



## まちひと百景

### 七夕夕市／花火大会

8月6日（土）夕市実行委員会の主催による七夕夕市が2年ぶりに苫前町公民館駐車場で行われた。

コロナ禍であり、例年の賑わいには及ばなかったが、子どもたちの元気な声が響いていた。キッチンカーが行列になるほどの盛り上がりを見せるとともに、会場中央に笹の葉が設置され、夕市に訪れた子どもから大人まで、一緒になって短冊に自身の願いを込め飾っていた。

夜には、緑ヶ丘公園上空に色とりどりの大きな花火が打ち上げられ、見物人たちから拍手が鳴り響いていた。

- シリーズ苫前商業高等学校ほか…2
- とままえマルシェ開催ほか…3
- 健康ばんざい…4
- 介護保険ガイド…5
- 国民年金ほか…6
- 学びの広場…7
- とままえ社協だより…8～9
- 住まいる情報…10～13
- 小学生ギャラリー…14



### まちの人口

人口／2,859人（男／1,392人：女／1,467人）  
世帯数／1,483世帯（8月31日現在）

URL：<http://www.town.tomamae.lg.jp>

「JOY&PARTY 2022 SUN&MOON ～苫前商業高校自転車ツーリング～」

自転車ツーリングの準備を進める中で生徒達が決めた表題のチーム名には、「昼も夜も思いっきり楽しみたい」という想いが込められています。今年は7月26～28日の3日間でオロロンラインを北上し往復する計画。留萌管内を自分の足で周り、景色・食べ物・人との出会いやつながりを求めて9名が集まり、苫前幌延間の往復205kmを完走しました。

昨年のツーリングを終えてから、多くの方に励ましの言葉をかけていただき、新聞にも特集として取り上げていただきました。ただ走るのではなく、発信することで生まれる化学反応を実感した生徒達。振り返りを進める中で「今年だけで終わらずに伝統行事にしたい」「高校在学中に留萌管内全ての市町村を自転車で走りたい」という意見に集約されていきました。そして、「そのために自分たちは何ができるのか？」今年度の実施に向けての話し合い、取り組みが始まりました。昨年は最高気温37℃という記録的猛暑の中走行した経験から、交通量の多い国道を大人数で安全に走行するためには、救護を含めた大人のサポートが必要であることや、自転車やヘルメットの準備など経費がかかることをあらためて認識。生徒達が出した答えは、「自分たちで資金を調達し、苫前町にも協力をお願いします。自転車に旗をつけて走り、SNSで苫前町と苫前商業高校をPRする。」でした。

クラウドファンディングでの資金調達は、全国に向けて発信する方法であり、日頃から苫商を応援してくださっている方々のみならず、全国各地から多くの支援をいただきました。また、苫前町をはじめ、多くの方からもご支援をいただき、苫前町教育委員会様と萌える天北オロロンルート代表者会議様には、共催者としてだけでなく、サポーターとして参加いただきました。萌える天北オロロンルート代表者会議様の活動は、「愛着と誇りを持てる郷土の景観の保全と創出」「地元食材のブランド化と魅力発信」

「暮らしに根ざしたもてなしによる暖かい交流」「先代の暮らしぶりと新たな価値観を将来に伝え楽しむ」です。これは「苫前町と苫前商業高校に愛着と誇りを持ち、高校生目線での魅力発信、地域の方々との交流、伝統を作り、楽しみ、後輩に伝えていく」という、私たち苫前商業高校の活動にも置き換えることができます。



辛い坂をお互い励まし合いながら登り、絶景と各町村の食べ物と応援の声をエネルギーにし、205kmの旅を終えることができました。最終日はNHKの取材班も同行、ツーリングの様子が放映されました。生徒達は動画の作成や体験発表会での発信にむけて準備を進めています。

文・写真：苫前商業高校地域連携委員：瀧川 直子

思い出深く 母校を見学 ～古丹別中学校校内見学会～



8月10日・12日の2日間、古丹別中学校（西條直志校長）にて閉校事業実行委員会（天谷勝史PTA会長）の主催による校内見学会が卒業生を対象に行われた。昭和22年に開校して以来76年間、4648人の卒業生を送り出してきた同校は、令和5年3月をもって閉校となり、苫前中学校と統合される。見学会には、自身の中学時代の思い出を懐かしみ、学校の姿を目に焼き付けるため、様々な年代の卒業生たちが参加しており、過去の卒業写真などを見ては「懐かしいね」と話し込む姿が見られていた。

