

すぐに役立つ子育て理論

### 子育て講演会

2月1日、中頓別町保健センターで、ファミリリーサポートセンター事業研修会として子育て講演会が行われました。

講師として、旭川児童相談所稚内分室長 高本 美明さんをお招きし、子どもの発達についてお話いただきました。

講演の中では、原理としての発達の仕組み、発達障害の特性、発達の条件などについて説明があり、参加した方からは積極的な質問が出るなど実際の子育て現場で役に立つ講演会となりました。



◆ 高本 美明 さん

乳製品の特産品開発

### まちづくりゼミナール

2月17日、役場会議室でまちづくり協議会主催のまちづくりゼミナールが開催されました。

今回は「乳製品加工による特産品開発に向けて」と題しまして、パネルディスカッション形式で行われ、パネリストとして「ノースプレインファーム(株)」代表取締役会長 大黒 宏さん、「ぶんちゃんのみ」オーナー 小川 文夫さん、JA中頓別町 青年部長 十倉 仁さん、農



業改良普及センター専門普及指導員 村上 幸恵さん、産業建設課 平中課長が出席。それぞれの取り組みから、中頓別での乳製品による特産品開発の方針を探りました。

エネルギーの未来を考える

### バイオマスセミナー

2月2日、役場大会議室で宗谷総合振興局主催のバイオマスセミナーが開催されました。

下記の3名を講師としてお招きし、それぞれ異なった観点からバイオマスに関することについてお話いただきました。

会場には、中頓別町の林業関係者だけではなく、商業業者や近隣町村からの来場者も多く、質疑応答の場面では、積極的な意見交換が行われ、導入の可能性や展望について有意義な交流が行われました。

木質バイオマス

熱供給システム先進事例について

中頓別・浜頓別町森林組合

代表理事組合長 峰友武さん



バイオガスプラントって何？

北海道バイオマスリサーチ(株)

常務取締役 竹内良曜さん



木質バイオマスの利用について

(株)森林環境リアライズ

専務取締役 石山浩一さん



一年の成長を披露！

## こども園生活発表会

2月4日、認定こども園で生活発表会が行われました。

園児たちは、日頃の頑張りや練習の成果を保護者や



地域の方々に見せようと、個性豊かな衣裳を身にまと

い、ヒーローやヒロインになりきって元気あふれる発表を披露しました。

ステージ上で一生懸命に踊っていたいけな姿に、保護者にも笑顔が溢れ、会場はあたたかい雰囲気になりました。

## 日本の心を初体験

### こども園お茶会

2月21日、町民センター茶室で認定こども園年長児のお茶会体験が行われました。

茶道では、入室から作法が決まっており、お茶を点てる音が響く静かな空間ということもあり、子どもたちは緊張した面持ち。しかし、お菓子を食べ始めると少しずつ笑顔が見えはじめ、お茶が来るといつもの調子

に戻りました。

今年度の年長児は人数が多く、3グループに分けて順番に体験しました。待っていると徐々に集中力が切れて遊びだしてしまう子も。それでも茶道の先生たちを見習って背筋をピンと張り作法を守っていました。

協力していただいた茶道サークルの方々が点てたお茶は「何杯でも飲める」と声があがる程の好評で、多くの園児たちがお茶とお菓子をおかわりしました。



## 中頓別町4Hクラブ 宗谷・全道大会で受賞

昨年12月7日に行われた宗谷青年農業者会議で、プロジェクト部門で石井良さんが、アグリメッセージ部門では八巻智美さんが最優秀賞を受賞。両名は、1月25・26日に行われた北海道青年農業者会議で発表し、八巻さんがアピール賞を受賞しました。2月15日、中頓別町4Hクラブ代表の杉木賢治さんと八巻智美さんが小林町長を訪問し、結果を報告しました。

