

しほろ役場だより

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
年末・年始の路線バス運行・・・2
・・・2

イベント・催し

しほろポテト食堂のお知らせ

・・・3

健康・医療・福祉・介護

弁護士おなやみごと相談会

・・・3

第2回福祉職場説明会

・・・3

一般健康相談

・・・3

こころの悩み相談

・・・3

こころの体温計

・・・3

脳ドック検診

・・・4

PET がん検診

・・・4

生活環境・防災

土幌消防出初式について

・・・4

水道料金の基本料金を減免します

・・・4

令和8年1月ごみ収集日程にご注意
願います・・・4
・・・4

運転免許証自主返納の臨時窓口開設

・・・5

除雪機使用の際はご注意ください

・・・5

車輪脱落事故を防ぎましょう！

・・・5

町営住宅の入居者の募集

・・・5

農林業・商工業

北海道冬季ゼロ災運動

・・・7

税金・保険・年金

国民健康保険税、後期高齢者医療

・・・7

保険料、介護保険料第5期の納期

・・・7

相続登記相談会・終活セミナー

・・・7

文化・スポーツ

スケート大会の幼児・一般受付

・・・8

第39回町民卓球大会

・・・8

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〉

・・・8
・・・8

自衛官等募集

・・・8

その他

然別演習場射撃訓練などの実施日程
(1月)・・・8
・・・8

赤い羽根共同募金助成金申請のご案内

・・・8

屋根からの落氷雪事故防止などの
お願い・・・9
・・・9

～チラシ～

えがしらみちこの絵本パネル展

・・・9

地域おこし協力隊活動日誌

・・・10

土幌町空き家相談会

・・・10

令和8年（第29回）土幌町下の句

・・・11

かるた大会

・・・11

ひまわりカフェ

・・・11

関節と筋肉のレベルアップ教室

・・・12

第29回新春書初大会のご案内

・・・12

土幌町総合研修センター無料レッスンのお知らせ

・・・13

若い農業者の皆さん！自分の老後

・・・13

自分で守れますか？

・・・13

土幌町 LINE 公式アカウント友だち

・・・14

募集中!!

・・・14

道の駅ピア21 しほろ大新春まつり

・・・15

2026 したしみ図書館抽選会

・・・16

令和7年度新型コロナウイルス感染症

・・・17

予防接種1月以降のご案内

・・・17

土幌駐在所ミニ広報紙『かしわ』

・・・18

中土幌駐在所ミニ広報紙『中土幌』

・・・19

NPO法人土幌町障がい者支援の会

・・・20

だより

・・・20

もりくま通信

・・・22

土幌町社会福祉協議会ボランティア

・・・22

情報

・・・23

令和8年1月国保病院外来診療担当表

・・・24

■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（☎05231）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。（☎02106）
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。

☎ 総務課 総務防災係（役場庁舎2階 ☎05211）

■年末・年始の路線バス運行

日 付	十勝バス（上士幌線・ぬかびら線） （士幌待合所発時刻）	拓殖バス（上士幌線）
12月29日（月） 12月30日（火）	土日祝ダイヤ	日祝ダイヤ
12月31日（水）	次の便のみ運行 ▽上り（帯広行） 8:30・11:05・14:00・17:34 ▽下り（上士幌行） 11:03・14:38・17:48・18:53	日祝ダイヤ
1月1日（木）	次の便のみ運行 ▽上り（帯広行） 11:05・17:34 ▽下り（上士幌行） 14:38・17:48	運休
1月2日（金）	12月31日（水）と同じダイヤ	運休
1月3日（土）	12月31日（水）と同じダイヤ	日祝ダイヤ

※1月4日（日）以降、平常運行になります。

☎ ▽十勝バス株式会社（帯広市西 23 条北 1 丁目 1-1）

☎0155-23-5171（帯広駅バスターミナル） ☎0155-37-6500（十勝バス本社）

▽北海道拓殖バス株式会社（河東郡音更町然別北5線西37番地1）

☎0155-26-3636（帯広駅バスターミナル） ☎0155-31-8811（拓殖バス本社）

イベント・

催し



■ しほろポテト食堂のお知らせ

土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 1月24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

料 無料

※メニューはビーフカレー・牛乳・おやつなどです。

※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おりません。

問 地場産物を食べる会:三浦 (☎053307)

健康・医療・ 福祉・介護



■ 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。

日 3月3日(火) 13時～16時

所 土幌町コミュニティセンター(役場隣)

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受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。

申・問 釧路弁護士会帯広会館 (☎0155-66-4877)

■ 第2回福祉職場説明会

日 令和8年1月18日(日) 13時～15時

※受付は15時まで

所 とかちプラザ1階 ギャラリー・大集会室

(帯広市西4条南13丁目1番地)

内 個別相談会 十勝管内の福祉職場人事担当者との個別説明、就職相談

※事前申込不要、入退場自由

対 福祉職場に関心のある方(一般・学生)

料 無料

担 帯広市社会福祉協議会 帯広市福祉人材バンク 帯広市公園東町3丁目9番地1
(☎0155-27-2525)

■ 一般健康相談

町では、保健師・管理栄養士による「一般健康相談」を行っています。健康に関する相談、栄養指導を希望される方はご利用ください。

日 毎週月曜日(祝日を除く) 9時～11時

所 総合福祉センター

対 土幌町民(本人および家族)

内 保健師・管理栄養士による健康相談

料 無料

申 不要

担 保健福祉課 健康推進係(総合福祉センター内 ☎052108)

