

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 ～

年末・年始 役場等の業務	・・・ 2	自衛官等募集	・・・ 6
イベント・催し		その他	
しほろポテト食堂のお知らせ	・・・ 2	然別演習場射撃訓練などの実施日程 (12月)	・・・ 6
健康・医療・福祉・介護		一定面積以上の土地取引には届出が 必要です	・・・ 6
65歳以上の要介護（要支援）認定者の 障害者控除	・・・ 2	地上デジタル放送の機器交換に伴う 一部地域での受信停止	・・・ 7
子育て・教育		令和8年土幌町はたちの集いの開催	・・・ 7
貸出冊数が10冊までに！	・・・ 2	マイナ保険証利用時には電子証明書の 有効期限の確認を！	・・・ 7
土幌町高等学校等修学支援金	・・・ 3	マイナンバーカードの出張申請を 実施しています	・・・ 8
生活環境・防災		マイナンバーカード業務の停止日	・・・ 8
歳末消防団特別警戒	・・・ 3	～チラシ～	
令和8年1月ごみ収集日程にご注意 願います	・・・ 3	MERRY CHRISTMAS	・・・ 8
訪問買取り事業者にご注意を！	・・・ 3	冷えにくい身体づくりを！	・・・ 9
野良猫にエサを与えないでください	・・・ 3	土幌町総合研修センター無料レッスン のお知らせ	・・・ 9
町営住宅の入居者の募集	・・・ 3	土幌町冬期暖房費助成事業のご案内	・・・ 10
農林業・商工業		冬休みこども料理教室	・・・ 10
農業者年金出前講座について	・・・ 5	地域おこし協力隊活動日誌	・・・ 11
緊急的中小企業支援策の延長	・・・ 5	エコな暮らしを各種補助金で後押し します！	・・・ 11
税金・保険・年金		土幌駐在所ミニ広報紙『かしわ』	・・・ 12
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4期 の納期	・・・ 5	中土幌駐在所ミニ広報紙『中土幌』	・・・ 13
文化・スポーツ		道路の除雪作業にご理解とご協力を もりくま通信	・・・ 14
第39回町民卓球大会	・・・ 5	土幌町社会福祉協議会ボランティア 情報	・・・ 17
ゲートボール初心者教室	・・・ 6	令和7年12月国保病院外来診療担当表	・・・ 18
募集			
会計年度任用職員募集			
〈道路維持作業および車両運転員〉	・・・ 6		
〈調理員〉	・・・ 6		

■年末・年始 役場等の業務

役場	12月27日（土）～1月4日（日）まで休み ※戸籍に関する届出は通常通り受け付けしますが、一部（婚姻など）の届出については、事前確認が必要となる場合があります。 なお、士幌町LINE公式アカウントでの証明書の申請は、受け付けしますが、証明書の発行は1月5日（月）からとなります。 問合せは、町民課住民年金係（☎⑤5231）まで。
コミセン	12月29日（月）～1月3日（土）まで休み
総合福祉センター スクール（町有）バス コミバス しほろ温泉無料送迎バス	12月27日（土）～1月4日（日）まで休み
国保病院	12月27日（土）～1月4日（日）まで休み ※救急患者は受け付けします。（☎⑤2106）
総合研修センター	12月29日（月）～1月3日（土）まで休み 《図書館》12月15日（月）～12月28日（日）までの間、年末年始の休館に伴い、貸出冊数を1人10冊までとします。
認定こども園	12月27日（土）～1月4日（日）まで休み ※12月27日（土）は希望保育を実施します。

担 総務課 総務防災係（役場庁舎2階☎⑤5211）

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 12月13日（土）11時50分～12時10分（無くなり次第終了）

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

※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）

健康・医療・ 福祉・介護



■65歳以上の要介護（要支援）認定者の障害者控除

介護保険の認定を受けている方は、その身体（精神）状態によっては、所得税法（地方税法）上の「障害者控除」の適用を受けられる場合があります。

この適用を受けるには「障害者控除対象者認定書」が必要となります。「障害者控除対象者認定書」の交付を希望される方は申請してください。

申請場所 士幌町総合福祉センター窓口

申請期限 要支援認定を受けている方は、令和8年1月9日（金）まで

※要介護認定を受けている方は随時受け付けております。

担 保健福祉課 介護保険係（士幌町総合福祉センター内☎⑤-2006）

子育て・教育



■貸出冊数が10冊までに！

年末年始の休館に伴い、下記の期間は貸出冊数が1人10冊までとなります。

お正月は、お家でゆっくり読書を楽しみませんか？

日 12月15日（月）～28日（日）

※火曜日は休館

所 したしみ図書館

内 普段は1人5冊までの貸出冊数が、この期間は1人10冊まで貸出します。

担 したしみ図書館（総合研修センター内☎⑤2281）

■ 土幌町高等学校等修学支援金

高等学校等に入学・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。

支援金は申請により給付しますので、お忘れなく申請をお願いします。

☑ 令和8年1月1日において、高等学校等に在学する高校1年生、高校2年生の保護者等及び令和8年4月以降に高等学校等に入学予定である生徒の保護者等

※申請についての詳細は HP をご確認ください。

HP <https://www.shihoro.jp/news/detail.php?news=756>



☎ 保健福祉課 子ども家庭係(総合福祉センター ☎ 52108)

