



Rikubetsu Town

ひろはつ

Public Information No.760

2024



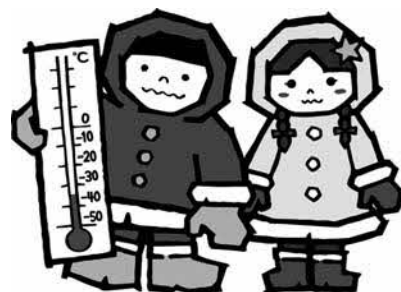
令和6年



～今月の表紙～

陸別小学校 運動会

(6月8日)



陸別小学校運動会

6/8

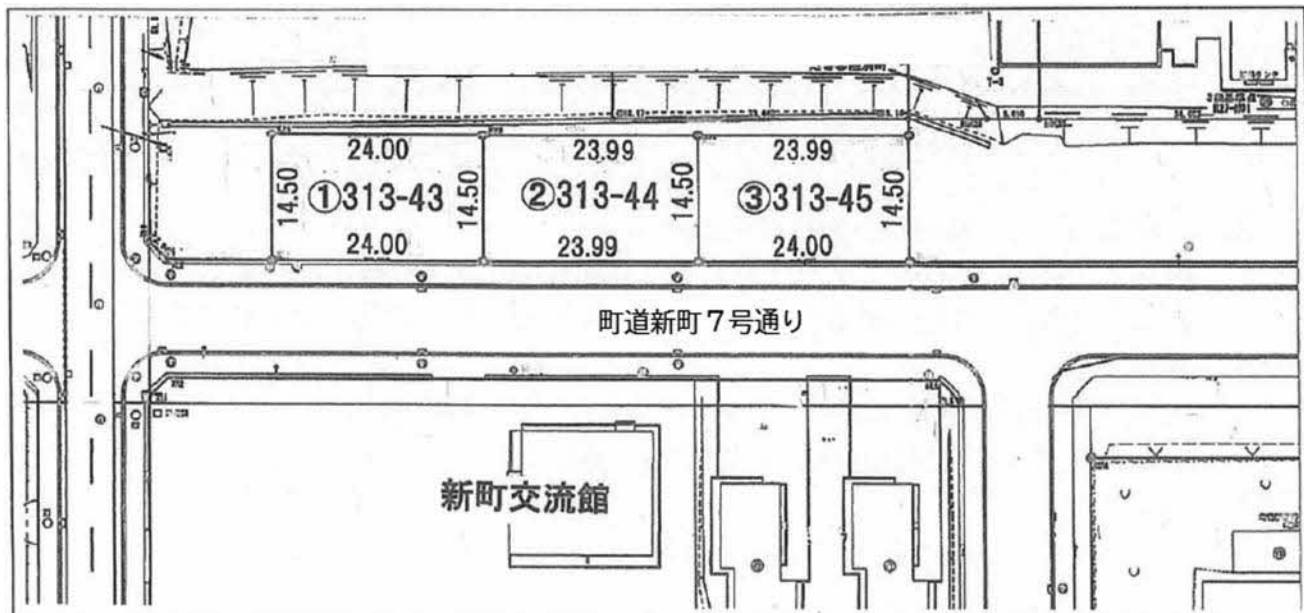
陸別小学校運動会が開催されました。快晴で過ごしやすい気温の中、徒競走、大玉転がし、綱引き、紅白リレーのほか、陸小ソーラン演舞などの「表現種目」も行われ、児童たちが全力で取り組む姿に会場から大きな拍手が送られました。



宅地分譲のご案内

■ 概要 ■

1. 分譲区画数 一般宅地3区画（新町団地）



番号	所 在	面積 (㎡)	面積 (坪)	価 格
①	陸別町字陸別西1線313番地43	348.01	約105.27	651,474円
②	陸別町字陸別西1線313番地44	347.99	約105.26	651,437円
③	陸別町字陸別西1線313番地45	348.00	約105.26	651,456円

2. 分譲価格 1㎡単価 1,872円

3. 団地内設備 団地内隣接道路（車道5.5m・歩道2.5m）上下水道宅地内接続可

■ 募集要項（抜粋） ■

1. 募集条件（詳細を定めた陸別町町有宅地分譲要綱・実施要領は役場総務課で閲覧できます）

①自分で居住する住宅を建設するため、宅地を必要とする個人の方

②契約後3年以内に住宅を建設できる方

2. 申込期間（土・日・祝日・閉庁日を除きます）

第一次 令和6年6月17日（月）～ 8月16日（金）

第二次 分譲地に空きがある場合、8月26日（月）より順次受け付けます。

3. 申込方法

所定の「町有宅地分譲申込書」によりお申し込みください。1人1区画とします。

なお、申込書は役場総務課管財防災担当でお受け取りください。

4. 選定方法

①第一次期間 締め切り後、抽選を行います。

②第二次期間 申し込みの先着順とします。

ただし、同日に申し込みのあった場合は抽選で決定します。

問い合わせ

陸別町役場 総務課 管財防災担当 ☎27-2141 内線216

からのお知らせ

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
- ③資格異動の際は保険証（新・旧）を持参

※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になりますし、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。

