
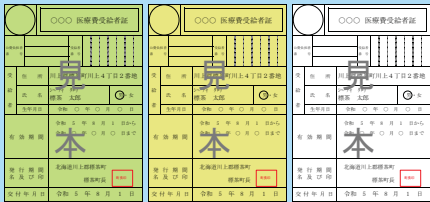



# 健康保険証などの更新に関するお知らせ

現在お持ちの健康保険証などの有効期限は7月31日です。8月1日以降にお使いいただける保険証などは、7月中旬ごろに郵便で発送する予定です。（地区により配達時期が異なります。）有効期限の切れた古い保険証などは、個人情報が変わらないよう裁断の上、破棄してください。

8月1日が過ぎてもお手元に届かない場合は、下記係まで連絡ください。

対象	備考	イメージ
国民健康保険 被保険者証	簡易書留で発送します	被保険者証 
(重度心身障がい者・ひとり親家庭等・乳幼児等) 医療費受給者証	普通郵便で発送します	重度心身障がい者 ひとり親家庭 乳幼児 
後期高齢者医療制度 保険証・減額認定証・ 限度証	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡易書留で発送します</li> <li>新しい保険証は水色です</li> <li>新しい減額認定証・限度証は橙色です</li> <li>引き続き減額認定証と限度証の交付対象に該当する方は、保険証に同封します</li> <li>新たに必要となる方は交付対象になることを確認の上、下記係へ申請してください</li> </ul>	保険証 減額認定証 限度証 

## 後期高齢者医療制度

減額認定証の交付対象（次の区分のうち区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方）

区分Ⅱ	世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方 <ul style="list-style-type: none"> <li>世帯全員の所得が0円の方（公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方）</li> <li>老齢福祉年金を受給されている方</li> </ul>
一般	住民税課税世帯で1割または2割負担の方

限度証の交付対象（次の区分のうち現役並みⅠまたは現役並みⅡに該当する方）

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅡ・Ⅲに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方

※一般または現役並みⅢの区分となる方は、減額認定証および限度証の発行がありません。

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）

## 後期高齢者医療制度

## 令和6年度の保険料のお知らせ

令和6年度の保険料額につきましては、7月に個別に保険料決定通知書を送付します。

## 保険料の計算方法

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（令和5年分）に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

<p><b>均等割</b> (1人当たりの保険料) <b>52,953円</b></p>	+	<p><b>所得割</b> (本人の所得に応じた額) 令和5年中の所得 - 控除額 (最大43万円) × 11.79%</p>	=	<p><b>1年間の保険料</b> (100円未満切り捨て) <b>限度額80万円</b></p>
--	---	---	---	---

- 1年間の保険料の上限額は、80万円になります。
- 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。
- 前年の所得金額により、控除額または所得割率が異なる場合があります。

## ■令和6年度保険料の軽減について

## 均等割の軽減（年額）

世帯主と被保険者の所得（前年の「収入」から必要経費（公的年金などの控除や給与所得控除額など）を差し引いたもの）に応じて3段階で軽減されます。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
43万円 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	7割
43万円 + (29万5千円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	5割
43万円 + (54万5千円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	2割

※ 給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。

- 給与などの収入金額が55万円を超える方
- 65歳未満の方で、公的年金の収入金額が60万円を超える方
- 65歳以上の方で、公的年金の収入金額が125万円を超える方

## 保険料の支払い方法

保険料のお支払い方法は「年金からのお支払い」のほか「口座振替」と「納付書によるお支払い」があります。ただし、次のいずれかに当てはまる方は「年金からのお支払い」ができません。

- 介護保険料が年金から引かれていない方（年金受給額が年額18万円未満の方）
- 介護保険と後期高齢者医療の保険料合計額が、介護保険料が引かれている年金の受給額の半分を超える方
- 新たに制度に加入された方の半年の期間

## 保険料の減免

災害、失業などで所得が大幅に減少、その他特別な事情で生活が著しく困窮し保険料の支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合がありますので、下記係へご相談ください。

