

誰もが関わりたくなる農村ユートピア

2026
(令和8年)

9

No.790

広
報

しほろ

Shihoro Town Public Relations

晴天に咲く土幌の魂!!



↑ YouTube動画

しほろ7000人のまつり開催

詳細についてはp2～3をご覧ください。

■主な内容

- p2～3 しほろ7000人のまつり & 仮装盆踊り大会開催!!
- p4～5 第18回女性サミット
- p6 新しい農業委員を紹介しま
す & 森本耕二さん退任挨拶
- p12 防災だより
- p13 安全・環境だより特別号

■土幌町公式SNS等一覧



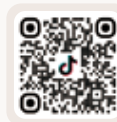
LINE

▶土幌町からの
大切なお知らせ



YouTube

▶動画で見る
土幌町



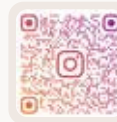
TikTok

▶若手で
盛り上げる
土幌町



X (旧 Twitter)

▶大地くんが
つぶやく
土幌町



Instagram

▶写真で見る
土幌町



Facebook

▶写真で見る
土幌町



太田実行委員長によるあいさつ



怪人テラマチによる謎解きゲーム
今年は子分を従えてパワーアップ



企画を立案した中学生に
実行委員会から表彰



回 人のまつり い大会



様々なステージイベントが会場を盛り上げる



8.16(日)しほろ7000人のまつりプログラム

コミュニティ広場 特設会場 ステージ			
10:00~10:20	交通安全・防犯パレード (土物町生活安全推進協議会)	12:50~13:05	書道パフォーマンス(モノクロ書道)
10:30~10:50	開会式	13:15~13:20	中学生企画 表彰
10:50~10:55	怪人テラマチたちからの挑戦状	13:25~13:30	フラダンス(文化協会)
11:00~11:15	土幌音頭・郡上踊り (女性団体連絡協議会)	13:35~13:50	バトン演出披露(土幌バトンメイプ)
11:25~11:40	花みこし(熊谷青年部・青年会・熊谷青年部・地区連合・小学生)	13:55~14:05	ダンス(ダンスサークルAll Shine)
11:45~11:55	よさこい演舞(文化協会)	14:10~14:20	ダンス(Girls Dance team SANY)
12:05~12:20	高原太鼓(文化協会)	14:25~14:35	ダンス(土幌ダンススクール MAD)
12:30~12:40	舞踊(文化協会)	14:40~14:50	ダンス(CHIBUNITY (チビユニティー))
		15:00~15:40	お笑いステージ
		15:50~16:00	お菓子まき

土幌 小学校 エリア	10:30~15:30 ゴーカート	10:30~14:00 熱気球搭乗体験 ※小学生以上有料 ※天候によって終了時間の 変更あり
	10:30~16:00 ふわふわパルーン	
遊水公園 エリア	10:30~12:00 ニジマス釣り 中学生以下対象 (保護者は可)	11:00~12:30 子牛のふれあい体験 10:30~16:00 トラクター展示
	10:30~13:00 消防署 消防車乗車体験・放水体験 消火器体験・レンジャー体験	



美濃市から篠田市長、古田市議会議員、総務部総合政策課の職員5名が来町し、土幌音頭・郡上踊り、花みこしなどまつりに参加いただきました。



ソマオ・ミートボールとジェラードンによるお笑いステージに会場は大盛り上がり



実行委員会役員と高木町長篠田美濃市長による「お菓子まき」



仮装 8.20(木) 18:00~21:00 西2線会場 盆踊り大会

子供盆踊りには約150名が参加し、仮装盆踊りには町内外から16団体17個人の225名が参加しました。

第45 しほろ1000 & 仮装盆踊



個人優勝

(じゃがりこキャラクターママ役の「りかこ」りかこの推し活)



団体優勝 (マイケル・ジャクソン(スリラー))



個人第3位

(マイケル・ジャクソン)



個人準優勝 (かぐや姫)



団体準優勝 (踊りMAX)



団体第3位 (たのしみ隊 FINAL)

○第18回女性サミット○

6月29日(月)にコミセン2階視聴覚室において、第18回女性サミットが開催されました。今年度は「次世代に繋げるために しほろ愛を語る」をテーマに、4グループがワークショップ形式で議論し、土幌町の良いところを中心に、様々な意見や提案が出されました。今回のサミットにおいて出された意見等の一部について、その内容と町の回答等をお知らせいたします。



問 国民健康保険税や介護保険料の負担が大きいと感じる。

答 国民健康保険や介護保険は、サービスに対して皆様に税(料)を負担いただく原則があります。ルール上、町の負担部分が決まっているので、それを超えて助成等を実施することは難しく、ご理解願います。所得の少ない方への減免などについては、国の制度に基づき、しっかりと実施していきま

問 災害対策として、スターリンクを役場に配備してはどうか。

答 災害対策のことなので、しっかりと考えていかなければならないと思っています。災害本部や避難所での使用について、今後、検討が必要と考えます。

※用語説明 スターリンクは衛星通信を利用したインターネットサービスです。地上の通信インフラに頼らないので、災害時でも通信手段を確保できます。

問 土幌町には色々な助成や補助制度があるが、それらの制度について知らない人もいます。もっと周知して欲しい。

答 町のホームページには様々な補助制度の情報を載せていますが、探しやすい分かりやすくするのが課題と考えています。色々なところで制度について発信していますが、より工夫しながら周知していききたいと思っています。

