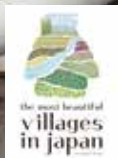


広報 なかさつない



中札内村公式LINE



特集 大雨に備える
～過去の被害と新しい気象情報～
表紙 中札内きらきら保育園幼年消防クラブ
消防車見学

9

2026 NO.845
令和8年9月1日発行

発行/中札内村役場総務課

9月1日は防災の日

大雨に備える

～過去の被害と新しい気象情報～

災害は、忘れた頃ではなく、いつ起きてもおかしくない時代になりました。特に近年は、ゲリラ豪雨や線状降水帯などの短期間で局所的に降る大雨が全国各地で発生し、大きな被害をもたらしています。

そこで、9月1日の「防災の日」を機に、今一度、大雨への備えを見直してみませんか。

本特集では、村で発生した過去の大雨被害を振り返るとともに、令和8年5月29日から変わった気象の警報など、いざという時に役立つ情報を紹介します。

過去の被害を知る

中札内村で最も雨が降ったのは何年のことかご存じですか？

気象庁が設置している上札内アメダスのデータによれば、アメダスが設置された昭和52年（1977年）10月以降の日降水量（その日の0時から24時00分までの降水量）で1位の記録は、昭和56年（1981年）8月5日に降った326ミリです。

この時は、停滞している寒冷前線に台風の影響が流れ込んだことで、北海道各地で大雨が降り、「56水害」と呼ばれる歴史的な被害をもたらしました。中札内村でも総額6億7780万円（新中札内村史より）となる大きな被害があったようです。

◆10年前には連続して台風が上陸したことも

台風起因する大雨といえば、10年前の平成28年（2016年）8月のことを思い出す方も多いのではないのでしょうか。約2週間の間に4つの台風が連続して北海道に上陸・接近する異例の事態が起こり、8月30日から31日に掛けて通過した4つ目

の台風10号による大雨は、特に大きな被害をもたらしました。

中札内村でも札内川の堤防が決壊するなどし、常盤・元札内地区に避難指示が発令され、上札内交流館、文化創造センターの2カ所避難所を開設しました。

なお、この時（8月30日）の日降水量は歴代4位の166ミリとなっています。

◆大雨が降る機会が増えている

また、大雨の原因は台風だけではなく、昨年9月21日には北海道で初めて「線状降水帯」が発生し、中札内村でも1時間あたり44ミリの激しい雨が降ったほか、十勝地方や釧路地方などで被害が出ました。

線状降水帯とは、次々と発生する積乱雲が線状に連なったものを言い、数時間にわたってほぼ同じ場所で雨が降り続きます。記憶に新しい、先月8月13日に起きた千葉県記録的豪雨も線状降水帯によるものでした。

気候変動なども相まって、これまでになくような大雨の脅威は年々高まっています。

平成28年の台風10号による

主な被害

- ・戸蔭大橋帯広側道路 流失
- ・村道59号道路路肩法面 流出
- ・札内川左岸堤防 決壊
- ・サラベツ川橋脚付常施設 流失
- ・札内川園地バンガロー 2棟流失、3棟倒壊
- ・ブロイラー舎2カ所、計11棟浸水など



崩落した戸蔭大橋



倒壊したバンガロー

「まだ大丈夫」が 危険を招くことも

大雨による災害から身を守るために大切なのは、災害が起きてから行動するのではなく、危険が迫る前に早めに備え、行動することです。大雨の可能性や危険が高まることは、天気予報や気象庁などから発表される防災気象情報によって、事前に知ることができます。

台風の場合は大体5日先の進路まで予報円で示されますが、その予報円が当たる確率は約70%ほどだそうです。台風が近づいているときは、予想進路が反れていても油断せず、最新の気象情報を確認するようにしましょう。

「まだ雨が降っていないから大丈夫」と考えるのではなく、これから起こる危険を予測して行動することが、人的被害を防ぐことにつながります。気象情報を正しく理解し、早めに避難などの行動をとれるよう、日頃から備えておくことが大切です。天気予報は午前11時頃に情報更新されることが多いため、最新の予報を確認するならお昼時がおすすめです。

◆雨の強さの違いを知る

天気予報などで「強い雨」や「1時間に○○ミリ以上の激しい雨」と言われて、どの程度の降水なのかイメージできますか？下記の表を参考に、想像してみましょう。ちなみに、平成28年の台風10号の際は、日最大1時間降水量37ミリの雨が降りました（歴代3位）。

◆冠水時の危険性

大雨の際に避難する場合、冠水した道路を通らなければいけないこともありますが、水の深さには注意が必要です。徒歩で避難する場合、大人が歩ける目安はひざ丈まで（約50センチ）と言われています。

また、濁った水で道路の凹凸やマンホール等が分からない状態で歩くことになるため、傘等で足元を確認しながら歩くようにしましょう。

車で通行する場合、車種にもよりますが、水深が30センチを超えると、内部に水が入りエンジンが停止する危険性が高まります。車内に閉じ込められたり、車ごとと流されたりする可能性もあるため、冠水している所を無理に走行するのは止めましょう。



予報用語と雨の強さのイメージ

予報用語	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1 時間雨量	10mm 以上 ～20mm 未満	20mm 以上 ～30mm 未満	30mm 以上 ～50mm 未満	50mm 以上 ～80mm 未満	80mm 以上～
雨の強さ	地面からの跳ね返りで足元が濡れる 	傘をさしていても濡れる 		傘はまったく役に立たなくなる 	
受ける印象	ザーザーと降る	どしゃ降り	バケツをひっくり返したように降る	滝のように降る (ゴーゴーと降り続く)	息苦しくなるような圧迫感がある 恐怖を感じる
屋外の様子	地面一面に水たまりができる			道路が川のようになる	・路面の水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる ・車の運転は危険
屋内の様子	雨の音で話し声が良く聞けないことがある		寝ている人の半数くらいが雨に気がつく		

気象庁ホームページ（https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/yougo_hp/amehyo.html）をもとに作成

気象情報を 正しく理解する

今年の5月29日からは、新たな防災気象情報の運用が始まり、これまでの警戒や注意報などの情報が、5段階の「警戒レベル」と分かりやすく結び付けられました。情報の名称にも警戒レベルの数字が付けられ、レベルごとに取るべき行動を判断しやすくなっています。

例えば、「レベル3大雨警戒」が発表された場合は、高齢者など避難に時間のかかる人は早めの避難を検討するなど、警戒レベルに応じた行動が求められます。また、「レベル4大雨危険警戒」などが発表された場合は、危険な場所からの避難が必要となる段階です。気象情報を「見るだけ」で終わらせず、自分や家族がどう行動するかをあらかじめ考えておきましょう。

◆「防災気象情報（警戒レベル相当情報）」と「避難情報（警戒レベル）」の違いとは？

防災気象情報（警戒レベル相当情報）とは、「災害の危険度がどのくらい高まっているか」を知らせる情報で、気象庁が発表します。

（例）レベル3 氾濫警戒 など
一方、避難情報（警戒レベル）は、「住民はどう行動すべきか」を知らせる情報です。警戒レベル1、2は気象庁から発表され、レベル3～5になると市町村から発令されます。
（例）レベル2 大雨注意報、レベル3 高齢者等避難 など

