

ASSABU

あっさぶ
広報厚沢部

ASSABU Town 2026.11

Vol. 755

10月8日、リニューアルOPEN!!



祝

厚沢部町 道の駅物産館
リニューアルオープニングセレモニー

2026年10月8日



厚沢部町スマート農業等機械導入支援事業補助金申請開始のご案内

令和8年度の当補助金申請を開始いたしますので、希望者は必要書類等を持参の上、期日までにご用意いただき新函館農協厚沢部営農センター営農課までお越し願います。

【補助内容】

補助対象者	補助率及び金額	補助対象となるもの
厚沢部町に住所を有する認定農業者（農業法人含む）、認定新規就農者及び販売農業者であり、主に厚沢部町内で農業を営む者（生産組合等の団体は除きます）	補助率：1/2以内 （上限額：50万円） ※消費税及び地方消費税を除いた額 ※予算を超えた場合は上限額の補助に満たない場合があることを予めご了承ください。	・令和8年度中の営農に使用するスマート農業機械や経営継続に必要な農業機械及び設備等の導入経費（令和8年4月1日以降に導入したもの） ・1台（基）の取得価格が20万円以上のもの ・営農以外での使用（汎用性）が認められないもの ・既存の農業機械等の修繕経費でないもの ・機械等販売業者から購入するもの ・令和8年度中に他の制度による補助を受けていないもの

【申請方法】

令和8年度中に導入（購入し代金支払い済み）した機械等の契約書か販売証明書のいずれかと納品書、請求書、導入した機械等の全景がわかる写真、代金が支払済みであることが確認できる書類、印鑑をご用意いただき、農協にある申請書に必要事項を記載してください。
補助が採択された場合、12月中に支払いされます。

申請期日：令和8年11月13日（金）※期限厳守

【補助事業の要件と注意点】

- ・中古品にあっては残存耐用年数が2年以上残っているものであること。
- ・補助金の交付は、1経営体当たり、当該年度1回に限ります。
- ・導入した機械等の減価償却期間は譲渡及び廃棄することができません。
- ・「営農以外の使用（汎用性）」とは国の補助要綱を準用します。具体的な例として次のものは汎用性が高いため補助対象となりません。
 - （1）運搬用トラック （2）パソコン （3）倉庫 （4）フォークリフト
 - （5）ショベルローダー （6）バックホー など
- ・申請者全てに補助金交付が確約されているものではありません。申請後の審査により補助不採択となる場合があります。
- ・補助決定後に規定の違反、不正な行為があった場合は交付の決定を取り消し補助金の返還を命ずる場合があります。

※その他、導入した機械等が補助対象になるかなどの疑問がある場合は下記まで問い合わせ願います。

【補助金に関する問合せ先】

厚沢部町役場 農林課 農業振興係 ☎64-3314
新函館農協厚沢部営農センター 営農課 ☎64-3324

物価高騰支援に伴う水道基本料金の免除

町は、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、物価高騰支援として、水道基本料金1,700円を3か月間免除いたします。なお、当支援を受けるにあたり、申請手続は不要です。

＜免除対象＞令和8年11月から令和9年1月までの3か月間

検針月（請求月）	口座振替日	請求書発送時期
令和8年11月	令和8年12月25日	令和8年12月上旬
令和8年12月	令和9年1月26日	令和9年1月上旬
令和9年1月	令和9年2月25日	令和9年2月上旬

※下水道料金は免除の対象となりません。

※病院用・浴場用・工場用・臨時用の水道基本料金も1,700円免除となります。

●問合せ先 建設水道課 上下水道係 ☎64-3316

道の駅商業施設等の指定管理者が決定

令和8年第3回町議会臨時会で次の施設の指定管理者の指定期間の変更および指定について、議会の議決がなされました。

施設の名称	施設の所在地	指定管理者の名称及び代表者名	指定期間
道の駅あさぶ商業施設 および 厚沢部町24時間トイレ	緑町72番地1	一般社団法人アッサン 代表理事 高橋 和子	【変更前】 令和4年4月1日～令和9年3月31日 （5年間） 【変更後】 令和4年4月1日～令和8年11月30日 （4年8か月間）
		素敵な過疎づくり株式会社 代表取締役 佐藤 正秀	令和8年12月1日～令和14年3月31日 （5年4か月間）



※道の駅あさぶ商業施設は、指定管理者変更に伴い、準備・移行期間として、11月10日（火）～30日（月）を臨時休業いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。なお、道の駅物産館と24時間トイレは、通常営業いたします。



▲木村さん（中央）と、前田さん（右） ▲新商品「壺火」

10月2日（金）、Sakeyome Works（サケヨメワークス）合同会社（サケヨメワークス）合同会社の木村玲香さん（字富里）と、前田潤子さん（字富里）は、町長室を訪れ、純米大吟醸「第2章」の壺火が完成したことを報告しました。木村さんは、「火入れをしたことで、よりスッキリ辛口な味わいとなった。生原酒も引き続き販売しているので、2つの味わいの違いも楽しんでほしい」と述べました。道の駅をはじめ、町内のコンビニエンスストア等酒類販売店にて購入可能です。

日本酒新商品の完成を報告
sakeyome works（サケヨメワークス）合同会社

第13回大収穫感謝祭



10月3日(土)、大収穫感謝祭が開催されました。新鮮な野菜や新米を買い求めに、多くの来場者で会場は大盛況でした。途中、降雨もありましたが、最後の餅まきは晴天の中、行われました。

▲こっち、こっち〜っ！



▲今年ももんすけが来たよ！



▲あっさぶメーカーイン詰め放題！



▲名物！米すくい！

福祉灯油

町では、今年度も高齢者やひとり親家庭等の暖房費の一部を助成する冬期生活支援事業を次のとおり実施いたします。

◎支給額 1世帯あたり 1万円(定額)

◎対象世帯 次の3つの要件すべてに該当する世帯

★要件1 11月1日現在で町内に住所があり、現に居住している世帯(病院・施設入所等による長期不在の単身世帯を除く)

★要件2 令和8年度(令和7年)町民税非課税世帯

★要件3 次の①②③のいずれかに該当する世帯

①世帯全員が満65歳以上の世帯

(障がいのある方・18歳未満の方を除く)

②ひとり親家庭等世帯(医療費受給者世帯)

③重度心身障害者世帯(医療費受給者世帯)

◎申請期間 令和8年11月2日(月)〜令和9年1月29日(金)

◎申請窓口 保健福祉課福祉係(保健福祉センター内)

※薪・オール電化住宅も対象になります。

※詳細は各戸配布のお知らせしますが、不明な点等がありましたら担当までお問い合わせください。

★問合せ先

保健福祉課福祉係(保健福祉センター内)

