



海・山・川・大平原がおりなす

感動の大地・標津町



大自然に響き渡る初夏のさえずり

自然観察会シリーズ第3弾となるポー川史跡自然公園バードウォッチング観察会(NPO法人野付・エコネットワーク主催)が、7月3日、同公園内で行われ、本町、別海町、帯広市から9人が参加しました。

晴天に恵まれたこともあり、ノビタキやノゴマなどが観察できたほか、この日はめったにお目にかかれないシマセンニュウ、エゾセンニュウが現れると、参加者らは興奮を抑えて順番に望遠鏡のレンズをのぞいていました。

マイナポイントの第2弾を実施しています

マイナポイント
第2弾

マイナポイント第1弾に申し込んでいない方は
最大5,000円相当のポイントがもらえるよ！

5,000円分

2021年12月末までにマイナポイント第1弾に申し込んだ方で、まだ20,000円のチャージやお買い物を行っていない場合は、2022年1月1日以降も引き続きポイントの付与を受けることができます。



健康保険証としての利用申込みで
7,500円相当のポイントがもらえるよ！

7,500円分



公金受取口座の登録で
7,500円相当のポイントがもらえるよ！

7,500円分



【対象期間】

マイナポイントの申請期限

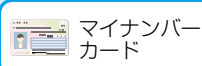
▷ 令和4年9月末まで
(以降も通常の申込は可能です)

マイナポイント申込期限

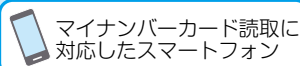
▷ 令和5年2月末まで

スマートフォンで、マイナンバーカードの健康保険証利用の申し込みする場合

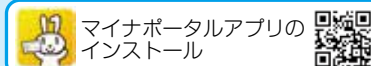
必要なもの



マイナンバー
カード



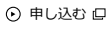
マイナンバーカード読取に
対応したスマートフォン



マイナポータルアプリの
インストール



STEP1 「マイナポータルアプリ」を起動する

STEP2  をタップする(押す)

STEP3 利用規約などを確認して同意する

STEP4 マイナンバーカードを読み取る

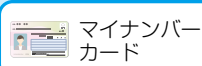
申込完了!!

医療機関・薬局のカードリーダーでもできます。



スマートフォンで、マイナンバーカードの公金受取口座の登録する場合

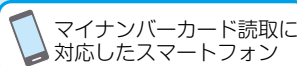
必要なもの



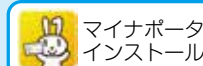
マイナンバー
カード



本年名義の
預貯金口座



マイナンバーカード読取に
対応したスマートフォン



マイナポータルアプリの
インストール



STEP1 「マイナポータルアプリ」を起動する

STEP2  をタップする(押す)

STEP3 マイナンバーカードを読み取る

STEP4 利用規約などを確認し、口座情報などを入力する

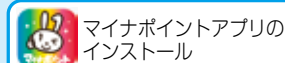
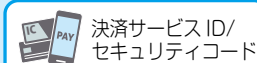
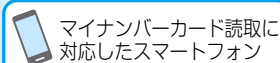
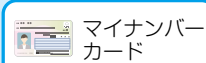
申込完了!!

役場戸籍窓口でも申し込みできます。



スマートフォンで、マイナポイントの申し込みする場合

必要なもの



STEP1 「マイナポイントアプリ」を起動する

STEP2 **申込み** をタップする(押す)

STEP3 マイナンバーカードを読み取る

STEP4 お好きなキャッシュレス決済サービスを選択する

STEP5 決済サービスID / セキュリティコードを入力する

申込完了!!



ここをタップ(押す)!

キャッシュレス決済サービス
対象のサービスはマイナポイント事業ホームページで確認できます。

- PayPay
- nanaco
- pecoma
- d払い
- など

役場戸籍窓口や郵便局などでも申し込みできます。



マイナポイントなどの手続きについて

健康保険証利用の申し込みや公金受取口座の登録、マイナポイントの申し込みなどの手続きには、マイナンバーカード交付時に決めていただいた数字4桁の暗証番号が必要です。忘れてしまったり、3回間違えてロックがかかってしまった場合は、役場戸籍窓口で再設定できます。

町では、マイナンバーポイント申し込みのお手伝いをしています！ 必要なものを持参の上、ご利用ください！

- マイナンバーカードと交付時に決めた数字4桁の暗証番号
- 決済サービスID / セキュリティコード(事前にどの決済サービスを利用するか決めおいてください)
- 公金受取口座の登録を希望される方は、本人名義のご通帳

※手続きには時間がかかる場合がありますので、時間に余裕を持ってお越しください。

マイナンバーカード特設申請窓口を開設します! 無料で顔写真を撮影します

町では特設コーナーを設け、マイナンバーカードの申請サポートを実施します。期間中に申請された方は、カードを窓口に取りに来ることなく自宅で受け取ることができます。必要書類をご持参の上、ぜひご利用ください。

月 日	時 間	場 所
8月18日(木)	9時～12時、13時～16時	役場1階ロビー 特設コーナー

- 必要書類**
- ☐ 本人確認書類 (不足していた場合は、役場窓口での受け取りになります)
→ 運転免許証、パスポート、身体障害者手帳
上記のものがない場合、次のうち2点
 - 健康保険証、介護保険証、年金手帳、年金証書、学生証、医療受給者証など
 - ☐ 通知カード (お持ちの方)
 - ☐ 住民基本台帳カード (お持ちの方)

問合先 住民生活課戸籍・国民年金担当 ☎85-7243(内線129)

低所得世帯を対象とした 3つの給付金をご確認ください。

1 住民税非課税世帯等に対する 臨時特別給付金

対象者

以下のすべてに当てはまる方

- 基準日（令和3年12月10日）時点で本町に住民登録がある方
- 令和3年度分もしくは令和4年度分の住民税均等割が非課税の世帯
- 「令和3年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」未受給の方

受給方

■ 世帯全員の「住民税均等割が非課税」の世帯

…申請不要

- ① 「確認書」を対象者のご自宅へ送付しています。
- ② 「確認書」の内容でよろしければ日付などを記載の上、同封の返信用封筒を使用し返信してください。

※ 世帯全員が「住民税非課税」でも以下の場合には申請が必要です。

- (1) 令和3年度住民税非課税世帯の中に、令和3年1月2日以降に転入してきた方がいる場合
- (2) 令和4年度住民税非課税世帯の中に、令和3年12月11日以降に転入してきた方がいる場合

■ 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

- ① 保健福祉センターにて申請書を配布しています。
- ② 申請書に必要事項を記入し保健福祉センターへ提出してください。



…要申請

支給額

1世帯当たり10万円

期 間

令和4年9月30日(金)まで

申込・ 問合せ先

保健福祉センター ☎82-1515（内線535）

内閣府住民税非課税世帯等についての問合せは
臨時特別給付金コールセンター ☎0120-526-145



2 3 低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金

2 ひとり親家庭分 ※すでに受給済の方は対象外

北海道から
支給されます!

