



4/29 「くしろ湿原ノロッコ号」が運行開始

くしろ湿原ノロッコ号の運行が開始されました。塘路駅ではミルクックさん、ハッピーくろべえをはじめ、多くの町民がお出迎えをしました。



5/7 アドベンチャースクールが開講しました

しべちゃアドベンチャースクール開講式がコンベンションホールういすにて行われ、島田教育長より受講生への激励の言葉、今年度の活動内容について説明がありました。開講式終了後は、高校生スタッフによるアイスブレイクや軽スポーツ「モルック」で楽しく交流しました。来年1月までさまざまな体験活動が予定されています。

大浦忠雄さん写真提供



5/7 悲惨な事故が起こらないように

第47回中虹別トラクター安全祈願祭が中虹別コミュニティハウスで行われ、1年間の無事故を祈願しました。



4/27 豊かな自然を未来へ引き継ぐために

標茶町「森と川の月間」連絡協議会（千葉誠治会長）が開催され、令和3年度の事業報告と令和4年度の事業計画が承認されました。今年はコロナ禍で規模を縮小しながらも、継続して自然保護と環境美化のための清掃活動や植樹活動、講演会などに取り組むことが確認されました。



4/28 花壇に春の彩り

標茶町花いっぱいコスモス推進会議（舘トシ子会長）の皆さんが、標茶駅前と開発センター前花壇でパンジーの花植えとコスモスの種まきを行いました。

ありがとうございます

5/11

笹野電気（長崎正人代表取締役）が、町へ寄付をしてくださりました。「コロナ禍での牛乳の需要低下など、皆さんご苦労されていると思う。有効に活用していただきたい」と話されました。



4/28

明盛建設（尾崎幸晴代表取締役）の皆さんが地域貢献活動として、富士公園・町道ルラン通りのごみ拾いをしてくださりました。



5/6

明治安田生命釧路支社（谷口努支社長）が、町にごみ袋260枚を寄贈してくださりました。寄贈されたごみ袋は「森と川の月間」事業をはじめとする町内の清掃活動に活用されます。



町内在住のカメラ愛好者の方へ

町内で行われたイベントや明るい話題など、何でも結構ですので、写真の投稿をお待ちしております。

役場企画財政課地域振興係
「投稿写真コーナー」

「在住功労表彰」をご存知ですか？

標茶町表彰条例に基づく功労表彰のうち「在住功労」とは「70歳以上の者で50年以上本町に在住し、勤労であった者」に贈られる榮譽のことです。

被表彰者へは毎年11月3日に行われる標茶町総合表彰式にて、表彰状と記念品を授与しています。次に該当する方は今年度の被対象者として手続きをしますので、7月15日(金)までに下記係へご連絡ください。また、知り合いに該当する方がいる場合もお知らせください。

「今年の7月31日までに70歳になり、成人してから通算50年以上本町に住んでいるのに受賞しておらず、町からの表彰予定通知書（はがき）も届いていない方」

今までに住民票をほかの市町村に移されたことのある方は、在住年数が実際より短く登録されている可能性があります。（実際に本町に住んでいれば在住年数として数えます）

不明な点は下記係に問い合わせください。

■問い合わせ／役場総務課庶務係（2階⑬番窓口☎内線211）



女性活動の合いこば

- 一、手と心をつなぎ、明るく豊かな町をつくりましょう。
- 一、互いに人格を認めあい、奉仕の心を養いましょう。
- 一、からだをきたえ、人生に希望と誇りをもちましょう。
- 一、お年寄りを敬い、子供を愛し、円満な家庭をつくりましょう。
- 一、力を合わせて、薫り高い郷土の文化をつくりましょう。

標茶町女性団体連絡協議会機関紙



第197号 令和4年6月1日

標茶町女性団体連絡協議会

発行責任者 会長 千葉 博子 標女連広報委員会

令和4年度 役員体制

役職名		氏名
会長		千葉 博子
副会長		三枝 由美子
		北原 千津子
総務広報委員長		山口 紀子
総務広報副委員長		若木 ミドリ
男女平等参画研修委員長		塩原 トシ子
男女平等参画研修副委員長		外川 ゆかり
監査		油谷 栄子
		東理 由美子
会計		鳥田 まさ子
事務局	事務局 長	江口 サチ子
	事務局 員	照井 せい子

令和4年度 理事

町内会 地域会	氏名	氏名
常盤	内野 順子(継)	小端 小百合(継)
川上	表 恵子(継)	長崎 久美子(新)
川上公住	平間 安子(継)	澤田 紀子(継)
開運	山崎 孝子(継)	松本 恵(新)
旭	瀬山 祐美子(継)	武山 倫子(新)
富士	蛭名 信子(継)	三本 千穂(継)
桜	山林 真奈美(新)	佐藤 久子(新)
平和	岡村 真理子(継)	伊月 裕子(新)
麻生	青木 由紀子(継)	足澤 時子(新)

