

輝く未来へ しほろ創生

広報 しほろ 2025 No.777 8

第43回しほろっち 夏祭り花火大会！



■主な内容

- ・笑顔と感動！認定こども園運動会2025 P2
- ・ありがとう上居辺へき地保育所～上居辺保育所閉所記念事業～ P3
- ・CALL119 P4
- ・茶の間～まちの動き～ P5～10



笑顔と感動！
認定こども園運動会
2025

6月28日、認定こども園の運動会が
開催されました。
多くの家族が見守る中、子どもたちは一生懸命
がんばりました。





ありがとう上居辺へき地保育所 ～上居辺保育所閉所記念事業～



6月30日と7月11日に、上居辺小学校にて、上居辺保育所閉所記念事業協賛会（早坂雅充会長）による来年度の3月に閉所する上居辺へき地保育所の閉所記念事業が行われました。

6月30日には士幌スカイエンジェルバルーンクラブに協力をいただき気球搭乗体験が行われ、7月11日には花火大会が催されました。

保護者や児童、園児、地域住民の方々はそれぞれの企画を閉所を惜しみながら楽しみました。

CALL!119



9月9日は「救急の日」
「命の大切さ、どのように行動すべきか」

●救急救命講習とは？

救命講習とは、「救急車が現場に到着するまで」をテーマに応急手当に必要な基礎知識や「心肺蘇生法」「AEDの取り扱い」など実技中心に学ぶ講習です。

●講習の種類

●一般救急救命講習

住民からの要請に基づく項目により実施する応急手当の知識と技術に関する講習です。講習内容、講習時間についてはご相談ください。

(例：応急手当1時間/AEDの取り扱い30分など)

●普通救命講習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ（修了証発行）

倒れた人が大人や子供である場合を想定して、心肺蘇生やAEDの使い方など学びます。3時間のコースと4時間のコースがあります。

●上級救命講習（修了証発行）

普通救命講習Ⅰ・Ⅱのほかに傷病者管理法、副子固定法、熱傷の手当、搬送法を学ぶ講習です。8時間のコースです。

●救命入門コース

主な普及項目は胸骨圧迫及びAEDの取扱いです。時間は45分と90分のコースになります。普及時間を分割した講習を可能とします。

●応急手当WEB講習※詳しくは消防署まで！

各項目ごとにわかりやすい動画を見て、設問を解きながら進んでいきます。

●大切な命を救おう！今日から君も救命士！！

士幌消防署では平成30年度から町内の小学校で「ジュニア救命士」認定講習を実施しています。

命の教育及び応急手当の普及啓発を通じ救命講習の受講率向上、さらには救命率の向上を図ることを目的として行い受講した児童には「ジュニア救命士」として認定します。



●申請から受講までのながれ

①



・消防署に電話して講習内容や日時、人員等を伝える。



・申請書に必要事項を記載して消防署に提出します。申請書は、消防署にあります。

②

・消防署では救急係が担当しており、電話で打合せをします。直接消防に来て打合せもできます。



③

・講習日に消防職員が出向いて講習を行います。講習場所は公共施設や会社、消防署でも実施できます。



★応急キットのご紹介★

・もし蜂や蛇に咬まれた場合に、簡単な操作で毒液や毒針を吸引して取り出す応急キットがあります。市販の「吸引器（リムーバー）」を使用して応急処置ができます！

・種類はいくつかありますが、ネット通販やドラッグストアなどで購入できます。

※口で毒を吸い出すことや尿をかけることは体内に毒が侵入したり、感染のリスクがありますのでやめましょう。



救急情報

●ハチに刺されたらどうすればいいのか●

- ①その場から離れる
- ②傷口を洗い毒を出す（針を抜く）
- ③傷口を冷やす
- ④病院を受診

アナフィラキシー 症状とは？

・原因となる物質に対する重いアレルギー反応。

〈主な症状〉

- ・気道が狭くなる
→息がでなくなる
- ・血圧が低下する
→意識が混濁・脱力

生命の危険

※少しでも症状が現れたら、救急車を呼ぶか、病院へ行きましょう。

●9月9日「救急の日」の日に伴う講習会のご案内●

★士幌消防署二階講堂集合！！

・毎年9月9日を救急の日とし、この日を含む1週間を救急医療週間と定められています。消防署では普通救命講習Ⅰ（AEDを用いた心肺蘇生法等）を開催します。ご家族・ご友人・同僚をお誘い合わせの上、お気軽に参加してください。

■実施日 9月7日（日）午前9時～12時
■実施場所 士幌消防署 二階講堂
■講習内容 ①心肺蘇生法 ②AED取扱い ③応急手当等
■服装 動きやすい服装
■受講料 無料
■受付期間 8月1日（金）～9月3日（水）



◆申込み先◆

士幌消防署
（救急係）

☎5-2323

令和7年度 第1回関節と筋肉の レベルアップ教室

6月6日～27日までの毎週金曜日、町民保健センターにて、健康運動指導士の小林永枝さんを講師に招き、関節と筋肉のレベルアップ教室が開催されました。

2回目となる13日は16名が参加し、町保健福祉課の松本さんから筋肉を付けるために必要なタンパク質についての説明があり、その後、イスを使ったストレッチ等が行われました。

