

広報 ながさつない



特集 ふるさと納税
～中札内村への想い続々と～

7

2022 NO.795
令和4年7月1日発行



令和3年度 中札内村

ふるさと納税

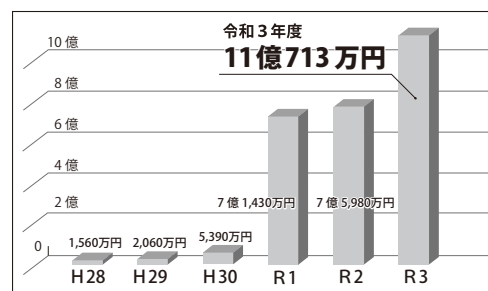
寄附金額 約11億円
寄附件数 約10万件

中札内村のふるさと納税には、全国から多くの寄附をいただいています。

令和3年度ふるさと納税による寄附金額は約11億700万円、寄附件数は約10万件、リピーター人数は37,306人を達成。掲載サイトの追加や新規返礼品の登録などにより、寄附金額は令和2年度の約7億円から大きな増額となりました。

お礼の品で申し込みが多いのはお肉とチーズで、枝豆・とうもろこしなどの農産物やアイスクリーム・生キャラメル、和洋菓子など村おなじみのスイーツも根強い人気です。

令和3年度から始まったGCF*(ガバメントクラウドファンディング)の取組も目標金額を達成し、新たなプロジェクトがスタートしました。そして、今年6月には2020年ふるさと納税寄附金で導入したファツィオリピアノが縁となり、音まちプロジェクトによる世界的ピアニストのマルティン・ガルシア・ガルシア氏のピアノコンサートを開催し、全道各地から聴衆が集まりました。寄附はビジネス支援、文化芸術にとどまらず、福祉・健康増進など、村民の生活をより豊かにする各事業に活用されています。



今年度は、新しい返礼品の追加・拡充等による魅力アップや掲載サイトでの情報発信等、さらなる村のファンづくりに取り組み、全国・世界を巻き込んだまちづくりを目指します。

* 自治体が地域活性化等課題解決のために、ふるさと納税制度を活用して寄附を募る仕組みです。

寄附金の主な使い道

寄せられた全国の皆様からのご寄附は、本村の事業に有効活用しています。

- | | |
|---------------|--|
| 【文化や芸術・教育の振興】 | ・音まちプロジェクト・山村留学・各種検定料の助成 など |
| 【自然環境・景観の保全】 | ・クリーンなかさつない・花づくりの活動 など |
| 【福祉・健康増進】 | ・七色献立プロジェクト・中学生までの医療費無料化
・保育料の無料化・鉄道記念公園施設改修 など |

返礼品
募集中！

ふるさと納税に対するお礼の品を提供していただける事業者を募集しています。加工品、生鮮食品、雑貨などさまざまなものが登録可能です。返礼品に登録することで、販路拡大、PRにつなげることができます。

詳細は、お気軽にお問い合わせください。

■お問い合わせ 総務課企画財政グループ TEL (67) 2491

村と世界をつなぐピアノ

世界3位の演奏、 6回のアンコールに応えた！

ファツィオリピアノを愛器とするガルシア氏は、昨年のシヨパン国際ピアノコンクールで同社製ピアノを使用し第3位に入賞するなど、世界で活躍する有名ピアニストです。今回ピアノが縁となりコンサートが開催され、会場を埋め尽くした観客約400名は、6回のアンコールにスタンディングオベーションで拍手喝采。来場した皆さんにピアノを通して中札内村の魅力を発信する機会となりました。



中札内村へのメッセージ続々 これからも魅力あふれる『美しい村』を！

中札内村ふるさと納税に、日々寄せられる 全国からの応援メッセージをご紹介します！

- 先日旅行で観光しました。広々とした美しい所に感銘を受けました。未来に向かってさらに発展されることを願っています。
- 北海道の中心にあるつもりで村づくりを進めて下さい。引き続き応援させていただきます。
- 来年にまた訪ねます。それまでふるさと納税の返礼品で疑似中札内旅行を楽しんでいます。
- 毎年中札内村のふるさと納税が届くのを楽しみにしています。少しばかりですが、これからもずっと応援していきたいと思っています。
- とても美味しかったです。またふるさと納税させていただきます！

- 昨年度も同額、同返礼品を頂きましたが誠意ある村であると思いました。自然豊かで活力のある村であって下さい。
- 毎年返礼品を頂いています。また遊びに行きたいと思いつつ、まともに旅行も出来ず。世の中が落ち着いたらきっとまた遊びに行きたいと思います。
- 以前村民でした。転勤を繰り返しても中札内村の暮らしが忘れられません。退職後また戻りたいです。
- 毎年、ふるさと納税でお世話になっております。今年はツーリングで道の駅に行きたいです。
- 昨年に続いての申込みです。農産物が凄く美味しかった。これからも美味しいものを作って欲しいです！

中札内村発 G C F、次のステージへ！

令和3年度には、食品加工施設建築のプロジェクトでふるさと納税クラウドファンディングを実施し、目標金額を達成することができました。今年度は、観光事業展開を目指し募集が始まっています。ふるさと納税を活用した村内事業主のチャレンジを応援しています。



■ふるさと納税の推進、文化振興奨励事業は 広報4月号折込の「予算2022」2～5ページに掲載されています。

70歳以上
の方

十勝バス広尾線（帯広～広尾間）の 無料乗車券を配付しています

高齢者の日常生活や社会活動を支援するため、公共交通機関である十勝バス広尾線のバス運賃を助成しています。

ご利用には事前申請が必要となりますので、ご本人様確認書類（保険証など）をお持ちになり、保健センターに申請してください。

※申請時に乗車証の写真撮影をしますので、ご本人様が手続きをしてください。

対 象 者	70歳以上で中札内村に住民登録のある方 (3月31日までに70歳の誕生日を迎える方を含みます。)
利用できる区間	十勝バス広尾線（帯広～広尾間）で中札内村で乗車または降車する区間 (例 中札内⇄帯広、中札内⇄更別、中札内⇄広尾)

