



Rikubetsu Town

# ひろべつ

Public Information No.712

2020



令和2年



～今月の表紙～

## 大きく美味しくなってね

陸別保育所の園児みんなで種芋を植えました。秋には美味しく育ったジャガイモ入りのカレーが楽しみです。(6月5日)

- ◇ ふるさと銀河線りくべつ鉄道安全祈願祭
- ◇ 後期高齢者医療制度のお知らせ  
(保険証の一斉更新)
- ◇ 陸別町国民健康保険からのお知らせ

# ふるさと銀河線りくべつ鉄道、今年度の運行開始

6月1日りくべつ鉄道の安全祈願祭が行われ、関係者が今年で13年目となる運行の安全を祈願しました。

今年度は、新型コロナウイルス感染症予防のため、運行開始日の変更やりくべつ鉄道まつりの中止など大きく影響を受けていますが、感染症予防対策を行い今シーズンの営業が開始されました。例年鉄道まつりに実施していましたが「陸別～石井踏切間の本線乗車体験列車」は7月25日（土）に運行いたします。



## 林 茂雄さん 瑞宝単光章を受章

6/17 林茂雄さん（共栄第1）が「瑞宝単光章」を受章され野尻町長より伝達されました。

林さんは、昭和47年に陸別消防団に入団し、平成26年（陸別消防団副団長）まで、長年に渡る消防活動の功績により栄えある受章となりました。



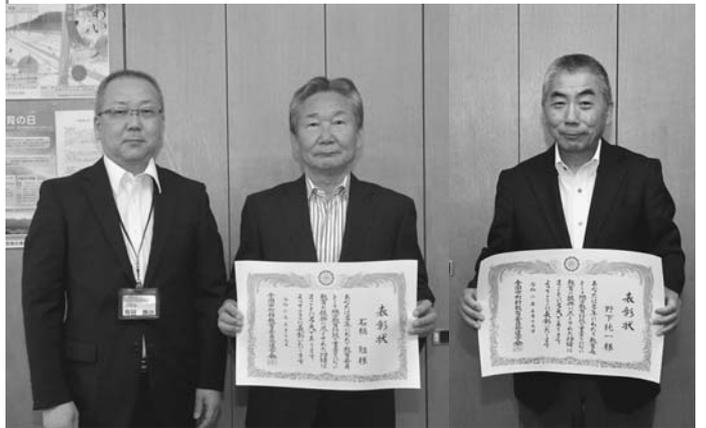
5/28 陸別町農業協同組合（西岡悦夫代表理事組合長）より高齢者協同生活支援施設「福寿荘」に「明治ブルガリアヨーグルト」「不織布マスク」が寄贈されました。

5/23 町内ポイントマム畜産センターへの入牧が始まり、町内の酪農家から集まった1,112頭の牛が消毒や予防接種を受けて放牧されました。牛たちは広い牧草地でこの夏を過ごします。

## 石橋 勉さん・野下 純一さん 教育功労者表彰を受賞

全国市町村教育委員会連合会教育功労者表彰が有田教育長より伝達されました。

石橋さん（栄町）は昭和62年から令和元年まで教育委員（うち平成14年から平成28年は教育委員長）、野下さん（新町1区）は平成24年から令和元年まで教育長として長年に渡る教育行政への功績により栄えある受賞となりました。



# 後期高齢者医療制度のお知らせ

～保険証（被保険者証）の一斉更新について～

## ■ 保険証が新しくなります（橙色→水色）

現在ご使用の橙色の保険証の有効期限が令和2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。

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、水色の保険証をご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、令和3年7月31日です。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、陸別町町民課国保衛生担当までお申し出ください。

**新しい保険証は 水色 です**

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 7月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発給年月日	平成20年 4月 1日
発給期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 公印(朱)

## ■ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）、限度証（限度額適用認定証）も新しくなります（黄緑色→黄色）

現在ご使用の黄緑色の減額認定証及び限度証の有効期限が令和2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。

引き続き交付対象に該当する方は7月中に減額認定証及び限度証を交付しますので、8月1日からは黄色の減額認定証及び限度証をご使用ください。

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ご確認の上、陸別町町民課国保衛生担当まで申請してください。

※有効期間は保険証と同じく1年間です。

### ◆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区分Ⅰに該当しない方
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

