

なかとんべつ留学生事業

8月5日から3日間、北緯45度夏まつりに合わせて北海道大学の留学生を中頓別に招く、なかとんべつ留学生事業が行われました。

1日目の酪農体験では、牧草ロールにスプレーでペイントを行い、記念撮影。天気が良かったこともあり、背景の敏音知岳を望む最高のロケーション。まさに「中頓別らしい自然」を体感しました。



ライドシェア実証実験開始	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

なかとんべつライドシェア実証実験スタート！

広報7月号でお知らせしておりましたライドシェアの実証実験が、8月24日よりスタートしました。住民の方や観光で訪れた方にライドシェアを利用していただき、どのような利用者がいるのか、どのような場所が多いのかといったデータを蓄積し、今後の方向性を検討していきます。

— 実証実験までの経緯 —

交通グループ会議説明会

7月8日に行われた交通グループ会議説明会では、町民からの疑問や質問に答え、会議に参加していただける方を募集することも含め開催されました。

第2回研究協議会

7月28日、第2回協議会が開催され、説明会が出た質問などを踏まえ、委員からは、持続可能な仕組みにするための方法や活用方法などについて、様々な意見交流がありました。

交通グループ会議

8月中に3回の会議を開催し、実際の運行や保険についての意見交換、タブレット操作の説明、自動車学校での講習や実習が行われました。

8月23日の第3回会議では実際の運行に向けて不安な点や理解できていない部分を徹底的に確認・払拭し、翌24日から実証実験を開始することとしました。

今後の展開

実証実験は年度末まで行う予定としており、次年度以降は今後の利用状況をふまえ判断しますが、現時点では継続を想定しています。この度は、町民の皆様ボランティアドライバーとして負担をお願いしておりますが、これは将来的に中頓別町で交通以外も含めた社会資源の活用、共助の仕組みを作っていく土台作りと位置付けていますので、ご協力お願いいたします。

ライドシェア利用の流れ



1. スマートフォンのアプリや電話で配車を依頼します
 - ・スマートフォンから配車を依頼
Uberのアプリをインストール
→アプリからの操作で配車の手配
 - ・電話で配車を依頼
下記の専用ダイヤルへ配車の手配



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



※ ドライバーの都合によっては配車できない場合があります

利用時間

アプリ：8時頃～24時頃（毎日）
電話：9時～17時（月～金曜日）

受付専用ダイヤル 080-2867-4112

※ アプリのインストール方法などについてもこちらへお電話ください。

詳細・お問い合わせ

総務課 政策経営室 (01634-6-1111)

やる気のあるドライバーの方々ばかりですので、気兼ねなく積極的にご利用ください！

スマホでも電話でも
ご利用無料



目的地で短時間の用事を済ませ、復路も同じドライバーにお願いしたい場合、あるいは町外まで乗車したい場合、配車成立後、電話でご相談ください。

ドライバーインタビュー

ライドシェアへの思い

ボランティアドライバーとして参加している長田武志さんにライドシェアについてお話をうかがいました。

ボランティアドライバーとして参加したきっかけ

5年くらい前まではボランティアというものに馴染みが無かったのですが、地域での活動をきっかけに少しずつ興味が出てきました。ボランティアをやってみて、それがとても楽しかったんですよ。今回のことでは、ライドシェアのドライバーという話だけでは参加しようと思わなかったかもしれない。自分の中で、ボランティアに対する土壌があったので参加しようと思いを立ちました。

きっかけで言えば、一番惹かれたのが、実証実験という言葉。中頓別町がUberのシステムを使い実証実験をするという、大きい会社が中頓別に応えてくれたことが嬉しく、参加したいと思いました。これからも気

力と体力が残っているうちは携わりたいですね。

ボランティアとして参加したかのように感じましたか

自動車学校での研修の中で、あらためて学ぶことが多々ありました。タブレットの操作なども含め、なかなか難しいことをやっているなとは思いますが、でも、それが身につけば自信にもなりますし逃げてはだめだな。それでも歳のせいかな、聞いたことはすぐ忘れてしまうので、今は妻と一緒に取り組んでいます。途中で投げ出すのも悔しいですし、2人なら心強いので、がんばって行こうと思います。