十勝バス
+
くるくる号

70歳以上の方 帯広方面往復ショッピング試乗会開催！

～十勝バスに乗ってイトーヨーカドーへ買い物に行こう～
(70歳未満の方は十勝バス乗車料往復1,500円で同伴できます)

村長コラムも
見てね！

実際に十勝バスと連携したくるくる号に乗車しながら、乗車方法や乗車券の利用方法などを説明する試乗会を7月28日（木）に開催します。

お申し込み時に「くるくる号」を希望された方は、自宅までくるくる号が送迎します。この機会にぜひご利用ください！なお、今回の運行経路は、くるくる号農村部方面に乗車し9：27バスタッチ降車後十勝バス（帯広行）に乗車すると普段から使えます。お見逃しなく。

- 開催日時：7月28日（木）9時10分～12時20分
- 集合場所：商工会前 午前9時10分集合（商工会前までくるくる号が運行しています）

●日 程：	時刻（目安）	行 程	
	9：10	商工会前 集合	
	9：30	バス乗車	（帯広方面へ）
	10:30～11:30	自由時間（イトーヨーカドー前で下車）	約1時間
	12：20	中札内村 到着（到着後はくるくる号へ）	
	12：36	バスタッチ くるくる号農村部方面（帰宅線②）	帰宅線はいつも自宅まで送迎しています。

- 申込期限：7月19日（火）までに福祉グループまで
- 注意事項：**事前に乗車証の作成が必要です**（保健センターまで来られない方は要相談）

バスに乗ったことが無く、バスの乗車が不安な方や乗車券の利用方法を詳しく知りたい方など参加をご希望の方は福祉課福祉グループまでご連絡ください。

くるくる号 毎月第1日曜日に市街地方面ダイヤの臨時運行を実施中

1年間限定（R4.4～R5.3）

7/7月は
3日

日曜日の運行需要を把握するため、毎月第1日曜日に市街地方面ダイヤの臨時運行を実施中です。運行時刻、路線ともに通常の市街地方面（月、水、土）ダイヤと変わりません。是非、この機会にご乗車ください。（4月から1回あたり平均30名程度の利用がありました。）

無料乗車券の申請・お問い合わせ

福祉課福祉グループ TEL（67）2321

くるくる号のお問い合わせ

総務課企画財政グループ TEL（67）2491

友好都市 埼玉県川越市に行ってみませんか？

市制施行100周年姉妹友好都市記念式典 参加者募集！

中札内村の友好都市である川越市では、今年、市制100周年を迎えることを記念して、「市制施行100周年姉妹友好都市記念式典」が10月14日（金）に開催されます。

この度、両市村の交流をより一層深めることを目的に、村民の方から参加者を募集します。旅費の補助制度もありますので、関心のある方は是非ご応募ください。
※新型コロナウイルスの感染状況によっては中止する可能性があります。

●日程	10月13日（木）～16日（日）3泊4日
●内容	・14日 市制施行100周年姉妹友好都市記念式典 参加 ・15～16日 川越まつり見学、川越市内観光 ※現地では徒歩移動が中心となります。 ※新型コロナウイルスの感染状況により、内容は変更になる場合があります。
●参加者負担	15,000円～20,000円 ※旅費相当額（航空券代、宿泊費）の4/5（上限7万円）を補助した後の金額です。 ※この他、羽田空港・川越市間の交通費や食事代などが別途かかります。
●応募資格	村内在住の18歳以上の方
●募集人数	先着10名
●募集期間	7月1日（金）～7月29日（金）
●申し込み お問合せ先	総務課企画財政グループ TEL（67）2491

～川越市とのつながり～

中札内村と川越市は、平成8年、中札内美術村に川越市名誉市民である故相原求一朗氏の美術館がオープンしたことを機に交流が始まりました。その後、平成14年に友好都市盟約を締結して以来、中学生の相互交流や物産展への参加など、長年、幅広い分野での交流を続けてきました。





中札内中学校体育祭

5/28



スナツプ! 運動会・体育祭



6/11

上札内小学校運動会



6/4

中札内小学校運動会



中札内高等養護学校
スポーツ大会

6/10





子育て全世帯へ 5万円支給

子育て世帯生活支援特別給付金事業（全世帯分）

支給額 対象者1人あたり 5万円

長期化する新型コロナウイルスの影響と物価高騰の中、子育て世帯の負担を軽減するため、給付金を支給します。

【支給対象者】 アまたはイに該当する方で、対象者を養育している父母等

基準日 令和4年7月1日

支給資格者 ア 基準日時点で中札内村に住所を有し、下記対象者を養育する父母等

イ 基準日以降12月31日までに中札内村に転入し、下記対象者を養育する父母等

対象者 平成16年4月2日～令和5年3月31日生まれの方

【支給手続き】

原則、申請不要で児童手当等の受取口座へお振込みします。詳細は村からご案内を送付します。

一部申請が必要な方がいます！

児童手当を中札内村から受給していない方（高校生のみ世帯・公務員等）で、対象者と別居している方

令和4年度

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金のご案内

給付金の支給額

1世帯あたり**10万円**

支給対象となる世帯

- ・下記のいずれかにあてはまる世帯
- ・ただし、令和3年度住民税非課税世帯等に対する給付の対象となった世帯（未申請・辞退を含む）は、給付金の支給の有無にかかわらず対象となりません。