### ◆限度証の交付対象…次の3区分のうち、現役並みⅠまたは現役並みⅡに該当する方

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅢ・Ⅱに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方

**新しい減額認定証及び限度証は 黄色 です**

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発給期日	〇〇年 8月 1日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院該当年月日	〇〇年 8月 1日 保険者印
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 公印(朱)

後期高齢者医療限度額適用認定証	
有効期限	〇〇年 7月 31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発給期日	〇〇年 8月 1日
適用区分	現役Ⅱ
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 公印(朱)

お問い合わせ先

**北海道後期高齢者医療広域連合**  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階  
☎ 011-290-5601

**陸別町役場**  
**町民課 国保衛生担当**  
☎ 27-2141

# 保険からのお知らせ

地方税法及び地方税法施行令の一部改正に伴い、陸別町国民健康保険税条例が改正され、令和2年度以降の国民健康保険税の算出方法が下記のとおり改正されましたのでお知らせいたします。

## 【課税限度額の改正】

課税限度額が96万円から99万円に拡大しました。内訳は、下表のとおりです。なお、後期高齢者支援金分（支援金分）に係る課税限度額は変更ありません。

区 分	改正前の課税限度額	改正後の課税限度額
基礎課税分（医療分）	61万円	63万円
後期高齢者支援金分（支援金分）	19万円	19万円（改正なし）
介護納付金分（介護分）	16万円	17万円
合 計	96万円	99万円

## 【基礎算定額の改正】

国民健康保険税は、「基礎課税分（医療分）」と「後期高齢者支援金分（支援金分）」と「介護納付金分（介護分）」の3種類の区分で構成されており、それぞれ所得割額、資産割額、均等割額、平等割額から算出しておりましたが、今年度から、算定額から資産割額を廃止、均等割額、平等割額の一部を変更しました。内訳は、下表のとおりです。なお、所得割額に係る税率は変更ありません。

区 分	所得割額（率）	資産割額（率）	1人あたりの均等割額	1世帯あたりの平等割額
医療分（改正前）	6.10%	31.50%	22,000円	22,000円
（改正後）	（改正なし）	0.00%	21,000円	（改正なし）
支援金分（改正前）	3.90%	8.50%	9,000円	9,000円
（改正後）	（改正なし）	0.00%	（改正なし）	（改正なし）
介護分（改正前）	1.60%	6.00%	10,500円	9,500円
（改正後）	（改正なし）	0.00%	10,000円	9,000円

※介護分は、第2号被保険者（満40歳～満64歳）がいる場合にかかります。

## 【低所得者に係る税の軽減措置の改正】

低所得者に係る税の軽減措置の基準額が拡大されました。内訳は、5割軽減及び2割軽減に係る基準額が下表のとおりとなりました。なお、7割軽減に係る基準額は変更ありません。

区 分	改正前の基準額	改正後の基準額
7割軽減	33万円	33万円（改正なし）
5割軽減	33万円 + (28万円 × 被保険者数)	33万円 + (28万5千円 × 被保険者数)
2割軽減	33万円 + (51万円 × 被保険者数)	33万円 + (52万円 × 被保険者数)

**新型コロナウイルス感染症の影響により次の要件を全て満たす方は、国民健康保険税が減免の対象となる場合があります。**

- ① 主たる生計維持者のいずれかの収入が令和元年と比べて3割以上減少見込（給与収入、事業収入、不動産収入、山林収入）
- ② 主たる生計維持者の令和元年の合計所得金額が1,000万円以下
- ③ 主たる生計維持者の減少が見込まれる所得以外の令和元年の所得が400万円以下

# 陸別町国民健康

国民健康保険の資格を取得または喪失したときは「世帯主が14日以内に役場に届出ること」が必要です。

## 資格取得

- 他の市町村から転入したとき
- 職場の健康保険をやめたとき（退職したとき）
- 職場の健康保険の任意継続をやめたとき
- 世帯員が増えたとき（結婚、出生、同居など）
- 生活保護を受けなくなったとき

## 資格喪失

- 陸別町から転出するとき
- 職場の健康保険に加入したとき  
（被扶養者となったとき）
- 死亡したとき
- 生活保護を受けるようになったとき  
（注）75歳到達により、後期高齢者医療制度の対象となったときは届出不要

