

広報 ながさつない



特集

—高齢者の運転を考える—

思いやりの心で安全運転

5

2017 NO.733
平成29年5月1日発行

— 高齢者の運転を考える —

思いやりの心で安全運転

国において、75歳以上の高齢ドライバーに対する認知機能検査の体制を強化する改正道路交通法が施行されたことにより、認知症による交通事故の防止が期待されています。しかし、農村部など公共交通機関が限られる地域に暮らす高齢者にとって、車は生活の足としてなくてはならないものです。

そこで、今回の特集では、高齢ドライバーの実情を紹介するとともに、車との付き合い方について考えます。

4月11日、苫小牧市で車が海に転落し、乗っていた79歳の男性が死亡しました。事故原因は運転操作の誤り。止めていた車が動き出したのを見て、止めようと車に乗り込んだところ、海に転落したそうです。

このような高齢ドライバーによる事故が、北海道を含めて全国的に起きていることから、平成29年3月に道路交通法が改正され、75歳以上のドライバーは認知機能を厳しくチェックされるようになりました。

交通事故の現状

全国の交通事故発生件数は減少傾向にあります。平成28年の原付以上の運転者による事故発生件数は約47万5千件で、10年前の平成18年と比べると、約半数に減っています。しかし、高齢ドライバーが関与する交通事故の割合は年々高くなり、平成28年には20パーセントを占め、10年前の約2倍近くとなっています。

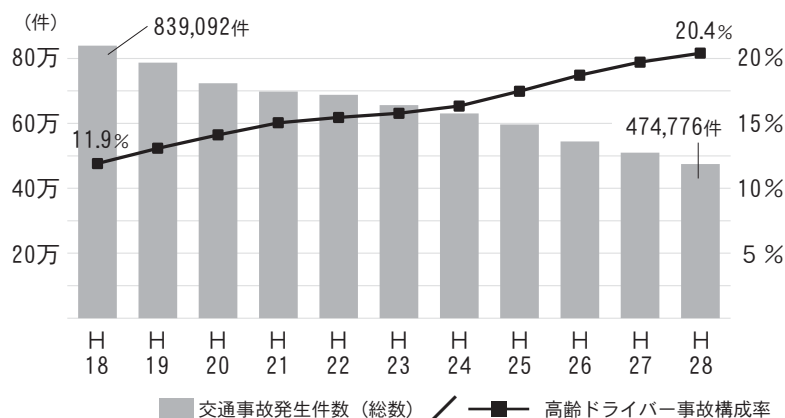
また、北海道では平成28年に、交通事故により158人が亡くなりました。その内、高齢ドライバーによる事故が最も多く、約45の方が命を落とされています。

背景には高齢化

この背景には、車が普及し、免許取得者が増えた世代の高齢化によるものと考えられます。運転免許を持つ65歳以上の人口はこの10年で1.7倍となり、免許保有率は5割に迫る状況となっています。

北海道のような移動距離が長い地域や、農村部などの公共交通機関が限られる所では車無しでは生活が難しいのが現状です。

【交通事故発生件数と高齢ドライバーの交通事故構成率】



運転の「慣れ」や「過信」に注意



中札内駐在所所長
和田 健久さん

プロフィール

4月から中札内駐在所へ赴任されました。現在、単身赴任中。本別町出身、51歳。夏になったら、きれいな景色を見に、「ピョウタンの滝」に行ってみたくて話していました。

また、安全確認不足で起こる事故は、決して高齢者だけの問題ではありません。安全運転を心がけ、村で発生する交通事故を無くすようにしていきたいでしょう。

高齢者の交通事故は、北海道の状況と同様に、十勝管内でも目立つようになりました。今年に入って3月末までの帯広警察署管内の人身事故件数は146件で、その内、高齢者が関わった事故は37件もありました。最近の高齢者の事故で取り上げられている事故原因は、「うつかり」や「ぼんやり」という場合が多いと感じています。

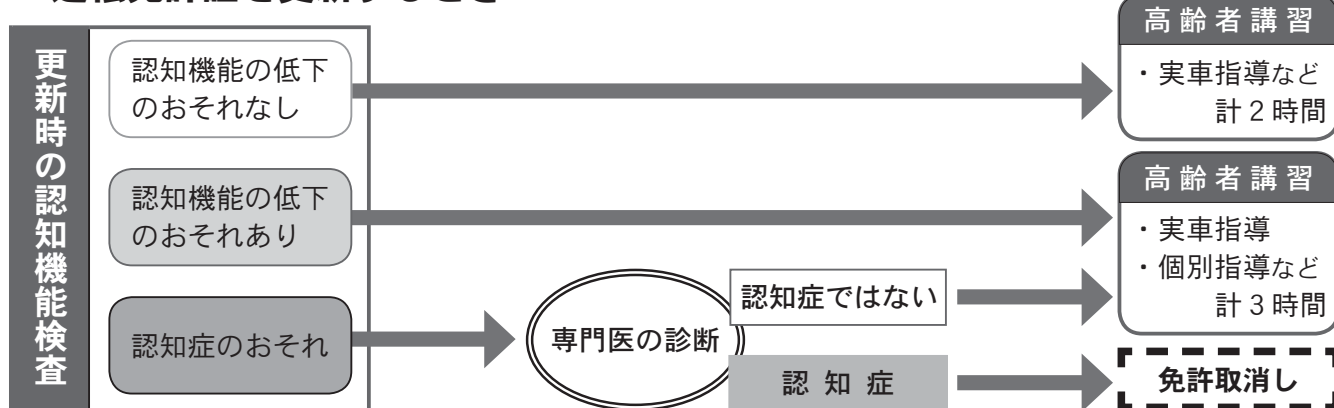
夏にかけて、村には多くの観光客が車で訪れると聞いています。普段、使わない道を走る車が増えると、それだけ事故の危険性も増えます。「前の車は大丈夫かな、人や車は来ていないかな」と相手を思いやる気持ちを持って運転することも大切です。

