

かみかき



●今月の内容●

- 令和2年度決算結果.....P 2
- 地域おこし協力隊活動報告.....P 6
- お知らせ.....P 8
- 上川中学校職業体験学習.....P12
- 上川高校インターンシップ.....P13
- 診察室より.....P16
- ホットピックス.....P18
- など

10月9日(土)
PORTO (ポルト)
グランドオープンセレモニー

令和2年度決算結果

上川町のお財布

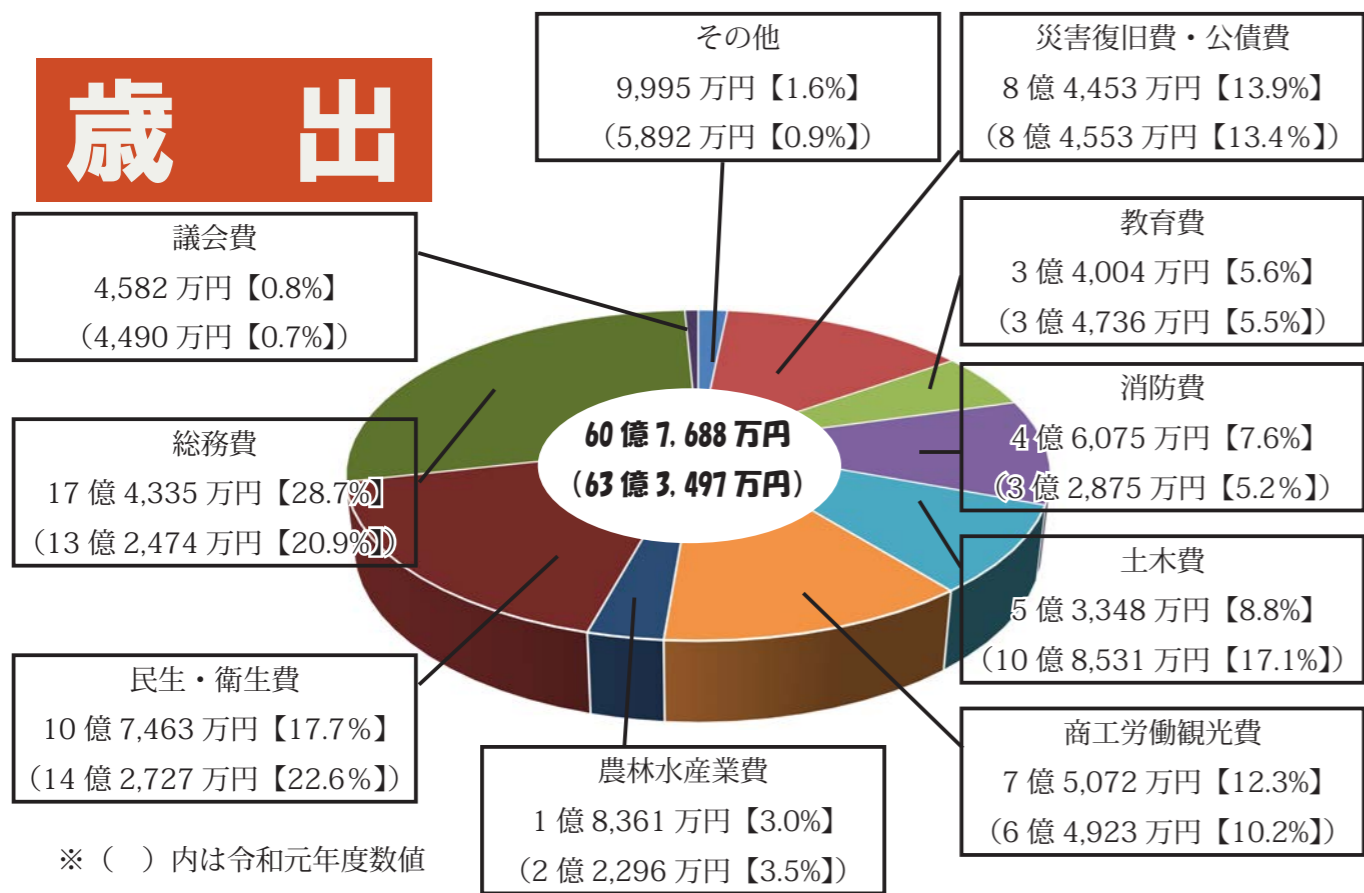
一般会計

町は、町民の皆さまから納めていただく町税、国や道からの交付金などをもとに、まちづくりを行っております。

決算とは、歳入（町の収入）と、歳出（町の支出）をわかりやすくまとめたものです。まちづくりのため、どのような事業にどのくらいお金が使われたのか分かります。

令和2年度の上川町の一般会計の財政規模は、歳入が62億9041万円の前年度対比3.2%減、歳出が60億7688万円の前年度対比4.1%減となり、いずれも前年度を下回り、歳入歳出差引額は2億1353万円の黒字、この歳入歳出差引額から、翌年度に繰り越すべき財源を控除した実質収支は、2億1329万円の黒字となっています。

