

国民健康保険税の限度額と 軽減内容が変わります

1 税率改正はしません

今年度の国民健康保険税は、町内の景気の動向を考慮して税率の改正を行いません。

本来、国民健康保険は、その年に予測される医療費から国や道の補助金などを差し引いた額を税金として負担していただく仕組みになっています。今年度は税率を改正しないことで、国民健康保険特別会計の収支不足が見込まれますので、一般会計から財政支援を行います。

国民健康保険税の納税通知書は、7月上旬に納税義務者となる世帯主へ送付します。

2 制度改正があります

地方税法などの改正により、次のとおり制度を改正します。

(1) 課税限度額の引き上げ

保険税は所得の多い方ほど増えますが、限度額を超えて課税することはできません。今回の制度改正で課税限度額を引き上げることにより、中間所得者層の方に配慮した保険税となります。

<課税限度額>①から③を合計したものが国民健康保険税額になります。

	平成26年度	平成27年度	引き上げ額
①医療給付費分	51万円	52万円	1万円
②後期高齢者支援金分	16万円	17万円	1万円
③介護納付金分	14万円	16万円	2万円
合計	81万円	85万円	4万円

(2) 所得の低い方への軽減措置を拡充

所得が基準額を下回る場合は、基準額に応じて保険税の均等割と平等割でそれぞれ7割、5割、2割が減額されます。この基準額を引き上げし、保険税が軽減となる対象者を拡大します。

<基準額>

軽減区分	平成26年度	平成27年度	内容
7割	33万円以下	33万円以下	変更なし
5割	33万円+24.5万円× (被保険者などの人数)	33万円+26万円× (被保険者などの人数)	対象者の拡大
2割	33万円+45万円× (被保険者などの人数)	33万円+47万円× (被保険者などの人数)	対象者の拡大

◆問い合わせ◆ 制度のこと／役場住民課年金保険係（1階②番窓口☎485-2111内線125）
税金のこと／役場税務課税務係（1階⑨番窓口☎485-2111内線153）

メルマガ登録で
プレゼント抽選



ゲ・ゲ・ゲゲゲのゲー♪

お墓まわりの草刈、お掃除などなど。
町外へのお墓参り代行や遠隔地のお墓に対する関係調整、そのほかお墓じまいのご相談もうけたまわります。

猫の手標茶

整理・便利業・万事解決

ねこてしべちゃ
猫の手標茶

標茶町上磯分内
及川 忠

TEL015-486-2672



FREE 0800-8000-800

平成27年8月1日から

介護保険の費用負担が変わります

一定以上の所得がある方は自己負担が1割から2割になります

一定以上の所得のある方はサービスを利用した時の自己負担が従来の1割から2割へ変更になります。
対象となるのは、65歳以上の方で本人の合計所得金額が160万円以上であり(1)・(2)のいずれかに該当する方です。

- (1)年金収入＋その他の合計所得金額が世帯の中に1人280万円以上
- (2)年金収入＋その他の合計所得金額が世帯の中に2人以上346万円以上

★要支援・要介護認定を受けている方に対し、自己負担の割合（1割または2割）が記載された「介護保険負担割合証」が交付されますので、被保険者証と併せてサービス利用時に提出してください。

「高額介護サービス費」の一部の上限額が新しくなります

同じ月に利用した介護保険の利用者負担が一定額を超えたときに支給される「高額介護サービス費」の利用者負担段階区分（所得などに応じた区分）に現役並み所得者（※）を新設し、上限額を設定します。

※同一世帯内に課税所得145万円以上の第1号被保険者の方が、1人のみの場合、年収383万円以上、2人以上の場合年収合計が520万円以上ある方

区 分	負担の上限（月額）
世帯内に現役並み所得者に相当する方がいる 〈新設〉	44,400円（世帯） 〈新設〉
世帯内に住民税を課税されている方がいる	37,200円（世帯）
世帯の全員が住民税を課税されていない	24,600円（世帯）
・老齢福祉年金を受給している方	24,600円（世帯）
・前年の合計所得金額と公的年金など収入額の合計が年間80万円以下の方など	15,000円（個人）
生活保護を受給している方など	15,000円（個人）

