



まちひと百景

Toma Cafe 開店

11月27日(土) 公民館フェスティバルで苫前商業高校生によるTomaCafe (とまカフェ) が開かれた。「もちもち米ペー」など生徒開発商品の販売実習のほか同校卒業生で札幌市のカフェで店長を務める喫茶店のコーヒー豆を使用したドリップコーヒーなどのテイクアウト販売が行われた。

例年、札幌市などで行われる販売実習は全て中止となったが、今年初めてともあり開店時間前から行列ができ1時間ほどで完売となる盛況であった。

- 苫前町表彰式…2
- シリーズ苫前商業高等学校 ほか…3
- 町営合葬墓 開眼供養 ほか…4
- 年末年始の各施設・機関の業務 ほか…5
- 健康ばんざい…6
- 地域包括ケアだより…7
- 介護保険ガイド…8
- 国民年金 ほか…9
- 学びの広場…10
- 住まいる情報…11~13
- 令和2年度町の決算について…14~15
- 小中学生書道美術展ギャラリー…16



まちの人口

人口/2,902人 (男/1,401人 : 女/1,501人)
世帯数/1,477世帯 (11月30日現在)

苦前町の発展に功績のあった方々を表彰 令和3年度 苦前町表彰式

令和3年度苦前町表彰式が、11月3日の「文化の日」にあわせてとままえ温泉ふわつとで挙行された。
本町の発展の礎となられ、各分野でご尽力された受賞者の方々に、心からの賞賛と感謝の言葉を町民の皆様とともに捧げ、祝福申し上げます。

この表彰は、政治、経済、教育、文化、スポーツ、福祉などの各分野で功績のあった方々をはじめ、永年勤続者で業務に精励された方、多額の寄附をされた個人や団体などを表彰するもので、毎年11月3日の文化の日にあわせて挙行されている。

今年度の表彰は、教育文化スポーツにおける功労表彰に1名、自治・社会福祉における勤続表彰に3名、そして町政振興のために寄附をされた1名1企業に感謝状を授与した。

また、満80歳以上で町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献された29名にも感謝状と記念品を町長が各自宅を訪問し、授与を行った。

表彰式では、富士敦朗町長より「本町発展のためあらゆる分野で献身的なご助力、ご協力を続けられている方。町政振興のため、善意を寄せられている人が数多くいることは、郷土愛の表れで町の誇り。厳しい社会情

勢のなか今後も町民の幸せと町政のさらなる発展のため一層の努力を誓い、今後とも貴重な経験をもってご支援、ご協力を賜りたい」と式辞を述べた。

阿部俊一町議会議長は「皆様方の長きに亘り献身的かつ普段のご努力に対し深く敬意を表するとともに深甚なる感謝を申し上げます。明日の苦前町をより豊かな町としていくためには、皆様方の力添え、ご協力とその貴重なお力を活かしていただき、これからの苦前町の発展のためによろしくご尽力を賜りますようお願い申し上げます」と祝辞を述べられた。

受賞者を代表し功労表彰を受賞した花井秀昭さんは「この栄えある受賞の感激を忘れることなく苦前町のためにこれからも微力を尽くしていきたい」と感謝の言葉が述べられた。

受賞者は、次のとおり。
(敬称略)

令和3年度 苦前町表彰

◆功労表彰

〔教育文化スポーツ功労〕

花井 秀昭(岩 見)

苦前町教育委員として3期12年にわたり、教育行政の振興発展に貢献した。

◆勤続表彰

〔自治関係〕

谷田 孝(小 川)

駐在員として5年以上にわたり地域の町民に対する伝達事項及び調査関係事務などに尽力している。

島田 信宏(古丹別)

交通安全指導員として30年以上にわたり地域の交通安全推進に尽力している。

〔社会福祉関係〕

清水 辰雄(香 川)

社会厚生委員として10年以上にわたり地域社会及び住民福祉の向上に尽力している。



◆感謝状

〔寄 附〕

後藤 静子(札幌市)

橋場産業株式会社(古丹別)

