

広報

とよとみ

TOYOTOMI

役場からのお知らせ

02 「**新北海道スタイル**」で乗り切ろう!

04 上下水道情報

10 インフォメーション

07 フォトニュース

11 イベントカレンダー

08 ヘルシーニュース

12 PICKUP NEWS



豊富町 検索 

<https://www.town.toyotomi.hokkaido.jp/>

豊富町
ホームページ



豊富町公式
Facebookページ



豊富町公式
LINEアカウント



新型コロナウイルスに関する寄附状況の公表について

令和2年3月1日から令和2年6月30日までにいただいた新型コロナウイルス対策に関する寄附状況を報告いたします。

日付	寄附者・団体	寄附品
1 3月 3日	社会福祉法人 豊富福祉会	サージカルマスク 2,000枚 消毒用アルコール(15L) 10缶
2 4月 2日	株式会社 ニトリホールディングス	不織布マスク 200枚
3 4月 8日	ポピークラブ	手作り布マスク(小さめサイズ) 100枚
4 4月16日	株式会社 アリヤス設計コンサルタント	次亜塩素酸水 20L
5 5月 7日	株式会社 大建産業	マスク 1,000枚
6 5月 8日	ダイコー株式会社	マスク 50枚
7 5月11日	白田物流合同会社	現金 10万円
8 5月13日	長山 隆行	現金 5,000円 マスク 150枚
9 5月20日	株式会社 ニトリホールディングス	不織布マスク 100枚
10 6月 1日	株式会社 稚商豊富営業所	マスク 2,000枚
11 6月 3日	宗谷医師会	KN95マスク 39枚 サージカルマスク 900枚 防護服 3着 フェイスシールド 60個
12 6月 9日	豊富建設業協会	飛沫感染防止アクリル板 21枚 アルコールジェル 120個
13 6月15日	株式会社 カズマ 有限会社 ホリゾン 株式会社 ティーオー	不織布マスク 100枚
14 6月30日	ダイコー株式会社	フェイスシールド 25個

敬称略



この度は豊富町へご寄附を賜り誠にありがとうございました。
いただきました寄附品につきましては、診療所や学校など公共施設に配布し大切に使用させていただきます。

「新北海道スタイル」で乗り切るう!

「新北海道スタイル」とは新型コロナウイルスとの闘いが長期化している中、国が示した「新しい生活様式」の北海道内での実践に向けた、新しいライフスタイルやビジネススタイルのことです。新型コロナウイルスに備える新たな生活の習慣化に向けて「新北海道スタイル」を実践しましょう。

日常生活における生活様式



☑ 予防の3つの基本は①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い



☑ 3密(密集・密接・密閉)を避けるようにしましょう



☑ 定期的に空気の入替え、体調チェックを。体調が悪い日は無理せず休みましょう。

そのほかの生活様式

【お買い物】

●計画をたてて素早く済ます ●レジに並ぶときは前後を空ける ●展示品の接触は控える

【食 事】

●出前・テイクアウトの利用 ●大皿を避け、料理は個別で ●屋外空間で気持ちよく

【スポーツ・レジャー】

●ジョギングは少人数で ●歌や応援は、十分な距離を ●地域の感染状況に注意する など
※マスクによる熱中症が増えています。こまめな水分補給を忘れずに。

「新北海道スタイル」を実践して新型コロナウイルス感染予防に取り組みましょう

母子家庭・父子家庭・寡婦の皆さまを支援します

**母子家庭・父子家庭・寡婦の皆さまが
安心して暮らすことができる生活を支援します!**

北海道では、母子家庭・父子家庭・寡婦の皆さまが安心して暮らすことができる社会づくりをめざし、相談、経済的支援、就労支援などの各種の支援をおこなっています。様々なことでお悩みの時や、支援制度をもっと詳しく知りたいときは、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

