

広報

しまかわ

Public Relations Shimokawa

09

2020
令和2年

No.711

- 2 森の寺子屋かわら版
- 4 お元気ですか保健師です
- 6 認知症について知ろう！
- 8 もっと知りたい地域医療
- 9 しもかわうどん祭り代替企画！

- 10 消防署より
- 12 「北海道立北の森づくり専門学院」の出願受付等について ほか
- 13 まちの話題
- 14 暮らしのお知らせ
- 17 図書室だより ほか



8月20日 下川小学校クラブ活動 より



お問い合わせ
政策推進課
☎ 4-2511 内線 231
☆ 4-251102

「森の寺子屋」2020が開幕しました！

7月20日にコモレビを会場とし、第1回「森の寺子屋」2020が開催されました。

会場にはチャレンジを進めていくプレイヤーの皆さんと一緒に応援する見学者が集まりました。

「森の寺子屋」2020では、参加方法の選択肢を広げ、オンライン参加も可能となりました。オンライン



で参加いただいた皆さんと、会場に直接お越しいただいた皆さんと一緒に「森の寺子屋」を進めていきます。今月号から森の寺子屋各回の様子を紹介していきます。

プレイヤー・見学者 自己紹介

まず始めに集まった参加者の自己紹介を行いました。

第1回目では、オンライン参加を含めた8人のプレイヤーと、10人以上の見学者が参加しました。

プレイヤーは、移住して間もない人や小学生など様々な立場、年齢層の人が集まり、一緒に応援する見学者は、銀行や研究機関、NPO法人など幅広い分野の人が参加しました。

チャレンジ意見交換

会場に参加いただいた皆さんの紹介が終わり、本日のメインワークである意見交換を行いました。

「森の寺子屋」2020ではプレイヤーのチャレンジを、「好きなことを追及する」と、「地域が抱える課題を解決する」というふたつのテーマに分けて進め

ていきます。

そこで、集まったプレイヤーと見学者でグループに分かれ、お互いのチャレンジへの想いを話し合いました。自身のチャレンジがどちらのテーマに寄っているのか、現時点での位置づけを決めるとともに、「森の寺子屋」全6回を通して何を成し遂げたいか、それぞれの理想のゴールを話し合いながら一緒に考えました。

これから全6回の活動を通して、各プレイヤーはチャレンジの実現に向けて進んでいきます。

「しもかわまちづくりnote」にて
森の寺子屋情報を随時更新中



「森の寺子屋」2020プレイヤー紹介その①



「森の寺子屋」2020を通して実現したいチャレンジは？

下川町ならではのタイニーハウス（※）の企画・ラフデザインやタイニーハウスを知ってもらおう活動をしていきたい。

（※）タイニーハウス：数畳ほどの小さな家。シンプルで無駄のない暮らしを通して、豊かな生活を営むことを目指す。

大石陽介さん

2020年4月より羅臼町から移住。移住後は下川をフィールドとした宿の開業を目指すかわら、ローカルガイドとして、下川ならではの魅力を活かした活動を行う。



「森の寺子屋」2020を通して実現したいチャレンジは？

アロマセラピーや漢方を使った健康ケアに取り組むとともに、新しいつながりを増やして、今までやってこなかったことにチャレンジしていきたい。

塚本あずささん

2019年より東京から移住。東京ではアロマセラピストとして活動する。移住後は活動拠点をつくり、リラクゼーションサロンや漢方を活用した予防医療なども挑戦する。



「森の寺子屋」2020を通して実現したいチャレンジは？

空き家問題にも焦点を当てて、地域材を活用したDIYを空き家にも活用していきたい。

山口駿人さん

2018年より札幌市から移住。移住後は下川町を拠点とし、地域の木材を活用したDIY事業を行う。森の寺子屋第1期、2期にも参加する。



「森の寺子屋」2020を通して実現したいチャレンジは？

森の寺子屋第1期2期では鹿肉を活用した食品加工を行ってきた。今回は食品ではない利活用を模索する。具体的には下川らしいエゾシカの皮のなめしに挑戦する。

山田泰生さん

2018年より名古屋から移住。移住後はエゾシカの利活用事業を模索する。森の寺子屋第1期、2期にも参加する。

お元気ですか
保健師です

コロナ禍だからこそ、
健診を受診し、
血管内皮を守りましょう！

■申込み・お問い合わせ
保健福祉課保健・介護グループ
☎総合福祉センター「ハピネス」
413356

【集団健診（検診）のご案内】

■日時・場所

月日	場所	受付時間
10月31日(土)	総合福祉センター	午前6時～10時
11月1日(日)	「ハピネス」	*待ち時間を短くするため、15分ごとにご案内します。

- *昨年度の健診時にお申込みいただいている人は、1週間ほど前に案内を送ります。
- *受付時間にご希望のある人は、申し込み時にお知らせください。
- *都合がつかない場合は、個別健診（検診）もあります。

