広報 とまえ

2026 12

No.784

いつまでも　暮らしていける　とまえに



笑顔と元気があふれるひととき
ふれあいスポーツ大会

苫前と札幌をつなぐ「トークセッション」

苫前の恵みがつなぐ未来

10 月 23 日、札幌駅西口のコワーキング施設「HOKKAIDO × Station01」で、「ふるさと苫前」共創循環事業の一環として、トークセッションとミートアップ交流会を開催した。

このイベントは、町外の方々に苫前町の魅力や地域の取り組みを知ってもらい、新たなつながりを生み出すことを目的としたもの。

当日は、ミズダコ漁を営みながら「INAKA BLUE」の代表として商品開発や漁業の６次産業化に取り組む小笠原宏一さんと、地域おこし協力隊としてエゾシカなどの有害鳥獣の利活用や商品化を目指して活動する河原田英伸さん、モデレーターに町の地域力創造アドバイザーを務める柴田涼平さんが登壇した。

トークセッションでは、柴田さんの進行のもと、それぞれの活動内容を紹介した後、「苫前町が抱える課題」や「どのような人に町を訪れてほしいか」などをテーマに意見を交わし、地域の可能性や今後のまちづくりについて考えた。

その後のミートアップ交流会では、苫前町の特産品であるかぼちゃを使ったグラタン、町産米を使用したライスサラダ、苫前産のタコを使ったカルパッチョなど、町の海と大地の恵みを生かした料理を提供した。参加者は苫前町の味覚を楽しみながら、登壇者や町関係者との交流を深めた。













ふるさと苫前で集まろう!













10月24日、札幌グランドホテルにて、苫前町主催による交流イベント「ふるさと苫前で集まろう!」が開催され、町出身者をはじめ苫前町にゆかりのある方々55名が参加した。

このイベントは、ふるさとを離れて暮らす方々や町に関心を寄せる方とのつながりを深め、苫前町を身近に感じてもらうことを目的に開催したもの。

会場では、苫前町の近況や町が進めている取り組みについて福士町長などから紹介をしたほか、ふるさと納税のPRや町の特産品の販売などが行われ、参加者へ苫前町の魅力を発信した。

また、苫前産のメロンやタコ、甘エビ、かぼちゃ、ゆめぴりかなどを使用した数々の料理が振る舞われ、参加者は地元食材をふんだんに取り入れた料理を堪能した。各テーブルでは参加者同士の会話が弾み、互いの近況やふるさとの思い出を語り合うなど、会場は和やかな雰囲気に包まれていた。最後は全員で「ふるさと」を合唱し終了した。

参加者は懐かしい苫前の味を楽しみながら交流を深め、ふるさととのつながりを改めて感じるひとときとなった。





第19回ふれあいスポーツ大会

今年で19回目となる苫前町ふれあいスポーツ大会が、町社会福祉協議会（大井一弘会長）・町老人クラブ連合会主催、町後援のもと、10月30日に町スポーツセンターで開催された。65歳以上の町民65名が参加し、ペットモルックなど全5種目を行い勝敗を競った。

外は冬の寒さだったが、館内は熱気と笑いに包まれていた。










令和８年度苫前町表彰式

11月3日、令和８年度苫前町表彰式がとままえ温泉ふわっとで挙行された。

今年度の表彰は、産業功労２名、教育文化スポーツ功労１名、社会保健功労１名、防災功労１名の計５名が功労表彰を受賞した。また、自治関係における勤続表彰２名、寄附関係で善行表彰４件、感謝状１件に加え、永年在住19名へ感謝状が贈呈された。

１　功労表彰【以下敬称略】

鈴木　弘和（長島）【産業功労】

平成25年5月から13年余りにわたり苫前町農業委員として活動し、本町農業の振興発展と農用地の適正利用に多大の貢献をした。



向野　博（九重）【産業功労】

平成26年7月から12年余りにわたり苫前町農業委員として活動し、本町農業の振興発展と農用地の適正利用に多大の貢献をした。

坂川　資樹（旭）【教育文化スポーツ功労】

平成27年10月から11年余りにわたり苫前町教育委員を務めるとともに、社会体育指導委員としても活動し、本町の教育行政及びスポーツの振興発展に多大の貢献をした。

伊藤　修（古丹別）【社会保健功

平成14年4月から24年の永きにわたり町立歯科診療所の歯科医師として地域医療を支え、本町の社会保健の発展に多大の貢献をした。

能戸　勝一（旭）【防災功労】

平成2年3月から36年余りにわたり苫前町消防団員として職務に精励し、令和4年7月からは副団長として団員の指導育成に尽力するなど、本町の消防防災活動に多大の貢献をした。