長年、運転をしていると、「慣れ」や「過信」により緊張感が欠如し、事故を起こしてしまうことが多いです。運転している時は、必ず「もしかすると、人が歩いていてもいいかもしれない」や「もしかすると、車が来ているかもしれない」という緊張感を持つていただきたいと思います。

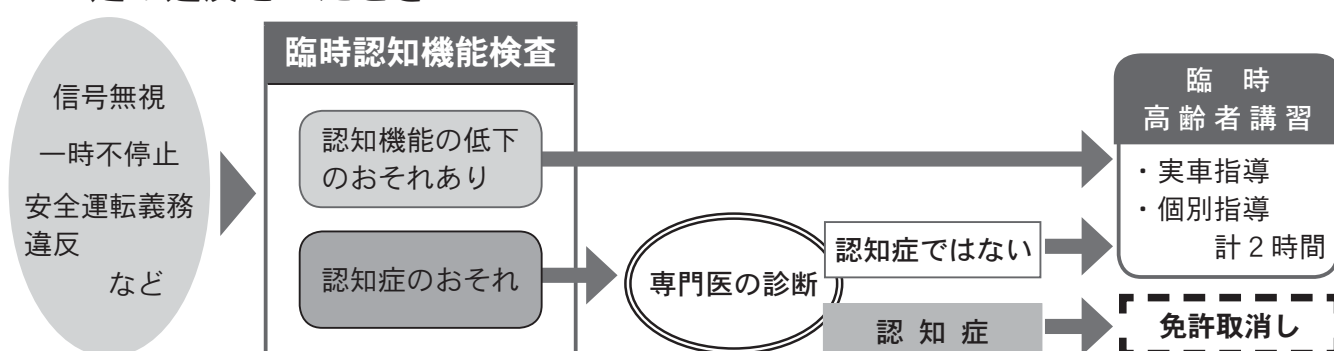
しっかり確認できていなかったなどということもあります。

75歳以上ドライバー 改正道路交通法の主な内容

■運転免許証を更新するとき



■一定の違反をしたとき



高齢者の運転について

60歳以上の人にアンケート

高齢ドライバーの「認知機能検査」が強化されます。そこで、村の老人クラブ「興農会」や「寿会」の方などのご協力を得て、高齢者の運転についてアンケートを行いました。回答していただいたのは男性23人、女性30人で、平均年齢は79歳でした。

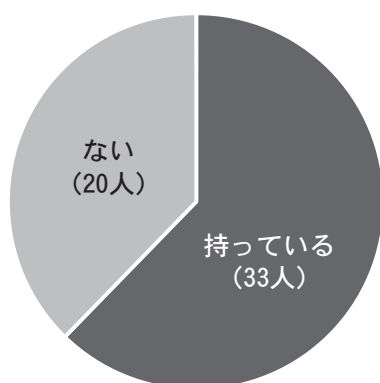
集計の結果から約6割の人が免許を保有し、男性の免許保有率は9割を超えているのが分かりました。また、免許を自主返納した人は1人に留まり、生活に車が欠かせないことが分かりました。

運転免許の返納については、個人の運転能力や健康状態で判断するべきという意見が目立ちました。

また、運転免許を持っている方で、「他人事ではない。もし何かあったら周りの人に迷惑をかけてしまう。無理な運転は絶対にしないようにしている」との声もありました。

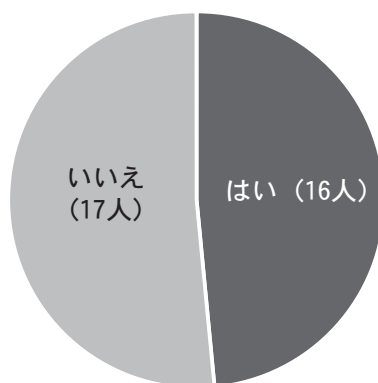
■高齢ドライバーについてのアンケート結果（広報担当調べ）

Q 車などの運転免許を持っていますか



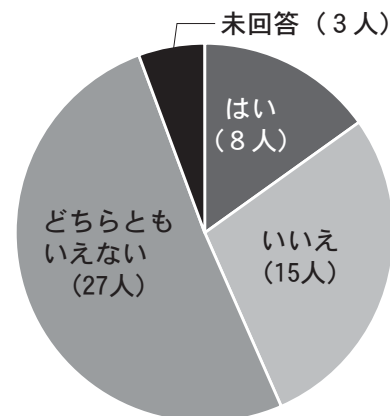
持っていると回答した人のうち、80歳以上の人は11人でした。（最高齢は89歳）

Q 自分の運転を危ないと感じたことはありますか



免許を持っている人のうち、約2分の1が「はい」と答えました。「はい」と答えた人の約9割が60～70才代の人でした。

Q 75歳以上の人は免許を返納した方がいいと思いますか



「いいえ」の理由は「日常生活が不便になる」との意見が多くありました。「はい」と回答した人の中には「自分もそろそろかな」、「体力的に衰えるので」といった意見がありました。

みんなで実践！

安全運転

交通事故の中で、年代を問わず多いのが交差点での事故です。交通事故の「加害者」にも「被害者」にもならないために十分注意しましょう。

一時停止の交差点ではしっかり停止 見通しが悪ければ、徐行が必要。

- ① 停止線で停止
- ② 左右をしっかりと確認
- ③ 右折する場合は急がず慎重に

安全運転を心掛けて 乗れる間は乗らせてほしい

今年、85歳になった三浦徳男さんは、週に1から2回、車を運転して病院や趣味の集まりのため帯広市へ行きます。

三浦さんは昨年に自動ブレーキ機能付きの車に買い替えました。

買う時に息子さんたちに相談をしたところ、「自動ブレーキ機能があるのはいい」と言ってくれたため、買い替えることに。「今のところ、息子たちも車の運転をすることには反対していないので、乗り続けている」と三浦さん。車を買い替える前は、次の免許更新時



