

申請は9月30日(金)まで！

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

住民税均等割非課税世帯や令和3年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響で家計急変があった世帯を支援するため、給付金を支給します。対象となる世帯へは確認書をお送りしていますが、給付金を受給するためには、手続きが必要です。

支給額

1世帯あたり **10万円**

申請受付期限

9月30日(金)

支給時期

確認書（または申請書）が受理された日からおおむね2週間後

支給対象

- ①令和3年12月10日時点で、世帯全員の令和3年度住民税均等割が「非課税」である世帯
- ②世帯全員の令和3年度住民税均等割が「非課税」で、世帯の中に、令和3年1月2日以降に転入した方がいる世帯
- ③世帯全員の**令和4年度住民税均等割が「非課税」**で、令和4年6月1日時点で現住所に住んでいる世帯
- ④世帯全員の令和4年度住民税均等割が「非課税」で、**世帯の中に、令和3年12月10日以降に転入した方がいる世帯**
- ⑤**令和4年1月以降**の収入が減少し「住民税非課税相当」の収入となった世帯（家計急変世帯）

受給手続き

支給対象①～④に該当する世帯

役場から確認書（または申請書）をお送りしています。「確認事項」を確かめて、役場保健福祉課社会福祉係に提出してください。

※「確認事項」…記載された給付金振り込み口座番号に誤りがないこと、住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯ではないこと。

支給対象⑤に該当する世帯

給付金を受け取るには、**申請が必要**です。役場へ連絡し、申請書を取り寄せてください。その後、申請書に必要事項を記入して、添付書類と一緒に役場保健福祉課社会福祉係に提出してください。詳しくは下記係へ問い合わせください。

「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」の振り込め詐欺や個人情報の詐取にご注意ください！

ご自宅や職場などに都道府県・市町村や国（の職員）などをかたる不審な電話や郵便があった場合は、お住まいの市町村や最寄りの警察署が警察相談専用電話（#9110）にご連絡ください。

問い合わせ

- ・内閣府住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター（☎0120-526-145）
- ※受付時間は午前9時～午後8時。
- ・役場保健福祉課社会福祉係（1階④番窓口☎内線131）



ふれあい趣味クラブ
を開催します！

普段、外出や交流の機会が少ない男性高齢者の方を対象に「ふれあい趣味クラブ」を開催します。お好きな趣味のコーナーに参加したり、軽スポーツで体を動かしながら、楽しい時間を過ごしましょう。外出や交流をすることが、心身の健康を保つことに役立ちますので、お気軽にご参加ください。

○日時／9月16日(金)、午後1時30分～3時

○場所／ふれあい交流センター

○内容／麻雀、オセロ、将棋、軽スポーツ

○持ち物／上靴、飲み物（水分補給用）

○申込締切／9月12日(月)