村は防災気象情報などを参考に、避難指示等の発令を判断します。避難情報（警戒レベル）については、下記の表で詳しく確認してみましょう。

日頃からできる 備えを

◆「ローリングストック」で無駄なく備えましょう

飲料水や食料のほか、懐中電灯、携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池など、大雨による停電や断水なども想定し、電気や水道が使えるようになった場合に必要となるものを準備しておきましょう。また、乳幼児や高齢者、ペットがいる家庭では、紙おむつやミルク、常用しているものなど、それぞれの家庭に必要なものも確認しておくことが大切です。

	警戒レベル	防災気象情報	避難情報等	とるべき行動
災害発生 または切迫	5 相当	レベル5 特別警戒	緊急安全確保 ※1	命の危険。状況を甘く考えず、直ちに身の安全を最大限確保しましょう。
~~~~ 〈 ここまでに必ず避難！ 〉 ~~~~				
災害の おそれ高い	<b>4</b> 相当	レベル4 危険警戒	避難指示	警戒レベル4までに 全員必ず避難しましょう。
災害の おそれあり	<b>3</b> 相当	レベル3 警 報	高齢者等避難 ※2	危険な場所から、支援の必要な人や幼児、高齢者などの避難を開始。
気象状況悪化	<b>2</b> 相当	レベル2 注 意 報		避難の準備をしておきましょう。 それぞれの役割・行動などの確認を。
今後気象状況 悪化のおそれ	<b>1</b> 相当	早期注意情報 (気象庁)		各メディアやスマホ、村の情報無線等で情報を確認し心構えしましょう。

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、**警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。**

また、警戒レベル相当情報（氾濫発生情報、土砂災害警戒情報など）が発表されたとしても、必ずしも同時刻に同じレベルの避難情報が発令されるものではありません。

※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に非難するタイミングです。

気象庁ホームページ（<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/bosai/alertlevel.html>）をもとに作成



## どこにいても情報をキャッチ！おすすめ！ 中札内村メール配信とSNS

配信内容（登録時に選択可）

- 行政情報…村のイベント情報や行政に関する事など
- 防災情報…災害時などの情報提供
- 防犯情報…不審者などの情報
- お悔やみ情報…村内の方が亡くなられた情報

登録QRコード

メール



LINE



### 戸別受信機

防災行政無線から放送される情報を家庭で聞くことができるラジオのようなものです。

### ●放送時間

平日 昼12時15分、  
午後6時50分



戸別受信機

非常食などを特別に用意するだけでなく、普段から食べている食品や飲料を少し多めに買い置きし、使った分を買い足していく「ローリングストック」もおすすめです。無理なく続けられる方法で、家庭の備えを少しずつ充実させていきましょう。

◆情報収集には中札内村公式LINE、メール配信、防災行政無線を活用しましょう

村から避難情報等を発令する場合、防災情報無線やホームページなどで広く周知します。迅速に情報をお届けするために、公式LINEやメール配信への登録をお願いしま

す。

◆総合防災訓練に参加し、災害発生時の動き等を体験しましょう

今年の防災訓練は巨大地震の発生を想定したシェイクアウト訓練を行います。午前10時30分に防災行政無線やメール配信にて地震発生情報を配信しますので、その場で「命を守る3原則（まず低く、頭を守り、動かない）」の実施をお願いします。その後、文化創造センターにて、防災講演や災害対策資機材の展示などがあります。

参加無料、申込不要ですので、いざという時のために、ぜひご参加ください。

**9/17 (木)**  
午前10時30分～

## 中札内総合防災訓練

場所 文化創造センター

参加無料  
申込不要

### 訓練内容

#### ① 午前10時30分～ 情報伝達訓練、住民一斉防災訓練

防災行政無線やメールにて地震発生の情報を放送・配信しますので、その場でシェイクアウト訓練「命を守る3原則」を実施しましょう。

#### ② 中札内文化創造センターへの自主避難、防災資機材の展示見学

シェイクアウト訓練後、避難情報が発令されますので、自主避難を想定して各自、文化創造センターへ集合してください。  
その後、講演開始まで各協力団体による防災資機材の展示等を見学できます。

#### ③ 午前11時～12時 防災講演の聴講

【内容】我が家の命を守る「防災備蓄収納セミナー」

【講師】整理収納アドバイザー、防災士 徳本 里栄 氏

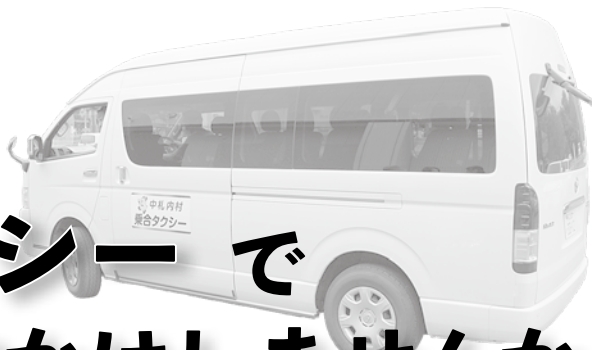


昨年の防災訓練の様子

●お問い合わせ 総務課総務グループ TEL (67) 2311

「ちょっと出かけた」をお手伝いします！

# 予約制乗合タクシーで 気軽にお出かけしませんか



「病院に行きたいけれど、車を運転するのが難しい」、「買い物に行きたいけれど、家族に送ってもらうのは申し訳ない」…そんなときに利用できるのが「予約制乗合タクシー」です。

農村部などの交通空白が生じている地域を中心に、自宅から市街地の指定された6か所まで運行しています。運賃は無料！利用登録と事前予約をすれば、自宅まで迎えに来てもらうことができます。

## ◎どこに行けるの？

降車場所は、市街地の次の6か所です。

### ①マックスバリュ中札内

道の駅なかさつない、村民プールすいすい、DCM ニコット中札内店などへも徒歩で行けます。

### ②中札内文化創造センター

図書館の利用にも便利です。

### ③中札内村立診療所

屋内多目的運動施設わいわい、保健センターなどへも行けます。

### ④バスタッチ

セイコーマート、帯広信用金庫、やました歯科医院などを利用できます。

### ⑤中札内郵便局

JA 中札内村、村民体育館、役場、ローソンなどへも徒歩圏内です。

### ⑥中札内歯科医院

セブンイレブンも徒歩圏内です。



## ◎利用方法はかんたん4ステップ！

### ①役場へ事前 に登録しておく

TEL 67-2491



### ②運行会社へ 乗車予約する

TEL 63-5350



### ③自宅に乗合 タクシーが到着



### ④他の予約者 と一緒に降車 場所へ



### ⑤帰りは降車 場所から乗車 し帰宅



## ◎よくある質問

### Q. 誰でも利用できるの？

A. 村内にお住まいで、一人で乗り降りできる方が対象です。  
介助が必要な方は介助者同伴、お子さん*は保護者同伴で利用できます。  
*チャイルドシートが必要なお子さんは利用できません

### Q. 利用料金はいくら？

A. 無料です。

### Q. 予約はいつまで？

A. 利用日の7日前から前日の午後4時までです。(土日祝除く)

