

広報



2016. 10 October

なかとん牛乳

学校給食へ提供

なかとん牛乳についてお披露目	2
まちの話題	4
インフォメーション	6
ダリンさんの徒然日記	7
今月の料理	8
図書室だより	9
戸籍だより・編集後記など	10



北緯45度癒しの里
— ロマン息づく大自然の町 —



ついに披露目！

なかとん牛乳

9月3日、天北線メモリアルパークで、北緯45度酪農祭が開催され、地元産牛乳「なかとん牛乳」がお披露目されました。この牛乳は、中頓別町内の酪農家のもとで搾られた生乳が使用されています。

12時より、試作したアイスクリームとともに無料配布を開始。訪れた町民らによる長い行列ができました。

現在、当町で生産された牛乳のほとんどは町外の工場に出荷されています。地元の牛乳を飲みたい、牛乳を使った特産品を作ってほしいという要望に応じるため、今年の7月下旬、地元の生乳を使った牛乳の製造や乳製品の開発に向け「食彩工房もうもう」に小型ミルクプラントを設置しました。

牛乳の容器は樹脂製のボトルを使用し、なかとん牛乳の文字



◆ なかとん牛乳無料配布の様子

と、シバザクラと砂金をイメージした色使いのデザイン。
週1回程度の不定期出荷、農協や道の駅など町内5施設で販売しております。



なかとん牛乳の特徴

・低温殺菌法

なかとん牛乳は、63℃65℃で30分間加熱して殺菌を行っています。この方法では、非耐熱性菌はほとんど死滅しますが、一部は残存するため、一般的な牛乳よりも消費期限は短くなります。しかし、タンパク質の熱変性を抑えることで、牛乳本来の風味を活かすことができます。

また、菌を活かすという意味では、牛乳をヨーグルトなどに加工

する際に菌の力が必要であるため、菌を残す低温殺菌法が適しています。

・ノンホモ牛乳

搾った生乳は、中に含まれている脂肪が大きい塊のため、自然に浮き上がります。市販の牛乳では、品質保持の目的で細かく砕く行程（ホモジナイズド）を行い、脂肪の浮き上がりを防ぎます。このホモジナイズドの行程を行っていない牛乳をノンホモ牛乳と言います。この牛乳を静かに放置すると、乳脂肪が浮き上がり、クリームの層になります。これは、濃厚な牛乳の証拠です。





よく振って
飲んでね



地元の味を体感

なかとん牛乳学校給食へ

9月29日、中頓別町内の学校給食でなかとん牛乳の提供が開始されました。

いただきますと同時に飲み干してしまうほどの好評ぶり。子どもたちからは、いつも飲んでる牛乳よりも飲みやすい、味が濃くておいしいといった感想がありました。

地元の牛乳を飲み、中頓別の産業を知るきっかけになったのではないのでしょうか。

中頓別の牛乳は美味しい！

検討会に参加した経緯は

この検討会に参加した理由は、知り合いから、牛乳や6次産業化について色々やっているから出席してみたらと紹介があり、せっかくなので顔だけ出したところ、気がついたら会長になっていました。

製品化までにどのような苦労がありましたか

手続きをする事務局の方々が苦労したのではないかなと思います。私も保健所との話し合いなどに参加させてもらっていますが、振興局や保健所で話をすることに苦労はありませんでした。それでも申請へと漕ぎ着けるまで2年くらいかかりました。ここまでスムーズに進んだのも、みんなが頑張ってくれたからですし、自分もこのまちでこんなことできると思わなかった。普及センターも農協もうまく絡んで、人材もそろっていましたが、何かが出来るときとは、こういうときなのかなと。

なかとん牛乳のこだわりポイントはどこでしょうか

牛乳を提供してくれる農家さんが1戸ではなく、中頓別町一円で手続きを進めたので、今回は5戸の農家さんから提供してもらっています。

牛乳の質で言えば、中頓別農協自体、乳質が良く、その中でもトップクラスの農家さんから提供してもらっています。常に品質の高い牛乳を選んで提供できるようにするため、今回は乳質改善協議会の推薦を受けています。