※令和4年度より、国民健康保険税の均等割（医療分・支援金分）については、18歳以下の方は0円となりました。

なお、手続きが必要なため、18歳以下の方がいる世帯には個別に通知いたします。

交通事故などにあったとき

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。示談の前に必ず町民課国保衛生担当にご相談ください。

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とき

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

※事業主の皆さんへのお願い

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。

問い合わせ

陸別町役場 町民課 国保衛生担当 ☎27-2141 内線114

国民健康保険

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6年度以降の国民健康保険税の基準額と課税限度額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。

【基礎算定額】

基礎算定額の内訳は下表のとおりです。

区 分	所得割額（率）	1人あたりの均等割額	1世帯あたりの平等割額	18歳以下の方の均等割額
医 療 分	6.10%	21,000円	22,000円	0円
支 援 金 分	2.50%	9,000円	8,000円	0円
介 護 分	1.60%	10,000円	9,000円	

【低所得者に係る税の軽減措置】

低所得者に係る税の軽減措置の基準額の内訳は下表のとおりです。

※基準額とは、総所得金額及び山林所得金額を合算した額です。

区 分	改正前の基準額	改正後の基準額
7割軽減	43万円＋10万円× (給与所得者等の数(注1)－1)	43万円＋10万円× (給与所得者等の数(注1)－1)
5割軽減	43万円＋(29万円×被保険者数(注2)) ＋10万円×(給与所得者等の数(注1)－1)	43万円＋(29万5千円×被保険者数(注2)) ＋10万円×(給与所得者等の数(注1)－1)
2割軽減	43万円＋(53万5千円×被保険者数(注2)) ＋10万円×(給与所得者等の数(注1)－1)	43万円＋(54万5千円×被保険者数(注2)) ＋10万円×(給与所得者等の数(注1)－1)

(注1) 給与所得者等の数：給与収入が55万円を超える者（給与所得者）の数と給与所得者を除く公的年金等の支給〔60万円超（65歳未満）または125万円超（65歳以上）〕を受ける者の数の合計数

(注2) 被保険者数：国保から後期高齢者医療制度へ移行した方（特定同一世帯所属者）の人数も含めます。

低所得者に係る税の軽減措置の軽減税額は下表のとおりです。

区 分	軽 減 税 額				
		医 療 分	支 援 金 分	介 護 分	合 計
7割軽減	均等割	14,700円	6,300円	7,000円	28,000円
	平等割	15,400円	5,600円	6,300円	27,300円
5割軽減	均等割	10,500円	4,500円	5,000円	20,000円
	平等割	11,000円	4,000円	4,500円	19,500円
2割軽減	均等割	4,200円	1,800円	2,000円	8,000円
	平等割	4,400円	1,600円	1,800円	7,800円

【課税限度額の改正】

課税限度額が104万円から106万円に拡大しました。内訳は下表のとおりです。なお、基礎課税分（医療分）、介護納付金分（介護分）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
医 療 分	65万円	65万円（改正なし）
支 援 金 分	22万円	24万円
介 護 分	17万円	17万円（改正なし）
合 計	104万円	106万円

後期高齢者医療制度のお知らせ

～令和6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

令和6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 【1人当たりの額】 52,953円	+	所 得 割 【本人の所得に応じた額】 (令和5年中の所得－最大43万円) × 11.79%	=	1年間の保険料 【限度額80万円】 (100円未満切り捨て)
---	---	--	---	---

○1年間の保険料の上限額は、80万円になります。

○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（公的年金等控除額や給与所得控除額など）を引いたものです。

※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

～令和6年度には限度額と所得割額について【激変緩和措置】があります～

- ・「令和6年3月末日までに75歳に到達して資格取得した方」及び「障害認定で資格取得した方」については令和6年度の賦課限度額を73万円とします。
- ・令和6年度の賦課のもととなる所得金額が58万円を超えない方については、所得割率10.92%として算定します。

◆ 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34年1月1日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

対象者の所得要件 (世帯主及び世帯の被保険者全員の軽減判定の所得額)	均等割の軽減割合
	令和6年度
43万円 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	7 割
43万円 + (29万5千円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	5 割
43万円 + (54万5千円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1)	2 割

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。

- ・給与等の収入金額が55万円を超える方
- ・公的年金の収入金額が60万円（65歳未満）、125万円（65歳以上）を超える方

② 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、被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、制度加入から2年を経過していない期間のみ均等割が5割軽減となります。

(52,953円 → 26,476円)

※被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方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等は含まれません。

◆保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は、陸別町役場町民課国保衛生担当へご相談ください。

災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別な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については、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

保険料の納め方は、原則「年金天引き」です（申し出によって「口座振替」も可能）。

ただし、次の(1)～(3)のいずれかに該当する方は「年金天引き」の対象となりません。

「納付書」または「口座振替」にてお納めください。

※社会保険料控除は、「年金天引き」の方は本人に、「口座振替」の方は口座名義人に適用されます。

ご注意

- (1) 介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額18万円未満の方）
- (2) 介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計額が、介護保険料が天引きされている年金の受給額の半分以上を超える方
- (3) 新たに制度に加入された方の半年の期間

