

天然しじみのふるさと

天塩

広報てしお

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE TESHIO No.749



天塩町は「シェアリングシティ」に認定されています



《今号の内容》

- 町民文化祭・・・P.2
- 小中学校学校祭・学芸会・・・P.3
- お遊戯会・中学生インターンシップ・・・P.4
- こんにちは保健師です・・・P.5
- 病院だより・・・P.6
- 町民カレンダー・・・P.7
- マチの伝言板・・・P.8～9
- 年末年始休業日／かわまち通信・・・P.10
- マチの話題・・・P.11～13

町民文化祭（展示）【10月20日】

芸術の秋

第53回天塩町町民文化祭開催



作品展示会



▲町民文化賞を受賞した窪田さん（左）

舞台発表会は、27日に行われ発表会開催に先立ち、主催である文化連盟（岸山 清隆会長は、前会長の窪田 蒸さんに対し、長年にわたって町の文化振興に寄与されたとして町民文化賞の表彰を行いました。今年の発表会には、団体・個人合わせて13組が出演しました。各演目の歌や踊りを楽しんだ観客は、発表者に惜しみない拍手を送っていました。

第53回天塩町町民文化祭が10月末の2週にわたり社会福祉会館にて開催されました。19日・20日の2日間に行われ、作品展示会が行われており、団体や個人が製作した陶芸や書道など約100点以上の作品が展示され、来場した延150名以上の方の目を楽しませていました。



舞台発表会



天塩中学校学校祭

ありがとう

「我らの想いが創り出す」



天塩小学校学芸会

新しいスタート!

「心を一つに最高のステージにしよう」



啓徳小学校・雄信内保育所合同文化祭

心に刻め!

「届けよう全員が楽しめる舞台を」



こども園おひさまお遊戯会



天塩中学校インターンシップ



初めての体験で緊張して、写真や取材などが難しかったです。

でも、担当の方に優しく、分かりやすく教えていただきスムーズに作業をすることができました。

カメラはあまり使ったことがなかったけれどズームなどで楽しくとることができました。

この体験を活かし、今後の生活に繋げていけるよう、頑張っていきたいです。

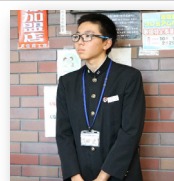


▲記事作成した今野 さん

10月10・11日の2日間において天塩中学校の生徒21名が町内13事業所でインターンシップ（就業体験実習）を行いました。役場で就業体験した今野 敬介さんは、他事業所で働く同級生へ取材に行ってもらいました。本記事は、今野さんが作成しました。

夕映

- なぜ夕映を選んだのか？
- ☆ とても面白そうだったから。
- 体験中大変だったこと？
- ☆ ずっと立って仕事をすること。
- 体験中に驚いたことは？
- ☆ 仕事の多さ 夕映の広さ



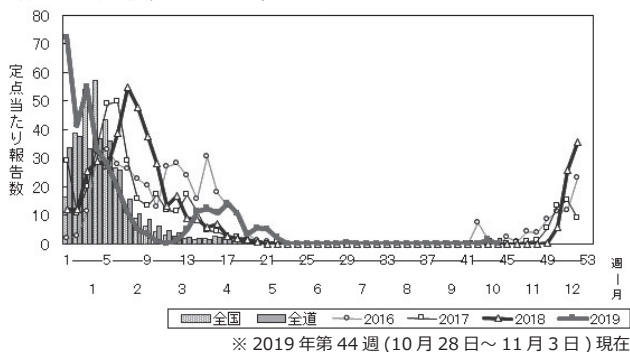
とらや

- なぜとらやを選んだのか？
- ☆ お菓子作るのが好きだから。
- 体験中楽しいことは？
- ☆ お菓子を作れる。
- 体験中に気づいたことは？
- ☆ 華やかなイメージだけど大変、影で力仕事がある。



冬場に備えてインフルエンザを予防しましょう！

■留萌保健所管内インフルエンザ感染者の推移グラフ
(北海道感染症情報センターより)



インフルエンザは例年、11月～3月までの間に多く発生しており、留萌管内では、すでに感染者の報告が出ています。特に12月～2月にかけて流行しやすく、これから寒くなり免疫力も低下しやすいため注意が必要です。



インフルエンザを予防するためのポイント

①正しい手洗い

ウイルスは「手」を介して体内に侵入してることが多いため、食事前・トイレ後・外出後は必ず手を洗いましょう。手洗いは石鹸で20～30秒かけて行い、指先・爪の間・手首もしっかりと洗うことが大切です。近くに水道や石鹸がない時はアルコール消毒剤がおすすめです。



