

敏音知岳 山開き 登山マラソン

6月19日、日差しが柔らかく涼しい天候の中、「道の駅ピンネシリ」で山開きが開催されました。午前9時から行われた恒例の登山マラソンでは、町内外からの参加者が頂上を目指し駆け上がりました。

シェアリング研究協議会	2
まちの話題	4
インフォメーション	7
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



中頓別町シェアリング研究協議会がスタート！

シェアコミュニティ構築事業は、地方創生加速化交付金を活用し、将来にわたって地域における移動手段の確保に取り組んでいくものです。

本事業では、既存の交通資源の効率化、効果的な枠組みの構築と「ライドシェア」という新たな可能性を検討していきます。また、交通だけでなく、輸送や配達、施設や空き家などといった「シェア」共有の可能性があるものを模索します。

第1回研究協議会

6月20日に行われた第1回協議会では、中頓別町の交通を取り巻く現状を確認し、ライドシェア事業の進め方を検討しました。

委員の方からは、無許可タクシーである「白タク」になるのではないかなど質疑があり、事業の進め方について議論を深めました。

ライドシェアとは

ライドシェアとは、「相乗り」とも訳され、自動車の所有者・

運転者と移動手段を求める利用者を結びつけるものであり、近年においては、スマートフォンなどのモバイルアプリを通じて行われています。

具体的には、利用者がアプリを通じて配車を依頼すると、端末から位置情報が発信され、付近の迎車可能なドライバーが手配されるもので、世界中で広く普及しているサービスです。この分野において米国のUber Technologies社は、世界70か国でサービスを手がける最大手であり、今回の事業においてもUber Japanの協力を得て展開していきます。

この事業で目指すもの

この事業では、地域交通の提案だけでなく、シェアリングのしくみを地域に根付かせることを目指します。また、左記のライドシェアの検討と運用のほか、行政による輸送手段である病院の送迎バスやスクールバスなど、既存の地域資源の活用や組み合わせによって効率的な運用を検討していきます。

第1回協議会 主な質疑応答

いわゆる「白タク」になるのではないのか

人を乗せて移動する場合、道路輸送法に準拠し、許認可を受ける必要があり、過疎地有償運送という形で協議会を作り行う方法もある。今回の実証実験は無償で行う想定であり、無償の場合、法的に問題はない。運輸支局からも意見をいただきながら進めていく。

タクシー事業者の経営に影響がでるのではないのか

事業者との調整が前提にある。既存交通との共存のしくみを考える必要がある。

事故リスクはどうするのか

ドライバーの安全研修や保険の整備、飲酒運転などの経歴が無いかなど確認が必要である。リスク管理を徹底しなければならない。



◆ 第1回協議会の様子

中頓別町 × Uber Japan

中頓別町とUber Japanが協定を締結

ライドシェアのしくみを構築するため、国内でタクシーやハイヤーの配車サービスを実施するUber Japan株式会社と協定を結びました。地域の新たな交通システム確立のため、相互に連携・協力を行います。

協定内容としては、移動が困難な方の利便性向上、町内来訪者の利便性向上と観光利用、町民や自家用車といった地域資源の活用、スマートフォンを活用した地域課題の解決といったものが主な内容となります。

