

広報サロマ～わたしとまちの情報誌～

saroma

No.795
January 2024
Saroma
Town Magazine
1

新年のごあいさつ

令和6年 新年のごあいさつ



佐呂間町長

武田 温友

新年明けましておめでとうございます。

町民の皆様には、輝かしい初春を穏やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、町政全般にわたり格別のご理解とご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

また、昨年8月に発覚しました町職員による公金の詐取および文書変造による不祥事案に当たりましては、町民の皆様をはじめ、関係機関ならびに関係各位に多大なるご迷惑、ご心配をおかけしましたことを改めまして深くお詫び申し上げますとともに、町政の総括責任者である私を先頭に、再発防止に全力を尽くし、職員一丸となって信頼回復に努めてまいります。

さて、昨年を顧みますと、国内における明るい話題として、3月に開催された「2023ワールドベースボールクラシック」において、激闘の末、侍ジャパンが7戦全勝で3大会ぶりの優勝を果たしました。また、10月には、将棋界において藤井聡太棋士が史上初の八冠を達成する快挙を成し遂げ、日本中に勇気と感動を与えてくれました。

このような中、海外では、ロシアによるウクライナ侵攻から一年が経過し、ウクライナ軍による反転攻勢など未だ激しい攻防が続いており、さらに10月には、パレスチナ・ガザ地区を実効支配する武装組織ハマスによるイスラエルへの奇襲攻撃が行われ、イスラエル軍による大規模な報復作戦が今もなお続き、数多くの尊い命が犠牲となっており、争いのない平和な日常が一日でも早く訪れることを心から祈るばかりであります。

国内に目を向けますと、5月には新型コロナウイルス感染症が2類から5類へと移行し、外国人観光客の訪日や国内における人の流れがコロナ禍前の状況に戻り、消費・経済活動が活発化しつつあるものの、ウクライナ情勢の影響による原油価格や物価の高騰が続く中、国においては

『新しい資本主義の実現』に向けた取組として「供給力の強化」と「国民への還元」の2つを車の両輪に掲げ、国民の負担を軽減するため、令和6年分の所得税3万円・個人住民税1万円の合わせて4万円の減税を行うとともに、低所得世帯に対しては、3万円を目安に支援を開始した物価高騰対策のための重点支援地方交付金の枠を拡大し7万円を追加、住民税非課税世帯1世帯当たり合計10万円の給付が決定され、また、燃料油価格・電気・ガス料金の激変緩和措置の継続も決定されたところであります。

さて、昨年の本町を顧みますと、農業では雪解けが早く、農作物の播種作業等が例年よりも早く進み、麦類は平年並み、南瓜は平年を上回り、大豆も順調に生育し、無事収穫を終えることができました。しかしながら、8月以降の高温多湿により、てん菜においては褐斑病が広範囲に発生し、過去に類を見ない低糖度となり、農協における販売計画を大きく下回る結果となりました。

酪農畜産では、昨年度からの生乳生産抑制の影響により、個体販売では飼養コストの上昇も相まって相場低迷が続く、乳量においても前年を下回る目標数量となりましたが、生

乳計画生産に対する奨励策を実施し、本町の契約数量の遵守に努めました。

養豚では、豚肉価格は高水準を維持しておりますが、昨年同様、飼料高騰の影響を大きく受けており、酪農畜産全体においても計画を下回り、農産物、酪農畜産を合わせた農業販売額全体でも当初計画を下回ることとなりました。

漁業では、外海ホタテの水揚げが当初計画を若干下回るものの、販売金額では福島第一原発ALPS処理水の海洋放出が開始され、中国による水産物の輸入停止の影響が懸念される中、円安などにより計画よりも高値で推移しましたが、養殖ホタテにつきましては、生産数量、キロ単価とも計画を下回る状況となり、さらにサケ定置網では、漁獲量・漁獲金額ともに前年を大きく下回り、漁協における総水揚げ額は、前年を若干下回りました。

また、8月には大雨による河川の増水により、サロマ湖内へ植物プランクトンが流入し、低酸素の水が富武士漁港付近に停滞、資源確保のため禁漁としていたホッカイシマエビが酸欠状態となり、サロマ湖沿岸に大量に打ち上げられ、残念な結果となりました。しかしながら、幸いに

もホタテ養殖施設への影響は現在のところ見受けられず、一先ず安堵しているところであります。

林業では、造林・下刈事業など、各種の補助制度を活用しながら、継続的な森林資源の保全と適切な保護育成に努め、商工業では、物価高騰対策として、国の交付金を活用したプレミアム分を増加したふるさと商品券の発行や住宅建設促進事業、商工業活性化補助事業などの継続実施により、町内消費活動の活性化および商工業者への支援を行いました。また、物価高騰への支援として、国からの交付金を活用し、令和4年12月分から令和5年2月分までの3か月間、簡易水道の基本料金を減免し、負担の軽減を図りました。

観光では、休止しておりました悠林館の管理運営に当たり、新たな指定管理者を指定し、6月から営業を再開、町内外から大変好評を得ているところであります。

教育関係では、高校の存続対策として、引き続き佐呂間高校生に対する各種応援事業および子育て支援対策の一環として、学校給食費無償化を実施し、保護者の皆様の負担軽減を図ったところであります。

