



笑顔と夢を
未来につなぐまち



広報 おけと

KETO

2023 3



人と、木と、おけと

2/5 おけと子ども冬まつり



子ども人間ばんば



スノーフラッグ



大人気のスノーモービル

1/21 ふるさと少年クラブ



ワカサギ釣りを体験

2/1 こどもセンターどんぐり雪中運動会



寒さに負けず、元気いっぱいの園児たち

ひとまち おけと

2/2 すくすくギフト贈呈式



オケクラフトの食器セットを贈呈



Oketo
1.19
TOPICS



置戸小学校新1年生一日入学

置戸小学校で1月19日、こどもセンターどんぐりの年長児など25人を対象とした、新1年生の一日入学・保護者説明会が開かれました。園児たちは、授業見学や校舎の説明を受けた後、体育館で1年生と一緒に鬼ごっこなどをして先輩児童と交流を深め、あこがれの小学校生活を一足早く味わっていました。なお、入学式は4月6日に行われる予定です。

Oketo
1.23
TOPICS



鈴木直道北海道知事、置戸町を訪問

さまざまな分野で活躍している方の仕事場に伺い、その取り組みや地域の思いなどの声を聴き、広く発信していくことを目的として、鈴木直道北海道知事が本町を訪れました。鈴木知事は森林工芸館内でオケクラフトの商品や製作の様子を見学後、深川町長や作り手と懇談を行いました。訪問の様子は鈴木知事のフェイスブック「なおみちカフェ」のコーナーで紹介されています。

Oketo
2.3
TOPICS



子どもたちの給食に地場産食材提供

きたみらい農業協同組合と青森県の津軽みらい農業協同組合の両役員などが2月3日、役場を訪れ、小学校や中学校、高校、こどもセンターどんぐりの給食食材に役立ててほしいと、タマネギ15箱、馬鈴薯スノーマーチ15箱、リンゴ8箱を贈呈しました。この取り組みは、今年で14回目。今後、地場産の食材を使った給食が子どもたちに提供されます。

Oketo
2.3
TOPICS



元気よく鬼退治

節分の2月3日、こどもセンターどんぐりで豆まきが行われました。ホールに集まり、豆まきにまつわるお話を聞いていたところへ、突然2体の鬼が登場。泣き出す子や逃げ回る子もいる中、勇敢な園児たちが「鬼は外」と言いながら豆にかえてボールを鬼に投げ、立ち向かっていました。また、この日の給食には「福が訪れますように」と願いを込めて、恵方巻きが振る舞われました。

ごみの分別と収集にご協力を

こんなときに注意！

- ・スプレー缶や、カセットボンベは、中身を使い切り穴をあけずに透明か半透明の中身の確認できる袋に入れ、資源ごみの日に出してください。飲料用の缶とは別の袋で出しましょう。
- ・生ごみは、十分水気を切ってから指定の袋に入れ、「生ごみ」として出してください。燃やすごみの袋には、入れないようにしましょう。
- ・家具などの大きな粗大ごみは、事前に電話などで役場に申し込みを行い、町指定のごみ処理券シールを貼っていただくと、戸別に回収します。
- ・埋めるごみ、粗大ごみは、事前に役場へ来庁し「許可証」の交付を受けると、1市2町の一般廃棄物最終処分場へ自分で直接搬入できます。
- ・刃物などを捨てるときは、「埋めるごみ袋」に「危険」と表示して、ほかのごみと混ぜないでください。

■ごみの分別ルールについて詳しくは、置戸町ホームページのトップページの「くらしの情報 ごみ」または右記のQRコードからご覧いただけます。同ページ内の「ごみ分別辞典 ごみ検索サイト (<https://www.gomisaku.jp/0144/>)」でごみの分別を確認しましょう。



■お問い合わせ 町民生活課住民生活係 (☎ 52-3315)

農家地区 ごみ収集カレンダー

2023年度 (2023年4月~2024年3月)