２　勤続表彰

福家　淳一（古丹別）【自治関係】

平成28年4月、交通安全指導員に委嘱されて以来、各期交通安全運動の街頭指導や街頭啓発、町内イベント行事等の交通整理に出動し、交通安全行政に多大の貢献をした。

今　浩二（苫前）【自治関係】

平成28年4月、交通安全指導員に委嘱されて以来、各期交通安全運動の街頭指導や街頭啓発、町内イベント行事等の交通整理に出動し、交通安全行政に多大の貢献をした。

３　善行表彰

濱本　哲也（札幌市）
瀬川　齊（羽幌町）
猪股　紀代子（苫前）
合同会社ユーラスエナジー苫前（上平）

町の公益のため、多額の金品を寄附した。

４　感謝状【寄附】

株式会社オーク（札幌市）

【永年在住】

荒野恒男、柴田信子、伊藤妙子、（故）白府良子、後藤美穂子、木沢恵子、能登輝夫、柴田光子、松田洋子、村上洋子、丹羽弘子、谷田孝、村本靜子、高田加代子、竹谷昭吉、眞鍋惠美子、葛西清、山田勝則、馬場トキ



地域で守り育てよう 私たちの苫前商業高等学校

「バドミントン部にインタビュー」

本校は全校生徒60名ほどの小規模校です。平成26年を境に、それまで30名ほどだった入学生が10人台、あるいは一桁という年が続きました。「苫商の明日を考える会」が企画され、町内の小中学生の保護者や管理職の先生、留萌教育局の方々にも来校いただき、学校の存続について多くのご意見をいただく機会がありました。

中には「小中学校が小規模だったので、高校は人数の多い学校でコミュニケーション力を鍛えてほしい」「苫商では部活動ができないのでは」といった声もありました。そこで今回は、本校の部活動にスポットを当て、少人数だからこそ育まれるコミュニケーション力や、実際の活動の様子を知っていただきたいと思います。

本校には、全員が所属する「商技部」のほか、任意加入の「バドミントン部」「吹奏楽部」「商業競技部」「美術同好会」があります。商技部は、高校生カフェ「苫カフェ」の運営、園児や小学生向けの雪まつり、TDKボランティア、よさこいソーランなど、地域とのつながりを大切にした活動を展開しています。こうした取り組みは、これまでも新聞や広報で何度も紹介していただいています。

今回は、暑い日も寒い日も爽やかな汗を流す、部員8名のバドミントン部にインタビューしました。ほとんどの生徒が高校入学後に競技を始め、月・火・水・土曜日に練習。木曜日には町のバドミントン協会が行う練習に参加させてもらっています。部長の森口さんは「協会で地域の方との関わりが増え、古丹別神社祭の神輿渡御にも誘ってもらいました」と笑顔で話してくれました。札幌から見に来たご両親も「札幌ではできない経験をさせてもらって嬉しい」と喜んでいました。

中学生に伝えたい部の魅力を聞くと、「声を掛け合って応援できる」「人数は少なくても仲間との絆が深い」「思いやりのあるメンバー」「初心者にも試合で勝てるチャンスがある」「努力や精神力を鍛えられる」といった声が上がりました。ラリーが続いた時、遠くへシャトルを飛ばせた時、狙い通りに相手を動かせた時など、上達の喜びも語ってくれました。

AIに少人数の学校の強みを尋ねると、「全員に出番がある」「異学年で学び合える」「地域全体が教材になる」「学校に居場所がある」との回答でした。つまり「一人ひとりが学校をつくる側になれること」。今回のインタビューを通じ、その強みを改めて実感しました。

文・写真：苫前商業高校地域連携委員　瀧川　直子



まちのできごと

道産木材の積極的利用を要望



10月20日、北海道木材産業協同組合連合会の中野副会長と北海道森林組合連合会の清水営業部長が福士町長を訪れ、道産材の積極的利用を求める要望書を提出した。

要望書では、公共・民間建築物の木造化・木質化をはじめ、森林環境譲与税の活用や木質バイオマスの普及促進などを要請。道産材の利用拡大を通じ、地域の林業・木材産業の振興と脱炭素社会の実現を図ることの重要性を訴えた。