なかとん牛乳の今後について

まずは地域に定着させることが一番。そのためにも安定した供給が必要です。

地元の牛乳を飲みたいという声からなかとん牛乳が誕生したので、次の展開も地元や飲んだ方から上がってくると良いと思います。

低脂肪牛乳が飲みたい、乳製品が欲しいというように、お客

牛乳等地域の生産物を活用した6次産業化検討会の会長を務める藤田 健一さんにお話を伺いました。

さんから声が上がってくるとうれいですね。

現在、ある程度売れている状態ですが、この後が大変かなと。一般の会社でも商品管理という一つの部門がありますし、そこが一番難しいところだと思います。

牛乳を売るということ言えば、食中毒などが怖いですね。慣れてきた頃はミスが起きやすいですし、手順などをしっかり守ってもらわなければなりません。人の口に入るということを常に意識し、提供側はもちろん、製造・販売でも気を付けないとお互い不幸になります。美味しさだけでなく、安心安全を届けるといったことが重要ですね。

消費者の方々にむけて、一言お願いします

中頓別町の酪農家が365日、1日も休まず、真剣に搾った牛乳です。地元で搾った質の高い牛乳を、ぜひ味わってみてください。

その場でパクツと

厚生園ミニトマト収穫

9月12日、多機能型事業所D〇のビニールハウスで、こども園の園児たちがミニトマトの収穫を行いました。園児たちは、ビニール袋を持ってハウスの中へ入り、鮮やかで大きく美味しそうなミニトマトを選び収穫しました。その場で採ったトマトをそのままパクリ。「おいしい」と喜びの声を上げていました。



長寿を祝う

長寿園敬老会

9月14日、長寿園で敬老会が開催され、喜寿のお祝いや100歳のお祝いとして内閣総理大臣から賞状と記念品が贈られ、小林町長より手渡されました。乾杯の後には歌謡ショーが行われ、会場には手拍子や拍手があふれました。豪華なオードブルに楽しい歌謡ショーと、非常に盛り上がった敬老会となりました。



緊急時に備えて

中頓別消防団秋季消防演習

9月25日、南谷谷消防組合中頓別支署前で中頓別消防団秋季消防演習が行われました。演習は、服装・手帳点検に始まり、ポンプ操作では、消防団員として経験の浅い団員を中心に、放水などの

基本的な扱い方を確認しました。また、演習を見学していた子どもたちも放水を体験し、楽しそうな笑顔をのぞかせていました。このようなことから未来の消防団員が誕生するかもしれません。



秋の味覚を味わう

自然のめぐみフェア

10月4日、薄曇りの空に時折晴れ間がのぞく空模様の中、道の駅ピンネシリ前で自然のめぐみフェアが開催されました。

会場では、きのこ汁やきのこ御飯、焼き鳥やカレーパンといった食べ物、きのこのほだ木や蜂蜜、なかと



ん牛乳といった地域の特産品が多数出品されていました。

午前10時からのスタートと同時に、町内だけでなくバイクなどで通りかかった観光客が立ち寄り賑わいました。

芸術に触れ合う

影絵劇 ゲゲの鬼太郎

9月21日、中頓別町民センターで株式会社笑う猫による影絵劇「ゲゲの鬼太郎」が開催されました。

影絵と聞いたとき、ライトによって照らされたモノクロのシルエットをイメージする方が多いかと思いますが。この影絵劇では、絵に用いられる人形が、牛の皮を薄くのばして水性絵具を塗ったものを使っており、はつきりとキャラクターが映し出され、さながらアニ

メーションのように動いていました。

第2部では、ビンに息を吹いて「風の音」、木材を叩いて「下駄の音」といった劇や舞台で用いられる効果音を会場の方々と体験しました。



健康づくりセミナー

NO梗塞NOリターン

9月20日、中頓別町保健センターで健康づくりセミナーが開催されました。

今回のテーマは、「NO梗塞NOリターン」と題し、中村記念病院丸賀庸平先生をお招きし、脳梗塞の種類や再発予防、治療法の種類などについてお話しいただきました。

脳梗塞は再発しやすい病気であり、1年以内に10人に1人が再発しているというデータもあります。しかしながら、自己判断で通院や薬の服用をやめてしまう方も多くいます。脳梗塞の危険を理解し、適切な治療を受けましょう。



