



若松 正夫さん  
(常盤)



薄田紀七郎さん  
(麻生)



正代イツ子さん  
(旭)

長寿88歳  
おめでとう  
ございます

《令和6年3月撮影》  
掲載に同意いただいた方のみ  
掲載しています。

令和4年6月に施行された特定商取引法の改正では、通販サイトでの注文確定前に「最終確認画面」で契約内容や解約方法などを表示して確認できるよう義務付けられました。定期購入において「いつでも解約可能」と表示されていても注文を確定した直後に表示される「割引クーポン」などを利用すると「途中解約できない」「購入回数が増えらる」というトラブルが増加しています。詳しくは「国民生活センター」で検索してください。

■相談窓口／  
・役場観光商工課商工労働係  
(2階⑩番窓口 ☎内線251)  
・釧路市消費生活センター ☎  
0154-24-3000  
・消費者ホットライン ☎  
1800

**生活豆知識**  
**定期購入トラブル**  
～新たな手口にご用心～



## 大型連休ガイド

	5月 1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)
役場・町立病院・各公民館・窓口・ふれあい交流センター	○	○	—	—	—	—
標茶児童館	○	○	—	—	—	—
町有バス	○	○	—	—	—	—
図書館	○	○	—	—	—	—
トレセン・ふれあいプラザゆう 武道館	○	○	—	—	—	—
ごみ収集業務	○	○	—	—	—	○
クリーンセンター (ごみの受け入れ)	○	○	—	—	—	—
博物館	○	○	○	○	○	○

※火葬・死亡届などの緊急を要する場合は役場で対応します。  
 ※町立病院では急患を受付します。  
 ※町立病院の定期薬を服用の方は、休みに薬切れが無いよう早めの受診をお願いします。

# 「带状疱疹ワクチン」予防接種費用の一部助成を開始します



5月1日より、带状疱疹の発症予防とともに、かかったときの重症化や後遺症を防ぐことを目的に带状疱疹ワクチンの一部助成を開始します。

## 〈带状疱疹とは〉

带状疱疹は、過去に水ぼうそうにかかった人の体の中にひそんでいたウイルスによって起こります。加齢や疲労、ストレスなどで体の抵抗力が下がったときに再びウイルスが活性化して带状疱疹を起こします。水ぼうそうにかかったことのある人では、約10～30%が生涯に一度は带状疱疹を発症し、50代から増加し、80歳までに3人に1人が带状疱疹を経験すると推定されています。

## 〈主な症状〉

带状疱疹の特徴は、体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれが多数集まって帯状に生じます。治るまでには1カ月ほどを要します。発疹がなくなった後も不快な痛みが3カ月以上にわたって続くことがあります。これを「带状疱疹後神経痛」と呼びますが、長ければ数年にわたることもあります。

## 〈治療法〉

抗ウイルス薬と痛み止めを内服します。抗ウイルス薬の開始が早いほど治療効果が

高いので、発疹出現後3日（72時間）、遅くとも5日以内の開始が望まれます。また、より早期に治療を開始することは、带状疱疹後神経痛を予防するためにも重要です。

## 〈予防法〉

带状疱疹は過労や過度なストレスで免疫力が低下することで発症しやすくなるので、「栄養バランスのとれた食事」「十分な睡眠」を心掛けることが大切です。

また、50歳以上の方は带状疱疹ワクチンを受けることも有効です。本町の助成内容は以下の通りです。

## 〈助成内容〉

### 【対象者】

標茶町に住民票があり、接種日に満50歳以上の方

### 【接種医療機関】 標茶町立病院

\*施設入所者や長期入院されている方は、町外医療機関で接種可能な場合があります。ですので、ご相談ください。

### 【ワクチンの種類と自己負担】

ワクチンは2種類あります。効果や副反応などに違いがありますので、医師に相談することをおすすめします。生涯1回、どちらか一方のワクチンの助成になります。

■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-11000）

	水痘ワクチン	带状疱疹ワクチン
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	2カ月以上あけて2回 *接種間隔が2カ月を超えた場合、6カ月後までに2回目を接種
接種方法	皮下注射	筋肉内接種
予防効果	約50～70%	約90～97%
副反応	5%以上…注射部位の発赤・そう痒感、熱感、疼痛	10%以上…注射部位の疼痛・発赤・腫脹、胃腸症状、頭痛、筋肉痛
持続性	5年程度	10年以上
自己負担額	4,500円	1回目：10,000円 2回目：10,000円
<b>生活保護受給者はどちらのワクチンも無料です。（事前に申請が必要）</b>		