### Q. 予約すればすぐ利用できる？

A. 事前の利用登録が必要です。また、運行の定員に達した場合は予約受付を終了します。

予約・キャンセルも  
電話1本で簡単です





## ◎利用者に聞きました！



新生にお住まいの  
川田さん

### ●診療所への往復に利用

往路→1便(8:35~9:05 自宅発)、帰路→5便(13:50~14:00 診療所発)

#### Q. 登録したきっかけ

A. 普段は自転車や家族の送迎で外出していますが、広報の折込チラシを見て、もしもの時のために登録しました。

#### Q. 利用してみた感想

A. 事前登録や利用予約の電話は特に難しくありませんでした。  
診療所は終わる時間が決まっていないので、帰路は時間に余裕をもって5便を予約しました。余裕があればお寺に寄ってから帰ります。  
診療所帰りにちょうどいい時間の便があるといいなと思います。



自宅前に乗合タクシーが到着。  
この便は他に予約が入っていなかったため、そのまま診療所へ向かいます。



＼約9分／



診療所に到着。利用者に合わせた経路で運行するためスムーズに到着しました。



市街地にお住まいの  
仲良しグループの皆さん

### ●マックスバリュへの往復に利用 往路→5便(13:15~13:45 自宅発)、 帰路→帰宅便(16:05~16:15 マックスバリュ発)

#### Q. 利用してみた感想

A. 予約の際の電話対応がスムーズでした。利用日の前日に改めてお迎え時間を知らせてくれたので、あまり待たずに乗車できました。

予約の際に足が悪いことを伝え、乗降時にステップを出してくれるのでありがたいです。

帰りの便を外で待ったので、室内に待つ場所があると嬉しいです。  
また利用してみたいと思います。



一人目が乗ってから  
目的地に着くまで

＼約15分／



各自のご自宅まで、順番にお迎えに行きます。



ステップがあるので安心です。

今回の予約制乗合タクシーは、令和8年11月27日までの実証運行です。運行状況や利用状況などを検証し、令和9年度以降の本格運行を検討します。

「ちょっと買い物へ」「病院へ」「用事を済ませに」――。

皆さんの外出を支える新しい交通手段を、ぜひご利用ください。

### ◎利用登録・お問い合わせ

中札内村役場 総務課企画財政グループ

受付：平日 午前8時30分～午後5時15分、TEL：67-2491

### ◎乗車予約・キャンセル

大新東株式会社

受付：平日 午前9時～午後4時(昼12時～1時を除く)、  
TEL：63-5350

一村長からー

**ヒトコト！**



今回の運行は、今後の乗合タクシーの本格運行を検討するための実証運行です。まずは一度、予約制乗合タクシーを利用してみませんか？

皆さんの利用が、これからの村の公共交通につながります。



2026年は北見で!

「なかさつないサマーカレッジ事業」

# 『協力・挑戦・思いやり』の夏!

「なかさつないサマーカレッジ事業」に村内の小学5・6年生19名が参加し、7月28日(火)から4日間、北見市(ネイパル北見)で活動しました。

**1日目は**、ワッカ原生花園でサイクリングを行いました。  
サロマ湖とオホーツク海を眺めながら、大自然を満喫しました。

**2日目は**、フォト・ハザードマップラリーでネイパル北見の周辺を散策した後、ネイパル北見全館を利用してドミノを行いました。野外炊飯では班で協力して作ったカレーライスを食べました。

**3日目は**、ジェルキャンドル制作やネイパル北見のオリジナルスポーツであるオニオンを行いました。午後に予定していたカヌー体験は天候の影響により中止となりましたが、サロマ湖で湖水遊びを行いました。湖水遊びでは様々な生き物を観察することができました。



**4日目は**、活動の振り返りとして班ごとに壁新聞を作成しました。村民文化祭等で展示も行いますので、ぜひご覧ください。

活動の目当てである「協力・挑戦・思いやり」のもと、初めての活動にも積極的に取り組み、仲間と一緒に楽しむ姿がたくさん見られた4日間となりました。



村の大自然の中で!!

ジュニア  
アウトドアスクール

## いっぱい体験!すごい成長!

8月6日から7日にかけて、一泊二日の自然体験事業「ジュニアアウトドアスクール」を行い、村内の小学3・4年生24名が参加しました。

**★1日目は**、砂防ダムでカヌー体験に挑戦し、大自然の中での水上散歩を楽しみました。その後は札内川園地へと移動し、ネイチャーゲームを行いました。  
夜には、宿泊所でもある上札内交流館で仲間と協力し合いながら作った美味しいカレーライスを食べ、花火を行いました。

**★2日目は**、ピザ作りを行いました。不慣れな作業もありましたが、ピザ窯で焼き上げたアツアツで美味しいオリジナルのピザを完成させました。

子どもたちは4名の高校生ボランティアのサポートのもと、2日間で「協力・挑戦・思いやり」を経験し、一回り成長した姿を見せてくれました。





川越市の皆さん、ようこそ！ 夏の十勝・中札内村へ！

## 中札内村・川越市交流事業「少年の翼」

8月19日から21日までの3日間、友好都市の埼玉県川越市から同市内中学校の代表49名が中札内村を訪れました。滞在期間中は、六花亭アートヴィレッジ美術村にある相原求一郎美術館などを訪れたほか、農業体験としてジャガイモ掘りや村内中学生との交流、パークゴルフ体験を行いました。

また、少年の翼に合わせて栗原 薫 副市長が来村し、生徒の活動状況や村内を視察されました。皆さん、涼しい十勝の気候に驚きつつ、夏の中札内を満喫し、夜空に輝く星を観て感動していました。



### 【中札内村と川越市との交流事業の歴史】

中札内村と川越市の縁は、川越市の名誉市民である相原求一郎画伯の美術館が、中札内美術村に建てられたことから始まりました。その後、平成14年11月には、両市村の友好を更に発展させ、相互理解と親睦を図ることを目的に、姉妹友好都市盟約を結んでおり、様々な分野で交流を行っています。

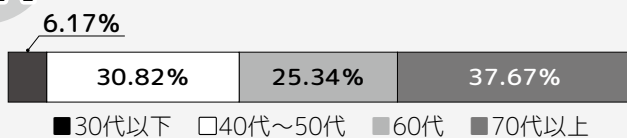


## 花苗購入補助金・花づくりに関するアンケート結果のお知らせ

今年度の花苗購入補助金利用者に対してアンケート調査を行いましたので、その結果の一部をお知らせいたします。

- 調査項目：補助金額（上限3,000円）について、花づくりの推進に必要なこと など
- 回 答 率：91.25%  
（補助金利用者160名中、回答者146名）

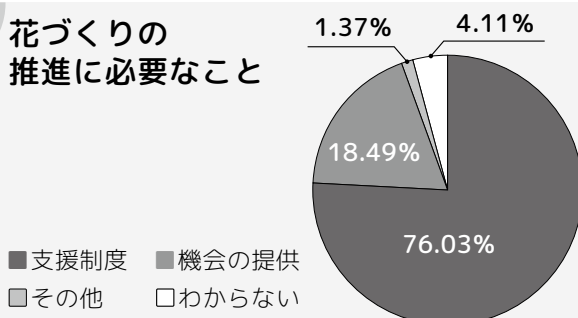
### A 補助金利用者の年代



### B 補助金額について



### C 花づくりの推進に必要なこと



（A）補助金を利用者された方の年代の構成比率は、70代以上の方が1 / 3以上を占める結果となりました。

（B）補助金額については、約7割の方に「十分だった」との回答をいただきました。

（C）村の花づくりの推進に必要なことはどのようなことかという項目では、約3 / 4の方が「（花苗購入補助金のような）支援制度」と回答し、「（寄せ植えづくり体験会のような花に触れる）機会の提供」が2番目に多い結果となりました。