令和3年12月10日以前から令和4年6月1日まで中札内村に居住し、世帯全員「令和4年度住民税均等割が非課税」の世帯

令和3年12月11日以降から令和4年6月1日現在中札内村に居住し、世帯全員「令和4年度住民税均等割が非課税」の世帯

新型コロナウイルス感染症の影響で令和4年1月以降の収入が減少し、「住民税非課税相当」の収入となった世帯

対象となる世帯へ6月中に確認書を送付していますので返送が必要です。

返送期限：送付した日から3ヶ月以内

申請手続きが必要ですので福祉課福祉グループへお問い合わせください。

申請期限：令和4年9月30日（金）

子育て世帯給付金、住民税非課税世帯等臨時給付金についての

●お問い合わせ：中札内村役場福祉課福祉グループ TEL（67）2321

マイナンバーカードを取得して 買い物に使えるマイナポイント最大2万円分！

◆マイナンバーカードの申請方法について

○インターネットから申請

申請書に記載のQRコードの読み取りまたは「マイナンバーカード」で検索し、マイナンバーカード総合サイトへ



画面に沿って申請

○郵送で申請

申請書記入



写真撮影・添付



下記郵送先へ郵送

(封筒はインターネットからダウンロードまたは役場で発行可能です)

送付先

〒219-8650 日本郵便株式会社 川崎東郵便局 郵便私書箱第2号
地方公共団体情報システム機構 個人番号カード交付申請書受付センター 宛

申請後

カードが出来次第ハガキでお知らせしますので、必要書類を持ってご本人が受取にきてください。

◆マイナンバーカード交付申請書の再送付について

令和4年7月上旬より、カードをお持ちでない方（※一部の方を除く）を対象に国から交付申請書が送付されます。

◆マイナポイントについて

健康保険証利用申込および公金受取口座登録によるポイント付与が新たにスタートしました。この機会にぜひマイナンバーカードの申請およびポイントをお申し込みください。

- ①：カードの取得及び2万円までのチャージ又はお買い物（最大5,000円分）
- ②：健康保険証利用申込（7,500円分）
- ③：公金受取口座登録（7,500円分）

※詳細は折込チラシをご覧ください。

マイナポイントの
対象となる申請期限は
次の通りです。



マイナンバーカード申請期限
令和4年9月末

マイナポイント申込期限
令和5年2月末

◆マイナンバーカード問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル
0120-95-0178（音声ガイダンス）



- 1 番：マイナンバーカード・電子証明書・個人番号通知書・通知カードについて
- 2 番：マイナンバーカードの紛失・盗難について
- 3 番：マイナンバー制度・法人番号について
- 4 番：マイナポータルについて

- 5 番：マイナポイント第2弾について
- 6 番：公金受取口座登録制度について

平 日 9時30分～20時00分
土 日 祝 9時30分～17時30分

※マイナンバーカードの紛失・盗難などによる一時停止は24時間365日対応



マイナポータルから 国民年金手続きの 電子申請ができます



令和4年5月より、下記の手続きを対象に電子申請が可能となりました。**電子申請にはマイナンバーカードの取得及びマイナポータルの利用登録が必要となります。**

また、マイナポータルとねんきんネットをつなげると、年金記録の確認や将来の年金見込額を試算できるなど便利な機能がありますので是非ご利用ください。

対象手続

- 国民年金第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更等）
- 国民年金保険料免除・納付猶予の申請
- 国民年金保険料学生納付特例の申請

【問い合わせ先】

電話：0570-003-004

ホームページ：🔍 日本年金機構 (<https://www.nenkin.go.jp>)

日本年金機構ホームページ QR コード →



美しい村スタンプラリー 実施中

11月30日(水)まで

NPO 法人「日本で最も美しい村」連合に加盟する道内自治体のスタンプを集めて美しい村特産品を手に入れましょう。加盟9町村（美瑛町、赤井川村、京極町、黒松内町、標津町、鶴居村、江差町、清里町、中札内村）のうち5カ所、7カ所、及び全制覇（9町村）された方の中から抽選で9町村の特産品をプレゼントします。

スタンプラリーをきっかけに、道内の美しい村を訪ねてみてはどうでしょうか。まずは、本村の設置場所である道の駅カントリープラザへGO！

賞品は、

右記のとおりです。

5カ所制覇

～3,000円相当の特産品（18名）

7カ所制覇

～5,000円相当の特産品（18名）

完全制覇（9町村）

～10,000円相当の特産品（18名）

・応募ハガキ付きスタンプカードは道の駅で配付中です。応募の詳細、お問い合わせ先等はスタンプカードでご確認ください。

令和4年度の国民健康保険税について

今年度の課税限度額等を以下のとおり改正しましたのでお知らせします。

▶ 課税限度額の見直し

地方税法施行令の改正に伴い、課税限度額（それぞれの区分における世帯が納める税額の最高額）を引き上げます。

	改正前	改正後
医療給付費分	63万円	65万円
後期高齢者支援金分	19万円	20万円
介護納付金分	17万円（改正なし）	
合 計	99万円	102万円



▶ 未就学児に係る均等割額の軽減

国民健康保険法施行令の改正に伴い、未就学児（小学校入学前の子ども）である被保険者がいる場合は、その未就学児に係る均等割額（低所得者軽減世帯は軽減後の額）の1/2を軽減します。

※均等割…世帯の被保険者数に応じて計算されるものです。

【未就学児軽減を適用したときの1人あたり均等割額】

軽減前の均等割額		低所得者軽減			低所得者軽減なし
		7割軽減	5割軽減	2割軽減	
医療分	24,000円	3,600円	6,000円	9,600円	12,000円
支援金分	9,000円	1,350円	2,250円	3,600円	4,500円

例）夫婦2人と未就学児1人の世帯（低所得者軽減なし）

医療分の均等割額は、24,000円×2人+12,000円（未就学児分）=60,000円

▶ 新型コロナウイルス感染症の影響により

次の要件を満たす方は、申請により**保険税が減免**となります。

保険税減免の対象者

- ①新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯の方

→ 保険税を**全額免除**

- ②新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者の収入減少（※具体的な要件は右記）が見込まれる方