## その他手続き

- 住所、世帯主、氏名等が変わったとき
- 保険証を汚損または紛失したとき

※上記の届出の際には下記の物が必要となりますのでご持参ください。

- ①印鑑（シャチハタは不可）
- ②異動対象者全員の個人番号カード若しくは通知カード

## ※届出が遅れると……

国民健康保険税を資格が発生した日にさかのぼって納めることとなりますし、条例に基づき過料が発生する場合があります。

また、届出前にかかった医療費は、やむを得ない場合を除き、全額自己負担となります。



## 交通事故などにあつたとき

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合でも、国保で病院にかかることができます。その際には必ず国保に連絡し、「第三者行為による傷病届」を提出してください。加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると国保が使えなくなります。示談の前に必ず国保にご相談ください。

## 保険証が使えないとき

次のようなときには、保険証が使えません。

### ○病気とみなされないもの

健康診断・人間ドック、予防注射、正常な妊娠・出産、軽度のわきが・しみ、美容整形、経済上の理由による妊娠中絶など

### ○ほかの保険が使えるとき

仕事上の病気やけが（労災保険の対象になります）

### ○国保の給付が制限される時

故意の犯罪行為や故意の事故、けんかや泥酔による病気やけが、医師や保険者の指示に従わなかったとき

## ※事業主の皆さんへお願い

貴事業所において雇用している方が、社会保険等に加入または喪失した場合は、国民健康保険等の加入または喪失の届出を行うように指導をお願いします。また、貴事業所において雇用している方の社会保険等の資格異動情報を貴事業所から役場に情報提供していただくことにより、国民健康保険の資格異動届出の漏れを防止することができます。

なお、情報提供は別途定める「年金異動報告書（様式は役場にあります）」を使用していただきます。現在「年金異動報告書」が未提出の事業所につきましては、今後ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ先 陸別町役場 町民課 国保衛生担当（☎0156-27-2141 内線114）

英語指導助手

# ピルのコラム

No.26



こんにちは。ピルです。ところで、みなさんは夏と冬のどちらが好きですか？

ボクにとっては今は夏で、この陸別も本当に暑くなってきました。ボクは冬が好きです。理由は雪があるからです。暑くないので虫もいません。冬が早く来るのを待ちわびています。先週、カナダの親友が26歳の誕生日を迎えたので何かお祝いを考えました。で、日本から2、3個プレゼントを贈ることにしました。カナダでは高く買えないものです。まずは、「ごつぶつの森」ニンテンドースイッチケース。「ごつぶつの森」はカナダではとても人気があり、売りに出すと途端に売り切れます。今カナダでもコロンナウイラスが深刻でニンテンドースイッチはどこに行っても売り切れています。家にいる間、「ごつぶつの森」で遊びたいからです。「ごつぶつの森」のケースを北見のゲオで見つけました。一緒に「鬼滅の刃」と「ハイキュー」キーチェーンも送りました。また、箱の空いたところに「うまい棒」をたくさん詰め込みました。

ボクは北見で「スプラトゥーン2」というゲームも探しました。陸別の生徒がこのゲームをしていて、日本ではとても人気がありそうでした。

実物を探するため3か所回りました。まずはイオン、売り切れていました。次にツタヤ、そのあとブックオフ・ハードオ

フ、どちらもダメでした。

ゲオの店員さんにそのことを聞いたら、それは限定版なので在庫がないとのことでした。

カナダに帰った時、友達とオンラインゲームをしましたが、その時は最初に「メイプルストーリー」という2005年の復刻版をしました。2005年というと、ボクはまだ小学生でした。なんとも懐かしいゲームで今のものを比べると平凡なゲームでした。時々、「レジエント・オブ・レジエント」、「ハースストーン」、「オーバーウォッチ」、「ウォーフレーム」などで遊びます。でも僕のパソコンは古くて多くのゲームはカクカクしてスムーズに動きません。ゲームの他には、日本の小説でアニメにもなったことも面白いものを読んでいます。本の名前は「本好きの下剋上」です。この本は、ファンタジーや本そのものの、歴史、別世界が好きな人にお勧めです。とても面白く、でも英語に訳されたものは6巻しかありません。日本語では22巻もあるのに。そのため、ボクは日本語を勉強するために読んでいます。まだまだたくさん読みたい日本語の本がありますが、ボクにとってはまだまだちょっと難しすぎます。物語を想像し、没頭するために、言葉そのものやニュアンスを読めないといけないからです。それでは、また。

