

天然しじみのふるさと

# 天塩

広報てしお

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE TESHIO No.779



## 《今号の内容》

- 成人式／蜂須賀選手が来町しました！・・・P.2
- 病院だより・・・P.3
- こんにちは保健師です・・・P.4
- 町民カレンダー・・・P.5
- 後期高齢者医療制度のお知らせ・・・P.6
- マチの伝言板／防災ひとくちメモ・・・P.7～8
- しじみまつり・味覚まつり中止のお知らせ  
／協力隊通信・・・P.9
- マチの話題・・・P.10～11
- ひとのうごき・・・P.12



夕景の振老沼とオオハクチョウとオオヒシクイ【5月4日】  
(撮影：柳谷 明伸)

# 成人式



4月30日、町内外に在住の新成人14名が出席し、社会福祉会館にて天塩町成人式が行われました。新成人を代表し西岡 拓磨さんと赤塚 稀星さんが「真理と正義を愛する人間、個人の価値を尊ぶ人間、自主的精神に満ちた人間となつて豊かな天塩町の発展に努力することを誓う」と成人宣誓を述べました。佐々木町長と菊地議長のビデオメッセージによる祝辞、小中学校の恩師からのメッセージが披露されました。最後に新成人を代表し高橋 知里さんが「両親をはじめ多くの人に感謝し、どんな困難にもくじけず、明日の故郷を築く担い手となることを誓う」と御礼の言葉を述べました。



# 蜂須賀 明香選手

北京五輪に出場した

が来町しました！



2018年の平昌五輪に続き今年2月に開催された北京五輪にオリンピック2大会にバイアスロン競技の代表選手として連続出場した町出身の蜂須賀 明香選手が4月26日、佐々木町長を表敬訪問しました。北京大会ではバイアスロン競技、女子個人15キロで65位、7.5キロ

で87位、女子24キロリレーで17位と健闘しました。蜂須賀選手は「中学校を卒業後、天塩を離れてからも町民の方々が応援をしてくれたことが嬉しく、感謝します。今後、オリンピックだけでなくワールドカップ大会でも良い結果を出せるよう頑張りたい」と語りました。佐々木町長は「五輪2大会に連続出場し、とても誇りに思っている。このことがきっかけでバイアスロン競技に興味関心が高まった。機会があれば天塩の子供たちにも指導的なことをしていただくと有り難い」と延べました。



## 臨床工学技士のお仕事



みなさんこんにちは。4月より臨床工学技士として天塩町立国民健康保険病院へ着任いたしました数真輝（やぶ まさき）と申します。

私は芦別市生まれで、高校三年生まで芦別市で暮らしていました。その後は、札幌の大学へ進学。4年間札幌市で過ごし、卒業後は約1年間埼玉の川口市というところで透析に携わる臨床工学技士として仕事に従事してまいりました。

小学生の時からピアノをはじめ、音楽が好きだったので中学の時には吹奏楽部へ入部。中学三年生の時は団体で全道大会まで行きました。その後高校では卓球部へ入部。

なぜ卓球かというと、入学当初にどの部活にしようか悩んでいた時に、卓球部の知人に相談したところ、「顧問に伝えたら卓球部に来なよ」と半強制的に練習へ参加させられたことがきっかけです。

### 【趣味】

- ① 観葉植物を育てる
- ② バイク
- ③ 旅行など



さて、自己紹介が長くなりましたが、私の職業である臨床工学技士について少し説明させていただきます。

### ■臨床工学技士とは

- ① 腎不全患者に延命治療を行う（血液透析）
- ② 医療機器のメンテナンス
- ③ 医師の指示のもと生命維持管理装置の操作

まだまだ多くのことを行う職業ですが、天塩町立国民健康保険病院では主に、血液透析と医療機器のメンテナンス（透析装置、人工呼吸器、除細動器、シリンジ輸液ポンプ等）を行っています。

私が以前働いていたところでは携わることができなかったことを経験できるところなので、少しずついろいろなことに挑戦していきたいと考えております。また、天塩町へ来たばかりで慣れないことも多く、逆に患者様から助けられることも多いですが、まずは今年一年を無事に乗り越えられるよう、焦らずゆつくりと頑張っていきたいと思えます。

