



牧草や牛を見ながら宿泊 牧場民泊2周年記念

6月14日、澤里ファームで民泊事業が2周年を迎えました。

牧場体験ができる民泊施設をやりたいと考え、2年前から民泊事業を行っていました。素泊まりのみで、牧草が見れる部屋と牛が見れる部屋の2部屋となります。澤里さんご夫婦は、親子連れが泊まり、乳しぼりなどの牧場体験をしていただければ話してくれました。



犬を飼っている方へ 狂犬病予防注射の実施

6月16日、17日、中頓別町内各地区で狂犬病の予防注射が行われました。

なかとんべつ動物病院の獣医師が各地区の自治会館などを回り、狂犬病予防注射を行いました。予防注射を受ける前には、威嚇するように吠えており、注射時の愛犬たちは、痛そうな表情を浮かべながら、予防接種を受けました。



息の合った演技 認定こども園運動会

6月25日、認定こども園で運動会が行われました。

当日は、園児達48人が、赤組と白組に分かれ、元気いっぱいに徒競走や借り人競争、紅白リレーなどを行いました。今年は、北海道日本ハムファイターズのきつねダンスを保護者の皆さんと園児たちが一緒に踊り、会場を沸かせていました。



中頓別町ブドウ研究準備会 芽かきや誘引を実施

6月25日、松音知地区の試験圃場で、芽かきや誘引などの実践が開催されました。

実践では、地域おこし協力隊の齊藤隊員より、栽培品種(清見、山幸、清舞)の説明や夏季管理の概要や芽かき、誘引などが行われました。今年は低温の影響があり、燃焼法を用いて、低温対策や霜対策など行われ、ぶどう作りがスタートしました。



町民アイデア 「7つのアクション」 活動便り

7月号からアイデア実現のために各チームメンバーが取り組んで来た内容をお知らせします。今年度第1弾は、育児と仕事の両立チームです。



未来を作る子育て #1

令和3年に「育児・介護休業法」が大きく改正され、企業には従業員が育児休業を取得しやすくするための環境整備がこれまで以上に義務付けられるほか、男性の育児休業取得を後押しする施策が令和4年4月から段階的にスタートしました。

「育児と仕事の両立チーム」が令和3年10月、子育て世代と町内事業所を対象に実施したアンケート調査の結果を数回に分けてお知らせします。

町内事業者向けアンケートの質問から

Q 法改正に伴い、令和4年4月より国からのサポートが得られるようになることを知っていますか？

→ 町内事業所を対象にアンケートで聞いたところ、「知っている」と答えた事業所数は7か所、「知らない」と答えた事業所数は10か所で、「知らない」と答えた事業所が多い結果となりました。

保護者向けアンケートの質問から

Q 中頓別町は子育てしやすい町だと思いますか？

→ 保護者を対象にアンケートで聞いたところ「子育てしやすい」と答えた人が87人、「子育てしやすいと思わない」と答えた方が20人でした。

思う
87人

- ・ 保育料・医療費無料など支援が手厚い **33人**
- ・ みんなが気にかけていて、人間関係も良い **9人**
- ・ 自然豊かで、子ども達がのびのびしている **7人**

思わ
ない
20人

- ・ 小児科がない、病院が遠い **5人**
- ・ 遊ぶ場所や集まれる場所が少ない **4人**
- ・ 子どもを預ける場所がない **3人**
- ・ 子育て世代の家族へのサポートやサービスが少ない **2人**



【あだな】
かます

子育てがしやすいと言ってくれる人が多い一方で、病院や遊ぶ場所、子どもを預ける場所などの環境整備をして欲しいという声も大切にしたいね。

令和3年度中山間地域等直接支払交付金の取り組み

耕作放棄地の増加などにより、水源かん養機能、洪水防止機能など農業農村の有する多面的機能の低下が懸念されます。中山間地域等直接支払交付金は、農業生産の維持を通じ、多面的機能を確保する観点から、農業生産条件の不利を補正することが目的です。令和2年度から第5期対策として、新たな5年間の取り組みがスタートしました。