また、昭和40年建設の役場庁舎につきましては、耐震診断調査におい

て大地震が発生した際に「倒壊する危険性が高い」と診断されましたが、地震発生が少ない地域性を考慮するとともに、町民生活に直結する事業を最優先し、これまで耐震補強・建替は見送ってきたところですが、より良い行政サービスを提供するため、すべての町民に開かれた「安心・安全」「協働」「環境」を重視した『すべての人にやさしいまちづくりの拠点』を基本理念に掲げた「新庁舎建設基本構想」を策定し、令和10年度からの供用開始に向け、事務を執り進めてまいります。

コロナ禍が明け、通常の生活を取り戻しつつある中、地方を取り巻く環境はより一層厳しい状況にあります。が、町民の皆様一人ひとりの豊かな生活の実現と活気に満ちた佐呂間町の発展のため、「自然の恵みに感謝しながら生きがいのある生活を確立し、希望と自信をもって、ひとりひとりの幸せと未来に延びゆく、豊かで明るいまちをつくる」とした『町民憲章』を念頭に、私に与えられた使命であります『ふるさとサロマをより良いまちにする』ため、「子どもたちには夢と希望を、働き盛り世代の方には佐呂間町で働く誇りを、高齢者の方にはいつまでも住み慣れた家で暮らせる安心を」をモットー

に、まちづくりのビジョンを示す、第5期町総合計画の「安全安心で豊かなまち」「自然とともに持続可能な循環型の産業」「絆を深め地域ぐるみで支えあう福祉のまち」「心を豊かにする学び」の4つの施策大綱に基づき「自然の恵みに感謝し、人が人を支え、共に創（つく）る、生涯の郷（さと）、サロマ」の実現に向け、町民福祉の向上と本町の更なる発展に向けた「新しい佐呂間町の創造」に、私も町職員一丸となって全力で取り組んでまいれる所存であります。

結びに、新しい年が皆様にとって実りある最良の年となるとともに、益々ご健勝でご活躍されますことを心よりご祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。



佐呂間町議会議長

佐藤 昭男

新年、明けましておめでとうございます。
います。

町民の皆様におかれましては、ご健勝にて輝かしい令和六年の新春を迎えられ心よりお慶び申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、スポーツ界ではアメリカ大リーグで活躍中の大谷翔平選手が投打の二刀流で2度目の満票によるMVP（最優秀選手賞）に選ばれ、日本人として大変誇らしく、輝かしい賞を受賞されました。

日本のプロ野球では、セリーグの阪神タイガースが日本シリーズにおいて38年ぶりの日本一に輝き、パリーグ優勝のオリックス・バッファローズと共に関西地方を大いに沸かせました。

また、将棋界では、藤井聡太氏が

歴代初の八冠に輝き、その後のタイトル防衛戦においても負けなしの勢いが続いております。

国際情勢では、令和5年5月にG7広島サミットにおいて議長国日本による核なき世界平和への確認をしたところです。ロシアによるウクライナ侵略は、依然膠着状態となっており、停戦への進展は見られないまま、今度は、中東のパレスチナ自治区内のガザ地区において、イスラエル軍とイスラム組織ハマスとの軍事衝突が発生し、一時休戦となったものの、多数の一般住民が犠牲となっている報道がなされております。

一方、国内では、令和5年5月の連休明けに新型コロナウイルスが第5類に移行し、その感染対策も自己判断の範疇で対応することとなりましたが、インフルエンザウイルスも含め、学校等での蔓延が多く発生し、学校・学年閉鎖する対応も見られました。

また、クマの出没が日本各地で発生し、北海道においては、ヒグマに襲われ犠牲者が出るなど、傷ましい事故が相次ぎ、喫緊の対策が必要な状況であります。

さて、本町をかえりみますと、基幹産業の農業は、春の雪解けが早く、播種・移植作業が順調に進みましたが、8月以降の高温高湿度により、てん菜の褐斑病が発生し過去最

低の低糖度となったこともあり、農作物の全体販売額は当初計画を大きく下回りました。また、酪農畜産においても、生乳生産抑制、飼養コストの上昇等もあり計画より下回る状況となりました。漁業については、海外ホタテ、養殖ホタテとも水揚げ量が昨年を若干下回りましたが、価格が安定しております。さけ漁については、前年度対比47%の水揚げ額となり、佐呂間漁業協同組合総水揚げ額は前年対比82%の見込みであります。

また、中国による日本の海産物等の輸入制限がなされ、町漁業の主力であるホタテ貝生産の需要基盤が心配されているところであります。

日本経済は、日経平均株価が上昇を続け、令和5年11月現在で3万3千円台となっており、平成28年8月以降のバブル以来の最高値を更新し続けている状況であります。が、被雇用者の賃金体系が上昇に転じておらず、物価高および円安も拍車をかけて好景気につながる要素が見えない状況が続いております。

北海道オホーツクの地域経済、雇用環境についても依然として厳しい状況になっておりますが、佐呂間町内では、プレミアム商品券発行などの各種施策により、消費活動の活性化が図られております。

地方創生が叫ばれている昨今、地

方を取り巻く環境は大きく変化しており、基幹産業の活性化・後継者対策、人口減少対策、少子高齢化社会に対応する医療・福祉介護政策等の充実が求められています。

このような状況の中、本町が自立した町として歩み続けていく上で、将来を見据えた安定的で持続可能な行財政運営が可能となるように、時代の大きな変革期にあることを踏まえ、的確かつ適正な議会運営に全力を傾注し、多様性を重視しつつ、町民に開かれた議会を目指してまいりたいと存じます。

今後とも、一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。本年は、辰（龍）年でございます。幸運を呼ぶ竜のごとく、町民の皆さまがご健勝で幸多き年となりますことをお祈り申し上げ、新春のご挨拶といたします。