町に寄附をし、町政の振興に寄与した。

〔永年在住〕

石岡 子ヨ子、	伊藤 キミエ、	伊藤 ミセ
伊藤 美智子、	伊藤 ミネ、	大川 園三
大西 定二、	川口 みよ子、	川森 三恵子
故・黒田 茂一、	古村 記子、	古村 良洋
佐々木 明子、	佐々木 久子、	佐々木 芳子
清水 辰雄、	関口 喜美子、	田口 哲夫
中嶋 忠雄、	中嶋 久子、	西田 悦子
野宮 勝治郎、	林 恵美子、	林 千代美
藤田 知江子、	松田 敏夫、	松原 和子
山本 繁、	八代 安子	

満80歳以上で苦前町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献した。



「生徒会長にインタビュー」

今回は10月から生徒会長として活躍している森井柚稀さんにインタビュー。森井さんは、校内だけではなく、未来ビジョンミーティングやTDK（苫前少年少女体験教室）のボランティアスタッフ、農家さんでのアルバイト、自転車ツーリング完走と、いつも動き回っているアクティブな生徒会長です。

まず、一番知りたい「苫前町の魅力」についてからインタビューをスタートしました。森井さんは江別市出身。苫前町では「人とのつながり」を実感し、あたたかい気持ちになることがとても増えたこと、これが一番の魅力です！と即答。インターンシップでお世話になった認定こども園の園児達やTDKで知り合った小学生に声を掛けられたり、アルバイト先の農家の方々との会話から、自分の存在というものを確認できてうれしいと分析していました。また、未来ビジョンミーティングの大人達との出会いも、とても大きいとのこと。メンバー同士、時にははげしく意見を戦わせる場面に最初は少し驚きましたが、一緒に活動していると、それは「我が町の未来を真剣に考えている」からで、全員同じ思いがあるからこそこのぶつかり合いであると感じているそうです。生徒会長として仲間と物事を進めていく難しさに悩むこともあります。学校を盛り上げたい、楽しい高校生活をみんなが送られるように、自分もいろいろな人と話したいと答えてくれました。

先日、札幌圏の中学生を招いた体験入学を行いました。中学生やその保護者からの質問の中で、本校を受検した理由について質問を受けた森井さん。「私は、中学3年の時に不登校でした。でもこのままではいけない、前に進まなければと思い本校を受検しました。苫商生となり、大人の事情で押さえつけられず自分が出せるようになったこと、生徒も町民も人が少ない分、人とのつながりがあり、自分が必要とされていると感じることが出来ます」。このように答えておりました。

将来の夢は幼児教育の道に進むこと。苫前町に戻ってこれることができたらいいなと思いますと笑顔でインタビューを終えました。

文・写真：苫前商業高校地域連携委員：瀧川直子



北海道知事賞受賞 牛やミルクのある風景絵画コンクール

北海道知事賞を受賞した村井さんは「しわを細かく描くのは難しかったが、上手くてよかったです」と話し、山口くんは「つむじの毛が様々な方向に向いていて描くのに苦労した」若狭

くんは「明るい所と影の色をはっきり付けることができてよかった」と話した。また、古丹別中学校（西山智章校長）の白府叶大くん（3年）も入選を果した。白府くんは「牛の目を本物に見せられるように頑張った。今回の結果から自分に自信がついた」と話した。両校で美術の指導をしている梅原賢伸教諭は「牛の毛並みや顔、また背景もよく観察したことで細部までしっかりと描けている」と話した。コンクールの受賞・入選作品は、令和4年1月13日～17日に帯広市藤丸デパート7階、1月17日～23日に札幌駅前地下歩行空間、1月20日～24日に札幌東急百貨店9階でそれぞれ展示される。



くんは「明るい所と影の色をはっきり付けることができてよかった」と話した。また、古丹別中学校（西山智章校長）の白府叶大くん（3年）も入選を果した。白府くんは「牛の目を本物に見せられるように頑張った。今回の結果から自分に自信がついた」と話した。両校で美術の指導をしている梅原賢伸教諭は「牛の毛並みや顔、また背景もよく観察したことで細部までしっかりと描けている」と話した。コンクールの受賞・入選作品は、令和4年1月13日～17日に帯広市藤丸デパート7階、1月17日～23日に札幌駅前地下歩行空間、1月20日～24日に札幌東急百貨店9階でそれぞれ展示される。