三浦 徳男さん・85歳
(ときわ野)

に潔く返納しようと考えていたが、いざ車がなくなると家に引きこもりがちになってしまうと不安になり、「乗れるうちは乗りたい」と思い、昨年、免許を更新しました。

三浦さんは「村からも帯広へバスが出ているのでそれを利用すればよい。しかし、村から帯広までのバスの便数は限られていて、時間が合わない場合は不便」と話します。

三浦さんは日用品の買い物には健康のため、村内スーパーへ歩いて行っています。三浦さんは「車に乗り続けるためには足腰を鍛えないと。何気なく運転しているが、車の運転は、視覚や聴覚を使い、状況を判断しながら、手と足を同時に動かすものなので、体力の維持は大切」とのこと。

運転をする上で気をつけていることを伺うと、「雪や雨の日など天候が悪い日は運転をしないようにしている。夜間は特別



自動ブレーキ付き自動車のハンドルを握る
三浦さん

なことがない限り乗ることはありませぬ。あと、赤信号や交差点での右折、左折などは細心の注意を払うようにしています」と話します。

最後に「いつまで乗れるかわかりませんが、今のところは大丈夫かな。毎年、高齢者の運転講習会に参加して、一年、一年、確認しながら運転していくかどうかを判断したい。いつかは免許を返納しなければいけない時が来ると思っています。返納する時には、自分で納得して、自分の意志で返納することが大切だと思います」と笑顔を見せてくれました。

高

高齢者の交通事故の背景には、高齢化の進展や高齢ドライバー自身の認知能力や身体能力の低下などさまざまな問題があります。安全のために免許を返納する場合は家族や周りの支えが必要になります。また、利便性のために運転し続けるのであれば自己管理などの責任が伴います。

しかし、交通事故を起こすのは高齢ドライバーだけではありません。ひとたび、交通事故を起こしてしまうと、自分だけではなく、他人や家族の人生も狂わせてしまう恐れがあります。

わたしたちが普段、運転する自動車は、運転の仕方次第で人を傷つける凶器に変わるという自覚を持って、一人ひとりが思いやりの心で安全運転をこころがけましょう。



高齢者運転標識が付いた車を見かけたら、無理な幅寄せや進路変更をしないようにしましょう。

入学・入園おめでとう！

やわらかな春の日差しの中、村内の各保育園、学校で入園式・入学式が行われました。
気持ちも装いも新たに、それぞれの第一歩を歩み始めました。



4月1日 上札内保育園
これからいっぱい遊ぼうね！



4月1日 中札内きらきら保育園
今年も元気いっぱいの子どもたちが入園しました！



4月7日 中札内小学校
黄色い帽子が贈られました！
安全に登下校しよう！



4月7日 上札内小学校
学校生活に胸いっぱい1年生です！



4月7日 中札内中学校
新しい制服に身を包み、緊張の面持ちです！



4月11日 中札内高等養護学校
中札内村で素敵な三年間を！

—村民栄誉賞受賞者メモリアルコーナーを設置— 五輪の思い出の品 展示



ソチ五輪スピードスケートに出場し、2014年に村民栄誉賞を受賞した石澤志穂さんと押切美沙紀さんの功績をたたえる「村民栄誉賞受賞者メモリアルコーナー」を文化創造センターに設置しました。

メモリアルコーナーには2人が五輪に出場した時にレースで着用したワンピースや日本選手団のユニフォーム、IDカードなど27点を展示しています。

3月29日にメモリアルコーナー開設式が開かれ、スケート少年団



の子どもたちや村スケート協会の方々などたくさんの村民が見守る中、石澤さんと押切さんがテープカットを行いました。

石澤さんは「今があるのは村の先輩方のおかげ。今後も村の若い選手が活躍し、このコーナーが増えていってほしい」、押切さんは「幅広く開催された冬季アジア大会ではたくさんの方に応援していただいたことが力になった。これから現役として、感動や勇気を与えられる選手になりたい」と話してくださいました。

村民栄誉賞受賞者
メモリアルコーナー
設置場所

文化創造センター内
教育委員会事務所 横

ボブスレー押切麻李亜さんにインタビュー

ピョンチャン

平昌オリンピックでの活躍を期待



押切 麻李亜さん
(株式会社ぶらう)

0.01秒のわずかな差を競う「氷上のF1」と呼ばれるボブスレー。ソリに乗り、氷壁のコースを130kmで駆け抜けるボブスレーの日本代表選手として活躍しているのは、村出身の押切麻李亜さん。

平成28年シーズンに行われたヨーロッパカップ（ドイツ）では日本勢初の国際大会優勝に輝き、その後、W杯女子ボブスレードイツケニクゼー大会では10位、世界選手権（ドイツ）では総合7位に輝いています。

押切さんにボブスレーの魅力を伺うと「130km以上のスピードを出してソリを操縦するので、少しのミスが大きく結果に出ます。ミスをしないで滑り終えた時の達成感は最高です」と話します。

