

# 広報 仁木

北海道仁木町広報紙／令和6年6月13日発行 通算835号

令和6年  
2024

# 6



特  
集

「消滅可能な町へ」

「消滅可能性自治体」からの脱却





銀山へき地保育所

指導

に当たった錦巡査部長が講評で、「横断歩道を渡るときは、左右の確認を忘れないでくださいね」と伝えると、園児たちは「はい！」と大きな声で応えていました。



余市川流域クリーンアップ作戦

5月18日、町内余市川流域の各

所において、余市川流域クリーン

アッピ作戦が開催されました。

同事業は、余市川の環境を守る

ことを目的に平成7年から実施さ

れているもので、当日はボラン

ティアとして64名の方が参加。町

内の余市川周辺8地点に分かれて、

清掃活動を行い汗を流しました。

令和6年6月

4



会議の様子

## 質疑内容の一部を紹介します

- Q** 高規格道路が開通するが、今後の取組はあるのか。
- A** 町には魅力的な資源がたくさんあるので、観光コンテンツ等を整理して協議を進めていきます。
- Q** 防災行政無線の屋外スピーカーがない地域では、農作業等で外出しているとき放送がわからない。
- A** 各戸に設置されている防災行政無線（子機）の録音機能により町内放送を確認できるほか、町ホームページでもご覧いただけます。
- Q** 夏場の熱中症対策として、町は何か考えているのか。
- A** 現時点では具体的なものはありませんが、真夏日等の熱中症対策として、クーリングシェルターの設置などを検討しています。



町内会長会議を開催

## 活発な質疑交わされる

5月20日、町民センターにおいて、令和6年度町内会長会議を開催しました。開催に当たり、佐藤町長は「町民と行政が一体となって、まちづくりに全力で取り組んでいきたい」と挨拶。約30名の町内会長が出席のもと、活発に町との意見交換が行われました。

下記コラムに会議で出された質疑内容の一部を掲載させていただきます。



町で起きた あんな事! こんな事!

## まちの話題

町内のできごと、行事、イベントなどを写真付きで紹介。町では広報紙、ホームページ、SNSなどへ掲載のため、撮影・取材活動を行っています。皆さまのご理解とご協力をお願いします。



①横断歩道の渡り方を錦巡査部長から学ぶ園児たち②終了後、パトカーの前で記念撮影。パトカーを見学した園児たちは大喜び

在所の錦巡査部長と町交通安全指導員が指導に当たり、道路歩道の歩き方や横断歩道の渡り方を実習したほか、交通安全の啓発動画を鑑賞しました。

指導に当たった錦巡査部長が講評で、「横断歩道を渡るときは、左右の確認を忘れないでくださいね」と伝えると、園児たちは「はい！」と大きな声で応えていました。



なかよしクラブ・安心警ら隊  
看板設置で盗難防止

5月10日、なかよしクラブ・安心警ら隊（中川博喜隊長）がボランティア活動の一環として、農産物盗難防止のための防犯看板を町内に設置しました。

同取組は、余市警察署の依頼によるもので、当日は5名の隊員が参加し、余市警察署職員とともに「盗難防止重点地区」の看板を町内各所に設置。隊長の中川さんは「1件でも盗難被害が無くなるよう、これからも取り組んでいきたい」とお話ししていました。



しっかり頑丈に手際よく看板を設置する安心警ら隊の皆さん



清掃活動の様子

5月18日、町内余市川流域の各所において、余市川流域クリーンアップ作戦が開催されました。同事業は、余市川の環境を守ることを目的に平成7年から実施されているもので、当日はボランティアとして64名の方が参加。町内の余市川周辺8地点に分かれて、清掃活動を行い汗を流しました。