会の動き

※状況によっては変更になる場合があります。

■5月中

釧女連総会

■5月中

標女連理事会

■5月29日

女性のつどい

■5月末

釧路地区男女平等

参画総会

令和4年度の活動を皆さんとともに

標女連会長 千葉 博子

標茶にも春の訪れが感じられ、新緑が目に見える、一番快い季節となりましたが、一昨年来の新型コロナウイルスの感染拡大は、いまだ収束とはなっていない。しかし、マスクの着用、3密を避けるなどの措置を取ることによって会議開催が可能と判断し、2年続けての中止を余儀なくされていた総会を、皆さんのご協力を得て開催することができました。

総会では、今年3月に予定していた「女性のつどい」を5月に開催することを決めましたが、他の行事については、新型コロナウイルス感染拡大の推移を見守りながら、役員一同心を一つにして実施していきたいと思っています。

今年度も、皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

今年度の活動計画について

男女平等参画研修委員長 塩原 トシ子

長期間の新型コロナウイルス禍の中で感染防止のため、いろいろな行事や活動が中止となり、標女連の活動・研修も余儀なく中止せざるを得ない状況となり、特に、研修委員会の企画のエプロンピック、日帰り研修なども、ことごとく中止となりました。

標女連の委員会も、総務委員会と広報委員会が統合、また、男女平等参画委員会と研修委員会が統合し、二つの委員会に設

定し、今年度の活動計画を立てました。総務広報委員会では、中止が続いていた「女性のつどい」をコロナ感染予防を踏まえながらの開催の運びとなりました。秋には男女平等参画を11月に実施する方向で計画しています。

これからも標女連の活動に向け、皆さまのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

申請を忘れずに！

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。給付金を受給するためには、手続きが必要です。

◎支給対象世帯（③・④・⑤）が追加されました。

※すでに給付金を受け取った世帯は除きます。

● 支給額

1世帯あたり10万円

● 申請期限

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

支給対象世帯	受給手続き
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月上旬に役場から確認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。
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	2月上旬に役場から申請書をお送りしています。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。
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	7月中旬に役場から確認書が届きます。「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。
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	7月中旬に役場から申請書が届きます。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。
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）	給付金を受け取るには、 申請が必要 です。（役場から書類は届きません）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。詳しくは下記係に問い合わせください。

※「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。

「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」の振り込み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）

長寿99歳 おめでとうございます

《令和4年4月撮影》

掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。



筒渕 春子さん
(常盤)



早坂 俊夫さん
(虹別)

心の健康相談の お知らせ

釧路保健所では、月1回精神科医師による心の健康相談を実施しています。

相談は予約制です。相談日前日の午前中までにご予約ください。

詳しくは左記係まで問い合わせください。

■日程／6月1日(水)、7月15日(金)、8月24日(水)、9月21日(水)、10月21日(金)、11月18日(金)、令和5年1月20日(金)、2月17日(金)、3月8日(水)

※日時は変更になることがあります。

■時間／午後2～5時

■場所／釧路保健所

■予約・問い合わせ／釧路保健所健康推進課健康支援係 (☎0154-6515825)



生活豆知識

フィッシング 詐欺に気を付 けましょう



大手通販サイトやクレジットカード会社、銀行などをかたる偽メールや、宅配便の不在通知の偽ショートメッセージなどが増えています。メール内のURLから偽サイトに誘導され、入力した個人情報を盗まれたり、不正なアプリをインストールさせられたりする手口が多々みられます。

事例1

大手通販サイトから「異常なログインがありました。本人確認をお願いします」というメールが来た。驚いてメールにあったリンクをクリックし、誘導されるままサイト内でクレジットカードや個人情報を入力したら、カードを不正利用されてしま



った。

事例2

スマートフォンで宅配便の不在通知のショートメッセージを受信した。荷物が来る予定があったのでURLをタップし、表示されたメッセージに従ってアプリをインストールしたところ、ショートメールが自分のスマートフォンから勝手に大量発信された上、キャリア決済が不正利用されてしまった。

ひとことアドバイス

メールやショートメッセージが本物かどうか迷った場合には、メールやショートメッセージ内のURLは使用せず、公式サイトなどで真偽を確認しましょう。

メールやショートメールに記載されたURLには安易にアクセスしないようにしてください。アクセスしてしまっても、疑わしい時はID・パスワードなどは入力しないようにしましょう。

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 1 (☎0154-243000)
- ・消費者ホットライン (☎188)

