

すてきな笑顔と花のまち

HIGASHIKAGURA

# 東神楽

# 9

2021  
September  
No.684



Pick Up

- ・『花のまちづくり』の原点
- ・新型コロナワクチン接種に関するお知らせ

ほか



## The mayor column



# 花のまち随想

東神楽町長 山本 進

今年の7月は特別な夏でした。東京五輪、コロナ禍、連日の猛暑など、記憶に残るような出来事が多くありました。特に猛暑には私も含め、辟易された方も多くいらつしやつたのではないのでしょうか。

気象台のある旭川の気温は、最高気温が30度以上の真夏日が連続して27日続き、8月7日には過去最高の37・9度を記録するなど、猛暑が続きました。町内の観測所(アメダス)は旭川空港と志比内にあり、標高が旭川に比べて高いこともあつてそこまでの気温にはなりませんでしたが、それにしても異常でした。また、雨もほとんど降らなかつたので、植樹ますや花壇なども影響を受けていました。職員の懸命の努力と地域の皆さまやボランティアの方々の協力もあり、花を咲かせ続けています。

先日、大東建託株式会社が発表した『街の住みこちランキング2021自治体ランキング北海道版』で東神楽町が北海道で第1位となりました。さまざまな要因があつたと思いますが、生活の利便性、行政サービス、静かさと治安など、非常に良く評価していただいた結果だと思つています。役場でも計画の策定やさまざまな調査のため、町民の皆さんにアンケートをお願いしますが、『住み続けたい』という点は概ね肯定的にとらえられているように思います。

ひじり野西公園横の植樹ますもボランティアの皆さんできれいにしています。ただでいますし、町内のさまざまな場所で、地域の皆さんが自主的に草取りや水やりを行つていただいているおかげで『花のまち』はきれいに維持できていると思つています。各町内でも年に4回ほど、道路愛護や市街地清掃で身の回りの環境をきれいにしていただき、それ以外のときも日常的に維持していただいていることが、住みよいまちづくりにつながっていると思つています。

## はなひとわ

今月の表紙は東神楽小で行われた『とうきび収穫体験』での1枚。とうきびに囲まれる姿がとても可愛らしいですね。体験は、JA東神楽青年部の皆さんから提案して実施されたのですが、農業のまちに育つ子どもたちが、農業の大変さや収穫する喜びを実感することはとても素晴らしいことだと思います。

今月号では、『花のまちづくり』について特集させていただきました。取材にご協力いただいた皆さま、どうもありがとうございました。(遠)

## 目次 CONTENTS

- p3 まちのできごと
- p4~9 Pick up
- p10 健康食育コラム
- p11 花のまちNEWS
- p12 地域おこし協力隊コラム
- p13 子育てコラム
- p14 子育て・保健案内板
- p15 Library『図書館からのお知らせ』
- p16~21 まちの情報案内板
- p22 イベントカレンダー

### 人口と世帯数

10,132人(±0) [-42]

令和3年7月末現在  
( )内は前月比  
[ ]内は前年同月比

▼男 4,786人(-2) [-15]

▼女 5,346人(+2) [-27]

▼世帯数 4,390戸(-1) [+15]

## Higashikagura Town News

## まちのできごと



このページの掲載写真は、希望があればご本人に差し上げますのでご連絡ください。

■ まちづくり推進課 ☎83-2113

## 01 種と実セレクトをもっと身近に!

種と実セレクト商品をもっと手軽に楽しんでもらうため、東神楽郵便局とひじり野郵便局に、一部商品を購入できる『小さな直売所』を設置しました。設置場所は今後も増やしていく予定です。今まで販売場所が限られていましたが、購入しやすくなりましたので、ぜひ一度手に取ってみてください。



## 02 夏の遊びと打ち上げ花火

東聖地区公民館で子どもたちに夏の楽しみを提供する『夏の遊び講座』と打ち上げ花火が行われました。子どもたちは七夕飾りに願い事を書いたり、射的やスーパーボールすくいなどで楽しみました。夕方には昔懐かしい『ろうそくもらい』、夜には打ち上げ花火が行われ、夏を感じられる1日となりました。

## 03 交通安全を願い、旗の波運動

全国で通学中の児童が被害者となる痛ましい交通事故が相次ぐなか、町内で同じような事故が起きないよう警察や地元町内会、交通関係団体関係者など約20名で旗の波運動が実施されました。スピードダウンなどと書かれた旗を掲げながら、通行する車に改めて安全運転を呼びかけました。



## 04 オリンピックトーチを展示

東京オリンピックの聖火リレーにランナーとして参加する予定だった町内在住の西館さんのご厚意により、トーチとユニフォームを展示させていただきました。展示は、ふれあい交流館と総合体育館で行われ、東京オリンピックを身近に感じることができる貴重な機会となりました。





## 特集



### 『花のまちづくり』の原点



『花のまち』として広く認知されている東神楽町。

観光用の大きな花壇やガーデンの無いこの町が、なぜ『花のまち』と呼ばれるようになったのでしょうか。

今月号では、東神楽町の歴史ある『花のまちづくり』の、今までとこれからについて特集します。

### 『すてきな笑顔と

### 花のまち』とは

すてきな笑顔と花のまち――

これは、開基100年記念事業の一環として、平成3年に定めたコミュニティアイデンティティ計画で制定された町のキャッチフレーズです。あわせて作られたイメージマークも花をモチーフとしたデザインで、どちらも現在まで使用されています。この計画は町民と町職員が協力して策定したもので、当時から『花のまち』としての町民意識が高かったことがうかがえます。

そもそも、東神楽町が『花のまち』として歩み始めたのは60年以上前のことです。昭和33年に『明るい農村建設運動』や『蚊とハエのいない北海道建設運動』などの農村の環境美化を目的とした住民運動があり、その基盤の上で昭和39年に当時の東神楽村と農業改良普及所が住民向けに花壇づくりの指導を始めました。公共下水道や浄化槽の普及が進み、衛生環境が整っている現在では想像できませんが、昭和30年代の東神楽は純農村地帯で、蚊やハエの発生源となる空き地などが多くあったそ

うです。こうした場所に花を植え、暮らしやすく、美しい環境を作ろうとしたのが『花のまち』の始まりでした。

その後、昭和41年の町政施行とともに『自分たちの生活の場に花を』を合言葉とした住民運動である『花いっぱい運動』が始まり、昭和43年には『生活環境を美しくする全町運動』に発展していきました。こうした中、昭和42年の『美しい町づくり全国コンクール』で町内の中央婦人会が優良地区表彰を受賞、さらに昭和44年には『花のある職場コンクール』において役場職員互助会が全国最優秀にあたる『内閣総理大臣賞』を受賞したことで、東神楽町が『花のまち』として町内外に認知されていったのです。昭和46年には現在も続く町内最大のイベントである『ひがしかぐら花まつり』が始まり、花にまつわるイベントなども花のまちづくりを盛り上げていきました。

昭和50年代には町民の花づくりグループ『ひまわり会』が日本顕彰会から社会貢献賞を受賞するなど、住民が主体となった花のまちづくりが進められていきました。『ひまわり会』はモデル花壇の造成や、町民に花の育

花のまちものがたり

- 昭和33年 『明るい健康農村建設運動』 5か年計画開始
- 40年 『蚊とハエのいない北海道建設運動』 で知事表彰受賞
- 41年 町制施行。『花いっぱい運動』 スタート
- 42年 『美しいまちづくり全国コンクール』 で中央婦人会が優良地区表彰受賞
- 43年 全町花壇コンクール開始。花づくりグループ『ひまわり会』 誕生
- 44年 『花のある職場コンクール』 役場が内閣総理大臣賞受賞
- 46年 『ひがしかぐら花まつり』 開始
- 48年 町開基80年。町の花に『つつじ』 制定。
- 53年 ひまわり会が日本顕彰会から社会貢献賞受賞
- 54年 育苗センター建設。ひまわり会が環境庁長官表彰受賞
- 55年 中央地区が『わが村は美しく』 コンクールで優良地区表彰受賞
- 59年 アルストロメリア、ユーロカーネーションなどの栽培開始（現在は終了）
- 63年 花のまち振興計画策定。育苗センター改修
- 平成元年 市街地ふれあいの道、森林公園つつじの森、工業団地フラワーベルト造成『フラワーフェスタ』 開始
- 3年 CI計画策定。キャッチフレーズ『すてきな笑顔と花のまち』 制定  
『花のまちづくりコンクール』 で建設省都市局長賞受賞
- 5年 町開基100年。役場庁舎前に立体花壇設置
- 8年 育苗センター移転新設。花のまち景観ガイドプラン策定  
メモリアルホール（図書館）が北海道花と緑のまちづくり賞受賞
- 9年 『花のまちづくり景観事業』 開始
- 10年 ひじり野公園が北海道花とみどりのまちづくり奨励賞受賞
- 12年 『全国花のまちづくりコンクール』 建設大臣賞（最優秀賞） 受賞
- 13年 カナダで行われた『コミュニティーズ・イン・ブルーム』 で4つ星獲得
- 14年 第7次東神楽町総合計画策定
- 22年 『全国花のまちづくりコンクール』 優秀賞受賞  
ウイスキープラントナー設置開始
- 24年 花の愛好家団体『花Tomo』 誕生
- 25年 第8次総合計画策定。『かぐらっき〜』 誕生
- 29年 育苗センターに直売所『花の駅』 設置
- 令和元年 『おさんぼガーデンマップ』 制作
- 2年 花のまちづくりボランティア団体『花のまち花くらぶ』 誕生