国民健康保険税の口座振替は自動継続されません。再度、陸別町役場町民課国保衛生担当へ申し出を行ってください。

■保険証が新しくなります（黄色→水色）

現在、ご使用の黄色の保険証の有効期限が令和6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7年7月31日です。

○保険証が廃止される令和6年12月1日までは、紛失したときや、汚れたときは再交付します。

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
性別	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	390110000 公印(朱)
北海道後期高齢者医療広域連合	

■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→橙色）

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6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日からは橙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、次の交付要件に該当することをご確認の上、申請してください。

※有効期間は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	〇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
	〇世帯全員の所得が0円の方 ※公的年金控除は80万円を適用 ※給与所得がある場合、その金額から10万円を控除
	〇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 橙色 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
性別	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	390110000 公印(朱)
北海道後期高齢者医療広域連合	

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
性別	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	390110000 公印(朱)
北海道後期高齢者医療広域連合	

次ページに続く

■ 7月の保険証送付時に個人番号の下4ケタをお知らせしますのでご確認ください

7月中に新しい保険証をお送りしますが、その際に個人番号の下4ケタを下図イメージのように、あわせてお知らせしますので、お持ちのマイナンバーカードや通知カードに記載の番号と相違がないか、ご確認ください。

＜イメージ＞ ※内容が変わる場合があります。

＜表面＞

被保険者証

(下の線に沿って数回折ると、切り離しやすくなります。)

＜注意事項＞

- 1 被保険者証を、線に沿って切り離してください。
- 2 被保険者証は、大切に保管してください。
- 3 被保険者証の裏面に「臓器提供意思表示欄」を設けております。詳しくは同封しておりますチラシをご覧ください。

※(右の線に沿って数回折ると、切り離しやすくなります。)

後期高齢者医療被保険者証

後期高齢者医療制度で登録されている
あなたの個人番号（マイナンバー）

個人番号

**** * 1234

※上記、個人番号は後期高齢者医療制度のデータベースに登録されている個人番号の下4桁を表示しています。（詳細は裏面参照）

＜裏面＞

被保険者証

※被保険者証裏面

後期高齢者医療制度のデータベースに登録されている
個人番号（マイナンバー）のお知らせ

保険証に表示されている、あなたの保険資格データは、後期高齢者医療制度のデータベースに登録されており、マイナ保険証をご利用いただける状態となっています。マイナ保険証をお持ちであれば、ぜひご利用ください。なお、保険証台紙の表面に、後期高齢者医療制度のデータベースに登録されているあなたの個人番号（マイナンバー）を印字しています。

万が一、異なっている場合には、表面に記載のお問い合わせ先まで、このお知らせに関しては下記お問い合わせ先までご連絡ください。

【お問い合わせ先】
北海道後期高齢者医療広域連合コールセンター
TEL: 〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇
(開設期間: 令和6年〇月〇日～〇月〇日
〇〇:〇〇～〇〇:〇〇)

問 い 合 わ せ

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
〒089-4311
陸別町字陸別東1条3丁目1番地
☎27-2141（内線114）

第26回 農業祭

6月1日 第26回農業祭（催事の部）（第26回農業祭実行委員会主催）がJA陸別町若葉事務所で開催され約1000人が訪れました。恒例の「牛ステーキ食べ放題」に加え、今年はキッチンカーによるスイーツ食べ放題もあり、各所で長い列ができていました。そのほか牛乳・かき氷・ビール・ワインの「早飲みリレー」、「紅白餅まき大抽選会」などのアトラクションが行われ、訪れた来場者はおいしく楽しい昼のひとときを過ごしました。

6/17 陸別町老人クラブ連合会主催の軽スポーツ交流大会が保健センターで開催され、参加者は「ボッチャ」で健康的に体を動かしました。



6月6日 第51回陸別町家畜共進会（JA陸別町主催）がJA陸別町育成センターで開催され、黒毛和種の部に16頭、乳牛の部に20頭がエントリーしました。

共進会の審査は、牛の月齢、経産・未經産の別によって行われ、黒毛和種の「最高位」と乳牛の「ジュニアチャンピオン」「グランドチャンピオン」を決めるもの。

審査員による入念な確認によって、各部ごとに1等1席の牛を選抜し、その中から更に選ばれた1等が最高位・チャンピオンとなります。

審査の結果、黒毛和種の部は、佐藤直人さんの「らぼ」、乳牛の部は、ジュニアチャンピオンに「アミダ デイブイ サイドキツ クローラ」、グランドチャンピオンに「アミダ プレリー MRG メアリー」（どちらも有編田牧場）に決定しました。

第51回 陸別町家畜共進会

黒毛和種 最高位 佐藤直人さん
乳牛 ジュニアチャンピオン 有編田牧場
グランドチャンピオン 有編田牧場



英語指導助手

ティムのコラム

No.30



皆さんこんにちは！6月はボクにとって非常に忙しい月であると同時に、興奮と希望の月であると感じています。

ボクが住んでいたカナダの地域では季節によって仕事を交える人達が多くいます。冬になると働けない仕事が出てくるからです。ボクもかつて季節に合わせた仕事を選んでいました。6月は最も忙しく儲かる月で、ボクは1日10時間、週6日働きました。太陽の下で1日過ごした後、仕事が終わって家に帰り、シャワーを浴びて倒れ込むようにベッドに入っていたのが懐かしいです。それと同時に、6月の暖かい気候がやってくる、バイクに乗って田舎を駆け回ることができるという楽しみも始まりました。