生活環境・
防災



■ 歳末消防団特別警戒

土幌消防団では、年末の繁忙に加え火気を使用する機会が多く、火災の発生が多くなる時期を迎えることから、消防車両にて警鐘を鳴らし地域を巡回し、火災予防を呼びかけます。

皆さんもお出かけ前や、おやすみ前にはもう一度火の元の確認をお願いします。

☎ 12月26日(金)～30日(火)

☎ 土幌消防署 警防係 ☎ 52323

■ 令和8年1月ごみ収集日程にご注意願います

年末年始(12月27日～1月4日)は、ごみの収集を行わないため、通常の月と違い、不燃ごみまたは資源ごみの収集日が1週ずつ後ろ倒しになっています。

▽ ごみ収集カレンダー、もしくは町ホームページで収集日を確認してから排出ください ようお願いします。

▽ 長期間のごみの放置は飛散の原因になりますので、ごみの排出は収集日当日の朝8時までにお願いします。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎ 5231)

■ 訪問買取り事業者にご注意を！

訪問を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、もめ事発展した時は、110番へ、もしくは土幌駐在所 ☎ 2360、中土幌駐在所 ☎ 4121へ通報してください。

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、担当までご連絡ください。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎ 5231)

■ 野良猫にエサを与えないでください

餌を与えているせいで、ご近所の敷地で排泄するなど『迷惑を受けている』と通報が入っています。

野良猫に餌やりをされているのであれば、餌をやっている方自身に猫の世話をする責任が発生します。

安易な餌やりは、猫にも餌をやっている方自身、近隣住民の誰にとっても良いことはありません。相応の覚悟を持って行う必要がある、大変責任の重いことであるとご理解ください。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎ 5231)

■ 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
- ☎ 12月15日(月)までに申込書に必要な書類を添えて提出。
- ④ 定住促進住宅はホームページ上で随時募集。

☎ 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〉

☆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

☆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	2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12・13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。

※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（40歳未満）であること。

団地名	間取り	募集戸数	竣工年度
若葉団地	2DK	2戸	昭和49年度

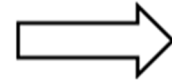
〈特定公共賃貸住宅〉

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	

※町営住宅について（土幌町公式HP）



建設課 建築住宅係（役場庁舎1階 ☎ ☎ 5216）

農林業・ 商工業



■ 農業者年金出前講座について

農業者年金出前講座を活用ください。

☎ 農業委員会、J A土幌町では、農業者の老後の備えのために、農業者年金の加入を推進しています。

「詳しい内容を知りたい」、「個人的に相談をしたい」方は、出前講座を活用ください。

出前講座の開催に、個人、団体の制約はありません。事前に連絡をいただければ、人数分のパンフレットをお持ちいたします。

1. 相談日、2. 相談人数、3. 開催場所を農業委員会まで連絡ください。

☎ 国民年金加入の18歳から59歳の年間60日以上農業に従事されている方。

☎ 農業委員会（コミセン1階 ☎ ☎ 5219）

■ 緊急的中小企業支援策の延長

町内の商工業などの中小企業者の皆さまを支援するため、町では平成20年12月から各種の緊急的中小企業支援策を実施していますが、現下の経済情勢を勘案し利子補給および信用保証料補給制度の緊急対策を、令和6年度に引き続き制度の充実および期間を1年間延長することとしました。

