

広報

しまかわ

Public Relations Shimokawa

11
2025
令和7年

No. 773

- 2 しもかわ財団の活動紹介 ～つなぎ・ささえ・つくる～
- 4 お元気ですか保健師です
- 6 共育にゆーす
- 7 令和8年「はたちを祝うつどい」を開催します
- 8 消防署より
- 9 母村「郡上市高鷲町」ふるさと祭りに出店し、特産品販売会を行いました。 ほか
- 10 まちの話題 ほか
- 12 令和9年4月から変わるごみの処理・分別区分の変更についての説明会を実施しました。 ほか
- 13 ごみ分別に関するお知らせ ～プラごみ編～ ほか
- 14 生ごみへの異物混入にご注意ください！！
- 15 暮らしのお知らせ ほか
- 17 図書室だより ほか



10月11日 下川小学校学習発表会 より

子どもたちが身体を動かす楽しさを分かち合う「しもかわっこ」

下川で「好き」や「得意」を活かした取り組みやイベントを紹介するコーナー。
今月は子ども運動遊び「しもかわっこ」を主催・運営する子ども体づくり協会
インストラクターの竹本礼子さんにお話を伺いました。



「しもかわっこ」では、3歳から小学生までの子どもたちを対象に、神経系の発達・発育を促す運動や遊びを週に1回行っています。基礎的な運動能力を得るために、文科学が策定している、幼少期に身につけたい36の基本動作というものを網羅する動きを盛り込んでいます。全部で1時間間のクラスですが、激しい動きや静かな動きも取り入れたり、学校や地域の行事などとの兼ね合いで運動量や内容を調整したりしています。

2015年から「しもかわっこ」を始めて10年以上続けてきましたが、参加してくれる子どもたちの身体の使い方や「しもかわっこ」へのニーズなど、さまざまな変化

がありました。体幹が弱く、椅子に長時間座っていられない子や、障害物を避けて走る反射神経が鈍い子などがめずらしくなくなりました。また、幼稚園生に同伴していた親御さんたちが忙しくなったのか、親同伴が必須の幼稚園世代の子どもたちの参加者数が激減しましたね。各家庭で取り組んでいることや習い事などもあると思いますが、特に小学校に上がる前の子どもたちの基礎体力づくりや運動神経系の発達に刺激を加えていくことに対して、もう少し何かできることがないかなと感じます。

ニーズの変化で言うと、純粹に身体を動かすのが好きな小学1年生以上の子どもたちが増え「しもかわっこ」が家や学校以外の居場所として機能している部分が大きくなってきた気がします。中には苦手な運動に向き合おうと挑戦する子もいるんです。プールの授業が嫌いだった子が、ある日突然「今年は泳げるようになった」と言い出したことがあって。当初は水に顔を



の年の夏の終わりには5メートルくらい泳げるようになりました。「しもかわっこ」では学校の体育の授業とは違って成績表はありません。運動神経だけでなくチームワークや別の能力でも勝てるような運動を通じて、いろんな子に「できた!」という達成感や協力する楽しさも感じてほしい。子どもの頃の基礎体力が、その子の健康な人生の基盤にもなります。少しでも興味があるご家族には、ぜひ見学や無料体験をしにきてほしいです。

しもかわ財団の活動紹介

「つなぎ・ささえ・つくる」

事業承継セミナーを開催しました

事業承継は日本各地の喫緊の課題となっており、最近では事業承継を支援する民間サービスが全国でも複数スタートしたり、国が事業承継に対する支援を拡充するなど社会情勢の変化が起こっています。

下川町でも事業承継は喫緊の課題として町内の支援機関と連携をして取り組んでおり、今回はセミナーとして、事業承継の大手サービス「オーブンネーム事業承継 relay（リレイ）」の江尻様にお越しいただき、事業承継の始め方、各地の現状、北海道内で実際に事業承継した方の生の声などを中心にわかりやすく説明をいただきました。

会場からは、relayの仕組みについての質問や、参加者から事業承継をした際の課題の共有など多くの質問や意見をいただきました。

しもかわ財団では、事業承継について支援を行っております。まだ時間的猶予があるうちに事業承継について行動をとることによって選択肢も多くなりますので、お気軽に早めのご相談をいただけましたら幸いです。