## 【申し込みの流れ】

1. 接種希望日の1週間前までに予約してください。予約先：標茶町立病院（☎485-2135）  
\*生活保護受給者は、予約前に必ず健康推進係で無料接種券の申請を行ってください。申請受理後、無料接種券を発行しますので、日にちに余裕をもって申請してください。
2. 予約後、予診票・代理受領申請書が送られてきます。
3. 接種当日は診察券、保険証、予診票、代理受領申請書を記入の上、持参ください。無料接種券を申請した方は、届いた無料接種券を必ずお持ちください。
4. 接種後に自己負担額をお支払いいただきます。

# 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ

高齢者の肺炎をおこす菌で最も頻度が高い原因菌は「肺炎球菌」です。肺炎球菌には90種類以上の型がありますが、高齢者の肺炎球菌ワクチンでは23種類の型に対する免疫をつけることができます。このワクチンは個人の発病や重症化予防が目的ですので、接種する方ご本人の希望により行われる予防接種になります。

65歳を超える方を対象とした経過措置は令和6年3月31日に終了しており、今年度から65歳の方が対象になります。(60~64歳で心臓・腎臓・もしくは呼吸器などに障害を有し日常生活がほとんど不可能な方も対象になります) 65歳の1年間が定期接種の機会になりますので、接種を希望する方は、接種の機会を逃すことがないようにご注意ください。なお、令和6年4月以降に65歳を迎える方には、誕生月の上旬に個別案内を送付します。

■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係 (☎485-1000)



# 町営住宅入居者募集

5月10日(金)締切!



団地名	住宅番号	竣工年度	室構成	募集戸数	月額家賃
川上団地	K-4	S62 (R2改修)	3LDK	1戸	20,400~ 30,400円
桜団地	S-1	H2 (R4改修)	3LDK	3戸	19,800~ 30,800円
	S-2	H3 (R5改修)	1LDK	2戸	12,900~ 19,300円
			3LDK	2戸	20,200~ 31,100円
	S-8	H6	3LDK	2戸	22,400~ 34,600円
	S-10	H6	3LDK	2戸	22,400~ 34,600円
S-12	H19	3LDK	1戸	23,100~ 34,400円	
					3LDK
麻生団地	A-2	H24	2LDK	1戸	20,000~ 29,800円
	A-6	H22	3LDK	1戸	22,400~ 33,400円
磯分内地	I-9	H13	3LDK	1戸	20,500~ 30,500円
塘第2団地	T-2	H11	2LDK	1戸	16,200~ 24,100円

■申し込み・問い合わせ／役場建設課住宅都市計画係 (1階⑧番窓口☎内線275)

### 申し込みに関するご注意

- 月額家賃は世帯人数や年間所得(所得制限あり)により左の表の幅で変わります。
- 1つの住宅に2件以上の申し込みがあった場合は、選考委員会を開催し、入居者を決定します。
- 申し込みの結果は20日ごろ郵送でお知らせします。
- 入居が決定した場合、入居者と同程度以上の収入がある連帯保証人(1人)の連署する請書の提出が必要で、月額家賃の3カ月分の敷金が必要となります。
- 単身者は1LDK・2DK・2LDKまでの住宅のみ申し込みできます。ただし、2LDKは2人以上の世帯の申し込みがある場合は、その世帯が優先されることがあります。
- 持ち家がある方(共有名義も含む)は申し込みできません。
- 町営住宅では犬・猫・鳥などの動物は飼うことができません。また、一時預かりも認めません。その他動物への餌付けも迷惑行為となるので禁止しています。
- 4月10日現在、退去届けが出されている住宅です。入居日については、修繕などにより遅くなる住宅もありますのでご了承ください。
- 募集期間中、入居希望住宅の内覧ができます。ご希望の方は前日までにご連絡ください。