集落協定の概要

- ① 集落名：中頓別集落(代表者 姉齒義宣)
- ② 協定参加者数：42経営体(農業者41人、農地所有適格法人1組織)
- ③ 協定農用地面積：2,625ha
- ④ 農業生産活動等に要する経費：39,379千円
- ⑤ 共同取組活動の概要
 - ・ 農業生産活動等の体制整備のため、スカベンジャーの購入をはじめ、廃プラスチック処分に係る経費のほか、食育活動の推進を目的として、学校給食（なかとん牛乳）への助成などを実施しました。

取り組み内容・交付金使途	金 額
1. 集落の管理体制（集落役員などへの報酬、事務委託費など）	705千円
2. 農業生産活動 (1) 農用地に関する事項（かぼちゃ種配布、学校給食助成）	120千円
3. 農業生産活動の体制整備 (1) 農業生産活動などの継続に向けた活動 (対象農地の圃場データ管理経費、廃プラスチック処分運賃、スカベンジャーの購入)	8,097千円
4. その他（事務費、繰越金など）	7,286千円
計	16,208千円

協定農用地の基準別面積及び交付額

- ・ 草地比率の高い草地の基準単価（1,500円×10アール）で算定されています。
- ・ 交付対象面積：2,625ha
- ・ 交付額：39,379千円

【財源内訳】

国費（1/2） 19,689千円
道費（1/4） 9,845千円
町費（1/4） 9,845千円

交付金の使用方法

- ・ 共同取組活動に充当 16,208千円
- ・ 協定参加者へ配分 23,171千円

お問い合わせ 産業グループ（01634-8-7662）



堆肥散布作業を行うスカベンジャー



国民年金の加入について

日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の方で、厚生年金保険に加入していない方は、すべて国民年金の第1号または第3号被保険者となります。国民年金第1号被保険者は毎月保険料を納める必要があります。

強制加入の被保険者の種別・手続き方法

強制加入の被保険者は「第1号被保険者」「第2号被保険者」「第3号被保険者」の3つに分けられ、それぞれ手続きの方法が異なります。

第1号被保険者

日本に住む20歳以上60歳未満の方で、第2号被保険者や第3号被保険者に該当しない農業従事者や自営業者、学生などが該当します。第1号被保険者の資格を取得したときは、本人が14日以内に市区町村長に届出が必要です。

第2号被保険者

会社や役所などに勤めている方で、厚生年金保険に加入されているサラリーマンや公務員が該当します。勤め先の事業主が手続きを行うため、本人の届出は不要です。

第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の日本に住んでいる配偶者（年収130万円未満）の方が該当します。第2号被保険者の事業主が手続きを行うため本人による届出は不要です。

第1号被保険者の資格取得の手続き

第1号被保険者に該当する場合は役場窓口または、年金事務所で手続きが必要となります。役場に備え付けている「国民年金被保険者関係届書（申出書）」に記入し、提出します。個人番号もしくは基礎年金番号を記入するので、マイナンバーカードや年金手帳などの番号がわかるものが必要となります。20歳になった時は、加入のお知らせが届くので手続きは不要ですが、20歳になって約2週間経ってもお知らせが届かない場合は届出が必要となります。基礎年金番号通知書は加入のお知らせとは別に郵送で自宅に届きます。退職などにより国民年金に加入する場合は、退職日の翌日から国民年金第1号被保険者の資格を取得することとなります。該当日が来たら、14日以内に手続きを行ってください。



ダリン&マギーの ALT通信

file. 53



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

Aloha Nakatombetsu!

In 3rd grade at the elementary school, my students are learning about colors. We recently learned about rainbows in different countries. How many colors are there in the Japanese rainbow? What colors are they? In the American rainbow, there are seven colors – red, orange, yellow, green, blue, indigo, and violet. Students in America remember the order of the colors of the rainbow with an acronym, Roy G. Biv, or the name of the rainbow man.

My students first learn colors in English at the Kodomoen. Every year, when we get to this unit on colors, they also learn to the names of colors in Hawaiian. We sing a song accompanied by the ukulele, with hand motions for every colors.

Ula ula is the color of lava from the volcano. Mele mele is the color of the rising sun. Poni is the color of grapes. Polu is the color of the ocean. Ele ele is the color of night. Akala is the color of the Lokelani Rose and Alani is the color of the Ilima flower. Keo keo is the color of rolling clouds. Ahinahina is the color of an elephant's trunk. Omaomao is the color of the coconut tree. Lastly, Makue is the color of the land.