ただし、利子および信用保証料補給制度の対象融資金額は1,500万円までとします。

期間 令和7年4月1日（火）以降借入分から適用し令和8年3月31日（火）まで

補給額

▽利子補給：利率の1%相当額を3年間

▽保証料補給：保証料の全額

※融資に関するご相談は土幌町商工会（☎ 2614）で受け付けています

☎ 産業振興課 商工観光労働係（コミセン1階 ☎ ☎ 5213）

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4期の納期

☎ 12月10日（水）～25日（木）

※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25日（木）が振替日です。

※町道民税、国民健康保険税は、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。

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

▽町道民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料について

☎ 町民課 住民諸税係（役場庁舎1階 ☎ ☎ 5214）

▽介護保険料について

☎ 保健福祉課 介護保険係（総合福祉センター内 ☎ ☎ 2006）

文化・ スポーツ



■ 第39回町民卓球大会

☎ 令和8年1月18日（日）

※受付は8時30分～

☎ 当日会場にて受付

☎ 総合研修センターすこやか体育館

☎ 小学生以上の町内在住者・町内勤務者

種目 シングルス：上級、中級、初級者の区分で行います。

ダブルス：中学生以上の希望者

持ち物 上靴、ラケット、昼食（ダブルスが午後からのため）

※ラケットの貸し出しはありません

¥ 無料（全員に参加賞）

入賞 種目ごとに三位まで景品贈呈

主催 土幌町体育連盟卓球協会

問 卓球協会事務局：高橋（☎090-4871-1446）

■ゲートボール初心者教室

日 12月6日（土）～3月28日（土）までの
毎週土曜日 9時～11時

※1月3日はお休みです。

所 土幌町屋内ゲートボール場（病院東側）

持ち物 上靴（スティック等は貸し出します。）

¥ 無料

申・問 ゲートボール協会：井上（☎090-4583-3917）

募

集



■会計年度任用職員募集

〈道路維持作業および車両運転員〉

募集人数 1名

勤務場所 建設課車両センター

身分 会計年度任用職員（パートタイム）

勤務時間 週5日 7時間30分（8時30分～17時）災害出動、除雪時は変則勤務（時間外）

勤務内容 町道の維持管理、除排雪業務ほか

任用期間 令和8年4月1日～令和9年3月

31日

報酬 月額 262,064円

※ほか条件により期末手当を支給。

応募資格 大型・大型特殊免許、車両系建設機械（整地等）運転技能講習修了証を有する方。

選考方法 面接試験。

応募方法 顔写真付きの履歴書を令和8年1月30日（金）までに応募先へ持参または郵送（必着）してください。

応募先 建設課車両センター（〒080-1219 河東郡土幌町字士幌西2線155番地6）

※詳細は担当にお問い合わせください。

※面接試験の日時は、応募締切後応募者本人に通知します。

担 建設課 車両センター（☎⑤2455）

〈調理員〉

募集人員 若干名

勤務場所 特別養護老人ホーム

身分 会計年度任用職員（パートタイム）

勤務時間 週5日 7時間30分（5時45分～19時5分の間、シフト制）

勤務内容 給食調理、配膳、食器洗浄業務ほか

報酬 月額 177,580円～

応募資格 なし。未経験者歓迎。

選考方法 面接試験。

応募方法 顔写真付きの履歴書を12月26日（金）までに応募先へ持参または郵送してください。

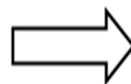
応募受付 随時

応募先 特別養護老人ホーム 事務所（〒080-1219 河東郡土幌町字士幌西2線169番地）

その他 詳細は担当にお問い合わせください。

担 特別養護老人ホーム（☎⑤2416）

詳しくはこちら



■自衛官等募集

自衛隊帯広地方協力本部のホームページに掲載されており、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。

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.toka
chi@rct.gsdf.mod.go.jp

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



そ の 他



■然別演習場射撃訓練などの実施日程（12月）

内容	日程
砲迫射撃	16日（火）～19日（金）
戦車砲射撃	16日（火）～19日（金）
爆破等	16日（火）～19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

■一定面積以上の土地取引には届出が必要です

土地の売買など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

対

【届出の対象となる面積】

▽都市計画区域外 1万㎡以上

【届出者】

▽土地の権利取得者（買主等）

※提出様式や制度の詳細はホームページのご
確認または下記担当へご連絡ください。

HP [https://www.shihoro.jp/
work/detail.php?content=109](https://www.shihoro.jp/work/detail.php?content=109)



回 地域戦略課 まちづくり推進係(役場庁舎
2階 ☎ 5212)

■地上デジタル放送の機器交換に 伴う一部地域での受信停止

町内の難視聴地域における地上デジタル放
送の受信送信に係る無線設備について、機器
交換に伴い一部地域において一時的に地上デ
ジタル放送が受信できない場合があります。
影響がある地域、日時については、次のと
おりです。

回 下記全域	12月15日(月)
	10時00分～11時45分
	13時00分～15時00分
佐倉北区	12月16日(火)
	9時30分～11時45分
	12月17日(水)
	9時30分～11時45分
佐倉南区	12月16日(火)
	13時30分～15時45分
開運	12月17日(水)
	13時30分～15時45分
朝陽	12月18日(木)
	9時30分～11時45分
松室	12月18日(木)
	13時30分～15時45分
下居辺	12月19日(金)
	9時30分～11時45分
清澄	12月19日(金)
	13時30分～15時45分

※荒天時等は、12月22日(月)および23日
(火)を予備日とします。

※上記地域の近隣においても、受信できない
場合があります。

回 地域戦略課 まちづくり推進係(役場庁舎
2階 ☎ 5212)

■令和8年土幌町はたちの集いの 開催

次のとおり土幌町はたちの集いを開催しま
す。なお、出席のご報告をいただいている方
へは個別で郵送しておりますのでご確認ください。

回 令和8年1月11日(日)15時から(予
定)

所 総合研修センターふれあいホール

内 式典(式典終了後、記念撮影)

回 平成17年4月2日～平成18年4月1日
生まれの方

※内容については変更となる場合があります
す。不明な点につきましては、担当へお知
らせください。

回 教育課 社会教育係(総合研修センター内
☎ 54733)

■マイナ保険証利用時には電子証 明書の有効期限の確認を！

令和7年12月2日以降、会社にお勤めの方
が現在お持ちの健康保険証は使用できなくな
ります。医療機関等の受付時は、マイナ保
険証または資格確認書をご提示ください。

マイナンバーカードを健康保険証として利
用するには登録が必要です。

医療機関等にある「顔認証付きカードリー
ダー」や「マイナポータル」または「セブン
銀行ATM」からも申請・登録ができます。

詳しくはこちら



マイナンバーカードは、電子証明書の有効
期限が切れると保険証として利用ができなくな
ります。有効期限の2～3ヵ月前を目処に
ご案内の通知書がご自宅へ届きますので、住
民登録をしている市区町村の窓口で更新の手
続きをしてください。

※通知が来ていなくても有効期限の3ヵ月前
から手続きができます。

更新期限を過ぎても、電子証明書の再発行
は可能です。担当までお問い合わせください。

回 町民課 住民年金係(役場庁舎1階 ☎ 5
231)

