



# しべつ SHIBETSU

## 12 広報

2022(令和4年)Vol.670

海・山・川・大平原がおりなす

感動の大地・しべつ標津町



### ふるさとの味いただきます

恒例のふるさと給食が、11月11日、町内の小中学校と高校で行われました。

この日の給食には標津町水産加工振興協会（島田裕樹会長）からイクラを、標津漁業協同組合女性部（室谷あけみ部長）からサケすり身が無償提供いただきました。

地元の食材をふんだんに使った給食を食べた児童たちからは「一年ぶりのイクラだ」「口に入れてかんだ瞬間のはじける感じがたまらない」などの声が聞かれ、笑顔で美味しそうにほおぼっていました。

# お知らせします

# まち 郷土の台所事情



財政状況の公表②

先月号に引き続き、本町の財政状況をお知らせします。

今回は「令和3年度普通会計決算額を家庭の収支に例えた場合」や「借入金と貯金の残高」をお知らせします。

## ◆令和3年度 普通会計決算額

普通会計：財政の統計で使用される会計区分。本町の場合は一般会計を指します。

年収500万円の  
家計に例えると

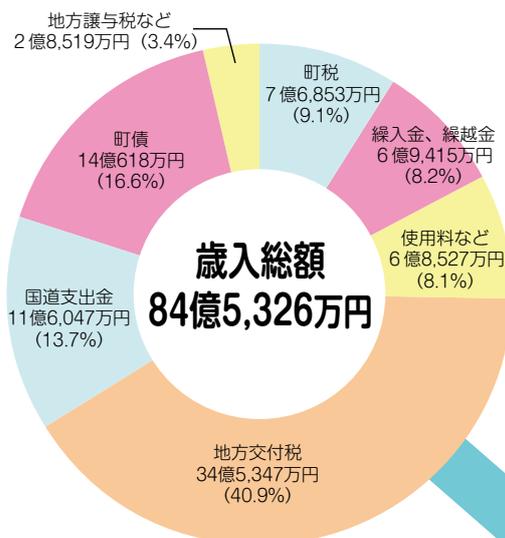
### 歳入

1年間の収入額

- 町税**：町民税や固定資産税など皆さまから納めていただいた税金
- 繰入金・繰越金**：基金の取り崩しと前年から繰り越されたお金
- 使用料など**：各施設の利用料金や証明書発行の手数料など
- 地方交付税**：全国どこに住んでいても公平なサービスが受けられるように、国から所得税などの国税の一定割合が交付されるもの
- 国道支出金**：事業や事務を実施するために国や道から交付された補助金など
- 町債**：事業実施のための借入金
- 地方譲与税など**：国や道に納められた税金の一部が配分されるもの

**町民1人当たりが負担する町税**  
**15万4,571円**

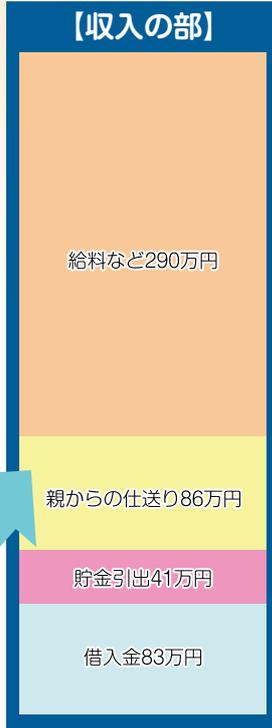
【参考：札幌市は17万2,330円】※



【町の科目→家計の科目】  
町税、地方交付税など→給料など  
国道支出金など→親からの仕送り  
繰入金、繰越金→貯金引き出し  
町債→借入金

地方交付税は、所得税などの国税の一定割合が交付されるものですが、国が地方に代わって徴収する地方税（地方固有の財源）とされていることから、「親からの仕送り」ではなく、「給料など」に区分して作成しています。

### 【収入の部】



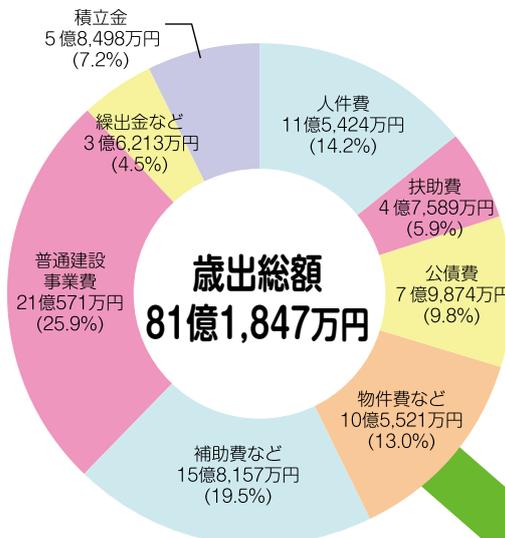
### 歳出

1年間の支出額

- 人件費**：職員の給料や議員の報酬など
- 扶助費**：高齢者や障がい者、児童への援助費など福祉関係の経費
- 公債費**：町債の元利償還金
- 物件費、維持補修費**：事業や施設の運営経費（委託料、光熱水費ほか）および施設の維持補修経費（修繕料、除雪費）
- 補助費など**：各種団体への補助金、交付金や保険料など
- 普通建設事業費**：道路や建物の建設事業費や土地購入費など
- 繰出金など**：各特別会計へ制度上または収支不足を補うために支出するものなど
- 積立金**：基金への積立金、町の貯金

**町民1人当たりが受けるサービス**  
**163万2,933円**

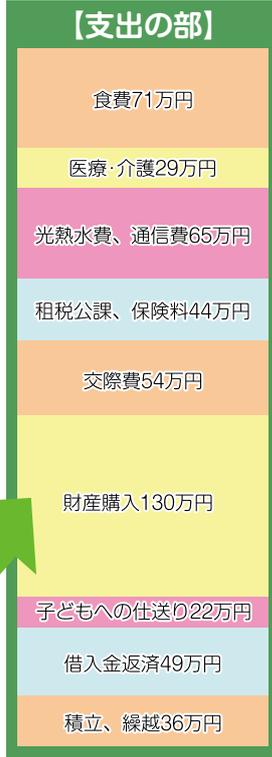
【参考：札幌市は58万8,933円】※



【町の科目→家計の科目】  
人件費→食費  
扶助費→医療・介護  
物件費、維持補修費→光熱水費、通信費  
補助費など（負担金）→租税公課、保険料

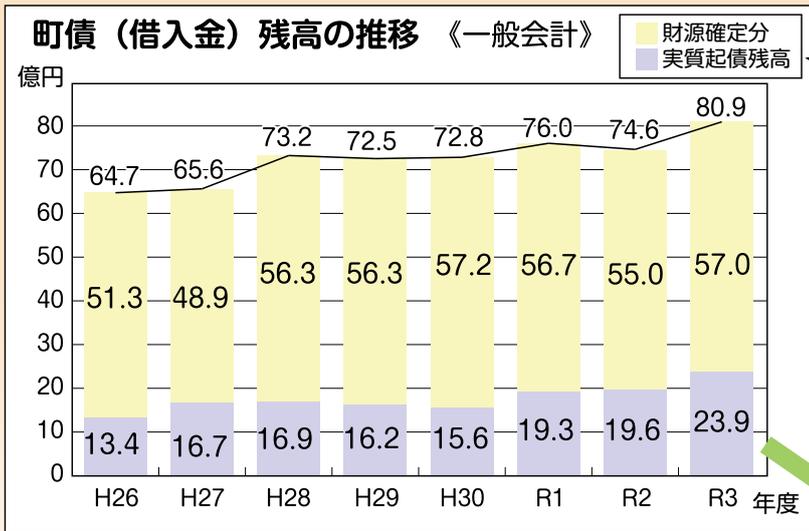
補助費など（補助金）→交際費  
普通建設事業費→財産購入  
繰出金など→子どもへの仕送り  
公債費→借入金返済  
積立金、収支差引→積立、繰越

### 【支出の部】



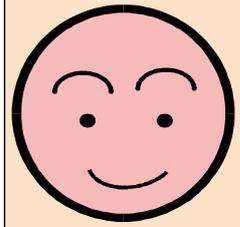
※札幌市が公表している令和4年度当初予算における金額です。

# ◆まちの借入金残高



**「財源確定分」**  
将来、地方交付税や使用料などで賄われる部分

**「実質起債残高」**  
財源確定分を除いた実質的な借入金残高



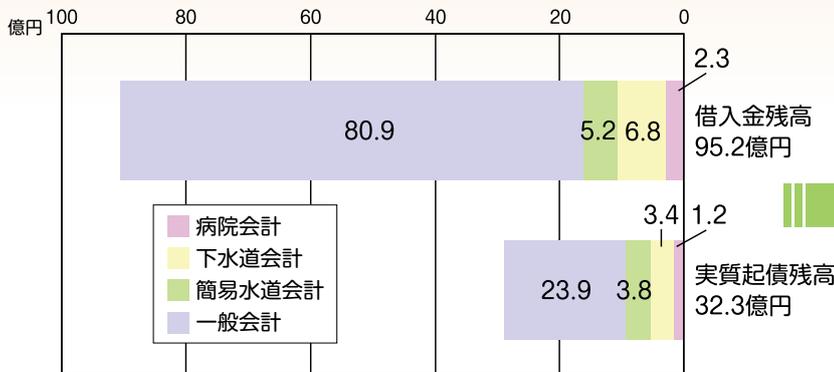
令和3年度はサーモンプラザ新築や光ファイバ整備などに14億618万円を借入しました。今後も地方交付税で補てんされる有利な起債の活用を基本とし、借入と返済のバランスを保つよう努めます。

町民1人当たりの借入金残高は…

**48万円** (前年は39万円でした)

借入金残高を単純に人口で割り返した町民1人当たりの借入金残高は、163万円となりますが、地方交付税や使用料などで賄われる部分を除いた実質的な町民1人当たりの残高は48万円となります。

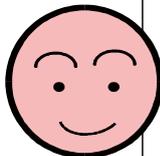
### 【参考】全会計の借入金残高



特定の収入で事業を行う下水道会計や病院会計などを含む全会計の借入金残高は、95億2千万円ですが、上記のように将来地方交付税などで補てんされる部分があることから、実質的な残高は32億3千万円となります。

# ◆まちの貯金残高

基金（貯金）は、特定の事業実施のためや収入不足を補うために積み立てているものです。平成28年度からは地方交付税の削減や大型事業の実施などにより減少傾向にありましたが、令和3年度は今後の施設整備や子育て施策などの財源として積み立てを行ったことで残高は増額となりました。今後も計画的な運用（積み立てまたは取り崩し）に努めます。



