

しほろ役場たより

発行・編集
 土幌町役場
 地域戦略課 広報広聴係
 〒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 ～

イベント・催し

しほろポテト食堂のお知らせ . . . 2
 ロビー展開催のお知らせ . . . 2
 第23回しほろ収穫祭の開催 . . . 2

健康・医療・福祉・介護

令和7年度 高齢者・障がい者合同
 大運動会開催 . . . 2

生活環境・防災

「防災の日」模擬火災訓練に伴う
 サイレン吹鳴および駐車規制 . . . 2
 犬を飼うマナーを守りましょう . . . 3
 動物愛護フェスティバル . . . 3
 安全運転支援装置設置補助金
 （商工会商品券）のお知らせ . . . 3
 釧路弁護士会主催 弁護士
 おなやみごと相談会 . . . 3
 運転免許証自主返納の臨時窓口開設 . . . 3
 ハチの巣駆除費助成について . . . 3
 マイナ救急実証事業 . . . 4
 町営住宅の入居者の募集 . . . 4

税金・保険・年金

固定資産税第3期の納期 . . . 6

文化・スポーツ

町民スポーツの集い . . . 6

募集

第23回しほろ収穫祭における出店者
 募集 . . . 7
 自衛官等募集 . . . 7
 役場南側花壇草取り作業の
 ボランティア募集 . . . 7

その他

然別演習場射撃訓練などの実施日程
 （9月） . . . 7

第35回「公証週間」電話相談の
 ご案内 . . . 7
 交通規制 . . . 7

～チラシ～

すぐ買える 当たりがわかる
 クイックワン . . . 7
 募集中！しほろ農業塾第1期生募集 . . . 8
 令和7年度土幌町総合防災訓練 . . . 9
 証明書申請はLINEから . . . 11
 戸籍に記載される予定の振り仮名通知
 ハガキを発送します . . . 12
 江戸型彫り体験教室 . . . 13
 土幌町総合研修センターレッスン無料
 プログラムのお知らせ . . . 14
 ひまわりカフェ . . . 14
 国勢調査2025がはじまります . . . 15
 運動教室～ウォーキング～ . . . 15
 土幌駐在所ミニ広報紙『かしわ』 . . . 16
 中土幌駐在所ミニ広報紙『中土幌』 . . . 17
 訪問買取業者にご用心！ . . . 18
 令和7年度定住スタート応援補助金 . . . 19
 農作業事故を防ごう！！ . . . 20
 農作業中の熱中症を予防しましょう！！ . . . 21
 マイナ保険証利用時には電子証明書の
 有効期限をご確認ください！ . . . 22
 令和7年度認知症地域ケア講演会 . . . 25
 献血のおねがい . . . 27
 土幌町看護職員等奨学金返還支援 . . . 28
 第2回土幌町ウォーキングラリー2025 . . . 30
 特定非営利活動法人土幌町障がい者
 支援の会だより . . . 32
 しほろほのぼのホーム . . . 34
 すずらんの家 . . . 35
 もりくま通信 . . . 36
 土幌町社会福祉協議会
 ボランティア情報 . . . 38
 令和7年9月国保病院外来診療担当表 . . . 40

イベント・催し



しほろポテト食堂のお知らせ

士幌町在住の小中学生・お年寄りにテイクアウト方式で昼食のお弁当を配布します。

日 9月20日(土) 11時50分～12時10分
(無くなり次第終了)

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

料 無料

※メニューはビーフカレー・牛乳・おやつなどです。(高齢者はカレー)

※小中学生50食・お年寄り約20食(予定)

※アレルギー対応はしていません。

問 地場産物を食べる会:三浦(☎)53307)

ロビー展開催のお知らせ

士幌高等学校写真研究同好会がロビーにて風景や放課後の日常を写した写真を展示します。多くの皆様のご来訪お待ちしております。

日 令和7年8月27日(水)～9月10日(水)
最終日は16時まで

※火曜日は休館日です。

所 総合研修センター ロビー

担 教育課 社会教育係(☎)54733)

第23回しほろ収穫祭の開催

「第23回しほろ収穫祭」について、次のとおり開催しますのでお知らせいたします。

日 10月19日(日) 10時～13時30分ごろ
※雨天決行

内 詳細は決まり次第お知らせします。

所 農村運動公園特設会場(スケート場)

問 産業振興課 農業振興係(コミセン内)☎55220)

健康・医療・福祉・介護



令和7年度 高齢者・障がい者合同大運動会開催

日 令和7年10月16日(木) 9時30分～

所 総合研修センター体育館(上靴が必要です。)

対 町内在住のおおむね60歳以上の方と障がいのある方(各団体に所属していない方でも参加できます)

参加申し込み

▽高齢者の方…各地区老人クラブ会長等
▽障がいのある方…身障分会長またはほのぼののホーム施設長
※各団体に所属していない方は、保健福祉課 地域福祉係までご連絡ください。

チーム編成

▽東軍

下居辺長寿会会長	橋原 清
佐倉老人クラブ会長	瀬口 弘子
士幌南福寿会会長	鈴木 洋一
中士幌老人クラブ会長	古橋 雷太
上居辺地区	保健福祉課
士幌町障がい者支援の会 ほのぼのホーム施設長	藤村 延

▽西軍

北中老人クラブ会長	桑原 一敏
新田老人クラブ会長	房谷 和夫
西上老人クラブ会長	足立 順司
士幌北老人クラブ会長	長瀬 直道
市街南老人クラブ会長	長瀬 則行
市街北老人クラブ会長	中谷 清敏
身体障害者福祉協会 士幌町分会長	藤内 昇

※参加者人数調整のため変更する場合があります。

交通手段 中士幌方面は送迎バスを運行しますのでご利用ください。(中士幌東団地発 8時45分 →中士幌バスタッチ 8時50分 → JA 中士幌事業所前 8時55分 →士幌21号 9時 →総研前 9時5分着)

※その他の方面については、町有バス等をご利用ください。

申 令和7年9月26日(金)

担 保健福祉課 地域福祉係(総合福祉センター内)☎52006)

生活環境・

防災



「防災の日」模擬火災訓練に伴うサイレン吹鳴および駐車規制

日 9月1日(月) 15時30分

所 役場庁舎・コミュニティーセンター

※この訓練に伴い15時30分に消防団員招集サイレンを吹鳴し、消防車が出動しますので、火災と間違わないようご注意ください。また、13時より役場南側駐車場および役場南側敷地内道路の立入を禁止しますのでご理解とご協力をお願いします。

担 士幌消防署(☎)52323)

■犬を飼うマナーを守りましょう

飼い主の皆さんには、日ごろから、自宅で排泄を済ませてから散歩に行くよう習慣をつける、ミニシャベルや袋などを持参し片付ける、住宅の敷地付近では排泄をさせないようにコントロールする、マナーウェアを必要に応じて着用させるなど取り組んでいただきたいと思います。

近隣の方との快適な生活環境を守り、未永くお付き合いしていくため、思いやりを忘れず、犬を飼うマナーを守りましょう。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■動物愛護フェスティバル

動物愛護週間(9月20日から26日まで)に先立って、帯広市で開催される生涯学習フェスティバル「プラザまつり」において、動物愛護の現状とパネル展が掲示されます。

両日とも、保護猫チャリティーバザーと展示会が開催されます。

☎ ① 動物愛護の現状：9月6日(土)10時～17時

② 十勝獣医師会感染症パネル展(犬猫の健康相談)9月7日(日)10時～15時

☎ とかちプラザ(帯広市西4条南13丁目1番地)南側出入口 屋外

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■安全運転支援装置設置補助金(商工会商品券)のお知らせ

65歳以上の方が運転する自動車に国交省の性能認定を受けた安全運転装置を取り付けた場合、補助金(商工会商品券)を交付します。

☎ **補助額** 設置費の1/2 **上限5万円**

※士幌町生活安全推進協議会から同補助要件で設置費の1/10 **上限1万円**

※千円未満切り捨て

※一人1回限りの補助です。

※ご希望の方は、免許証・車検証の準備、設置事業者の確認が必要ですので、事前に係までご連絡ください。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■釧路弁護士会主催 弁護士おなやみごと相談会

釧路弁護士会所属弁護士による無料法律相談会が開催されますので、ご利用ください。

☎ 10月28日(火)13時～16時

☎ 士幌町コミュニティセンター2階 多目的作業室

※予約の方が優先となります。

☎ **※当日相談を担当する弁護士が利害関係を有するため相談をうけることができない場合がありますので、申込の際にご確認ください。**

☎ **今後の相談開設日**

▽3回目：令和8年3月3日(火)

☎ 釧路弁護士会帯広会館(☎0155-66-4877)

■運転免許証自主返納の臨時窓口開設

運転免許証の自主返納は、帯広警察署や帯広運転免許試験場で行うことができますが、手続きの負担軽減を図るため、出張窓口を開設します。**マイナカードと一体化した免許証の返納は受け付けません。**

☎ 10月9日(木)10時～12時

☎ 役場庁舎1階 町民課

☎ **持ち物** 運転免許証

☎ **☎** 事前予約制のため、10月3日(金)までに担当へ必ずお申し込みください。

※当日は来所された順番で手続きを行います。

※代理人のみでの手続きはできません。

☎ **運転経歴証明書**の発行を希望する方は、**収入証紙(1,150円分)をご持参ください。**(農協本所で事前にご準備ください。)

☎ **※写真は、当日、会場で撮影します。(無料)**

☎ 運転経歴証明書は、身分証明書として利用できるほか、60歳以上の方は、証明書提示で十勝バス・拓殖バスの運賃が半額になるなどの特典が受けられます。

☎ **今後の臨時窓口開設日**

▽3回目：令和8年2月5日(木)

☎ ※町では運転免許証を所持していない高齢者を対象に、ハイヤーチケットを交付する士幌町高齢者等移動支援事業を行っています。チケット交付を希望の方は、予約時にお申し付けください。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■ハチの巣駆除費助成について

巣が作られることのないよう、庭木や雑草等の適正管理をお願いします。墓地に巣を作っているケースもありましたので、作られやすい場所は定期的に点検し、早めに見つけて駆除することが重要です。

町では、ハチの巣の駆除費を一部助成しています。**昨年度より、町内事業所に駆除を依頼した場合は、助成額を差し引いた金額が請求されていますので、町へ申請する必要はありません。**

町外事業所に駆除を依頼した場合は、HPに掲載されている申請書、または町民課窓口で配布する申請書に必要事項を記入のうえ、事業所から発行される『領収書兼作業証明書』を添えて、町民課生活環境係へ提出してください。

