

## 令和7年国勢調査を実施しています

回答はかんたん便利なインターネットで！

調査員がみなさまのお宅を訪問しますので、調査にご協力をよろしくお願いいたします。

インターネット回答期間

9/20<sup>土</sup> → 10/8<sup>水</sup>

調査票（紙）での回答期間

10/1<sup>水</sup> → 10/8<sup>水</sup>

【お問い合わせ】企画財政課企画財政グループ Tel.2-5862  
調査に関する詳しい情報はキャンペーンサイトをご覧ください。



## オホーツク紋別空港をご利用ください



お得な補助制度もあります

航空路線維持確保を図るため、航空運賃の一部を補助しています。

補助金額 (町民限定)	片道	往復
	5,000円	10,000円

※町外にお住まいの方限定の補助制度もあります。  
詳しくはホームページをご覧ください。



10月1日からダイヤが変更となりました

ANA 10月1日～10月25日 紋別⇄羽田便ダイヤ

羽田 → 紋別		紋別 → 羽田	
375便	10:45 → 12:30	376便	13:10 → 15:00

※欠航となる場合があるため、運航状況についてはオホーツク紋別空港ホームページなどでご確認ください。



～空港までの無料送迎バス～ ※要予約

町内指定乗り場からオホーツク紋別空港まで無料送迎バスが運行しています。

【指定乗り場】

ローソン上湧別店前、チューリップの湯前、文化センターさざ波前

【予約先】

株紋別観光振興公社旅行センター (Tel.0158-23-3100) ※3営業日前まで

### 広告

## 相続手続

「親の名義のままの土地」はありませんか？  
祖父母兄弟姉妹相続も、お問い合わせください

デジタル行政書士®(登録6924518)

寺西行政書士事務所

Tel 090-6211-8230

湧別町北兵村一区101番地11 旧てらにし商店



### パブリックコメント（意見募集）の結果を公表した政策案

政策名称	募集期間	意見の提出数
次期「湧別町強靱化計画」(素案)	7/15～8/13	なし

### お詫びと訂正

広報ゆうべつ2025年8月号23ページ記載の「輝けゆうべつ人」につきまして誤りがありました。

誤：会長 嘉藤晃男さん

正：顧問 嘉藤晃男さん

お詫びして訂正いたします。

## 地域で支えよう 認知症の本人とその家族



認知症はさまざまな症状が現れます。「本人に自覚がない」というのは大きな誤解で、本人が最初に症状に気づくこともあります。

みんなで認知症を正しく理解して、本人と家族をサポートしましょう。

### 1人で悩まず相談を

地域包括支援センターでは、認知症の方やその家族、地域の方からの相談を受け付けています。認知症の方や家族を支えるさまざまなサービスがありますので、まずは地域包括支援センターへご相談ください。

また、認知症について情報を得られる場、相談できる場として「つなぐカフェ（認知症カフェ）」も毎月定期的で開催しています。興味のある方は一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

### 認知症の方と接するときのポイント

#### ◆基本姿勢

驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけない

#### ①まずは見守る

認知症と思われる人を見つけたら、さりげなく様子を見守りましょう。

#### ②余裕をもって対応する

こちらの困惑や焦りが相手に伝わり、動揺させてしまいます。自然な笑顔で接しましょう。

#### ③声をかけるときは1人で

複数人で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけましょう。

#### ④後ろから声をかけない

唐突な声掛けは禁物です。一定の距離で相手の視界に入ったところで声をかけましょう。

#### ⑤やさしい口調で

目線を同じ高さに合わせて対応しましょう。

#### ⑥穏やかに、はっきりとした話し方で

ゆっくりはっきりと話すように心がけましょう。

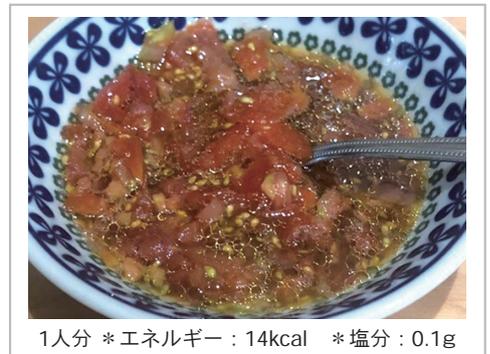
#### ⑦相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急がされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の言葉をゆっくり聴き、相手のペースに合わせましょう。

### ～ヘルシースプーン会の時短・かんたん♪レシピ～

今より野菜 <sup>プラス</sup> + 1皿

## 手作りトマトドレッシング



1人分 \*エネルギー：14kcal \*塩分：0.1g

### 材料（4人分）

トマト	…130g
A	
しょうゆ	小さじ1杯
砂糖	小さじ1杯
酢	大さじ1杯
オリーブオイル	大さじ1杯

### 作り方

- ①トマトを湯むきしてすりおろし、Aの調味料と和えます。すりおろすのが難しい場合はみじん切りでもよいです。

#### ★トマトドレッシングに合う食べ方

- ・生野菜・温野菜に
- ・そうめんなどの麺類に
- ・冷奴に

トマト、酢の酸味で味にアクセントがつき、市販のドレッシングに比べて塩分が少ないです。

会員募集中!



