

shibechea

お知らせ
topic

年末年始ガイド

問 総務課庶務係（2階①番窓口 ☎ 211）

役場および各公共施設・クリーンセンター（ごみの受け入れ）及び町立病院の年末年始の休日についてお知らせします。

施設など	今年度の年末年始
<p>●役場 ※火葬・死亡届など緊急を要する場合は、休みの間も受け付けています。</p> <p>●ふれあい交流センター・各公民館・農業者トレーニングセンター・ふれあいプラザゆう・武道館</p> <p>●町立病院 ※定期薬を服用の方は、休み中に薬切れが生じないよう早めの受診をお願いします。</p>	<p>12月27日(金)まで平常どおり</p> <p>12月28日(土)～1月5日(日)まで休み</p> <p>1月6日(月)から平常どおり</p>
コンビニ交付（住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍・戸籍の附票）	12月29日(日)～1月3日(金)までは取り扱い中止となります
各保育園・児童館・博物館・クリーンセンター（ごみの受け入れ）	<p>12月28日(土)まで平常どおり</p> <p>12月29日(日)～1月3日(金)まで休み</p> <p>1月4日(土)から平常どおり</p>
図書館	<p>12月27日(金)～1月3日(金)まで休み</p> <p>1月4日(土)から平常どおり</p>

shibechea

お知らせ
topic

20歳になったら国民年金

問 住民課年金保険係（1階②番窓口 ☎ 125）

国民年金とは、老後やいざという時の生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みで、20歳になると日本に住所を有している方全員が国民年金に加入します。加入期間は20～60歳未満までの最大40年間で、毎月定額の保険料を納めなければなりません。

▶国民年金のポイント

- 国が責任を持って運営する制度のため、年金の給付は生涯にわたって保証されています。
- 老後に受け取る「老齢年金」のほか、病気や事故により障がいが残った時に受け取れる「障害年金」、加入者が死亡した際、その加入者に生計を維持されていた遺族が受け取れる「遺族年金」があります。

▶国民年金の加入

- 20歳になったら自動的に国民年金に加入（厚生年金加入者および厚生年金加入者に扶養されている配偶者を除く）となりますので、お手続きなどはありません。
- 20歳になってから概ね2週間程度で国民年金に加入したことのお知らせと「基礎年金番号通知書」が送られます。「基礎年金番号通知書」は一生をとおして使用しますので、大切に保管してください。

▶国民年金保険料の納付が困難な場合（学生納付特例制度、免除・納付猶予制度）

在学中や失業などにより、国民年金保険料の納付が困難な場合は、免除などを受けられる制度があります。この制度については、一部を除き年度ごとに申請し承認を受けることが必要です。

- 学生納付特例制度
在学中の方は一般的に所得が少ないことから、本人の所得が一定額以下の場合に保険料納付の猶予を受けることができます。
- 免除・納付猶予制度
本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下である場合や失業した場合には、全額または一部の免除を受けることができます。50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合には、保険料納付の猶予を受けることができます。
※学生の方は、免除・納付猶予制度を申請できません。

標茶町 20 歳のつどい

問 教育委員会社会教育課社会教育係（開発センター内 ☎ 485-2040）

本町では、新たに 20 歳になる方々の門出を祝して、令和 6 年標茶町 20 歳のつどいを行います。出身校が本町であるなど、就学や就職により住民登録されていない方々も参加できますので、参加を希望される方は上記係へご連絡ください。ご親族や友人からの情報もお待ちしています。※登載承諾された方のみ掲載しています。