献血功労表彰～森永乳業(株)佐呂間工場

11月20日、森永乳業株式会社佐呂間工場に日本赤十字社より献血功労表彰銀色有功賞が贈られました。

今回の受賞は、23年間にわたり継続して献血活動へ協力した功績が認められたものです。



第2回JOINT CONCERT

12月2日、昨年に引き続き佐呂間中学校吹奏楽部と佐呂間高等学校吹奏楽局による合同演奏会「第2回 JOINT CONCERT」が開催されました。

「音楽を通じた町民とのつながり」を目的に企画され、年々部員数が減少している吹奏楽部ですが、卒業生や町民の方も参加していただき、クリスマスソングなどの素敵なメロディーが奏でられていました。

自治会長会議を開催

12月6日、佐呂間コミセンで第2回自治会長会議が開催されました。

当日は、各地区の自治会長15名、町長、副町長、教育長および各課長・施設長が出席し、町内会・自治会から意見の提出があった自治会要望事項や町からの提案など活発な意見交換がおこなわれました。



広報さろまでは、話題や出来事などみなさまからの情報をお待ちしております。
ご連絡をいただけたら取材にお伺いします。お気軽にご連絡ください。

▷▷▷ 町民課住民活動係 ◁◁◁

TEL：2・1213 FAX：2・3368

MAIL：chouminka@town.saroma.hokkaido.jp



佐呂間小学校学習発表会



佐呂間保育所おゆうぎ会



プロ野球選手から直接指導

11月26日、北海道日本ハムファイターズの道産子選手による野球振興活動「ネクスト・サークル supported by イオン北海道」の野球教室が佐呂間町ホワイトドームで開催され、佐呂間町および近隣市町村の小学4・5年生59名、中学1・2年生49名が参加しました。

野球教室では、本町出身の玉井大翔選手をはじめ、福田俊選手、今川優馬選手、根本悠楓選手の4選手から投球動作や打撃など直接指導を受けたり、実際にプロ選手の投球やフルスイングを目の当たりにしたりと、プロ選手のすごさを実感するとても貴重な時間を過ごしていました。



ベストフレンドマツチ四国2023 中学女子軟式野球交流大会

U-15女子北海道選抜

2年ぶり
2度目の

優勝



佐呂間中学校3年

いしかわ まいこ

石川舞倅さん

佐呂間中学校3年の石川舞倅さんが、11月25日、26日に高知県で開催されたベストフレンドマツチ四国2023中学女子軟式野球交流大会に、U-15女子北海道選抜として出場し、見事2年ぶり2度目の優勝を果たしました。

大会は全15チームが4つのグループに分かれ予選リーグを行い、勝ち抜いた各グループ1位による決勝トーナメントが行われました。U-15女子北海道選抜は、予選で高知県代表「高知家ガールズ」、福井県代表「福井ダイヤモンドガールズ」に勝ち、決勝トーナメントに駒をすめました。準決勝では前年優勝チームの兵庫県代表「神戸レッドガールズ」に7対6で勝ち、京都府代表「京都シャイニングヴィーナス」と戦った決勝戦は初回に先制した1点を守り抜き1対0で勝利をおさめました。

石川さんは、チームの主力として活躍し、先発登

板した2回戦では無失点、準決勝では4回までを3失点と試合をつくり、決勝戦では1対0と1点リードで迎えた7回裏に4番手として登板し、見事0点に抑え優勝投手になりました。

プレッシャーがかかる決勝戦の1対0で迎えた最終回のマウンドについて、「3人抑えるだけ。と強い気持ちでマウンドに上がったが、球が上ずってしまいフォアボールを出してしまった。少し緊張したがその後の打者をうまく打ち取ることができた。」と語っていました。

中学校卒業後は、女子野球部がある高校への進学を考えており、それまでは怪我をしにくい体に出るようトレーニングし、高校でも活躍して注目される選手になりたいと力強く意気込みも語ってくれました。



Town Information

サロマ暮らしの情報掲示板

◎詳しい内容は直接お問い合わせください。

◎記事中の記号は次のとおりです。

問：お問い合わせ先 電：電話 ファ：ファックス 申：申込先

HPホームページ E：メールアドレス FB：フェイスブック

人のうごき

11月末

○人口：4,707人 (-15人)

【内外国人：241人】

○男♂：2,203人 (-4人)

【内外国人：39人】

○女♀：2,504人 (-11人)

【内外国人：202人】

○世帯：2,419戸 (-12戸)

【内外国人：231戸】

※ ()内数字は前月比



電話 2・3553

申・問 バスターミナル

※年末年始休業：12月30日～1月3日

ご予約がなければ運行しませんのでご了承ください。

◆予約制期間：1月4日～14日

予約の際は、当日の正午までにバス運転手かバスターミナルにお知らせください。

学校の長期休業にあわせて「ふれあいバス町内線下校③便(17時台)」が予約制になります。

予約の際は、当日の正午までにバス運転手かバスターミナルにお知らせください。

ふれあいバス町内線
下校③便の予約制について



◆粗大ごみの出し方
粗大ごみの処理は有料です。必ず粗大ごみシールを購入の上、粗大ごみに貼って出してください。粗大ごみシールが貼られていないものは収集しません。
※粗大ごみシールは、有料ごみ袋を販売している町内のお店で購入できます。

