



公民館・大雪山国立公園管理事務所主催  
自然観察講座「大函周辺散策」2月26日開催

## ●今月の内容●

町行政・教育行政執行方針.....	P3
令和5年度上川町の予算.....	P4
令和5年度予算の主な使い道.....	P6
お知らせ.....	P7
人がまちの魅力になる KAMIKAWA PEOPLE.....	P11
かみかわのコミュニティをご紹介クローズアップ.....	P13
地域活性化起業人活動報告.....	P14
図書だより.....	P15
	ほか

"北の山岳リゾートタウン"を考えるカンファレンスイベント  
**「熱量と熱量のセッションが生み出すローカルの未来」**  
 を開催しました！

熱量と熱量の  
 セッションが  
 生み出す  
**ローカルの未来。**



3月10日、上川町は大雪山ツアーズ株式会社と共同して越境型ローカルカンファレンス「熱量と熱量のセッションが生み出すローカルの未来」をかみんぐホールで開催しました。  
 様々な領域で活躍する方々をお迎えしたこのイベントでは、トークセッションを通じて上川町の地域や観光などの未来について議論が交わされました。

「北の山岳リゾートタウン」って？

町域面積の約半分が大雪山国立公園として指定されている上川町。北海道の屋根として2,000m級の山々が連なる大雪山連峰は、高緯度地域であることから本州の3,000m級に匹敵する高山環境を有しており、多くのまた日本屈指の大河川である石狩川の源流でもあります。

自然に恵まれた上川町がコンセプトとする「北の山岳リゾートタウン」は、平成28年度に策定された上川町タウンプロモーション戦略プランで初めて提唱されました。当初は観光ブランド化のために考案されたこのキーワードですが、現在では観光のみならず、何より全ての住民の方がこの自然の中の暮らしに幸せを感じる事ができるようにするための、住民のためのリゾート地づくりを追求するという考え方で。

令和5年度 町行政・教育行政執行方針

令和5年第1回上川町議会定例会が3月2日から15日の日程で開催されました。今月号では「町行政・教育行政執行方針」と新年度予算の概要についてお知らせします。



町行政執行方針  
 町長 佐藤芳治

令和5年第1回定例会の開催にあたり、本年度の町政執行に臨む私の基本的な考え方と取り組む施策の一端を申し上げ、議員各位をはじめ、町民の皆さまのご理解とご協力を心からお願ひ申し上げます。

令和5年度は、私が町民の皆さまから4期目の町政運営を託され

ての最終年となりますが、これまで地域経済をはじめ、町民の生活に大きく影響を与えておりました新型コロナウイルス感染症は、ワクチンの普及や治療薬の開発等により、コロナ禍以前の状態を取り戻しつつあり、3年ぶりに開催された「上川町ふるさとまつり」では、売店や催しなど久しぶりに町の賑わいを感じられるものでありました。

また、昨年度も国の新型コロナウイルスウィルス対応地方創生臨時交付金を活用し、2度にわたる地域生活応援券「かみかわペイチケット」の発行による町民の生活支援と「層雲峡割なんでもクーポン」による観光需要の喚起などに取り組みできたところであります。

しかし、円安やロシアのウクライナ侵攻が起因とされる、燃油、資材等の高騰による物価高、電気料金の値上げなど、住民生活に新たな負担と不安が押し寄せてきているものと感じております。こうした社会情勢の変化に対応しつつ、直面する課題を乗り越えるため、全力で町政運営を担ってまいりますので、今後とも

ご指導、ご支援をいただきますようお願い申し上げます。

令和5年度は、「第10次上川町総合計画」の後期5カ年のスタートの年でもあります。前期5カ年の検証を行い、基本計画でまちづくりの目標として掲げている6つの大綱「地域特性を生かした活力あるまちづくり」「一人ひとりが安心して健やかに暮らせるまちづくり」「豊かな文化と次世代の人材を育むまちづくり」「安全安心で住みよい環境のまちづくり」「自然を生かした潤いのあるまちづくり」「みんなで創り育てる協働のまちづくり」の実現に向け、上川町の魅力発信や環境整備、産業振興による実現に向け、上川町の魅力発信や環境整備、産業振興による地域活性化を図ってまいります。



教育行政執行方針  
 教育長 館山孝佳



令和5年第1回定例会の開催にあたり、令和5年度上川町教育行政の執行方針について申し上げます。

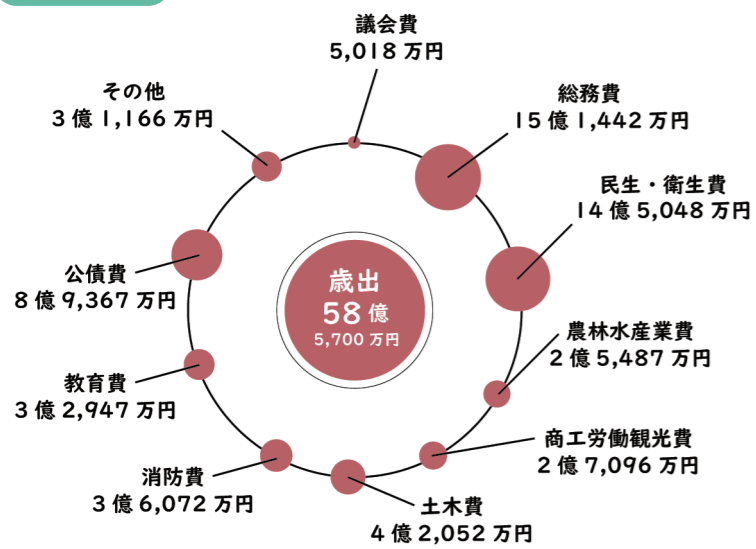
人口減少と少子高齢化がより一層進展する一方で、国際化の進展、技術革新やグローバル化など、社会の在り方が急激に変わる「Society5.0時代」の到来を

め、新型コロナウイルスとの関わり方も大きく政策転換となる『新しい動きの時代』を迎えております。

教育分野におきましては、新学習指導要領の完全実施、外国語教育の充実や教職員の働き方改革、CISスクール構想の推進など、多くの改革が行われておりますし、町民一人ひとりが生涯にわたって自主的に学習する機会の充実に求められています。

