

なかべつ

広
報

空とみどりが人をつないでいくまち

中標津町

2023
(令和5年)

11

No.731



Contents

- ②…第41回中標津町じどうかん祭り
- ④…令和5年度上半期財政公表
- ⑥…税のお知らせ
- ⑧…令和5年度防災訓練を実施しました！
- ⑫…健康いちばん
- ⑬…中標津町地産地消レシピコンテスト結果発表
- ⑭…くらしのひろば Information

よくわかることしの

まち

中標津づくり



中標津町公式LINE

行政情報・防災情報
イベント
情報

いち早く
お届けします!!



第41回 中標津町じどうかん祭り

児童の健全育成を地域住民とともに推進し開催している中標津町じどうかん祭りは、今年で41回目を迎え、多くの地域の方の協力を得ながらステージ発表と4年ぶりに総合文化会館しるべつと、児童センターみらいの2会場を使用した遊びのひろばを開催することができました。



今年のじどうかん祭りは、「ぼうけん」をテーマに各児童館のおまつり隊の子どもたちからイメージするものや言葉などを出し合うことから始まりました。

おまつり隊の会議では、友達の意見に対して共有・共感する反面、自分の意見を通そうとするなど思いや考えを伝え合う中でぶつかり合う場面もありました。しかし、よりよいお祭りになりたいという共通の目標に向かい、自分と友達の思いを調整しながら準備を進めることで、みんなに楽しんでもらえるためのコーナー作りへと繋がっていきました。

各児童館で決まったことは、児童館代表者が集まる子ども代表者会議や地域の大人で構成される大人実行委員会で内容を共有・協議しながら、当日までの準備を進めていきました。



迎えたじどうかん祭り当日、遊びのひろばと並行し、限られた時間の中で練習を積み重ねてきたステージ発表では、開演前の舞台袖で緊張が伝わってくるほど、真剣な表情を見せていた子どもたちでしたが、ステージに出ると堂々と演目を披露し、やりきった！と安心感や達成感に満ち溢れた表情を見せて、今までの練習の成果を十分に発揮していました。また、遊びのひろばでは、おまつり隊の子どもたちがお仕事を分担して、遊びに来てくれたお客さんに対して丁寧に説明したり、景品を渡す姿がありました。来ていたお客さんも各児童館のコーナーやキーワード探しに夢中になって遊ぶ様子が印象的でした。



子どもたちのやってみよう！やってみよう！という気持ちが原動力になって、ステージ発表や遊びのひろばが出来上がり、参加した全員が笑顔になるじどうかん祭りとなりました。子どもたちの中で今年のじどうかん祭りの経験が、自信や学び等の力になり、また来年も期待感をもって意欲的に取り組むことに繋がり、会場に来てくれた人たちに楽しさや感動を伝えていくことが出来たら良いと思います。

長期間に渡り準備や当日の手伝いにご協力いただいた実行委員や保護者の方、中高生などじどうかん祭りに関わっていただいたみなさん、本当にありがとうございました。

問い合わせは、子育て支援課 子育て支援係まで。

上半期財政公表



町の花・エゾリンドウ

財政公表は、町民のみなさんに納めていただいた町税等がどのように使われているかなどを、年2回（上半期、決算）お知らせするものです。今回は、令和5年度上半期（9月末現在）における予算執行状況についてお知らせします。なお、公表数値については円単位のを四捨五入し、万円単位で表記していますので、合計の額や%の数字が一致しない場合があります。

一般会計の収支状況

歳入

項目	予算現額	収入済額	収入率	前年同期
町税	34億8,495万円	18億4,235万円	52.87%	56.25%
地方譲与税	2億1,415万円	6,596万円	30.80%	28.61%
利子割交付金	200万円	50万円	25.10%	33.50%
配当割交付金	1,200万円	205万円	17.08%	27.31%
株式等譲渡所得割交付金	800万円	0万円	—	—
法人事業税交付金	5,300万円	2,708万円	51.10%	68.46%
地方消費税交付金	6億5,400万円	3億5,223万円	53.86%	56.71%
環境性能割交付金	1,400万円	636万円	45.39%	35.54%
地方特例交付金	2,000万円	2,038万円	101.91%	104.76%
地方交付税	51億2,842万円	33億1,407万円	64.62%	66.05%
分担金及び負担金	5億6,198万円	5,775万円	10.28%	29.84%
使用料及び手数料	2億9,449万円	1億2,857万円	43.66%	44.17%
国庫支出金	19億5,014万円	3億5,340万円	18.12%	11.16%
道支出金	14億7,848万円	3億251万円	20.46%	26.26%
繰入金	8億9,073万円	0万円	—	—
繰越金	2億4,337万円	2億5,785万円	105.95%	224.54%
町債	20億4,100万円	0万円	—	—
その他の	4億9,484万円	1億823万円	21.87%	27.02%
合計	175億4,555万円	68億3,929万円	38.98%	42.27%

歳出

項目	予算現額	支出済額	執行率	前年同期
議会費	9,350万円	5,044万円	53.94%	51.11%
総務費	12億6,704万円	2億7,377万円	21.61%	23.86%
民生費	29億2,761万円	12億4,486万円	42.52%	40.45%
衛生費	24億3,831万円	11億6,671万円	47.85%	70.35%
労働費	297万円	150万円	50.40%	57.17%
農林業費	14億9,670万円	1億7,563万円	11.73%	24.04%
商工費	9,365万円	4,243万円	45.31%	28.38%
土木費	22億1,383万円	7億1,047万円	32.09%	30.10%
消防費	4億3,182万円	2億3,025万円	53.32%	54.33%
教育費	31億1,839万円	9億5,525万円	30.63%	60.41%
災害復旧費	1,039万円	68万円	6.50%	—
公債費	18億1,001万円	8億8,919万円	49.13%	50.49%
職員費	16億3,312万円	8億550万円	49.32%	48.77%
予備費	822万円	0万円	—	—
合計	175億4,555万円	65億4,669万円	37.31%	45.65%

