



# マイナンバーカード

## これからの暮らしに、手放せない一枚！

マイナンバー(個人番号)が記載された顔写真付きのカードです。プラスチック製のICチップ付きカードで券面に氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバー(個人番号)と本人の顔写真が表示されます。



- 顔写真付きのため、仮に紛失しても「なりすまし」ができません。
- ICチップには税・年金等のプライバシー性の高い個人情報が入っていません。
- 不正に情報を盗取しようとする、ICチップが壊れます。

万が一紛失した場合は、

24時間365日のコールセンターを設置しています。コールセンターに電話で連絡をすると、カードの一時停止ができます。

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178



## マイナンバーカードをつくるメリット

### ◎ 本人確認書類になる

未成年者や運転免許証を持っていない場合、一枚を提示するだけで証明ができます。

### ◎ 健康保険証として使える

特定健診や薬の情報をマイナポータルというアプリで閲覧できます。

マイナポータルからe-Taxに連携し、医療費通知情報を確認できるため、確定申告が簡単になります。

※従来の保険証も継続して使用できます。

### ◎ キャッシュレス決済サービスのポイントがもらえる

①マイナポイントを申込み、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージかお買い物をする②健康保険証としての利用申込みをする③公金受取口座の登録をすることで、最大20,000円分のマイナポイントが付与されます。(令和4年9月末日までに申請した方)

### ◎ オンラインで行政手続きができる

確定申告(e-Tax)などの手続きもオンライン申請で便利に行えます。

### ◎ 牛乳・乳製品クーポン券を差し上げます

すでにカードをお持ちの方、これから申請し、交付を受ける方(令和4年12月末日までに申請した方)に2,000円分の牛乳・乳製品クーポン券を郵送または窓口にてお渡しします。

# 1 申請方法

## 郵送で申請

個人番号カード交付申請書\*<sup>1</sup>に日付、氏名、連絡先を記入、顔写真を貼付し送付用封筒に入れて郵便ポストへ投函します。

## スマートフォン・PCで申請

スマートフォン・カメラで顔写真を撮影し、個人番号カード交付申請書\*<sup>1</sup>のQRコードを読み取り、WEBサイトにアクセスします。画面にしたがって必要事項を入力の上、顔写真を添付し送信します。

## 証明写真機で申請

まちなかの証明写真機からの申請。タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択し、個人番号カード申請書\*<sup>1</sup>のQRコードをバーコードリーダーにかざします。画面の案内に従って、必要事項を入力し、顔写真を撮影して送信します。

### 個人番号カード交付申請



スマートフォン・PC、証明写真機からの場合、申請書右下のQRコードを読み取ります。



- ※1 紛失された方も町民課窓口で再発行できます！
- ※「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。

## マイナンバーカード出張申請サポート

町内に住所がある企業、町内会、サロン、サークルなど、おおむね5人以上の集まりを対象に職員が出向き、マイナンバーカード申請のお手伝いをします。希望される場合は町民課までお問い合わせください。

## 町民課窓口でマイナンバーカード・マイナポイント申請のお手伝いをしています

- 無料で顔写真を撮影します。
- 町民課窓口が「マイナポイント手続スポット」になっているため、スマートフォンをお持ちでない・対応機種でない方、マイナポイントの申込み方法がわからない方はお気軽にお声がけください。

お問い合わせ先  
町民課住民生活グループ 01564-5-5231

# 9月1日は「防災の日」

## 一人ひとりが地震や風水害に対する心がまえをする日

9月1日は、関東大震災の発生日であるとともに、台風シーズンを迎える時期でもあります。昭和34年9月の「伊勢湾台風」が契機となり、地震や風水害等に対する心がまえ等を育成するため、翌昭和35年に「防災の日」が創設されました。

さまざまな災害に備えるには、平常時のうちに**複数の情報収集手段を持っておくことが大切**です。

### 士幌町防災メールシステム

外出中でも士幌町の災害警報を得られるよう、士幌町防災メールシステムに登録しましょう。

#### ●登録方法

1. 下の2次元コードを読み取る、または次のメールアドレスへ空メールを送信してください。  
bousai.shihoro-town@raidenshikoro.ktaiwork.jp
2. 「メールサービス登録通知」というメールが届いたら、案内に沿って登録してください。



### 防災ラジオ

災害警報や町からの重要なお知らせを素早く的確にお知らせできるよう、防災ラジオを全世帯に貸し出しています。

#### ●赤色の“電池ランプ”は点滅していませんか？

**赤色の「電池」ランプが点滅しているラジオは、電池が切れています。**停電時に動かなくなってしまうので、すみやかに電池を交換してください。

ACアダプタが正しく接続されている間は、電池は消耗しません。停電時でも防災情報を得られるよう、ACアダプタと乾電池の両方とも24時間取り付けておきましょう。

#### ●防災ラジオが鳴らないときは？

動作確認のため、毎日17時に「夕焼け小焼け」を放送しています。ラジオが鳴らないことに気づいたら、次の方法を試してください。

1. 電池とACアダプタを一度取り外し、付けなおす。
2. 音量の「大」ボタンを長押しし、音量を大きくする。



■担当 役場2階 総務企画課総務グループ総務防災担当 電話5-5211

# 国民年金からのお知らせ

## 新型コロナウイルスの影響により収入が減少している方へ

令和2年2月以降に収入が減少した場合、国民年金保険料の特例申請・免除申請が可能です。令和4年度(令和4年7月から令和5年6月まで)について国民年金保険料の臨時特例免除を希望される方は、令和3年度の申請をされた場合であっても、再度申請が必要となりますので、忘れずに申請をお願いします。

