

広報 なかさつない



**特集 道の駅なかさつない
リニューアルオープン**

5

2022 NO.793
令和4年5月1日発行

道の駅なかさつない

グッと身近に
使いやすく
パワーアップ

リニューアルオープン!!

昨年度から進めてきた改修工事がこのたび完了し、「道の駅なかさつない」がリニューアルオープン！新しく生まれ変わった道の駅を紹介します。



屋内立体大型遊具

トランポリンで跳ねたり、滑り台で滑ったり、元気いっぱい遊ぶことができる屋内遊具です（小学2年生まで）。お子さんを見守る休憩スペースもあります。

パワー
アップ!!

子育て世代への応援機能

カントリープラザへ入っていくと、見えてきたのは授乳室やおむつの自動販売機など子育て世代に優しい設備！そしてカラフルで大きな立体遊具！滑り台やトランポリンなど楽しそうな空間が広がっています！

ベビーケアルーム

授乳やおむつ替えなどが24時間できるケアルームです。室内のモニターでは様々な子育て情報が配信され、携帯アプリと連携すると空き状況の確認も行えます。



子育て応援自販機

おむつ、液体ミルク、おしりふきのばら売り自販機です。風除室内にあり、24時間利用できます。お出かけの際におむつなどを切らした際にも便利。



パワー
アップ!!

情報発信・利便性・機能

観光協会事務所移転

豆資料館にあつた観光協会事務所を、カントリープラザに移転しました。

道の駅の中心的な建物内への移転により、観光客などへの情報発信がよりスムーズで効果的になります。



屋外イベントコーナー

物販やキッチンカーの出店などができる屋外イベントコーナー（多目的小屋）を新たに設置。（出店者は村民限定）

第一弾として、4月22日にはクレープのキッチンカーが登場しました。



電気自動車用 急速充電器

開拓記念館南側に急速充電器を設置しました。南十勝の道の駅では初となる50KWの大容量急速充電器で、短時間での充電ができます。電気自動車をお持ちの方は、この機会にご利用ください。



これからも
パワーアップ!

観光協会からのメッセージ



4月8日に、オープニングセレモニーでテープカットが行われました。

道の駅なかさつないは、平成8年の道の駅登録以来約25年、平成17年のリニューアルを経て、今では毎年50万人を超える皆さんにご利用いただいています。

この度、村内の皆様にも気軽にご利用いただけるよう、より充実した設備を整え、魅力ある道の駅にリニューアルしました。今後も、親しみやすい地域の情報発信拠点として取組を進めて参りますので、皆様のご利用をお待ちしております。

＼ SNS やホームページにて情報発信中 /



HP



Facebook



Instagram



Twitter

事業者等の皆さんへのお知らせ

中札内村商工業プロモーション推進事業補助金

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、飲食店・小売店・宿泊業等の対人サービスを行う事業者が取り組む販売促進や感染予防の費用への支援を実施します。

(中札内村商工会を通じてご申請ください。)

事業区分	対象経費	補助額等
新規! セルフレジ導入事業	・セルフレジ導入経費 (設置に要する経費も対象)	・対象経費総額の2/3 ・上限を50万円とする
通常事業(※)	・広告宣伝費 ・販売促進費 ・感染予防にかかる消耗品及び備品購入費	・対象経費総額の2/3 ・上限を40万円とする (前期・後期毎での申請も可)

※通常事業の要件 ①令和3年1月から令和3年12月までの売上がコロナ以前と比較して10%以上減少している。

②または、令和3年1月から令和3年12月のうち任意の3カ月の合計売上がコロナ以前の同3カ月の合計売上と比較して10%以上減少していること。
(コロナ以前～平成31年1月から令和元年12月)

村民の皆さんへのお知らせ

「泊まろう中札内村」宿泊費助成事業



新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、経営に大きな打撃を受けている村内宿泊施設への支援と地域経済の活性化を図ることを目的に、宿泊費用の一部を助成します。

●助成内容

村内の登録宿泊施設に宿泊した方に対し、1人1泊あたり宿泊費の1/2(3,000円を上限)を助成します。

●対象施設(五十音順)

- ・かつら旅館
- ・café & 宿カンタベリー
- ・きくや旅館
- ・グランピングリゾート フェーリエンドルフ

●対象期間

4月1日～令和5年3月31日

●注意事項

- ・同一人の連泊の上限は5泊までとし、連泊については月1回までを助成対象とします。
- ・本助成を利用する際は対象施設に備え付けてある申請書に必要事項の記載をお願いします。
- ・助成の対象となる宿泊数には限りがありますので、対象期間内であっても助成を受けられない場合があります。対象となるかは宿泊される施設にお問い合わせください。

**村民の皆さんも
村内の宿泊費用を
助成します!!**

●お問い合わせ 産業課産業グループ TEL (67) 2495

9月から! ファミサポ 開始します!

会員募集中

随時募集しています!

子育て世代や地域とのつながりを深めて、相互協力する活動に参加してみませんか?

◎会員登録・お問い合わせ → ・保健センター

◎利用のお申し込み → ・子育て支援センター

こんな時に使えます!

**保育園や学童
前後の預かり**

残業で帰宅が遅く
なってしまう

**買い物や
一時的な預かり**

美容院に
なかなか行けない

**夕飯支度などの
家事援助**

誰かに夕飯支度を
お願いしたい

**保育園等への
送迎**

残業でお迎えに
間に合わない...

