

# 広報とままえ11

2024

No.759

いつまでも 暮らしていける とままえに



1位目指して全力疾走！  
第46回苫前町民マラソン大会





## 第46回 苫前町民マラソン大会

9月8日、第46回苫前町民マラソン大会が晴天に恵まれて開催された。

親子の部から始まり、町内の小中学生、一般の部と続き、小学生と大人の混合チームによる駅伝の部など計89名が参加した。

大きな声援に背中を押されランナーは力走。駅伝の部ではランナーが仲良く手をつなぎゴールするなどして、会場は笑いと熱気に包まれていた。

部門	氏名	タイム	部門	氏名	タイム
親子の部	村田 光悠 村田 克彦	4' 26"	小学5・6年女子の部	立松みのり	13' 10"
小学1・2年男子の部	白府 愛絆	4' 35"	一般男性の部 (3km)	安藤 弘喜	18' 45"
小学1・2年女子の部	村上穂乃香	4' 23"	一般女性の部	森 亜希子	17' 55"
小学3・4年男子の部	小林 尊	10' 05"	中学生男子の部	伊藤 翔	23' 39"
小学3・4年女子の部	村田 葉月	10' 30"	一般男性の部 (5km)	中村直之将	22' 35"
小学5・6年男子の部	佐々木美糸	13' 22"	駅伝の部	森 若奈 上田 采弥 萬谷 亮太	13' 18"

各部門の第1位のみ掲載



# 笑顔溢れる敬老会！

令和6年度苫前町敬老会が9月25日に苫前町と社会福祉協議会（大井一弘会長）の共催で開催され、75歳以上の町民110名が参加した。

コロナの第5類移行に伴い、できる限りコロナ禍以前の形に戻した中で行われ、アトラクションでは、古丹別・苫前両認定こども園の園児による元気いっぱいのお遊戯や歌が披露されたほか、5年振りとなるカラオケ大会も行われ、会場の雰囲気は大いに盛り上げていた。

恒例の抽選会では、苫前町の特産品をはじめとした豪華な景品が配られた。参加者同士交流を深める場となり、たくさんの笑顔が溢れていた。





## ② 非常持ち出し品をチェック！

### 一次持ち出し品

避難する時に最初に持ち出すものです。

- ☐貴重品 (現金、印鑑、身分証明書、健康保険証、運転免許証等)
- ☐携帯ラジオ (小型軽量のFMとAMの両方が聴けるもの。予備電池も多めに用意)
- ☐懐中電灯 (予備の電池と電球も用意)
- ☐救急薬品 (絆創膏、ガーゼ、包帯、消毒薬、風邪薬ほか各自必要とするもの)
- ☐非常食料・水 (乾パンや缶詰など火を通さなくても食べられるもの、水、缶切り等)
- ☐その他 (メガネ、衣類、タオル、ティッシュほか各自必要とするもの)  
※乳幼児がいる場合・・・ミルク、ほ乳瓶、おむつ等  
※要介護者がいる場合・・・着替え、おむつ、障がい者手帳、常備薬等

### 二次持ち出し品

避難したのち、少し余裕が出てから安全を確認して自宅へ戻り、避難所へ持ち出したり、または自宅で避難生活を送る上で必要なものです。

- ☐食料 (缶詰やレトルト食品など、そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの)  
救援物資が届くまでの数日間 (3日間程度の飲食料)
- ☐燃料 (固形燃料や予備のガスボンベ、カセットコンロ、携帯コンロ)
- ☐その他 (携帯トイレ、洗面具、歯ブラシ (人数分) 生理用品、ビニール袋等)

※上記の物は、基本的なものであり一例です。

一人ひとり必要なものが異なります。各々にとって何が必要となるかなど、家族を話し合うなどして、日頃から万全を期した災害対策を心がけましょう。

## ③ 防災気象情報と警戒レベル

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自らの判断で避難行動をとるとの方針が「避難情報に関するガイドライン」に示されています。

