

広報 仁木

北海道仁木町広報紙／令和7年12月4日発行 通算853号

令和7年
2025

12

— 自然と共に生きる力を学ぶ —

特集

地域おこし協力隊
今月の活動レポート拡大版

拡大版

Activity Report

地域おこし協力隊

特集

今月の活動レポート



今月の特集では、「地域おこし協力隊今月の活動レポート拡大版」として、地域おこし協力隊の年間の活動や卒業後の展望などを紹介します。

ワイナリーの開業を目指して

●これまでの活動内容について

卒業後のワイナリー開業に向けて、旭台のヴィンヤデオロポデガにて栽培、醸造研修を行ってきました。慣れるまでは、朝から夕方まで外で作業することが大変でしたが、現在はぶどうや圃場の状態を見ながら必要な作業を集中して行っています。3年間を通して同じワイナリーで研修することで、その圃場での毎年の気候の変化によるぶどう樹の病気の出方、虫や鳥、害獣の被害の違いを実際に経験することができ、大きな学びになりました。

ワイリングウオークフェスは、料理の提供やワインペアリングをすることができ、徐々に認知してもらえるようになってきました。そのほか、札幌で定期的に仁木町のワインを使ったワインペアリングイベントを開催したり、北海道主催のワインアカデミー研修を受講し、日々勉強しています。

●卒業後の展望について

卒業後は研修先の隣に事業継承で取得した畑でワイン用ぶどうを育て、しばらくは委託醸造でワインを造ります（スパークリングワインに特化したワイナリーとして活動する予定です）。また、圃場内にCASA IN SULTO（カーサイルソルト）としてイタリアンレストランを建設し、仁木町や近郊の食材を使った料理と自身の造るワインを楽しめる場所を造る予定です。

齊藤和世 隊員
隊員3年目

仁木町がより輝くように

●これまでの活動内容について

仁木町に来てからの経験は本当に貴重なものであり、町内農家のお手伝いから町内ワイナリーでのぶどう収穫、ボランティアの方へのランチ提供に始まり、今では店舗を構え仁木町・後志の食材を賢沢に使いながら活動しています。道内外から様々な方に料理を食べに来ていただいたり、逆に仁木町の魅力を町外へ伝える活動をしてきました。

スペインに在住していた経験を活かして、現地のシェフを仁木町に呼び、一緒に料理をして、今までにないテイストの料理法でお皿に表現したり、最近では他市町村での通訳や調理師学校での講師などを依頼していただけるようになり、様々な方面で仁木町の看板を背負って活動させていただいております。

●卒業後の展望について

まだ半人前ですが、店舗の営業はもちろん、ここで得た経験や縁を活かしながら、仁木町の良さやここにしかない魅力がより輝きを増すように、様々な場所で発信していきたいと考えています。

また、ゆくゆくはオーベルジュのような宿泊施設も備えた飲食店を目指して、ゆつくりと着実に歩みを進めていきます。

中野隆介 隊員
隊員3年目

お世話になっている方からのコメント

雫子谷ちさとさん

店舗営業はもちろん、加工関連の商品開発も頑張ってもらっています。特に加工品は年間を通して安定した収入源になりますので、どう進めていくのか期待しています。卒業後も仁木町の魅力発信をお願いします！

教育支援と有害鳥獣駆除の両輪で活動

●これまでの活動内容について

仁木・銀山小学校の4・6年生を対象に、学力・学習意欲の向上のため、寺子屋SCHOOLを開設しています。そのほか、学校の授業の補助等の支援活動を行っています。また有害鳥獣駆除活動では、5月から罠を併用して朝夕の見回りを行い、10月現在までに30頭ほどの鹿を捕獲、地域の農作物被害軽減に取り組みました。

●地域住民との関わりについて

銀山の柔道場で週2回の指導をしています。また、主に銀山地区の子どもたちが参加する芋煮会、餅つき大会などにも加わりました。今年の芋煮会では駆除した鹿の肉をバーベキューや煮込みなどに使い、参加者の皆さまと一緒に料理するなど、地域の方との関わりを大切に生活しています。

●今後の活動展望や抱負について

引き続き教育支援に携わりながら、移住に向けた活動に取り組んでいきたいと思っています。有害鳥獣駆除活動も継続して行っていく、その他、外部の研修会や交流会などにも積極的に参加していきたいと思っています。

お世話になっている方からのコメント

高橋賢太郎さん

毎週2回の柔道教室で関わることが多いですが、子どもたちから非常に人気があり、常に子どもたちの輪の中心にいる印象です。銀山地区の行事にも積極的に参加し、手伝いをしていただいて助かっています。教育支援活動や有害鳥獣駆除活動など多岐にわたる活動を、行動力と専門性を活かして活躍していただきたいと思います。

深見俊介 隊員
隊員2年目

食に関する活動を展開

●これまでの活動内容について

毎週金曜日、子どもの居場所づくりとしての子ども食堂「仁木げんき食堂」を開設し、多くの子どもたちに参加していただいています。また、町民の食堂として、仁木食堂を営業しており、今年は、仁木食堂弁当の展開を図り、多くの町民の皆さまにご利用いただきました。また、8月には町内在住者を対象に、災害発生時の「食」に関する知識習得のための炊き出し訓練をするなど、幅広く活動を行いました。

●地域住民との関わりについて

仁木町に来て町内会に加入し、それがきっかけで、今年は仁木神社の例大祭の接待係として例大祭行事に参加させていただき、たくさんの方と交流が図れました。また、仁木ビール会やパークゴルフの会、山菜取りの仲間に入れていただき、こちらでも、多くの方と楽しい時間を過ごさせていただいています。

●今後の活動展望や抱負について

今後も子ども食堂は継続していきます。8月に開催した炊き出し訓練は来年も継続して行う予定です。今年から始めた仁木食堂弁当を、もっと多くの町民の皆さまにお届けできるように宣伝に力を入れて、仁木食堂弁当作りに励んでいきたいと思っています。仁木町で出会った山菜取り仲間と山菜取りの会を立ち上げてみたいと考えています。

お世話になっている方からのコメント

朝山明彦さん・綾子さん

とてもやる気があり、子どもにも優しく接しながらも、悪い事は悪いと叱ることができる方で、とても良い印象を持っています。ご縁を大切に、卒業後もぜひ住み続けてもらいたいです。

菅原康晃 隊員
隊員2年目

町の発展に寄与できるよう取り組む

●これまでの活動内容について

任期も残すところ1年を切りましたが、振り返ればあつという間の時間でした。他の隊員や町民の方々、町職員と様々な事業を行い、チームワークの大切さや地域の魅力を深く学ぶことができました。様々な経験で得た知識をこれからの活動に活かし、引き続き自身のスキルアップに取り組んでいきたいです。町民スキー場もいよいよオープンです。皆さまが安全に楽しくご利用いただけるように活動を続けてまいります。