なお、最後の見学会が1月に再び行われる予定である。

苫前3丁目線歩道 通称名「サンちゃん」に決定

苫前3丁目線歩道の命名式が7月27日（水）に行われ、通称名として「サンちゃん」が選ばれた。この歩道は、古丹別中学校の閉校に伴って整備される予定で、地域の活性化や安全な通学環境の整備に貢献する見込みである。命名式には、関係者や卒業生、保護者など約50名が参加し、候補の中から「サンちゃん」が選ばれた。この歩道は、古丹別中学校の閉校に伴って整備される予定で、地域の活性化や安全な通学環境の整備に貢献する見込みである。





## とままえマルシェ開催

7月30日(土) 苫前町観光協会(渡部和人会長)が主催(苫前町共催)となり「とままえマルシェ」が町役場駐車場で開催された。

風車まつりなどの大型イベントが3年連続で中止となっており、苫前の特産品PR及び地元住民への販売機会を確保することを目的として企画された。

開催時刻前から来場者が列をつくり、町内9事業所による特産品販売のほか、苫前商業高校生による開発商品の販売も行われた。また、道内無料・道外500円の発送料支援も人気となり、家族・友人などへの贈答を行う来場者も多く見られた。



## 苫前町B&G海洋センター 10年連続「特A評価」



8月16日(火) B&G財団(前田康吉会長)では、全国の海洋センターの利用人数・施設維持管理などを確認して評価を行っており、苫前町B&G海洋センターが10年連続で「特A評価」を受けたことにより、同財団の菅原悟志理事長より表彰状が送られた。

菅原理事長から「未来を見据えて、海洋センターが地元シンボルとなり、益々発展していくようにご尽力願います」と挨拶があり、福士町長からは「コロナ禍による運動機会の減少など、スポーツ施設の在り方が重要になってきている。B&G財団の皆さまには、これからもご支援・ご協力をお願いしたい」と謝辞が述べられた。

## 平和の尊さ次世代に ～戦没者追悼式～

8月19日(金) 令和4年度苫前町戦没者追悼式が町公民館にて、遺族や来賓など合わせて23名が参列して挙行された。

苫前町戦没者名簿の献上、国歌演奏などの後、福士町長から「世界を見渡すと、ロシアとウクライナ間で戦争状態が続いている。私たちは改めて、戦争の悲惨さと平和の尊さを深く心に刻み、日本はもとより世界の恒久平和の実現に向けて努力していくことを誓う」と式辞が述べられた。

阿部町議会議長、浅野道議会議長、町遺族会の森会長らによる追悼の言葉の後、参列者一人ひとりが献花を行い、戦没者の冥福を祈るとともに、平和への誓いを新たにしました。



## 令和4年少年補導功労者表彰



8月5日(金) 羽幌警察署にて、令和4年度少年補導功労者表彰の伝達が脇山義人羽幌警察署長から行われ、本町からは、羽幌警察署少年補導員連絡協議会所属の加藤隆雄さんと同苫前支部(加藤隆雄支部長)とが、表彰された。

脇山署長からの伝達を受け加藤さんは「今回の表彰は、長い間活動してきて、みんなの協力があったからこそもらえたもの。これからも協力していきたい」と今後の活動に対する抱負を語っていた。

