

寿ジュニア アルペンスキー大会

2月4日に寿ジュニアアルペンスキー大会が開催されました。この大会はスタートからゴールまでのタイムを競うもので、就学前から中学生までの町内外合わせて33名が参加し、学年・性別に準じた組に分かれて行われました。

当日は風が強く雪も降る中、小学2年生以下が初級者コース、小学3年生以上が中級者コースで2本ずつ滑り、各々の練習の成果を十二分に発揮しました。

各組の最速タイムは、小学2年生以下で54.31秒、小学3年生以上で47.47秒となりました。

広報

なかとんべ
No.699

2018. 2 February

今月のPickUp

ALT 2 名体制本格始動……………	2
まちの話題……………	4
インフォメーション……………	6
ダリン&ジリアンのALT 通信……………	7
今月のおすすめ料理……………	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 —



ALT2名体制本格始動

～小さな町で高度な英語教育を目指して～

平成29年8月から、中頓別町ではALTを2名体制とし、英語教育に一層の力をいれているところです。「中頓別町総合戦略」では、中頓別町らしい教育環境を整えるため、幼児期から外国語に触れる機会としてALTの認定こども園への訪問日数を50日から75日とすることを目標としており、そのほかにも学校における外国語教育の充実を図り、中学校卒業時には日常会話を行える程度の英語力を身につけることを目指しています。

平成29年に文部科学省が行った学習指導要領の改定により、平成30年度から小学校3、4年生には15単位時間の外国語活動、5、6年生には35単位時間の外国語活動に15単位時間の外国語科（英語）が追加と

なります。さらに、平成32年度からは小学校3、4年生の外国語活動が35単位時間ずつ、5、6年生は外国語活動が外国語科の授業に変更し、35単位時間ずつ増加するため、年間業数が全学年合わせて140時間増える事となります。

中頓別町の英語教育の場としては、認定こども園、小学校、中学校、大人向けの英会話教室の4つがあり、今まではダリン先生がすべてを担当する形でしたが、ジリアン先生が来て2名体制になったことで、担当を分割し、増える授業数にも対応ができるとともに、より質の高い英語教育の実践が可能となりました。

ALT2人にインタビュー

Q…ALTが2人になってどんなことが変わりましたか？

ダリン…1人の時は週に2回しか学校に行けなかったが、2人になって、毎日学校に顔を出せるようになった。そのことで生徒との交流がしやすくなり、指導が細かくできるようになった。

2人で分業すると、小学校、中学校で別れても同じ時間で沢山の生徒に教えることができる。Q…どんなことを心がけていますか？

ダリン…ジリアン先生と2人で英語だけで話をするので、本場の会話を聞かせてあげられるので、上達が早くなったと感じる。

ジリアン…給食時間などで会話が多くなったので、英語でコミュニケーションをとるようになっている。

Q…これからどのようなことをやっていきたいですか？

ダリン・ジリアン…小さい町だからALTも1人でいいのではないかとよく言われるが、小さい町だからこそ、2人になることで子どもたちに細かな指導ができる。こども園や小学校のうちから英語に親しんで話せるようになれば、中頓別が日本語にも英語にも対応できるバイリンガルな町になると思うので、ぜひそこを目指して頑張りたい。

ダリン先生の取り組み

ダリン先生は、認定こども園と小学校の英語を担当し、聞くことと話すことを中心に教えていきます。

認定こども園では、平成19年からALTと協力して英語学習の環境作りを行っており、基本的な学習ではなく、遊びながら楽しく英語に触れ、英語をより身近なものに感じられるように取り組んでいます。

小学校では、日付や曜日といった基本的なものや、職業に関する英単語を学習しています。ダリン先生のウクレレに乗せて歌を歌ったり、ゲームを使いながら理解度を高めたりして、いきいきと楽しそうに学んでいます。また、外国語活動や外国語科のない1、2年生の希望者にも30分程度