最後になりますが、患者様に温かい医療提供ができるよう努力してまいりますので、皆様よろしくお願いいたします。

◆お問い合わせ先◆ 天塩町立国民健康保険病院 ☎（2）1058

## 令和3年度 天塩町ふるさと応援寄附結果

町と縁のある方や関心を持っていた方を中心に、多くの方から心温まる寄附いただきました。皆様から寄せられたご支援に対しまして、心からお礼申し上げますとともに、いただいたご寄附は今後の町づくりのために大切にに使わせていただきます。

寄附件数 3,098 件

寄附総額 8,554 万 7,763 円

※前年度比 ▲ 3,031 万 8,397 円 ▲ 525 件

【目的別寄附件数および金額】

目的	保健・福祉	産業振興	文化・教育	観光イベント	環境保全	その他振興
件数（件）	364	389	488	140	267	1,450
金額（円）	10,268,000	10,603,000	14,206,000	3,877,000	6,922,000	39,671,763

【問い合わせ先】総務課地方創生係 ☎内線 228

# 保健師です

雨が多い時期の  
体調不良と予防について

普段よりも雨の日が多くじじめと  
するこの季節、何となくだるい、疲れ  
やすい、頭が痛い、気分が乗らないと  
いうことはありませんか？ 今回はそ  
のような体調不良の原因と予防につい  
てご紹介します。



どうして雨がずっと  
体調不良になりやすいの？

## 原因1 高い湿度

湿度が高い状態が続くと、体内の水  
分が汗や尿として排出できず、体内に  
とどまってしまいます。その結果、消  
化吸収や水分代謝がうまくできなくな  
り、消化不良を起こしたり、むくみや  
すくなることがあります。



## 原因2 低気圧

気圧が低くなると、自律神経が乱れ  
て副交感神経が活発になりやすく、体  
がリラックスマードになってしまい、  
だるさや眠気を感じやすくなります。  
また、自律神経が乱れることで身体面  
の不調だけでなく、気分の落ち込みな  
ど精神面の不調も現れやすくなりま  
す。気圧が変化することで血管が広  
がり、神経を圧迫することで片頭痛も起  
こりやすくなります。



## 原因3 活動量の低下

外出の機会などが減り、活動量が普  
段より少なくなってしまうことで、血  
の巡りが悪くなり、肩こりや冷えの症  
状も起こりやすくなります。



## 予防・改善のポイント

### ① 十分な睡眠、休息をとる

睡眠中は副交感神経が働き、心身の  
疲れを取り除きます。夜更かし等で生  
活リズムが崩れると自律神経のバラン  
スが取れなくなり不調につながるた  
め、規則正しい生活を心がけましょう。

### ② 朝に太陽の光を浴びる

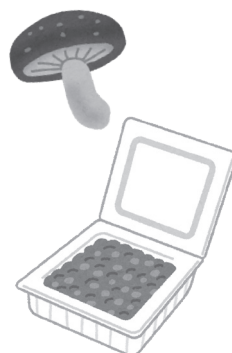
太陽の光を浴びると、体内時計がリ  
セットされ、体を活動モードへ切り替  
えることができます。曇りや雨の日で  
も太陽の光は地上に届いているため、  
朝はカーテンを開けるようにしましょう。



### ③ 「カリウム」「マグネシウム」「ビ タミンB群」を摂取する

むくみの解消には、体の余分な塩分  
(ナトリウム)を排出する働きがある  
カリウムを摂るようにしましょう。カ  
リウムは野菜や果物に多く含まれてい  
ます。ごまやひじきに多く含まれるマ  
グネシウムは血管の緊張を和らげ、炎  
症を抑えたり鎮痛作用もあるため頭痛  
の改善が期待できます。ビタミンB群

は糖質や脂質、タンパク質をエネル  
ギーに変える働きをするため、疲労や  
ストレスに対する効果が期待できま  
す。玄米、豚も肉、魚介類、乳製品、  
卵、納豆、緑黄色野菜、きのこ類など、  
様々なものに含まれています。