来年開催される平昌（ピョンチャン）オリンピックに向けて、押切さんはウエイトトレーニングやソリを押す練習などに励み、技術を磨いています。

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出身地 ②前任校 ③コメント

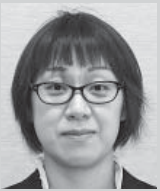
上札内小学校 校長



加藤 淳子 じゅんこ さん

① 中札内村
② 川西小学校
③ 中札内の文化の色、風の香りを肌を感じつつ、子どもたちのために職務に精励する所存です。

中札内小学校 教諭



松野 亜希 あき さん

① 十勝管内
② 更別小学校
③ 美味しいと噂の給食を食べて元気いっぱい子どもたちと頑張りたいです。

中札内小学校 教諭



伊倉 大亮 だいすけ さん

① 幕別町
② 苫小牧市立北光小学校
③ 子どもたちの思いをくみ取り、子どもたちに寄り添った指導をしていきたいと思います。

中札内中学校 校長



中村 俊緒 しゅんそ さん

① 大空町
② 富村牛小中学校
③ 教職員が一枚岩となり、地域と共に、瞳を輝かせて自己に挑戦する生徒の育成に努めます。

中札内中学校 教諭



山田 絵里奈 えりな さん

① 本別町
② 音更中学校
③ 中札内の子どもたちのために、自分の役割を果たせるよう努力します。よろしく願います。

中札内中学校 教諭



杉井 貴代 たかひ さん

① 幕別町
② 池田中学校
③ 美しい日高山脈を眺められる中札内の地で、子どもたちのために精一杯頑張りたいと思います。

中札内中学校 教諭



川田 知範 ちのり さん

① 中札内村
② 足寄中学校
③ 村の子どもたち、地域のために一生懸命頑張ります。どうぞ、よろしく願います。

中札内中学校 教諭



長澤 翔太 しょうた さん

① 興部町 おこべ
② 新採用
③ 子どもたちと一緒に何事にもチャレンジをし、子どもたちとともに成長していきたいと思っています。

中札内中学校 事務主任



中村 恵子 けいこ さん

① 札幌市
② 札内北小学校
③ 「明るく、楽しく、元気よく」をモットーに、学校の縁の下で力持ちとなれるよう頑張ります。

中札内高等養護学校 教諭



恩田 真人 まこと さん

① 愛知県
② 帯広盲学校
③ 自然が多く、空気や食べ物が美味しく、人々も温かい中札内で、精一杯頑張っています。

中札内高等養護学校 教諭



菊地 信二 のぶ さん

① 帯広市
② 幕別高等学校
③ 23年ぶりに戻ってきました。進路専任として、子どもたちの卒後の生活を支えていきます。

中札内高等養護学校 教諭



久保 英俊 えいすん さん

① 音更町
② 豊似中学校
③ 新しい環境にいち早く慣れ、皆様のお力になれるよう頑張ります。よろしく願います。

中札内高等養護学校 教諭



熊切 友美 ともみ さん

① 帯広市
② 紋別高等養護学校
③ 久しぶりに中札内に戻ってきました。心機一転頑張りたいと思います。

中札内高等養護学校 教諭



劔持 明那 めいな さん

① 追分町
② 岩見沢緑陵高等学校
③ 生徒の可能性を最大限に広げられるように精一杯頑張ります。よろしく願います。

中札内高等養護学校 教諭

小林 卓^{たくし} さん

① 愛知県
② 帯広養護学校
③ 走ることが大好きです！走ってる姿を見たら声をかけてください。

中札内高等養護学校 教諭

佐野 祐之^{ひろゆき} さん

① 釧路市
② 帯広三条高校
③ 教育活動はもとより、中札内村の皆様とのふれあいを楽しみにしております。

中札内高等養護学校 教諭

星野 聡^{さとし} さん

① 幕別町（元忠類村）
② 白樺高等養護学校
③ 以前、家族で11年間お世話になった中札内に戻って来ました。よろしく願います。

中札内高等養護学校 教諭

松島 彩香^{あやか} さん

① 苫小牧市
② 小樽高等支援学校
③ 1日でも早く慣れて、中札内村での生活や仕事を楽しくしていきたいです。

中札内高等養護学校 教諭

大澤 祐司^{すけし} さん

① 帯広市
② 新採用
③ 仕事を一生懸命がんばりつつ、十勝のいいものの探しにも力を入れていきたいと思っています。

中札内高等養護学校 教諭

太田 あやの^{あやの} さん

① 札幌市
② 新採用
③ 自然豊かな十勝地区で、生徒たちとたくさん遊び、一生懸命頑張っていきたいと思っています。

中札内高等養護学校 教諭

佐藤 果奈^{かな} さん

① 旭川市
② 新採用
③ 教員生活1年目ですが、若さを武器に、頑張ります。どうぞよろしく願います。

中札内高等養護学校 教諭

高橋 真情^{まこと} さん

① 下川町
② 新採用
③ 生徒たちと共に学び、共に成長していきたいと思っています。よろしく願います。

中札内高等養護学校 教諭

高橋 真由美^{まゆみ} さん

① 苫小牧市
② 新採用
③ 自然豊かなこの中札内村で子どもたちと共に地域のために色々なことに取り組みたいと思います。

中札内高等養護学校 教諭

坪内 駿^{しゅん} さん

① 紋別市
② 新採用
③ 明るく元気に自分らしさを出し、生徒とたくさん思い出を作れるように頑張りたいと思います。

中札内高等養護学校 養護教諭

辻 忍^{しのぶ} さん

① 帯広市
② 新採用
③ 4月から中札内高等養護学校の養護教諭になりました。頑張りますのでよろしく願います。

中札内高等養護学校 実習助手

野辺 義治^{よしち} さん

① 苫小牧市
② 苫小牧工業高等学校
③ 再任用での新たな職種です。一步一步確実に前進し努力いたします。よろしく願います。

中札内高等養護学校 主任主事

斉藤 和幸^{わかつぐ} さん

① 網走市
② 帯広養護学校
③ 釣りなど中札内村には何度となく訪れました。自然を感じながらこの町で仕事を頑張ります。

中札内高等養護学校 事務

梅木 薫^{かほる} さん

① 札幌市
② 新採用
③ 村にきたばかりなので、顔を見たら挨拶をしていただくと嬉しいですよ！

中札内高等養護学校 寄宿舎指導員

小島 範明^{のりあき} さん

① 帯広市
② 帯広盲学校
③ 11年ぶりに中札内高等養護学校で仕事をするようになりました。よろしく願います。

中札内高等養護学校 寄宿舎指導員

東辻 和俊^{わかつぐ} さん

① 釧路市
② 岩見沢高等養護学校
③ 空知とは違った風を感じています。子どもたちと仲良く頑張っていけます。

村の新規職員を紹介します



【新採用職員】

教育委員会指導参事として
着任いたしました。次世代を
担う本村の子供たちが、これ
からの変化の激しい時代を「生
き抜く力」である、確かな学
力を身に付け、豊かな人間性
を育むよう努めてまいります
ので、よろしくお願いします。



