



今月のトピック

令和6年度町政執行方針・教育行政執行方針
令和6年度町の予算
人事異動(町職員人事、教職員人事)
住宅改修費補助制度を利用しませんか
サルコペニアの重症化を予防しよう

にこにこキッズワークinかみふ

きれいで安全・安心な 生活環境のまち

施設・設備の老朽化が進む葬斎場は、中富良野町西山火葬場の共同利用を令和8年度開始を目途に取り組みます。

令和11年度に満量が見込まれる最終処分場の延命を図るため、埋立て容量の拡張に着手します。

中富良野町と一般廃棄物の共同処理をすすめて、両町の収集ごみを相互の施設で処理を行うことで両町の最終処分場の延命化を図ります。

新規

- ・島津公園整備(幼児用2連ブランコ設置ほか)
- ・富良野広域連合負担(救急車更新)

みんなが元気になる 健康・福祉のまち

子どもの医療費無償化は、高等学校を終了するまで(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)の子どもまで対象を拡大します。

「こども計画(第3期子ども・子育て支援事業計画、子ども貧困対策計画、子ども・若者計画、次世代育成支援行動計画を含む)」を策定します。

新しくできた「こどもセンター」には、保健福祉総合センターかみんより移転した保健福祉課子育て支援班と子育て支援拠点事業、発達支援事業を実施する保健福祉課こども未来班を配置し、誰もが気軽に利用でき、相談・支援の窓口としてワンストップ化を行います。



新こどもセンター

新規

- ・こどもセンター外構整備、東児童館解体工事

拡充

- ・子ども医療費給付費(高校生まで)

5つの町政運営基本方針

令和6年度 町政執行方針

暮らし輝き交流あふれる 四季彩のまち・かみふらのをめざして

地方税収など自主財源の大きな伸びが見込めないなかで、全収入の約4分の3が依存財源という、柔軟性の乏しい財政構造となっています。

過去の地方債の償還完了に伴い償還費はピークを過ぎ減少している一方で、人口減少社会を見据え自立した地域を維持するための地域振興、少子高齢化、子育てや介護など幅広い社会福祉環境の整備をはじめ、多発する自然災害に対する応急・恒久的防災対策、老朽化が進む社会資本の長寿命化など、さまざまな行政課題に対応するための継続的な財政需要が想定されています。

さらに、町立病院の建て替えをはじめとした公共施設の改修なども予定され、中長期的な見通しに基づき、活力あるまちづくりと自治体経営の安定化との両立を図っていかねばならないと認識しています。

財政的に依然として厳しい状況ではありますが、町民の皆さまが「かみふらの」に愛着を持ち、夢と希望に満ちたまちづくりを進めていくことが何よりも大切であると受け止めています。第6次上富良野町総合計画に掲げている将来像を基本に、これからを見据えたまちづくり、「活力あるまちづくり 魅力あるまちづくり 持続可能なまちづくり」を念頭に課題への対応、事業実施において緊急性や優先性を十分考慮し、今後見込まれる財政需要に対する財源確保の状況を見極めながら、予算編成を行いました。



ここに掲載しているのは抜粋です。
全文は町ホームページをご覧ください



令和6年度町政執行方針
全文はこちらから

発展を支える 生活基盤の整ったまち

道路・公共交通について、昨年中富良野～上富良野間が計画段階評価になった地域高規格道路、旭川十勝道路の整備促進に向け、旭川十勝道路整備促進期成会とともに引き続き要望し、今後計画されるルートやインターチェンジの動向をふまえ、道の駅整備について調査・研究などを行います。

予約型乗合タクシー事業は、農村部のコミュニティと交通手段の維持のため利用料金を町内統一しました。

予約型乗合タクシーについては、14ページのお知らせで詳しく紹介しています。

継 続

- ・住宅改修費助成

住宅改修費助成については、9ページで詳しく紹介しています。

- ・町営住宅泉町南団地整備事業(外構整備)
- ・町営住宅西町団地屋根塗装

ともに生き ともにつくるまち

自衛隊員との共存共栄のまちづくりを図るため、駐屯地と連携し、隊員が働きやすい環境を図るとともに、関係する市町村や機関、団体と連携しながら、上富良野駐屯地の規模堅持と体制強化、隊員の充足率の向上などを求める要望活動を進めていきます。

ふるさと納税事業では、地域おこし協力隊を活用し、新たな返礼品の開発や事業者開拓などに力を入れ、町の魅力を積極的に広く全国に発信します。



ふるさと納税返礼品

活力と交流あふれる 産業のまち

農林業では、農業の生産性向上を図るため、引き続き東中地区において基盤整備事業を進め、今年度から富原・島津地区において新たな整備事業に着手します。

ラベンダー・ホップ・メロン・青シソなどの特産農作物の農家戸数の減少や農業従事者の高齢化による労働力不足への対応、担い手確保のため、地域おこし協力隊員を配置。農業生産の維持、拡大につなげるとともに、将来の担い手として定着を図ります。



ホップ収穫

商工業では、コロナ禍からの回復を含め、既存事業者の経営の持続化や新たな担い手による新事業の展開を進めます。上富良野産の酒米を使用した日本酒の醸造など、地域で作られる商品の高付加価値化をさらに進め、キャッシュレス決済の拡充による町内消費の喚起、町外購買力の取込みと併せて後継者不足などの諸課題への対応に向けた取り組みを進めます。

観光・交流では、地域おこし協力隊や地域活性化起業者制度などを活用し、多様な施策・課題に対応する新たな人材の確保・育成を引き続き進めます。

十勝岳ジオパークのさらなる活性化のため、ジオツーリズムの推進、ジオパークブランドを利用した商品開発などを進めます。



ジオまつり

新 規

- ・道営経営体育成基盤整備事業(かみふ富島地区)
- ・深山峠展望台解体工事設計

拡 充

- ・地域おこし協力隊(観光推進員、ジオパーク推進員、地域振興推進員、教育支援専門員、特産農作物支援員、図書支援専門員)

継 続

- ・演習場周辺農業用施設設置助成

令和6年度 教育行政執行方針

活動を推進します。

・学びのセーフティネット

学びを保障するため、ICT機器を活用した授業体制を確立します。



タブレット端末を使用する児童

⑤学びを高める信頼される学校づくり

- ・学校段階間の連携・接続の推進、特色ある学校づくり
西小と東中小の交流学习、英語専科教員の中学校への配置を継続。特認校である東中小の教育活動を支援します。
- ・授業力・児童生徒理解力向上
校内研究や授業力向上を図る研修を推進します。