カナダでは6月はキャンプシーズンの始まりで、ボクは週末に友人と山に旅しているよつでした。生徒ともつ

るのをいつも楽しみにしていました。カナダの5月は雨季で、晴れているように見える日にキャンプに出かけたくなりますが、朝には雨や雪で寝床がじめじめした状態になります。日本では5月からキャンプを始められる方も多くいるのではないのでしょうか？

日本でも6月はとても忙しいよつですが、希望に満ちていると思います。月初めには運動会があり、教師と生徒は素晴らしいイベントを成功させるために一生懸命働きます。時間がかかり、集中力も必要ですが、みんな準備を楽しんでいるよつです。ボクは刺激を受けて、今年から陸別中学校で英語クラブを立ち上げました。誰も来ないのではなにかと心配していましたが、14人の生徒が参加してくれて、みんなとても楽しんでるよつでした。生徒ともつ

と英語の練習ができるのを本当に楽しみにしています！

カナダでの6月は「暑さ」と「日差し」との戦いの始まりでしたが、日本での6月は「湿気」と「アブ」との戦いの始まりのように感じています。カナダでは開けっ放しでもサクサクとしていたスナック菓子も、日本で開けっ放しにしようものなら、すぐにしっとりとしてしまします。また、北海道でもキャンプシーズンが到来していますが、ボクの天敵である巨大なアブが少し心配です。皆さんがアブに咬まれないように心から祈っています。6月も一生懸命働いた皆さん、ありがとうございました！

素晴らしい夏をお過ごしください！
それではまた。

公民館新着情報

◇一般図書

- 娘が巣立つ朝……………伊吹有喜
- 奇譚の街 須美ちゃんは名探偵!?……………内田康夫財団事務局
- 詐欺師と詐欺師……………川瀬七緒
- 当確師 正義の御旗……………真山 仁
- にわか名探偵 ワトソン力(りよく)……………大山誠一郎
- クスノキの女神……………東野圭吾
- じぶん年金の増やし方ともらい方がわかる本……………山中伸枝
- ラクする！七田式記憶教室……………七田 厚

◇児童図書

- かみさま、いっしょうのおねがい！……………とい よしひこ
- かごそののびーぽっば……………小亀たく
- のんびりりんこ……………新沢としひこ、おざき えみ
- きょうりゅうレントゲンびょういん……………キヨン・ヘウオン
- うんこ虫を追え……………館野 鴻文
- まねっこにゃんころもち……………かのう かりん
- まほうのマーメイド……………茂市久美子、ゆうこ

公民館図書室よりお知らせ

7月の特集コーナーは「アウトドア」です

スマホやテレビからはなれて自然を感じてみませんか？

※本の貸出期間は3冊2週間です。

7月

子育て支援センター

おやこのひろば 行事予定

1日(月)		11日(木)	親子ふれあい遊び	21日(日)	
2日(火)	読み聞かせ	12日(金)		22日(月)	
3日(水)		13日(土)		23日(火)	読み聞かせ
4日(木)	親子ふれあい遊び	14日(日)		24日(水)	
5日(金)		15日(月)	🇯🇵 海の日	25日(木)	お誕生会
6日(土)		16日(火)	読み聞かせ	26日(金)	
7日(日)		17日(水)		27日(土)	
8日(月)		18日(木)	親子ふれあい遊び	28日(日)	
9日(火)	読み聞かせ	19日(金)		29日(月)	
10日(水)		20日(土)		30日(火)	読み聞かせ
				31日(水)	

問い合わせ 社会福祉協議会 ☎27-2760 Fax 27-2017

※ 詳しい行事内容は「おやこのひろば」内にある掲示板でお知らせしています。

☆ 夏まつりのお知らせ ☆

8月9日(金) おやこのひろば夏まつりを開催します！

時間：午前10時～午前11時20分

夏の製作や、ミニゲームなどなど…親子で夏まつりを楽しみましょう！

参加申し込みは必要ありません。お気軽にご参加ください☆

おやこのひろばの利用について

※ 下記の方は利用できません

1. お子様や同居家族に37.5度以上の発熱がある方
2. 風邪の症状がある方

ASHORO

足寄から

BLANK HARD CIDER WORKSで
Standing Barを開催

町内でハードサイダー（シードル）を醸造するBLANK HARD CIDER WORKSで毎月Standing Barを開催します。Standing Barでは、足寄産シードルの飲み比べもできます。また、8月25日には浜崎貴司さんのライブも共同開催します。

○ Standing Bar

日時 7月19日(金) 午後5時～午後8時

場所 BLANK HARD CIDER WORKS
(足寄町北1条2丁目)

