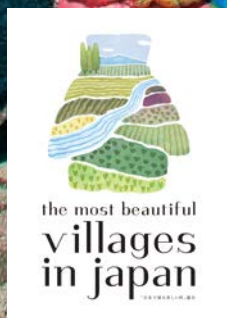


広報 ながさつない



特集 みんなで取り組もう
健康のまちづくり

4

2020 NO.768
令和2年4月1日発行

みんなで取り組もう 健康のまちづくり

超少子高齢化・超長寿時代を迎え、健康づくりへの関心が非常に高まっています。

「いつまでも元気に楽しく過ごしたい」との想いは、誰にも共通するものではないでしょうか。

村では「環境・健康・文化」をまちづくりの3本柱として位置付けていますが、その中の「健康」では「七色献立プロジェクト」や「まるごと元気アッププログラム」などの取り組みを積極的に進めています。

皆さんも各種取り組みに参加することで健康に関する意識が高まり、参加者やご家族で刺激しあうこともあるでしょう。いつまでも健康に過ごすために一緒に取り組んでいきませんか。

120名が商品券5千円分獲得！

七色献立P参加者が激増しています！

令和元年度の「七色献立プロジェクト健康ポイント事業」は、「すこやかウォーキング」や「食事写真イベント」など新企画も織り交ぜ、多くの参加をいただきました。

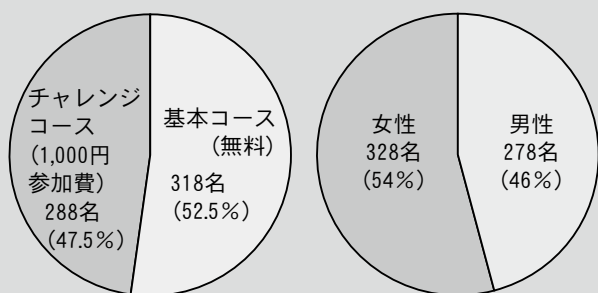
参加者は前年よりも196名増加し、村人口の15%以上の606名となり、容易に健康づくりに取り組むことができる村の事業として定着しています。



すこやかウォーキング

★令和元年度の参加状況

606名が参加し、19歳から90代まで幅広い世代の方が参加しています。



★ポイント付与の状況

ポイント付与1位の方は14,258ポイントを獲得しています。

5,000ポイント（村商品券5,000円分）を獲得された方は120名にも上り、全体の5分の1の方が高いポイントを獲得されていることがわかります。

データ送信利用状況

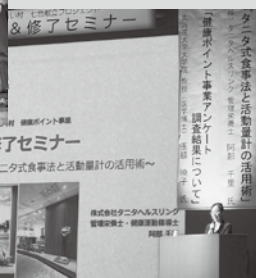
場 所	保健センター	文化創造センター	改善センター	その他
延人数	1,314	1,104	871	853
回 数	4,063	5,179	2,757	1,259

★表彰式&修了セミナー

1年間の活動を終え、2月15日に「表彰式&修了セミナー」が開催されました。

表彰式ではポイント獲得上位者等に記念品の贈呈を行い、一年間の活動を称えていました。

修了セミナーでは、提携しているタニタヘルスリンクの管理栄養士・阿部千里氏等の講演もあり、参加者は健康に関する更なる意識づけがされたようです。



Interview

食育の取り組みが高評価

農協青年部が全国青年大会で最優秀賞受賞

前部長・鎌田修さん（協和）に聞きました

健康維持のためには「食育」も重要な役割を果たしています。

中札内村農協青年部は長期に渡って食育について取り組んできました。子どもたちに農業に触れてもらい、自分たちが普段食べているものがどのように作られているかを知ってもらうために平成14年に「子ども農業体験事業」を実施したことが発端です。

その後、七色献立プロジェクト事業にも賛同し、「親子で食育体験」へも積極的に協力してきました。

毎年多くの親子が参加し、枝豆収穫体験やトラクターの試乗体験を行っています。反応も良いため、しっかりと地域に根付いてきていると感じます。

また、上札内小学校の畑では児童や保護者、地域住民の方々と一緒に農作物の植え付けや管理も行い、秋には収穫祭（食事会）で交流を深めました。

このような取り組みをJA青年大会で活動報告し、十勝、北海道、

東北ブロックと勝ち抜き、全国大会でも最優秀賞を受賞しました。毎週のように準備してきたので、喜びもひとしおです。

行政、観光協会、コミュニティスクールなどの協力の積み重ねのおかげで最優秀賞を獲得することができましたので、皆さんには感謝申し上げます。

これからも地域に根付いた「地域密着型食育」が必要だと思いたいです。今後活動も継続していきたいと思っています。



J A全国青年大会での喜びの1枚。
前列左から4人目が鎌田修さん

子どもの成長を応援！

健康ポイント事業の寄附が新しくなります！

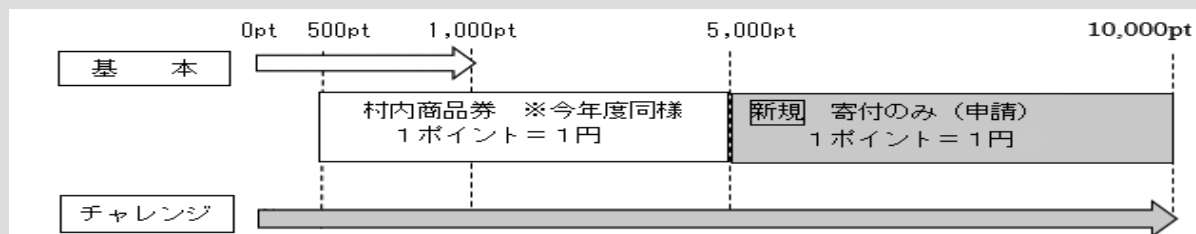
今年度も新たな内容を追加し、6月1日からポイント付与を開始します。

●新たな内容

1. 自分の健康の取り組みが、村の子どもたちの健やかな成長を応援します。

チャレンジコース参加者はポイントが5,000ptを超えると、超過ポイントを最大5,000ptまで、村立小・中学校に寄附することができます。

寄附先については、今年度は中札内中学校、令和3年度は上札内小学校、令和4年度は中札内小学校の順で予定しています。寄附は児童生徒が使用する教育用品等の購入に有効活用されます。



※ 寄附ができるのはチャレンジコース参加者のみです。

2. データ送信機器をサッポロドラッグストア中札内店へ新たに設置します。

●申し込み

新規の方、継続の方（チャレンジコースのみ）のお申込みは5月7日（木）より開始します。

詳細は広報5月号でお知らせします。

●お問い合わせ 福祉課保健グループ TEL（67）2321

村では、平成30年度より65歳以上で要介護認定を受けていない方を対象に、「まる元運動教室」を開催しています。

まる元は、「もう少し体力を付けたい」「膝や腰が痛くて困っている」などと思っている方にお勧めで、参加することで膝の痛みがなくなるなどの効果が出ています。

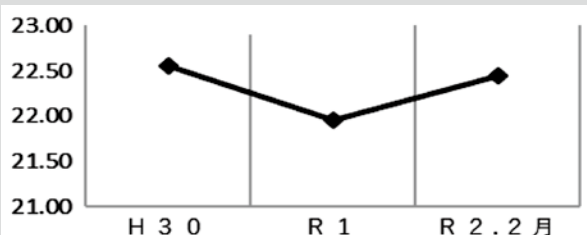
この2年間の体力測定から、まる元に継続して参加していることで、バランス力（手のばし・開眼片足立ち）、踏ん張る力（30秒立ち座り）、歩く力（歩行速度）に大きな改善がみられました！

