

広報

うらうす

2026

No.741

6

目次

- 表紙 びじゅつかんごっこ
- 2P 防災コラム 第8号
- 6P 農業体験事業の受入農家さんを募集しています
- 10P 児童手当制度のご案内



防災コラム 第8号



【大雨から身を守る】



防災マネージャー
おがた ひろや
尾方 博也

防災に関することを多くの方に知っていただくため、防災コラムを再開しました。家庭での備えや、災害の知識など役立つ情報を掲載しますので参考にしてください。

この季節の北海道は穏やかな日が多い一方で、近年の急な気象変化に伴い大雨、土砂災害への備えが大切です。

特に大雨により石狩川（外水）の水位が上昇すると、山側から流れる河川（内水）などが氾濫する可能性が高く、更に大雨が続くと土砂崩れの危険性が高くなるため家の近くに河川やため池、傾斜地等がある方は注意が必要です。

このような大雨による河川等の氾濫や土砂災害は、気象情報を収集して被害を未然に防いだり軽減することが可能といわれています。町のハザードマップを活用して避難経路や移動時間の確認、危険な箇所の把握による「災害への備え」を万全にしましょう。

防災気象情報の活用

おおあめ さいがい み まも

大雨の災害から身を守る

きしようちょう 気象庁
Japan Meteorological Agency

ぼうさいきしよじょうぼう かつよう

～防災気象情報の活用～

さいがい

どんな災害があるのでしょうか？

<p>かせん (氾濫) 川の水があふれる</p> <h4>河川はらん</h4> <p>きけん 危険なのは、川の近く</p> <p>「はらん」が発生すると、建物が水につかたり流されたりします。</p>	<p>おおあめ たくさんの雨がふる</p> <h4>大雨</h4> <p>きけん 危険なのは、ひくいところ</p> <p>線路の下の道路など低いところや、地下室は、大雨がふると水につかたりしてしまいます。</p>
<p>どしゃ さいがい がけがくずれ</p> <h4>土砂災害</h4> <p>きけん 危険なのは、山やがけの近く</p> <p>山や斜面がくずれて石や土などが流れてきやすくなっています。</p>	<p>たかしお 海の水があふれる</p> <h4>高潮</h4> <p>きけん 危険なのは、海の近く</p> <p>台風などが近づいて海面が高くなる「高潮」が発生すると海の水が堤防をこえてしまいます。</p>

避難の仕方

さいがい おきるまえに、あんぜんなところへ逃げる。

自宅から逃げるのが難しい場合は、

- ①土砂災害 ▶山やがけから離れた部屋へ
- ②はんらん・大雨・高潮 ▶できるだけ高いところへ

ハザードマップポータルサイト
(<https://disaportal.gsi.go.jp/>)



お問い合わせ：総務課交通防災係
電話：0125-68-2111

皆さま初めまして。このたび北海道庁から人事交流派遣で浦臼町に参りました宮本と申します。出身地は帯広市で前任地は釧路市です。どうぞよろしくお願いいたします。

今回から不定期ではありますが、浦臼町での暮らしの中で感じたことや驚いたことなどを紹介していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

☆はじまり

「4月から空知管内にある浦臼町に2年間派遣です。」
当時の上司からそう告げられた瞬間、驚きのあまり3秒ほど固まってしまいました。

北海道職員の転勤は基本的に道内にある14ヶ所の振興局と札幌にある本庁を3年～5年おきに異動していくもので、外部に派遣・出向に行く人はとても少数なんです。

まさか自分が派遣されるなんて思っておらず、本当にビックリしました。

また、私はこれまで道東にしか住んだことがなく、最初、「浦臼町」と聞いて失礼ながら「どこだろう?」と思いました。それくらい空知地域の知識がありません。

分からないなら調べるのみ!と役場のホームページを見たり知人に聞いたり自分なりに調べ始めました。すると、田園風景の広がる自然豊かなところだと分かり一気に楽しみになりました。人混みがあまり得意ではない私にとって、浦臼町のような落ち着いた町で生活ができて良かったと思っています。



(4月に撮影したカタクリとエゾエンゴサク)

☆新しい生活

実際に暮らし始めて、最初に驚いたのは人と人との距離の近さです。何気ない挨拶やちょっとした会話が自然と交わされ、地域のつながりを身近に感じる場面が多くありました。新しい土地での生活に不安もありましたが、そうしたやり取りを何度も目にするうちに「頑張れそう!」と勇気をもらいました。

