

しほろ役場たより

発行・編集

士幌町役場 総務企画課
企画グループ 広報広聴担当
〒080-1292
河東郡士幌町字士幌225番地
☎ 5-5212

～ 各見出しの内容 ～

日：日時（日程・期間） **所**：場所 **内**：内容 **対**：対象 **申**：申込期間（期限）
¥：費用 **担**：担当 **問**：問合せ **☎**：電話番号 **FAX**：FAX **@**：Eメール
HP：ホームページ ※詳細は各担当へお問い合わせください。

～ 目 次 ～

イベント・催し

ホタル観賞会の中止 . . . 2

健康・医療・福祉・介護

とかち広域消防局 Net119 緊急通報システム
の運用 . . . 2
普通救命講習Ⅰ . . . 2

子育て・教育

士幌町高等学校等修学支援金 . . . 2
としょかんをかざろう！ . . . 3

生活環境・防災

町営住宅入居者の募集 . . . 3
特定公共賃貸住宅入居者の募集 . . . 3
公共賃貸住宅入居者の募集 . . . 4
交通規制 . . . 5

税金・保険・年金

町道民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料第2期の納期 . . . 5

文化・スポーツ

子ども水泳教室 . . . 5

募集

役場南側花壇の草取り作業のボランティア募集 . . . 5
「フラワーマスターの会」名称変更および会員募集 . . . 5

自衛官等募集 . . . 6
普及職員（農業）募集 . . . 6
令和3年度とかち広域消防事務組合
消防職員採用資格試験（後期） . . . 6
士幌町子ども・子育て会議委員の募集 . . . 7

その他

しほろポテト食堂 . . . 7
戦没者遺児による慰霊友好親善事業 . . . 7
然別演習場射撃訓練などの実施日程
（8月） . . . 7

～チラシ～

農作業事故を防ごう！！ . . . 8
総合研修センタートレーニング室
8月レッスンプログラム . . . 9
熱中症予防×コロナ感染防止で
「新しい生活様式」を健康に！ . . . 10
子育て世帯生活支援特別給付金のご案内 . . . 12
新型コロナウイルスワクチン接種について . . . 13
8月 国保病院外来診療担当表 . . . 14
新型コロナワクチン 接種証明書（ワクチンパスポート）の発行 . . . 14



100周年 夢拓き
大地と生きる 士幌町

イベント・催し



■ホタル観賞会の中止

今年度のホタル観賞会は、新型コロナウイルス感染防止のため中止とします。

また、会場の朝陽公園内は立入禁止となっていますのでご注意ください。

担 産業振興課 産業振興グループ(コミセン内 ☎ 55213)

健康・医療・福祉・介護



■とかち広域消防局 Net119 緊急通報システムの運用

Net119 緊急通報システムとは、聴覚、言語、そしゃく機能の障害等により、音声による通報が困難な方が、携帯電話やスマートフォン等の携帯端末を用いて画面をタップしていく簡単な操作で119番通報ができるシステムです。

また、GPS 機能による位置情報システムにより通報者の位置が把握できるほか、チャット機能を利用して会話することが可能なため、症状や状況の確認ができます。

利用に関しては事前登録が必要となり、一度登録していただくと居住する範囲のみではなく、外出先や旅行先でも利用できます。

運用開始 9月15日(水) 8時45分～
対

▽十勝管内に居住、通勤または通学している方

▽聴覚、言語、そしゃく機能の障がい等により、音声による通報が困難な方

※8月2日(月) 8時45分から事前登録を受け付けています。

※下記担当までお問い合わせください。

担
▽とかち広域消防局 情報指令課(帯広市西6条南6丁目3番地1 ☎ 0155-26-9127 FAX 0155-22-9119 @ call@fire-tokachi.hokkaido.jp)

▽士幌消防署 救急係(☎ 52323 FAX 52319)

■普通救命講習 I

毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間が救急医療週間と定められています。

消防署では応急手当の重要性および救命に必要な応急手当の正しい理解と認識を深めていただくため、普通救命講習 I (AEDを用いた心肺蘇生法等)を開催します。

町内においても多くのAED(自動体外式除細動器)が公共施設・事業所等に設置されています。

また、町内で心肺蘇生とAEDの使用による救命事例もありました。あなたの勇気ある行動で助かる命が2倍になります。ご家族・ご友人・同僚をお誘い合わせの上、お気軽に参加してください。

