

2024年の目標

新年を迎え気持ちを新たにするために、お仕事での目標を立てました。

かみゆうべつチューリップ公園

チューリップ公園のPRがミッションの一つです。SNSを中心に発信をしてきましたが、今年はSNS発信にとどまらず来年以降にもつながるようなPRをしていこうと思います。

また、毎年摘み取るチューリップの花を使って何かできればと考えて中です。

公園管理者によると、「今まで公園に植えられた品種は今春開花も含め960品種(※注)、あと2~3年で1,000品種を超えるかもね…」と!

チューリップ公園では、毎年公園初お目見えの品種を入れる努力をしています。“湧別町はじめて”のチューリップを目当てに訪れるのも、町民ならではの楽しみ方だと思っています。

※注：資料の残る1989(平成元年)から35年間の植栽品種数

町の魅力発信~町公式note~

昨年開設した町公式noteで書いた記事の数は31本、「スキ」が付いた数は615回でした(12月末時点)。3月末までに「スキ」1,000回を目指しているので、目標達成に向け、読みたくなるような記事をコツコツ更新していきます。

まだ見たことがない方は、スマートフォンで「湧別町note」と検索する、もしくは町内2カ所の図書館で印刷した記事をご覧ください。

記事を寄稿して町のPRに参加しよう



町公式note

色プロ(ゆうべつの色をつくろうプロジェクト)進捗

ついに色が決まりました!全部で5色となり、5色すべてに名前とストーリー(由来・意味)があります。現在、決定した色を分かりやすい形でお伝えする準備をしています。発表までもう少しお待ちください。



数字にも目を向けつつ 長く続くPRをする



上記の写真は、私が湧別町に移住して最初のチューリップフェア(2021年)の時に初お目見えだったチューリップの一つです。

もうすぐ1,000品種となるチューリップ。今春はどんな“はじめまして”のチューリップに出会えるのでしょうか。

noteのトップページ



noteでは、湧別にまつわる記事(クリエイターの記事)を紹介しています。

また、記事をメールや手書きで企画財政課までお届けていただくと、寄稿記事として紹介させていただきます。

※詳しくは町ホームページ公式noteご確認ください



令和5年 火災発生 状況



火災発生状況

◆3町（遠軽・湧別・佐呂間）の火災状況

火災発生件数	23件（内 湧別町8件）
建物火災	10件（内 住宅火災5件）
林野火災	0件
車両火災	5件
その他の火災	8件
※死者1人、負傷者3人	

◆住宅用火災警報器設置状況

すべての住宅に設置が義務化されてから10年以上が経過しており、交換時期を迎えている機器が多く存在しています。
電池切れや故障により、正常に作動しない機器が存在していますので、定期的に点検を行いましょう。
住宅火災による死者の半数は「逃げ遅れ」が原因となっていますので、住宅用火災警報器の設置はもちろん、適切な維持管理を行いましょう。

※10年以上経過している警報器は、警報器に付いているひもを引き、作動確認をしましょう



◆3町の火災発生状況

原因別の上位	ごみ焼	3件
	コンロ	2件
	たばこ	2件
	ろうそく	2件

◆3町の火災発生状況の詳細（令和3年～令和5年）

年別	出火件数				焼損状況				損害額 (千円)	死者	負傷者	焼損棟数	り災世帯数	り災人員数				
	全焼	半焼	部分焼	ぼや	林	車	その他	合計							床面積 (㎡)	表面積 (㎡)	林野	車両
R5	3		1	6		5	8	23	246	21		7	9,779	1	3	12	8	10
R4	2		1	3		4	4	14	300	61		5	42,646	2	3	10	7	13
R3	5	2	4	2		4	6	23	2,259	43		6	105,396		4	17	6	12

ごみ焼き・屋外焼却の野焼きは法律で禁止されています
営農以外の目的で、ドラム缶や素掘りの穴などでごみを燃やしたり、処理基準を満たさない小型焼却炉で燃やす行為は法律で禁止されています。
※5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金、または併科。

