

輝く未来へ しほろ創生

広報

しほろ

2026
No.784

3

Shihoro on ICE 2026

詳細はP9に掲載

■主な内容

- ・国民年金についてのお知らせ P 2
- ・CALL! 119 P 3
- ・教育の窓（令和7年度体力・運動能力、運動習慣等調査） P15
- ・町民文芸、バトンタッチ、今月のしほろっ子 P16



火災・救急の出動速報!

令和7年1月～令和7年12月



火災件数
→ **2件**

火災件数は2件で前年比3件の減少となりました。

火災概要 損害額単位：千円

内訳	年	令和6年	令和7年	比較
火災件数(件)	建物	5	2	-3
	林野	0	0	0
	車両	1	0	-1
	航空機	0	0	0
	野火	0	0	0
	その他	1	0	-1
	計	7	2	-5
損害額	建物	7,110	69	-7,041
	内容物	5,784	938	-4,846
	その他	0	0	0
	車両	140	0	-140
計	13,034	1,007	-12,027	
面積焼損(m ²)	表面積	0	34	34
	床面積	982	0	-982
焼損台数		1	0	-1
焼損棟数		5	2	-3
罹災世帯		0	0	0
罹災人員		0	0	0
負傷者数		0	0	0
死者数		0	0	0



全国の出火原因の第1位は「たばこ」、第2位は「たき火」です。
※(提供：総務省消防庁)

令和6年の全国の総出火件数の37,141件(前年比1,531件減少)を火災種別で見ると、建物火災が2件減少、林野火災が468件減少、車両火災が25件増加、船舶火災が4件増加、航空機火災が2件増加、その他火災が1,092件減少しています。

救急出動状況

事故種別	救急出動件数(件)			救急搬送人数(人)		
	令和6年	令和7年	比較	令和6年	令和7年	比較
火災	0	0	0	0	0	0
自然災害	0	0	0	0	0	0
水難	0	1	1	0	0	0
交通	21	30	9	16	28	12
労働災害	9	12	3	9	12	3
運動競技	2	2	0	2	2	0
一般負傷	32	41	9	31	40	9
加害	0	0	0	0	0	0
自損行為	2	2	0	1	1	0
急病	177	144	-33	171	140	-31
転院搬送	29	32	3	29	32	3
医師搬送	0	0	0	0	0	0
資機材搬送等	0	0	0	0	0	0
その他	1	0	-1	0	0	0
合計	273	264	-9	259	255	-4



救急出動→264件
搬送人数→255人

救急出動件数は264件で前年比9件の減少となりました。搬送人数は、255人で、前年比4人の減少となりました。



救急車は限りある資源です。緊急時には迷わず「119番」通報していただくと同時に、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

令和6年の全国の救急自動車による救急出動件数は**771万8,380件(対前年比7万9,822件増、1.0%増)**、搬送人員は**676万9,172人(対前年比12万7,752人増、1.9%増)**で救急出動件数、搬送人員とも対前年比で増加しました。

●土幌町防火防災標語●

「日常が 油断ひとつで 燃えるかも」

土幌小学校 平野 朱理

国民年金についてのお知らせ

○こんな時には手続きが必要となります

- ①20歳になったとき(厚生年金加入者を除く)
第1号被保険者になりますので、保険料の納付が必要です。(納付書が送付されます)
- ②退職したとき(厚生年金加入者の場合)
第2号被保険者から第1号被保険者になりますので、資格取得届の提出が必要です。
- ③配偶者に扶養されていたが、配偶者が厚生年金加入者でなくなった場合
第3号被保険者から第1号被保険者になりますので、種別変更届の提出が必要です。

○国民年金保険料について

令和8年度の国民年金保険料額は、月額**17,920円**となります。

○国民年金保険料学生納付特例制度について

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。対象となる方は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等専門学校(修業年限1年以上である課程)などに在学する学生で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】 128万円+(扶養親族などの数×38万円)

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、すでに保険料を納められた月分は学生納付特例の期間にはなりません。

○国民年金保険料学生納付特例の申請について

学生納付特例制度により、令和7年度に保険料納付を猶予されている方で、令和8年度も引き続き在学予定の方へ、4月頃に基礎年金番号などが印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書が送付されます。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要な事項を記入して返送いただくかマイナポータルでの電子申請により、令和8年度の申請ができます。

なお、令和8年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、納付書の送付を受けることができますので、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

手続きおよび申請方法はこちらから
マイナポータル 検索
<https://myna.go.jp>



電子申請の概要は日本年金機構ホームページをご覧ください。
国民年金 電子申請 検索
https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html



お問い合わせ先 町民課住民年金係 電話 5-5231
帯広年金事務所 電話 0155-25-8113

ウィンタースポーツで

しほろっこ大活躍!!

2026全十勝スキー技術選手権大会！～土幌基礎スキー少年団～

1月3日、2026全十勝スキー技術選手権大会(新得町サホロスキー場開催)が開催され、土幌基礎スキー少年団から14名が出場し、優秀な成績を収めた6名が表彰されました!

また、吉田えるのさん(中央中1年)が昨年度の優秀な成績(全道大会3位、全日本大会6位)により北海道スキー技術選手権大会(全日本スキー技術選手権大会予選)への出場権を獲得しました!!