日 9月12日(日) 9時～12時

所 士幌消防署 2階講堂

内

▽心肺蘇生法

▽AEDの取扱い

▽応急手当等

※動きやすい服装でお越しください。

定員 10名程度(定員になり次第締切)

¥ 無料

申 8月10日(火)～9月9日(木)

担 士幌消防署 救急係(☎ 52323)

子育て・教育



■士幌町高等学校等修学支援金

高等学校等に在学する生徒の保護者等に対し、修学上の経済的負担の軽減を図ることを目的として支援金を給付します。

なお、文部科学省より同じ名前の制度が実施されていますが、この支援金は町が独自に実施するもので、重複して受けることができます。

対 次のすべてに該当する方

▽7月1日(木)を基準として、高等学校等に在学する生徒の保護者等であること

▽保護者等が本町の住民票に記載されていること(本町に子の住民登録がなくても申請可能です)

▽保護者等の属する世帯の総所得金額等の合計額が基準額以下であること

※基準額（18歳以下の子どもの人数に応じて設定）

1人～310万円、2人～348万円（以降、38万円ずつ基準額に加算）

※ただし、次のいずれかに該当する場合は対象となりません。

▽生徒が里親に委託されているとき

▽生徒が満18歳に達した日以後、最初の3月31日を超えて在学しているとき

支給額

▽生徒1人につき10万円

▽児童扶養手当（全部停止者は除く）を受けている方については、入学初年度に限り、上記金額に10万円を加算

必要書類

▽申請書

▽在学証明書（7月1日以降のもの）

▽所得証明書（令和3年1月1日以降に土幌町へ転入した方のみ）

申 10月29日（金）まで

担 保健福祉課 福祉保険グループ（総合福祉センター ☎⑤2006）

としょかんをかざろう！

図書館では下記の期間、色とりどりの七夕の短冊を用意して、皆さまのご来館をお待ちしています。

願い事を書いた短冊は、ひこ星やおり姫の側に飾られます。

日 8月7日（土）まで

所 したしみ図書館

※図書館の開館時間は10時から18時まで。火曜日は休館です。

担 教育課 したしみ図書館（総合研修センター内 ☎⑤4733）

生活環境・

防災



町営住宅入居者の募集

申 8月20日（金）までに申込書に必要な書類を添えて提出してください。

対 3DK・2LDKは2人以上、3LDKは3人以上の世帯であること。昭和南団地は2人以上の世帯であること。

入居資格

①現在、住宅にお困りであること。

②税および公共使用料等を滞納していないこと。

③連帯保証人1人を確保できること（入居者と同じ程度またはそれ以上の収入がある人）。

※特別な事情があると認められた場合、連帯保証人の免除申請が可能。その場合は、緊急連絡人を指定していただきます。

④公営住宅法に定める収入基準内であること。

家賃 入居者の所得に応じて、決定されます。

入居決定方法 関係法令等の基準により決定します。ただし、入居適合者が複数の場合、抽選で決定することがあります。

敷金 入居時の家賃の2か月分が必要となります（還付時利息は含みません）。

担 建設課 建設グループ（役場庁舎1階 ☎⑤5216）

特定公共賃貸住宅入居者の募集

特定公共賃貸住宅とは、収入が町営住宅の基準を超えているため、町営住宅の入居申し込みができない中堅所得者向けの住宅です。町営住宅とは収入基準や家賃設定が異なります。

申 8月20日（金）までに申込書に必要な書類を添えて提出してください。

入居資格

①2人以上の世帯であること。

②税および公共使用料等を滞納していないこと。

③連帯保証人1人を確保できること（入居者と同じ程度またはそれ以上の収入がある人）。

※特別な事情があると認められた場合、連帯保証人の免除申請が可能。その場合は、緊急連絡人を指定していただきます。

④所得が月額15万8千円以上48万7千円以下であること。

家賃 入居者の所得に応じて、決定されます。

入居決定方法 関係法令等の基準により決定します。ただし、入居適合者が複数の場合、抽選で決定することがあります。

敷金 入居時の家賃の2か月分が必要となります（還付時利息は含みません）。

担 建設課 建設グループ（役場庁舎1階 ☎⑤5216）

公共賃貸住宅入居者の募集

申 8月20日(金)までに申込書に必要な書類を添えて提出してください。

入居資格

- ① 2人以上の世帯であること。
- ② 税および公共使用料等を滞納していないこと。
- ③ 連帯保証人1人を確保できること(入居者と同じ程度またはそれ以上の収入がある人)。