→ 保険税の**一部または全額を減額**

保険税が減免される具体的な要件

世帯の主たる生計維持者について

- ①事業収入や給与収入など、（収入の種類ごとに見た）収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること。
- ②前年の所得の合計額が1000万円以下であること。
- ③収入の減少が見込まれる事業収入などに係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

※申請の際は、収入を証明する書類等が必要となります。

●お問い合わせ 住民課税務出納グループ TEL（67）2492

第26回 参議院議員通常選挙

投票日 7月10日（日） 午前7時～午後8時

投票所

投票区	投票所	住所
第1	中札内村役場 会議室2	東1条南1丁目2-1
第2	上札内交流館	上札内133番地

開票

即日開票で、午後8時から中札内村ファミリースポーツセンター（村民体育館）で行います。参観を希望される方は、当日会場までお越しください。

期日前投票 6月23日（木）～7月9日（土）
投票所 役場第2会議室
時間 午前8時30分～午後8時

投票所入場券をチェック！！

投票できる方には、「投票所入場券」（ハガキ）を郵送しています。ご自分の投票区（投票所）や時間を記載していますので、必ずご確認ください。

※3月22日以降に本村に転入された方は、前住所地で投票することになります。詳しくは前住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。

●お問い合わせ 選挙管理委員会（総務課総務グループ）TEL（67）2311

中札内村消防団 消防演習を実施

6月3日、中札内村消防団による消防演習が3年ぶりに開催されました。

当日は団員37名が参加し、文化創造センター駐車場で小隊訓練・ポンプ車操法を実施し、旧役場庁舎では火災を想定した訓練を披露しました。

また、長年消防団員として活動している団員に対しての表彰も行われました。

受賞者は次のとおりです。（敬称略）

- ・日本消防協会（30年勤続章） 船戸 良容
- ・日本消防協会（30年勤続章） 徳江 精司



モバイル用 全国版救急受診アプリ（愛称「Q助」）

このアプリは急な病気やケガをしたとき、救急車を呼ぶべきかどうか緊急度を判断できるように消防庁が作成したものです。症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。ぜひ、救急車を呼ぶ目安としてご利用ください。

＜利用にあたっての注意点＞

このアプリは、Android4.4以上のスマートフォン・タブレット端末、又はiOS8以上のiPhone 端末でご利用いただけます。・アプリをご利用していただくための通信料は、ご利用者の負担となります。



総務省消防庁
「Q助」案内サイト

子宮頸がん予防（HPV）ワクチンの予防接種 「積極的勧奨の再開」と「キャッチアップ接種」

HPV ワクチンは、国の方針により平成25年6月から積極的な勧奨（個別通知）を差し控えていました。しかし、最新の知見をもとに、HPV ワクチンの安全性に特段の懸念がないことや、接種による有効性が副反応のリスクを上回ることが認められ、他の定期予防接種と同様に、村においても積極的な勧奨を再開することとしました。

詳しくは、対象者へ7月に案内文書を送付いたしますのでご覧ください。

HPV ワクチンに関する情報提供

厚生労働省のホームページに HPV ワクチンの接種を検討している人とその保護者向けのリーフレットが掲載されています。**必ず確認し、効果とリスクを十分理解したうえで接種を受けるようにしてください。**



厚生労働省 HP

ワクチンの効果

公費で受けられる HPV ワクチンは、子宮頸がんを引き起こす原因の50～70%を占める HPV16型と18型の感染を防ぐといわれています。

ワクチンのリスク

副反応として、多くの人に接種部位の痛み、腫れ、赤みなどが起こることがあります。まれに重い症状（アレルギー症状、神経系症状）が起こることがありますので、接種医とよく相談してください。

●令和4年度対象者（定期予防接種）

平成18年4月2日～平成23年4月1日生まれの女性（小学6年生～高校1年生相当の女性）

●接種場所・日時

中札内村立診療所 … 平日の月曜・木曜（①13時30分～14時15分、②16時30分～17時15分）

●接種回数・費用

3回（無料）

キャッチアップ接種 ～積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した方への対応について～

HPV ワクチンの積極的な勧奨を差し控えにより接種機会を逃した方を対象に、公平な接種機会を確保する目的で、時限的に、従来の定期接種対象年齢を超えて行う「キャッチアップ接種」を行います。

●令和4年度対象者（キャッチアップ接種）

平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性（高校2年生相当～25歳の女性）

●キャッチアップ接種期間

令和4年4月1日～令和7年3月31日までの3年間

●接種場所・日時

中札内村立診療所 … 平日の月曜・木曜（①13時30分～14時15分、②16時30分～17時15分）

●接種回数・費用

3回（無料） ※既に1・2回目の接種を終えている方は、同じワクチンで残り回数を接種します。

キャッチアップ接種対象者で、既に「自費（有料）」での接種分がある方は、福祉課保健グループへご連絡ください。

■接種予約先

接種日の前週水曜までに、中札内村立診療所の予約専用電話番号に事前に予約してください。

TEL 070-7405-0692（平日：14時30分～17時30分受付）

子宮頸がん予防には、ワクチン接種と定期的な検診を！

子宮・乳がん検診

がんは、自覚症状なく進行することが特徴です。しかし、早期発見・早期治療することで、治療にかかる時間や体への負担などが軽くなると言われています。

自分のため、そして大切な家族のために、ぜひ2年に一度は子宮がん・乳がん検診を受けましょう。

【対象者】

前年度、村からの子宮がん検診または乳がん検診の助成を受けていない方

- ・子宮がん検診 … 年度20歳以上の方
- ・乳がん検診 … 年度40歳以上の方

【日 程】 8月22日（月）午前

【場 所】 保健センター

【申し込み期限】 7月15日（金）

【料 金】

子宮がん検診	
頸 部	1,800円
体 部	700円
経腔超音波検査	1,000円
乳がん検診	
40歳以上50歳未満 (マンモグラフィ2方向)	2,300円
50歳以上 (マンモグラフィ1方向)	2,000円
乳房超音波検査	1,000円※定員あり