自治体から警戒レベル3や4が発令された際には、避難行動をとりましょう。

避難指示等が発令されていなくてもキキクル (危険度分布) や河川の水位情報等を用いて自ら避難の判断をしてください。

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保
~~~~~ <警戒レベル4までに必ず避難> ~~~~~			
4	災害のおそれが高い	危険な場所から全員避難	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自ら避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	後の気象状況 悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)



# 特集 災害に備えよう

台風や大雨は、毎年大きな災害をもたらしますが、警報などの防災気象情報を利用して、被害を未然に防いだり、軽減することが可能です。テレビやラジオなどの気象情報などに十分注意してください。

台風や大雨の危険が近づいているとのニュースや情報を見聞きした場合は、今一度災害への備えを確認してみましょう。

## ① 防災マップを確認！

苫前町では、災害が発生した際に被害を最小限に留めるべく、災害への事前対策や災害時に役立つ情報や災害発生時の被害想定区域を示した「ハザードマップ」を示した「防災マップ」を発行しています。

### 津波対策

津波が来るかもしれない時は、「津」の横断線が伸びてくるときは、津波警報が発令され、津波が来る可能性があります。津波が来る前に、津波警報が発令されたら、速に避難してください。

**津波警報が発令されたら**

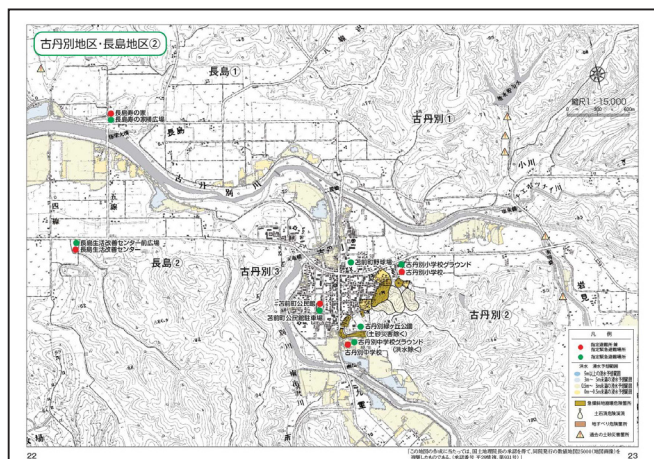
- 津波警報が発令されたら、速に避難してください。
- 津波警報が発令されたら、速に避難してください。

### 風水害対策

大雨や台風は、毎年大きな災害をもたらしますが、警報などの防災気象情報を利用して、被害を未然に防いだり、軽減することが可能です。テレビやラジオなどの気象情報などに十分注意してください。

**大雨や台風が来るかもしれない時は**

- 大雨や台風が来るかもしれない時は、速に避難してください。
- 大雨や台風が来るかもしれない時は、速に避難してください。



大雨による風水害への対策のほか、津波警 町内各地区の指定避難所や緊急避難場所、報が発表された際の行動について掲載されて 洪水 浸水予想範囲に急傾斜地崩壊危険箇所など、地図で災害警戒区域を確認できます。

### わが家の「防災・緊急情報」メモ

非常時・緊急時に連絡してほしい方、利用してほしいわが家の情報を、災害時に救助の方や、緊急時に救急車・医療機関・町に情報を提供します。

わが家の避難場所			
住所	電話番号	住所	電話番号

家族の連絡先			
家族の名前	連絡先 (勤務先、学校など)	電話番号	携帯電話番号

家族の緊急連絡先・救急メモ			
家族の名前	血液型	持病・アレルギー	かかりつけ医療機関

【メモ】 非常時・緊急時に連絡してほしい方、利用してほしいわが家の情報を、災害時に救助の方や、緊急時に救急車・医療機関・町に情報を提供します。

緊急連絡先			
役 場	消防署	警察署	消防団

災害情報はここから			
災害情報	連絡先・ウェブサイト	連絡先・ウェブサイト	連絡先・ウェブサイト

避難先や家族の連絡先などがメモできます。有事の際の動きについて一度家族と話し合ってみましょう。

### 防災について家族と話し合しましょう

- 家族一人ひとりの役割分担を決めましょう  
→非常時持ち出し品の管理者やドア開け係など
- 最寄りの避難場所とルートの確認
- 家族が一緒にいない時の連絡方法・連絡先
- 家の中は安全か  
→家具の転倒防止、ガラスの飛散防止など  
家具が倒れる際、寝ている人や出入口を塞ぐことのない向きか
- 非常時持ち出し品の準備はできているか

