

しほろ役場たより

発行・編集

土幌町役場 総務企画課
企画グループ 広報広聴担当
〒080-1292
河東郡土幌町字土幌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（市外局番：01564） **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 ～

役場の組織・機構の見直し . . . 2

健康・医療・福祉・介護

HPV ワクチン（子宮頸がんワクチン）
接種について . . . 2
高齢者バス無料乗車券申請受付 . . . 2
敬老記念品の有効期限について . . . 2
特別児童扶養手当額改定のお知らせ . . . 3

子育て・教育

蔵書点検に伴う図書館の休館 . . . 3
「大切なあなた」におくるこころの本 . . . 3
パソコン教室の開催 . . . 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 . . . 4
公共賃貸住宅入居者の募集 . . . 4
狂犬病予防注射の実施と犬の登録に
ついて . . . 6

農林業・商工業

家族農業従事者の方も農業者年金に
加入できます . . . 6
しほろ温泉の入浴時間の変更 . . . 6

税金・保険・年金

所得税の確定申告と町道民税の申告
受付中 . . . 6
確定申告書にはマイナンバーの記載
が必要です . . . 7

募集

会計年度任用職員募集〈調理員〉 . . . 7
2023年トルコ・シリア地震救援金の
受付 . . . 7
観光協会新規会員募集 . . . 8
海上保安官募集 . . . 8
国税専門官募集 . . . 8
自衛官等募集 . . . 9

その他

しほろポテト食堂 . . . 9
然別演習場射撃訓練などの実施日程
（3月） . . . 9

～チラシ～

総合研修センタートレーニング室
3月レスンプログラム . . . 10
みんなで教育を考える集い . . . 11
マイナポイントのお手続きをご予定の
方へ . . . 12
郵便局でマイナンバーカードの申請
サポート実施中 . . . 13
退職金共済制度加入促進事業 . . . 14
十勝スキー連盟（土幌スキー連盟主管）
スキーバッジテストのお知らせ . . . 15
ほっかいどう親子のための相談 LINE . . . 16
令和5年3月13日からマスク着用は
個人の判断が基本となります . . . 17
新型コロナウイルスワクチン接種につ
いて . . . 18
令和5年3月国保病院外来診療担当表 . . . 20

■役場の組織・機構の見直し

役場の組織の一層の効率化と利便性の向上（町民の皆様から見て分かりやすい組織）を目的に、令和5年4月1日より次のとおり組織・機構の見直しを実施します。

【受付の窓口が変わります】

国民健康保険などの業務を「総合福祉センター（保健福祉課）」から「役場庁舎（町民課）」へ変更します。

＜手続き場所が変更となる制度＞

国民健康保険	} 保険証の発行、給付の手続き（葬祭費、高額療養費）
後期高齢者医療	

変更前

窓口：総合福祉センター
（保健福祉課）

変更後

窓口：役場庁舎 1 階
（町民課）

☎ 総務企画課 総務グループ（役場庁舎 2 階 ☎ 5 2 1 1）

健康・医療・
福祉・介護



■HPV ワクチン（子宮頸がんワクチン）接種について

＜動画を町公式 Youtube に掲載しました＞

HPV ワクチン（子宮頸がんワクチン）は、HPV（ヒトパピローマウイルス）による、子宮頸がんを予防するワクチンです。

小学6年生から高校1年生相当の女性が定期接種の対象です。また、過去に接種の機会を逃した、平成9年度生まれから平成17年度生まれの方も、令和7年3月までキャッチアップ接種として接種の対象です。

対象となる方には年度当初にご案内していますが、接種についてご相談、ご不明な点がありましたら、担当までご連絡ください。

その他、詳細は動画をご覧ください。

☎ 保健福祉課 健康介護グループ（総合福祉センター内 ☎ 5 2 1 0 8）



小学校6年～高校1年までの女の子と
保護者の方へ大切なお知らせ

HPVワクチンについて
知ってください

～あなたと関係のある“がん”があります～

■高齢者バス無料乗車券申請受付

☎ 国道 241 号線土幌 23 号バス停以南または同土幌 28 号バス停以北の停留所付近に住所を有する 70 歳以上の高齢者の方
※町有バス運行地域を除く。

助成内容 民間路線バス（十勝バス・拓殖バス）の運賃の範囲以内において、「高齢者バス無料乗車券（1 か月当たり 4 枚を申請月より年度内月数に乗じて得た枚数）」を発行します。

