

# 広報 ないえ

健康と福祉のまち奈井江町



おもいやり明日へ

Kindness for Tomorrow



## おもな記事

- p 2 ふれあい・いきいきサロン
- p 6 町長に手紙を出す運動
- p 8 令和3年度ふるさと納税
- p 9 「特殊詐欺被害者の悲しい顛末」

No.770  
2022

6

## サロン活動とは

サロンとは、元はフランス語で「客間」を意味し、そこを開放して共通の趣味などを持つ人たちと自由に語らう社交界の風習をサロン活動と言いました。現代において、サロン活動とは、地域において参加者が主体となつて自主的に運営し、住民が気軽に集う地域の交流の場となっています。

そこでは、ふれあいを通して生きがいと仲間づくりの輪を広げ、高齢者等の心身機能の向上や地域の介護予防の拠点づくりを目的としています。

活動内容は、各サロンごとに異なりますが、サロン活動の効果は、大きく3つの効果に分けることができます。(表参照)

現在、奈井江町内では、5つの団体が社会福祉協議会の支援を受けながら「ふれあい・いきいきサロン」として活動を実施しています。

昨今は、新型コロナウイルス



創作活動中！

地域	サロン名	開催場所
東町	なないろサロン	東町生活館

楽しくおしゃべり



地域	サロン名	開催場所
南町	Cafe さくら & しゃべり婆	桜ヶ丘団地高齢者相談室

奈井江駅



レクリエーションに夢中

地域	サロン名	開催場所
南町	サロンみなみ	南町コミュニティ会館

地域	サロン名	開催場所
本町	みんなのラジオ体操会	夏季：役場前 冬季：保健センター

朝日を浴びながら  
皆と一緒にラジオ体操



さあ！始めてみよう！参加してみよう！  
ふれあい・いきいきサロン



## 仲間と笑顔が増える場所「サロン活動」の効果

### 効果1 仲間づくり・生きがいくくり・社会参加

- ①サロンに行くことで、自然と仲間ができます。
- ②役割ができることで、必要とされる喜びや生きがいが増えます。
- ③定期的に人とふれあうことで、社会参加の意欲が高まります。

### 効果2 ご近所の見守り・安否確認

- ①顔なじみになることで、日頃からのお付き合いが広がります。
- ②定期的に顔を合わせることで、お互いの安否確認が自然とできます。
- ③サロンの案内をきっかけにすることで、見守り訪問活動がしやすくなります。

### 効果3 閉じこもり防止・健康づくり

- ①サロンに行くこと自体が閉じこもり防止になります。
- ②大勢で体操等を行うことで、長続きもしやすく、介護予防や健康増進にもつながります。

ルスの流行により、サロン活動も一時中止してまいりましたが、感染症対策を行いながら、活動を再開してまいるので、今こそ地域の交流の場へ出かけてみましょう。

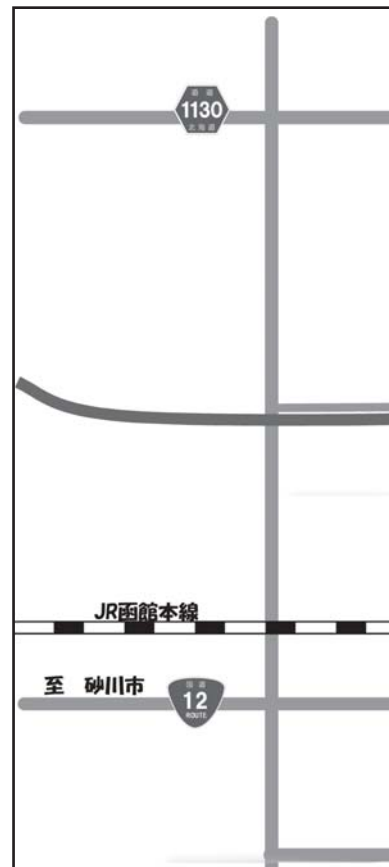
皆が気軽に無理なく楽しく集ってます

## 奈井江町ふれあい・いきいきサロンの実施場所

番号	サロン名・開催内容	開催場所・日時
①	<b>みんなのラジオ体操会</b> 夏はラジオ体操、冬はゆっくり茶話会。ラジオ体操は、短い時間で全身を動かすことができます。茶話会は、おしゃべりだけではなくレク活動も実施。	夏：役場前 火・土曜日 7時  冬：保健センター 問い合わせ下さい
②	<b>Cafe さくら&amp;しゃべり婆</b> サロン名のとおりお茶や食事をしながら楽しくおしゃべりする場所。世間話から情報交換など色々しゃべってストレス解消！	桜ヶ丘団地高齢者相談室 月1回木曜日 10時30分～*14時
③	<b>なないろサロン</b> 血圧測定や体操などの運動とともに手芸やゲームを行って頭の運動！体も脳もすっきり！楽しいひとときを過ごせます。	東町生活館 第3土曜日 10時30分～*14時
④	<b>サロンみなみ</b> ふまねっとと茶話会の豪華2本だて。ふまねっとは、ネットを踏まないように行うリズム運動。ふまねっとサポーターがやさしく教えてくれます。	南町コミュニティ会館 第2水曜日 13時30分～16時
⑤	<b>いきいきおしゃべりサロン</b> 楽しく茶話会、体操やレクなど色々実施。運動が得意でない方も無理のない範囲で体を動かし、おしゃべりも楽しめるサロン。	北町コミュニティ会館 第3金曜日 13時30分～15時

活動内容により参加費を徴収する場合がございます。

※現在は、新型コロナウイルス感染予防の一環として記載の時間より短縮して実施しています。



地域	サロン名
北町	いきいきおしゃべりサロン



若々しく体を動かす！

サロンへの参加や具体的な日時に関する問い合わせ  
奈井江町社会福祉協議会  
(文化ホール内)