歳出

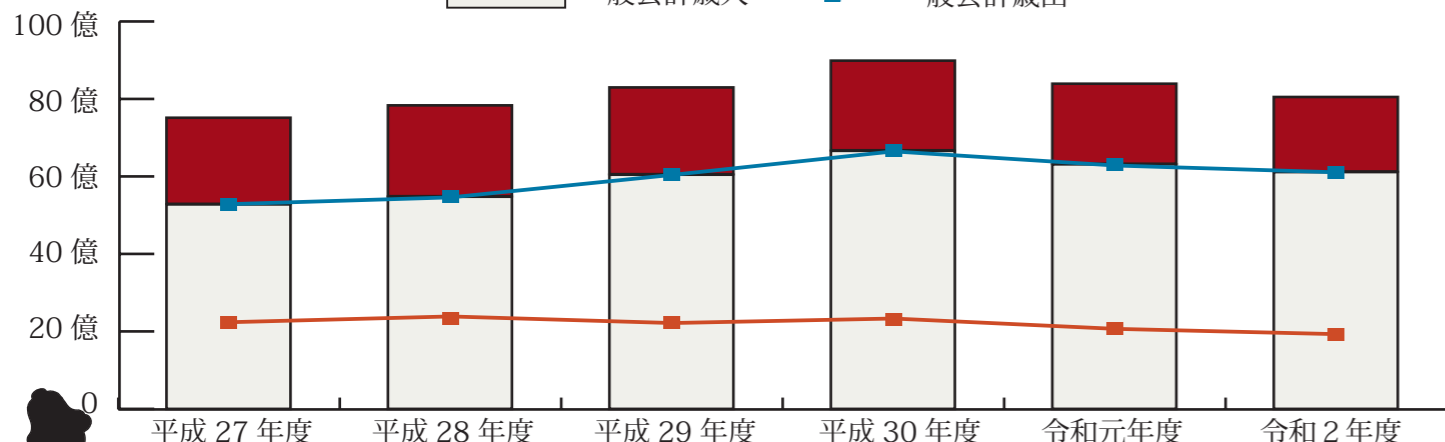


※（ ）内は令和元年度数値

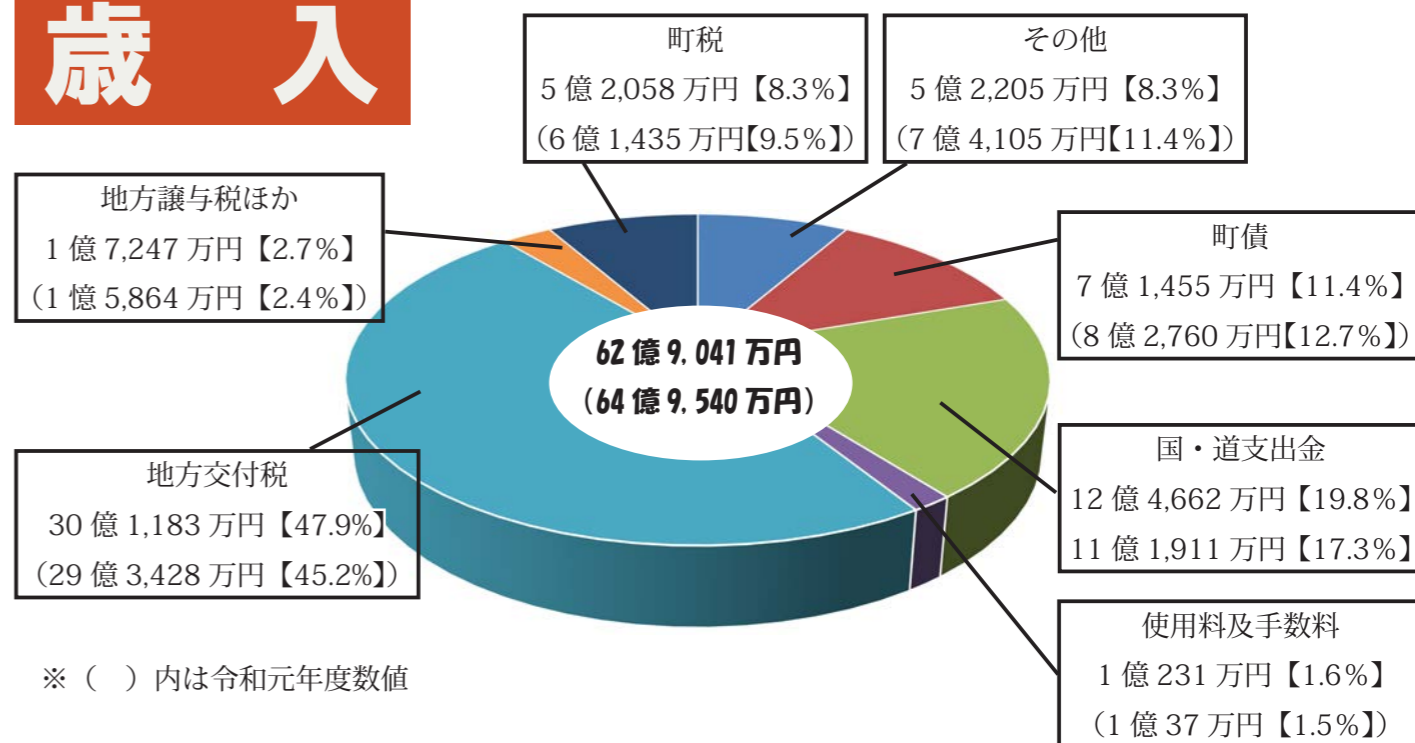
議会費	議会運営・議員報酬など
総務費	総務・企画・税務・財産の管理・町有林の管理・移住定住・情報防災など
民生・衛生費	各福祉事業・介護保険・医療給付・保育所の経費・各種検診・保健衛生・環境衛生など
農林水産業費	農林水産業の振興など
商工労働観光費	労働対策・商工業振興・観光振興など
土木費	道路・公園などの整備や維持管理、除雪など
消防費	消防に関する経費
教育費	学校教育・社会教育・図書室・スポーツ振興など
公債・災害復旧費	災害復旧経費、施設・道路整備などの借入金の返済
その他	企業会計繰出・基金積立

ここ数年の一般会計と特別会計の動き

■ 特別会計歳入 —■— 特別会計歳出
■ 一般会計歳入 —■— 一般会計歳出



歳入



※（ ）内は令和元年度数値

地方交付税	町の財政力に応じて国から交付される。
国、道支出金	各事業に国、道から交付される。
町債	災害情報伝達設備事業、水槽付消防ポンプ自動車整備事業、高規格救急自動車整備事業など
町税	町民税、固定資産税、入湯税など
地方譲与税ほか	地方消費税、自動車取得税など
使用料及手数料	公共施設の使用料、手数料
その他	分担金、寄附金、繰入金、繰越金など