当院は、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。

**受付診療時間** 受付時間 / (午前の部)8:45~11:00 (午後の部)13:00~15:45  
診療時間 / 9:00~16:45

**内科** ●火、水曜日の午後は休診です。(木曜日・金曜日の13:00~14:00は、病棟回診のため診察をお待ちいただいております。)

**外科** ●北大医学部消化器外科 I より1週間単位で出張医師が担当します。  
●毎週金曜日の受付時間は、15:00までとなります。

**婦人科** ●札幌医科大学産婦人科より石岡医師が担当します。

●診療日 / 5月16日(木)、17日(金)

●受付時間 / (午前の部)8:45~11:00

(午後の部) 木曜日…13:00~15:30、金曜日…13:00~14:15

●予約制となっています。受診日前日の正午までに、来院時または電話で予約してください。

**リハビリテーション科** ●予約制となっています。新患の方は、医師の診察後に受診日時を予約します。

**小児科** ●旭川医大小児科より出張医師が担当します。

## ☆5月の小児科診療受付時間

	一般診療	予防接種 (事前予約が必要です)	
	午前8:45~11:00	午後1:00~2:00	予約受付締切
7日(火)	●	●	5月2日(木)正午
14日(火)	●	●	5月13日(月)正午
21日(火)	●	●	5月20日(月)正午
28日(火)	●	●	5月27日(月)正午

※予約人数の状況により、予約締切が早まる場合があります。

## 【予防接種】

《小児科 / 定期接種》 ●ロタ・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・五種混合・BCG・麻しん風しん混合・水痘・日本脳炎・二種混合の接種希望者は、**前日の正午まで (前日が休みの場合は前営業日の正午まで)** に総合受付窓口または電話で申し込みください。

●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。

《日本脳炎の特例接種》 ●平成18年度生まれ~20歳未満の方は、定期接種となります。対象の方で接種を希望される方は、希望日の1週間前までに申し込みください。

《子宮頸がん》 ●定期接種 (小・中学生) ・小児科で、火曜日午後1時からの受け付けとなります。

●定期接種 (高校生以上) ・任意接種は内科・産婦人科で、木曜日午後3時からの受け付けとなります。

※必ず事前にご予約ください。

《任意接種》 ●おたふくかぜ・定期接種以外の水痘・50歳以上の带状疱疹・定期接種以外の肺炎球菌・麻しん風しん混合は予約が必要となりますので、1週間前までに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。

## けい 子宮頸がん・乳がん検診を 受けましょう

本町では、対象年齢の方に検診手帳と無料クーポン券を配布しています。対象者には5月中に送られますので、この機会に定期検診をはじめましょう。クーポンの対象以外の方も2年に1度の助成により約6,000円引きで検診が受けられます。詳細は下記係まで問い合わせください。

- 場所／釧路がん検診センター、町立病院（子宮頸がん検診のみ）、ふれあい交流センター（8月集団検診）
- 料金／クーポン利用者…無料  
クーポン対象外…子宮頸がん検診1,000円、乳がん検診2,000円
- 無料クーポン対象者／  
子宮頸がん…平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ  
乳がん検診…昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ  
※クーポンの詳細は個別通知
- 申込方法／各検診機関に電話
- 問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-1000）

## 副院長として山本陽子 医師が着任されました



山本 陽子副院長

4月より副院長（兼）内科医長として、山本陽子医師が着任されました。

山本副院長は、内科を担当されます。

当院の常勤医師は、佐藤泰男 院長、佐藤富士夫 副院長、山本陽子 副院長の3人となります。

## 脳ドック受診者助成事業の募集開始

脳ドック検診費用一部助成事業の募集を開始します。

この事業は、令和4年度日本人死亡原因第4位で後遺症が残る可能性が高い脳血管疾患（脳梗塞、脳卒中など）の早期発見、早期治療、予防の促進を目的として実施するものです。

