

広報

海・山・川・大平原がおりなす 感動の大地・標津町 しべつ

10
2015 (平成27年) Vol.584



トップアスリートを講師に 父子チャレンジアカデミー開催!

8月23日に「父子チャレンジアカデミー in 標津町 (NPO法人幼児教育従事者研究開発機構 (奥園淳子理事長) 主催)」が、町営スケートリンクで開催されました。

同機構は2010年から、トップアスリートの指導の下、お父さんと子どもが運動を通じて親子の絆を深める同イベントを、全国各地で開催しています。

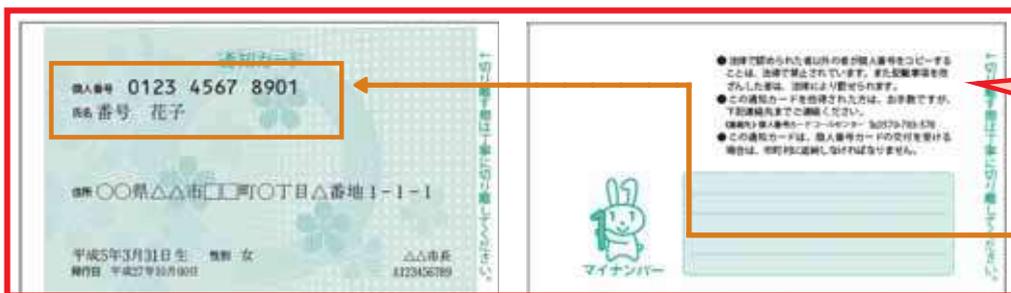
今回は、陸上世界選手権男子400メートル障害で、2回銅メダルに輝いた為末大さんを筆頭に、秋本真吾さん、伊藤友広さん、本町出身の大菅小百合さんのアスリート4人が来町。

会場には近隣市町からの参加者を含む約250人が集まり、豪華講師陣の指導を受けながら、運動ゲームで体をほぐした後、スタート時の体重のかけ方や地面のけり方など、かけっこを速く走るための練習やハードル走に親子で楽しく取り組みました。

平成27年10月中旬から、皆さまの個人番号 (マイナンバー)が、世帯主宛てに簡易書留で通知されます

- ・住民票を有する全ての方に1人1つの番号(12桁)が、各世帯に簡易書留で通知されます。
- ・町から、住民票の住所地にマイナンバーの通知カードが転送不可郵便で送付されます。
- ・10月中旬から発送を始め、今月中には皆さまのお手元に届く予定です。
- ・受け取りがないまま一定期間が経過すると、通知カードは町に戻されますので、この期間に、旅行などで不在にする予定のある方は、住民生活課戸籍・国民年金担当へご連絡ください。

< 通知カード > ※紙製



上部が、「通知カード」です。

あなたの個人番号(マイナンバー)です。



一生使うものです
大切にしてください。



下部が、「個人番号カード
交付申請書」になっています。

【表面】

【裏面】

= 個人番号カードの申請方法 =



- 署名・押印し、写真添付の上、同封されている「個人番号カード交付申請書受付センター行の返信用封筒」で送付します。
- 交付準備が整い次第、通知書が送付されますので、窓口へお越したいただき、本人確認および暗証番号を設定し、個人番号カードが交付されます。

※初回発行手数料は無料です。

問合せ先 住民生活課 戸籍・国民年金担当 ☎82-2131(内線127)

平成28年度の

じょうかそう

浄化槽設置希望者を募集しています

平成24年4月から下水道未整備地区を対象に『浄化槽市町村整備推進事業』が始まり、現在その整備が順次進められています。

11月
末日まで

町では、平成28年度に浄化槽の設置を希望される方のお申し込みを、11月末日まで受け付けています。

※ただし、計画予算に達した時点で募集を締め切る場合がありますので、設置を希望される方はお早めにお申し込みください。

なお、平成29年度以降に設置を希望される方についても、随時受け付けていますのでお気軽にご相談ください。

◇ 浄化槽のお申し込みは… ◇

現在お住まいの住宅に浄化槽を設置希望される方はもちろんですが、

特に

平成28年度に



◇ 新築を検討されている方 ◇



◇ リフォームを検討されている方 ◇



住宅施工に併せて浄化槽を設置し、
衛生的で快適な生活を過ごしませんか。

まずは **お気軽に** ご相談ください



相談

工事費用の概算見積りや無利子貸付制度など
について、担当者がご説明します。

■ご希望があれば自宅へ訪問し、お話しを伺いますのでご連絡ください■

浄化槽設置に関する相談や申し込み、その他浄化槽に関するお問い合わせは…
建設水道課 下水道普及維持担当 ☎82-2131(内線231)

標津の水産物を知ろう！

第5回
シロサケ
その2

本町では四季折々においしい魚介類が水揚げされます。地元の水産物への理解を深め、その魅力を発見するため、各種水産情報を発信します。

今月号は、「シロサケ」の代表的な加工方法をご紹介します。

新巻鮭 作りにチャレンジ!



塩は「中粒」がお勧めです！
塩の分量は
250～300g/尾

作業の流れ：エラを取る → 内臓を取る → めふんを取る → 洗浄する → 塩をすり込む(尾から頭へ) → クッキングペーパーで包む → 包装 → 完成 (※写真18は、蓄冷剤入りの発砲箱に入れた状態です。そのまま贈答品にも使えます。)

塩 加 減：①体表には尾から頭の向きに強く多めに ②ハラスはなぞる程度で若干少なめに ③目・エラ痕・各ヒレはしっかりと若干多めに

イクラ 作りにチャレンジ!

