

特集：熱中症の症状と予防法	2～3
水・キラリ開催案内	6
包括だより	7
資源ごみ袋の分別方法	10
国民年金免除制度	11

夏の健康を守る 熱中症の症状と予防法

～暑い夏を健康に過ごそう！～



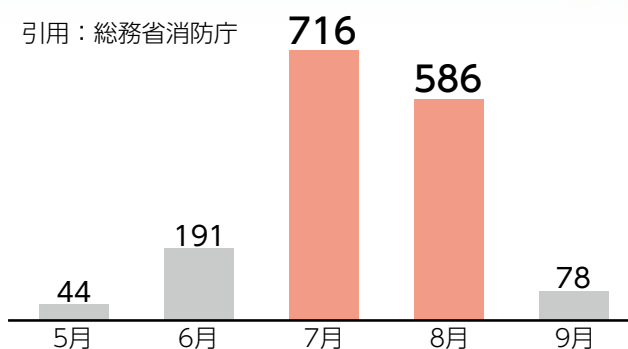
夏の健康を守る

熱中症の症状と 予防法

問合先 保健福祉センター TEL 82-1515

道内の救急搬送件数(2024)

引用：総務省消防庁



7、8月は気温と湿度が上昇しやすいため、熱中症のリスクが増大し、標津町でも熱中症により救急搬送される方がいます。

具体的な要因は、「高温多湿」や「日射量」、「水分不足」などで、これらが重なることで、熱中症の発症率が高くなる傾向があります。

そのため、こまめな水分補給や涼しい服装、そして適度な休憩を挟むことが熱中症の予防に重要です。

標津町の熱中症による救急搬送

町内の熱中症による救急搬送は2023～2024年の2年間で合計6件。(提供：標津消防署)

暑くなり始める時季から熱中症による通報を受け救急隊が出動しています。

標津町は涼しい気候の地域ですが、日頃から熱中症対策をしっかり行うことが大切です。

熱中症の症状

熱中症は、高温多湿な環境で体が適応できないことで生じ、さまざまな症状を引き起こします。

次のような症状が現れ、改善されない場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。

- めまい、立ちくらみ
- 大量の発汗
- 筋肉痛や筋肉のけいれん

症状が進むと…

- 頭痛、嘔吐
- 倦怠感、虚脱感
- 判断力、集中力の低下 など



高齢者や子どもは特に注意！

■高齢者

暑さや水分不足に対する感覚機能や、体の調節機能が低下しているため、注意が必要です。

■子ども

体温の調節能力が十分に発達していないため、気を配る必要があります。

応急処置の方法

熱中症と思われるような症状があった場合は、次のような処置を行いましょう。

• 涼しい場所へ避難

エアコンが効いた室内や風通しの良い日陰など

• 衣服を緩め、体を保冷剤などで冷やす

首の周りや脇の下、足の付け根など

• 水分補給は経口補水液がおすすめ

スポーツドリンクと違い電解質濃度が高く、糖分濃度が低いため、水分が素早く補給されます。

自力で水が飲めない、応答(意識)がない場合は、すぐに救急車(119番)を呼びましょう。

熱中症は日頃の予防が大切

熱中症は、日々の生活習慣から意識することで予防ができます。

熱中症対策のポイントを保健師に伺いましたので、皆さんも参考にしてみましょう。

①室内温度は24～28℃を保つ

外との温度差による体の負担を減らすため、エアコンなどで温度をこまめに調節しましょう。



②暑さを避ける

外出時は帽子などを着用し、日陰がある場所でこまめに休憩しましょう。



③こまめな水分補給

室内外問わず、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。



④健康的な生活習慣

バランスの取れた食事や十分な睡眠、適度な運動を実践しましょう。



保健師のアドバイス

熱中症は重症化すると命に関わります。

軽い症状のうちに速やかに対処することが重要なポイントです。

重症度によりⅠ～Ⅳ度に分類されており、めまいや立ちくらみはⅠ度に分類されますので、直ぐに応急措置を行いましょう。

さらに症状が進むと意識障害が起こりますので、その様な場合は速やかに医療機関で処置を受けましょう。

■予防に重要なこと

熱中症予防には、暑い、蒸し暑い環境を避けることと脱水症を防ぐことが重要です。水分は1日1.2～1.5Lを目安に、1日8回程度に分けて「のどが渇く前に」こまめに補給しましょう。

■体調管理が重要

体温調整は自律神経の働きにより行われていますので、普段から自律神経を整える生活をしましょう。不規則な生活や寝不足、ストレスに気をつけ、バランスの良い食事をとることが重要です。

また、ウォーキングなどの軽い運動や入浴により発汗機能を活性化させ、暑さに慣れること(暑熱順化)も大切です。



保健福祉センター
上田 薫 保健師

クーリングシェルター (指定暑熱避難施設)

熱中症の被害を防ぐため、町が指定した施設です。お気軽にご利用ください。



■指定施設

生涯学習センターあすばる

■開放時間

9:00～21:00(毎日開放)

■受入人数 30人

消防庁リーフレット

熱中症の症状や応急手当などを紹介。詳しくは二次元コードをチェック。



環境省LINE 公式アカウント

熱中症警戒アラートの情報が確認できます。



熱中症対策に役立つキーワード

・暑さ指数(WBGT)

人体の熱収支に与える影響の大きい湿度、日射・輻射熱、気温を取り入れた指標

・熱中症特別警戒アラート(暑さ指標35以上)

健康に重大な被害が生じる恐れがある場合、環境省から発表される情報

暑さ指数 (WBGT)		注意事項
33以上	熱中症警戒アラート	健康に被害が生ずる恐れがあり、適切な予防行動が求められる。
31以上	危険	高齢者は安静状態でも発生する危険性が大きい。外出は避ける。
28～31未満	嚴重警戒	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
25～28未満	警戒	運動や激しい作業をする時は、定期的に十分な休息をとる。
25未満	注意	激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。