対象者

- 令和4年4月分の児童扶養手当受給者 …**支給済**
- 公的年金などを受給していることにより令和4年4月分の児童扶養手当を受給していない方（児童扶養手当支給制限限度額を下回る方に限る） …**要申請**
- 令和4年4月分の児童扶養手当を受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響から収入が児童扶養手当受給者と同等となった方 …**要申請**

受給方法

- 令和4年4月分の児童扶養手当受給者以外の方
 - ① ・公的年金受給者 …役場住民生活課よりご案内します。
 - ・家計急変者 …申請書は役場住民生活課にて配布します。
- ② 申請書に必要事項を記入し役場住民生活課へ提出してください。

3 その他世帯分（ひとり親家庭以外）

本町から
支給されます!

対象者

- 令和5年3月31日時点で18歳未満の児童*を養育する父母などのうち、
- 令和4年度分の住民税均等割が非課税の世帯
 - 新型コロナウイルス感染症の影響で収入が非課税相当となった方
- ※ 20歳未満の障害を抱えている方を養育する父母など

受給方法

- 住民税非課税世帯（令和4年4月分の児童手当・特別児童扶養手当受給者） …**申請不要**
- ※受給を希望されない方や口座の変更が必要な方以外は申請不要です。
- 新型コロナウイルス感染症の影響で収入が非課税相当となった方 …**要申請**
- ① 保健福祉センターにて申請書を配布しています。
 - ② 申請書に必要事項を記入し保健福祉センターへ提出してください。

支給額

児童一人あたり6万円（うち1万円は北海道独自助成分）

期間

令和5年2月28日(火)まで

申込・ 問合せ先

（ひとり親家庭分）役場住民生活課 ☎85-7243（内線130）
（その他世帯分）保健福祉センター ☎82-1515（内線531）

子育て世帯生活支援特別給付金についての問合せは
厚生労働省コールセンター ☎0120-400-903



～認知症の人と共に暮らすまちづくり研修会～

研修内容

○介護体験発表

別海町在宅介護者と歩む会 会長 松倉 穂子 氏

○講演「人生100年時代を生きる」

グループホーム福寿荘（札幌市） 総合施設長 武田 純子 氏

○認知症サポーターの役割

北海道認知症の人を支える家族の会 事務局長 西村 敏子 氏



介護相談

研修会終了後に行います。
ご希望の方は、研修会申し込みと
合わせて申し込みください。

認知症サポーターの目印

「オレンジリング」
「ロバストラップ」
お渡しします。

日 時 8月26日(金) 10時～12時（受付9時30分～）

会 場 標津町生涯学習センターあすばる「多目的ホール」

申込み 8月15日(月)までに下記申込・問合先へ電話でお申込みください。

その他 「標津きらり大学」の受講生の方は2単位取得できます。手帳をお持ちください。

主 催 北海道・北海道認知症の人を支える家族の会（受託機関）

共 催 標津町

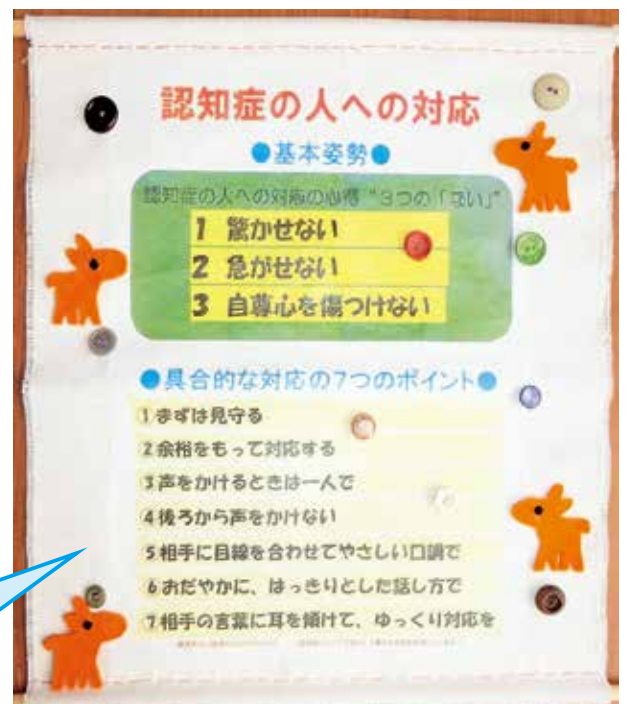
～ お 願 い ～

- ・当日はマスクをつけてご参加ください。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、急きょ中止とする場合があります。

マスクをしよう



基本姿勢や7つのポイントを
確認しましょう！



申込・問合先 地域包括支援センター ☎82-1588

救命講習会の開催について

9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間（9月4日～10日）を救急医療週間と定め、全国一斉に救急業務の普及啓発運動が実施されます。

標津消防署では、その一環として町民の皆さまを対象に救命講習会を開催します。この講習では身近にいる人が倒れ意識がなく、呼吸や心臓が停止してしまったときに行う心肺蘇生法や電気ショックが必要な傷病者に対する自動体外式除細動器（AED）の取り扱い、出血している人に対する止血法などの基礎知識と技術を習得していただき、いざというときに適切な応急手当てが行えることを目的としています。

受講料は無料となっていますので、大切な家族や友人、隣人の命を救うため、ぜひこの機会に救命講習を受講しませんか？

救命講習の日程などについては下記のとおりです。



普通救命講習

日 時：9月4日(日) 13時～16時（3時間）

場 所：標津消防署 2階会議室

内 容：心肺蘇生法やAEDの取り扱いおよび止血法、異物除去法など。受講後に受講者へ修了証を交付します。

定 員：10人（定員になり次第締め切りとなります）

申込方法：住所・氏名・生年月日・連絡先を9月3日(土)までに消防署へご連絡ください。

※新型コロナウイルス感染状況により中止となる場合もあります。

問合先 標津消防署救急係 ☎82-2319 FAX82-2873

2022年 割薪の注文受付開始!!