認定古丹別こども園 おゆうぎ会



認定古丹別こども園 おゆうぎ会



町営合葬墓 開眼供養



☎0164・64・2213

10月28日(木)苦前町第2号墓地苦前霊園内にある苦前町合葬墓の開眼供養が執り行われ、11月1日より利用受付が開始された。

合葬墓は、多くの方々の遺骨を一緒に埋蔵する新しい形のお墓で、少子高齢や核家族化によりお墓の継続管理に不安を感じている町民の方々の声に対応するため、町営墓地にあるお墓から遺骨を移す方や無縁故者などが対象となる。

また利用にあたって、事前に申請を行い、町から許可を受ける必要があるため、合葬墓の利用についてのお問い合わせ・申し込みは役場住民生活課まで。

新米を子どもたちに ～るもい農協苦前水稻推進部会～

天候が良く、品質のいいお米が収穫できた。苦前町の子どもたちにぜひ食べてほしい」と述べた。

開発教育長は「子どもたちに苦前町の新米の魅力が伝わるようにしっかりと説明していきたい」と話した。

寄贈された新米は、11月15日(月)から学校給食で提供されている。

11月2日(火)るもい農業協同組合苦前水稻推進部会(村上親之部会長)の3名が町役場教育長室を訪れ、今年収穫した新米の「ななつぼし」3俵(180kg)を町内の子どもたちにと寄贈された。

水稻推進部会から新米の寄贈は今年で5年目。村上部会長は「今年は



早川日出利さん 北海道社会貢献賞を受賞



11月4日(木)町役場町長室で北海道社会貢献賞(青少年健全育成功労者)を受賞した早川日出利さんへの伝達が宇野留萌振興局長より行われた。

早川さんは、平成16年から現在に至るまで、苦前町子ども育成連絡協議会会長として、環境美化活動「クリーン作戦」や地域文化を伝える「百人一首」等の支援に取り組み、青少年の健全育成と環境づくりの推進活動が認められ、この度の受賞となった。

表彰が終わり早川さんは「立派なものを頂き身の引き締まる思い。これからも微力ながらお手伝いしていきたい」と話していた。

わくわくジャズコンサート

演奏者へブэндミュージックプロジェクトの5名。サクソフーンやドラム、コントラバスといった様々な楽器を奏でて、Jポップやアニメソングといった多くの人気のある曲が演奏され、子どもたちも、手拍子で演奏に合わせてることで全員が一体となつて音を奏でていた。

コンサート最後の曲では、ジャズ風に変えた各小学校の校歌が披露された。

コンサートが終わり子どもたちは「初めてジャズを聴いたけど面白かった」と笑顔で話していた。

11月8日(月)町公民館にてジャズコンサートが公演され、苦前小学校、古丹別小学校の生徒と教員合わせて約150人が生の演奏を楽しんだ。



古中1年生が町おこしプランを提案



11月12日(金)古丹別中学校(西山智章校長)の1年生12名による町おこしプラン発表会が行われた。

総合的な学習の時間で10月に増毛町での地域研修や事後学習による学習成果として「SNSを使った苦前町のPR」「規格外の食べ物を有効活用しよう」「まちの特産品を使った加工品の開発」、「熊スタンプラリー」で熊グッズプレゼント」の4つのプランを保護者や町教育委員会関係者にプレゼンを行った。

発表では、先行事例からの成功案や樹脂粘土で加工品のサンプルなどよく内容が練られ工夫を凝らした発表となっていた。

お知らせ 年末年始の町内各施設・機関の業務

年末年始の町内各施設・機関の業務については、下記のとおりとなっております。
 なお、ご不明な点などありましたら、各担当窓口までお問い合わせください。

ゴミ収集車の運行

- ▶年末 12月30日(木)まで平常どおり収集
- ▶年始 1月4日(火)から平常どおり収集

【お問合せ】
 住民生活課
 環境生活係
 ☎64-2213



し尿くみ取り業務

- ▶年末 12月24日(金)まで平常どおり営業
 - ▶年始 1月6日(木)から平常どおり営業
- ※12月16日以降の申込みは、年内のくみ取りができない場合があります。お申し込みは、苫前環境産業(有)64-2939へお願いします。