山上 文博
教育委員会
指導参事

4月より認定こども園中札
内きらきら保育園に勤務する
ことになりました。子ども一
人ひとりの個性を尊重し、共
に笑い、楽しみ、私自身も一
緒に成長していけたらと思い
ます。よろしくお願いします。



渡辺 みのり
きらきら保育園

【嘱託職員】



田村 恵子
学校給食共同調理場
(調理員)



中山 航
教育委員会教育グループ
(学校特別支援員)



上村 恵梨奈
教育委員会教育グループ
(学校特別支援員)



千葉 涼菜
総務課総務グループ



職員の配置については、
今月号折込の「中札内村
役場機構図と主な担当業
務」をご覧ください。



高田 真希
きらきら保育園 (保育士)

情報宅配便制度を知っていますか？

村では役場職員が講師となり、さまざまな制度や仕組みをわかりやすく説明します。4人以上のグループであれば、どなたでも利用することができますので、ぜひご活用ください。

●情報宅配便ではこんな話をします。

①役場の仕事や仕組みなどをその分野の担当者が説明します。

◆例えば

- ・村の子育て支援政策の内容を知りたい
- ・介護保険制度について知りたい
- ・定住対策について知りたい

②健康づくりや子育てに関する相談、アドバイスを保健師・栄養士・保育士が行います。

◆例えば

- ・生活習慣病と予防について知りたい
- ・子ども、高齢者の食事について勉強したい
- ・子どもの発達について知りたい

【申し込み問い合わせ】

総務課企画財政グループ
TEL (67) 2311
FAX (68) 3911



軽自動車税・自動車税の納期限は5月31日です



今月は軽自動車税、自動車税の平成29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（水）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

「住所が変わった」「自動車を売った」「廃車にした」「車検が切れて継続しない」という場合は手続きが必要です。手続きをしないと、手元に自動車が無いのに納税通知が届く（納付の義務があります）などの事態が発生します。変更があった場合は速やかに手続きをお願いします。

【変更手続き先と対象車両】

- 役 場 窓 口 …125ccまでの原付、50ccのミニカー、小型特殊自動車、農耕用特殊自動車
- 軽自動車協会…軽自動二輪、軽自動車
- 帯広運輸支局…自動二輪（250cc超）、小型・普通・大型自動車

（販売店、修理工場等で手続き代行を行っている場合があります。代行の可否、料金等は各店にお尋ねください。）

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

※軽自動車税、自動車税の免除について

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。免除要件がありますので、軽自動車は役場、普通自動車は十勝総合振興局にお問い合わせください。

納税に関するお問い合わせ

軽自動車税について 役場住民課税務出納グループ
自動車税について 十勝総合振興局納税課

TEL（67）2492

TEL（27）8533

村の新しい顔★中札内村商工会 局長

— 今後の抱負を教えてください。 —
前職時に村の色々な方に、仕事を通して大変お世話になりました。会員の方、村の方々に恩返しではないですが、微力ではありますが職員一丸となって村の皆様に貢献できればと思っています。よろしくお願いします。

— 中札内村はどんな印象ですか。 —
商工会を通して感じていることですが、農業基盤がしっかりしている村というのが第一印象ですね。そうした環境で商工会の会員さんの色々な産業が盛んであり、活気にあふれていることに喜びを感じています。

— 自己紹介をお願いします。 —
4月より中札内村商工会で勤務しています。以前は帯広市で主に広告代理店で働いていました。家族構成は、妻と愛犬と3人暮らしです。趣味はランニングで、休みには、きれいな景色を楽しみながら村内を走っています。

桑田さんにお話を伺いました。
新しく中札内村商工会の局長に就任された



興農区
くわた なおゆき
桑田 尚行 さん

子宮がん・乳がん検診のご案内

New

今年度より、子宮がん・乳がん検診を受診できる医療機関が増えました！

対象者は、平成29年4月1日
で**偶数年齢**の方です。
○子宮がん検診…20歳以上
○乳がん検診 …40歳以上

- 【日 程】 6月1日（木）～ 平成30年3月31日（土）
※ 各医療機関の診療日及び診療時間となります。詳しくは、申込みの際にご確認ください。
- 【場 所】 子宮・乳両方 …帯広厚生病院、帯広協会病院、公立芽室病院
子宮のみ …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
乳のみ …北斗病院
※ 帯広厚生病院では、人間ドックに併せて受けることも可能です。（5月受診分から可能）
- 【申込み】 随時、申込受付をしております。
※ 必ず、受診前に保健センターへ申込みしてください。その後、必要に応じて医療機関に受診日の予約を行っていただきますので、余裕をもって申込みください。

料 金

- 子宮がん検診
頸部検診 … 1,800円
体部検診 …… 700円
- 乳がん検診
40歳以上50歳未満… 2,300円
（マンモグラフィ2方向）
50歳以上…………… 2,000円
（マンモグラフィ1方向）

※ 年度年齢70歳以上の方、生活保護世帯の方、村民税非課税世帯の方は、無料になります。申込みの際にお知らせください。

今年度、保健センターで実施する集団検診は、8月4日（金）を予定しています。
詳細については、広報なかさつない6月号でお知らせします。

脳ドックの費用助成に関するご案内

脳ドックは、MRIやMRA検査などを通して、脳の中の隠れた病気を見つける検診です。村では、脳ドックを受診する場合の費用助成をしておりますので、この機会にぜひご利用ください。