項目	対象者及び検査内容	一般	下川町国保被保険者	後期高齢者医療
ハピネス健診	18歳以上39歳以下の町民 内容：問診、身体測定、血液・尿・心電図・眼底検査、診察	500円		
国保特定健診	40歳以上74歳以下の下川町国民健康保険に加入されている人 内容：問診、身体測定、血液・尿・心電図・眼底検査、診察	ご加入の医療保険にお問い合わせください。	500円	
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険に加入されている人 内容：問診、身体測定、血液・尿・心電図・眼底検査、診察			500円
胃がん検診	40歳以上の町民 内容：問診、胃バリウム検査	1,600円	800円	500円
肺がん検診	40歳以上の町民 内容：問診、胸部レントゲン撮影	500円	300円	200円
	内容：痰を採取して検査 (50歳以上で喫煙年数や本数の多い人、40歳以上で血痰の出る人、検査を希望する人)	900円	400円	300円
CT肺がん検診 ④肺がん検診を受けられた人は、CT肺がん検診は受けられません	40歳以上の町民 内容：問診、2.5ミリ間隔で全肺野を撮影	2,500円	1,200円	800円
	内容：痰を採取して検査 (50歳以上で喫煙年数や本数の多い人、40歳以上で血痰の出る人、検査を希望する人)	300円	100円	100円
大腸がん検診	40歳以上の町民 内容：問診、検便検査（2日分）	800円	400円	300円
内臓脂肪CT検診	20歳以上の町民 内容：へその高さでCT写真を1枚撮影	900円	400円	300円
エキノコックス症検診	小学3年生以上の町民 (ただし、平成28年度以降に受診している人は除く) 内容：血液検査	無料		

- ※生活保護を受けている人は無料です。
- ※50歳以上の男性は、「前立腺がん検診(PSA血液検査)」も2,100円(全額自己負担)で受けられますので、希望される人はお申込みください。

- ・今年度40歳になる人は、「胃がん検診」「肺がん検診」「大腸がん検診」が無料です。
- ・今年度41歳、46歳、51歳、56歳、61歳になる人は、「大腸がん検診」が無料です。

新型コロナウイルス感染症による体への影響は、いまだに不明なこともありますが、上気道炎や肺炎だけではなく、血管炎を起こして血栓を誘発し、脳梗塞や心筋梗塞の原因となる可能性なども指摘されています。急性カインストームという言葉も聞いたことのある人もいらっしゃるかと思います。サイトカインの量が多くなると、サイトカインが大量に放出され血管内皮に炎症を起こす状態を言います。もともと動脈硬化が進んで血管内皮障害がある人は、この感染による炎症に弱いと考えられます。

保つためには、血糖や血圧などが安定してコントロールされていることが必要です。血管内皮を守っているグリコカリックス(血管内皮を覆うようにある繊維のようなもの)がある健康な血管を保つことは、新型コロナウイルス感染症の重症化予防の上でも重要です。健診結果から体の状態、特に血管内皮を傷つけていく状態になってきているかを毎年受診して変化をみていきます。健診を受けて「私の血管内皮はどんな状態？」と、ぜひ保健師・栄養士に聞いていただけたらと思います。



【CT肺がん検診と肺がん検診との違い】

CT肺がん検診と肺がん検診の両方は受けられません。検診の違いをご確認の上、お申込みください。

◆CT肺がん検診のメリット

- ・従来の肺がん検診では見えにくい心臓・胸骨・肋骨などの陰に隠れているがんや2cm以下の小さながんなども発見できるため、より早期にがんを発見でき、治療により完治する可能性が高まる。
- ・肺がん以外の呼吸器や循環器の病気を確実に診断できる。
- ・乳腺や肝臓、副腎などの病気が偶然発見される場合がある。

◆CT肺がん検診のデメリット

- ・がんでないのに精密検査や経過観察が必要とされ、負担を負う可能性がある。
- ・生命に危険のない非常に発育の遅いがんが発見され、必要以上の検査や治療を受ける可能性がないわけではない。
- ・放射線被ばく線量は、胃がん検診とほぼ同じで、現時点では安全な範囲とされているが、胸部X線肺がん検診の約7～8倍である。

■65歳以上の人は、肺がん検診を受けましょう

若い頃結核が流行していた世代では、結核に既に感染している人が多く、加齢により免疫力が低下することで結核を発症するリスクが高くなります。日本では結核患者の多くは高齢者という現状です。早期に発見し早期に治療を始めることは自身の健康を守るだけでなく、大切な家族や周りの人への感染拡大を防ぐためにも重要です。

