

子どもたちの笑顔があふれた
かけがえのないとき

特集

とんがりかん1周年記念イベント

EVEREST

June 2025

6

No.806

人のつながりから生まれる
笑顔のまちづくり

特集

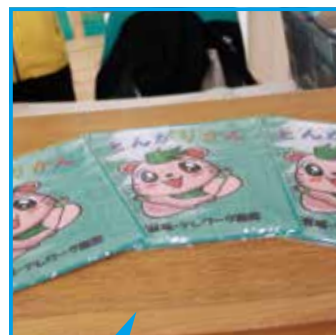
とんがりかん1周年記念イベント

子どもたちの笑顔があふれた

かけがえのないとき



遊びに来てくださった皆さんありがとうございました！



記念オリジナル
ミニタオル配ったよ！



モモチんがお菓子を
配ったよ！



フラワーアレンジメント
もらったよ！

屋内こども遊戯場・テレワーク施設「とんがりかん」が4月27日でリニューアルオープン1周年を迎えました！

令和6年度の来場者数は15,582人とたくさんの方々にお越しいただきました。

イベント当日は、町内外から216人がとんがりかんへ遊びにきてくれました。モモチんから来場者全員に「遠別旅情」「好きです遠別」を配布しました。また、先着で小学生以下の子どもたちにモモチんの絵柄がはいった「記念オリジナルミニタオル」をプレゼントしました。みんな笑顔で喜んでいました。

Comedokoro（コメドコロ）も出店し「たこめし」「モチコチキン」「ドーナツ」を販売しすぐに完売となり大盛況となりました。

モモチんは子どもたちと一緒に写真を撮ったり、ハイタッチしたり大人気でした。





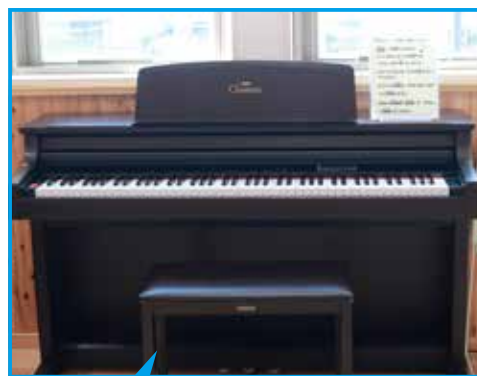
お友達と楽しそうに遊んでます！



ももちゃんとピーター



また来てね(^^)



渡部 一博さん (チーフマネージャー) インタビュー

Q1 年経過して感じたことを教えてください。

この1年を通して数多くの方々に来場をしていただき、またリピーターも増えつつ大変嬉しく思います。

Qイベントをやろうと思ったのはなぜですか？

とんがりかんをもっとたくさんの人に知ってもらいたいためです。

Q今後どのような遠別町になることを期待しますか？

飲食店等の拡大や道の駅周辺にさまざまな施設の拡大、町民の意見を取り入れた住みよい町です。

株式会社遠別急行運送さまから寄贈されたピアノ



山菜まつり

第37回 富士見ヶ丘公園開き

遠別町観光大使
人気お笑いコンビ
”しろっぷ”登場!

ひろしさん



じゅんぺいさん



第37回「山菜まつり」が5月18日に開催されました。当日はあいにくの天候で会場をマナピィに移しての開催となりましたが、町内外から多くの方々のご来場し、目玉の”行者ニンニク入りジンギスカン”や山菜の試食コーナーには長蛇の列が並び、美味しい山菜が無料で提供されました。イベントではパレットコンボの皆さんによるダブルダッチのステージや”島あきの”さんの歌謡ショー、恒例となった山菜重さ当てチャレンジなどが行われ、司会のしろっぷお二方による軽快なトークも相まって会場は大いに盛り上がりました。スタッフには遠別農業高校の生徒がボランティアで参加し大活躍。最後にはるもい農業協同組合提供の餅まきが行われ祭りが締めくくられました。

出店ブース





山菜ゲーム大会



遠別農業高校



島あきのさん
歌謡ショー



Palette Combo～パレットコンボ～



餅まき



濱下さん
(3年)



石館さん
(3年)



村井さん
(3年)



高橋さん
(2年)



農生会参加者

「農生会」とは、「生徒会」と全国の農業高校にある「農業クラブ」が融合した組織です。

齋藤さん
(3年)



吉田さん
(3年)