小林さんは「人によって運動方法はそれぞれ。知識として、自分の体がどうなっているのか、この機会に知ってもらいたい」と話しました。



戦没者追悼式

～戦後80年～



6月15日、桜公園殉公碑前で士幌町戦没者追悼式が挙行されました。

遺族関係者など28名が参列し、かつての大戦で亡くなられた町内194人の英霊に対し黙とうを捧げました。

戦後80年が経過し、戦争の悲惨さを新しい時代に訴え、再び戦争を起こさないとの誓いを新たにしました。

参列者は、戦没者の生前の姿を思い浮かべながら献花を行い、亡き戦没者を供養しました。

士幌高原環境整備

～士幌高校・柏樹学級
交流事業！～

6月16日、士幌高原ヌプカの里にて、士幌高校と柏樹学級の生徒たちが、環境整備を行いました。

ボランティア活動を通して、郷土の自然を愛する心を養うとともに、地元の方との交流を通して社会性を向上させることを目的に、士幌高校生、柏樹学級生、農協職員、役場職員、計29名が参加し、草刈りや銅像磨きを行いました。暑い日差しが降り注ぐ中、それぞれ汗をぬぐいながら丁寧に整備を行いました。銅像周辺はとても綺麗になりました。

参加した生徒は「銅像について学べ、楽しかった」「草がいっぱいあり大変だった。暑い中綺麗になるように頑張った」と話していました。



お楽しみ昼食会

～中士幌ひまわり婦人会～



6月18日、総合研修センターにて、士幌町社会福祉協議会（佐藤弘夫会長）主催の「お楽しみ昼食会」が開催されました。この会は、一人暮らしをしている65歳以上の町民の方が対象となっており、触れ合いや交流の機会を持つことを目的として行われ、37名の町民が参加しました。

お食事を用意してくれたのは、中士幌ひまわり婦人会（大西廉子会長）の皆さん。前日から仕込みなど事前準備をしてくださり、ホタテの炊き込みご飯などが振る舞われ、日中気温が上がったということもあり、サプライズで、すいかのデザートもテーブルを彩りました。

マイホーム建設支援事業補助金

寺町司さん・岩崎天さん

6月11日、町内で住宅を新築された寺町司さんへ「マイホーム建設支援補助金」50万円（うち25万円は商工会商品券）が高木町長から手渡されました。

補助金の使い道について寺町さん（写真上）は「夏に向けて、エアコンを購入したい」と話していました。また、6月17日には、町内で住宅を新築された岩崎天さんへ同補助金50万円（うち25万は商工会商品券）が手渡され、岩崎さん（写真下）は「お米を買いたい」と話していました。

町では、移住・定住者の増加を図るため、町内に初めてマイホームを持ち、10年以上定住される方に補助金を交付しています。

補助金の詳細は、町公式ホームページをご覧ください。



道の駅「ピア21しほろ」が 全道道の駅ランキング 2位に!!



旅行情報誌・北海道じゃらん（リクルート発行）の「2025年度の駅満足度総合ランキング」（4月号）で、初の全道2位にランキングしました！

シーベリーなどを活用したゼリーやクラフトビネガー、しほろ牛ビーフジャーキーなど特徴的な商品が多い「土産部門」が最も評価が高く、地場産食材が使用されたメニューの多いレストランとテイクアウトの部門でも高評価を獲得し、総合満足度は82・3点の高評価を受けました。

今後も引き続き、指定管理者である土幌町商工会をはじめ、施設利用者の「JA土幌町、atLOCAL、町内出品者などと連携を深め、より一層、町民をはじめとした来場者の方に愛される道の駅となるよう努めてまいります。

ふるさと納税

PR動画始動!

土幌町では、ふるさと納税を含めた町の魅力を町内外の皆様知っていただきたいという想いから、SNSを活用したPR動画の制作を始めました。

動画制作は、自治体・企業のPR支援等に精通している株式会社松田丸と連携しながら撮影やPRに向け取り組んでいます。代表取締役社長の松田鋼季氏は、北海道礼文島の出身で現在はアメリカで活躍するプロバスケットボール選手でもあります。

今後、ふるさと納税を含めた町の魅力発信に向けたPR動画を配信していきますので、お見逃しなく！



6月17～18日に来町し、道の駅ピア21しほろなどで動画撮影を行いました。
6月17日には松田社長が役場に来庁し、町長へ挨拶いただきました。

振興局と連携して 防風林整備 ～土幌高校環境班～



6月18日、土幌高校環境班が十勝総合振興局森林室普及課と連携し、防風林の育樹管理（下草刈り）を行いました。

土幌高校環境班と十勝総合振興局森林室普及課は、令和5年に土幌町内の清水農場の協力を得て耕地防風林を植樹しており、昨年度に続き2回目の育樹管理。今後も持続可能な地域環境に向けて活動に取り組んでいます。

班長のアグリビジネス科3年田中零音さんは「1年生の時に植樹したカラマツやアカエゾマツが成長していて良かった。下草刈りは苦戦したが、今年で卒業となるため、後輩たちが活動を引き継いでほしい。」と述べました。

土幌町をPRし隊 ★★★★★に任命！ ～帯広南商業高等学校～

6月19日、帯広南商業高等学校4名の生徒が、期間限定の「土幌町をPRし隊★★★★★」に任命されました！

授業の一環で、地域貢献をテーマに活動していくことがきまり、地元の土幌町に着目。「町民の温かくて人柄が素晴らしい」「もっと土幌のイベントを盛り上げたい！」という思いから、結成されました。生徒の皆さんは「土幌町に足を運んでもらえるようにたくさんPRしていきたい！」と話しました。土幌町をPRし隊★★★★★のインスタグラムは左の二次元コードから！