65歳以上の人で胸のレントゲンを病院等で撮らない場合は、肺がん検診をお申込みください。

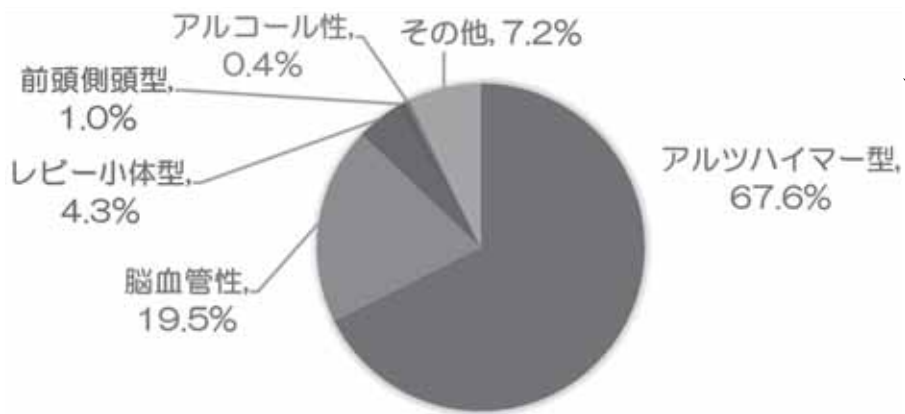
◆9月21日は『世界アルツハイマーデー』です

1994年9月21日、スコットランドのエンジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催されました。会議の初日であるこの日を『世界アルツハイマーデー』と宣言し、この日を中心に認知症の啓もうを実施しています。また、9月を『世界アルツハイマー月間』と定め、様々な取り組みを行っています。

◆認知症はアルツハイマーだけじゃない

認知症とは、「記憶」「学習」「判断」「計画」といった脳の知的機能（認知機能）が、さまざまな原因により持続的に低下し、日常生活・社会生活に支障をきたした状態のことを言います。

症状	具体的な症例
記憶障害	新しいことを覚えられない、覚えたことを必要なときに引き出せない
判断力の低下	状況に合った適切な行動を選べない
理解力の低下	見たり、聞いたりしたことを認識できない
見当識障害	時間、場所、人がわからない
実行機能障害	慣れているはずのことが段取りよくできない



「認知症＝アルツハイマー」と思っている人は多いのではないのでしょうか。認知症の大部分を占めるのはアルツハイマー型認知症ですが、他にもさまざまなタイプがあります。

脳血管性認知症

脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などが原因で発症。脳卒中発作に伴い急激に発症したり、新しい梗塞が加わるたびに段階的に悪化していきます。脳の障害部位に対応した機能のみが低下するため症状にムラがあるまだら認知症が特徴的です。



アルツハイマー型認知症

脳にアミロイドβ（ペータ）蛋白という特殊な蛋白が蓄積することにより脳が委縮して発症。記憶障害、理解力／判断力の低下、時間や場所が認識できない等の症状が起ります。初期には体はよく動きますが、いずれ大脳の機能が低下して寝たきりになります。

レビー小体型認知症

特徴的な症状は、「虫や蛇などが部屋にいる」「遠くにいるはずの子どもが帰ってきている」など、かなりはっきりとした幻視を訴えます。また、睡眠障害による不眠・昼夜逆転や、パーキンソン症状（筋肉が固くなるなどの症状）により転倒しやすくなります。

前頭側頭型認知症

脳の前頭葉と側頭葉に局限した委縮性病変を認める症候群。人格が変化して思いのまま行動したり、攻撃的になったりします。落ち着かなくなり、同じ行為を繰り返す場合がある一方で、非活動的になり、物事に対して無関心になることもあります。

アルコール性認知症

アルコールの多量摂取が原因と考えられる認知症。アルコールを多量に飲むことにより脳萎縮が起こったり、脳梗塞などの脳血管障害が起こり

発症します。

アルコール依存症の高齢者は依存症者全体の20%を占め、そのうち、治療中の患者（60歳以上）の40%の人に認知症状がみられるというデータがあります。

その他

認知症の症状を示す疾患で正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症などがあります。これらは「治療可能な認知症」と呼ばれ、原疾患の治療により認知機能回復の可能性ががあります。

認知症予防のためには「何をしたら良いか」ではなく、「脳と体に、どう刺激ある日常を送るか」が大切です。「これをやったから認知症にならない」、あるいは「やらなかったから認知症になってしまった」という短絡的なものはありません。また認知症は糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病が基礎疾患として大きな影響を及ぼ

します。生活習慣病の発症や重症化を予防するライフスタイルによって、認知症の発症を遅らせることが期待されています。

◆認知症のこと、1人で悩んでいませんか

現在、下川町内では、認知症をテーマとした『キャラバン・ロボの会』という集まりがあります。「認知症になったらどうしよう？」「家族の介護で疲れている、誰か話を聞いてほしい」「近所に心配な人がいるので相談したい」などの認知症に関する悩みがありましたら、お気軽にロボの会のメンバーにお声掛けください。