▲熱中症予防
情報サイト

My Dream
わ・た・し・の・夢

Vol.179



将来の夢

ちゅうじょう はると
中條 陽斗 さん (川北小学校5年)

僕の将来の夢は、プロ野球選手になることです。どうしてプロ野球選手になりたいかという、理由は二つあります。

一つ目の理由は、野球がとても好きだからです。ファイターズのレイエス選手を見たときに興味を持ち始めてプロ野球選手になり、一軍選手になって活躍したいからです。

二つ目の理由は、親に大きなプレゼントをして、親を喜ばせたいからです。この夢をかなえるために、一生懸命お父さんと練習をして中学校から野球をやって努力をしています。

夢をかなえたらファンの人数を増やし、有名な選手になります！

9月号は、川北中学校生徒の夢を紹介します。



標高生に
よる

防災講座

特別編



問合先 住民生活課危機管理室 TEL 85-7243

私が1年生の時に行った防災研修で、特に印象に残っているのは、宮城県石巻市にある「大川小学校」です。大川小学校は、当時のハザードマップを見ると津波が到達する範囲に該当していなかったことで、自然災害が起きた時の避難場所が正式に決まっていませんでした。そのため、84人の生徒・教職員が避難できず亡くなってしまいました。

そこで、私が心に残った言葉は「想定にとらわれるな」という言葉です。標津町にもハザードマップがありますが、担当者にお話を聞いたところ、標津町のハザードマップは東日本大震災の約3倍の津波を想定しているものだと教えてくれました。ですが、約3倍の津波を想定されているなら大丈夫だと思わずに、ハザードマップはあくまでも想定なので必ずしも大きな津波が来ないとは言えません。なので「想定にとらわれるな」という言

執筆者

はたなか ひな
畑中 雛さん
(標津高等学校2年)



葉を思い出してほしいです。

自然災害は簡単に予測できるものではなく、突然やってくるものです。だからこそ、防災リュックを準備する、食料や飲料水を最低でも約3日分備蓄しておく、事前に避難場所を確認するなどといった今すぐにでもできる備えをし、最善の行動を心がけましょう。



石巻市震災遺構大川小学校の裏山で話を聞く様子

としよぱるからのお知らせ

図書館としよぱる TEL 82-2074



◀図書館としよぱる
利用者登録はコチラ

今月のおすすめ新刊図書！

- 一般書『ザ・ネバーエンディング・ストーリー
東京バンドワゴン』
／小路幸也 著

最近、幼稚園児の青が読んで
いるのは、蔵で見つけた「不
一魔女物語」。原書はイギリ
スの稀覯本で、三千万円で日
本人に落札された。その幻の
古書が窃盗団に狙われ、青の
周囲にも怪しい影が…。
「東京バンドワゴン」第20弾。

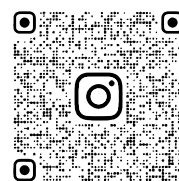


Instagramをご登録ください！

新着図書のご案内、図書館カフェや古本フェア
など、各種イベント情報を発信しています。

その他、おすすめ本や新コーナーのご案内もし
ていますので、ぜひご登録ください。

としよぱるの
シンボル
「しまえなが」の
アイコンが
目印です。



●乳幼児健康相談 保健福祉センター健康推進担当 TEL 82-1515

内 容	日 程	受付時間	備 考
6～7カ月	7/24(木)	感染症予防対策のため 指定時間にご案内しま す。	場所：保健福祉センターひまわり ※対象の方には個別にご連絡します。 ※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。
9～10カ月			
12～13カ月			
2歳児			

●おひさま(親子交流館) 場所：生涯学習センターあすぱる「和室・音楽室」 TEL 82-2900

イベント	対 象	日 程	時 間	内 容
午前の部 ※予約不要	0～5歳	月・水・金曜日	9:30～11:30	7/9(水) 運動あそび
午後の部	0～3歳 未就園児	月曜日	13:30～15:30	自由あそび
	0～5歳	金曜日		
育児相談 ※要事前予約	0～3歳 未就園児	水曜日		育児で気になることがあれば、一人で 悩まずにご連絡ください。

●ぽっぴごーん(親子ひろば) 場所：川北体育館プレイルーム TEL 85-2224

イベント	対 象	日 程	時 間	内 容
午前の部 ※予約不要	0～5歳	月～金曜日	10:00～12:00	7/4(金)セタゲーム 詳しくは川北生涯学習センターHP・ SNS(Instagram・Facebook)をご覧ください。
育児相談 ※要事前予約	0～5歳		13:00～16:00	育児で気になることがあれば、一人で悩 まずにご連絡ください。

第27回 標津町民祭り 水キラリ

8月3日(日)
開催!

問合先 商工観光課 水・キラリ実行委員会総括事務局 TEL 85-7246

標津町民祭り「水・キラリ」を、8月3日(日)にサーモンパーク広場をメイン会場として開催します!

今年で27回目を迎える「水・キラリ」では、素晴らしい伝統や文化、豊かな自然を育み次世代へと引き継ぐため、まちの象徴である澄んだ水、豊かな水に感謝し、水を守り受け継ぐことをテーマに町民の思いを一つにした儀式的のほか、曳山巡行やステージイベントなどを予定しています。

年に一度のお祭りを町民一人ひとりの手で盛り上げ、楽しみましょう! 皆さまのご来場をお待ちしています。

開催内容(午前9時～)

- ◆グルメ屋台村(地場産品味覚市)
- ◆舞台芸能などの披露
- ◆デーリィフェスティバル牛肉大食会
- ◆「ウラップ伝説」人形劇
- ◆「儀式」迎水、運水、入魂の儀
- ◆STVラジオ公開録音「歌の饗宴」(12:30～)
(歌手:城之内早苗、岡本幸太)
- ◆標津町応援ソング「ここがふる里」披露
(歌手:川嶋まり)
- ◆キラリ1000人ビンゴ大会
- ◆花火協賛ラッキー抽選会(豪華景品多数)
- ◆曳山巡行(18:30～)
- ◆花火打上(20:15～)
- ◆水柱の儀
- ◆その他催し物
キラリ子どもランド(バルーン遊具ほか)
フェイスペインティング
サーモン科学館延長開館 ほか



第27代標太
大垣 太紅海 さん

第27代津々
大垣 磨白 さん

STVラジオ公開録音「歌の饗宴」

12:30～



城之内 早苗



岡本 幸太

その他 イベント



標津町応援ソング 「ここがふる里」 披露



川嶋 まり

夜空を彩る花火大会は必見!