## 公民館新着情報

### ◇ 一般図書

- 恋愛未満 ..... 篠田節子
- 迷宮の月 ..... 安部龍太郎
- クロス ..... 山下紘加
- 死者との対話 ..... 石原慎太郎
- 逃亡者 ..... 中村文則
- 逆ソクラテス ..... 伊坂幸太郎
- 濱地健三郎の幽たる事件簿 ..... 有栖川有栖
- あふれる家 ..... 中島さなえ

### ◇ 児童図書

- かみさまのベビーシッター ..... 廣嶋玲子、木村いこ
- たまごの魔法屋トワ ..... 宮下恵菜、星谷ゆき
- カピバラさんのまいにち ..... チダ ケイコ
- ライオンこぶたのペンジャミン ..... ZENTOY
- おばあちゃんもこどもです ..... いもとようこ
- じごくにアイス ..... ナカオ マサトシ
- おいらひよつとこ ..... ザ・キャビンカンパニー
- ぴよちゃんのおともだち ..... いりやまさとし

### ◇ DVD

記憶にございません！  
マチネの終わりに

### 公民館図書室よりお知らせ

7日の特集コーナーは「江戸川乱歩賞特集」です。読み始めたらとまらない作品ばかりです。

※本の貸出期間は3冊2週間です。

# 陸別町では、妊娠を希望する女性等を対象に 風しん抗体検査料及び予防接種費用を助成します

## 1. 風疹抗体検査（助成：北海道）

○対象者 北海道に在住の方のうち

- ①妊娠を希望する出産経験のない女性
- ②妊娠を希望する出産経験がなく、かつ風しん抗体ができない女性の配偶者（事実上婚姻関係のある方も含みます）並びに同居者
- ③妊婦（抗体価の低い）の配偶者並びに同居者

ただし、「過去に風しん抗体検査を受けたことがある」、「過去に2回の風しんの予防接種を受けている」「検査により風しんと判断されたことがある」方は除きます。

## 2. 風疹抗体検査（助成：陸別町）

○対象者 町に住所を有する方で次のいずれかの項目に該当する方

- ①妊娠を希望する女性
- ②上記①の配偶者
- ③妊婦の配偶者

ただし、「過去に2回の風しん予防接種を受けている」「過去に風しんと判断されたことがある」方は除きます。

※風疹抗体検査は、北海道の助成を優先的に受けて頂きます。

## 3. 風疹予防接種（助成：陸別町）

○対象者 町に住所を有する方で次のいずれかの項目に該当する方

- ①左記の抗体検査で抗体が不十分と判断された方
- ②2の対象者で既に抗体検査等を受け、抗体が不十分と判断された方（抗体価を確認しますので、必ず検査データをご持参下さい）

○実施期間 令和2年6月1日～

令和3年3月31日

○委託医療機関 陸別町国保関寛齋診療所

○料 金 無料

○申し込み・問い合わせ

陸別町保健福祉センター 保健指導担当

☎0156-27-8001

その他、風疹予防接種については、町外の医療機関で接種する場合も助成します。希望の場合は、事前に上記まで連絡して下さい。

# 消費生活相談室から

〜たがちゃんのおつぶやき編〜

第87回

陸別  
くらし塾

土屋たか子

### ☆やつぱり多い子どももの誤飲

小さな子は何でも口に入れて確かめます。乳幼児のお子さんがあるご家庭では、危険なものが手に届くところにならないか日々神経を使っていることでしょう。私が困ったのは二人目、三人目と生まれたとき。上の子のおもちゃは小さく複雑なものが増えてきます。電池も使い始めます。これらを子どもはほったらかすのです。下の子が口にいれたらと、上の子のおもちゃを隠してしまっただことも…。ごめんよ。

### ☆ボタン型電池は要注意！

さすがに単三電池を飲み込むのは難しいですが、それでも子ども用のおもちゃはねじ回しを使わないと電池交換できないようになっていきますね。そうになっているおもちゃを選ぶべきでしょう。

ボタン型電池は容易に飲み込めます。そしておなかの中で通電し、体を中から焦がしてしまいます！命の危険さえあります！

### ☆水で膨らむおもちゃ

お薬のカプセルのような溶ける容器に入っていて、お風呂に入れると容器が溶け、中から怪獣のようなスポンジ様の人形が出てきて水を吸って膨らむ、というおもちゃがあるそうです。小学生が喜びそうですよね。でも大きさが問題！お薬のカプセルって、飲み込めるじゃないですか！乳幼児が飲み込んで、のどやおなかで大きくなったら？怖い…。