### ④ 体を動かしたり、温めたりする

意識してこまめに肩甲骨を動かすよ  
うに腕を回すなど、体を動かすと血の  
巡りが良くなります。冷えに対して  
は、肩・首・腰まわり・太もも・二の  
腕の裏側・膝の裏側など、大きな筋肉  
や血管が密集している部分を温める  
と、体全体を効率よく温めることがで  
きます。頭がぎゅっと締め付けられる  
ような緊張性頭痛は後頭部や首の後ろ  
の筋肉の収縮が原因であることが多い  
ため、ストレッチや温めることが効果  
的です。

生活の中でできる症状の予防、改善  
方法をご紹介しましたが、症状が強い  
場合は無理せず市販薬を使用したり、  
医療機関に相談しましょう。

# 町民カレンダー



令和4年 6月

日	月	火	水	木	金	土
休み	生ごみ ペットのふん	一般ごみ	資源ごみ 紙おむつ等 衣類等	生ごみ ペットのふん	農村地区	休み
5月 29	30	31	6月 1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"> <li>・日程は変更となる場合があります。</li> <li>・ごみは当日の朝8時までに出してください。</li> <li>・6月の回覧日は8日と22日です。</li> <li>・あいあいクラブ・・・こども園▶火～木 雄信内▶月</li> </ul>				●6月粗大ごみ収集 申込締切日		<ul style="list-style-type: none"> <li>●6月粗大ごみ収集日</li> <li>●天中体育大会</li> <li>●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]</li> <li>・優良 13時</li> <li>・一般 14時</li> <li>・違反 15時30分</li> </ul>
5	6	7	《町内回覧日》 ☆はつらつクラブ [ふれあいセンター] 13時30分～15時	9	10	11
		+循環器内科外来		+眼科外来		●雄信内保育所・啓 小合同運動会
12	13	14	15	16	17	18
●天小運動会		☆おでかけサロン [老人福祉センター] 10時～		☆いきいきサロン [雄信内老人憩いの家] 10時～		
19	20	21	《町内回覧日》	23	24	25
	○雄信内保育所開放 ☆しゃっきりサロン [てしお温泉夕映] 13時～	○こども園開放		+産婦人科外来	+小児科外来 ○乳児健診 12時50分 ～13時20分 ○5歳児健診 12時30分～13時	
26	27	28	29	30	7月 1	2
	+眼科外来	☆いきいきサロン [老人福祉センター] ①9時30分～ ②13時～				

# 保険証の一斉更新について

◆お問い合わせ先◆  
北海道後期高齢者医療広域連合  
天塩町役場福祉課保険係

☎ 011-290-5601  
FAX 011-290-1728



## 保険証が新しくなります

現在、ご使用の黄緑色の保険証の有効期限が令和4年7月31日をもって満了となるため、**8月以降は使用できなくなります。**

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら黄色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、令和4年9月30日です。
- 窓口負担割合の見直しに伴い、9月中に、**すべての被保険者の方**を対象に新しい保険証を交付します（**窓口負担割合が変更とならない方も含みます**）。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、福祉課保険係までお申し出ください。

**新しい保険証は【黄色】です**



## 減額認定証も新しくなります

現在、ご使用の橙色の減額認定証及び限度証の有効期限が、令和4年7月31日をもって満了となるため、**8月以降は使用できなくなります。**引き続き交付対象に該当する方は、7月中に減額認定証及び限度証を交付しますので、8月1日からは水色の減額認定証及び限度証をご使用ください。新たに必要となる方は、次の交付要件に該当することをご確認の上、天塩町福祉課保険係へ申請してください。

なお、減額認定証及び限度証の有効期間は**1年間**です。

### 減額認定証の交付対象は、次に当てはまる方です

区分Ⅱ	世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	○世帯全員の所得が0円の方 ※公的年金控除は80万円を適用 ※給与所得がある場合、その金額から10万円を控除
	○老齢福祉年金を受給されている方

