

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 奈井江のゆめぴりかが大賞を受賞
- P 5 2020年成人式
- p 6 所得税確定申告・町道民税申告のご案内
- p 8 容器包装プラスチックごみ分別収集事業終了
- P10 消防出初式

No.742

2020

2

今、一番食べてもらいたいお米に

奈井江の ゆめぴりか が選ばれました



遂に日本の頂点へ

審査会には、全国の五ツ星お米マイスターのアンケートによって推薦された上位9品種が最終審査米として選出され、テレビ番組「食いしん坊！万歳」で知られる俳優の山下真司さんや料理研究家など7名の審査員が食べ比べて美味しいと思ったものに投票して大賞を決定しています。



米のヒット 甲子園とは

年末恒例の「ヒット商品ベスト30」などの企画で知られているビジネス情報誌「日経トレンドディ」が主催の新米の品評会で、新米の個性を消費者目線で評価し、「今、一番食べてほしいお米」を決定しています。

JA新すながわ産のゆめぴりかの主要産地である奈井江町に喜ばしい知らせが届きました。
2月4日発売、日経トレンドディ3月号掲載の第6回米のヒット甲子園で全国各地の産地・品種の中から地元の特栽培米ゆめぴりかが大賞に選出されました。
平成27年のゆめぴりかコンテストの最高金賞に続き新しく栄誉が加わりました。
今回は、受賞に喜ぶ関係者にお話を伺いました。

賞大園甲子米のヒット
インタビュー受賞

新砂川農業協同組合
組合長 杉本 修 さん

ゆめぴりかの里は 北の魚沼を目指す



念願だった受賞

自らも米の生産農家である新砂川農業協同組合組合長の杉本修さんに率直に受賞に対するコメントを求めると「取りたい賞の一つだった。」と語り頬をゆるめて嬉しさを滲ませた。

日経トレンドイは、商品のヒット予想や商品の評価を消費者に伝える情報誌。「米のヒット甲子園は、消費者に食べて貰いたいその年の新米に贈られる賞。そこで大賞を受賞するのは非常にうれしい。」と話すと続いて選ばれるお米になった要因について教えてくれた。

施設、技術、支援が 実を結ぶ

「特別栽培米ゆめぴりかは、全量がライスターミナルに集荷されて、しっかりと品質保持されます。また、新米の風味が失われないう雪を利用した利雪低温倉庫で保管するなどハード面がしっかり整備されて

いる他に、生産者と一体となって技術を共有したことや生産者とともに全国のことだわりのお米屋を回り直接声を聞いて回ったことも大きい。町からのケイ酸資材の助成など低たんぱく米を生産しやすい環境も要因。」と農協、生産者そして奈井江町が行ってきた取り組みが評価に繋がっていると分析した。

厳しい基準を設け 美味しさを追求

「当農協の基準外品は、ゆめぴりかとして流通させない。」ゆめぴりかとして出荷されるものは、たんぱく含有率7.4%以下という基準がある。基準品として売りに出せるものには、基準外のお米を少量混ぜることは可能だが「それは行わない。独自に6.8%以下という厳しい基準を設けてそこを目指している。」

厳しい基準は、時に生産者の収入に影響を与える可能性もあるが「目先の利益を考えずに生産者は、6.8%以下の良食味米を目指し努

力を続け、厳しい基準に添えてきてくれた結果が、今に繋がっています。」とことだわりの米作りとそれに応え続けてくれた生産者を讃えた。

消費者の笑顔の ために

ゆめぴりかは、粘り、柔らかさ、甘さの特徴が際立った個性の強い品種と言われている。「私たちのゆめぴりかは、本来のゆめぴりかの美味しさを維持しつつも食べ飽きないバランスの良い食感と旨味があると評価されてきました。それをしっかりと継承することが大事。誰が食べても美味しいを目指しています。その為には、まだ足りない部分もある。全国にある美味しいお米の産地を訪ね、勉強して生産者と取り組んで行きたい。」と今後、新砂川農業協同組合が目指す方向について述べる視線の見据える先にあるのは、美味しいお米を作り続けて喜ぶ消費者の笑顔に向けられるものだった。

大賞園子甲のヒット米
受賞インタビュー

小さな産地の

大きな取り組み

特別栽培米生産組合

組合長 笹木 謙一郎 さん



地道な活動を続けてきた結果

過去2度、最終選考に残るも大賞を取り逃してきたJA新すながわ産の特別栽培米のゆめぴりか。3度目に手に入れた栄冠の裏には地道な努力がありました。

「この賞にエントリーされるためには、お米屋さんに支持を得なければいけません。冬に全国の米穀店を回り、生産の取り組みやお米の出来を伝える活動を続けてきました。この活動は、自分が始めたのではなく先代・先々代の組合長がずっと続けてきたものを引き継いただけです。その地道な活動が自分の代で実を結んだだけ。」と謙遜しながら話してくれたのは、特別栽培米生産組合組合長の笹木謙一郎さん。

