

謹賀新年

広報むかわ

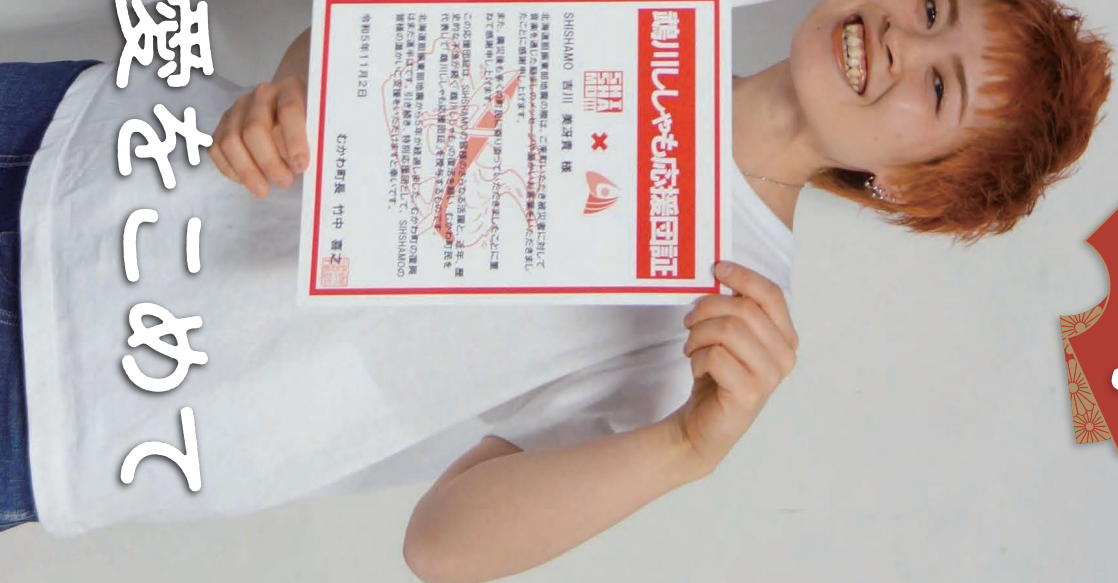
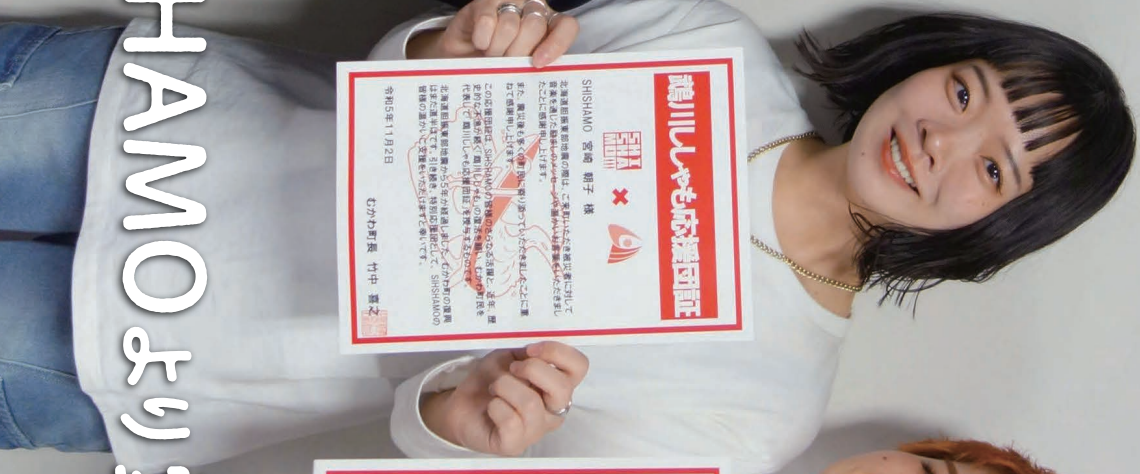
# MUKAWA

2024  
January

1

No.213

新年号



SHISHAMOより愛をこめて

あつまれ!  
むかわの宝

第十色  
じゅうにんいろ

第9回

2歳の誕生日おめでとう  
今と変わらず元気に育って  
ね!生まれてきてくれてあ  
りがと。



中塚 駿ちゃん

パパ・ママより

毎日笑顔が可愛い華音が  
好きだよ!  
元気に育ってね!  
お父さん・お母さんより



辻 華音ちゃん

お誕生日おめでとう!  
たくさん食べて笑って優  
しい冬真でいてね。  
パパ・ママより



林 冬真ちゃん

患者に寄り添う  
看護師目指す



桐生大学医療保健学部  
看護学科3年  
板橋 杏優さん(20歳)

栃木県出身。現在は群馬県の桐生大学医療保健学部看護学科3年生。国家試験対策学習と並行して、高齢者の健康増進に向けたプロジェクトに参加。「恐竜体操」を仲間たちと考え、11月6日にむかわ町内の高齢者と体操や会話を通して交流しました。

板橋さんは高齢者との触れ合いの中で「高校時代の商品開発販売の経験や大学の実習などで学んだ対応や姿勢が今回のプロジェクトの役に立ちました」と振り返り、体操は3・4月に仲間たちと動きをまとめ、4月から始まった実習期間の合間を縫いながら練習を続けてきました。センター訪問後、「リズムが少し速い部分もあるので一緒に行ってもらえるか不安でしたが、元気な方が多く皆さんと一緒にできたので良かったです」とニコリ。

「今回の経験は将来に役立ちます」と話す板橋さん。令和7年2月に予定されている看護師と保健師資格の両取得に向け勉強中。「将来は地元栃木県内で長期的に患者さんに寄り添う緩和ケアや慢性期医療に携わる看護師を目指します」と真っ直ぐな視線を向けています。

人口と世帯

(令和5年11月末)

総数	▶ 7,352人 (対前月比: 24人減)
男性	▶ 3,611人 (同: 21人減)
女性	▶ 3,741人 (同: 3人減)
鷗川地区	▶ 5,113人 (同: 19人減)
穂別地区	▶ 2,239人 (同: 5人減)
世帯数	▶ 4,011世帯 (同: 22世帯減)

死亡事故ゼロへの願い

死亡交通事故ゼロ日数

2581

contents : もくじ

- 3 【特集】ロックバンド「SHISHAMO」鷗川ししやも応援団就任、ゴールデンカムイ上映
- 4~5 町長・町議会議員、新年・年頭のあいさつ
- 6 【特集】鷗川高校吹奏楽部全国管楽コンクールで最優秀賞受賞
- 7~9 ニュース・NEWS  
(苫小牧市医師会との協定、AOAO SAPPOROバスツアー 他)
- 10 むかわフラッシュ
- 12~13 令和4年度決算報告
- 14~15 インフォメーション
- 18~19 健康カレンダー、健康ガイド
- 20 1月の診療案内(苫小牧保健所事業、町内事業 他)
- 23 文芸欄
- 24 「共に創ろう」未来のむかわ No.10

2024  
January

1

No.213

ふるさと  
納税寄附

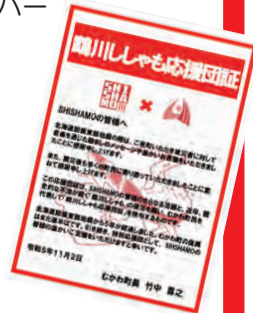
寄附件数・寄附金額  
(令和5年11月1日~11月30日)

8,781,000円  
637件

令和5年度累計  
44,327,000円  
2,862件



記録的な不漁が続く本町と本町の特産品「ししゃも」の資源回復に向けた応援団としてご支援をいただき、11月2日に札幌市内で行われたロックバンド「SHISHAMO(シシャモ)」のコンサートに竹中町長が出向き、直接3人に「鶴川ししゃも応援団証」を届け、特別応援団としてこれからも引き続きむかわ町を応援いただくことに快諾いただきました。また、「SHISHAMO(シシャモ)」のメンバーからは次のようなメッセージをいただきました。



## 特集 ロックバンド「SHISHAMO」が 鶴川ししゃも応援団に就任



**メンバーメッセージ**

2015年頃、「SHISHAMO」というバンド名なのに「ししゃもが食べられない」と公言していた私たちに「むかわ町の本物のししゃもを一度食べてみてほしい。」とししゃもを送ってくださったのが、カネダイ大野商店さんでした。その美味しさの感動は今も忘れられません！

その後実際に大野商店さんに足を運んだことがきっかけでSHISHAMOとむかわ町との縁が生まれました。

2018年の北海道胆振東部地震の時には、「自分たちになにかできることは」と思い再びむかわ町に訪れましたが、街の皆さんの前向きな思いと強さに私たちの方がパワーを貰いました。

苦境にも決して負けない皆さんが、ししゃもの不漁という大変な事態を乗り越えられることを私達も強く願っています。

またむかわ町にも遊びに行きます。その時は皆さんと笑顔でお会いできたら嬉しいです！



SHISHAMOより

### むかわ町と「SHISHAMO(ししゃも)」のつながり

むかわ町と「SHISHAMO」は、特産品「ししゃも」のつながりで2015年(平成27年)から縁が生まれ、町内のししゃも販売店などとの交流が始まりました。

2017年(平成29年)に札幌市内で開催されたコンサートに竹中町長や三倉議長(当時)などが訪れ、NHK紅白歌合戦初出場を祝福しました。

北海道胆振東部地震が発生した2018年(平成30年)には、メンバーが来町し、町議会議場で応援ライブを行ったほか、町内の小学校やししゃも販売店などを訪問し、被災した町民の皆さんを激励していただきました。