痛み解消！健康数値も改善！

まる元運動教室に参加しませんか

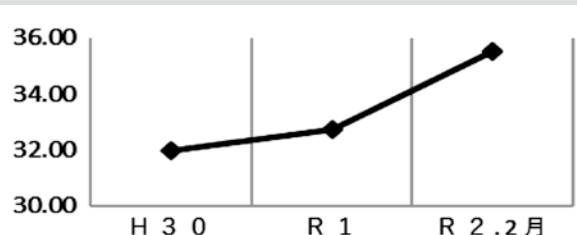
まるげん。

★握力（目標値20kg）



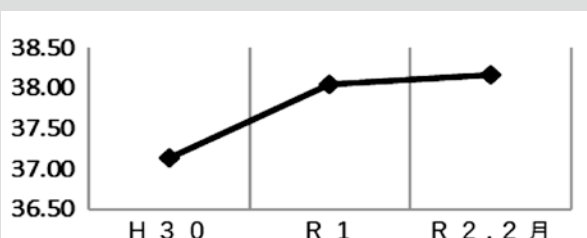
握力が低下するとペットボトル等のふたが開けづらくなる他、下肢筋力の低下にも関係があります。

★手のばし（目標値30cm）



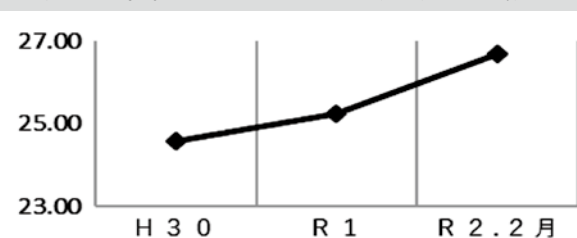
つまづいたとき等のバランスをとる力とされています。転倒のしにくさに関係があります。

★長座体前屈（目標値30cm）



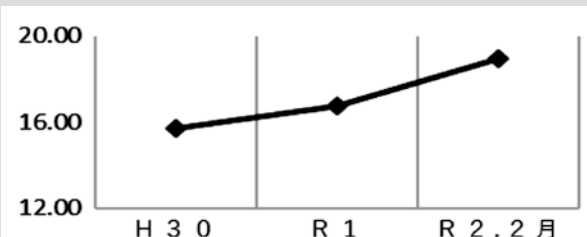
体の柔軟性の指標です。歩くときの歩幅やズボンの履きやすさ等に関係があります。

★開眼片足立ち（目標値12秒）



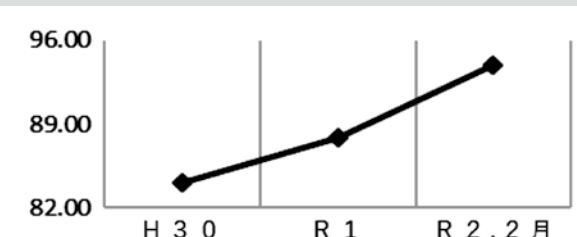
ふらついたときのバランスを維持する力です。立ったまま靴や靴下が履ける等に関係があります。

★30秒立ち座り（目標値15回）



下肢筋力の指標です。椅子からの立ち上がりや、踏ん張って座る力に関係があります。

★歩行速度（目標値83m/分）



83m/分よりゆっくりになると、青信号の間に横断歩道を渡り切れない場合があります。

まる元 健康運動指導士からの一言

中札内村まる元は、参加者皆様の笑顔や笑い声がたくさんの中で運動を行っています。皆様の笑顔を見ることで、私たち指導者も元気をもらっています。

参加者の方々からは「ストレス発散になる」「笑うために来た」「みんなと会ってお話ができる」というお声をいただきます。このようなお声から、まる元は「運動の場」であり、「地域コミュニティ」の一部となっていると感じております。

今後も皆様の健康の維持向上の一助となれるように一緒に楽しみながら運動をさせていただきます。



矢口直弥先生



鍛崎亮太先生

痛みが改善！自宅でも体操しています！(^^)！

参加者の声

林中美恵子さん（共栄）



まる元には途中から参加しています。先生やスタッフの皆さんが優しく接してくれるのでよかったです。

参加者の皆さんと和気あいあいと軽い体操をするのが楽しいですね。

毎日お風呂上りにテレビなどを見ながら15分から20分ほどまる元体操をしています。膝に痛みがあったのですが、体操のおかげで足に筋肉が付き、膝の負担も減ってきていますし、肩こりもよくなりました。

これからも自分に合った運動をしていきたいですね。

水崎数子さん（西札内）



まる元には最初から参加しています。

冬になると時間もあるので身体のためにも参加してみました。

膝の調子が悪かったのですが、参加することで歩くことがスムーズになりました。仲間と一緒に体操をすると嬉しいし、あっという間に時間が過ぎてしまいますね。

自宅でも好きな時間にまる元で教わった体操をして、健康維持に備えています。

現在コロナウイルスの関係で中止になっていますが、早く再開してほしいですね。

水野ナミ子さん（3区）



まる元には健康維持を目的に参加しました。効果的な指導をしてくれるのがありがたいです。身体を動かすのが好きなので、楽しく参加しています。

自宅でも体操を行い、膝の痛みなどが改善されていくのを感じます。

昨年は風邪を引かなくて、健康に過ごせたので運動は大事だと感じました。七色献立プロジェクト健康ポイント事業にも参加しているため、目標歩数に達するように運動していることもよいかもしれませぬ。

★令和2年度のご案内 4月からスタートします！

クラス	上札内 初級クラス	保健センター 初級クラス	保健センター 中級クラス (定員に達しているため、空き次第ご連絡いたします)
対 象	65歳以上の方で、要介護認定を受けていない方		
	・ 足腰に痛みがある方 ・ 普段運動していない方 ・ 立ち座りが辛い方		・ 足腰の痛みが少ない方 ・ もっと体力をつけたい方
内 容	・ 椅子に座っての運動 ・ 足腰を鍛えバランスを保つ運動		・ 筋力トレーニング ・ 体力アップの運動
	3カ月に1回、体力測定をします		
実施日	毎週火曜日（祝日・年末年始は除く）		
時 間	10時30分～11時30分 （受付10時～）	15時～16時 （受付14時30分～）	13時30分～14時30分 （受付13時～）
場 所	上札内交流館	保健センター	
定 員	各クラス25名		
利用料	月1,000円		
送 迎	移送サービス登録者のうち希望される方		

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

各種がん検診・国保特定健診等のご案内

■北海道対がん協会 巡回健（検）診

村内で受診することができ、受診したい項目を選択することができます。

申込期間	日程・場所	
4月6日（月）～4月17日（金）	6月19日（金）～6月22日（月） 保健センター	6月23日（火） 上札内交流館

健診内容、料金などの詳細については、今月号に折込の申込用紙や健康づくりパンフレットをご覧ください。

■帯広厚生病院 人間ドック

帯広厚生病院において、がん検診等の豊富な内容をセットで受診することができます。

申込期間		日程・場所	
4月6日（月）から随時受付		5月～令和3年3月 帯広厚生病院（帯広市西14条南10丁目1）	
内 容		対 象	料 金
セ ッ ト	▶ 生活習慣病予防健診（特定健診等） 身体計測、血圧測定、尿検査、問診、 血液検査、診察、心電図検査、眼底検査 ▶ がん検診 胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診 ▶ その他の検査 腹部超音波検査、肺活量検査 など	国保加入者（20～39歳）	31,370円
		生活保護世帯の方（20～39歳）	30,370円
		国保加入者（40～64歳）	20,164円
		国保加入者（65～69歳）	19,364円
		国保加入者（70歳以上） 後期高齢者医療加入者 生活保護世帯の方（40歳以上）	14,464円
上記以外にもさまざまなオプション検診を同時に受診することができます。胃内視鏡検査が受診でき、年齢等の要件を満たしている場合、「前立腺がん検診」「子宮がん検診」「乳がん検診」「脳ドック」「ピロリ菌検査」については村からの費用助成を受けることができます。			

