

食中毒を防ぎましょう

季節が夏へと変わるこれからの時期には、食中毒が増加する傾向にあります。

気温・湿度も上がり、またキャンプなど、屋外で食べる機会も増えるため、食品の調理・保存に注意しましょう。



細菌を「つけない・増やさない・やっつける」という食中毒予防の三原則について注意し、被害防止に努めましょう。

①細菌をつけない

- 手だけではなく、食器・調理器具など、食品に触れるものすべて清潔にする。
- 食品をラップなどでしっかり包み、ほかの食品と接触しないようにする。

②細菌を増やさない

- 調理する前の食品は、早めに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- 調理後の食品は放置せず、早めに食べる。

③細菌をやっつける

- 加熱する際には、しっかり火を通して調理する。
- 食器・調理器具の汚れを落とすために、真水で十分に洗う。

役場住民課環境衛生係
(1階③番窓口 ☎485-2111 内線125)

献血にご協力 ください



思いやりと健康を
献血で贈ります

■実施月日 / 7月23日(月)

■場所・時間 /

○役場前…

午前10時～正午

○(株)フクハラ標茶前…

午後1時30分～3時

○開発センター前…

午後3時30分～4時30分

献血をされた方には、後日、血液センターから血液検査結果が送られますので、健康チェックにお役立てください。
※平成23年4月1日から、採血基準の改正により、これまで男女ともに18歳以上の方をお願いしていた400ml献血について、男性の方に限り17歳の方にもご協力いただけるようになりました。

町立病院からのお知らせ

☆今月の外科医師 / 7月の外科医師は、北大第一外科から1週交代の医師派遣となります。

標茶町立病院 ☎485-2135

URL <http://www.town.shibecha.hokkaido.jp/hospital/>

☆7月の小児科診療受付時間 /

☆お願い /

- 町立病院の医師を確保するためにも、緊急に診断・治療が必要な方を除き、できるだけ通常時間帯の
- 受診をお願いします。



	一般診療			予防接種 (事前予約が必要です)	
	午前の部	午後の部		13:00～ 13:30	14:45～ 15:45
	8:45～11:00	13:00～14:30	13:45～14:20		
2日(月)	●	休診	●	●	休診
9日(月)	●	休診	●	●	休診
17日(火)	●	休診	●	●	休診
23日(月)	●	休診	●	●	休診
30日(月)	●	●	休診	休診	●
31日(火)	●	休診		休診	

【予防接種の受付について】

定期的予防接種(麻しん風しん混合・BCG・ジフテリア破傷風混合)の接種希望者は、小児科診療日の午前11時までに病院に電話連絡してください。(ワクチンの準備の都合上、お願いします。)

任意の予防接種は予約が必要ですので、総合受付窓口または電話で申し込みください。(水痘・おたふくかぜ・ヒブ・小児用肺炎球菌・肺炎球菌・子宮頸がん・麻しん・風しん・麻しん風しん混合の9種)

標茶町ほっとらいふ制度 上下水道・暖房費を助成

本町では、「標茶町ほっとらいふ制度」を設け、上下水道料および暖房費の助成を行っています。

助成額は世帯区分によって異なりますので詳しくは下記係まで問い合わせください。

■助成対象／国保税の7割減額・5割減額の対象となっている世帯またはそれと同様な所得の世帯

■支給期／8・12・4月の年3回（暖房費は12月支給期に助成）

■受付場所・問い合わせ／役場住民課社会福祉係（1階②番窓口☎485-2111内線122）、各公民館

※受け付けは随時行っています。

※1年に1回の申請が必要です。

※申請の際は、印かんを持参し窓口にて振込先の金融機関名・口座番号を伝えてください。

国民年金の上乗せ年金 国民年金基金

国民年金基金に加入できるのは、下記の条件を満たしている方です。

○20歳から60歳未満の方

○国民年金保険料を納めている方（農業者年金加入者除く）

こんなメリットがあります

①掛金は全額社会保険料控除となり、税金が軽減されます。

②加入したときの掛金や受け取る年金額は変わりませんので、自分に合わせた年金設計ができます。

③保証付きに加入した方が保証期間内に亡くなられた場合、遺族に一時金が支給されます。

■問い合わせ／北海道国民年金基金（☎0120-65-4192）

平成24年度の国民健康保険税の税率を据え置きます

今年度の国民健康保険税は、長引く景気の低迷や加入者全体の所得状況が前年度と比較して若干悪化していることなどから、税率を改正しないことを決定しました。

国民健康保険では、本来その年度に予測される医療費から国や道からの補助金などを差し引いた額を、国民健康保険税として負担していただいています。

税率を改正しないことにより、国民健康保険事業会計では収入不足が見込まれますが、経済対策として一般会計から補助します。

なお、国民健康保険税の納税通知書は、7月上旬に納付義務者となる世帯主に届きます。

■問い合わせ／

●国民健康保険制度…役場住民課年金保険係（1階⑤番窓口☎485-2111内線128）

●国民健康保険税…役場税務課税務係（1階⑧番窓口☎485-2111内線153）

飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい!

牛乳を食べよう!

～担々麺の新定番～



J-milkホームページより提供

今月のレシピ 白い冷やし担々麺

作り方

- ①鍋にたっぷりの湯を沸かして中華めんをゆで、流水でよく洗って水気をきる。
- ②スープはひと煮立ちさせて冷ましておく。
- ③ボウルにAを入れて混ぜ、②、牛乳、生クリームを加えて混ぜ、冷蔵庫で冷やしておく。
- ④豆もやし、オクラはサッとゆでる。
- ⑤器に①を盛って③をかけ、④、錦糸卵をのせる。好みでラー油をかける。

材料(2人分)

中華めん(生)	2玉
スープ☆	50ml
ラー油	大さじ2
しょうゆ	大さじ1
A 練りごま(白)	40g
酢・砂糖	各小さじ1
塩	少々

- 牛乳 100ml
- 生クリーム 50ml
- 豆もやし 適量
- オクラ 2本
- 錦糸卵 適量

☆顆粒チキンスープの素(中華風)を表示どおりに溶いたもの。

おいしいポイント

とてもクリーミーな担々麺です。コクとうまみのあるスープはよく冷やすことで、さっぱりいただけます。