○ 浜崎貴司ライブ

日時 8月25日(日) 開場：午後5時

場所 BLANK HARD CIDER WORKS

問い合わせ

BLANK HARD CIDER WORKS

メール：blankhardciderworks

@gmail.com



詳細・申し込み

HONBETSU

本別から

資料館企画展を開催します

本別町歴史民俗資料館では、本別空襲展「7月15日本別空襲を伝える～子どもの目から見た戦争～」を次のとおり開催します。どうぞご来館ください。

期 間 7月2日(火)～
8月31日(土)

開館時間 火～日曜日 午前9時～午後4時

休 館 日 月曜日・祝日(8月11日)

※ 7月15日は特別開館

場 所 本別町歴史民俗資料館
(本別町北2丁目)

入 館 料 無料

問い合わせ 本別町歴史民俗資料館

☎ 22-2141 内線 410

図書館 ☎ 22-5112

健康コーナー

第312回

☆熱中症に注意！

【担当】
保健福祉センター
管理栄養士 谷本 佑太

今年の春は寒い日が多いと感じる年でした。これから夏に向けて少しずつ暖かくなっていくといいですね。

しかし、近年は北海道でも30℃を超える暑い日が増えています。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、命にかかわることもある熱中症について、お伝えしていきます。

熱中症とは



人のからだは、体温が上がっても汗を出したり、皮膚温度が上昇したりすることで、体温が外に逃げる仕組みになっており、体温調節が自然に行われます。

しかし、環境・からだ・行動によって、体温調節ができず、体温が上昇し、熱が溜まってしまつと、熱中

症の状態になってしまいます。

引き起こす要因

①環境

気温が高い、湿度が高い日は注意が必要です。また、閉めきつた屋内は熱が溜まりやすいので、エアコンや冷風機等を使い、涼しく風通しのよい環境をつくりましょう。

②からだ

こどもは体温の調節能力が十分に発達していないので、注意が必要です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や調整能力が低下しているため、同じく注意が必要です。

また、下痢や感染症で脱水状態の方、二日酔いや寝不足といった体調不良の方でも熱中症が起こりやすいです。

③行動

高温多湿の環境下に加え、激しい運動や慣れない運動を行うこと、長時間の屋外作業はリスクが高いです。

また、水分補給のできない状況は水分不足やミネラル不足を引き起こすため、危険です。

これらの3つの要因が重なれば重なるほど、熱中症を引き起こす可能性が高いです。

予防が大事！

熱中症の予防では、環境・からだ・行動への対策を取ることが大切です。

なにより大切なことは、暑い日にはできる限り外出や運動は控え、エアコンや冷風機等で涼しくした室内で過ごすことです。

必要があり、外で活動する場合は、通気性のよい涼しい衣服を着用し、日傘や帽子の使用などで日光を遮りながら、こまめな休憩を取ることも大切です。休憩時は、水分補給も欠かさず行ってください。

基本的に、水分補給は水やお茶でかまいませんが、汗がたくさん出ている場合等は、ミネラル補給のため、スポーツドリンクなどを飲むとよいでしょう。

涼しい衣服 日傘帽子 涼しい室内 水分補給



暑くなる前の対策！

暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高まります。暑さに慣れることを暑熱順化（しよねつじゅんか）といいます。気温が上がってきた時期に無理のない範囲で汗をかくことで、暑さに慣れていくことができます。

ただし、急に30℃を超えるような気温にもなります。そのときは、まだ暑さに慣れていないので、日中の行動などには気を付けましょう。

熱中症警戒アラート

熱中症警戒アラートは、気温や湿度、日射量などから推定される暑さ指数（WBGT）が33を超える予測が出たときに環境省と気象庁が発表します。

陸別町で熱中症警戒アラートが発表された際には、愛の鐘放送などで、住民の皆様にお知らせします。

愛の鐘放送が流れた際は、外出を控え、涼しい場所で休憩することやこまめな水分補給を意識してください。

これから暑くなること予想されます。健康被害の生じることがないよう、お過ごしください。

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。

☎ 27-8001

陸別町の特特定健診受診率 及び 「ベジチェック」の導入について



○ 特定健診受診率について

令和4年度陸別町の特特定健診受診率は71.0%で全道2位、全国9位となり、厚生労働大臣から感謝状が授与されました。また、厚生労働省が令和6年5月10日に市町村国保の特特定健診受診率を公表しました。

(URL: http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/newpage_00045.html)

陸別町は平成29年度から受診率70%超を達成し、令和3年度においても、全道1位、全国9位となり、厚生労働大臣から感謝状が授与されています。

これからも、生活習慣病の発症予防・重症化予防を目指して、町民皆さんの健康を守っていきます。

今年度の特特定健診について

健診日：令和6年9月1日(日)、2日(月)、3日(火)

申込先：陸別町保健福祉センター 保健指導担当 (☎27-8001)