留萌地方法人会苫前支部 社会貢献事業



10月23日、古丹別小学校体育館で、公益社団法人留萌地方法人会苫前支部による備品贈呈式が行われた。

千葉勇一支部長から古丹別バレーボール少年団「WINDS」の村本健真キャプテンへ目録が手渡された。

寄贈されたのはバレーボールネットや折りたたみ式ボールカゴ、線審フラッグなど、練習や大会で使用する備品。

今回の寄贈は、子どもたちの活動を支える温かな支援となった。

タコ漁を通して考える 苫前の海の未来



10月26日、苫前商業高等学校で3年生14人を対象に、タコ漁から見た漁業の現状と課題を学ぶ授業が行われた。

講師を務めたINAKA BLUE代表の小笠原宏一さんは、樽流し漁やタコ箱漁を紹介し、漁業が抱える課題や資源管理の重要性を説明した。

後半のワークショップでは、生徒たちが漁業者に資源管理を広める方法や、消費者にその大切さを伝える方法を話し合い、地域の海の未来について考えた。

苫前うまいもん料理教室



11月6日、苫前町公民館にて苫前町食生活改善協議会（岩村奈緒子会長）主催の「苫前うまいもん料理教室」が開催され、11名が参加した。

今回は地場産物を活用し、「ミニトマトとたこのカルパッチョ」と「ホタテ入りミネストローネ」の2品を調理。参加者は協議会員からアドバイスを受けながら協力して料理を完成させた。

調理後には、トマトの栄養やうま味についての講話も行われ、参加者は身近な食材の魅力や栄養について理解を深めていた。

古丹別地区多世代交流・多機能型拠点施設「コタンぴあ」の開設記念セレモニーを11月25日（水）に開催



施設整備に至るまで

古丹別地区では、長年にわたり地域住民の日常の買い物を支えてきた「Aマートこたんべつ店」が、店舗の老朽化などにより営業の継続が難しい状況となり、地域の買い物環境をどのように維持していくかが大きな課題となっていた。

この課題を解決するため、**町では、子どもから高齢者まで幅広い世代が集い、交流できる機能を中心に据え、これに買い物機能を持たせるために、多世代交流・多機能型の複合施設として整備することを構想した。**

構想の実現に向けては、庁内での協議や議会の理解のもと、ＪＡるもいをはじめ地域住民とも協議を重ね、令和７年８月には管理運営主体であるＪＡるもいと本事業に関する連携協定を締結し、官民が連携して事業を進める体制を整えた。

整備に当たっては、ＰＦＩ法に準じた手法を採用し、民間事業者の知見やノウハウを生かしながら、複合型施設とすることで国の地域未来交付金や有利な地方債を活用し、整備を進めてきた。

地域の暮らしを支える新たな拠点

施設内には、住民が気軽に集える**コミュニティスペース**をはじめ、**シェアキッチンやキッズスペース**などを備え、交流や地域活動の場としての活用が期待されている。

また、施設内には株式会社ホクレン商事が運営する**「ホクレンショップこたんべつ店」が11月26日（木）にオープン。**これまで地域の買い物を支えてきた役割を引き継ぎ、日々の暮らしを支える身近な買い物の場となる。**営業時間は午前９時30分から午後７時までで、土日・祝日も営業する。**

コミュニティバスの実証運行を開始

施設の開設に合わせ、**11月26日（木）から苫前地区と古丹別地区を結ぶコミュニティバスの実証運行が始まる。**

スクールバスの空き時間を活用し、苫前地区コミュニティセンターと「コタンぴあ」の間を１日２往復運行する。実証運行の期間は令和９年３月31日までで、運賃は無料、予約も不要。土日・祝日や学校休業日などを除く平日に運行し、利用状況や地域のニーズを把握しながら、今後の公共交通のあり方を検討する。

※「苫前→古丹別」行きは、終点でのみ降車可能です。
※「古丹別→苫前」行きは、起点でのみ乗車可能です。

コミュニティバス運行時刻表

苫前→古丹別

停留所＼運行日等	平日のみ	
	午前便	午後便
苫前地区コミセン前	9：07	14：34
苫前町郷土資料館	9：09	14：36
苫前下町（旧バス停）	9：14	14：41
港ふれあいセンター	9：16	14：43
コタンぴあ（ホクレンショップ）	9：30	14：57

古丹別→苫前

停留所＼運行日等	平日のみ	
	午前便	午後便
コタンぴあ（ホクレンショップ）	10：00	15：27
港ふれあいセンター	10：14	15：41
苫前下町（旧バス停）	10：16	15：43
苫前町郷土資料館	10：21	15：48
苫前地区コミセン前	10：23	15：50