小さな産地だからこそ出来ること

当然、営業活動だけで取れる賞ではない。「米穀店は、産地を指定してお米を

入荷します。自分たちのお米を注文してくれた方々の期待に応えるお米を提供し続けて来たことが今の評価に繋がった。」と話し、「その原点は、ゆめぴりかを始めた当初からたんぱくの含有率を基準値より厳しく設定し、それを追い求めてきた姿勢にあります。たんぱくを低くするために化学肥料の使用を制限するため、収量は少なくなってしまう。生産者として収入を確保するためには、それを補う付加価値が必要で、それが美味しさであり、化学肥料や農薬の使用を制限して消費者に安全を届ける特別栽培米です。その、こだわりが他のゆめぴりかの産地との差別化に繋がりました。」と生産姿勢について熱く語ってくれた。

しかし、低たんぱく米へのこだわりは、最初から理解を得られた訳ではない。外部からは「何で収量を落としてまで低たんぱく米を生産するのか」と懐疑的な意見もあった。「この小さな地域で量を追い求めて

入っても、他の産地に太刀打ちはできない。ならば、逆にそれを利点として少量生産の良食味米の産地として生き残りをかけました。」

幸いこの戦略は、美味しいお米が求められるようになった時代とマッチした。

栄誉の先に 見据えるもの

生産組合の取り組みについて「高い品質のお米を生産するために全員、土壌分析や肥育面談などの決まり事を遵守しています。他の産地から視察に来る方は使用する農薬まで指定されていることに驚きます。そこは個人としてはなく産地として勝負しているからこそ、しっかりと統一されていることが信頼に繋がっていると語っています。」と語り、今後について話しを向けると「美味しい生産法を確立して、ゆめぴりかから品種が変わったとしても、この産地のお米が欲しいと言われるようになりたい。」米づくりへの情熱は、既に未来をも見据えていた。



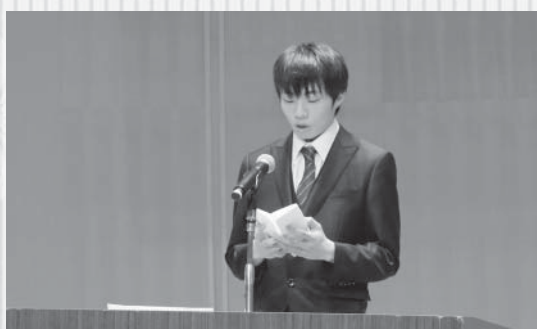
2020年 成人式

令和初の成人式が1月12日（日）に文化ホールで行われました。

新成人62名（男性30名・女性32名）のうち51名が式典に出席しました。

出席者は、平野智也さんの発声の元、両親や恩師への感謝とともに社会の一員として義務の履行することを宣言しました。

最後に、新成人を代表して稲垣薫さんが答辞を行い、成人として自覚を持ち社会の期待に応えることを誓いました。



成人の誓い 平野智也さん



答 辞 稲垣薫さん



所得税確定申告・町道民税申告のご案内

■受付期間のご案内

●受付期間

2月7日(金)～
3月16日(月)

(土・日、祝日を除く)

※3月1日(日)は、平日に
来庁することが困難な
方を対象とします。

●受付時間

9時～12時、13時～16時
※3月1日(日)及び3月
16日(月)は9時～12時

●受付場所

役場1階 町民生活課
税務係(窓口③)

●地区別受付期間

下表に記載

※混雑緩和のために対象日
の来庁にご協力ください。

No	地区別受付期間	対象地区等
①	2月7日(金)～14日(金)	全地区(還付申告のみ受付可)
②	2月17日(月)～18日(火)	東町・宮村
③	2月19日(水)～21日(金)	北町・瑞穂・大和
④	2月25日(火)	厳島・白山・向ヶ丘・住友新町
⑤	2月26日(水)～3月2日(月)	本町・茶志内・高島
⑥	3月1日(日)	平日に来庁することが困難な方
⑦	3月3日(火)～9日(月)	南町
⑧	3月10日(火)～16日(月)	全地区

■所得税確定申告 が必要な人

- ▽個人で事業を行っている方、不動産収入がある方
 - ▽公的年金収入が400万円を超える方
 - ▽給与収入が2000万円を超える方
 - ▽2か所以上から給与を受けている方
 - ▽給与所得以外に20万円を超える所得がある方
 - ▽年末調整を受けていない方(中途退職した方など)
 - ▽医療費控除などの控除を受ける方
- ※これらの方以外でも確定申告が必要となる場合があります。



■奈井江町では 受付できない申告

次の申告は町で受付ができないため、滝川税務署で申告してください。



- ▽青色申告、消費税、贈与税および相続税の申告
 - ▽新規の住宅借入金など特別控除の申告
 - ▽土地や建物、株式、先物取引など譲渡所得の申告(分離課税)
 - ▽令和元年分以外の申告
 - ▽雑損控除の申告
- ※上記以外にも申告内容によっては、滝川税務署での受付となる場合がありますのでご了承ください。