### 限度証の交付対象は、次に当てはまる方です

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅢ・Ⅱに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方

**新しい減額認定証及び限度証は【水色】です**



6月1日は  
電波の日です

総務省では、6月1日を「電波の日」と定め、6月10日までの「電波利用環境保護周知啓発強化期間」に電波利用に関するルールの周知・啓発活動をおこないます。

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。

また、インターネット等で販売している外国規格の無線機は、電波法の基準を満足しないため、国内では使用できません。使用すると、テレビや重要な無線通信に妨害を与えるおそ

れがあります。無線機を購入の際には必ず「技術基準適合証明等のマーク」の確認をお願いします。

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。

◆お問い合わせ先◆

総務省北海道総合通信局

☎ 011 (737) 0099

※受付時間…平日8時30分～12時、13時～17時



労働保険のお知らせ

令和4年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間は、6月1日(水)～7月11日(月)です。最寄りの労働局・労働基準監督署、金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書は、5月末頃に発送予定です。

年度更新申告書の書き方及び申告・納付方法等の詳細につきましては、年度更新申告書に同封しているパンフレット等をご参照ください。厚生労働省ホームページでもご覧いただけます。

## 税務職員募集

札幌国税局では、国税局や税務署において、税のスペシャリストとして活躍する税務職員を募集しています。

2022年度の採用試験の概要は、次のとおりです。

■受験資格

高卒見込みの者及び高卒後3年を経過していない者

■申込受付期間

(1)インターネット

令和4年6月20日(月)～29日(水)

《申込専用アドレス》

<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>



(2)インターネット申込みができない場合は、第1次試験地を管轄する人事院地方事務局にお問い合わせください。

人事院北海道事務局  
札幌市中央区大通西12丁目

☎ 011 (241) 1248

■第1次試験【基礎能力試験、適性試験、作文試験】

令和4年9月4日(日)

■第1次試験合格者発表日

令和4年10月6日(木)

■第2次試験【人物試験、身体検査】

令和4年10月12日(水)～21日(金)のうち指定する日

■最終合格者発表日

令和4年11月15日(火)

ご不明な点は、札幌国税局人事第2課採用担当 ☎ 011 (231) 5011 (内線2315) 又は最寄りの税務署(総務課)にお尋ねください。



自衛官等採用  
試験のご案内

■一般曹候補生(第2回目)

《資格》

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の男女

《受付期間》

令和4年7月1日(金)～9月5日(月)

《試験期日》

第1次試験…令和4年9月16日(金)

《試験会場》

稚内分屯基地(予定)

■自衛官候補生

《資格》

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の男女

《受付期間》

年間を通じて行っております。

《試験期日》

受付時にお知らせします。

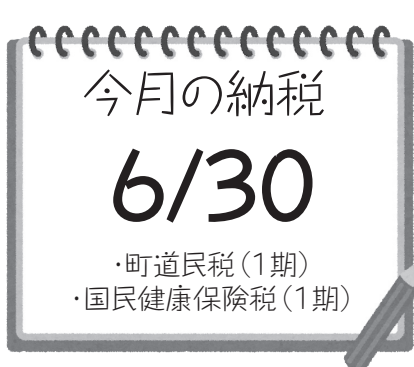
《試験会場》

受付時にお知らせします。

◆お問い合わせ先◆

自衛隊旭川地方協力本部稚内地域事務所  
〒097-0001 稚内市末広5丁目6番1号 稚内地方合同庁舎5階

☎ 0162 (33) 1227



・町道民税(1期)  
・国民健康保険税(1期)