### 助成額

25,000円（自己負担額8,000円）

### 定員

80人（先着順）

### 実施機関

釧路労災病院、釧路孝仁会記念病院、中標津脳神経外科

### 募集期間

5月20日(月)から定員に達するまで

※令和7年3月31日までの受診が必要です。

### 検診内容

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、心電図など

### 申し込みと受診の流れ

- ①申込書に納税確認書を添え下記係に提出します。  
※納税確認書は役場税務課納税係で無料発行しています。
- ②役場から決定通知書と助成券が送られてきます。
- ③実施機関に検診の予約をします。
- ④検診を受けます。実施機関の窓口で、助成額を差し引いた自己負担額を支払います。
- ⑤実施機関から自宅に検診結果が届きます。（結果は役場にも通知されます）



### 対象者

次の要件を全て満たす方

#### 共通

- 40～74歳（昭和25年4月1日～昭和60年3月31日生まれ）の標茶町民で、町税を完納している方
  - 令和5年度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の方、ペースメーカーや外科クリップなどの金属が体内に入っている方は、受診できません。

#### 社会保険の方

加入している健康保険組合に、脳ドック助成制度がない方、または助成制度はあるが助成の対象とならない方

#### 国民健康保険の方

次の①～④のいずれかに該当する方

- ①令和5年度秋の総合住民健診で特定健康診査を受診した方
  - ②令和6年度の総合住民健診で特定健康診査を受診した方
- ※申請日現在で、過去1年以内に総合住民健診を受診している必要があります。
- ③令和6年度の国保ドックに申し込みした方
  - ④令和6年度の国保ミニドックに申し込みした方

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☎内線124）

## 配水管布設替工事のお知らせ

本町では上水道管の老朽化による漏水対策として、配水管の布設替工事や各戸給水管切替工事を進めています。

今年度は位置図の箇所での工事を予定しています。道路の一時通行止めや騒音などにより大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

※工事終了後は工事箇所周辺で、一時的に水が白く濁ったり、泡が出る事がありますが、空気が混ざることによる現象で、水質に問題はありませので、通常通りご使用ください。

- 実施期間／5～11月（予定）
- 場所／開運地区
- 問い合わせ／役場水道課水道事業係（2階⑩番窓口 ☎内線267）



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!

～旬のいちごでスイーツ～



Jミルク ホームページより

## 今月のレシピ ストロベリーババロア

### 作り方

- ① (A) (B)のゼラチンはそれぞれ水大さじ2（分量外）でふやかしておく。イチゴはハケやふきんで汚れを払い、飾り用6個を取り分けて、残りはすりおろす。
- ② イチゴのババロアを作る。耐熱容器にグラニュー糖と水を入れ、電子レンジで1分加熱して砂糖を溶かす。すりおろしたイチゴとレモン汁を加えてよく混ぜ、ピューレ状にする。(A)のゼラチンを電子レンジに約20秒かけて溶かし、イチゴのピューレに混ぜる。
- ③ 生クリームを②より少し濃度がある程度にあわだてて、②を少しずつ加えてよく混ぜ合わせる。ワイングラスに流し入れて冷蔵庫でしっかり冷やしかためる。
- ④ ワインゼリーを作る。グラニュー糖と水、白ワインを耐熱容器に入れて電子レンジで約2分加熱する。沸騰してグラニュー糖が溶けたら(B)のゼラチンを入れ、よく混ぜて溶かす。レモン汁を加えて冷ましておく。しっかりかたまった③の上に飾り用のイチゴをのせてワインゼリー液を静かに注ぎ、再び冷蔵庫で冷やしかためる。

### 材料（6個分）

#### 【A イチゴのババロア】

- 粉ゼラチン……………5 g
- イチゴ……………1パック
- グラニュー糖……………50g
- 水……………大さじ2
- レモン汁……………大さじ1
- 生クリーム 200ml

#### 【B ワインゼリー】

- 粉ゼラチン……………5 g
- グラニュー糖……………20g
- 水……………80ml
- 白ワイン……………100ml
- レモン汁……………小さじ½

**おすすめポイント** 白ワインの代わりにスパークリングワインやロゼワインを使うのもオススメ。イチゴは小粒の方が◎。