■お問い合わせ

総務企画課 企画調整係 ☎ 4-2511 内線232
しもかわ地域振興機構（通称…しもかわ財団） ☎ 4-3511

睡眠と生活習慣病



■お問い合わせ
保健福祉課 保健係
総合福祉センター「ハピネス」
☎ 4・3356

皆さんは1日どれくらい眠っていますか。

睡眠は1日の活動で蓄積した疲労やストレスから心身を回復させる大切な役割があり健康増進・維持に不可欠な休養活動です。

下川町の令和5年度国保特定健診受診者のうち、睡眠で十分な休養がとれていない(睡眠不足)と回答した人は男性19・4%、女性24・4%であり、2/3割の人が睡眠不足を感じていることがわかりました。睡眠不足を感じている人はご自身の健康診断や病院での血液検査の結果、家庭血圧はいかがでしょうか。生活習慣病や肥満の要因は様々ですが、睡眠不足も1つの要因かもしれません。

睡眠不足は日中の眠気や疲労に加え、頭痛、注意力や判断力の低下など心身ともに様々な影響があります。肥満、高血圧、脂質異常症、2型糖尿病、心疾患や脳血管障害などの生活習慣病の発症リスクの上昇や症状の悪化に関連し、死亡率の上昇にも関与することが明らかになっています。

健康診断の結果説明で皆さんとお話している中で、睡眠を整えることで、家

庭血圧が安定したという方がいらっしやいます。睡眠と生活習慣病はつながりがあるのです。

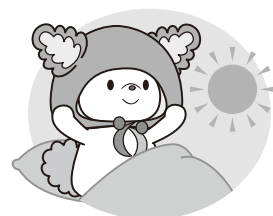
睡眠不足と生活習慣病の関係 (図1参照)

睡眠不足が生活習慣病の発症リスクや症状の悪化を起こすのには、ホルモンバランスの乱れが関係しています。身体にストレスがかかると「コルチゾール」というホルモンが出て、ストレス状態に適応できるように身体に作用してくれませんが、慢性的な睡眠不足では、このコルチゾールが慢性的に過剰分泌されるようになってしまいます。そうすると、①血管の収縮や体内の塩分量を保持する働きが増して血圧が上昇、②脂質代謝がうまくいかず中性脂肪やLDLコレステロールが上昇、③血糖を調整するインスリンの効きが悪くなり血糖値が上昇、などの状態が持続します。

また、慢性的な睡眠不足は、体重増加のリスクも高めます。食欲を高めるホルモン「グレリン」が増え、食欲を

抑えるホルモン「レプチン」が減少しやすくなります。この結果、食欲のコントロールが難しくなり、過食につながる可能性があります。また、睡眠時間が短く、起きている時間が長いと、「なんとなく口にしてしまう」ことが増え、無意識のうちに摂取カロリーが多くなる傾向があります。反対に睡眠時間が長すぎることや食事の時間が不規則になったり、活動量が減ったりすることも肥満の一因となると考えられます。さらに肥満は、それ自体が高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の危険因子ともなります。

これらのことから、睡眠が整わないということは、様々な生活習慣病を引き起こしたり悪化させる悪循環を作ってしまうのです。生活習慣病の治療中の人は数値のコントロールのため、治療をしていない人は予防のために、睡眠を整えることは大切なことです。



良質な睡眠のための環境づくりについて

良質な睡眠のためには、光、温度、音の環境を整えることが大切です。

① 光

起床後に朝日の強い光を浴びることで体内時計はリセットされ、睡眠・覚醒のリズムは整います。そして日中に光を多く浴びることで入眠を促すホルモンであるメラトニン分泌量が増加し、入眠が促進されます。一方で、夜間の強い光は、メラトニンの分泌を抑制し入眠を妨げます。最低でも就寝の1時間前にはスマートフォンやタブレットの使用をやめ、どうしても使用する場合はブルーライトカット機能(ナイトモードなど)の活用や画面の明るさ調整、寝室にはスマートフォンやタブレットを持ち込まないなど、できるだけ暗くして寝ることが良い睡眠につながります。

② 温度

寝室は暑すぎず寒すぎない温度にしましょう。体温が下がり始めるときに自然な眠気が起きるため、就寝の約1/2時間前に入浴し身体を温めてから寝床に入ると入眠しやすくなります。