収集日	地区名
13日(土)	知来・仁倉・浪速 幌岩・浜佐呂間
16日(火)	若佐地区・若里
17日(水)	栄地区・富富士
22日(月)	西富・北・東
27日(土)	宮前町・永代町・幸町

粗大ごみは決められた収集日にゴミステーションに出してください。各地区の収集日は左記の通りです。

1月は「粗大ごみ」収集月です

◆ゴミステーションに出せない粗大ごみ
▽ごみ分別の手引きで町が処理できないとしているもの
▽長さが2.5mを超えるもの
▽重さが60kgを超えるもの
▽家電製品
▽産業廃棄物に該当するもの
◆お願い
粗大ごみは一般のゴミステーションに、必ず収集日当日朝8時までに置いてください。粗大ごみを出すステーションは、町内会や自治会で決められているものを使用してください。

問 町民課生活環境係
2・1213

粗大ごみ処理料金	
1辺の最大の長さ	価格
1m未満 	200円
1m以上2.5m未満 	400円

悪天候のときの ごみ収集に関するお願い

暴風雪など悪天候のときは、ごみ収集が大幅に遅れることがあり、場合によってはごみ収集を中止することがあります。その場合は、翌日以降に収集することとなります。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、天候や道路状況により、知来ごみ処理場を閉鎖する場合があります。悪天候のときは、直接搬入をお控えくださいますようお願いいたします。

☎ 町民課生活環境係
2・1213

除雪に関するお願い

降雪時に一刻も早く地域の交通を確保するためには、町民のみなさまのご協力が必要です。地域の交通を早期に回復するため、次のことにご注意ください。

◆路上駐車はしない！

放置車両があると、その箇所の除雪ができなくなったり、事故の原因になります。

◆路上や歩道に物を放置しない！

道路に物があると雪に埋まり事故の原因になります。

◆歩道・車道に雪を出さない！

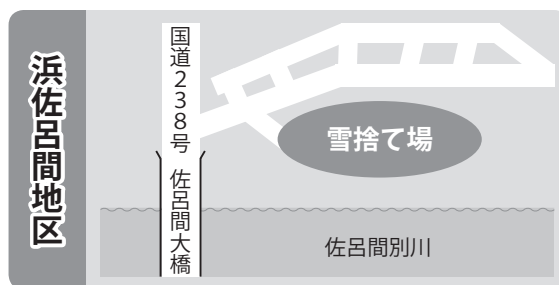
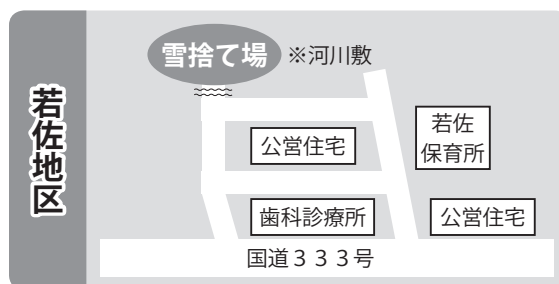
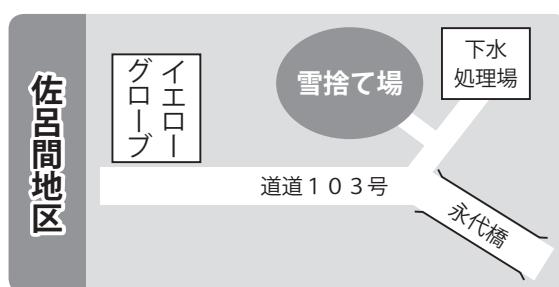
「わだち」ができやすくなり交通の障害や事故の原因になります。

◆玄関前の雪は各家庭で対応を！

道路へ出るまでの間口確保は各家庭でお願いします。

◆ご家庭で排雪する場合の雪捨て場は右図をご確認ください。

☎ 建設課土木係 2・1210



◆通学路に関するお願い

町では、児童生徒が安全・安心して登下校できるよう、除雪体制を関係業者をお願いしております。各地域におかれましても、各家庭前の歩道への排雪・堆雪により、児童生徒が歩道を通行することが困難となり、やむを得ず車道を歩かなければならない状況になることもありますので、町民の皆様には、今後も児童生徒が安全・安心して登下校できるよう、歩道の確保や屋根からの雪の処理にご協力いただきますようお願いいたします。☎ 教育委員会管理課 2・1294



その他

佐呂間町農業振興地域整備計画の見直しについて

町では、令和4年度に全圃場の調査を実施した結果により、本計画の見直しを行います。

◆農用地利用計画の見直しに当たっての基本的な考え方

① 現況農地(畑、牧場)および農業用施設用地については、原則として農用地区域に含めます。

② 登記簿上、農地であっても既に農地外として利用している土地については、現況を考慮し農用地区域から除外します。

③ 現在農地であっても将来植林し、山林等他用途として使用する地域は事業計画等を調査の上、農用地区域から除外することも可能です。

④ 現況農地が団地形成している部分にある農地の除外の申し出については、優良農地確保の観点から除外できない場合があります。

⑤ 土地改良事業の受益地となつている農地は、地区全体の事業完了告示後8年を経過していなければ農用地区域からの除外は出来ません。

※除外の手続きを終えても、農地転

用の手続きは必ず必要となります。

◆次のような場合は、2月9日までに農務課農業振興係まで申し出てください。

① 現況山林、原野等を農地(草地)として造成する計画のある方

② 農地を農地以外の目的に利用する計画のある方

③ 今後、長期間耕作されず山林・原野化すると見込まれる土地をお持ちの方

④ 農地を農業用施設用地として利用する計画のある方

例)牛舎、堆肥舎、倉庫、バンカーサイロなど

※農振法および用途指定状況等の理由により、ご要望に沿えない場合もあり得ます。また、今回の見直し後、概ね5年間は計画の変更を行いませんのでご留意願います。ただし、通常実施しております緊急を要する案件(一般管理)による計画の変更は随時申し出を受けます。

