

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**：F A X

@：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 ～

人事異動

土幌町辞令（4月1日）	・・・2
議会事務局辞令（4月1日）	・・・2
監査委員事務局辞令（4月1日）	・・・2
農業委員事務局辞令（4月1日）	・・・2
教育委員事務局辞令（4月1日）	・・・2
選挙管理委員会事務局辞令（4月1日）	・・・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

ハイヤーチケットを交付します	・・・3
高齢者バス無料乗車券を交付します	・・・3
就職・退職等に伴う国民健康保険の手続き	・・・3
要約筆記奉仕員養成講座の開催	・・・4

子育て・教育

電源立地地域対策交付金を認定こども園運営事業に活用しました	・・・4
子ども・子育て支援金制度	・・・4

生活環境・防災

狂犬病予防注射の実施と犬の登録	・・・4
大型ごみ収集について	・・・5
生ごみ処理容器等の購入費助成	・・・5
「春の火災予防運動」と「無煙期間」のお知らせ	・・・6
町営住宅の入居者の募集	・・・6

農林業・商工業

しほろ温泉「屋外足湯オープン」	・・・8
令和8年度北海道立農業大学校一般研修・農業機械研修の受講生募集	・・・8
土幌町農業技術取得支援事業の実施	・・・8
普及職員（農業）募集	・・・8
令和8年度定期種畜検査に係る衛生検査の実施	・・・8

文化・スポーツ

スポーツ・文化振興助成	・・・8
しほろ温泉プラザ緑風「パークゴルフ場オープン」	・・・9
町内パークゴルフ場のオープン	・・・9

募集

遊水公園清掃にご協力を	・・・9
しほろ7000人のまつり実行委員会委員募集について	・・・9
環境審議会委員の募集	・・・9
令和8年度とち広域消防事務組合消防職員採用資格試験（前期）	・・・9
第35回YOSAKOIソーラン祭り市民審査員大募集！	・・・10
令和8年度賃貸住宅建設事業助成者の募集	・・・10

自衛官等募集	・・・10
土幌町農業委員会委員の推薦および募集	・・・10

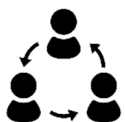
その他

コミュニティバス運行ルート・時刻の一部変更	・・・10
令和8年度土幌町省エネ家電買換え促進補助事業のご案内	・・・10
然別演習場射撃訓練などの実施日程（4月）	・・・11
供花紙代金料金改定のお知らせ	・・・11
道の駅ピア21しほろEV充電器の一時利用休止	・・・11
春季町づくり懇談会開催	・・・11
入学・就職・転勤等による引越しの際は住所の届出が必要です！	・・・11
住民票・戸籍・課税証明書など証明書の申請はLINEから！	・・・12
しほろ温泉臨時休業のお知らせ	・・・12

～チラシ～

土幌町空き家・空き地バンク	・・・12
「しほろポテト食堂から」	・・・13
経済センサス活動調査がはじまります	・・・14
土幌町総合研修センター無料レッスンプログラム	・・・14
しほろ温泉プラザ緑風リニューアル1周年記念	・・・15
地域おこし協力隊活動日誌	・・・15
マイナンバーカードの更新手続きについて	・・・16
引越し手続きはマイナポータルで	・・・16
おりがみ工作	・・・17
母の日の似顔絵コンテスト	・・・17
土幌町所在ミニ広報紙『かしわ』	・・・18
土幌町所在ミニ広報紙『中土幌』	・・・19
令和8年度無料入湯券の配布および無料温泉送迎バスの運行	・・・20
無料温泉送迎バス時刻表	・・・21
土幌町コミュニティバス運行時刻表	・・・22
土幌町コミュニティバス運行路線図	・・・23
スクールバス時刻表	・・・24
エアコン未設置の高齢者世帯等に購入設置費用を助成します！	・・・28
土幌町高齢者生きがい事業団体会員募集	・・・29
特定非営利活動法人土幌町障がい者支援の会だより	・・・30
土幌町障がい者支援の会会員年会費募集	・・・32
もくま通信	・・・33
土幌町社会福祉協議会ボランティア情報	・・・34
歌謡体操を楽しむ会	・・・35
ふまねっと運動教室	・・・36
令和8年4月国保病院外来診療担当表	・・・38

人事異動



■士幌町辞令（4月1日）

- ▽総務課長（国民健康保険病院事務長）増田達也
- ▽国民健康保険病院事務長（総務課長）西野孝典
- ▽国民健康保険病院看護師長（外来）（同看護師長（病棟））坂本芳美
- ▽国民健康保険病院看護師長（病棟）（同副看護師長（病棟））小林由佳
- ▽特別養護老人ホーム次長（同技術主任（介護支援専門員））西垣昌弘
- ▽総務課職員厚生係長（保健福祉課介護保険係長）山根恵子
- ▽町民課住民年金係長（同生活環境係長）吉川千鶴
- ▽町民課生活環境係長（特別養護老人ホーム総務係長）猪狩賢明
- ▽保健福祉課介護保険係長（総務課職員厚生係長）渡邊和香
- ▽保健福祉課子ども家庭係長（農業委員会農地振興係長）伊藤弘美
- ▽特別養護老人ホーム総務係長（士幌高等学校事務係長）尾澤賢次
- ▽国民健康保険病院専門官（臨床工学科）（同総括科長）佐藤直樹
- ▽国民健康保険病院専門官（外来）（同看護師長（外来））北川美江
- ▽特別養護老人ホーム専門官（看護担当）（同次長）渡辺真由美
- ▽国民健康保険病院副看護師長（病棟）（同看護師）山本悟
- ▽特別養護老人ホーム技術主任（介護支援専門員）（同介護支援専門員）松井浩樹
- ▽特別養護老人ホーム技術主任（介護担当）（同介護員）伊丹幸宏
- ▽町民課（保健福祉課）市原陽翔
- ▽産業振興課（地域戦略課）鈴木麟太郎
- ▽保健福祉課（地域戦略課）玉田夏菜
- 《退職》（3月31日）
- ▽飯田秀樹（国民健康保険病院）
- ▽佐藤真由子（国民健康保険病院）
- 《新規採用》（4月1日）
- ▽河江玲奈（地域戦略課）
- ▽酒井悠名（町民課）
- ▽篠原虎汰朗（建設課）
- ▽西垣波音（保健福祉課）
- ▽土門香凜（保健福祉課）
- ▽川原義典（国民健康保険病院診療部長）
- ▽高田めぐみ（国民健康保険病院）
- ▽早坂波輝（特別養護老人ホーム）

- ▽村中翔貴（特別養護老人ホーム）
- ▽山下剛司（特別養護老人ホーム）

■議会事務局辞令（4月1日）

- ▽事務局長（教育課長）川岸滋一

■監査委員事務局辞令（4月1日）

- ▽併事務局長（教育課長）川岸滋一

■農業委員会事務局辞令（4月1日）

- ▽農地振興係長（北十勝2町環境衛生処理組合派遣）宇佐見和重

■教育委員会事務局辞令（4月1日）

- ▽教育課長（議会事務局長）藤内和三
- ▽士幌高等学校事務係長（教育課社会教育係長）矢野つかさ
- ▽教育課社会教育係長（教育課）岩崎天
- ▽教育課（産業振興課）平田航也
- 《退職》（3月31日）
- ▽齋藤讓一（士幌高等学校校長）
- ▽中野泰弘（士幌高等学校教頭）
- ▽山下秦矢（士幌高等学校教諭）
- ▽松村友楽（士幌高等学校教諭）
- ▽松村祐弥（士幌高等学校教諭）
- ▽野呂栄梨佳（士幌高等学校教諭）
- ▽小林 嶺（士幌高等学校教諭）
- 《新規採用》（4月1日）
- ▽峯田雅大（士幌高等学校校長）
- ▽藤沼 悟（士幌高等学校教頭）
- ▽小宮 徹（士幌高等学校教諭）
- ▽中西裕貴（士幌高等学校教諭）
- ▽佐藤利一（士幌高等学校教諭）
- ▽樋口悠太（士幌高等学校教諭）
- ▽竹内智紀（士幌高等学校教諭）
- ▽赤羽 蓮（士幌高等学校養護教諭）

■選挙管理委員会事務局辞令（4月1日）

- ▽併事務局長（国民健康保険病院事務長）増田達也
- ▽併書記（保健福祉課介護保険係長）山根恵子

イベント・催し



■ しほろポテト食堂のお知らせ～ 今年度から年長さんも可～

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

日 4月18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・幼児(年長)

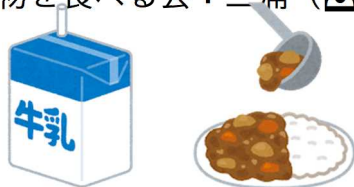
料 無料

※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・牛乳)

※小中学生等50食・お年寄り20～30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



■ ハイヤーチケットを交付します

対 次の①または②に該当する方

①士幌市街地区以外の自動車運転免許証を保有していない75歳以上の方。

ただし、運転免許証を返納した方、要介護認定者、障害者手帳等をお持ちの方は70歳以上から対象。

※昨年度利用の方は個別にご案内もしています。

②士幌市街地区の70歳以上の方で、令和4年度以降に自動車運転免許証を返納した方のうち、過去に当該事業による助成を受けたことがない方。

内 町内におけるハイヤーの利用に対して、居住地から役場までのハイヤー代金12往復分に相当する枚数を交付します。(士幌市街地以外に居住の方のみ)

※士幌市街地の方は6往復分の枚数を1回に限り交付します。

申請先

▽総合福祉センター窓口

▽役場町民課窓口

▽中士幌出張所(中士幌消防会館)

申請に必要なもの

▽自宅の位置がわかるもの(新規の方のみ)

▽運転経歴証明書または失効日がわかるもの(写)

※70～74歳の方は、次のいずれか

▽介護保険被保険者証(写)

▽身体障害者手帳(写)

▽療育手帳(写)

▽精神障害者保健福祉手帳(写)

▽運転経歴証明書(写) ※士幌市街地の方は必須です

※発行までには1週間～2週間程度かかります。

問 保健福祉課 地域福祉係(総合福祉センター内) ☎⑤2006)



■ 高齢者バス無料乗車券を交付します

対 国道241号線士幌23号バス停以南または同士幌28号バス停以北の停留所付近に住所を有する70歳以上の高齢者の方

※町有バス運行地域を除く。

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

利用期間 令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

対象区間 利用者が居住する最寄りのバス停から士幌停留所間

申請先

▽総合福祉センター窓口

▽役場町民課窓口

▽中士幌出張所(中士幌消防会館)

問 保健福祉課 地域福祉係(総合福祉センター) ☎⑤-2006)



■ 就職・退職等に伴う国民健康保険の手続き

〈14日以内に届け出しましょう〉

会社などの健康保険に加入・脱退した場合は、国民健康保険の脱退・加入手続きが必要です。

手続きが遅くなると、加入すべき日まで遡って保険税を納めることになったり、重複して支払うことになったりする場合があります。

手続きに必要なものは、町のHPに掲載しておりますので、ご用意のうえ、役場1階町民課窓口までお越しください。

問 町民課 国保医療係(役場庁舎1階) ☎⑦726)

■要約筆記奉仕員養成講座の開催

聞こえの不自由な方のために会話や講演内容などを文字に変えて伝える要約筆記の技法を学ぶ講座を開きます。

日 6月2日～6月30日の毎週火曜日
10時～15時15分(全5回)

所 帯広市グリーンプラザ(帯広市公園東町3丁目)

帯広市保健福祉センター(帯広市東8条南13丁目)

その他 参加費無料

申込期間 4月20日(月)～5月25日(月)まで

問 帯広市役所障害福祉課(帯広市西5条南7丁目1番地 ☎0155-65-4148(直通) ♒0155-23-0163)

子育て・教育



■電源立地地域対策交付金を認定こども園運営事業に活用しました

発電施設周辺町の本町には、電源立地地域対策交付金(水力発電施設周辺地域交付金)が交付されています。

令和7年度は、440万円の交付金を受け、認定こども園の運営費用の一部として活用したのでお知らせします。

問 総務課 財政管財係(役場庁舎2階 ☎⑤5211)

■子ども・子育て支援金制度

児童手当の拡充や妊婦のための支援給付など、子ども・子育て支援の拡充が既に始まっています。給付の拡充には、令和8年度から始まる健保組合、国民健康保険、後期高齢者医療制度等の子ども・子育て支援金が充てられます。