●卒業後の展望について

過去の職歴で長く携わった宿泊業を基盤に起業し、ゲストハウスやスポーツ合宿の誘致を進め、町の観光振興に貢献したいと考えています。現在、起業セミナーに積極的に参加しています。

また、仁木町農産加工研究会の勉強会等に参加させていただいており、卒業後も地元産品の価値向上の取組に関わることができればと思っています。さらに、発酵インストラクターの資格取得に向け、発酵の基礎を日々勉強しています。2、3年は兼業形態ではありますが地域のお役に立てるよう、精進を続けていきます。

皆さまの温かい支援が、私の原動力です。これからも、仁木町の発展に寄与できるよう努めてまいります。

お世話になっている方からのコメント

コンサドーレ仁木パーク 本田琢磨さん

コンサドーレ仁木パークやこれから始めるコンサドーレ仁木スキーパークの環境整備、イベントの企画・運営補助など、様々な面で町のスポーツ振興に貢献いただき、大変感謝しています。

小林久志 隊員
隊員3年目



松村孝明 隊員
隊員2年目

多文化共生の地域づくりを目指して

●これまでの活動内容について

町内ワイナリーで研修を行い、ぶどうの栽培や収穫、醸造の基礎を学びながら、町のワイン産業への理解を深めてきました。また、月に1〜2回フットサル交流会を開催し、外国人技能実習生と町民の交流を促進しました。さらに、母校である札幌国際大学の学生を招き、町内農場でぶどう収穫体験を実施。11月には母国ボリビアの民族音楽のライブを企画するなど、文化を通じた地域交流にも力を入れました。

●地域住民との関わりについて

ワイナリーなどでの研修を通じて、地元生産者の方々から多くの知識を学び、作業を共にする中で信頼関係を築いています。また、フットサル交流会では外国人実習生と地域住民が一緒に体を動かすことで、言葉や文化の壁を越えたつながりが生まれています。音楽イベントでは世代を問わず住民が参加し、町全体での温かい交流の輪を感じました。

●今後の活動展望や抱負について

外国人や町民がより深く関わり合える場を継続的につくり、多文化共生の地域づくりを目指すとともに、ワインづくりの研修を通じて、自分にできる関わり方を模索していきたいです。仁木町の魅力を広く伝えられる存在になれるよう頑張ります。

お世話になっている方からのコメント

ノースリークファーム 鈴木正光 さん

ワインに興味を持ち、研修にも来て一生懸命活動していただきました。各研修先を回られていくということで、今後の更なる活躍に期待しています。自分のやりたいことを見つけて、頑張ってもらいたいです。



川上あゆ 隊員
隊員2年目

ネイルサロンの開業に向けて

●これまでの活動内容について

観光協会において、各イベントの準備や運営の補助等を行ってきましたが、それぞれ大変さを痛感しています。開業に向けて自身のネイル活動も継続しており、町内外のお客さまにお越しいただき、喜んでいただいています。また、観光協会収益化事業として新しいお土産品のデザインやレジンで作製した小物の販売など、大変好評をいただいております。町内農園では農産物の栽培研修や直売所での接客研修など、今後自身の活動にも活かせる貴重な体験をさせていただきました。

●地域住民との関わりについて

観光協会での活動のほか、各観光農園への研修などで、町民の皆さまとコミュニケーションを図ってまいりました。そのほか、6月に開催されたさくらんぼフェスティバルでは、子どもを対象とした無料プランづくり体験会を開催し、地域の保護者の方々と触れ合つことができました。

●今後の活動展望や抱負について

これまでの経験やネイルの技術などを通して、ネイルリストを志した時からの夢であったネイルサロンをこの仁木町で開業したいと改めて感じています。そのために、これからも活動を頑張っていきたいです。

お世話になっている方からのコメント

村田果樹園 村田美智代 さん

川上隊員が観光協会でネイルをはじめた頃から施術してもらっており、いつも明るく非常に良い印象を持っています。ネイルサロンを開業するという明確な目標を持たれているので、卒業後もぜひ仁木町で活躍していただきたいです。



福重めぐみ 隊員
隊員2年目

町産ワインの認知度向上を

●これまでの活動内容について

観光協会において、イベントの準備や運営補助、町のPRなどを中心に活動しています。仮面葡萄会やワイリングウオークフェスでは実行委員会に入り、イベント運営に携わりました。

また、町産ワインの認知度拡大を目指し、道外でのワイン会を開催しており、直接お客さまとコミュニケーションを取って、仁木町を知っていただくことで、関心度を高めることができたと感じています。お客さまからののお声もあり、仁木町産ワインのふるさと納税返礼品への登録も進めています。

●地域住民との関わりについて

観光協会の店頭での接客を中心に、観光農園やワイナリーへの研修、イベントの実行委員会への参加など、様々な形で縁をいただいています。

●今後の活動展望や抱負について

3年目は観光協会会員の紹介リーフレットの作成に取り掛かりたいと考えています。協力隊卒業後はワイナリーでの勤務を目指していますので、引き続きワイナリー研修は積極的に行いたいです。また、イベント運営にも参加し、ワイン生産者の方々と繋がりを強くしていくとともに、道外でのワイン会開催で仁木町産ワインの販路拡大を目指します。

お世話になっている方からのコメント

Niki Hills Winery 三島早貴 さん

仁木町に不可欠な人。相談すると必ず力になってくれますし、福重さんのおかげで様々な事が成り立っていると感じています。持ち前の明るさで周りを巻き込みながら、これからも一緒に仁木町を盛り上げて行ければと思っています。

町農業の「将来像」を構築

●これまでの活動内容について

町の農業や農地の将来の姿を描く地域計画づくりのほか、生産性の高い新しいりんご栽培技術の導入、町産農産物を使った加工品開発の研究会の運営などに取り組んでいます。

また、ワイニングウオークフェスやマラニックにおいても、料理の提供も行っていました。8月にはフルーツの里キッチン友の会料理教室にて、講師としてイタリア料理の料理指導も行いました。加えて、9月には余市紅志高校や倶知安高校の生徒に、協力隊活動について講演をさせていただきました。

●地域住民との関わりについて

地域計画の策定では、農業委員やJA、土地改良区、そして農家の皆さまと地域農業の課題や農地の利用などに関する意見交換を行いました。また、りんご栽培や農産加工では研究会等の会員の皆さまと勉強会や視察等の活動で一緒にさせていただいております。観光振興では観光協会をはじめ、観光農園やワイナリー、イベントの実施に協力していただく農家や事業者の皆さまにも大変お世話になっていきます。