会員の 条件

依頼会員 村内在住で中学校3年生までのお子さんがいる方

援助会員 20歳以上の方で村指定の講習を受講した方

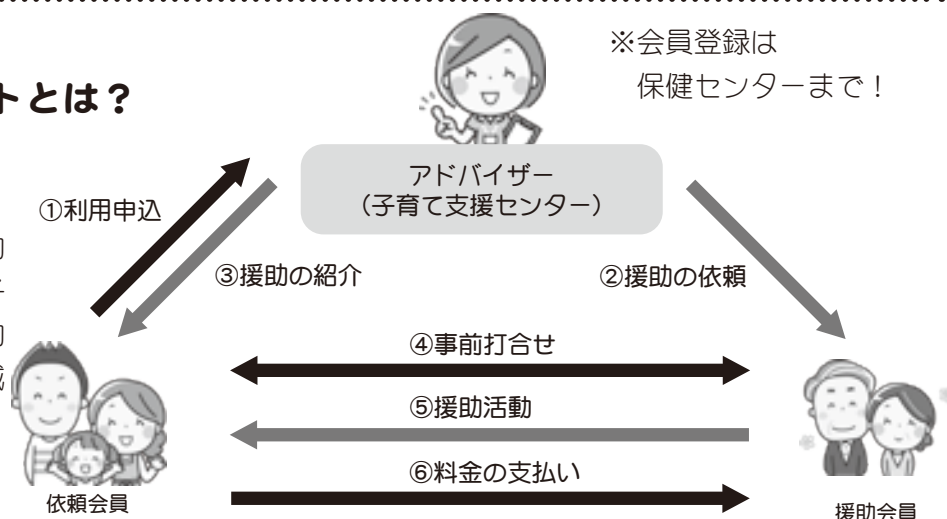
両方会員 依頼会員と援助会員の両方をできる方

大切なお子さんをお預かりするため、援助会員と両方会員の方には、村の定める講習を受講していただきます。

※講習会は7月頃を予定しています。

ファミリーサポートとは?

アドバイザーが、子育ての援助を受けたい方(依頼会員)と子育ての援助を行いたい方(援助会員)をマッチングして、地域で子育てを応援します!



活動時間 利用料金

月曜日～日曜日の午前7時～午後9時

30分あたり

500円

利用料の助成があります!

一般利用	1 / 2 助成
非課税・ひとり親・障がい世帯	3 / 4 助成

○お子さん1人あたりの料金です。活動が終わったら、その場で援助会員にお支払いします。

●お問い合わせ 福祉課福祉グループ TEL (67) 2321

昨年よりも当選者数を 増やしました！

中札内産食材を使った料理や商品を提供する「食の応援団のお店」で、お食事やお買い物を1回するごとにスタンプを1つもられます。

3つ集めて応募すると、抽選で180名様に村内で使える商品券や特産品の詰め合わせをプレゼント！

詳しい情報は村ホームページまたは参加店で配布するパンフレットをご覧ください。

食の応援団のお店 スタンプラリー！！ 今年も開催！



姉妹企画 SNS キャンペーン 【実施期間：5月1日～9月30日】

食の応援団のお店スタンプラリーの姉妹企画「SNSキャンペーン」を今年も開催！

毎月抽選で5名様（合計25名様）に5,000円相当の『特産品詰め合わせ』をプレゼント！ぜひご参加ください♪

昨年好評の「フォロー＆リツイート」キャンペーンも実施予定です。乞うご期待！

実施
期間

4/29金～10/31月

参
加
方
法

- 1 ツイッターで【村公式】中札内村食の推進パートナー（@nakasatsu_syoku）をフォロー
- 2 スタンプラリー参加店で飲食した料理の写真または購入した商品の写真と感想に「#なかさつないを食べよう」を付けてツイート！

● お問い合わせ 産業課産業グループ TEL（67）2495

中札内村の春の訪れを楽しもう

中札内村 桜のある休日

村民にはすっかりおなじみとなった桜の名所・桜六花公園で、桜とグルメと音楽を楽しむ「中札内村 桜のある休日」を開催します。公園に植えられた約800本の蝦夷山桜が一斉に蕾を開花させ、訪れる人を魅了します。

会場では飲食店・キッチンカーの出店や音楽コンサートを行う予定です。

「花と緑とアートの村」の名にふさわしい「中札内村 桜のある休日」で桜とグルメと音楽を楽しみながら春の訪れを感じませんか。



日 時	5月8日（日）10時～14時（雨天、その他の状況で中止となる場合有り）
場 所	桜六花公園
駐車場	無（会場への車、自転車、徒歩による来場は不可） 上札内交流館から運行する無料シャトルバスをご利用ください。
シャトルバス運行時間	9時～15時 乗車人数に限りがあるため、お待ちいただく場合があります。
主 催	中札内村観光協会（電話 68-3390） ※詳しくは観光協会 HP、SNS、または5月上旬配布予定の北海道新聞、十勝毎日新聞折込チラシをご覧ください。
その他	会場ではコロナ感染症対策（マスク着用、検温、手指消毒等）にご協力をお願いいたします。

