

天 然 し じ み の ふ る さ と



# てしお

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE TESHIO

2024

7

No.804

## 02 植樹会・消防演習・運動会スナップ集

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| 04 暮らしのお知らせ               | 10 病院だより           |
| 05 マチの伝言板                 | 11 こんにちは地域包括センターです |
| 07 運動教室通信                 | 12 マチの話題           |
| 08 町民カレンダー                | 14 ひとのうごき          |
| 09 スマホでゲット！スタンプラリーの開催について |                    |



天塩河口大橋上空の低緯度オーロラ【5月11日21時32分】  
(撮影：柳谷明伸)





# 第26回「桜の森づくり」植樹会

▲約 100 名が参加し 100 本のサクラ苗木を植樹



▲地域貢献で参加した団体に感謝状が授与 (5/31)  
(2 社は欠席、後日感謝状を送付)

民安ダム周辺の桜の植樹活動を平成11年より、20年以上にわたり行ってきた民安ダム「サクラの森づくり」の会（谷村敏彦会長）と町共催による植樹会が5月11日に開催されました。天塩中学校（1年生・教員）のほか、留萌振興局、北海道開発局、留萌北部森林管理署等の関係機関や地域貢献活動として町内外の建設会社「株式会社瀬越組」「オロロン云」「株式会社石山組」「株式会社堀組」「有限会社横溝重機産業」「菊地建設株式会社」等の従業員ら総勢約100人が参加し、町木であるエゾヤマザクラの苗木約100本を植えました。



## 天塩町消防団 春季消防演習





# 天塩中体育大会



# ラスト運動会 啓徳小・雄信内保育所合同大運動会



# 天塩小運動会





# 暮らしのお知らせ

Information



## 生活支援体制整備事業

老人福祉センター 地域支え合い推進員 石山(天塩町委託事業)  
☎01632(2)3630

天塩町では、高齢化に伴い、地域での見守りや支え合いのしくみづくりを目指して「生活支援体制整備事業」に取り組んでいます。今年度は、以下のような活動を行っていますので、ご協力・ご参加よろしくお願いたします。

★地域支え合い推進員が、お一人暮らし等の高齢者宅を訪問します。地域の資源(支え合い・見守り)やみなさんの困りごとを教えてください。お聞きした声は、町の支え合いの仕組みづくりに活かしていきます。

★サロン開催をお手伝いします。「お互いさま」でつながるまちづくり。高齢者の孤立や閉じこもりを予防し、地域でのつながり・見守り活動につながる集いの場の開催をお手伝いします。町内会などが主体的に行えるよう企画や内容の提案、準備等もお手伝いします。ご相談ください。

## 町民プールオープン

教育委員会生涯スポーツ係  
☎01632(2)1026

今年度も町民プール(天塩高校プール)をオープンします。《期間》令和6年7月1日(月)～9月15日(日) ※閉鎖日は左のカレンダーでご確認ください。《開放時間》9時～19時(概ね日没まで)、学校開放日は15時より一般開放。7月16日および9月1日以降は17時まで。《使用料》全年齢無料 ※水温22度・室温23度未満の時は閉鎖します(11丁目バス停の裏に赤旗が上がります)。

## 《町民プール開設日カレンダー》

日	月	火	水	木	金	土
	7/1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	8/1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
9/1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	学校開放日	17時まで	閉鎖日			

※予定は変更になる可能性があります。

## 町勢要覧を作成しました

企画商工課広報情報係  
☎01632(2)1001

2024年版天塩町町勢要覧を発行しましたので、配布を希望される方は企画商工課までお越しください。



## マリッジジャー 愛好家のみなさまへ

7月16日(火)～8月31日(土)は「夏季安全推進活動期間」です。海で安全にマリッジジャーを楽しむために、次のことを守りましょう。

- ⚠ 海へ行く前にその日の気象海象をチェック
- ⚠ 釣り中や船に乗る際はライフジャケットを常時着用
- ⚠ 携帯電話等の連絡手段の確保
- ⚠ 海水浴場以外の一般海岸や遊泳禁止区域等では泳がない
- ⚠ プレジャーボートに乗る際は発航前検査の確実な実施
- ⚠ SUP やカヌー等に乗る際は基本的な知識・技能を身につける



事故に遭ってしまった、または事故を見かけた場合は、海上保安庁直通の緊急ダイヤル「118」番にご連絡ください。

海のもしもは118番!