■町・道民税の 申告が必要な方

令和2年1月1日現在、町内に住所がある方は令和元年中の所得について申告が必要です。

- ただし、次のどちらかに該当する方は申告の必要はありません。
- ▽所得税の確定申告をした方
- ▽給与所得のみで年末調整をしている方
- ▽遺族年金・障害者年金など非課税年金のみの方、令和元年中に収入がなかった方は電話での申告を受け付けています。

■申告に必要なもの

- ▽①印鑑
- ▽②マイナンバーカード
または マイナンバー通知カード + 本人確認書類(運転免許証やパスポートなど)

▽③申告者本人の振込口座
がわかるもの（還付になる
方のみ必要）
▽④確定申告のお知らせ
（税務署から郵送されてい
る方）

【収入額がわかるもの】
▽⑤源泉徴収票や報酬の支
払調書など

【控除を受けるために必要
なもの】

▽⑥生命保険料などの控除
証明書

▽⑦障害者手帳

▽⑧医療費控除の明細書
（様式は申告会場にありま
す）

▽⑨寄付金の受領書

※これら以外にも申告内容
によっては必要なものがあ
る場合もあります。

【問合せ先】

役場1階 町民生活課

税務係（窓口③）

☎ 65-2113

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7①	8
9	10①	11	12①	13	14①	15
16	17②	18②	19③	20	21③	22
23	24	25④	26⑤	27	28⑤	29

3月

日	月	火	水	木	金	土
1⑥	2⑤	3⑦	4	5	6⑦	7
8	9⑦	10⑧	11	12	13⑧	14
15	16⑧	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※丸付き数字は、右ページ地区別受付期間のNoです

確定申告書
作成コーナー
の案内

国税庁ホームページの
「確定申告書等作成コー
ナー」を利用すると、税
務署や役場に行く手間が
かからず、いつでも申告
書を作成することが出来
ます。

作成した申告書をプリ
ンターで印刷して郵送も
しくはe-Tax（電
子申告）で滝川税務署へ
提出することが出来ま
す。詳しくは国税庁ホー
ムページもしくは滝川税
務署へお問い合わせくだ
さい。

・ 国税庁ホームページ
<http://www.nta.go.jp>
・ 滝川税務署
〒073-0002
滝川市大町1丁目8番
14号

☎ 22-2191



広告主を募集中!!

奈井江町では広報紙の他、町ホームページを広告媒体として活用して頂く有料広告
事業を行っています。お店のPRや、事業のご案内などに活用してみませんか。

▽広報ないえ広告

- 掲載期間：1ヶ月単位で最長12ヶ月
- 広告掲載場所：広報ないえ裏表紙（カラー印刷）
- 広告料：1枠 5,237円 / 1ヶ月（縦45mm × 横180mm）
半枠 3,143円 / 1ヶ月（縦45mm × 横88mm）

▽奈井江町ホームページバナー広告

- 掲載期間：1ヶ月単位（毎月1日開始）
- 広告掲載場所：奈井江町ホームページトップページ下部
- 広告料：1枠 5,142円 / 1ヶ月
（縦60ピクセル × 横150ピクセル、4KB以内、GIF形式）



- 問い合わせ：
企画財政課広報協働係（窓口⑱）
☎ 65-2112

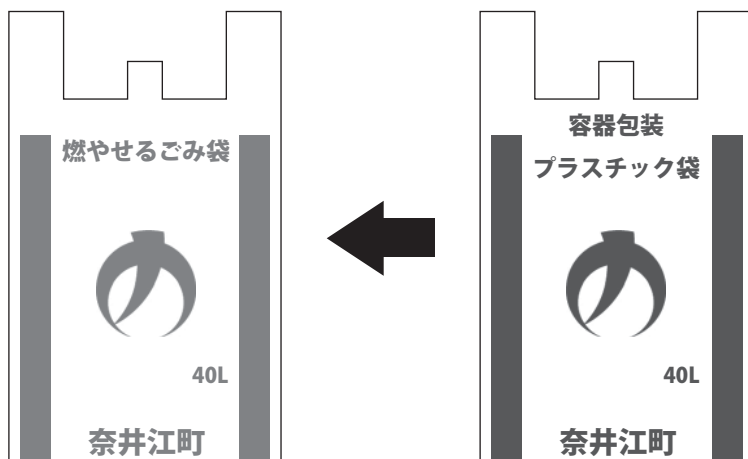
容器包装プラスチックの

分別収集事業終了

4月1日から
燃やせるごみとして収集

令和2年3月31日まで
容器包装プラスチック
(赤帯 赤文字の袋)

令和2年4月1日から
燃やせるごみ
(黄帯 黄文字の袋)



※プラごみ用の袋の販売は、
2月末 又は 在庫 がなくなり次第中止となります。

平成12年10月から浦臼町と共同で容器包装プラスチック(以下「プラごみ」)の分別収集事業を行ってきましたが、処理機械の老朽化が進み、今後も事業を継続する為には、多額な費用がかかることが判明しました。

そのため、両町で協議を行い、令和2年3月31日を持ってプラごみ分別収集事業を終了することといたしますのでお知らせいたします。

なお、この件に関することやごみの処理方法について、地域で詳細を説明して欲しい団体等がありましたら担当職員が説明に伺いますので、ご連絡ください。
この記事に関すること