【予算総額】

令和5年度の一般会計予算は当初161億4,100万円スタートしましたが、その後、前年度からの繰越事業費9億790万円（畜産・酪農収益力強化整備等特別対策事業、公社営草地畜産基盤整備事業等）や4回の補正予算により、9月末現在では175億4,555万円の予算総額となっています。補正予算の主な内容としては、低所得世帯等に対する物価等高騰の影響緩和のための給付金給付事業等に伴う経費の追加により民生関係予算が1億1,799万円の増加、新型コロナウイルスワクチン接種事業等に伴う経費の追加により衛生関係予算が1億9,004万円の増加、道路・街路補修経費等の追加により土木関係予算が6,190万円の増加などとなっています。

町税等の収入状況

区 分		調 定 額	収 入 済 額	収 入 率	前年同期
町 税	町 民 税	15億4,821万円	6億3,607万円	41.1%	42.7%
	固 定 資 産 税	13億9,044万円	8億9,212万円	64.2%	64.9%
	軽 自 動 車 税	8,629万円	8,278万円	95.9%	95.9%
	た ば こ 税	1億5,525万円	1億2,743万円	82.1%	100.0%
	入 湯 税	558万円	558万円	100.0%	100.0%
	都 市 計 画 税	1億5,497万円	9,836万円	63.5%	64.2%
国 民 健 康 保 険 税		7億8,023万円	2億5,705万円	32.9%	33.1%
合 計		41億2,097万円	20億9,939万円	50.9%	52.1%

※調定額 ～ 納入義務者に対して実際に賦課された税金の額

特別会計の収支状況

会 計	予 算 現 額	収 入 済 額	支 出 済 額	執 行 率	前年同期
町 営 牧 場	6,753万円	4,344万円	5,396万円	79.9%	76.3%
国 民 健 康 保 険 事 業	27億2,548万円	9億8,587万円	10億1,636万円	37.3%	33.7%
後 期 高 齢 者 医 療	3億2,192万円	1億2,172万円	1億 887万円	33.8%	33.0%
介 護 保 険 事 業	17億2,389万円	8億1,778万円	6億6,730万円	38.7%	41.4%
合 計	48億3,883万円	19億6,881万円	18億4,649万円	38.2%	36.9%

企業会計の収支状況

会 計	収 入			支 出			
	予 算 現 額	収 入 済 額	収 入 率	予 算 現 額	支 出 済 額	執 行 率	
水道	収益的収支	5億 72万円	2億4,826万円	49.6%	5億4,151万円	9,846万円	18.2%
	資本的収支	1億4,780万円	0万円	0.0%	4億9,138万円	1億8,894万円	38.5%
	計	6億4,852万円	2億4,826万円	38.3%	10億3,289万円	2億8,740万円	27.8%
簡易水道	収益的収支	4億8,651万円	1億1,654万円	24.0%	5億1,237万円	5,042万円	9.8%
	資本的収支	3億1,248万円	0万円	0.0%	3億8,286万円	1億1,479万円	30.0%
	計	7億9,898万円	1億1,654万円	14.6%	8億9,523万円	1億6,521万円	18.5%
下水道	収益的収支	8億6,255万円	4億 589万円	47.1%	8億9,266万円	1億3,124万円	14.7%
	資本的収支	5億8,014万円	410万円	0.7%	8億6,635万円	1億6,043万円	18.5%
	計	14億4,268万円	4億1,000万円	28.4%	17億5,901万円	2億9,167万円	16.6%
病院	収益的収支	44億9,872万円	25億5,210万円	56.7%	47億7,441万円	20億9,299万円	43.8%
	資本的収支	3億5,122万円	0万円	0.0%	4億9,527万円	2億2,767万円	46.0%
	計	48億4,995万円	25億5,210万円	52.6%	52億6,967万円	23億2,066万円	44.0%
合 計	77億4,013万円	33億2,690万円	43.0%	89億5,681万円	30億6,494万円	34.2%	

貯金(基金)の状況

区 分	現金残高	前年同期
財 政 調 整 基 金	14億3,991万円	13億5,146万円
土 地 開 発 基 金	1億1,965万円	1億1,246万円
減 債 基 金	2億2,800万円	2億2,800万円
国保財政調整基金	3億7,594万円	3億5,739万円
介護給付費準備基金	2億1,359万円	2億 97万円
そ の 他	10億1,419万円	10億8,865万円
合 計	33億9,128万円	33億3,892万円
人口1人あたり	15万563円	14万6,553円

借金(町債)の状況

会 計	未償還残高	前年同期
一 般 会 計	174億7,672万円	178億9,974万円
町 営 牧 場	1億6,025万円	1億7,289万円
水 道	19億6,407万円	20億4,263万円
簡 易 水 業	27億4,162万円	27億1,352万円
下 水 道	29億5,814万円	31億2,614万円
病 院	21億2,053万円	21億4,798万円
合 計	274億2,134万円	281億 292万円
人口1人あたり	121万7,428円	123万3,504円

※人口は9月末現在の22,524人で算出（前年同期は22,783人）

問い合わせは、財政課 財政係まで。

税のお知らせ



令和5年分 年末調整の際の留意事項

令和5年分の年末調整は、令和4年分から大きな変更点はありません。
例年11月に開催していましたが年末調整説明会は、開催しませんのでご注意ください。
年末調整の詳しい内容については、国税庁ホームページをご確認ください。
国税庁ホームページURL <https://www.nta.go.jp/users/gensen/nencho/index.htm>



国税庁
ホームページ

年末調整を電子化しませんか？

年末調整の際に従業員が作成して勤務先に提出する「保険料控除申告書」や、保険会社から送付される「控除証明書」などの書類の電子化が進んでいます。

国税庁では、控除証明書データを利用して簡単に保険料控除申告書などの電子データを作成することができる「年末調整控除申告書作成用ソフトウェア（年調ソフト）」を提供しており、年末調整手続きを「年調ソフト」で電子化すれば、事務負担を軽減することができます。

◆年末調整手続の電子化による手続きの流れ

- ①従業員が、保険会社等から控除証明書等を電子データで受領
 - ②従業員が、①の電子データを年調ソフトにインポート（自動入力、控除額の自動計算）
 - ③従業員が、控除額が自動計算された保険料控除申告書などの書類を電子データにより勤務先へ提供
 - ④勤務先において、③の電子データを給与システムにインポートして年税額を計算
- ※ご利用の給与システムが年調ソフトから出力されたデータの取り込みに対応している必要があります