・割り薪 規格35cm 樹種ナラ

【価格】20,000円/㎡(税込)

※別途送料4,000円(税込)・配送範囲:町内限定
そのほか、キノコ駒菌、ホダ木、緑化木等注文受付中

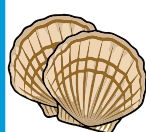
Forest 標津町森林組合
標津町北2条西1丁目1-3 役場農林課内 TEL 85-7244

労災事故への備えは万全ですか？

《共栄火災の業務災害補償保険》

従業員等の身体障害に起因する
使用者賠償責任の高額化に対応します。

損害保険トータルプランナー
遠藤損害保険事務所
代表 遠藤 幸男<標津町南3条西2丁目>
Tel:0153-82-3330
Mail:yukioend@mint.ocn.ne.jp



帆立・いくら・たらこ

御中元に標津漁協製品を是非ご利用ください

標 標津漁業協同組合 直売所

お問い合わせ TEL 0153-82-2035

twitter で情報発信中!

町では、ツイッターを通じて情報の発信を行っており、イベント情報など、防災行政無線の放送内容を随時更新しています。

URL https://twitter.com/shibetsu_town



ヒグマに気を付けて!



毎年6～8月はヒグマが広範囲に活動する時期です。今年も6月以降ヒグマの出没件数が増えています。その多くは、山間部での出没ですが、人家付近での事例も発生しています。出没した多くのヒグマは、2～4歳程度と推定されており、こうした若いヒグマは、人への警戒心が低い一方で好奇心が強い傾向にあるため、人や車に近づいてくる行動が度々見受けられます。

ヒグマとの事故を避けるために、次のことに十分注意してください。

その1…山林に入るときは、鈴やラジオなど、音の鳴るものを携帯して、ヒグマにあなたの存在を知らせ、偶発的な遭遇を回避するよう心掛けましょう。

その2…山に入るときは、単独行動を避けましょう。単独行動はヒグマとの遭遇以外にも、事故やけがの通報が遅れ大事に至る危険性がありますので、2人以上で行動するよう心掛けましょう。

その3…ヒグマのフンや足跡、食跡など見つけたときには、直ちにその場から引き返すよう心掛けましょう。

その4…ごみの不法投棄は、ヒグマを誘引する原因となりますので、絶対やめましょう。

その5…お盆の時期を迎え、墓参りで霊園を訪れた際は供物を必ず持ち帰りましょう。



ヒグマのフン：コクワや山ブドウの実が入っていることがあります。

～ ヒグマを目撃したときは、農林課へご連絡ください ～

問合せ先 農林課林政・自然環境担当 ☎85-7244(内線214)



左から木村さん、川嶋さん

日頃の練習の成果 全国の舞台へ！

5月14日に深川市で行われた卓球の「全農杯2022年度北海道卓球選手権大会」で、川嶋礼央さん（標津小学校6年）が3位に入賞。7月28日から31日に兵庫県で行われる全国大会への切符を手にしました。

また、6月14日に釧路市で行われた「第75回北海道高等学校陸上競技選手権大会」では、木村康補さん（標津高校3年）がハンマー投げで5位入賞を果たし、8月3日から7日に徳島県で行われる全国大会への出場を決めました。

全国大会に向け厳しい練習に励む2人に、皆さまの熱い声援をよろしくお願ひします。



プレーが始まると真剣勝負の参加者

交通安全に思いを込めて

6月19日、標津パークゴルフ場で第14回標津町町内会対交通安全パークゴルフ大会（標津町町内会連絡協議会主催）が開催されました。

本大会は、町民一人一人の交通安全の意識向上とパークゴルフを通じた地域間・世代間を越えたコミュニケーションの醸成や健康増進を図ることを目的に、今年は13町内会から36人が参加し、9チームに分かれてプレーしました。

当日は曇り空であいにくのコンディションの中でのプレーとなりましたが、参加者らはホールインワンやロングパットを決めるなど、熟練のクラブさばきを披露していました。



特徴を探る生徒たち

認定試験に挑戦！

7月12日、望ヶ丘森林公園で町内の中学生45人が、子ども樹木博士認定会に参加しました。

本認定会は町と根釧東部森林管理署（目黒剛志署長）の共催で、森林の役割や大切さを理解してもらうことを目的に、毎年授業に取り入れられており、4グループに分かれて園内の木々を見比べながら樹種の特徴や違いを学んだ後、あすばるで認定試験に挑戦し、正解に応じた級の認定証を受け取りました。

試験後は、本町や近隣にすむヒグマの生態や共存の仕方について、（公財）知床財団の葛西真輔氏から説明を受け、森林や自然環境の学びを深めました。



緑町の配布会場

おいしいホタテ いつもありがとう

標津漁協漁船漁業者部会（平井敏雄部会長）では、7月7日、各町内会の協力のもと、生産者を除く町内の2,339世帯へ、当日朝に水揚げされたばかりの活ホタテ2kg相当を無償配布しました。

この取り組みは資源保護や生産活動への町民の深い理解への感謝を込めて、平成12年の冬から毎年行われているもので、今年で夏が12回目、夏冬通算34回目となります。

町内会の各配布場所では、ホタテを笑顔で受け取る姿が見受けられ、前浜の豊かな自然が育んだ新鮮な活ホタテを無償で提供してくださるご厚意に、町民から感謝の声が上がっていました。



梅木 ^{かなた} 哉汰くん
(智哉)



このコーナーは、2カ月に1回「ひまわり」で実施している1歳6カ月児健診を受診したお子さんを保護者の了承を得て紹介しています。

6月28日、保健福祉センターひまわりで撮影。
() は保護者(敬称略)。



佐藤 ^{ももか} 桃佳ちゃん
(由佳)



外川 ^{だいご} 大悟くん
(智基)

魚を仕入れる」ために絶対にタイミングを逃さない姿に憧れています。
小学3年生のころから、お父さんの仕事場で箱に力ぎをつけて運ぶ手伝いをしてきました。始めた時は重たく感じたけれど、今では運ぶことができるようになってきました。次は重なっている

My Dream

わたしの夢 Vol.167



お父さんのような魚屋に

^{しまだ} 島田 ^{かんた} 菜汰さん
(標津小学校6年)

僕の将来の夢は「島田商店」を継ぐことです。小さいころからずっと変わらず、この夢を抱いています。どうしてもこの夢をもったかという、お父さんが仕事をしているところを見て、かつこいと思うたからです。セリの時「注文を受けたもの」や「欲しい

箱を運ぶ手伝いに変わってきています。とても楽しくて、やりがいのある手伝いだと思っています。お父さんのような魚屋になるために、今は魚の漢字を覚えることを頑張っています。セリで計算が多いと聞くので、算数を頑張りたいと思っています。鮮度のいい魚を