・学校施設

タブレット端末の更新を検討します。熱中症予防対策として、エアコン、スポットクーラーの冷房設備を計画的・段階的に設置します。

・学校運営の改善

「上富良野町業務推進計画」を見直し、校務支援システムの活用による情報や教材の共有、スクールサポートスタッフなどを効果的に活用します。

・学校安全教育の充実

噴火・猛暑など、災害や緊急事態から児童生徒の安全を確保するため、「危機管理初期対応マニュアル」を見直します。

住民会・町内会による登下校時の「見守り/パトロール」など、地域総ぐるみで児童生徒の安全保持に努めます。

⑥上富良野高等学校への総合的支援

通学費や就学支援金、入学準備金の助成、介護職員初任者研修など各種資格取得への支援のほか、学校給食の提供を継続して支援します。



ふるさとに学び 人が輝き 人がつながる かみふらのの教育

新型コロナウイルス感染症に関わる「感染症の予防及び患者の医療に関する法律」について、令和5年5月から感染症の分類が2類から5類に変更となり、社会全体の対応も大きく変わりました。

学校や地域においても、これまで制限されてきたさまざまな教育活動については、その必要性を十分に検討したうえで、積極的に実施していくことが求められます。このような情勢のもとコロナ禍を通し、デジタル化の急速な進展や気象現象の温暖化などを鑑み、「上富良野町教育大綱」と10か年計画の「上富良野町教育振興基本計画」、5か年計画の「第4次上富良野町子ども読書推進計画」について、見直しを図りました。

教育委員会では、「ふるさとに学び 人が輝き 人がつながる かみふらのの教育」の教育理念を再確認し、「自然豊かな上富良野で、希望を抱き、自らの夢に挑戦し、実現する人」「ふるさとへの愛情と誇りをもち、共に支え合い、社会で生き抜く人」の育成をめざし、教育行政を進めてまいります。



ルフ場とスキー場リフト使用料を無料にします。

④豊かな情操と

創造を育む文化活動の推進

・文化の振興、郷土館の運営

自主企画芸術鑑賞事業のほか、町民芸術鑑賞事業などの実施、文化教室を支援します。



町民芸術鑑賞

郷土館の運営は、郷土歴史を探訪する研修会、総合文化祭に「郷土館特別展」を開催します。

⑤生涯学習社会の実現をめざし、生きがい環境づくり

・社会教育活動の推進、社会教育施設の基盤整備

「人とのつながり」を中軸に、「仲間づくり、地域づくり」による持続可能なコミュニティ活動を支援します。

・社会教育施設の基盤整備

社教センターのアリーナ天井などの修繕は、令和7年度以降に整備できるよう進めます。

各公民館分館、B&G海洋センター、パークゴルフ場など各種施設の維持管理に努めます。



ここに掲載しているのは抜粋です。
全文は町ホームページをご覧ください

学校教育推進目標に関連する6項目

①生きて働く学力の育成

・確かな学力の育成

小学校高学年に試行的に導入した学習支援システムを小・中学校に導入し、「主体的な学び」「協働的な学び」の推進、1人1台端末の持ち帰りの促進を図ります。

・特別支援教育の充実

就学前から関係機関と連携して中・長期的に支援し、3つの小中学校に「特別支援教育支援員」の配置、学校での医療的ケアを実施します。

・国際理解教育と情報教育、キャリア教育の充実

外国語指導助手（ALT）の配置、英語専科教員の指導への支援を実施。情報教育では児童生徒へのICT機器の操作スキルの向上、情報モラル教育を行います。キャリア教育では児童生徒の自ら学ぶ力を育成するため、農業体験や職場体験学習など、体験学習の充実を図ります。

②豊かな心の育成

・道徳教育、ふるさと教育の充実

教育活動全体を通じて「道徳性」を養うとともに、人間性、社会性の育成をめざす地域体験活動を行います。改訂した社会科副読本の活用や、タブレット端末での「ふるさと学習」を進めます。

・読書活動の推進と体験活動の推進

学校や家庭、地域の読書活動の推進のほか、「SDGs」に関連した活動の推進、地域の教育資源を生かした多様な体験活動を行います。

・コミュニケーション能力の育成

授業での対話・交流場面重視やICT機器を活用した「対

話的・協働的な学び」に向けた授業改革を推進します。

・いじめ・不登校を解消する取組みの充実

相談窓口の継続や、いじめ防止基本方針による取組みを促進します。不登校児童生徒の支援で、臨床心理士などによる児童生徒のカウンセリングや保護者との教育相談体制の充実を図ります。



教育支援センター

教育支援センターでは、不登校の児童生徒のニーズに応じた「居場所づくり」を促進し、将来の社会的自立をめざした長期的な視点で、児童生徒本来の力に気付き自信が持てるよう、保健福祉課や関係機関と情報共有・連携し、多面的にサポートします。