### 防災マップ 家で見つからなかった 持っていなかった 場合

← 苫前町ホームページからでも確認できます。



# 古丹別地区と港地区で 防災訓練が実施されました

## 古丹別地区防災訓練

苦前町主催により古丹別地区を対象に防災訓練が9月21日に行われ、約70名が参加した。訓練は、大雨により河川が増水し、警戒水位を超える危険があるとの想定で実施され、住民は正午のサイレンを合図に公民館への避難を開始した。避難完了後、富士町長の挨拶に続き、防災担当職員から災害への備えについての講話が行われ、その後、非常食の配給や段ボールベッドと簡易テントの組み立て体験も行われていた。



## 港地区防災訓練

1月1日発生した能登半島地震により、苦前沿岸にも津波注意報が発令されたが、大津波発生の想定で港地区を対象に9月28日防災訓練が町主催で実施された。

防災担当職員から早期避難への備えについての講話、東日本大震災を踏まえて気象庁が制作した「津波防災啓発ビデオ」を視聴した参加者は、自ら判断して避難することの大切さを学んだ。

講話終了後には段ボールベッドや簡易テントの組み立てや使用体験も行われていた。





# まちのできごと

## 国際交流事業に参加した 苫前商業高校生が帰国報告

オーストラリア・ブリスベンで8月3日から8日間にわたる短期留学を終えた苫前商業高校2年生の三好光さんと村上芽華さんが、8月28日に現地のお菓子を手土産に、富士町長のもとを訪れ帰国報告を行った。

2人は町からの支援についての御礼と、現地の文化・言語についての充実した学びやホームステイでの楽しかった思い出を語り、貴重な経験となったことがうかがわれた。



## 産後ケア事業

北海道助産師会・北海道・苫前町との共催で、産後1年未満の母子を対象としたデイサービス型産後ケア事業を9月3日に町公民館で行った。

北海道助産師会の高室会長のほか、旭川市にある助産院あゆるの北田院長らが、育児不安等を抱える母親に寄り添い、母子に対して心身のケアや育児に関する正しい知識を提供していた。

参加した母親たちも笑顔で過ごしており、有意義な時間となっていた様子であった。



## 第30回馬の絵作品展で全国佳作に選ばれる

小中学生を対象に北海道で開催されている全国展の「馬の絵作品展」で、苫前中学校3年生の鴨田来夢さんの作品が全国佳作に選ばれた。

作品について鴨田さんは「特に耳の毛をリアルに描くことができた」と話し、佳作に選ばれたの感想を聞くと「自分のことながら凄いなと思いました」と喜びを見せていた。



## 苫前町植樹祭

苫前町・留萌南部森林管理署・留萌中部森林組合の共催により51回目となる植樹祭が9月30日に認定苫前こども園の裏山で開催された。

富士町長から「緑化推進などでゼロカーボンシティを目指す、留萌緑づくりネットワークと苫前地区花愛好会（猪股正博会長）の協力のもと、苫前・古丹別両園児をはじめ関係者ら約50名が参加し、旭川トヨペット（株）から寄贈いただいたエゾヤマザクラの苗木20本が植樹された。





# 地域で守り育てよう 私たちの苫前商業高等学校

## 「数学のおはなし」

数学は、得意な人、苦手な人がはっきりとわかれる教科ではないでしょうか？自分は、今でもはつきりと思いつけるくらい、中学の後半から数学が苦手でした。自分が何が理解できていないのかわからず、先生に質問をすることができませんでした。本校の生徒達も、数学が大好きな人もいれば、「数学が特に不安で、高校で授業について行けるか心配なんです。」という悩みを入学直後に耳にすることがよくあります。

今回は、商業科目以外の教科を紹介したいと思い、夏休み明けすぐのとある日に、1学年の数学の授業におじゃましました。なぜ、数学の授業におじゃましたかというと、2学期から数学の授業スタイルが変わったことを生徒達から聞いたからです。

この日は、生徒達が自分で選択した3チームにわかれて授業が進んでおりました。

「伸びしろしかないチーム」は、先生に問題の解き方を教わりながら、どうしてこの計算はこう解くのかを先生の説明を受けながら理解をすすめていました。

「競争チーム」は、共通のプリント問