稚内海上保安部 交通課 ☎0162(24)8810



### 自衛官採用 試験のご案内

#### ■自衛官候補生(9月)

《資格》日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の者

《受付期間》令和6年7月1日(月)～9月3日(火)

《筆記試験》9月21日(土)～25日(水)の内1日(都合のよい日にWEBから受験)

《口述・身体検査》9月27日(金)《試験会場》受付時にお知らせします。

#### ■第2回一般曹候補生(1次)

《資格》日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の者

《受付期間》令和6年7月1日(月)～9月3日(火)

《試験期日》9月18日(水)  
《試験会場》受付時にお知らせします。

#### ■航空学生(1次)

《資格》

・海要員：18歳以上22歳以下の方(高卒者(見込含))又は高専3年次修了者(見込含))  
・空要員：18歳以上23歳以下の方(高卒者(見込含))又は高専3年次修了者(見込含))

《受付期間》令和6年7月1日(月)～9月5日(木)

《試験期日》9月16日(月・祝)  
《試験会場》受付時にお知らせします。

#### ■防衛大学校(1次)

《資格》

・推薦：18歳以上20歳以下の方、高卒(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方  
・総合選抜：一般：18歳以上20歳以下の方、高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)

《受付期間》

・推薦・総合選抜：令和6年9月5日(木)～9月9日(月)

・一般：令和6年7月1日(月)～10月17日(木)  
《試験期日》

・推薦：9月21日(土)又は22日(日)  
・総合選抜：9月21日(土)

・一般：11月2日(土)  
《試験会場》受付時にお知らせします。

#### ■防衛医科大学校(医学・看護)1次

《資格》

・医学：18歳以上20歳以下の方、高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)

・看護：18歳以上20歳以下の方、高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)

《受付期間》

・医学：7月1日(月)～10月9日(水)

・看護：7月1日(月)～10月2日(水)  
《試験期日》

・医学：10月19日(土)  
・看護：10月12日(土)  
《試験会場》受付時にお知らせします。

#### ◆お問い合わせ先◆

自衛隊旭川地方協力本部稚内地域事務所  
〒097-0001

稚内市末広5丁目6番1号 稚内地方合同庁舎5階  
☎0162(33) 1227

### 海上保安庁 職員採用試験

海上保安庁では、令和7年4月採用の職員(海上保安学校学生)を募集します。

《資格》令和6年4月1日において高等学校を卒業した日の翌日から起算して12年を経過していない者及び令和7年3月までに高等学校を卒業する見込みの者

《受付期間》令和6年7月16日(火)～7月25日(木)  
《試験日程》9月22日(日)  
《ホームページURL》  
<https://www.kahho.mlit.go.jp/recruitment/>



◆お問い合わせ先◆  
稚内海上保安部管理課  
☎0162(22) 0118



### 7月17日は「北海道 みんなの日」です

■北海道の価値を見つめ直し、これからの北海道を考える日  
1869年(明治2年)、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道(ほっかいどい)」という名称を提案した7月17日は「北海道みんなの日(道みんなの日)」です。



北海道の魅力と価値を再発見し、北海道を誇りに思う心を育み、より豊かな北海道を築き上げることを期する日として平成29年に制定しました。

この日をきっかけに、道民の皆様には北海道に愛着や誇りを持っていただき、北海道の魅力を発信する機会としていただければ幸いです。

★道みんなの日(7月17日)は、天塩川歴史資料館を無料開放します。



**司法書士による  
無料法律相談会**

北海道ブロック司法書士協議会では、5月から10月まで「司法書士による無料法律相談会」を開催します。7月は次のとおり開催します。不動産登記・相続登記・会社の登記、成年後見などの法律相談をお受けします。どうぞお気軽にご相談ください。

**■面談相談**

《日時》令和6年7月27日(土) 10時～14時 ※予約不要  
《場所》てしお温泉夕映 1階多目的ホール

**■電話相談**

《日時》令和6年7月9日(火) 16時～19時  
☎0120(888)447  
※予約不要。フリーダイヤルになりましたので通話料の負担はありません。

**◆お問い合わせ先◆**

旭川司法書士会  
☎0166(51)9058  
※司法書士法に定められている司法書士の業務範囲に属する相談をお受けします。

**全国安全週間**

令和6年度の全国安全週間が「危険に気付くあなたの目」そして「摘み取る危険の芽 みんなで築く職場の安全」をスローガンに、6月1日～30日を準備期間、7月1日～7日を本週間として実施されます。

この機会に、それぞれの職場において労働災害防止の重要性について認識をさらに深め、安全活動の着実な実行を図りましょう。



**◆お問い合わせ先◆**

稚内労働基準監督署  
☎0162(73)0777

**天塩高校から  
のお知らせ**

**■天塩高だよりがリニューアル!**



令和6年度より天塩高校では、これまで年4回発行の学校だよりについて、定期的に発行し、天塩高校生の日常や、地域との関わり、町との連携・取り組み等について随時発行していきます。輝く生徒の姿、地域からの支援、地域への貢献などについて、町民の皆さまにお知らせいたします。  
《天塩高だより閲覧QRコード》



**■学校祭を開催します!**

今年度は役場前で町民の方にも参加していただける企画を行います。学校で一般公開も行いますので、是非お越しください。

《日時》令和6年7月6日(土) 9時35分より役場前にてイベント、7日(日) 12時30分より天塩高校にて一般公開

《天塩高校ホームページ》  
<http://www.teshio.hokkaido-ed.jp/>



**裁判所・夏休み  
子ども企画のお知らせ**

■裁判所ってどんなところ? みんなで体験!