### ☆怖がってたってはじまらないけど

神経をすり減らして子育てに息を詰まらせる必要はない。ほとんどは楽しく輝きに満ちた毎日。でも、ああ知っておけばよかったー。なんてこともあるかもしれないから、是非「消費者庁子ども安全メール」を覗いてみてください。

消費生活専門相談員による相談窓口は、月2回開設しています。  
7月の開設日は9日（木）と30日（木）です。

< 7月 >

陸別町の子育て支援情報

【問合せ先】保健福祉センター ☎27-8001  
陸別 保育所 ☎27-2256

日	曜日	行 事 等	子 育 て 支 援 関 係	担 当
1	水			子育て支援センター
2	木		親子ふれあい遊び（保健センター・親子ひろば）	
3	金			
4	土			
5	日			
6	月		自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
7	火		読み聞かせ（保健センター）	子育て支援センター
8	水			
9	木		親子ふれあい遊び（保健センター・親子ひろば）	子育て支援センター
10	金			
11	土			
12	日			
13	月		自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
14	火		読み聞かせ（保健センター）	子育て支援センター
15	水			
16	木	妊婦・乳幼児相談（保健センター）		保健福祉センター
17	金	妊婦・乳幼児相談（保健センター）		保健福祉センター
18	土			
19	日			
20	月	2計測（保育所）	自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
21	火	療育訪問（保育所）	読み聞かせ（保健センター）	子育て支援センター
22	水			
23	木	🟡 海 の 日 🟡		
24	金	🟡 スポーツの日 🟡		
25	土			
26	日			
27	月		自由遊び（保健センター）	らっこクラブ
28	火		読み聞かせ（保健センター）	子育て支援センター
29	水			
30	木		親子ふれあい遊び（保健センター・親子ひろば）	子育て支援センター
31	金	おたんじょう会（保育所）		陸別保育所

※自由あそび（月曜日）・読み聞かせ（火曜日）・親子ふれあいあそび（木曜日）は午前中の開催です。 ※新型コロナウイルスにより、各行事内容が中止・変更になっている場合があります。

◇ 子育て支援センターから ◇

- 乳幼児とその保護者が自由に利用することができる「子育て親子ひろば」を開設しています。子どもたちの交流はもちろん、お父さん・お母さんの子育て情報を得る機会に、是非ご利用ください。日時：毎週 月～金曜日 午前9時30分から 場所：保健センター内（トレーニング室の隣）
- 妊婦・乳幼児相談は、歯科相談にも対応します。（歯科衛生士常駐）歯や歯並びのことでご相談がありましたらお気軽に声をかけてください。

ASHORO

足寄から

ラワンぶきをお手軽に！

足寄町の特産品といえば、日本一大きなふき「ラワンぶき」。一般的なふきに比べてアクが少なく、みずみずしくて食感が良いのが特徴です。そんなラワンぶきを手軽に味わえるのが「ラワンぶき水煮」です。工場でボイル、あく抜きをしているため簡単に調理することができます。

道の駅等、町内さまざまなお店で販売しておりますのでぜひご賞味ください。

お問い合わせは、

J A あしよる山菜工場まで

☎ 25-2444



HONBETSU

本別から

資料館企画展

「7月15日本別空襲を伝える

～戦後75年、あの日を忘れないために～」

今年度は、本別空襲の資料を展示するほか、長崎に原爆が投下された8月9日午前11時2分に写真を撮る「忘れないプロジェクト」の作品を展示します。ぜひ、ご来館ください。

期 間 7月1日(水)～8月30日(日)