4/1

中札内きらきら保育園 入園式



ここはどこ？ドキドキ・キョロキョロ興味深々。

4/8

中札内小学校 入学式



名前が呼ばれるのを、きちんと待ちます。

入学・入園おめでとう

雪まだ残る春の日差しの中、村内それぞれの保育園・学校で入園式・入学式・受入式が行われました。緊張やとまどいに負けない、明るい笑顔で歩み始めます。



4/8

上札内小学校 山村留学受入式



家族と一緒に学校のお友達と顔合わせ。

4/8

中札内中学校 入学式



学校からお祝いの記念品を贈呈です。

4/12

中札内村高等養護学校入学式



希望と期待、新しい体験に胸が躍ります。

教職員紹介

4月から新たに村に着任した教職員の皆さんを紹介します。

①前任校 ②コメント

教職員の顔写真や氏名等が掲載されているため、このページは一部、インターネットでは公開されていません。

教職員の顔写真や氏名等が
掲載されているため、この
ページは一部、インターネッ
トでは公開されていません。



4月から新たに加わった

ニューフェイスを紹介します

これから皆さんにお会いする機会も多くなると
思われます。ぜひ、顔と名前を覚えてください。
どうぞよろしくお願いいたします！



- ①趣味・特技
- ②自分のことを
ひとことと言うなら？
- ③仕事の抱負

職員の顔写真や氏名等が
掲載されているため、
このページは一部、
インターネットでは
公開されていません。

職員の配置については、今月号に折り込みの「中札内村役場機構図と主な担当業務」をご覧ください。

生活支援ハウスいちげ荘 入居者を募集します

村では、現在村に在住しており、
おおむね60歳以上の一人暮らしの方、
家族による援助を受けることができ
ない方、高齢等のために自宅で生活
することに不安がある方を対象とし
た『生活支援ハウス いちげ荘』の
入居希望者を募集しています。

●募集人数 2名（単身者用居室）

●申込期限 令和4年5月31日

※申し込みが無い場合、申し込
みを継続して受け付けます

●利用料

・利用料（所得に応じて）

0円～50,000円

・共有施設の光熱水費

15,000円

・居室の電気料／食費：自己負担

●利用基準

①村に在住している方

②介護保険法に基づく要介護度の判
定を受けていない方（非該当の方）、
または要支援1または要支援2
の方

…など入居審査があります。

●お問い合わせ

福祉課福祉グループ

TEL (67) 2321



新型コロナワクチンについてのお知らせ



◎5月で新型コロナワクチンの接種体制を終了します。

下記の日程をもって、中札内村における集中的な接種を終了いたします。接種を希望されている方は、お早めにご予約ください。

予約受付終了日：令和4年5月10日（火）

接種最終日（5 - 11歳）…令和4年5月20日（金）※2回目6月10日（金）
 （12 - 17歳）…令和4年5月25日（水）
 （18歳以上）…令和4年5月18日（水）

*注意事項

- ①追加接種（3回目）は初回接種（2回目）接種後6ヶ月を経過した方が対象です。
- ②5月以降に初回接種から6ヶ月を経過する方、誕生日を迎え新たに対象となる方には対象月に接種券を送付する予定です。（新型コロナウイルスワクチン臨時特例接種の期間：令和4年9月30日まで）
- ③上記の日程で接種が難しい場合は、コールセンターへご相談ください。

◎村へ通勤している方の接種について

中札内村の感染対策の一環として、中札内村に通勤している方の接種受付（村外在住者）をしてあります。予約時に在住市町村で発行されている接種券が必要ですので、お手元にご準備の上、ご予約ください。（予約受付は予約専用コールセンターのみです。LINE予約はご利用いただけません。）

受付最終日、接種最終日は村民の方と同じく上記のとおりです。また、接種当日も接種券は必ずご持参ください。接種券を忘れた方は、接種ができない場合がありますのでご注意ください。

◎国内利用の接種証明は追加接種の予防接種済証が利用できます。

国内の施設利用で提示を求められた際には、こちらが利用できます。追加接種（3回目）後、当日のうちに必要事項を記録し返却しています。

大事な書面ですので、大切に保管してください。



新型コロナウイルスワクチン接種済証（臨時接種）
 Certificate of Vaccination for COVID-19

氏名	生年月日	性別	接種回数
接種日時	接種場所	接種券番号	接種券の種類

接種済証は、接種を受けたことを証明するものです。接種済証は、接種を受けた日から有効です。接種済証は、接種を受けた日から有効です。接種済証は、接種を受けた日から有効です。

●お問い合わせ 中札内村ワクチン予約専用コールセンター TEL（67）0276

中札内村立診療所における 予防接種 **予約と接種** **相談** のご案内

令和4年度より、中札内村立診療所への予防接種予約は、
下記の予約専用電話番号におかけください。

中札内村立診療所



公式HP

予約専用電話番号
TEL 070-7405-0692
(平日：14時30分～17時30分受付)

予 約

- ・接種日の前週水曜までに事前予約してください。
- ・予約の際は、お手元に母子手帳など、過去の接種歴がわかるものをご用意ください。

※ 診療所の代表電話番号での予約はできません。予約専用電話番号におかけください。

※ 救急対応などで電話に出られないことがあります。その場合、受付時間内におかけ直してください。

接種日

- ・接種日と当日受付時間は、次のとおりです。
曜 日 … 月曜、木曜（平日）
受付時間 … ①13時30分～14時15分 ②16時30分～17時15分

- ・予診票（記入済）と母子手帳をお持ちください。

※ キャンセルの場合は、診療所に必ずご連絡ください。

一部の予防接種では、予約方法や接種日が異なることがあります。その場合は別途ご案内します。

保健センター (中札内村福祉課保健G)



中札内村公式HP

TEL 0155-67-2321
(平日：8時30分～17時15分)

相 談

- ・予防接種に関する相談や質問は、保健センターの保健師までご連絡ください。

(相談例)