企業会計（簡易水道事業会計）（ ）内は対前年度比

区分	収益的収支※1	資本的収支※2
収入	1億5,717万円（3.7%減）	4億809万円（3.9%増）
支出	1億752万円（6.7%減）	4億3,944万円（3.4%増）
差引	4,965万円（3.7%増）	△3,135万円（3.4%増）

※1 収益的収支 経営活動に伴い発生したすべての収益と費用

※2 資本的収支 企業の将来の経営活動に備えて行う施設設備の建設改良に要する収支

・資本的収支の不足額については、当年度分消費税および地方消費税資本的収支調整額で補填しました。

建設改良工事としては、移住・定住促進団地配水管新設工事などで合計1,647万円を実施しました。給水状況については、給水人口は3,119人（対前年比0.9%減）で、配水量は607,412m³（対前年比1.4%減）となり、有収水量は387,303m³（対前年比14.4%減）となりました。

財政指標

財政力指数は、0.17となっています。このことは、標準的な行政を運営していくための財源として、町税などの自前の財源が2割未満であることを表しています。

財政力指数は数値が1に近いほど、また、1を超えるほど財源に余裕があるとされています。

経常収支比率は、91%と前年度数値より0.8ポイント軟化しました。町村の場合75%を超えると財政構造の弾力性（ゆとり）がなくなってくるといわれており、財政力の余力がなく、依然として厳しい財政運営となっています。

健全化判断比率および資金不足比率

「地方公共団体の財政健全化に関する法律」により、財政状況を表す5つの指標のうち、国が定めた基準以上になった団体は国の管理下で財政再建の取り組みを行わなければなりません。

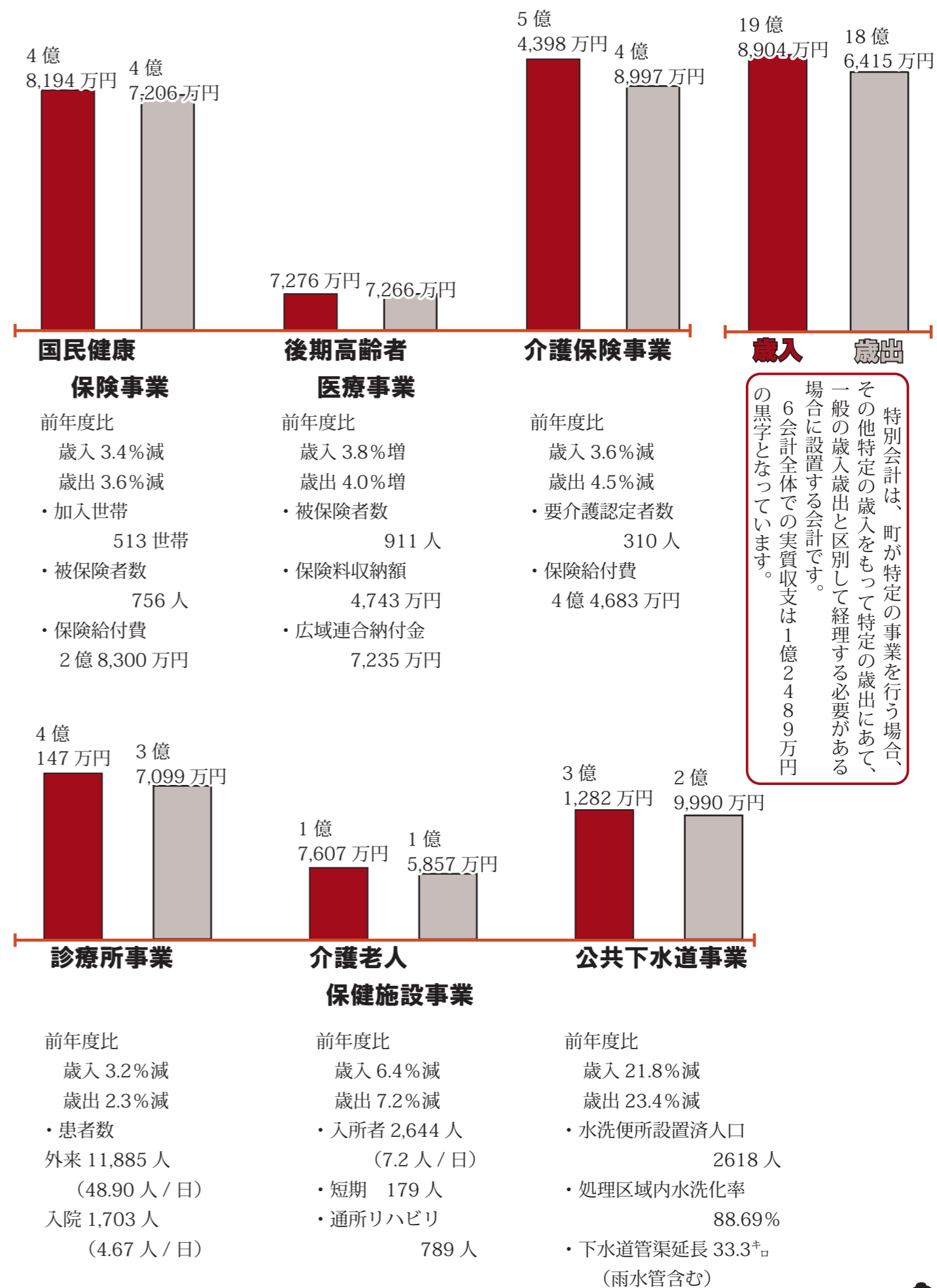
町の令和2年度決算では、基準を超えるものはありませんが、町の財政は厳しい状況です。