5月12日に遠別農業高等学校で國部町長と遠農生6人（農生会からの参加者）とのタウンミーティングが行われました。

生徒たちが普段考えていることや地域社会に対する期待を直接町長に伝えることにより、若者の視点を町政に反映させることなどを目的に行われ、参加された生徒は町外からの入学者で、農業高校を志望した理由や町に対する意見を話したりと、充実した時間を過ごしました。

◆國部町長と濱下さんのやりとりを一部ご紹介します。

(國部町長)

何かこんな事があればなど、約束はできないけれど、もしかしたらそれがまちづくりに反映する可能性があるのので、ご意見をどうぞ。

(濱下さん)

僕は温泉が好きで、旭温泉とかたまに行きます。

自分で行くとなると旭温泉から出るバスに乗っていかねければならないんですけど、本数っていうのがあまり把握できていなくて、その本数を時刻表とかに書かれていたりとか、簡単ではないと思うんですけど、増やしてくれると、自分もバスに乗って行きやすくなります。

(國部町長)

皆さんスマホを持っています？スマホで見れないの？時刻表は。

(佐藤まちづくり推進課長)

テレビ電話では設置しているんですけど、確かに分かりづらいかもしれませんね。3便あるんですけど。

(國部町長)

これはいい話を聞きましたよ！後ろにいる佐藤課長はその担当なのでもしかしたら来週にでもできているかもしれない！これが実現したら本当に、濱下さんが「まちの一部を変えた」ことになるからね！

作業はそんなに難しい話では無いと思うから、すぐやろう！

2日後に「町のホームページ」やテレビ電話の「くらしの便利帳」でバス時刻表や乗降場所図が確認できるようになりました。

◆町の対応を知った濱下さんの感想

(濱下さん)

ありがとうございます。
時刻表で時間もわかるようになったので、休みの日に旭温泉へ足を運んでみたいと思います。



日に日に暖かくなって、花を咲かせる植物の種類も増えてきました。これで少し安心出来るようになりました。花が色々と咲くという事は、蜜源農園も花が咲き始めるという事です。

蜜源農園を始めて3年目。今年はどんな感じでしょうか？去年まで夏から雑草に負けました。

今年の出だしは、まずまず。悪くないみたいです。

蜜源農園3年目の様子の巻

3年目を迎えた蜜源農園は、雪が解けてすぐに、緑色のモコモコした小山が出来始めました。これは前に住んでいた、千歳の庭から持ってきたプルモナリア、ドワーフコンフリー、昨年種から育てて植え付けた、レモンバームなど、寒さに強い宿根草です。クロッカスなどの、早くから咲く球根花がないので、このプルモナリアが最初に咲いた花でした。

紫色やピンク色の小花が可愛らしく、葉っぱに水玉の斑が入るタイプです。その次にドワーフコンフリーが開花。蕾は真っ赤なのに、開花すると水色の花になる不思議な花。

千歳から運んできた時は、長時間の移動で傷んでしまい、茎が10センチくらいしか残らなかったで、「これは根付かないかもしれない。」と半分諦めながら植えました。

その気持ちを大きく裏切って、次の年にはかなりの大株に育ちます。今では、10株まで大增殖しています。よっぽど土との相性が良かったのだと思います。

レモンバームは、もう少しの間葉っぱだけでモコモコ茂って、夏頃に花を咲かせてくれそうです。

2年目のアスパラガスが、グングン伸びて、茎も太くなってきました。アスパラガスは食用になれば嬉しいけれど、まずは花を咲かせるのが目的です。

目立たない色ですが、たくさん花を咲かせます。とにかく多くの種類の花を咲かせる。

蜜がたくさん出るもの、少ししか出ないもの、花粉の方が有用なもの、色々です。たくさんの種類を植える事で、今年はこの花は良くなかった。でも、あの花はたくさん咲いてくれたから、なんとかバランスはとれたな。と、なるようにするためです。

農園は、除草剤を撒かないので、雑草は生え放題になります。最初の年は、あっという間に雑草に飲み込まれてしまいました。2年目も、盛夏の頃には収拾がつかなくなるほど雑草に囲まれてしまいます。今年は、今までと生えてくる種類が変わってきたようです。たんぽぽが増えました。雑草も根っこごと引き抜かず、なるべく根は残して、枯れてしまった後に、水の通り道になるように、土をおこさない方法で育てています。はじめは、とにかく除草剤を使用しないって、こんなに大変なんだ！と焦りましたが、生える雑草も変わってきたので、何とか一人でやっていけそうだな。と希望の光が見えてきた今日この頃です。



