

海・山・川・大平原がおりなす 感動の大地・標津町 しべつ

広報 **しべつ** 8

2014 (平成26年) Vol.570



プロ選手ってやっぱりすごいね！

コンサドーレ札幌の選手がサッカー&食育教室

JAグループ北海道と㈱北海道フットボールクラブでは、コンサドーレ札幌の選手を「みんなのよい食JA親善大使」として全道各地へ派遣し、イベントを通じて子どもたちに“食”と“農”への理解を深めてもらうための活動を展開しています。

6月22日、GK金山隼樹選手（写真中央）、FW都倉賢選手（写真右）、大野貴史ジュニアサッカースクールコーチの3人が本町を訪れ、町営スケートリンク中芝で「サッカー教室」と「よい食お弁当教室」を開催。ドリブルなどの基礎トレーニング、シュート、ゲーム形式での練習を約1時間半にわたって行った後、JAしべつ青年部による配合飼料計量リレーを2チームに分かれて競い、お昼は持ち寄ったお弁当でみんな一緒にランチ。

参加した25人の子どもたちは、間近で見るプロ選手の技に目を輝かせていました。

農地に関することは、私たちにご相談ください

公選8人(現職5人、新人3人)・推薦2人

10人の新しい農業委員会委員が決定

任期満了に伴う標準町農業委員会委員選挙は7月1日告示され、選挙で選出される定数9人に対して立候補者数が8人だったことから、無投票当選となりました。

今回の改選では、選挙による選出委員8人、町議会推薦委員1人、農業協同組合推薦委員1人の計10人構成となり、7月20日から新体制がスタートしています。

農業委員会は、市町村に設置が義務付けられている行政機関で、農地の

任期 平成26年7月20日～
平成29年7月19日【3年間】



売買や貸借、転用など権利移動の申請に対する審査及び許可、地域における賃貸借料の情報提供、農地の利用関係をめぐる紛争などの和解の仲介、農業者年金制度の普及などが主な仕事となっています。

そのため、農業委員会委員は農業者の立場に立つ地域の代表者として、農地の権利調整や農業経営の合理化・安定化などの農業振興、農地や農業に関わるさまざまな問題への対応など、広範にわたって重要な役割を担っています。

※50音順、敬称略



大石 正一
公選(54歳)

茶志骨



蔭山 隆夫
公選(55歳)

川北



大山大登
公選(55歳)

茶志骨



大西 輝男
農協推薦(62歳)

茶志骨



田中 陽一
公選(56歳)

北標津



田中 重信
公選(57歳)

北標津



佐藤 明彦
公選(58歳)

川北



渡部 英徳
議会推薦(38歳)

伊茶仁



吉田 浩一
公選(60歳)

古多糠



中條 啓一
公選(61歳)

古多糠

「人口減少時代に挑戦する政策パッケージ」の進捗状況

町では、まちづくりの基本計画「ふるさと新生プラン・ステップⅡ」の充実・強化を図り政策投入をより効果的に行うため、ライフサイクルを支える政策をひとまとめ（パッケージ）にして町民の皆さまへサービスを提供しています。

7月号に引き続き、数値でお示しできる事業の進捗状況をお知らせします。

人口減少時代に挑戦する政策パッケージ（20事業）

1. 子宝・子育ての政策

- ① 出産祝い金の給付
- ② 標津こども園の開設
- ③ 幼稚園使用料の無料化
- ④ 通学合宿の地区拡大
- ⑤ 中学生までの医療費助成

2. 高校・定住・暮らし・協働の政策

- ⑥ 標津高校存置対策の継続
- ⑦ 住宅取得支援
- ⑧ 住宅リフォーム支援
- ⑨ ごみの祝日収集実施
- ⑩ 地域との連携強化

3. 健康・福祉・防災の政策

- ⑪ 介護福祉関係施設の建設
- ⑫ 高齢者等の除雪支援充実
- ⑬ 尿試験紙の全戸配布
- ⑭ 避難道路・防雪柵の整備
- ⑮ 新・地域防災計画の実践

4. 農業・水産業・起業・環境の政策

- ⑯ 新しい農業経営者づくり
- ⑰ 標津ブランドづくり
- ⑱ 標津川の環境保全など
- ⑲ 起業支援補助の拡充
- ⑳ 再生可能エネルギーの活用など

ライフサイクル	事業番号	事業名	6月末までの進捗状況
1. 子宝・子育ての政策	①	出産祝い金の支給(1月開始)	10件、115万円の支給
	③	幼稚園使用料の無料化	現在、対象園児57人
	⑤	中学生までの医療費助成	対象者701人に受給者証の交付 医療費助成実績は、 ①現金給付（4～6月診療分） ・17件、51,328円 ②現物給付（4月診療分のみ） ・467件、867,368円 ※現物給付とは、受診の際に受給者証を提示することにより、助成額を差し引いた金額のみ負担いただく仕組みのものです ※現物給付の5月分以降は今後請求となります
2. 高校・定住・暮らし・協働の政策	⑥	標津高校存置対策の継続	通学費の助成 ～延べ225人、328,725円 恵盟寮利用者助成～延べ51人、241,400円
	⑦	住宅取得支援	6件、1,300万円の補助金交付決定
	⑧	住宅リフォーム支援	12件、335万円の補助金交付決定
	⑨	ごみの祝日収集実施	祝日収集実施中
3. 健康・福祉・防災の政策	⑬	尿試験紙の全戸配布	4月末に全世帯2,200戸へ配布
4. 農業・水産業・起業・環境の政策	⑲	起業支援補助の拡充	1件、200万円の補助金交付決定

問合せ先 企画政策課 ☎82-2131 (内線113、114)



病棟詰所で画像システムを確認する星野教授（中央）

久留米大学医学部内科学講座 星野主任教授が来町

標津病院は、久留米大学医学部の卒前ならびに卒業教育のための「教育関連診療科」として認定を受けております。その診療環境などの現状視察のため、6月19日、内科学講座主任教授・星野友昭氏が来町されました。

