

## こども園野菜収穫

9月2日、こども園で野菜の収穫が行われました。

園児たちが収穫した野菜は、後日、こども園でのカレーの具材となりました。また、収穫された野菜の一部は町内の子ども食堂「こどもトントン」にも提供されます。



ダリン先生の 英語教育への思い	2
まちの話題	4
インフォメーション	6
ALT 通信	7
保健師だより	8
図書室だより	9
戸籍だより・編集後記など	10



# ALT のダリン先生

## 英語教育と中頓別への思い

自分のルーツは日系。ずっと日本への憧れがあつて、小学校から日本語の勉強を始めました。高校では日本語の選択授業があり、日本の方が高校に留学に来ていたのを羨ましく感じていたこともあつて、自分も高校のときに、慶応義塾高等学校に夏のプログラムで1か月ほど留学しました。初めて行く日本なのでワクワクしていましたが、ホストファミリーの家から高校までは3本乗換で2時間かかり、通勤ラッシュなど、都会らしい経験をすることができませんでした。ハワイに戻り、進学を考えた

### 日本に来るまでの経緯

ダリン先生はハワイ州のマウイ島出身で、平成26年からJETプログラムによりALTとして着任し、令和元年8月からは中頓別町職員となり、引き続き中頓別町の英語教育を担っていきます。ここでは、中頓別町に来た経緯やALTとして果たす役割などについて、ダリン先生の熱い思いをご紹介します。

き、友達の多くがハワイに残っていましたが、違うところに行ってみたい気持ちから先輩のいるオレゴン大学に進学しました。

オレゴン大学では、日本語を専攻し、副専攻でビジネスを学びました。大学3年生のとき、秋田県の国際教養大学に留学。最初は別の大学に留学しようと考えていましたが、過去に都会生活を体験したので田舎に行くことを決めました。一年間の予定でしたが、一年延長して日本語を勉強し、オレゴン大学に戻った1年後に卒業。秋田でのALTの授業ボランティアが楽しくて、卒業後はJETプログラムに応募し、ハワイで4か月くらい働いてから通知があり、行先が中頓別町でした。

### 中頓別町に来てから

最初は数年ALTをやつて、国際交流員の仕事をしようかと考えていましたが、2年目くらいからALTとしての仕事が楽しくなつてきて、中頓別が住む場所として理想の町かなと思うようになりました。そんな中、5年目以降もALTとして働くことの打診があり

## Tips

語学指導等を行う外国青年招致事業「JETプログラム」(The Japan Exchange and Teaching Programme)

JETプログラムは、主に海外の青年を招致し、教育委員会や学校などで、国際交流の業務と外国語教育に携わるることにより、地域レベルでの国際化を推進することを目的としています。JETプログラム参加者は、「外国語指導助手 (ALT)」、「国際交流員 (CIR)」、「スポーツ国際交流員 (SEA)」の3つの職種で来日します。

外国語指導助手 (ALT : Assistant Language Teacher)

主に学校、または教育委員会に配属されます。日本人外国語担当教員の助手として外国語授業に携わり、教育教材の準備や英語研究会のような課外活動などに従事します。



◆授業の様子

ました。ハワイでの観光関係の仕事や、大学で学んだビジネスの仕事など、色々な選択肢がありました。ただ、これまで中頼別の子どもたちと接する中で、子どもたちの英語力の高まりと成長を感じました。自分がここまでやってきたことと子どもたちの頑張り考えたとき、子どもたちのために中頼別に残ることを決めました。

子どもたちには色々な経験が必要です。ハワイ研修などをきっかけに、外の世界というものを知ってもらおうことで良い方向へ成長してほしいです。そういう機会はなかなかありません。国内外問わず、色々な場所に行くことで自分の考

え方が変わります。色々な場所を見て、経験して、あらためて中頼別の良さを知ることができると思っています。私はマウイ島が好きではありませんでした。だからアメリカ本土へ出ました。ハワイからオレゴンの異文化を知って、自分を育てた文化など色々なことに気がつくことができ、マウイ島が好きになりました。