▶日時 令和 7 年 1 月 12 日(日) 13:00 ~ (受け付けは正午から) ▶場所 コンベンションホールういず

川上：小杉山 航生、河合 菜那

川上公住：菅原 綾乃

桜：井上 省吾、佐伯 真、
前島 めい、渡邊 穂乃香

桜公住：小澤 彩

常盤：安代 壮天、松田 颯太、
石黒 ひかる、神谷 芽依

開運：小倉 康生、牛崎 琴翔

旭：石崎 大雅、笛木 柊悟、
小野 二千華、加藤 心結、
菊地 羽乃、高橋 紅樹、
高本 花奈、長瀬 弥羽、
前野 来夢

富士：菅原 悠暉

麻生：菅野 さくら、山内 柚音

平和：小幡 音花

オンツベツ：木村 和良

磯分内：岡村 匠都、森 那月、
山谷 知燦虹別：末柄 元気、
MAI NGUYEN KHA VI、
吉澤 莉輝

茶安別：本多 巧歩、中島 寿々花

阿歴内：長濱 倬夢

塘路：神谷 沙和

町営住宅
入居者募集

問 建設課住宅都市計画係（1 階 ☎ 番窓口 ☎ 275）

11 月 11 日現在、退去届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。なお、持ち家がある方、滞納している方、所得が一定以上ある方は申し込みできません。

▶締切 12 月 10 日(火)

団地名	棟番号	竣工年度 (改修年度)	室構成 LDK	募集 戸数	月額家賃(円)
川上団地	K-1	(H29改修)	3	1	19,300~28,700
	S-1	(R4改修)	3	3	19,800~30,800
桜団地	S-2	(R5改修)	3	1	20,200~30,100
	S-6	H16	1	1	15,700~23,400
	S-8	H6	2	1	18,300~27,200
			3	5	22,400~34,600
	S-10	H6	1	2	14,800~23,900
			3	3	22,400~34,600
麻生団地	A-4	H23	1	1	16,900~25,200
虹別団地	N-16	H10	2	1	14,800~22,100
塘路 第 2 団地	T-2	H11	2	1	16,200~24,100

国内災害義援金・
海外救援金の募集

問 日本赤十字社パートナーシップ推進部（☎ 03-4363-2056）

日本赤十字社では下記の義援金・救援金の募集を行っています。義援金・救援金は社会福祉係でお預かりし、日本赤十字社へ送金します。直接送金する場合は災害ごとに口座が別となっているので日本赤十字社ホームページで確認が必要です。

受付期間	義援金・救援金名
12/27	令和6年能登半島地震災害義援金
	令和6年7月25日からの大雨災害義援金
	レバノン人道危機救援金

受付期間	義援金・救援金名
令和7年 3/31	令和6年9月能登半島大雨災害義援金
	ウクライナ人道危機救援金
	Bangladesh 南部避難民救援金
	中東人道危機救援金
	アフガニスタン人道危機救援金
イスラエル・ガザ人道危機救援金	

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) 8:45～11:00 (午後の部) 13:00～15:45
 診療時間：9:00～16:45

年末年始の診察日は、8ページの「年末年始ガイド」をご覧ください。

内科 ●火、水曜日の午後は休診です。(午後の診療は病棟回診のため診察をお待ちいただく場合があります。) ●6日(金)は、釧路三慈会病院循環器内科部長 尾畑嘉一医師による循環器内科の専門診療を行います。 ●9日(月)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、14:30までとなります。

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：12/19(木)、20(金) ●受付時間：(午前の部) 8:45～11:00 (午後の部) 木曜日…13:00～14:30、金曜日…13:00～14:15 ●予約制となっています。受診日前日までに、来院時または電話で予約してください。電話での予約は平日13:00～17:00のご協力をお願いします。

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 ●旭川医大小児科より出張医師が担当します。

☆12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)		
	8:45～11:00	13:00～14:00	13:00～14:00	14:45～16:00	予約受付締切
3日(火)	●	休診	●	休診	12月2日(月)正午
10日(火)	●	休診	●	休診	12月9日(月)正午
17日(火)	●	休診	●	休診	12月16日(月)正午
24日(火)	●	休診	● (インフルエンザ同時接種含む)	● (インフルエンザ単独接種のみ)	12月23日(月)正午
25日(水)	●	●	休診	休診	

※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。

【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・五種混合・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。

《日本脳炎の特例接種》 ●平成18年度生まれ～20歳未満の方は、定期接種となります。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。

《インフルエンザ》 ●10月より、町立病院にて1歳から64歳の方の予約受付を開始しています。1歳から64歳までの方は、ワクチン専用回線(☎485-2700)にて申し込みください。65歳以上の方の予約については、ワクチン専用回線(☎486-7076)にて申し込みください。なお、1日の予約人数が限られていますので、ご希望の方はお早めにご連絡ください。年内の接種は12月26日(木)まで行っております。また、今シーズンのインフルエンザワクチン接種の受付は、令和7年1月31日(金)までとなりますが、ワクチンの入荷状況によっては受付終了を早める場合がありますので、ご了承ください。