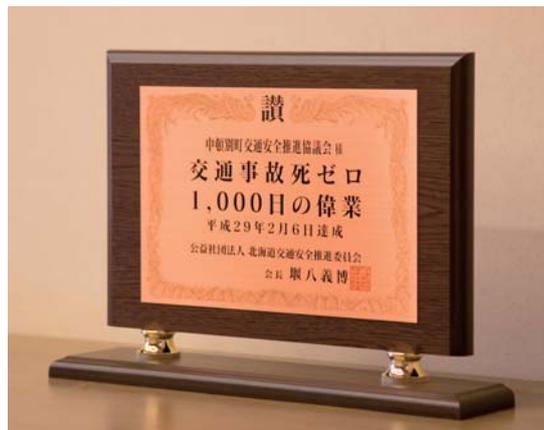


# 交通死亡事故ゼロ 1,000 日達成

平成 29 年 2 月 5 日、中頓別町は交通死亡事故ゼロ 1,000 日の記録を達成しました。この記録は、町民の皆様が交通安全を意識し、様々な取り組みにご協力いただいた結果であります。

中頓別町の交通死亡事故ゼロの最長記録は 3,873 日となっております。この記録は平成 26 年 5 月 12 日に松音知で発生した交通死亡事故により途切れてしまうことになりました。

二度と悲惨な交通事故を起こさないために、また 1,500 日達成のためにも、より一層交通安全意識を高める必要がありますので、これからもご協力をよろしくお願いいたします。



## ◆中頓別町の交通安全に対する取り組み

町地域生活安全協会、枝幸警察署、交通指導員会協力のもと、春、夏、秋、冬に交通安全運動を実施し、交通安全に対する啓発活動を行っています。特に、夏には認定こども園こぐまクラブ、秋には老人クラブ連合会が参加し、国道沿いでドライバーに安全運転を呼びかけました。また、昨今飲酒運転に対する取り締まりが厳しくなっており、中頓別町でも 12 月に町内飲食店を訪問し飲酒運転防止の協力を要請するなど事故防止に努めています。



◆ こぐまクラブ街頭啓発の様子

## ◆安全運転の心がけ

### ①一時停止標識の手前で必ず止まりましょう

中頓別町は狭い道が多く、子どもからお年寄りまで多くの歩行者がいます。衝突せずとも、飛び出してきた車に驚き、転倒してケガをする場合もあります。また、停車後発進するときには左右確認を行い徐行しましょう。雪山などが邪魔で道路状況が見え辛い場合は停止線で停止後、徐行しながら少しずつ前進し、安全を確認しましょう。

### ②飲酒運転は絶対にしない

車は動く凶器です。少しの油断が大事故に繋がりますので、少量でも飲酒をした場合は完全に酒が抜けるまで車の運転は控えましょう。また、車を運転するとわかっていて酒類を提供した者、飲酒をすすめた者にも罰則が発生いたします。

### ③運転中は通話や携帯電話、スマートフォンの操作はしないようにしましょう

運転中の通話は禁止されています。通話をする際や、スマートフォン・ナビを操作する時などは停車してから行いましょう。

### ④シートベルトをしっかり締めましょう

どんな場面でも車を運転する際は運転席、助手席、後部座席のシートベルトを締めましょう。シートベルトの着用により、交通事故の死亡確率は半減すると言われています。

### ⑤交差点付近の路上駐車はやめましょう

交差点 5m 以内は駐停車禁止エリアになっています。交差点は事故が多発する場所ですので、駐停車はやめましょう。

## 新入学児童を交通事故から守りましょう！

4月から新入学児童の登校が始まり、外を一人で歩きなれていない子どもたちを見かける事が多くなります。それに伴い、児童が被害者となる交通事故が発生しやすくなる時期でもあります。過去5年間、全国で8,944人の小学1年生が歩行中の事故で死傷しています。

我々は悲惨な交通事故を引き起こさないためにも、車を運転するドライバーのみならず、周りの大人たちも交通安全に意識を向けて子ども達を守りましょう。

### ◆子どもの特性

- 遊びに夢中になり、道路に飛び出してくる事がある
- 「車に気を付けてね」と声をかけても具体的に何に気を付ければいいのかを理解していない
- 大人が信号無視をして道路を渡ると子どもがマネをする
- 子どもは車の死角に入りやすい