③ 音

できるだけ静かな環境で眠ることが

良い睡眠につながります。

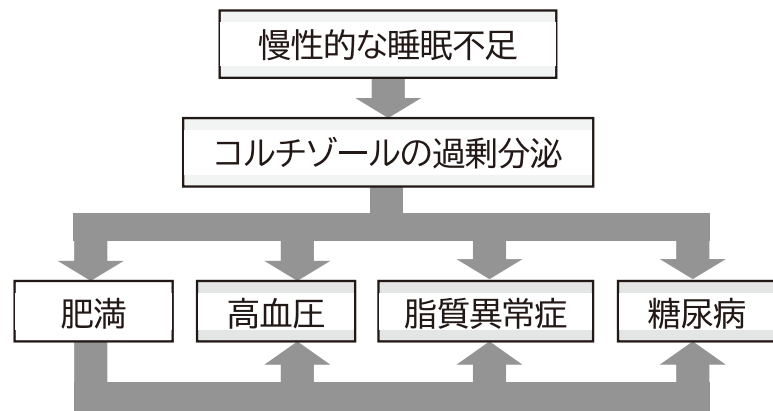
【注意点】

寝酒として、一時的に眠りやすくなると思われがちなアルコールですが、実際には眠りが浅くなると言われています。さらに利尿作用により、トイレに行く回数も増え、良質な睡眠の妨げになる可能性があります。コーヒーや紅茶、緑茶、栄養ドリンクなど、覚醒作用を持つカフェインを含む飲食物は、入眠や深い眠りの妨げになります。就寝前3/4時間(敏感な人は5/6時間)は避けましょう。

睡眠時間・質を確保することが心身の健康の保持増進及び治療のコントロールのため大切です。日々の生活の中でなかなか睡眠時間を確保できない状況の人にもいるかと思いますが、長期に渡る睡眠不足は静かに、着実に心身の健康を蝕みます。今睡眠がとれていない人はそのまま継続して睡眠をとり、睡眠不足の人はご自身の睡眠状態を振り返って環境を整えたり、睡眠についてお悩みの人はかかりつけ医等に相談しましょう。

睡眠のこと、健康のことなどを詳しく知りたい人、疑問がある人は総合福祉センター「ハピネス」保健師までご相談ください。

図1 睡眠不足と生活習慣病



生活習慣病予防のために適切な睡眠は?

目安として、1日6/8時間程度の睡眠が適切とされています。特に7時間前後の睡眠をとっている人は、肥満や生活習慣病のリスクが低いという報告もあります。ただし、適切な睡眠時間には個人差があります。朝起きた時に「すっきり感」や「十分な休養感」があるかどうか、日中に眠気を感じることなく、活動的に動けることを判断の目安にするとよいでしょう。

共

育

に

ゆ

ー

す



中学2年生 職場体験を実施しました

10月8日、下川中学校2年生9名が9つの事業所で職場体験を行いました。中学1年生の時から自分の好きや得意を言葉にしたり、町内の様々な職種の方にお話を聞いたり、自分の将来を考える経験を積み重ねた上で、自ら希望する職種の体験先へ出向きます。11月12日は、保護者や受け入れ事業所の方をお迎えし、下川商業高校1年生のインターンシップと合同で発表会を行います。その後、生徒が作成した職場体験レポートを公民館ロビーで展示しますのでご覧ください。

<受け入れ事業所>

- ・あけぼの園
- ・町立病院
- ・しもかわ観光協会
- ・しもかわ財団
- ・セイコーマート
- ・戸田建設
- ・谷組
- ・こどものもり
- ・森のようちえんカカラ



小学3年生 総合 「下川の宝物を生かしてスープをつくろう」

10月22日、小学校3年生の総合は、先生の「下川の宝物ってどんなものがある？」という問いかけからスタート。子どもたちからは「トマト」「しいたけ」など、農産物をあげる声が多くありました。そこで、上名寄の農家、佐藤導謙さんのお宅に伺い、トマト等の下川で栽培している農産物について見学し、一の橋の特用林産物栽培研究所でしいたけの栽培について学びました。最後は、「コーヒーのアポロ」のマスター金森さんのご協力で、これらの野菜としいたけを入れたスープをつくり、食べる活動を行いました。たくさんの農産物と人の仕事に触れ、学びの多い時間になりました。