②口腔内の清潔を保つ

歯磨きやマウスウォッシュなどで口の中の雑菌を除去するとウイルスの増殖を抑えることができるとされています。



③こまめな水分補給

のどや鼻の粘膜には体内に入った菌やウイルスを排出する「繊毛」があります。体内の水分量が減ると繊毛が乾燥し排出がうまくできなくなってしまうため、水分はこまめにとりましょう。目安としては、20分おきの水分補給が効果的です。



④ビタミンDで免疫力UP

ビタミンDは体内の免疫バランスを良好に保ち、風邪やインフルエンザにかかりにくくなるということで注目されています。

☆効果的なビタミンDの摂り方

■適度に日光を浴びる
日光を浴びると体内でビタミンDがつくられます。紫外線が気になる方は手のひらだけでも効果があります。環境省では1日1回、日向で約15分あるいは日陰で約30分を薦めています。

・食事で摂る

ビタミンDはイワシ、サンマ、鮭、さば、きのこと類や卵に多く含まれています。油と一緒に摂ると体内への吸収率が高まるため、炒め物や揚げ物にするのがおすすめです。また、主食・副菜などと一緒にバランスよく摂ることが重要です。



インフルエンザから
自分の体を守り
冬場も元気に
過ごしましょう！



【問い合わせ先】
福祉課ふれあい係
☎(22) 1728

『グレープフルーツと薬の相互作用』

天塩町の皆様、初めまして。
今年7月より天塩町立国民健康保険病院の薬剤部にて勤務させていただきます。お話をすると、真っ先に上がるのは、「血圧の薬とグレープフルーツ」のお話です。皆様もご存じの有名な話題ではないでしょうか？

有名なお話

早速ですが、今回はグレープフルーツと薬の相性についてお話をさせていただきます。このお話をすると、真っ先に上がるのは、「血圧の薬とグレープフルーツ」のお話です。皆様もご存じの有名な話題ではないでしょうか？

高血圧治療薬の中で「カルシウム拮抗薬」という種類の薬は、グレープフルーツやグレープフルーツジュースなどを同時に服用すると、血圧を下げる効果が強く出てしまう方がいます。これは、グレープフルーツに含まれるフラノクマリン類という成分が、小腸に存在する酵素「チトクロームP450」の働きを抑えることで、結果的に血液中の薬の濃度が上がる」と考えられているためです。

過剰に伝わった？

しかしながらこの情報が伝わり始めた頃、医療業界では「インフォームドコンセント」の考え方が急速に広まり、副作用の部分だけが過大に伝わったのではないかと感じているのは、私だけではないと思います。

インターネットで検索しても、様々な文献はヒットしますが、臨床の場で患者さんとお話をしていると、ほとんどの方がグレープフルーツを食べるも薬の効果に影響はあまり感じられず、「グレープフルーツを摂取しても、相互作用が出る方は、ほとんどいないのではないか」と感じることもさへ多々あるのが現状です。

あまり影響が出ていない理由としては、遺伝的にかなり個人差が大きいこと、グレープフルーツを摂取する頻度も、量も、人それぞれであること、さらにグレープフルーツという果物は、産地や果肉の色、その年の気候によって、フラノクマリン類の含有量が異なることなどが考えられます。その一方で、影響が出やすい体質の方は、グレープフルーツを食べると必ず影響があり、食べてから数日間はこの作用が続くと言われています。私個人の経験では、3日前にグレープフルーツを食べたと言った患者さんで薬の効果が強く出ていた方が過去にお一人だけいらっしゃいました。

グレープフルーツだけでは無い？

これまでグレープフルーツだけを話題に上げてきましたが、厳密には柑橘類のグレープフルーツだけでなく、グレープフルーツの仲間には全て相互作用を持っています。

す。余談ですが、グレープフルーツだけが特別視された理由の一つとしては、フラノクマリン類の含有量が最も多い柑橘類であることです。

フラノクマリン類の含有量の多さを基準に3段階で表すと次のとおりです。

■含有量多め

グレープフルーツ、スウィータイ、メロゴールド、ダイユ、レッドハッサー、フーポメロ、メキシカンライム、夏ミカン、パルカン、サンボウカン

■含有量少ない

レモン（果汁のみ）、日向夏（果汁のみ）、スイートオレンジ（果汁のみ）、ネーブルオレンジ、カボス、スタチ、キンカン

■含有量なし

温州ミカン、デコポン、影響のある薬剤

血圧の薬だけではない？

グレープフルーツと相互作用がある薬剤として、代表的な血圧の薬でお話を進めてきましたが、実は血圧の薬だけではなく、

- ・高血圧治療薬
- カルブロック錠、アテレック錠、アダラート錠など
- ・狭心症治療薬の薬
- ワソラン錠、ヘルベッサなど
- ・脂血症の治療薬
- リビートル錠、リポバス錠など