◆年末調整の電子化のメリット

- ・控除等の記入・手計算が不要
- ・年末調整関係書類の保管コストの削減
- ・従業員への問い合わせが減少

町・道民税は特別徴収で納めましょう！

町と根室振興局は、町・道民税の特別徴収拡大に向けた取り組みを進めています。
法令に基づく適正な特別徴収の実施について、事業主のみなさんのご理解とご協力をお願いします。

◆町・道民税の特別徴収とは

事業主が納税義務者である従業員に毎月支払う給与から町・道民税を天引きし、従業員に代わって納入する制度です。

特別徴収は地方税法により、原則として所得税の源泉徴収義務者である事業主に義務付けられています。

◆特別徴収のメリット

- ①所得税と異なり税額は町が計算しますので、事業主が計算する必要はありません。
- ②従業員は納税のために金融機関へ行く必要がなくなり、納め忘れがありません。
- ③年4回で納める普通徴収と比べ、毎月の給与から天引きになるので1回あたりの負担が軽減されます。

給報確認にご利用ください

毎年1月末までに前年の給与所得に係わる給与支払報告書等を提出いただいておりますが、計算が不安なことはありませんか。町ホームページでは、年末調整済みの給与支払報告書の計算を確認するエクセルファイルを掲載しています。ぜひ、提出する前にご活用ください。

詳しくは、右記QRコードから町ホームページをご覧ください。

また、給与支払報告書等の提出について、eLTAX（電子申告）で行うこともできます。
窓口混雑緩和や接触を控えるためにも積極的なご利用をお願いします。



町ホームページ

詳しくは、税務課 住民税係まで。



認可外保育園・幼稚園等預かり保育・一時預かり事業等の 幼児教育・保育の無償化について



認可外保育園や幼稚園等の預かり保育などを利用した際に施設へ支払った保育料（利用料）について、町から「保育の必要性の認定」を受けた場合、次の限度額まで給付が受けられます。

給付を受けるためには、事前に「保育の必要性の認定申請」が必要です。また、保育料（利用料）を支払った後に、払い戻しの請求手続きをする必要があります（領収書の有効期限は、利用月の翌月から2年です）。

◆対象施設・月額限度額（R5.10月現在）

対象施設・事業	認定区分 年齢区分	給付を受けるための要件	月額限度額
■認可外保育園 ●ニューグリーンハウス保育園 ●キッズルームこぐま ●ぼっぼ（院内保育所） ●ひなたぼっこ ■一時預かり事業 ●こども園かぼの ●えみふる（計根別） ■病児保育事業 ●スキップ（こどもクリニック内） ■ファミリー・サポート・センター事業 ●こども園かぼの	新2号認定 3歳児～5歳児	共働き世帯等で 保育の必要性がある 満3歳になった翌年の4月1日から小学校就学前の子	月額37,000円 ※給食費や教材費等は対象になりません。
	新3号認定 0歳児～2歳児	市町村民税非課税世帯であり、共働き世帯等で 保育の必要性がある 0歳から満3歳になった翌年の3月31日までの子	月額42,000円 ※給食費や教材費等は対象になりません。
■幼稚園等預かり保育事業 ●愛光幼稚園 ●カトリック幼稚園 ●ひかり幼稚園 ●第2ひかり幼稚園	新2号認定 3歳児～5歳児	共働き世帯等で 保育の必要性がある 満3歳になった翌年の4月1日から小学校就学前の子 ※ 満3歳になる年度の年度内は、非課税世帯のみが対象です。	月額450円× 利用日数 ※おやつ代や教材費等は対象になりません。

※保育の必要性の要件は、就労（月60時間以上）、妊娠・出産、疾病、障がい、介護、就学、求職活動などがあります。
 また、世帯の状況（住所・保護者・氏名）・就学先・勤務形態・保育の必要性の要件等が変更になった場合は手続きが必要となります。
 ※新1号認定は、新制度に移行していない幼稚園等を利用している場合に該当になります。町内に該当する施設はありません。

◆給付を受けるための手続き

	① 事前手続き 保育の必要性の認定申請	② 利用した翌月以降の手続き 給付（払い戻し）の請求
提出書類	(1) 施設等利用給付認定申請書 (2) 保育の必要性の要件を証明する書類	(1) 施設等利用費請求書 (2) 施設等が発行する『提供証明書 兼 領収書』
	※申請書、保育の必要性の要件を証明する書類の様式、請求書は子育て支援課で配布します。	
提出先	子育て支援課（役場1階窓口④番）	

※認定後に利用した分の保育料（利用料）から対象です。認定に1か月程度要する場合があります。
 ※給付月は、2月・4月・5月・8月・11月（年5回）です。給付月の前月までに受け付けした請求書について審査し、口座へ振り込みます。



令和6年度

新入園児募集

広報なかしべつ10月号でもお知らせしましたが、次の施設では、来年度4月以降入園希望のお子さんの申し込みを受け付けています。希望される保護者の方は、次の申込期限までに申請書等を提出してください。
 ※広域入所・特別保育については11月30日(木)締切です。

対象施設	町立中標津保育園・泉保育園 こども園かぼの・くるり中標津・ 計根別家庭的保育所	愛光幼稚園・カトリック幼稚園 ひかり幼稚園・第2ひかり幼稚園	計根別幼稚園
申込書類の配付	子育て支援課 (役場1階窓口④番)	入園希望の施設	計根別幼稚園
申込先		1号認定 入園希望の施設 2号認定 子育て支援課（役場1階窓口④番）	
申込期限	12月15日(金)まで	1号認定 11月1日～（締切は施設ごとに異なりますので各施設にご確認ください） 2号認定 12月15日(金)まで	11月24日(金)まで