【お問合せ】
 住民生活課環境生活係
 ☎64-2213

歯科診療所の診療

- ▶年末 12月27日(月) 古丹別 } いずれも午前のみ診療
- 12月28日(火) 苫前 }
- ▶年始 1月4日(火) 苫前 } いずれも午後からの診療
- 1月5日(水) 古丹別 }

【お問合せ】
 保健福祉課
 保健係
 ☎64-2215



患者輸送車の運行

- ▶年末 12月29日(水)まで平常どおり運行
 - ▶年始 1月4日(火)から平常どおり運行〔運行休止日〕
- 12月30日(木)～1月3日(月)まで

【お問合せ】
 保健福祉課保健係
 ☎64-2215

ななかまどの館

- ▶年末 12月29日(水)まで平常どおり営業
- ▶年始 1月6日(木)から平常どおり営業

【お問合せ】
 ななかまどの館
 ☎65-4351

とままえ温泉ふわっと

年末・年始も平常どおり営業

【お問合せ】
 とままえ温泉ふわっと
 ☎64-2810

苫前クリニック 苫前厚生クリニック

苫前クリニック(苫前)

- ▶年末 12月30日(木)まで平常どおり
- ▶年始 1月4日(火)から平常どおり〔休診〕12月31日～1月3日

【お問合せ】
 苫前クリニック ☎64-9070

苫前厚生クリニック(古丹別)

- ▶年末 12月29日(水)まで平常どおり
- ▶年始 1月4日(火)から平常どおり〔休診〕12月30日～1月3日

【お問合せ】
 苫前厚生クリニック ☎65-3535

公民館

- ▶年末 12月30日(木)まで平常どおり
- ▶年始 1月6日(木)より平常どおり

図書室・スポーツセンター

- ▶年末 12月30日(木)まで平常どおり
- ▶年始 1月6日(木)より平常どおり



【お問合せ】
 苫前町公民館
 ☎65-4076

役場・古丹別支所業務

- ▶年末 12月30日(木)まで平常どおり
- ▶年始 1月6日(木)から平常どおり

【お問合せ】
 住民生活課住民係
 ☎64-2213
 古丹別支所
 ☎65-3311

地域社会貢献事業

町道道路側溝の改修 ～株式会社東北建設～

株式会社東北建設(小島英人代表取締役)が11月8日～9日に町道苫前西2条線道路側溝の改修整備を地域社会貢献事業として実施していただきました。
 ありがとうございます。



まちの施設を整備していただきました

苫前パークゴルフ場の芝整備 ～苫前パークゴルフ愛好会～

11月14日に苫前パークゴルフ場で苫前パークゴルフ愛好会(佐藤関夫会長)がグリーン周りの芝に肥料の散布などの整備を実施していただきました。
 ありがとうございます。



健康ばんざい

「新・健康生活」の紹介と
健康診査(個別)について

今月の担当は 新田保健師長 です

今回は、特定健康診査と健康管理について、紹介します。厚生労働省健康局では、令和3年10月15日に「コロナ下での「新・健康生活」のススメ」を発表し、リーフレットのPDFが10月18日同省のホームページに掲載されました。このリーフレットは、一般向けと自治体・企業・団体向けの2種類あり、「おうち時間」を「健康づくり」のきっかけに、生活も、世の中も大きく変わった今は健康づくりのチャンス。この機会に「新・健康生活」を始めてみませんか？

か」と、呼びかけています。一般向けのリーフレットは、A3二つ折りとなっており、コロナ下でのポイントを示しています。リーフレットは、同省のホームページからダウンロードすることができます。◎一般の方向けリーフレット 2021年10月15日版・抜粋 出典：厚生労働省ホームページ https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunisuite/bunyu/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index_00008.html

おうち時間で始めるコロナ下での「新・健康生活」のススメ

3つの密(密閉・密集・密接)の回避、テレワークの推進、少人数での飲食・外出など、日常生活のあらゆる場面に変化が生じています。

この機会に、「新・健康生活」を始めてみませんか？

「おうち時間」を「健康づくり」のきっかけに！
生活も、世の中も、大きく変わった今は健康づくりのチャンスです。

「新・健康生活」6つのススメ

- スズメ① 運動**

毎日プラス10分の身体活動
移動時のはや歩き、料理や掃除、庭いじりなど、日常でのからだの動きを増やしましょう。

新 コロナ下でのポイント
テレワークなどで外出機会が減り、身体活動量も減りがちなので、座っていても、できれば30分ごとに3分程度、少なくとも1時間に5分程度は、立ち上がったからだとを動かしましょう。
- スズメ② 食事**