### ◆事故を防ぐために

- 運転手は…子どもの行動は予測できないということを常に頭に入れ、学校周辺や住宅街では死角に注意しながら制限速度よりもスピードを落とし、いつでも止まれるようにしましょう。
- 保護者は…通学路道路にある標識の意味や、危険なポイント、道路の適切な横断方法や、遊ぶ際の注意事項をよく教えましょう。

## 平成 29 年度 軽自動車税改正のお知らせ

グリーン化特例が1年延長となります。

平成 28 年度（平成 28 年 4 月 1 日～平成 29 年 3 月 31 日）に新車新規登録した軽自動車等の平成 29 年度分に限り、燃費性能に応じて軽減します。なお、平成 28 年度にグリーン化特例により対象となった車両（平成 27 年 4 月 1 日～平成 28 年 3 月 31 日に新車新規登録）は、平成 29 年度から標準税額となります。

ご不明な点があれば、総務課 住民グループまでお問い合わせください。

車種(660cc 以下)			グリーン化特例			標準税額		重課税
			電気軽自動車 天然ガス軽自動車	ガソリン車・ハイブリット車 平成17年排出ガス基準75%低減達成車(★★★★)に限る	燃費基準 【乗 用】 平成32年度基準 +20%達成車 【貨物用】 平成27年度基準 +35%達成車	燃費基準 【乗 用】 平成32年度基準 【貨物用】 平成27年度基準 +15%達成車	平成27年4月1日～ 平成28年3月31日 新車新規登録車	平成16年4月1日～ 平成27年3月31日 新車新規登録車
			75%軽減	50%軽減	25%軽減			
三輪軽自動車			1,000円	2,000円	3,000円	3,900円	3,100円	4,600円
四輪軽自動車	乗 用	営業用	1,800円	3,500円	5,200円	6,900円	5,500円	8,200円
		自家用	2,700円	5,400円	8,100円	10,800円	7,200円	12,900円
	貨物用	営業用	1,000円	1,900円	2,900円	3,800円	3,000円	4,500円
		自家用	1,300円	2,500円	3,800円	5,000円	4,000円	6,000円

◆問い合わせ 総務課 住民グループ (01634-6-1111)





## ダリンさんの徒然日記

Aloha Nakatombetsu!

In November of last year, I visited the sister-town of Osakikamijima, in Hiroshima. I met with my classmate, Tara Yamashiro, who is also the ALT there. Fortunately, this January, Tara was able to come to Nakatombetsu for the Shibare Matsuri. Although Tara had been to Sapporo before, it was the first time to experience the freezing cold Hokkaido weather. Dressed in about 5 layers of clothes, Tara was prepared for Nakaton's cold winter weather. (Even though I told her this year was surprisingly warmer than the past two years, she questioned how can I live in this natural freezer.)

I made a couple of desserts for the welcome party for Tara and the people of Osakikamijima. One was Okinawan Sweet Potato and Coconut Pudding Pie. The other was a Pineapple Macadamia Nut Cake. Those desserts are both missed flavors of Hawaii. Mrs. Watanabe of Koganeyu also wanted to welcome Tara with another local favorite, Maui Banana Bread. Using my recipe, she sold the Banana Bread at the Shibare Matsuri. Thank you everyone for buying my Banana Bread! It was a sellout!

Tara had a lot of fun in Nakatombetsu, met a lot of nice people and was able to eat some desired Hawaiian desserts from our beloved hometown. It was a wonderful experience for each of us to visit and see the great towns we both live in! Tara is already for Round 2 of Nakatombetsu! (Maybe in the summer or fall!)

