

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 —

自転車の親子連なり雲の峰  
高橋 恵翠

夏空に雲の落書きほしいまま  
山崎 静女

地を急ぐ毛虫の歩幅幾ミリぞ  
峰友 緑恵

雲の峰四方の山々奪いおり  
高橋 妙子

雲海が流れる谷で森仕事  
東海林 海峯

やまなみ吟社  
七月例会

戸籍だより

7月1日～7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 石黒 武 さん

(91歳 6月30日)

うぶごえ、えんぐみに係る人  
口の異動はありませんでした。

人のうごき

(令和7年7月31日現在)

世帯 817(+1)

人口 1,447(+4)

男 724(+1)

女 723(+3)

( )内は前月対比

## 小学生の畑が整備されました！

小学校が中学校に移転したことで小学生用の畑がなくなったため、相談を受けた峰友武さんと有志のボランティアの方々のご協力により小学生用の畑が整備されました。

整備された畑には、児童が野菜や花などを植えました。



## 編集後記

■ 8月31日はやさい(831)の日です。「健康日本21」では、1日の野菜の摂取量の目標を350gとしていますが、令和5年「国民健康・栄養調査」の結果では、20歳以上の野菜摂取量の平均値は256gで約100g足りていませんでした。野菜100gは、中くらいのトマト1個やミニトマト約10個、たまねぎ半分程度などです。意識してあと100g食べてみましょう！(えーくら)

広報なかとんべつ 8月号 Vol.788

【発行】2025年8月8日

【編集】中頓別町政策経営課 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](mailto:koho@town.nakatombetsu.lg.jp)

【印刷】有限会社 天北印刷工業