結果は次のとおりです。(敬称略)

○小学生女子の部

- 3位 吉田このみ(土幌小4年)
- 6位 河合虹幸(芽室小4年)
- 7位 片桐史乃(音更小2年)
- 8位 名波心菜(土幌小4年)
- 10位 田辺聖恵(西中音更小3年)

○小学生男子の部

- 1位 山中蒼仁(本別小5年)
- 2位 松倉侑利(土幌小6年)
- 3位 名波令穂(土幌小6年)
- 4位 小川礼(芽室小6年)
- 7位 上原旭陽(土幌小3年)
- 9位 瀬戸悠雅(土幌小3年)
- 10位 中谷奏太(土幌小5年)

○中学生女子の部

- 2位 吉田えるの(中央中1年)

○高校生男子の部

- 1位 前田渉太郎(帯広大谷高2年)



8名が見事入賞！～第41回全十勝スピードスケート土幌大会～

1月18日、町営スケートリンクにて、第41回北澤欣浩杯全十勝スピードスケート土幌大会が開催されました。

十勝管内より130名、土幌町からは15名が出場し、白熱したレースが繰り広げられました。

5年生以下の優秀選手として5年男子の大野蓮之佑選手(上居辺小)が帯広スケート連盟会長賞を受賞するなど、合計で8名が入賞を果たし、しほろっこが活躍する大会となりました。

結果は次のとおりです。(敬称略)

- 2年男子6位 野口桂吾(土幌小)
- 3年男子3位 松山純生(土幌小)
- 3年男子4位 大野瞬(上居辺小)
- 4年男子4位 大野楓(中土幌小)
- 4年女子5位 佐々木渚美(土幌小)
- 5年男子1位 大野蓮之佑(上居辺小)
- 5年男子4位 飯島健心(土幌小)
- 6年男子4位 大野春樹(中土幌小)



全国中学校スケート大会出場報告&結果速報～土幌町中央中学校～

1月21日、土幌町中央中学校の生徒8名と同校教諭の松井友汰さんが役場を訪れ、第56回北海道中学校スケート大会(1月9日～11日明治北海道十勝オーバル開催)の結果と、第46回全国中学校スケート大会(1月31日～2月3日長野県長野市エムウェーブ開催)への出場を、高木町長へ報告しました。

全国大会出場選手は、小野寺仁菜さん(3年)、河村京葉さん(同)、野口夏帆さん(同)、大野隆晴さん、(2年)、飯島昂生さん(同)、鈴木凱大さん(同)の6名。

生徒は、「最後の全国大会になるので、力を出し切って表彰台に上がれるように頑張る」「日頃から応援してくれる方への感謝を忘れず、練習の成果を精一杯出し切りたい」「夏もスケートの練習を頑張ってきたシーズンは全国大会にいきいたい」など、それぞれ抱負などを述べました。

高木町長は「それぞれ優秀な成績を収めたことは土幌町としても大きな誇り。出場する6名は、出場が叶わなかった選手の悔しい思いを含めて、また競技に関わる全ての人への感謝を忘れず、精一杯の滑りをして、最高のレースができることを期待している」と選手たちを激励しました。



大会結果は次のとおりです。

(敬称略・入賞者のみ)

- 男子500m 鈴木凱大 2位
- 男子1000m 鈴木凱大 8位
- 女子1000m 河村京葉 4位
- 女子1500m 河村京葉 4位
- 女子3000m 小野寺仁菜 7位
- 女子3000m 小野寺仁菜 4位

3名が大会記録を更新！～山影博明杯町民スケート大会～



1月24日、町営スケートリンクにて、土幌町スケート協会および土幌町教育委員会主催の第49回山影博明杯町民スケート大会が開催され、町民28名が参加しました。

それぞれが自己ベストを目指して懸命に滑り、小学5年男子大野蓮之佑さん(上居辺小)が500mで47秒13、1,500mで2分29秒87を記録し、同年松山開晴さん(土幌小)500mで47秒99、1,500mで2分30秒11を記録、さらに同年飯島健心さん(土幌小)が500mで48秒00、1,500mで2分30秒31を記録し、大会新記録を更新しました!

結果は次のとおりです。(敬称略・総合上位3位まで)

学年等	順位	氏名	学校名	学年等	順位	氏名	学校名			
小学生	男子	1年生 1位	野口 秀榎	土幌	女子	3年生 1位	佐藤 果穂	土幌		
		2年生 1位	野口 桂吾	土幌		2位	植木あかり	中土幌		
		3年生	1位	大野 瞬		上居辺	1位	佐々木渚美	土幌	
			2位	松山 純生		土幌	2位	佐藤なのは	土幌	
		4年生	1位	大野 楓		中土幌	3位	太田あかり	中土幌	
			2位	大野蓮之佑		上居辺	6年生 1位	佐藤 奈穂	土幌	
	女子	5年生	1位	大野開晴	土幌	幼児	1位	野口 千瑛	こども園	
			2位	飯島 健心	土幌		2位	加納 和桜	こども園	
			3位	飯島 健心	土幌		3位	佐藤ことは	こども園	
		6年生	1位	大野 春樹	中土幌		一般	1位	なみりん	TFC
			2位	太田 拓	中土幌			2位	まりりん	TFC
			3位	太田 拓	中土幌			3位	ゆきりん	TFC

第39回町民卓球大会

町卓球協会



1月18日、総合研修センターにて、第39回町民卓球大会（町卓球協会主催）が行われ、中学生から一般まで44名が出場しました。

午前中はリーグ戦によるシングルス、午後からは希望者によるダブルスの試合が行われ、各部門で白熱した試合を繰り広げながら、全員で卓球を楽しんでいる様子が見られました。

入賞者は次のとおりです。（敬称略）



■シングルス

	中学生	一般男子A	一般男子B
優勝	春日 舷太	永井 武志	大和田 勇喜
準優勝	山根 虎之助	小野田 義隆	川上 明伸
第3位	中村 有吾	土屋 亮太	小林 宏
	一般男子C	一般女子A	一般女子B
優勝	近藤 和三	今村 幸恵	池本 哲代
準優勝	中島 正文	永井 香帆	小林 由貴子
第3位	池本 文昭	植田 智子	吉田 加代子