ミルクックさんの
みるめーる



防災・防犯情報などをメールでお知らせします。

「防犯情報」「防災情報」「町からのお知らせ」「ヒグマ出没情報」の区分から配信を希望する情報を選んで登録すると、必要な情報のみを受信することができます。



▲登録はこちら

令和4年10月
支給分から

児童手当の制度が一部変更になります

児童手当とは家庭などにおける生活の安定に寄与するとともに、次代の社会を担う児童の健やかな成長に資することを目的として支給される手当です。

■支給対象／中学校卒業まで（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童を養育している方

■支給額／

児童の年齢	児童手当	特例給付
3歳未満	一律15,000円	一律5,000円
3歳以上小学校修了前	10,000円 (第3子以降は15,000円)	
中学生	一律10,000円	

■支給時期／毎年2・6・10月にそれぞれの前月分までの手当を支給します。

制度の一部変更について

特例給付の支給に係る所得上限額が設けられます

令和4年10月支給分から児童を養育している方の所得が表の②以上の場合、児童手当などは支給されません。
(①未満の場合は児童手当を、①以上②未満の場合は特例給付を支給します)

※児童手当などが支給されなくなった後に所得が②を下回った場合、改めて認定請求書などの提出が必要となりますので、ご注意ください。

扶養親族などの数	①所得制限限度額		②所得上限限度額	
	所得額(万円)	収入額の目安(万円)	所得額(万円)	収入額の目安(万円)
0人	622	833.3	858	1,071
1人	660	875.6	896	1,124
2人	698	917.8	934	1,162
3人	736	960.0	972	1,200
4人	774	1,002.0	1,010	1,238
5人	812	1,040.0	1,048	1,276

※扶養親族などの数は所得税法上の同一生計配偶者および扶養親族（里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除きます。以下、「扶養親族など」といいます）ならびに扶養親族などでない児童で前年の12月31日において生計を維持したものの数をいいます。扶養親族などの数に応じて、限度額（所得額ベース）は1人につき38万円（扶養親族などが同一生計配偶者（70歳以上の方に限ります）または老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額となります。

※「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。あくまで目安であり、実際は給与所得控除や医療費控除、雑損控除などを控除した後の所得額で所得制限を確認します。

現況届の提出が原則不要になります

一部の方を除き現況届の提出は不要となります。現況届の必要な方、提出期間は以下のとおりです。

■現況届の必要な方／

- ・配偶者からの暴力などにより、住民票の住所地が標茶町と異なる方
- ・支給要件児童の戸籍や住民票がない方
- ・離婚協議中で配偶者と別居されている方
- ・その他、役場から提出の案内があった方

■提出期間／6月1日(水)～30日(木)

※該当者には6月上旬までに関係書類を送付します。



以下の変更事項があった方は役場に届け出が必要になります

- ・児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなった時
- ・受給者や配偶者、児童の住所が変わった時（他の市区町村や海外への転出を含む）
- ・受給者や配偶者、児童の氏名が変わった時
- ・一緒に児童を養育する配偶者を有するに至った時、または児童を養育していた配偶者がいなくなった時
- ・受給者の加入する年金が変わった時（受給者が公務員になった時を含む）
- ・国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受ける時

提出先・問い合わせ／役場保健福祉課児童福祉係（1階⑥番窓口☎内線135）

近野
(磯分内) 安榮さん



鈴木
(麻生) 幸子さん



長寿88歳
おめでとうございます

《令和4年4月該当》
掲載に同意いただいた方のみ
掲載しています。

小原よし子さん
(川上)



千葉
(栄) 健さん



日浦
(麻生) 房子さん



エイズ検査・肝炎検査のお知らせ

釧路保健所では、月2回、第2・4火曜日にエイズ検査（HIV抗原抗体検査）・肝炎検査を実施しています。6～9月、12月は夜間帯にも検査を行っています。

HIVは性的接触や血液を介して感染します。感染が心配な出来事があれば、一度検査を受けてみましょう。

検査は予約制で、匿名で受けることができます。HIVや肝炎についてのご相談も随時受け付けています。詳細は釧路保健所ホームページをご覧ください。

■予約・問い合わせ／釧路保健所（エイズ検査・相談専用電話 ☎0154-65-8076）



町営住宅入居者募集

6月10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
川上団地	K-5-202	3LDK	68.66㎡	S 63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
	K-5-203	3LDK	68.66㎡	S 63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
	K-5-302	3LDK	68.66㎡	S 63 (R3改修)	20,700～ 30,900円
麻生団地	A-1-1	1LDK	55.90㎡	H23	18,500～ 27,600円
	A-7-4	3LDK	76.90㎡	H21	23,000～ 34,300円
磯分内地	I-9-201	3LDK	70.20㎡	H13	20,600～ 30,700円
塘路第2団地	T1-2	1LDK	52.30㎡	H11	13,900～ 20,600円