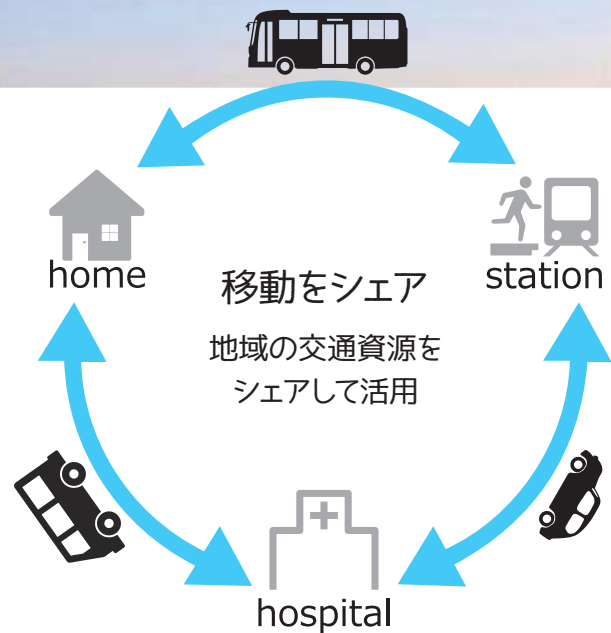


◆ 協定を締結する高橋社長と小林町長

なかとんべつライドシェア実証実験とは

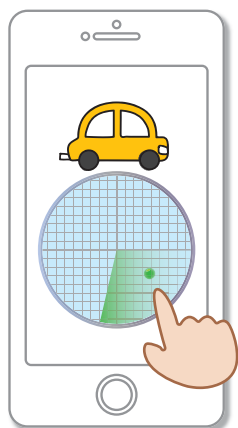
この実証実験は、高齢者や交通による不便を抱える住民の様々な不安を、自家用車の「相乗り」による解決を目指すものです。また、移動手段の確保だけでなく、地域のつながりの活性化も目指します。

実証実験のため、交通グループ会議を開き、議論と実践を行うことで、より良いしくみを検討していきます。



ライドシェア実証実験のしくみ

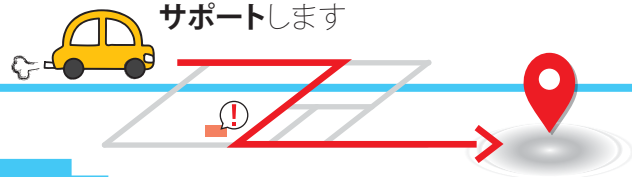
ライドシェアリング利用の流れ



1. 乗車したい人は**電話**や**スマートフォン**の**アプリ**などで配車を依頼します
2. 配車依頼を受けた**ドライバー**が依頼者のもとへ向かいます
3. 乗車したあとは、アプリの指示に従って目的地に向かうだけ！

ボランティアドライバーの流れ

1. 配車の依頼や情報を**近くのドライバー**に届けます
2. **都合の合うドライバー**が依頼者のもとへ向かいます
3. アプリが**配車の希望や道順**などをサポートします



交通グループ会議メンバー 大募集！

交通グループ会議とは

交通グループ会議では、ライドシェアのしくみを運用するにあたり、問題点や課題の掘り起し、解決策の検討を行います。

ドライバーを兼ねていただける方には、自家用車を用いた実証実験に参加していただき、安全マップの作成やドライバーの教育プログラムについて議論を重ね、中頓別町にあったライドシェアのしくみを作り上げていきます。

このことから、交通グループ会議や実証実験にご協力いただける町民の方を募集します。

応募要項

- ・75歳以下の中頓別町にお住まいの方
- ・期間 委嘱の日から検証が終了するまで（今年度末を目途に、次年度以降も継続を想定）
- ・報酬 会議参加毎に5,000円程度の謝金
- ※ グループメンバーにはドライバーを担っていただく想定ですが、必須ではありません。

会議開催

- ・7月から年度内に5～6回程度開催

応募・お問い合わせ先

- ・総務課 政策経営室 (01634-6-1111)

満開のシバザクラを堪能

鍾乳洞まつり

6月5日、日差しが心地よい最高のまつり日和の中、中頓別鍾乳洞自然ふれあい公園で鍾乳洞まつりが開催されました。

会場では、町内の方々による出店があり、炭と網を借りてジンギスカンを楽しむことができました。ステージでは、バンド演奏や中学生によるソーラン踊りが披露され、ウォークラリーや砂金掘り体験、ビンゴ大会などイベント盛りだくさんの1日となりました。

鍾乳洞へ続く遊歩道では、野生の動植物が数多く生息し、見る者を楽しませてくれます。鍾乳洞へ足を踏み入れると、中はひんやりとした空間で、訪れた人々は自然の造りだす芸術に大興奮。洞内ではコウモリを観察することもできました。



観光で地域を盛り上げる

観光振興計画

6月28日、役場大会議室で、まちづくりフォーラムなどで協力を呼びかけ、応じていただいた町内の青年層によるワーキンググループが開催されました。

この会議では、中頓別町観光振興計画策定のため、視察研修や報告会を通して

実際に取り組むことの提案や意見を行うものとなっています。

翌29日には、各セクターの代表者や外部有識者を加えた検討委員会が開催されました。若い世代のワーキンググループで検討した取り組みを具現化するのが検討委員会の役割となります。

