

# 希望のドラマ



February 2022 No.190  
**NOKAWA**  
広報むかわ



令和4年 むかわ町

# 成人式

快晴に恵まれた1月9日(日)に行われた今年の成人式。53人が参加。未来への希望を胸に、新成人たちが羽ばたきました。



清々しく透き通る空が広がった道の駅四季の館で、53人が出席し、成人式が行われ、保護者や多くの来場者が新成人の門出を祝いました。

「久しぶり!」「元気だった?」。会場を訪れた新成人たちは、中学卒業以来の旧友との再開を喜び、会場内外で写真を撮るなど笑顔が広がっていました。

式典では、来賓の祝辞に続き、新成人を代表し川窪久仁さんと鈴木美咲さんが「むかわ町の発展に尽力します」と誓いの言葉を述べ、長谷山大起さんと大江彩莉さんが「学びの姿勢を大切に自分の夢に向かって進みます」と決意を伝えました。

一生に一度の成人式。これまで成長を見守ってくれた保護者や多くの町の方々への感謝と、未来の大きな希望を胸に、これから歩んでいく新たな旅路に向け第一歩を踏み出しました。



やっぱり、  
むかわ町が大好きです♡

# Playback 2001~2002

## 20年前の出来事

- ◆USJ・TDS開演
- ◆札幌ドーム完成
- ◆アゴヒゲアザラシのタマちゃんが話題に
- ◆東京ディズニーシー  
1,000万人ゲスト来園
- ◆日韓共催サッカーワールド  
カップで日本が初のベ  
スト16



## 新成人に送るメッセージ 君たちには、無限の可能性がある

自分の将来について、様々な姿を思い描いているのではないのでしょうか。無限の可能性があり、時間を有効に活かし、想像の扉を開き、若さを全面に出し、先輩達の助言に耳を傾け、充実した人生を歩んでいただきたいと思います。

むかわ町がふるさとです。この町に関心を持ち続けていただき、共に頑張っ  
て行きましょう。今年<sup>たいが</sup>は寅年。コロナに打ち勝ち、まだ見たことのないような、  
大河ドラマのような感動的な1年になりますよう。新成人の皆さんの前途に幸  
多からんことを切に願っています。

令和4年1月9日 むかわ町長 竹中 喜之



# むかわ町表彰式



## 永年の功績と善意に感謝

令和4年1月6日(木)、四季の館において令和3年度むかわ町表彰式が行われ、竹中喜之町長から受賞者に表彰状が授与されました。今年度は18名が栄に浴されました。式では、竹中町長が受賞された皆様へ式辞において感謝を表し、小坂利政町議会議長が祝辞を述べました。最後に受賞者を代表して出蔵貢さんが謝辞を伝えました。この度の受賞、誠にありがとうございます。

## 貢献表彰



### 自治貢献者

永年にわたりむかわ町農業委員として本町農業の振興発展に貢献されました。

### 平島 道弘さん(宮戸)

「これまでの経験をもとに、今後の公務に真摯に向き合っていきたいと思えます。」



### 自治貢献者

永年にわたり選挙管理委員会委員および同委員長として本町の適正な選挙の執行に貢献されました。

### 出蔵 貢さん(穂別)

「選管委員として多くの学びと経験をさせて頂き、この度の表彰誠に有難うございます。」



### 自治貢献

永年にわたり町営住宅入居者選考委員として本町の町営住宅の入居選考や選考基準の策定に貢献されました。

### 山澤 敏子さん(末広)

「賞をいただき、ありがとうございます。これからも、町の動向に目を向けていきます。」



### 社会貢献者

永年にわたり消防団員として火災水防活動に尽力され、本町の防災推進に貢献されました。

### 小泉 雅美さん(松風)

「ありがとうございます。これからも消防活動を頑張っていきたいと思います。」

### 社会貢献者

永年にわたり消防団員として防災推進に貢献されました。

### 引田 敏裕さん(花園)

### 社会貢献者

永年にわたり消防団員として防災推進に貢献されました。

### 本田 正英さん(穂別)

### 社会貢献者

永年にわたり消防団員として防災推進に貢献されました。

### 土屋 祐規さん(穂別)



**社会貢献者**

永年にわたり春日自治会長として地域活動の推進に貢献されました。

**松浦 幹司さん(春日)**

「この程の受賞を、真摯に受け止め長年の経験を元に、地域社会の推進に努力致します。」



**教育貢献者**

永年にわたり体育指導委員およびスポーツ推進委員として地域住民の健康と体力づくりに貢献されました。

**本間 弘行さん(駒場)**

「身に余る賞を頂き、光栄に存じます。活動を通じて出会った皆様に感謝申し上げます。」



**教育貢献者**

永年にわたり体育指導委員およびスポーツ推進委員として地域住民の健康と体力づくりに貢献されました。

**竹田 早知子さん(花園)**

「身に余る賞を頂き幸いです。地域の皆様と家族に感謝です。これからも精進致します。」

**教育貢献者**

永年にわたり体育指導委員およびスポーツ推進委員として地域住民の健康と体力づくりに貢献されました。

**五十嵐 順一さん(穂別)**

**教育貢献者**

永年にわたり体育指導委員およびスポーツ推進委員として地域住民の健康と体力づくりに貢献されました。

**小松 浩さん(穂別和泉)**



**産業貢献者**

永年にわたり商工会役員として本町の商工振興に貢献されました。

**石山 正明さん(穂別)**

「永年にわたり役員を続けられたのは、商工会職員の協力を得て、出来たものです。」



**善行表彰**



**寄附者**

むかわ町まち・ひと・しごと創生寄附活用事業に多額の金品を寄附されました。

**株式会社小金澤組  
代表取締役 小金澤 昇平様  
(苫小牧)**

「故郷むかわ町に頂いた御恩に報えるよう社員共々に今後も日々研鑽を続けて参ります。」



**寄附者**

北海道胆振東部地震の復興支援として、本町に多額の金品を寄附されました。

**国際ロータリー第2510地区  
2020-21地区ガバナー  
福井 敬悟様(札幌)**

「ロータリーの基本理念のもとむかわ町のより良い社会づくりに貢献できて光栄です。」



**寄附者**

むかわ町ふるさと納税に多額の金品の寄附をされました。

**小泉 芳人様  
(千葉県千葉市)**

「再度の御招待いただき光栄です。今後も何か応援出来ることがないか考えています。」



**寄附者**

公益の用に供する土地を寄附されました。

**佐藤 丈様  
(苫小牧市)**

**寄附者**

公益の用に供する土地を寄附されました。

**佐藤 セチ子様(福住)**

# 庁舎移転のお知らせ

胆振東部消防組合消防署鶴川支署は、下記の場所へ移転します。

住所：〒054-0031  
むかわ町青葉1丁目73

業務開始日：令和4年  
3月9日夕方から



## ～サイレン吹鳴のお知らせ～

令和4年2月24日(木)から3月9日(水)までの2週間、サイレン移設工事に伴い、消防団招集サイレンは吹鳴できません。有事の際、消防団招集に時間がかかることが予想されます。むかわ町民の安心安全を確保するよう努めます。

お昼のサイレンは、駒場地区以外、通常どおり吹鳴されます。

※サイレン移設工事が延長した場合、後日、防災無線でお知らせ致します。

胆振東部消防組合消防署鶴川支署の移転に伴い、旧庁舎の事務取扱は令和4年3月8日(火)をもって終了致します。

お問合せ先▶胆振東部消防組合消防署鶴川支署

☎0145-42-2119

※電話番号に変更は  
ございません。

## 「令和3年度子育て世帯への臨時特別給付金」の申請期限は令和4年2月28日迄です

新型コロナウイルス感染症が長期化し、その影響が様々な人々に及ぶ中、子どもたちを力強く支援し、その未来を拓く観点から、臨時特別給付金を支給することが、令和3年11月19日に閣議決定されました。

対象の方へは令和3年12月3日にご案内を発送済みですが、単身赴任や子どもの進学等の理由により、町外に住所のある子どもを扶養されている方で、まだ申請されていない方は、下記までご相談ください。

また、令和3年9月30日時点で高校生の子どものみを養育し、まだ申請されていない方は申請をお急ぎください。



お問合せ

鶴川地区  
穂別地区

むかわ町役場  
むかわ町役場

健康福祉課子育て福祉グループ  
企画町民課町民グループ

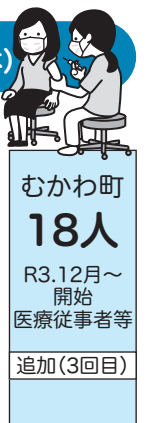
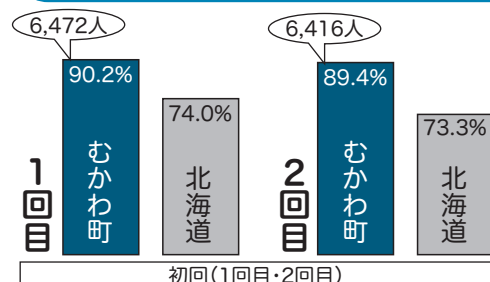
電話0145-42-2506  
電話0145-45-2114