※4月広報でご案内した村外医療機関で実施する個別検診についても、申込みを受け付けております。

受診をご希望の方は、福祉課保健グループ（TEL.67-2321）までお問い合わせください。

※年度末年齢70歳以上、村民税非課税世帯、生活保護世帯の方は無料となります。村民税非課税世帯の方は、税情報を確認するための手続きが必要になりますので、申込みの際にお知らせください。

※コロナワクチン接種後副反応でリンパ節が腫れることがあります。3カ月程度は、乳がん検診の受診をおすすめしていません。

中札内村立
診療所

高石所長
アドバイス



子宮頸がんは、日本で1年間に1万人が発症し、2020年の死亡者は2,887人にもなり、ほかのがんよりも20〜40歳の若年死亡が多いのが特徴です。性交渉によるHPV（ヒトパピローマウイルス）感染が主な原因です。HPVワクチンは、マスコミが接種後の「多様な症状」を強調して報道した時期があり、そのイメージが先行するワクチンとなってしまいました。

その後世界でワクチンの有効性が確実になる一方、国の研究でワクチンと「多様な症状」との関連性は医学的に証明されませんでした。ワクチンの積極的接種を行う諸外国では、子宮頸がん患者が激減して稀ながんになりつつある一方で、日本では残念ながら増加傾向です。

子宮頸がんは予防できるがんです！20代での接種も効果が認められており、接種機会を逃した方も含めHPVワクチンの積極的な接種をお勧めします。

ワクチンに関する相談だけでも大歓迎ですので、お気軽に診療所へご相談にいらしてください。

健康ポイント事業

「もう少し歩いてみよう！」と普段よりも歩数が増えると好評！

第1回バーチャル歩数イベントを開催！

ホームページ上のコースで、ゴールを目指します！

ゴール者は、200ポイントがもらえる！

参加要件は、健康ポイント事業に参加すること。活動量計などを身に付けて歩き、歩数データを送信することで参加できます。

期 間	令和4年7月4日（月）～ 8月22日（月） 50日間
コース	イギリス編 ゴール歩数329,000歩（1日平均6,400歩）
その他	イベント期間中は、少なくとも10日に1回の歩数データ送信が必要です。



バーチャルイベント
QRコード

健康ポイント事業は
随時参加者募集中！

来 所 … 福祉課保健グループ（保健センター内）

電 話 … (67) 2321

WEB … 上記のバーチャルイベント QRコードを読み込みの上、WEBからお申し込みください。

●ご相談・お問い合わせ・お申し込み 福祉課保健グループ（保健センター内）TEL（67）2321



新型コロナワクチン4回目接種のお知らせ



(6月20日時点)

村では7月1日より新型コロナワクチン4回目接種を開始します。接種の対象となる方には、下記の予定表のとおり案内等を発送しますのでご確認ください。

対象者: 3回目の接種を終えてから5か月が経過した

① 接種日に60歳以上の方（努力義務）

② 18歳以上～60歳未満の方のうち基礎疾患を有する方、新型コロナウイルス感染症にかかった場合重症化リスクが高いと医師が認めた方（以下「基礎疾患を有する方等」）

日 時: 火曜日 15:30～17:15

金曜日 15:00～17:15 ※日時等は変更になる場合がございます。

場 所: 中札内村立診療所（旧病棟）

使用ワクチン: モデルナ社またはファイザー社ワクチン（有効期限順に使用）

◎ 4 回目接種の予定表

	接種券発送予定日	予約開始日	接種開始予定日
65歳以上の方	順次発送中	接種日割り当て (予約不要) ※ 1	7月1日～
60～64歳の方	7月中旬頃	8月上旬頃	8月中旬頃～
18歳以上60歳未満の 基礎疾患を有する方等	① 7月下旬頃 ② 申請受付後 ※ 2	8月上旬頃	8月中旬頃～

※ 1 65歳以上の方は接種券に同封の案内文で接種日時をご確認ください。

割り当てされた日時でご都合の悪い方、4回目の接種を希望しない方は
コールセンター（67-0276）までご連絡をお願いいたします。

※ 2 ①「初回（1、2回目）接種時に基礎疾患を申請された方、障害者手帳等をお持ちの方」は申請
がなくても接種券を発送します。

②「新たに基礎疾患等の申請をされる方」は個別にご案内を送りますのでご確認ください。

◎ マスク着用の考え方が変わりました

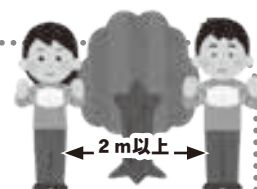
屋外で会話をほとんど行わない場合はマスクの着用は必要ありません。

屋外・屋内でのマスク着用について

マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。

屋外では

人との距離（2 m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



屋内では

人との距離（2 m以上を目安）が確保できて、かつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



新型コロナワクチン接種についてのお問い合わせ 予約コールセンター TEL（67）0276



中札内村立診療所^{だ よ}便り No. 4

所長 高石 恵一

お問い合わせ 中札内村立診療所 TEL(67)2012
〒089-1332 中札内村西2条南3丁目23



带状疱疹予防のワクチンについて

今月は「带状疱疹のワクチン」についてです。先月の広報でもお伝えしたように、**带状疱疹は体内に眠っている水ぼうそう(水痘・带状疱疹)ウイルスが再び暴れ出したことによるもので、水ぼうそうにかかったことがある方なら誰でもなる可能性があります。現在、带状疱疹予防のワクチンは国内で2種類**ありますが、それぞれ値段と効果が違います。詳しく解説します。