《日時》令和6年8月9日(金) 午前9時15分～午後0時5分  
《場所》旭川地方・家庭裁判所 稚内支部(稚内市潮見1丁目3-10)

《募集人員》小学5・6年生の児童15名(応募多数の場合は抽選となります)  
《参加料》無料  
《内容(予定)》  
(1)模擬裁判、模擬評議  
(2)法廷見学  
(3)クイズ大会  
(4)裁判官への質問タイム

**◆申込・お問い合わせ先◆**

旭川地方・家庭裁判所稚内支部  
☎0162(33)5289  
旭川地方裁判所ホームページ  
<https://courts.go.jp/asahikawa/index.html>

掲載を希望される方へ  
8月号へ掲載を希望する方は、7月10日(水)までにお知らせください。  
企画商工課広報係

ネットでも買える!

**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

**サマージャンボミニ同時発売**

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

**7月8日(日)発売!** 発売期間 7/8日～8/8日 抽せん日 8/23日

宝くじ公式サイト | 公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円



# 防災ひとくちメモ

## 熱中症対策について

総務省消防庁によると、昨年5月から9月までの北海道における熱中症による救急搬送人員の累計は3,265人で、発生場所の約5割が住居内、年齢区別では約6割が65歳以上の高齢者とする調査結果が公表されています。

こうした熱中症による人的被害を軽減するため、気象庁と環境省は、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された日の前日や当日に、「熱中症警戒アラート」を発表して注意を呼びかけています。さらに、今年4月からは重大な健康被害が生じるほどの危険な暑さが予想される日の前日には、環境省から「熱中症特別警戒アラート」が発表されることとなりました。

熱中症予防には、炎天下での外出や運動を控えること、こまめな水分・塩分の補給などの対策に加え、北海道では部屋の中を涼しく保つことや、高齢者に対するご家族や周囲の見守り・声がけによる共助が効果的といえそうです。

「熱中症警戒アラート」や「熱中症特別警戒アラート」が発表された時は、積極的な熱中症予防に努めて、暑さから身を守っていただくとともに、情報が発表されていない場合であっても、周辺の環境や体調、行動の内容によっては、熱中症を引き起こす可能性があります。熱中症予防の指数（暑さ指数）も確認し、対策や行動の目安にしましょう。

## デジタルアメダスをご活用ください

「デジタルアメダス」とは、アメダスの地点データに加えて、気象衛星ひまわりや気象レーダー、数値予報モデル等から作成した面的気象情報から任意の地点の気象データを把握可能とする取組のことです。

北海道は、農業をはじめとする一次産業や気象との関わりが深い「食」・「観光」も盛んな地域で、寒冷積雪な気候風土を有しています。「デジタルアメダスアプリ」を通じて気象をより身近に感じていただくとともに、日常生活の利便性向上や仕事の効率化などにも幅広くご活用ください。



### ◆デジタルアメダスのことはこちら◆

<https://www.data.jma.go.jp/sapporo/>  
(札幌管区気象台 HP  
ピックアップ情報)

### ◆お問い合わせ先◆

旭川地方気象台  
☎0166(32)7102  
<https://www.data.jma.go.jp/asahikawa/index.html>



## 運動教室通信

河川公園にて「テシオ川エクササイズ」と題し、天塩川のほとりで利尻富士に沈む夕日を見ながらのエクササイズを3回開催いたします。誰でも気軽にできる内容となっていますので、是非この機会に身体を動かして、いつもと違う運動教室の雰囲気味わっていただきたいと思っています。時々刻々と沈む夕日に、千差万別の空色があなたの心と身体を開放的にしてくれます。

なお、雨天時は天塩町社会福祉会館大ホールにて開催いたします。

会場変更や運動教室の案内はLINEにて告知します。また、各教室の予約・問合せもLINEにて受け付けています。

テシオ川エクササイズ  
2024  
19:00-20:00

リズムボクシング 7月8日(月)	ヨガ 7月11日(木)	ストレッチーズ 7月23日(火)
---------------------	----------------	---------------------