題をテスト方式で取り組み、自分がどこまで理解できているかを確認しあっておりました。

「自分で進むチーム」は、タブレットで動画を視聴しながら問題に取り組んでおりました。

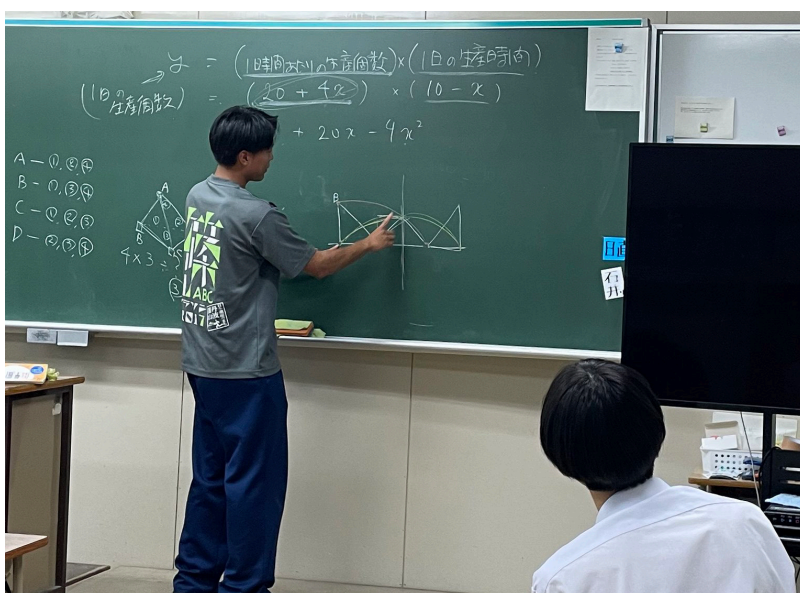
そしてこの動画。これがとても新鮮な取組！教科担当である佐賀先生が、単元毎に授業スタイルで動画を作成し、生徒達はQRコードで自分の進度にあわせて理解を進め、問題に取り組めるようになってきているのです。もちろん、生徒達全員が、自宅や寮での予習・復習に繰り返し視聴できるようになっています。自分の理解度にあわせて、家庭学習も進められるというのが、画期的な取組だと思います。もちろん、動画で理解ができないところは、佐賀先生に質問をし、解決することが出来ます。

またこの日は、放課後の講習にもおじゃましました。3学年の公務員試験対策として数学の講習が行われており、過去の試験問題を実際に解きながら、出題範囲が広い試験に挑む生徒と、それに応える先生の真剣な雰囲気を見ることができました。

私も高校生の時にこんな授業を受けたかった！と思う授業です。ぜひ、中学生の皆さんには、高校卒業後に様々な進路を選ぶことができる本校を進路先として選択してほしいと願っています。

文・写真：苫前商業高校地域連携委員

瀧川 直子





# 健康ばんざい

## 令和 6 年度 乳がん・子宮がん検診 (集団) 等のご案内

今回折り込みのチラシもあわせてご覧ください

この検診は、2 年に 1 回の受診をお勧めしております。これまで受診したことがない方や令和 4 年度以前に受診した方は、この機会にぜひ受診ください。なお、定期的に病院で検査や治療を受けている方は、主治医と相談し、病院受診を継続ください。

町の検診では、通常 1 万円以上かかる検査が無料 (町からの無料クーポンが届いた方) か若しくは数千円の負担で受診できます。

検診のご予約 (申込期間の設定あり) や詳細は、下記までお問い合わせください。

検診日	会場	受付時間	予約申込期間
12 月 4 日 (水)	公民館	時間指定制 (30 分ごと) 午前 8:30 ~ 10:00 午後 12:30 ~ 14:00	10 月 15 日から 11 月 5 日まで

\* 全ての検診は 30 分ごとの予約制とし、待ち時間が少なくなるよう工夫し実施しています。

\* 40 歳以上の方は、乳がん検診と子宮がん検診をあわせて受診できます。

### ○ 対象・検査方法・検診費用 ○

\* 令和 7 年 3 月 31 日までに下記の年齢に達する方

種類	対象者	検査方法	検診費用 (自己負担額)
乳がん 検診	40 歳以上の 町民女性	マンモグラフィ 40 ~ 49 歳 X 線撮影 2 方向 50 歳以上 X 線撮影 1 方向 * 女性の検査技師対応 (当日医師による触診はありません)	1,000 円
子宮がん 検査	20 歳以上の 町民女性	子宮頸部細胞診 《オプション・追加検査》 ・超音波検査 (500 円) → 希望者 ・H P V 検査 (1,000 円: 今年度 25 歳から 60 歳対象) → 希望者 ・子宮体部検査 (1,000 円) → 条件該当・当日診察で指示があった方	1,000 円

\* 生活保護世帯 ~ 全て無料。\* 苫前町国民健康保険及び後期高齢者医療加入者 ~ 乳がん、子宮がん検診 (頸部細胞診) は全額町負担のため無料。

\* 当日、会計で保険証を確認しますので必ずご持参ください (検診会場ではマイナンバーカードでの保険資格確認はできません)。



### ○ 乳がんの発生リスクと予防 ○

自分の身体は自分で守る

乳がんの発生には、女性ホルモンのエストロゲンが深く関わっていることが知られています。

乳がんの発生のリスクには、エストロゲンを含む経口避妊薬の使用、閉経後の長期ホルモン補充療法、初経年齢が低い、閉経年齢が高い、出産経験がない、初産年齢が高い、授乳経験がない、飲酒や閉経後の肥満・運動不足といった生活習慣病や糖尿病の既往等があります。