支援金制度の詳細については、こども家庭庁HP等をご覧ください。

こども家庭庁ホームページ
「子ども・子育て支援金制度」



こども家庭庁公式note
「最近話題の『子ども・子育て支援金制度』」



問 こども家庭庁 成育局支援金制度等準備室(東京都千代田区霞が関3-2-5 霞が関ビルディング ☎03-6858-0114)

生活環境・防災



■狂犬病予防注射の実施と犬の登録

すでに登録されている場合は、「狂犬病予防注射のお知らせ」と「日程表」を郵送しましたので、問診票等を切り離さずに会場に持参し、注射実施者から証明を受けてください。動物病院等で接種を受ける場合も送付した用紙を病院へ持参し、提出してください。

また、生後3か月以上で登録が済んでいない犬がいる場合は、最寄りの会場で必ず予防注射を受け、登録申請をしてください。

なお、犬は一生に1回登録すること、毎年1回予防注射を受けることが狂犬病予防法で義務付けられています。行わなかった場合は、20万円以下の罰金に処されます。

未接種の犬が咬傷事故等を起こした場合、飼い主の責任が問われますので、室内犬・屋外犬を問わず、予防注射を必ず受けてください。

日・所

日時	地区	場所	
4 / 9 (木)	9:00～ 9:10	土幌南	大野 一郎 様宅 (土幌南旭区)
	9:20～ 9:30	佐倉	山田 敏明 様宅 (佐倉北区)
	9:40～ 9:50	佐倉	農協 佐倉事業所
	10:00～ 10:10	佐倉	山岸 康明 様宅 (佐倉南区)
	13:10～ 13:20	上居辺	共成会館
	13:30～ 13:40	上居辺	加藤 宏一 様宅 (柏野)
	13:50～ 14:00	上居辺	農協 上居辺事業所
	14:10～ 14:20	上居辺	山内 豊満 様宅 (松室)
	14:30～ 14:40	上居辺	堀江 徳仁 様宅 (北開)
	14:50～ 15:00	下居辺	藤内 昇 様宅 (朝陽)
	15:10～ 15:20	下居辺	下居辺公民館
	15:30～ 15:40	下居辺	井原 誠一 様宅 (高砂)
	15:50～ 16:00	下居辺	高橋 広樹 様宅 (清澄)
	16:20～ 17:00	市街	農協 家畜診療所前

	日時	地区	場所
4 / 10 (金)	9:00～ 9:10	新田	宇佐見 庸夫 様宅 (新田第一)
	9:20～ 9:30	新田	野口 恭兵 様宅 (新田第二)
	9:40～ 9:50	新田	農協 新田事業所
	10:20～ 10:30	北中	河江 信一 様宅 (吉野)
	10:40～ 10:50	北中	伊賀 和弘 様宅 (吉野)
	11:00～ 11:10	北中	桑原 寛晃 様宅 (共益)
	11:20～ 11:30	北中	中音更地区 交流センター
	11:40～ 12:10	西上	農協 西上事業所
	16:00～ 17:00	市街	農協 家畜診療所前
4 / 11 (土)	9:00～ 9:10	士幌北	麵屋北物語 士幌店 様(平和)
	9:20～ 9:30	士幌北	鵜澤 重暢 様宅 (士幌北一区)
	9:40～ 9:50	士幌北	長瀬 直道 様宅 (百戸)
	10:00～ 10:10	士幌南	鈴木 愛子 様宅 (士幌南一区)
	10:20～ 10:30	士幌南	浅野 昌由 様宅 (士幌南一区)
	13:10～ 13:30	中士幌	中士幌消防会館 駐車場
	13:40～ 13:55	中士幌	昭和南団地 集会所
	14:05～ 14:15	士幌南	岡部 真吾 様宅 (実勝)
16:00～ 17:00	市街	農協 家畜診療所前	
4 / 12 (日)	9:00～ 9:25	市街	士幌市街 西町公民館
	9:35～ 9:55	市街	しほろ庵 様 東側駐車場
	10:05～ 10:20	市街	士幌中央駐車場
	10:30～ 10:40	市街	聖教寺 様 西側駐車場
	10:50～ 11:20	市街	旧 士幌認定こども 園駐車場

	日時	地区	場所
4 / 12 (日)	13:10～ 13:20	市街	車両センター 駐車場
	13:30～ 13:40	市街	士幌市街 南町公民館
	13:45～ 14:00	市街	南団地 南側公園前
	14:10～ 14:20	市街	緑光 公園前
	14:35～ 14:45	中士幌	中士幌バスタッチ
	14:55～ 15:15	中士幌	中士幌消防会館 駐車場
	15:20～ 15:40	中士幌	中士幌東団地 児童遊園地
	16:00～ 17:00	市街	農協 家畜診療所前

¥

▽狂犬病予防注射料金(接種済プレート代を含む)

一匹につき、3,240円

▽犬の登録料金(登録済みの場合は不要)

一匹につき、3,000円

※指定の会場で受けられないときは、往診を受け付けています。(別途500円が必要)ご希望の方は、4月7日(火)までに担当へお申し込みください。

※老齢などの理由により接種できないと診断された場合は、猶予証明書を担当までご提出ください。

※飼い犬が死亡した時は、30日以内に担当までご連絡ください。

※5月の接種は、10日(日)を予定していますが、詳細は次号の役場だよりでお知らせします。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階☎5231)

■大型ごみ収集について

令和8年度の大型ごみ収集は、4月、8月、10月、12月の4回となっております。

ごみ収集カレンダーで日程を確認のうえ、排出くださいますようお願いいたします。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階☎5231)

■生ごみ処理容器等の購入費助成

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。購入先(町内業者に限る)で領収書兼申請書が交付されますので、担当まで提出してください。

助成額

▽コンポスト・EMバケツ

購入価格の5分の4(100円未満切捨て)
上限6,000円

▽生ごみ乾燥処理機

購入価格の5分の4(100円未満切捨て)
上限50,000円

※1申請の単位は、コンポスト1個、EMバケツ2個、生ごみ乾燥処理機1台です。

※1世帯につき、5年間で2回申請できます。
ただし、生ごみ乾燥処理機は1回の申請となります。

☎ 町民課 生活環境係(役場庁舎1階 ☎⑤5231)

「春の火災予防運動」と「無煙期間」のお知らせ

春は空気が乾燥し、風の強い日が増えるため、一年の中でも火災が発生しやすい季節です。大切な家や身の回りの安全を守るため、火の取り扱いは一層の注意をお願いいたします。

▽春の火災予防運動の実施

☎ 4月20日(月)～4月30日(木)

☎ 期間中、20時にサイレンを吹鳴します。

▽無煙期間へのご協力をお願い

☎ 4月20日(月)～5月20日(水)までの1カ月間は「無煙期間」です。この期間には以下の行為が一切できません。

・火入れ(野焼き)、枝焼き

▽無煙期間以外の期間に火入れを行う場合

火入れ等を行う際は、必ず事前に消防署へ届け出、または電話連絡をお願いします。連絡がない場合、通報があった際に火災と判断して消防車が出動することがあります。

☎ 土幌消防署 予防係(☎⑤2323)

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

☎ 4月17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。

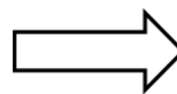
家賃 入居者の所得に応じて、決定されます。

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	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

☆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	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）



■ しほろ温泉「屋外足湯オープン」

しほろ温泉プラザ緑風の「屋外足湯」が今年もオープンします。

足湯も館内の浴槽と同じ、モール温泉の源泉かけ流しです。パークゴルフ終了後など、ぜひご利用ください。

日 4月29日(水)～10月31日(土) 予定
料 無料
問 しほろ温泉プラザ緑風 (☎⑤3630)

■ 令和8年度北海道立農業大学校一般研修・農業機械研修の受講生募集

対 農業従事者・新規就農予定者など
用 研修開講日の概ね1ヶ月前まで
※定員を超えたときは、募集を締め切る場合があります。

料 研修により費用が異なります。
※詳細は、下記問い合わせ先へご連絡ください。

問 北海道立農業大学校(中川郡本別町西仙美里25番地1 ☎0156-24-2700)

HP <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/ngd/training.html>

■ 士幌町農業技術習得支援事業の実施

北海道立農業大学校等の公的研修期間で実施されている研修の受講費用を助成しています。

※詳細は、担当までお問い合わせください。
問 産業振興課 農業振興係(コミセン内 ☎⑤5220)

■ 普及職員(農業)募集

北海道庁では、試験研究機関や農業関係団体と連携し、農業の生産性向上、農業経営や農村生活の改善などに関する技術や知識を農業者に普及指導する普及職員を募集しています。

採用試験日程

▽普及職員(農業)A区分【大学卒業または卒業見込みの方】

申込受付 4月20日(月)～5月18日(月)

採用予定数 45名の内数

▽普及職員(農業)A区分(SPI方式/専門試験口述型 第2回)【大学卒業または卒業見込みの方】

申込受付 7月17日(金)～8月21日(金)

採用予定数 45名の内数

▽普及職員(農業)C区分【民間企業等経験3年以上】

申込受付

第Ⅰ期:受付終了

第Ⅱ期:4月1日(水)～6月26日(金)

第Ⅲ期:7月3日(金)～9月4日(金)

採用予定数 15名

※詳細は、HPをご確認ください。

採用試験の概要



普及職員採用



問 北海道農政部 生産振興局技術普及課 普及推進係 (☎001-204-5379)

■ 令和8年度定期種畜検査に係る衛生検査の実施

家畜伝染病予防法第5条および家畜改良増殖法第4条に基づく種雄牛・種雄馬の衛生検査を実施します。

種雄牛・種雄馬として種畜証明書の更新または新規登録が必要な方は、**定期種畜検査(6月11日(木)実施)**の事前に衛生検査を受ける必要があります。

日

▽牛:5月中旬予定

※十勝家畜保健衛生所が実施

▽馬:5月中旬予定

※士幌農協家畜診療課が実施

検査項目

▽牛:牛カンピロバクター症、トリコモナス症(新規の方は、ブルセラ症・結核の検査を実施)

▽馬:馬パラチフス

所 農場を個別に巡回します。

料 条件に応じて変動するため、申込書の提出時に個別にお伝えします。

用 4月17日(金)までに、下記担当までお問い合わせください。

問 産業振興課 畜産林務係(コミセン内 ☎⑤5220)