☎64-3319

早めのライトで安全運転を！

9月25日(金)、秋の全国交通安全運動『人と旗の波作戦(厚沢部商工会青年部及び女性部主催)』が、道の駅あつさぶ第2駐車場で実施され、町内各団体や事業所などから約40名が参加しました。参加者は安全運転と書かれた旗を持ち、運転手や同乗者に対して交通安全を呼びかけました。

これからの時期は暗くなるのが早くなっています。早めのライトの点灯やシートベルトの着用など安全運転を心がけましょう。



▲ゆとりをもって安全な運転を！

特別授業 鮎の幼生を放流

9月30日(水)、厚沢部小学校の4年生14名は、河川保護振興会の方より放流後の幼生の行方などの説明を受けた後、自分たちの手で大事に育てふ化させた鮎の幼生を赤沼橋下の河川敷で安野呂川に放流しました。

放流後、児童は「たくさんの幼生をふ化させることができた。大きくなって厚沢部の川へまた戻ってきてほしい」と鮎の成長を願いました。



▲鮎たち、元気に戻ってきてね〜！

交通安全を町内パレードで呼びかける

9月29日(火)、厚沢部交通安全協会(高田一弥会長)と町共催による、交通安全啓発パレードが行われました。このパレードは、秋の交通安全運動に伴い、交通安全意識を向上させることを目的に行います。厚沢部交通安全協会から交通安全啓発旗等が各町内会へ寄贈された後、厚沢部地区交通安全協会、町、江差警察署、各町内会の皆さんが車に乗り、列をなして町内をパトロールし、啓発を行いました。



▲新しい交通安全啓発旗が各町内会へ寄贈されました。

赤沼町で挨拶運動を実施

9月30日(水)、赤沼地区子ども会の役員5名は、午前7時30分から、登校する児童生徒に対してあいさつ運動を行い、登校中の安全を呼びかけました。

少し早いハロウィンの仮装に身を包んだ大人たちを見た子ども達は、びっくりしながら「おはようございます！」と挨拶をして元気に登校していきました。



▲仮装姿を見て笑顔に！眠気も吹っ飛んだかな？

第2回 義務教育学校整備検討委員会

10月1日(木)に、第2回厚沢部町義務教育学校整備検討委員会が開催されました。

前半は教育課程、学校運営、施設、地域・保護者連携の4つの専門部会から1か月間の検討状況の進捗について報告がありました。後半は校舎の設計案に関するグループ協議を行い、今後の概略検討基本設計の立案に向けた意見を交流しました。



【グループ協議で出た意見に対する事務局からの回答】

- ・広場の遊具整備は、児童の意見も聴取する。
- ・教室は、黒板や可動壁の工夫でフレキシブルに使える形を検討し、中学生教室は遮音性も考慮する。
- ・コワーキングスペース設置は、面積上難しい。希望者の見学や視察の受入で対応したい。
- ・学校は「子どもたちと先生方が安全に暮らし、学ぶ場所」であり、学校施設の地域開放は、子どもの安全と衛生を最優先として検討する。



町民の皆さまに、義務教育学校の最新の校舎設計案をお知らせする説明会を、下記のとおり実施します。ぜひご参加ください。

【問合せ先】☎64-3318
教育委員会学校教育係

●義務教育学校町民説明会

- ・日時 令和8年11月25日(水) 18時～
- ・場所 厚沢部町民交流センターあゆみ
- ・内容 校舎概略検討設計案の説明と意見交換

駐車場の区画線設置・舗装補修に感謝を込めて

このたびツバメ工業株式会社様のご厚意により、地域貢献活動の一環として、厚沢部中学校および館小学校における駐車場の区画線設置工事と舗装補修工事を施工していただきました。これに対し、9月17日に厚沢部町よりお礼状をお渡ししました。温かいご支援に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



心豊かに学び、厚沢部町の未来を拓く人を育む

教育委員会だより

令和8年(2026年)11月

No. 36

文責 厚沢部町教育委員会



館小 サツマイモ収穫



9月25日(金)、1・2年生が、学校菜園でサツマイモを収穫し、五感を使った体験から学びを得ることができました。

厚小 砂糖・てん菜の授業



9月25日(金)、3年生は「砂糖とてん菜に関する出前授業」(ホクレン・北海道農政部・北海道教育庁主催)にて、砂糖の歴史などを学びました。

厚中 ほっかいどう学講座



9月30日(水)、1・2年生は「ほっかいどう学」出前講座(ほっかいどう学推進フォーラム主催)を受講しました。

新保理事長による1年生の授業

北海道の地理、歴史、文化、産業などを多面的に学び、厚沢部町への愛着や地域づくりに関心を持つ契機となりました。これからの総合的な学習の時間の実践につなげてほしいと思います。

11月の主な行事

- 2日(月)～3日(火) 町民文化祭
- 5日(木) 厚中職場体験学習①
- 6日(金) 厚中職場体験学習②
- 12日(木) 小中合同学校運営協議会
- 16日(月) 厚中への小6登校日

障がいウィークの開催

10月7日(水)、町民交流センターあゆみにて、障がいウィークが開催され、障がい者の方々が支援施設で作ったアクセサリーや手芸品、菓子パンやお惣菜などを販売しました。この取組は障がい者の社会参加と自立を支援することを目的に、障がい者就業支援センターあゆみ主催で開催されています。



▲来場者と笑顔で交流しました。

10月1日(木)、厚沢部建設協会(能登谷謙一会長)は、緑町々本町の国道沿いの外灯木部のペンキ塗りをボランティアで行いました。



▲外灯も道の駅に合わせて、リニューアルしたよう。

おらいも君 国立競技場を走る！

10月11日(日)、おらいも君は、国立競技場で開催された「みんなであつなごうリレーフェスティバル・ゆるキャラリレー」に参加しました。リレー前には、カメラに向かって厚沢部町をしっかりと映りました。巨大スクリーンに大きく映りました。リレーでおらいも君は、柏餅の「カッシー」からバトンを受け取ると、見事な走りでの走者へバトンをつなぎました。残念ながら、おらいも君のチームは最下位でしたが、国立競技場来場者から大きな拍手と称賛をもらいました。



▲見事な走りで(じゃがいもだけど)ごぼう抜き！

中学生と一緒に 高齢者スポーツ 大会を開催

10月14日(水)、町老人クラブ連合会主催『第46回町高齢者スポーツ大会』が総合体育館で開催されました。参加した7団体、64名は2チームに分かれて対戦。高齢者が楽しみながら体を動かせるように考えられた競技で得点を競いました。例年と同様、今大会にも厚沢部中学校3年生34名がボランティア参加。生徒たちも一部競技に参加して交流を深めました。生徒たちは高齢者の方々と元気に触れ合い、会場を盛り上げてくれました。