招魂祭しめやかに  
忠魂碑に平和の誓い

5月18日、招魂祭が執り行われ、仁木町遺族会（青木正好会長）を始め関係者約30名が参列し、平和への誓いを新たにしました。

青木会長は「今後も故郷の平和を願つて、活動を続けていきたいと思います」と挨拶されていました。



招魂祭で挨拶される青木会長



パレードの様子





## ごみの分け方出し方マニュアル

問 住民環境課環境衛生係 32-2513

特集

まちの話題

注意

## マイナンバーカード出張申請サポート

問 住民環境課住民係 32-2513

役場に来庁することが困難な高齢者や障がいのある方を対象に、職員がご自宅等に訪問し、顔写真撮影から申請受付までを行う「出張申請サポート」を実施しています。申請したマイナンバーカードは後日ご本人に郵送しますので、役場に出向くことなくマイナンバーカードを取得できます。

## ●対象者

- 窓口への来庁が困難な高齢者や障がいのある方
- 福祉施設等の団体（団体単位でお申し込みください）

## ●実施期間

- 平日10:00~16:00

## ●準備していただくもの

- 通知カード及び住基カード（お持ちの方のみ）
- 本人確認書類（1点確認：運転免許証、パスポート、身体障害者手帳等 2点確認：健康保険証、介護保険証、医療受給者証、年金手帳、預金通帳等）



## 夏休み期間中を含む放課後児童クラブの利用申込

問 福祉課おもいやり係 32-2514

ごみの分別と減量化を推進するため、『ごみの分け方出し方のマニュアル』を作成し、全戸配布・町ホームページに掲載しています。ご不明な点やごみ分別マニュアルの配布希望については、住民環境課環境衛生係までお問い合わせください。

また、新たに町に引っ越して来られた方や外国人の方など、まだ分別に不慣れな方もいらっしゃいます。

地域でやさしくお声がけの上、きれいなまちづくりにご協力をお願いします。

資源ごみとなる「ペットボトル」や「プラスチック製の容器類」に印字されているマークを確認のうえ、正しく分別してください。正しく分別されないと収集されない場合がありますので、ご協力願います。

仁木町では、昼間に保護者がいない等のご家庭の小学生を対象として、夏休み期間中を含む放課後児童クラブ利用申込を受け付けています。

今後利用を予定されている方は、利用申込書を福祉課おもいやり係窓口にて配布していますので、必要事項を記入の上、7月5日（金）までに提出してください。（利用申込書などは町ホームページからダウンロードすることもできます）

利用の可否については、上記期限の後に決定します。

また、利用人数に限りがあり、ご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。

なお、期限までに提出できない場合は担当までご相談ください。

## 「スッキリ運動教室（前期）」参加者募集中

問 地域包括支援センター 32-3855

仁木町では、いくつになっても住み慣れた地域でいきいきと自立した生活を送っていただけるよう、今年度もスッキリ運動教室（前期）を開催します！

## ●日 程

令和6年6月13日(木)から9月19日(木)までの計8回

- |    |   |         |
|----|---|---------|
| 6月 | — | 13日・27日 |
| 7月 | — | 18日・25日 |
| 8月 | — | 8日・22日  |
| 9月 | — | 5日・19日  |

## ●実施時間

第1部 午前9時30分から午前10時30分まで

第2部 午前10時45分から午前11時45分まで

第3部 午後1時30分から午後2時30分まで

※初めて参加する方は、第1部又は第2部の参加をお願いします。参加人数が20名以上となった場合、65歳以上の方を優先させていただきます。

## ●実施場所 仁木町民センター交流ホール

※8月8日のみ多目的文化ホールです。

## ●講 師 健康運動指導士 岸本和歌 氏

●留意事項 動きやすい服装でご参加ください。タオルや飲み物は各自用意ください。送迎はありません。

●その 他 6月1日から地域包括支援センターの運営が町から医療法人「一視同仁会」へ変更となっています。

## 仁木町定住促進住宅補助事業

問 企画課未来創生係 32-3953

仁木町への定住促進を目的とした住宅新築・改修補助事業を、昨年度に引き続き今年度も実施しています。

事業の実施に当たっては、着工前に所定の様式を提出する必要がありますので、今年度中に住宅新築又は住宅改修を計画されている方は、お早めに企画課未来創生係まで事前相談をお願いします。