町民1人当たりの貯金残高は…

**91万円** (前年は88万円でした)

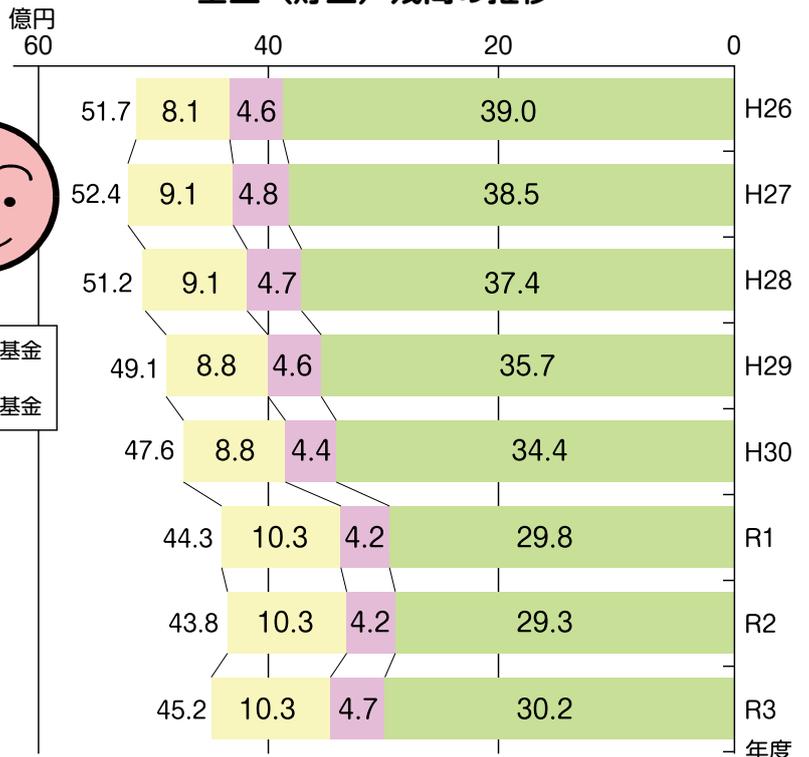
■ 特定目的基金  
■ 減債基金  
■ 財政調整基金

**「財政調整基金」**  
災害発生などの緊急の支出への対応や年度間の財源の不均衡を調整するための基金

**「減債基金」**  
借入金の返済を計画的に行うための基金

**「特定目的基金」**  
各種事業を計画的に実施するための基金。本町では現在「酪肉経営振興対策基金」や「水産振興基金」、「ふるさと新生プラン・ステップⅡ推進基金」など16の特定目的基金を設置しています。

### 基金（貯金）残高の推移



# 町職員の給与・町職員数のあらまし

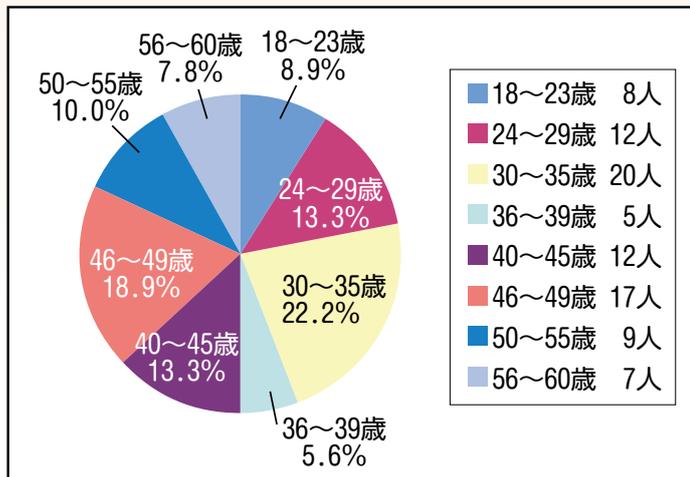
町職員の給与は、職務に応じた給料と各種諸手当から構成されており、国や他の地方公共団体の給与との均衡を考慮し、町議会で議決された「標津町職員の給与に関する条例」によって決められています。

また、職員の給与と使用者負担分の共済費を合わせた経費を人件費といいます。

この内容を町民の皆さまにご理解いただくため、職員数の状況とともに、その概要をお知らせします。

## (4) 一般行政職の年齢別職員数の状況

(令和4年4月1日現在)



## 職員の任免および職員数に関する状況

### (1) 部門別職員数の状況 (各年4月1日)

町職員の定数は、条例で上限186人と決められています。

区分	職員数			摘要
	令和3年	令和4年	前年増減数	
一般行政	86人	86人	0人	議会・総務・税務・農林水産・商工・土木・民生・衛生等職員
特別行政	38人	36人	▲2人	教育関係職員
公営企業等会計	57人	57人	0人	簡易水道・下水道・病院・国民健康保険・介護保険等職員
合計	181人	179人	▲2人	

## 職員の給与の状況

### (1) 人件費の状況 (一般会計決算)

人件費には、一般職をはじめ特別職に支給される給与と共済費などの使用者負担に係る経費が含まれています。

また、月々の給料と諸手当を合わせた職員給与費は(2)のとおりです。

区分	住民基本台帳人口	歳出総額 A	実質収支	人件費 B	人件費比率 (B/A)	(参考) 2年度の 人件費比率
3年度	R4.1.1現在 4,977人	千円 8,118,471	千円 329,733	千円 880,709	% 10.8	% 12.0

### (2) 職員給与費の状況 (一般会計予算)

区分	職員数 (A)	給与費			1人当たり給与費 (B)/(A)
		給料	職員手当	計(B)	
4年度	人 128	千円 455,572	千円 234,641	千円 690,213	千円 5,392

※職員手当は、扶養、通勤、住居、期末・勤勉手当などで、退職手当は含みません。

### (3) 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況

(令和4年4月1日現在)

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般会計	円 289,526	円 328,215	41歳3カ月	円 295,200	円 300,950	59歳3カ月

※「平均給料月額」は、令和4年4月1日現在における基本給の平均で、「平均給与月額」は、職員手当などの額を合計したものです。

### (2) 職員の採用および退職者の状況

定員適正化目標では、有資格職員を除く定年退職者の2分の1の数を補充することとしています。(有資格職員とは、保育教諭、栄養士、看護師などの職員です)

(令和4年4月1日付、令和3年度途中採用/令和3年度退職等)

区分	採用	退職			合計
		定年	自己都合	その他	
一般職	11人	▲4人	▲2人	▲7人	▲2人
技能労務職	1人	▲1人	0人	0人	0人
合計	12人	▲5人	▲2人	▲7人	▲2人

※採用の内訳は、事務職4人、保健師1人、薬剤師1人、看護師1人、保育教諭1人、再任用職員4人の計12人。

### (3) 一般行政職の級別職員数の状況

職務の内容と責任の程度に応じた区分に分かれています。

(令和4年4月1日現在)

職務の級	1	2	3	4	5	6	計
基準となる職務	主事技師	主事技師	係長主査主任	課長補佐主幹係長	課長参事	課長	
職員数	16人	17人	18人	21人	16人	2人	90人
構成比	17.8%	18.9%	20.0%	23.3%	17.8%	2.2%	100%

※「一般行政職」とは、保健師、医療技術職、教育職などの特殊な職種を除いた一般事務職や一般技術職をいいます。

※職員数については、給与条例に基づく給料表の級区分による職員数であり、職員の再任用に関する条例に基づき採用された再任用職員12人は含みません。

(7) 期末・勤勉手当と退職手当の状況

期末・勤勉手当および退職手当の支給率は次のとおりです。  
 国（国家公務員）では、期末・勤勉手当に役職に応じた加算率が算定されており、町においても次のとおり適用しています。  
 また、退職手当は退職理由と勤続年数に応じた支給率に退職時の給料月額を乗じて算出されます。

(令和4年4月1日現在)

区分	標津町			国		
	一般職員	期末手当	勤勉手当	一般職員	期末手当	勤勉手当
期末・勤勉手当	6月期	1.20月分	0.95月分	6月期	1.20月分	0.95月分
	12月期	1.20月分	0.95月分	12月期	1.20月分	0.95月分
	計	2.40月分	1.90月分	計	2.40月分	1.90月分
	年間支給率 4.30月分			年間支給率 4.30月分		
	※加算措置の状況 職務上の段階、職務の級等による加算措置・役職加算 5~15% ※管理職員については、各期末・勤勉手当の支給率は異なるが年間支給率は同率。			※加算措置の状況 職務上の段階、職務の級等による加算措置・役職加算 5~20% ・管理職加算 10~25% ※勤勉手当は勤務実績により支給率が異なります。(上記率は平均支給月数)		
退職手当	支給率	自己都合	定年	町・国ともに同率です。 ※その他の加算措置として、町・国ともに定年前早期退職特別措置(2~45%加算)を適用しています。		
	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分			
	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分			
	勤続35年	39.7575月分	47.709月分			
	最高限度額	47.709月分	47.709月分			

(8) 特別職の給料などの状況 (令和4年4月1日現在)

町長・副町長・教育長の給料月額は、平成30年11月末をもって削減措置を終了しています。

区分	給料月額等	
給料	町長	846,800円
	副町長	677,700円
	教育長	610,400円
報酬	議長	295,800円
	副議長	237,400円
	議員	187,000円
期末手当	町長	6月期 1.90月分
	副町長	12月期 1.90月分
退職手当	町長	(算定方式) 給料月額×5.126月×4年
	副町長	(支給時期) 任期ごと

※期末手当は職員と同じく、役職加算を適用しています。

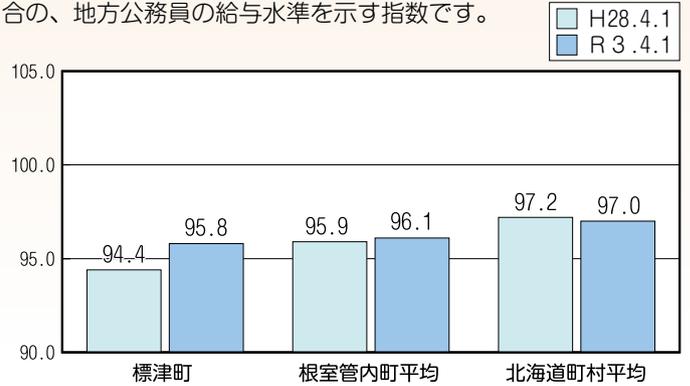
(4) 職員の初任給および経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

(令和4年4月1日現在)

区分	決定初任給	10年以上~15年未満	15年以上~20年未満	20年以上~25年未満
一般行政職	大学卒	182,200円	258,571円	307,871円
	短大卒	160,100円	250,900円	278,067円
	高校卒	150,600円	231,800円	260,000円

(5) ラスパイレス指数の状況

ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の、地方公務員の給与水準を示す指数です。



(6) 職員手当の状況 (令和4年4月1日現在)

給料以外の手当には次のものがあり、それぞれ支給される職員の範囲、手当の額などが定められています。

区分	内容	月額	国の制度と異なる内容	
扶養手当	配偶者	6,500円	同	
	配偶者以外	6,500円		
	父母等	6,500円		
	子	10,000円		
	15歳から22歳までの子の加算	5,000円		
住居手当	持家	5,000円	異 (持手当無し) (借家月額16,000円以上)	
	借家月額11,000円を超える家賃を支払っている場合、家賃額に応じて支給	限度額 28,000円		
通勤手当	自家用車等利用		異 (通勤距離区分13区分 2,000円~ 31,600円)	
	片道距離	2km~5km未満		2,000円
		5km~10km未満		4,200円
		10km~15km未満		7,100円
		15km~20km未満		10,000円
		20km~25km未満		12,900円
25km以上	15,800円			
管理職手当	町長が指定する課長職等	35,000円	異 (区分)	
	会計管理者、課長、参事職等	30,000円		
	課長補佐職	25,000円		
	主幹職	20,000円		
寒冷地手当	11月から3月までの期間、各月の初日に在職する職員に支給		異 (級地区分)	
	世帯主	扶養親族等がいる職員		26,380円
	扶養親族等がない職員	14,580円		
	その他の職員	10,340円		
時間外勤務手当	正規の勤務時間を越えて勤務を命ぜられた職員に支給		同	
	令和3年度(一般会計職員)	支給総額 15,372千円 職員1人当たり支給年額 171千円		