●今後の活動展望や抱負について

地域計画は常に変更、ブラッシュアップが求められているので、引き続き意見交換や農地の利用状況の調査などを継続するとともに、りんご振興や農産加工などについては、活動組織と相談しながら取組を進めたいと思います。特に、農産加工では、来年中に新しい加工商品の販売ができるよう頑張ります。

お世話になっている方からのコメント

農業委員会会長 木田憲一 さん

地域計画策定で関わっていますが、難しい課題にも一生懸命取り組んでいただき、非常に助かっています。今後も仁木町の農業のために頑張ってもらいたいです。



服部 聖 隊員
隊員2年目

レストラン開業に向けて「食」を探求

●これまでの活動内容について

町内でのワイナリー兼レストラン開業に向けた食材探しや料理の探求のため、各農家やワイナリーを訪問して研修活動を行ったほか、町内ワイナリーでランチメニューの製作とお客さまへの提供を行いました。また、ワイリングウオークフェスやマラニックにおいても、料理の提供も行っていました。8月にはフルーツの里キッチン友の会料理教室にて、講師としてイタリア料理の料理指導も行いました。加えて、9月には余市紅志高校や倶知安高校の生徒に、協力隊活動について講演をさせていただきました。

●地域住民との関わりについて

町内果樹農園の皆さまとお話しさせていただいたり、ワイナリーでの収穫等のお手伝いやランチ提供、町内の様々なイベントなどを通して、たくさんの方と交流を図ることができました。加えて、料理教室の講師を勤めた際には、参加者にイタリア料理の素晴らしさを伝えることができました。

●今後の活動展望や抱負について

農家の皆さま、特に今年伺えなかった事業者を訪問をさせていただき、引き続き料理研究を行うとともに、野菜等の加工・販売に向けての研修や料理教室も積極的にやりたいです。

お世話になっている方からのコメント

岩本 勇 さん

ただ調理するだけでなく、使う食材の栽培にまで興味を持ち、「食材を大切に作る料理人」という印象を持ちました。一生懸命活動していると感じているので、今後も仁木町の食材を使った美味しい料理を作って広めてもらいたいです。



齊藤 一 隊員
隊員1年目



松村孝明 隊員
隊員2年目



川上あゆ 隊員
隊員2年目



福重めぐみ 隊員
隊員2年目



ダン・ヒェウ・チュン 隊員
隊員1年目

「ニキニコトーククラス」に参加する生徒からのコメント

チュン先生の授業は分かりやすく、いつも丁寧に教えてくれます。これからもぜひ授業を続けてください。

外国人が安心して暮らせる環境を創出

●これまでの活動内容について

住民環境課で、特定技能・技能実習生を中心に、各種手続の通訳や書類の翻訳など、外国人住民支援の活動を行っています。5月には「こみ分別マニュアル」と「こみカレンダー」のベトナム語版を作成し、希望する町民へ配布しました。生活に必要な情報を多言語で提供することで、安心して暮らせる環境づくりを進めています。

●地域住民との関わりについて

イベントや地域行事にも積極的に参加しています。さくらんぼフェスティバルやマラニックなどでは、スタッフの一員として運営に携わり、多くの人と交流することができました。また、オンライン相談ページを開設し、日・英・ベトナムの3言語で生活情報を発信しているほか、8月からは「ニキニコトーククラス」を開設し、特定技能2号試験（農業分野）対策や日常会話を中心に週3回授業を実施しています。

●今後の活動展望や抱負について

外国人住民は町全体の約1割を占めています。お互いがより安心して暮らせる環境を整えるため、住民環境課と連携し、外国人住民へのアンケート調査を実施中で、その結果をもとに、生活ガイドブックの完成を目指しています。また、町民が自然に受け入れられる環境を整えていくことが大切だと考えますので、これからも、お互いに支え合いながら、様々な文化を認め合える地域の輪を広げていきたいです。



仁木町民スキー場の愛称 コンサドーレ仁木スキーパークに

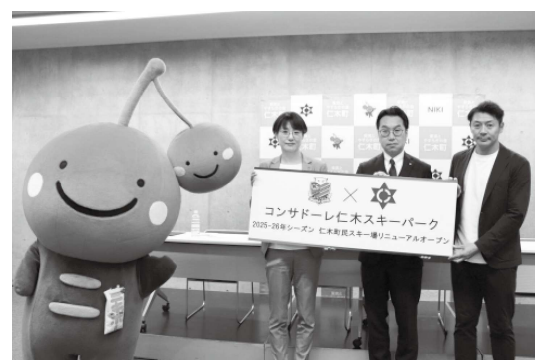
この度、「コンサドーレ・まちのミライコンソーシアム※」が12月にリニューアルオープンを予定している仁木町民スキー場のネーミングライツを取得し、同スキー場の愛称が「コンサドーレ仁木スキーパーク」となりました。

ネーミングライツとは、企業や団体が特定の施設等にその企業名やブランド名などにちなんだ愛称をつけることができる権利で、本町においては「仁木町ネーミングライツ事業」に基づき、既にふれあい遊トピア公園を「コンサドーレ仁木パーク」の愛称としています。

同スキー場のネーミングライツについては、現指定管理者である同コンソーシアムが応募する意思を示したため、応募内容した審査の結果、ネーミングライツ契約を締結する運びとなりました。

締結に当たり、11月8日に大和ハウスプレミストドーム（札幌市）

において記者発表が行われ、佐藤町長は「スキー場を続けることができるか相当悩みましたが、こうして新たな出発ができることを嬉しく思います」と述べ、同コンソーシアムの代表団体である株式会社コンサドーレの近藤重実取締役COO※も「地元の方はもちろん、道内の方々にもお越しいただき、楽しんでもらえれば」と意気込みをお話されていました。



記者発表の様子。左からニキボー、近藤COO、佐藤町長、株式会社まちのミライ河合取締役社長



株式会社まちのミライ × 仁木町 包括連携協定を締結

ネーミングライツ契約締結の記者発表に合わせ、大和ハウスプレミストドーム（札幌市）にて、株式会社まちのミライと包括連携協定を締結しました。

同社は、スポーツを通じて北海道の活性化を図っている企業で、コンサドーレ仁木パークの指定管理者である「コンサドーレ・まちのミライコンソーシアム」のメンバー企業でもあります。



協定締結の様子。左から株式会社まちのミライ河合取締役社長、佐藤町長

この度の協定では、地域の活性化及び町民生活の質の向上を目的に、スポーツ振興や健康増進、地域の魅力発信と交流・関係人口づくり、観光振興など、4項目を連携して取り組むことが盛り込まれています。

