

広報

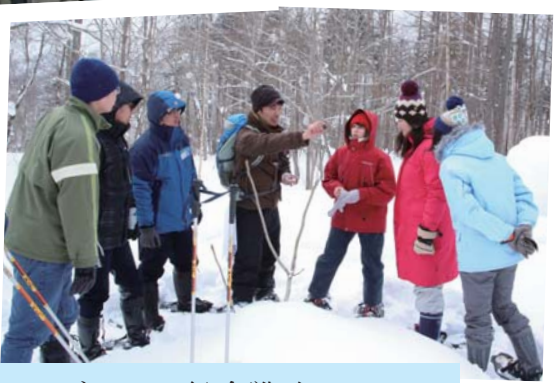
なかとんべ

No.675

2016. 2 February



厳寒の中頓別
暖かな思い出



なかとんべつ留学生事業

青年交流事業の一環で、1月29日から31日までの間、北海道大学の留学生7名が中頓別を訪れました。氷点下10℃を下まる中、スノーシューやしばれまつりなど様々な体験を通して、中頓別の住民と触れ合いました。

人口ビジョン&総合戦略	2
町の話	4
インフォメーション	8
ダリンさんの徒然日記	9
保健師だより	10
図書室だより	11
戸籍だより・編集後記など	12

北緯45度癒しの里
— ロマン息づく大自然の町 —



中頓別町 人口ビジョン&総合戦略

平成 26 年 11 月に「まち・ひと・しごと創生法」が制定され、平成 26 年 12 月 27 日には「まち・ひと・しごと創生長期ビジョン」および、「まち・ひと・しごと創生総合戦略」が閣議決定されました。

これを受けて、中頓別町における人口の現状と将来の展望を提示する「中頓別町人口ビジョン」、人口急減をやわらげ、活力あるまちを維持するための今後5か年の基本目標と主な施策をまとめた「中頓別町総合戦略」を策定しました。

人口の推移と長期的な見通し

中頓別町の総人口は、町制が施行された翌年の 1950 年に 7592 人となりましたが、その後 1960 年からは急激な減少に転じており、2010 年には 1974 人となっています。国立社会保障・人口問題研究所(以下、社人研)によると、2040 年には 946 人まで減少すると推計されています。

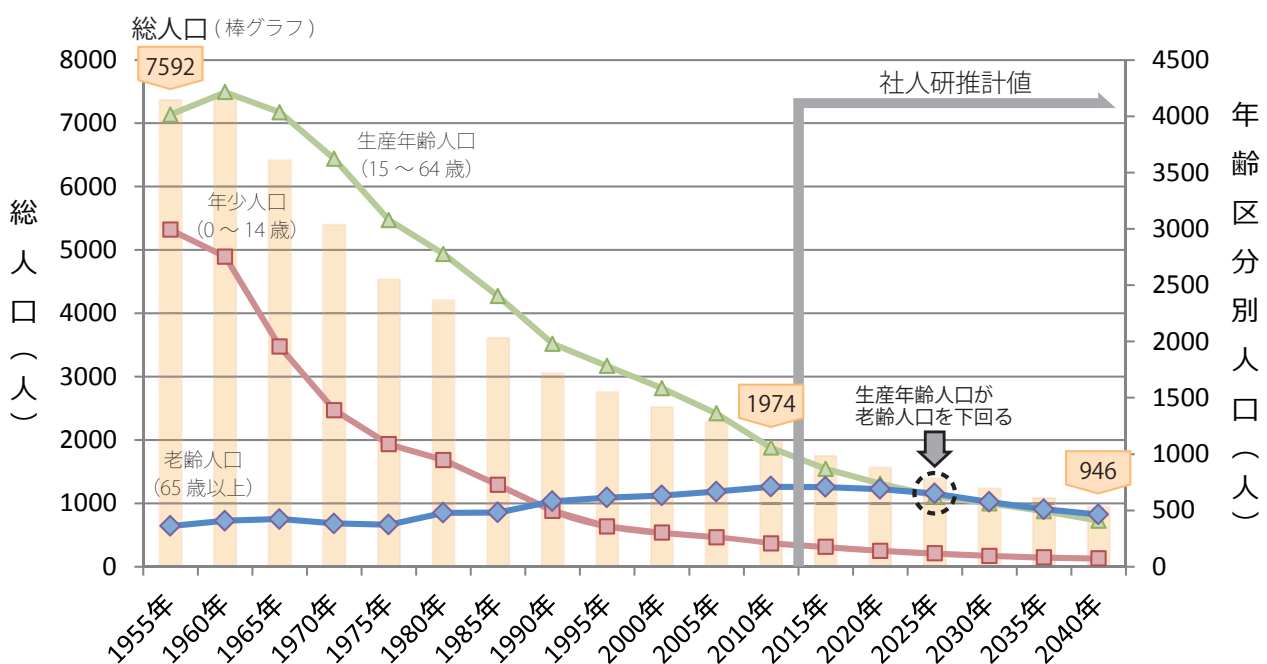
年齢 3 区分別の人口の変化をみると、総人口の減少に伴って年少人口(0～14 歳)・生産年齢人口(15～64 歳)の減少が続いています。一方、老年人口(65 歳以上)は、2010 年まで微増傾向にあり、2025 年には生産年齢人口を超え、人口構成としては一番多い区分となると推計されています。