■一般ダブルス

優勝	大和田 勇喜・植田 智子
準優勝	永井 武志・池本 哲代
第3位	岡村 英基・永井 香帆

企業版ふるさと納税感謝状贈呈式

株式会社奥原商会
フロンティアサポート合同会社

1月19日、応接室にて株式会社奥原商会の奥原崇代表取締役へ、高木町長から企業版ふるさと納税に対する感謝状を手渡しました。高木町長は「土幌町の未来と今後の更なる発展に繋げられるように活用していきたい」と話し、奥原代表取締役は「会社としてどう支援できるか考えながら商売させていただいていた。地域のために活かしていただけたら」と話しました。

寄付金につきましては「安心して住み続けることができる地域をつくる事業（再エネ促進事業）」に活用させていただきます。



1月28日、応接室にてフロンティアサポート合同会社の藤内孝幸代表社員へ、高木町長が企業版ふるさと納税に対する感謝状を手渡しました。

同社からは企業版ふるさと納税として100万円を寄附いただきました。藤内代表社員は「土幌町のゼロカーボンに対する取組に賛同し寄附させていただいた」と話していました。



森と人を育てるコンクールで最優秀賞受賞！

高橋晶広さん

1月20日、小会議室にて、森と人を育てるコンクールの表彰式が行われ、カラマツの部で最優秀賞を受賞した高橋晶広さんが役場を訪れました。

このコンクールは、森林づくりを道民全体で支える気運を高めることを目的に適切な森林整備を実践する森林所有者、長年にわたり木育活動に取り組む団体等を評価・表彰をしています。

高橋さんは「父から山林を譲り受けまだ数年しか経っていないが大雪森林組合の方にもお世話になり受賞することができ、父も喜んでいと思う。また今回の受賞を機に森づくりや環境のことについて見つめ直すきっかけになった」と話しました。



森会長から学ぶ

土幌町中央中学校

職業人講話

1月21日、土幌町中央中学校にて、森産業株式会社社長の森雅三取締役会長を講師に招き、1年生を対象に職業人講話と称した講話を行いました。総合的学習の時間の「土幌探究学習」の一環として行われた本講話は、地域の魅力や課題について考えることを目的としています。



森取締役会長は講話の中で「人にはそれぞれ個性がある。一つでも自分で自信の持てるものがあればいい」と話し、中学生へ地域や仕事への思いなどを自身の経歴を踏まえて伝えました。

中学生からは「頑張れる原動力は何か」「今までで大変だったことは何か」など多くの質問が出て、これからの人生の糧にしようとする懸命に話を聞いている姿が印象的でした。

しほろ農業塾開講式

1月23日、コミュニティセンターにて、第1期「しほろ農業塾」の開講式が行われました。

今年度から新たに始まった「しほろ農業塾」は、町内在住の農業経営者や農業後継者などを対象に、これからの農業担い手に必要な幅広い見識や鋭い経営感覚、豊かな人間性を育むことを目的に開設され、今期は6名の方が塾生として学びます。

今回は、塾長の高木町長と副塾長の土幌町農業協同組合の國井浩樹代表理事組合長からの式辞、塾生自己紹介、今後についてのオリエンテーションを行いました。

高木町長は「これからの時代には地域農業を守り抜くためには『人の力』『学ぶ意欲』が不可欠。塾生の新たな飛躍・発展につながることを期待している」と話し、國井代表理事組合長は「本塾で大切にしたいのは『横のつながり』。塾生にはぜひ仲間と語り合い、支え合いながら、失敗を恐れず、挑戦を続けてほしい」と式辞を送りました。



連携協定締結式

土幌町×ステラグリーン

1月28日、土幌町と株式会社ステラグリーンの間で「誰かが関わらなくても、農村ユートピアの実現に向けた連携協定」を締結式が行われました。

協定の内容は、脱炭素社会の実現に向けた取り組み、森林カーボンクレジットの創出に係る事業、持続可能な第一次産業の推進に関することなどについて連携を行うていくものです。

高木町長は「ステラグリーン社との連携により森林カーボンクレジットを創出し森林資源の適正管理による吸収源対策の他、得られる収益により持続可能な町づくりへの取り組みに活用していきたい」と、中村彰徳代表取締役社長兼CEOは「農業が特に盛んな土幌町の高付加価値化を実現する中で、地域に貢献できるように努めていきたい」と話しました。



マイホーム建設支援事業補助金を贈呈

～波多野佳弘さん&安達慎治さん～

1月30日、町内で住宅を購入された波多野さんへ「マイホーム建設支援補助金」100万円（うち50万円は商工会商品券）が高木町長から手渡されました。補助金の使い道について波多野さんは「家具や家電を買うのに使いたい」と話していました。

また、2月3日、町内で住宅を購入された安達さんへ「マイホーム建設支援補助金」65万円（うち32万5千円は商工会商品券）が高木町長から手渡されました。

補助金の使い道について安達さんは「猫がいるのでキャットタワーを買い替えたり、中学生になる娘に必要な物品を揃えたい」と話していました。

町では、移住・定住者の増加を図るため、町内に初めてマイホームを持ち、10年以上上定住される方に補助金を交付しています。補助金の詳細は、町公式ホームページよりご確認ください。



▲波多野佳弘さん



▼安達慎治さんご家族

祝100歳！敬老祝い金贈呈

～鈴木晃一さん&高橋道夫さん～



1月30日、1月31日に100歳を迎えられる鈴木晃一さん（大正15年生まれ・写真上）に高木町長から敬老祝い金が手渡されました。

晃一さんは小樽市生まれ。岩見沢教育大学への進学を経て教諭に

なられ、十勝管内の学校を転勤し最後は音更町の緑南小学校校長として教員人生を終えました。晃一さんは「ゆつたりと生活していきたいと思っています」と話していました。長女の佐藤さんは「長生きしてくれてありがとう」と感謝の言葉を述べていました。