身近にある火災の原因

●放火・放火疑い
家の周りに置かれた不用品やゴミステーションなどに放火される火災が全国各地で発生しています。普段から放火されない環境作りを行いましょう。

●たばこ

たばこの火種は、小さな火でもくすぶり続け、数時間経過してから燃え上がることがあります。ポイ捨て、寝たばこはしない、させない。

●コンロ
鍋を火にかけていることを忘れてしまい、火災に至るケースが多いです。火のついたコンロから離れるときはしっかり火を消しましょう。

●電気
電気配線のショートやトラッキングによりコンセントから出火することがあります。定期的に清掃を行いほこりを取りましょう。

●火遊び

ライターやマッチは子どもの手の届かないところで保管しましょう！小さな子は好奇心旺盛なので特に注意しなければなりません。

●ストーブ
ストーブの周りに燃えやすいものは置いたり干したりしていませんか？ストーブから火災に至るケースは毎年のように発生しています！ご自宅のストーブを今一度、点検しましょう。



国民年金あれこれ

【お問い合わせ先】

北見年金事務所

TEL 0157-25-8703

住民税務課 住民生活グループ

TEL 2-5863

受給する年金額を増やせる付加年金とは

国民年金第1号被保険者と任意加入被保険者は、定額保険料に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やせます。

上乗せして納めることができる方は？

- 国民年金第1号被保険者
- 任意加入被保険者（65歳以上の方を除く）
※農業者年金加入者は必ず付加保険料を納付します

付加保険料の月額？

400円

（令和5年度定額保険料：月額16,520円）

受け取れる年金額は？

受け取れる付加年金額は、「200円×付加保険料納付月数」です。
年金を2年以上受け取ると、納めた付加保険料以上の額が受け取れますので、お得です。

納める際の注意点

- ①付加保険料の納付は、申し込みをした月分からです。
- ②付加保険料の納期限は、翌月末日と定められています。
- ③納期限を超過した場合でも、期限から2年間は付加保険料を納めることができます。
- ④付加保険料を納付することを希望しない場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要です。
- ⑤国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。
- ⑥月末が土曜日、日曜日、祝日および年末の納期限は、翌月最初の金融機関などの営業日です。

叙勲・表彰

受章者をご紹介します

旭日双光章 伊藤 章さん（緑町）



昭和53年から令和3年に至るまで永きにわたり選挙管理委員会委員を務め、13年間にわたり委員長の要職につき、投票率の向上と選挙事務の適正な管理執行に努められました。

瑞宝単光章 長谷川 晴夫さん（開盛）



昭和49年から令和3年に至るまで永きにわたり消防団員を務め、在職期間中は副団長などの要職につき、誠意と熱意をもって消防団活動に取り組み民生安定に努められました。

北海道国民健康保険 団体連合会表彰 久保 美恵子さん（芭露）



被保険者代表として平成22年3月から永きにわたり、本町の国民健康保険事業の健全な運営にご尽力されるとともに、地域住民の意識の高揚に貢献されました。

「広報ゆうべつ」アンケート

「広報ゆうべつ」に関するご意見を募集しています。

広報の改善点や掲載希望の内容など、さまざまなご意見をお待ちしております。
いただいたご意見は今後の広報活動の参考とします。

回答フォーム





「石綿（アスベスト）
による労災補償制度」

石綿による疾病は、石綿を吸って
から非常に長い年月を経て発症
することが大きな特徴です。

中皮腫や肺がんなどを発症し、
それが労働者として石綿ばく露作
業に従事していたことが原因であ
ると認められた場合には、労働者
災害補償保険法に基づく各種保険
給付や石綿による健康被害の救済
に関する法律に基づく特別遺族給
付金が支給されます。

中皮腫などでお亡くなりになっ
た方が過去に石綿業務に従事され
ていた場合には、労災保険給付な
どの支給対象となる可能性があります。
ますので、ご相談ください。

◆お問い合わせ先

北海道労働局 労災補償課
TEL 011-709-2311

厚生労働省
ホームページ



ご存知ですか 「任期制」

自衛官候補生

18歳以上 32歳以下

14,500円UP R5.4.1~

2士（高校新卒の場合） 前年比約 7.8%増

初任給 = 198,800円

※入隊後3ヶ月間の教育を受けた後、2士に任官します。 — 社、円、% —

民間企業との比較

区分		高校卒 (事務・技術) 一律	短大卒 (事務)	大学卒 (事務・技術) 一律	大学院卒修士
全 産 業	R5年度 初任給	183,388	195,227	225,686	243,953
	R4年度 初任給	176,761	188,657	218,861	236,470
	上昇額	6,627	6,570	6,825	7,483
	上昇率	3.7%	3.5%	3.1%	3.2%

調査対象：東証プライム上場企業157社 【参考】一般財団法人 労務行政研究所／2023年度 新入社員の新任給調査（2023年5月9日）

自衛隊 旭川地方協力本部 ☎(0158)42-6616 遠軽地域事務所

広告

カーライフプラン

金利割引実施中

所定の審査がございます。商品内容等、詳しくは当金庫
ホームページをご覧ください。窓口へお問い合わせください。

ふれあい さわやか
遠軽信用金庫

温まり感が違います!!