用意するもの：筋子、ザル、ボウル、焼き網、洗い用塩水(濃度3%) 2ℓ、醤油50cc、酒20cc



① 新鮮な生筋子を用意し、薄い塩水で洗浄します。

② 卵のう膜を開いて、卵を露出します。

③ 露出した卵。最終的に1尾から約400～500gのイクラができます。

④ ザルとボウル、焼き網をセットします。

⑤ 卵が露出した所を網面に付け、もみほくします。

⑥ 網面には卵のう膜が残り、ザルには卵が分離されます。

⑦ 洗い用塩水を加え、1回目の洗浄をします。

⑧ 洗った水は捨てます。

⑨ 2回目の洗浄をします。

⑩ 2回目の洗浄後の状態です。

⑪ 3回目の洗浄をします。

⑫ 3回目の洗浄後。このように、ほぼ透明な洗い水になります。

⑬ 卵を水切りします。(3分間)

⑭ ボウルに卵を移して、醤油と酒の調味液を加えます。

⑮ スプーンで時々混ぜながら、均一に味付けします。(10分間)

⑯ ボウルにラップをかかけて、冷蔵庫で一晩漬けて完成です。

ポイント!

- ・生筋子の鮮度、大きさ、熟度により、出来栄は変わります。
- ・調味液は醤油、酒のほか、みりんや白だし、めんつゆなどを加えても、おいしいです。また、今回の作り方以外にも、調味液を液切りする方法もあります。
- ・小分けにして冷凍保存するか、早めにお召し上がりください。

鮭(鱒)トバ 作りにチャレンジ! (尾つなぎ二枚・三枚おろし)

無頭、内臓除去済みの鮭を用意しましょう!



さばき方は、先月号の「三枚おろしの手順」①～⑨をご参照ください。

(塩加減のポイント)

- ・鮭 3kgの尾つなぎ三枚おろし重量：約2kg、塩40g
- ・鱒1.5kgの尾つなぎ三枚おろし重量：約1kg、塩20g

1 中骨の上面に包丁を入れ、中骨に沿って切っていきます。

2 尾ヒレ付け根で包丁を止める!

尾はつないだ状態で!

3 「尾つなぎ二枚おろし!」

4 中骨に沿って、尾の方まで切る。

5 根元は中骨だけ切り離す!

6 「尾つなぎ三枚おろし」(身の部分)

7 身はパラパラと、皮面は尾から頭方向に塩を擦り込む。

8 塩は魚の重量に対し2%程度がお薦め!

9 ZZZ... 冷蔵庫に保管し、6時間半日程寝かせます。

10 軽く水洗いして天日で干します。

11 次の日... このまま炙って食べても美味!

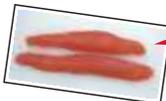
12 乾燥を促すため、半身3～4本縦長に切ります。(両半身尾つなぎのまま)

13 再度天日干し...

14 約1週間干す... さらさらになり3～4本切りの込みを入れます!

15 完成!! 保存する場合は、なるべく空気に触れないように密閉し、冷凍保存してください。

- ・乾燥には、扇風機の併用も効果的です。
- ・外に干す場合は、肌寒い気温でハエなどの虫に注意してください。



新鮮な筋子を
用意しましょう!

筋子 作りにチャレンジ!

用意するもの：洗い用塩水(濃度3%)、漬け込み塩水(濃度26%)、中ポウル2個、角バット2枚、重石(水入り1.8ℓペットボトル)3本

1 スプーンなどを使って、血合いを取り除きます。

2 洗い用塩水で洗浄します。(真水は使用しない)

軽く洗いします。

3 卵と卵の間など、ゆっくり丁寧に血液などの汚れを取ります。

薄塩水で

4 ムらができないよう、筋子全体に塩水が浸かるよう漬け込みます。

15分間ゆつくり回し塩水漬ける。

5 塩水漬け後、筋子を15分程度液切りし、卵のう膜に包まった元の状態に整形し、キッチンペーパーを敷いたバットに、ラップで包んだ筋子を並べます。(ラップの両端は穴を開ける)

6 ラップ包装した筋子を並べたら、その上にキッチンペーパーを敷いて同型のバットを重ね、日数ごとに重石の水入りペットボトルを載せます。

7 ZZZ... 熟成初日は重石1本を載せる。(気温10～15℃)
・2日目に重石2本目を載せる。
・4日目に重石3本目を載せる。
・6～7日目で熟成完了。

8 完成!! イクラ・筋子とも保存する場合は、なるべく空気に触れないように密閉し冷蔵または冷凍保存してください。

- ・生筋子の鮮度、大きさ、熟度、熟成期間と温度により出来栄は変わります。
- ・完成まで日数を要しますので、衛生的な作業に努めてください。

★漬け込み塩水の作り方：水1ℓに対して塩359g(空ペットボトル利用、水1.8ℓに対して646g)

★洗い用塩水の作り方：水1ℓに対して塩31g(空ペットボトル利用、水1.8ℓに対して塩56g)

ご意見・ご要望など、各種お問い合わせは...