助成対象

▽町内の建物若しくは管理している建物又は土地であること。

▽駆除業者(ハチ等の駆除を業とする業者をいう。)によりハチの巣を駆除すること。

助成額

1回あたり**5,000円**を助成します。ただし、同時に2個以上の営巣を駆除した場合は、2個目以降の営巣1個につき**2,000円**を加算した額とします。

※ハチの巣の駆除対象期間は、4月1日から12月31日までとします。

駆除事業所

●(有)十勝クリエイティブ・サービス【町内】

☎55611

●(株)佐藤塗装工業【町内】

☎54278

●クリーン【芽室町】

☎0155-62-1095

●青山プリザーブ十勝【芽室町】

☎0155-62-5371

●プロワーク【帯広市】

☎0155-38-4220

●協和総合管理(株)帯広営業所【帯広市】

☎0155-25-3002

●(有)道東環境【幕別町】

☎0155-20-5577

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階)☎5231)

マイナ救急実証事業

本事業は総務省消防庁が全国の消防本部と連携して実施するものです。住民みなさまのご理解、ご協力をお願いいたします。

とちか広域消防局では、救急現場で活動する救急隊が傷病者のマイナ保険証を活用して、医療機関の選定に必要な傷病者の診療情報などを閲覧することにより、救急業務の迅速化や円滑化を図ることを目的とした実証事業を実施します。

期間 令和7年10月1日(水)～令和8年3月31日(火)

実施救急隊 十勝管内の全救急隊

期待される効果

▽傷病者の負担軽減

▽正確な医療情報が伝わる

▽医療機関の早期選定に繋がる

問 とちか広域消防局救急企画課☎0155-26-9123 FAX0155-26-9120 @qq@fire-tokachi.hokkaido.jp 帯広市西6条南6丁目3番地1

総務省消防庁 HP はこちら



町営住宅の入居者の募集

次の住宅の募集を開始します。

①公営住宅

一定の収入以下の方を対象とした住宅

②特定公共賃貸住宅

公営住宅の収入基準を超えた方を対象とした住宅

③公共賃貸住宅

町で管理している収入基準のない賃貸住宅

④定住促進住宅

閉校した小学校の教職員住宅に設備改修をした収入基準のない賃貸住宅

申 9月19日(金)までに申込書に必要な書類を添えて提出。

④定住促進住宅は随時募集。

対 2DKは単身者、3DK・2LDK・3LDKは2人以上の世帯であること。ただし、大通西団地の3LDKは3人以上の世帯であること、かしわ荘の2LDKは単身者以上であること。

また、定住促進住宅は世帯人数の条件はありません。

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。

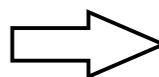
④公営住宅と特定公共賃貸住宅は一定の収入基準内であること。

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)

※町営住宅について
(土幌町公式HP)



〈町営住宅〉

☆【新築】若者世帯向け住宅

中土幌地区に若年世帯向けの公営住宅が完成しましたので、募集を開始いたします。

◇住所：土幌町字中土幌西2線74番地

◇家賃の目安：23,500円から35,000円

（収入により決定されます。）

※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：40歳未満の2人以上の世帯



団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
中土幌新南団地	2LDK	1戸	令和6年度

※申込者が募集戸数を超えた場合は、抽選となります。

☆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2年度
	3DK	1戸	昭和50年度
	3LDK	2戸	昭和58年度
大通西団地	2LDK	3戸	平成11・12年度
	3LDK	3戸	平成12・13年度
土幌南団地	3LDK	1戸	平成5年度
中土幌東団地	3LDK	1戸	平成5年度
昭和南団地	3LDK	1戸	平成元年度
下居辺団地	3DK	1戸	昭和53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	2DK	1戸	昭和49年度

☆若葉団地見守り付高齢者等向け

※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65歳以上または障がい者。

②同居者のいずれもが50歳以上または障がい者。

ただし配偶者は年齢不問。

③自立した生活ができ、定期的な安否確認や、互助活動に参加協力できること。

④緊急通報装置の貸付け設置が可能なこと。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
若葉団地	1LDK	1戸	平成26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	2戸	平成11・12年度
	2LDK	1戸	平成13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。

◆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
南百戸団地	2LDK	2戸	平成30年度

〈特定公共賃貸住宅〉

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
協進団地	1LDK	3戸	平成7・8年度
みのり野団地	2LDK	2戸	平成14年度

〈公共賃貸住宅〉

団地名	間取り・家賃	募集戸数	竣工年度
かしわ荘	2LDK 20,000円	1戸	昭和56年度
	3LDK 23,000円	1戸	

☎ 建設課 建築住宅係（役場庁舎1階 ☎5216）

税金・保険・年金



■ 固定資産税第3期の納期

☎ 9月16日（火）～30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30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でも納付することができます。

※納付書に記載の二次元コードを「地方税お支払いサイト」から読み取り、クレジットカード等から納付することができます。

☎ 町民課 資産税係（役場庁舎1階 ☎5214）

文化・スポーツ



■ 町民スポーツの集い

〈駅伝大会〉

☎ 10月4日（土）雨天中止 受付 8時30分
開会式 9時

所 総合運動公園陸上競技場

対 小学生以上の町内在住者および町内勤務者
部門 1チーム4人で申し込みください。

- ①小学生低学年男子
- ②小学生高学年男子
- ③小学生低学年女子
- ④小学生高学年女子
- ⑤小学生混成（低学年が2名以上いること）
- ⑥中学生男子
- ⑦中学生女子

⑧一般男子

⑨一般女子

※すべて1人1km程度

※男子の部に女子が、高学年の部に低学年が出場できます。

☎ 9月25日（木）までに、担当へ申し込みください。

※当日の申し込みは受け付けません。

〈タイムトライアル2025〉

☎ 10月4日（土）雨天中止 集合 9時45分
※駅伝大会終了後、ただちに始めます。

所 総合運動公園陸上競技場

対 町内在住者および町内勤務者

部門 個人での参加

① 幼児（男女）60m

② 小学1・2年生（男女）60m

③ 小学3～6年生（男女）100m

④ 一般（中学生以上男女）100m

☎ 9月25日（木）までに、担当へ申し込みください。

幼児・一般の申し込みは

二次元コードから



※小・中学生は各学校にて申し込みを受け付けています。

※当日の申し込みは受け付けません。

※例年実施している「走り方教室」は、今年度は中止とします。

☎ 教育委員会 教育課（総合研修センター内 ☎54733）

〈パークゴルフ大会〉

☎ 10月4日（土）予備日5日 受付 8時
開会式 8時40分

※小雨決行、大雨時順延

所 総合運動公園パークゴルフ場（れいわパーク）

¥ 無料

■ 9月29日(月)までに、下記お問い合わせ先へ申し込みください。

※当日の申し込みは受け付けません。

■ パークゴルフ協会事務局：今井(☎090-8901-3610)

募 集



■ 第23回しほろ収穫祭における出店者募集

町内在住者または町内において事業を営む者を対象に自由市場の出店希望者を募集しますので、9月12日(金)までに担当係までお申し込みください。

なお、希望者多数により、出店面積等ご希望に添えない場合や、抽選になる可能性があります。予めご了承ください。

また、テントや電気・ガス・水道等の施設につきましては、各自ご準備いただくこととなりますので、ご注意ください。

※対象火気器具等(液体・固体・気体燃料)を使用し出店される方は、各自、消防署への届出、消火器の準備を必ず行ってください。

※食品を提供される方は、保健所に営業許可や各種届出を必ず行ってください。

■ 町内在住者

または町内において事業を営む者

■ 9月12日(金)まで

■ 産業振興課 農業振興係(コミセン内☎⑤5220)

■ 自衛官等募集

自衛隊帯広地方協力本部のHPに掲載されており、年間を通じて募集しています。

応募資格、受付期間、試験日などの詳細は、募集案内所へお問い合わせください。

■ 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.gsdg.mod.go.jp

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



■ 役場南側花壇の草取り作業のボランティア募集

次の日程で実施致しますので、皆様のご協力をよろしくお願い致します。

(作業は、ボランティアとなります。)

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ますようお願い致します。

■ 9月11日(木)(雨天時：9月12日(金)) → 9時から

■ 所 役場南側花壇

■ 担 地域戦略課ゼロカーボン推進係(役場庁舎2階☎⑤5212)

そ の 他



■ 然別演習場射撃訓練などの実施日程(9月)

内容	日程
砲迫射撃	15日(月)~23日(火)
爆破等	1日(月)~13日(土) 16日(火)~30日(火)

※変更・中止になる場合があります。

■ 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)

■ 第35回「公証週間」電話相談のご案内

10月1日から7日までは公証週間です。公証制度を広く国民の間に普及させるため、日本公証人連合会本部において、同期間中、電話相談を実施します。

■ 10月1日(水)~7日(火) 9時30分~正午まで 13時~16時30分まで

■ 遺言、任意後見契約など公証事務全般 ☎ 03-3502-8239 (土・日も実施)

■ 交通規制

▽町道川西29号線

■ 区間 町道中音更西6線~川西西8線

▽町道川西西7線

■ 区間 道道士幌然別湖線(30号線)~町道川西28号線

■ 9月15日(月)~10月10日(金)

■ 内 通行止め

■ 理由 排水路工事のため

■ 担 建設課(役場庁舎1階☎⑤5215)

宝くじ 公式サイト
すぐ買える 当たりがわかる クイックワン

Quick One
クイックワン

宝くじ 公式サイトで発売中! 今すぐ会員登録!

宝くじの収益金は私たちの国の公共事業等に活用されています。

宝くじ公式サイト <https://www.tokachi-lotto.jp/>

募集中!