※送迎の必要な方は、申し込み時にお伝えください。

※参加者の活動をサポートする男性ボランティアさんを募集しています。活動に参加していただける方は左記連絡先までご連絡ください。

○申し込み・問い合わせ／地域包括支援センター（☎485-1515）



後期高齢者医療制度のお知らせ

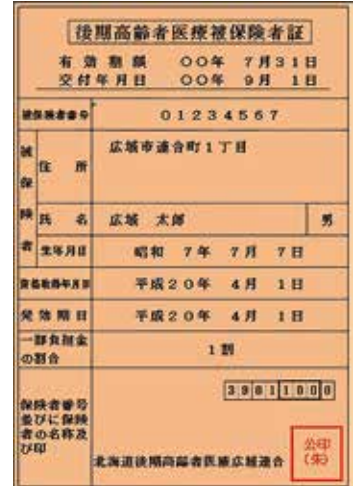
■保険証が新しくなります（黄色→だいたい色）

現在ご使用の黄色の保険証は有効期限が9月30日をもって満了となるため、10月以降は使用できなくなります。

9月中旬に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、だいたい色の保険証をご使用ください。

10月以降の窓口負担割合が引き続き1割または3割の方も、保険証が新しくなります。

- 新しい保険証の有効期限は、令和5年7月31日です。
- 紛失・汚れた場合は、再交付しますので役場住民課年金保険係に申し出てください。



新しい保険証はだいたい色です

※減額認定証、限度証は有効期限が令和5年7月31日までのため、再交付はありません。

■一定以上の所得のある後期高齢者医療の被保険者の医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。窓口負担割合の変更対象となる方は、後期高齢者医療の被保険者全体のうち約20%です。急激な医療費負担の増加を防ぐため、配慮措置として負担増額の上限を設定しています。詳しくは広報しべちゃ3月号をご確認ください。

■窓口負担割合が2割となる方は、以下の項目すべてに該当する方です

- 住民税課税世帯で、3割負担（現役並み所得者）ではない
- 同一世帯に住民税の課税所得が28万円以上の被保険者がいる
- 年金収入+その他の合計所得金額が、
 - ・被保険者が1人の世帯の場合、200万円以上
 - ・被保険者が2人以上の世帯の場合、合計320万円以上

■見直しの背景

令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始め、医療費の増大が見込まれています。

後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代（子や孫などの世代）の負担（支援金）となっており、今後も拡大していく見通しとなっています。

今回の窓口負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。

問い合わせ／北海道後期高齢者医療広域連合（☎011-290-5601）、役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎内線125）

子宮頸がん・乳がん検診のお知らせ

釧路がん検診センターまでの送迎付き乳がん検診・子宮頸がん検診が、次の通り実施されますので、ぜひ申し込みください。なお、職場検診がある方はそちらを優先してください。

- ・日時／10月13日(木) 申込期限／9月8日(木)
バスルート…磯分内酪農センター→市街（開発センター・ふれあい交流センター）→中御卒別集落改善センター→久著呂農村環境改善センター
- ・日時／11月24日(木) 申込期限／10月17日(月)
バスルート…市街（開発センター・ふれあい交流センター）→茶安別公民館→阿歴内公民館

対象者／

- ・乳がん検診は40歳以上の方、子宮頸がん検診は20歳以上の方。（ただし、令和3年度・今年度に受診していない方）
- ・がん検診推進事業の無料クーポンが送付されている方。

料金／乳がん検診…2,000円 子宮頸がん検診…1,000円

*いずれも70歳以上・生活保護世帯の方は無料です。

*子宮超音波検査（エコー）を希望される方はどなたも1,100円かかります。

■申し込み・問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）



岩田
（川上）
フサさん



《令和4年6月該当》
掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

対象者

■ 老齢基礎年金を受給している方

- 以下の要件をすべて満たしている必要があります。
 - ① 65歳以上である。
 - ② 世帯員全員の市町村民税が非課税となっている。
 - ③ 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が881,200円以下である。

■ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

- 前年の所得額が4,721,000円以下であること。
※基準額は扶養親族の人数に応じて変わります。

年金生活者支援給付金の
請求で困った時は、
お電話ください。

給付金専用ダイヤル
☎0570-05-4092
(ナビダイヤル)

請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金を受給できる方

対象者には、9月に日本年金機構から給付金受給に関するお知らせが送付されます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し、提出してください。原則請求した月の翌月分からの支給となりますので、早めの手続きをお願いします。

② 年金を受給し始める方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

「年金生活者支援給付金」をかたる詐欺にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省が、電話で家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号などを尋ねたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

第27回標茶町健康まつりのお知らせ

今年度は、感染症予防対策をしながら規模を縮小して実施を予定しています。

- 日時／10月8日(土)、午前9時30分～11時30分
- 場所／ふれあい交流センター
- 内容／体力測定、血管年齢測定、骨密度測定、脳年齢測定、体組成測定など
※動きやすい服装でお越しください。また、上靴をご持参ください。
- 問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）



