

## 標茶町食生活改善協議会をご紹介します



皆さん「食生活改善協議会」というグループをご存じですか。全国の市町村に協議会があり、本町には平成8年に設立され今年で27年目を迎えました。

食生活改善協議会が高齢化・生活習慣病など食に関わる問題の増加から、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンにバランスの取れた食生活について学習会を行い、学んだことを自ら実行し、そして家族、友人、地域の人たちとの触れ合いを通じて地域の健康づくりに貢献できるように食を通じた活動をしています。現在本町では13人の会員が活動しています。

例年小学生の親子を対象とした「親子料理教室」や、牛乳・乳製品の摂取を薦める「生涯骨太クッキング」を会員が講師となって各地区で開催しています。近年は、新型コロナウイルス感染症の拡大により例年の活動がほとんどできまじりましたが、感染症対策をしながら少しずつ活動を再開しています。昨年度は茶安別の学童を対象に親子料理教室を実施しました。親子で積極的に調理に参加し、おいしい昼食を作りました。また、3年ぶりに開催された健康まつりではレシピ集を配布しました。

コロナ禍でなかなか人と会わない生活が続き外出することがおっくうになってしまったり、人と話す機会も少なくなった方もいるかと思いますが、この活動のおかげで外出する機

会があったり、会員同士で近況を報告しあったりし、食の知識を得るだけではなく会員同士での交流の場にもなっているようです。また、最近では年々会員数が減ってきています。「食事」は健康な体づくりに欠かせないことの1つです。毎日いきいきとした生活を送るために、食を通じた活動を、自分のために、地域のために、してみませんか。会員を随時募集していますので、興味のある方は、左記へ問い合わせください。

### 去年の親子料理教室の様子



■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）

## 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なければなりません。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。

### 児童扶養手当とは

右記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、父母にか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。

### 特別児童扶養手当とは

身体や精神に法律の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、父母にかわって養育をしている方に支給されます。

### ○届出期間

- 児童扶養手当…8月1日(火)～8月31日(木)
- 特別児童扶養手当…8月10日(木)～9月11日(月)

- 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父または母が裁判所からDVによる保護命令を受けている児童
- ⑦父または母が1年以上拘禁されている児童
- ⑧母が婚姻によらないで生まれた児童
- ⑨その他、上記に該当するか明らかでない児童

申請先・問い合わせ／役場保健福祉課児童福祉係（1階⑤番窓口☎内線135）

平山スゲヨさん  
(虹別)



鈴木 ミエさん  
(旭)



長寿99歳  
おめでとうございます

《令和5年6月撮影》  
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 電話が使えなくなる？便乗した勧誘に注意！



NTT東日本とNTT西日本は局内設備の老朽化により、令和6年1月1日以降、新しい設備への切り替えとともに「固定電話のIP網への移行」を予定しています。IP網への移行後も、現在使用中の電話機や電話番号はそのまま利用できます。また、設備切り替えに伴う手続きや工事も不要ですが、次のように事実と違う悪質な勧誘行為をする業者にはご注意ください。

### こんな勧誘に注意！

- 「すぐに契約をしないと、今使っている電話番号が使えなくなる」「使えなくなる前に急いで光回線の契約や工事が必要」など契約や工事を勧めてくる場合。

- 「切り替えに伴い、アナログ電話が使えなくなるので、デジタル電話機器の購入が必要」「この辺り一帯で回線の切り替えがあり、今までの電話機が使えなくなる」と新しい電話機などの購入を勧めてくる場合。

### 消費者へのアドバイス

- 今回の切り替え工事に便乗した「光回線などの販売勧誘」には十分注意しましょう。
- よく分からなければ、その場では返事はせず、家族や周囲の人に相談しましょう。
- 固定電話のIP網移行に関する問い合わせは、NTT東日本(☎0120-815-511)まで。
- ※年末年始を除く午前9時～午後5時

### 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)
- 鉦路市消費生活センター(☎0154-241300)
- 消費者ホットライン(☎188)

いっしょに働いてみませんか

# 訪問看護師募集

(パート)