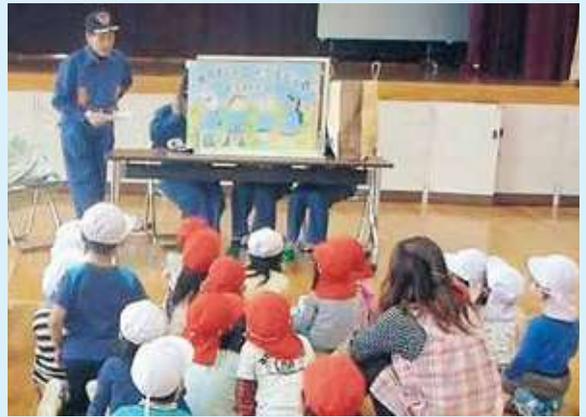
星野主任教授は、標津病院で入院患者の回診や患者の病状に関する医師とのカンファレンス（学術的な会議や研究会）を行い、その後、金澤町長や田中町議会議長と懇談。地域医療における本町の役割や自治体病院としての使命など、これまでの標津病院の取り組みを高く評価していただき、今後も継続的な医師派遣に對し深く理解いただきました。

女性消防団員が園児に防火紙芝居を披露

標津消防団の女性消防団員4人が、6月20日に川北幼稚園と双葉保育園で、オリジナル紙芝居「ふたごのポップとボーボー」の読み聞かせを行いました。

この紙芝居は、子どもたちに火の用心の大切さを伝え、防火意識を育もうと、女性消防団員が水彩絵の具を使って自作したもの。

双子の兄弟に火の妖精が乗り移り、正しく火を使うポップと火を大きくして火事にしようとするボーボーがやりとりをするというストーリーから、子どもたちは火の正しい取り扱い方や、火遊びなどで火事になってしまった時の火の怖さを学びました。



紙芝居で火の用心の大切さを伝える



縄文の狩人気分が味わえる弓矢体験

縄文まつりでポー川史跡自然公園の魅力を発信!

本年度4回目となる「しべつ縄文まつり」が、6月22日にポー川史跡自然公園で開催されました。

会場では縄文人が丸木舟で往来したポー川でのカヌー体験や、旧標津線の線路跡を歩くフットパスツアー、公園内に設置されたたほこらを巡って、暗号を解読していく冒険ゲーム「うばわれた縄文の秘宝!」、企画展「園内の薬草と食べられる植物」と連携して、薬膳アドバイザーの松下和江さんを講師に行われた「漢方でみる園内みちくさウォーク」など同公園の魅力を満喫できる催しが行われ、会場は多くの来場者でにぎわいました。

アイヌ文化伝統儀式で先祖供養

標津アイヌ協会（小川悠治会長）による「第6回標津イチャルパ」が、阿寒アイヌ協会の協力を得て、6月22日、ポー川史跡自然公園内の伊茶仁カリカリウス遺跡住居跡で行われ、クナシリ・メナシの戦いで蜂起し処刑された標津地区のアイヌ23人と、この地に数々の遺跡を残した先祖の霊を慰めました。

儀式には、町内のほか、全道各地から関係者が参集。多くの観衆が見守る中、火と自然の神々への祈り、祭壇にイナウ（木幣）を捧げて先祖供養と順を追って敵かに執り行われ、最後は阿寒アイヌ民族文化保存会の女性や子どもたちによるウポポ（歌）とリムセ（踊り）で奉納舞踊を披露し終了しました。



お酒を品定めする儀式「シントコサンケ」



笑顔でスゴ技を連発

ドラマーの神保彰さんが標津で初公演

標津ジャズライブ実行委員会(菊池勝祀実行委員長)主催の「神保彰ワンマンオーケストラ2014」が、6月22日、生涯学習センターあすばるで開催され、町内外から120人が来場しました。

神保さんは、1980年にフュージョン・バンドのカシオペアでプロデビュー。近年では、楽曲のメロディ、ハーモニー、パーカッションなど全てを独りで同時にこなす多重演奏のソロパフォーマンスが国内外で注目を集めており、この日も映画音楽やクラシック、ロックなど幅広いジャンルのナンバーを披露。

音楽仲間から“十手観音”と呼ばれる神保さんのドラムテクニックに、集まった観客は魅了されました。

緑の募金へのご協力ありがとうございました

「緑の募金」は、身近な地域や国内外のさまざまな「森づくり・人づくり」に生かされており、町では4月15日から5月31日まで募金運動を実施しました。

実施期間中、標津中学校では生徒会による募金活動を行い、6月23日、活動の中心となった同生徒会役員3人が集めた募金の引き渡しに役場を訪れました。

町内全体では、小中高等学校をはじめ、各事業所など28箇所に募金箱を設置し、町民皆さまのご理解とご協力のもと、21,384円が集まりました。

募金は全額公益社団法人北海道森と緑の会に送金し、豊かな森林を守り育て、将来の世代に引き継ぐための緑化活動に役立てられます。



(左から) 吉田さん、中村さん、今さんが役場を訪問



真剣なまなざしで慎重に作業

おいもさん、大きくなあれ 園児が町民農園で食育体験

開園7年目を迎えた「ふれあい農園」で、6月27日、標津幼稚園と双葉保育園合同の「いも植え体験」が行われ、園児や関係者ら約60人が参加しました。

小さな子どもたちに、野菜づくりを通じて自然や農業の大切さを知ってもらおうと、町が4年前から畑を提供しているもので、園児たちは町職員から指導を受けた後、花標津の種いもを一つひとつ丁寧に植え、優しく土をかぶせていました。

今回植えた花標津は、2カ月後には大きな赤紫色の美しい花を咲かせ、秋には園児らが、ほんのりピンク色のいもをたくさん収穫する予定です。

地熱開発調査検討委員会を開催 仮噴気試験結果や掘削調査計画を報告

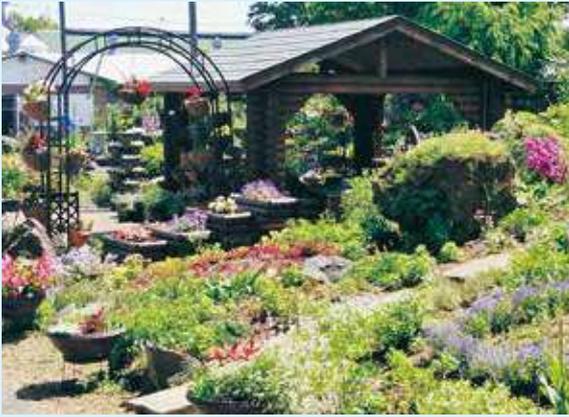
昨年度から地熱構造試錐井の掘削作業が再開されている武佐岳地域での調査事業に関して、本年度第1回目となる「武佐岳地域地熱開発調査検討委員会(委員長・松枝大治北大名誉教授)」が、7月1日、生涯学習センターあすばるで開かれました。