令和8年「はたちを祝うつどい」を開催します

令和8年1月10日（土）14時よりバスターミナル合同センターで開催される、今年度20歳になる人をお祝いする「はたちを祝うつどい」の出席者を募集しております。

対象は平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人で、次のいずれかの事項に該当する人です。

- 下川町に住民登録している人
- 親または兄弟姉妹が町内にお住まいの人
- 下川町に住んだことがある人

出席を希望される方は、12月8日（月）までに教育委員会へお電話もしくはGoogleFormよりお申込みください。

※ご案内は、令和7年11月時点で下川町に住民票が登録されている人にはお送りします。なお、案内文が届かない場合でも、上記の事項に該当する人であればどなたでもご参加いただけますので、担当までお問い合わせください。

■お問い合わせ
教育委員会 社会教育係
☎4-2511内線514



▲令和7年1月11日実施の「はたちを祝うつどい」の様子

11月9日は119番の日

119番通報は
落ち着いて正確に！



消防署より

■お問い合わせ

下川消防署 ☎4-2119

9月末現在

救急出動件数 103件

火災件数 2件

119番通報について説明します。消防署から次の質問をしますので落ち着いて答えてください。

固定電話、公衆電話からの119番通報

下川町内からの通報は下川消防署につながります。※市外局番は不要です。



①下川消防署です。火事ですか・救急ですか？

火事です！

救急です！



②場所はどこですか？(目標物は？)

〇〇町〇〇番地の下川太郎の家です。〇〇会館の向かいです。

③何が燃えていますか？

家が燃えています。

車が燃えています。など

④逃げ遅れや、けが人はいませんか？

全員避難しました。

やけどをした人がいます。など

※けが人がいれば人数を教えてください。

③状況を教えてください。

具合悪い人がいます。けがをした人がいます。

交通事故です。など

④けが・急病人の名前と年齢(生年月日)を教えてください。

下川花子 ○才です。昭和○年1月1日です。

60才くらいの女性です。など

⑤意識・呼吸・出血はありますか？

意識・呼吸はあります。

右足から出血しています。など



※交通事故の場合は、けがをした人の人数、車内に閉じ込められていないか、体がはさまれていないかなどを確認します。

携帯電話からの119番通報

下川町内からの通報は、いったん名寄消防署につながりますが、「下川町」と伝えれば回線が転送され、下川消防署と直接通話ができるようになります。※市外局番は不要です。

①名寄消防署です。あなたがいる市町村はどこですか？

下川町です。消防車・救急車をお願いします。

→ 保留音が流れ、下川消防署に転送されます。

以降は固定電話の②～⑤と同じ要領です。

⑥今通報している携帯の電話番号を教えてください。

※消防署から折り返し連絡を行うことがあります。

《お願い》

- ・安全な場所に避難してから通報してください。
- ・運転中の場合は必ず安全な場所に停車してから通報してください。
- ・救急車が到着するまで、応急手当をお願いする場合があります。消防署から電話で指導しますので、ご協力ください。
- ・緊急性のない軽いけがや病気、または通院目的での119番利用はご遠慮ください。
- ・誤って通報してしまった場合は、途中で切らずに「間違えました。」と必ず伝えてください。
- ・消防署への問い合わせ、事務手続き等の連絡は01655-4-2119にお願いします。

母村「郡上市高鷲町」ふるさと祭りに出店し、特産品販売会を行いました。

都市・企業・団体と町の経済交流の一環として、10月4日に「郡上市明宝」の道の駅、10月5日に、母村である「郡上市高鷲町」のふるさと祭りに出店し、下川町の特産品販売会を行いました。

販売会では、トマトジュースの試飲を行い、甘酒入りトマトジュースが「美味しい！」と一番人気。たかすふるさと祭りでは、昨年に出店して商品を購入していたリピーターも多く、下川町のことをさらに知っていただけた日となりました。



この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。

赤十字救急法短期講習を開催しました！

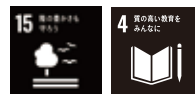
下川町赤十字奉仕団は、令和7年10月6日（月）に下川町総合福祉センター「ハピネス」大広間にて、AEDを用いた心肺蘇生法「救急法短期講習」を開催しました。講師は「押田 真」氏（名寄地区救急法赤十字奉仕団兼下川町赤十字奉仕団）、「相場 典子」氏（名寄地区救急法赤十字奉仕団）の2名で、奉仕団員6名、一般町民8名の計14名が参加しました。

