



## イベント・行事スケジュール

5月10日から6月20日までに行われる  
イベントや行事をお知らせします。



5月13日(土)	湧ゆう湧くわく体験塾「チューリップフェアボランティア」(9:00 かみゆうべつチューリップ公園) 湧青協チューリップイベント・大道芸パフォーマンス (9:00 かみゆうべつチューリップ公園) ~14日
18日(木)	トレーニングスクール (10:00 湧別総合体育館)
20日(土)	チューリップを愛でる会「チューリップ散策」(9:00 かみゆうべつチューリップ公園) チャレンジスポーツスクール「入学式・かけっこ教室」(10:00 上湧別百年記念公園) かけっこ教室 (小学1年生~3年生・4年生~6年生) (10:00、13:30 上湧別百年記念公園)
21日(日)	町内学校吹奏楽合同演奏会 (10:00 かみゆうべつチューリップ公園) 半崎美子トーク&ライブ ※HBCラジオ公開収録 (13:00 かみゆうべつチューリップ公園)
25日(木)	フィットネススクール (10:00 湧別総合体育館)
27日(土)	上湧別小学校運動会 (8:45 上湧別小学校)、中湧別小学校運動会 (8:50 中湧別小学校)
28日(日)	開盛地区大運動会 (9:00 開盛小学校)、富美小学校・地区合同大運動会 (9:00 富美小学校)
31日(水)	チャレンジデー2023 (0:00-21:00 町内 (各会場)) チューリップ生きがい大学「大筋クラブ」(10:00 文化センターさざ波) フィットネススクール (18:30 湧別総合体育館)
6月 3日(土)	ゆうべつ学園運動会 (8:15 ゆうべつ学園)、上湧別中学校運動会 (8:50 上湧別中学校)
4日(日)	我がまち湧別町のお宝をたずねる旅 (9:00 川西)
7日(水)	チューリップ生きがい大学「日帰り研修」(9:00 遠軽町白滝)
10日(土)	芭露学園運動会 (8:30 芭露学園) チャレンジスポーツスクール「フットベースボール」(10:00 湧別総合体育館裏)
15日(木)	トレーニングスクール (10:00 湧別総合体育館)
17日(土)	湧ゆう湧くわく体験塾「パークゴルフ」(9:00 芭露パークゴルフ場)

チューリップ関連イベント

## 湧別庁舎の移動町長室を5月はお休みします

今月は、公務の都合により移動町長室はお休みさせていただきます。

◆お問い合わせ先 総務課広報・自治会グループ (上湧別庁舎) TEL 2-2112



## 各種大会で活躍

※町内在住で、全道規模の大会等に出場した方・団体を掲載しています。(敬称略)

◆多賀グリーンカップ争奪  
第19回学童軟式野球三年生大会  
(3/25~26: 滋賀県多賀町)  
北海道選抜チームの一員として  
畠山 慧心 (湧別小3年) ベスト16



◆第32回北海道中学生バレーボール  
優秀選手選抜大会  
(3/26~28: 芦別市・富良野市)  
紋別地区女子選抜チームの一員として  
岡島 まひる (湧別中2年) 出場



## ～ジビエ事業の一日をご紹介します～

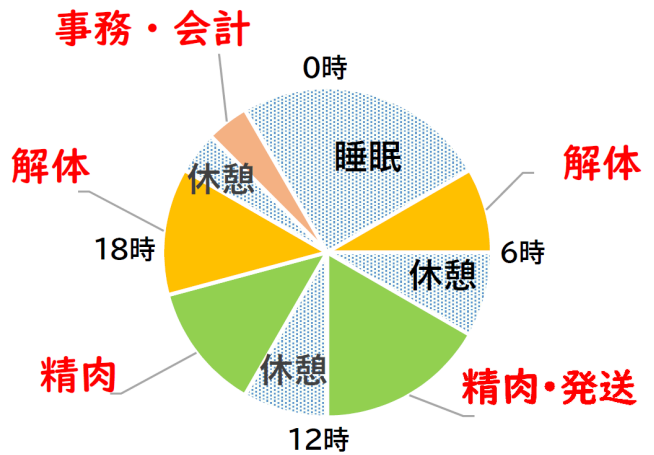
5月1日にジビエ事業を継承し、本格的に活動を開始しています。  
今回は仕事の一日の流れを紹介したいと思います。



自然・野生相手のお仕事なので、なかなか人間のスケジュールどおりにはいかないのが難しいところ。  
そんな中で、事務や営業、宣伝、企画などのアイデア出しも全部自分でやることになります。  
そこをうまく「シカに合わせて」柔軟に対応していくことが、秘訣と思っています。