■ こころの悩み相談

町では、精神科専門医による「こころの悩み相談」を行っています。最近眠れずに悩んでいる、不安が強く、生活や人間関係に支障をきたしているなど、精神科医による個別相談を希望される方はお申し込みください。

日 毎月第2月曜日 14時～15時

※祝日などで変更の可能性があります

所 総合福祉センター

対 土幌町民(本人および家族)

内 国立病院機構帯広病院 精神科医師による個別相談

料 無料

申 完全予約制。事前申込みが必要。

担 保健福祉課 健康推進係(総合福祉センター内 ☎052108)

■ こころの体温計

町では、携帯電話やパソコンで、気軽にメンタルチェックができるこころの体温計を、町のHPに掲載しております。下記二次元コードからもチェックができますので、ご利用ください。

料 無料

担 保健福祉課 健康推進係(総合福祉センター内 ☎052108)

ためしてみませんか?

こころの体温計

携帯電話やパソコンを利用して気軽にメンタルチェックができ、必要な相談先もわかります。

あなたのこころ、大丈夫ですか?

眠れず、人に会いたくない、力がない、眠れない
最近いつもイライラする

携帯・スマホはこちら

パソコンはこちら

土幌町 こころの体温計 検索

<https://fishbowlindex.jp/shihoro/>

■脳ドック検診

脳ドック検診は、脳の健康診断と脳梗塞・くも膜下出血などの脳の病気の早期発見・治療を目的に実施しています。

☎ 2月・3月

所 北斗病院（帯広市稲田町基線7番地5）

※病院までの交通手段は、各自でお願いします。

☎ 30～64歳の町民若干名

※脳ドックは、3年に一度の助成となりますので、令和5年度、令和6年度に受けた方は対象になりません。

☎ 脳MRI検査・MRA検査・眼底検査・頸動脈エコー・心電図・血液検査等

※60歳未満の方はタッチパネルによる認知機能検査、60歳から64歳の方は公認心理師による認知機能検査が追加されています。

¥ 年齢、医療保険の種類によって自己負担が異なります。

① 30歳～59歳の方

▽国民健康保険

10,000円（特定健診を含む）

▽その他の医療保険（社保等）

12,800円

② 60歳～64歳の方

▽国民健康保険

12,000円（特定健診を含む）

▽その他の医療保険（社保等）

14,800円

☎ 1月20日（火）まで

※定員になり次第終了

※脳ドックには、がん検診は含まれておりません。がん検診は施設型健診などで受診してください。

☎ 保健福祉課 健康推進係（総合福祉センター内 ☎ 52108）

■PETがん検診

PETがん検診は、PET（陽電子放射断層撮影）を中心としたMRI、CT、エコー検査、血液検査等を組み合わせたがん検診で、1度に首から股下までの1センチ前後のがんを発見できると言われています。

☎ 令和8年3月まで随時

所 北斗病院（帯広市稲田町基線7番地5）

※病院までの交通手段は、各自でお願いします。

☎ 40歳以上の町民50名

※助成の対象人数が限られているため、お早めにお申し込みください。

☎ 画像診断（PET・MRI・CT・エコー）血液学検査、腫瘍マーカー、生化学検査、尿・便検査

¥ 年齢、医療保険の種類によって自己負担が異なります。

① 40歳～64歳の方

▽国民健康保険

56,062円

▽その他の医療保険（社保等）

65,362円

② 65歳～74歳の方

▽国民健康保険

62,062円

▽その他の医療保険（社保等）

71,362円

③ 75歳以上の方

71,362円

☎ 随時

※定員になり次第終了

※今年度PETがん検診を受診された方は、町で実施しているその他の健診の助成は対象になりません。

☎ 保健福祉課 健康推進係（総合福祉センター内 ☎ 52108）

生活環境・

防災



■土幌消防出初式について

新年恒例の土幌消防出初式が、1月7日（水）10時に行われます。これに伴い、9時30分に消防団員招集サイレンを吹鳴しますので、火災と間違わないようお願いします。

また、分列行進を実施しますので、土幌消防署前西2線の道路の通行規制を行うことから、住民の皆様にはご迷惑をお掛けしますがご理解とご協力をお願いします。

☎ 土幌消防署 警防係（☎ 52323）

■水道料金の基本料金を減免します

☎ 令和8年1月・2月・3月請求分

☎ 基本料金を3か月分減免します（申請は不要です）

※超過料金と下水道料金は減免対象外です。

☎ 土幌町内で水道を利用している使用者および事業者（官公庁は対象外です）

自宅で井戸水を利用している世帯は支援金の給付を受けられます（申請が必要です）ので、担当までお問い合わせください。

☎ 建設課 上下水道係（役場庁舎1階 ☎ 5216）

■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
ますようお願いいたします。

▽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 ☎⑤5231)

■運転免許証自主返納の臨時窓口開設

運転免許証自主返納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。

☎ 2月5日(木) 10時~12時

所 役場庁舎1階 町民課

持ち物 運転免許証

申 1月30日(金)まで ※事前予約制

※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。

※**ハイヤー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)

■除雪機使用の際はご注意ください！

誤った使い方をすると命を落とす危険があります。使用の際は、次のポイントに気をつけましょう！

▽安全機能を無効化しない。

▽後退する際に転倒したり、挟まれないよう周囲の状況に注意する。

▽人がいる時は使用しない。エンジンを掛けたまま離れない。

▽雪詰まりを取り除く際はエンジンを切り、雪かき棒を使用する。

▽屋内や換気の悪い場所ではエンジンを掛けたままにしない。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■車輪脱落事故を防ぎましょう！