て方や管理方法を指導するなど、町内の環境美化推進の中心的な役割を担い、最盛期には300名ほどの会員が所属していました。また、昭和54年には公共施設用の花苗を育てる町営育苗センターが設置されました。平成初期からも各種コンクールなどの受賞歴があり、平成12年には『全国花のまちづくりコンクール』で最優秀賞を受賞。翌平成13年にはカナダで開催された花のまちづくりの国際的なコンクールである『コミュニティーズ・イン・ブルーム』にターナショナルチャレンジ』に日本代表として参加し、高い評価を得ました。この頃からは単に花を植えるだけでなく、道路の拡幅事業と連携して花のまちらしい景観に配慮した道路や花壇、オープンスペースの整備など、ハード面からの景観づくりも推進されました。

近年では、平成24年に花の愛好家団体『花Tomo』結成、平成25年に花がモチーフのマスクットキャラクター『かぐらっき〜』誕生、平成29年には育苗センターに花の直売所『花の駅（今年度は休止）』が設置されるなど、花のまちづくりは現代まで脈々と受け継がれています。



町のマスコットキャラクター  
かぐらっき〜



コミュニティーズ・イン・ブルームの賞状



町のキャッチフレーズと  
イメージマーク

# 『花のまち』に関する

## 現在の取組は

町として次のような取組を行っています。

### ■公共花壇の整備

役場や公園、学校などの公共施設に約40か所、150基におよぶ公共花壇があります。植えられる花苗の大部分を育成する町営育苗センターでは、年間約17万本の苗が育てられ、毎年4月と6月には町民や町内事業所に花苗を廉価販売する『町民還元販売』を実施しています。

### ■町内会・行政区への助成

ひじり野・中央市街地の町内会には花苗を配布し、花壇整備を行った農村地帯の行政区には苗代の一部を助成しています。

### ■おさんぽガーデンマップ

令和元年から町内のご家庭にご協力いただき、個人のお庭を紹介する『おさんぽオープンガーデンマップ』を作成しています。令和3年度は10軒のお庭を掲載させていただきました。

### ■ボランティア活動支援

落ち葉清掃や、植樹ますの草取りなどのボランティアを行うことで排出されたごみを捨てる際に使用できる『ボランティアあり

がとう券(ごみ処理券)』の配布を行っています。

### ■その他

花のまちづくりに関する講座やツアーの実施、花のまちづくり支援を行う地域おこし協力隊の設置、東神楽幼稚園における『花育』など、さまざまな角度から取り組んでいます。

また、住民の皆さまにもさまざまな活動に取り組んでいただいています。

### ■各地区における地域活動

6月、8月の『道路愛護の日』に行われる草刈りや清掃活動、市街地振興協会が4月、10月に実施している市街地一斉清掃などの統一的な活動のほか、自宅近くの花壇や植樹ますの手入れなど、日常的に地域、個人の方々にさまざまな取組をしていただいています。

### ■『花Tomo』の活動

町内の花愛好家3名が立ち上げた『花Tomo』は、現在50名ほどの会員が所属しています。花にまつわるバスツアーや講習会などの企画、花まつりでの寄せ植え講座、町内の交差点に設置するウイスキープランターの苗植え作業など、花を楽しむ活動からボランティアまで、

## 『花のまち』をもっと『花のまち』らしく

## Interview

花を好きになったきっかけは、小学生のころ祖母が仏花を市場に卸す仕事をしていて、そのお手伝いをしていたことですね。自宅でも、もう20年以上庭造りをしています。町で作っている『おさんぽガーデンマップ』にも参加していて、マップができてからは町内の見学者が少し増えたように感じます。一昨年は、町内外から100名以上の見学者が来てくれて、ありがたいのですが、忙しくて大変でしたね(笑)。でも、自分が好きなように作ったお庭が他の人に認められ、すてきだねと共感してもらえるのがとても嬉しいです。

見に来た人にはよく「お手入れが大変でしょう」と言われますが、やはり花が好きだから続けて来られました。花を育てていると、想定外のことがたくさん起こります。思ったよりすてきに花が咲いたり、逆にうまくいかなかったり。そういうところも含めて楽しんでます。

東神楽には、『花のまち』というキャッチフレーズが気に入ったこともあり、平成10年に転入してきました。ただ、いざ引っ越してくると、花のサークルなども無く、もっと『花のまち』らしい町にしたいと思いました。そんな中、花が大好きなお友達3人で立ち上げたのが『花Tomo』です。

最初は、会員を集めるため、個人のお宅にチラ

### ひだのまさみ 飛弾野 雅美さん

『花Tomo』で代表を務める飛弾野さん。サークルでの活動や、花のまちづくりなどについて聞いてみました。



シを配って歩きました。現在は、47名が在籍しています。毎年、花の講演会や講習会、お庭などの見学バスツアーの開催など、いろいろな活動をしています(ここ2年は新型コロナの影響で休会)。サークルをやっていて良かったと思うのは、1人ではできない活動ができたり、多くの人との繋がりができたことですね。活動を通じて、町内での交流がもっと広がっていくといいですね。

私は、東神楽町をもっと誇れる『花のまち』にしていきたいと思っています。そのためには、一人一人が大きなことはしなくても、各個人が庭先をきれいにするなど、地道な取り組みが大切です。また、町と住民がもっと対話し、今までの活動や経験を積み上げ、継続して取り組んでいくことが重要だと思っています。

最後に、この記事を読んで、花を育てる人が増えてくれたら嬉しいです。失敗したっていいんです。気楽に続けることが大切だと思います。

積極的に花のまちづくり活動に取り組んでいただいています。

## 『花のまち花くらぶ』の活動

令和2年に新設された花のまちづくりに関するボランティアを行う団体で、現在の会員数は7名ですが、随時新規会員を募集されています。東神楽町の玄関口である、ひじり野西公園前の道道植樹ますの手入れを中心に活動されています。

## 『花のまちづくり』の成果と課題

半世紀以上続く『花のまち』という概念は、住民が活動の中心となり自分たちで作り上げてきたことで、住民同士の連帯感や、郷土に対する愛着につながっていると考えられます。また、下記インタビューで、飛弾野さんや野瀬さんが話されていたように、『花のまち』だからこそ」という責任感を生み、環境美化意識の高揚にもつながっていると考えられます。

さらに、町外から『花のまち』というキャッチフレーズを見ると、きれいな街並みを連想させ、町のイメージアップにもつながっています。

しかし、一般的に『花のまち』という言葉から想像するイメージと、大きな花壇やガーデンが無い中で東神楽が築き上げてきた『花のまち』の持つ意味には、若干の開きがあると考えられます。そのため、東神楽流の『花のまち』とはどういうものなのかや、町や住民の目指すべき姿を示し、町内外に発信すること

で、『花のまち』という言葉が一人歩きしないよう知ってもらうことも重要です。

一方で、現在東神楽町は、役場庁舎の建て替えという数十年に一度の大きな節目を迎えています。各公共施設が集約される複合施設には、町民の憩いの場としてガーデンが設けられる予定です。複合施設が町のシンボルとなることを目指す中で、このガーデンも『花のまち』で想起される1つのシンボルとなることを目指しています。

『花のまち』に求められる姿は時代によって変化していくと考えられます。これからも住民と行政が協働し、継続、進化させていくことが必要です。そのためには、気軽に花のまちづくりに参加してもらえ環境づくりや、既に活動している人たちのバックアップも大切です。