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）

# マイナンバーカードの申請はお済みですか？

本町では、マイナンバーカードの申請を随時受け付けています。夜間窓口や郵便局での申請など、さまざまな取り組みを行なっています。

マイナンバーカードに関する問い合わせも可能ですので、ぜひこの機会をご利用ください。不明な点などがあれば、下記係まで問い合わせください。



## ①郵便局でも申請できます

磯分内郵便局、虹別郵便局、塘路郵便局で、マイナンバーカード申請支援事務を行っています。無料で写真撮影や印刷を行い、申請がうまくいくようにお手伝いをしています。

まだ、お持ちでない方は、郵便局に行かれた際にお声掛けください。

○取扱日／月曜日から金曜日の9:00～17:00

※祝日および年末年始（12/29から翌年1/3）を除きます。



## ②どこにでも伺います

「申請したいけどよく分からない」「手伝ってもらおうにも役場や公民館には行けない」「聞きながら申請したい」など、マイナンバーカードを取得するのが難しい、役場にはなかなか行けない、何なら来てほしい！という方のために、2人以上のグループであれば、ご自宅・集会所など場所を問わず、どこにでも出向き、マイナンバーカードの申請サポートを行います。申請はインターネット経由で、当日は顔写真を無料で撮影します。マイナンバーカードをお持ちでない方は、この機会にぜひ、マイナンバーカードを取得してください。

○申し込み／右記より申し込みください



申し込み

## ③商品券を贈呈します

本町では、令和4年7月22日以降に初めてマイナンバーカードを取得する方に対し、カード交付時に町内で使える商品券1,000円分を贈呈しています。令和7年3月末までにマイナンバーカードを取得された方が対象となりますので、お早めに申請ください。



問い合わせ／役場総務課デジタル推進係（2階⑬番窓口☎内線218）

### 国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証の廃止

令和6年12月2日より保険証や限度額適用・標準負担額減額認定証並びに限度額適用認定証が廃止されます。

令和6年12月1日時点でお手元にある保険証などについては有効期限（令和7年7月31日）まで使えます。

但し、令和6年12月2日以降は、保険証の新規発行または紛失などに伴う再発行は行えなくなりますのでご注意ください。

すでに、マイナンバーカードの保険証利用登録を行っている場合は、マイナンバーカード提示で医療機関の受診が可能です。

保険証利用登録を行っていないまたはマイナンバーカード自体お持ちでない方には資格確認書を交付します。

○問い合わせ：役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎内線125）

三島木美千子さん  
(虹別)



秋保 萬造さん  
(開運)



《令和6年5月該当》  
掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。

## 国民健康保険税の税率が変わります

国民健康保険事業は、全道の被保険者の医療費などを全市町村で負担する仕組み（納付金制度）となっています。道内の市町村は道から毎年割り当てられる納付金を、被保険者の皆さんからいただいた保険税などにより納付していますが、この納付金に対応するため保険税の税率を改正します。

国民健康保険は、病気やけがをした際に安心して医療が受けられるよう、皆さんで支え合う制度です。ご理解とご協力をお願いします。

＜国民健康保険税額＞ 項目①②③の合計が税額になります。

項目	区分	令和5年度	令和6年度	増減
①医療給付費分	所得割率	6.20%	6.63%	0.43%
	資産割率	8.80%	6.60%	△2.20%
	均等割額	25,500円	26,000円	500円
	平等割額	22,000円	21,500円	△500円
	課税限度額	650,000円	650,000円	—
②後期高齢者支援金分	所得割率	2.45%	2.45%	—
	均等割額	9,500円	9,500円	—
	平等割額	6,500円	6,500円	—
	課税限度額	220,000円	240,000円	20,000円
③介護納付金分	所得割率	2.20%	2.20%	—
	均等割額	10,000円	10,000円	—
	平等割額	8,000円	7,500円	△500円
	課税限度額	170,000円	170,000円	—

※所得割率は、前年の総所得金額から地方税法上の基礎控除額を控除した後の額に税率をかけて算出します。  
※資産割率は、今年度の固定資産税額に税率をかけて算出します。

◎国民健康保険税の納税通知書は、7月上旬に納税義務者となる世帯主に送付します。

### ＜後期高齢者医療保険への移行にともなう軽減措置＞

国民健康保険加入者が後期高齢者医療制度に移行したことにより、国民健康保険の被保険者が1人となる場合、5年間は「特定世帯」として医療給付費分および後期高齢者支援金分の平等割額が2分の1軽減されます。その後3年間は「特定継続世帯」として、4分の1軽減されます。

