

脳ドック受診者助成事業の 募集を開始します

募集期間 5月18日(月)から定員に達するまで

定員 100人(先着順)

助成額 20,000円(自己負担額13,000円)

実施機関 釧路労災病院、釧路孝仁会記念病院、中標津脳神経外科のいずれか

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

- ・令和2年度中に40～74歳になる標茶町民で町税を滞納していない方(昭和21年4月1日～昭和56年3月31日生まれ)
- ・過去2年間(平成30年度、令和元年度)のうちに本事業を利用していない方
- ・(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、または制度はあるが今年度の助成対象とならない方
- ・(国民健康保険の方)次のいずれかの健診を受診、または申し込みした方
令和元年度秋の総合住民健診(特定健康診査)・令和2年度春の総合住民健診(特定健康診査)・令和2年度国保ドック・令和2年度国保ミニドック

※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。

申し込みから受診までの流れ

1. 下記係に設置している申込書に納税確認書を添付して提出する。
※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送られてくる。
3. 実施機関に検診の予約をする。
4. 検診を受ける。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う。
5. 実施機関から自宅に検診結果が届く。(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)

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!

標茶町で当地グルメプロジェクト考案レシピのご紹介



標茶町で当地グルメプロジェクト提供

今月のレシピ しべちゃ牛乳で手軽に!牛乳豆腐

標茶町で当地グルメプロジェクトは、しべちゃ牛乳を活用したレシピを考案・発信するグループです!

作り方

- ①鍋に牛乳と穀物酢を入れ、軽くかき混ぜてから中火にかける。
- ②そのまま水分と固形物に分離するまで加熱する。
- ③水分が透明になったら火を止め、ガーゼをセットした水切り容器またはザルに入れてこす。
- ④水分が抜けたら食べやすい大きさに切れば完成!お好みでわさび醤油やきな粉をかけて召し上がれ。

材料(できあがり200g)

しべちゃ牛乳…………… 1,000cc
穀物酢……………40～50cc

ポイント 火にかけてからは混ぜないこと。混ぜると、一塊になりにくくなります。透明になった水分はホエイとして別の料理に使えます。



次回以降は、この牛乳豆腐を活用したレシピをご紹介します!

後期高齢者医療制度のお知らせ

制度の見直しについて

均等割の軽減割合が見直しされました

保険料均等割の軽減割合が、次のとおり見直しされました。

令和元年度

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円 (かつ被保険者全員が所得0円) ※年金収入のみの場合は受給額が80万円以下の世帯。	8割軽減
33万円	8.5割軽減

令和2年度

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円 (かつ被保険者全員が所得0円) ※年金収入のみの場合は受給額が80万円以下の世帯。	7割軽減
33万円	7.75割軽減

均等割2割軽減・5割軽減の範囲が見直しされました

保険料均等割軽減のうち、2割軽減・5割軽減に係る所得判定基準が、次のとおり見直しされました。

令和元年度

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円 + (28万円 × 世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円 + (51万円 × 世帯の被保険者数)	2割軽減

令和2年度から

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円 + (28万5千円 × 世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円 + (52万円 × 世帯の被保険者数)	2割軽減

保険料の計算方法（令和2年度）

保険料額は被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と、前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

均等割 1人当たりの額 52,048円	+	所得割 被保険者本人の所得に応じた額 (令和元年中の所得 - 33万円) × 10.98%	=	1年間の保険料 限度額64万円 (100円未満切り捨て)
---	---	--	---	--

※年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割りで計算します。

※所得とは、前年の「収入」から公的年金等控除や給与所得控除額などの「必要経費」を差し引いたものです。

1年間の保険料の賦課限度額が見直しされました

保険料の賦課限度額が、次のとおり見直しされました。

令和元年度	令和2年度
62万円	64万円

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@番窓口☎内線125)

工事作業員(正社員、季節社員[4~12月])募集

- ◆作業内容◆
区画線工事、建築塗装工事 他
- ◆勤務時間◆
4~12月(7:00~17:00 休憩120分)
1~3月(8:30~16:00 休憩90分)
- ◆休日◆
年間休日100日以上、有給休暇あり
- ◆待遇◆
社会保険完備、各種手当・退職金共済制度あり
賞与(年2回)、作業服等支給、交通費・住宅手当支給



お気軽にお問合せ下さい

☎ 015-486-2357

受付時間：10:00 - 16:30 (平日)



株式会社 多田塗装工業

川上郡標茶町字熊牛原野15線西2番地(磯分内)