## 入札結果情報

●令和3年12月22日入札●

工事等名		
簡易水道施設災害復旧工事		
穂別地区	令和3年12月29日～令和4年3月22日	契約金額 6,776,000円
有限会社ササキ産業		
工事等名		
ふれあい健康センター及び介護予防センターエアコン購入		
両地区	納入期限 令和4年3月4日	契約金額 3,300,000円
佐々木電気株式会社		

## 新型コロナワクチン接種状況(全体)



接種者数：R4.1.4現在(政府CIOポータル、VRS)  
対象者：R3.4月住民基本台帳

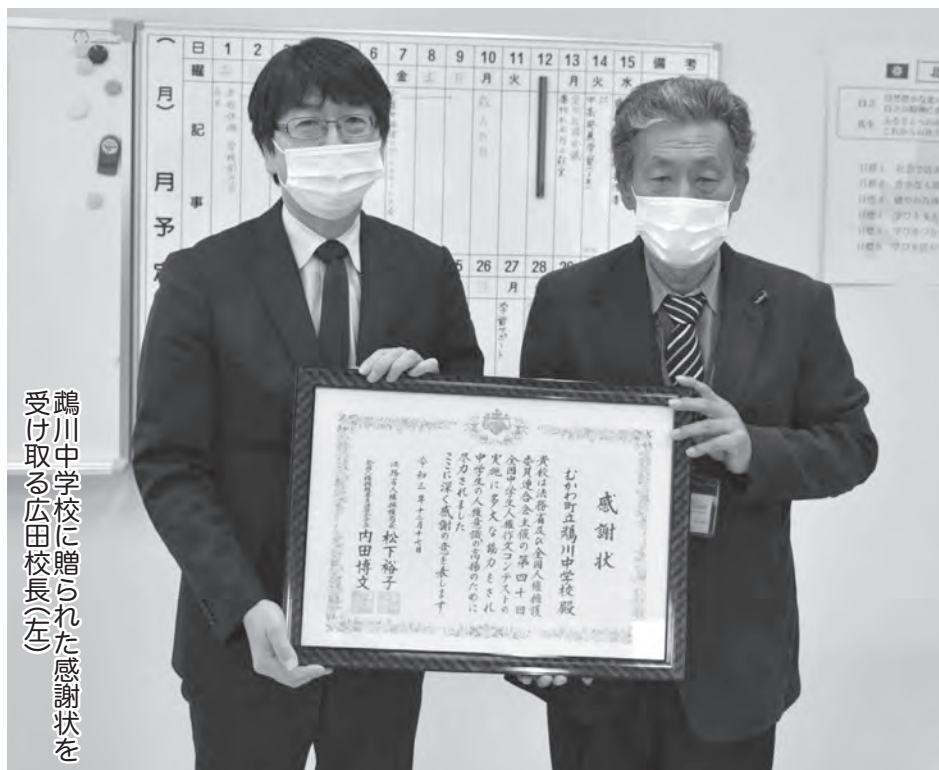
# 特集

## 中学人権作文コンテスト

### 鷗川中学校に感謝状

〔12月13日〕

# 人権啓発活動 称える



鷗川中学校に贈られた感謝状を受け取る広田校長(左)

第40回全国中学生人権作文コンテスト中央大会(法務省、全国人権擁護委員連合会主催)の表彰式が昨年12月13日、鷗川中学校で行われました。同省と同連合会から継続的な同コンテストへの協力への功績が認められ、鷗川中に感謝状が授与されました。

同コンテストは、次代を担う中学生が人権問題について作文を書くことによって、人権尊重の重要性や必要性について理解を深めるとともに、豊かな人権感覚を身につけることを目的に実施されています。

過去5年間の同校の参加実績を見ますと、第40回(令和3年度)23編、同39回(同元年度)60編、同38回(平成30年度)65編、同37回(同29年度)64編、同36回(同28年度)78編と継続的に生徒の作文を応募しています。

感謝状贈呈式では、法務省職員と人権擁護委員が同校を訪問し、広田智人校長に感謝状を手渡しました。

## 群馬県桐生大学・桐生大学短期大学部の

皆さんが、むかわ町で **令和3年12.1~12.6**  
フィールドワークを実施しました。



本町と相互協力協定を締結している群馬県の桐生大学・桐生大学短期大学部によるフィールドワークが12月1日から6日まで行われました。アートデザイン学科7人と准教授2人が町内の商店や観光名所を歩き、イモッペ生活館、鷗川漁協も視察、むかわ町の経済発展に向けた提案については、鷗川高校・穂別高校の生徒と意見交換し、町内の恐竜に携わる団体とも交流、取りまとめた結果を5日に開催された「むかわ町恐竜フェスタ」で研究成果として発表しました。

この発表では、学生が製作したカムイサウルス・ジャポニクス作品を背景に事前にSNSで募集したむかわ町の自然や特産物等の写真を映して来場者を楽しませてくれました。

むかわ町全体が環となり「食育」の取り組みを推進するため「むかわ町食育推進計画」を令和3年12月に策定しました。計画の内容について、ご紹介いたします。

●むかわ町ホームページでも本編を掲載しています。●

# 令和3年度 ～7年度 むかわ町 食育推進計画 ～むかわの恵みをむかわで消費～



「食」は命の源であり、人間が生きていく上で欠かせないものです。むかわ町食育推進計画は、本町の恵まれた自然から育まれた農林水産物や食に関わる人々への感謝の気持ちや理解を深め、町民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことを目的としています。また、町民一人ひとりが食育に関心を持つことにあわせて、地元産の食材を消費する「地産地消」を実践し、町民の皆様をはじめ、行政や関係機関がつながり「食」から活気ある地域を創造していく取り組みを推進していきます。

## 計画の位置付け

「食育基本法」第18条第1項に基づく市町村の食育推進計画と、「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律」第41条に基づく市町村の地産地消促進計画を兼ねるものとして位置付け、食育及び地産地消を具体的に推進するための計画とします。

策定にあたっては、「むかわ町まちづくり基本条例」の理念をふまえつつ、まちづくりの最上位計画である「第2次むかわ町まちづくり計画」をはじめ、「むかわ町健康増進計画健康むかわ21」、「むかわ町農業・農村振興計画」及び「むかわ町学校給食に関する基本方針」などの関連する個別計画との整合を図ることとしています。

## 計画の基本理念

### 『大地と海の恵みに感謝 食でつながる むかわの環』

食への感謝と、生産者から消費者、幼児期から高齢期まで「食育」について様々な観点から考え取り組み、町民の健康、産業の活気、人と人がつながり「むかわ食育の環」を育んでいけるよう、基本理念として掲げます。

## 基本目標

### 基本目標Ⅰ 健康のまちにつながる食育の推進

むかわ町の宣言の一つである「人と自然が輝く清流と健康のまち」を実現するために、食育の事業を通じて適正な食生活の理解や食の管理意識の向上など、健康づくりや体力づくりを進めていくことが重要です。それぞれの世代にあった取り組みを展開し「健康のまち」へとつながっていく食育活動を推進します。

### 基本目標Ⅱ 地産地消や環境につながる食育の推進

むかわ町は農林水産業が盛んであり、様々な食材が多数あります。農林漁業体験や見学などの食と直接ふれあう活動を通じSDGsをはじめ、地産地消や食品ロス削減といった環境への配慮につながっていく食育活動を推進します。

### 基本目標Ⅲ こどもや地域の未来につながる食育の推進

幼児期や学齢期の経験・体験は、大人になってからも生活するうえで大きな基盤となってきます。食への感謝の心や食の大切さ、楽しさ、新たな日常とつながるデジタル化への取り組みから未来を担う子供達と、地域で食について関心を高め、自ら考え選択できるような食育活動を推進します。





## 計画の推進

食育・地産地消の推進にあたっては、町民、家庭、認定こども園等、学校、生産者団体・食品関連事業者、行政などがそれぞれの役割に応じた活動を主体的に取り組みつつ、地域のなかでお互いに連携を図りながら効果的に取り組みを推進します。

推進主体	主な内容等
町民、家庭	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食への感謝の気持ちを育て食品ロスの低減に努める。</li> <li>●食事の支度や食卓の団らんを通して、食の楽しさや基本的なマナーを学ぶ。</li> <li>●食生活習慣の形成のため、早寝早起き朝ごはん運動への参加。</li> <li>●地元農林水産物の消費拡大に努める。</li> </ul>
認定こども園等	<ul style="list-style-type: none"> <li>●健康的な食習慣を身につけるための食育の推進への取り組み。</li> <li>●多様な食や文化へ興味をもつ機会の提供。</li> <li>●保護者への情報提供等を行い、家庭との連携に努める。</li> </ul>
学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>●農林漁業体験や調理体験、食に関する授業などの学習の推進。</li> <li>●給食を活用した地産地消と食品ロス削減への取り組み。</li> <li>●地域の食文化や食関連の産業への理解を深め、郷土愛の心を育む取り組み。</li> </ul>
生産者団体等	<ul style="list-style-type: none"> <li>●教育関係機関等と連携した食育推進活動の実践。</li> <li>●多様な体験や実習等の機会の提供を通じた食育の推進。</li> <li>●安全安心な「むかわ産食材」のPRや地産地消への取り組み。</li> </ul>
行政	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食育の普及・啓発活動や事業の推進と栄養相談や運動指導等の充実を図る。</li> <li>●推進主体の取り組みの支援や協働による幅広い食育の推進。</li> <li>●様々な情報媒体を活用した食育や地産地消に係る情報発信。</li> </ul>