### 「SHISHAMO(ししゃも)」のプロフィール

宮崎朝子(Gt.Vo)、松岡 彩(Ba)、吉川美冴貴(Dr)からなる3ピースロックバンド。高校卒業と同時に本格的にバンド活動を開始。CDデビューからわずか2年で初の「日本武道館」単独公演が完売。2017年には『第68回 NHK紅白歌合戦』に出演。2022年11月にCDデビュー10周年イヤーを迎え、2023年 本武道館・大阪城ホールでの記念ライブや、全国ホールツアー、10周年の締めくくりとしてアリーナ2days LIVEを開催した。



## 特集 むかわ町内でも撮影 実写映画ゴールデンカムイ 今月全国公開

1月19日(金)に全国公開される、野田サトル氏の人気漫画を山崎賢人さん主演で実写映画される「ゴールデンカムイ」。本作品は、北海道を舞台とする壮大なミステリーと、個性豊かなキャラクターたちによって繰り広げられるアクションが、多くのファンを魅了しています。映画の撮影は作品の魅力の一つとなっている厳しい大自然を投影するむかわ町内でも行われました。ぜひ、劇場に足を運んで壮大なエンターテインメントの魅力を楽しんでください。



- 原作 野田サトル「ゴールデンカムイ」(集英社ヤングジャンプ コミックス刊)
- 出演者:山崎賢人、山田杏奈、眞栄田郷敦、工藤阿須加、柳俊太郎、泉澤祐希、大谷亮平、勝矢/高畑充希、木場勝己、大方斐紗子、秋辺デゴ、マキタスポーツ、玉木宏・館ひろし
- 監督:久保茂昭 ●脚本:黒岩勉 ●音楽:やまだ豊
- アイヌ語・文化監修:中川裕、秋辺デゴ ●製作幹事:WOWWOW・集英社
- 制作プロダクション:CREDEUS ●配給:東宝

**作品介绍** 時代は、激動の明治末期。日露戦争という死線を潜り抜けた元兵士・杉本は、思いを寄せた人のために大金を欲していた。一攫千金を目指しゴールドラッシュに沸いた北海道へ足を踏み入れた杉本を持っていたのは、網走監獄の死刑囚が隠した莫大な埋藏金への手掛かりだった！純真無垢なアイヌの少女と出会った杉本は、ともに黄金を求めて旅するが……！

# 新年のごあいさつ

むかわ町長  
竹中 喜之



新年明けましておめでとうございます。

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが「5類」に引き下げられたことで日常生活を取り戻し、これまで開催中止が続いていた多くのイベントや行事が再開され、久しぶりにまちの活気や賑わいを感じた1年でした。

このことは、町民皆様のご協力があったことで、様々な機会においてご参加いただいたことに感謝申し上げます。

しかしながら、長引く「ロシアによるウクライナ侵攻」や「急激な円安」に伴う、燃油高騰や物価高騰が続いたほか、近年不漁が続くししゃも漁や記録的な猛暑による農作物被害など、強い閉塞感を感じた1年でもありました。

さて、令和3年度からスタートした「第2次むかわ町まちづくり計画」前期基本計画もいよいよ総仕上げのステージを迎えます。3つの重点プロジェクトの「まちなか再生プロジェクト」については、穂別地区で進めている「復興拠点施設等整備事業Ⅰ」に引き続き、鶴川地区のまちなか再生も動き始めます。

また、「地方創生プロジェクト」での、切れ目のない子育て支援対策をはじめ、まちの将来を担う人材育成の強化、恐竜ブランド推進事業などの充実を図り、少子高齢化対策や移住・定住対策など、持続性のあるまちづくりの実現を目指してまいります。

さらに、「タウンプロモーション推進プロジェクト」では、今年度策定する「タウンプロモーション戦略」に基づき、まちの認知度や魅力を高めていくために必要な情報発信の強化、地域のブランド力を向上し、むかわファンを増やすことで関係人口のさらなる拡大に努めてまいります。

このほか、事前復興の備えをはじめとした、防災先導のまちづくりはもとより、脱炭素やDX(先端技術)など社会経済環境の変化に対応するとともに、「むかわ町地域公共交通計画」に基づき、持続可能な公共交通体系の構築にも取り組んでまいります。

今年の干支は「辰年」。コロナ後の時代の変化を受け入れ「登り竜」のように飛躍し、いざという時の備えをしっかりと固め、未来に向けた創造的復興・創生を進めるまちづくりを加速化してまいります。

新しい年を迎え、職員一丸となって邁進してまいりますので、町民の皆様には、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、本年も幸多き年となりますよう心より祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

令和6年1月

# 年頭のごあいさつ

むかわ町議会議長  
野田 省一



令和6年の新春を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。  
ここ数年、私たちは未曾有の困難、胆振東部震災、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、生活様式は大きく変わりました。  
しかし、その中で冷静さを保ち、力強い協力のもと、復旧・復興、コロナ拡大防止に努めてくださった皆様に心から感謝申し上げます。

私たちの町では、皆さまと共に町づくり計画や復興計画が策定され、町の「志」を実行に移す段階に進んでいます。

特に、復興拠点施設等整備事業Ⅰで穂別地区では計画から次の段階へと進み、さらに、復興拠点施設等整備事業Ⅱで鶴川地区での計画もスタートし、未来への準備を着実に進めています。

議会では、これらの事業に対して特別委員会を設置し、地域の持続可能性を高める議論を始めました。

議長として就任時に「4年間の議会運営指針」で、議会運営指針、議会改革、議員研修、議会広報充実、議会ICT化などを掲げましたが、4年任期の中間として、計画の進捗を再確認し、行政と議会が一体となり、町民の皆さまにより近い存在となれるよう努めてまいります。

特に指針でも示しました「議会改革」の集中的な取り組みは、計画通り令和6年度より取り組み、年度内に一定の結論を示し、実践してまいります。

未来への展望と急速な変化に柔軟に対応することが求められる時代、町の計画を達成するためには、進むべき道を定め、足元だけでなく、遠くも視野に入れて「町民が一丸」となり歩んでいくことが肝要です。

これからも皆さまのご支援とご協力を心よりお願い申し上げますとともに、町民皆様にとりまして、充実した一年でありますよう、ご祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。

# 特集



## むかわサウンド 全国に!!

### 鷗川高校吹奏楽部

2年ぶりの全国大会で最優秀賞受賞を喜ぶ鷗川高校吹奏楽部員と竹中町長(左から3人目)

## 日本管楽合奏コンテストで最優秀賞 受賞

鷗川高校吹奏楽部(青野貴文顧問、大捕埜碧部長)が11月12日、東京都文京区の尚美バリオホールで開かれた「2023(第29回)日本管楽合奏コンテスト全国大会高校生S部門(3~15人編成)」に出場し、最優秀賞を獲得。部員たちが憧れの舞台上、堂々と「むかわサウンド」を奏でました。

同校として2年ぶり5回目の出場となります。部門内最小の8人編成で大舞台に立ちました。同部門には、予選審査会を通過した全国16校が出場しました。演奏曲は極小編成の強みを最大限に生かした江原大介さん作曲の「秘奥の魂」。全国大会に向け、3年生を中心に全部員が、これまでの課題や全道大会での経験を下に演奏を磨き続け、全国大会で堂々としたハーモニーを届けました。

部員たちは17日、トロフィーと賞状を手に竹中喜之町長を表敬訪問し、大会の報告と応援への感謝を伝えました。竹中町長は大舞台での結果を称え、「町や町民に大きな感動のお土産をありがとう」と労いました。

全国大会演奏のダイジェストはこちらからご覧いただけます。▶  
<https://www.youtube.com/watch?v=UYNWLE1Lm8>



部員たちの声

#### フルート(Fl)



佐藤 暖梨さん (3年)

2年の時に部活に入り、良い結果を出せなかったけれど、3年になって全道や全国で良い結果だったので続けてきて良かったです。

#### フルート(Fl)



栗田 湮さん (2年)

1年間のスケジュールをしっかりと覚えて、来年も良い結果を残せようと思っています。

#### クラリネット(Cl)



新井田 莉里さん (2年)

全道よりも納得のいく演奏でした。来年は今よりも技術力を高めようと思っています。

#### ホルン(Hr)



関本 結心さん (2年)

部員全員が一番良い演奏をしたと思います。

#### ユーフォニアム(Euph)



高橋 彩香さん (3年)

これまでで一番楽しく演奏することができ、最後の大会で良い思い出ができました。

#### チューバ(Tub)



大捕 埜碧さん (3年)

思い通りの演奏で、3年生最後の大会で良い結果を締めくくることができました。新3年生には1年間スケジュールを組んで余裕を持ってやってほしい。

#### パーカッション(Perd)



三宅 将太さん (2年)

これまでの練習は間違っていないかと思いましたが、これまでに一番でした。

#### パーカッション(Perd)



新井田 七海さん (1年)

初の全国の舞台上でパーカッションとして貢献することができて良かったです。

## 災害時の医療救護活動に関する協定 苫小牧市医師会と締結

むかわ町は11月20日、苫小牧市医師会(沖一郎会長)と災害時の医療救護活動に関する協定書を締結しました。町と医師会の協力体制や手続きを素早く行える連携内容となっていることが特徴です。

協定は町の要請に基づき同医師会所属の医師や看護師などで構成する「救護班」を迅速に派遣し、いち早く医療救護体制を確保する目的です。同医師会と苫小牧市が平成元年に結んでいましたが、北海道胆振東部地震(平成30年9月)やコロナ禍を踏まえ、医師会加盟の4町も含めて修正されました。

締結式は、むかわ町のほか、苫小牧市、白老町、厚真町、安平町の1市4町合同に協定書に調印しました。竹中喜之町長は「圏域の安全で安心な暮らしに寄与する。次の時代につなげていきたい」と期待。沖会長は「今回の協定で1市4町とのより強固な結びつきをさらに強固にしていきたい」と決意を述べられました。