## 参加者の声

### 『花のまち』なのに…という思いがあった



野瀬 路子 さん

『花くらぶ』でボランティア活動を行う野瀬さん。その思いや花を育てることの魅力などを聞いてみました。

花のまちづくりボランティアを始めたきっかけは、道道のゴミ拾いをしたときに、植樹ますがとても汚れていてショックを受けたことです。『花のまち』なのに…という思いがありました。そんな中、ボランティアで道道沿いの植樹ますを手入れしている『花くらぶ』の存在を知りました。一昨年に定年退職したこともあり、長く住んでいる町のために力になりたいと思いました。

ボランティアの作業は大変ですが、強制ではありませんし、都合のつく時に参加させてもらっています。用事があれば早上がりもしますし、無理なく続けられるように、みんなで「できる時でいいよー」と声を掛け合っています。町がきれいになるととても気持ちが良いですし、多くの人に気軽に参加してほしいですね。作業をしながら、他のメンバーからお花のことをいろいろと教えてもらうのも楽しみの1つです。

自分がボランティアをするようになり、町の人たちが、ボランティア以外でも草刈りや花壇の整備など、普段からやってくれていることに気付くようになりました。とても感謝するようになりましたし、これからも東神楽がそういう町であり続けてほしいと思います。花が咲き、笑顔があふれる健康なまちになっていけば良いですね。

昔からお花が大好きでした。母親の実家がある『花のまち』として有名な恵庭市で、訪れるたびにすてきなお花を見ていました。東神楽には30年以上住んでいて、自宅では庭にお花を植えたり、自作のトルペイントなどを飾って楽しんでいます。今後は、ガーデングッズなども活用しながらもっと自分らしい庭にして、家の前を通る人に楽しんでもらいたいですね。

花を育てる魅力の1つは常に変化があることだと思います。季節ごとに庭の写真を撮り、時間の流れや花の変化を観察するのが好きです。また、世話をしている時は無心になれて、花との会話を楽しむのが自分の生活リズムの中で大切な時間になっています。声を掛けて育てると、気持ちが豊かになれるのでおすすめです。花を育てていると、ご近所さんや、同じようにお花を育てている人が声をかけてくれます。そうやって横のつながりが増えていくのも嬉しいです。



# ワクチン接種

## に関するお知らせ

健康ふくし課ワクチン推進室 ☎ 83-5815

### ◆接種券の発送について

町では、接種券を年齢区分に応じて『分割発送』しています。これは、ワクチンの供給量に応じて発送することで『予約ができない』『電話がつかまらない』などの混乱を防ぐためです。ただし、職場や町外の医療機関、東京や大阪などの大規模接種センターにおいて接種を受けられる方には、接種券を個別に送付します。送付を希望される方は、健康ふくし課（電話83-5431）までご連絡ください。

なお、東京や大阪などの大規模接種センターでの接種を受けられた方は、町の集団接種は受けることができません。また、東京や大阪などの大規模接種センターでの接種をキャンセルし、町の集団接種を希望される場合は、対象となる年齢の皆さまに接種券が送付されるまで予約はできませんのでご注意ください。

### ◆集団接種はインターネット予約が便利です

接種の予約は、電話のほか、いつでも都合の良い時間に予約申込可能なインターネットでも受け付けています。ぜひご利用ください。※初回のログインには、接種券に記載されている10桁の接種券番号と生年月日が必要です。

※ログイン後に設定するパスワードを忘れると自分では、再設定ができません。紙に記載するなど大切に管理してください。  
【予約専用サイト】  
<https://vaccines.scised.jp/higashikagura>



接種券を年齢区分に応じて『分割発送』します



供給量に応じて接種券をコントロール

接種券を受け取った人すべてが



予約しやすくなります！

【接種券の発送状況】 ■ 発送済み ■ ワクチンが確保でき次第発送

発送区分	発送時期
80歳以上の方	5月10日
忠栄・志比内・稲荷・八千代・聖台地区の65歳以上の方 (公民館への巡回接種を行ったため)	5月10日
75歳～79歳以上の方	5月19～21日※1
70歳～74歳の方	5月24日～28日※2
65歳～69歳の方	6月11日～15日※2
60歳～64歳の方	7月5日
55歳～59歳の方	7月16日
50歳～54歳の方	7月30日
45歳～49歳の方	8月6日
40歳～44歳の方	8月19日
16歳～39歳の方	8月下旬予定
12歳～15歳の方	未定

※1 予約電話の混雑緩和のため50音順で2分割

※2 予約電話の混雑緩和のため50音順で3分割

### 【東神楽町における新型コロナワクチン接種状況】

65歳以上の高齢者（8月18日現在）			
1回目 接種済み	2,543人 92.0%	2回目 接種済み	2,470人 89.3%



## 当日の持ち物 チェックリスト

### ▼接種に必要な物

- 接種券(クーポン券)
- 予診票(必ず事前に記入)
- 健康保険証
- 身分証明書(健康保険証でも可)
- お薬手帳(お持ちの方のみ)

### ▼予診票の記入

接種券に同封されていて、病歴などを記入するものです。  
必ず事前に記入してください。

◆**接種当日の持ち物**  
左のチェックリストをご確認のうえ、お忘れ物をなさないようにご注意ください。

◆**接種を受ける前の同意**  
ワクチンの接種は、強制ではありません。接種を受ける方には、接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの双方についてご理解いただき、自らの意志で受けていただきます。

◆**接種会場が総合福祉会館に**  
8月17日以降、集団接種会場を総合福祉会館に変更しました。  
【住所】北1条西1丁目1-13  
(左記地図を参照)

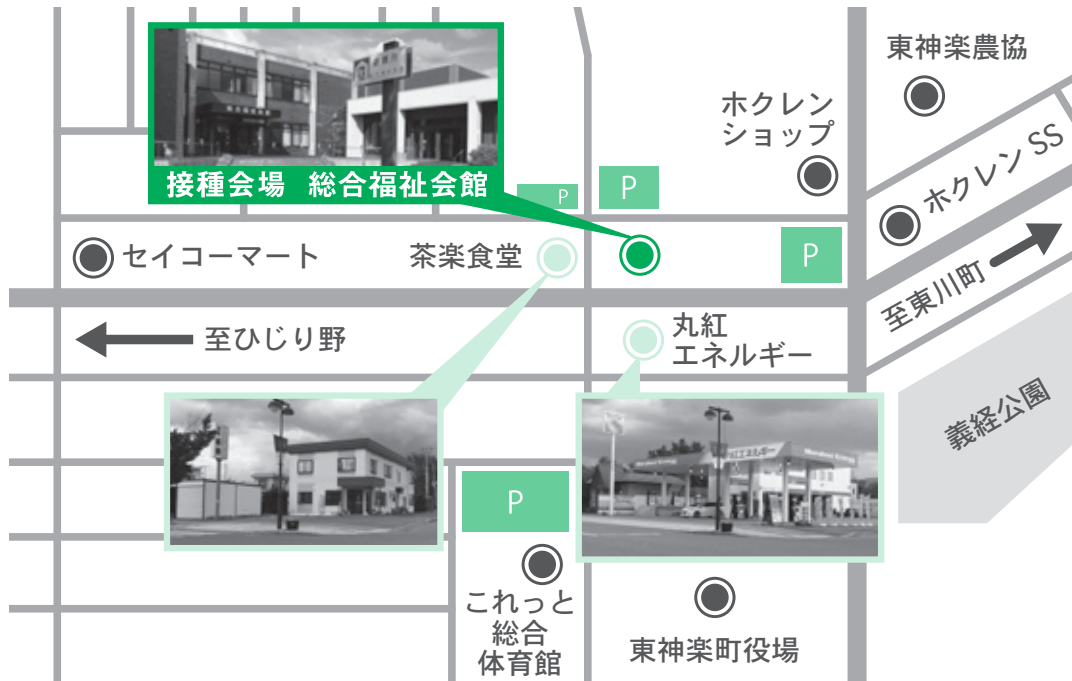
◆**接種会場へ来られる方へのお願い**

① 予約の時間に来場  
予約時間より早く来場されても受付できません。時間になりましたらお越しく下さい。

② 腕を出しやすい服装で  
Tシャツなど腕を出しやすい服装でお越しください。

③ 封筒の中身は全て持参  
会場で書類の再発行はできないため、書類が不足していると当日接種できなくなります。

◆**予診票の記入漏れに注意!**  
接種前の体調確認などが必要となる予診票の記入漏れが多く見受けられます。記入漏れがあると、接種会場での確認に時間がかかってしまい、ご本人だけでなくほかの接種者の皆さまにもご迷惑が掛かります。必ず事前に太枠内の必要事項を全て記入のうえお持ちください。スムーズな接種のために、皆さまのご協力をお願いします。