☎ 65—6066

## サロン活動に おじゃましました

おじゃましたのは、南町の桜ヶ丘団地を中心にサロン活動を展開している、「Cafe さくら&しゃべり婆」<sup>ば</sup>。平成30年10月に開設され、現在は、5名のメンバーが中心となって運営されています。

活動内容は、「茶話会と食事会」。茶菓子や昼食を囲みながら、みんなで和気あいあいと会話を楽しんでいます。

しかしながら、順調に活動を続けているなかで、突如、運営を揺るがす事態が発生します。「新型コロナウイルスの流行」です。緊急事態宣言の発令などによりサロン活動を休止した時期もありましたが、現在は、運営方法を工夫し、感染症予防を取り入れながら活動を再開しています。

今回は、サロン活動の魅力。そしてコロナ禍の中の運営について教えていただきました。

# Cafe さくら&しゃべり婆<sup>ば</sup>



Cafe さくら&しゃべり婆の運営メンバー

左から近江瑠璃子さん、佐々木ツルエさん、猪卷美津子さん、小野島きわ子さん、佐々木優子さん

始めは、「サロン活動を立ち上げることに躊躇した。」と語ったのは、代表の猪卷美津子さん。地区の行事などで関わりがあった保健師の後押しもあり、サロン活動を開始しました。乗り気でなかったサロン活動ですが、他の運営メンバーと打ち合わせや参加者のおしゃべりは、「とても楽しい」と笑顔を見せます。

活動を始めてみて、歩いて行ける範囲にこの様な場は必要だなと思いました。家に閉じこもっていると声を出すこともなく、私自身も、この場に来て話を聞いてもらっただけで気持ちが楽になります。



猪卷さんが、インタビューのお相手をしている間も他のメンバーは手際よく、サロンの準備を進めます。



ナポリタン、ハンバーグ、ゆでたまご

本日のメニュー

## 新型コロナウイルスに負けない 工夫して開催しています

新型コロナウイルス感染症が発生する前は、月に2回ほど開催し、お茶や昼食を食べながら会話を楽しんでいました。

新型コロナウイルスの流行により、サロンの活動の根幹に係わる会話や会食をすることが難しくなった状況になり、どうすれば活動を続けていくことが出来るかを考え、現在は、次の方法で実施しています。

### ・開催回数や時間の変更

月2回↓月1回 開催時間の短縮

### ・換気の実施

保健センターにアドバイスをもらった方法で換気をしています



### ・マスクの着用

会話時のマスク着用

### ・昼食提供方法の変更

現地で食事↓持ち帰り用お弁当

立ち上げを、運営を後押し

# サロン活動支援制度

社会福祉協議会がお手伝いします！

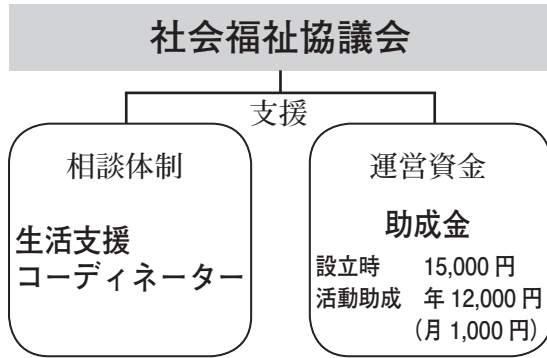
社会福祉協議会では、ふれあい・いきいきサロンの活動を応援するため、立ち上げや運営を支援する取り組みを実施しています。

その一つが、社会福祉協議会に配置されている「生活支援コーディネーター」です。

生活支援コーディネーターは、住民や地域をつなげる橋渡し役で、必要な生活支援サービスの立ち上げや居場所づくりを、地域住民と一緒にを行います。

その活動の一つとして、サロン活動の立ち上げだけではなく、その後の運営に際しても相談に乗ってくれる頼れるパートナーです。

次に、活動を始める時、そして運営を続けていくために必要なものが資金です。こちらについても、社



会福祉協議会が助成金を交付し、資金面での支援を実施しています。サロン活動に興味がありましたら、まずは社会福祉協議会に相談してください。

奈井江町社会福祉協議会  
☎ 65-6066

## サロン活動をはじめるとあって

### 運営人数

#### 協力者を募りましょう

1人で会を運営せずに、代表者のほか2名以上、計3人以上で運営しましょう。

### 日程

#### 来やすい日時を設定しましょう

最低でも月1回（月1時間以上の活動目安）程度で、運営者も無理なく続けられる頻度にすることがポイントです。

### 場所

#### 気軽に集まれる場所にしましょう

活動場所に特段の決まりはありませんが、地区会館や個人宅などを活用しましょう。

### 資金

#### 助成金をお渡ししています。

お茶菓子の持ち寄りや、参加費を集めるなどして運営している団体もあります。お金をかけ過ぎずに楽しむことも大切です。

### 参加者

#### 誰でもOK

人とふれあうことが好きな人やボランティア活動に興味がある人。「通院や買い物以外で外出する機会がほしい」「話し相手がほしい」人などにオススメです。

### 内容

#### 希望・要望を取り入れましょう

『生きがいづくり』や『長続きできそうなもの』を意識してみると良いでしょう。



生活支援コーディネーターは、地域で交流の場やボランティアを担う人材を育成しています。



# 町長への手紙

町では、郵送、ファックス、メールで町長への手紙を受け付けています。

昨年度届いた19件のうち、公表を希望された手紙の内容とその回答を公表します。

※回答に記載した日時などは、回答時のままで掲載していません。

■図書館を新しくして欲しい。出来るなら役場の中に作って欲しい。近隣の図書館は綺麗で利用しやすく、奈井江に住んでいるが奈井江町図書館は利用していません。

づくりを努めてまいります。

○庁舎の複合化については、「役場庁舎整備基本計画」の策定段階で検討を進めました。が、庁舎と図書館の複合施設にするためには、比較的広範囲な床面積を必要とすることや、異なる閉館時間による管理上の問題など解決すべき課題が多くあり、断念したところです。

