

2025
(令和7年)

9

№753

なつじん

広報

報 空とみどり人が人をつないでいくまち



今月の表紙



今月の表紙は、なかしべつ夏祭りからの一枚です。なかしべつ夏祭りといえば、会場を彩る数多くの提灯ではないでしょうか？

2ページには夏祭りの様子が掲載されていますので、ぜひご覧ください。

Contents

- 2…第69回なかしべつ夏祭り
- 3…定額減税不足額給付金(不足額給付)のお知らせ
- 4…国民年金に加入されている方へ
- 8…中津津町防災の日
- 避難所開設・運営訓練
- 13…町立中津津病院からのお知らせ
- 16…令和7年国勢調査を実施します

第69回

なかしべつ夏祭り



定額減税調整給付金(不足額給付)のお知らせ

定額減税調整給付金(不足額給付)の対象者と把握できた方には、「給付のお知らせ」または「支給確認書」を郵送しています。

状況により、役場では対象と把握できないケースも考えられますので、次のとおり確認し給付に該当する可能性がある場合には税務課までご連絡ください。

※不足額給付金に該当しやすい方 令和5年所得より令和6年所得の方が少なかった方、令和6年中に扶養が増えたり住宅ローン控除の適用になったりなど控除が大幅に増えた方

★確認方法

令和6年度に支給した調整給付金の支給確認書に記載している「所得税」分の「控除不足額」と次の金額を比較します。次の金額の方が大きい場合には不足額給付の対象となる可能性があります。令和6年度の調整給付金の対象外だった方は控除不足額は「0」として計算してください。

給付金は、1万円単位に切り上げて給付となるため、条件に当てはまった場合でも必ず給付の対象となるわけではありませんので、ご留意願います。



●定額減税額を受けきれなかった方

確定申告をした方

確定申告書の『④令和6年分特別税額控除』から『③再差引所得税額』を引いた金額

災害減免額	③
再差引所得税額	④
令和6年分特別税額控除	⑤
再差引所得税額	⑥
令和6年分特別税額控除	⑦
再差引所得税額	⑧
令和6年分特別税額控除	⑨
再差引所得税額	⑩
令和6年分特別税額控除	⑪
再差引所得税額	⑫
令和6年分特別税額控除	⑬
再差引所得税額	⑭
令和6年分特別税額控除	⑮
再差引所得税額	⑯
令和6年分特別税額控除	⑰
再差引所得税額	⑱
令和6年分特別税額控除	⑲
再差引所得税額	⑳
令和6年分特別税額控除	㉑
再差引所得税額	㉒
令和6年分特別税額控除	㉓
再差引所得税額	㉔
令和6年分特別税額控除	㉕
再差引所得税額	㉖
令和6年分特別税額控除	㉗
再差引所得税額	㉘
令和6年分特別税額控除	㉙
再差引所得税額	㉚
令和6年分特別税額控除	㉛
再差引所得税額	㉜
令和6年分特別税額控除	㉝
再差引所得税額	㉞
令和6年分特別税額控除	㉟
再差引所得税額	㊱
令和6年分特別税額控除	㊲
再差引所得税額	㊳
令和6年分特別税額控除	㊴
再差引所得税額	㊵
令和6年分特別税額控除	㊶
再差引所得税額	㊷
令和6年分特別税額控除	㊸
再差引所得税額	㊹
令和6年分特別税額控除	㊺
再差引所得税額	㊻
令和6年分特別税額控除	㊼
再差引所得税額	㊽
令和6年分特別税額控除	㊾
再差引所得税額	㊿

確定申告をしていない方

給与収入のみで 年末調整をした方

源泉徴収票の備考欄に記載されている『控除外額』の金額
(記載がない、または源泉徴収税額が100円以上の場合は給付金対象外です。)

年金収入のみの方

源泉徴収票の備考欄に記載されている『控除外額』の金額
(記載がない場合には控除外額は「0円」です。)



上の★の金額が、下の◆の金額より多い場合に該当する可能性があります

令和6年度調整給付金の支給確認書に記載されている所得税の控除不足額

(1)調整給付金の支給額及び算出式

所得税	定額減税可能額 (3万円×(本人+扶養親族数))	令和6年分推計 所得税額	控除不足額(①)
30,000 円	29,700 円		300 円

●定額減税及び低所得世帯向け給付の対象とならなかった方

次の全てに該当する方は救済措置として不足額給付の対象となる場合があります。

- 令和6年度住民税の所得割額(定額減税前)が0円である
- 令和6年分所得税額(定額減税前)が0円である
- 低所得世帯向け給付(令和5年度非課税世帯給付(7万円)、令和5年度均等割世帯給付(10万円)、令和6年度新たな非課税又は均等割世帯給付(10万円))の対象外である
- 令和6年分の所得は事業専従者所得である
または、令和6年分合計所得金額が48万円超である

