

ほろかない

Public Relations Magazine

Horokanai



◆ 表紙：全国高校生そば打ち選手権～団体戦・個人戦 W優勝～

CONTENTS

- 幌高生～そば打ち選手権大会への道のり～… 2～5
- news spot (ニューススポット) … 6～8
- information… 9～13
- 新鮮！幌高… 14
- 年金だより… 15
- こんにちは！保健師です… 16
- NEW WIND (ニューウインド) … 17

<http://www.town.horokanai.hokkaido.jp/>

OCTOBER 2019

10

No.766

第9回全国高校生そば打ち選手権大会
個人戦
優勝
団体戦
(文部科学大臣賞)
優勝

藤井
ふでい

夏麗
かろん
(3年)



Profile

祖母がそば打ち4段位を取得していることから、小学生の時からそば打ちをしていた。高校に入学し、先輩のそば打ちを見て感動。先輩のようになりたいと2年生から本格的にそば打ちに取り組む。今年はそば局長としてチームを引っ張っている。



普段は、お茶目な高校生だが、チームカラーの作務衣を羽織ると、表情は真剣そのもの。一切の妥協をゆるさない熱意が、出来上がったそばに表れている。

北海道幌加内高等学校そば局主将の藤井夏麗さん（3年）が2019年8月26日（月）に東京都立産業貿易センター台東館で行われた、第9回全国高校生そば打ち選手権大会の舞台に立った。

◎昨年と同じ場所に立つ緊張感

昨年もそば局から2年生ながら大会メンバーに選ばれ、第8回大会に出場し団体で優勝を収めた。団体優勝ながらも、「丸のしは良かったが、切りの工程で少ししか切れず、2名で切り終わらなければならぬところ、3人目まで回してしまい、切る技術の向上が必要」と藤井さんは自身を反省した。

◎昨年とは違うレベルでの挑戦

今年もそば局から大会メンバーに選ばれた藤井さんは1キのそばを30分で打つ実力者に成長。タイムよりも会場内の状況や湿度で、その日の「粉」のコンディション

が変わるため、水分量は特に注意と慎重になっていた。

迎えた2度目のそば打ち選手権大会。今年の目標を個人優勝、団体優勝と、2年前の先輩方が成し遂げたダブル優勝を目指した。

◎成長を実感

藤井さん含め、メンバー全員が緊張している中、「笑顔で楽しくそば打ちしよう」と緊張をほぐすため周りに声をかけ続けた。

「はじめっ」の合図のあと、そば粉と小麦粉をまぜる。水分を含ませた粉が手の指の間を縫うように混ざり合い、一つの玉になる。反復練習で培い、自分の体に叩き込んだ所作をひとつひとつ丁寧にそばに注いだ。



◎ダブル優勝を成し遂げて

「そばが上手に打てると、周りの人もほめてくれる。喜びを分かち合うことが充実感を与えてくれる。」練習の成果が身を結び、個人としても、団体を引っ張るリーダーとしても、全国から、団体の部から33校、個人の部から22名がエントリーした大会でダブル優勝を収めることができた。

心が成長した3年間だった。現在、藤井さんは大学進学に向けて、勉強に励んでいる。幌高を通じて、先生や仲間を通じて、部活動を通じて、藤井さんは大きく成長した。攻めの姿勢を忘れない。藤井さんはさらなる高みを目指している。





第9回全国高校生そば打ち選手権 報告の様子



◎やれることはやり切った
そば局の部員は9名いる中で、念願の大会出場メンバーに選出された。今年からそば局に入局した有木さんはいざメンバーに選ばれ、周りのメンバーとのレベルの差に負い、焦っていた。大会では「一日一日の練習の大切さが身にしみた。今まで以上に楽しくそば打ちができたと感じた」と有木さんは自分の持つ力を発揮した。

◎やれることはやり切った

Profile

2年生からそば局に入局。不器用なところがあり、そば打ちに自信が持てず苦慮している。農生会役員をしており、そば局との両立に苦労しているが、時間のない時はそば打ちを見学するなど、日々の技術の向上に向け研究している。