タイヤ交換をプロに任せた場合でも緩んでしまう可能性がありますので、次のポイントをチェックしましょう。

①確実に締め付けられているか。

②部品の状態を定期的に目視で確認。

③50~100kmほど走行したら増し締めを行う。

④運転前にタイヤの緩み、亀裂損傷、サビ、ハブボルトなど点検をする。

タイヤが脱落すると乗員が事故に巻き込まれるだけでなく、外れたタイヤが転がり、歩行者に直撃するなどして大変な事故につながります。日々の対策で事故を防ぎましょう。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

■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 1月16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。

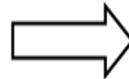
④公営住宅と特定公共賃貸住宅は一定の収入基準内であること。

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

中士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：士幌町字中士幌西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
中士幌新南団地	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
士幌南団地	3LDK	1戸	平成5年度
中士幌東団地	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

☆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	1戸	平成29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	

担 建設課 建築住宅係（役場庁舎1階 ☎ 5216）

農林業・
商工業



■北海道冬季ゼロ災運動

北海道労働局では、転倒災害を始めとした冬季特有の労働災害の防止に向け、「北海道冬季ゼロ災運動」を実施します。

特に、転倒災害については発生件数が年々増加傾向にあることから、北海道労働局のホームページに防止対策について掲載されています。

詳細は下記の二次元コードを読み取りのうえ、労働局HPよりご確認ください。

問 帯広労働基準監督署 安全衛生課(0155-97-1244)



「冬季の労働災害防止について」
（労働局HP）はこちら



「転倒災害防止対策について」
（労働局HP）はこちら

税金・保険・
年金



■国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料第5期の納期

日 1月16日（金）～2月2日（月）

※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2月2日（月）が振替日です。

※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。

▽国民健康保険税、後期高齢者医療保険料について

問 町民課 住民諸税係（役場庁舎1階 ☎ 5214）

▽介護保険料について

問 保健福祉課 介護保険係（総合福祉センター内 ☎ 52006）

■相続登記相談会・終活セミナー

司法書士による相続登記に関する無料相談会と法務局職員による相続に関するセミナーを開催しますので、ぜひご参加ください。

日 1月17日（土）

▽相続登記相談会 10時～16時（各回50分）

▽終活セミナー 1回目 11時～12時

2回目 14時～15時

所 釧路地方法務局帯広支局（帯広市東5条南9丁目1番地1）

対 どなたでも（定員：相談会36組、セミナー各回24名）

※いずれも予約制

料 無料

申・問 釧路地方法務局帯広支局 ☎ 0155-24-5837（平日9時～17時）

文化・スポーツ



■スケート大会の幼児・一般受付

次の日程にてスケート大会を行います。大会当日に幼児、一般の出場者受付を行いますので、多くの参加をお待ちしています。

▽リンク開き記録会

日 1月10日(土)

受付：8時30分～9時

▽町民スケート大会

日 1月24日(土)

受付：8時30分～9時

▽リンク納め記録会

日 1月31日(土)

受付：8時30分～9時

所 町営スケートリンク

主催 土幌町スケート協会

問 土幌町スケート協会事務局：若原(土幌町車両センター ☎⑤2455)

■第39回町民卓球大会

日 令和8年1月18日(日)

※受付は8時30分～

用 当日会場にて受付

所 総合研修センターすこやか体育館

対 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)

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 河東郡士幌町字士幌西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。

☎ 建設課 車両センター (☎⑤2455)

■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(1月)

内容	日程
爆破等	14日(水)～31日(土)

※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)

■赤い羽根共同募金助成金申請のご案内

士幌町共同募金委員会では、「社会福祉を目的とする事業」・「地域福祉」「ボランティア」の活動をしている団体やグループを対象に、共同募金の助成先を公募します。

障がい者社会参加事業、児童や青少年の健全育成事業・高齢者の見守り事業・住民参加の諸活動等への助成を要望される地域福祉活動を目的とした団体は次により申請されますようご案内いたします。

なお、申請された事業は、当委員会がとりまとめ、審査委員会で内容の審査を行い、北海道共同募金会の審査を経て決定されます。

日 令和8年1月5日(月)～令和8年1月16日(金)

▽期間内に助成事業申請書に必要事項を記入の上、土幌町共同募金委員会へ申請してください。（申請書は事務所に用意しています。）

☎ 土幌町社会福祉協議会内土幌町共同募金委員会（総合福祉センター内 ☎ ⑤ 2 0 0 8）

■屋根からの落氷雪事故防止など のお願い

毎年、冬になりますと、沿道家屋等からの落氷雪による死傷事故が多く発生しています。

皆さんも、冬期間の生活にはご苦労されていると思いますが、冬期間の通行を円滑にし、事故を無くするため、特に、次のことに注意するようにお願いいたします。

▽落氷雪の発生が懸念されるような沿道家屋等については、雪止めを設置するように。

▽すでに雪止めが設置されている場合であっても、針金等の錆や老朽化等による破損が原因で落氷雪が発生することもあるため、必ず点検して、破損等が発見された場合は早急に修繕を。