- ・接種間隔が複雑でわからない。接種スケジュールはどのように組めばいいの？
- ・兄弟がいて、スケジュールを組むのが難しい。どうしたらいいの？

ご注意

新型コロナウイルスワクチンの予約は、保健センターに設置のコールセンター
(TEL 67-0276) となります。お間違えのないようご注意ください。



七色献立プロジェクト 健康ポイント事業 参加者募集

令和4年度の健康ポイント事業が、6月1日（水）からスタートします。

楽しく、健康になれるよう、皆さまの健康づくりを応援しますので、多くのご参加をお待ちしております。

● 既に参加している方

引き続き、お持ちの活動量計等でご参加ください。チャレンジコースへの参加をご希望の方のみ、保健センター窓口において参加費1,000円をお支払いください。

● 参加したい方・参加を考えている方

下記の対象要件をご確認の上、保健センターまたはインターネットからお申込みください。

○ 対象者

18歳以上で、中札内村在住または村内に勤務されている方

○ 主な事業の流れ

- ① 活動量を測定する機器を選択します。「活動量計」または「ご自身のスマートフォン」
- ② 参加コース※¹を選択します。
- ③ 歩く、血圧・体組成測定、ポイント対象事業への参加など、健康づくりの取り組みによりポイントを貯めます。
- ④ データ送信機器の設置場所※²に行き、歩数データを健康管理サイト「からだカルテ」に転送します。（活動量計で参加の場合）
- ⑤ 令和5年1月31日（火）までポイントを貯め、景品交換を申請します。

※1 参加コース

コース	概 要
基 本	参加費は、無料となります。 貯まったポイントを、最大1,000円分の景品と交換できます。
チャレンジ	参加費は、1,000円となります。 貯まったポイントを、最大5,000円分の景品と交換でき、5,000pt以上貯まった場合は、中札内小学校に寄附することができます。

※2 データ送信機器の設置場所

保健センター、文化創造センター、役場庁舎、改善センター、上札内交流館、村民体育館、保育園、サッポロドラッグストア中札内店、全国のローソン（ロッピー）

● お申し込み・お問い合わせ（5月9日（月）から申込受付を開始します）

- 保健センター … 来所（平日 8:30～17:15）、電話（67）2321
- インターネット… 右記 QR コードを読み取る、または下記 URL を入力してください。
（<http://www.karakarute.jp/nakasatsunai>）



キックオフセミナーの開催

○ 日程

5月21日（土）10:00～11:30（受付9:30から）

○ 場所

中札内文化創造センター

○ 内容

令和4年度事業概要・参加方法説明・ミニ健康セミナーなど（※チャレンジコースへの参加申し込み受付も行います）

○ お申し込み

福祉課保健グループ 電話（67）2321

5月13日（金）まで

セミナーに参加
することで

健康ポイント100Ptが貯まる！

村内事業所や団体の健康づくりを応援！

本事業は、村内事業所や各種団体等の健康づくりへの取り組みを応援しています。

活動量計やデータ送信機器の購入に対する助成金制度やチャレンジコース参加費の割引などを行っていますので、福祉課保健グループ（電話 67-2321）までお問い合わせください。

令和3年度上札内小学校への寄附

令和3年度の健康ポイント事業参加者から上札内小学校への寄附は、264名からの741,000pt（円）となりました。

寄附金の使い道の詳細につきましては、6月以降の広報でお知らせいたします。

4月11日に農村地区、14日に市街地区を対象に令和4年度の第一回行政区長会議を改善センターで開催しました。

会議の冒頭で村長から各行政区長に委嘱状を交付。村長のあいさつ後、村から令和4年度の予算・事業の概要説明や各課からの事業説明等を行いました。

その後、行政全般に関する意見交換が行われ、各区长から地域の課題等についての意見や提言が出されました。

主な質問、回答内容は右のとおりです。



【質問・意見】 生ごみ処理施設の設備故障が目立つ。設備等の改修についてどのように考えているのか。

【回答】 ご迷惑をおかけしており、できれば今年度内の整備を検討していきたい。

【質問・意見】 行政区組織は、災害が起きた時に大事な役割を果たす。今後、行政区活動で、つながりを深めるような活動に対する弾力性をもった補助交付を行っていただきたい。

【回答】 具体的な取組案を提示していただき、弾力的に交付できるかを検討していきたい。

【質問・意見】 村にある公園はどのように管理をしているのか。行政区にある公園は行政区で管理するものなのか。

【回答】 村の条例公園として定めている場所は村で管理をしており、各行政区にある公園については、行政区の皆さんで管理を進めてほしい。

行政区長紹介（敬称略）

行政区	興和	共栄	新生	元大正	協和	興農	北1区	南1区	2区	3区	4区	5区	6区	泉区	ひばりヶ丘	めぐみ野	ときわ野	栄	常盤	南常盤	元札内	上札内	中戸蔭	西戸蔭	東戸蔭1	東戸蔭2	新札内	新札内南	西札内	南札内	元更別
区長	榊孝弘	児嶋明典	町田和典	三浦史人	大野孝幸	富田安友	木村幸次	南真鍋	真鍋和清	櫻井康正	阿部昇	藤田博之	藤原二郎	嶋崎克男	久保率男	並川誠	木村誠	北嶋健一郎	五十嵐真也	井原匡啓	福原一斉	井脇伸司	中山晃	國井嘉治	田中貴洋	竹田百合子	島次良己	平緒勝美	山田哲也	廣瀬孝寿	押切信浩

令和4年度

とかち広域消防事務組合消防職員採用資格試験（前期）

令和5年4月1日採用予定の消防職員を募集します。

お申し込み前に、必ず試験案内で受験資格と申込方法を確認してください。

試験案内は、4月11日（月）から、とかち広域消防局総務課、十勝管内各消防署と帯広市役所1階総合案内で配布しているほか、とかち広域消防事務組合ホームページにも掲載しています。



試験区分	大学卒、短大卒、救急救命士
採用人数	試験案内で確認してください。
試験日程	1次試験（一般教養試験、適性試験）はテストセンター方式及びWEB方式で実施します。5月21日（土）から6月5日（日）までの期間内で、希望の日時で受験可能です。2次試験以降の日程は試験案内で確認してください。
試験会場	全国のテストセンター会場
申し込み・問い合わせ	4月18日（月）～5月9日（月）までに、試験案内の採用試験申込書を、下記住所に直接または郵送でお申し込みください。 〒080-0016 帯広市西6条南6丁目3番地1 消防局庁舎3階（TEL 0155-26-9121） とかち広域消防局総務課人事給与係