アロハ中頓別の皆さん！

小学校3年生は、「色」について学んでいます。最近、さまざまな国の虹について勉強しました。日本の虹にはいくつの色がありますか？何色ですか？アメリカの虹には、赤、橙、黄色、緑、青、藍、紫の7色があります。アメリカの小学生たちは、虹の色の順序を覚えています。それぞれの色の頭文字でROY G. BIV、「虹の男」の名前で覚えています。

生徒達は、こども園で初めて、英語で色を学びます。毎年、こども園では、ハワイ語で色の名前を学んでいます。ウクレレが伴奏する曲を、色ごとに手振りで歌っています。

ウラウラは火山からの溶岩の色です。メレメレは昇る太陽の色です。ポニはブドウの色です。ポルは海の色です。エレエレは夜の色です。アカラはマウイ島のロケラニ・ローズの色で、アラニはオアフ島のイリマの花の色です。ケオケオは転がっている雲の色です。アヒナヒナは象の鼻の色です。オマオマオはヤシの木の色です。最後に、マクエは土の色です。

今月のおすすめ料理

市本栄養士

～高血圧に減塩効果が期待できるメニュー～ ＜揚げなすのおろし和えの作り方＞

作り方

- ①なすは大きめのさいの目に切り、すぐに中温のサラダ油で揚げます。
- ②大根は皮をむいてすりおろし、水気を切っておきます。
- ③酢と砂糖を混ぜたところに大根おろしを入れます。
- ④揚げたなすを③で和えます。
- ⑤器に盛りつけてから、醤油で2～3か所色をつけて染めおろしにします。
- ⑥おろししょうがを天盛りにつけて出来上がり。



【揚げなすのおろし和え】

材料（2人分）

- ☐ なす・・・・・・2個
- ☐ 大根・・・150～200g
- ☐ 酢・・・大さじ1・1/4
- ☐ 砂糖・・・大さじ1/2
- ☐ 醤油・・・・・・・・少々
- ☐ おろししょうが・・・少々
- ☐ サラダ油・・・・・・・・適宜

味付と調理方法で減塩作戦

- ・調味料は「かける」よりも「少しだけつける」に
- ・おかずは1品のみに塩分を使い、味にメリハリを
- ・みそ汁は、昆布や煮干しなどで旨味を出す
- ・旬の食材を使って素材そのものの味を楽しむ
- ・ゆずやレモンなどの柑橘類や酢などを上手に使う
- ・味のしみ込みを抑えるため、煮物類の味付は最後に
- ・漬物は、長期に漬け込むよりも即席漬けや一夜漬けに



6月号の健康宅配便では、中頓別町民の「血圧」事情についてお伝えしましたが、7月号では、高血圧の要因のひとつとなっている「塩分のとり過ぎ」を防ぐための減塩メニューをご紹介します。今回ご紹介するのは「揚げなすのおろし和え」です。揚げなすに大根の染めおろしを添えることで、普通に醤油をかけるよりも少ない塩分で食べることができるので、減塩効果が期待できます。なすには、生活習慣病予防効果がある栄養素が多く含まれています。紫色の皮に含まれているナスニンには、血管をきれいにし動脈硬化や高血圧を予防するといった効果もあると言われています。濃い味付を急に变えることは難しいものですが、いつもの料理にひと工夫した減塩作戦で健やかな生活を目指していきましょう。

図書室だより

注目の新着本

一般書

『藤田智の新・野菜づくり大全』

監修：藤田 智（NHK出版）



菜園プランから病害虫まで、野菜づくりの決定版といえる一冊です。

児童書

『ふしぎ駄菓子屋 銭天堂にようこそ』

作：廣嶋 玲子（偕成社）



お話に登場した駄菓子を一挙解説！
銭天堂の世界を、より楽しく、さらにくわしく！

新着図書（6月20日現在）

一般向け図書

- ◆『古本食堂』 原田 ひ香/著
人情と本の魅力が一杯つまった幸せ物語
- ◆『爆弾』 呉 勝浩/著
正体不明の容疑者と警察の頭脳戦が始まる
- ◆『くるまの娘』 宇佐見 りん/著
『推し、燃ゆ』に続く、奇跡と呼ぶべき傑作
- ◆『孤蝶の城』 桜木 紫乃/著
前作『緋の河』に続く、激動期を活写する完結編
- ◆『宙ごはん』 町田 そのこ/著
この物語は、あなたの人生を支えてくれる