問 町外から土幌町に来てもらうために、年代別に楽しめる場所や子ども連れで行く遊び場など、利用しやすい情報の載ったマップが、道の駅などにあると良いと思う。

答 マップは利用する年齢層に合わせて紙媒体のものや、SNSを含めたデジタル的なものなど、観光協会を含めて色々と検討していききたいと思います。

問 子どもたちの遊ぶ場所が少ない。冬場に遊べる場所やふわふわドーム、大きく充実した公園が土幌本町と中土幌にあると思う。

答 大きな公園や遊具等については、土地や道路環境、費用などの面で中々

難しいですが補完するようなことは考えていきます。認定こども園が移転したこともあり、ますので、中央公園の今後についても様々な検討をしていければと思います。

問

士幌町の広報と役場だよりの見開きが逆で扱いづらい。綴じる方向を統一してほしい。

答

「広報しほろ」は縦書きがベースのため右綴じ、「しほろ役場だよりの」は横書きがベースのため左綴じとなっています。現在、綴じる方向を統一できるように協議しています。

今回のテーマ「しほろ愛」についても、たくさんの意見をいただきました。

景観

自然が豊かでのんびりできる。空が広い。町並みが綺麗。

子育て

給食費・保育料・学童保育使用料、高校卒業までの医療費が無料。給食がおいしい。色々な体験ができて子どもが楽しそう。新しい園舎で子どもが喜んでいる。教育

に力を入れている。各学校の体育館にエアコンがついた！

施設

町営リンクや野球場などのスポーツ施設、総合研修センターなど綺麗に整備されていて充実している。2か所の道の駅も綺麗で良い！プラザ緑風の温泉送迎バスも無料。

食・イベント

食べ物がおいしい。野菜などが新鮮。「夏祭り」「ハスカップ祭り」「ホタル観賞」などイベントが多く楽しい。

情報提供

LINEなどの色々な媒体で、瞬時に災害情報や町の情報が届く。テーマに沿った最新情報や動画も充実している。

国保病院について

小児科、内科や他の診療科も、それぞれの患者さんに合わせた対応をしてくれて、非常に良くなったと感じる。

町長

昨年と今年に、藤原院長と川原診療部長が就任し、医師4人体制になりました。院長と川原医師は緊急時には小児診療にも対応しており、週3回は小児科外来も開設しています。通常の診療科、専門外来も含め、引き続き診療体制の充実に努めていきます。

支援や補助について

色々な補助や助成があり、プレミアム商品券や生活応援券もありがたい。今年の「士幌町物価高騰対策生活応援商品券」の支給も他の町村より早く、家計が助かった。

町長

「士幌町物価高騰対策生活応援商品券」の支給は、2月中旬に実施しました。他の自治体よりも早く実施できたのは、これまでも商工会でプレミアム商品券を発行している下地があつてのことです。町民の皆様に早く届けられたことを嬉しく思っています。

士幌町の助成・補助事業の一部は「2026年版士幌町町民便利帳」の23ページと24ページに一覧を掲載しています。



その他にもたくさんの意見や提案がありました。参加いただいた皆様、誠にありがとうございます。いただいた意見等について検討し、町政に反映していきます。

新しい農業委員を紹介します

会長職務代理者



百戸第一班
鎌田 尚吾 (55歳)

会 長



佐倉北区
河田 浩美 (60歳)

7月20日に任期満了を迎える農業委員会委員の募集を4月1日～30日までの期間で行いました。その結果、募集人数と同数の届出があり農業委員会委員候補者評価委員会の審査を経て、6月定例議会において同意を得た14名が新たな農業委員として任命されました。7月21日に開催された第1回総会では、各委員に町長から辞令書が交付され、会長に河田浩美さん、会長職務代理者に鎌田尚吾さんが選出されました。(議席順 敬称略)
※年齢は7月24日現在

農業振興小委員長



共成
伊賀 勝彦 (51歳)

農地小委員長



実勝
岡部 真吾 (52歳)



吉野
小林 直人 (51歳)



新田第二
高橋 竜 (49歳)



松室
三本 伸二 (50歳)



土幌南旭区
兼山 和浩 (50歳)



清澄
長田 直弘 (48歳)



西上
中山 謙次 (56歳)



高德
川瀬 博幸 (62歳)



吉野
富田 博文 (55歳)



共進
寺町 雅人 (57歳)



土幌北一区
藤内 正樹 (49歳)



森本耕二さん 退任挨拶
7月17日、応接室にて、農業委員会の森本耕二会長が退任の挨拶をしました。森本会長は農業委員を4期12年務められ、後半の2期6年は会長として土幌町の農地行政に尽力いただき、令和8年7月20日の任期満了をもって退任されました。高木町長は「本町の基幹産業である農業の発展にご尽力いただき、お礼申し上げます。ありがとうございました」と感謝の言葉を述べました。

世 界大会出場報告



士幌町出身でダンスグループCHIBIUNITY所属の鴨下雪輝さんが、世界規模で開催されるプロダンスリーグ「IDL(インターナショナルダンスリーグ)」の初年度アジア大会に出場することを、町長へ報告しました。

鴨下さんはCHIBIUNITYから選抜されたジュニア部門の35名のメンバーとして8月1日から韓国・慶熙(キョンヒ)大学で行われるコンペティションへ出場します。

鴨下さんは「優勝するためには絆やメンバー同士の愛が重要になってくるので最年長としてコミュニケーションを取りやすい良い雰囲気づくりを心掛けたい」と話していました。

Jul
15(水)

町役場
応接室
鴨下雪輝
さん

出 産祝い金贈呈



波多野良輔さん、柚菜さんご夫妻の長女として生まれた李菜ちゃんのご誕生を祝し、高木町長から出産祝い金が手渡されました。士幌町では第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。

お二人は「上の男の子たちもいて大変だけど、二人とも少しお兄ちゃんになって妹を可愛がってくれている」と話していました。

～ご出産おめでとうございます～

Jul
14(火)

士幌町内
波多野さん
ファミリー

農 業者年金基金理事長賞受賞



農業者年金基金理事長賞の表彰(独立行政法人農業者年金基金(黒田夏樹理事長)主催。6月26日に北海道自治労会館で表彰式)の伝達式が行われました。

農業者年金とは、国民年金に上乗せすることで、将来受け取ることができる年金額を増やすことを目的につくられた、国が運用する公的な年金です。農業者年金基金理事長賞は、農業者の老後生活の安定を図る「農業者年金」の加入促進活動を積極的に取り組み、加入者数上位の農業委員会に表彰されるもので、令和7年度農業者年金青年層新規加入者数が全国第5位となり、その功績が認められました。

Jul
17(金)

町役場
応接室
農業委員会
森本耕二
さん

健 康講座～肺炎について～



士幌町国民健康保険病院の藤原大輔院長による『肺炎のあれこれ～肺炎について知識を深めよう～』と題した健康講座が開催され、町民33名が参加しました。

本講座は地域住民とともに健康について考えることを目的に開催され、藤原院長からは気道や呼吸の仕組みなど基礎的なところから肺炎の仕組みや予防について具体的な方法などについて話があり、「高齢者の肺炎はムセや熱が目立たないことがある、歯磨きや歯科受診をしながら、ワクチンや早期受診で重症化を防いでほしい」と結びました。