常盤集積場 落ち葉などの受け入れを行います

いつもルールを守ったきれいな使用をしていただきありがとうございます

開放時期	4月27日(水)～11月6日(日)まで (降雪により閉鎖時期を変更することがあります)
開放日	期間中の毎週水曜日、及び毎月第1日曜日
開放時間	9:00～17:00
受入れ可能なもの	・家庭から出た草花(雑草、刈り取った芝生を含む) ・家庭から出た落ち葉 ・庭木の枝(太さは10cm程度まで)
受入れできないもの	・庭木の幹、伐根物(木の根) ・家庭から出たゴミ(生ごみなど) ・家庭菜園などの残さ物(トマト、キュウリ、ナス等の茎、ツル、葉、残った実など)
注意点	・持ち込まれたビニール紐、袋などは外してお持ち帰りください。 ・家庭以外から出たものは受け入れできません。 ・村外からの搬入はできません。



太い幹、木の根などは受け入れできません。ご注意ください。



住所：中札内村常盤基線250番地 3

※近年、受け入れできないものが持ち込まれる事例が発生しています。場合によっては一時的に封鎖する場合がありますので、皆様のご協力をお願いします。

●お問い合わせ 施設課施設グループ TEL (67) 2496

軽自動車税・自動車税の納付は5月31日までです



今月は軽自動車税、自動車税の令和4年度納税通知書が発送されます。

軽自動車税(村税)は中札内村に、自動車税(道税)は北海道に、それぞれ納付書に記載されている金融機関窓口で5月31日(火)までに納めてください。
※役場窓口では軽自動車税のみ納付できます。

▶▶▶ 4月1日現在の登録に基づいて課税します。

課税対象車両

■軽自動車税対象車両	原付、50ccのミニカー、自動二輪車、小型特殊自動車、軽自動車
■自動車税対象車両	小型、普通、大型自動車

● お問い合わせ

▶ 軽自動車税 役場住民課 税務出納グループ TEL (67) 2492
▶ 自動車税 十勝総合振興局 地域政策部納税課 TEL (27) 8533

軽自動車税・自動車税の免税

障がいのある方が所有、またはその方のために使用する自動車については、申請により軽自動車税、自動車税が免除される場合があります。

免除申請期限を過ぎると受付ができませんのでご注意ください。

障がいのある方1人につき1台で、自動車税の免除を受ける場合は軽自動車税の免除は対象になりません。

・ 軽自動車税免除申請期限
5月24日(火)まで

・ 免除要件の問い合わせ

軽自動車：

役場住民課税務出納グループ

普通自動車：

十勝総合振興局 納税課

子どもから大人まで、そして親子で、
ファツィオリピアノの
音色を楽しむコンサート



中札内文化創造センター建設25周年

人気 YouTuber & ジャズピアニスト

ジェイコブ・コーラー Enjoy コンサート

5月14日(土)

中札内文化創造センターハーモニーホール

開演13:30 (開場13:00)

入場料1,500円 / 当日2,000円
高校生以下は入場無料 (要チケット)

定員200名
全席自由席

チケット取扱い場所 (先着200名、1人5枚まで)

- ・中札内村図書館 (TEL 67-2261 / 火曜日休館)
- ・道の駅なかさつない「カントリープラザ」(TEL 67-2811)
- ・帯広市民文化ホール「チケットライブ」(TEL 23-8111 / 火曜日休館)

●お問い合わせ 中札内村教育委員会 TEL (67) 2929

開催当日は、自宅での検温とマスク着用等、新型コロナウイルス対策へのご協力をお願いします。

小学生~高校生の検定受検料 補助金を拡充しました!!

全力で

高校生まで対象!

みんなのチャレンジを応援します!!

●改正の内容

【昨年度まで】

①
検定の種目

英語検定のみ

②
交付の基準

年度等関係なく
同一級に対して
1回のみ



【令和4年度】

英語検定
漢字検定
数学・算数検定



年度内最大

3回

同一級の再チャレンジが可能に!!

●お問い合わせ 教育委員会 TEL (67) 2929

中札内村立診療所便り^{だ よ} No.2

所長 高石 恵一

お問い合わせは 中札内村立診療所 TEL(67)2012



中札内村立診療所で実践する「家庭医療」について

今月は、私が中札内村診療所で実践しています「家庭医療」について、村民の皆様にご紹介します。私は医師になってから、この「家庭医療」を学び実践してきました。

●家庭医は皆様の^かかりつけ医です

当院では家庭医（総合診療医）が診療しています。家庭医は^かかりつけ医としての機能をもっており、患者さんの健康を総合的にサポートします。健康診断や他院の通院状況、服薬状況等を把握してカルテに記載し、保存していきます。それを参考に今後の診療を行い、いつでも安心して相談できる体制をとっています。

●一人ひとりにあった細やかなケアを行います

家庭医は病気のことだけではなく、患者さんの考えやお仕事のこと、ご家族の状況も大切にしながら、診療しています。同じ病気であっても、患者さんそれぞれの状況が違っていて、その方に合わせた診療をすることで、よりよいケアが提供できるからです。

●家庭医の^かかりつけ医機能とは？～ほとんどの健康問題は家庭医で解決が可能です！

◆様々な疾患への対応

家庭医は村民皆様のかかりつけ医として、風邪、胃腸炎、高血圧、糖尿病、喘息、うつ病、じんま疹、禁煙など、科に関わらず診療をします。急な体調の変化には電話にて相談を受けることも出来ます。また何らかの病気等で通院が困難になった場合は、必要に応じ更別村診療所と連携して訪問医療を行うことも可能です。