しほろ

農業塾

第1期生募集

【士幌町農業振興対策本部】

◆これからの農業担い手は持続可能な農業の実現に必要な、幅広い見識や鋭い経営感覚、豊かな人間性が求められるところであり、それらを育む場として「しほろ農業塾」を開講します。

これまで夢のある理想郷・農村ユートピアに向けての先人先達の思いや歩み（しほろイズム）をしっかりと承継すべく関係機関や先輩農業者から知識・技能を研修・学び、ネットワークづくりを通じ、いつの時代も時代のその先にチャレンジし続ける、たゆまぬ研究創意をしながら進化し続ける農業担い手人材を育む場としてスタートします。

開講期間

◆令和7年11月～
令和9年3月まで
※活動回数は15回程度を基本に、塾生の希望に応じて設定します。

入塾要件

◆町内在住の農業経営者、農業後継者およびその配偶者
◆町内農業法人等で常時雇用されている方および農業関係機関等の職員
※農業経験がおおむね5年未満

定員

◆若干名
※5名程度を想定しております。

申込期間

◆令和7年7月1日(火)から
令和7年9月30日(火)まで
※町産業振興課で申込書を記入していただきます。

研修内容

◆講演 ◆農協研修
◆専門研修 ◆特別研修
◆視察研修 ◆交流会
◆発表会
※カリキュラム（研修内容）は塾生同士の話し合いで決定します。

運営方法

◆塾の運営にあたっては塾生の自主性を尊重し、事務局（町産業振興課）が実施します。
※受講費用は基本無料としますが、懇談や懇親を図る場にかかる費用は、2分の1は塾生負担となります。

◆申込は9月末締め切りとなっております。まずはお気軽にご連絡ください。

士幌町農業振興対策本部事務局（産業振興課 農業振興係）

TEL 01564-5-5220

FAX 01564-9-5812

【受付時間】 平日8:30～17:15（土曜・日曜・祝日及び12月29日～1月3日を除く）

令和7年度士幌町 総合防災訓練

気軽な気持ちで是非
ご参加ください。

日時・場所

令和7年**9月27日（土）** 9時30分～11時40分
士幌町総合研修センター （受付：9時～9時20分）

目的

災害発生時の避難行動から避難所の開設等までの対応能力を向上

災害の想定

十勝平野断層帯主部地震または日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震等が発生。当日は、電気や上下水道などのライフラインは完全に消失していることを想定。

町は総合研修センターに避難所を開設。

訓練の内容

- ① 救急救命要領
- ② 消火要領
- ③ 避難所の開設
- ④ 災害対応資器材の展示
- ⑤ 災害用車両等の展示

※ 訓練の詳細は、町HPに掲載しています。

二次元コード⇒

URL⇒<https://www.shihoro.jp/life/detail.php?content=1349>



- **共助の力**が
たくさんの命を
救います。
- **皆さん**が主役
です。

対象

士幌町民（在住）なら**どなたでも**OKです。（子供や外国人の方も！）

申し込み

9月12日（金）までに、右の二次元コードまたは、次のページの申込書に記載の上、総務課までお申込みください。



主催 士幌町 〒080-1292 河東郡士幌町字士幌225番地 総務課
電話：01564-5-5211 / FAX：01564-5-4304

令和7年度総合防災訓練 申込書

	フリガナ 氏 名	所 属 (町内会、団体名等) 【学校】	住所 電話番号	性別	年齢 【学年】
1					
2					
3					
4					
5					

【特記事項】 内容や申し込みについてご不明な点があればこちらにご記入ください。

令和7年**9月12日（金）**までにお申込みください。

訓 練 会 場



- ※① 訓練参加者の駐車場は、役場庁舎北側の駐車場をご使用ください。
- ※② 会場が一部土足禁止の場所がございますので、上履きを携行願います。
- ③ 訓練準備等の都合上、9月26日（金）と27日（土）は、総合研修センターの使用を一時的に制限させていただきます。
皆様にはご不便とご迷惑をおかけしますが、本訓練の趣旨をご理解いただきご協力を賜りますようお願いいたします。

住民票・印鑑証明・戸籍謄本・所得証明書など
証明書申請はLINEから



これがあれば
すぐできます

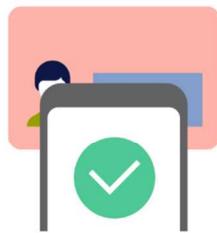
- ・マイナンバーカード
- ・署名用電子証明書（英数字6桁以上のパスワード）
- ・スマートフォン（電子証明の読み取りに対応したもの）
- ・土幌町 LINE 公式アカウントの友だち追加 



申請のしかた



LINE 公式アカウント
内の「申請」を押す



マイナンバーカードの
電子証明書で本人確認



必要書類と受取方法
などを回答



窓口または郵送で
証明書を受け取る

ご注意

- ・申請受付後、郵送の場合は翌開庁日までに普通郵便で発送します。お急ぎの方は窓口受取を選択してください。
- ・証明書の送付先は、申請時点の住民登録地に限ります。
- ・事前決済の場合、紙の領収書は発行されません。
- ・代理申請や手数料免除の取扱いはできません。
- ・住民登録地が町内の方は送料無料、町外の方は別途送料がかかります。

担当

- ・税関係証明書のこと
町民課住民諸税係
☎ 01564-5-5214
- ・住民票、印鑑、戸籍のこと
町民課住民年金係
☎ 01564-5-5231

戸籍に記載される予定の 振り仮名通知ハガキを発送します

本年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍に氏名の振り仮名が記載されることとなりました。士幌町に本籍のある方へ「記載予定の振り仮名通知ハガキ」を8月26日に発送しておりますので通知が届きましたら、正しい振り仮名が記載されているかご確認ください。
また、記載された振り仮名が**誤っていた場合のみ届出が必要**となります。

通知は5月26日時点の情報を基に作成されます。

郵便用カスタマーバーコード印刷領域

【必ず開封してください】
戸籍への振り仮名記載についてのお知らせ

この通知に関して不明な点がありましたら、法務省ホームページ及び当市ホームページをご確認ください。当市までお問い合わせされる際には、右上の管理番号をお知らせください。

(法務省HP) (〇〇市HP)

二次元バーコード

※印刷から切り取りはしてごください

文書番号
令和7年 月 日

戸籍に記載される振り仮名の通知書

〇〇県〇〇市長 印

戸籍法の改正により、戸籍に氏名の振り仮名が記載されます。この通知に記載された振り仮名を必ずご確認ください。記載されている振り仮名が誤っている場合には、令和8年5月25日までに、裏面の方法で、必ず正しい振り仮名の届出をしてください。
届出をしなくても、令和8年5月26日以降に、この通知に記載された振り仮名がそのまま戸籍に記載されます。

本籍 〇〇県〇〇市〇〇12345番

【氏名の振り仮名】	
氏	法務
振り仮名	ホウム
氏名の振り仮名の届出が可能な方	法務 太郎 様のみ

【名の振り仮名】

① 名	太郎
振り仮名	タロウ
② 名	京子
振り仮名	キョウコ
③ 名	正
振り仮名	タダシ
④ 名	ゆり
振り仮名	ユリ

①～④の方が個別に届出可能です。
(未成年者については、親権者から届出も可能です。)

※令和7年 月 日

戸籍内で同じ住所の方は1通につき4人まで記載されます。

通知に記載されている
振り仮名は正しいですか

はい

届出は不要です
令和8年5月26日以降、通知された
振り仮名が戸籍に記載されます。

いいえ

届出が必要です！

令和8年5月25日までに

- ▶マイナポータル
- ▶窓口
- ▶郵送

いずれかの方法で正しい振り仮名の届出を行ってください。

なお、マイナンバーカードをお持ちの方は24時間手続き可能でオンライン完結するマイナポータルでの届出が便利です。

マイナポータルでの届出についてはこちら→
(法務省ホームページ)



制度全般について

法務省戸籍振り仮名通知
コールセンター
☎0570-05-0310

通知書の内容について

町民課住民年金係
役場庁舎1階 ☎5231

●注意事項●

- ・本籍地ごとに通知の発送時期は異なります。本籍が町外の場合は、直接本籍地へお問い合わせください。
- ・他の行政手続き(パスポート、年金など)で登録している振り仮名と異なる場合は、名義変更が必要になるなど、不都合が生じる場合がありますので必ずご確認ください。
- ・届出しない場合の罰則・罰金、届出の手数料は一切発生しません。詐欺にご注意ください。

江戸型彫り

体験教室

和の伝統文化に触れてみよう

9月17日(水) 13時から15時
士幌町総合研修センター 2階視聴覚室

先着12名

参加料 4,000円

内容 染体験(トートバッグ付)

申込 士幌町教育委員会(TEL5-4733)



講師：高井章夫

1950年三重県鈴鹿市の型彫り職人の家に生まれる。
いったん職人から離れたが、1200年も続いた型紙の技の危機を知り、
現在はこの貴重な技術を次世代へ繋げるため、東京青梅市に工房を
構え教室を開催している。

江戸型彫りとは・・・

江戸時代、峠の柄として大名たちが、その繊細さや美しさを競ったという江戸小紋。
その型紙を彫る高度な技術は二つの村に生まれたものしか継承できず現在は職人の数が激減してしまいました。その貴重な技術を体験していただき、完成品は型紙として染めたり、飾って楽しむことができます。

主催：士幌町教育委員会

お問い合わせ先：士幌町教育委員会社会教育係(5-4733)

士幌町総合研修センター無料レッスンのお知らせ

■9月レッスンプログラム

曜日	時間	プログラム名	場所	強度	難度
月曜日	13:15~13:45	コアトレーニング	トレーニング室	★	★
	14:00~14:30	ストレッチ	トレーニング室	☆	☆
	19:30~20:00	コアトレーニング	トレーニング室	★	★
水曜日	13:00~13:45	DISCO WORLD	研修室	★★	★☆☆
	14:00~14:30	ボールde筋膜リリース	研修室	★☆☆	★
	20:00~20:45	ZUMBA	研修室	★★☆	★★
木曜日	13:00~13:45	ノルディック・ウォーキング	走路	★	★
	14:00~14:45	Q-Ren ボディメンテナンス	研修室	☆	☆
金曜日	13:15~13:45	いきいきリズム	トレーニング室	★	★
	14:00~14:30	コアトレーニング	トレーニング室	★	★
	19:00~19:30	コアトレーニング	トレーニング室	★	★
	19:45~20:15	ストレッチ	トレーニング室	☆	☆

トレーニング室利用時間

■月・水・金曜日

13:00~21:00

■木曜日

9:00~12:00

15:00~19:00の間で体力測定開催！
18:30までにお申し出ください。

PROGRAM CONTENT

ストレッチ	筋肉や関節を伸ばし体の柔軟性を高めます
コアトレーニング	身体のコアとなる脊柱に近い部分から意識的トレーニング
いきいきリズム	リズムに合わせて簡単な有酸素運動を行います
ノルディックウォーキング	スティックを使用し、全身を大きく動かしながら歩きます
DISCO WORLD	80~90年代の懐かしい曲に合わせてダンスを楽しみます
ZUMBA	ラテン系の音楽とダンスを組み合わせたエクササイズです
Q-Ren ボディメンテナンス	誰でも簡単に行える骨盤体操です
ボールde筋膜リリース	ボールを使って筋膜をほぐし、身体を正常な状態へ戻します

認知症に関わる人が気軽に話せる憩いの場

認知症
カフェ



ひまわりカフェ



～認知症を正しい知識で支えよう～

本人

家族

地域の人

専門職

認知症カフェは、認知症の心配がある方、その家族、認知症に関心のある方、誰もが参加できる憩いの場です！

今回は、『認知症サポーター養成講座』を開催いたします！この機会に認知症に対しての正しい知識を持ち、予防だけでなく地域で支える一員になりましょう！！

令和7年 場所：共生型常設型居場所 みんなのまりのくまさん

9月17日(水)
13時～15時

？認知症サポーターって何？

認知症の正しい知識を持ち、偏見を持たずに認知症の方やその家族を見守り支援する応援者のことです。
一緒に支援ネットワークを作っていきましょう！

申込・問い合わせ：士幌町役場保健福祉課 地域包括支援センター ☎5-2188



国勢調査2025 がはじまります

調査は9月20日から10月8日にかけて行われ、10月1日現在で、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。生活環境の改善や防災計画など、わたしたちの生活に欠かせない様々な施策に役立てられる大切な調査です。必ず次の二つのいずれかの方法にてご回答ください。

※調査員が各世帯に調査票を配付に参りますので、必ずお受け取りください。

1 インターネット

回答期間 9/20^土~10/8^水

① アクセスする

ご自宅に調査書類が届いたら、
回答サイトにアクセスします。

スマホからQRコードを読み取って
かんたんログイン!