全国高校生そば打ち選手権大会の記録

第1回 (2011年7月20日開催) 団体戦 第1位 (高崎 瞳) 個人戦 第3位 (喜来 祐哉)	第2回 (2012年4月4日開催) 団体戦 第3位 個人戦 第1位 (齋藤 桜子) 第3位 (牧野 慎二)	第3回 (2013年4月3日開催) 団体戦 第1位 個人戦 第1位 (齋藤 桜子)	第4回 (2014年4月2日開催) 団体戦 第1位 個人戦 第2位 (渡辺 美紅)	第5回 (2015年8月21日開催) 団体戦 第2位 個人戦 第3位 (大封 真子)	第6回 (2016年8月19日開催) 団体戦 第2位 個人戦 第3位 (岩井 利菜)	第7回 (2017年8月21日開催) 団体戦 第1位 個人戦 第1位 (石川 朋佳)	第8回 (2018年8月20日開催) 団体戦 第1位 個人戦 入賞なし	第9回 (2019年8月26日開催) 団体戦 第1位 個人戦 第1位 (藤井 夏麗)
--	---	--	--	---	---	---	--	---

◎はねのけたプレッシャー

昨年そば局の大会メンバーに選ばれ、今年は昨年の結果を自信に変え、普段の練習から着実に実力をつけてきた。2回目のそば打ち選手権大会。「打つスピードを上げ、後悔のないよう、大会を楽しみ気持ちでそばを打とう」。気持ちを切り替え、結果を掴んだ。



樋浦 いうづ

佑哉 ゆうや
(2年)

Profile

兄が本校で頑張っていたところから、「兄を超えたい」と意気込み入学。入学当初からそば打ちと真剣に向き合い頑張っている。現在背筋を伸ばしてそば打ちができるよう普段の生活から矯正中。

◎そば局で学んだこと

中学までは他人に言われてから行動することが多かったが、高校生になってからは自分から率先して行動することが多くなってきた。そば打ちもその一つ。「団体というチームで、一つの目標を掴むために、受動的ではダメ、能動的に行動しよう」と積極的になり、そば打ちで勝ちたいと思うようになった。行動は結果を変え、仲間の行動が良く目に入るようになった。この2年で久保選手は、チームワークの大切さを学んだ。この先も仲間への気遣い、感謝の気持ちを大切にすることを忘れない。



久保 くほ

詩結 しずく
(2年)

Profile

校内段位認定会にて、初・二段位最優秀賞を受賞した。普段は天然キャラ的な部分があり、何を考えているかわからないことも多いが、そばに関しては、表には出さないが心では誰にも負けたくないと常に思っている。



第26回 幌加内町新そば祭り



2日間で4万人の来場者が
新そばを堪能しました。
来年もご参加をお待ちしております♪



どこのお店も
すごい行列!!!
待った分だけ、
そばがおいしいね



そばを食べた後は、
ステージで素敵な歌声
を聞いたよ!



見玉梨奈



スコップ三味線

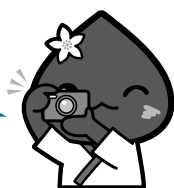


荒牧陽子



原藤由衣

農業活性化センターあぐりで、
そばのパネル展がやってたよ。
そばについて、勉強できたな～



全麵協素人そば打ち三段位認定会が行
われ、受験者の皆さんが段位取得に向
け、真剣にそば打ちをしてました。





大きく広がる 障害者スポーツの輪

第55回上川管内町村身体障害者スポーツ大会が8月28日（水）、比布町農村環境改善センターで開催されました。

上川管内の12町から180名が参加しました。幌加内町からは身障者福祉協会（会長：番水英世）から会員12名、応援1名、事務局2名が参加。ゲートボールリレー等、5種目を競い、12団体中5位の好成績をおさめました。幌加内に戻り「来年も頑張ろう!」と、意思統一したところです。



提供：幌加内町身障者福祉協会



酪農学園大学の生徒6名が 日本一のそば産地について研究

幌加内高等学校の卒業生で、酪農学園大学の生徒が、「幌加内町のそばについて」を研究テーマのもと、生徒ら6名が8月14日～15日にかけて本町に行政視察に訪れ、学生視点からの本町の課題や改善策などを分析しました。

議論の中では、「観光客はまずSNS（フェイスブック、Instagram）で町の情報収集をします。景色やイベント、特産品のそばなどの発信に力を入れてみては」、「道の駅が観光の要。その場で食べられるフード商品を豊富にしてみてもいい」など多数の意見がありました。



酪農学園大学の学生ら



台湾から幌加内に！3名の留学生がインターンシップで活躍

士別・和寒・剣淵・幌加内着地型観光推進協議会は、台湾の大学生3人をインターンシップで受け入れ、幌加内町には8月24日から30日まで役場や観光協会では実習や接客、観光案内業務を経験していただきました。