会議には、同委員会の構成員に加え、調査事業を行う石油資源開発など関係者27人が出席。6月に実施した仮噴気試験結果や7月から行う掘削調査、動植物調査、微小地震観測、温泉・河川水モニタリング解析などの環境調査の経過が報告されました。

町では、昨年度に引き続き、経済産業省の地熱開発理解促進関連事業支援補助金の採択を受け、今後、国内外の地熱発電先進地への視察を行うほか、温泉水を利用した町有施設への暖房利用などを予定しています。



6月5日に蒸気噴出を開始した
仮噴気試験装置(サイレンサー)



相馬悦子さん宅（7月6日撮影）

色彩豊かな花の競演 オープンガーデン開催中

町内9軒のオープンガーデンでは、そのほとんどが見頃を迎え、手入れが行き届いた各家庭ご自慢の庭に、色とりどりの花や木々が植えられ、訪れる見学者の目を楽しませてくれています。

オープンガーデンは、個人の庭を一般に公開する活動で、花や庭造りによる交流の輪を広げようと町が推進しており、本年度で6年目。植物園などとは違い、家人それぞれの個性が出ているのも大きな魅力のひとつとなっています。

公開は9月末日までで、観覧の際は各家庭の「のぼり(旗)」が目印です。皆さんもマップ片手に庭巡りしてみませんか。

「チャリティプロレスin標津」大盛況!

道内を中心に活動するアジアプロレス(畠中浩旭代表)によるチャリティプロレスin標津が、7月8日、総合体育館で行われました。

これは、町内プロレス愛好家により構成された標津町プロレス招聘実行委員会(吉田智代表)の主催で行われたもので、熱気あふれる会場に約350人の観客が集まり、ダイナミックな技が繰り広げられる試合を堪能しました。

当日は、会場に設置された募金箱に19,261円が寄せられ、町社会福祉協議会及び町体育文化振興基金に寄付されたほか、8人の選手による町内幼稚園・保育園や高齢者施設への慰問が行われ、レスラーとの触れ合いを楽しんだ貴重なひとときとなりました。



町内レスラー「メロディーたけし」(左)も参戦



川北地区では日口の子もたちが仲良く交流

ビザなし交流で深まる日口住民の友好の輪

北方四島在住ロシア人ファミリー訪問団のロシア人親子など18人が7月10日から13日にかけて本町を訪れました。

これはビザなし交流の一環として、北方領土問題の解決に向け、住民間の相互理解を深めるために行われているものです。

町内施設視察のほか、標津手打ちそば愛好会(古瀬良藏会長)を講師に迎えた日本食文化体験や関係者との意見交換会、川北地区幼小中PTA連絡協議会(高橋秀樹会長)による、約200人の住民が参加した川北地区地域住民対話などの交流プログラムから、一行は標津の文化を楽しみ、町民との友好を深めました。

標津十景の一つ 金山の滝でサクラマス遡上観察会

忠類川上流にある金山の滝で、7月13日、標津サーモン科学館(市村政樹館長)主催のサクラマス遡上観察会が行われ、町内外から10人が参加しました。

サケ科の仲間であるヤマメが降海してサクラマスへと成長を遂げ、産卵のため生まれ育った川に回帰し力強く滝をジャンプする姿が見られるのは、例年6月から8月上旬にかけてがシーズン。天候や時間帯などその日の状況によっても大きく左右されます。

この日は、限られた時間内に勢いよく飛び出す魚体を見ることは叶いませんでしたが、参加した女性は「遡上のようなすは見られなかったが、雰囲気を楽しむことができ十分満足」と笑顔で話してくれました。



沢に下りて滝つぼに視線を集中

標津町国民健康保険からのお知らせ

■国民健康保険の療養費について

療養費とは、やむを得ない理由で、国民健康保険を使った保険診療を受けられず医療費の全額を自己負担した場合に、申請することで医療費の一部の払い戻しを受けることができる制度です。療養費の内容や申請の手続きに必要なものは、下表のとおりとなっています。

なお、支払った日の翌日から2年が過ぎると、時効により申請できなくなりますのでご注意ください。

また、国民健康保険税（以下「国保税」）に滞納がある場合には、療養費の払い戻しが差し止めになり、**差し止められた療養費から滞納している国保税を納めていただくことがあります**ので、ご了承ください。



療養費の内容		手続きに必要なもの	
1	医師が必要と認めたコルセットなどの補装具代がかかったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の診断書または意見書 ・領収書 	<ul style="list-style-type: none"> ・保険証 ・印鑑 ・預金通帳
2	医師の同意により、マッサージ・はり・きゅうを受けたとき	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の同意書 ・明細が分かる領収書 	
3	柔道整復師の施術を受けたとき（捻挫、打撲など）	<ul style="list-style-type: none"> ・明細が分かる領収書 	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ※国民健康保険が使えるのは、外傷性のけがの場合だけです。内科的原因や慢性的な症状などには国民健康保険は使えません。 </div>			
4	事故や急病、旅行先などで病気になり、保険証を持たずに医療機関で治療を受けたとき	<ul style="list-style-type: none"> ・診療内容の明細書 ・領収書 	
5	医師が必要と認めた手術などで輸血に用いた生血代がかかったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の診断書または意見書 ・輸血用生血液受領証明書 ・血液提供者の領収書 	
6	海外渡航中に診療を受けたとき ※治療目的の渡航は除きます	<ul style="list-style-type: none"> ・診療内容の明細書と領収明細書（外国語のものには、日本語の翻訳文が必要となります） 	



申請・問合せ先 住民生活課 国民健康保険担当
☎82-2131（内線130、134、136）



8月は軽自動車税徴収強化月間



★納め忘れはありませんCAR（カー）？ 納期限は6月2日でした!!