問い合わせは、税務課 住民税係(直通 ☎74-0752) まで。

国民年金(第1号被保険者)に加入されている方へ

Q1 国民年金の保険料はいくら？

- 国民年金保険料は、月額17,510円の定額です（令和7年度）
- 国民年金に加入されている方には、日本年金機構から「国民年金保険料納付書」が送られます。
- 納付期限は、翌月末日（土曜・日曜・休日の場合は、金融機関の翌営業日）です。

Q2 保険料はどこで納めればいいのか？

- 納付書で納められる場所は、銀行などの金融機関・郵便局・コンビニエンスストアです。
- 納付には納め忘れがなく確実な「口座振替」が便利です。
- このほか、「クレジットカード」や「電子納付」による納付方法もあります。

Q3 将来の年金額を増やしたいときは…

- 定額保険料（月額17,510円）に付加保険料（月額400円）をプラスすると、「**200円×付加保険料納付月数**」で計算した付加年金が老齢基礎年金に上乗せされます。

【付加保険料を10年間納めた場合の計算例】

200円×120月（10年）＝24,000円（年額）

- ・付加保険料は、申し込みのあった月から対象となります。
- ・国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。



Q4 退職したばかりで納付が難しいときは…

- 所得が少なく、納付することが困難なときは、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」をご利用ください。

国民年金保険料のご案内を、民間事業者に委託しています

日本年金機構では、国民年金保険料の納付が遅れている方に対する電話・文書・戸別訪問による納付のご案内を民間事業者に委託しています。

北海道内は、『**アイヴィジット・NTTE印刷共同企業体**』（代表企業：株式会社アイヴィジット）が担当しています。



民間事業者の訪問員は、日本年金機構が発行した顔写真付きの身分証明書を携行しています。なお、訪問の際、現金や年金手帳、通帳などをお預かりすることはありません。

問い合わせは、住民保険課 保険年金係（直通 ☎74-0845）まで。

証明書の手数料が変わります

役場窓口で交付する「住民票の写し」「印鑑登録証明書」の交付手数料を**令和7年10月1日**より改定します。

【住民票の写し】

1通200円→**300円** ※1ページ追加につき、100円増

【印鑑登録証明書】

1通300円→**400円**

なお、コンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機での証明書交付については従来通りの手数料となります。

また、役場ロビーにも同様のマルチコピー機を令和7年10月1日より設置する予定です。

（手数料は、コンビニエンスストアと同額で交付できます。）

※マルチコピー機による証明書交付機能の利用にはマイナンバーカードが必要となります。



問い合わせは、住民保険課 戸籍住民係（直通 ☎74-0846）まで。

介護職・看護職・リハビリ職 就職合同説明会

中標津町内の介護事業所が集う合同説明会を開催します。

経験がなくても、資格がなくても、ブランクがあっても大丈夫！働きたい曜日や時間、仕事内容等なんでも相談してください。また、職業体験を希望する方も大歓迎です。その場で勤務条件や給与などの交渉もできます。どんな仕事があるのか話に聞きに来るだけでもOK！

みなさんのお越しをお待ちしています！

<日 時> 10月30日(木) 10時～12時 <場 所> 総合文化会館 しるべっと1階 展示室
<参 加 料> 無料（申込・履歴書は不要）
<募集資格> ・介護職 ・看護職 ・リハビリ職
・ケアマネジャー ・福祉用具専門相談員

介護の仕事では様々なみなさんが活躍中！

介護の仕事を通して、
毎日「ありがとう」の言葉をもらえることが、
本当に幸せだと感じています。



■主催 中標津町介護保険事業者協議会

問い合わせは、事務局 中標津りんどう園（☎73-5335）
中標津町地域包括支援センター 役場内介護保険課6番窓口（直通 ☎74-0867）まで。

畜産食品加工研修センターから 令和7年度 研修会開催のお知らせ

畜産食品加工研修センターでは、地域農業や地場産物への理解を深めていただくことを目的として、以下のとおり乳製品や食肉製品の製造体験研修会を開催しています。
この機会にソーセージやチーズ作りなどを体験してみませんか？

【1人あたりの研修料金】（参加者が8人の場合）

	ソーセージ (約1.25kg) (10時～14時頃)	ソーセージ (約1.25kg) ハム (約1.1kg) (10時～15時頃)	ソーセージ (約1.25kg) ベーコン (約1.1kg) (10時～15時頃)	ゴーダ・マリボー・ ストリング・カチョ カバロのいずれか (約1.25kg) (10時45分～15時30分頃)	チェダーチーズ (約1.25kg) (10時45分～15時30分頃)
夏季 (5月～10月)	2,974円	6,984円	6,485円	2,608円	2,764円
冬季 (11月～4月)	3,042円	7,122円	7,622円	2,690円	2,847円