※特別な事情があると認められた場合、連帯保証人の免除申請が可能。その場合は、緊

急連絡人を指定していただきます。

家賃 20,000円

入居決定方法 関係法令等の基準により決定します。ただし、入居適合者が複数の場合、抽選で決定することがあります。

敷金 家賃の2か月分が必要となります(還付時利息は含みません)。

担 建設課 建設グループ(役場庁舎1階 ☎ 5216)

※募集する住宅は以下に記載のとおりです。

〈町営住宅〉

☆一般世帯向け

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
睦団地	3DK	1戸	昭和49年度
南百戸団地	3DK	1戸	昭和54年度
	3LDK	1戸	昭和55年度
若葉団地	3LDK	1戸	昭和58年度
大通西団地	3LDK	1戸	平成13年度
土幌南団地	3LDK	1戸	平成5年度
中土幌東団地	3DK	1戸	昭和52年度
	3LDK	1戸	平成5年度
昭和南団地	3LDK	1戸	平成元年度

☆大通西団地高齢者等向け

※次の事項の他の各条件は一般世帯向けと同じ。

◆入居対象者：単身者または2人以上の世帯

◆入居資格：①入居者は60歳以上または障がい者。

②同居者は60歳以上または18歳未満の者もしくは障がい者。

ただし配偶者は年齢不問。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
大通西団地	1LDK	1戸	平成11年度

〈特定公共賃貸住宅〉

住宅名	間取り	募集戸数	竣工年度
みのり野団地	2LDK	1戸	平成14年度

〈公共賃貸住宅〉

住宅名	間取り	募集戸数	竣工年度
かしわ荘	2LDK	1戸	昭和56年度

担 建設課 建設グループ(役場庁舎1階 ☎ 5216)

交通規制

所 町道士幌西1線

▽区間 道道本別士幌線～町道新生4号線

▽期間 8月6日(金)～12月20日(月)

▽制限内容 通行止め

▽理由 道路改良工事のため

所 道道本別士幌線

▽区間 町道士幌北東3線～町道士幌東4線

▽期間 8月16日(月)～9月30日(木)

▽制限内容 24時間片側交互通行

▽理由 排水路工事のため

担 建設課 建設グループ(役場庁舎1階 ☎⑤5215)

税金・保険・年金



町道民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料第2期の納期

日 8月16日(月)～31日(火)

※各金融機関でお早めに納付されますようお願いいたします。口座振替で納付される方は31日(火)が振替日です。

※納付書は、ゆうちょ銀行やコンビニエンスストア、PayPay、LINEPayでも納付することができます。

担 町民課 税務収納グループ(役場庁舎1階 ☎⑤5214)

文化・スポーツ



子ども水泳教室

(株)オカモトの優しいスタッフが丁寧に指導しますので、初めてのお子さまでも、安心してご参加ください。

日 8月21日(土)・22日(日)・28日(土)・29日(日)

▽幼児クラス(各2日間)

Aコース(8月21日・22日)

Bコース(8月28日・29日)

13時00分～14時00分

▽小学生クラス(4日間)

14時30分～15時30分

所 町民プール

定員 ※先着順

▽幼児(各コース) 25名ずつ

▽小学生 40名

¥ 無料

申込先 町民プールの指定管理者である(株)オカモト(☎⑤5205)へ直接申し込みください。

※受付時間10時～18時(12時～13時除く)

担 教育課 社会教育グループ(総合研修センター ☎⑤4733)

募 集



役場南側花壇の草取り作業のボランティア募集

次の日程で実施しますので、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

なお、作業に必要な軍手・ホー等については、各自ご用意ください。

日 8月10日(火) 9時～

※雨天時：8月11日(水) 9時～

所 役場南側花壇

担 総務企画課 企画グループ(役場庁舎2階 ☎⑤5212)

「フラワーマスターの会」名称変更および会員募集

今年度から、「shihoro フラワーマスターの会」は、フラワーマスターの資格をもっていない方にも入会してもらいやすくするため、「しほろ花あそびの会」に名称を改めることとしました。

本会は、花のまちづくりに興味のある町民の方を募集しています。

加入する前に、気軽に庭作業や年に1度の視察研修に参加してみたいという方も大歓迎です！ご興味のある方は、役場南側花壇整備のボランティアに参加してみてください！！※花壇整備の日程については、役場だよりに毎月掲載しています。