※「世帯」…住民基本台帳上の世帯員のうち、介護サービスを利用した方全員の負担額を合算

※「個人」…介護サービスを利用した本人の負担額のみ

「高額医療・高額介護合算制度」の算定基準額が変わります

年間の医療費と介護サービス費の自己負担（それぞれのサービスの限度額適用後の自己負担）が一定の限度額を超えたときに支給される「高額医療・高額介護合算制度」の所得区分および算定基準額は、70歳未満の方がいる世帯において変更となります。

平成27年8月計算期間分から新しい基準額が適用されます。（支給対象となる方には、計算結果と併せて個別にお知らせします）

介護保険施設の食費・居住費軽減の適用要件が変わります

低所得の施設利用者（ショートステイ利用者を含む）のうち、配偶者が住民税課税者である場合、または預貯金などが一定額（単身1,000万円、夫婦2,000万円）を超える場合、食費・居住費の軽減はありません。ただし、状況によっては申請により負担軽減を受けることができます。

★申請の際に、通帳の写しなどの提出が必要になります。

特別養護老人ホームの相部屋(多床室)に入所する住民税課税世帯の方などは、新たに「室料相当」の負担があります

特別養護老人ホームの相部屋（多床室）に入所する方（ショートステイ利用者を含む）のうち、住民税課税世帯の方などの「室料相当」の負担は、従来の1日当たり370円（平成27年4月時点）から840円へ変更となります。

住民税非課税世帯に該当する方など、引き続き食費・部屋代の負担軽減を受ける方については変更ありません。

★具体的な部屋代については、施設と入所者の方などの契約事項となりますので、各施設に問い合わせしてください。

詳しい内容や申請方法については、下記係まで問い合わせしてください。

■問い合わせ／役場保健福祉課介護保険係（1階⑥番窓口☎485-2111内線136）

後期高齢者医療制度のお知らせ



平成27年度の保険料のお支払いと 保険証（被保険者証）の一斉更新について

■7月に保険料額をお知らせします

平成27年度の保険料につきましては、7月に個別にお知らせします。

《保険料の計算方法》

均等割 【一人当たりの額】 51,472円	+	所得割 【本人の所得に応じた額】 (平成26年中の所得-33万円) × 10.52%	=	1年間の保険料 【限度額57万円】 (100円未満切り捨て)
---	---	---	---	---

- 1年間の保険料の上限額は57万円です。
- 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。
- ※ 「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。

◆保険料の軽減

①均等割の軽減（年額）

- 軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- 昭和25年1月1日以前に生まれた方の公的年金などに係る所得は、さらに15万円を引いた額で判定します。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	軽減後の年間均等割額
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割軽減	【年額】 5,147円
33万円	8.5割軽減	【年額】 7,720円
33万円+(26万円×世帯の被保険者数)	5割軽減	【年額】 25,736円
33万円+(47万円×世帯の被保険者数)	2割軽減	【年額】 41,177円

② 所得割の軽減

- 被保険者個人の所得で判定します。

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	5割軽減

③ 被用者保険の被扶養者だった方の軽減

- この制度に加入したときに被用者保険の被扶養者だった方については、所得割はかからず、均等割が9割軽減となります。
- ※被用者保険とは、協会けんぽなど、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険などは含まれません。

◆保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は、役場住民課年金保険係へ相談してください。

災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方は、保険料の減免が受けられる場合があります。

◆保険料のお支払い方法

保険料のお支払いは「年金からのお支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

「口座振替」を希望される方は、役場住民課年金保険係へお申し込みください
(お申込みに必要なもの：ご本人の保険証・お支払いする口座の預金通帳とお届け印)

- 「年金からのお支払い」から「口座振替」に切り替わる時期は、申し込みの時期により異なります。
- 税申告の際の「社会保険料控除」は、お支払いする方に適用されます。
(年金からのお支払いの場合、お支払いいただくご本人の社会保険料控除の対象になります)

■保険証が新しくなります

現在ご使用の保険証の有効期限は平成27年7月31日に満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、オレンジ色の保険証を使用してください。

- 新しい保険証の有効期限は、平成28年7月31日までです。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、役場住民課年金保険係までお申し出ください。

新しい保険証の色はオレンジ色です

■減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)も新しくなります

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成27年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。有効期間は保険証と同じく1年間です。