※予約時間より早く来場されても受付できません。時間になりましたらお越しく下さい。  
※駐車場は、総合福祉会館、これっと総合体育館、ホクレンショップ向かい公共駐車場です。

### 厚労省新型コロナワクチンコールセンター

ワクチン接種について心配なことや疑問点をご相談ください。

☎0570-021-220(午前9時~午後5時)

### 北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター

国の方針やワクチンに関する詳しいご相談は下記のコールセンターへ。

☎0120-501-507(24時間)

ワクチン接種をした人が増えると、接種を希望する人も増えることがわかっています。  
あなたのワクチン接種が、まわりの人を後押しします。

# 健康 ひがしかぐらの の 食育

教えてくれたのは…

健康ふくし課健康推進G  
管理栄養士 松尾 友香 さん

## 高血圧ゼロのまちへ！ vol.2

放っておくと、脳や心臓、腎臓などの血管に影響がでる高血圧。町では、『高血圧ゼロのまち』を目指して予防活動に取り組んでいます。令和3年4月号では血圧値についてお伝えしましたが、今月号では、血圧と関係の深い減塩についてお伝えします。

### ■食塩をたくさん取るとどうなるの？

漬物などの塩辛いものをたくさん食べた後に、喉が渇き、水をたくさん飲みたくなったことはありませんか？これは、多量の食塩（ナトリウム）が体の中に入ってくると、体（血液中）のナトリウムの濃度を一定（0.9%）にするために水分が必要となるためです。また、水をたくさん取り込むことで血液量が増え、血管に負担がかかってしまいます。

### ■1日食塩（ナトリウム）の目安は？

食塩摂取量が血圧に大きく影響している人は、減塩することで血圧が下がります。高血圧の治療および予防のための食塩摂取量は『1日6g未満』が推奨されています。生活習慣病の予防のために、小さい頃から減塩の習慣を大切にしたいですね。

年齢	男性(g/日)	女性(g/日)
1～2歳	3.0未満	
3～5歳	3.5未満	
6～7歳	4.5未満	
8～9歳	5.0未満	
10～11歳	6.0未満	
12～14歳	7.0未満	6.5未満
15歳以上	7.5未満	6.5未満

日本人の食事摂取基準(2020年版)

### 食塩の取りすぎ

血液中の食塩（ナトリウム）の濃度が高くなる。



### 高血圧

食塩（ナトリウム）の濃度を薄めるために水を取り込み、血液量が増えて血管に負担がかかる。



### 動脈硬化など

血管が元気なうちは血管を広げられるが、負担が続くと次第に厚く、硬くて弾力がない血管になる。

### 脳梗塞、脳出血、心筋梗塞など

血管が血流に耐えきれず、血栓ができて詰まったり、破れたりする。



### ■減塩食品で上手に適塩（減塩）生活！

右下の写真の食塩相当量は合計6.4gですが、減塩食品に替えると約3分の1に減らせます。令和3年6月に調べたところ、町内スーパーなどでは、調味料など約100品の減塩食品を販売していました。通常のしょう油と減塩タイプのを半々に混ぜて使用するなど、無理のない範囲で試してみたいはいかがでしょうか。

【食塩相当量合計 6.4g⇒2.2g】

日常に彩りを まちづくり推進課 ☎83-2113

# 花のまちNEWS

今月号でも『花のまちづくり』にかかわる町の取り組みを紹介します！

## 01

### 十勝ガーデンツアーを 開催しました！

新型コロナウイルスの影響で延期となっていた十勝ガーデン見学ツアーを、7月22日(木)に開催しました。感染予防のため、定員を16名としていましたが、定員以上のお申し込みがあり、抽選とさせていただきました。

当日は、バスで『十勝ヒルズ丘の上ガーデン』などをまわり、参加者からは「普段見れないお庭を見て参考になる」「あまり見ないお花があって新鮮」などの感想をいただき、大変楽しまれている様子でした。今後も、花の魅力が伝わるイベントを企画していきます。



## 02

### 花のまち記念講演会を開催します！

東神楽町が花のまちと呼ばれるようになってから50年を経過したことを記念して、身近な花の魅力や、花のまちづくりについて講演会を開催します。講師は、花の専門家であり、NHK『趣味の園芸』にも出演されている金子明人先生です。参加を希望される方は、右記のとおりお申し込みください。

#### 【講演テーマ】

- ①植物とともに町づくり花づくりのコミュニケーションのヒント
- ②ガーデンで宿根草とともに花咲くクレマチスを楽しむ

※新型コロナウイルスの感染状況により、延期または中止する場合があります。

- 日時 9月26日(日)
- 申込期限 9月17日(金)
- 場所 総合福祉会館2階 大ホール
- 定員 30名
- 参加料 無料
- 申込先 まちづくり推進課 (☎83-2113)



金子 明人

グリーンアドバイザー・園芸ソムリエ  
実際園芸をポリシーに自宅で日本の気候風土に合った植物を試作栽培中。キンボウゲ科の植物に興味を持ち、特にクレマチスはお気に入りの植物。NHK趣味の園芸、あさイチ等の番組では、おなじみの講師。

# まちおこしの種



くりはら たかし  
栗原 将

## プロフィール

仙台市出身。タイ、フィリピンなど国外にも居住経験あり。趣味は源泉かけ流しの温泉めぐり。

この原稿を書いている時点（8月4日）、連日の酷暑で同僚の地域おこし協力隊員ふたりからは、自宅にエアコンを付けようかな、といった声を聞いていますが、私自身の感覚では、扇風機があれば十分といったところです。というのも、直近、10年ほど東南アジア（タイとフィリピン）で暮らしていたのですが、当地と比べたら、はるかに快適に思えるからです（とはいえ、高温干ばつによる農作物への悪影響には心を痛めております）。大きな要因は3点で、1つ目は、湿度が少なく、夜になると涼しくなるため、寝られないという経験は皆無な位であることですね。バンコクやマニラ、香港あたりでは、湿度90%超えがザラで、屋外でもスチームサウナのような状態で体力の消耗が激しいです。

2つ目は、洪水がないこと。雨季のバンコクでは、しばしば、ひざ下あたりまでの洪水になり、半日くらい水が引かない時もありま

す。現地の方は慣れていますが、日本人駐在員のお子さんなどはマシヨンから出られなくなりま

す。町民の皆さまからすれば、当たり前前の事と思いますが、私にとつては、洪水がなくて道がきれい

なだけでありがたく感じています（余談ですが、道路にゴミがないのも素晴らしいですね）。

3つ目は、蚊が少ないこと。バンコクもマニラも蚊が多く、そして、デング熱のリスクがあります。さすがに都心部では低リスクですが、郊外に出かける場合にはそれなりに注意しています。こちらでは考えられませんが、蚊というのは、単に刺されたら痒いだけではなく、命のリスクもある、という認識なのです。

その一方で、素晴らしい部分もたくさんあります。タイでは12月から2月の間は乾季となり、気温は20度から30度くらいですが、カラッとしていて実に気持ちよく、世界中から観光客が集まります。こちらは冬で寒い時期ですから、冬にタイ旅行というのは最高ですね。ぜひ、町民の方と一緒に行動する機会ができればうれしいなと思っています。



たきざわ ゆかり  
滝澤 ゆかり

## プロフィール

名古屋出身でカナダ、網走に居住経験あり。趣味は読書、音楽鑑賞、パン屋さんめぐりなど。

今年は二か月に及ぶ雨不足と猛暑に見舞われ、本場に過酷な夏になりましたね。名古屋にも引けを取らない暑さが続き、私にも辛い日々でしたが、それ以上に植物にとつては厳しい日々でした。

大きなガーデンの管理をされているガーデナーさん達は口を揃えて『苗を甘やかさないで育てる』と言います。種類によっても多少の違いがありますが、通常植え付けの時にたっぷり水を与えたら、その後は自然の雨のみで育てます。苗は水を求めて根を下へ伸ばしていくので根の張りが良くなり、少ない水でも生きていけるよう鍛えられていきます。しかし、今年の異常な雨不足の状況下では、乾燥に強い植物さえ枯れ始め、いよいよ散水に大忙しとなりましたが、自然の雨のようにはいかず、私達人間は弱って枯れていく植物を見守るしかありませんでした。多くの人が危惧していま

すが、地球温暖化によりこの状態はこれからも続いていくかもしれない。今後は、今までと同じ花を同じ時期に植えるのではなく、工夫と改善を重ねていく必要があると思います。それと同時に、持続可能な社会のために、それぞれが何か行動を変えなければなりません。遠い遠い未来、『昔の人間が生態系や自然環境を変えてしまった』と語られないよう、人類も生態系の一部分である事を意識して謙虚に生きたいですね。