包括 だより

問合先 地域包括支援センター TEL 82-1588

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、介護・福祉・保健・医療・見守りなど、高齢者に関する総合相談窓口です。

さまざまな相談を無料でお受けしますので、分からないことや悩みごとなどがあれば、地域包括支援センターにお越しください。



相談事例

介護に関するご相談

- ・介護サービスのことで相談したい
- ・介護予防に取り組みたいけど、どうしたら良いかわからない
- ・お隣の娘さんが、介護で学校に行けていないみたい など

認知症に関するご相談

- ・最近、物忘れがひどくなっている
- ・認知症の家族のことで悩んでいる
- ・認知症サポーター養成講座を行ってほしい など

虐待に関するご相談

- ・近所の高齢者の方が虐待を受けているかも
- ・隣の家から怒鳴り声が聞こえてくる など

その他

- ・一人暮らしの高齢者を最近見かけないから不安
- ・いきいき百歳体操を行ってほしい など

私たち保健師、社会福祉士、 主任ケアマネジャーが相談にのります！



後列 木村勇斗、増田安菜、豊田このみ
前列 高市邦子、加瀬久子

■時 間

平日 8:30～17:15

■場 所

地域包括支援センター
(保健福祉センター内)

■その他

- ・電話や訪問、来所などさまざまな方法で相談に応じます。
- ・相談者の秘密は堅く守られますので、安心してご相談ください。

町営デマンドバスの試験運行を行っています

問合先 企画政策課企画政策担当 TEL 85-7240



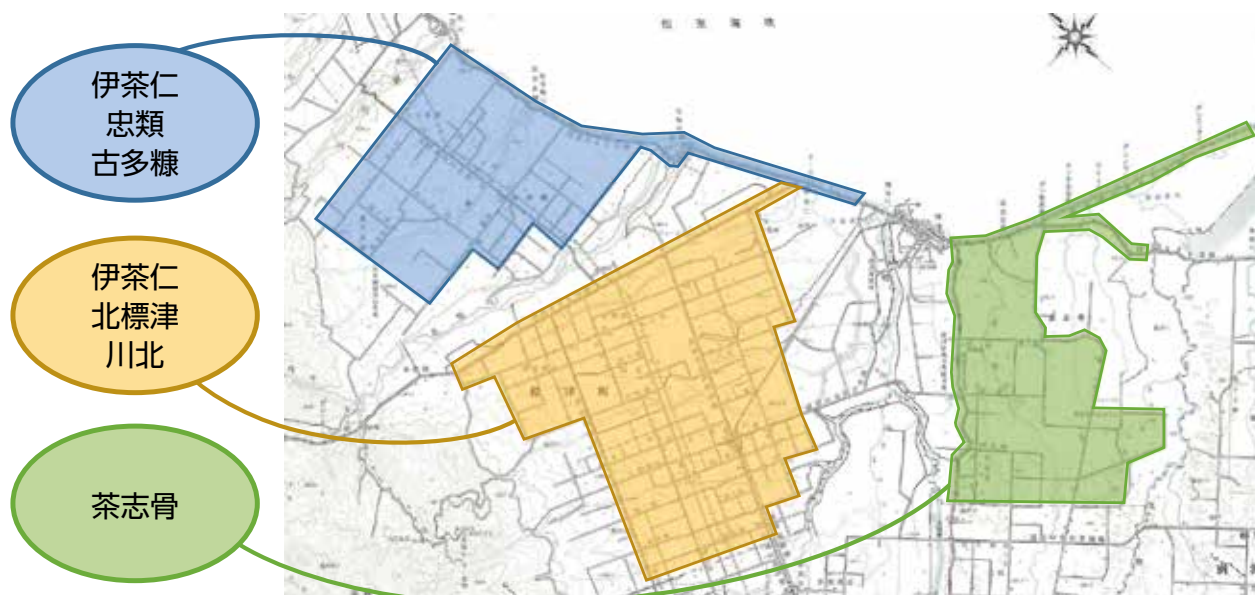
- 昨年7月より郡部地域から標津市街地への移動にご利用いただいている古多糠川北線の利便性向上のため、ご利用の対象地域と目的を拡大した試験運行を行っています。
- 通院、買い物、外食、温泉利用、役場での手続きなどにご利用いただけます。
- 変更点と利用方法をまとめましたので、確認の上ご利用ください。

変更点

従来の運行(古多糠川北線)
• 伊茶仁、忠類、古多糠、北標津、川北を1ルートで運行 • 1時間30分の運行時間 • 月、金曜日の運行(祝日除く)
• 事前予約制 • 運行ルートのバス停で乗降
• 無料



試験運行	
• 茶志骨地区を追加し3ルートに分けて運行	
月曜日	金曜日
伊茶仁、忠類、古多糠	伊茶仁、北標津、川北
茶志骨	伊茶仁、忠類、古多糠
伊茶仁、北標津、川北	茶志骨
• 事前予約制 • 自宅で乗降(ドアツードア)	
• 無料	



バス乗降場所(4カ所で乗り降りできます)

