

## 児童扶養手当・ 特別児童扶養手当の 現況届



現在、児童扶養手当、特別児童扶養手当を受けている方で、引き続き受給資格を有する方は、現況届を提出してください。なお、受給要件がありながら申請していない方などは、下記係まで問い合わせください。

### ●届出期間

- 児童扶養手当…  
8月1日(火)～31日(木)
- 特別児童扶養手当…  
8月14日(月)～9月11日(月)

### ●申請窓口

役場保健福祉課児童福祉係（1階⑤番窓口 ☎485-2111 内線135）

### 児童扶養手当とは…

次の条件に当てはまる児童（18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある者）を監護している父または母、父母に代わって養育している人に支給されます。



なお、児童が政令で定める程度の障がいの状態にある場合は、20歳未満まで手当が受けられます。

- ①父母が離婚した後、父または母と生計を同じくしていない児童
- ②父または母が死亡した児童
- ③父または母に重度の障がいがある児童
- ④父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤父または母から1年以上遺棄されている児童
- ⑥父または母が1年以上拘禁されている児童
- ⑦婚姻によらないで生まれた児童
- ⑧父母とも不明である児童

### 特別児童扶養手当とは…

身体や精神に法律で定める程度の障がいがある満20歳未満の児童を養育する父または母、父母に代わって養育している方に支給されます。

# こんにちは 保健推進委員会です

6月9日(金)、保健推進委員会の総会が行われ、新たに63人の保健推進委員が委嘱されました。

保健推進委員は、各町内会・地域会から推薦を受けて、2年間の任期で委嘱され、健康についての知識を広く普及し、町民の健康の保持・増進を図ることを目的に活動します。

昭和48年に発足して以来、時代に合わせた健康づくり活動を続けてきました。現在は、全体活動として、町民向けの研修会の企画や標茶町健康まつりへの協力などを行っています。町内を7ブロックに分けて行う地区活動では、より身近な健康づくりの啓蒙活動を行っています。具体的には、調理実習や運動教室などの健康学習会を開催したり、地区の酪農祭や文化祭に保健推進委員コーナーを設けて、血管年齢測定や脳年齢測定などの健康度測定を行うなど、健康に関心を持てるよう活動しています。

今年度も全体研修会の開催や各地区での健康相談コーナーなど、さまざまな計画を立てていますので、ぜひ皆さんご参加ください。そして、健康づくりのために役立てていただければと思います。どうぞよろしくお祈いします。

### 【今年度の役員】

委員長	舟山 珠代	(市街川西地区)
副委員長	鈴木あや子	(磯分内・栄地区)
会計	中川 真純	(市街川東地区)
理事	阿部三枝子	(虹別・弥栄地区)
	伊東 説子	(オソツベツ・久善呂・沼幌地区)
	川口 恵子	(阿歴内・塘路地区)
	在原真奈美	(茶安別地区)

### 【昨年度の活動の様子】



全体活動  
中標津町就労支援A型  
事業所への視察研修



地区活動  
地域文化祭での  
健康相談コーナー

# 確定申告 医療費控除の特例が創設されました セルフメディケーション税制

適切な健康管理の下で医療用医薬品からの代替を進める観点から、**一定の取り組み**を行う個人が、平成29年1月1日から平成33年12月31日までの間に、**スイッチOTC医薬品**を購入した場合（生計を一にする配偶者などの親族分を含む）、その年中に支払った合計額が12,000円を超える部分の額（上限88,000円）について、その年分の所得控除が受けられる制度です。

## 一定の取り組みとは…

特定健康診査、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診

## スイッチOTC医薬品とは…

主に医師が処方する医療用医薬品からOTC医薬品（薬局やドラッグストアで販売されている、医師の処方を受けなくても購入できる医薬品）に転用された医薬品のうち、定められた有効成分が含まれているものをいいます。有効成分は、平成27年12月1日時点で82あります。