人口増減を左右する「自然増減」と「社会増減」

人口増減は、出産・死亡による「自然増減」と、転入・転出といった人の移動による「社会増減」の 2 つの要因が影響します。

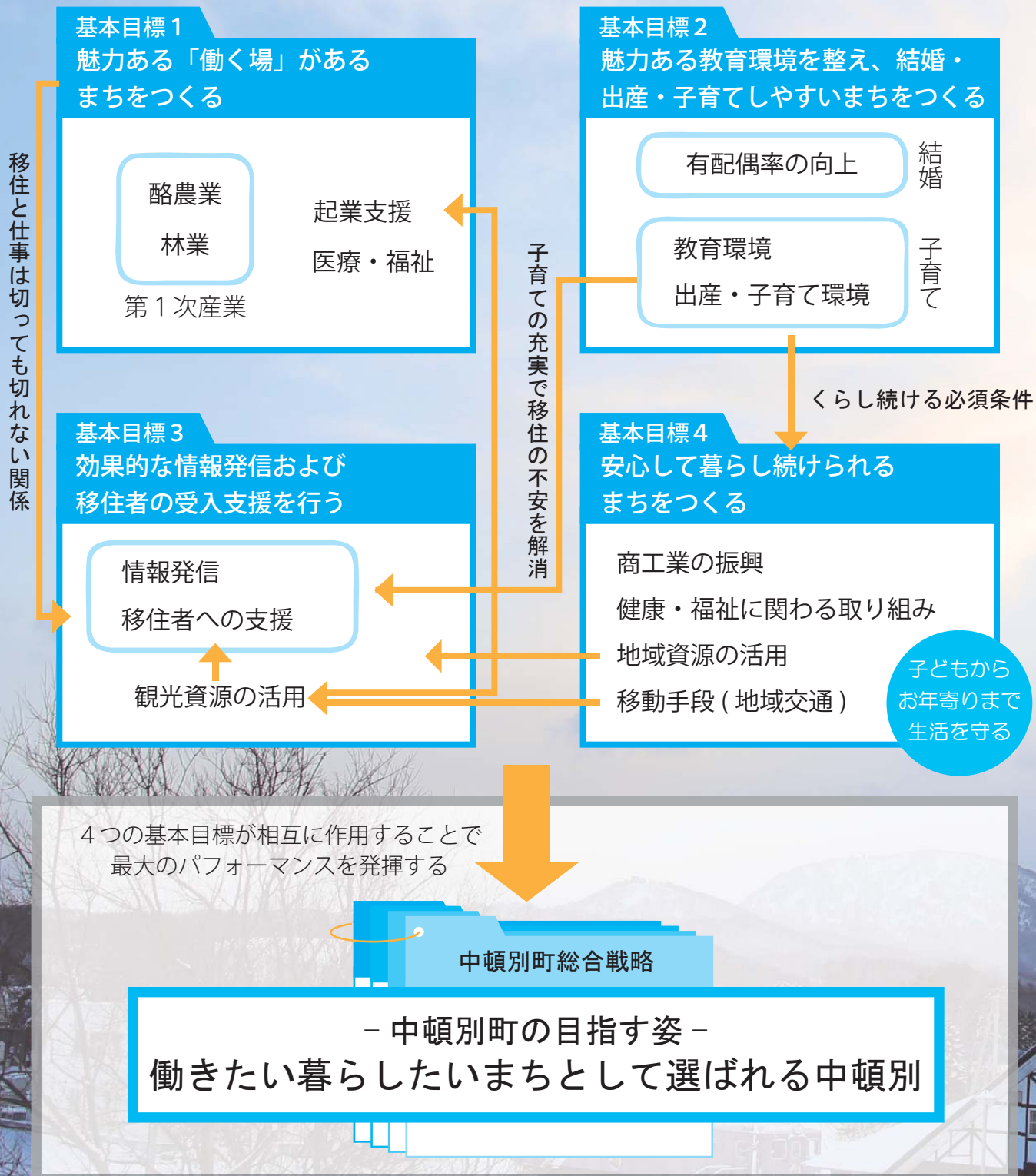
中頓別町では、1987 年から死亡数が出生数を上回る「自然減」の状態が続き、1 年間に町で生まれる子どもの数も、ここ 10 年で 20 年前の約 20 人から半減しています。出産・子育ての支援を充実させ、理想とする数の子どもを持てる環境を作る必要があります。