の英語教室を行っており、認定こども園から中学校まで切れ目のない英語教育を行うことで、英語に慣れ親しみ高校や大学への進学、社会人になってからの就職に活かせるような教育を行っていきます。

ジリアン先生の取り組み

ジリアン先生は、中学校と英会話教室の英語を担当し、読む・書く・聞く・話すについてバランスよく教えていきます。

中学校では、本場の発音によって聞く力の強化を行うほか、授業で日常的な会話に英語を多く取り込むことで、生徒と英語でコミュニケーションをとり、自ら話す力の強化を行います。将来的には、子どもたちに中学校卒業までに英検3級を取得できるように質の高い英語力を持ってもらうことを目標としています。

英会話教室では大人を対象に、教材を使った授業を展開し、英単語や文法の基礎的な学習のサポートのほか、発音の練習やフリートークを行い、総合的に英語力の底上げを行っています。



耳を澄ませてしのぎを削る 町民カルタ大会

12月29日、町民センターで町民カルタ大会が行われました。

大会には小学生が学年ごとに6チームで参加。どの試合も読み手の一音に反応し、札を取り合う激しいものとなり、低学年でも上の学年に勝つチームが現れるなど、レベルの高い大会となりました。



1年の安全を願って 平成30年出初式

1月5日、平成30年南宗谷消防組合中頼別消防団出初式が町民センターで挙行されました。

当日の天気は雪模様。厳しい冷え込みの中、星川団長をはじめ、副管理者である小林町長や来賓の方々が閲団を行いました。また、式典では団長の訓辞や、表彰状授与、来賓からの祝辞を受けて、火災・災害が起こらないよう祈念しました。



大人の仲間入り 平成30年成人式

1月7日、中頼別町役場で成人式が行われました。

式典には9名の新成人がスーツや振り袖に身を包み出席し、新成人代表から二十歳の決意が述べられました。式の最後には、記念品としておすすめの本、選書本の中から好みのものを一冊と、放課後子どもプラザの児童からプレゼントが渡



されました。

新成人を祝う会では、なかとん牛乳で乾杯のあと、両親への手紙や恩師からのビデオレターのほかミニコンサートも行われ、これから社会で大きく羽ばたく新成人の門出を祝いました。



認知症について知る 歩みの会

1月22日、保健センターで第2回歩みの会が行われました。

この会は、認知症について勉強し、その方にどのように接していくべきかを考える会で、ディスカッションのほか、脳をしつかり使うことで認知症の予防に繋がるという研究成果の紹介や脳の体操としてジャンケンを使ったゲームを行いました。



極寒で盛り上がる

北緯45度しばれまつり

1月27日、天北線メモリアルパークで第35回北緯45度しばれまつりが行われました。

会場には、多くの出店が立ち並び、なかとん汁のほか、メンチカツやわたあめ、きりたんぼなどがあり、大崎上島町のみかんなどの特産品が販売されました。ロータリークラブのテントのなかでは、温めたなかとん牛乳や甘酒が配られ、来場者が冷えた体を暖めました。



今年も数多く並んだ雪像は有名キャラクターや小林町長の顔が形作られ、そのほかにすべり台や、地域おこし協力隊が作った、北極圏の先住民族であるエスキモーの人たちが住居として使うイグルーというシェルターなど、趣向を凝らしたものがたくさん作られました。

出し物では、小学生のまとい太鼓からはじまり、サッカーゲームやもちまき、恒例のかんじき二人三脚競走も行われました。ほかに、カラオケや豪華な景品が用意されたビンゴ大会もあり、最後の花火ファンタジアでは、ライトの灯りが一切ない冬の空に特大の花火が綺麗に映り、会場では、花火が上がるたび歓声が沸き起こりました。

色々なことをやってみよう

チャレンジ教室2018冬

1月11日から2日間、町内小学生を対象として、子どもチャレンジ教室2018冬が行われました。

今回は、環境学習会として中頓別周辺に生息する動物の写真を通して自然の生態を学習。スキー練習では、14人がスキー検定を受験するということで、どの子も意欲的に参加し、2日間を通して大きく成長し、検定に向け弾みを付けました。