※令和5年4月1日（土）から令和6年3月31日（日）まで利用できます。

対象区間 利用者が居住する最寄りのバス停から土幌市街地のバス停間

受付場所

▽総合福祉センター内保健福祉課窓口

▽土幌町役場町民課住民年金担当窓口

▽土幌町役場中土幌出張所

☎ 保健福祉課 福祉保険グループ（総合福祉センター内 ☎ 5 2 0 0 6）

■敬老記念品の有効期限について

令和4年度敬老会事業で、敬老記念品としてお配りした「プラザ緑風利用券」について、有効期限が近づいていますので、お早めにご利用ください。

有効期限 令和5年3月31日（金）まで

☎ 保健福祉課 福祉保険グループ（総合福祉センター ☎ 5 2 0 0 6）

■特別児童扶養手当額改定のお知らせ

特別児童扶養手当は、精神または身体に障がいのある児童を監護、養育している父母および父母にかわってその児童を養育している方に支給される手当です。

手当額は、前年の全国消費者物価指数の変動に応じて改定され、令和5年4月からは物価変動率(+2.5%)に基づき、以下のとおり改定となります。

手当額

障害等級	令和4年度 (月額)	令和5年度 (月額)
1級	52,400円	53,700円
2級	34,900円	35,760円

担

▽保健福祉課 福祉保険グループ(総合福祉センター内 ☎⑤2006)

▽十勝総合振興局保健環境部社会福祉課地域福祉係(帯広市東3条南3丁目 十勝合同庁舎内 ☎0155-26-9080)

子育て・教育



■蔵書点検に伴う図書館の休館

本の点検・整理のため、次の期間を休館とします。期間中ご迷惑をおかけしますが、返却の本はブックポストへ入れてください。

☎ 3月2日(木)～6日(月)

※7日(火)は休館

☎ 教育課 したしみ図書館(総合研修センター内 ☎⑤4733)

■「大切なあなた」におくるころの本

したしみ図書館では保健福祉課と協力して、こころの健康に関する本の展示・貸出や情報コーナーを設置します。

☎ 展示・貸出期間 3月8日(水)～27日(月)

※火曜日は休館

☎ したしみ図書館

☎ 『心が癒される本』や『元気になれる本』『ちょっと笑える本』など展示します。悩みやストレス解消のヒントに、ご利用ください。

☎ 教育課 したしみ図書館(総合研修センター内 ☎⑤4733)

■パソコン教室の開催

パソコン初心者の方はもちろん、多くの方の参加をお待ちしています。

☎ 3月13日(月)・15日(水)・16日(木)・17日(金)の4日間 各日14～16時

☎ 総合研修センター2階 パソコン室

☎ 定員 4名(定員に達し次第締切)

※申し込みが1名の場合は中止

☎ 無料

☎ 3月9日(木)までに下記担当までお越しいただくか、お電話でお申し込みください。

※新型コロナウイルス対策として、当日ご自宅での体温確認とマスクの着用のご協力をお願いします。

※感染状況により中止とする場合がありますのでご了承ください。

☎ 教育課 社会教育グループ(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

☎ 3月17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。

☎ 2DKは単身者、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 3月17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 単身者世帯であること。
- 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 3月17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☎⑤5216)

※募集する住宅は以下に記載のとおりです。

〈町営住宅〉

☆若葉団地 新築町営住宅

昨年12月に完成した新築の町営住宅です。

※各条件は一般世帯向けと同じ。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
若葉団地	2LDK	2戸	令和4年度

☆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	2LDK	1戸	令和元年度
	3DK	1戸	昭和50年度
	3LDK	1戸	昭和58年度
大通西団地	2LDK	2戸	平成12年度

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
大通西団地	3 L D K	2 戸	平成 13 年度
土幌南団地	3 L D K	1 戸	平成 5 年度
中土幌東団地	3 L D K	1 戸	平成 5 年度
昭和南団地	3 L D K	1 戸	平成元年度

☆子育て世帯向け

※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：義務教育期間が終了するまでの児童と、同居する世帯であること。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
睦団地	2 L D K	1 戸	平成 30 年度
南百戸団地	2 L D K	1 戸	平成 29 年度
	2 L D K	1 戸	平成 30 年度

☆単身者向け

※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：単身者であること。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
若葉団地	2 D K	1 戸	昭和 50 年度

☆定住促進住宅（若年単身者向け）

既存の公営住宅に給湯・暖房設備などを設置した住宅です。

毎月の住宅使用料は高くなりますが、入居時の設備費用が軽減できます。

◎設置している主な設備は下記のとおりです。

〔 浴槽、シャワー、スノコ、灯油ボイラー、洗面化粧台（3 D Kのみ）、
F F 式ストーブ、ガス湯沸器、洗浄便座、網戸、T V アンテナ、
エアコン用コンセント（エアコンは未設置） 〕

※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：町外在住の若年者（39 才以下）であること。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
若葉団地	2 D K	3 戸	昭和 49 年度
	3 D K	2 戸	昭和 49 年度