参加者からは「正しい知識を得ることができた」など声があり、参加者にとって健康・肺炎について考える良い機会となりました。

Jul
17(金)

コミュニティ
センター
士幌町民他

二次元コードを読み取ると該当記事の動画がご覧いただけます。
(町公式YouTubeへと移動します)

しほろ牛を堪能！サタデースクール


Jul
18(土)

中土幌児童
ステーション

町内小学生



巡回児童ステーション(サタデースクール)事業として「ワクワク基地づくり&火おこしチャレンジ」が行われ、児童27名が参加しました。町内小学生に土曜日に学ぶ機会をもってもらおうと、町教委が社会福祉法人温真会(松浪浩之理事長)に委託して実施しているサタデースクール。今回は、日帰りキャンプ体験として、基地づくりと火おこしをして、たき火料理を食べました。今回は特別に土幌町肉牛振興会(鎌田佳尚会長)からしほろ牛2.5キロが提供され、子どもたちは、初めての基地づくり、火おこしに苦戦しつつも、美味しいしほろ牛に舌鼓を打ちました。

町民体育祭～パークゴルフ競技～


Jul
18(土)

れいわ
パーク

土幌町民

第43回町民体育祭パークゴルフ競技が行われ、1チーム3～4名、計22組76名の町民が参加しました。比較的涼しい気候の中、どのチームも交流を深めながらコースを回り、真剣にかつ楽しそうに熱いプレーを繰り広げていました。熱戦の末、今年は上居辺Aが見事優勝を飾りました。

結果は次のとおりです。(敬称略)

優勝 上居辺A

(神野春夫、井上義孝、御子柴昌則、河村敏弘)

準優勝 北町A

(松本正明、宮本弘幸、嶋田美代子、西山友子)

第3位 南町A

(佐々木渉、佐々木トミ子、鹿島憲男、三野宮茂)

陸上全道大会出場報告


Jul
23(木)

教育委員会

松山雄世
さん(中央
中2年)他

第57回北海道中学校陸上競技大会(7月27日～29日旭川市開催)に出場する松山雄世さん(中央中2年)と指導者で同校教諭の今村心桜さん、斉藤貴史校長が教育委員会を訪れ、土屋教育長へ出場を報告しました。

男子1500mと3000mに出場する松山さんは「初めての全道大会で緊張するが、決勝に行けるように全力で頑張る」と意気込みを語り、土屋教育長は「精一杯力を出して自分の立てた目標を達成できるように頑張ってください」とエールを送りました。

道東大会出場報告


Jul
22(水)

教育委員会

土幌
ファイターズ

NPO 法人厚岸ネット杯争奪学童野球大会兼第29回道東8支部交流少年軟式野球大会(7月25日、26日厚岸町開催)に出場する土幌ファイターズの選手19名が教育委員会を訪れ、土屋教育長へ出場を報告しました。

同チームは、6月20日から7月4日にかけて開催された全道少年野球十勝支部予選大会でブロック優勝し、代表決定戦では第4位で通過して道東大会の出場権を獲得しました。

キャプテンの若村竜之介さん(土幌小6年)は「一人一人が自分の役割を考え、状況判断をして楽しくプレーしたい」と意気込みを語りました。

ピア21しほろの納涼会



Jul
25(土)

ピア21
しほろ

町内外
来場者

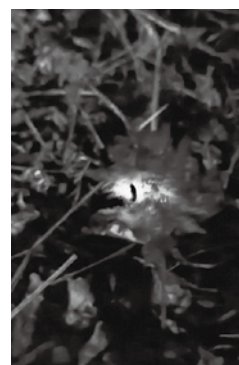


「道の駅ピア21しほろの納涼会」が開催されました。

屋外に特設されたブースに、道の駅に商品を出している事業者が多数出店し、多くの人が美味しい料理や飲み物を求めて並びました。

また今回は帯広畜産大学のマンドリンサークルさんによるマンドリンの生演奏が行われ、素敵な音楽に癒やされながら、短い十勝の貴重な夏の空間をみんなで楽しみました。

ホタル観賞会



Jul
24(金)

下居辺
朝陽公園
(ほたるの里)

町内外
来場者



7月24日～8月2日、下居辺地区の朝陽公園ほたるの里にて、「ホタル観賞会」が行われました。

天気の良い日には、開始前から駐車場が埋まるほどで、町内だけでなく管外からも合わせて290名が訪れ、来場した方は「ホタルがたくさんいて本当に綺麗でした!」「幻想的な光でうっとりしました」など、ホタル観賞会を楽しんでいました。

10日間開催(うち1日雨天中止)された観賞会には町内外から過去最多の計1,331名の方が訪れ、ホタルの美しい光を楽しみました。

Aug
3(月)

美濃市内
土幌町
小学6年生
40名



1日目の3日は美濃和紙の里会館で紙すき体験として自分の卒業証書を作成しました。

2日目の4日は美濃市内の「うだつの上がる町並み」のフィールドワークを行い、午後は名古屋市へ移動し、トヨタ産業技術記念館、バンテリンドームナゴヤでプロ野球観戦をしました。そして3日目の5日に無事土幌へと帰ってきました。北海道十勝では見られない景色を見たり、



できない貴重な体験をすることができ、夏休みの大切な思い出となりました。

美濃市・土幌町フレンドシップ交流事業

Jul
28(火)

土幌町内
美濃市
小学6年生
31名
土幌町
小学6年生
36名



1日目の28日は、土幌町発祥の地記念公園(美濃の家・伝統農業保存伝承館)を見学し土幌の歴史を学習しました。

2日目の午前中は、文化森本農場で大型農業機械の見学と芋掘り体験をし、山岸牧場では、子牛への哺乳体験、麦稈ロール体験を行い、土幌の農業について学びました。午後からは、ピア21しほろ、よつ葉乳業の工場の見学などをし、短い期間ではありましたが、土幌や十勝のことを学び楽しみました。



夏休み学習サポート塾



Aug
5 (水)

- 総合研修センター
- 町内小中学生
北海道大学生

8月5日と6日、北海道大学の学生(北海道大学恵迪寮自治会士幌小屋チセフレップ運営特別委員会)による夏休み学習サポート塾が開催されました。

小・中学生延べ59名が参加し、北大生15名が講師として、子どもたちの夏休みの勉強をサポートしました。また、勉強だけではなく、図書館での読書や、かたきなどをして北大生と楽しく交流しました。