③健やかな体の育成

・体力・運動能力の向上

「全国体力運動能力・運動習慣調査」結果をもとに、学校での体力づくりに向けた取組み「一校一実践」を支援。

・健康教育・食育の推進

「お弁当持参の日」の見直しを検討します。熱中症や感染症予防に向けて、健康管理の徹底を進めます。

④学びを支える家庭・地域との連携・協働

・家庭教育支援の充実

望ましい生活習慣の定着を図る情報を提供するとともに、学校・教育支援センターと連携した相談体制を継続支援します。

・学校と地域の連携・協働の推進

「地域コーディネーター制度」を検討し、地域学校協働

社会教育の推進にする5項目

①家庭と地域の教育力の向上、青少年の健全育成

・家庭の教育力向上

家庭教育学級など学習機会の提供、子育て研修会などとの情報共有、子育てサークルの活動支援としての施設利用を促進します。

・地域の教育力向上

「放課後クラブ・放課後スクール」の運営を継続します。

「なかよしサミット」「通学合宿」などを開催するほか、青少年海外派遣人材育成事業を行い、グローバル化や価値観の多様性に対応していく人材を育成します。



なかよしサミット

・団体育成

子ども会やスポーツ少年団、青少年団体協議会など自主的活動を尊重し支援します。

・青少年の健全育成

地域と学校、教育機関が連携しながら青少年が健やかに育つ環境づくりを行います。

②社会で生きる力を身に付け、持続可能な潤いのある地域づくり

・各世代の生涯学習活動の推進

幼児・青少年は、自然や生活の体験、地域資源を生かしたプログラムの研究を含め十勝岳シオパーク推進協議会と連携し取り組みます。

成人は、マイプラン・マイスタディ講座など各種学習機会を提供します。

高齢者は、いしずえ大学での生きがいづくりを進めます。



いしずえ大学

・図書館運営

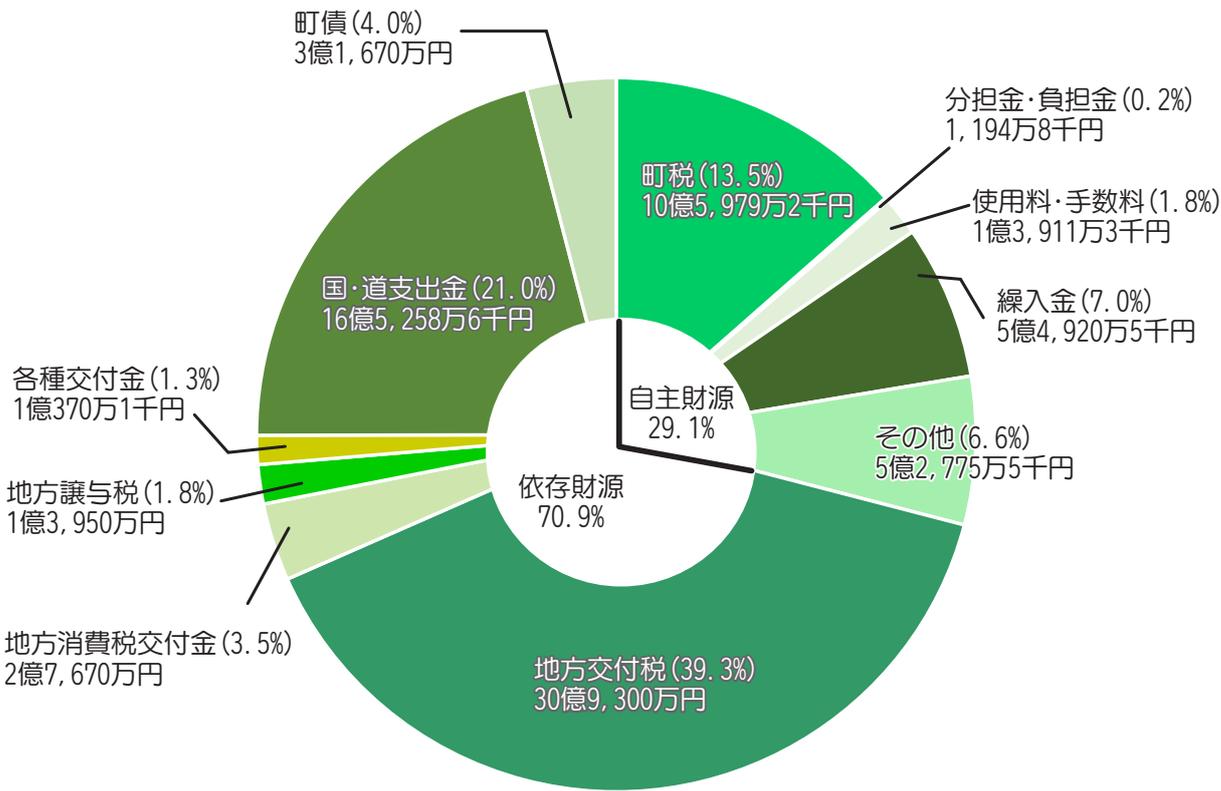
専門職員として地域おこし協力隊の制度を活用し、図書館司書を配置します。

③豊かな心と健やかな体を育むスポーツ活動の推進

・スポーツ活動の振興

スポーツ推進委員・スポーツ団体と協力して各種教室や大会を開催します。引き続き、町内の高校生以下のパークゴ

一般会計の歳入



「自主財源」の割合が大きいほど財政は安定していると言えます。上富良野町は依存財源が多くを占める脆弱な財政構造です。

予算の概要

令和6年度の一般会計、特別会計、公営企業会計のすべての会計を合わせると、175億656万5千円で、前年度と比較して24%の増となりました。

ワンポイント解説

一般会計	福祉、教育、道路整備などを進める基本的な行政サービスを行うための会計です
特別会計	特定の目的のための会計で、国民健康保険や介護保険など4会計があります
公営企業会計	町が運営する企業の会計で、水道事業会計や病院事業会計など4つの会計があります

一般会計の歳入の特徴

自主財源である町税は、前年度より855万4千円の増を見込んでいますが、これは固定資産税の増加が主な要因です。実質的な地方交付税(臨時財政対策債の発行額を含めたもの)は国の地方財政計画の内容を勘案し、前年当初予算比で1千220万円の減少を見込んでいます。各種事業を行うための基金繰入金は、前年度より3億9千713万5千円の増加となっています。

予算の内訳をチェック!



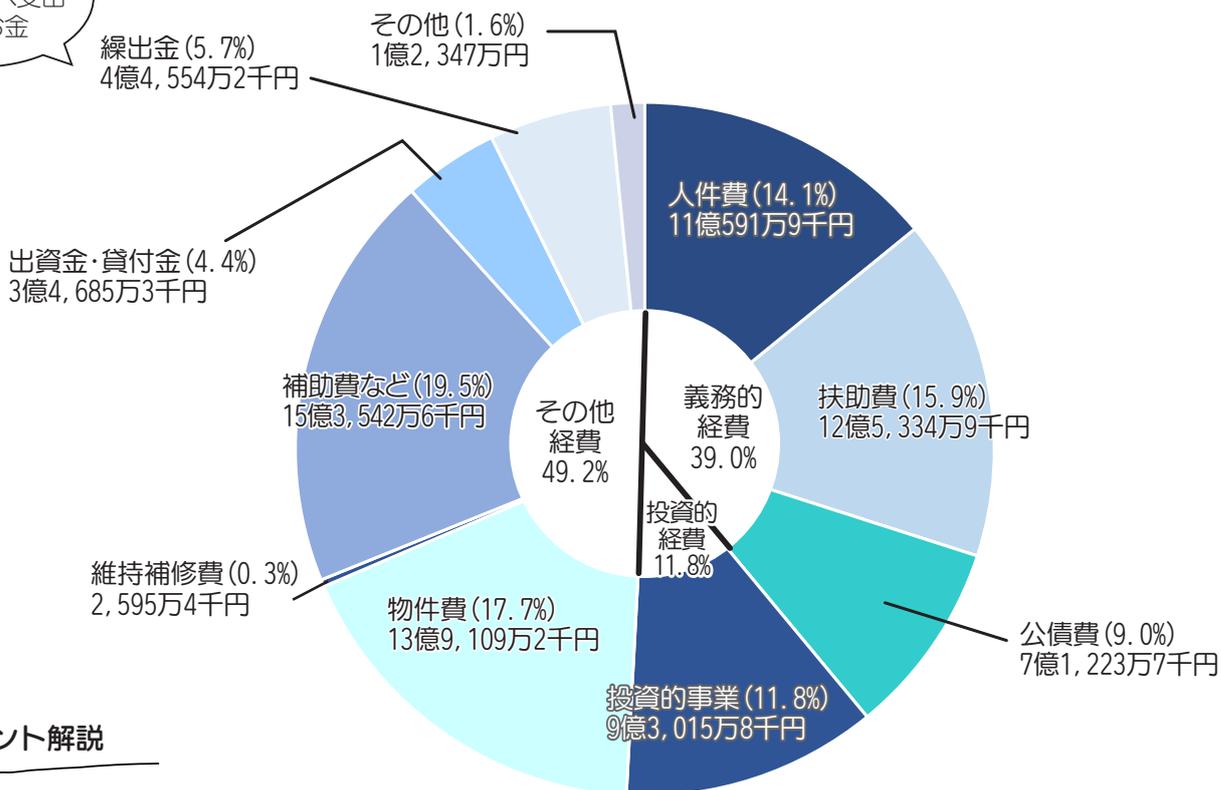
ワンポイント解説

公営企業会計では、予算の構成上「収益的収支」「資本的収支」の二本立てとなります。簡単に言えば「収益的収支」は現在のために使うお金(日々の営業活動に必要な経費)、「資本的収支」は、将来のために使うお金(施設の改良など)となります。