困りごとや不安なことは、お気軽にご相談ください。
電話や訪問でも相談をお受けしています。

総合福祉センターハピネス内「地域包括支援センター」 ☎5-1165

連載

もつと



知りたい

地域医療

第三十九回

町立下川病院

副院長

丸山直紀



皆さんお元気ですか。今回は健康長寿になるために一つ一緒に考えてみたいと思います。一言でいうと体に悪い習慣をせず、良い習慣をどれだけ長く続けるかということでしょうか。色々な健康法が紹介されておりますが、私からみて本当かな？と感じられるものもあり、年齢、性別、職種、性格、持病によって人それぞれ異なりますので、皆さんもまずは鵜呑みにはせず、複数の本で調べてみるとか、信頼できる家族や医師に聞いてみるとか、内容を検討してから実行してくださいね。

さて、悪い習慣というと、不規則な生活、偏った食事、多量のお酒、たばこ、運動不足、睡眠不足、過度なストレス、マイナス思考などで、良い習慣はその反対なのでしょう。しかし『言うは易く行うは難し』、悪い習慣を良い習慣に変えるにはどうしたらいいのでしょうか？大事なことは二つ、①最初から100点を目指さず、60点くらいで良い、という気持ちで取り組み、まずはすぐ始める、②新しく始めた行動によって喜びや充実感、気持ちよさを感じられるようにすることです。例えば運動

不足を改善するなら、いきなり長距離ランニングをせず、10分でいいからまずは時間のある時に散歩をしてみる、そして散歩が終わったらいつもより少し高級なお茶やコーヒーを飲んでみる。そのうちに散歩の時間が増えて足の筋力がついたり、体重が増えず減ってきたりすると、心身の調子よさを実感して、運動の習慣が根付いていくと思われるます。散歩ができない状況なら自宅で体操でも十分です。



私自身、皆さんの健康を守る医師として自分の健康にはとても気を付けております。もし検査値が悪く、ふくよかで、大酒飲み、たばこ大好きな私なら、皆さんは注意を受けても真摯に受け止めては頂けないでしょう。ちなみに健診の項目も全て正常です、でも今後異常値が出てしまったら反省するとともに素直に告白いたしますね。次回は良い習慣を自分の実践法も交えて詳しくお話いたします。

■お問い合わせ

町立下川病院

☎・☆4-20039

しもかわうどん祭り代替企画！ シールラリー開催！

飲食店で手延べうどんメニューを食べてシールをもらい、抽選で豪華景品をゲットしよう！

【期 間】 8月29日(土)～9月13日(日)

【景品内容】

○5店舗制覇…A賞『下川手延べうどん1年分』(1名様)に応募可能！

○3店舗制覇…B賞『下川町産野菜・特産品詰め合わせ』(2名様)か、C賞『五味温泉宿泊ペアチケット』(2名様)に応募可能！

○3枚達成…D賞『有名うどん店全国お取り寄せセット』(30名様)に応募可能！

【参加店舗】

味よし食堂、アポロ、ケーターのケータリング、五味温泉(りんどう)、はるころカフェ、みなみ家、焼肉ハンター、矢内菓子舗、You's Inn 亭、北海道純雪うどん(札幌市)

【応募方法】

シールを貼り必要事項を記入した台紙を、しもかわ観光協会前設置の応募ボックスか、北海道純雪うどん店舗(札幌市)設置の応募ボックスに入れてください。

※シールラリー台紙は各対象店か、しもかわ観光協会にて配布しています。



詳しくはこちらから！

しもかわうどん祭り代替企画！ ②

下川手延べうどん×幌加内そばコラボ企画！

みんなでハッシュタグ投稿をして、月を目指そう！
『Go To Moon キャンペーン』
最大100名にうどんorそばセットが当たる！

【期 間】 9月1日(火)～10月1日(木)

【参加方法】

1. ツイッターかインスタグラムで公式アカウント【道北めん街道】をフォローしてください。
2. 自分で撮影した下川手延べうどんもしくは幌加内そばが写っている画像を、3つのタグを必ずつけ投稿してください。

#道北めん街道

#月へ届け

#しもかわ手延べうどん もしくは #幌加内そば

3. 投稿が『麺の長さ』に換算され、特設サイト上の記録が伸びていきます！
目標を達成すると何かが起こる…！？



詳細は特設サイトから↓



■お問い合わせ
しもかわうどん祭り実行委員会事務局
(NPO法人しもかわ観光協会内)
☎ 4-2718

9月9日は救急の日

■お問い合わせ
下川消防署
☎・☆4-2119

2020年の状況
(7月末現在)

救急出動件数 86件
火災件数 1件

救急の日とは、救急医療と救急業務について国民の正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図るため、昭和57年に定められました。