勉強以外にもたくさん話をして、それぞれの出身地のことや大学のことを知ることもできる良い機会となりました。

夏休みこども料理教室



Jul
29 (水)

- 町民保健センター
- 町内小中学生



「夏休みこども料理教室」が開催され、小学生9名とボランティアの中学生2名が参加しました。

この料理教室は毎年夏休みと冬休みに開催しており、今回は夏野菜のカラフル冷やし中華、しゅうまい、かぼちゃごま団子を作りました。

子どもたちは、町管理栄養士の指導を受けながら、具材を切ったり、計ったり、混ぜたりと職員や中学生に教わりながら楽しそうに作業をしていました。

自分たちで作った料理を食べた子どもたちは、みんな口をそろえて「美味しい!」と言っていました。

出産祝い金贈呈



Aug
7 (金)

- 士幌町内
- 横山さんファミリー

横山健太さん、美奈さんご夫妻の三男として生まれた己瑠ちゃんのご誕生を祝し、高木町長から出産祝い金が手渡されました。士幌町では第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。

お二人は「上の子たちは可愛がってくれている。お兄ちゃん二人に負けずに、強く元気で健康に育ててほしい」と話していました。

～ご出産おめでとうございます～

サマーキャンプ with 北大生



Aug
6 (木)

- 士幌高原ヌプカの里
- 町内小中学生
北海道大学生

8月6日～7日の2日間、町内小学生10名と北海道大学生(同上)15名がサマーキャンプを行いました。開催にあたって、士幌町肉牛振興会(鎌田佳尚会長)からしほろ牛切り落とし10kgが提供されました。1日目はレクリエーション、天体観測などを行い、夕食はしほろ牛がたくさん入ったプルコギを作り、全員で美味しく調理し食べました。夜の天体観測では、星空案内人の鈴木麟太郎さん指導のもと、士幌高原の美しい星空を見てみんなで感動を共有しました。2日目は自然体験などを行い、昼食は提供されたしほろ牛の焼肉を楽しみました。

人の動き

5,594人(−35) 男2,781人(+3) 女2,813人(−38) 世帯2,770(+18)

※7月末現在()は前年比

美濃のまちから

美濃・手すき和紙体験講座が行われました



美濃手すき和紙の製作技術を伝承し、その魅力を広く伝えるため、「美濃・手すき和紙体験講座」が7月2日から6日までの5日間、美濃和紙の里会館で開催されました。

この体験講座は、美濃和紙の愛好者を増やし、産地のPRにつながることを目的としており、神奈川県から2名が参加されました。参加者は、和紙の基礎知識から原料処理、紙すき、乾燥、選別までの一連の工程を、見学と実技を交えながら体験。伝統工芸士の市原智子さんが技術指導を務め、参加者は職人と同じ本格的な用具を使って、大判の紙すきにも挑戦しました。

講師の市原さんは「初めての方がすぐに大判をすくのは難しいですが、貴重な体験をしてもらえて良かったです。」と話しました。参加者からも、「広く充実した設備の中で受講でき、さらに和紙が好きになりました。」と満足した様子の声が聞かれました。



スクールバスのお昼便は、9月30日をもって終了します。

『ぼてたく』のお問い合わせは
地域戦略課 5-5212 まで



国民年金だより



マイナポータルから国民年金に関するお手続きができます！

対象手続き

- ・国民年金被保険者の資格取得(種別変更)の届出
- ・付加保険料納付(辞退)申出
- ・付加保険料納付該当(非該当)届
- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請
- ・学生納付特例申請
- ・産前産後免除該当届
- ・口座振替納付申出 兼 還付金振込方法申出
- ・口座振替辞退申出

マイナポータルを利用するメリット

スマートフォンで簡単に申請できます。
24時間いつでもどこでも申請できます。
処理状況や申請結果が確認できます。
紙や郵送コストの削減が期待できます。

手続のしかた

- ① マイナポータルにログインし、「年金」メニューから、「国民年金に加入する方・加入中の方の手続き」に進む。
- ② 「国民年金に関する手続」画面で手順に沿って手続を選択し、「この条件で検索」をタップ。
- ③ マイナンバーカードの4桁の暗証番号を入力し、カードをスマートフォンで読み取る。
- ④ 申請内容を入力する。
- ⑤ 入力内容を確認し、「申請する」をタップ。

詳しい利用方法

詳しくは日本年金機構のホームページをご確認ください。
<https://www.nenkin.go.jp/>



お問合せ 町民課住民年金係 01564-5-5231 帯広年金事務所 0155-25-8113

ぼう さい 防災だより Disaster prevention

～ 新しい防災気象情報の 初めての発表について ～

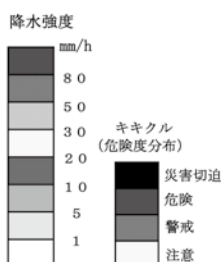
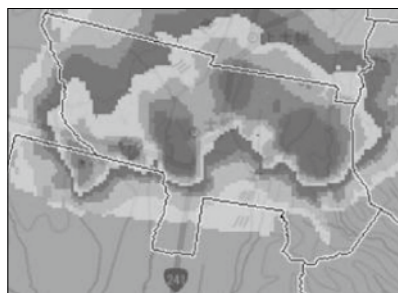


嵯峨
危機管理監

5月29日(金)に新しい防災気象情報の運用が開始され、7月12日(日)に低気圧の影響により、本町に初めて気象庁から、「レベル4 土砂災害危険警報」と「レベル3 大雨警報」が同時に発表されました。この情報は、町の防災ラジオなどを通じて、町民の皆様自動的に発信された他、同時にテレビなどでも放送されました。その頃の気象状況等を次のとおり紹介させていただきます。

気象状況等 (7月12日(日) 14時30分頃)