2月の薬草湯は
スギナ・ヨモギ・
ワイルドストロベリー(野イチゴの葉)
配合の薬草湯です

寒い季節です。ゆっくりじんわり
あたたまりませんか?

木曜日は
薬草湯
の日

かみゆうべつ温泉 **チューリップの湯**

湧別町中湧別中町 TEL(01586)④-1126 沢口産業株式会社

お電話1本、24時間、365日お迎えに伺います

株式会社

えんがる葬祭

☎ 0158-42-9898

遠軽町学田2丁目6-1 FAX 0158-42-9933



24時間
受付

- 式場収容数
- ・大ホール400名
 - ・中ホール200名
 - ・小ホール100名
 - ・法事ホール

りょうせいほっさせいとうい 良性発作性頭位めまい症



良性発作性頭位めまい症とは、頭を動かしたときに、突然起こるめまいのことです。耳の奥にある体のバランス感覚を感知する三半規管に、^{じせき}耳石という小さなカルシウムの粒が入り込むことで体のバランス感覚がうまく保てず、めまいを引き起こします。

特徴的な症状

- ・寝返りや起き上がり、首を上または下に動かしたときなど、頭を特定の方向に動かすとめまいが起こる
- ・ぐるぐると目が回るようなめまいやふわふわするようなめまいで、吐き気や嘔吐^{あうと}をとまなう
- ・めまいが続くのは数秒以内で長くても3分ほどで治まる
- ・難聴や耳鳴りなどの聞こえに関する症状がない

予防のポイント

①頭の位置を高くして寝る

寝るときに頭の位置を高くすると耳石が三半規管に入りにくくなります。

②長時間の横向きの姿勢は避ける

横向きに寝ると、耳石は体の下側になる方の三半規管に入り込みやすくなります。そのため、横を向いたままの姿勢でテレビやスマホを見続けることは避けましょう。

③寝る前や起床時に寝返りを数回行う

頭をよく動かすことで耳石が一か所にたまりにくくなります。

良性とは…

基本的に命に関わるような危険な病気ではないという意味ですが、良性発作性頭位めまい症は繰り返し起こることが多く、放置すると治りにくくなる病気です。症状がある場合は、早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう。

～ヘルシー Spoon 会の副菜レシピ～

キャベツのツナマヨ和え



1人分 *エネルギー：115kcal *塩分：0.4g

材料 (4人分)

キャベツ	…250g
にんじん	…5cm
ツナ缶 (水煮)	…1缶
マヨネーズ	…大さじ4杯
めんつゆ	…小さじ1杯
こしょう	…適量

※蒸した玉ねぎ、白菜でも代用できます。

※カロリーが気になる方は、マヨネーズをヨーグルトに置き換えてみましょう。

(例：マヨネーズ大さじ2杯、ヨーグルト大さじ2杯)

作り方

①キャベツは一口大の大きさに切ります。にんじんは千切りにします。耐熱皿にキャベツとにんじんを並べてラップをし、キャベツが柔らかくなるまでレンジで温めます。(にんじんは多少歯ごたえが残ってもよいです) ツナ缶は水気を切ります。

②ボウルに柔らかくなったキャベツ、にんじん、ツナ、マヨネーズ、めんつゆを入れて和え、こしょうで味を調えます。



輝け

ゆうべつ人

軽快なステップで笑顔を**つなぐ**

湧別フオークダンス同好会

代表 藤井 智恵子



写真左から

上段：後藤マツエさん、佐久間三枝子さん、酒井公枝さん、相場典子さん
下段：菊池博恵さん、和田和子さん、高崎幾子さん、藤井智恵子さん

フオークダンスは民族舞踊のことで、民族衣装をまとい、世界各国の音楽にあわせ軽快なステップを披露する。みんなで楽しく一体感をもって踊るのが目的で、狩りの収穫を祝って踊っていたことが始まりといわれている。一曲一曲踊りが決まっているので、その踊りを覚えれば言葉や文化、年齢の違いを超え世界中どこでも誰とでも一緒に踊ることが出来るのが魅力の一つである。

