

申請を忘れずに!!

標茶町子育て応援給付金 子育て世帯臨時特例給付金

標茶町子育て応援給付金

子育て世帯の経済的負担の軽減を図り、町民の子育て支援と活力ある町づくりのために、標茶町が新たに行っている給付制度です。

- 支給要件
 - 支給対象／申請時に対象児童を養育する**児童手当・特例給付の受給者**
※所得制限はありません
 - 対象児童／基準日に本町に住民票がある**平成21年4月2日～平成27年3月31日**生まれの児童
 - 支給額／対象児童1人につき**30,000円**
 - 基準日／平成27年5月31日
- 申請期限／**9月30日(水)**
- 提出書類／
 - 申請書（5月下旬から6月上旬に該当世帯へ郵送しています）
 - 振込先の金融機関口座が確認できる書類（通帳やキャッシュカードの写し）
※児童手当の受取口座を指定する場合は不要（公務員を除く）
- 申請先／役場保健福祉課児童福祉係

子育て世帯臨時特例給付金

消費税率引上げの影響などを踏まえ、子育て世帯に対して臨時特例的な給付措置として実施されています。

- 支給要件
 - 支給対象／平成27年6月分の**児童手当**を受給される方
※特例給付（児童を養育する方の所得が限度額以上の場合に、児童1人当たり月額5,000円を支給）を受給される方は対象になりません。
 - 対象児童／支給対象者の**平成27年6月分の児童手当の対象**になる児童
 - 支給額／対象児童1人につき**3,000円**
 - 基準日／平成27年5月31日
- 申請期限／**9月30日(水)**
- 提出書類／
 - 申請書（現況届とあわせて郵送しています）
※公務員は全国統一様式となり所属庁の証明が必要
 - 振込先の金融機関口座が確認できる書類（通帳やキャッシュカードの写し）
※児童手当の受取口座を指定する場合は不要（公務員を除く）
- 支給日／これまでに申請された方も含めて**10月以降に随時支給**
- 申請先／役場保健福祉課児童福祉係
※平成27年6月分の児童手当を**本町から受給される方のみ**
※公務員は基準日時点で本町に住民票がある方（勤務先の案内を確認してください）



❖問い合わせ❖

- 「標茶町子育て応援給付金」に関すること
「子育て世帯臨時特例給付金」の申請に関すること
役場保健福祉課児童福祉係（1階⑥番窓口 ☎485-2111 内線135）
- 「子育て世帯臨時特例給付金」の制度に関すること
厚生労働省専用ダイヤル（☎0570-037-192）

給付金の“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意ください

臨時福祉給付金のお知らせ

(住民税が非課税の方 1人につき6,000円)

臨時福祉給付金とは… 消費税率の引き上げによる影響を緩和するため、所得の低い方々へ暫定的・臨時的な措置として給付金が支給されます。

■支給対象者

次のどちらの要件も満たす方が対象です。

①基準日(平成27年1月1日)時点において**本町に住民票がある**

②平成27年度分の**住民税が課税されていない**

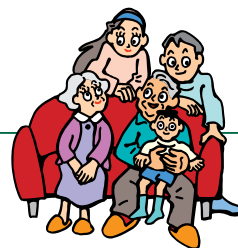
ただし、**生活保護を受けている方** **課税されている方の扶養親族などとなっている方** は対象となりません。

表1【住民税が課税されない所得水準の目安(非課税限度額)】※標茶町の場合

給与所得者	非課税限度額※ (給与収入ベース)	公的年金等受給者	非課税限度額※ (年金収入ベース)
単身	93万円	単身	65歳以上 148万円
夫婦	137.8万円		65歳未満 98万円
夫婦・子1人	168万円	夫婦	65歳以上 192.8万円
夫婦・子2人	209.7万円		65歳未満 147万円

支給額

支給対象者1人につき 6,000円



■申請方法

- 申請先 役場保健福祉課社会福祉係(1階④番窓口)、各公民館(受付のみ)
- 申請期間 9月1日(火)~12月1日(火)
- 提出書類 **申請書** 上記申請窓口および「広報しべちゃ9月号」と一緒に配布
振込先の金融機関口座が確認できる書類(通帳またはキャッシュカードの写し)