※金額は参加者が8人の場合です。8人より増える場合は金額が変わります。

※研修会の希望日が重なった場合、組み合わせにより他のグループと合同で行います。

※終了時間については多少前後します。

【申込・受付について】

◎開催日 各研修の開催スケジュールについては町ホームページでご確認いただくか、直接センターまでお問い合わせください。

◎受付期間 参加希望日の前月1日～15日

◎申込方法 **申込書をFAX、郵送、または直接センターへ提出**

（申込書は町ホームページよりダウンロードしてください）

参加決定した方には25日までに決定通知書を送付します。

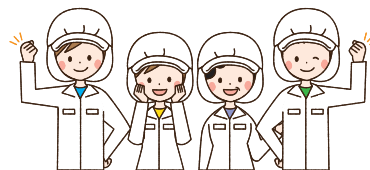
◎持ち物 エプロン、三角巾、マスク、昼食（昼食・飲み物等は、各自ご持参ください）

◎注意事項 **申し込みは3か月に1回まで。**

都合により日程の変更、または中止となる場合がありますのであらかじめご了承ください。

※10人以上の団体で希望される方は希望日の2か月前までに別途ご相談ください。

（団体以外の電話での予約は受け付けておりません。）



申し込み・問い合わせは、畜産食品加工研修センター（☎78-2216 ☎78-2649）まで。

地域おこし協力隊が着任しました!!

令和7年6月から、中標津町に新たに7人の地域おこし協力隊が着任しました。新たな協力隊員は、自身のスキルを活かした魅力発信や、町と包括連携協定を締結している(株)ふるさと開拓ラボのもとでのプロジェクト参画など、地域の活性化に向けた様々な活動を展開していきます。地域のみなさんからも応援をお願いします!



令和7年6月1日着任 《写真右から》

- ・阿部 謙太郎 (あべけんたろう) 隊員
- ・内田 雄一 (うちだ ゆういち) 隊員
- ・篠崎 智久 (しのざき ともひさ) 隊員
- ・原 口 明大 (はらぐち あきひろ) 隊員
- ・坂本 航基 (さかもと こうき) 隊員
- ・堀江 優斗 (ほりえ ゆうと) 隊員

活動内容

企業派遣型地域おこし協力隊として、(株)ふるさと開拓ラボのもと、当町における雇用創出や人材定着、DXの推進等の様々なプロジェクトに参画し活動を展開します。

令和7年6月9日着任 《写真左》

- ・原 口 美雪 (はらぐち みゆき) 隊員

活動内容

委託型地域おこし協力隊として、動画編集とナレーションで中標津町の魅力を映像×音声で発信する活動を展開します。

町と(株)ふるさと開拓ラボとの包括連携協定はこちらで確認!



問い合わせは、政策推進課 企画調整係 (直通 074-0726) まで。

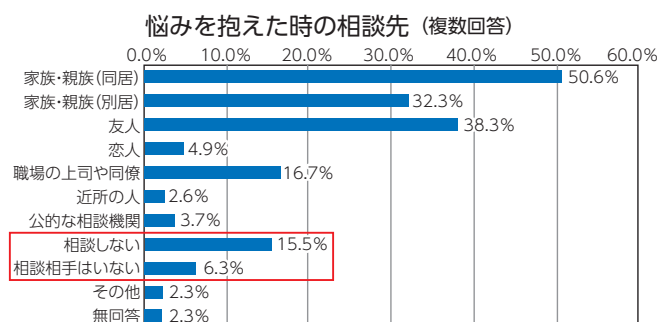
9月10日から16日までは「自殺予防週間」です

自殺は様々な要因が複雑に絡み合った、追い込まれた末の死と考えられており、それは他人事ではなく「誰にでも起こりうる危機」と言えます。一人で悩み続けることはとても苦しいことです。誰かに相談することで、心が軽くなったり、違う道が見えてくることもあります。

町民アンケート結果から

令和5年9月に実施した、生きるを支える町民アンケート結果では、「悩みを抱えたときやストレスを感じた時に、誰に相談しますか?」の設問で、家族・親族、友人や職場の人等に相談をしている方が多いことが分かりました。その一方で、「相談しない」、「相談相手はいない」という方もいることがわかりました。

一人で抱え込まずに、相談してみませんか?



● あなたの悩みを相談してみませんか?