## ●対象者

- 移住者（申請する2年前に移住）
- 子育て世帯（中学生以下の子どもを扶養し同居）
- 若年世帯（申請日現在で申請者又は配偶者が50歳以下）

## ●補助内容

- 定住促進新築住宅取得補助事業  
補助額…住宅取得費1,000万円以上に対し200万円  
対 象…新築又は建売で住宅床面積が50m<sup>2</sup>以上等
- 定住促進住宅改修補助事業  
補助額…改修費用500万円以上に対し100万円  
対 象…改修工事後に住宅床面積が50m<sup>2</sup>以上等

## 公共施設のフリー Wi-Fi

問 企画課地域イノベーション係 32-3953

一部の公共施設において、誰でも簡単にインターネットを利用できるよう、公衆無線Wi-Fi「Niki Town Free Wi-Fi」を整備しています。利用規約や注意事項をご確認の上、ご利用ください。

## ■利用できる施設

- 役場庁舎
- 市民センター
- 保健センター
- 大江コミュニティセンター
- 大江へき地保育所

## ■利用可能時間

各施設の開館時間中（ただし災害時は避難所開設時間中）

## ■注意事項

- 公衆無線Wi-Fiは、通信の暗号化を行っていないので、悪意を持った人から通信内容を盗み見されるおそれがあります。IDやパスワード、クレジットカード番号等の入力を控えるなど、個人情報の取扱いにはご注意ください。
- 利用ガイドは、各施設に設置しているほか、以下のURLからご確認いただけます。

<https://www.town.niki.hokkaido.jp/section/kikakuka/immd6j0000006r4g.html>



## 令和5年度 情報公開制度の運用状況

問 総務課総務係 32-2511

町では、情報公開制度運用状況について、仁木町情報公開条例（平成16年仁木町条例第10号）第31条及び仁木町情報公開条例の施行に関する規則（平成16年仁木町規則第13号）第11条の規定に基づき、行政に関する情報公開を行っています。

令和5年度、町に寄せられた請求内容は下記のとおりです。

令和5年度の情報公開制度運用状況を、仁木町情報公開条例の規定により次のとおり公表いたします。

請求件数		4件
決 定 の 内 訳	開 示 件 数	全部開示
	一部開示	3件
	非開示件数	0件
	公文書不存在	2件
	不服申立て件数	0件

※請求件数と決定件数の合計が異なるのは、1件の請求に対し複数の決定を行ったものがあるためです。

## チャイルドシート購入助成事業

問 総務課広報交通係 32-2511

町では6歳未満のお子さんをお持ちの保護者の皆さんに、チャイルドシート購入費の一部（購入費の1/2、上限1万円）を補助する事業を行っています。

## ●チャイルドシート助成金の申請方法

次の書類を持参の上、総務課窓口で申請してください。

- ①チャイルドシート購入時の領収書やレシート
- ②国土交通省認定形式指定マークが確認できるもの（チャイルドシートの取扱説明書など）
- ③助成金の交付を受けようとする方、チャイルドシートを使用するお子さんの身分を証明するもの（運転免許証、健康保険証、母子手帳など）
- ④振込先金融機関の口座がわかるもの



# くらしの伝言板

## 国民年金に関するお知らせ

### ●国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

国民年金保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードや電子（キャッシュレス）決済、そして割引率が最も高くなる便利でお得な口座振替もあります。

毎月の保険料納付期限は、「翌月の末日」です。保険料の納め忘れがあると、万一障害や死亡といった不慮の事態が発生したときに、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合がありますので、必ず納付期限までに納めてください。

なお、所得が少ないなどの理由で納付が困難な場合は保険料が免除・猶予される制度がありますので気軽にご相談ください。

### ●日本年金機構からのお知らせです

日本にお住まいの20歳以上の方は国民年金に加入し保険料を納付することが義務付けられています。

国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続きなどわかりやすく動画でご案内しています。ぜひ日本年金機構ホームページから動画をご覧ください。

HP <https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/20kanyu.html>

国民年金に係る照会や相談については、下記までお問い合わせください。

問 小樽年金事務所

☎ 0134（65）5002

問 住民環境課住民係

☎ (32)2513

06

03

## 7月17日は、北海道みんなの日

1869年（明治2年）、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道」という名称を提案した7月17日は、「北海道みんなの日」愛称「道みんの日」です。