◆丸賀 庸平 先生



9月12日
第18回中頓別町自治会連合会
町民親睦交流パークゴルフ大会



9月26日
救急の日ゲートボール大会

スポーツの秋



9月4日
町民駅伝大会・小学生マラソン大会

無事故無違反 30年表彰

30年にわたり無事故・無違反であったことにより、交通事故の防止、交通秩序の確立に貢献したとして、町内在住の関川功さんが北海道交通安全協会から表彰状が贈られ、地域生活安全協会の峰友会長より表彰状と記念品のプレートが手渡されました。



税務からのお知らせ

納付を忘れていませんか？

納入は便利な口座振替もできます。手続きは、町の指定金融機関（稚内信金中頓別支店・中頓別町農協）・最寄りの郵便局（ゆうちょ銀行）でお願いいたします。

税目	第 1 期	第 2 期	第 3 期	第 4 期	第 5 期
軽自動車税	5 月 31 日				
道町民税	6 月 30 日	8 月 31 日	10 月 31 日		
固定資産税	5 月 31 日	8 月 31 日	11 月 30 日		
国民健康保険税	6 月 30 日	8 月 1 日	9 月 30 日	11 月 30 日	12 月 26 日

家屋の取得・滅失や増改築について

平成 28 年中に**新築または増改築**をして、評価を受けていない家屋がありましたら、総務課住民グループ固定資産税担当までご連絡ください。また、売買などの譲渡で**所有者が変更**した場合や、**取り壊しなどで家屋が滅失**した場合もご連絡ください。

※ 連絡がなかった場合、来年度以降も課税される場合があります。

軽自動車税について

原動機付き自転車や小型特殊自動車を廃車・譲渡などで所有しなくなった時や、町外に転出される時は、総務課住民グループで手続きが必要です。手続きの際、ナンバープレートを返還していただきますが、盗難などで無くしてしまった場合は、理由を記入していただきます。

軽自動車税は 4 月 1 日現在に所有者として登録されている方に課税されていますので 4 月 2 日以降に廃車・譲渡などをしても全額納付していただくことになります。年度途中（4 月 2 日以降）に取得した場合は、その年度は課税されません。

※ 二輪小型・軽自動車の手続きは、所轄陸運局の担当機関やディーラー・代行業者で行ってください。

◆ お問い合わせ 総務課住民グループ (01634-6-1111)

育児・介護休業法および男女雇用機会均等法が改正されます

～施行日は平成 29 年 1 月 1 日から～

< 主な改正点 >

1. 介護休業が 3 回を上限として分割取得可能（通算 93 日まで）
2. 介護休業・看護休業が半日単位で取得可能
3. 介護のための所定労働時間の短縮措置（選択的措置義務）が介護休業とは別に利用開始から 3 年の間で 2 回以上利用可能
4. 介護のための残業免除が新設
5. 有期契約労働者の育児休業・介護休業の取得要件の緩和（取得できる対象者が拡大）
6. 上司・同僚からのいわゆるマタハラ・パタハラなどを防止する措置を義務づけ など

詳細な改正内容はホームページ (<http://hokkaido-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>) でご確認ください。

厚生労働省北海道労働局雇用環境・均等部指導課 (011-709-2715)



ダリンさんの徒然日記

Aloha Nakatombetsu!

In America, October is one month people look forward to just as much as December. Why? October 31st is Halloween! During October, some people decorate their yards and homes to look like haunted houses, with Jack-o-Lanterns and props such as black cats, ghosts, and even tombstones.

When we think about food and Halloween, we imagine pumpkins, apples, corn, and chocolate. This month, I will share with you a recipe of a Japanese treat, with a Halloween twist. Try it! I hope you will like it.