《子宮頸がん》 ●定期接種(小・中学生)・小児科で、火曜日13:00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・婦人科で、木曜日15:00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。

暮らしいきいきカレンダー 12月

1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●遊びの広場 10:00~11:30(交) 		<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (0・1歳) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●赤ちゃん広場 10:00~11:30(交) 		<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (0・1歳) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育て講座 10:00~11:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●3歳児健診 9:30~9:45(交) ※対象は令和3年 10・11月生まれ ●乳児健診 13:00~13:15(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (0・1歳) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●育児教室 10:00~11:30(交) ●ふれあい カフェ 10:00~11:30(福) 		<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン (0・1歳) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
29(日)	30(月)	31(火)				

(交)…ふれあい交流センター
(福)…社会福祉センター

1月上旬の予定

- 6日(月)…子育てサロン (全乳幼児)
健康相談
- 7日(火)…子育てサロン (全乳幼児)

◎障がい者相談支援事業

下記の事業所では、障がいに関わる相談を受け付けています。役場保健福祉課社会福祉係（1階④番窓口㊤132）を介して相談することも可能ですので、お気軽にご連絡ください。

ハート釧路障がい者相談支援事業所（☎0154-32-7400）

【訪問相談】 12/4(水)、11(水)、18(水)、25(水)

【場所】 役場保健福祉課社会福祉係

【電話相談】 月～金曜日

◎乳がん・子宮頸がん検診

いずれの検診も町の助成は2年に1度となります。なお、職場検診の機会がある方はそちらを優先してください。

町立病院で子宮頸がん検診を希望される方は、ふれあい交流センター（☎485-1000）へ。釧路がん検診センターでの乳がん・子宮頸がん検診を希望される方は、直接釧路がん検診センター（☎0154-37-3370）へ申し込みください。

母子健康手帳の交付・妊婦相談はふれあい交流センターで行っています。



クリスマス図書展

無料

クリスマスを描いた本はたくさんあります。キラキラと美しい絵本、ちょっと変わったサンタの話、たくさん動物がでてくる話、クリスマスを知る絵本…。クリスマスを、本でもお楽しみください。

▶日時 12月1日(日)～25日(水)



クリスマスのおはなし会&工作

無料

図書館職員によるクリスマスのおはなし会です。楽しい絵本を読んだあとはクリスマスの工作を作って遊びましょう。たくさんの方の参加をお待ちしています！

- ▶日時 12月21日(土) 13:30～14:30
- ▶定員：20組
- ▶申込方法：電話、窓口、ホームページ
- ▶申込期間：12月1日(日)～12月20日(金)

申し込み/



図書館だより



標茶町図書館

標茶町図書館 ☎ 485-2300

開館時間：火～木曜 10:00～18:00

金曜 10:00～19:00 土・日曜 10:00～17:00

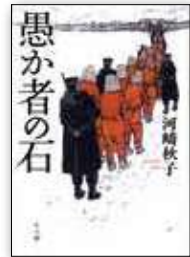
休館日：毎週月曜・祝日

※月曜日が祝日の際は翌火曜日も休館となります。



図書紹介中

明治18年、瀬戸内巽は国事犯として北海道の樺戸集治監に収監された。同僚の山本大二郎は夢のような法螺ばかり吹く。硫黄採掘の苦役で目を悪くした大二郎は火事とともに姿を消し…。標茶町の釧路集治監も登場します。



小説

『愚か者の石』

河崎 秋子 / 作

小学館 2024年6月発行

著者略歴：北海道別海町生まれ。「颯風の王」で三浦綾子文学賞、JRA 賞馬事文化賞、「土に贖う」で新田次郎文学賞、「ともぐい」で直木三十五賞を受賞。



素敵な
ホットノ出会いも
標茶町図書館で！



標茶町博物館に所蔵されていた明治時代の木製の消防用放水ポンプ「龍吐水」。本年度の広報しべチャ1月号内のニタイ・トからのお便りにて、その数奇な経歴とともに、釧路集治監の典獄(刑務所長)であった大井上輝前氏の繋がりによって、札幌市手稲区にある消防設備を取り扱う二二商会さんより、無償で龍吐水を直したとの申し出をいただき、補修復元のため昨年11月に札幌へと旅立ったことをお届けしました。それから約1年が過ぎ、ついに補修復元作業が完了。11月12日に標茶消防署にて、受領式が執り行われました。20