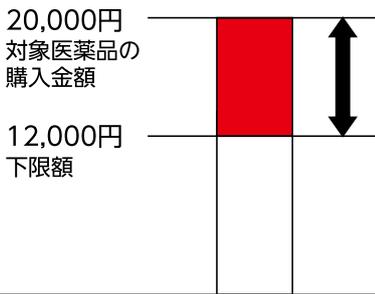
## （対象医薬品の例）

風邪薬、胃腸薬、鼻炎用内服液、水虫・たむし用薬、肩凝り・腰痛・関節痛の貼付薬など

※上記全てが対象となるわけではありません。対象商品の多くには、共通識別マークが表示されているほか、厚生労働省ホームページでも確認することができます。

- この特例を受ける場合、現行の医療費控除の適用を受けることはできません。
- 医薬品購入費の領収書が必要です。

- 課税所得200万円の方が、対象医薬品を年間20,000円購入した場合（生計を一にする配偶者その他の親族分を含む）



- 8,000円が課税所得から控除されます  
対象医薬品の購入金額20,000円－下限額12,000円＝8,000円
- 減税額
  - 所得税 800円の減税効果  
控除額8,000円×所得税率×10%＝800円
  - 個人住民税 800円の減税効果  
控除額8,000円×個人住民税率10%＝800円

■問い合わせ／役場税務課税務係（1階⑨番窓口☎485-2111内線151）

## 国民年金保険料 前納すると割引があります

国民年金保険料をまとめて納付すると、保険料額が割引される上、納め忘れの心配もなく安心です。10月末日までの前納を希望する方は、8月末日までに申し込みください。

- 10月末日までに、平成29年10月～平成30年3月の6カ月分を前納した場合

	納付方法	6カ月分 納付額	割引額
通常	現金で毎月納付	98,940円 (16,490円×6カ月)	—
6カ月前納	納付書または クレジットカード	98,140円	800円
	口座振替	97,820円	1,120円

※口座振替・クレジットカードは、事前に申し込みが必要です。

■問い合わせ／釧路年金事務所国民年金課（☎0154-22-5810）

## 高額療養費の自己負担限度額が段階的に変わります

平成29年8月から、70歳以上の方の高額療養費の自己負担限度額が段階的に変更になります。なお、70歳以上の低所得の方、70歳未満の方の自己負担限度額に変更はありません。

### 高額療養費とは？…

1カ月の医療費の自己負担額が一定の額（自己負担限度額）を超えて高額になったときに、その超えた分が国民健康保険から給付される制度です。

### 70歳以上の方の自己負担限度額

<平成29年7月まで>

所得区分	外来（個人ごと）	入院・世帯単位
現役並み	44,400円	80,100円+（総医療費-267,000）円×1% ※多数回該当44,400円
一般	12,000円	44,400円
低所得	8,000円	II 24,600円
		I 15,000円



<平成29年8月から平成30年7月まで>

所得区分	外来（個人ごと）	入院・世帯単位
現役並み	57,600円	80,100円+（総医療費-267,000）円×1% ※多数回該当44,400円
一般	14,000円 ※年間上限額144,000円	57,600円 ※多数回該当44,400円
低所得	8,000円	II 24,600円
		I 15,000円



<平成30年8月から>

所得区分	外来（個人ごと）	入院・世帯単位
現役並み	課税所得 690万円以上	252,600円+（総医療費-842,000）円×1% ※多数回該当140,100円
	課税所得 380万円以上 690万円未満	167,400円+（総医療費-558,000）円×1% ※多数回該当93,000円
	課税所得 145万円以上 380万円未満	80,100円+（総医療費-267,000）円×1% ※多数回該当44,400円
一般	18,000円 ※年間上限額144,000円	57,600円 ※多数回該当44,400円
低所得	8,000円	II 24,600円
		I 15,000円

※8月から翌年7月までの1年間の年間上限額が、新たに設けられました。

※多数回該当とは、過去12カ月に同じ世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の、4回目から適用される限度額です。

## 70歳以上の方の所得区分

現役並み	同一世帯に課税所得145万円以上の70～74歳の国民健康保険被保険者がいる方 ※ただし、年金と給与収入の合計が単身世帯で383万円、2人以上世帯で520万円に満たない場合は、申請により所得区分が一般となります。	
一般	現役並みの所得者、低所得Ⅱ・Ⅰのいずれにも該当しない方 ※同一世帯の70～74歳の国保加入者の基礎控除後の合計所得が、210万円以下である場合についても、所得区分が一般となります。	
低所得	Ⅱ	住民税非課税世帯に属し、低所得Ⅰに該当しない方
低所得	Ⅰ	住民税非課税世帯に属し、世帯の所得が年金収入80万円以下などの方