【行き】▶▶▶ 13:15着 13:20着 13:25着 13:30着

ご自宅 ▶▶▶ 病院 ▶▶▶ 役場 ▶▶▶ 郵便局 ▶▶▶ 温泉ホテル 喜楽来さん前 ▶▶▶ ご自宅

【帰り】▶▶▶ 16:00発 16:05発 16:10発 16:15発 16:30頃着

■ご利用までの流れ

- ① 事前に**役場企画政策課(TEL 85-7240)**へ**電話登録**してください。
後日、登録番号が書かれたカードをご自宅へ郵送します。
- ② お住まいの地域の**運行日前日までに阿寒バス標津営業所(TEL 82-2155)**へ**予約**してください。
※「登録番号」「お名前」「降りる場所」「帰りに乗る場所」をお伝えください。
- ③ 運行当日、皆さんのご自宅へ伺います。
※予約状況により時間が前後します。
※病院に13時15分頃着くよう運行しますので、12時45分～13時くらいに伺います。

■運行スケジュール

7月		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
					茶志骨	
6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
	伊、忠、古				伊、北、川	
13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
	茶志骨				伊、忠、古	
20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
	祝日運休				伊、北、川	
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
	茶志骨					

8月					1日(金)	2日(土)
					伊、忠、古	
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
	伊、北、川				茶志骨	
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
	祝日運休				伊、忠、古	
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
	伊、北、川				茶志骨	
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
	伊、忠、古				伊、北、川	
31日(日)						

9月	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	茶志骨				伊、忠、古	
7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	伊、北、川				茶志骨	
14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	祝日運休				伊、忠、古	
21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	伊、北、川				茶志骨	
28日(日)	29日(月)	30日(火)				
	伊、忠、古					

資源ごみ袋の 色・サイズに注意!

問合先 住民生活課環境衛生担当 TEL 85-7243

4月から資源ごみの収集袋は、20～45ℓの透明・半透明の市販袋(びん用は20ℓに限る)に切り替わりましたが、レジ袋など条件を満たさない袋が使われているケースが多く、収集の妨げとなっています。

中身が見えにくい袋は、内容物の判別や危険物などの混入確認ができないため、収集できません。

正しい袋の条件を改めてお知らせしますので、ご協力をお願いします。

▼資源ごみの分別方法

種 類	内 容
空 缶	■分別方法 左記の種類ごとに分別してください。 ※「ペットボトル」と「白トレー・発泡スチロール」は別の分別区分です。 ※袋に入らない発泡スチロール箱は、ひもで束ねて出しても構いません。 ■使用可能な袋 ▶透明または半透明とパッケージに記載のある市販ポリ袋 ※ <u>白、乳白、半透明ホワイト、白半透明など中身が見えにくい袋やレジ袋は使用できません。</u> ※紙袋や土のう袋など、ポリ袋以外の袋は使えません。 ▶袋サイズ おおむね20～45ℓ (びんは20ℓのみ) ※ <u>20ℓ以下の小袋や45ℓを超える大型の袋は使用できません。</u>
び ん	
ペットボトル	
白トレー 発泡スチロール	
容器包装(プラ)	
容器包装(紙)	

※袋の口を十字に縛って、袋が破れないようステーションに入れてください。

※資源ごみを束ねる際、ガムテープなどのテープ類は使用しないでください。

※レジ袋は資源ごみ廃棄には一切使用できません。
(容量20～45ℓかつ透明または半透明の条件を満たす袋を購入して使用してください)

※資源ごみの二重袋(小袋に入れたごみを袋に入れる行為)は、内容物の確認が難しくなるため、行わないでください。

○半透明
(中身が見えやすい)



×乳白
(中身が見えにくい)



▼旧指定袋の取り扱い

◎燃やせるごみ(ピンク)、燃やせないごみ(緑)の旧指定袋は、令和7年7月1日以降は一切使用できません。

◎空缶(黄)、びん(茶)、ペット(赤)、容器包装プラ(オレンジ)、容器包装紙(灰)、発泡・白トレー(赤)、事業所用可燃ごみ(白)、事業所用不燃ごみ(青)の指定袋はお手持ちの袋が無くなるまで使用可能です。

国民年金免除制度を ご利用ください！



◀日本年金機構
HPIはコチラ



◀マイナポータル
はコチラ

問合先 住民生活課国民年金担当 TEL 85-7243

所得が少ないときや失業などにより保険料を納めることが困難な方は、一定の基準を満たすと保険料の全額または一部納付が免除されます。申請が遅れたり、未納のままにしていると、障害基礎年金や遺族基礎年金、老齢基礎年金を受給できなくなる場合がありますので、免除制度をご利用ください。

※2年1カ月前の月分まで、免除申請をすることができます。(免除期間は7月～翌年6月まで)

●免除区分・納付額など

免除区分	納付額 (月額)	年金受給への 反映割合
全額免除	なし	国庫負担1/2
一部免除	3/4免除	4,380円 国庫負担5/8
	半額免除	8,760円 国庫負担3/4
	1/4免除	13,130円 国庫負担7/8
	納付猶予	なし なし

※免除が認められても、一部免除の方は保険料を納付しないと「未納」になります。

●免除の基準

本人・配偶者・世帯主の前年度所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内である場合、免除の対象になります。

全額免除	(扶養親族等の数+1)×35万円+32万円
一部免除	3/4免除 扶養親族等控除額+社会保険料控除額+88万円
	半額免除 扶養親族等控除額+社会保険料控除額+128万円
	1/4免除 扶養親族等控除額+社会保険料控除額+168万円

※地方税法に定める障がい者、ひとり親または寡婦の場合は、基準額が変わります。

申請方法(次の中から一つ選択してください)

- ①「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」を役場窓口または釧路年金事務所(郵送可)に提出してください。
※申請書は役場窓口または日本年金機構ホームページからダウンロード可能です。
- ②マイナポータルを利用した電子申請
 1. マイナポータルトップ画面の「年金の手続き」を選択し、ログイン。
 2. ログイン後「国民年金に関する手続き」画面で、希望する手続きを確認し「手続に進む」を選択。
 3. マイナンバーカードの読み取りを行い、案内に従って必要事項を入力。