- ・免疫抑制剤
 - ネオラルなど
 - ・睡眠薬
 - ハルシオン錠など
 - ・抗てんかん薬
 - テグレトール錠など
- ※これらは代表例で、他にも相互作用のある薬剤があります。

あまり神経質に考えずに…

今回のグレープフルーツの相互作用は絶対に現れる症状ではありません。これからの季節は柑橘類がおいしい季節になります。そのおいしさを過剰に拒否してしまうほうが、体に良くない気もいたします。あまり神経質に考えず、気になることがありましたら、ご相談ください。

・的確な情報提供を

グレープフルーツの話題を取り上げただけでも、個人差や、果実の育った環境などかなりばらつきのある情報であることは否めません。患者さまが安心できるために、入り乱れた情報を精査し患者さま一人一人に合った情報提供を行うのも薬剤師の使命です。

グレープフルーツと薬のお話だけでなく、薬剤に関する心配事、疑問などありましたら、天塩町立国民健康保険病院 薬剤部までお気軽にお問い合わせください。

（文責…薬剤師 寺門義典）



町民カレンダー

令和元年 12月

日	月	火	水	木	金	土
休み	生ゴミ ペットのふん	一般ゴミ	資源ゴミ 紙おむつ等 衣類等	生ゴミ ペットのふん	農村地区	休み
1 ●地域福祉大会 [社会福祉会館] 10時～	2 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ■定期健康相談・物 忘れ相談 [天塩町役場] 10時～16時	3 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ■夕映健康相談 [てしお温泉夕映] 13時30分～ 14時30分 ●運転免許更新時講 習 [社会福祉会館] ・優良13時	4 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ★はつらつクラブ 13時～15時	5 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ★いきいきサロン [雄信内老人憩の家] 10時～14時	6 ■はまなす学園大学	7 ●運転免許更新時講 習 [豊富町定住支援セン ターふらっときた] ・優良13時 ・一般14時 ・違反15時30分
8	9 ○雄信内保育所開放 日 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	10 ○子ども園開放日 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ★いきいきサロン [老人福祉センター] 10時～14時	★町内回覧日 11 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	12 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 +眼科外来 受付12時～15時	13 ○託児の日 [ふれあいセンター]	14 ●運転免許更新時講 習 [遠別町生涯学習セン ターマナビィ21] ・優良13時
15	16 +眼科外来 受付9時～14時 ○あいあいクラブ [雄信内保育所] 10時～12時 ★しゃっきりサロン [てしお温泉夕映] 13時～14時	17 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	18 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ★はつらつクラブ 13時～15時	19 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	20	21
22	23 ○天塩中学校終業式 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	24 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 ★おでかけサロン [老人福祉センター] 10時～14時	★町内回覧日 25 ○天塩小学校終業式 ○啓徳小学校終業式 ○あいあいクラブ チ相談日 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時	26 ○あいあいクラブ [子育て支援センター] 10時～12時 +産婦人科外来 受付13時～16時	27 ○1歳6ヶ月児健診 12時30分～13時 ○3歳児健診 12時30分～13時 ○乳児健診 12時50分～ 13時20分 +小児科外来 受付9時～16時	28
29	30 ■役場仕事納め (1月5日まで閉庁)	31	1月 1	2	3	4
・日程が変更となる場合がありますので、ご確認 ください。 ・ごみは当日の朝8時までに出してください。 ・12月の回覧日は11日及び25日です。						



落雪等の危険防止のお願い

毎年、冬になりますと、屋根に積もった雪、氷、つららが落ちて、歩行者がけがをしたり、また死亡したりすることがしばしば起こっています。

皆さんも、冬期間の生活にはご苦労されていると思いますが、冬期間の通行を円滑にし、事故をなくするため、特に次のことに注意されるようお願いいたします。

■屋根の雪、氷、つらが道路に落ちる建物には、これに伴う事故を避けるため雪止めをつけるようにしてください。

■雪止めがつけてあっても強さが足りなかったり、針金などがさびついたり古くなったりして切れて落ちることもあるので、必ず点検して悪いところがあれば早めに修繕するようにしてください。

■屋根の雪・氷・つらは、気温が上昇したとき、特にマイナス3度からプラス3度位になったとき

に落ちやすい状態となるため、そのようなときは、早めに落とすようにし、落とすときは歩行者や遊んでいる子どもなどに十分注意するようにしてください。

■ビルの壁・窓枠・突出看板等からの落氷雪は少量でも危険であるため、付着した雪や氷の除去を行うようにしてください。また、落氷雪の除去の際には、歩行者への十分な安全対策を行うようにしてください。