今回参加しているのは、国立高雄科技大学日本語学科の黄睿萱（コウエイシェン）さん＝3年生＝と廖宜欣（リョウギシン）さん＝3年生＝、林欣樺（リンシンファ）さん＝2年生＝の3人。

道の駅の物産館やせいわ温泉ルオントでは接客や、商品のポップを「台湾語」で書いてもらうなど、観光客誘致に務めていただきました。

3人はこれからも日本語や文化を学び、将来的には語学をいかした仕事に就きたいと話していました。



コウさん



リョウさん



リンさん



走って！踊って！飛び跳ねて！双葉保育園の大運動会

9月8日（日）、双葉保育園（園長：宮川恵秀）で運動会が行われ、保護者のみなさんや地域の方々が応援にかけつけました。

元気に選手宣誓してくれたのは「はないみのりちゃん」。

園児たちはかけっこやリズムに乗ってのダンス、親子競技など様々な種目に挑戦。そのがんばっている姿に、心温まるすてきな光景がたくさんあり、保護者の方々も子どもの成長を感じられたのではないのでしょうか。

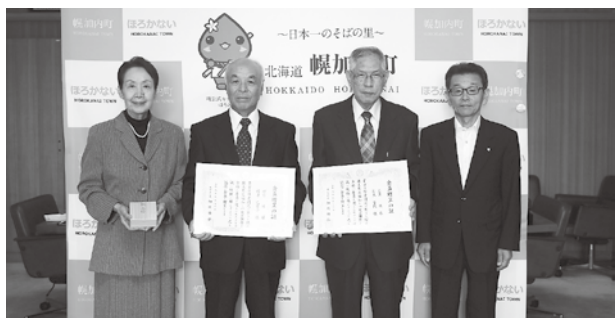


結婚 50 周年 おめでとうございます

9月17日（火）、役場庁舎内で結婚50周年を祝する、幌加内町金婚記念品授与式が行われました。

今年は棕井功様・巴磨子様ご夫妻、石黒進様、香代様ご夫妻の2組が表彰され、「金盃贈呈の証」と「金杯」を受贈されました。

棕井功様は「今後も一層精進を重ね、一日一日を大切にして過ごしていきたい」と謝辞を述べました。



幌加内自治区敬老会

9月14日（土）、幌加内自治区敬老会が開催されました。75歳以上の方を招聘し、敬い、感謝し、楽しんでもらう趣旨で開催している敬老会に、今年は43名のご高齢の方が参加していただきました。

記念撮影や祝宴を楽しんだ後、小学生のよさこい、中学生の吹奏楽の演奏などのアトラクションが行われました。



道の駅クーポン

日頃より、道の駅「森と湖の里ほろかない」をご利用いただきありがとうございます。道の駅では、町民の皆様に対して毎月クーポンを発行することといたしましたので、ご利用いただきますようお願いいたします。

「せいわ温泉ルオント

入浴料

大人→100円引き 子供→50円引き

そばジェラート 50円引き 2019年11月4日迄、何度でも利用可

幌加内町物産館

ソフトクリーム/そば蜜サンデー/そばジェラート

50円引き 「ソフトクリーム、そば蜜サンデーは2019年10月末迄」

「そばジェラートは11月末日迄」、何度でも利用可

他サービス券等の併用不可

※クーポンは切り取り、ご提示願います。

町道民税第3期納期限は 10月31日(木)です。

「納税通知書」がお手元にある方で、口座振替をご利用でない方は、納付通知書をお持ちの上、納期限までに納付をお願いします。

また、口座振替をご利用の方は、口座残高の確認をお願いいたします。

----- 納付場所 -----

北空知信用金庫本支店
きたそらち農業協同組合幌加内支所
役場出納窓口、役場朱鞠内支所

----- お問い合わせ -----

役場総務課税務係
TEL 35-2121(内115)

ご厚志に感謝します

◆ふるさと納税◆

7月分の寄付申出状況

7月分の申出状況は《60件》ありました。たくさんの方の応援メッセージが幌加内町の力になります。

※広報掲載希望者のみ掲載させていただきます。

7月1日 松山 稔 様(静岡県)
7月9日 永井 正憲 様(神奈川県)
7月14日 白野 哲 様(東京都)