「ブレスト・アウェアネス」: 乳房を意識する生活習慣 4 つのポイント

- (1) ご自分の乳房の状態を知る
- (2) 乳房の変化に気をつける
- (3) 変化に気づいたらすぐ医師へ相談する
- (4) 40 歳になったら、2 年に 1 回乳がん検診を受ける



お問合せ 保健福祉課保健係 ☎ 0164-64-2215



# 後期高齢者医療ガイド

## 後期高齢者医療制度のお知らせ

～医療費のお知らせ（医療費通知）について～



### 「医療費のお知らせ」とは

健康管理の重要性を強く意識していただくため、対象期間に医療機関等を受診したすべての被保険者の皆様へ診療日数や医療費等を掲載した「医療費のお知らせ」を、年2回、ハガキで送付しています。



《ハガキ発送予定月・対象診療月》

①令和7年1月上旬発送予定

（令和6年1月～9月診療分）

②令和7年2月下旬発送予定

（令和6年10月～12月診療分）

【イメージ図】

受診年月	診療を受けた医療機関名称等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療養・生活療養費		
						回数	費用額	標準負担額
令和6年1月	〇〇病院	医科外来	1	18,000	1,800			
令和6年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000			
令和6年3月	△△病院	医科入院	5	202,000	20,200	15	11,490	6,900
合計				230,000	23,000		11,490	6,900

医療費のお知らせが届いたら  
診療日数や医療費等に  
間違いがないか確認しましょう。  
医療費の推移や健康状態を  
把握することで自身の  
健康管理に役立てましょう！



医療費控除の申告手続きで  
医療費の明細書として  
使用することができます。  
医療費控除の申告に関する  
ことは税務署にお問い合わせ  
ください。



### 一亡くなった方の医療費のお知らせについて

医療費のお知らせは、健康管理の重要性を意識していただくことを目的としていますので、亡くなった方へは送付しておりません。送付を希望される場合は、苫前町住民生活課住民係までお問い合わせください。

お  
問  
い  
合  
わ  
せ

苫前町住民生活課住民係

【住所】〒078-3792

苫前町字旭 37-1

【電話】64-2213

北海道後期高齢者医療広域連合

【住所】〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目国保会館6階

【電話】011-290-5601



# 地域包括ケアだより

## 『水分摂取』と『食事』は1年を元気に過ごすために重要です！

夏が過ぎ、過ごしやすい季節になりましたが水分摂取や食事は意識していますか？  
夏は熱中症、夏バテ予防のため、冬は乾燥、感染症予防のため、そしてフレイル、要介護状態にならないために1年を通して意識しましょう。

### 食事について

ポイント



**1日3食、欠食せずに食べることが一番重要！**

→欠食をすると①低栄養の危険性が高まる

②血糖値の急上昇が起こる

③イライラしやすい

やる気が起きないなど身体の不調が起こりやすくなる



ポイント



**これさえ食べれば健康でいられる！という食材はないため、いろいろな食材から栄養を摂りましょう！**

→いろいろな食材の代表10品目、「さあにぎやか（に）いただく」

③ さ 魚 	② あ 油 	① に 肉 	ぎ 牛乳・乳製品 	や 野菜（緑黄色） 
か 海藻 	い いも 	た 卵 	だ 大豆 	く 果物 



10品目のうちほぼ毎日（週5日以上）食べる食品が7品目以上摂取することが目標

ポイント



**いろいろな食材を3食に取り入れるときにはバランスを意識してみましょう！**

→バランスのよい食事とは主食・主菜・副菜がそろった食事

#### 主食

体を動かすエネルギーとなる炭水化物を多く含む

- ・ごはん