### 1. 解体作業

日の出とともにハンターが捕獲した鹿が搬入されてきますので、すぐに解体します。  
解体を正確に短時間で終わらせることが後々のお肉の品質につながります。



### 2. 熟成

解体したお肉は冷蔵で1週間ほど熟成させ、うまみを引き出します。



事務や会計、広報記事の作成など、協力隊員としての仕事は合間の時間で進めます。  
鹿の搬入は早朝と夕方がピーク！日中に休憩時間を多くとるようにして、疲労による事故やケガが無いように心掛けています。

### 3. 精肉・発送作業

熟成の終了したお肉を販売用に精肉していきます。  
部位ごとに切り分け余計な筋膜や脂肪などを取り除いていきます。  
並行して商品の発送作業も進めます。



前代表の伊藤さんのサポートを得ながら、「ジビエ事業を軌道に乗せ、湧別の新商品やPRにつながるものを生み出せれば」と、日々考えています！

### 4. 真空パック・冷凍保存

精肉後すぐに真空パックして冷凍します。  
こうすることで長期保存が可能になります。



とってもお得

## 町の健診・検診



日本人の死因の約5割は、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病です。生活習慣病の予防と早期発見・治療に重要となるのが、「特定健診」や「がん検診」などの定期的な受診です。

### ◆総合健診

- ・特定健診  
問診、身体測定、腹囲測定、尿検査、血圧測定、血液検査、心電図、眼底検査、診察
- ・腹部超音波検査
- ・胃がん検診（バリウム検査）
- ・肺がん検診（X線検査・喀痰検査）
- ・大腸がん検診（便潜血検査）
- ・前立腺がん検診（血液検査）
- ・肝炎ウイルス検査
- ・エキノコックス症検査
- ・ピロリ菌検査

町が行う各種健診・検診は、費用の一部を助成しているため、病院で受ける健診の5分の1程度の料金で受けることができます。ぜひ自身の健康管理にご活用ください。

### ◆がん検診

- ・乳がん検診（マンモグラフィー検査）
- ・子宮頸がん検診
- ・ヘリカルCT（肺がん）検診

自覚症状がないうちに進行し気づいたときには重症化している、そんな病気は少なくありません。定期的に健診・検診を受け、自分の健康状態や変化を把握しましょう。



健診・検診の日程や内容は、4月10日号かわらばんの折り込みチラシ「令和5年度健診予定表」が町ホームページをご覧ください。



～ヘルシースプーン会の副菜レシピ～

## 具だくさんの豆乳みそ汁

### 材料（4人分）

豆乳	…400ml
水	…200ml
しいたけ	…4個
ブロッコリー	…1/2房
にんじん	…1/3本
みそ	…30g (大さじ1杯+小さじ2杯)
こしょう	…少々

※しめじ・えりんぎ、だいこん、玉ねぎなど、他のきのこや野菜でも代用できます。



4人分 \*エネルギー：95kcal \*塩分：1.1g

### 作り方

- ①しいたけは薄切りにします。ブロッコリーは小房に分けます。にんじんは皮をむいて、いちよう切りにします。
- ②耐熱皿にブロッコリーとにんじんを入れてラップをし、柔らかくなるまで温めます。
- ③鍋に水を入れ、沸騰したらしいたけを入れ、2～3分したら豆乳を入れて沸々するまで加熱します。ブロッコリー、にんじんを入れて再度沸々してきたら火をとめ、みそとこしょうを入れて味を調えます。

### 「ヘルシースプーン会」会員募集

食事や健康に興味のある方はどなたでも参加できます。興味のある方は気軽にお問い合わせください。

事務局：健康こども課 健康相談グループ





行政への苦情・要望は  
行政相談委員へ

令和5年4月1日付けで引き続き、水野豊さんが総務大臣から行政相談委員に委嘱されました。

「行政相談」とは、国、北海道や市町村が行う仕事や行政サービスについて、地域住民が困っていること、疑問に感じていることなどの相談を受け付けるもので、総務大臣から委嘱を受けた「行政相談委員」が各市町村に配置されています。

相談は無料で、秘密は固く守られますので、口頭、電話、手紙などでお気軽にお申し出ください。

◆総務省行政相談委員

水野 豊さん

北兵村三区66番地

TEL 2・4 2 7 2

行政相談委員 水野 豊さん



5月31日は自動車税  
種別割の納期限です

自動車税種別割は、毎年4月1日現在の運輸支局の登録に基づいて課税される道税で、令和5年度の納期限は、5月31日（水）です。

金融機関、総合振興局窓口、指定のコンビニエンスストア、インターネットを利用したクレジットカードのほか、新たにd払い・PayPay・auPayなど二次元バーコードを読み込んでアプリ決済する納付もできます。