おいしく食べよう標津の牛乳！ミルクレシピ (vol.13)

手作りシリアルバー

問合先 農林課農政担当 TEL 85-7244

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 (6本分)

- マシュマロ..... 50g
- オリーブ油..... 大さじ1
- スキムミルク..... 大さじ3
- シリアル..... 50g
(ドライフルーツ入り)

作り方

- ①耐熱容器にマシュマロを入れ、全体にオリーブ油をかける。
ふんわりラップをし、電子レンジ(600W)で30秒加熱する。
- ②全体にスキムミルクをかけ、その上にシリアルをかけて箸でざっくり混ぜる。
- ③クッキングシートを敷いたバットに流し、キャラメル包みにして冷蔵庫で冷やし固める。
- ④食べやすい大きさに切る。

Point! スキムミルクには牛乳由来のカルシウムがたっぷり！朝食にもおすすめです。

レシピ：料理家・管理栄養士 小山浩子さん
出典：JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」





氏名の振り仮名をご確認ください



◀ 振り仮名
制度HP

本籍地が標津町の方は7月中旬に「戸籍に記載する振り仮名の通知書」が届く予定ですので、必ず内容をご確認ください。通知書に記載された振り仮名が正しい場合は、届け出の必要はありません

振り仮名が間違っている場合は、令和8年5月25日までにマイナポータルサイト、役場窓口または郵送で届け出ができます。

■ 法務省専用コールセンター（制度に関する一般的な問い合わせはこちら）
TEL 0570-05-0310（平日8:30～17:15）



北海道不育症治療費助成事業のご案内



◀ 詳しくは
はコチラ

■ 不育症

流産や死産、新生児死亡などを繰り返している場合、不育症と診断されます。

■ 対象者（次の要件を全て満たす方）

- ・ 2回以上の流産、死産、あるいは早期新生児死亡の既往がある方
- ・ 道内（札幌市、旭川市、函館市は除く）に住所を有する方
- ・ 産科または婦人科の国内医療機関で検査、治療を受けた方
- ・ 他の都府県などから同等の給付を受けていない方

■ 助成額

1回の検査、治療につき、10万円を上限とします。

※原則、検査と妊娠を経て出産などに至るまでの治療費を助成します。

※医師の判断により、治療や検査などが終了した場合は実際に要した費用のみ助成します。

ただし、過去に1度もスクリーニングなどを受けていない場合は対象外です。

■ 問合先 北海道中標津保健所健康推進課保健係 TEL 0153-72-2168



はかりを取引や証明に使う皆さまへ

小型はかり定期検査のお知らせ

取引や証明に使用する「はかり」（※1検定証印等付き）は、2年に1度、定期検査の受検が義務づけられています。検査で合格した「はかり」には、「※2定期検査済証印」が付され、継続して使用することが可能となります。

定期検査の実施に当たり、前回受検した事業所および新規創業事業者へ調査票を送付しますので、期日までの提出をお願いします。

※調査票が7月10日までに届いていない場合はご連絡ください。

※1 検定などに合格したはかりに付される検定証印・基準適合証印



検定証印 基準適合証印

※検定などに合格したはかりの銘板などにいずれかの証印が付されています。

※2 定期検査済証印（合格ステッカー）例



2022年
定期検査合格
22 4
北海道

定期検査済証印
（北海道の例）

小型はかり定期検査日程

■ 日 時 8/21（木） 9:30～15:30

※混雑をさけるため、おおよそ30分区分切りでご案内します。

■ 場 所 文化ホール

■ その他 詳細は、対象事業所へハガキでお知らせします。

■ 問合先 商工観光課 TEL 85-7246



バーベキューやキャンプを行う際の注意点

バーベキューやキャンプをする季節になりました。火の取り扱いに注意して、楽しく安全に行いましょう。

■ 使用方法

- ・ 風の強い日には行わない。
- ・ 使用済みの木炭は、水に十分に浸してから捨てる。
- ・ ゲル状の着火剤、燃料などの正しい使い方を守る。
- ・ 1度火を付けた着火剤の「継ぎ足し」は絶対に行わない。
- ・ 器具の説明や注意書きをよく読んでから行う。
- ・ 水バケツや湿らせた布を用意する。

■ 火災事例

- ・ 着火剤の継ぎ足しで着衣に着火。
- ・ 石で組んだ、かまど内の炭が強風で飛び火して出火。
- ・ 火が消えていない炭をごみ袋に入れたため出火。

■ 問合先

標津消防署 TEL 82-2319



公営住宅入居者募集

入居を希望される方は7月10日（木）までに、申込先へご連絡ください。入居条件など詳しくは問合先へご連絡ください。

■ 緑団地 A-5 (2LDK 55.08㎡)

家賃 17,600～40,500円

■ 旭団地 B-3 (3LDK 71.80㎡)

オール電化

家賃 23,200～53,400円

■ 申込・問合先

建設水道課住宅担当

TEL 85-7247

※緑団地は福祉住宅として、除雪や災害時などにご協力をお願いしています。

※その他の公営住宅も入居者を随時募集しています。

標津町長選挙 結果のお知らせ（令和7年5月25日執行）

任期満了に伴う標津町長選挙が5月20日に告示され、現職の山口将悟町長1人が立候補し、無投票で再選を果たしました。

5月26日、町選挙管理委員会の矢吹真人委員長から当選証書が授与されました。



一定面積以上の土地取引には 届け出が必要です！



▼様式はコチラからダウンロード

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届け出が必要です。

■届け出の対象となる面積

区 域	面 積
市街化区域	2千㎡以上
市街化区域以外の都市計画区域内	5千㎡以上
都市計画区域外	1万㎡以上

■**届 出 者** 土地の権利取得者（買主など）

■**届出期限** 契約締結日から2週間以内

※提出期限を過ぎた場合でも、届出書の提出が必要です。

■**届出書類** 各1部

- ・土地売買等届出書
- ・契約書の写し
- ・対象地およびその付近の状況を明らかにした縮尺5万分の1程度の図面
- ・対象地の形状を明らかにした縮尺5百分の1から2千分の1程度の図面（公図、測量図など）
- ・委任状（代理人が届出する場合）