農林水産課 地場産品振興対策室 ☎82-2131(内線218)



田中議長が声高らかに締めめの万歳三唱を

ふるさとへの親近感、より一層強く

札幌圏在住の本町出身者などで作る札幌標津会（斉藤正一会長、会員137人）の第22回総会と懇親会が、9月4日、札幌市内のホテルで開かれ、会員42人のほか地元から金澤町長、田中議長、各産業団体・町内会の代表者など7人が来賓として出席しました。

総会で議事4件が承認された後、引き続き行われた懇親会で、金澤町長が標津町の近況を兼ねてあいさつ。田中眞さんによる乾杯で歓談が始まると、余興では会員らが自慢の歌声を披露。また、恒例のお楽しみ抽選会では、標津漁協と標津さけ定置漁業部会提供の秋サケ当選に参加者が一喜一憂するなど、終始和やかに交流を深めました。

酪農経営の安定化をめざして 町内2カ所目のTMRセンターが落成

乳牛の牧草の生産・貯蔵・TMR(混合飼料)の調製・供給までを共同で作業・運営するTMRセンターの設立に向け、平成24年1月に検討会をスタートさせ、昨年からの建設着手していた茶志骨地区の酪農家7戸で構成する「合同会社グラスONE(大石正一代表)」のTMRセンターが完成し、9月5日、落成披露式が行われ、関係者ら70人が出席しました。

同施設では、すでに6月下旬から収穫した1番草からバンカーサイロへの貯蔵を始めており、この日までに15基が稼働。施設での一括管理により、飼料調製にかかわる労働負担の軽減や生産コストの削減、乳量の増加など、今後さまざまな効果が期待されます。



神事で完成を奉告し安全祈願



全道大会2連覇の石黒さん(左)と竹村さん

少林寺拳法で全道2連覇 選手2人が全国大会出場へ！

7月27日に釧路市で開催された「第35回少林寺拳法北海道大会・北海道選考会」において、少林寺拳法連盟北海道標津支部(稲村徳弥支部長)所属の石黒豪紀さん(5段)と竹村阿弓さん(3段)が、一般自由組演武男女の部で昨年に引き続き2連覇し、11月14日から京都府で行われる「2015年少林寺拳法全国大会 in KYOTO」への出場を決めました。

取材で訪問した9月7日には、2人は全国大会に向けての練習に励んでおり、石黒さんは「まずは予選通過を目標に頑張りたい」と、その意気込みを話してくれました。

古瀬清一郎さんが全国山林苗畑品評会で 林野庁長官賞を受賞

森林づくりを縁の下で支えている古瀬清一郎さん(川北)が、平成26年度全国山林苗畑品評会で栄えある林野庁長官賞を受賞され、9月8日、札幌市内で開催された「全苗連生産者の集い」において表彰されました。

この品評会は、全国の民営苗畑における育苗技術と経営の改善意欲の高揚を図り、優良種苗の生産および苗畑経営の改善向上に資する目的で毎年行われているもの。

古瀬さんは、主に道内の主力であるカラマツ・トドマツなどの針葉樹の苗木を生産しており、「さらなる優良苗木の安定供給と、育苗技術の向上をめざしたい」と今後の目標を語ってくれました。



受賞された古瀬さん

カセットボンベ・スプレー缶の取り扱いについて

町では、「カセットボンベ・スプレー缶」をごみで出すときは、「使い切って」「穴を開けて」いただくようお願いしてきましたが、家庭や事務所での火災などの事故防止のため、今後は「穴を開けずに」ごみ出しされるようお願いいたします。



カセットボンベ・スプレー缶は・・・

- ！必ず「使い切って」「穴を開けずに」
- ！燃やせないごみの袋(家庭用は緑色、事業所用は青色)で
- ！不燃ごみの日に出すようにしてください。

ごみの出し方や分別方法など、各種お問い合わせは…

住民生活課 環境衛生担当 ☎82-2131 (内線131)
ホームページにも「ごみの分別一覧表」を掲載しています
<http://www.shibetsutown.jp/life/>

● 災害時の備えは万全ですか? Vol.37 ●

土砂災害には急傾斜地の崩壊、土石流、地すべりの3種類があり、土砂災害防止法に基づき北海道で危険箇所を抽出しています。

管内には、合計で295箇所の土砂災害危険箇所が存在しており、本町には現在1箇所(土石流)が存在しています。場所は、金山スキー場グレンデ内にある「金山スキー場の沢川」です。

しかし、金山スキー場には居住者がいないため、防災無線の屋外子局を設置しておらず、防災無線は全く聞こえません。このため、スキー場入口に注意喚起の看板を設置しました。大雨が降っている時は、看板に従って金山スキー場へは近づかないようにしてください。また、もし金山スキー場内にいる場合は、速やかに退避してください。

なお、インターネット環境のある方は、土石流危険箇所に関する資料を下記ページで確認いただけるほか、町ホームページからもご覧いただけます。

◆標津町の土砂災害危険箇所

http://www.pref.hokkaido.jp/kensetu/kn-ksrdg/map/area/nak3-2_top.html

◆管内の土砂災害危険箇所等(根室振興局のページ)

<http://www.nemuro.pref.hokkaido.lg.jp/>



新たに設置した
土石流注意喚起の看板

問合せ先 住民生活課 防災担当 ☎82-2131(内線126)

町民・オン・ステージ



島崎 凛ちゃん
(愛)



工藤 光将くん
(光生)



若杉 紗衣ちゃん
(雄大)



伊藤 友貴くん
(貴之)



荒 澄平くん
(里佳)



福澤 舞歩ちゃん
(善行)