詳しくは、子育て支援課 保育給付係まで。

令和5年度 防災訓練を実施しました！

9月23日(土)、令和5年度中標津町防災訓練を実施しました。

今回の防災訓練は、睦町内会および防災関係機関との合同で町から町民への連絡体制の確保および町民の災害対応能力向上を目的として、震度6強の地震を想定し、避難訓練、情報伝達訓練、消防による消火器取扱い訓練、心肺蘇生法やAEDの取扱いについての指導を行う一次救命処置訓練、町所有の給水車から給水した水を使用した非常食の炊出し訓練、警察による防災および防犯の啓発、各機関の車両および資機材の展示などを行いました。



消火器取扱い訓練



一次救命処置訓練



給水車からの給水



非常食試食



自衛隊展示車両の説明



パトカーの試乗体験

詳しくは、総務課 防災係まで。



Xin chào (シン チャオ)! こんにちは! 今月中標津に来て2年半が経つ、地域おこし協力隊のルエンです。早いもので3回目の冬を迎えようとしています。北海道の寒さにまだ慣れることができず、今のうちから冬に必要な物を備えています。

だんだん寒さが厳しくなってきますので、少しでも温かく感じるために今年の夏を振り返ってみたいと思います。今年の夏は半袖を着る日が多かったですね。暑い日々でしたが、みなさんはどのように過ごしていたのでしょうか? 私は色々なお祭りを見に行ってきました。まず、神社祭のお神輿に感激し、なかしべつ夏祭りでは、浴衣を着て、音頭踊りに参加しました。ほかにも、中標津町のお祭りだけでなく、イベントに無料で行けるバスを使って、周辺の町のお祭りも見に行きました。こうしたお祭りは地域の文化体験や地元の方々との交流ができて、私にとって貴重な機会となりました。

さて、7月には日本の食文化を体験するそば打ち体験、9月には外国の食文化を体験するミャンマー料理教室を開催しました。そば打ち体験では、「水回し、こねる、伸ばし、切る、茹でる」の行程を、講師の方に丁寧に教えていただきながら、みんなでおそばを作りました。

ミャンマー料理教室ではミャンマー出身の留学生に講師をしていただき、料理を作り始める前に、参加者のみなさんとミャンマーについて理解を深めるため、ミャンマーの文化「ツナッカー」(お化粧のようなもの)、ミャンマーのお正月の水祭り、食事のマナー」などを紹介してもらいました。

どちらのイベントも講師にご指導をいただき、みんなで協力しながら料理を作り、完成した後は、みんなで食事をしながらお互いの国のことなどについて会話を楽しみました。

日本に来てから、日本の文化はもちろん、ほかの国の文化を体験できる機会も増えて、教養が深まりました。これからも、たくさんの方と交流して、自分の見聞を広めて行きたいと思います。

各交流会の様子は「中標津町国際交流」のFaceBookで発信していますので、ご覧ください。



いい みらい 11月30日は「年金の日」



厚生労働省では、「ねんきんネット」などを活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らせていただく日として、毎年11月30日を「年金の日」としています。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンから、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来受け取る年金見込額を試算することができます。

この機会に、「ねんきんネット」でご自身の年金記録を確認してみませんか。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

https://www.nenkin.go.jp/n_net/

ねんきんネット

検索

問い合わせは、「ねんきんネット」専用ダイヤル (☎0570-058-555) まで。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます

国民年金保険料は、税法上、全額が社会保険料控除の対象となります。日本年金機構から、令和5年中の納付額が記載された「社会保険料(国民年金保険)控除証明書」が送付されますので、年末調整や確定申告の際にお使いください。

	発送時期	対象
①	令和5年10月下旬～11月上旬	令和5年1月1日から令和5年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方
②	令和6年2月上旬	令和5年10月1日から令和5年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方(①で送付された方を除く)

問い合わせは、ねんきん加入者ダイヤル (☎0570-003-004) まで。

牛乳・乳製品を使ったおすすめレシピ紹介します!

キノコ (1日に必要な食物繊維の約半分) とスキムミルクを合わせることで脂質を抑えながら、カルシウムを豊富にとれるのもポイントです!

あっさり和風きのこスパゲティ



食材 (2人分)

- 北海道産スキムミルク… 40g
 - 米油… 10g
 - ニンニク… 1g
 - 鶏ひき肉… 100g
 - 塩… ひとつまみ
 - しめじ、エリンギなど… 180g
- (A)
- 水… 360g
 - ほんだし… 5g
 - 醤油… 12g
 - おろしショウガ… 2g
 - ダイコンおろし… 40g
- (B)
- ミョウガ干切り… 1本
 - 大葉干切り… 4枚
 - 刻み海苔… 2g
 - 桜エビ… 5g

作り方

- ①米油とみじん切りにしたニンニクをフライパンに入れ中火で香りを出す。
- ②①に鶏肉と塩 (ひとつまみ) を加え火を通し、さらにキノコ類を加えて炒める。
- ③②にスキムミルクと(A)を加えてひと煮たちさせ、水溶き片栗粉(片栗粉+水40g) でとろみをつけたら塩で味を調える。
- ④パスタは表記通りに茹で、皿に盛り付ける。
- ⑤④に③のソースをかけ、(B)を飾りつけたら完成!

※ほかにも牛乳・乳製品を使ったレシピはこちら
[レシピ:MILK LAND HOKKAIDO→TOKYOより](#)



【脱脂粉乳 (スキムミルク) について】

スキムミルクは牛乳から脂肪分と水分を取り除き、細かい顆粒状にしたものです。乳脂肪がほとんど含まれておらず、低カロリーでたんぱく質やカルシウムを摂ることができ、水やお湯に溶けやすく、コーヒー等の飲料のほか、シチューやカレーなどの料理に幅広く使えます。また、水分を含んでいないため常温保存ができ、賞味期限も長く、扱いやすい特徴があります。スキムミルクは、牛乳に含まれる乳糖 (ラクトース) を含んでいます。この成分は水を含むと膨張する特徴があり、お腹に入ると膨らみます。おかげで空腹を感じにくく、食事を無理なく減らすことができるので、スキムミルクはダイエットの大きな味方にもなります。ぜひ日頃の食卓に取り入れておいしく健康に、引き続き乳製品の消費を応援してください。

問い合わせは、農林課 畜産係まで。

家電リサイクル品の排出方法について

家電リサイクル法により、不要になった特定家電品 (テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機・エアコン) はリサイクルすることが義務付けられているので、粗大ごみとして出すことができません。



処理方法① 買い替えの場合 製品を購入した店舗にご相談ください。

処理方法② 自分で手続きする場合

(1)指定引取場所まで持ち込む

事前に郵便局でリサイクル料金を振り込み、その際に受領するリサイクル券と廃家電を指定引取り場所である日標運輸 (緑町南3丁目5番地 ☎73-4060) に持ち込みます。

(2)町内の家電を取り扱っている店舗に依頼する

町内の家電を取り扱っている店舗にご相談の上、依頼してください。なお、店舗が引き取る費用 (収集・運搬料金) とメーカーがリサイクルするための費用 (リサイクル料金) が必要になります。

問い合わせは、生活課 環境衛生係まで。

し尿汲み取りの申し込みはお早めに!!