〈特定公共賃貸住宅〉

住宅名	間取り	募集戸数	竣工年度
協進団地	1 L D K	1 戸	平成 8 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	2 L D K	1 戸	昭和 56 年度
	3 L D K	1 戸	昭和 56 年度

担 建設課 建設グループ（役場庁舎 1 階 ☎ 5 2 1 6）

■ 狂犬病予防注射の実施と犬の登録について

犬を飼われている方は、毎年1回、飼い犬に狂犬病予防注射を受けさせなければなりません（例年どおり4、5月に実施します）。

既に本町に登録されている犬については、3月中に「狂犬病予防注射のお知らせ」と「日程表」を郵送します。問診票等を切り離さずに会場に持参し、注射実施者から証明を受けてください。

生後3か月以上で登録が済んでいない犬がいる場合は、3月末発行の役場だよりで日程を確認のうえ、最寄りの巡回会場で必ず予防注射を受け、登録申請をしてください。

¥

▽予防注射料金：3,240円

▽犬の登録料金：3,000円（登録済の場合は不要）

※指定の会場で受けられないときは、往診を受け付けています（別途500円が必要）。

※往診を希望する方は、受診の前日までに担当までお申し込みください。

※**飼い犬が死亡した時は30日以内に担当に届出を行ってください。**

担 町民課 住民生活グループ（役場庁舎1階 ☎⑤5231）



農林業・
商工業



■ 家族農業従事者の方も農業者年金に加入できます

農業者年金は「農業者の老後生活の安定および福祉の向上と農業者の確保に資すること」を目的とする公的な政策年金制度です。経営主（世帯主）の加入・未加入に関係なく、配偶者や後継者（夫婦）などの家族農業従事者は誰でも加入できます。

※詳細は担当までお問い合わせください。

担 農業委員会 振興係（コミセン内 ☎⑤5219）

■ しほろ温泉の入浴時間の変更

しほろ温泉プラザ緑風は、館内施設修繕に伴い、下記の日程で入浴時間を変更します。

日 3月22日（水）23日（木）

13時～23時（最終受付22時）

問 しほろ温泉プラザ緑風（☎⑤3630）



税金・保険・
年金



■ 所得税の確定申告と町道民税の申告受付中

日 3月15日（水）まで

9時～16時（※12時～13時を除く）

※土日祝は除く。

※申告書の作成には時間がかかります。長時間お待ちいただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。

※新型コロナウイルス感染予防のため、できる限りオンライン、郵送での申告をお願いします。

所 役場庁舎1階 町民課横

▽確定申告書にはマイナンバーの記載が必要です。また、町道民税の申告についてもマイナンバーの記載が必要です。

▽原本を提出するものについての控えが必要な方は、事前にコピーを済ませてから提出してください。

▽利用者識別番号を取得されている方は、税務署から通知されている利用者識別番号を持参してください。

▽事業所得、不動産所得等の申告が必要な方は、決算書を事前に作成し申告会場にお越しください。

▽2月16日（木）から帯広税務署でも確定申告が始まりました。

▽確定申告書は、国税庁 **HP** (<https://www.nta.go.jp/>)の「確定申告書等作成コーナー」で作成し、印刷して郵送等により提出することができます。



※「確定申告書等作成コーナー」には、給与所得や年金所得のみの方専用の初めての方でも操作しやすい画面もありますので、是非ご利用ください。

▽医療費控除の申告の際は、事前に「医療費控除の明細書」を作成し持参してください。

※医療費控除の明細書には、医療を受けた人ごと、病院・薬局ごとに医療費を合計して記載する必要があります。

※医療費の領収書は、自宅で5年間保存する必要があります（税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません）。

問

▽所得税：帯広税務署（帯広市西5条南8丁目 帯広第2地方合同庁舎 ☎0155-24-2161）

▽町道民税：町民課 税務収納グループ（役場庁舎1階 ☎⑤5214）

■確定申告書にはマイナンバーの記載が必要です

申告をする方や扶養親族の方などのマイナンバーの記載が必要です。

また、マイナンバーを記載した申告書を提出する都度、申告者ご本人の本人確認書類の提示または写しの添付が必要です（控除対象配偶者、扶養親族および事業専従者などの本人確認書類は不要です）。