今後の協力体制を約束する竹中町長(右)と苫小牧市医師会、各自治体関係者

脱炭素・震災復興  
・防災に向けて

## コシイプレザービングと包括連携協定締結

むかわ町は11月24日、木材保存薬剤メーカーのコシイプレザービング(大阪市、神谷直秀代表取締役社長)と包括連携協定を締結しました。

同協定は、①災害に強いまちづくりの推進②地域の脱炭素化に向けた推進③北海道胆振東部地震からの復興の推進—などに取り組む内容です。

同社は、木材を長持ちさせる保存技術の研究、高耐久処理木材の製造・販売などを行っており、苫小牧広域森林組合と連携し、穂別地区で高品質・高耐久の木製土木資材O&Dウッド(高耐久処理木材)加工工場を運営しています。

産業会館で開かれた締結式で、神谷代表取締役社長は「12年来のお付き合いがあるむかわ町さん、苫小牧広域森林組合さんと一緒になって培ってきた技術と豊かな森林などの生態系を活用しながら、持続可能なまちづくりに貢献できたら」と力を込め、竹中喜之町長は「お互いの持つ資源を有効活用しながら、脱炭素社会の実現、防災・減災対策の推進へ向けてとても心強い」と期待しました。



協定書を手にした今後の連携を約束する神谷代表取締役社長(左)と竹中町長

## むかわ町地域担い手育成センター 令和5年度実践研修者修了式

むかわ町地域担い手育成センターは、令和5年11月6日(月)に新規就農した山地智大さん、山地温菜さんの実践研修の修了式を開催しました。

むかわ町では、13組目の新規就農者となりました。山地夫妻は、令和3年4月からむかわ町に移住し、農家研修や研修農場で実践研修を行いました。山地夫妻は「2人で就農に向けて計画しながら、研修を修了することができました。今後も2人で協力し合いながら、頑張っていきます。」と決意表明を述べられました。令和5年11月から新規就農者として、田浦地区でトマト・レタス・アスパラガスの経営を行います。



実践研修を終了した山地夫妻

## むかわの「旬」をお届け 秋の味覚まつり 堪能

ししゃもだけではないむかわの食の力をコンセプトに、「むかわ秋の味覚まつり」(むかわ町観光協会主催)が11月4日、ぽぽんた市場をメイン会場に開かれ、地元食材を使ったグルメを提供したほか、音楽ステージなどで多くの町民や観光客でにぎわいました。

北海道胆振東部地震から5年の節目に合わせた「復興推進記念イベント」との位置づけ。むかわ町なども協力。オープニングは鷗川中・高校吹奏楽部の演奏で幕開けしました。

メイン会場では、先着100人の農産物・海産物などの特産品が当たる「町ガチャ」に行列ができたほか、パーソナリティの「トクナリ」さんが軽妙なトークを披露する場面も。むかわ和牛やむかわ産豚ロースト、鷗川和牛ハンバーグのほか、お汁粉やキノコ汁などが人気を集めていました。ステージイベントでは、苫小牧在住の歌手門田しほりさんや、同じく苫小牧を中心に活動する音楽ユニット「キャンドルキー×タイズ」、飴細工の実演など趣向を凝らした内容に、会場は盛り上がりました。また、街中のスタンプラリーに挑戦する親子が見られたほか、道の駅四季の館ではたこ焼きやケバブなど人気のキッチンカー7台が集まり、イベントに彩りを添えていました。



「町ガチャ」などメイン会場のイベントを楽しむ来場者

## 防災品、災害の備え重要 津波防災フェス開催

「世界津波の日」の11月5日、楽しく災害の備えを学ぶ「津波防災フェス2023inむかわ」が道の駅四季の館たんぽぽホールで初めて行われました。約130人が講演や漫才などを通して、事前に備える重要性について理解を深めました。

道内の電気事業者や福祉事業者などで構成する防災連携計画事業協同組合(札幌市)の主催。北海道南西沖地震(平成5年7月)の語り部として活動する三浦浩さんは、被災体験を自作の紙芝居に表現し上映。「祖父から言われていた『地震が起きたらすぐ高台に逃げなさい』という言葉が頭にありました」と日常の備えを呼び掛けました。

このほか、道内出身の竹森巧さんと阿部浩貴さんによるお笑いコンビ「アップダウン」による“防災漫才”のほか、元客室乗務員の伊藤朝子さんによる防災スカーフ講座や、札幌市出身の歌手カリンさんのライブ、プロバスケットボールチーム「レバンガ北海道」専属ダンスチームによるパフォーマンスなどで、会場を盛り上げていました。



スクリーンに自作の紙芝居を映し津波体験を伝える三浦さん

## いざという時の防災の知恵習得 むかわ町復興応援フェスタ実施

北海道胆振東部地震から5年を迎え、復興への歩みを進めることを目的とした「むかわ町復興応援フェスタ」(同実行委員会主催)が11月26日、道の駅四季の館で開かれ、来場者が防災について理解を深めました。

「楽しく学ぶ!」をコンセプトに2回目の実施。会場では、穂別診療所の中塚尚子副所長が「『こころの復興』で大切な3つのこと」をテーマに登壇し、心理面からの復興の重要性を伝えました。また、ステージでは、自衛隊による震災復興講話、むかわ町女性連絡協議会による防災風呂敷講習会を展開。イベント会場では足湯が設けられたほか、ランタンや新聞紙を使ったスリッパ製作など、いざという時に役立つ防災の知恵が紹介されました。このほか、災害用伝言ダイヤルや地域防災アプリ「JC-smart」の紹介、非常食の試食体験、電動車と自衛隊特殊車両展示も人気を集めていました。大森輝明さん(高校1年生)は「次に災害が起こった時のための参考になりました。簡単で便利に風呂敷を活用出来ることを知りました」と振り返っていました。

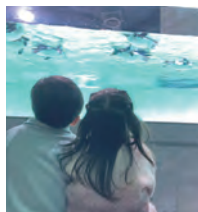


万一に役立つ風呂敷活用方法など防災について理解を深めた「復興応援フェスタ」

## むかわ町×AOAO SAPPORO 親子見学バスツアーを開催しました

むかわ町は、株式会社青々と昨年10月に締結した包括連携協定をきっかけに(詳細は町広報12月号)、札幌市・狸小路にある都市型水族館「AOAO SAPPORO」行きの親子バスツアーを11月から12月にかけて計3回開催し、100名の方が参加しました。

同館内では、カムイサウルス・ジャポニクスを期間展示しており、参加者向け事後アンケートでは平均4.91点(5点満点)と多くの方が満足し、子ども達にとって良い経験になった、再び開催してほしい等の声も聞こえてくるなど、水辺の生物の魅力を家族で満喫しました。





## 桐生大・短大学生 高齢者と恐竜体操を通じて交流

高齢者の健康増進を図る「恐竜体操」を考案した桐生大学・桐生短期大学部(群馬県)の看護学科の学生10人が11月6日、デイサービス通所者と体操を通して触れ合いました。

同大学と町はむかわ町と平成30年2月に相互協力協定を結んでおり、これまで産業振興や教育分野などで縁を深めています。体操は、むかわ町合併10周年記念ソング「いっしょにうたおう」に合わせ、高齢者が座ったままでも出来るよう工夫。腕を上下に伸ばしたり、足踏みなど体全体を使う運動となっています。

学生たちは両地区の施設を訪問。このうち、ケアハウス・デイサービスセンターこすもすでは、利用者28人に体操を丁寧に教え、一緒に体を動かしました。3年生の勝倉貴斗さんは「少しずつ振り付けを覚えてもらえてうれしい。直接反応を見ることが出来て良かったです」と笑顔を見せました。



利用者と体を動かす学生たち



竹中喜之町長を表彰訪問した学生

## 地域活性化 リーダー育成を 町復興創生・共創アドバイザー 朝比奈氏が講演

むかわ町の復興創生・共創アドバイザーを務めるシンクタンク「青山社中」(東京都)の朝比奈一郎筆頭代表による講演会が11月7日、四季の館たんぽぽホールで開かれ、地域活性化に向けた人材育成の重要性を説明しました。

北海道胆振東部地震から5年に合わせた2部構成の講演会。1部は朝比奈代表が「地域活性化・まちづくりについて考えるリーダー(指導者)の重要性」と題し登壇。全国自治体のアドバイザー経験から「相当地域資源、人的資源(リーダー)が多いです」を指摘し、「厳しい状況だがリーダーシップを発揮に期待したいです」と呼び掛けました。

2部は「これからのむかわ町のまちづくりについて」をテーマにパネルディスカッションを実施。進行役は合同会社GCsの三上誉人代表が務め、朝比奈代表、町まちづくり委員会の舛田那由他委員長、町議で同委員会前委員長の奥野恵美子氏、リレハンメル・長野五輪スピードスケート競技に連続出場した椿文子氏の4人がパネリストを担い、それぞれまちづくりの思いを発表しました。



地域活性化に向けた思いを伝える朝比奈代表

### 地域貢献

11月13日

株式会社磯田組  
代表取締役 磯田 洋一様



地域貢献活動として、令和5年10月28日に穂別キャンプ場内の舗装工事を行っていただきました。ありがとうございました。

11月13日

道路工業株式会社  
代表取締役社長 中田 隆博様



地域貢献活動として、豊城地区の町道の段差補修を行っていただきました。ありがとうございました。

## 100歳おめでとうございます! いつまでもお元気で

令和5年11月20日の誕生日で100歳を迎えた加葉田フサさん(大正12年11月20日生)と、令和5年8月22日の誕生日で100歳を迎えた黒沢孝さん(大正12年8月22日生)の「100歳を祝う会」が11月22日、グループホームふきのとう(田浦)で行われました。