9月24～30日は結核予防週間

結核は過去の病気と思われがちですが、日本では1日に約40人が発病しています。人から人へと空気を介してうつる病気ですが、早期に発見して治療を開始すれば治すことができ周囲にうつす可能性も低くなります。症状は風邪と似ていますが、2週間以上せきが続く、たんが出る、体がだるい、微熱が続くといった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。子どもは症状が現れにくく、重篤な状態になりやすいため、生後5～8カ月の間にBCGの定期接種を済ませておきましょう。

■問い合わせ／釧路保健所健康推進課健康支援係（☎0154-65-5825）



まだ間に合います！ 脳ドック受診者助成事業

定員まで残りわずかとなりましたが、まだ受け付けています。ぜひこの機会に申し込みください。なお、医療機関の予約状況によっては、希望日に受診できない場合がありますのでご了承ください。

■募集期間／随時（定員に達するまで）

■助成額／25,000円（自己負担額8,000円）

■実施機関／釧路労災病院、釧路孝仁会記念病院、中標津脳神経外科

■検診内容／MRI（脳画像診断）、MRA（脳血管画像診断）、頸動脈エコー、血液検査、尿検査、心電図

■対象者／次の要件を全て満たす方

共通

- 令和4年度内に40～74歳になる標茶町民（昭和23年4月1日～昭和58年3月31日生まれ）で、町税を完納している方
- 令和3年度に本事業を利用されていない方
- ※現在、脳血管疾患で治療中の方、ペースメーカーや外科クリップなどの金属が体内に入っている方は受診できません。

社会保険の方

- 加入している健康保険組合に脳ドック助成制度がない方。または助成制度はあるが助成の対象者とならない方

国民健康保険の方（次の健診のうち、いずれかを受診または申し込みした方）

- 令和3年度秋の総合住民健診で特定健康診査を受診した方
- 令和4年度春の総合住民健診で特定健康診査を受診した方
- 令和4年度の国保ドックに申し込みした方
- 令和4年度の国保ミニドックに申し込みした方

■申し込みと受診の流れ／

- ①下記係に設置している申込書に納税確認書を添えて提出します。
※納税確認書は役場税務課で無料発行しています。
- ②役場から決定通知書と助成券が届きます。
- ③実施機関に検診の予約をします。
- ④検診を受けます。実施機関の窓口で助成額を差し引いた自己負担額を支払います。
- ⑤実施機関から自宅に検診結果が届きます。（結果は役場にも通知されます）

■申し込み・問い合わせ／役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎内線124）

町営住宅入居者募集

9月12日まで下記住宅の入居者を募集します。

■申し込み・問い合わせ／役場建設課住宅都市計画係（1階⑧番窓口☎内線275）



団地名	住宅番号	室構成	面積	竣工年度	月額家賃
川上団地	K-2-103	3LDK	68.66㎡	S59 (H30改修)	19,600～ 29,100円
	K-5-202	3LDK	68.66㎡	S63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
	K-5-203	3LDK	68.66㎡	S63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
	K-5-302	3LDK	68.66㎡	S63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
桜団地	S-10-322	3LDK	74.10㎡	H6	22,400～ 33,400円
	S-10-313	3LDK	76.73㎡	H6	23,200～ 34,600円
桜南団地	M-4-1	1LDK	58.70㎡	H29	19,700～ 29,400円
	M-4-4	1LDK	58.70㎡	H29	19,700～ 29,400円
磯分内地	I-6-101	1LDK	52.20㎡	H14	15,400～ 22,900円
	I-9-201	3LDK	70.20㎡	H13	20,600～ 30,700円

申し込みに関するご注意

- ・月額家賃は世帯人数や年間所得により左の表の幅で変わります。
- ・1つの住宅に2件以上の申し込みがあった場合は、選考委員会を開催し、入居者を決定します。
- ・申し込みの結果は20日ごろ郵送でお知らせします。
- ・入居が決定した場合、入居者と同程度以上の収入がある連帯保証人（1人）の連署する請書の提出が必要で、月額家賃の3カ月分の敷金が必要となります。
- ・単身者は1LDK・2DK・2LDKまでの住宅のみ申し込みできます。ただし、2LDKは2名以上の世帯の申し込みがある場合は、その世帯が優先されることがあります。
- ・持ち家がある方（共有名義も含む）は申し込みできません。
- ・町営住宅では犬・猫・鳥などの動物は飼うことができません。また、一時預かりも認めません。その他動物への餌付けも迷惑行為となるので禁止しています。
- ・8月10日現在、退去届けが出されている住宅です。入居日については、修繕などにより遅くなる住宅もありますのでご了承ください。



森田 弘子さん
(川上)



長寿88歳

おめでとうございます

《令和4年6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

クーリング・オフって どんな制度?