## 食育の新たな取り組み

取り組み名称	取り組み内容
漁業体験	鶴川漁港前浜での地引き網体験等の漁業体験の実施。
給食試食会	町民を対象に実際の学校給食の試食会を開催し、給食体験を提供。
むかわ飯の開発の検討	地元の食材を使用した、むかわ町ならではの食事メニュー開発の検討。
食育情報の発信	広報誌やホームページ等の情報媒体を活用した食育情報の発信。
グルメフェスタでブース出展	町食育関係各課で食育に関するブースを出展しPR活動等を行う。

※その他、むかわ町における食育の主な取り組みについて計画本編で紹介しています。

## 数値目標

本計画期間の最終年度に検証し、次期計画の検討に活用します。

目標項目	現状(R2)	目標(R7)	目標項目	現状(R2)	目標(R7)
町内小中学校全体の給食残食率	17.2%	15%	肥満傾向にある小学生の割合	18%	現状維持又は減少
学校給食における地場産(道産)食品の導入割合	48.1%	53.1%	メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の割合	33.6%	現状値より減少
食育に関するSNS等を活用した情報提供件数	0件/年	12件/年	農林漁業体験を経験した町民数(学校の授業は除く)	0人/年	延べ100人/年

## 12月16日 種別小で昔の遊び 世代を超え交流

穂別小学校(中嶋清人校長)の1,2年生が穂別老人クラブ「浦島会」の会員の方々と昔の遊びを通じて交流しました。けん玉、竹とんぼ、あやとり、コマ、お手玉、折り紙とたくさんの遊びを行いました。はじめはなかなかうまくいかなかった児童たちも会員からアドバイスをもらい、みるみるうちに上達していき、夢中になって楽しんでいました。

会員の宮崎さんは「みなさん上手にできました。子どもたちが楽しんでくれてよかった。こちらも元気をもらっています」と話してくれました。終わりに代表児童から「昔の遊びを教えてくれてありがとうございます」とお礼の言葉と感謝の気持ちを込めて校歌が贈られました。



あやとりを教わる児童たち

## 12月17日 犯罪を未然に防ごう 歳末警戒パトロール実施

穂別地区では、年の瀬の犯罪防止を呼びかける「歳末警戒パトロール」を実施しました。

むかわ町防犯協会、町交通安全協会、各自治会、苫小牧警察などから22名がパトロールに参加し、町の安心・安全の確保に務めました。

出発式では、穂別駐在所員より「振り込め詐欺の被害が発生している。住民に対して、防犯意識の向上を促していただきたい」と挨拶があり、その後、参加者は穂別市街の商店、沿道各戸を個別にまわり、「戸締まりに気をつけて年末年始を過ごして」などと啓発用のポスターやチラシを配布し防犯を呼びかけました。

併せて車両2台による駐留レッドにて交通安全啓発も実施しました。



啓発資料を配付し防犯を呼びかけました

善意  
寄贈

12月15日～24日  
株式会社いすゞ北海道試験場  
(代表取締役 西 拓男様)



町内4カ所の保育所・認定こども園にクリスマスケーキ・クリスマスカードを寄贈していただきました。ありがとうございました。

善意  
寄贈

12月21日  
遠藤建設株式会社  
(代表取締役 泉山 宏明様)



11月に、児童・生徒が安全に登校できるようにと、危険箇所に注意喚起の看板設置や小学校前バス停付近の支柱を設置していただいたほか、6月には穂別小児童へ書道用半紙(約2万枚)と液墨(80個)を寄贈いただきました。ありがとうございました。

善意  
地域貢献

12月21日  
株式会社磯田組  
(代表取締役 磯田 洋様)



地域貢献の一環として町道福住田浦1号と町道田浦二宮1号の道路側溝清掃活動を実施していただきました。ありがとうございました。

真心こめて毎日ご奉仕価格

- ◆ 出産内祝い
- ◆ 全快祝い
- ◆ お歳暮
- ◆ 入進学内祝い
- ◆ 法要・記念品
- ◆ カタログギフト

贈り物の専門店  
**ダイソー**  
苫小牧市新開町4丁目2-12 K'sデンキさんとなり  
☎ (0144) 53-0901  
営業時間 / 10:00~19:00 (年中無休)

200坪の売り場面積、豊富な品揃えでお待ちしております。  
(有料広告)

あなたの悩みに  
コタエを出します

すべての相談の  
相談料が  
**無料**です

相談予約ダイヤル  
**0144-35-8373**  
平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)  
土曜 10:00~13:00

札幌弁護士会 苫小牧法律相談センター  
(有料広告)

キラリ

# 第27回日本管楽合奏コンテスト

出場校の中で

最小での編成

## 鷗川高校吹奏楽部



### 最優秀賞 2年連続の快挙

「7名とは思えないサウンド」。このように少数精鋭で臨んだ、北海道立鷗川高等学校吹奏楽部が昨年行われた第27回日本管楽合奏コンテストにおきまして2連続となる最優秀賞を受賞しました。竹中喜之町長を表敬した部員たちは「これからも楽しんで演奏してください」と祝福を受けました。

公益社団法人日本音楽教育文化振興会が主催し、高等学校A・B・S部門、中学校A・B・S部門、小学校部門で演奏技術を競いました。その中で鷗川高校吹奏楽部は高校S部門（3〜15人編成）にエントリー。昨年9〜10月に行われた予選審査会を通過し、同11月20日に全国審査が行われました。

新型コロナウイルス感染症の影響から、予選は音源のみの提出となり、全国審査も演奏動画を提出する異例の形式で実施。学校体育館で映像を撮影するなど、出場校の中で最小の部員7名はこの逆境をポジティブに捉えて自主練習に励むなど音の全体感を意識して取り組みました。

演奏曲は「深淵の園」。結果は、審査員から「一人一人のレベルが高い」などの高評価を受けました。部員たちはトロフィーと賞状を手に竹中町長に「4年連続で全国出場し、町、学校、先生、町民の皆さんのお力をいただき最優秀賞を受賞できました。これからも練習に励みますので、応援よろしくお願いします」と報告。竹中町長は「皆さんの演奏を楽しみにしている町民の方々がいます。おめでとございました」と称えていました。

公営住宅入居者募集中  
申込はお早めに!

#### 【鷗川地区】

文京ハイツ (203号・2LDK)

#### 【穂別地区】

緑ヶ丘 (1-10号・3LDK)

緑ヶ丘 (2-26号・3LDK)

緑ヶ丘 (2-30号・2LDK)

緑ヶ丘 (3-38号・2LDK)

緑ヶ丘 (4-56号・2LDK)

緑ヶ丘 (5-185号・1DK)

柏南 (1-4号・3LDK)

柏南 (5-27号・2LDK)

富内中央 (6-16号・2DK)

富内中央 (みなし特覧 4-12号・3LDK)

▼申込期限 2月15日(火)

▼申込み・問い合わせ

【本庁】 経済建設課技術グループ

☎(42) 2427

【支所】 経済建設課建設グループ

☎(45) 2117



## 『所得税』、『町・道民税(住民税)等』の申告がはじまります

申告は、皆さんが昨年1年間(1月～12月分)の所得を計算し、町・道民税などの額を決めるために行う大切な手続きです。事前に必要な書類を準備して期間内に申告をすませましょう。

### 申告期間

令和4年2月16日(水)から令和4年3月15日(火)まで  
9時～12時/13時～16時まで(※土・日曜日、祝日は除きます)  
※穂別地区は3月15日(火)12時まで  
※1日の受付人数:40名まで/電話相談:16時～17時まで

### 申告場所

・鶴川地区:産業会館 第3会議室(2階)  
・穂別地区:4会場 ※詳細は、穂別地区日程をご覧ください。

## 今年の確定申告は電子申告または郵送申告を推奨します・・・

新型コロナウイルス感染予防対策のためにも、電子申告(e-Tax)または苫小牧税務署へ郵送申告するようご協力をお願いします。

- ① 電子申告する人は、16ケタの利用者識別番号を税務署で本人確認済みでしたら、国税庁のホームページよりe-Taxで提出ができます。
- ② 郵送する人は、国税庁のホームページで『印刷して提出』から郵送等により提出ができます。

## 来庁する人は・・・

新型コロナウイルス感染予防対策のご協力をお願いします。

- ① 必ずマスクの着用をし、役場入口などに備付けのアルコール消毒液で手指の消毒をしてください。
- ② 家を出る前に、検温し、熱があるなど、体調不良の症状がみられる場合は、来庁を控えてください。  
※役場内設置の検温機にて、熱があると判断された場合、入場を断ることがありますので、ご了承下さい。
- ③ 例年、申告受付期間の初日及び2日目、最終週の午前中が大変混み合っております。3密を避けるためにも時期をずらしたりなど、ご協力をお願いします。