申請方法や申請書等は、日本年金機構ホームページ(<https://www.nenkin.go.jp/>)に掲載されています。

## 国民年金保険料は、納付期限までに納めましょう！

令和4年4月分から令和5年3月分までの国民年金保険料は、月額16,590円です。保険料は、日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。

また、クレジットカードやインターネット等を利用しての納付や口座振替もあります。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付が無い場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある方(被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主)の財産が差し押さえられることがありますので、早めの納付をお願いします。

## 年金相談・お手続きの際は、ぜひご予約を！

日本年金機構の全国の年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。お待たせ時間の少ない「予約相談」をぜひご利用ください。

- ・予約相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。
- ・申込みの際は、基礎年金番号のわかるもの(年金手帳や年金証書など)をご用意ください。

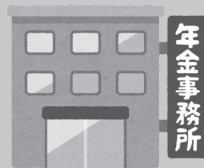
### ■■■問い合わせ先■■■

◎ねんきん加入者ダイヤル 0570-003-004

◎帯広年金事務所 0155-25-8003

◎町民課住民生活グループ 5-5231

※日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>



年金事務所

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～ 窓口負担割合の見直しについて ～

### ■ 一定以上の所得のある後期高齢者医療の被保険者の医療費の窓口負担割合が変わります

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者(窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。窓口負担割合の変更対象となる方は、後期高齢者医療の被保険者全体のうち約20%です。

### ■ 窓口負担割合が2割となる方は、以下の項目にすべて該当する方です

- 住民税課税世帯で、3割負担(現役並み所得者)ではない
- 同一世帯に住民税の課税所得が28万円以上の被保険者がいる
- 年金収入+その他の合計所得金額が、
  - ・被保険者が1人の世帯の場合、200万円以上
  - ・被保険者が2人以上の世帯の場合、合計320万円以上

### ■ 見直しの背景

令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始め、医療費の増大が見込まれています。後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代(子や孫などの世代)の負担(支援金)となっており、今後も拡大していく見通しとなっています。今回の窓口負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。

### ■ 保険証が新しくなります(黄色→橙色)

現在、ご使用の黄色の保険証の有効期限が令和4年9月30日をもって満了となるため、10月以降は使用できなくなります。

9月中旬に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら橙色の保険証をご使用ください。

10月以降の窓口負担割合が引き続き1割または3割の方も、保険証が新しくなります。

- 新しい保険証の有効期限は、令和5年7月31日です。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、保健福祉課福祉保険グループ保険担当までお申し出ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 9月 1日
被保険者番号	01234567
被 住 所	広域市連合町1丁目
姓 名	広域 太郎
性	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成20年 4月 1日
有効期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
被保険者番号並びに保険者の名簿及び印	390110000 北海道後期高齢者医療広域連合 公印(朱)

新しい保険証は橙色です

※ 減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)、限度証(限度額適用認定証)は有効期限が令和5年7月31日までのため、再交付しません。

## ■ 窓口負担割合が2割となる方には負担を抑える配慮措置があります

令和4年10月1日の施行後3年間(令和7年9月診療分まで)は、2割負担となる方について窓口負担割合の引き上げに伴い、1か月の外来医療の負担増加額を3,000円までに抑えます。(入院の医療費は対象外です。)

配慮措置の適用で払い戻しとなる方は、高額療養費として、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払い戻します。

### 【配慮措置が適用される場合の計算方法】

例：1か月の医療費全体額が50,000円の場合

窓口負担割合1割の時 ①	5,000円
窓口負担割合2割の時 ②	10,000円
負担増 ③(②-①)	5,000円
窓口負担増の上限 ④	3,000円
払い戻し ③-④	2,000円

### 配慮措置

1か月5,000円の負担増を3,000円に抑制するため差額を払い戻します

## ■ 2割負担となる方で高額療養費の口座が登録されていない方へ

2割負担となる方で高額療養費の口座が登録されていない方には、法律の施行時期に申請書を郵送します。申請書がお手元に届いたら、申請書の記載内容に沿って、口座の登録をしてください。

## ■ ご注意ください

- 厚生労働省や地方自治体が電話や訪問で口座情報登録をお願いすることや、ATMの操作をお願いすることは絶対にありません。
- 不審な電話があったときは、警察署(#9110)または消費生活センター(0155-32-3211)にお問い合わせください。



書類は必ず  
郵送でお届けします。

### お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合

【住所】〒060-0062

札幌市中央区南2条西14丁目

国保会館6階

【電話】011-290-5601

保健福祉課福祉保険グループ保険担当

【電話】01564-5-2006

### 第39回町民体育祭

#### パークゴルフ競技

〜中士幌Aが優勝〜

7月16日、総合運動公園パークゴルフ場(れいわパーク)にて行われ、18チーム66名が参加しました。競技は、公民館ごと1チーム3〜4名で構成した団体戦で、36ホールストロークプレイを行い、各チーム上位3名のスコアの合計で順位を競いました。

この日は雨が降ったり止んだりのあいにくな空模様の中、参加者らはそれを吹き飛ばすような軽快なスイングを見せていました。

結果は次のとおりです。(敬称略)

優勝 中士幌A(大和田幸七・

中島正文・菊地洋子・菊地毅)

準優勝 北町B(向井察光・嶋田

美代子・嶋田勤・嶋田興人)

第3位 上居辺A(山田章夫・神

野春夫・井上義孝)



#### ソフトボール競技

〜交流試合で汗を流す〜



7月25日、26日、総合運動公園ソフトボール場にて、町民体育祭のソフトボール競技が行われ、今年には佐倉、市街南町、市街北町の3チームが参加しました。

初日の25日、佐倉と市街北町が対戦。珍プレー好プレーが入り乱れ、和やかな雰囲気の中、試合は進み、両チームとも心地よい汗を流しました。

結果は21-8で市街北町が勝利を収め、26日も延長の末、市街北町が勝利。2連勝で幕を閉じました。

#### 楽しく学んで

健康づくり!