### ALTとして果たす役割

年齢や学年だけでなく、英語の熟度によって色々な教え方のレベルがあります。その子に合った教え方でありつつ、飽きないような授業をたくさん考えています。文章でわかる人、聞くことでわかる人、見ることでわかる人、色々な学び方があり、みんなで楽しくできるような授業を組み立てています。そういった取組みから、子どもたちの勉強の仕方をずっと見てきたこともあって、だからこそ続けていきたいと思えました。小学校3、4年生から英語が義務化され、教科書的な教育が行われます。そういった方法とは別に、体を動かすこと、例えば歌やダンスなど色々な活動を通して、日本式では



ない方法で教えていく。こういった英語教育の先に、海外に行きたいと思える子どもや、自分のやりたいことに自分から挑戦できる子どもに育てていきたいです。また、ALTが2名体制になり、2人の会話を見せることができます。本物の英会話に触れることができるのはとても重要なことだと思います。

### 中頼別の子どもたちについて

中頼別の子どもたちは勇気があり、失敗しても次を頑張ることができる。今の子どもたちは失敗や間違いを恐れ発言しないことが多い。この違いが中頼別の子どもの

強さだと思います。英語で話しかけることについても、先生から子どもたちに話すだけでなく、子どもたちからも先生へ積極的に話しかけてきます。恥ずかしがらずに英語を話すことはとても勇気がいることだと思います。

### 子どもたちに求める将来像

子どもたちが日常の英会話を中学校卒業までにできるようになることです。こども園で単語、小学校でひとこと会話、中学校で文章を作る、そういった取組みを踏まえて、ハワイ研修でホストファミリーと会話をするなどそういったレベルにまで行くことができたいと思います。

### ALT以外でやりたいこと

ALTの活動以外では、ウクレレやフラといったハワイ文化教室などやりたいですね。また、現代ではソーシャルメディアが主流です。子どもたちでもSNSなどで自分たちが愛する中頼別を紹介できればと思います。外だけでなく、町内にも発信できれば良いのではないのでしょうか。



## 酪農の繁栄を願い 中頓別町酪農祭

8月31日、北緯45度酪農祭が行われました。開催当日は天候に恵まれず、車庫での実施となりました。

会場では、物販コーナーなどのほか、おぼけカボチャのコンテストや歌謡ショーなどが行われ盛り上がりしました。

催しの中でも、牛乳早飲み大会では、雨を晴らすような熱戦が繰り広げられました。



## 町婚活 結婚祝金第1号 婚活カップルへお祝い

9月13日、役場町長室で結婚祝金の交付が行われました。

交付されたお二人は、今年1月に実施された婚活イベントで出会い、そこから仲を深め、8月に結婚となりました。

婚活イベントは、青年交流事業の一環で行われており、今年度実施したイベントでも複数のカップルが成立。今後も幸せの報告が期待されます。



## 敬老を記念して 中頓別町敬老会

9月13日、中頓別町民センターで令和元年度敬老会が開催されました。

敬老会式典では、喜寿を迎えた方々へ小林町長からお祝いの言葉とともに記念品が贈呈されました。

祝宴では、こども園園児によるお遊戯やシャッフルトーンズ（紋別市）による生演奏が披露され会場を盛り上げました。



## 上手に調理できたかな？ こども園カレー作り

9月20日、こども園でカレークッキングが行われました。

調理した材料は、こども園の畑で収穫した野菜。園児たちは自分たちの手で収穫した野菜を真剣に調理していました。

調理の間には、ALTのダリン先生から食材を英語で表現するクイズが出題され、園児たちは元氣よく大きな声で答えていました。





## 長寿のお祝い 長寿園敬老会

9月20日、長寿園で敬老会が開催されました。

敬老会式典ではオードブルが用意されたほか、百歳を迎える方へ内閣総理大臣からのお祝いの贈呈と喜寿を迎える方への記念品の贈呈が行われました。

余興では支援員による演歌の披露と「響」（浜頓別町）による太鼓演奏が披露され、会場を大いに湧かせました。



## 名寄市立大学の学生 保健師実習

9月20日、名寄市立大学の学生3名が1ヶ月半の保健師実習を終えました。

研修では、介護福祉センターで保健師の現場を体験。町内では、全日本水風船キャッチ選手権大会に出場したり、スポーツフェスティバルに参加したりと町民との交流を深めました。