「ログインID」と「アクセスキー」入力の手間要らず

② 回答する

画面の案内にそって、回答します。

回答時間

5~10分

※ひとり暮らしの方の目安

2 調査票（紙）

回答期間

10/1^水~10/8^水

※その場合は専用封筒にて郵送
か、調査員に直接提出してく
ださい。

9/20~10/8の期間中で**役場2階
地域戦略課にてインターネット
回答を補助する特設会場を設置**
しておりますので、インターネ
ット回答が難しいけどやってみ
たいという方は、ぜひご来庁い
ただきインターネットにてご回
答ください。

回答はかんたん便利なインターネットで



●担当 役場2階 地域戦略課広報広聴係 電話5-5212

運動教室

～ウォーキング～

1. 日 時 10月7日(火) 9:30~12:00
2. 内 容 歩き方、健康チェック
3. 申込期限 9月26日(金)
4. 場 所 町民保健センター
5. 持 ち 物 飲み物、タオル
6. そ の 他 動きやすく温度管理しやすい服
動きやすい外靴
※歩き方教室で使用します
7. 定 員 15名(先着順)

※今回の教室では、しほろ健康マイレージ事業の登録
ができます。また、参加された方にはその他のポイン
トと運動マイレージポイントがつかます。

からだを動かして
リフレッシュしてみませんか？



講師 小林 永枝

(フィットネスインストラクター)

●申し込み・お問い合わせ●

保健福祉課 健康推進係

☎ 5-2108

秋の全国交通安全運動

運動期間9月21日(日) ~9月30日(火)

- 運動重点**
- 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
 - 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転の根絶
 - 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
 - スピードダウンと全席シートベルトの着用



皆さんへ

- 歩行者の**
- 夜間、歩いて外出するときは、明るい色の服を着たり、持ち物に反射材を付けましょう
 - 信号が青になってもすぐに横断せず、近づいてくる車がないか安全を確認してから渡り始めましょう

夕暮れに 歩行者を照らす 照time



ヒグマによる 人身被害防止

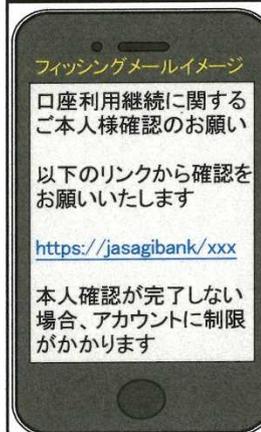
北海道警察からのお知らせです。

9月はヒグマが冬眠に備えて、食べ物を探し回るため活動が活発になります。ヒグマによる人身被害を防止するため、野山では次のことに注意しましょう。

- ヒグマの出没情報等を確認する
- 単独行動を避け複数で行動する
- 熊撃退スプレーや熊鈴を携帯する
- フンや足跡を見つけたら引き返す
- ゴミの処理に注意する
- 遭難した時は落ち着いて行動する

北海道警察

〇〇ネットバンクをかたった不審なフィッシングメール、偽サイトにご用心！



最近、「〇〇ネットバンク/カスタマーサポート」などをかたるフィッシングメールからの不正送金被害が増えてます。メール本文中に記載のURLをタップするとログインID・パスワード及び暗証番号等を入力する画面が表示されます。そこで、ログインID等を入力したならば、あなたの口座のお金は別口座に不正送金されてしまいます。

リンク先(青字の部分)をタップする前に、必ずメールアドレスが本物かどうかを確認しましょう。



真夏の交通安全キャンペーン！ 斉藤井出建設と土幌駐在所がコラボ



先月初旬、町内の交通危険箇所において、通過車両のドライバーへ安全運転の呼びかけと、グッズの配布を行いました。

○暴力団に関する通報、情報は帯広警察署まで ○詐欺電話がきたら#9110番(警察相談専用電話)まで

みんなで防ごう特殊詐欺!

9月

中士幌

北海道の特殊詐欺発生状況
(2025年7月暫定値)

認知件数 254件 (前年76件)

被害総額 1,153,512,360円

詐欺に関する

相談は、

#9110

に電話を!

宅配便の不在通知を装う
「ショートメール詐欺」に注意!

お客様が不在のためお荷物を
持ち帰りました。こちらにてご確認
ください URL//konourlha,sagidesuy
○○○



詐欺です!
無視しましょう!

SNS型投資詐欺
ロマンス詐欺に注意!

SNS等のネットで知り合った相手との
投資話には、十分に注意して下さい!



儲け話は

詐欺を疑いましょう!

中士幌駐在所

7-4121

9月1日は「防災の日」

今年も全国各地で豪雨による自然災害が発生しています。災害はいつ起こるか分かりません。万が一のために災害に備えた準備をしましょう。



災害発生時の避難場所

中士幌地区

- ・中士幌公民館
- ・中士幌小学校

豊田地区

- ・旧豊田小学校

中音更地区

- ・中音更会館

もしもの時に備えよう!

農作業中の事故に注意願います

例年この時期は、農作業中の負傷事故が増加する傾向にあり、機械の使用による事故は、命に関わるような重大事故になる事も多く、油断は禁物です。

また、牧場などの管理者の方は、雇用者への安全配慮を徹底して事故防止に努めましょう。



秋の全国交通安全運動の実施

～ 左右確認 早めのライトと反射材 ～

【運動期間】

9月21日(日)から30日(火)までの10日間

※ 9月30日は交通事故死ゼロを目指す日

【交通安全運動の重点】

- 1 歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射材用品や明るい目立つ色の衣服の着用促進
- 2 ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
- 3 自転車等の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進



喝

暴力団追放!

- 暴力団を利用しない
- 暴力団を恐れない
- 暴力団に金を出さない
- 暴力団と交際しない



～暴力団に関する相談は帯広警察署まで～

訪問買取業者にご用心！

数年前から、「中古車などの輸出をしている」または「不用品を処分している」などと訪問事業者が住宅を回るが増えています。

断っているにもかかわらず、無許可で敷地内に立ち入っている場合や、もめ事に発展した時は、110番へ、もしくは士幌駐在所⑤2360、中士幌駐在所⑦4121へ通報してください。

★自宅や車、物置はもちろん、車庫もできるだけ施錠しましょう。金目のものや荷物が見えると狙われやすくなります。

★防犯カメラ、センサーライトの設置など防止策を講じましょう。

外国人事業者に向けた「警告文（立ち入り禁止）」を希望する方は町民課生活環境係までご相談ください。

士幌町、士幌町生活安全推進協議会、士幌・中士幌駐在所

担当 町民課生活環境係 役場庁舎1階 電話 5-5231(直通)

士幌町で
暮らす

家賃1/2補助

令和7年度

定住スタート応援補助金

住みよいまちづくりの一環として、支払った月額家賃の1/2を共通商品券で補助します

1年目：月額上限2万円（年額最大24万円）

2年目：月額上限1万円（年額最大12万円）

〔例〕 家賃42,000円の場合 $42,000 \times 1/2 = 21,000$ 円
※上限が2万円のため、補助額は2万円

商品券



対象者

- ・町内の民間賃貸住宅に入居し2年以内で自ら家賃を支払っている18歳以上の方
- ・入居した世帯全員の前年所得の合計額が244万円以下又は給与収入が360万円以下の方
- ・公務員ではない方
- ・市町村税等を滞納していない方
- ・過去にこの補助金を受けていない方

申請期間 申請は年2回です

◎令和7年9月1日から10月30日まで（令和7年4月から9月の家賃）← 申請受付中！
令和8年3月1日から4月30日まで（令和7年10月から翌年3月の家賃）

申請書類 申請書類(※)は町ホームページよりダウンロードまたは産業振興課窓口にて配布しています

- ① 士幌町定住スタート応援補助金交付申請書(※)
- ② 賃貸借契約書の写し
- ③ 個人情報の調査の承諾書及び誓約書(※)
- ④ 家賃を支払ったことを証明する書類
- ⑤ 前年度の課税証明書
- ⑥ 世帯全員の住民票

申請方法

町ホームページ

持参または郵送にて、下記宛にご提出ください

詳細は町ホームページをご確認ください



担当・申請先 士幌町役場 産業振興課 商工観光労働係
〒080-1219 河東郡士幌町字士幌225番地 コミセン内
☎01564-5-5213

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、
作業員全員で、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)



農作業中の熱中症を 予防しましょう!!

夏に向けて、農作業中に熱中症になる人が増えてきます。

熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です!!

* 農作業中の熱中症 *

- 毎年、約**30名**の方が農作業中の熱中症により**死亡**
- 死亡事故の約**85%**が**7~8月**に発生している一方で3~6月にも発生



* 予防のポイント *

暑さを避ける

高温時の作業は極力避け、日陰や風通しのよい場所で作業



こまめな休憩と水分補給

喉の渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分を補給



単独作業は避ける

複数名で作業を行う、時間を決めて連絡をとり合う



熱中症対策アイテムの活用

帽子や吸湿速乾性の衣服の着用、空調服や送風機の活用



そのほか、日々の体調管理など熱中症に負けない体づくりをしておきましょう!