相談

専門スタッフが相談に応じ、アドバイスや関係機関への橋渡しなどをおこないます。

悩みや 心配事の相談

就労や育児、子どもの学費などで困ったとき「母子・父子自立支援員」が、皆さまの抱えている様々な悩みごとの相談相手となり、問題解決のお手伝いをします。

●対象者：母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦など

経済的支援

ひとり親家庭などのみなさんを、児童扶養手当や貸付金で支援します。

児童扶養 手当

死別、離婚などで、父または母と生計を別している児童を養育している場合に支給されます。

なお、支給額は所得により変わりますので、手当の全部または一部を支給しない場合があります（所得に応じ、全額支給、一部支給、支給停止のいずれかに決定します）

●対象者：母子家庭の母、父子家庭の父、児童の養育者

●支給額：

区分		令和2年4月～	
1人目	全額支給	43,160円	一部支給 43,150円～10,180円
第2子加算額	全額支給	10,190円	一部支給 10,180円～ 5,100円
第3子以降加算額	全額支給	6,110円	一部支給 6,100円～ 3,060円

●支給期間：児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日まで

ひとり親家庭などの経済的自立を支援するとともに、児童の福祉の増進のため、貸付けをおこなっています。

貸付けにあたっては審査をおこないますので、早めにご相談ください。

●対象者：母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦など

●貸付金の種類：①事業開始資金 ②事業継続資金 ③修学資金 ④技能習得資金
⑤修業資金 ⑥就職支度資金 ⑦医療介護資金 ⑧生活資金
⑨住宅資金 ⑩転宅資金 ⑪就学支度資金 ⑫結婚資金

●貸付金額：貸付金の種類によって異なります。

●利子：貸付金の種類、連帯保証人の有無によって異なりますが、無利子または年利1.0%

お問い合わせ

宗谷総合振興局 社会福祉課子ども子育て支援係 ☎33-2621
町民課子ども係 ☎82-1001 内線(127・128)

上下水道情報

今号のテーマ

皆さまからの「うち」から
肥料を作ってみました

江戸時代より使われていた「下水道汚泥堆肥」の製作実験結果について

平成30年8月より皆さまのうちを材料として、小規模かつ試験的に「下水道汚泥堆肥」を製作し、ふらっと☆きた南側の遊歩道地先「桜の木」へ散布し、桜の木も元気になり結果良好となりましたのでご報告いたします。

上下水道係では、今後「下水道汚泥」の有効利用化・処分費用削減に努めるための方法を模索していきます。

協力者

●栗城牧場：牛糞 ●白田牧場：乾燥牧草 ●(株)テクノス北海道：ビニールハウス

製作工程

下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

平成30年8月 製作開始

完成 平成31年1月

桜の木へ散布 令和元年10月

令和2年5月 桜の木開花良好

お問い合わせ

建設課上下水道係 ☎82-1001(内線156)

とよみフォトニュース



7月1日(水)

明るい社会を未来に

第70回「社会を明るくする運動」がおこなわれました。

犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くことを訴える全国的な活動は今年で70回目を迎えました。内閣総理大臣からのメッセージを河田町長へ伝達したのち、保護司の方々がメッセージやひまわりの苗を事業所に配り、地域へ活動内容を広めました。



7月10日(金)

レクを通じて絆を深める

豊富高校にて「全校レクリエーション」が開催されました。

教育活動の延長としておこなわれ、バスケットボールで競い合い、クラスごとにダンスを踊り、仲間たちとの絆を深めました。個人ステージ発表では4組が名乗りをあげ、吹奏楽や演劇など個性あふれるパフォーマンスで場を盛り上げました。

7月15日(水)

牛乳を飲んで応援しよう

牛乳券贈呈セレモニーが役場応接室で開催されました。

北宗谷農協高谷組合長より牛乳の消費拡大を目的とした牛乳贈答券を代表として豊富高校郡司校長、岡本教育長が受け取りました。贈呈された牛乳贈答券については、各学校長を通じ町内の児童生徒へ配布されます。

牛乳をたくさん飲んで地元の酪農家を応援しましょう。



豊富町ホームページ「トピックス」ではイベントの記事を随時掲載しております。ここには掲載されていないイベントの記事も掲載しておりますのでぜひご覧ください。

作りませんか?マイナンバーカード!!

マイナンバーカードは免許証などと同様に顔写真入りの公的身分証として使えます。今後、需要の高まるマイナンバーカードをこの機会にぜひ作ってみませんか?