引き続き交付対象に該当する方は7月中に減額認定証を交付しますので、8月1日からはピンク色の減額認定証を使用してください。

新たに必要となる方は、下記の交付要件に該当することを確認の上、役場住民課年金保険係へ申請してください。

減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	・世帯全員が住民税非課税である方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	・世帯全員の所得が0円の方 (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)
	・老齢福祉年金を受給されている方

新しい減額認定証はピンク色です

■医療費通知の発行を希望される方へ

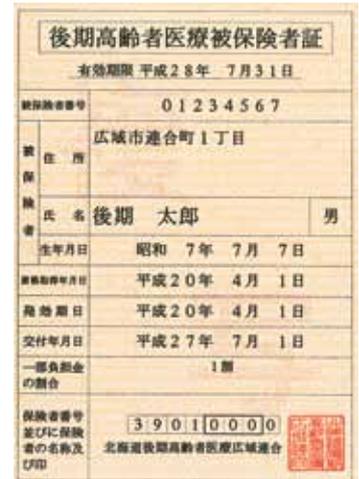
被保険者の皆さんに健康や医療に対する理解を深めていただくために、医療費を半年ごとにまとめ、発行を希望される方に医療費通知を送付しています。

なお、次の発行は、9月(平成27年1月～6月の医療費を対象)に行います。

◆新たに発行を希望される方はご連絡ください

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが、北海道後期高齢者医療広域連合または役場住民課年金保険係へ連絡してください(電話での連絡だけで手続きできます)。

- すでに「発行希望」の連絡をいただいている方には、継続して発行しますので、再度の連絡は必要ありません。
- この通知を受け取られたことにより、申請などの手続きをする必要はありません。
- ※この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりとすることはできません。



問い合わせ／北海道後期高齢者医療広域連合 (☎011-290-5601)
役場住民課年金保険係 (1階②番窓口☎485-2111内線124)

知っておきたい、認知症予防



認知症は記憶力や判断力など、脳の機能（認知機能）が日常生活に支障をきたすほど低下する病気をいいます。

厚生労働省によると平成24年、65歳以上の高齢者で認知症を発症している人は約462万人（15%）、認知症の前段階である軽度認知障害（MCI）を含めると約850万人（27%）と高齢者の4人に1人が認知症とその予備軍になります。これは誰もが認知症になる可能性がある身近な病気と言えます。

認知症の前段階にMCIがあり、それから発症することが多いようです。そのため、この段階で対処することが認知症の予防になります。

軽度認知障害(MCI)とは

正常レベルと認知症の中間の段階にあたります。認知機能（記憶、決定、実行など）に問題はありませんが、日常生活には支障がありません。そのため、気づきにくいのですが、次の兆候がいくつか見られたら要注意です。

- ① 記憶障害：今、何をしようとしたのかわからなくなる。
- ② 時間の見当識障害：日付や曜日がわからなくなる。
- ③ 性格変化：疑い深くなる、怒りっぽくなる。
- ④ 話の理解困難：少し複雑な話の理解が難しくなる。
- ⑤ 意欲の低下：長年の趣味をやめるなど。

認知症の予防

完全に予防する方法はありませんが、次の対策で発症や進行を遅らせることができます。

○ 認知症になりにくい生活習慣を身につけよう。

認知症の約6割を占めるアルツハイマー型認知症は高血圧・糖尿病などがあると発症リスクを高めるとわかっています。また脳血管性認知症も生活習慣病が原因となりますので、次のことに取り組んでみましょう。

● 食事：野菜・果物（ビタミンC、E、βカロチン）をよく食べる。魚（DHA、EPA）をよく食べる。アルコールは1合程度に。とくにポリフェノールが豊富な赤ワインがおすすめです。飲みすぎはかえって認知症を招きやすいので注意しましょう。