○狂犬病予防接種について、今年度より集合注射が廃止となりましたが、町内に動物病院が無いため、高齢者や民間病院に行く手段のない人に対して、集合注射を検討願います。

○狂犬病予防の集合注射を廃止した経緯についてですが、狂犬病予防注射のうち、集合注射の利用が平成20年度の9割をピークに年々減少、令和2年度には6割にまで下がっています。このような状況から狂犬病予防注射集団接種事業の再評価を町民や議会の意見を伺いながら行い、令和3年度より本事業を廃止することとしました。

○このことから集合注射を行うことは考えておりませんが、親しみやすい環境

が、ご理解・ご協力の程よろしく願います。

■ないえ温泉の再開が無理であれば、松の湯にサウナをつけるなどの改修を町民のために考えて欲しい。また松の湯の経営者は高齢のため、役場、若しくは募集をかけてフロントに人を入れることを考えてはどうか。

○松の湯については、民営の公衆浴場であることから、町では地域住民の入浴を通じた保健衛生対策を進めるための側面的な支援を行ってまいりました。

○ご意見いただいたフロント対応の人員雇用については、平成29年から、経営者の高齢化に対応した人件費助成を追加するなど、長年にわたり、松の湯に対する経営支援を続けてまいりました。

がら、一日でも長く経営を続けていただけよう、支援してまいりたいと考えております。

■奈井江川河川緑地の河道にイタドリが繁茂していき、蚊やダニの住処ともなり、近くに公園もあるため子どもたちが伸び伸び遊べるよう草刈りをお願いいたします。

○奈井江川は、北海道が管理する河川ですが、奈井江川河川緑地の親水護岸の間（西1線から国道12号線）については、河川改修完成後から奈井江建設協会のご協力により毎年8月上旬に草刈りを行っていただいております。

今年も例年と同様の時期に草刈りを予定しておりますが、今年は、例年より草の成長が早く、ご指摘のとおり親水護岸がイタドリや草で覆われた状態となっておりますので、できるだけ早く草刈りを実施していただけるよう、奈井江建設協会と調整してまいります。ご理解願います。

※7月上旬に実施済み。

■近所に住む方が様々な事情により家を離れていき、きれいに手入れされていた庭が荒れてきてます。持ち主に働きかけ、ボランティアなどを活用して町の景観づくりを行ってはどうか。

○きれいに手入れされた庭が荒れてしまうことは、私も非常に残念に思います。ご意見いただいたように、地域住民が協力し、景観づくりに向けて取り組むことは大切だと思います。

しかしながら、町内のボランティア団体も、高齢化による会員減少などにより、活動を休止する団体が徐々に増えております。

貴重なご意見としてお受けいたします。

■にわ山森林公園の露頭は、雑草などでせつかくの露頭が見えませんが、また、解説看板もひどい状況で全く読めません。

また、デイキャンプやキャンプを行いたいのですが、公園には、トイレや水道はないのでしょうか？

○このたびは、にわ山森林自然公園にお越しいただい

たにもかかわらず施設の管理に行き届かない面があり申し上げます。

公園内の石炭広場にある露頭炭については、状態が確認できるよう、立木等の伐採を行ってまいります。

また、解説看板については、開園以降、更新を行っておらず損傷が著しい状況にあることから解説内容が確認できるよう対応してまいります。

最後に、公園内のセンターハウスには、水道とトイレを設置しており8時30分から日没まで使用可能となっております。デイキャンプは可能ですが宿泊を伴う利用はできない施設となっております。ご理解のほどお願い申し上げます。

■役場に電話した時に、初めに要件を伝えて、別の方に電話がまわった際、次の方には要件が伝わってなく再度説明が必要となる。時間も説明の時間もかかり非効率で不経済だと思ふ。担当にまわす際に、引継ぎを行い「〇〇の要件ですね」と答えるようにしてほしい。

応接の研修はされていないので、ご理解をお願いします。

○電話対応の際に伝えられた内容が次の職員に引継がれず、再度同じ説明等が必要となりお手を煩わせてしまい大変申し訳ございませんでした。

ご指摘のとおり、一度行った説明を再度行わなければならぬことは、お客様におかけする負担や対応に要する時間など全てにおいて非効率かと思ひますので、今後お客様から電話にて要件を伝えられ、担当者が交代して対応する場合には、伝えられた要件を可能な限り引継ぎを行い、スムーズで効率的な対応となる様に職員に周知してまいります。

職員の住民対応については、日頃より、親切、丁寧な接遇に心がけるよう指導を行っているところであり、接遇に関する研修についても職員研修計画に基づき実施しております。今後とも研修等を通じて職務の質を向上しつつ、町民の目線に立った電話、接客対応に努めてまいります。

のでご理解をお願いします。

■3歳児健診に、目の検診を行うスポットビジョンスクリーナーを早期に導入してほしい。

○3歳児健診における視覚検査は、屈折異常や斜視の早期発見のために非常に大切な機会であると認識しております。現在、一次検査として家庭でランドルト環での検査を実施し、日常の見え方や気になることを聞き取り、視力や屈折異常等の早期発見に努めているところです。

