



あつまる つながる まとまる 大いなる田園のまち あつま

広報あつま

ATSUMA TOWN PUBLIC RELATIONS

2024

1

NO.857



令和5年の 厚真を振り返る

あなたにとって どんな年でしたか？

1月8日 第1回厚真町二十歳のつどい
1月15日 第16回あつま国際雪上3本引き大会

2月4日 第24回スターフェスタ2023inあつま・ドライブイン花火
第23回ランタン祭り

3月2日 鹿沼地区でドローンによる物資輸送を実証実験
3月7日 令和5年町議会第1回定例会(～15日)

〔第51回あつま田舎まつり〕

厚真市街地で5年ぶりに「田舎まつり音頭パレード」が復活、奥州市と姉妹都市提携40周年記念植樹も実施



4月3日 地域おこし協力隊10人に委嘱状を交付

5月8日 町と室蘭工業大学が包括連携協定締結
5月12日 改選後初の臨時町議会

5月26日 第1回津波防災地域づくり推進協議会
5月28日 第73回北海道植樹祭

6月13日 令和5年町議会第2回定例会(～14日)
6月24日 第51回あつま田舎まつり(～25日)

秋篠宮皇嗣殿下と同妃殿下が厚真町をご視察され、復興状況の説明を受けられたあと、つたえり公園の慰霊碑をご覧になり、地元の小中学生たちと復興・森林再生記念植樹をされました。



〔ならやまマルシェ〕

厚北地域防災コミュニティセンターならやまで初めて開かれたイベントには野菜や日用雑貨が並びました。



〔第20回集まりリンピック〕
かしわ公園で4年ぶりに開催。500人が汗を流しました。さまざまな競技で、チームプレーが光りました。

7月10日 町と北海道文教大学が包括連携協定締結
7月22日 秋篠宮皇嗣殿下と同妃殿下がご訪問

8月4日 胆振東部地震5年シンポジウム
8月6日 日本サーフィン連盟公認大会「厚真町長杯」
8月19日 ならやまマルシェ
8月20日 第20回集まりリンピック
8月25日 厚真町戦没者追悼式



〔令和5年北海道胆振東部地震厚真町追悼式〕
来賓を含む260人が参列。追悼式第2部では、犠牲者への鎮魂と復興の願いを込めた「献歌」も実施

9月2日 令和5年北海道胆振東部地震厚真町追悼式
9月6日 正午のサイレンに合わせて黙とう
9月12日 令和5年町議会第3回定例会(～13日)
9月21日 復興まちづくりサミット2023

10月14日 子どもハロウィンパレード

11月3日 令和5年度厚真町文化祭(～4日)
11月15日 第3回町津波防災地域づくり推進協議会

12月14日 令和5年町議会第4回定例会(～15日)

〔第1回厚真町二十歳のつどい〕
新成人の対象年齢が引き下げられたことから、これまでの成人式から名称を変更して、大人の仲間入りをした46人の門出を祝いました。



広報あつま

ATSUMA TOWN PUBLIC RELATIONS

2024

1

NO.857

ひとのうごき

人 □ 4,305人 (+1)
男 2,182人 女 2,123人

世帯数 2,116世帯 (±0)

12月8日現在 ()内は前月比

- 2 ひとのうごき
- 3 令和5年の厚真を振り返る
- 4-5 年頭のごあいさつ
- 6 町からのお知らせ
- 7 パブリックコメント
- 8 まちの話題
- 9 虫歯のない子どもの表彰式
- 10 気象台ノート
住宅用火災警報器を設置しましょう
- 11 防災のページ
- 12-13 保健の掲示板
- 14 健康情報
- 15 子育て支援センター／まちのアイドル
町民の活躍
- 16 厚高インフォ／よりみち通信
- 17 将来の夢／地域おこし協力隊
- 18 あつまっ子健康レシピコンテスト
こぶしの湯あつま
- 19 情報ひろば
- 20 ATSUMA LOVERS

11月25日～12月8日届出分

※窓口などで、広報紙への掲載について確認できた方を掲載しています。

厚真町公式SNS



お知らせや最新情報を発信しています！

広報あつまはインターネットでも！



厚真町ホームページ

トップページ下部のバナーから

広報あつま

Hokkaido ebooks

エリアで探す→胆振→厚真町



COVER

今月の表紙



胆振東部地震から6度目の春を迎えました。鎮守の杜には「苦労を払う」などと縁起もののエゾフクロウの姿。つがいので飛来しますが、肩を並べることはめったにありません。町の幸せを静かに願っているようです。
(撮影許可のもと掲載しています)



町民一丸で未来創生と
持続的発展に向けて歩む

厚真町長 宮坂 尚市朗

新年明けましておめでとつござい
ます。

2024年の輝かしい新春を迎え
るにあたり、町民の皆さまに謹んで
ごあいさつ申し上げます。旧年中は、
皆さまから町政諸般にわたり特段の
ご理解・ご協力を賜り、心より感謝申
し上げます。

昨年は、本町に未曾有の災害をも
たらした平成30年北海道胆振東部地
震から5年という時を刻みました。
順調に進む災害復旧事業や新型コロナ
ウイルス感染症の5類への移行を
受けて、ようやくご遺族並びに震災
尽力者など多くの関係者をお迎え
し、献歌の部を盛り込んだ厳粛な追
悼式を挙行できました。改めて犠牲
となられた37名の方々を偲び、ご冥

福をお祈り申し上げるとともに、復
旧・復興とその先にある地域創生と
持続的発展に向けた歩みを町民一丸
となつて進めていくことをお誓い申
し上げました。発災からこれまでの
間、全国・全道の関係機関から深い
ご理解と多大なご尽力を賜り、また
全国から寄せられた温かいご支援に
重ねて心から感謝申し上げます。

町内では、人里に近い急傾斜地の
安全確保と社会基盤の復旧工事は、
概ね完了しています。森林再生につ
いては、令和8年度までを重点取り
組み期間として、これまでの取り組
みをさらに加速させていきますが、
心のサポートや宅地耐震化事業につ
いては、引き続き丁寧な対応を心が
けてまいります。

未曾有の困難にあつても、決して
努力を惜しまず、夢を諦めない私た
ち厚真の町民ですから、一人ひとりの
未来を切り拓く決意とご理解によ
りました。一方で、被災された町民
の皆さまが抱える不安、悩みはこの
短期間では、決して癒えることはあ
りません。それぞれの不安をできる
だけ軽減し、個々の課題解決のため
関係機関や町民のご協力をいただき
ながら、被災者に寄り添い誰一人と
して取り残すことのない復旧・復興
を目指して努力を続けてまいります。