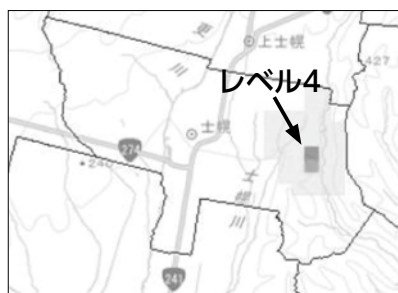
【雨 雲】



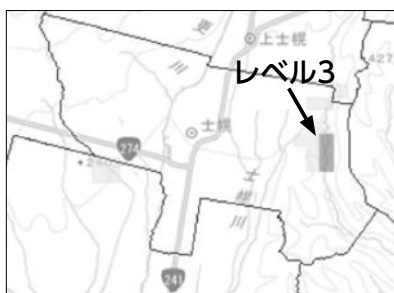
新しい防災気象情報

警戒レベル	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや 土石流	大雨 低地の浸水や 大河川以外での 氾濫	河川氾濫 1級河川などの 大河川の氾濫
5相当	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 氾濫特別警報
4相当	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 氾濫危険警報
3相当	レベル3 土砂災害警報	レベル3 大雨警報	レベル3 氾濫警報
2	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 氾濫注意報
1	早期注意情報		

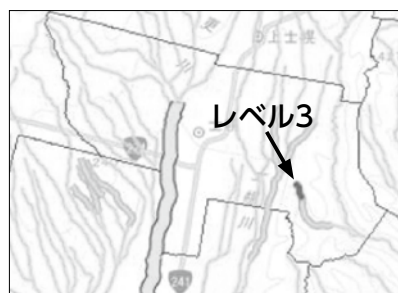
【土砂キキクル】



【浸水キキクル】



【洪水キキクル】



町は、気象庁からの情報の他、本町周辺の雨雲の今後の動きや、キキクル(危険度分布)、町のハザードマップに掲載されてる土砂災害警戒区域、河川の浸水想定地域など、総合的に検討した結果、今回は避難情報(「避難指示」や「高齢者等避難」など)を発令しなければならない危険な状況には至っていないものと判断し、避難情報の発令はしませんでした。

一方、避難情報の発令はないものの、防災ラジオなどから防災気象情報を聞いて、町の指定避難所となっているコミュニティセンターに避難をされた方もおられました。

【町民の皆様にご留意いただきたいこと】

気象庁などから上記のような「防災気象情報」が発表された場合でも、町は、「避難情報」を発令する場合と、発令しない場合があります。

(「防災気象情報」は、災害の状況や危険度を示す情報であるのに対し「避難情報」は住民がとるべき行動を直接促す指示(「警戒レベル3 高齢者等避難」・「警戒レベル4 避難指示」等)です。)

○ 当該地域の居住場所に危険がある場合 ⇒ 避難情報を発令します。

// 危険がない場合 ⇒ 避難情報を発令しません。

○ 町が避難情報を発令する場合は、町のハザードマップに表示されている内容を含めて、防災ラジオなどを通じて伝達します。(内容：災害種別、警戒レベル、土砂災害警戒区域、河川などの浸水想定区域、避難の対象地域、指定緊急避難場所、指定避難所など。)

このため、町の防災ガイドブックとハザードマップの内容を事前にご確認ください。

また、普段から、すぐに取り出せる位置に大切に保管してください。

※ 町から避難情報が発令されない場合でも、防災気象情報などをもとに、自身が危険と判断した場合は、避難情報の発令を待たずに、自ら避難行動をとってください。

連絡先 総務課 電話5-5211

自転車の交通ルール・マナーを守ろう！

4月1日から16歳以上の自転車運転者にも
「交通反則通告制度」が導入されました。

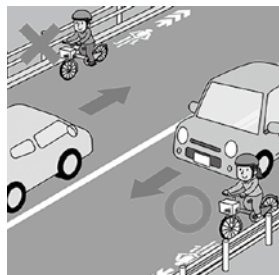
主な反則行為と その反則金の一例（青切符）

携帯電話使用



12,000円

通行区分違反



6,000円

交通反則通告制度とは

交通違反をした場合の手続きを簡略化するための仕組みです。一定期間内に反則金を納めると、刑事裁判や家庭裁判所の審判を受けずに事件が処理されます。この時に発行される交通反則通告書がいわゆる「青切符」と呼ばれています。

信号無視



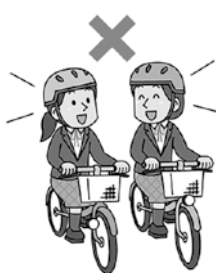
6,000円

一時不停止



5,000円

並んで走行



3,000円

安全・環境だより
特別号

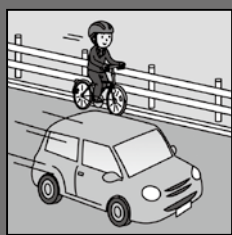
自転車の交通ルール
について再確認しま
しょう。
詳しくは
こちら →



自転車安全利用五則

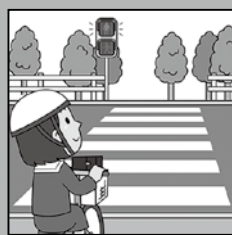
1

車道が原則、
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



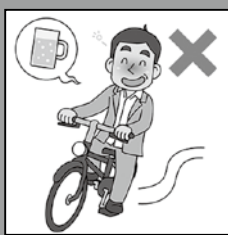
3

夜間は
ライトを点灯
※反射材を備えた
自転車運転しまし
ょう。



4

飲酒運転は
禁止
※赤切符（刑事手
続）の対象です。



5

ヘルメットを
着用
※全ての自転車利
用者に着用の努
力義務が課され
ています。



連絡先 町民課生活環境係 5-5231



こどもだより

新園舎を満喫！

士幌町認定こども園 園長 渋谷 浩



4月から供用開始となったこども園の新園舎。園児も先生方も使い方にもすぐに慣れ、工夫された素敵な新園舎を存分に満喫しています。

写真は7月にあった5歳児クラスの参観日の様子です。子どもたちが細長くちぎった“お花紙”を、親子一緒にうちわであおぐと、高く高く舞い上がっていました。新園舎の以上児遊戯室の、約6.5メートルという高い吹き抜け天井まで昇っていました。みんなから大きな歓声があがったのでした。