中頓別町は一貫して転出者が転入者を上回る「社会減」の状態が続いています。つまり、転出者を減らし、転入者を増やすことが、中頓別町の人口減少を食い止める重要なポイントになります。転出者を減らすためにも、魅力的なまちとして転入者の目に映るためにも、中頓別町で暮らす人・生まれ育った人が、将来も町で生活したいと思えるまちづくりを目指していく必要があります。



総合戦略の全体像

人口ビジョンをふまえ、中頓別町において人口の急減を食い止めるためには、「生産年齢人口の転入者の増加」が早急に対処すべき課題であり、以下の4つの基本目標をもとに、目指す姿「働きたい」「暮らしたい」まちとして選ばれる中頓別」の実現に向けた取組を推し進めます。2040年時点で1250人を上回ることを目標に、平成27年度から平成31年度までの5年間で各種施策を進めていきます。



より詳しい内容はホームページ上
に掲載されております

<http://www.town.nakatombetsu.hokkaido.jp/docs/2015122800016/>

中頓別町 人口ビジョン・総合計画

検索

このしばれ、この寒さが中頓別 北緯45度しばれまつり

全国で3番目の寒さを記録した1月30日、天北線メモリアルパークで33回目となる北緯45度しばれまつりが開催されました。

近年のしばれまつりは、最高気温がプラスになるなど、温かい中で開催されていましたが、今年は氷点下10度を下回る寒さとなり、

まさしく「しばれまつり」となりました。

午後1時30分の開会宣言をもって昼の部が始まりました。

大崎上島特産品販売では、みかんなどの特産品を求めて行列ができるほどの大盛況。まつり会場のイベントコーナーでは、スノーモー



◆ かんじき二人三脚の様子

ビル試乗体験、かんじき二人三脚、サッカーゲームなど、「しばれまつりらしさ」があり、寒空の下、活気にあふれていました。

日も暮れ、一段と冷え込んできたころ、夜の部が幕を開けました。最初に開会式があり、その中で留学生の紹介がありました。

その後、ロータリークラブによるもちまきが行われステージ付近に多くの来場者が集まりました。

夜のステージでは、町民によるカラオケ、1等には豪華家電が当たるビンゴ大会あり、会場の盛り上がりは最高潮。

まつりの締めくくりは、毎年恒例の花火ファンタジア。例年よりも多くの花火が打ちあがり、厳冬の夜空を彩りました。

しばれまつりに 留学生たちも参加しました！

中頓別へ訪れていた留学生たちも、しばれまつりに参加しました。

スノーモービルや和太鼓を体験し、かんじき二人三脚やサッカーゲームでは入賞するなど大活躍。

夕食は、ジンギスカンと出店の食べ歩きを堪能し、寒く楽しく美味しい一日となりました。



平成28年成人式

1月10日、中頓別町役場で成人式が行われ、真新しい背広と素敵な振袖に身を包んだ14名の新成人が出席しました。

式典では、小林町長の式辞のあと、村山議長と三好道議からお祝いと激励の挨拶がありました。続いて、



▼ 二十歳の決意を述べる
新成人代表 細谷 築さんと藤田 明梨さん

新成人代表より「ここ中頓別で学んだことを忘れず、悔いの無い笑顔いっぱい的人生を送れるよう努力していきたいと思います」と二十歳の決意を述べました。
式の最後には、記念品として町オリジナルの選書本からお好みの本、放課後子