■ スポーツ・文化振興助成

町では町民のスポーツ・文化振興を目的に、全道大会・全国大会等の費用の一部を助成しています。

対 次のいずれかに該当する方(または団体)
①町内に事務所または住所を有するスポーツ・文化団体

②町内の小中学校、高等学校に在籍している児童・生徒

③町内在住で町外の高等学校に在籍している生徒、町内在住で国民体育大会または国際コンクール等に参加する方

助成対象 地区予選を経た全道規模の大会、授賞式等への参加

※大会主催者などが公的機関等に限りません。

☑ 交通費（公共交通機関等を利用した場合で算出）・宿泊費（上限1泊8,000円）・参加料等

※町外の高等学校に在籍している生徒には一律10,000円、全国大会は20,000円の助成となります。

※必ず大会前にお申し出ください。

※詳細は担当までお問い合わせください。また、町HPにも記載していますので、ご参照ください。

☎ 教育課 社会教育係（総合研修センター内）☎⑤4733

土幌町公式HP



■しほろ温泉プラザ緑風「パークゴルフ場」開場日

しほろ温泉プラザ緑風のパークゴルフ場の開場期間は以下のとおりです。

なお、天候やコースの状況によりオープン日を変更する場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

☎ 令和8年4月14日（火）～降雪まで

※毎週月・火曜日は場内整備日

¥ 無料

☎ しほろ温泉プラザ緑風（☎⑤3630）

■町内パークゴルフ場のオープン

次のとおりオープンします。皆さんのご利用をお待ちしています。

▽総合運動公園（れいわ）パークゴルフ場

☎ 4月17日（金）

▽中土幌の森パークゴルフ場

☎ 4月17日（金）

利用時間 日の出から日没まで

定休日 毎週木曜日

利用料金 無料

※20名以上の団体で利用する場合は事前に予約が必要です。

※毎週木曜日はコース整備のため定休日とします。

※天候やコースの状況不測により、オープン日を変更する場合があります。

☎ 教育課 社会教育係（総合研修センター内）☎⑤4733

募 集



■遊水公園清掃にご協力を

町民の皆様には「やすらぎの場」としてご利用いただいています遊水公園について、次のとおり清掃を行いますので、多くの皆様のご協力をお願いします。

清掃に用いる用具（ほうき、レーキなど）は各自でご用意願います。なお、小雨でも行います。

☎ 4月19日（日）9時から（1時間程度）
☎ 所 コミュニティ広場 タウンプラザ西側
☎ 担 建設課 土木公園係（役場庁舎1階）☎⑤5215

■しほろ7000人のまつり実行委員会委員募集

しほろ7000人のまつりの企画や運営を行う実行委員会を組織するにあたり、まつり実行団体等からの委員のほか、公募により委員を募集します。

☎ 対 しほろ7000人のまつりの企画・運営
☎ 町内に住所を有する満18歳以上で活動に協力をいただける方

¥ 報酬はありません

☎ 申 随時

☎ 担 地域戦略課まちづくり推進係（役場庁舎2階）☎⑤5212

■環境審議会委員の募集

町では、環境行政の総合的かつ基本的事項を調査審議するため、環境審議会を設置しています。

つきましては、委員の一部を公募しますので、環境行政に対して意見を述べていただける方はご応募ください。

募集人数 若干名（選考あり）

任期 2年間（R8.4.1～R10.3.31）

任務 町長の諮問に応じ、環境の保全、景観の整備、公害の防止などに関する事項の調査審議 他

報酬等：条例に定められた報酬および費用弁償（旅費）を支給します。

☎ 申 4月17日（金）まで

☎ 担 地域戦略課 ゼロカーボン推進係（役場庁舎2階）☎⑤5212

■令和8年度 とかち広域消防事務組合消防職員採用資格試験（前期）

令和9年4月1日採用予定の消防職員採用資格試験（前期）の実施を5月下旬から6月上旬頃に予定しています。

試験案内は4月14日（火）から、とかち広域消防局総務課、十勝管内各消防署、土幌町役場総務課（職員厚生係）で配布予定のほか、とかち広域消防事務組合HPにも掲載する予定です。

詳細は、試験案内でご確認ください。

受験区分 大学卒、短大卒、救急救命士（予定）

※採用人数・試験日程・申込については試験案内で確認してください。

☎ とかち広域消防局 総務課 人事給与係
(消防局庁舎3階 ☎0155-26-9121)

とかち広域消防局 HP



■第35回 YOSAKOI ソーラン祭り市民審査員大募集!

活動期間 6月13日(土) 9時30分~19時、
14日(日) 9時30分~21時の中から3~4時間

所 札幌市中央区(大通公園周辺)

内 YOSAKOI ソーラン祭りにおける演舞の審査

募集期間 4月1日(水)~24日(金)

※HPにて募集要綱をご確認ください。

※応募人数が定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

HP <https://www.yosakoi-soran.jp/>



問 YOSAKOI ソーラン祭り実行委員会(〒060-0001 札幌市中央区北1条西2丁目 北海道経済センター4階 ☎011-231-4351 FAX 011-233-4351 @shinsa@yosakoi-soran.jp)

■令和8年度賃貸住宅建設事業助成者の募集

町では、賃貸住宅の建設を促進し、住環境の整備と町内への定住および雇用の促進を図ることを目的に「士幌町定住雇用促進賃貸住宅建設事業助成要綱」を定めています。

令和8年度に賃貸住宅の建設を予定している方で助成を希望される場合は、6月30日(火)までにお知らせください。

なお、助成内容の詳細は町公式HPよりご確認ください。

問 (産業振興課 商工観光労働係(コミセン内) ☎5213)

士幌町公式 HP



■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)

☎・FAX0155-23-8718 **@**obihiro.pco.toka
chi@rct.gsd.f.mod.go.jp

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

自衛隊帯広地方協力本部 HP



■士幌町農業委員会委員の推薦および募集

士幌町農業委員会委員(以下、農業委員)を次のとおり募集します。農業委員の選出にあたっては、あらかじめ地域の農業者や農業団体等から推薦していただくと同時に、農業者にこだわらず広く一般に公募することとなっています。

※推薦要件等の詳しい情報は、下記の二次元コードから確認してください

士幌町公式 HP



その他



■コミュニティバス運行ルート・時刻の一部変更

冬期間の通行止め等により、コミュニティバスは夏・冬で運行路線および運行時刻が変更します。

令和8年4月より、「道の駅ピア21しほろ」への運行を再開します。このことに伴い、4月より時刻表が一部変更となりますので、ご利用の際はご注意ください。時刻表および路線図は22ページ~23ページに掲載しておりますのでご参照ください。

日 4月~10月末

対 北回り5便、南回り6便、北回り7便、南回り8便

問 地域戦略課まちづくり推進係(役場庁舎2階 ☎5212)

■令和8年度士幌町省エネ家電買い換え促進補助事業のご案内

このことについて、4月6日(月)より令和8年度の受付を開始いたします。

ご不明な点等がありましたら、担当まで連絡をお願いいたします。

交付対象~1世帯・1事業者

※既に交付を受けた世帯・事業者は対象外です。

対象機器 冷蔵庫（新品）
対象要件 町内事業者からの購入など
補助金額 対象経費（冷蔵庫＋設置費）の1/2でかつ10万円を上限
担 地域戦略課 ゼロカーボン推進係（役場庁舎2階 ☎⑤5212）

■ 然別演習場射撃訓練などの実施日程（4月）

内容	日程
砲迫射撃	1日(水)～11日(土) 16日(木)～24日(金)
戦車砲射撃	16日(木)～24日(金)
爆破等	1日(水)～5日(日) 7日(火)～14日(火) 16日(木)～24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）

■ 供花紙代金料金改定のお知らせ

（株）キング商会で取り扱いをしています。供花紙代金を材料費高騰等のため次のとおり改定しますのでお知らせします。

改定前 1,100円（税込）

改定後 1,300円（税込）

※改定適用日 令和8年4月1日～

供花紙取扱店 （株）キング商会 ☎⑤2075 FAX⑤2218

問 教育課 社会教育係（総合研修センター内 ☎⑤4733）

■ 道の駅ピア21しほろEV充電器の一時利用休止

現在、道の駅ピア21しほろに設置しているEV充電器は、回線サービス終了のため令和8年3月31日（火）をもって一時休止となります。

詳細は、士幌町公式HPよりご確認ください。

「EV充電器の一時休止について」（士幌町公式HP）はこちら



問 産業振興課 商工観光労働係（コミセン1階 ☎⑤5213）

■ 春季町づくり懇談会開催

町では、町民の皆さまの声をより多く“町づくり”に反映するために「町づくり懇談会」を開催します。

〈4月9日(木)〉

時間	地区	場所
10時～	上居辺	上居辺農業会館
13時30分～	中音更	中音更地区交流促進センター

〈4月10日(金)〉

時間	地区	場所
10時～	佐倉	佐倉交流センター
13時30分～	士幌北	士幌北地区集落センター
19時～	市街全域	コミセン（1階多目的ホール）

〈4月13日(月)〉

時間	地区	場所
10時～	士幌南	士幌南地区集落センター
13時30分～	西上	西上地区集落センター

〈4月14日(火)〉

時間	地区	場所
10時～	下居辺	下居辺地区集落センター

〈4月22日(水)〉

時間	地区	場所
13時30分～	中士幌	中士幌地区公民館

〈4月23日(木)〉

時間	地区	場所
13時15分～	新田	新田集落センター

担 地域戦略課 広報広聴係（役場庁舎2階 ☎⑤5212）

■ 入学・就職・転勤等による引越しの際は住所の届出が必要です！

引越しをする方は、住民基本台帳法に基づき、住民票の住所の変更手続きが必要です。

国民健康保険および国民年金の資格の確認や、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きですので、忘れずに行ってください。

マイナンバーカードには、最新の住所を記載する必要があります。引越し先の市区町村で手続きを行ってください。

転出届

対 士幌町から他の市区町村に引っ越す方

届 あらかじめ引越し前に

※マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからオンラインでのお手続きが可能です。詳しくは16ページ

転入届

対 士幌町に引っ越してきた方

届 新しい住所に住み始めた日から14日以内

※マイナポータルから来庁予定連絡が可能

※あらかじめ前の住所地で転出手続きが必要

転居届

対 士幌町内で引っ越した方

☑ 新しい住所に住み始めた日から14日以内
※マイナポータルから来庁予定連絡が可能

その他


- ▽手数料はかかりません。
 - ▽正当な理由なく届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。
- ☎ 町民課 住民年金係(役場庁舎1階 ☎5231)

**■住民票・戸籍・課税証明書など
証明書の申請はLINEから！**

士幌町 LINE 公式アカウントから、各種証明書の交付申請ができます。

春のお引越しシーズンは役場窓口の混雑が予想されますが、LINE 申請は窓口で待つ時間や申請書を書く手間なく証明書を取得できますので、ぜひご利用ください。

対象証明書

- ▽住民票の写し 詳細はこちら 
- ▽印鑑登録証明書
- ▽戸籍関係証明書(戸籍謄本・附票等)
- ▽税関係証明書(所得・課税証明書等)

用意するもの

- ▽マイナンバーカード
- ▽署名用電子証明書(上記カード交付時に設定した英数字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)

▽士幌町 LINE 公式アカウントの友だち追加
申請方法

トーク画面のリッチメニューから「申請」をタップし、メッセージに従って必要事項の回答、本人確認、手数料の支払いをしてください。

受取方法 住民登録地へ郵送、町民課窓口で受け取り

支払い方法 クレジットカード、PayPay、現金

※郵送希望の場合は普通郵便で送付します。お時間に余裕をもって申請してください。

※町内在住の方は送料無料です。

※代理申請はできません。

☎ 町民課 住民年金係(役場庁舎1階 ☎5231)

☎ 町民課 住民諸税係(役場庁舎1階 ☎5214)

■しほろ温泉臨時休業のお知らせ

しほろ温泉プラザ緑風は施設整備のため以下のとおり臨時休業いたします。

なお、パークゴルフ場は使用可能です。

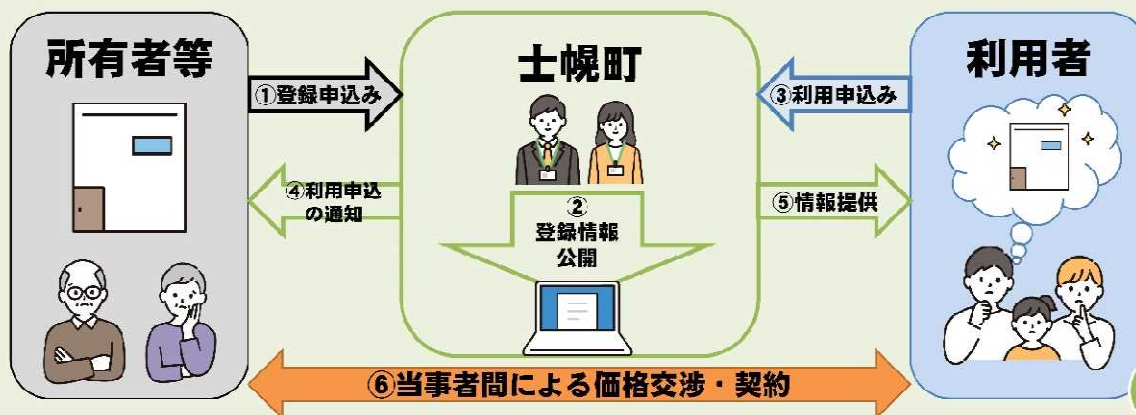
☎ 5月12日(火) 全日全館休業

☎ しほろ温泉プラザ緑風(☎53630)

4月
開始!

士幌町空き家・空き地バンク

空き家・空き地バンクは、空き家・空き地を「売りたい」「貸したい」人と、「買いたい」「借りたい」人をつなぐ制度です。空き家・空き地を所有していて、「売りたい」「貸したい」とお考えの方は、お気軽にご相談ください。



お問い合わせ

士幌町役場 地域戦略課 まちづくり推進係
☎ 01564-5-5212 ✉ chousei@shihoro.jp



「しほろポテト食堂」から

令和8年3月31日

令和7年度の「しほろポテト食堂」も3月14日で終わりました。
4月～9月までの様子は配布済なので、10月～3月までの子どもたちの様子や活動状況をお知らせします。(メニューはビーフカレー、牛乳、飲物、おやつ等)

10月



並んでるね～



もらったよ♪



ヤッター さつまいもだ!