※その他ご不明な点があればお問い合わせ願います。

☎ 農務課農業振興係
2・1209

国民年金便り

新成人のみなさまへ ～20歳になったら国民年金～

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

◆国民年金のポイント

▷将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳未満の方が加入し保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

▷老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残った時に受け取れます。また、遺族年金は、加入者が死亡し

た場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

◆「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

▷「学生納付特例制度」

学生の方はご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。対象となる学生は、大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(学校教育法で規定されている修業年限1年以上の課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

▷「納付猶予制度」

学生でない50歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

☎ 北見年金事務所 0157・25・8703

☎ 町民課戸籍年金係 2・1213

健康づくり事業に参加するとポイントがもらえる

サロマガンキマイレージ

冬のボーナスポイント企画



◎健診を受けてポイントを貯めよう！

対象となる健診(検診)	ポイント付与対象 ※受診日当日の年齢	付与要件およびポイント数
特定健康診査	国民健康保険加入者で 40～74歳以下	受診で5ポイント
39歳以下健康診査	39歳以下	
後期高齢者健康診査	75歳以上	
がん検診(胃・肺・大腸・前立腺)	年齢不問(一般男女)	どれかひとつでも 受診で5ポイント
口腔健康度判定	健診受診者(対象者限定)	質問用紙提出で5ポイント

◆上記健診の実施日

会場	日程	受付時間
浜佐呂間活性化センター	2月2日(金)	午前6時～午前9時30分
町民センター	2月3日(土)	
	2月4日(日)	

直前であっても電話または窓口でお申し込みを受け付けていますので、まずはご相談ください。

問・申 保健福祉課保健推進係 ☎2・1212

健診会場で来年度の健診
を予約すると…、
さらに5ポイント進呈！

◎武道館・温水プール「スター」のウィンターキャンペーン

実施期間：1月7日(土)～3月19日(火) 1月7日(日)受付開始

① 「冬期健康プログラム」ボーナスポイントキャンペーン

期間中、下記の事業に1回参加することに3ポイント進呈します。さらに事業ごとに設定した条件を達成するとさらにボーナスポイント進呈！

▷対象事業(事前に参加申込が必要)

- ・らくらく健康体操 → 5・10・15回参加でさらにポイント進呈！
- ・トレーニングミニ講座 → 3・6・9回参加でさらにポイント進呈！
- ・パーソナル指導 → 2・4・6回指導を受けるとさらにポイント進呈！

② 運動継続&運動ひろば活用キャンペーン

運動を目的としてスターに来館し、施設(トレーニングルーム・ランニングコース・武道館・会議室)を規定の回数利用された方にポイントを進呈します！さらに、冬期間限定で開催する「元気アップトレーニングひろば」(金～日開催)を利用された方に、1回につき3ポイント進呈します！

▷対象者：18歳以上の方 ▷登録：事前申込が必要 ▷定員：先着30名

5回利用で
5ポイント

10回利用で
10ポイント

15回利用で
15ポイント

問・申 武道館・温水プール「スター」 ☎2・2261

保育所入所児を募集します

佐呂間保育所

◆入所資格

令和6年4月2日をもって満6か月以上の乳幼児から就学前の幼児で、主に次のいずれかに該当する場合

- ▷両親が勤めているため保育ができず、同居の方も保育ができない
- ▷両親が自宅で乳幼児と離れて家事以外の仕事をしているため保育ができず、同居の方も保育ができない
- ▷母親が出産の前後や病気等で保育ができない
- ※入所は家族構成や家族の状況等により決定されます。

◆期間：令和6年4月1日から翌年3月28日

◆保育時間

保育の必要性の認定により、基本的に次の3区分に分けられます。

- ▷区分1（短時間保育認定） 8時～16時
- ▷区分2（標準時間保育認定） 7時半～18時
- ▷区分3（教育標準時間認定） 8時～12時

若佐・浜佐呂間保育所（へき地保育所）

◆入所資格

令和6年4月中に満3歳となる幼児から就学前の幼児（※5月以降も、満3歳になる誕生日の1日から入所することができます）

◆期間：令和6年4月5日から翌年3月25日

◆保育時間：8時～16時まで

共通事項

◆申し込み期間

令和6年1月9日（火）～1月31日（水）

◆申し込み先

各保育所に申し込みに必要な書類を用意していますので、必要事項を記入し提出願います。現在入所されている方も申し込みが必要です。ご注意ください。

なお、入所説明会は、後日、各保育所毎に実施する予定です。

◆保育料

保育料の算定は町民税所得割課税額の区分により決定します。（4月～8月までは前年度分、9月以降は当年度の町民税額とし、世帯全員の合算額により決定されます。）

☎佐呂間保育所 ☎2・3647



ご存じですか？「エシカル消費」

みなさんは、「エシカル消費」という言葉を聞いたことがありますか。

エシカル（倫理的・道徳的）消費とは、より良い社会に向けた、人・社会・地域・環境に配慮した消費行動のことです。

私たち一人一人が、社会的な課題に気付き、日々の買物を通して、その課題の解決のために、自分は何ができるのかを考えてみることで、これが、エシカル消費の第一歩です。

例えば、障がいのある方の支援につながる商品を選ぶことや地元産商品の購入、マイバック・マイボトルを活用することもエシカル消費です。

毎日の暮らしの中で、できることから少しずつ「エシカル消費」を取り入れてみませんか。

※SDGsの17のゴールのうち、特にゴール12（つくる責任つかう責任）に関連する取組です。

保育士 (佐呂間町職員) を募集します

4月1日採用

保育士

受験資格	保育士資格および幼稚園教諭二種免許両取得者 または両資格取得見込みの方
給与	月額179,100円 (短大卒の場合)
手当	期末勤勉手当・寒冷地手当・住居手当等あり
休暇	有給休暇、その他特別休暇 (負傷・疾病、忌引き、夏季休暇3日)
採用人数	2名