スポットビジョンスクリーナーについては、必要性を理解し、当町の保健師を機器の説明会に参加させて、有用であることについて報告も受けております。

今後、保護者への啓発、一次検査の精度向上・問診を強化し、視覚異常の早期発見に努めつつ、スポットビジョンスクリーナーの早期導入について検討を重ねてまいります。

※令和4年度に導入予定。  
■町内の介護事業者は、重度呼吸器疾患患者に対して

適切に対応（医行為等を含む）できるようになっていない。

以前は、介護保険サービスが適切に使えないことを踏まえ、代わりに医療保険サービスを使っていたが、現在は使用できない。

○介護事業所における医行為等については、事業所の特性、人員配置等により、利用者の安全を保たれないと考える場合はお断りすることがあることをご理解ください。

しかし、重度の呼吸器疾患であっても、入浴支援などの身体介護は、医師の指示を仰ぎながら在宅で支援することは可能です。利用可能な在宅介護サービスをぜひ活用してください。

また、ご指摘の「医療保険を使うための介護」についてですが、重度呼吸器疾患の方であっても在宅療養が可能な病状であれば、「訪問介護」等の介護サービスによる支援が可能です。限りある町の医療資源を町民の皆様にご利用いただくために、医療サービスと介護サービスの適切な利用についてご協力をお願いいたします。

### 手紙にはお名前を

手紙はすべて町長が目を通すとともに、返事を差し上げています。しかし、匿名の場合、内容を確認したり、こちらから返事を差し上げることはできません。手紙を出すときは、可能な限りお名前の記入をお願いいたします。



### 町長に手紙を出すには…

同時に配布した用紙をお使い下さい。（切手不要）  
町ホームページのメール送信フォームから送ることができます。

## 児童扶養手当などの支給額改定のお知らせ

### ■児童扶養手当とは

父母の離婚などにより、父又は母と生計を同じくしない児童を養育している方に支給される手当です。支給を受けるためには認定請求が必要です。支給要件など詳しくはお問い合わせください。

### ■児童扶養手当の月額（令和4年4月分以降）

	令和4年3月分まで	令和4年4月分から
全部支給	43,160 円	43,070 円
一部支給	43,150 円～ 10,180 円	43,060 円～ 10,160 円

※支払いは、奇数月となります。

### ■特別児童扶養手当とは

20歳未満で障がいをもつ児童を養育している方に支給される手当です。支給を受けるには認定請求が必要です。児童の障がいの状況によっては受給できない場合もありますので詳しくはお問い合わせください。

### ■特別障がい者手当・障がい児福祉手当とは

精神又は身体に著しく重度の障がいをもつため、常時特別の介護を必要とする状態にある在宅の方が手当を受けることができます。支給を受けるには認定請求が必要です。支給要件など詳しくはお問い合わせください。（20歳未満は障がい児福祉手当の対象となります）

### ■特別児童扶養手当・特別障がい者手当等の月額（令和4年4月分以降）

	令和4年3月分から	令和4年4月分から
特別児童扶養手当（1級）	52,500 円	52,400 円
特別児童扶養手当（2級）	34,970 円	34,900 円
特別障がい者手当	27,350 円	27,300 円
障がい児福祉手当	14,880 円	14,850 円
福祉手当（経過措置分）	14,880 円	14,850 円

### 【問い合わせ】

（児童扶養手当・特別児童扶養手当）

保健福祉課子育て支援係 ☎ 65 - 2131

（特別障がい者手当など）

保健福祉課福祉係（窓口⑤） ☎ 65 - 2119

## ふるさと納税

<お問い合わせ先> 企画財政課財政係（窓口⑰）  
☎ 65 - 2112

令和3年4月～令和4年3月までの1年間で「ふるさと応援寄附金」として、合計2,549件の皆様から心温まるご寄附を賜りました。頂戴した寄附金につきましては、必要経費を差し引いた額を地域振興基金として積立し、翌年度に指定された事業に活用させていただきます。

事業区分	寄附金額	件数
1 保健、医療、福祉の充実	25,258,000 円	680 件
2 少子高齢化対策	17,296,000 円	408 件
3 自然環境の保全	12,478,000 円	371 件
4 産業の振興	6,092,000 円	167 件
5 生活環境の整備	1,413,000 円	45 件
6 教育、文化活動の振興	10,461,000 円	256 件
7 その他町長が特に必要と認める事業	26,428,000 円	622 件
合 計	99,426,000 円	2,549 件





次の被害者は貴方かも…

## 「特殊詐欺被害者の悲しい顛末」

突然、「貴方に身よりのな  
い方の遺産金を相続する権利  
が当たりました。」というメー  
ルが届いたら貴方はどうしま  
すか？

これは実際にあった出来事  
です。無事に定年を迎え、趣  
味に没頭する日々を送ってい  
た70代の男性の下に、弁護士  
を名乗る者から冒頭のメール  
が、突然送られてきました。  
真面目であった男性は、半  
信半疑ながらも、安易にそ  
のメールに返信してしまい、  
以降、「もらえるはずのない

1億円にも上る遺産金」を得  
るために、何度も弁護士や資  
産家を語るものとメールでや  
り取りをすることになりました。  
た。メールでのやり取りは、  
いわゆる「支援金サイト」と  
呼ばれるサイト上のみ。メー  
ルを受信するためには、1度  
に5000円相当のポイントをと  
要し、そのポイントを得るた  
めには電子マネーが必要とし  
た。相手に求められるまま  
メールのやり取りを続け、お  
かしいなと気づいたとき、男  
性は、既に70万円相当の電子  
マネーをコンビニ等で購入し

ていたため、遺産金を手に  
入れるまでは相手の求めに  
応じてメールのやり取りを  
続けるしかありませんでし  
た。そして、その男性は、  
最終的に電子マネーを購入  
するお金を得るために仕事  
帰りの女性等を次々と襲  
い、お金を奪うという犯罪  
行為に走ってしまったので  
す。結局、その男性は、遺  
産金を受け取ることができ  
ぬまま、警察に捕まり、懲  
役7年の判決を受けて刑務  
所行きとなりました。