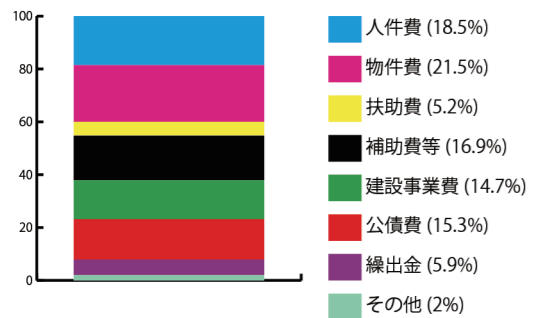
このような新たな時代に対応していくためには、教育における役割を充分認識し、魅力あるまちづくり、生きがいのある生活を送れるまちづくりに努めていかなければならないと考えており、学校・家庭・地域社会が連携し、様々な課題の解決に取り組むとともに、各種施策や事業について、点検と評価を行い上川町の教育のさらなる充実に向けて取り組んでまいります。

# 歳出

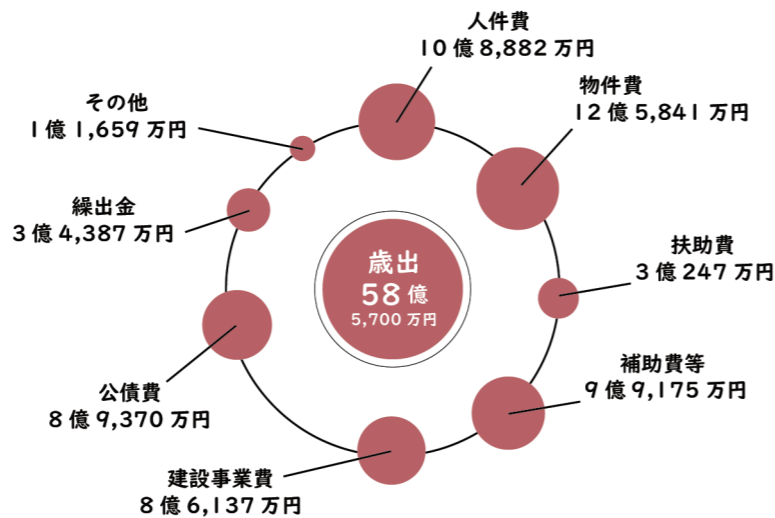


※一万円未満切り捨て

歳出では、人件費は会計年度任用職員報酬の減などにより1.2%の減、物件費は需要費、委託料の増などで3.0%の増、扶助費は心身障害者福祉費の減などで0.2%の減、建設事業費は認定こども園整備事業などで27.4%の増、補助費は地方創生推進交付金などの増により19.2%の増、公債費は4.7%の増、繰出金は公共下水道事業特別会計繰出金などの減により32.5%の減、その他はふるさと応援基金費への積立などにより11.8%の増となっています。



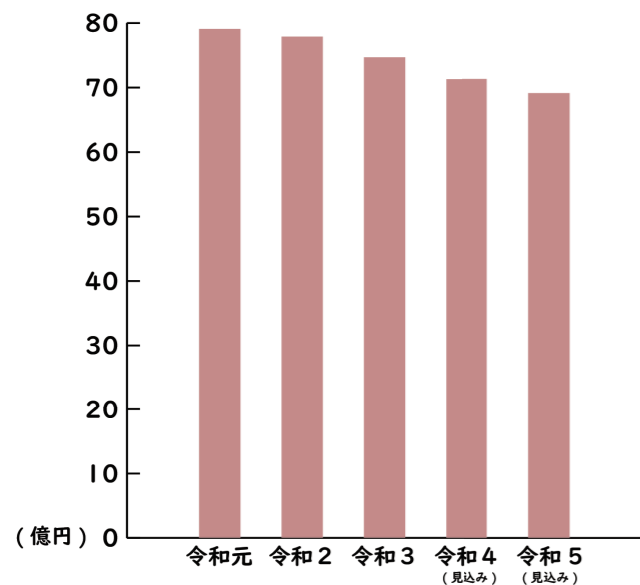
## 【性質別歳出内訳】



※一万円未満切り捨て

## 一般会計地方債残高

79.1 77.9 74.7 71.3 69.1



自治体の予算では、その年度に使うお金は、その年度の収入で賄うことを基本としていますが、その年度の収入では多額の費用がかかる公共事業などを行うことが難しくなりますので、自治体でも必要な資金を借り入れることができる制度が設けられています。この制度が地方債です。道路や学校などの施設整備は、その恩恵を現在の住民ばかりでなく、世代を超えて長く受ける施設です。世代間の負担を公平にするという意味でも、地方債の発行による資金確保を行っています。

## ◇一般会計とは

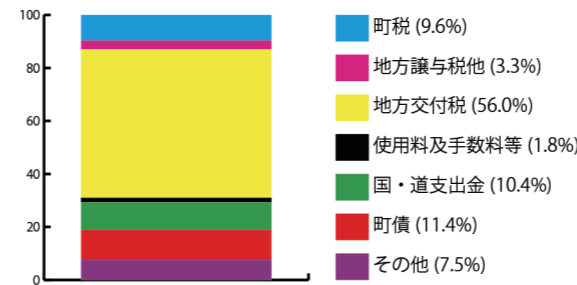
通常、上川町の予算というと、この一般会計のことを言います。一般会計とは、町の行政サービスの基本的な経費を計上している会計で、福祉や教育、道路の整備、産業の振興などさまざまな分野の仕事を行うための会計です。主な収入は、町税や国、道の支出金のほか地方交付税などです。