締 切：令和6年8月2日(金) 午後5時30分まで



○ ベジチェック、してみませんか？

7月から12月まで『ベジチェック』という機器をレンタルしています。

『ベジチェック』では自分の推定野菜摂取量を測定することができます(測定可能な年齢は、概ね18歳以上です)。

昨年は約300名の町民に測定していただきましたが、推定野菜摂取量が350g以上の方は約23%でした。

『ベジチェック』は保健福祉センターに置いていますが、複数人で測定希望の場合は、保健師・管理栄養士が伺って測定することも可能です。

是非ご利用ください。

問い合わせ

〒089-4312 陸別町字陸別東2条3丁目2番地 陸別町保健センター内

陸別町保健福祉センター 保健指導担当 ☎27-8001

119番 映像通報システム

あなたのスマホがつなげる命

お手持ちのスマートフォンから災害現場の映像を指令センターに送信することができるようになりました。

1. 運用開始年月日 令和6年7月1日から

2. ご利用の際の注意点

- ★指令センターで本システムの活用が有効と判断した場合、通報者に撮影の協力をお願いすることがあります。ご了承いただいた場合のみ案内しますので、強要するものではありません。
- ★本システムご利用時の通信費用は通報者の負担となります。
- ★ご利用の際は、二次災害の防止やプライバシーの保護にご留意ください。
- ★カメラ付きスマートフォンが利用対象の端末となります。Androidの一部端末で、音声通話を行っていない場合の映像通報はご利用できない場合があります。
- ★アプリなどをインストールする必要はありません。

3. 通報時の流れ

- ①指令センターから届いたショートメッセージを開いて確認する。
- ②メッセージに書かれているURLにアクセスする。
- ③画面の案内に従って操作し、撮影を開始する。

※本システムの詳しい操作手順は、とかち広域消防事務組合ホームページに掲載しています。

4. 主な利用場面

- ★指令センターで災害現場の状況を早期に把握したいとき。または地理不案内などで災害場所特定に有効と判断した場合（通報された方へ撮影を依頼します）。
- ★応急手当を依頼するとき（指令センターから応急手当の説明と映像を配信します）。

問い合わせ

とかち広域消防局情報指令課
 帯広市西6条南6丁目3番地1
 ☎0155-26-9127
 メール: call@fire-tokachi.hokkaido.jp

陸別消防署警防係
 陸別町字陸別原野分線8-55
 ☎27-2524

町職員人事異動

令和6年6月1日付発令

【町長部局】

柴山 弥代 ▷ 保健福祉センター主事（新採用）

退職 令和6年6月30日付発令

【町長部局】

石塚 心達（保健福祉センター主事補）

【とかち広域消防事務組合陸別消防署・陸別町総務課併任】

毛利 幸太郎（総務課主事補）

令和6年7月1日付発令 ※（ ）内は前職名等

【町長部局】

板花 由希子 ▷ 町民課主事、出納課兼務（総務課主事）

新採用職員の紹介

（6月1日付）



保健福祉センター
介護保険担当

主事 柴山 弥代
＜佐呂間町出身＞

至らない部分もたくさんあるかと思いますが、町民の皆さんのお役に立てるよう、精一杯頑張ります。よろしくお願いします。

ご意見箱 から

役場庁舎前と道の駅に設置した「ご意見箱」に寄せられたご意見の一部を紹介します。また、一部のご意見につきまして、ご意見に対する陸別町の見解をお伝えします。

- ★ 道の駅に設置されている電気自動車用急速充電設備は20kwと比較的低電圧の設備であり利便性が低いため、50kw以上の高電圧設備に更新してほしい。

見解 現在、電気自動車用急速充電設備の設置事業者により全国をエリア分けして順次設備の更新が行われており、当町につきましても50kwの充電設備への更新が計画されておりますので、ご理解ご了承くださいますようお願い申し上げます。

- ★ 道の駅の施設内で、アニメの銀河鉄道999に使用されていたオープニングソングとエンディングソングを時間毎に流してほしい。

見解 貴重なご意見をありがとうございます。今回のご意見も含め、皆様からのご意見を参考にさせていただき、今後も皆様が快適に利用できる道の駅を目指し管理・運営を行ってまいります。

- ★ 陸別町への「ふるさと納税」に関する町のホームページの記載について、寄附金の使途に関する記載をもう少し詳しく魅力的に記載してはどうか。そうした方が町のピーアールにもなり、かつ寄附が増えると思います。

見解 ご意見を参考に改善を検討してまいります。

- ★ 役場庁舎のメイン階段の1階から踊り場までの昇りに対して右側の壁に手すりを付けてほしい。タウンホールでイベント等が行われる際に、導線として手すりを頼りにする人にとって「手すりが切れる」ので使いづらいです。

見解 構造的な問題があり、すぐに対応することが困難です。タウンホールをご利用される際は、エレベーターをご利用ください。

- ★ 国道242号線の旧鉄道高架との交差付近（共栄第1と新町1区の間付近）のカーブに設置されている足寄町に向かって左側のガードレールについて、カーブ部分についてはガードレールが設置されているが、カーブの終了と共にガードレールが無くなってしまう。これを橋の手前の直線方向まで延ばしてほしい。

見解 国道を管理している北海道開発局帯広開発建設部に要望を伝えてあります。

.....
なお、個人を誹謗中傷するようなものが散見されましたが、そのようなご意見にはお答えできませんのでご了承ください。

ほかに、町への激励やお礼が書かれたものがありました。これらのご意見は全て町長が内容を確認しており、町政運営の参考にするとともに、必要に応じて改善などに取り組んでまいります。