いっぱい並べられる魚屋になることができるように頑張ります。
そして、地元の標津町を中心にたくさんの人たちに、おいしい魚を食べてもらいたいです。

※10月号は、標津中学校生徒の夢を紹介します。

標津町民の 体格は？

BMI(肥満度)の
計算式は
体重÷身長(m)÷
身長(m)です！

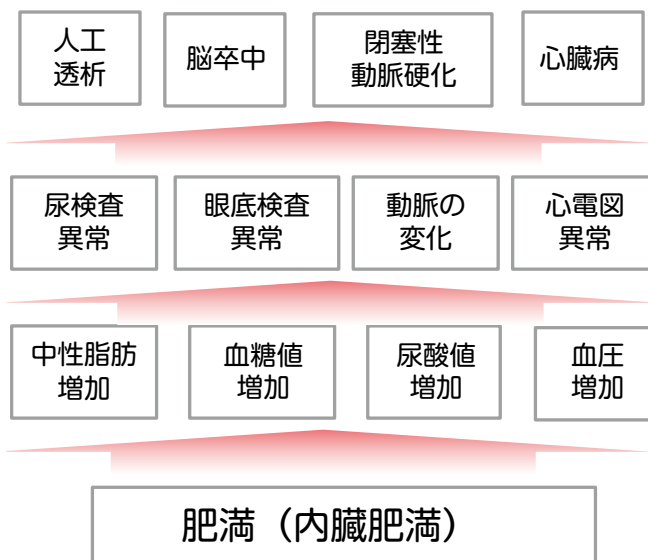


本町の健康課題のひとつに「肥満の方が多い」ことが挙げられます。それは子どもから高齢者まで同様の傾向です。では、どの年代で特に注意が必要なのでしょう。か。

体格判定	低体重	普通体重	肥満	(再掲)			
				肥満1度	肥満2度	肥満3度	肥満4度
BMI	18.5未満	18.5~24.9	25以上	25~29.9	30~34.9	35~39.9	40以上
40-49歳	3.8%	51.9%	44.3%	27.8%	10.1%	5.1%	1.3%
50-59歳	8.1%	54.8%	37.1%	24.2%	11.3%	1.6%	0.0%
60-69歳	5.3%	60.3%	34.4%	29.0%	5.3%	0.0%	0.0%
70-74歳	2.5%	56.2%	41.3%	35.5%	5.0%	0.8%	0.0%

【表：年代別肥満の状況 令和3年度標津町特定健診結果より】

内臓脂肪細胞は正常時には善玉の生理活性物質を分泌し、血管を健やかに保ち炎症から臓器を守ってくれる働きがあります。一方、肥満時の脂肪細胞は限界（直径2倍、容積8倍）まで大きくなり、**悪玉の生理活性物質**を分泌します。この悪玉の生理活性物質が血糖や血圧を上げ、血中脂質を増やし、さらには全身に炎症を起こすため、動脈硬化を進めてしまうのです。



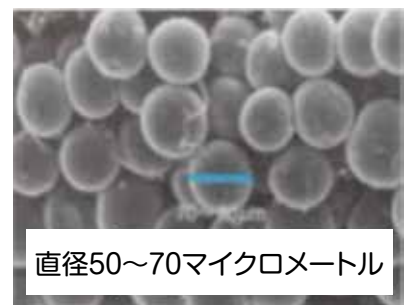
【図：早世・障害の予防のために
内臓肥満から始まる生活習慣病への経過】

なっていることが分かります。
○肥満は心臓病や脳卒中などの入り口
心臓病や脳卒中などの生活に影響が出るような疾患はある日突然起こるのではなく、段階を経て進むことが多いことが知られています。そしてその根底には内臓肥満の存在が大きく影響します。(図)

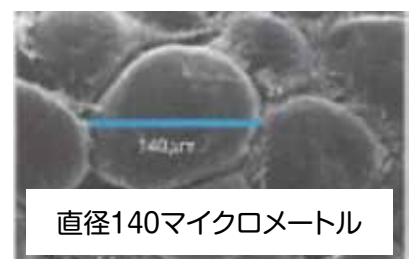
○より早い健診受診を！

以上により、本町は40代から肥満が多く、肥大した脂肪細胞により、心臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患の段階を早くから開始している可能性が高いことが分かりました。そして、40歳代の肥満改善や動脈硬化の進行を予防するためにはより早く健診を受診し、生活習慣を見直す必要があります。

このため、本町では健診受診機会のない、16〜39歳の町民（学生、就労者を除く）の若者健診を実施していますので、ぜひ受診ください。



▲正常時の脂肪細胞



▲肥満時の脂肪細胞

《第2回総合健診のご案内》

日程 令和4年8月30日(火)
受付時間 午前6〜11時
場所 保健福祉センター
健診種類 広報しべつ折込チラシをご確認ください。
問合先 保健福祉センター
☎82-1515



図書館からのお知らせ

標津町図書館 ☎82-2074

👍今月のこの1冊！

●小説『掬えば手には』／瀬尾 まいこ 著

中学3年のときに、人の心を読むという特殊な能力に気付いた大学生の匠。ところが、バイト先で出会った常盤さんは、匠に心を開いてくれなくて…。「幸福な食卓」「そしてバトンは渡された」に連なる、究極に優しい物語となっています。



ブックマラソン開催中です！

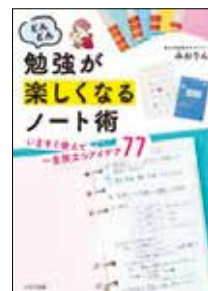
学校の夏休み期間中に開催しているブックマラソンが今年も開催中です。

対象者の小学生は16冊、中学生は10冊、高校生は5冊借りるとゴールとなり、賞状や景品がもらえます。開催期間は8月16日(水)までとなっていますので奮ってご参加ください。

今月のおすすめ新刊図書

●『どんどん勉強が楽しくなるノート術』

ノートの作り方を工夫すると、勉強の効率やモチベーションを上げることができ、成績のアップにもつながる。今日からすぐに試せて一生応用することのできるノート術のアイデアを77個紹介。



●児童向け『中高生のスポーツハローワーク』

競技者としてでなくともスポーツに関わり、やりがいや感動を覚える仕事はたくさんある。スポーツの世界で仕事をしている人達のインタビューと70以上の職種を紹介。



●絵本『バスが来ましたよ』

目の病気から全盲になった男性が、地元小学生に助けられながら続けたバス通勤。「バスが来ましたよ」その声はやがて、次々と受け継がれ…。



親子交流館からのお知らせ

標津町地域子育て支援センター 親子交流館「おひさま」
☎82-2717 FAX 82-3010

8月の「遊びの広場」・「地域交流」利用場所について

夏らしいお天気が続き、外遊びの機会が増える季節です。また気温の寒暖差など体調を崩しやすい時期でもありますので、栄養や水分をこまめに取り暑さに負けず、乗り切りましょう。

