

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
- 町立中標津病院
☎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

国保人間ドックのお知らせ

所 石田病院

期 令和9年3月31日まで

内 問診、診察、身体計測（身長・体重・腹囲）、
血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、
眼底検査、胃部内視鏡、腹部超音波、
便潜血検査、胸部レントゲン

※その他、医療機関により追加検診が可能
な場合があります（別途料金）。

対 中標津町国民健康保険に1年以上継続加入し、
前年度までの保険税を滞納していない世帯の40～74歳の方

定 若干名（先着受付順）
※年度内に特定健診を受けた方は、受け
られません。

¥ 40～69歳…11,000円
70歳以上…7,000円

申 問 中標津町保健センター

骨粗鬆症検診のお知らせ（11月分）

時 11月5日（木）～26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

※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

¥ 20～69歳…2,700円

持 エプロン、三角巾、筆記用具

子宮頸がん検診のお知らせ（11月分）

時 11月2日（月）～30日（月） 毎週月～金曜日

※受付は8時30分～11時

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）
20歳以上の女性

対 20歳以上の女性
（検診の間隔は2年に1回、令和7年度
に町の検診を受けていない方）

¥ 2,000円（70歳以上1,300円）
膣エコー検査は1,760円

縮 10月15日（木）

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

中標津町食生活改善協議会主催 生涯骨太ワッキング教室のご案内

時 11月20日（金） 10時30分～13時

所 中標津町保健センター

内 低栄養、フレイル、骨粗しょう症予防を
目的としたメニューの調理実習

対 町民
定 12人（先着順）
持 エプロン、三角巾、筆記用具

税金

〈所得課税証明書〉 コンビニ交付を開始しました！

課税証明書（所得課税証明書）のコンビニ
交付サービスを開始しました。

マイナンバーカードを利用して、コンビニ
ニや役場等に設置しているマルチコピー機
から交付が可能です。非課税の方は非課税
証明書が発行されますが、無収入の方は事
前に税務課へ申告が必要となります。

手数料を300円と窓口より低く設定し
ていますので、証明書が必要な際にはぜひ
ご利用ください。なお、交付可能時間は6
時30分～23時です。

問 税務課 住民税係
☎（74）0752

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 10月16日（金） 18時～19時45分
休日窓口 10月25日（日） 9時～17時

問 住民保険課 戸籍住民係
☎（74）0846

資源一時保管庫の利用方法について

新聞・雑誌・段ボールの古紙類は必ずひ

もで縛ってから資源一時保管庫に入れてく
ださい。ばらばらになっていると収集する
ことができません。また、新聞・雑誌・段
ボール以外のごみは資源一時保管庫に入れ
ることができませんので、お間違えの無い
ようお願いいたします。なお、資源一時保管庫
の設置場所は「ごみの分け方・出し方パン
フレット」やホームページにも掲載してい
ます。

問 生活課 環境衛生係
☎（74）0890

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
行なっています。）

10月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	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
11/1	11/2	11/3 祝日	11/4	11/5	11/6	11/7

問 生活課 環境衛生係
☎（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 11月10日（火） 13時～17時
11月11日（水） 9時～13時

所 中標津町役場 2階201会議室

申 釧路年金事務所
☎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。

秋の全道火災予防運動を実施します

中標津消防署では、暖房器具の使用などにより火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、10月15日(木)から10月31日(土)までの期間で、令和8年秋の全道火災予防運動を実施します。

期間中は、防火ボスターの掲示や消防車両による広報、各種メディアなどで『火の用心』の呼び掛けを実施しますので、町民みなさんのご理解とご協力をお願いします。

期 10月15日(木)～10月31日(土)

内 ①初日行事セレモニー

10月15日(木) 10時(中標津消防署庁舎前)

②街頭啓発

10月15日(木) 10時40分

(東武サウスヒルズ前)

問 中標津消防署 予防課 予防係

ハロウィンジャンボ宝くじ等発売のお知らせ

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が、9月16日(水)から10月16日(金)まで全国で2種類同時に発売されます。

この宝くじの収益金は、市町村の地域経済活性化や環境保全など、地域住民の明るく住みよいまちづくりのために使われます。

内 ハロウィンジャンボ宝くじ

賞金 1等 3億円 12本ほか

(1等前後賞各1億円)

※当選本数は販売総額360億円・12ユニットの場合

ハロウィンジャンボミニ

賞金 1等 2,000万円 50本ほか

(1等前後賞各1,000万円)