100歳を迎えられた2人に、成田忠則副町長から祝い状や花束などの祝品が贈られました。加葉田さんは長寿の秘訣を「貼り絵や庭作業、手先を使うことが好き。食事もしっかり食べます」と話し、黒沢さんは「みなさんと散歩を一緒にすること」と元気の源を教えてくださいました。



にこやかに写真に収まる加葉田さん。



元気な姿で写真に収まる黒沢さん。

### 環境美化

11月1日

株式会社いすゞ北海道試験場

社員の皆さんに町道米原7号のゴミ拾いを行っていただきました。長時間にわたる環境美化活動に感謝します。ありがとうございました。





## JAむかわ花き生産組合から両地区の学校に花束をプレゼント

むかわフラッシュ

鶴川農業協同組合の花き生産組合(松並恵一組合長)は14日、両地区の小中学校と高校の計6校に赤色や黄色のカラフルな彩りの花束計41束をプレゼントしました。

花育教育の一環として町内の各学級に花を贈る取り組み。花束は、むかわ町を代表するアロンヤミストラル、トルコキキョウなど計8種類の切り花でアレンジされています。同日、むかわ町教育委員会職員が各学校に届け、教室などに飾られました。

このうち、穂別小学校の吉川悠人さん(1年生)は「かわいい花がいっぱいで大好き」と笑顔を見せていました。



プレゼントされた花束と写真に収まる穂別小1年生



## アイヌ伝統の技を継承 実践上級講座

むかわフラッシュ

むかわアイヌ協会(澤本幸雄会長)主催の令和5年度実践上級講座「サパンペ・イナウ作り」が宮戸地区のイモッペ生活館で行われ、参加者が伝統技法に触れました。

伝統技術を継承し、指導者を育成する目的。講座は澤本会長が講師を務め、計12回のカリキュラムで実施し、6人が受講しました。儀式で男性が身につける冠「サパンペ」と祭具「イナウ」作りを行いました。

受講者は、柳の木材をヒモ状に削り出し、ハチマキ様に編み込んで仕上げました。完成した作品は、1年間同生活館内に展示されます。閉校式が11月16日に行われ、各受講者の仕上がりを称え合いました。

澤本会長は「初めての人が多い中、皆さん一生懸命取り組んでくれました。一つの伝承文化として、若い世代が覚えてくれたら未来に繋がる」と期待を寄せていました。



完成作品を身につける受講者



## 自慢の歌や踊り 堂々と 町老人クラブ連合会演芸発表会

むかわフラッシュ

むかわ町老人クラブ連合会(藤岡孫一会長)が主催する「令和5年度むかわ町老人クラブ連合会演芸発表会」が11月21日、道の駅四季の館たんぼぼホールで開かれました。

4年ぶりに開かれた発表会には、両地区の老人クラブから20組25人が、堂々とした歌声と踊りでステージを演出。来場者約160人から盛大な拍手と声援が送られました。



ステージ上で堂々と歌う出演者



Koganezawa-STYLE

どんな暮らしがしたいですか?  
家ではなく「暮らし」に価値がある家づくり。



K-STYLE

フルオーダー住宅

住む人のこだわりと自然素材を取り入れた、ひとにやさしく健康的に住むほどに味わいと愛着がまず住まい。



セミオーダー住宅

K-PLATZ

Koganezawa-STYLE のポリシーと遊び心を共存させた、経済性に優れたセミオーダー住宅。



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 苫小牧市ウツナイ南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-3-般-3 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(2) 第1007号

お問い合わせ 0144-53-8881

〈営業時間〉10:00~17:00 〈定休日〉毎週水・木曜日



web



(有料広告)

本町の恵まれた自然から育まれた農林水産物への関心や理解、感謝の気持ちを深めるため、地元産の食材などを取り上げます。  
今回は、『タコ』について紹介します。

大地と海の恵みに感謝

食でつながる

# むかわの環



## お酒のつまみにタコはいかが

タコには、タウリンという栄養が含まれています。最近、栄養ドリンクの主成分として使用されていますが、これは、肝臓の働きを活発にする機能があるからです。タウリンはアルコール分解を手助けして、肝臓の負担を軽くしてくれます。タンパク質も豊富で肝臓にも優しいタコです。



## タコ漁について



むかわ町のタコ漁は、タコ箱と言われる1つ20kg程度の箱を沈め、住み着いたタコを箱ごと引き上げる手法です。  
通年で漁をすることができ、むかわ町では毎年40t程度の水揚げがされています。  
むかわ町のみならず、北海道で捕れるタコは主に「ミズダコ」という種類になります。非常に大きいタコで、柔らかく歯切れが良く、お刺身等で扱われていることが多いです。



## 作ってみよう!

## タコの炊き込みご飯

**材料** ・米…2合 ・ゆでダコ…150g ・生姜…1片 ・薄口醤油…大さじ1  
・酒…大さじ1 ・みりん…大さじ2 ・顆粒和風だし…小さじ1  
・水…適量 ・万能ねぎ…適量

## 作り方

- ①米は洗って30分以上浸水し、水気を切っておきます。
- ②ゆでダコを一口大、生姜を千切りにします。
- ③炊飯器に米、薄口醤油、酒、みりん、顆粒和風だしを入れ、水を入れます。
- ④生姜を加えて混ぜ合わせ、ゆでダコを乗せたら通常の炊飯モードで炊きます。
- ⑤お好みで万能ネギを添えてできあがりです。



## スポーツ大会結果

### 柔道 第70回 日胆柔道選手権大会

●とき/令和5年11月12日(日) ●ところ/苫小牧市総合体育館

#### 団体戦

- ◆小学5・6年生の部  
第3位 鷗川柔道スポーツ少年団  
磯部 玄さん、三上 倫永さん、佐々木 千夏さん、
- ◆中学生女子の部  
準優勝 鷗川柔道スポーツ少年団  
佐々木 雅乃さん、一本松 樹里さん
- ◆高校生・一般の部  
第3位 鷗川柔道スポーツ少年団

#### 個人戦

- ◆小学2年生の部  
優勝 露木 永翔さん  
第3位 鎌田 崇生さん
- ◆小学3年生の部  
優勝 磯部 玉さん
- ◆小学3・4年生女子の部  
第3位 佐々木 結希乃さん
- ◆中学生女子の部  
第3位 一本松 樹里さん



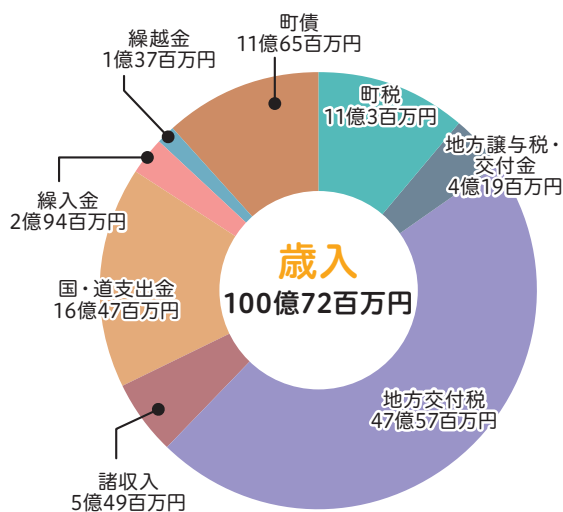
# 令和4年度決算報告

令和4年度のむかわ町の各会計決算について、令和5年第3回定例会で決算審査特別委員会が設置され、細部にわたり審査が行われた結果、第4回定例会で認定されましたのでお知らせします。

令和4年度の一般会計の決算額は、歳入が100億7,265万円(前年比5.5%減)、歳出が97億9,969万円(同5.7%減)であり、差額2億7,296万円から翌年度へ繰越すべき財源2,412万円を差し引いた実質収支額は、2億4,884万円となりました。

## 一般会計決算概要

### 歳入の決算状況



令和4年度の歳入決算額は、約100億72百万円で、前年度と比較し5億84百万円(5.5%減)減額しました。

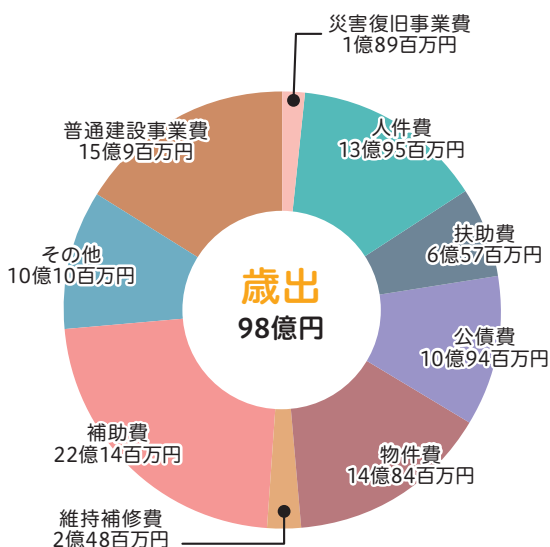
内訳として、町税は11億3百万円(前年比1.0%増)であり、うち、町民税は約11百万円増額、たばこ税は4百万円増額となり、軽自動車税は前年度とほぼ同額、固定資産税は3百万円減額となりました。

町の収入の多くを占める地方交付税は、前年度から約1億円減額の47億57百万円(同2.1%減)となり、歳入全体の47.2%を占めました。

寄付金を含む諸収入は、5億49百万円(同6.7%減)となりました。

このほか国・道支出金は16億47百万円(同28.1%減)、町債は11億65百万円(同5.4%減)となりました。

### 歳出の決算状況



令和4年度の歳出決算額は、約98億円で、前年度と比較し5億91百万円(5.7%減)減額しました。

義務的経費は、31億46百万円(同5.4%減)となり、性質別に分類すると、人件費は約73百万円の減、扶助費は75百万円減、公債費は31百万円減額しました。

物件費は、燃油等の高騰により、1億66百万円増額の14億84百万円(同12.6%増)となりました。

維持補修費は、15百万円減額の2億48百万円(同5.7%減)となりました。

燃油等物価高騰対策により、事業者への支援等を実施し補助費は、2億45百万円増額の22億14百万円(同12.5%増)となりました。

※四捨五入等により合計が一致しません。

#### 用語解説

- ・人件費…町長、町議会議員、職員の給料など
- ・扶助費…福祉サービスや児童手当等の費用
- ・公債費…町債(ローン)の返済費用
- ・義務的経費…人件費、扶助費、公債費といった支出が義務付けられている費用