町では8月1日から1カ月間を「軽自動車税徴収強化月間」として取り組みます。

軽自動車税の納付がまだお済みでない方には督促状を送付していますが、それでも納付がない場合は、**町職員が納め忘れの方などに対し文書催告や電話催告及び戸別訪問（自宅及び勤務先）し、納付折衝による徴収を積極的に行います。**

納入通知書を今一度ご確認ください。もし納め忘れがある方は、期間内に役場出納室または指定金融機関で、お早めに納入願います。

軽自動車税は4月1日現在の所有者にその年1年分が課税されます。4月1日以降に廃車の手続きを行った場合には、その年度の軽自動車税を納付していただくこととなります。

平成26年度中にバイクや車を知人に譲ったり、解体した方で、まだ名義変更や廃車の手続きをされていない場合は、**平成27年3月31日までに手続き**を行うようお願いします。

なお、手続き場所は、右のとおり車種によって異なりますのでご注意ください。

☆標津町ナンバーの

原動機付自動車（125cc以下）

小型特殊自動車（農耕用作業車含む）

●手続き場所：役場税務課

●持ち物：標識（ナンバープレート）
印鑑、標識交付証明書など



☆釧路ナンバーの

軽自動車軽三輪・軽四輪

●手続き場所：釧路軽自動車協会

☎0154-51-0745

●持ち物：お問い合わせください

☆軽二輪（126cc以上250cc以下）

●手続き場所：釧路運輸支局

☎050-5540-2005

●持ち物：お問い合わせください

★町税などは“納期内”に納めましょう!!

町税などは、定められた期限までに納めていただくこととなっていますが、現状では再三の催告にもかかわらず滞納者が存在します。これは、税負担の公平性から放置するわけにはいきません。

町税などを長期滞納している方や滞納額が累積している方で**納税意識が低いと判断**される場合や、**差し押さえが必要と判断**される場合などは、**釧路・根室広域地方税滞納整理機構へ事務が引き継がれ、滞納処分として財産などの強制的な処分**を受けることとなります。

このように町税などの滞納は、滞納者にとって不利益となるだけでなく、滞納整理や督促状の発送などに費用がかかり、これは税金から支出することとなります。

町政の円滑な推進に町税などが有効活用されるよう納期内の納付にご協力ください。

町税などは福祉・教育・土木事業など、生活に関わりの深いあらゆる行政活動の重要な財源です。**町では、自主財源である税収の確保と公平性のため、さらなる徴収強化に取り組みます。**

釧路・根室広域地方税滞納整理機構

釧路管内の町村が、税の公平性を確保するために設立した同機構に、本町も平成21年に加入しています。町に代わって「差し押さえ」や「公売」などの、税法に基づく強制的な手段により滞納整理を行っています。

平成25年度実績（本町分）**収納金額8,234千円（町税3税・国保税）対象滞納者25人**

★納税に困ったら必ずご相談を!!

病気や失業などやむを得ない理由で納期内に納めることが困難な方は、そのまま放置せず早急にご相談ください。

詳しい事情をお伺いしたうえで、完納に向けた納付計画の相談に応じます。

その際は、給与明細やローン明細、通帳など、生活状況が分かるものをご持参ください。



問合せ先 税務課 収入担当 ☎82-2131（内線109）

飼い犬がいなくなったら…

「飼い犬が離れてしまい戻ってこない」「いつの間にかいなくなってしまった」場合は、まず「役場」か「警察」、「保健所」にご連絡ください。

飼い主さんが自分で探すのにも限界があり、既に公的機関で保護されている場合もあります。保護期間も長いわけではありませんので、早めの連絡が必要です。

※役場での保護期間は、基本的に保護した日から3日間となります。



犬の問い合わせや不明犬の連絡は、以下の機関へ連絡を

役場住民生活課 ☎82-2131

標津駐在所 ☎82-2151

中標津保健所 ☎0153-72-2168



犬鑑札



～犬の飼い主さんへ～

- ・飼い犬には首輪をし、鑑札を付ける、連絡先を記しておくなどしましょう。
※鑑札は犬の登録の際に、役場または獣医師から交付されます。
- ・屋外で飼う際は、鎖やワイヤーなどでしっかりと係留しましょう。

● 災害時の備えは万全ですか？ Vol.23 ●

7月上旬には、台風8号に関連した大雨も降るなど、本格的な雨のシーズンに入っています。今年3月に改定された標津町地域防災計画では、雨に関連する**避難指示**を、次の基準により町で発表します。避難指示は避難勧告よりも緊急度の高い避難のお願いです。

区分	判断基準
河川氾濫	ア 町域における洪水警報発表後（流域雨量指数基準：標津川=27、忠類川流域=23）、または水位観測地点の水位が氾濫危険水位（標津川合流点：6.93m、標津川河口：1.79m）に到達したとき。 イ 洪水特別警報が発表されたとき。 ウ 河川氾濫の可能性が高まったとき。 エ 総合的な状況判断から、町長が必要と認めたとき。
浸水害	ア 低地の浸水、小川または排水路などが氾濫または溢れ出しているとき。ただし外に出ることが危険と判断される際はこの限りではない。 イ 町域における大雨警報（浸水害）[1時間雨量50mm]が発表され、または人口密集地における降雨が記録的短時間大雨情報（1時間雨量80mm）基準値を上回り、引き続き同等以上の降雨が予想されるとき。 ウ 大雨特別警報（浸水害）が発表されたとき。 エ 総合的な状況判断から、町長が必要と認めたとき。
土砂災害	ア 町内の土壌雨量指数が警報基準の115を大幅に超過し、引き続き相当量の降雨が予想されるとき。 イ 土砂災害警戒情報が発表され、引き続き長時間相当量の降雨が予想されるとき。 ウ 大雨特別警報（土砂害）が発表されたとき。 エ 近隣で前兆現象（溪流付近で斜面崩壊、溪流内の急激な流量の減少、異臭・異音）が発見されたとき。 オ 総合的な状況判断から、町長が必要と認めたとき。

問合せ先 住民生活課 防災担当 ☎82-2131 (内線126)

睡眠で

十分な休養がとれていますか？



健康 いちばん

標津町保健福祉センター
健康推進担当

☎82-1515



健康づくりのための睡眠指針2014 ～睡眠12箇条～

1. 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
2. 適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざまのメリハリを。
3. 良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。
4. 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
5. 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。
6. 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
7. 若年世代は夜更かし避けて、**体内時計のリズムを保つ。**
8. 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
9. 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
10. 眠くなってから寢床に入り、**起きる時刻は遅らせない。**
11. いつもと違う睡眠には、要注意。
12. 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。