▽落氷雪は、早めに除雪するとともに、除雪は必ず複数人で行い、歩行者や付近で遊んでいる子ども等に十分に注意。

▽ビルの壁、窓枠、突出看板等からの落氷雪は少量でも危険であるため、付着した氷雪は、早めに除去。

▽軒下を通行するときは、屋根からの落氷雪に十分注意。

▽軒下や道路では、絶対に子どもを遊ばせない。

▽落氷雪があった場合は、直ちに負傷者がいないか確認するとともに、歩行者等の通行の支障にならないように直ちに除去。

▽交通事故および交通障害防止のため、屋根からの落氷雪や敷地内の積雪を道路に出さない。

☎ 帯広開発建設部帯広道路事務所 中川郡幕別町札内西町 73 番地 6（☎ 0155-25-1250）



えがしらみちこ絵本パネル展



「いまのきもちはどうなる？」



期 間：令和8年1月7日（水）～1月31日（土）

※火曜休館

場 所：土幌町したしみ図書館



みんなの「いまのきもちはどうなる？」コーナーも登場！



士幌町



No.54 担当:高橋 研一

活動日誌



①ふるさと回帰フェアに出展！

9月20日（土）～21日（日）、昨年に引き続き東京国際フォーラムで出展をいたしました！来場者数は約3万人と歴代最多で、全国各地から数多くの自治体が出展。ライバルに負けないよう、当町の魅力を存分にPRしてきました！



②北海道移住・交流フェア2025東京に出展！

10月17日（金）～18日（土）、今年も東京で北海道の移住フェアに出展をいたしました！今回は初めて町単独の個別セミナーを行い、約30名の方々にご来場を頂きました！受講者の反応も上々で、移住体験住宅の申込にもつながり、確かな手応えを掴みました。



③「地域おこし協力隊×ふるさと納税」タイアップPRイベントに初出展！

12月6日（土）～7日（日）、東京で開催されたタイアップイベントに初出展してきました！現在、協力隊は3つの職種を募集中で、その内の1つは、私の後任（移住・空き家担当）になります。当日は協力隊希望者を中心に、協力隊の魅力や楽しさなどをしっかりお話してきました！



士幌町 空き家相談会

事前申込
相談無料



ご相談は何でもOK！
担当者とお話してみませんか？

- ・町内の実家を相続したが、誰も住んでいないので管理に困っている。
- ・まだ空き家ではないが、今後に向けてアドバイスがほしい。
- ・売買、賃貸、解体など、何を選べば良いかわからない。

宅地建物取引士と空き家担当の
地域おこし協力隊員が、皆様のお悩みをお聞きます！

対象：相談したい住宅を町内で所有中の方

日時：1月14日（水）※個別相談

①16：30～17：15

②17：30～18：15

③18：30～19：15

※ご希望の時間をお選びください。

場所：士幌町コミュニティーセンター2階多目的作業室

申込方法：お電話またはWEBから ※下段参照

申込期日：1月6日（火）※先着順、定員3組



お申込み・お問合せ

士幌町役場地域戦略課

☎ 01564-5-5212

受付時間：平日8：30～17：15

お電話またはWEBから
お申込みください！

WEBでのお申込はこちら



令和8年(第29回)士幌町下の句かるた大会

日時 令和8年2月22日(日) 9時(受付)～14時30分

場所 士幌町総合研修センター 武道館

◆下の句かるた大会◆

対象 (1)チーム:小学生以上でチームに最低1名以上の町内在住者及び勤務者で構成されるチーム
(2)個人:町内在住者および勤務者で小学生以上

参加方法

(1)チーム編成は3名とし、登録は4名までとする。
(2)チームは公民館、団体、職場等自由とし制限しない。
(3)個人での申込みも可とし、その場合は事務局でチーム編成する。

申込期限 令和8年2月13日(金)まで

申込方法 下記までお電話にてお申し込みください。

その他 昼食は各自で用意してください。

申込・問合先 士幌町教育委員会社会教育係
(TEL:5-4733、FAX:5-4734)

◆下の句かるた練習会◆

初心者さん大歓迎!

「かるたをやってみたい」「しているところを見てみたい」という人はぜひ、練習会にご参加ください。

年齢問わず、どなたでもご参加いただけます。

一緒に札を覚えながら、楽しく大会を目指しましょう!

日時 1月23日、30日、2月6日、13日、20日(金)

19時から21時まで

場所 総合研修センター和室

「下の句かるた」って?

下の句かるたは北海道で親しまれている、百人一首を優しくした伝統的なかるたです



～ お気軽にお問い合わせください ～

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、ビューティタッチセラピストの方をお招きし講話とマッサージ体験を実施いたします!

令和8年 場所:共生型常設型居場所 みんなのまりのくまさん

1月21日(水)
13時～15時

お願い

今回は参加人数把握のため、事前にお電話での受付を行います。令和8年1月14日まで受け付けておりますので、この機会に是非体験してみたいはいかがでしょうか!

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

関節と筋肉の レベルアップ教室

参加無料

先着20名

しめ切
令和8年
1月23日

効果が実感できる
1か月4回コース

対象

75歳以下の町民

場所

町民保健センター

講師

小林 永枝 氏 (健康運動管理士)

日程

- | | | |
|-----|----------|-------------|
| 1回目 | 2/6 (金) | 9:30~11:30 |
| 2回目 | 2/13 (金) | 10:00~11:30 |
| 3回目 | 2/20 (金) | 10:00~11:30 |
| 4回目 | 2/27 (金) | 9:30~11:30 |