※e-Taxで申告書等を送信した場合は、本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

本人確認書類の例

▽マイナンバーカード

▽通知カード+運転免許証、公的医療保険の被保険者証など

問 帯広税務署（帯広市西5条南8丁目 帯広第2地方合同庁舎 ☎0155-24-2161）



募 集



■会計年度任用職員募集

〈調理員〉

募集人員 若干名

勤務場所 特別養護老人ホームほほえみ

身分 会計年度任用職員（パートタイム）

勤務内容 調理・配膳・洗浄など

勤務時間 7時間30分以内のシフト制

※短時間でも可能です。

報酬 月額145,258円

※短時間勤務の場合は時給922円

応募資格 特になし

選考方法 面接試験

応募方法 顔写真を貼った履歴書を応募先へ持参または郵送してください。

※随時募集しています。

応募先 特別養護老人ホームほほえみ（〒080-1219 河東郡士幌町字士幌西2線169番地）

※詳細は担当にお問い合わせください。

※面接試験の日時は、応募者本人に通知します。

☎ 特別養護老人ホームほほえみ（☎⑤2416）

■2023年トルコ・シリア地震救援金の受付

令和5年2月6日に発生したトルコ・シリア大地震で被災された方々を支援するため、次のとおり救援金を受け付けていますのでご協力願います。

救援金の名称 2023年トルコ・シリア地震救援金

募集期限 令和5年5月31日（水）まで

受付口座

▽金融機関 ゆうちょ銀行

▽口座番号 00110-2-5606

▽口座名義 日本赤十字社（ニホンセキジュウジヤ）

※郵便局、ゆうちょ銀行窓口でのお振り込みの場合は、振込手数料が免除されます。

※通信欄に「2023年トルコ・シリア地震救援金」と明記し、受領証発行を希望する場合は、あわせて「受領証希望」と記載してください。

※持参される場合は、総合福祉センター窓口

にて受け付けます。受領証は総合福祉センター窓口にて発行します。

※今回の救援活動は、義援金のみを取り扱い、物資は受け付けていません。

※日本赤十字社のHP(<https://www.jrc.or.jp/>)で、活動状況を随時掲載していますので、ご覧ください。



☎保健福祉課 福祉保険グループ(総合福祉センター内) ☎⑤2006)

■観光協会新規会員募集

士幌町観光協会では、町内の観光事業の発展促進、十勝観光連盟等の団体との連携のほか、観光ポスターやパンフレットの作成配付、ホームページやSNSの情報発信を行っています。

随時、新規会員を募集しています(年会費が必要です)ので、入会を希望または検討される方は、担当までお問い合わせください。

【ホームページ】



【Instagram】



☎士幌町観光協会事務局(産業振興課産業振興グループ コミセン内) ☎⑤5213)

■海上保安官募集

受験資格

▽海上保安学校学生(特別):高卒後13年を経過していない者および2023年9月までに高等学校卒業する見込みの者等

▽海上保安官(大卒程度):2023年4月1日において大学を卒業する見込みの者、または2024年3月までに大学を卒業する見込みの者等

受付期間

▽海上保安学校学生(特別):3月1日(水)~8日(水)

▽海上保安官(大卒程度):3月1日(水)20日(月)

※インターネットによる受付です。

第1次試験日

▽海上保安学校学生(特別):5月14日(日)

▽海上保安官(大卒程度):6月4日(日)

第2次試験日

▽海上保安学校学生(特別):6月7日(水)~28日(水)

▽海上保安官(大卒程度):7月11日(火)~19日(水)

採用予定月

▽海上保安学校学生(特別):2023年10月

▽海上保安官(大卒程度):2024年4月

※詳細は、HP <https://www.kaiho.mlit.go.jp/recruitment/> をご覧ください。



☎第一管区海上保安本部釧路航空基地(釧路市鶴丘2釧路空港内) ☎0154-57-4118)

■国税専門官募集

札幌国税局では、国税局や税務署において、税のスペシャリストとして活躍する国税専門官を募集しています。

受験資格

▽平成5年4月2日から平成14年4月1日生まれの者

▽平成14年4月2日以降生まれの者で大学を卒業する見込みの者など別に定める者

申込受付期間 3月1日(水)9時~3月20日(月)

※申し込みはインターネットにより行ってください。

※申込専用アドレス:

<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>



第1次試験 6月4日(日)

※基礎能力試験、専門試験(多肢選択式および記述式)

第1次試験合格発表日 6月27日(火)9時

第2次試験 7月3日(月)~14日(金)の内指定する日

※人物試験および身体検査

最終合格発表日 8月15日(火)

※詳細は下記、または最寄りの税務署へお問い合わせください。

☎札幌国税局人事第2課(札幌市中央区大通西10丁目 札幌第2合同庁舎) ☎011-231-5011)