## こころの健康相談

留萌保健所では、毎月定例日(下表)に精神の一般相談・思春期相談を開設しています。

こころの問題でお悩みの方やご家族の方、支援に困っている関係者の方はお気軽にご相談ください。なお、相談料は無料です。相談の秘密は厳守いたします。

### ■相談の流れ

#### ① 予約

お電話、または留萌保健所のホームページに掲載されている申込書にご記入の上、FAXまたは郵送してください。

#### ② 事前面談

保健所の保健師が、これまでの経緯や相談したいことをお聞きします。

#### ③ 相談当日

当日担当する医師・臨床心理士が、悩みごとの相談に乗ります。1人30〜45分程度。必要であれば、専門機関を紹介することもあります。

#### ④ 事後の状況確認

保健所の保健師が、その後の経過をお聞きします。必要に応じて、他関係機関(市町村、学校、医療機関等)と連携しながら対応する場合があります。

#### ◆お問い合わせ先◆

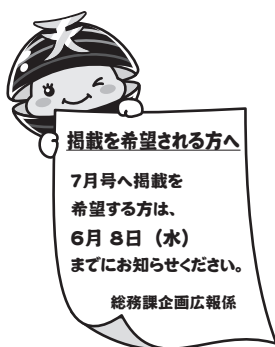
留萌保健所 健康推進課 健康支援係

TEL 0166-428327

FAX 0166-428216

※受付時間：平日 8時45分〜17時30分

開設日	時間	会場	内容
6月 8日 (水)	14:00〜16:00	留萌保健所	思春期相談
7月 7日 (木)	14:00〜16:00		思春期相談
8月 25日 (木)	9:30〜11:30		精神相談
9月 9日 (金)	14:00〜16:00		精神相談
10月 6日 (木)	10:00〜12:00		思春期相談
11月 14日 (月)	13:00〜15:00		アルコール相談
12月 6日 (火)	15:00〜17:00		精神相談
1月 17日 (火)	15:00〜17:00		精神相談
2月 7日 (火)	15:00〜17:00		精神相談
3月 7日 (火)	15:00〜17:00		精神相談



## 防災ひとくちメモ

### オホーツク海高気圧、低温に注意

いよいよ初夏が訪れ、登山やキャンプ、スポーツなど屋外でのレジャーを楽しむシーズンとなりました。

6月から7月にかけて北海道は、オホーツク海に中心を持つ高気圧に覆われることが多くなります。天気は大きく崩れることはありませんが、高気圧から湿った寒冷な空気が吹き出し、オホーツク海側では曇天で霧雨が降る天気となります。上川・留萌地方では、日中は晴れますが朝晩は低い雲がかかり、曇天となり肌寒くなります。この高気圧は動きが遅く、北海道がオホーツク海高気圧に覆われた気圧配置が1週間以上も続くことがあります。寒冷な空気の影響で低温となるため、農作物の生育への影響などが懸念されます。また、この時期は遅霜が降りることがあります。旭川地方気象台が観測した最近の遅霜の記録は、平成30年6月10日で、この日の最低気温は旭川では3.1℃、名寄では0.3℃を観測し、強い霜が降りた所があったと考えられます。

このように、この時期は低温に加えて遅霜にも注意が必要です。旭川地方気象台では、低温の可能性があるときには低温注意報を発表し、霜のおそれがあるときには霜注意報を発表して農作物などの管理に注意を呼びかけています。ほかに週間天気予報や2週間気温予報で今後の気温推移を予想し発表していますので、観光やレジャーなどの計画や農作物の生育の管理に、これらの情報をお役立てください。



#### ◆お問い合わせ先◆

旭川地方気象台 TEL 0166-327102

<https://www.data.jma.go.jp/asahikawa/index.html>

## 第41回鏡沼しじみまつり及び第15回てしお味覚まつりの開催中止について

標記の件につきまして、今年度開催を予定しておりました標記のイベントですが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続く中、天塩町観光協会内で検討を続けた結果、ガイドラインを遵守し徹底した感染防止策を講じることについては困難なことから、天塩町民をはじめとした来場者・関係者の健康面の安全確保を第一優先として、両イベントの開催を中止させていただく判断となりました。

当観光協会としましては、コロナ禍を踏まえた上で、天塩町と連携しながら町を少しでも明るくできるよう、町民をはじめとした皆様中止となったイベントを別の形でお届けできるよう検討してまいります。



各種イベントを楽しみにしていただいていた皆様、例年ご協力いただきありがとうございました関係者の皆様におかれましては、何卒ご理解賜りますようよろしくお願いいたします。