〜健康チェック体験会〜

7月20日、町民保健センターにて「健康チェック体験会」が開催され、事前申し込みをされた50名が参加しました。

この体験会は、食事と運動を通じた健康づくり、こころの健康、介護予防などへの関心を高めるために開催。展示コーナーでは、骨粗しょう症の予防やバランスの良い食事などが展示され、体験コーナーでは、足の筋力を確認する「立ち上がりテスト」や筋肉量・脂肪量のバランスを確認できる「体組成計」など各種健康チェックを行い、参加者らは見て体験して健康づくりに関して学んでいました。



#### 中央中学校へ

図書購入費寄付

〜(株)平田建設〜



〜ご寄贈ありがとうございました。心より感謝申し上げます〜

7月21日、(株)平田建設の長谷川雅毅社長が役場を訪れ、中央中学校への図書購入費の寄付をしていただきました。

同社からは平成17年から毎年寄付をいただいております。昨年度までの18回目となります。昨年度までの寄付で購入した図書は929冊となり、学校図書館には「平田文庫」コーナーが設置されています。

長谷川社長は「入社した社員が、中央中学校の卒業生で在学中に平田文庫を読んだという話を聞いて感無量である。これからも平田建設がある限り続けていきたい」と話していました。

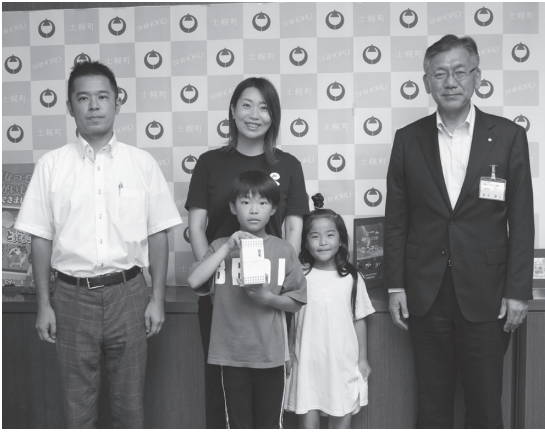


# マイホーム建設支援補助金交付

## 「マイホーム建設支援事業」

町内で新居を建てられた尾澤賢次さん、大友拓弥さんと住宅を購入された金井裕貴さんに「マイホーム建設支援補助金」が交付されることとなり、7月21日に尾澤さんへ90万円、7月29日に大友さんに100万円、8月5日に金井さんに65万円（うち半額相当が商工会商品券）が高木町長から手渡されました。

町は、移住・定住者の増加を図るため、令和3年4月1日から令和6年3月までの間、町内に初めてマイホームを持ち、10年以上定住される方に補助金を交付しています。

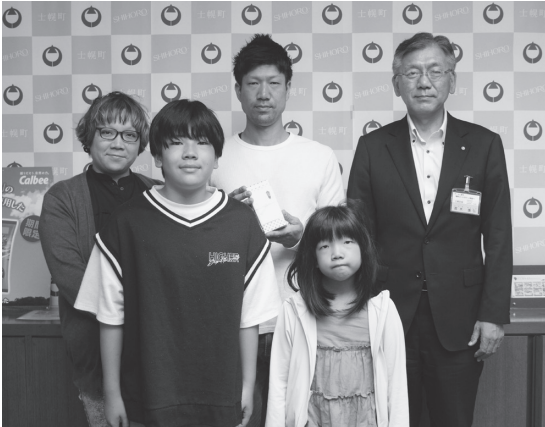


補助制度等の詳細は、町公式ホームページに掲載していますので、ご覧ください。

二次元コード→



尾澤さんは「家電の購入に使いたい」「大友さんは「庭や外構などに使いたい」、金井さんは「ものづくりが好きで、作業場付きの物件を購入したので、そこにエアコンを設置したい」と話していました。



## 夏休み こどもクッキング♪ ～しほろキッチン～



7月27～29日、小学生を対象とした「夏休みこどもクッキング」が開催され、3日間で延べ17名が参加しました。

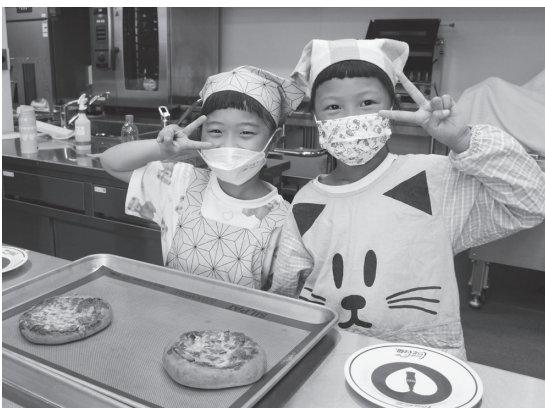
自分で料理をすることの楽しさ、難しさを体験してもらうことを目的に実施。この日は「ミックスピザ」と「シャーベット」を作りました。