また2月9日、特別養護老人ホームにて2月11日に100歳を迎えられる高橋道夫さん（大正15年生まれ・写真下）に高木町長から敬老祝い金が手渡されました。道夫さんは土幌町生まれ。南地区で農業を終生生業としていらつしやり、土幌の農業に多大なるご貢献をいただきました。

道夫さんは「94歳まで働いていました。土幌は食べ物もいいし、特養の職員さんもいいのでとても感謝しています」と話していました。ご家族は「激動の100年を生き抜いた、土幌の100年を知っているというところでとても尊敬します」と述べていました。



リンク納め記録会

～スケート協会～

1月31日、町営スケートリンクにて、土幌町スケート協会主催のリンク納め記録会が開かれ、幼児から小学生まで29名が出場しました。

シーズン終盤のこの日、出場者は練習や大会で慣れ親しんだリンクで自己ベストを目指し、元気に滑走していました。

また同リンクは、2月10日に閉鎖しました。多くの方のご利用ありがとうございました。



生活ハンドブックを作りました!!



土幌町で働く日本語を母語としない外国人をお持ちの皆さんが、より安心で快適な生活を送られるよう、産業振興課において「土幌町の生活ハンドブック（やさしい日本語版）」を作成しました。

本町では、約150名の外国籍の方が、酪農、畜産をはじめとする地域産業に従事されており、地域に欠かせない大切な存在となっています。

そんな外国籍をお持ちの皆さんにもわかるように、土幌町での暮らし、ゴミの分別、交通ルール、冬の雪道、病気・事故、災害などについて、やさしい日本語で書かれています。



↑町ホームページ

設立60周年を

記念して寄附

～土幌電設株式会社～

2月5日、土幌電設株式会社の田中浩久代表取締役が役場を訪れ、同社の設立60周年を記念し、町へ300万円を寄附していただきました。

田中代表取締役は「若い人の力があればさらに土幌町を盛り上げていけると思う。子どもたちのために活用していただきたい」と話し、高木町長は「育てる世代の方に住んでもらえるよう子育てしやすい町づくりに活用したい」とお礼の言葉を述べました。



Shihoro on ICE 2026

～みんなで作ろう！寒いけど暖かい一夜限りのキャンドルナイト～

2月6日、実行委員会（服部菜矢代表）主催の「Shihoro on ICE 2026」が、タウンプラザにて開催されました。

会場には、2月3日～5日の3日間で町民に作成を呼びかけたアイスキャンドル620個が飾られました。今回、土幌町中央中学校美術部が200個のキャンドルを作成し、会場を彩ったほか、道の駅ピア21しほろによる豚汁等の販売や町民有志による雪像の展示も行われました。タウンプラザ内では、土幌町中央中学校吹奏楽部による演奏やコーラスこもれびによる合唱、地元有志によるアコースティックライブが行われ、会場は大いに盛り上がりました。

来場者は「きれい！」と口々に声を漏らし、温かく灯されたアイスキャンドルや雪像の前で写真を撮り、寒い体を美味しい料理で温めながら、一夜限りのキャンドルナイトを楽しんでいました。



ぼうさい 防災だより ~士幌消防団~

Disaster prevention



嵯峨地域防災マネージャー

1月18日(日)、士幌消防署にて士幌消防団の活動の一貫として、嵯峨勉地域防災マネージャーによる「近年の自然災害の傾向と消防団に期待される役割」をテーマとした研修会が行われました。嵯峨マネージャーは近年全国各地で発生している大規模地震、風水害の他、林野火災、火山噴火などの例も紹介し、「一町民として平素から自助、共助からなる減災対策の他、公助としての消防団の役割を整理され着実に備えていくことが重要！」などと説明しました。

参加された消防団の皆さんは、真剣に話を聞かれ活発な質問や意見などもあり、とても充実した研修会となりました。

会の最後に末永秀雄消防団長は、「消防団の役割は、火災が発生した際の消火活動が主体となるものの、風水害やその他の自然災害などにも対応していくことの必要性を感じた。また一町民として、常日頃から自分や家族の備えを万全にし、いざという時に消防団の役割を果たすことができるよう心の準備を整えていきましょう！」と、団員に呼び掛けていました。



【士幌消防団の皆さんと研修会の状況】

連絡先 総務課 電話5-5211

出産祝い金贈呈

早坂さんファミリー



2月10日、早坂郁哉さん、礼奈さんご夫妻の次男として生まれた紫旺くんのご誕生を祝し、高木町長から出産祝い金が手渡されました。土幌町では第3子以降が生まれた家庭へ町長が直接出産祝い金を贈呈しています。

贈呈後は、高木町長が紫旺くんを抱っこしたり、早坂さんご夫妻と談笑したりと赤ちゃんのいる素敵な空間を和やかに過ごさせていただきました。

郁哉さんは「5歳、2歳、0歳と3人目で、上の子たちもすごい活発。子どもの人数が多くて大変だが、3人とも平等に接してあげられるように頑張りたい」と話していました。

『土幌町をPRし隊』

帯広南商業高等学校

2月13日、約1年間「土幌町をPRし隊★★★★★」として活動してきた帯広南商業高等学校の生徒4名が来庁し、高木町長へ活動報告をしました。

PRし隊には、各種イベントの周知や参加、帯広駅前でのアンケートやPRの実施、商品開発、PR動画出演など、多方面において土幌のPRや課題解決のためにご尽力いただきました。

メンバーは「これまでの活動を通して、私たち自身も土幌の魅力を見ることができた。地域貢献だけではなく、私自身も多くのことを学ぶことができた」と話し、高木町長からは「土幌のPRのためにいろいろと活動をしていただき非常に有り難い」と感謝の言葉を述べました。