運動教室 LINE

主催：天塩町教育委員会 主管：(一社)天塩スポーツ健康づくりラボ

# 町民カレンダー

- ・日程は変更となる場合があります。
- ・ごみは当日の朝8時までに出してください。
- ・7月の回覧日は10日と24日です。
- ・あいあいクラブ・・・こども園▶火～木、雄信内▶月



日	月	火	水	木	金	土
休み	生ごみ ペットのふん	一般ごみ	資源ごみ 紙おむつ等 衣類等	生ごみ ペットのふん	農村地区	休み
6月 30	7月 1 ●町民プールオープン(予定)	2 ●運転免許更新時講習 [社会福祉会館] ・初回 10時 ・優良 13時 ・一般 13時45分 ・違反 15時	3	4 ●7月粗大ごみ収集 申込締切日	5	6 ●7月粗大ごみ収集日
7 ●天塩川しじみまつり ●町民プール閉鎖日 	8 + 糖尿病内科外来	9	《町内回覧日》 10	11 + 眼科外来	12 ○託児の日	13
14	《海の日》 15	16 ●厳島神社祭	17 《道みんの日》 ●厳島神社祭 ●天塩川歴史資料館 無料開放 ●町民プール閉鎖日 	18 ●厳島神社祭	19	20 ●天塩川花火大会 ●町民プール閉鎖日 
21 + 眼科外来	22	23 ☆いきいきサロン [老人福祉センター] 10時～12時	《町内回覧日》 24 ○小・中学校終業式	25 + 産婦人科外来 ☆いきいきサロン [雄信内老人憩いの家] 10時～12時	26 + 小児科外来 ○1歳6ヶ月健診 ○3歳児健診 12時30分～13時 ○乳児健診 12時50分 ～13時20分	27
28	29	30	31	8月 1	2	3



スマホでゲット!

2024年 開催期間  
6月17日▶10月31日

# スタンプラリー

ゲットしたスタンプ数に応じて天塩の海・川・山の豊かな恵みから「てしおにかけて」つくった特産品セットが抽選でプレゼント♪



**10**  
スタンプ集  
抽選で  
5名様に  
20,000円分相当の特産品

**7**  
スタンプ集  
抽選で  
10名様に  
5,000円分相当の特産品

**4**  
スタンプ集  
抽選で  
20名様に  
3,000円分相当の特産品



### 《参加・応募方法》

- スタンプ設置場所にあるQRを読み込むとスタンプをGETできます。
- 取得スタンプ数が規定数(10個・7個・4個)に達すると応募フォームより景品の抽選に応募出来ます。
- スタンプ規定数未済の場合は景品の抽選に応募が出来ません。

### 《当選発表方法》

- 当選の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。
- 応募フォームの入力事項に入力漏れや虚偽の入力があった場合の応募は無効とさせていただきます。
- 当選者の転居等により景品を配送出来ない場合は当選を取り消す場合があります。

### 《個人情報の取り扱いについて》

- 応募フォームよりご提供いただいた個人情報はスタンプラリーの運用にのみ使用します。
- ご提供いただいた個人情報は第三者へ提供しません。(法令等による開示要求を除く)
- スタンプラリーイベントで集計した位置情報等は個人を識別しない統計データとして利用する場合があります。

### 《免責事項》

- 応募フォームへの入力情報に不足等があり、当選者へ景品を発送できない場合。
- 本スタンプラリーイベント参加中に発生した通信障害等によるモバイル端末への損害。
- 本スタンプラリー参加中に発生した第三者の妨害による損害。
- 発生した損害に主催者の過失が無い場合。

### 【広域図】



天塩町の観光名所に加え、「天塩地区かわまちづくり」の事業で整備されたかわまち通路やカヌーポートなどにスタンプを設置しています。

主催：天塩町観光協会

◇ お問い合わせ先◇

天塩町観光協会(天塩町役場 企画商工課内)  
〒098-3398 北海道天塩郡天塩町新栄通8丁目  
電話 01632-2-1729(直通) ※平日のみ8:30~17:15  
E-mail: syoukou@teshiotown.com



## 暮らしの違いがもたらす影響について



天塩町の皆様、はじめまして。今年4月から着任しました、臨床検査技師の中園と申します。3月までは鹿児島県の民間病院で勤務していました。現在はさほど北海道と九州との暮らしの違いを感じてはいませんが、これから先に訪れる未知なる冬の暮らしの方にワクワクしています。

着任間もないこの時期に「病院だより」を担当させていただくことになりました。せっかくなので、鹿児島とはどんなところか、土地柄発生しやすいといわれる疾患、また暮らしの中での疾患との付き合い方の違いなどをお伝えできたらなと思います。