さて、町内で10年以上オープンガーデンをされてきた『ガーデンキャットミント』さんが体調を崩して閉園を決定され、長年大事に育てられてきた多くの植物は希望される方に引き取られる事になりました。私も何か引き継ぐことはできないかと考え、ガーデンの名前でもある『キャットミント』という紫の花を咲かせる植物を、ひじり野西公園前植樹マ스에移植させていただく事にしました。キャットミントさんの植物もしっかり鍛えられていますので、きっと来年はきれいな花を咲かせ、通りを行く人々の目を楽しませてくれるだろうと、今から咲き並ぶ景色を想像しています。



# 子育て コラム

## 子どもの気持ちを 考えるということ

『なぜこんなにイヤってばかり言うのかな?』『なぜすぐに片付けてくれないんだろう』『宿題なんかサツサとやればいいのに!』『なぜ寝っ転がってゲームばかりやっているの!』など、毎日イライラしているという方も少なくないでしょう。イライラするのは、思うとおりに子どもが動いてくれないから。スムーズに事が運ばないときもイライラしますよね。

イライラすると『イヤじゃないでしょ!』『すぐに片付けなさい!』『宿題をさっさとやりなさい』『ゲーム捨てちゃうからね』などと、怒鳴りつけたり、脅したり、子どもを馬鹿にするような言い方をしなくなりません。叩いて言うことを聞かせようとすることも。でも、怒鳴ったり叩いたりして子どもを親の言うことに従わせるのは、子どもの成長・発達に悪影響です。

そもそも、怒鳴る、叩くという時点で、子どもの言い分を聞いたり、子どもの気持ちを考えていないですよね。これは、子どもが自分で

気持ちを伝えたり、考える力を奪っていることにもなります。イライラしているときは、自身に余裕がないとき。そして、思い通りに動いてくれなくて親自身困っているときです。まずは、カーッとした気持ちをクールダウンしてみましょう。そして、心の余裕ができたなら、子どもの気持ちを考えたり、子どもに気持ちを聞いてみましょう。

例えば、外に出かけようとして「靴を履きなさい」と言ったときに、「イヤだ!」という子ども。この場合にも、いろいろな理由が考えられます。たとえば、「靴を履きなさい」と指示されることがイヤ」「まだ家で遊びたい」なども考えられます。なぜイライラするのかと言うと、親は「外に出かけたい」、子どもは「イヤだ」というわけですから、親子の間でずれや葛藤が生じているということ。ここを言語化することが大事です。

例えば、「指示をされるのがイヤ」という場合には、「外に行くよ。外に行くときは、どうするんだっけ?」「靴、はくー」と言ってくれるかもしれません。または、「外に行くけど、どっちの靴を履いていく?」と選択肢にすると「青い靴にする」と選んでくれるかもしれません。このように、子どもに主導権を持たせるのも一つの方法です。

子どもがまだ行きたくない場合。「どうして行きたくないの?」と問いかけてみましょう。「もうちょっとでこのブロックが完成するんだもん」という感じ。そんなんだ。それなら、あと5分だけ待つね」という具合です。

子どもに気持ちを聞いてみる。まだうまく話せなければ、「○○でイヤなの?」などと聞いてみる。そうすることで、子どもが自分の気持ちを言葉にできるようになります。そして、親子でどうしたらいいかを相談して、折り合いをつけていきましょう。このようなやりとりを通して、子どもは解決方法を学んでいきます。



こそうとき  
高祖 常子

### プロフィール

子育てアドバイザー、キャリアコンサルタント。資格は保育士、幼稚園教諭2種、心理学検定1級ほか。認定NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事ほか各NPOの理事を務める。『体罰等によらない子育ての推進に関する検討会』(厚生労働省2019-2020)でガイドライン策定委員ほか、国や行政の委員を歴任。子育て支援や共働き支援など子育てと働き方などを中心とした編集・執筆ほか、全国で講演を行っている。著書は『男の子に厳しいしつけは必要ありません』(KADOKAWA)ほか。3児の母。https://www.tokiko-koso.com/

タウンニュース

Pick up

健康食育  
花のまち

地域おこし  
子育てコラム

子育て案内板  
図書館情報

情報案内板



## にこにこサロン

場	①これっと ②ふれあい交流館 ③ティコット
内	親子のふれあいの場、友達づくりの場として開放しています。
日	①、②【平日】 午前9時から11時30分 午後2時から4時30分 ③【火・水・木・金】 午前10時から午後3時

# 子育て・保健案内板

日:日時、場:場所、対:対象、内:内容、持:持ち物、申:申込み、他:その他

【    】の行事については

こども未来課子育て支援センター『ぱれっと』 ☎ 080-4500-9351  
※各行事について、詳しくは『わくわく便り』をご覧ください。

【    】の行事については

健康ふくし課健康推進グループ ☎ 83-5431  
※9月8日(水)開催の乳幼児健診については、対象の方に個別にご案内しています。



## 子育て講座①

日	9月7日(火) 午前10時から11時30分
場	ティコット
対	0歳児から就学前児と保護者
内	親子ヨガ
申	9月3日(金)午前中まで(12組)
他	持ち物など、詳しくは『わくわく便り』をご覧ください。

## すくすく広場

日	9月10日(金) 午前10時から11時
場	これっと
対	0歳児と保護者
内	手作りおもちゃ
申	9月7日(火)午前中まで(10組)
他	参加費:子ども1人100円。詳しくは『わくわく便り』参照。

## わくわく教室

日	9月16日(木) 午前9時30分から11時30分
場	総合体育館1階
対	0歳児から就学前児と保護者
内	運動会
申	9月10日(金)午前中まで
他	参加費:子ども1人100円。詳しくは『わくわく便り』参照。

## 助産師健康相談

日	①9月16日(木) ②9月24日(金) 午前9時30分から11時30分
場	①ふれあい交流館 ②役場1階和室
対	妊婦、0歳児と保護者
内	育児相談、母乳相談
申	予約制:健康ふくし課へ☎
持	母子手帳、バスタオル(計測用)、タオル(母乳相談希望の方)

## 子育て講座②

日	9月21日(火) 午前10時30分から昼12時
場	ティコット
対	妊婦、0歳から就学前児と保護者
内	世界の育児!
申	9月21日(火)当日まで(12組)
他	パーク内ドリンク無料提供。完全託児でゆっくりお話を聞けます。

## 役場・ふれあい健康相談

日	①9月24日(金)②9月28日(火) 午前9時30分から11時30分
場	①役場1階和室 ②ふれあい交流館
対	全町民
内	血圧・体脂肪・体重測定、保健・栄養相談、②は歯科相談
申	予約制:健康ふくし課へ☎
持	母子手帳、健康手帳、バスタオル

## よちのび広場

日	9月27日(月) 午前10時から11時30分
場	ふれあい交流館第2アリーナ
対	1歳児～就学前児と保護者
内	リトミック
申	9月22日(水)午前中まで
持	着替え、オムツ、飲み物(必要な方)

## 子育て教育相談

日	9月29日(水) 午前9時から11時30分
場	ふれあい交流館
対	0歳児から就学前児と保護者
内	認定子ども園花の森の先生がお話してくれます。
他	教育相談後に9月生まれのお誕生会を開催。

## 子育て講座③

日	9月30日(木) 午前10時から11時30分
場	ふれあい交流館
対	0歳児から就学前児と保護者
内	カラーコーディネート
申	9月24日(金)午前中まで(12組)
他	持ち物など、詳しくは『わくわく便り』をご覧ください。



# Library

図書館からのお知らせ



## ■東神楽町図書館新刊

夫婦をやめたい	(南 和行)
稲川怪談	(稲川 淳二)
カンロ飴食堂へようこそ	(カンロ株式会社)
ぼくのお父さん	(矢部 太郎)
誰でも絶対楽譜が読める!	(辻 志朗)
毒親に育てられました2	(つつみ)
食卓で読む一句、二句	(夏井 いつき)
大連合	(堂場 瞬一)
婿どの相逢関	(西條 奈加)
ブレイクニュース	(薬丸 岳)
世界でいちばん優しいロボット	(岩貞 るみこ)
もののしくみ	(小峯 龍男)
もしものくに	(馬場 のぼる)
いたいときのおまじない	(角野 栄子)
デリバリーぶた	(加藤 休ミ)
せんろをまもる! ドクターイエロー	(鎌田 歩)

## ■JA文庫新刊

70歳からのゆる〜い筋トレ&ストレッチ	(山口 晃二)
コケ見つけ! 日本全国もふもふコケめぐり	(藤井 久子)
まるごとレモンベストレシピBOOK	(河井 美歩)

※このほかにも、東神楽町図書館とふれあい交流館には多くの図書が入荷しています。ぜひお越しください。

## おすすめえほん



『ネコヅメのよる』  
町田 尚子/著  
WAVE出版

### 児童絵本コーナーから

ネコだけが知っている『ネコヅメのよる』。  
ネコヅメって一体何でしょうか?