初めてのお客さんを乗せてどうでしたか

車内でハンドルを握りながら少し話しましたが、お

客さんとのつながりとかふれあいも楽しいですね。今は実験ですが、これから利用者にとってもドライバーにとって便利な仕組みになっていけばと思います。

ライドシェアにかける意気込み

そんなに気負ってはいないけども、これが中頓別のウリになればと。交通弱者を救うため、町をあげて「すごいことを始めたな」と思われたいし、思いたいですね。

昔は買物帰りの歩いてい



町民ボランティアドライバー募集中

当実証実験では、町民のボランティア12名にドライバーとして参加いただいておりますが、本事業の運用拡大のため継続して募集します。ドライバーになる方は、町が加入している保険が適用され、また、交通グループ会議に所属し、安全運転講習の受講や安全マップの作成にもご協力いただく予定です。

- ・募集対象 75歳以下の中頓別町にお住まいの方（タブレット端末の貸出あり）
- ・お問い合わせ 総務課政策経営室（01634-6-1111）

夏の大イベント

北緯45度夏まつり

8月6日から7日の2日間、両日とも暑い日差しが差し込む非常に夏らしい空の下、北緯45度夏まつりが開催されました。

1日目の最初には、全日本水風船キヤッチ選手権大会が行われ、参加した方々



◆ 団体の部 優勝チーム「鳳」

は濡れながらも賞金を目指して競い合いました。

夕方からは、ライブやふるさと音頭踊りなどで盛り上がり、日が暮れた後もピュンゴ大会や歌謡ショー、花火ファンタジアといった催しで短い夏を楽しみました。



2日目には、町内対抗スポーツフェスティバル大会が行われ、玉入れや綱引き、ピンポン玉リレーなどのスポーツで汗を流しました。今年から、水風船キヤッチリレーや樽ころがしリレーの追加など種目の変更があり、慣れない競技にあたりながらも、笑顔あふれる一日となりました。



雨の中でもロマンを求め

砂金まつり

8月15日、不規則に雨の降る中、砂金まつりが行われました。

悪天候の中でも、町内外から多くの参加者が集まり、一心不乱にゴールドパンを振るっていました。砂利の中からキラリと光る粒が見つかると、あちらこちらから「あつたー」と声が上がっていました。

長寿の秘訣を学ぶ

老人クラブ平成28年度

宗谷地区管内小ブロッコック研修会

8月23日、町民センター大ホールで、管内小ブロッコックである中頓別町、浜頓別町、猿払村、枝幸町老人クラブ連合会の研修会が行われました。

研修会では、特定国保連合会の保健師である佐藤智子さんを講師としてお招きし「長寿に学ぶ元気の秘訣」と題して講演していただきました。

講演の最初に、参加者の中で最高齢の方を各町村から1名ずつ前に出てきてもらい長寿の秘訣をお話しいただきました。年間でどれだけ歩くか、お酒は物足りないくらいでやめるなど、それぞれ長寿の秘訣を教えてくださいました。また、「元気な100歳が実際にやっていること」の紹介があり、



食事や運動、趣味について解説がありました。休憩をはさんだ後、健康運動が行われ、ステージの上の講師に合わせて膝の曲げ伸ばしなどの運動を行い、健康について、またひとつ理解を深めました。

たくさん獲れました！

こども園野菜収穫

8月30日、子育て支援の親子を対象に、こども園の園庭で野菜の収穫が行われました。

子育て支援の子どもたちは、お母さんと一緒に人参やジャガイモを掘り起こして大興奮。収穫の様子を見ていたこども園の園児たちは「がんばれー」と応援していました。

獲った野菜の一部は家に持ち帰り、お母さんが美味しく料理してくれたのではないのでしょうか。



中学校 吉井先生 北海道マラソン出場 子どもたちから熱い応援！

8月28日に行われた第30回北海道マラソンに179市町村参加企画の参加枠として、中頓別中学校 吉井 麻子 先生が出場しました。その応援として、8月24日、放課後子ども教室の子どもたちが応援メッセージを届けました。

出場の結果、見事4時間45分34秒で完走し、1305位という記録を残しました。



国民年金保険料と納め方

国民年金保険料の収納事務は、日本年金機構（年金事務所）が行っています。



第1号被保険者と任意加入被保険者の保険料

平成28年度の保険料（平成28年4月～平成29年3月）

定額保険料（月額） **16,260円** 付加保険料（月額） **400円**

- 付加保険料（月額400円）は定額保険料に加えて、より高い年金を受けられるようにするもので、本人の希望により納めることができます。
- 付加加入は申出をしたときからになります。
- 国民年金基金の加入員は、付加保険料を納めることはできません。