Pumpkin Mochi

Directions:

1. Peel the pumpkin and cut into pieces. Steam over water for 8 minutes on high heat.
2. Mash pumpkin with a spoon.
3. Combine the pumpkin with shiratama-ko, oil and sugar.
4. Knead into dough. Divide into 2 portions.
5. Steam one half over water on high heat for 15 minutes.
6. Combine the cooked pumpkin dough with raw pumpkin dough.
7. Brush a tin tray with some oil.
8. Round the pieces of pumpkin mochi and place on the tin tray.
9. Steam again for 10 minutes.
10. Transfer to plate and serve! Enjoy!

Ingredients:

200 grams pumpkin
75 grams shiratama-ko
2-3 Tbsp. Sugar
1 tsp oil

アロハ、中頓別のみなさん！

アメリカでは、10月は12月と同じくらい、みんなが楽しみにしている月です。何故でしょう。10月31日はハロウィンだからです！10月になると、ジャック・オ・ランタンや黒猫、幽霊、お墓の飾りで、庭や家をお化け屋敷のように飾り付けます。

私たちは、ハロウィンの食べ物というと、カボチャやリンゴ、とうもろこし、そしてチョコレートを想像します。今月は、みなさんにハロウィン風の日本版レシピを紹介します。是非試してみてください！お口に合うと嬉しいです。

カボチャもち

作り方：

1. カボチャの皮をむいて、一口大にカットします。高温で8分蒸します。
2. スプーンでカボチャを潰します。
3. 潰したカボチャに、白玉粉、サラダ油、砂糖を加えます。
4. 3をこね、2つに分けます。
5. 4のうち片方を高温で15分蒸します。
6. 5と4の残りを混ぜます。
7. 金属のトレーにサラダ油を塗ります。
8. カボチャもちを丸めて、トレーの上に置きます。
9. 再び10分蒸します。
10. お皿に移し、盛り付けます。召し上がれ！

材料：

カボチャ 200g
白玉粉 75g
砂糖 大さじ2から3
サラダ油 大さじ1

肝炎ってどんな病気でしょう

肝臓は肝心要（かんじんかなめ）の臓器です

File No.253

今月の担当は
西巻 俊英 さん

肝臓の働きとは

肝臓は、体の中でも大きな臓器で、成人であれば1.2 kg、1.5 kgほどの重さがあります。肝臓の働きとしては、栄養の管理、有害物質の無毒化、血中物質の調整など、とても重要な役割を持ちます。まさに肝心要（かんじんかなめ）と表現されるゆえんでもあります。

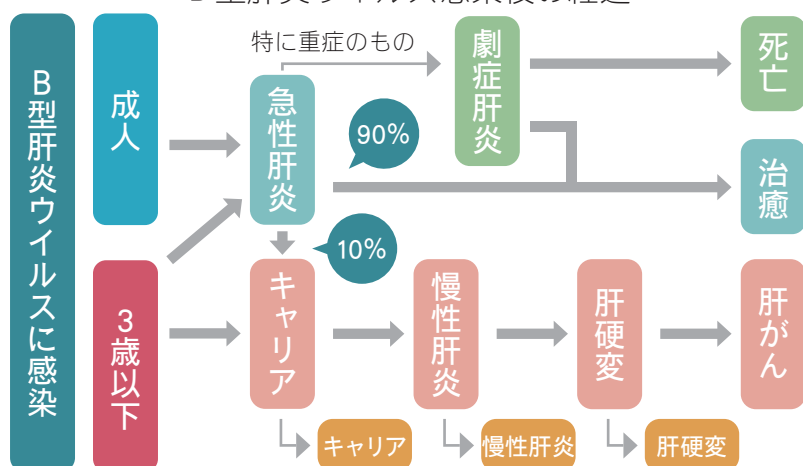
肝臓は沈黙の臓器ともいわれており、少しぐらいのことでは症状が出てきません。反面、症状が出たときには、かなり重い病状となっていることも多いのです。

肝炎とはよく聞けれど…

肝炎は肝臓病全体の約80%を占めるもっとも多い肝臓病です。肝炎というと、アルコール飲料の飲みすぎというイメージを持つ方も多いと思いますが、発症の原因はウイルスの感染によるものが最も多いのです。