建設環境課都市環境係

☎ 6512116 (窓口⑧)

4月以降にプラごみ用の袋が残ったら？

4月1日から
4月30日まで

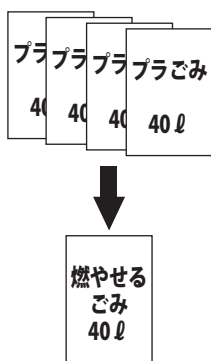
プラごみ袋にプラごみを分別した状態で燃やせるごみの収集日に収集します。期日以降は、プラごみ袋での収集は行いません。

5月1日から
9月30日まで

「プラごみ袋」を「燃やせるごみ袋」と交換いたします。建設環境課都市環境係(窓口⑧)までご持参ください。

(例) プラごみ2枚を燃やせるごみ(20ℓ)1枚と交換

(例) プラごみ4枚を燃やせるごみ(40ℓ)1枚と交換



燃やせるごみ 収集日変更

令和2年4月以降、プラごみの収集日がなくなりま

す。それに伴い、次の地区の燃やせるごみの収集日が変更となります。

- ◆北町地区
- ◆農村地区

※それ以外の地区は変更ありません

燃やせるゴミ収集日

地区	令和2年3月まで	令和2年4月から
本町地区	月曜日	月曜日
北町地区	月曜日	火曜日
南町地区	水曜日	水曜日
東町地区	火曜日	火曜日
農村地区	月曜日	木曜日

マイナポイントを活用した消費活性化策のご案内

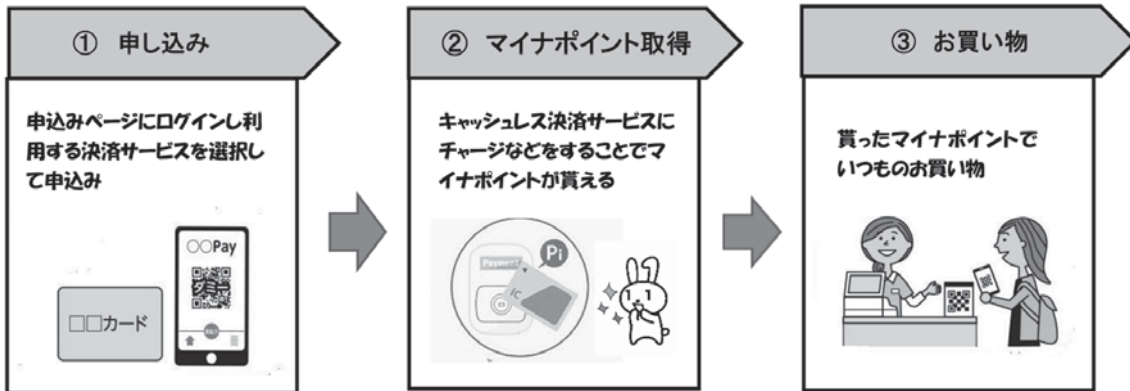
マイナンバーカードをつかって マイナポイントをもらおう！



令和2年7月
申込開始予定

ポイント利用期間：令和2年9月～令和3年3月末まで

マイナンバーカードを取得し、マイキーIDを設定の上、〇〇ペイなどの民間キャッシュレス決済サービスを利用して一定額を前払い等した方は国から最大5,000円分の『マイナポイント』が貰えます。



「マイナポイント」を取得するためには

1 | マイナンバーカードの申請・取得が必要です。

役場窓口・郵送・パソコン・スマートフォン等から申請できます。

交付手数料 無料!

パソコンで

申請

郵便で

スマホで

まちなかの証明写真機で

2 | マイキーIDの設定が必要です。

マイキーIDを設定し、マイナポイント申込の予約をします。

スマートフォン

- マイナンバーカード
- アプリのインストール

または

パソコン

- マイナンバーカード
- カードリーダー

+ マイナンバーカード交付時に設定した暗証番号(数字4桁)

※マイキーID設定時に、マイナンバーは利用しません。
設定はここから(マイキープラットフォームサイト)

ポイントの利用時期が近づくと、マイナンバーカードの交付申請が混み合い、申請から交付まで通常(約1ヶ月)よりも時間を要することが見込まれます。早めの申請をお願いします。

マイキーIDの設定がわからない人は…

2月4日(火)から マイキーID設定サポートを始めます。

- 場所 町民生活課戸籍係(窓口①)
- 時間 8時30分から18時まで
- 必要な物
- ・マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書付き)
 - ・カード交付時に設定済みの暗証番号(4桁)
- ※現在お持ちのマイナンバーカードに電子証明が搭載されていない場合でも、その場で手続きできます。

夜間窓口延長や
休日窓口も予定してます!
どんどん便利になるね。



▼詳しくはこちら

「マイナポイント」で検索してね!