しばれフェスティバル

実行委員を募集しています！

しばれフェスティバルは、先人たちの『陸別町を盛り上げたい』という熱い思い・厳寒の冬に負けない不屈のチャレンジ精神が受け継がれた、町を代表する冬の一大イベントです。

しばれフェスティバル実行委員会では、しばれフェスティバルの「これから」を共に創り上げてくださる方を募集中です。

★募集期間 6月17日（月）～ 7月22日（月）

★応募資格 町内に在住・在勤している18歳以上の方
（高校生不可）

★応募方法 右のQRコードよりお申し込みください。読み取れない場合は電話にて受付します。

★その他 募集期間終了後も随時募集を
受付します。



実行委員会はどんなことをするの？

① 企画運営

ステージショーなどの企画コンテンツの決定、会場レイアウトの決定、イベントポスター、パンフレットの制作・広報など

② 事前準備

令和7年1月上旬からイベント前日まで会場準備を行います。
企画コンテンツ、耐寒テスト、会場アトラクションの準備など

③ 当日イベントスタッフ

イベント当日の受付・企画運営、会場巡回、撤収作業など

実行委員会の動き（予定）

6 / 17～7 / 22	実行委員募集期間
8月上旬	第1回実行委員会
9月～12月	適宜会議を開催
令和7年1月上旬	安全祈願祭
1月上旬～1 / 31	事前準備
2 / 1・2 / 2	第41回しばれフェスティバル開催



問い合わせ

しばれフェスティバル実行委員会事務局

（陸別町役場 産業振興課 商工業振興担当） ☎27-2141 内線135

INFORMATION 情報



自衛官等募集のお知らせ

募 集 種 目		応 募 資 格	受付期間	試 験 日
航空学生		海上自衛隊は18歳以上23歳未満の者 航空自衛隊は18歳以上24歳未満の者 ※細部はお問い合わせください。	9月5日(木)まで	1次：9月16日(月) 2次：10月12日(土)～17日(木)のうち指定する日 3次：11月9日(土)～12月12日(木)のうち指定する日
一般曹候補生 (第2回)		18歳以上33歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達してない者)	9月3日(火)まで	1次：9月20日(金)または21日(土)の指定する日 2次：10月16日(水)または17日(木)の指定する日
自衛官候補生				男子：9月26日(木)または27日(金)の指定する日 女子：9月28日(土)
防衛大学校 学生	推薦	18歳以上21歳未満の者	9月5日(木)	9月21日(土)、22日(日)
	総合選抜		～ 9月9日(月)	1次：9月21日(土) 2次：10月26日(土)、27日(日)
	一般		10月17日(木)まで	1次：11月2日(土) 2次：11月30日(土)～12月4日(水)のうち指定する日
防衛医科大学校 医学科学生		※高卒者(見込含)または高専3学年次修了者(見込含)	10月9日(水)まで	1次：10月19日(土) 2次：12月11日(水)～13日(金)のうち指定する日
防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官候補看護学生)			10月2日(水)まで	1次：10月12日(土) 2次：11月23日(土)または24日(日)の指定する日
予備自衛官補 (第2回)	一般	18歳以上52歳未満の者	9月19日(木)まで	9月21日(土)～10月7日(月)のうち指定する日
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する者(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満) ※資格等の細部はお問い合わせください。		

問い合わせ

自衛隊帯広募集案内所(帯広市西5条南14丁目13 NCサウスビル) ☎・FAX 0155-23-8718

情報 INFORMATION

議会とお話ししませんか？～陸別町の議員のなり手不足解消に向けた取り組み～

陸別のこと、なんでも気軽にお話しませんか？皆様のご参加を心よりお待ちしております。

お気軽に軽装にてお越しいただけたら幸いです。

夏休み期間なので、ご家族でも学生の方もお気軽に！（お申し込みは不要です）

開催日：7月30日（火）

時 間：午後6時30分～午後8時30分

場 所：新町交流館

主 催：陸別町議会・議員会

問い合わせ 陸別町議会事務局 ☎ 27-2141（内線321）



北海道障害者職業能力開発校 令和6年度10月生募集

★対 象 者 身体障がい、精神障がい、発達障がいのある方

★訓練科目 建築デザイン科

★訓練期間 10月1日（火）～ 令和7年3月14日（金）

★募集期間 7月25日（木）～ 8月23日（金）

★選 考 日 9月4日（水）

★選考場所 北海道障害者職業能力開発校（砂川市焼山60番地）

★試験内容 数学、国語、面接

問い合わせ 最寄りのハローワーク、または下記まで

北海道障害者職業能力開発校 ☎ 0125-52-2774

令和6年度北海道警察官採用試験（第2回）のご案内

令和6年度北海道警察官採用試験（第2回）を次のとおり実施します。

★申込方法

北海道警察ホームページ（<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp>）から「北海道電子自治体共同システム」にアクセスし、利用者情報を登録後に受験申し込みをしてください。