1回目・4回目に
身体機能チェックあり

2回目に
管理栄養士より
筋力アップメニューあり



お問い合わせ
申し込みはこちらまで
士幌町役場
保健福祉課
健康推進係
TEL.01564-5-2108

第29回新春書初大会のご案内

日にち：令和8年1月5日（月）

場所：総合研修センター・武道館

時間：9時30分～11時30分

※9時15分までに集合してください

持ち物：習字セット

（大筆・小筆・下敷き・硯・文鎮・お手本）など
※紙と墨汁は主催側で用意します

申込み：右の二次元コードから、またはお電話にて



二次元コード



主催：士幌町教育委員会

後援：士幌町文化協会

◎お問い合わせ先：社会教育係（01564-5-4733）

士幌町総合研修センター無料レッスンのお知らせ

■1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力の緊張をほぐし、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、身体を正常な状態に戻します



NOU
NEN

若い農業者の皆さん！

自分の老後自分で守れますか？

農業者年金なら・・・

■ 国庫補助で手厚い支援

1万円の自己負担で2万円の積立てが実現！

■ 早く加入すれば、国庫補助が長く受けられます

■ 自ら支払った保険料は、全額社会保険料控除の対象！さらに保険料は自由に選べます！

※農業者年金の加入には、

「国民年金第1号被保険者であること」

「年間60日以上農業に従事していること」

「60才未満であること」

の3つの要件を満たしている必要があります。

※国庫補助を受けるためには加えて、「認定農業者、認定新規就農者であること」や「青色申告をしていること」等の要件が必要です。

※詳しくは、お近くの農業委員会、またはJAへ！



詳しくは... 農業者年金基金

検索

<https://www.nounen.go.jp>

士幌町 LINE公式アカウント



＼友だち募集中!!／



士幌町公式LINE 現在の主な機能

- ・イベントや防災などからほしい情報を選んで受信
- ・マイナンバーカードを用いた住民票等の申請
～支払いには PayPay、クレジットカードが使えます～
- ・道路やヒグマの通報
- ・マイナンバーカード出張申請申込
- ・小学校・こども園の欠席連絡
- ・ごみ収集日の通知、ごみ分別検索など
- ・水道の開閉栓の申請 … など

運用開始から約3年で
友だち登録者数**3,000人**突破!!
令和7年12月18日現在
3,056人



士幌町 LINE 公式アカウント
ロゴマーク

＼ 新年の福をGETしよう！
PIA21SHOP新春福袋

10日(土) 3,240 円(税込)
9:00より販売 ※おひとりさま1袋限り

※お支払いは現金のみ
商品券・キャッシュレス決済不可

福 人気の特産品を中心に
通常価格で約3倍相当の商品
が詰まっています

福 ラッキー賞(お食事券)が入って
いる福袋があるかも？！

福 要冷凍の商品も必ずセットに
なります(お会計の際別渡し)

100 袋限定
早い者勝ち！



お買い上げ
プレゼント

「シホ口計量カップ」

お米やペットフードを (200ml)
計量するのに便利な「シホ口」
口入り激レアアイテム！

10日(土) 千本引き参加で
もれなく1個プレゼント

11日(日) PIA21SHOPにて税込み
1,500円以上お買上で
1個プレゼント(先着100個)

日本
限定

ピアの新春開運千本引き

10日(土) 10:00スタート
白本完了または11:30終了
末等でも同額の商品券があたるノーリスクな
千本引き抽選会！新年の運を占う大チャンス！

1回 3,000 円(税込) ※お支払いは現金のみ
商品券・キャッシュレス決済不可

1等	硬貨(100円玉・500円玉混)つかみ取り	2本
2等	にじいろ食堂お食事券 5,000円分	10本
3等	道の駅ピア21しほろ商品券 3,000円分	88本



1回参加につき
「シホ口計量カップ」
1個プレゼント

道の駅
ピア21しほろ

2026年の
幕開けに...

大新春 まつり

【主催】
指定管理者
士幌町商工会

1/10・11 (土) (日)

【10・11両日9:00～ 限定食数終了まで】

厳寒の玄関前屋台

- ・ にじいろ食堂 (豚汁・しほろ牛串)
- ・ カントリーロード (イカ焼き)
- ・ 粉もん ひょうたん山 (たこ焼き)
- ・ しほろ旅館 (しほろ牛すじトマト煮込みカレー)
※10日のみ



各日先着
8 チームまで受付

ビーンボウリング
親子ペア大会！

【10・11両日14:00頃～】
参加ご希望の方は、当日、もちつき大会の
スタッフまでお声がけください

親子ペアのチームで、
ビーンボウリングにチャレンジ！
トーナメント方式で、優勝者
には賞品をご用意！



【10・11両日13:30～】

新春もちつき大会

臼と杵によるもちつきをご来場の
皆さまの掛け声とともに実施します。
おもちはその場で召し上がっていただきます (数量限定)

新春 3 大無料ふるまい！

【10・11両日9:00～】

おしるこ
各日限定80食

町内の女性有志が、
いも・かぼちゃだんごの
入ったアツアツおしるこ
をふるまいます

【11日9:00～予定数終了まで】

牛乳・乳製品
無料配布

2026年も牛乳を飲もう！

協力：士幌町農協青年部

〒080-1219 河東郡士幌町字士幌西2線134番地1

【営業時間】 9:00～17:00 ・ にじいろ食堂 (11:00～15:00)

TEL 01564-5-3940

30日(火)は15:00閉店、31日(水)～1月5日(月)は
年末年始休とさせていただきます。
※24時間トイレはご利用可能



抽選期間：1月4日(日)～1月19日(月)