- し尿の汲み取りは、例年、年末に申し込みが集中するため、収集や浄化センターでの処理が間に合わない場合がありますので、お早めに申し込みをお願いします。
- 年内の汲み取りを希望する場合は、11月末日までに申し込みください。申し込みの状況によっては、翌年1月の汲み取りになる場合がありますので、ご了承ください。
- し尿証紙は必ず事前にご購入ください。



申し込みは、(有)北方産業 ☎72-3186まで。



「宝くじの助成金」で 町内会活動用備品を整備しました

南泉町内会では、宝くじの助成金によりテント、発電機、ミーティングチェア等の町内会活動用備品を整備しました。

この事業は、一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業で、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的として行われているものです。

今回の整備によって、南泉町内会の各種行事や子どもの育成活動などの充実を図ることができ、地域コミュニティの更なる活性化が期待されます。

整備備品



テント(2張)



発電機(1台)



ミーティングチェア(40脚)

- ◆会議テーブル (10台)
- ◆専用台車 (2台)
- ◆ショルダーメガホン (1台)
- ◆ベンチセット (10台)
- ◆ジャケット (40着)
- ◆キャップ (40個)
- ◆ガスコンロ (2個)
- ◆充電草刈機 (1台)

問い合わせは、政策推進課 協働推進係まで。



SNSがきっかけのトラブルが増えています！

幅広い年齢層で利用されているSNS。便利な一方で、SNS上の広告から注文した商品が届かない、粗悪品が届いたなどのトラブル、SNSで知り合った人物から副業や投資などの儲け話に誘われ、高額なお金を指定された口座に振り込みした後に連絡が取れなくなるなど、悪質な手口に利用されているケースが増加しています。

みなさんへのアドバイス 「ひとりで悩まずにまずは相談を！」

- SNS上で表示された低価格や商品の効果を過剰に表現した広告をを鵜呑みにせず、購入先の会社情報や商品代金などはもちろん、ホームページの記載内容はよく確認しましょう。
- SNSの知り合いが信用できる相手とは限りません。相手の書き込みやメッセージを安易に信用しないようにしましょう。また、一旦、情報が拡散されてしまうと削除は困難です。個人情報や特定されるような書き込みをしない、身分証明書等の情報は送らないようにしましょう。

相談は、中標津町消費生活センター（役場生活課内）まで。

令和5年度 陸・海・空自衛官等募集中

募集種目	応募資格	受付期間	試験 期 日	合格発表	そ の 他
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満	第3回 9月6日～11月30日	1次:12月9日(釧路) 2次:令和6年1月10日(釧路)	1次:12月22日 最終:令和6年1月29日	【曹】となる自衛官 1次試験(筆記試験の科目) 国語総合、英語Ⅰ、数学Ⅰおよび作文
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満	年間を通じて 行なっています。	受付時にお知らせします。		【任期制】の自衛官選抜試験で合格後【曹】も可能
予備自衛官補 (一般)	18歳以上 34歳未満				【教育訓練開始】 令和5年12月以降
予備自衛官補 (技術) (国家免許資格等 を有する者)	18歳以上 保有資格により異なる	※第2回 6月1日～9月21日	※第2回 9月23日～10月9日 (いずれか1日)	※第2回:11月9日	【招集手当】 8,800円/日 【その他】 所定の教育訓練終了後予備自衛官として任用 ※第1回で採用予定数を採用した場合は、第2回を実施しない場合あり。
高等工科大学	男子中卒 (見込含) 17歳未満	(推薦) 11月1日～12月1日 (一般) 11月1日～ 令和6年1月5日	令和6年1月6日～8日(内1日) (受験場所は受付時示す)	令和6年1月13日	身分 特別職国家公務員(自衛官ではない。) 生徒手当106,900円/月 期末手当年2回約180,000円/回 卒業資格(提携する通信制高等学校) 神奈川県立横浜修徳高等学校卒業



自衛隊帯広地方協力本部 中標津地域事務所
(中標津町東1条南1丁目7-1)
☎72-0120まで。

● COPD(慢性閉塞性肺疾患)ってどんな病気？

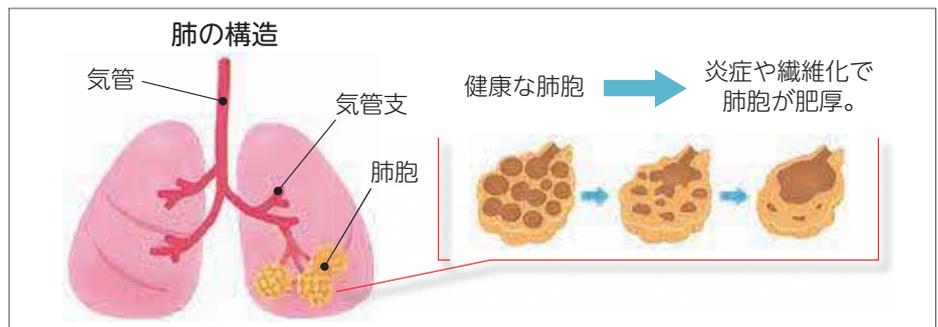
COPDは、長年の喫煙習慣や肺の成長障害が原因となって徐々に呼吸機能が低下する病気で、以前は「慢性気管支炎」、「肺気腫」とよばれていました。