キ・ラ・リ Vol.63
ちびっこひろば
1歳6カ月児健診

8月25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。



林 まうちちゃん
(勇次)

My Dream わたしの夢 Vol.128



「酪農家になる夢」
大西 茉莉さん
(標津小学校6年)

ケツにミルクを入れて子牛にあげます。そして、子牛が全部飲み終わった後、また全部のバケツを集めます。次は水を入れて子牛にあげていきます。二つ目は乳しぼりの仕事です。まずコンクリートに水をまきます。なぜなら牛がふんをした時に水をまいておくと、よご

私の夢は酪農家になることです。理由は、家族が酪農をやっているから楽しい仕事がたくさんあるからです。私の好きな酪農の手伝いは二つあります。一つ目はミルクやりです。まず子牛が飲み終わった空のバケツを全部集めてホースで洗います。そのバ

は女の子だから自分しかいないと思った」と言っていました。
私は自分がしぼった牛乳をみんなに飲んでもらうのが楽しみです。家族で働ける酪農が好きです。
◇ ※12月号は標津中学校生徒の夢を紹介します。

れが落ちやすいからです。そして牛の乳をしぼる機械をタオルでふきます。それが終わったら乳をしぼるために牛を集めて乳しぼりをします。全部終わったら片づけをします。私のお父さんに、酪農がやりたかった理由を聞いてみました。「弟はホコリアレルギーだし、妹

がん(癌)について

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



●がんの発生について

人間の体は、約60兆個の細胞できています。このうち、毎日数千億個の細胞が死に、新しい細胞が誕生しています。新しい細胞は分裂しながら増えますが、その際、細胞の設計図に当たる遺伝子(DNA)に、コピーミスが起きることがあります。これを「突然変異」といい、この遺伝子を持った細胞は、止まることなく分裂し続けます。これが「がん細胞」となります。通常、細胞は52回しか分裂しません。がん細胞は無限に分裂を繰り返していきます(図1)。

●がんの成長

がんが1cm大になるまでに、30回ぐらい細胞分裂を繰り返します。1cm大のがんは、検査で分かる最小の大きさです。30回の細胞分裂には、通常10〜15年の時間がかかります。

●突然変異の原因

細胞が突然変異する原因には、タバコ、アルコール、炎症、塩分や脂肪の多い食事、肥満、紫外線、免疫力の低下、ウイルス、遺伝などさまざまなものがあります。

●早期発見とがん検診

8月号で掲載した「がんを防ぐための新12か条」を積極的に実行することで、がんの約60%が防げると言われています。

早期がんと呼ばれるのは、2cm大ぐらいまでのがんです。また、検査で発見できるのは1cm大からです。がんが1cmの大きさになるには10〜15年ですが、1cmから2cmになるには1〜2年しかかかりません。つまり、

がんの早期発見の機会はこの1〜2年ということになり、国で推奨されている検

がんが起こるメカニズム



図1

診間隔も、胃・肺・大腸がん検診が1年間隔、子宮頸がん検診が2年間隔となっています。

●子宮がんについて

子宮頸がんは、性交渉で感染するHPV(ヒトパピローマウイルス)が、がん発生に関わっていると考えられています(図2、3)。

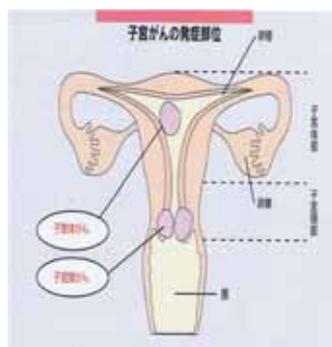


図2

	子宮頸がん	子宮体がん
好発年齢	30~60歳(30~40歳にピーク)	40~60歳(50歳代にピーク)
主な発生病因	HPV(ヒトパピローマウイルス)への感染	エストロゲン(女性ホルモン)による子宮内膜の長期間の影響
初期症状	・自覚症状なし ・接触出血(性交時)	・不性器出血 ・おりものの色、におい、量の変化

図3

粘膜接触や体液を通じてHPVが入り込み、子宮頸部にあるがん抑制遺伝子の働きを悪くすることが分か

っています。また、約80%の女性が生涯のうち1度は感染するありふれたウイルスですが、免疫の働きでほとんどが撃退されてしまいます。

しかし、免疫が弱くなっていたり性感染症に感染していたりすると、ウイルスを撃退できずに感染し、やがてがんに進行します。

子宮体がんは、エストロゲン(卵胞ホルモン)が長期間出て子宮内膜を刺激し続けていることで、子宮内膜が厚くなり子宮体がんが発生しやすくなります(図2、3)。

エストロゲンは、中性脂肪をためておく脂肪細胞からも分泌されるので、肥満とも関係が深いです。

●子宮頸がん検診について

当センターでは、年に2〜3回集団検診を実施しており、広報折込チラシや新聞折込チラシなどでお知らせしています(随時予約受付中)。

対象

20歳以上の女性で、2年

以上検診未受診の方

日時

11月12日(木)、13日(金)
7時〜11時30分

国民年金は、あなたが主人公です

あなたのための
「国民年金」

「カラ期間」をご存じですか？

加入期間が数年足りず年金が受けられないときは

「老齢基礎年金を受けるのに、加入期間が数年足りなかった」といったご相談を受けることがあります。老齢基礎年金を受けるためには、保険料を納付した期間と免除された期間を合算して25年の年金加入期間が必要です。この25年には年金額には反映されませんが、合算対象期間いわゆる「カラ期間」も含まれることになっています。