心肺停止だと思われる人・場面に遭遇した際の対応手順や、心臓マッサージ・AEDの重要性など、座学と実技で講習を行いました。

いつ・どこで・誰が心配停止となるかわかりません。不測の事態に対応できるよう、1時間という短い時間でしたが、参加者全員で理解を深めることができました。



下川町林業体験バスツアー



10月9日 班溪国有林

上川北部森林管理署主催、下川町共催の第16回下川町林業体験バスツアーが開催され、班溪国有林では、キャンパス交流の一環で今年も下川商業高校1年生と土別翔雲高校1年生が参加し、一般参加者と合わせて約60名がアカエゾマツの「枝打ち」体験を行いました。また、一般参加者は、今年1月に移働された下川フォレストファミリー棟の割り箸工場の見学も行いました。



下川小学校学習発表会



10月11日 下川小学校

今年の学習発表会は「笑顔を大切に！～思い出に残る最高の学習発表会にしよう～」をテーマに、1年生から6年生までひと学年ごとに分かれて開催され、演奏、演劇、合唱のほか郡上おどりなどが披露されました。どの発表も元気いっぱいに取り組み、ユニークなものも多く、会場が笑顔であふれていました。



2年生



1年生



4年生



3年生



6年生



5年生

スマホ教室を開催します

日 程 11月10日（月）、12月23日（火）
場 所 公民館2階中会議室
時 間 午後1時30分～午後3時30分
定 員 各会場ともに、先着8名まで

内 容 電源の入れ方、ボタンの操作方法、電話のかけ方、カメラの使い方、インターネットの利用方法、メールの利用方法、地図アプリの利用方法、SNSの使い方、LINEの利用方法、スマホ役場の利用方法 など

■申込先・お問い合わせ
 総務企画課 情報係
 ☎4-2511 内線224



令和9年4月から変わるごみの処理・分別区分の 変更についての説明会を実施しました。

名寄市のごみ処理施設新設に伴うごみ処理・分別の変更について、説明会を9月29日から10月2日に町内3カ所（一の橋住民センター、農村活性化センターおうる、バスターミナル）で計5回実施しました。

説明会には延べ162名が参加し、ごみ処理方法や分別区分の変更、ごみ袋や直接搬入料金のことのほか、既存のごみ分別についての質問などが寄せられました。



説明会でいただいた意見を参考に検討し、令和8年度中に改めて説明会を実施する予定です。



町民生活課 生活環境係 ☎4-2511内線118

名寄地区一般廃棄物中間処理施設の名称が決定しました

令和7年10月8日（水）名寄地区一般廃棄物中間処理施設の名称が決定し、同日に表彰式を行いました。

名寄地区衛生施設事務組合では、令和9年4月供用開始予定の（仮称）名寄地区一般廃棄物中間処理施設の名称を、構成市町村（名寄市・美深町・下川町・音威子府村）在住の方または通勤・通学されている方を対象に、令和7年6月2日から令和7年7月18日までの期間で募集しました。

150作品の応募の中から厳正なる審査が行われた結果、名称は下川町の田邊真理恵様の「エコスピカ」に決定しました。エコスピカという名称は、日本では真珠星と呼ばれ、ひとときわ白く輝く1等星のスピカのように、4市町村の暮らしを明るく美しく保ってくれる地域の「星」になるように願いを込めて名づけました。日本屈指の望遠鏡を持つ天文台「きたすばる」に合わせた星にまつわる施設名で、名寄らしさと親しみやすさを持たせているという思いを込めた名称となっています。



ごみ分別に関するお知らせ ～プラごみ編～

プラマークがあるものは『容器包装プラスチック』、
ないものは『製品プラスチック』です。

『容器包装プラスチック』は『その他プラ』、
『製品プラスチック』は『埋め立てごみ』です。



外箱などにプラマーク表示がある場合があります。
ごみ自体にマークが無くても、何かを入れたり包んでいたものであれば
『容器包装プラスチック』です。

その他プラで捨てるときは

- ・水洗いで汚れを落としてください。
食器用洗剤で洗う必要はありません。
- ・洗っても残さがある場合は埋め立てごみで捨ててください。
残さの例：食品やインクなどの内容物、固形の油汚れ、カビ、土など
- ・着色汚れがあってもその他プラとして捨てることができます。