お子さんを連れてママたちとおしゃべりしてみませんか？水筒や汗拭きタオルを持参して、ぜひお越しください。



	開 館 日	遊びの広場(9:30～11:30)	地域交流(13:30～15:30)
日時	8 / 1 (月)～8 / 31 (水)		
場所	月・水・金 開館	標津町生涯学習センター あすばる「和室・音楽室」	標津町生涯学習センター あすばる「和室・音楽室」

※新型コロナウイルス感染症予防のため、**マスクの着用や手指の消毒、検温**にご協力ください。



ポー川史跡自然公園からのお知らせ

ポー川史跡自然公園 ☎82-3674

ポー川史跡自然公園定例植物観察会

天然記念物の標津湿原や、史跡の伊茶仁カリカリウス遺跡に生育している植物の開花状況を観察しに行きます。8月はエゾゴゼンタチバナなど植物に実が付いてきます。体調不良などによる途中退出も可能ですので、お気軽にご参加ください。ご家族、ご友人との参加も大歓迎です。

日時 8月20日(土) 9時～

会場 ポー川史跡自然公園(資料館前集合)

参加料 無料

注意事項 服装は長袖・長ズボン、天気に合わせて帽子や長靴を装備して、虫刺されには注意してください。

ポー川史跡自然公園公式SNSアカウントご紹介！

イベント告知や巡回の様子や今咲いている花の紹介など、ポー川公園の情報を次々発信中！
ポー川史跡自然公園の魅力をお伝えしていきたいと考えています。ご覧の上、ぜひご活用ください！



おいしく食べよう標津の牛乳！

ミルクレシピ

Vol.2

濃厚バニラアイス

このコーナーでは、日本有数の酪農地帯である標津の牛乳を、もっと楽しめるレシピを不定期にご紹介します。

材料（1人前）

牛乳…………… 100ml
スキムミルク…………… 大さじ2
バニラビーンズ…………… 1/2本

グラニュー糖…………… 65g
卵黄…………… 2個
生クリーム…………… 200ml



作り方

① 鍋に牛乳、スキムミルク、バニラビーンズの種とさやを入れる。木べらでかき混ぜながら弱火にかけ、バニラの香りが立ったら鍋を火からおろし、冷ましてバニラビーンズのさやを取り出す。

Point! バニラビーンズがない場合はバニラエッセンスでもOK

② ボウルにグラニュー糖、卵黄を入れ、白っぽくなるまで泡立てる。冷ました①を加え、よく混ぜ合わせる。

③ 氷水に当てて冷やしたボウルに生クリームを入れ、7分立てにする。

④ ③に②を加えてよく混ぜ合わせる。

⑤ ④を金属の容器に移し、冷凍庫で冷やし固める。

出典：JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

預けて安心!「自筆証書遺言保管制度」をご活用ください

遺言書は、相続登記や預貯金を始めとする相続手続きをスムーズに行うための有効な手段であり、いわゆる「終活」の一環として関心を集めています。

法務局でも「自筆証書遺言保管制度」があり、この制度を利用すると手数料3,900円で遺言書の紛失や改ざんを防止することができます。また、通常の自筆証書遺言書は、家庭裁判所での検認が必要ですが、本制度を利用すれば検認手続きが不要となります。

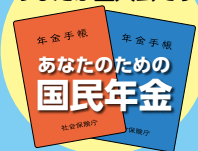
さらに、遺言書を保管した方が亡くなられた後に、相続人やその方の遺言によって財産をもらう方などの中の1人へ、法務局から遺言書が保管されていることをお知らせします。保管されている遺言書は、遺言書保管を行っている法務局で、全国どこからでも保管の有無と内容を確認することができます。

詳しくは法務省ホームページをご覧ください。

http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html

問合先 釧路地方法務局根室支局 ☎0153-23-4874

国民年金は、
あなたが主人公です



予約申込先

毎月、中標津町役場で開設される「年金出張相談所」を利用される方は、相談日の10日前までに予約が必要です。

釧路年金事務所

お客様相談室 ☎0154-61-6000

年金相談は完全予約制です!

**9月の
年金出張
相談所
開設日**

日時: **6日(火)**13時~16時30分

7日(水)9時~13時30分

場所: 中標津町役場

ご本人や配偶者の年金記号番号、加入期間などを調べてお出かけください。

★相談・お問い合わせはお気軽に住民生活課国民年金担当(☎85-7243)へ



8月のごみ収集日

※9月初回の収集日も掲載しています。

一般廃棄物収集区域	可燃ごみ	不燃ごみ 危険ごみ 粗大ごみ	資源ごみA 空缶・ペット・ トレー・発泡・ 容器包装(プラ)・ びん・新聞・雑誌	資源ごみB 空缶・ペット・ トレー・発泡・ 容器包装(プラ)・ 容器包装(紙)・ 紙パック・段ボール
若草町・新川上町・川上町・栄町 緑町・曙町・弥栄町・伊茶仁	月・木	18日(木) 9月1日(木)	8日(月) 22日(月) 9月5日(月)	1日(月) 15日(月) 29日(月)
本町・鳩ヶ丘町・双葉町・望ヶ丘町 桜木町・住吉町・東浜町・茶志骨	火・金	19日(金) 9月2日(金)	9日(火) 23日(火) 9月6日(火)	2日(火) 16日(火) 30日(火)
忠類・浜古多糠・古多糠全域 薫別・崎無異・北標津・西北標津	月・木	18日(木) 9月1日(木)	10日(水) 24日(水) 9月7日(水)	3日(水) 17日(水) 31日(水)
川北全域	火・金	19日(金) 9月2日(金)	10日(水) 24日(水) 9月7日(水)	3日(水) 17日(水) 31日(水)

※粗大ごみの収集は収集の前日までに事前の申し込みが必要です。

※粗大ごみの申込先は、渡邊清掃㈱ ☎0120-79-3106へ。

9月の汲み取り実施地域

汲み取りは、各地区3カ月ごとに年4回設定しています。
便槽が満杯になる前に、余裕を持ってお申し込みください。

実施地域 標津市街、古多糠全域、茶志骨、東浜、住吉

申込期限 8月25日(木)

申込先 渡邊清掃㈱ ☎0120-79-3106 ☎0153-82-2220

受付時間 8時30分~17時15分(日曜・祝日を除く)

町長の動静

(6月21日~7月20日)

