで

年 金 あ れ こ れ

～年金生活者支援給付金制度について～

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。

[対象となる方]

■老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ・65歳以上である
- ・世帯員全員が市町村民税が非課税
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下である

■障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ・前年の所得額が約479万円以下である

[請求手続き]

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から9月初旬頃から、請求可能な旨のお知らせを送付します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。令和8年1月5日までに請求手続きが完了しますと、令和7年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

②年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または住民課お客さま窓口係で請求手続きをしてください。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには

「給付金専用ダイヤル」 0570-05-4092（ナビダイヤル）へ

請求手続きはお早目に！

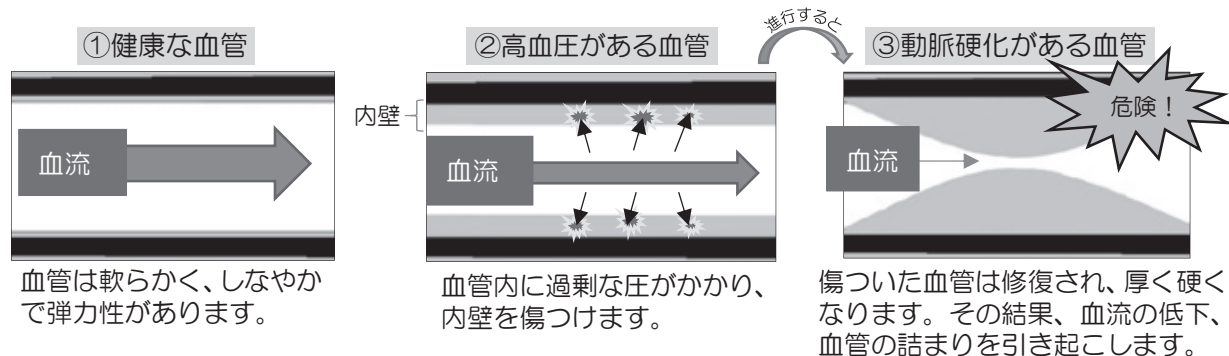
■お問い合わせ：旭川年金事務所 TEL 0166-25-5606 または住民課お客さま窓口係 TEL 32-2500

健康×モ

血圧測定で動脈硬化を予防しよう

『動脈硬化』とは、血管壁が厚く硬くなり、弾力性を失った状態のことです。進行すると、血流の低下、血管の詰まりを引き起こし、狭心症・脳梗塞などの原因になります。高血圧が要因の一つとなるため、自分の血圧を把握することで、動脈硬化を予測することができ、予防につながります。

【高血圧と動脈硬化の関係】



【血管は痛みを感じません】

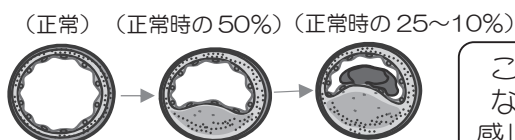
注目！

Q) 高血圧でも自覚症状がないから大丈夫？

A) 血管に知覚神経がないため、仮に血管が傷ついていても痛みは感じません。



～血管の断面図～



こんなに狭くなるまで何も感じないの！？

ここでようやく息苦しさや胸部圧迫感などが現れる※



※ 保健指導で高血圧パラドックスの解消へ 参照

【自分の血圧を確認しましょう】

右表に当てはまる方は、動脈硬化が進行しやすいため、治療の必要性が高いです。血圧は変動しやすいため、自覚症状がなくても、定期的に測定することが大切です。

高血圧の診断基準

	家庭で測定	病院や健診で測定
収縮期 (上の血圧)	135mmHg 以上	140mmHg 以上
拡張期 (下の血圧)	85mmHg 以上	90mmHg 以上

(高血圧治療ガイドライン)

【動脈硬化を見つける方法があります】

下記の①は本町の特定健診または、後期高齢者健診受診者の場合、二次健診として一部費用が助成されることがあります。詳しくは保健福祉センターまで。

①頸動脈エコー検査：首に超音波を当て、頸動脈の形を画像として映し出し、動脈硬化の厚さやプラーク（血管に蓄積しているLDLコレステロールの塊）の大きさ、動脈の詰まり具合などが分かります。