※昨年度、本町で臨時福祉給付金を受けた方が同じ口座を指定する場合や、児童手当の受取口座を指定する場合は不要

受取方法

申請書に記載した**指定口座**に入金します。

ご注意

- 原則として、申請期間外の申請や基準日(平成27年1月1日)時点で本町に住民票が無い方の申請は受け付けられません。
- 申請期間などは各市区町村で異なります。本町以外が申請先となる方は、事前にその市区町村に問い合わせください。

■よくある質問Q&A

Q 自分に住民税が課税されているかどうか、どうすれば分かりますか？

A 次に該当する方は、基本的に住民税が課税されています。

- (例) ・ご自身の給与支給明細書の「住民税」の項目に、課税額が記載されている
・介護保険料決定通知書に記載されている「保険料の段階」が6段階以上となっている
・ご自身の給与や年金の収入が、上記表1の非課税限度額以上である

Q 基準日(平成27年1月1日)の翌日以降に引っ越した場合、給付金の受け取りはどうなりますか？

A 基準日時点で住民票のある市区町村から給付金が支給されます。

具体的な申請期間や手続きは、基準日時点で住民票のあった市区町村に問い合わせください。

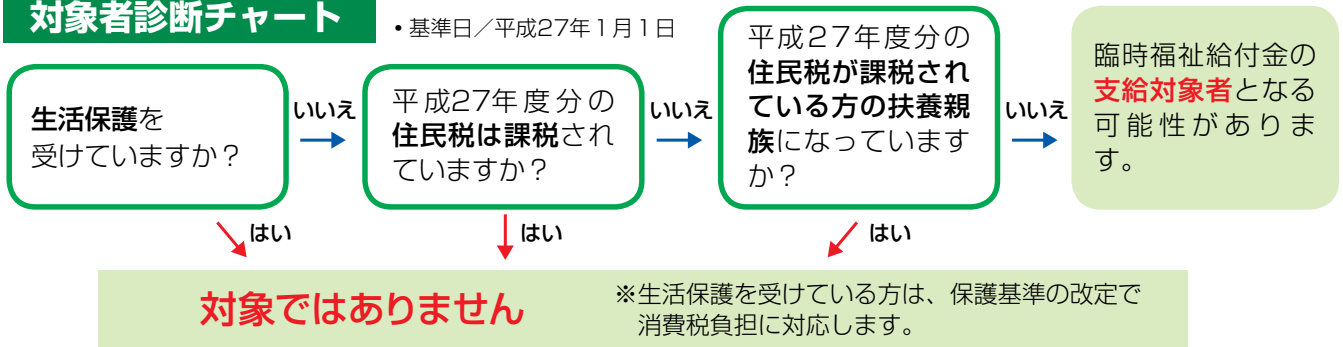
Q 基準日(平成27年1月1日)に生まれた方は、給付金の対象となりますか？また、基準日の翌日以降に生まれた方はどうなりますか？