令和元年4月～7月までの寄付申し込み件数は《224件》です。

秋の行政相談週間

毎日の暮らしの中で、年金・道路・住宅・衛生などで相談したいことはありませんか？

行政相談委員・民生児童委員による相談所を開設いたしますので、お気軽にご相談下さい。

また、相談料金は無料。相談内容・秘密は固く守ります。



◇日時

10月21日(月)13時00分から14時30分

◇場所

幌加内町保健福祉総合センター「アルク」

◇相談員

行政相談委員・民生児童委員・人権擁護委員

士別警察署かわら版

全国地域安全運動の実施

みんなで築こう、安全で安心な大地

1 運動期間

10月11日(金)～10月20日(日)

2 10月11日は「安全安心なまちづくりの日」です。

人と人の絆を強めるとともに、防犯意識を高め、犯罪のない安心して暮らせる北海道を目指しましょう。

3 子供と女性の犯罪被害防止

- ジョギング、買物、犬の散歩中、業務中にも子供の安全に目を向けて「ながら見守り活動」を行い、みんなで子供を守りましょう。
- イヤホンで音楽を聴いたり、スマートフォンを操作しながらなどの「ながら歩き」は、周りの音や人に気づきにくいのでやめましょう。

4 特殊詐欺の被害防止

相談相手はあなたのすぐそばにいます。
お金を振り込む、手渡す、送る、その前に相談を！

問い合わせは士別警察署まで。

士別警察署 (代)23-0110

商工会等職員採用候補者 統一選考試験を実施します。

全道の商工会地域では、職員を採用するにあたり、下記のとおり統一試験を実施します。
商工会の正職員として採用されるには、本試験合格者より勤務希望地での面接を経て決定されます。

試験日までには、説明会も開催されますので、道内の商工会に就職希望の方はお申し込みください。

■試験日

1次試験：令和元年11月6日（水）

2次試験：令和元年11月29日（金）

■申込締日 令和元年10月23日（水）

■試験会場

1次試験：札幌市・旭川市・函館市・北見市・帯広市・釧路市

2次試験：札幌市

■試験概要

1次試験：基礎能力検査・適性検査・作文

2次試験：面接（個人・集団）

■就職説明会

10月15日（火）15：00～16：30 北海道商工会連合会（TEL：011-251-0101） 申込必要

※都合により変更となる可能性もあります。



令和元年度自衛官等募集案内

●自衛官候補生

応募資格：日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の男女

受付期間：年間を通じて行っております。

※採用予定数に達した場合は実施しません。

試験期日：11月24日（日）・25日（月）いずれか1日

試験会場：陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川春光町）



●高等工科学学校生徒（一般）

応募資格：日本国籍を有し、令和2年4月1日現在、中卒（見込み含）17歳未満の男子

受付期間：令和元年11月1日（金）～令和2年1月6日（月）

試験期日：第1次試験 令和2年1月18日（土）

試験会場：陸上自衛隊旭川駐屯地（旭川春光町）



●お問い合わせ

自衛隊旭川地方協力本部 南地区隊（TEL：0166-55-0100）

役場窓口（TEL：0165-35-2121）

国有林内での狩猟解禁について

当支署管内において、令和元年10月1日～令和2年3月31日までの間、狩猟が解禁となりますのでお知らせいたします。

狩猟期間中の土・日・祝日及び年末年始は銃猟可能となりますので、安全確保のため出来る限り入林を控えて下さい。

また、平日においても目立つ服装をするなど対応をお願いいたします。

詳しくは北海道森林管理局ホームページにて確認して下さい。



空知森林管理署北空知支署長

国の教育ローン (日本政策金融公庫)のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき**350万円以内**を、固定金利(年1.71%(令和元年8月15日現在))で利用でき、在学期間内は利息のみの返済とすることができます。

詳しくは、「国の教育ローン」で検索していただくか、下記のコールセンターへお問い合わせください。

お問い合わせ

教育ローンコールセンター

0570-008656 (ナビダイヤル)

または (03) 5321-8656

「必ずチェック 最低賃金!使用者も、労働者も」北海道最低賃金

北海道内で事業を営む使用者及びその事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む。)に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されました。

最低賃金額 時間額 861円

効力発生年月日 令和元年10月3日

○最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金及び時間外等割増賃金は算入されません。

○最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。

○特定の産業(「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」)で働く者には北海道の特定(産業別)最低賃金が適用されます。



厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署(支署)

引越しの際は

「マイナンバーカード・通知カードの住所変更手続き」

もお忘れなく!