協定の締結に当たり、元Jリーガーでもある河合竜二取締役社長は「協定書に記載されたすべての連携事項を必ず具体的な成果として実現し、仁木町の未来を地域と共に作り上げていきたい」と語り、佐藤町長も「スキー場のネーミングライツと併せて、このように協定を締結できたことは、町といたしましても非常に有益であると考えます。良きパートナーと巡り会えたことは、とても嬉しく感じしており、これからも共に町を盛り上げていきたい」と述べました。



令和7年仁木町功労賞・功績賞 功労賞に芳岡さん、功績賞に三上さん・大洞さん

11月7日、町民センターにおいて令和7年仁木町功労賞・功績賞表彰式が挙行され、功労賞に銀山の芳岡廣さん、自治功績賞に大江の三上勲さん、社会功績賞に銀山の太洞忠義さんがそれぞれ受賞されました。



左から佐藤町長、大洞さん、芳岡さん、芳岡さんのご息女寛子さん、三上さん、横関議長

芳岡さんは、平成13年より町選挙管理委員会委員に就任し、公正かつ円滑な選挙事務の執行に尽力され、平成25年から退任されるまでの12年間は委員長として移動期日前投票所の設置などに尽力されるなど、選挙執行の改善充実に多大な貢献をされました。

また、三上さんは、平成6年に町表彰審議委員会委員に委嘱され、令和元年から退任されるまでの間は委員長として表彰審議委員会の適切な運営に務められ、地方自治の進展に大きく貢献されました。

大洞さんは、平成13年に法務大臣より保護司に委嘱され、現在までの24年間、再犯防止に向けた取組や更生保護における被害者施策の実施に努めているほか、平成29年から平成30年までと令和3年から令和4年までの間は、余市地区保護司会仁木分区分長を歴任されるなど、保護司活動に多くの貢献をされました。



北海道日本ハムファイターズ北海道応援大使プロジェクト 児童と選手が交流

11月19日、銀山小学校において、「北海道日本ハムファイターズ北海道応援大使プロジェクト選手交流会」が開催されました。

当日は、同球団の細野晴希投手と進藤勇也選手が来校し、銀山小学校児童と交流。交流イベントでは、銀山小児童の間で流行っている「たすけおに」を共に行うなど、児童は楽しみながら親睦を深めている様子でした。



児童より記念品を贈呈される進藤選手（手前）と細野投手（奥）



ゼロカーボン推進 環境問題と再生可能エネルギーについて学習

11月1日、町民センターにおいて、「ゼロカーボン学習会」を開催しました。

同事業は将来ゼロカーボンを目指す子どもたちを対象に実施したもので、当日は、小学児童14名を含む23名が参加し、株式会社NTT-MEの協力のもと、環境に関する学習やソーラーミニカーの工作などを行いました。



工作の様子（右下：作成したソーラーミニカー）

各小学校で学芸会！

11月1日に、銀山小学校で学習発表会、11月8日に、仁木小学校で学芸会が開催されました。

銀山小学校では、自分たちで構成を考えたり、動画を撮影して動きを振り返ったりして練習を重ね、様々な跳び方でリズムなわとびを披露することができました。3年生以上は総合的な学習の時間に調べたことについて、プレゼンテーション形式で発表しました。たくさんの方の観客の皆さんの前で、堂々と練習の成果を発揮することができました。



仁木小学校では、各学年、歌や器楽演奏、劇や群読など



趣向を凝らした発表を披露し、日頃の練習の成果を存分に発揮することができ、全員の気持ちが一つになって、スローガン通りの素晴らしい学芸会となりました。

①仁木小学校学芸会と②銀山小学校学習発表会の様子

第1回仁木町シルバー体験講座

11月6日に、第1回講座の「ボッチャを楽しむ」を開催し、17名が参加しました。

講師の澤本慎二

氏の指導の下、3人一組でチームを組んで総当たり戦を行い、全員元気に褒め合いながら楽しんでボッチャをしました。次回は12月16日に「防犯教室」を予定しています。



子ども体験塾

11月15日に、MOUNTINK

(大江)で子ども体験塾第6回講座「アウトドア体験教室」を開催し、7名の子どもが参加しました。

当日は、MOUNTINKのご協力のもと、スタッフの皆さまに講師となっていたいただき、機械を使った薪割りや石で焚き火、火づくりを行うなど、様々な体験を行いました。

また、実際に火起こしにも挑戦し、最後は皆で焼きマシユマロを試食。真剣に取り組んでいた児童たちも、甘いマシユマロを口にすると思わず笑顔を見せていました。

今回の体験を通して、自然と触れ合いながら学ぶことの楽しさを感じてもらえる機会となりました。



①火起こし体験の様子。火起こしは大人と一緒に記念撮影

各種大会結果・表彰

- 2025年度第53回後志少年少女(中学新人)卓球大会
 - ・日程:11月8日 ・場所:蘭越町総合体育館【男子団体戦】
 - ・第3位 仁木町立仁木中学校・積丹町立美国中学校・共和町立共和中学校合同
 - 【男子シングルス】
 - ・第3位 小関匠悟(仁木中2年)
 - ・ベスト16 岩本泰羽(仁木中2年)

- 第41回後志管内小中学生剣道錬成大会
 - ・日程:11月2日 ・場所:京極町総合体育館【個人戦】
 - ・小学1年生の部 準優勝 板谷吉晃(仁木小1年)
 - ・小学5年生の部 第3位 庄司果生(仁木小5年)
 - 【小学生団体戦B(1、2年生)】
 - ・優勝 喜茂別剣連(仁木合同)
 - 先鋒:赤石和希(仁木小2年)
 - ・準優勝 仁木剣道スポーツ少年団
 - 先鋒:板谷吉晃(仁木小1年)
 - 中堅:鈴木新大(仁木小2年)
 - 大将:藤田陽登(仁木小2年)

- 令和7年度文化祭園基大会
 - ・日時:10月26日 ・場所:いきいき88【大人の部】
 - ・優勝 惣谷勝仁 ・第3位 山川雅裕
 - 【子どもの部19路盤組】
 - ・優勝 三田菜那(銀山小6年)
 - ・第2位 矢野明梨(銀山中1年)
 - 【子どもの部13路盤組】
 - ・優勝 嶋田晏奈(仁木小3年)
 - ・第2位 朝山朋彦(仁木小2年)
 - ・第3位:三上楓永(仁木小2年)