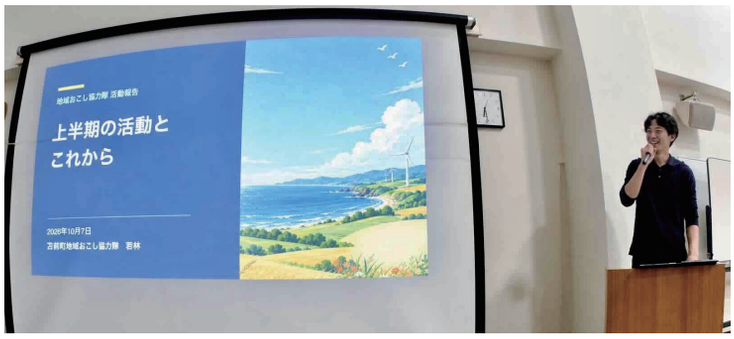
地域おこし協力隊だより

今月の担当



若林　勇利

上半期の活動を振り返って



10月7日、苫前町公民館で開催された「地域おこし協力隊トークセッション」に参加し、上半期の活動を報告しました。私は、デジタルコミュニティ「苫前みらいコネクト」の運営を中心に、町の情報発信や飲食店との連携企画などを紹介しました。後半はモデレーターを交え、隊員それぞれの活動や今後の展望について語り合いました。日々の取り組みを振り返り、地域の皆さんに活動への思いを直接伝えられる貴重な機会となりました。ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました。多くの方に支えていただいていることへの感謝を忘れず、これからも人と人とのつながりを大切にしながら、町のにぎわいにつながる活動を一つずつ積み重ねていきたいと思います。

札幌で感じた苫前のつながり

10月24日、札幌グランドホテルで開催された「ふるさと苫前で集まろう！ in 札幌」に参加しました。苫前町に住む方や町を離れて暮らす方、苫前が好きな方が集まり、地元の食材を使った料理を囲んで交流する会です。当日は一人の参加者として、皆さんとの会話や食事を楽しみました。暮らす場所が違っていても、苫前という共通のつながりを通じて交流できることに、町の魅力を改めて感じました。町内での活動とはまた違う形で、苫前を大切に思う方々と出会えたことは、今後の活動への励みにもなりました。このようなご縁を大切にしながら、町の内外をつなぎ、苫前の魅力をより多くの方へ届けられるよう取り組んでいきたいと思います。





公民館フェスティバル













町民舞台発表会

















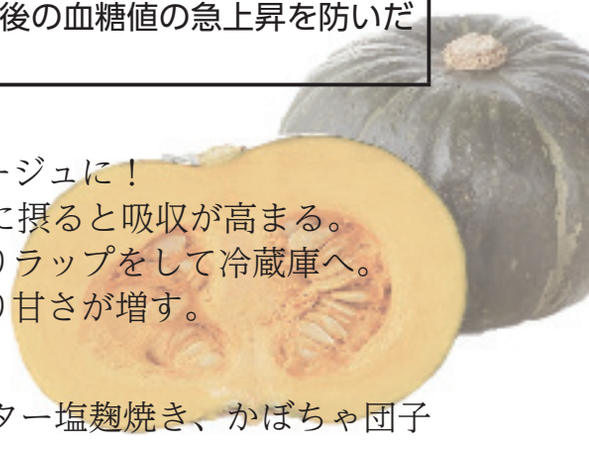


冬の食卓を彩る「とままえの黄金コンビ」で冬を元気に乗り切ろう

●先人たちの食の知恵が凝縮　冬至に食べたい畑の黄金「かぼちゃ」

かぼちゃに含まれる主な栄養素

カリウム	余分な水分やナトリウムを排出する働きがあり、むくみの改善や予防に効果的。※腎機能が低下している方は摂りすぎ注意！
β－カロテン	体内でビタミンＡに変換される栄養素。目や皮膚、粘膜の健康維持に役立つ。
ビタミンＥ	抗酸化作用があり、体内の血液循環をスムーズにして冷え症の改善や予防、ホルモンのバランスを整える働きがある。
水溶性食物繊維	腸内で糖分の吸収を抑制することで、食後の血糖値の急上昇を防いだり、コレステロールの排出を促す。



かぼちゃ豆知識

・皮やワタに一番栄養素が詰まっている。スープやポタージュに！
・βカロテンとビタミンＥは脂溶性ビタミン。油と一緒に摂ると吸収が高まる。
・丸ごとなら常温で長期保存。カット後はワタと種を取りラップをして冷蔵庫へ。
・収穫後の追熟で、でんぷんが糖に変わり食味はねっとり甘さが増す。