アロハ、中頓別の皆さん！

昨年の11月、僕は姉妹町の広島県大崎上島町へ行きました。僕は、そこで英語指導助手として働いている同級生のタラ・ヤマシロに会いました。幸運なことに、この1月にタラも中頓別のしばれ祭りに来ることができました。タラは以前札幌に行ったことがありましたが、北海道のしばれるような寒さを経験するのは、これが初めてでした。タラは服を5枚も着込んで、中頓の寒さに備えていました。(僕は、タラに今年は今までの2年よりも驚くほど暖かいことを教えました、彼女は僕がこの寒さの中でどのように生活しているか不思議がっていました。)

僕は、タラと大崎上島町の人たちの歓迎会のために、2つのデザートを作りました。1つは、沖縄のスイートポテトとハウピア(ココナッツのプリン)パイです。もう1つは、しっとりパイナップルとマカダミアナッツケーキです。どちらも、ハワイの懐かしい味です。黄金湯の渡辺さんも、マウイのバナナブレッドというハワイの地元のスイーツでタラを歓迎会してくれました。渡辺さんは、僕のレシピでしばれ祭りでバナナブレッドを売ってくださいました。みなさん、バナナブレッドを買ってくれてありがとうございます！おかげ様で、完売しました！

タラは、中頓別を満喫して、たくさんの素晴らしい人に出会い、僕たちの故郷ハワイの懐かしいデザートを食べることもできました。僕たちが暮らしている素晴らしい街を、お互いに訪れ、愉しむことができたことは、かけがえのない体験になりました。タラは、もう2回目の中頓別の旅を計画しています！(多分、夏か秋頃に！)

昨年(2016年)の12月3日に開催された元スピードスケート金メダリスト清水宏保さんに引き続き、2月7日、中頓別町保健センターで阿部恵一郎先生をお迎えして健康づくり講座を開催しました。

阿部先生には、昨年7月から「中頓別こころの相談」を担当していただいています。



●こころの病気とは？

今回は「こころの病気を地域で支える」をテーマにお話ししていただきました。

阿部先生は、名寄で「あべクリニック」を開院しており、こころの問題について、多くの診察を行っています。その中から、3つの事例を紹介していただきました。

最初の事例は「明日にでも死にたい」と言っていた人が薬をもらいに来る話。先生いわく「やはり人間は欲があるんですね」とのこと。もうだめだと言いながら、来年の話

をしている：思い当たる方もいるのではないでしょうか。

次は、家族や友人の死を経験して眠れない方が、別の病院で眠剤を処方された話。これは、ただ眠れないのではなく、親しい人の死に接してストレスを抱え込み、こころのバランスを崩してしまう「うつ状態」だったのです。この方の場合、眠剤ではなく「抗うつ剤」を内服することで、別人のように元気になったそうです。人生の中で影響を受けるものとして、結婚・離婚・引越・転勤、昇進・転職、出産、進学、ケガ・病気などが挙げられますが、その中でも人の死は大きく影響すると言われています。このように、様々な生活の変化がこころのバランスを崩す原因になるのです。

3つ目は、軽度認知機能障害と診断された方の話。認知症の薬を飲むのと併せて「ハアハアいうぐらいのスピード」で歩いたり、普段しないようなことに挑戦したり、人と接する場に積極的に出ていくことで、症状が改善したそうです。

す。うつ病↓軽度認知機能障害↓認知症と移行するとも言われており、時期を逸せず受診し、適切に対応をすることが大切とのこと。講演の最後に、みんなで物忘れについて簡単なチェックを行いました。やってみたい方は介護福祉センターまでご連絡ください。

●なかとん牛乳・手作りクッキーを食べながらの茶話会

講演の後、なかとん牛乳や手作りクッキーをいただきました。今回の牛乳はちょっと甘味が強かったとのこと。提供している酪農家さんによって牛乳の味が違うそうです。ぜひ、飲み比べてみてください。

もうひとつ、保健推進員さんが前日から仕込み、当日朝から焼いたクッキーはサクサクしていて大好評でした。おやつでちょっとホッとしたところで、講演の感想やこころの健康についてみなさんで話し合い。「認知症が心配だったが、話を聞いて安心した」「認知症は、簡単なチェックで確認できることがわかった」

「認知症は、簡単なチェックで確認できることがわかった」

た。年1回はやってみたいと思っただし、帰ったら夫にやってみたく思った」「今回の話が老後のことを考えるきっかけになった」などの感想がありました。また「歳を重ねるとともに身体の変化を感じているが、人が集まる場に出ることが大切だと思う」「ちょっとしたことでも話が盛り上がるのは女性：だから長生きするんだ！」「何か様子が変わったら言ってねとご近所さんと声をかけ合っている」など普段みなさんが気を付けていることなどで盛り上がりました。