また、震災の記憶を風化させるこ
とのないよう、教訓と復旧・復興の
記憶や経験を町内外と共有し、継承
していかなければなりません。昨年
は、これまでの道のりを振り返り、
改めて経過検証するシンポジウムを
開催するとともに、被災者や尽力者
の皆さまの貴重な証言集として復
旧・復興記録誌も刊行しました。日
本各地で繰り返される自然災害や甚
大な被害が想定されている日本海
溝・千島海溝、南海トラフにおける
大規模な津波を伴う海溝型地震災害
も注目されており、引き続き、命を
守る防災・減災対策に全力で取り組
んでまいります。

出口の見通せない国際紛争は、東
アジアにおける安全保障への危機と
物価・資材の高騰など、私たちの生
活や経済活動に脅威をもたらしてい
ます。その一方で、GX・グリーン
・デジタル・フォース・フォーメーシ
ンにより経済社会システム全体の
変革が進展しており、変化への対応
力、強靱性・復元性を必要としなが
らも長期的な視点に立ち高度な循環
型社会を目指す必要があります。

国においては新しい資本主義によ
る経済拡大と安全保障の強化を目指
していますが、食料安全保障という
観点においては懸念がぬぐえません。

災害復旧事業が一つの区切りを迎え
ているなか、本町では、変化を恐れ
ず本格的に復旧から復興への取り組
みに挑戦しています。いつ起きても
おかしくない自然災害に備えての庁
舎周辺整備や防災・減災対策、エネ
ルギー地産地消や省エネルギー・創
エネルギー・吸収源対策を官・民・
学で総合的に取り組んでいくカーボ
ンニュートラル政策を展開し、着実
に実装しながら復興の新たな骨格と
してまいります。併せて分野別CO
技術の導入やsocial innovationなど社会
技術革新を取り込みながら次世代に
向けて潜在力を耕し直し、可能性と
いう羅針盤を掲げながら地域創生と
いうハードルにも果敢に取り組んで
まいります。

1次産業を基幹とする本町です
が、人材育成と関係人口の拡大、そ
して地政学的優位性を根幹として、
原点回帰ともいえる人と人との繋が
り、信頼と寛容、自然環境の回復に
傾注しながら、新たな潮流を先取り
しつつ、復興から創生へと歩みを加
速させてまいります。

結びに、「変革・転機」や「激動」
の年と言われる甲辰年が、明るく希
望の持てる年でありますことと、町
民の皆さまのご健勝とご多幸を心か
らお祈り申し上げ、年頭のごあいさ
つといたします。



信頼と付託に応える
議会を目指して

厚真町議会議長 渡部 孝樹

町民の皆さま、明けましておめで
とつございませう。

皆さまには輝かしい新春を健やか
にお迎えのことと心からお喜び申し
上げます。

また、旧年中は日ごろから町議会
に対しまして、温かいご支援、ご指
導を賜り心から厚くお礼を申し上げ
ます。

さて、新型コロナウイルス感染症
は5類に移行され収束の方向に向か
われていると思われませんが、年末か
ら年始にかけてインフルエンザの感染
拡大が続いており、一人ひとりのこ
まめな手洗いやうがい、場面に応じ
てマスクを着用するなどの基本対策

が大切で、これらを習慣化すること
が収束への近道だと思っております。
また、ロシアによるウクライナ侵
略やイスラエル・パレスチナ紛争な
ど海外情勢の変化は、エネルギー価
格や物価の高騰、さらには歴史的な
円安により地域住民の暮らしに甚大
な影響をおよぼし疲弊の一途をた
どっている中ではありますが、町民
が参加する「あつま田舎まつり」、「厚
真町文化祭」の2大イベントが通常
通り開催され、皆さまが家族ぐるみ
で交流を深められたことや、日ごろ
の成果の発表をされたことは、大変
喜ばしいことであります。いずれの
イベントでも大勢の皆さまの笑顔が
広がりました。来年度も更なる活気
に満ちあふれるイベントになる事を
期待しております。

さて、岸田首相は昨年、デフレか
らの完全脱却のための総合経済対策
として、所得税の減税や低所得者世
帯への給付などを盛り込んだ施策に
ついて「賃上げの原資となる企業の
稼働力、供給力の強化を最も重要な
柱にしている。他方、賃金上昇が物
価高に追いついていない状況で、一
時的な措置として国民に可処分所得
を下支えする観点から効果的な施
策」をまとめられましたが、今後ど
のように反映されていくのか、その

動向に期待し注視していく必要があ
ります。
一方、町内においては、北海道胆
振東部地震から6回目の春を迎え町
の姿も環境も大きく変わり始めてお
ります。また、昨年7月にはさわや
かな夏空の下で秋篠宮皇嗣同妃両殿
下が吉野地区を視察され、つたえり
公園内の慰霊碑をご覧になったあと
沿道から小旗を振って出迎えた町民
が見守る中で被災地の子どもたちと
アカエゾマツを植樹されるなど、5
年目としての節目を迎えました。

厚幌ダム、勇払東部導水管につい
ても全町で供用開始されることによ
り基幹産業である農業が安定して営
農できるようになります。気候変
動や生産資材等の高騰など課題は山
積されており、これからも、北海道
や国に対して強く要請を行ってい
かなければならないと考えております。

さて、議会としましては、昨年の
4月に4年に1度の改選が行われ、
11人の議員が町民の皆さまの負託を
受けました。そのうち4人が新人議
員であり、女性議員3人での新たな
体制となり、議員一人ひとりがその
責務を自覚し、議員としてより一層
の資質の向上に努めるとともに、開
かれた議会の下で自由闊達（かつた
つ）な議論を行い、十分な審議及び

審査を尽くし、町民に対し積極的な
情報発信を行うとともに、町民の多
様な意見の把握に努め、議会として
の政策形成機能を強化するなど、議
会の改革・活性化に引き続き取り組
みながら、町民の皆さまの負託とご
期待に応えるべく、誠心誠意尽くし
てまいります。

また、北海道全体的な話ではあり
ますが、次世代半導体の量産を目指
すラピダスが千歳市に進出するこ
とは、計り知れない経済効果をもたら
すことになるでしょう。2025年
の試作ライン稼働に向け物流や人の
流れは増加しております。これに伴
い厚真町においても経済波及効果を
もたらせることができるように町内
関係機関とも連携を取りながら協力
していききたいと考えております。

どうか、本年も町議会に対し、さ
らなるご理解、ご協力を賜りますよ
うお願い申し上げます。

結びに、本年が町民の皆さまにと
りましてご健康で幸多き一年となり
ますよう心からお祈り申し上げ、新
春のごあいさつとさせていただきます
ます。

公職選挙法の規定により、議員から
町民の皆さまへの年賀状は失礼させ
ていただいております。

パブリックコメント
意見募集

第9期介護保険事業計画(高齢者保健福祉計画)
第2期地域福祉計画

①第9期介護保険事業計画(高齢者保健福祉計画)