◆他の医療機関や専門職種、地域との連携

より専門的な検査や治療が必要な病気もありますので、適切な専門医や医療機関を紹介するなど、必要に応じて地域や専門職種と連携し、村民皆様の健康問題に対応します。

◆健康維持、向上への対応

各種予防接種や健康診断はもちろん、乳幼児から高齢者まで幅広い年代の健康にまつわるご相談に対応します。高齢者の方の健康問題は、医療だけでは解決が難しく、介護の力が必要になることもあります。医療・介護・福祉サービスにおいて気になることがあればいつでも当院にご相談下さい。

診療所からのお知らせ

最近、特に患者さんが午前中に来院された際には、待ち時間が非常に長くなり大変申し訳ありません。

2022年5月中旬より月・火曜日が医師2名体制になる予定です。

更別村診療所よりそれぞれ医師が1名ずつ派遣されます。私と同様の「家庭医」です。それにより月・火曜日の待ち時間が多少解消される予定ですので、どうぞよろしくお願いいたします。



中札内村立診療所
公式 HP

★お願い★ 下記の受付時間をお守りください！

月・火・木・金	受付時間 8:45~11:30、14:15~16:00
水	受付時間 8:45~11:30 （水曜午後は恵津美ハイツの定期回診日のため休診です！）
土・日・祝日	休診日（休日時間外の電話は更別村診療所へ転送されます）

中札内村立診療所

〒089-1332
中札内村西2条南3丁目23
TEL:(67)2012



押切美沙紀選手へ村奨励表彰を授与

3月24日、北京オリンピックに出場し、スピードスケート女子5000mで8位に入賞を果たした押切美沙紀選手が役場を来訪。令和3年度の中札内村奨励表彰を行い、森田村長が表彰状と記念品を手渡しました。

ソチ（2014）、平昌（ピョンチャン）（2018）、北京（2022）と3大会連続3度目のオリンピック出場、村民の勇気や希望となる素晴らしい滑り、感動をありがとうございました。

春“雪解けとともに交通ルールを再確認”の全国交通安全運動を実施！

4月11日（月）～15日（金）は、春の全国交通安全運動の実施期間でした。飲酒運転根絶やスピードダウン、全席シートベルト着用など安全意識の向上を目指しています。併せて、村内の小学校では子どもたちへの交通ルールの指導として「青空教室」が行われました。「右見て・左見て・右見て…」決して大人も忘れてはいけない交通安全の合言葉。子どもを始めとする歩行者の安全確保に努めましょう。



上“子どもたちを地域全体で育む”札内山村留学推進協議会の総会開催

「中札内村上札内 山村留学推進協議会」の第2回総会が、4月10日（日）上札内交流館で地域住民約30名が出席し開催されました。今年度は、小学2年生2名と3年生1名、4年生1名、5年生1名が山村留学生として4月8日上札内小学校に入学しました。

協議会では、事業部と広報部、そして留学生世帯をサポートする生活相談部で構成しています。中札内村の魅力を活かした様々な活動を通して、子どもたちを育む取り組みを進めていきます。

札“ダムを活用した地域振興を”内川ダムでコーヒー貯蔵熟成実験開始！

4月12日、帯広河川事務所では、年間を通じて一定の温度と湿度を保ったダム施設内に着目し、取組の第1弾として、「かわたび」コーヒーの貯蔵熟成実験を開始しました。

村内でコーヒーを提供する3事業者が参加し、生豆と焙煎豆の熟成をスタートさせました。熟成により、まろやかで深みのあるコーヒーになることが期待でき、今後、ダムを活用した地域性の高い商品として提供されます。



図書館だより

■開館時間 10時～18時
 ■休館日 火曜日（祝日の場合は次の平日）
 ■TEL 67-2261
 @nakasatsunailib
 @nakasatsunai.lib
 nakasatsu_lib

蔵書検索は

こちら



中札内村図書館

おすすめ新着本

「げたばこかいぎ」

村上しいこ / 作

高島那生 / 絵

請求記号：913 ム



ある夜、自分のスニーカーに「げたばこかいぎ」へ呼ばれたはるとくん。行ってみると、そこでママのサンダルやブーツたちから「パパの革靴がくさい」と文句を言われてしまいます。さて…次の「げたばこかいぎ」までにパパの革靴をなんとかすることはできるでしょうか？

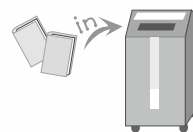
蔵書点検のため休館します

期間：5月16日（月）～20日（金）

蔵書点検とは、図書館の蔵書がきちんと館内にあるか、決められた順番で本棚に置かれているかなど、図書館の蔵書の正しい所在や現況を確認する作業のことです。中札内村図書館では、毎年5月のGW後の5日間に実施しています。

おねがい

- この期間中は図書館を利用できません。本の返却は図書館入口前のブックポストをお願いします。
- ボードゲームやCDは、開館後に直接カウンターに返却してください。



① 土曜日おはなし会

5月14・28日（土）
10:30～11:00

絵本や紙芝居の読み聞かせをします。

- ▶会場 中札内村図書館 おはなしるーむ
- ▶対象 どなたでも

② ベビー&キッズタイム

5月25日（水）
10:30～11:00

絵本を読んだり、手遊びしたりのおはなし会です。

- ▶会場 中札内村図書館 おはなしるーむ
- ▶対象 乳幼児と保護者

③ 子どもの読書週間事業 本の病院



期間限定
OPEN!
4月23日（土）
～5月8日（日）
10:00～14:00

破れてしまった本、ページがとれてしまった本…、ありませんか？期間中に図書館にお持ちいただければ、専用の道具と材料を使ってお直します！また同期間中、大切な本にブックコートをかけることもできますので、そちらもぜひご利用ください。