公営企業会計の内訳	事業名	金額	内訳	
			収益	資本
公営企業会計の内訳	病院事業	56億548万7千円	10億1,370万2千円	45億9,178万5千円
	水道事業	3億6,925万8千円	1億5,913万7千円	2億1,012万1千円
	簡易水道事業	1億9,129万6千円	8,391万8千円	1億737万8千円
	公共下水道事業	6億2,611万1千円	3億6,842万7千円	2億5,768万4千円

一般会計の歳出

一般会計から
特別会計へ支出
するお金



ワンポイント解説

義務的経費	支出が義務付けられた任意に削減できない経費
投資的経費	道路や学校などの公共施設の改築や改修、災害時の施設復旧などを行う経費
その他経費	施設の維持管理、光熱水費、消耗品など



新こどもセンター

特別会計予算

国民健康保険	11億7,330万4千円
後期高齢者医療	1億9,653万1千円
介護保険	11億1,935万2千円
ラベンダー・ハイツ事業	3億5,522万6千円

◎国民健康保険

主に被保険者の減少などに伴う保険給付費の減額

◎後期高齢者医療

被保険者の増加による保険料負担金の増額

◎介護保険

高齢者数は減少するものの、高齢化率は増加。要介護者の増加に伴い、1人あたりの介護費用額が増加しており、保険給付費やサービス事業費の増、介護報酬の改定などにより増額

◎ラベンダー・ハイツ事業

人件費の上昇、施設修繕費、物価高騰の影響により光熱水費が増加などにより増額

一般会計の歳出の特徴

将来の財政規律も見据え、中・長期的な視点に立ち、各目的基金の繰入れを行い、将来負担の軽減を図りました。

「協働のまちづくり」「穏やかに安心して暮らせるまちづくり」「人が行き交うまちづくり」の3つの視点を基本に、子ども医療費助成の拡充、東児童館の解体工事、新こどもセンターの外構工事、一般廃棄物最終処分場延命化検討などの計画策定に要する経費、特産農作物支援員の新規採用、演習場周辺農業用施設設置助成などを計上しています。

ここで掲載しているのは概要です。「知っておきたいことしのごと」は、町ホームページに掲載しています。こちらからご確認ください



☎ 総務課財政管理班 ☎ 456980

人事異動

◆町職員人事

総務課総務班 ☎064000

※管理職、新規採用(4月1日付)と退職(3月31日付)のみ掲載

●課長職

▽総務課長兼総務課財政管理班主幹 上村 正人(総務課財政管理班主幹)

▽企画商工観光課長 宮下正美(総務課1-T・組織機構担当課長)

▽保健福祉課長 三好正浩(保健福祉課福祉対策班主幹)

▽建設水道課建築施設担当課長兼建設水道課建築施設班主幹 狩野寿志(企画商工観光課長)

▽会計課長 星野耕司(議事事務局長)

▽ラベンダーハイツ所長 深山悟(保健福祉課長)

▽教育振興課長(富良野広域連合給食センター所長併任) 高松徹(建設水道課建築施設班主幹)

▽議事事務局長 谷口裕二(教育振興課長(富良野広域連合給食センター所長併任))

●主幹職

▽企画商工観光課DX推進班主幹 向山正則

▽保健福祉課健康推進班主幹 菊池寿子

▽保健福祉課福祉対策班主幹 小野正人

▽保健福祉課こども未来班主幹 武山義枝

●派遣(富良野広域連合)

▽上富良野学校給食センター所長(教育振興課長併任) 高松徹

●退職

▽鈴木泰之(町立病院内科医長)

▽小川征一(ラベンダーハイツ主任看護師)

●新規採用(前列右から)

▽総務課 長瀬結香

▽企画商工観光課 原竹矢、柚公太

▽町民生活課 寺井傑

▽保健福祉課 荻子はるか、立崎幸奈、三好翔生、柴田菜々美、熊合知美

▽農業振興課 齊藤叶夏

▽教育振興課 原田啓佑

◆教職員人事

教育振興課学校教育班 ☎06099

※転入(4月1日付)、転出・退職(3月31日付)

上富良野小学校

●転入

▽教頭 中田祐二(南富良野町立南富良野小)

●転出

▽主幹教諭 富岡雅人(上富良野町立上富良野西小)

▽教諭 山崎美奈(旭川市立旭川小)、北川恒(旭川市立東町小)、乙部啓二(旭川市立愛宕小)、門馬梨夢(旭川市立大有小)

●転出

▽教頭 宮本貴弘(剣淵町立剣淵小学校長)

▽主幹教諭 古川慎太郎(旭川市立永山西小)

▽教諭 宗像誓(名寄市立名寄南小)、岩城司(旭川市立神居小)、日比野優(旭川市立神居東小)

●退職

▽教諭 尾形佳宜

上富良野西小学校

●転入

▽校長 本間修一(幌加内町立幌加内小)

●転出

▽校長 駒井崇(役職定年 旭川市立永山南中教諭)

▽教諭 泉直美(旭川市立東陽中)、富岡雅人(上富良野町立上富良野小)、前島沙紀(千歳市立祝梅小)

東中小学校

●転入

▽教頭 田村健太郎(当麻町立当麻小)

●転出

▽教頭 小田富充彦(比布町立比布中央学校)

●転入

上富良野中学校

●転入

▽教頭 齋藤直樹(稚内市立天北小)

▽教諭 臼杵俊哉(旭川市立東光中)、高山達也(当麻町立当麻中)、鈴木陽子(美瑛町立美瑛中)、對馬真弓(旭川市立江丹別中)、千葉詩織(旭川市立六合中)、戸田真僚(占冠村立占冠中)、國井健太郎(旭川市立春光台中)

▽事務職員 明石昌人(東神楽町立東神楽中)

●転出

▽教頭 鴻上貴(枝幸町立歌登中学校長)

▽教諭 佐渡博(旭川市立神居中)、高井幸倫(美瑛町立美馬牛中)、稲木宗宏(旭川市立中央中)、平田佳(名寄市立智恵文小)、荒川航助(江別市立大麻中)、志田智迪(旭川市立六合中)、長田風馬(美深町立美深中)

▽事務職員 阿部信夫(東神楽町立東神楽中)