● 運動：週3日以上の有酸素運動（ウォーキングなど）をする。外出機会を意識的につくり、人とのつながりを持ちましょう。

● 睡眠：昼寝は30分程度に。朝日を浴びて1日をスタートしましょう。

○ 衰えやすい3つの能力を鍛えましょう

- エピソード記憶：2日遅れの日記をつけるなど。
- 注意分割機能：メモを取りながら電話をするなど。
- 計算力：囲碁や将棋などの頭を使うゲームをするなど。

脳も筋肉同様に使えば使うほど鍛えられ、活性化します。新しいことなどに積極的にチャレンジすることで、能力を伸ばし、認知症を予防しましょう。



標茶町ほっとらいふ制度



上下水道料・暖房費・発電賦課金を助成

本町では「標茶町ほっとらいふ制度」を設け、上下水道料・暖房費・発電賦課金の一部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てください。

- 助成対象／国民健康保険税の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・発電賦課金は12月支給期に助成）
 - 受付場所・問い合わせ／役場保健福祉課社会福祉係（1階⑤番窓口☎485-2111内線133）
- ※各公民館でも受け付けしています。
 ※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。

「脳ドック受診者助成事業」の募集について

5月より平成27年度助成希望者の募集を始めましたが、6月22日現在、定員まで残り47名となっています。毎年9月、10月ころには病院の予約が埋まり始め、希望の日程で受診することが難しくなります。助成希望の方は早めに申請してください。

《助成事業の内容》

- 助成額／20,000円（自己負担額12,400円）
 - 実施機関／釧路労災病院
 - 健診内容／MRI(脳画像診断)・MRA（脳血管画像診断）・頸動脈エコー・血液検査・尿検査・心電図
- 申込資格／
- ・町内に住所を有する方
 - ・平成27年度中に40～74歳になる方（昭和16年4月1日～昭和51年3月31日生まれ）
 - ・町税を完納している方
 - ・過去に本事業を利用されていない方
 - ・現在、脳血管疾患で治療中でない方
 - ・ペースメーカーや外科クリップなど体内に金属が入っていない方
- ★社会保険の方
- ・加入している健康保険組合において、脳ドック助成制度がない方、助成制度はあるが助成の対象者とならない方
- ★国民健康保険の方
- ・平成26年度秋または平成27年度春の総合住民健診で特定健康診査を受診した方。もしくは、平成27年度の国保ドックまたは国保ミニドックを申し込みした方（国保ドック、国保ミニドックはふれあい交流センター健康推進係で随時受け付けしています）
- 申込方法／役場住民課年金保険係（1階②番窓口）設置の申込書に、納税確認書を添付の上、提出してください。電話での申し込みはできません。健康保険証と印かんを持参してください。
- 申し込み・問い合わせ／役場住民課年金保険係（1階②番窓口 ☎485-2111内線125）

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!

～ホエーを使ったつけダレで～



今月のレシピ ミルクde焼肉パーティー

作り方

- ①牛乳を耐熱カップに入れ、電子レンジで約2分沸騰直前まで加熱する。酢を加えて軽く混ぜ、分離したらガーゼなどでこして軽く絞り、ホエーとカッテージチーズに分ける。レタスは大きめにちぎり、貝割れ菜は根を落とし、あさつきは小口切りにする。
- ②牛肉を焼き、好みのタレをつけながら、野菜・薬味といっしょに食べる。
 - ◆ミルクキーつけダレ
材料を合わせ、焼いた肉をつけて食べる。
 - ◆さっぱりホエーダレ
玉ネギ、ニンニク、ショウガをすりおろし、①のホエーとすべての材料を合わせて鍋でひと煮立ちさせ冷ます。生肉に漬け込んでも、焼いてつけダレにしてもいい。
- ③チーズソフトせんべい
①のカッテージチーズひと口大を手に取り軽く丸めたら、鉄板にヘラなどでつぶしながら薄く広げ、あさつき、ごまをふりかけて焼く。こんがり焼けたら裏返して焼き、最後にホエーダレを少量おとす。



J-milkホームページより提供

材料(2人分)

牛乳	200ml
酢	大さじ1
レタス、貝割れ菜、あさつき、白ごまなど野菜・薬味は好みで	
牛肉	300g
サラダ油	適宜
◆ミルクキーつけダレ	
牛乳	大さじ2
オイスターソース	大さじ2
◆さっぱりホエーダレ	
玉ネギ	¼個
ニンニク	1かけ
ショウガ	1かけ
ホエー	180ml
(①でできたもの)	
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ2
豆板醤	少々
白ごま	大さじ1
塩・コショウ	各少々