もちろん、お店の数や移動のしやすさなど、生活面や利便さだけで比べると戸惑うことも多々あります。しかしその一方で、樺戸連山の雄大さや色づいていく花々など、自然と町とが一体となって生活している姿は、この土地ならではの魅力だと感じています。

＼ひとこと／

まだまだ慣れないことも多く、日々新しい発見の連続ですが、こうした経験も含めてこの町での暮らしを楽しんでいきたいと思えます。これから少しずつ浦臼町の魅力を見つけて自分なりの言葉で伝えていけたらと思えます。

＼好きな一枚／

樺戸連山

広報や情報発信の関係で町内のいろんな場所に連れて行ってもらうことが多いです。そこで撮ったお気に入りの写真を紹介します。



6月は住民税の納付月です

納期限

6月30日(火)まで

6月は【住民税(第1期)】の納付月です。

6月10日(水) 発送の納付書で、納期限までに納付してください。すでに口座振替による納付をご利用の場合は、納期限の日に引き落としします。

やむを得ない理由によって期限内の納付が困難となったときは、納期限の日以前に必ず役場税務係までご相談ください。

※住民税の今後の納付月は8月(第2期)、10月(第3期)、12月(第4期)です。

※国民健康保険税は7月上旬に納税通知書を発送いたします。

【税目ごとの振替口座登録について】

今までは住民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税をまとめて口座振替を行っていましたが、令和8年度からは税目ごとに口座を分けて登録することが可能になります。

(税目ごとの振替口座の登録は改めて金融機関への届け出が必要です。)

【QRコードによる納付について】

令和8年度から納付書にQRコードが記載されます。

ご自身のスマートフォンなどで読み取り、クレジットカード、インターネットバンキング、スマートフォンの決済アプリなどでお支払いが出来るようになります。

※支払方法によって手数料などが発生する場合があります。

※詳しくは「地方税お支払サイト」をご確認ください。



(地方税お支払いサイトQRコード)
<https://www.payment.eltax.lta.go.jp>

○納税通知書の再発行について

確定申告時期等に納税通知書の再発行を希望される方がいらっしゃいますが、納税通知書の交付は税を賦課するという「処分」であるため、再度行うことはできません。

受領された納税通知書は大切に保管してください。

お問い合わせ 住民課税務係 電話：0125-68-2112

浦臼町建設業協会、浦臼技能協会ボランティア活動

5月12日(火)、浦臼町建設業協会(竹内勝人会長)と浦臼技能協会(横井正男会長)によるボランティア活動が行われました。各事業者から15名が参加し、鶴沼公園キャンプ場のバンガロー3棟の塗装作業を行い、綺麗な外観で利用客を迎えられるようになりました。この取り組みは地域貢献活動の一環として実施されております。



旅券（パスポート）の申請受付時間等が変わります

6月1日(月)より、滝川市役所の開庁時間変更に伴い、旅券(パスポート)の申請受付時間等が変わります。

・受付窓口

滝川市役所 1階市民課戸籍住民担当 窓口番号13

・受付時間

8時45分から16時30分 土曜・日曜・祝日・年末年始を除く

・手数料

10年旅券 16,300円

5年旅券 11,300円

5年旅券 6,300円(12歳未満の場合)



※申請から受け取りまで通常3週間程度かかりますので、海外渡航の予定のある方は早めに手続きをしてください。

※申請に必要な書類等の詳細はホームページをご覧ください。



(浦臼町ホームページ)

旅券（パスポート）申請のご案内（浦臼町）

<https://www.town.urausu.hokkaido.jp/kurashi/kurashi/tetuduki/passport.html>



(滝川市ホームページ)

【6月1日から】市役所などの開庁時間を変更します（滝川市）

<https://www.city.takikawa.lg.jp/page/24064.html>

教科書展示会の開催について

教育委員会では、教科書について皆様の理解を深めていただくため、下記の期間で教科書の展示会を行います。

小学校と中学校で使用している教科書の見本を展示します。

期間 6月16日(火)～7月3日(金)