創造

●児童・生徒作品集



環境問題をなくしていくためには

仁木中学校2年 藤井 雛希

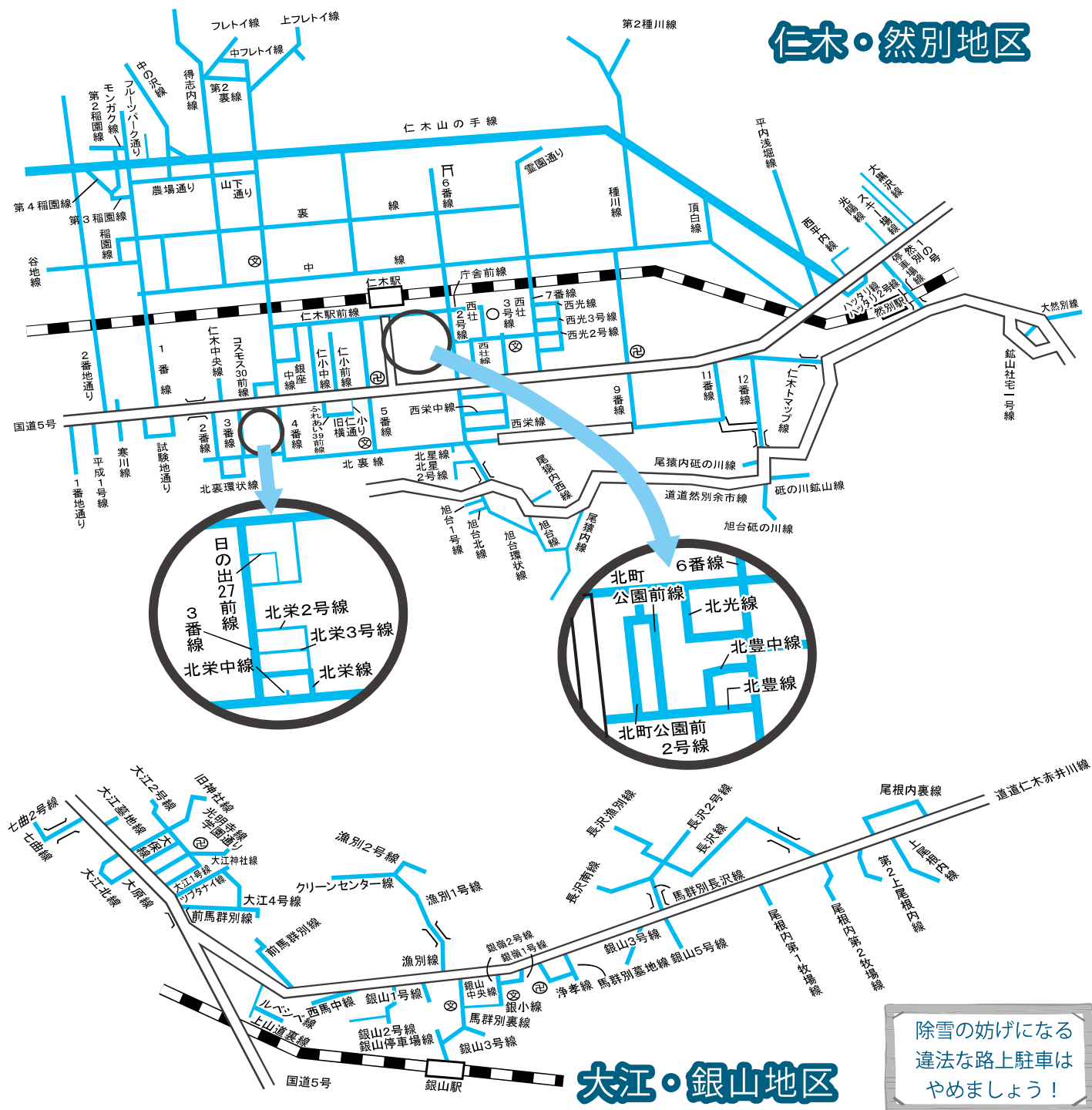
今、地球全体の環境問題が問題となっている。環境問題をなくしていくためにはどのようなことをしていけば良いのだろうか。私は授業で環境問題について詳しく学び、私たちがこれからのようなことができるのかを考える必要があると思います。そう考える理由は二つあります。

一つ目は海洋汚染、大気汚染、水質・土壌汚染などの汚染問題を減らすことです。汚染問題は人間の工業活動が主な原因となっています。工場などからでた油や有害液体物質、廃棄物などで空気や海洋が汚れ、動植物に被害をもたらすのでゴミをきちんとゴミ箱やゴミ袋に入れることが大切です。

二つ目は環境問題をなくすために私たちができるこ

と・これからしていけばいいことをきちんと理解することです。私たちにできることは3R(リデュース・リユース・リサイクル)の意識、食品ロス・ゴミを減らすなどのことが挙げられます。3Rの意識を高めるには、まずリデュースの「必要のないものは買わない・貰わない」「長く使えるものを選ぶ」「ものを大切に使う工夫をする」の三つの心がけを最優先にすることです。ですが、そう簡単に「ゴミや食品ロスが減ったりするわけではありません。以上のことから環境問題をなくしていくためには私たち一人一人の意識や心がけが大切なことだと思い、学校の授業で環境問題について詳しく学ぶことが必要だと考えます。

今シーズンの町道除雪路線



除雪機による事故

図 除雪機安全協議会 03-3433-0415

毎年、雪のシーズンになると除雪機による事故が多発しています。除雪機を使う際には、次の点に注意して操作しましょう。

- ①作業を行う前に、必ず取扱説明書をよく読んで、正しい使い方を理解しましょう。
 - ②安全装置が正しく作動しない状態では使用しないようにしましょう。
- また、デッドマンクラッチを意図的に無効化したり、故障を放置したままでは使用しないようにしましょう。

- ③雪詰まりを取り除くときは、必ずエンジンを停止し、回転部（オーガ、ブロー）が完全に停止してから雪かき棒を使って行いましょう。
- ④回転部に近づくときは、必ずエンジンを停止し、回転部が完全に停止してから作業を行いましょう。
- ⑤後進時は、転倒したり、挟まれたりしないよう、足もとや後方の障害物には十分注意しましょう。
- ⑥除雪作業中は、雪を飛ばす方向に、人や車・建物がないことを確認しましょう。また、除雪機の周りには絶対に人を近づけないようにしましょう。

町が取り組んでいる各種事業・施策や、国・北海道・関係機関からのお知らせなどを紹介します。気になる情報がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

仁木町物価高騰対策応援商品券

図 企画課未来創生係 32-3953

仁木町物価高騰対策応援商品券の有効期限は、令和7年12月31日(水)までとなっています。期限を過ぎたものは使用できませんので、忘れずにご使用ください。



仁木町物価高騰対策応援商品券についてはこちらから

ニキバスの年始運休

図 企画課未来創生係 32-3953

いつもニキバスをご利用いただき誠にありがとうございます。
この度、運転手の負担を軽減するとともに、今後も持続可能な地域公共交通体系を維持するため、令和8年1月1日から3日まで、ニキバスを運休させていただきます。年始の利用を検討されていた方につきましては、移動時期の調整や別手段での移動方法について、ご対応をお願いします。
皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