電子証明書 有効期限 3ヵ月前

マイナ保険証として
使えます

有効期限の2～3ヵ月前に、
更新案内の封書が届きます。

電子証明書 有効期限切れ 翌日から

マイナ保険証として
使えます

保険資格情報のみ提供
※診療情報・薬剤情報の提供なし

電子証明書 有効期限切れ 3ヵ月後

マイナ保険証として
使えません

有効期限満了日が属する月の末日か
ら3ヵ月たつと使えなくなります。

■マイナンバーカードの出張申請を 実施しています

マイナンバーカード(プラスチック製で顔写真付きのもの)を一度も作ったことがない町民の方を対象に、職員が自宅等に伺ってカード申請のお手伝いをします。

詳しくはこちら



- ① 事前に、出張申請予約をしてください。
- ② 当日、職員が訪問して写真撮影や申請書記入のサポートをします。
- ③ 約1ヵ月後に簡易書留で自宅(住民票の登録住所)にカードが届きます。

手続きはお一人、約15分で完了します。役場に足を運ぶことなくマイナンバーカードを取得することが出来ますので、マイナンバーカードをまだお持ちでない方は、ぜひご利用ください。

☎ はじめてマイナンバーカードを作る方 予約方法

- ▽LINEから予約(24時間受付)
土幌町LINE公式アカウントの「予約・申込」または「マイナンバーカード」メニューから予約情報を入力してください
- ▽電話で予約(役場の開庁時間内)
町民課住民年金係へご連絡ください
- ▽FAXで予約(町HPのチラシをご利用ください)

実施日 開庁日(土日、祝日は実施していません)

時間 9時~17時

※職員の状況によっては、実施日についてのご相談をさせていただく場合がございます。

担 町民課 住民年金係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■マイナンバーカード業務の停止 日

令和7年12月28日(日)21時30分から
令和8年1月4日(日)7時30分までの間、
全国で個人番号カード管理システムが停止されることに伴い、この期間中はマイナンバーカードの交付および電子証明書の更新の休日対応はお受けできません。

マイナンバーカードに関するお手続きを希望される方におかれましては、ご不便をおかけしますがこの期間を避けての来庁をご検討いただきますようお願い申し上げます。

担 町民課住民年金係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)



**12月25日(木)に図書館に来た
おともだちに、クリスマスの
プレゼント(お菓子)を贈呈!
皆さんぜひ遊びに来てください。**

・ 日 時 **12月25日(木)**

10:00 - 18:00

・ 対 象 **小学生以下**

しだしみ図書館(オカモト) TEL 01564-5-2281



士幌町総合研修センター
2025年

冷えにくい
身体づくりを！



トレ室スタンプラリー開始

期間 12月1日(月)～12月26日(金)



曜日・時間

月・水・金：13時～21時
木：9時～12時

参加方法

トレーニング室の受付でスタンプカードを配布しています。受付スタッフにひと声おかけください！

ルール

スタンプは1日1個までとなっております。
9個貯めるとドリンクを1本プレゼントいたします！

注意

- ・研修室でのレッスンは対象外になります。
- ・ドリンクの数には限りがあります。なくなり次第終了となりますので、あらかじめご了承ください。

冷えにくい身体をつくるために

筋肉は体内で熱を生み出す重要な役割を果たします。特に、**大腿四頭筋**や**太殿筋**を鍛えることが効果的です。また、**有酸素運動**や「第二の心臓」と呼ばれる**ふくらはぎ**を鍛えることも血行促進に非常に効果があります。

〒080-1228 北海道河東郡士幌町字士幌幹線167番地

☎01564-5-2281

士幌町総合研修センター無料レッスンのお知らせ

■12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	いきいきリズム	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	ハッピー☆チェア・エクササイズ	研修室	★	★
金曜日	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	☆	☆
	19:00～19:30	コアトレーニング	トレーニング室	★	★
	19:45～20:15	ストレッチポール	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
ストレッチポール	ポールを使用して筋肉の緊張をほぐし、身体を正常な状態に戻します
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
ハッピー☆チェア・エクササイズ	椅子に座ったまま行う低負荷の有酸素エクササイズです
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

土幌町冬期暖房費助成事業のご案内



冬期間の燃料費を中心とした物価高騰に直面する一定所得以下の世帯へ **2万円を支給** します！

〇支給対象者

令和7年11月1日に土幌町の住民基本台帳に登録されている方で次のいずれかに該当する世帯 **※特老及びケアハウス等の社会福祉施設等入所者を除く。**

A.生活保護受給世帯

B.令和7年度市町村民税非課税世帯で次の各号のいずれかに該当する方

- (1)65歳以上の高齢者のみで構成される世帯
 - (2)身体障害者手帳1級又は2級を所持している方のいる世帯
 - (3)療育手帳Aを所持している方のいる世帯
 - (4)精神保健福祉手帳を所持している方のいる世帯
 - (5)在宅で要介護度4又は5の方を介護している世帯
 - (6)児童扶養手当の受給資格のある世帯
- (全部支給停止となっている世帯は除く。)

対象と見込まれる世帯にはすでに通知を送付しております。

通知が来ておらず、上記要件を満たす世帯については申請が必要となりますので、
Tel: 01564-5-2006までお電話いただくか、福祉センター窓口までお越しください。

受付期間は令和8年1月30日(金)まで

〇お問い合わせ: 土幌町保健福祉課地域福祉係 Tel:01564-5-2006

令和7年度

冬休みこども料理教室



今回のメニュー

**ふわふわオムライス
水菜とじゃこのサラダ
ヨーグルトパフェ**



※メニューは変更になる場合があります

〇日時 **令和8年1月7日(水)**

午前9:00~12:30頃まで

〇場所 土幌町民保健センター(調理室)