■**注意事項** 届け出が必要な方が、届け出を行わなかった場合は6カ月以下の懲役または100万円以下の罰金に処せられることがあります。

■**提出・問合せ** 役場企画政策課 TEL 85-7240
〒086-1632 標津町北2条西1丁目1番3号

HIV・肝炎ウイルス・梅毒採血・HTLV-1抗体検査

■HIV・肝炎ウイルス・梅毒検査

対 象 検査を希望する方

■HTLV-1抗体検査

対 象 根室管内在住の方のうち

- ①平成23年以降、妊婦健診で抗体検査を受けたことのない方
- ②医療機関で、これまでに抗体検査を受けたことのない方

その他 保健所では、次の場合を除き1人につき1回

- ①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

■**申込・問合せ** 中標津保健所 TEL 0153-72-2168
HIV専用電話 TEL 0153-72-8022

7月17日は 「北海道みんなの日」

北海道みんなの日（愛称：「道みんの日」）は、北海道の価値を見つめ直し、これからの北海道を考える日です。この日をきっかけに、道民の皆さまには北海道に愛着や誇りを持っていただき、北海道の魅力を発信する機会としていただければ幸いです。

■**問合せ** 北海道環境生活部くらし安全局道民生活課
TEL 011-204-5211

令和7年度第2回北海道警察官採用試験のお知らせ

北海道警察では、令和7年度第2回北海道警察官採用試験の受験者を募集しています。詳しくは問合せへご連絡ください。

■**受付期間** 7/1（火）～8/15（金）

■**1次試験** 9/21（日）

■**募集年齢** 平成5年4月2日～平成20年4月1日生まれの方

■**試 験 地** 中標津警察署を含む全道22カ所および青森、東京

■**問 合 先** 中標津警察署警務課
TEL 0153-72-0110

エキノコックス駆虫餌を 散布します

町では7月と10月に、エキノコックス症感染予防を目的に、エキノコックス駆虫薬を混入した餌（魚肉ソーセージを切ったもの）を公共施設などの周辺に散布します。

飼い犬や猫、人間が誤って食べても影響はありませんが、キツネに食べさせるために散布していますので、ペットが食べないようにご注意ください。なお、本事業はキツネを駆除するために行っているものではありません。

■**問合せ** 住民生活課環境衛生担当
TEL 85-7243



町長の動静 (5/21～6/20)

- 5/23(金) 根室市
令和7年度根室地方総合開発期
成会定期総会ほか
- 5/26(月)
標津町長当選証書附与式
- 5/27(火)
第74回標津町森林組合通常総会
- 5/28(水) 清里町
令和7年度日本で最も美しい村
づくり北海道連携会議視察研修
- 5/30(金)
標津町産業環境に関する3者会議
標津川流域清掃ほか
- 6/1(土) 小樽市
第1回北海道豊かな海づくり大
会式典・放流式
- 6/6(金)～8(日) 福岡県
久留米大学表敬訪問ほか
- 6/11(水) 札幌市
公益社団法人北海道さけ・ます増殖事
業協会令和7年度第2回理事会ほか
- 6/19(木) 中標津町
令和7年度釧路中標津道路整備
促進期成会総会ほか



7月のスポーツ

- 1日(火)
林二士氏「子ども元気アップ大作戦」
〔9:15～総合体育館〕
- 2日(水)～毎週水曜・金曜
ウォーキング広場
〔18:30～町内各地〕

5日(土)、6日(日)
管内中体連バレーボール大会
〔9:00～総合体育館〕

5日(土)
管内中体連剣道大会
〔9:00～鳩ヶ丘体育館〕

6日(日)
第31回根室地区パークゴルフ
協会連合会親睦交流大会
〔9:00～川北PG場〕

7日(月)、14日(月)
スポーツ体験教室
〔15:45～総合体育館〕

13日(日)
第21回標津町パークゴルフ協会
町民親睦大会
〔9:00～川北PG場〕

15日(火)
スポーツゲームスイン標津「サッカー教室」
〔18:00～町営リンク〕

16日(水)
ASJいのちの教室
〔10:10～総合体育館〕

19日(土)、20日(日)
日本マスターズ2025軟式野球
競技北北海道大会
〔9:00～町営球場〕

27日(日)
標津カップ総合選手権バレーボール大会
〔9:00～総合体育館〕
第48回東日本軟式野球大会支部大会
〔9:00～町営球場〕

29日(火)
町高齢者スポーツ大会(健)
〔9:00～総合体育館〕

※(健)は健康ポイント対象事業です。



戸籍の窓口から (5/11～6/10届け出分)

お誕生おめでとう！

亀田泰須華ちゃん(緑 町) 泰 志・千 夏

おくやみ申し上げます

皆川 紀好さん(弥 栄 町) 84歳
澤口せい子さん(本 町) 78歳
金澤絵理香さん(共栄旭町) 51歳
本村 武雄さん(東 浜 町) 78歳
飯田 綾榮さん(緑 町) 99歳
松井 典子さん(北 標 津) 72歳
室谷 文男さん(望ヶ丘町) 66歳
木下 孝さん(川 上 町) 85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 (5/11～6/10届け出分)

●社会福祉協議会に一

澤口 将司さん 金澤 翔哉さん
室谷 優子さん 松井 一哉さん

●はまなす苑に一

加藤 勇一さん 梅田 幸子さん
室井 寛さん 佐藤 壽栄さん
林 裕子さん 亀田 優子さん
柴田 雅昭さん 本間 保雄さん
忠類老人クラブさま
メナード化粧品 標津旭代店さま
さわやか友の会さま

●陽だまりに一

宮谷 哲也さん
※ご本人・団体の了承を得て掲載しています。

森林整備のことなら森林組合へ!!