- 【助成額】 10,000円
- 【定 員】 35名 ※ 定員に達した時点で受付を終了します。
- 【申込み】 5月10日（水）～ 5月19日（金）
※ 必ず、受診前に保健センターへお申込みください。
なお、申込みは本人またはご家族に限ります。

平成29年4月1日現在で30歳以上の方が対象です
※ 平成25～28年度に村の脳ドックの費用助成を受けた方は、助成対象外となります。また、今年度に村の脳ドックの費用助成を受けた方は、今後5年間は助成対象外となります。

【場所・料金・日程】

医療機関		脳ドック料金 (助成後)	受診時期	備考
帯広厚生病院	単独	22,270円	7月から	
	人間ドック	9,440円	申込期間以降の 人間ドック受診日	人間ドックを受診される方に限ります。 帯広厚生病院への申込みも必要です。
帯広協会病院		16,000円	7月から	
北斗病院	受診日(60歳未満)	12,000円	7月から	定員：30名
	受診日(60歳以上)	14,000円		

【お申込み・お問い合わせ】 福祉課保健グループ（保健センター内） TEL（67）2321

七色献立プロジェクト モニターを募集します

村では、七色献立プロジェクトモニターにご参加いただける団体、グループ、行政区、職場等を募集いたします。楽しみながら続けられる健康づくりのために、仲間と一緒に実践してみませんか。

◆モニターの期間

平成29年8月～平成30年1月

◆モニターの内容

団体、グループ、行政区から選出されたモニターは、健康プログラム（活動量計の利用、料理講座、運動など）を体験していただきます。

また、健康づくりの普及啓発に可能な範囲でのご協力をいただきます。

◆募集人数

先着20名（1団体5名まで）

団体、グループ（4名以上）、職場、行政区単位でお申し込みください。

◆募集期間

平成29年5月1日（月）～6月30日（金）

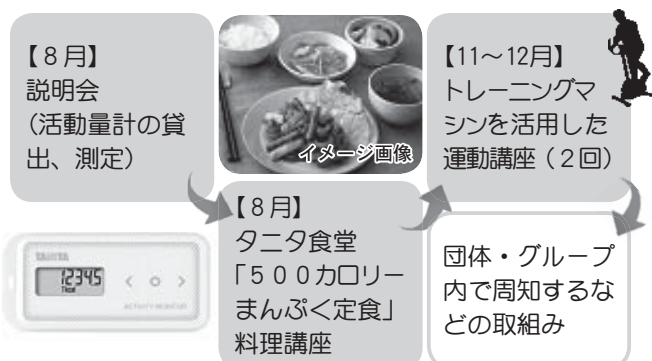
◆参加費

200円（運動講座保険料）

◆モニター期間中、及び終了後に協力いただきたいこと

- ①6ヶ月間の健康プログラムを体験していただき、終了後に効果や感想についてのアンケートに回答。
- ②効果や感想、健康プログラムの内容などを団体内で周知。
- ③健康プログラムの実践や、団体での取り組み内容を、広報、ホームページ等に掲載する際の取材協力。

◆健康プログラムスケジュール



七色献立プロジェクトとは

村の健康問題である糖尿病予備群、肥満等の増加は栄養バランスの悪い食事が誘因と捉え、地場産野菜の健康効果や野菜料理等の普及啓発を図り地域全体の食生活改善を目指した健康づくりの取り組みです。

◆健康プログラムについて

●時 間 18:30～20:30

（講座によって変更する場合があります。）

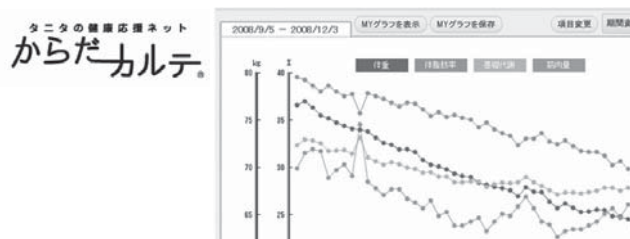
●講 師

料理講座：㈱タニタヘルスリンク管理栄養士

運動講座：㈱オカモト インストラクター

●その他

- ・個人の目的にあわせた運動プログラムを健康運動指導士がご提案します。
- ・健康管理サイト「タニタからだカルテ」を使用し、測定結果グラフを見ることができます。また、タニタ食堂ヘルシーレシピ（毎週更新）などの健康情報を確認できます。



◆団体・グループ等での取り組みについて

モニター期間中または終了後に、学んだことや体験談を基にした健康づくりの取り組みをお願いします。

《取り組み例》

- ・モニター体験談を、まとめたチラシを配布し団体内に周知する。
- ・料理講座で習った料理を作って集会で試食する。

など

※取り組み内容や方法については、福祉課保健グループまでお気軽にご相談ください。

【お申込み・お問い合わせ】

福祉課保健グループ（保健センター内）

TEL(67)2321 FAX(63)4172

イベント情報

★ 土曜日おはなし会

【日 時】 5月13・27日（土）10：30～11：00

【場 所】 図書館 おはなしるーむ

★ 子ども読書週間クイズラリー

【日 時】 4月23日（日）～5月12日（金）

【場 所】 図書館

期間内に来館するとクイズに挑戦でき、全問正解者にはプレゼントがあります！

なかさつない 図書館だより

TEL (07) 2261



5月のおすすめ図書

① チョコのたね Goma/作・絵

たのしいことが大好きなきつねさんと、しっかり者で読書がすきなねずみさんの「へんてこぼんやさん」のお話。作中ででてくるチョコパンレシピも掲載されていて、お腹がへっちゃう一冊です。（児童）

② 愛さずにいられない 北村薫/著

過去を振り返り本に想いを寄せる本文からは、著者の読書への愛が伝わってきます。それに感化されて、自分自身の愛するものは何だろうか？そういえばこんな思い出があるな、とぼんやりと考えてしまいます。（一般）