←プルモナリアの開花。春早くから、次々と花が咲き、色も変化するので見ていると楽しいです。



←今年爆発的に増えたたんぽぽ。なぜかムスカリが一本だけ、生えていました。

「知ってる？みつばち豆知識」

花の蜜は、最初は55～80%の水分量ですが、蜜蜂のブラシのような吻（ふん…口（くち）の部分）で、花の蜜を広げたり、吸い込んだりを繰り返す事で水分は35～40%になります。

それをハニカムの中に薄く貯めて、働き蜂の扇風作業で水分をさらに蒸発させる事、1～3日で20%くらいの水分量に仕上げます。

完成されたはちみつが、空気中の湿気などを吸って薄まらないように、巣の材料であるミツロウで蓋をかけて保存性を高めています。蓋がかかったはちみつは、蜜蜂の太鼓判を押されたものです。





4/28 漁業協同組合女性部による清掃活動



漁業協同組合女性部の皆さんが、漁港周辺の清掃活動を実施されました。約 50 人が参加し、漁港周辺の美化に努めていただきました。誠に感謝申し上げます。

5/8 地域貢献感謝状を授与



4 月 21 日に道路清掃を行っていただきましたので、國部町長から後藤美喜さん（遠別商工会工業・建設業部会長）へ感謝状が授与されました。

5/10 町内クリーン作戦



市街地一円と海水浴場周辺のクリーン作戦が実施されました。約 240 人の町民の方々が参加し、市街地の美化に努めていただきました。誠に感謝申し上げます。

5/14 文化協会表彰式



「音楽友の会」の会長であった故・安齋裕幸さんへ文化協会役員として永きにわたり文化活動の普及等に貢献された功績を称え、長男である安齋裕希さんへ宇野治さん（文化協会会長）から賞状が伝達されました。

5/15～16 農業高校羊の毛刈り授業



先生から「生徒も羊も安全第一」とお話しがあり、バリカンの使い方などの説明を受けてから、羊の毛刈りが実施されました。生徒たち同士で声掛けをしながら、一生懸命に取り組んでいました。

5/19 「日本最北の水田」田植えの取材



日本水稲北限地で田植えをしている門間了さん（清川 2）の取材をしました。風は強かったですが晴天に恵まれ、最北の地の田植えが終了しました。

5/19 GPS自動操舵システムを搭載した田植機の取材



近年スマート農業で注目度の高まる「自動操舵」で田植えをしている有限会社緑進で取材をしました。田植機はクボタの「NAVIWEL スペシャルクラス」で直進作業時に自動でハンドルを制御し、まっすぐ作業ができていました。

5/26 こぐまクラブ交通安全教室



幼児センターきらりにて、交通安全教室が行われました。遠別駐在所の所長から「道路で遊ばないようにしてくださいね」とお話しがあり、その後、パトカーに乗ってみたいり、園内で交通安全の DVD を鑑賞して、交通安全の大切さを再認識しました。



「町へひとこと」意見箱から

意見

遠別町にもドッグランを作って欲しいです。町外でも道の駅にドッグランが設備されているところをよく見かけます。犬連れの観光客でも休憩時に寄りやすいのかな。と思います。私も犬を飼っており、広い場所で散歩したい為、ビーチまでよく行きます。地方から来てる犬連れの観光客の方も散歩させてる方、数名と出会ったことがあります。

しかし、ビーチにはウォーキングしてる方もいて、犬嫌いな方もいます。以前、犬を散歩していると、犬が吠えてしまいその方が私のとこまで近づいてきて、犬を蹴られそうになった事があります。それを機に、ビーチの方まで犬を連れて散歩に行くのが怖くなりました。(時間をずらしても必ずいます。)なので、気にせず犬を散歩させてあげられるような場所。ドッグランを作ってほしい、検討して頂けないでしょうか。あと排泄物を拾わない飼い主さんをよく見かけます。注意喚起をお願いします。

回答

平素より本町行政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

このたびお寄せいただきました「ドッグランを設置してほしい」とのご意見につきましては、ペットとの共生や地域コミュニティの充実を図る観点からも有意義なものと認識しております。

本町といたしましては、町内外から訪れる観光客の皆さまのニーズにも配慮し、今年度中に道の駅周辺において試験的にドッグランを設置する方向で準備を進めております。

なお、設置にあたっては、安全性の確保、利用ルールの整備、維持管理体制の構築、近隣への影響など、検討すべき課題も多くあることから、関係部署と連携しながら慎重に協議を進めてまいります。