平成28年出初式

新春を飾る恒例行事として町民に親しまれている、平成28年南宗谷消防組合中頓別消防団の出初式が1月5日、町民センターで挙行されました。

式典前に、町民センター駐車場で閲団が行われ、安川裕一団長を先頭に副管理者である小林町長、来賓の方々、分団ごとに整列した団員を見回り士気を鼓舞しました。

式典では、団長訓辞、表

ども教室から絵手紙と押し花のしおりが贈呈されました。

式典の後には新成人を祝う会が行われ、両親への「ありがとうの手紙」、恩師からのビデオメッセージやミニコンサートのあり、二十歳の門出を祝いました。



彰状授与、管理者挨拶に続き、来賓からの祝辞を受け、今年も火災・災害が起こらないよう祈念しました。

今年は消防団発足から100年の節目の年。中頓別消防団が中心となり実行委を編成し、記念事業は春季消防演習と記念式典、祝賀会を5月15日に開く予定で、訓練では全消防車による一斉放水や、式典等では歴代団長などに対する感謝状贈呈等を計画しております。



スノーシュー

ツアーガイド講習会

1月13日、ガイドオフィ
ス「風」鳥羽晃一氏を講
師として招き、スノーシュー
ツアーガイド講習会が開催
されました。スノーシュー
とは西洋風のかんじきで、
新雪の中でも埋まりにくく、
快適に歩くことができます。
体験を通してガイド力を
身につけるということで、
ピンネシリ岳の登山口から

登山道を少し歩いた後、道
を外れて森の中へ。講師の
方から小道具や写真、実際
の動植物を用いて解説があ
りました。

続いて鍾乳洞近辺へ出発。
今度は、そうや自然学校の
スタッフの方がガイドをす
ることに。ピンネシリ岳近
辺と違い、アップダウンの
多い険しい道。途中、動物
の足跡やサルナシ（コクワ）
のツルといった都市部では
なかなか見ることのできな
い自然を満喫。

そのまま歩き続けて鍾乳
洞までたどり着くと、鍾乳
洞内部で氷筈（ひょうじゅ
ん）を見ることができまし
た。氷筈とは、天井から落
ちた水滴が凍り、積み重なっ
てたけのこ状の氷塊になっ
たものです。現在の大きさは
2割程度で、3月下旬を
ピークにさらに大きくなる

スノーシューで行く！冬の鍾乳洞探検

期 間 1月中旬～3月下旬
参加料 大人1000円 / 高校生500円 / 小中学生400円
場 所 中頓別鍾乳洞および周辺のフィールド
時 間 3時間程度（コース全長：約3.4km）
申 込 ホームページ、電話、FAX、Eメール
TEL(FAX)：そうや自然学校 01634-8-3611
Mail : souyashizen@ipstar.ne.jp

詳しくは、そうや自然学校へ
お問い合わせください。



◆氷筈の様子

とのこと。
このようなツアープログ
ラムがそうや自然学校で体
験することができます。

アルペンスキー中体連

1月5日、寿スキー場で、
アルペンスキー中体連宗谷
地区予選が行われました。

12月中旬までは積雪量が
少なく、スキー場のオープ
ンも危ぶまれましたが、年
末から年明けにかけて積雪
も増え、良好なコンディショ
ンとなりました。

当日は、雪の降り方が強
まり、ゲレンデは視界不良。
保護者や関係者の方々が見
守る中、競技が始まりました。
競技中は雪が弱まり視
界も晴れ、選手たちは練習
の成果を存分に発揮してい
ました。