担 総務企画課 企画グループ(役場庁舎2階 ☎⑤5212)

■ 自衛官等募集

募集種目		応募資格	受付期間	試験日
航空学生		海上自衛隊 18歳以上 23歳未満の者 航空自衛隊 18歳以上 21歳未満の者 ※高卒者または高専3年次修了者(見込含)	9月9日(木)まで	1次:9月20日(月) 2次:10月16日(土)～21日(木)のうち指定する日 3次:11月13日(土)～12月16日(木)のうち指定する日
一般曹候補生		18歳以上 33歳未満の者		1次:9月16日(木)・17日(金)のうち指定する日 2次:10月13日(水)・14日(木)のうち指定する日
自衛官候補生				男子:9月22日(水)・23日(木)のうち指定する日 女子:9月24日(金)
防衛大学校学生	推薦	18歳以上 21歳未満の者 ※高卒者または高専3年次修了者(見込含)	9月5日(日)～9月10日(金)	9月25日(土)・26日(日)
	総合選抜			1次:9月25日(土) 2次:10月30日(土)・10月31日(日)
	一般		10月27日(水)まで	1次:11月6日(土)・7日(日) 2次:12月7日(火)～11日(土)のうち指定する日
防衛医科大学校医学科学生			10月13日(水)まで	1次:10月23日(土)・24日(日) 2次:12月2日(木)～4日(土)のうち指定する日
防衛医科大学校看護学科学生 (自衛官候補看護学生)			10月6日(水)まで	1次:10月16日(土) 2次:11月27日(土)・28日(日)のうち指定する日

※応募資格の年齢は採用時期により異なります。受付期間や試験日は状況により変更になることがあります。詳細は下記のいずれかにお問い合わせください。

問 自衛隊帯広募集案内所(帯広市西5条南14丁目13NC サウスビル)

☎・FAX 0155-23-8718 @: obihiro.pco.tokachi@rct.gsdf.mod.go.jp

HP: <https://www.mod.go.jp/pco/obihiro/>

■ 普及職員（農業）募集

北海道庁では、試験研究機関や農業関係団体などと連携し、農業の生産性向上、農業経営や農村生活の改善などに関する技術や知識を農業者に普及指導する普及職員を募集しています。

採用試験日程

▽普及職員（農業）A区分

【大学卒業又は卒業見込みの方】

申込受付: 8月16日(月)～25日(水)

採用予定数 12名

▽普及職員（農業）C区分

【民間企業等の職務経験者の方】

申込受付: 8月2日(月)～13日(金)

採用予定数 10名

※詳細は、HP: <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/gif/fukyuu-saiyou.htm>

問 北海道庁農政部生産振興局技術普及課普及推進係 (☎011-204-5379)