「第9期介護保険事業計画(高齢者保健福祉計画)」は、高齢者が住み慣れた地域で安全に安心して自立した生活を営むことができるよう支援していくこと、また、要介護状態にある人、または、要介護状態になるおそれのある人を対象として、介護保険事業に関わる保険給付サービスの円滑な実施を図ることを目的としています。

②第2期地域福祉計画

「第2期地域福祉計画」は、地域における高齢者、障がい者、児童の福祉に関し共通して取り組むべき事項や福祉サービスの適切な利用促進に関する事項、住民参加促進に関する事項を定める計画となっています。

計画策定にあたり、皆さんのご意見をお寄せください。

意見を提出できる方

- ・町内に住所を有する方
- ・町内に事務所または事業所などを有する個人、法人その他団体
- ・町内の事務所または事業所に勤務する方
- ・町内の学校に在学する方
- ・このパブリックコメント手続きに係る案件に利害関係を有する方

募集期間

1月22日(月)～2月16日(金)(必着)

資料の閲覧場所

意見提出窓口(役場本庁舎、厚南会館)
町ホームページ

意見の提出方法

意見記入用紙(氏名および住所、法人その他の団体は名称、代表者の氏名および主たる事務所の所在地を記入)を郵送、持参、ファックス、電子メールにて提出

意見の提出先

- ・持参・郵送
〒059-1692 京町120番地
住民課福祉グループ
(総合ケアセンターゆくり内)
※開庁時間…8時30分～17時30分
(土曜・日曜日、祝日を除く)
☎26-7872
- ・ファックス：26-7733
- ・電子メール：hukushi@town.atsuma.lg.jp

パブリックコメント
意見募集

厚真町津波防災地域づくり推進計画(素案)
令和5年度厚真町地域防災計画改訂案

日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震に伴う海溝型地震・津波への対策として、「何としても命を守る」の考え方に基づき、ハード・ソフトの施策を総合的に組み合わせ、地域の実情に応じた津波防災地域づくりのための「厚真町津波防災地域づくり推進計画」の作成および「令和5年度厚真町地域防災計画改訂案」として日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震に伴う津波避難計画の改訂、防災行動計画(タイムライン)並びに備蓄計画の地域防災計画への位置付け等を行います。

これまで以上に強い防災体制の確立・推進を目指し、より多くの町民の皆さんの意見を反映するため、皆さんのご意見をお寄せください。

意見を提出できる方

- ・町内に住所を有する方
- ・町内に事務所または事業所などを有する個人、法人その他団体
- ・町内の事務所または事業所に勤務する方
- ・町内の学校に在学する方
- ・このパブリックコメント手続きに係る案件に利害関係を有する方

募集期間

12月27日(水)～1月26日(金)(必着)

資料の閲覧場所

意見提出窓口(役場本庁舎、厚南会館)
町ホームページ

意見の提出方法

意見記入用紙(氏名および住所、法人その他の団体は名称、代表者の氏名および主たる事務所の所在地を記入)を郵送、持参、ファックス、電子メールにて提出

意見の提出先

- ・持参・郵送
〒059-1692 京町120番地
総務課 防災グループ
※開庁時間…8時30分～17時30分
(土曜・日曜日、祝日を除く)
☎27-2481
- ・ファックス：27-2328
- ・電子メール：kanbou@town.atsuma.lg.jp

冬季栄養健康教室

住民課 健康推進グループ ☎ 26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

厚真町食生活改善推進協議会主催の冬季栄養健康教室の参加者を募集します。

内 容

調理実習や保健師・栄養士の講話
健康維持・増進のための軽い運動

場 所

総合ケアセンターゆくり2階調理室

対 象

町民の方

定 員

各日程とも15組

持ち物

エプロン、三角巾、運動靴

参加費

無料

申し込み

1月25日(木)まで

放課後児童クラブ(学童保育)・放課後子ども教室
令和6年度利用者登録

生涯学習課 社会教育グループ
(青少年センター内) ☎ 27-2495

放課後児童クラブ(学童保育) & 放課後子ども教室の令和6年度利用者登録を開始します。

放課後児童クラブ

●開設期間

小 学 校 の 授 業 日	下校時～18時30分
土曜日・学校休業日	8時30分～18時30分
※日曜日、祝日、12月30日～1月4日を除く	

●実費負担金

1カ月あたり600円

放課後子ども教室

●実施日

厚 真 中 央 小 学 校	低 学 年 … 木 曜 日
	高 学 年 … 金 曜 日
上 厚 真 小 学 校	低 学 年 … 月 曜 日
	高 学 年 … 水 曜 日
※火曜日は予備日	

●参加費

無料

放課後子ども教室について >>

対 象

小学校1～6年生
※令和5年度に登録しているお子さんも
申し込みが必要です。

募集期間

12月22日(金)～令和6年1月26日(金)

申し込み先

教育委員会生涯学習課社会教育グループ
上厚真支所、各放課後児童クラブ

提出書類

①登録申請書 ②個人票
各書類は各小学校を通じて配布するほか、各児童クラブにもあります。町ホームページからもダウンロードできます。新入学児童は、こども園または郵送により配布します。

スマホで町の情報が受け取れる！
町公式LINEをご活用ください

まちづくり推進課 企画調整グループ ☎ 27-3179

厚真町LINE公式アカウントを運用しています。

受信設定で必要な情報が届きます

災害時の緊急情報や災害支援情報、イベント情報などを配信しています。

各種証明書の請求ができます

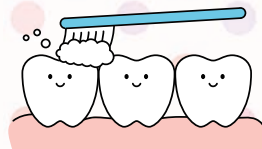
マイナンバーカードを用いて、住民票など各種証明書も請求できます。請求された証明書は、郵送でお届けします。

利用方法

LINEを起動して、以下のいずれかの方法で厚真町公式LINEを友だち登録してください。

- ①厚真町公式LINEのID「@atsuma」を検索して友だち追加する
- ②右のQRコードを読みとり友だち追加する





虫歯のない子どもの表彰式

平成2年から始まり、34回目を迎えた『むし歯の無い子どもの表彰式』が11月14日と17日、総合福祉センターと厚南会館で開催されました。今年度は、平成31年4月2日から令和2年4月1日までに誕生したお子さん28人のうち、25人が健康な歯に認定されました。