■軒下を通行するときは、屋根からの落氷雪に十分注意するようにしてください。

■軒下や道路では、子どもを絶対に遊ばせないようにしてください。

■屋根から大量の雪が落ちたときは、直ちに事故がないかどうか確かめるとともに、歩行者の通行への影響を避けるため、速やかに処理してください。

■交通事故・交通障害防止のため、屋根方の落氷雪や敷地内の積雪を道路に出さないようにしてください。

留萌開発建設部
留萌振興局
天塩警察署
天塩町

自衛官候補生の募集

令和2年3月、4月採用の自衛官候補生の採用試験を行います。

■応募資格

日本国籍を有し、採用予定月1日現在18歳以上33歳未満のもの
※平成30年10月から採用上限年齢を27歳未満から33歳未満へ引上げされました。

■受付期間

年間を通じて行っております。
※採用予定数に達した場合は実施しません。

■試験日及び合格発表日

試験日は受付時に、合格発表は試験日にお知らせします。

■待遇等

所要の教育を経て、3か月後に2等陸・海・空士に任用。陸上（技術系を除く）は1年9か月、陸上（技術系）・海上・航空は2年9か月を1任期として任用（以降2年を1任期）

◆問い合わせ先◆

自衛隊稚内地域事務所
☎0162（23）2721

国際青少年研修

公益財団法人・国際青少年研修協会では、10コースの参加者を募集しています。海外生活を通して交流を体験し、国際感覚を養うことを目的に実施します。おひとりでご参加になる方や、初めて海外へ行かれる方が7割以上ご参加されます。事前研修会では仲間作りからサポートいたしますので、安心してご参加いただけます。

■内容

ホームステイ、英語研修、文化交流、地域見学、野外活動など

■研修国

イギリス、オーストラリア、カナダ、サイパン、ニュージーランド、フィリピン、カンボジア

■日程

令和2年3月25日～4月5日

■対象

小学3年生～高校3年生

■参加費

約25万円～49万円

■申込締切

令和2年1月31日まで

【問い合わせ先】

公益財団法人国際青少年研修協会
☎03（6417）9721

ご存知ですか？
「中退共」の
退職金制度
なら、掛金
に国の助成
が受けられ
ます。

国の制度だから 安心・確実！

●新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。

●掛金は全額非課税で、手数料もかかりません。

●外部積立型だから管理が簡単！

●従業員ごとの納付状況や退職金試算額を事業主にお知らせします。

●退職金は、中退共から直接従業員へ支払われます。

◎パートさんもお加入いただけます。

お気軽にお問い合わせください

（独）勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎03（六九〇七）一一三四
FAX03（五九五五）八二一一

詳しくはホームページをご覧ください。

中退共

検索

労働トラブル110番

釧路青年司法書士協議会及び全国青年司法書士協議会は、労働トラブルに関する全国一斉の無料相談会を開催いたします。

■日時

12月8日10時～17時

■専用ダイヤル

0120(033)544

◆問い合わせ先◆

釧路青年司法書士協議会

☎0156(65)2198

農林業センサス

農林水産省では、令和2年2月1日現在で、「2020年農林業センサス」を実施します。この調査は、我が国の農林業・農山村地域の実態を明らかにする最も基本的な調査です。

令和元年12月中旬から調査員が農林業関係者の方々を訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いします。

調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されませんので、ご協力をお願いします。

e-TAXでの確定申告

所得税の確定申告はe-TAXをご利用ください。

■e-Taxのメリット

・自宅からネット申告

「確定申告書等作成コーナー」で申告等データを作成し、e-Taxへ送信することで、税務署に行かずに自宅から申告できます。

・添付書類の提出省略

確定申告をe-Taxで行う場合、医療費の領収書や源泉徴収表等は、その記載内容を入力して送信することにより、これらの書類の提出または提示を省略することができます。

・還付がスピーディー

e-Taxで行われた還付申告

は3週間程度で処理しています。

・24時間いつでも利用可能

所得税及び復興特別所得税の確定申告期間中は、24時間いつでも利用可能です。

■国税庁ホームページから利用できます。

所得税及び復興特別所得税・消費税及び地方消費税・贈与税の申告書は、国税庁ホームページの「確定申告等作成コーナー」を利用して作成できますので、ぜひご利用ください。

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、作成した申告等データをe-Taxへ送信することで、申告できます。

■ご利用いただく前に

徴収強化月間のお知らせ

天塩町収納率向上対策本部では、12月を町税・料金等の「徴収強化月間」と位置づけ、未納者の方に対し、勤務先訪問・財産調査・差押えを中心とした徴収の強化を図ります。

なお、税外収入については、簡易裁判所の支払い督促による申し立ての実施も検討いたします。

また、納付されている方との不公平をなくすため、平成28年4月から「特定滞納者に対するサービス制限措置条例」を施行し、悪質な滞納者については、町が実施するサービスを制限します。