適切な食生活で、からだの調子を整える
主食・主菜・副菜は健康な食事の第一歩。食事をおいしく、バランスよくとりましょう。

新 コロナ下でのポイント
おうちで食事をする機会が増えたことをきっかけに、食事の内容を見直してみませんか。お弁当や中食を活用する際は、主食・主菜・副菜を組み合わせさせてみましょう。
- スズメ③ 禁煙**

喫煙習慣を見直す
喫煙や受動喫煙により、肺がんや心臓病、脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)等にかかりやすくなります。

新 コロナ下でのポイント
気になっていてもついつい先延ばしにしてしまう禁煙。世の中の変化を健康のきっかけにしましょう。
- スズメ④ 飲酒**

飲酒に伴うからだへの健康影響を知る
休肝日を設けるなどして、からだに負担をかけないようにしましょう。

新 コロナ下でのポイント
お酒(アルコール)を分解する能力は人によって異なります。飲めないのに無理して飲むことはやめましょう。外食が減りおうちでの食事が増え、お酒を飲む機会が変化してきました。これをきっかけに、お酒との付き合い方を考えてみませんか。
- スズメ⑤ 睡眠**

良い環境づくりで、質の良い睡眠を目指す
就寝前は明るい光を避けるなどして、睡眠の質を高めましょう。

新 コロナ下でのポイント
おうち時間が増え、生活リズムが乱れがちです。十分な睡眠時間をとって、からだと心を健康に保ちましょう。
- スズメ⑥ 健診・検診**

定期的からだの状態を知り、病気になるリスクを早期発見
健診と検診を受けて、からだの状態を知ることが、健康づくりの入口です。

定期健康診断、特定健康診査など
各種がん検診など

新 コロナ下でのポイント
コロナ下で外出を控え、健診を滞っている方も生活習慣病やがんは進行しています。あなたの命を守る貴重な機会を、どうか逃さないでください。

特定健康診査
(個別)委託機関のお知らせ

町内では、40歳以上の苦前町国民健康保険被保険者及び北海道後期高齢者医療広域連合被保険者に対し、次の医療機関で特定健康診査(後期の方は健康診査)を受けられるような仕組みを作っています。今年度、町の集団健診や病院での個別健診を受けられない方は、受診ください。

〈受診期限〉
令和4年2月末まで

〈予約方法〉
直接、下記の機関へ、お早めに連絡し、御予約ください。

国保の方は予約時に特定健康診査受診券の有無を確認されますので、お手元に準備し、電話してください。

〈個別健診の委託医療機関〉

委託医療機関名	連絡先(電話番号)
苦前クリニック (苦前町字苦前)	64-9070
苦前厚生クリニック (苦前町字古丹別)	65-3535
北海道立羽幌病院 (羽幌町栄町) ※国保のみ対象	62-6060

★「元氣いきいき教室」が始まりました★

今年、新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言の影響により、1クール目（5月～8月開催）は中止となり、2クール目からの開催となりました。

当初10月からの予定でしたが、緊急事態宣言が解除になってからとすることで、1ヶ月遅れの11月から令和4年1月末までの3ヶ月間集中して行われます。



毎回、札幌市から北海道総合在宅ケア事業団の理学療法士であります渡辺晋輔先生が来町し、運動方法の実践を行っています。

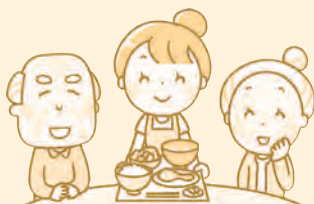
また、教室に併せて作成された「元氣いきいき体操」を自宅で行うよう、アドバイスも行っております。