新しく入った本

【一 般】

「角野栄子の毎日いろいろ」	角野栄子
「素敵な日本人」	東野圭吾
「キトラ・ボックス」	池澤夏樹
「血」	新堂冬樹
「城をひとつ」	伊東潤
「人生の段階」	ジュリアン・バーンズ

【児 童】

「きたきつねとしろふくろうたすけあう」	手島圭三郎
「芭蕉さん」	丸山誠司
「とのさま1ねんせい」	長野ヒデ子
「オバケとキツネの術くらべ」	富安陽子
	〇ほか多数〇

★ 村ホームページの図書館コーナーに新着図書案内を掲載しています。（毎週更新）
★ 貸出中の本は予約できます。



家族ふれあいキャンペーン 中札内村家族だんらん ノーテレビ・ノーゲームデー

家族でふれあう時間や読書・学習の時間をつくろう！



実施期間：平成29年4月～平成30年3月毎月第2土曜日
18：00～21：00（お子さんの就寝時刻まで）



中札内村PTA連合会では、教育委員会と連携し村内の小中学校はもとより保育園にも協力していただき、「中札内村家族だんらん ノーテレビデー ノーゲームデー」を実施しています。ぜひ家族でふれあう時間をつくり、『笑顔あふれる中札内村』を進めていきましょう！（実施日は村民くらしのカレンダーに掲載します。）



恵 J A中札内村女性部 津美ハイツにトイレットペーパーを寄贈

3月13日、J A中札内村女性部（宮村五月部長）が特別養護老人ホーム恵津美ハイツにトイレットペーパー96ロールを寄贈しました。

このトイレットペーパーはJ A中札内村女性部が中心となり回収した牛乳パックと交換したものです。宮村部長は「ここ数年、牛乳パックの回収量が減っているの、たくさんの方に協力してほしい」と話していました。

J A中札内女性部では牛乳パック回収箱を設置し、随時回収しています。
牛乳パック回収箱設置場所：中札内農業管理センター裏口



村 おもてなしの心を学ぶ 観光協会 研修会を開催

3月24日、改善センターで村観光協会主催の「観光ホスピタリティスキルアップ研修会」が観光協会会員を対象に開催されました。

当日は、札幌の人材研修会社から講師を招き、サービスとホスピタリティ（おもてなしの心）の違いや相手に伝わる「おもてなし」の方法などを学びました。講師の濱野まさひろさんは「初対面の相手が何を求めているかを知るためには見るものと聞くことが重要」と話していました。

卒 中札内高等養護学校 業式会場に手作りの花を提供

中札内高等養護学校の農業科生徒たちが育てた花が中札内中学校と中札内小学校、上札内小学校の卒業式会場に飾られ、花の香りに包まれました。

卒業式前日に、農業科2年生の生徒たちが鉢植えを卒業式会場の体育館に運び、卒業生が通るアーチの手前やステージ前に飾りました。生徒たちは卒業生などに喜んでもらえるようにと、配色や見やすさなどを考えながら真剣に取り組んでいました。



剣 青少年の育成のために 道少年団に寄付

3月30日、中札内ライオンズクラブは、剣道少年団に活動支援金を寄付しました。

この取組みは、ライオンズクラブが青少年健全育成事業として毎年実施しています。

当日は神田道博会長ら3名が練習をしている体育館を訪れ、神田会長が「将来を担う子どもたちに使ってもらいたい。練習に励んでほしい」と挨拶し、鳥倉万菜主将に活動支援金を手渡しました。

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を
借り受けるための希望者を次の
とおり募集します。

●募集期間

5月1日(月)～31日(水)

●借受希望者の有効期限

応募締め切りから5年間
※平成28年度に提出している方
は、応募する必要はありません。

●申し込み先(お問い合わせ)

産業課産業グループ

※印鑑をご持参ください。

TEL(67) 2495

人権擁護委員の日
特設人権相談を開催

6月1日は人権擁護委員の日
です。

村では、その日にあわせて啓
発活動の一環として、特設人権
相談所を開いたします。

●日時

6月1日(木)午後1時～3時

●場所

改善センター 会議室

住民課住民グループ

TEL(67) 2493

(予約制)春のすずらん
一斉法律相談

釧路弁護士会主催による無料
法律相談会を行います。

●日時

5月19日(金)午後1時～4時

●場所

2階 営農実習室

●予約受付期間

5月11日(木)～18日(木)

●予約・お問い合わせ

総務課総務グループ

TEL(67) 2311

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16日・17日

●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

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10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

2回目を実施します
飼犬の狂犬病予防接種

●日時

5月14日(日)午前9時～11時

●場所

郵便局横駐車場

●お問い合わせ

住民課住民グループ

TEL(67) 2493

平成29年度
第1回
行政区長
会議を開催
しました

4月11日、平成29年度第
1回目の行政区長会議を改
善センターで開催しました。
会議の冒頭に、各行政区
の区長31名に村長から委嘱
状を交付し、今年度の村の
事業概要の説明などを行い
ました。その後、行政全般
に対する意見交換が行われ
ました。

行政区長会議は定例で年
2回開催しており、今回は
12月上旬に開催する予定です。



行政区長紹介(敬称略)

行政区	区長
興和	前原 宏康
共栄	児嶋 明
新生	杉江 茂
元大正	藤田 正勝
協和	清水 貴之
興農区	大田 雅美
北1区	木村 元
南1区	村瀬 敏雄
2区	長谷部 早苗
3区	浜野 大典
4区	沢田 博
5区	菅野 潤司
6区	早田 敏雄
泉区	高橋 信男
ひばりが丘	小岡 篤
めぐみ区	水崎 和仁
ときわ野	木村 誠
栄	田中 秀則
常盤	安田 務
南常盤	埴田 信浩
元札内	道見 正治
上札内	三浦 政信
中戸蔦	柴田 稔博
西戸蔦	濱野 裕二
東戸蔦1	宮村 浩二
東戸蔦2	竹原 徹郎
新札内	佐藤 孝志
新札内南	岡田 十四雄
西札内	堀江 敏之
南札内	笠松 秀介
元更別	森 忠夫