■ 令和3年度とかち広域消防事務組合消防職員採用資格試験（後期）

令和4年4月1日採用予定の消防職員採用資格試験の実施を9月中旬頃予定しています。

試験案内は8月上旬頃、とかち広域消防局総務課、十勝管内各消防署と士幌町役場2階

総務企画課で配布予定です。

詳細は、とかち広域消防事務組合 **HP** でご確認ください。

受験区分 高校卒

試験会場 とかち広域消防局庁舎（帯広市西6条南6丁目3番地1）ほか

※採用人数・試験日程・申込方法等は、試験案内で確認してください。

問 とかち広域消防局総務課人事給与係（消防局庁舎3階 ☎0155-26-9121）

■士幌町子ども・子育て会議委員の募集

町では、子ども子育て支援施策の推進に関する事項を審議する「士幌町子ども・子育て会議」の委員を次のとおり募集します。

応募資格

▽小学生の保護者であって、町内に住所を有し、地域の子育て支援等に興味のある人

▽平日に開催する士幌町子ども・子育て会議に出席できる見込みのある人

委員数 1名

委員の仕事 士幌町子ども・子育て支援事業計画の策定と進捗状況の評価等

※士幌町子ども・子育て会議の出席に際しては、町の規定による報酬等をお支払いします。

任期 令和3年10月1日～令和5年9月30日の2年間

応募方法 子ども課子育て支援係にある応募用紙（**HP** からダウンロード可）に記入の上、次のいずれかの方法で提出してください。

▽郵送もしくは持参（〒080-1219 河東郡士幌町字士幌西1線172番地 子ども課子育て支援係）

▽FAX ☎2508

▽@ : kosodate@shihoro.jp

応募締切 8月31日（火）必着

※応募多数の場合は、選考委員会が選考基準に基づき審査し、選考された方に通知します。

※選出後、最初の会議は10月中旬頃を予定しています。

担 子ども課 子育て支援係（認定こども園内 ☎☎2364）

そ の 他



■しほろポテト食堂

小中学生、高齢者を対象にテイクアウト方式で行ないます。

日 8月21日（土）11時30分～12時

所 はなし処前（総合研修センター北側）

対 町内在住の小・中学生、高齢者

¥ 無料

※小中学生50食・高齢者20食（予定）
※しほろポテト食堂は主に士幌町で生産された食材を使っております

※アレルギー対応はしていません。

問 地場産物を食べる会代表：三浦（☎☎3307）

■戦没者遺児による慰霊友好親善事業

日本遺族会では、参加者を募集しています。

内 この事業は、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的として実施しています。

所 ①パラオ諸島 ②フィリピン ③ソロモン諸島 ④マリアナ諸島 ⑤マーシャル諸島 ⑥台湾・バシー海峡

対 戦没者の遺児

¥ 参加費10万円

※日程等詳細は下記までお問い合わせください。

問 日本遺族会事務局（☎☎03-3261-5521）

■然別演習場射撃訓練などの実施日程（8月）

内容	日程
爆破等	3日（火）～7日（土）、 16日（月）～31日（火）

※変更・中止になる場合があります。

問 陸上自衛隊鹿追駐屯地業務隊（河東郡鹿追町笹川北12線10番地 ☎☎0156-66-2211）

農作業事故を防ごう!!

～みんなの笑顔のために！防ごう農作業事故！～

これから1年で最も作業が集中する時期となります。

農作業事故は、重大で悲惨なケースが多くなっていますので、作業者全員で、もう一度安全を確認しましょう。

農作業事故防止のポイント

- ☆知識を身につける(技術や安全に対する知識)
- ★無理のない作業計画(機械能力、気象・ほ場条件、休息等)
- ☆疲れを残さない健康管理(十分な睡眠と入浴、体操等)
- ★安全キャブ・フレームの装着(巻き込み、転倒、もしものときを考える)
- ☆反射シール、低速車マークの装着(一般自動車への認知)
- ★作業前後の点検・整備の励行
- ☆作業環境、作業姿勢、足場条件の整備
- ★作業に適した服装(機械などに巻き込まれないように)
- ☆道路を走行するときは、交通法規を守る

○道路通行者の方へ

これからの時期は農作業機械が道路を走行する機会が多くなります。走行中には農作業機械の大きさや形状の把握が困難となり、特に夜間は一層困難となりますので、十分注意し運転するよう心がけましょう。

士 幌 町 農 業 振 興 対 策 本 部

(士幌町・農業改良普及センター・ホクレン・JA士幌町)



総合研修センター トレーニング室

8月レッスンプログラム

利用の制限を設けて
下記のとおり
開館しています

レッスン名	強度	レッスン時間	開催日時	定員
リズムステップ	☆☆	30分	月曜日：14時30分 水曜日：13時30分 金曜日：14時30分	6名
楽しく汗をかけるリズムプログラム。軽快な音楽のリズムに合わせてステップ運動を行い、身も心もリフレッシュ！				
コアトレーニング	☆☆	30分	月曜日：19時25分 金曜日：13時30分	6名
体幹を鍛えると安定性が向上するので、疲れづらくなり、転倒予防効果・ぎっくり腰予防効果にも役立ちます。				
ストレッチポール	☆	30分	水曜日：14時30分	6名
ストレッチポールを用いたストレッチ方法をご紹介します。 運動後の疲労回復はもちろんのこと、肩こりの解消にも有効です。				
ストレッチ	☆	30分	月曜日：13時30分	6名
30分間全身のストレッチを行います。 運動後の疲労回復など、からだをスッキリさせ、集中力の向上などの効果があります。				
美ユティー BodyWave	☆☆	30分	金曜日：19時10分	6名
体幹部のインナーマッスルを「Wave動作」で伸ばしながら刺激を与え、Bodyを引き締めるプログラムです。				
ZUMBA	☆☆☆	60分	水曜日：20時00分	12名
ラテン中心の世界各国の音楽に合わせてダンスを楽しめるフィットネスと融合した激熱プログラム！				
キックファイト	☆☆☆	60分	金曜日：20時00分	12名
キックボクシングの動きを取り入れた格闘系プログラムです。				