令和7年度除雪体制

図 仁木町除雪事業協同組合 32-2707

今年度の仁木町の町道等除雪委託業務は、仁木町除雪事業協同組合と契約し、11ページに掲載している図のとおり実施します。

除雪業務にあつては、人員と機械を総動員して町民皆さまの交通網の確保に努めますので、下記についてご協力をお願いします。

- 町からのお願い
- ・除雪作業について

除雪作業中は危険ですので、除雪機械には絶対に近づかないでください。また、除雪作業中は、通行待ち及び迂回などのご協力をお願いします。

- ・道路・河川等への投雪禁止

道路（側溝、マンホール等含む）、河川への投雪は、交通や流水を阻害するとともに、事故の危険もありますので、投雪しないようお願いします。

- ・枝切りについて

町道沿いに植樹されている防風林用の立木、果樹木などの枝が、道路側に覆いかぶさっている箇所が見受けられます。除雪作業の支障になりますので、枝などの切り取りにご協力をお願いします。

- ・路上駐車等禁止

道路に車両などの障害物があると除雪作業ができませんので、ご協力をお願いします。

スキー場 リニューアルオープン

図 産業課商工観光振興係 32-3951

リフトの老朽化に伴い、2023年シーズンより2年間休業していた、コンサドーレ仁木スキーパーク（仁木町民スキー場）がリニューアルオープンします！

オープン日については、12月27日(土)を予定しているほか、オープンを記念して以下のイベントを実施予定ですので、ぜひお越しください。

※オープン日は積雪状況により変更となる場合があります

●リニューアルオープン前見学会

- ・日 時 12月21日(日) 11～12時、13～14時
- ・受 付 コンサドーレ仁木パークゴルフ管理棟
- ・内 容 スキー場の見学 ※リフトの試乗及びコース滑走はできません

●コンサドーレ仁木スキーパークリニューアルオープンFESTA

- ・日 時 12月27日(土)
- ・内 容 スノーモービルや雪板等の体験、キッチンカー来場
- ・入場料 無料 ※一部アクティビティやキッチンカーは有料

ぬくもり灯油助成事業

図 福祉課福祉あんしん係 32-2514

町では、低所得者世帯等の冬期間の生活を支援するため、灯油購入費及び採暖用の電気料金の一部として、1世帯につき1万円を助成します。（申請は1度限り）

- 受付期間 令和7年12月8日(月)～令和8年3月6日(金)
- 受付場所 役場庁舎1階 福祉課福祉あんしん係窓口
※臨時窓口を開設予定です。詳細は後日ご案内します。
- 持参するもの

本人確認書類（保険証、運転免許証等）振込先口座の通帳又はキャッシュカード

※申請区分によって身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、ひとり親家庭等医療費受給者証等が必要な場合があります。
※令和7年1月2日以降に仁木町へ転入された方は、前住所地の市区町村民税非課税証明書等が必要となります。

自衛官募集

図 自衛隊札幌地方協力本部小樽地域事務所 0134-22-5521

自衛隊では、以下の募集を行います。

●高等工科学校生徒

- ・応募資格 男子で中学卒（見込み含む）17歳未満の方
 - ・受付期間 令和7年10月1日(水)～令和8年1月15日(木)
 - ・試験内容 筆記試験、適性検査、口述試験、身体検査等
- ※陸・海・航空自衛隊には車両・船・飛行機を扱う職種等は100種類以上あります。イベント案内及び各種個別説明に試験時期など詳しくは、小樽地域事務所までご連絡ください。

そのほか、応募資格等については上記までお問い合わせください。

国民年金に関するお知らせ

●令和7年に13月以上の国民年金保険料を前納した場合の社会保険料控除について

13月以上の前納により納めた国民年金保険料の社会保険料控除の申告は、次のいずれかを選択することができます。

①全額を納めた年に申告

日本年金機構より送付された「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の「納付済保険料の証明額」欄に記載されている額が控除額となります。各年に分割した控除証明書（最大3年分3枚）は切り離さず申告してください。

②各年分の保険料に相当する額を各年に申告

各年に分割した「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」のうち令和7年分の1枚を切り離して申告してください。残りの2枚の証明書については、次の年以降に使用しますので、紛失しないよう大切に保管してください。

●国民年金保険料の追納制度

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の保険料について、後から納めることで将来の老齢基礎年金額を増やすことができます。

追納した保険料は社会保険料控除の対象となります。追納が承認された月の前10年以内の免除等期間保険料が追納できます。

「納付猶予」や「学生納付特例」の期間は、年金の受給資格期間として計算されますが、年金額には反映されないため、将来受け取る年金額を補うために、追納制度のご利用をおすすめします。詳しくは、小樽年金事務所へお問い合わせください。

●国民年金保険料の納付は、口座振替が便利

口座振替を利用すると、金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れを防ぐことができます。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより月々60円割引される早割制度や、より割引額が多い6か月前納・1年前納・2年前納があります。

オンラインでの手続は、マイナポータルから「ねんきんネット」にログインして申し込むことができます。

窓口での手続は、納付書又は基礎年金番号通知書（年金手帳）、預金通帳、通帳の金融機関届出印をご持参の上、仁木町役場、小樽年金事務所、金融機関のいずれかにお申し出ください。

なお、上期分（4月～9月）6か月前納、1年前納、2年前納の締切日は2月末となっています。

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

☎ 0134-33-5026

問 住民環境課住民係

☎ 32-2513



余市警察署だより 安心・安全を実践しよう！



北海道警察では、皆さまの安心安全な生活を守るため日々努力しておりますが、その実現には、皆さまのご協力が必要不可欠です。このコラムでは、皆さまに実践していただきたい様々なポイントなどをご紹介します。今月は、飲酒運転についてお話しします。

飲む前に 車じゃないよね？ 再確認

●飲酒運転は死亡事故率が4.9倍！

死亡事故率とは、人身事故100件当たりの死亡事故件数のことをいいます。過去5年間の死亡事故率を比較すると【飲酒あり】の場合は【飲酒なし】の場合よりも死亡事故率が4.9倍も高くなっています。このように飲酒運転は通常よりも約5倍も死亡事故を起こしやすい、非常に危険な行為なのです。

●ハンドルキーパー運動で飲酒運転防止！

ハンドルキーパー運動とは、車で飲食店に行く際、仲間の中で運転を担当し、お酒を飲まない人（ハンドルキーパー）が、仲間を自宅まで送り届けることで飲酒運転を根絶しようという運動です。