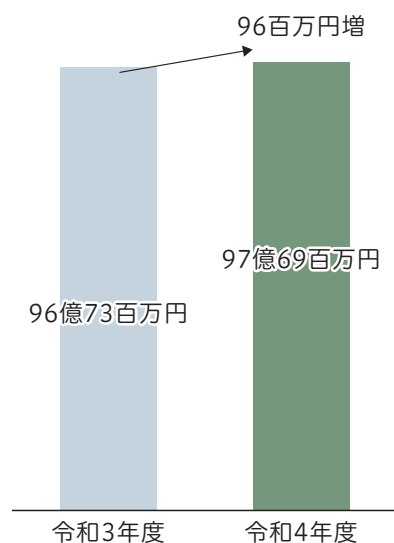
## 地方債及び各種基金の状況

本町では、地方交付税の合併特例措置終了後も、持続可能な財政基盤をつくるため、地方債残高や基金保有額を管理しながら行政運営を進めています。

震災からの復興及び第2次まちづくり計画を着実に推進し、時代やニーズ変化に対応しながら、持続可能かつ次世代へつなぐ財政運営の調整を図っていく必要があります。

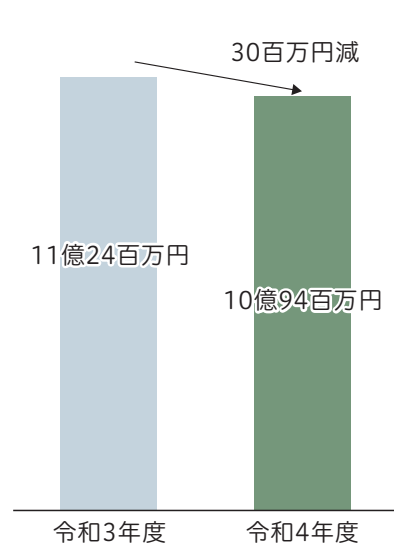
### 地方債残高

借入金残高で、今後、返済しなければならない額を示します



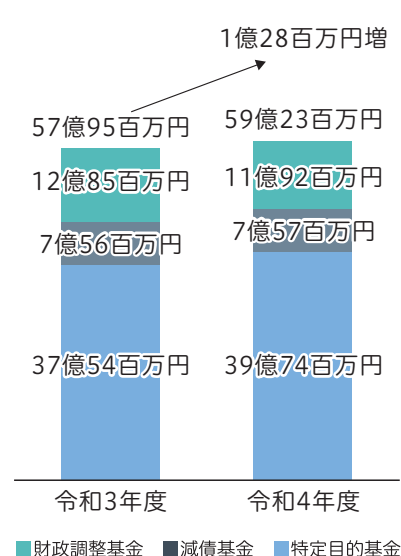
### 公債費償還額

その年の借入金の返済に充てた額を示します



### 基金保有額

町が今後の運営に備え貯金している額を示します



## 特別会計・公営企業会計決算状況

(単位：百万円)

会 計 名		歳 入 (収 益)	歳 出 (費 用)	差 引 額
特別会計	国民健康保険	1,168	1,160	8
	直診勘定	379	377	2
	後期高齢者医療	154	153	1
介護保険	894	878	16	
公営企業会計	上水道事業	291	269	22
	資本的収支	288	398	▲110
	下水道事業	363	359	4
	資本的収支	252	336	▲84
	病院事業	302	327	▲25
	資本的収支	178	209	▲31

各特別会計の決算総額は、歳入25億95百万円、歳出25億68百万円となっています。

各公営企業会計の決算総額は、歳入16億74百万円、歳出18億98百万円となり、上水道事業及び下水道事業は、資本的収支に、病院事業は収益的収支及び資本的支出に不足額が生じていますが、留保資金により補てんし、調整しています。

**情報** 令和6年むかわ町  
20歳のつどい

むかわ町20歳のつどいを開催します。新20歳の方で、むかわ町教育委員会からご案内の封書が届いていない方、住民登録をされていない方で、むかわ町20歳のつどいへ参加をご希望される場合は、取り急ぎ、むかわ町教育委員会までご連絡ください。

- ▶日時: 令和6年1月7日(日)午後2時から
- ▶場所: むかわ町四季の館たんぼぼホール
- ▶式典の概要: 13:00/受付開始  
14:00/開会(式辞・祝辞、記念品贈呈、誓いの言葉、代表挨拶)・閉会、記念講演、恩師からのビデオレター、集合写真撮影  
15:30頃/終了予定  
※進行状況により変動する可能性がありますので、あらかじめご承知おきください。

問 むかわ町教育委員会  
生涯学習課生涯学習G ☎42-2487  
生涯学習課教育振興G ☎45-2113

**運転免許講習日程/1月**

講習区分・時間	1月	
優良講習 10:30~11:00	9日(火)	23日(火)
	12日(金)	25日(木)
	16日(火)	30日(火)
	18日(木)	31日(水)
	19日(金)	
13:30~14:00	4日(木)	17日(水)
	5日(金)	26日(金)
	10日(水)	
15:00~15:30	4日(木)	10日(水)
	5日(金)	17日(水)
	5日(金)	22日(月)
一般講習 10:30~11:30	10日(水)	24日(水)
	15日(月)	29日(月)
	17日(水)	
	19日(金)	25日(木)
13:30~14:30	9日(火)	18日(木)
	12日(金)	23日(火)
	15日(月)	24日(水)
違反講習 13:30~15:30	16日(火)	29日(月)
	11日(木)	25日(木)
※13:00~15:00	11日(木)	30日(火)
初回講習 13:30~15:30	11日(木)	30日(火)
	22日(月)	

- ▶講習会場: 苫小牧市交通安全センター ※は中野自動車学校
- ▶注意事項: 講習を受講する前に、警察署での更新手続きを済ませてください。免許証の受け取りは、更新手続き後概ね40日後です。講習は免許証の有効期限内までに受講してください。

問 苫小牧警察署 交通課免許係  
☎0144-35-0110

**情報** 札幌方面苫小牧警察署  
からのお知らせ

令和6年1月4日(木)から警察署の「窓口業務の受付時間」が変わります!

- ▶受付時間: 月~金曜日(平日)9時から16時30分まで  
※事件・事故の届出、遺失・拾得の届出は、これまでどおり24時間受付します。(「落とし物」の返還・引き渡しを除く。)

**情報** 室蘭地方気象台からの  
お知らせ

**大地震、冬季の備えを!**  
日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震

日本海溝及び千島海溝沿いの領域では、過去にマグニチュード6~7クラスの規模の大きな地震が繰り返し発生しており、地震の揺れや津波による被害が発生しています。

この領域で、規模の大きい地震が発生した場合、さらに続いて規模の大きな地震が発生する事例(以下、「後発地震」)が知られています。そこで、内閣府と気象庁は令和4年12月16日から、この領域とその周辺でマグニチュード7クラスの地震が発生した場合に、大規模な後発地震の発生する可能性が平時よりも高まっている事を伝える「北海道・三陸沖後発地震注意情報」の運用を始めました。この情報は、大きな地震が発生する可能性が高まっているという情報です。この情報が発表された場合は、1週間程度は後発地震に向けた備えを再確認しましょう。また、冬季に避難する場合、路面の積雪や吹雪などにより時間がかかります。避難所や避難場所までの経路を事前に確認しておきましょう。



**むかわからのお知らせ**

**INFORMATION**

「募集」「イベント」「情報」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

**情報** 穂別地区情報通信関連  
サービスのお知らせ

穂別地区情報通信関連サービスの年末年始の対応について。

穂別地区にお住まいの皆様にご利用いただいております情報通信関連サービス(テレビ放送・IP告知端末等)に関するお問い合わせにつきましては、災害等による緊急の場合を除き、年末年始の役場閉庁期間(12月30日から1月8日まで)は受け付けをお休みさせていただいております。ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

問 企画町民課 企画管理G  
☎45-2111

**情報** 献血車が来町します

多くの皆様のご協力をお願いします。

- ▶日時: 令和6年1月15日(月)・9:30~11:30/13:00~16:30
- ▶場所: むかわ町四季の館
- ▶内容: 全血採血 原則400ml、輸血副作用の軽減のため医療機関からの需要の約90%が400mlとなっております。そのため200ml献血については採血調整を行っております。
- ▶年齢: 16歳~69歳まで

問 【本庁】保健介護課保健G  
☎42-2415

**情報** 年始の臨時窓口の  
開設について

- ▶日時: 令和6年1月4日(木) 9時から17時まで
- ▶受付内容: 【戸籍】【住民票】【印鑑証明】
- ▶場所: 町民生活課窓口G・穂別総合支所/企画町民課町民G

問 町民生活課窓口G ☎42-2414  
企画町民課町民G ☎45-2114

## 納税

### 町税・届出のお知らせ

町税は納期限までに納めましょう!