当選発表

1月22日
木曜日

引換期限
2月15日
日曜日



お食事券 10,000円分

にじろ食堂さんで使える
お食事券 10,000円分
本数 1本



商品券 5,000円分

土幌町内で使える商品券
5,000円分
本数 2本



ポテトチップス 1箱

生産者還元ポテトチップス
ミックス 1箱
本数 6本



商品券 1,000円分

土幌町内で使える商品券
1,000円分
本数 10本



じゃがりこ 3種

じゃがりこ3連アソート
本数 15本



フィットネスクラブBIO

フィットネスクラブBIO
1か月ご利用券
本数 1本



JOYFIT24 LITE 01

JOYFIT24 LITE 01
1日無料体験チケット
本数 3本



びっくりドンキー

びっくりドンキー柏林台店
お食事券 2,000円分
本数 3本



岡書 2店舗

おとふけ店・イーストモール店
商品券 2,000円分
本数 3本



ドトール焼き菓子

ドトールコーヒESHOP
焼き菓子 10個セット
本数 3本

協賛店舗一覧

- フィットネスクラブ BIO
- JOY FIT24 LITE 01
- びっくりドンキー柏林台店
- 岡書おとふけ店
- 岡書イーストモール店
- ドトールコーヒESHOP
おとふけ店
- ドトールコーヒESHOP
イーストモール店
- ドトールコーヒESHOP
とかちプラザ店

※焼き菓子の賞味期限は1～2か月です。

▼お問い合わせ・詳細はこちら

■抽選をご希望されない景品につきましては抽選券にご記入ください。

土幌町総合研修センター ※火曜休館日

ししたしみ図書館

01564-5-2281

おひとり様の当選数は1つまでとなります。
そのために抽選の際は抽選番号と引き換えに
お客様のお名前を伺います。ご了承ください。
(把握のみに使用するので貼り出されません。)

令和7年度 新型コロナウイルス感染症予防接種 1月以降のご案内



- 1 接種対象者 土幌町に住民登録のある12歳以上の方
- 2 接種ワクチン ファイザー社コミナティ筋注シリンジ 12歳以上用
- 3 接種料金（自己負担額：税込）

接種料金は、土幌町の予防接種助成制度を適用した金額です。

65歳以上 および※①該当者	18歳～64歳	12歳～高校3年生相当
料金 3,000円 生活保護受給の方は自己負担なし	料金 7,000円	料金 3,000円

※①該当者：60歳～64歳の町民で、助成制度対象の疾患のある方

4 予約の申し込み方法 ※接種は予約制です※

- ◆申込方法 病院受付窓口や電話、LINEにより事前に予約してください。
- （受付時間） 平日 9時～16時
（電話） 5-2106

土幌町
公式LINE



5 接種日時

実施時間	1月	2月	3月
15:00～16:00	13日（火）	10日（火）	18日（水）

6 当日の持ち物について

- ・予診票（「7 その他」の「予診票設置場所」より入手できます）
- ・マイナンバーカードなど「氏名、生年月日、住所」が確認できるもの。
- ・「3の※①に該当の方」は医師の診断書または身体障害者手帳など

7 その他

案内文書や予診票の事前送付はありません。予診票は当日病院内で記入いただくか、事前に下記の設置場所で入手し、記入の上、当日ご持参ください。

*予診票設置場所（国保病院ホームページからもダウンロード可能）

○土幌市街

- ・国保病院の受付
- ・総合福祉センター
- ・総合研修センター受付
- ・役場庁舎出納窓口およびコミセン

○中土幌市街

- ・中土幌出張所・公民館・郵便局・大西商店・JA中土幌事業所

8 予約・お問い合わせ

土幌町国民健康保険病院 電話 5-2106



謹賀新年

緊急通報は110番、相談電話は「#9110」に!

1月10日は110番の日
110番の正しい利用をお願いします

- 110番は、事件・事故などが発生した際の緊急通報用の電話です。慌てず、落ちついて質問に教えてください。
- 警察官が早く到着できるよう、その場所の住所や付近の目標となる建物などを正しく伝えてください。
- 落とし物の届出や諸手続きに関する照会などは、最寄りの警察署、交番の電話をご利用ください。
- 相談は警察相談専用電話「#9110」をご利用ください。

緊急ですか？
相談ですか？



1億2千万円被害のSNS型投資詐欺の発生!

本年7月、札幌市西区に居住する60歳代男性は、SNSで女性と知り合い、同女に紹介された経済学者をかたる男から投資を勧められ、偽の投資アプリをダウンロードした上、投資名目で現金を振り込んだ。

アプリ上では、投資の利益が出ていたため、引き出そうとしたところ、アプリの操作ミスの違約金を要求され、合計約1億2,000万円をだまし取られたもの。

- SNSで投資の勧誘を受けたときはまず疑いましょう!
- 絶対にもうかるなどのうまい話はない
- 個人名義口座に振り込むよう言われたら詐欺
- インターネットバンキングを悪用した手口が増加
- 振り込む前に、まずは「#9110」に相談



ゆとりある車間距離とスピードダウンを! 北海道警察

スリップ注意!

ブラックアイスバーン!

ストップ・ザ・交通事故

変化する天候・路面に合わせた運転を!

追突注意!

吹雪による視界不良
ホワイトアウト!