クーリング・オフとは、契約の締結をした場合でも、一定の期間内であれば無条件で申し込みの撤回や契約の解除ができる制度です。

クーリング・オフができる期間は取引形態によって異なります。いざという時のために、クーリング・オフについて学びましょう。

クーリング・オフの対象・期間

- ・訪問販売：自宅などを事業者が訪問し、事業者が物品を買い取る契約を行うもの。(期間8日)
- ・訪問購入：自宅などを事業者が訪問し、事業者から電話で勧誘を受け、商品・サービスなどの契約を行うもの。(期間8日)

- ・連鎖販売取引：他の人を販売組織に加入させると利益が得られるなどと勧誘し、商品を買わせる、サービスを受けさせるなどの金銭的負担をさせる契約を行うもの。(いわゆるマルチ取引。(期間20日)
- ・**ひとことアドバイス**
- ・契約書または申込書を受けた日がクーリング・オフの起算日です。
- ・クーリング・オフの通知を発信した日から効果が発生します。特定記録郵便や簡易書留など発信の記録が残る方法で送付しましょう。
- ・その他クーリング・オフの対象として、特定継続役務提供、業務提携誘因販売取引などがあります。
- ・クーリング・オフの対象や手続き方法など疑問や不安に感じることがありましたら、お気軽に左記の相談窓口へ問い合わせください。

■相談窓口／

- ・役場観光商工課商工労働係 (2階⑩番窓口 ☎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 ☎1188

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!

～ そうめんの新定番 ～



Jミルク ホームページより

今月のレシピ 寒天ミルクそうめん

作り方

- ①棒寒天は1時間ほど水につけておく。
- ②鍋に牛乳を入れ、小さくちぎった棒寒天を加えて火にかけ、しっかり煮溶かす。
- ③木綿豆腐を裏ごししてボウルに入れ、②をざるに通しながら加えて混ぜる。流し缶に入れ、氷水にあてて冷やし固める。
- ④だしにAを加え、ひと煮立ちさせて冷ます。
- ⑤ショウガはすりおろす。青ジソは千切りにし、水にさらして水けを絞る。
- ⑥しっかり固まった③を細く切り(天つきでついてもよい)、器に盛って⑤のをせ、④を注ぐ。

おいしいポイント

寒天と豆腐でつくる風流な“滝川豆腐”を牛乳でつくります。そのままスプーンですくって食べてもOK。

材料(2人分)

- 棒寒天…………… $\frac{2}{3}$ 本
- 牛乳…………… 300ml
- 木綿豆腐…………… 1丁 (350g)
- だし…………… 200ml
- A
- うす口しょうゆ……………大さじ3
- みりん……………大さじ1
- 砂糖……………小さじ2
- ショウガ……………15g
- 青ジソ……………2枚