各保育室前にあるお湯の出る外水道は、水遊びに大活躍。「ほんのもり」でゆったり過ごす親子。フリースペースでチャンバラごっこ。園庭のハルニレの木陰で虫探し。

新たな環境で、子どもたちは生き生き遊びに夢中です。安心、安全、そしてワクワクがいっぱいの新園舎を、これからも一層満喫していきます。



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



★2階バルコニーから眺めた夏の絶景 ～花火大会鑑賞会～★

7月4日(土)、特別養護老人ホーム2階バルコニーにおいて、「しほろ夏祭り花火大会」の観賞会を開催しました。

夜空いっぱいに色鮮やかな大輪の花火が咲き誇ると、赤や青、金色の光が夏の夜空を美しく彩り、会場は歓声に包まれました。

利用者様は「きれいだね」「夏が来たね」と笑顔で夜空を見上げ、一発一発打ち上がる花火に見入っておられました。また、その



美しい光景や懐かしい思い出がよみがえったのか、感動のあまり涙を浮かべる利用者様の姿も見られ、職員にとっても心に残るひとときとなりました。

夜空を鮮やかに彩る花火は、利用者様それぞれの夏の思い出を呼び起こし、笑顔と感動に包まれた、かけがえのない夏の一夜となりました。



連絡先 特別養護老人ホームほほえみ 電話5-2416



健康寿命とリハビリ

リハビリ科長 水間 澄人

「健康寿命」ってどんなもの？

「健康寿命」とは、寿命のうち健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

厚生労働省の発表によると、令和4年の日本の寿命は

・平均寿命 … 男性：81.05歳、女性：87.09歳

・健康寿命 … 男性：72.57歳、女性：75.45歳 となっており、平均寿命と健康寿命を比較すると、男性は約9年、女性は約12年の差があります。

これは、誰かの手助けを受けながら生活する期間がそれだけあるということです。

健康寿命を延ばし、この差をできるだけ減らすことを目的として、国は「健康寿命延伸プラン」を作成し、2040年までに健康寿命を3年以上延伸し（2016年比）75歳以上とすることを目指しています。

「健康寿命」を延ばすには？

健康寿命を延ばす方法のひとつに「運動習慣」があります。

一度健康を損なうと、元の状態に戻るまでに長い時間を要します。例えば、怪我をして安静にしていると筋力が低下します。その筋力を元に戻そうとすると、安静にした期間の約3～4倍の時間が必要になると言われています。もちろんその間はリハビリをしなくてはなりません。

不慮の事故や難病など、怪我の要因をご自身で防ぐことが難しい場合もありますが、転倒などについては環境整備の工夫や普段からの筋トレによる下肢・体幹の筋力強化などを行うことで防ぐことができます。特に下半身の強化は欠かせません。自分一人で歩けること、これは非常に重要です。

今回は下半身強化の運動をいくつかご紹介します。ご自身でできる時間、できる範囲で行いましょう。通院中の方は主治医にご相談して取り組んでください。少しでも健康寿命に興味を持ち、健康寿命を延ばすきっかけになれば幸いです。

運動習慣で健康寿命をのばそう！

生活習慣病予防に効果がある運動は、ウォーキングなどの有酸素運動と立って歩くために必要な筋力強化運動です。

有酸素運動

ウォーキング

- ・ご自身の体調に合わせて10～30分、できれば1日に2回程度歩きましょう。途中で休憩を入れても結構です。
- ・少し息が早くなる程度、人と楽に会話ができる程度、やや汗ばみ、爽快感を味わえる程度の運動が最適です。
- ・この程度の強さの運動を有酸素運動といいます。有酸素運動は、体力や筋力を良くしてくれるだけでなく、血糖値を下げる、脂肪を減らす、血行を良くする、ストレス解消などの効果があり、生活習慣病予防にはとても効果的な運動です。



筋力強化運動

ひざのばし

椅子からの立ちあがり、歩行や階段の上り下りに必要な太ももの前の筋肉を強くします。

- ・片足ずつゆっくり足をあげ、ひざをのばします。
- ・そのまま5秒止め、おろします。



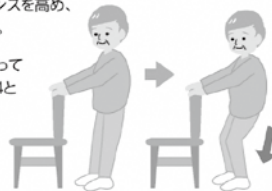
運動を行う際の注意

- ・無理にのびたり、反動をつけて行わない。
- ・痛みがでたり、痛みが増す時は、速やかに中止する。

スクワット

足腰の筋肉を強くし、立位バランスを高め、階段の上り下りが楽になります。

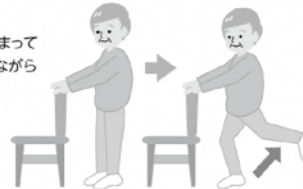
- ・椅子の背もたれなどにつかまって両方のひざを一緒に、1・2・3・4と数えながら約30度まげます。
- ・そのまま5秒止め、ゆっくりのびします。



足のうしろあげ

正しい姿勢やバランスの保持に必要な背中からふともも後側の筋肉を強くします。

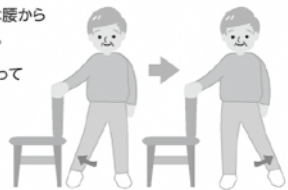
- ・椅子の背もたれなどにつかまって一方の足を1・2・3・4と数えながらうしろにゆっくりあげる。
- ・ひざ直角まであげたら、そのまま5秒止め、ゆっくりおろします。



足の外開き

歩行やバランスの保持に必要な腰から太もも外側の筋肉を強くします。

- ・椅子の背もたれなどにつかまって一方の足を横に1・2・3・4と数えながらゆっくり広げる
- ・約30度まであげたら、そのまま5秒止め、ゆっくりおろします。



（日本理学療法士協会「理学療法ハンドブック」シリーズ1 健康寿命（第3版）P10-11より引用）



夏休みを迎えていますが、通学のバスはほぼ毎日運行しています。進路講習や面接などの進路準備に取り組む3年生、部活動や農業クラブの全道大会に向けた練習・学習に取り組む生徒と、それぞれが自分の目標達成に向けて熱く頑張っています。

◆学校祭【7月10日(金)11日(土)】

「志は高く、情熱は爆裂！～アオハルが来た、士幌の夏を全力で楽しむ！」をテーマに学校祭を開催しました。実行委員は念入りに計画し、通信で呼びかけ、学校を動かしました。学級は、クラスパフォーマンス・模擬店・学級旗、それぞれ精いっぱい準備して当日を迎えました。一般公開では、多くの来場者に来ていただき、生徒の元気を見ていただきました。