●なぜ最近、带状疱疹の患者が増えているのか？

- ・国内で小児の水ぼうそうワクチンが定期接種化(お金がかからない)になったこと

昔は水ぼうそうにかかる子が一定数いたため、一緒に住む大人が定期的に水ぼうそうウイルスに暴露され、その度に体内で水ぼうそうに対する抗体を上昇させることができ、免疫を維持することができました。2014年より小児の水ぼうそうワクチンが国内で定期接種となり、小児の水ぼうそう患者がかなり減少したため、大人が水ぼうそうウイルスに暴露する機会が減ったことが一因と言われています。



- ・コロナ禍になり人々のストレスが増えている(こちらに関してははっきり証明されていませんが…)

コロナ禍になり外出や他者との交流の機会が大幅に制限され、ストレスを感じやすい社会になっているのは間違いありません。高齢者では特に外出の機会が減っており、ストレスを感じやすく免疫力が低下し、带状疱疹患者が増えているとも言われています。

●带状疱疹予防のワクチンについて

带状疱疹を予防するワクチンは2種類あり、いずれも**接種可能対象者は50歳以上で任意接種(自費)**となります。

	水痘ワクチン(生ワクチン)	带状疱疹ワクチン(不活化ワクチン)
接種方法	皮下注射(インフルエンザワクチンと一緒に)	筋肉注射(コロナワクチンと一緒に)
接種回数/接種間隔	1回接種	2か月以上あけて(～6ヶ月以内に)2回接種
発症予防効果	带状疱疹: 50% 带状疱疹後神経痛: 66%	带状疱疹: 97% (70歳以上では90%) 带状疱疹後神経痛: 88%以上
効果の持続期間	5年	9年以上の予防効果あり
副反応	接種部位の痛み・腫れ (コロナワクチンよりも軽いです)	接種部位の痛み・腫れ(頻度が多い(コロナワクチンと同程度)が、3日前後で消失)
当院での接種料金	¥8,610	¥41,850 (¥20,925×2回)

●まとめ

- ◇水痘ワクチン: 値段も手頃で1回で済む。だが効果はやや低く、持続期間も含め带状疱疹ワクチンには劣る。
- ◇带状疱疹ワクチン: 値段が高く2回接種が必要で、副反応もやや多い。しかし持続期間も長く予防効果も確実。

带状疱疹はかかると非常に辛く、带状疱疹後神経痛は合併すると一生ものの後遺症になる方もありますので、**水ぼうそうにかかったことがある50歳以上の方は、带状疱疹予防のワクチン接種をお勧めします。**

ワクチンに関するご相談だけの受診も大歓迎です! 接種希望の方は当院に電話で予約下さい。

★8月号は「高血圧」について、当院の看護師からです★



中札内村立診療所
公式HP

図書館だより

① 土曜日おはなし会 7月9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 7月20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 おはなし会 夏のスペシャル 7月23日(土) 10:30~11:15

今回もホールで盛大に開催します！不思議な実験や少しこわーい話、影絵など盛りだくさん！みんなで遊びに来てください。

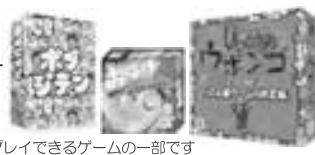
- ▶会場 中札内文化創造センター
ハーモニーホール
- ▶対象 どなたでも



④ 図書館でボードゲーム! 7月31日(日) 14:00~16:00

子どもから大人まで楽しめるボードゲームを、20種類以上揃えました。おひとりさまも初心者も大歓迎！
みんなで遊んでみませんか？

- ▶会場 中札内文化創造センター
視聴覚室
- ▶対象 幼児以上
- ▶協力 ボードゲームカフェすぶれ・AWESOME



プレイできるゲームの一部です

⑤ なつやすみ工作会 8月4日(木) 液体万華鏡を作ろう! 14:00~15:30

液体の中で動く飾りを鏡に移して楽しむ液体万華鏡（ワンドスコープ）をみんなで作ります。なめらかに移り変わっていく様子がとてもきれいですよ！

- ▶会場 中札内文化創造センター視聴覚室
- ▶対象 幼児~小学生
- ▶参加費 一人100円
- ▶定員 先着16名
- ▶申込 図書館カウンターまたは電話（67-2261）



図書館イベントの最新情報は
こちらからチェックしてね！

■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

中札内村図書館

蔵書検索は
こちら



おすすめ新着本

「無駄マシーンを発明しよう！」

藤原麻里奈 / 著

請求記号：540フ

おうちにあるいろいろなものを組み合わせて新しいものを作る方法からプログラミングの方法まで順番に紹介されています。「インスタ映え台無しマシーン」等読むだけで面白いものも紹介されています。



「沈みかけの船より、
愛をこめて」

乙一 / 著

請求記号：913.6シ

破綻しかけた家庭の中で親を選択させられる子どもたちの受難と驚くべき結末を描いた表題作や、時間軸移動をくり返す「地球に磔にされた男」など全11編を収録されているアンソロジー集です。



7月の特集コーナー

◆一般書「北海道民の日特集」

7月17日は北海道みんなの日（通称道民の日）です！この日にちなんで北海道に関係する本を集めました。

◆児童書「かいけつ！自由研究」

夏休みはもうすぐ！自由研究を助けてくれる本を一挙大特集。早めに本をチェックして、余裕の夏休みを迎えよう！



みんなで花を植えて美しい村を発信

6月7日、花づくりの会（仲沢才子会長）が主催となり、道の駅なかさつないで花の植栽作業を行いました。今年度は、包括連携協定を結んでいるJALの常広営業所職員の方々に加え、中札内高等養護学校、更別農業高等学校の生徒の皆さんも植栽に参加しました。