人の動き

5,600人(-85) 男2,766人(-53) 女2,834人(±0) 世帯2,739(+1)
※1月末現在()は前年比

美濃のまちから

牧谷小学校で卒業証書の紙すきが行われました



▲ 紙すきの様子
▼ 校章



1月21日に美濃市蔵生の牧谷小学校で、6年生児童が自分の卒業証書となる和紙をすきました。同校では美濃和紙について6年間学んだ集大成として、毎年この時期に卒業証書をすいています。

この日、美濃手すき和紙協同組合の紙すき職人8人による指導のもと、児童は証書作りに挑戦。金属の型に繊維を混ぜた茶色い溶液を流し込み、「ひっかけ」という技法で「校章」を製作した後、「流しすき」の技法で和紙をすきました。そして、児童がすいた和紙と職人がすいた薄い和紙の間に校章を挟み、透かしのある証書を作り上げました。

また、「すかし」の技術が用いられ、完成した証書をよく見ると「MAKIDANI」という透かし文字が浮かび上がります。卒業証書作りに挑戦した児童は、「6年間学んできた技法を生かして6年間の最高の和紙をすくことができた」と話しました。

安全・環境だより

野良猫に餌を与えないでください

お腹を空かせた野良猫に餌を与える行為は、結果として不幸な野良猫を増やしてしまいます。また、餌を与えているせいで、ご近所の敷地で排泄するなど、迷惑をかける場合もあります。

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。

ごみの出し方再確認!

- 問い合わせの多いごみの分別について、紹介します。
- ガソリン携行缶(鉄金物のため、中身を抜いて「大型ごみの日」)
- 仏具(指定のごみ袋に入れ「燃やせないごみの日」)
- 膨張したモバイルバッテリー(有害ごみのため、透明・半透明)

前年度とのごみ発生量の比較

1月は前年同期と比較し、ごみの量が減少しました。町内の販売店からコンポスト・EMバケツ、生ごみ乾燥処理機を購入された場合、購入費の一部を助成していますので、ご利用ください。

今月のごみ指数	令和8年1月分	前年同期	増減
燃やせるごみ	67,260	66,310	1.43%
燃やせないごみ	9,670	9,870	-2.03%
合計	76,930	76,180	0.98%
町民一人当たりのごみの量	5,600 13.7	5,685 13.4	
資源ごみ	40,758	43,469	-6.24%

ごみに関するお問い合わせは、役場生活環境係(町民課直通) ☎5231までお願いします。

病院だより



士幌町国民健康保険病院
院長 藤原 大輔

インソール（中敷き）について

「足が痛くて困っている」という方、意外と多いのではないのでしょうか。膝が痛い、足の裏が痛い、歩くと外反母趾が痛い……。治療としては、痛み止めの飲み薬や注射、場合によっては手術という選択肢もありますが、「できればそこまではしたくない」という方も多いと思います。

そこで今回は、体への負担が少ない治療の一つとして、**当院で新しく導入した「オーダーメイドのインソール（中敷き）」**をご紹介します。

このインソールは、足を四方向からスマホで撮影し、その写真データをインターネットで東京の会社へ送ることで、**3Dプリンターを使って一人ひとりの足に合わせて作られる**ものです。既製品とは違い、足の形やくせに合わせた完全オーダーメイドになります。

対象となるのは、**変形性膝関節症、扁平足、外反母趾**などの方です。年を重ねてくると、足首が内側に倒れ込みやすくなり、体のバランスが崩れてきます。すると足の内側に負担がかかり、外反母趾が悪化したり、膝が痛くなったりします。

このインソールは、そうした**足元のバランスを整え、負担を軽くする役割**があります。実は私自身も、外反母趾が少しずつ進んでいて、最近では走ると痛みが出るようになっていました。このインソールを使い始めてから、**痛みが完全になくなったわけではありませんが、以前より明らかに楽になった**と感じています。「これは続けてみてもいいかもしれないな」というのが正直な感想です。

なお、この取り組みは、**北海道内では（島しょ部を除くと）当院が第一号**になります。札幌や帯広でも、まだあまり行われていないようです。費用については、**保険が使えます**。

～費用の目安（実費分）～
 ・1割負担の方 3,000円台 ・3割負担の方 1万円台前半
 ※このほかに病院へ採寸費用として400～1,200円ほどかかります。
 ※保険分が払い戻されたあとの実質負担額となります。

※作成の際には、**いったんインソール作成会社へ費用の全額をお支払い**いただきます。保険分の償還には、加入している健康保険へ申請手続きが必要です。

作成を希望される方は、**まず病院まで予約のお電話**をお願いします。サイズ測定と成型で、**2回の来院が必要**になりますので、その点だけご了承ください。暖かくなって歩き回る季節が来る前に、**足元の準備**しておくのも一つの方法です。「足の痛み、仕方ないもの」と我慢せず、気になる方はぜひ一度ご相談ください。

夜間診療 休診のお知らせについて

当初の見込んでいた数より来院者が少なく、一度体制を仕切り直すために**当面の間休診**とさせていただきます。ご利用いただきました方に感謝申し上げますとともに、皆さまにはご不便等をおかけいたしますが、ご理解とご了承くださいますようお願い申し上げます。



こどもだより

小学校への「架け橋」

士幌町認定こども園長 渋谷 浩



1月14日(水)に士幌町認定こども園の年長児が、冬休み中の士幌小学校を訪ねました。まずは1年生の教室をお借りして“模擬授業”。一人一人が自分の住むまちに「あったらいいな」と思うものを絵に描きました。それを教室前のホールでグループごとに持ち寄った絵の並べ方を相談して、そのまちに名まえをつけるグループワークを行いました。その後、宍戸教頭先生に案内してもらってトイレ・手洗いを体験。さらに理科室、家庭科室、音楽室、最後に学校図書館(図書室)を見学させていただきました。子どもたちは「小学校入学」を肌で感じ取り、期待に胸をときめかせていました。