<http://www.tadatoso.jp/>

なくそう！望まない受動喫煙

マナーからルールへ



平成30年の健康増進法改正により、段階的に受動喫煙防止対策が進められています。令和元年7月1日からは学校、病院、児童福祉施設、行政機関での「敷地内禁煙」が義務化されています。今年4月1日からは、一般的なオフィスでも原則として屋内禁煙となり、喫煙のためには喫煙室の設置とその標識掲示が義務付けられ、20歳未満の喫煙室への立ち入り禁止が徹底されることとなりました。

平成30年の国民健康栄養調査によると全国の喫煙率は平均17.8%ですが、男女別にみると男性29.0%、女性8.1%となっています。喫煙率は年々減少していますが、年齢別でみると30〜60歳の男性は35%程度と高く、働き盛りの世代の健康に影響が大きいことが分かります。本町の事業者の健診（協会けんぽが実施する生活習慣病予防健診）を受診した人の喫煙率をみると、平成28年のデ

ータでは48.6%となっており、全国に比べ喫煙者が多いことが分かります。

誰かのたばこの煙を吸うだけで、喫煙者と同様のリスクがあるといわれています。たばこの煙には、3大有害物質であるニコチン・タール・一酸化炭素に加え、70種類以上の発がん性物質が含まれています。このたびの法律の改正を受け、皆さんの職場でも喫煙のルールが示されたことと思います。たばこを吸う人は、子どもや若者、受動喫煙を望まない人たちへの配慮をお願いします。

職場だけでなく、家庭での喫煙についても家族みんなと考えてみませんか。たばこを吸う人は、自らが身近な人の健康を守る立場であることも忘れずにいたいものです。

■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）

たばこの3大有害物質

ニコチン	依存症にさせる作用があります。血管を収縮させ、血液の流れを悪くする作用もあり、動脈硬化を促進させます。
タール	たばこのヤニの成分。発がん性物質や発がんを促進する物質が数十種類以上含まれています。
一酸化炭素	酸素を運ぶ機能を阻害し、酸素不足を引き起こします。動脈硬化を促進させます。

（日本医師会ホームページより）

（けい）子宮頸がん・乳がん検診を受けましょう

本町では、乳がん・子宮頸がん検診の受診率向上を目的として、20歳と40歳になった方を対象に検診手帳と無料クーポン券を配布し、無料でがん検診が受けられる事業を実施しています。

発症率の高い乳がんは女性の死亡原因の上位となっており、子宮頸がんは20〜30歳代の女性で増加傾向にあります。どちらのがんも早期発見・早期治療により高い確率で治すことが可能です。そのために「検診」は非常に有効ですので、この機会に定期検診を習慣にしましょう。

	無料クーポン券の対象者	検診実施機関
子宮頸がん検診	20歳の方（平成11年4月2日〜平成12年4月1日生まれ）	・町立病院 ・釧路がん検診センター
乳がん検診	40歳の方（昭和54年4月2日〜昭和55年4月1日生まれ）	釧路がん検診センター

※対象年齢以外の方は、2年に1度、少ない自己負担額（子宮頸がん検診1,000円、乳がん検診2,000円）で検診を受診することができます。検診日程は下記へ問い合わせください。

問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）



大和田文夫さん
(阿歴内)



長寿99歳
おめでとうございます

《令和2年3月撮影》
掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。

福祉施策検討委員会 委員を募集します

赤ちゃんからお年寄りまで、全ての人が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるまちづくりを進めるため、本町の保健・医療・福祉施策のあり方を検討する標茶町福祉施策検討委員会委員を募集します。

- 募集人数／介護保険第1号被保険者・子育て中の保護者・障がいの当事者の方、それぞれ1人ずつ
- 役割／本町が作成する福祉関係の計画の内容検討（高齢者保健福祉計画・介護保険計画・障がい者計画など、年4～6回程度の会議を予定）
- 任期／3年間
- 提出書類／住所・氏名・生年月日・職業を記入した申込書（様式は任意）
- 提出期限／6月3日(水)
- 提出先・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）

標茶町花いっぱいコスモス推進会議 花植えに参加してみませんか？

草花が少しずつ彩り始める季節となりました。標茶町花いっぱいコスモス推進会議では、毎年、標茶駅前と開発センター前の花壇に花の苗植えとコスモスの種まきをしています。会員以外の方の参加も広く募集しますので、花の好きな方やガーデニングに興味のある方は気軽にご参加ください。