学生からは、町民の皆さまへ感謝の言葉がありました。



## 心身震えるセッション 芸術文化公演

9月24日、中頓別町民センターで和心ブラザーズによる和太鼓と津軽三味線のセッションが行われました。

演奏の合間には、津軽三味線の歴史や技などの紹介、体験演奏、和太鼓のバチの種類による音の変化などの解説がありました。二人の掛け合いと迫力ある演奏で会場は大いに盛り上がっていました。



## 劇団バクの公演 マスクプレイオペレッタ

9月26日、こども園で劇団バクの公演が行われました。

今回は、着ぐるみを着た歌劇である、マスクプレイオペレッタで『ねずみのすもう』が行われました。

劇では、音楽や効果音に合わせて等身大の着ぐるみが迫力のあるコミカルな演技を見せ、集まった親子に笑いと感動を届けました。





# 年 | 金 | 辞 | 典

## 第2回 産前産後期間の免除制度

今回は、今年4月から始まった産前産後期間の免除制度についてご紹介します。

### Q 産前産後期間はいつ？

A. 出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月です。

多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間の期間になります。この期間の国民年金保険料が免除になります。

免除された期間は年金額を計算する際に保険料を納めた期間として計算されます。

※出産とは、妊娠85日（4か月）以上の出産をいいます。（死産、流産、早産された方も含まれます。）

### Q 誰でももらえるの？

A. 対象となるのは国民年金第1号被保険者の方で出産日が平成31年2月1日以降の方です。

出産日が平成31年2月1日以降であれば、もうすでに出産された方も申請を行うことができますが、施行日が平成31年4月なので4月より前の期間の部分は免除にならないので注意が必要です。

保険料を前納している場合、産前産後期間の部分は還付されます。

### Q 受給手続きはどうすればいいの？

A. 役場の窓口または年金事務所でお手続きができます。

出産予定日の6か月前から申請書の提出が行えます。出産前に手続きをする場合は母子健康手帳などが必要になります。

また、被保険者と生まれた子が別世帯の場合は出生日と親子関係のわかる書類が必要になります。

申請書は窓口にあるのでお気軽にご相談ください。



詳しく知りたいときや、わからないことがあったときは  
稚内年金事務所 お客様相談室（0162-74-1000）  
または日本年金機構ホームページをご覧ください。

次回は、「年金加入、請求の手続き」についてです。

# ダリン&マギーの ALT通信

file.20



This article written by Mr. Darin  
今月の担当はダリン先生

Aloha Nakatombetsu! This year, summer has been a long one and just recently have we been experiencing autumn. Autumn is my favorite time of the year. You can see the different colors of falling leaves and go hiking in the mountains or fishing in the river. It's a wonderful time to enjoy the outdoors. In Hawaii, we don't have four seasons. All year round is a continuous pattern of summer and spring! Lovely, isn't it? Let's learn some autumnal and Halloween-ish English phrases!

アロハ、中頓別の皆さん！今年の夏は長かったし、最近は秋らしい天気を感じていますね。僕は季節の中では秋が好きです。紅葉を見たり登山したり川釣りしたりすることができます。アウトドアを楽しめる時期ですね。ハワイには四季がありません。一年を通して夏と春の天気が続いています。いいでしょう？

秋らしい英会話の表現とハロウィンっぽい英語の表現を勉強しましょう！

**To turn over a new leaf - やり直す (直訳：新しい葉っぱを裏返す)**

Example: Lately, I haven't been getting enough exercise. It's time to turn over a new leaf and start working out again.