今後も健全な財政運営に努めていきます。

指標	内容	町の比率	早期健全化基準	財政再建基準
実質赤字比率	一般会計の赤字の割合（対標準財政規模）	—	15%	20%
連結実質赤字比率	一般会計と特別会計、企業会計を合わせた全会計の赤字の割合（対標準財政規模）	—	20%	30%
実質公債費比率	借金返済等の金額の割合（対標準財政規模）	12.4%	25%	35%
将来負担比率	将来町が支払う借金返済等の金額の割合（対標準財政規模）	95.8%	350%	—
資金不足比率	公営企業会計（水道事業、下水道事業）ごとの資金不足の割合（対各会計事業規模）	—	20%	—

（道HP公表値における全道平均：実質公債費比率＝7.0%、将来負担比率＝38.3%）

特別会計



特別会計は、町が特定の事業を行う場合、その特定の歳入をもって特定の歳出にあて、一般の歳入歳出と区別して経理する必要がある場合に設置する会計です。
6会計全体での実質収支は1億2,489万円の赤字となっています。

地域おこし協力隊 活動報告



はじめまして

「地域活性化 起業人」です

新たな地域活性化起業人が町に移住しました。
伊藤さんに自己紹介をしていただきます。

地域活性化起業人 伊藤 理奈 さん



はじめまして。東京から来ました、伊藤理奈と申します。東京のデザイン会社で、雑誌やWEBのデザイナーをしていました。上川町では、今までやってきた経験を生かしながら、ここに住んでいるからこそできることに挑戦していきたいです。上川町の魅力をもっとたくさんの人に伝えるために頑張ります！

生まれも育ちも東京で、東京以外に住むことも実は初めてです。知らない土地で暮らすことに不安もありましたが、豊かな自然の美しさや綺麗な空気に毎日癒されています。寒さや大雪への不安もあると同時に、冬に向けて変わっていく自然の姿を見るのが楽しみでもあります。半年間という短い時間ではありますが、どうぞよろしくお願いいたします！

生まれも育ちも東京で、東京以外に住むことも実は初めてです。知らない土地で暮らすことに不安もありましたが、豊かな自然の美しさや綺麗な空気に毎日癒されています。寒さや大雪への不安もあると同時に、冬に向けて変わっていく自然の姿を見るのが楽しみでもあります。半年間という短い時間ではありますが、どうぞよろしくお願いいたします！

こんにちは！クラフトプロデューサーの絹張育美（きぬばりいくみ）です！

私は2019年4月に地域おこし協力隊として着任しました。地域おこし協力隊の任期は最長3年なので今年が最終年度です。

普段の業務は、コーヒー器具で有名な耐熱ガラスメーカー「HARIO」のガラスアクセサリーのパーツ作りで、最初は右も左もわかりませんでした。最初は作れる商品も増えてきました。パーツづくりを始めてから3年目ですが、技術習得に関しては終わりがありません。次々とチャレンジして成長していくために日々勉強中です。

ガラスの他には、チラシ・広告のデザインや大雪森のガーデン、キャンプ場をメインにアウトドア料理のケータリング、上川町の食材を使った料理撮影など、さまざまな分野で関わらせていただいております。上川町の特産品に触れる機会がたくさんあるため、どのようなレシピが出来るかを考えたりなど、仕事の中にはいつも学びがあります。

協力隊卒業後は、現在ネット販売を主にしている自家焙煎コーヒーの実店舗を夫と一緒に上川町でオープンすることを目指しています。この秋冬頃には改装を始め、来

年4月オープンを目指して準備を進めているところです。

このコロナ禍の状況もあり、正直なことを言うと不安もかなりありますが、『最近どう？』『お店はいつオープンするの？』など、町民のみなさまに道端で声をかけていただき、励みになっております。

ありがとうございます。
この町に来て3年目。

今後ともよろしくお願いいたします。



PORTO グランドオープン！



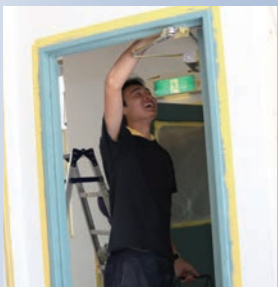
スペース、旧札幌銀行時代の金庫内の写真展示があり、来館した方々はそれぞれ楽しみ、午後からはポルトで動画の配信やトークイベントを行いました。

ポルトを作り上げていくにあたり町内外からたくさんの方々が壁塗りなどのボランティアに参加し、ポルトの完成に大きく貢献してくれました。今後ポルトは通常営業だけでなく、たくさんのお客様を開催していきます。

皆さんぜひ、ポルトにお立ち寄りください。なお、新型コロナウイルス感染症対策をお願いいたします。

10月9日（土）、まちの新たな交流スペース「PORTO（ポルト）」がグランドオープンし、テーブルカットやかみかわチャレンジ発表会、ゲストを迎えるのトークイベントなど様々な催しが行われ、また、タイ料理キッチンカーやコーヒー、ベーグルサンド、クレープの出店にも、たくさんの方々が訪れて大いに賑わいました。館内では、フリースペースやコワーキング

10月9日（土）、まちの新たな交流スペース「PORTO（ポルト）」がグランドオープンし、テーブルカットやかみかわチャレンジ発表会、ゲストを迎えるのトークイベントなど様々な催しが行われ、また、タイ料理キッチンカーやコーヒー、ベーグルサンド、クレープの出店にも、たくさんの方々が訪れて大いに賑わいました。館内では、フリースペースやコワーキング



募集



自衛官を募集しています

自衛隊旭川地方協力本部では、次のとおり各種自衛官等を募集しています。

『自衛官候補生』

【資格】日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の男女

【受付期間】年間を通じて行っております。

【試験期日】11月14日(日)

～15日(月) いずれか1日

『陸上自衛隊高等工学校生徒(一般)』

【資格】日本国籍を有し、男子で中卒(見込みを含む)17歳未満の者

【受付期間】11月1日(月)

～令和4年1月14日(金)

【試験期日】第1次試験：令和4年1月22日(土)～1月23日(日)

試験会場については各試験共通で陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)にて行われます。

後期高齢者医療制度のお知らせ

～交通事故など、第三者の行為によりけがや病気になったときは?～

交通事故(自動車事故や自転車事故等)や飲食店等での食中毒など、第三者(加害者)の行為によってけがや病気になったとき、本来、治療費は加害者が全額負担するのが原則ですが、被保険者証を使って治療することができます。

治療費のうち後期高齢者医療制度の負担分については、後期高齢者医療制度が一時的に立て替えて、後日、加害者に請求することになります。

■ 第三者の行為とは?