納期内納付は、広く町民の皆様にお願ひしているところですが、まだ納付されていない方は、再度、発行された納付書を確認していただき、至急納付されますようお願いいたします。

皆様から納付いただいた税金・料金等は、皆様の暮らしを支える貴重な財源となります。

今後とも納期内納付につきまして、ご協力よろしくお願ひします。

天塩町収納率向上対策本部
本部長 天塩町長 佐々木 裕之

掲載を希望される方へ

1月号へ掲載を希望する方は、12月11日(水)までにお知らせください

総務課企画広報係

天塩町新年会

令和2年の新年を迎えるにあたり、町民の皆様から楽しんでいただける天塩町新年会を次のとおり開催いたしますので、お気軽にご参加ください。

お申込は総務課総務係までお願いいたします。

■日時

令和2年1月6日(月)

18時から

■場所

社会福祉会館大ホール

■会費

2千円

■申込期限

令和元年12月16日(月)まで

【問い合わせ先】

総務課総務係

☎内線223



年末年始の休業日

- 役場・雄信内支所
12月31日～1月5日
- 天塩郵便局
【貯金・保険業】
12月31日～1月5日
- 【ATM】
無休（稼働時間は次のとおり）
12月31日・1月4日 9時～17時
1月1日～3日・5日 9時～15時
- 【郵便物】
無休（窓口業務は休業）
※一部取扱いできないサービスがあります。
- 雄信内郵便局
【貯金・保険業】
12月31日～1月5日
- 【ATM】
1月1日～3日
※1月4日は12時30分まで
- 天塩町農業協同組合本所・雄信内事業所
【窓口】
12月31日～1月5日
- 【ATM】
12月31日～1月5日
- 北るもい漁業協同組合天塩支所
【窓口】
12月28日～1月5日（予定）
- 北海道銀行天塩支店
【窓口・ATM】
12月31日～1月5日
- 稚内信用金庫天塩支店
【窓口】
12月31日～1月5日
- 【ATM】
1月1日

- ゴミ・し尿
12月31日～1月3日
- 協立石油株式会社
無休
- 新天塩石油株式会社
1月1日
- 株式会社水口商店
1月1日
- ホクレン天塩町農協給油所
12月31日午後～1月3日（予定）
- 町立国民健康保険病院
12月31日～1月5日
※救急は受付
- 峰村歯科医院
12月28日～1月5日
- てらもと歯科
12月29日～1月5日
- 雄信内生活改善センター
12月31日～1月5日
- 認定こども園・雄信内保育所・子育て支援センター
12月31日～1月5日
- 老人福祉センター
12月31日～1月5日
- 社会福祉会館
12月27日～1月5日
- ファミリースポーツセンター
12月27日～1月5日
- 町民スキー場
1月3日オープン予定
- てしお温泉タ映
無休
- 沿岸バス
12月31日～1月3日
- ※天塩・更岸線は全便運休
- ※特急はぼろ号等の国道のみを運行する各路線は通常営業
- 町営バス（スクールバス）
12月31日～1月3日

かわまち通信

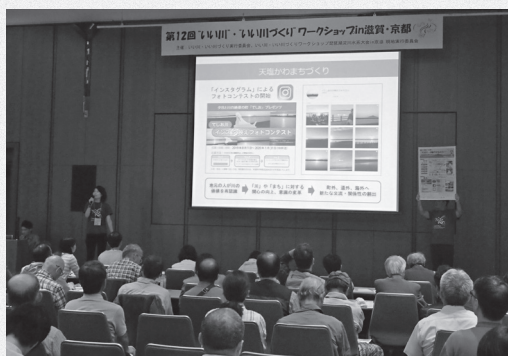
第12回いい川・いい川づくりワークショップ in 滋賀・京都出場！

「いい川・いい川づくりワークショップ」は、日本各地で活躍する市民・住民・行政などが、これこそ「いい川」「いい川づくり」であると考え事例や取り組み、思いを持ち寄り、発表・議論をすることで、「いい川・いい川づくり」のビジョンやイメージを共有し、日本中に個性豊かな愛着の持てる川や水辺をつくることを目指すものです。今回かわまちづくり協議会は、現在実施中の「てしお川・タ」映えフォトコンテストの取り組みを中心に、「地域住民の参加」や「地元の川やまちの魅力の再認識」を通じた「いい川づくり」の施策について発表を行いました。

この写真コンテストは、まずは地元の若い方に天塩川や天塩町に興味を持ってもらいたいと思ひ、若年層が多く利用するインターネットを通じた交流のサービスである、Instagram（インスタグラム）を使って行