かぼちゃのおすすめ料理

そぼろあんかけ、いとこ煮、ポタージュ、サラダ、バター塩麹焼き、かぼちゃ団子

●子孫繁栄の縁起物　お正月に食べたい海の黄金「数の子」

数の子に含まれる主な栄養素

タンパク質	筋肉や臓器などの体を構成するものの材料となり、酵素、ホルモン、免疫抗体などの成分にもなる。
DHA	神経細胞の情報伝達を円滑にしたり、血中の脂質バランスを整えたりする。
EPA	血液や血管の維持に役立ち、血流をスムーズに保ったり、血中の中性脂肪を低下させたりする。
ビタミンＤ	カルシウムとリンの吸収を促す作用で骨や歯の発育促進に役立ち、神経伝達、筋肉収縮なども助ける。

数の子豆知識

・高タンパクで低カロリー。魚卵の中ではコレステロールやプリン体も少ない。
・おせち料理では子どもの健やかな成長や家の繁栄の意味が込められている。
・苫前町では令和２年に力昼で約６０年ぶりの鰊の群来がみられた。

数の子のおすすめ料理

ほうれん草和え、クリームチーズ和え、和風パスタ、卵焼き

お問合せ　苫前町保健福祉課保健係　TEL 0164-64-2215

介護保険ガイド

みんなで支える介護の仕組み



① 介護保険はみんなで支え合う制度です

介護保険は、地域全体で支え合う制度です。

日常生活に介護や支援が必要であると認定されたとき、要介護度に応じて介護保険サービスを利用できます。介護サービスにかかる費用は、利用者が１～３割を負担し、残りの費用は公費と 40 歳以上の方が納めた保険料で賄われています。

② どんな人が利用できるの？

65 歳以上の方

原因を問わず、要支援・要介護認定を受けた方



第1号被保険者
65歳以上

40 歳から 64 歳までの方

特定疾病が原因で要介護・要支援認定を受けた方

【特定疾病の例】
- がん
- 脳血管疾患
- 心疾患
- 糖尿病



第2号被保険者
40~64歳

③ サービス利用までの流れ

1. **相談する**
   役場の介護保険担当窓口などへ相談
2. **申請する**
   申請後、認定調査や主治医意見書などに基づき審査
3. **結果が通知される**
   要支援・要介護などの区分が決まる
4. **ケアプランを作成する**
   ケアマネジャーなどと利用するサービスを検討
5. **サービスを利用する**
   本人の状態や希望に合ったサービスを利用

④ どんなサービスがあるの？

在宅サービス 自宅で受けられるサービスです。



・訪問介護・訪問看護・デイサービス
・短期入所・住宅改修・福祉用具貸与 など

施設サービス 施設に入所して受けられるサービスです。



・特別養護老人ホーム・介護老人保健施設
・介護医療院

その他の住まい・サービス

介護保険を利用できるさまざまな住まいとサービスがあります。





こんなときはご相談ください

- 最近、日常生活に不安を感じている
- 家族の介護が必要になり、何から始めたらいいかわからない
- 介護サービスやサービス費用の負担を軽減したい　など

お問合せ　保健福祉課 福祉係　TEL 0164-64-2215



20歳になったら国民年金！



国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

20 歳以上 60 歳未満の方は加入することが義務付けられており、20 歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金のポイント

将来の大きな支えになります！

国民年金は 20 歳から 60 歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

老後のためだけのものではありません！

国民年金は、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。

また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

国民年金保険料のお支払い

国民年金の保険料

国民年金第 1 号被保険者及び任意加入被保険者の 1 カ月当たりの保険料は 17,920 円です（令和 8 年度）。

「付加年金制度」があります！

定額保険料（17,920 円）に月額 400 円の付加保険料を上乗せして納めると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算され、年金額を多く受け取れます。

「前納割引制度」があります！

保険料をまとめて前払い（前納）すると、割引が適用されるのでおトクです。

口座振替・クレジットカードでのお支払い

口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省け、納め忘れも防ぐことができます。さらに、「早割（当月末納付）」や「前納」で納めると、保険料が割引されます。

「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

「学生納付特例制度」

学生の方は、ご本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予される制度です。対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限 1 年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