- ・パン
- ・うどん
- ・そば
- ・ラーメン
- ・そうめん
- ・スパゲッティ



#### 主菜

筋肉など身体を作る元となるタンパク質を多く含む

- ・鶏肉
- ・豚肉
- ・牛肉
- ・魚介類
- ・卵
- ・納豆、豆腐など大豆製品



#### 副菜

身体の調子を整えるビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含む

- ・野菜やきのこ、海藻類をたくさん入れたおかず（例）
- ・野菜入り味噌汁
- ・野菜（きのこ）炒め
- ・サラダ
- ・煮物
- ・おひたし
- ・和え物



### 水分摂取について

・冬は空気が乾燥し、インフルエンザやノロウイルスの菌が繁殖しやすくなったり、のどなどの粘膜が乾燥してウイルスに対する防御力が低下します。

→冬はウイルスに感染しやすい環境になる。

・のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分を摂り、乾燥から身を守りましょう！

→起床後、食事中、運動の前後、入浴の前後など飲むタイミングを決めて1日に1.2L以上の摂取を意識しましょう。

※心臓病、腎臓病などで医師から水分摂取量の指示がある場合は指示に従いましょう。

1.2L  
以上



お問合せ 苫前町地域包括支援センター（保健福祉課） 0164-64-2215



## 国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは、令和6年中（令和6年1月1日から令和6年12月31日）に納められた保険料の全額です（令和6年中に納められたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります）。

本年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

このため、日本年金機構から、次のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに発送されますので、お手元に届きましたら大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。郵送よりも早く受け取ることができ、簡単に確定申告ができるため、電子版を推奨しています。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます。（登録をすると郵送がされなくなります。）

電子版だと早くて便利！



	対象者	送付時期	
①	令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和6年10月中旬から下旬にかけて順次
		郵送	令和6年10月下旬から11月上旬にかけて順次
②	令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方 (①の対象者は除きます。)	電子送付	令和7年1月下旬
		郵送	令和7年2月上旬

ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

国民年金の支給開始年齢（誕生日の前日）になったら、裁定請求書を役場窓口までお持ちください。  
必要な書類が不明な場合はご相談ください。

### 【お問合せ】

苫前町住民生活課住民係  
☎ 0164-64-2213  
留萌年金事務所  
☎ 0161-43-7211



# 学びの広場

この歌声に魂が揺さぶられる

## 福原みほアコースティックソウル 北海道ツアー in 苫前

— 一座席事前申し込み受付中 !! —

日時： 11月24日(日) 17時 開場  
17時30分 開演

場所： 苫前町公民館講堂

入場料： 一般 2,000円 高校生以下 1,000円  
(当日+ 500円)

申込方法： 苫前町公民館まで電話  
もしくは QR コードから →



【福原みほ】

1987年生まれ北海道出身  