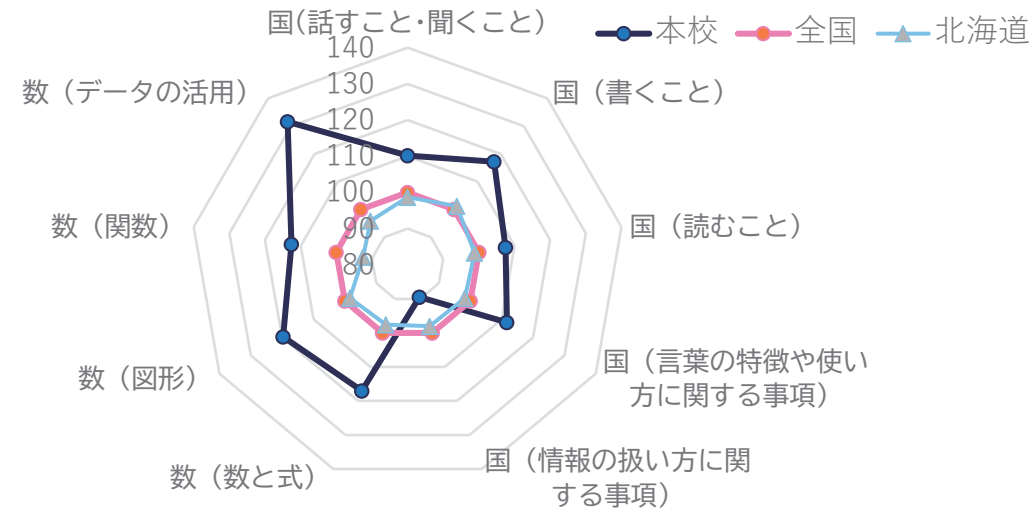
▲緑のコーンを、ねらいうち～っ！

小 学 校

- 成果：ICT機器の日常的な活用、対話的学習や探究的学習、教職員による児童への丁寧な支援・よさを認める関わりに成果が見られます。
- 課題：学校で主体的に学習に取り組む一方で、その姿勢が家庭学習の時間や習慣化につながっていないこと（SNSや動画視聴の時間が多いなど）が課題が見られます。

中学校 教科に関する調査結果（全国平均を100とする）

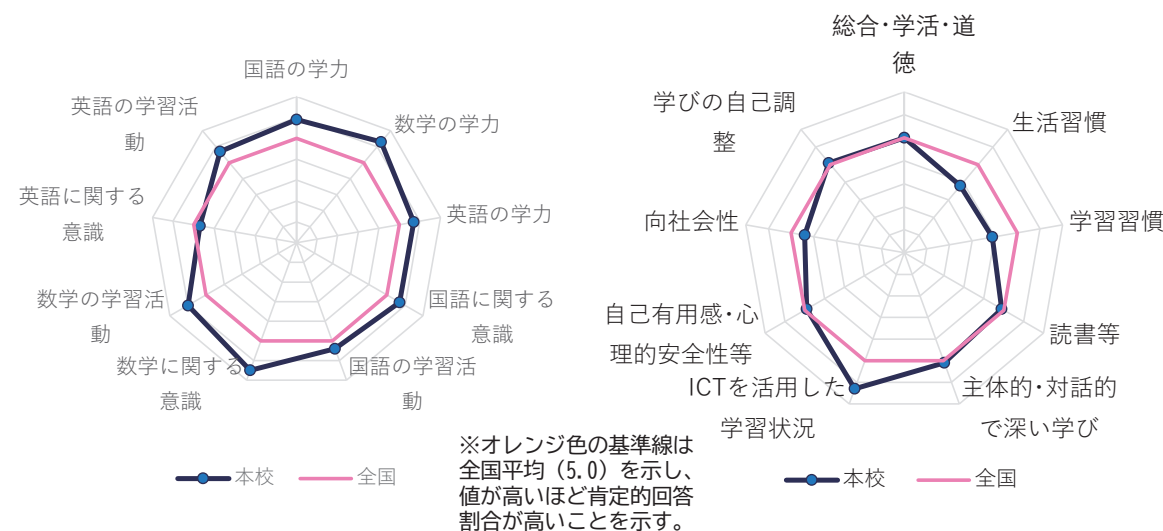
中 学 校



- 成果：自分の考えをまとめる力(国語)、既習事項を活用して考察する力(数学)、自分の考えや経験を表現する力(英語)に成果が見られます。
- 課題：複数情報の関係をとらえて整理する力(国語)、問題解決の方法を言葉で説明する力(数学)、短い文章を読み、文章全体の概要などをとらえる力(英語)に改善の余地が見られます。

中学校 生徒質問紙調査結果

○教科を中心とした学力・学習状況 ○その他の学力・学習状況



- 成果：ICT機器の日常的な活用、対話的学習や探究的学習、教職員による生徒のよさを認める関わりや相談しやすい信頼関係に成果が見られます。
- 課題：生活習慣（朝食抜きや就寝・起床時刻が不規則、SNSや動画視聴の時間が多いなど）と家庭学習（時間の少なさと習慣が未確立）が課題です。

令和8年度

全国学力・学習状況調査
厚沢部町内の状況及び今後の改善方策

実施児童生徒
厚沢部小・館小6年生
厚沢部中3年生

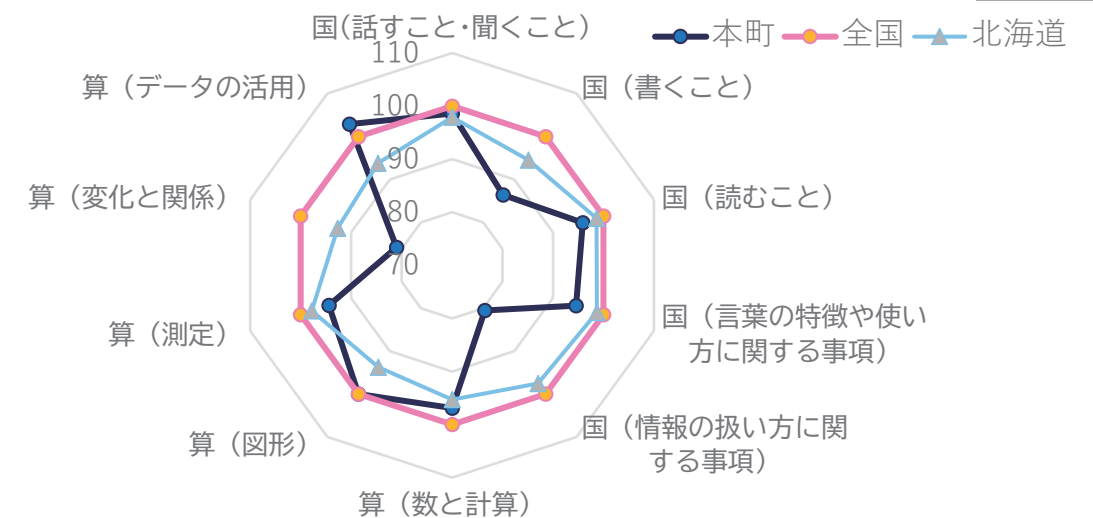
【平均正答率・平均IRTスコア】

	小学校		中学校		
	国語	算数	国語	数学	英語
厚沢部町	57	55	70	69	519
北海道(公立)	59.6	53.6	63.3	55.0	490
全国(公立)	60.9	56.4	63.9	57.0	499