「マイナンバーカード」「通知カード」は住所変更手続きが必要です。

マイナンバー自体は引っ越ししても変わることはありませんが、「マイナンバーカード」または「通知カード」に新住所を追記する必要があります。転入届を提出する際に、転入先の市区町村窓口で「マイナンバーカード」又は「通知カード」の住所変更手続きを行ってください。



ご家族全員分のお手続きもお忘れなく!

同一世帯の住所変更手続きを、まとめて行うことも可能です。全員分の通知カードまたはマイナンバーカードを持参下さい。

※代表して手続きをされる方が、同一世帯であることを確認するために、運転免許証、健康保険証等の身分証が必要となります。

※マイナンバーカードについては、全員分の暗証番号(4桁)の入力が必要となります。

幌加内町財政健全化判断 比率・資金不足比率の公表

地方公共団体の財政の健全度を示す比率について、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、公表いたします。

平成21年度以降からは一定基準を超えた場合、財政健全化のための計画を策定し、総務大臣の同意や北海道知事への報告、実施状況の公表などが義務付けられていますので、制度の概要と幌加内町の財政指標を公表します。

平成30年度 決算に基づく「財政健全化診断比率」

(単位：%)

区 分	健全化判断比率			早期健全化 基 準	財政再生 基 準
	平成28年度	平成29年度	平成30年度		
実 質 赤 字 比 率	該当なし	該当なし	該当なし	15.00	20.00
連結実質赤字比率	該当なし	該当なし	該当なし	20.00	30.00
実質公債費比率	0.6	△ 0.4	△ 0.2	25.00	35.00
将 来 負 担 比 率	該当なし	該当なし	該当なし	350.0	設定なし
各 公 営 企 業 に お け る 資 金 不 足 比 率	特 別 会 計			平成30年度	経営健全化 基 準
	簡易水道事業特別会計			該当なし	20.0
	下水道事業特別会計			該当なし	

* 比率が、早期健全化基準より低いほど、健全度が高いことを意味します。

* 比率が、経営健全化基準より低いほど、健全度が高いことを意味します。

★財政健全化判断比率は、4比率ともに「早期健全化基準」を下回っています。

★資金不足比率は、各公営企業会計ともに「経営健全化基準」を下回っています。

用語説明と幌加内町の状況

●健全化判断比率

健全化判断比率は次の4つに区分され、1つでも早期健全化基準を超えると、財政の健全化に注意が必要としての早期健全化団体に指定され、財政健全化計画を策定する必要があります。また、更に財政が悪化し財政健全基準を超えた場合は企業の倒産と似たような取り扱いになる財政再生団体となり、自由度のない行財政運営をしなければなりません。

①実質赤字比率

一般会計等の実質赤字額（歳入総額－歳出総額）の標準財政規模に対する比率。黒字か赤字かを判断する指標。

☆幌加内町の状況

平成30年度は赤字がないため本比率は算出されませんでした。

②連結実質赤字比率

一般会計等と公営事業会計（特別会計）のすべての会計を連結した実質赤字額（又は資金不足額）の標準財政規模に対する比率。

☆幌加内町の状況

平成30年度は赤字がないため本比率は算出されませんでした。

③実質公債費比率

一般会計等が負担する元利償還金、準元利償還金（公営企業会計に対して一般会計等が負担する償還金）や一部事務組合が起こした起債償還金の標準財政規模に対する比率。

自由に使える収入財源を実質的にどのくらいの借金返済財源に充てているかを示すものです。

☆幌加内町の状況

平成30年度は、平成28年度から平成30年度までの3カ年平均により算出され、△0.2%となりました。（H30…1.2%、H29…△0.6%、H28…△1.3%）

昨年度のそば不作に伴い、そばの牙城使用料の繰延措置を行ったことにより、特定財源が25,000千円程度前年に比べ減少したため、前年比0.2%の増となりました。

④将来負担比率

幌加内町の全会計や一部事務組合などの関係団体が実質的に将来負担すべき負債から負債に対して充当可能な基金や収入を差し引いた残額の標準財政規模に対する比率。

現状把握できる将来の実質的な負債と資産（現金収入見込）の割合です。

☆幌加内町の状況

平成30年度は赤字がないため、本比率は算出されませんでした。

●資金不足比率

各公営企業で最終的に算出される資金不足額を各公営企業の主たる事業収入である料金収入等と比較し、経営状況の深刻度を示します。幌加内町では、簡易水道事業特別会計、下水道事業特別会計が対象となります。

資金不足比率が経営健全化基準を超えた場合は会計ごとに経営健全化計画を策定し、経営の健全化を図らなくてはなりません。

☆幌加内町の状況

平成30年度は、全会計で赤字がないため、本比率は算出されず、健全な状況であるということができます。



8月24日 道の駅そば店出店
最後となる道の駅でのそば店出店を行いました。生徒たちが主体的に製造・販売に取り組みました。計3回出店し、多くの方にご来店いただきました。ありがとうございました。



8月31日 素人そば打ち三段位認定会
3年生9名と2年生1名が緊張の中三段位取得に臨みました。授業以外にも放課後に自主練習を行った結果、見事に全員が合格できました!