今後も本村の花づくりの推進に関して、ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

●お問い合わせ 産業課 TEL（67）2495



# こころの健康、 相談窓口のご案内

—— 自身や周囲の人のこころの健康について考えてみませんか。——

何となく不安を感じたり、こころがもやもやしたりしていませんか。こころの不調が身体の不調につながっていませんか。

悩みをお持ちの方、困っている方は、どうか一人で抱えこまないでください。ご家族やご友人など、身近な人に話してみることで、気持ちが少し楽になることもあると思います。

身近な人に相談しづらい時には、匿名で相談できる電話やSNSでの相談窓口もあります。

また、身近な人の様子が「いつもと違う」ことに気づいたら、勇気を出して声をかけてみませんか？

## 困ったときの相談窓口 ※ご本人でなくても相談できます。

### ◎村保健師による「こころの健康相談」

- 【場 所】 中札内村役場福祉課  
(保健センター内)
- 【時 間】 月～金（祝祭日を除く）  
午前8時30分～午後5時15分
- 【電話番号】 (67) 2321

### ◎帯広保健所：こころの健康相談

- ※精神科医による面接相談もあります。（予約制）
- 【時 間】 月～金（祝祭日を除く）  
午前8時45分～午後5時30分
- 【電話番号】  
① (26) 9085    ② (67) 5583  
③ (26) 9084    ④ (66) 9042

### ◎いのちの電話

- 【時 間】 午後4時～9時（通話無料）  
※毎月10日は24時間受付
- 【電話番号】 0120-783-556  
なやみ こころ

### ◎SNSによる相談

厚生労働省ホームページ  
「まもろうよ こころ」ページ



## ～ ストレスのサイン ～

ストレスを感じたとき、あなたはどんな気持ちになりますか？どんな行動をよくするでしょうか？自分のストレス状態に気づかないで、こころの調子をくずしているのに、そのまま頑張り続けてしまうかもしれません。

早めにストレスに気づいて、適切に休むことが、  
こころと体の健康には大切です。

### こころのサイン

- ◎不安や緊張が高まって、イライラしたり怒りっぽくなる。
- ◎ちょっとしたことで、驚いたり、急に泣き出したりする。
- ◎気分が落ち込んで、やる気がなくなる。
- ◎人づきあいが面倒になって避けるようになる。

### 体のサイン

- ◎肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが出てくる。
- ◎寝つきが悪くなったり、夜中や朝方に目が覚める。
- ◎食欲がなくなって食べられなくなったり、逆に食べ過ぎてしまう。
- ◎下痢したり、便秘しやすくなる。
- ◎めまいや耳鳴りがする。

●お問い合わせ 福祉課健康・こどもグループ TEL (67) 2321



65歳以上の方  
必見！

からだの「お元気度」を  
測ってみませんか？

健康ポイント事業  
参加者には、  
30ポイント進呈！

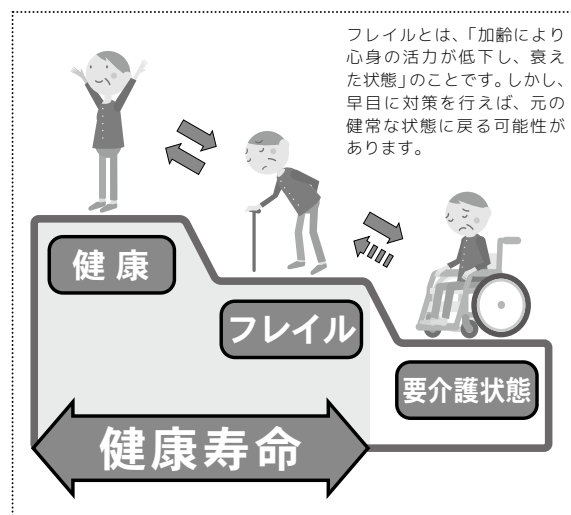
# お元気度測定会のご案内

## ■年に一度の体力測定会です

『いつまでも、  
住み慣れた地域で生活するために』

からだやあたまのお元気度を測定するチャンスです。  
毎年受けていただいている方は、変化を確認することが出来ます。

ご自身の健康管理のために、年に1度の測定会をご活用ください。



## ■お元気度測定会

普段まる元に通っていない方も参加できますので、お申し込みください。

◎対象者： 65歳以上で要介護認定を受けてない方

◎場 所： 上札内交流館、中札内村保健センター

◎持ち物： 上靴、運動しやすい服装、飲み物

◎内 容： ◇ からだのお元気度測定（握力、歩行速度、立ち座り等の測定、柔軟性等）  
◇ あたまのお元気度測定（簡単な記憶や計算の問題に挑戦）

◎申込： 9月16日（水）までにお申し込みください。（1グループ15名程度）

9月29日（火）		9月30日（水）
上札内交流館	保健センター	保健センター
<b>A グループ</b> 午前10時30分～12時00分	<b>B グループ</b> 午後2時00分～3時30分	<b>D グループ</b> 午前9時00分～10時30分
	<b>C グループ</b> 午後3時30分～5時00分	<b>E グループ</b> 午前10時30分～12時00分
		<b>F グループ</b> 午後1時00分～2時30分
		<b>G グループ</b> 午後2時30分～4時00分

申込・お問い合わせは、**地域包括支援センター（保健センター内）** TEL（67）2321 まで



# 昭和50年頃の中札内

出典：国土画像情報（国土地理院）をもとに中札内村が作成

# 開村80周年まであと1年

昭和22年9月1日、大正村から分村して中札内村が誕生しました。  
来年は開村からちょうど80年。  
記念すべき年に向けて、今から準備を進めています。

3

4

2

1



# 変わりゆくものと変わらないもの

右ページの写真は約50年前に中札内市街地を撮影した航空写真です。今はすでに無くなっている建物や当時はまだ作られていなかった施設など、今との違いを探してみてください。

ずっと変わらず残っているものにも気が付くはずです。

## ① ドライブイン

現在の道の駅にはドライブインとゴルフセンターが整備されていました。道の駅に指定されたのは平成8年です。



## ② 国鉄広尾線 中札内駅

昭和4年に中札内駅まで開通しました。

昭和62年に廃止されましたが、現在は鉄道記念公園として活用されています。



## ③ 中札内小学校

当時は現在の枝豆工場の付近にありました。校舎東側に大きな池が見えます。小学校は平成6年に現在の位置に移転されています。



## ④ 村道36号～38号

ひばりヶ丘区やめぐみ区などはまだ整備されておらず、畑が広がっています。当時一般住宅は村道38号から39号の範囲に密集していました。

これ以外にも異なる点はたくさんあります。当時を知る方に聞くと、より詳しく様子がわかるかもしれません。

村の過去を知ることは村の未来を創ることへとつながります。この機会に村の成り立ちや歴史を、ぜひ振り返ってみてください。

## < 開村80周年事業について >

9月現在 記念誌として村史を編さんしています。

文化創造センターで記念展示を実施しています。(9月23日まで)



来年2月 村の懐かしい映像上映

来年9月 80周年記念式典

詳細は後日広報でお知らせします。



平成9年(1997年)8月24日撮影



## 思い出写真展 part 1

「生協まつり(盆おどり)」

華やかな仮装姿で踊った盆おどり。大人から子どもまで皆がまちなかに集まって楽しい夜を過ごしました。



# なかさつサポーターズだより

【中札内村移住促進協議会】 令和8年9月号

※なかさつサポーターズ【中札内村移住促進協議会】は、令和3年度に実施した『移住者座談会』の参加者が中心となり令和4年6月に結成しました。移住希望者へ本村の魅力や移住定住に関する情報発信、移住相談などを行っています。