※中学校英語は4技能（聞くこと、読むこと、書くこと、話すこと）の平均IRTスコアで500が基準。

小学校 教科に関する調査結果（全国平均を100とする）

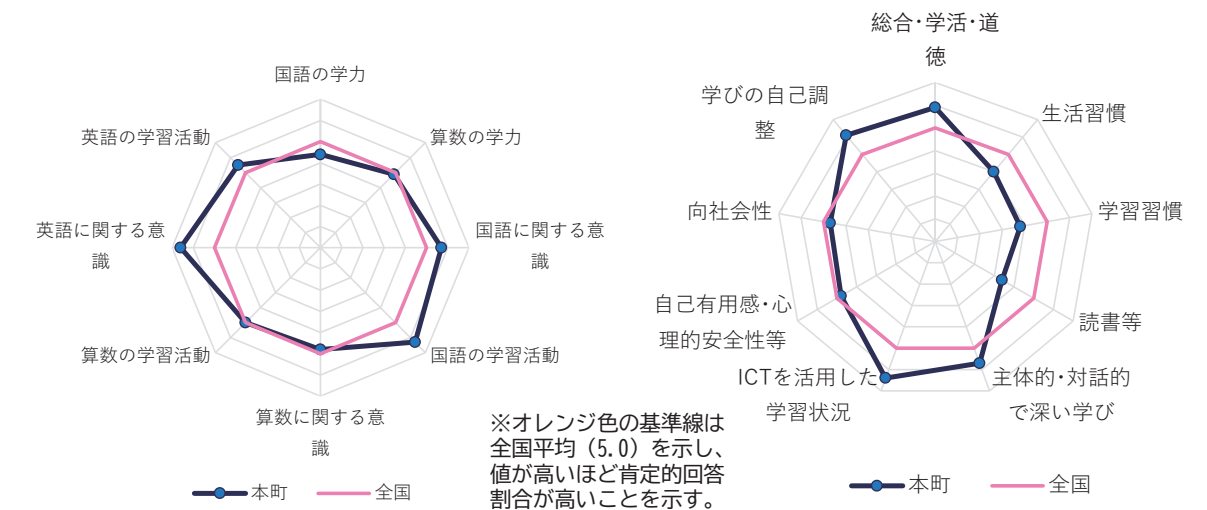
小 学 校



- 成果：相手に伝わるように話の中心を明確にして構成する力(国語)、情報を正確に読み取り数量の関係を捉える力(算数)に成果が見られます。
- 課題：複数の情報を整理し根拠を明確にして、自分の考えを書く力(国語)、割合の関係を図や式でとらえて説明する力(算数)に課題が見られます。

小学校 児童質問紙調査結果

○教科を中心とした学力・学習状況 ○その他の学力・学習状況





安野呂橋をわたる参加者。
鮭の季節にはまだ早かったです。



稲刈り前の黄金色の景色を見ながら歩きました。

9月19日(土)に厚沢部町スポーツ協会主催の「歩け歩け運動」を実施しました。上里温泉から滝野方面を歩く一周4.3kmのコースです。
稲刈りシーズンの田園風景の中を15名の参加者が歩きました。参加者はクリを拾ったり、虫を探したりしながら、それぞれのペースで歩きました。
約1時間ですべての参加者が無事にコースを歩ききりました。



秋の味覚、
道路脇のクリの木が気になります。

社会教育通信

秋晴れのなかを歩く



眼の前で少しずつ姿を変え、いつの間にかまったく別の絵に変わる不思議なサウンドアート

毎年開催している児童生徒芸術鑑賞会が、9月28日(月)、町民交流センターあゆみで開催されました。馬頭琴奏者の嵯峨治彦さんとサウンドアートのユニット「野花南(のかなん)」によるコンサートです。
モンゴルの民族楽器である馬頭琴をBGMに孝子さんが朗読とサウンドアートを披露しました。眼の前で次々と変化していくサウンドアートの不思議な魅力に引き込まれました。

サウンドアートと馬頭琴



嵯峨さんの問いかけに挙手で応える中学生



馬頭琴に合わせて喉歌を披露する嵯峨治彦さん

「雨ニモマケズ」(宮沢賢治)、「スフの白い馬」(モンゴル民話)のほか、アイヌの民族楽器ムツクリやシベリアに広範囲に伝わる金属製の口琴「ホムス」も披露されました。2つの音を同時に発声する「喉歌」など、初めて聴く音色を楽しみました。

おすすめ新着図書

●「けんぐわい」

朝倉かすみ(著)(光文社)
直木賞受賞作品。『圏外』と、不遇をしいられた女性ふゆが、女医と出会い、女としての人生に向き合い立ち上がる時代小説。



●「六月のぶりぶりがつちよう」

万城目学(著)(文藝春秋)
直木賞受賞「八月の御所グランド」から連なる京都が舞台の連作集。前作は青春、今作は摩訶不思議な2篇が収録されています。



小学校・中学校 教科に関する調査と質問紙調査のクロス集計から

質問紙調査の回答内容別に教科の結果を比較すると、小・中学校ともに、課題に粘り強く取り組むこと、学習を振り返って活用すること、自分の考えをまとめて表現すること、教科の正答率の高さに正の関連が見られました。また、家庭にある本の冊数とも、国語を中心に正の関連が見られました。

一方、平日のSNS・動画視聴が3時間以上の児童生徒は、3時間未満と比べて教科の正答率が低く、長時間利用との負の関連が見られました。

※なお、これらは相関関係に基づく傾向であり、原因と結果の関係ではありません。



今後の改善方策

○根拠を明確にして表現する力の育成

「情報同士の関係付け」「必要な部分の引用」を重視し、「何を根拠に」「どのような方法で」「何が分かったか」を文章や図表で記述し、説明する学習を充実させます。

○ICT活用を探究と表現の質向上につなげる

ICTの活用頻度だけでなく、情報の収集・比較・分類・整理・根拠の質を高め、自ら問いを立てて解決策を考え、他者に伝える学習を充実させます。

○家庭学習(メディア利用)の改善

学校と家庭が連携し、家庭でのメディア利用(SNS・動画視聴など)の振り返りと併せて、デジタルドリル等を活用した児童生徒の理解度・学習速度に応じた主体的な家庭学習の取組を進めます。