「カラ期間」とは

20歳以上60歳未満で、国民年金に任意加入しなかった『①昭和36年4月～昭和61年3月までの厚生年金等加入者の被扶養配偶者、②昭和36年4月～平成3年3月までの学生、③海外に住んでいた期間のある日本人』などが主なカラ期間となります。

本人の申し出が必要です

この「カラ期間」は、日本年金機構に記録が残されていないため、ご本人の申し出に基づいて「カラ期間」の有無が調査されることになっています。「カラ期間」を持っていると思われる方は、下記へお問い合わせください。

「カラ期間」がない方は

25年の資格期間を満たせない方は、資格期間を補うため60歳～70歳になるまでの間で、国民年金の任意加入者になることもできます。この場合の保険料の額は、一般の第1号被保険者と同額です。ただし、任意加入者には免除制度がありませんので、ご注意ください。

お問合せは

- ▷釧路年金事務所 年金記録課 (☎0154-22-0112)
- ▷標津町役場 国民年金担当 (☎82-2131)
- ▷ねんきんダイヤル (☎0570-05-1165)

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ます「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)



11月の年金出張相談所開設日

日 時：10日(火) 13時～17時 場 所：中標津町役場
11日(水) 9時～14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

(8月21日～9月20日)

- 【8月24日】札幌市
水土里ネット 北海道臨時総会
- 【8月28日】
平成27年国勢調査調査員説明会
- 【9月1日】根室市
根室町村会第4回町長会議ほか
- 【9月2日】札幌市
北海道市町村総合事務組合議会ほか
- 【9月4日】札幌市
第22回札幌標津会総会・懇親会
- 【9月6日】
標津分屯地創立58周年記念行事
第3回元気に頑張る標津の子サミット
- 【9月8日】
自衛隊協力会転入隊員歓迎会
- 【9月10日】
標津こども園建設に関する庁内連携会議
- 【9月14日】
UAゼンセン青年委員会来庁
- 【9月16日】
第3回標津町議会定例会
- 【9月18日】
秋の全国交通安全運動街頭啓発
- 【9月19日】
標津はまなす苑敬老会
<以上、主なもの>

乳幼児健康相談日程

10月22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

問合せ先 保健福祉センターひまわり
☎82-1515



10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	資源ごみA 空缶、ペット・トレー、 発砲、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、 発砲、容器包装(プラ)、 容器包装(紙)、紙ハック 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	1日(木) 22日(木) 11月12日(木)	15日(木) 26日(月) 11月9日(月)	5日(月) 19日(月) 11月2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	2日(金) 23日(金) 11月13日(金)	13日(火) 27日(火) 11月10日(火)	6日(火) 20日(火) 11月6日(金)
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	3日(土) 24日(土) 11月14日(土)	14日(水) 28日(水) 11月11日(水)	7日(水) 21日(水) 11月4日(水)

※11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㈱☎0120-79-3106まで。

11月の実施地域

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 伊茶仁、浜古多糠
崎無異、忠類、薫別

申込期限 10月23日(金)

申込先 渡邊清掃㈱

☎0120-79-3106
0153-82-2220

スポーツ

☆10月のスポーツ☆

- 3日(土)
ふれあいスポーツデー前夜祭
〔17時～ 総合体育館〕
- 4日(日)
ふれあいスポーツデー本祭
〔9時～ 総合体育館〕
球場納め野球大会
〔8時～ 町営球場〕
- 6日(火)、8日(木)、13日(火)、15日(木)
ファミリーバドミントン教室
〔16時～ 総合体育館〕
- 7日(水)～28日(水)
レッツ、ウォーキング
〔毎週水曜18時30分～ 総合体育館〕
- 10日(土)
道新カップ小学生バレーボール大会
〔9時～ 総合体育館〕
- 11日(日)
第24回町民ソフトバレーボール大会
〔9時30分～ 総合体育館〕
- 13日(火)
体組成計からだチェックデー
〔10時～、18時～ 総合体育館〕
- 18日(日)
第34回町民バドミントン大会
〔9時～ 総合体育館〕
- 25日(日)
旧標津線跡地フットパス
〔旧標津線跡地〕
- 26日(月)
スポーツ体験教室
〔16時～ 総合体育館〕
- 30日(金)～31日(土)
スピードスケート陸上講習会
〔町営リンク〕
〈以上、主な大会、教室など〉

相談

「秋の無料法律相談会」のお知らせ

弁護士が無料で法律相談を実施します。

- 日 時 10月21日(水)
13時30分～16時
- 場 所 役場1階会議室
- 相談例 借金問題、相続問題、交通事故、悪徳商法、ご近所トラブルなど
- 申込先 総務課(内線77・204)
※相談には事前申し込みが必要です。

人権に関する相談は 法務局へ

不当な差別、職場・学校でのいじめ、相隣間のトラブル、インターネットでの誹謗中傷・プライバシー侵害など、人権問題でお困りの場合は、法務局の各種相談をご利用ください。

相談時間(土日・祝日除く)

8時30分～17時15分

電話相談

みんなの人権110番

☎0570-003-110

子ども人権110番

☎0120-007-110

女性の人権ホットライン

☎0570-070-810

来所相談

釧路地方法務局根室支局

(根室市弥栄町1-18)