## なかサポ、美しい村マルシェへ出展

6月20日(土)にまちなかキッチンスタジオ・改善センターで開催された美しい村マルシェへ、中札内村移住促進協議会ブースを出展しました。「おしえて!あなたの中札内村自慢!パート2」と題して、来場者の方から中札内村のおすすめスポットを地図上にシールで貼ってもらいました。ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました!



### 今後の事業予定など

- 9月12日(土)移住者交流会「焼肉パーティー」を開催!(受付8月31日(月)〆切)
  - 9月25日(金)~26日(土)北海道移住・交流フェア大阪会場へ出展!
  - 10月31日(土)北海道移住・交流フェア東京会場へ出展!
- なかさつサポーターズのInstagramアカウントを開設しています!ぜひ「フォロー」「いいね」をよろしくお願いします!



なかさつサポーターズ Instagram

●お問い合わせ先 中札内村移住促進協議会【なかさつサポーターズ】事務局:施設課(67)2496

## 結婚新生活支援補助事業のお知らせ

結婚を機に中札内村に新居を構える新婚世帯に対し、婚姻に伴う住居費および引越し費用を最大30万円(夫婦ともに29歳以下の場合は最大60万円)補助します。

### ♥対象者と支給要件

- 1 令和8年1月1日~令和9年3月31日に婚姻届を提出、受理された夫婦
- 2 婚姻時、夫婦ともに39歳以下であること
- 3 世帯の所得が500万円以下であること

### ♥助成対象となる費用

- ・住居費...結婚を機に新たに物件を購入、または賃借する際に要した費用
- ・引越し費用...結婚のために引越しをした際に、引越し業者へ支払った費用

上記2点を合わせ、1世帯につき最大30万円(夫婦ともに29歳以下の場合は最大60万円)を補助します。

申請は住民課住民グループまでお問い合わせいただくか、村ホームページを→ご確認ください。

♥ 提出先・お問い合わせ 住民課住民グループ TEL(67)2493 ♥



村ホームページ↑



応援しよう!

十勝中札内

グルメライド2026

# Gourmet Ride 2026



詳細はこちら↑

## 9.6日

### 中札内文化創造センター 午前8時45分スタート!!

日高山脈をはじめ村自慢の絶景と、中札内産の美味と一緒に楽しむサイクリングイベント。沿道でライダーを見かけたら、ぜひ手を振って応援してください。(※雨天中止、小雨決行)





# 中札内村立診療所^{だよ}便り No.54

センター薬局中札内店 薬剤師 田中 綾香

お問い合わせ センター薬局中札内店 TEL(67)8761

〒089-1332 中札内村西2条南3丁目23-1



## お困りではありませんか？ お薬の悩み、薬剤師がご自宅へ伺って解決します！

センター薬局薬剤師の田中です。「薬が余る」「家族の服薬介助が大変…」といった経験はありませんか。また一人暮らしや要介護などの事情により、薬局まで薬を取りに行くことを負担に感じる方がいらっしゃるかもしれません。実は、私たち薬剤師がご自宅へ伺い、お薬のお手伝いをするサービスがあるのです。

薬剤師がご自宅へ伺うことでお薬の管理が楽になり、飲み間違いなどを防いで、皆さんが安全に安心して暮らせるようサポートします。

今回はこの「ご自宅へ薬剤師が訪問し、薬の管理や指導を行う取り組み」について詳しくご紹介します。

### ① あなたに合わせた「飲み方・管理」で、毎日の服薬を楽にします

患者様お一人お一人の生活習慣に合わせて、無理なく忘れずに薬を飲むやり方など、一緒に考えます。

例：◆ 大きくて飲みにくい薬は粉碎して飲みやすくする ◆ 飲み忘れが多い時は、1回分ずつ袋に入れる「一包化」をする ◆ お薬カレンダーを設置して、視覚的に管理しやすくする 等

### ② おうちでの様子から、副作用のサインをいち早く見つけます

薬局のカウンター越しでは分からなかった、ご自宅での実際の生活状況（食事、睡眠、排泄など）を、薬剤師が訪問して確認します。めまい、食欲低下、便秘、口の渇きといった体調変化が、実は薬の副作用だったケースもあります。薬剤師が副作用のサインをいち早く察知し、医師と共有することで、副作用症状の悪化を防ぎます。



### ③ お薬を整理し、体への負担や不安を減らします

「薬が多すぎて、飲むのが辛い…」「この薬、本当に効いているのかな？」といった、お薬に対する正直な想いを聞かせてください。皆様の薬に対する想いを聞き取って医師と相談し、お薬を本当に必要なものだけに整理することで、不安や体への負担を減らします。

### ④ 薬の疑問、おうちでとことんお答えします

「この薬は何の薬？」「いつ飲めばいいの？」といった、薬に関する基本的な疑問から、些細なことまで。薬剤師がご自宅へ訪問した際に、わかりやすく、丁寧に説明させていただきます。なんでも聞いてください。

## 【利用の流れ】\ どうやって利用するの？ / お薬訪問サービス 利用手順

1. ご相談 (まずはお気軽に！)	薬局、診療所、ケアマネジャーなどへ「薬剤師に自宅へ訪問してほしい」などとお知らせください。些細なことでも結構です。
2. 検討 (チームで話し合います)	診療所医師、ケアマネジャーなどと連携し、訪問によるサポート（在宅医療）が適しているか検討します。
3. 訪問開始 (住み慣れたおうちで)	医師の指示のもと、薬剤師が定期的にご自宅へ伺います。

### 〇気になる費用の目安（1回あたり） このサービスを利用するにあたって、費用が発生します。

医療保険の利用（1割負担の場合）：**650円程度** / 介護保険の利用（1割負担の場合）：**596円程度**

※患者様の保険負担割合や月の訪問回数によって異なります。詳しくは薬局にてご相談を承ります。

お薬のことは、地域医療チームの一員であるセンター薬局にお任せください。  
村の医療・介護チーム全員で、村民の皆様が安心して笑顔で生活できるよう、全力でお手伝いしてまいります。



中札内村立診療所  
公式LINE



## 石渡さんが旭日単光章を受章

～長年の功績をたたえて～

村内在住の石渡宇紘さんが旭日単光章を受章され、7月17日に川尻村長から勲記と勲章が手渡されました。この章は公務等に長年にわたり従事し、貢献された方が受章するものです。

石渡さんは村議会の議員として昭和54年から平成3年までの12年間務めたほか、村商工会の理事を昭和48年から平成2年までの16年間務められました。そうした長年の活躍が認められ、今回受章となりました。

## 七夕まつりに約900名が来場

～友好都市・川越市のうなぎも販売～

7月24日、七夕まつり実行委員会主催の「第35回七夕まつり」が開催されました。

あいにくの天気にも関わらず約900名が来場し、ステージ発表や美味しい料理を楽しみました。また、今回初の試みとして、友好都市・埼玉県川越市の名物の一つ「うなぎ」を使ったメニューも販売され、好評で完売となりました。

イベントの終盤にはお馴染みの抽選会を実施。読み上げられる当選番号に会場からは次々と歓声が上がり、大盛り上がりの一夜となりました。