一人一人が「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」ことを意識して、飲酒運転を防止しましょう。

また、北海道警察ホームページ上に、飲酒運転情報専用メールボックスを設置しています。右記QRコードからアクセスできますので、ぜひ情報をお寄せください。



仁木町内での事故発生状況

区分	件数	死者	負傷者
11月発生件数	0件	0人	0人
R7年累計	3件	0人	5人

交通事故死
ゼロの日
R3.7.21～R7.11.19

1582日

問 お問い合わせ先 住 住所 電 電話番号 HP ホームページ メール アドレス

ご長寿おめでとうございます 林 になこ さん

このたび、林になこさんが百歳のお誕生日を迎えられ、佐藤町長からお祝いの品を贈らせていただきました。

林さん、百歳のお誕生日おめでとうございます。



めでたく百歳を迎えられた林さん

町公式 LINE サービス 施設登録希望調査

本町が運用している仁木町公式LINEについては、令和8年2月にサービスの拡充を行う予定です。サービスの拡充に伴い、LINEから観光施設等の検索ができるようになりますが、検索可能にするためには、システム登録が必要になります。

つきましては、施設の登録を希望する場合、右記URL又はQRコードより申請をお願いします。

ご不明な点がございましたら、企画課イノベーション係（32-3953）までご連絡ください。



<https://www.harp.lg.jp/TpuMjJcR>

戸籍の窓

- こんにちは赤ちゃん
佐藤 璃愛 ちゃん（北 町）
- ご冥福をお祈りします
野口 繁夫 さん（92歳／東 町）
村田 賢 さん（75歳／北 町）

ふるさと納税 寄附受入額と件数

●令和7年10月（10/1～10/31現在）

金額 4,299,000 円
寄附件数 139 件

●令和7年度累計（4/1～10/31現在）

金額 322,317,200 円
寄附件数 13,012 件

基金を活用した事業の紹介は、仁木町のホームページをご覧ください。

皆さまの生活に身近な事業を持続的に推進していくためにも、返礼品の出品協力のほか町外に住むご親戚やお知り合いにも、仁木町を応援していただけるようご案内願います。

伝 暮らしの伝言板

善意に感謝

次の方から、本町へ貴重なご寄附をいただきましたので、ご紹介させていただきます。

●JA新おたる仁木果樹生産組合ハウスぶどう部会（坂東弘一部会長）様より▼シャインマスカット「ラ・ラ・シャイン」約25kg▼学校給食を通して地場製品の魅力を子どもたちに伝えるため

●余市ライオンズクラブ（彫谷泰司会長）様より▼町内全ての小中学校にサーキュレーター、遮熱・遮光カーテン一式▼夏場等の学校生活を快適に過ごすことが可能となるため

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まへ、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。

土井マサ子 様（88歳／北 町）

永年のご功勞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土井様はご芳名のみ掲載とさせていただきます。

人口／3,093人（前月比－90）
男性／1,519人（前月比－28）
女性／1,574人（前月比－62）
世帯数／1,761世帯（前月比－88）

●日本人 人口／2,919人
男性／1,435人
女性／1,484人
世帯数／1,595世帯

●外国人 人口／174人
男性／84人
女性／90人
世帯数／166世帯

人の動き
令和7年11月19日現在
住民基本台帳より

まちのカレンダー

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

12月

●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
4(木)	●広報『仁木』12月号発行 問 総務課 ☎ 32-2511							
5(金)	●スッキリ運動教室（後期） 会 町民センター／第1部：9:30～10:30 第2部：10:45～11:45 第3部：13:30～14:30 問 地域包括支援センター ☎ 32-3855 ※参加者募集中							
6(土)	●北海道対がん協会(特定健診・がん検診) 会 町民センター／7:00～ 問 福祉課 ☎ 32-2514 ※予約制							
7(日)	●子ども体験塾第7回講座「自分の力を試してみよう！～体力測定会～」 会 山村開発センター／9:00～ 問 教育委員会 ☎ 32-3621							
8(月)	+ 長内水道配管 ☎ 32-2105							
9(火)	+ よいち整形外科クリニック ☎ 48-5000							
10(水)	+ Niki配管設備 ☎ 32-2647							
11(木)	●無料あんしん法律相談 会 社会福祉協議会／15:30～16:30 問 社会福祉協議会 ☎ 32-3959 ※予約制							
12(金)	●親子料理教室 会 保健センター／10:00～ 問 福祉課 ☎ 32-2514 ※対象者のみ							
13(土)	+ 関組 ☎ 22-4782							
14(日)	+ 脳神経外科よいち汐風クリニック ☎ 21-5566							
15(月)	+ 内山設備 ☎ 23-2634							
16(火)	●第2回シルバー体験講座「防犯教室」 会 町民センター／10:00～ 問 教育委員会 ☎ 32-3621 ※対象者のみ							
17(水)	●仁木フルーツの里キッチン友の会料理教室 会 保健センター／10:00～ 問 福祉課 ☎ 32-2514							
18(木)	●笑っこクラブ ～おはなし広場～ 会 社会福祉協議会／13:30～16:30 問 社会福祉協議会 ☎ 32-3959							
19(金)	●無料法律相談 会 余市町中央公民館／13:00～16:00 問 総務課 ☎ 32-2511 ※予約制							
20(土)	●スッキリ運動教室（後期） 会 町民センター／第1部：9:30～10:30 第2部：10:45～11:45 第3部：13:30～14:30 問 地域包括支援センター ☎ 32-3855 ※参加者募集中							
21(日)	●防災行政無線戸別受信機試験放送／①12:30・②18:30 問 総務課 ☎ 32-2511							
22(月)	+ 高橋配管設備 ☎ 22-5571							
23(火)	●仁木町民スキー場（コンサドーレ仁木スキーパーク）リニューアルオープン前見学会 会 コンサドーレ仁木スキーパーク／11:00～12:00・13:00～14:00 問 産業課 ☎ 32-3951							
24(水)	+ わたなべ内科医院 ☎ 22-3989							
25(木)	+ 堀川管工設備工業 ☎ 23-3032							
26(金)	●運転免許更新時講習 一般講習／13:00～ 優良講習／14:30～ 会 余市町中央公民館 問 余市警察署 ☎ 22-0110							
27(土)	●仁木町営住宅入居者募集申込締切日 問 建設課 ☎ 32-3639							
28(日)	●無料あんしん法律相談 会 社会福祉協議会／13:30～14:30 問 社会福祉協議会 ☎ 32-3959 ※予約制							
29(月)	●広報『仁木』1月号発行 問 総務課 ☎ 32-2511							
30(火)	●3か月・6か月・9か月児健診 会 保健センター／13:00～ 問 福祉課 ☎ 32-2514 ※対象者のみ							
31(水)	●第8回ブックスタート事業 会 保健センター／14:00～ 問 教育委員会 ☎ 32-3621 ※対象者のみ							