マイナポイント 検索

こちらのサイトでも詳細を確認することができます

「総務省マイナポイント事務局サイト」

●問い合わせ 町民生活課戸籍係(窓口①)
☎ 65-2113

令和2年 消防出初式

1月6日、奈井江・浦臼支署において出初式が執り行われました。

当日は、多数の来賓が見守る中、分列行進や観閲などが規律厳正に行われました。

引き続き支署2階研修ホールでは、消防団活動の功績者や永年勤続者に対する表彰が行われました。表彰者は以下の方々です。



消防団員功績者

・永年勤続表彰

■北海道知事表彰

◎永年勤続表彰

▽勤続30年

分団長 水戸勝人

▽勤続20年

班長 東 秀行

■砂川地区広域消防

組合長表彰

◎功績章

分団長 佐藤洋一

副分団長 南 昌則

副分団長 柴田真宏

◎永年勤続表彰

▽勤続30年

分団長 森岡新二

■日本消防協会会長表彰

◎永年勤続表彰

▽勤続30年

分団長 水戸勝人



■北海道消防協会会長表彰

◎永年勤続表彰

▽勤続30年

分団長 森岡新二

■北海道消防協会

空知地方支部長表彰

◎功績章

副団長 岡本淳也

◎永年勤続表彰

▽勤続25年

副分団長 梅本昌宏

部長 小山謙一

▽勤続15年

団員 杉下満康

▽勤続5年

団員 佐々木誠

団員 山形幸司

■北海道消防協会

空知地方支部

中空知分会長表彰

◎功績章

団員 佐々木誠

団員 山形幸司

消防団員募集中!

奈井江消防団では、地域防災の要となる消防団員を募集しています。現在、奈井江町の消防団員が減少しております。私たちと一緒に奈井江町を守ってくれる方はぜひ消防団へ入団してください!!

■入団資格 奈井江町に居住する18歳以上
で身心ともに健康である方

【問い合わせ】

※団員には、活動に対し手当が支給されます。

砂川消防署奈井江・浦臼支署 ☎ 65-2259



お知らせ

プレミアム付商品券の使用期限は
令和2年2月29日(土)まで



購入いただいた商品券は、期限が過ぎますと使用できなくなりますのでそれまでに必ずご使用ください。

※プレミアム付商品券の販売は1月31日をもって終了いたしました。

I-Box

就学援助制度について

小中学校に通う子どもに必要な経費(学用品費や給食費など)を援助する制度です。

詳しくは、学校で配られる「就学援助制度についてのお知らせ」をご覧ください。

なお、援助を希望される方は、上記お知らせに同封されている申請書に必要書類を添えて、下記まで提出してください。(町ホームページからダウンロード可能)

- 申請・問い合わせ
教育委員会教育支援係(窓口⑳)
☎ 65 - 5381

公民館講座 「みんな DE ものづくり」

毎年恒例の「ものづくり講座」。昨年より小学1年生から参加できるようになりました！(小学1・2年生は保護者同伴が必要です。)

- 日時 2月29日(土)
- 場所 公民館大ホール
- 講師 建築士会奈井江分会
- 対象 小学1年生～6年生
- 工作 木材を使った工作
- 定員 15名
- 申込期限 2月14日(金)
※申込用紙を学校に配布しますので、用紙を公民館に提出して

ください。(電話・Fax可)
※定員になり次第締め切りますのでお早めにお申し込みください。

- 問い合わせ
教育委員会文化振興課係
☎ 65 - 5311
FAX 65 - 5314

中空知交通遺児奨学事業の案内

中空知広域市町村圏組合では、交通事故により生計中心者を失った遺児の皆さんに対して奨学金を支給しています。(返却不要)

該当される方は、申請してください。

- 対象 中空知5市5町に住民登録している小・中学生、高校生
- 奨学金(年間1人当たり)
 - ・小学生 30,000円
 - ・中学生 45,000円
 - ・高校生 84,000円
- 奨学一時金(入学時)
 - ・小学生 30,000円
 - ・中学生 36,000円
 - ・高校生 36,000円
- 条件 保護者などの所得額が一定以下などの条件があります。※随時受付してます。詳しくはお問い合わせ下さい。
- 問い合わせ 総務課防災交通係

2020年 交通事故発生状況	
〈1月20日現在 ()は前年比〉	
人身事故	発生 0件 (±0)
	傷者 0人 (±0)
	死者 0人 (±0)
物損事故	発生 4件 (－6)
死亡事故ゼロ連続日数	53日

(窓口⑭) ☎ 65 - 2111

自衛官募集

- 自衛官候補生(男子・女子)
- 資格 18歳～32歳
- 受付期限
 - 第7回 2月14日(金)まで
 - 第8回 2月24日(月)まで
- 試験日
 - 第7回 2月21日(金)・22日(土)の指定する日
 - 第8回 3月7日(土)
- 幹部候補生(一般、歯科・薬剤科)
- 資格
 - 22歳～25歳(一般)
 - 20歳～29歳(歯科)
 - 20歳～27歳(薬剤科)
- 受付期間 3月1日(日)～5月1日(金)
- 試験日
 - ・1次試験 5月9日(予定)
 - ・2次試験 6月9日～12日(予定)
- 問い合わせ
自衛隊札幌地方協力本部
滝川地域事務所 ☎ 22 - 2140