## 申告が必要な人は・・・

### ◎所得税の確定申告

- ① 不動産(家賃等)所得、事業所得、退職所得、山林所得、譲渡所得、一時所得、雑(年金等)所得などがある人で、これらの所得金額の合計額が基礎控除や扶養控除額などの所得控除の合計額を超える人
- ② 給与所得者で次に該当する人  
・前年中の給与収入金額が、2,000万円を超える人  
・1箇所から給与を受けている人で、給与所得及び退職所得以外の所得金額合計が、20万円を超える人  
・2箇所以上から給与を受けている人で、主たる給与の支払者以外の者からの支払いを受ける給与と、給与所得以外の所得金額合計が20万円を超える人
- ③ 年末調整が済んでいない給与がある人

### ◎町・道民税(住民税)の申告

令和4年1月1日現在、むかわ町内に住所がある人は原則として申告をしなければなりません。ただし、次に該当する人は申告の必要はありません。(②に該当する人でも、医療費控除や寄付金控除などを受けようとする場合は、申告が必要です)

- ① 所得税の確定申告をした人
- ② 年末調整済みの給与所得のみの人

## 所得税が還付されることも・・・

前年中の医療費が基準額以上ある人、住宅ローン等を利用して新築や増改築をした人、災害や盗難などで住宅や家財に損害を受けた人、国や市町村などに寄付をした人、年末調整が済んでいない給与がある人、要支援・要介護認定者又はその扶養者などは、確定申告により所得税が還付される場合があります。※医療費控除を受けられる場合、平成29年分の確定申告から、領収書の代わりに『医療費控除の明細書』の添付が必要です。

## 必要な持ち物

### ◎必ず必要なもの ～マイナンバー関連書類が「必須」となります!～

印鑑、マイナンバー確認書類(マイナンバーカード・個人番号通知カード)、身分証明書(運転免許証・健康保険証等)、利用者識別番号等の通知書

### ◎各種控除等の確認に必要なもの

健康保険料・介護保険料の領収書、国民年金・生命保険・介護医療保険・地震保険払込証明書、医療費控除の明細書、寄付金受領証明書・前年の確定申告書の控、計算機など

### ◎不動産収入・事業収入のある人

売り上げ・仕入れ帳簿、経費の領収書

### ◎給与収入・公的年金収入の人

源泉徴収票

### ◎不動産・財産を売った人

売買契約書、売買に要した費用(登記に要した費用等)の領収書、取得のために要した費用(購入代金、登録免許税、不動産取得税等)の領収書など

### ◎住宅を新築・購入・増改築した人

家屋および土地の登記事項証明書、工事の請負契約書、売買契約書、住民票、借入金の年末残高等証明書、認定長期優良住宅の認定通知書(該当する人のみ)

■問い合わせ 【本庁】町民生活課税務グループ ☎42-2413  
【支所】企画町民課町民グループ ☎45-2112

## 穂別地区日程

### 一般申告相談日

受付日	自治会名	受付時間	受付会場
2月16日 水	仁和下・栄	10:00~12:00	仁和会館
	仁和上	13:30~15:30	
2月17日 木	豊泉・和泉下・和泉上・豊田	9:30~12:00 14:00~16:30	穂別中央生活館
	平丘・安住・富内	9:30~12:00 14:00~16:30	
2月17日 木	双葉自治会	9:30~12:00 13:30~16:00	富内銀河会館
2月21日 月	明穂自治会	9:30~12:00 13:30~16:00	町民センター
2月22日 火	共和自治会	9:30~12:00 13:30~16:00	町民センター
2月24日 木	緑ヶ丘自治会	9:30~12:00 13:30~16:00	町民センター
2月25日 金	柏自治会	9:30~12:00	町民センター
		13:30~16:00	
2月28日 月	氏名 あ~そ	9:30~12:00	町民センター
		13:30~16:00	
3月 1日 火	氏名 た~わ	9:30~12:00	町民センター
		13:30~16:00	
3月 2日 水	ニサナイ・中島・茂別・新興 キウス・隆農・稲里・長和	9:30~12:00	町民センター
		13:30~16:00	

### 農業者税対策協議会の申告相談日

受付日	自治会名	受付時間	受付会場
3月 3日 木	栄・豊泉	9:30~12:00	町民センター
	仁和上・和泉	13:30~16:00	
3月 4日 金	仁和下・豊田	9:30~12:00	町民センター
	新興・ニサナイ・中島・穂別	13:30~16:00	
3月 7日 月	隆農・キウス	9:30~12:00	町民センター
	茂別	13:30~16:00	
3月 8日 火	稲里	9:30~12:00	町民センター
	平丘・富内・安住	13:30~16:00	
3月 9日 水	農業関係申告予備日	9:30~12:00	町民センター
		13:30~16:00	

# 税務署からのお知らせ

## 確定申告会場開設期間等のお知らせ

次の通り確定申告を開設します。

なお、確定申告会場の混雑を回避するため、会場への入場には「入場整理券」(会場で当日配布もしくは国税庁LINE公式アカウントで事前発行)が必要となります。

また、配布状況に応じて後日の来場をお願いすることもあります。

ご来場の際には、マスクの着用や手指の消毒などにご協力をお願いします。

なお、入場時にLINEで事前発行した際に表示される「受付完了」画面若しくは当日配布した「入場整理券」を確認しますので、必ずお待ちください。

また、指定された時間に遅れた場合は入場できない場合があり、会場の混雑状況によっては、指定された時間内であっても入場をお待ちいただく場合があります。

**申告相談会場: 苫小牧市労働福祉センター 苫小牧市末広町1丁目15番7号**

**開設期間: 令和4年2月1日(火)から 令和4年3月15日(火)まで**

**(ただし、土・日曜日・祝日等を除く)**

**相談受付時間: 午前9時から午後4時まで**

※新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点から混雑を避けるため、本年に限り上記の期間で開設します。

申告のご相談は、会場を開設する2月1日(火)以降にお越しください。

また、会場にお越しの際には、「前年の申告書控え」、確定申告に必要な書類をご持参ください。

なお、作成済みの確定申告書は、郵送等により税務署に提出してください。

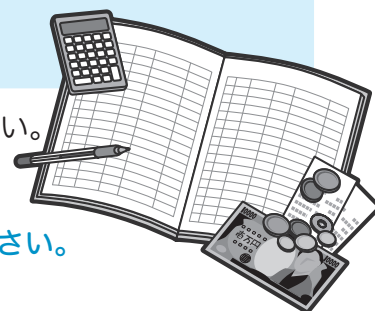
申告に関するご質問は、お電話によりお問い合わせください。

### ■問い合わせ

苫小牧税務署 〒053-0018 苫小牧市旭町3丁目4番17号

**☎0144-32-3165** (自動音声でご案内します。)

国税庁のLINE公式  
アカウントはこちら



## 町税は納期限までに納めましょう!

2月28日は、固定資産税(第4期)、国民健康保険税(第9期)、介護保険料(第5期)、後期高齢者医療保険料(第5期)の納期限です。

納期限までに忘れずに納めてください。

納期限を過ぎて納付された場合、延滞金が発生する場合がありますので、注意してください。



## 町税の納付は便利な『口座振替』で!

○便利… 納期ごとに金融機関などへお出かけいただく手間がなくなります。

○確実… うっかり納め忘れることがなくなります。

○安心… 納税のために現金を持ち歩く必要がなくなります。

お問い合わせ

【本庁】町民生活課税務グループ ☎42-2413 【支所】企画町民課町民グループ ☎45-2112

# 「全国学力・学習状況調査」 の調査結果について【概要】



令和  
3年度

## 1. 調査実施日及び対象学年

- 調査実施日：令和3年5月27日(木)小学校・中学校同日
- 対象学年：小学校第6学年、中学校第3学年

## 2. 調査結果の概要

令和3年度の全国学力・学習状況調査は、新型コロナウイルス感染症の影響により2年ぶりの実施です。本町の小・中学校ともに、すべての教科において「正答数の少ない」層の割合が全国より多くなっています。小・中学校別では、次のような特徴が見られました。

### 小学校

- 平均正答率では、国語が全国よりやや低く、算数は全国より低い傾向でした。
- 具体的には、国語は「書くこと」領域が全国より高い傾向ですが、他の領域「読むこと」「話すこと・聞くこと」「言葉の特徴や使い方に関する事項」が低く、特に、「言葉の特徴や使い方に関する事項」が低い傾向でした。算数では「図形」「測定」「変化と関係」領域が全国より差が大きい傾向でした。

### 中学校

- 平均正答率では、国語・数学ともに全国よりやや低い傾向でした。
- 具体的には、国語は「話すこと・聞くこと」と「伝統的な言語文化と国語の特質に関する事項」は全国とほぼ同程度ですが、「書くこと」「読むこと」では全国より低い傾向でした。数学は「関数」が全国より高い傾向ですが、他の領域「数と式」「図形」「資料の活用」領域では低く、特に、「数と式」が全国より差が大きい結果でした。

### 児童生徒質問紙

- 「家庭学習」については、小中学校ともに家庭学習の習慣化が定着している傾向にありますが、「電子メディアとかかわる時間」と「学校以外での読書」については課題のある傾向でした。

本調査結果については、広報誌に掲載するにあたり、概要のみ紹介しております。今後の取り組みなどを記載した全文については、町ホームページに掲載しておりますので、そちらをご覧ください。