○北海道いのちの電話 011-231-4343 (24時間)

○こころの電話相談 0570-064-556

〔月～金〕9時～21時〔土、日、祝日〕10時～16時 ※12/29～1/3除く

○北海道こころの健康SNS相談窓口 (LINE相談)

〔平日、土、祝日〕18時～22時、〔日〕18時～翌朝6時

QRコードを読み取り、友だち登録をしてください。混雑時はお待ちいただくこともあります。

LINE相談



相談窓口一覧



ほかにも、困った時の相談先をホームページに掲載しています。

問い合わせは、保健センター健康推進課健康推進係 (072-2733) または福祉課障がい福祉係 (直通 074-0885) まで。

令和7年度
(10～3月)

燃やせないごみ・粗大ごみ収集日カレンダー

中標津・計根別市街地の燃やせないごみ、粗大ごみの収集は、下記カレンダーのとおり、原則、第1・3・5週に1回、**お住まいの地域の資源ごみ収集と同じ曜日**に行なっていますので、お間違えのないようにお願いします。



令和7年 10月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 祝日	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

令和7年 11月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 祝日	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 祝日	25	26	27	28	29
30						

令和7年 12月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

令和8年 1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1 祝日	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 祝日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

令和8年 2月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 祝日	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 祝日	24	25	26	27	28

令和8年 3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 祝日	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

不燃ごみ・粗大ごみ収集日

ごみ収集休み

問い合わせは、生活課 環境衛生係（直通 074-0890）まで。

地域おこし協力隊が行く! — Vol.88

中標津町地域おこし協力隊 白石 しらいし 強志



中標津は私の父の実家と以前お話しさせていただきましたが、5月の新聞の記事に女優の倍賞千恵子さんが北海道で沢山の映画に出演した中で山田洋次監督の「家族」という映画が1番感情移入したという記事を読みました。

「家族」という映画は長崎から酪農を夢見て、貧しい一家が中標津に向かって長旅をするというロードムービーです。船や電車を乗り継いでいくなかで子供を亡くしたり、やっとの思いで中標津に着くも入植歓迎会の夜に父親が亡くなったり不幸に見舞われながらも力強く生きていく感動作です。交通センター横に記念碑があります。

私の持っている写真に、祖母の若いころの後ろ姿と茅葺の家、数頭の牛、小学生が写っている昔の写真があります。今まではあまり気にかけていませんでしたが、叔父に写真を見せたところ入植時に暮らしていた風景と分かり、小学生だった父も確認できました。

現在は大規模経営が進み搾乳、餌、健康管理、糞尿処理までロボット化にしている酪農家さんが増えています。が、映画「家族」や昔の写真のように希望を持って入植された先代の苦労があったと今があると感じました。

私も牛舎のお手伝いをすることがあります。中標津の酪農が将来も豊かであるようにみなさんも応援しましょう。



令和7年度 中標津町 避難所開設・運営訓練



親子での参加也大歓迎！

日時：令和7年10月5日（日）9:15~12:00

場所：中標津町総合体育館サブアリーナ

対象：中標津町在住の方ならどなたでも

**内容：参加者で実際に避難所を作り
避難者の受付を体験する訓練です**

持ち物：上靴、動きやすい服装

中標津町総務部総務課防災係 TEL0153-74-0768

申込はコチラ



申込〆切
9月29日まで



中標津町

毎年10月4日は



防災の日です!

1994（平成6）年10月4日22時23分、北海道東方沖地震が発生しました。

地震の規模は、マグニチュード8.2と、2011（平成23）年3月11日に発した東北地方太平洋沖地震が起こるまでは、気象庁がデータを整理している1923（大正12）年以降、日本周辺で発生した地震としては、最大級の地震でした。

最大震度は、釧路市と厚岸町で震度6と観測され、中標津町は当初震度4と発表されましたが、地震計が設置されている場所が市街地から離れ、地盤も頑丈であったため被害状況から判断して震度5強～6弱程度の地震だったと推測されています。

釧路市での被害が目立っていましたが、中標津町での被害も甚大で、建物や道路が損壊し、断水により給水車が出動するなど、大きな被害を受けました。

中標津町では、災害での教訓を風化させないため、北海道東方沖地震が発生した10月4日を「中標津町防災の日」として定めています。



写真はすべて、当時の中標津町の様子です。

詳しくは、総務課 防災係（直通 ☎74-0768）まで。

中標津町公の施設の指定管理者を募集します

中標津町では、令和8年（2026年）4月から管理運営を行う次の施設の指定管理者を募集します。

指定管理者になるには、募集期間内に応募し、中標津町公の施設に係る指定管理者選定委員会における審査を経て指定管理者候補者となり、中標津町議会の議決を得る必要があります。