11月



早くー まあだ?



やっと もらえるネ

12月



チョット 味見を



集まってきました

1月



ごぼうの手作りおやつ



ぼくもほしい



一段落だね



並んで～ッ

2月



野菜もドッサリ



おやつはな～に?

3月



今月もおいしいかな



ちょっと待っててネ



ありがとう

肉牛振興会・酪農振興協議会をはじめ農家・個人の方々から食材の提供や応援をいただき、令和7年度の子供食堂も終わりました。この場をかりてお礼申し上げます。
準備等二日間に渡っての子供食堂の実施ですが、ボランティアの方々もよくやってくれました。ありがとうございました。

「地場産物を食べる会」三浦



経済センサス

活動調査

経済の
国勢調査

がはじまります



調査は4月から6月にかけて行われ、6月1日現在で、**全国すべての事業所・企業が対象**です。調査によって得られるデータは、国および地方公共団体における行政施策の立案など、社会経済の発展を支える基礎資料として広く活用されています。必ずご回答ください。

事業所の規模等により「調査員調査（支所等を有さない（比較的小規模な）単独事業所、個人経営の事業所、調査員が新たに把握した事業所など）」と「直轄調査（支所等を有する複数事業所、比較的大規模な単独事業所など）」に分かれます。

1 インターネット回答用書類の送付

●調査員調査…4月中下旬 ★直轄調査…5月頃

各事業所（国で予め把握しているもの）に郵送されます。**インターネット**でご回答ください。

※直轄調査の事業所は本所にて傘下事業所を含めた情報を回答ください。

※回答期限は書類に記載されていますので、期限までにご回答ください。

2 調査員による紙の調査票の配布（調査員調査のみ）

配布期間…5月中旬～5/31日 回収6月1日から

回答期限…6月8日まで

1の書類にて回答が確認できなかった事務所を対象に、調査員が事務所に訪問し、書類を再度お届けします。

調査員の負担軽減のため1の書類での回答をお願いします。

詳細・調査票サンプル
などはこちら↓



経済センサス
キャンペーンサイト

●担当 役場2階 地域戦略課広報広聴係 電話5-5212

士幌町総合研修センター無料レッスンのお知らせ

■4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	★★	★☆
	14:00～14:45	Wの刺激	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	ボールde筋膜リリース	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
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
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
Wの刺激	背骨締めで足裏を刺激しながら脳を活性化させ、脳と足裏にダブルでアプローチする新感覚のエクササイズです

2日間

しほろ温泉プラザ緑風 2026

リニューアル1周年記念

4.18 土 ・ 19 日



日帰り入浴料

大人一律 **350円**
18歳未満は **無料**

町内65歳以上の方は
次回ご利用いただける無料券1枚を進呈

日帰り入浴&食事セット

11:30~15:00 LO14:30

しほろ牛クロスすき焼き&入浴セット
しほろ牛ビーフシチュー&入浴セット
しほろ牛ローストビーフ丼&入浴セット

2000円(通常2400円)

詰め合わせ販売

数量限定で
入浴券・お土産品・温泉の素
などの詰め合わせを販売

詳細は緑風HPでご確認ください。



【お知らせ】設備点検の為、5月12日(火)は全館休業です。



士幌町



No.57 担当:高橋 研一

活動日誌



①管理不全空家等の判断基準の策定!

12月12日(金)、令和7年度第2回士幌町空家等対策協議会を開催し、管理不全空家等の判断基準を策定しました。2月下旬には、管理不全空家と判定した空き家所有者の方に通知を行いました。判断基準の詳細は、下記の2次元コードからご確認ください。



②空き家相談会の開催!

1月14日(水)、空き家相談会を初開催しました!所有者の方と直接お話をさせていただくことで、いまの思いや悩みを深く知ることができ、担当として大変勉強になりました。



③イシューシャ図鑑 第5号が完成!

移住希望者向けの不定期連載企画「イシューシャ図鑑」の第5号を発行しました!

第5号を飾るのは、パン屋を営む橋本さん。伊豆大島から士幌へ移住し、パン屋を営むに至った経緯は、とても魅力的で必見です!

記事は右側の2次元コードからお読みください!



マイナンバーカード

取得して5年目または10年目の方へ

更新の手続きのご案内

＼2、3ヶ月前に封筒が届くので、手続きしてね！／

5年
ごと
電子証明書の更新

ICチップ内の電子証明書を更新！



10年
ごと
カード本体の更新

写真も含めてカード本体を更新！



カードと電子証明書の有効期限は
マイナンバーカードの表面で確認できます

電子証明書の有効期限が記載されていない方は、右記二次元コードよりマイナポータルにログイン後、トップページからマイナンバーカードを選択して確認できます。



<https://myna.go.jp/>

＼更新は有効期限の3ヶ月前からできます！／



デジ庁 カード更新 検索
<https://www.digital.go.jp/polic/es/mynumberexpiration-date>

更新の仕方



更新が必要な方には
期限の2、3ヶ月前に、
更新の封筒がご自宅へ届きます

電子証明書の更新

5年ごとに、
ICチップ内の
電子証明書を更新！

カード本体の更新

10年ごとに、
写真も含めて
カード本体を更新！

いずれかの方法で
事前申請



お住まいの市区町村窓口へ

期限が切れてしまったら

様々な行政サービス、民間サービスが、便利に利用できなくなってしまいます。
お早めに更新をお願いします。



確定申告 (e-Tax)



マイナポータル



銀行・証券口座開設



各種証明書の取得



病院・薬局

電子証明書とは？



それなあに？



簡単でなく本人であることを電子的に証明して
なりすましを防ぐ、



1人に1つだけの
「鍵のようなものです！

パスワードを忘れたりロックが
かかってしまったときはこちら



https://www.j-lis.go.jp/jpkc/jdreset/jdreset_index.html

引越し手続はマイナポータルで

マイナンバーカードをお持ちの方は
マイナポータルから転出届・転入予約[※]を
オンラインで提出できます



※転入予約は、東庁予定の連絡を転入先自治体へ行う機能のことです

マイナポータルから引越し手続を行う 3つのメリット

① 転出の際の
外出が不要に



オンラインで転出届を提出できるため、原則、市区町村窓口へ行く必要がありません。

② いつでも
手続ができる



窓口があいている時間を気にせず、祝日や夜間でも、いつでも手続ができます。

③ 転入時の
手続もスムーズに



引越し先の市区町村へ来庁通知や転入時に必要な手続や持ち物が事前に確認できます。

引越しの際には、ぜひマイナポータルから
「引越し手続オンラインサービス」をご活用ください

※ご利用には別途マイナポータルアプリのダウンロードが必要です

引越し手続オンラインサービス 検索



https://myna.go.jp/html/moving_oss.html

引越し手続オンラインサービスやマイナンバーカード等についてのお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル 平日：9時30分から20時00分まで
0120-95-0178 土日祝：9時30分から17時30分まで(年末年始を除く)

デジタル庁

オンラインで簡単に 手続の流れ

STEP 1

オンラインで
転出届を提出できる



オンラインで転出届の提出ができるため、引越す前の市区町村窓口への来庁が原則不要です。

STEP 2

オンラインで
転入予定日等を連絡



引越し時は転入先の市区町村窓口で転入手続が必要ですが、事前に来庁予定の連絡ができます。

STEP 3

対面で
転入届を提出



窓口に必要な手続や持ち物をマイナポータル上で事前に確認でき、スムーズに転入手続ができます。

必要なのはマイナンバーカードとマイナポータルだけ 準備するものと操作方法



- ① マイナポータルへアクセス
- ② 届出情報等の入力
- ③ 電子署名 & 送信

準備するもの

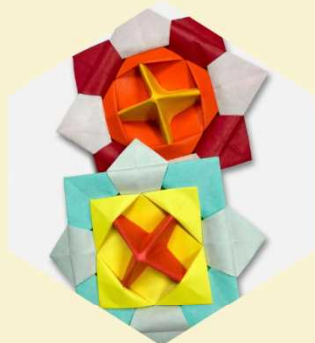
- ✓ 利用者のマイナンバーカードまたはスマホ用電子証明書
- ✓ マイナポータルにアクセスする端末(スマートフォン・PC)
- ✓ 連絡先電話番号
- ✓ 新しい住所

※市区町村窓口から入力内容の不備等による連絡があった場合は、その内容に従って対応してください。※マイナポータルから転出届の提出を行った後は、各種案内に沿って、引越し先の市区町村窓口で転入届等の手続を行ってください

おりがみ工作

-WORKSHOP-

親子で
楽しむ



4.25 sat.

すこし難しい
折り紙にチャレンジ！

動くヘビやコマなど、マンネリ化しがちな
折り紙の魅力を再発見。
遊べる折り紙を完成させましょう！

集中力を高めたり、図形に強くなったり、
算数が好きになる第一歩にもなります♪

対象 小学生（保護者の参加も大歓迎！）

料金 1人200円（材料費）

定員 10名

場所 会議室

時間 ①10:00～11:00 ②15:00～16:00

受付 ご予約は電話・受付窓口で受付しています。

士幌町総合研修センター ☎01564-5-2281

今回のテーマ
遊べる折り紙！

Mother's day

～ 母の日の似顔絵コンテスト ～

参加賞として書いた似顔絵と交換でお菓子が貰えるよ♪

■受付期間 4月15日(水)～5月6日(水)まで

※したしみ図書館までお持ちください

◆応募方法

応募ご希望の方は図書館や受付にある用紙に似顔絵を描いて
上記日程までにしたしみ図書館までお持ちください。

◆入賞作品について

オカモトスタッフ・教育委員会職員で投票し、優秀な
作品には景品を贈呈！7日(木)の12時までには目印を
付けておくので選ばれていた場合は母の日当日以降に
似顔絵をお返しし、景品を贈呈いたします。

※入賞者の電話連絡等は致しません。書いた似顔絵は5月31日(日)までは図書館で
保管致しますが、それを超えた場合は破棄させていただきます。

士幌町総合研修センター



4月 かしわ

士幌駐在所ミニ広報紙

釧路方面帯広警察署
0155-25-0110
士幌駐在所
01564-5-2360

春の全国交通安全運動

4月6日(月)～4月15日(水)の10日間

歩行者もドライバーも「ハンドサイン」で事故防止



運動重点

- 通学路・生活道路におけるこどもを始めとする歩行者の安全確保
- 「ながらスマホ」の根絶や歩行者優先等の安全運転意識の向上
- 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- 飲酒運転の根絶
- スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底

WARNING

ヒグマによる事故に
出遭わないために

春はヒグマとの遭遇に注意

雪解け時期は、ヒグマが冬眠から目を覚まし、食べものを探し回り、活動が活発になるので、山に入る際は次のことに注意しましょう。

- ✓ 事前にヒグマ出没情報を確認する。
- ✓ 熊除けの鈴や笛など音が出るものを鳴らし、2人以上で行動する。
- ✓ ふんや足跡を見つけたら、すぐに引き返す。
- ✓ 食べものは必ず持ち帰る。
- ✓ もしもヒグマを見たら、ゆっくりと後ずさりしながら静かにその場を離れる。

北海道警察

性暴力をなくそう

～4月は若年層の性暴力被害予防月間です～

性暴力は年齢・性別にかかわらず起こります
SNSを通じて多くの子供が性被害にあっています
モデルやアイドルの契約をしたはずなのにAVの出演を強要される被害もあります
薬物やお酒を使った性被害の事例が後を絶ちません
痴漢・盗撮は重大な犯罪です

ためらわずに相談を。警察相談ダイヤル#9110

大切な自転車を守ろう

例年、雪解けを迎えると、
自転車の盗難被害が

多発



～盗難防止の基本～

短時間でも！
自宅や駐輪場でも！



**ツーロック！
防犯登録！**

防犯登録を
忘れずに
★有効期間は20年
(令和5年12月31日
以前に登録したものは10年)
★住所変更等は警
察署、交番で手続が
できます。

山菜採り遭難の防止

道内では雪解け後、山菜採り遭難が多発することから、次の点に注意しましょう。

- ✓ 行き先を家族に伝える。
- ✓ 慣れた山でも油断しない。
- ✓ 単独での入山を避ける。
- ✓ 目立つ色の服装を着用する。
- ✓ 携帯電話やホイッスルを携帯する。

北海道警察

インストールはこちら！

ほくとポリス

App Store

Google Play

○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

春の全国交通安全運動

令和8年4月6日から15日までの10日間
春の全国交通安全運動が実施されます。

【運動の重点】

- 通学路・生活道路における子どもをはじめとする歩行者の安全確保
- 「ながらスマホ」の根絶や歩行者優先等の安全運転意識の向上
- 自転車・特定小型原動付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- 飲酒運転の根絶
- スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底

4月10日は、

【交通事故死ゼロを目指す日】です。

思いやり・ゆずり合いの気持ちで交通ルールを守りましょう。

通学路の事故防止

登下校時間帯に通学路を運転されるドライバーはスピードダウンを心掛け、交差点ではしっかりと安全確認をして交通事故防止に努めて下さい。

交差点はしっかり確認



自転車の交通事故防止

自転車事故の8割は交差点で発生!