いけはら りおん
池端 琳音さん



いせ のりこ
伊勢陽向さん



いのしたあおい
井下碧唯さん



いわさき ゆり
岩崎伊桜利さん



えびな なおき
蝦名市多さん



おおたに はな
大垣花徳さん



おおた りな
太田彩葉さん



おおた りな
大高羽希さん



おおた りな
大濱明彩さん



おた りな
尾形未来さん



かが やみず
加賀谷水芭さん



かわかみゆい
川上柊依さん



きんこう
金光あさひさん



ささき ゆい
佐々木千晴さん



しだ りな
志田董さん



すぎもと はるま
杉本悠真さん



すずき
鈴木せらさん



たかはし ゆい
高橋一颯さん



たかはし かよ
高橋華世さん



たかはし そりや
高橋カン空莉也さん



ちば あい
千葉瑛斗さん



なかの ゆい
中野柊吾さん



みの ゆい
嶺野 耀さん



よしの ゆい
吉能太志さん

これからも
きれいな歯で
いるために…

- 3歳以降はむし歯が急増しやすいため、保護者の仕上げ磨きはしっかり続けましょう。
- 間食の頻度が多いと、むし歯のリスクが高まります。間食は時間を決め、ジュース類（特に炭酸や乳酸飲料）を水分補給として頻回に飲むことは避けましょう。
- 令和3年食生活実態調査結果で、厚真町は菓子類の摂取が日本人の平均的な摂取量を上回っていますので、摂取頻度や量には注意が必要です。



第3回津波防災地域づくり推進協議会を開催

第3回津波防災地域づくり推進協議会が11月15日に厚南会館で開かれ、「厚真町津波防災地域づくり推進計画」の策定に向けて行われている地域住民懇談会での要望に対する見解や計画の素案などについて説明・協議が行われました。

協議会は、会長で東北学院大学准教授の定池祐季さんが進行し、事務局が地域住民懇談会での意見等を報告。さらに①津波避難施設の候補地②津波避難施設③津波避難施設の平時利用④避難路⑤その他の津波防災対策—の5項目に大別して対応方針の説明や議論が行われました。その中で、優先課題の津波避難施設は、住民やサーファーなどの意向を考慮して建設を進めたいという町の考え方も示されました。



計画策定に向けて議論する協議会の出席者たち

くらしのゼロカーボンフェア開催

胆振総合振興局と町は11月19日、総合福祉センターで「厚真からひろがるくらしのゼロカーボンフェア」を開催し、省エネ住宅や最新のエコカーの展示、フードロスから作った粘土のワークショップなどが行われました。

環境に優しい住環境などの普及が目的で、屋内ではエコ住宅に関するミニ講座や実践されているエコ住宅への工夫などを紹介。また、屋外では、自動車3社がエコカーを展示し、自動車から家電への電力供給のデモンストレーションが行われました。

このほか、食品廃材から粘土を作り、資源循環に取り組む千歳市の会社が「ねんどのワークショップ」を開催。石油由来のプラスチックなどを使った粘土に対し、食品廃材などを原料にした栄養価のある粘土で、遊び終わっても土や海などに還元できます。参加した親子は、資源循環活動を学びながら、ゾウや亀などの造作を楽しみました。



親子が参加したワークショップ

1市4町と苫小牧市医師会が災害時の協定を締結

東胆振1市4町（苫小牧市、厚真町、安平町、むかわ町、白老町）と苫小牧市医師会（沖一郎会長）は11月20日、苫小牧市医師会館で「災害時の医療救護活動に関する協定」を結びました。

協定によって、大規模災害時などで自治体が避難所や救護所を開設した際に、情報を共有することで同医師会に登録する約260人の医師などを迅速に編成・派遣し、安定した医療体制が確保できるなどのメリットがあります。

宮坂町長は「協定によって、さまざまな救護活動が確立され、町民の安心・安全が確保できる」と話し、沖会長は「自治体とさらに強固な結びつきを深め、医療・救護活動を高めたい」と語りました。



相互協力を約束した沖会長（左から3人目）

災害時の避難生活で、災害非常食、カップラーメンやおにぎりなどの支援物資を食べるだけでは、栄養の偏りや飽きからくる食欲減退など身体だけではなく、心にも影響が大きいものです。「非常食」ではなく、手に入れやすい食材を活用して作る、できる限り日常の食事に近い「災害食」が必要とされています。

今回は、北海道主催の「北の防災食（北海道らしい災害食）レシピコンテスト」、優秀賞受賞作品の中から、審査員特別賞作品をご紹介します。

北の防災食レシピコンテスト 審査員特別賞作品

ほっこり、にっこり！ポテトのミルク煮 考案者：佐藤貴子さん(網走市)

東日本大震災の支援活動をしたとき、食事はパン、おにぎり、弁当等に偏ることが多く、ビタミン、ミネラルが不足しがちでした。限られた物資の中で、栄養が取れるよう工夫しました。食べることは、楽しみの1つ。身体だけではなく、心の栄養も大切。

食べ慣れた芋や牛乳が、湯気を立てて出てきたら、どんなに「ほっこり」笑顔でいられるだろう、そんな思いでメニューを考えました。



材料
(4人分)

ジャガイモ・・・・・・・・・・4個(480g)
ぶなしめじ・・・・・・・・・・1/2パック(48g)
玉ねぎ・・・・・・・・・・1/2個(80g)
やきとり缶(塩)※缶汁含め・・小2缶(120g)
ＬＬ牛乳・・・・・・・・・・600g
スキムミルク・・・・・・・・大さじ2(12g)
塩・・・・・・・・・・小さじ1/2(2.5g)
乾燥パセリ・・・・・・・・少々

- ①ジャガイモは洗って一口大に切る。

②しめじは石づきを除き、小房に分ける。

③玉ねぎは5mm幅のくし形に切る。

④鍋に①～③の材料を入れ、牛乳、スキムミルク、塩を加え、火にかけて沸騰したら弱火で煮る。
- ⑤ジャガイモに火が通ったら、いったん火を止め、やきとりを缶汁ごと入れる。再びさっと火を通してやきとりが温まったら、火を止める。

⑥器に盛り、乾燥パセリをふってできあがり

栄養価(1人分) エネルギー・・・66kcal 水分・・・68.9g たんぱく質・・・3.5g
脂質・・・2.1g 炭水化物・・・8.7g 食物繊維・・・0.6g 食塩相当量・・・0.3g

料理のコツ・ポイント

焦がさないように、煮立ち始めたら弱火で煮る。

スキムミルク(脱脂粉乳)やＬＬ(ロングライフ)牛乳でカルシウムが手軽に取れるとともに、優しい味に仕上がる。

レシピはホームページからもご覧いただけます。



北海道防災情報



クックパッド

気象台ノート

大地震、冬季の備えを！

～日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震～

冬季に巨大地震・大津波が発生すると、吹雪や積雪により避難に時間を要することや、屋外や寒い屋内での避難は低体温症のリスクが生じるなど、積雪寒冷地特有の課題もあり、広範囲で甚大な被害が発生するおそれがあります。また、屋根に雪が多く積もっていると、地震の揺れによる家屋の倒壊や、屋根からの落雪の可能性がより大きくなります。屋根からの落雪は人を巻き込む危険性があるほか、避難路をふさぐ原因にもなりますので、十分に注意しましょう。