まずはピザづくりから行い、生地をこねるところからはじめました。

子どもたちは、手に生地がくっついて、なかなかまとまらなかつたりと悪戦苦闘しながらも仕上げ、トマトソースやベーコン、コーン、チーズなどの具材をトッピングし、オーブンで焼き上げました。

あつあつのできたてを早速その場でいただき、子どもたちからは「おいしい！」と素直な感想が聞こえ、大変満足そうな様子でした。

参加した藤内琥牙くん（4年）は「自分で作ったピザは世界一おいしかった」と太鼓判。講師を務めた(株)Cherersの中山美紅さんは「今後は子どもに限らず、町民向けの講座を月に1回のペースで行っていかれたら」と話していました。



# 体力や認知機能を測定

## 「お元気度測定会」

7月28日と29日、総合研修センターにて、65歳以上を対象にした体力や認知機能を測定する「お元気度測定会」が行われました。

新型コロナウイルスの感染防止対策を講じた上で2日間に分けて実施し、延べ71名が参加しました。

測定会は自身で身体や認知機能を知り予防するきっかけや、町が必要な介護事業等を提案する機会として今年で3回目の開催。測定はコープさっぽろやNPO法人ソーシャルビジネス推進センター、北翔大学が協力して行っている「高齢者の健康寿命延伸のためのシステムネットワークの構築と検証」についての研究」による5種の体力測定とタブレットを使用した認知機能テストが実施されました。

毎年参加されている小林セツさん(91歳)は「昨年と比べることができ、日頃から健康に意識した生活を送ることを心がけている。まる元運動教室に参加して、楽しく運動できているので、これからも健康のために続けていきたい」と話していました。

9月2日には個別に結果が渡され、結果項目の説明や講話が行われます。



## 4名の方が紺綬褒章を受章 ～心より感謝申し上げます～

7月28日、紺綬褒章を受章した加納康司さん・加納信子さんへの伝達式が行われました。

康司さん・信子さんは、「土幌町愛のまち建設基金」に多額の寄付をしていたが、この日、ご自宅にて高木町長から章記と褒章が手渡されました。

康司さんは「福祉関係施設の整備は小林前町長が力を入れてきた事業。寄付金を活用していただけたらありがたい」、信子さんは「コロナで経済的に厳しい家庭もある。お金がなくて進学できない子どもの支援などに活用してほしい」と話していました。



8月3日、紺綬褒章を受章された小椋卓さんへの伝達式が行われました。

小椋さんは、「土幌町愛のまち建設基金」へ多額の寄付をしていただき、寄付金はタイムカプセル跡地を利用して建立された開町100年記念碑等に活用されました。この日、役場へ来庁された小椋さんへ高木町長から章記と褒章が手渡されました。

小椋さんは「少しでも公共のために使ってもらいたいとの思いから寄付した。記念碑にも名前を刻んでいただき大変うれしく思っている」と話していました。



7月29日、紺綬褒章を受章された高橋節子さんへの伝達式が行われました。

高橋さんは、「土幌町農業振興基金」へ多額の寄付をしていただき、この日、ご自宅にて高木町長から章記と褒章が手渡されました。

高橋さんは「亡くなった夫(元JA土幌町代表理事組合長 高橋正道さん)が、農業の担い手育成や婚活の推進などに力を入れていた。遺志を尊重し、農業振興のため、これからの若い人のために、使っていただきたい」と話していました。

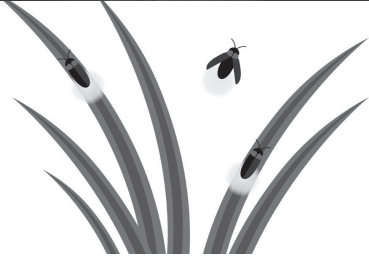


# 幻想的な光の世界

〜ホタル鑑賞会〜



8月2日〜7日、下居辺朝陽公園ほたるの里にて、3年ぶりに「ホタル観賞会」が開催されました。通常より開催期間を短縮しての開催となりましたが、6日間で延べ418名が訪れ、来場者らはホタルの優しく幻想的な光を楽しんでいました。土幌にいたるのはヘイケボタルで、本州に生息するゲンジボタルと異なり、体は1cmと小さめ。かつて町内には水田もあり自然に生息していましたが、環境の変化などからホタルが見られなくなりました。そこで、平成元年頃から下居辺地区の方々やホタルを愛する方々が、ホタルの自然養殖・保護をして、平成4年頃からホタル観賞会が開催されています。



宝くじ 公式サイト いつでも、どこでも。宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間  
いつでも  
ネット購入



24時間買えて、  
ポイントもたまる!  
今すぐ会員登録

お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)



## 人の動き

5,913人(-75) 男2,921人(-28) 女2,992人(-47) 世帯2,763(-6)

※7月末現在( )は前年比

## 新給食センターの竣工式が行われました



▲武藤市長は「子どもたちに美味しい給食を食べてほしい」とあいさつをしました。

## 美濃のまちから

8月2日、前野で建設が進められていた新給食センターの竣工式が行われ、関係者約60人が施設の完成を祝いました。

生櫛にあった旧給食センターは1979年に完成し、これまで稼働していましたが、老朽化のため旧県産業技術センター紙業部の跡地に新築移転しました。

新給食センターは鉄骨造り一部2階建て、延床面積は1330平方メートルで、約1600食の調理が可能となるほか、アレルギー食を作る専用調理室を設けています。また、床を濡らさないドラムシステムを導入し、衛生管理体制を充実させています。