納期限までに納付をお願いします。※納税通知書は5月上旬に発送しますが、住所変更された方や納税通知書が届かない方、事情があつて「納期限までに納められない」などのご相談は、紋別道税事務所までご連絡ください。

◆お問い合わせ先

紋別道税事務所納税係

TEL 0 1 5 8・2 4・2 6 2 6



借金・金融一般  
無料相談会（北見会場）

借金の悩みを北海道財務局の専門相談員が親身にお聴きし、解決方法を提案します。

また、預金・融資、保険などの金融全般の相談も受け付けています。

予約不要で、秘密は厳守されます。

◆日時 5月25日（木）

午前9時～正午

◆場所 北見地方合同庁舎

（北見市青葉町）

◆お問い合わせ先

北海道財務局 相談員

TEL 0 1 1・8 0 7・5 1 4 4  
0 1 1・8 0 7・5 1 4 5

6月1日(木)は「電波の日」です

総務省では6月1日を「電波の日」と定め、6月10日までの「電波利用環境保護周知啓発強化期間」に電波利用に関するルールの周知・啓発活動を行うとともに、電波の使い方を監視し、適正な電波環境の維持に努めています。

電波に関する困りごとがありましたら、ご相談ください。

【お問い合わせ先】

総務省 北海道総合通信局 TEL011-737-0099

広告

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



# 国民年金あれこれ

## 【お問い合わせ先】

北見年金事務所  
住民税務課 住民生活グループ

TEL 0157-25-8703  
TEL 2-5863

## 令和5年度保険料と前納制度

### ◆国民年金保険料の金額

令和5年度国民年金保険料額 **16,520円**

### ◆前納制度（保険料の前払い）

便利でお得な口座振替による前納制度をご利用ください。

#### ・便利

忙しくて金融機関の窓口やコンビニエンスストアで支払う時間がないという方は、口座振替が便利です。

#### ・お得

口座振替でまとめて前払い（前納）すると保険料が割り引きされお得です。

### ◆口座振替による引落方法

次の5種類からお申し込みできます。

振替方法	割引額
① 2年前納 (4月～翌々年3月分)	16,100円
② 1年前納 (4月～翌年3月分)	4,150円
③ 6カ月前納 (4月～9月分、10月～翌年3月分)	1,130円
④ 当月末振替（早割） ※納付期限より1カ月早く引き落とし	50円
⑤ 翌月末振替 (割引なし)	0円

※一部免除（一部納付）されている方は、口座振替の前納制度はご利用いただけません。

※令和5年度における「2年前納」、「1年前納」は、申し込み期日が過ぎていてご利用できません。

### スマートフォンアプリで納付

「auPAY」「d払い」「PayB」「PayPay」「楽天ペイ」で納付できます。

※詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。



## 曾我病院に新たに2人の非常勤医師が配置されました

勤務体制が変更となり、新たに、渋谷院長のご子息が非常勤医師として勤務されます。

### 渋谷 健太郎 医師



帝京大学医学部卒業後、現在は茨城県内にある「白十字総合病院」の消化器外科部長として活躍しています。  
主に、消化器外科、特に下部大腸検査や手術を専門としています。

【診察日程】 毎月 第4週 金曜日の午後  
第4週 土曜日の午前

### 渋谷 誠 医師



帝京大学医学部卒業後、帝京大学付属病院の医局に入局し、現在も同病院の医師として活躍しています。  
主に、胆のう・肝臓・<sup>すいぞう</sup>膵臓の内視鏡検査や手術を専門としています。

【診察日程】 毎月 第2週 金曜日の午後  
第2週 土曜日の午前

◆詳細の診療科目等については、曾我病院にお問い合わせください。TEL 01586-2-2001

## 広告

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

# B型肝炎 給付金について

## 無料個別相談会

日程・会場

7/8 (土) オホーツク・文化交流センター  
(エコーセンター2000) 網走市北2条西3丁目

7/9 (日) 北見市民会館  
7号室(2階) 北見市常磐町2-1-10

対象者

昭和16年7月2日～  
昭和63年1月27日 生まれ

※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金

50万円～  
3,600万円

※病態に応じて給付金等の内容が異なります

着手書

着手金・相談料 無料  
成功報酬制  
※訴訟実費別途

完全予約制

0120-013-621

(ご予約受付時間)

平日 9:00～18:00

個別相談なので、他の方と顔を合わせることはありません。



弁護士法人 弁護士 巽啓一「あいば こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029  
プレシャス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A 【営業時間】 平日 9:00～18:00  
TEL 03-5363-6333 E-mail: info@precious-law.jp  
FAX 03-5363-6334 https://precious-law.jp/