## 平和のおはなし会・ポスター展示を開催

～終戦から81年…平和について考えるきっかけに～

8月1日に「平和のおはなし会」が開催され、平和を願う読み語りボランティアが平和へのメッセージを込めて絵本の読み語りや楽器演奏などを披露しました。

また、7月24日から8月7日までの期間、文化創造センターエントランスにて「平和のポスター展示」が行われ、原爆被害者に関するポスターや、帯広空襲、本別空襲についての資料を展示しました。

おはなし会とポスター展示にはそれぞれ50名ほどが来場し、平和について考える機会となりました。

## 上札内de花火、村民盆踊り花火大会で納涼

～村民有志のイベントが続々開催～

8月14日、上札内交流館前で「上札内 de 花火」(実行委員会主催)が開催され、バンド演奏やお肉をかけたじゃんけん大会等で盛り上がりしました。

また、翌週の22日には「第11回村民盆踊り大会」(実行委員会主催)が開催され、会場の中央公園にはたくさんの屋台と盆踊りの輪が広がりました。

どちらのイベントも、打上花火で締めを飾り、集まった観客は夜空に咲く華に歓声を上げ、中札内ならではの夏のイベントを楽しみました。





# 図書館だより

■開館時間 10:00～18:00

■TEL 0155-67-2261

■休館 火曜日(祝日の場合は次の平日)／特別図書整理期間(5月中旬の5日間)／年末年始

図書館の  
最新情報



9/12・26(土) 10:30～11:00

## 土曜日おはなし会

絵本や紙芝居のおはなし会です

- ▶会場 中札内村図書館
- ▶対象 どなたでも
- ▶無料・申込不要



## 今の特集

### 【一般書】読む知る 認知症

9月は認知症月間です。認知症に関連する本やリーフレットを手に取って、認知症についての理解を深めてみませんか？

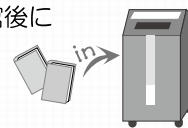
### 【児童書】いのちを守る 防犯・防災

自然災害、けがや事故、犯罪、身の回りの危険…。生きていくと、いろいろなことに遭遇します。そんな危険を回避する知識や方法についての本の特集です。

## 図書館システム入替のため 臨時休館します

休館：8月31日(月)～9月2日(水)

- 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にお願いします。
- ボードゲームやCDは、開館後に直接カウンターへ返却してください。



蔵書検索は こちらからどうぞ



WEB用パスワードを図書館で発行すると、ご自身の端末から予約や延長ができます。



## 9月9日は救急の日

普通救命講習を受講しませんか？

### 普通救命講習のご案内

期 間	令和8年9月9日(水)～令和8年9月30日(水)
場 所	とかち広域消防局 中札内消防署 2階研修室
内 容	普通救命講習【約2時間】
対 象	村民の皆さま

消防署からのお知らせです。

9月9日の救急の日に合わせて、村民を対象とした普通救命講習を実施します！

心肺蘇生法やAEDの使用方法など、いざという時に役立つ応急手当を学んでみませんか？

### 受講者特典

受講者には  
七色献立プロジェクトとの  
タイアップ事業として  
健康ポイント

**30pt**

を付与します！

### 受講の流れ

#### ① 申し込み

電話で  
お申し込み  
ください。



#### ② WEB 講習の受講

受講日の前日までにWEB講習を受講してください。  
※WEB講習が難しい方はご相談ください。

#### ③ 普通救命講習の受講

期間中のご希望の日程で、受講できます。(時間は調整します。)

WEB講習はこちら  
(応急手当WEB講座)

<http://fire-tokachi.hokkaido.jp/oukyuteateweb.html>



興味のある方はお気軽に  
ご連絡ください！

●申し込み・お問い合わせ 中札内消防署 警防係 TEL (67) 2111

# 健康ポイント事業のお知らせ

達成者に  
100Pt 付与

## 第2回バーチャル歩数イベント 開催！

◆開催期間：	令和8年9月1日(火)～12月1日(火)
◆コース：	ドイツ編 1日平均約8,055歩(ゴール想定歩数741,000歩)
◆参加条件：	9月13日(日)までに寄附コースもしくはチャレンジコースに申し込みした方
◆最終データ送信：	12月10日(木)

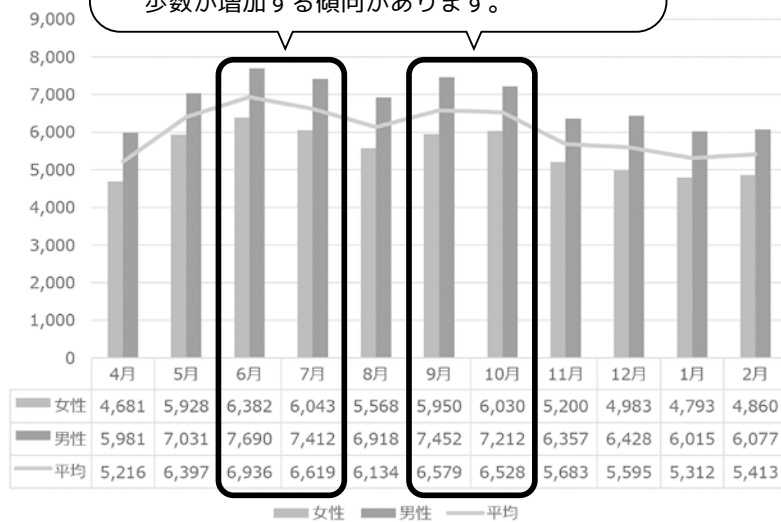
※イベント期間中は、週に1回以上のデータ送信を推奨します。

※今回の歩数イベントは、チャレンジコースの目標の1つになっています。

チャレンジコースに参加の方は、目標達成に向けて途中経過をぜひ確認しましょう！

### 【2025年の平均歩数】

バーチャル歩数イベントの実施期間中には歩数が増加する傾向があります。



令和8年度 七色献立プロジェクト 健康ポイント事業

### チャレンジコース 目標達成シート

氏 名: _____

生年月日: _____

目 標	達成基準	達成日
① 秋の歩数イベントをゴールする(平均歩数 8,000歩/日)	必須	/
② 年2回のアンケートを両方提出する	必須	/
③ 健診またはがん検診ポイントを申請	必須	/
④ フィットジャーニーに1コースで2回以上参加	どちらか	/
ベジチェックカードに3回分以上の測定結果を記入し、提出する	どちらか	/

こちらに達成日をご記入ください

必ず確認し、内容に同意する場合はチェックをしてください

☐ 商品券(上限5千円)との交換を希望します。

☐ 寄附はできないことを承知しました。

●上記の目標に対して取り組んで、達成した日をシートに記入してください。

●サツドラ中札内店のBOXまたは、老人保健福祉センターに提出いただき、担当者が精査します。

## 令和8年度 食べて学べる栄養セミナーのご案内

参加者に  
30Pt 付与

**日 程** 10月2日(金)  
午後 5時30分～7時30分 ◆ 開場 5時15分 閉場 7時30分

**場 所** まちなか  
キッチンスタジオ

**尿ナトカリ比の測定ができます！**

※9/25(金)までの参加申込で、セミナー当日に結果を返却します。

**イベントプログラム**

5時15分～ 開場・受付

- ・尿ナトカリ比測定結果の返却
- ・ベジチェックによる推定野菜摂取量測定

5時30分～ 7時00分 栄養セミナー

「おいしく続けられる体に優しい健康習慣  
～適塩＆野菜たっぷり生活ではじめる高血圧予防～」

まつもと薬局 管理栄養士 三木 沙也佳 氏

**その他** ◆募集人数 40人 ◆参加費 無料 ◆持ち物 エプロン・三角巾

**参 加 申 込 込 込**

インターネット申し込み用サイト →  
または、福祉課健康・こどもグループへ電話  
TEL (67) 2321



この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。



おいしい  
減塩メニューの  
試食があります！



# 10/4日 道の駅フェアに行こう！

食べて☆遊んで☆大満足！！