「北海道・三陸沖後発地震注意情報」はご存知ですか？12月16日で運用開始から1年が経ちます。

日本海溝および千島海溝沿いの領域では、過去にマグニチュード6～7クラスの規模の大きな地震が繰り返し発生しており、地震の揺れや津波による被害が発生しています。

この領域で、規模の大きい地震が発生した場合、

さらに続いて規模の大きな地震が発生する事例（以下、「後発地震」）が知られています。「北海道・三陸沖後発地震注意情報」は、この領域とその周辺でマグニチュード7クラスの地震が発生した場合に、大規模な後発地震の発生する可能性が平時よりも高まっている事を伝える情報です。この情報は、必ず大きな地震が起こるというものではなく、これまで以上に発生する可能性が高まっているという情報です。もしもこの情報が発表された場合は、1週間程度は後発地震に向けた備えを再確認しましょう。

冬の地震への備えは・・・



後発地震への備えは・・・



問い合わせ 室蘭地方気象台 ☎0143-22-4249



住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅用火災警報器の設置は、消防法で義務づけられています。町内の設置率は11月末時点で全世帯数の92.8%です。胆振東部消防組合消防署厚真支署では未設置の住宅への普及・促進に取り組んでいます。

予期せぬ火災を未然に防止！

居間でうたた寝している最中に、住宅用火災警報器の音が鳴った。室内には白煙が漂い、仏壇から火の手が上がっていたため、台所に駆け寄って水をくみ、無事に初期消火できた。住宅用火災警報器による早期発見は火災の防止につながります。大切な命を守るために、住宅用火災警報器の設置・維持管理をしましょう。

今年度から厚真町に居住する65歳以上のみの世帯を対象に、住宅用火災警報器取付費用給付事業を実施しています。詳しくは、消防署厚真支署にお問い合わせください。

問い合わせ
胆振東部消防組合
消防署厚真支署
☎26-7119



こどもの予防接種

接 種 日	未 就 学 児	水 曜 日	14時～15時（この時間は一般診療休み）	予防接種 専用サイト 
	小 学 生 ～ 19 歳	月・金 曜 日	9時～12時、14時～17時	
		水 曜 日	9時～12時、15時～17時	
予 約 / 受 付 接 種 場 所	あつまクリニック ☎ 27-2422 京町15 前の週の金曜日までに予約が必要です（予約受付時間：9時～12時、15時～17時）			
持 ち 物	母子健康手帳、予診票			

予約時は、予防接種専用サイトで接種対象であるかどうかを確認してください。専用サイトと母子健康手帳の接種履歴に相違がある場合などは、住民課健康推進グループ（保健師）までご連絡ください。

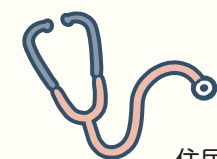
	対象者	標準的な接種期間と回数
ロタウイルス（1価）	生後6～24週未満	27日以上あけて2回 ※1回目は14週6日までに接種
B型肝炎	生後2カ月～1歳未満	（初回）27日以上あけて2回 （追加）1回目終了後から20週以上あけて1回
ヒブ	生後2～60カ月未満	（初回）生後2～7カ月未満（27日以上あけて3回） （追加）初回後7～13カ月あけて1回
小児肺炎球菌	生後2～60カ月未満	（初回）生後2～7カ月未満（27日以上あけて3回） （追加）生後12～15カ月未満（初回後60日以上あけて1回）
四種混合 （ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ）	生後2～90カ月未満	（初回）生後2～12カ月未満に20～56日あけて3回 （追加）初回後12～18カ月あけて1回
二種混合 （ジフテリア・破傷風）	11～13歳未満	11歳で1回
BCG	生後5カ月～1歳未満	生後5～8カ月未満に1回
MR混合 （麻しん・風しん）	（1期）生後12～24カ月まで （2期）年長児相当（就学前の1年間）	1期、2期ともに1回
水痘（水ぼうそう）	生後12～36カ月未満 ※すでに罹患済みの場合は対象外	（初回）生後12～15カ月未満に1回 （追加）初回後6～12カ月あけて1回
おたふくかぜ（任意）	1歳以上 ※すでに罹患済みの場合は対象外	1歳以上で1～2回 ※町独自の助成により1～3歳までの初回1回のみ無料
日本脳炎	（1期）生後6カ月～7歳6カ月未満 （2期）9～13歳未満 ※特例対象者は20歳未満まで接種可	（1期初回）3歳：6～28日あけて2回 （1期追加）4歳：1期初回終了後約1年あけて1回 （2期）9歳：1回
HPV （ヒトパピローマウイルス） （9価）	小学校6年生～高校1年生相当の女子	中学1年生（6カ月あけて2回） ※1回目の接種が15歳を越えた場合は3回（2カ月以上あけて2回接種した後、1回目から6カ月以上あけて1回）

2月の夜間・日曜・祝日の医療機関

内科・小児科系	外科系	診療時間：9時～17時		
苫小牧市夜間休日急病センター	日 程	病 院 名	住 所（苫小牧市）	電話（0144）
住 所 苫小牧市旭町2-9-2	4日（日）	みらい整形ペインクリニック	北栄町1-22-43	53-7100
電 話 0144-32-0099	11日（日）	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
平 日 19時～翌朝7時	12日（月祝）	とまこまい脳神経外科	光洋町1-12-20	75-5111
診療時間	18日（日）	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
	23日（金祝）	勤医協苫小牧病院	見山町1-8-23	72-3151
	25日（日）	こうよう泌尿器科クリニック	光洋町2-6-13	82-8620
土 曜 日 14時～翌朝7時				
日曜祝日 9時～翌朝7時				

※変更になる場合があります。病院や新聞などで事前に確認してください。

北海道救急医療・広域災害情報システム 近くの医療機関などが検索できます
http://www.qq.pref.hokkaido.jp ☎0120-20-8699 ☎011-221-8699（携帯・PHSから）



保健の掲示板 2月

住民課 健康推進グループ ☎26-7871（総合ケアセンターゆくり内）



健診・検診・相談・教室など

乳児健診	献血
対 象 ①令和5年8月16日～令和5年11月7日生まれのお子さん（生後3～6カ月）と保護者 ②令和5年2月16日～令和5年5月7日生まれのお子さん（生後9～12カ月）と保護者	と き 2月5日（月） 9時30分～11時
と き 2月7日（水） ※個別にご案内します	と ころ 厚 南 会 館
と ころ 総合ケアセンターゆくり	
持 ち 物 母子健康手帳、バスタオル、アンケート、歯ブラシ（②のみ）	