ヘルシースプーン会事務局：健康こども課  
会の活動、その他のレシピはこちら



輝け

ゆうべつ人

仲間とともに、地域を守る

湧別町消防団

団長 高橋 直司

ほか 153人



2025年 春季消防演習

消防のサイレンが鳴ると、誰よりも早く現場へ駆けつける。消防団は、安全・安心を守る地域のヒーローだ。

湧別町消防団は、団本部のもとに湧別分団、芭露分団、中湧別分団、上湧別分団、開盛分団そして女性分団の6つの分団で構成される。各分団で定数を満たしていないのが現状で、人手不足が課題となっている。

火災が発生すると、出動可能な団員が集まり現場に向かうため、そのメンバーは毎回同じではない。一人ひとりがどのポジションでも対応できるように、日ごろから訓練を積んでいる。分団ごとに月2回実施される月例点検では、車両点検や訓練を行い、いつ発生するかわからない災害に備え、準備を怠らない。

試されるのはチームワーク

団員はさまざまな職種で構成されるため、顔を合わせる頻度は高くないが、いざ出勤となればチームワークが重要となる。

毎年春と秋に行われる消防演習では、小隊訓練や操法訓練が実際に動く団員の姿は圧巻で、日ごろの訓練の成果がはっきりと感ぜられる。

48年間消防団に所属し、昨年団長に就任した高橋さんは、「自分たちの地域は自分たちで守る。という意識をもって活動

している。同じ思いを持ち、一緒に地域を支える人々が増えればうれしい。」と話す。



興味のある方、入団希望の方はお問い合わせください。  
◆遠軽地区広域組合消防署  
上湧別出張所 消防団係  
TEL 214111



操法訓練(春季消防演習)



野火を想定した消火訓練(月例点検)

町の動き

7.21~8.20



人口と世帯(8.31)

人口：(男) 3,755人(+6)  
(女) 4,094人(+8)  
計 7,849人(+14)  
世帯数： 4,073戸(+7)  
( )は前月対比



ご結婚おめでとう

吉松 匠さん(開盛)  
佐藤 麗奈さん(開盛)



お誕生おめでとう

石黒 <sup>かの</sup>楓乃ちゃん (女)  
(翔・星奈さん 中湧別南町)  
小野なごみちゃん (女)  
(幸輔・真奈さん 錦町)  
荒川 <sup>こはく</sup>来珀ちゃん (女)  
(響・遥菜さん 開盛)  
尾西 <sup>そう</sup>想ちゃん (男)  
(岳彦・葵さん 中湧別南町)



まちへ善意をありがとう

・企業版ふるさと納税  
㈱ジーライオン様  
シエンプレ㈱様  
・ふるさと応援寄附金  
(ふるさと納税)  
田畑利彦さん

# は~い 元気です!!

## 9月生まれ(1歳)

令和6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)



<sup>まもる</sup>  
池ノ内 護ちゃん  
令和6年9月9日生まれ  
「みんなからは、  
まもちって呼ばれてるよ！」  
慎平・ちとせ



<sup>のん</sup>  
横畠 希音ちゃん  
令和6年9月14日生まれ  
「お兄ちゃん、お姉ちゃんと  
遊ぶのが大好き！」  
光尚・梨紗



<sup>こうし</sup>  
木戸 幸志ちゃん  
令和6年9月17日生まれ  
「食べること大好き  
爆食ボーイ★」  
政幸・彩花



<sup>りの</sup>  
竹中 梨乃ちゃん  
令和6年9月27日生まれ  
「これからも元気いっぱい  
笑顔で過ごそうね♥」  
春稀・日菜乃



### かやね 齊藤茅音さん 5000m競歩で見事優勝し、 全国の舞台へ

湧別中学校、遠軽高校を卒業した齊藤茅音さん（順天堂大学4年）が、10月3日（金）～7日（火）に滋賀県で開催される「第79回国民スポーツ大会」で北海道代表として10000m競歩に出場します。

齊藤さんは、釧路市で行われた「第38回南部忠平記念陸上競技大会 兼 第98回北海道陸上競技選手権大会」の5000m競歩で、2位と約2分の差をつけ見事優勝。全国大会への出場権を勝ち取りました。

全国の大舞台で躍動する齊藤さんを応援しましょう！

この広報紙は町民有志プロジェクトにより選定された5色のゆうべつの色を基調としています。

町ホームページ  
町公式LINE  
町公式Instagram  
町公式YouTube

発行/湧別町 編集/総務課 広報・自治会グループ  
〒099-6592 北海道紋別郡湧別町上湧別屯田市街地318番地  
TEL(01586)2-2111(代表)