- ▶会場 中札内村図書館 カウンター
- ▶対象 どなたでも
- ▶冊数 破れなどを直したい本………期間中 1人3冊まで
ブックコートをしてほしい本…期間中 1人1冊まで
- ▶料金 無料（予約・申込不要）
- ▶備考 治療方法については本の持ち主と相談の上決定します。
治療に時間がかかる場合は入院としますが、破損状態が深刻な場合、治療ができないこともあります。



④ 子どもの読書週間事業

『おいしいのぼうけん』複製原画展

4月23日（土）
～5月9日（月）

1974年に童心社から刊行されて以来ベストセラーとなっている『おいしいのぼうけん』の複製原画を展示します。



図書館イベントの最新情報は
こちらからチェック！

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、イベントの内容を変更する場合があります。



国民年金保険料免除・
納付猶予制度・学生納付
特例について

令和4年度の国民年金保険料
は、月額16,590円です。
■次の各制度に該当する方は、
申請をすることで保険料の免除
または納付が猶予されます。

◇「免除」制度

- ①本人、世帯主、配偶者の前年
所得が一定額以下の方
- ②失業、自然災害等で納付が困
難な方

◇「納付猶予」制度

- ①50歳未満で本人、配偶者の前
年所得が一定額以下の方

○必要なもの

- ・マイナンバーまたは基礎年金
番号のわかる書類
- ・失業、倒産、事業の廃止など
理由とする方は証明書類（雇用
保険受給資格者証または離職票
のコピー）

○申請期間

7月～6月（申請期間前の受
付はできませんのでご注意ください）

※20歳になる方は誕生月から

◇「学生納付特例」制度

①学生（夜間、定時制、通信課
程含む）で本人の前年所得が基
準以下の方

- ②失業、自然災害等で納付が困
難な方

○必要なもの

- ・マイナンバーまたは基礎年金
番号のわかる書類
- ・学生証または在学証明書（原
本）
- ・失業者は失業した事実が確認
できる書類

○申請期間

4月～3月（申請期間前の受
付はできませんのでご注意ください）

※20歳になる方は誕生月から

■お問い合わせ

ねんきんダイヤル
TEL 0570（05）1165
帯広年金事務所
TEL（65）5002
住民課住民グループ
TEL（67）2493

Jアラート全国一斉
情報伝達訓練

緊急時に住民への迅速で確実
な情報伝達が行えるように、J
アラートの全国一斉情報伝達訓
練が実施されます。

●実施日時

5月18日（水）午前11時頃

農業者の皆さんへ
農地の借り手（受け手）
を募集します

農地中間管理機構から農地の
借り受けを希望する方を随時募
集しています。

●借受希望者の有効期限

応募締め切りから5年間
※すでに希望を提出している場
合は応募する必要はありません。

●申し込み・お問い合わせ

産業課産業グループ
TEL（67）2495
※印鑑をお持ちください。

春のすずらん
一斉無料法律相談

釧路弁護士会主催による無料
法律相談を行います。

●日時

5月20日（金）
午後1時～4時

●場所

役場会議室3

●予約期間

5月9日（月）～13日（金）

●お問い合わせ

総務課総務グループ
TEL（67）2311

自然観測会に
参加
しませんか！

一本山カタクリと
西札内桜公園

日時：5月7日（土）

※9時15分西札内桜公園集合（西札
内防災ダム下流）
※交通の便のない方は事前に申し出
てください

日程：9:15～10:00 桜公園周辺観察

10:10～11:30 一本山周辺観察 解散

講師：佐々木祐士先生（帯広野草園運営委員長）

申し込み：中札内の自然を愛する会

（知本：090-9081-1203）

※希望される方は5月5日（木）

までに申し込みください

※参加料は無料で定員は20名です

主催：中札内の自然を愛する会

ージャガイモシストセンチュウの
侵入防止のためにー

農家の畑には絶対に
入らないでください！

ジャガイモシストセンチュウは、ジャガイモの収
量を大幅に減らしてしまう病害虫です。

この害虫は、一度畑に発生してしまうと完全に根
絶させることが難しいため、中札内村で万が一発生
した場合、村の畑作農家は大きな被害を受けること
になります。村への侵入を防ぐために、次のことにご
協力をお願いします。

- ①無断で畑へ立ち入ったり、車を乗り入れたりし
ないでください。
- ②家庭菜園でジャガイモを植えるときは、正規に
販売されている種イモ（店員に確認してくださ
い）を使用してください。