特殊詐欺は騙された者だ  
けを不幸に落とすのではな  
く、時にはその者を犯罪に  
走らせ、新たな被害者を生  
む憎むべき犯罪です。どう  
か皆様におかれましては、  
不審な電話やメールには最  
初の注意を払い、おかし  
なと感じた時には、迷わず  
警察に相談することを切に  
願います。

これ以上悲しい被害者を  
生まないために…



☎ 65-5311

<http://www.town.naie.hokkaido.jp/bunka/bunka/shakyo/Tosho>

### 【図書展示】テーマ絵本展示「あめ 雨」

6月21日（火）～7月17日（日）まで

ひとつのテーマに沿った内容の絵本を集め展示します。今回の  
テーマは「雨」。北海道では梅雨はないと言われていますが、や  
はり雨と言えば6～7月のイメージです。

季節に合った絵本をお楽しみください。



#### おすすめの冊

##### 「マスカレード・ゲーム」

東野 圭吾 著



大人気作家・東野圭吾  
の最新刊、マスカレード  
シリーズ4作目です。

マスカレードシリーズ  
は映画化されたこともあ  
りよく知られています。

図書館にはもちろん既  
刊のシリーズ3作品も  
蔵書していますので合わ  
せてどうぞ！

#### おすすめの冊 幼児よみきかせ向け

##### 「ちいさなあめふりぐも」

せな けいこ 作



3匹のねこちゃんが遊  
んでいたら、好奇心旺盛  
なあめふりぐもが近づい  
てきました。あめふりぐ  
もが来ると雨が降って遊  
びはだいなし。ねこちゃ  
んたちは怒ってしまいま  
す。そして…。

読んであげるなら2  
～3歳くらいから。

**ACOUSTIC LIVE**  
THE BEGINNING OF THE  
MUSIC TOWN  
**NAIE**  
2022.6.26 Sun.  
14:00 - 16:00 Ticket: FREE

・ ARTISTS ・



奈井江町交流プラザみなクル  
主催：奈井江町地域おこし協力隊



〒079-0313  
北海道空知郡奈井江町字奈井江 74 番地

奈井江町地域おこし協力隊です。  
「奈井江町勝手に音楽の町化計画」  
第3弾イベント、アコースティック  
ライブ～ The Beginning of Music  
Town NAIE ～が、6月26日（日）  
14時から交流プラザみなクルで開  
催されます。

今回は初の歌ありイベント。  
札幌圏のライブハウスを中心に活  
動されているアーティストをはじめ、  
奈井江町のシンガーソングライ  
ターも出演します。

イベントは観覧無料ですので、み  
なさんは是非お越し下さい。

当日は、みなクル内の多目的ホー  
ルやプレイルーム等の施設は利用出  
来ませんので、ご了承ください。

## 奈井江情報局 SNS



○ Instagram



○ Twitter

観覧無料  
みなさんのご来場を  
お待ちしております！

# 有害鳥獣対策



奈井江町では、有害鳥獣  
対策で農業者が中心となつ  
て、計画的に農地周辺に総  
延長が30kmに渡る電気牧柵  
を設置しています。また、  
高速道路下の通行口には侵  
入防止設備の鉄製ゲートを  
設置し、山間部からの野生  
動物の侵入を防止していま  
す。

### ◆侵入防止鉄製ゲート

山菜取りなどで入林する  
際には、必ずゲートの閉鎖  
を確認するようご協力をお  
願います。



### ◆電気牧柵

農地を囲むように設置さ  
れている白いロープには電  
気が流れています。触れる  
と負傷するほどの電流では  
ありませんが感電しますので、  
線には触らないように  
してください。

奈井江町の主要産業であ  
る農業を守るため、有害鳥  
獣駆除の取組について、皆  
様のご理解とご協力をお願  
いします。

産業観光課農政係(窓口⑬)  
☎ 65-2118

6月4日～10日は「歯の衛生週間」

## “歯”を制するものは、“健康”を制する！？



「歯の健康」は全身のさまざまな問題につながることをご存じですか？

みなさんもこの機会に、ご自身の「歯の健康」について振り返ってみましょう！

歯の病気の名前	どんな病気？	見分けるポイント
虫歯（う歯）	虫歯菌が歯を溶かし、歯の中にある神経が出てきて激しい痛みが起こる	・歯がズキズキ痛む ・歯に黒ずみがある など
歯周病	歯と歯茎の隙間に歯周病菌が入り込み、最終的には全身の臓器・血管で炎症をおこす	・口の中がネバネバする ・歯磨きの時に歯茎から血が出る など
歯槽膿漏	主に歯周病菌によって歯茎に炎症が起こり、次第に歯がぐらつき、抜け落ちる	・歯茎が腫れてプニプニとした感触 ・弱い力で歯磨きしても血や膿が出る

### 「歯の健康」を守る3つのポイント

①毎日歯を磨こう！

⇒歯周病菌は寝ている間に増殖します。最低でも朝・晩の2回は磨きましょう。おやつや甘い飲み物をとった後は、虫歯菌が増えやすいため、飲食後は水でうがいをするのもおすすめです。

②デンタルフロス（糸ようじ）を使おう！

⇒歯ブラシでは歯と歯のすきままでしっかり磨くのは難しいものです。そんな時はデンタルフロス（糸ようじ）が大活躍！“歯磨きの前”に使用するのがポイントです。

③症状がなくても、3ヶ月に1度は検診に行こう！

⇒毎日、歯を磨いていても、磨き残しや歯石ができるといわれています。検診で歯の状態を見てもらいましょう。同時にクリーニングをしてもらうのもおすすめです。

歯や全身の健康に関するご質問・ご相談はお気軽に保健センターへ問い合わせください。

【問い合わせ】保健センター ☎ 65 - 2131



## みんなで応援に行こう！ 奈井江・空知ストレーツ試合日程

入場料：一部有料

6月

(H)：ホームゲーム

日付	時間	対戦相手	会場
6/3 (金)	15:00	富良野	浦臼(H)
6/5 (日)	10:00	富良野	芦別(H)
6/5 (日)	14:00	すながわ	芦別(H)
6/10 (金)	15:00	富良野	浦臼(H)
6/11 (土)	10:00	すながわ	砂川
6/12 (日)	13:00	すながわ	砂川
6/17 (金)	15:00	富良野	浦臼(H)
6/18 (土)	13:00	すながわ	浦臼(H)
6/19 (日)	13:00	富良野	浦臼(H)
6/25 (土)	13:00	すながわ	浦臼(H)