大麻を発見した

時は連絡を

本町では、いまだに野生の大麻が見られます。発見次第除去に努めていますが、完全に根絶することができていません。このまま放置してしまうと違法に採取され、乱用される危険性もあります。

完全な大麻の撲滅のためには、皆さんの協力が大きな力となります。大麻を見つけたときには、左記へ情報をお願いいたします。

■問い合わせ

●北海道釧路保健所 (☎0154-22-1233)

●役場住民課環境衛生係 (1階③番窓 ☎485-2111 内線127)

私の健康法

健康しべちゃ21



▽第36回目

野竹エイ子さん

今回は川上町にお住まいの野竹エイ子さんをご紹介します。

野竹さんは、中標津町出身で結婚を機に厚岸町尾幌に転入し、ご主人と酪農を営んでいたそうです。平成13年に離農し、本町には平成17年に転入してきました。現在はご主人、次男家族と一緒に住んでいらっやいます。

独身のころからカラオケと民謡が大好きで習い始め、結婚してからも続けていたそうです。時には友人とカラオケに行き日付が変わるまで歌うこともありましたが、4時半には起きて酪農の仕事をごなすという、小柄な身体からは想像できないパワフルな一面もお持ちです。

そんなお元気な野竹さんは、68歳のときに体調を崩しましたが、薬のおかげで体調を取り戻すとカラオケを再開。今は家や尾幌にある畑に向かう車中で練習して、たんちょう大学や親老会で歌っているそうです。

新しい歌は車中ですぐに覚えてしまうすばらしい記憶力と、たんちょう大学(開発センター)まで歩いていく元気の持ち主に、健康の秘訣をうかがいました。「何もしていない」と言いながらも、牛乳は1日3回、夜には刻んだトマトに砂糖をまぶし、出てきたジュースに焼酎を割って、お猪口1杯飲んでいるそうです。牛乳はカルシウムをとるため、トマトジュースは血のめぐりがよくなると感じて飲んでいるそうです。

ご飯より好きだとおっしゃるカラオケの話題になるといきいきとした笑顔が印象的な野竹さん、これからも新しい歌に挑戦し、披露してもらいたいです。

食中毒の予防

季節が夏へと変わるこれからの時期は、食中毒が増加する傾向にあります。

気温・湿度が上がリ、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・保存に注意しなければなりません。

食中毒予防の三原則は「細菌をつけない・増やさない・やっつける」です。次の点に注意し、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。

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ようにする。

●調理後の食品は放置せず、早めに食べるようにする。

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、真水で十分に洗うようにする。

●食品をラップなどでしっかりと包み、ほかの食品と接触しないようにする。

🍎 ご挨拶 🍎

6月8日にオープンしました美容室あっぷるです。鏡1つ、シャンプー台1つといた小さなお店です。

髪・頭皮に優しいオーガニックにこだわり、手角りのよいモノを使用しております。

笑顔になつて頂けるよう、日々、勉強し、精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。

青森県青森市3-7 (あげ富士横の細い道を入って来て下さい)

☎(015)486-7992

定休日 毎週月曜日・第1,3日曜日

※予約優先

※訪問美容も承っておりますのでご相談下さい



美容室 あっぷる
熊谷明里



佐藤タキ子さん
(富士)



前田シヅ子さん
(桜)



長谷川彌生さん
(川上)

長寿88歳

おめでとう
ございます

《平成27年4月該当》
掲載に同意いただいた方のみ
掲載しています。

生活豆知識

個人情報流出
事件に便乗した
不審な電話に
ご注意!



近年、個人情報の流出・漏えい・紛失事件が多数発生しています。

こうした報道があると、個人情報の流出の危険性に対する消費者の不安な心理を突いた勧誘や、不審な電話に関する相談が増える傾向にあります。

過去には、個人情報流出事件に関連して「あなたの情報が流出していないか確認している」「流出した名簿にあなたの名前がある。このままでは口座凍結される」などといった不審な勧誘に関する相談が寄せられています。