【問い合わせ】むかわ町教育委員会生涯学習課学校教育グループ ☎42-2484

## 中皮腫や肺がんなど 石綿による疾病の補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因であると認められた場合には、労働者災害補償保険法に基づく各種保険給付や石綿による健康被害の救済に関する法律に基づく特別遺族給付金が支給されます。

石綿による疾病は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て発症することが大きな特徴です。中皮腫などでお亡くなりになられた方が過去に石綿業務に従事されていた場合には、労災保険給付等の支給対象となる可能性がありますので、最寄りの労働基準監督署または都道府県労働局にご相談ください。



問い合わせ先：北海道労働局労働基準部労災補償課(☎011-709-2311)

## 「むかわ得々飲食券」の使用期限は

# 2月15日(火)です!!

**期限を過ぎると使用できません!!**

いつも地元飲食店をご利用いただきありがとうございます。

むかわ町商工会 <本所>42-2276 <支所>45-2266



(有料広告)

## 12月22日(水) 震災からの創造的な復興に向けて

### レッドホースコーポレーション(株)とのパートナーシップ協定書調印



地方創生事業を主力事業とするレッドホースコーポレーション株式会社(本社:東京都墨田区、宮本隆温代表執行役社長)と「パートナーシップ協定書」を調印し、連携協力関係を構築しました。

調印式には、関係機関のほか、ビデオ会議システム「ZOOM」によりテレワーク中の同社社員向けに式の様子を配信しました。

協定は、①観光振興や地域産業支援等による地方創生の推進やまちなか再生の推進 ②相互の人的資源を活用した交流推進 ③DX(デジタルトランスフォーメーション)など時代の変革期に対応した地域活性化・地域経営の推進 ④地域製品の共同開発及び地域事業者育成 ⑤ふるさと納税の推進一を連携協力事項として震災からの創造的復興に向けて取り組むこととしています。

調印式では竹中町長と宮本社長が協定書に署名し、竹中町長は「魅力ある地方創生を加速させていきたい」と挨拶。宮本社長は「震災前よりもっと良いまちとして歩いていけるよう北海道初の成功事例を完成させ、同じ目線で地元密着型で考えていきたい」と意気込みを披露されました。

## 電源立地地域対策交付金で整備しました

令和3年度電源立地地域対策交付金事業により、福住たこ公園の遊具整備を行いました。

電源立地地域対策交付金は、電源地域で行われる公共用施設整備や住民福祉の向上に資する事業に対して交付されています。

【本庁】総務企画課政策推進グループ ☎42-2469





## スピードスケート

### 第19回 世界ジュニア記念北海道小中学生スピードスケート競技会

- とき:令和3年12月18~19日
- ところ:苫小牧ハイランドスポーツセンター

#### 中学の部

氏名	距離	タイム	順位
田畑 妃穂	1000	1:30.60	5
	1500	2:20.63	3

### 第21回 胆振・日高管内 スポーツ少年団スピードスケート記録会

- とき:令和3年12月25日
- ところ:苫小牧ハイランドスポーツセンター

#### 小学の部

学年	性別	氏名	距離	タイム	順位
6	男子	南部 将吾	500	49.63	5
			1500	2:40.22	5

#### 中学女子の部

氏名	距離	タイム	順位
田畑 妃穂	500	42.84	1
	1000	1:28.93	1
門田 ひなた	500	45.78	2
	1000	1:37.54	2
南部 優奈	1500	2:33.95	3
	3000	5:29.21	4

# スポーツ 大会結果



### 第52回 北海道中学校スケート大会

- とき:令和4年1月8~9日
- ところ:苫小牧ハイランドスポーツセンター

性別	氏名	距離	決勝タイム (ダブルトラックレース)	順位	備考 (全国大会)
女子	田畑 妃穂(中2)	500	43.16	4	初出場
		1000	1:30.54	10	
女子	門田 ひなた(中3)	500	44.64	13	2回目の出場
		1000	1:33.20	15	
女子	南部 優奈(中3)	1500	2:21.15	9	2回目の出場
		3000	5:16.45	14	

※各種目24位以内に入り、全国大会の出場権獲得(全国大会:長野県1/2 9~2/1)  
 ※備考欄:令和2年度の全国大会は直前に中止。  
 昨年も全員が全国大会の権利を獲得しています。



むかわ町  
MUKAWA TOWN

知っていますか?  
Jアラートのサイレン音

令和4年度  
Jアラートの  
発動を想定した

# 全国一斉 情報伝達試験 を実施します

## 2月16日(水) / 11時00分

サイレン音を伴う、防災行政無線・情報端末を放送します。  
 実際の災害と間違えないよう注意してください。

防災行政無線・情報端末からの  
サイレン音を放送します



【お問い合わせ】 むかわ町総務企画課情報防災グループ ☎42-2423  
 むかわ町企画町民課企画管理グループ ☎45-2111

## 警察、海保、自衛隊 合同説明会

令和4年2月5日(土曜日)

時間 午前の部/09:30~12:10  
 午後の部/12:30~15:10  
 場所 苫小牧市若草町3丁目3番8号  
 (苫小牧市民活動センター)



お問合せ  
 苫小牧警察署 ☎35-0110 苫小牧海上保安署 ☎33-0118  
 事務局 自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所 ☎32-3725

ポロポロの本でも古雑誌も  
何でも買取いたします!

すうきえんどう

## 古本出張買取の数奇縁堂

- ・全ての本にお値段を付けて買取
- ・100冊ごとに500円ずつアップ
- ・梱包材不要、整理不要、自宅まで取引

安平町追分本町4丁目22番地(店長:村田)

電話:080-9615-1939

※電話受付・買取可能時間:9時~21時

E-mail: books-hokkaido@suukiendou.com

URL: https://suukiendou.com

【古物商】北海道公安委員会許可 第101230001111号



公式HP



(有料広告)

## ヘルスアップ情報

### 子どものこころの発達～イヤイヤ期～

#### ○魔の2歳児!?

1歳半頃を過ぎて、少しずつ歩くのが上手になったり、ことばらしきものが出てきたり、ますます可愛い!という一方、これはイヤ!、あれがいい!等々、自己主張が増え、思い通りにならないと大泣きする…“魔の2歳児”とも呼ばれる“イヤイヤ期”の幕開けです。

#### ○イヤイヤ期の意味

イヤイヤ期は、文字通り「イヤ!」と強く自己主張することが特徴です。イヤの背景には、“自分でやりたい!”という意欲や自立心の芽(自我の芽生え)があります。子どもはイヤと主張することで、他者と自分の違いを認識し、将来“自分らしく生きる”ための基盤づくりをしているのです。

#### ○イヤイヤ期に育てたい2つの力

この時期、子ども自身の意志力を持てるように育てることはとても大切です。しかし、子どもの要求を何でも通していいかという、そうではありません。自己主張(意志)の力と同時に、“がまんする力”すなわち、「必要に応じて自分の行動や欲求をコントロールする力」も、社会で生きていくために必要なものです。車に例えると、自己主張の力がアクセル、がまんする力がブレーキといえます。どちらも車を走らせるために重要な役割を担っています。

ただし、この2つの力は発達のタイミングが異なり、アクセル(自己主張)は2～3歳頃、ブレーキ(がまんする力)は4歳以降に身についてくるといわれています。自我の発達にとっては、先にブレーキを発達させてアクセルを踏むのが難しくなるよりも、まずアクセルを覚える方が大事なことのようです。

#### ○イヤイヤ期の付き合い方

子どもの自我の働きを助けながらイヤイヤとなるべくうまく付き合う方法をご紹介します。

##### ①順序付け・選択肢の提示

例1) 食事: 野菜を勧めて拒否  
→「野菜が最初なのがイヤなんだね。じゃあ、お肉、野菜の順番で食べてみよう」



例2) 着替え: 「青い服と黄色い服、どっちにする?」

※イヤ=「自分で決めて、自分で進みたい」というサイン。尊重されたと感じられることが大切です。

##### ②遊び感覚・くり返しの楽しさを使う

例) 歯みがき: 「最初はワンちゃんみがこうね(みがく真似)、上手ー! 次はクマちゃん(みがく真似)、クマちゃんも上手! 次は○○ちゃん!」



※子どもはくり返しのあるストーリーを好みます。大好きなキャラクターや人形などを巻き込むと、流れでうっかり「うん」と言うこともあります。

##### ③事前の根回し・予告

例) 遊びの切り上げ: 「長い針が一番上のところに来たら帰ろうね」と予告→難しそうなら、「あと10分しか遊べないから、たくさん遊んでね」



※この時期、まだ時間感覚はありませんが、事前に見通しを伝えることで、大人は遊びたい気持ちを応援・保障してくれる味方であると信じてもらえるようにすることが大切です。

工夫して対応しようと頑張っても、何をしてもダメなときもあります。そんな時は諦めも肝心です。がっぷり四つに組むと余計こじれるのがイヤイヤ期。「今日もアクセル全開だなー」と大人側が先に“大人に”なって一時休戦し、深呼吸したり水を飲んだり、クールダウンすることも必要です。行き詰った時は、子育て支援センターや発達支援センターの開放に行ったり、保健師や心理士にも気軽に相談してくださいね。