～ トレーニング室 ご利用上のお願い ～

- 混雑時を避けるため**トレーニング室の利用は1時間30分程度**とさせていただきます。
- 隣人との間隔をあけるため、人数制限をさせていただきます。
 - ・トレーニング室の利用 **12名** ※レッスン中は6名入館可能
 - ・トレーニング室レッスン **6名**
 - ・研修室レッスン **12名**
- 風邪の症状がある場合はご利用をお控えください。
- マスクは必ず持参し、受付時・着替え時等は着用してください。（運動中のマスク着用は利用者の判断とします）
- 入館時に手洗い（アルコール消毒）をおねがいします。
- 利用される前に感染予防ヘルスチェックシート（氏名・住所・電話番号・体調チェック等）の記入をしていただきます。
- タオルの共有を避けるため、受付時にマシン消毒用のタオルを一人一枚お渡ししますので、使用した後は必ず拭いてください。
- 他の利用者、スタッフとの距離を確保してください。
- 利用中に大きな声での会話は控えてください。

【トレーニング室利用時間】 月・水・金曜日 13時00分～21時00分

※火・木・土・日曜日は休館日です。

※町内在住、在勤の中学生以上の方がご利用いただけます。

なお、中学生の利用は保護者等の引率者がいない場合は19:00までです。

※安全管理上、小学生以下のお子さまを連れてのご利用はご遠慮ください。

【利用料】 無 料

※上靴が必要になります。

【お問い合わせ】 土幌町教育委員会 TEL 5-4733

熱中症予防 × コロナ感染防止で 「新しい生活様式」を健康に！

「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保
②マスクの着用 ③手洗いの実施や「3密（密集、密接、密閉）」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



熱中症を防ぐために マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに！



激しい運動は避けましょう

のどが渇いていなくても
こまめに水分補給をしましょう



気温・湿度が高い時は
特に注意しましょう



新型コロナウイルス感染症に関する情報：

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

熱中症に関する詳しい情報：<https://www.wbgt.env.go.jp/>





暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れないければ、外でも日陰へ



のどが渇いていなくても こまめに水分補給をしましょう



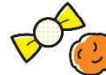
1時間ごとに 入浴前後や起床後も
コップ1杯 まず水分補給を

・1日あたり
1.2L(1.2リットル)を目安に



ペットボトル 500mL 2.5本
コップ約6杯

- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



エアコン使用中も こまめに換気をしましょう

(エアコンを止める必要はありません)

注意

一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていない

- ・窓とドアなど2か所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する



- ・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定



暑さに備えた体づくりと 日頃から体調管理をしましょう

- ・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度)



水分補給は忘れずに!

- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと



熱中症警戒アラート発表時は 熱中症予防行動の徹底を!

運動は原則中止。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動してください。

■年齢別／熱中症死亡者の割合



出典:「熱中症による死亡数 人口動態統計2019年」厚生労働省

熱中症による死亡者の 約8割が高齢者

約半数が80歳以上ですが、若い世代も注意が必要です。

■年齢・発生場所別／熱中症患者の発生割合



出典:「救急搬送データから見る熱中症患者の増加」国立環境研究所 2009年

高齢者の熱中症は

半数以上が自宅で発生

高齢者は自宅を涼しく、若い世代は屋外での作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



子育て世帯生活支援特別給付金 のご案内

1. 支給対象者

①②の両方に当てはまる方(※ひとり親世帯分の給付金を受け取った方を除く)

① 令和3年3月31日時点で
18歳未満の児童(障害児の場合、**20歳未満**)
を養育する父母等
(※令和4年2月末までに生まれた新生児等も対象になります。)

② { ■ 令和3年度**住民税(均等割)**が**非課税**の方
または
■ 令和3年1月1日以降の収入が急変し、
住民税非課税相当の収入となった方

2. 支給額

児童1人当たり 一律 **5万円**

3. 給付金の支給手続き

- ▶ 給付金を受け取るには、**申請が必要**です。
- ▶ 申請書に振込先口座などを記入して、必要書類とともにお住まいの市区町村の窓口**に直接**、または**郵送**でご提出ください。

【ご注意ください】

- ※ 住民税(均等割)が非課税と見込まれる方に対しては、案内を送付済みです。
- ※ 収入が急変し、住民税非課税相当の収入と見込まれる方については、ご連絡をいただいた後に、土幌町から必要書類を送付させていただきます。