☆給与・定員管理の状況は、町ホームページでも、詳細を公表しています。  
 URL [https://www.shibetsutown.jp/gyosei/jinji/kyuyo\\_tein/](https://www.shibetsutown.jp/gyosei/jinji/kyuyo_tein/)

## 職員の分限および懲戒処分の状況

### (1) 令和3年度の処分状況

分限処分				懲戒処分				
降任	免職	休職	計	戒告	減給	停職	免職	計
0人	1人	0人	1人	0人	0人	0人	0人	0人

※分限処分とは、公務能力の維持を目的に職員に対してされる処分  
で、制裁的なものではありません。

※懲戒処分とは、職員の義務違反に対して責任を問い、秩序の維持を  
図るための制裁的な処分です。

## 職員福祉の状況

### (1) 職員の福利厚生の実施状況 (令和3年度)

事業名	事業概要
総合健康診断	40歳以上は毎年受診、30歳以上39歳以下は隔年 受診。(109人受診)
定期健康診断	総合健康診断の対象外の職員が毎年度受診。 (99人受診)
衛生委員会	職員の疾病を未然に防止し、快適な職場環境の 形成を目的に開催。

### (2) 公務災害などの状況

令和3年度 申請件数	令和3年度認定状況			令和3年度末 未認定件数
	公務上	公務外	計	
1件	1件	0件	1件	0件

## 職員の研修の状況

根室町村会主催	道主催	町主催	その他
14人	0人	18人	16人

※総務課所管分

- ・根室町村会では、新規採用や一定の年数を経過した管内の町職員  
を対象に各分野の研修会を開催。
- ・道主催は、各種専門課程を全道の市町村職員を対象に道庁舎で  
開催。
- ・町主催は、全職員を対象にした研修会を開催。

## 公平委員会に関わる業務の状況

令和3年度、勤務条件に関する措置要求<sup>(※①)</sup>および不利益処分  
に関する不服申し立て<sup>(※②)</sup>はありませんでした。

(※①) 職員が給与や勤務時間その他の勤務条件に関し、適当な  
措置が執られるべきことを要求することができる制度。

(※②) 懲戒その他その意に反する不利益な処分を受けた職員  
が、不服申し立てをすることができる制度。

## 令和3年度町長交際費支出状況

区分	お悔やみや お祝い	見舞い	餞別	募金等 寄附的 なもの	懸案事項 等処理	その他	計
件数	68件	0件	1件	0件	6件	0件	75件
金額	620,100円	0円	10,000円	0円	180,000円	0円	810,100円

## 定員適正化計画の数値目標および進捗状況

### (1) 定員適正化目標

本計画は、平成23年4月に策定された標津町ふるさと新生プラン  
ン・ステップⅡにおいて、町が人件費を支弁している全ての職員  
(役場、病院、消防などの職員)数から、前年度定年退職者数の  
2分の1の人員を補充することを基本として推計する目標です。

### (2) 定員適正化計画の年次別進捗状況の推移

区分	H29	H30	R1	R2	R3	R4	
前年度末職員数①	178	178	186	187	191	193	
新規採用職員数②	15	14	17	13	17	14	
内訳	定年補充	1	3	2	3	5	4
	その他	14	11	15	10	12	10
年度当初職員数③ (①+②)	193	192	203	200	208	207	
年度途中採用職員数④	3	6	2	3	0	0	
退職者数⑤	▲18	▲12	▲18	▲12	▲15	▲5	
年度末職員数⑥ (③+④)-⑤	178	186	187	191	193	202	
前年度との比較⑦ (⑥-①)	0	8	1	4	2	9	

※令和4年度当初職員数までは実職員数を記載し、令和4年度退  
職者数は年度末退職予定者数を記載しています。

※令和4年4月1日現在の新規採用職員数14人の内訳は、役場  
12人(一般職員8人、再任用職員4人)、消防2人です。

※令和4年4月1日現在の年度当初職員数207人の内訳は、役場  
179人(病院・教育委員会等職員含)、根室北部消防事務組合  
標津消防署23人、根室北部衛生組合5人です。

## 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

### (1) 勤務時間の状況

役場の開庁時間は、8時00分～18時00分ですが、標準的な職  
員の勤務時間は次のとおりです。

1週間の労働時間	38時間45分 (1日につき7時間45分)
月曜日から金曜日までの割り振り	8時30分から17時15分まで
休憩時間	12時00分から13時00分まで
週休日勤務の場合	振替休暇による代休措置
開庁時間に伴う時差出勤の場合	各課内において調整

※病院・認定こども園などでは、勤務形態が異なります。

### (2) 休暇などの状況

年次休暇	暦年20日(残日数20日を限度として繰越)
病気休暇	90日間(ただし、結核など町長が特に必要と認める場 合については、1年以内の期間)
特別休暇	親族の死亡(配偶者10日・父母7日・子5日ほか) 結婚6日以内、配偶者の出産3日以内、子の看護休 暇5日以内、産前産後の休暇(分娩予定日前8週間目 (多児妊娠の場合は14週間目)、分娩後8週間目にあ たる日までの必要な期間)など

### (3) 職員の年次休暇の取得状況

(令和3年1月1日～令和3年12月31日)

総取得日数(a)	全体対象職員数(b)	平均使用日数(a)÷(b)
576日	74人	7.8日

※調査対象は、町長部局に勤務する職員です。

# 作成しようマイナンバーカード！その1

## マイナポイント第2弾！申請期限もうすぐ！

マイナンバーカードをお持ちの方は、最大20,000円分のマイナポイントがもらえます。期限が迫っていますので、申請・申込はお早めに！

■令和4年12月末までにカードを申請された方が対象です。  
※有効期限内のカードをお持ちで、まだポイントの申込をしていない方も対象です。

■マイナポイントの申込期限は令和5年2月末までです。  
※期限を過ぎるとマイナポイントは受け取ることができません。



ポイントはキャッシュレス決済サービスにつきます！

①～③合わせて**最大20,000円**

※銀行口座には入りません

①新規取得  
最大**5,000円分**

マイナポイントの申し込み後に  
チャージやお買い物した金額の25%が還元。

選択したキャッシュレス決済サービスによって付与方法、付与タイミングが異なります。

※令和5年2月末までのチャージ、お買い物が対象

②健康保険証としての  
利用申込

**7,500円分**

マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようになります。今お使いの保険証もこれまでどおり利用可能です。

③公金受取口座の登録

**7,500円分**

国などからの給付金があった場合に受取手続きがスムーズになります。

各申請、登録はスマートフォンが便利！申し込みのサポートも！

マイナポイントなど申し込みのお手伝いをしています！

健康保険証としての利用申込やマイナポイントの申し込みが難しい方へ、各申し込みのお手伝いをしています。必要なものを持参の上、ご利用ください。

場所：役場住民生活課4番窓口

時間：平日9時～12時、13時～16時

必要なもの

- ・マイナンバーカード、暗証番号
- ・好きなキャッシュレス決済サービス（決済サービスID、セキュリティコードが分かるものを持参してください）
- ・本人名義の通帳（公金受取口座の登録を希望される方）

※窓口の混雑状況により、お時間がかかる場合があります。

よく申し込みされるキャッシュレス決済サービス例

決済サービス	決済サービスID	セキュリティコード
Pecoma nanaco RARAプリカ など	カードに記載	カードに記載
d払い	dアカウントID	dアカウント パスワード

対象のサービスが使えるか  
確認してね！

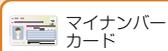


# 作成しようマイナンバーカード！その2

## 作成をサポート！

### マイナンバーカードの健康保険証利用の申込(スマートフォンで申請する場合)

必要なもの



インストールはこちら



**STEP1** 「マイナポータルアプリ」を起動する

**STEP2** をタップする(押す)

**STEP3** 利用規約などを確認して同意する

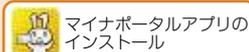
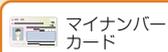
**STEP4** マイナンバーカードを読み取る

申込完了!!



### マイナンバーカードの公金受取口座の登録(スマートフォンで申請する場合)

必要なもの



**STEP1** 「マイナポータルアプリ」を起動する

**STEP2** をタップする(押す)

**STEP3** マイナンバーカードを読み取る

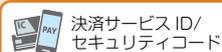
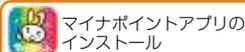
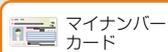
**STEP4** 利用規約などを確認し、口座情報などを入力する

申込完了!!



### マイナポイントの申込(スマートフォンで申請する場合)

必要なもの



インストールはこちら



**STEP1** 「マイナポイントアプリ」を起動する

**STEP2** をタップする(押す)

**STEP3** マイナンバーカードを読み取る

**STEP4** お好きなキャッシュレス決済サービスを選択する

**STEP5** 決済サービスID/セキュリティコードを入力する

申込完了!!



キャッシュレス  
決済サービス

- PayPay
- nanaco
- pecoma
- d払い
- など

対象のサービスはマイナポイント事業ホームページで確認できます。

※対象のサービスによっては事前登録が必要なものもあります

## マイナンバーカード特設申請窓口を開設します！ 写真撮影無料！

町では特設コーナーを設け、マイナンバーカードの申請サポートを実施します。期間中に申請された方は、カードを窓口に取りに来ることなく自宅で受け取ることができます。必要書類をご持参の上、ぜひご利用ください。

月 日	時 間	場 所
12月 8 日(木)	10時～12時、13時～15時	川北生涯学習センター
12月22日(木)	9 時～12時、13時～16時	役場 1 階ロビー 特設コーナー

- 必要書類**
- 本人確認書類（不足していた場合は、役場窓口での受け取りになります）  
→運転免許証、パスポート、身体障害者手帳  
上記のものがない場合、次のうち2点
  - 健康保険証、介護保険証、年金手帳、年金証書、学生証、医療受給者証など
  - 通知カード（お持ちの方）
  - 住民基本台帳カード（お持ちの方）

## マイナンバーカードに係る年末年始の取り扱いについて

国で個人番号カード管理システムを一時運用停止するため、12月29日(木)、30日(金)の2日間はマイナンバーカードに係るすべての業務・受付を停止しますので、ご了承ください。

## マイナンバーカードで暮らしが便利に！

- マイナンバー（個人番号）を証明する書類がカード1枚で可能です。
- 本人確認の際の身分証明書としてご利用できます。
- 健康保険証としてのご利用できます。
- コンビニなどで住民票の写し、印鑑登録証明書を取得できるようになります。（令和5年度予定）
- 各種行政手続きのオンライン申請できるようになります。（順次拡大予定）
- 運転免許証との一体化が予定されています。（2024年度末予定）

申込・問合せ先 住民生活課戸籍・国民年金担当 ☎85-7243(内線129)