■生活習慣病予防健診（特定健診等）

村内・外の医療機関において、特定健診等を受診することができます。

申込期間	日程・場所		
受診予定日の2週間前まで	5月～令和3年3月		
	中札内村立診療所	大正クリニック	北斗病院
	平日・土曜日 (9:00開始)	平日 (9:00開始)	平日 (9:00、13:00開始)
内 容	対 象 者		料 金
身体計測、血圧測定、尿検査、問診、 血液検査、診察、心電図検査、眼底検査 (眼底検査は、大正クリニックでは未実施)	国保加入者（20～69歳）		1,000円
	国保加入者（70歳以上） 後期高齢者医療加入者 生活保護世帯の方（20歳以上）		無料

■脳ドック

MRI や MRA 検査など、脳の隠れた病気を見つける脳ドックは、村からの助成を受けて受診できます。
（「ペースメーカー装着の方」や「妊娠中や妊娠の可能性がある方」などは受診できません。）

申込期間	日程	対象者	助成額（定員）
4月6日（月） から随時受付	5月～ 令和3年3月	30歳以上の方 ※平成28年度～31年度に村の脳ドックを受けた方は助成対象外となります。また、今年度時に村の脳ドックの助成を受けた方は、今後4年間助成対象外となります。	10,000円（35名まで）
医療機関		脳ドック料金（助成後）	受診時期
帯広厚生病院	単独	22,868円	5月から
	人間ドック	9,800円	人間ドック受診日
帯広協会病院		18,000円	5月から
北斗病院	受診日60歳未満	13,100円	5月から
	受診日60歳以上	15,300円	
			定員20名

前年度より、乳房超音波及びPET 乳がんドックの助成を開始しています

* 乳房超音波検査

日本人女性に多いと言われる「高濃度乳腺（乳腺密度の高い乳房）」の方は、通常の乳がん検診（マンモグラフィ検査）では、がんの発見が難しい場合があります。乳がんの早期発見のため、医師の判断やご自身の希望で、マンモグラフィ検査にあわせて、乳房超音波検査を村からの助成を受け、受診することができます。

* PET 乳がんドック

この検査は、がんに集まる性質を持つ薬剤を注射し、特殊なカメラでがんを発見するもので、マンモグラフィ検査や乳房超音波検査より感度が高く、より小さいがんを発見できると言われています。

※「乳がん検診」、「PET 乳がんドック」について、今年度の受診や費用助成を受けられるのは、いずれか一方のみとなります。

※2年に1度は、通常の乳がん検診（マンモグラフィ）を受診することをお勧めしています。

■ 子宮・乳がん検診

村外の医療機関で、子宮・乳がん検診を受診することができます。

対象者					
子宮がん検診	20歳以上の方のうち、前年度に村から子宮がん検診の助成を受けていない方				
乳がん検診	40歳以上の方のうち、前年度に村から乳がん検診の助成を受けていない方				
申込期間	子宮	乳		場 所	料 金
4月6日（月）から随時受付	●	●	×	帯広厚生病院、帯広協会病院	子宮 頸部 1,800円 体部 700円
	●	×	×	帯広レディースクリニック、慶愛病院、慶愛女性クリニック	
日 程	×	●	●	帯広第一病院、北斗病院、上徳整形外科・乳腺外科	乳 マンモ2方向（50歳未満） 2,300円 マンモ1方向（50歳以上） 2,000円 超音波検査 1,000円
5月～令和3年3月	×	●	×	公立芽室病院	

■ PET 乳がんドック

PET 乳がんドックについて、村からの助成を受け、受診することができます。

申込期間	日 程	料金（定員）
4月6日（月）から定員に達するまで随時受付	5月～令和3年3月	11,400円（10名まで）
対象者		場 所
40歳以上の方 ※ 今年度、村の助成を受けた方は、今後2年間は助成対象外となります。		北斗病院 （帯広市稲田町基線7番地5）

2020年度版健康づくりパンフレット配布中

健康づくりパンフレットには、保健事業（各種健診、教室、予防接種など）、子育て支援センター事業や老人クラブの年間日程などを掲載しています。次の施設に置いてありますので、ご自由にお持ちください。

◎設置施設

- ・保健センター
- ・文化創造センター
- ・上札内交流館
- ・子育て支援センター
- ・役場
- ・児童館
- ・診療所



【お申し込み・お問い合わせ】

福祉課保健グループTEL 6 7 - 2 3 2 1

※70歳以上、非課税世帯・生活保護世帯の方は、検診料金が無料となりますので保健センターまで申請をお願いします。（人間ドック、脳ドック、PET 乳がんドックを除く）

※日程は医療機関への予約やお申込みの際に決定しますが、受診枠に限りがあるためご希望に沿えない場合があります。

地域おこし協力隊員に聞く 村の観光を盛り上げたい

自ら仕掛けるPR活動を

皆さん、昨年5月に桜六花公園（南札内）で開催した桜イベントと今年2月に南常盤で開催したスノーアートイベントはご覧になりましたか？
私たちは地域おこし協力隊として村の素晴らしい場所を多くの方に知っていただき、中札内村を訪れるきっかけづくりのために新たなイベントを企画してきました。

イベントを企画しても、ただ待っているだけでは人は呼べません。インスタグラムなどのSNSはもちろん、一つでも多くのメディアに取り上げてもらおうと、出版社や新聞社、テレビ局などに自ら出向き、積極的に営業活動を展開しました。

多角的な広報戦略の成果か、桜イベントでは3日間で延べ5千人超の来場者があり、スノーアートイベントでは2日間で延べ約2千人に足を運んでいただきました。

特にスノーアートでは、新聞掲載をきっかけに、たくさんさんのテレビ局

に取材していただき、

芸術の村「中札内」の認知度アップに貢献することができました。これまで

地道にまいてきた種（PR）が実を結んだことは、大変うれしく、今後の自信につながる貴重な体験でした。

いずれも初めての試みで反省点があります。が、「日本で最も美しい村」の風物詩として村内外の多くの人に愛されるよう、今後も改善を図りながら継続していきます。また、イベントだけではなく、さまざまな視点から中札内村をPRしていきたいと考えています。



梶山千裕 梶山智大

＊村のPR動画を作成＊

地域おこし協力隊員が製作した中札内村のPR動画が完成しました。

村を代表する食を映した「食の宝庫編」と四季彩の美しさを映した「美しい四季の風景編」の2編成になっています。ご覧いただき、たくさんの方に共有してください。



食の宝庫編



美しい四季の風景編

札内川園地の良さを 知ってもらおう

昨年、（智大が）オートキャンプインストラクターの資格を取得し、4月からは札内川園地キャンプ場を拠点に活動を行っています。

札内川園地はきれいな川や森がある、美しい村らしさを体感できる特別な場所だと感じていますが、残念ながら村外の認知度が高いとは言えません。札内川園地の良さをもっと多くの方に伝え、ファンやリピーターを増やしていきたいと思っています。