〇対象 町内に住んでいる小学1年生~6年生
(こどものみの参加になります)

〇定員 8名(先着順)

〇持ち物 エプロン・三角巾(頭をおおうもの)・
不織布マスク

※食物アレルギーのある方は申込時にお知らせください。

※来所・帰宅の際、保護者様の責任において参加してください。

※過去にこの教室に参加した中高生で、お手伝い(ボランティア)参加希望の方はご連絡ください(1~2名募集)

〇申込み・問い合わせ 保健福祉課 健康推進係

**締め切り 12月19日(金)まで
☎5-2108**

地域おこし協力隊 活動日誌 No.53

有害鳥獣対策協力員 大崎 直人

鳥獣被害対策コーディネーター研修

10月27日から30日にかけて、旭川市で鳥獣被害対策コーディネーター研修に参加してきました！本研修は造林や森林経営のためのシカ被害対策についての技術向上を目的としており、森林組合や道などの関係機関の職員の方々と共に、様々なシカ対策について学びました。

「捕獲」と「防護」の両輪で行う鳥獣被害対策の重要性、トライアンドエラーを繰り返すことの必要性を身に染みて感じました！



狩猟者登録

狩猟に必要な資格取得や手続きを終えて、ハンターとしての一步を踏み出しました。猟友会の先輩に猟に連れてってもらったり、1人で山を歩いてみると、楽しみの尽きない週末を過ごしています。



申請受付中！ エコな暮らしを各種補助金で後押しします！

01

自家消費型太陽光発電設備等導入補助金



- 太陽光発電設備
 - ・個人住宅用 **7万円/kW** (上限70万円)
 - ・事業者用 **5万円/kW**
 - ・ソーラーカーポート 対象経費の **1/3**
- 蓄電池
 - ・個人住宅用 対象経費の **1/3** (上限51万円)
- 高効率給湯器
 - ・対象経費の **1/2** (上限50万円)



02

既設太陽光発電設備用蓄電池導入補助金



- 蓄電池
 - 2万円/kWh (上限20万円)
 - ※住まいのゼロカーボン化推進事業補助金交付要綱に規定する要件を満たす場合、**3.5万円/kWh** (上限35万円)



03

省エネ家電買換え促進補助事業



- 冷蔵庫
 - 対象経費の **1/2** (上限10万円)



申請期日は最短で
2026年1月9日まで。
検討中の方は
お早めに！

※詳細は二次元コードからHPをご覧ください
お問合せ：士幌町役場地域戦略課ゼロカーボン推進係 (tel.01564-5-5212)



飲酒運転の根絶

飲む前に車じゃないよね？再確認



飲酒運転ゼロ
ボックスQRコード

●飲酒運転は悪質な犯罪！

一人一人が「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」ことを強く意識して、北海道から飲酒運転を根絶しましょう。

●飲酒運転は、運転者以外も処罰の対象！

飲酒運転は、運転者だけでなく、運転者以外の人にも重い処罰があることを知っていますか。車を運転するおそれのある人にお酒を提供したり、お酒を飲んでいる人に車を提供したり、飲酒運転の車に同乗した場合は、飲酒運転と同様に処罰の対象になります。

●「ハンドルキーパー運動」で飲酒運転を防止！

ハンドルキーパー運動とは、仲間と車で飲食店に行く場合は、あらかじめお酒を飲まない人を決めて、その人が仲間を自宅まで送り届けることです。

お酒を提供する飲食店では、「客が車で来ていないか」、車で来ている場合は、「ハンドルキーパーは誰なのか」を確認して、飲酒運転を防ぎましょう。



路上駐車はやめましょう



路上駐車は、自転車や歩行者に対し、安全な通行の妨げとなります。特に**土幌郵便局の玄関前**の駐車は、駐車禁止路線であることに加え、横断歩道の直近であるため危険です。

郵便局の利用者は、短時間の用件であったとしても、路上に駐車することなく、必ず駐車場に駐車しましょう。

また、降雪期の路上駐車は、除雪作業の妨げとなりますのでやめましょう。



強風による倒木に注意！

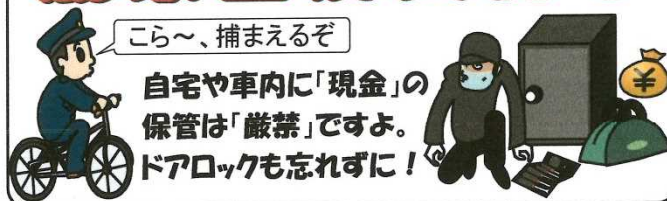
先月1日、十勝地方は、強風を伴った激しい雨に見舞われ、倒木や停電が相次いだ。土幌町においても倒木による道路の寸断と停電が発生し、現在も倒れかかっている樹木が散見される。傾いている樹木には、大変危険なので近づかないようにしましょう。