暖かな光のアート サンキャッチャー作り

1月13日、こども館でサンキャッチャー作りが行われました。サンキャッチャーとは様々な色のビーズをひもに通したもので、窓際など日の当たる場所に飾ることとで部屋の中に光の虹を作り出すものです。今回は、吊るすタイプとストラップタイプがあり、人によって色も形も異なる個性的なサンキャッチャーが出来上が



りました。

この日は天気が良く、窓からの日差しを浴びたビーズが煌びやかに輝き、参加した親子から楽しそうな声が上がっていました。

お帰りなさい！

ブレアー一家、中頓別へ

ブレアー・フィオナさんは、平成25年に外国語指導助手（ALT）としてオーストラリアから家族4人で中頓別へ来て、小中学生に英語を教えていました。

26年に中頓別を離れ



▼ブレアー・フィオナさん

ストラリアに帰国したのですが、今回、中頓別のみなさんに会うため家族4人で来町しました。

1月24日、中頓別町の友人や子どもたちが集まり、町民センターで「ブレアーさん家族を歓迎する会」が開かれました。最初にブレアー・フィオナさんから挨拶がありました。感動のあまり涙ぐみ、言葉が詰まる場面もありました。子どもたちは、ひさしぶりの再会に大はしゃぎ。お菓子や手作りクレープを食べて楽しい時間を過ごしました。

翌25日には、小学2年生、3年生といっしょに給食を食べて交流しました。懐かしい教室で食べる久しぶりの給食にブレアーさん家族もクラスメイトも自然と笑みがこぼれていました。





電源立地交付金事業の紹介

電源立地地域対策交付金とは、発電用施設などの周辺地域での公共施設の整備や、住民福祉の向上に資する事業に対して交付金を交付することで、電源開発事業の理解推進を図ることを目的としています。

当町では、幌延深地層研究センターが交付金の対象施設となったことで平成 15 年度から交付を受けており、平成 27 年度は 10,424,916 円が交付され、「中頓別町国民健康保険病院運営事業」の一部に充てられています。

【総務課政策経営室】

北方領土返還要求署名のお願い

北方領土問題の解決のためには、領土返還に向けた外交交渉の展開を強く要望する道民世論の結集が何よりも必要です。

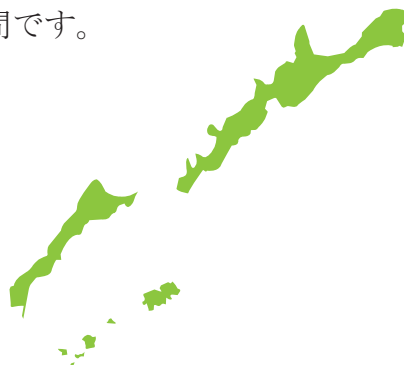
皆様からいただいた署名は、国会法第 79 条の規定による請願書として衆議院および参議院に提出します。

1 月 21 日から 2 月 20 日は「北方領土の日」特別啓発期間です。

一人ひとりの返還に向けた思いを結集し、
北方領土の返還を実現しましょう。

- 署名にあたってのお願い -

- ・署名簿には、住所・氏名を記入してください
- ・署名の意思がある方であれば、年齢は制限していません



宝くじの助成金で歩くスキー用品を整備しました

中頓別町自治会連合会では、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業により、歩くスキー用品（スキー板 20 台、ビンディング 20 組、ポール 20 組、ブーツ 20 足）を宝くじの助成金で整備しました。

この事業は、同センターが全国自治宝くじの普及広報事業費として受け入れる受託事業収入を財源として、住民のコミュニティ活動を促進し、その健全な発展を図るとともに宝くじの普及広報を目的に行われています。



歩くスキー用品の整備によって、健康促進・冬場の運動不足の解消など、地域コミュニティ活動の一層の発展に寄与することが期待されます。





ダリンさんの徒然日記

Aloha Nakatombetsu! I'm looking forward to seeing you again this year. In January, I returned to my hometown of Maui for a week. I haven't been back home since coming to Nakatombetsu, about a year and a half ago. It was great to be back to see and spend time with my family and friends.