農林水産省



マイナ保険証利用時には 電子証明書の有効期限をご確認ください！

利用者証明用電子証明書(数字4桁)とは

- 電子証明書とは、“ログインした者が、あなたであること”を証明するものです。
- 健康保険証利用時や、インターネットサイト等にログインをする際に利用します。



こんなことに使います！



- ✓ マイナ保険証としての利用
- ✓ マイナポータルへのログイン
- ✓ コンビニでの住民票等交付サービスの利用

※電子証明書が有効期限を迎えると、上記の一部機能が利用できません！速やかに更新をお願いします。

※マイナンバーカードには、署名用電子証明書(英数字の6~16桁)もあります。

電子証明書の有効期限について

電子証明書の有効期限は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。

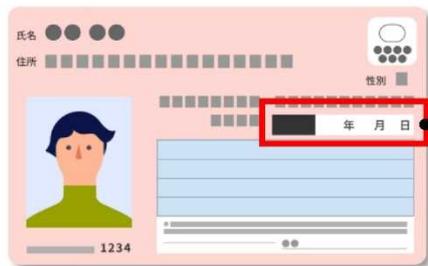
? マイナンバーカードそのものの有効期限は？

- ▶ 発行日から10回目の誕生日(未成年者は5回目)までです。
- ▶ マイナンバーカードの更新には、交付時に来庁が必要です。事前申請をして交付時に来庁されると、その場で新しいマイナンバーカードと交換できます。

※これまでと同様、任意の代理人による受取が可能です。方法は、お住いの市区町村の窓口へお問い合わせください。

電子証明書の有効期限を確認するには？

マイナンバーカードの券面(左下図の赤枠部分)に記載されています。
記載がない場合は、右下図の手順でマイナポータルからご確認ください。



▲マイナンバーカードの券面



マイナポータルに
ログイン

▲マイナポータル

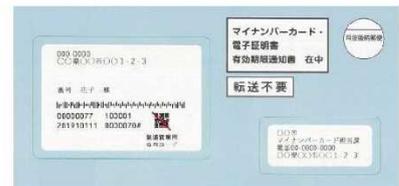


更新するにはどうしたら良いの？

有効期限の2~3カ月前を目途に有効期限通知書(右図)が送付されます。
通知が来ていなくても有効期限の3カ月前から更新ができます。

同封のパンフレットをご一読のうえ、余裕をもってお早めにお住まいの市区町村窓口で更新手続きをお願いします。
なお、電子証明書の有効期限が切れても、お住まいの市区町村窓口で手続きを行うことで再発行できます。

※電子証明書の更新と再発行の手続きはオンラインではできません。



▲有効期限通知書の封筒

? 有効期限が切れたことを忘れて 病院等に行ったら、どうなるのですか？



医療機関・薬局に設置されている顔認証付きカードリーダーでも 電子証明書の有効期限のアラートが表示されます

有効期限

顔認証付き カードリーダーの画面

マイナ保険証利用について

3カ月前

マイナ保険証
使える



有効期限の3カ月前時点から有効期限まで、通知が表示されます。

証明書の有効期限が3カ月以内となっています。詳しくは市区町村にお問い合わせください。

次に進む



マイナ保険証で受診できます。

電子証明書の有効期限の2～3カ月前を目処に、「有効期限通知書」の封書が届きます（詳細はオモテ面参照）。お住まいの市区町村窓口等で、速やかな更新をお願いします。



注目！

マイナポータルログイン時にも、有効期限の3カ月前時点から、「マイナンバーカードの電子証明書を更新してください」と、通知が表示されます。



⚠ 期限切れ翌日

マイナ保険証
使える



有効期限切れの旨と、更新のお願いが表示されます。

電子証明書の有効期限が切れているため、資格情報のみ当機関に提供します。

お早めに市区町村の窓口で電子証明書を更新してください。

次に進む



有効期限切れから3カ月間※は、引き続きマイナ保険証で受診できます。

ただし、保険資格情報の提供のみで、**診療情報・薬剤情報等の提供はできません。**速やかに**再発行手続き**をしてください。

※ 有効期限満了日が属する月の末日から3カ月間



3カ月後

マイナ保険証
使えない



3カ月を過ぎると健康保険証としても使えなくなります。

電子証明書が失効しています。

マイナンバーカードを取り出し、受付窓口までお越しください。

証明書の更新は、市区町村の窓口で手続きが必要です。



有効期限切れから3カ月間※経過後は、マイナ保険証の利用ができません。

速やかに**再発行手続き**をしてください。

※ 有効期限満了日が属する月の末日から3カ月間

※ お手元に有効な健康保険証もなく、再発行手続きをされなかった場合、3カ月以内に、**資格確認書**が交付されます。引き続き医療を受けられますので、ご安心ください。



マイナンバー
フリーダイヤル

0120-95-0178

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。

受付時間（年末年始を除く）

平日：9時30分～20時00分
土日祝：9時30分～17時30分

マイナ保険証の
メリット等
について



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

顔認証付きカードリーダーの不具合などで マイナ保険証による受付が上手くいかなくても、 自己負担10割でなく、これまで通りの自己負担額です

マイナ保険証での受付が出来ない場合

マイナ保険証を利用する際に、顔認証付きカードリーダーの不具合など
何らかの事情で資格確認を行えなかった場合も、以下のような対応で資格確認を行います。

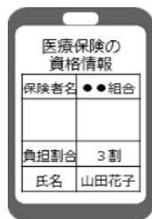


マイナンバーカードを提示したが、**受付が出来ない**

ご提示可能な場合

マイナポータル画面

※マイナポータルからダウンロードしたPDFファイルも可



+

資格情報のお知らせ

資格情報のお知らせ
●●組合
氏名 山田花子
負担割合 3割
受診の際
マイナ保険証が必要



※追加で健康保険証の提示は不要

※追加で健康保険証の提示は不要

ご提示できない場合

再診の場合

初診の場合

口頭確認

施設側で
資格確認に
必要な情報を
把握していれば、職員より
口頭で確認

被保険者資格申立書



※職員より用紙を受取り
記入してください

資格情報のお知らせ ってなに？



- マイナ保険証をお持ちの方に、申請によらず交付される書類です。
- 単体では受診はできません。何らかの事情で資格確認を行えなかった場合に、マイナンバーカードとセットでご提示ください。

被保険者資格申立書 ってなに？



- 初診の医療機関・薬局にて、何らかの事情で資格確認ができなかった上、マイナポータル画面や資格情報のお知らせを持ち合わせていないときに、ご記入いただく書類です。



マイナンバー
フリーダイヤル **0120-95-0178**

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。

受付時間 (年末年始を除く) 平日: 9時30分~20時00分
土日祝: 9時30分~17時30分

マイナ保険証の
メリット等
について



資格確認書
について





令和7年度 認知症地域ケア講演会

「人と認知症と向き合うために」
～かかわり方の基本～

全国的に高齢化が進展し、人生100年時代を迎えています。
近年、士幌町では75歳以上の約5人に1の方が要介護や要支援の認定を受けています。また、認定者の20人に3人が「内服や金銭管理が難しい等、日常生活に支障をきたす症状がみられても、誰かが注意していれば自立できる状態」となっています。
「認知症になったらおしまいではない」ではなく、「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」のために、認知症の方々への対応について一緒に理解を深めましょう。

日時

令和7年10月23日(木)

13:30～15:00 (開場 13:00)

場所

士幌町総合研修センター
ふれあいホール

講師

有限会社 グッドライフ
代表取締役・総合施設長
北海道認知症グループホーム協会
会長 宮崎 直人氏



入場無料
250名

主催

士幌町(地域包括支援センター)

〇〇〇参加ご希望の方は、下記にお申し込みください〇〇〇
お申し込み・お問い合わせ 士幌町保健福祉課 地域包括支援センター
☎ 5-2188 / FAX: 5-2127



「令和7年度 士幌町 認知症地域ケア講演会」

参加申込 FAX送信票

申込締切:10月20日(月)

【宛先】士幌町地域包括支援センター

FAX:01564-5-2127

お名前	
お住まいの市町村	(市・町・村)
電話番号	- -

※ご記入いただいた個人情報は、当講演会の受付対応のみに使用いたします。

献血のおねがい



2025年9月26日（金）

下記の日程で十幌町に献血車が運行いたします。皆様の積極的なご協力をお待ちしております！

① 十幌町役場

9：30～11：30

② 十幌町農業協同組合

13：00～14：30

③ 十幌町総合福祉センター

15：00～16：00

※予約は3時間前、問診(当日に回答)は
受付時間の15分前までです。

献血を予定していただける際には、

極力ご予約のうえ献血いただきますようお願いいたします。

※200mLの献血は、当日の血液在庫状況により、ご協力をご遠慮いただく場合がございます。ご了承ください。※当日の問診内容の結果により、献血をご遠慮いただく場合もございます。

献血予約申込・その他 お問い合わせ先



北海道赤十字血液センター 帯広出張所(すずらん献血ルーム)
帯広市東7条南9丁目13-4 TEL:0120-245-125(平日9時~17時)

看護・福祉系学生の皆さんへ

このまちが、好きだから。 そんなあなたを、応援したいから。

士幌町看護職員等 奨学金返還支援

奨学金を利用して看護師・介護士・保育教諭となる資格を取得し
士幌町内の医療機関・福祉施設等に就職した方の
奨学金返還費用を士幌町が助成します。

申請受付 学校等卒業の1ヶ月前までに事前申込受付

10年間で
最大(看護職) **360**助成
万円

福祉職は10年間で最大240万円助成

*但し返還金総額の範囲内

お問い合わせ

士幌町役場 保健福祉課 子ども家庭係
(士幌町総合福祉センター内) ☎01564-5-2108

助成額

職種：看護師
年間返還支援上限額：36万円
給付期間：最長10年間

職種：介護福祉士・幼稚園教諭かつ保育士
年間返還支援上限額：24万円
給付期間：最長10年間

対象者

学校等（大学、短期大学、専修学校及び高等専門学校）に在学期間中の卒業1ヶ月前までに土幌町看護職員等奨学金返還支援助成金支援対象者認定申請書（様式第1号）および在学を証明するものを提出した者で、看護師等の資格を有し、次に掲げる要件を全て満たす方。

- ① 日本学生支援機構等の奨学金の貸与を受けて学校等を卒業した方
- ② 看護師等の資格を有し、助成金を受けようとする年度に、1年間継続して医療機関及び福祉施設等に勤務する方
- ③ 自ら奨学金を返済し、滞納がない方
- ④ 支援対象者本人の町税等の滞納がない方
- ⑤ 奨学金の返還に、他市町村等からの助成を受けていない方

提出書類

*助成金を受けようとする年度の12月末日までに提出

- ① 土幌町看護職員等奨学金返還支援助成金申請書（様式第2号）
- ② 勤務証明書（様式第3号）
- ③ 卒業証明書若しくは卒業証書の写し又はこれらに準ずるもの
- ④ 看護師等の資格の取得を証するもの（初年度のみ）
- ⑤ 奨学金の返還総額の額を証する書類（初年度のみ）
- ⑥ 町税等の滞納がないことを証する書類
- ⑦ その他町長が必要と認める書類

申請方法

- 持参もしくは郵送 ● 申請は原則学生本人または保護者等
- 以下の窓口で申請ができます
土幌町総合福祉センター内 土幌町役場 保健福祉課 子ども家庭係
(〒080-1219 河東郡土幌町字土幌西2線167番地)

支援制度のイメージ

在学中	就職年度	2	3	4	5	6	7	8	9	10年度目
【卒業半年前までに事前申込】  Aさん 短大2年 幼稚園教諭かつ保育士 300万円奨学金	4月1日 就職			毎年 24万円						奨学金300万円 (300万円÷10年間＝ 年30万円 年24万円を10年間 計240万円給付
 Bさん 看護専修学校3年 看護師 360万円奨学金	年度内 申請書類 提出			毎年 36万円			5年目12月31日 中途退職			奨学金360万円 (360万円÷10年間＝ 年36万円 *5年目で中途退職 (5年目は給付無し) 年36万円を4年間 計144万円給付
 Cさん 介護短期大学2年 介護福祉士 200万円奨学金	給付 決定			毎年 20万円						奨学金200万円 (200万円÷10年間＝ 年20万円 年20万円を10年間 計200万円給付

18歳以上の士幌町民の参加者大募集!