## 70歳未満の方の自己負担限度額

従来から変更はありません。

区分	所得要件	入院・世帯単位
ア	基礎控除後の所得 901万円超	252,600円+ (総医療費-842,000) 円×1% ※多数回該当140,100円
イ	基礎控除後の所得 600万円超～901万円以下	167,400円+ (総医療費-558,000) 円×1% ※多数回該当93,000円
ウ	基礎控除後の所得 210万円超～600万円以下	80,100円+ (総医療費-267,000) 円×1% ※多数回該当44,400円
エ	基礎控除後の所得 210万円以下	57,600円
オ	住民税非課税	35,400円

■問い合わせ／役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎485-2111内線123）

飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい!

# 牛乳を食べよう!

麺つゆも牛乳ベースで!



J-milkホームページより提供



## 今月のレシピ ミルク冷や汁つけ麺

### 作り方

- ①フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、頭と尾を落としたアジの干物を表裏2～3分ずつ焼いたら、骨と皮を除いてほぐしておく。
- ②オクラは沸騰した湯で30秒間ゆで、冷水に取って冷まし、小口切りにする。ショウガは皮をむいて千切りにする。
- ③ボウルに①、②、Aを入れて混ぜ、牛乳を加えて溶きのばす。冷蔵庫で冷やしておく。
- ④人参は千切り、水菜は3～4cmの長さに切る。
- ⑤そうめんは沸騰したたっぷりの湯で好みの加減にゆでる。冷水で軽くもみ洗いして水けを切り、④を混ぜて盛り、③の冷や汁をつけて食べる。お好みで焼のり、梅干し、わさびを添える。

### 材料(2人分)

- サラダ油……………小さじ1
- アジの干物……………小2枚(正味120g)
- オクラ……………10本(80g)
- ショウガ……………2片
- A
  - みそ……………大さじ1
  - 塩……………小さじ¼
- 牛乳……………300ml
- 人参……………30g
- 水菜……………20g
- そうめん……………4束(200g)

ポイント

つつい注ぎ足してしまう塩分の多い麺つゆ。麺類はなかなか減塩が難しいですが、汁けの少ない牛乳ベースのつゆで塩分を控えましょう。粘りの出るオクラは少ない分量でもしっかり麺に絡み、たっぷりの野菜をよくかむことで食べごたえもあります。

## 高額介護サービス費とは？

介護保険を利用して支払った利用者負担額の1カ月の合計が、上限額を超えた場合に、超えた分が払い戻される制度です。上限額は課税や所得の状況に応じて設定されています。

## 平成29年度制度改正における変更点

高齢化が進み介護費用や保険料が増大する中、サービスを利用している方としていない方との公平や、負担能力に応じた負担をお願いする観点から、世帯のどなたかが町民税を課税されている方の負担上限が37,200円（月額）から44,400円（月額）に引き上げられます。

ただし、同じ世帯の全ての65歳以上の方（サービスを利用していない方を含む）の利用者負担割合が1割の世帯は、年間446,400円（37,200円×12カ月）の上限が設けられ、年間を通しての負担額が増えない措置が取られます。（3年間の時限措置）

対象者	上限額（月額）	
	平成29年7月まで	平成29年8月から
世帯に現役並み所得者に相当する方がいる方	44,400円（世帯）	44,400円（世帯）
世帯のどなたかが町民税を課税されている方	37,200円（世帯）	<b>44,400円（世帯）</b> ※年間上限額446,400円
世帯の全員が町民税を課税されていない方	24,600円（世帯）	24,600円（世帯）
前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下の方など	24,600円（世帯）	24,600円（世帯）
	15,000円（個人）	15,000円（個人）
生活保護を受給している方など	15,000円（個人）	15,000円（個人）

■問い合わせ／役場保健福祉課介護保険係（1階⑥番窓口☎485-2111内線136）

## 標茶町赤十字奉仕団 新規団員の募集

標茶町赤十字奉仕団は、赤十字の人道・博愛の精神に基づき全ての人々の幸せを願い、明るく住みよい社会を築くために必要な、実際の事業に奉仕することを目的としています。本町の居住者で奉仕団の活動に深い理解のある、社員や一般篤志者によって組織されています。