- 日時／5月12日(火)、午前10時～正午（予定）
- 集合場所／標茶駅前花壇
- 持ち物／軍手、スコップ、汚れてもよい服装
※5月11日(月)までに、下記係へ申し込みください。
- 問い合わせ／標茶町花いっぱいコスモス推進会議事務局・役場企画財政課地域振興係（2階⑦番窓口☎内線224）

町営住宅入居者募集

5月14日まで下記住宅の入居者を募集します。

団地名	住宅番号	室構成	面積	竣工年度	月額家賃
桜団地	S-4-324	3LDK	74.53㎡	H5	22,300～ 33,100円
	S-9-213	3LDK	76.73㎡	H7	23,500～ 35,000円
	S-10-125	2LDK	60.44㎡	H6	18,300～ 27,200円
桜南団地	M-4-4	1LDK	58.70㎡	H29	19,900～ 29,600円
麻生団地	A-2-4	3LDK	76.90㎡	H24	23,900～ 35,700円
虹別団地	N-8	3LDK	74.90㎡	H8	18,600～ 27,700円

■申し込み・問い合わせ／

役場管理課管財係（1階⑧番窓口☎内線142）

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ができます。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。
- ・4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。



長寿88歳

おめでとう ございます

《令和2年3月撮影》
掲載に同意いただいた方のみ
掲載しています。



山崎 成春さん
(阿歴内)



増井 春市さん
(久著呂)

生活豆知識 警察を 名乗る被害が 発生!



弟子屈警察署の職員を名乗り、キャッシングカードが奪われる詐欺被害が本町で発生しました。「詐欺グループを捕まえた。犯人が持っていた名簿にあなたの名前が載っており、口座が使われていた可能性がある。口座を止めるため自宅に伺うので、キャッシングカードを封筒に入れて用意しておいてほしい」と電話があり、訪問してきた人にキャッシングカードを預けたところ、そのままお金をだまし取られてしまったというものでした。そのほかにも犯行の予兆として、家主の年齢や家族構成など家庭状況を探るアポ電も町内で多発しています。詐欺に遭わないよう次のことに注意しましょう。ひとことアポバイス

・警察や役場、金融機関の職



- ・員を名乗る、気づかれないようにキャッシングカードをすり替えるなど、詐欺の手法が巧妙化しており、実際に遭遇した時に正常な判断をすることが難しくなっています。
- ・警察などがこのような電話をかけることやキャッシングカードを預かることは絶対ありません。
- ・これらの電話があった時は、話を聞かずきっぱり断りにしましょう。
- ・通話を録音したり、録音していると犯人に伝えることも有効です。
- ・不審や不安に感じた時は1人で抱え込まず、お気軽に左記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（☎0154-2413000）
- ・消費者ホットライン（☎188）

標茶町 家庭ごみ分別マニュアルの 配布について

本町では、さらなるごみの減量化とリサイクル率向上を目指し「家庭ごみ分別マニュアル」を更新しました。

広報しべちゃ5月号の折り込みとして配布しています。日頃から手の届く所に置き、ごみ出しの際にご活用ください。

また、分別マニュアルは下記係に設置しています。

■問い合わせ/役場住民課環境衛係（1階③番窓口 ☎内線127）



給与 時給861円
勤務時間

(平日) 午前6時30分～11時30分
午前6時30分～午後3時
午前6時30分～午後4時30分
(土曜日) 午前6時30分～11時
(日曜日) 午前7時～11時

休日 週5日程度（シフト制）
待遇 雇用保険、無料駐車場あり、
交通費規定支給
※社会保険適用など相談に応じます！

院内清掃スタッフ募集

電話連絡の上、写真付き履歴書をご用意ください。面接はご希望の場所まで伺います。

太平ビルサービス株式会社釧路支店

釧路市幸町6-1-6 朝日生命ビル3F
(TEL 0154-24-2914) 担当渡辺

町立病院からのお知らせ

標茶町立病院 電話 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

- 内科** ●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）
- 外科** ●北大医学部消化器外科Ⅰから原則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。
- 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／5月21日(木)、22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、救急の場合を除き予約の方が優先されます。

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 ●旭川医大小児科から出張医師が担当します。

☆5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
12日(火)	●		●	5月11日(月)正午
19日(火)	●		●	5月18日(月)正午
26日(火)	●		●	5月25日(月)正午

【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・日本脳炎・水痘の接種希望者は、**予約受付締切時間まで**に総合受付窓口または電話で申し込みください。（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。
- 《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）・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。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・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、5日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。

＝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。