2月は町税等の納期です

国民健康保険税(第8期) 後期高齢者医療保険料(第8期)

- 問い合わせ
会計課 収納係(窓口④) ☎ 65 - 2144

交通災害共済に加入しましょう

今月から、令和2年度の交通災害共済加入申請を受け付けます。

万が一の交通事故に備えるためにも、ご家族のみなさんで加入することを勧めます。

- 【受付窓口】 会計課 会計係 (窓口⑩)
- 【問い合わせ】 総務課 防災交通係 (窓口⑭) ☎ 65 - 2111

- 年会費 1人400円
- 補償内容
交通事故による3日以上
の入院・通院に対して見舞金
を支給

飲酒運転の根絶

- 飲酒運転は、車両提供、酒類提供、同乗した周辺者も処罰の対象になります！
- 二日酔いも「飲酒運転」です！
- お酒を飲まないハンドルキーパーを決めましょう！

2月に入りまして、日の入りの時間も多少ですが遅くなり始めましたね。今月の4日は暦上で立春ですので、これから次第に春の訪れも感じられそうです。今年も雪も少ないですし日は晴れて暖かかったりする日もあるので、今年の春は早く来るかもしれませんね。

春が来るといえば、この時期は受験とバレンタインデーの話題でしょう。

受験と聞いて思い出すのは自分の3年前の大学入試ですが、かなり思い出深く記憶に残っています。結果として自分はスムーズに済みました。思い通りの結果が得られず浪人した友人もいて、大量の同年代が一緒に競う大学入試というのは今思うとなかなか稀有で貴重な体験でした。

最近はみなクルでも勉強をしている中高生をよく見かけるので、ひっそりと応援しています。

さて、バレンタインデー

の話です。

意中の相手に思いを、普段お世話になつていてる相手に感謝を伝えるきっかけとなりうる良いイベントですが、いったい何を渡そうかと悩みますよね。手作りにしようか既製品か、また巷では渡すものによつて解釈も異なってくるらしく、もう大変。

そこで手堅いのがチョコクッキー(だと思えます)。クッキーは比較的簡単に作れますし、自分で作れば甘さ等も調節可能、更に形に思いも込められて一挙兩得! 普段は買って済ませちゃう方も、今回は手作りしてみませんか?



↑参考レシピは「えもじょわチョコクッキー」で検索どうぞ。

図書館つうしん

☎ 65 - 5311 <http://db.net-bibai.co.jp/naie/>

図書展示 お父さんお母さんも読んだ
ロングセラー絵本

たくさんの新しい絵本が出版される中、何十年も読み継がれている絵本も多数あります。今でも子供たちをとりこにする名作絵本の特集です。ぜひ親子でおじいちゃんおばあちゃんと一緒に楽しみみてください!

展示期間 2月15日(土)～3月22日(日)

奈井江町に関する資料を探しています

図書館では、奈井江町・町民に関する資料を積極的に収集・保存していますが、図書館が建設される昭和57年より前に発行されたものが著しく不足しています。特に炭鉱に関するものがほとんどありません。

おうちに眠っている記念誌などの古い本、写真など奈井江町に関するものならどんなものでもかまいませんので捨てる前にぜひご連絡をお願いします!

おすすめの1冊

「暗約領域 新宿鮫XI」

大沢 在昌 著



奈井江町でも多くのファンがいる大沢在昌の代表作「新宿鮫」、映画やドラマにもなった作品の8年ぶりとなるシリーズ最新作です。シリーズ全巻図書館に揃ってます。この機に読み直しという方もぜひどうぞ。

おすすめの1冊 幼児よみきかせ向け

「じゃない!」

チョーヒカル 作



きゅうり...? じゃない! 野菜や果物など様々なものがペイントされ、固定観念を打ち砕くへんてこ食べものに...

最初は意外の驚きを、そのあとは正体あてとして楽しめる面白絵本! 3～4歳くらいから。



新体制で始動 (12/25)

奈井江中学校吹奏楽部がコンチェルトホールで毎年恒例のホワイトコンサートを開催しました。

今回は、3年生が引退して初めての1、2年生による演奏会で、アンサンブル、合唱、吹奏楽の3部構成で開催。

吹奏楽では、クリスマスソングや吉幾三さんの「雪国」など冬をイメージするものを中心にバラエティに富んだプログラムを披露しました。

更なる飛躍を期して (1/6)

令和2年新年交礼会が公民館にて開催され、町内各界より87名が出席しました。

年頭の挨拶で、三本町長は、「迎えた本年は、まちづくり計画の後期実施計画がスタートする年。まちづくり自治基本条例の原点に立って、町民の皆さんと議論を深めながら、ないえ温泉などの多くの課題についても情報を共有し方向性を決めていく年にしたい」と一年の抱負を語りました。



より一層の親睦と交流を (1/16)

奈井江町老人クラブ連合会は、町文化ホールで新年会を開催し、会員50名が参加して令和初の新年を祝いました。

田尻弘会長は、会員の協力の元に事業が円滑に行われ、また新たな年を共に迎えたことを喜び、続いて北準一副会長は「人生100年時代、元気に活動を続けて奈井江町の発展にそれぞれの立場で貢献できる1年に」と発声し乾杯の杯を上げました。