  
**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を随時更新しています。

URL [https://twitter.com/shibetsu\\_town](https://twitter.com/shibetsu_town)

北方領土に関する標語・キャッチコピー  
令和4年度最優秀賞

しま  
**四島還せ！**  
声出し合って 動く今



# 令和5年度 町立認定こども園園児募集

町立認定こども園は、教育と保育を一体的に行い、地域の子育て支援も行う施設で、3歳児から就学前のお子さんの集団活動・異年齢交流など、すこやかな育ちを支援します。

また、保育を必要とする生後6カ月から2歳児のお子さんの保育を行います。

認定こども園法に基づいた質の高い教育・保育の提供と、地域の子育て拠点としての機能を果たすよう努めていきます。



## 認定こども園募集要項

区 分	標津認定こども園「あおぞら」	川北認定こども園「にじいろ」
募 集 定 員	126人	60人
募 集 対 象	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育・教育を希望する3歳児～就学前の子                             <ul style="list-style-type: none"> <li>{ (従来の幼稚園児に当たる1号認定児)</li> <li>{ (従来の保育園児に当たる2号認定児)</li> </ul> </li> <li>・保育を希望する生後6カ月～2歳児の子 (従来の保育園児に当たる3号認定児)</li> <li>(R2.4.1以前生まれ)</li> <li>(R2.4.2以降生まれ)</li> </ul> <p>※0～2歳児は、<b>就労状況および家庭状況を確認の上、入園を決定</b>します。                      ※定員以内であっても、基準を満たさない場合は入所保留となることがあります。                      ※現在在籍している児であっても、必ずしも継続利用が認められるものではありません。</p>	
保 育 時 間	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仕事をしている家庭 月～金：7時30分から18時30分 土：7時30分から17時45分（希望保育）</li> <li>・仕事をしていない家庭 月～金：8時30分から13時30分</li> </ul>	
利 用 者 負 担 額	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3歳児以上は<b>無料</b>です。</li> <li>・0歳児～2歳児は、町民税額に応じた額になりますが、<b>国基準の1/4</b>の額です。</li> </ul>	
2、3号認定児 (従来の保育園) 入園基準	<p><b>両親が次のいずれかの事由に該当する場合</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 1カ月において48時間以上就労していること</li> <li>② 妊娠中または出産後間がないこと（産前2カ月～産後3カ月）</li> <li>③ 疾病もしくは負傷、または精神や身体に障がいを持っていること</li> <li>④ 同居または長期入院などしている親族の看護・介護をしていること</li> <li>⑤ 災害復興していること</li> <li>⑥ 求職活動中であること</li> <li>⑦ 就学、職業訓練中であること</li> <li>⑧ 虐待やDVの恐れがあること</li> <li>⑨ 育児休業取得時にすでに保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること</li> <li>⑩ 上記に類する事由であると町長が認めた場合</li> </ol>	

## 認定こども園申込み要項

1	必要書類	①入園申込書	0～2歳児は、在籍児も含め提出が必要です。 3～5歳児は、新規入園児のみ提出が必要です。
		②雇用(稼働)証明書	保育を必要とする家庭は、就労している保護者それぞれの分が必要です。
			令和5年4月以降に雇用予定であることが確認できる書類が必要です。
		③所得課税証明書	標津町に住民登録がない保護者の方は、令和4年度所得課税証明書が必要です。
2	申込期間	12月1日(木)～12月16日(金) (土日・祝日を除く)	
3	申込場所	標津認定こども園、川北認定こども園	
4	面接について	<ul style="list-style-type: none"> <li>6カ月～2歳児の全員と、3歳児～5歳児の新規入園児については面接を行います。</li> <li>実施日や時間など、詳細については後日お知らせします。</li> </ul>	
5	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>必要書類は、各認定こども園・教育委員会でお受け取りください。</li> <li>5月以降に入園希望の方の入園申込書については、入園希望日の2カ月前から提出を受け付けます。</li> </ul>	

## 標津町の子育て支援

### ◎こども園利用者負担額軽減

本町は、子育てしやすい町づくりを目指し生後6カ月から2歳児までの利用者負担額を国の基準の1/4に軽減しています。

本町と周辺町村や国の基準のこども園使用料を比較すると、下記のとおりとなります。

	標津町		周辺町村		国基準	
	月額	年額	月額	年額	月額	年額
0～2歳児	11,120円	133,440円	22,200円～ 44,500円	266,400円～ 534,000円	44,500円	534,000円

※使用料は、世帯収入や通園児童数などによって変わります。上記は、次のようなケースと仮定して算定しています。

- ・周辺町村の施設は、各町村の主な公立のこども園、公立がない場合は主な民間保育園です。
- ・世帯は、町民税所得割約10万円の家庭で想定しています。
- ・児童は、第1子の場合です。(未就学の子どもの人数でカウントします)

### ◎こども園一時保育

- ・未就園児のお子さんをお持ちのお母さんが、ちょっとゆっくりしたい時、用事ができた時など1時間200円で、お子さんをお預かりしています。なお、満1歳から利用可能になります。

### ◎子育て支援として

- ・標津地区は「親子交流館おひさま」を開設しています。
- ・川北地区は「親子ふれあい広場ぽっぷこーん」を開設しています。

※町内のご家庭が気軽に集える場所として利用できます。子育て相談も受け付けています。

問合先 標津認定こども園 ☎82-2717 川北認定こども園 ☎85-2959

# 令和5年度 保健師(正職員)の募集について

町では、令和5年度採用の保健師(正職員)を2人募集します。詳しくは町ホームページにも掲載していますので、ホームページをご覧ください。下記申込・問合せ先へお問合せください。

## 1 応募資格

次の全ての要件を満たす方とします。

- ①保健師資格取得者または令和5年3月までに取得予定者
- ②普通自動車運転免許証の取得者
- ③採用時(令和5年4月1日)の年齢が35歳未満の方
- ④地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない方

## 2 試験日程および試験会場、試験方法

- 【日 時】** 令和5年2月下旬  
**【場 所】** 標津町役場  
**【試験方法】** 適正検査、個別面接

## 3 申し込みについて

**【募集期間】** 令和4年10月24日(月)～令和5年2月17日(金) (必着)

**【応募方法】** 次の書類を保健福祉センターへ提出してください。

- ①採用試験申込書(指定様式)  
※町ホームページからダウンロードまたは保健福祉センターで、お受け取りください。
- ②最終学校の卒業証明書(卒業証書の写し可)または卒業見込証明書
- ③最終学校の成績証明書(単位取得証明書可)
- ④保健師免許証の写し(既に取得している場合のみ)
- ⑤普通自動車運転免許証の写し
- ⑥健康診断書

申込・問合せ先

〒086-1631 標津町北1条西5丁目6番1-2号  
保健福祉センター ☎82-1515(内線513)

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 医療費通知について ～

## ■ 医療費通知を全受診者へ送付しています

北海道後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さまの医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を年2回、対象期間に医療機関などを受診した全ての被保険者の皆さまへ送付します。

これは、医療機関の窓口でお支払いいただいた自己負担分を除いた医療費が、後期高齢者医療制度から支払われていることを具体的に理解していただくとともに、健康管理の重要性を意識していただくことで、医療費の適正化、ひいては被保険者の皆さまの負担軽減を図ることを目的としています。

## ◆ 医療費通知の活用例

- 医療費の推移が一目で把握でき、ご自身の健康状況の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など皆さまの健康増進に役立つ情報をお知らせします。
- 診療日数などに間違いがないか確認しましょう。

【イメージ図】

受診月日	診療を受けた医療機関等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療法・生活療養費		
						回数	費用額	標準負担額
令和4年1月	○○薬局	医科外来	1	18,000	1,800			
令和4年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000			
令和4年3月	△△薬局	医科入院	5	202,000	20,200	15	11,490	5,400
合計				230,000	23,000		11,490	5,400

## ◆ 医療費控除の申告について

- このお知らせは、医療費控除の申告手続で医療費の明細書として使用することができます。
- 医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

## ◆ 注意事項

- 医療機関などの請求遅れや請求内容を審査中のものなど一部の受診記録が記載されていない場合があります。
- 自己負担額は、医療費助成などを受けている場合など、記載されている金額と実際にご自身が負担された金額が異なる場合があります。
- このお知らせは、皆さまの受診状況についてお知らせするものであり、請求書ではありません。また、特に手続きなど行っていただく必要はありません。

## ◆ 発送月・対象診療月

発送月	診療月
令和5年1月(上旬)	令和4年1月～9月
令和5年2月(下旬)	令和4年10月～12月

問合せ先 北海道後期高齢者医療広域連合 011-290-5601  
住民生活課 保険医療担当 0153-85-7243(内線135)

# 12月は町税などの納付推進強調月間です!

町税などの納め忘れはありませんか?

12月は納期限までに町税などを納めていない方に対し、文書や電話により自主的な納付を推進するほか、徴収職員が各戸訪問を行っています。

税金は、私たちが生活する上で欠くことのできない福祉・教育・住環境・防災・道路整備など、多くのものに生かされており、共同社会を支える貴重な財源となっています。納め忘れている方は、町税などの納付書をご確認いただき、納付願います。

## 全国のコンビニで町税などが納付できます

現在発行されているバーコードの付いた納付書は、コンビニの営業時間内であれば**土日や祝日、夜間でも**納付することができます。

納付の際は、納付書裏面に記載の注意事項および納付できるコンビニをご確認ください。また、今までどおり金融機関や役場での納付もできますので、詳しくは町ホームページをご覧ください。



## 釧路・根室広域地方税滞納整理機構と連携した滞納整理の強化

町の催告に応じない、悪質および高額滞納者など納税意識が低いと判断した場合に「釧路・根室広域地方税滞納整理機構」へ徴収事務を引き継いでいます。

滞納整理機構では、引き継がれた滞納者について、徹底的な財産調査や搜索、差し押さえ、公売などの滞納処分を行い法律に基づき強制的に徴収します。



何らかの事情により納期内納付が困難な方は、一人で悩まず、放置せず、早めにご相談を!