○受容と承認を基盤とした学校づくり

教職員が児童生徒のよさや成長を認め、相談できる信頼関係は本町の強みです。この強みをこれからも活かし、困りごとや不安の早期発見、早期相談、早期支援を継続して、すべての児童生徒が安心感をもち、「自分は大切にされている」「自分にもよいところがある」と感じられる学校づくりを進めます。

○小中9年間を見通した指導と検証

令和12年度の義務教育学校開校も見据え、小学校と中学校が、記述力、情報活用能力、自己調整、家庭学習、生活習慣等について、9年間で育てる児童生徒の姿を共有し、取組の成果を継続的に検証します。



農業委員会だより

農作物状況調査を行いました

9月17日(木)、厚沢部町農業委員会は町内各地の農作物状況調査を行いました。

町内農産物の生育状況を把握し、農業委員会活動に役立てるため、佐藤町長、農協、土地改良区にも同行いただき、毎年9月に実施しています。米、大豆、小豆、ビート、サツマイモ、長ネギ、デントコーン、アスパラを調査しました。

今年は干ばつの影響によりサツマイモ、長ネギ等の生育が遅れている一方で豆類やビート、デントコーンの生育は良好でした。米は地域によって生育の差はありますが、全体的に良好でした。アスパラは収量が減少しましたが、来年に期待できるようです。

今年は降水量が少なく生育が遅れている作物もあります。が、害虫などによる大きな被害は少なく、概ね平年並みか

平年以上といった総括をしました。



農地の相談は
農業委員会事務局へ
☎64-3314

◎新任農業委員紹介

7月より新たに農業委員となられた2名を紹介します。

○尾山 浩崇

中立的委員に就任しました。尾山です。地域農業の発展に少しでも貢献できるよう努めていきたいと思えますので、よろしく願います。



○高橋 亮太

中館地区で農業に従事しております高橋です。先輩委員の皆さんに相談しながら町の農業発展のために活動していきたいと思っています。



ねんきん講座

年末調整や確定申告には「社会保険料(国民年金保険料)・控除証明書」を

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市町村民税の社会保険料控除の対象となります。

この社会保険料控除を受けるためには、領収書又は納付したことを証明する書類を添付する必要があります。

このため、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が、日本年金機構より毎年10月下旬から11月上旬にかけて送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書を添付してください。

また、年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日から12月31日までの間に保険料を納付する方については、翌年2月上旬に同様の証明書が送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についての照会先は☎0570-003004までお問い合わせ下さい。

◆受付時間

〔月・金曜日〕8時30分～19時

〔第2土曜日〕9時～17時

※祝日(第2土曜日は除く)と12月29日～1月3日は利用できません。

★問合せ先 住民係

☎64-3313



プロマネノート

着任してから一年が経ちました

こんにちは！地域プロマネの蔡です。昨年の11月に地域プロジェクトマネージャーとして着任してから、あっという間に、一年が経ちました。

「広報のコーナー、見てるよ」と町民の方に笑顔で声をかけてもらったり、「やつほー」と小学生に手を振ってもらったり、野菜等のお裾分けをいただいたり、厚沢部町での生活はうれしいことがいっぱい！

そんな一年のなかでも一番驚いたのは、夏がとても忙しかったことでした。

6月から各地域でのイベントやお祭りが盛りだくさん！娘は年長として初めてのステージパフォーマーから、初めて山車引っ張ってお御輿を担ぎ、山ほどのお菓子をもらうなど初めての経験だらけ！

初めてのチャレンジに臆す



▲厚沢部音頭を全力で踊る子どもたち

るのかと思いきや、目一杯楽しむ子ども達を見て、私まで幸せな気持ちになりました。

7月の「あつさぶふるさと夏まつり」では、私も運営をお手伝いさせていただきました。大勢の人が集まる大きなイベントを皆さんが力を合わせて支えている、その一員になるのは初めての経験で、無事にまつりを終えられた時の達成感は忘れられません。10月に入ってから(お祭りが終わってしばらく経っているのに)娘が家で祭囃子を歌

一定面積以上の土地取引には届出が必要です！

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

【届出の対象となる面積】

●都市計画区域外 1万㎡以上

【届出者】●土地の権利取得者(買主等)

【届出期限】 契約締結日から2週間以内※提出期限を過ぎた場合でも届出書の提出にご協力願います。

【提出書類】 ★各3部

●土地売買等届出書

●土地売買等契約書の写し

●土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図

●土地及びその付近の状況を明らかにした5千分の1以上の図面

●土地の形状を明らかにした図面

●委任状(代理人が届出する場合)

【罰則】 届出をしないと法律で罰せられることがあります。

※提出様式や制度の詳細は町HPをご覧ください。

※山林の場合は要件が異なりますので農林課にご相談願います。(農林課



町ホームページ

☎64-3314)

●届出・お問い合わせ先 政策推進課政策推進係 ☎64-3312

地域魅力化プロジェクト

あそび基地「体験の秋」

9月・10月のあそび基地では、秋ならではの手作り体験を行いました。

下地区会場では、総合体育館の和室で古い障子の張り替えに挑戦！糊付けなどの難しい作業に苦戦しながらも、見事4枚を完成させました。体育館へお越しの際は、子どもたちの力作をぜひご覧ください。



▲障子の張り替えて繊細な作業だね！



▲彗星みたいなりんご飴ができたよ！

わる様子をじっくり観察しながら、おいしい時間を過ごしました。

鶺鴒地区会場では、旧鶺鴒小学校に実った姫りんごを収穫して「りんごあめ作り」を行いました。鶺鴒町の三上良子さんに教わり、砂糖があめへと変

★問合せ先
教育委員会事務局・宮脇
☎64・3318

あそび基地は、新しいお友達や、温かく見守ってくださる地域の皆さんを大募集しています。「一緒に遊んでみたい」「子どもたちと関わりたい」という方は、ぜひお気軽にお問い合わせください！

浄化槽の設置と法定検査を補助します

●設置を希望される方(新規)

農業集落排水区域外で、合併処理浄化槽の設置を希望する方を募集しています。町の補助制度がありますので、検討中の方や不明な点がある方はお気軽にお問い合わせください。

●すでに設置済みの方

(法定検査の補助金)
法定検査(浄化槽法第11条検査)を受けた方に補助金を交付します。対象と思われる方は令和9年3月31日(水)までに申し込みください。

◆対象条件

- ・厚沢部町在住で、令和8年度中に「第11条検査」を受けている
- ・町税などの滞納がない
- ※単独浄化槽、個人所有でないもの、第7条検査、農業集落排水区域内は対象外

◆申請に必要な物

①令和8年度分の「11条検査結果書」(領収書不可)