7月

(H)：ホームゲーム

日付	時間	対戦相手	会場
7/3 (日)	10:00	すながわ	深川(H)
7/3 (日)	14:00	富良野	深川(H)
7/9 (土)	10:00	富良野	富良野
7/10 (日)	13:00	富良野	富良野
7/16 (土)	13:00	すながわ	砂川
7/17 (日)	14:00	富良野	富良野
7/23 (土)	14:00	すながわ	砂川
7/24 (日)	13:00	富良野	浦臼(H)
7/29 (金)	16:00	すながわ	滝川
7/30 (土)	14:00	すながわ	砂川

【対戦相手】富良野ブルーリッジ  
すながわりバーズ

【会場】浦臼：浦臼町ふるさと運動公園野球場、富良野：富良野市民球場、芦別：芦別市民球場、深川：深川市民球場、砂川：砂川市営球場、滝川：滝川市営球場

奈井江・空知ストレーツ【公式】 <https://hbl.nsstraights.com/>



# I-Box

## 児童手当の現況届が原則不要になります

令和4年度から児童の養育状況が変わっていなければ児童手当の現況届が原則不要になります。ただし、6月1日現在の受給者の状況を住民基本台帳等で確認できない場合は、例年どおり現況届を送付しますので、6月1日以降にご提出をお願いします。

○問い合わせ 保健福祉課  
子育て支援係 ☎ 65 - 2131

## 教科書展示会

小・中学校で使用されている教科書の見本展示会を行います。

○日時 6月10日(金)～24日(金)  
平日8時30分～17時

○場所  
役場町民ホール

○展示内容  
各教科書業者の小・中学校使用教科書

○問い合わせ 教育委員会教育支援係 (窓口⑳) ☎ 65 - 5381



## 令和4年 狩猟免許試験

### ■予備講習

○日時 7月31日(日)  
9時～16時30分

○会場  
岩見沢市民会館まなみ～る多目的室

○受講料(税込・テキスト代込)

第1種・2種 11,000円  
網 8,250円 わな 8,250円

○受付期間  
6月16日(木)～7月21日(木)  
9時30分～16時30分

### ■狩猟試験

○日時 8月7日(日) 9時～

○会場 空知総合振興局

○定員等 40名

○受付期間  
6月22日(水)～7月22日(金)  
9時～17時

○問い合わせ  
空知猟政協議会  
☎ 0126 - 24 - 1111 (FAX 同)

## 不法無線局から暮らしを守ろう！

不法電波は、携帯電話やテレビ・ラジオに障害を与えるなど、日常生活に悪影響を及ぼすだけでなく、警察、消防、救急、防災、交通など、人命にかかわる重要な無線通信を妨害して、私たちの生活を脅かします。

総務省北海道総合通信局では、電波の使われ方を監視し、適正な電波環境の維持に努めています。

電波に関する困りごとやご相談は、お問い合わせください。

○問い合わせ  
総務省北海道総合通信局  
☎ 011 - 737 - 0099

2022年 交通事故発生状況	
(<5月20日現在 ( )は前年比)	
人身事故	発生 6件 (+2)
	傷者 7人 (+2)
	死者 0人 (±0)
物損事故	発生 35件 (-3)
死亡事故	ゼロ連続日数 724日

## マイナンバーカード 夜間・休日窓口

☆夜間窓口 (前日まで要予約)  
毎週木曜日 19時まで

☆休日窓口 (予約は不要)

6月12日(日)

6月26日(日)

8時30分から12時まで

町民生活課戸籍係 ☎ 65 - 2113



## 6月は町税等の納期です 町民税・道民税(第1期)

お近くの金融機関、コンビニ等または役場会計窓口で忘れずに納めてください。納める際に、納付書に記載の期別、納付期限を必ずご確認ください。

○問い合わせ  
会計課収納係(窓口④) ☎ 65 - 2144

## 町主催行事の中止

新型コロナウイルス感染拡大防止のため次の行事を中止することとなりました。

【老人スポーツ大会】

6月22日(水) ⇒ 中止

○問い合わせ 保健福祉課福祉係(窓口⑤) ☎ 65 - 2119

## 火災に注意しましょう！！

今年に入り、風の強い日が多く続いています。

奈井江町では、明治32年5月20日に市街中心部より北部にかけて、商店や住宅、近接農家などを焼き尽くす大火に見舞われたことがあります。

この火災を将来への教訓とし、たばこの投げ捨て、ごみ焼など屋外での火気の取り扱いには十分気を付けましょう。





## 町内をきれいに (4/28)

2年ぶりに「全町一斉クリーン作戦」が開催されました。今回、小学校は新型コロナウイルスに伴う学校閉鎖のため不参加でしたが、奈井江中・奈井江商業の生徒、町内企業や一般参加者のみなさんなど約270名が参加して町をきれいになりました。作戦中、「思っていたより、ゴミが少ない」という声も多く、集積されたゴミの量は約315kgと例年よりも少ない量でした。

## 奈井江町に春到来 (5/5)

奈井江町の春の訪れを象徴する風景であるにわ山森林自然公園の桜。今年も山は、きれいな桜色に染まり訪れる人を楽しませてくれました。

残念ながら桜まつりは、今年も中止となり5月1日～6日の期間をさくらロードとして交通整理のみ実施しての開催となりましたが、来年こそは、日常が戻りまた多くの人を訪れることをお待ちしております。