みんなで植える箇所や花の向きを相談しながら、サルビアやペコニアなど、色鮮やかな花々を道の駅の花壇にたくさん植えました。

ポロシリ大学クラブ発表会

6月10日、ポロシリ大学の入学式とクラブ発表会が行われました。これまでクラブ活動での練習を重ねてきましたが、コロナ禍により発表する機会がありませんでした。今回は2年ぶりにステージや展示での発表をすることができました。ポロシリ大学では7つのクラブ活動や月1回の定例授業などを実施しています。

仲間と一緒に継続的な交流・学習活動で、心豊かな生活を送ってみませんか？



スカイアース選手によるサッカー教室

6月17日、中札内きらきら保育園で、スカイアースの松尾雄斗選手と渋谷亮コーチによるサッカー教室が行われました。

中札内村と同チームは、昨年11月に包括連携協定を結んでおり、サッカーを通してからだを動かす楽しさを感じてもらうことを目的に、選手と交流しながらサッカーを教えてもらいました。今後も様々なイベントで地域との関わりを深めていく予定ですのでぜひご参加ください。



男女共同参画週間の読み聞かせ会

6月20日、中札内小学校の図書室で絵本の読み聞かせが行われました。

この読み聞かせは図書館ボランティアによって学校の中休みの時間を利用して開催されており、今回は6月23日から29日までの男女共同参画週間に合わせ、自分らしさや男女平等についてふれる内容の絵本を2冊読み聞かせました。20人を超える子どもたちが集まり、絵本の内容に対して「自分は家でお手伝いしてるよ！」など声をあげながら楽しんでいました。



村表彰条例に基づく
被表彰者の推薦を
願います

村の振興や発展に顕著な功績のあった方に対し、表彰条例に基づく表彰を9月1日の開村記念日に行います。

■自治功労表彰

村の附属機関等の委員等を多年務められた方、地方自治の振興に貢献され功績が顕著な方などです。

■産業功労表彰

農業委員・農業協同組合役員・商工会役員・村の附属機関の委員等を多年務められた方、産業の振興に寄与され、功績が顕著な方などです。

■奨励表彰

産業生産量の成績が記録的な増産量であること・作品の成績が優れていること・各種業績が他の模範である方などです。

■社会功労表彰

消防団員・社会福祉協議会役員・村の附属機関等の委員等を多年務められた方、社会活動に貢献され功績が顕著な方などです。

■教育功労表彰

教育委員・村の附属機関等の

委員等を多年務められた方、教育並びにスポーツ、社会教育等を通じ功績が顕著な方などです。

■善行表彰

交通道德の実践普及や環境衛生美化に努め他から感謝されているなど、他の模範となるような善行をした方などです。

この表彰にふさわしい方の推薦を7月8日（金）までにお願います。

●お問い合わせ

総務課総務グループ
TEL (67) 2311

札内川上流地域殉難者
「慰霊の日」追悼行事

札内川上流地域で登山や工事災害等で亡くなられた方々のご冥福を祈って追悼行事を実施します。多くの方の参列をお待ちしています。

《日時》

7月3日（日）
午前10時～12時

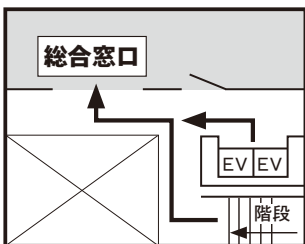
《場所》

清流ふれあい広場慰霊碑前
（中札内村南札内）

《方式》

献花によるお参り

【変更後の総合窓口（2階）】



◆帯広税務署 総務課
TEL (24) 2161

令和4年7月11日（月）から、帯広税務署の総合窓口が、第2地方合同庁舎の1階から2階に変更となります。申告書等の提出、税金の納付、納税証明書の請求のほか、税金のご相談等については、2階総合窓口にお越し下さい。

帯広税務署
総合窓口の場所が
変わります！

くりりんセンター
7月の休館日

7/18(月) 海の日

ゴミの搬入、施設の
見学は施設点検整備
のため、できません。

今年は中央公園で、
昼間に開催！

令和4年度
商工会七夕まつり

7月23日（土）午前11時～午後3時
（雨天決行）

場 所：中央公園

行事内容：子どもゲーム、吹奏楽演奏（中中）、
ポロシリ太鼓、よさこいソーラン
（中小）、お楽しみ抽選会 など

主 催：七夕まつり実行委員会

お問い合わせ：中札内村商工会 TEL (67) 2204

※座席は各自シート、携帯椅子等をご用意ください。
※会場内は禁酒禁煙です。ご協力をお願いします。

道の駅ガーデンを
開催します。

村民の方々が趣向を凝らして作成した色鮮やかな道の駅ガーデンを3年ぶりに開催します。ぜひ、お越しください。

* 日 時 7月20日（水）～31日（日）
午前9時～午後5時

* 場 所 道の駅なかさつない
花水山南側 特設会場

* 主な内容 村民の方が製作した寄せ植えやハンギングバスケット作品の展示

* 主 催 中札内花フェスタ実行委員会

* お問い合わせ 産業課産業グループ TEL(67)2495

とかち生活あんしんセンターのご紹介

生活や仕事の事で

お困りの時に相談ください

とかち生活あんしんセンターは、さまざまな理由から生活に困っている方のご相談に乗るために北海道十勝総合振興局が作った相談窓口です。

生活に困っているが相談する相手が近くにいない、働きたいけど就職先が見つからないなどお気軽にご相談ください。

皆さまの抱える生活・仕事の不安を1日でも早く取り除けるように相談員と一緒に考え、行動しませんか。

とかち生活あんしんセンターでは、毎月中札内村保健センターにて相談会を開催しております。

相談は無料で予約制となっておりますので、ご希望の方は前日までに電話・FAX・メールのいずれかでご予約をお願いします。

7月の開催日は7月14日(木)となっております。

・電話番号 (66) 7112

・FAX (66) 7113

・メール

anshin@tokachi18.hokkaido.jp

第38回村民スポーツ大会「ソフトボール大会」参加チーム募集

●日時

7月31日(日) 午前8時

※雨天中止

●場所 札内川総合運動公園ソフトボール場

●チーム構成

村民または村内在勤者、1チーム15名以内で、40歳以上または女性を2名以上

●監督会議

7月25日(月) 午後7時

文化創造センター 視聴覚室

●お申し込み

監督会議時に申し込みを受付

●お問い合わせ 教育委員会

TEL (67) 2929

●感染防止対策

以下の新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力ください。

①大会当日のご自宅での検温。

②マスク着用(暑い時や競技中、2m以上の距離が保てる

時は着用不要)をお願いします。

令和5年

中札内村「20歳を祝う会」

今年度から、成人式は「中札内村20歳を祝う会」に変わります!