また、もしもの災害に備え、飲料水、非常食、LEDライト、モバイルバッテリーなどの災害グッズを常備しておきましょう。



道路に木が倒れてきた状況

年末警戒実施中



ニセ警察詐欺急増中！！



警察は以下の事項をすることは**ありません**。

- ◆ SNS で連絡すること
- ◆ 警察手帳や逮捕状などの画像を送ること
- ◆ 逮捕すると言って金銭を要求すること

動画はこちら▼





年末における犯罪及び交通事故防止

12月

中士幌

年末や新年は次のことに気をつけて、犯罪被害や交通事故に気を付けましょう。

飲酒運転の根絶！

年末は飲酒の機会も増えると思いますが、「少しだけなら」「捕まらないから大丈夫・・・」等という危険な考えはやめましょう。

昨日のお酒も気を付けて

二日酔い運転も飲酒運転です。少しでも昨日のお酒が残っているようなら、絶対に運転はやめましょう。

飲んだら乗るな 乗るなら飲むな！



① 振り込め詐欺の被害防止

「お金を要求する電話には一切応じない、儲け話は信じない」ことを徹底しましょう。



② 女性の犯罪被害防止

夜間の一人歩きは極力避けて、防犯ブザーなどを携帯しましょう。



③ 空き巣ねらいの被害防止

短時間でも忘れずに鍵を掛けて出かけましょう。



④ スリップによる交通事故防止

急発進・急ブレーキ・急ハンドルなど「急」のつく運転動作はやめましょう。



中士幌駐在所
7-4121

HAPPY HALLOWEEN

10月31日、中士幌駐在所に保育園の児童達が遊びに来てくれました！



お菓子と一緒に、日没が早いことから夜光反射材のキーホルダーと、「イカのおすし」の文房具をプレゼントさせて頂きました！



飲酒運転の情報提供をお願いします！

このQRコードから飲酒運転の情報をメールで受け付けています。「今まさに運転をしそうだ」などの急を要する情報は、**110通報**をお願いします。



重要

車上ねらいにご注意！

鍵を掛けよう！



貴重品は置かない！

国道241 ROUTE 路外逸脱事故 注意

毎年、雪の降り始めには事故が多発します。今年も初雪時には、町内で路外逸脱事故が多数発生！朝夕の凍結路面に注意しましょう。

路面状況を見極めよう！

今の時期は、場所や時間によって路面状況が刻々と変わります。日陰になりやすい場所は特に滑ります！ゆとりをもった運転を心掛けましょう。朝、夕方のブラックアイスバーンに要注意！

12月10日から16日までは

「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です！

拉致を含む人権侵害問題への関心と意識を高めましょう！

暴力団に関するご相談は帯広警察署(0155-25-0110)まで

道路の除雪作業にご理解とご協力を

町が管理する道路(除雪延長約34.9km)を町の除雪車と民間事業者の除雪車で実施しています。通常の除雪作業は早朝にかけて実施し、主要路線を通勤・通学時間までに確保する体制をとっていますが、降雪の時間帯や降雪量・雪質・天候状況などにより作業に遅れが生じるなど、ご迷惑をおかけする場合もございます。除雪作業を安全かつ効率的に行うためにみなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

除雪出動基準

降雪量が10cm以上、または降雪量が7cm程度であっても主要幹線道の路面整正や、気象情報等により交通に支障をきたすことが予想される場合、地吹雪・吹き溜まり等で通行ができなくなると判断される場合には随時出動します。概ね10cmの降雪時では午前4時00分～4時30分を基準に出動し降雪深・気象状況に応じて時間を早めていきます。

緊急時以外は翌朝除雪を基本としており、夜間の除雪作業には対応しておりませんのでご理解をお願いします。

除雪についてのお願い

❄️ 道路に雪や氷を出さないで

住宅周辺の雪や氷を車道に出すことは、道路法や道路交通法で禁じられており、交通に支障や危険を生じさせた行為として処罰の対象となります。また通行する人の支障になるほか、道幅が狭くなったり、凍結し路面の凹凸やわだちの発生につながり交通事故の原因にもなりますので、雪捨て場を利用するなど指定された場所へ排雪してください。



❄️ 玄関先・車庫前などに残された雪の処理は各家庭でお願いします

除雪は、限られた除雪車と時間で通行を確保するため、雪を両側にかき分ける作業となり排雪作業ではありません。玄関先や車庫前の路上に寄せられた雪の処理は、各家庭でお願いします。

また、除雪車が通過する前に、皆さんが除雪された箇所にやむを得ず雪を残す場合もありますのでご理解とご協力をお願いします。

❄️ 道路側に物は置かないでください

道路側に作業機等を置いたり、歩道上にゴミ箱や工作物などを設置することは、除雪作業に支障をおよぼし破損する恐れがありますので撤去してください。

❄️ 除雪車との同時作業は大変危険です

作業中の除雪車に合わせて、自宅周辺の排雪を行う方が多くなっています。特に除雪車の周囲は運転者から見えにくく、思わぬ事故を引き起こす原因にもなるため同時作業は絶対にやめてください。

❄️ 路面状況に応じた運転を

坂道や交差点などに凍結防止剤を散布していますが、急激な気象変化には対応できないことがあります。路面状況に合わせた安全運転を心がけてください。

雪は指定された場所に捨ててください

雪捨て場は、次のとおりとなっていますのでご利用ください。

①幹西3線 167番地 町有地

②中士幌幹線 100番地2 町有地

※ 士幌小学校グラウンド東ゲートとコミュニティ広場は、公共施設(道路・施設)から出る雪の堆積場所となっており、雪捨て場ではありませんのでお間違えのないようお願いします。

❄ 雪捨て場にゴミは捨てないで

毎年雪融け後に大量のゴミが発生しています。水質汚染の恐れがある雪や、ゴミ、空き缶、ビニール類などが混じった雪は絶対に捨てないでください。

歩行型除雪機の事故に注意！

家庭用小型除雪機の普及に伴い、事故が多発しています。取り扱い説明書をよく読んで正しい使い方を理解し、雪詰まり等を取り除く時は必ずエンジンを停止してから雪かき棒を使って安全に行いましょう。