場 所 本別町歴史民俗資料館

開館時間 火～日 9:00～16:00

休 館 日 月曜日・祝日

入 館 料 無料

協 力 ナガサキピースミュージアム（長崎市）

そ の 他 団体でご来館される場合は、事前にご連絡ください

問い合わせ 本別町歴史民俗資料館（本別町北2丁目 ☎22-2141 内線410）または 図書館（☎22-5112）まで

# 健康コーナー 264

## ☆暑い日は、熱中症に注意！

【担当】  
保健福祉センター  
保健指導担当 技師  
管理栄養士 谷本 佑太

5月から少しずつ気温が上がり、心地よい暖かさから暑いと感じる季節になってきたところでしょうか。

近年は、北海道でも30℃を超える暑い日が、増えてきています。そして、熱中症の危険も気温の上昇とともに増えていきます。

今月号では、熱中症の予防を中心に、夏を乗り切る内容をお伝えしていきます。

### 熱中症とは



熱中症は、暑い環境で作業を行うなどの要因により、汗や皮ふで体温調整できずに、水分と塩分のバランスがくずれ、体に熱がこもってしまうといった症状の総称で、最悪は亡くなってしまう危険もあります。



### 症状は？

熱中症には程度により、症状が変わってきます。

軽度では、めまいや立ちくらみ、汗がとまらないといった症状が出てきます。

中等度では、頭痛や吐き気、倦怠感などがあります。

重度では、意識がない、けいれん、高体温、呼びかけに応じない、まっすぐ歩けないといった症状がでることもあります。

これらの症状は、目安です。少しでもおかしいな、いつもと違うなと感じられた場合は、すぐに水分をとる、体を冷やすなどといった対処をしましょう。

### 幼児・高齢者は注意！

幼児は、体温調整機能が十分発達していないため、注意が必要です。また、地面に近いほど気温が高くなるため、幼児は大人よりも暑い環境にいることとなります。

高齢者は、体内の水分量が少なく、また、暑さに対する感覚機能と調整機能も低下しています。心臓や腎臓の悪い方や、持病がある方は注意点を医師に相談しましょう。

暑く感じないから大丈夫と思わず、みなさん予防を行いましょう。

### 予防が大事！



熱中症は、様々な要因が重なることで起こります。気温などの環境条件に加え、体調や暑さに対する慣れなども影響します。

【暑さを避けよう】  
エアコンや扇風機などを利用し、部屋の温度を調整しましょう。涼しい服装にすることも大切です。

【こまめに水分補給】  
のどが渇く前に、時間を決めて、1日1・2リットルを目安に水分補給をしましょう。大量に汗をかいたときは、スポーツドリンクがおすすめてです。

【暑さに備えた体づくり】  
暑くなりはじめの時期から、適度に外で活動しましょう。無理のない範囲で、水分補給も忘れずに。

【日頃からの健康管理】  
日頃から体温測定や健康チェックをおこなってください。自分を知ることは、熱中症だけでなく、ほかの病気にも役立ちます。

また、新型コロナウイルス感染症への感染防止のための「新しい生活様式」では、マスク着用が求められています。しかし、マスクの着用は熱がこもりやすく、熱を発散しにくくなります。

熱中症予防として、周囲に人がいない環境などでは、適宜マスクを外すことも大切です。

### 熱中症かと思ったら



これらの予防をしても暑さや活動内容などで、体調不良を感じることがあるでしょう。その際は、すぐに応急措置をしてください。

● 涼しい場所に避難し、服をゆるめ、体を冷やす。  
● 水分を摂取する（大量に汗をかいている場合は、塩分の入った飲み物を）。

※まわりの人が熱中症かと思った場合、呼びかけに反応しない、自力で水分を摂取できない等見受けられたら、すぐに救急車を呼びましょう。

### 愛の鐘放送では



保健福祉センターでは、十勝管内での食中毒警報発令時に、愛の鐘放送で注意を促しています。警報発令基準のひとつに最高気温28℃以上が予想される日とあります。

愛の鐘放送で、食中毒警報が流れた場合には、食中毒とともに、熱中症にも気をつけましょう。

熱中症患者の約半数が、65歳以上の高齢者です。ほんの少し心がけてもらえるだけで予防ができます。

また、まわりに心配な方がいましたら、積極的にお声かけください。

これから暑くなることを予想されます。ぜひ、『時間を決めた水分補給』『部屋の温度管理』『毎日の体温測定』を実施してください。

日頃の健康に加え、季節のご不安ごとなど、お気軽に保健福祉センターまでご相談ください。

☎ (277-8000)

お知らせ

レジ袋削減に

ご協力ください

プラスチックは、非常に便利な素材です。成形しやすく、軽くて丈夫で密閉性も高いため、製品の軽量化や食品ロスの削減など、あらゆる分野で私たちの生活に貢献しています。一方で、廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ、地球温暖化などの課題もあります。私たちは、プラスチックの過剰な使用を抑制し、賢く利用していく必要があります。