A 基準日に生まれた方は、ほかの支給要件を満たせば対象となります。しかし、基準日の翌日以降に生まれた方は対象になりません。



対象者診断チャート

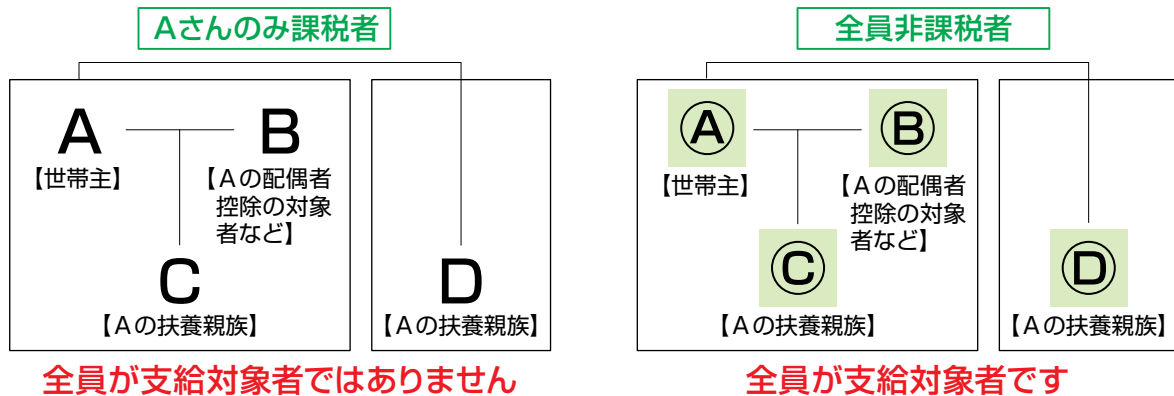
・基準日／平成27年1月1日



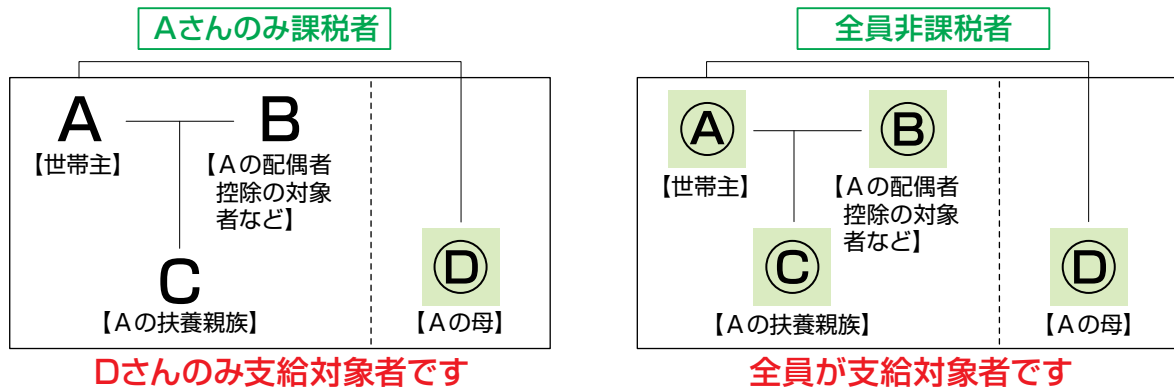
対象者イメージ

四角囲み□が住民票上の世帯で、丸囲み○が支給対象者です。

①夫婦・子2人(子のうち1人は1人暮らし)のケース



②夫婦・子と祖母(祖母が扶養親族として申告されていない)のケース



住民税が課税されている方がいる世帯であっても、同居する方(非課税者)が、課税されている方の税法上の扶養親族などとなっていない場合は、給付金の対象となります。

※扶養親族などの範囲は、税法上の控除対象配偶者、配偶者特別控除における配偶者、扶養親族、青色事業専従者・白色事業専従者となります。なお、16歳未満の年少者は、税法上の扶養控除の対象とはなりません。本給付金の扶養親族に該当します。

問い合わせ

- ・申請方法に関する問い合わせ
役場保健福祉課社会福祉係 (1階④番窓口 ☎485-2111内線131)
- ・制度に関する問い合わせ
厚生労働省の給付金に関する専用ダイヤル (☎0570-037-192)



「臨時福祉給付金(簡素な給付措置)」の

“振り込め詐欺”や“個人情報”の詐取”にご注意ください。

市区町村や厚生労働省(の職員)などをかたった不審な電話や郵便があったら、迷わずお住まいの市区町村や最寄りの警察署(または警察相談専用電話(#9110))に連絡してください。

精神障害者の医療費の助成

本町では精神障害者の早期治療を促進し、健康の保持と社会復帰を目的として医療費助成を行っています。

○対象者

- 全ての要件を満たす方が対象です。
- 町内に住民登録をしている方
- 健康保険に加入している方
- 次のいずれかの医療機関で入院治療を受けている方

- 精神保健および精神障害者福祉に関する法律に規定する精神科病院または指定病院
- 医療法に規定する精神科を設け医療を行っている病院

※次の方は対象外です

- 乳幼児等医療費、重度心身障害者医療費、ひとり親家庭等医療費の助成を受けている方（ただし重度心身障害者医療費助成を精神障害者保健福祉手帳1級によって受けている方を除く）

○助成内容

入院医療費のうち高額医療費、食事療養標準負担額、生活療養標準額を除いた額の3割を助成します。

○申請方法

申請には次のものが必要です。

- 保険証
- 医師の診断書
- 印かん

○申請先・問い合わせ

役場住民課年金保険係（1階②番窓口 ☎ 4851-2111 内線125）

秋の交通安全運動

■期間／

9月21日(月)～30日(水)