番号	募集の名称	施 設 の 名 称	担 当 課
1	公 園	丸山公園、末広公園、旭ヶ丘ふれあい公園、東7条緑地、町民憩いの広場、旭児童公園、泉児童公園、東中児童公園、中央児童公園、双葉児童公園、清泉児童公園、東児童公園、西町児童公園、石塚児童公園、りんどう遊園地、皆川児童公園、南町児童公園、白樺児童公園、陸25条児童公園、宮下児童公園、桜ヶ丘児童公園、睦児童公園、まこと児童公園、明生児童公園、標津川緑地、わんぱく児童公園、桜児童公園、農村公園、翔の広場、計根別正美公園、みどり遊園地、しるべつと広場、緑ヶ丘森林公園（キャンプ場を除く。）	建設水道部 管理課管理係 直通☎74-0930
2	キャンプ場	緑ヶ丘森林公園キャンプ場	

■募集期間 令和7年9月22日(月)～令和7年10月31日(金)

■応募資格 団体（法人である必要はありません）

■指定期間 令和8年（2026年）4月1日～令和12年（2030年）3月31日（4年）

■募集要項等 9月22日(月)以降、担当課にて配布します。

問い合わせは、担当課まで。

町有財産売払いのお知らせ

中標津町が所有している土地・建物を一般競争入札により売払いします。詳細については、申込受付期間中に建設課（役場2階窓口⑥番）において閲覧・配布する関係資料でご確認ください（町ホームページでも確認できます）。



物件番号	区分	所在地	地目	数 量	予定価格 (最低売却価格)
財産 1	土地	西5条北3丁目1番1、 1番2、1番3	宅地	3,720.93㎡	44,757,000円
	建物	木造亜鉛メッキ鋼板ぶき平家建	集会所	358.02㎡	710,000円
		建物の消費税額等（10%）			
	合 計				
財産 2	土地	東1条南4丁目1番1	宅地	1,147.61㎡	17,114,000円
	建物	コンクリートブロック造亜鉛 メッキ鋼板ぶき平屋建	居宅	169.92㎡ (84.96㎡×2棟)	380,000円
		建物の消費税額等（10%）			
	合 計				
財産 3	土地	東3条南7丁目7番	雑種地	487.28㎡	5,260,000円

申込受付期間：9月8日(月)～10月15日(水)

入札日：11月19日(水)

問い合わせは、【物件に関すること】建設課 管 財 係（直通 ☎74-0954）

【入札に関すること】財政課 契約用度係（直通 ☎74-0724）まで。

イベントにはバスで!! No.3

根室中部広域生活交通協議会（以下、協議会）と中標津空港利用促進期成会（以下、期成会）では、バス利用促進に併せ、観光振興、飲酒運転撲滅とCO2削減のためのエコ運動として「イベントにはバスで!!」をキャッチフレーズに、右の対象イベントのみで利用できる無料乗車券を配布します。

近隣自治体の魅力的なイベントに参加してみませんか？

対象イベント

しべつあきあじまつり…………… 9月末予定
西別川あきあじまつり…………… 10月上旬予定
根室産業フェスティバル…………… 10月5日(日)

■協議会の対象路線

中標津別海線
標津西春別線

■期成会の対象路線

中標津空港線

留意事項

- ・各イベントにより、対象路線が異なります。
- ・受付期間は各イベント開催3日前までです。
- ・受付はバス定員で締め切ります。
- ・小学生以下の方は保護者の同伴が必要です。



申し込み・問い合わせは、生活課 交通町民相談係（直通 074-0889）まで。

町民意見募集(パブリックコメント)を実施します

下記の計画の案がまとまり、町民のみなさんのご意見を募集します。

◆第7期中標津町総合計画後期基本計画（案）

■閲覧場所

町ホームページ、政策推進課窓口、まちづくり情報コーナー、総合文化会館窓口、計根別支所窓口

■意見提出方法

備え付けの様式により、持参・郵送・FAX・Eメール、または電子フォーム

■閲覧期間

9月中旬～1ヶ月程度

※閲覧期間は変更となる場合があります。

詳細につきましては、町ホームページをご確認ください。



パブコメに関する
Q&Aはこちら

問い合わせは、政策推進課 企画調整係（直通 074-0726）まで。

町民のみなさんの声をきかせてください! 「まちづくりを考える懇談会」を開催します

中標津町をより良く、住み続けたいまちにするため「こうなればいいな」「こんなことしたいな」と思うことを、町長と直接話し合いませんか？

中標津町総合文化会館（しるべつ）で昼の部と夜の部の2回、計根別交流センターで夜の部の1回、計3回開催します。

町民の方ならどなたでも自由にご参加いただけますので、多くのみなさんのお越しをお待ちしています。



	日 時	場 所
中標津町総合文化会館開催	9月24日(水) 13時30分～	第2研修室
	9月24日(水) 19時30分～	第2研修室

	日 時	場 所
計根別交流センター開催	9月25日(木) 19時30分～	大集会室

みなさんの意見が
まちの未来をつくります！

お時間が合う日程に
ぜひご参加ください!!