- 交通事故
- 他人の飼い犬にかまれた
- 購入食品や飲食店等での食中毒
- 暴力行為 など



◆ 必ず医療機関に伝えましょう

医療機関に対して第三者行為によるけがなどにより、保険証を使用して治療を受ける旨をしっかりと伝えましょう。

◆ 警察に届け出ましょう

交通事故のときは、けがの程度が軽くても必ず警察に届出し、人身事故として事故証明書を出してもらいましょう。

◆ 市区町村の窓口にも必ず申請しましょう

法令により、速やかに後期高齢者医療広域連合に届出をすることが義務付けられていますので、必ず市区町村の窓口へ第三者行為による被害届の申請をしてください。

【申請に必要なもの】

- 第三者行為による被害届(市区町村の窓口にあります。)
 - 被保険者証
 - 被保険者の印鑑
 - 交通事故証明書(後日でも可)など
- ※詳しくは保健福祉課 医療給付グループへご確認ください。

お問い合わせ先

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



お問い合わせは、自衛隊旭川地方協力本部北地区隊(☎0166-54-5617)または役場企画総務課総務財政G(☎2-1211)へ。

福祉



かみかわ生活あんしんセンター
「生活・仕事相談会」を開催

前日までに予約が必要です。

とき 11月25日(木)

①午前10時00分～午前10時50分

②午前11時00分～午前11時50分

ところ ふれあいセンター

予約およびお問い合わせ

はかみかわ生活あんしんセンター(☎0166-38-8800)へ。

税制

11月は町道民税・固定資産税
および国民健康保険税の納期

固定資産税の第4期の納

期限および町道民税・国民

健康保険税の第5期の納期限は11月30日(火)です。忘れずに納めましょう。

また、納税には銀行などの口座から自動的に振替納付できる、便利な口座振替制度をご利用ください。

お問い合わせは、役場税務住民課税務G納税担当(☎2-4052)へ。

年末調整等 説明会について

これまで実施しておりました、税務署主催の年末調整等説明会につきまして、年末調整に係る情報提供体制の見直しを図り、令和3年度以降実施しないことといたしました。

今後は、国税庁ホームページ内の年末調整に関する特設ページや、Webi-Tax・TVなどの動画により、「いつでも」「どこからでも」必要な情報を得られる体制としておりますので、ぜひご利用ください。

お問い合わせは、旭川東税務署(☎0166-23

・6291)または役場税務住民課税務G(☎2-4052)へ。

年金



納めた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、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。控除の対象となるのは、令和3年1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。また、ご自身の保険料だけでなく、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、その保険料も合わせて控除が受けられます。なお、令和3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を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送られますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。(10月1日から12月31日までの間に、今年はじめて国民年金保険料を納められた方へは、翌年の2月上旬に送られます。)

税法上でも有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようキチンと納めましょう。

お問い合わせは、「ねんきん加入者ダイヤル」(☎0570-003-004)または旭川年金事務所(☎0166-27-1611)へ。



高学年 (5~6年生)



どんぐりっこ
みんなで仮装パーティー
ハロウィン制作



上小幼稚園
ジャガイモ
いっぱい収穫♪



のぞみ幼稚園
楽しく踊って演じよう♪
生活発表会



最後まで走り切ろう!
ランニングフェスティバル

上小小学校

低学年 (1~2年生)



中学年 (3~4年生)



働くことの楽しさと大切さを学ぶため、そして自分の将来について考えるため
インターンシップ
勤労体験学習に行ってきました！

～働く上川中学校2年生 16人の姿～

今回、ご協力いただいた事業所の皆さま、大変ありがとうございました。



【上川大雪酒造(株)緑丘蔵】



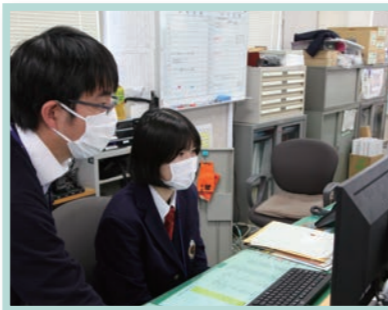
【社会福祉協議会
(オンライン)】



【JR 北海道上川駅】



【役場】



ココリータ



【層雲峡観光協会】



【大雪かみかわ ヌクモ】



【アイスパビリオン】

今回広報を担当してくれたのは
 【伊藤 珠】さん。
 13ページの写真撮影と作成・編集に携わっていただきました！
 お疲れ様でした！



上川高校（堀尾秋功砂校長）の2年生15人が9月28日から29日の2日間、町内7カ所で職業体験学習を行いました。
 この活動は、生徒たち実際に社会に出て働くことを体験してもらい、自身のこれからの学校生活や卒業後の進路に活かしてもらうことを目的として行っています。