8月31日~9月1日
幌加内町新そば祭り
今年は2452食のそばを売り上げることができました。農産物と加工品の販売も好調でした。悪天候の中、お越し頂き、ありがとうございました。



Best Shot! ~ 今月の写真 第9回全国高校生そば打ち選手権大会 個人戦・団体戦 ともに優勝!

過去9大会で、個人戦では5度目、団体戦では6度目の優勝です。団体戦は史上初の3連覇となり、優勝旗を再び幌加内町に持ち帰ることができました!

8月26日、そば局が東京都立産業貿易センターで行われた第9回全国高校生そば打ち選手権大会に出場しました。放課後や休日に練習を重ね、夏休み期間中には合宿を行って、少しずつ成長してきました。大舞台で緊張しながらも楽しんで打つことができ、最高の結果となりました。応援してくださった皆様、支えてくださった皆様、ありがとうございました。来年以降も連覇を続けられるよう、日々努力していきます!

Last Month 9月のできごと

- 5日 朝会・頭髪服装検査
- 13日 道北地区生活体験発表大会
- 14日 中学生一日体験入学
- 15日 北の恵み 食べマルシェ(旭川 ~16日)
- 21日 幌高祭
- 27日 前期終業式

This Month 10月の予定

- 2日 後期始業式
- 5日 道北地区農業高校食彩フェア(旭川市)
ラーメン甲子園(旭川市)
- 12日 幌高商店会秋の市
- 18日 体育祭
- 19日 幌加内町産業祭
三笠高校レストラン出店(三笠市)
- 23日 農業クラブ全国大会(山形県 ~26日)
- 30日 携帯電話マナー教室

年金生活者支援 給付金制度について



令和元年 10 月 1 日から年金生活者支援給付金制度が始まります

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

◎対象となる方

- ・ 老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

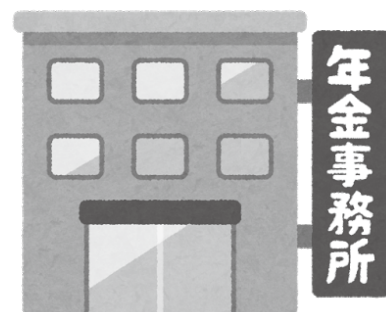
- ✓ 65 歳以上である
- ✓ 世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- ✓ 年金収入額とその他所得額の合計が約 8 8 万円以下である



- ・ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ✓ 前年の所得額が約 4 6 2 万円以下である



◎請求手続き

- ①平成 3 1 年 4 月 1 日以前から年金を受給している方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が 9 月上旬から順次届きます。
同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し提出してください。

- ②平成 3 1 年 4 月 2 日以降に年金を受給しはじめた方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

◎日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

- ✓ 日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

■年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

『給付金専用ダイヤル』：0 5 7 0 - 0 5 - 4 0 9 2（ナビダイヤル）

●詳しくは、お近くの年金事務所または役場住民課戸籍年金係(35-2124)へお問合わせください。●

幌加内町は旭川年金事務所の管轄区域です。

住所：〒070-8505 旭川市宮下通り2-1954-2 Tel：0166-72-5004, 5005（自動音声案内）

日本の自殺者は多い！

現在の日本では、依然として2万人を超える方が自殺しており、日本の自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺者数）は主要先進7カ国の中で最も高くなっています。

**自殺は誰もが当事者になる問題です！**

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などのさまざまな社会的要因があります。社会とのつながりの減少などにより生きていても役に立たないという役割喪失感や、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感などにより、危機的な状態にまで追い込まれて自殺以外の選択肢が考えられない状態になってしまうのです。自殺の問題は国民の誰もが当事者となりうる、重大な問題なのです。