建物の壁面の一部には、市内の小学生124人が描いたイラストが飾られています。

# 健康・イキイキ・ライフ

## 「地域包括支援センターは、 高齢者の総合相談窓口です」



健康介護グループ 鈴木 富子

地域包括支援センターは、高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として、介護だけでなく福祉、健康、医療などさまざまな分野から総合的に高齢者とその家族を支える機関です。

地域の高齢者やその家族などからのさまざまな相談を受け付けたり、訪問したりして実態を把握し、適切なサービスにつなげます。また、虐待防止や権利擁護に必要な援助を行います。



## 安心して相談できる窓口があります



お気軽にご連絡ください。

保健福祉課 総合福祉センター内 地域包括支援センター 電話 5-2188



# こどもだより

## 「キッズ・サイエンス」～中士幌保育園～ 認定こども園長 渋谷 浩



今年度8回予定されている「キッズ・サイエンス」の2回目が7月6日、中士幌保育園で行われました。指導をしてくれる中士幌児童ステーションの一平先生の「夏といえば…？」の問いかけから始まり「アイス！」「おはな！」等、色々な意見が出る中「エアコン！」という現代的な意見も…(笑)そして、つい



【かわいいのができたよ！】

に「はなび!!!」の正解ができました。一平先生が持つ完成品の花火のしおりを見たとき、「わ～きれい…」「かわいい」の声が出てきて、どの子も興味津々で、早く作りたくてうずうずしていました。クロマトグラフィーを応用し、フィルターに水性ペンで思い思いの点を描き、水を吸い込ませると…？いろいろな色がにじみ、花火が上がっているようになりました。何枚か作った中から、一番好きな物を選び乾かした後ラミネーターで加工し、「しおり」が完成！！世界に一つしかないみんなの宝物ですね。



【真剣に聞いています】



【これでいいのかなあ…】

連絡先 認定こども園なかよし 子ども課 電話5-2364 (相談専用) 電話5-2502



# 特養だより



## 「余暇の楽しみ方」

今回は、今年度のさくら棟の棟目標である「余暇時間の充実」についてご紹介します。

現在さくら棟では、利用者様が余暇時間を使って楽しんでいただけるように、カルタ遊びや職員と一緒にリハビリを兼ねた運動等を取り組んでいます。利用者様からは終始楽しそうな大きな笑い声や、「楽しかったね、またやろうね」などの声が聞かれます。



棟内運動に関しても利用者様から「歩く練習がしたい」と積極的な声もあり、今後もさくら棟では、入居様が余暇時間を楽しみ充実した生活が送れるよう色々なことに更に取り組んでいきたいと思えます。

連絡先 特別養護老人ホームほほえみ 電話5-2416

## 災害時の食中毒予防について

栄養科 管理栄養士 加藤 理奈

災害時は、ライフラインの寸断により、食品の低温管理が出来なくなるなど、食中毒が発生しやすい状況となります。抵抗力が弱い方は重症化することもありますので、しっかり防ぐ事が大切です。

- 調理や配付、食事の前には、よく手を洗いましょう。水が十分に確保できない場合にはウェットティッシュ等を活用しましょう。
- 調理を行う際は、食材を火や熱湯で十分に加熱しましょう。野菜などを生で食べる場合にはよく洗いましょう。
- 下痢、発熱、手指に傷がある方は、食品の調理や配付を行わないようにしましょう。
- 調理を行う台所や食器などを、可能な限り清潔に保つようにしましょう。
- 避難所などでは、出された食事は保管せずに出来るだけ早く食べるようにしましょう。また時間が経ち過ぎたら、思い切って捨てましょう。

## 発熱外来を開設しました

新型コロナウイルスが疑われる発熱、喉の痛み、鼻水などの風邪症状がある患者様に対して、発熱外来を開設しました。

受診の際は、事前にお電話で症状等を確認後、診察時間をご案内しますので、直接来院せず、必ずお電話くださいますようお願いいたします。

- 受付日時 月曜日～金曜日（祝日は除きます）
- 受付時間 9時～16時
- 電話番号 5-2106
- 検査方法 抗原定性検査
- 診察料 診察・投薬（処方箋料）、薬代は自己負担分があります。

※夜間・土日祝日は、発熱外来を実施していませんので、北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センターへご相談いただくか、下記ホームページで受診先を参照してください。

北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター

電話 0120-501-507

北海道ホームページ（発熱者診療・検査医療機関について）

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kst/youkou.html>



# 安全・環境だより

## 大麻取締強化月間

7月、生活安全推進協議会と帯広警察署、土幌駐在所員等が町内の各地域で大麻の抜き取り駆除作業を行いました。

夏場から秋頃にかけての期間は大麻も成育し大麻取締強化期間とされています。

警察官が町内でパトロールを実施していますので、不審な人物や車両を見かけた場合はご協力をお願いします。



## ペットを飼われて いる方へ

9月20日から26日は動物愛護週間です。飼い主の方は、動物が健康で快適に暮らせるようにするとともに、社会や近隣に迷惑を及ぼさないようにする責任があります。この機会にペットを飼う責任について、認識を深めましょう。

1. 動物の習性等を正しく理解し、最後まで責任をもって飼います。
2. 放し飼いは、人に危害を加えたり、近隣に迷惑をかけたりしますので絶対に止めましょう。
3. むやみに繁殖しないよう、動物病院に相談し、不妊や去勢手術を行いましょ。
4. 飼養犬は登録し、年1回狂犬病予防注射を受けさせましょ。
5. 盗難や迷子を防ぐため、所有者がわかる首輪を付けましょ。
6. ペットを遺棄した場合、100万円以下の罰金が科せられます。