②印鑑

③通帳など振込先がわかる物

◆申請期限

令和9年3月31日(水)まで

◆申請窓口

役場2階 建設水道課 上下水道係(窓口)に申請書あり

期限内の申請を忘れずに！



★申請・問合せ先
建設水道課 上下水道係
☎64・3316

使用済みの注射針 ゴミ袋に入れないで！

南部松山衛生処理組合からのお知らせです。指定ごみ袋の中に「使用済みの注射針」が混入されていました。

○指定ごみ袋には絶対に入れないでください

指定ごみ袋の中に注射針が混入していると、収集作業員がケガをする等大変危険な事故につながります。

○処分方法(必ず処方を受けた医療機関へ)

使い終わった注射針は指定ごみ袋に入れず、処方を受けた医療機関へ直接お持ち込みいただき、回収を依頼してください。医療機関での回収は、「その医療機関で処方されたもの」に限られます。必ずご自身が処方された場所へお持ちください。

地域の安全で安心なごみ収集のため、正しく安全な処分にご理解とご協力をよろしくお願いします。

老化と血糖の関係について

ごめんください
保健師です！

429

今月は、保健師 小森 麗奈 です

老化は誰もが避けては通れないものですが、老化のスピードや現れ方は個人差が大きいものです。近年、老化とは単なる経年劣化だけではなく、「AGEs」という物質が関与していることがわかってきました。

●「AGEs」とは、糖とたんぱく質が結びついたもの

AGEsとは、体内で過剰になった「糖」が「たんぱく質」に結びついて(糖化して)できたものです。体内に蓄積するAGEsのうち3分の2は体内で作られ、主な原因は高血糖状態と言われています。残りの3分の1は体外から入ってくるもので、高温調理したもの(揚げ物等)を摂取することなどで蓄積します。体の土台である、たんぱく質が糖化して劣化することは、全身の劣化(老化)につながります。

●あなたはどっち？ 糖化促進生活 or 糖化予防生活

糖化が促進される行動

- からあげなどの揚げ物をよく食べる
- 食事の時は炭水化物から食べる
- 食べるのが速い
- 満腹になるまで食べる
- 朝食はとらない
- 甘味飲料水をよく飲む
- 寝る直前に何かを食べることが多い
- 運動はほとんどしない



糖化を予防できる行動

- 茹でる・蒸す・煮るといった調理法の料理をよく食べる
- 食事のときは野菜から先に食べる
- よく噛んでゆっくり食べる
- 食事は腹八分目を心掛けている
- 1日3食、規則正しく食べている
- 飲み物はお茶や水が中心
- 夜8時以降は食べない
- こまめに体を動かしている

↑チェックが多い人は要注意です！

●おすすめの糖化予防行動

◆高温調理をなるべく避ける

高温で調理するほど(特に揚げ物は)AGEsが発生しやすいです。



◆野菜から食べる

野菜に含まれる食物繊維には糖質の吸収をゆるやかにする作用があるため、野菜を先に食べることで血糖値の上昇を防ぐことができます。

◆隙間時間で無理ない運動を習慣に

AGEsを溜めないために、日常の活動量を増やし、糖の代謝をあげることが重要です。



●ティーファースト習慣が食後の血糖値スパイクを抑制！？



紅茶ポリフェノールには糖質の分解に関わる酵素の働きを抑えて、糖質の消化・吸収速度を穏やかにする可能性が示唆されています。紅茶を食事の前に1杯飲む、あるいは食事中に飲む「ティーファースト習慣」が食後の高血糖対策やAGEs対策になるのではないかとされています。(参考：へるすあっぷ21 10月号)

◆今日からできることに挑戦してみませんか？

まずは自分の血糖状態を知るため、健診を受けることもお勧めです。興味のある方は保健センター保健師までお問い合わせください！

☆問合せ先☆ 町保健福祉センター内 健康増進係 ☎64-3319

11月～12月の行事&お知らせ

急遽変更になる場合がありますので予め確認願います。(17時以降は道立江差病院が当番医となります)

当番医	病院名(電話番号)	当番医	病院名(電話番号)
11月1日(日)	厚沢部町国保病院 (64-3036)	3日(火)	上ノ国診療所 (55-2017)
7日(土)	勤医協診療所 (52-1366)	8日(日)	道立江差病院 (52-0036)
14日(土)	乙部町国保病院 (62-2331)	15日(日)	勤医協診療所 (52-1366)
21日(土)	厚沢部町国保病院 (64-3036)	22日(日)	乙部町国保病院 (62-2331)
23日(月)	道立江差病院 (52-0036)	28日(土)	上ノ国診療所 (55-2017)
29日(日)	厚沢部町国保病院 (64-3036)		

11月の外来診療情報

厚沢部町国保病院 (64-3036)

受付時間 午前… 8時30分～11時30分
午後… 13時30分～15時00分

※診療日は予定であり、医師の出張などで変更する場合があります。事前に病院へご確認ください。
※眼科診療は事前に予約していない方も診療日当日の予約に余裕があれば、受診が可能な場合もありますので、お問い合わせください。

診療科	診療日
内科	月～金曜日 (祝祭日は休診)
外科	
眼科	4日(水) 午後も診療 17日(火) 18日(水) 午前のみ

北海道立江差病院 (52-0036)

受付時間 午前… 8時00分～11時30分(初診は9時00分～)
午後… 13時00分～14時30分

※予約受付時間(定期患者のみ)13時00分～16時00分
※診療日は予定であり、変更になる場合もあります。

膝をいたわって健康的な生活を～その3～

今回は、膝の痛みの中期の症状と治療方法です。

●中期の症状
正座や階段の昇り降りが困難である。

●治療方法
◆関節鏡手術
関節鏡で変性した半月板や軟骨、増え過ぎた滑膜や骨の棘(トゲ)を処理します。

◆高位脛骨骨切り術
すねの骨を切って、正常な膝の形に戻します。関節自体は変わらないため、正座が出来たりスポーツ・農業など仕事に復帰する方もいます。



開いて人工骨を入れ、金具で固定する

※日本理学療法士協会「理学療法ハンドブック」より
理学療法士 田口 明

診療科	診療日
総合診療科	午前 月～金曜日(午前11時迄の受付) 午後 月・火・金曜日(午前11時迄の受付)
整形外科(完全予約制)	午後 水・金曜日
循環器内科	午前 初診は月・火・木・金曜日(水曜日の再診は予約のみ) 午後 初診は月・金曜日(木曜日の再診は予約のみ)
消化器内科	午前 10.27日(午前11時迄の受付) 午後 10.12.27日(完全予約制)
呼吸器内科	午前 金曜日(午前11時迄の受付) 午後 木曜日
神経内科	午前 6.20日
総合診療科(外科)	午前 火～木曜日
外科	午前 9日(午前11時迄の受付)
小児科	午前 月～金曜日 午後 火と木曜日(午後3時～4時の受付)
泌尿器科	午前 月～金曜日 午後 月曜日
精神科	午前 月～金曜日(初診は完全予約制) 午後 月・火・水曜日(完全予約制)
産婦人科	午前 2.16.17日(午前11時迄の受付) 午後 16日
耳鼻咽喉科	午前 4.11.12.17.18.25.26日(午前11時迄の受付) 午後 11.25日
眼科	午前 5.26日(予約以外の初診受付11時迄) 午後 4.18.25日
皮膚科	午前 火曜日