令和3年度実績：滞納処分者30人 収納額12,878千円  
(税目：町道民税・固定資産税・軽自動車税・国保税)

## ◆◆建物の新増築・解体していませんか?◆◆

町では「新築または増築」された建物の評価(家屋評価)と「取り壊した建物」の現地確認を行っています。訪問の際はご協力をお願いします。

また、建物を所有されている方は、令和4年度固定資産税納税通知書の最終ページに記載されている「課税明細書」をご確認いただき、変更があった場合や不明な点がありましたら下記へご連絡ください。

建物の固定資産税は、毎年1月1日現在で所有されている方に納めていただく税金です。年の途中で取得または取り壊しがあった場合は、翌年度から納めていただく金額が変わります。

なお、次のものも固定資産税の対象となります。

- ① 基礎(束石など)で土地に定着している倉庫、車庫、物置
- ② 水道などの備わったコンテナハウス



納税相談はお気軽に税務課へ ☎85-7242 (内線108・109・119)

# 価格高騰緊急支援給付金 を実施します

町では電気・ガス・食料品などの価格高騰による、さまざまな支出の増加に対し、経済負担の軽減を図るため、令和4年度住民税非課税世帯で下記要件に該当する世帯に「価格高騰緊急支援給付金」として50,000円を支給します。

町で該当すると思われる方には、確認書を送付していますので受付期間内に確認書の返送をお願いします。

## 《対象になる方の要件》

### ■世帯全員の「住民税均等割が非課税」の世帯…**確認書の返送**

- ① 「確認書」が対象者のご自宅へ届きます。
  - ② 同封している返信用封筒を使用してお返しください。
- ※ 世帯全員が「住民税非課税」であっても令和4年1月2日以降に転入してきた方がいる場合には申請が必要です。

### ■令和4年1月以降の収入が減少し、 「住民税非課税相当」の収入となった世帯…**要申請**

- ① 給付金を受け取るには申請が必要です。
  - ② 申請書に必要事項を記入して、保健福祉センターへご提出ください。
- ※ 申請書は保健福祉センターひまわりで配布します。来館が困難な方はお電話にてご相談ください。

**【受付期間】** 令和4年**11月16日(水)**～令和5年**1月31日(火)**

**【手続きの流れ】** ①保健福祉センターひまわりへ確認書を提出します。  
②内容を確認し**確認書記載の口座へ50,000円を口座振込**します。

※対象になるとと思われる方には、11月16日に案内の封書を発送していますが、届かない方でも上記に該当する方は下記へお問い合わせください。

申請・問合せ先 保健福祉センター社会福祉担当 ☎82-1515(内線535)

# 令和4年度 日本脳炎定期予防接種のお知らせ

平成28年度から対象年齢の方には適宜、個別に通知していますが、未接種・未完了の方などにお知らせします。

## ■対象年齢と定期予防接種期間

- ① **3歳以上7歳6カ月未満の方**
  - ・第1期（全3回）を7歳6カ月までに接種（標準的には4歳までに接種完了）
  - ・満3歳の誕生日の前月から誕生月にかけて個別案内あり
- ② **9歳以上13歳未満の方**
  - ・第2期（全1回）を13歳までに接種（標準的には10歳までに接種完了）
  - ・満9歳の誕生日の前月から誕生月にかけて個別案内あり

※平成24年4月2日生～平成25年4月1日生まれの方には10歳（今年度）にご案内しています。
- ③ **平成14年4月2日生～平成17年4月1日に生まれた方で、20歳未満の方（特例期間）**
  - ・第1期（全3回）および、第2期（全1回）合計4回を20歳までに接種
  - ・18歳になる年度に個別案内済
- ④ **平成17年4月2日生～平成19年4月1日に生まれた方（特例期間）**
  - ・18歳になる年度に個別に通知をする予定ですが、早めに接種を希望される方は下記まで連絡をしてください。

## ■接種可能な医療機関（要予約）

- ・ **標津町保健福祉センター**（標津町北1条西5丁目6番1-2号） ☎0153-82-1515  
接種日の1週間前の木曜日までに予約してください。  
接種当日受付時間：午後4時～4時15分  
接種時間：午後4時15分～4時30分
- ・ **中標津こどもクリニック**（中標津町東13条北6丁目14-2） ☎0153-78-8311  
受付時間：午前9時～11時45分、午後2時～4時45分

## ■その他

- 接種の際は、母子健康手帳、予診票（個別案内に同封）を持参してください。
- 接種間隔は、個別案内の文書を確認するか下記問合先へご連絡ください。
- 定期接種期間が過ぎると、任意接種となります（自己負担額1回 約6,500円）。

## ◎日本脳炎とはどのようなものですか？

- Ⓐ ・日本脳炎は、日本脳炎ウイルスが脳や脊髄に感染して発症し、高熱、頭痛、嘔吐、けいれん、意識障害などの症状を示す急性脳炎を起こします。感染すると100～1,000人に一人が脳炎を発症すると報告されています。
- ・日本脳炎ウイルスは、普段はブタなどの動物の体内で増え、その動物の血を吸った蚊（コガタアカイエカ）が人を刺すことによって、人にも感染します。

## ◎北海道ではいつから接種が開始されましたか？

- Ⓐ ・北海道は平成27年度まで「日本脳炎の予防接種を行う必要がない区域」として指定されてきましたが、道内においても感染の可能性があることから、平成28年4月1日から日本脳炎定期予防接種が行われるようになりました。
- ・全国でも予防接種の副反応により予防接種を差し控えていた時期があり、予防接種を受けられなかった方もいます。そのため特例制度が設けられ、特例制度対象の方は20歳になるまでの間に予防接種が受けられます。（標準的には3歳で2回、4歳で1回、9歳で1回の合計4回となります）

問合先 保健福祉センター管理・保健予防担当 ☎82-1515(内線514)

# 令和4年度 狩猟免許試験(標津会場)などのお知らせ

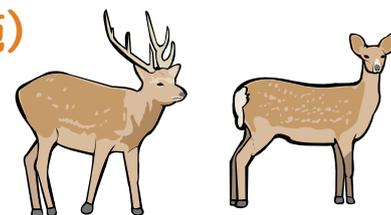
令和4年度狩猟免許試験が「標津町生涯学習センターあすぱる」で、  
狩猟免許予備講習が「中標津経済センターなかまっぷ」で下記の日程  
で開催されます。

来年度以降も標津会場で行われるとは限りませんので、  
狩猟や有害駆除を始めたいとお考えの方は、この機会に狩  
猟免許を取得してみてもはいかがでしょうか？



## 1 (任意) 狩猟免許予備講習会 (猟友会実施)

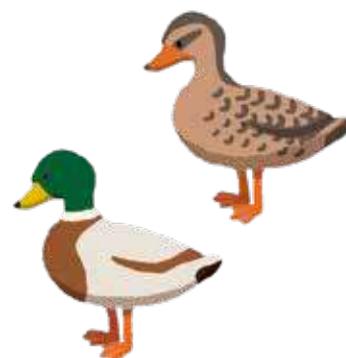
- 日程：令和5年1月29日(日)9時～16時(予定)
- 場所：中標津経済センターなかまっぷ
- 費用：第1種・第2種各11,000円、罟・網各8,250円
- 申込・問合せ先



北海道猟友会中標津支部(佐々木銃砲店) ☎0153-72-2374

## 2 狩猟免許試験

- 日程：令和5年2月5日(日)9時～15時(予定)
- 場所：標津町生涯学習センターあすぱる
- 定員：20人
- 費用：5,200円(道収入証紙)
- 必要書類：①免許申請書②診断書③顔写真3.0×2.4cm  
④住民票⑤返信用封筒
- 受付：令和4年12月20日(火)～令和5年1月20日(金)必着
- 申込・問合せ先



根室振興局環境生活課自然環境係 ☎0153-23-6823

問合せ先 農林課 林政・自然環境係 ☎85-7244(内線214)

初回  
無料体験!

# パーソナル 運動が習慣になる! トレーニング教室



元気な身体を維持するための筋力・体力トレーニングを指導者と1対1で行います!

「最近運動不足だな」「トレーニングしたいけど、やり方がわからない」という方は、ぜひ参加してみてください!

## コース選択

### Aコース

がっつり筋力 up!!  
上級コース

ウエイト機器などを使用してトレーニング  
します!  
(週2回 火・木)

### Bコース

運動不足解消!!  
中級コース

自重トレーニングを  
メインに行います!  
(週1回 火・木どちらか)

### Cコース

健康・体力維持!!  
初級コース

ランニングマシンと  
軽運動でトレーニング  
します!  
(週1回 火・木どちらか)

○全てのコースは1回30分間となります。

○時間帯は14時~21時までの時間内で、曜日と時間を固定して行います。

○コース選択は1人1コースまでとさせていただきます。

※定員になり次第、締め切りますのでお早めにお申し込みください!

日付	令和5年1月10日(火)~3月30日(木) (3カ月間)
場所	標津町総合体育館 トレーニングルーム
参加料	2,000円(保険料) ※初回は無料となります。
募集人数	8人
申込方法	直接申込、電話またはメール、SNSでのメッセージ (電話・メール・SNSの場合は、氏名、年齢、住所、電話番号、コース、希望時間をお伝えください)
申込締切	12月16日(金) ※平日の8時30分~17時30分にお申し込みください
持ち物	運動できる服装、汗拭きタオル、上靴、飲料水
問合せ先	総合体育館 TEL: 82-3112 Mail: taiikukan@shibetsutown.jp SNS: Instagram

### 新型コロナウイルス感染症対策として

- ・機器使用時以外はマスクの着用(講師は常時着用)
- ・手指消毒、体育館受付時の体調確認シートの記入



SOUTAL.SHIBETSU



問合せ先 総合体育館 ☎82-3112



# 標津町文化祭

標津町文化祭が10月27日～11月3日に行われました。期間中は出品された手芸、陶芸、写真、模型など個性溢れる作品が並びました。

11月3日には3年ぶりに芸能発表が行われ、民謡やカラオケ、吹奏楽、バンド演奏、お遊戯の映像、とどわら太鼓など多彩な演目が披露されました。この日は古本市や似顔絵コーナーなども行われ来場者を楽しませていました。



開催のあいさつ



標津中学校吹奏楽部



川北中学校吹奏楽部



しべつとどわら太鼓保存会

## TownNews

### トリックオアトリート



店舗へ向かう子どもたち

町商工会女性部（西山都子部長）によるハロウィンイベント「商店街でトリックオアトリート」が、10月31日から11月5日の6日間、標津地区と川北地区の両商店街で行われました。  
このイベントは、地元商店街の賑わいづくりやハロウィンを通して子どもたちにも商店街に愛着を持ってもらうことを目的として未就学児までを対象に実施。  
期間中の10月31日には標津こども園児が、11月1日には川北こども園児が組ごとにグループに分かれ、お菓子をもらうため工夫を凝らしたかわいらしい仮装姿で各店舗を巡りました。

### 大盛況のガラポン抽選会



特等が当たりますように

コロナに負けるな！頑張ろう標津町商店街「ガラポン抽選会」（標津商業振興会主催）が、10月15日と16日の2日間、町商工会横で行われました。  
この催しは、町内で買い物をするともらえる抽選補助券3枚で1回ガラポンを回せるもので、特賞の商品券のほか、肉、米、ビールなど豪華賞品が多数用意されていることもあり、会場前には両日合わせて約1500人が訪れ、順番を待ちわびる人で長蛇の列ができていました。  
また、16日にはカウモン青空広場（町商工会主催）も同商工会前特設会場で開かれ、野菜や水産加工品などが販売され、多くの人でにぎわいました。



小笠原 希依ちゃん  
(昂祐)

## キ・ラ・リ Vol.104 ちびっぴひろば 1歳6カ月児健診

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。

10月18日、保健福祉センターひまわりで撮影。  
( ) は保護者(敬称略)。



細畑 晴生くん  
(佑弥)



梅木 那衣彩ちゃん  
(克麻)

今、自分で小さい子に何かを教えることができるようになり、遊ぶことがとても楽しいので、保育士になってみようと思いましたが、ただ簡単そうに見えて大変だと思っていました。そんな「保育士の大変さ」を知ってみたいのです。そのために、保育士

### My Dream

### わたしの夢 Vol.169



保育士への一步  
武田 湊奈 さん  
(川北小学校5年)