ココリータ



上川中央農業協同組合



梶沼商会



あさひ食堂



様々な仕事を味わった2年生
 経験いっぱいの日
 お疲れ様でした！！

広報担当の
 さとう 琥珀
 今回、私が写真を撮りました！



上川大雪酒造



辰巳農園



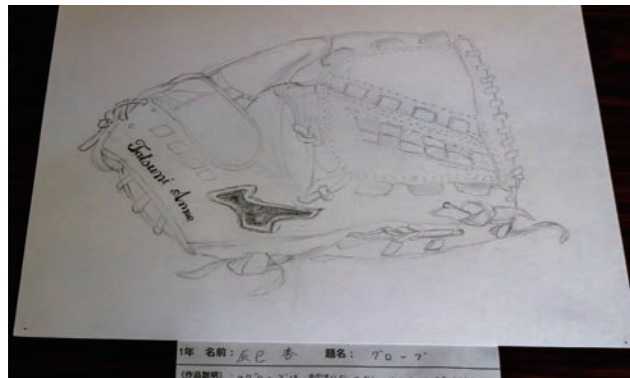
セフインレス



役場



かみんぐホール



上川中学校1年
辰巳 杏さん

中学生になり、ピッチャー用グローブを買いました。グローブメーカーの刺繍部分を、自分の名前にアレンジして描きました。

紐の結び目を実物に近づくように描くのが楽しかったです。



上川小学校3年
川上 柚菜さん

子ねこが、初めて自宅に来てうれしかった日の様子を描きました。子ねこや人物の表情が生き生きとしています。家の中の細かい所も丁寧に描き込んだ力作です。

森 直子先生



上川小学校3年
北原 ひさなさん



お父さんにクレーンゲームでぬいぐるみを取ってもらいました。その時のうれしい気持ちが、画面からあふれてきて、見る人の心を幸せにしてくれる作品です。

森 直子先生

地域貢献

ご奉仕に感謝申し上げます



三共舗道(株)様(札幌市)が9月14日、大雪かみかわヌクモ駐車場の整備作業を行いました。

入口側駐車場と未舗装側駐車場との境にある緑石の段差を解消していただき、快適に通行できるように、大変感謝しています。



タカハタ建設(株)様(旭川市)と(株)Mz原田様(札幌市)が10月1日、上川小学校グラウンド周囲の雨水排水用トラフの清掃を行いました。

雨とともに側溝の中に流れた土砂を専用スコップなどで丁寧に除去していただき、綺麗になったグラウンドで、児童たちもより安心して授業を受けられることでしょう。

町民のひろば

ご寄付・寄贈 ありがとうございます

- ▽川上秀昭さん
- ▽徳光勝俊さん
- ▽藤原榮子さん
- ▽戸田政行さん(旭川市)
- || 社会福祉協議会 ||
- (上川町ふるさと応援寄付) 9月 3百69万5千円
- ▽菊地伸彦さん(札幌市)
- ▽芝山 愛さん(埼玉県)
- ▽大石 誠さん(千葉県)
- ▽藤原良太さん(千葉県)
- ▽山本元和さん(千葉県)
- ▽鎌戸広高さん(神奈川県)
- ▽小西 亨さん(神奈川県)
- ▽椎野美鈴さん(静岡県)
- ▽樋口修弘さん(愛知県)
- ▽鳴見貴徳さん(滋賀県)
- ▽川口優希さん(大阪府)
- ▽中原静佳さん(兵庫県)

かみかわの人口 (9月末現在)	
男	1,591人 (-1人)
女	1,767人 (-4人)
計	3,358人 (-5人)
世帯数	1,958世帯 (-5世帯)
() 内は前月との比較です	

このたび北海道表彰規則に基づき、統計調査における多年にわたる功績が認められ、町から次の6名が知事感謝状を受賞しました。おめでとうございます。

- ☆25年以上級
 - ▽末松好行さん
 - ▽若松良美さん
- ☆20年級
 - ▽小西優二さん
- ☆10年級
 - ▽清野英人さん
 - ▽桜田紀子さん

令和3年度知事感謝状(統計功労者)の受賞者に決定

▽板倉益弘さん(奈良県)
▽深川美砂子さん(佐賀県)
ほか250件

◆上川町公式SNS◆

町では、各種SNSで、町からのお知らせや、各種行事の様子、防災情報などを発信しています。

広報誌では伝えきれない【まちの魅力】を日々お届けします。ぜひご覧ください。



LINE公式アカウント
町からのお知らせや、防災情報をお届け。



Facebook
町内の話題や行事、防災情報をお知らせ。



Twitter
自然やグルメ、アクティビティなど町の様々な「魅力」を発信。



Twitter
(上川町ふるさと納税) に関する各種情報を発信。



交通安全大使 かみっきーからのお願い♪

旭川東交通安全大使のかみっきーからのお願いです。

みなさんは普段、何色の服を着ていますか？暗い色の服装は、夜間になると、車の運転手から見えにくく、交通事故に遭う危険性が高まります。

外出する時は、明るい色の服装で、反射材を身につけて、自分の存在をドライバーに伝えましょう！

お詫びと訂正

広報かみかわ10月号に掲載した内容について、以下のとおり誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

13ページ
【みんなの健康だより】
グラフ内 ○①正常血圧
×①施錠血圧

「私たちの上川120年」販売中！

上川町120年記念DVDをご存知ですか？このDVDは開拓から120周年を迎えた平成26年に作成し、上川町の歴史や懐かしの映像が記録されています。

お求めの方は、役場企画総務課企画G広報担当(☎2-4063)へ。



1枚1,000円



新型コロナワクチン接種会場で上映していました！



● 無料送迎バスで行く 特定健診・がん検診など

日時 3日(金) 午前7時30分役場出発 場所 旭川がん検診センター
申込 11月19日(金)までに保健福祉課健康増進G(☎2-4054)へ。

種類① 特定健診・健康診査

<対象者>

- 40～74歳の上川町国保加入者
- 40～74歳の上川町国保以外の被扶養者
- 健康保険の種類にかかわらず20～39歳の方
- 後期高齢者医療制度加入者
- 20歳以上の生活保護世帯の方