保険料はいつまでに納めますか

納付期限は、「納付対象月の翌月末日」
と定められております。

保険料の納め忘れがあると、将来の老齢基礎年金が少なくなるほか、万一の事故や病気で障害が残ったときの障害基礎年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族基礎年金が受けられない場合があります。



保険料の納め方

口座振替	金融機関 郵便局、 コンビニ等の 窓口で納付	クレジット カード納付	電子納付 (ペイジー)
------	------------------------------	----------------	----------------

※ 市区町村および年金事務所の窓口では、国民年金保険料を納めることはできませんので、ご了承ください。



やりくり上手な納め方

- 保険料を早めに納めること（前納）により保険料が割引になります。
- 前納制度と口座振替をセットにすることでさらに割引になります。

問い合わせ 稚内年金事務所 (0162-74-1000)

国民年金

検索



ダリンさんの徒然日記

Aloha Nakatombetsu!

Once again, summer has quickly come and gone. Soon, we must prepare for another cold winter here in Nakatombetsu, but let's think about the Hawaii for a bit!

Do you know what is the Hawaiian State Flower? Take a guess! That's right, It's the hibiscus. There are many colors of hibiscus. Red, pink, white, and yellow. Only one of these is known as the state flower, which is the yellow hibiscus.

When you think of Hawaii, what other flowers do you think of? Did you know each island of Hawaii has its own flower and color? My hometown island of Maui's color is pink and its flower is the Lokelani rose. Hawaii is known for many exotic flowers. For example, the plumeria, which is usually a small white and yellow flower with a unique fragrance. The anthurium is a red heart-shaped flower with a long thin stem. There is also the protea, which is a feathery, bird-like flower.

These are all very beautiful and interesting flowers but my favorite is the orchid. When I was a child, my grandparents used to raise many varieties of orchids and gave them to family friends, and neighbors. One orchid famous in Hawaii is the "Honohono" orchid, with small lavender and purple flowers.

Wouldn't it be nice to see a beautiful array of tropical flowers here in Nakatombetsu? It would help brighten and warm up our cold winter.

アロハ、中頓別の皆さん！

また夏があっという間に過ぎていきましたね。もうすぐ、中頓別の寒い冬に向けて準備をしなくてはなりません。でも、ここでハワイについて少し考えてみましょう！

皆さんは、ハワイ州の花を知っていますか？考えてみてください！そう、それはハイビスカスです。ハイビスカスは、赤、ピンク、白、黄色などたくさんの色があります。その中でも、黄色いハイビスカスがハワイ州の花として知られています。

ハワイのことを考えるとき、あなたが思い浮かべる他の花は何ですか？ハワイのそれぞれの島が、それぞれの花と色を制定していることを知っていますか？私の故郷、マウイ島の色はピンクで花はロケラニローズです。ハワイはたくさんの珍しい花があることで有名です。例えば、独特の小さい黄色と白の花が咲く、プルメリアなどです。アンスリウムは赤いハート型の花から、細長い茎が出ています。これらはどちらも柔らかく鳥のようなプロテア属です。

これらは、とても美しく興味深い花ですが、私のお気に入りにはランです。私が子供の時、祖父母は様々なランを育てていて、家族や友達、ご近所にプレゼントしていました。ハワイで有名なランの一つは、ホノホノです。小さなラベンダー色と紫色の花です。

中頓別で、美しい南国の花を見ることができたら素敵ですね！寒い冬を、明るく、暖かくしてくれるでしょう。



栄養士
市本美由紀さん

今月のおすすめ料理

「健康づくりセミナー」より
＜トマトジュレサラダの作り方＞

＜トマトジュレサラダの作り方＞

〔トマトジュレサラダ〕

材料（4人分）

- トマト・・・・・・・・・・ 2個
- 茹で枝豆・・・・・・・・・・ 40粒
- 茹でとうきび・・・・・・・・ 1本
- A { 水・・・・・・・・・・ 大さじ3
- 粉ゼラチン・・・・・・・・ 小さじ1
- コンソメ・・・・・・・・ 1個
- B { 水・・・・・・・・・・ 1/2カップ
- 塩・・・・・・・・・・ 小さじ1/2