■交通事故死ゼロを目指す日／

9月30日(水)

■年間スローガン／

ストップ・ザ・交通事故
～めざせ 安心で安全な北海道～

夏の暑さが残る季節です。疲労から注意力が散漫になり、スピード超過や居眠り運転による大事故が多くなります。車を運転する時は時間に余裕を持ち、疲れを感じたら休憩しましょう。

また、これから日没時間が早くなります。運転者は交通マナーを守り、安全運転を心がけましょう。歩行者や自転車の方は目立つ服装や反射材を身に付けて、交通事故に遭わないようにしましょう。

本町では、8月10日に交通事故死ゼロ1000日を達成しました。



今後も交通事故のない安全で安心なまちづくりにご協力をお願いします。

第20回 標茶町健康まつり

今年の開催場所は、ふれあい交流センターです。健康チェックや体験コーナー、スタンブラリーなど盛りだくさん！この機会に、ふれあい交流センターへ来てみませんか？

日時 10月3日(土)

時間 午前10時15分～午後2時

(午前10時～受付)

場所 ふれあい交流センター

○内容

- 各種測定コーナー…体力測定、骨密度測定、血管年齢測定、脳年齢測定など
 - 体験コーナー…運動体験、ベビーマッサージ、アロマテラピー、ハンドトリートメント、ヨガ体験
 - 相談コーナー…健康相談、歯科相談、足と靴の相談（シューフィッター）
 - その他…豪華景品スタンブラリー、生活改善協議会コーナー、保健推進委員会コーナー、バザーなど
- ※動きやすい服装、上靴を持参してください。
※骨密度・体脂肪測定は裸足で測定します。脱ぎ履きしやすい靴下などがお勧めです。
- 問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係
(☎4851-1000)



秋の総合住民健診のお知らせ

がん検診などを同時に受診することができる、総合住民健診を実施します。春に受診できなかった方や今まで健診を受けたことのない方は、ぜひこの機会に健康チェックを試みてください。

なお、国民健康保険の人間ドック、ミニドックを受診された方は対象外になります。

■日 程／11月5日(休)

■場 所／ふれあい交流センター

■受付時間／午前6～10時

■申込締切／9月30日(休)

健康診査	対象者	料 金
特定健診 血液検査・尿検査・心電図・ 腹囲測定・眼底検査・医師診察など	40～69歳の国民健康保険加入者	1,000円
	70～74歳の国民健康保険加入者	無 料
	※社会保険など国民健康保険以外に加入している被扶養者(家族)は、受診券に記載している自己負担額で受診できます。(被保険者は受診できません)	
基本健診 血液検査・尿検査・心電図・腹囲測定・医師診察など	20～39歳の方	1,700円
	75歳以上の方、生活保護受給者	無 料

がん検診	対象者	料 金
胃がん検診	30～39歳	2,000円
	40歳以上	1,500円
肺がん検診	30歳以上	レントゲン…500円 <small>かくたん</small> 喀痰検査…1,500円
大腸がん検診	40歳以上	1,000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性のみ	1,000円

- ・職場などで受診機会の無い対象年齢の方は、どなたでも受診できます。
- ・生活保護受給者と70歳以上の方は無料です。
- ・国民健康保険に加入している方は、胃がん・大腸がん検診が無料です。

その他	対象者	料 金
肝炎ウイルス検診	過去に受診したことがない方	無 料
エキノコックス検診	5年間受診していない方	

■申し込み・問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係 (☎485-1000)

結核予防週間 長引くせき・微熱に注意!!