## 狩猟期間中における国・道有林への入林自粛について

エゾシカ狩猟期間中(10月1日から3月31日まで)は、多くの狩猟者が国・道有林へ入林します。

狩猟に伴う事故防止のため、この期間の狩猟目的以外での入林はお控えくださるようお願いします。

エゾシカによる森林等被害を低減するため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

■お問合せ先

- ・林野庁北海道森林管理局留萌南部森林管理署 ☎0164-42-2515
- ・北海道水産林務部森林環境局道有林課道有林管理係 ☎011-204-5519

**ハロウィンジャンボ5億円**  
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

**ハロウィンジャンボミニ5千万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

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。

各1枚 300円  
**9月21日(水) 2種類同時発売!**  
発売期間 9/21(水)~10/21(金)  
公益財団法人北海道市町村振興協会

# 「乳児期のアレルギー疾患について」 今月の担当は中谷管理栄養士です

今月は、乳児期に発症しやすいアレルギー疾患について紹介します。

乳幼児期に現れやすい主なアレルギー疾患には、アトピー性皮膚炎と食物アレルギーがあります。

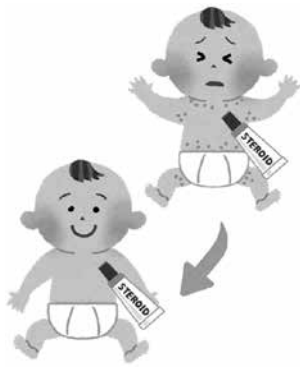
赤ちゃんの皮膚は大人よりも薄く、乾燥しやすいため、室温や湿度、衣類のこすれなど外部の刺激にとっても敏感です。肌バリア機能が低下すると、そこから花粉やハウスダスト、食物などのアレルギーが侵入し、アトピー性皮膚炎や食物アレルギーの原因となります。

## アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は2歳までに現れやすいアレルギー疾患の1つですが、乳児期に適切な治療を行うことによって症状を軽減、消失させることができます。

乳児期のアトピー性皮膚炎の特徴は左記のとおりです。

- ・皮膚が乾燥している
- ・頭や顔に湿疹ができ、悪化すると、お腹、背中、手足に広がる



- ・耳の付け根が赤くただれる
- ・湿疹が左右対称に広がる
- ・かゆみがある湿疹が長期間続く等

アトピー性皮膚炎と乳児湿疹を見分けることは難しいため、スキンケアをしても湿疹が治まらない場合は、早めの皮膚科受診をお勧めします。アトピー性皮膚炎の治療薬として使用されるステロイド外用薬について、副作用に対する不安が強く、使用に踏み出せない保護者もいるかと思えます。心配な点は医師に相談してみましよう。

自己判断でステロイド外用薬の中止、使用を繰り返すより、医師・薬剤師の指示に従った適切な方法、期限を守ってステロイド外用薬を使用することで、総用量が少なくなる場合があります。

## 食物アレルギー

2歳までに現れやすい三大食物アレルギーには鶏卵、小麦、乳製品がありますが、アレルギーの発現を恐れてこれらの食材を与える時期を遅くする必要はありません。離乳食を遅らせても食物アレルギーの予防にはならないため、月齢に合わせて色々な食材を食べさせましよう。

もし食物アレルギーを疑う症状（じんましん、唇や口の中が腫れる、せき、嘔吐、元気がなくぐったりしている等）が出た場合は自己判断せず、医療機関に相談、受診をしましょう。医療機関に相談する際に大切な情報をいくつか紹介します。

- ・何をどれくらい食べたか
- ・食べてから発症までの時間
- ・どんな症状か
- ・症状の持続時間
- ・同じような食材を食べたときに似た症状を経験したことがあるか

食物アレルギーは食後2時間以内に発症する即時型食物アレルギーと、食後2時間以降に発症する非即時型食物ア

レルギーがあります。そのため、症状が出てすぐ病院に相談できるような新しい食材は平日の午前中に与えるようにしましょう。

また、アトピー性皮膚炎がある場合、皮膚からアレルギーが侵入し、食物アレルギー発症の原因となることがあります。離乳食開始前からスキンケアを丁寧に行い、食物アレルギーを予防しましょう。

## スキンケアについて

前述の通り、赤ちゃんの皮膚は乾燥しやすいため、日々のスキンケアで皮膚の清潔を保ち、乾燥から守りましよう。

- △沐浴・入浴のポイント▽
- ①石鹸をしっかりと泡立てて、身体、顔をやさしく洗う
- ②泡が残らないようにしっかりと洗い流す
- ③軟らかいタオルでやさしく包み込みように拭く



## △保湿のポイント▽

- ①入浴後、水分をふき取ったから皮膚の乾燥を防ぐためにすぐ保湿する
- ②たっぷりと滑らせるように塗る

③軟膏を塗る場合は大人の差し指の先から第一関節までの量(約0.5g)を手のひらに広げて②と同様に必要量を塗る

血液は保存期間が短く、人工的に作る事ができないため献血へのご協力は常に必要です。新型コロナウイルスの影響で献血者が減少し、全ての血液型で血液が不足しています。新型コロナウイルスのワクチンを接種した方も接種後48時間が経過すれば献血を行うことができ、不要不急の外出にも当たりません。献血バス内は常時換気、消毒清掃を徹底しており、スタッフ、来場者の体調確認、手指消毒も行っています。また、献血車来町日の約3週間前から複数回献血クラブ「クラブラッド」で献血時間の事前予約を行うこともできます。「クラブラッド」と検索し、事前に会員登録をお願いします。巡回場所や時間などの詳細は回覧、ポスターでお伝えします。皆様のご協力をよろしくお願ひします。