※手話通訳など支援が必要な方は事前にご連絡ください。

問い合わせは、政策推進課 協働推進係（直通 074-0728）まで。



SNSがきっかけのトラブルが増えています!

気軽に便利なコミュニケーションツールとして利用されているSNSですが、便利な一方で、SNSがきっかけとなっているトラブルが増加しており、国民生活センター等で注意を呼び掛けています。

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で表示される大幅な値下げや低価格を謳う広告や、簡単に稼げるなどの投稿やメッセージを鵜呑みにしないようにしましょう。
- SNS上で知り合い、やり取りしている相手が個人情報を提示したからといっても本当だという確証はなく、信用できる人物とは限らないため安易に個人情報を教えないようにしましょう。
- 投稿した情報が一旦、拡散されてしまうと消去することは困難です。個人を特定できるような内容、写真などの投稿は安易にし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（直通 ☎74-0892）まで。

令和7年度 陸・海・空自衛官等募集

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2回 7月1日～9月2日 第3回 9月16日～11月21日	1次: 9月13日～21日 2次: 10月11日～22日 1次: 11月29日～12月4日 2次: R8年1月6日～13日	1次: 10月2日 最終: 12月4日 1次: 12月15日 最終: R8年2月5日	「曹」となる自衛官
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」への任官も可能
防衛大学校学生	18歳以上 21歳未満	7月1日～10月16日	1次: 11月1日 2次: 11月29日～12月3日うち1日	1次: 11月19日 2次: 12月26日	卒業後は幹部自衛官となります。学生間は、学生手当が支給されます。
予備自衛官補(一般)	18歳以上 52歳未満	第2回 5月24日～9月11日	※第2回 9月13日～9月29日 (いずれか1日)	※第2回: 11月6日	【教育訓練開始】令和7年7月以降 【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
予備自衛官補(技能) (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				



* その他、看護学生(看護師)等ありますのでお気軽にお問い合わせください。

動画配信中



問い合わせ先: 標津郡中標津町東1条南1丁目 中標津地域事務所 ☎0153-72-0120

有料広告

中標津 別海 家事代行サービス

清掃業務全般 家事代行業務 断捨離 収納アドバイス

新築住宅清掃 中古住宅清掃 社宅清掃

一住宅清掃目安

1LDK 38,500円～

2LDK 44,000円～

3LDK 49,500円～

平屋戸建て+2万円～

2階戸建て+4万円～

新築住宅 1坪1,500円～

一スポット清掃

レンジフード 14,300円～

キッチン 11,000円～

リビングキッチン 22,000円～

浴室 16,500円～

トイレ 9,900円～

エアコンクリーニング 17,050円～



お見積無料

☎0153-70-4608

中標津町西町3丁目20-1

断捨離 収納アドバイス ゴミ屋敷清掃

★断捨離 物の少ない暮らしは心も軽くなる。

★収納アドバイス 年間数十件のご依頼有ります。仲間分け、使用箇所、使用頻度に合わせて収納していきます

★ゴミ屋敷清掃 お困りの方が多いです。ご相談ください

家事代行業務

初回お試し2時間

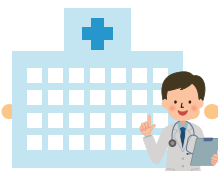
5,500円

通常価格/2時間 6,600円

※1名1時間追加につき3,300円

遠方の方3時間～対応

町立中標津病院からのお知らせ



外来診療体制が変更になりました

【皮膚科外来】

令和7年8月以降、毎週水曜日の午前中を予約外来として、一般診療を休診とさせていただくこととなりました。

患者様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

体制		月	火	水	木	金
午前	1診	出張医師 (旭医大)	出張医師 (旭医大)	予約外来 (一般診療休診)	小池医師	小池医師
	2診	小池医師	小池医師			
午後	1診	出張医師 (旭医大)	処置・手術	処置・手術	専門外来	専門外来
	2診	小池医師				
備考		児童・学生外来(予約) 15時30分～16時30分	児童・学生外来(予約) 15時30分～16時30分			

※毎週木曜日・金曜日の受付時間は8時30分～10時までとなります。

【精神科外来】

令和7年10月以降の診療体制は次のとおりとなります。

《令和7年10月6日から》

体制	月	火	水	木	金
午前	再診予約診療 (杉村医師)	再診予約診療 (杉村医師)	再診予約診療 (杉村医師)	診断書作成のための 予約診療 (狩猟・猟銃・障害年金等)	
午後					

※当面の間、月2回 出張医師（田辺医師、梅本医師）の外来診療も継続します。

※午後の診療をご希望の方は、出張医師診療日の対応となります。

※木曜日は診断書作成目的の予約診療となります。予約窓口は医療相談室です。

※初診については、再開の目処がございましたらホームページでお知らせします。患者様には大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