例：最近、運動不足なんだよね…また新鮮な気分で運動し始めよう。

**To feel under the weather - 具合が悪い**

Example: Sorry, I don't think I can make it to the dinner tonight. I'm feeling a little under the weather. Maybe next time...

例：ごめんね。ちょっと具合が悪いので、今夜の飲み会に行けないかもしれない。また今度に行くね。

**To drive someone nuts - 誰かをイライラさせる**

Example: Please turn down your music! I can hear it through your earphones and it's driving me nuts!

例：音楽の音量をちょっと下げてくれない？イヤホンから聞こえるんだけど…もう本当にもう！

**Night Owl - 夜遅くまで起きるのが好きな人 (直訳：夜のフクロウ)**

Example: I love staying up late to watch tv, so I guess you could call me a night owl.

例：テレビを見るために夜遅くまで起きるのが好きなので、「Night Owl」と呼ばれてもいいかもね。

**Ghost Town - 活動していない静かな場所**

Example: My hometown is a ghost town after 9 pm! There's nothing really open to go to.

例：地元は21時を超えたら、店が全部しまっていて、どこにも行けないよ。お化けが出そうぐらい静かになっちゃう。



File No.275  
今月の担当は  
西巻保健師

## 難病について

今回の「保健師さんの健康宅配便」は、難病についてです。

### ○難病とは

難病とは、一般的に治りにくい病気のことを指しますが、難病の患者に対する医療等に関する法律（難病法）では「発病の機構が明らかでなく、かつ、治療方法が確立していない希少な疾病であって、当該疾病にかかることにより長期にわたり療養を必要とすることとなるものをいう」と定義されています。さらには同法では、難病のうち、患者数等の一定の要件を満たす疾病に対して、医療の助成を行っています。

この医療費の助成対象となる難病のことを「指定難病」と言います。平成26年に56疾病であった指定難病は令和元年7月現在333疾病に拡充されています。

### ○南宗谷管内の状況について

南宗谷管内の「指定難病」で医療の助成を受けている人は178名と

なっています。うち26.4%がリウマチ膠原病疾患30.3%が神経科外来対象疾患、43.3%がその他の疾患となっています。

### ○「神経科外来」「リウマチ外来」について

元旦号でもみなさんにお知らせしましたが、中頓別町、浜頓別町、枝幸町3町で、南宗谷難病医療システムを運営しており、その目標は「難病があっても安心して患者が暮らせる地域づくりを行うこと」です。

中頓別町が「神経科外来」、枝幸町が「リウマチ外来」、を担当して行っています。各外来については、それぞれ勤医協中央病院、旭川医科大学から専門医を招いているので、専門的な医療を受けることができます。

各外来は医師の紹介があつて初めて受診することができるので、物忘れが多い、手が震える、眼が下がる、ろれつが回らない、歩きにくくなつた、ぶつけてもいないのに関節が腫

れて痛い、原因がわからない微熱が続く、体がだるい、手足が動かしにくいなど、気になる症状がある方は、国保病院を受診して医師に相談してみてもいかがでしょうか。

### ○「難病患者会」について

「南宗谷難病患者会」については3町が協力し、浜頓別町が中核となつて行っています。患者会では、難病患者どうしの交流や情報交換はもちろんですが、毎回「学習会」を行い、難病について学習することで、疾患に向き合い、リハビリや日々の生活に活かしています。

患者会にはリウマチ外来を担当している勤医協中央病院（札幌）運動器・リウマチセンター副センター長の松本巧先生も参加されており、学習会を行ってくれたり、治療についてなど、個人的な相談にも乗ってくれています。そのほか各町の理学療法士、保健師がスタッフとなり運営を行っています。

なお、患者会に参加するには難病連に所属していることが必要です。詳しくは介護福祉センター（6-1-1995）までご連絡ください。

### ○難病医療講演会について

難病医療講演会は南宗谷難病医療システムの一環で、南宗谷3町が交

代で開催しています。今年度は10月29日（火）16時より中頓別町保健センターで開催されます。今回は、8月から新しく神経科外来の担当医となった、旭川医科大学の齊藤司医師に「レビー小体型認知症」について講演していただきます。一般の方も講演会に参加することが出来ます。ぜひ、ご参加ください。