標茶町赤十字奉仕団では、新たに団員に加わり、一緒に奉仕（ボランティア）活動をしていただける方を募集しています。

- 困っている人や地域のために「何かしたい！」という気持ちを持っている人
- ボランティアに興味はあるが、今まで機会がなく活躍の場を求めている人
- 空いている時間とやる気を有効に活用したい人

どなたでも大歓迎です。入団希望の方や関心のある方は、下記までご連絡ください。

■申し込み・問い合わせ／標茶町赤十字奉仕団事務局 役場保健福祉課社会福祉係（1階④番窓口☎485-2111内線133）

### 主な活動内容

- 布団乾燥サービス（高齢者世帯などの自宅へ訪問し、布団乾燥を行う）
- 給食宅配サービス（高齢者世帯などへの給食宅配のための弁当作り）
- 特別養護老人ホームでの奉仕活動
- 社会福祉協議会事業への参加・協力
- 単身高齢者との懇親会
- 町防災訓練での炊き出し訓練
- 視察研修



単身高齢者との懇親会



釧路川総合水防演習での炊き出し訓練

# 大型コインランドリー

洗濯物を入れてボタンを押したら、あとは待つだけ!!

乾燥

**¥100**

14kg 10分

**標茶駅前**

★年中無休

**早期6時から深夜12時まで営業**

● 家庭用洗濯機に入らない大物が洗える

● 羽毛布団・こたつ布団

● 一般衣類まとめ洗い

● くつ専用洗濯機完備

● キッズスペースあります

● カーテン・ソファカバー他

ランドリーハウス コットン 住所：標茶町旭1丁目1-2 電話：485-1616

山田ヒサエさん  
(川上)



平間 妙子さん  
(磯分内)



長寿88歳  
おめでとうございます

《平成29年5月該当》

掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。

## 生活豆知識 気をつけて！ 悪質商法の 仕組み（上）



せ、次々に友人などをグループへ加入させて商品を購入させることで自分の利益も増えるという仕組み。

### 内職商法

宛名書きやテープ起こしなどの「サイドビジネス」や「在宅ワーク」をうたい、自宅にいながら副業ができるとして勧誘し、高い商品などを購入させる仕組み。

### モニター商法

エステ・美顔器などのモニターになることで、商品安く提供すると思わせ契約させる仕組み。

### 点検商法

各種工事（床下・屋根・壁）や耐震診断などの点検として来訪し「白アリの被害がある」「工事をしないと家が傾き危険」など、事実と異なることを言いつて不安をあおり契約させる仕組み。

### 相談窓口

- 役場企画財政課商工労働係  
(2階⑩番窓口 ☎4851-2111内線251)
- 釧路市消費生活センター  
(☎0154-24-3000)
- 消費者ホットライン  
(☎188)

## 犬や猫の飼い方についてのお願い

犬や猫の飼い方について、多くの苦情が寄せられています。飼い主は近隣住民の迷惑にならないよう、次の点に注意しましょう。

### ▼犬を飼っている方

- 犬が逃げ出さないように、しっかりとつなぐか柵に入れましょう。
- 散歩に連れて行く時は必ずリードを付け、袋などを携帯し、ふんの後始末を確実に行之ましょう。



### ▼猫を飼っている方

- 交通事故や感染症防止、近隣住民へ迷惑をかけないよう、猫を外に出さず、室内で飼うよう努めましょう。
- トイレは家の中でするようしつけましょう。
- 猫に名札などを付けて世話をしていることを明らかにし、飼い主としての責任を果たしましょう。
- 猫を無責任に増やさないよう注意しましょう。子猫は生まれてから半年で子どもが産めるようになるの

で、避妊・去勢をせずに外に出すと、繁殖してどんどん増えてしまいます。

### ▼野良猫に餌を与えている方

- 野良猫は野生動物と同じ扱いです。絶対に餌を与えないようにしてください。
- かわいそうだからと餌を与え続けると、周辺の野良猫も呼び集めて繁殖し、さらに野良猫が増えることになります。増やさないことが何より大切です。
- 民法では野良猫に餌を与えている人も飼い主とみなされ、その責任を問われる場合があります。
- 猫は餌だけでは幸せにはなれません。「自分が飼い主」という自覚を持ち、ふん尿や毛の始末、繁殖管理、けがや病気の際に治療を受けさせるなど、生涯世話が続ける必要があります。