※消防本部、上富良野消防署の該当者(管理職、新規採用(4月1日付)と退職(3月31日付))はあいませんでした

住宅改修費補助制度を利用しませんか

ゼロカーボンシティの実現、安心して暮らし続ける住環境整備や増加する空き家への対策として、改修工事(省エネ化、バリアフリー化、耐震化工事など)や空き家解体の費用の一部を補助します。

対象工事と補助金額

- 1 リフォーム工事** 工事費の20%(上限20万円)
増築、改築のほか、耐久性や安全性の向上のための工事(屋根や外壁改修、塗装工事、水回りの改良、建具改修など)
- 2 バリアフリー化工事** 工事費の20%(上限20万円)
手すり設置、段差解消、建具改修、トイレや浴室の改修など
- 3 省エネルギー化工事** 工事費の30%(上限30万円)
開口部、壁、屋根や天井、床の断熱改修工事
- 4 省エネルギー設備の導入**
①高効率給湯器
②家庭用燃料電池コージェネシステム
③定置用蓄電池
④高断熱浴槽
⑤節水型トイレ
⑥空気清浄機能・換気機能付きエアコン
⑦太陽光発電システム 5万円/Kw (上限30万円)
⑧太陽熱利用システム 5~10万円
⑨HEMS機器 3万円
⑩電気自動車充電設備 10万円
⑪LED照明設備 工事費の20%(上限3万円)
⑫地中熱利用システム 10万円
} 工事費の30%(上限30万円)
- 5 耐震診断** 費用の50%(上限5万円)
- 6 耐震改修工事** 30万円
- 7 空き家の解体工事** 工事費の20%(上限50万円)か50%(上限100万円)



補助制度には
詳細な要件があります。
お問合せください



※1~4の工事を併用する場合の上限は30万円となります
※7は、空き家の状態によって補助率が変わります

◆補助の対象

対象者

町内に対象となる住宅を所有している方(配偶者などで将来所有権の移転が見込まれる場合も含む)

※世帯全員が町税などの滞納がない、暴力団員などでないなどの要件があります

対象となる住宅

戸建て住宅、共同住宅などで賃貸営業用以外の部分、店舗併用住宅などの場合は居住部分

※建築基準法などの関係法令に違反していない建物に限ります

◆施工者の条件

町内に主たる事業所がある建設業許可を有する方か町商工会工業部会員(上記の事業者と下請負契約をした町

外の法人も含む)

◆申込み

先着順での申込みとなります

◆その他

- ・工事は、町の完了確認を令和7年3月31日までに受けられるよう取り進めてください
- ・耐震診断、耐震改修は、9月30日までに申請が必要です

詳しくはこちらでご確認ください



申込み 問 建設水道課建築施設班 ☎45 6981

サルコペニア(筋肉量減少)の

重症化を予防しよう

◆サルコペニアとは

ギリシャ語でサルコは「筋肉」、ペニアは「減少」を表しており、筋肉減少により握力や歩行の運動機能が低下している状態をサルコペニアといいます。原因としては、加齢や運動不足による筋肉の萎縮、栄養不足、慢性疾患などがあります。

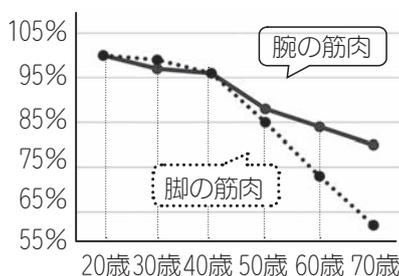
思い当たることはありませんか

- ペットボトルが開けづらくなった
- すぐに疲れてしまう
- つまづきやすくなった
- 足がつりやすい、むくみやすい
- 急ぎ足ができなくなった
- 階段の昇り降りがづらくなった
- 夜中に何度もトイレに起きる

※これらの症状がある場合は、筋肉量が減少している可能性も考えられます

筋肉量は筋力にほぼ比例しますので、筋肉量が減少すると、日常生活に不便が生じてしまいます。
筋肉量は20歳を基準とすると、70歳では30%減少するといわれています。放置するとサルコペニアの重症化が進んでしまう可能性があります。

20～70歳の筋肉量



サルコペニアになると、歩く速度が低下したり、着替えや入浴などの日常生活の動作も行いづらくなるほか、体のバランスが悪くなり、転倒・骨折の危険性が高くなります。

◎昨年度に参加いただいた70歳と75歳の方の測定結果

筋肉量測定185人 (参加率62.7%)

↓

筋肉量が少ない 99人(53.5%)

【内訳】

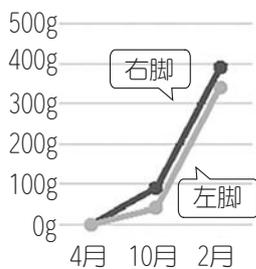
- サルコペニア 2人(1.1%)
- サルコペニア予備群 53人(28.6%)
- 下肢筋肉量減少 44人(23.8%)

半数以上の方に筋肉量が少ない状況がみられました。

◎75歳Aさんの取組み

Aさん「たんぱく質を増やした食事と、椅子に座って足を上げる体操やウォーキングを継続しました」

脚の筋肉量の変化



右脚・左脚ともに約400g筋肉量が増加

【参加者の方の感想】

- ・少し疲れが少なくなった
- ・体が軽い感じがして動きやすくなった
- ・階段の昇り降りが楽に感じる
- ・夜のトイレの回数が減った
- ・脚の筋肉量など自分の体の状態を知ることができた
- ・足の体操を増やしたら筋肉量が増えた
- ・食事と運動の取組みを続けた結果が出て嬉しい

◆筋力低下を予防するには歩くだけではダメ 「運動と栄養」がポイントです

歩くことでは十分な負荷がかからないため、筋肉に負荷をかける筋トレが必要です。



- ①効果的な筋トレ方法
- ・運動の動作はゆっくり行う
- ・動作を繰り返すときは力を抜かない
- ・心地よい疲労感が残る程度の回数で行う

◎食事のポイント

筋肉の材料のたんぱく質(卵・乳製品・魚・肉・大豆製品)の主菜、エネルギー源になるごはんなどの主食・ビタミンの多い野菜の副菜をそろえた食事が大切です。

【主菜】卵、乳製品、魚、肉、大豆製品

【副菜】野菜、きのこ、海藻など

【主食】ご飯、パン、麺類

筋肉量を測定してみませんか

◆健康相談日

日時

毎週月曜日(祝日、年末年始除く)

9時～11時※予約不要

◆サルコペニア重症化予防事業

今年度70歳、75歳になる方が対象です。サルコペニア重症化予防事業を始めて5年が経過しました。70歳のときに参加された方は、今年75歳の対象者となりますので、5年後の筋肉量の変化をみてみましょう。対象者には個別案内しています。

案内日に参加できなかった方は、個別で実施させていただきますのでご連絡ください。

保健福祉課健康推進班

0900000000

子ども園に遊びに行こう！

「子育て支援地域開放事業」として、就園前のお子さんを対象に町の子ども園を開放し、親子の触れ合いができる楽しい行事を企画しています。育児の悩みなども相談できますので、ぜひご利用ください。