9時00分～17時00分

※土日祝日を除く

場所 浦臼町農村センター2階



お問い合わせ 教育委員会学務係 電話：0125-68-2166

有料広告

青城習字教室 生徒募集！

青城習字教室では、初心者から経験者まで広く生徒を募集しています。

自分らしい、きれいな字を習いませんか？

日時：月3回月曜日、15:00～18:00（開催日については問い合わせください）

場所：多世代交流施設えみる（会議室）

対象：幼児～大人まで

費用：月額4,000円（テキスト代込）

お申込み先 鈴木 電話：090-9085-8202



農業体験事業の受入農家さんを募集しています

修学旅行生の農業体験受入事業に取り組んでいる浦臼町農業体験受入協議会（会長：井川 晃）では、一緒に取り組んでいただける農家さんを募集しています。

①農業体験受入事業とは？

農業体験受入事業とは、主に道外の修学旅行生が農家さんのお家に宿泊し、農業の体験（お手伝い程度）や食事づくりを一緒に行っていただく事業です。宿泊体験と日帰り体験があります。

②謝礼（体験料）があります

例えば宿泊体験1泊2日・3食付だと、食事代・布団代等を含め生徒ひとり分として、8,000円程度の謝礼をお支払いします。最大で4名の生徒を受入れていただきます。

③受入れ農家さんのおはなし

Aさん：生徒をトラクターに乗せたり、鎌を初めて使ったことをとても喜んでいました。

Bさん：採れたての野菜を食べて「とてもおいしい」と言いながらたくさん食べています。このような縁がきっかけとなり、メールや手紙のやりとりをしています。

Cさん：農業体験以外にも、料理をしたり星空を見たり、普段の日常を一緒に過ごすことも生徒にとって心に残る思い出になると思います。

※現在、受入農家さんが減少しておりますので、ご興味のある方は役場産業課商工観光係までご連絡をお願いします。

お問い合わせ 浦臼町農業体験受入協議会事務局（産業課商工観光係）

電話：0125-68-2114

町道の通行止め及び晩生内地区コミュニティセンターの利用について

町道中村西7線道路改良舗装工事に伴い、下記の期間で『国道275号交差点』から『晩小通線（ワークセンター入口）交差点手前』の区間で通行止めを行います。

近隣にお住まいの方、通行される方には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

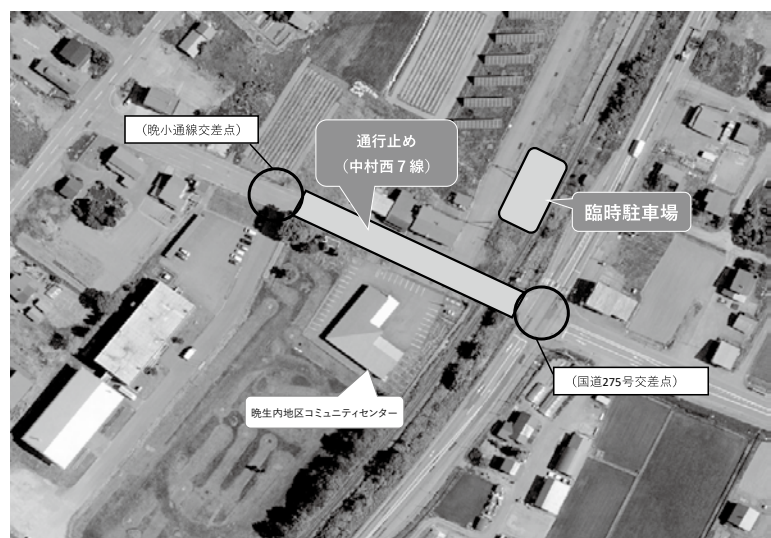
また、お車にて晩生内地区コミュニティセンターを利用する方につきましては、臨時駐車場を設置いたしますので、ご利用ください。