「納付猶予制度」

学生でない 50 歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予される制度です。

お問合せ　苫前町住民生活課住民係　TEL 0164-64-2213
留萌年金事務所　TEL 0164-43-7211

学びの広場

令和９年　苫前町20歳の集い

例年行っている 20 歳の集いを次のとおり開催いたします。
集いの案内は苫前町に住民票があり、対象の生年月日の方及び中学校卒業時点の学齢簿に記載のある方に対して送付しております。町外に住所を移しているなどの理由で案内が届いておらず、本式典に参加を希望される方がおりましたら、お手数ですが苫前町公民館（0164-65-4076）までご連絡ください。

○日　時　　令和９年１月 10 日（日）　13：00 ～ 14：30
○場　所　　苫前町公民館　講堂
○対　象　　平成 18 年４月２日から
　　平成 19 年４月１日までに生まれた方



苫前町健康づくり推進地域支援事業

手軽に実践できる「ストレッチ講座」

年齢を重ねるとともに増える「膝痛」や「腰痛」の原因の一つとして、筋力低下が関係しています。筋肉の機能を維持することが、健やかな身体づくりに繋がります。
気軽に参加・実践できる講座を予定していますので、ぜひご参加ください。

○講　師　天塩スポーツ健康づくりラボ / 河上耕希　氏
○場　所　苫前町公民館
○時　間　19：00 ～ 20：00
○共催　公益財団法人　北海道健康づくり財団

第１回	12 月　2 日（水）	第５回	2 月１０日（水）
第２回	12 月 16 日（水）	第６回	2 月２４日（水）
第３回	1 月 13 日（水）	第７回	3 月　3 日（水）
第４回	1 月 27 日（水）	第８回	3 月 10 日（水）



公民館講座「新春書き初め会」
～家族、友だちみんなで書初めをしてみよう！～

○日　　時　　令和９年１月 11 日（月・祝）　13：00 ～ 15：00
○場　　所　　苫前町公民館　講堂
○指　　導　　岡田　絵梨子　氏（書道指導者　苫前在住）
○課　　題　　自由（新春にふさわしい字句や文言、新年の目標、座右の銘など）
　　１人１作品、公民館ロビーに展示しますのでご協力お願いします。
○対象・定員　　苫前町民ならどなたでも　５０名程度
○参　加　料　　無料（画仙紙、墨汁は用意します。）
○持　ち　物　　書き初め用太筆、墨汁（持っている方は持参願います）
　　※太筆は公民館でも若干用意しています。
○申　込　み　　公民館電話受付は令和９年１月８日（金）までに申込み願います。
　　※当日直接参加も大歓迎！！
　　※提出いただいた作品は公民館ロビーで令和９年１月 23 日（土）まで展示を行いますので、ぜひお越しください。

～申し込み・お問合せはこちらまで～
苫　前　町　公　民　館
TEL　0164-65-4076　FAX　0164-65-3220
Email　shakaikyoiku@town.tomamae.lg.jp

とままえ社協だより
ほほえみ
この広報は、赤い羽根共同募金の助成により発行されています。

社会福祉法人苫前町社会福祉協議会　苫前郡苫前町字旭 37 番地の 1　苫前地区コミュニティセンター内
☎：0164-64-2387　FAX：0164-64-9090　HP: https://www.protech-web.co.jp/homepage/tomamae

社協ニュース

苫前町敬老会（赤い羽根共同募金助成事業）



９月 30 日、苫前町敬老会を苫前町との共催で開催し、102 名の参加がありました。会では、主催者を代表して福士敦朗苫前町長のあいさつに続き、阿部俊一苫前町議会議長の祝辞、工藤政尚苫前町老人クラブ連合会長からお礼のことばをいただきました。

アトラクションでは、認定古丹別こども園、認定苫前こども園の園児たちにお遊戯や歌を元気いっぱい披露していただいほか、昨年に引き続きカラオケ・演芸発表が行われ、会場は大いに盛り上がりました。

恒例の抽選会では、酢だこや潮風うどんなど苫前町の特産品をはじめとした豪華な景品が配られ、楽しいひとときを過ごすことができました。

改めまして、皆様のご長寿を心よりお祝い申し上げますとともに、更なるご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

まちなかサロンが開催されました



まちなかサロンが９月、10 月と開催され、無事に今年度の事業を終えました。

９月 17 日の第５回目では、人権擁護委員の鈴木弘和氏をお迎えし、ボッチャ体験会を行いました。ゲームを進めて行くにつれコツを掴み、白熱した戦いとなりました。プレー中は拍手や笑いが絶えず、楽しい時間を過ごすことができました。