申請方法

スマートフォンで申請

- ①スマホで顔写真を撮影。
- ②スマホで交付申請書のQRコードを読み取る。
- ③申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
- ④申請者用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請終了。

パソコンで申請

- ①カメラで顔写真を撮影。
- ②申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
- ③申請者用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請終了。

郵便で申請

- ①交付申請書に必要事項を記入し、直近6カ月以内に撮影した顔写真(縦4.5cm×横3.5cm)を貼り付けて郵送し、申請完了。
- 郵送用の封筒、封筒貼付用宛名は戸籍住民係窓口にも用意してあります。

戸籍住民係窓口で申請

- 担当職員が、写真撮影から申請終了までお手伝いします。
- 予約可能時間 平日9:00~16:30(要予約)
- 電話番号 ☎82-1001(内線121・122)



当日お持ちいただくもの

- 通知カード
ない場合は紛失届を出していただきますので、印鑑をお持ちください。
- 個人番号カード交付申請書
ない場合は役場窓口で発行可能です。
- 本人確認書類
顔写真付きの物1点または氏名と生年月日または氏名と住所が記載されたもの2点
- 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)



※交付申請書がない場合は戸籍住民係窓口で再発行いたします。

※申請からカード発行まで約1カ月程度かかります。

●カードが発行されましたら「交付通知書(ハガキ)」が届きますので、通知書に記載の必要書類を持参して、役場窓口まで受け取りに来てください。

お問い合わせ 町民課戸籍住民係 ☎82-1001(内線121・122)
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

子育て支援センター

こんにちは、豊富町子育て支援センターです。
子育て支援センターでは、かわいい金魚すくいやボールすくいなど、夏の涼しい遊びを用意しています。お友達を誘って遊びに来ませんか。



おやこ・元気ヨガが始まりました。
親子なのでママの横で赤ちゃんはねんね、元気な子ども達は一緒にポーズをとったり遊んだり。久しぶりのヨガで、心もカラダもリフレッシュ！
子ども達がとっても上手に参加してくれて可愛かったです。

8月の「おやこ・元気ヨガ」は8月26日(水)ヨガ&バランスボールです。ぜひ、ご参加ください。

見通しを持った生活
保育園では、朝の登園から自分ですること、1日の生活の流れが決まっています。毎日の繰り返しによって次に自分が何をするのがわかります。遊びも同じです。積み木やままごとなど、それぞれ好きな遊びをしても、保育士が絵本を準備したら「もうすぐわらべうたが始まる合図でその後お散歩に行く」といったように「次は〇〇だよ」と言われなくても、自分で考えて行動できることが大事です。
これを「主体性を育てる」と言います。

お家でも…
遊んでいる時に「保育園に行くよ」「ご飯食べるよ」と言われても「まだ遊びたいのに…」などと言うことがあります。自分の遊びを終わらせていないからですね。
「片づけしたら保育園に行く時間になるからね」「今日はご飯食べたからお買い物に行くよ」など少し先の見通しを持たせてあげることが大切です。

豊富保育園では「一時保育事業」「ベビー・チャイルド・ジュニアシートの貸し出し」をおこなっております。
お申し込み、お問い合わせは、豊富保育園または子育て支援センターまで。
(豊富保育園内) ☎82-3588

ぬくぬくの温泉だより

初めまして、この度新しくふれあいセンターのコンシェルジュ・デスクで働くことになった高橋と申します。アトピーの症状で心身ともにしんどい時に豊富温泉に助けられ、また多くの町民の方々にもお世話になっております。これからはコンシェルジュとして町民や湯治の方々に関わることが出来るのでとても嬉しいです。

ふれあいセンターでは、コロナウイルスの影響により4月中旬～5月中は閉館していました。6月の再開から約2カ月間は、コロナ対策のため、ふれあいセンターでは新しい形で営業をさせて頂いております。ふれあいセンターに限らず、コロナウイルスの影響により皆さんの生活も大きく変わったかと思えます。ありがたいことにふれあいセンターの新しい営業形態についても理解していただき、徐々に定着してきております。