まず、鹿児島県民は北海道に多大なる憧れを抱いています。鹿児島県の地元パートで年に数回行われる北海道物産展では、道主催の物産展として売り上げ日本一を30回以上記録しているそうで、そのことからもお判りいただけると思います。新型コロナウイルス流行前は、イベント会場が押し合いへし合いで身動きが取れなくなるほどでした。

鹿児島市内から見ることできる「桜島」はかつてその名の通り島でしたが、大正3年の大噴火により大隅半島とは陸続きになりました。鹿

児島市内からは24時間運航のフェリーにて15分程度で行くことができます。活火山で今でも頻りに噴火しており、距離の近い鹿児島市内では散水車による水撒き（空气中に灰が舞い上がるのを防ぐ）を目にします。また、無料で配布される黄色の「克灰袋（こくはいぶくろ）」に降灰をまとめ、ごみステーションならぬ降灰ステーションに置いておくと、専門業者により回収されます。



（画像出典：鹿児島市ホームページ）

降灰による健康障害として、体内に灰が入ることで発生する呼吸器疾患、眼疾患、皮膚疾患や、降灰により周囲が見えにくくなるため交通事故の増加など2次被害の可能性も高まります。

そのような大変な面もありますが、雄大な桜島は鹿児島市のシンボルであり、県民に愛されています。さて、皆様にとつて鹿児島は南国であり、夏は暑いけれど冬は暖かく

過ごしやすいイメージがあるのではないのでしょうか。

確かに夏は酷暑です。紫外線対策をしないで外出すれば、わずかな時間でも皮膚がヒリヒリしてきます。エアコンの風が苦手な高齢者の方が、自宅で倒れ脱水状態で救急搬送されてこられるのもこの時期です。温暖化が進んでいる現在は、夜もエアコンを稼働させている家庭が多いようです。

一方冬についてですが、「鹿児島冬の冬は北海道に比べて寒い」の一言に尽きます。もちろん気温については北海道の方が低いですし、鹿児島では降雪は年に数回程度、積雪ともなると数年に一度レベルではありません。しかし、鹿児島は冬季の室温が低い傾向にあります。起床時の室温が10度を下回ることも珍しいことではありません。ある統計によれば、鹿児島の冬季平均室温は16度前後と言われているようです。WHO（世界保健機関）のガイドラインでは、冬の室温は18度以上を推奨しており、下回る場合は血圧の急激な上昇、いわゆるヒートショックのリスクが高まると警告しています。実際鹿児島県は脳血管疾患による死亡率は全国平均を超えています。脳血管

疾患の発症には様々な要因が複雑にからみあっていますが、室温の低下も原因のひとつである可能性が指摘されています。

また、室温が低下すると活動量も低下する傾向にあります。ある糖尿病専門医から、雪国に住む患者で日常的に雪かきをする方は冬季の血糖コントロールは良好だが、九州ではその必要がないことや正月などいつもと違う食事生活により冬季に悪化するケースが多いということを知りました。土地によって生活様式も様々です。天塩の皆様がどのような生活をしているかを知ること、よりよい医療を提供したいと思っております。機会がありましたら是非、天塩の暮らしについて色々お教えください。

（文責：中園 由美子）





始めよう、  
元気なうちから介護予防

■介護予防ってなに？

介護予防とは「介護が必要になることをできる限り予防し、自立した自分らしい生活を送ることができるようになる」取り組みです。また、現在介護が必要な方でも、それ以上悪化させないようにする取り組みのことを言います。

■なぜ介護予防が必要なのか

「もう年だから」、「おっくうだから」といって体を動かさなくなり外出の機会が減ったり「食欲がないから」といって食事を抜いたりするところがありませんか？ そのようなちよつとしたことが原因で、筋力やバランスを保つ能力が低下し、つまづいたり、転倒したりしやすくなります。また、人との交流や会話が減り、頭を使わない生活をつづけることで認知症につながるとも言われています。「自分は今のところ元気だから必要ない」と考えている方も、元気なうちから介護予防に取り組みましょう。

■高齢者の介護が必要になった原因

介護・介助を必要とする原因は「認知症」、「転倒や骨折」、「加齢による虚弱」といったことがあげられ

ます。これらは体や頭を使うことが減って不活発な生活になることで起こりやすく、歳を重ねるごとに増える傾向にあります。そのほかにも脳卒中、心疾患、糖尿病などの生活習慣病があります。

■今日からできる介護予防

毎日の生活の中で体を動かす、バランスの良い食事をする、人との交流を意識的に行う事が大切です。「自分一人では、何をやらなければならないか？」「町では、どんな取り組みをしているんだろう？」という方もいると思います。天塩町での介護予防事業「令和6年度天塩町いきいきシニア応援事業・総合事業」を一覧をホームページに掲載していますので、ご覧ください。また、必要な方は地域包括支援センターで配布しています。