中札内村のおいしい＆楽しいが勢ぞろいの特別な一日。

大人気の野菜の詰め放題をはじめ、馬車体験に昆虫展示、消防車・パトカー展示。

豪華景品が当たる(!?) お楽しみ抽選会と盛りだくさん。

食市やキッチンカーもたくさん集合。

10月4日は「道の駅なかさつない」でたのしんじゃおう！

日 時	10月4日（日）午前10時～午後2時（荒天中止）
会 場	道の駅なかさつない
内 容	村内飲食店などの出店ブース・キッチンカー・収穫野菜の詰め放題・馬車体験・昆虫展示・ピータンとジャンケンポン・お楽しみ抽選会など
主 催	中札内村観光協会
お問い合わせ	中札内村観光協会 TEL（68）3390 観光協会ホームページ <a href="https://kankou-nakasatsunai.com">https://kankou-nakasatsunai.com</a>



※詳細は9月下旬の新聞折り込みチラシや観光協会ホームページ、各SNSをご覧ください。

※天候、その他理由により、イベント中止やプログラムの内容が変更になる場合があります。

※駐車場は、道の駅第1・第2、中札内文化創造センター南側、すいすいの駐車場をご利用ください。近隣商業施設への駐車はご遠慮ください。

## ★村内事業者の出店者を募集しています★

お申し込みは9月11日（金）までに、観光協会までお問い合わせください。



ふるさとチョイス  
GCF サイトへ



「中札内村ふるさと納税」で、日高山脈山岳センターを支援！

## 「日高山脈山岳センター」外壁補修工事クラウドファンディング 実施中！

村外に暮らすご家族やお友達にお知らせください

山岳センターの外壁や屋根の老朽化を修繕し、登山・観光の拠点として活用するため、ふるさと納税を活用したクラウドファンディングを実施中です。（詳細はQRコードからご覧ください）

※中札内村に住民票がある方は、寄附をすることは可能ですが返礼品を受け取ることはできません。

## 第7回 ビューティフルデー ゴミ拾いウォーキングラリー

ゴミを拾いながら市街地の景観スポットをめぐって健康ポイントをゲット！

軍手やごみ袋は受付時に配付しますので、お気軽にご参加ください。

開催日：10月10日（土）※小雨決行、荒天時中止

受付：午前9時30分～（開会 10時）

集合場所：道の駅なかさつない 芝生（開拓記念館の向かい）



健康ポイント  
最大30pt

●お問合せ先 総務課企画財政グループ TEL（67）2491

## 令和8年熊本地震 災害義援金受付中

皆様の温かいご支援をお願いします



### 受付場所

中札内村役場 住民課窓口  
(日本赤十字社)

受付期間: 令和8年10月30日迄  
(平日 午前8時30分~午後5時15分)

TEL (67) 2929  
教育委員会  
お問い合わせ

◆推薦締切 9月11日(金)  
◆お問い合わせ

◆推薦対象  
各種発表会等において、特に優秀な成績を収めた個人および団体・地域並びに団体等における諸活動を通じ、健全な文化の振興発展に寄与した個人および団体

◆推薦対象  
中札内村文化賞規則に基づく令和8年度の文化賞候補者(高校生以上)の推薦を受け付けています。表彰は11月3日の文化の日に行います。

文化賞候補者を  
推薦してください

## 中札内消費者協会学習会のご案内 「相続と遺言について」

知って安心「終活」学習会を行います。  
入場は無料です。一般の方も参加可能です。  
ぜひお越しください。

日 時	9月18日(金) 午後1時30分から
場 所	農村環境改善センター 大集会室
講 師	釧路地方法務局帯広支局 法務事務官 新津 太一氏 参加者にはエンディングノートを 配布します。
申し込み	9月15日(火)まで

### 《お問い合わせ・お申し込み》

中札内消費者協会 または 中札内村役場 産業課  
TEL (67) 2495

## デジタル(スマホ) 安全・安心教室



～だまされないために、今できること～

スマートフォンの便利な使い方や、増えている詐欺の手口をやさしく学べます。スマホを使用している方なら誰でも安心して参加できます。

### 【講座内容】

- 一部 スマホの便利な使い方・最新の詐欺対策  
講 師 (一社) 北海道消費者協会 デジタル推進担当部長
- 二部 詐欺体験会  
講 師 北海道くらし安全局地域安全課 主幹

○開催日	10月22日(木)
○時 間	午前10時~12時
○会 場	文化創造センター視聴覚室
○対 象	スマホを持っている65歳以上の方
○定 員	20名

参加費  
★無料★

お問い合わせ・お申し込み 総務課総務グループ

TEL (67) 2311

村民と議会をつなぐ仲間、募集します

## 議会モニター募集!!

### ◆◆◆ 議会モニターとは? ◆◆◆

村民の皆さまから様々なご意見を伺い、議会の運営、活動等を強化、拡充、活性化させるための取組です。

【活動内容】	村議会の傍聴(YouTube等配信を含む)や、議会だよりをご覧ください、ご意見・感想をいただくほか、モニター会議にて議員との意見交換にご参加いただけます。
【人 数】	8名以内
【任 期】	2年
【報 酬】	無報酬(記念品を贈呈します。)
【応募方法】	9月30日までに、議会事務局へ電話またはFAX、メールで「住所・氏名・年齢・職業・連絡先」をお知らせください。

※応募資格等の詳細はホームページをご覧ください。

### ●お問い合わせ

議会事務局 TEL (67) 2497

FAX (68) 3911

Eメール

g-gikai@vill.nakasatsunai.hokkaido.jp



●お問い合わせ先 福祉課福祉グループ TEL (67) 2321

### 『敬老会招待者』

- ・白寿を迎える方(昭和3年生まれの方)
  - ・米寿を迎える方(昭和14年生まれの方)
  - ・喜寿を迎える方(昭和25年生まれの方)
- ※対象となる方には別途ご案内を送付しています。



中札内村では、年長者への敬意と感謝を示すとともに長寿を祝福するため、9月15日に、敬老会を開催します。

## 中札内村敬老会について

令和8年度



## 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		募集資格	受付期間	試験日
防衛大学校学生	推 薦	18歳以上21歳未満の者 ※高卒者（見込含）又は 高専3学年次修了者（見込含）	9月5日（土） ～ 9月8日（火）	9月19日（土）、20日（日）  1次：9月19日（土） 2次：10月24日（土）、25日（日）
	総合選抜			
	一 般		7月1日（水） ～ 10月15日（木）	1次：10月31日（土） 2次：11月27日（金）～12月2日（水）のうち指定する日
防衛医科大学校 医学科学生			7月1日（水） ～ 10月8日（木）	1次：10月24日（土） 2次：12月16日（水）～18日（金）のうち指定する日
防衛医科大学校 看護学科学生 （自衛官候補看護学生）			7月1日（水） ～ 10月2日（金）	1次：10月17日（土） 2次：12月5日（土）又は6日（日）の指定する日