こころの相談

臨床心理士が、本人やご家族のこころの健康や子育ての悩みを抱える親御さんの相談に応じます。



と き	1月19日（金）、2月16日（金） 10時～15時（1人あたり50分程度）
と ころ	総合ケアセンターゆくり
申し込み	1週間前までにお申し込みください。 （住民課 健康推進グループ）

新型コロナワクチン

新型コロナワクチンの特例臨時接種期間は、令和6年3月末までで、公費（無料）で接種を受けることができます。対象の方には、接種券を送付していますので、ホームページまたは住民課健康推進グループにお問い合わせの上ご予約ください。初回接種（1・2回目接種）を希望される方で、接種券が届かない方は、接種券の交付申請が必要です。

厚真町へ転入された方

厚真町へ転入された方で接種券が届かない方は、接種券の交付申請手続きが必要です。

保健所の相談

問い合わせ 苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

相 談 ・ 検 査 の 名 称	日 程
女性の健康相談	
妊娠、出産、子育てなど女性の心身の相談	2月19日(月)
肝炎ウィルス検査・梅毒検査	
感染が疑われる方は無料 (要事前確認)	2月6日(火) 2月20日(火)
骨髄バンク登録	
登録の基準があります	要事前予約 (随時受付)
HTLV－1 抗体検査	
10日前までに予約してください	2月20日(火)
H I V検査(エイズ相談)	
無料、匿名検査(要事前確認)	2月6日(火) 2月20日(火)
エイズ専用電話 ☎0144-35-7474	



新型コロナワクチン
インターネット予約は
こちらから

／



子育て支援センター

2月のよてい

申し込み・問い合わせ・予約・相談

厚真子育て支援センター ☎27-2438 京町152(こども園つみきに併設)
厚南子育て支援センター ☎28-3155 上厚真258-7(宮の森こども園に併設)
※講座などの申し込みは会場となる子育て支援センターまで

子育て講座 応急手当講座

内容：お子さんのもしもの時の対応について
日時：2月15日(木)10時～11時
場所：厚真子育て支援センター
定員：7組
申し込み：2月8日(木)まで

子育て講座 おはなしのびっこ&メディアミニ講座

内容：絵本の読み聞かせ、メディアに関するミニ講座や相談会
日時：2月22日(木)10時～10時45分
場所：厚南子育て支援センター
申し込み：不要

Hello えいご・えいごであそぼう

10時～10時30分

隔月、各センターで、ALTの先生と遊びを通じて英語に触れる事ができます。開催日は情報誌をご覧ください。

・自由開放 ・子育て相談(※要事前連絡)…月曜～金曜日 9時～12時、13時～15時
・サークル活動(※予約制)…月曜～金曜日 13時～15時

まちのアイドル

3歳以下のお子さんの写真を募集しています。住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、両親の氏名(ふりがな)、電話番号を明記の上、まちづくり推進課企画調整グループへ。
(メール) kikaku@town.atsuma.lg.jp

まつい うたさん

さいとう さきさん

やまだ いちえさん

町民の活躍

エイジェックカップ第54回日本少年野球選手権大会
(8月2日・3日、大阪府大阪シティ信用金庫スタジアムなど)
○橋場凰太郎さん(苫小牧ボーイズ主将兼捕手、厚真中学校3年)
○橋場太一さん(苫小牧ボーイズ野手、厚真中学校1年)
[成績：2回戦敗退]
・1回戦 苫小牧ボーイズ2-1 西松ボーイズ(佐賀県)
・2回戦 苫小牧ボーイズ4-7 大阪柴島ボーイズ(大阪府)

コントリビュートカップ第39回秋季東日本中学生軟式野球大会
(11月18日・19日、千葉県柏市塚崎球場など)
○寺坂絆さん(北海道SBCチーム野手、厚真中学校1年)
[成績：準優勝]
・1回戦 北海道SBC 2-0 福島のだまクラブ(福島県)
・2回戦 北海道SBC 6-0 MATUBA BASEBALL TEAM(千葉県)
・準決勝 北海道SBC 8-1 オール花巻(岩手県)
・決勝 北海道SBC-習志野第二中学校(千葉県)
※北海道SBCが不参加となり習志野第二中学校が不戦勝

今後の活躍を誓う凰太郎さん、太一さん、高橋輝昭監督

出発前に活躍を誓った寺坂さん



担当

保健師 かきざき ひとみ 柿崎 瞳

健康情報

住民課健康推進グループ ☎26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

今月のテーマ

「フレイルを予防しましょう!!」

皆さんは「フレイル」という言葉を知っていますか？フレイルとは、加齢によって心身の機能が低下し、「要介護」になる手前の状態を指します。積雪などにより、外出がおっくうになるこの時期は活動量が減少し、人と話す機会も少なくなりがちです。活動量が少ないとお腹も減らなくなり、取るべき栄養も取れなくなります。このような状況をそのままにしておくと心身の機能が低下し、ちょっとしたけがや病気で介護が必要な状態となってしまう可能性があります。

このように、「栄養」「身体活動」「社会参加」は影響し合っているため、フレイル予防の3本柱とされています。どれか一つが欠けてもバランスは崩れてしまいます。3本柱のうち欠けているものがないか日常生活を振り返ってみましょう。また、足りないと感じるものがある場合は、少しずつ取り組みを増やしていくことで健康の維持・増進につながります。

フレイルとは

- ① 3食取る
- ② バランスよく、さまざまな食材を食べる
- ③ 1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせる

栄養 口腔機能

筋肉や新しい細胞が作られる

身体活動

筋力の維持・発達を促す

- ① 今よりも10分多く身体を動かす
- ② 横になるよりも立つことを心がける
- ③ 階段の利用を意識する(足腰に負担のない程度に行う)

社会参加

情報の共有・励まし合い
高め合い・良い刺激

- ① 1日1回以上外出する
- ② 週1回以上友人や知り合いと交流する
- ③ 月1回以上楽しみ・やりがいのある活動に参加する(趣味、サークル活動等)

フレイル予防のために

総合ケアセンターゆくりの機能訓練室および厚南児童会館のレッスンプログラムで身体を動かしましょう。

チェアエクササイズやヨガ、ズンバなど、さまざまなレッスンがあり、どなたでも楽しんで運動することが可能です。レッスンの参加希望者は、事前に電話または、ゆくりニュース裏面の申し込み用紙に必要事項を記入し、住民課健康推進グループの窓口までご持参ください。