両会議の中で、外部有識者として参加いただいたいる北大観光学高等研究センター特任教授木村宏氏より中頓別町内の施設の現状についてお話いただきました。その中で、施設の手入れや修繕だけでなく、例えば「30代女性」といったように、誰に求めてもらいたいか、どのような人物を対象にするのかを明確にして、その人たちに向けた取り組みが必要であるとの方向性を示していただきました。

この両会議を踏まえ、7月15日から3日間、両会議

の出席者9名と事務局・有識者が、中頓別町と類似点が多く観光の面で成果を上げている飯山市へと視察研修に向かいます。

この視察の内容を広く共有するため、7月26日に視察研修報告会が行われます。この報告会で研修結果を共有し、両会議に反映させ、中頓別町観光振興計画を策定していきます。



練習の成果を発揮！

小学校運動会

6月12日、中頓別小学校で運動会が行われました。当日は、柔らかな日差しの中、風が涼しく、過ごしやすい天気となりました。数ある種目の中で特に注目が集まったのが組体操。3段タワーや3段ピラミッ



◆ 3段タワーの様子

ドの完成時には大きな拍手が送られました。保護者の方々は、カメラを片手に集まり、子どもたちの勇姿を見届けました。

最終種目の高学年リレーでは、最初から最後まで接戦となり、アンカーの最後の直線では児童や保護者から大きな声援が送られました。

元気いっぱい！

こども園運動会

6月25日、中頓別町認定こども園の園庭で運動会が行われました。この日は、朝からどんよりとした空模様で、途中から小雨が降り出したため、一部競技を省略することになりました。それでも子どもたちは元気いっぱい。天候が悪くとも子どもたちの一生懸命さは変わりません。最終種目のリレーでは、最後まで目が離せない勝負が繰り広げられました。



楽しい絵本に大興奮！

トドック絵本キャラバン

6月27日、中頓別町認定こども園でコープさっぽろ主催「えほんわくわくキャラバン」が行われました。会場には、園児・児童・保護者など50人以上が集まり、キャラバン隊による歌とダンスと動く絵本を楽しみました。その後、おまちなねトドックくんが登場。一緒にリズム遊びやクイズで遊び、最後には写真撮影を行いました。



いつかその時、緊急事態に備えて

天北厚生園救命救急研修

6月9日、天北厚生園で救命救急研修が行われました。講習では、南宗谷消防組合中頓別支署の消防士を講師として招き、てんかん発作や誤嚥、転倒事故などの対応について確認しました。

座学が終わると、AEDの操作、人工呼吸と心臓マッサージについて実技演習を行いました。消防士から直接アドバイスを受け、適切な処置を学びました。



国保病院消防訓練

6月10日、中頓別町国保病院で火災訓練が行われました。ボイラー室から出火した想定で、火災時の初期消火から入院患者の避難といった訓練を行いました。消火や避難だけでなく、災害時の連絡体制や通報についても確認し、火災発生に備えました。

その後、施設前で放水訓練と消火訓練が行われました。消火訓練では、消火器の使い方や、実際の火に向けて消火活動を行いました。



長寿園春季災害避難訓練

6月23日、老人ホーム長寿園で避難訓練が行われました。利用者の避難時には転んでケガをしないよう、慎重かつ迅速に避難を行いました。その後、施設内廊下部分で煙体験を行いました。煙の充滿した空間では視界ほとんど無く、反対側の出口に到達してもドアノブを探すことが困難な状況でした。布で口を押えること、姿勢を低くすることなど、できることを徹底することが大切です。



なかとんべつ留学生事業 中頓別体験ツアー

今年1月、青年交流事業の一環として札幌の留学生が冬の中頓別を訪れました。前回は、北緯45度しばれまつりに合わせて行いましたが、今回は北緯45度夏まつりへの参加を中心に、全日本水風船キャッチ選手権や酪農体験、鍾乳洞めぐりや砂金掘り体験など夏の中頓別を満喫するツアーとなっています。



◆ 冬の留学生事業の写真

【中頓別青年交流事業実行委員会】



ダリンさんの徒然日記

Aloha Nakatombetsu!

One question many people ask me about Hawaii is whether we eat bread or rice. Because we are a part of America, most people think that we eat mainly eat toast for breakfast and lots of sandwiches and hamburgers. But actually, did you know people in Hawaii also eat rice as part of our meals. Hawaii, heavily influenced by Asian culture and traditions, is very similar to Japan. We eat rice with mostly every meal of the day. Because there are no rice paddies in Hawaii, our rice comes from California. This rice is called Calrose Rice. It's sticky, just like rice in Japan.