データからみる 標茶の健康

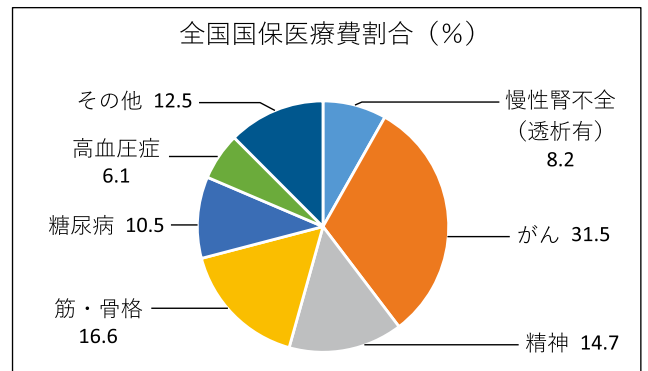
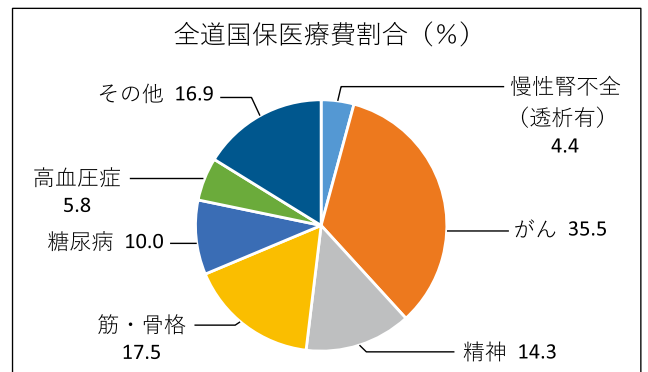
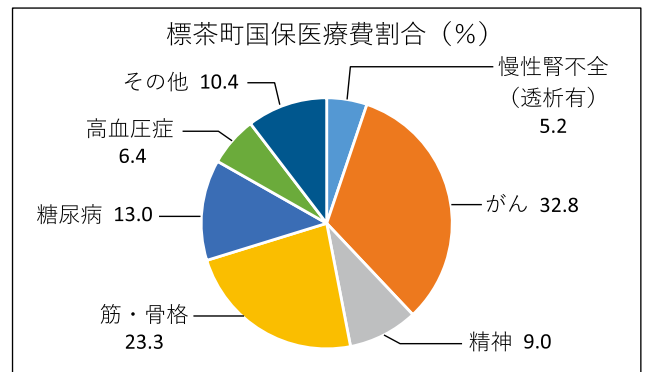
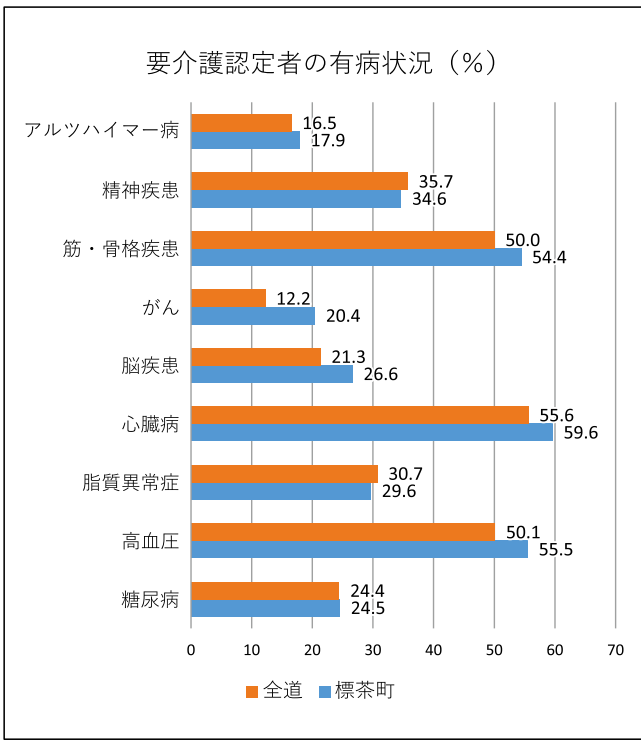


皆さんは自分の健康状態をどのように確認していますか。本町では4・5・11月に総合住民健診を実施し、血液検査や心電図、医師の診察、がん検診などの結果を生活習慣病の予防や早期発見、重症化予防に役立てていただいています。

市町村の健診・医療・介護に関するデータを国民健康保険組合がまとめ、国保データ

ベースシステム(KDB)として市町村に提供していますが、これらのデータからみた本町の健康課題について考えていきたいと思っています。

本町の令和4年7月末現在の人口は7237人、65歳以上人口は2590人、高齢化率は35・8%で人口の年齢構成比は全国、全道と比較して高齢者の割合が多くなっています。