詳細は11月発行のゆくりニュースをご覧ください。





地域おこし協力隊

厚真町で活動している地域おこし協力隊をご紹介します！

現在活動している協力隊〈11月末現在〉

農業▷9人 教育魅力化▷3人 スポーツ▷1人
起業型▷11人 協働型▷12人 福祉▷1人

農業支援員
しが ゆういち
志賀 裕一さん

着任：令和3年4月(3年目)
出身：埼玉県戸田市



—就農を志したきっかけを教えてください。

結婚して、夫婦の時間を大切にゆっくり暮らすことを夢見ていましたが、鉄道会社に勤めていたので夜勤が多く、夫婦で過ごす時間が少なかったため転職を決意しました。幼少のころ、熊本県で暮らす祖父母のところへ遊びに行くと、二人仲良く楽しそうに農作業をしていました。その光景を思い出して農業をやりたいと思いました。

—実際に厚真町で過ごしてみた感想は？

町内の複数の農家さんから懇切丁寧に教えていただきました。すぐく面倒見のいい師匠たちと出会えてうれしく思っています。地域の仲間にして欲しいという思いで、自治会活動には積極的に参加するようにしています。電話帳で、同じ自治会の人の名前を一生懸命覚ええました。活動に参加するたびに顔と名前が一致していきました。妻も積極的に農家さんへ働きに行っています。

—3年間でどのようなことを学びましたか？

ひと言で言うと、農業のことすべてですね。作物の育て方や育苗の仕方から営農計画まで、数多く学びました。ようやく、就農に向けてスタートラインに立つための準備が整った感覚です。これからも分からないことが出てくるだろうし、さまざまな壁にぶつかるとは思いますが、学びながら進めていきます。

—今後の夢や目標を教えてください。

就農後は、ほうれん草とカボチャとブロッコリーの生産を計画していて、まずは、地域の人と同じくらいの基準でほ場を管理できるようになりたいです。自分でやると決めた作物をしっかりと作れるように頑張っていきます。将来はブロッコリーの専業農家になって、輪作に困っている人の役に立てるようになりたいです。

—町民にメッセージをお願いします。

着任前に思い描いていたことが叶いつつあるのは、地域の皆さんのおかげです。移住のチャンスを与えてくれた厚真町、学び環境を作ってくれた研修農場、4年前に見学に来た時に生の声を聴かせてくれた先輩たちに感謝しています。中でも一番感謝しているのは、妻ですね。これからも妻と二人三脚で農業を学びながら楽しく生活していきます。

AZUKO Information



厚高インフォ

Vol.289

学校の取り組みは
ホームページでも！



■厚真人インタビュー（11月9日、16日）
昨年度に続き、「よりみち学舎」主催の「厚真人インタビュープログラム」が開始されました。町職員や地域おこし協力隊へのインタビューを通じて、勤労観や就労観を学ぶことにより、職業体験やインターンシップをより深い学びにつなげます。昨年度の「厚真人カード」に加え、新たにインタビューを紹介したことや考えたことを積み重ねていきます。

■1年生がセーフティコールあつまに参加（11月13日）
1年生が参加して、厚真市街地で町民と一緒に「冬の交通安全運動」の啓発活動を行いました。道路沿いに並び、大きな旗を掲げたり手旗を振って、ドライバーに安全運転をアピールしました。特に、冬の時期は気温の変化で路面状況が悪化します。歩行や車の運転には十分に気をつけましょう。

■2年生の進路ガイダンス（11月16日）
胆振教育局進路相談員の西智子さんを講師に招き、2年生対象の進路ガイダンスを開きました。進路活動の重要性、これからの就職・進学活動など、今後の進路選択をどのように考えるのかを知り、生徒自身に自ら考え行動してもらうことで、来年度の進路決定につなげたいと考えています。

■創立70周年記念式典（11月17日）
本校は昭和28（1953）年に開校しました。この間、時代の流れに並び、夜間定時制、昼間定時制、全日制普通科2間口から1間口へと、いくども形を変えています。設立当初の本校は、農家の重要な働き手だったため進学をあきらめていた生徒の「希望」でした。これからも「よき市民 よき社会人」を学校教育目標に掲げる厚真高校に期待がかかります。



創立70周年記念式典



初めての経験

先日、2年生の厚高生が嬉しそうに話してくれました。「町内のラーメン店で、たくあんを食べたんですよ。その店に行ったことも、たくあんを食べたことも初めての経験だそうです。ささいな事かもしれませんが、彼にとっては大きな出来事となりました。

このラーメン店は、町民になじみがありますが、厚高生にとってあまり訪れることのない場所でもあります。お店を知っていても、高校から離れていて、「行ってみたいけど、行きにくい場所」なのです。彼が気になるお店のデビューを果たしたのは、厚高に通い始めて1年半余り。美味しさもさることながら、店に行けた喜びが冒頭の言葉となりました。

彼はこれまで、生徒会役員や町のイベントへの参加、高校生震災ガイドなど、多くのことに挑戦してきました。チャレンジ精神にあふれています。反面、実は「食わず嫌い」で、周りが美味しそうに食べていても初めて口にする物には、全く手を付けないことが多々あります。ラーメン店で出されたたくあんもその一つ。意を決して食べたところ、「もう食べられるようになりました！」と誇らしげに語りました。

よりみち学舎を通じて、厚高生の前向きな姿勢が増えてきました。経験の場の提供が厚高生の意識に変化をもたらしています。豊かな経験は人を磨きます。生徒に向き合い、今後もしっかりサポートします。

教育魅力化支援員 山中 卓也



経験の場を提供している
よりみち学舎

よりみち通信



「よりみち学舎」は厚真高校と地域が連携しながら放課後を利用して生徒が自ら目標を発見し挑戦する公営塾です。

運転免許証
更新時講習

2月

苫小牧市交通安全センターで行っている運転免許証更新時講習(優良)の日程をお知らせします。
その他の講習日程(一般、違反、初回)については、下記までお問い合わせください。

10時30分～11時
2日(金)、6日(火)、7日(水)、8日(木) 13日(火)、14日(水)、15日(木)、22日(木) 26日(月)、28日(水)、29日(木)
13時30分～14時
1日(木)、9日(金)、16日(金)、20日(火)

(一社)苫小牧地区交通安全協会
☎0144-33-1458

町税・保険料
今月の納期

科目	国民健康保険料(第4期) 後期高齢者保険料(第4期)
納期	1月31日(水)

問い合わせ
住民課 町民生活グループ ☎26-7871

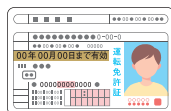
まちの善意

自衛官募集

問い合わせ
自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所
☎0144-32-3725

■高等工科学校生

応募資格▶15歳以上17歳未満
受付期間▶令和6年1月5日(金)まで
(締切日必着)
試験日程▶1月13日(土)か14日(日)の
いずれか1日
試験科目▶筆記試験
(国語・数学・英語・社会・
理科・作文)