## ◇特別会計とは

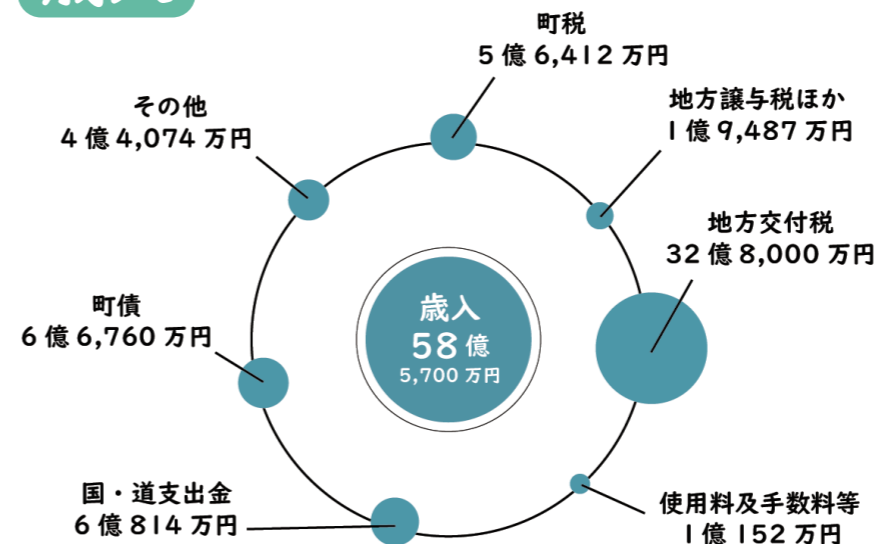
特別会計とは、特定の目的のための会計で、国民健康保険税などの特定の収入があり、一般会計とは区分し、収入・支出を処理する会計です。

## ◇企業会計とは

企業会計とは、主にその事業の収益で経費を賄って運営している事業の会計をいいます。



# 歳入



※一万円未満切り捨て

歳入の、町税は、町民税は個人、法人併せて前年度予算比較で2.4%の増額、固定資産税は8.5%の増額、入湯税は40.9%の増額を見込み、全体では前年度予算比較で9.2%の増となっています。地方交付税は、特別交付税の減により前年度予算比較0.3%の減額を見込んでいます。国・道支出金は18.2%の減、町債（臨時財政対策債除く。）は、認定こども園整備事業などの増により42.8%の増額となっています。また、事業の実施により不足する財源については、減債基金等からの繰入により、事業の実施を図ります。

## 令和5年度

# 上川町の予算

合計 **84億7,315万円**

一般会計 **58億5,700万円**

特別会計 **16億5,753万円**

企業会計 **9億5,862万円**

前年度比 +6億2,751万円



# お知らせ

手話奉仕員・手話通訳者養成講座、要約  
 筆者養成講座が開催されます

**場** 旭川市障害者福祉センター おびった  
 旭川市宮前1条3丁目3番7号

**申** 令和5年4月1日  
 ～令和5年4月26日  
 受講料は無料で、別途テキスト代がかかります。

◎初級手話講座（全25回）  
**日** 令和5年5月16日～令和5年11月  
 28日の火曜日

【昼の部】10時～11時30分  
 【夜の部】19時～20時30分

**対** 義務教育を修了した方  
**定** 各部50人（抽選）  
**費** テキスト代 各部3,300円

◎中級手話講座（全27回）  
**日** 令和5年5月17日～令和5年12月  
 27日の水曜日

【昼の部】10時～11時30分  
 【夜の部】19時～20時30分

**対** 初級手話講座を修了した方  
**定** 各部40人（抽選）  
**費** テキスト代 各部3,300円

◎手話通訳者養成講座Ⅰ（全37回）  
**日** 令和5年5月25日～令和6年3月  
 21日の原則木曜日

19時00分～20時30分  
**対** 中級手話講座を修了した方で、本講  
 座を修了していない方

**定** 20人  
**費** テキスト代 5,060円

※ 受講前に面接試験があります。本講  
 座修了後、次年度に同講座Ⅱの受講  
 が必要です。

※ 上記の講座は、聞こえない・聞こえ  
 にくいなど聴覚障がいや有する方た  
 ちへの理解を手話を通して深めるこ  
 とを目的としています。

◎要約筆者養成講座（全42回）  
 聴覚障がいや有する方に話の要点を書い  
 て伝える（要約筆記）を学びます

**日** 令和5年5月19日～令和5年10月  
 27日の火・金曜日（全42回）

10時～12時  
**対** 義務教育を修了した方

**定** 20人（抽選）  
**費** テキスト代 3,670円

**申** 保健福祉課介護福祉G  
 ☎2-4055

春の上川町火災予防運動を実施します

空気が乾燥し、火災が発生しやすい時期  
 を迎えるにあたり、火災予防の意識を高  
 めていただくことを目的に、春の上川町  
 火災予防運動を実施します。

**期** 4月20日（木）～4月30日（日）  
 ※期間中の主な行事として、消防職員及  
 び団員合同の火災防ぎょ訓練や火災予  
 防広報パレード、消防車両による巡回  
 広報を実施します。

**場** 上川消防署予防担当 ☎2-1040

国民年金保険料はスマートフォンアプリ  
 でも納付できます

国民年金保険料は、現金、口座振替、ク  
 レジットカード、Pay-eagy等による納付に加え、新たにスマートフォン  
 アプリを使用した電子（キャッシュレス）  
 決済での納付が利用できるようになりま  
 した。

- 必要なもの
- ・納付書
  - ・スマートフォン
  - ・決済アプリ
  - ・対象アプリ
  - ・auPAY
  - ・d払い
  - ・Pay B
  - ・PayPay

アプリで納付書のバーコードを読み取る  
 だけ！！  
 ※バーコードが印字されない納付書につ  
 いてはご利用できません。



国民健康保険についてのお知らせ

災害などによる資産の重大な損害や失業  
 などによる収入の著しい減少などによ  
 り、一時的に生活が困窮し、医療機関に  
 一部負担金を支払うことが困難なとき  
 は、申請によりその生活状況などに応じ  
 て支払いの減額や免除、猶予の措置を受  
 けることができます。詳細は下記までお問い合わせください。