今年度最後となる 10 月 16 日の第６回目では、恒例の「新米でおにぎり！採れたて野菜の豚汁を楽しもう！」と題して、ボランティアさんにご協力いただき、町民の皆様からご厚意で頂いた新米や地元の野菜を使ったおにぎりや豚汁を作ってみなさんと一緒にいただきました。

今年度のまちなかサロンも、多くの方にご参加いただきありがとうございました。

第４回ふれあい倶楽部を開催しました



10 月８日、今年度第４回目のふれあい倶楽部を開催しました。

36 名の参加があり、午前中は、創作活動「天然木の小物入れ」に取り組みました。完成までには様々な工程があり、介護予防には最適な時間となりました。参加者は、完成した小物入れを手に充実した表情がみられました。



午後からは、増毛町よりシンコースポーツの宍戸廉氏を講師に迎え、前半はラジオ体操や椅子に座りながら筋力アップの体操。後半は３チームに分かれ、バッコーという軽スポーツで得点を競い合い、笑い声が絶えない楽しいレクリエーションとなりました。

社協ニュース

留萌地区老連ニュースポーツ交流会



10 月 21 日、留萌地区老人クラブ連合会主催のニュースポーツ交流会が増毛町文化交流センターで開催され、７町村 14 チームが集まり、本町からは 13 名の選手が参加しました。

この大会は、今年で６回目となる大会で、「ラダーゲッター」の種目で競い、昨年は苫前町のチームが準優勝しています。

これまで３度の優勝をしている苫前町チームは、雪辱を果たすため８月 31 日に実施した予選会の成績上位者等でチームを編成し、合同練習を経て本番に臨みました。結果は、残念ながら昨年優勝の天塩町チームが２連覇、苫前町チームが準優勝、２年連続となりました。

来年度は羽幌町で開催予定ですが、優勝奪還を目指して元気にラダーゲッターを楽しんでもらえたらと思います。

ふれあいスポーツ大会（赤い羽根共同募金助成事業）



10 月 30 日、第 19 回ふれあいスポーツ大会を開催し、65 歳以上の町民 65 名の参加と来賓 13 名の出席をいただき、「平面玉入れ」や「ペットモルック」など５種目を行いました。どの競技も拍手や歓声が起こり、非常に盛り上がりました。また、競技終了後には恒例の抽選会を行い、苫前町の特産品をはじめとした豪華な景品が配られ、楽しいひとときを過ごすことができました。

お知らせ

赤い羽根共同募金運動のお知らせ



第 80 回の赤い羽根共同募金運動が、今年も 10 月１日からスタートしています。

既に新聞マスコミ等に報道されていますが、北海道共同募金会において、多額の使途不明金が発生した事案につきまして、赤い羽根共同募金にご協力いただいている町民の皆様をはじめ、町内会、企業、団体など関係する皆様に多大なご心配をおかけしております。

今回の事案を受け、北海道共同募金会において原因究明や組織体制の見直し、再発防止に向けた取り組みが進められております。

今回の事案を重く受け止め、皆様からお寄せいただく善意を大切にするとともに、共同募金運動への信頼の確保に努めてまいりますので、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

なお、12 月から１か月間は、全国一斉に「歳末たすけあい運動」も実施されますので、そちらへのご協力も併せてよろしくお願いいたします。

除雪ボランティアを募集しています！



社協では、高齢者や障がいのある方を対象として、通院や買い物などの外出時に支障となる、道路に面した住宅の出入口（間口）と玄関先までの通路（敷地内）を有償ボランティアが除雪する福祉除雪事業を実施します。

この事業は、単に除雪を行うだけでなく、利用世帯の方の見守りにも繋がる活動となっています。

今冬の事業活動に、有償ボランティアとしてご協力、ご参加いただける個人や団体、企業の方を募集しますので、ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせください

法務局からのお知らせ

令和９年１月４日（月）から、法務局の窓口対応時間（対面、電話、ウェブ手続案内）が、午前９時から午後４時までに変更になります（現行：午前９時から午後５時まで）。

皆様からの申請などをより早く、正確に処理するため、集中して審査等を行う時間を確保する取組です。御理解と御協力をお願いします。

登記の申請や登記事項証明書等の請求は、オンラインでも行うことができます。

利用可能な手続や利用時間については、法務局ホームページを御確認ください。

※ 人権相談、ＤＶ防止法に基づく宣誓認証及び選挙供託に関する事務は、これまでどおり午前８時３０分から午後５時１５分まで取り扱います。これ以外の事務についても、急を要する事情がある場合には、職員にお声がけください。