■ 自衛官等募集

募集 種目	応募資格	受付期間	試験日
幹部 候補生	【一般】 22歳以上26歳未満の者 ※修士課程修了者等(見込 含)は、28歳未満の者	【第1回】 3月1日(水)～ 4月14日(金)	1次: 【一般】4月22日(土)・23日(日) ※23日(日)は飛行要員希望者のみ 【歯科・薬剤】4月22日(土) 2次:5月26日(金)～6月1日(木)の 指定する1日
	【歯科】 20歳以上30歳未満の者 【薬剤科】 20歳以上28歳未満の者	【第2回】 3月1日(水)～ 6月15日(木)	1次:6月24日(土) ※飛行要員は第1回のみ受験可。 2次:8月1日(火)～7日(月)の指定 する1日
一般曹 候補生 (第1回)	18歳以上33歳未満の者 ※32歳の者は、採用予定月 の末日現在、33歳に達し てない者	3月1日(水)～ 5月9日(火)	1次:5月19日(金)～28日(日)の指 定する1日 2次:6月17日(土)～7月2日(日)の 指定する1日
予備 自衛官補 (第1回)	一般 18歳以上34歳未満の者	4月6日(木) まで	4月8日(土)～23日(日)の指定する 1日
	技能 18歳以上で国家資格免 許等を有する者(資格 により年齢上限は53歳 未満～55歳未満) ※資格等の詳細はお問 合せください。		

※応募資格の年齢は採用時期によって異なります。

※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。

※詳細は下記まで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13 NC 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/>



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お弁当を配布します。

日 3月18日(土) 11時45分～12時

所 総合研修センター ロビー

対 町内在住の小・中学生、高齢者

¥ 無料

※小中学生 50食・高齢者 30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用しています。

※アレルギー対応はしていません。

※新型コロナウイルスの感染状況により中止

とする場合がありますのでご理解願います。

問 地場産物を食べる会代表:三浦(☎⑤3307)

■ 然別演習場射撃訓練などの実施日程(3月)

内容	日程
砲迫射撃	1日(水)～3日(金)
戦車砲射撃	27日(月)～31日(金)
爆破等	1日(水)～23日(木)、27日(月)～31日(金)

※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)

総合研修センター トレーニング室

3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：13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：14時30分 金曜日：19時10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。				
ZUMBA	☆☆☆	60分	金曜日：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	水曜日：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）をお願いします。
- 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～21時

※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時までです。

※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

第15回

士幌町生涯学習講座



参加無料

みんなで 教育を 考える集い

近年、子どもたちの規範意識・社会性や学習意欲の低下、生命を大切にする心や思いやりの心の欠如、いじめや不登校等が社会問題となっています。そこで、郷土を愛する心を持ち、かけがいのない自他の生命を尊重する心の育成と、他人を思いやりいじめを許さない社会の実現を目指す強い意志と確かな学力を備えた子どもたちの育成を目指し、多くの町民が一堂に会し、子どもの教育を考える機会とするため、この集いを開催します。

日時 **2023年3月12日(日)**
受付 **9:15** 開会 **9:30**

会場 **士幌町総合研修センター
ふれあいホール**



>プログラム

●9:40～

文化賞・スポーツ賞等 表彰式

●10:30～12:00 講演会 (時間は前後します)

* 講演テーマ

「昨日の自分より一歩前へ」
～卓球から学んだ挑戦することの大切さ～

* 講師

平野 早矢香 氏

ロンドンオリンピック 卓球女子団体銀メダリスト

* 講師プロフィール

1985年3月24日生まれ。栃木県出身。5歳で卓球を始め、仙台育英学園秀光中学校、仙台育英学園高等学校に進学。卒業後ミキハウスに入社。18歳で全日本卓球選手権・女子シングルス初優勝。その後2007年度から全日本選手権を3連覇達成。通算5度の日本一に輝く。そしてオリンピックでは2008年北京にて、団体戦4位。2012年ロンドンでは福原愛、石川佳純両選手とともに団体戦で銀メダルを獲得。男女通じて日本卓球史上初の五輪メダリストとなった。世界選手権14大会に出場し、2014年東京大会では団体戦にて銀メダルを獲得。2016年4月の日本リーグ・ビッグトーナメントにて現役引退。現在はミキハウススポーツクラブアドバイザーとして、後進の指導に務める傍ら、全国にて講習会、講演会、解説など、そしてスポーツキャスターとしても更なる卓球の普及のため、幅広く活動している。