※医師の都合により急遽休診となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

問い合わせは、町立中標津病院 医事課（☎72-8200）まで。

老人クラブ加入のご案内



中標津町老人クラブ連合会では、概ね60歳以上の方の地域老人クラブへの加入をお勧めしています。

概ね60歳以上の方なら随時入会できますので、入会を希望される方や興味のある方は、事務局までご連絡ください。

問い合わせ先

中標津町老人クラブ連合会事務局

〒086-1110

中標津町西10条南9丁目1番地4

☎79-1231 ☎79-1233

(総合福祉センター 中標津町社会福祉協議会)

くらしのひろば

Information

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

乳がん検診のお知らせ（10月分）

時 10月1日（水）～31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。

縮 2,500円（70歳以上1,600円）
9月12日（金）

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。

申 問 中標津町保健センター

骨粗鬆症検診のお知らせ（10月分）

時 10月2日（木）～10月30日（木）毎週火・木曜日
※受付は10時30分～11時

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
定 1日2人

子宮頸がん検診のお知らせ（10月分）

時 10月1日（水）～10月30日（木）
※受付は8時30分～11時
※乳がん検診と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。

縮 2,000円（70歳以上1,300円）
9月12日（金）

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。

申 問 中標津町保健センター

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）

縮 2,000円（70歳以上1,300円）
9月12日（金）

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。

申 問 中標津町保健センター

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らず、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 9月16日（火）18時～19時45分
休日窓口 9月28日（日）9時～17時
問 住民保険課 戸籍住民係
☎（74）0846

戸籍に振り仮名が記載されます

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名の振り仮名が追加されることになりました。

中標津町に本籍地を置く方には、令和7年8月に、戸籍に記載される予定の「仮の振り仮名」をご案内しています。通知の振り仮名に誤りがあるときは、中標津町役場住民保険課戸籍住民係まで届出を行なってください。通知の振り仮名が正しいときは、届出をしなくても通知のとおり戸籍に記載されます。

※届出はマイナポータルからも行うことができます。

（ログイン後トップページから「証明書↓すべて見る」↓「戸籍」↓「手続き↓戸籍のフリガナ申請」）

※振り仮名の届出に手数料は一切かかりません。また、届出をしなかったとしても、罰則や罰金はありません。振り仮名の届

ごみ収集・最終処分場の日程表

■ごみ収集・最終処分場お休み
■不燃・粗大ごみ収集日
（お住まいの地区の資源ごみと同じ曜日に当たります。）

9月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 祝日	16	17	18	19	20
21	22	23 祝日	24	25	26	27
28	29	30	10/1	10/2	10/3	10/4
10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11

問 生活課 環境衛生係
☎（74）0890

犬の登録について

飼い犬の登録は犬の生涯に一回です。現在、犬を飼っているが登録をしていない方、または、新たに犬を飼いだした方は登録をしてください。マイクログリップ装着犬の場合は、ウェブサイト（犬と猫のマイクログリップ情報登録）より登録を行なってください。登録内容に変更が生じたときは、届け出が必要です（犬の飼い主が変わったとき、

出にあたって、法務省や市区町村に金銭を支払うよう要求することはありません。詐欺にご注意ください。

問 法務省コールセンター
☎0570（05）0310
住民保険課 戸籍住民係
☎（74）0846

飼い主の住所が変わったとき等)。
問生活課 環境衛生係
TEL (74) 0890

年金相談所開設のお知らせ

釧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 10月7日(火) 13時～17時
 10月8日(水) 9時～14時

所中標津町役場 2階201会議室

申釧路年金事務所

TEL 0154(25) 1522

※電話をかけると自動音声流れます。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。

無料法律相談のお知らせ

弁護士が専門的にアドバイスしてくれる無料法律相談を実施します。

時 10月14日(火) 10時30分～15時

所中標津町役場

内猪原健弘弁護士に、民事・家事・行政事件に関する案件に限りご相談できます。

定 7人

締 10月1日(水)から先着順に受け付け、定員になり次第締め切ります。

申問生活課 交通町民相談係

TEL (74) 0889

令和7年度特定計量器(小型ばかり)の定期検査を行います

商店・工場・学校・病院等で、取引または証明上の計量に使用している「ばかり」「分銅」「おもり」は、計量法に基づき2年に1回知事が行う「定期検査」を受検し、合格したものでなければ使用できません。

ん(代検査計量士の検査を受検した計量器は定期検査を免除されます)。

受検予定事業所には今月中旬を目処に案内を予定していますが、令和5年10月(前定期検査)以降に新規で特定計量器を購入し使用している事業所、新規開業等により特定計量器を使用している事業所等はお問い合わせください。