多くの方にご参加いただきありがとうございました。



## 注目の新着本

### イライラしないママになれる本 子育てがラクになるアドラーの教え

著：野口勢津子 秀和システム

一般書



叱っても叱っても言うことを聞かない。うちの子はどうしてこうなの！のといライラしているお母さん。叱るよりもずっと効き目のある方法があります。それが、自分からやる子を育てるアドラーのメソッドです。

### なつみはなんにでもなれる

著：ヨシタケ・シンスケ PHP 研究所

児童書



コレ、なーんだ!? なつみが何かのマネをして、それをおかあさんがあてるゲームをします。でも、おかあさんはなかなか当てられません。

## 今月の新着図書 (2月28日現在)

### 一般向け図書

- 『海の見える理髪店』 萩原 浩
- 『人形の眠る家』 東野圭吾
- 『ツバキ文具店』 小川 糸
- 『希望荘』 宮部みゆき
- 『終わった人』 内館牧子
- 『介護殺人』 毎日新聞大阪社会部取材班
- 『奥さまは発達障害』 さかもと未明

### 児童向け図書

- 『あかちゃんになったおばあさん』 いもと ようこ
- 『うみのとしょかん』 葦原 かも
- 『まねまねおおかみ』 みやにし たつや
- 『へんしんおてんき』 あきやま ただし
- 『知っておきたい和の行事』 新谷尚樹
- 『あなたのとりにある不思議』 日本児童文学者協会
- 『かいけつゾロリの王子さまになるほうほう』 原 ゆたか

※ その他、多数の新着図書が入りました。どうぞ、ご来室下さい。

## 読み聞かせボランティア「このゆびと〜まれ♪」の活動



- 2月9・24日 小学校読み聞かせ・文庫入れ替え
  - 2月24日 保健センターにて読み聞かせ
  - 2月25日 としょまつり
- ※ みんなでひな人形を作って楽しみました。



※ 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 —

目薬の扱い不慣れ寒明ける 高橋 惠翠	買い物の葱が主役の籠の中 山崎 静女	冷えた鍵握りしめたる月明かり 平田 栄珠	裂ける木のいのち響きて冴ゆる山 峰友 緑恵	節分や豆に遅われて逃げる鬼 高橋 妙子	春寒し除雪スコップに朝日射す 菅原 貞子	老僧の鈴の音低し冴え返る 東海林 海峯	風花は天津乙女の泪かも 武田 雄峰
-----------------------	-----------------------	-------------------------	--------------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	----------------------

やまなみ吟社 二月例会

## 戸籍だより

2月1日～2月28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 大久保 美津子さん  
(74歳 2月11日)

字中頓別 吉田 ミツエさん  
(93歳 2月26日)

### 人のうごき

(平成29年2月28日現在)

世帯 898(±0)

人口 1,777(-1)

男 882(±0)

女 895(-1)

( )内は前月対比

## 認定こども園 人権教室



2月28日、認定こども園で人権擁護教室が行われました。人権擁護委員の井野順子さんから、「人KENまもる君」と「人KENあゆみちゃん」の紹介があり、子どもたちは「知ってるー！」と声をあげていました。紹介が終わると、まもる君とあゆみちゃんの人形劇とアニメ鑑賞、アニメの後は、まもる君とあゆみちゃんの塗り絵を行いました。人形を見ながら同じように塗る子もいれば、自分の好きな色を塗る子もいて様々。子どもたちは十人十色の個性を發揮しました。

## 編集後記

■ 3月に入り、中頓別でも暖かい日差しが増え、春の訪れを予感します。さて、春といえば新生活。そして新生活に乗じた詐欺やトラブルも増えてくるようです。

新年度ということで何かと購買意欲が高まる時期、訪問販売や住宅の引越だけでなく、インターネット上でのフィッシング詐欺などにも注意が必要です。

【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 3月号 Vol. 688

【発行】 2017年3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](mailto: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。