うこととしました。また、応募写真の条件を「川」と「夕日」が1枚の写真に写っていればこの場所で開催したものでも可とするこゝで、天塩町に来訪しにくい場所に住んでいる方や、さらに国外の方でも参加できるようにしました（日本語・英語・中国語のいずれかを理解できる方であれば参加可能）。この企画を通じて、町内の方のみならず、町外、道外、国外の方にも天塩川や天塩町に興味を持って頂き、その価値に気付いてもらうことで、新たな交流や関係性の創出を目指していきたいと考えています。

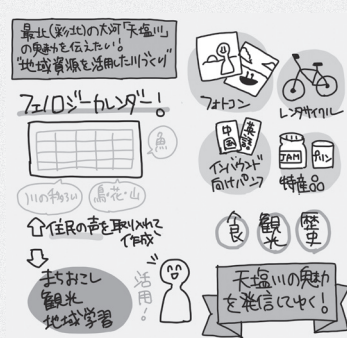
このフォトコンテストの企画について、審査員の方からは、「川



▲全体発表の様子

やまちに興味を持ってもらうきっかけづくりとして良い「自分の地域だけでなく他の地域と繋がろうとする姿勢が良い」地方の過疎地域に光を当てる施策である」といったご意見を頂きました。また、こうした取り組みを発表したことで、「地域の人たちを巻き込むきっかけとして自身の地域の活動においても実践してみたい」と、他の出場チームの方で、ワークショップ開催中にインスタグラムのアカウントを作成され、早速、情報発信を始めた方もいらっしゃいました。今回かわまちチームは入賞はできませんでしたが、出場したチーム同士で互いの良いところを学び合えたことは、とても価値のあることだと感じました。

（文責：久保綾香）



▼うれしそうに食事する園児



鹿肉ハンバーグで地産地消

10月10日、こども園と雄信内保育所で地元産工ゾシカを使った給食が提供されました。

てしお獺友会（高田 壽裕 理事長）が地産地消を目的に無償で提供しており、平成29年に続いて2回目になります。

給食に提供されたのは、町内で駆除した鹿肉を使った約100個のハンバーグで、園児でも食べやすくするため、辛味のあるスパイスを抑え、また臭みも少ないように調理されたものになっています。

食事した園児は「おいしい」「おかわりたい」「もっと食べたい」と喜んでいました。

▼筆の持ち方を指導する箕浦 氏



手紙文化を伝える

天塩郵便局は、10月10日に社会福祉会館で「絵手紙教室」を開催し、町民約30名が参加しました。

昨年に天塩中学校で絵手紙の出前授業を行った日本絵手紙協会公認講師の箕浦 尚美 氏らが講師を務め、手紙文化の振興のため教育委員会が共催して開催されました。

参加者は、手紙を書く作法の基本などの座学の後、実際に墨や水彩絵の具を用いて、知人や家族に宛てた手紙を作成しました。

箕浦 氏は「手紙は自分の思いを伝えるもの。絵手紙は下手がいい。まずは丁寧に書くことが大切」と絵手紙の良さを伝えました。

▼青年部と遊具を受け取った園児



商工会青年部おもちゃ寄贈

10月11日、天塩商工会青年部（多々良 征司 部長）は、こども園と雄信内保育所に遊具を寄贈しました。

同部では、今年8月に開催した港まつりで射的や型抜きなどの「こども縁日コーナー」を設けており、その収益の一部を使って、こども園へビーズのおもちゃや、雄信内保育所へ室内用鉄棒を寄贈しました。

同部の多々良部長は「みんなで仲良くあそんでください」と代表の園児に手渡しました。

受け取った園児らは大きな声で「どうもありがとうございました」とお礼し、さっそく遊具等を使って遊び、喜んでいました。

▼「がんばって」と大きな声で応援する園児



パトロールに出動

10月10日から20日まで行われる秋の地域安全運動実施に伴い、10日に天塩警察署前駐車場にて出動式が行われました。

同署の森 敏彦 署長は「全国的には子どもや女性被害にあう犯罪や特殊詐欺は依然として増加傾向にある。この運動では、これらの犯罪防止を重点として、住民の皆様と連携して啓発活動や各種訓練に取り組み」と挨拶しました。

出動式に参加したこども園の園児から「パトロールがんばってください」と応援を受け、署員らがパトカー等に乗り込み、各地域に出動していました。

▼台紙を手渡す佐藤局長（中央）とデザイン作成者の高橋前局長（右）



風景印新たなデザインに

10月16日、天塩郵便局の消印の「風景印」のデザイン改定に伴い、佐藤局長とデザイン案を作成した高橋泰史前局長が訪れ、佐々木町長に記念押印台紙を贈呈しました。

新たなデザインには、天塩川歴史資料館、松浦武四郎の銅像、利尻富士としじみが描かれています。

佐々木町長は「天塩町のPR効果が高いもので、大変ありがたい」と感謝を述べました。

▼新たな風景印



▼車両に「火災予防運動実施中」の横断幕を取り付けてパレード



車両パレード火災予防啓発

秋の全道火災予防運動が10月15日から21日までの7日間にわたり実施され、運動期間の初日に北留萌消防組合消防署天塩支署の消防車両等による啓蒙パレードが天塩市街地及び雄信内市街地で行われました。