☎ 保健福祉課子育て支援班(こどもセンター内) ☎456501

お父さんといっしょ
お母さんといっしょ

◆お父さんといっしょ

◆お母さんといっしょ

5月11日(土)	12月14日(土)	5月10日(金)	11月22日(金)
6月15日(土)	1月18日(土)	6月14日(金)	12月13日(金)
7月20日(土)	2月15日(土)	7月19日(金)	1月17日(金)
8月10日(土)		8月9日(金)	2月14日(金)
10月12日(土)		10月11日(金)	

わかば中央保育園
富町1丁目4番90号
☎452074
【9:30~11:00】

キッズランド&
お店屋さん
ごっこあそび

◆キッズ・ランド
【9:30~11:00】

◆お店屋さんごっこ
11月29日(金)
10:15~11:30

5月1日(水)	10月2日(水)
6月5日(水)	11月6日(水)
7月3日(水)	12月4日(水)
8月21日(水)	1月22日(水)
9月4日(水)	2月5日(水)

認定こども園
上富良野高田幼稚園
栄町3丁目2番30号
☎452446

いっしょに
あそびませんか
上富良野西こども園
泉町1丁目5番15号
☎454072
【9:00~11:00】

5月17日(金)	10月18日(金)
6月14日(金)	11月22日(金)
7月19日(金)	12月20日(金)
8月16日(金)	1月17日(金)
9月20日(金)	2月21日(金)

のびのびクラブ

わかば愛育園
旭町3丁目5番43号
☎452803
【9:30~11:00】

5月17日(金)	11月15日(金)
6月28日(金)	12月13日(金)
7月19日(金)	1月17日(金)
8月2日(金)	2月28日(金)
9月13日(金)	

利用は各施設へ
事前にお申し込み
ください



遊ぼう！イベントスケジュール

こどもセンターの催し

4/26 10:00 にこにこ赤ちゃん(3カ月児)

児童館の催し

4/20 13:30 東児童館・えいが会

5/11 13:30 東児童館・ドッチボール

5/11 13:30 西児童館・映画会

相談のまどぐち

妊婦相談・母子手帳交付

毎週 11:00 保健師による相談。予約制
☎ 保健福祉課 ☎456987

子ども・子育て包括相談、おっぱい相談

毎月第2木曜日は助産師によるおっぱい相談
毎週 10:00 ☎ 保健福祉課子育て支援班
(こどもセンター内) ☎456501

教育相談

5/7 8:30 学校に関する悩みの相談
☎ 教育振興課 ☎456699

思春期こころの健康相談

4/15 5/2 14:00 嘱託医による相談。予約制
☎ 富良野保健所 ☎23161

※いずれの相談も随時の相談にも対応できます

うちの元気印

こばやし みよ
小林 珠与 ちゃん
(1歳8カ月)

自分の大切なお菓子の最後の一つを友達にあげたりと、なんでも人にあげちゃう優しい性格！掃除や料理などのお手伝いが好きで、小さなごみでも自分で拾ってごみ箱に捨てます。

目先の利益に捉われず、長期的な視点に立って物事を判断できる子に育ってね！

就学前のお子さん募集中



啓太さん・瑞絵さんの子

おいでよ！地域子育てサロン

◎なかよしサロン(こどもセンター)
月~金(祝日、年末年始除く)

9:00~12:00、13:00~16:30

◎かみんプレイルーム

毎日(かみん閉館日を除く)8:30~21:00

◎泉栄子育てサロン(泉栄防災センター)

月~土(祝日、年末年始除く)

10:00~12:00、13:00~17:00



3.2 脳の特徴と理解し、サポートを 令和5年度こころの健康講座



こころの健康講座がかみんで開催され、70人が参加しました。

「大人の発達障害を理解する 青年期・成人期の特性」をテーマに、市立旭川病院精神神経科統括診療部長で精神科医の武井明さんが診療での経験を元に、大人の発達障害について講演しました。

武井さんは「発達障害の方の大人になってからの生きづらさは自分の性格、親のせいでもなく自分の脳の特徴なんだと理解することが大切。自分を肯定し、励まし続けてくれる人の存在が力になる」と話しました。

3.24 楽しく仕事を体験するイベント にこにこキッズワーク in かみふ



地域活性化団体そらんか(青山ちあき代表)主催の「にこにこキッズワーク in かみふ」がかみんで開催され、小学生24人が参加しました。

そらんかは、地域の子ども・大人が安心して過ごせる場の提供と地域の活性化をめざして活動する団体です。

「協働のまちづくり補助金」を活用して実施された今イベントは、「仕事体験を通して仕事について知ってもらい、将来の選択肢を広げてもらいたい」と開催され、子どもたちはサポーターなど25人の協力のもと「料理人」「デザイナー」「薬剤師」「議員」の4つの仕事を体験しました。

3.2 立派な自衛官をめざす若者を激励 自衛隊入隊・入校予定者激励会



「自衛隊入隊・入校予定者激励会」(富良野地方自衛隊協力会主催)がかみんで行われ、入隊・入校予定者とその保護者、自衛隊関係者など71人が出席しました。

入隊予定者12人が自己紹介した後、記念品が贈呈されました。会長の斉藤繁上富良野町長は「国防に携わることは尊敬に値する。自信を持って進んでいただきたい」と激励のことばを贈りました。

上富良野町出身の掛田真央さんは「自分らしさを忘れず立派な自衛官になりたい」と話し、父の玄敏さんは「仲間をつくって頑張ってもらいたい」とエールを贈りました。

3.21 新1年生の安全を願って 交通安全グッズ

上富良野商工会女性部(鈴木八重子部長)が、新1年生に贈る交通安全キーホルダーを寄贈しました。

キーホルダーは部員たちの手作りで、上富良野神社で祈禱されたのち、鈴木真弓教育長へ手渡されました。



29日は、町生活安全推進協議会の稲毛保夫会長が町内3小学校を訪問し、「新1年生の交通安全に役立てて」とらべとんのランドセルカバーや「いかのおすし」のクリアファイル、かみふらのあんぜんまっぷなどを贈呈しました。



らべとんがデザインされたお守り、ランドセルカバーを見かけたら思いやり運転をお願いします。



① 商業や農業を支援する補助制度があります

申込み 問 1 農業振興課農業振興班 ☎496984、企画商工観光課商工観光班 ☎496983 2 商工会 ☎492191

1 担い手サポート奨励金

農業、商工業(自営業に限る)の後継者に対し、奨励金を2年間支給します。

対象者 町内に住所を有し、2年以上居住する見込みで、専業で後継者として従事する満45歳以下の方

交付額 総額48万円(24万円×2年間)

交付時期 9月と3月の年2回(1回の交付限度は12万円)