In Hawaii, it is also winter at this time of the year, however, it will never be as cold as it is in Hokkaido. The temperature is usually about 25 degrees Celsius during the day and sometimes drops down to about 12 degrees at night. For people living in Hawaii, 12 degrees is really, really cold! (For you, it's still quite warm, right?) My friends and I went to the beach to relax in the sun, went hiking at the top of Haleakala National Park (into the volcano's crater at 3055 meters), and ate a lot of delicious local food, including Loco Moco, traditional Hawaiian food, and many other ethnic foods. (Unfortunately, I didn't eat any Hawaiian pancakes.)

It was a wonderful vacation to be at home enjoying fun times and creating new memories with everyone I met with. Returning to the coldness of Nakatombetsu, I am ready to work hard once again! Gambarimashou!

アロハ、中頓別の皆さん！

今年もよろしくお願ひします。僕は1月に一週間ほど実家のマウイ島に帰省していました。中頓別に来てから、一年半ぶりでした。家族や友達に久しぶりに会い、素晴らしい時間を過ごしました。

ハワイも、この時期は冬なんですけど、北海道と同じくらい寒くなることはありません。昼間は気温がだいたい25度です。時々、夜になって、気温が12度くらいまで下がります。ハワイに住んでいる人にとっては12度めちゃくちゃ寒いです！（皆さんにとっては、まだ少し暖かいでしょうね？）僕は友達と一緒に海に行って、リラックスして日焼けしたり、ハレアカラ国立公園で山に登ったり（火山の火口で3055メートル）、いろいろな美味しいローカル・フード、例えば、ロコモコや伝統的なハワイアン・フードやいろいろな国の料理を食べたりしていました。（でも、残念ながら、ハワイアン・パンケーキは食べませんでした。）

実家に帰って、みんなに会って遊んだり、新しい思い出を作ったりして、素晴らしい冬休みでした！中頓別の寒さに帰って、また一生懸命頑張れます！頑張らしましょう！

血管を守るために

中頓別町で、介護の原因となる疾患の第1位は血管病（脳血管疾患・心疾患・腎疾患）です。血管を守ることは、健康寿命の延伸や健康格差の解消にもつながります。

昨年11月に上富良野町の岡崎さんを講師に招き、健康づくりセミナー「あなたの血管を守るために〜食とからだのつながりを考える〜」を開催。血管病とはどのようなものか、血管を守るために何をどれだけ食べたらいいのかなど、具体的な学習を深めました。