# 2月 健康カレンダー

予防接種を受ける方は、必ず医療機関に予約をしましょう。  
また、接種の際は必ず母子手帳を持参願います。

	事業名	対象者	鶴川地区		穂別地区	
			時	場	時	場
予防接種	ロタウイルスワクチン接種	生後6週～24週未満の児	毎週 月・木曜日	13:15～14:15	毎週 水曜日	受付)
	B型肝炎予防接種	1歳未満児			14:00～	
	Hibワクチン接種 小児用肺炎球菌予防接種	2か月～5歳未満			14:30	
	四種混合	3か月～7歳6か月未満				
	麻疹風しん混合予防接種	・12か月～24か月未満(第1期) ・来年度小学校入学予定者(第2期)	毎週 月・木曜日	13:15～14:15	毎週 木曜日	受付)
	水痘(水ぼうそう) 予防接種	・12か月～36か月未満			14:30～	
	日本脳炎予防接種	・平成21年10月2日以降に生まれた方 ・平成19年4月2日から平成21年10月1日までの間に生まれた方で13歳未満の方 ・平成19年4月1以前に生まれた方で20歳未満の方	毎週 月・木曜日	13:15～14:15	毎週 火曜日	受付)
	子宮頸がん予防ワクチン	中学1年生～高校1年生相当の女性			15:00～	
	肺炎球菌予防接種 (要事前予約)	今まで一度も肺炎球菌予防接種を受けたことのない方で①今年度内に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方 ②60歳～64歳で一定の障がいのある方 ③66歳以上で①に当てはまらない方 ※②、③で希望者は町に申込みが必要です。	時間 内科診療時間内 場所 鶴川厚生病院		15:00～	16:00
	ジフテリア・破傷風二種混合	小学6年生の児童(※個別通知します)	月～金曜日(祝祭日を除く) 8:30～11:00 13:15～15:00			
新型コロナウイルスワクチン	12歳以上の方(個別接種)	2日(水) 16:00～		3日(木) 時間は予約時お知らせします		
骨粗しょう症検診	19歳以上の方(町に申込みが必要です)	内科診療時間内(要予約)		火曜日以外の診療時間内		
エキノкокクス症検診	小学校3年生以上で過去5年間エキノкокクス症検診を受けていない方			火曜日以外の診療時間内		
乳幼児健診 (7か月児はBCG接種)	4か月児・7か月児・12か月児・1歳6か月児・3歳児(※個別通知します)	17日(木) 時間は通知します フッ素塗布 9:30～15:30		次回は3/9(水)を予定しています		
幼児フッ素塗布	希望者	四季の館				
5歳児健診	5歳児(※個別通知します)	9日(水) 時間は通知します		今年度は終了しました		
特定健診結果報告会	※個別通知します	1日(火)・2日(水) 個別通知します		1/31(月)・2/3(木)・4(金)・7(月) 個別通知します		
特定健診 個別健診 2月末までに受診しましょう	40歳以上のむかわ町国民健康保険に加入している方で、今年度特定健診を受診していない方(受診券をお持ちの方で受診券を利用して健診を受診していない方) 自己負担額:無料 事前予約が必要です。	診療時間内 鶴川厚生病院 予約は厚生病院(42-2033)		診療時間内 穂別診療所 予約は穂別診療所(45-2121)		
子宮がん・乳がん検診 ※希望者は事前連絡	子宮頸がん:20歳以上の女性で年度内に偶数年齢の方 乳がん:40歳以上の女性で年度内に偶数年齢の方	今年度の集団検診は終了しました 受診希望の方は、個別検診又はバスツアー検診をお申し込みください 申し込み先(鶴川地区:42-2415 穂別地区:45-3326)				
子育て支援	ふたばキッズ	2歳児(※個別通知します)		次回は3/11(金)を予定しています		
すくすく広場	就学前の親子(未就園児)	毎週 月・水・金曜日	10:00～12:00, 14:00～16:00			
あそぼうね(一般開放)	就学前の親子	毎週 金曜日	10:00～11:30			
おひさま広場	0歳～4歳未満の乳幼児をもつ親子	毎週 月～金曜日	9:30～12:00 13:30～16:00			
ふれあい支援	・ポパイサークル	こころの病の回復者等	16日(水) 10:00～12:00			
	・ピンしゃん会 ・笑顔友の会 ・笑顔友の会OB会	65歳以上の希望者 (希望者は要問い合わせ)	2・9・16日 10:00～12:00		3・10・17・24日 10:00～12:00	
	いろは塾 (認知症予防教室)	65歳以上の希望者 (希望者は要問い合わせ)	4・18・25日 10:00～12:00		2・9・16日 10:00～12:00	
	いきいき料理教室	60歳以上の希望者 (希望者は要問い合わせ)	15日(火)		10:00～12:00	

# 2月の健康案内



## +医療機関の外来案内+

### 鷗川厚生病院 ☎(42)2033

(受付時間)午前8:30~11:30 午後1:15~4:00

診療科 / 担当医師	月	火	水	木	金	
内科 総合診療科	午前	會川	會川	中村	會川	越智
	午後	中村	越智	越智	中村	會川
整形外科	午前	予約 越智	予約 中村	予約 會川	予約 越智	予約 中村
	午後			王子整形		王子整形 光洋クリニック
小児科	午前	北大 小児科			北大 小児科	
	午後					
夜間診療(内科)	會川先生 毎週火曜日17:00~18:30					

※リハビリテーションは水・金、デイケアは月・火・木で実施しています。  
※検診事業や医師の研修などにより、予定は変わることがあります。  
※休診のお知らせ

2月14日(月)・15日(火)越智院長は不在のため代診となります。

#### 人間ドック(総合健診)のご案内

鷗川厚生病院では、月~金曜日の午前中に人間ドックを実施しています。血液・尿・胸部X線・腹部超音波・胃部X線または胃カメラ、その他オプション検査も行っていますので事前にご予約ください。お問い合わせ・ご予約電話番号:42-2033

### 穂別診療所 ☎(45)2121

(受付時間)午前8:45~11:00 午後1:00~4:00

※水曜日午後からの受付は、午後3:30~6:30(夜間診療含む)

診療科	月	火	水	木	金	
総合外来 (内科・外科・小児科)	午前	夏目 土屋	夏目 土屋	夏目 土屋	夏目 土屋	夏目 土屋
	午後		清田 整形 (予約制)			
整形外科						
総合外来 (内科・外科・小児科)	午後	交替制	交替制	交替制 (受付は午後 3:30~)	交替制	交替制
	夜間診療 水曜日(午後5時~) (総合外来)			交替制 (受付は午後 6:30まで)		

※「今週の予定」として、各日曜日に情報端末(TV電話)でお知らせします。担当医師は、そちらでご確認ください。

※整形外科外来について

- ・新型コロナウイルス感染症対策により、診療所での混雑を避けるため電話予約のみの対応とします。平日の日に電話で連絡願います。
- ・予約定員に達しましたら、翌週の診療日となります。
- ・直近2週間までの予約とさせていただきます。
- ・予約時間帯を受付時に区切らせていただきますので、受付した時間帯でお越しください。
- ・情勢により診療日の変更及び取消しになる可能性がありますのであらかじめご了承ください。

**※発熱している方は事前にご連絡ください**

### 苫小牧保健所の相談等案内 ☎0144(34)4168 ※事前に申し込みが必要です

総合保健相談・医療相談	随時(祝祭日を除く月~金)
女性の健康相談(定例は事前予約)	定例 2月21日(月)、随時(祝祭日を除く月~金)
こころの健康相談(定例は事前予約)	定例 2月17日(木)、随時(祝祭日を除く月~金)
肝炎ウイルス検査(要事前予約)	2月1日(火)
骨髄バンク登録(要事前予約)	2月1日(火)、15日(火)
HTLV-1抗体検査(成人T細胞性白血病検査)(要事前予約)	2月15日(火)
HIV検査(エイズ相談)(要事前予約) 専用電話 0144-35-7474	2月1日(火)、15日(火)

事業名	日時	場所
鷗川断酒会例会	1.15日 18:30~20:30	若草町民会館
生命の貯蓄体操	1.3.8.15.22.24日 10:00~	介護予防センター
いきいきふれあいサロン(鷗川地区)	17日 10:30~	介護予防センター



## お墓の相談室

些細な事でも  
お気軽にご相談下さい

- お墓の移転、お引越、墓石の解体など
- 必要な役所の手続きも承っております



『墓じまい』と『お墓の引越し』は

## 苫小牧墓石解体

お問合せはこちらへ【相談無料】

☎0144-82-7766

苫小牧市元中野町3丁目3番13号

(有料広告)

# むかわ町地域包括支援センターです

## 「認知症の予防と対策」

### 認知症は予防できる？

認知症の6割を占めるアルツハイマー型認知症は、生活習慣病(糖尿病、高血圧、高脂血症等)を抱えている人のほうが発症しやすい傾向があります。今のところ残念ながら認知症の特効薬はありませんが、最近の研究では「どうすれば認知症になりにくいか」ということが少しずつわかってきました。

認知症になりにくくなるためには生活習慣の改善と脳トレーニングなどで脳を鍛えることです。これを長く続けていくことで、認知症の発症を防いだり、進行を遅らせたりできる可能性が高まります。

### 1. 認知症になりにくい生活習慣とは？

**脳の良い状態**

**食習慣**

- 野菜・果物(ビタミンC、E、βカロチン、ポリフェノール)や魚(DHA、EPA)をよく食べる。
- 脂質、塩分、糖分の取りすぎを避け、生活習慣病予防も心がけてください。