ポロシリ福祉会から 庭木の小枝を集めます

社会福祉法人ポロシリ福祉会では、就労事業の理解を深めてもらうため、家庭から排出される小枝の収集・処理を行います。

●収集日 5月11日（水）

※午前9時までに市街地のごみステーションに出してください。（時間厳守でお願いします）

●収集の条件

- ・庭木の小枝に限定します。
- ・束（長さ1m以内、太さ30cm以内）にして、必ずひも等で結んでください。

●お問い合わせ

ワークセンターふれんず
TEL（69）4566

リサイクル活動の推進 生ごみ堆肥を還元します

今年度も生ごみ処理への理解とリサイクル活動の意識啓発を目的に、村民の皆さんに堆肥を還元します。

●配布日時 5月17日・18日

午前9時半～11時半

●配布場所 上札内基線

中札内みのり園北側
生ごみ処理施設

※なくなり次第終了

（肥料袋等を持参してください）

●お問い合わせ

住民課住民グループ
TEL（67）2493

古着・古布 小型家電を回収します

ごみの減量とリサイクルの推進のため、古着・古布・小型家電を回収します。

【回収できるもの】

衣類、古布全般、雑貨類（靴、かばん、ぬいぐるみ等）、ベビー用品、おもちゃ、食器類、30cm以下の家電

【回収できないもの】

汚損が激しいもの、再利用できないもの、和服やスキーウェアなど普段着でないもの、ゴム長靴、ブーツなど、はぎれ、じゅうたん、パソコン、充電式の家電

※回収できないものはお持ち帰りいただきます。

●日時 5月21日（土）

午前9時～12時

●場所 リサイクルセンター

●お問い合わせ

住民課住民グループ
TEL（67）2493

北海道映像コンテスト2022 作品募集

～今を見つめる映像、新しい次代を拓く映像、
北海道の映像力を見せてください。～

プロカメラマンやアドバンストアマチュア、プロを志す学生、そして企業、団体など、資格を問わず、自作の映像から放映された映像まで幅広く募集します。

●お問い合わせ・応募用紙のご請求先

〒060-0005
札幌市中央区北5条西21丁目4-12
株札幌トランジスター内
一般社団法人 北海道映像関連事業社協会
「映像コンテスト係」宛
TEL（011）632-8920
mail：hokueiren@eolas-net.ne.jp
http://www.eolas.co.jp/hokkaido/hokueiren/

募集期間：2022年4月1日（金）～5月16日（月）

審査・選考：2022年6月上旬

入選発表：2022年6月下旬

応募資格：道内に住む個人、企業、官公庁、学校、諸団体

応募部門：①アマチュア部門※

②学生部門〔高等学校〕※

③学生部門〔専門学校・短大・大学〕※

④番組部門〔放送〕

⑤番組部門〔短編・V P〕

⑥CM・キャンペーン部門

⑦地域振興コンテンツ部門

※アマチュア部門と学生部門の最優秀作品等は北海道テレコム懇談会のホームページ上で公開されます。

自衛官等を募集します

●お問い合わせ 帯広募集案内所 TEL（23）8718

募集種目	応募資格	受付期間	試験日
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者（32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者）	5月10日（火）まで	1次 5月21日（土） 2次 6月20日（月）
自衛官候補生		5月25日（水）まで	1次 5月29日（日）
一般幹部候補生	一般（飛行要員除く） 22歳以上26歳未満の者 （修士課程修了者など（見込み含む）は、28歳未満の者） 歯科 20歳以上30歳未満の者 薬剤科 20歳以上28歳未満の者 ※令和5年4月1日現在	6月16日（木）まで	1次 6月25日（土） 2次 8月1日（月） ～7日（日） の内一日



《成長し続ける脳》

日 本人の平均寿命は右肩
上がり伸び、100歳を
超える人は8万6千人を突破
しました。長寿を楽しむため
にも、生涯にわたり健康でい
たい、とりわけ認知機能を維
持したいと願うのは万人共通
でしょう。

認知 症はアルツハイマー
型が7割を占めます。
このタイプは、アミロイドβ
(ペータ)と呼ばれるたんぱ
く質が脳内にたまり、神経細

胞の活動を阻害するのが原因
とみられています。アミロイ
ドβ蓄積の仕組みはまだ十分
に解明されておらず、治療法
も確立していません。

一方で、神経細胞が損傷
しても、認知症を発症
しない事例が確認されていま
す。修道女のグループを20年
以上追跡調査した有名な研究
(ナンスタディ)は、アルツ
ハイマー型認知症の兆候を示
す脳の萎縮等が見られたにも
関わらず、生前に何も症状の
なかった人が8%もいたこと
を報告しています。

こ の理由として、アメリ
カの神経科学者で作家
のリサ・ジェノヴァ氏は「認
知予備力」を上げています。
平均的な脳には100兆個以上の
シナプス(神経細胞のつな
がり)があり、一部のシナプス
が機能しなくなっても、他が
補うとの考えです。ただ、シ
ナプスは生活習慣に応じて増
減します。刺激の少ない暮ら
しではシナプスは減っていき
ます。新たな体験、例えば友

だちを作ったり、運動を始め
たり、語学を学んだり、芸術
を楽しんだりすると、年齢を
問わず、誰もがシナプスを生
み出すことができます。十分
な睡眠やバランスの良い食事
も効果的とされています。

認知 症を発症させるほど
には20〜30年を要するため、
対策が早いほど効果的です。
皆さんが様々なことに挑戦し
て脳を成長させ、いつまでも
幸せに暮らせるよう、50回の
節目を迎えたこのコラムの継
続を含め、中札内村は今後も
健康で文化的な美しい村づく
りに力を注ぐ決意です。



アルツハイマー病を予防するために
出来ること



詳細はプレゼンテーション動画配信サービス「TED」
をご覧ください（QRコードからアクセス）

「クリーンなかさつない2022」

5月14日(土)開催!

9:30~12:00

会場には9:20頃までにお集まりください。

**集
合
場
所**

会場① 中札内高等養護学校西側の広場
(屋外ゲートボール場跡)

会場② 上札内交流館

会場③ 旧役場庁舎前

詳しい内容は今号折り込みの案内をご覧ください。

世帯と人口

世帯数	1,929戸 (+22)
人口	3,938人 (+23)
男	1,916人 (+8)
女	2,022人 (+15)
うち外国人	67人 (-1)

令和4年4月15日現在
()内は前月比です。

・3区(有久保建設 様
コロナ禍の中での福祉のため
・めぐみ区 後藤 洋子 様
夫(明)が生前お世話になっ
たお礼として
・ひばりヶ丘 井神三枝子 様
母(松枝)が生前お世話にな
ったお礼として
・2区 桃井 直行 様
父(浩純)が生前お世話にな
ったお礼として

ご寄附ありがとうございます

多田 絃之佑(6区) 啓佑
永守 春曉(彬 彬 (興農区)
高橋 ゆい(健太 真由美 (めぐみ区)

ご出生おめでとう