夏といえば、やはりイベントや旅行で遠出をしたくなる季節です。一時の自粛モードは解除されたとはいえ、例年よりも旅行や帰省などは難しいかもしれません。そんな時にはぜひ豊富温泉にお越しください。いつもの日常に非日常を取り入れることで気分転換になったり、新鮮さを感じることが出来るかもしれません。地域柄、豊富温泉が日常のお風呂になっている方は、周辺地域の温泉と比較して改めて豊富温泉の良さや、日常の良さを再確認してみたいかでしょうか。

〈高橋〉

お問い合わせ
豊富温泉コンシェルジュ・デスク(ふれあいセンター2階) ☎82-3782 <http://toyotomi-onsen.com>

すこやか情報館



みなさん、こんにちは。
今月は健康診断の結果から見た町の健康課題と栄養のお話についてご紹介します。
管理栄養士 山田 佳枝

豊富町の健康診断受診結果からみえた健康課題

昨年のいきいき健康ドックを受診された方は562名でした。受診された方の検査数値の中で、基準値を超えていて、かつ医療機関の受診が必要な方が最も多かった項目は「**血圧**」でした。
また、最近では高血圧が原因で「**脳血管疾患**」「**心疾患**」を発症する傾向もみられます。

順位	健診の結果、再検査が必要な項目	人数(割合)
1位	血圧が140/90mmHg以上	147名(26.2%)
2位	LDLコレステロール(血中脂質)が140mg/dl以上	134名(23.8%)
3位	HbA1c(血糖値)が6.5%以上	60名(10.7%)



高血圧を予防、改善する食事～減塩編～

高血圧の予防・改善の方法の一つとして「減塩」があります。今回は簡単にできる減塩方法をお伝えします。
★1日の塩分摂取目安量は**男性7.5g/日未満、女性6.5g/日未満**です(日本人の食事摂取基準2020年版より)

調味料は小皿に出してつけて食べましょう
霧吹きタイプの醤油さしもおすすめです。

麺類のつゆはなるべく控えましょう
〈例〉一般的な外食の醤油ラーメン(塩分含有量5.5gの場合)
(調理のためのベーシックデータ、食品成分表2015(データ更新2019)より)

食べる量	塩分カット率	塩分摂取量
 麺と具材だけ食べる	約70%	1.7g
 麺全部とつゆを半分	約35%	3.5g
 麺全部とつゆを全部	0%	5.5g

※即席めんなどの種類によっては1杯で塩分10g以上のものもありますので、食べる前に成分表示をご確認ください。

下記の調味料を使うと美味しく減塩しやすくなります
①酸味のある調味料(レモン汁、酢)
②香りの豊かな調味料(わさび、カレー粉、にんにく、生姜、かつお節、ごま油、天然だし、のり)など

普段の食事に一工夫! [納豆の味付け]
付属のたれ1/2袋と牛乳(または豆乳)小さじ1で味付けします。
これでたれの塩分を半分カットできます。
(たれ1袋は塩分0.5～0.8g程を含みます)

今年最後! **第3回 いきいき健康ドックのお知らせ**

日時 **10月16日(金)、17日(土)、18日(日) 7:00～10:30** (予約期間:8月6日～10月13日)

場所 **豊富町保健センター** ご予約、お問合せ先 ☎0162-82-3761 (豊富町保健センター)

定期的に健診を受けて健康状態を把握しておけると安心ですね。
上記の食事工夫は一般的なものです。ご希望があれば、身体や生活に合った食事内容を一緒に考えさせていただきますので、心配なことがありましたらご相談ください。

8月のスケジュール

期日	行事	開始時間	開催場所
16日			
17月	レディースヨガ	9:30~11:00	ふらっと☆きた
	すみれ学級	13:30~15:30	ふらっと☆きた
18火	ミセススクール	10:00~15:00	町内一円
	心配ごと相談	13:00~	福祉センター
	元気体操	14:00~15:00	ふらっと☆きた
19水	リラックスヨガ	19:00~20:30	保健センター
20木			
21金	生涯現役塾	10:00~11:30	ふらっと☆きた
22土			
23日			
24月			
25火	元気体操	14:00~15:00	保健センター
	おやこ・元気ヨガ	10:00~11:30	ふらっと☆きた
26水	バランスボール&リズムボクシング	19:00~20:00	ふらっと☆きた
27木			
28金			
29土			
30日			
31月	乳児相談・2歳児健康相談	9:00~	保健センター
	ヨガ&ストレッチーズ	9:30~11:00	ふらっと☆きた