9月24～30日は結核予防週間です。結核は過去の病気ではなく、日本国内で1日に約58人が発病しています。人から人へと空気を介してうつる病気ですが、早期に発見し、毎日きちんと薬を飲めば治ります。2週間以上せきが続く、たんが出る、急に体重が減る、体がだるいといった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

年1回の健康診断では、胸部レントゲン検査を必ず受けるようにしましょう。抵抗力の弱い赤ちゃんは、重症になりやすく、命を落とす危険があるためBCG接種を受けましょう。

結核の予防には、健康的な生活を心がけ、免疫力を高めておくことが大切です。

■結核に関する相談／釧路保健所 (☎0154-22-1233)

胸部レントゲン検査…秋の総合住民健診の肺がん検診で受けられます。
ほかの健診と併せてぜひ一緒に受診してください。



こんにちは 保健推進委員会です。

6月17日に開催した保健推進委員会の総会で、65人の保健推進委員が新たに委嘱を受けました。

保健推進委員は、健康についての知識を広く普及し、町民の健康の保持・増進を図ることを目的に、各自治会から推薦を受けて2年間の任期で活動します。

昭和48年の発足以来、時代にあわせた健康づくりを行っています。現在の主な活動は、研修会の企画や、健康まつりへのスタッフ協力などです。また、町を7ブロックに分け、より地域に根ざした健康づくりを啓蒙する地区活動も行っています。酪農祭・文化祭などで血管・脳年齢測定などの健康度測定をしたり、リズム体操を踊ったり、各地区で特色のある活動を行っています。調理実習や運動教室なども地区単位で企画しています。

今年度も健康づくりに関わる研修会や各地区での健康相談など、さまざま活動を予定しています。皆さんの参加をお待ちしています。

昨年度の活動の様子



講演会で正しい体の動かし方を教わりました。



運動指導員さんを講師に運動教室を開催。



調理実習を行い、バランスの良い食事を学びました。



アロマの香りに包まれ、リラククス方法を学びました。

今年度の役員

委員長	大場 啓子	(磯分内・栄地区)
副委員長	中島喜美江	(虹別・弥栄地区)
会計	大木 恵理	(御久沼地区)
理事	松井 実希	(市街川西地区)
	井上 享可	(市街川東地区)
	八巻ひとみ	(茶安別地区)
	吉田 昭子	(阿塘地区)

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!

～牛乳のビタミンB群が疲労回復をサポート～



J-milkホームページより提供



今月のレシピ 肉だんごのミルクスープ

作 り 方

- ①ボウルにAを入れてよく混ぜ、10等分して丸める。
- ②ズッキーニとなすは7～8mmの半月形に切る。
- ③フライパンにオリーブ油小さじ1を熱し、②を入れて塩、こしょうをし、軽く炒めたら取り出す。
- ④同じフライパンにオリーブ油小さじ1を足し、①を入れて転がしながら表面に焼き色がつくまで焼く。Bを加えて2～3分間煮る。
- ⑤③を戻し入れ、牛乳を加えて煮立てないようにして温め、塩、こしょうで味を調える。
- ⑥器に盛り、パセリをふってポーチドエッグを添える。

※ポーチドエッグの作り方…鍋にたっぷりの湯を沸かして酢を入れ(湯1ℓに酢大さじ1が目安)、卵を割り入れる。ゆるやかに沸騰している状態の火加減でアクをすくいながら3～4分間ゆで、冷水にとって形を整える。

材 料 (2人分)

A	B
牛ひき肉…… 150g	水…………… 100ml
たまねぎ(みじん切り) ……80g	トマトの水煮(トマトはつぶす) ……1/2缶
卵…………… 1個	赤とうがらし(半分にちぎり種を除く) ……1～2本
酒、かたくり粉 …… 各大さじ1/2	牛乳…………… 180ml
しょうゆ 小さじ1/2	塩…………… 小さじ1/2
塩…………… 小さじ1/4	こしょう……………少々
こしょう……………少々	ズッキーニ……………1本
ズッキーニ……………1本	なす……………1本
なす……………1本	オリーブ油…小さじ2
オリーブ油…小さじ2	
	ポーチドエッグ…2個
	パセリ(みじん切り) ……適量

元気・キレイ★ポイント

卵は加熱しすぎると消化が良くないので半熟程度に。食物繊維、ビタミンCを含む食品と組み合わせると栄養価も完璧です。

私の健康法

健康しべちゃ21



▽第37回目 黄川ユキエさん

今回は開運町にお住まいの黄川ユキエさんをご紹介します。

現在86歳という年齢を感じさせない黄川さんに、その健康の秘訣を伺いました。

黄川さんは77歳まで働き、お弁当を持って仕事に出かけることがとても楽しみだったそうです。もともと人と交流することが好きで、平成11年から親老会に入会したことをきっかけに、パークゴルフやカラオケなどの新しい趣味にチャレンジしてきました。「やってみたいことがたくさんあった」と当時を振り返ります。