今、小学1年生で不登校傾向に陥ってしまう子が増加しているという道教委データもあります。幼小の滑らかな接続を図る「架け橋期プログラム」の充実が求められているところです。幼小が連携して、子どもたちが安心して“はじめの一歩”を踏み出せるよう応援しています。



【気分は“1年生”】



【ホールでのグループワーク】



【理科室に興味津々】

連絡先 認定こども園なかよし 幼児教育課 電話5-2364 (相談専用) 電話5-2502



特養だより



厄を祓い、福を招き入れました

2月3日の節分の日、鬼となった職員がやってきました。毎年、利用者様はこのイベントを心待ちにしています。当施設ではお菓子の甘納豆の小袋を使用しています。

「鬼は～そと～」 「福は～うち～」という掛け声と共に、思い切り鬼に向かって豆をまく方がいれば、「かわいそう」と優しくまく方もいらっしゃいました。豆まきが終わった後には甘納豆をいただく時間が訪れます。「美味しいね」「もっと食べたいよね、少ないわ」と楽しそうに話す利用者様も多く、賑やかなひとときを過ごしました。



利用者様は恵方巻きにはあまりなじみがありませんが、来年は恵方巻きのスイーツも作って楽しむことができたらと考えています。

連絡先 特別養護老人ホームほほえみ 電話5-2416



令和7年度体力・運動能力、運動習慣等調査

令和7年度全国体力・運動能力運動習慣等調査の集計結果が公表されました。本調査は小学校5年生及び中学校2年生を対象としたもので、士幌町の児童生徒の体力運動能力等の状況について、全国平均との比較でお知らせします。

【体力・運動能力】
小学男子は長座体前屈以外の7種目と体力合計点で全国平均を上回り、体力・運動能力が高い傾向にあります。

小学女子は上体起こし・ボール投げの2種目は全国平均を上回りましたが、それ以外の種目と体力合計点は全国平均を下回る結果となりました。
中学男子は反復横跳び・50m走

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	シャトルラン (m)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点 (点)
小5男子	16.65 51.8	23.48 56.5	32.70 48.7	44.13 53.8	57.68 54.6	9.35 51.0	161.04 54.0	25.50 55.3	57.26 54.4
小5女子	15.45 49.6	19.18 51.5	32.50 43.9	37.73 48.7	26.68 43.7	10.16 46.1	135.09 47.0	13.59 51.0	50.85 46.6
中2男子	31.39 53.3	26.57 50.8	47.48 52.1	43.67 41.5	79.65 50.3	8.01 49.8	197.81 50.1	24.09 55.3	44.69 52.3
中2女子	25.73 55.4	20.25 47.6	38.25 42.0	46.53 51.0	53.00 51.2	9.15 48.1	165.13 49.5	15.21 56.4	47.57 50.0

上段が町内平均値、下段が士幌町T得点 (全国平均を50とした時の値)、□はT得点が50以上

いま、士幌高校では



二次元コード 学校HP

2月に入り、3年生は高校卒業後の新しい生活の準備のために、家庭学習期間へと入りました。あとは2月27日(金)の卒業式予行と3月1日(日)卒業式の2日間の登校を残すのみ。3月1日には晴れの日を迎え、それぞれの進路へと旅立ちます。また、1、2年生の在校生は2月の後期期末考査に向けて、1年間の学びの総括を進めています。それぞれの学習課題の克服に努め、残りの高校生活の中で主体的に学ぶ姿勢を身に付けてほしいと思います。

◆1月21日(水)租税教室

2年生の公共の授業で税の意義や役割を正しく理解するため「竹川会計事務所」竹川 靖之様を外部講師としてお迎えし、租税教室を行いました。租税教室を通して、税の意義や役割を正しく理解した一日となりました。



【授業風景】



【竹川先生】

写真研究同好会
フードシステム科3年
竹田 星愛さんの作品



第40回全十勝写真公募展学生部門入選「葉っぱ」



第69回全国学芸サイエンスコンクール
写真部門高校生の部入選「声を失った花たち」

◆令和8年度 入学者選抜情報
1月26日発表

- アグリビジネス科
一般入学者選抜 7名
推薦入学者選抜 5名 合計12名
- フードシステム科
一般入学者選抜 12名
推薦入学者選抜 14名 合計26名
中学生のみなさん
合格を目指して頑張ってください！

【3月の予定】※行事は全て予定です。

- 卒業式 1日
- 入学者選抜(学力検査) 4日
- 入学者選抜(面接) 5日
- 級内意見発表大会 9~10日
- 教科書販売新2年生 12日
- 教科書販売新3年生 13日
- 高校生のための進路FAIR 19日
- 修了式・離任式 24日

【運動習慣等】
小学生の少年団や運動の習い事の加入割合が、男女とも全国平均より高い状況にあります。
中学男子は運動部に所属の生徒の割合は全国よりも低く、文化部は高い割合でした。女子は運動部・スポーツクラブに所属の生徒は高い割合でした。男女とも未所属の生徒の割合は低い状況にあります。

【生活習慣等】
『朝食を毎日食べる』は、中学男子が全国に比べて高く、小学男女と中学女子は低い割合でした。小学女子は『食べない日が多い』割合が高い結果となりました。全体的に毎日の朝食摂取に課題が見られました。