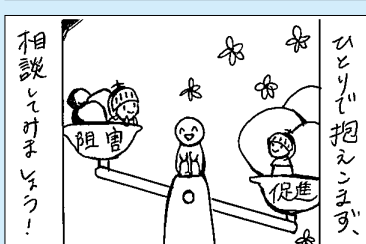
自殺のサインに気づいて！

自殺リスクは、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力などの「生きることへの促進要因」より、失業や多重債務、生活苦などの「生きることへの阻害要因」が上回ったときに自殺リスクが高まります。そんなときには一人ひとりが自殺を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る「ゲートキーパー（命の門番）」になることが大切です。

健康ましゅが

第236回

周りに相談してみよう！

**一人で抱え込まず、相談してみましょう**

こころの健康相談

統一ダイヤル

おこなう まるうよ こころ
電話：0570-064-556

よりそいホットライン

(24 時間対応)

フリーダイヤル つなぐ ささえる
電話：0120-279-338いのち
支える

年齢・性別を問わず、LINE・チャット等による SNS 相談もあります。詳しくは厚生労働省 SNS 相談サイトへ。



また、周りで心配な方がいましたら、アルク保健師までご相談ください。

保健福祉総合センターアルク 保健師 電話：35-3090

11月の健康/カレンダー**●乳幼児・児童に関する行事**

乳幼児健康診査	20日(水)	保健福祉総合センター	受付 12:30～
子育て教室	17日(日)	農業活性化センター	10:00～11:30
乳幼児予防接種	5日(火)	町立幌加内診療所	15:00～16:30
	12日(火)		
	19日(火)		
	26日(火)		

●成人・老人に関する行事

老人健康相談	6日(水)	母子里老人クラブ	10:00～11:00
	7日(木)	添牛内老人クラブ	10:00～11:00
	12日(火)	幌加内老人クラブ	9:00～10:00
	13日(水)	政和老人クラブ	10:00～11:00
	27日(水)	朱鞠内老人クラブ	10:00～11:00
送迎バス健診	11日(月)	旭川がん検診センター	案内文をご確認ください

町民ミニバレー大会 参加募集

【日 時】令和元年11月17日(日)
 ◎学生部の受付 9:00～ 開会式 9:30～
 試合開始 開会式終了後～ 12:00
 ◎一般・女子部の受付 13:15～ 開会式 13:30～
 試合開始 開会式終了後～ 17:00
 ※高校生は、一般部・女子部に含める。
 【場 所】幌加内高等学校「体育館」
 【対 象】町民一般
 【参加料】学生部～200円 一般・女子部～300円
 【お申込み】小・中学校、高等学校分については教育委員会
 社会教育係へ、一般分についてはミニバレー協
 会へ10月28日(月)までお申込みください。
 ※チーム編成できない場合は、単独でお申込み下さい。

図書室だより

◆今月のあたらしい本

- ・烈風ただなか
あさのあつこ／著 (KADOKAWA)
- ・北海道の鉄道旅大図鑑 北の大地をつなぐ、19の路線と418の駅を完全網羅！
「旅と鉄道」編集部／編 (天夢人)
- ・手順3つで、しっかりおいしい毎日のシニアごはん
元気のもと「たんぱく質」を無理なくとれる
横山タカ子／料理 高田和子／監修 (主婦の友社)
- ・氷獄
海堂尊／著 (KADOKAWA)
- ・脳を鍛えるブロック折り紙
横井賀津志／監修 大原まゆみ／著
(誠文堂新光社)

第29回生涯学習フェスティバルのご案内

今年も、皆さんの日頃の学習成果を披露する場として「生涯学習フェスティバル」を開催します。多くの方の
 越しをお待ちしております。

【期 間】令和元年10月11日(金)～11月2日(土)
 【場 所】生涯学習センター
 【日 程】10月11日(金) 児童生徒作品展 (～11月4日まで)
 10月22日(火) 一般作品展 (～11月2日まで)
 10月23日(水) 児童生徒芸能発表会 13:30～15:10
 10月27日(日) ピアノ発表会 14:00～16:00
 11月 1日(金) 華道展示会 (～11月2日まで)
 11月 2日(土) お茶席 10:00～14:00
 一般芸能発表会 13:30～16:00

また下記の部門について参加者を募集しております。

◇一般作品展 (10月22日～11月2日)
 【内 容】陶芸、手芸、工芸、文芸、書道、絵画、写真等
 【お申込み】10月16日(水)までに社会教育係へ作品をご持参ください。
 ◇一般芸能発表 (11月2日)
 【内 容】郷土芸能、合唱、舞踊、寸劇、楽器など
 【お申込み】10月16日(水)までに町文化連盟または社会教育係へ所定の用紙によりお申込み下さい。
 皆さまぜひこの機会に、奮ってご参加ください。