勤め先での健診受診が習慣になっていたこともあり、現在も総合住民健診を毎年欠かさず受け、健診結果をご自分の健康管理に役立ていらっしやいます。

そんな黄川さんですが「8年前に患った^{ほうしん}帯状疱疹の後遺症である神経痛が今もつらい」「自転車に乗っていたがふらつくようになり3年前にやめた」「膝痛はよくなったが、腰痛があるので歩くことがだんだん大儀になってきた」など体が思うように動かないことも増えてきました。しかし、毎週水曜日に開かれる「あえーる」での雑巾縫い、親老会の集まりなど1カ月に10回ほどは外出し、人との交流を絶やさないように心がけています。「人の中に入ると、痛みなども忘れて楽しい時間を過ごせる。だまって家にいるとなおさらダメなんです。」と語る黄川さん。人との交流が元気の源であり、快活に生活されているご様子が伺えました。

事例

インターネットで格安航空券を検索し、旅行会社のサイトから大人2人分を申し込み、6万円を振り込んだ。航空券は出発の3日前に届く約束だったが、旅行前日になっ

生活豆知識 インターネットでの 旅行申し込みは よく確認を!



でも届かず、旅行業者に何度も電話をしているが誰も出ない。仕方なく、直接航空会社に確認したところ「予約はあるが業者からの入金がないため発券できない」と言われた。

(70歳代 男性)

ひとことアドバイス

- 旅行予約サイトでの予約は手軽で便利ですが、何かあった際に連絡が取れないなどのトラブルも起きています。
- 対面での説明がないため、諸条件や規約などは自分で確認する必要があります。
- 利用する際は、旅行業登録の有無、受付・問い合わせ

体制、旅行の契約条件をよく確認しましょう。

- 旅行業の登録業者であれば、倒産などで契約した内容が実行されない場合、保証金制度により支払ったお金が戻って来る場合もあります。

- 「おかしい」「困ったな」と思ったときは、1人で悩まずお気軽に左記相談窓口へ問い合わせください。

■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)
- 鉦路市消費生活センター
(☎0154-24-3000)

東京・標茶ふるさと会



参加しませんか?

東京・標茶ふるさと会では、本町出身の方や本町に縁のある方々が集まり「ふるさと標茶」の応援団として活動をしています。

下記の日程で東京・標茶ふるさと会総会の開催が決まりました。本町在住の方も参加できますので、参加を希望する方はお申し込みください。

なお、交通・宿泊は個人での手配となります。

■日時／11月15日(日)、午後1時～3時30分

■場所／ホテルグランドヒル市ヶ谷（東京都新宿区市谷本村町41）

■会費／5,000円（当日会場で受け付けます）

■申込締切／10月30日(金)

■申し込み・問い合わせ／役場企画財政課地域振興係（2階⑩番窓口 ☎485-2111内線223）

町立病院からのお知らせ



☆9月の外科医師は、北大消化器外科Ⅰから1週間または2週間交代の医師派遣となりますのでご了承ください。

標茶町立病院 電話 485-2135
URL <http://www.town.shibecha.hokkaido.jp/hospital/>

☆9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、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		
1日(火)	●	休診	●	休診
8日(火)	●	休診	●	休診
15日(火)	●	休診	●	休診
24日(木)	●	休診	●	休診
29日(火)	●	●	休診	●
30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に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、病院に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日前までに病院に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。

【看護部より】

当院の救急外来は24時間受け付けていますが、来院前にできるだけ電話連絡をお願いします。

電話連絡をいただくと…

- 症状の確認により必要な処置や検査が予測できるため、迅速に対応できる。
 - 早急に受診が必要か、様子を見ても大丈夫か相談できる。
- また、他院で検査や処置を受けている方は、先に主治医と相談したうえで、当院へ受診の電話をされるとスムーズに診察ができますので、ご協力をお願いします。

産婦人科 10月8日(木)は、休診となります。

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）

外科 毎週金曜日の外来受付は、午後3時30分までです。

9月15日(火)は、休診となります。

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。