時 所

・中標津市街

10月9日(木) 9時30分～16時30分

中標津町労働会館 大会議室

※前回定期検査実施時と検査会場が変更となっております。ご注意ください。

・計根別地区

10月10日(金) 10時30分～12時

中標津町交流センター(計根別支所)

問経済振興課 商工労働係

TEL (74) 0463

9月定例会の開催予定について

時 9月8日(月) 10時

所中標津町役場 3階議事堂

問議会事務局 議事係

TEL (74) 0912

就業支援講習会のお知らせ

就業にあたって必要な知識を身につけ、就労意欲を高めるための講習会を開催します。

時 9月27日(土) 10時～12時

所中標津町総合福祉センター(プラット)

内在宅ワークや地域活動で新たな収入源を得るための手法を学びます。

講産業カウンセラー・パソコン講師

対ひとり親家庭の親、寡婦等、離婚を考えている方

定 10名(託児あり)

締 9月24日(水)
他就労・生活・困りごとを相談できる巡回相談を同時開催

問釧路母子家庭等就業・自立支援センター

TEL 0154(22) 2401

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。

「何から始めたらよいかわからない」「自分に向いている仕事って？」など、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 9月19日(金) 13時～16時

※受付は12時30分～

所総合文化会館しるべつと 2階研修室

問くしろ若者サポートステーション

TEL 0154(68) 5102

ゲートボール初心者教室のお知らせ

ゲートボールは老若男女ともに楽しめる軽スポーツです。年齢を問わず世代間の交流ができ、健康づくり、仲間づくりができます。まずは体験をし、ゲートボールの良さを実感してみませんか？

時毎週水・土曜日 9時30分～11時30分

所中標津町シルバースポーツセンター

(中標津町東20条北7丁目)

他ゲートボール用具は協会で用意します。

上靴は各自ご持参ください。

問中標津ゲートボール協会 武田

TEL (73) 1760

町内会に加入しましょう



中標津町全町内会連合会は、安心・安全な住みよいまちづくりを目指しみなさんの協力のもと「防災・福祉・環境」に取り組み、助け合い、支え合うことを目的に活動をしています。転入・転居された方に、新たに「町内会加入案内連絡票」をお配りしています。希望日時に、町内会の役員がお伺いしますので、ご連絡お待ちしております！町ホームページに、「町内会長名簿」を掲載していますので、お問い合わせにご利用ください。町内会員割引制度の協賛店も随時募集中です！

**あいさつ
みまもり
たすけあい**

問い合わせは、中標津町全町内会連合会事務局 役場生活課内(直通 TEL74-0891)まで。

令和7年国勢調査を実施します



- 国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象で、統計法によって回答する義務が定められています。
- 9月中旬から下旬頃に**、調査員がみなさんのお宅を訪問し、居住確認、**調査書類等をお配りします**。(調査員が世帯員の方に接触できない場合は、郵便受けに投函されます。)
- 【推奨する回答方法】インターネット回答(10/8まで)
かんたん・便利なインターネット回答にご協力をお願いします。
⇒24時間いつでもどこでも回答可能で調査員が再度お宅を訪問することはありません。
回答に人数の制限がありません。(紙調査票は4人まで記入可能ですが、5人以上の世帯は追加の紙調査票が必要になります。)
- スマホからの回答は、QRコードを読み取ることで簡単に回答画面までログインできます。**
IDやパスワード(アクセスキー)の入力は不要です。
- 調査票(紙)で回答する場合は郵送提出をお願いします。
- 10月8日までに回答が確認できない場合は、調査員が調査票の回収に伺います。
- 万一、調査書類が届いていない場合や、追加の調査票が必要な場合は、広報調査係までご連絡ください。
- 国勢調査では、金銭等を要求することはありませんので、詐欺にご注意ください。**

インターネット回答期間

9/20(土) → 10/8(水)

調査票(紙)での回答期間

10/1(水) → 10/8(水)

国勢調査については、「国勢調査2025キャンペーンサイト」をご覧ください。

<https://www.kokusei2025.go.jp/>



詳しくは、総務課 広報調査係(直通 ☎74-0763)まで。

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!!



ひとのうごき

7月31日現在住民登録人口 ※ () 内は前月比

町の人口	22,095(− 33)	【うち外国人 365(+ 7)】
男	10,937(− 13)	【うち外国人 194(+ 7)】
女	11,158(− 20)	【うち外国人 171(± 0)】
世帯数	11,609(− 8)	

誕生	10(+ 1)
死亡	15(− 3)
転入	46(− 16)
転出	74(+ 10)

乳用牛飼養戸数 252戸 乳用牛飼養頭数 44,759頭 ※各農協8月1日現在データ