今回、2名の方が該当となり、参加いただいておりますが、11月18日に2回目の教室が終了し、少しずつ取り組んだ効果が見え始めているとのことでした。

この後の教室は、言語聴覚士によるお口の体操や飲み込みなどについての講義、歯科衛生士による口腔ケアの講話や、町の管理栄養士による食事の講話が併せて行われます。

3ヶ月後には体重の減少、膝や腰の痛みの軽減など効果が現れるよう、栄養と運動のお話を聞きながら、引き続き頑張っていきます。



◆事業のお知らせ◆

令和4年1月25日(火)の寿いきいき教室は、町の管理栄養士による「高齢者の栄養」と題した講話を行う予定です。

お問合せ 苫前町地域包括支援センター ☎64-2215



つくろう健康 幸せの未来づくり

介護保険ガイド

介護保険で利用できるサービスについて

【福祉用具購入費の支給について】

日常生活の自立を助けたり、介護者の負担を軽くするために購入した特定福祉用具(入浴や排せつのために用いる貸与になじまないもので厚生労働大臣が定めるもの)の購入に対し、申請に基づき、支払金額の9割(一定以上所得者は8割または7割)が介護保険の給付費として払い戻しされるサービスです。

○支給の対象

- 腰掛便座(ポータブルトイレ、便座の底上げ部材を含む)
- 特殊尿器(自動排せつ処理装置の交換部品) • 簡易浴槽
- 入浴補助具(浴槽用手すり、入浴用いす、入浴用介助ベルト等) • 移動用リフトのつり具

※ご注意ください※

- ご自身に適した福祉用具を選ぶためにも、購入前に、担当ケアマネージャーまたは地域包括支援センターへご相談ください。
- 福祉用具販売の指定を受けている事業所から購入した場合にのみ保険給付の対象となります。
- 要介護度にかかわらず、毎年4月から翌年3月までの1年間で10万円(支給は9万円～7万円)が上限額となります。同一品目は原則1年に1回のみが支給対象です。

【住宅改修費の支給について】

介護に必要な手すりの取付け、段差解消などの小規模な住宅改修を行う場合、厚生労働大臣が定めた改修の種類であれば、申請に基づき、支払金額の9割(一定以上所得者は8割または7割)が介護保険の給付費として払い戻しされるサービスです。

苫前町では、本制度を利用する際に「償還払い」のほか、一時的な負担軽減を行い住宅改修制度を利用しやすくするため、「受領委任払い^{*}」制度を定めています。(詳細は手続きの流れをご覧ください)

○支給の対象

- 手すりの取付け • 段差の解消 • 引き戸などへの扉の取り替え
- 滑りにくい床材及び移動しやすい床材又は通路面の材料の変更 • 洋式便器などへの便器の取替え
- その他上記の住宅改修にともなって必要となる改修工事

○手続きの流れ

	償還払い	受領委任払い
①相談・検討	ケアマネージャー等に相談します。	ケアマネージャー等に相談し、本制度の登録事業者を選びます。
②申請	工事を始める前に、住宅改修が必要な理由書や申請書、改修予定箇所の写真(日付入)等、必要書類を提出し、改修の申請をします。	
③工事・支払い	<ul style="list-style-type: none"> • 審査結果を受けてから着工します。 • 改修後、写真を撮影します(日付入)。 • 改修費用をいったん全額自己負担して業者に支払います。 	<ul style="list-style-type: none"> • 審査結果を受けてから着工します。 • 改修後、写真を撮影します(日付入)。 • 改修費用の1割～3割を業者に支払います。
④工事完了の手続き	工事が完了したら、領収書や改修が完成した写真(日付入)等を提出します。	工事が完了したら、1割～3割分の領収書や改修が完成した写真(日付入)等を提出します。
⑤改修費の支給	支給決定通知書が届いた後、指定口座へ9割～7割分の住宅改修費が振り込まれます。	支給決定通知書が届いた後、登録事業者へ9割～7割分の住宅改修費が振り込まれます。

※ご注意ください※

- 事前申請が必要です。担当ケアマネージャーまたは地域包括支援センターへご相談ください。
- 改修後の申請はお受けできません。
- 要介護度にかかわらず、20万円(支給は18万円～14万円)が上限額となります。
- 介護保険被保険者証に記載された住所での改修が対象となります。
- 住宅の新築に伴う改修やリフォームは支給対象になりません。
- 転居や要介護度が著しく高くなった場合は、再度支給を受けることができます。

お問合せ 苫前町保健福祉課福祉係 ☎64-2215