詳しく知りたい方は、インターネットで「睡眠指針」と検索されるか、保健福祉センターへお問い合わせください。(☎82-1515)

睡眠指針



本年3月に厚生労働省が「健康づくりのための睡眠指針2014」を公表しました。
指針には、世代ごとの睡眠のとり方や睡眠と生活習慣病との関係も示され、国民一人ひとりが、自分に合った睡眠を確保することをめざしています。
「睡眠による休養を十分にとれていない者」の割合は、平成21年で18.4%と

日本人全体としては減少傾向にあるようですが、本町の場合、25.9%（23年度特定健康診査問診項目より）と高く、4人に1人はよく眠れていないと感じている状況にあります。
「最近、眠れない」「疲れがとれない」と感じている方は、睡眠指針を参考にしながら睡眠の在り方を振り返ってみませんか？

体内（生体）時計のリズムを保つ

指針のポイントの1つとして、**生活リズムを整える**ことが挙げられます。

人間の生体リズムをコントロールする生体時計は、1日約24・5時間のサイクルになっていきます。そのため下図の○印で示した場所にある視交叉上核が毎朝、光を視覚で認識することによって生体リズムを1日24時間（地球時間）に調整しているのです。

一方、夜の光は生体時計の周期を長くしてしまう働きがあります。夜更かしして夜に光を浴びると、生体時計と地球時間とのズレが大きくなり、いわゆる時差ぼけ状態となります。その結果、不適切な時刻に眠気と不眠が生じ、疲労し、食欲や意欲の低下、作業能力・活動量が低下します。

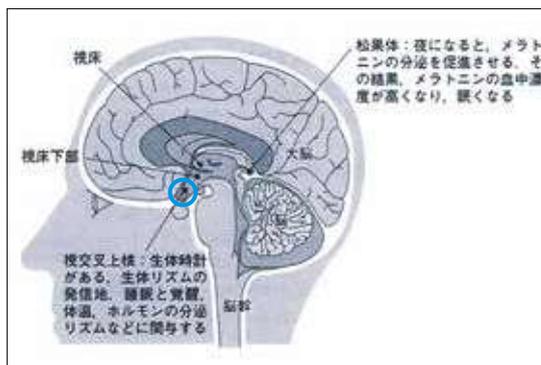
子どもたちの生活リズムから見えたこと

下表は本町の平成23～25年度の3歳児健診受診児の生活リズムを確認したものの

で、虫歯の有無で両者には大きな差が見られました。遅起きということとは、夜更かしするなど生活リズムが不規則である可能性や、生活習慣の乱れにもつながる可能性があります。

起床時刻	虫歯がある児
6時までに起床	16.7%
7時半すぎに起床	52.0%

指針には「睡眠は、食事、運動、飲酒、喫煙などの他の生活習慣と同様に、人間の健康と深く関係している」とあります。健康づくりのために睡眠にも着目してはいかがでしょうか。



町民・オン・ステージ



西谷内 ^{こうし}煌士くん
(涼太)



平井 ^{ふうま}楓真くん
(匠)



西山 ^{ちづる}智弦ちゃん
(一也)



小林 ゆいちゃん
(大介)



合田 ^{ひらり}平理ちゃん
(昭平)



佐藤 ^{まふゆ}真冬ちゃん
(哲平)

キ・ラ・リ Vol.56 ちびっこひろば

1歳6カ月児健診

6月24日、保健福祉センターひまわりで撮影。
() は保護者(敬称略)。

このコーナーは、2カ月に1回「ひまわり」で実施している1歳6カ月児健診を受診したお子さんを保護者の了承を得て紹介しています。



している仕事だからです。私はがんばって働いてプライベートを充実させたいです。両親には、海外旅行か温泉旅行をプレゼントしたいと思います。募金活動もしたいです。

三つ目は、今の自分を少しでも変えたいからです。これからのいろいろなことを頑張っていくって、

※10月号は、標津高等学校生徒の夢を紹介します。

◇ ◆

やっぱり勉強です。なので勉強をいっぱいして、必ず看護師になり、人命を少しでも助けられる人になりたいです。

My Dream わたしの夢 121



「私の夢」
やまもと ^{かこ}山本 佳子 さん
(川北中学校1年)

私は将来、看護師になりたいです。
看護師になりたい理由は三つあります。

一つ目は人の役に立つ仕事だからです。看護師になり、病気で苦しんでいる人や、ケガをした人を優しく元気づけたいです。

二つ目は収入が安定し

今よりも成長した自分でありたいです。そして何年後かに夢を叶えて、看護師として活躍したいと思っています。

私以外にも、保育士や薬剤師などの資格にチャレンジして、後悔しないような生き方をしたいです。そのために、今自分ができることといえば、

あなたのための “国民年金”

国民年金は、あなたが主人公です

老齢基礎年金の繰上げ・繰下げ受給

老齢基礎年金は65歳から受給ですが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間に減額された繰上げ支給の年金を受けたり、66歳以降に増額された繰下げ支給の年金を受けたりすることができます。

早くもらう 繰上げ支給

60歳から65歳になるまでの間で、請求したときの月単位の年齢によって減額率が決まります。

減額率 = $0.5\% \times$ 繰上げ請求月から65歳になる月の前月までの月数

- ※一度決めた減額率は一生変更できません。
- ※繰上げ支給を受けた後は障害基礎年金などを受けられません。
- ※国民年金の任意加入者は繰上げ支給を請求できません。

後でもらう 繰下げ支給

66歳以降で、請求したときの月単位の年齢によって増額率が決まります。

増額率 = $0.7\% \times$ 65歳になった月から繰下げを申し出た月の前月までの月数

- ※一度決めた増額率は一生変更できません。
- ※昭和16年4月1日以前に生まれた人は年単位の支給率になります。

年金相談は完全予約制です!