**場** 保健福祉課医療給付G  
 ☎2-4053

令和5年度高齢者福祉タクシー券等を交  
 付します

町では75歳以上の方に対し、町内のタ  
 クシーやコミュニティバス「かみくる」、  
 層雲峡～旭川間の道北バスで利用できる  
 乗車券を交付します。

**場** 町内に居住し、次の両方に該当する方。  
 ①昭和23年4月1日までに生まれた方  
 ②令和4年度の町民税が非課税または均  
 等割のみ課税の方

**額** 100円の乗車券20枚綴りを1冊  
 ※対象の方には4月上旬に乗車券を郵送  
 します。

※要件に該当する方で、お手元に届か  
 ない場合は、担当までご連絡ください。

※周辺地域にお住まいの方には、上川  
 までの距離に応じて枚数を増やして交  
 付します。

※長期入院中、施設入所者は対象外です  
**場** 役場保健福祉課介護福祉G

☎2-4055

重度障害者（児）福祉タクシー料金助成  
 券を交付します

町では次の要件に該当する重度障がい者  
 （児）の方に対し、町内で利用できるタ  
 クシー券を交付しています。

**場** 次の障害者手帳の交付を受けている方  
 で、町民税非課税世帯または均等割の  
 み課税世帯の方

①身体障害者手帳で内部（心臓・呼吸器・  
 腎臓・ぼうこう・直腸・肝臓）障害1級

②身体障害者手帳で下肢・体幹・視覚障  
 害1級または2級

③療育手帳A判定

④精神障害者保健福祉手帳1級

**額** タクシー券1枚当たり500円の助成(24  
 枚綴り)

※対象の方には4月上旬に乗車券を郵送  
 します。

※長期入院中、施設入所者は対象外です  
 ※未申請者については、申請書を郵送し  
 ます。

※高齢者福祉タクシー券も該当になる方  
 については、一緒に郵送します。

**場** 役場保健福祉課介護福祉G  
 ☎2-4055

# 令和5年度

## 予算の主な使い道

### 農業の振興

#### 新規就農者誘致特別措置 奨励金事業

新たに農業を営み、本町の産業振興  
 に寄与する新規就農者に対し、奨励  
 金の交付や家賃を助成



### 商工業の振興

#### 特産品開発事業

地域資源や地域の食文化を活用し  
 た特産品を研究開発



### 林業の振興

#### サステナブルコンテンツ 推進事業

旧作業道を活用したマウンテンバイ  
 クコンテンツから持続可能な観光（サ  
 ステナブルツーリズム）を目指し、  
 旭ヶ丘地区の展望広場、元気の森ルー  
 ト及び中山スキー場にコースを整備



予算の詳細について  
 はQRコードからご  
 覧ください。



### 子育て支援・環境の充実

#### 認定こども園整備事業

中央保育所の建て替えにあわせ、  
 町内の保育所及び幼稚園機能を一  
 元化。今年度は園舎建築・土地造  
 成工事を実施



#### 出産・子育て応援給付事業

妊娠期から出産・子育てまで一貫し  
 て身近で相談に応じ、様々なニーズ  
 に即した必要な支援につなぐ伴走型  
 の相談支援を充実



### 保健予防対策の充実

#### 安心出産支援事業

妊産婦・子育て世帯が安心して妊娠・  
 出産・子育てできるよう妊娠期から  
 出産・子育てまで身近な相談に対応。



#### 健康検診事業 （若年者ワンコイン健診）

受診率の低い若年者、20歳～39歳  
 の費用負担を500円に軽減し、健診  
 の受診勧奨、生活習慣病の予防及び  
 重症化を予防



### 生涯スポーツの振興

#### 運動・スポーツ習慣化 促進事業

筋力トレーニングをはじめとする  
 様々なエクササイズを通して健康的  
 な生活を送れるよう知識向上・運動  
 の習慣化のための取組みを実施



### 道路環境・公共交通の充実

#### 公共交通利用促進事業

上川～層雲峡間での町民の移動手段  
 確保のための検証を目的とした実証  
 事業で、路線バス・黒岳の湯入浴券  
 を町民限定でセット販売



### 低炭素社会の実現

#### 温暖化対策事業

カーボン排出量実質ゼロを実現する  
 ために、温室効果ガスの排出の現状  
 と再生可能エネルギーポテンシャル  
 の調査を実施



#### 栄町パークゴルフ場 休憩所設置事業

栄町パークゴルフ場に雨風をしのげ  
 るログハウスタイプの休憩所を増設



### 「たいせつの絆」の開館時間等について

「たいせつの絆」の開館時間と温浴施設  
 は、令和3年度より実証実験として右記  
 のとおりの開館時間・定休日としてお  
 りましたが、3月の町議会で正式に条例改  
 正がありましたのでお知らせします。


### ○開館時間

	温浴施設	交流施設
5～10月	午前11時00分～午後9時00分	午前8時30分～午後9時00分
11～4月	午前11時00分～午後8時00分	午前8時30分～午後8時00分

※最終受付は閉館時刻の30分前

○温浴施設の定休日……毎週木曜日

かみかわの人口 (2月末現在)		
男	1,495人	(-3人)
女	1,679人	(-10人)
計	3,174人	(-13人)
世帯数	1,874世帯	(-10世帯)
( )内は前月との比較です		



【上川町ふるさと応援寄付】  
2月 1,612,000円  
▽岡本 一雄さん(愛知県)ほか97人

▽沼田 達夫さん  
▽上野 律子さん  
▽平野 宗徳さん  
▽吉田 光雄さん  
▽沼田 宏之さん  
▽松村 清一さん(旭川市)  
▽手戸 伸一さん(神奈川県)  
|| 社会福祉協議会 ||

ご寄付・寄贈  
ありがとうございます

## 4月9日(日)は北海道知事選挙・北海道議会議員選挙の投票日です

投票場所及び投票時間

投票区	投票場所	投票時間
上川第1投票区	かみんぐホール	午前7時～午後7時
東雲第2投票区	大雪かみかわヌクモ	午前7時～午後6時
層雲峡第3投票区	層雲峡観光総合コミュニティセンター	午前7時～午後4時