- ① ボウルにAを合わせて、ふやかし、ゼラチン液を作ります。
- ② トマトは湯むきして、細かく切り、スプーンの裏などで粗めにつぶします。
- ③ 鍋にBを入れて火にかけ、コンソメが溶けたら火を止め、ふやかしたゼラチン液を加えて混ぜて粗熱をとり、トマトを加えます。
- ④ 平たいタッパーなどに③を流し入れ、冷蔵庫で冷やし、固まったら取り出してフオークなどの背で粗く砕きます。
- ⑤ グラスに枝豆ととうきびを入れ④のジュレをかけてできあがり。

今回は「健康づくりセミナー」で調理した「トマトジュレサラダ」をご紹介します。調理するポイントとして、トマトジュレはだし等の風味を効かせ、和風味にするのも良いでしょう。また、材料を全部混ぜ合わせ、ガラスの様な容器に盛り付けると、見た目も涼しげな一品となります。トマトの皮の赤い色素に含まれるリコピンは、有害な活性酸素の働きを抑える強い抗酸化作用があり、ガンや動脈硬化などの予防効果があることもわかっています。また、クエ

ン酸などの働きで血糖値の上昇を抑えてくれる健康野菜です。トマトジュレはどんな野菜にも良く合います。トマトが旬なこの時期にみなさん、さっそく試してみてくださいませんか？



「このゆびと〜まれ♪」 の活動

8月25日 保健センターにて乳幼児健診時の読み聞かせ



図書館だより

今月の新刊 (8月25日現在)

注目の新着本

『ぼくたちは戦場で育ったーサラエボ 1992-1995』
 著：ヤスミンコ・ハリロビッチ 訳：角田光代
 出版：集英社インターナショナル
 1990年代に起きた「サラエボ包囲戦」。その悲惨な市街戦の中で育った若者たち1000人が語る「私の子ども時代」。戦争とはけって「昔話」「どこかの国の話」ではないことを角田光代の名訳で伝える。

一般書

ヤスミンコ・ハリロビッチ 著
角田光代 訳 千原隆 監



サラエボ 1992-1995
ぼくたちは
戦場で育った

児童書

むねがちくちく

長谷川集平



『むねがちくちく』
 著：長谷川集平 出版：童心社
 わたしはリリちゃんと日ようびに遊ぶやくそくをしました。でもリリちゃんはきませんでした。すれちがって仲直りして生きていく。

※ 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 —

農機具の手入れ良し悪し秋時雨 高橋 惠翠	秋時雨濡れて草の景光りおり 山崎 静女	五円玉ぼとりと落としく秋しぐれ 平田 栄珠	秋しぐれ栗毛は親の腹の下 峰友 緑恵	秋時雨終の位処は此処と決め 高橋 妙子	迎へ人着けば晴れたる秋時雨 菅原 貞子	旬会終へ帰路を拒みし秋しぐれ 東海林 海峯	秋しぐれ図書館昼の灯を点し 武田 雄峰
-------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	------------------------

やまなみ吟社
八月例会

戸籍だより

8月1日～8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

字旭台 新井 藤末さん
(86歳 8月6日)
字中頓別 渡邊 フジ子さん
(91歳 8月25日)

人のうごき

(平成28年8月31日現在)
世帯 898(-4)
人口 1,775(-8)
男 883(-1)
女 892(-7)
()内は前月対比

大畑山展望台から町を眺めてみませんか！

大畑山展望台は平成13年の整備以来、周辺の樹木が大きく育ってきたことで見晴らしに影響がでておりましたが、このたび、周辺の土地所有者である細谷建設株式会社様のご協力により樹木が整理され、市街地周辺まで見渡せるようになりました。



編集後記

■もう9月ですね。そろそろ木の葉も色づいてくる頃でしょうか。秋と言えば、みなさんは何を思い浮かべますか。いつもの私であれば、即答で「食欲の秋！」と答えるところですが、今年の秋は何か芸術的なものやってみたいですね。私の絵は下手と言われることはあまりないですが、よく笑われます。褒められる絵を描こうと思います。

【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 9月号 Vol.682

【発行】 2016年9月9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。