朝食は毎日食べますか									
	小学校				士幌	中学校			
	毎日	食べない日もある	食べない日が多い	食べない		毎日	食べない日もある	食べない日が多い	食べない
男子	66.7	23.8	9.5	0.0	士幌	87.5	4.2	8.3	8.0
	82.5	13.7	2.8	1.0	全国	81.9	12.2	3.9	2.0
	76.2	18.1	4.4	1.3	全道	76.1	15.9	5.5	2.5
女子	72.7	13.6	13.6	0.0	士幌	64.7	29.4	5.9	0.0
	80.4	15.8	3.1	0.7	全国	74.4	18.6	6.0	1.9
	73.2	20.9	4.7	1.2	全道	67.9	22.8	6.8	2.6

『学習以外のテレビ・ゲーム・スマホ・PCなどの視聴時間』については、1時間未満の割合が中学男子は全国平均より高い状況にあります。一方、3時間以上視聴する割合は、小学男女は高い傾向にあります。中学男女については同等の状況にあります。

町民文芸

俳句

- ・華やかな三人娘桃の節句
- ・卒園児最後の園舎に別れ告げ
- ・見上げれば又プカ嶺雲山笑う
- ・それぞれの家庭を持ってり雛納
- ・塔婆二枚並べて供う涅槃西風

和田

節女

川柳

- ・一升餅皆の拍手や初曾孫
- ・子だるまやよちよち進む氷上で
- ・冬バレー アキレスいたわり
- ・足止まり まさかアキレス?!

和田 節子

小野寺 僚

真人

真人

短歌

- ・道路ぞい空地の雪が山の様我若き頃スキーすべりを
- ・とつぜん体調くずし入院のこれからの我しせつでの暮らし
- ・この冬は十勝のしばれ弱まりぬ温暖化の波身にせまりくる
- ・開拓の歴史を絆ぐアカシアの切り株悲し根伸ばしゆく
- ・ひい孫のほほ笑む写真に癒やされて逢う日楽しみ待ち遠しいな

清水さよ子

清水さよ子

三木 悦子

汀馬 睦子

したしみ図書館 新しく入った本

【児童書】

- でんぱん・水あめのひみつ (小室栄子)
- 橋のひみつ (マリサ)
- 狙われた国と地域 8 (稲葉茂勝)
- つかめ! 理科ダマン 1~3 (シン・テフン)
- みんなが知りたい! ヘビのひみつ (橋元浩一)
- 本当はスゴいばっちいの研究所 (坂井建雄)
- お米はどこから来て、どこへいく? 稲・お米・ご飯 1~3 (稲葉茂勝)
- ずかん色 (技術評論社)
- まわるおすしやさん(藤重ヒカル)
- もぐらけんせつ あなぐましまいのドーナツトンネル (長崎真悟)
- はたらく校長先生 (吉田亮人)

【一般書】

- 発達障害・「グレーゾーン」の子の不登校大全 (本田秀夫)
- ひのうまに生まれて(酒井順子)
- 足のむくみをとる本 (川嶋朗)
- ぱぱっとととのえごはん (榎本美沙)
- 笠原将弘の和食はもつとおおらかでいい (笠原将弘)
- 知識ゼロからはじめるポーカー超入門 (じえいそる)
- 変な地図 (雨穴)
- 月白 (宇佐美まこと)
- 猿 (京極夏彦)
- 魔法学校校の麗人執事 3 (新川帆立)
- 家族 (葉真中顕)
- 晴れの日の木馬たち (原田マハ)
- 60代、日々好日 時々ため息 (唯川 恵)

★パンケーキ100まいたべたいの (石川えりこ)
「きょうは、おいしいパンケーキを100まい、すぐたべたい日なの」女の子は、パンケーキ100まいぶんの材料を買いにおつかいに。そこへ現れたのは大きな黒ねこ。行く先々でも、たくさんのねこたちが買い物のお手伝いをしてくれます。

★気象庁 危機と改革の時代を超えて (若林悠)
多くの災害に見舞われた平成、令和の時代、気象庁はいかなる変化を遂げたのか。線状降水帯予測、地震火山情報、地球温暖化予測...気象業務150年を超えた今、課題に挑み続ける「防災官庁」の実像を描く。

★★今月の休館日★★
3、10、17、24、31日 (毎週火曜日)
※1~7日は蔵書点検※

したしみ図書館(総合研修センター内 電話5-2281)【開館時間】10時00分~18時00分まで
<https://www.ik.licsre-saas.jp/shihoro/webopac/index.do>

★善意に感謝します★

- 寄附・寄贈
- ▼協働のまちづくりに係る基盤づくりに関する事業 高橋 道夫さん 20万円
- 《企業版ふるさと納税》
- ▼安心して住み続けることができる地域をつくる事業 株式会社奥原商会(帯広市) 500万円
- ▼安心して住み続けることができる地域をつくる事業 フロンティアサポート合同会社 (音更町) 100万円

★おくやみ★

- 《特別養護老人ホームへ》
- 渡辺 智子さん じゃがいも
- 報恩寺仏教婦人会 洗剤
- 吉野 敏夫さん(72歳) 特老
- 小原 玉さん(91歳) 特老
- 中上 幸雄さん(77歳) 明老
- 浪内 幸子さん(84歳) 平原
- 野村 正行さん(95歳) 柏
- 中山 シゲ子さん(93歳) 土幌南一区

今月のしほろっ子



土幌小学校3年 原花怜さん

夢は素敵なパン屋さん

- ★好きなこと 折り紙
- ★好きな教科 図工
- ★最近嬉しかったこと ポンポンドロップシールを買ってもらったこと
- ★土幌の好きなところ 美味しいポテトチップスがたくさん食べられるところ
- ★将来の夢 パン屋さん
- ★宝物 ぬいぐるみ
- ★今年頑張りたいこと 苦手な算数を頑張りたい!!

まずは何でも挑戦!