わたしの将来の夢は、保育士になることです。なりたいたった理由は、自分は小さい子と遊ぶのが好きだし、小さい子とお散歩をしたりするのも大好きだからです。自分が幼稚園の時、自分の先生や年下の子の先生を見て、大変そうだと思っていました。けれど

がやっていること、たとえばピアノを弾いて歌を歌ったり、簡単な勉強を教えてあげたり、スポーツにはこんな楽しいスポーツがあるんだよ、と教えてあげたり、小学生になったら運動会・マラソン大会・発表会など楽しいことがあると教えてあげたり：他にもある保育士の仕事について

もっと学びたいです。そして今よりももっと勉強したり、音楽にたくさんふれたりして、保育士の夢に向かっていきまいたいです。

※2月号は、川北中学校生徒の夢を紹介します。

# 健康 いちばん

標津町保健福祉センター  
栄養指導担当 ☎82-1515

## 食べ方の工夫



### ●野菜から食べ始めましょう

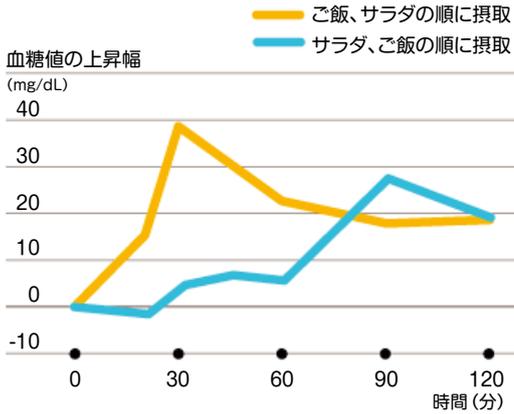
「野菜から食べ始めると良い」ということは広く知れ渡っていると思いますが、今回はその効用についてご紹介します。

野菜を最初に食べることで、食後の高血糖が抑えられます。(図1)

これは野菜(キノコや海藻類を含む)に含まれている食物繊維が糖質の分解や吸収を遅らせるからです。

図1

### 野菜→ご飯の順に食べれば血糖値は上がりにくい



健康な男女10人を対象に、ドレッシングをかけたキャベツのサラダを食べてから白米ご飯を食べた場合と、その逆の順番で食べた場合について血糖値を比較。サラダから食べると血糖値の急上昇が抑えられた。(データ:糖尿病,53,2,96-101,2010)

### ●血糖とインスリンの関係

血糖とは血液中のブドウ糖のことで、その値を「血糖値」と呼び、血液中の糖が多い状態を「高血糖」といいます。(高血糖とは、空腹時血糖値126mg/dl以上または食後血糖値200mg/dl以上)

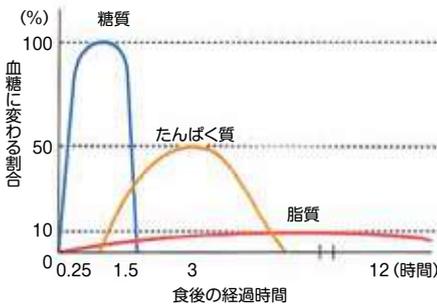
糖質が多く含まれた食品を食べることで血液中の糖が増え、インスリン(膵臓から分泌されるホルモン)が分泌されてエネルギーとして消費されますが、消費し切れずに残った糖はインスリンの作用により脂肪に変換され、脂肪細胞に蓄えられます。つまりインスリン分泌が多いほど脂肪(特に内臓脂肪)を増やすことにつながります。

インスリンの過剰分泌を抑えることは糖尿病や肥満、脂質異常症、高血圧などの生活習慣病予防・改善にもなります。

### ●糖質(炭水化物)のみの食事を控えましょう

糖質は食後すぐに血糖値を上げてエネルギー源となりますが、すぐに血糖値を下げます。それに対し、脂質やたんぱく質は遅れて血糖値を上げ、糖質に比べて長時間の血糖上昇に影響します。

図2 栄養素が血糖に変わる割合と速度



糖尿病教室パーフェクトガイド、池田義雄監訳、医歯薬出版、2001を一部改変

そのため、おにぎりやパンなど主食のみの食事は満腹になりますが、すぐに空腹を感じてしまいます。(図2)

毎食バランスよく糖質やたんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラル、食物繊維を組み合わせた食事を取ること、次の食事まで空腹を感じることが少ないため、不要な間食をしなくて済みます。

### ●毎食野菜を食べましょう

野菜は急激な血糖の上昇を防ぐほかに、抗酸化作用があるため動脈硬化予防や、カリウムが塩分の排泄を促して血圧降下作用があります。

また、野菜は低エネルギーながら満腹感を得られやすいため食べ過ぎを防ぐことができます。

### ●よく噛んでゆっくり食べましょう

一度にたくさん食べたり、夜遅い時間に食べたりすると、一気に上昇する血糖に対してたくさんインスリンが分泌されて脂肪を増やすだけでなく、膵臓にも負担がかかります。ゆっくり食べることで、食後の急激な血糖の上昇を防ぐことができ、満腹感が得られやすいので食べ過ぎを防止することもできます。

肥満や糖尿病予防のためにも、食べ方を見直しましょう。





## 図書館からのお知らせ

標津町図書館 ☎82-2074

### 👍今月のこの1冊！

#### ●小説『黒石 新宿鮫Ⅱ』／大沢在昌

それはシリーズ最凶最悪の犯罪者——。冷酷な敵、認定で次々に出される指令を受け、戦慄の手段で犯罪を続ける黒石。どこまでも不気味な謎の相手に新宿署・鮫島刑事が必死の捜査で挑む！未体験の迫力で一気に読み必至の傑作長編。



## 今月のおすすめ新刊図書

#### ●児童向け『きみを変える50の名言 3期』

人を「信じる」とは、その人の見えない部分も含めて、すべて受け止められる「揺るがない自分がいる」と信じること。芦田愛菜、藤井聡太、浜矩子など、各界著名人の名言50を紹介する。



#### ●絵本『いちごサンタ』

今日はクリスマスイブ。いちごサンタたちが、ショートケーキの船や、ロールケーキのバス、チョコレートケーキのそりに乗って出発し…。お菓子の乗り物が楽しいクリスマス絵本。



## 図書館移転に係る休館のお知らせ

図書館は令和5年4月から標津町生涯学習センターあすばる内に移転を予定していることから、資料運搬などの準備のため令和4年12月30日(金)より現図書館を休館とします。

なお、休館の間は代替施設として文化ホールのロビーを令和5年1月6日(金)より開放し、図書の貸し出し・閲覧スペースの提供などを行う予定です。

開館日などが下記のとおり変更となる予定ですので、ご注意ください。

#### ●スケジュール予定

- ・令和4年12月30日(金)～ 現図書館休館
- ・令和5年1月6日(金)～ 文化ホールロビー図書室開放
- ・令和5年4月23日(日)～ 標津町生涯学習センターあすばる「図書館」オープン(予定)

#### ●文化ホールロビー図書室について

- ・令和5年1月6日(金)～ 月曜日～土曜日 10時～18時
  - ・令和5年4月23日(日)～ 月曜日～金曜日 13時～17時
- ※祝日は休館となります。また、標津町生涯学習センターあすばる「図書館」がオープンした際は開館曜日および時間に変更となります。

#### ●標津町生涯学習センターあすばる「図書館」について

- ・令和5年4月23日(日)～ 年末年始休業を除く 9時～21時
- ※祝日は閲覧のみの対応となります。

今後、予定の変更や進捗状況などを広報記事および防災無線、ホームページやSNSを活用し適宜発信します。ご不便をおかけしますがご理解・ご協力をお願いします。



## 親子交流館からの お知らせ

標津町地域子育て支援センター 親子交流館「おひさま」  
☎82-2717 FAX 82-3010

### 12月の「遊びの広場」・「地域交流」利用場所について

気が付くと今年のカレンダーもあと1枚となり、親子交流館のお友達の成長も早いと感じます。親子交流館では年齢に合わせた玩具、季節の制作や遊びを用意しています。皆さまのご利用をお待ちしています。

	開館日	遊びの広場	地域交流
日時 場所	12/2(金)~12/28(水) 月・水・金	標津町生涯学習センター あすばる「和室・音楽室」 (9:30~11:30)	標津町生涯学習センター あすばる「和室・音楽室」 (13:30~15:30)

※親子交流館休館日12/29(木)~1/5(木)、年明けは1/6(金)から開館になります。

### ☆☆サンタクロースをつくろう☆☆

色画用紙やクレヨンなど身近な素材を使ってサンタクロースのオーナメントを制作します。

1日の参加で完成できる簡単な内容となっていますので、たくさんの参加をお待ちしています。



**日時** 12月5日(月)、7日(水)、9日(金) 10時~11時  
**場所** 標津町生涯学習センターあすばる「和室」  
**その他**

- ・体調がすぐれない場合(37.5℃以上の発熱、咳、鼻水など)は参加をお控えください。
- ・新型コロナウイルス感染症予防のため、**マスクの着用や消毒・検温**にご協力ください。



おいしく食べよう標津の牛乳！  
ミルクレシピ Vol.3

## ミルク タラモカナッペ

このコーナーでは、日本有数の酪農地帯である標津の牛乳を、もっと楽しめるレシピを不定期にご紹介します。

### 材料（4人分）

牛乳……………250ml	A {	マヨネーズ……………大さじ1
ジャガイモ……………300g		オリーブ油……………小さじ1
辛子明太子……………1/2個		レモン汁……………小さじ1/2
フランスパン……………1/2本		塩・コショウ……………少々



### 作り方

1. ジャガイモは薄切りにし、水にさらして水気をきる。鍋に入れて牛乳を加え、ゆで汁がなくなり、やわらかくなるまで煮る。
2. 辛子明太子は皮に切り目を入れて中身をしごき出す。
3. ジャガイモをつぶし、明太子、Aを加えて混ぜる。
4. フランスパンを16枚の薄切りにし、トースターでカリッと焼いて(3)を塗り、万能ねぎ(分量外)を散らす。

**Point!** 茹でたジャガイモは熱いうちにフォークなどでつぶします。  
辛子明太子はタラコ、フランスパンは食パンに代えてもOK。

出典：JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

# 歳末特別警戒を実施します

歳末期を迎え特殊詐欺事件、冬型の交通事故の多発が懸念されます。犯罪や事故の未然防止のため、次の事項に注意しましょう。

共同企画

- ・ 標津町交通安全協会
- ・ 標津町防犯協会

## 1. 特殊詐欺の被害防止

これまでの手口の還付金詐欺や振り込め詐欺のほかに、新たにロマンス詐欺のような若い年齢層を狙った特殊詐欺が発生しています。

自分はだまされていないと思い込まず、まずは身近な人に相談してみましょう。

～ロマンス詐欺とは～

SNSで知り合った外国人などが恋人や結婚相手のように振る舞い金銭を要求する詐欺です。

STOP!  
特殊詐欺



## 2. 冬型交通事故の防止

日没が早くなり、歩行者や自転車の見落とし、雪道によるスリップ事故が多くなる時期です。自動車の運転手と歩行者が共に事故に遭わないよう、下記のことを気を付けましょう。

運転手が気を付けること

- ・ 早めにライトを点灯しましょう。
- ・ 雪が降る前にスタッドレスタイヤへ履き替えましょう。

歩行者が気を付けること

- ・ 横断歩道や歩道を利用し、車道を歩くことは避けましょう。
- ・ ライトや反射材などを使用しましょう。

問合せ先 住民生活課交通住民担当 ☎ 85-7243 (内線 131)

知っていますか?