第2回!

スマホアプリで

士幌町 ウォーキングラリー 2025



開催期間 **10月1日(水)~21日(火)**

参加登録:10月3日(金)まで

忙しいあなたもいつでも簡単に参加!

スマホアプリを使った参加無料の歩数イベントです。散歩やウォーキングはもちろん、通勤・家事・仕事などでアプリ内で北海道内各地をウォーキングしましょう。



参加
無料

イベント期間中、1日平均歩数5,000歩以上達成した方の中から

抽選で最大**50**名様

QUOカードPAY

500円分プレゼント

QUOPay
クオ・カード ペイ

また、1名の方に高木町長の歩数とニアピン賞(健康グッズ)をプレゼント

※「QUOカードPay」もしくは「クオ・カード ペイ」およびそれらのロゴは 株式会社クオカードの登録商標です。

参加方法

STEP 01 グッピーヘルスケアアプリのダウンロード

1 アプリをダウンロード



Androidをお使いの方は別途「GoogleFit」のアプリが必要です。

2 プロフィール・目標設定



「プロフィール」を登録し、「目標設定」を更新してください

STEP 02 ウォークラリーへの参加

1 トップ画面から機能追加



左上の「+」マークをタップ

2 カテゴリから選択



イベント→「ウォークラリー」をタップ

3 チームコードを登録



チームコードを登録
※既に共有されたチームコードを登録ください

4 登録完了



注意事項

- 18歳以上で士幌町の町民の方が参加対象です。
- 体調や健康に応じて無理せず参加しましょう。参加登録された方は、参加中の怪我、事故などは、ご自身の責任のうえでの参加とさせていただきます。また、抽選や本事業に必要な情報は登録内容から確認させていただきます。
- アプリ内の町内13地区各チーム、町内企業名の中から好きなチームにご登録ください。

アプリの詳細な
操作方法は
こちら



士幌町ウォーキングラリーに関するお問い合わせ

士幌町役場保健福祉課健康推進係 ☎01564-5-2108

問い合わせ時間:平日9:00~17:00

アプリの操作方法に関するお問い合わせ

株式会社FiNC Technologies ヘルスケア事業推進室 ☎050-1743-1694 ✉hc@finc.com

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町2丁目2-1 KANDA SQUARE 11F 営業時間:9:00~18:00(土日祝除く)

士幌町ウォーキングラリー2025（第2回）

参加方法：詳細は裏面のとおり
右記のQRコードからも読み取れます。

グッピーヘルスケア
アプリのダウンロード



アプリをダウンロード・内容に沿って登録する

このアプリは、歩数、体重、睡眠、エクササイズやストレッチ動画など健康に関するコンテンツが多数。操作も簡単です。

下記のチームの中から参加したいチームにエントリー (下記チームコードを入力する)

10月1日までアプリを使用してウォーキング歩数の反応を確認

※トップ画面の歩数が反応しなかったり、うまく操作できない場合はグッピーズまで問い合わせを。
(ウォーキングラリーの歩数は9/30まで0歩と表示されます)

10月1日から21日までウォーキングラリー参加 期間中、1日平均5,000歩以上をウォーキングした方を対象に抽選でプレゼントあり

チームコード表

チーム名	コード	チーム名	コード
中士幌	6503 : 6119 : 6684	市街北町	6503 : 1084 : 8818
佐倉	6503 : 2564 : 5011	市街中町	6503 : 1326 : 3448
士幌南	6503 : 2573 : 0294	市街西町	6503 : 6177 : 4778
士幌北	6503 : 3243 : 0249	市街南町	6503 : 6963 : 3480
上居辺	6503 : 4151 : 8313	J A 士幌町	6503 : 1413 : 4313
下居辺	6503 : 6794 : 1055	士幌町商工会	6503 : 6827 : 4191
北中	6503 : 3014 : 3854	士幌町役場	6503 : 3045 : 4693
新田	6503 : 8093 : 5438	キングと ゆかいな仲間達	6503 : 7356 : 0175
西上	6503 : 9775 : 4384	みんなの もりのくまさん	6503 : 6537 : 8222
個人希望	6503 : 3761 : 1426		

参加における注意点

- ①体調や体力に合わせて参加しましょう。
- ②ウォーキングの効果として健康の保持増進を目的としたイベントです。
楽しく、参加のルール、交通ルールなどを守って参加しましょう。
- ③このイベントを利用して起きた事故や怪我、体調不良や器物破損などがあった場合は、町は一切責任を負いません。
ご自身の責任のもとでご参加ください。
- ④登録情報から抽選、またはこのイベントに関する効果測定などのために必要な情報は町が把握させていただきます。
参加される方はご了承ください。

士幌町ウォーキングラリー
に関するお問い合わせ

士幌町役場保健福祉課 健康推進係
TEL 01564-5-2108



特定非営利活動法人

士幌町障がい者支援の会だより

第31号 令和7年8月29日発行

ほのぼのホーム ほのぼのホーム共同作業所 ☎ 01564-5-2688
すずらんの家 ☎ 01564-5-4838

日頃より、町民の皆様並びに関係機関の皆様方には様々なご協力・ご指導を賜り、厚く感謝申し上げます。当法人は、障がいのある方の余暇活動や地域交流をサポートする「しほろほのぼのホーム」、一般企業等での就労が困難な方に対し、就労の機会と生産活動の場を提供する「しほろほのぼのホーム共同作業所」、ご家族の方の一時的な休息を目的に、何らかのサポートを必要とする幼児から20歳までの方に、安心して日中を過ごしていただく「すずらんの家」、どなたでもちょっとした困りごとでも相談できる「しほろ相談室toitoi」を運営しております。

通常総会の開催と事業報告

今年の通常総会は、関係者の出席のもと開催され、令和6年度事業報告、決算報告、監査報告、並びに令和7年度事業計画、活動予算が原案のとおり承認されました。令和6年度の決算は右のとおりです。

【役員紹介】

任期：令和8年5月22日まで

理事長 藤内 昇
副理事長 篠原幸治
副理事長 渡邊睦実
理事 官野雅彦
理事 藤井里美
理事 林 美香
理事 家常行広
理事 星屋 歩
監事 土屋政勝
監事 和田晴男

令和6年度決算報告 (単位：千円)

【経常収支の部】			
収入の部		支出の部	
地域活動収入	2,037	■ 事業費	
指定障がい者収入	22,540	人件費	38,578
日中一時収入	18,716	減価償却費	6,089
相談支援収入	5,113	消耗品・器具什器費	1,579
補助金収入	5,077	利用者工賃	1,945
正会員会費	90	租税公課	130
賛助会員会費	1,075	その他経費	5,387
寄付金	97	■ 管理費	
その他収入	6	旅費交通費	248
		通信運搬費	314
		雑費	204
		その他経費	277
■ 収入計	54,751	■ 支出計	54,850
当期経常収支差額			△99
		■ 【経常外費用】法人税	80

当期正味財産増減額	△179
前期繰越正味財産額	112,235

○今年度の新たな取り組み

ほのぼのホームでは、今年度から希望者には、午後も作業を提供することになり、利用者は意欲を持って従事しております。相談支援事業所「しほろ相談室toitoi」は、昨年度の相談延べ件数が286件と多くの方々の相談に応じております。また、障がいのある方やご家族以外にも登校に不安のある児童等及び社会との接点が希薄な方々の相談にも対応して、何らかの支援に取り組んでおります。

○来年度（2026年度）の新規事業

何らかの支援が必要な児童・生徒に対し、療育事業を行う放課後等デイサービスを開設するために準備を始めており、保育士や療育に関する支援ができる職員の募集を続けておりますので、応募を希望される方や心当たりのある方は、事務局までご連絡をいただくと幸いです。

○おわりに

今後も町民の皆様をはじめ、関係機関の皆様のご支援とご理解を心よりお願い申し上げます。



多くの皆様のご厚志にお礼申し上げます



士幌町障がい者支援の会では、皆様方から賛助会員会費を納入いただき、当会の活動に役立てさせていただいております。ここに、本年4月1日から8月18日までに令和7年度の会費を納入いただいた方々を、ご紹介いたします。

■ 個人賛助会員

秋間千桜子
朝井 康子
浅野 澄江
東井 忠彦
飯澤美智子
飯島 勝
飯沼 実
池本 悦江
石垣銀次郎
石水 茂幸
石水 弘美
石水 諒
伊田 留未
伊藤 久仁子
伊藤 光一
稲葉サチ子
稲葉 正志
井上 義孝
井原 力也
今田 忠夫
上野 操
宇佐見正志
遠藤 行雄
大塚 亨
大野 明
大野八重子
大場 未叔

岡田 祥一
岡田 智明
小椋 誠志
小野寺 保
小野 春信
香川 国彦
加藤 隆
加納 清
兼山 栄治
加納 スミ子
加納 昇
鎌田 弘美
神野 則夫
亀野 倫生
上山 靖
河江 信一
河江 依子
川瀬かち子
河太 利夫
河田 浩美
川村 信也
河村 敏弘
河村 康弘
菊地 和浩
北川 昌盛
木下 雅子
木村あかね

沓澤 覚
国井 克美
国井 孝
国井 浩樹
後藤 範雄
小林 隆
小林 秀子
小林 雅明
酒井 幸代
坂田 実
佐古 法代
佐々木信子
佐藤 幸作
佐野 浩明
篠原 末治
庄司 光恵
神 夏江
杉井貴美代
杉原 憲司
鈴木 佳子
鈴木 敏
鈴木 年秋
鈴木 俊道
鈴木 智巳
鈴木 洋一
瀬口 隆宏
瀬戸 裕美
瀬戸 政美
宗原 徳雄
曾我 透
高井 秀美
高木 浩美
高橋 勝司
高橋 節子
竹腰 一康
多辻 聖美
田中 盛夫