◆お問い合わせ先◆

天塩町観光協会事務局（商工観光課内）

☎01632（2）1729

「秘境教育」。私が3月にオンラインで『これまで行ったことのある外国について』というテーマで6年生の授業をさせていただき、今回、3年生、4年生のプレゼンテーション授業を参観すべく啓徳小学校に伺って思いついた言葉です。

少ない児童数と相まって、きめ細かな学習が日々行われているようでした。当時、卒業を控えた6年生が「総合的な学習の時間」で調べ学習を行い、プレゼンテーションを作り、みんなの前で発表するという学びのプロセスの積み重ねがひしひしと伝った授業はまだ記憶に新しいところです。オンライン環境を駆使し、学びに広がりを見せる授業とは対照的に窓の外は秘境感たっぷりの雪景色。そのギャップに天塩町の強みを見る思いでした。

時は移り、この4月に3年生4年生に進級した児童による、「わたしたちの町」「わたしたちの北海道」というプレゼンテーションの授業見学に伺う機会があり、新緑のなか再び啓徳小学校に行ってきました。



プレゼンテーションは、アニメーション技術を盛り込むなど、かなり本格的。その演出に「わあ、すごい」と素直に声が出てしまいます。

今年度、啓徳小学校ではオンラインを使い、こうした「総合的な学習の時間」を神戸大学経済学部橋野先生のゼミ生と行う計画を立てています。インタラクティブという私たちが舌を噛みそうなIT技術的風景は、すでに教育の現場では当たり前になってきているようです。

（三國）





▼鑑沼海浜公園の清掃活動をする役場若手職員



## 若手職員が 清掃ボランティア



町役場の若年層職員で構成される天塩町職員組合青年婦人部は、ボランティア活動の一環として鑑沼海浜公園の清掃活動を行いました。3年前まで町主催の鏡沼クリーンアップ大作戦に団体として参加していましたが、その後、コロナ禍により未開催となっていたことから、観光シーズンを迎え、自主的に清掃ボランティアを実施しました。4月23日、風雨のなか20歳代を中心とした部員7名が参加し、約1時間半かけて公園の敷地内を手分けして歩きまわり、空き缶、ペットボトル、ビニール・プラゴミなどのゴミを拾い集めました。

▼動画の上映、限定ランチで賑わうカフェ



## コミュニティ・ カフェ開催



一昨年から旧店舗を改装したコミュニティスペースで定期開催されてきた「テトテ・プラス」が、4月16日に今年初めて開催されました。町内の医療従事者をメインに、高校生もボランティアスタッフとして町内外からの来客を迎えました。地域産食材のランチ、平飼鶏卵の限定販売、セラピー体験のほか、農水省北海道農政事務所主催のコンテストで優秀賞を受賞した地域おこし協力隊・野口隊員が製作した動画の上映、町立病院の橋本院長による講話「足の健康のこぼなし」が行われ、小学生からお年寄りまで多世代の方々が訪れ、賑わいました。

▼消防広報車を先頭に町内をパレード



## 春の火災予防 パレード



春の全道火災予防運動開始日の4月20日、北留萌消防組合天塩支署の消防指令広報車を先頭に消防車6台、危険物安全協会のタンクローリー車等3台、パトカー、救急車の隊列による火災予防パレードが行われました。火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、火災予防の一層の普及を図ることを目的に、町市街地を約1時間に渡る巡回パレードで「火の元に注意」を呼びかけました。本年の全国統一防火標語は「おうち時間 家族で点検 火の始末」です。4月30日までの11日間、町民への防火意識を高めるため啓発と予防運動を行いました。

▼車両の窓ガラスを特殊工具を用いて取り外す様子



## 車両救出訓練



北留萌消防組合天塩支署と天塩警察署主催による合同訓練が4月26日に行われました。事故等で人が車両に閉じ込められた場合を想定した救出模擬訓練で約20名の消防署員、警察官が参加しました。廃車両2台の窓ガラスを特殊器具を使用して粉砕、切断、取り外しや、車両の下敷きになった人を救助するためのマット式空気ジャッキ等を使用する実技体験を行いました。参加した署員は、車両の構造や特性、使用器具の機能や使用感、また作業の手順などを学び、救助活動における安全性や迅速性の強化を目指した技術、知識を体得しました。