Before immigrants came to Hawaii, the original Polynesians in Hawaii didn't have rice. So what did the first people of Hawaii eat, then? In early Hawaii, Polynesians grew taro. The taro is one of the main staples of Hawaiian food. People made a food called poi from the taro by mixing it with water and pounding it into a smooth purple paste-like pudding. Poi is the original "gohan" of Hawaii. Even to this day, we still eat poi with traditional Hawaiian food. I hope to share with you some traditional Hawaiian food someday!

Just a note: Are you interested in Eikaiwa? Please join Eikaiwa classes held every Tuesday night from 19:30 in the Town Hall and Fridays from 10:30 at the Community Center!

アロハ中頓別の皆さん！

多くの方が私に質問することの一つは、ハワイの人はパンを食べるか、それともご飯を食べるかということです。ハワイはアメリカの一部なので、ほとんどの人が私たちは主に朝食にパンを食べ、たくさんのサンドイッチやハンバーガーを食べていると思っています。しかし、実はハワイの人たちもご飯を食べるということを知っていますか？ハワイは、アジアの文化や伝統の影響を大きく受けていて、日本にとっても似ています。私たちはほとんど毎日ご飯を食べます。ハワイには水田がないので、カリフォルニアのお米を食べています。このお米は「カルローズ米」と呼ばれています。日本のお米のように、粘りがあります。

移民がハワイに来る前、原住民のポリネシアンはご飯を食べませんでした。では、ハワイの原住民は、何を食べていたのでしょうか。昔のハワイでは、ポリネシアンがタロを育てていました。タロは、ハワイの主食の一つです。タロを水と混ぜて、紫のペースト状のプリンのようになるまで叩いてできるポイと呼ばれるものを作っていました。ポイは、ハワイオリジナルの「ご飯」です。今でも、伝統的なハワイ料理としてポイを食べています。

いつか皆さんにも伝統的なハワイ料理を食べて欲しいです！

〈お知らせ〉

英会話に興味はありますか？英会話教室を開催していますので、ぜひ参加してください！

- 毎週火曜日 19:30～役場
- 毎週金曜日 10:30～町民センター



税務からのお知らせ

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・譲渡などされてい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。

※ 軽自動車・二輪小型自動車の手続きは、各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)

夏の節電にご協力ください

節電にご協力いただきたい電気製品

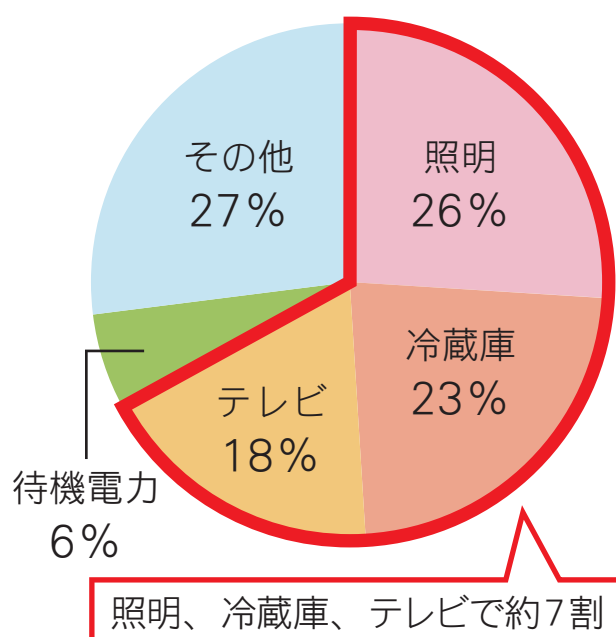
照明、冷蔵庫、テレビなどを中心に、普段からお使いの電気製品について節電のご協力をお願いします。また、外出の際には待機電力の削減もお願いします。

ご家庭において夏の 20 時頃、在宅世帯では平均で約 700W の電力を消費しており、このうち、照明、冷蔵庫、テレビで約 7 割を占めています。

外出中の場合でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力などにより、平均で約 200W の電力を消費しています。

※ 待機電力：プラグをコンセントにつないでおくだけで消費する電力のことをいいます。待機電力を消費する代表的な電気製品には、テレビ、ビデオ、ステレオ、パソコン、電子レンジ、エアコンなどがあります。