#### ◆問い合わせ◆

- ・制度について…役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎内線124）
- ・税金について…役場税務課税務係（1階⑨番窓口☎内線152）



# 確認しよう!

# 資源ごみの分別

分別をきちんとしないまま資源ごみを出す家庭が増えてきています。また「その他紙類」や「プラスチック類」を資源ごみではなく、燃えるごみと混ぜて出す家庭も増えていきます。資源を有効活用するために、ごみの分別にご協力をお願いします。

## 資源ごみ

缶類、瓶類、汚れたプラスチック類（カップラーメンやコンビニ弁当の容器など）は、一度軽く水ですすぎ、乾燥させて、資源ごみとして出してください。



ペットボトル類



缶類



瓶類

### ペットボトルのキャップ・ラベル



ペットボトルから外して「プラスチック類」へ



ペットボトルは資源ごみの「ペットボトル類」、ラベルとキャップは資源ごみの「プラスチック類」として、それぞれ分別してください。

## 燃やせないごみ



缶類のふた・瓶類のキャップ

問い合わせ／役場住民課環境衛生係（1階③番窓口☎内線127）

## 乳がん検診・子宮頸がん検診のお知らせ

乳がん・子宮頸がん検診が次のとおり実施されますので、ぜひ申し込みください。ただし、令和5年度に受診していない方が対象となります。また、職場検診がある方はそちらを優先してください。

**日時** 8月22日(木) 8:30~11:00、12:45~14:15

**場所** ふれあい交流センター



■料金：子宮頸がん検診…1,000円  
乳がん検診…2,000円

※いずれも70歳以上・生活保護世帯・無料クーポンをお持ちの方は無料です。

■対象：子宮頸がん検診…20歳以上  
乳がん検診…40歳以上

■定員：子宮頸がん検診120人、乳がん検診90人  
※すでに満員になっている時間帯があります

■申込期限：7/16(火)

■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）

## 生活豆知識

### 見覚えのない国際電話の番号に要注意



携帯電話にかかってきた「(フランス) から始まる番号の国際電話に出ると「株取引に興味があるか」と日本語で質問をされた」という情報が町内で寄せられています。

個人情報収集が目的とみられますが、投資詐欺など国際電話の番号を悪用した特殊詐欺の被害が増えていますのでご注意ください。

見覚えのない国際電話に出たり、かけ直さないようにしましょう。電話に出ても、応答はしないで電話をすぐに切りましょう。

#### 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 (☎0154-24-3000)
- 消費者ホットライン (☎188)



# 町営住宅入居者募集

7/10(水)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⑩番窓口 ☎内線275)

団地名	住宅番号	竣工年度	室構成	募集戸数	月額家賃
川上団地	K-1	S58 (H29改修)	3LDK	1戸	19,300~28,700円
桜団地	S-2	H3 (R5改修)	2LDK	1戸	16,200~24,200円
			3LDK	2戸	20,200~31,100円
	S-6	H16	2LDK	1戸	20,100~30,000円
	S-8	H6	3LDK	5戸	22,400~34,600円
	S-10	H6	3LDK	1戸	23,200~34,600円
			2LDK	1戸	20,400~30,400円
S-12	H19	3LDK	1戸	23,100~34,400円	
麻生団地	A-6	H22	3LDK	1戸	22,400~33,400円
虹別団地	N-19	H10	3LDK	1戸	18,200~27,100円
塘路第2団地	T-2	H11	2LDK	2戸	16,200~24,100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(所得制限あり)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人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。
- 6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。

## 正社員募集 牧場スタッフ

かわいい子牛たちを大切に育てるお仕事です♪



未経験者OK! 月給21~25万円(1年目の目安)

【勤務地】ノベルズ 標茶牧場 (標茶町字ヌマオ口原野基線14番地10)  
【時間】7:00~17:30 (休憩1H、実働9.5H) 休日:4週7休制

昇給(年1回)、賞与(年2回) / 社会保険完備 / 傷害保険 / 諸手当あり(通勤・家族・住宅・役職等) / 資格取得支援・女性就労支援制度あり / 自社ブランド牛の社内割引販売