町民生活課 生活環境係 ☎4-2511内線118

不要なパソコンの宅配便によるカンタン無料回収

町では、リネットジャパンリサイクル(株)と協定を締結し、パソコン等
小型家電の回収・リサイクルを進めています。利用方法は以下の通りです。
※2025年11月30日以降も無料回収できます。



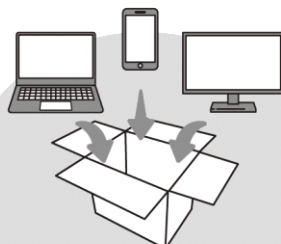
STEP1



リネットジャパンへ申込

<https://www.renet.jp>
☎0570-085-800
(10時～17時)

STEP2



パソコン等を
ダンボールに詰める

STEP3



佐川急便が希望日時
に自宅から回収

パソコンを含むと1箱分無料



箱に入れば周辺機器
なども詰め放題です！

※箱のサイズは3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内

お申し込みは
こちら

リネットジャパンリサイクル株式会社

<https://www.renet.jp/>

リネットジャパン

検索



お問い合わせ専用窓口 リネットジャパンリサイクル(株) ☎0570-085-800

生ごみへの異物混入にご注意ください!!

下川町では、家庭から出る生ごみについて「堆肥」として資源化を行っています。

最近、生ごみ収集の際に、ビニール袋、排水（水切り）ネット及びドリップコーヒー等の不織布フィルターなどが混入しているケースが多く見受けられます。

これら生ごみへの異物混入は、堆肥化の妨げとなるため、適切に分別いただきますようお願いいたします。

生ごみになるもの

- ・野菜くず・果物くず、お茶の葉、残飯、卵の殻など

生ごみを出す際のお願い

- ・よく水切りを行い、町指定のごみ袋（生ごみ：オレンジ色）に入れて出してください。
※レジ袋や食品包装用のビニール袋などで二重にはせず、町指定のごみ袋だけで出してください。
- ・生ごみと一緒にプラスチック類や不燃物を混ぜないようにご注意ください。
- ・生ごみは冷凍したままごみステーションに出さないでください。
- ・ごみは、収集日当日の午前8時30分までに決められたごみステーションに出してください。前日の夜や収集後にごみを出してしまうとカラスなどに荒らされたり、悪臭の原因になります。

【生ごみに混入している異物例】



ビニール袋



排水(水切り)ネット



調味料袋

また、生ごみの減量化と再生利用を図るため、生ごみ処理機及びコンポスト購入に対し費用の一部を補助（購入費の2分の1以内。補助限度額あり）していますので、ぜひご活用ください。

■お問い合わせ

町民生活課 生活環境係 ☎ 4-2511（内線118）

暮らしのお知らせ

☆は、行政情報告知端末機の番号です

お知らせ

弁護士による巡回無料法律相談

弁護士が身近にいないため法律問題のアドバイスが受けられず、貰えるものが貰えなかったり、払わなくていいものを払ってしまったたりするなど、守られるべき権利が守られていない事態が起きないよう、町内で無料法律相談を開催します。

相談には、旭川弁護士会所属の弁護士法人道北法律事務所の弁護士が対応いたします。

秘密は厳守されますので、この機会にぜひご相談、ご利用ください。

※相談は、お一人様、30分とさせていただきます。相談に際しては、予約のみとさせていただきますので、事前の申し込みをお願いいたします。予約状況によっては、ご希望時間に添えないこともありますので、ご了承ください。

日時

11月28日(金)
午後1時15分
～午後5時5分

場所

公民館3階A会議室

相談担当

笠原 裕治 弁護士

主催

旭川弁護士会

共催

下川町

申込先

町民生活課 生活環境係

☎4-2511

内線112

お知らせ

生活・仕事相談会を開催します

生活や仕事などに関する悩みごと、困りごなどについてご相談ください。【要事前予約】

開催日時

11月11日(火)
12月9日(火)