国や町の補助を活用した植林・下刈・間伐等の各種
事業や所有森林の皆伐等お気軽にご相談下さい。

※そのほか椎茸駒菌や薪等も販売中!!

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

お家に関する事 ご相談ください

音川建設

LINEで相談はこちらから

電話番号: 82-1102

携帯: 090-2073-3944

ホームページ: otogawa-kensetsu.com

〒086-1655 標津町南5条西2丁目2-11

代表 音川 裕雅



ライン・フェイスブック等にて

皆様のお役に立てる情報を発信しています。

是非一度ご覧下さい。

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: 090-4873-1097

Mail: yukioend@outlook.com



実施期間/7月17日～8月23日

学習日/火・金 計2回まで

- 教科 算数・数学、英語、国語 1教科から学べます
- 対象 幼児、小学生、中学生、高校生以上

公文式標津教室 川口

標津町南5条西3-2-4

TEL 090-6266-2904



ふるさと応援寄附金 ありがとうございました

倉田 直征さん (東京都江戸川区)
渡邊 寿生さん (奈良県生駒郡)
山中 一功さん (大阪府大阪市)
榎本 和真さん (埼玉県草加市)
渡邊 正信さん (東京都中央区)
野口 光清さん (埼玉県上尾市)
中田 直宏さん (山口県宇部市)
中村 千夏さん (東京都江戸川区)
大竹 博之さん (新潟県新潟市)
小野田詩織さん (大阪府大阪市)
244件の寄附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。

※寄附金は、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。



精神保健福祉遠隔相談は 完全予約制です

中標津保健所では、毎月この問題でお悩みの方を対象とした、精神科医師によるインターネット回線での遠隔相談を開設しています。

■日 時 7/24(木)
13:30~16:30
■場 所 中標津保健所
■申込先 中標津保健所健康推進課
TEL 0153-72-2168

※保健師による相談は、随時受け付けています。



年金相談は 完全予約制です

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となります。

■日 時 8/5(火) 13:00~17:00
8/6(水) 9:00~14:00
■場 所 中標津町役場
※ご本人や配偶者の基礎年金番号がわかる書類をお持ちください。
■申込先 釧路年金事務所
お客様相談室
TEL 0154-25-1522



7月のごみ収集日(8月初回の収集日も掲載しています) ※ごみに関する最新情報は町ホームページをご覧ください



一般廃棄物収集区域	燃やせるごみ	燃やせないごみ 危険ごみ・粗大ごみ	資源ごみA	資源ごみB
若草町・新川上町・川上町・栄町 緑町・曙町・弥栄町・伊茶仁	月・木	7/3(木) 7/17(木) 7/31(木)	7/7(月) 7/24(木) 8/4(月)	7/14(月) 7/28(月) 8/11(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	7/4(金) 7/18(金) 8/1(金)	7/8(火) 7/22(火) 8/5(火)	7/1(火) 7/15(火) 7/29(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	7/3(木) 7/17(木) 7/31(木)	7/9(水) 7/23(水) 8/6(水)	7/2(水) 7/16(水) 7/30(水)
川北全域	火・金	7/4(金) 7/18(金) 8/1(金)	7/9(水) 7/23(水) 8/6(水)	7/2(水) 7/16(水) 7/30(水)

※粗大ごみの収集は前日までに申し込みが必要です。 申込先：渡邊清掃(株) ☎ 0120-79-3106

資源ごみA / 空缶、ペット、容器包装(プラ)、白トレー・発泡、びん、新聞、雑誌

資源ごみB / 空缶、ペット、容器包装(プラ)、白トレー・発泡、容器包装(紙)、紙パック、段ボール



8月のし尿汲み取り 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。

便槽が満杯にならなくても汲取月には必ず汲み取るなど、余裕を持ってお申し込みください。

■実施地域 伊茶仁、浜古多糠、崎無異、忠類、薫別
■申込期限 7/25(金)
■申込先 渡邊清掃株式会社
☎ 0120-79-3106
TEL 0153-82-2220

★職員募集★正職員の場合、経験者 50 万円、未経験者 30 万円を就業支援金として支給！他町からの転入者には 10 万円の住宅準備支援金も支給！

【正職員】①看護師 ②准看護師
③介護福祉士 ④介護職(無資格)

【月給】①310,000 円～ ②280,600 円～
③186,500 円～ ④174,800 円～

※業務、処遇改善手当含む、職歴換算有
※賞与①～③3.1ヶ月分/年、④30万円/年

【待遇】土日祝日手当 1,200 円/日、寒冷地手当、住居手当、扶養手当、通勤手当、被服手当、退職金共済手当(法人負担有)、定期昇給有、夜勤手当 4,800 円/回(介護職)

【看護業務】入居者様への看護業務(夜勤・オンコールなし)
【介護業務】生活支援、介護ケア、夜勤業務

【勤務地】特別養護老人ホーム標津はまなす苑(看・介護職)
小規模多機能ホーム陽だまり(介護職)



社会福祉法人標津福祉会

標津町北1条西5丁目6番1-3号 TEL 0153-82-1414

詳しくはHPへ！





サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
7月11日金 2種類同時発売 発売期間 7/11①～8/11②
抽せん日 8/21②
公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円