夏のご家庭での消費電力（20 時、在宅世帯）



出典：資源エネルギー庁推計



会社を退職された方へ

国民年金の手続きはお済みですか？

国民年金の届出が必要です

20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。勤務先を退職されたときは、厚生年金保険から国民年金への変更の届出が必要です。勤務先を退職された方に扶養されていた配偶者の方も、国民年金への変更の届出が必要です。

【手続きについて】

- ・年金事務所またはお住まいの自治体の国民年金担当窓口で手続きしてください。

【手続きに必要なもの】

- ・年金手帳

保険料の免除制度があります

保険料を納めることが困難な場合、全額または一部(1/4、1/2、3/4)の保険料が免除になる制度があります。

【手続きについて】

- ・「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」を、年金事務所、またはお住まいの自治体の国民年金担当窓口へ提出してください(郵送の場合は事務センターでも可)。
- ・申請が遅れても最大2年1カ月前までの免除申請をすることができますが、万一の際に障害年金などを受け取れない場合や退職・失業時の免除審査の特例(退職された方の所得を除外して審査)が受けられない場合がありますので、すみやかに申請してください。

【手続きに必要なもの】

- ①国民年金保険料免除・納付猶予申請書(申請書は手続き先の窓口、ホームページにあります)
- ②年金手帳
- ③雇用保険受給資格者証の写し、雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し

免除された期間の年金はどうなるの？

- ・全額免除期間の老齢基礎年金額は、保険料を納めた場合の1/2で計算されます。

免除された保険料を後で支払うことはできるの？

- ・免除期間の保険料は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)ができます。
- ・老齢基礎年金を受けている方は追納することができません。
- ・追納をご希望のときは、お近くの年金事務所へお問い合わせください。

昨年12月に策定した健康増進計画「健康なかとんべつ21(第二次)」には「こころの健康」という項目があります。今回は、この「こころの健康」についてお話しします。

●「こころの健康」とは

みなさんが「こころの健康」と聞くと、「ストレス」「うつ病」「メンタルヘルス」などの言葉が思い浮かぶのではないのでしょうか。

計画の中には、社会生活を営むために、身体の健康と共に重要なもののひとつに挙げられており、ひとがいきいきと自分らしく生きるための重要な条件になっています。

●大事なことは、ひとりひとりがこころの健康問題の重要性を知ること！

現代社会はストレス過多の社会であり、少子高齢化や価値観の多様化が進む中で、誰もがこころの健康を損なう可能性があります。他人事ではありません。こころの病気として代表的なうつ病は、多くの人がかかりうる病気とされています。

身体の健康を保つため、バランスの摂れた栄養・食生活を心がけている方も多いと思います。これは「こころの健康」を保つ上でも重要であり、心身の疲労の回復と休養を加わえ、健康の3要素と呼ばれています。

十分な睡眠をとり、ストレスと上手に付き合うことはこころの健康に欠かせない要素なのです。

●「こころの健康」は、脳の働きによって左右される！

身体の病気の診断は、血液検査などで客観的に見ることでできますが、うつ病などのこころの病気は、本人の言動や症状などで診断するしかありません。しかし、こころの病気に伴う様々な言動や症状は、脳という臓器の働きの低下によって出現すると言われる。現在、脳の血流量を図る検査など、より客観的な診断を目指した研究が進んでいます。

●「こころの病気」の正しい知識を身につけることが大切

誰もがこころの健康を損なう可能性があるとお話ししまし

たが、どのように対策するとよいのでしょうか。

まずは、自分自身がこころの不調に気づき、適切に対処することが必要であり、こころの不調や悩みを抱えた時に、気軽に相談することがとても大切なのです。しかし、全国的に見ても、医療機関を受診したり、精神科医に診療を受けたりする割合が少ないとの報告があります。「精神疾患」「精神科」に対する偏見が大きいうことが原因のようです。これは個人というよりは、地域・社会の問題と言えます。併せて、周りの家族や職場の同僚がこころの不調に気がつく場合も多くあります。

多くの人がこころの病気、精神疾患についての正しい理解を深め、偏見をなくすることで、悩んでいる方が、早期に専門家につながり、こころの健康を取り戻すことができるのです。

●「中頓別町こころの相談」が始まります

町では7月より、名寄でこころの診療を行っている、あべクリニク阿部恵一郎院長、近田悦子精神福祉士によるこころの相談を開設いたします。どなたでも相談できますが、事前に予約が必要です。相談を希望される方は、お問い合わせください。