ごみの種類	収集日
資源ごみ	第1・3火曜日
埋める・有害・粗大ごみ	第2火曜日
埋める・有害ごみ	第4火曜日
燃やすごみ	水曜日

ごみ収集地域 (自治会単位)
秋田 (市街地除く)・境野・川南・豊住 (豊住会館) 常盤・北光第二 (北光会館)・拓実・中里 (20号線) 安住・勝山第一・常元

4月

火	水
4	5
11	12
18	19
25	26

5月

火	水
2	3
9	10
16	17
23	24
	31

6月

火	水
6	7
13	14
20	21
27	28

7月

火	水
4	5
11	12
18	19
25	26

8月

火	水
1	2
8	9
15	16
22	23
	30

9月

火	水
5	6
12	13
19	20
26	27

10月

火	水
3	4
10	11
17	18
24	25

11月

火	水
	1
7	8
14	15
21	22
28	29

12月

火	水
5	6
12	13
19	20
26	27

1月

火	水
9	10
16	17
23	24
	31

2月

火	水
6	7
13	14
20	21
27	28

3月

火	水
5	6
12	13
19	20
26	27

市街地区 ごみ収集カレンダー

2023年度（2023年4月～2024年3月）

ごみの種類	収集日
生ごみ	月・金曜日
埋める・有害・粗大ごみ	第2火曜日
埋める・有害ごみ	第4火曜日
資源ごみ	木曜日
燃やすごみ	土曜日

ごみ収集地域（自治会単位）
秋田（市街地）・境野中央・境野旭・境野親交・豊住（旧境野小学校）・北光・北光第二（北光会館除く）・若松・新光・協生・宮下・緑栄・栄第一・心和・中央・本町・西町・若木・林友・拓殖・拓殖第二・中里（20号線除く）・勝山新生・勝山公新

4月

日	月	火	水	木	金	土
						1
	3			6	7	8
	10	11		13	14	15
	17			20	21	22
	24	25		27	28	29

5月

日	月	火	水	木	金	土
	1			4	5	6
	8	9		11	12	13
	15			18	19	20
	22	23		25	26	27
	29					

6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	5			8	9	10
	12	13		15	16	17
	19			22	23	24
	26	27		29	30	

7月

日	月	火	水	木	金	土
						1
	3			6	7	8
	10	11		13	14	15
	17			20	21	22
	24 ²⁴ / ₃₁	25		27	28	29

8月

日	月	火	水	木	金	土
				3	4	5
	7	8		10	11	12
	14			17	18	19
	21	22		24	25	26
	28			31		

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	4			7	8	9
	11	12		14	15	16
	18			21	22	23
	25	26		28	29	30

10月

日	月	火	水	木	金	土
	2			5	6	7
	9	10		12	13	14
	16			19	20	21
	23	24		26	27	28
	30					

11月

日	月	火	水	木	金	土
				2	3	4
	6			9	10	11
	13	14		16	17	18
	20			23	24	25
	27	28		30		

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	4			7	8	9
	11	12		14	15	16
	18			21	22	23
	25	26		28	29	

1月

日	月	火	水	木	金	土
					5	6
	8	9		11	12	13
	15			18	19	20
	22	23		25	26	27
	29					

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	5			8	9	10
	12	13		15	16	17
	19			22	23	24
	26	27		29		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	4			7	8	9
	11	12		14	15	16
	18			21	22	23
	25	26		28	29	30

おけとの冬を楽しむ

～厳寒の中、魅力的な冬のイベントが開催されました～

第38回おけと湖氷上釣り大会

1月29日、「第38回おけと湖氷上釣り大会」が鹿ノ子ダムおけと湖で3年ぶりに開催され、町内外から集まった49人がシーズン真っ盛りのワカサギ釣りを楽しみました。今年は釣果が振るわない状況の中、一般と中学生以下の部に分かれて、制限時間2時間で釣果を競いました。

大会結果は次のとおりです。（敬称略）

▷一般の部 優勝 尾古幸範(帯広市・77匹)

▷中学生以下の部 優勝 五十嵐胡羽(美幌町・7匹)

▷釣女賞 尾古純奈(帯広市・29匹)

▷大物賞 大和谷五輝(置戸町・310g・サクラマス)



冬のテントサウナ体験in南ヶ丘

2月3日、ふるさとセミナー実行委員会が置戸町の自然環境の魅力を活かしたまちおこし、観光・アクティビティの企画、発信を目的に令和3年から取り組んでいる「Oke TRY Project」（おけトライプロジェクト）事業の一環として、「冬のテントサウナ体験in南ヶ丘」を南ヶ丘公園管理棟付近で開催しました。この日は、テントサウナの体験の他に林崎愛美さん（置戸小学校栄養教諭）が監修した鹿肉パエリアなどのサウナ飯試食会も行われました。会員を含めた15人ほどの参加者たちは、星空の下、アツアツのサウナで整う快感を体験しました。



鹿の子沢虹の滝水瀑ツアー

2月12日、冬の鹿の子沢の自然美を感じてもらおうと、町観光協会では「鹿の子沢虹の滝水瀑ツアー」を企画し、親子連れなど子どもから大人まで町内外から20人が参加しました。

季節によってその表情を変える「虹の滝」は、冬になると厳しい寒さにより滝が氷結して氷瀑が作られます。スノーシューを履いた参加者たちは、ガイドを務めた地域おこし協力隊員の吉田雅智さんの説明を受けながら、虹の滝までを散策。「冬の森」や氷点下の自然が作り出す「虹の滝水瀑」の景観などを満喫しました。