年金相談サービスを紹介します

information

あなたの年金 簡単便利な ねんきんネットで

- 24 時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンで、最新の年金加入記録を確認できます！

これまでのご自身を振り返りながら、年金の加入記録が継続していることや納付月数を確認してみませんか？

※年金記録などを管理している国のシステム（社会保険オンラインシステム）に登録された情報が、翌営業日に「ねんきんネット」で確認できます。

- 将来受け取る年金の見込額をさまざまな条件に応じて試算できます！

「働きながら年金を受け取ることができる場合」、「年金の受け取りを繰り上げ、繰り下げる場合」など、さまざまな条件で年金見込額を試算してみませんか？

〈年金見込額試算画面イメージ〉

(1) 年金見込額試算 額試算メニュー

年金見込額の試算

かんたん試算
初めての方はこちらから >

現在の職業について60歳まで自動的に延長し、試算します。

質問形式で試算
今後の職業、収入および期間について、質問に答えていただくことで試算できます。

詳細な条件で試算
以下の条件を入力し、試算できます。
・ 今後の職業、収入および期間
・ 老齢基礎年金、老齢厚生年金を受給する年齢
・ 国民年金が未納である月に関する追納・後納等

年齢	給与の年取 (1)	老齢基礎 年金 (2)	年金見込額		小計 (2) + (3)	合計（年額） (1) + (2) + (3) + (4)
			特別支給の老齢厚生 年金／老齢厚生年金 国からの 支給部分 (3)	基金代行 部分 (4)		
60	0円	0円	0円	0円	0円	0円
61	0円	0円	0円	0円	0円	0円
62	0円	0円	0円	0円	0円	0円
63	0円	0円	0円	0円	0円	0円
64	0円	0円	0円	0円	0円	0円
65	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円
66	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円
67	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円
68	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円
69	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円
70	0円	150,000円	150,000円	0円	円	300,000円

年金手帳があれば登録はカンタン！
詳しくはWEBで！！

ねんきんネット

検索

http://www.nenkin.go.jp/n_net/

「ねんきんネット」マスコット
ねんきん太郎



電話での年金相談は「ねんきんダイヤル」へ

一般的な年金相談のお問い合わせ、ご予約の申込みは「ねんきんダイヤル」へ

0570-05-1165

050 から始まる電話でおかけ
になる場合は
Tel. 03-6700-1165（一般電話）

お問い合わせの際は、基礎年金番号または照会番号がわかるものをご用意ください。また、年金個人情報に伴うご相談は、ご本人様確認のため、オペレーターが質問をおこないますので、ご協力ください。

〈受付時間〉※祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

●月曜日 / 午前8時30分～午後7時 ●火～金曜日 / 午前8時30分～午後5時15分 ●第2土曜日 / 午前9時30分～午後4時

詳しくは稚内年金事務所（0162-32-8989）

または日本年金機構ホームページをご覧ください。

国民年金

検索

ダリン&ジリアンのALT 通信



This article written by Ms. Jillian
今月の担当はジリアン先生

Hello! My name is Jillian Madden, and in August of last year, I moved to Nakatombetsu to teach English at the junior high school. I've had some really great experiences since arriving in Japan last year. Nakatombetsu has been a big change from home, especially now in the winter months. In Kentucky, it does not snow as much as Hokkaido. It snows much more here, so the winter is more fun because there are a lot of fun things to do, like skiing, snowboarding, snowshoeing, making snow sculptures, sledding and going to winter festivals. I don't usually get to do these things in Kentucky, so I hope to try them this winter!