ヒグマ出没情報発信中

町ではFacebookを通じて、市街地付近のヒグマ出没情報をリアルタイムで発信しています。





絶 しべつ牛乳の 品ジェラート無料試食会

5月18日、生涯学習センターあすばるで「しべつ牛乳の絶品ジェラート無料試食会」が行われ、約120人の来場者が3種類の絶品ジェラートを味わいました。

このジェラートは「試せる大地しべつ町」プロジェクトの一環として、地域のチャレンジ機運醸成を目的に開発しました。

今後は、今秋をめどに商品化やふるさと納税返礼品につなげ、町特産品の需要拡大を目指していきます。



▲親子で絶品ジェラートに舌鼓♪



知 地域一体の清掃活動 床ごみゼロ運動

5月30日「ごみゼロの日」に合わせて、標津高等学校の生徒会が主催する「知床ごみゼロ運動」が行われました。

この運動は、生徒会が自主的に企画運営し、町内の小中学校、地域住民などへ働きかけ平成30年から実施しています。

当日は、総勢約120人が参加し、浜に打ち上げられた網や釣り糸など約26kgのごみを回収しました。



標 川を守り、山と海をつなぐ 津川流域清掃

5月30日、標津川河口岸で標津町産業環境に関する3者会議と産業環境に関する懇談会の共催で「標津川流域清掃」を実施しました。

清掃活動には、標津町と中標津町の関係機関から80人が参加。

標津川河口岸を中心に清掃を行い、約400kgのごみを回収を行いました。



サ 美しい大地と魚を眺めワインを堪能 ーモン科学館ワイン会

6月13日、サーモン科学館ワイン会(標津町商工会女性部主催)が開催されました。

当日は厳選された5種類のワインと地元食材を使ったおつまみが用意され、参加者は優雅に泳ぐ魚や沈む夕日を眺めながら、舌鼓を打っていました。



野 歩きながら自然を感じる 付半島丸ごとウォーニック

6月15日、第10回野付半島丸ごとウォーニック(NPO法人標津スポーツクラブすぽっと主催)が開催され、参加者48人が15kmと10km、5kmの3コースに分かれ、野付半島を散策しました。

あいにくの小雨と時折吹く強い風の中での開催となりましたが、参加者は野付半島の自然を満喫しながらゴールを目指しました。

ゴールした方には、完歩証と弁当、標津羊羹(一口)などが贈られました。



ア アイヌ文化に触れられる貴重な機会 イヌの手しごと体験

ポー川史跡自然公園では、6月から普及啓発員の西山美紀子さんによる「アイヌの手しごと体験」を実施しています。

アイヌ刺繍のデモンストレーションや解説、制作体験などを通じてアイヌ文化を学ぶことができます。

体験は10月31日まで開催していますので、この機会にアイヌ文様の刺繍やストラップ作りを通じて、アイヌ文化に触れてみませんか。(開催時間9:30~16:00)



◀体験日の確認
はコチラ

人のうごき ■5月末日現在(前月比)

人口	4,741人(0人)
男	2,293人(1人)
女	2,448人(-1人)
世帯数	2,376世帯(7世帯)

※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

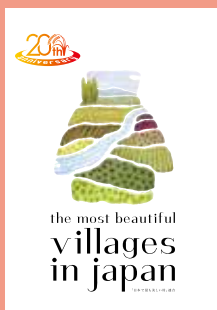
■5/1(木)～5/31(土) ()は本年累計

人身事故	0件(1件)
負傷者	0件(1件)
死亡者	0件(0件)
物損事故	15件(55件)

8月の 運転免許更新時講習会

優良運転対象者で、更新手続きを終了した方のみ受講できます。

- 日時 8/5(火)
13:30～
- 場所 生涯学習センター
あすぱる
- 問合先 住民生活課



日本遺産
JAPAN HERITAGE

北方領土に関する標語・キャッチコピー
令和6年度最優秀賞

今も昔もこれからも
北方領土は日本の領土

広報 **しべつ**
SHIBETSU TOWN
Vol.701 2025.7



第二の故郷 標津町

いわせ ちえり
岩瀬 恵里さん(望ヶ丘町)
標津町教育委員会



富良野市生まれ、東神楽町育ちの私は生まれてからずっと山に囲まれて生きてきました。いつしか北海道の海に憧れを抱くようになり「海に見えるまちに住んでみたい!」という子どもの頃からの夢を叶えるため、地方公務員試験を受けて「鮭の聖地」標津町へ移住しました。就活の時にサケの無料配布のニュースをテレビで見た瞬間「ここだ!」と運命を感じたのが、移住先を標津町に決めたきっかけです。

知らない町で一人暮らしをするのは初めてで、最初は不安と緊張を感じていましたが、近所の方や役場職員の皆さんが温かく迎え入れてくださったおかげで、今はとても楽しく過ごせています。初めて会った方でも家族のように接してくれる方が多く、大家族の一員になったかのような安心感があり、不安は少しも感じなくなりました。

美味しい海産物もたくさん食べられて非常に幸せです!毎年無料配布でもらえるサケはとても味が濃く、新巻きサケに加工して食べると絶品でした。他にもホタテやホッカイシマエビ、イクラの醤油漬けなど、胃がいくらあっても足りないほど美味しいもので溢れていて、標津町のグルメに魅了されています。

現在は、教育委員会管理課で学校教育や標津高校に関する業務をしています。標津町の学びの場をしっかりと支えて「この町で学べて良かった!」と学生の皆さんに思ってもらえるように、第二の故郷標津町で頑張ります!



次の「まちの声」は神山佑斗さん(弥栄町)です。

標津町Web版 ハザードマップ

右の二次元コードからハザードマップが確認できます。



防災無線用アプリ RADシステム

右の二次元コードを読み取ってアプリをダウンロードしてください。



発行日/毎月1日
編集・発行/標津町役場 企画政策課(広報統計担当)
〒086-1632 北海道標津郡標津町北2条西1丁目1番3号
TEL0153-85-7240・FAX0153-82-3011
標津町ホームページ <https://www.shibetsutown.jp/>

標津町HP



標津町X



標津町LINE