第22回土幌おたのしみナイト



6月20日、西2線通商店街にて、第22回土幌おたのしみナイト（土幌町商工会主催）が開催され、多くの方が来場し、賑わいました。

今年のおたのしみナイトは27店舗が出店。たこ焼きや焼きそば、クレープにカキ氷、おもちやくじ、最近話題の耳つばジュエリーなど夜店が軒を連ねました。

とかち観光大使でもあり、登別伊達時代村でアクターを勤めていた天城弥子さんによる殺陣パフォーマンスでは、多くの人が集まり賑わっていました。



ガーデニング

講習会

6月22日、コミュニティセンターで、Smaller garden 緑のゆび(清水町)代表の山口尚子さんを講師にお招きし、ガーデニング講習会を開催しました。15名が参加し、講師の説明を聞いた後、楽しみながら作品を制作していました。

今回は、ミニバラの白とピンク、ペチュニアの黄色と紫をそれぞれ軸とした、4種類の花の寄せ植えを制作しました。



目指せ！人口増！！

第17回女性サミット

6月23日、コミュニティセンターにて、実行委員会主催の第17回土幌町女性サミットが開催され、町内の農業や商工業など女性団体を中心に23名が参加しました。



女性サミットは、土幌町をより住みよい町にしていこうために、女性を中心となって意見を出し合い、まちづくりに反映していくことを目的に開催しています。

参加者は「目指せ！人口増！！」高木町長と人口を増やすための語り合い「DREAM」をテーマにワークショップを行い、人口増に向けて「企業誘致をしたかどうか」など町長を交えて活発な議論が交わされました。

開会にあたり、田中理恵実行委員長は「ぜひ自分たちでできる町づくりを考えましょう」とあいさつしました。

最後に、高木町長は「人口増となるように、本日出たご意見を積極的に取り入れていきたい」と話しました。

令和7年度土幌消防団消防演習

6月29日、農村運動公園駐車場にて、土幌消防団消防演習が行われました。

演習は、消防の基礎訓練を行い、その部隊行動を確実にかつ軽快にして、規律と正しい消防機械器具の取り扱いを身に付け、消防人としての資質向上と消防団の融和、団結を図ることを目的に行われています。

団員は、小隊訓練やポンプ車操法訓練、分列行進など日頃の訓練成果を披露しました。

演習終了後には、団員として功績のあった方々17名の表彰が行われました。

被表彰者は次のとおりです。

(敬称略)

◆消防庁長官表彰

●永年勤続功労章

吉田 均(副団長)

◆土幌町表彰

●永年勤続表彰(30年勤続)

中波 俊一(第2分団部長)

●永年勤続表彰(20年勤続)

小林 利将(第2分団副分団長)

長谷川 弘司(第1分団部長)

布谷 英和(第1分団班長)

●感謝状(退団者表彰)

白木 宏和(第1分団団員)

杉山 勝也(同団員)

出村 祥伍(同団員)

加納 大輝(同団員)

◆土幌消防団表彰

●勤続表彰(10年勤続)

小椋 佳祐(第2分団団員)

●精勤表彰

中波 俊一(第2分団部長)

長谷川 弘司(第2分団部長)

北嶋 克章(同班長)

小椋 佳祐(第2分団団員)

米木 淳子(本部団員)

山田 綾子(同団員)

大野 文也(第2分団団員)



土幌町を担う

リーダーとして

新農業後継者

就農激励会！



7月1日、しほろ温泉プラザ緑風にて、土幌町新農業後継者就農激励会が開催されました。

今回の新規就農者は多田稔矢さん(佐倉南区)、千葉啓司さん(栄進)の2名で、激励会には、新規就農者とそのご家族、来賓ら12名が出席しました。

高木町長は、「土幌の農業、土幌町を担うリーダーとして活躍されることを祈念している」と激励。

土幌町農業協同組合の國井浩樹代表理事組合長は「先人の熱き想いを継承し、若い皆さんの力で未来を切り開いて頂くことを期待している」とエールを送りました。

多田さんは「積極的に父や兄から業務を学び、自身のスキルアップに努めていきたい」と力強く決意表明を述べていました。

小学生陸上競技

全道大会出場報告

大野蓮之佑さん・

松山開晴さん

7月3日、見事十勝選抜メンバーに選ばれ、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(7月12日、13日釧路市開催)に出場する松山開晴さん(土幌小5年)、大野蓮之佑さん(上居辺小5年)と監督の小野寺務さんが教育委員会を訪れ、土屋教育長に出場を報告しました。

小学5・6年男子1500mに出場する松山さんと大野さんは「入賞目指して頑張りたい!」「優勝できるように頑張りたい!」と意気込みを語りました。

土屋教育長は「良い成績を収めることを期待しています。頑張ってください」と話しました。

そして、大会では、大野さん3位、松山さんは4位に見事入賞しました。



第43回 しほろっち 夏祭り花火大会



7月5日、コミュニティ広場にて、第43回しほろっち夏祭り花火大会が開催されました。

祭りの熱気と同じくらい暑い気候の中、当日は多くの来場者で賑わっていました。

縁日や中央中吹奏楽部による演奏、お菓子まき、「Student ZERO」Balliet & Dance内杉「Lil Shine」「SANY」によるダンス、「十勝晴」によるYOSAKOIソーランの演舞など、コンテンツが盛りだくさんの祭りに、会場は大いに盛り上がりました。

20時頃には祭りの目玉である花火大会がスタートし、目の前の土幌小学校グラウンドから次々に打ち上がる花火に、来場者は、いち早く夏の到来を目と耳で感じ楽しみました。



ソフトボール競技

～町民体育祭!!～

7月3日から11日にかけて、総合運動公園ソフトボール場にて、町民体育祭のソフトボール競技が行われました。

町民の体力づくり、スポーツ活性化を推進するとともに、健康で明るい町づくりに資することを目的に開催。各地区公民館対抗の交流試合で、今年は中士幌、佐倉、新田、西上、市街北町、市街南町の6チームが参加しました。