種類③ 肝炎ウイルス検査

<対象者> 20～74歳の未検査者

種類② がん検診

<項目・対象者>

- 胃バリウム検査又は胃カメラ検査、大腸：30歳以上
- 肺、ピロリ菌検査：40歳以上
- 肺のヘリカルCT検査：50歳以上、40歳代のハイリスク者
- 前立腺：50歳以上の男性
- 子宮頸部：20歳以上の女性
- HPV検査：子宮頸がん検診を受ける25～60歳の女性
- 乳房：30歳以上の女性

上川医療センターでの インフルエンザ予防接種申込受付中

10月18日から
接種開始しています

新型コロナワクチン予防接種との間隔にご注意ください。
新型コロナワクチンを接種の前後2週間は、ほかの予防接種を受けることはできません。

申込先：上川医療センター ☎01658-2-1231

血圧で傷む臓器～忘れがちな腎臓～

先月号では、家庭血圧の重要性について記載させていただきました。
みなさんは、血圧が高いとどの臓器が傷むと思いますか？と聞かれたら、どの臓器を思い浮かべますか？

一番最初に思い浮かべるのは「脳」ではないでしょうか。次に「心臓」？もちろん、それらも血圧の影響を受けやすく、ダメージを受けると大変ですね。しかし、元気に毎日たくさんの仕事をしてくれる臓器に「腎臓」があります。血圧が高いと、この「腎臓」が傷んでしまいます。

腎臓は、大変働き者で、1. 老廃物を体から出す 2. 血圧を調節する 3. 血液の水分量や電解質を調整する 4. 赤血球をつくる 5. ビタミンDを活性化させて、骨を丈夫にする などが、体にとってなくてはならない臓器です。

腎臓は背中側に2個ありますが、片方の腎臓に糸球体という細い血管の塊が100万個ずつあります。

血圧が高い状態が続くと、この血管に負担がかかり、伸びきったゴムのようになってしまいます。(図1)

これが進むと、図2のように腎臓は固くなり、最後はなくなってしまい、腎機能が低下してしまいます。

図2



自分の腎機能を調べるには、血液検査があります。
11月にはかみんぐホールで特定健診がありますので、ぜひ皆さん、自分の腎機能を調べてみませんか？

(保健師 久保小百合)

図1



診察室より 147

医師 浅倉由香

こんにちは。上川医療センターの浅倉です。北海道の冬がやってきます。寒いと身体にも心にも不調を来すことがあるかもしれません。皆さんの体調を整えることを助けてくれる医学ですが、医学と言えども何を思い浮かべるのでしょうか？
問診・身体診察・血液・画像検査などで病気を診断し、お薬や点滴で治療することを思い浮かべる方も多いかもありません。日本の医学部では皆さまの思い描いたイメージの通り、「西洋医学」を学びます。しかし、世界で知られている医学は西洋医学だけではありません。漢方や鍼灸(しんきゅう)などは皆さんにとってなじみがあるものかと思いますが、中国で発展し日本にも輸入された「東洋医

学」があります。それ以外にも特に南インドで発展した「アーユルヴェーダ」や古代ギリシャを起源とする「ユナニ医学」もあります。では、西洋医学とその他の医学の違いとは何でしょうか。西洋医学は人間の身体を分解して理解する学問だと思われています。人体のあらゆる部位に名前をつけ、悪いところを探し出してそこを集中的に治療します。西洋医学の強みは、急な病気に対応する力があることです。例えば盲腸や骨折など、すぐに治療が必要な病気に対して非常に有効な治療法を提供できます。しかし、弱みもあります。慢性的な病気には良い治療法がないことがあるのです。
例えば頭痛など、日常生活で問題となりうる病気に対しあまり多くの治療法がありません。お薬で一時的な症状改善はあるかもしれませんが、根本的な解決にはならない場合が多いです。その反面、東洋医学を始めとした世界の伝統医学は、慢性疾患に対し強みがあります。東洋医学やアーユルヴェーダは身体全体の

バランスを整えることを治療とします。私自身、西洋医学以外の医学で本当に心身の不調を改善できるのか疑問がありました。医学部6年生の時に、南インドのアーユルヴェーダ病院に3週間程度入院してパンチャカルマという解毒療法を受けています(7日間ギーという精製されたバターを飲むなど、なかなか過酷な治療です)。研修時代は鍼灸を1ヵ月研修し、鍼灸(しんきゅう)師の先生方と外來や緩和ケア病棟の患者さまに鍼治療をしていました。それらの医学に触れ、治療効果を実感しています。鍼灸もアーユルヴェーダもその価値が国際的に見直されており、鍼灸は頭痛の治療において西洋医学のガイドラインでも効果を認めています。
今後ともさまざまな医学の長所を学び、皆さまの治療に役立てたいです。

「きたよん通信」

障がいのある方を理解するために (3)

知的障がい

知的障がいは、生活や学習面で現れる知的な働きや発達が同年齢の人の平均と比べてゆっくりにしていることをいい、外見からはわかりにくい障がいです。発語がなく身の回りの全面的な支援が必要な重度の人から、社会生活を送れる軽度の人まで障がいの現れ方に様々な違いがあります。

《気を付けること》

一度に多くのことを伝えられると混乱する場合があります。具体的な表現を使い、わかりやすい言葉を選んで話しましょう。

発達障がい

発達障がいは、生まれつきの脳機能の障がいと考えられていて、理解や行動の面で生活しづらいことがあります。外見からは分かりにくく一人一人特徴の現れ方が違います。

《気を付けること》

・あいまいな表現は苦手なので、

精神障がい

精神障がいは、精神疾患のために日常生活や社会生活のしづらさを抱えています。適切な治療を受けることで症状が安定し回復に向かいますが、症状が残ったり、再発したりすることもあります。

《気を付けること》

不安の強い方や感覚が過敏な方もいますので、穏やかな対応やコミュニケーションを心がけます。



◎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)
☎0166-847-1111
FAX 0166-847-3333