こんにちは、私はジリアン・マデンと申します。去年8月に、中学校での外国語指導助手として中頓別町に参りました。日本に来てからいくつかのいいことを経験していました。中頓別は私の出身、ケンタッキー州、に比べると、だいぶ違います。特に、今の季節、冬です。ケンタッキー州では北海道より、雪があまり降りません。中頓別には、雪がたくさん降っていますので、冬の体験が楽しいと思います。たくさん楽しいことができます。例えば、スキー、スノーボードをすることや、かんじきで雪上歩行や、雪像作りや、そり滑りや、冬の祭りに行くことなど。ケンタッキー州では、普段楽しい冬の遊びができないので、今年の冬にいろいろなことを挑戦したいと思います。

English Phrase of the Month 今月の覚えどころ

文法編 Grammar Point!

not as ~ as ... : ...ほど~ない
 ex) In Kentucky, it does not
 snow as much as Hokkaido.
 (ケンタッキー州では北海道より、雪があまり降りません。)

単語編 Vocabulary

Winter : 冬
 Snowshoeing : かんじきで
 sculpture : 像
 Sledding : そり滑り

今月のおすすめ料理

名寄市立大学

市本栄養士

栄養学科作成のレシピ集より

< 鮭とじゃがいもの塩バター >

- 作り方 -

- ① 鮭は食べやすい大きさに切り、塩こしょうで下味をつけておく。
- ② じゃがいもは皮をむき、8等分くらいの大きさに切り、水にさらしておく。
- ③ フライパンにバターを入れて熱し、鮭を焼く。
- ④ ③にじゃがいもを加えて、全体にバターが回るように炒める。
- ⑤ 水を100cc入れ、塩をひとつまみ振り、パセリをかける。
- ⑥ 皿に盛りつけ、塩をひとつまみ振り、パセリをかける。

[鮭とじゃがいもの塩バター]

材料 (2人分)

- 生鮭・・・100g (小さめ2切れ)
- じゃがいも・・・180g (中2個)
- バター・・・10g
- 塩・・・小さじ1/4
- こしょう・・・少々
- 乾パセリ・・・ひとつり



今回は、名寄市立大学保健福祉学部栄養学科3年の学生たちが作ったレシピ集の中から「鮭とじゃがいもの塩バター」をご紹介します。作るときのポイントとして、材料にコーンや塩ゆでしたブロッコリー、キノコなどを加えてみても良いようです。じゃがいもはビタミンC、B1、B6が豊富でフラックスでは「大地のりんご」とも呼ばれています。特に免疫力を高め老化や様々な病気を予防する効果があるビタミンCは、りんごの5倍含まれていると言われています。じゃがいもの保存方法としてりんごと一緒にポリ袋に入れるとりんごから発生するエチレンガスがじゃがいもの発芽を抑える働きがあるとされています。鮭は、高たんぱく低カロリー食品と言われている。ビタミン類も豊富でビタミンDやEPA(エイコサペンタエン酸)は血管をしっかりとしてくれる働きがあり、DHA(ドコサヘキサエン酸)は脳の発達にも良いと言われており、鮭類にも豊富に含まれています。短時間で簡単に調理できるレシピです。みなさん、さっそく試してみませんか？

『西郷（せご）どん！ 前編・後編』

著：林 真理子 KADOKAWA

一般書



2018年大河ドラマ原作小説。まったく新しい西郷隆盛の誕生！激動の幕末を駆け抜け、新たな時代をつくった男の生涯を描く。

『ノラネコぐんだんアイスのくに』

著：工藤 ノリコ 白泉社

児童書



ニャー、アイスおいしそう。ニャー、アイスたべたいね。まさか!?の感動の展開に、最高傑作との呼び声も高いシリーズ第6弾

今月の新着図書(1月20日現在)

一般向け図書

『孤独のすすめ』	五木 寛之
『ふたご』	藤崎 彩織
『キラキラ共和国』	小川 糸
『オブリヴィオン』	遠田 潤子
『たゆたえども沈まず』	原田 マハ
『君たちはどう生きるか』	吉野 源三郎
『さよなら、田中さん』	鈴木 るりか