競技4日目の8日は、佐倉と西上が対戦。選手や観客は仲間に声援を送り、好プレー珍プレーが随所で見られる試合を楽しんでいました。この日の結果は、13-8で佐倉が勝利を収めました。



幼児・小学生水泳教室

～土幌町民プール～



7月5日から13日まで、土幌町民プールにて、初心者向けの幼児・小学生水泳教室が開催されていました。初日のこの日は、幼児4名、小学生12名が参加しました。

株式会社オカモトの専門スタッフが指導し、幼児コースと小学生コースで習熟度ごとにクラスを分けて実施。幼児コースでは、顔に水をつけたり、水中でジャンプしたりと水に慣れることからスタート。小学生コースでは、ビート板を用いた泳ぎの練習を行いました。

祝誕生

～出産祝い金贈呈～

7月8日、牧野浩幸さんの次男・長女として生まれた眞大くんと世稟ちゃんへ出産祝い金が支給され、高木町長から手渡されました。土幌町では第3子以降が生まれた家庭へ町長が直接出産祝い金を贈呈しています。

父親の浩幸さんは「どっちか泣くとつられて泣いてしまってた大変だけど、双子で喜びも2倍です」と話していました。～ご出産おめでとございます～



草月流いけばな体験ワークショップ

～中央中学校～



7月9日、中央中学校美術室にて、北のルビーの会の方々と講師に招き、草月流いけばな体験ワークショップが行われ、中央中学生13名が参加しました。

子どもたちは初めての生け花に苦戦しながらも「これはどうしたらいいですか?」など積極的に聞きに行つて、美しい生け花を完成させました。講師を務めた岡崎さんは「みんな初めてだったけど、思っていたより上手でびっくり。それぞれの個性が出て、どれも良い作品です」と話しました。



人の動き

5,636人(-94) 男2,783人(-56) 女2,853人(-38) 世帯2,748(-3)

※6月末現在()は前年比

美濃のまちから

牧谷保育園でみょうがぼち作りが行われました



▲みょうがぼちを作る園児たち

▼「美濃市五感遺産」に認定された郷土料理のみょうがぼち



6月23日、美濃市上野の牧谷保育園の園児18人が、「美濃市五感遺産」に認定された、郷土料理のみょうがぼち作りをしました。

みょうがぼちは、薄力粉や米粉などで作った生地であんを包み、みょうがの葉で巻き蒸して作る郷土菓子で、みょうがの葉の香りに特徴があります。半夏まじゅう（はげまんじゅう）とも呼ばれ、初夏になると農作業や田植えが終わった農休みに作って食べられていました。

この日園児たちは、地域の方に作り方を教わりながら、みょうがぼち作りに挑戦。あんを生地で包む作業に苦戦しながらも、約150個のみょうがぼちを完成させました。

園児は「楽しかった！いっぱい作った！」と嬉しそうに話していました。

出来あがったみょうがぼちは、この日のおやつとして提供されました。

ぼう さい 防災だより Disaster prevention

～いこい町内会防災講話～



嵯峨地域防災
マネージャー

7月6日(日)、ぞうさん公園にて「いこい町内会」の環境整備活動に併せ、町総務課の嵯峨地域防災マネージャーによる「最近の地震の傾向と自然災害への備え」をテーマとした防災講話を行いました。嵯峨マネージャーは、最近十勝地方で頻発している震度4以上地震の傾向の他、能登半島地震発生時の被災状況や避難生活の教訓などを紹介しました。この中で水や食料不足の問題の他、特にトイレ不足が懸案となり、健康上の影響や災害関連死への発展の可能性などを説明しました。このため、普段から家庭の備蓄品や非常持出品に、できれば携帯トイレを含めて準備していただくよう強調しました。

参加された町内会の皆さんは、とても熱心に講話を聞かれていました。会の最後に國重茂樹町内会長は、「防災時は、町内会皆さんが力を合わせて避難行動や避難生活を行い、全員が助かるよう相互に協力して乗り越えましょう。」とご挨拶されました。



【講話を聞かれているいこい町内会の皆さん】



【ご挨拶されている國重会長と町内会の皆さん】

連絡先 総務課 電話5-5211

健康ニュース

◆75歳以上の各種健(検)診についてのご案内◆

健診を受けることで、生活習慣病の早期発見や治療・フレイル予防（虚弱体質の予防）などにつながります。病院に定期的に通院中の方も、基礎疾患の治療だけでなく体全体の健康を確認する上で年に1度の健診受診をお勧めします。



【後期高齢者健診】

◎内 容 身体計測・血圧測定・尿検査・眼底検査・心電図・血液検査（肝機能・腎機能・脂質・糖質・貧血）・医師の診察・保健師、管理栄養士による栄養指導

◎金 額 500円（節目年齢対象者の方には無料クーポン券を送付しています）

■巡回型 場 所：町民保健センター 健診バスでの実施
日にち：12月3日（水）、4日（木）、5日（金）、9日（火）、10日（水）、11日（木）
時 間：6時30分～10時30分のいずれかの時間帯
申込み：保健福祉課 健康推進係 5-2108