※はじめて奨励金を申請される方は、交付認定が必要

農業、商工業の後継者育成をサポートします！



2 商工業者持続化補助金

商工業者の持続的な経営に向けた、販路拡大や顧客サービスの向上、経営の効率化の取組みに必要な経費の一部を補助します。

補助対象 事業計画に基づき商工会の指導を受けながら取り組む事業を行う商工会員

補助対象経費 機械装置費、広報費、展示会出展費、旅費、開発費、資料購入費、雑役務費、借料など

補助率

- ・ 補助対象経費が100万円以下
対象経費1/2以内(上限50万円)

- ・ 補助対象経費が100万円以上
対象経費1/2以内、100万円を超える部分は対象経費の1/3以内(上限75万円)

※国の小規模事業者持続化補助金を受けている場合、対象経費のうち75万円を超える部分の1/2以内(上限50万円)を加算

申込期限 8月30日(金)

※予算の範囲内で締め切ります

② 協働のまちづくり推進補助金

申込み 問 町民生活課自治推進班 ☎496985

対象 町内に活動拠点がある3人以上で構成する団体

対象事業 令和7年3月31日までに事業が完了する新規、既存の取組みを拡充する事業。

健康・芸術・スポーツ・産業・観光などの振興、公共施設の維持管理など、協働のまちづくり推進につながると認められるもの

※町や他の機関・団体から補助金が交付されている場合など、補助対象とならない場合があります。詳しい内容などはお相談ください。

必要書類

- ・ 協働のまちづくり事業企画書
 - ・ 事業実施団体の概要(自治会活動の場合は提出なし)
- 町のホームページからダウンロードできます

その他

- ・ 予算の範囲内での補助



◎令和5年度の取り組み

住民会など4件が制度を利用しました。不登校に関する事業、居場所づくりの事業などに活用されました。



いかすい「地域食堂」

P12の「カメラ見て歩き」に、協働のまちづくり推進補助金を活用した事業が掲載されています。ぜひご覧ください

お知らせ

◆ 人のうごき ◆ ()は前月比

令和6年3月31日現在

人口	9,814人	(-143)
男	4,985人	(-89)
女	4,829人	(-54)
世帯	5,216世帯	(-74)

◆ ご寄付 ◆

町へ	
◎勝井典子さん	10万円
町立病院へ	
◎勝井典子さん	10万円
◎三好めぐみさん	3万円
ラベンダーハイツへ	
◎戸田紀美江さん	20万円
社会福祉協議会へ	
◎国際 ソロプチミスト富良野 タオル150枚	
◎かみふらの アマチュアバンド協会	21,820円

募集

協働のまちづくり推進委員会委員

上富良野町自治基本条例に基づき、協働のまちづくりを進めるための基本方針や施策などを検討する委員を募集します。

応募要件

18歳以上70歳未満の町民

募集人員 4人

任期 令和8年3月まで

申込期限 4月26日(金)

申込先 町民生活課自治推進班

☎09060005

届出

パスポートの電子申請

有効期間1年未満のパスポートの切り替え手続き(切替申請)はオンラインで申請できます。
必要なもの

・有効期限内のパスポート

福祉

高齢者実態調査

町内の65歳以上(5月1日現在)の方を対象に各地区の民生委員が訪問し、住まいや暮らしの状況などを聞き取り、緊急時の対応や地域福祉の資料として役立てます。
お聞きした内容は、(一)の調査以外には使用しません。

調査期間 5月1日(水)

～6月30日(日)

調査内容 家族構成、緊急時の連絡先、身体状況、除雪サービスの希望など

保健福祉課高齢者支援班

☎09060007

予約型乗合タクシー

4月から利用料金が町内一律200円となりました。

この事業の実施にあたっては、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用し、安定的かつ継続的な運営を図っています。

対象 町内居住で、利用者自身で乗り降りできる65歳以上の高齢者が障害者手帳などの所持者

※介助者がいれば乗りの降りできる場合は利用できます。介助者も乗車できます。

運行日 月・土曜日(祝日除く)

運行地域 十勝岳温泉地区を除く町内全域

利用料金 1回200円

利用登録 総務課か保健福祉課にある利用登録申請書に必要事項を記入のうえ提出

時刻表

・自宅発 8:00・13:14時

・目的地発 11:12・15:16時

注意事項

・手荷物は1人につき1つ程度、抱えられる大きさの物でお願いします。

・出発地を巡回しているため、遅れる場合があります。

・通常のタクシー利用とは異なり、事前に乗車、下車場所を予約しての利用になります。予約していない場所での乗車、下車はできません。

・乗合いでの運行のため、速やかに乗車できる場所でお待ちください。

申込先 総務課財政管理班

☎09060000



美瑛・上富良野エリア

十勝岳ジオパーク通信

お問合せ 十勝岳ジオパーク推進協議会

上川郡美瑛町本町四丁目公番一 美瑛町役場二階
電話 〇一六六・七六・四〇四 ファクシミリ 〇一六六・七六・四〇四

丘の大山、おりのな彩り



第4回フォトコンテスト第2期審査結果

第4回フォトコンテスト第2期は、883点の応募をいただきました。審査員長の中西敏貴氏により各部門の選考が行われ、山中勇さんが最優秀賞を受賞しました。各部門賞と入賞作品は、当協議会のホームページに掲載していますのでご覧ください。

◆最優秀賞



「それぞれの光」 山中 勇

▽2023年度 認定ジオガイドを紹介し

ます

3月1日付で、新たに2人がジオガイドに認定されましたので紹介します。認定ガイドは計19人になり、今後のジオツアーやイベントでの活躍が期待されます。

◆大道千アキさんの意気込み紹介

山が好きで、帯広から移住してまいりました。普段は上富良野町役場で、町内のロケの対応、イベントのお手伝い、小説泥流地帯を読み合わせる「みんなの読書会」の開催などの活動をしています。また、北の大字や盆祭り、雪まつりなどがみ暮らしを楽しんでおります。現在、地域おこし協力隊3年目です。これからはジオガイドとしても頑張ります！



大道 千アキさん (上富良野町)

◆本郷歩さんの意気込み紹介

美瑛町で農業関係の仕事をしています。愛犬があり、よく散歩をかねて山に入るのが自然とジオパークを体験していました。この地域の成立ちや、歴史文化を学ぶジオパークの良さを伝えていきたいです。



本郷 歩さん (美瑛町)

年金のはなし

国民年金任意加入制度について

過去に年金未加入や保険料未納の期間があり、60歳までに老齢基礎年金の受給資格を満たしていない場合や、老齢基礎年金を満額受給できない場合で、年金額の増額を希望する方は、60歳以降に国民年金に任意加入し、保険料を納めることで、納付済期間を増やすことができます。



外国に住所がある日本国籍の方は、国民年金に加入する義務はありませんが、将来国民年金を受給したい場合、任意加入により保険料を納めることができます。

申し出のあった月からの加入となり、さかのぼって加入することはできないほか、老齢基礎年金の満額(48力月分)を超えて納付し、満額以上に受給額を増やすことはできません。