①頸動脈エコー検査



②血圧脈波検査：上腕の血圧と足首の血圧を比較することで、動脈が狭くなっていないか、詰まっていないかを調べます。

②血圧脈波検査



動脈硬化は狭心症・脳梗塞などを引き起こすため、高血圧予防が大切です。予防には減塩、食物繊維の摂取等の方法がありますので、詳しくは保健師や栄養士にご相談ください。高血圧が長く続く場合、早めに医師に相談しましょう。

【保健師 小野寺 遥】

図書館へいこう！

話題の新着本

『13月のカレンダー』

宇佐美 まこと/著

亡き祖父母の空き家相続を持ちかけられ、松山を訪れた侑平。祖父の書斎には13月まである不思議なカレンダーと、脳腫瘍を患った祖母の病状を綴ったノートが。侑平は祖母が広島出身だと知り…。



『マスカレード・ライフ』

東野 圭吾/著

ホテル・コルテシア東京で開かれる文学賞選考会。最終候補者のなかに、殺人事件の容疑者が…？ 警視庁を辞め、コルテシア東京の保安課長となった新田浩介が始動する！



『ニュースが消える日』

堂場 瞬一/著

大手全国紙の整理記者を辞め、実家の印刷所が発行する地域紙の編集長になった戸倉大介。人口25万人の平和な地方都市に事件は少なく街ネタが中心。そんな中、若き市長が自宅前で何者かに襲撃され、戸倉の記者魂に火が付き…。



『バンクハザードにようこそ』

中山 七里/著

司法書士・東雲は箱根銀行に勤める友人が、多額の金を横領した罪をなすりつけられて自殺したことを聞く。天才詐欺師の顔を持つ東雲は、友人の妹・杏子とともに、箱根銀行への復讐を決意し…。



『ダークネス』

桐野 夏生/著

「ダーク」から20年、村野ミコは生きていた。そして息子のハルオは「悪」を知る旅に出るが…。息子を守るため、凍る火の玉、ミコの最後の闘いが始まる。



『翠雨の人』

伊与原 新/著

「雨は、なぜ降るのだろう」素朴な疑問を抱いた勝子は科学の道を志した。戦時下で科学と戦争の関係を問い続け、戦後、ビキニ水爆実験による放射能汚染の実態究明に打ち込んでいく。科学を信じ抜いた猿橋勝子のひたむきな生涯を描く。



今月のBEST本（7月の貸出回数上位本）

『武闘刑事』

中山 七里/著

千葉県警刑事部捜査一課、高頭冴子班に所属する郡山が親しくしていた隣人の母娘が銃殺遺体で発見された。容疑者として在日米軍曹長が浮上するが捜査は難航。さらに事件の裏には基地問題も絡み…。



『ひんやりスイーツ』

吉川 文子/著

ハンドミキサーやフードプロセッサーは使わず、加熱は電子レンジだけ！ゼリーやアイスなど、身近な食材を「まぜて冷やすだけ」で簡単に作れるスイーツのレシピを紹介。



イベント情報

9月13日・14日

古本リサイクルまつり

9月27日 劇団バク公演



今月の展示

「うつくしい本特集」

芸術の秋にちなんで、『水族館の美しい生きものたち』、『世界で一番美しい太陽系図鑑』、『世界がくれた美しい風景に出会う旅』など、様々なジャンルの装丁や中身が美しい本を展示します。



戸籍の窓口

■人の動き		7月末現在	
人 口	2, 7 6 8 人 (+ 4 人)		
男	1, 3 1 5 人 (+ 1 人)		
女	1, 4 5 3 人 (+ 3 人)		
世帯数	1, 4 5 5 戸 (+ 3 戸)		
()は前月比			
出生	0 人	死亡	3 人
転入	1 1 人	転出	4 人

■お悔やみ申し上げます

氏 名	年 齢	住 所
宮城 大志さん	32歳	三 笠
赤間 勝代さん	94歳	東 町

ご寄付ありがとうございました

和寒町

- ▼3万円 亡母の葬儀に際し
佐 藤 美地子さん (東町)
- ▼ふるさとまちづくり応援寄付金 (ふるさと納税)
7月 52件 79万円

社会福祉協議会

- ▼1万円 亡夫の葬儀に際し
宮 城 美 沙さん (三笠)
- ▼3万円 亡母の葬儀に際し
佐 藤 美地子さん (東町)