訪問看護業務、利用者様の自宅を訪問し、主治医の指示に基づく健康管理の支援などをして頂きます。

- 資格 ○看護師・保健師・准看護師のいずれか、普通自動車免許(AT限定可)
- 勤務地 ○標茶町・弟子屈町
- 勤務時間 ○9:00~17:30の間で3~6時間程度  
※実労働時間、時間帯は応相談・午前・午後のみ勤務可
- 給与 ○時給 **1,450円**※准看護師は時給 **1,350円**
- 待遇 ○労災保険、通勤手当、被服手当、有給休暇  
※週30時間勤務の場合、社会保険完備、賞与年2回(採用1年後)、昇給年1回、退職慰労金有、正社員(常勤)登用の途有
- 休日 ○土・日・国民の祝日、年末年始

お気軽にお電話ください!!

応募 **TEL.015-485-0783** 平日9:00~17:00 [担当/小林]

勤務先 **標茶地域訪問看護ステーション**  
標茶町開達4丁目2番地 標茶町ふれあい交流センター1階

すべて... 月々 コミコミで

# 新車の軽自動車が 1万円

頭金 **0円**  
ボーナス **42,000円** (年2回)

自動車税込み  
自賠責保険込み  
登録費用込み  
諸費用込み

頭金なし!

国産全車種対応

4WDの場合は、月々プラス2,000円となります。

ダイハツ タフト XSAⅢ	ダイハツ タントL	スズキ ワゴンR FA
●車両本体価格 135.3万円(税込)	●車両本体価格 124.3万円(税込)	●車両本体価格 124.3万円(税込)
●設定残価 35万円(税別)	●設定残価 30万円(税別)	●設定残価 20万円(税別)
●7年リース	●7年リース	●7年リース

東部ダイハツ (株) 標茶町常盤3丁目12番地 ☎485-1516

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!

～おやつで栄養バランスUP!～



Jミルク ホームページより

## 今月のレシピ 自家製ミルクティークリームパン

レシピ：料理家・管理栄養士 小山浩子さん

### 作り方

- ①耐熱容器に牛乳を入れ、ふんわりラップをし電子レンジ（600W）で2分30秒加熱する。
- ②熱いうちにティーバッグを入れ、ラップをして色が出るまで3分ほど蒸らす。ティーバッグを引き上げ、容器の縁にスプーンで押し付けるようにして絞る。
- ③耐熱ボウルに卵、砂糖、小麦粉を入れ泡立て器でさらさらになるまで混ぜる。ミルクティーを少しずつ加えて混ぜる。
- ④ふんわりラップをして電子レンジ（600W）で1分30秒加熱する。泡立て器で滑らかになるまでよく混ぜ、さらに1分加熱しよく混ぜる。最後に30秒加熱し、クリームが滑らかになるまでしっかり混ぜる。
- ⑤ラップをぴっちり表面に貼り付けるようにして、冷蔵庫で冷やす。
- ⑥パンに切り込みを入れ、クリームをたっぷり挟んでラップで包む。

### 材料（作りやすい分量：4個分）

- 牛乳…………… 200ml
- ティーバッグ…………… 2袋
- 卵…………… 1個
- 砂糖…………… 大さじ4（40g）
- 小麦粉…………… 大さじ2（15g）
- ソフトタイプの丸パン  
…………… 4個