>お問い合わせ

士幌町教育委員会

TEL.01564-5-4733

士幌町総合研修センター内

【主催】士幌町教育委員会

【後援】士幌町学校教育振興会・士幌町校長会・士幌町教頭会・各学校PTA
士幌町文化協会・士幌町体育連盟



! マイナポイントのお手続きをご予定の方へ

マイナポイントの申込および 5,000ポイント付与の対象と なるお買い物、チャージの期限は **令和5年5月末まで**です！

マイナポイントの申込は
役場でもできます！

- ※1 一部、上記の期限より前に締め切られる決済サービスがあります。
事前にマイナポイント特設サイトからご確認ください。
→https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/service_search/
- ※2 期限前日や当日に申し込みやチャージ等を行うと、ポイント付与の対象とならない場合がございます。余裕を持ってお手続きください。
- ※3 マイナポイントの申し込みは、**令和5年2月末まで**にカードを申請された方が対象です。令和5年3月以降にカードを申請された方は対象外となっておりますのでご了承ください。
(数年前にカードを取得していた方も対象となります。)
- ※4 カードを申請済みで、まだお受け取りされていない方は、お早めのお受け取りをお願いします。また、コロナ感染拡大のための外出自粛を行っている場合など代理交付が認められる場合がございます。詳しくはマイナンバーカード公式サイトをご確認ください。
→<https://www.kojinbango-card.go.jp/apprec/receive/>



担 町民課 住民生活グループ(役場庁舎1階 **☎** 5231)

マイナンバーカード お持ちですか？



郵便局で マイナンバーカードの 申請サポート実施中

2023年1月10日(火)～2023年3月31日(金)



※一部の郵便局で実施しています。

簡単！ 申請の流れ 手ぶらで簡単！無料でできます！

QRコード付き交付申請書をお持ちの方はご持参ください。

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。



申請書記入



顔写真撮影



申請完了

申請後



はがきが届く
(概ね1ヶ月後)



交付場所へ行く

GET!



詳しくは郵便局の窓口へ /

総務省

郵便局

協賛 日本郵政グループ

郵便局

退職金共済制度加入促進事業

中小企業における退職金共済制度の加入を促進し、従業員の福祉向上と雇用の安定化を図るため、制度に加入し、掛金を納付した事業主を対象に補助金を交付します。

中小企業退職金共済制度

町内に本店となる事業所を有し、中小企業退職金制度（中退共）または北海道中小企業従業員退職金共済制度（特退共）に加入し、掛金を納付した事業主で、以下の(1)～(2)のいずれかに該当すること ※適格退職金共済制度から移行した事業者を除く

要件(1) 令和 4 年 4 月 1 日以降に退職金共済制度に加入した被共済者（新規）

要件(2) 平成 29 年 4 月 1 日から令和 4 年 3 月 31 日までに退職金共済制度に加入した被共済者（新規加入後 5 年未満）

◇補 助 額：1 被共済者につき、申請年度に掛金を納付した額の 2 分の 1（上限 8 千円）
※国の助成額を除く

◇申請に必要な書類：

- ① 中小企業退職金共済制度加入促進事業補助金交付申請書
- ② 中小企業退職金共済制度掛金納付状況内訳書
- ③ 退職金共済手帳の写し（中小企業退職金制度加入事業者のみ）
- ④ 加入者明細表の写し（北海道中小企業従業員退職金共済制度加入事業者のみ）
- ⑤ 助成金等の支払にかかる振込先口座の登録について

特定業種退職金共済制度

町内に本店となる事業所を有し、建設業退職金共済制度（建退共）または林業退職金共済制度（林退共）に加入し、掛金を納付した事業主

◇補 助 額：1 被共済者につき、申請年度に掛金を納付した額の 2 分の 1（上限 8 千円）

◇申請に必要な書類：

- ① 特定業種退職金共済制度加入促進事業補助金交付申請書
- ② 特定業種退職金制度掛金納付状況内訳書
- ③ 共済手帳受払簿の写し
- ④ 共済証紙受払簿の写し
- ⑤ 助成金等の支払にかかる振込先口座の登録について

■申請期限

3 月 17 日（金）まで

■申請書の取得方法

- ① 町ホームページよりダウンロード
- ② 土幌町産業振興課窓口

■申請方法

- ① 郵送
- ② 持参

■提出先

〒080-1292 土幌町役場産業振興課産業振興グループ商工観光労働担当（コミセン内）

■補助金の交付

4 月中旬（予定）

■その他

令和 3 年度（前年度）に申請のあった事業者には、3 月上旬に申請に係る書類を郵送にて送付します。

 産業振興課 産業振興グループ(コミセン内)  5 2 1 3)

十勝スキー連盟（士幌スキー連盟主管） スキーバッジテストのお知らせ

1. 期日 2023年3月11日（土）

2. 会場 サホロスキー場

級別	検定料	合格公認料（バッジ代）	登録料（SAJ）	備考
1級	2,000円	3,000円	4,500円（一般）	事前講習必要及2級取得済みの事
2級	2,000円	2,200円	－	事前講習任意
3級	1,000円	1,800円	－	講習内検定
4級	700円	1,300円	－	講習内検定
5級	700円	1,100円	－	講習内検定