※今回選挙から菊水第3投票区が廃止され、上川第1投票区かみんぐホールに統合されましたのでご注意ください。

ご不明な点は、3月14日配布のチラシをご覧になるか、選挙管理委員会事務局(☎ 2-1211)へお問い合わせください。

## 令和5年度の国民年金保険料額は 1カ月16,520円です

国民年金保険料は、お支払い方法によって、お得な割引があります。

### ■現金での納付

現金での6ヵ月前納・1年前納・2年前納でお得な割引制度が用意されています。

※1年度分・6ヵ月分の前納納付書は、4月上旬に発送されます。2年前納を希望される方は、旭川年金事務所(☎ 0166-27-1611)までお問い合わせください。

### ■口座振替での納付

口座振替は、現金納付よりも割引額が大きい6ヵ月前納・1年前納・2年前納や、月々50円割引となる早期制度が用意されています。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または最寄りの年金事務所へお申し出ください。

### ■クレジットカードでの納付

クレジットカード納付でも6ヵ月前納・1年前納・2年前納でお得な割引制度が用意されています。

ただし、有効期限を超えるクレジットカードの場合は、更新時に改めて手続きが必要な場合がありますのでご注意ください。

クレジットカードをご希望の方またはクレジットカードの有効期限を超える方は、旭川年金事務所(☎ 0166-27-1611)までお問合せください。



## 児童扶養手当 特別児童扶養手当 特別障がい者手当等 制度について

児童扶養手当				
離婚や死別等の事情によって児童を養育するひとり親等に対して支給される手当です。				
・18歳まで(18歳になった最初の3月31日まで)の子どもを扶養している方 ・20歳未満の一定程度の障がいがある子どもを扶養している方				
手当額 (月額)	全部支給	1人目 44,140円 2人目 10,420円の加算、3人目以降 6,250円の加算		
	一部支給	1人目 44,130円～10,410円 2人目 10,410円～5,210円、 3人目以降 6,240円～3,130円		
所得に応じて、全額支給停止または一部支給停止となります。				
所得制限額 (所得額)	扶養親族数	全額支給(本人)	一部支給(本人)	配偶者・扶養義務者等
	0人	490,000円	1,920,000円	2,360,000円
	1人	870,000円	2,300,000円	2,740,000円
	2人	1,250,000円	2,680,000円	3,120,000円
	3人	1,630,000円	3,060,000円	3,500,000円
・4人目以降は1人につき38万円加算 ・所得制限には、同居している扶養義務者等の所得も含まれます。				

特別児童扶養手当			
一定程度の障がいをお持ちの20歳未満の子どもを在宅で扶養している方に支給されます。			
手当額(月額)	1級(重度) 53,700円 2級(中度) 35,760円		
所得制限額 (所得額)	扶養親族数	本人	配偶者・扶養義務者等
	0人	4,596,000円	6,287,000円
	1人	4,976,000円	6,536,000円
	2人	5,356,000円	6,749,000円
	3人	5,736,000円	6,962,000円
4人目以降		1人につき38万円加算	1人につき21.3万円加算

障害児福祉手当(20歳未満)・特別障害者手当(20歳以上)・経過的福祉手当			
重度の障がいの状態にあるため、日常生活(在宅)において常時介護を必要とする障がい者(児)に支給されます。			
手当額(月額)	障害児福祉手当および経過的福祉手当 15,220円 特別障害者手当 27,980円		
所得制限額 (所得額)	扶養親族数	本人	配偶者・扶養義務者等
	0人	3,604,000円	6,287,000円
	1人	3,984,000円	6,536,000円
	2人	4,364,000円	6,749,000円
3人		4,744,000円	6,962,000円

該当する方で、認定を受けていない方は認定請求の手続きを行ってください。  
それぞれに支給の要件があります。詳しくは保健福祉課介護福祉G(☎ 2-4055)へお問い合わせください。

人がまちの魅力になる  
KAMIKAWA  
PEOPLE

まちに住んでいる・働いている人をご紹介します！

チーズ工房 **安住 正弘 さん**  
あずみ まさひろ  
vol.1

「今はチーズ主体ですが、  
今後焼きたてのパンなど  
も作りますので、お楽しみに！」



**PROFILE**  
札幌市出身  
10年前上川町に移住し、  
フラテッロ・ディ・ミクニに勤務。現在チーズエ  
工房で勤務し、チーズを作っ  
ています。



◆チーズを作るきっかけ  
町で生産されている生乳が旭  
川などに行き上川町産でなくな  
るので、まちで有効に活用した

◆上川町に移住  
10年前フラテッロ・ディ・ミ  
クニオープンタイミングで札  
幌市から上川町に移住されまし  
た。昨年からの工房でチーズ  
の試作をしながら土日でお店を  
開いて販売もされています。

上川町に住んでいる・働いて  
いる人をご紹介します。KAMIK  
AWA PEOPLE。第一弾  
は「KAMIKAWA KITCH  
EN」でチーズづくりをし  
ている安住正弘さんをご紹介します。



◆これからのチーズ工房  
安住さんは、「食は地元に応援  
されて、愛されるものを作っ  
ていくことで成長していく」と話  
され、まずは町内での消費、また、  
100%地元で生産されている  
生乳を使用したチーズをつくり、  
町の新たな魅力の創出と町内の  
経済の循環を目指しています。  
今後チーズを町内だけで販売  
を予定し、層雲峡帰りの観光客  
がチーズを買うために町に寄  
ることを狙っています。



## 上川町コミュニティバス 「かみくる」

「かみくる」は、「かみかわ」の町の中を「くるくる」まわって、あなたを迎えに「くる」が相性のコミュニティバスで、令和元年より運行を開始しました。

路線上であればどこでも乗り降りでき、どなたでも利用いただけます。バスが来たら手を挙げてお知らせください。運行日は平日のみで、土日祝日と年末年始運休日です。



↑バス停はこのマークが目印！

### 運賃(1日券)

大人 小・中学生 小学生未満  
100円 50円 無料※  
※=12歳以上の方の同伴が必要です。

下記障害者手帳等証明書を持っている方  
及びその介助者は無料となります。

- ①身体障害者手帳
- ②療育手帳
- ③精神障害者保健福祉手帳
- ④特定医療費(指定難病)の受給者証

※乗車時に1日券を販売いたします。  
2回目以降は1日券をご提示ください。  
※タクシー券も使用できます。  
※障害者手帳等証明書を持っている方は、  
乗車時に提示が必要になります。