運転免許証の返納を支援 (1/21)

町による運転免許書自主返納者サポート事業が始まり、自主返納を考えている方が砂川警察署まで出向かなくても手続きが出来るように1日限定の出張窓口を役場内に設置しました。

10時から15時までの僅か5時間の開設でしたが、この機会にと13名が自主返納を実施。手続き後は、合わせてサポート事業の申請も行っていました。



子育て応援自販機を設置 (1/22)

道の駅ハウスヤルビ奈井江に訪れる子育て世代を応援するため、ばら売りの紙おむつや液体ミルクなどを購入できる自動販売機を設置しました。

当日は、町と共同で設置を進めてきた北海道開発局札幌開発建設部と北海道コカコーラボトリング株式会社の3者による除幕式を開催。自動販売機は、24時間利用可能なトイレの前室に設置され、いつでも購入することが出来ます。



脂肪を撃退！正月太りをスッキリ！



冬は寒くて動くことが少なくなり、いろんな行事で美味しいお料理を食べる…。こうしていつの間にか増えているのが「体重」や「お腹周りのお肉」です。

特にお腹周りのお肉は、内臓脂肪と言われる内臓の周りにつく脂肪のことで、血管等に悪い作用をもたらす、生活習慣病を悪化させる一因となります。

しかし、内臓脂肪は落としやすい脂肪のため、少しの工夫を続けることで落とすことができます。今日からでも少しでも生活習慣改善に取り組んでみませんか？

～食事と運動、5つのちょっとした工夫例～



① 少し早めに歩く

少し早足で歩くと、普通に歩くよりも消費カロリーはなんと1.5倍！ウォーキング用ストックを使用すると更に効果的で、2倍以上のカロリー消費になります。

② ご飯の量をほんのちょっぴり減らす

ごはんは1口約30キロカロリー。実は毎食ひと口分減らすだけで、半年に15,000キロカロリー（体重2kg相当）を減らすことができます。

③ 階段を使ってみる

階段は10段で1キロカロリーの消費です。少しの効果に思えるかもしれませんが、毎日続けることが大切です。筋肉維持効果も期待でき代謝の低下予防にもなります。

④ 野菜を一品増やす

野菜は低カロリーな食材が多く、代謝を助けてくれるビタミン・ミネラルも豊富です。摂取カロリーは気をつけたくても量を減らしたくないというときにお勧めです。

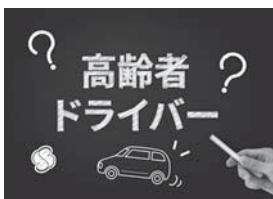
⑤ ながら食べをしない

「ながら食べ」は満腹感を得にくく、つい量が増えてしまうことも。テレビや新聞などを見ずに、食事に集中してゆっくり食べる時間を作りましょう。

【問い合わせ】保健センター ☎ 65 - 2131

介護予防いろいろ

運転免許証の自主返納を考えてみませんか？



体が衰えてきたことで運転に自信がなくなったり、家族から「運転が心配」などと指摘されたことはありませんか？

高齢運転者数が急増している中、高齢者による交通事故は後を絶ちません。また、認知症の初期症状がみられる方が、事故の危険性が高いにもかかわらず運転を継続し、家族が対応に苦慮しているケースも少なくありません。

【こんな症状ありませんか？】

「ブレーキタイミングを間違える」「アクセルとブレーキを間違える」
「ウィンカーを出し（戻し）忘れる」「道を間違える」
「スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置がわからない」
「車をぶついたりこすったりすることが増えた」

上記のような、今までできていたことができなくなったと感じたら、運転免許証の自主返納を検討しましょう。



【運転免許証の自主返納制度とは】

運転に不安を感じるようになった高齢ドライバーの方が、自主的に運転免許証の全部または一部を返納することができる制度です。町民の方であれば、砂川警察署窓口で手続きが可能です。

【全部返納者に町のサポート事業もあります】

詳細は、先月号又は総務課防災交通係まで【問い合わせ】地域包括支援センター ☎ 65 - 2119

人のうごき

おたんじょう おめでとう

長谷川新巴^{さらは}ちゃん(純哉さん) 高1
彩華さん)

おくやみ申し上げます

村田 利夫さん (73歳) 南4
高見 彩子さん (51歳) 本7
嶋林 明美さん (60歳) 本5
成田 ノブさん (93歳) 本6
山岸 弘子さん (88歳) 本8
飯田 松枝さん (92歳) 本3
水上ツルヨさん (93歳) 北1
森 三喜夫さん (80歳) 本5
小川 榛子さん (93歳) 向ヶ丘
鴻池 妙子さん (92歳) 本10

人口動態

総人口 5,325人(5,335人)
男 2,528人(2,528人)
女 2,797人(2,807人)
世帯数 2,787戸(2,794戸)
1月20日現在()は12月末

担当者のつぶやき

■正月にとあるレスラーが引退しました。昔から身体の小さかった自分としては、小さな身体で戦う姿はヒーローそのもの。ラジオ番組の最強レスラー特集に推したくて電話したのは今でも思い出。