【クラスパフォーマンス】



【生産物販売】



【模擬店】

◆士幌町中央中学校連携事業【7月15日(水)】

士幌町中央中学校の3年生が、本校を訪れました。高校の学びを知ってもらうこと、同じ町立の学校として、本校の学習を理解してもらうことを目的にしています。作物の栽培管理と牛や馬の飼育管理の視察、炭酸飲料に含まれる砂糖の量についての体験学習を行いました。中学校とは違う学びに興味を持ってもらえたと思います。



---【9月の予定】※変更になる場合があります。---

○北海道シェイクアウト	1日
○前期期末考査	2～4日
○オープンスクール	11日
○日本土壌肥料学会(福島県)	7～9日
○海外文化交流事業(アメリカ)	16～25日
○北海道産業教育フェア(札幌)	26日
○前期終業式	29日

◆農事視察研修【7月17日(金)】

2年生農事視察研修として、アグリビジネス科は、本別の前田農場と北海道立農業大学校、フードシステム科は、帯広の廣瀬牧場と芽室の大野ファーム・TOYO Cheese Factory を訪問しました。日々の学習が、実際の現場ではどのように生かされているのかを知り、これからより実感を持って学習・実習に取り組めます。





小中高連携の集い

先生方が意見交流をしました

小中高の滑らかな接続に向け、例年実施されている「小中高連携の集い」（士幌町教育研究所主催）が、士幌小学校体育館を会場に実施され、小中の先生方がテーマ別に意見交流を行いました。（高校は会議のため参加できませんでした）

「授業づくり」「児童・生徒指導」「学校保健」「ICT（AI）の活用」「学校事務」「少年団・部活動」「不登校」のテーマがあり、それぞれのグループでは、司会者を中心に活発な意見・実践交流が行われました。出された意見や実践などは、記録者がタブレットに打ち込み、記録に残すとともに、全体で画面を通して閲覧できるようにしました。最後に、グループ毎の発表もあり、さらに全体での交流を図りました。

ICTの小・中での利用や実践

状況、AIの活用状況、中学校入学後の生徒の様子の情報交換など、多くの学びや気づき、今後の実践や連携した取組に活かせるものがあり、有意義な集いとなりました。連携の集い終了後は、教職員互助会主催のレクリエーションも開催され、和やかな雰囲気の中、ゲームを通してさらに交流を深めました。

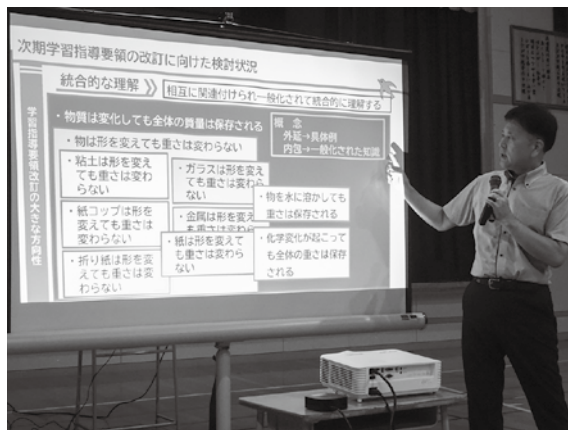


次期学習指導要領について

研鑽を深める

教育課程実践検証協力校である中士幌小学校に、国立教育政策研究所の有本淳教育課程調査官が来校し、授業観察や研究協議の指導

助言のほか、「次期学習指導要領について」の講演会を開催しました。有本調査官は、講演で、授業づくりにおいて大切なことや次期学習指導要領改訂に向けた検討状況などについて、分かりやすくお話しされ、参加の先生方は、時折ペンを走らせメモを取るなど、真剣に聞き入っていました。講演会には町内外の先生方の参加もあるなど、次期学習指導要領についての関心の高さが伺えました。



夏休み学習サポート

小中連携で学びを深める

小学校の夏休みの7月27日（月）

と28日（火）の2日間、中士幌小学校を会場に「夏休み学習サポート」が行われ、士幌小と中士幌小の1、6年生の児童が、2日間合計で34名参加しました（上居辺小は自校で実施）。また、今回も多数の地域ボランティアの方々のご協力をいただきました。

学習時間が始まると、子どもたちはそれぞれが持参したワークブックや夏休みの学習プリントに、集中して取り組みました。

途中わからないところが出てくると、地域ボランティアの方に積極的に声をかけ、解き方やヒントを教えてもらっていました。

士幌小と中士幌小、地域の方との交流の時間もあり、有意義な時間を過ごしていました。



町民文芸

俳句

- ・白百合は風雨に堪えて美を守る
- ・影ふたつベンチに腰かけ夕涼み
- ・髪なびく振り向き際に秋の風
- ・ほつれ髪首に絡みし残暑かな
- ・亡夫の声ふと聞えけり秋の風

和田 節女

研紀

研紀

水音

水音

川柳

- ・孫達は社会へ巣立ち頼もしい!!
- ・痛みさえ思い出になる白雲山

和田 節子

小野寺 僚

短歌

- ・過ぎし日に初めてもらう祝い花母の日にねと我もうれしく
- ・小麦刈り「お願い晴れて!」とお祈りし
- ・被災者をあらゆる手立てで救うこと今一番に国に望みおり
- ・いくたびも波音数え訪ねゆく北の浜辺に黄金のとき
- ・愛おしいあなたに逢いに特養へ心温もる優しい眼差し

清水 さよ子

晴れては「暑い!」と文句言い 真人

三木 悦子

汀焉

睦子

今月のいほろっ子

バスケも!遊びも!

笑顔で楽しむ!



土幌小学校2年 野村 蒼空 さん

★好きなこと

アイスを食べること、ゲーム(ほこあポケモン)

★得意なこと 鉄棒(逆上がりができるよ!)

★最近嬉しかったこと バスケットの試合に出られたこと

★土幌の好きなところ

土幌小学校。体育館でみんなでドッジボールしたり楽しい!

★将来の夢 YouTuber(ゲーム実況系)

★宝物

家族、Switch2、ポケモンのぬいぐるみ、など

★今年頑張りたいこと バスケットの試合でシュートを決めたい

◆今、何をしてる?

国保病院で事務員をしている。

◆インドア?アウトドア?

夏はインドアで冬はスノーボードをしてる

◆趣味は?

好きなアーティストやバンドのライブに行くこと

◆どんな音楽が好き?