規制期間

6月1日（月）から

10月10日（土）まで（予定）

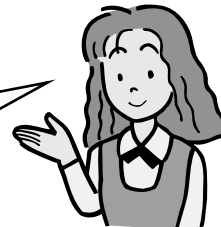
※夜間は開放します。



農業者年金現況届は忘れずに提出を！

農業者年金の経営移譲年金や農業者老齢年金を受給されている方は、現況届を必ず農業委員会に提出してください。

農業者年金現況届は、年金を受給するために必要で、毎年行う手続きです。



現況届が届く時期は…

現況届の用紙は、5月末日頃に直接受給権者ご本人あてに送付されます。

現況届の提出時期は…

現況届は、6月1日から6月30日までに必ず農業委員会に提出してください。

現況届の提出を忘れると…

現況届の提出がないときは、11月の支払いから提出されるまでの間、年金の支払いが**差し止められます**のでご注意ください。

農業者年金のご案内

- 60歳未満の国民年金第一号被保険者であって年間60日以上農業に従事するものであれば誰でも加入できます。また、年間60日以上農業に従事する60歳以上65歳未満の国民年金の任意加入者も農業者年金に加入できるようになりました。
- 農業者年金は積立方式・確定拠出型です。年金額が加入者・受給者数に左右されないため、少子高齢時代に強い制度です。中途脱退した場合も支払済保険料に応じた金額が年金として支給されます。
- 月額2万円から6万7千円までご自身のライフプランに合わせて保険料を自由に選択できます。保険料はいつでも変更可能です。また、35歳未満で認定農業者に該当しない等一定の要件を満たす農業従事者の方については月額1万円から加入できます。
- 認定農業者で青色申告者である等、一定の要件を備えた担い手に対して、保険料（月額2万円）の2割～5割の国庫補助があります（本人負担1万円～1万6千円）。
- 支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となります（収めた保険料の15～30%程度の節税）。支払われる年金にも公的年金控除が適用されます。
- 年金は終身受給できます。加入者や受給者が80歳になる前に亡くなった場合は、80歳までに受け取ると仮定した金額を一時金として遺族が受け取ることができます。

お問い合わせ 農業委員会農地係 電話：0125-68-2298

令和8年浦臼消防演習の開催について

- 日 時：7月5日（日）10時00分から
- 場 所：ピンネ農業協同組合浦臼支所前駐車場

※消防団招集のため、9時30分に防災無線によるサイレンを吹鳴いたしますので、火災と間違えないようご注意ください。

（情報提供：砂川地区広域消防組合奈井江・浦臼支署）



※令和7年 第34回砂川地区広域消防組合連合消防演習の様子

スキルアップセンター空知 公共職業訓練生募集

項目名	内 容
訓練科名	パソコン基礎科⑧
主催	北海道立札幌高等技術専門学院
概要	パソコン初心者を対象に、ワード・エクセル・パワーポイントの基本操作、情報セキュリティの基礎知識の習得および関連資格の取得により就職を目指す職業訓練
定員	15名
日程	8月20日(木)～11月19日(木)
受講料	無料
対象者	一般求職者 (公共職業安定所長の受講指示・受講推薦または支援指示が受けられる方)
募集期間	6月19日(金)～7月21日(火)
会場	スキルアップセンター空知
申込方法	最寄りのハローワークにてご相談のうえ、お申込みください
お問い合わせ	スキルアップセンター空知(担当:研修課 米田) 電話:0125-24-1880

上下水道料金の軽減制度

上水道の軽減について

浦臼町の上水道は西空知広域水道企業団で末端給水を行っています。水道料金に関し基本料金の軽減制度があります。

<対象となる世帯>

- (1) 生活保護世帯
- (2) 70歳以上の単身世帯
- (3) ひとり親家庭のうち児童扶養手当の受給者以上のいずれかであつてかつ、
- 70歳以上の単身世帯の場合は道町民税が非課税の場合。
- ひとり親家庭は道町民税が非課税世帯及び均等割のみの課税世帯の場合
- ※初めて軽減を受けられる場合に限り申請が必要です。

下水道の軽減について

下水道料金に関し基本料金の軽減制度があります。

<対象となる世帯>

- (1) 生活保護世帯
- (2) 65歳以上の世帯
- (3) ひとり親家庭のうち児童扶養手当の受給者以上のいずれかであつてかつ、
- 65歳以上の世帯の場合は道町民税が非課税の場合。
- ひとり親家庭は道町民税が非課税世帯及び均等割のみの課税世帯の場合。
- ※ただし毎年申請の手続が必要です。
- 該当の方は申し出て下さい。

軽減については本人申請となります。西空知広域水道企業団又は浦臼町から該当する旨の通知はありませんのでご注意下さい。

上水道の工事をする場合には西空知広域水道企業団の指定工事店、下水道の工事をする場合には浦臼町の指定を受けた工事店でなければ工事はできません。

工事をする場合には届出が必要になります。

お問い合わせ 建設課技術係 電話:0125-68-2113
西空知広域水道企業団 電話:0125-76-2486

令和7年度 水道事業報告

西空知広域水道企業団

令和7年度下半期（令和7年10月1日～令和8年3月31日）の水道事業概況をお知らせします。
 主な事業内容として、施設改修事業、老朽水道管更新事業及び検定満了水道メーター取替事業を実施しました。また、水質は定期的な検査により良好な状態を維持しています。