たばこなどの有害物質を長年吸い込むことで肺の中の気管支に炎症が起こり、せきやたんがでることや気管支が細くなることで空気の流れが低下します(慢性気管支炎の状態)。また、気管支の先にある肺胞の炎症や繊維化がすすみ肥厚することにより肺に必要な酸素が取り込めず、息切れが生じやすくなります(肺気腫の状態)。この病気になると、肺炎や肺がんなどになりやすくなることもわかっています。

● COPDの原因は？

COPDの主な原因はたばこであることから「肺の生活習慣病」と言われています。

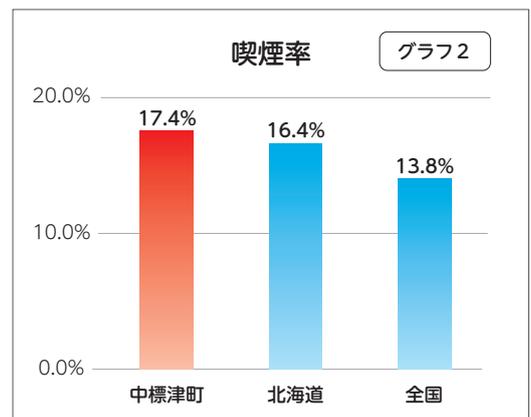
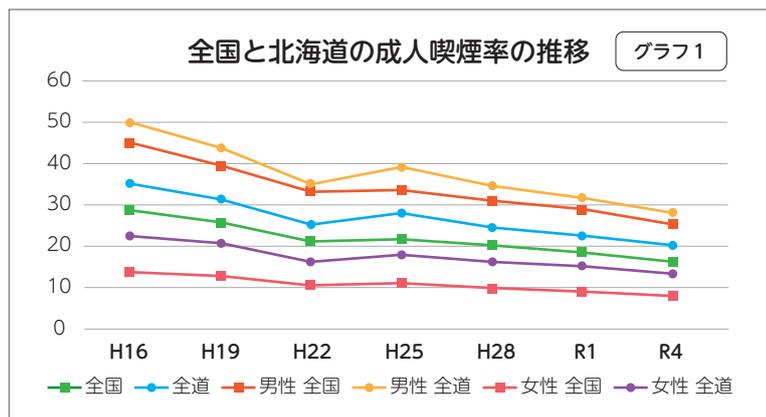
喫煙者の15～20%がCOPDを発症しますが、認知度が低いためか発症していてもそのことを自覚していない人が多くいると考えられています。



● 北海道および中標津町の喫煙率

北海道は全国に比べて喫煙率が高く、(グラフ1) 中標津町で特定健康診査を受けている方の喫煙率を見ると、北海道および全国より高い状況です(グラフ2)。

WHO(世界保健機構)によると2019年に世界でCOPDにより亡くなった人は約323万人で、死亡原因の第3位になっています。日本国内では、2021年のCOPDによる男性の死亡原因は第9位と世界から見ると低いように見えますが、診断されていない人も多数いることが予測されていますので、実際の数字はさらに多いと予想されています。



● 禁煙、がん検診を受けましょう

健康に生活できる期間を長く続けるためにも、喫煙している人は禁煙することや、定期的ながん検診を受けて、肺の状態を確認し、早期発見・早期治療することが大切です。

中標津町では、がん検診の費用を一部補助しています。がん検診は、職場の健康診断で受ける機会がありますが、健康診断を受ける機会がない方は、毎年保健センターの会場で行われる集団検診、医療機関に委託している個別検診をお勧めしています。今年度の集団検診は終了しましたが、個別検診は引き続き受けられます。詳しくは、右記QRコードから町ホームページを参考にしてください。保健センターまでお問い合わせください。



町ホームページ

問い合わせは、中標津町保健センター 健康推進課 健康推進係まで。

テーマ食材 「ブロッコリー」

今回初めて開催しました「中標津地産地消レシピコンテスト」ですが、おかげさまで34作品（小中学生の部20作品、一般の部14作品）の応募をいただきました。ご応募いただいたみなさんありがとうございました。中標津町食育推進連絡会議で審査を行い、選ばれた6作品を発表します。受賞されたみなさんおめでとうございます。



小中学生の部



最優秀賞

**ボリューミー！
ブロッコリーの肉巻き(チーズ和え)**
広陵中学校2年 前田 桂子さん

優秀賞

**ブロッコリーと
ゴーダチーズのグラタン**
広陵中学校2年 大場 蒼菜さん



審査員特別賞

**ブロッコリーの
カラフルどん**
丸山小学校3年 山口野乃花さん



一般の部



最優秀賞

ブロッコリーのザクザクコロケ
鈴木 優香さん

優秀賞

**ブロッコリーと
ツナの味噌カレーペンネ**
不藤 洋美さん



審査員特別賞

カラフルトースト
井口美和子さん



「ブロッコリー」

中標津町の
特産品

中標津町では、平成15年より大根に続く新規野菜として作付けを開始しました。例年7月中旬～10月中旬にかけて収穫されます。中標津特有の気温の寒暖差により甘みが強いのが特徴です。野菜の中でもブロッコリーは栄養価が高く、特に多く含まれているのがビタミンCで、続いてたんぱく質、葉酸、カリウム、食物繊維などたくさんの栄養が含まれています。

詳しいレシピは
ホームページで
ご覧いただくことが
できます！



町ホームページ

問い合わせは、中標津保健センター 健康推進課 健康指導係まで。

- 中標津町役場 電話73-3111
- 中標津町役場 計根別支所 電話78-2211
- 中標津町保健センター 電話72-2733
- 中標津警察署 電話72-0110
- 中標津消防署 電話72-2181
- 中標津町立病院 電話72-8200
- 中標津保健所 電話72-2168

中標津町では町民のみならずへ緊急的に情報提供が必要な場合に備え、中標津町緊急情報メール(キキボウ)にて情報発信を行う体制を整備しています。登録については、次のアドレスに空メールを送信してください。
nakashibetsu@raiden.ktaiwork.jp