道路情報をご活用ください

◎士幌町防災メールシステム(詳しくは町HP)はあらかじめ登録した人が、気象情報または防災情報をメールで受け取れるシステムです。近隣道路の通行止め情報等も配信しますのでぜひご活用ください。

○国道・道道の道路状況、通行止め等
北の道ナビ 吹雪の視界情報

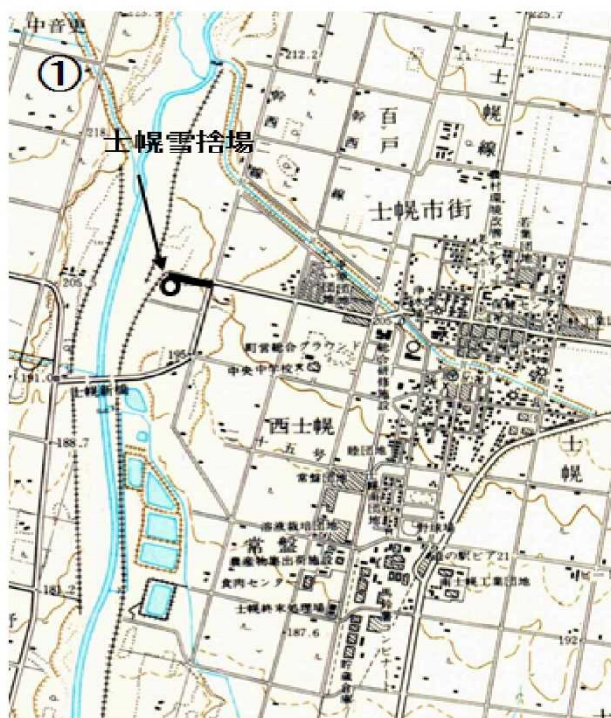
パソコン・スマートフォン対応

<https://northern-road.ceri.go.jp/navi/>



※吹雪による視程障害や吹きだまり、大雪等による

交通障害が発生するおそれがある場合は最新の道路情報や気象情報を十分に確認していただき、不要不急の外出は避けていただくとともに、立ち往生したときに対応できる備えをお願いします。



除雪のお問い合わせは

町道	建設課道路維持係	5-2455
	建設課	5-5215
道道	十勝総合振興局帯広建設管理部事業課	27-8727
国道	道路緊急ダイヤル北海道センター	#9910

「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

もいくま通信

【2025年12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 ☎7-7355
(担当コーディネーター 柴田)



各種イベントご案内

●ふれあいデー● 9日(火)・23日(火)

- * 編み物販売 (帽子・手袋・くつした等)
午前10時～午後4時 / 編み物おしゃべり会
- * 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



●もいの音楽会● 主催:カリンバ部

もいくま内や町内で音楽活動をしているグループや
個人が演奏を発表します。一緒に楽しみましょう♪

* 日時: 12月17日(水) 13:30～15:30

* 出演 (予定)

- ♪カリンバ演奏
- ♪オカリナ演奏
- ♪トランペット演奏
- ♪ヘルマンハーブ演奏
- ♪オーボエ&フルート演奏
- ♪歌声サロン 他



●あつまれ! もったいないもの ～不要品の無料引き取り～

* 日時: 12月26日(金) 10:00～16:30 (開館中随時引き取り)

次の人が気持ちよく使える状態の物を無料で引き取ります。一人45℃程度まででお願いします。

【当館で役立つもの】 コーヒー粉・紅茶・お茶・スティックシュガー・クレープ等(未使用賞味期限内)
大歓迎! コーヒーフィルター、ティッシュ、トイレットペーパー、洗剤等

【×引き取り不可×】
・スキー・スプレー缶
・医薬品・布団
・絨毯・剥製
・着物・和装小物
・使用済み下着靴下



12月もいくま予定表

※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 赤ちゃんひろば ～赤ちゃんパパママ の交流ひろば～ 【出入り自由】 14:30～16:30	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 ふれあいデー *手芸販売 *ミニ講習	10	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 ひまわりカフェ (認知症カフェ) 13:00～15:00	16 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	17 もいの音楽会 13:30～15:30	18 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 赤ちゃんひろば ～赤ちゃんパパママ の交流ひろば～ 【出入り自由】 14:30～16:30	23 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 ふれあいデー *手芸販売 *ミニ講習	24 	25 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 あつまれ! もったいないもの (不要品無料引き取り)	27 【定休日】 ●開館時間中 いつでも 引き取り可 ●お一人 45℃ 程度まで
28 【定休日】	29 【定休日】	30 【定休日】	31 【定休日】	●ミニカラオケBOX●【予約制】 ☎7-7355 個室で通信カラオケ器を利用できます♪(要予約) *利用料: 1人100円 (定員: 5～6名)		

お楽しみ会を開催いたしました！

～ご協力：西町女性部の皆さん～

社会福祉協議会では、外出とふれあいの機会の提供を目的に町内の女性部4団体にご協力いただき「お楽しみ昼食会・お楽しみ会」を65歳以上のお一人暮らしの方を対象に年4回開催しております。去る10月22日（水）西町女性部の皆様ご協力のもと、令和7年度第2回目の『お楽しみ会』を開催いたしました。この日は、40名の方にご参加いただき、カラオケ機器「フリーダム」を使用した歌謡体操の他、本会所有のレクリエーションゲーム4種類を西町女性部の皆さん進行のもと体験をしていただき、交流をおこないました。ゲームはスカットボールなどをおこない、なかなかスポットに入らないボールに皆さん大盛り上がりで笑い声が絶えない会となりました。