健診データと食のつながり

中頓別町民は、血糖値や血圧、体重やおなか周りの数値が高い傾向にあります。これらはいずれも血管病の

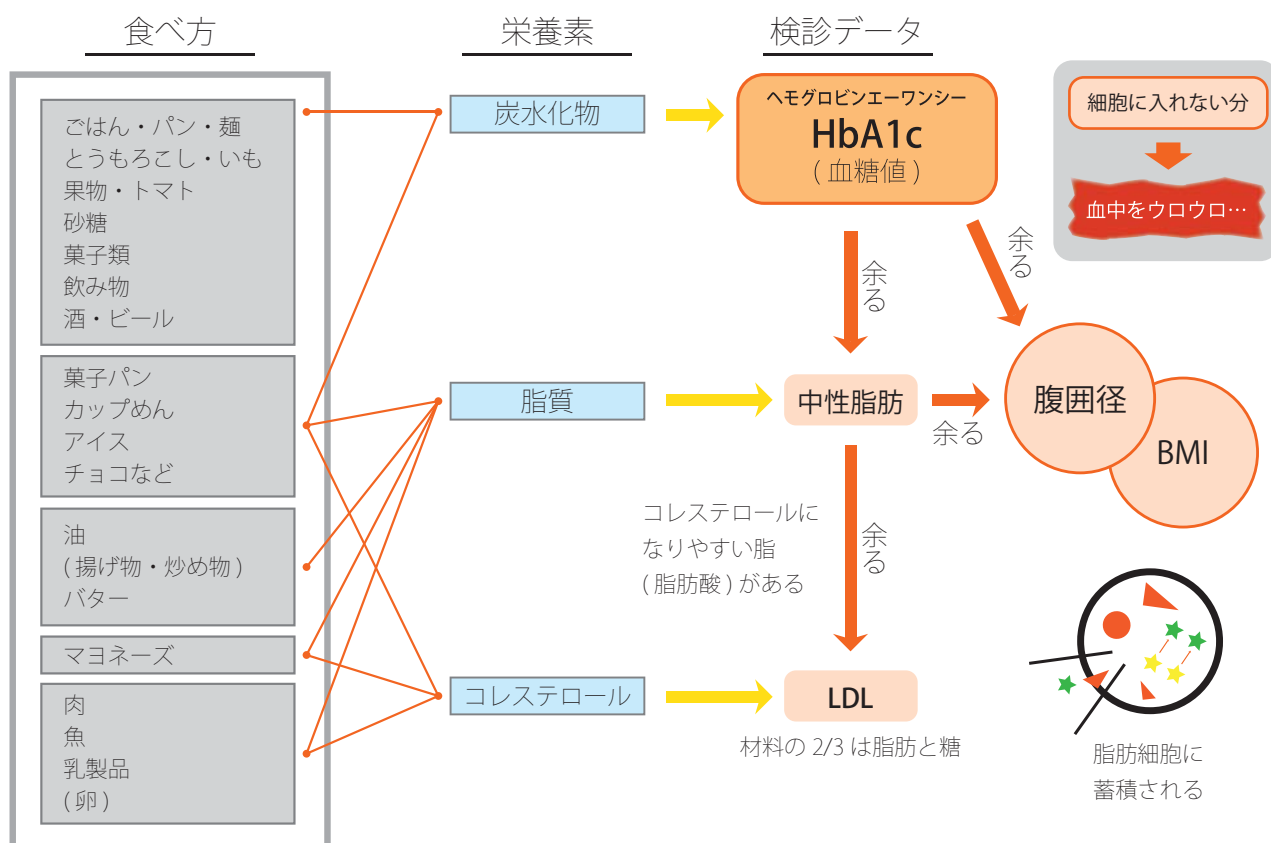
リスクを高めるものです。食品の炭水化物は血液に入り糖となってエネルギーとして使われます。その糖が体で使われず、余っている状態が高血糖です。

食べたものが体の中で代謝され、その結果として健診（血液）データにつながります。

代謝は遺伝・体質・年齢・環境などにより個人差があります。個人個人の代謝などの体のメカニズムと生活習慣の関連を理解し、自分の体に見合った食べ方を身につけることは、適正な体重を保ち、「脳」「心臓」「腎臓」などの血管の病気を予防することにつながります。

生命を支える血管を守るため、「健診結果をどう読みとったらいいの?」「何をどれだけ食べたらいいいの?」など、保健師・栄養士に気軽に相談ください。

中頓別町 健診データと食のつながり



- 図書室では雑誌の貸し出しも行っています -

- ・NHK趣味の園芸
- ・NHKきょうの料理
- ・NHKすてきにハンドメイド
- ・NHKきょうの健康
- ・たまごクラブ
- ・ひよこクラブ
- ・スポーツグラフィック・ナンバー
- ・婦人公論
- ・ダ・ヴィンチ
- ・ゆうゆう
- ・E S S E
- ・かぞくのじかん
- ・北海道生活
- ・たくさんのふしぎ(児童向け)

皆さんが利用出来るよう、貸し出し期限(1週間)を守りましょう

図書室だよ

今月の新刊(1月19日現在)

注目の新着本

『もりのやきゅうちーむ ふあいたーず』
著…北海道日本ハムファイターズ選手会・
作 堀川 真・絵 出版…北海道新聞社
ファイターズの選手たちが森の動物に大
変身! 敵は海の野球チーム「おーしゃんず」、
仲間を信じるアツイ選手たちが力をあわせ
て立ち向かいます。
「本と親しむ機会を子ども達に持ってほし
い」「野球の楽しさを知ってほしい」という
選手たちの思いとアイデア、メッセージ
が絵本になりました。



『必要十分生活』少ないモノで気分爽快に生
きるコツ』 著…たつく 出版…大和書
房
バスタオル、机の引き出し、プリンター、
ペン立て、掃除機、思い出の品、収納グッ
ズは人生に不要。靴は3足、下着は3枚、
ペンは2本あればいい! 電子書籍の個人出
版で異例のベストセラー!