中頓別町こころの相談

7月12日(火) 10時～12時

8月 9日(火) 10時～12時

9月 6日(火) 10時～12時

10月 4日(火) 10時～12時

11月15日(火) 13時30分～16時

3月14日(火) 13時30分～16時

◆場所 中頓別町保健センター

◆内容 こどもおねしょ、発達に関すること、不登校、ストレス、うつ、アルコールのトラブル、物忘れ、人間関係の悩み、その他こころの健康に関することなど

◆問い合わせ先

地域包括支援センター：6-2003

保健福祉課保健師：6-1995



6月16・23日

小学校にて読み聞かせ
文庫入れ替え

図書室だより

今月の新刊（6月20日現在）

中頼別ふるさと会からの寄附金を活用し、ふるさと文庫として図書を購入しましたので、その一部をご紹介します。

- 幼児向け 『ぼくのたからもの』
『はっきよいどーん』
- 1年生向け 『みずたまのたび』
『むねがちくちく』
- 2年生向け 『カボチャのなかにたねがいくつ?』
『だいすきなマロニエの木』
- 3年生向け 『ダンゴウオの海』
『あまのじゃくにかんぱい!』
- 4年生向け 『2分の1の成人式』
『お昼の放送の時間です』
- 5年生向け 『大津波のあとの生きものたち』
『北国からの動物記 エゾリス』
- 6年生向け 『生きる 劉連仁の物語』
『イスタンブルで猫さがし』
- 中学生向け 『コービーの海』
『きみ江さん ハンセン病を生きて』
- 一般向け 『骨風』
『神さまたちの遊ぶ庭』

注目の一冊

児童書

一般書



『ゴリラのおとうちゃん』 著…鈴木まもる
出版…こぐま社
のんびりお昼寝中のゴリラのおとうちゃん。そこへ、かわいいゴリラの子どもがやってきて「なあおとうちゃんあそんでーや」「なんやまたかいな」。読んで楽しい、やって楽しい、からだ遊びの絵本です。

『颶風の王』著…河崎秋子 出版…KADOKAWA
馬も人も、生き続けている――。
東北と北海道を舞台に、馬とかかわる数奇な運命を持つ家族の、明治から平成まで6世代の歩みを描いた感動巨編。酪農家でもある新人がおくる北の大地の物語。三浦綾子文学賞受賞作。

※ 読みたい本はありませんか。図書室にあるリクエスト用紙に記入し担当者にお出してください。

【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 —

知らぬ間に確かに進む蝸牛 高橋 恵翠	うたた寝の夢まだ永し夏の昼 山崎 静女	街子等駆ける前もうしろも薄暑光 平田 栄珠	微かな音小鈴の氷ひやしむぎ 峰友 緑恵	畝を切り鋤を持つ手に閑古鳥 高橋 妙子	昨夜の雨上がりて牡丹ひらき初む 菅原 貞子	夏帽子よきこいソーラン爪立ち見 東海林 海峯	大昼寝大言海を枕にし 武田 雄峰
-----------------------	------------------------	--------------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	---------------------------	---------------------

やまなみ吟社 六月例会

戸籍だより

6月1日～6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

字岩手 菊地 キミさん
(86歳 6月8日)
字中頓別 姉齒 チヨさん
(90歳 6月20日)
字中頓別 齋藤 トミさん
(93歳 6月22日)
字松音知 後藤 としさん
(90歳 6月24日)

うぶごえ

字敏音知 姉齒-眺大くん
(哲也さんの子 6月15日)

人のうごき

(平成28年6月30日現在)
世帯 907(-8)
人口 1,791(-6)
男 885(-1)
女 906(-5)
()内は前月対比

オリジナルフレーム切手

「四季の織りなす奇跡の絶景 みなみ宗谷」販売記念 贈呈式



◆中頓別郵便局 高山局長から小林町長へフレーム切手が贈呈されました。

編集後記

■昨年の7月から、今の広報なかとんべつのロゴに変更しました。ちょうど1歳を迎えます。かわいいものです。あと何年使用されるのかわかりませんが、10年でも20年でも使ってもらえると嬉しいです。その反面、別な担当者になった時に、印象がガラッと変わるロゴになるのも楽しみです。

【スリッパカメラマン☆】

「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 7月号 Vol.680

【発行】 2016年7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。