①午前10時

～午前10時50分

②午前11時

～午前11時50分
の2回

開催場所

総合福祉センター
「ハピネス」

申込期限

開催日前日の午後3時まで
に電話、FAX、メールで予約してください。

相談料

無料

申込先・実施主体

自立相談支援事業所
「かみかわ生活あんしんセンター」

旭川市豊岡1条2丁目1-16

☎0166-38-8800

FAX0166-33-0021

メール

anshin@kamikawa19.hokkaido.jp

その他

相談開始時間確認等のため、センターにより電話連絡することがあります。

お知らせ

「特設人権心配ごと相談所」を開設します。

12月10日(人権デー)は、国連で「世界人権宣言」が採択された日です。この日を最終日とする1週間(12月4日から10日まで)を「人権週間」と定め、「世界人権宣言」の意義を訴えるとともに、人権尊重思想の普及高揚に努めています。本年は、第77回目の人権週間を迎えますが、次により「特設人権心配ごと相談所」を開設しますので、人権問題、家庭問題、「いじめ」問題をはじめ、近隣関係のいざこざ等の身近な問題など、お気軽にご相談ください。相談料は無料で、秘密は堅く守られます。

日時

12月3日(水)
午前10時～午後3時

場所

総合福祉センター
「ハピネス」

町長から推薦を受け、法務大臣から委嘱された人権擁護委員は次の皆さんです。

○品地 和彦

☎4-2111

○松野尾 道雄

☎4-4312

○石谷 恵美

☎4-2875

人権擁護委員は自宅での相談にも応じられます。難しい手続きはありません。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ

保健福祉課 福祉係

☎4-2511

内線614

4-3356(直通)

名寄人権擁護委員協議会
(旭川地方法務局名寄支局内)

☎01654-2-2349

お知らせ

犯罪被害者等支援についてのお知らせ

警察庁では、11月1日から12月1日までを「犯罪被害者等支援広報啓発強化期間」と定め、広報啓発を行っています。

つきまして、町の犯罪被害者支援に係る制度の紹介として、支援についての理念や、被害の早期の回復や軽減のための見舞金制度などを定めた「下川町犯罪被害者支援条例」をご紹介します。

○概要

犯罪等により被害を被った方やその家族・遺族の方で、かつ被害発生時に町内に住んでいた方に対して、次の見舞金を支給する制度です。

傷病見舞金：犯罪被害等により1月以上の療養を要すると診断された方への10万円の見舞金を支給します。

遺族見舞金：犯罪被害等により亡くなられた被害者の配偶者等や家族の方へ30万円の見舞金を支給します。

※各見舞金の支給にあたってはその他の支給要件があります。詳細は条例や施行規則等をご覧ください。次のQRコードから確認いただけます。

■お問い合わせ

町民生活課 生活環境係
☎ 4・2511
内線118



お知らせ

林業退職金共済制度（林退共）のご案内

林退共は、昭和57年に発足した林業界で働く方のために国が作った退職金制度です。この制度

は、事業主の方々が、従業員の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従業員が林業界を辞めたときに林退共から退職金を支払うという、いわば林業界全体の退職金制度です。

●制度の特色

- ・掛金は税法上、法人では損金、個人企業では必要経費となります。
- ・掛金の一部を国が免除します。
- ・雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

●事業主の皆様へ

- ・共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。
- ・共済手帳を所持している従事者が林業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

●労働者の皆様へ

- ・事業所が変わる時は共済手帳を忘れずに受け取りましょう。
- ・林業界を引退する時は、忘れずに退職金を請求しましょう。
- ・以前、林業の仕事をされていて、林退共制度に加入していた方で、退職金請求手続きをし

た心当たりのない方は、退職金を受け取っていない可能性があります。

詳細については、左記へお問い合わせください。

■お問い合わせ

独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
☎ 03・6731・2889

・ホームページでもご案内しています。



運転免許証更新時講習 (11月4日から12月11日まで)

駅前交流プラザよろーな会場

■違反運転者講習(2時間)

11月20日(木)午後7時

■初回運転者講習(2時間)

11月13日(木)午後2時

■一般運転者講習(1時間)

11月6日(木)午後2時

11月13日(木)午後5時30分

12月4日(木)午後2時

12月11日(木)午後5時30分

■優良運転者講習(30分)

11月6日(木)午後1時

11月20日(木)午後6時

12月4日(木)午後1時

12月11日(木)午後7時

下川交通防犯センター会場

■優良運転者講習(30分)

11月4日(火)午後1時



図書室だより

☎4-2511内線519

※ご利用いただける時間は午前10時～午後6時です。
※毎週水曜日と、3日(月)・23日(日)は祝日のため24日(月)は振替休日のため休室します。
※図書室にある本や新しく入った本はご自宅のインターネットからも検索できます。
*アドレス <https://ilisod007.apsel.jp/lib-shimokawa/>