## 豊かな自然にふれあいながら (5/14)

「町民歩こう会」が開催され、30名の参加者は、風景などを楽しみながら7キロの道のりを思い思いのペースで楽しみました。

役場前をスタートし、市街地を抜けてふれあいの森へ向けて出発。道中、雨が降る時間もありましたが、休憩時間を含め約2時間かけて出発地点である役場前に戻ってきました。

## ストレーツの歴史が始まる (5/21、22)

奈井江・空知ストレーツのホーム開幕2連戦が行われました。21日の相手は、すながわりバース。相手投手を打ち崩せず無得点で敗戦。22日は、富良野ブルーリッジから6回に先制するも、7回に逆転され2連敗となってしまいました。

まだまだ、シーズンは始まったばかり、ストレーツの今後の成長に期待です。

なお、22日には、三本町長が始球式を行いました。



## 北海道日本ハムファイターズ

### 「北海道179市町村ヒーロー賞」を贈呈しました！！

北海道日本ハムファイターズの主催試合において、ファイターズが勝利した場合、試合で活躍し、「ヒーロー」に選ばれた選手に奈井江町の特産品が贈呈されます。5月15日(日)福岡ソフトバンクホークス戦で「ヒーロー」に選ばれた選手4名、杉谷拳士選手、浅間大基選手、万波中正選手、松本剛選手に土梨夢さんの「元気いっぱい太陽のトマトジュースセット」が贈呈されました。

#### 「北海道179市町村ヒーロー賞」贈呈品予定

日付	特産品
7/2 (土)	果実ぎっしりジャムセット
8/28 (日)	特別栽培米 無洗米「ゆめぴりか」セット



# 食品の栄養成分表示を活用してみよう！

## ■食品の栄養成分表示は、健康づくりに役立つ重要な情報源です

食品の包装容器には「エネルギー・たんぱく質・脂質・炭水化物・食塩相当量」の5項目が表示されることになっています。

お店に並ぶ商品の中から、健康や栄養を考えて食品を選ぶ目安となるのが栄養成分表示です。エネルギーや栄養素をどのくらい摂取したかを知ることができ、食生活の改善につながります。

たんぱく質は血液や筋肉、骨、皮膚、髪の毛などを作る大切な材料です。

脂質の摂りすぎは肥満、心疾患のリスクを高めます！

高血圧の予防に、食塩相当量をチェック！

### 栄養成分表 1袋

エネルギー：371Kcal  
たんぱく質：11.2 g  
脂質：28.1 g  
炭水化物：5.1 g  
糖質：4.7 g  
食物繊維：0.4 g  
食塩相当量：1.7 g



体重が気になる時、エネルギーをチェック！

エネルギーの摂取量と消費量が等しいとき、体重の変化はありません。健康のため、生活習慣病予防のために、摂取と消費のバランスをとることが大切です。

炭水化物は体を動かしたり、頭を使ったりするためのエネルギー源です。朝ご飯を食べることで、勉強や仕事に集中できます。  
\*糖質を確認して、砂糖の摂りすぎに注意！！  
一日目安量は25 g以下

糖質を摂りすぎると体内で脂肪に変わり、肥満の原因となります。

食塩は身体に必要なミネラルですが、摂りすぎると高血圧の原因となります。

\*1日当たりの食塩相当量の目標

成人男性で7.5 g未満、成人女性で6.5 g未満

【問い合わせ】保健センター ☎ 65 - 2131

## 介護予防いろいろ みなクルに集まれ！

新型コロナウイルス感染症の予防のため、外出の自粛を余儀なくされている方も多いことでしょう。体を動かす機会が減ることで、筋力や体力が低下するおそれがあります。また、人との関わりが減ることによって、認知機能が低下することも心配です。

みなクルでは感染対策を徹底して、2つの運動グループが活動を継続しています。

普段運動をしていない方でも無理なく体を動かせます。お気軽にご参加ください。

	①シルバー元気塾	②ふまねっとの集い
日時	毎週金曜日 10時～11時30分	毎月第3火曜日（変更あり） 13時～14時45分
内容	筋トレ・ストレッチなど	ふまねっと・体操など
代表者	伊月 光夫さん	ふまねっとサポーター
参加費	無料	
場所	交流プラザみなクル 多目的室 他	



〈シルバー元気塾の様子〉



〈ふまねっとの集いの様子〉



【問い合わせ】地域包括支援センター ☎ 65 - 2119



# 人のうごき

## おくやみ申し上げます

熊谷ツヤ子さん (90歳) 東7  
 大町美和子さん (81歳) 南4  
 林 靖子さん (91歳) 南1  
 小黒 美鈴さん (70歳) 東7  
 木村 タカさん (94歳) 南5  
 依本 テルさん (98歳) 本9

## 休日診療当番医の変更

◆歯科◆ 6月5日(日)  
 なかむらファミリー歯科  
 ↓  
 ひらやま歯科(新十津川町)  
 ☎ 72 - 2323

## 人口動態

総人口 5,047人(5,056人)  
 男 2,401人(2,405人)  
 女 2,646人(2,651人)  
 世帯数 2,708戸(2,712戸)  
 5月20日現在( )は4月末

## 担当者のつぶやき

■ 4月に異動しましたAです。先月から記事を書かせていただきました。今後、皆さんのもとに取材で伺わせていただくことになりました。これからよろしくお願ひします！

A

# ねんきん つうしん

マイナポータルから  
国民年金手続きができます

今年5月より、マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを利用して、国民年金第1号被保険者の資格取得、種別変更、保険料免除・納付猶予、学生納付特例申請の手続きを電子申請でできます。