『ボランティアミニ愛ランド2025』

「いけだ」に参加してきました♪

ボランティアミニ愛ランドとは、十勝管内で活躍するボランティアや団体が一堂に会し、研修を通して交流を深め、今後のボランティア活動が充実・発展する事を目的に毎年おこなわれており、今年度は10月26日（日）に池田町を会場に開催されました。今回、十勝管内から約360名のボランティア活動等をされている方が集まり、士幌町からはサロンボランティアさんを中心に10名が参加しました。午前中は池田町長のワインを通した町づくりをテーマとした講演を聴き、午後にはそれぞれ希望の分科会での研修を通して他町村のボランティア活動されている方と交流をおこない、沢山のふれあいと学びがあり、大変充実した研修となりました。



気軽に立ち寄りください

令和7年



「ふれあい・いきいきサロン」12月の予定

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『スマホ何でも相談室』 ◆場所：みんなのまのくまさん	2 ふまねっと教室 【会場：タウンプラザ】 13:30～14:30	3 ガンパルレーン 愛好会 【会場：福祉センター】 10:00～12:00	4 上居辺 いきいきサロン 10:00～12:00	5 いきいき 遊びクラブ （健康マージャンサロン） 10:00～15:00 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 新田 いきいきサロン 10:00～15:00 ふれあいサロン しほろ 10:00～11:30 南町おたのしみ サロン 【クリスマス会】 10:00～12:00	10 中士幌 ふれあいサロン 9:30～11:30	11 佐倉ゆうゆう サロン 10:00～12:00 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 南地区いきいき サロン 10:00～12:00	13
14	15 北地区ふれあい サロン 9:30～13:30 ふまねっと 中士幌教室 【会場：中士幌公民館】 13:30～14:30	16 西上ふれあい 夢サロン 10:00～12:00 そば打ち同好会 9:30～12:00 ふまねっと教室 【会場：タウンプラザ】 13:30～14:30	17 ガンパルレーン 愛好会 【会場：福祉センター】 10:00～12:00	18 下居辺 ゆう湯サロン 10:00～12:00 上居辺 いきいきサロン 10:00～12:00 西町ふれあいサロン 10:00～12:00 お茶の間中町 9:30～11:30	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） 11:30～12:30 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 10:00～15:00	23 ふれあいサロン しほろ 10:00～11:30	24 ふれあいサロンしほろ内 『スマホ何でも相談室』 同時開催！ ◆場所：みんなのまのくまさん	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 いいお年を お迎え下さい
28	29	30	31 大晦日			

令和7年12月国保病院外来診療担当表

受付時間 8時40分～11時30分 13時15分～16時00分	休診日 土・日曜日／国民の祝日 年末年始(12月27日から1月4日)
診察時間 9時00分～12時00分 13時30分～16時30分	

●診療予約・予約変更は、平日14時00分～16時00分までにお電話ください（☎5-2106）

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
午前	内科 池田 内科 藤原	内科 池田 内科 守屋	内科 池田 内科 藤原 小児科 清水	内科 守屋 眼科 長谷	内科 池田
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 藤原	内科 守屋	内科 休診 小児科 清水
夜間					
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
午前	内科 池田 内科 藤原	内科 池田 内科 守屋	内科 池田 内科 藤原 小児科 清水	内科 守屋 眼科 長谷	内科 藤原 内科 北広島・高橋
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 藤原	内科 池田	内科 北広島・高橋 小児科 清水
夜間				内科 藤原	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
午前	内科 池田 内科 藤原	内科 池田 内科 守屋	内科 池田 内科 藤原 小児科 清水	内科 守屋 眼科 長谷	内科 守屋
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原 泌尿器科 岡田	内科 藤原	内科 守屋	内科 休診 小児科 清水
夜間					
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
午前	内科 池田 内科 藤原	内科 池田 内科 守屋	内科 池田 内科 藤原 小児科 清水	内科 守屋 眼科 長谷	内科 池田
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 藤原	内科 池田 整形外科 市山	内科 休診 小児科 清水
夜間				内科 藤原	
	29日(月)	30日(火)	31日(水)	1月1日(木)	1月2日(金)
年末年始休暇(12月27日(土)～1月4日(日)) ※救急患者は受け付けします。					

	1月5日(月)	1月6日(火)	1月7日(水)	1月8日(木)	1月9日(金)
午前	内科 池田 内科 藤原	内科 池田 内科 守屋	内科 池田 内科 藤原 小児科 清水	内科 守屋 眼科 長谷	内科 藤原 内科 北広島・高橋
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 藤原	内科 池田	内科 北広島・高橋 小児科 清水
夜間				内科 藤原	

▽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。

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。 ※診療までお待ち頂く場合がございます		
発熱外来	来院前にお電話にてご連絡をお願いいたします。		
小 児 科	担当：清水 重男 医師（帯広徳洲会小児科）	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	担当：長谷 敬太郎 医師（北海道大学眼科）		
整形外科	担当：市山 廣樹 医師（帯広整形外科理事長）		
泌尿器科	担当：岡田 医師（帯広協会病院副院長・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		