児童向け図書

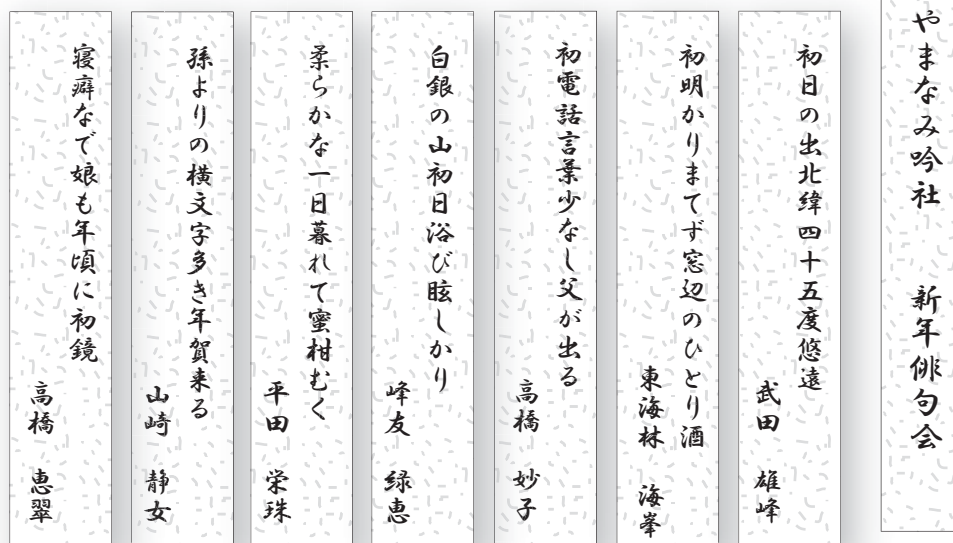
『おふくさん』	服部 美法
『ともだちどれだ?』	新井 洋行
『パンダともだちたいそう』	いりやま さとし
『はみがきれっしやしゅっぱつしんこう!』	くぼ まちこ
『さがそ!きせつのぎょうじ12かげつ』	はっとり みどり

※その他、多数の新着図書が入りました。是非ご来室ください。

【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？
休館日などの場合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 —



戸籍だより

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

字上駒 渡邊 卓生さん
(40歳 1月4日)
字中頓別 清野 時夫さん
(82歳 1月16日)
字中頓別 岡本 勇さん
(88歳 1月24日)
字中頓別 野呂 静江さん
(94歳 1月28日)

うぶごえ

そうま
字中頓別 川崎 颯真くん
(雄樹さんの子 1月18日)
はな
字中頓別 島田 華ちゃん
(直樹さんの子 1月4日)

北武建設、町有施設の除雪で地域貢献

1月15日、北武建設株式会社の除雪作業での地域貢献に対して町から感謝状が送られました。

北武建設株式会社は、平成29年12月28日に地域貢献として、敏音知にある自然学校と旧バーベキューハウスの屋根の雪下ろしを行うことで、町有施設の維持に協力をいただきました。



人のうごき

(平成29年12月31日現在)

世帯 887(-1)
人口 1,762(-2)
男 871(-1)
女 891(-1)

()内は前月対比

(平成30年1月31日現在)

世帯 887(±0)
人口 1,758(-4)
男 869(-2)
女 889(-2)

()内は前月対比

編集後記

〇年が明けて早くも1ヵ月が過ぎました。みなさんは今年の目標を決めたでしょうか。私は去年バタバタしていて、思ったほど色々なことができませんでした。ですので、今年は「楽しいことや新しいことをバンバンやってみよう」をテーマに行こうかと思っています。実は小学校6年生のスローガンにも「やってみよう」が入っていて、良いスローガンだなあと考えていました。新しいことを始めるのは、何もわからなくて不安になりますが、やったことが経験になって将来必ずどこかで生きてくると信じています。小学生のみなさんも、中学生のみなさんも、今年は色々なことにどんどんチャレンジしてみてください。

【楽しくないけどダイエットもやってみよう。広報担当A】

広報なかとんべつ 2月号 Vol.699

【発行】 2018年2月9日

【編集】 中頓別町総務課政策経営室 〒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 koho@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。