### おすすめアレンジ

- ・クリームに小麦粉にココアを混ぜればチョコクリームに。抹茶を混ぜれば抹茶クリームに。
- ・甘めのクリームがお好み場合は、砂糖を50gに増やしてください。

## 住民税均等割非課税世帯等の皆さんへ

# 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 (3万円/1世帯) のご案内

※受給には手続きが必要です

- 支給額 / 1世帯あたり3万円
- 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3週間後  
※内容に不備がない場合
- 支給対象 / ①令和5年6月1日時点で標茶町に住所があり、世帯全員が令和5年度住民税均等割が「非課税」の世帯  
②令和5年1月以降の収入が新型コロナウイルス感染症の影響により減少し、「住民税非課税相当」の収入となった世帯（家計急変）
- 受給手続き / 支給対象①に該当する世帯  
8月上旬から対象世帯へ順次「確認書」（または申請書）が届きます。内容に誤りがないかを確認し、同封の返信用封筒で下記係へ提出してください。  
※申請書は、役場で調べきれない情報があった場合にお送りします。（例：令和5年1月2日以降に世帯に転入があり、課税情報が標茶町に無いなど）  
支給対象②に該当する世帯該当になるとと思われる世帯は、下記係へご連絡ください。関係書類をお送りします。  
※「申請書」「家計急変」による申請の場合は、確認した結果、支給要件に該当せず対象外となる場合があります。
- 申請期限 / 10月31日(火)

「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 / 役場保健福祉課社会福祉係（1階④番窓口☎内線131）

## 脳ドック受診者助成事業

本町では脳ドック検診費用の一部助成事業を行っています。まだ受け付け可能ですので、ぜひこの機会にお申し込みください。なお、助成を受けるためには検診予約前の事前申請が必要です。

■助成額／25,000円（自己負担額8,000円）

■対象者／次の要件を全て満たす方

### 共通

- ・令和5年度に40～74歳になる標茶町民（昭和24年4月1日～昭和59年3月31日生まれ）で、町税を完納している方
- ・令和4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①～④の健診を受診または申し込みした方）

①令和4年11月の総合住民健診で特定健康診査を受診した方

②令和5年4～5月・11月の総合住民健診で特定健康診査を受診した方

※申請日現在で、過去1年以内に総合住民健診を受診している必要があります。

③令和5年度の国保ドックに申し込みした方

④令和5年度の国保ミニドックに申し込みした方

■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

8月10日締切！

■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-4-204	3LDK	68.66㎡	S62 (R2改修)	20,400～ 30,400円
	K-4-304	3LDK	68.66㎡	S62 (R2改修)	20,400～ 30,400円
	K-5-202	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-1-211	3LDK	72.24㎡	H2 (R4改修)	20,700～ 30,800円
	S-1-222	3LDK	69.28㎡	H2 (R4改修)	19,800～ 29,600円
	S-1-322	3LDK	69.28㎡	H2 (R4改修)	19,800～ 29,600円
	S-8-222	3LDK	74.10㎡	H6	22,400～ 33,400円
	S-8-213	3LDK	76.73㎡	H6	23,200～ 34,600円
	S-10-221	2LDK	60.44㎡	H6	18,300～ 27,200円
	S-10-322	3LDK	74.10㎡	H6	22,400～ 33,400円
磯分内地	I-7-1	1LDK	57.50㎡	H26	17,000～ 25,300円
	I-9-201	3LDK	70.20㎡	H13	20,500～ 30,600円
虹別団地	N-15	2LDK	61.04㎡	H10	15,000～ 22,300円
	N-18	3LDK	74.90㎡	H10	18,400～ 27,400円
塘路団地	T-7	3LDK	78.70㎡	H15	21,200～ 31,600円
塘路第2団地	T-2-2	1LDK	50.40㎡	H11	13,200～ 19,700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。
- ・7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。
- ・募集期間中、入居希望住宅の内覧ができます。ご希望の方は前日までにご連絡ください。



## 町立病院からのお知らせ

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

現在、休日および時間外の救急の受け付けを休止しております。詳しくは、当院ホームページをご覧ください。

**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

**内科**

- 火～木曜日の午後は休診です。（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）
- 8月14日(月)～18日(金)は佐藤富士夫医師不在となります。（14日(月)、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 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。
- ※8月9日(水)、16日(水)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医師が担当します。
- 診療日／8月24日(木)、25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。

**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** ●旭川医大小児科より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8:45～11:00	午後1:00～2:00	予約受付締切
1日(火)	●	●	7月31日(月)正午
8日(火)	●	●	8月7日(月)正午
15日(火)	●	●	8月14日(月)正午
22日(火)	●	●	8月21日(月)正午
29日(火)	●	●	8月28日(月)正午

## 【予防接種】

《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。

●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。

《17～20歳未満の日本脳炎》●対象の方で接種を希望される方は、希望日の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）・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歳以上の帯状疱疹・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。