Kitayon@potato.ne.jp
虐待防止センター専用電話
0166-847-2222
(24時間対応)

クラブツーリズム(株)と 包括連携協定を締結

10/8



10月8日、町は国内大手の旅行会社であるクラブツーリズム(株)(酒井博社長)と「観光分野における包括的連携協定」を締結しました。相互の人的、物的、知的資源を有効に活用した協働による活動を推進し、地域資源を活かした観光振興を図り、地域の活性化と持続的な発展につなげていくことを目的に、今後様々な取り組みを展開していきます。

ホット トピックス エスポワール

10月10日、町と国立大学法人小樽商科大学(穴沢真学長)は、教育の力で地域社会の発展と人材育成および学術の振興を目的とした包括連携協定を締結しました。また、同日、コンソーシアム上川(上川大雪酒造(株)(塚原敏夫代表))を設立し、「地域・まちづくりの推進」や「教育・文化振興、生涯学習の推進」など、8項目の連携事項を柱にして、まずは上川高校を軸に「キャリア支援」「学習支援」「雇用・進学支援」を展開し、「高大連携」による魅力向上を図ります。

上川町×小樽商科大学包括連携協定を締結 上川大雪酒造を加えてコンソーシアム上川設立



10/7



街をきれいに

10月7日、町商工会青年部(笠間哲臣部長)のボランティア活動として、上川跨線橋の清掃が実施されました。この日は事務局合わせて5人が参加。跨線橋エレベーターと階段を中心に、「普段町民の皆さまが利用している場所を少しでも快適になるように」と念入りに清掃しました。

後片付けありがとうございました!!

町コミュニティ運動推進委員会(平井俊弘委員長)が主催する「おもてなし花壇の後片付け」が10月8日に町内の大通り・駅前通りで行われました。秋晴れの中、約50人が集まり、4ヵ月間きれいに咲いていた花を名残惜しくも丁寧に片付けました。期間中の雑草抜きや水やりなど、町民の皆さまに多くのご協力いただき、心から感謝申し上げます。

10/8



9/17



美化活動～中央老人クラブ

9月17日、上川中央老人クラブ(渡部幸夫会長)が大雪荘の花壇で雑草抜きのボランティアを行いました。参加者は、9月にしては汗ばむ陽気の中、丁寧に作業を行いました。利用者の皆さんも、きれいに整備された花壇や花々に喜んでくれたことでしょう。

実りを収穫!

上川小学校の5年生が9月8日、菊水の辰巳農園でもち米の稲刈り体験を行いました。5月に自ら植えた稲は立派に育ち、喜びの中、児童たちは鎌を使い収穫を体験しました。新型コロナの状況を見ながらとなりますが、年明けには、今回刈り取ったもち米で餅つきを行う予定です。

9/8



学校ポスター完成! “変わる・変える”「Change」

上川高校の新しい入学者募集パンフレットとポスターが完成し、9月24日にお披露目されました。生徒と地域おこし協力隊が協働で制作。10月に旭川市や近隣の中学校に配布されました。これらは現在取り組んでいる上川高校魅力活性化プロジェクトの一環。今後も「学校×地域」をキーワードに、地域ぐるみで高校の魅力化を進めます。

9/24



10/2

上川町森林 DIY プロジェクト ～森から始まる DIY～

町民が森林や林業に親しみをもってもらうことを目的に、町が主催するプロジェクトが開催されました。第1回目となる10月2日は、講師の説明のもと、実際に使用する木材を立木の状態から選木し、伐倒見学、収穫までを行ったほか、「たき火体験」や「じゃがいも焼き」なども催され、参加者は楽しみながら林業体験や森林の大切さなどを学びました。次回は今回収穫した木材を活用し、実際にDIY(ワークショップ形式)を行う予定です。



11月の町行事予定表

1日 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 基礎体力養成教室 17:00 ～体育館 (30日まで) 介護保険料第3期納期限 	16日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 親子遊び 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】
2日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> スタンプング遊び 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】 	17日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 白寿大学健康講座 10:00～かみんぐ おもてなし研修会 13:00～ホテル大雪 医療センター午後休診
3日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 文化の日 	18日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 親子遊び 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】
4日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 親子遊び 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】 	19日 (金)	
5日 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 防災訓練放送 10:00 	20日 (土)	<ul style="list-style-type: none"> 児童・生徒主張の集い (家族と学校関係者限定) 土曜遊び 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】
6日 (土)	<ul style="list-style-type: none"> 上川町民総合文化祭展示発表 	21日 (日)	
7日 (日)	<ul style="list-style-type: none"> 上川町民総合文化祭展示発表 資源の日 7:00～町内一円 	22日 (月)	
8日 (月)		23日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 勤労感謝の日
9日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診・がん検診 6:30～かみんぐ 	24日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 医療センター午後休診
10日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診・がん検診 6:30～かみんぐ 読み聞かせ 14:45～図書室 医療センター午後休診 	25日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 小山内夫妻(地域おこし協力隊員)の「継いで暮らす」10:00 ～旧居酒屋呑【どんぐりっこ】 生活・仕事相談会 10:00 ～ふれあいセンター
11日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 献血車来町 9:30～役場ほか 	26日 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児健診 13:00～保健C
12日 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 公区委員文書発送 消防救急講座 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】 	27日 (土)	
13日 (土)		28日 (日)	
14日 (日)		29日 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 臨時町議会
15日 (月)		30日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 12月号広報発送 リサイクル交換会 10:00 ～かみんぐ【どんぐりっこ】 後期高齢者医療保険料第5期納期限 町道民税・国民健康保険税第5期納期限 固定資産税第4期納期限 上下水道使用料納期限

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

略称

かみんぐ=かみんぐホール 保健C=保健福祉センター どんぐりっこ=子育て支援センター