12月

●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
27(土)	●コンサドーレ仁木スキーパークリニューアルオープンFESTA 会 コンサドーレ仁木スキーパーク 問 コンサドーレ仁木パーク ☎ 32-3661							
28(日)	+ 山地設備 ☎ 090-3118-4433							
29(月)	●防災行政無線戸別受信機試験放送／①12:30・②18:30 問 総務課 ☎ 32-2511							
30(火)	+ 北郷耳鼻咽喉科医院 ☎ 23-5533							
31(水)	+ 藤田 ☎ 080-3268-0706							
12/31(水)	+ 積丹町歯科診療所 ☎ 44-2247							
1/1(木)	+ 長内水道配管 ☎ 32-2105							
1/2(金)	+ とみさわ歯科 ☎ 22-1511							
1/3(土)	+ Niki配管設備 ☎ 32-2647							
1/4(日)	大晦日							
1/5(月)	+ 勝田内科皮フ科クリニック ☎ 22-3843							
1/6(火)	+ とりい歯科 ☎ 22-5555							
1/7(水)	+ 関組 ☎ 22-4782							

令和8年（2026年）

1月

1(木)	元日	+ 中島内科 ☎ 22-3866
2(金)	+ 荒木歯科医院 ☎ 22-3973	+ 内山設備 ☎ 23-2634
3(土)	+ 余市協会病院 ☎ 23-3126	+ 森川歯科医院 ☎ 32-3653
4(日)	+ 高橋配管設備 ☎ 22-5571	+ 勤医協余市診療所 ☎ 22-2861
5(月)	+ いとう歯科医院 ☎ 22-1001	+ 堀川管工設備工業 ☎ 23-3032

12/31(水)～翌年1/5(月) 役場は休みになります

期間中に必要な証明書などは、年内に取り寄せるなどの対応をお願いします。また、マイナンバーに関する年内の手続きは12月26日金までです。

戸籍の届出（出生・婚姻・死亡届）等については、期間中の午前8時30分から午後5時15分まで、庁舎管理人室で受け付けますので、庁舎向かって右手の職員玄関よりお入りください。

- その他の休業期間について
- | | |
|--|-----------------|
| ■山村開発センター | 12/30(火)～1/5(月) |
| ■町民センター | 12/30(火)～1/5(月) |
| ■町交流センター「いきいき88」 | 1/1(木)・1/2(金) |
| ■ごみ収集（※地域により最終収集日は異なります。ごみ収集カレンダーをご確認ください） | |
| ・資源ごみ（プラスチック類） | 12/25(木)～1/6(火) |
| ・資源ごみ（かん類） | 12/23(火)～1/4(日) |
| ・燃やせるごみ | 12/31(水)～1/5(月) |
| ・燃やせないごみ | 12/30(火)～1/4(日) |
| ■し尿収集 | 12/27(土)～1/5(月) |



写真は、子ども体験塾「アウトドア教室」で薪割りを行う児童の様子。

MOUNT NIKIのスタッフの方に教わりながら、機械で薪を割ったあとに、大人と一緒に火起こしを行い、マシュマロを焼いて食べました。

初体験の子どもも多く、終始楽しみながらも真剣に取り組んでいる様子で、こういった自然と触れ合う経験が、環境や自然への思いやりを育み、持続可能な未来を考える心を醸成するきっかけとなればと感じました。

📷 今月の表紙



「とっておきの仁木町」の写真を、ぜひお寄せください。応募方法は、下記までお問い合わせください。

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

広報 仁木

表紙写真募集中

冬場に増える心筋梗塞にご用心！

おく がわ な お み
福祉課介護保険係 保健師 奥 川 奈緒美



朝・晩ぐつと冷える冬季は、心臓にとっても心筋梗塞のリスクが高まる時期でもあります。厚生労働省（Ｒ５年度）によると、日本人の死因第２位が心疾患で、仁木町も同じく第２位となっています。そこで今回は、心筋梗塞を防ぐための予防と対策についてご紹介します。

●心筋梗塞とは

心臓の血管に、血液の固まりなどができて血管が詰まり、血液が流れなくなってしまう心筋の細胞が壊れてしまう病気です。一瞬で詰まってしまうこともあるため、突然死のリスクがあります。

●冬に心筋梗塞が多いのはなぜ？

暖かい所から寒い所へ移動した際、急激な温度変化で血圧が大きく変動し、心臓や血管に大きな負担がかかるため、ヒートショックが起こりやすい環境になります。

また、寒さで心臓の血管が過剰に収縮して血流不全に陥りやすいことに加え、年末年始の慌ただしさによるストレス

ス、飲酒の機会や食事が量が増加し、塩分の多い料理を食べるなど、生活習慣の一時的な偏りも要因となっています。

●心筋梗塞の前兆

突然の締め付けられるような強い胸の痛みや圧迫感を生じ、安静にしても症状が20分以上続きます。また、痛みが肩・腕・首などに広がり、呼吸困難、吐き気、冷や汗、顔面蒼白、激しい脈の乱れなどの症状が起こります。階段を登ると胸が締め付けられるような痛みが生じる場合も、前兆の可能性があります。これらの症状が繰り返し起こったり、運動やストレスで強まる場合には、早急な医療

機関への受診が必要です。

●冬場の予防と対策

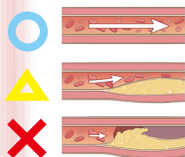
急激な温度差を避け、防寒対策はしっかり行いましょう。居室全体、トイレや脱衣所は予め温めておき、入浴温度は38℃～40度、入浴時間は10分程度とし、血圧は収縮期血圧が180mmHg、拡張期血圧が110mmHg以上の場合に入浴を控えるようにしましょう。入浴前後、就寝前や起床時に、コップ1杯程度の適度な水分補給をして、飲酒は適量に、塩分は控えめにするなど食習慣の改善を図ることも大切です。

す。日頃よりストレスを溜めず、適度な運動や禁煙をするなど生活習慣の見直しも行いましょう。さらに、早期発見するためにも、定期受診や健診を受けることも重要です。

●まとめ

心筋梗塞は、前兆を見逃さず、早期に対処することでリスクを軽減できます。初期段階では症状が出にくく、気がつかないうちに進行していることもあるため、日頃から健康に留意し、予防を取り入れた生活習慣を送ることが大切です。

気をつけよう！ ヒートショック



心臓の血管に、
血栓が詰まると
心筋の細胞が
壊れてしまう。

急激な温度差を避け、
防寒対策をしっかりと
しましょう！