## ◎対象手続

- ①国民年金第1号被保険者加入の届出
- ②国民年金保険料 免除・納付猶予の申請
- ③国民年金保険料 学生納付特例の申請

メリット 1	24時間 365日、申請できます！
メリット 2	スマートフォンから申請できます！
メリット 3	処理状況も申請結果も確認できます！

マイナポータルの「利用者登録」が必要です→  
 ※手続きにはマイナンバーカードと、受取り時に  
 設定した暗証番号が必要です。



マイナポータル

<https://myna.go.jp/>

- (1) マイナポータルに利用者登録手続きを行う。
- (2) マイナポータルのトップ画面の「年金手続きをする」を選択して画面の案内に従い、マイナンバーカードの暗証番号を入力し、スマートフォンでカードを読み取り、申請に必要な内容の入力を行う。
- (3) 個人情報の取扱い等を確認し、「同意する」「申請する」を選択し送信完了したら、電子申請が完了です。

不明な点がありましたら、以下をご覧ください。

- ホームページで確認
- 電話で確認 (年金加入者ダイヤル)



日本年金機構 0570 - 003 - 004  
<https://www.nenkin.go.jp/> 050 から始まる電話の場合  
 03 - 6630 - 2525

【問い合わせ】砂川年金事務所 ☎ 52 - 2144  
 役場 町民生活課 戸籍係 (窓口①) ☎ 65 - 2113

## 今月の表紙



「(株)植松電機 校外学習」(5/18)  
 中学1年生は赤平市にある(株)植松電機で校外学習を行いました。モデルロケット製作体験では、ロケット製作後、本体を個性豊かにデザインし、最後に打ち上げました。

花鳥賊いかがおよいでいるよむれなして 松嶋 茂子  
 境内けいだいの森閑しんかんとかたかごの花 泉 恂子  
 花冷えや湯呑の温き指の先 碓井智恵子  
 若葉雨こまいぬ狛犬こまいぬ濡らし土濡らし 吉川 節子



作品コーナー (奈井江ホットギス会)

**水道** についての  
お問い合わせは…

**中空知広域水道企業団**

フリーアクセス  
(通話料金無料) オイシイミズ

**080-080-01432**

TEL.53-3831 FAX.53-2126

奈井江営業所(奈井江町役場1階)  
☎65-2116  
料金のお支払いには、  
便利な口座振替を

おうちのことで相談してみませんか?  
あなたにあったライフプランと一緒に考えます!

新築の計画  
リフォーム・増改築  
借換で返済額の見直し など

**北門信用金庫** 奈井江支店 ☎65-2311

そらぶちキッズキャンプ 掲示板

第136回：そらぶち応援・美容オイル

美容オイルの椿油メーカー「黒ばら本舗」さんが、サツドラ・コープさっぽろの店舗限定で、そらぶち応援キャンペーンを実施中です。「そらぶちシール」の貼ってある商品を購入いただくと、その売上の一部がそらぶちに寄付される仕組みです。

椿油の美容オイルをお使いの方は  
お近くの店舗にて、ぜひご協力ください。

応援します!  
そらぶちキッズキャンプ

日本初! 難病の子どものための  
医療ケア付きキャンプ場

灯油 重油  
**有限会社 永友商事**  
北町6区 ☎65-6251

屋根・壁・各種板金・サイディング・工事請負

**上嶋板金店**

本町9区(役場となり)  
☎65-2528・☎65-3518

洋服注文仕立 背広・ビジネススーツ・礼服・婦人服・他

ホームヘルパーのいる店

テーラーきただ  
しんせつ  
ていねい

**町のお針箱**

直し物 ◎紳士服 ◎婦人服 ◎男女学生服  
◎他色々(お気軽にご相談下さい)

詳しくは、ホームページをご覧ください▶▶▶▶

お電話1本でお伺いいたします。  
北町2区 ☎・FAX 65-4497

【取扱工程】 木 梅澤興業、岡本塗装工業、カバト技研  
建築(簾・リフォーム) キムラ工業、黒田板金、佐々木電機工業  
舗 三幸木工製作所、関口緑化  
水 道央開発総業、ナベケン工業、  
排 深田製作所、北海道アトリウム  
造 山善インテリア、ヤマト企画、緑宝

塗 装 板 信頼と実績  
電 気 協会の会社  
除 排 雪  
住 宅 解 体

奈井江建設協会 ☎65-2547 Fax65-5630

屋根板金・壁サイディング工事一式・間口除雪

**有限会社 青木板金**

本町4区 ☎65-3529  
FAX 65-3569

あたたかいおもてなし

JR奈井江駅前

**松島屋旅館**

〒079-0513 奈井江町本町1区  
TEL(0125)65-2335

お薬のこと、日本調剤におまかせください

日本調剤は皆さまの「かかりつけ薬局」を目指します。

日本調剤 奈井江薬局  
TEL.0125-74-9960  
079-0300  
奈井江町字奈井江12番地24

お薬手帳 プラス **コロナ感染対策にも効果的!**

ダウンロードは  
こちらから可能です

アプリで事前に処方箋を送って  
薬局での滞在時間を短縮できます

**JAMマイカーローン 固定金利キャンペーン**

100万円以上  
かつ  
3年以上のご契約  
の方に洗車カード  
3,000円分  
プレゼント!

5年以内 年**1.30%**

10年以内 年**1.60%**

※上記金利の適用には諸条件があります。  
JAのご利用が初めての方もお気軽にご相談ください!

別途保証料が  
かかります。

JA新すながわ 本所:砂川市東1条南1丁目1番20号 TEL 54-3181  
支所:奈井江町字奈井江150番地 TEL 65-2211

町公式 ホームページ  
町からの各種お知らせなどを掲載。

町公式 Facebook  
まちの話題やHPの更新情報などを紹介。災害時の情報も。

LINE 町公式アカウント  
まちの情報があなたのスマホに直接届く。