介護予防に興味がある、どんな内容の活動なのかを詳しく知りたいという方、町内会等の集まりで介護予防についての話をしてほしい等のご希望がありましたらお問合せください。

令和6年度 天塩町いきいきシニア応援事業・総合事業一覧

こんな方におすすめ	おすすめの事業など	対象者	場所と時間	回数等	内容	送迎	自己負担	ポイント対象	申込・問合せ先
相談したい	食事の支度や掃除など生活に困り事がある。介護・福祉・健康 各種などの相談をしたい	総合相談事業	役場相談室/ご家庭等	朝9時～12時	随時	随時のご相談をお聞きし、サービスの紹介や手続き方法等のご説明、担当職員の連携調整を行います	希望者には訪問	○	天塩町役場 福祉課地域ケア係 2-1728
	物忘れが気になるので、気軽に相談したい	物忘れ相談	役場相談室/ご家庭等	1時間程度	月1回/随時対応	保健師による相談、サービスの紹介、認知症の程度の確認等	—	—	
	介護の悩みを相談したい、介護疲れや不安を抱え込まずに思いを吐き出したい	介護相談会 (介護職員・介護者交流会)	介護者、介護に関心のある方	回覧等でご案内します	年2回程度	介護に関する勉強会、交流会等	—	—	
家に来てほしい	福祉用具や住宅改修について相談したい	リハビリ訪問事業	各ご家庭	1回1時間程度	随時	リハビリスタッフによる相談、指導	訪問	—	※ 要支援認定者事業対象者となるには、手続きが必要です。準備をご確認ください。
	介護や認知症の知識のある人の見守りを受けたい	高齢者見守り事業	各ご家庭	1回1時間程度	月1回程度 (お盆に依りて)	ヘルパー等が見守り訪問を行います。回覧ごとのお話しをお聞きします	訪問	—	
利用したい	買い物や調理、掃除、入浴など生活の一部が難しくなってきたので手伝ってほしい	介護予防、生活支援サービス事業 訪問型サービス	各ご家庭にて実施します (契約・計画作成が必要)	ケアマネジメントにより決定	ケアマネジメントにより決定	買い物や調理、掃除、入浴の介助などをヘルパー等が支援します	訪問	◎	天塩町 社会福祉協議会 2-3201
	病気などで、出かけたり、入浴の介助が必要なので、デイサービスに行きたい	介護予防、生活支援サービス事業 通所型サービス	各ご家庭にて実施します (契約・計画作成が必要)	ケアマネジメントにより決定	ケアマネジメントにより決定	デイサービスにて、介護職員等が必要な入浴や外出の介助、機能向上の体操やレクを実施します	訪問	◎	
知りたい	地域の集まりで「介護予防」や「介護保険」について学びたい	出前講座	ご希望の方、団体等	希望の金額等ご相談に応じて	希望に応じて	テーマ(例)介護保険の利用の仕方、認知症・転倒予防の話、体操	—	—	天塩町 社会福祉協議会 2-1026
	地域で、仲間と、認知症のことを勉強したい	認知症サポーター養成講座	ご希望の方、団体等	希望の金額等ご相談に応じて	希望に応じて	認知症の基礎知識、地域での見守り接し方のポイント、DVD視聴等	—	—	
楽しく体を動かすきっかけをつくりたい	楽しく体を動かすきっかけをつくりたい	はつらつクラブ	65歳以上の方	保健ふれあいセンター 午後1時30分～3時	年23回	体操・ストレッチ・リズム運動等 講師は健康運動指導士です	—	—	天塩町 社会福祉協議会 2-3201
	頭と体の体操をしたり、楽しくおしゃべりしたい(送り迎えもお願いしたい)	天塩地区 ふれあい いきいきサロン	65歳以上の方	老人福祉センター 午前10時～12時	月1回 (7・8・12・1月は1回となりません)	レクリエーション、季節の行事交流・茶話会、軽体操、健康相談	○	△	
	地域の仲間と楽しく過ごしたい	老人(シニア)クラブ	各クラブに、お問合せ下さい	老人福祉センター 随時(個人利用の家等)	月1回	レクリエーション、季節の行事交流・茶話会、軽体操、健康相談	—	△	
いろいろなことに挑戦したい	はまなす学園大学	60歳以上の方	天塩町社会福祉会館	年15回	文化活動(陶芸・映画鑑賞)、保育所交流、体操・ゲートボール、修学旅行等	—	○	天塩町教育委員会 2-1026	