『 どんどんめくり 』



やぎ たみこ／さく
ブロンズ新社

「かいせんどん」に「やきにくどん」、「ちゃんこなべ」や「パンダべんとう」どんどんめくると、どんどんでてくる。たのしい、しかけえほんです。



『 限界を外す レジェンドが教える 「負けない心と体」の作り方 』



葛西 紀明／著
集英社

自らの限界を外し、年齢を重ねても成果を出し、挑戦し続けるため思考法やセルフマネジメントについて書かれています。

『 オムちゃんのおてっだいけん 』



きだに やすのり／作
わたなべ あや／絵
教育画劇

オムちゃんからだいすきなママにおてっだいけんのプレゼント。さて、ママはおてっだいけんをなににつかうのでしょうか？

この他にもたくさんあります。

・社会福祉協議会に
生前のご交誼に謝して
一の橋 山川 ノブ子(亡夫)
南 町 安田 幸雄(亡妻)
千歳市 藤井 光浩(亡義母)
南 町 片岡 良子(亡夫)

皆様から寄付をいただきました。
ありがとうございます。(敬称略)
(9月16日～10月15日受領分)



住所氏名	年齢
一の橋 山 川 久四郎	95歳
幸 町 松 岡 節子	87歳
西 町 美 馬 ヨシエ	101歳
南 町 片 岡 勇	92歳
西 町 林 崎 敬子	85歳

お悔み申し上げます

戸籍の窓口(敬称略)
(9月16日～10月15日受付)

編集後記

冬の足音が近づく中、雪虫が舞い始め、季節の移ろいを感じる今日この頃。皆さんいかがお過ごしでしょうか。

10月は「林業体験ツアー」に取材として同行させていただきました。参加者は、班溪国有林で枝払いを一生懸命されていました。昔、この場所は鉱山あったところで住宅が建っていた場所と記憶しています。現在は、鉱山から住民がいなくなり、いつの間にか高い木が立ち並んでいました。私が30年くらい前にドライブでこの地区を見た姿とは随分と変わり、時の経過をしみじみと感じました。また、最近、テレビ等でも熊の出没がニュースで報道されていますが、いかにも熊がいそうな雰囲気場所ということもあり、どこかに熊が潜んでいるのではないか、内心ドキドキしていました。

これから不安定な天気が続く日もありますが、体調管理には気を付けて寒い冬を乗り切りましょう。(T.K)

2025年9月末現在

人の動き()は前月比	
■人口	2,787 (－6)
男	1,347 (－3)
女	1,440 (－3)
■世帯	1,596 (－3)
出生	1 死亡 8
転入	7 転出 6

交通事故死ゼロ日数
3764日

まちのカレンダー

◎日程や場所などが変更になる場合があります。

ご利用、お申込みの際は、必ず担当にご確認ください。

◎紙面の都合上行事や施設の名称を省略しています。

◎会議は一般の人が傍聴できるものを掲載しています。

◎あそびの広場：就学前の乳幼児と保護者の交流の場です。

◎0歳児あそびの広場：0歳児と保護者の交流の場です。

※いずれも場所は認定こども園「こどものもり」です。

◎町立病院夜間診療：受付は18:30までです。



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
11/2 11	3	4 下川町表彰式 10:30 乳幼児予防接種 13:00	5 0歳児あそびの広場 10:00 乳児健診 13:15	6 あそびの広場 10:00	7 乳児相談(9~10か月児) 9:30	8
9	10	11 乳幼児予防接種 13:00	12	13 あそびの広場 10:00 町立病院夜間診療	14	15 こども園発表会 9:00
16	17	18 乳幼児予防接種 13:00	19 0歳児あそびの広場 10:00 フッ素塗布 11:00 1歳6か月児・3歳児健診 13:15	20 あそびの広場 10:00	21	22
23	24	25 乳幼児予防接種 13:00	26	27 がん検診バスツアー 7:30 あそびの広場 10:00 町立病院夜間診療	28	29
30 子育て講演会 18:30	1 町道民税第3期納期限	2 乳幼児予防接種 13:00	3 乳児相談(6~7か月児) 9:30 特設人権心配ごと相談所 10:00	4 あそびの広場 10:00	5	6 12