■施設型 場 所：土幌町国保病院
日にち：毎月第2・4週目（火・水）
時 間：7時30分
申込み：土幌町国保病院 5-2106

【いきいき歯科検診】

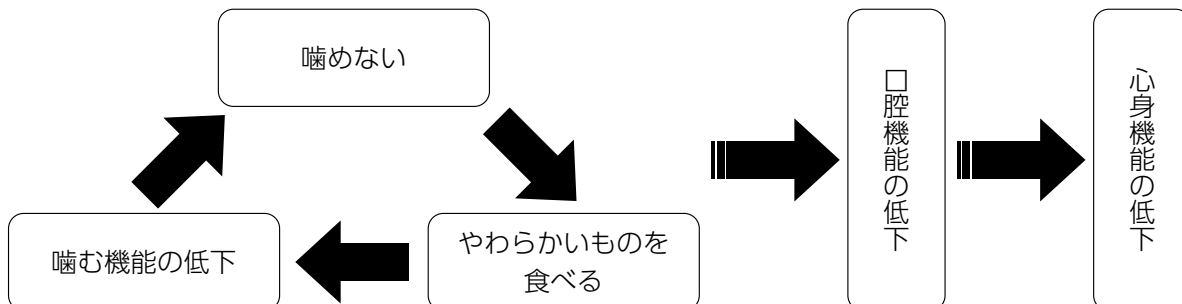
◎内 容 問診・口腔内診査（現存歯の状況、喪失歯の状況、噛み合わせの状況・口腔衛生状況、口腔乾燥、歯周組織の状況）・歯科指導

◎金 額 自己負担なし

◎日 時 指定歯科診療所の診療日

◎場 所 指定歯科診療所（神山歯科医院・しほろ歯科クリニック・むらはし歯科医院）

◎申込み 保健福祉課 健康推進係に電話で申込み 5-2108



悪循環につながらないように定期的に歯科検診を受け予防していきましょう♪

（担当 保健福祉課 健康推進係）



こどもだより

「キッズ・サイエンス」～中士幌保育園 士幌町認定こども園長 渋谷 浩



【塩入りが冷たい！】



【完成!!】



【いただきまーす♥】

7月9日、中士幌保育園で「キッズサイエンス」が行われました。年長児5名と年中児7名の12名が指導をしてくださる中士幌児童ステーションの「一平先生」と「みお先生」と一緒に、冷たくておいしいシャーベット作りで、科学の力を使った氷のサイエンスパワーを楽しみました。園児は、たくさん用意された氷に触れたり、氷に塩を入れるともっと冷たくなるよと氷の冷たさを触り比べたりしたあと、氷の袋に塩を入れ、たくさん振りしました。そして桃、りんご、ぶどうの3種類のジュースが入った袋を1種類ずつ氷の袋に入れ“振り振りシェイク”を頑張りました。「冷たい」「頑張れー」「あっ、シャーベットになってきてる!」と園児達。ジュースが固まりシャーベットになる様子を楽しみながら頑張りました。3種類のシャーベットを作ってくれたお友達に感謝しながら3色の味のシャーベットを嬉しそうに味わいました。十勝に2日間熱中症アラートが出ていた翌日でもあり、冷たくておいしい科学の実験を満喫しました。

連絡先 認定こども園なかよし 幼児教育課 電話5-2364 (相談専用) 電話5-2502



特養だより



「ふれあい夏まつり」に学生ボランティアが参加

士幌町立特別養護老人ホーム家族会主催による「ふれあい夏まつり」を、6月29日に開催しました。例年、民生児童委員協議会委員(民生委員)の皆さんのボランティア参加がありましたが、今年度は介護福祉士を目指す学生ボランティアの参加もあり、全19名のご協力をいただきながら夏まつりが行われました。

当日は晴天に恵まれ、学生ボランティアの皆さんには利用者様、職員を交えたお菓子食い競争や借り物競争に参加。民生委員の皆さんにも、くじ引きやヨーヨー釣り、ポラロイドカメラで記念撮影などの縁日ブースや、縁日出前サービスなどのお手伝いをいただきました。皆様のご協力を得て、利用者様、ご家族様総勢190名が参加し、思い出となるひとときをお過ごしいただきました。



連絡先 特別養護老人ホームほほえみ 電話5-2416



土幌町国民健康保険病院
院長 藤原 大輔

今年の夏は「地球沸騰」!?

～熱中症にご注意を～

暑い日が続いていますね。最近では「地球温暖化」ではなく、「地球沸騰の時代」とも言われています（2023年7月、グテーレス国連事務総長）。実際、熱中症による救急搬送は7月が最も多く、全国で4万3千件以上にのぼります。8月も3万2千件と多く、まだまだ油断できません。

■「脱水症」と「熱中症」は違います！

熱中症とは、体の深部体温（内臓の温度）が異常に高くなり、体温調節ができなくなる状態のことをいいます。よく「脱水症」と混同されますが、脱水症は水分不足のことで、**水分を取っていても深部体温が高ければ熱中症になりうるのです。**

深部体温が41.5℃を超えると、体内のたんぱく質が変性し始めると言われています*¹（例えるなら「生卵がゆで卵になる」状態）。一度変性した細胞は元に戻りません。そのため、体温が上がりすぎる前に冷却を始めることがとても大切です。

■ 測るべきは「深部体温」

わきの下の体温では正確に深部体温を測ることはできません。深部体温は本来、直腸に体温計を挿入して測るものですが、家庭や職場で行うのは現実的ではありません。そのため、「おかしいな」と思ったら迷わず病院を受診することが大切です。

■ 効果的な冷やし方は「手～腕」を氷水に

近年では、手から腕を氷水に浸す方法が推奨されています*²。冷却できる面積が広く、効率よく体を冷やすことができるためです。外で活動する際は、大型のクーラーボックスに氷水を用意し、定期的に手から腕を冷やすことをおすすめします。重症の場合は全身を氷水に入れる方法もありますが、その際は溺れないように周囲の見守りが必要です*³。

■ 職場での対策も忘れずに

屋外で作業される方には、以下の対策が推奨されています。

- | | |
|------------------|-----------------------|
| • 空調服の使用 | • WBGT 値（暑さ指数）による作業管理 |
| • 横になって休める休憩所の設置 | • スポットクーラーの活用 |