教えてくれたのは……



総務課総務財政グループ  
宮川主任

「かみくる」は町内にある公  
共施設などを結んでいます。  
生活の足として、ぜひご利用  
ください！

時刻表・経路図がわかる巡回マップは町の公  
式 Web サイトからご覧いただくか、役場な  
どでお求めください！

●総務課総務財政G ☎2-1211



巡回 MAP



メンバーは随時募集中です。お気軽にお越しください！



写真は3月3日開催「おはぎづくり」

こんな活動をしています！

☆親子あそび	保健センター2階和室にて毎週火曜日、金曜日 10時～11時30分 予約不要
☆ころころぱんだ	9時30分から11時30分まで時間を延長して解放 要予約 土曜に月1回程度(5月上旬以降からの予定)
☆親子お楽しみ講座	社協子育てボランティアの協力のもと、四季折々の行事を開催 要予約
☆親子文庫	子育てに関する本を2週間程度貸し出し
☆子育て相談	電話相談：月～金曜日 8時～12時 ☎2-1076(直通)
	面接相談：毎週水曜日 8時～12時 要予約
	メール相談：随時
☆ニュースなどの発行	月のお手紙を乳幼児健診、町内掲示などで周知

「みんなで支え合う」をモットーに、大変な子育てを楽しく過ごして行けるように活動しています。我が子だけを見ていると困った出来事でも、活動の中で解決できることがあります。お気軽に遊びに来てお友達をつくりませんか？

お話をしてくれたのは……



中野 宏美 先生

上川町地域子育て支援センター  
どんぐりっこ

就学前のお子さん・保護者の方と一緒に  
親子あそびや講座、四季折々の行事などを行っています。

卒業おめでとう！

3/1



上川高校



ゆめにおかっ  
て  
がんばるぼわん♪

カメラレポ  
ート

3/10

上川中学校



おとなへの  
いっぽだぼわん



3/17

上川小学校



みんな  
おにいさん・おねえさん  
になったぼわん



公民館図書室からのお知らせ

# 『図書だより』

## 今月のおすすめ!



Twitterで55万人のフォロワーを持つ著者が紹介する「おいしい野菜の見分け方」。スーパーで失敗しなくなる「選び方のコツ」を紹介しています。新生活などの参考によんでみませんか?

## 新刊案内

《一般書》		町田 そのこ	あなたはここにいないとも
金川 顕教	科学的に正しい読書術	辻堂 ゆめ	答えは市役所の3階に
西 剛志	認知バイアスの教科書	真梨 幸子	4月1日のマイホーム
田中 克成	自分をよろこばせる習慣	終 サナカ	天国からの宅急便
三浦 孝偉		菰野 江名	つぎはぐ、さんかく
続けられる人になるための37の「やめる」		宇佐美 まこと	逆転のパラド
磯田 道史	徳川家康 弱者の戦略	小野寺 史宜	君に光射す
エマニュエル・トッドほか		櫻田 智也	蟬かえる
2035年の世界地図		《児童書》	
安倍 晋三ほか	安倍晋三回顧録	青山 剛昌	名探偵コナンの探究ファイル
豊田 有恒ほか	不思議の国ニッポン	イル小学生のうちに知っておきたい世界のこ	わくわく生活ラゴ
中野 信子	脳の闇	ためして!ウラ技大全	粟生 こずえ
宮沢 孝幸	ウイルス学者の絶望	そんなわけで都道府県でき	ちやいました!図鑑
稲田 俊輔	ミニマル料理	池上 彰	僕らの未来が変わるお金と
森シェフ	おうちごはんの神	生き方の教室	ほか
青髪のテツ	スーパーのエキスパート店員		
が教えるおいしい野菜まるみえ図鑑			
神永 学	月下の黒龍 浮雲心霊奇譚		
川上 未映子	黄色い家		

新しく上川町に来られたみなさまも、お気軽にご利用ください!  
4万冊以上の蔵書のほか、DVDなどを鑑賞できるAVブース、雑誌・新聞などがあるブラウジングコーナーもあります♪



## ACCESS



上川町公民館図書室〈ハーブホール〉  
上川町かみんぐホール内 ☎2-2371  
HP: <http://www.library-town-kamikawa.jp/>  
開室日: 毎日(年末年始、蔵書点検日等を除く)  
開室時間: 10時00分~17時00分

公民館図書室で発行している「図書だより」ですが、今月号より内容の一部を「広報かみかわ」にも掲載します。  
新刊の一覧やベストリーダーなどは公民館図書室のウェブサイトからもご覧いただけますのでご利用ください。

## 4月の読み聞かせ

4月12日(水)  
14:45から1時間ほど  
図書室お話の部屋で

## 特集のお知らせ

『家庭菜園・ガーデニング』特集  
4月3日(月)から  
待ちに待った雪解けの季節。  
ガーデニングに挑戦しませんか?

## 今回レポートするのは… 地域活性化起業人



広告・出版制作会社  
編集・ディレクター  
越中谷 翔子 さん



Goodpatch  
デザインリサーチャー  
米田 真依 さん

新しい働き方を、上川町で。

# KAMIKAWORK® PROJECT

## 広報かみかわ、リニューアルへ!

### きっかけは町の声から



町のみなさんへのインタビューを通してまちと層雲峡、地域おこし協力隊と上川町が地元のみなさん、役場職員と職員以外の町民の方々など町の中でコミュニケーションがうまく取れていないことを課題に感じるという声を伺いました。

また、広報担当の工藤さんから「昨年10月号の広報かみかわの表紙に上川町の昔の写真を掲載したところ町のみなさんが表紙を見ながら会話をしてくださっていた」というお話を伺い、町のみなさんに広く読んでいただける広報へと改善していくことが町のコミュニケーション課題の解決への一歩を踏み出せるのではないかと考え、プロジェクトチームができました。



町の声を  
プロジェクトチームに  
共有!