# 成年後見制度

認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が不十分な人に代わって、弁護士などの専門家や親族が家庭裁判所から後見人として選任されて、預貯金などの管理（財産管理）や日常生活のさまざまな契約（身上監護）などを支援してくれる制度です。

こんなことで悩んでいる方は、ご相談ください。

最近物忘れが増えて、通帳をなくしたり、お金の管理が大変になってきた。

訪問販売の被害にあったり、間違った契約をしないか不安だ。



私に何かあったときに、知的障がいのある子どものことが心配だ。

今は元気だが、身寄りがないので、将来が不安だ。

障がい者に関する相談窓口 標津町保健福祉センター社会福祉担当 ☎82-1515  
高齢者に関する相談窓口 標津町地域包括支援センター ☎82-1588

## こども園における新入園児の受入休止

こども園では、可能な限り全ての入園希望に応えられるよう努めています。

しかしながら、一部クラスにおいてこれ以上の受け入れは、安心安全な保育環境の維持に支障を来す恐れがあることから、次のとおり新たな入園児の受け入れを休止することにしました。

今後も、保育教諭確保など受け入れ環境の整備を継続し、希望者全員が入園できるよう努めていきますので、ご理解をお願いします。なお、通院などの理由で一時的に保育が必要な場合は「一時保育」が利用できますので、下記問合先へご連絡ください。

### 新たな受入休止クラス

標津認定こども園：0歳児クラス

### 受入休止中クラス

川北認定こども園：0歳児クラス、1歳児クラス、2歳児クラス

問合先 標津認定こども園 ☎82-2717

川北認定こども園 ☎85-2959



## 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です。

釧路年金事務所  
お客様相談室 ☎0154-61-6000

1月の  
年金出張  
相談所  
開設日

日時：11日(水)13時～17時  
12日(木)9時～14時

場所：中標津町役場  
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。

予約申込先

★相談・お問い合わせはお気軽に住民生活課国民年金担当(☎85-7243)へ

## 12月のごみ収集日

※1月初回の収集日も掲載しています。

一般廃棄物収集区域	可燃ごみ	不燃ごみ 危険ごみ 粗大ごみ	資源ごみA 空缶・ペット・ トレイ・発泡 容器包装(プラ)・ びん・新聞・雑誌	資源ごみB 空缶・ペット・ トレイ・発泡 容器包装(プラ)・ 容器包装(紙)・ 紙パック・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	8日(木) 22日(木) 1月19日(木)	12日(月) 26日(月) 1月12日(木)	5日(月) 19日(月) 1月5日(木)
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	9日(金) 23日(金) 1月20日(金)	13日(火) 27日(火) 1月10日(火)	6日(火) 20日(火) 1月6日(金)
忠類・浜古多糠・古多糠全域 薫別・崎無異・北標津・西北標津	月・木	8日(木) 22日(木) 1月19日(木)	14日(水) 28日(水) 1月11日(水)	7日(水) 21日(水) 1月18日(水)
川北全域	火・金	9日(金) 23日(金) 1月20日(金)	14日(水) 28日(水) 1月11日(水)	7日(水) 21日(水) 1月18日(水)

※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へ。

## 1月の汲み取り実施地域

汲み取りは、各地区3カ月ごとに年4回設定しています。  
便槽が満杯になる前に、余裕を持ってお申し込みください。

実施地域 川北全域、北標津、西北標津

申込期限 12月24日(土)

申込先 渡邊清掃(株) ☎0120-79-3106 ☎0153-82-2220

受付時間 8時30分～17時15分(日曜・祝日を除く)

## 町長の動静

(10月21日～11月20日)

- [10月21日] 長野県生坂中学校歓迎式
- [10月23日] 別海町 別海町町制施行50周年記念式典
- [10月24日] 釧路市 帯広地区国有林野等所在市町村長有志協議会ほか
- [10月24日～28日] 札幌市ほか ロシアトロール漁船操業停止要請行動
- [10月29日] 釧路市 ゼロカーボンと持続可能な地域と観光シンポジウム
- [10月31日] 標津町被表彰者選考委員会
- [11月1日] 中標津町 中標津5いちっく会講演会ほか
- [11月7日] 第5回標津町議会臨時会
- [11月10日～13日] 奈良県 吉野町長表敬訪問ほか
- [11月14日] 北海道国民健康保険団体連合会表彰伝達式
- [11月16日～21日] 東京都 令和4年度全国町村長大会 <以上、主なもの>

## 町長直通メールをご活用ください

町では町民の皆さまとともに「協働」のまちづくりを推進していくため、町長が直接見る「町長直通メール」を開発しています。以下の必須事項を記入し送信いただくことで、直接町長へメールが届きます。



生活する上でお気づきになったことなど、お気軽にご連絡ください。

**直通メール** mayor@shibetsutown.jp

**必須事項** 氏名、住所、生年月日

- 注意事項**
- 匿名のメールは受け付けできません。
  - 町内在住の方のみご利用いただけます。
  - 全てに返信・回答するものではありません。

**問合せ先** 企画政策課広報統計担当  
☎85-7240(内線112)

## 各公共施設にご意見箱を設置しています

町民の皆さまと手を携えたまちづくりを推進していくため、町では下記公共施設に「ご意見箱」を設置し、町政に対するご意見を募集していますので、お気軽に投函ください。

### 設置場所

役場、保健福祉センター、標津生涯学習センター、川北生涯学習センター、図書館、総合体育館、標津病院

### 意見の公表

投函されましたご意見は、個人情報を除き広報およびホームページで公表します。

### 注意事項

住所、氏名を明記していない、誹謗中傷、営利目的、政治活動、宗教活動などに当てはまる場合は、受け付けできませんので、ご了承ください。

**問合せ先** 企画政策課広報統計担当  
☎85-7240(内線112)

## 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

- |                  |                                  |
|------------------|----------------------------------|
| 渡辺 昭夫さん(釧路市)     | 大村 健太さん(栃木県宇都宮市)                 |
| 武内美弥子さん(広島県広島市)  | 小笠原 一さん(大阪府守口市)                  |
| 相原 隆一さん(東京都世田谷区) | 岡村 隼人さん(栃木県足利市)                  |
| 浅香 均さん(埼玉県さいたま市) | 小川 拓也さん(東京都文京区)                  |
| 飯島 正太さん(神奈川県横浜市) | 小澤 勇志さん(神奈川県横須賀市)                |
| 石川 雅生さん(東京都青梅市)  | 小野 明人さん(東京都大田区)                  |
| 石塚 裕昭さん(埼玉県熊谷市)  | 小野 律子さん(大分県大分市)                  |
| 伊藤 和祥さん(岐阜県可児市)  | 笠井 慶一さん(長野県千曲市)                  |
| 伊野 建治さん(神奈川県横浜市) | 神戸 俊寿さん(群馬県高崎市)                  |
| 蛭名 智子さん(青森県上北郡)  | 木村 憲央さん(青森県弘前市)                  |
| 及川 政昭さん(神奈川県鎌倉市) | 桑田 光章さん(東京都豊島区)                  |
| 大塚 喜慶さん(愛知県名古屋)  | 1,060件の寄付をいただいています。              |
| 大西 孝祐さん(大阪府茨木市)  | ※ご本人の了承を得て掲載しています。               |
| 大野 繁実さん(岐阜県岐阜市)  |                                  |
| 大野 隆さん(埼玉県さいたま市) | 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ます。 |

## 戸籍の窓口から

(10月11日~11月10日届け出分)

### ご結婚おめでとう!

清野 和之さん・杉本 瑞希さん(弥栄町)

### お誕生おめでとう!

田口 藍澄<sup>あまみ</sup>ちゃん(寿 町) 幹 也・知 佳

鈴木 愛笑<sup>かなえ</sup>くん(桜ヶ丘町) 邦 明・愛 唯

### おくやみ申し上げます

- |                            |     |
|----------------------------|-----|
| 小野瀬邦広さん(住吉町)               | 57歳 |
| 数間みさをさん(南川北)               | 92歳 |
| 山本 義博さん(東茶志骨)              | 74歳 |
| 竹口キ又 <sup>また</sup> さん(弥栄町) | 86歳 |
| 笹木ミツ子さん(弥栄町)               | 93歳 |
| 和泉 洋子さん(弥栄町)               | 80歳 |
| 下山 登さん(寿 町)                | 94歳 |
| 池田 勝彦さん(曙 町)               | 81歳 |
| 遠藤 進治さん(弥栄町)               | 86歳 |
| 熊谷 作美さん(伊茶仁)               | 93歳 |
| 佐藤 昭さん(曙 町)                | 77歳 |
| 笹森 弘昭さん(桜ヶ丘町)              | 54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

(10月11日~11月10日受納分)

### ●標津病院に――

○山本憲次朗さん

### ●社会福祉協議会に――

- |          |          |
|----------|----------|
| ○数間 勉さん  | ○加藤 敏紀さん |
| ○笹木 利弘さん | ○山本憲次朗さん |
| ○下山 きくさん | ○池田久美子さん |
| ○遠藤 恵子さん | ○熊谷 ヨシさん |

### ●はまなす苑に――

- |          |          |
|----------|----------|
| ○山本憲次朗さん | ○堤 巖さん   |
| ○田村 勲さん  | ○本間さと子さん |
| ○林 裕子さん  | ○梅田 幸子さん |
| ○松下 巖さん  | ○三上工キ子さん |

○本間 保雄さん

○JA女性部あやとりの会さま

○染覚寺女性部さま

○弥生会さま

### ●陽だまりに――

○新川由美子さん

※ご本人・団体の了承を得て掲載しています。

## 12月のスポーツ

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>4日(日)</b><br/>第41回町民バドミントン大会<br/>〔9時～ 総合体育館〕</p> <p><b>7日(水)、14日(水)、21日(水)</b><br/>貯筋運動教室 <b>【健P】</b><br/>〔10時～ あすぱる〕</p> <p><b>11日(日)</b><br/>第17回標津オープンバスケットボール大会<br/>〔9時～ 総合体育館〕</p> <p><b>18日(日)</b><br/>第18回支部長杯卓球大会<br/>〔9時～ 総合体育館〕</p> | <p><b>27日(火)</b><br/>川原正行氏<br/>〔スケート実技講習会〕<br/>〔15時～ 町営リンク〕</p> <p><b>28日(水)</b><br/>川原正行氏<br/>〔スケート実技講習会〕<br/>〔9時30分～ 町営リンク〕</p> <p>&lt;以上、主な大会、教室など&gt;<br/>※ <b>【健P】</b> は健康ポイント対象事業です。</p> |
|---|--|

新型コロナウイルス感染症の影響により、各事業の日程などは変更となることがあります。最新情報は町ホームページ、ツイッター、防災無線などでお知らせします。

## 肝炎ウイルス検査およびHTLV-1抗体検査を北海道が無料で実施します

### ●肝炎ウイルス検査

- 対象者** 検査を希望する方  
**受付期間** 検査実施日の2日前の15時まで  
**検査実施日** 12月7日(水)、21日(水) 13時～13時30分