また最近では、公的機関名をかりたり「あなたの個人情報が出ていますので、削除してあげます」と電話をかけ、最終的にはお金をだまし取る詐欺も急増しています。

事例
国民生活センターを名乗る男

性から電話があり「あなたの個人情報3社に漏れているので削除します。30分くらいしたらまた電話します」と言われた。その後「2社は削除出来たが、1社は出来なかつたので〇〇さんを紹介します」と電話があつたが、意味が分からなかつたので「そんなこと知りません」と言つて電話を切つた。怪しいと思う。(60歳代 女性)

ひとことアドバイス

・国民生活センターなど公的機関が「個人情報を削除する」などと言つて電話をかけることは絶対にありません。公的機関を装つて個人情報の削除を持ちかける電話は詐欺です。相手にせず、すぐに電話を切ってください。

・こうした勧誘電話は話を聞いてしまうと、さまざまな理由をつけて金銭を要求してくるケースも見られます。絶対に金銭を支払ってはいけません。

・一度お金を支払つてしまうと取り戻すことは極めて困難です。絶対に支払つてはいけません。このような電話があつた場合は、お気軽に左記相談窓口へお問い合わせしてください。

相談窓口

・役場企画財政課商工労働係(2階⑩番窓口 ☎485-2111 内線251)

・釧路市消費生活センター(☎0154-24-3000)

「子育て支援医療費等還元事業」が始まります

本町では、子育て中のご家庭を応援する新たな事業として「子育て支援医療費等還元事業」を平成27年8月より開始します。

この事業は、医療費を支払ったことによる家計への負担を軽減するため、中学生以下のお子さんが病気やけがで通院・入院した際に負担した医療費の全額をポイント化し、町内で使える商品券に交換するというものです。申請方法などの詳細は、広報しべちゃ8月号でお知らせします。

■対象者

本町に住民登録し、中学生以下のお子さんを持つ保護者の方

■対象になる医療費

平成27年8月以降に、中学生以下のお子さんが通院・入院した際、健康保険の自己負担分として病院や薬局に支払う費用

※申請手続きには領収印の押された領収書原本が必要ですので、大切に保管してください。

※医療費助成(乳幼児・重度心身障害者・ひとり親家庭)を受けている方も対象です。

■問い合わせ/役場住民課年金保険係(1階②番窓口 ☎485-2111 内線125)



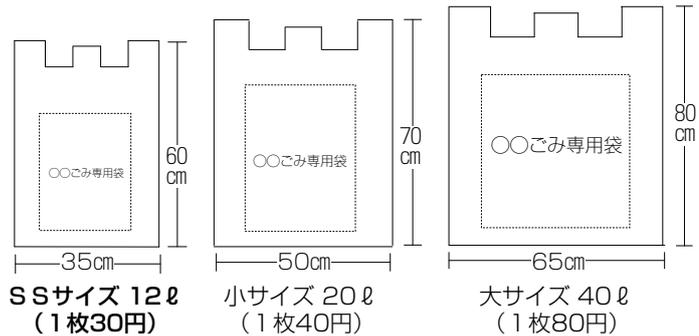
燃やせるごみ
燃やせないごみ

SSサイズごみ袋の販売について

少量のごみを出したいときに、大きな袋ではもったいないという声に応え、これまで「生ごみ（黄色い袋）」にしかなかったSSサイズの袋を「燃やせるごみ（赤い袋）」「燃やせないごみ（青い袋）」でも販売することになりました。

販売開始は8月1日です。袋の大きさは右記を参照してください。

※証紙（シール）については、これまでどおり40円と80円のみ販売です。



資源ごみの排出について

分別がきちんとされていないごみを資源ごみとして出す家庭が増えてきています。また、その他紙類やプラスチック類を資源ごみではなく、燃えるごみと混合して出す家庭も増えてきています。資源を有効活用するためにも、ごみの分別にご協力をお願いします。

- 缶類、ビン類、カップラーメンやコンビニ弁当の容器などの汚れたプラスチック類については、一度水ですすいでから資源ごみとして出すようにしてください。
- ペットボトルのラベルとキャップは外してください。ラベルはその他プラスチック類、キャップは袋に入れ、ペットボトル本体と一緒にペットボトル類としてそれぞれ分別してください。
- 缶類のふたやビン類のキャップは、燃やせないごみとして出してください。