健康

「特定健康診査」個別検診のお知らせ

中標津町国民健康保険加入の方の特定健康診査を、次の医療機関で実施しています。

- 所 石田病院 電話(72)9112
- 町立中標津病院 電話(72)8200
- 町立中標津病院へご予約ください。
- 鉦路がん検診センター
- 電話0154(37)3370

鉦路がん検診センターへご予約ください。

※鉦路がん検診センターと町立中標津病院では、がん検診を一緒に受診できます(別料金)。

対 国民健康保険加入の40歳～74歳の方
※昭和59年3月31日以前に生まれた方で
健診日に75歳未満の方

期 令和6年3月31日まで
料 無料
持 特定健康診査受診券、健康保険証
問 中標津町保健センター

骨粗鬆症検診のお知らせ(12月分)

時 12月5日(火)～28日(木)の毎週火・木曜日
※受付は10時30分～11時まで

所 町立中標津病院
内 問診、骨密度測定(腰椎・大腿(太もも)骨)、診察

対 20歳以上の方

※内服治療中の方は主治医に確認してください。

定 1日2人
料 20～69歳…2,700円
70～74歳…1,300円

中標津町国民健康保険、後期高齢者医療保険、生活保護世帯の方…無料

申 11月15日(水)
問 中標津町保健センター

子宮頸がん検診のお知らせ(12月分)

時 12月4日(月)～28日(木)の毎週火・水曜日
※受付は8時30分～11時まで

※乳がん検診との同時受診を希望される方は、月・木曜日の14時からとなります。

所 町立中標津病院
内 頸部細胞診、膣エコー検査(希望者のみ)
対 20歳以上の女性
(検診の間隔は2年に1回)

料 2,000円(70歳以上1,300円)
膣エコー検査は1,750円

縮 11月15日(水)
他 受診する際は、保健センターへご連絡ください。検診券を発行します。

乳がん検診のお知らせ(12月分)

時 12月1日(金)～29日(金)
※受付は①14時～

- ②14時30分～
- ③15時～

※子宮頸がん検診との同時受診を希望される方は、月・木曜日となります。

所 町立中標津病院

内 問診、マンモグラフィ撮影
対 40歳以上の女性
(検診の間隔は2年に1回)

※ペースメーカーの使用、豊胸手術をされている方は、かかりつけ医にご相談ください。

料 2,400円(70歳以上1,600円)

申 11月15日(水)
問 中標津町保健センター

税金

土地建物の登記手続きはお早めに

固定資産税は、毎年1月1日現在の所有者(登記名義人)に課税されます。土地建物の名義変更や取り壊し等の登記手続きは、法務局中標津出張所でお早めにお済ませください。

なお、納税者が亡くなった場合は、「相続人代表者指定書」を、未登記建物の名義変更と取り壊しの手続きは、「未登記家屋所有権移転報告書」および「家屋取壊報告書」を税務課資産税係に提出してください。

一般

マイナンバーカード 夜間・休日窓口について

平日や日中、マイナンバーカードの受け取りが困難な方は、マイナンバーカード夜間・休日窓口を開設しますのでご利用ください。

なお、マイナンバーカードの受け取りに限り、券面事項・電子証明書の更新手続きなどマイナンバーカードに係る手続きであれば行うことができます。

時 夜間窓口 11月16日(木) 18時～20時
休日窓口 11月26日(日) 9時～17時
問 住民保険課 戸籍住民係

ごみ収集のお知らせ

祝日におけるごみ収集等は次のとおりです。

日 程	ごみ収集	最終処分場
11月23日(木)	休み	休み

問 生活課 環境衛生係

年金相談所開設のお知らせ

鉦路年金事務所の年金相談所が次の日程で開設されます。相談は完全予約制です。

時 12月5日(火) 13時～17時
12月6日(水) 9時～14時
所 中標津町役場 1階101会議室
申 鉦路年金事務所 電話0154(25)1521

※電話をかける時自動音声がかかります。最初の案内で「1」を、次の案内で「2」を押してください。お客様相談室につながります。

新年交礼会のお知らせ

令和6年新年交礼会を開催します。会券は11月27日(月)より販売する予定です。

中標津地区 令和6年1月6日(土) 11時から
所 総合文化会館しるべっと
他 会券販売場所 役場総務課、計根別支所

計根別地区 令和6年1月6日(土) 13時30分から
所 中標津町交流センター(計根別支所)
他 会券販売場所 役場総務課、計根別支所

問 総務課 総務係

町営住宅入居者募集

所計根別団地（1階建）

旭第2団地（2階建）
2LDK（2階）1戸

泉団地（3階建）
2LDK（1階）1戸
3LDK（2階）1戸

※単身不可、世帯向け
泉団地（平屋建）
2LDK 1戸

旭ふれあい団地（2階建）
3LDK（2階）1戸

※単身不可、世帯向け
他申込条件
申期 11月9日（木）～17日（金）

町税等（負担金・使用料含む）に未納がないこと。入居資格には「所得・暴力団員の制限等」があります。
入居時期 令和5年12月下旬頃を予定
選考方法 運営委員会の意見を聞いて、困窮度の高い方から入居を決定します。

申問 都市住宅課 住宅係（役場2階窓口④番）

住民税均等割のみ課税世帯を対象とした「令和5年度北海道低所得世帯臨時特別給付金」のお知らせ

北海道では、住民税非課税世帯に対する給付金の対象とならない住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯あたり1万2千円の給付金給付事業を実施しています。対象となる世帯の世帯主へ北海道から順次確認書が届きますので、12月1日（金）までにお手続をしてくださいます。詳しくは北海道のホームページをご確認いただくか、コールセンターにお問い合わせください。

問 北海道給付金事務局
0120（175）043（平日9時

～18時（み）
<https://kyuhu-hokkaido.jp>

11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」です

一人でも雇ったら、労働保険（労災保険・雇用保険）の成立手続が必要です。労働保険は、政府が管掌する強制保険であり、労働者（パート・アルバイト含む）を一人でも雇用していれば、原則として業種・規模を問わず労働保険の適用事業となり、事業主は成立手続を行い、労働保険料を納付しなければなりません。