## シートベルト着用 推進キャンペーン 旗なみの実施

7月19日、シートベルト着用推進キャンペーン旗なみを国道241号にて実施しました。土幌町生活安全推進協議会の役員が参加し、通過する車両にシートベルト着用などの啓発を行いました。

自動車を運転する皆さまもシートベルトの締め忘れに注意しましょう。また、運転手のみならず、助手席はもちろんのこと、同乗する後部座席の方へもシートベルトの着用を声かけしましょう。



## 今月のごみ指数

単位：kg

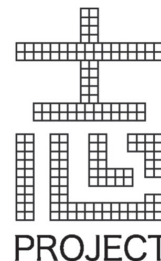
	令和4年7月分		前年同期		増減
燃やせるごみ	77,900		80,620		△0.3%
燃やせないごみ	12,720		19,880		△36.0%
合計	90,620		100,500		△10.0%
町民一人当たりのごみの量	5,913	15.3	5,988	16.8	6.80%
資源ごみ	43,299		40,550		

ごみに関するお問い合わせは、町民課住生活グループ(電話 ⑤5231)までお願いします。

## 前年度との ごみ発生量の比較

7月は昨年度と比較してごみの発生量が減少傾向にあります。  
資源として分別できるものはリサイクル業者等へ持ち込むなどごみの減量に引き続きご協力をお願いします。

# いま、土幌高校では



目もくらむような陽ざしと蝉の音が鳴り響く8月。いよいよコマクサも夏真っ盛りです。先月から夏季休業に入った生徒たちは、部活動や農業クラブの全道大会に向けた練習、学習とそれぞれが自己目標の達成に向けて熱く取り組んでいます。感染症の拡大という不安がまだある中、思うような活動ができない場面も多くありますが、生徒たちは、どうすれば学校生活が充実するのか、一人ひとりがよく考えて有意義な夏を過ごしています。(8月2日現在)

## ◆7月8日(金)

学校祭「ココロザシ FES2022～make 青春～」を開催しました。昨年に続き、今年度はコロナ禍での開催ということもあり1日だけの縮小日程とし、午前中はグラウンドで「体育祭」、午後からは体育館にて「クラスパフォーマンス」を披露しました。一般公開を行わず、できる限りの感染症対策を心がけ、やれること、やれないことをよく考えて、生徒たちも先生方も心一つにして大いに楽しむことができました。



## ◆7月29日(金)

オープンスクール「農と食の学習体験会」を開催。感染防止対策と熱中症にも気を配りながら、ご参加いただいた29名の中学生には、「ジャガイモの収穫」「馬とのふれあい」「食品の製造」など、本校の農業教科の内容をほんの一部ですが体験していただくことができました。



### 【9月の予定】

○7時間授業	1日、26日
○前期期末考査	6日～9日
○追考査	12日～
○オープンスクール	16日
○海外文化交流海外派遣事業	21日～30日
○プロジェクト中間発表会	22日
○前期終業式	29日



ホームページやフェイスブックでも紹介していますのでぜひご覧ください。



# 教育の窓

## 夏休みの「学習サポート教室・チャレンジ学習」

7月25日からの3日間、士幌小学校で夏休み「学習サポート教室」が行われました。延べ105名の子どもたちは3つの教室に分かれ、



いつもと違う指導者、雰囲気の中、夏休みの課題に一生懸命取り組みました。予定より早く課題が終わった4・5・6年生のお兄さん、お姉さんたちは、1年生の指導のお手伝いもしてくれました。



中士幌小学校では、7月25日からの3日間、子どもたちが夏休みの課題や家庭学習を持ち寄り、「チャレンジ学習」に取り組みました。タブレットを利用した調べ学習を行うなど、各々の学習ペースで課題と向き合っていました。後半は体育館でボールを使って体を動かしました。今回のチャレンジ学習は友達と一緒に楽しく取り組みました。3日間となりました。

上居辺小学校および町教委主催「学習サポート塾」は新型コロナウイルスの影響で中止としました。

## 読書で子どもたちの能力を高めてみませんか！

これからの変化の激しい社会を生き抜いていかなければならない子どもたちの能力を高める有効な手段に読書があります。

では「読書」にはどんな効果があり、どのような能力が育つことにつながるのでしょうか。

- ・ **ストレスが解消される** ↓ 日常生活のストレスは成長につれ増えてきます。読書のリラククス効果は科学的に認められています。
- ・ **読解力が高まる** ↓ 読解力はこれからの時代、ますます重要になるスキルです。読解力はAIには習得が困難なため、読解力の高い人はAIに仕事を奪われな

- いとのことです。
- ・ **創造力が磨かれる** ↓ 読書をするとき脳は特別な使い方をされるため、創造力が鍛えられます。創造力が乏しいと、与えられた情報や指示以上のものを生み出せない「マニュアル人間」になる恐れがあります。

- ・ **脳が活性化される** ↓ 特に、音読は脳を活性化させ、2〜3割の学習効果向上が期待できます。また、コミュニケーション能力

が向上して、相手の思いを感じ取り、自分の考えを的確に伝えたりできるため、良好な人間関係を築くことにつながります。

- ・ **語彙や知識が増える** ↓ 本は知らない言葉に出会いやすく、語彙を増やせます。問題に直面し、判断・解決が必要な時に自分の知識が強い味方になります。
- ・ **メタ認知能力が高まる** ↓ メタ認知能力が高いと、ネガティブな感情が湧いても冷静に自分を分析して対処でき、客観的に物事を把握する能力が高まります。