### みなさんに読んでいただける広報へ

どんなコンテンツがあったら良いだろう?  
町のみなさんの声をもとにプロジェクトメンバーと話し合いを重ね、広報の校正を検討しました。

お金をかけなくても、少しずつより良い広報にしておく方法があると思います。実際に制作を担当されている広報のお二人に誌面のラフの作り方や、レイアウトについてアドバイスをさせていただきながら、メンバーのみなさんと広報を制作しました。



仕事のノウハウを  
伝授

## 新しいコンテンツを町民のみなさんに読んでもらいました



渡辺さん

写真は大きく、文章はわかりやすく、読みやすい記事が増えるとうれしいです。町民の笑顔がたくさん入った広報になるといいですね!



明石さん

町のみなさんがどんな活動をしているのか知るコンテンツがあるのが良いと思います。大切な部分をピックアップして紹介してもらえると短い時間で情報収集できるので助かります!



お忙しい中、コメントをいただきありがとうございました。いただいたご意見をもとに、今後もみなさんに読みたいと思っただけの広報をチームで考えていきたいと思っています。



## 40～70歳のみなさん 年に1度の特定健診を！

心血管疾患になる原因として肥満や高血圧、高血糖、高脂血症などの生活習慣病が挙げられます。しかし、これらの生活習慣病は重症化するまで自覚症状がないことがほとんどです。症状がない中でも早いうちから生活習慣病予防に取り組むこと、お薬を飲んでいる方はコントロールの良い状態を持続させることが血管を守ることに繋がります。自分の身体を知り、守るためにぜひ健診を受けていただけたらと思います。

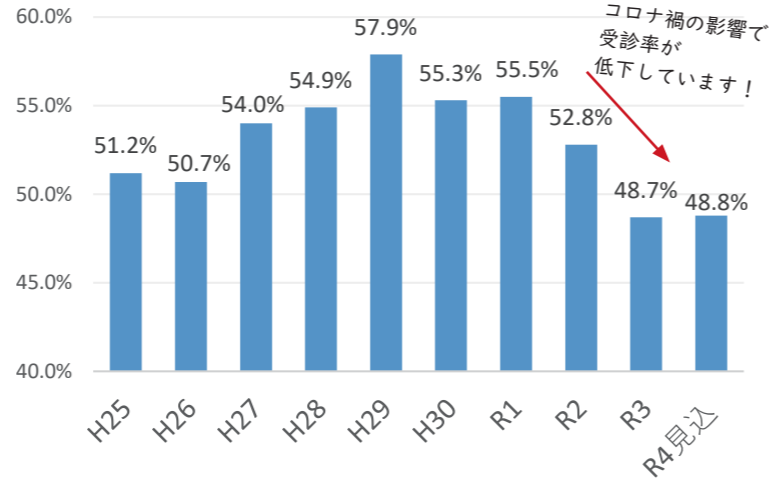
(保健師 佐崎)



### 特定健診って？

- ・メタボリックシンドロームに着目した健診
  - ・心血管疾患（心筋梗塞や脳卒中など）の予防が目的
  - ・40～70歳が対象
- ★令和5年度の健診の詳細については4月に配布される「特定健診・がん検診等のお知らせ」をご覧ください。

### 上川町 特定健診受診率の推移



院長 平野 嘉信

上川医療センター・つつじ苑の平野です。  
4月3日から、3名の新しい先生方が赴任されます。新しい先生方もよろしくお願いいたします。また、外来診療開始時刻が9時に変更いたしますのでご理解・ご協力の程、何卒よろしくお願いいたします。

### 5月の健康ガイド

#### 乳幼児健康診査、1歳6ヵ月・3歳児健康診査

日にち 26日(金)  
受付 午後0時45分～  
場所 保健福祉センター 2階和室等  
対象者  
○乳幼児健診  
令和4年4月～令和4年5月、7月～8月、10月～11月  
令和5年1月～2月の出生児  
○1歳6ヵ月児～9ヵ月児健診  
令和3年9月23日～11月26日生まれの児

○3歳児健診  
令和2年3月23日～令和2年5月26日生まれの児  
※対象者へ個人通知します。  
**特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、ピロリ菌検査**  
日にち 30日(火)  
受付 午前6時30分～10時30分  
場所 かみんぐホール(予定)  
※詳細は、各戸配布「令和5年度特定健診・がん検診等のお知らせ」をご覧ください。

## お家で簡単エクササイズ



ここ数年コロナ禍で、特に運動不足になっていませんか。  
1日5分など少しでも良いので、意識して運動し、健康的なカラダを手に入れましょう。  
今回は、イスに座りながら出来る簡単エクササイズをひとつご紹介いたします。是非お家でやってみてください。

- 1 イスに座る  
バランスを崩して倒れないようにイスの横などを手でしっかりつかんでカラダを支えましょう。
- 2 片方の脚の膝下を持ち上げる  
太ももの前側の筋肉にしっかりと力を入れることを意識しながら膝下を持ち上げます。
- 3 上げた脚を元の位置に戻す  
ゆっくり①の体制に戻ります。カラダがぐらつかないようにお腹にしっかりと力を入れましょう。
- 4 反対の脚も同様に上げ下げする  
②～③と同じように筋肉を使っている意識し、しっかりと力を入れることがポイントです。

### 「きたよん通信」 知っていますか？ 世界自閉症啓発デー(4月2日)・ 発達障害啓発週間(4月2日～8日)

毎年4月2日は、国連が制定した「世界自閉症啓発デー」です。日本では、4月2日から4月8日までを「発達障害啓発週間」と定め、自閉症をはじめとする発達障害について、みなさまに知っていただくこと、理解をしていただく機会としています。希望や平穩を表す「青」をシンボルカラーにして、各地でイベントやライトアップが行われるようになりました。

毎年4月2日は、「あたりまえに思われていることへの対応がわからない」、「音や光がうるさすぎ・まぶしすぎて、つらい」ことなどがあります。親の育て方や本人の努力不足ではなく、脳機能の障がいであることを理解していただき、一人一人の特徴に応じた配慮をお願いします。