自転車安全利用五則

- 1 自転車が原則、左側を通行、歩道は例外歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用

※ 自転車は車両です。ルール・マナーを守って安全・適正に利用しましょう



～自転車通学が始まります～

ポイ捨て・不法投棄防止!

これくらいなら・・・
誰も見てないから・・・
という、身勝手な考えでゴミを捨てるのはやめましょう。
ゴミのポイ捨ては違法です。
ゴミは、決められた方法で処分しましょう。



煙草のポイ捨ては、火災の原因になるので、絶対にやめましょう!



山菜採りにおける事故防止

山菜採りの時期が近づいてきています。
例年、道に迷ったり沢に転落したりする事故が起きています。
慣れた場所でも油断をせずに山菜採りを楽しみましょう。



預貯金詐欺にご注意!

親族、警察、銀行協会職員を装い「口座が不正に利用されている。」などと言って、キャッシュカードや預金通帳をだまし取ろうとする手口に注意しましょう。

詐欺のキーワード

- ・ キャッシュカードを交換する(預かる)
- ・ 暗証番号を教えて

これらは詐欺です!!

口座のお金が全て引き出されてしまいます!

北海道警察ホームページ <https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp>



令和8年度**無料入湯券の配布**および**無料温泉送迎バスの運行**

町民の皆様の一層の健康増進と施設の利用促進を図ることを目的に、しほろ温泉プラザ緑風の無料入湯券を配布します。

また、無料送迎バスを運行しますので、ぜひご利用ください。

無料入湯券

町では毎年、全世帯にしほろ温泉の無料入湯券(10枚綴り)を配布しています

- ◆ 対象：令和8年4月6日現在、士幌町に住民登録されている**世帯主の方**
- ◆ 発送日：4月下旬(予定)
- ◆ 発送方法：郵送

※昨年度配布した無料入湯券(オレンジ色)の有効期限は、**令和8年5月31日(土)**までとなっておりますのでご注意ください

※リニューアルに伴い、浴室にはボディソープのみ備え付けています
(フロントにて使い切りシャンプーおよびトリートメントを販売しています)

※リニューアルに伴い、日帰り入浴の営業時間が変更になっておりますので、ご注意ください(営業時間：12:00～22:00(最終受付21:00))



モール温泉は北海道遺産

しほろ温泉は「モール温泉」です
一般的な鉱物性温泉に対して、植物性温泉のモール温泉は、日本でも希少性の高い温泉資源です

「次世代に引き継ぎたい有形・無形の財産」である北海道遺産として数ある道内温泉地に先駆け平成16年に選定されました

【源泉温度】49.6度

【泉質】ナトリウム塩化物泉

【効能】神経痛、関節痛、慢性皮膚炎、慢性婦人病、切り傷、火傷など

無料温泉送迎バス

町では、町内としほろ温泉を往復する送迎バスの運行を行っています

- ◆ 運行日：毎週月曜日と金曜日
(祝日および12月29日～1月3日を除く)
- ◆ 運行時刻：次のページのとおり
- ◆ 乗車料：無料

※施設利用および食事などの費用は別途かかります



しほろ温泉プラザ緑風 無料温泉送迎バス時刻表



順番	乗車場所	バス停名	往路	復路	道路路線名
1	車両センター		10:38	15:05	道道笹川土幌線
2	西2線25号バス停(西2線東側)	土幌25号	10:38	15:05	道道笹川土幌線
3	西2線24号バス停(西2線東側)	土幌24号	10:39	15:04	道道笹川土幌線
4	西2線15号バス停(西2線東側)	中土幌15号	10:45	14:58	国道241号
5	中土幌東団地入口バス停 (国道241号東側)	東団地入口	10:47	14:56	国道241号
6	中土幌バス待合所	中土幌待合所	10:48	14:55	国道241号
7	旧北秀技鋼北側		10:49	14:54	町道中土幌11号線
8	弘勝寺西側		10:50	14:53	町道中土幌西1条線
9	中土幌南 瀬口様宅西側		10:52	14:51	町道中土幌西1条線
10	中土幌児童ステーション前		10:55	14:48	町道中土幌西1条線
↓					道道笹川土幌線
↓	※下記復路 団地内道路			14:44	町道幹線
11	幹線 昭和后団地前		10:59		町道幹線
↓					町道常磐団地中央線
12	緑光 高橋寛彰様宅前		11:04	14:37	町道常磐団地1号線
13	南団地公園北側		11:05	14:36	町道土幌25号線
14	旧星屋商店前バス停	土幌	11:07	14:35	道道士幌停車場線
15	アスポ前バス停(西2線西側)	農協前	11:08	14:34	道道士幌停車場線
16	タウンプラザ前バス停	信金前	11:09	14:33	道道士幌停車場線
17	ふれあいサロン前バス停	土幌市街	11:11	14:32	道道士幌停車場線
18	役場北入口(浄水場北側)バス停	役場北入口	11:12	14:31	国道274号
19	いこい団地公園東側		11:13	14:30	町道いこい4号線
↓					町道平原南百戸線
20	コーポタウン(商工会マンション)北側		11:14	14:29	町道平原3号線
↓					町道土幌北幹線
21	ゆうすい団地 一岡様宅前		11:15	14:28	町道土幌西3線
↓					町道土幌北西3線
↓					町道土幌28号線
22	ケアハウスしほろ愛風苑前		11:18	14:26	町道ふれあい通
↓					町道北本通線
↓	※下記復路 NTT電話交換所前			14:25	町道土幌中央公園線
23	27号保育所入口バス停	保育所前	11:19		国道274号
24	27号西1線バス停	西1線	11:20	14:24	国道274号
25	セイコーマート土幌店北側バス停	27号	11:21	14:23	国道274号
↓					道道本別土幌線
26	しほろ温泉プラザ緑風		11:30	14:10	道道本別土幌線

士幌町コミュニティバス運行時刻表(夏期間4月~10月)

番号	停留所名	1便		3便		6便 道の駅 行き便		8便 道の駅 帰り便		10便	
		発	着	発	着	着	発	発	着	着	発
1	士幌ハイヤー前					着	12:20	発	13:30		
27	道の駅ピア21しほろ					↑	12:13		13:37		
1	士幌ハイヤー前	発	8:40	発	9:40		12:06		13:44	着	15:46
2	睦西		8:41		9:41		12:05		13:45	↑	15:45
3	南団地		8:42		9:42		12:04		13:46		15:44
4	南団地公園		8:44		9:44		12:02		13:48		15:42
5	緑光		8:45		9:45		12:01		13:49		15:41
6	睦団地		8:47		9:47		11:59		13:51		15:39
7	美園		8:48		9:48		11:58		13:52		15:38
8	大通西		8:50		9:50		11:56		13:54		15:36
9	タウンプラザ前		8:51		9:51		11:55		13:55		15:35
10	フレンドハウス前		8:52		9:52		11:54		13:56		15:34
11	柏公園		8:53		9:53		11:53		13:57		15:33
12	病院前		8:55		9:55		11:51		13:59		15:31
13	保健センター前		8:56		9:56		11:50		14:00		15:30
14	愛風苑前		8:57		9:57		11:49		14:01		15:29
15	ホワイトピア士幌		8:58		9:58		11:48		14:02		15:28
16	士幌バス待合所		8:59		9:59		11:47		14:03		15:27
17	役場前		9:01		10:01		11:45		14:05		15:25
18	総合研修センター前		9:02		10:02		11:44		14:06		15:24
9	タウンプラザ前		9:04		10:04		11:42		14:08		15:22
19	アスポ前		9:05		10:05		11:41		14:09		15:21
1	士幌ハイヤー前	着	9:06	着	10:06	発	11:40	着	14:10	発	15:20

番号	停留所名	2便		4便		5便 道の駅 行き便		7便 道の駅 帰り便		9便	
		発	着	発	着	着	発	発	着	着	発
1	士幌ハイヤー前	発	9:10	発	10:10	着	11:40	発	12:50	着	15:17
27	道の駅ピア21しほろ					↑	11:33		12:57	↑	
10	フレンドハウス前		9:13		10:13		11:24		13:06		15:14
11	柏公園		9:14		10:14		11:23		13:07		15:13
20	若葉団地		9:15		10:15		11:22		13:08		15:12
14	愛風苑前		9:16		10:16		11:21		13:09		15:11
13	保健センター前		9:17		10:17		11:20		13:10		15:10
12	病院前		9:18		10:18		11:19		13:11		15:09
21	高德		9:19		10:19		11:18		13:12		15:08
22	平原北		9:21		10:21		11:16		13:14		15:06
23	いこい公園		9:22		10:22		11:15		13:15		15:05
24	西町公民館西		9:23		10:23		11:14		13:16		15:04
25	旧平原ストア前		9:24		10:24		11:13		13:17		15:03
26	士幌小学校北		9:25		10:25		11:12		13:18		15:02
12	病院前		9:26		10:26		11:11		13:19		15:01
13	保健センター前		9:27		10:27		11:10		13:20		15:00
14	愛風苑前		9:28		10:28		11:09		13:21		14:59
15	ホワイトピア士幌		9:29		10:29		11:08		13:22		14:58
16	士幌バス待合所		9:30		10:30		11:07		13:23		14:57
17	役場前		9:32		10:32		11:05		13:25		14:55
18	総合研修センター前		9:33		10:33		11:04		13:26		14:54
9	タウンプラザ前		9:35		10:35		11:02		13:28		14:52
19	アスポ前		9:36		10:36		11:01		13:29		14:51
1	士幌ハイヤー前	着	9:37	着	10:37	発	11:00	着	13:30	発	14:50

※運行路線上であれば、停留所以外の場所でも乗降できます。

乗車するとき: バスが来たら手を上げて運転手に乗車意志をお示ください。

降車するとき: 降りたい場所を事前に運転手へお知らせください。

士幌町コミュニティバス運行路線図



**停留所以外の間所
でも乗降できます！**

[利用方法]

- 乗車するとき
バスが来たら手を上げ
運転手に乗車意思をお示ください
- 降車するとき
降りたい場所を事前に
運転手にお知らせください

[運行案内]

- 利用料 無料
- 運休日 土・日曜日、祝日、振替休日
年末年始(12月29日～1月3日)
- 車両 ジャンボタクシー
- 定員 9名

交通事情により、発着時刻が遅れる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
台風・大雪等の荒天時は運休する場合があります。
工事等があった際、その期間中に一部ルートを変更する場合があります。

コミュニティバスに関するお問い合わせは
士幌町役場地域戦略課
TEL 5-5212まで

!!ご留意!!