9月のスケジュール

期日	行事	開始時間	開催場所
1火	心配ごと相談	13:00~	福祉センター
	元気体操	14:00~15:30	ふらっと☆きた
2水	リラックスヨガ	19:00~20:30	ふらっと☆きた
3木			
4金			
5土			
6日			
7月	手芸講座	13:30~15:30	町民センター
8火	元気体操	14:00~15:00	ふらっと☆きた
	1歳6か月・3歳児健診	9:00~	保健センター
9水	バランスボール&リズムボクシング	19:00~20:00	ふらっと☆きた
10木	男の筋トレ教室	19:00~20:00	ふらっと☆きた
11金			
12土			
13日			
14月	すみれ学級	13:30~15:30	ふらっと☆きた
	心配ごと相談	13:00~	福祉センター
15火	ミセススクール	13:30~15:30	町民センター
	元気体操	14:00~15:30	ふらっと☆きた

診療所だより

副所長 宇久村 俊吉



ソーメン炒め

暑い夏に「冷やソーメン」は美味しいのですが、それだけでは栄養不足になります。

私の出身地、沖縄では以下のようにソーメンを食べます。

野菜炒めにソーメンを混ぜるだけの簡単な料理です。

2人分です。全て町内で買えます。

- ①ニラを1束、長さ3~5cmに切ります。
- ②モヤシ1袋を3~5分レンチン（電子レンジでチン）します。
- ③レンチンしている間に、沸騰湯でソーメン2束を90秒ゆでて、流水に浸けておきます。ゆで時間が長いと麺がくっついてしまい食べにくくなります。
- ④フライパンで油を用いて①②を炒め、軽く塩コショウします。
- ⑤水をよく切ったソーメンを加えて
- ⑥シーチキン1缶を内容の油ごとソーメンにかけて混ぜます。
- ⑦通常は少量の醤油を、中華風ならオイスターソース、豆板醤（トウバンジャン）、甜麺醤（テンメンジャン）を、インド風ならタバスコ、ガラムマサラを、メキシコ風ならチリソース、焼き肉タレを、加えて軽く混ぜて終わりです。

私の得意な「手抜き料理」のひとつです。

安いソーメンでも充分に美味しく仕上がるのが嬉しく楽しいです。

「豚バラ肉」か「細切れベーコン」を④に加えると、栄養満点になり、さらに美味しくなります。

ピーマン、ニンジン、タマネギを加えると「手抜き」ではなくなります。

国民健康保険診療所 (☎ 82-1515)



児童扶養手当現況届の提出について

児童扶養手当受給者は、引き続き児童扶養手当を受けることができるかを判断するため期間内に「現況届」を提出する必要があります。

「現況届」の提出がないと児童扶養手当が受給できなくなります。

※所得制限により支給停止になっている方も提出してください。

期間 令和2年8月3日(月) ~ 令和2年8月31日(月)まで

場所 町民課子ども係

お問い合わせ

町民課子ども係

☎82-1001 (内線127・128)



旭川弁護士会主催! 弁護士による無料法律相談会を実施します!

旭川弁護士会は、毎年2回程度、豊富町において無料法律相談会を実施しています。令和2年も、下記のとおり開催します。

お金にかかるの?

法律相談は無料です。弁護士会主催ですので、安心してご参加下さい。

いつ、どこで開催するの?

日時:令和2年9月7日(月)

場所:豊富町定住支援センター

「ふらっと☆きた」研修室

時間:5つの相談時間からお選び下さい。

- ①13:00~13:40
- ②13:40~14:20
- ③14:30~15:10
- ④15:10~15:50
- ⑤16:00~16:40

※相談の内容によって、時間が前後することが予想されます。時間の余裕をもってご来場ください。

申込方法は?

●事前予約制、先着順になります。下記電話番号にて受付します。

●当日受付も可能ですが、予約のある方が優先となります。相談をお受けできない場合がありますので、事前の予約をお勧めします。

ご予約はこちらまで!