一家庭に一救急隊員！

下川消防署では、「救命の連鎖」を途切れなく、できるだけ早くつないでいく体制づくりを目指しています。

「救命の連鎖」とは次のようなものです。

①救急の際、その場に居合わせた人が、できるだけ早く119番に通報すると同時に、救急車が到着するまでの間、心肺蘇生・AEDの応急手当を行う。

②救急隊がそれを引き継ぎ、より高度な救急救命処置を行いながら、医療機関に搬送する。

このような体制を整え、一人でも多くの「救える命」を救うため、各家庭に一人でも多くの普通救命講習受講者を増やしたいと考えていますので、ぜひ「一家庭に一救急隊員！づくり」にご協力お願いします。

また、誰でも使用が可能になったAED（自動体外式除細動器）の講習を含む講習会を希望者に対し随時、無料で開催します。団体、サークル、友達同士（概ね5名程度）などで、お気軽にお申し込みください。



救急車の正しい利用を

救急車の出動は年々増加しています。緊急ではないのに救急車を呼ぶと、本当に必要とする人への到着が遅れる恐れがあります。「救える命」を救うためにも、正しい利用にご理解とご協力をお願いします。

救急講習会の開催・お問い合わせは下川消防署救急係まで

■下川消防署
☎4-2119

新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた町民による心肺蘇生について

まだまだ、終息が見えない新型コロナウイルスにかからないように、密閉・密室・密集の3密を防ぐことやうがい・手洗いなど予防に努めましょう。さて、新型コロナウイルス感染症を踏まえた町民による心肺蘇生について変更となった部分がありますのでポイントや注意事項などを説明いたします。

心肺蘇生（BLS）一連の流れ

1. 安全の確認
必ず周囲に危険はないか、自分の身は安全であるかしっかり確認して接触してください。
2. 意識の確認
倒れた人の肩を適度な強さでたたき、耳元で「大丈夫ですか」などと声掛けをしながら反応があるか確認します。
3. 助けを呼ぶ
大きな声で助けを呼んでください。また、周囲の人に119番の通報・AEDの準備を指名・協力をお願いします、必ず戻ってきてもらうよう伝えましょう。
4. 呼吸の確認
胸と腹部の動きを見て、10秒以内に観察してください。

※約10秒間確認しても、呼吸の状態がよくわからない場合は、直ちに胸骨圧迫をしてください。

5. 胸骨圧迫を実施する
胸が5cm～6cmを超えない強さで1分間に100～120回のテンポで押します。
6. AEDで電気ショックを実施する
倒れた人に誰も触れていないことや金属等の電気が流れても異常がないことを確実に確認してください。

ポイントと注意事項

- ①成人の心停止に対しては、人工呼吸を行わずに胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施してください。
- ②子どもの心停止に対しては、講習を受けて人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合には、人工呼吸も実施してください。
- ③感染のリスクを防ぐため、胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチやマスクなどがもしあれば傷病者の鼻と口にそれをかぶせるように変更します。

※タオルや衣服などでも代用できます。

④意識や呼吸を確認する際には、傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないように注意して下さい。

※周囲の人や協力者等にもしっかりと感染の疑いがあることを伝え、心肺蘇生を実施してください。救急隊に引き継いだ後には、速やかにうがい手洗いをし、

心肺蘇生 一連の流れ

【新型コロナウイルス感染症拡大に伴う傷病者対応】



救急隊に引き継ぐまで心肺蘇生を続けましょう

◆救急隊に引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。傷病者の鼻と口にかぶせたハンカチやタオル等は、直接触れないようにして廃棄するのが望ましい。

「北海道立北の森づくり専門学院」(略称:北森カレッジ)の 出願受付等について(10月~)



本年4月、旭川市に開校した「北海道立北の森づくり専門学院（略称：北森カレッジ）」は、林業・木材産業の幅広い知識と確かな技術を2年間で身に付けられる専門学校で、北海道の森林づくりへの意欲に溢れた方を募集しています。

また、北森カレッジでは、「学院説明会」及び「オープンキャンパス」を開催しますので、興味がある方は、是非お申し込みください。

※詳細は下記QRコードご参照ください。

出願資格	道内の林業・木材産業関係企業等への就職を希望し、高等学校卒業又は同等以上の学力を有し、入学時に40歳以下の方
試験日程等	【推薦入試】令和2年10月1日(木)~15日(木) 【一般入試】令和2年10月12日(月)~29日(木)
	【推薦入試】令和2年10月26日(月) 試験会場:旭川・札幌・帯広・東京 試験方法:面接 【一般入試】令和2年11月16日(月) 試験会場:旭川・札幌・帯広・東京・福岡 試験方法:小論文・面接



北森カレッジ第1期生

道 HP



■お問い合わせ

北海道立北の森づくり専門学院 ☎0166-75-6162

森林商工振興課林業振興グループ ☎4-2511内線224 ☆4-251112

アビーの近況報告

語学指導助手アビーより



こんにちは、アビーです。皆さんお元気ですか？今日は皆さんにお伝えしたいニュースがあります。

私が、初めて下川町に来てから3年が経過しました。時が経つのは本当に早いですね。多くのALTは、たいてい1~3年間の任期を過ごします。現任ALTの任期が終わり帰国するとき、新しいALTが来ることとなりますが、今年は新型コロナウイルス感染症と渡航制限の関係で新しいALTの来日予定が遅れています。そのため、私は下川町のALTとしてもう少し残ることにしました。