今後とも、地域住民の皆さまおよび来訪者の双方にとって快適で魅力ある環境づくりに努めてまいりますので、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



ウイエペット俳句会



【兼題俳句】

端午の日夫の主役の手巻寿司

家入 麗子

残業の父の帰りを待つ端午

加藤 数子

年ごとに少なくなりし鯉幟

国谷ミツエ

男の子生まれ端午の準備あれこれと

別段 典代

【当季雑詠】

コーヒーの苔み程よき花の雨

家入 麗子

メーデーやゆるり入浴すませけり

加藤 数子

お向かひの路地の桜は今盛り

国谷ミツエ

薫風の悪戯裾をひるがへす

別段 典代

心に効く生活習慣のススメ

新年度のバタバタした時期が過ぎ、「やる気が出ない」「気分が落ち込む」など、心の不調を感じている人も多いのではないのでしょうか。もしかしたら「セロトニン不足」かも!?

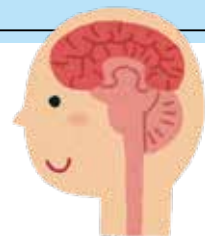
「幸せ」をもたらす神経伝達物質「セロトニン」

私たちが「喜び、悲しみ、怒り、不安、恐怖」などの感情を抱くのは、脳内で神経伝達物質といわれるものが分泌されるから。

中でも、「幸せ」に関係する神経伝達物質は、俗に「幸せホルモン」と呼ばれており、その代表格が「セロトニン」です。

現代人は、セロトニンが低下傾向にあると言われています。

セロトニンがしっかり分泌されていると、1日元気に過ごせて、身体も心も安定した状態になりますが、セロトニンが不足すると、以下のような症状があらわれます。



セロトニンの役割

脳を覚醒
集中力があがる
気持ちが安定する
睡眠の質を高める
食欲をコントロールする

セロトニンが不足すると…

ボーっとする
注意力が散漫
些細なことで不安・イライラ
寝つきが悪い、眠りが浅い
食欲がない または 食べ過ぎる



「セロトニン」を増やす生活習慣 3選!

セロトニンは、生活習慣が強く関係しています。セロトニンを増やす「心に効く生活習慣」で、心の元気を取り戻しましょう!

朝日を浴びてセロトニンを増やす

強烈な光を浴びると、目の奥の網膜が刺激され、セロトニンが分泌されます。**強烈な光**と言えば、「太陽光」。

屋外に出て日光を直接浴びることが一番効果的ですが、窓越しの日光浴でも十分です。

朝日を浴びることは、夜の睡眠の質の向上にも繋がります。

人間の身体は、朝の光を目に入れてから約 15 時間後に、睡眠を促すホルモンの分泌がスタートするようにできているからです。



【蛍光灯じゃだめなの?】

セロトニンの分泌には、2,500~3,000ルクスほどの強さの光が必要ですが、一般的な家庭用の蛍光灯は、たったの500ルクスほど。

室内の灯りだけでは、光が弱く、セロトニンが分泌されにくいのです。

一方、太陽の光は、曇りの日で1万ルクス、雨の日でも5,000ルクス! 曇りの日も雨の日も、起床後はカーテンをあけて、朝日を浴びましょう!



食事でセロトニンを増やす

セロトニンを増やすには、「トリプトファン」「ビタミン B6」「炭水化物」の3つが重要です。

トリプトファン	ビタミン B6	炭水化物
セロトニンの材料。体内で合成されないため、毎日意識して、積極的に食品から摂る必要があります。	トリプトファンをセロトニンに変換する働き。 トリプトファンと一緒に摂りましょう。	トリプトファンの吸収をスムーズにする働き。 トリプトファンと一緒に摂りましょう。
大豆製品、乳製品、バナナ、肉・魚類 など 	マグロ・鶏ささみ・にんにく など 	米・イモ類・ライ麦パン など 

栄養素の働きからわかるように「これだけ摂れば良い」という食品はありません。

言い換えると、1日3食、「主食・主菜・副菜」を揃えて食事していれば、セロトニンは作られる…ということです。

逆に、炭水化物抜きなど偏ったダイエットや朝食抜きの生活は、セロトニン不足を招きます。イライラしやすく、ドカ食いしてかえって太ってしまうなどということに陥りやすいです。