1月31日は、個人町民税(第4期)、国民健康保険税(第8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。

個人住民税の特別徴収のお知らせ(事業所)

所得税の源泉徴収はしているけど、個人住民税の「特別徴収」はしていない、ということはありませんか? 地方税法では、事業者は所得税の源泉徴収と同じように、個人住民税についても従業員の給与から差し引き、納税することとされています。

まだ個人住民税の特別徴収を実施していない場合は、早期に実施していただきますようお願いいたします。

納税に困ったらご相談を

病気や失業、事業不振など、やむを得ない理由で納付期限までに町税等を納付することができない場合や一度に納付することが困難な場合、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が少なくなり、町税等の納付が困難な方は、納税相談を行っていますのでお早めにご相談ください。

問【本庁】町民生活課税務G

☎42-2413

【支所】企画町民課町民G

☎45-2112

## 入札

### 入札結果情報

入札日/令和5年11月15日

工事等名

発生鋼材売却

● 鶴川地区: 令和5年12月1日~令和5年12月28日

契約金額 **73.7円/kg**

株式会社マテック苫小牧支店

※契約金額には消費税が含まれています

## 募集

### むかわ町放課後児童クラブの利用者募集について

令和6年度の児童クラブ利用者を募集しますので、希望される方は次により申し込みください。

▶ **申し込み期間:** 1月9日(火)~1月31日(水)

▶ **入所条件:** ①小学校1~6年生で、保護者または養育する人が仕事等により昼間家庭にいない児童 ②その他、町長が特に認めた場合(午後4時以降の帰宅の場合は、保護者のお迎えが条件となります。)

▶ **利用料金:** 令和6年度予定額・児童1人/月額千円(ただし、1月と8月は2千円)

▶ **入所手続き:** 入所を希望する方は、次の書類を提出してください。(書類に不備がある場合は受付できないこともあります。) ①入所申請書 ②児童調査票 ③保護者が仕事や出産、病気等で養育できないことを証明するもの(例: 就労証明書、通院の領収書等) ※申請書等は提出先の窓口に備えているほか、むかわ町のホームページからもダウンロードできます。

▶ **提出先:** 【本庁舎】鶴川放課後子どもセンター・福祉子育て課子育て未来G

【総合支所】穂別放課後子どもセンター・企画町民課町民G

問【鶴川児童クラブ】

☎42-2679

・所在地: 花園1-14-1(鶴川放課後子どもセンター内)・対象: 鶴川中央小学校児童1~6年生・開所時間: 下校時から午後6時30分、休校日・土曜日は、午前7時30分から午後6時30分・募集予定数: 120人

【穂別放課後子どもセンター】

☎45-2449

・所在地: 穂別114-2(穂別放課後子どもセンター内)・対象: 穂別小学校児童1~6年生・開所時間: 下校時から午後6時30分、休校日・土曜日は、午前7時30分から午後6時30分・募集予定数: 80人



## 募集

### むかわひかり認定こども園・さくら認定こども園 園児募集

令和6年度 園児募集について  
令和6年4月1日から入園を希望する児童を募集します。申込みには「教育・保育給付認定等申請書」ほか関係書類の提出が必要となります。

申請書の配付・申し込み期間については、下記のとおりですのでご確認ください。

むかわひかり認定こども園

▶ **申請書の配付:** こども園にて配布しています。

▶ **申し込み期間:** 1月9日~2月2日まで。 ※期日厳守

▶ **お問い合わせ先:** ☎ 0145-42-3711・2428 (むかわひかり認定こども園) ※むかわひかり認定こども園においては詳しくは「園児募集のご案内」に記載しております。「園児募集のご案内」は、むかわひかり認定こども園及び役場(本庁)福祉・子育て課子育て未来G窓口にあります。

さくら認定こども園

▶ **申請書の配付:** さくら認定こども園または企画町民課町民Gにて配布しています。

▶ **申し込み期間:** 1月9日~1月31日まで。

▶ **お問い合わせ先:** ☎ 0145-45-2525 (さくら認定こども園)

◆ **子育て支援センターについて:** 育児相談や親子が楽しく交流できる場として、子育て支援センターを開設しておりますのでご利用ください。

▶ **開設時間:** 【鶴川地区】月曜日~金曜日・9時30分~11時30分、13時~16時30分~12時、13時30分~16時

◆ **一時預かり保育について:** 仕事・病気等でお子さんの育児ができない時に一時的にお子さんをお預かりします。ご利用の際には事前にご予約願います。

▶ **対象児童:** むかわ町に住所があり、満1歳から就学前の児童

▶ **保育時間:** 月曜日~金曜日・8時30分~16時30分 ※土曜・日曜・祝日・お盆期間・年末年始はお休みです。 ※利用料金等については、園まで

お問い合わせください。



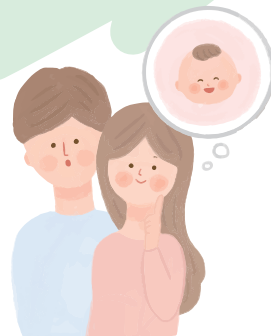
# ヘルスアップ情報

## むかわ町の不妊治療費等助成事業が拡大されます

令和4年度から、むかわ町では、不妊治療を受けている方の経済的負担を軽減するため、不妊治療費(保険適用分)の自己負担分について助成を行っています。

このたび、これまで行ってきた保険診療の自己負担分の助成に加え、「**先進医療※1**」にかかる治療費の一部助成および不妊治療にかかる通院交通費の一部助成を開始することとなりました。拡大される助成内容の詳細は次のとおりです。

※1 厚生労働省にて“先進医療”として告示された技術による治療のこと



### ●先進医療にかかる費用の一部助成

令和5年4月1日以降に、医療保険適用の不妊治療と併用して開始された先進医療の費用について一部助成を行います。

- 【対象者】**
- ①原則法律上の婚姻をしている夫婦で、不妊治療を実施した日及び申請を行う日に、夫婦いずれかがむかわ町に住所を有すること
  - ②女性の年齢が43歳未満であること
  - ③申請を行う日において、夫婦共に町税等の滞納がないこと
  - ④保険適用されている不妊治療に併用した先進医療を受けた方(治療開始日が令和5年4月1日以降)

**【助成内容】**

治療開始時点の女性の年齢	回数の上限	助成額
40歳未満	通算6回まで(1子ごとに)	1クールの治療に対し5万円を上限
40歳以上43歳未満	通算3回まで(1子ごとに)	
男性の治療については、妻の年齢に応じた上記助成回数		

### ●不妊治療にかかる通院交通費の一部助成

不妊治療費(先進医療を含む)の検査、治療を受けた際の通院交通費の一部を助成します。通院交通費のみの申請はできないのでご注意ください。

- 【対象者】**上記対象①～③同様
- ④保険適用の不妊治療を受けた方、又は、これに併用した先進医療を受けた方(治療開始日が令和5年4月1日以降)

**【助成内容】**

治療の内容	回数の上限	助成額
保険適用の不妊治療(単独)	1クールの治療に対し5回	自宅から医療機関までの距離に応じた基準額を助成
上記に併用した先進医療	1クールの治療に対し5回	

※助成額の詳細は、お問い合わせください



**申請方法・提出書類**

必要書類や制度について、申請前に一度ご相談ください。申請に必要な様式は、町担当窓口またはホームページからダウンロードしてください。

お問合せ【本庁】保健介護課 保健グループ ☎42-2415 【支所】保健介護課 健康グループ ☎45-3326

あなたの悩みに  
コたエを  
出します

**面談 電話 完全無料**

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

ハロー弁護士相談 月~金曜日10:00~16:00(祝日・年末年始は除く)  
**電話で相談 ☎011-281-8686** 1回15分  
相談無料

※掲載の時間や相談方法等は予告なく変更する場合がございます。

**札幌弁護士会 苫小牧法律相談センター**

(有料広告)

**お電話一本で  
ご自宅までのお伺いも承ります!**

- ※各内祝 ※お中元
- ※お歳暮 ※法要のお返し
- ※景品 ※トロフィー
- ※記念品 ※雑貨

カタログギフト全品  
通常価格2,530円(税込)  
**2,365円~**

通常価格55,880円(税込)  
**50,600円**

※10%OFF  
までご予算に合わせて選べます。

贈り物の専門店 — ケーズデンキさんとなり —  
**ダイソー** 苫小牧市新開町4丁目2-12  
☎(0144) 53-0901

ホームページ 公式ダイソー 検索

(有料広告)



# むかわ町地域包括支援センターです

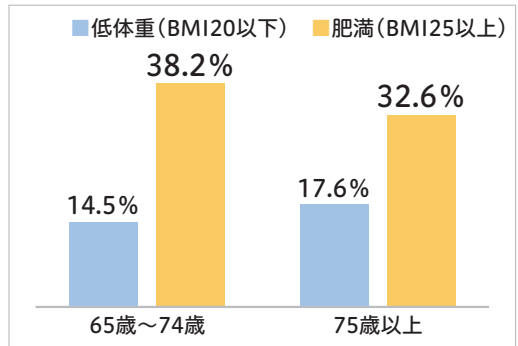
## いつまでも健康な筋肉を保とう！



むかわ町の令和4年度特定健康診査・後期高齢者健診の結果は、次のグラフのようになっています。(図1)

65～74歳、75歳以上の方は低体重よりも肥満の方が多いです。筋肉量が減るといって、痩せている方をイメージしますが、実は肥満の方の筋肉量の低下も注意が必要です。

図1



### ！サルコペニア肥満に注意！

**健康な70代女性の太もも**

**サルコペニア肥満の女性**

サルコペニア肥満とは、筋肉量が低下し、同時に過剰な脂肪が蓄積されている状態を指します。

左の写真は、健康な70代女性(左)とサルコペニア肥満になっている女性(右)のMRIによる太ももの断面図です。太さは同じくらいですが、サルコペニア肥満の方の太ももは、筋肉量が減って、脂肪が増えているのが分かります。サルコペニア肥満は、生活習慣病だけでなく、身体機能の低下や転倒のリスクがあります。