■問い合わせ／役場住民課環境衛生係（1階③番窓口☎485-2111内線127）

小学生水泳教室

水泳がうまくなりたい小学生を対象に、子どもの泳力に合わせた指導を行います。水泳の楽しさを知り、健やかな子どもの育成を目的に実施します。

■対象／小学1～6年生

■定員／各教室20人

■受講料／無料

■持ち物／水着、水泳帽子、水中メガネ、タオル、着替え

■その他／

- 参加賞を用意しています。

- 標茶水泳プールは学年別で2教室に分けて開催します。申し込みはいずれかひとつの教室となります。
- 標茶水泳プールの教室は、標茶小学校のプール授業が無い日に合わせています。
- 水中メガネは事前に各家庭でゴムひもの調整をお願いします。
- 出席できない日は、事前（当日でも可）にお知らせください。

■申し込み・問い合わせ／農業者トレーニングセンター（☎485-2434）または各水泳プール・交流館

場 所	日 程	時 間	申 込 締 切
標茶水泳プール1～2年生①	7月2日(木)・3日(金)・6日(月)	午後3時30分 ～ 5時	6月30日(火)
標茶水泳プール1～2年生②	7月15日(水)・16日(木)・17日(金)		7月10日(金)
標茶水泳プール3～6年生①	7月9日(木)・10日(金)・13日(月)	午後4時 ～ 5時30分	7月3日(金)
標茶水泳プール3～6年生②	7月21日(火)・23日(木)・24日(金)		7月16日(木)
磯分内水泳プール (☎486-2515)	8月3日(月)・6日(木)・10日(月)	午前10時 ～ 11時30分	7月30日(木)
虹別水泳プール (☎488-2147)	7月31日(金)・8月4日(火)・7日(金)		7月27日(月)
阿歴内交流館 (☎487-8077)	7月30日(木)・8月4日(火)・6日(木)		7月24日(金)
茶安別交流館 (☎488-6930)	8月5日(水)・7日(金)・11日(火)		7月31日(金)

町立病院からのお知らせ

☆7月の外科医師は、北大消化器外科Ⅰから1週間または2週間交代の派遣医師となります。

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

町立病院は救急指定病院として24時間体制で診療を行っていますが、医師の負担軽減のためにも、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	13:00～14:00		
7日(火)	●	休 診	●	休 診
14日(火)	●	休 診	●	休 診
21日(火)	●	休 診	●	休 診
28日(火)	●	●	休 診	●
29日(水)	●	●	休 診	休 診

【予防接種について】

- 《小児科／定期接種》 ●麻しん風しん混合・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・四種混合・二種混合・水痘の接種希望者は、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）
- 不活化ポリオの接種希望者は、前週の水曜日までに病院へ電話連絡してください。
 - BCG以外の予防接種は、同時接種が可能です。同時接種の詳細は、病院へ問い合わせください。
- 《子宮頸がん》 ●定期接種（中学1年～高校1年対象）は、5日前までに病院へ電話連絡してください。
- 定期接種・任意接種ともに、産婦人科での診察となりますので、下記日程を参考にしてください。
- 《任意接種》 ●おたふくかぜ・定期接種以外の水痘・65歳以上の肺炎球菌・小児用肺炎球菌・子宮頸がん・麻しん・風しん・麻しん風しん混合は予約が必要となりますので、総合受付窓口または電話で申し込みください。

※定期の予防接種についての詳細は、ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）へ問い合わせください。

産婦人科 6月から診療体制・受付時間が以下のとおり変更となっています。

- 診療体制／週2回（月曜日の午前・木曜日の午後）
 - 受付時間／月曜日…午前8時45分～11時、木曜日…午後1時～3時30分
 - 予約制となっています。受診日の5日前までに、電話または総合受付で予約してください。
- ※予約がなくても受け付けますが、予約の方を優先します。（救急患者を除く）

内科 7月21日(火)～24日(金)…佐藤富士夫医師不在につき、佐藤泰男医師の診療となります。
7月27日(月)～31日(金)…佐藤泰男医師不在につき、佐藤富士夫医師の診療となります。
7月21日(火)～24日(金)および7月28日(火)～31日(金)は、午後休診となります。

外科 毎週金曜日の外来受付は、午後3時30分までです。
全科休診 9月2日(水)は、防災訓練のため午後から全科休診となります。