北海道の魅力と価値を再発見し、北海道を誇りに思う心を育み、より豊かな北海道を築き上げることを期する日として平成29年に制定しました。

「道みんの日」に北海道の魅力を再確認することで、より一層北海道に愛着や誇りを持ち、その魅力を発信するきっかけにしてみませんか？

01

## 仁木町公益貢献賞

町では、町内在住55年以上、かつ88歳以上の永年在住者の皆さんへ、仁木町表彰条例の規定に基づき、賞状と記念品をお贈りしています。この度受賞された方は次の方です。

五十嵐静子 様（88歳／長沢南）

永年のご功労に感謝するとともに、心よりお祝い申し上げます。

※ご本人の希望により、五十嵐様はご芳名のみの掲載とさせていただきます。

02

## 労働保険のお知らせ

令和6年度 労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は

6月3日㈪～7月10日㈫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。

年度更新申告書の書き方及び申告・納付方法などの詳細については、年度更新申告書に同封しているパンフレットなどをご参考ください。厚労省ホームページでもご覧いただけます。



厚生労働省ホームページ

## 戸籍の窓

### ●いつまでもお幸せに

陣内 雄さん (東町)  
澤野 雅子さん

### ●ご冥福をお祈りします

伊藤 道子さん (80歳／東町)  
阿部美紀子さん (76歳／北町)  
森 治国さん (70歳／長沢西)  
丸田 優弘さん (77歳／大江)  
坂東 清さん (87歳／北町)  
橋根 リツさん (88歳／北町)

05

## 仁木町人事

### ●仁木町人事（6月1日付け）

▶福祉課保健係主任（地域包括支援センター業務係主任）平田佳菜

### 仁木町内での事故発生状況

区分	件数	死者	負傷者
5月発生件数	0件	0人	0人
R6年累計	2件	0人	3人

交通事故死ゼロの日  
R3.7.21～R6.5.31 1045日

### ひとの動き（令和6年5月31日現在 住民基本台帳より）

人口／3,001人（前月比+2） 男性／1,467人（前月比+3） 女性／1,534人（前月比-1） 世帯数／1,625世帯（前月比-3）  
外国人人口／183人 男性／70人 女性／113人 世帯数／178世帯 ※外国人人口及び世帯数は外数です

# まちのカレンダー

特集

まちの話題

教育委員会だより

町からのお知らせ

協力隊今月の活動レポート

くじこの伝言板

まちのカレンダー

まちの『どうしたらしいの?』は、以下の担当課までお問い合わせください。

- 戸籍、出生・死亡、ごみなどのお問い合わせは **問 住民環境課** ☎ 32-2513
- 国保、介護、育児、健康相談などのお問い合わせは **問 福祉課** ☎ 32-2514
- その他、行政に関するお問い合わせは **問 総務課** ☎ 32-2511

令和6年6月							令和6年7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1	30	1	2	3	4	5	6
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31	1	2	3