筑波大・久野教授提供のMRI画像

### 筋肉量を落とさないために

バランスの良い食事が大切です。たんぱく質を含む食事を摂取し、適度な運動をすることで、筋肉量を維持することができます。ご飯にみそ汁と漬物で済ませてしまいがちな方は、納豆や卵、小分けパックになっている豆腐を常備するのがおすすめです。牛乳やヨーグルトは積極的に摂りたいですね。

むかわ町地域包括支援センター 本庁（鶴川）保健介護課 介護グループ ☎42-2415  
支所（穂別）保健介護課 健康グループ ☎45-2065



## 「商工会プレミアム商品券」の使用期限は

# 1月31日（水）です!!

**期限を過ぎると使用できません!!**

いつも地元商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)

# 1月の健康カレンダー

希望日の1週間前までに予約しましょう。  
必ず母子手帳を持参願います。

## 予防接種

名称	対象	鷗川厚生病院	穂別診療所
ロタウイルスワクチン	生後6週～24週未満	月・木 13時15分～ 14時15分	水 15時～15時30分
B型肝炎	1歳未満		
Hibワクチン 小児用肺炎球菌	2か月～5歳未満		
四種混合	2か月～7歳6か月未満		木 15時～16時
麻しん風しん混合	(第1期)12か月～24か月未満		
	(第2期)来年度小学校入学予定児		
水痘(水ぼうそう)	12か月～36か月未満		
日本脳炎	(1期)生後6か月～7歳6か月未満 (2期)9歳以上13歳未満 (特例)平成19年4月1日以前に 生まれた方で20歳未満	月・木 13時15分～ 14時15分 ※小学生以上は月～金 8時30分～11時 13時15分～15時の 接種も可能	火 15時～16時
ジフテリア 破傷風二種混合	小学校6年生の児童	月～金 8時30分～11時 13時15分～15時30分	火 15時～16時
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 ・平成9年4月2日～平成19年 4月1日生の女性	内科診療時間内	火・木 15時～16時
肺炎球菌	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。	月～金(祝祭日除く) 8時30分～11時	月・火 13時～16時 水 9時～11時 木・金 9時～11時 13時～16時

## 新型コロナウイルスワクチン接種 (個別接種)

名称	対象	鷗川厚生病院 【予約方法】 Web・LINE・窓口・電 話で予約(7日前まで) 保健G ☎42-2415)	穂別診療所 【予約方法】 健康Gへ電話予約 (☎45-3326)
新型コロナ ウイルスワクチン 【個別接種】	・6か月～4歳の方 ・5～11歳の方 ・12歳以上で <u>初回(1・2回目)接種の方</u>	希望される方はご相談ください	
	12歳以上で <u>追加(3回目以降)接種の方</u>	24日(水) 16時10分集合	16日(火)、30日(火) 16時～

# 1月の健康ガイド

む 鷗川地区 ほ 穂別地区

## 子育て支援

名称	対象	とき・場所
ふたばキッズ	2歳児の親子 (※個別通知します)	む 19日(金) 10時~11時30分 発達支援センター鷗川たんぼぼ
すくすく広場	就学前の親子(未就園児)	む 月~金 9時30分~11時30分、13時~16時 ひかり認定こども園
おひさま広場	就学前の親子(未就園児)	ほ 月~金 9時30分~12時、13時30分~16時 発達支援センター穂別きらり
あそぼうね・一般開放	就学前の親子	む 金 10時~11時30分 発達支援センター鷗川たんぼぼ(19日はお休み)

## 健康づくり支援

名称	対象	とき・場所
ゲートキーパー養成講座	町民(町に申込みが必要です)	ほ 25日(木) 13時30分~ 穂別ふれあい健康センター
骨粗しょう症検診	19歳以上の方 (町に申込みが必要です)	む 内科診療時間内(要予約)/鷗川厚生病院 ほ 火曜日以外の診療時間内/穂別診療所
エキノコックス症検診	小学3年生以上で過去5年間エキノコックス症検診を受けていない方	ほ 火曜日以外の診療時間内/穂別診療所
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)	ほ 17日(水)/穂別ふれあい健康センター
歯科健診・フッ素塗布	希望者	ほ 17日(水) 13時~16時 穂別ふれあい健康センター
・特定健診(個別) ・後期高齢者健診(個別)	(特定)40歳~74歳の国保加入者 (後期)後期高齢者医療保険加入者	む 診療時間内(要予約)/鷗川厚生病院 ほ 診療時間内(要予約)/穂別診療所
・子宮頸がん検診(個別) ・乳がん検診(個別)	(子宮頸)20歳以上の女性 (乳)40歳以上の女性	検診実施機関(苫小牧)
結果報告会	巡回ドック受診者で健康相談対象者 (個別通知します)	む 30・31日/四季の館

## ふれあい支援

名称	対象	とき・場所
ポパイサークル	こころの病の回復者等	む 17日(水) 10時~12時 ボランティアセンター(四季の館内)
ピンしゃん会	65歳以上の希望者(希望者は要問合せ)	む 10・17・24・31日 10時~12時 介護予防センター
笑顔友の会	65歳以上の希望者(希望者は要問合せ)	ほ 11・18・25日 10時~12時 穂別ふれあい健康センター
笑顔友の会OB会	65歳以上の希望者(希望者は要問合せ)	ほ 10・24・31日 10時~12時 穂別ふれあい健康センター
いろは塾 (認知症予防教室)	65歳以上の希望者(希望者は要問合せ)	む 12・19・26日 10時~12時 介護予防センター ほ 9・16・23・30日 13時30分~15時30分 穂別ふれあい健康センター
いきいき料理教室	60歳以上の希望者(希望者は要問合せ)	ほ 16日(火) 10時~12時 穂別ふれあい健康センター

# 1月の病院・診療所情報

発熱している方は  
事前にご連絡ください。

## 鷗川厚生病院

受付 8時30分～11時30分 / 13時15分～16時 TEL 42-2033

人間ドック(総合検診)も  
受け付けています。

※休診のお知らせ / 1月4日(木)・5日(金)中村先生は不在のため代診。

診療科 / 担当医師		月	火	水	木	金
内科 総合診療科	午前	會川・中村・横山	會川・越智	横山・越智	會川・中村	中村・會川
	午後	(予約)越智	(予約)中村	(予約)會川	(予約)越智	(予約)横山
整形外科	午前	/				苫小牧市立
	午後					王子整形
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 毎週火曜日 17時～18時30分(受付)				

## 穂別診療所

受付 8時45分～11時 / 13時～16時 ※水曜の午後は15時30分～18時30分

TEL 45-2121

整形予約 45-3380(受付時間9時～16時※定員に達し次第終了)

日曜に情報端末で  
担当医師を  
お知らせします。

診療科		月	火	水	木	金
総合外来 (内科・外科・小児科)	午前	夏目 中塚	夏目 中塚	夏目 中塚	夏目 中塚	夏目 中塚
	整形外科	清田整形 (予約制)		/		/
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15時30分～)	交替制	交替制
	夜間診療 水曜日(総合外来)	/		交替制 (受付は18時30分まで)	/	

## 保健所の相談、検査

お問い合わせ / 苫小牧保健所

TEL 0144-34-4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健相談 ・医療相談	月～金曜日 ※祝祭日除く	医療に関する相談などを 受け付け解決方法を助言	随時
女性の 健康相談	定例19日(金)、 月～金曜日 ※祝祭日除く	妊娠、出産、子育て、 思春期、更年期などの 相談	定例は要 事前予約
こころの 健康相談	定例22日(月)、 月～金曜日 ※祝祭日除く	専門職員による 面接相談	
肝炎ウイルス 検査	9日(火)、 23日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細は問合せを	要事前 予約
骨髄バンク 登録	月～金曜日 ※祝祭日除く	18～54歳が対象。 13時から30分程度	
HTLV-1 抗体検査 (成人T細胞性 白血病検査)	23日(火)	抗体検査を受けた ことがない方が対象、 採血を実施し約20日 後に結果をお知らせ	
HIV検査 (エイズ相談)	9日(火)、 23日(火)	検査(採血)後、約90分で 結果をお知らせ	要事前予約 ☎0144- 35-7474

## サロン事業

名称	とき	場所
生命の 貯蓄体操	火曜日 10時～ 12時	介護予防 センター
いきいき ふれあい サロン (鷗川地区)	18日 10時 30分～	介護予防 センター
いきいき ふれあい サロン (穂別地区)	19日 10時 30分～	町民 センター 第1・第2 会議室

## 子ども化石くらぶで外部講師を招いた講義を行いました。



ケントリオドンのレプリカを手に解説する  
田中嘉寛学芸員。

10月22日、大阪市立自然史博物館の田中嘉寛（よしひろ）学芸員をお招きし、子ども化石くらぶで実習と講話をしていただきました。田中学芸員はクジラやイルカの仲間、アシカやセイウチの仲間など海で暮らすほ乳類の化石を研究されています。当日は化石や生物の形態を言葉であらわすことを題材にしたゲーム形式の実習や、穂別から産出したイルカ化石「ケントリオドン・ホベツ」のレプリカの観察など、ご自身の研究分野と関連した内容のプログラムを実施していただきました。

担当：むかわ町経済恐竜ワールド戦略室

## むかわのタンチョウを守るために

## 本年もよろしくお願いいたします！

一昨年、昨年と「むかわペア」にとっては様々な出来事がありました。メスの行方不明、新たなメスの登場、つがい形成、営巣放棄、再営巣、ヒナの誕生、そして、1羽のヒナは飛べるまで成長しました。むかわペアの子供は、むかわ町周辺の他の子供よりも約1カ月おそく生まれました。成長するにつれて、体は親と同じように白くなりますが、12月初旬の時点で、まだ茶色の部分がありました。そのため、他の家族と見分けやすい状態でした。