▼夕映と道の駅に設置されたマンホール蓋（下2つ）



人気アニメ『機動戦士ガンダム』のキャラクターと観光スポットを背景としたデザインのマンホール蓋が、バンダイナムコグループより天塩町・豊富町・稚内市に各2種類ずつ寄贈されました。4月22日、豊富町で寄贈式が行われ、26日より3市町に設置されました。天塩町では天塩川河川公園を背景にした「ドム」が「道の駅でしお」、天塩川歴史資料館を背景にした「ガンダム」が「てしお温泉夕映」に設置されました。同プロジェクトは、自治体と協力し地域の活性化を図るとともに、世代を超えたガンダムファンの皆様との絆の証にしていきたいと考えています。

## ガンダムマンホール



▼新たに3名が入団した天塩町消防女子団員



## 女子消防団員 9名に



北留消防組合天塩消防団の本年度辞令交付式が4月16日、行われ、新たに女性団員3名（秋山陽子さん、王君杰さん、竹元紗良さん）が入団し、女性団員が9名となりました。3名は「女性団員の方々は地元出身者や保健福祉関係の職員も多く、町民の方々と日々の交流を通じ、子育て世代から高齢の方まで安心して暮らせる町づくりに貢献できるよう務めたい」と抱負を述べました。女性団員歴19年で部長の中井百代さんは「団員は多様な職種の方々がおり、女性団員と連携することで高齢化する町でも安心・安全を確保したい」と語りました。

▼フレイル予防の講話を聞き、学ばる婦人会員



## 母子寡婦会 フレイル予防学



5月11日、天塩町母子寡婦会（中村和子会長）の総会が保健ふれあいセンターにて行われました。会で運営している町立病院売店の運営等の事項について協議を行った後、町福祉課保健師によるフレイル（身体認知機能の低下による虚弱化）防止の講話を受け、運動や栄養、口腔ケア、社会参加の重要性について学び、理解を深めました。口腔機能の維持向上のため「口腔体操（前月号の広報誌に掲載）」を行ったり、噛む力を測定する専用のガムを噛む体験を行ったりしました。その後、恵愛荘へ寄贈する古布切りのボランティアを行いました。

▼詐欺被害防止の手紙を作成したこがら児童クラブのみなさん



## 詐欺被害防止のため 児童が手紙を作成



被害が後を絶たない特殊詐欺犯罪防止のため、天塩警察署、こがら児童クラブ、天塩町防犯協会が連携し「防犯お手紙大作戦」と名付けた取り組みを行いました。5月11日、天塩警察署の方が同クラブを訪れ、防犯講話と護身のための実演説明を行った後、警察官が講師役となり「おじいちゃん、おばあちゃんが悪い人に騙されないよう気持ちを込めてつくりましょう」と呼びかけて、児童28名と一緒に詐欺被害に遭わないように注意を促すための呼び掛けのメッセージや絵を各自、色鉛筆で書き入れた手紙をつくりました。

## 町長コラム



天塩町長 佐々木 裕之

ロシアによるウクライナ侵略に抗議しつつ、一方でサハリンや北方領土交流の暗雲に頭を痛めています。

先日の上京陳情で稲津代議士の事務所へお伺いし、同行の稚内市長とども「親が樺太出身……」とのことであり、私の亡き父も真岡生まれで親近感を覚えました。母は天塩生まれ、母方は北川口出身です。私は「ハーフ天塩人」のようです。

ウィズコロナといわれ感染の危険と隣り合わせの状況が続いていますが、町民の皆様をはじめ、自分や家族のためにもう少しの間、予防を徹底しましょう。

11月までには大手ドラッグストアがオープンし「コープさっぽろ」も配送センターを中心に拠点を整えつつあります。一方去っていく企業もあります。が、医療福祉・教育・経済を含めて西天塩の地勢的な中心は本町です。留萌管内における開発事業の半分は私たちの地域で展開されています。本町が担当すべき社会インフラ整備にはじまり、近隣町との連携協調による利便性・交通の足の確保など新しい方向性も見定めましょう。