1 建設改良工事の状況

- (1) 施設整備事業
 水道施設改修計画に基づき、西空知浄水場膜ろ過設備シーケンサー装置改修工事、西空知浄水場中央監視装置機器更新工事、西部地区浄水場薬品注入設備更新工事などを実施しました。
- (2) 老朽水道管更新事業
 現在、老朽配水管更新計画に基づき、供用開始40年を経過する水道管を順次更新しています。
 令和7年度は、新十津川町746.3m、雨竜町561.4mの水道管を更新しました。
- (3) 検定満了水道メーター取替事業
 各戸に設置されている水道メーターは、使用期限が計量法により8年と定められており、期限が経過する水道メーターを取り替える事業です。令和7年度は、新十津川町280台、雨竜町148台、浦臼町113台の合計541台のメーターを取り替えました。

2 給水装置工事の状況

給水装置等の施工は、企業団に登録している指定工事事業者（現在24店登録）でなければなりません。令和7年度は、新設工事30件及び改造工事13件の申請を受け付けし、順次検査を行いました。

3 水質検査の状況

毎月水道水の水質検査を実施し、いずれも異常ありませんでした。

4 災害用物品の整備

災害に備え、応急給水用に各戸に配布するための給水袋を約4,000枚（耐用年数10年）備蓄しています。令和7年度は600枚の給水袋を更新しました。

5 給水の状況

- (1) 給水件数と給水人口 令和8年3月末現在

区分	浦臼町	新十津川町	雨竜町	砂川市	合計
給水件数(件)	653	2,531	952	18	4,154
給水人口(人)	1,506	6,004	1,954	53	9,517

- (2) 用途別使用水量 令和7年度分

区分	使用水量 (m ³)				
	浦臼町	新十津川町	雨竜町	砂川市	合計
家事用	89,255	395,723	131,575	3,171	619,724
業務用	22,742	86,156	42,535	0	151,433
浴場用	4,584	244	20,314	0	25,142
臨時用	0	83	64	0	147
合計	116,581	482,206	194,488	3,171	796,446

- (3) 給水量と日平均給水量 令和7年度分

区分	浦臼町	新十津川町	雨竜町	砂川市	合計
給水量 (m ³)	133,307	601,673	280,208	3,298	1,018,486
日平均給水量 (m ³)	383	1,616	756	9	2,764

6 経理状況

- (1) 収支の概要

上段：下半期 下段：令和7年度

収入科目	金額 (千円)	支出科目	金額 (千円)	差引	備考
収益的収入	233,758	収益的支出	306,037	△ 72,279	令和7年度純損失
	366,788		376,188	△ 9,400	
資本的収入	140,450	資本的支出	192,684	△ 52,234	留保資金補填
	165,850		297,599	△ 131,749	
収入合計	374,208	支出合計	498,721	△ 124,513	
	532,638		673,787	△ 141,149	

(収益的収支は税抜き、資本的収支は税込み)

- (2) 資産の現在高 56億0,429万3千円
 (3) 負債の現在高 31億5,452万8千円
 (4) 資本の現在高 24億4,976万5千円

・私たちの町に大規模な自然災害などが発生し、浄水場や配水管が被害を受けると、断水してしまう場合があります。普段から水を確保し、万が一の事態に備えましょう。
 ・生活保護・母子および父子・単身老人世帯の方は、それぞれの規定に該当すると料金が軽減されますので、水道企業団にお問い合わせください。
 ・水道メーター検針員は登録制で、検針員に欠員が出た場合に、事前に登録した検針員候補者の方にお声がけをします。興味のある方は電話でご連絡ください。

お問い合わせ 西空知広域水道企業団 電話：0125-76-2486 ホームページ <http://www.west-sorachi.server-shared.com/>

児童手当制度のご案内

○支給対象 高校生年代まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童を養育している方

○支給額

児童の年齢	手当月額（1人あたりの月額）	
0～3歳未満	第1子・第2子 15,000円	第3子以降 30,000円
3歳～高校生年代	第1子・第2子 10,000円	第3子以降 30,000円

※大学生年代まで（22歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の子のうち、親等に経済的負担がある場合は多子加算のカウント対象となります。