点線区間及び「27. 道の駅ピア21しほろ」への運行は、毎年4月1日～10月31日までとなっており、冬期間(11月1日～3月31日)は運行いたしません。

スクールバス時刻表(令和8年4月1日～)

【中士幌線】

1便	停 留 所	2便
7:22	↓ 車 両 セ ン タ ー ↑	16:44
7:29	↓ 幹 線 1 9 号 ↑	16:37
7:30	↓ 昭 和 南 団 地 ↑	16:36
7:34	↓ 幹 線 1 3 号 ↑	16:32
7:35	↓ 幹 線 1 1 号 ↑	16:31
7:38	↓ 西 2 線 1 1 号 ↑	16:28
7:39	↓ 中 士 幌 待 合 所 前 ↑	16:27
7:40	↓ 西 2 線 1 3 号 ↑	16:26
7:41	↓ 東 団 地 ↑	16:25
7:42	↓ 中 士 幌 小 学 校 ↑	16:24
7:43	↓ 西 2 線 1 5 号 ↑	16:23
7:46	↓ 西 2 線 1 7 号 ↑	16:20
7:47	↓ 西 2 線 1 9 号 ↑	16:19
7:49	↓ 幹 線 1 9 号 ↑	16:17
7:51	↓ 幹 線 2 1 号 ↑	16:15
7:58	↓ 士 幌 町 中 央 中 学 校 ↑	16:10
—	↓ 子 ど も 交 流 セ ン タ ー ↑	16:05
8:02	↓ 士 幌 小 学 校 ↑	—
8:04	↓ 士 幌 市 街 ↑	16:02
8:05	↓ 車 両 セ ン タ ー ↑	16:00



※中士幌線は通学児童・生徒の乗車に限ります。

【下居辺線】

下居辺行			停 留 所	士幌行		
3便	2便	1便		1便	2便	3便
下居辺市街廻 月～金運行	下居辺市街廻 月～金運行	川添線廻 月～金運行		川添線廻 月～金運行	下居辺市街廻 月～金運行	下居辺市街廻 月～金運行
△16:04	12:42	6:54	↓ 車 両 セ ン タ ー ↑	8:01	13:42	17:11
16:05	12:43	6:55	↓ 農 協 前 ↑	8:00	13:41	17:10
16:06	—	—	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	—	—	—
16:07	—	—	↓ 子 ど も 交 流 セ ン タ ー ↑	—	—	—
16:10	—	—	↓ 士 幌 町 中 央 中 学 校 ↑	7:59	—	—
—	—	—	↓ 士 幌 小 学 校 ↑	7:56	—	—
—	12:44	6:56	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	7:55	13:40	17:09
16:16	12:46	6:59	↓ 東 1 線 2 7 号 ↑	7:52	13:37	17:06
16:17	12:47	7:00	↓ 東 3 線 2 7 号 ↑	7:51	13:36	17:05
16:18	12:48	7:01	↓ 東 5 線 2 7 号 ↑	7:50	13:35	17:04
16:20	12:50	7:02	↓ 上 居 辺 入 口 ↑	7:48	13:34	17:03
16:21	12:51	7:03	↓ 佐 倉 入 口 ↑	7:47	13:33	17:02
16:23	12:53	7:04	↓ 東 1 0 線 2 7 号 ↑	7:45	13:32	17:01
16:25	12:55	7:06	↓ 東 1 3 線 2 7 号 ↑	7:43	13:30	17:00
16:28	12:58	7:08	↓ 居 辺 沢 ↑	7:40	13:28	16:58
—	—	7:09	↓ 北 2 1 号 ↑	—	13:27	16:57
—	—	7:10	↓ 下 居 辺 第 2 ↑	—	13:26	16:56
—	—	7:12	↓ 北 1 8 号 ↑	—	13:24	16:54
—	—	7:14	↓ 清 澄 西 ↑	—	13:22	16:52
—	—	7:16	↓ 南 1 4 号 ↑	—	13:21	16:51
16:30	13:00	—	↓ しほろ温泉プラザ緑風 ↑	7:38	—	—
16:36	13:06	7:31	↓ 高 砂 ↑	—	—	—

【新田線】

新田行			停留所	士幌行		
3便	2便	1便		1便	2便	3便
月～金運行	月～金運行	月～金運行		月～金運行	月～金運行	月～金運行
16:03	12:42	7:06	↓ 車 両 セ ン タ ー ↑	8:06	13:41	17:06
16:04	12:43	7:07	↓ 農 協 前 ↑	8:05	13:40	17:05
16:05	12:44	7:08	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	8:04	13:39	17:04
—	—	—	↓ 士 幌 小 学 校 ↑	8:03	—	—
16:06	—	—	↓ 子 ども 交 流 セ ン タ ー ↑	—	—	—
16:10	—	—	↓ 士 幌 町 中 央 中 学 校 ↑	8:00	—	—
16:13	12:48	7:12	↓ 西 士 幌 ↑	7:58	13:35	17:00
16:15	12:50	7:14	↓ 吉 野 北 ↑	7:57	13:33	16:58
16:16	12:51	7:15	↓ 西 1 線 3 0 号 ↑	7:56	13:32	16:57
16:18	12:53	7:17	↓ (旧)北中音更小学校 ↑	7:54	13:30	16:55
16:20	12:55	—	↓ 西 5 線 3 2 号 ↑	7:52	—	—
—	—	7:19	↓ 西 7 線 3 0 号 ↑	—	13:28	16:53
16:26	13:01	—	↓ 西 9 線 3 3 号 ↑	7:46	—	—
16:28	13:03	7:21	↓ 西 9 線 3 0 号 ↑	7:44	13:26	16:51
—	—	7:26	↓ 西 1 1 線 3 3 号 ↑	—	13:21	16:46
—	—	7:28	↓ (旧)新田小学校 ↑	—	13:19	16:44
—	—	7:30	↓ 西 1 4 線 3 0 号 ↑	—	13:17	16:42
—	—	7:32	↓ 西 1 3 線 2 9 号 ↑	—	13:15	16:40
—	—	7:38	↓ 水 源 地 入 口 ↑	—	13:09	16:34
—	—	7:40	↓ 西 1 3 線 (共同畜舎) ↑	—	13:07	16:32
16:30	13:05	7:42	↓ 栄 進 ↑	—	—	—

【佐倉線】

佐倉行			停留所	士幌行		
3便	2便	1便		1便	2便	3便
24号廻り	24号廻り	19号廻り		24号廻り	19号廻り	19号廻り
△16:04	12:41	7:14	↓ 車 両 セ ン タ ー ↑	8:07	13:29	17:00
16:05	12:42	7:15	↓ 農 協 前 ↑	8:06	13:28	16:59
16:06	12:43	7:16	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	—	—	—
16:07	—	—	↓ 子 ども 交 流 セ ン タ ー ↑	—	—	—
16:10	—	—	↓ 士 幌 町 中 央 中 学 校 ↑	8:05	—	—
—	—	—	↓ 士 幌 小 学 校 ↑	8:03	—	—
—	—	—	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	8:02	13:27	16:58
16:19	12:48	—	↓ 西 1 線 2 4 号 ↑	7:57	—	—
16:21	12:50	—	↓ 東 3 線 2 4 号 ↑	7:54	—	—
16:23	12:52	—	↓ 東 5 線 2 4 号 ↑	7:52	—	—
16:25	12:54	—	↓ 道 道 2 4 号 ↑	7:50	—	—
16:27	12:56	—	↓ 道 道 2 6 号 ↑	7:48	—	—
16:30	12:59	—	↓ 東 9 線 2 6 号 ↑	7:45	—	—
16:32	13:01	—	↓ 東 9 線 2 4 号 ↑	7:43	—	—
16:34	13:03	—	↓ 道 道 2 4 号 ↑	7:41	—	—
16:35	13:04	—	↓ (旧)佐倉小学校 ↑	7:40	—	—
16:37	13:06	—	↓ 道 道 2 1 号 ↑	7:38	—	—
16:39	13:08	—	↓ 東 9 線 2 0 号 ↑	7:36	—	—
—	—	7:21	↓ 西 1 線 2 4 号 ↑	—	13:22	16:53
—	—	7:24	↓ 基 線 2 1 号 ↑	—	13:19	16:50
—	—	7:27	↓ 東 1 線 1 9 号 ↑	—	13:16	16:47
—	—	7:29	↓ 東 3 線 1 9 号 ↑	—	13:14	16:45
—	—	7:31	↓ 東 5 線 1 9 号 ↑	—	13:12	16:43
—	—	7:33	↓ 道 道 1 9 号 ↑	—	13:10	16:41

【上居辺線】

上居辺行			停留所	士幌行		
3便	2便	1便		1便	2便	3便
月～金運行	月～金運行	月～金運行		月～金運行	月～金運行	月～金運行
△16:04	12:42	6:52	↓ 車両センター ↑	8:04	13:45	17:15
16:05	12:43	6:53	↓ 農協前 ↑	8:03	13:44	17:14
16:06	12:44	6:54	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	8:02	13:43	17:13
16:07	—	—	↓ 子ども交流センター ↑	—	—	—
16:10	—	—	↓ 士幌町中央中学校 ↑	7:58	—	—
—	—	—	↓ 士幌小学校 ↑	7:56	—	—
—	—	—	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	7:54	—	—
16:16	12:46	6:56	↓ 西2線29号 ↑	7:52	13:41	17:11
16:18	12:48	6:58	↓ 西2線31号 ↑	7:50	13:39	17:09
16:20	12:50	7:00	↓ 西2線33号 ↑	7:48	13:37	17:07
16:22	12:52	7:02	↓ 基線33号 ↑	7:46	13:35	17:05
16:24	12:54	7:04	↓ 基線35号 ↑	7:44	13:33	17:03
16:25	12:55	7:05	↓ 東1線35号 ↑	7:43	13:32	17:02
16:29	12:59	7:09	↓ 東5線35号 ↑	7:39	13:29	16:59
16:31	13:01	7:11	↓ 東7線35号 ↑	7:37	13:28	16:58
16:33	13:03	—	↓ 東7線33号 ↑	7:35	—	—
16:35	13:05	—	↓ 東7線31号 ↑	7:33	—	—
16:36	13:06	—	↓ 上居辺小学校 ↑	7:32	—	—
16:37	13:07	—	↓ 東7線31号 ↑	7:31	—	—
16:39	13:09	—	↓ 東7線33号 ↑	7:29	—	—
16:41	13:11	—	↓ 東7線35号 ↑	7:27	—	—
16:44	13:14	7:13	↓ 東10線35号 ↑	7:25	13:26	16:56
16:46	13:16	—	↓ 東10線33号 ↑	7:23	—	—
16:48	13:18	—	↓ 東12線33号 ↑	7:21	—	—
16:50	13:20	—	↓ 東14線33号 ↑	7:19	—	—
—	—	7:15	↓ 東12線35号 ↑	—	13:24	16:54
16:52	13:22	7:17	↓ 東14線35号 ↑	—	—	—

【朝陽線】

朝陽行			停留所	士幌行		
3便	2便	1便		1便	2便	3便
月～金運行	月～金運行	月～金運行		月～金運行	月～金運行	月～金運行
△16:04	12:42	6:51	↓ 車両センター ↑	8:02	13:48	17:18
16:05	12:43	6:52	↓ 農協前 ↑	8:01	13:47	17:17
16:06	12:44	6:53	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	—	13:46	17:16
16:07	—	—	↓ 子ども交流センター ↑	—	—	—
16:10	—	—	↓ 士幌町中央中学校 ↑	7:58	—	—
—	—	—	↓ 士幌小学校 ↑	7:56	—	—
—	—	—	↓ 士幌市街(ふれあいサロン前) ↑	7:54	—	—
16:16	12:46	6:55	↓ 西2線29号 ↑	7:52	13:43	17:13
16:17	12:47	6:56	↓ 基線29号 ↑	7:51	13:42	17:12
16:20	12:50	—	↓ 東1線31号 ↑	7:48	—	—
16:22	12:52	—	↓ 東1線33号 ↑	7:46	—	—
16:25	12:55	—	↓ 東4線33号 ↑	7:43	—	—
16:27	12:57	—	↓ 東4線30号 ↑	7:41	—	—
16:30	13:00	—	↓ 上居辺小学校 ↑	7:38	—	—
16:31	13:01	—	↓ 東7線31号 ↑	7:37	—	—
16:33	13:03	—	↓ 東7線33号 ↑	7:35	—	—
16:35	13:05	—	↓ 東10線33号 ↑	7:33	—	—
16:40	13:10	7:06	↓ 東14線29号 ↑	7:28	13:32	17:02
16:41	13:11	7:07	↓ 東14線31号 ↑	7:27	13:31	17:01
16:43	13:13	7:09	↓ 東14線33号 ↑	7:25	13:29	16:59
16:46	13:16	7:12	↓ 朝陽 ↑	7:22	13:26	16:56
16:51	13:21	7:17	↓ 東17線32号 ↑	—	—	—