◆申込期限：令和6年1月26日(金) 郵送または持参(郵送の場合は当日消印有効)

◆申込方法：履歴書(写真添付)、保育士証(写し)と幼稚園教諭二種免許状(写し)、
新卒者は、履歴書(写真添付)、両資格取得見込証明書、成績証明書、推薦書を
役場総務課に提出

◆試験内容：書類選考、面接試験、実技試験(キーボード)

◆試験日：2月中旬予定(後日個別に案内)

申 総務課総務係 ☎ 2・1211

問 佐呂間保育所 ☎ 2・3647



「任期制自衛官」からはじめてみませんか

自衛官候補生

18歳以上 32歳以下

2士(高校新卒の場合)

初任給 = 198,800円

前年比約 7.8%増 ※入隊後3ヶ月間の教育を受けた後、
2士に任官します。

14,500円UP

R5.4.1~

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 労働行政研究所／2023年度 新入社員の新任給調査 (2023年5月9日)

お気軽にご相談・お問い合わせください

自衛隊旭川地方協力本部 遠軽地域事務所

☎0158-42-6616

町営住宅の空き状況

団地名	居住階	間取り	戸数	家賃
西富	1階	3LDK	7戸	15,000円～
	2階	3LDK	7戸	15,000円～
宮前	2階	3LDK	6戸	23,100円～
若佐第1	1階	2LDK	1戸	21,300円～
	2階	2LDK	2戸	21,300円～

12月18日現在

問 建設課建築管理係 ☎ 2・1210

給与所得者の確定申告について

給与所得がある方のうち、大部分の方は年末調整で所得税および復興特別所得税が精算されることとなるため、確定申告をする必要はありません。ただし、給与所得がある方でも確定申告をしなければならない場合や、確定申告をすると源泉徴収された所得税および復興特別所得税が還付される場合があります。

◆**確定申告をしなければならぬ方**
給与所得がある方のうち、次のような方は確定申告をしなければなりません。

- ① 給与の収入金額が2,000万円を超える方
- ② 1か所から給与の支払を受けている方で、給与の全部が源泉徴収の対象となる場合において、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ③ 2か所以上から給与の支払を受けている方で、給与の全部が源泉徴収の対象となる場合において、年末調整されなかった給与の収入金額と、給与所得や退職所得以外の所得金額との合計額が20万円を超える方

◆**確定申告をすると所得税および復興特別所得税が還付される場合**
給与所得者で確定申告の必要がない方でも、次のような方は確定申告

をすると還付されることがあります。

- ① 災害や盗難、横領により住宅や家財などの資産に受けた損害などについて雑損控除を受ける場合
- ② 病気やけがなどで支払った一定の医療費について医療費控除を受ける場合
- ③ ふるさと納税などの寄附を行い、寄附金控除を受ける場合
- ④ 家屋を住宅借入金等で新築や購入、増改築等をして、住宅借入金等特別控除を受ける場合

◆**確定申告書は、自宅からスマホやパソコンで作成できます**

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から申告書の作成・送信ができます。

マイナンバーカードを使用してマイポータルと連携すれば、医療費やふるさと納税等の情報を取得でき、申告書に自動入力することができます。

◆**令和5年分確定申告の相談および申告書の受付期間について**

令和4年分確定申告の相談および申告書の受付は、2月16日(金)から3月15日(金)までです。

還付申告については、2月15日(木)以前でも提出できます。

※税務署の閉庁日(土・日曜・祝日等)は、通常税務署では相談および申告書の受付は行っておりません。



寄付

(11月22日～12月9日受付分)

◆ 社会福祉協議会へ

▼ 香典返しを廃して

幌岩	大槻	あつ子	さん
若佐	鈴木	幸子	さん
西富	青木	勝則	さん
仁倉	江淵	剛	さん
宮前町	本田	鉄之	さん

▼ 福祉事業に対して
曹洞宗青年会玲瓏会 さん

▼ 離町に際して
宮前町 脇本 利雄 さん

今月の
「セーフティロード★サロマ」
は休載させていただきます。

有料広告

カーライフプラン

金利割引実施中



ふれあい さわやか
遠軽信用金庫



<https://www.shinkin.co.jp/engaru/>

佐呂間支店
常呂郡佐呂間町字永代町 99 番地の 1
Tel : 01587 - 2 - 3021

お申し込みに際しては事前の審査をさせていただきます。結果によっては、ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。
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。