※当選本数は販売総額150億円・5ユニットの場合

ユニットの場

他 抽選日：10月26日(月)

事業主向け

通年雇用支援セミナーを開催します

根室管内4町通年雇用促進協議会では、事業主の方を対象に『ハラスメント防止措置義務への実務対応』と題したセミナーを開催します。事業主に求められるハラスメント防止措置義務と実務対応、パワハラを防ぐコミュニケーションのポイントについて、また、最新の労務関係の法改正情報を盛り込んでわかりやすく解説していただきます。

また、セミナー終了後には個別相談も申し受けしますので、ご希望の方はお申し込みください。

時 10月16日(金) 13時30分～15時30分

※個別相談 15時30分～16時30分

所 総合文化会館しるべつと

2階 研修室

内 『ハラスメント防止措置義務への実務対応』・パワハラハラスメントを中心に事業主

が取り組むべきこと

講 荒井博美氏

荒井博美氏

荒井博美氏 荒井博美氏 荒井博美氏 荒井博美氏

特定社会保険労務士／国家資格キャリア

コンサルタント

定 20人

¥ 無料

縮 10月15日(木)

申 問 根室管内4町通年雇用促進協議会

TEL (72) 6789

メール tsunen@n4cho.jp

赤い羽根共同募金運動について

10月1日(木)から、第80回赤い羽根共同募金運動がスタートします。

お寄せいただいた募金は、子どもたち、高齢者や障がい者などを支援するさまざまな福祉活動や災害時の支援などに役立てられています。

みなさんからの温かい募金をお待ちしています。

期 10月1日(木)～12月31日(木)

問 中標津町共同募金委員会事務局

(中標津町社会福祉協議会内)
TEL (72) 1231

道民生活応援ポイント

給付事業のお知らせ

本事業について、北海道では対象となる世帯主のみなさんに申請に必要な「案内はがき」をお送りしています。(6月下旬ごろ)申請期限は令和8年11月16日(月)までとなっていますので、未申請の方はアプリまたは郵送にてお手続きください。

期 令和8年5月1日時点の道内の全世帯主

内 アプリ申請

どうみんポイント5,500円相当

郵送申請

JCBギフトカード5,000円相当

問 利用者専用コールセンター(9時～17時)

TEL 0120(842)076

下水汚泥たい肥「環境」の配布について

資源循環型社会の構築を目指す取り組みの一環として、秋用たい肥(下水汚泥たい肥)の配布を行います。希望される方は、たい肥袋(肥料袋等)をご持参のうえお越しください。家庭の花壇、薬物野菜等の補助肥料に適していると言われていています。

時 10月7日(水)～16日(金)

(土日祝を含む) 10時～15時

所 中標津下水終末処理場

(中標津町東35条北6丁目1番地)

問 上下水道課 下水道係

TEL (74) 0972

下水道係からお願い

下水道管のつまりが多く発生しています。天ぷら油、ティッシュペーパー等は、つまりの原因となるため流さないようお願いします。また、飲食店では排水設備の定期清掃の実施をお願いします。

問 上下水道課 下水道係

TEL (74) 0972

「バス運転体験&合同就職相談会 in釧路」が開催されます

釧路・根室地域におけるバス運転手確保のため、北海道とバス事業者が連携した運転体験・合同就職相談会が開催されます。参加費無料・事前申込不要です。

時 10月24日(土) 10時～14時

所 釧路運転免許試験場

内 ①バス運転体験

②個別ブース相談

※バス運転体験は65歳未満の普通運転免許証をお持ちの方

問 しろバス株式会社

TEL 0154(36) 8181

阿寒バス株式会社

TEL 0154(37) 2225

根室交通株式会社

TEL 0153(24) 2202

一日合同行政相談所開催のお知らせ

9月・10月は「行政相談月間」です。行政機関や弁護士、司法書士、総務大臣から委嘱された行政相談委員などが、登記、相続、税金、年金、不動産、福祉、行政サービスなどの身近なお困りごとについて無料で相談に応じます(予約不要、先着順)。

時 10月29日(木) 12時～15時

(最終受付14時30分)

所 総合福祉センタープラット

問 総務省釧路行政監視行政相談センター

TEL 0154(23) 7136

中標津町担当の行政相談委員



小柳 ひろみさん



佐藤 良文さん