ある日、猫は気付きます。『あれ?もしかしてそろそろ...』

その夜。『まちがいない、今夜だ。』

猫は家をそうっと抜け出し出かけていきます。たくさんの猫たちが集まって、みんなが見たものは?

ページをめくる度に、ネコと同じ気持ちでネコヅメのよるを待ちわびてしまいますよ。

## 📖 図書館イベント案内

### 【東神楽幼稚園児作品展】

お生まれつつ伐採された幼稚園園庭の代表だった『とちの木』。たくさんの思い出を振り返る展示と、幼稚園にある『せいさくけんきゅうじょ』で過去3年間の年長組が制作した作品を同時展示します。過去の写真やモニュメントなどを展示しますのでご覧ください。  
9月1日(水)~19日(日) 図書館展示ホール

### 【大人のためのおはなし会】

旭川おはなしの会による昔話などのおはなし会  
10月8日(金) 午前11時~  
ふれあい交流館 (定員30名)  
無料 (事前に図書館へ申込必要)

### 子育てコラム著者 高祖 常子さんの著書を入荷!

広報紙『子育てコラム』で隔月連載(今月号はp13)している高祖常子さんの著書を図書館に入荷しましたのでご紹介します。

▼男の子に『厳しいしつけ』は必要ありません! どころか、たたかない! で才能はぐんぐん伸びる

▼イラストでよくわかる感情的にならない子育て

▼こんなときどうしたらいいの? 感情的にならない子育て



# Information

暮らしに役立つ情報を  
皆さんのもとにお届けします



# 9月

# まちの情報案内板

- 役場 ☎83・2111
- 国保診療所 ☎83・2423
- 総合福祉会館 ☎83・2606
- これっと総合体育館 ☎83・5423
- ふれあい交流館 ☎83・3741
- 東神楽町図書館 ☎83・4646
- 交流プラザつつじ館 ☎83・2082
- 大雪消防組合東消防署 ☎83・0119



野外でのごみの焼却は  
禁止されています

くらしの窓口課 ☎83-5402

野外でのごみの焼却、いわゆる『野焼き』は、『廃棄物の処理及び清掃に関する法律』で禁止されています。また、基準に適合していない焼却炉を用いると、人の健康または生活環境に支障をきたす恐れがありますので、使用してはいけません。

なお、行政指導にも応じず、悪質な焼却を続けた場合、行為者は、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはその両方、法人にあつては3億円以下の罰金に処せられます。

### 【一部例外について】

- 一部例外として認められているものは次のとおりです。
- ① 風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却（例…どんど焼き）
- ② 農業、林業または漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却（例…病害虫の防除目的の稲わらの焼却）
- ③ たき火その他日常生活を営む上で通常行われる焼却のうち、軽微なもの（例…たき火、キャンプファイヤー）

### 【処理の注意点】

・ドラム缶やブロック囲いなど基準を満たさない簡易焼却炉での焼却は禁止です。

・庭木から出た枯葉、剪定枝などは可燃ごみとして出してください。

・家庭や事業所などから出たごみを焼却してはいけません。

・例外として認められている焼却でも、煙やにおいで近隣住民の迷惑となる場合は中止や焼却方法についての指導の対象となります。

・火災の危険があることを認識し、目を離さないようにしてください。

北海道の広報紙『ほっかいどう』をウェブで

北海道総合政策部知事室広報広聴課  
☎011-204-5110

北海道発行の広報紙『ほっかいどう』が、今年度からウェブ版(hnrl版)で読めるようになりました。北海道庁のホームページからパソコンやスマートフォンで気軽にご覧ください。また、電子書籍ポータルサイト『Hokkaido ebooks』でもご覧になれます。



## 保育士など 会計年度任用職員募集

次のとおり、会計年度任用職員(保育士など)を募集します。

■勤務期間 採用日から令和4年3月31日まで

### ■勤務場所

児童クラブ、中央保育園、子ども発達支援センター

### ■募集職種

臨時支援員、臨時保育士、臨時看護師、臨時療育指導員

### ■募集期間

随時募集(定員になり次第、受付を締め切らせていただきます)。

応募方法や勤務条件など、詳しくはホームページまたは、こども未来課までお問い合わせください。

■問い合わせ こども未来課 (☎ 83-5423)

## 町税各種保険料

# 納期限は9月30日です

令和3年度町税や各種保険料などの納期限は9月30日(木)です。納期限を過ぎてから納められる場合、延滞金がかかることがありますので、納期限までに完納くださるようお願いいたします。

また、病気・負傷・失業・事業の倒産などにより生活が著しく困窮した場合や災害により被害を受け納期限内に納めることが困難な場合には、税務課収納対策グループ(☎83-5404)までご相談ください。

※事前に連絡をいただければ夜間の相談も受け付けています。

9月30日(木)	■町税(2期分)
	■国民健康保険料・介護保険料(第3期分)
	■後期高齢者医療保険料(第3期分)

■問い合わせ 税務課収納対策G (☎ 83-5404)



# 受診しませんか? 特定健診・各種がん検診

虚血性心疾患、糖尿病性腎症による透析、脳血管疾患などの生活習慣病は、ある日突然起こったように見えますが、実はそうではありません。生活習慣病による血管変化は気づかぬうちにじわじわと進行していきます。これらの予防可能な生活習慣病を予防するために特定健診があります。特定健診は集団がん検診の際に同時に受診することができますが、受けるためには医療保険者が発行する『特定健診受診券』が必要です。

ただし、75歳以上の方、若年健診を希望の方は、役場に申し込むことで健診を受けることができます。なお、がん検診については、どの医療保険に加入している方でも引き続き町で受けることができます。

## ■会場および日程

- ・ふれあい交流館 10月28日(木)、29日(金)
- ・交流プラザつつじ館 11月1日(月)、2日(火)、4日(木)

## ■受付時間

午前7時～9時30分までの15分ごと（各時間定員10名）

## ■対象

18歳以上の町民  
**■内容** 特定健診、胃がん・肺がん・大腸がん検診、前立腺がん検診（40歳以上の男性が対象）、肝炎ウイルス検査（40歳以上で過去に検査を受けたことがない方が対象）、エキノコックス症検診

## ■申込

9月28日(火)までに健康ふくし課健康推進グループまでお申し込みください。  
**■その他** 『胃がん・肺がん・大腸がん検診』、『前立腺がん検診』、『子宮・乳がん・骨検診』『肝炎ウイルス検査』については、上記日程以外でも通年、個別に旭川がん検診センター（☎0120-972-489）で受けることができますので直接お申し込みください。

	加入している医療保険	必要な手続き
特定健診	国民健康保険	4月下旬に(途中加入の方は随時)大雪地区広域連合から『特定健診受診券』を世帯ごとに送付済み。ご都合に合わせて申し込みをしてください。
	国保以外の医療保険の扶養者の方	職場を通しての申請が必要。詳しくは、お勤めの職場または医療保険加入先にお問い合わせください(加入者本人は職場健診が優先されます)。
長寿医療制度健診(75歳以上の方)	後期高齢者医療保険	健康ふくし課健康推進グループ(☎83-5431)までお申し込みください。
若年健診	加入している保険に関わらず、18歳から39歳で血液検査を含む健診の機会のない方	

■問い合わせ 健康ふくし課健康推進グループ (☎83-5431)

**引っ越し 生前整理 遺品整理**

## 不用品の『買取』『処分』まるごとお任せください。

**見積り・相談は無料!** お気軽にお問い合わせ下さい。

**引っ越しなどで不要になった物を高価買取!**

再販可能な物は出来る限り買取します!



**お部屋のお片付けや物置整理も大歓迎!**

特殊清掃・消臭作業・美装も承ります!



**各種行政手続きサポートも承ります。**

遺言書作成もお任せ下さい!