無料電話相談も  
同時受付中! お気軽にお電話ください

# 輝け

# ゆうべつ人

木の温もりに魅せられて

木工サークル

代表 山口厚子

諸澤弘美



写真左から諸澤弘美さん、山口厚子さん

老人憩の家にある木工室に一歩足を踏み入れると、さわやかな木の香りに包まれる。

木工サークルが設立して26年。設立当初は木工ブームも相まって50人ほどいた会員も、転出などにより徐々に減少し、現在は代表を務める山口厚子さんと会員の諸澤弘美さんの2人で活動を続けている。

山口さんは、町の木工体験に参加した際に、木の温もりと一から作る楽しさに魅せられ、木工サークルの設立時から活動している。「木工が生きがい」と話すように、月の半数以上を木工活動に勤しんでおり、写真などを見て、玩具や飾りものなど、その時に作りたいたと感じたものを作成している。

諸澤さんも、町の木工体験に参加し木工に魅せられた一人で、「自分で考えながら作るのが楽しい」と話し、およそ20年共に活動している。

**それぞれの木が持つ良さを大切にした作品作り**

「それぞれが持つ木の良さを生かすため、あえて着色はせず、木の温もりを大切にした作品作りを心掛けています。」と話すように、木の種類により違う色味や木目を活用することで、多彩な作品に仕上げられており、見るものを楽しませてくれている。



町主催の木工教室では、講師を務めていただいております。「子どもたちの喜ぶ顔を見られるのがうれしい。」と笑顔で話す山口さん。

近年は、活動者の減少や木材不足により活動が危ぶまれており、「木材を提供してくれる人や、木工が本当に好きな若い人が加入して、今後も木工サークルが続いていってくればうれしい。」と話していました。



## 町の動き 4.1~4.25



### 人口と世帯(4.25)

人口：(男) 3,874人 (+6)  
(女) 4,196人 (+30)  
計 8,070人 (+36)

世帯数： 4,067戸 (+56)  
( )は前月対比



### まちへ善意をありがとう

- ・冷凍帆立貝柱 榊寺本商店様
- ・交通安全啓発用物品 (交通安全鈴) 深澤美恵子さん(栄町)
- ・学校用備品 (演台・花台) 渡辺・西村特定建設工事共同企業体 代表者 榊渡辺組様



### お誕生おめでとう

片岡 <sup>めい</sup> 萌ちゃん (女)  
(康太郎・葵さん 札富美)



### ご結婚おめでとう

結婚された方はおりませんでした

1歳になったお子さんを掲載している「はいー元気です!!」は、該当となる令和4年5月生まれのお子さんおりませんでしたので、お休みします。

## 新たな歴史の一步 ゆうべつ学園「開校記念式典」

湧別小学校と湧別中学校の統合に伴い、新しく開校した義務教育学校「ゆうべつ学園」の開校記念式典が、4月15日(土)に同体育館で行われ、児童生徒のほか、刈田町長、議会議員、自治会関係者、教育関係者、地域住民や保護者など約300人が出席しました。

ゆうべつ学園吹奏楽部のオープニング演奏で始まった式典では、杉山校長より「多様な仲間と共に協働して学び続け、新たな発見や価値を生み出していく子どもが育つ学園を創る。」と挨拶があったほか、平田千浩生徒会長より「協力することを大切にし、みんなで良い学園を築いていきましょう。」と力強く挨拶があり、本町2校目の義務教育学校として、「ゆうべつ学園」が新しい歴史の1ページを刻んでいきます。



## 水彩画で全国最高位 伊藤英二さんが白日賞を受賞

錦町在住の伊藤英二さんが、全国規模の美術公募展「第99回 白日会展」で3回連続の入選を果たすとともに、一般入選者と会友の272作品中、最高位である「白日賞」に輝きました。

伊藤さんは、湧別町役場退職後に書籍や自身の経験を頼りに水彩画の技術を独学で身に付け、地元の自然と光の調和などをテーマに描いてきました。今回の作品は、春の雪解けが始まった湧別川を勇気や希望を感じられる作品に仕上げ、安定した画力と水彩による表現力の高さが審査員の目に留まったものです。

さらに、令和3年に白日会展に初出品し初入選してからわずか2年という異例のスピードで「会友」にも推挙されました。

伊藤さんは、「これからも地元の風景を描きながら、さらなる高みを目指し、精進していきたい。」と話していました。

※受賞作品は、東京・名古屋で展示され、6月に大阪で展示されたのちに、文化センターさざ波で展示される予定です。



春の雪解けが始まった湧別川を描いた「春光輝(湧別川)」



母校の旧湧別小学校体育館横のシラカバを描いた水彩画

ゆうべつ学園開校を記念し、寄贈いただきました。このシラカバのように大きく成長し、優しい思いやりのある人になってほしいという願いが込められています。