旧むかわペアの子供で標識「318」が付いたオスの幼鳥2羽連れ家族は、11月上旬から下旬にかけてむかわ町にやって来ていました。一旦元いた千歳市に戻りましたが、12月上旬に再び町内に現れました。例年であれば、今月はむかわ町にタンチョウがいない時期ですが、近年の急変する天気の影響が気になるところです。

なお、むかわ町内で昨年11月下旬に回収されたオオハクチョウから高病原性鳥インフルエンザウイルスが確認されました。死亡・衰弱している野生動物を見つけたときには、素手で触らずに役場にご連絡ください。



左：むかわペアの幼鳥、右：長沼町の幼鳥  
(2023年12月1日撮影)

（一般社団法人）タンチョウ研究所  
正富 欣之

### 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ご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グループ）☎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



## ガガイモ(蘿摩)

ガガイモ(Metaplexis japonica)は、キョウチクトウ科ガガイモ属のつる性多年草植物のなかまです。夾竹桃(キョウチクトウ)よりも、同じキョウチクトウ科のイケマに似ています。太く長い地下茎から茎が立ち上がり、周囲に巻き付きながら伸びて、縦に長いハート型の葉を対生し、葉腋からまとまった数の花序をだします。8月頃には、細かい毛で覆われた、やや肉厚で紫色をした星形の花環を開きまします。花冠の中心から白い柱頭が突き出します。花冠は5個以上まとまっていることが多く、丸く集合した姿(集散花序)は鞠のようにも見えて印象的です。葉は5~10cmくらいの大きさがあり、葉軸から葉脈が平行してのび、葉の縁が波打ちます。茎を切ると白い乳液がでます。

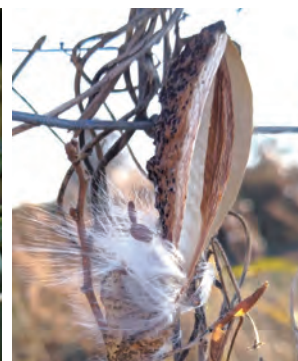
ガガイモは、日当たりのよい草地や林の縁などで周囲の植物に絡まって伸びる姿がよくみられ、市街の空き地や畑の柵などでも観察できることがあります。蔓からぶら下がる果実がイモを連想させるのでイモの名を付けられたとも言われますが、中身は繊維質でイモの味も香りもありません。地下茎には毒があるそうです。果実は紡錘形に近く、細長く丸

みをおびており、表面にはイボ状の凹凸があります。秋になり枯れると果実が二つに割れて、中からたくさんの綿毛を飛ばします。綿毛は白く長い髪のようにも見えます。『古事記』には、スクナビコナノミコトが天乃羅摩船(アメノカガミノフネ)に乗り、オオクニヌシノミコトのところへやってきたという神話があります。天乃羅摩船はガガイモの皮のこととも言われます。大昔の知識人は割れたガガイモの果実の形から小舟の姿を連想したのでしょう。

【問い合わせ先】生涯学習課 生涯学習グループ  
社会教育士/田代 ☎42-2487



ガガイモの花(生田)



割れて綿毛を飛ばす果実(汐見)

## 生涯学習

## 穂別図書館

## 《展示「お正月」》

新年明けましておめでとうございます！  
関連する本を展示します。

※展示されている本は貸出可能です。  
◇期間：1月6日(土)～1月31日(水)

## 《移動図書館》

◇ケアハウス：17日(水)12時30分～  
◇仁和生田地区：19日(金)15時30分～

## 《1月休館日》

1日(月)、2日(火)、3日(水)、4日(木)、5日(金)、7日(日)、8日(月)、9日(火)、14日(日)、15日(月)、21日(日)、22日(月)、28日(日)、29日(月)

※職員不足により、体制が整うまで日曜日も休館いたします。ご利用のみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

## 《お知らせ》(本を探しています)

冬の蔵書点検に向けて、本を探しています。借りっぱなしの本や、間違っって持って帰ってしまった本がおうちに残っていないか、ご確認ください。もしも本がみつかったら、図書館にご返却ください。

ご理解とご協力をお願いします。

## 《開館時間》

◇開館時間：午前10時～午後6時

## 《利用案内》

図書館の本は、利用登録によって、

どなたも借りることが出来ます。貸出期間は2週間です。開館時間外でも、返却ポストで好きな時間に返却出来ます。返却が遅れるときは、カウンター窓口、お電話で延長手続きが出来ます。

## 《蔵書検索》

穂別図書館、まなびランド図書室の蔵書を、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

☎45-2396

## 穂別博物館

## 令和6年1月の予定

## 休館日

1月1日(月)～5日(金)、9日(火)、10日(水)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

## 町民無料観覧日 | 1月8日(月・成人の日)

※むかわ町内の学校に通う、小学生・中学生・高校生は、いつでも穂別博物館を無料で見学できます。  
(小学生未満はいつも無料です)

# 文芸欄

※広報むかわへの原稿提出締切は毎月5日となっております。

## 短歌

むかわ短歌会選

乳の香の幼抱きしめふと想う、  
うちの紀子をおぶりたる日を

早恵子

ナスに花豆にも花の庭へ立ち  
歓迎せざる今朝のはつ霜

福恵

むろづくり深さ確かめ掘り起こす  
今年の大根手に余る出来

譲一

数十年眠りつづけしわが着物  
令和になりて嫁はドレスに

博子

夫逝きて十年たてど捨てられぬ  
25、5胴長靴を

和子

## 短歌

原始林「むかわ支部」選

三月ぶりに息子の妻頼りに眼科へと  
検診をへて安堵で帰路に

霜月も晦日になりて楽しみの  
タイナの粕漬け頃合ひ良しと

靖子

## 短歌

日捲りも やせて台紙に  
師走告げ 迎えるえとに  
脱脂の五指折

藤夫

## 川柳

題名 大相撲・宇良  
黄色い声ピンクまわしに宇良のファン  
体型も顔も仕草も宇良のうち  
大ケガ越え宇良自らの最高位

逸馬

## 俳句

鶴川俳句会選

山深き音は色いろ木の実降る  
霜の朝重い腰上げ畑仕事  
鉢植えの安否確かな霜の朝

歩いても行き先のない年の暮れ  
夫のもの着せし案山子の視野にをり

敏子

## 俳句

穂別俳句会選

散策の眼鏡のくもり十二月  
日記買ふとみに増えたる物忘れ  
廃船に冬ざれの風なりにけり

孝明

灯油はいる量と日付の古曆  
書き切れぬ思ひ隠して日記買ふ

佳代子

落葉掃く日課や五体ままならず  
寿恵女

## calligraphy

小林 陽菜さんの作品

むかわ 四段 小林陽菜  
初氷

行書らしい線が良く出ています。

佐々木 千翠評

中田 さくらさんの作品

むかわ さくら  
はぜ

のびのびと明るく元氣よく書きました。

佐々木 千翠評

谷村 育海さんの作品

小六 育海  
の竹林

習い始めたばかりですが、良くまとまっています。

久保田評

児玉 煌士さんの作品

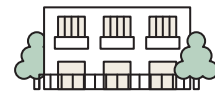
小四 煌士  
三組

素直な書き方でバランス良い。

久保田評

鶴川地区 ・大原(A104号・2LDK)  
・花園ハイツ((子育て支援住宅)101号・3LDK)  
※18歳未満の子供1人以上

穂別地区 ・緑ヶ丘(1-7号・2LDK) ・柏南(5-25号・2LDK)  
・緑ヶ丘(2-31号・3LDK) ・柏南(C-3号・1LDK)  
・緑ヶ丘(2-32号・3LDK) ・柏南(C-8号・1LDK)  
・緑ヶ丘(54-180号・1DK) ・柏南((みなし特公賃)B-11号・3LDK)  
※中堅所得者向け  
・山手(2-8号・3DK) ・富内中央(1-1号・3LDK)  
・柏南(1-4号・3LDK) ・富内中央(5-13号・2DK)  
・柏南(4-19号・3LDK)



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

公営住宅入居者募集  
申込はお早めに!!  
▼申込期限 1月15日(月)



公募型プロポーザル方式による  
審査が行われました。

# まちなか再生にむけて



## 歴史をつなぎ、むかわ町で暮らす、 持続可能なまちづくり

令和5年12月5日(火)に、むかわ町復興拠点施設等整備事業Ⅰのプロポーザル審査が行われ、事業者より提案内容に関するプレゼンテーションがありました。

公募型プロポーザルの対象となる施設は、①博物館施設、②温浴カフェ・まちなか交流拠点施設・RVパークであり、事業者からは、地元企業と連携した事業実施体制や、各施設の事業計画に関する事、実施設計業務に関する事、建設工事や維持管理に関する事に加え、自主提案事業についてなど民間企業のノウハウを活かしたプレゼンテーションがありました。

選定委員からは、各施設の機能に関する質疑のほか、建設・維持管理・運営コスト面や、地域活性化の取組内容、DX(デジタル・トランスフォーメーション)の活用、SDGsや脱炭素に関する事、防災機能についてなど様々な視点による質疑や意見が出されました。

今後、①博物館施設は令和8年4月までのオープン、②温浴カフェ等は令和7年4月のオープンを目指して事業を進めていきます。



発行  
編集

むかわ町 〒054-8660 北海道勇払郡むかわ町美幸2丁目88番地  
☎0145(42)2411(代) / FAX.0145(42)2711  
http://www.town.mukawa.lg.jp  
✉ johobosai@town.mukawa.lg.jp

穂別総合支所 北海道勇払郡むかわ町穂別2番地1  
☎0145(45)2111(代) / FAX.0145(45)3048  
読み終えたら綴じて保存して下さい。  
きつと今後お役に立つときがあります。