○支給時期 原則として、毎年偶数月の10日に支給します。

（例）6月の支給日には、4～5月分の手当を支給します。

※令和6年10月期の支給から支払通知書は送付しない取扱いとなりました。

現況届が原則提出不要になりました！

児童の養育状況が変わっていなければ、下記に該当する方を除き、現況届の提出は不要です。
（現況届の提出が必要な方）

- ・配偶者からの暴力等により、住民票の住所と異なる市町村で受給している方
- ・支給要件児童の戸籍がない方
- ・離婚協議中で配偶者と別居されている方
- ・法人である未成年後見人、施設・里親の受給者
- ・多子加算のカウント対象となっている大学生年代の子のうち、進学せず就職等している子がいる方
- ・その他、浦臼町から提出の案内があった方

※提出が必要な方には現況届を送付しますので、期日までに提出をお願いします。

お問い合わせ 住民課住民係 電話：0125-68-2112

本山町友好親善交流事業の募集期間を延長します。

本山町を訪問し現地の方と交流する団体1組を募集しています。奮ってご応募お待ちしております。

募集期間 4月1日（水）～8月14日（金）（募集期間を延長しました。）
（9月以降に実施する本山町への訪問が対象です。）

助成金の額 最大 350,000円 ※助成対象団体が決定され次第、募集を停止いたします。

事業詳細 QRコードより町公式ホームページをご確認頂くか、
総務課企画係にお問い合わせください。



お問い合わせ 総務課企画係 電話：0125-68-2111

（町ホームページ）

有料広告

ほくもん年金優遇定期預金 「ふれあい」 お取扱い中！！

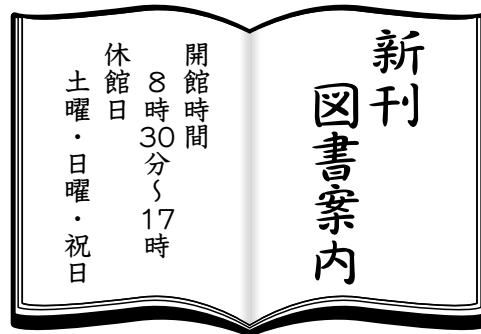
当金庫で年金をお受け取りいただいている方、
新規でお手続き中の方向けのおトクな定期預金です。

《詳しくは最寄りの当金庫本支店までお問い合わせください。》

 北門信用金庫 浦臼支店 Tel (0125)68-2011

田に若苗の鮮やかな緑が映える時期となりました。みなさんいかがお過ごしでしょうか？

農村センター図書室では、道東が舞台の芥川賞候補作やノーベル文学賞を受賞したハン・ガンの人気作、近年様々なメディアで活躍する文芸評論家・三宅香帆のベストセラー作品などが入荷しました。多くの方のご利用をお待ちしております。



一般書 16冊 (リクエスト本含む)

DANGER	村山 由佳	新潮社
人よ、花よ、上	今村 翔吾	朝日新聞出版
人よ、花よ、下	今村 翔吾	朝日新聞出版
蘭医繚乱 洪庵と泰然	海堂 尊	PHP研究所
プラチナハーケン1980	海堂 尊	講談社
貝殻航路 (第174回芥川賞候補作)	久栖 博季	文藝春秋
変な地図 あなたは、この古地図の「謎」が、解けますか?	雨穴	双葉社
愚か者の疾走	西尾 潤	徳間書店
すべての、白いものたち (ブッカー国際賞候補作)	ハン・ガン	河出書房新社
別れを告げない (全米批評家協会賞)	ハン・ガン	白水社
シャイロックの子供たち	池井戸 潤	文藝春秋
祖母の品格 孫を持つすべての人へ	坂東 真理子	朝日新聞出版
刑務所で当事者研究をやってみた 対話実践とチーム処遇が扉をひらく	向谷地 生良 村上 靖彦	医学書院
統一教会との格闘、22年	鈴木 エイト	KADOKAWA
なぜ働いていると本が読めなくなるのか (新書大賞2025) (書店員が選ぶノンフィクション大賞2024)	三宅 香帆	集英社
リュウジ式至高のレシピ3 人生でいちばん美味しい! 基本の料理100	リュウジ	ライツ社



『DANGER』
村山 由佳/著

世界的振付師・久我一臣。バレエ団の来日記念企画の連載記事の取材を受けた彼が語ったのは、壮絶な戦争体験だった。過酷な運命の中、人々はいかにして希望を見出すのか――。



『別れを告げない』
ハン・ガン/著

第二次世界大戦後の1948年に起きた済州島四・三事件を背景に描かれる究極の愛の物語。

- ◇全米批評家協会賞
- ◇2025年本屋大賞
- 翻訳小説部門第2位
- ◇第76回読売文学賞
- 研究・翻訳賞



『リュウジ式至高のレシピ3
人生でいちばん美味しい!
基本の料理100』
リュウジ/著

料理レシピ本大賞 in Japan 大賞受賞作、待望の第3弾! 普段の料理が至高の料理に進化する裏技満載の一冊。

☐ 次回は児童書を中心にご紹介します!