●行事名 会 会場 問 お問い合わせ先 ☎ 電話番号 ✉ メール + 当番病院 歯科当番医 水道修理

6月	13(木)	●広報『仁木』6月号発行 <b>問 総務課</b> ☎ 32-2511
	14(金)	
	15(土)	●仁木町子ども体験塾第2回講座「e-Sports教室」 <b>会 町民センター</b> / 9:30 ~ <b>問 教育委員会</b> ☎ 32-3621 ※対象者のみ ■ 堀川管工設備工業 ☎ 23-3032
	16(日)	✚ よいち整形外科クリニック ☎ 48-5000 ■ 山地設備 ☎ 090-3118-4433
	17(月)	
	18(火)	
	19(水)	●無料法律相談 <b>会 余市中央公民館</b> / 13:00 ~ 16:00 <b>問 総務課</b> ☎ 32-2511 ※予約制
	20(木)	●防災行政無線戸別受信機試験放送 / ①12:30 ・ ②18:30 <b>問 総務課</b> ☎ 32-2511 ●運転免許更新時講習 一般講習 / 13:00 ~ 優良講習 / 14:30 ~ <b>会 余市町中央公民館</b> <b>問 余市警察署</b> ☎ 22-0110 ●仁木町営住宅及び特定公共賃貸住宅入居者募集申込開始日 <b>問 建設課</b> ☎ 32-2516 (7/4まで)
	21(金)	■ 藤田設備 ☎ 080-3268-0706
	22(土)	●防災行政無線戸別受信機試験放送 / ①12:30 ・ ②18:30 <b>問 総務課</b> ☎ 32-2511 ✚ 脳神経外科よいち汐風クリニック ☎ 21-5566 ■ 長内水道配管 ☎ 32-2105
	23(日)	●第12回仁木町農業委員会総会 <b>会 委員会室</b> / 11:00 ~ <b>問 農業委員会</b> ☎ 32-3952
	24(月)	
	25(火)	
	26(水)	●第2回仁木町やすらぎ大学「音楽を楽しむ」 <b>会 町民センター</b> / 9:30 ~ <b>問 教育委員会</b> ☎ 32-3621 ※対象者のみ ●無料法律相談 <b>会 保健センター</b> / 13:30 ~ 14:30 <b>問 社会福祉協議会</b> ☎ 32-3959 ※予約制
	27(木)	●3ヶ月・6ヶ月・9ヶ月児健診 <b>会 保健センター</b> / 13:00 ~ <b>問 福祉課</b> ☎ 32-2514 ※対象者のみ ●第2回ブックスタート事業 <b>会 保健センター</b> / 14:00 ~ <b>問 教育委員会</b> ☎ 32-3621 ※対象者のみ ■ Niki配管設備 ☎ 32-2647
	28(金)	
	29(土)	

6月

30(日)

- 行事名 会 会場 問 お問い合わせ先 ☎ 電話番号 ✉ メール + 当番病院 歯科当番医 水道修理
- 第40回仁木町さくらんぼフェスティバル **会 農村公園フルーツパークにき** / 10:00 ~ 16:00  
問 仁木町さくらんぼフェスティバル実行委員会 ☎ 32-2711
  - ✚ わたなべ内科医院 ☎ 22-3989  
■ 関組 ☎ 22-4782

7月

1(月)

2(火)

3(水)

4(木)

5(金)

6(土)

7(日)

8(月)

9(火)

10(水)

11(木)

12(金)

13(土)

14(日)

- 仁木町営住宅及び特定公共賃貸住宅入居者募集申込締切日 **問 建設課** ☎ 32-2516

✚ 内山設備 ☎ 23-2634

- ワーリングウォーキフェスNIKI2024 **会 旭台エリア** / 10:30 ~ 15:00  
問 ワーリングウォーキフェスNIKI実行委員会 ☎ 32-3801 ※予約制

✚ 北郷耳鼻咽喉科医院 ☎ 23-5533

■ 高橋配管設備 ☎ 22-5571

- 無料あんしん法律相談 **会 保健センター** / 15:30 ~ 16:30 **問 社会福祉協議会** ☎ 32-3959 ※予約制

- 広報『仁木』7月号発行 **問 総務課** ☎ 32-2511

- 運転免許更新時講習 違反・初回講習(合同実施) / 13:00 ~ 優良講習 / 15:30 ~ **会 余市町中央公民館** **問 余市警察署** ☎ 22-0110

■ 堀川管工設備工業 ☎ 23-3032

✚ 勝田内科皮フ科クリニック ☎ 22-3843

■ 山地設備 ☎ 090-3118-4433



今月の表紙

写真は5月26日に行われた仁木小学校運動会の徒競走の様子。児童は1つでも上の順位を目指そうと精一杯駆け抜けっていました。また、中には途中で転倒してしまい、悔し涙を流しながら残りの走路を走った子も。ゴールした際には、その頑張る姿に会場から温かい拍手が送られていました。運動会を通して子どもたちが私たちに成長を感じさせ、驚きと感動を与えてくれました。(撮影場所／仁木地区)