10月19日～25日は 行政相談週間です

国の行政などに関するご相談をお寄せください。

■行政相談委員

行政相談委員は、住民の皆さまからの行政に関する苦情やご意見・ご要望などの相談に応じます。相談は無料で秘密は厳守しますので、お気軽にご連絡ください。

※本町の行政相談委員は
小笠原正一さんです。
(北3西3、☎82-2867)

■釧路行政評価分室

下記「行政苦情110番」へご連絡ください。

☎0570-090-110

女性のためのなんでも 相談所を開設します

根室人権擁護委員協議会では、相談者を女性に限定した「女性のためのなんでも相談所」を開設します。

夫やパートナーからの暴力、職場でのセクシュアル・ハラスメントや差別待遇などの人権問題や、さまざまな悩み事や困り事に、女性人権擁護委員が無料相談に応じます。

予約は不要で、相談内容などの秘密は堅く守られますので、ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか。

日 時

11月29日(日)

13時～16時

場 所

別海町マルチメディア館

多目的会議室

問合先

釧路地方法務局根室支局

☎0153-23-7810

10月の精神保健福祉遠隔相談日程

中標津保健所では、毎月こころの問題でお悩みの方を対象とした、精神科医師によるテレビ電話での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 10月21日(水) 13時30分～16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。

毎週土曜日「魚の日」も開催致しております。

また、秋鮭の御注文も承っておりますので
是非利用ください

 標津漁業協同組合 直売所

お問い合わせ TEL 0153-82-2035

ホンダ・ヤマハ 除雪機専門店

購入、買替え、下取り、OK

点検、修理 承り中!



ツインカム エムワイ
Twin Cam M.Y.

標津町川北本通29-1

☎(0153) 85-3822

交通

秋の輸送繁忙期の交通安全運動が始まります

交通事故が多発しています。安全運転を心がけましょう。

期間

10月14日(水)～23日(金)

重点

- 子どもと高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 全ての座席でのシートベルト・チャイルドシートの正しい着用
- スピードの出し過ぎ防止
- デイ・ライト(昼間点灯)実践
- 居眠り運転による交通事故防止
- 飲酒運転の根絶

一住民生活課・中標津警察署一

自動車点検整備推進運動を実施しています

国土交通省では9月～10月を、自動車の点検整備(日常点検および定期点検)強化月間と定め、関係団体と協力して自動車点検整備推進運動を実施しています。

詳しくは、下記自動車点検整備推進協議会ホームページをご確認ください。

ホームページ

<http://www.tenken-seibi.com>

問合せ先

北海道運輸局釧路運輸支局
☎0154-51-2522

表彰

隠れた善行や表彰を受けられた方をお知らせください

町では、毎年12月に表彰式を開催しています。各種ボランティア・清掃活動の実践や物品の寄贈など、地域で隠れた善行・功績のある方がいましたら、ぜひご連絡をお願いします。

また、表彰式の際、全国・全道レベルで各種表彰を受けられた方をしおりにて紹介しています。

平成26年10月～平成27年9月までの間に、町経由で表彰の推薦を行った以外で表彰や賞を受けられた方はお知らせください。

報告期限 10月16日(金)
報告先 総務課 総務担当
(内線77・204)

ふるさと応援寄付金をいただきありがとうございました

平崎 利朗 さん(鹿児島県鹿児島市)

※ご本人の了承を得て掲載しています。

その他3人の方から寄付をいただいています。

※ご本人の希望により、氏名は掲載できません。

寄付金はその目的を達成するために有効に活用させていただき、今後広報紙や町ホームページで寄付金の活用内容などをお知らせします。

戸籍の窓口から

(8月11日～9月10日届出分)

ご結婚おめでとう!

田村 正人さん・田村 沙織さん(緑町)
幾田 智久さん・根上 奈巳さん(弥栄町)

お誕生おめでとう!

須田千咲都ちゃん(西古多糠) 寛明・香奈美

おくやみ申しあげます

森田 武光さん	(桜ヶ丘町)	91歳
西 政治さん	(北標津)	80歳
千葉 博志さん	(東川北)	88歳
本村 巴江さん	(住吉町)	73歳
安住 久子さん	(鳩ヶ丘町)	77歳
濱向 傑さん	(望ヶ丘町)	70歳
山下フサ子さん	(望ヶ丘町)	82歳
永井美恵子さん	(緑町)	64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

(8月11日～9月10日受納分)

- 体育文化振興基金に**――
 - 龍雲寺さま
 - 標津病院に**――
 - しべつ・プリマの会さま
 - 社会福祉協議会に**――
 - 市川 操さん
 - 木下 直枝さん
 - 森田トシエさん
 - 西 美智留さん
 - 山田 良子さん
 - 本村 統一さん
 - 千葉 実さん
 - はまなす苑に**――
 - 西 美智留さん
 - 千葉 実さん
 - 大屋 知行さん
 - 佐藤 信子さん
 - 仙石 孝義さん
 - 林 裕子さん
 - 熊谷 ミヨさん
 - 朝倉 英子さん
 - 理容こばやしさま
 - 龍雲寺梅花講さま
 - 曙町内会女性部さま
 - 若草会さま
- ※ご本人・団体の了承を得て掲載しています。

「必ずチェック 最低賃金! 使用者も 労働者も」

最低賃金額

時間額 **764 円**

効力発生年月日

平成27年10月8日

道内で事業を営む使用者およびその事業場で働く全ての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイトなどを含む)に適用される北海道最低賃金が改定されます。

問合せ先 釧路労働基準監督署 ☎0154-42-9711

町内会・団体等の人事短信

(9月10日までの報告分) ※敬称略

さけますセンター伊茶仁事業所長
新坂上 哲也 旧小野 郁夫

twitter で情報発信中!