ねんきん つうしん

保険料の前納がお得です！

国民年金保険料の納付には割引制度があることはご存じですか？保険料をまとめて納めることにより保険料が割引になる制度です。この制度は保険料の納め方が口座振替またはクレジットカード納付、現金納付の方がご利用いただけます。

今回は割引額が大きい口座振替の前納について案内します。

●口座振替での前納

口座振替の前納は、下の表の3種類から自由に選んで申し込むことができます。令和元年度の場合は、最大15,760円割引されました。

(例)【令和元年度振替方法別割引額(口座振替)】

振替方法 (引き落とし日)	1回当たりの 納付額	割引されて いる額	前納制度 申込み締め切り
2年前納 (4月末日)	379,640円	15,760円	2月末
1年前納 (4月末日)	192,790円	4,130円	2月末
6ヶ月前納 (4月末日) (10月末日)	97,340円	1,120円	2月末 8月末

令和2年度4月引き落とし分の前納申込み締め切りは、令和2年2月末までとなっています。お早めの手続きをお願いします。

●申込み方法

下記のものを持参して役場窓口にて手続きをお願いします。

- ・預金通帳 ・通帳の届出印 ・年金手帳
- ・マイナンバーカード

(またはマイナンバーの通知カード + 顔写真付きの身分証明書)

※既に口座振替による前納をしている方は、再度手続きはいりません。

※保険料が一部免除されている方は、口座振替の前納制度をご利用頂けません。

【問い合わせ】 役場町民生活課戸籍係 (窓口①) ☎ 65 - 2113

砂川年金事務所 ☎ 52 - 2144

今日の長紙



「待合処 鴨々堂オープン」(1/22)
道の駅2階に待合処鴨々堂がオープンしました。初日は、トークイベントを開催。今後は休憩所兼郷土の歴史や文化を発信するスペースとして活用されます。

ワンチーム笑顔そろって初句会
吉川 節子
岸本 裕子
東川 寿子
松嶋 茂子
寒さ増しわが部屋ぬくしありがとう
お正月感謝の中に生きる日々
雑煮餅いただき想う母のこと
松嶋 茂子



作品コーナー(茶井江トトギス会)

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)
TEL 65-2116
料金のお支払いには、
便利な口座振替を

ほくもんフリーローン『まねき猫』借換もOK
ご融資金利 年 5.0%、年 7.0%、年 9.0%、年 14.0%
(固定金利・保証料含む、平成27年4月1日現在)
※さらに、お取引内容によって上記金利より年 0.20%優遇いたします。
※ご融資金利は保証会社の審査のうえで決定させていただきます。

- ・ご融資額 500万円以内
- ・ご利用期間 10年以内

ほくもんローンプラザ
「まねき猫」
土日も相談OK
火・水、祝祭日休業
フリーダイヤル
0120-954611

※融資条件を変更する場合は、手数料がかかる場合があります。
※保証会社の審査によって、ご希望に添えない場合があります。
☆詳しくは当金庫本支店窓口にお問い合わせ下さい。

北門信用金庫 奈井江支店 ☎ 65-2311

皆様のかかりつけ薬局として
ご利用ください

ポプリ薬局 奈井江店
本町5区 TEL: 66-3788
全国どこの処方箋も承ります FAX: 66-3787

そらぶちキッズキャンプ 掲示板
第108回: ボランティア宿泊研修

春も間近のキャンプ場で開催する研修に参加してみませんか? 3月28日(土)~29日(日)1泊2日の宿泊研修を開催します。対象は、18歳以上でそらぶちに関心がある方、支援やボランティアの検討をしている方です。そらぶちのミッションや活動内容などを、より深く知るまたとない機会です。
※詳細は、そらぶちHPに掲載しています。
<http://www.solaputi.jp>

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

重油・灯油 **プレミアム商品券**
使えます

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・FAX 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

新車に、月々1万円台から乗れる!

しかも、車代、車検、税金
エンジンオイルなどがコミコミ!

さらに、24時間365日レッカーサービス付き!

例えば… **アルトF(4WD)なら**
月々¥12,500 ボーナス¥64,800(年2回)

車の買い替えをお考えの方は、お気軽にお電話ください。

(有)オートサービス梅本 北町1区 ☎ 65-2763

カラーシミュレーションで塗る前に
写真で完成がわかる。

杉下塗装工業 **塗装看板**

南町7区 ☎65-6030 FAX65-6040

土木工事・建築工事(新築・リフォーム)・舗装工事・土地改良工事・水道工事・
排水設備工事・造園工事・塗装工事・板金工事・電気工事等

建設工事は、適正価格で品質の確保・安全施工で
信頼の協会の会社へ

正会員 13社 賛助会員 15社 計28社 **奈井江建設協会** 電話 65-2547 FAX65-5630

除雪作業中の事故防止を!

- 屋根の雪下ろしは、複数人で
- 安全な服装(命綱、ヘルメット、滑りにくい靴)で
- 除雪機を使う際は、巻き込まれないように注意を