■振替納税
事前に税務署または金融機関に届け出ることで、振替日に預貯金口座から自動的に納付ができます。一度、届け出を行えば継続してご利用可能です。

■クレジットカード納付
パソコン・スマホなどから、「国税クレジットカードお支払サイト」にアクセスし、必要事項を入力するだけで納付ができ、事前の届け出は必要ありません。なお、納付税額に応じた決済手数料がかかります。

■その他の納付手段
ダイレクト納付・インターネットバンキングなど、ご自身に合った納付手段を選択できます。

■窓口業務の受付時間
月曜日から金曜日…9時～16時30分
※祝・祭日を除く
■問い合わせ
苫小牧警察署(☎0144-35-0110)

■国税の納付はキャッシュレス納付を！
国税の納付にはさまざまな方法がありますが、中でも、下記のキャッシュレス納付は、簡単・便利に納付ができますので、ぜひご利用ください。

■スマホアプリ納付
「国税スマートフォン決済専用サイト」から、利用可能なPay払いを選択し、納付ができます。

■水道凍結にご注意ください
今年も寒い時期がやってきました。毎日ニュースや天気予報を確認し、低温注意や水道凍結注意の予報が出た時は水道の水抜きを行うようにしましょう。

■問い合わせ
建設課上下水道グループ(☎27-2326)
■苫小牧警察署の窓口受付時間が変更になります
令和6年1月4日から、苫小牧警察署の窓口業務の受付時間が変わります。事件・事故や遺失物・拾得物の届け出は、これまで通り24時間受け付けます。

グランプリ決定！

あつまっ子健康レシピコンテスト

町民の課題である塩分のとりすぎ、食物繊維不足を解消するため、あつまっ子食と健康向上委員会(事務局・住民課健康推進グループ内)は、健康につながるポイントを取り入れたレシピコンテストを行いました。

今年は2部門設け、おとな部門では減塩と野菜を使用したレシピ、こども部門では野菜を使ったレシピを募集し、24作品の応募がありました。

この中から、おとな部門2作品、こども部門2作品が最終選考に選ばれ、11月3日の町文化祭で、来場者による試食・投票の結果、2部門のグランプリが決定しました。



最終選考に選ばれたレシピの紹介

おとな部門

「葉物野菜の香りและ」

考案者 厚真元気クラブさん



香りの強い春菊と三つ葉、クセのない小松菜を合わせることでお互い香りが引き立ちサッパリとした1品になります。副菜にバッチリ！酒のあてにも！

こども部門

「厚真サンサンおやき」

考案者 藤村花乃さん(上厚真)



厚真の野菜を使っています！チーズがトロっとしていて、おいしいです。

※レシピの詳細は広報あつま「野菜アッププロジェクト」で随時紹介します。

こぶしの湯あつま
イベントカレンダー 2月

日	月	火	水	木	金	土
				1 [2倍] レディース	2 [3倍]	3
4 ちびっこ	5 シルバー	6 [3倍] メンズ	7 高齢者券	8 レディース	9	10
11 ちびっこ	12 [3倍]	13 メンズ	14 高齢者券	15 [2倍] レディース	16 [3倍]	17
18 ちびっこ	19 シルバー	20 メンズ	21 高齢者券	22 [3倍] レディース	23 町民の日	24
25 ちびっこ	26 [3倍] 風呂の日	27 メンズ	28 高齢者券	29 レディース		

問い合わせ こぶしの湯あつま ☎26-7126
※イベントは予告なく変更することがあります。

[毎週日曜] ちびっこデー▶小学生はスタンプ2個
[毎週月曜] シルバーデー▶65歳以上はポイント3倍
[毎週火曜] メンズデー▶男性はスタンプ2個
[毎週水曜] 高齢者無料入浴券の日
▶町交付の無料券利用でレストランのヘルシーセットが770円→570円
[毎週木曜] レディースデー▶女性はスタンプ2個
[最終金曜] 町民の日
▶誕生月の町民はレストラン利用で入浴無料
毎月26日 風呂の日▶町民は入浴無料
町内在住が確認できる身分証明書等の提示が必要
※対象外はポイント3倍、スタンプ2個
[2と6のつく日] ▶ポイント3倍
[5のつく日] ▶町交付の無料券利用でポイント5倍



Vol.45 オフィスあつぷ・ろーど代表
うえみち かず え
上道 和恵さん

「遊びに来たよ!」「うえちゃん、今日は何するの?」。小学校の体育館で、友だちのような会話が弾んでいました。視線の先に居たのは、厚真町放課後子ども教室専任スタッフの上道さんや子どもたち。町から委託され、社会教育に取り組んで間もなく丸12年。子どもの活動を通じて地域づくりに情熱を注ぐ上道さんに話を伺いました。

子どもが主役の町づくりに情熱注ぐ

砂金の採取やハクチョウなどの係留地・クツチャ口湖で知られる浜頓別町の出身です。札幌市内の大学に進学し、子どもたちの道徳性を養う環境教育を学びました。大学4年の時、授業の一環で参加した市内のNPO法人の環境教育活動に参加。NPO法人から就職先にと勧められました。が、「民間企業で社会経験を積み、近い将来、活動できるように資金を蓄えたい」と断り、活動に参加しながら民間企業に就職。社会人4年目の平成23年に「転職」とらえ、誘われたNPO法人に転職しました。

チャンスはすぐに訪れました。法人から「厚真町から来年開設される放課後子ども教室の業務委託の話があるけど、上道さんやってみない?」と告げられました。胸が高鳴りました。町教委の職員と一緒に体験プログラムを中心としたカリキュラムを考え、試行期間2年間の条件付きで平成24年4月1日に事業はスタートしました。「土地勘も無く人も知らなかったのですが、不安以上に期待感は大きかった。2年後に仕事を無くしてはいけないと思いましたね。厚真を知るために必死で人脈づくりに駆け回りました」。

平成28年、所属していたNPO法人の発展的解消に伴い、自らオフィスあつぷ・ろーどを設立して事業を継続。農作業の体験やイベントへの参加など、地域との関わりを大切にしながら、子どもたちの成長を助長しています。「厚真で初めて友だちになってくれたのは子どもたち。今では、保護者や農家、商工会など大勢の仲間ができました」。

放課後子ども教室の卒業生は約390人で、卒業生の最年長は23歳になりました。進学や就職で厚真を離れても、帰省時に教室に顔を出してくれたり、イベントを手伝ってくれる子もいます。活動が少しずつ花開いていることを実感しています。

「厚真には、教育活動に関わる事ができるプレーヤーがそろっています。横のつながりを大切にしながら子どもたちの可能性を伸ばし、皆と一緒に地域を盛り上げたい」