皆さん今まで本当にありがとうございます。来年の3月までお世話になりますので改めてよろし

■お問い合わせ

教育委員会

☎4-2511内線513

☆4-251111



子ども縁日



8月9日 コモレビ中庭

町内の幼児から中学生を対象に子ども縁日が開催され、輪投げ、射的、スーパーボールすくいなど子ども達が楽しめるお店が多く出店されました。今年は新型コロナウイルスの影響により、町内イベントの中止が相次ぐ中少しでも子ども達に楽しんでほしいということを目的として、開催しました。会場にはたくさんの子どもたちが参加し、笑顔いっぱい様々な催しを楽しみました。



下川小学校クラブ活動



8月20日 下川小学校 陶芸センター スポーツセンター

今回のクラブ活動では地域の住民と一緒に交流しながら、釣りや陶芸、ラグビー、手芸、パソコン編集、ボードゲームを行いました。それぞれの活動に精通している地域の人を講師として招き、子ども達が希望する活動に各々が参加しました。子ども達は普段の学校生活ではなかなか接する機会のない地域の住民と交流することで、新しいつながりができるとともに、それぞれの活動を楽しみました。



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

秋はヒグマに注意！

キノコ採りやハイキングなどで野山に出かける機会が多くなる季節を迎えますが、例年、この時期に人間とヒグマが野山で遭遇する頻度が高く、人身被害は秋に最も多く発生している傾向にあります。下川町においても、デントコーンなどが収穫期を迎える中、町内の民家や公道周辺でヒグマの出没が増えています。

万が一被害に遭わないためにも次のことに注意をお願いします。

- ・事前にヒグマの出没情報を確認する
- ・一人では野山に入らない
- ・野山では音を出しながら歩く
- ・ヒグマが行動を活発にする朝・夕・濃霧・降

雨時の行動は控える

- ・フンや足跡を見たら引き返す
- ・食べ物やゴミは必ず持ち帰る

町のホームページではヒグマの出没情報を「クママップ」で掲載していますので、ご活用ください。ヒグマを目撃したり、足跡を発見した場合は、速やかにご連絡願います。

■お問い合わせ

森林商工振興課

林業振興グループ

☎ 4-2511 内線 244

☆ 4-2511 112

お知らせ

狩猟解禁についてのお知らせ

近年、エゾシカ・ヒグマの生息数が増え、農林業に対し、多大な被害が

報告されているところであります。

北海道ではその実態をふまえ、エゾシカ・ヒグマの可猟区域の設定を行い、次の期間のとおり、下川町での狩猟を解禁します。

■ヒグマ可猟期間

令和2年10月1日
～令和3年1月31日

■エゾシカ可猟期間

令和2年10月1日
～令和3年3月31日

狩猟期間中は町外・道外のハンターも狩猟に來ることが予想され、無断で草地などに車を乗り入れたり、死がいや配置した餌を放置したりするケースが心配されます。狩猟期間中、エゾシカの死がい等不審なものを見かけましたら、森林商工振興課までご連絡くださいますようお願い

お知らせ

上川北部森林管理署からのお知らせ

◎国有林野への一般入林について

北海道のエゾシカ狩猟が10月1日に解禁され、狩猟期間は令和3年3月31日までとなっています。狩猟期間中は銃猟による狩猟者入林に伴い、一般入林の自粛をお願いしますのでお知らせします。

■お問い合わせ
森林商工振興課
林業振興グループ
☎ 4-2511 内線 244
☆ 4-2511 112

■お問い合わせ
上川北部森林管理署
☎ 01655-412551

運転免許証更新時講習 (9月3日から9月14日まで)

名寄文化センター会場

- 違反運転者講習(2時間)
9月3日(木)午後7時
- 初回更新者講習(2時間)
9月10日(木)午後2時
- 一般運転者講習(1時間)
9月10日(木)午後5時30分
9月14日(月)午後2時
- 優良運転者講習(30分)
9月3日(木)午後6時
9月10日(木)午後1時
9月14日(月)午後1時

下川交通防犯センター会場

- 優良運転者講習(30分)
9月7日(月)午後1時

お知らせ

カメムシ防除対策に費用の一部を補助します

町では下川町内に住所を有する人で、住宅のカメムシ防除を業者に依頼し実施した人に対して、その費用の一部を補助しています。希望される人は、次のとおりお申し込みください。

■補助金額

これまでに補助金を受けた回数により異なります。

【1回目】費用の2分の1以内で2万円を限度額とします。

【2回目】費用の3分の1以内で1万5千円を限度額とします。

【3回目以降】費用の4分の1以内で1万円を限度額とします。

■申込み期限

9月28日(月)