冬山には常に危険が潜んでいる

～バックカントリースキーによる遭難に注意～

- 登山計画書を提出しましょう。
- 万全の冬山装備を準備しましょう。
- 気象情報等を事前に確認しましょう。
- スキー場の注意事項を遵守しましょう。
- 悪天候時は無理をしないようにしましょう。

北海道警察

傾いた雪かき
危険がいっぱい

例年、屋根からの落氷雪による事故や屋根の雪下ろし、除雪機による除雪中の事故が発生しています。

～事故防止のために～

- 早めの雪下ろしを
- 危険な軒下には近づかない
- 屋根の雪下ろしは複数で
- 転落防止の措置を
- 除雪機のエンジンを掛けたまま、雪詰まりの除去等の作業をしない

北海道警察

○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



110番通報の適切な利用を

1月10日は「110番の日」!

Check!

- 110番は、緊急の事件・事故などを、いち早く警察に通報するための緊急電話です。
- 110番では、事件・事故の内容に基づき必要な事を質問しますので、慌てず・焦らずに答えて下さい。
- 緊急の対応を必要としない場合
遺失・拾得物の届出、手続きに関する照会などは、最寄りの警察署、交番、駐在所に問い合わせましょう。
- 相談や警察に関する意見・要望は、
【#9110】の警察相談専用ダイヤルを利用しましょう。



～緊急通報は「110番」

相談電話は「#9110」～

1月

中士幌



中士幌駐在所
7-4121

特殊詐欺防止!!

「キャッシュカードを
悪用されています」
は絶対に詐欺!

《北海道の特殊詐欺発生状況》
(2025年11月末暫定)
認知件数389件
1,939,895,895円

コンビニ・金融警戒

士幌町役場、士幌町生活安全推進協議会の皆様と、管内のコンビニ・金融機関を巡回し、歳末警戒を実施しました。



重要

子供達は冬休み

冬休み期間中は、子供達が外で遊ぶ機会が多くなります。子供達が交通事故に巻き込まれないよう、車を運転する際は特に注意し、また、犯罪に巻き込まれないよう、温かい目で見守りましょう。

冬道における交通事故防止

冬道は、スピードダウンと早めのブレーキ急のつく動作はスリップ事故のもと
余裕を持った運転を心掛けましょう!

スリップ事故や路外逸脱事故が多発!

日陰・橋の上・交差点は要注意!

ストップ・ザ・交通事故



本年も、犯罪や事故のない安心して暮らせる地域づくりを目指しますのでご協力をよろしくお願い致します。

特定非営利活動法人

士幌町障がい者支援の会だより

第32号 令和7年12月26日発

謹 賀 新 年

昨年中は、格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

当法人では、昨今の環境保護の観点や業務効率化のため、誠に勝手ではありますが年賀状による年頭のご挨拶を控えさせていただきました。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

また、町民の皆さま並びに関係機関の皆様方には、これまでのご厚情に心より感謝申し上げますとともに変わらぬご愛顧を賜りますよう、今後ともお願い申し上げます。



ホームページを
始めました！



皆様のご厚志に感謝申し上げます

当法人では多くの皆様から、賛助会員会費を納入いただき当会の活動に役立たせていただいております。

ここに、本年8月16日から12月8日までに令和7年度会費を納入いただいた方々をご紹介します。

なお、匿名希望の方も多数いらっしゃることをご報告させていただきます。

■個人賛助会員

伊藤 博	馬野保広	佐野俊孝	曾我幸恵
長瀬直道	永森茂之	早坂寿順	樋口豊司
堀江幸博	増田邦男	三島孝二	吉弘英八
山岸 均			

■団体賛助会員

株式会社北海道フーズ

■寄附

林 美香（タオル他）
南町公民館（タオル）

（敬称略、順不同）

しほろほのぼのホーム	☎01564-5-2688
すずらの家	☎01564-5-4838
しほろ相談室 toitoi（トイトイ）	☎01564-7-7737
共通 FAX	FAX01564-5-5454





おやつづくり(クロワッサンづくり)



屋食づくり(サンドイッチ)



地域ふれあいひろば参加



体験、見学について

すずらの家では、3歳～19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おります(日中一時支援事業)。

相談、体験、見学等、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。土幌町保健福祉課や土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

こども発達相談センター TEL:5-2598

主なサービス内容

利用可能日 :月曜日～土曜日

※祝祭日・夏季休暇(8月13日～8月17日のうちの3日間)・年末年始(12月29日～1月3日)等を除く。

営業 時間 :8:30～18:30

送迎 時間 : (お迎え)8:30 発・(送り)冬期間 17:30 発

※平日は下校時間に合わせてお迎えに伺います。

利 用 料 :無料

※おやつ代として食べた回数ごとに100円負担していただきます。



ほのぼのホーム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、就労の機会・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。

スポーツ大会&外出活動

管内事業所の方たちと一緒にボーリングで汗を流しました。昼ご飯はふじもりで。その後はイオンで買い物も楽しみました😊



地域ふれあいひろば 2025

6年ぶりの開催となったふれあいひろば。ほのぼので作製した商品を販売。くじ引きとフリーマーケットも準備して、お客様をお迎えしました。午後のミュージックケア、ビンゴ大会も盛り上がりました♪



☆布製品回収についてのお願い☆

ご自宅でご不用になった「タオル・タオルケット等」はありませんか？

総合福祉センター・中土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。

ご不明な点は「ほのぼのホーム」まで、お問合せください。



～ウエス作り作業の様子～



しほろ相談室 toitoi は、障がいのある方やご家族の身近な相談窓口となるよう、令和6年1月に開設した相談支援事業所です。

障がい福祉サービスを始めた情報提供や、相談支援を行っています。ご利用に際して、料金はかかりません。登校に不安のあるお子様や、社会参加の機会が少ない方々のご相談にも対応しています。お気軽にお問合せください。