肝炎にはA・B・C・D・E型

— B型肝炎ウイルス感染後の経過 —



の5種類ありますが、この中で特に多いのがB型とC型です。肝炎の主な感染ルートは出産のときにお母さんから子どもにうつる母子感染、大きな手術を受けた時に行う輸血や、ピアス、入れ墨、注射器の使い回し、性交渉など様々です。

B型C型肝炎ウイルスに感染しても、自然と治癒する場合もありますが、症状が無いまま感染している状態（キャリア）になることもあります。

キャリアの人は慢性肝炎へと移行する可能性があります。肝炎の主な症状は、全身の倦怠感、食欲不振、発熱、黄疸、吐き気などが挙げられます。

慢性肝炎はさらに肝硬変に進行していき、肝硬変になった人の3人に1人は肝臓がんに進行していくといわれています。

肝炎の治療は？

C型肝炎の場合、治療により80%程度の確率で完治するといわれています。B型肝炎も、治療によりかなり安定した状態を保てるといわれていますが、慢性肝炎になってしまつと、現在の医学では、B型肝炎ウイルスを完全に排除することはできません。

血液検査で、B型肝炎・C型

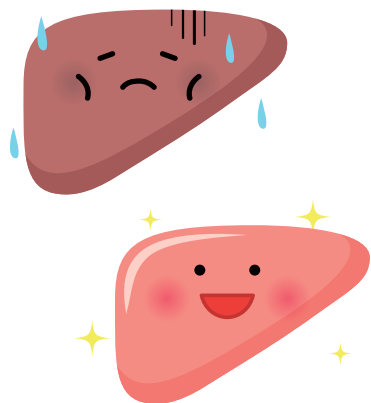
肝炎ウイルスに感染しているか、または以前に感染していたかがわかります。

ぜひ一度肝炎検査を受けておくことを勧めします。肝炎検査は町で実施している健診時に受けることができます。

B型肝炎ワクチンの定期接種が始まります

平成28年4月1日以降に生まれた0歳児対象に、10月1日からB型肝炎ワクチンの定期接種が始まります。

B型肝炎ワクチンは、キャリア化を防ぎ、将来肝臓がんから赤ちゃんを守る「がん予防ワクチン」です。



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 —

秋冷の畜舎に残る孕み牛 高橋 恵翠	津軽弁訛り言葉のリング売り 山崎 静女	煙り吐く湯屋の煙突秋の午後 平田 栄珠	鍋に火を透ける白さよ新豆腐 峰友 緑恵	待宵や父と二人の二合酒 高橋 妙子	次の世で会えば土産に薯団子 菅原 貞子	台風禍大地に拳ふるえおり 東海林 海峯	秋刀魚喰ふどっこい生きて米寿たり 武田 雄峰	やまなみ吟社 九月例会
----------------------	------------------------	------------------------	------------------------	----------------------	------------------------	------------------------	---------------------------	----------------



9月24日、中頓別町民センターで中頓別ロータリークラブ創立50周年記念式典が執り行われました。式典では、ロータリークラブから中頓別中学校校長へ部活動用品寄付の目録が手渡されました。

式典後の懇親会では、寄附へのお礼の意を込めて、中学生による文化部の発表やよさこいソーランが披露。会場からは大きな拍手とアンコールが沸き起こり、会場は大いに盛り上がりました。

編集後記

■みなさん「なかとん牛乳」は飲んでいただけたでしょうか。私も飲んでみたのですが、後味スッキリで飲みやすくおいしい牛乳でした。中頓別の新しい目玉商品、みんなで応援していきましょう。

【スリッパカメラマン☆】

戸籍だより

9月1日～9月30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

字小頓別 岡崎 繁雄さん
(78歳 9月20日)

うぶごえ

字中頓別 石井 希歩ちゃん
(敏之さんの子 9月8日)

人のうごき

(平成28年9月30日現在)

世帯 898(±0)

人口 1,776(+1)

男 884(+1)

女 892(±0)

()内は前月対比

「スリッパカメラマン」は
facebook もやっています

中頓別町
Facebook



広報なかとんべつ 10月号 Vol. 683

【発行】 2016年10月11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。