### ●HTLV-1抗体検査

- 対象者** 根室管内4町に在住の方のうち  
 ① 平成23年度以降、妊婦一般健康診査によって抗体検査を受けたことのない方  
 ② 医療機関において、これまでに抗体検査を受けたことのない方
- 受付期間** 検査実施日の前週木曜日の17時まで  
**検査実施日** 12月21日(水) 13時～13時30分  
**その他** 保健所では、次の場合を除き1人につき1回  
 ① 抗体検査後、HTLV-1の性感染が疑われる行為があった方  
 ② その他保健所長が認めた方

※日程は変更することがありますので、詳しくは下記問合先へご連絡ください。

### ●実施場所・申込・問合先

中標津保健所 ☎0153-72-2168

## 転入者の方へ新型コロナワクチン接種のお知らせ

転入者の方が新型コロナワクチン接種を希望する場合は、接種券発行に必要な接種歴などを確認するため申請が必要となりますので、下記問合先へご連絡ください。

### 問合先

保健福祉センター内  
 新型コロナウイルスワクチン接種相談・予約受付窓口  
 ☎85-7272 (9時～17時)

## 住 宅

### 公営住宅 入居者募集

入居を希望される方は、12月9日(金)までに下記の申込・問合先へご連絡ください。入居条件など詳しくは下記問合先へご連絡ください。

○**緑団地B-4**  
 (1LDK 48.69㎡)  
 家賃範囲 15,500円  
 ～35,700円

○**緑団地D-2**  
 (1LDK 48.69㎡)  
 家賃範囲 15,900円  
 ～36,600円

○**緑団地D-5**  
 (3LDK 74.94㎡)  
 家賃範囲 24,500円  
 ～56,400円

○**緑団地E-8**  
 (3LDK 74.94㎡)  
 家賃範囲 24,600円  
 ～56,600円

○**緑団地F-2**  
 (3LDK 74.94㎡)  
 家賃範囲 24,600円  
 ～56,600円

○**緑団地F-8**  
 (3LDK 74.94㎡)  
 家賃範囲 24,600円  
 ～56,600円

○**旭団地C-1**  
 (2LDK 61.30㎡)  
 家賃範囲 21,100円  
 ～48,500円

○**旭団地C-2**  
 (2LDK 64.20㎡)  
 家賃範囲 22,100円  
 ～50,800円

※緑団地入居の方には除雪や災害時の避難などの手伝いをお願いしています。ご理解とご協力をお願いいたします。

### 申込・問合先

建設水道課建築・住宅担当  
 ☎85-7247(内線224)

相 談

特設なんでも相談所開設

12月4日～10日の「人権週間」に併せ、根室人権擁護委員協議会では、「特設なんでも相談所」を開設します。相談内容の秘密は堅く守られ、相談は無料で予約も必要ありません。いじめや体罰、配偶者からの暴力、家庭内の困り事など、どんな相談でもお受けしますので、一人で悩まず、まずは相談してみませんか。

**日 時**  
12月8日(木)13時～16時  
**場 所**  
生涯学習センターあすばる  
**問合せ先**  
釧路地方法務局根室支局  
☎0153-23-4874

12月の精神保健福祉遠隔相談日程

中標津保健所では、毎月この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。

**日 時**  
12月22日(木)  
13時30分～16時30分  
**場 所**  
中標津保健所  
**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。

乳幼児健康相談日程



12月15日(木)  
会場：ひまわり

4カ月 6～7カ月 9～10カ月 12～13カ月 2歳児	感染症予防対策のため、時間予約制としています。対象児以外でご希望の方は事前にお問い合わせください。
--	---

**問合せ先**  
保健福祉センター  
健康推進担当  
☎82-1515 (内線511)

たこ足配線などによる火災にご注意ください!

自宅のコンセントや電源タップ、延長コードは「たこ足配線」になっていませんか? 使い方を間違えると火災や事故に繋がることがありますので、チェックしましょう。

- ①電源タップの最大容量を上回っていませんか?  
→最大容量を超えてしまうと過熱してしまいます。使用しない家電は片付けましょう。
- ②コンセントプラグにほこりが溜まっていませんか?  
→トラッキング現象で火が出る可能性があります。掃除をしましょう。
- ③コードを束ねて使っていませんか?  
→束ねたコードが過熱して火災の原因になります。コードは、ほどいて使いましょう。
- ④電源タップを5年以上使っていませんか?  
→電源タップの寿命は5年程度です。5年以上使っているものは取り替えましょう。
- ⑤コードが家具などの下敷きになっていませんか?  
→半断線状態になると出火の原因になります。確認しましょう。

**問合せ先** 標津消防署予防係 ☎82-2319

季節労働者向け建設オペレーター人材育成研修事業のお知らせ

根室管内4町通年雇用促進協議会では季節労働者主の方を対象に「建設オペレーター人材育成事業」を年間通して実施しています。

日程など詳しくは下記申込・問合せ先へご連絡ください。

**内 容** 技能講習12科目  
(小型移動式クレーン、フォークリフトなど)  
特別教育8科目  
(ガス溶接、伐木など)  
**会 場** 榊北友商会内  
中標津町東37条南1丁目  
**受講料** 無料  
**対象者** 季節労働者  
※定員になり次第締め切り  
**申込・問合せ先**  
根室管内4町通年雇用促進協議会  
☎0153-72-6789

陸・海・空  
自衛官等募集

細部お問い合わせ・説明は随時受付中!!  
中標津地域事務所(中標津町東1南1) ☎0153-72-0120

募集種目	試験会場	受付締切	試験期日	応募資格など
自衛官候補生 (男・女)	釧路 帯広	1月17日	1月23日	受験年齢:33歳未満 入 隊:令和5年4月 試験会場及び試験日は受験者の状況で変更
		2月8日	2月11日、12日 いずれか1日	
高等工科大学 (高校)	中標津	1月6日	1月14日	横浜修悠高等学校卒業資格 生徒手当:103,700円/月支給、期末手当:2回/年

## ☆年末・年始休業のお知らせ☆

■の部分が発業日です。

施設	令和4年12月				令和5年1月					
	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
役場										
標津病院										
保健福祉センターひまわり										
生涯学習センターあすばる										
川北生涯学習センター										
川北体育館										
川北児童館										
川北親子ひろば「ぼっふこーん」										
総合体育館										
図書館										
キラリ児童館										
親子交流館おひさま										
北方領土館										
町営バス(町内循環線)火・金運行										
町営バス(古多線川北線)火・金運行										
標津サーモン科学館	冬季休館 (12月1日～1月31日)									
海の公園「交流ハウス」	冬季休業 (11月1日～4月28日)									
海の公園キャンプ場	冬季休業 (11月1日～4月28日)									
ポー川史跡自然公園	冬季休園 (11月24日～4月28日)									

### 【上記休業期間中の急用受付対応】

- ▷ 役場 住民票・印鑑証明書の発行、出生届・婚姻届・死亡届の受領は随時行います。
  - ▷ 標津病院 急患は随時受付しますが、事前にご連絡ください。(☎82-2111)
  - ▷ 保健福祉センター 地域包括支援センターは緊急時に電話受付します。(☎82-1588)
- ※標津病院に転送されます。

※清掃センター・最終処分場は12月31日から1月5日まで休業しますので、年末のごみの出し忘れなどが無いようお気を付けください。(1月6日から通常どおり業務開始します)

### 森林整備のことなら森林組合へ!!

国や町の補助を活用した植林・下刈・間伐等の各種事業や所有森林の皆伐等お気軽にご相談下さい。

※そのほか椎茸菌や接種用ほだ木(予約販売)、薪も販売中

**JForest 標津町森林組合**  
標津町北2条西1丁目1-3 役場農林課内 TEL 85-7244

### 冬道のスリップ事故にご注意

- ・スピードは夏場より10Km以上減速!
- ・車間距離は路面乾燥時の2倍以上確保!
- ・急加速・急ブレーキ・急ハンドルは禁物!
- ・視界不良時は、早めに徐行 無理な外出はNG!



損害保険トータルプランナー  
**遠藤損害保険事務所**  
代表 遠藤 幸男<標津町南3条西2丁目>  
Tel:0153-82-3330  
Mail:yukioend@mint.ocn.ne.jp



お歳暮に是非ご利用ください

鮭いくら・鮭筋子・冷凍帆立・たらこ

**標津漁業協同組合 直売所**

お問い合わせ TEL 0153-82-2035

### 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 企画政策課広報統計担当

今年もご愛顧いただきありがとうございました。

12月中はトリートメント割引券くじ、粗品を全員にプレゼント致します!  
(事前連絡をおすすめいたします)

年末年始のお知らせ:12月31日~1月3日までお休みさせていただきます  
1月7日(土)午前中は成人の方を優先させていただきます

サロン・ド・クローバー

Salon de Clover

☎0153-82-2219

# まちの声

435

## ボランティアを通じて

にいっ **新津** なおや **直也**さん (東川北)  
フリーランス



**皆**さん、こんにちは。ゆく年くる年、早くも師走。コロナ禍、いかが過ぎてますか？私はコロナにも負けず東奔西走しています。

さて、このコロナ禍、生まれ育った標津町や地域住民の方に何かできる事はないか？とNPO法人標津スポーツクラブさんを訪ね、ボランティアに参加させて頂きました。

ボランティアとは「自らの意志により参加する人またはその活動」の事を指します。また私の中ではボランティアを無償の社会貢献だけでなく「職務に対する任務分析、技能の錬磨、生きていく上で必要な物・事」などに繋がるのでは？と考えました。

今回はカレーライスウオーケラリーの支援・ボランティア兼スポーツ屋台での野菜即売会の事前準備などに参加させて頂き、役場の方や地域おこし協力隊の方の指導・説明の下、地域住民や参加者との「一体感・融和団結」を図れたのではないかと思っています。

普段の生活や職務では体験できないような事柄もあり良い体験となりました。この体験を活かし、如何なる状況下においても適時適切な対応、言動に繋がれば…と。

このコロナ禍で「人と人との繋がりが減少し意志の疎通が齟齬になり易い中、人に寄り添い些細な喜びも噛み締めつつ、自身の心、人の心や気持ちを大切に守りながら生きてゆきたい。その上で向上心や努力、感謝の気持ち忘れぬよう会得体得し、日々邁進していきたいと思っています。

それでは良いお年を！

次の「まちの声」は若澤めぐみさん(曙町)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。

## 1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 1月10日(火) 13時30分～
- 場所 川北生涯学習センター
- 問合せ 住民生活課

## 人のうごき

令和4年10月末日現在 (前月比)

人口	4,965人(-10人)
男	2,415人(-10人)
女	2,550人( 0人)
世帯数	2,359世帯( 0世帯)

人口前月比の内訳

	増	減	比較	
転入	12人	転出	14人	-2人
出生	2人	死亡	11人	-9人
その他	1人	その他	0人	1人
計	15人	計	25人	-10人

※外国人を含む人口・世帯数を掲載しています。

## 町内の交通事故

令和4年10月1日～10月31日  
( )は本年累計

人身事故	1件( 3件)
負傷者	1件( 4件)
死亡者	0件( 1件)
物損事故	10件( 95件)

☆☆☆ 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!!