毎月、中標津町役場で開設される「年金出張相談所」を利用される方は、相談日の10日前までに予約が必要となります。

予約申込先 釧路年金事務所
お客様相談室(☎0154-61-6000)



9月の年金出張相談所開設日

日 時：2日(火) 12時～17時 場 所：中標津町役場
3日(水) 9時～15時

ご本人や配偶者の年金記号番号、加入期間などを調べてお出かけください。

相談・お問い合わせはお気軽に住民生活課国民年金担当まで

町長の動静

(6月21日～7月20日)

- 【6月22日】 第6回標津イチャルパ
 - 【6月24日】 中標津町 根室中標津空港ビル(株)第27回株主総会、第100回取締役会
 - 【6月27日】 足寄町 全国森林レクリエーション協会 帯広支部運営会議
 - 【6月30日】 新・標津町観光十景選定委員
 - 【7月1日】 武佐岳地域地熱開発調査検討委員会
 - 【7月2日】 釧路市 根室地方総合開発期成会・釧根トライアングル整備構想連絡会議要望活動
 - 【7月3日】 社会福祉基金運営委員会
 - 【7月9日】 日本赤十字社北海道支部有功賞伝達式
 - 【7月11日】 標津町民祭り「水・キラリ」実行委員会 平成26年度標津町自衛隊協力会総会
 - 【7月14日】 標津町農業委員会委員辞令交付
 - 【7月15日～16日】 札幌市・東京都 根室地方総合開発期成会・釧根トライアングル整備構想連絡会議要望活動ほか
 - 【7月17日】 東京都 中標津空港利用促進期成会要望活動
- <以上主なもの>

乳幼児健康相談日程

8月21日(木) 会場：ひまわり

12～13カ月 2歳	9時～10時
6～7カ月 9～10カ月	13時30分 ～14時30分

問合せ 保健福祉センターひまわり
☎82-1515



8月のごみ収集日

一般廃棄物収集区域 (有料)	可燃 ごみ	不燃ごみ 粗大ごみ (事前の申込が必要)	資源ごみA 空缶、ペット・トレー 発泡、容器包装(プラ) びん、新聞、雑誌	資源ごみB 空缶、ペット・トレー 発泡、容器包装(プラ) 容器包装(紙) 紙バック、段ボール
若草町・新川上町・川上町・栄町 緑町・曙町・弥栄町・伊茶仁	月・木	21日(木) 9月4日(木)	4日(月) 18日(月) 9月1日(月)	11日(月) 25日(月) 9月8日(月)
本町・鳩ヶ丘町・双葉町・望ヶ丘町 桜木町・住吉町・東浜町・茶志骨	火・金	1日(金) 22日(金) 9月5日(金)	5日(火) 19日(火) 9月2日(火)	12日(火) 26日(火) 9月9日(火)
川北全域・北標津・西北標津・忠類 古多糠全域・浜古多糠・薫別・崎無異	水・土	2日(土) 23日(土) 9月6日(土)	6日(水) 20日(水) 9月3日(水)	13日(水) 27日(水) 9月10日(水)

※9月初回の収集日も掲載しています。

※粗大ごみの収集は、収集の前日までに事前の申し込みが必要です。

★粗大ごみの申込先は、渡邊清掃(株)☎0120-79-3106まで。

9月の汲み取り の実施地域

汲取月は各地区3ヵ月ごとに年4回設定しています。便槽が満杯にならなくても汲取月には必ず汲み取っておくなど、余裕を持ってお申し込みください。

実施地域 標津市街、東浜、住吉茶志骨、古多糠全域

申込期限 8月25日(月)

申込先 渡邊清掃(株)

☎0120-79-3106

☎0153-82-2220

町税などの「休日納税窓口」をご利用ください

仕事の都合などで、「平日に役場や指定金融機関で町税などの納税・納付ができない」「納税相談に行けない」といった事情でお困りの方のために、次のとおり「休日・納税・相談・窓口」を開設します。

町道民税や国民健康保険税、公営住宅使用料、上下水道料などを納めることができますので、必ず納付書を持参の上、お気軽にご利用ください。

また、病気や事故などで納期限内に納税できない方は、そのままにしておかずお早めにご相談ください。

なお、休日や夜間に郵便局のATMから専用の「払込取扱票」で町税などを納付することが可能です。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

月 日	会 場	時 間
8月30日(土)	役場 1階税務課窓口	8時30分～ 17時15分
8月31日(日)	川北生涯学習センター	

【今月の納期一覧】 ※末日が休日のため次の平日が納期となります。

- 9月1日(月)
第3期国民健康保険税、第2期後期高齢者医療保険料
第2期介護保険料

問合せ先 税務課 収入担当 ☎82-2131 (内線109)

納税は便利な口座振替をご利用ください

町税などは金融機関の口座振替によって納入することができるため、納期限を忘れて督促料が発生することもなく、わざわざ納めに行く手間もかかりませんので、日頃忙しい方や共働きの方はぜひご利用ください。ご利用の際は口座のある金融機関へお申し込み願います。

夏休みはサーモン科学館へ行こう!! サーマンパーク夏まつり!

8月4日(月)～17日(日)：14日間

- 今年もサケたちが帰ってきました!!
シロザケ・カラフトマスの展示がスタートします♪
 - 大迫力!! 巨大チョウザメ「エサガブ」SHOW
2mのチョウザメのお食事タイムです。
水しぶきを上げて、エサを丸のみ!!
期間中毎日11時30分～(雨天中止)
 - 「大水槽」のランチタイム
期間中毎日13時30分～
 - 大抽選会「サーモンダービー'14」
サケ科魚類の人気投票です。好きな魚に投票しよう!
 - 特別展「忠類川サーモンフィッシング20周年」
ミニ釣堀コーナーもあるよ♪
※ 8月13日(水)～17日(日)は開館時間延長
9時～17時30分(入館受付17時まで)
- 問合せ先 標津サーモン科学館 ☎82-1141
「サーモン科学館blog」も日々更新中です♪
<http://shibetsusalmon.blogspot.jp/>



SRC (標津レンタサイクル) サービス開始!