上映会を開催します

「ぼくはうみが見たくなりまして」を上映します。

●日時 6月24日(土)

●【昼の部】 開場14時45分

●【夜の部】 開場18時45分

●場所 文化創造センター

●料金 大人 500円

●高校生以下 無料

●お問い合わせ

中札内スペシャルニーズプロ

ジェクト実行委員会(川田)

TEL 090-7645-7831

同実行委員会(小山)

TEL 090-8429-8835

古着・古布を回収します

ごみの減量とリサイクルの推進のため、古着・古布を回収します。

【回収できる物】

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

●日時 5月20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

臨時福祉給付金の支給申請開始について

村では、賃金引き上げの恩恵を受けにくい低所得の方を支援するために、「臨時福祉給付金(経済対策分)」の給付を行います。

●支給対象 平成28年度の臨時福祉給付金の支給対象者。(平成28年1月1日に中札内村に住

民票があつた方で、平成28年度

の住民税が課税されていない方

ただし、課税されている方に扶

養されている方は除く)

●支給額 一人 1万5千円

●申請期間 平成29年5月8日

(月)〜平成29年7月31日(月)

●申し込み・お問い合わせ

福祉課福祉グループ

TEL (67) 2321

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、車を持ち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。

まちづくり村民アンケートを実施

第6期まちづくり計画(後期基本計画)策定のため、村民を

対象に無作為に抽出した500

名の皆さんにアンケートを送付

しています。5月末までの提出

のご協力をお願いします。

からだにやさしい

ヘルシークッキング

Ⅱ中札内村食育サポーターⅡ



鶏と青梗菜のチリソース

(1食分)

エネルギー 170 kcal

塩分 1g

【材料】2人分

・鶏胸肉 140g

・塩、こしょう 各少々

・かたくり粉 大さじ1

・サラダ油 小さじ1

・にんにく、しょうが 各1/2かけ

・ねぎ 5cm

・チンゲン菜 100g

・枝豆 30g

・チリソース

・トマトケチャップ 大さじ2・1/2

・砂糖、酒 各小さじ1弱

・豆板醤 小さじ1/3

・顆粒鶏からだし 小さじ1/4

・水 50ml

【作り方】

①Aをそれぞれみじん切りにする。チリソースの材料は



チンゲン菜には骨を強化するカルシウムがほうれんそうの2倍含まれます。

②鶏肉は薄いそぎ切りにし、塩とこしょうをふってかた

くり粉をまぶしつける。

③フライパンに油とAを入れ

て弱火にかけ、香りが立つ

まで焦がさないようにいた

める。鶏肉を重ねらないよ

うに並べ入れ、上下を返し

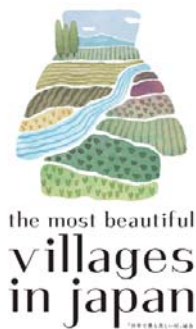
て焼く。

④チリソースを加え混ぜ、弱

火のまま4〜5分、鶏肉に

火が通り、ソースがとろり

となるまで煮る。(とろみ



中札内村は「日本で最も美しい村」連合に加盟しています。

みなさんと共に築き上げてきた村の景観や文化的な活動が評価され、平成28年10月に「日本で最も美しい村」連合に加盟することができました。

そこで、村の景観や文化的な取り組みなどにスポットをあて、みなさんにご紹介していきます。第1回目は「春の美しい村」桜六花公園です。



桜カフェ

桜六花公園に期間限定の小さなカフェを開きます。お茶と菓子を食べながら、ゆったり過ごしませんか。

【期 間】 満開前後1週間程度（5月上旬～中旬）

【時 間】 13:30～15:30

【主 催】 村観光協会 TEL 68-3390

村の南札内地区にある桜六花公園や付近の道路では、5月上旬から下旬にかけて、およそ2,000本の桜が一斉に開花し、見事な桜並木を見ることがができます。この公園は平成11年に六花亭製菓から寄贈された2,000本のエゾヤマザクラを基に整備された公園です。高台に設置された展望台からは満開の桜が一面に咲く姿を見られます。

ご出生おめでとう

鹿熊 春太しゅんたくん 秀一しゅういち君
論佳（ときわ野）

お悔み申しあげます

森實百合子さん（ときわ野）
國井 清子さん（西 戸 蔦）
小島富貴子さん（6 区）
澤田 信彦さん（2 区）
廣山 隆男さん（東 戸 蔦 二 栄）
大谷 シズさん（共 栄）

ご寄附ありがとうございます

・共栄 浅井 敏子 様
夫（明博）が生前お世話になったお礼として
・ときわ野 森實 禎子 様
母（百合子）が生前お世話になったお礼として
・西札内 堀江 敏男 様
義母（タエ）が生前お世話になったお礼として
・共栄 大谷 明 様
母（シズ）が生前お世話になったお礼として
・西戸蔦 國井 嘉則 様
母（清子）が生前お世話になったお礼として

世帯と人口

世帯数 1, 863戸（+13）
人 口 3, 981人（-3）
男 1, 938人（+2）
女 2, 043人（-5）

平成29年4月15日現在
（ ）内は前月比です。

クリーン中札内に参加しませんか？

「きれいな中札内村」を合言葉に、今年も道端に捨てられた吸い殻や空き缶等の回収活動を実施します。皆様のご参加をお待ちしています。

●日 時 5月13日（土）※雨天中止

午後1時集合（午後3時終了予定）

●集合場所 中札内地区：保健センター前 上札内地区：上札内交流館前

●持 ち 物 軍手（ごみ袋は村で用意します）

●お問い合わせ 住民課住民グループ TEL（67）2493