このような状況を踏まえ、令和2年7月1日より、全国でプラスチック製買物袋いわゆるレジ袋の有料化を行うこととなりました。これは、普段何気なくもらっているレジ袋を有料化することで、それが本来に必要なかを考えていただき、私たちのライフスタイルを見直すきっかけとすることを目的としています。

皆さんも、レジ袋有料化をきっかけに自身のライフ

スタイルを見つめ直し、エコバッグを持ち歩く等、できることからプラスチックを賢く使う工夫をしましょう。

【レジ袋有料化に関する問合せ先】

環境省  
消費者向け  
0570-080180  
事業者向け  
0570-0000930

**レジ袋有料化**   
**2020年7月1日スタート**  
 レジ袋削減にご協力下さい

**環境問題解決の第一歩**

【電話受付時間】平日午前8時30分～午後5時15分  
 様々な人権問題についての相談はなんでも

**みんなの人権110番** ☎ 0570-003-110

いじめ・虐待(ばやくだい)など子どもの人権問題に関する相談はこちら  
**子どもの人権110番** ☎ 0120-007-110

家庭内暴力など女性の人権問題に関する相談はこちら  
**女性の人権ホットライン** ☎ 0570-070-810

インターネットでも人権相談を受け付けています  
**インターネット受付** インターネット人権相談 ☎ 0570-003-110  
 パソコン・スマートフォン共通 <https://www.jinji.go.jp/>

<https://www.jinji.go.jp/kodomo>  
 (パソコン・スマートフォン共通)  
 下のQRコードを読み込んでください

**相談する**

2020年度刑務官  
採用試験を実施します



困ったときは、一人で悩まず、私たちに相談してください。法務省の人権擁護機関では、差別やDV、虐待等の様々な人権問題について電話やインターネットで相談を受け付けています。

受験申込みは、インターネット申込みをご利用ください。

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>  
 受付期間 2020年7月21日(火) 9:00～7月30日(木) 【受信有効】  
 事前登録だけでは申込完了ではありません。余裕を持って申込手続を完了してください。

**法務省矯正局**  
 〒100-8977 東京都千代田区霞が関1-1-1 TEL 03-3592-7369  
 法務省ホームページ <http://www.moj.go.jp/>

北海道障害者職業能力開発校令和2年度  
見学会のお知らせ

入校を希望される方等に訓練内容や寮生活に関する理解を深めていただくことを目的に、見学会を開催します。

○日時  
令和2年7月27日(月)  
13時30分～

○申込期限  
令和2年7月20日(月)

○申込・お問い合わせ先  
〒073-10115  
砂川市焼山60番地  
☎ 0125(52)2774  
Fax 0125(52)9177



**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)  
**サマージャンボミニ1,000万円**  
(1等1千万円)  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
**7月14日の2種類同時発売!** 発売期間 7/14②~8/14④  
抽せん日 8/21④  
クーちゃん  
公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円

「この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。」

弁護士による無料の法律相談をご利用いただけます。  
日時 令和2年7月28日(火) 13時~15時30分  
場所 帯広市西4南13・1とちかちプラザ講習室402  
申込方法 完全予約制先着15名です。  
予約は「法テラス」 釧路までお電話ください。  
予約電話番号 05701078392  
また、生活や仕事などの身近な相談については、「ふらっと」「とちかち生活安心センター」の相談支援員の相談も利用いただけます。  
予約は不要ですので、当日会場へ直接お越しください。(先着順となりますので定員となり次第終了です。)

日本司法支援センター 法テラス 釧路 法テラスは国が設立した公的な法人です。

**無料**  
■借金のこと  
■家庭のこと  
■職場のこと  
■家・土地のこと  
■日常生活のトラブル など

**法律相談会**  
弁護士による無料の法律相談をご利用いただけます。生活や仕事などの身近な相談については、「ふらっと」「とちかち生活安心センター」の相談支援員の相談もご利用いただけます。  
(法テラスは、国が設立した公的な法人です)

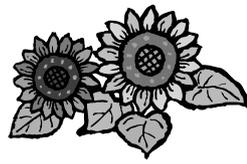
その実施に当たっては、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため①密閉空間、②密集場所、③密接場面という3つの条件が同時に重なる場を避け、職場内外での感染防止行動を徹底しつつ、取り組んでいただくようお願いいたします。  
問合せ先 帯広労働基準監督署  
0155(97)1244