【6月23日】

第2回標津町議会定例会

【6月29日~7月2日】秋田県
「日本で最も美しい村」連合
定期総会in 秋田県小坂町

【7月4日~6日】長野県
長野県生坂村表敬訪問

【7月8日】釧路市

根室地方総合開発期成会釧路
路要望ほか

【7月13日~17日】札幌市ほか
2022年北海道市町村長交流
セミナーほか

<以上、主なもの>

北方領土に関する
標語・キャッチコピー
令和3年度最優秀賞

手を繋ぎ 返還願う 大きな輪



町長直通メールをご活用ください

町では町民の皆さまとともに「協働」のまちづくりを推進していくため、町長が直接見る「町長直通メール」を開発しています。以下の必須事項を記入し送信いただくことで、直接町長へメールが届きます。



生活する上でお気づきになったことなど、お気軽にご連絡ください。

直通メール mayor@shibetsutown.jp

必須事項 氏名、住所、生年月日

- 注意事項**
- ・匿名のメールは受け付けできません。
 - ・町内在住の方のみご利用いただけます。
 - ・全てに返信・回答するものではありません。

問合せ先 企画政策課広報統計担当

☎85-7240(内線112)

各公共施設にご意見箱を設置しています

町民の皆さまと手を携えたまちづくりを推進していくため、町では下記公共施設に「ご意見箱」を設置し、町政に対するご意見を募集していますので、お気軽に投函ください。

設置場所

役場、保健福祉センター、標津生涯学習センター、川北生涯学習センター、図書館、総合体育館、標津病院

意見の公表

投函されましたご意見は、個人情報を除き広報しべつおよび町ホームページで公表します。

注意事項

住所、氏名を明記していない、誹謗中傷、営利目的、政治活動、宗教活動などに当てはまる場合は、受け付けできませんので、ご了承ください。

問合せ先 企画政策課広報統計担当

☎85-7240(内線112)

戸籍の窓口から

(6月11日～7月10日届け出分)

ご結婚おめでとう！

麻地 優貴さん・服部野乃花さん (若草町)

おくやみ申し上げます

永井 幸夫さん (忠 類) 88歳

工藤 正幸さん (薫 別) 91歳

林 金次郎さん (共栄旭町) 96歳

門脇 芳雄さん (弥 栄 町) 93歳

※ご家族の了承を得て掲載しています。

寄付・寄贈ありがとうございました

(6月11日～7月10日受納分)

●標津病院に——

○標津漁協女性部さま

○弥生会さま

●社会福祉協議会に——

○永井 雅仁さん ○長谷久美子さん

○宮本 正信さん ○林 庄一さん

●はまなす苑に——

○林 裕子さん ○佐久間澄子さん

○中村 住子さん ○澤口 将司さん

○山下 愛子さん ○松下 巖さん

○本間 保雄さん ○後藤 愛子さん

○西山加代子さん (別海町)

○浅香 泰江さん (長沼町)

○標津漁協女性部さま

○JA標津女性部あやとりの会さま

○JA標津女性部のぞみ部会さま

○弥生会さま

○双葉町内会女性部さま

●陽だまりに——

○金田 毅さん (釧路市)

※ご本人・団体の了承を得て掲載しています。

ふるさと応援寄付金をいただき、ありがとうございました

小林 義直さん (小樽市)

永井 輝幸さん (愛知県小牧市)

宗形久里子さん (東京都千代田区)

村岡 裕彦さん (広島県広島市)

山田雄一郎さん (神奈川県相模原市)

小田島由依さん (岩手県北上市)

吉岡 由起さん (広島県福山市)

絹谷 雅之さん (神奈川県相模原市)

遠藤 和子さん (埼玉県川口市)

小島 憲市さん (札幌市)

坂本 飛鳥さん (佐賀県佐賀市)

杉本 治基さん (群馬県前橋市)

昌子 佳晃さん (広島県広島市)

森田 博さん (茨城県古河市)

藤田 実さん (三重県鈴鹿市)

加藤 崇宏さん (東京都新宿区)

辻村 敏治さん (三重県鳥羽市)

福田 則定さん (東京都足立区)

久保田紗季さん (静岡県静岡市)

藤井 孝昌さん (山口県周南市)

工藤 貴浩さん (埼玉県鶴ヶ島市)

片桐 達雄さん (長野県下伊那郡)

426件の寄付をいただいています。

※ご本人の了承を得て掲載しています。

寄付金は、その目的を達成するために有効に活用させていただきます。



8月は「北方領土返還要求運動強化月間」です 一人一人の思いを、北方領土返還実現に反映させよう

わが国固有の領土である歯舞群島、色丹島、国後島および択捉島からなる北方四島の早期返還は、国民の長年にわたる悲願です。

本年2月からのロシアによるウクライナ侵攻の影響により、北方四島交流等事業の実施が当面見送りとなりましたが、平和条約締結、領土返還にしっかりつなげるために、北方領土問題が解決へ向かうよう、これまで同様、返還要求運動が国民の総意であることを示し、今後の外交交渉再開を積極的に後押しし続けていくことが重要です。

本町でも、国、道および関係機関と足並みをそろえて署名活動などの返還運動を地道に実施します。

○北方領土パネル展開催○

千島歯舞諸島居住者連盟標津支部では、北方四島での生活写真などのパネルを展示します。ぜひご覧ください。

日時 8月16日(火)～25日(木)
場所 生涯学習センターあすばる ロビー

問合せ先 企画政策課北方領土対策担当
☎85-7240 (内線110・113)

お知らせ

イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記イベントが中止になりました。

●第56回しべつあきあじまつり

問合せ先

南知床標津町観光協会
☎85-7226

相談

乳幼児健康相談日程



8月18日(木)
会場：ひまわり

4カ月 6～7カ月 9～10カ月 12～13カ月 2歳児	感染症予防対策のため、時間予約制としています。対象児以外でご希望の方は事前にお問い合わせください。
--	---

問合せ先

保健福祉センター
健康推進担当
☎82-1515 (内線511)

8月の精神保健福祉 遠隔相談日程

中標津保健所では、毎月このころの問題でお悩みの方を対象とした、精神科医師によるテレビ電話での遠隔相談を開設しています。相談は完全予約制となります。

日時
8月25日(木)
13時30分～16時30分

場所

中標津保健所

予約先

中標津保健所健康推進課
☎0153-72-2168
※保健師による相談は、随時受け付けています。

デジタル化の取り組みの全国大会に出場します！

○夏のDigi田（デジデン）甲子園

デジタルの力を地域の課題解決や魅力向上につなげる取り組みの一環として「夏のDigi田甲子園」が、今夏に国の主催で行われます。

北見市、神恵内村と本町が道の推薦を受け本戦（全国大会）に出場することとなりました。

全国の取り組みから特に優秀な取り組みを決めるため、7月12日(火)から8月15日(月)の間、インターネット投票が行えますので、町民の皆さまの応援をお願いします。

詳しくは「夏のDigi田甲子園」政府公式ホームページをご覧ください。

https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/digital_denen/koushien.html

問合せ先 企画政策課企画政策担当
☎85-7240 (内線110)





8月は軽自動車税納付推進強調月間



★軽自動車税の納め忘れはありませんか？ 納期限は5月31日でした!!