田辺 敬尚
谷口 正典
谷本 仁志
谷本 公一
千葉 喜弘
辻本 成子
出村 雅人
寺町 年春
土橋 忠雄
富田 琢也
中井 邦康
中島 直行
中島 清敏
中谷 金敏
中田 智和
中田 淑雄
中原 千絵
中村 久子
浪内 昭子
成田 功
成瀬 勝幸
西瀧 真樹
西部 弥生
西部 隆
野曾原 晃
野村 勢子
信太 愛子
長谷川周平
波多野弘幸
波多野義文
服部 悦朗
服部 英祐
原尾 美和子
菱沼美定之
平田 正則
平野 和夫
房谷 和美
藤内

藤田 智久
藤田 信夫
藤村 延
藤村真由美
二川 寿幸
三川 幸郎
触澤きよ子
文屋 雪子
堀田 幸子
洞田 義憲
堀部 修
牧野みゆき
増村 好昭
松田 和子
松本 正明
三浦ゆう子
水野 基樹
緑川せい子
三本 善則
宮本 勢津子
森本 英敬
森本 英伸
矢坂 志乃
安村 艶子
山内 徳彦
山口クニ子
山澤 功
山田登英雄
山本 孝司
湯沢 秀夫
横山 和敏
吉田 勲
吉田 静二
吉田小夜子
吉弘 英八
渡辺 一元

(敬称略、順不同)

■ 団体賛助会員

秋津道路 株式会社 道東営業所
株式会社 at LOCAL
有限会社 今木トラクターサービス
株式会社 エコープサービス
岡崎工務店
有限会社 小椋商事
帯広鋼建 有限会社
株式会社 キング商会
光和電建 有限会社
株式会社 佐藤土建
株式会社 佐藤塗装工業

自治労士幌町職員組合
士幌運輸 有限会社
士幌交通 株式会社
有限会社 士幌自動車
士幌電設 株式会社
株式会社 士幌町振興公社
士幌町農業協同組合
士幌町役場管理職員等会
有限会社丸イ末永金物店
株式会社 東台牧場

十勝パッケージ 株式会社
有限会社 西部自動車整備工場
新田第1 実行組合
株式会社 平田建設
報恩寺
北斗運輸 株式会社
北斗産業 株式会社
有限会社 松山牧場
森産業 株式会社

(敬称略、順不同)

■ 寄贈

士幌郵便局(消毒液)

十勝商工会女性部(絵本)

宮本 勢津子(トイレトペーパー他)

藤井 里美(鉛筆)

北海道労働金庫(つなぐプロジェクト事業寄附金)

※上記の方々以外にも匿名希望の方が多数いらっしゃいます。また、ご寄付および運営に係る品物のご寄贈なども多数ございます。誠にありがとうございました。



就労継続支援B型事業所 しほろほのぼのホーム共同作業所

土幌町地域活動支援センター しほろほのぼのホーム



ほのぼのホームでは…

障がいのある方の余暇活動や地域での交流をサポートしています。
一般での就労が難しい方には、生産活動の場を提供。一般就労を目指す方には、関係機関とも連携を取りながらサポートを行っています。
見学や体験等、お気軽に「ほのぼのホーム(5-2688)」までご連絡ください。

～ウエス切り作業の様子～



～新しい作業の紹介～

令和7年4月より、魁センター様のご協力のもと、「牛舎清掃」や「餌よせ」などの作業に取り組みさせていただいております。



昼食づくり

月1回、利用者2名とスタッフ2名で昼食づくりを実施！身近な食材で、自宅でも再現できるメニューを考えながら、楽しく自立の一步を応援しています😊



本日のメニュー
シチュー
アスパラ炒め他

☆布製品回収

☆についてお願い☆
ご自宅でご不用になった**タオル・バスタオル・タオルケット**はありますか？総合福祉センター・中士幌消防会館の回収ボックス、ほのぼのホームへ直接お持ちいただくことも可能です。



相談支援事業所

しほろ相談室 *toi toi*



しほろ相談室 *toi toi* は、障がい福祉サービスをはじめとした情報提供や助言を通じて、住み慣れた地域で安心して、より快適な生活をおくっていただけるよう、お手伝いをさせていただきます。

相談支援は無料でご利用いただけますので、どうぞお気軽にご相談ください。

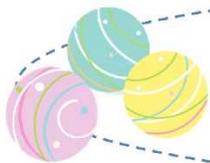


困りごとがありましたら、どなたでもお気軽にご相談ください😊

といてい しほろ相談室 *toi toi*

- 所在地：土幌町字土幌西2線171番地75
(特別養護老人ホーム様 北側)
- 開所時間：月～金曜日(祝日・年末年始等を除く)
8:30～17:15
- 連絡先 TEL: 01564-7-7737
FAX: 01564-5-5454





日中一時支援事業所

すずらんの家



パンケーキづくり



士幌町道の駅見学



外出活動(ドリームドルチェ)



足湯体験(プラザ緑風)



日中一時支援事業すずらんの家は、ご利用児達が安心して楽しめる居場所と、保護者の方々へも安心して就労やレスパイト(介護や育児等をするためのリフレッシュ)ができる時間をつくることを目的に行っている事業です。

今年度も昨年度に引き続き、さまざまな体験活動を行っています。たとえば調理活動ではパンケーキやパフェづくり、また、外出活動ではピア21しほろやプラザ緑風等の道の駅めぐりや、上士幌町のドリームドルチェ、足寄町の里見が丘公園などの町外施設にも出かけ、改めて十勝の観光資源の豊かさや美味しい食べ物があることを23名の児童達と感じる年になっています。すずらんの家の申し込みは随時受け付けておりますので、希望される方は下記を参考に連絡ください。

主なサービス内容

利用可能日：月曜日～土曜日
(祝祭日・年末年始等を除く)

営業 時間：8:30～18:30

送迎 時間：(お迎え) 9:00
(送り) 18:00

※平日は下校時間に合わせて送迎します。

利用料：無料

※おやつ代として1回100円負担していただきます。

体験・見学について

すずらんの家では、3歳～20歳までの何らかの支援が必要な方の日中一時預かりを行っています。

相談、体験、見学等は随時受け付けておりますので、事前に以下の連絡先までお問い合わせください。士幌町役場保健福祉課や士幌町こども発達相談センターでも相談することが可能です。

保健福祉課	TEL:5-2006
子ども発達相談センター	TEL:5-2598
すずらんの家	TEL:5-4838

「共生型常設型居場所 みんなのまのくまさん」は
 士幌町社会福祉協議会が運営する『みんなのいばしょ』です

もりくま通信

【2025年9月号】 発行：士幌町社会福祉協議会

- 開館 月～金曜日(土・日・祝休み)
10:00～16:30
- ※12:00～13:00お昼休み中施設※
- 連絡先 ☎ 01564-7-7355
(担当コーディネーター 柴田)



ご希望の方には柴田Co
 がハンドドリップで
 コーヒーを淹れます♪

●だれでも気軽に利用できる「いばしょ」です●

カレンダーに記載しているさまざまな活動は、フロアの一部で行っています。
 フリーカフェは開館中いつでも利用できますので、気軽にお立ち寄りください♪

●無料●

- * 入館(フリーカフェ・会議・PC作業等可)
- * フリーWi-Fi
- * 電子レンジ(お弁当の温めなどに)
- * 水・お湯(カップ麺など食べるのも◎)
- * 各種相談
(相談やお悩み等コーディネーターがお話を聴きます)

●有料●

- * コーヒー・お茶(セルフ)100円
- * 個室利用 100円/1人
- * 貸しロッカー1,000円/1ヶ月
(居場所内で活動する際に使用する物品等)
- * 体験会の開催や手作り品等の販売
(最終金曜日「ふれあいデー」として実施可)

●ミニカラオケBOX●

- 【予約制】☎ 7-7355
- * 利用料：1人100円
 - * 定員：5～6名
 - ※ 飲食持ち込みOK!
 - ※ マイクはありません

●いばしょ内の自主活動をご紹介① 「フラダンス体験」●

～足腰げんきに！ハワイアンな音楽に癒やされ、仲間づくりも♪～



「フラダンスをもっと気軽に楽しく、健康づくりと仲間づくりのために」と、この居場所で1年程前から活動がスタート。指導するホクラニゆきえ先生は「より多くの人に参加してほしい。」と無償で帯広市から通ってくれ、明るく優しく指導してくれます♪

【参加メンバー募集中！】

- * 日時：毎週木曜日午前10時～正午まで
- * 参加費：100円 ※貸出用スカート有

●いばしょ内の自主活動をご紹介② 「いきいき遊びクラブ」●

～呑まない・賭けない・吸わない 健康マージャン♪脳トレにも◎～



毎週金曜日午前10時～午後3時頃まで、皆さん夢中でマージャンを楽しんでいます♪お昼は奥様手作りのお弁当を持参される方、ご自宅に一旦帰って食事をされる方などさまざまです。合間にコーヒーで休憩しながら、皆さんもりくまで1日楽しく過ごしています♪

【参加メンバー募集中！】

- * 日時：毎週金曜日午前10時～午後3時
- * 参加費：100円

コミバスに乗って「もりくま」に行こう♪



もりくま前
 バス通過時間

南回り	1便	3便	6便	8便	10便	もりくま側
	8:59	9:59	11:45	14:03	15:25	5, 6, 9, 10便
北回り	2便	4便	5便	7便	9便	向かい側
	9:30	10:30	11:05	13:23	14:55	1, 2, 3, 4, 7, 8便

- ☆ 行き → 運転手さんに「もりのくまさんまで」と伝えて下さい。
- ☆ 帰り → バス停がないので「手をあげ」て下さい。

もりくまイベントのご案内

もりくま通信2025年9月号

●ふれあいデー● 毎月最終金曜日

*さまざまな体験の機会を提供したり、町民の手作り品の販売等を行います♪
*特技や趣味を活かした体験会の開催や販売等を希望する方はコーディネーターにご相談ください♪

【26日(金)のふれあいデー】

*編み物販売

午前10時～午後4時/ 編み物おしゃべり会

*あつまれもったいないもの!

(不要品無料お引き取り)

午前10時～10時30分 (随時受付) / 柴田円里

*お顔のマッサージ (ミニ講習)

～自分でやってみよう～ 【無料/3分以内】

午前10時～12時(随時受付) / 小西 美子

●ボードゲーム体験●

サッカーゲームやオセロのようなテーブルゲームと一緒に楽しみませんか?