インストラクターの資格を活かすため、昨年購入したスノーピーク製キャンプセットを使って試験的に「手ぶらキャンプ」を実施しました。利用者からは、「こんな良い場所があったんだ」と満足の声をいただくなどとてもやりがいを感じています。

観光は、いかにして滞在時間を増やしてもらうかが重要です。札内川園地の良さをたくさんの人に伝え、「道の駅」に留まっている方の行動範囲を広げることで、より長い時間を村で過ごしてもらえると考えます。札内

札内川園地ホームページを リニューアルしました！

手ぶらキャンプ等札内川園地の情報を逃すところなく発信しています！
ぜひご活用ください！



【URL】 <https://satsunaigawacamp.com>



川園地の魅力を磨き、発信することは、中札内村の経済活性化につながる重要戦略であると感じています。
今年度は、リニューアルした札内川園地のホームページやパンフレットを活用し、多くの情報発信を実施するとともに「手ぶらキャンプ」や「トレイラーハウス」を本格的に稼働して、園地キャンプ場の運営に携わっていきたいと思います。

IN Italy



IN Switzerland

これからの活動に向けて 先進地を視察

札内川園地キャンプ場を拠点とした中札内村の素晴らしい大自然と、中札内村が誇る美味しい食を掛け合わせた新しい観光事業を生み出し、中札内村を盛り上げたいと考えて、昨年、とち財団の人材育成事業でスイスとイタリアへ視察に行っていました。

スイスでは、キャンプ文化が進んでおり、人気スポットが数多くあります。キャンプ場の視察をメインに、施設・設備の把握、スタッフのホスピタリティ（おもてなし）などを学びました。ヨーロッパでは、日本でホテルに泊まるように、キャンプ場が宿泊先として選択肢にあるようです。

特徴的だったのは、ヨーロッパでは3〜4日の連泊が当たり前ということ。ランドリーやシャワールーム、お手洗いなどの設備が清潔で充実していることに加え、食料等を調達できる売店、地元食材を使ったレストランなどがキャンプ場に併設されていることで気軽に連泊が可能になります。

また、宿泊施設もキャンピングやトレーラーハウス、バンガローなど多様で、近くにはアクティビティ（遊びや体験）

POINT 札内川園地に行こう！

4月25日(土)から開園♪

CHECK 見どころ！

ピョウタンの滝、日高山脈山岳センター、桜（5月上中旬頃）、紅葉（10月中旬頃）

CHECK 遊ぶ！

- ・テニスコート（2面）
1コート1時間 500円（用具貸出有料）
- ・サイクリング（レンタサイクル貸出無料）
- ・バーベキューハウス（利用無料）など

CHECK 泊まる！

- ・フリーサイト（無料）
※ 令和2年度から受付が必要です
- ・バンガロー（最大10人）3棟
1棟1泊 5,000円
- ・トレーラーハウス（最大4人）3棟
1棟1泊 10,000円
- ・テントセット（手ぶらキャンプ）
1セット1泊 20,000円

お問い合わせ 日高山脈山岳センター
TEL (69) 4378

※ 紙面の都合上一部のみ抜粋して紹介しています。

が多く点在しています。キャンプ場に長く滞在できる仕掛けが地域全体に上手にちりばめられていました。

スイスは、山岳が多く美しい景観が魅力的で、札内川園地の環境に似ています。テントで泊まれる方も、身軽にシンプルなスタイルで、肩ひじ張らず、来たい時に来て十分に満足できるというスタイルを、札内川園地キャンプ場でも取り入れられたら面白いと感じました。

もう一つは、アグリツーリズム（農村観光）が盛んなイタリアを視察しました。

日本のアグリツーリズムは農家の方が行う事業という固定観念があり、スイスでは、山岳が多く美しい景観が魅力的で、札内川園地の環境に似ています。テントで泊まれる方も、身軽にシンプルなスタイルで、肩ひじ張らず、来たい時に来て十分に満足できるというスタイルを、札内川園地キャンプ場でも取り入れられたら面白いと感じました。

もう一つは、アグリツーリズム（農村観光）が盛んなイタリアを視察しました。

スイスは、山岳が多く美しい景観が魅力的で、札内川園地の環境に似ています。テントで泊まれる方も、身軽にシンプルなスタイルで、肩ひじ張らず、来たい時に来て十分に満足できるというスタイルを、札内川園地キャンプ場でも取り入れられたら面白いと感じました。

もう一つは、アグリツーリズム（農村観光）が盛んなイタリアを視察しました。

2018年ブラックアウトで大活躍！自宅で災害情報等を聞ける！



防災行政無線戸別受信機

防災行政無線は災害時に住民に情報提供を行うために整備された無線通信網で、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が、戸別受信機です。

災害時などの緊急を要する場合に、防災行政無線は最も早い伝達手段であることから、村では全戸に戸別受信機を配布しています。

現在住宅に設置されていない場合や新築住宅へ引っ越し場合には、役場総務課企画財政グループまでご連絡ください。

防災行政無線のいいところ◎

- 災害情報をいち早く放送
- 災害時に電気がなくても、乾電池で起動
- 緊急放送は、自動的に録音され、再度再生できる



設置している方は確認を！

■定期的に戸別受信機の乾電池を交換してください

戸別受信機は停電時に乾電池で作動します。1年に1度は新しい乾電池に取り換えてください。また、北海道胆振東部地震の停電により、戸別受信機の乾電池が消耗されたと思います。早めの交換を心掛けてください。

■録音ボタンの点滅について

地震発生時や防災訓練の時に、緊急通報を行っております。緊急通報では、自動的に放送内容が録音される仕組みになっているため、録音ボタンがオレンジ色に点滅しています。ボタンの点滅は録音ボタンの右側にある「再生ボタン」を押していただくと解除されます。

どこにいてもメールで情報を知れる！



中札内村メール配信



防災情報無線を聞き逃した時には...

村では、防災行政無線で放送した内容をパソコンや携帯電話にメール配信しています。防災行政無線の放送を聞き逃した場合にも、メール登録することで、内容の確認ができます。また、災害情報もいち早くお知らせします。ぜひ、メール配信をご登録ください。

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関係に関する事など
- 防災情報…災害時や災害が発生する恐れがある場合などの情報提供
- 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（ご家族の希望による）

配信日時

- その日放送された情報無線の放送内容を、午後7時10分頃に配信します。
- 臨時放送等は随時配信します。
- 複数の日にわたって放送される内容は、放送初日にメール配信をします。

----- 利用上の注意 -----

- ▶登録は無料ですが、通信料は利用者の負担となります。
- ▶迷惑メール等の設定によりメールが届かない場合は、迷惑メール設定を変更してください。※ご自身で、変更ができない場合は携帯会社へお問い合わせください。
- ▶送られてきたメールへの返信はできません。

登録方法等の詳細については、今月号の折り込みチラシをご覧ください。

【お問い合わせ】

総務課企画財政グループ

TEL (67) 2311

新型コロナウイルスの感染予防に 手洗いなどを徹底しましょう！

日本国内はもとより、世界で猛威を奮っている新型コロナウイルス感染症。中札内村においても感染発症者が確認され、施設の消毒作業などが行われました。北海道では緊急事態宣言が出され、週末の外出自粛などの要請、学校の休校、保育園の休園などさまざまな影響が出ています。