芳生苑・健楽苑

- ▼2万円 亡母の葬儀に際し
佐 藤 美地子さん (東町)

=寄贈 (芳生苑・健楽苑) = (タオル・野菜他)

- ▼矢 部 恵 子さん (愛別町)

士別警察署かわら版

1 秋のヒグマによる人身被害の防止
「ヒグマとの事故を防ぐために」

- 複数で行動し、音で存在を知らせましょう。野山には1人で入らず、複数で行動するようにしましょう。入山する時は、熊鈴やラジオ等を持って、会話しながら、人の存在を知らせましょう。
- ヒグマの出没情報等に気を付けましょう。薄暗いときの行動は避け、野山に入る前には、新聞やテレビなどで、ヒグマの出没情報等を確認しましょう。
- 残飯や生ゴミの処理には注意しましょう。ヒグマは、いったんゴミの味を覚えると、それを目当てにゴミ捨て場などに繰り返し出没するようになります。ゴミを野外に放置したり、埋めたりしないようにしましょう。
- フンや足跡、食べた跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう。ヒグマのフンや足跡、草や木などが食いちぎられた跡などを見つけたときは、すぐに引き返しましょう。
- 落ち着いて行動しましょう。万が一、ヒグマに遭遇した場合は、落ち着いて行動しましょう。逃げたり、さわいだり、慌てて行動すると、かえってヒグマを興奮させ、襲われる危険があります。リュックや持ち物の回収はせず、ゆっくりと静かに立ち去りましょう。
- 熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。野山に入る際は、万が一、ヒグマに遭遇した場合に備え、熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。

問い合わせは士別警察署まで
士別警察署 (代) 0 1 6 5 - 3 2 - 0 1 1 0

7月中交通事故状況 (7月末現在)

発生件数	人 身	1 件 (4 件)
	物 損	6 件 (3 9 件)
死 者	0 人 (0 人)	
傷 者	1 人 (3 人)	
道内での死者	1 0 人 (5 9 人)	

() 内は令和7年累計



HELLO BABY

こんにちは！ましてです。

私は体を動かすのが大好きで、ねえねのダンスを見るとつい一緒にリズムにのっちゃうし、にいには私と追いかけてくれるから、おもしろくて逃げちゃうんだ。

近頃は気になるものがあつたら、「どうぞ」って渡したくなるんだけど、受け取ってくれると嬉しいな♪これからよろしくね！

青塚 ^{まして} 茉白 ちゃん《R6. 6. 16生まれ》

南町 おとうさん 青塚 雄太 さん
おかあさん 可奈子 さん

豪華観光列車のおもてなしをしませんか？



外観写真

J R北海道と東急（株）が運行する豪華観光列車「THE ROYAL EXPRESS ～HOKKAIDO CRUISE TRAIN～」が今年も和寒駅にやってきます！

9月13日から毎週土曜日に計3回運行される予定ですので、和寒駅のホームで一緒に小旗を振っておもてなしませんか？

観光列車としては最大級の8両編成です。乗客の皆さんにも楽しい思い出と和寒町を知っていただけるよう「おもてなし」を行いますので、皆さんのご参加をお待ちしています。小さいお子様も大歓迎です。

当日は、和寒町産かぼちゃのPRを車内で行います。当日の様子については、終了後広報誌でお知らせします。

- 日 時：9月13日、9月20日、9月27日 （毎週土曜日）
- 時 間：午前10時41分（列車到着）
午前11時（列車出発）



昨年のお見送りの様子

※参加いただける方は午前10時30分までにお集まりください。

※おもてなし内容：和寒町PRグッズの配付、お見送り時のお手振り等

※おもてなし時は、事故などにつながらないよう安全確保にご協力をお願いします。

お問合せは総務課まちづくり推進係（電話32-2421）まで



広報 わっさむ

発行／和寒町 編集／総務課情報防災安全係 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/>



和寒町公式LINE