「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

【2026年1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● 13日(火)・27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) *13日(火)のみ

～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

【ご案内】特技や趣味を生かした体験会の開催や販売会等を希望する方はコーディネーターにご相談下さい♪

●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)

●2026年 カレンダーリサイクル展●



地域の皆様からご提供いただいたカレンダーをご希望の方に無料でお渡しします。

！お願い！ 不要なカレンダーがありましたら、ぜひ当館にお持ちください！

【募集期間：1/5(月)～1/16(金)】



*開催期間：1月5日(月)～23日(金)

【開館時間中いつでも可/土日祝休み】

注意事項

- ・期間中は、集まったカレンダーを不定期で追加、入れ替えをいたします。
- ・期間中であっても、カレンダーが無くなり次第終了いたします。予めご了承ください。

1月もりくま予定表

※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 【定休日】	2 【定休日】	3 【定休日】
4 【定休日】	5 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	6 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	7 歌ごえサロン 13:30～15:00	8 フラダンス 体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	9 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	10 【定休日】
11 【定休日】	12 【定休日】	13 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	14	15 カリンバ部 14:00～16:00	16 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	17 【定休日】
18 【定休日】	19 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	20 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	21 ひまわりカフェ (認知症カフェ) 13:00～15:00	22 カリンバ部 14:00～16:00	23 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	24 【定休日】
25 【定休日】	26	27 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	28	29 カリンバ部 14:00～16:00	30 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)	31 ●開館時間中 いつでも 引き取り可 ●お一人 45分 程度まで

『地域ふれあいひろば2025』を 開催しました！！

去る11月22日（土）に6年ぶりとなる地域ふれあいひろばを開催いたしました。町内外18の団体が参加して、レクリエーションなどの体験コーナーや飲食物の販売などをし、約500名の来場者と交流やふれあいをおこないました。ふれあいひろばは大人も子どもも高齢者も障がいがある方も一同に会し『遊び・学び・ふれあい』を通して地域の人と人とのつながりを目的としています。今回の開催がきっかけとなり、日常生活においても、町内で交流やつながりが継続していくことを願っています。ご来場いただいた皆さま、ご協力いただいたボランティアやスタッフの皆さま、ありがとうございました！！



『お楽しみ会』を開催しました ご協力：JA女性部

去る12月3日（水）JA女性部のご協力のもとお楽しみ昼食会の代替事業として『お楽しみ会』を開催いたしました。今回は社会福祉協議会が『安心安全福祉台帳』で調査に伺った75歳以上のご夫婦世帯の方にもご案内して、お一人暮らし・夫婦世帯合わせて49名が参加しました。参加者さんには4種類のレクリエーションゲームを体験してもらい、会場内はJA女性部さんと参加者さんの笑い声に包まれました。



おらせ

1月6日（火）のふまねっと教室はタウンプラザが休館日のため、お休みです

1月

「ふれあい・いきいきサロン」1月の予定
気軽にお立ち寄りください

令和8年

2026

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 元旦 	2	3
4	5	6 ふまねっと教室は タウンプラザが 休館日のため お休みです	7 ガンパルーン 愛好会 【会場：保健センター】 10:00～12:00	8 佐倉ゆうゆう サロン 10:00～12:00 上居辺 いきいきサロン 10:00～12:00	9 いきいき 遊びクラブ （健康マージャン サロン） 10:00～15:00	10
11	12 成人の日 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：みんなのもののく まさん	13 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	14 中士幌 ふれあいサロン 9:30～11:30	15 下居辺 ゆう湯サロン 10:00～12:00 北地区ふれあい サロン 9:30～12:00 西町ふれあいサロン 10:00～12:00 お茶の間中町 9:30～11:30 北町きらくサロン 10:00～12:00 ふまねっと 中士幌教室 【会場：中士幌公民館】 13:30～14:30	16 いきいき 遊びクラブ （健康マージャン サロン） 10:00～15:00 歌謡休屋を 楽しむ会 13:30～15:30	17
18	19	20 西上ふれあい 夢サロン 10:00～12:00 南地区いきいき サロン 南福寿会との合同新年会 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	21 ガンパルーン 愛好会 【会場：保健センター】 10:00～12:00 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：みんなのもののく まさん	22 上居辺 いきいきサロン 【役場福祉課による 『体組成計』をおこないます】 10:00～12:00	23 いきいき 遊びクラブ （健康マージャン サロン） 10:00～15:00	24 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
25	26 北中ふれあい サロン 10:00～15:00	27 ふれあいサロン しほろ 10:00～11:30	28	29	30 いきいき 遊びクラブ （健康マージャン サロン） 10:00～15:00	31

+ **令和8年1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
診察時間	9時00分～12時00分 13時30分～16時30分		年末年始(12月27日から1月4日)
夜間診療	担当医: 藤原院長 診察日: 8日(木)・22日(木) 受付時間: 17時30分～18時30分(予約不要) 「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。		

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

	12月29日(月)	12月30日(火)	12月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。				
	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	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	
	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
午前	休診	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	内科 藤原	内科 守屋	内科 休診 小児科 清水
	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23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 泌尿器科 浮田	内科 藤原	内科 池田	内科 休診 小児科 清水
夜間				内科 藤原	
	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30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 新海	内科 藤原
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 藤原	内科 守屋 整形外科 市山	内科 休診 小児科 清水
	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6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 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 守屋	内科 北広島・高橋 小児科 清水

▽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 医師・新海 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：浮田 医師（帯広協成病院泌尿器科）※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。		