ニタイ・トだより

生まれ変わった熊牛消防組の「龍吐水」をぜひご覧ください！

Made in Hokkaido

48712332

ニタイ・トからお知らせ

毎年行っていたニタイ・トのクリスマスコンサートについて、本年度は開催の調整ができず、やむを得ず中止としました。楽しみにしていた皆さんには深くお詫び申し上げます。

人ほどの関係者が集まり、130年ぶりに龍吐水からの放水を行いました。全国的にも実際に使用できる龍吐水は極めて少なく、標茶の集治監から脱走した脱獄囚による放火の恐れに対して購入された龍吐水は、標茶の歴史の一面を示す重要な資料でもあります。将来的には、博物館隣の北海道集治監釧路分監内に常設展示する予定ですが、令和7年4月末までは標茶町博物館の1階フウソウに設置し無料で見学できます。関連資料や解説パネルも加えたミニ企画展示となっておりますので、どうぞご覧ください。



中茶安別小中学校 の取り組み

中茶安別小中学校 校長
西村 浩一



大地に自分の足でしっかり立て

中茶安別小中学校は、全校児童生徒26人（小学生21人、中学生5人）の通う小中併置校です。小1から中3までの9年間を見据えた教育活動を展開しています。また、学校林を所有しており、学校林活動を年間を通して取り入れている点が大きな特色です。

【持続可能な学校林の活用】

本校が所有する約9.7haの広さをもつ学校林を活用した全校学校林活動では、季節に応じたさまざまな活動を行い、「森から学ぶ」体験的な学習を展開しています。

春の学校林活動では、カラマツ・トドマツの苗木100本



を植樹するとともに、食害防止のためのツリーシェルターを設置しました。また、夏には、樹木のタネの模型作りや樹木の樹名板づくりなどの体験活動を行いました。

本校の伝統である学校林を守りながら、森林の大切さ、ふるさとのよさを学んでいきます。

【保護者・地域とのつながりを大切にした教育活動】

本校は保護者・地域と一体となった教育活動を進めています。「運動会」や「子ども会行事」、「氷上運動会」などの行事はたくさんの保護者の方々と協力して行われ、「もちつき大会」は、地域の方々を講師に行われます。また、学校林やスケートリンクの維持・管理も保護者や地域の協力を得て行われます。

地域とともに教育活動を行うことで、地域を愛し誇りに思う気持ちを育てていきたいと考えています。

「肥満予防は子どもの時から」



問ふれあい交流センター
母子保健係 (☎ 485-1000)



日本では子どもの肥満が増えてきており、学童期では10人に1人を超える子どもが肥満といわれています。「肥満」や「やせ」など体格を表す指標であるBMIの基準は、年齢によって異なります。一般的に乳児期は高く、1歳頃から低下し、5～7歳頃に最低値となり、その後また増加します。この現象を「アディポシティリバウンド」といいます。

このBMIの増加する時期が早ければ早いほど、将来肥満になりやすく、生活習慣病を発症するリスクが高くなるといわれています。そのため、子どものうちから肥満を予防することが大切です。ご家庭でも簡単にお子さんの体格を知ることができる「肥満度判定曲線」があり、町のホームページでダウンロードできますので、お子さんの体格をいま一度確認してみましょう。

肥満を予防するためには、子どもの時から、早寝・早起・朝ごはんの規則正しい生活リズムを身に付けるようにしましょう。食事では、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を意識し、できるだけ甘いお菓子やジュース類は日常的に摂取しないようにしましょう。また、活動量を増やすことも大切です。ゲームやスマホなどを利用する機会を減らし、外で遊ぶ時間を増やしましょう。お掃除などおうちのお手伝いをするのもお勧めです。

大人の生活習慣が子どもにも影響しやすいことがわかっています。家族で正しい生活習慣を身に付けましょう！

【図】 アディポシティリバウンド