飛行/お問い合わせ：天塩町役場福祉課地域ケア係(天塩町地域包括支援センター)  
電話：役場福祉課直通 2-1728

○印のある事業はハローポイント対象事業です。参加時にハローポイントを差し上げます。ハローカードをご持参ください。

◆お問い合わせ先◆ 福祉課地域ケア係 ☎(2)1728





▼町防災会議委員の委嘱状の交付を受けた稚内海保・網部長（右）



## 稚内海保部長に 委嘱状交付



各公共機関委員から構成される地域防災会議は、地域防災の要となっております。稚内海上保安部・網信幸部長が天塩町防災会議委員として委嘱されました。5月17日、網部長が町役場に訪れ吉田町長より委嘱状を交付しました。網部長は「海保として自然災害が発生した際、船舶と連動したヘリコプター展開による孤立者の救出、各種人命救助等をはじめ町の防災訓練への参画など様々な活動を通じて貢献したい」と述べました。吉田町長は「いつ起こるか分からない災害に備え、防災委員になっていただき、たいへん心強い」と述べました。

▼椎茸の植菌体験をする園児たち



## 木育で園児が 椎茸植菌



留萌北部森林組合は、森林環境譲与税を活用した木育推進事業を町から受託しています。町では、昨年度より、地場産の木材を活用した木工体験や森林学習などを園児・児童を対象に行ってきました。本年度の事業として5月9日、同組合事務所前にて認定こども園の園児8名が同組合員、町職員が講師・スタッフとなり椎茸植菌体験を行いました。園児は、椎茸の種菌木片を、長さ1メートルのミズナラの原木にハンマーで叩いて埋め込みました。植菌された椎茸は、約1年かけて成長し食用に適した後に、こども園に贈られる予定です。

▼デイサービス玄関前に花苗を植える寡婦会会員の方々



## 母子寡婦会が 花苗ボランティア



6月5日、天塩町母子寡婦会の会員6名が花苗のボランティア活動を行いました。「ペチュニア」「キンギョソウ」「スプレー菊」「マリーゴールド」「ペコニア」の5種類48鉢の花苗をボランティア12台に植えて天塩町デイサービスセンターの玄関前に設置しました。同会では例年、桜を社会福祉協議会へ寄贈してきました。今回、同会の中村和子会長は「人生の先輩にあたるデイサービスの利用者の皆さんに季節の花の彩りを見ていただくことで、楽しんでいただきたいと思います」との想いでボランティアを行うこととなりました。同会ではひとり親家庭への各種支援窓口も行っていきます。

▼町立病院へタオルを寄贈した赤十字奉仕団団員の皆さん



## 病院にタオル寄贈 赤十字奉仕団



天塩町赤十字奉仕団の草刈房子委員長ら奉仕団員4名は、5月27日、町立病院を訪れタオルを寄贈しました。寄贈されたタオルは3350枚で10名の団員が手分けして町内の家庭で不要になったバスタオルや衣類などを収集し、介護用のタオルとして使いやすい大きさと厚さになるように裁断・裁縫して製作し、仕上げました。タオルを受け取った町立病院の上田事務長は「タオルは毎日、使うものなので、たいへん有り難く、重宝しています」と感謝の言葉を述べました。同奉仕団では、この寄贈活動を約15年以上継続して行っています。



▼吉田町長に北北海道大会への出場報告をするバレ少年団員



**バレ少年団  
北北海道大会出場**

バレエボール少年団「天塩フェニックス」男子チームが7月6日〜7日の2日間、釧路市で開催される第44回全日本バレエボール小学生大会北北海道大会に留萌管内の代表として出場することになりました。6月11日、団員8名と吉田渉監督、齋藤和弘コーチ、父母会役員が役場を訪れ、吉田町長に出場報告をしました。キャプテンの吉田征叶さん（小学5年）は「皆で全力を出して、優勝を狙いたい」と意気込みを語り、吉田町長は「大会会場まで遠路ですが、期待しているので、頑張ってきてください」と激励の言葉を述べました。



▼鏡沼公園で野鳥観察を行う野鳥の会会員たち



**鏡沼で野鳥の会  
「探鳥会」**

公益財団法人日本野鳥の会道北支部主催によるバード・ウォッチング「探鳥会」が6月8日、鏡沼海浜公園で開催され、天塩町、中川町、幌延町、羽幌町、苫前町在住の方々13名が参加しました。鏡沼を周遊散策しながら、望遠鏡等で野鳥観察を行い「ベニマシコ」「コシキリ」「ノゴマ」「オオバン」などの野鳥を鑑賞しました。中川町から参加した40代の男性は「天候にも恵まれ、多彩な野鳥たちを発見することができ、また、咲き始めたハマナスの花も目にするのができて満足でした」と感想を語りました。同会支部では道北の各地で定期的に探鳥会を開催しています。



**7月7日(日)  
天塩川しじみまつり**



★ものまねステージショー  
(ジヨニー志村、マエダ夏男)