自閉症って？  
自閉症は病気ではなく脳の発達の仕方の違いによる生まれつきのものだと考えられています。はっきりとした原因はまだわかっていません。自閉症の特性がある場合、「言われていることがよくわからない」

自閉症をはじめとする発達障害について知っていただくことは、理解をしていただくことは、発達障害のある人だけでなく、だれもが幸せに暮らすことができる社会の実現につながっていきます。



◎上川中部福祉事務組合  
上川中部基幹相談支援センター  
〒078-1393  
上川郡当麻町3条東2丁目11番1号  
(当麻町役場庁舎内)  
TEL 0166-84-7111

FAX 0166-84-7333  
Kitayon@potato.ne.jp  
虐待防止センター専用電話  
0166-84-7222  
(24時間対応)

### まちを支えてきた 先駆者たちが集う！

町社会福祉協議会は保健福祉センターで「上川町先駆者の集い」を開催しました。

イベントでは大正琴サークル「エスポワール」に社協若手職員2人が体験入会して演奏の披露、体験移住している㈱グッドパッチの若手による上川町についての〇×クイズ、また、老人クラブ連合会広報誌の「誌名発表会」および誌名考案者への授賞式などが行われました。



3/7

### 連携企業イベント 寄り合わナイト開催！

かみんぐホールにて上川町まちづくりイノベーション推進協議会が町と連携企業と町民がふれあう「寄り合わナイト」を開催しました。

このイベントでは㈱コロンビアスポーツウェアジャパン、サツドラホールディングス㈱、㈱グッドパッチの3社がそれぞれブースを出展し、商品の販売や健康相談会、ワークショップを行いました。



2/28

2/27

### かわたびほっかいどう 観光協会優秀賞受賞



北海道開発局が主催する地域の活性化や振興を図り、北海道の魅力を最大限に引き出す事業を表彰する「かわたびほっかいどう大賞2022」で層雲峡観光協会、上川大雪酒造㈱、旭川開発建設部による「ダムで日本酒の貯蔵実験&大雪ダムの裏側満喫ツアー」が優秀賞を受賞し、贈呈式が氷瀑まつり会場で行われました。

昨年8月にボランティアの協力により行った事業で、代表して層雲峡観光協会が表彰を受けました。

2/14 ~  
2/21

### 高校生達のための塾 PORTOで開催！

交流&コワーキングスペース PORTOにて町教育委員会が「地域未来塾」を開催しました。期間中、旭川大学の「斎藤ゼミ」の学生やPORTOのインターン生がサポートしながら、約20人の高校生が雑談も交えて和気あいあいと学習に取り組み、学校のテストに向けて真剣に勉強しました。

生徒たちは勉強だけでなく、地域の大人や普段話す機会がない大学生たちとも積極的にコミュニケーションを図り、充実した時間を過ごしました。



2/19 ~  
2/25

### 凍結路面でも 安全走行！

上川消防署は総合グラウンドに造成されたスケートリンクを使用して、凍結路面走行訓練を実施しました。

凍結路面での走行は圧雪期以上に気を遣い、スパイクタイヤ、スタッドレスタイヤの制動力の違いや、2輪駆動や4輪駆動の違い、更に歩行者の飛び出しを想定した回避行動等を体感しました。

緊急走行をはじめ消防用車両の運行には、常に交通安全を心掛けています。



2/27  
3/10  
3/11

### シニア世代 デジタルに挑戦！

いきいきセンターたいせつの絆にて65歳以上を対象とした「上川町シニア向けデジタル講座」を開催しました。

この講座ではテレビを例にデジタルの歴史を振り返り、実際にタブレットを活用してデジタルそろばんや計算ゲームを楽しみました。

参加者からは「自分もスマホやタブレットを持っているがあまり使えていないのでこの機会に使いこなせるようになりたい。今回の講座はとても楽しかった。」と話していました。



# 4月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
25日	26日	27日	28日	29日	30日	1日
2日 リサイクルの日	3日 燃やせるごみ A、C 保育始め	4日 燃やせるごみ B、E、I	5日 燃やせないごみ A、C、D	6日 燃やせるごみ A、C、D 上中入学式 上小入学式 新入学児交通安全 期間（14日まで）	7日 燃やせるごみ B、E、F、G	8日
9日 統一地方選挙 投開票日	10日 燃やせるごみ A、C 上高入学式	11日 燃やせるごみ B、E、I	12日 燃やせないごみ B、E、F、G、I	13日 燃やせるごみ A、C、D	14日 燃やせるごみ B、E、F、G	15日
16日 春の全町一斉清掃	17日 燃やせるごみ A、C	18日 燃やせるごみ B、E、I	19日 燃やせないごみ A 粗大・有害ごみ A、C、D 白寿大学開講式 9：30～かみんぐ	20日 燃やせるごみ A、C、D 春の上川町火災予 防運動（30日まで）	21日 燃やせるごみ B、E、F、G	22日
23日	24日 燃やせるごみ A、C	25日 燃やせるごみ B、E、I	26日 燃やせないごみ B、E、I 粗大・有害ごみ B、E、F、G、I（菊 水、東雲地区）	27日 燃やせるごみ A、C、D	28日 燃やせるごみ B、E、F、G	29日 昭和の日
30日	1日	2日	3日	4日	5日	6日

※記載のイベントは新型コロナウイルスの感染状況によって中止、または延期になる場合があります。

## ゴミ収集区域

① 中央町・南町・本町・花園町・西町

② 旭町・新町・北町・東町・新光町・川端町・栄町・

みずほ

③ 清川・層雲峡

④ 越路・豊原・日東・天幕

⑤ 共進（みずほ除く）

⑥ 菊水（下段）

⑦ 東雲（美沢含む）

⑧ 菊水（旭ヶ丘）

⑨ 白川・菊水（下段を除く）・東雲（下段）

※ゴミ収集について詳しくは役場税務住民課住民G  
環境衛生担当にご確認ください。