町では、毎年8月を「軽自動車税徴収強化月間」として取り組んでおり、軽自動車税の納付が済んでいない方に対して、文書や電話による納入依頼のほか、徴収職員が積極的に個別訪問します。

町の行政は、皆さまに納めていただいた町税を自主財源に運営されています。
今後とも納期内納税にご理解とご協力をお願いします。

軽自動車税は、**毎年4月1日現在の所有者に課税されます**。軽自動車を譲ったり、名義変更や廃車の手続きをされていない場合は、来年3月31日までに手続きを済まされるようお願いします。

なお、手続きの場所は、次のとおり車種によって異なりますのでご注意ください。

☆標津町ナンバーの

原動機付自転車(125cc以下)

小型特殊自動車(農耕用作業車含む)

●手続き場所：役場税務課

●持ち物：標識(ナンバープレート)
標識交付証明書、印鑑

☆釧路または知床ナンバーの軽自動車

●手続き場所：軽自動車検査協会釧路事務所

☎050-3816-1767

☆軽二輪(125cc超～250cc以下)

小型二輪(250cc超)

●手続き場所：釧路運輸支局

☎050-5540-2005

問合先 税務課収入担当 ☎85-7242(内線109)

太陽光発電施設の設置に関する条例(案)に係わる意見募集について

町では、太陽光発電施設の設置や管理について必要な手続きや配慮すべき事項を定めることにより、太陽光発電事業と地域との共生を図り、生活環境や自然環境の保全を図ることを目的として、太陽光発電施設の設置に関する条例の制定を進めています。

この条例制定について、以下のとおりパブリックコメント(意見募集)を行います。皆さまからのご意見をお待ちしています。

意見募集期間 8月1日(月)～30日(火)

閲覧方法 企画政策課窓口、町ホームページ
※条例案および概要資料、意見募集要領、意見記入票を用意しています。

意見提出方法 窓口への持参または郵送、FAX、電子メールで提出ください。

提出・問合先 企画政策課地域振興担当
☎85-7240(内線111)

全国のコンビニで町税などが納付できます

令和4年4月以降に発行されているバーコードの付いた納付書は、コンビニの営業時間内であれば**土日や祝日、夜間でも**納付することができます。

納付の際は、納付書裏面に記載の注意事項および納付できるコンビニをご確認ください。

また、今までどおり金融機関や役場での納付もできますので、詳しくは町ホームページをご覧ください。



問合先
税務課収入担当
☎85-7242(内線109)

町内の空き家実態調査を実施します

町では、現在空き家となっている住宅などの所有者、棟数、老朽危険性など、実態把握を目的とした現地調査を実施します。

この調査は、町が委託した調査員が町内にある空き家を公道から見える範囲で調査を行うため、無断で私有地に立ち入ることはありません。

本調査は8月中旬から開始する予定ですので、ご理解とご協力をお願いします。



申込・問合せ先

建設水道課建築・住宅担当 ☎85-7247(内線224)

知っていますか？消火器のこと

消火器は誰にでも簡単に使えて、万が一火が出てしまった場合の初期消火に大変有効なものです。しかし、使用方法や取り扱い方法を間違えると、危険を伴う場合もあります。

下記の注意事項を確認し、安全に消火器を使用しましょう。

《注意事項》

- ・住宅用消火器には、使用期間または使用期限が本体に表示されています。期限を過ぎたものや、使用期限に達していても腐食、変形などがみられるものは、消火器内のボンベ圧によって破裂する危険性がありますので直ちに交換するか廃棄してください。
- ・消火器の使用期限の目安は、約10年です。
- ・消火器は高温多湿を避け、直射日光が当たらない場所に置きましょう。
- ・屋外に設置する場合は、専用のボックスに収納しましょう。
- ・消火器は一般のごみとして捨てることはできません。専門業者に依頼して処分してもらいましょう。(リサイクルシールの無いものは有料処理となります)
- ・廃棄しようとする消火器は、絶対に分解したり、放射したりしないでください。
- ・悪質な訪問販売に注意しましょう。消防職員が消火器や火災警報器の販売、斡旋することはありません。

一般家庭に消火器を設置しなければならないという法的な義務はありませんが、設置しておけば初期消火に非常に有効となりますので、消火器を設置することをお勧めします。

消火器のことで不明な点やご相談は、下記問合せ先へご連絡ください。

問合せ先 標津消防署予防係 ☎82-2319

住 宅

公営住宅 入居者募集

入居を希望される方は、8月10日(火)までに下記へお申し込みください。入居条件など詳しくは下記問合せ先へご連絡ください。

○緑団地A-1

(2LDK 55.08㎡)

家賃範囲 17,600円
～40,500円

○緑団地D-2

(1LDK 48.69㎡)

家賃範囲 15,900円
～36,600円

○緑団地D-5

(3LDK 74.94㎡)

家賃範囲 24,500円
～56,400円

○緑団地E-8

(3LDK 74.94㎡)

家賃範囲 24,600円
～56,600円

○緑団地F-8

(3LDK 74.94㎡)

家賃範囲 24,600円
～56,600円

○鳩ヶ丘団地A-3

(2LDK 60.90㎡)

家賃範囲 21,600円
～49,800円

○鳩ヶ丘団地B-3

(2LDK 60.90㎡)

家賃範囲 21,800円
～50,200円

○鳩ヶ丘団地D-2

(2LDK 60.90㎡)

家賃範囲 21,400円
～49,100円

○望ヶ丘ハイム101号室

(3LDK 61.79㎡)

家賃範囲 35,000円
～50,000円

申込・問合せ先

建設水道課建築・住宅担当
☎85-7247(内線224)

標津町殉公者追悼式を開催します

町では、過ぐる大戦において戦役に就かれ、国の行く末を案じながら亡くなられた方々、また、公共のため献身的に努力され、その職に殉じられた方々に対し、追悼の誠を捧げるとともに、平和への誓いを新たにするため、令和4年度標津町殉公者追悼式を開催します。午前11時に殉公者の御霊に対する黙祷開始のサイレンを吹鳴しますので、その場で黙祷をお願いします。