【広報あさぶは町ホームページでカラー配信しています】

食生活改善協議会

今月の簡単レシピ

ひっぱりうどん

山形県の郷土料理のひとつ。「鍋からうどんを引き上げて食べる」「納豆のネバネバを混ぜる」などの表現から引っぱりうどん→「ひっぱりうどん」と言われているそうです。(4食分)

【材料】	【数量】	【作り方】
干しうどん	2把	①卓上コンロで鍋にお湯を沸かし、うどんをゆでます。
まいたけ	1房	②納豆とネギは刻み、めんつゆと合わせて納豆つゆにします。
●めんつゆ	800ml	③うどんをゆでながらまいたけも加えて火を通し、ゆで加減をみながらつゆに浸けて食します。
●納豆	2パック	
●長ネギ	1本	



食改からのコメント

舞茸のほが、千切り野菜をうどんと一緒に煮てもおいしく仕上がります。お好みでタレに薬味や海苔、七味を加えるのもおすすめです。

万が一の事態に備えるために

防災行政無線「戸別受信機」を設置しませんか？

令和8年4月より、防災行政無線「戸別受信機」の無償貸与を開始しました。緊急時はもちろんのこと、平常時においても町民の皆様の安全、安心を支える情報手段となりますので、設置のご検討をお願いします。



◆下記のような情報を音声で読み上げ、お知らせしてくれます！

緊急情報の例
・避難情報(大雨・洪水)
・地震情報
・国民保護情報(ミサイル等)

注意情報の例
・ヒグマの出没情報
・熱中症警戒情報
・食中毒注意情報

◆設置を希望の方・検討したい方は、
総務財政課 情報管理係(☎64-3311)までご連絡ください。
設置はご自宅までお伺いすることも可能です。

広報あっさぶ 巻末 4 コマ漫画 第 14 回

新しい道の駅

道の駅が新しくなったらいい



Wow! おらいも君のベンチだ!!



よし!!
おらも
目立つ置物
をつくろう!!



できた!!ブラジルの置物だ!!



厚沢部町交通死亡事故死 ゼロ記録簿

令和 8 年 10 月 20 日現在

連続 **2110** 日



ふるさと納税で厚沢部町を
応援してください!
(町特設HPは右記から)



運転免許更新新時講習

- ◎コミュニティプラザえさし
- ☆11月5日(木)
- ◆優良運転者講習
13時～13時30分
- ◆一般運転者講習
14時～15時
- ◆違反運転者講習
14時15分～16時15分
- ☆11月19日(木)
- ◆優良運転者講習
13時～13時30分
- ◆違反運転者講習
14時15分～16時15分
- ◆初回更新者講習
14時15分～16時15分

図書無償譲渡のお知らせ

- 図書館所蔵の古くなった書籍や利用数が少ない書籍を対象に無償譲渡を行います。
- 図書館内に譲渡コーナーを設置しますので、是非ご来館ください。
- 場所 厚沢部町図書館
- 期間 11月3日(火) 9時～11月29日(日) 17時
- その他 譲渡コーナーは当面の間、設置予定です。
- ★問合せ先
教育委員会(図書館)
☎64・3436

便利な電子申告・電子納税 お試しください

- 地方税ポータルシステム(ELIX エルタックス)にて、地方税(法人税や法人事業税など)の申告や納税をインターネットを利用し、行うことができます。
- ご自宅や職場から申告や納税の手続きが完了します。
- で、積極的な利用をお願いします。
- また、納付所に印刷されたQRコードを読み取ることでキャッシュレスで納税できます。※QRコードは株式会社ソーウェブの登録商標です。
- ★問合せ先
檜山振興局税務課
☎52・6472

不法投棄は 犯罪です!

見られていない・バレないから
という考えはやめましょう。

★★★南部桧山清掃センターからのお知らせ★★★
11月14日・28日(土)は休日のため当施設へのごみの搬入はできません。
ごみ収集カレンダーにも掲載しておりますので、ご確認ください。
【問い合わせ先: 南部桧山清掃センター (☎53-6301)】

相続・遺言セミナー

法テラスの弁護士から相続・遺言の基礎知識を、法務局職員から自筆証書遺言書保管制度について説明します。なお、当日、参加者の個別の相続登記に関する御相談をお受けすることはできません。

◆日時 11月13日(金)
14時から16時まで

場所

コミュニティプラザえさし
(エコー) 1階交流ホール

◆参加費 無料

予約

函館地方法務局江差支局に電話にて御予約願います。
(☎52・1048)

※参加人数につきましては、会場の都合により15名程度とさせていただきます。

★予約・問合せ先

函館地方法務局江差支局
☎52・1048

バス運転手合同就職相談会

道南地域公共交通活性化協議会と函館地区バス協会は、バス運転手の業務に興味・関心のある方や就職・転職を検討されている方を対象に、就職相談会を開催します。

バス会社8社が個別ブースを設け、採用条件や育成制度など各種相談を受け付けます。未経験の方や大型二種免許未取得の方もお気軽にご相談ください。

(相談無料・予約優先)

◆日時 11月14日(土)

8時30分～16時30分

場所

渡島総合振興局3階講堂

予約方法

11月12日(木)までに渡島総合振興局ホームページ(左記)の参加申込フォーム又は電話によりお申込ください。

★問合せ先

渡島総合振興局地域政策課
☎0138・47・9431

詳細はこちら



ほっかいどう希望大使 による講演会

「認知症であつても自分らしく暮らしていける」と題し、ほっかいどう希望大使 松本健太郎氏・支援者 大辻誠司氏による講演会を行います。

松本氏は48歳で若年性アルツハイマー型認知症と診断されました。

認知症になつても希望を持つて暮らしていけることに気づく、認知症への見方を変えるきっかけに、松本氏の言葉を聞きにぜひご来場ください。

◆日時 11月23日(月)

〇認知症であるご本人たちが集い交流する場 13時～

〇講演 13時30分～15時

会場

町民交流センターあゆみ

◆対象 どなたでも参加可

★申込・問合せ先

地域包括支援センター係
☎64・3319 または
hokatsutown.assabu.lg.jp
へ(代表者名・人数・連絡先・お住まいの町)を送信。

自衛官採用試験について

- 2等陸・海・空士(陸・海・空)
- ◆資格 18歳以上32歳までの男女
- ◆受付期間・試験 年中実施

□一般曹候補生(陸・海・空)