お問い合わせ・応募書類の送付先

ノベルズグループ 帯広本社(採用担当) ☎0155-67-7501 (電話受付/平日8:00~17:00)  
〒080-0013 帯広市西3条南9丁目23番地 ✉hr@nobelsgroup.com ノベルズ 採用 検索



# 児童館に遊びに来てみませんか



標茶児童館は、親子やお友達同士で遊べる場所です。1人で来ても職員と一緒に遊ぶこともできます。施設内には、児童館と学童保育それぞれの部屋があり、集団あそびや地域交流の活動と一緒にできるホールがあります。ホールでは、バドミントン・卓球・バスケットボール・ドッジボール・鬼ごっこなど、体を使った遊びが楽しめます。幼児向けの足こぎ車もあり、元気に走り回ることが出来ます。部屋では、ままごと・ミニカー・ブロックの他、オセロ・人生ゲームなどのボードゲームやぬりえ・折り紙・粘土・手芸などもできます。また、ベビーベッドがあるサークルスペースもあるので、乳児も遊ぶことができます。

グラウンドには、ブランコや滑り台などの遊具や砂場があり、近くには、富士公園や水路もあり、小魚つかみしたり自然と触れ合うことができます。

児童館は安全な場所・楽しい場所・みんなに会える場所です。小さいお子さんとお父さん・お母さん・おじいちゃん・おばあちゃんなど、家族で遊びに来てください。



## 利用について

- ・利用可能日時：月～土曜日、9時～17時（日曜と祝日・12月29日～1月3日は休み）
- ・利用対象者：乳幼児（保護者同伴）・小学生・中学生・高校生

※館内は飲食禁止です（水分補給のための水・お茶の持参は可）

■問い合わせ／標茶児童館（☎48512447）

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!

～ 下味をつけたささみがおいしい～



Jミルク ホームページより

## 今月のレシピ チーズとり天

### 作り方

- ① 鶏肉を食べやすい大きさに切り、ニンニク、ショウガをすりおろし、しょうゆ、酒、砂糖と合わせてよくもみこむ。キャベツはせん切りに、ブロッコリーは1房ずつ切り分ける。
- ② ボウルに卵を割り入れ、牛乳を加えてよく混ぜ、小麦粉、粉チーズを加えて、天ぷら衣よりやや硬めの衣になるように牛乳（分量外）を加えて調節する。
- ③ 揚げ油を180℃に熱し、ブロッコリーに②の衣をつけて揚げる。残りに鶏肉を入れ、衣をからめて揚げる。
- ④ 盛り付けてキャベツ、カボスを添える。

### One Point!

衣は混ぜすぎないように注意。チーズ風味の衣なのでタレをつけなくてもおいしくいただけます。

### 材料（2人分）

- 鶏ささみ……………2本
- ニンニク……………¼かけ
- ショウガ……………¼かけ
- しょうゆ……………小さじ½
- 酒、砂糖……………各少々
- キャベツ……………1枚
- ブロッコリー……………¼個
- 卵……………小1個
- 牛乳……………大さじ1
- 小麦粉……………30g
- 粉チーズ……………大さじ2
- 揚げ油……………適量
- カボス……………適量



# 町立病院からのお知らせ

標茶町立病院 電話 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）8:45～11:00 （午後の部）13:00～15:45  
診療時間／9:00～16:45

**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。）

●7/22(月)～7/26(金)、8/5(月)は佐藤泰男医師不在となります。

●8/19(月)～8/23(金)は山本陽子医師不在となります。

●8/26(月)～8/30(金)は佐藤富士夫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、15:00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：7/11(木)、12(金)

●受付時間：（午前の部）8:45～11:00

（午後の部）木曜日…13:00～15:30、金曜日…13:00～14:15

●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。

## ☆7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	予約受付締切
2日(火)	●	●	1日(月)正午
9日(火)	●	●	8日(月)正午
16日(火)	●	●	12日(金)正午
23日(火)	●	●	22日(月)正午
30日(火)	●	●	29日(月)正午

※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。

《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・産婦人科で、木曜日15:00からの受け付けとなります。

※必ず事前にご予約ください。

《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・定期接種以外の肺炎球菌・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。