BUMP OF CHICKENが一番好き

◆学生時代秘かに得意だったことは?

シャトルラン!テストではA判定をもらっていた。

◆土幌町の好きな所は?

お祭りなどのイベントごとが多くて楽しいところ

みどり 増田 莉央さん



バトンタッチ ラーメン好きな スノーボーダー!



次回は大概肇さんにバトンタッチ。莉央さんから 肇さんへ一言。「また一緒に飲みましょう!」

したしみ図書館 新しく入った本

【児童書】

サンドイッチのひみつ (Gakken)
 ニュース年鑑2026 (池上彰)
 虫のウラがわ図鑑 (高岡昌江)
 はじめてのこどもキッチンかんたんおやつ (鈴木薫)
 5さいからはじめる「いご」 (藤澤一就)
 君の火がゆらめいている (落合由佳)
 ねこの町のアイスクリームパーラー (小手鞠るい)
 オザンと竜の方舟 (新藤悦子)
 いちにちむかしばなし (かわしまななえ)
 パンダのおさじとぱんだっこちゃん (柴田ケイコ)
 にんじん (長谷川義史)

【一般書】

世界へ飛び出た100人の日本人 (おかけいじゅん)
 滋賀・びわ湖 '27 (昭文社)
 自分でできる家系図の作り方 (丸山学)
 家電は物理学である (横川淳)
 ラクうま！つくりおき食堂 (PHP くらしラク～編集部)
 日記をつけて何になる？ (蟹の親子)
 ぼけていく私 (佐藤愛子)
 風車と巨人 (岩井圭也)
 硝子のマンション (染井為人)
 決裂 (堂場瞬一)
 ホルモ―燦燦 (万城目学)
 シャドーゲーム (真山仁)
 夏帆 (村上春樹)
 私の女の実 (ハン・ガン)

★ちょっとだけ

(鈴木永子)

なっちゃんは弟が生まれてお姉さんになりました。お母さんの手を借りずに1人で色々挑戦して、そのたびに“ちょっとだけ”成長していきます。がんばる子どもの姿を母親の愛情とともに描く絵本。



★すごい腎活習慣 なんとなく不調がスッキリ解消!

(白石明世)

肌のしわ・たるみ・くすみから、冷え、頭痛、尿のトラブル、睡眠の悩みまで東洋医学で解決！「腎」を整えてさまざまな不調を改善する方法を紹介する。



★★今月の休館日★★

1、8、15、22、29日
(毎週火曜日)

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★

寄付・寄贈

▼協働のまちづくりに係る基盤づくりに関する事業
 故千田房子氏 ご親族より 30万円

▼みんなで支えあう福祉のまちづくりに関する事業
 加納 利春さん 10万円

▼その他目的達成のため町長が必要と認める事業
 帯広信用金庫 理事長 中田 真光さん

《特別養護老人ホームへ》
 よつ葉乳業株式会社 ヨーグルト

★おくやみ★

山根 美早さん(46歳) 高徳
 土屋 修三さん(92歳) 高徳
 濱口 二三子さん(89歳) 特養

★お誕生★

岩崎 紗夕さん(7月13日生) 天崎
 桃子さん(8月15日受付分まで) 睦西

今月のごみ指数

単位: kg

	令和8年7月分	前年同期	増減
燃やせるごみ	84,790	79,560	6.57%
燃やせないごみ	13,270	12,420	6.84%
合計	98,060	91,980	6.61%
町民一人当たりのごみの量	5,594 17.5	5,629 16.3	
資源ごみ	42,759	37,372	14.41%

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。

前年度との
ごみ発生量の比較
 7月は昨年度と比較してごみの
量が増加しています。



暮らしのカレンダー 9月

日にち	行	事	場所
1 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	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:30～14:30	ふまねっと	タウン
2 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
3 木	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
4 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	9:00～11:30	赤ちゃん相談（要予約）	福セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:30～15:55 受付	予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎・二種混合)	国保
5 土			
6 日			
7 月	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 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
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
8 火	☆ 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
	13:00～16:00	よすが子育て相談	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
9 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
10 木	☆ 9:30～11:30	なかよくあそぼ	中児
	受付時間は個別通知	2歳児教室	保セ
11 金	8:50～ 9:20 受付	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 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
12 土			
13 日			
14 月	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 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
	13:30～15:55 受付	予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎・二種混合)	国保
15 火	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:00～16:00	よすが子育て相談	福セ
	13:30～14:30	ふまねっと	タウン

日にち	行	事	場所
16 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:30～14:30	ふまねっと	中士幌
	13:30～15:30	認知症カフェ	もりくま
17 木	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	受付時間は個別通知	幼児健診	保セ
18 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30～13:30	親子バスピクニック	宝来中央公
	☆ 9:30～11:30	おひさまの日	認定こ
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
19 土			
20 日			
21 月			
22 火			
23 水			
24 木	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
25 金	8:50～ 9:20 受付	まる元運動教室	保セ
	☆ 9:30～11:30	にこにこ広場	中児
	9:30～11:30	献血	役場
	10:00～10:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～13:30 受付	まる元運動教室	保セ
	13:00～14:30	献血	農協
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児
	13:30～15:55 受付	予防接種 (水痘・日本脳炎・B型肝炎・二種混合)	国保
	15:00～16:00	献血	福セ
26 土			
27 日			
28 月	9:00～11:00	妊産婦・一般健康相談	福セ
	☆ 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
	13:30～15:55 受付	予防接種 (BCG・麻しん風しん混合)	国保
29 火	☆ 10:00～11:00	かぼちゃの日	認定こ前
	13:00～16:00	よすが子育て相談	福セ
30 水	☆ 9:30～11:30	のびのびの日	認定こ
	9:30～11:00	おっぱい相談（要予約）	福セ
	☆ 13:30～15:30	ごごの広場	中児

【凡 例】

保セ	→ 町民保健センター	中士幌	→ 中士幌地区公民館
福セ	→ 総合福祉センター	もりくま	→ みんなのもりのくまさん
中児	→ 中士幌児童ステーション	認定こ前	→ 認定こども園なかよし前
認定こ	→ 認定こども園なかよし	宝来中央公	→ 音更宝来中央公園
国保	→ 国保病院	役場	→ 役場前
タウン	→ タウンプラザ	農協	→ 農協

※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・クラブは予約制です。☆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。