標茶町の平均余命は男性80・0歳、女性88・2歳で全国の男性81・5歳、女性87・5歳に比べると、男性はやや短い状況です。また介護認定の要介護2以上の認定を受けた平均年齢(平均自立年齢)は男性79・4歳、女性82・2歳となっており、国の男性79・6歳、女性84・0歳に比べ、男女ともやや短い状況です。(令和3年度KDBから引用)

要介護認定を受けた人の有病状況では糖尿病が24・5%、高血圧が55・5%、脂質異常症が29・6%、心臓病が32・8%、筋骨格疾患が54・4%、がんが20・4%、脳疾患が26・6%、精神疾患が34・6%、アルツハイマー病が17・9%、慢性腎不全(透析有)が5・2%、精神が9・0%、筋骨格が23・3%、糖尿病が13・0%、高血圧症が6・4%、その他が10・4%と、がんが最も割合が高くなっています。

国保医療費は外来・入院とも1人当たり点数が全国・全道より低く、令和3年度の外来と入院の医療費を合計した1人当たり医療費は23739円で、経年的に見ても低い状態が続いています。国保医療費の割合はがんが32・8%、筋骨格疾患が23・3%、糖尿病が13・0%、高血圧が6・4%、慢性腎不全(透析有)が4・4%、精神が14・3%、筋骨格が17・5%、糖尿病が10・0%、高血圧症が5・8%、その他が16・9%と、がんが最も割合が高くなっています。

来月は総合住民健診のデータから本町における健康づくりのポイントについて考えていきたいと思っています。

■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係 (☎ 485-11000)

町立病院からのお知らせ

標茶町立病院 TEL 485-2135
URL https://shibecha-hospital.jp

当院は、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。

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
診療時間／午前9時～午後4時45分(※自動再来機は使用を中止しています。)

※新型コロナウイルス感染症ワクチン接種に伴い、休診する場合があります。詳しくは当院の掲示物またはホームページをご確認ください。

新型コロナウイルス抗体検査を行っています(自由診療)。詳細はホームページをご覧ください。

内科 ●毎週火曜日・水曜日の午後は休診です。(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)

外科 ●北大医学部消化器外科Iより1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時までとなります。
※毎週水曜日は午後休診となります。

産婦人科 ●札幌医科大学産婦人科より石岡伸一医師が担当します。
●診療日／9月15日(木)、16日(金)
●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30分
●予約制となっています。受診日前日の正午までに、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。

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 ●毎週火曜日、旭川医大小児科より出張医師が担当します。

☆9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8:45～11:00	午後1:00～2:00	予約受付締切
6日(火)	●	●	9月5日(月)正午
13日(火)	●	●	9月12日(月)正午
20日(火)	●	●	9月16日(金)正午
27日(火)	●	●	9月26日(月)正午

【予防接種】 ※予約人数の状況により、予約締切が早まる場合があります。

《小児科／定期接種》 ●ロタ・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・BCG・麻しん風しん混合・水痘・日本脳炎・二種混合の接種希望者は、**前日の正午まで(前日が休みの場合は前営業日の正午まで)**に総合受付窓口または電話で申し込みください。

《16～20歳未満の日本脳炎》 ●対象の方で接種を希望される方は、1回目の接種はふれあい交流センター、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(小・中学生)は小児科で、火曜日午後1時からの受け付けとなります。
●定期接種(高校生以上)・任意接種は内科・産婦人科で木曜日午後3時からの受け付けとなります。
※どちらもワクチン入荷日が確定次第、接種日を決定します。

《任意接種》 ●おたふくかぜ・定期接種以外の水痘・50歳以上の带状疱疹・65歳以上の肺炎球菌・麻しん風しん混合は予約が必要となりますので、1週間前までに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。

発熱・咳のある人は
「健康相談センター」
か「保健所」へ

当院を受診する前に
下記へご相談ください。

○北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター(☎0120-501-507)

○釧路保健所(☎0154-65-5811)