地域おこし協力隊

サローマ活動日記

住田隊員



市川隊員



鈴木隊員



- ▶宮崎県の都農町などへの出張が終わり、久々に都会へ行ってきましたが、街のあまりのデフレ具合に驚きました……！【住田】
- ▶JA 青年部の全道大会に参加させていただきました。さまざまな地域の活動を動画やプレゼンテーションなどで講演を聞くことができ、農家をみんなで一丸となって盛り上げていく姿に刺激を受け僕もサロマの農家をみんなと一緒に盛り上げて行きたいです。【市川】
- ▶サロマの牡蠣を札幌の友人達に送りまくってます。大好評です！【鈴木】

サローマ地域おこし協力隊に新メンバーが加入しました。

12月1日付で東京から佐呂間町の地域おこし協力隊に着任しました。前職では映画配給会社で商品企画などに携わっていました。

移住して以来、ホタテや牡蠣に舌鼓を打ち、雄大で美しいサロマ湖に感動し、町の方々のお話を聞き、佐呂間町の魅力を感じる毎日です。

これまでの経験を活かして佐呂間町の魅力をより一層広めるお手伝いできればと思います。どうぞよろしくお願いします。



武田町長からの激励



新地域おこし協力隊隊員
藤川 直美(ふじかわ なおみ)さん
【東京都出身】



かぼちゃの馬車のイルミネーション

さろま〜る前にかぼちゃの馬車のイルミネーションができました！乗って写真を撮る事もできます！乗るときは充分気をつけてお乗りくださいね♪



協力隊、サロマの魅力を語る

社会福祉協議会で、協力隊から見たサロマの魅力をお話させていただきました！佐呂間町日赤奉仕団のみなさんに作っていただいた愛があふれた最高のお昼ご飯をいただきました！



「ほたてがみ」を作成

佐呂間小学校4年生と一緒に、[ホタテの貝がらを活かして観光につなげる]勉強に取り組みました！ほたてがみにして、都農町の小学校に送ります♪



子育て支援センター『あいあい』
☎2・1255



あけましておめでとございます。
令和6年、新しい年のはじまりで
す。今年も、たくさんのおみなさんに
会えるのを楽しみにしています。
お子さんと一緒に、お気軽にご利用
ください。
1月の事業は、9日(火)の『2歳
児以上クラス』から始まります。



佐呂間町の子育て支援事業
は、保健福祉課内子育て世代包
括支援センター・教育委員会社
会教育課・子育て支援センター
が連携して行っています。
子育てに関する事業は、健康
カレンダーに記載しています。
また、佐呂間町のホームページ
でも確認することができます。

子育て自由相談日

☆日程…1月11日(木)10時～11時半
今回は栄養士相談日です。離乳食
やお子さんの食事に関しての相談に
応じます。この機会にお気軽に相
談ください。身長・体重の計測もで
きますのでご利用ください。
支援センターは自由開放日です。
相談のない方も遊びに来てください。

あいあいらんど

☆日程…1月31日(水)10時半～11時半
☆場所…佐呂間保育所駐車場
☆申込期限…1月23日(火)まで
今年度最後の「あいあいらんど」は
佐呂間保育所駐車場で『雪中運動会』
を行います。
この時期は、ついつい家の中で過
ごすことが多くなってしまうす
が、寒さに負けず、親子一緒に楽し
みましょう。

案内ハガキの送付はありません。
参加される方は、申し込みをお願い
します。



2月の事業紹介

☆節分お楽しみ会

▽日程…0・1歳児…1月29日(月)
2歳児…2月2日(金)
「鬼は～そと!福は～うち!」と、
「節分お楽しみ会」をそれぞれ年齢別
に行います。鬼のお面作りやゲーム
をします。遊びに来てくださいね。

☆赤ちゃん相談

▽日程…2月1日(木)10時～11時半
保健師・栄養士・助産師が来所し
ます。お母さん自身の産前産後の体
調やおっぱいのケア、子どもの食事
に関して等の育児全般の相談に応じ
ますのでお気軽にご利用ください。
身長・体重の計測もできますので
母子手帳をご持参ください。
支援センターは自由開放日です。
計測・相談のない方も遊びに来てく
ださい。

☆お話あいあい

▽日程…2月7日(水)10時半～11時半
▽申込期限…2月5日(月)まで
インストラクターの山崎亜弥さん
をお招きして1歳児を対象に『親子
ふれあい体操』を行います。
対象者には案内ハガキを送付しま
す。



寒さに負けず少しだけ運動してみましよう！

「100kcal消費するってどれくらい？」

クリスマスや大晦日、お正月などで食べたり飲んだりする機会が普段よりも多く、体重や体型が気になるという方や冬場は寒くて動くのが億劫になり運動不足という方も多いのではないのでしょうか。

今月はそんな時期だからこそ意識してもらいたい「運動」についてお伝えします。



主な運動の効果

(1) 生活習慣病の予防

食べ物から摂取したエネルギーと運動により消費したエネルギーがバランスよく保たれていることが健康に良い状態とされています。しかし食べ過ぎや運動不足により摂取エネルギーが消費エネルギーを上回ると、使いきれなかったエネルギーが脂肪として身体に蓄えられます。この状態が繰り返されると、脂肪が必要以上に蓄積し肥満となります。肥満は高血圧や糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病になるリスクを高めます。

(2) 筋力やからだの機能の維持

日常生活を送るうえで重要となる歩行や姿勢保持能力に必要な筋肉、心肺機能などを維持・向上することができます。その他にも免疫力の向上や脳の活性化、骨粗鬆症予防など身体面でのメリットとともに睡眠の質の改善やリラクゼーション効果など心の健康にもメリットがあります。