**運動習慣**

- 適度な運動や体操をする。生活習慣病予防にもなります。
- 1回1時間以上の、運動や体操を、週2回以上行なうと有効とされています。

**対人接触習慣**

- 人との交流を大切にしましょう。

**睡眠習慣**

- 30分未満の昼寝。
- 起床後2時間以内に太陽の光を浴びる。

**知的行動習慣**

- 博物館に行くなど知的な好奇心を刺激しましょう。
- 趣味を楽しんだり、外出するなど生活自体を楽しみましょう。

「いろは塾」の参加もお勧めです

### 2. 脳トレーニングで、脳を鍛える

最初に低下する認知機能が、「エピソード記憶・注意分割機能・計画力」です。

機能	内容	鍛える方法
エピソード記憶	体験したことを記憶として思い出す	<ul style="list-style-type: none"> <li>2日遅れ、3日遅れの日記をつける</li> <li>レシートを見ないで、思い出して家計簿をつける</li> </ul>
注意分割機能	複数の事を同時に行う時、適切に注意を配る機能	<ul style="list-style-type: none"> <li>料理を作るときに、一度に何品か同時進行で作る</li> <li>相手の表情や気持ちに注意を向けながら話す</li> <li>仕事や計算をテキパキと行う</li> </ul>
計画力	新しいことをするとき、段取りを考えて実行する能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>外出・旅行などの計画を立てる</li> <li>効率の良い買い物の計画を立てる</li> <li>頭を使うゲーム(囲碁・将棋・マーじゃん等)をする</li> <li>やり慣れたことでなく新しいことをする</li> </ul>

むかわ町高齢者生活安心ガイドブックでは、むかわ認知症あんしんガイドを掲載しています。簡単なチェックリストや受診のポイント、近隣の専門病院の連絡先などが記載していますのでご活用ください。

ご紹介

**認知症  
サポーター  
養成講座**

認知症のことを理解し、地域で本人や家族を見守る「応援団」の養成講座を自治会・町内会や町内事業者、個人(5人以上)を対象に、出前講座として開催します。ご希望の方はむかわ町地域包括支援センターまでご相談ください。



生涯学習

## 穂別図書館

《新型コロナウイルス感染症拡大防止への対応について(お願い)》

### 町民利用限定で開館しています

- ・中庭図書館専用出入り口をご利用ください
- ・入館時は、マスク着用・手指消毒にご協力ください
- ・長時間の滞在を遠慮ください

### 《開館時間変更のお知らせ》

年間を通して、午前10時から午後6時まで開館します。(午前9時30分から入館できます。)

◇開館時間：午前10時～午後6時

### 《展示「アイヌ文化にふれよう」》

アイヌ刺しゅう・文様作品や、絵本・物語を展示します。

◇期間：2月1日(火)～27日(日)

### 《切り絵でアイヌ文様を作ろう！》

「アイヌ文化にふれよう」展示期間中、折り紙を使って、アイヌ文様を作ります。

◇期間：2月1日(火)～27日(日)

◇持ち物：なし

◇参加料：無料

### 《布ぞりつくり》

布を編んで、布ぞりを作ります。少人数でじっくり作成します。お気軽にご参加ください。

◇日時：2月26日(土)

午前10時～15時

◇講師：三浦 玲さん

◇対象・定員：一般・5名

◇持ち物：なし

◇受講料：なし

◇申込締切：2月19日(土)

### 《2月休館日》

7日(月)・14日(月)・21日(月)・24日(木)・28日(月)

### 《移動図書館》

◇ケアハウス：16日(水)12時30分～

◇稲里地区：16日(水)15時30分～

◇富内郵便局：10日(木)13時30分～

◇和泉・仁和地区：18日(金)13時30分～

◇生田地区：18日(金)15時30分～

移動図書館のご希望がありましたら、ご相談ください。

### 《蔵書検索》

穂別図書館とまなびランド図書室の蔵書がインターネットで検索できます。

穂別図書館を通じて、北海道立図書館や、国立国会図書館の本も利用できます。詳細はお問い合わせください。

### 《問い合わせ》

むかわ町立穂別図書館

☎(45)233906



Koganezawa-STYLE

## どんな暮らしがしたいですか？

住まう人の日々の暮らしがより豊かで心やすらぐひとときであってほしい。それが私たちの考える家づくりです。

COMFORTABLE LIFE

注文住宅



## K-STYLE

ライフスタイルから創造する、上質な空間と豊かな暮らし。

SMILE & COMPACT

規格住宅



## K-PLATZ

ちょうどいいがわたらしい、スマイルライフ。



株式会社 小金澤組 住宅建築部

□ 本店：〒054-0042 勇払郡むかわ町美幸1丁目85番1 TEL.0145-42-2100 FAX.0145-42-3344

□ 本社：〒059-1307 苫小牧市ウトナイ南8丁目4番8号 TEL.0144-53-8880 FAX.0144-53-8882

建設業許可 北海道知事 特-28-般-28 第61号 / 一級建築士事務所 北海道知事(胆)第548号 / 宅地建物取引業許可 北海道知事 胆振(1)第1007号

お問い合わせ

0144-53-8881

定休日：毎週水曜日、第2土・日曜日



web



facebook



instagram

(有料広告)

# マタタビ

猫の好物マタタビ。令和3年1月に、岩手大学、名古屋大学、リバプール大学、京都大学等の研究者グループによって、ネコ科の動物がマタタビに強く反応する「マタタビ反応」に関する研究発表がありました。ネコは、マタタビに含まれる成分ネペタラクトールを嗅ぐと、多幸感や鎮痛に関わる神経が活発になり、マタタビに顔や頭を強く擦りつけることで、ネペタラクトールのもつ蚊除けの効果を得るといふことでした。

マタタビ(*Actinidia polygama* (Siebold et Zucc.) Planch. ex Maxim.)は、温気のある山林の縁に生える、つる性の落葉低木の仲間です。木や建物などにつるを巻きつけて樹高を増し、夏の盛りになるころには、人の背丈よりずっと高いところから、緑と白のコン



【写真】マタタビの雄花(報徳館)

トラストあざやかな楕円形の葉を茂らせます。

町内では、6月の後半から7月のなかばにかけて、梅の花に似た白い花を咲かせます。花は、蔓と葉の付け根にあり、葉の裏側に鈴なりに咲き、ねっとりとした甘い独特の香りがして、蜂などの昆虫が盛んに飛び回ります。マタタビには、雄花と両性花があり、細長い正常な果実ができるのは両性花だけです。写真は、二宮の報徳館で観察したマタタビの雄花です。子房が大変小さく、黄色い花粉を蓄えた雄しべが印象的です。

両性花は、雄花よりも明確に子房が発達したもので、早いうちに花弁と一緒におしべが外れます。両性花の花粉は粒が小さく、自家受粉してもうまく果実ができないそうです。花が咲くまで区別はなかなかつきませんし、片方だけ生えていても上手く受粉できることも限らないようです。

マタタビの果実は、熟するとオレンジ色になり、次第にしぼんでゆきます。果実の構造は、コクワやキウイフルーツに似ていますが、よく熟しても甘みは感じるか感じないか程度で、食感は干し柿に近い印象です。果実の形が出来る前に、マタタビミタマバエなどの昆虫が寄生すると、瘤だらけの果実(虫えい果)になるそうです。このような果実は、木天蓼(中国名)という生薬として利用されます。同じマタタビ属のなかまには、コクワ(別名:サルナシ、アイヌ語名:クッチ)があり、甘いコクワは子どものおやつとして、辛いマタタビは薬として利用され

るなど、相当古くから人間にとって身近な植物であったようです。

鶴川穂別間を自動車で移動するとき、マタタビの白い葉をよく見かけます。緑色の果実は辛みが強く、生食には向きません。そこで、秋に採取したマタタビの果実(正常果)を一日水にさらしておき、2ℓ瓶に氷砂糖とホワイトリカーに漬け込み果実酒をつくりました。2ヶ月漬け込んだ果実酒は、煮だした煎茶の色。氷砂糖を400グラムも入れましたが、マタタビ独特の辛みが残りました。



【写真】マタタビの果実

【問い合わせ先】042-2487生涯学習課 社会教育グループ

田代学芸員

# 恐竜のまちづくり最前線

パート 83



担当：むかわ町経済恐竜ワールド戦略室



実習で作成した粒度表（写真は高学年の会員の作品）

むかわ町子ども化石くらぶで西村学芸員による実習・講義を実施しました！

12月12日（日）、穂別博物館の西村智弘学芸員による実習と講義を行いました。実習では地質調査の際に使う「粒度表（りゅうどひょう）」という道具を作りました。化石は砂や泥の粒が固まった岩石（堆積岩）の中に含まれているので、岩石を構成する粒子について知ることが化石を探すうえでも大切です。あらかじめ粒の大きさごとにふるい分けされた砂粒を台紙に貼り付け、粒度表を作成しました。