## お問合せ

苫前町献血  
推進協議会  
事務局  
保健福祉課

TEL:0164  
64-2215

## ●介護保険で利用できるサービス【施設サービス】

施設サービスは、介護が中心か治療が中心かなどによって入所する施設を選択します。入所の申し込みは介護保険施設へ直接行います。要支援1・2の人は、施設サービスは利用できません（介護老人福祉施設は要介護1・2の人も原則として新規入所できません）。

### 施設サービスの費用について

施設サービスを利用した場合、サービス費用の1割、2割または3割に加えて、食費、居住費、日常生活費を施設に支払います。

サービス費用の  
1割、2割または3割 + 食費 + 居住費 + 日常生活費

### 基準費用額：施設における居住費・食費の平均的な費用を勘案して定める額（1日あたり）

利用者負担は施設と利用者の中で契約により決められますが、基準となる額が定められています。

- 居住費…ユニット型個室2,006円、ユニット型個室的多床室1,668円  
従来型個室1,668円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は1,171円）  
多床室377円（介護老人福祉施設と短期入所生活介護は855円）
- 食費…1,445円

### 低所得の人は食費と居住費が軽減されます

低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により、食費と居住費の一定額以上は保険給付されます。所得に応じた負担限度額までを支払い、残りの基準費用額との差額は介護保険から給付されます<特定入所者介護（予防）サービス費>

#### ●負担限度額（1日あたり）

利用者負担段階	居住費の負担限度額				食費の負担限度額	
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階 本人および世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金の受給者、生活保護の受給者	820円	490円	490円 (320円)	0円	300円	300円
第2段階 本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円以下の人	820円	490円	490円 (420円)	370円	390円	600円
第3段階① 本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が80万円超120万円以下の人	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	370円	650円	1,000円
第3段階② 本人および世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額が120万円超の人	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	370円	1,360円	1,300円

●介護老人福祉施設と短期入所者生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、（ ）内の金額となります。

お問合せ 苫前町保健福祉課福祉係 0164-64-2215



## 「離婚時の年金分割制度 ～離婚後2年以内に手続きを～」

離婚した場合、お二人の婚姻期間中の厚生年金の保険料納付記録を分割して、それぞれ自分の年金とすることができます。

### ■分割方法には、「合意分割」と「3号分割」の2種類があります。【合意分割制度】

離婚または事実婚関係を解消し、次の条件のいずれにも該当した場合に、お二人（または当事者一方）からの請求により、厚生年金の保険料納付記録（標準報酬）を分割できる制度です。この制度により分割される記録は、婚姻期間中のお二人の保険料納付記録に限られます。

- ・お二人の合意や裁判手続きにより年金分割の割合を定めている
- ・請求期限(離婚をした日の翌日から起算して2年)を経過していない

### 【3号分割制度】

離婚または事実婚関係を解消し、次の条件のいずれにも該当した場合に、国民年金第3号被保険者※であった方からの請求により、相手方の保険料納付記録を2分の1ずつ分割できる制度です。この制度により分割される記録は、平成20年4月1日以後の国民年金第3号被保険者期間中の記録に限られます。

※ 国民年金第3号被保険者とは、厚生年金保険の被保険者、共済組合の組合員の被扶養配偶者で、20歳以上60歳未満の人をいいます。

- ・平成20年4月1日以後に、お二人の一方に国民年金の第3号被保険者期間がある
- ・請求期限(離婚をした日の翌日から起算して2年)を経過していない

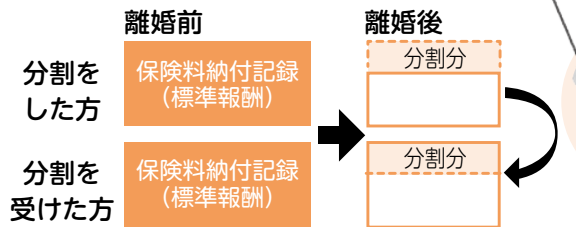
### ■年金分割により、お二人の年金は分割後の納付記録で計算されます。

#### ○分割をした方

ご自身の保険料納付記録から、相手方に分割分を提供した残りの記録で、年金額が計算されます。

#### ○分割を受けた方

ご自身の保険料納付記録と相手方から分割分を受けた記録で、年金額が計算されます。



年金分割の手続きは、請求期限(離婚をした日の翌日から起算して2年)を経過すると、請求することができなくなります。また、すでに離婚等が成立し、相手方が死亡した日から起算して1カ月を経過すると請求することができなくなります。