日本フオークダンス連盟から優良団体表彰を受けている湧別フオークダンス同好会は、昭和45年頃にフオークダンスを教えることができる学校の教諭に保護者10人ほどで教わり始めたのがきっかけで同好会を発足して50年を迎えている。同好会の発足に携わり長年フオークダンスを楽しんでいる酒井公枝さんや、近年新たに加入した菊池博恵さんや高崎幾子さんなど、会員8人で毎週2時間程度笑い声や拍手など終始和やかな雰囲気の中、楽しんで練習している。

世界中の歌と踊りを知ることができる

フオークダンスといえば、キャンプファイヤーを囲んで踊る「マイム・マイム」などが有名だが、世界中に数えきれないほどの数があり、日本で紹介された踊りだけでも約3000種あるといわれている。日本フオークダンス連盟公認指導員資格を持ち同好会の代表を務める藤井智恵子さんは、「世界中に数えきれないほどたくさんの踊りがあるので、終わりがたくなのが魅力。老若男女誰でも踊れるのでたくさんの人と踊れたらうれしい」と話す。



フオークダンスは、華やかで憧れていたが、学校の授業で習った程度でほぼ経験がなかった藤井さん。

友人に誘われて始めたが、気が付けば約35年、毎週仲間と笑って楽しく踊っている。「健康保持にも役立っていて、今後も仲間と和気あいあい続けていきたい」と話す。



町の動き
12.16~1.20



人口と世帯(1.31)

人口：(男) 3,822人 (-17)
(女) 4,138人 (-25)
計 7,960人 (-42)
世帯数： 4,004戸 (-23)
() は前月対比



お誕生おめでとう

高橋 優愛ちゃん (女)
(雄貴・瑞穂さん 登栄床)
松浦 飛勇ちゃん (男)
(亮太・由美子さん 中湧別北町)



ご結婚おめでとう

岡村 英巳さん (南兵村一区)
菊地 智世さん (遠軽町)



まちへ善意をありがとう

・企業版ふるさと納税 (株)Amane様
・企業版ふるさと納税 セコマグループ(株)セコマ様
・水産業振興として 湧別漁業協同組合様

・雑巾
・学校給食用玉葱
・手編み靴下、ハンドソープ

チューリップの会様
上湧別玉葱振興会様
石田榮子さん (南兵村一区)



はい 元気です!!

2月生まれ(1歳)

令和5年生まれの1歳になったお子さんを対象に掲載しています。
(写真：保護者提供)



田中 ^{りと} 琉叶ちゃん
令和5年2月1日生まれ
「食べるの大好き
パワフルボーイ♡」
大貴・愛梨



篠原 ^{せい} 成ちゃん
令和5年2月14日生まれ
「お姉ちゃん、
お兄ちゃん大好き♡」
健一・朱里



上原 ^{なおゆき} 直之ちゃん
令和5年2月16日生まれ
「もぐもぐすくすく成長中」
恒一郎・陽子



関野 ^{ひな} 百花ちゃん
令和5年2月16日生まれ
「毎日パワフルねえねに
鍛えられてます!!」
友洋・みさと



山下 ^{ゆず} 柚子ちゃん
令和5年2月19日生まれ
「男でも大介でもないし!
女の子の柚子だし!」
大介・礼依

民謡民舞全国大会で3位入賞

公益財団法人日本民謡協会令和5年度民謡民舞全国大会

富美在住の木村則子さんが、全国民謡大会で第3位に輝きました。

木村さんは9月に旭川市で開催された「公益財団法人日本民謡民舞道連連合大会」で見事優勝し、全国大会への出場権を獲得。10月7日に神奈川県川崎市で開催された「公益財団法人日本民謡協会令和5年度民謡民舞全国大会」の民謡壮年部旗戦において52人の中から見事3位入賞を果たしました。

木村さんが全国大会に出場するのは2012年、2016年に続き今回が3回目、「全国大会優勝を目標に今後も精進したい」と話し、さらなる高みを目指していました。



2012年に奨励賞、2016年には準優勝に輝いており、今大会は「北海船方節」を披露し3位入賞を果たしました