2008年にシングル「CHANGE」  
でメジャーデビュー。  
その後アルバム『RAINBOW』  
もヒットを記録。  
2021年には日本ハムファイターズ  
オープナーゲストアーティストとな  
り、CMソングや夏フェスへの出演  
など多方面で活躍している。

主催： とままえ舞台芸術サポーターズ  
共催： 公益財団法人北海道文化財団  
後援： 北海道・苫前町・苫前町教育委員会

## 公民館フェスティバル 図書室フェスティバル

11/2 SAT 3 SUN

### 開催決定!!

みなさんの「学びの成果」が一堂に集まる「公民館フェスティバル」と  
図書展示や本の無料提供が行われる「図書室フェスティバル」を開催します。  
イベント盛りだくさんの2日間！みんなで公民館へ行こう！！



### 【公民館フェスティバル】

○ 町民作品展 日時：11月2日(土)10時～17時  
3日(日)10時～16時

場所：公民館 講堂他

○ 町民舞台発表会

日時：11月10日(日)13時30分開演

\* 詳細は後日お知らせします。主催 苫前町文化協会 / 苫前町公民館



昨年の様子

### 【図書室フェスティバル】

○ 本のリサイクル市&本の帯づくりコンテスト作品展示

日時：11月2日(土)10時～17時  
3日(日)10時～16時

○ オリジナルスーパーボールチャレンジ

日時：11月2日(土)10時～11時30分  
場所：公民館実習室・研修室

～あなたの学びを応援します～

## 苫前町公民館

☎ 65-4076 FAX 65-3220

Email shakaikoiku@town.tomamae.lg.jp



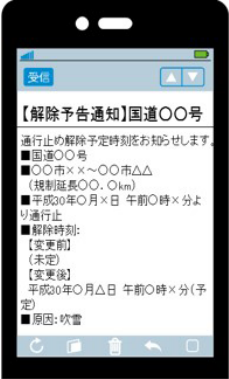
町内予定

11月

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 1日(金) 苫前商業高校「体験発表会」 | 10日(日) 町民舞台発表会       |
| 2日(土) } 公民館フェスティバル  | 16日(土) 認定苫前こども園お遊戯会  |
| 3日(日) }             | 16日(土) フットサルフェスティバル  |
| 8日(金) 健康相談(公民館)     | 17日(日) 認定古丹別こども園お遊戯会 |

道路情報のメール配信サービスとSNSについて

北海道開発局による「メール配信サービス」で、北海道内の国道の通行止め情報を提供しています。配信で国道路線・区間の絞り込み選択、配信のタイミングを任意に設定することが可能です。



メール登録者に  
・通行止め開始  
・解除予告  
・通行止め解除 の情報を配信



←こちらから登録

SNS の活用

通常の報道発表に加えて、SNS等を活用し、プッシュ型の情報発信を実施しています。



国土交通省北海道開発局留萌開発建設部  
公式 X



国土交通省北海道開発局留萌開発建設部  
道路情報 公式 X

任意の路線だけ選択できます

- パターン1 → 「出発地」と「目的地」で選択
- パターン2 → 通行する「峠」で選択
- パターン3 → 通行する「国道」と「市町村」で選択

苫前町の交通事故情報

令和6年9月の事故情報

発生 0 件    死者数 0 件    負傷者数 0 件

交通事故死ゼロ日数  
9月30日現在 1177日

風力発電の  
売電状況

(町営風車「風来望」)

令和6年9月分の実績

供給電力量

429,520kWh  
8,504,496 円



10月 町税の納期  
個人町民税  
国民健康保険税  
の納付月です。

納期内の納付にご協力をお願いします。

まちの人口 (9月30日現在)

(前月比)

男	1,316 人	(- 4)
女	1,380 人	(- 1)
合計	2,696 人	(- 5)
世帯	1,452 戸	(- 2)