町では、ツイッターを通じて情報の発信を行っており、イベント情報など、防災行政無線の放送内容が随時更新されています。この公式アカウントは情報発信専用につき、原則として返信などは行っていません。

URLは下記の通りです。

http://twitter.com/shibetsu_town

※右のQRコードからもアクセスできます→



広報しべつへの広告掲載募集中!

対象 町内の事業者および活動団体など
広告掲載料 ※1枠1回の単価

- ▷ 4,000円 【縦 45mm × 横 88mm】
- ▷ 8,000円 【縦 45mm × 横 179mm】
- ▷ 9,000円 【縦 95mm × 横 88mm】
- ▷ 17,000円 【縦 95mm × 横 179mm】

申込期限 掲載希望月の前月の10日まで
問合せ先 総務課 広報統計担当(内線221)

町税などの「休日納税窓口」をご利用ください

仕事などの都合で、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」など、さまざまなご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。

町道民税や固定資産税、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、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できます。詳しくは、下記問合先へご連絡ください。

月 日	会 場	時 間
10月24日(土)	役場 1 階窓口	8時30分 ～17時15分
10月25日(日)	川北生涯学習センター	

「現年度分収納率100%」をめざして
STOP the 滞納!

“みなさんの納税が まちづくりを支えています”

【今月の納期一覧】

●11月2日(月)

第2期 町道民税、第5期 国民健康保険税
第4期 後期高齢者医療保険料

問合先 税務課 収入担当 ☎82-2131(内線109)

ご み

ごみ収集車を 更新しました

町内のごみ収集を一手に行うパッカー車(ごみ収集車)が老朽化のため更新されました。

新パッカー車は、「海・山・川・大平原がおりなす感動の大地・標津町」を表現するため、車体側面に青(海、川をイメージ)と緑(山、大平原をイメージ)のラインを入れ、サケ、ホタテ、牛、ハマナスのイラストをあしらったデザイン。

9月14日に納車され、16日からごみ収集を開始しています。



標津病院外科医師紹介

この度、標津病院に吉田直裕医師の後任として、日野東洋医師が着任しました。

期間は、平成27年9月16日～平成28年3月31日までの予定です。どうぞよろしくお願ひします。



日野医師

問合先

標津病院 ☎82-2111

職員紹介

新規採用者(9月1日付)
～よろしくお願ひします～



加藤京子
(標津病院)



国勢調査にご協力ください

～紙の調査票の提出期限は10月7日です～



国勢調査は、本年10月1日現在、日本に住む全ての人を対象に行われている国の最も重要な統計調査です。

先行して行われたインターネット回答期間に回答が無かった世帯には、現在、9月下旬から調査員が紙の調査票をお持ちしています。

記入した紙の調査票は、**10月7日までに**調査員へ直接提出するか、調査票と一緒に配布された郵送提出用封筒に入れてポストへ投函するようお願いいたします。

注意点

- ・インターネット回答された世帯には、紙の調査票は配布されません。
- ・調査票には、**赤ちゃんから高齢者まで、全ての世帯員**を漏れなく記入してください。
- ・調査票の**記入は、黒の鉛筆またはシャープペンシルで行い**、ボールペンは絶対に使用しないでください。
- ・調査票には**表と裏の両面に記入箇所**がありますので、記入漏れのないようご注意ください。

問合先 国勢調査実施本部(総務課内) ☎82-2131

平成27年秋の全道火災予防運動を実施します

【目的】

この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、町民の火災予防思想の一層の普及を図るとともに火災の発生を防止し、死傷事故や財産の損失を防ぐことを目的とし、特に、住宅用火災警報器などの普及促進を図り、高齢者などを中心とする死者の発生を減少させることをめざすものです。あわせて、年々増加する放火火災・連続放火火災に対する予防対策の推進などについて、広く周知・啓発を行います。

【統一標語】 『 無防備な 心に火災が かくれんぼ 』

【実施期間】 平成27年10月15日(木)～10月31日(土)

《 住宅防火 いのちを守る 7つのポイント 》
— 3つの習慣・4つの対策 —

3つの習慣

- ◎ 寝タバコはしない。
- ◎ ストープの周囲に、洗濯物など燃えやすい物を近づけない。
- ◎ ガスコンロなど、火気を使う際はその場を離れず、離れるときは必ず火を消す。

4つの対策

- ◎ 就寝中の火災から身を守るため、寝室などに**住宅用火災警報器**を設置する。
- ◎ 寝具や衣類からの火災を防ぐため、できる限り**防災品**を使用する。
- ◎ 火災を初期の段階で消すため、できる限り**住宅用消火器**などを設置する。
- ◎ お年寄りや身体の不自由な人を守るため、**隣近所の協力体制**をつくる。



～ 標 津 消 防 署 ～

☆☆☆ 郷土(標津町)の活性化を 町民の力で ☆☆☆
まちが変わります。 変えましょう!!

地元で買おう 地元を使おう
地元で食べよう
「地産地消」の心で!!

生き生き標高郷土の標・地域で育てる
標津高校
標高の存続は町民みんなの願い!!