3. 料金等

事前講習料金は別途 1級 3,000円 2級 3,000円 必要になります。

バッジテストは幼児から大人まで誰でも受検可能です。

4. 検定種目

1級	パラレルターン大回り 小回り（整地） 小回り（不整地） 総合滑走
2級	基礎パラレルターン大回り 基礎パラレルターン小回り シュテムターン
3級	基礎パラレルターン大回り シュテムターン
4級	ブルークボーゲン（リズム変化）
5級	ブルークボーゲン

5. 日程

9:00 サホロロッジ 1F 集合

9:45 3級 4級 5級講習内検定開始 1・2級の事前講習開始

11:30 3・4・5級検定終了 1・2級事前講習終了

12:30 1・2級検定開始

14:00 検定終了予定

14:30 合格発表（3・4・5級は昼に発表）

6. その他

リフト代別途必要です。

一般・高校生（3300円）中学生・小学生（1380円・1100円）

受付時に支払いしてください。コロナの状況によっては中止する場合があります。

受傷した場合、受検者または保護者の責任において対応してください。スキー連盟としては責任を負いかねます。

7. 申し込み 下記申し込み書に必要事項を記入し FAX またはメールにて 士幌スキー連盟 山中宛（01564-5-4032 または judoyama2@docomo.ne.jp）に下記内容を送付してください。

申込み〆切りを3月7日（火）とします。不明なことがある場合、090-4879-9874（山中）までお問い合わせください。

受検者氏名（ ） 年齢（ ） 歳

住所（ ）

電話番号（ ）

携帯番号（ ）

※受検者が子どもの場合は保護者の携帯番号

受検級（ ） 級

* 検定および講習においてケガ等をした場合、自分または保護者の責任で対応いたします。連盟に責任を問いません。

自分または保護者署名（ ）

ほっかいどう 親子のための 相談LINE

子育てが疲れた
うまくいかない

イライラして
子どもを叩いて
しまいそう...

親や家族のことで
悩んでいる
話を聞いてほしい

きょうだいや家族の
お世話が大変...
自分の時間がない



QRコードで友達
登録をお願いします。
(厚生労働省全国共通アカウント)

相談は無料です

秘密は守ります※

匿名での相談OK

※身体や命に危険があると判断したときなど緊急の場合は、関係機関に連絡して安全を確保する場合があります。

対象

道内（札幌市を除く）にお住まいの子ども
・保護者など

相談受付時間

平日・午前9時～午後5時

お問合せ先

北海道保健福祉部子ども子育て支援課
TEL：011-204-5237

ひとりで悩まずに気軽に
相談してください。
専門の相談員がご相談
にお応えします。

急ぎのご相談は、下記の電話相談をご利用ください。管轄の児童相談所につながります。※毎日・24時間・通話料無料

虐待かもと思ったら

児童相談所
虐待対応ダイヤル

いち は や く

189

子育てに悩んだら

児童相談所
相談専用ダイヤル

いち は や く な や み を

0120-189-783

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

令和5年3月13日から

マスク着用は個人の判断が基本となります

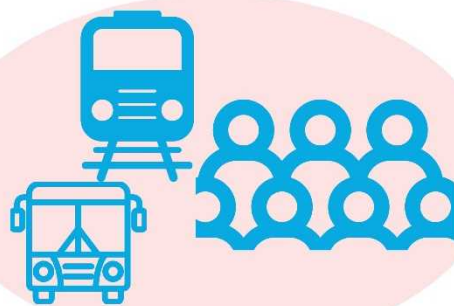
ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病
がん
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります

新型コロナウイルスワクチン接種について

現時点でコロナワクチンの特例臨時接種は令和5年3月末までとなっています。接種を希望される方でまだ受けていない方は早めの接種をお願いします。

令和5年4月以降の接種については、国で専門家による検討を行っています。方針が決まり次第、お知らせします。

1. オミクロン株対応ワクチン接種について

(1) 対象者 初回接種（1回目・2回目）を終了した12歳以上の方

(2) 接種日

接種日	受付時間	使用するワクチン
令和5年3月10日（金）	16時45分～17時15分	ファイザー社製BA1
3月31日（金）	16時45分～17時15分	ファイザー社製BA1

(3) 会場 土幌町国民健康保険病院

(4) 予約方法 ①コロナワクチン専用ダイヤル 平日：9時～16時
【☎(01564)9-5725】
②総合福祉センター窓口 平日：9時～17時

2. 初回接種（1回目、2回目）を希望される方へ

初回接種は従来型のワクチンを使用するため、接種希望の方はコロナワクチン専用ダイヤルまで連絡、または、総合福祉センター窓口で申し込みをお願いします。

3. 北海道ワクチン接種センター・武田社ワクチン（ノバボックス）の接種について

町で実施する接種日程と都合が合わない方などは、道民の方を対象とした北海道ワクチン接種センターおよび十勝管内の方を対象とした帯広市で実施する武田社ワクチン（ノバボックス）の接種を実施していますので、町外での接種についてもお検討ください。