予備自衛官補 （第2回）	一般	18歳以上52歳未満の者	5月23日（土） ～ 9月10日（木）	10月4日（日） ※試験日は変更になる場合があります。
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する者 （資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満） ※資格等の細部はお問合わせ下さい。		

※ 募集資格の年齢は採用時期によって異なります。なお、受付期間や試験日については状況により変更になる事があります。詳しくは下記のいずれかにお問い合わせ下さい。

- ・ 自衛隊帯広募集案内所（帯広市西5条南14丁目13 NC サウスビル）電話& FAX (23) 8718
- ・ 帯広募集案内所 Eメールアドレス obihiro.pco.tokachi@rct.gsdf.mod.go.jp
- ・ 自衛隊帯広地方協力本部ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/obihiro/>

## 第42回 村民スポーツ大会

## パークゴルフ

## 参加者募集

爽やかな秋の始まりに、パークゴルフを楽しみませんか！初心者の方のご参加も大歓迎です！

## ◆日程 9月27日（日）

- ・ 受付 午前8時 ・ 開会式 午前8時30分
- ・ 競技開始 午前9時 ・ 表彰式 午前11時（予定）

## ◆場所 札内川総合運動公園 パークゴルフ場

◆お申し込み期限 9月16日（水）まで  
※道具の貸出もあります。

## 競技方法

- ・ ストロークプレイ（36ホール）
- ・ 個人戦（男女とも参加者14名以上の場合は、2部制で行う）
- ・ 同スコアの場合は、優勝のみプレイオフとし、以下はカウントバック方式

お問い合わせ  
申し込み先

教育委員会 TEL (67) 2929



## 第33回

家族と、仲間と、一緒に走りませんか？

## ファミリーマラソン大会 参加者募集

★日 程：10月12日（月）  
受付：午前8時30分～（開会式：午前9時）

★場 所：札内川総合運動公園陸上競技場

★種 目：【150m】幼児男女（年少児以下）、一般男女  
【500m】幼児男女（年中児）、一般男女  
【1km】幼児男女（年長児）、小学1～3年生男女、一般男女  
【2km】小学4～6年生男女、中学生男女、一般男女  
【ピータンリレー】 400m 1チーム8名まで

★対 象 者：村内在住・在勤・在学者

★参 加 料：無料

★申込期限：9月18日（金）

★申込方法：右のQRコードから入力フォームを使用してお申し込みください。

★問合せ先：教育委員会 TEL (67) 2929



ピータンリレー用



申込QRコード

# 防災コラム 第2回



非常用持ち出し袋の準備は万全？  
オリジナルの持ち出しリストを作ろう！

避難が必要になったとき、すぐに持ち出せる非常用持ち出し袋を事前に準備しておきましょう。最近では必需品をセットにして販売しているお店もあります。また、各家庭の状況に合わせて物品を用意することもあります。赤ちゃん用のミルクやおむつ、女性用品、ペットのエサなどは忘れがちです。自分だけのオリジナル持ち出しリストを作成して、見落としがないか確認しましょう。

持ち出し袋はリュックなどの両手を使えるタイプにすると、避難時に安心です。スムーズに持ち出せるよう、玄関などの避難経路上のすぐに手に取れる場所に置いておきましょう。

持ち出し袋を作った後は定期的に中身を見直し、賞味期限や電池切れを点検することも大切です。

「いざという時」に慌てないよう、平時から備えておきましょう。

## 非常時持ち出し袋

監修／内閣府政策統括官（防災担当）、内閣府男女共同参画局

<input type="checkbox"/> 水	<input type="checkbox"/> 軍手
<input type="checkbox"/> 食品	<input type="checkbox"/> 洗面用具
<input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット・防災頭巾	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉
<input type="checkbox"/> 衣類・下着	<input type="checkbox"/> タオル
<input type="checkbox"/> レインウェア	<input type="checkbox"/> ペン・ノート
<input type="checkbox"/> 紐なしのズック靴	
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール
<input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器	<input type="checkbox"/> 石鹸・ハンドソープ
<input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 救急用品	<input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	
<input type="checkbox"/> ブランケット	<input type="checkbox"/> 貴重品

※上記の他に下記も準備しましょう。  
☐ こどものための備え（液体ミルクなど）  
☐ 女性の備え（生理用品など）  
☐ 高齢者のための備え（杖・持病の薬など）  
 ※他に必要なものもリストにしましょう。  
☐  
☐  
☐

## 故山崎昌伴さんが叙位を受章

山崎さんは平成19年まで保護司として35年間活動されました。保護観察対象者の話をよく聞き、相談を受けていたという山崎さん。その功績を称えられ、この度、叙位（従六位）を受章されました。

8月3日に釧路保護観察所の藤野所長が山崎さん宅を訪問し、ご遺族の山崎正彦さんへ位記が伝達されました。

※叙位とは、国や公共に対して功労のあった方がご逝去された際、その功績をたたえて授与される栄典制度。



## 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。

大江 里茉ちゃん



パパ裕樹 ママ光佳留 (北1区)

菅 真由美ちゃん



パパ健人 ママ愛子 (西戸蔭)

三井 奏音くん



パパ敦史 ママ匡子 (めぐみ区)

## 世帯と人口

世帯数 1,912戸 (-4)  
 人口 3,774人 (-7)  
 男 1,830人 (-1)  
 女 1,944人 (-6)  
 うち外国人 91人 (-4)

令和8年7月31日現在  
 ( ) 内は前月比です。

## 法務局からのお知らせ

## 相続登記が義務化されました！

相続人は、不動産を相続で取得したことを知った日から3年以内に相続登記をしなければなりません。

登記手続きがお済みでない方は、早めの登記をご検討ください。

※義務化前の相続も対象です  
 ※詳しくはお近くの法務局におたずねください。



法務省の専用ページ