第93回全国安全週間が、エイジフレンドリー職場へ！  
みんなで改善  
リスクの低減  
をスローガンに7月1日から7月7日まで実施されます。  
十勝では、各産業において今季の作業が始まっており、これから繁忙期を迎えようとしております。事業者が労働者の協力の下に、事業場での自主的な安全管理を推進するとともに、地域全体として「これ以上、十勝から死亡労働災害を発生させない」という決意の下、労働災害防止の対策に取り組んでいただくようお願いいたします。

**カメラ** **6** **スケッチ**



6/11  
陸別町商工会・同女性部・同青年部が、地域貢献・活性化事業の駅周辺美化事業として「道の駅」周辺及び「りくべつ鉄道」構内に、フラワーポットの設置・花壇整備を行いました。



6/9 (株)石橋建設がヒマワリの種まき  
(株)石橋建設(石橋堂裕代表取締役)が地域貢献活動の一環として国道242号線沿いにヒマワリの種まきを行いました。今年で10年目となります。

# 銀河の森コテージ村からのお知らせ

## 〈6月22日現在 コテージ予約状況〉

予約は既にうまっている場合があります。最新の予約状況は直接コテージ村管理棟へご確認ください。

○余裕あります ●満室です △予約が入ってます ※予約はお早めにコテージ村管理棟へ(TEL 27-4040 FAX 27-4041)

7月	コテージ予約状況	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
	6人用	○	○	○	●	○	○	○	○	△	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	10人用	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

8月	コテージ予約状況	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
	6人用	●	△	△	○	○	○	△	●	●	●	●	●	●	△	△	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
	10人用	●	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

### 町民のうごき

うぶごえ

合田 一華 さん 周平 悠 さん 5・29 共栄第1  
湯原 朋佳 さん 将弘 裕利加 さん 6・2 新町2区

おくやみ

加藤十三子 さん 81歳 6・8 新町2区  
袋 千鶴子 さん 82歳 6・13 栄 町

### 運転免許更新時講習日程

現在新型コロナウイルスの影響で、講習は休止しています。詳細は本別警察署(☎22-0110)にお問い合わせください。

月	会場名	種類	日	曜日	時刻
7月	本別中央公民館	一般	8	水	10:00
		優良	8	水	11:30
		初回	22	水	13:00
		違反	22	水	10:00
		優良	16	木	14:00
足寄町民センター	一般	16	木	15:00	
	優良	20	木	14:00	
8月	本別中央公民館	一般	12	水	10:00
		優良	12	水	11:30
足寄町民センター	違反	26	水	10:00	
	優良	20	木	14:00	
8月	足寄町民センター	一般	20	木	15:00

※本別警察署で更新手続きを済ませてから受講して下さい。

### 町の人口・世帯数 R2.5.31

人口 2,334人(-3)  
男 1,169人(±0)  
女 1,165人(-3)  
世帯数 1,310戸(+2)

友好町民の会 285人(前年同月比 -24人)

ホームページアドレス <https://www.rikubetsu.jp/>

### ご厚意

ご寄付ありがとうございます。

陸別町への寄付

◇(有)ニューパックとがし

(富樫雅道代表取締役)

公共施設用新型コロナウイルス感染症予防のため

弱酸性次亜塩酸水スコップ

クリーン 6パック

◇今村保広さん(新町2区)

ふるさと整備資金として

5万円

◇山本周二さん(帯広市)

土地1筆

社会福祉協議会

ボランティアセンター

(愛情銀行)への寄付

◇中根哲也さん(札幌市)

5万円

◇今村保広さん(新町2区)

5万円



### 訂正とお詫び

広報りくべつ2020年6月号(No.711)で、お名前に誤りがありました。

P3 誤「新鋭緑化株」 正「新栄緑化株」

P12 うぶごえ 誤「大内朱梨ちゃん」 正「大内朱莉ちゃん」

誤「大内祐介さん」 正「大内裕介さん」

誤「赤川由里子さん」 正「赤川百里子さん」

関係者の皆様にお詫びし、訂正いたします。

7月1日現在  
交通事故死ゼロ  
2,112日

夏の交通安全運動 7月13日(月)～22日(水)