感染者数は日々増加しており、感染予防の対策が不可欠です。すでにテレビや新聞で目にする機会があると思いますが、改めて感染予防の取り組みについて考えてみましょう。



★予防を徹底しましょう！

感染症にかからない、うつさないためには、複数の対策を組み合わせることが大切です。「できるだけ感染のリスクを下げていく」という考え方に基づいて、一つひとつの対策を確実に行いましょう。

家庭でできる感染対策の基本をチェック！

- ①こまめな手洗い
- ②正しいマスクの使用
- ③症状があるときは外出を控えること

★「咳エチケット」を守りましょう！

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫やそこに含まれるウイルスなどの病原体が飛び散ることを防ぎます。咳の症状があるときは、周りの人へうつさないためにマスクを着用しましょう。もし、マスクがなく、咳やくしゃみをするときは、ハンカチやティッシュ等で口と鼻を覆い、他人から顔をそむけ、1 m以上離れましょう。

●手作りマスクを作ろう！

現在、全国的にマスクが品薄となっております。自分だけのマスクを手作りして感染予防をしませんか？

村ホームページでは手作りマスクの作り方を紹介していますので、ぜひご活用ください。（作成元：足寄町福祉課）



★手洗い方法を再確認！

外出時は、多くの人が触れた場所を自分も触れている可能性があるため、外出から戻った後は、流水と石けんで手を洗いましょう。

- ①手のひらにせっけんをとり、よくこすりあわせる
- ②手の甲を伸ばすように洗う
- ③指先や爪の間をよく洗う
- ④指の間を十分に洗う



- ⑤親指と手のひらをねじり洗う
- ⑥手首を洗う

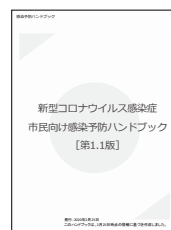


- ⑦流水でよくすすぐ



詳しい感染予防情報については、「新型コロナウイルス感染症市民向け感染予防ハンドブック」を中札内村ホームページにて紹介していますのでご覧ください。

また、中札内村ホームページでは、新型コロナウイルス感染症の対応策や村内の感染状況について随時更新していますので、ご確認ください。



令和元年度 中札内村奨励表彰等表彰式 スポーツ・文化活動の 功績を称えて

令和元年度の中札内村奨励表彰、スポーツ賞などの受賞者を紹介します。（敬称略）
今年度は新型コロナウイルスの影響で表彰式が中止となり、受賞者には後日、表彰状などが伝達されました。

中札内村奨励表彰

大島 颯己（白樺学園高等学校）

・第69回全国高等学校スケート選手権大会

男子500m 第2位

北嶋 紫乃（帯広農業高等学校）

・第43回全日本ジュニアスピードスケート選手権大会

チームスプリント 第3位

真野 美咲（山形県山形中央高等学校）

・2019/2020ジュニアワールドカップスピードスケート競技会

第1戦 ノルウェー 1500m出場

第2戦 オランダ 1500m出場

ジュニアスポーツ賞

大谷 桃（中中）

・2019 JSCA北海道ブロック夏季選手権水泳競技大会 兼 第40回JSCAブロック対抗水泳競技大会北海道ブロック選考会

女子11・12歳 200m

自由形 第2位

女子11・12歳 400m

自由形 第1位

加藤 颯（中中）

・第15回新極真会外館道場空手道錬成大会

組手の部 小学3年上級 3位

加藤 美陽（中中）

・フルコンタクトチャレンジ北海道2019 第13回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会・選抜指定大会

小学3年女子 優勝

山村 まゆり（中中）

・2019 JSCA北海道ブロック夏季選手権水泳競技大会 兼 第40回JSCAブロック対抗水泳競技

大会北海道ブロック選考会
女子8歳以下 100m
自由形 第2位
女子8歳以下 200m
自由形 第1位

ジュニアスポーツ奨励賞

瀬藤 里彩（中中） 陸上競技

田村 優真（中中） 空手

町田 瑚羽（中中） 水泳

桃井 二胡（中中） 水泳

渡部 咲羽（中中） 体操

野原 淳平（中中） 水泳

中札内中学校バドミントン部男子団体
バドミントン

（澤田心、島田涼、瀬藤智史、埴田桂吾、須貝亮太）

桂吾、須貝亮太

中札内野球スポーツ少年団 野球

（佐藤那哉、竹田和、中尾大笑、平山隼、渡部拳斗、横山愛ノ音、石塚

正太郎、大谷誓、高瀬蒼獅、間船一

歩、荒屋敷蔵之助、長谷川縁、馬場

壮甫、渡邊智悠、五十嵐真次郎、竹

田咲、森琥珀、山田樹弥、横山詩知

佳、横山丈一郎）

中札内スマイリーバレーボール少年団

バレーボール
（山本侑実、宮木かなた、小西彩花、五十嵐彩乃、宮木ひなた、五十嵐匠）

文化賞

三木 萌未（帯広三条高等学校）

・第70回北海道合唱コンクール兼第72回全日本合唱コンクール北海道支部大会

高校部門（Aグループ）金賞

ジュニア文化賞

及川 来斗（中中）

・第72回北海道学生書道展覧会
北海道国語教育連盟賞（特別賞）

門屋 手織（中中）

・第72回北海道学生書道展覧会
北海道書道教育連盟賞（特別賞）

ジュニア文化奨励賞

熊谷 優菜（中中） 創作作品

五十嵐真央（中中） ポスター

藤田 昌也（中中） 英語暗唱

出口 真優（中中） 作文

山本 橙（中中） 版画

KMお手玉チーム 手づくり作品

（小西彩花、町田瑚羽）

上札内小学校 5年生 壁新聞

（内野沢俊、柴山恵、林まりい、牧

野衣久美、三浦紡子、三上杏莉）

上札内小学校 6年生 壁新聞

（岡田月、福原慶、古内花）

卒業式

別れの季節、旅立ちのとき

卒業、おめでとうございます

中札内高等養護学校

3/7



中札内中学校

3/13



中札内小学校

3/24



上札内小学校

3/24

授与式
会場



各保育園ではお別れ会が行われました。
(写真は、上札内保育園修了式)

3/19



結婚新生活支援 補助事業

結婚を機に中札内村へ転入される新婚世帯に対し、婚姻に伴う住居費および引越し費用を最大30万円補助します。

■対象者

・令和2年1月1日から令和3年3月31日までの間に婚姻届けを提出し、受理された夫婦。

■対象費用

・住居費：結婚を機に新たに物件を購入、賃借する際に要した費用。
・引越費用：引越し業者への支払い代金。

■支給要件

・令和2年1月1日から令和3年3月31日までの間に住居費及び引越費用を支払った世帯。
・世帯の所得が340万円未満。
・夫婦共に婚姻時における年齢が34歳以下。

■補助金の額

住居費と引越費用を合わせた額を対象とし、1世帯当たり30万円を上限。

■お問い合わせ

住民課住民グループ
TEL (67) 2493

毎年登録が必要です！ 一時保育利用者の登録について

子育て支援センターでは、仕事や通院、リフレッシュなどの理由により、一時的に家庭でお子さんの保育ができない方を対象に「一時保育」を実施しています。

※ 事前登録が必要です。昨年度登録されていた方も改めて登録が必要となります。

■対象児童

保育園を利用していない1歳6か月～小学校就学前のお子さん

■利用できる時間

午前8時15分～午後5時15分

■利用料（1時間あたり）

3歳未満 200円

3歳以上 150円

※ 1時間未満の端数は、切り上げて1時間とします。

※ 就労等により、保育の必要性の認定を受けた方は、利用料が無償となる場合があります。

■登録・予約方法

- ①福祉課福祉グループまたは子育て支援センターへ登録申込書等を提出してください。
- ②「一時保育実施登録者証」を交付します。（後日郵送）
- ③利用日の3日前までに子育て支援センターへ電話等で予約をしてください。