地域おこし協力隊活動日誌

＼ おけとの冬 /

地域おこし協力隊員

ハナ ヌル ヒダヤ アフィフ

こんにちは。主に小・中学校で活動している地域おこし協力隊のハナです。

私は冬が好きですが、初めてこんなに寒い冬を経験しました。吹雪の時、そんなに雪が積もったと思っておらず、除雪が大変でしたが、町民の人たちがいろいろ手伝ってくれてありがたかったです。車も真っ白になって面白い写真が撮影できました。(写真右)

学校では最近スキー教室があり、楽しそうです。置戸町の子どもたちはスキーの授業があって、みんながスキーを滑れるそうです。

秋には、学校祭があり、初めて学校祭に参加

しました。みんなで準備することが多かったのですが、パフォーマンスも本当に楽しく参加できて良かったです。

2月に開催した英会話教室では、チラシ作りや教材の準備など、職場からもサポートをもらい、イベントを実施することができました。今回は大人向けで、英語を使いたい方や興味を持っている方の教室でした。参加してくださったみなさん、ありがとうございました。

最近、気温が低いので、体調に気をつけてお過ごしください！

これからもよろしくお願いします！



まちづくり月記

置戸町長 深川 正美

出会いがあれば必ず別れが訪れます。三月は卒業や転勤のシーズンとなり、本町では例年人口が一番大きく減少する月です。本町の人口は、昨年十月に二千七百人を割り、依然として減少傾向が続いております。

昨年一年間の出生数と死亡数の差引きは六十五人の減少でしたが、転入者が転出者を上回る転入超過ではオホーツク管内で二番目となり、人口減少に歯止めがかかってきております。一方、働き手不足は各職域で大きな課題となっており、このまま労働者の減少や高齢化が進むと事業が継続できないという職場や事業体もあります。労働人口の移住定住が人口減少の一つの解決策であり、産業や事業の継続が図れるものであります。もっと多くの方が「住みたくなる町」、「住み続けたい町」と思える方策をテーマに、さらに魅力あるまちづくりを考えていこうと思います。そして、置戸町の良いところを全国に発信し、多くの方が興味を持って訪れ、住んでいただくことが大事であると考えています。

さて、まもなく各学校では卒業式が執り行われます。それぞれの卒業生に何か心に残る言葉を贈ろうと考えながら、寒かった今年の冬を振り返り、窓の外真っ白な景色を眺めています。うず高く積もっていた雪も徐々に薄くなり、いつのまにか消え、そして福寿草が顔を出す春が来るでしょう。就職や進学、又は都合で町を離れる方も含めた町民の皆さまに新たな出会いと明るい未来が訪れますよう心からお祈りいたします。

お家の アイドル



れお ●5歳5カ月
片桐 怜央ちゃん ●秋田
片桐 敏史さん・志穂さんのお子さん

ライオンの飼育員になりたい!

3歳からスキーを始めた怜央ちゃん。今では1人で上手に滑れるそうです。好きな食べ物はハンバーグとトマト。嫌いな食べ物はピーマン。苦いところがちょっと苦手です。最近楽しかったことは、お父さんと2人でびっぽスキー場と旭山動物園に行ったこと。「ペンギンの散歩を見たよ」と、笑顔で教えてくれました。お家では、ダンボールハウス作りや、お気に入りのライオンのぬいぐるみで遊んでいます。ライオンが大好きで、大きくなったらライオンの飼育員になりたいそうです。そんな怜央ちゃんのことをお母さんは「元気に大きく育ててほしいです」と、愛娘の成長を温かく見守っています。

今晚つくれる! 食改さんの かんたんレシピ



大根の甘酢しょうが和え

1人分 20 kcal 食塩相当量 0.4g

材料 (4人分)

大根 5cm (160g)
A (塩小さじ1/5、酢・砂糖各小さじ1、おろし生姜小さじ1/2)

作り方

- ①大根は皮をむき、1cm幅の短冊に切る。
- ②ボウルに①とAを入れて、軽く混ぜ合わせ、10分程おいてなじませる。
- ③味のなじんだ大根を器に盛りつけて完成。

ワンポイント

お酢は強い酸味があり塩味を引き立たせる効果があるため、塩分控えめの薄味にしても美味しく仕上がります。
生姜は辛味成分もあり、肉や魚の臭み消しにもピッタリな食材ですが、野菜と組み合わせても、味がしまり美味しく仕上がります。特に甘味の強い野菜と相性が良いので、今回のレシピも甘い大根がありましたらぜひ作ってみてください。



おけばんばくんうどん & おけばんばくんぬいぐるみ



新たな特産品として昨年8月に完成した、おけばんばくんうどん。食のアドバイザーとして活躍する佐々木十美さん監修のもと、置戸町産ヤーコンを麺に練り込んだ乾燥うどん&だしパックが2食セットになった商品です。1個750円(税込)で販売しています。