★受付期限 8月16日（金） 午後5時

★1次試験 9月22日（日）

★試験会場（1次試験） 帯広市、釧路市等道内22会場、及び道外2会場（青森、東京）

★受験資格

試験区分	学 歴	年 齢
A 区 分	学校教育法による大学（短期大学を除く）等を卒業した者（令和7年3月末日までに卒業見込みの者を含む）。 ※高度専門士の称号を取得または令和7年3月末日までに取得見込みの者を含む。	平成4年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた者（令和7年4月1日現在で18歳以上33歳未満）
B 区 分	A区分以外の者	

問い合わせ 本別警察署 警務課警務係 ☎ 22-0110

INFORMATION 情報

7月17日は「北海道みんなの日」

1869年（明治2年）、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が明治政府に「北加伊道（ほっかいどう）」という名称を提案した7月17日は「北海道みんなの日」愛称「道みんなの日」です。

北海道の魅力と価値を再発見し、北海道を誇りに思う心を育み、より豊かな北海道を築き上げることを期する日として平成29年に制定されました。

この日をきっかけに道民の皆様には北海道に愛着や誇りを持っていただき、北海道の魅力を発信する機会としていただければ幸いです。

この取り組みに合わせ、陸別町では以下のとおり公共施設を無料開放いたします。

関寛斎資料館 7月15日（月・祝）

銀河の森天文台 7月17日（水）



令和6年度 福祉職場説明会

採用予定のある福祉職場の人事担当者と直接話ができる個別相談会を実施します。

★日時 令和6年7月23日（火） 午後1時～午後3時30分（受付 午後3時まで）

★場所 とかちプラザ1階 ギャラリー・大集会室（帯広市西4条南13丁目1番地）

★内容 個別相談会

十勝管内の福祉職場人事担当者との個別説明、就職相談

事前申込不要、入退場自由

★対象者 福祉職場に関心のある方（一般・学生）

★参加費 無料

問い合わせ 帯広市社会福祉協議会 帯広市福祉人材バンク

（帯広市公園東町3丁目9番地1 帯広市グリーンプラザ内）

☎ 0155-27-2525

令和6年度とかち広域消防事務組合 消防職員採用資格試験（後期）

令和7年4月1日採用予定の消防職員を募集します。

お申し込みの前に、必ず試験案内で受験資格と申込方法を確認してください。

試験案内は、7月29日（月）から、とかち広域消防局総務課、十勝管内各消防署、帯広市役所1階総合案内で配布予定のほか、とかち広域消防事務組合ホームページにも掲載します。

★受験区分 高校卒

★採用人数 試験案内で確認してください

★試験日程 試験案内で確認してください

問い合わせ とかち広域消防局 総務課人事給与係

☎ 0155-26-9121



銀河の森コテージ村からのお知らせ

〈6月21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（☎27-4040 FAX27-4041）

7月	コテージ 予約状況	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	6 人 用	○	△	○	△	△	●	△	○	△	△	△	△	●	●	△	△	○	○	△	●	△	△	△	△	△	●	●	●	●	○	△
	10 人 用	○	○	○	○	●	●	○	○	●	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	●	●	●	○	○	●	●	●	●	○	●	

8月	コテージ 予約状況	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	6 人 用	●	●	●	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●	△	○	○	●	△	△	●	
	10 人 用	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	○	○	●	○	○	●	

町民のうごき

おく
やみ

青 山 久 子 さん 88歳 5・31 共栄第1
水 津 幸 恵 さん 87歳 6・2 共栄第1
佐 野 昭 子 さん 90歳 6・13 共栄第1
盛 清 三 さん 70歳 6・17 新町2区
井 澤 政 光 さん 90歳 6・28 新町2区

運転免許更新時講習日程

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	時刻	月	会場名	種類	日	曜	時刻
7月	本別中央 公民館	一般	10	水	10:00	8月	本別中央 公民館	一般	14	水	10:00
		優良	10	水	11:30			優良	14	水	11:30
		違反	24	水	10:00			違反	28	水	10:00
		初回	24	水	13:00			違反	28	水	10:00
月	足寄町民 センター	優良	18	木	14:00	月	足寄町民 センター	優良	22	木	14:00
		一般	18	木	15:00			一般	22	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ください。

町の人口・世帯数 令和6年5月31日現在

（ ）内は前月末比

人口 2,145人（－8）
男 1,074人（－5）
女 1,071人（－3）
世帯数 1,264戸（－3）

友好町民の会 232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

社会福祉協議会ボランティアセンター（愛情銀行）へのご寄付

- ◇ 工 藤 弘 美 さん（北斗満） 10万円
- ◇ 佐 藤 嘉 光 さん（緑 町） 5万円
- ◇ 向 井 悟 さん（共栄第1） 5万円

町内の団体が新町の国道242号線沿いで、通行する車両の運転手にティッシュや牛乳などを手渡し、安全運転を呼びかけました。



6月13日 陸別建設業協会 五月会
陸別建設業協会 二世会



6月18日 陸別料飲店組合

7月1日現在
交通事故死ゼロ
262日

「油断する その一歩から 事故が生まれる」 羽根田春花 さん（陸中3年）