■申し込み・お問い合わせ

福祉課福祉グループ

TEL (67) 2321

子育て支援センター

TEL (67) 2397



地域包括支援センターからのお知らせ 高齢者等 SOS ネットワーク事業協力機関を募集

近年、全国的に行方不明の高齢者の増加がみられており、中札内村にも道内外から捜索や情報提供の依頼が寄せられています。

そこで、地域包括支援センターから村内の協力機関の皆様へ、行方不明者の捜索情報を提供し、日常業務の中において何か情報があれば警察署に連絡していただく「中札内村高齢者等 SOS ネットワーク事業」を開始いたします。

■高齢者等 SOS ネットワーク事業の協力機関になるには？

ご協力いただける村内のお店、事業所等を随時募集していますので、地域包括支援センターへご連絡ください。

■事業の流れ

行方不明者が出た際に、ご家族の同意を得て、地域包括支援センターから SOS ネットワーク事業の協力機関に FAX やメール等で捜索協力を依頼し、業務に支障のない範囲で行方不明者を気にかけていただき、何か情報があれば帯広警察署へ連絡・情報提供をお願いします。

また、行方不明者が発見・保護されましたら、中札内村地域包括支援センターから捜索依頼の解除を連絡いたします。

◎なお、ご家族やお知り合いに認知症等により外出して帰宅できなくなる心配のある方がいらっしゃいましたら地域包括支援センターまでご相談ください。

中札内村高齢者等 SOS ネットワーク事業協力機関
NPO法人 いきいき生活支援 夢という
帯広信用金庫中札内支店
かちまい中札内
株式会社 昭和熱器工業
社会福祉法人 中札内村社会福祉協議会
社会福祉法人 ポロシリ福祉会
大新東株式会社 道東営業所
中札内村観光協会
中札内村商工会
中札内郵便局
中保石油株式会社
中札内新聞販売所
有限会社 三幸 セブンイレブン中札内店
有限会社 セイコーマートたさか店
マックスバリュ中札内店
ローソン中札内店

(令和2年3月9日現在・五十音順)

■お問い合わせ■

地域包括支援センター
(福祉課福祉グループ)

TEL (67) 2321

支給対象児が「第3子目以降」から「第1子目から」に！ 出産祝金制度が拡大されます

令和2年4月より、下記に記載のとおり、出産祝金制度の支給対象を拡大します。

対象児	第1子	第2子	第3子以降
金額	50,000円	50,000円	100,000円
支給方法	指定口座へ振り込み		直接交付
支給対象者	令和元年10月1日以降に出産した方 (令和元年9月30日以前の出産は対象外)		
支給要件	出産の日において中札内村に居住している方で、かつ、出産の日から継続して6か月以上当該児を養育している方		
申請方法	出産の日から6か月を経過した翌月初めにご案内を送付しますので、保健センターへ申請してください。		



昨年、長崎武様（4区）より、村の少子化対策や子育て支援策としてご厚志を賜り、第1子、第2子のお祝い金に活用させていただいています。

■お問い合わせ 福祉課福祉グループ TEL（67）2321

入浴料が変更になりました！ 高齢者等温泉利用助成制度について

高齢者や障がい者の方々の健康増進を目的に、『更別村福祉の里温泉』の利用助成を行っています。令和2年度の助成を4月1日から保健センターで受付しますので、ぜひご利用ください。

なお、消費税増税に伴い、4月1日より入浴料が420円に変更されます。これに伴い入浴券の購入額も2,520円（210円×12枚）に変更となります。

■対象 …村内に住所を有し居住されている方で次に該当する方

- ・満65歳以上の方
- ・障がい者手帳を持っている方

■助成内容

- ・年間12枚の入浴券を発行します。
- ・1枚につき210円を助成（入浴料金は420円）

■手続き

- ①保健センターに免許証等の年齢を確認できるもの（障がい者の方は障がい者手帳）を持参して、入浴券を購入してください。（12枚・2,520円）
- ②購入した入浴券を福祉の里温泉の受付に渡してご利用ください。

■その他

- ・入浴券利用期間…年度末まで
- ・転出や死亡などの理由で助成の必要がなくなった場合は、入浴券を返還していただければ、残券分を返金（口座振込）します。
- ・令和元年度の残券は、4月17日（金）まで返金申請を受け付けています。

○保健センターのお風呂の利用

■開放日／時間

毎週 日・火・木曜日 / 午後1時～7時

■利用できる方

- ・65歳以上の方
 - ・障害者総合支援法の対象者
 - ・生活保護世帯の方
 - ・民間借家・公営住宅入居者で風呂の設置がない方
- ※利用にあたっては事前登録が必要となりますので、保健センターで手続きをしてください。

中札内消防署からお知らせ



「春の火災予防運動」実施

全国
統一標語

ひとつずつ いいね！で確認 火の用心

4月20日～30日の期間で「春の火災予防運動」を実施します。

この時期は空気が乾燥し、小さな火種から火災が発生しやすくなります。ごみ焼きはもちろんのこと、農林業を営むための焼却以外の野焼きは法律で禁止されており、農林業関連の野焼きを行う際にも届出が必要です。ルールを守って火災を発生しないよう、ご協力をお願いします。

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

■ 3つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。



■ 4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

とかち広域消防事務組合 消防職員採用資格試験のご案内

令和3年4月1日採用予定の消防職員採用資格試験（前期）の実施を5月下旬頃予定しています。

採用人数、試験日程、申し込み等の詳細は、とかち広域消防事務組合ホームページでご確認ください。

【受験区分】

大学卒、短大卒、救急救命士（予定）

【お問い合わせ】

とかち広域消防局総務課人事給与係
（消防局庁舎3階、TEL（26）9121）

犬の登録と狂犬病予防接種

【お問い合わせ】住民課住民グループ TEL（67）2493

🐾 犬の登録（登録料3,000円）

飼い犬の登録は法律により義務付けられています。新しい犬を飼い始めたり、飼っている犬を登録していない場合は住民課窓口で手続きをしてください。

*犬の死亡、他人への譲渡など、登録内容の変更はすみやかに届け出てください。

🐾 狂犬病予防注射（注射料等3,240円）

生後90日以上の子犬は、毎年必ず予防注射を受けなければなりません。4月19日（日）から各会場で実施しますので、忘れずに予防注射を受けましょう。

*当日受けられない方は5月17日（日）郵便局横駐車場（午前9時～11時）で実施しますのでご利用ください。

*飼い犬の散歩中のふんは必ず持ち帰り、そのまま放置しないようにしましょう。

実施日	会 場	時 間
4月19日（日）	診療所横駐車場	9：00～9：25
	郵便局横駐車場	9：30～9：55
	北1区みんなの家	10：00～10：15
	興 農 会 館	10：20～10：55
	ひばりヶ丘公園	11：00～11：25
	6区かしわ公園	11：30～11：40
	中 学 校 前	11：45～12：00
	泉 区 公 園	13：10～13：25
	上札内交流館前	13：35～13：55
	元更別公会堂	14：00～14：10
4月20日（月）	元大正公会堂	10：00～10：10
	新生公会堂	10：15～10：25
	興 和 公 会 堂	10：30～10：35
	共 栄 公 会 堂	10：40～10：50
	豊 栄 公 会 堂	10：55～11：05
	南 常 盤 公 会 堂	11：15～11：35
	修 農 会 館	11：45～11：55
	中島農業センター	13：00～13：30
	新 札 内 公 会 堂	13：35～13：50
	西 札 内 公 会 堂	13：55～14：05
5月17日（日）	郵便局横駐車場	9：00～11：00



