

聞かせてください、
あなたの気持ち。

心が壊れた。なんだか生きづらい。
ひとりで悩まず伝えてほしい。



あなたの不安や悩みを相談できます。

電話相談



来所相談



SNS相談



稚内保健所 ところの健康相談



▼▼ 詳細はこちら ▼▼



3月は自殺対策強化月間です。

お問い合わせ先: 稚内保健所健康推進課健康支援係 電話:0162-33-3703(直通)

■こんにちは。先月サボってしまった裏窓です。2月28日は解散から史上最短での決戦となった衆議院議員総選挙やミラン・コルティナ2026冬季オリンピックが開催されるなど濃密な1か月でした。

■時差の関係もあり、あまりオリンピックの中継を見ることはありませんでした。朝起きてテレビの電源をつけたら、朝起きてテレビの電源のニュースが流れていました。個人的には、高木美帆選手と現地での菜那さん、フィギュアスケートのペア、くりゆうペアの活躍が印象的でした。

■さて、3月です。卒業シーズンかなにかと慌ただしくピリピリしながら年度末ですが、春の陽気に包まれぬが温かい気持ちで過ごしたいものです。

ほろのべの裏窓

一月定例俳句会作品 幌延ほおずき俳句会

寒の水隼より始め計立てる	熊谷千恵子
身に纏う祖母の角巻き寒の入り	田中 順子
起きぬけの虫歯にしみる寒の水	小川 遼太郎
寒の水ややに浴びせる奇祭なり	富樫とも子



人口

男	1,054 (-10)
女	946 (-3)
合計	2,000 (-13)

まちのうごき

世帯数 1,168 世帯(-11)

令和8年1月末日現在 ※()内は前月比



広報ほろのべの窓 3月号

令和8年3月 発行/幌延町

広報へのご意見、ご要望をお寄せください
総務企画課 企画振興係
電話 5-1114 / 告知端末機 5-8814

■企画・編集/総務企画課 企画振興係 ■印刷/株式会社須田製版
■幌延町ホームページアドレス/ https://www.town.horonobe.lg.jp