急募 正社員

経験よりもあなたのヤル気が必要です

職種 **工場作業員 (2名)**
飼料原料製造作業など
○詳細は面接時に説明します

資格 **普通免許**

※フォークリフト免許(経験)あれば尚可

賃金 **200,000～215,000**

賞与 年2回(但し3か月間は試用期間)

休日 **日・祝 他(お盆・年末年始)**

時間 **8:30～17:30**

加入保険 **雇用・労災・健康・厚生**

応募 **まずはお電話ください**

株式会社北海ケミカル TEL **0153-82-2429**

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無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

道内に在住の方のうち

- ①：妊娠を希望する出産経験の無い女性
- ②：①の配偶者（事実上婚姻関係にある者も含む）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、「過去に風しん抗体検査を受けたことがある」「過去に風しんの予防接種を受けている」「検査により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。

※ 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。中標津保健所へお問い合わせください。

助成金額

検査方法によって助成額が異なり、どちらか1回を限度とします。

- ①：EIA法 6,690円 ②：HI法 5,250円

申請に必要な書類

北海道風しん抗体検査事業補助金交付申請書、領収書、住所地进行を証明する書類の写（健康保険証、運転免許証、はがきなどの写）

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

申請期限 平成28年3月10日

申請・問合せ 中標津保健所 ☎0153-72-2168

第4回中標津フォーラムに参加しませんか？

中標津保健所では、精神疾患を持つ当事者とその家族とのコミュニケーションの理解を目的として、標記フォーラムを次のとおり開催します。参加は無料で、興味・関心のある方はどなたでも参加できますので、ぜひご参加ください。

日時 10月24日(土) 10時～16時

場所 中標津町総合文化会館しるべっと 2階 第1研修室
(中標津町東2条南3丁目1番地1 ☎0153-73-1131)

内容 「自立へのすすめ」～家族同居からグループホームへのみちしるべ～
講師：渡辺 芳之 氏（帯広畜産大学 心理学博士）
※講演後に懇談会を行います。



申込 10月22日(木)までに電話もしくはFAXで申し込みください。

※ご希望の方は昼食（お弁当：500円）の用意ができます。

※託児（人数制限あり）も受け付けています。希望する方は申し込みの際に託児希望人数・お子さんの年齢をお伝えください。

申込先 中標津保健所健康推進課健康支援係 ☎0153-72-2168 FAX 0153-72-6894

骨粗しょう症検診を受診ください

検診日時

10月14日(水) 14時～16時
※30分間隔で受け付けします。

会場

保健福祉センターひまわり

対象者

40歳以上で過去5年間受診していない方



検診内容

前腕骨の骨密度の検査（レントゲン検査）
※検査当日に結果をお返しします。

料金 650円

定員 50人

申込期限 10月9日(金)

※定員になり次第締め切ります。

「恩返し」



かない **金井** みなみ **美奈実**さん
(望ヶ丘町)
大地みらい信用金庫

今 年高校を卒業し、4月から大地みらい信用金庫標津支店に勤務している金井美奈実です。

私は、標津町の古多糠で育ちました。幼いころからとてもやんちゃで、今思い出したら

とても手のかかる子どもだったと思います。私がなぜ就職を選んだのかというと、今まで迷惑ばかりかけてしまった家族と、私たち子どもを温かく見守ってくださっている標津町の方々に少しでも恩返しをしたいと思ったからです。

私は標津町が大好きです。小さい町ではありますが、地域の方々はとても優しく、困っている人がいたら助け合え、自然が豊かで、私たち子どもがこうやって安全に暮らすことができています。地域の方々が私たちを見守ってくださっているからだと思います。

標津という町があることを、標津のいいところを少しでも多くの方に知っていただきたいです。どうやって知っていたか、方法は今の私には正確には思

いつきませんが、標津町に少しでも多くの方に住んでいただけたら、とても嬉しいです。

恩返し恩返しと言っておりますが、人生何があるかわかりません。もしかしたら来年結婚をして違う場所に行ってしまうかもしれません。5年後、転職にな

ってしまいかもしれません。10年後も標津町で暮らしているかもしれません。これから先のことは全く予想もできないですし、どうなるのかもわかりませんが、その場その状況に応じてできることは必ずあると思います。

いつか私の大好きな方々と標津町に喜んでいただけるような素敵な恩返しをしたいです。



次の「町の声」は藤本 智暁さん(望ヶ丘町)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。

11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 11月10日(火) 13時30分～
場所 川北生涯学習センター
問合先 住民生活課

人のうごき

◇平成27年8月31日現在 (前月比)

・人口	5,398人(+ 2)
・男	2,639人(+ 2)
・女	2,759人(+ 0)
・世帯数	2,318世帯(+ 2)

◆人口前月比の内訳

増		減		比較	
転入	18人	転出	13人	+	5人
出生	4人	死亡	7人	-	3人
計	22人	計	20人	+	2人

町内の交通事故

◇平成27年8月1日～8月31日 (本年の累計)

・人身事故	0件	(3)
・負傷者	0件	(2)
・死亡者	0件	(1)
・物損事故	18件	(108)



現在、平成27年国勢調査が実施されています。国勢調査は人口や世帯の実態を明らかにし、統計の基盤を支える最も重要な調査であり、この調査結果から得られた「法定人口」は、地方交付税の配分など、私たちの暮らしに直結する、さまざまな場面で使用されます。調査へのご協力をお願いします。▷秋の訪れとともに、長い旅を経て、鮭たちが標津に帰って来ています。大自然の恵みに感謝しながら、今年こそは豊漁となり、町がおおいに賑わうことを心から祈っています。(T)