この運動は、秋から冬にかけて、暖房器具の使用等により火災が多く発生する季節を迎えるにあたり毎年実施されています。今年の標語は「ひとつずついいね！で確認火の用心」です。天塩市街地では、北部3町危険物安全協会天塩支部のタンクローリーなど8台が参加し「火の元に注意を」と町内一円で呼びかけていました。

▼清掃活動を行う天塩タイガースの児童



タイガース町内ゴミ拾い

10月22日、天塩タイガースの児童や保護者ら30名が市街地の清掃ボランティアを行いました。

児童らは「いつも応援してくれる町内の皆さんに感謝をしたい」と昨年に続いて今年も清掃ボランティアを企画し、道端に落ちているゴミ拾いを行いました。

天塩小学校をスタートして4グループに分かれて練習で使用する運動公園の本球場のほか、道の駅や河川公園などを清掃しました。

ボランティア後には、天塩小学校でシーズン終了のグラウンド納めを行い、ミニゲームなどで今シーズン最後のグラウンドでの活動に一区切りしました。

▼バトミントンの体験会で指導する小椋氏（右）



スポーツチャレンジ

スポーツマンシップチャレンジin天塩が10月20日に行われ、町内小学生約60名が参加しました。この事業はソフトバンクグループ社の協力を得て開催され今回で3度目となります。

参加者は、バドミントン元日本代表の小椋久美子氏とサッカー元日本代表の橋崎正剛氏からスポーツ体験、千葉商科大学専任講師の中村聡宏氏から講義を受けました。トークショーで、橋崎氏は「スポーツから学べるものがたくさんあるので、これからもスポーツを好きでいてください」、小椋氏は「憧れの選手や目標を持ってスポーツの魅力を感じ取ってほしい」と語りました。

▼（左から）功績表彰受賞の稲垣さん、横溝さん、谷村さん、勤続表彰受賞の竹谷さん、高橋さん、穴戸さん



9名の功績者へ表彰状授与

11月3日、天塩町議会議場において天塩町表彰式が行われ、受賞者に対して表彰状が授与されました。受賞者は次の方です（功績表彰5名、勤続表彰4名）。

【功績表彰】

■谷村 彰 さん

昭和52年天塩町消防団に入団、第2分団分団長を務めるなど34年にわたって消防業務にあたり、住民の生命と財産の保全に尽くされました。

■横溝 勇一 さん

昭和49年天塩町消防団に入団、第3分団副分団長を務めるなど、33年にわたって消防業務にあたり、住民の生命と財産の保全に尽くされました。

■稲垣 國雄 さん

昭和55年天塩町消防団に入団、31年にわたって消防業務にあたり、住民の生命と財産の保全に尽くされました。

■来田 章利 さん

昭和49年天塩町消防団に入団、33年にわたって消防業務にあたり、住民の生命と財産の保全に尽くされました。

■齋藤 ヒサ子 さん

平成5年から26年にわたり、天塩町火葬場管理人として火葬場の管理等の業務に従事し、天塩町の衛生行政の推進に貢献されました。

【勤続表彰】

■佐藤 博幸 さん

天塩町農業委員会委員として、12年にわたり、農業行政の伸長発展に貢献されました。

■穴戸 栄一 さん

天塩町農業委員会委員として、12年にわたり、農業行政の伸長発展に貢献されました。

■高橋 良一 さん

天塩町固定資産評価審査委員会委員として、12年にわたり、税制の確立と行財政の伸長発展に貢献されました。

■竹谷 志郎 さん

天塩町固定資産評価審査委員会委員として、12年にわたり、税制の確立と行財政の伸長発展に貢献されました。

▼高校で講演をする倭田氏



仕事のかっこよさ感じて

11月11日から3日間にわたり、天塩高校で天塩町出身プロカメラマンの倭田 宏樹氏が写真展を開催し、同日に講演を行いました。

倭田氏は「町を離れて外から見た町内の仕事のかっこよさに気づいた。写真を見て天塩町で働くイメージを少しでも持つてみてほしい」と今回の展示について語り、「不言実行もクールだが、言葉にすることで実現することもある。アピールは大事なのでやりたいことをどんどん人に話してほしい」とエールを送りました。