また、意外なリスクとして、「新しい職場に異動して間もない方」や「長期休み明けの方」も熱中症になりやすいと言われています。暑さにまだ体が慣れていないためです。監督する立場の方は、ぜひご注意ください*⁴。

■ 当院では「冷たい点滴」を用意しています

熱中症は重症になると命に関わることもありますが、早期に対応をすれば後遺症なく回復することができます。当院では4℃に冷やした点滴を準備しています。具合が悪い時は早めに来院ください。



【参考文献】

- *1 救急診療指針 第5版
- *2 競技者のための暑熱対策ガイドブック
- *3 国土舘大学 YouTube 「労作性熱中症」
- *4 厚生労働省 YouTube 「職場における熱中症予防 e-learning 動画」



◀ 国民健康保険病院ホームページ（休診情報等はこちらにも掲載しています）
お電話でのお問い合わせは ☎5-2106 まで

安全・環境たより

大麻取締強化

大麻は茎から丈夫な繊維がとれるため、昔から繊維をとる植物として栽培・利用されてきましたが、現在、無許可の栽培や所持等は法律で禁止されています。

夏場から秋頃にかけて成育するため、9月30日までが撲滅運動期間とされ、町内でもパトロールを実施していますが、身の回りで発見した場合は、町民課生活環境係までお知らせください。また、不審な人物や車両を見かけた場合も、情報提供のご協力をお願いします。

【大麻】



シートベルト着用推進 キャンペーンを実施

7月17日、生活安全推進協議会が主体となり、シートベルト着用推進キャンペーン旗なみを国道241号で実施しました。町内の各団体や企業から46名が参加し、通過する車両にシートベルト着用などの啓発を行うと共に、特殊詐欺被害撲滅のため、道の駅を訪れた方へ声かけと共に啓発物を配布しました。

安全のため運転手のみならず、同乗する全ての方へシートベルトの着用を声かけしましょう。



毒性の疑いのある 植物について

札幌市内において、「ジャイアント・ホグウィード（和名バイカルハナウド）」類似植物が発見されました。

ジャイアント・ホグウィードは、日本国内で未確認とされている有毒植物で、成長すると2mから5.5mもの高さになり、葉や茎を傷つけたときに出る液体に触り、光に触れるとやけどのような激しい痛みを伴う皮膚炎を起こすなど危険な植物です。

似たような植物はむやみに触らず、万が一、液体がついたら水でよく洗い流し、光を当てないようにする対応が望ましいと言われていますので、冷静に対応してください。

【類似したセリ科植物】



前年度との ごみ発生量の比較

6月は昨年同期と比較してごみの量が減少しています。

8月は大型ごみ、鉄金物、小型家電の収集月です。ごみの出し方を守り、忘れずに出しましょう。

※大型ごみの排出量が多いときは、午後からの収集となったり、まれに翌日の収集になる場合がありますので、ご理解をいただきますようお願いいたします。

今月のごみ指数

単位：kg

	令和7年6月分	前年同期	増減
燃やせるごみ	74,990	80,990	-7.41%
燃やせないごみ	13,000	19,230	-32.40%
合計	87,990	100,220	-12.20%
町民一人当たり のごみの量	5,636 15.6	5,730 17.5	
資源ごみ	38,601	46,392	-16.79%

ごみに関するお問い合わせは、役場生活環境係（町民課直通）
☎5231までお願いします。



7月に入り、夏本番！昨年度から導入している暑さ指数(WBGT)を参考に、熱中症対策をしながら生徒は額に汗を滲ませて学習に取り組んでいます！

◆インターンシップの実施

6月の25～27日の3日間、土幌町内だけではなく十勝管内全域でインターンシップ(職場体験)を行いました。インターンシップに向けて履歴書の作成など事前の準備をしっかりと行い、本番の3日間を有意義に過ごすことができました。この貴重な機会を通して職業観や勤労観などを高めます。受入れにあたっては、町内外の企業、団体、農業経営者の皆様にご協力をいただきましたことに感謝申し上げます。

町内インターンシップ受入企業 ※ 順不同

土幌町農業協同組合 様 (株)北海道フーズ 様 (株)平田建設 様 夢想農園 様
(有)西部自動車整備工場 様 CAFE 寛一 様 (株)at Local 様 土幌町図書館 様



--【8月の予定】※変更になる場合があります。--

- 全道技術競技大会(岩見沢市) 7～8日
- 夏季休業 7/26～8/20日
- 夏季進路講座 7/28～8/1日
- 学校閉庁日 13～15日
- 実力テスト 21日
- 全道実績発表大会(遠別町) 20～22日
- 全道意見発表大会(留寿都村) 27～28日

◆7月4日(金)校内技術競技大会

技術競技大会は農業学習における知識や技術を競う大会です。鑑定競技、家畜審査競技などがあります。日頃の学びの積み重ねを実感する良い機会です。成績優秀者は8月に岩見沢市で開催される全道大会に出場します。

目指せ！全国大会！



◆1 学年宿泊研修実施

6月26日(木)～27日(金)の2日間宿泊研修を実施しました。自然体験学習や帯広畜産大学の見学などを通して、ふるさとの自然や文化とふれ合う貴重な機会となりました。





全力で勝利を目指して 小学校で運動会開催

中学校の体育祭に続き、6月7日(土)に士幌小学校と中士幌小学校で、14日(土)に上居辺小学校で運動会が開催されました。

士幌小学校は、「心を一つに力を合わせて 勝利をつかめ 2025」をテーマに、運動会プロジェクトの児童が運営の中心となり行われました。開幕を飾る伝統の応援合戦では、赤組白組ともに統制のとれた迫力ある応援が披露され、最後に両応援団長のコミカルなやり取りで締めくくられました。中士幌小学校は、「みんなで心を燃やして 運動会という花火を打ち上げよう」をテーマに、心燃える競技が繰り広げられました。運動会の最後を締めくくる全校リレーでは、低学年も高学年と同じ距