北海道ワクチン接種センター



武田社ワクチン
（ノバボックス）の接種



4. 乳幼児（6か月以上11歳以下）コロナワクチン接種について

小児への新型コロナウイルスワクチン接種については音更町、土幌町、上土幌町の3町が共同で実施しています。薬事承認されたファイザー社製の乳児・小児用ワクチンを使用し、音更町の豊川小児科内科医院において接種が継続されています。

対象者の方には、接種券等を個別に通知しています。接種を希望される方は案内で予約方法等を確認して、家族内感染の予防や重症化リスクの高い方のためにも接種をお願いします。

生後6か月～4歳の子どもへの接種（乳幼児接種）
についてのお知らせ（厚生労働省）



5. コロナワクチンについての副反応等の相談について

ワクチンについての疑問や不安があるときは、かかりつけ医などにご相談ください。

また、北海道では、ワクチンの副反応等に関する相談、副反応発生時の受診に関するアドバイス、ワクチンの有効性・安全性に関する情報提供などを行う専用相談ダイヤルを設置しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

●北海道新型コロナウイルス接種相談センター

- ・電話番号：0120-306-154（フリーダイヤル）
- ・F A X：011-799-0338

※上記相談のための専用ダイヤルです。接種予約などには対応していませんので、ご注意ください。

【受付時間：9時～17時30分（土曜日・日曜日・祝日も受付）】

新型コロナワクチンの有効性・安全性に関する
情報等のまとめサイト



厚生労働省ホームページ Q&A



6. 新型コロナウイルスオミクロン株対応ワクチン接種実績情報

【令和5年2月20日現在】

接種回数・接種者数・接種率は国のワクチン接種管理システム（VRS）より集計しています。

	接種対象者	接種者数	接種率
12歳以上	4,838人	3,332人	68.9%
(60歳以上)	(2,306人)	(2,022人)	(87.7%)

※接種対象者は12歳以上の町民で初回接種が終了した者。

※（ ）内は60歳以上で内数。



新型コロナワクチン専用ダイヤル 接種日キャンセル変更・新規接種予約

☎（01564）9-5725 受付時間：平日 9時～16時

※感染などでの困りごとの相談 保健福祉課 ☎01564-5-2108（夜間・休日 ☎01564-5-2211）

令和5年3月 国保病院外来診療担当表

			1日(水)	2日(木)	3日(金)
内科	午前	①	隅	竹下	竹下
		②			北広島・高橋
	午後	①	守屋	守屋	北広島・高橋
		②			
専門 外来	午前			眼科・岩田	
	午後			整形外科・市山	

			6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
内科	午前	①	竹下	守屋	隅	竹下	隅
		②		協会・小寺			
	午後	①	隅	協会・小寺	守屋	守屋	竹下
		②					
専門 外来	午前					眼科・岩田	
	午後						

			13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
内科	午前	①	竹下	守屋	隅	竹下	隅
		②		協会・小寺			
	午後	①	隅	協会・小寺	守屋	守屋	竹下
		②					
専門 外来	午前					眼科・岩田	
	午後						

			20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
内科	午前	①	竹下	休診 … 春分の日	隅	竹下	隅
		②					
	午後	①	隅		竹下	守屋	守屋
		②					
専門 外来	午前					眼科・岩田	
	午後				泌尿器科・岡田		

			27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
内科	午前	①	竹下	守屋	隅	竹下	隅
		②		協会・小寺			
	午後	①	隅	協会・小寺	守屋	隅	竹下
		②					
専門 外来	午前					眼科・岩田	
	午後					整形外科・市山	

午前 受付：8時40分～11時30分

診察：9時～12時

午後 受付：13時15分～16時

診察：13時30分～16時30分

※都合により、急きょ休診となる場合や担当医師が変更になる場合があります。

▽外科は、内科で対応します。

▽帯広協会病院・小寺医師および北広島・高橋医師(前札幌医科大学呼吸器アレルギー内科教授)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。

▽泌尿器科外来は22日(水)午後となります。帯広協会病院の医師が出張診療します。

▽整形外科外来は2日(木)と30日(木)となります。

■お問い合わせ：士幌町国民健康保険病院(電話：5-2106)

■診療の予約と変更：平日の14時から16時までにお電話ください。

■休診日：土曜日/日曜日/国民の祝日/年末年始(12/29～1/3)

■急患については常時受付をいたします。