◆資格 18歳以上32歳までの男女

◆受付期間 11月20日(金)まで

◆試験期日(左記のうち1日)

◇1次試験 11月28日(土)～12月6日(日)

□高等工科学科(推薦)

◆資格

中卒(見込み) 17歳未満で成績優秀かつ学校長が推薦できる者

◆受付期間 11月27日(金)まで

◆試験期日

◇1次試験(左記のうち1日)

令和9年1月9日(土)～11日(月)

□高等工科学科(一般)

◆資格

中卒(見込み) 17歳未満

◆受付期間

令和9年1月14日(木)まで

◆試験期日

◇1次試験(左記のうち1日)
令和9年1月23日(土)～24日(日)

★問合せ先

自衛隊江差地域事務所
☎52・2476

役場総務財政課総務係
☎64・3311

北海道立江差高等看護学院
社会人入学試験(Ⅱ期)

◆出願期間(消印有効)

11月2日(月)～12月7日(月)

★問合せ先

北海道立江差高等看護学院
☎52・1417

詳細はこちら



北海道立函館高等技術専門学院
令和9年度 訓練生募集

◆出願期間(自己推薦選考)

11月2日(月)～20日(金)

◆出願期間(一般選考)

11月24日(火)～12月10日(木)

★問合せ先

北海道立函館高等技術専門学院
☎0138・47・1121

詳細はこちら



戸籍の窓

(10月19日届出分まで)

いつまでもおしあわせに！



村田 駿介 さん 赤沼町
森 のの子 さん 赤沼町

おたんじょうおめでとう！

新 町 宮嶋 風牙 くん 10/1
(謙次さん&美彩生さん)

おくやみもうしあげます

鶴	池辺	ヤナさん (94歳)	9/15
滝	野	藤木 達秋さん (81歳)	9/16
赤沼町	安田	新一さん (99歳)	9/19
館 町	工藤	優子さん (88歳)	9/21
新 町	尾山	智洋さん (78歳)	9/21
赤沼町	苴澤	利子さん (100歳)	9/24
新 町	田邊	智子さん (72歳)	10/4
美 和	福田東和子さん	(84歳)	10/5

町の人口

令和8年9月末現在

	世帯	男	女	人口	前月からの人口増減
下地区	1,023	885	975	1,860	(-11)
鶴地区	300	261	269	530	(+1)
館地区	403	338	362	700	(-7)
全 町	1,726	1,484	1,606	3,090	(-17)

※外国人住民を含む

厚沢部町ふるさと納税寄附状況

(10月20日届出分まで)

今月の寄附件数	264件
今月の寄附金額	3,761千円
令和8年度寄附件数累計	1,005件
令和8年度寄附金額合計	17,092千円
前年度寄附金額	22,098千円

道の駅あっさぶ物産館が リニューアル OPEN!



▲OPENと同時に、たくさんの方がいらっしゃいました！

とき
間
を
刻
む



▲おいしいも君のペンチだ〜



▲芋の塩煮等が来場者へ振舞われました！

▲大抽選会、やったー！当たったぞー！

OPEN後3連休は
イベント開催で
大いに賑わう



▲藤岡さん考案、大型遊具



▲京谷さん考案、あっさぶメークインジェラート

10月8日(木)、道の駅あっさぶ物産館がリニューアルOPENしました。
OPEN当日は、来賓の方々をお迎えし、テープカットをして、リニューアルをお祝いしました。
リニューアルに際し、厚沢部中学校の京谷藩さんが考案した「あっさぶメークインジェラート」が百姓屋にて、商品化されています。甘さの奥に、メークインの風味を感じ、厚沢部町らしいおいしいジェラートに仕上がりました。
また、道の駅近くの緑町公園には、道の駅の買い物ついでに遊べたらよいのではと藤岡百恵さんが考案した大型遊具が設置されました。
考案した2人は、「もつと厚沢部町が素敵な町になるように考案したことがこうして実現して、とても嬉しいし、町を誇らしく思う。実現に協力していただいた方々に感謝したい」と述べました。
OPEN後の3連休には、イベントが開かれ、3日間で約1万2千人の方が訪れ、大いに賑わいました。

部中学校の京谷藩さんが考案した「あっさぶメークインジェラート」が百姓屋にて、商品化されています。甘さの奥に、メークインの風味を感じ、厚沢部町らしいおいしいジェラートに仕上がりました。
また、道の駅近くの緑町公園には、道の駅の買い物ついでに遊べたらよいのではと藤岡百恵さんが考案した大型遊具が設置されました。
考案した2人は、「もつと厚沢部町が素敵な町になるように考案したことがこうして実現して、とても嬉しいし、町を誇らしく思う。実現に協力していただいた方々に感謝したい」と述べました。
OPEN後の3連休には、イベントが開かれ、3日間で約1万2千人の方が訪れ、大いに賑わいました。

あとがき

▼コロナに罹りました。家族との関西旅行で、もらってしまったと推測されるのですが、他の家族は罹らず、私だけ。症状は、初日こそ熱は出たものの、2日目以降は平熱で、少しのどが痛いかな？という程度。それでも感染力はあるというので、5日間自宅に休養しておりました。身体はそこそこ元気だったのに、世の中は動いているのに、私だけ止まっているような感覚に陥り、浦島太郎ってこんな感じだったのかな？なんて考えなくていいようなことを考えていました。約5年前に罹った時は、濃厚接触者も含まれて「社会から隔離」という雰囲気でしたが、いまは波も立たない感じ。穏やかな感染体験でした。皆様は罹らないよう、どうぞご自愛ください。

▼6頁で紹介しておりますが、おらゐも君と国立競技場で走る経験をさせていただきました。おらゐも君は見事な走り、(じゃがいも)だけども、(じゃがいも)チームのアンカーが、足を痛めてしまし、チームとしては最下位でしたが、負傷したアンカーにおらゐも君たちが駆け寄り、肩を貸してゴールする姿が、巨大スクリーンにしばらく映っていました。「負けて勝つ」とはこのことだと感じました。

▼道の駅物産館がリニューアルオープンしました。とれたて野菜や、お酒、スイーツ等、「新しい道の駅」を楽しみにぜひお越しください。(ピカチュウウロケット)

広報あっさぶ

令和8年11月号(第755号)

発行 厚沢部町政策推進課政策推進係
〒043-1113 檜山郡厚沢部町新町207番地
TEL 0139-64-3312 FAX 0139-67-2815

H P ◇ <https://www.town.assabu.lg.jp>
E-Mail ◇ info@town.assabu.lg.jp