離を一生懸命に走りバトンをつなぐなど、チームの勝利を目指す子どもたちの力走が見られました。上居辺小学校は、「同心協力、楽しく元気に最後まで」をテーマに、上居辺へき地保育所と合同で行われました。保育所が来年3月で閉所になるため、合同での実施は今年が最後になり、閉所記念の運動会でもありました。小さな体で一生懸命頑張る微笑ましい幼児の姿に、会場全体から大きな声援が送られていました。また、小学生の子どもたちも、競技や演技に同心協力して全力を尽くし運動会を盛り上げるなど、最後の合同運動会に花を添えていました。

教育委員学校訪問

各校の取組状況を視察

毎年実施している教育委員によるこども園を含めた町内幼小中高



全6校の学校訪問が、6月16日・17日に行われました。

各学校・園では、校長・園長から、資料を基に今年度の経営方針や重点目標、具体的な取組の概要、子どもたちの様子等について丁寧な説明があり、その後、質疑応答など協議を行い理解を深めました。

また、全学級の授業参観と、学校施設の見学もさせていただき、子どもたちが落ち着いた雰囲気の中、意欲的に学習に励む様子に、教育委員の皆さんも感心していました。

各校・園ともに特色ある教育活動や保育が行われており、今後の子どもたちの健やかな成長に期待を抱かせる学校訪問となりました。



町民文芸

俳句

- ・さわやかに心引かざる風鈴！
- ・夏巡業出迎えるのは十勝晴れ
- ・炎昼は北の大地も照りつけし
- ・水打てど打てど葉だけのこの紫陽花
- ・炎天下畑も木々も眠りおる

和田 節女

研紀

研紀

水音

水音

川柳

- ・暑い日は老いも若きもダウンする
- ・黒くなる肌見て笑う一緒だねと

和田 節子

小野寺 僚

短歌

- ・窓ぎわで美しく咲くバラの花今は亡き友想い出の花
- ・離島より友が求めし花の種酷暑の我が庭いのち繋ぐや
- ・紺青の然別湖の夕闇に光放てる白蛇の舞
- ・面会日手をふる夫と笑みかわし元気でいてねまた会う日まで

清水 さよ子

三木 悦子

汀焉

睦子

今月のしほろっ子

しほろの「風の子」



土幌小学校2年
山田 悠喜 さん

★好きなこと 走ること、ゲーム、外遊び

★得意なこと バレーボール

★最近嬉しかったこと

小学校の遠足で友だちと水遊びをしたこと

★土幌の好きなところ

土幌小学校

★宝物

おじいちゃん、おばあちゃんに買ってもらったランドセル

★今年頑張りたいこと

小学校の発表会を頑張りたい

バトンタッチ

夢はライブ全通!?



高徳 寺島 拓貴 さん

◆土幌で好きなもの◆
ポテチ(のりしお)

◆好きな有名人◆
なかやまきんに君

(シニールで面白いから)

拓貴さんは、鹿追町出身で、帯広工業高校に入学。卒業後は、北海道科学大学工学部都市環境科で道路の基本構造や寒冷地に関することを学んだそうです。

現在は、土幌町役場建設課に所属しており、道路や公園の維持管理等の業務を行っています。「設計書を作るのに考えることがたくさんあって大変」と話す拓貴さんですが、「自分で作った設計書の道路が完成したときやりがいを感じる」と話していました。

趣味はライブやトークイベントに行くこと。9月に好きなアニメのライブ参戦が決まり、気合いが入っているようです。また、グッズ集めにもハマっているようで、最近「ガールズバンドクライのイヤホンを買った」と嬉しそうに話していました。

これからの目標を聞いてみると、「本場のうどんを食べに香川に行きたい！」と意気込む拓貴さんでした。

次回は睦の我妻駿さんにバトンタッチ。拓貴さんから駿さんへ一言。「ご飯食べに行こう」

したしみ図書館 新しく入った本

【児童書】

カッパーナ (いわさきさとこ)
 パトカーのうーたくん (鎌田歩)
 ならしている (五味太郎)
 うさぎのしま (近藤えり)
 すずめばち (館野鴻)
 おおきくになったら、なんになる？
 (刀根利衣)
 きいろいバス (ローレン・ロング)
 戦争を知らないキミへ 上・下
 (竹村逸彦)
 ニュース年鑑2025 (池上彰)
 里山の生き物図鑑 (学研プラス)
 山あそびのやくそく (佐藤繁一)
 あおのいえ (いとうみく)
 地下室の日曜日 (村上しいこ)
 読書感想文が終わらない! (額賀澤)
 住所、不定(スーザン・ニールセン)
 ゾウのテウニス(トーン・テレヘン)

【一般書】

図書館のゆるゆる人生質問箱
 (北海道斜里町立図書館)
 食べきり漬けもの (重信初江)
 ひんやりごはん (蓮池陽子)
 新・種苗読本 第2版
 (日本種苗協会)
 ねことじいちゃん 11 (ねこまき)
 ぼくは刑事です (小野寺史宣)
 踊りつかれて (塩田武士)
 一撃のお姫さま (島本理生)
 携帯遺産 (鈴木結生)
 今日はずきのつづき(谷川俊太郎)
 不当辺五角形 (貫井徳郎)
 飛越 (馳星周)
 生活 (町屋良平)
 シルバーの自覚ないまま年は増え
 (三浦明博)
 本と歩く人 (カルステン・ヘン)