詳しくは、法務局ホームページを御覧ください。
法務局ホームページ「法務局の窓口対応時間について」

法務局ホームページ

お問合せ　旭川地方法務局総務課　TEL 0166-381144

農林水産統計調査専門調査員の募集

日本の農林水産業の”いま”を調査する専門調査員をやってみませんか。農林水産省では、農林水産行政の企画立案や円滑かつ効果的な推進のため、各種統計調査を実施しており、調査業務に従事する専門調査員を募集します。

募集期間：令和８年８月上旬～令和９年２月中旬
※応募者多数の場合は、募集期間中であっても募集を終了する場合 があります。募集が終了した場合はホームページでご案内します。
任命時期：令和９年４月上旬～
※従事期間は、担当する業務によって異なります。
定　　員：若干名
そ の 他：●面接研修あり ●募集要件あり
※農林水産省の調査員です。

お問合せ　農林水産省北海道農政事務所統計部統計企画課
TEL 011-330-8818

プレミアム地域振興券（電子商品券）の利用期限は 12 月 31 日まで



プレミアム地域振興券の利用期限が、12 月 31 日（木）までとなっています。

使い忘れのないよう、お早めに近くの取扱店でご利用ください。

期限を過ぎると使えなくなりますのでご注意ください。

お問合せ　苫前町商工会　TEL 0164-65-4121

町内予定

12 月

2 日（水）乳がん・子宮がん検診（苫前町公民館）

11 日（金）健康相談（苫前町公民館）

15 日（火）健康相談（苫前地区コミュニティセンター）

ＪＡ北海道厚生連　苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科　外来日は
12 月 9 日（水）

午前　診療時間　8：30 ～ 12：00
　　受付時間　8：00 ～ 11：30
午後　診療時間 13：30 ～ 15：00
　　受付時間 13：00 ～ 14：30

※診察には事前の予約が必要となります。
電話での診療予約もできます。

管理栄養士による
「今日からあらためる食事療法・なんでも相談」
日程：12 月 16 日（水）

予約制です。
ご希望の方は電話でお気軽におたずねください。

ＪＡ北海道厚生連　苫前厚生クリニック TEL 0164-65-3535

ご厚志に感謝します



苫前町内会へ
○苫前　竹内　榮子　様

港町内会へ
○苫前　佐藤　冨美子　様

苫前町社会福祉協議会へ
○ミカエル祭実行委員会　様

長島老人クラブへ
○古丹別　丹羽　善弘　様

戸籍の小箱

ご成長をお祈り申し上げます
伊藤　凪（なぎ）　父 行平　日生 10/5　苫前
　　母 莉奈　出生

末永くお幸せに
夫 木村 颯汰　前 苫
妻 山岸 奈音香　前 苫

お悔やみ申し上げます

氏名	年齢	死亡日	住所
丹羽キヨ子	92	10月3日	古丹別
村上 豊幸	85	10月9日	九重
白府 良子	86	10月11日	古丹別
伊藤 敬造	83	10月16日	長島

大雪シーズンの心得

もうすぐ、１年で最も雪の降る時期がやってきます。**大雪の心配がある場合、気象庁ホームページをご覧ください。**「警報・注意報」では注意・警戒が必要な期間を市町村ごとに、「今後の雪」では、各地域の積雪状況や６時間先までの降雪量の予想を確認することができます。最新の天気予報や気象解説情報を確認して行動するよう心がけましょう。

お問合せ　旭川地方気象台　TEL 0166-32-7102

我が家の宝物大募集!!



町民の皆さんが思わず笑顔になる元気なお子さんの写真を募集しています。
対象：未就学児
写真・名前・年齢・誕生日・子どもへのメッセージを添えて
右の QR コードからふるってご応募ください。
お待ちしています！

LINE
町公式ライン

お問合せ　総合政策室　TEL 0164-64-2040

苫前町の交通事故情報

令和８年 10 月の事故情報

発生件数 0 件　死者数 0 人　負傷者数 0 人

交通事故死ゼロ日数
10 月 31 日現在 1,937 日

風力発電の売電状況（町営風車「風来望」）

令和８年 10 月分の実績

供給電力量
774,400kWh

15,333,120 円

12 月　町税の納期



国民健康保険税

の納付月です。
納期内の納付にご協力をお願いします。

まちの人口（10月31日現在）

		（前月比）
男	1,271 人	（－ 9）
女	1,294 人	（－ 9）
合　計	2,565 人	（－ 18）
世　帯	1,409 戸	（－ 13）

発行：北海道苫前町　／　編集：総合政策室総合政策係