*日時：8日(月) 午後2時～3時30分

●レコードを聴こう●

【時間：10時30分～11時30分】

もりくま所有レコードのジャンル別に鑑賞会を企画しました♪
好きなレコードを選んでみんなで聴きましょう♪
ご自宅からの持ち込みも大歓迎!



* 10日(水) 演歌・昭和歌謡編

* 22日(月) クラシック編

* 24日(水) ポップス編

* 29日(月) 演歌・昭和歌謡編



●ひまわりカフェ●

主催：士幌町保健福祉課

～認知症カフェ～

地域包括支援センター

認知症の心配がある方、その家族、認知症に関心のある方など、誰もが参加できるいこいの場です。

*日時：9月17日(水)

午後1時～3時



9月

*イベントはフロアの一部や個室で活動しています。活動中もフリーカフェは利用できます。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	3 歌ごえサロン 13:30～15:00	4 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	5 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00～15:00 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	6 【定休日】
7 【定休日】	8 ボードゲーム体験 14:00～15:30	9 ふれあいサロン & しほろ スマホ相談室 10:00～11:30 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	10 レコードを 聴こう♪ ～演歌・昭和歌謡編～ 10:30～11:30	11 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	12 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00～15:00 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	13 【定休日】
14 【定休日】	15 【定休日】 敬老の日	16 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	17 ひまわりカフェ (認知症カフェ) 13:00～15:00	18 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	19 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00～15:00 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	20 【定休日】
21 【定休日】	22 レコードを 聴こう♪ ～クラシック編～ 10:30～11:30	23 【定休日】 秋分の日	24 レコードを 聴こう♪ ～ポップス編～ (山下達郎・ビートルズ など) 10:30～11:30	25 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	26 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00～15:00 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00 ふれあいデー *手芸販売 *ミニ講習 *あつもの(不要品引取)	27 【定休日】
28 【定休日】	29 レコードを 聴こう♪ ～演歌・昭和歌謡編～ 10:30～11:30	30 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	【参加費等】 *いきいき遊びクラブ：100円 *フラダンス体験：100円 (講師 ホクラニゆきえ先生 / 代表 高橋) *その他の活動：無料		いきいき遊びクラブ (マージャンサロン) 参加者 募集中!	

士幌町社会福祉協議会 ボランティア情報

第252号

令和7年 8月29日発行
士幌町社会福祉協議会
ボランティアセンター
電話 5-2008

各地区サロン・運動教室の様子



▲【7/15北地区サロン】お楽しみ会でのマジックショー



▲【7/10上居辺サロン】上居辺保育所の園児との交流会



▲【8月1日歌謡体操を楽しむ会】会場：総合研修センター



▲【8/6ガンパルーン愛好会】会場：町民保健センター



▲【8/7お茶の間中町サロン】会場：タウンプラザ



▲【8/12ふれあいサロンしほろ】会場：みんなのりのくまさん

【ふれあい・いきいきサロンとは】

住み慣れた地域でボランティアや参加者として楽しく・気軽に無理なく参加できる【つどいの場】です。ふれあいサロンは年齢関係なくどなたでも参加することができます。サロンの効果として地域での自然な支え合い、閉じこもり防止などがあります。サロンに参加された事がない方も是非一度遊びにいらしてみませんか？不明な点や参加に関するご相談がありましたら社会福祉協議会までご連絡ください

【社会福祉協議会 5-2008】

日常生活支援事業

たすけ愛サポーターさん募集中

【たすけ愛サポーターとは】

高齢者や障がいのある方が日常生活を送る上で生じる「ちょっとした困りごと」のお手伝いをするのが【たすけ愛サポーター】です。例えば「電球が切れて交換したいけど、手が届かない…」という困りごとへのお手伝いや町内のお店への買い物の付き添いなどの活動があります。社会福祉協議会では現在たすけ愛サポーターとしてボランティア活動をおこなってくれる方を募集しております。詳しい説明や登録に関する事などお気軽にお問い合わせください。

●活動日時

希望の曜日や時間で活動していただけます。【月曜日から金曜日 午前9時～午後5時】

●活動内容

家事支援、外出支援、電球交換などの生活支援サービスを提供し、謝礼として活動30分毎に【たすけ愛チケット（200円）】を受け取ります。

※1：1回の活動時間は30分～1時間程度です

※2：たすけ愛チケットは年度末に2枚で500円の町内で使える商品券と交換精算いたします

【問い合わせ先】士幌町社会福祉協議会 ☎5-2008 ※士幌社協HP問い合わせ☑でも可



気軽に お立ち寄りください 「ふれあい・いきいきサロン」9月の予定

令和7年



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	ふれあいサロンしほろ 内で『スマホ何でも相談室』 同時開催! ◆場所:みんなのまのり のくまさん	2 ふまねっと教室 【会場:タウンプラザ】 13:30~14:30	3 ガンバルーン 愛好会 【会場:保健センター】 10:00~12:00	4 お茶の間中町 今月のサロンは バス遠足へ行きます 9:30~11:30	5 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00~15:00 ----- 歌謡体操を 楽しむ会 13:30~15:30	6
7	8 ふまねっと教室 【会場:タウンプラザ】 13:30~14:30	9 ふれあいサロン しほろ 10:00~11:30 ----- 新田 いきいきサロン 10:00~15:00	10 中土幌 ふれあいサロン 9:30~11:30 ----- 南町おたのしみ サロン 今月のサロンはバス遠足 へ行きます【新得方面】 9:00~14:40	11 北町きらくサロン 10:00~12:00	12 いきいき 遊びクラブ (健康マージャン サロン) 10:00~15:00	13
14	15 敬老の日 ふまねっと 【会場:中土幌公民館】 13:30~14:30	16 そば打ち同好会 9:30~12:00 ----- 西上ふれあい 夢サロン 10:00~12:00 ----- ふまねっと教室 【会場:タウンプラザ】 13:30~14:30	17 ガンバルーン 愛好会 【会場:保健センター】 10:00~12:00	18 西町ふれあいサロン 今月のサロンは 西町女性部と合同で バス遠足へいきます 10:00~15:30	19 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロン) 10:00~15:00 ----- 歌謡体操を 楽しむ会 13:30~15:30	20 しほろ ポテト食堂 (地場産物を食べる会) 11:50~12:10 子ども50食 /高齢者20食 ※話し処にて受取形式
21	22 北中ふれあい サロン 今月のサロンは バス遠足へ行きます 10:00~15:00	23 秋分の日 木	24	25	26 いきいき 遊びクラブ (健康マージャン サロン) 10:00~15:00	27
28	29	30				

サロン名	開催場所	代表名・連絡先	サロン名	開催場所	代表名・連絡先
ふれあいサロンしほろ	みんなのまのりのくまさん	社会福祉協議会(5-2008)	佐倉ゆうゆうサロン	※今月はお休み	和田 晴男(5-3966)
いきいき遊びクラブ	みんなのまのりのくまさん	社会福祉協議会(5-2008)	北地区ふれあいサロン	※今月はお休み	渡辺 睦実(5-3621)
ガンバルーン愛好会	町民保健センター	社会福祉協議会(5-2008)	西町ふれあいサロン	西町公民館	神田 敏子(5-4203)
お茶の間中町	タウンプラザ	河村 敏和(5-2420)	北町きらくサロン	愛風会内【なごみ】	稲葉 サチ子(5-3318)
中土幌ふれあいサロン	中土幌公民館	浜 登喜江(7-4525)	新田いきいきサロン	新田集落センター	房谷 和夫
上居いきいきサロン	※今月はお休み	河村 敏弘(5-3792)	南地区いきいきサロン	※今月はお休み	大野 明(5-3489)
南町おたのしみサロン	南町公民館	吉弘 英八(5-2887)	下居ゆゆう湯サロン	※今月はお休み	上屋敷 建治(5-2687)
北中ふれあいサロン	中音更交流促進センター	河江 依子(5-3925)	西上ふれあい夢サロン	西上集落センター	瀬戸 由美子(5-3888)
歌謡体操を楽しむ会	総合研修センター(2階)	社会福祉協議会(5-2008)	そば打ち同好会	コミセン(調理室)	社会福祉協議会(5-2008)

令和7年9月 国保病院外来診療担当表

夜間診療のお知らせ 実施日 9月25日(木) 17時30分～18時30分

- ・「薬が無くなったけど、日中は仕事で行けない」など、お仕事帰りに受診いただけます。
- ・受診予約は不要です。 10月以降は、毎月第2・第4の木曜日に実施予定

受付診療時間	受付 8時40分～11時30分		13時15分～16時		休診日 土・日曜日/国民の祝日/年末年始	
	診察 9時～12時		13時30分～16時30分			
		1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
内科	午前	池田	池田	池田	守屋	池田
		藤原	守屋	藤原		北広島・高橋
	午後	藤原	藤原	藤原	守屋	北広島・高橋
専門外来	午前			小児科	眼科	
	午後	小児科				小児科

		8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
内科	午前	池田	池田	池田	守屋	守屋
		藤原	守屋	藤原		
	午後	藤原	藤原	藤原	池田	休診
専門外来	午前			小児科	眼科	
	午後	小児科				小児科

		15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
内科	午前	休診 敬老の日	池田	池田	守屋	藤原
			守屋	藤原		
午後	藤原		藤原	守屋	休診	
専門外来	午前			小児科	眼科	
	午後		泌尿器科		整形外科	小児科

		22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
内科	午前	池田	休診 秋分の日	池田	守屋	池田
				藤原		
午後	休診	藤原		池田	休診	
				夜間診療 藤原		
専門外来	午前			小児科	眼科	
	午後	小児科				小児科

		29日(月)	30日(火)
内科	午前	池田	池田
		藤原	守屋
	午後	藤原	藤原
専門外来	午前		
	午後	小児科	

▽外科は、内科で対応します。
▽都合により、急きょ休診となる場合や
担当医師変更の場合があります。

▽北広島病院・高橋弘毅医師(前札幌医科大学呼吸器アレルギー内科教授)の診察日は5日(金)です。

専門外来 担当医	小児科	清水医師(帯広徳洲会小児科・元音更こどもクリニック理事長)
	眼科	長谷医師(北海道大学眼科)
	泌尿器科	岡田医師(帯広協会病院副院長)
	整形外科	市山医師(帯広整形外科理事長)

診療 予約	内科	予約診療・予約なし診療の両方を受け付けております ※予約なし診療の方はお時間を頂く場合がございます
	小児科	予約不要。直接病院へお越しください ※診療開始時間が遅れる場合がありますので、ご了承ください
	眼科	
	整形外科	
	泌尿器科	予約診療・予約なし診療の両方を受け付けております ※予約なし診療の方は、15時30分以降のご案内になる場合があります
発熱外来	来院前にお電話ください。	

■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。(電話5-2106)