■申込み方法

防除の前に電話または税務住民課窓口で受け付けをします。防除実施後、領収書を持参し税務住民課でお手続きください。

■お問い合わせ

税務住民課

住民生活グループ

☎4-2511内線118

☆4-251103

お知らせ

カメムシ防除剤を斡旋します

下川町衛生協会では業者に依頼せず、自分で(カメムシ防除剤を)散布する人に対して、次のとおり薬剤を斡旋しています。

■薬剤名

エクスマシン乳剤

1ℓ入

8,046円(税込)

6ℓ入

39,600円(税込)

18ℓ入

99,000円(税込)

■使用方法

薬剤を水で10倍に薄め、家の外壁などカメムシが群がりそうな場所に噴霧器で散布してください。

■申込み期限

9月28日(月)

■申込み方法

電話または税務住民課窓口で受け付けます。

■お問い合わせ

下川町衛生協会事務局(税務住民課住民生活グループ)

☎4-2511内線118

☆4-251103



自衛官募集

自衛官募集	
	自衛官候補生(男子・女子)10月試験
応募資格	18歳以上33歳未満 (令和3年4月1日現在)
受付期間	受付中～10月12日(月)締切
試験日	10月18日(日)・19日(月) のいずれか1日を指定できます。
試験会場	旭川 細部受付時にお知らせいたします。

興味のある人は、お気軽にご連絡ください。

■応募・お問い合わせ
自衛隊旭川地方協力本部
名寄出張所
☎01654-2-3921

※受験申し込みは役場総務課でも対応いたします。
☎4-2511内線225
☆4-251101

※コロナウイルスの状況次第で日程が変更する場合があります。



3歳になる「まちのたから」
をご紹介します!

おたんじょうびおめでとう

まちのたから



いたばし こうたろう

錦町 板橋 幸太郎 くん

(平成29年9月21日生まれ)

好きな食べ物 ふりかけごはん・枝豆
好きなあそび 絵本・トミカ・ブロック

おしゃべりも、歌も踊りも変顔も、面白すぎる幸太郎から目が離せません!

いつも家族を笑顔にしてくれてありがとう。

いたばし たろう・あや

おたんじょうびおめでとう

まちのたから



さたけ りおか

西町 佐竹 梨央香 ちゃん

(平成29年9月3日生まれ)

好きな食べ物 アイス・トマト・いちご
好きなあそび 外遊び・歌うこと

自分の道を突き進め!

がんばる梨央香を応援するよ!!

今日も梨央香の笑顔で元気100倍!!!

さたけ しゅうへい・れな

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)
7月16日~8月15日受領分

・下川町に
森林づくり事業として
日本遊戯銃協同組合 (東京都)

社会福祉事業として
松井 進 (神奈川県)

青少年健全育成事業として
須藤 喜久男 (札幌市)

・山びこ学園に
田村 嘉基 (中川町)
村山 ヒサ (南富良野町)
松澤 一男 (枝幸町)
今田 正己 (一の橋)

・社会福祉協議会に
(生前のご交誼に謝して)
上名寄 古屋 孝子 (亡友)
旭川市 八重樫 千代美 (亡兄)

■相談先・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

■相談料 無料

生活・仕事相談をお受けします
生活や仕事などに関する悩みごと、困りごと(生命に関わることや緊急を要すること)などについてご相談ください。
左記の実施主体あてに直接ご本人から電話またはメールで相談してください。電話での相談時間は、午前9時から午後6時までです。

お知らせ

※これまで開催日や時間、場所を指定した相談会を町内で実施していましたが、新型コロナウイルス感染症の予防のため、当分の間、相談会の実施を休止します。ご理解のほどよろしくお願い致します。

※いただいた相談内容に関して、後日センターから電話連絡することがあります。

〒078-8231
旭川市豊岡1条2丁目1-16
☎0166-38-8800
FAX 0166-33-0021
メール
anshin@kamikawa19.hokkaido.jp



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時までです。

※10日(木)、24日(木)は午後7時30分まで延長開室します。

※21日(月)22日(火)は祝日のためお休みです。

※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。

【パソコン用】<https://ilisod001.apsel.jp/lib-shimokawa/wopc/pc/pages/TopPage.jsp>【スマートフォン用】<https://ilisod001.apsel.jp/lib-shimokawa/sp/>

『超 すぐやる!』

菅原 洋平／著
文響社

やる気・興味が湧きにくい人。締め切りギリギリになって焦ることが多い人。こんな「忙しい人」によく効きます。

『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』

Jam／マンガ・文
名越 康文／監修
サンクチュアリ出版

SNS・会社・友達・・・ここにいない誰かからココロを守る64の考え方。現代社会の悩みを解決する、目からウロコのちょっとした「考え方」のヒント。



『たったひとつのドングリが すべてのいのちをつなぐ』

ローラ・M・シェファアー／ぶん
評論社

たったひとつのドングリが、木にそだち、その木にトリがすををつくり、おちたたねからはながさく。命のめぐりがやさしくえがかれています。

この他にもたくさんあります。

労働相談

お気軽にご相談ください。

相談日

月曜日から金曜日

午前10時から午後3時

場所

労働相談所
(錦町62)