★あこがれのスター 大谷翔平 世界一の野球選手になるまで (ジョー・ティッシュラー)

日本からメジャーへの挑戦、WBC優勝…。そしてついにワールドチャンピオン達成！夢をかなえ続ける二刀流スーパースター、大谷翔平。世界一になるまでの野球人生を写真で紹介する。



★パズルと天気

(伊坂幸太郎)

悩みを抱えた「僕」は、マッチングアプリでしか出会えない「名探偵」に依頼することに…。
 「パズル」をはじめ、伊坂ワールドの魅力が詰まった5編の短編を収録する。



★★今月の休館日★★ 5、12、19、26日 (毎週火曜日)

したしみ図書館(総合研修センター内 電話5-2281)【開館時間】10時00分～18時00分まで
<https://www.ik.licsre-saas.jp/shihoro/webopac/index.do>

★善意に感謝します★

寄附・寄贈

▼協働のまちづくりに係る基盤づくりに関する事業

中島 邦康さん 15万円

▼その他目的達成のため町長が必要と認める事業

荒口 かおるさん 10万円

《社会福祉協議会へ》

大森 邦彦さん 10万円

《特別養護老人ホームへ》

有限会社大田口薬局 飲み物
 株式会社せわたま 野菜
 下居辺長寿会 石けん
 遠藤 恵一さん キャベツ他

《したしみ図書館へ》

小西 美子さん 一般書(計8冊)

★おくやみ★

増田 博和さん(77歳) 柏野
 渡辺 小次さん(99歳) 特老
 中島 松子さん(95歳) 開運
 谷口 吉伸さん(69歳) 大通西

(7月15日受付分まで)

宝くじ 公式サイト

すぐ買える 当たりがわかる クイックワン

Quick One
クイックワン

宝くじ 公式サイトで 発売中！
今すぐ会員登録！

宝くじの収益金は 私たちの国の 公共事業等に 役立てられています。

宝くじ公式サイト <https://www.tokai-jishu.or.jp/>

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ同時発売

ネットでも買える！

この宝くじの収益金は 市町村の明るく住みよい まちづくりに使われます。

各1枚 300円
7月11日(金)発売!
発売期間 7/11(金)～8/11(月)

宝くじ公式サイト 公益財団法人北海道市町村振興協会



暮らしのカレンダー 8月

日にち	行	事	場所
1 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	9:00～11:30	赤ちゃん相談	福セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
2 土			
3 日			
4 月	受付時間は個別通知	結果説明会（厚生連）	福セ
	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 9:30～11:30	ちびっこ広場	認定こ
	☆ 10:00～11:00	ぴよぴよ広場	中児
	13:15～13:30 受付	予防接種 (水痘・B型肝炎・日本脳炎・二種混合)	国保
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	15:45～16:00 受付	予防接種 (日本脳炎・二種混合)	国保
5 火	受付時間は個別通知	エキノコックス症検診	福セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 10:30～11:30	スマイル教室	認定こ
	13:00～16:30	よすが子育て相談	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:30～14:30	ふまねっと	タウン
6 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	10:00～11:30	いきいき運動教室	総研
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
7 木	受付時間は個別通知	もぐもぐ教室	保セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
8 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30～11:30	わんぱくの日	認定こ
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
9 土			
10 日			
11 月			
12 火	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	13:00～16:30	よすが子育て相談	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
13 水			
14 木			
15 金	13:15～13:30 受付	予防接種 (水痘・B型肝炎・日本脳炎・二種混合)	国保
	15:45～16:00 受付	予防接種 (日本脳炎・二種混合)	国保
16 土			
17 日			
18 月	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 9:30～11:30	ちびっこ広場	認定こ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	13:00～15:00	認知症カフェ	もりくま
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児

日にち	行	事	場所
19 火	☆ 10:00～11:30	キッズ・クラブ	認定こ
	10:00～11:30	早期介入運動教室	保セ
	13:00～16:30	よすが子育て相談	福セ
	13:30～14:30	ふまねっと	タウン
20 水	受付時間は個別通知	むし歯予防教室	保セ
	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	10:00～11:30	いきいき運動教室	総研
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
21 木	受付時間は個別通知	乳児健診	保セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
22 金	受付時間は個別通知	結果説明会（結核予防会）	
	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	福セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	福セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
23 土			
24 日			
25 月	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 9:30～11:30	ちびっこ広場	認定こ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	13:15～13:30 受付	予防接種 (水痘・B型肝炎・日本脳炎・二種混合)	国保
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	15:45～16:00 受付	予防接種 (日本脳炎・二種混合)	国保
26 火	☆ 9:30～11:30	なかよくあそび	中児
	13:00～16:30	よすが子育て相談	福セ
27 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	9:30～11:00	おっぱい相談（要予約）	福セ
	10:00～11:30	いきいき運動教室	総研
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
28 木	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	10:00～11:00	パンダちゃん教室	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
29 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:15～13:30 受付	予防接種 (BCG・麻疹風疹混合)	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
30 土			
31 日			

※子育て支援は0歳から就学前のお子さんを持つ家庭の方が対象です。また、キッズ・クラブは会員登録制です。☆印のお問い合わせや子育ての相談は子育て支援センター（電話7-4102）または認定こども園なかよし（電話5-2502）まで
※まる元運動教室は、地域包括支援センター（電話5-2188）にご相談ください。

【凡 例】 保セ → 市民保健センター
福セ → 総合福祉センター
中児 → 中士幌児童ステーション

認定こ → 認定こども園なかよし
国保 → 国保病院
タウン → タウンプラザ

総研 → 総合研修センター
もりくま → みんなのまりのくまさん