リズム運動でセロトニンを増やす



リズム運動とは、一定のリズムを重視した運動のこと。一定のリズムを意識しながら集中して行えるのであれば、どんな動きでもOK！

ウォーキングやジョギング、ダンスの他、呼吸や咀嚼（噛むこと）も、リズム運動のひとつです。

ゆったりと深呼吸を繰り返したり、ガムを噛んだり、体力に自信のない方でも気軽に取り組むことができます。

運動し始めてから、5分後にはセロトニン分泌が高まることがわかっています。まずは、5分から取り組んでみませんか？

「セロトニン」を増やして心を健康に！

セロトニンを増やすためには、「朝の過ごし方」がとても重要です。

朝日を浴びて、朝食をとり、軽く運動すると、セロトニンが効率よく分泌され、身体・心のコンディションが良くなります。

「幸せ」を感じながら、気分良く毎日を過ごすために、できることから実践してみてください。



【健康に関するご相談は、福祉課保健指導係へ】 電話 7-2125



海上保安庁では、令和8年4月採用の職員（海上保安学校学生）を募集します。

●受付期間

インターネット…7月11日（金）

7月24日（木）

●試験日程

第一次試験…9月28日（日）

●受験資格

令和7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12年を経過していない者及び令和8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



●お問い合わせ先

詳細については、稚内海上保安部管理課（Tel 0162-22-0118）まで問い合わせください。

ねんきんのお知らせ

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた

方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなりります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

◎一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。

◎「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらかを優先して納めるか本人が選択できます。

※追納のお申込みを希望される方、またはご相談については、お近くの年金事務所へお願いします。

●お問い合わせ先

稚内年金事務所
Tel 0162-33-7011

警察署から

詐欺の電話は海外から!?

国際電話番号（＋1や＋44などから始まる番号）を悪用した特殊詐欺被害が増えています。

外国からの電話は、必要な申込みをすれば停止することができます。普段、外国と電話する用がない方は、詐欺を防ぐため、お申し込みを

消防支署から

ごみ焼き行為は法律で禁止されています！

- ・家庭ごみの焼却にあつては、処理基準を満たした焼却設備を用いて焼却することとされており、ドラム缶や簡易焼却炉で燃やしてはいけません。また「野焼き」も禁止されており、直接罰の対象となっています。
- ・廃棄物の焼却禁止違反：5年以上の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、又はこの併科。さらには法人等に対して3億円以下の罰則
- ・風俗習慣、宗教上必要な焼却、農林水産業を営むために必要な焼却等、法律で別に定められた焼却については罰則の適用から除外されます。



※火災とまぎらわしい煙又は火災を発するおそれのある行為の届出書は役場へ行かず、直接消防署で届出書を記載して下さい。



遠別消防署ホームページ

<http://www.town.embetsu.hokkaido.jp/shobo/>



検討してください。
以下の番号におかけの上、お申し込みください。

国際電話不取扱受付センター

Tel 0120-210-364

ご不明点や手続きが難しいと感じられるかたは駐在所までご連絡ください。

Tel 7-2110

2025

EMBETSU CALENDAR



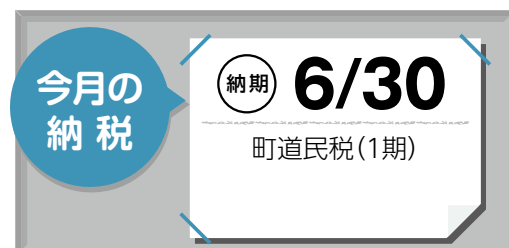
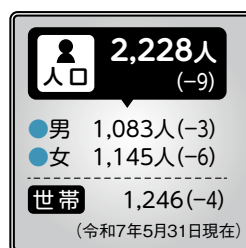
6月

15 (日)	・花菜夢（道の駅「えんべつ富士見」 10：30～） ・マナピィ・21 図書室休館
16 (月)	・マナピィ・21 図書室休館
17 (火)	・B&G 海洋センターオープン（予定）
18 (水)	
19 (木)	・地域支えあいサロン（なごみ 13：30～）
20 (金)	・診療所外科診療日（出張医）
21 (土)	・きらり運動会 ・遠別聖徳太子大祭宵宮祭（正法寺 17：30～） ・道の駅「えんべつ富士見」キッチンカー 6 台集結
22 (日)	・遠別聖徳太子大祭本祭（正法寺 9：00～） ・道の駅「えんべつ富士見」キッチンカー 6 台集結 ・花菜夢（道の駅「えんべつ富士見」 10：30～） ・マナピィ・21 図書室休館
23 (月)	・マナピィ・21 図書室休館
24 (火)	
25 (水)	
26 (木)	・生活・法律・仕事相談会（遠別町ふれあいステーション） ① 13：30～14：20 ② 14：30～15：20
27 (金)	
28 (土)	
29 (日)	・花菜夢（道の駅「えんべつ富士見」 10：30～） ・マナピィ・21 図書室休館
30 (月)	・マナピィ・21 図書室休館