お問合せ: 留萌年金事務所 【電話】0164-43-7211

## ファイヤー通信

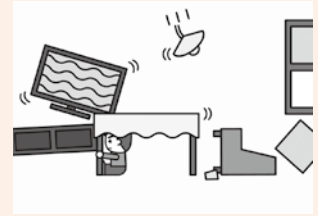
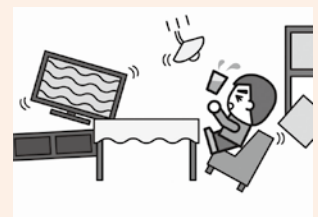
自然災害に気を付けましょう！！  
いつ起きるかわからない自然災害に対して準備しておきましょう。

### ※自然災害の準備としてできる事

- ・食料、飲料水、着替え等は最低でも3日分は準備しておきましょう。
- ・物などが落ちてこないよう、落下防止の措置を取りましょう。
- ・天気予報の確認、避難場所の確認をしておきましょう。
- ・貴重品等はわかりやすい所に置いておきましょう。
- ・家族の緊急連絡先を把握しておきましょう。
- ・避難経路に物を置かないようにしましょう。

### ※自然災害が起きてしまったら

- ・外へ避難する時はガラス等の鋭利な物があるかもしれないので、必ず靴を履いて避難しましょう。
- ・地震が起きた時は、机の下等に入り揺れが治まってから安全な場所に避難しましょう。
- ・水量が増えている河川には決して近づかず、高い場所へ避難しましょう。
- ・忘れ物をして取りに戻らず、直ぐに避難しましょう。
- ・慌てず冷静に避難しましょう。



火事・救急は119番！

北留萌消防組合消防署 苫前支署 ☎ 64-2321  
古丹別支署 ☎ 65-4119

### プールでSUP体験をしてみませんか？

SUP(サップ)とは、スタンドアップパドルボードの略で、専用のボードに乗って水の上を漕ぎ進むマリンスポーツです。最近注目されているスポーツで、海や川、湖のアクティビティとしていろいろなところで体験も行われています。

普段なかなか体験できないSUPを体験してみませんか？初心者でも扱いやすいので、ぜひチャレンジをお待ちしています！

日時：9月25日(日)、26日(月) 各日18時30分～20時30分

場所：苫前町B&G海洋センター

※苫前町公民館18時発の送迎車をご利用できます。希望される方は、申込み時にお知らせください。

対象者：中学生以上の方

定員：各日20名(定員に達し次第締め切ります)

申込み：参加希望日を令和4年9月21日までに

苫前町公民館(65-4076)へ電話等で申込みください。

持ち物：水着又は水に濡れても良い服装、着替え、タオル

～注意事項～

- ・スポーツ安全保険等に必ず加入してください。
- ・低温が予想されます。長袖長ズボンなど、暖かめの服装をおすすめします。



### 乳幼児と保護者向け事業「本とあそぼう」参加者募集！！

乳幼児と保護者を対象に、読書ボランティア「おはなしの森ひなた」による絵本の読み聞かせや手遊び、設定遊びを行います。子どもも大人も笑顔になれる事業です。参加申込みは不要ですのでお気軽にご参加ください。

日時：10月1日(土) 10時00分～11時00分

場所：苫前町公民館図書室

内容：おはなし会、運動トレーニング、はらぺこあおむしの飾りづくり

対象者：未就学児と保護者ほか

参加費：無料



### 「骨と筋肉のための料理教室&正しく学ぶ！筋力トレーニング講座③」参加者募集!!

日時：10月16日(日) 12時50分～14時45分

場所：苫前町公民館

講師：苫前町食生活改善協議会

学校法人三幸学園 札幌スポーツ&メディカル専門学校専門課長

健康運動指導士 澤田 友紀 氏

申込み：令和4年9月30日までに苫前町公民館(65-4076)へ電話等で申込みください。

持ち物：上履き・タオル・飲み物を持参し、動きやすい服装でご参加ください。

その他：イベント傷害保険には加入しませんので、各自スポーツ安全保険等に必ず加入してください。