【行政書士】**堀井 康雄**



オルデックグループ ■北海道公安委員会 旭東古第123130000521号 ■物品整理士認定協会 正規会員 ■旭川市競争入札参加資格者 http://oldec.net ■産業廃棄物収集運搬業許可番号 05010213005(積荷保管あり) ■一般廃棄物収集運搬業許可 東神楽町・東川町

総合リサイクルショップ **Den-Don!!**

**永山店** 旭川市永山3条9丁目1-27  
営業時間/10:00~22:00

**大町店** 旭川市大町2条3丁目21-5  
営業時間/10:00~0:00

☎(0166) 73-3131 ☎(0166) 54-2626

ブランド品ジュエリー専門 **L.Pura**

**旭川店** 旭川市豊岡4条1丁目1-18  
営業時間/10:00~20:00

**アモール店** 旭川市豊岡3条2丁目2-19  
営業時間/10:00~19:00

☎(0166) 37-9900 ☎(0166) 35-8844

農業用ため池を所有・管理している皆さまへ

## 届出制度が始まっています

近年、豪雨などの災害により多くの農業用ため池に甚大な被害が発生しています。決壊による災害を防止するため、令和元年7月より『農業用ため池の管理及び保全に関する法律』に基づき、農業用ため池の所有者・管理者は、ため池の情報を北海道に届け出ることが義務付けられました。

農業に利用しているため池をお持ちの方（所有者）または、お使いの方（管理者）は、北海道（上川総合振興局）へ届け出てください。

■問い合わせ

北海道上川総合振興局 産業振興部調整課指導企画係

☎46-5967（直通） FAX 46-5214

東神楽町産業振興課

☎83-2114（直通） FAX 83-5100

【有料広告】

令和3年度  
自衛官候補生等募集

自衛隊旭川地方協力本部 ☎5510100

令和3年度自衛官候補生などを募集します。

【自衛官候補生】

■資格 日本国籍を有する18歳以上33歳未満の男女（令和4年4月1日現在）

■受付期間 9月6日(月)まで

■試験日 9月26日(日)から30日(木)までのいずれか1日

■試験会場 陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川春光町）

【一般曹候補生】

■資格 日本国籍を有する18歳以上33歳未満の男女（令和4年4月1日現在）

■受付期間 9月6日(月)まで

■試験日 9月17日(金)～19日(日)のいずれか1日

■試験会場 陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川春光町）

【航空学生】

■資格 日本国籍を有する18歳以上21歳未満（空）または23歳未満（海）の男女（令和4年4月1日現在）

※高卒・見込み含む

■受付期間 9月9日(木)まで

■試験日 9月20日(月)祝日

■試験会場 陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川市春光町）

※新型コロナウイルスの感染状況により、延期となる場合があります。

国民年金保険料免除・納付猶予制度について

くらしの窓口課 戸籍G ☎83-5401

■免除などの申請について

保険料を納め忘れていた状態で、障害や死亡などの不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる『保険料免除制度』や『納付猶予制度（50歳未満）』があります。

令和3年度の免除などの受け付けは令和3年7月1日から開始され、令和3年7月分から令和4年6月分までの期間を対象として審査を行います。

また、申請ができる過去期間については、申請書を提出した日から2年1か月前までになります。

失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間を有している方などは、くらしの窓口課または年

金事務所へご相談ください。

■免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなり、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などの承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納めることができます。

※免除などの承認期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。追納のお申し込みや、ご相談を希望される方は旭川年金事務所（☎27-1611 音声案内2↓2）へお問い合わせください。



旭川・銀座カフェに学ぶサロンづくり  
地域支え合い住民講座

地域の支え合い、助け合いの輪を広げるため、下記のとおり『地域支え合い住民講座』を開設します。どなたでも参加できますので、健康ふくし課地域包括支援グループまでお申し込みください。

■日時 令和3年9月22日(水)午後1時30分から3時

■場所 総合福祉会館2階大ホール

■内容 『サードプレイス（第3の居場所）をめざして』

■講師

柴山 祐子氏(あさひかわ福祉生活協同組合常務理事)

※元旭川大学短期大学部生活学科食物栄養専攻教授

※母子栄養協会認定離乳食アドバイザー

■参加費 無料（定員25名）

■問い合わせ 健康ふくし課地域包括支援G(☎83-5600)

町内会の防犯カメラ設置を補助します  
防犯カメラ設置補助金

町では、町内会が犯罪を抑止する目的で街頭防犯カメラを設置する場合に補助金を交付します。希望する町内会は以下をご確認の上、お申し込みください。

■対象 町内会または行政区

■対象となる経費および上限額

防犯カメラの購入とその設置に必要な経費（維持管理費などは除く）で、最大4台まで（1台あたりの上限額10万円）。

■要件および提出書類

各町内会長、行政区長あてに送付した文書または、ホームページをご覧ください。くらしの窓口課衛生グループまでお問い合わせください。

■受付期間 令和3年9月1日(水)から30日(木)まで

■その他

受付期間内に要件などを満たせない場合でも、交付を希望する町内会は書類を提出してください。

■問い合わせ くらしの窓口課衛生G(☎83-5402)

## 医療費通知について

大雪地区広域連合国民健康保険対策室  
☎ 82-3697

医療費総額などについてお知らせする『医療費通知』を、国民健康保険では年6回、後期高齢者医療制度では年2回、対象期間に医療機関等を受診した全ての被保険者の皆さまへ送付しています。

これは、一定期間における医療費をお知らせすることで、自己の健康管理に役立てていただくとともに、国民健康保険や後期高齢者医療制度に対する認識を深めていただき、医療費適正化や被保険者の負担軽減を図ることを目的としています。

### ■医療費控除の申告について

医療費通知は、確定申告時に医療費控除を受けるための医療費の明細書として使用することができます。再発行はいたしませんので、大切に保管してください。なお、12月分の医療費控除を受ける場合は、別途領収証の明細を記載する必要があります。

## 農林水産省からのお知らせ みどりの食料システム戦略

わが国の食料・農林水産業は、大規模自然災害・地球温暖化、生産者の減少等の生産基盤の脆弱化・地域コミュニティの衰退、新型コロナを契機とした生産・消費の変化等の課題に直面しており、地域の将来を見据えた持続可能な食料システムの構築が急務となっています。

このため、農林水産省では、令和3年5月に、食料・農林水産業の生産力向上と持続性の両立をイノベーションで実現する『みどりの食料システム戦略』を策定しました。詳しくは、下記QRコードからご覧ください。

### 【問い合わせ】

農林水産省北海道農政事務所企画調整室

☎ 011-330-8801

農林水産省大臣官房環境バイオマス政策課

☎ 03-3502-8056

### 【問い合わせメールフォーム】

<https://www.contactus.maff.go.jp/j/hokkaido/form/4762.html>



## 配布対象を拡大します！ 救急医療情報キット

町では、高齢者や障がい者などの安全・安心を確保するため、緊急時に必要な情報を保管できる救急医療情報キットを無償で配布しています。配布対象者を次のとおり拡大しますので、ぜひご活用ください。

### ■対象者（下線部が主な拡大部分）

- ・65歳以上のひとり暮らしの方または、65歳以上の方のみで構成される世帯に属する方
- ・身体障害（身障手帳1級または2級）がある方
- ・知的障害（療育手帳AまたはB）がある方
- ・精神障害（精神保健福祉手帳1級）がある方
- ・要介護または要支援認定を受けている方

### ■救急医療情報キットとは

医療情報等を記入した救急情報カードをキット（透明の筒）に入れて冷蔵庫に保管することで、救急搬送時に病院との情報連携などに役立つものです。

■問い合わせ 健康ふくし課地域包括支援G(☎ 83-5600)

## 事業者のみなさまへ！支援対象を拡大しました！ 国や道の支援金に町の支援金を上乗せ支給します

時短営業や外出自粛などの影響を受けた事業者が対象となる国の『一時支援金』および『月次支援金』または、北海道の『特別支援金A』および『特別支援金B』に町の支援金を上乗せ支給します。

### ■対象者

町内に主たる事業所を有し事業を行っている法人または個人事業者で、国の『一時支援金』および『月次支援金』または、北海道の『特別支援金A』および『特別支援金B』を申請し、給付決定された方。

### ■支援金額 法人：10万円以内、個人：5万円以内

※ただし、国の『一時支援金』の6分の1および『月次支援金』の2分の1まで。または、道の『特別支援金A』の2分の1および『特別支援金B』の同額まで。

### ■申請手続き

令和3年12月30日(木)までに申請書類一式を産業振興課へ提出してください。

### ■申請に必要なもの

- ①特別支援金申請書兼請求書
- ②国および道の対象支援金の給付通知書の写し
- ③東神楽町内で事業を行っていることがわかる書類の写し（営業許可証など）
- ④振込先口座通帳（写しをいただきます）
- ⑤印鑑