【西上線】

1便	停留所	2便	3便
西2線廻り		30号廻り	30号廻り
月～金運行		月～金運行	月～金運行
7:25	↓ 車両センター ↑	13:17	16:42
7:26	↓ 農協前 ↑	13:16	16:41
7:27	↓ 土幌市街(ふれあいサロン前) ↑	13:15	16:40
7:29	↓ 西2線29号 ↑	13:13	16:38
7:30	↓ 西2線31号 ↑	13:12	16:37
7:31	↓ 西2線33号 ↑	13:11	16:36
7:33	↓ 西2線35号 ↑	13:09	16:34
7:36	↓ 東1線40号 ↑	13:06	16:31
7:37	↓ 西1線40号 ↑	13:03	16:28
7:41	↓ 西1線38号 ↑	13:01	16:26
7:43	↓ (旧)西上音更小学校 ↑	12:59	16:24
7:45	↓ 西3線36号 ↑	12:57	16:22
7:47	↓ 西3線34号 ↑	12:55	16:20
7:48	↓ 西3線32号 ↑	12:54	16:19
7:50	↓ 西1線32号 ↑	12:52	16:17
7:52	↓ 西1線30号 ↑	12:50	16:15
7:53	↓ 吉野北 ↑	12:49	16:14
7:55	↓ 西士幌 ↑	12:47	16:12
7:57	↓ 土幌町中央中学校 ↑	—	16:10
—	↓ 子ども交流センター ↑	—	16:07
8:00	↓ 土幌小学校 ↑	—	—
8:01	↓ 土幌市街(ふれあいサロン前) ↑	12:44	16:06
8:02	↓ 農協前 ↑	12:43	16:05
8:03	↓ 車両センター ↑	12:42	16:04

【中音更線】

1便	停留所	2便	3便
月～金運行		月～金運行	月～金運行
7:20		↓ 車両センター ↑	13:23
7:21	↓ 農協前 ↑	13:22	16:44
7:22	↓ 土幌市街(ふれあいサロン前) ↑	13:20	16:43
7:29	↓ 基線26号 ↑	13:13	16:36
7:33	↓ 西3線26号 ↑	13:09	16:32
7:35	↓ 西6線26号 ↑	13:07	16:30
7:37	↓ 西6線28号 ↑	13:05	16:28
7:39	↓ 西3線28号 ↑	13:03	16:26
7:41	↓ 基線28号 ↑	13:01	16:24
7:45	↓ (旧)北中音更小学校 ↑	12:59	16:22
7:47	↓ 西3線32号 ↑	12:57	16:20
7:48	↓ 西3線33号 ↑	12:56	16:19
7:57	↓ 土幌町中央中学校 ↑	—	16:10
—	↓ 子ども交流センター ↑	—	16:07
8:00	↓ 土幌小学校 ↑	—	—
8:01	↓ 土幌市街(ふれあいサロン前) ↑	12:44	16:05
8:02	↓ 農協前 ↑	12:43	16:04
8:03	↓ 車両センター ↑	12:42	16:03

【全便共通事項】

- ※日曜日・土曜日・祝祭日は運休します。
- ※△印は中学校休日（臨時休校・夏・冬休みなど）の場合、車両センターの出発が8分程度遅くなることを示しています。

担当 教育課学校教育係（総合研修センター内 教育課直通⑤4732）

エアコン未設置の高齢者世帯等に 購入設置費用を助成します！

在宅でエアコンを設置していない高齢者世帯等の熱中症対策として、エアコンを購入・設置する費用の一部を助成します。

対象世帯

町内に住所があり、次の①～⑤のいずれかに該当する世帯

- ①75歳以上の高齢者のみで構成されている世帯
- ②要介護(要介護1以上)認定を受けている方がいる場合、70歳以上の方のみで構成される世帯
- ③身体障害者手帳1級から3級までを持つ方がいる場合、70歳以上の方のみで構成される世帯
- ④療育手帳Aを持つ方がいる場合、70歳以上の方のみで構成される世帯
- ⑤精神障害者保健福祉手帳1級を持つ方がいる場合、70歳以上の方のみで構成される世帯

※ただし、介護保険施設および有料老人ホームなどに入所等している場合は対象外となります。

※公営住宅にお住いの場合は、個別に担当まで相談ください。



対象経費

町内の事業所において、エアコン本体を購入および設置にかかる費用

※設置が困難な場合は、可動式のエアコン(スポットクーラー)も対象とします。

助成額

対象経費の2分の1を助成します。(7万5千円上限)

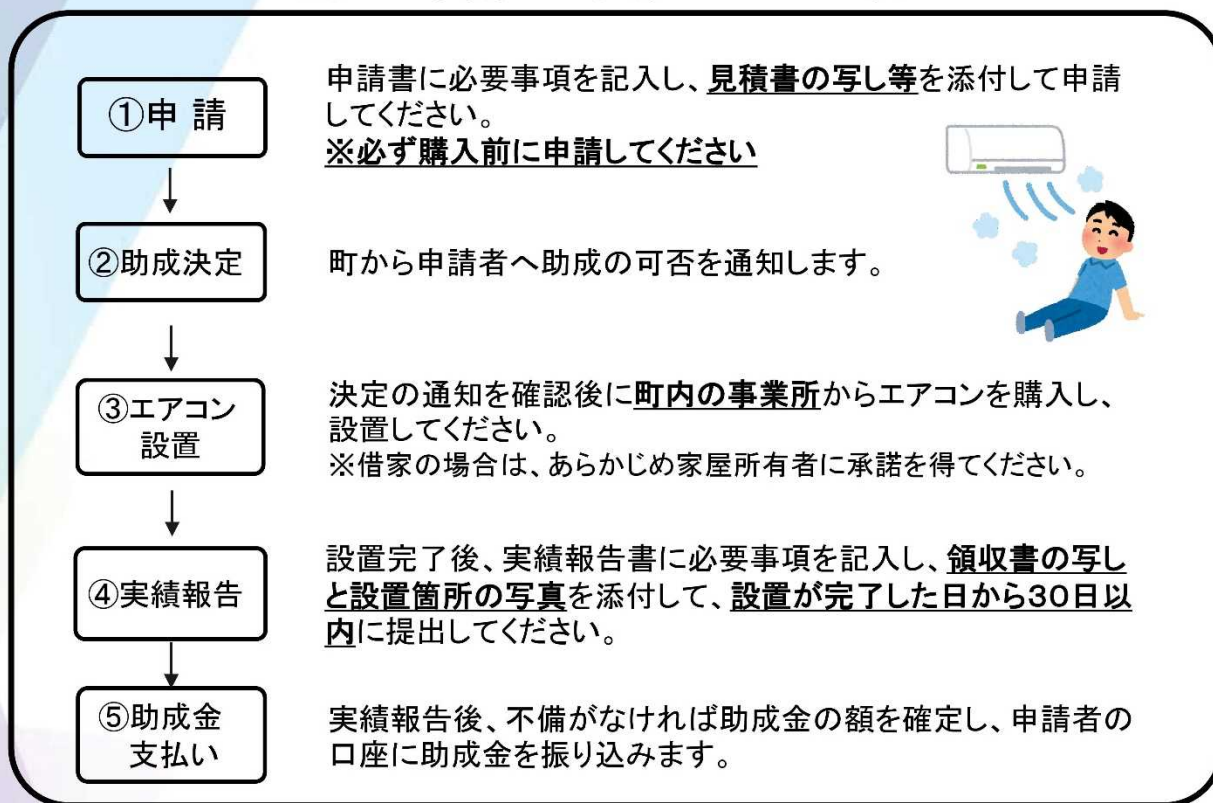
※千円未満は切り捨て、1世帯につき1回に限ります。

受付期間

令和8年4月1日(水)～令和9年2月15日(月)まで

※予算上限あり

～助成金申請から支払いまでの流れ～



《お問い合わせ》 保健福祉課地域福祉係 TEL:01564-5-2006(直通)

士幌町高齢者生きがい事業団 会員募集

高齢者生きがい事業団は、働く意欲を持っている高齢者の方が、経験・知識を生かして相互に協力して、地域社会の活動と運動しながら働く機会を得て、生活感の充実と福祉の増進を目的として活動しています。

募集対象 おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方で、事業団の趣旨に賛同する方。

仕事内容 花壇清掃・畑の草取り、ビートの補植など農作業・草刈り・庭木の剪定・公園の清掃など

こんな方にお勧め!!

- 就職は望まないが長年の経験や技能を活かして働きたい
- 生きがいの充実を図りたい
- 地域社会に役立ちたい
- いくらかの収入を得たい
- 就業など活動を通じて友達をつくりたい



お問い合わせ・申込先 士幌町高齢者生きがい事業団

〒080-1219 士幌町宇士幌西2線167番地(総合福祉センター内) 電話 080-8295-4310

特定非営利活動法人

士幌町障がい者支援の会だより

第33号 令和8年3月31日発行

『ほのぼのホーム』では、障がいのある方が地域社会の中で安心して生活できるよう、「居場所づくり」「仲間づくり」「働く場づくり」「社会復帰への場づくり」など、社会参加に向けた支援活動を行っています。こども達が利用する『すずらんの家』では、楽しいさまざまな体験活動をとおして、人間的な成長と保護者の養育の一時休養を目指し、年明けからきねと臼での本格的な餅つき体験、北海道ならではの雪山そり遊びなどの行事を行いました。

一方、今年の大きな取り組みは、町内では、児童等の療育を行う放課後等デイサービスが週に1回、1時間しか受けられないので、当法人でのサービス提供を目指し、夏までには、新規事業所を立ち上げて、サービスの向上を図りたいと急ピッチで準備に取り組んでおりますので、もうしばらくお待ちいただきたいと存じます。

また、社会参加に不安がある方や登校に不安のある児童の支援にも関わり、事業の必要性を改めて感じています。今後も誰もが気軽に相談できる事業所を目指し、取り組んでまいります。

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感謝申し上げます

士幌町障がい者支援の会では皆様から賛助会費として、貴重な浄財をいただいて活動しています。ここに昨年12月9日から本年3月10日までに納入され、広報誌掲載を辞退された方を除きご紹介させていただきます。また、同じくご寄贈いただいた方についても併せてご紹介いたします。

個人賛助会費

荒井 覚
伊藤 正子
遠藤 裕子
神田 敏子
川上 明伸
菊地 洋子
北村 捷満
塚越 智恵子
中山 謙次
牧野 繁
溝口 正美
矢野 一美

団体賛助会費

聖教寺
有限会社西上加納農場
有限会社士幌自動車

(敬称略、順不同)

寄贈

森崎 一枝
(バスタオル・シーツ等)
(敬称略)



おやつづくり



クリスマス会



外出活動



体験、見学について 主なサービス内容

すずらの家では、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

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)17:45 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

☎5-2688

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。

作品展示販売会へ

とかちプラザで行われた作品展示販売会へ勉強も兼ねてお邪魔してきました。

様々な作品に触れて、皆さん目を輝かせていました。とても勉強になりましたね。



毎月恒例の昼食作り(^.^)

2月は、ほのぼのシェフによる《親子丼・春雨スープ・ポテトサラダ》を皆さんでいただきました。

みんなで楽しく食べるご飯は格別ですね！！



土幌高原ヌプカの里にて作品の展示販売開始

ほのぼのホームで作成している自主製品に新しい仲間が登場します！土幌高原ヌプカの里で作品を展示販売させていただけることになりました。お近くへお越しの際は、ぜひお立ち寄りいただき、お手に取ってご覧いただけましたら幸いです♪

紙コップを使った可愛い小物入れやペットボトルのキャップを使ったモバイル・ピアスを作り始めました。



しほろ相談室 toitoi(トイトイ)

☎7-7737

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れるよう、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とした情報の提供や、相談支援を行っています。

令和8年度 年会費（継続と新規）の募集 NPO 法人士幌町障がい者支援の会に入会をお願いします

士幌町障がい者支援の会は、『地域活動支援センター事業』、『就労継続支援B型事業』、『日中一時支援事業』、『相談支援事業』を運営し、支援を必要とする方々にとって、より良い日中の居場所や安心して相談できる場所となるよう役職員一同さらに努力をしております。

活動の趣旨にご賛同いただき、年会員として本年も継続してご理解とご支援を、また、新規の会員の募集もあわせて行っておりますので、皆さまの暖かいご支援をお願い申し上げます。