だれでも食堂のご案内

浦臼の野菜をできるだけ使用して月に1回町民が開く、町民のための食堂です。
混雑をさけるため、予約制での開催といたしますので、事前にお申し込みをお願いします。
たくさんの方のご来場をお待ちしております。

日 時：6月20日(土)

11時30分～13時30分

※11時30分から30分ごとの時間予約制です。申 込 先：電話 090-2811-8196

開催場所：ふれあいの家(中央団地敷地内)

メニュー：カツ丼・サラダ・みそ汁

料 金：大人200円 18歳以下無料

代表 鎌田 眞美

※会場が使用できない場合は中止となります。

保健センターで測定してみませんか？

保健センターでは、下記にある機器での測定を行っています。

どれも簡単に測定でき、その場で結果がわかります。ぜひ、この機会にご利用ください。

1. ベジチェック（6月～11月の期間限定です）

手のひらをセンサーにあてるだけ！約30秒ほどで簡単に『推定野菜摂取量』が測定できます。

昨年度は、のべ474名の方が測定し、34.2%の方は目標値である350g以上の野菜摂取をされている結果でした。



2. 尿ナトカリ比測定（～令和9年3月までの予定）

尿検査で測定します。

～ナトカリ比とは？～

ナトリウム（食塩）とカリウム（野菜や果物に多く含まれる）の摂取バランスを表す指標です。ナトカリ比が血圧と関連するため、この比を低くすることが高血圧や循環器病の予防につながります。

「ベジチェック」と「ナトカリ比」を測定することで、
普段の食事の塩分と野菜のバランスを『見える化』できます！！

ベジチェックとナトカリ比測定は・・・

- ・7月と10月の健診でも測定できます。
- ・保健事業で機械を使用することがあるため、急な来所時に使用できないことがあります。
- ・医療機器ではないため、測定結果はあくまでも目安となります。

3. 動脈硬化度測定



血管の硬さやつまり具合から、動脈硬化の進み具合を測定します。測定された血管の硬さから「推定血管年齢」を知ることができ、実際の年齢と比較することもできます。

ベッドに横になり、カフ（血圧測定のために腕に巻くようなもの）を両腕・両足に装着し測定します（結果の説明を含めると20分ほどかかります）。

- ④・いつでも測定できますが測定器が1台しかないため、事前に予約をお願いします。
- ・測定に影響する可能性があるため、来所時は手足を締めつける服装（タイツなど）をなるべく避ける服装をお願いします。

職員が測定器を操作しますので、来所前に連絡をいただくと測定がスムーズです。

どなたでも測定できますので、お気軽にお問い合わせください。



今月の

粗大ごみ収集日

は

6月16日(火)

です。

6月9日(火)までに申し込みをされた方の戸別(訪問)収集日です。

※7月の収集日は7月21日(火)です。申込締切日は7月14日(火)です。



短歌

浦白短歌会

母の日に若き日のわれAーで
描かれし顔に心ときめき

井川 恵美子

八十路過ぎ身体にメスは耐えがたき
落ちし筋力未だ戻らず

井下 隼子

冬が去り桜も散りて初夏となる
木々も芽吹きて希望新たに

藤岡 恭萬

心地よき春の日差しを背に浴びつ
庭の除草も楽しひととき

森 一喜

いつの日も朝陽昇るは変りなき
亡き母偲ぶ「母の日」の午後

森 小夜子

無料法律相談会の開催

司法書士・行政書士 木村幸一先生による無料法律相談会が下記日程で開催されます。(完全予約制)

日時 6月10日(水)
13時00分~15時00分

場所 浦白町商工会館

相談内容 相続・遺言・登記(法人・不動産)、
債務整理、民事裁判、成年後見等

お問い合わせ 浦白町商工会

電話: 0125-67-3331

最終処分場放流水水質検査結果(4月分)