申し込み・問い合わせは  
中頓別町介護福祉センター  
（6-1-1995）

## 令和元年度難病医療講演会

（健康づくりセミナー）

1. 日程 令和元年10月29日（火）  
16:00～17:00
2. 場所 保健センター ホール
3. 内容 講演会 「レビー小体型認知症」  
講師 旭川医科大学内科学講座 循環・呼吸・神経病態内科学分野、脳神経外科、リハビリテーション科兼務 齊藤 司 医師
4. 参加料 無料

# 図書室だより

## 一般書

### 『ンブフルの丘』

著：澤田 展人（北海道新聞社）



第52回北海道新聞文学賞受賞作  
交通事故で同乗者の女性を死な  
せ、厭世的に生きる亮次。  
幼少時に母親から虐待を受け、  
感情を制御できない恭介。  
もがき続ける二人がたどり着く  
のは……。

## 児童書

### 『しょうがっこうがだいすき』

作：うい（学研プラス）



テレビで紹介され大反響！  
小学校生活がもつともつと大好  
きになるために、小学2年生が贈  
る入学前後のアドバイス。親子で  
楽しめる絵本です。

## 新着図書（9月20日現在）

### 一般向け図書

- 『もののふの国』…………… 天野 純希
- 『とめどなく囁く』…………… 桐野 夏生
- 『彼女たちの場合は』…………… 江國 香織
- 『この橋をわたって』…………… 新井 素子
- 『それからの四十七士』…………… 岡本 さとる
- 『平場の月』…………… 朝倉 かすみ

### 児童向け図書

- 『おさいふのかみさま』…………… 荻田 澄子
- 『いないいないばあさん』…………… 佐々木 マキ
- 『あれあれあれれ』…………… つちだ のぶこ
- 『ぱぱぱぱんつ』…………… うえだ しげこ
- 『パンダのパンやさん』…………… 岡本 よしろう
- 『つもりやもり』…………… こばやし てるひろ

## お知らせ

記載が遅くなりましたが、ちょっとした  
キッズスペースを設けました。  
ぜひ、お子さんと一緒にご利用ください。



※その他、多数の本が入荷しています。  
最新情報は、一覧表を掲示していますので、ぜひご覧ください。

## 利用案内

- 開館時間 … 午前10時～午後5時
- 休館日 … 毎週月曜日（祝日の場合は翌日）、年末年始
- 貸出期間 … 2週間（但し、雑誌は1週間）期日厳守で、早めの返却をお願いします。

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 —



戸籍日より

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)

死亡・出生・婚姻に係る  
人口の異動はありません  
でした。

人のうごき

(令和元年9月30日現在)

世帯 883(+2)

人口 1,682(+2)

男 842(+2)

女 840(±0)

( )内は前月対比

## 新しい職員を紹介します

(9月16日付)



保健福祉課保健福祉グループ

主事 高井 和秀

(9月16日付)



出納室

主事 三浦 幸子

(10月1日付)



認定こども園

保育士 中川 由加里

## 編集後記

■今月号から前任のスリッパカメラマン☆に代わり、広報なかとんべつの編集担当となりました、@ガンちゃんです。担当になってから、写真を撮るって簡単じゃないんだなあと痛感するばかりです。これからよろしくお願いします。

【@ガンちゃん】

広報なかとんべつ 10月号 Vol.718

【発行】 2019年10月10日

【編集】 中頓別町総務課政策経営室 TEL 01634-6-1111 FAX 01634-6-1155

〒098-5595 北海道枝幸郡中頓別町字中頓別 172-6

HP <http://www.town.nakatombetsu.hokkaido.jp> e-mail [koho@town.nakatombetsu.lg.jp](mailto:koho@town.nakatombetsu.lg.jp)

【印刷】 有限会社 天北印刷工業