※東神楽町ホームページに掲載しています

<https://www.town.higashikagura.lg.jp/docs/12031.html>

■問い合わせ 産業振興課 (☎ 83-2114)

## 自筆証書遺言書保管制度のご案内

旭川地方法務局供託課 ☎ 311-167

遺言は、相続をめぐる紛争を防止するために有用な手段で、自筆証書遺言書は、自筆さえできれば遺言者本人のみで作成できます。これまで、自筆証書遺言書の保管方法は、自分自身で保管するか、遺言執行者等に預けるなどしかありませんでしたが、本制度の創設により、法務局に預けられるようになり、遺言者本人の死亡後、相続人等に遺言書を発見されなかつたり、改ざんされたりすることを防止できます。家庭裁判所の検認手続も不要です。

自筆証書遺言書保管制度は、全て予約制となっております。詳しくは、旭川地方法務局供託課までお問い合わせください。

**【受付時間】** 平日の午前8時30分から午後5時15分まで（年末年始・祝日を除く）

**【オンライン予約】** 法務局手続案内予約サービス

<https://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu-home-t/>

**【手続の詳細】** 法務省HP

[http://www.moj.go.jp/MIINJI/minji03\\_00051.html](http://www.moj.go.jp/MIINJI/minji03_00051.html)

※町HPにもリンクあり。

## 受付期間：令和3年8月30日から9月13日まで 公営住宅等の入居者を募集します

### ■入居者資格

次の条件すべてに該当し、収入が基準に該当する方

- ①同居する親族があること（60歳以上の者等規則で定める者を除く）
- ②現に住宅に困窮していること
- ③税・使用料等を滞納していないこと
- ④入居しようとする者全員が暴力団員でないこと

### ■収入基準

#### 【公営住宅の場合】

入居者全員の所得月額が158,000円以下（裁量階層世帯は214,000円以下）

#### 【特定公共賃貸住宅・地域優良賃貸住宅の場合】

入居者全員の所得月額が158,000円以上487,000円以下  
※ただし、所得が月額158,000円に満たない方については、所得の上昇が見込まれる方

### ■申込書類など

- ①入居申込書、②入居者全員分の住民票、③入居者全員分の所得証明書または源泉徴収票など、④入居者全員分の個人番号確認書類（個人番号カード、通知番号カード等）、⑤申込者本人確認書類（運転免許証、旅券等）の提示、⑥その他必要と認める書類、⑦印鑑

※①は建設水道課で受け取るか、町ホームページからダウンロードしてください。

**■受付期間** 令和3年8月30日(月)から9月13日(月)

**■提出先** 建設水道課管理グループ

※郵送提出の場合は、必ず特定記録郵便で送ってください。最終日必着。

### ■その他

募集戸数を超える申し込みがあった場合は、入居者選考委員会または公開抽選会により決定する予定です。その他、詳しくはホームページをご覧ください。か、建設水道課管理グループへお問い合わせください。

### ■募集住宅

#### 【公営住宅】

募集团地	戸数	間取り	建築年度	家賃
緑町96年棟 (南1条東2丁目)	2	4階 3LDK	平成 7年度	収入条件等 により変動 あり
さくら町92-2年棟 (南2条西1丁目)	1	2階 3LDK	平成 4年度	
緑町62年棟 (南1条東2丁目)	1	3階 3LDK	昭和 62年度	

#### 【特定公共賃貸住宅・地域優良賃貸住宅】

募集团地	戸数	間取り	建築年度	家賃
さくら町地優賃18-1 (南2条西2丁目)	1	2階 3LDK	平成 30年度	72,700円
さくら町地優賃18-2 (南2条西2丁目)	1	1階 2LDK	平成 30年度	58,100円
ひじり野西特公賃10-1 (北1条6丁目)	1	1階 2LDK	平成 22年度	59,300円
ひじり野西特公賃10-2 (北1条6丁目)	1	2階 3LDK	平成 22年度	69,900円
緑町特公賃05-1 (南1条東2丁目)	1	1階 2LDK	平成 17年度	58,200円
緑町特公賃05-2 (南1条東2丁目)	1	2階 3LDK	平成 17年度	64,400円

**■問い合わせ** 建設水道課管理グループ (☎83-5413)

# それで合ってる? ゴミの分け方出し方

## 01 CHECK



### 出したゴミが収集されなかったら

下のシールが貼られたゴミが、ゴミボックス内に残っているのを見たことはありませんか？これは、分別ルールなどが守られていないゴミに貼られる『収集できません』シールです。いつ確認し、何が間違っているのか、どう対応すれば良いかがわかるように、収集作業員が貼っています。

#### 【可燃・不燃ごみ用】

**収集できません！**

- ◎重量を10kg以内で出してください。
- ◎透明・半透明、45ℓ以下のごみ袋を使用してください。
- ◎可燃ごみ  
不燃ごみ  
大型ごみ } シールを貼ってください。
- ◎\_\_\_\_\_が混ざっているので分別してください。
- ◎お問い合わせください。(☎83-5402)

「東神楽町くらしの窓口課」

#### 【資源ごみ用】

**収集できません！**

- ◎資源ごみ対象外です。  
・可燃物混入・不燃物混入
- \_\_\_\_\_は対象外になります。
- ◎可燃・不燃 シールを貼ってください。
- ◎分別別に出してください。
- ◎お問い合わせください。(☎83-5402)

「東神楽町くらしの窓口課」

#### ■自分が出したゴミにシールが貼られていたら

必ず書かれた内容を確認し、出し直してください。下の写真は、ペットボトルに空き缶が混入していた事例です。空き缶を取り除き、それぞれ指定された収集日に出してください。

また、何が間違っているかわからない、分別ルールがわからない時は、くらしの窓口課（☎83-5402）までお問い合わせください。



**収集できません！**

- ◎資源ごみ対象外です。  
・可燃物混入・不燃物混入
- 空き缶 \_\_\_\_\_ は対象外になります。
- ◎可燃・不燃 シールを貼ってください。
- ◎分別別に出してください。
- ◎お問い合わせください。(☎83-5402)

「東神楽町くらしの窓口課」

#### ■シールが貼られていることが多い事例

- ▼汚れたものが資源に混ざっている
- ▼空き缶、空きびん、ペットボトルがひとつの袋に入っている
- ▼紙が種別ごとに分けられていない（段ボール、新聞紙、紙パックがひとまとめになっているなど）
- ▼可燃ごみ、不燃ごみ、大型ごみなのにゴミ処理券が貼られていない

#### ■皆さまへのお願い

収集できないゴミがボックス内に残されると、他のゴミが入らなくなったり、においが出るなど、他の利用者の迷惑となります。皆さまが快適にごみボックスを利用できるように、まずはシールが貼られないよう分別ルールを守り、貼られた場合には出し直すようご協力をお願いします。

# 9月 イベント カレンダー

SNSや防災無線もチェック!



※新型コロナウイルスの影響により、事業が中止となる場合があります。ご注意ください。

休館日案内  交流プラザつつじ館  東神楽町図書館

1日(水)	東神楽幼稚園児作品展(図書館 ~19日)	
2日(木)		
3日(金)	【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	
4日(土)		
5日(日)		つ
6日(月)	【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	☒
7日(火)	子育て講座①(ティコット)	
8日(水)	【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	
9日(木)		
10日(金)	すくすく広場(これっと)	
11日(土)		
12日(日)		つ
13日(月)	【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	☒
14日(火)		
15日(水)		

16日(木)	わくわく教室(総合体育館) 助産師健康相談(ふれあい交流館)	
17日(金)		
18日(土)		
19日(日)		つ
20日(月)	【診療所】終日休診	☒・つ
21日(火)	子育て講座②(ティコット)	
22日(水)	地域支え合い住民講座(総合福祉会館)	
23日(木)	【診療所】終日休診	つ
24日(金)	助産師健康相談(役場1階和室) 役場健康相談(役場1階和室) 【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	☒
25日(土)		
26日(日)	花のまち記念講演会(総合福祉会館)	つ
27日(月)	よちのび広場(ふれあい交流館) 【診療所】受付午前11時45分まで、午後休診	☒
28日(火)	ふれあい健康相談(ふれあい交流館)	
29日(水)	子育て教育相談(ふれあい交流館)	
30日(木)	子育て講座③(ふれあい交流館)	



ご意見・ご感想をお寄せください

〒071-1592 北海道上川郡東神楽町南1条西1丁目  
TEL 0166-83-2113 FAX 0166-83-4180  
発行日/令和3年8月26日発行 発行者/東神楽町  
<http://www.town.higashikagura.lg.jp>

東神楽町

検索



編集者/まちづくり推進課