標津町観光協会は7月からレンタサイクル(貸自転車)を始めました。貸し出しは標津サーモン科学館で行っています。

問合せ先 標津サーモン科学館 ☎82-1141

スポーツ

☆8月のスポーツ☆

- 2日(土)～3日(日)
太陽グループ小学生新人戦
野球支部大会 [町営球場]
- 6日(水)、20日(水)、27日(水)
ウォーキング広場
[18時30分～ 総合体育館]
- 9日(土)
標津町パークゴルフ協会設立20周年記念
ナイターパークゴルフ大会&ビアガーデン
[18時～ 町営パークゴルフ場]
- 9日(土)～10日(日)
親子遊イングセミナー「キッズ
親子キャンプ」 [海の公園]
- 10日(日)
東日本1部野球大会支部大会
[8時～ 町営球場]
- 16日(土)
ホンダ西釧路杯少年野球大会町内大会
[9時～ 町営球場]
- 17日(日)
日本ハム少年野球教室
[9時～ 町営球場]
- 19日(火)
体組成計からだチェックデー
[10時～、18時～ 総合体育館]
- 25日(月)
スポーツクラブの日「すぽっと広場」
[19時～ 総合体育館]
- 29日(金)
幼児期運動モデル事業講演会、研修会
[10時～ 親子交流館ほか]
(以上、主な大会、教室など)

交流推進

8月は「北方領土返還要求 運動強調月間」です

道では世論の結集を図り、国の外交交渉を積極的に後押しするため、旧ソ連が日本に宣戦を布告し、北方領土問題の発端となった8月を「北方領土返還要求運動強調月間」と定め、一層強力に北方領土問題の啓発活動を展開しています。

本町でもイベントでの署名活動や、8月23日(土)には、落語やパネル展で北方領土問題について楽しく学べる「北方領土講座」を開催します。

詳しくは今月号の広報折込チラシをご覧ください。

先天性風しん症候群予防のため抗体検査料を助成します

道では、妊娠を希望する出産経験のない女性などを対象に風しん抗体検査料を助成します。

対象者 道内に在住する方のうち

- ①：妊娠を希望する出産経験のない女性
- ②：①の配偶者(事実上婚姻関係のある者を含む)並びに同居者
- ③：妊婦(抗体価の低い)の配偶者並びに同居者

※ただし、過去に「同検査を受けたことがある」、「風しんの予防接種を受けている」「検査で風しんと判断されたことがある」方は除きます。

実施内容 協力医療機関で検査を受けた場合、お支払いされた風しん抗体検査費用を助成します。

助成額 検査方法によって助成額が異なり、どちらか1回を限度として助成します。

申請書類 ①：EIA法 6,690円 ②：HI法 5,250円
補助金交付申請書、領収書、住所地を証明する書類(健康保険証・運転免許証・はがきなど)の写し

※同居者の場合は、ご本人と対象女性双方の住所地を証明する書類の写しが必要です。

提出期限 平成27年3月31日

※協力医療機関については、道ホームページをご覧ください。ただか、中標津保健所へお問い合わせください。

申請・問合せ先 中標津保健所 ☎0153-72-2168

戸籍の窓口から

(6月11日～7月10日届出分)

ご結婚おめでとう!

亀田 泰志さん・鈴木 千夏さん(緑町)
兼平 優太さん・波切 幸代さん(弥栄町)

お誕生おめでとう!

村山 稜青くん(鳩ヶ丘町) 大地・朱美
徳橋 諒生くん(茶志骨) 一寿・真帆
忠鉢 菜月ちゃん(双葉町) 誠・真由美

おくやみ申しあげます

合田 忠史さん(共栄旭町)	79歳
近藤 桃野さん(北古多糠)	91歳
平田 のよさん(桜木町)	93歳
山崎 鉄男さん(双葉町)	87歳
中山登美子さん(住吉町)	93歳
小田桐悦子さん(弥栄町)	82歳
加瀬 正子さん(崎無異)	75歳
崎本 民子さん(緑町)	76歳

※ご家族の了承を得て掲載しています。

寄付・寄贈ありがとうございました

(6月11日～7月10日受納分)

●標津病院に――

- 標津漁業協同組合女性部さま
- 特定非営利活動法人キラリ工房さま
- 弥生会さま

●社会福祉協議会に――

- 合田 照子さん ○近藤 辰夫さん
- 山崎 初男さん(札幌市)
- 石本 勝夫さん(中標津町)
- 小田桐四郎さん
- 標津町プロレス招聘実行委員会さま

●はまなす苑に――

- 近藤 辰夫さん ○中條 啓一さん
- 笹木由起子さん ○林 裕子さん
- 新井田志保子さん ○杉岡 富夫さん
- 標津漁業協同組合女性部さま
- 特定非営利活動法人キラリ工房さま
- 理容こばやしさま ○弥生会さま

●町社会福祉基金に――

- 岩佐 哲男さん
- ※ご本人・団体の了承を得て掲載しています。

8月の精神保健福祉遠隔相談日程

中標津保健所では、偶数月の第4水曜日にこころの問題でお悩みの方を対象に、精神科医師のテレビ電話による遠隔相談を開設しています。相談は完全予約制となります。

相談日時 8月27日(水) 13時30分～15時30分

相談場所 中標津保健所診察室

予約先 中標津保健所健康推進課 ☎0153-72-2168

※保健師による相談は随時受け付けています。

ポリテクセンター釧路 ビジネスワーク科10月受講生募集

訓練内容 簿記・給与・社会保険・ワープロ・表計算演習
対象 ハローワーク求職登録者(募集人員15人)

選考日 9月11日(木)

訓練期間 10月2日(木)～3月27日(金)

費用 教科書代15,000円程度

申込期間 8月8日(金)～9月5日(金)

申込先 ハローワーク釧路 ☎0154-41-1201

実施場所 釧路職業能力開発促進センター(ポリテクセンター釧路)

〒084-0915 釧路市大楽毛南4-5-57

☎0154-57-5938



御中元に標津漁協製品を是非ご利用ください。

帆立製品・鮭製品・たらこ

標津漁業協同組合 直売所

お問い合わせ TEL0153-82-2035

メナードフェイシャルサロン

お試しキャンペーン



スタンダードコース

ビジター価格

¥6,000(+消費税)

➡ 初回お試し限定

¥2,000(+消費税)

メナードのエステは、お顔だけでなくデコルテや肩まで美容マッサージ♪身体がお疲れの方にもオススメです!お気軽にお問い合わせ下さい!!