★ 4月のおすすめ図書

「子どもの手芸ワクワク楽しいアイロンビーズ」
寺西恵理子/著

立体のドールハウスやレストラン、乗り物や恐竜のジオラマなどの作り方を、プロセス写真とイラストで詳しくご紹介。図面どおりにビーズを並べるのは集中力がいるけれど、できあがった時はうれしいよね！さあ、楽しく作って遊んでみよう！ [児童書]



「どんなに方向オンチでも地図が読めるようになる本」
今和泉隆之/著

道に迷わない人がやらなくて、方向オンチの人がついやってしまうこと、ありませんか？本書では、そんな方向オンチあるあるや、ややこしい地図を理解するコツ、迷わずに目的地までたどりつくためのポイントなどを解説しています。これでもう迷わない！ [一般書]



★ お知らせ

★ 図書館のお仕事体験講座

カウンター体験・書庫探検ツアーなどを行います。図書館の仕事をちょこっと体験してみませんか？

【日 時】 4月25日（土）10：00～12：30

【場 所】 図書館

【対象・定員】 小学生～中学生・6名

【申込期限】 4月22日（水）

【申込み】 図書館 TEL（67）2261

★ ベビー&キッズタイム

絵本を読んだり手遊びやわらべ歌をします。図書館でのんびり過ごしませんか。

【日 時】 4月15日（水）

絵本と手遊び・わらべうた 10：30～11：00

親子でフリータイム 12：00まで

【場 所】 図書館 おはなしの一む

★ 土曜日おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせをします。

【日 時】 4月11・25日（土）

10：30～11：00

【場 所】 図書館 おはなしの一む

★ インターネットで図書館の本が検索できます

村ホームページの図書館ページ内にある「蔵書検索」をクリックしてください。



★ 春の子ども読書週間

本を借りてクイズに答えると景品がもらえます！ぜひご来館ください。

【日時】 4月25日（土）～5月10日（日）

【場所】 図書館

高齢者安全運転サポート補助事業

65歳以上の高齢者が所有する自動車を対象に、安全運転サポートカーとなる安全装備車に更新する場合に補助します。

■ 補助内容

【補助対象車両装置】

- ① 衝突被害軽減ブレーキ
- ② ペダル踏み間違い急発進等の抑制装置

（1）補助対象車両購入補助金

- ・ ①及び②を搭載する車に対し登録車（普通車など） 10万円
- 軽自動車 7万円、中古車 4万円を補助する。

- ・ ①を搭載する車に対し、登録車（普通車など） 6万円、軽自動車 3万円、中古車 2万円を補助する。

（2）後付け装置導入補助金

- ・ ②を後付けで搭載する車に対し、自己負担分を補助する。
- ただし、国の補助期間は、その補助金額を除いた額を補助する。

■ 補助事業申請期限

令和5年3月31日まで

■ お問い合わせ

総務課総務グループ
TEL（67）2311



『村道民税』『固定資産税』
納期の変更について

令和2年度から村道民税と固定資産税の第一期の納期が次のとおり変更になります。

【村道民税】

第1期 7月↓6月へ

【固定資産税】

第1期 6月↓5月へ

●『固定資産税』の帳簿の
縦覧期間の変更について

固定資産税第一期の納期が変更になることから、土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧期間が変更になります。なお、この期間は固定資産税課税台帳を無料で交付しています。

●縦覧期間

4月1日(水)～5月31日(日)
(今年度は6月1日(月)まで)

●お問い合わせ

住民課税務出納グループ
TEL(67) 2492

国民年金保険料と免除・
納付猶予制度について

令和2年度の国民年金保険料は、月額16540円になります。

■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。

※各制度の申請に必要な書類等はお問い合わせください。

【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

○申請期間 7月～6月

※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

○申請期間 4月～3月

※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(25) 8113

住民課住民グループ

TEL(67) 2493

児童扶養手当および
特別児童扶養手当等の
手当額変更について

令和2年4月1日から、手当額が次のとおり変更されます。

	令和2年3月分まで	令和2年4月分から
児童扶養手当※	月額 10,120円～42,910円	月額 10,180円～43,160円
特別児童扶養手当	1級 月額 52,200円 2級 月額 34,770円	1級 月額 52,500円 2級 月額 34,970円
特別障害者手当	月額 27,200円	月額 27,350円
障害児福祉手当	月額 14,790円	月額 14,880円
経過的福祉手当	月額 14,790円	月額 14,880円

※児童2人目は5,100円～10,190円、3人目以降は児童1人につき3,060円～6,110円の範囲内で支給されます。

●お問い合わせ

福祉課福祉グループ
TEL(67) 2321

どんな「企画」でも構いません。まずは相談を！
ふるさとづくり事業

「ふるさとづくり事業」は、村民の皆さんが自主的に企画・実施するさまざまな事業に対して助成を行い、まちづくり活動・イベントを支援します。

事業名	活動内容(例)	助成内容
ふるさとづくり事業	・展覧会、講演会の開催 ・地域振興を目的としたイベント ・観光客をもてなすような活動 ・コンサート ・子供を対象とした体験イベント(自然体験など) ・地場産品を利用した加工体験講習会 ・健康づくりを目的としたワークショップ	事業費の1/2以内 (限度額50万円)
美しいふるさとづくり事業	・地域団体等のファームサインの作成 ・団体による植樹活動 ・景観学習、ワークショップ ・村内の景観ポイントを紹介するツアー ・団体によるゴミ拾い等清掃活動	事業費の10割以内 (限度額30万円) (ファームサイン限度額5万円/基)

【お問い合わせ】総務課企画財政グループ TEL(67) 2491

手話奉仕員養成講座、 要約筆記奉仕員養成講座 の開催について

帯広市にて、手話奉仕員と要約筆記奉仕員養成講座が開催されます。

【手話奉仕員養成講座】

●内容 手話初心者がろう者と簡単な会話ができるようになるための入門・基礎講座

●期間

【昼の部】

4月24日～令和3年3月12日
10～12時 毎週金曜日（全40回）

【夜の部】

4月23日～令和3年3月11日
19～21時 毎週木曜日（全40回）

●場所 帯広市役所10階会議室

●定員 昼・夜の部 各30人

（初めての方優先）

●受講料 無料

※テキスト貸し出し可。購入希望の方は実費負担

●申込期間

4月1日（水）～14日（火）

【要約筆記奉仕員養成講座】

●内容 途中で聴力を失った方（中途失聴者）や難聴者など聞こえの不自由な方に会話や講演会などの内容を文字に変えて伝

える方法を学びます。

●期間

4月28日（火）～7月28日（火）
10～15時（合計13回）

●場所 帯広市グリーンプラザ、
帯広市保健福祉センター

●定員 20人

●受講料 無料

●申込期間 4月23日（木）まで

*申込み先・お問い合わせ

帯広市役所 保健福祉部障害

福祉課（帯広市西5条南7丁

目1番地）

TEL（65） 4147（直通）

FAX（23） 0163

＊ 村民文芸誌「峰炎」 第36号が完成！

村民または中札内村にゆかりのある方による随筆、短歌などの文芸作品や写真、絵画や文化祭事業などを掲載した「峰炎第36号」が発行されました。無料で配布していますのでぜひご覧ください。