おけばんばくんぬいぐるみは、「おけばんばくんのぬいぐるみがほしい!」との声に応え、今年1月に完成しました。大きさは縦15cm、両手幅13cm、1個3,500円(税込)で販売しています。

商品製作を手掛けた地域おこし協力隊員の田村大輔さんは、「商品を通して置戸町やおけばんばくんの知名度が上がればうれしいです」と話してくれました。どちらもおけと勝山温泉ゆうゆうなどで購入することができます。

■詳細は、観光協会事務局(産業振興課商工観光係 ☎52-3313)にお問い合わせください。



「けんしん」を受けよう！

今月の担当

保健師
鈴木 麻美

地域福祉センター健康推進係
(☎52-3333)

皆さんは「けんしん」を受けていますか？「けんしん」には「健診」と「検診」があり、それぞれ違う意味を持っています。

「健診」は、健康診断の略で、自分の健康状態を確認し、病気を予防することを目的としており、職場で行う定期健診や特定健診が主なものです。

「検診」は、特定の病気を発見するために行う検査のことで、病気の早期発見・早期治療につなげることを目的としており、がん検診や歯科検診などがあります。

町ではさまざまな健診・検診を実施しています。どちらの「けんしん」も定期的に受けることが大切です。

■置戸赤十字病院で実施する健診・検診

<特定健診等>

健診名	対象となる方	費用(自己負担)
メタボリック予防健診	30～39歳	1,000円
特定健診	40～74歳	1,000円
後期高齢者健診	75歳以上	500円

※国民健康保険以外の方は、各医療保険者からの案内をご覧ください。

町が実施する「けんしん」費用の多くは公費で負担しています。対象となる方は、一部の自己負担で受けることができますので、自身の健康のためにも受診をお考えください。

<がん検診>

検診名	対象となる方	費用(自己負担)		
		国民健康保険	その他の保険	70歳以上・生活保護
胃がん検診(※)	40歳以上	500円	1,500円	無料
肺がん検診		無料	500円	
大腸がん検診		500円		
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円		

(※) 胃カメラをご希望の方は、新型コロナウイルスの検査(自己負担1,500円)が必要です。

■乳がん・子宮がん検診

①**集団検診**：町に検診バスが来ます。

②**個別検診**：北見市内の医療機関で受けることができます。

検診名	対象となる方	費用(自己負担)		
		国民健康保険	その他の保険	70歳以上・生活保護
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	400円	1,400円	無料
乳がん検診(1方向)	50歳以上の女性	無料	1,000円	
乳がん検診(2方向)	40～49歳の女性	200円	1,200円	

■お問い合わせ 地域福祉センター健康推進係 (☎52-3333)

あの頃

—写真で語る
おけと—

今回は毎年開催される町民憲章推進大会の
始まりをご紹介します。

1979年3月21日、第1回大会
(スポーツセンターにて)



2月に開催された町民憲章推進大会も、今年で45回目を迎えました。

町民憲章はそれまで昭和41(1966)年から行われてきた「郷土づくり大会」を土壌に、地域懇談会等で集められた意見をもとに昭和53(1978)年1月の議会で制定されました。町民憲章は全町民共通の行動規範、心のよりどころとして5章と25の項目が規定され、同年2月26日の町づくり大会において制定記念大会が開催されました。

この憲章実現のため、以来実践報告と学習会を兼ねた町民憲章推進大会が開催されてきました。催しは著名人を招いての講演会や、農林商業のシンポジウム、伝統芸能の発表会など時宜にかなったものとなっています。第5回大会では秋岡芳夫氏を講師に招き、そこから時松氏を招聘して現在のオケクラブにもつながっていききました。

その他昭和55(1980)年に「町花」「町木」が、平成7(1995)年に「町鳥」が町民憲章推進大会において採択されています。

(参考:『置戸町史 下巻』)

喜びと悲しみ(敬称略)

■ご出生おめでとうございます

- 今田 典弥 悠希 女児 紡衣(つむぎ) 心和 1/10
- 竹中 裕登 奈津季 女児 旭(あさひ) 宮下 1/19

■お悔やみ申し上げます

- 東海林 正治 96歳 豊住 1/1
- 松田 勉 81歳 宮下 1/9
- 竹内 久恵 76歳 拓実 1/13
- 菊地 節男 82歳 拓殖 1/28

人の動き

●世帯数	1,386世帯(+2世帯)
●人 □	2,669人(-5人)
●男1,232人(-1人) 女1,437人(-4人)	
令和5年1月31日現在()内は12月末比	

置戸の情報をインターネットでチェック!



人と、木と、おけと



ホームページ



YouTube

■今月号の表紙: 2月1日、こどもセンターどんぐり雪中運動会後の雪遊び