日 時 8月9日(火) 10時57分から
場 所 標津町文化ホール
問合先 保健福祉センター社会福祉担当 ☎82-1515

肝炎ウイルス検査およびHTLV-1抗体検査を北海道が無料で実施します

●肝炎ウイルス検査

対 象 者 検査を希望する方
受 付 期 間 検査実施日の2日前の15時まで
検査実施日 8月3日(水)、17日(水) 13時～13時30分

●HTLV-1抗体検査

対 象 者 根室管内4町に在住の方のうち
 ① 平成23年度以降、妊娠健康診査によって抗体検査を受けたことのない方
 ② 医療機関において、これまでに抗体検査を受けたことのない方

受 付 期 間 検査実施日の前週木曜日の17時まで

検査実施日 8月17日(水) 13時～13時30分

そ の 他 保健所では、次の場合を除き1人につき1回

- ① 抗体検査後、HTLV-1の性感染が疑われる行為があった方
- ② その他保健所長が認めた方

※日程は変更することがありますので、詳しくは下記問合先へご連絡ください。

●実施場所・申込・問合先

中標津保健所 ☎0153-72-2168

スポーツ

8月のスポーツ

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)

貯筋運動教室(川北地区) **【健P】**
 [10時～ 川北生涯学習センター]

20日(土)

スポーツ屋台
 [18時～ 総合体育館]

21日(日)

第12回北方領土返還要求町民パークゴルフ大会
 [9時～ 標津PG場]

22日(月)、29日(月)

スポーツ体験教室
 [16時～ 総合体育館]

28日(日)

第4回商工会活き生きパークゴルフ大会
 [9時～ 川北PG場]

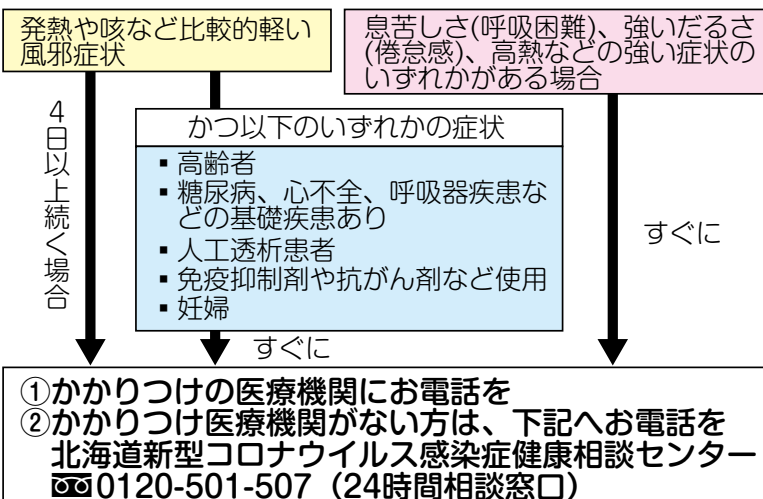
毎週水曜・金曜

ウォーキング広場
 [18時30分～ 町内各地]
 <以上、主な大会、教室など>

※ **【健P】** は健康ポイント対象事業です。

新型コロナウイルス感染症の影響により、各事業の日程などは変更となることがあります。最新情報は町ホームページ、ツイッター、防災無線などでお知らせします。

新型コロナウイルス感染症の相談の目安



転入者の方へ 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

転入者の方が新型コロナウイルスワクチン接種を希望する場合は、接種券発行に必要な接種歴などを確認するため申請が必要となりますので、下記問合先へご連絡ください。

問合先

保健福祉センター内
 新型コロナウイルスワクチン
 接種相談・予約受付窓口
 ☎85-7272 (9時～17時)

まちの声

431

海の町

なかの せいや
中野 誓也さん (弥栄町)
介護職員



こんにちはー今回「まちの声」を執筆します、中野誓也と申します。さて、私がこの町に住み始めたのは、7歳の頃に隣の羅臼町から標津町に引っ越しをしてきてからになります。そこから大人になるまでは標津町で過ごしてきました。大人になってからは都会への憧れもあり「いつかはもう少し大きな町で暮らしたい」と考えながら生活していましたが、小さな頃からやりたい仕事で

あった介護のお仕事を標津町で4年程させて頂いていました。

しかし一昨年に遂に一念発起し地元である標津町を離れ、旭川市に引っ越しをしました。旭川での仕事は同じく介護職でしたが、慣れない環境や想像していた以上の暑さなどに戸惑いながらも、全てが真新しく新鮮で楽しく毎日ワクワクしながら日々を過ごしていました。ですが、いつしかそんな生活に慣れてきた頃に内地である旭川には、地元にはいた頃には意識せずとも感じていた海の香りが無い事にふと気がつき、地元の風景や潮の香りが恋しくなりました。

そんな事を考えていた時、ちょうどすぐに実家に帰省する機会があり、帰省中に会った地元にいる友達とのやりとりや町に入った時に海から香る潮の香りに懐かしさを感じ「やっぱりこの町で過ごしていきたい」と強く思いました。その事をきっかけに、今年の2月からまた標津町に戻ってきました。自分が育った町を離れる事で、改めて感じる事ができた地元の素晴らしさを大事にして、今後は標津町で介護のお仕事をして町に貢献しながら、これからの日々を素敵な海の香りがするこの町で自由気ままに楽しく過ごしていきたいと思っています。

次の「まちの声」は小松ちづるさん(弥栄町)です。

標津町民憲章

(昭和46年11月3日制定)

- 健康で働き楽しい家庭をつくりましょう。
- 自然を愛し美しい郷土をつくりましょう。
- たがいに助け合い暖かい社会をつくりましょう。
- 心を豊かにし文化を高めましょう。
- 子どもの夢を育て平和な町をつくりましょう。

9月の運転免許更新時講習会

優良運転者で、更新手続きを終了した方のみ受講できます。

- 日時 9月6日(火) 13時30分～
- 場所 標津町生涯学習センター
- 問合先 住民生活課

人のうごき

令和4年6月末日現在 (前月比)

人口	4,986人(－8人)
男	2,434人(－7人)
女	2,552人(－1人)
世帯数	2,358世帯(－2世帯)

人口前月比の内訳

	増		減	比較
転入	12人	転出	15人	－3人
出生	1人	死亡	6人	－5人
その他	0人	その他	0人	0人
計	13人	計	21人	－8人

※外国人を含む人口・世帯数を掲載しています。

町内の交通事故

令和4年6月1日～6月30日
()は本年累計

人身事故	0件(1件)
負傷者	0件(3件)
死亡者	0件(0件)
物損事故	10件(52件)

☆☆☆ 郷土(標津町)の活性化を 町民の力で ☆☆☆
まちが変わります。 変えましょう!!

地元で買おう 地元を使おう
地元で食べよう
「地産地消」の心で!!

生き生き標高郷土の標・地域で育てる
標津高校
標高の存続は町民みんなの願い!!