成人大学講座第1講 福祉のつどい 共催講座

【日 時】令和元年10月9日(水)
 福祉のつどい式典終了後(10:30頃を予定)
 ※「福祉のつどい」にあわせて開催
 【場 所】生涯学習センター「ふれあいホール」
 【講 師】月の輪 熊八 氏(札幌市在住)
 【内 容】落語の口演
 【入場料】無料

成人大学講座第2講 幌加内町 PTA 連合会研究大会 「教育講演会」

【日 時】令和元年10月17日(木) 開場18:00 開演18:30
 【場 所】生涯学習センター「ふれあいホール」
 【講 師】今津秀邦 氏(写真家・映画監督)
 【内 容】映画『生きとし生けるもの』の一部上映と講話
 【入場料】無料
 【主 催】幌加内町 P T A 連合会、幌加内町教育委員会

生涯学習カレンダー

10月	5日㊥	世代間交流体験事業「陶芸教室」	陶芸室	10:00～
	9日㊤	成人大学講座「福祉のつどい共催講座」	ふれあいホール	福祉のつどい式典終了後
		成人大学講座幌加内町 P T A 連合会研究大会「教育講演会」	生涯学習センター	18:30～
	17日㊤	チビッ子英語クラブ	アトリエ	1、2年生 15:20～ 3、4年生 16:00～
	22日㊤	生涯学習フェスティバル一般作品展 (～11月2日)	アトリウム	
	23日㊤	生涯学習フェスティバル児童生徒芸能発表会	ふれあいホール	13:30～
	25日㊤	古雑誌リサイクル市 (～11月10日)	アトリウム	
	27日㊤	生涯学習フェスティバルピアノ発表会	ふれあいホール	14:00～
11月	1日㊤	生涯学習フェスティバル華道展示会 (～11月2日)	生涯学習センター	
	2日㊥	生涯学習フェスティバルお茶席	生涯学習センター	10:00～
		生涯学習フェスティバル一般芸能発表会	生涯学習センター	13:30～
	16日㊥	世代間交流体験事業「石鹸シャボンジェム教室」	アトリエ	9:30～
	17日㊤	町民ミニバレー大会	幌加内高校	学生9:30～、一般・女性13:30～
	21日㊤	チビッ子英語クラブ	アトリエ	1、2年生 15:20～ 3、4年生 16:00～



Welcome BABY



9月17日(火)、子育て支援の一環として、お子様の誕生に際し、お祝いの記念品を贈呈する「ウェルカム赤ちゃん事業」が実施されました。

当日は、細川町長が各お宅に訪問し4名の赤ちゃんに対し、メッセージカード及び贈られた人は幸せになると言われているマグカップ「ククサ」を贈呈しました。



稲見 健心くん



吉成 慶悟くん



花岡 茉里奈ちゃん



猪谷 歩夢くん

Public Relations Magazine

Horokanai



広報ほろかない10月号
2019 OCTOBER No.766

編集室から

最近、よく睡眠中に夢を見ます。調べてみるとレム睡眠時に起こる神経細胞どうしのランダムな結合により、大脳皮質と前脳辺縁系が活性化され、その結果合成された情報が夢として体験できているのだそうです。

まだ「夢がどのように生み出されるのか」、「夢が生物学的な意義が存在するか」など、数多くの疑問が残されており、現在においても、人体の不思議“として研究が続けられているようです。

ひとのこころ

ご結婚おめでとう

8月11日 石川 義光 さん
荒川 夏名 さん

おくやみ申し上げます

8月18日 皆川 静枝 様 86歳
8月25日 末尾 智 様 88歳

ご厚志に感謝します

◆社会福祉協議会に◆
8月21日 稲見 浩一 様
(社会福祉事業に際して)

8月29日 皆川 勇 様
(妻、静枝様の葬儀に際して)

9月2日 たんば会 様
(そば祭り出店売上の一部を)

町の人口

Population

(8月末現在)



世帯数 770世帯
(前月比-2)

人口 1,451人
(前月比-5)

男 725人
女 726人

今月の表紙

今月は、幌加内高等学校のそば打ち選手権W優勝を特集させていただきました。

そば局の皆さんとお話しをしていますが、自信に満ちた表情で、発言も力強く、とてもまぶしい印象を抱きながら取材をさせていただいていました。

幌加内高等学校の伝統の積み上げに、来年も4連覇を目指してこれからもがんばってください。