■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）



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。
- ・5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。

町立病院からのお知らせ

標茶町立病院

☎485-2135

URL <https://shibechea-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

※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 ●火曜日・水曜日の午後は休診です。（月曜日・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11日(月)～15日(金)は佐藤富士夫医師不在となります。

●7月19日(火)～22日(金)は佐藤泰男医師不在となります。

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。

※6月1日(水)、8日(水)、15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／6月23日(木)、24日(金)

●受付時間／午後3時30分まで

●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。

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。

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）

☆6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
7日(火)	●		●	6月6日(月)正午
14日(火)	●		●	6月13日(月)正午
21日(火)	●		●	6月20日(月)正午
28日(火)	●		●	6月27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・日本脳炎・麻しん風しん混合・水痘の接種希望者は、**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。

《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（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。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。

閉じこもらずに楽しもう

ふれあいカフェに参加しませんか

新型コロナウイルス感染症の流行により、常にマスクを着用し、人との距離を取り、ステイホームの感染症対策で活動の機会が著しく制限されました。外出や人との交流が少なくなると、歩行や会話の機会が失われ、筋力の低下を招きます。また、外出を控えて不安や孤独を感じていると、脳には大きなストレスが掛かり、脳には大きなストレスが掛かり、血圧を上昇させ、脳や心臓の血管に負担を掛けることが分かっています。病気の発症リスクは脳卒中や心臓病が1.3倍、認知症は1.5倍発症しやすいといわれています。筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のことを「フレイル」といいます。

フレイルの兆候として「体重が減った」「握力が弱くなった」「理由もなく疲労感がある」「歩くのが遅くなった」「運動の機会が減った」があります。この5項目のうち3項目以上に該当するとフレイルの状態になっている可能性があります。早く気付いて「栄養バランスの良い食事」「適度な運動」「人との交流（社会参加）」の3つがそろった生活を送るようになると、低下した心身の機能を回復させることができます。買い物、ボランティアや趣味、稽古事などに外出し人と交流することが、心身の両面からフレイルの進行

予防に役立ちます。楽しく過ごすことが大切なので、外出が苦手な方もまずは、自分が楽しめる活動から探してみましよう。
地域包括支援センターでは、外出の機会が少ない高齢者やその家族の方が参加できる「ふれあいカフェ」を開催しています。どなたでも無理なく楽しめる内容でお待ちしています。フレイル進行予防になりますので、お気軽に参加ください。



■申し込み・問い合わせ/地域包括支援センター(☎4851515)

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!



～ 具に味をつければ卵液は塩なしでOK! ～



Jミルク ホームページより

今月のレシピ ミルクジャガイモのわかめオムレツ

作り方

- ① ジャガイモは皮をむいて2～3cm角に切る。ちくわは縦半分の小口切りにする。わかめをぬるま湯でもどし、水気を切る。卵はボウルに割り入れてほぐす。
- ② 鍋にジャガイモ、Aを入れて中火にかける。煮立ったら時々かき混ぜながら15～20分間、水分がほぼなくなるまで煮る。ちくわを加えて混ぜて、粗熱を取っておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、わかめを軽く炒めたら②を加えてよく混ぜる。卵液を20cmほどの高さから回し入れ、周囲が白っぽく固まってきたらゴムベラで10回ほど混ぜ、火から下ろす。卵を寄せてフライパンよりひと回り小さい円形にまとめる。
- ④ 再び火にかけて1分間焼いたら、裏返し、形を整えながら弱火で2～3分間焼く。
※フライパンよりひと回り小さい皿をかぶせて裏返し、それを戻すと失敗しません。
- ⑤ Bを混ぜ合わせて添え、かけていただく。

材料(3人分)

- ジャガイモ…2個(正味250g)
ちくわ……………1本
わかめ(乾燥) ……大さじ1
卵……………4個
サラダ油……………大さじ2
A
牛乳……………300ml
ごま油……………小さじ1
塩……………小さじ½
B
プレーンヨーグルト…60ml
しょうゆ……………小さじ1
サラダ油……………小さじ1
砂糖……………少々
ゆずこしょう……………少々

ポイント 具に味を入れれば、卵液は塩なしでOK 牛乳でじっくり煮込んだジャガイモを加えることで、卵の調味をほとんどしなくても味わい深いボリュームあるオムレツになります。ポテトサラダを作る要領で粉をふかせるようにたっぷりの牛乳をからめましよう。冷めても柔らかいので、お弁当のおかずにもお勧め。