* お問い合わせは、下記までお電話ください。

保健福祉課 福祉保険グループ(総合福祉センター内 ☎5-2006)

新型コロナウイルスワクチン接種について

12歳以上の方に接種案内通知を郵送しています。接種を希望されている方で、まだ予約していない方は、現在、予約を受け付けていますので、下記の予約方法で申し込みください。

予約方法

WEB 予約



<https://id-ss0.reserva.be/shihorocoronayoyaku/login>

電話予約 土幌町新型コロナウイルスワクチン接種予約専用ダイヤル **9-5725**

(受付時間 9:00~16:00)

来所予約 土幌町総合福祉センター窓口 (受付時間 9:00~17:00)

ワクチンを接種すると、 発症リスクが95%減少します

新型コロナウイルスワクチンは、発症が予防できる他、発症したとしても重症化を防ぐことができるとのデータが示されています。ファイザー社の新型コロナウイルスワクチンの有効率は95%と報告されており、変異株のウイルスにも作用する抗体が作られたとの実験結果も発表されています。

10月以降のワクチン接種について

現在の集団接種は、9月で終了予定です。10月以降のワクチン接種については、接種方法や日程などを調整中であります。接種を希望している方で、9月までの集団接種で接種を受けられない方については、後日、協議させていただきますので、もうしばらくお待ちください。

保健福祉課 健康介護グループ（総合福祉センター内 ☎5-2108）

8月 国保病院外来診療担当表

【令和3年】

* 医師名の下の日付は、診療に出ている日です*

	診療科目	月	火	水	木	金
午前 受付 8時45分～11時30分 診察 9時～12時	内科	宮 西	守 屋	宮 西	守 屋	隅
		隅	協会・小寺	守 屋	竹 下	竹 下
						北広島・高橋 6日
	外科	休診 内科で外科対応をします				
	眼科				北大眼科 岩 田 5・12・19・26日	
午後 受付 13時15分～16時 診察 13時30分～16時30分	内科	宮 西	協会・小寺	宮 西	隅	竹 下
						北広島・高橋 6日
	整形外科				市 山 26日	
	泌尿器科		帯広協栄病院 岡田・村中 17日			

竹下医師が着任し、木曜日と金曜日の外来を担当します。

内科外来は、帯広協栄病院・小寺医師および北広島病院高橋医師の担当日があります。

毎週木曜日（午前）の眼科外来は、北海道大学眼科の医師が出張診療します。

今月の泌尿器科外来は17日（火）午後となります。帯広協栄病院の医師が出張診療します。

今月の市山医師の整形外科外来は、26日（木）の1回です。

※診療開始時間が遅れることがありますので、あらかじめご了承ください。

しばらくの間、諫山医師の外来診療は休診とさせていただきます。

■診療予約：平日の午後2時から4時までにお電話ください。（☎5-2106）

■休 診 日：土曜日／日曜日／国民の祝日／年末年始（12/31～1/5） ■急患については常時受付をいたします。

新型コロナワクチン

接種証明書（ワクチンパスポート）の発行

～海外渡航予定がある方を対象に、新型コロナワクチン接種証明書を発行します～



必要書類

- ① 予防接種証明書発行申請書
- ② 旅券（パスポート）
- ③ 予防接種済証または接種記録の写し
- ④ 本人確認書類の写し（運転免許証、健康保険証等）
※住民票上の住所が記載されたもの
- ⑤ 返信用封筒

※宛名の記載と必要料金の切手を貼ってください。

※旅券（パスポート）に旧姓・別姓・別名（英字）が記載されている場合は旧姓・別姓・別名（英字）が確認できる本人確認書類（運転免許証・健康保険証等）が必要です。

※接種証明書は郵送で送付します。発行には接種事実確認のため、場合によっては1週間から2週間ほどお時間をいただくことがあります。また、記入漏れがあった場合は、書類を受理できませんのでご注意ください。

提出方法

【郵送】

〒080-1219

河東郡士幌町字士幌西2線167番地
総合福祉センター内
保健福祉課 健康介護グループ
新型コロナワクチン接種担当 宛

【持参】

河東郡士幌町字士幌西2線167番地
総合福祉センター内
保健福祉課 健康介護グループ
新型コロナワクチン接種担当まで



海外渡航
予定のある
方が対象

☎ 保健福祉課 健康介護グループ（総合福祉センター内 ☎ 52108）