7月

1 (火)	
2 (水)	・ほかほか交流会（旭温泉） ・乳がん検診（マナピィ・21）
3 (木)	・乳がん検診（マナピィ・21）
4 (金)	
5 (土)	・子どもチャレンジ教室（B&G 海洋センター 10：00～）
6 (日)	・花菜夢（道の駅「えんべつ富士見」 10：30～） ・マナピィ・21 図書室休館
7 (月)	・マナピィ・21 図書室休館
8 (火)	・自動車運転免許更新時講習（天塩町） 10：00～初回 13：00～優良 13：45～一般 15：00～違反 ・ひよこタイム（子育て支援センター 10：00～）
9 (水)	・診療所小児科診療日（旭川医大出張医） ・乳幼児健診 （遠別町国民健康保険診療所 診察開始 10：30～）
10 (木)	・生活・法律・仕事相談会（遠別町ふれあいステーション） ① 13：30～14：20 ② 14：30～15：20
11 (金)	
12 (土)	・海水浴場オープン
13 (日)	・花菜夢（道の駅「えんべつ富士見」 10：30～） ・マナピィ・21 図書室休館
14 (月)	・遠別神社例大祭宵宮 ・マナピィ・21 図書室休館
15 (火)	・遠別神社例大祭本祭

※ 上記の内容は変更になる場合がありますので、あらかじめ各自で確認してください。



ひつものへいき

▽おたんじょう

田辺 笑菜（えな）ちゃん

父 翔太さん（5 区）

母 美幸さん



▽おくやみ

谷口 秀昭さん（84）（3 区）

高橋 貞雄さん（81）（3 区）

安井 三代子さん（77）（4 区）

井原 久雄さん（78）（緑 町）

社会福祉協議会愛情銀行

稗田 一栄さん（5 区）

朔基さんの進学祝返しを廃止して

谷口千恵子さん（3 区）

高橋なみ子さん（3 区）

安井 宏幸さん（4 区）

三子さんの死去に際し

井原美智子さん（緑 町）

久雄さんの死去に際し

特別養護老人ホーム友愛苑 住民説明会を開催しました

5月15日(木)に國部町長・社会福祉法人ふくろう会(新冠町)村上理事長が出席し、特別養護老人ホーム友愛苑 住民説明会を開催しました。

説明会では、國部町長が「友愛苑の存続問題は、町民の大きな関心事であり、第一に解決しなければならない問題であると認識し、活動してきました」と、これまでの思いに触れたうえで、現在運営している社会福祉法人「湯らん福祉会」から新しい事業所となる社会福祉法人「ふくろう会」へと移行される計画であり、事業者間での基本合意が締結されたことを報告しました。さらに、國部町長は「遠別町としても必要な支援を行いながら、高齢者福祉の充実に取り組んでいきたい」との考えを説明しました。

ふくろう会は、現在稼働中の多床室50床、ショートステイ6床、デイサービスセンター18名の定員を引き継ぐ予定で、入居されている方はそのまま入居を続けていただき、職員の方にも就労を維持していただき、8月1日の運営開始を目指し、着々と準備を進めております。



5/13 遠中カフェ開催



中学校の生徒の「第3の居場所」を提供することを目的として「特定非営利活動法人ウェルアナザーデザイン」が運営し開催されました。生徒たちはココアやお菓子を食べながらお友達と一緒に勉強したりお話しをして楽しんでいました。

今月号の注目情報 PickUp

5/28 ぽかぽか交流会開催



社会福祉協議会が開催した交流会に13人が参加され、寄木細工で一輪挿しを作ったり、レクサポ・マツハシの松橋秀和さんによるレクやゲームをして身体を動かしながら笑顔で楽しそうに交流をしていました。

遠別町ホームページ

遠別町

検索

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



遠別町公式 X (旧Twitter)



町長公式 Instagram



Instagram 「旅するえんべつ」



皆様のご意見・ご感想を
お待ちしております。



TEL (01632) 9 - 7772
FAX (01632) 7 - 3695



E-mail: kouhou@town.embetsu.hokkaido.jp
町へひとことご意見箱もご利用ください。