山ワサビやハマボウフウなどの山菜、今日はホタテ稚貝のお裾分けをいただきました。お酒の肴に絶品でありグラスが進みます。春の検診で肝腎心臓や腫瘍系は異常なしですが、町立病院に通いつつ吞みすぎないように気を付けます。

## 戸籍のお知らせ

※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。

### ★お誕生おめでとうございます

該当なし

### ●結婚おめでとうございます

該当なし

### ◆ごめいふくをお祈りします

岩澤 謙 三さん (75歳)  
(海岸通3)

木下 悠 さん (32歳)  
(北川口)

若松 あや子 さん (91歳)  
(山手通7)

## ご厚志のご紹介

### ■天塩町社会福祉協議会へ

【香典返しとして】

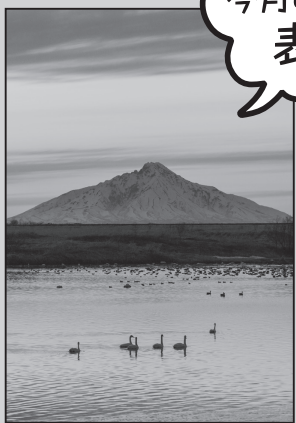
海岸通3 岩澤 洋子 さん  
北川口 木下 聡 さん  
群馬県 若松 周夫 さん

【社会福祉のために】

天塩町 天塩町母子寡婦会 様  
南町 高橋 晶子 さん  
■恵愛荘へ 天塩町 有限会社マルタケ 様

## 今月の表紙

夕景の振老沼とオオハク  
チヨウとオオヒシクイ



「オオヒシクイ」は雁の一種の渡り鳥で、国の天然記念物、準絶滅危惧種に指定されています。羽を広げた大きさは180cm以上にもなります。毎年、春と秋に渡りの中継休息場所として振老沼や湿地帯に飛来します。世界の生息個体総数の1%超がこの区域に飛来しています。

## 編集後記

♪いつも「広報てしお」をご愛読いただき有難うございます。広報担当の菅原・菅野です。

♪今月号の特集記事でも記載しました北京オリンピックのバイアスロン競技に日本代表選手として出場した天塩町出身の蜂須賀 明香 選手が町長のもとを表敬訪問しました。蜂須賀選手は町出身者として初の五輪出場を成し遂げました。五輪出場選手を出身地別に調べてみました。北京五輪には124人の日本代表選手が参加しましたが、出身都道府県別では、最多は北海道の46人、次いで長野が16人、三番目が新潟の10人でした。北海道出身の選手をさらに出身自治体と競技別にみると、女子アイスホッケー16人のうち7人が苦小牧市、3人が釧路市の出身。女子

## ひとのうごき

### 4月末

--- 人口 ---  
2,839 人 (- 1)  
①男 1,436 人 (- 3)  
②女 1,403 人 (+ 2)  
--- 世帯数 ---  
1,481 世帯 (+ 6)  
※ ( ) 内は前月比

カーリング5人のうち4人が北見市、スキージャンプ9人のうち3人が上川町出身と、地域と競技に相関がみられます。出身自治体の人口あたりの出場選手数という切り口でみた場合、人口約3,100人でこれまで16人の五輪出場選手を輩出した野沢温泉村(長野)が全国一のようなです。野沢温泉村は、約100年前、村民有志によりスキークラブが創設され、スキーマの収益を選手の育成に還元する仕組みが継続され、各種スキー競技の選手が育てられ、引退後の選手は村内で旅館を経営しながら育成にも関わっていることです。ちなみに1998年開催の長野五輪ではバイアスロン競技の開催地となっています。「人づくり」と「地域づくり」は両輪のようなものですね。♪広報紙への記事掲載や取材のご依頼などございましたら、お気軽に総務課企画広報係までお問合せ・ご連絡ください。