項目	水素イオン濃度(pH)	浮遊物質濃度(SS)	生物化学的酸素要求量(BOD)	化学的酸素要求量(COD-Mn)	全窒素(T-N)
採取日	7.6	2	0.9	4.2	2.9
4月8日(水)					
基準値	5.8~8.6	10以下	20以下	90以下	120以下

自動車運転免許更新時講習会

優良運転手のみが受講できる講習会で、ご自宅に「運転免許証更新連絡書」が届きますので、滝川警察署砂川警察庁舎等で更新の手続き(申請等)を済ませ、「優良講習」対象者に該当するかどうか確認の上、受講してください。

更新手続きは、誕生日の前後合わせて2ヶ月の間に行ってください。

とき 6月18日(木)・18時から
ところ 奈井江町文化ホール(JR奈井江駅前)

編集後記

気温もどんどん上がっていき、いよいよ夏本番の季節がやってきました。この時期といえば、認定こども園や小学校の運動会、中学校の陸上記録会が開催されます!子どもたちは自分のベスト記録を出せるように頑張ってください!そして、我々広報部隊も一生懸命な姿を撮れるよう、頑張っていきたいと思います!

(稲部)

はい!こちら119番



その他の出動	救助出動	救急出動	警戒	火災出動	区分	
					期間	
6 (10)	0 (0)	3 (19)	0 (0)	1 (1)	4月1日	4月分
					4月30日	
7 (13)	0 (0)	18 (94)	1 (4)	1 (1)	1月1日	累計
					4月30日	

浦白町内の出動状況()内は奈井江・浦白支署全出動状況

有料広告

あなたの悩みに
あなたの悩みに
あなたの悩みに

面談電話 **完全無料**

相談予約ダイヤル **0125-22-8373**
平日 10:00~16:00(12:00~13:00を除く)

気軽に電話で相談 **011-281-8686** 1回15分 相談無料

※掲載の時間や相談方法は予告なく変更する場合がございます。

札幌弁護士会 中空知法律相談センター

ひとのうごき

男 749人(+4人) 女 779人(0人)
計 1,528人(+4人) 世帯数 768戸(+5戸)
()内は前月との比 ■4月末現在

4 / 22 安全な自転車の乗り方を学ぶ

交通安全教室

浦臼小学校にて、交通安全教室が開催されました。児童たちは講師の警察官から、自転車で横断歩道を渡る際の注意点や交通マナーを教わったあと、小学校周辺の路上で実地練習を行いました。児童代表の静川^{しずかわ}絆^{はな}さんは「今日学んだことを忘れずに、交通安全を意識していきます」と話していました。



5 / 8 2026年度浦臼町B & G海洋センター修繕助成決定書授与式

B & G海洋センター修繕助成決定書授与式が役場町長室にて行われ、B & G財団菅原悟志理事長から川畑町長へ決定書が手渡されました。

この修繕助成決定書は今年度を実施するプールと建物の修繕工事に対するもので、費用の一部をB & G財団より助成していただくものです。

決定書授与にあたって菅原理事長より「今後とも青少年の健全育成、地域住民の健康増進のため未永く利用できるよう海洋センターの維持管理に努めてほしい」との言葉がありました。



5 / 13 たくさんの来場者で大盛り上がり びじゅつかんごっこ

多世代交流施設えみるにて、認定こども園なかよしによる「びじゅつかんごっこ」が開催されました。会場には、園児たちが作成した絵本やきりがみ、ぬりえなどが展示されており、来場者からは「すごく上手!」「色がカラフルでとても綺麗!」などの声が上がっていました。

また、来場者への受付や案内、作品の説明はらいおん組（年長クラス）が行い、来場者をもてなしていました。



5 / 16 未来へつなぐ桜の想い 未来の植樹祭

浦臼さくらの会による『未来の植樹祭』が開催されました。この会は桜を通じた活力ある地域づくりを進め、未来の子どもたちのために桜を残すことを目的とした活動で、会員や小中学生14名が参加し、20本の苗木を植樹しました。会員からは「植えた桜がきれいに咲くのを見たい」と期待する声が聞かれました。

また、作業の間には桜ヶ丘公園での昔の思い出話や、昨年植樹した苗木の管理と桜ヶ丘公園周りの環境整備が行われました。植樹された桜は浦臼さくらの会により育成・保全されます。