労働保険制度は、昭和50年に全業種への全面適用となつてから50年近く経過し、その間に適用事業数は増加し、令和4年度末現在で約343万事業に達していますが、現在においても、なお相当数の未手続事業が存在しているとみられ、このことは、労働保険制度の健全な運営、費用の公平負担労働者の福祉の向上等の観点から極めて重要な課題となっており、早急な未手続事業の解消が求められています。

このため、厚生労働省では「未手続事業一掃対策」を、年間を通じて主要課題として位置付けた上で、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」とし、全国において集中的な活動を展開し、各種事業主団体、個別事業主への訪問指導等を強化し、事業主への制度の概要を説明することにより、自主的な手続を促しています。なお、説明することによつても自主的に保険関係の成立手続を取らない事業主に対しては、職権による成立手続を実施しています。

女性のためのなんでも相談所開設

時 11月19日（日） 13時～16時
所 総合文化会館110番 第2研修室
他 みんなの人權110番

0570（003）110
子どもの人權110番
0120（007）110
問 根室地方法務局根室支局
0153（23）4874

「女性の人權ホットライン」強化週間

法務局では、女性の人權についての専用相談電話「女性の人權ホットライン」を設置しています。女性に対する夫からの暴力（DV）やセクシュアル・ハラスメントなど女性の人權に関する悩みをご相談ください。

時 平日・8時30分～17時15分
（年末年始を除く）
【強化週間中の受付時間】
8時30分～19時
※土・日・祝日は10時～17時

期 強化週間：11月15日（水）～21日（火）
他 実施機関：釧路地方法務局・釧路人權擁護委員連合会
問 女性の人權ホットライン
0570（070）810

公共職業訓練受講生募集

時 令和6年1月4日（木）～令和6年6月27日（木）
対 ハローワークに求職の登録をしている方
定 ビジネスワーク科 15人
他 見学日11月22日（水）・11月29日（水）
選考日12月14日（木）
¥ 2万円程度（テキスト代）

申 期 10月30日（月）～12月8日（金）
申 ハローワーク釧路
0154（41）1201
問 ポリテクセンター釧路
0154（57）5938

指名手配被疑者の発見にご協力を

北海道警察では、凶悪事件などで指名手配した被疑者の発見に全力を挙げています。

よく似た人を知っている、よく似た人を見かけたといった情報など、どんなわずかなことでも結構ですので、警察に通報していただくようお願いいたします。詳しくは、北海道警察ホームページをご覧ください。

問 中標津警察署



わかものフリー相談会in中標津

サポステは厚生労働省が設置する、15歳から49歳までの就職を目指す若者やそのご家族等の総合相談窓口です。仕事や将来のこと、生活のことなど幅広くご相談をお受けしています。さまざまなお悩みについて一緒に考えてみませんか？
どうぞお気軽にお越しください。

時 11月24日（金） 13時～16時
※受付は12時30分から
所 総合文化会館110番 2階研修室
問 くる若者ステーション
0154（68）5102

有料広告

中標津 別海 家事代行サービス

清掃業務全般 家政婦派遣 収納アドバイス お任せ下さい

料金表	一スポット清掃—
—中古住宅清掃一般タイプ—	レンジフード 14,300円～
1LDK 38,500円～	キッチン 11,000円～
2LDK 44,000円～	レンジ・キャッチャー 22,000円～
3LDK 49,500円～	浴室（お風呂） 16,500円～
戸建て +20,000円～	トイレ 9,900円～
お見積り無料	エアコン清掃 17,500円～

〒086-1157 中標津市中標津町西町3丁目20番1
電話 0153-70-4608 携帯 090-1386-9426

町立中標津病院からのお知らせ

外来採血の検査室採血開始について

9月19日より、外来採血を2か所(①検査室、②採血・注射室)で実施しています。
 ①検査室は歩行可能な方、②採血・注射室では車椅子、小児、点滴・処置を伴う方の採血を行います。
 採血場所の指示は、各科にてご案内しますので、廊下上部の案内板をご確認ください。

●採血の流れ

- * ①検査室は検査室窓口にて受付時に、採血がある方には**ピンク色の整理券**をお渡しします。
- * 尿検査がある方は採尿カップをお渡ししますので、採尿室で尿カップを提出してください。
- * 採血は待合のモニター画面に番号が表示されましたら、検査室に入室してください。
- * 入室後は、採血台上部モニターに表示されている採血台で採血しますのでお進みください。
- * 採血前に整理券を採血者にお渡ししてください。
- * 検査室採血台は2台のため、混雑時は採血注射室をご案内する場合があります。



※2023年12月には、採血採尿受付機、予約コントロールシステムが導入となり、整理券・尿カップの自動配布、予約時間に合わせた採血が可能となります。

出前講座(まちなか健康サロン)を開催しました

中標津しらかば学園からの依頼にて、10月4日(水)「糖尿病について」の出前講座(まちなか健康サロン)を開催しました。当日は当院の5職種(管理栄養士・臨床検査技師・臨床工学技士・薬剤師・理学療法士)から、糖尿病の予防や治療、運動療法や食生活等についてお話をしました。

受講された方からは「まずは食事と運動から気をつけなきゃ」という声が多く聴かれ、みなさんの健康意識の高さを感じました。今後もこのような活動を通し、町民みなさんの健康維持や健康活動に協力していければと考えています。



問い合わせは、町立中標津病院 医事課 ☎72-8200まで。

今月の表紙

今月の表紙は丸山小学校防災教室からの1枚です。
 児童一人ひとりに、発電機の起動を体験してもらいました。苦戦の様子も見受けられましたが、全員無事に起動することができました。
 また、今月号は就業体験に訪れた中標津高等学校の生徒4名に原稿の入力作業等をしていただき、広報紙を発行することができました。作業していただいたみなさんありがとうございました!

ひとのうごき

9月30日現在住民登録人口 ※ ()内は前月比

町の人口	22,524(- 6)	【うち外国人 237(+ 6)】
男	11,136(- 2)	【うち外国人男 112(- 1)】
女	11,388(- 4)	【うち外国人女 125(+ 7)】
世帯数	11,514(+ 2)	

誕生	8(± 0)
死亡	18(- 6)
転入	56(+ 16)
転出	52(- 4)