児童向け図書

- ◆『げたばこかいぎ』 村上 しいき/作
お父さんの靴が臭いから何とかして
- ◆『おならおうこく』 丸山 誠司/作
ある日、トイレでおならをしたら…
- ◆『おにぎり おにぎり』 長野 ヒデ子/作
いっしょに作って食べると美味しいね
- ◆『びっくりのび！！』 あおき みお/作
第7回絵本出版賞優秀賞受賞作品
- ◆『パパのかえりがおそいわけ』 キム・ヨンジン/作
今日は早く帰るって約束したのに！

※その他、多数の本が入荷しています。最新情報は、図書室に一覧表を掲示していますので、ぜひご覧ください。
また、所蔵してほしい本のリクエストや情報もお待ちしています。

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） 年未年始
貸出期間…2週間（但し、雑誌は1週間）
冊数制限はありませんが、節度を守りご利用ください。
※土日・祝日も開館しています。

お願い

図書室から借りたままの本は、ごさいませんか？
玄関横に返却ポストを設置していますので、早めの返却をお願い致します。
また、雑誌に別冊付録がある場合は紛失にご注意の上、合わせてご返却ください。

おすすめ情報

図書室には沢山の本があり、一度も読まれないうままの本もあります。
読む本に迷った時は、そんな本を探してみてもいいかもしれません。

貸出予約・リクエスト等、お気軽にお申し付けください。
TEL/FAX：01634-6-1170

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 —

師と呼べることの幸せ黒揚羽 高橋 恵翠	夏の蝶曾孫の知らせラインくる 山崎 静女	夕に舞う酔歩に似たる夏の蝶 峰友 緑恵	踊り手は花飛び回る夏の蝶 高橋 妙子	夏の蝶時には想ふ母の帯 東海林 海峯	夏の蝶奈落の恋は天上へ 武田 雄峰	やまなみ吟社 六月例会
------------------------	-------------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------	----------------

中頓別町くらしごと窓口の名称変更について

令和3年10月にスタートしました「中頓別町くらしごと窓口」は、中頓別町の移住推進および仕事に関する情報を一元的に管理・発信することを目的として展開しておりますが、この度、「くらしごと」は他社の商標登録であることがわかりましたので、名称を「中頓別町くらしとしごとの相談窓口」に変更いたしました。

町民の皆様には混乱とご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。今後は、「中頓別町くらしとしごとの相談窓口」として、従来よりもさらに充実した情報をお届けできるよう、活動・展開してまいります。引き続き「中頓別町くらしとしごとの相談窓口」をご利用くださいますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

●中頓別町くらしとしごとの相談窓口 HP

<https://nakatombetsu-kurashitosigoto.jp>

お問合せ

総務課政策経営室 中頓別町くらしとしごとの相談窓口担当 (01634-8-7671)

編集後記

■ 暖かい日が増えてきていよいよ夏がやってきました。屋外での活動が楽しい時期ですが、熱中症が起こりやすい時期でもあります。のどが渴いていなくてもこまめに水分補給を行い、熱中症に注意しながら楽しみましょう。(えーくら)

■ 7月25日は、かき氷の日です。「なつごおり」の語呂合わせに加え、1933年にフェーン現象で、日本の最高気温が、40.8度が記録されたことにちなんで、制定されたみたいです。(さこん)

戸籍日より

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)

うぶごえ

字中頓別 奥村 蓮士くん
(浩士さんの子 6月8日生)

おくやみ

字旭台 松田 ヨシエさん
(81歳 6月5日)

字中頓別 北村 信子さん
(78歳 6月6日)

字中頓別 秋田 誠さん
(72歳 6月17日)

字中頓別 中嶋 忍さん
(54歳 6月18日)

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4年6月30日現在)

世帯 873(-1)

人口 1,595(-3)

男 796(-1)

女 799(-2)

()内は前月対比

広報なかとんべつ 7月号 Vol. 751

【発行】 2022年7月8日

【編集】 中頓別町総務課政策経営室 TEL 01634-8-7671 FAX 01634-6-1155

〒098-5595 北海道枝幸郡中頓別町字中頓別 172-6

HP <https://www.town.nakatombetsu.hokkaido.jp> e-mail koho@town.nakatombetsu.lg.jp

【印刷】 有限会社 天北印刷工業