☆エステセラピスト(メナードレディ)募集中

フェイシャルサロン MAKI

〒086-1637 標津町北7条西2丁目1-5

☎0153-82-3405

平成27年度根室管内町職員採用資格試験

1. 採用予定

- ▶一般事務職 別海町6人、中標津町5人
標津町5人、羅臼町1人
- ▶一般事務職(身体に障がいのある方)
中標津町1人
- ▶社会福祉士 中標津町1人、羅臼町1人
- ▶保育士 中標津町1人
- ▶技術職(土木) 別海町2人
- ▶技術職(電気) 中標津町1人

2. 受験資格

- (1) 一般事務職
 - ① 高校卒(短大卒、専門学校卒含む)：平成3年4月2日～平成9年4月1日生まれの方
 - ② 大学卒：昭和62年4月2日～平成5年4月1日生まれの方
- (2) 社会福祉士・保育士
上記(1)の①②の条件を満たした方で、社会福祉士または保育士の資格を有する方、あるいは資格取得見込みの方

- (3) 技術職(土木)・技術職(電気)
左記(1)の①②の条件を満たした方で、土木系学科または電気系学科を修了した方、あるいは修了見込みの方
- (4) 日本の国籍を有しない方または地方公務員法第16条の各号いずれかに該当する方は受験できません

3. 試験方法

- ▶高校卒…教養試験、作文試験、事務適性試験、専門試験(技術職のみ)
- ▶大学卒…教養試験、論文試験、事務適性試験、専門試験(技術職のみ)

4. 試験日時・場所

日時：9月21日(日)9時～
場所：中標津町役場

5. 受付期限 8月15日(金)

※郵送の場合は当日消印有効

6. 申込・問合せ先

総務課(担当：吉田、小笠原)
☎82-2131

標津町殉公者追悼式のお知らせ

町では、過ぐる大戦において戦役に就かれ、国の行く末を案じながら亡くなられた方々、また、公共のため献身的に努力され、その職に殉じられた方々に対し、追悼の誠を捧げるとともに、平和への誓いを新たにすため、平成26年度標津町殉公者追悼式を開催します。

- ▶日時 8月8日(金) 午前10時57分から
- ▶場所 標津町文化ホール

※当日11時に殉公者の御霊に対する黙祷開始のサイレンを吹鳴しますので、その場で黙祷をお願いします。

根室沿岸海岸保全基本計画 変更案の縦覧について

道では、根室沿岸海岸保全基本計画を変更するにあたり、町民皆さまのご意見をお聴きします。この計画変更は、津波が発生した場合の浸水被害防護区域を設定するために行うものです。

つきましては、変更案を次のとおり縦覧しますので、ご意見のある方は、平成26年9月12日(金)までに役場建設水道課へ書面で提出してください。

縦覧期間 8月5日(火)～9月3日(水)まで
縦覧場所 役場建設水道課、釧路総合振興局釧路建設管理部用地管理室管理課、根室振興局産業振興部水産課・農村振興課

問合せ先 釧路総合振興局釧路建設管理部用地管理室管理課
☎0154-23-0563

花火の取り扱いに注意!

夏になり、花火シーズンがやってきました。花火を楽しく、安全に行うために注意するポイントを確認しましょう。

- ・花火に書いてある遊び方をよく読み、必ず守りましょう。
- ・花火を人に向けたり、燃えやすいものの近くで行うのはやめましょう。
- ・花火を持つ位置に注意しましょう。
- ・風の強いときは行わず、途中で風が出てきたら中止しましょう。
- ・バケツなどに水を用意して、きちんと消してから後片付けしましょう。
- ・一度にたくさんの花火に火をつけるのはやめましょう。
- ・途中で火が消えても花火の筒の中を覗き込むのはやめましょう。
- ・花火をほぐすのはやめましょう。
- ・子どもだけでなく、必ず大人と一緒に遊びましょう。

「働く女性にとって」



ただ 武田 良子さん
(南3西1)
郷土料理武田

現在、実家である郷土料理武田で働いています。

一昨年初めての出産を経験して、不安や心配事も沢山ありましたが、保健福祉センターひまわりでの、出産準備の講習会などのおかげで、安心し

て出産することが出来ました。

出産後もベビー用品の貸し出しや、定期的な健康診断など、その時々不安な思いを相談できる場がある事も心強かったです。

標津町では、出産費用のほぼ全額の補助に加え、一年分のオムツを捨てる可燃ごみ袋やお祝い金など、金銭面においてもサポートしてくれました。

一年が経ち、仕事に復帰しようと思ったとき、息子の双葉保育園へ入園を考えました。急な入園になってしまったにも関わらず、快く息子を受け入れてくれた事にも感謝しています。

そして、定時にお迎えに行けない事が多いので、おのこり保育がある

のも本当に助かっています。

出来るだけ多く息子との時間を作りたいと思っていますが、保育園の先生方の優しい笑顔と明るい声に、いつも安心して預けることができています。

この様に、標津町は働く女性と、子供たちを応援してくれています。

現在、私は息子一人ですが、この町であれば、二人目、三人目、四人目をと考えられるのではないかと思います。

この恵まれた環境の中で、これからも、仕事、出産、子育てと、頑張っていきます。

次の「まちの声」は後藤有宏さん(南1東1)です。



★標津町民憲章★

(昭和46年11月3日制定)

- ◇健康で働き楽しい家庭をつくりましょう。
- ◇自然を愛し美しい郷土をつくりましょう。
- ◇たがいに助け合い暖かい社会をつくりましょう。
- ◇心を豊かにし文化を高めましょう。
- ◇子どもの夢を育て平和な町をつくりましょう。

9月の運転免許更新時講習会

優良運転者で、更新手続きを終了した方のみ受講できます。

日時 9月2日(火) 13時30分～

場所 あすばる

問合先 住民生活課

人のうごき

◇平成26年6月30日 現在(前月比)

- ・人口 5,473人 (+ 4)
- 男 2,670人 (+ 7)
- 女 2,803人 (- 3)
- ・世帯数 2,340世帯 (+ 1)

◆人口前月比の内訳

増	減	比較
転入 15人	転出 8人	+ 7人
出生 4人	死亡 7人	- 3人
計 19人	計 15人	+ 4人

町内の交通事故

◇平成26年6月1日～6月30日

(本年の累計)

- ・人身事故 0件 (2)
- ・負傷者 0件 (2)
- ・死亡者 0件 (1)
- ・物損事故 7件 (71)



▷ロシア人ファミリー訪問団受入事業の、川北地区地域住民対話の撮影にて、日ロ双方の子どもたちが仲良く遊ぶ姿に思わずっこり。言葉の壁を感じさせないその姿に、この交流が未来の領土問題の解決につながることを期待。▷チャリティプロレスin標津の取材では、レスラーたちの迫力ある技の応酬に心が沸きました。町内レスラーも登場し、大いに盛り上がる会場の空気に、スポーツは人を元気にすることを実感。(T)