◆任意加入ができる方の条件
①日本国内に住所がある60～64歳の方 (外国に住所がある日本国籍の方は20～64歳の方、受給資格期間を満たしていない65～69歳の方も加入できません)

②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方

③20～59歳の保険料納付月数が48力月未満の方

④厚生年金、共済組合などに加入していない方

※任意加入の場合、外国に住所がある日本国籍の20～64歳の方を除き、保険料の納付方法は、原則口座振替となります

- ◆手続きに必要なもの
 - ・基礎年金番号がわかるもの
 - ・通帳
 - ・金融機関届出印

問 旭川年金事務所

☎ 0166-25-5000

問 町民生活課総合窓口班

☎ 045-00001

◆出張年金相談所

相談は事前予約制です。

日時 5月9日(木)

10時～15時30分

場所 富良野市役所

申込先 問

旭川年金事務所お客様相談室

☎ 0166-25-5000



春の火災予防運動

◎実施期間

4月20日(土)～30日(火)

◎防火標語

「火を消して 不安を消して つなぐ未来」

消防署では、毎年春に火災予防運動を実施しています。春は空気が乾燥し火災が発生しやすい季節です。また、風の強い日が多く、火災が発生すると急速に拡大します。火を取り扱う際は、その場から離れないよう十分注意しましょう。

期間中、街頭広報、事業所や店舗への立入検査、住宅用火災警報器の設置状況調査などを実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。



防火服を更新しました

防衛省の「特定防衛施設周辺整備調整交付金」を活用し、消防隊員用防火服一式を更新しました。

今回更新した防火服一式は、「消防隊員用個人装備に係るガイドライン」の改定に伴い整備したもので、以前の防火服と比べ、建物火災などへ屋内進入する消防隊員が、より安全に消火活動を行うことが可能となります。



更新した防火服一式

連載 家庭教育シリーズ第349回

親の“卒業式”って？

教育アドバイザー 小山田 雅春

3月は、子どもたちの卒業式シーズン。この時期、学校に伺うと在校生から卒業生への「感謝・激励」のメッセージが掲示されている。

メッセージからは、卒業生の成長した姿が目に見え、同時に保護者の方々への「おめでとう」「ありがとう」の思いが馳せる。

子どもたちに卒業式があるように、親にも卒業式があるのなら、いつなんだろう?とふと思った。わが子の高校や大学の卒業式?それとも20歳の集い(成人式)? どちらのイベントも肩の荷がふうっと下りたのは確かだが。

昨年、愚息次男坊が結婚をした。わが子3人のなかで1

番早い結婚。よって親としての初体験の1年となった。婚約から結婚式まで、オンラインや現地に赴いての「両家顔合わせ」など、結婚式当日まで数回の催しがあったが、ひたすら「先方や次男に失礼のないように!」との思いで対応するので精一杯だった。

そして、結婚式当日、披露宴の最後に妻と私へ次男から読み上げられたメッセージ。年甲斐もなく熱いものが溢れ出た。次男から親としての勤めの解放を宣告! 今思い起こすと、私たち夫婦にとっての「卒業証書」のようだった。もし「親の卒業式」があるのなら「これまでの子(次男)に対する育児」から「これからの親(私たち)の育自(自分時間を育む、と)」への転換の瞬間が、それにあたるのだろうか?

ん!?となると、あと2人(長男と長女)が…。まだまだ「親としての卒業」は迎えられそうにもない。「育児」真っ只中の時は、大変さもあったが、今となっては「卒業できないこと」に喜びが…? 親にとって、子は幾つになっても、やはり「子どもは、子ども!」である。

こうぼう かみふらの 4月号
No.779 令和6年4月10日発行



おおみち ち 大道 千アキ
ロケサポートかみふらの

カミフに住んで2回目の冬

昨年12月の大みそか、「北の大文字」に点火人として参加させていただきました。

1月は満月の夜に雪原を歩く「ウルフムーンナイトウォーク」の実施。台湾のインフルエンサーを招いて、スノーサイクリング、お餅つき、法華の滝スノーシューター・豚サガリ焼肉を楽しんでいただくツアーをアテンドしました。また、十勝岳温泉凌雲閣さんの温泉復旧作業に参加し、感動を味わいました。

2月は雪まつりで地域おこし協力隊食堂「あったまーる」を出店。おしるこやホットソーセージが大人気。地域おこし協力隊みんなでの出店という経験も初めて



でしたし、地域の方と触れ合うことができる楽しいイベントでした。

移住3年目の今年は、ジオガイドにも認定していただきましたので、よりアクティブに楽しみたいです。



とみしま ちはる 富島 千晴
ジオパーク専門員

上富良野町に住んで
初めて知った言葉シリーズ2

上富良野町に住み始めて約2年が経ちました。2回目の冬も終わりが近づいてくると、夏には散々日焼けを気にして避けていた太陽の日差しも、次第に心地良く感じられるようになってきました(ちょっとだけ)。

さて、前回のシリーズ1に引き続いて、また少しだけ学んだ言葉をご紹介しますと思います。ばくる、ばくりっこ: 文脈的に「交換」のようだが、当てはめられる漢字や由来は想像できなかった。(牛や馬の仲介人をする「ばくろう」が由来だそう)

ちなみに前回言及した「～さる」ですが、すんなり自分のなかに入ってくるように気付いた時にはなっ



ばくりっこ

ていました。まだまだ勉強不足ですが、また何かご質問した際には優しく教えていただけると幸いです。

発行 上富良野町
編集 町民生活課自治推進班
印刷 株式会社北海

住所 ①071-0596 北海道空知郡上富良野町大町2丁目2番11号
電話 0167-6985 FAX 0167-65362
メール jch@town.kamifurano.g.jp

かみふらの



札幌光星高校2年

濱村 奏生さん

感謝の気持ちを大事に、悔いのないよう卓球に励んでいきたい



山形県で開催された第51回全国高等学校選抜卓球大会の男子学校対抗に出場しました。「全国大会の出場は、自分自身や光星高校の目標でもあったので、決まったときは嬉しくホッとしました。最後の瞬間、皆で抱き合ってた瞬間は忘れられません。全試合で起用してもらったことも最高に嬉しかったです」

全国大会出場にあたり、常に試合をイメージした練習に励んだほか、卓球ができる環境に感謝の気持ちを持たせたいと、共有部

分の掃除やゴミの片付けなども積極的に取り組んだそうです。今回が光星高校卓球部として20年ぶりの全国大会出場となり周囲の大きな期待を背負ったが、予選リーグは全国の強豪校ひしめく組み合わせ。「大会出場を記念にせず、勝ちを掴みに貪欲に向かいたい」と臆することないプレーを誓いましたが、惜しくも予選リーグ敗退となりました。



卓球部の仲間との記念写真



全国高校選抜卓球大会の様子



ホームページ
X (旧Twitter)
facebook
youtube