## 北海道最低賃金が改定されました

北海道内の事業場で働くすべての労働者（会社員、パート、アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人）及びその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されました。

最低賃金額 時間額 **1,010 円**  
効力発生年月日 令和 6 年 1 0 月 1 日

- 最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金及び時間外等割増賃金は算入されません。
- 最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。
- 特定の産業（「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」）で働く方には北海道の特定（産業別）最低賃金が適用されます。

厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署・支署

## ＪＡ北海道厚生連 苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科 外来日は  
11月13日（水）

午前

診療時間 8:30 ~ 12:00

受付時間 8:00 ~ 11:30

午後

診療時間 13:30 ~ 15:00

受付時間 13:00 ~ 14:30

※診察には事前の予約が必要となります。  
電話での診療予約もできます。

管理栄養士による

「今日からあらためる食事療法・なんでも相談」

日程：11月20日（水）

予約制です。

ご希望の方は電話でお気軽におたずねください。

ＪＡ北海道厚生連 苫前厚生クリニック（☎ 65-3535）

### あなたの団体のPR 手伝います！

町民にあなたの団体の活動情報をお知らせしませんか？メンバー募集やイベント告知などに活用いただけます。

「掲載申込書」に記入の上総合政策室までお申込ください。

詳しくは  
町 HP から →



### 我が家の宝物 大募集!!

町民の皆さんが思わず笑顔になる元気なお子さんの写真を募集しています。

対象：1～6歳の未就学児

写真・名前・年齢・誕生日・子どもへのメッセージを添えて下のQRコードからふるってご応募ください。お待ちしております！



町公式  
ライン



グーグル  
フォーム

鎌田 節雄	伊藤 博人	西田 清一	佐藤 貞規	松村 一孝
92	74	90	74	88
9月6日	9月1日	8月31日	8月22日	8月21日
苫前	九重	苫前	苫前	上平

お悔やみ申し上げます

### 戸籍の小箱

- 旭 大矢根勝代 様
- 兵庫県 鎌田 雄司 様

ご厚志に感謝します

社会福祉協議会へ





上田 <sup>まな</sup> 茉奈 1年

主役の家をぬったらほぼ完成しているように見えて、作品も思っていたより上手に完成できました。

「身近な風景」



早川 <sup>ももか</sup> 桃華 1年

主役の塔は、直線が多くて描きやすかったです。背景の草も慣れてくると描きやすくて楽しかったです。

「身近な風景」



清水 <sup>りんか</sup> 梨花 2年

青空を薄めにして草を濃くぬって晴天の牧場にできました。牛の黒毛も明るい暗いを上手くグラデーションでぬり分けできました目のあたりがリアルっぽく、グラデーションに気をつけながら上手く彩色できました。

「牛の絵」



堀切 <sup>あきひろ</sup> 暁陽 2年

牛の黒い毛は濃く、光の当たっている所は淡い黒にきれいにグラデーションしながらぬれました。

「牛の絵」



伊藤 <sup>かける</sup> 翔 3年

昨年度、自画像画で習得したグラデーションを馬の絵にも生かせました。馬の目が一番上手く描けました。統合して人数が増えてより楽しい毎日です。

「馬の絵」



新村 <sup>しゅうと</sup> 秀斗 3年

茶色い毛の濃い所は水分量を極限まで減らして、濃さを上手に表現でき、速く正確に完成させることができました。

「馬の絵」