■お問い合わせ・ご相談
連合北海道下川地区連合会
☎4-3207

お悔やみ申し上げます
住所氏名 年齢
西 北 上 住
町 町 名 寄 氏 氏
羽 福 古 氏
田 田 屋 名
む 幸 富 名
な 子 男
子 子 男
100 81 89 年
歳 歳 歳 齢

ご誕生おめでとうございます
住所氏名 父母の名
南 旭
町 町
野 藤
口 井
菜 心
夏 な 渚
(沙 涼 哲
代 太 奈 也)

戸籍の窓口 (敬称略)

(7月16日～8月15日受付)

編集後記

お盆の時期も終わり、暑さもどんどん落ち着き始めてはいますが、水分をしつかり摂取するなど、体調管理はしっかりと行っていきたいと思います。

8月の上旬には「こども縁日」のお手伝いとして参加しました。射的や輪投げなど子ども達が喜ぶ出店が数多く立ち並び、私はスーパーボールすくいを手伝いました。小学校高学年の子どもはその道のプロなのではないかと感じるほどにスーパーボールをちゅちゃいバケツいっぱいにくっついて、ただただ驚きました。ちなみに私は3個しかとれませんでした。まだまだですね。

新型コロナウイルスの影響により様々な町内イベントが中止になっていますが、そんな状況だからこそ今回のようなイベントがとっても大切になるのだと実感しました。暑い日でしたがとても楽しい1日を過ごすことができました。(佐藤)

2020年7月末現在

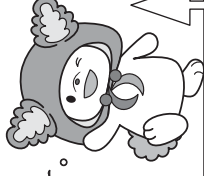
人の動き()は前月比

■人口 3,208 (+ 1)
男 1,518 (± 0)
女 1,690 (+ 1)
■世帯 1,718 (+ 2)
出生 3 死亡 5
転入 9 転出 6

交通事故死ゼロ日数

1877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。
- ◎町立病院夜間診療：受付は18:30までです。
- ◎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。
- ※いずれも場所も認定こども園「こどものもり」です。
- ◎図書室夜間開室は19:30までです。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
9/6 しもかわうどんウィーク シールラリー (8/29～9/13)	7 ウィークエンドスクール 中学生 16:30	8 乳幼児予防接種 13:00 ウィークエンドスクール 中学生 16:30	9 0歳児あそびの広場 10:00 下川消費者協会「暮らしのセミナー」 10:00	10 あそびの広場 10:00 図書室夜間開室 町立病院夜間診療	11 12 ウィークエンドスクール 小学3・4年 9:00 小学5・6年 10:00 中学生 10:00	
13 しもかわうどんウィーク シールラリー (8/29～9/13)	14 ウィークエンドスクール 中学生 16:30 五味温泉休館日	15 乳幼児予防接種 13:00 ウィークエンドスクール 中学生 16:30	16 子宮・乳がん検診 8:30	17 18 19 ウィークエンドスクール 小学3・4年 9:00 小学5・6年 10:00 中学生 10:00		
20	21 ウィークエンドスクール 中学生 16:30 秋の交通安全運動 (～30日まで)	22 ウィークエンドスクール 中学生 16:30	23 30 0歳児あそびの広場 10:00 1歳6か月児健診 13:00 ブックスタートフォロー アップ 14:30 歯の相談・フッ素塗布 16:00 町道民税第2期納期限	24 あそびの広場 10:00 図書室夜間開室 町立病院夜間診療	25 26 ウィークエンドスクール 小学3・4年 9:00 小学5・6年 10:00 中学生 10:00	
27 ウェルカムベビークラス 10:00	28	29 乳幼児予防接種 13:00	30 0歳児あそびの広場 10:00 1歳6か月児健診 13:00 ブックスタートフォロー アップ 14:30 歯の相談・フッ素塗布 16:00 町道民税第2期納期限	1 献血 9:00 あそびの広場 10:00 下川手延べうどん×幌 加内そばコラボ企画 「Go To Moon キャンペ ーン」(9/1～10/1)	2 3 ウィークエンドスクール 小学3・4年 9:00 小学5・6年 10:00 中学生 10:00	
4	5 ウィークエンドスクール (中学生) 16:30	6 乳幼児予防接種 13:00	7 乳児相談(6～7か月児) 9:30 ブックスタート 10:00	8 町立病院夜間診療 あそびの広場 10:00	9 10 ウィークエンドスクール 小学3・4年 9:00 小学5・6年 10:00 中学生 16:30	