成人年齢が18歳に引き下げられたことに伴い、名称を変更して、これまでと同様に今年度20歳になる方を対象として開催します!

●日時: 令和5年1月8日(日)
午後1時30分~3時

●場所: 文化創造センター ハーモニーホール

●対象: 平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた村民及び村外に転出された方で希望する方

●お問い合わせ 教育委員会 TEL (67) 2929

三大都市圏に住んでいる方だけでなく、村外の大学等に通学されている村出身の学生も対象。「美しい村」中札内村で、「地方の仕事」を体験してみませんか?

中札内村 地域おこし協力隊 インターン募集中!

募集要項

募集人員	若干名
任期	2週間以上6か月以下
業務内容	役場業務、観光業務 など
応募期限	令和4年7月11日(月) 必着

報酬

日額12,000円

(地域活動に係る宿泊費、交通費、車両の借り上げ料および燃料費を含みます。)

- ・募集対象者や応募資格、勤務に関する詳細等は村公式ホームページをご覧ください。
- ・ご応募に必要なエントリーシート書式も村ホームページからダウンロードしてください。
- ・「中札内村」で検索!

■お問い合わせ
総務課企画財政グループ
TEL (67) 2491
FAX (68) 3911
Mail s-kikaku@vill.nakasatsunai.hokkaido.jp



村ホームページQRコード

サマージャンボ宝くじ発売 7/5~8/5

今年も7月5日(火)から8月5日(金)までの期間で、サマージャンボ宝くじが発売されます。

サマージャンボ7億円
(1等5億円・新最高賞1億円を合わせて)
サマージャンボミニ3,000万円
(1等3千万円)
この宝くじの収益金は市町村のふるくじみよびまちづくりに使われます。
7月5日 2種類同時発売! 発売期間 7/5~8/5
抽せん日 8/17日
公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円



《心象とのギャップ》

改 正道路交通法が施行され、改正されました（5月13日）。

高齢者による交通事故防止対策の強化が狙いの一つ。違反歴のある75歳以上の方への運転技能検査の義務化やサポート（衝突被害軽減ブレーキや加速抑制装置の装着車）の限定免許創設などが盛り込まれています。

国 内の交通事故発生件数は、2004年の95万件をピークに減少著しいですが、

超高齢化社会を反映して65歳以上高齢者による事故の割合は増えています。北海道警察などの分析によると、高齢者による事故原因の8割は、運転中のわき見や考え事などによる危険要素の発見の遅れです。加齢による集中力や判断力、動体視力などの衰えは自覚しづらく、自分がイメージしている以上に危ない運転になっている可能性があります。

最 善の事故防止策は、運転しないことです。中

札内村では車を手放しやすい環境を整えるため、コミュニティバス「くるくる号」の利便性向上を図り、民間バス運賃助成制度（広尾町ー帯広市間の運賃無料）を設けました。歩くことを楽しむ健康ポイント事業もその一環。NPO法人や社会福祉協議会にも、交通弱者の移動を支えていただいています。

— 方で、車が必要な方への事故防止策にも意を配し、高齢者安全運転サポート補助金制度（20年度から3

力年。今年度で終了）を実施しています。多くの方が利用し、マイカーの安全性能を強化していただきました。ただ、サポートは決して万能ではありません。これから自分の運転能力を見つめ直し、車を持つ必要性の検討を続けていただきたいと思います。

判 断材料を提供するため、村では高齢者向けの運転技能教室や交通事故遺族の方からのお話を聞く機会を設けようと考えています。ご参加ください。

転技能教室や交通事故遺族の方からのお話を聞く機会を設けようと考えています。ご参加ください。



7月28日に十勝バス無料試乗会を開催します。公共交通機関を使う暮らしを体験してみてください。詳しくは4ページをご覧ください。（写真は2020年の試乗会の様子）

泉 然心くん



パパ芳樹 ママ黎佳
（興農区）

わが家の アイドル

毎月満1歳になられる赤ちゃんを募集しています。詳しくは、総務課総務グループへお問い合わせください。

谷口 隼颯くん



パパ僚一 ママ彩香
（ときわ野）

荻原 遼くん



パパ精一 ママ良美
（南1区）

ご出生おめでとう

千島 碧桜くん 崇臣 有花（めぐみ区）

久保田 絢陽くん 裕己（ときわ野）

お悔み申しあげます

佐藤 早苗さん（ひばりヶ丘）

眞鍋 和子さん（南1区）
前田 タツさん（2区）

ご寄附ありがとうございます

・ひばりヶ丘 佐藤 栄一様
妻（早苗）が生前お世話になったお礼として

・南1区 池田百合子様

母（和子）が生前お世話になったお礼として

・神奈川県 山成 眞子様
広報送付のお礼として

世帯と人口

世帯数	1,933戸	（－7）
人口	3,938人	（－4）
男	1,911人	（－3）
女	2,027人	（－1）
うち外国人	66人	（－11）

令和4年6月15日現在
（ ）内は前月比です。