一般向け図書

『わかれ』
『この世にたやすい仕事はない』
『おひとりさまの最期』
『永い言い訳』
『ナイルパーチの女子会』
『大奥の座敷童子』
『すてきなうちのつくりかた』
『東京零年』

瀬戸内 寂聴
津村 記久子
上野 千鶴子
西川 美和
柚木 麻子
堀川 アサコ
川上 ユキ
赤川 次郎

児童向け図書

『きえた!? かいけつゾロリ』
『なりたて中学生』
『せかいいちのねこ』
『たからものみつけた』
『カメカメカメラ』
『もうぬげない』
『走れ! みらいのE-ストライカー』
『キッズペディア 世界遺産』

原 ゆたか
ひこ・田中
ヒグチ ユウコ
くすのき しげのり
もろ かおり
ヨシタケ シンスケ
吉野 万里子
小学館

※ その他、多数の新着図書が入りました。どうぞ、ご来室ください。

【お願い】 図書室から借りたままになっている本はありませんか?

休館日に本を返却される方は、玄関横の返却ポストをご利用ください。

It is good that we have lived in Nakatombetsu
and we would like to live there for long.

— 住んでいてよかった これからも住んでいたい —

ひと文字が奮ひ立たせる書き始め 高橋 恵翠	髪染めて揺れる後ろ毛初鏡 山崎 静女	明けそめて窓いっぱい初日かな 平田 栄珠	あらたまの奏でる樂に舞ふ飛天 峰友 緑恵	初夢の見るも見ざるも申の年 高橋 妙子	玄関に鍵かけてある女正月 菅原 貞子	宝引きやはねる綱先驚づかみ 東海林 海峯	白銀の四方の山なみ初日の出 武田 雄峰	やまなみ吟社 一月例会
--------------------------	-----------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------	-----------------------	-------------------------	------------------------	-------------

こども館フッ化物洗口

1月16日、こども館で1回目のフッ化物洗口が行われました。こども館でのフッ化物洗口は、週5回フッ化物の水溶液を少量口に含んで1分間ぶくぶくうがいを行い、むし歯を予防する方法です。



ぶくぶくうがいの練習をしてきた年長クラスのこども達は、保護者の見守る中、音楽に合わせてとても上手にうがいをしていました。

編集後記

■中頓別の人口が1800人を下回りました。こうして毎月、人のうごきを見ていると少しずつではありますが、確実に減っていることを実感します。昨年の同じ月は1862人でしたので、この一年で65人減っています。

なかとんべつ留学生交流事業が行われましたが、このような活動の積み重ねによって人口減少に歯止めがかかればと思います。また、そのような活動を応援すべく、広報活動を頑張ってください。

【t-singo】

戸籍だより

12月16日～12月31日受付分

(公開にご了承いただいた方のみ掲載しています)

えんぐみ

字中頓別(12月23日)
守屋 心さん 加地 史緒里さん

人のうごき

(平成27年12月31日現在)

世帯 912(-4)

人口 1,802(-5)

男 889(-2)

女 913(-3)

()内は前月対比

1月1日～1月31日受付分

(公開にご了承いただいた方のみ掲載しています)

おくやみ

字中頓別 大場 敬さん
(74歳 1月5日)

字中頓別 中嶋 喜義さん
(82歳 1月6日)

字中頓別 沖村 緑さん
(92歳 1月8日)

人のうごき

(平成28年1月31日現在)

世帯 911(-1)

人口 1,797(-5)

男 887(-2)

女 910(-3)

()内は前月対比

※世帯数・人口・男・女には外国人も含まれます。

広報なかとんべつ 2月号 Vol.675

【発行】 2016年2月10日

【編集】 中頓別町総務課住民グループ 〒098-5595 北海道枝幸郡中頓別町字中頓別172-6

TEL 01634-6-1111 FAX 01634-6-1155

HP <http://www.town.nakatombetsu.hokkaido.jp>

e-mail info@town.nakatombetsu.lg.jp

【印刷】 有限会社 天北印刷工業

*この広報誌は再生紙を使用しています。