こうしてみると、読書の習慣を持った子どもは、適応力や解決力などが高まり、社会に出ても活躍場面が多いことが期待できます。

子どもたちは、インターネットやゲームの利用増、少年団や部活動、塾や家庭学習などで読書時間を確保することが難しい状況ではありますが、休日等を含めて、家庭での読書の機会を積極的に設けてみてはどうでしょうか。これから季節も読書に適した時期となります。まずは、親御さんがスマホを本に持ち替え、子どもと一緒にのんびりと本と親しむ時間を作ってはどうでしょうか。

# 町民 文芸



## 俳句

・秋の日の眼まなこが走る甲子園

和田 節女

・ヌポカ嶺を望む館の秋暑し

星屋 徳峰

## 川柳

・孫達のステキなペアで囲まれる

和田 節子

## 短歌

・高卒のクラスメートは時々に想い出話に時を刻みぬ

清水さよ子

・静かなる鎮守の森の花手水コロナにふさぐ心癒やされ

三木 悦子

・夫も子も天に召されて一人居の友へ電話す明るい返あり

谷本 幸枝

・ベランダの色とりどりのパンジーが風に吹かれてひらひらゆれる

寺澤 英子



# バトンタッチ



## 粉骨砕身



新生

梶澤 ますざわ

愛香 あいか

さん

プロフィール

◆家族構成◆

単身

◆土幌で好きなもの◆

自然が多いところ

◆旅行に行くとしたら?◆

ウユニ塩湖

マダガスカル島

愛香さんは宮城県出身。仙台ECO動物海洋専門学校を卒業後、今年の4月に土幌町へ来町し、土幌町酪農ヘルパー有責任事業組合に就職しました。動物の飼育員を目指し、専門学校へ入学した愛香さんでしたが、学校での授業や実習を通して、理想と現実のギャップを感じました。そんな中、企業説明会で出会った「酪農ヘルパー」という仕事に興味を持ち、思い切つて来町しました。

現在は、朝夕の搾乳、仔牛の世話などを担当しています。

日々作業する場所が異なり、頭の切り替えや臨機応変な対応に苦慮しているのですが、「当たり前のことだが、誰が見てもきれいに、確実に仕事をこなすこと」を念頭に、今日も業務に勤しんでいます。

趣味は家庭菜園。農業高卒の知識を生かし、近所の畑を借りてトマトや大葉などを栽培しています。

また、ドールハウスなどのミニチュア作品づくりも得意で、完成品はプロ級の仕上がります。

これからはトラクターなどの重機の免許取得を目指し、できることを増やしていきたいと意気込む愛香さんでした。

今回は、新生の菊池彩羽さんにバトンタッチ。愛香さんから彩羽さんへ一言。「自分らしく、リラックスして頑張って！」

# したしみ図書館 新しく入った本

## 【児童書】

ほしじいたけほしばあたち 1~4  
(石川基子)  
ねずみくんのきもち (上野紀子)  
男の子はつよくなきゃだめ?  
(ロビー・キャスコ)  
ようかいむらのだいうんどうかい  
(たかいよしかず)  
あげる (はらぺこめがね)  
ほげちゃん (やぎたみこ)  
小説弱虫ペダル 1~3 (輔老心)  
はんぴらり 1~3 (廣嶋玲子)  
ハッピーになれる!おまじない  
(マーク・矢崎治信)  
ドクター・ヨッシーのほねほねザウルス恐竜博物館 1~3  
(福井県立恐竜博物館)  
eスポーツプレイヤーになるには?  
(ウェルプレイド・ライゼスト)

## 【一般書】

晩秋行 (大沢在昌)  
恋ふらむ鳥は (澤田瞳子)  
先祖探偵 (新川帆立)  
掬えば手には (瀬尾まいこ)  
鷹の系譜 (堂場俊一)  
親のことが嫌いじゃないのに「なんかイヤだな」と思ったときに読む本 (藤木美奈子)  
十勝のアイヌ民族 (加藤公夫)  
るるぶ十勝帯広ガーデン街道2022 (JTBパブリッシング)  
ロシア点描 (小泉悠)  
難民鎖国ニッポン (志葉玲)  
老〜い、どん! 2 (樋口恵子)  
子どもの「読解力」がすぐ伸びる魔法の声かけ (石田勝紀)  
オートミールのパン&スイーツ (幸の食べ痩せ食堂)

## ★ざんねんないきもの事典 やつぱり

(今泉忠明)

「ライオンはじつは体力がない」「ペンギンはいつも空気イス」…。進化の結果、なぜかちょっと残念な感じになってしまった生き物たちを、楽しいイラストとともに紹介する。



## ★安くて小さい家を作る方法のすべてがわかる本 図解版 (主婦の友社)

敷地はどう生かす? 収納づくりの解決策は? ムダを省き、余計な出費を抑えながらも、暮らしやすく快適な家をつくるための工夫と方法を、豊富な図やイラストでわかりやすく解説する。



## ★★今月の休館日★★

6、13、20、27日  
(毎週火曜日)

したしみ図書館 (総合研修センター内 教育課 電話 5-4733) 【開館時間】10時から18時まで  
<https://www.lics-saas.nexs-service.jp/shihoro/webopac/index.do>

## ★善意に感謝します★

### 寄付・寄贈

▼新しい時代を担うひとづくりに関する事業

(株) 平田建設

10万円

▼みんなで支えあう福祉のまちづくりに関する事業

上山 靖さん(下居辺第二)