土幌で好きなもの とりしん・田園 土幌の印象は? 人より牛が多く、酪農・畜産が強い

次回(2月15日)は、新入生(2月15日)の富原彰一さんにバトンタッチ。中央さんから「一言」チャレンジしてみたいことは?」

中央さんは、栃木県出身。両親が酪農関係の仕事に携わっており、その姿を見て将来は酪農・畜産の仕事に携わりたいと思ったことがきっかけで、高校卒業後に酪農学園大学に入学。酪農に関すること、飼料や牛舎についてなどさまざまなことを学んだそうです。

現在は、ホクレンくみあい飼料株式会社十勝工場の業務課で、餌の管理等の事務作業を行っています。トブルなどで立てた予定通りに進まず苦労している中央さんですが、「餌がなくならないように発注できたことが嬉しい!」と話していました。

趣味は「スノーボードをすること」と話す中央さん。高校時代に、グラトリックの技がかっこよくて友達たちと挑戦したことをきっかけにハマりしたんだとか。またドライブをするのも好きなようで「土幌に来てから1人で稚内に行ってきた」と話しています。次は函館のラッキーマンに行きたいそうです。これからの目標を聞いてみると「まだ入って1年も経っていないのでまずは何事も挑戦していきたい!」と熱い想いを語る中央さんでした。

★お誕生★

- 北風 葉さん 裕明さん 高徳
 - (1月14日生)
 - 山内 みりのりさん 良介さん 神苑
 - (1月23日生)
 - 加納 逸誠さん 大輝さん ともみさん 土幌南一区
 - (2月6日生)
- (2月15日受付分まで)

LINE

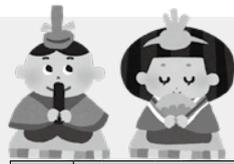
友だち追加
お願いします!

youtube

高評価・チャンネル登録
お願いします!

Instagram

フォロー
お願いします!



暮らしのカレンダー 3月

日にち	行	事	場所
1 日			
2 月			
		9:00～11:00 妊産婦・一般健康相談	福七
	☆	9:30～11:30 ちびっこ広場	認定こ
	☆	10:00～11:00 ぴよぴよ広場	中児
		13:15～13:30 受付 予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		15:45～16:00 受付 予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保
3 火			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
	☆	10:30～11:30 スマイル教室	認定こ
		13:00～16:00 よすが子育て相談	福七
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		13:30～14:30 ふまねっと	タウン
4 水			
	☆	9:30～11:30 のびのびの日	認定こ
		10:00～11:30 いきいき運動教室	総研
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
5 木			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
	☆	10:00～11:30 キッズ・クラブ	認定こ
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
6 金			
		8:50～9:20 まる元運動教室	保セ
		9:00～11:30 赤ちゃん相談	福七
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
		10:00～10:30 まる元運動教室	保セ
		13:00～13:30 まる元運動教室	保セ
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
7 土			
8 日			
9 月			
		9:00～11:00 妊産婦・一般健康相談	福七
	☆	9:30～11:30 ちびっこ広場	認定こ
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		13:30～14:30 ふまねっと	タウン
10 火			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
		13:00～16:00 よすが子育て相談	福七
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
11 水			
	☆	9:30～11:30 のびのびの日	認定こ
		10:00～11:30 いきいき運動教室	総研
12 木			
	☆	10:00～11:00 おたのしみ会 受付時間は個別通知 2歳児教室	中児 保セ
13 金			
		8:50～9:20 まる元運動教室	保セ
	☆	9:30～11:30 わんぱくの日	認定こ
		10:00～10:30 まる元運動教室	保セ
		13:00～13:30 まる元運動教室	保セ
		13:15～13:30 受付 予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		15:45～16:00 受付 予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保
14 土			
15 日			
		13:30～14:30 ふまねっと	中土幌

日にち	行	事	場所
16 月			
		8:50～9:20 まる元運動教室	保セ
		9:00～11:00 妊産婦・一般健康相談	福七
	☆	9:30～11:30 ちびっこ広場	認定こ
		10:00～10:30 まる元運動教室	保セ
		13:00～13:30 まる元運動教室	保セ
17 火			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
		9:30～11:30 早期介入運動教室(要予約)	保セ
		13:00～16:00 よすが子育て相談	福七
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		13:30～14:30 ふまねっと	タウン
18 水			
	☆	9:30～11:30 のびのびの日	認定こ
		10:00～11:30 いきいき運動教室	総研
		13:00～15:00 認知症カフェ	もりくま
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
19 木			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		受付時間は個別通知 幼児健診	保セ
20 金			
21 土			
22 日			
23 月			
		9:00～11:00 妊産婦・一般健康相談	福七
	☆	9:30～11:30 ちびっこ広場	認定こ
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
		13:15～13:30 受付 予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎)	国保
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
		15:45～16:00 受付 予防接種 (二種混合・日本脳炎)	国保
24 火			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
		13:00～16:00 よすが子育て相談	福七
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
25 水			
		9:30～11:00 おっぱい相談(要予約)	福七
		10:00～11:30 いきいき運動教室	総研
26 木			
	☆	9:30～11:30 にこにこ広場	中児
	☆	13:30～15:30 ごごの広場	中児
27 金			
		8:50～9:20 まる元運動教室	保セ
		10:00～10:30 まる元運動教室	保セ
		13:00～13:30 まる元運動教室	保セ
		13:15～13:30 受付 予防接種 (BCG・麻疹風しん混合)	保セ
28 土			
29 日			
30 月			
		9:00～11:00 妊産婦・一般健康相談	福七
31 火			
		13:00～16:00 よすが子育て相談	福七

【凡例】

- 保セ → 町民保健センター
- 福七 → 総合福祉センター
- 中児 → 中士幌児童ステーション
- 認定こ → 認定こども園なかよし
- 国保 → 国保病院
- タウン → タウンプラザ
- 総研 → 総合研修センター
- 中土幌 → 中士幌地区公民館
- もりくま → みんなのもりのくまさん

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