事業内容

	地域活動支援 センター事業 【ほのぼのホーム】	就労継続支援B型事業 【しほろほのぼの ホーム共同作業所】	日中一時支援事業 【すずらんの家】	相談支援事業 【相談室 toitoi (トイトイ)】
内 容	創作的活動などを行うために通所する場所で、社会との交流の促進、地域生活の支援を図るものです。	就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、就労知識等の向上の訓練を行います。	支援の必要な児童等を一時的に預かり、見守り等を提供するものです。家族の一時的な負担軽減を図るものです。	住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、また、様々な方の身近な相談窓口となるよう支援を行っていきます。
場 所	士幌町字士幌西2線171番地75（特別養護老人ホーム北側）			
電話番号	ほのぼのホーム:01564-5-2688番、すずらんの家:5-4838番 しほろ相談室 toitoi(トイトイ):7-7737番、（FAXは全部同じく5-5454番）			

【会員受付窓口・問い合わせ先は上の事業所まで】 《申込書↓》をご活用ください。

発行者 NPO 法人 士幌町障がい者支援の会



会員の種類

《申 込 書》（継続・新規）

令和 年 月 日

正 会 員				正 会 員	3,000 円
賛助会員	個人会員	口数	□	賛助会員	一口 1,000 円
	団体会員	口数	□		

- 1 正会員と賛助会員のどちらかに○をつけてください。
- 2 賛助会員の場合は、個人会員と団体会員のどちらかに○をつけ、口数を記載してください。

氏名(又は団体名)			
住所(又は団体所在地)	電話番号		
申込み代表者 ※団体会員のみ記載			

【振込先】※どちらかの振込先を選んで、振り込みをお願いします。振り込む際は、お名前を記入願います。

□ 座 名 士幌町農業協同組合 本所	□ 座 名 帯広信用金庫 士幌支店
□ 座 番号 普通 0017968	□ 座 番号 普通 1032802
□ 座 名 義 特定非営利活動法人 士幌町障がい者支援の会 B	□ 座 名 義 特定非営利活動法人 士幌町障がい者支援の会

※ 会員のお名前を本会の広報紙に掲載させていただきますので、お名前掲載の可・不可をお知らせください。

※ 会員の個人情報は広報を含めて、会の運営目的にのみ使用させていただきます。※ 広報（可・不可）

「共生型常設型居場所 みんなののりのくまさん」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4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)



●だれでも気軽に利用できる「いばしょ」です！お立ち寄りください♪●

4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。
 フリーカフェはいつでも利用できます。(飲料1杯100円)

日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土
【定休】			1 歌ごえサロン 13:30～15:00	2 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	3 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	4 【定休】
		編み物おしゃべり会 開催中、直接作品の 購入ができます♪				
5 【定休】	6 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	7 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	8	9 フラダンス体験 10:00～12:00 カリンバ部 14:00～16:00	10 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	11 【定休】
12 【定休】	13	14 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 *ミニ講習	15	16 カリンバ部 14:00～16:00	17 いきいき 遊びクラブ (健康マージャンサロ 10:00～15:00 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	18 【定休】
19 【定休】	20 ひまわりカフェ (認知症カフェ) 13:00～15:00	21 編み物 おしゃべり会 10:00～16:00	22	23 カリンバ部 14:00～16:00	24 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)	25 【定休】
26 【定休】	27	28 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	29 【定休日】 昭和の日 	30 カリンバ部 14:00～16:00	●ふれあいデー● 14日(火) 10時～12時 *お顔のマッサージ ～自分でやってみよう～ 【無料ミニ講座/3分以内】	

●あつまれ！もったいないもの●【担当：柴田】
 不要品の無料お引き取り(お一人45kg程度まで)
 *日時：4月24日(金) *開館中随時受付*

●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)

万が一の
備えに!



ふれあいサロン傷害補償
~町内全てのサロンが加入しています!~



ふれあいサロンの参加中（遠足などの外出も含む）や、自宅からサロン会場までの行き帰りなど、参加者（ボランティアを含む）の急激かつ偶然な事故によるケガに対する通院・入院・手術を補償する保険で、毎年社会福祉協議会が全ての地区のサロンに対して保険加入手続きをおこなっています。

各地域のふれあいサロンに参加中やサロンの行き帰りで何か事故があった場合は必ずサロンの世話人・ボランティアさんへ速やかに報告をお願いいたします。

(※事故発生から30日以内に手続きを行わなければ保険金が請求できない場合があります)

補償内容		金額
死亡保険金		530万円
後遺障害保険金		530万円 (限度額)
入院保険金日額		4,700円
手術 保険金	入院中の手術	47,000円
	外来の手術	23,500円
通院保険金日額		2,600円



「ふれあい・いきいきサロン」4月の予定
気軽にお立ち寄りください

令和8年



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 ガンバルーン 愛好会 【会場：保健センター】 10:00~12:00	2 お茶の間中町 9:30~11:30	3 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	4
5	6	7 ふまねっと教室 【会場：タウンプラザ】 13:30~14:30	8 中士幌 ふれあいサロン 9:30~11:30 南町おたのしみ サロン 特殊詐欺についての 出前講座があります 10:00~12:00	9 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 北町さらくサロン 10:00~12:00	10 いきいき 遊びクラブ (健康マージャン サロン) 10:00~15:00	11
12 南地区いきいき サロン 10:00~12:00	13 ふれあいサロンしほろ 『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	14 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	15 ガンバルーン 愛好会 【会場：福祉センター】 10:00~12:00 北地区ふれあい サロン 9:30~12:00 ふまねっと 中士幌教室 【会場：中士幌公民館】 13:30~14:30	16 西町ふれあいサロン 10:00~12:00	17 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	18 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
19	20	21 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	22	23 上居辺 いきいきサロン 10:00~12:00	24 いきいき 遊びクラブ (健康マージャン サロン) 10:00~15:00	25
26	27 北中ふれあい サロン 10:00~15:00	28 ふれあいサロン しほろ 10:00~11:30	29 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	30		

歌謡体操を楽しむ会

令和8年度 開催日程のお知らせ

歌謡体操とは通信カラオケ機器（フリーダム）を利用し、懐かしの歌謡曲に合わせてスクリーンの見本を見ながら体を動かす体操です。その他にも脳トレやカラオケを通じて交流を楽しむサロンです。どなたでもご参加いただけますので、お気軽にご参加ください♪

（事前申し込みは不要ですので、直接会場へお越し下さい）



【令和8年度 開催予定日】

開催月	第1金曜日	第3金曜日	開催月	第1金曜日	第3金曜日
4月	3日 【ホール】	17日	10月	お休み	16日
5月	1日	お休み	11月	6日	お休み
6月	お休み	19日	12月	お休み	18日
7月	3日	17日	R9 1月	お休み	15日
8月	7日	21日	2月	5日	19日
9月	4日	18日	3月	5日	19日

◆日時：第1・第3金曜日

午後1時30分～3時30分

◆場所：総合研修センター 視聴覚室

◆内容：カラオケと歌謡体操

（通信カラオケ機器フリーダム使用）



（問合先）
士幌町社会福祉協議会（総合福祉センター内） ☎01564-5-2008

ふまねっと運動教室

「ふまねっと」はかんたんで楽しい運動です♪
 初めての方や、運動が苦手な方でも大丈夫です！仲間づくりや
 健康づくり・介護予防に向けてはじめてみませんか？



◆月曜日教室は休止になります

【令和8年度 会場・日程のお知らせ】

(※天災・公衆衛生に関わる事態等による教室休止の場合があります)

	タウンフラザ 【第1・3火曜日】		中士幌公民館 【毎月15日】
	13:30~14:30		
4月	7日(火)	21日(火)	15日(水)
5月	/	19日(火)	15日(金)
6月	2日(火)	16日(火)	15日(月)
7月	7日(火)	21日(火)	15日(水)
8月	4日(火)	18日(火)	/
9月	1日(火)	15日(火)	16日(水)
10月	6日(火)	20日(火)	15日(木)
11月	/	17日(火)	15日(日)
12月	1日(火)	15日(火)	16日(水)
1月	5日(火)	19日(火)	15日(金)
2月	2日(火)	16日(火)	15日(月)
3月	2日(火)	16日(火)	15日(月)

(問合せ先) ふまねっと・しほろ事務局 士幌町社会福祉協議会内 ☎5-2008

●「ふまねっと」とは？

「ふまねっと運動」とは、50センチ四方のマスキングテープでできた大きな網を敷き、この網を踏まないようにゆっくり慎重に歩く運動です。

マスキングテープを利用したステップがたくさん用意されており、このステップを間違えないように「学習」しながら歩行のバランスを改善する「運動学習プログラム」です。



●杖歩行の方や虚弱な方も楽しめます

「ふまねっと運動」は、杖歩行の方や足腰に自信の無い方でも参加できます。一日に数十歩しか歩けない方々の、一歩一歩を貴重な運動資源として大切にしたいと考えた末に開発された運動です。筋力向上を目指す運動ではなく、からだの動きに注意を集中させ、全身のバランスや認知機能を向上させることを重視した運動です。

●楽しくできれば大成功！

「ふまねっと運動」をやると、「次はどっちの足だっけ？」と迷ったり間違ったりは誰もが経験します。しかし、迷ったり間違えても大丈夫！次はどっちの足だったかな？と考えている時は脳トレになりますし、網を踏まない様に慎重に歩く事が重要だからです。間違えたり、迷ったりした時でもみんなで大笑いしたり、励ましあったりと教室は大変盛り上がりします。正しいステップをおぼえること以上に、こうしてみんなで楽しく交流することを「ふまねっと教室」では大切にしています。



●ふまねっとサポーター(ボランティア)がお手伝いします！

「ふまねっとサポーター」とはふまねっと運動の理論や効果、指導法を学んだ『ボランティア』です。ふまねっと運動は正しく行わなければ効果につながりません。そこで、ふまねっとサポーターが「正しく」そして「楽しく」ふまねっと運動をお伝えしながら、みなさんと一緒に健康づくりや介護予防に取り組んでいきます！教室は、サポーターさんと参加者さんとの会話が弾み和やかな雰囲気になっています。

(令和8年3月現在ふまねっとサポーター数16名)

募集中

一緒にふまねっとサポーターとして活動してみませんか？

「ふまねっと・しほろ」では、ふまねっと教室を進行する、ふまねっとサポーターさんを募集しています。サポーターになるのに年齢制限はありませんので、どなたでもサポーターになることができます。詳しくは事務局までお問い合わせください ☎5-2008

+ 令和8年4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
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～16時までにお電話ください（☎5-2106）

常勤医師着任のお知らせ
 4月から川原義典医師が着任いたします。
 よろしく願います。

	1日(水)	2日(木)	3日(金)
午前	内科 藤原	内科 守屋 10時～ 池田	内科 藤原 内科 北広島・高橋
午後	小児科 清水 内科 藤原	眼科 長谷 内科 藤原	内科 北広島・高橋 小児科 清水

	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
午前	内科 藤原 内科 川原	内科 池田 内科 守屋	内科 藤原 内科・小児科 川原 整形外科 市山	内科 守屋 眼科 長谷	内科 藤原
午後	内科 池田 小児科 清水	内科 藤原	内科 守屋	内科 川原	内科 川原 小児科 清水

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
午前	内科 藤原 内科 川原	内科 池田 内科 守屋	内科 藤原 内科・小児科 川原	内科 守屋 10時～ 池田 眼科 長谷	内科 川原
午後	内科 藤原 小児科 清水	内科 藤原	内科 守屋	内科 川原	内科 藤原 小児科 清水

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
午前	内科 藤原 内科 川原	内科 池田 内科 守屋	内科 藤原 内科・小児科 川原	内科 守屋 10時～ 池田 眼科 長谷	内科 藤原
午後	内科 池田 小児科 清水	内科 藤原 泌尿器科 協会病院	内科 守屋	内科 藤原	内科 川原 小児科 清水

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	5月1日(金)
午前	内科 藤原 内科 川原	内科 池田 内科 守屋	休診	内科 守屋 10時～ 池田 眼科 長谷	内科 川原 内科 北広島・高橋
午後	内科 池田 小児科 清水	内科 藤原		内科 川原	内科 藤原 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 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：藤原祐生 医師（帯広協会病院）※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	