### ■問い合わせ

- 役場住民課環境衛生係（1階③番窓口）  
☎4851-2111内線127

## 町立病院からのお知らせ

標茶町立病院 ☎485-2135

URL <http://www.town.shibecha.hokkaido.jp/hospital/>

**受付診療時間** 受付時間／午前の部…午前8時45分～11時 午後の部…午後1時～3時45分  
 ※自動再来受付機の稼働時間は午前7～11時、正午～午後3時45分です。  
 診療時間／午前9時～午後4時45分

- 全科休診**
- 9月20日(水)は、防災訓練のため午後から全科休診となります。
  - 毎週火曜日・水曜日は、午後休診です。(木曜日・金曜日の午後1～2時は、病棟回診のため診察をお待ちいただいております)
  - 7月31日(月)～8月4日(金)は、佐藤泰男医師不在につき、佐藤富士夫医師の診察となります。
  - 8月14日(月)～18日(金)は、佐藤富士夫医師不在につき、佐藤泰男医師の診察となります。
  - 8月1日(火)～4日(金)および8月15日(火)～18日(金)は、午後休診となります。
- 外科**
- 北大医学部消化器外科 I から1週間または2週間単位で出張医師が担当します。
  - 毎週金曜日の受付時間は、午後3時30分までとなります。
- 産婦人科**
- 町立中標津病院から島野敏司医師が担当します。
  - 診療日／月曜日の午後
  - 受付時間／午後1時～3時30分
  - 予約制となっています。受診日の5日前までに来院時または電話で予約してください。
  - ※予約がなくても受け付けますが、予約の方を優先します。(救急患者を除く)
- リハビリテーション科** ● 予約制となっています。新患の方は、医師の診察後に受診日時を予約します。
- 小児科** ● 旭川医大小児科から出張医師が担当します。

## ☆8月の小児科診療受付時間

	一般診療		予防接種 (事前予約が必要です)
	午前の部	8:45～11:00	午後の部
1日(火)	●		●
8日(火)	●		●
15日(火)	●		●
22日(火)	●		●
29日(火)	●		●

## 【予防接種】

- 《小児科／定期接種》 ● 麻しん風しん混合・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・二種混合・日本脳炎・水痘の接種希望者は、小児科診療日の午前11時までに病院へ電話連絡してください。(ワクチンの準備の都合上、お願いします)
- BCG以外の予防接種は、同時接種が可能です。同時接種の詳細は、病院へ問い合わせください。
- 《18～20歳未満の日本脳炎》 ● 対象の方で接種を希望する方は、1回目の接種はふれあい交流センターへ、2回目以降の接種は町立病院にそれぞれ1週間前までに申し込みください。
- 《子宮頸がん》 ● 定期接種(中学1年～高校1年対象)は、5日前までに病院へ電話連絡してください。
- 定期接種・任意接種ともに、産婦人科での診療となりますので、上記日程を参照してください。
- 《任意接種》 ● おたふくかぜ、定期接種以外の水痘・65歳以上の肺炎球菌・小児用肺炎球菌・子宮頸がん・麻しん・風しん・麻しん風しん混合は予約が必要となりますので、総合受付窓口または電話で申し込みください。

※定期の予防接種についての詳細は、ふれあい交流センター健康推進係(☎485-1000)へ問い合わせください。

**【看護部より】** 熱中症予防が必要な季節になりました。熱中症の症状は、目まい・立ちくらみ・手足のしびれ・頭痛・吐き気・体がだるいなどさまざまですが、重症になると意識が無くなったり、けいれんなどを起こす可能性もあります。室内の温度調整のほか、外出時は帽子を着用して日陰に移動するなどし、喉の渇きが無くて水分・塩分・経口補水液(水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)をこまめに取りるようにしましょう。首の周りや脇の下、足の付け根などを冷やすことも有効です。自力で水が飲めなかったり、意識が無い場合は、すぐに病院を受診してください。

**＝お願い＝** 町立病院は、救急指定病院として24時間体制で診療を行っていますが、医師の負担軽減のためにも、緊急に診断・治療が必要な方を除き、通常時間帯の受診をお願いします。