20万円

《特別養護老人ホームへ》

西上老人クラブ 洗濯洗剤他

市街北老人クラブ おしぼり

《認定こども園へ》

山中 明裕さん(若葉)

自転車スタンド

河野 窓花さん(平原第二) バスタオル

《したしみ図書館へ》

(二社) パーパパのえほんの会 絵本

## ★おくやみ★

瀬戸 勇さん(83歳) 西上

樋口 澄子さん(82歳) 特養

武井 志津子さん(96歳) 南団地

稲川 常雄さん(93歳) 特養

上山 功さん(87歳) 下居辺第一

## ★お誕生★

森本 世蘭さん(7月21日生) 中土幌新南

安里さん

(8月15日受付分まで)

## 《新型コロナウイルスについて》

引き続き、基本的な感染対策の徹底をお願いします。





# 暮らしのカレンダー 9月

日にち	行	事	場所	日にち	行	事	場所
1 ㊟	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		9:00~ 9:30 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児	16 ㊟	☆ 9:30~13:30	親子ピクニックバス	芽室
	9:00~11:30	赤ちゃん相談	保セ		☆ 9:30~11:30	おひさまの日	認定こ
	9:30~10:00 受付	お元気度測定会結果説明会①	総研		10:30~11:00 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		13:30~14:00 受付	まる元運動教室	保セ
2 ㊟	13:00~13:30 受付	お元気度測定会結果説明会②	総研	17 ㊟			
	13:15~13:30 受付	予防接種 (四種混合・水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保	18 日			
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児	19 月	敬老の日		
	15:45~16:00 受付	予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保		☆ 9:30~11:30	なかよくあそび	中児
3 ㊟					☆ 10:00~11:30	キッズ・クラブ(会員登録制)	認定こ
4 日					13:00~14:00	ふまねっと	タウン
5 月	9:00~11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ		13:00~16:30	よすが子育て相談	福セ
	☆ 9:30~11:30	ちびっこ広場	認定こ		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	☆ 10:00~11:00	ぴよぴよ広場	中児	20 ㊟	☆ 9:30~11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		10:00~11:30	いきいき運動教室	総研
6 ㊟	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		13:15~13:30 受付	予防接種 (四種混合・水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保
	10:30~11:30	スマイル教室	保セ		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	13:00~14:00	ふまねっと	タウン		15:45~16:00 受付	予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保
	13:00~16:30	よすが子育て相談	福セ	21 ㊟	☆ 9:30~11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		10:00~11:30	いきいき運動教室	総研
7 ㊟	☆ 9:30~11:30	のびのびの日	認定こ		13:15~13:30 受付	予防接種 (四種混合・水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保
	10:00~11:30	いきいき運動教室	総研		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		15:45~16:00 受付	予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保
8 ㊟	受付時間は個別通知	2歳児教室	保セ	22 ㊟	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児	23 ㊟			
9 ㊟	9:00~ 9:30 受付	まる元運動教室	保セ	24 ㊟			
	☆ 9:30~11:30	わんぱくの日	認定こ	25 日			
	10:30~11:00 受付	まる元運動教室	保セ	26 月	9:00~11:00	妊産婦・子育て相談・一般健康相談	福セ
	13:30~14:00 受付	まる元運動教室	保セ		☆ 9:30~11:30	ちびっこ広場	認定こ
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		☆ 10:00~11:00	かぼちゃの日	川西
10 ㊟					☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児
11 日					13:00~16:30	よすが子育て相談	福セ
12 月	9:00~11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ	27 ㊟	9:30~11:00	おっぱい相談(要予約)	福セ
	☆ 9:30~11:30	ちびっこ広場	認定こ		☆ 9:30~11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		10:00~11:30	いきいき運動教室	総研
	13:00~14:00	ふまねっと	タウン		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	13:15~13:30 受付	予防接種 (四種混合・水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保	28 ㊟	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		9:30~11:30	献血(役場前)	
	15:45~16:00 受付	予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保		13:00~14:30	献血(JA士幌町ラウンジ前)	
13 ㊟	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	13:00~16:30	よすが子育て相談	福セ		15:00~16:00	献血(福祉センター)	
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児	29 ㊟	9:00~ 9:30 受付	まる元運動教室	保セ
14 ㊟	☆ 9:30~11:30	のびのびの日	認定こ		☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中児
	10:00~11:30	いきいき運動教室	総研		10:30~11:00 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		13:15~13:30 受付	予防接種 (BCG・麻しん風しん混合)	保セ
15 ㊟	受付時間は個別通知	幼児健診	保セ		13:30~14:00 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30~11:30	にこにこ広場	中士幌		☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児
	13:00~14:00	ふまねっと	中士幌	30 ㊟			
	☆ 13:30~15:30	ごごの広場	中児		9:00~ 9:30 受付	まる元運動教室	保セ

### 【凡例】

- 保セ → 町民保健センター
- 福セ → 総合福祉センター
- 中児 → 中士幌児童ステーション
- 認定こ → 認定こども園なかよし
- 川西 → 川西あおば保育所
- 国保 → 国保病院
- 中士幌 → 中士幌地区公民館
- タウン → タウンプラザ
- 総研 → 総合研修センター
- 芽室 → 芽室公園

※子育て支援は0歳児から就学前のお子さんを持つ家庭の方が対象です。また、キッズ・クラブは会員登録制です。☆印のお問い合わせや子育ての相談は子育て支援センター(電話7-4102)または認定こども園なかよし(電話5-2502)まで  
 ※まる元運動教室は、地域包括支援センター(電話5-2188)にご相談ください。