広報仁木では、広報の表紙を飾る、町内の四季を切り取った写真を募集しています。デジタルカメラだけで撮影した写真でも構いません。『とつておきの仁木町』の写真をぜひお寄せください。募方法など詳しく問い合わせください。問い合わせは下記までお問い合わせください。お問い合わせ先 総務課広報交通係 ☎ 32-2511

# 今から夏バテ対策！食事で予防！

たにぐち  
谷口 ふく恵



今年の「夏至」は6月21日です。夏至とは、1年で1日の日照時間が最も長い日といわれています。この日から、本格的な夏が始まります。北海道でも近年は、猛暑が続いている。今回は、夏バテ予防について紹介します。

## ● 「夏バテ」の原因

夏は、冬や春よりも無意識に汗をたくさんかくようになります。気づかぬうちに、脱水やミネラル不足になり、食欲不振やめまいといった症状が夏の暑さに適応できなくな

ると、食欲が低下してきます。暑いからと、冷たいものをたくさんとりすぎると、内臓も冷え、さらに食欲不振になるという悪循環になります。また、空調が効いた部屋と外気温の温度差の往来により、自律神経が乱れ、身体は、その度に体温調節を繰り返すことが乱れ疲れやすくなります。

## ● 「夏バテ」に効く栄養素と食べ物

### △たんぱく質△

体内環境を調整する働きをするホルモンや消化酵素など

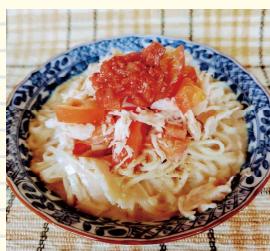
疲労と関係のある活性酸素を抑える働きがあります。ストレスの緩和にも効果があります。主な食品は、淡黄色野菜・果物で特に柑橘類などが豊富です。

はたんぱく質を分解したアミノ酸をもとに作られています。たんぱく質が不足するとホルモンの働きが弱くなり、消化不良の原因になるなど全身の不調が起ります。主な食品は、肉・魚・卵・大豆製品などがあります。

## △ビタミンB群△

主に糖質や脂質、たんぱく質を代謝する時に必要なビタミンです。足りなくなると代謝がうまく進まず食べているのにエネルギーになりにくく疲れ感が残ってしまいます。主な食品は、豚肉・玄米・納豆・ごまなどがあります。

## ササミの梅トマトそうめん



### ~作り方~

- ①耐熱皿にササミをのせて塩、酒をふり、ふんわりラップをかけて電子レンジ600Wで2分半加熱する。ラップをかけたまま粗熱が取れるまでおき、ササミを手でさく
- ②トマトは1.5cm角に切り、梅干しは種を除いて包丁でたたき混ぜ合わせる
- ③材料の★を合わせてタレをつくる
- ④鍋にたっぷり湯を沸かし、そうめんをゆで、器に盛りる
- ⑤④に①のササミ、②トマトと梅干しをのせ、③のタレをかけてでき上がり！

- 材料（2人分）
  - ・そうめん 3束（150g）
  - ・ササミ 4本（200g）
  - ・梅干し 3個
  - ・トマト 1個（150g）
  - ・酒 大さじ1
  - ・塩 少々
- ★豆乳（無調整）1カップ
- ★めんつゆ（3倍濃縮） 大さじ2
- ★白すりごま 大さじ2

## △ミネラル△

ミネラルは体内で合成できず、汗などと一緒に失われやすい成分です。体内の水分量の調節をする役割もあり、熱中症にならないためにもこまめな摂取が必要です。主な食品は、昆布・ひじき・小松菜・パセリ・枝豆・バナナ・スイカ・メロン・キウイフルーツなどがあります。（身

体に必要なミネラルは16種類あります。カルシウム、リン、カリウム、ナトリウム、マグネシウムなどです）

今から、夏バテ対策をしっかり行って、暑い夏をのりきりましょう！

## △クエン酸△

糖質を代謝してエネルギーを生み出すときにつける物質です。糖質からエネルギーを作り、クエン酸を摄取してエネルギーを作る方が早く代謝できるため効率がよく疲れ感がたまりにくくなります。

主な食品は、レモン・梅干し・酢などがあります。