★大粒しじみ貝詰め放題

- 出店！特産品即売会（しじみ他）
- しじみ汁限定販売（なくなり次第終了）
- L★44°ほかダンスステージショー
- 幸福のお菓子撒き（子供限定）
- 爆上戦隊ファンファンジャーショー
- 大抽選会
- 北海道警察音楽隊演奏 ほか

**7月20日(土)  
天塩川花火大会**

**開催迫る**

★天塩スカイライトフェスティバル  
～未来へ届け天高生の想～  
(天塩高校生によるイベント・13:00～18:00)

★天塩川花火大会  
“一瞬の輝き”お見逃しなく  
(20:00～20:15)

- こども縁日
- 流木ワークショップ
- スラックライン
- L★44°ダンスステージショー
- 自衛隊音楽隊・天塩中学校吹奏楽部合同演奏会
- 金子智也 音楽ライブ ほか





# 戸籍のお知らせ

※掲載にご同意いただいた方のみ掲載しておりますので、ご了承願います。

## ★お誕生おめでとう♡♡♡

(宇天塩)  
沖台 彩桜さん  
俊さん・美和さんの長女

## ●ご結婚おめでとう♡♡♡

(山手通7)  
三栖 宏和さん  
福島 愛菜さん

## ◆ごめいふくをお祈りします

(山手通2)  
細川 由弘さん (83歳)

(南開団地)  
岡本 タケさん (94歳)

(新栄通11)  
原田 美枝子さん (67歳)

(新川団地)  
加藤 芳治さん (55歳)

## お詫び



6月号「ご厚志の紹介」に一部誤りがありましたので、訂正してお詫び申し上げます。

■天塩町社会福祉協議会 愛情銀行へ  
《香典返しとして》

(誤) 遠別町 橋本 翼さん  
(正) 留萌市 橋本 翼さん

# ご厚志のご紹介

■天塩町社会福祉協議会 愛情銀行へ  
《香典返しとして》

旭川市 岡本 敏男さん  
新栄通11 原田 俊治さん  
更野中央 加藤 キミさん  
■天塩町社会福祉協議会へ  
海岸通4 沖村 博士さん  
■恵愛荘へ  
新地通11 菅井 和春さん  
新岸通8 森野 朋子さん  
西雄信内 後藤 智恵子さん  
山手裏通10 高橋 玲子さん  
天塩町 天塩町母子寡婦会様  
8丁目町内会女性部様

■デイサービスセンターへ  
鳥取県 平野 雄一さん  
■緑の募金運動  
天塩町 8丁目シニアクラブ様  
老人クラブ喜寿会様  
老人クラブ長寿会様  
天塩町立啓徳小学校様  
天塩町立天塩中学校様



# 編集後記

♪いつも「広報てしお」を、ご愛読いただき有難うございます。広報担当の菅原・菅野です。

♪今月の表紙「天塩河口大橋上空の低緯度オーロラ」…皆さんもテレビや新聞などで報道されたのでご存知かと思いますが、5月11日の夜から未明にかけて「低緯度オーロラ」と呼ばれる通常より低い緯度でオーロラが観測されました。太陽表面で起きた大規模な「太陽フレア」と呼ばれる爆発による磁気嵐現象が72時間にわたり7回発生したのは観測史上初とのことです。北海道内各地でこの低緯度オーロラが観測されましたが、場所や気象状態、オーロラ光の強弱の差異によって肉眼でも見えた所とそうでない所があり、天塩町付近は後者のようでした。表紙のオーロラ写真を撮影した柳谷さんは、11日の21時30分頃、天塩河口大橋脇の天塩町側から肉眼では確認できなかったものの、北北西方向にカメラを向け、超高感度(SO51200)、絞りF2.8、シャッタースピード0.5秒の設定で撮影した140枚を最新バージョンの現像アプリケーションソフトで現像補正した写真のうち、明瞭にオーロラが写っていた「奇跡の1枚」とのことです。肉眼では見ることができない微弱な光のオーロラが高感度カメラと撮影技術によって捉えることができました。

♪広報紙への記事掲載や取材のご依頼などございましたら、お気軽に企画商工課広報情報係までお問合せ・ご連絡ください。

# ひとのうごき



---人口---  
2,682人 (-5)  
男1,373人 (-3)  
女1,309人 (-2)

---世帯数---  
1,458世帯 (-1)  
(令和6年5月31日現在)

公式LINE 配信中心!  
友だち登録はこちらから!

今月の納税 納期 7/31

- 町道民税 (2期)
- 国民健康保険税 (2期)
- 固定資産税 (2期)

App Store (iOSの方)

防災情報配信システム @InfoCanal (アットインフォカナル) ダウンロードはこちらから!

Google Play (AndroidOSの方)