法テラス旭川法律事務所

弁護士 坪井清隆(旭川弁護士会所属)

☎050-3383-5565



北方領土返還要求署名のお願い

8月は「北方領土返還要求運動強調月間」です!

我が国固有の領土である択捉島・国後島・色丹島および歯舞群島からなる北方四島の早期返還の実現に向けて、毎年8月を「北方領土返還要求運動強調月間」と定め、啓発活動をおこなっています。

●実施期間

令和2年8月1日(土)から令和2年8月31日(月)

●実施内容

役場ロビーおよびふらっと☆きたに

署名コーナーを設置しておりますので、ご協力よろしくお願ひします。

お問い合わせ

総務課地域振興室地域振興係

☎82-1001 (内線107)



海上保安学校 学生募集

海上保安庁では、令和3年4月採用の職員(海上保安大学校学生)を募集します。

●受付期間

インターネット

8月27日(木)~9月7日(月)

●試験日程

第1次試験:

10月31日(土)、11月1日(日)

●受験資格

令和2年4月1日において高等学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者および令和3年3月までに高等学校を卒業する見込みの者

●海上保安庁職員採用のホームページアドレスおよびQRコード

<https://www.kaiho.mlit.go.jp/ope/saiyou/bosyu/>

お問い合わせ

稚内海上保安部管理課

☎22-0118



令和2年8月31日は道町民税の第2期分及び国民健康保険税の第2期分の納期です。お早めに!

▼心を込めてマスク作ってます!

新型コロナウイルスの影響でマスクの需要が高まっているなか、豊富高校ボランティア部(男子7名女子1名計8名)は今年の4月から「マスクが無く困っている人たちがいるとのニュースをみて、自分たちも何かしたい」との気持ちから余った端切れを使いひとつひとつミシンで布マスクを手作りしています。

累計で制作したマスクは40個以上。ひとつひとつに温かい気持ちがこもっています。



新規採用者です!
よろしくお祈いします!



かたぎり けいいち
片桐 圭一

所属 豊富町役場保健推進課
出身地 愛知県
趣味・特技 将棋・旅行・日本酒
一言 一期一会の出会いを大切に、町民の皆さまに寄り添いお役に立てるよう努力します。どうぞよろしくお祈いいたします。

令和2年度 工事等入札結果表

(令和2年6月16日~7月15日まで)〈落札価格250万円以上〉

入札年月日	事業名	落札価格(千円)	落札業者名	担当課	工事住所
R2.6.24	第8期介護保険事業計画策定支援委託業務	2,950	(株)ぎょうせい北海道支社	保健推進課	豊富市街
R2.6.24	林業専用道幌加線測量設計委託業務	12,000	(株)共立測量設計	農林水産課	幌加
R2.6.24	林業専用道幌加線開設工事	22,230	道北建設(株)	農林水産課	幌加
R2.6.24	豊富浄化センター遠心脱水設備長寿命化工事	73,000	月島機械(株)札幌支店	建設課	豊富市街

人のうごき

令和2年7月31日現在

	6/30	7/31	増減
世帯数	1,975	1,972	-3
男	1,941	1,933	-8
女	1,889	1,893	+4
計	3,830	3,826	-4

交通事故死ゼロ1000日目標

8/1で716日

戸籍のうごき

令和2年6月16日~令和2年7月15日 ※敬称略

こんにちは!
あがちゃん

まし い よしたか
岸 井 美 鷹 (豊 栄)

ご結婚
おめでとう!

樺 澤 寛 貴
須 山 亜 沙 子 (福 永)



今月の表紙 授業の様子をお披露目

6月24日(水)・6月30日(火)豊富小学校にて2日間をわたって「体育授業参観」がおこなわれました。
24日には低学年(1~3年)30日には高学年(4~6年)の子どもたちが保護者の方々に見守られながらリレーや跳び箱、ダンスなど普段の授業の成果を元よく発表しました。

防災時の情報について

町では、自然災害などのおそれが発生したときは、防災無線やSNS(Facebook、LINE)を通じて防災情報などを提供しており、下記ダイヤルでは防災無線の内容を確認することができます。

■確認用ダイヤル

☎82-1233(放送日の当日限定)