日常生活活動でも消費カロリーアップ！

身体を動かしましょうといわれると「運動しなきゃ…」と思う方も多いと思います。実は身近な家事や外仕事、階段を登ることなども立派な「身体活動」に含まれます。普段の生活で細やかに動いてカロリーを消費してみましよう！



100kcalを消費するには？

消費カロリーを増やすためには、適度な運動や日常生活活動を毎日コツコツと続けていくことが大切です。どの程度の活動で100kcal消費できるかを参考（表1）に、今よりも少しずつ消費カロリーを増やすことを意識してみましよう！

100kcalの食べ物ってどれくらい？

摂取カロリーと消費カロリーのバランスが大切になりますが、100kcalの食べ物の目安は次のようなものになります。ご飯や間食の際にはカロリーを気にしてみるとともに、食べ過ぎたときには運動して消費することを意識してみましよう！

- ・ご飯茶碗…1／2杯
- ・食パン…2／3枚
- ・ラーメン…1／4杯
- ・バナナ…1本
- ・板チョコ…1／4枚
- ・せんべい…3枚
- ・まんじゅう…1個



【表1】 100キロカロリー消費するのに必要な活動量（何kgの人がどの程度の運動が必要か）

<ウォーキング> ・50kg：38分 ・60kg：32分 ・70kg：27分	<ジョギング> ・50kg：16分 ・60kg：14分 ・70kg：12分	<ストレッチ> ・50kg：33分 ・60kg：27分 ・70kg：23分	<筋トレ> ・50kg：38分 ・60kg：32分 ・70kg：27分	<卓球> ・50kg：29分 ・60kg：24分 ・70kg：20分
<スキー> ・50kg：16分 ・60kg：14分 ・70kg：12分	<ゴルフ> ・50kg：25分 ・60kg：21分 ・70kg：18分	<サッカー> ・50kg：16分 ・60kg：14分 ・70kg：12分	<バレーボール> ・50kg：38分 ・60kg：32分 ・70kg：27分	<バドミントン> ・50kg：25分 ・60kg：21分 ・70kg：18分
<風呂掃除> ・50kg：30分 ・60kg：25分 ・70kg：21分	<掃除機かけ> ・50kg：33分 ・60kg：27分 ・70kg：23分	<雪かき> ・50kg：19分 ・60kg：16分 ・70kg：14分	<階段を上がる> ・50kg：14分 ・60kg：12分 ・70kg：10分	<子どもと遊ぶ> ・50kg：23分 ・60kg：19分 ・70kg：16分

運動を行うときのポイント

①運動をするときは息がはずむくらいを目安に無理のない範囲で行い、継続して行えるようにしましょう。



②急に運動をすると筋肉や関節を痛めるおそれがあるので、運動前には準備体操をしっかりと行いましょう。



③運動前、運動中、運動後などこまめな水分補給を意識しましょう。

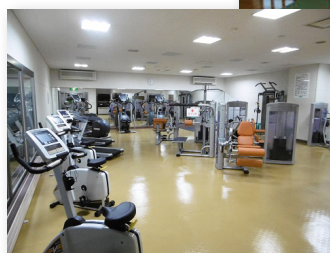


④衣服や靴は気候や運動にあったものを選びましょう。



武道館・温水プール「Star」を利用してみませんか？

スターはトレーニングルームやランニングコース、武道館などを兼ね備えた施設になっており、子どもから高齢者まで幅広い年代の方が利用することができます。また、指導員が1人1人に合った運動指導やトレーニングマシンの説明、トレーニングメニューなどの指導を行うこともできます。「どんな運動から始めたらいいか」「注意したらいいこと」など不安がある方も安心して利用することができます。寒い季節、外で運動するのが億劫な方も多いと思いますので、是非スターも利用してみましょう！



1月に1歳を迎えるBabyをご紹介！



Birthday
1/5

わたなべ ゆめと
渡部 夢翔 くん

(富武士 渡部 生夢さん・春菜さん)

こんにちは👋
あっとゆーまに1才を迎えた夢翔です！
日々出来ることがどんどん増えて
もう少しで歩きそうです！
これからも大きな病気なく
健康に元気に育って欲しいです！❤



Birthday
1/17

こひい しづき
小樋井 志月 くん

(宮前町 小樋井 勝志さん・優子さん)

ぼくの名前は、小樋井志月です👋
絵本とご飯が大好きです📖🍽
パパとママは、ぼくの笑顔にメロメロ❤
ぼくもパパとママと、サロマの人達を大
切にしたいです！
よろしくね♪



Birthday
1/23

わかさ りく
若狭 琉生 くん

(浜佐呂間 若狭 和記さん・千翔さん)

こんにちは！
わかさりくです❤
食べるの大好き、いたずら大好きなぼく
です👋
りくって名前を呼んでくれると笑顔で返
すから見かけたら呼んでね❤
こんなぼくをよろしくね👋

掲載するお子さんを募集しています。掲載
希望の方は、誕生月の前月5日までに保健師
までご連絡ください。

お誕生★

★おめでとうございます👋

11月23日生まれ
草野 柚菜(ゆずな)ちゃん
(西富 草野 雅之さん・菜月さん)

11月30日生まれ
高梨 明希人(あきと)くん
(永代町 高梨 健太郎さん・綾美さん)

令和5年度生まれ(11/30現在)
男の子： 7人 女の子： 8人
計 15人

今月のひとりごと

あけましておめでとうございます。今年は
辰年です。龍のように佐呂間町の経済も上昇
し、豊かな2024年になることを期待した
いです。本年も広報サロマをよろしくお願い
します。(室井)