●配布場所

- ・教育委員会
（文化創造センター内）
- ・図書館
- ・上札内交流館 など

*どなたでも無料でお持ち帰りいただけます。

献血のご協力をお願いします

【日 時】 4月7日（火）

① 9：30～10：50

② 14：30～16：00

【場 所】 役場庁舎前

※200mlの献血は都合により、ご協力いただけない場合もございますので、ご理解願います。



確かな選択 賢い消費者

Ⅱ 中札内消費者協会 Ⅱ

新型コロナウイルス感染症に便乗した悪徳商法にご注意！

新型コロナウイルス感染症への不安に付け込む悪徳商法について全国の消費生活センターに次のような相談が寄せられています。

【事例】

①「新型コロナウイルス感染症が広がっている問題で、マスクを無料配布するので、確認をお願いします」と、ホームページのアドレスが記載されたメッセージがスマートフォンに届いた。

②突然自宅を訪問してきた業者から「新型コロナウイルスの影響で、中国の経済がガタガタになっている。金の相場が上がることは間違いない。今すぐ申し込めば高騰する前の金額で金を買った方が当たるかもしれない」と勧誘された。

この事例のように、長引く新型コロナウイルス感染症への消費者の不安を利用して、悪質事業者があの手この手で消費者へ魔の手を伸ばしてき

ます。これらに対して次のような対応をしましょう。

【消費者の対応】

①心当たりのない送信元からショートメールやメッセージが届いても反応しないようにしましょう。また、記載のアドレス等にアクセスすると不正なアプリがインストールされたり、個人情報漏えいの可能性があります。

②金の相場が高騰する等怪しい投資の勧誘は、その場できっぱりと断り、絶対にお金を払ったり、契約をしないようにしましょう。

今後も新たな手口の悪徳商法が行われる可能性があります。少しでも不安なことがあれば早めに相談してください。

■中札内村消費者協会

月・木曜日（祝日を除く）
午前10時～午後4時

TEL（67） 2495

（内線 174）



《美しい村の底力が 今、試されている》

力 強い生命の息吹を感じる季節となりました。新年度も「日本で最も美しく、健康で・文化的な村」づくりに進捗しようと決意を新たにしています。

さ て、穏やかな滑り出しだったはずの令和2年は、中国を発生源とする新型コロナウィルスの急拡大により様相が一変しました。世界保健機関（WHO）は1月30日に

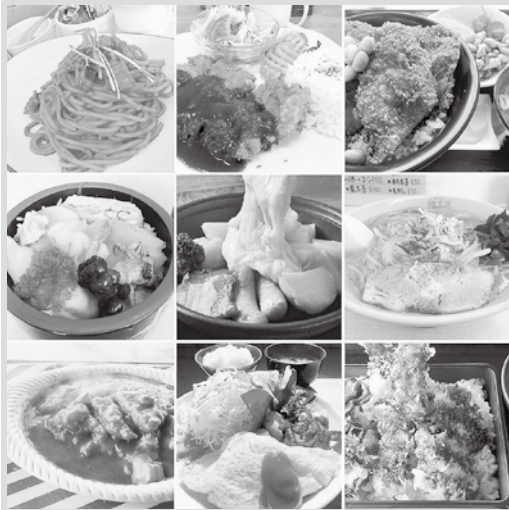
緊急事態を宣言。わが国においては2月3日、15日間の旅を終えて横浜港に戻った大型クルーズ船ダイヤモンド・プリンセス号で感染者が確認され、検疫対応や感染者数の激増が話題となり、一気に社会問題化しました。

北 北海道では2月14日に道民の感染を初めて確認。以後、全道的に感染が広がり、鈴木直道知事は2月28日から3週間集中的に対策を講じるべく、緊急事態宣言を発表しました。国の要請も加わり、小・中学校と高校が春休みまで臨時休業となったほか、イベント開催や外出を自粛する流れとなり、経済活動に深刻な影響が出ています。

北海道では2月14日に道民の感染を初めて確認。以後、全道的に感染が広がり、鈴木直道知事は2月28日から3週間集中的に対策を講じるべく、緊急事態宣言を発表しました。国の要請も加わり、小・中学校と高校が春休みまで臨時休業となったほか、イベント開催や外出を自粛する流れとなり、経済活動に深刻な影響が出ています。

新 型 コ ロ ナ ウ イ

ルスの拡大は全力で抑止せねばなりません。同時に、地域の活力である経済の衰退も断固とし



中札内村の誇る良質で美しい「食」の数々。この素晴らしい資源を失うわけにはいきません！

て食い止めねばなりません。本村においては、特に飲食業が大ダメージを受けています。観光需要の回復を座して待つ余裕はありません。この問題を「自分ごと」ととらえて、地域に暮らす私たちが行動を起こすことが大切です。

や るべきことはシンプル。ほんのちよつとした「贅沢」を味わい、地域にお金を落とすことです。一人ひとりの小さな思いやりを積み重ね、継続できれば、莫大な力になります。善因善果。中札内村を愛する皆さん。美しい村の底力が今、試されています。

るべきことはシンプル。ほんのちよつとした「贅沢」を味わい、地域にお金を落とすことです。一人ひとりの小さな思いやりを積み重ね、継続できれば、莫大な力になります。善因善果。中札内村を愛する皆さん。美しい村の底力が今、試されています。

ご寄附ありがとうございます

・協和 道見 文夫 様
母（たみ）が生前お世話になったお礼として
・ひばりヶ丘 成沢 美恵子 様
母（節子）が生前お世話になったお礼として
・協和 菅野 正博 様
父（正美）が生前お世話になったお礼として
・新生 小西 めぐみ 様
夫（幸宏）が生前お世話になったお礼として
・3区 室崎 忠吉 様
母（明喜子）が生前お世話になったお礼として

ご出生おめでとう

飯田 乃愛（のあ） 隆大（たかひろ） 新生（しんせい）
泉 薫（かおる） 伊栄（いさ） 興農（きふさ）
菅野 篤弘（あつひろ） 貴赦（きさ） 協和（きわ）
恵理香（えりか）

ご結婚おめでとう

川田 紘嗣（ひろつぐ） 新生（しんせい）
高橋 志帆（しほ） 音更（おとより）

お悔み申しあげます

菅野 正美（しづみ） 協和（きわ）
岸下 節子（ふさ） 常盤（とこ）
道見 たみ（たみ） 協和（きわ）
坂田 秀夫（ひでお） 2区（ふた）
佐伯（さく） テル子（てるこ） 惠津美（えつみ）ハイ

道路の通行規制情報について

北海道内の国道、道道及び北海道開発局が管理する高速道路での通行止めなどについてインターネットで情報を提供しています。



【URL】 <http://info-road.hdb.hkd.mlit.go.jp/>

世帯と人口

世帯数 1,874戸（-5）
人口 3,908人（-5）
男 1,887人（+1）
女 2,021人（-6）

うち外国人 77人（+2）

令和2年3月15日現在
（ ）内は前月比です。