写真展は同月15日から12月2日まで期間に、てしお温泉夕映でも開催しています。

▼更新された水槽付消防ポンプ自動車



水槽付消防ポンプ車更新

北留消防組合消防署天塩支署に水槽付消防ポンプ車「雄魂」が11月6日に納車されました。

これまで使用されていた車両は昭和61年に納車され、近年では故障箇所が増え、また修理部品の製造・調達が難しくなってきたため、今回、更新がされました。

更新された車両は、消火作業の際に水利を探すまでの時間のロスなく、積載する水を使用して初期消火活動を行うことができる車両で、雄信内分遣所に配置されます。同車両は、タンクの小型化と消火剤を加えて圧縮した放水作業を行える機能が搭載されています。

ご厚志の紹介

■天塩町社会福祉協議会 愛情銀行へ
【香典返しとして】

海岸通11	赤塚 勤 さん
山手裏通3	田所 政雄 さん
緑新団地	岩戸 末子 さん
札幌市	木村 祐司 さん
海岸通3	砂原 清美 さん
稚内市	山口 収 さん
雄信内	築場 恵美子 さん
新栄通10	板宮 敏郎 さん
■ボランティア活動	
【恵愛荘へ】	
北更岸	高山 照子 さん
北川口	利木 正三 さん
西産土	細谷 喜枝 さん
天塩ロータリークラブ様	
【ティサービスセンターへ】	
山手裏通4	来田 和雄 さん
山手裏通3	園田 一治 さん

おめでとうございます

★おたんじょう

(辰子丑)
南 條 碧友 さん
正隆さん・未希さんの長男
★ごけつこん

届出なし

※掲載にご同意いただいた方のみ掲載しておりますので、ご了承願います。

ごめいふくをお祈りします

(海岸通11)	赤塚 マサエ さん (98歳)
(山手裏通3)	田所 セツ さん (91歳)
(緑新団地)	岩戸 眞吉 さん (85歳)
(新栄通4)	木村 寿美子 さん (89歳)
(海岸通3)	砂原 実 さん (49歳)
(新開通9)	山口 哲夫 さん (65歳)
(雄信内)	築場 茂雄 さん (74歳)
(新栄通10)	板宮 キヨ さん (100歳)

※掲載にご同意いただいた方のみ掲載しておりますので、ご了承願います。

編集後記

♪いつも「広報てしお」をご覧くださいいただきありがとうございます。記事が多く編集に苦慮した広報担当の相馬です。
♪本頁下部の「ひとのうごき」にありますが、残念ながら人口が3千人を下回りましたが、皆さんが住み続けることができるよう職員として気を引き締めていきたいと思っております。

お詫びと訂正

11月号にて次の箇所に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。
■7頁「上下水道の新材料金の金額」

新	
【水道使用料金 (口径 13 mm)】	
◆基本料金 (8 m)	= 2,224 円
◆超過料金 (12 m)	= 3,336 円
◆メーター使用料	= 399 円
使用料金 計	5,959 円
【下水道使用料金】	
◆基本料金 (8 m)	= 1,680 円
◆超過料金 (12 m)	= 2,520 円
使用料金 計	4,200 円
【上下水道使用料金 合計】	
	10,159 円

■同頁「問い合わせ先の内線番号」
建設課水道係 ☎内線255
建設課下水道係 ☎内線254

地域貢献企業等のご紹介

地域振興のため、天塩町にご尽力いただいた企業等に対し、感謝状の贈呈を行いました。ご尽力いただきましたことに深く感謝申し上げます。

「道路及び汚水枟清掃作業」に対して
北海道ロードメンテナンス 様
「町管理河川の伐木作業」に対して
山高建設工業株式会社 様
「町管理河川の伐木作業」に対して
興北建設株式会社 様
「雄信内取水施設土砂除去」に対して
株式会社遠藤重機建設 様

天塩町民憲章

わたくしたちは、天塩川と日本海の恵みでひらかれた天塩の町民です。わたくしたちは、先人のたくましい心をうけつぎ、明るく豊かな住みよい町をつくるため、この憲章をさだめます。

- 1 からだをきたえ 仕事にはげみ 明るい家庭をつくりましょう
- 1 きまりを守り 力をあわせ 住みよい社会をつくりましょう
- 1 教養を高め 文化を育て 豊かな郷土をつくりましょう
- 1 自然を愛し 環境をととのえ 美しいまちをつくりましょう
- 1 未来をみつめ 産業をのばし 希望にもえる町をつくりましょう

10月末

--- 人口 ---
2,998 人 (-22)

♂ **1,500 人 (-10)**

♀ **1,498 人 (-12)**

--- 世帯数 ---
1,525 世帯 (-6)

※ () 内は前月比

ひとのうごき