講義では「化石博士のなりかた」をテーマに、化石博士とはどういう人なのか、化石博士になるにはどのくらいの年月がかかるのか、といったことを学習しました。

むかわ町内でAR恐竜が出現します！

12月4日（土）～5日（日）に実施した「むかわ町恐竜フェスタ」で実施した、AR技術を活用した恐竜の撮影体験が随時実施できるようになりました。指定された場所（鶴川市街地、穂別市街地、穂別キャンプ場）にて、チラシに掲載されたQRコードをお手持ちのスマートフォンやタブレットなどで読み込むことで、端末の画面に恐竜たちが出現します。QRコードは公共施設などに配付していますので、ぜひお試しください。SNS等で拡散くださるようお願いいたします。なおアプリ利用時はデータ通信料が発生しますので、ご承知置きください。



恐竜と一緒に写真が撮れるかも！？  
（写真は「むかわ町恐竜フェスタ」開催中の四季の館で撮影）

## むかわのタンチョウを守るために 71

（一般社団法人）タンチョウ研究所 正富 欣之

### タンチョウも帰省する？

むかわ町にタンチョウがいない時期になりました。むかわ家族は日高方面へ移動し、そこで帰省した（冬を越すために移動してきた）2017年の子供の標識318個体の家族と再会しました。親戚一同で仲良く年末年始を過ごすわけではなく、家族間でねぐらやエサ場の取り合いをしていました。結局、むかわ家族が「いつもの場所」を勝ち取ったようです。そこに1羽のタンチョウが12月中旬にやってきました。むかわ家族と一緒にいるわけではありませんが、遠くに追いやられることもなく過ごしています。この1羽ですが、11月上旬まで厚真町周辺でペアとして見られていたメスで、オスは行方不明です。11月中旬には足を痛めている様子も見られましたが、徐々に良くなってきているようです。「実家に里帰りしている娘なのかな？」なんてことを想像しています。



1羽で行動しているメスのタンチョウ  
（2021年12月21日撮影）

#### タンチョウ 110番

タンチョウに近づく人がいたり、タンチョウが大きな声で何回も鳴いたり、何か気になることがあれば連絡をお願いします。

#### 【連絡先】

むかわ町役場（農林水産課農業林務G）・・・☎0145-45-2116  
木村（鳥獣保護員）・・・☎090-2691-9450  
小山内（ネイチャー研究会 in むかわ）・・・☎090-6699-7989





短歌

満月に「うさぎあるよ」と言ひし  
孫はまばゆし二十歳の振り袖姿

満代

ソックスにパンダとハートのついで  
いる若人向きと私の仲間に

幸子

一球に思ひを込めて投げるとふ  
ロッテの「河村」むかわの星に

幸子

雪も無き川崎に住みて正月に  
今だ馴染めぬ私の暮らし

美智子

死亡事故1851日ゼロと云ふ  
五年余りなるを広報に知る

靖子

原始林「むかわ支部」選  
この年で知り合ひし友一輪を手折  
りくれたりめずらしき花

早恵子

いつだってあなたとつながるこのそら  
を見てゐる屹度大丈夫だよ

福恵

むかわ短歌会選

短歌

フラッシュ浴び目の青白き大鹿の  
ひとこえ発し闇にとけこむ

譲一

卒業後初めて会う友癌かたる  
免許更新の会場に来て

博子

奇跡とも思う六羽のタンチョウ  
が落穂もとめてわが畑歩く

和子

むかわ短歌会選

俳句

ユニセフに僅かな募金交晴るる

美枝子

熱燭や句友とかはす互太話

良子

一徹の唇緩む初笑

芙美

少年の農継ぐ夢や冬銀河

則子

峡の日の豊かに静か三ヶ日

孝明

初夢や夫も子も居てみな若し

寿恵女

ほべつ俳句会選

俳句

途切れたる日高線から冬ざるる

慧舟

人來ぬ日時計の音の大きかり

しんこ

妣の時計腕に馴染みて冬ぬくし

蒼花

時計持たぬ気ままな暮らし毛糸編む

敏子

隣席の媪に貰ふ蜜柑かな

由紀子

若き日を綴る生活は世にもたれ  
星降る間に水腹状して

藤夫

川柳

無精ひげ着た切りすずめ三が日  
屠蘇すすり窓のチヨイ見の初日の出

七億か十億夢にくじゴミニに

(松風)逸馬

題名「2022年お正月」

きゃらりー

大橋 拓矢さんの作品

月夜虫  
の声

むかわ 大橋 拓矢

のびのびと虫の声がきこえて  
くるように感じます。

佐々木 千翠 評

鎌田 希音さんの作品

すか走る

むかわ 鎌田 希音

大変力強く書いています。これ  
からも元気に書いて下さい。

佐々木 千翠 評

小林 陽菜さんの作品

明日の  
予定

むかわ 小林 陽菜

「字」は自分の身体の一部です。  
大変よく努力しました。

佐々木 千翠 評

大沼 たくまさんの作品

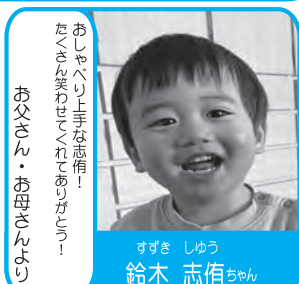
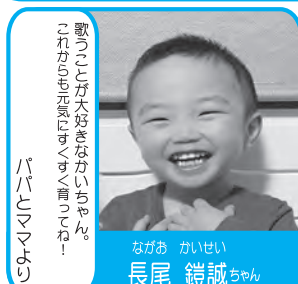
むし  
むぐわたくま

むかわ 大沼 たくま

たくさん「むし」をみましたね。  
今年もたくさん虫を見られる  
したいです。よくがんばりま

佐々木 千翠 評

お誕生日おめでとう！ 2月生まれの むかわっこ



ふるさと納税(寄附)ありがとうございます

温かいご厚志に感謝するとともに、  
趣意に沿うよう活用させていただきます。

▼寄附件数・寄附金額  
(令和3年12月1日～12月31日)  
1,117件 25,421,000円

▼令和3年度累計  
3,035件  
69,831,000円 ※災害寄付(1件)含む



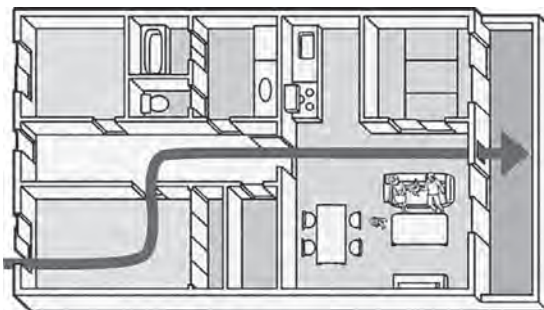


今月号も、世界中に広がる新型コロナウイルス感染症に備えるため、危機管理の観点から、「今知っておきたいいのちと健康を守る備え」をコンセプトに、公的情報に基づき、お届けします。

新型コロナウイルスへの感染症は、厚生労働省によれば、咳・くしゃみ・会話等の際に排出されるウイルスを含んだ飛沫やエアロゾルを吸収するか、それらが直接的に目・鼻・口に接触することで感染するとされます。冬場の換気の重要性をお知らせします。

## 第6波防止へ 換気の工夫を

エアロゾルとは水分を含んだ状態の小さな粒子のことで、空気中にとどまることができるため、換気が不十分な場所や混雑した室内などでは、感染拡大のリスクになるとされます。第6波を防ぐためには、手洗いやマスクの着用のほか、小まめな換気が重要です。窓開けによる換気では対角線上にあるドアや窓を、2カ所解放することが効果的です。また、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の外に向けて設置するのも良いとされています。



人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の空気を取り入れることも効果的(厚労省のサイトから)

- 厚労省は、冬場を迎えるに当たり次のような対策を呼びかけています。
  - 窓開けを行うと、一時的に室温が下げるため、暖房器具を使用しながら換気する。
  - 暖房の近くの窓を開けると、入ってくる冷気が暖められるため、室温の低下を防げる(暖房をカーテン等の燃えやすい物から距離を取るなど、火災予防に留意が必要。)
  - 短時間、窓を全開にするよりも、一方向の窓を少しだけ開けて、常時換気を確保する方が室温変化を抑えられる。
  - 人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して少し暖まった状態の新鮮な空気を取り入れることも、室温を維持するために効果的。
- ※なお、厚労省は、飛沫とエアロゾルによる感染拡大のほか、ウイルスが付いた物体に触った後に手を洗わず、目・鼻・口を触ることによって感染することもあるとしています。

### 人々の動き

令和3年12月31日現在

- ▶人口 7,579人 (▲4)
- ▶男性 3,731人 (▲5)
- ▶女性 3,848人 (1)
- ▶鶴川地区 5,213人 (▲2)
- ▶穂別地区 2,366人 (▲6)
- ▶世帯 4,006世帯 (▲2)

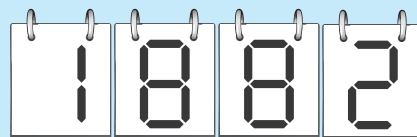
令和3年12月1日～31日

- 出生 6人 死亡 12人
- 転入 11人 転出 7人

※(▲)は前月比。住基法の改正により、外国人数を含みます。

### 交通死亡事故ゼロ日数

令和3年12月31日現在



年間スローガン  
ストップ・ザ・交通事故  
～めざせ安全で安心な北海道～

