



ごみの収集日は、
ホームページからも確認できます。
<https://www.rikubetsu.jp>

日・曜	暦	生活・福祉・イベント 生 活	行 政 ・ 経 済 社 会	教育・文化・スポーツ 生 涯 学 習
1 (火) 赤口		ふれあい昼食交流会 9日(水) 10:00~12:30 【対象】70歳以上のひとり暮らしの方 【内容】「デイサービスを体験」 【場所】陸別町デイサービスセンター 【参加料】500円 【申込締切】7月1日(火) 【申込先】社会福祉協議会 ☎27-2760	こどもカフェ 1日(火) 14:00~17:00 【場所】保健センター多目的室 【内容】七夕工作 まわる星かざり 【参加料】子供：無料 大人：300円 【問合せ先】社会福祉協議会	中学生以上 ヒップホップダンス教室 7月1日(火)、8日(火) 【時間】16:30~17:30 【場所】陸別町タウンホール
2 (水) 先勝				
3 (木) 友引	上弦			
4 (金) 先負				
5 (土) 仏滅		乳がん・子宮がん集団検診 8日(火) 場所：保健センター ※定員になり次第、締め切り ※詳細は、町内回覧のチラシ をご覧ください ※個別検診（医療機関受診） も受付中です 【申込先】保健福祉センター 保健指導担当 ☎27-8001	生きがい活動支援事業 毎週 金曜日 10:00~16:00 【対象】65歳以上の方 【場所】ふれあいの郷 【内容】健康チェック、体操、 脳トレ、サロン ※昼食を希望する方は、開催日の 2日前までにお申込みください ※25日はイベントの日です 回覧で確認をお願いします ※事前登録が不要になりました 【申込先】りくべつエスピーオー優愛館 ☎27-2500	第1回 ヒップホップダンス教室 7月2日(水)、9日(水) 【時間】16:15~17:15 【場所】陸別町タウンホール 2日のみ公民館2階講堂
6 (日) 大安				
7 (月) 赤口	小暑			
8 (火) 先勝				
9 (水) 友引				
10 (木) 先負		自然体験「水中生物講座」 12日(土) 10:00~11:45 【集合場所】イベントセンター		
11 (金) 仏滅	満月			
12 (土) 大安		介護予防教室 3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木) ふまねっと運動 保健センタートレーニング室 10:00~11:30 ※水・お茶等飲み物をご持参ください ふれあいマージャンサロン 高齢者交流センター 13:15~16:30 ※13:05までは入室できません 問合せ先：社会福祉協議会		銀河の森天文台からのお知らせ 第14回 陸別スターライト フェスティバル 5日(土) 14:00~24:00 JAXA宇宙科学研究所 副所長 津田雄一氏 講演会 「はやぶさ2の挑戦 ～小惑星のかけらを求めて～」 19:00~20:30 ※無料送迎バス運行あり 夏の大三角と天体観望会 23日(水)~8月3日(日) 14:00~22:30 ※土曜日・日曜日の19:30から 説明会を開催します プラネタリウム上映 「今夜の星空」 上映日 土曜日、日曜日 時間 1回目 15:00~ 2回目 16:00~ 3回目 17:00~ ※上映時間 約10分 各回定員10名(先着順)
13 (日) 赤口				
14 (月) 先勝				
15 (火) 友引				
16 (水) 先負		妊婦・乳幼児相談 16日(水) 受付10:00~11:00 【場所】保健センター	シェイプアップ教室 4日(金) 11日(金) 14日(月)、18日(金) 25日(金) 28日(月) 【時間】13:30~15:00 【場所】保健センター	
17 (木) 仏滅				
18 (金) 大安	下弦	第14回 ふるさと銀河線 りくべつ鉄道まつり 19日(土) 18:00~ 緑町サッカー場 20日(日) 10:00~ 駅前多目的広場 ほか		第1回 図書リサイクル会 19日(土)~31日(木) 平日 10:00~18:00 土曜日・日曜日 10:00~16:30 ※月曜日はお休みです 【場所】陸別町公民館図書室
19 (土) 赤口				
20 (日) 先勝				
21 (月) 友引		海の日	ふれあいサロン「ひだまり」 23日(水) 10:00~15:00 【場所】保健センター多目的室 & 高齢者交流センター 【内容】午前：簡単ふまねっと運動 午後：うたごえサークル 七夕工作 【参加料】無料 【問合せ先】社会福祉協議会	りくべつ低温殺菌牛乳 ※申込期限 7日(月) 21日(月) ※販売日 11日(金) 25日(金) ※宅配日 25日(金)
22 (火) 先負	大暑	陸別小学校体育館 一般開放 毎週 土曜日・日曜日 13:00~16:00 ※学校閉鎖等の場合は中止します		
23 (水) 仏滅				
24 (木) 大安		介護保険料 (第1期分) 納期限は 7月25日(金)です 忘れずに納めましょう		
25 (金) 赤口	新月			陸別小学校・陸別中学校 第1学期終業式 25日(金) 陸別小学校夏休み 7/26~8/19 陸別中学校夏休み 7/26~8/21
26 (土) 先勝			こども食堂 29日(火) 11:00~15:00 【場所】保健センター多目的室 【献立】カレーライス 【参加料】子供：無料 大人：300円 【問合せ先】社会福祉協議会	
27 (日) 友引		固定資産税 (第2期分) 国民健康保険税 (第1期分) 後期高齢者保険料 (第1期分) 納期限は 7月31日(木)です 忘れずに納めましょう		
28 (月) 先負				
29 (火) 仏滅				
30 (水) 大安				
31 (木) 赤口				

陸別町国保関寛斎診療所

※内容は変更になる場合があります 最新の情報は診療所へお問い合わせください

【外来担当医師のご案内】 ※土曜日・日曜日・祝日は休診日です

	月	火	水	木	金
8:45~11:30	高橋 角熊	高橋 角熊	高橋 角熊	高橋 角熊	高橋 角熊
13:30~15:00	休 診	休 診	休 診	高 橋	角 熊
発 熱 外 来	15:00~16:00	16:00~17:00	15:00~16:00		
夜間 17:00~18:30	—	夜間診療 下記のとおり	—	—	—

※発熱外来(かぜ症状のあるとき)の受診は、必ず当日の15:00までに
電話連絡(☎27-2135)をお願いします

※高橋医師は、3日(木)、4日(金) 不在となります

※角熊医師は、17日(木)、18日(金) 不在となります

【7月の夜間診療担当医師】

1日(火)	8日(火)	15日(火)	22日(火)	29日(火)
角 熊	高 橋	角 熊	高 橋	角 熊

家庭系「粗大ごみ」の出し方

(45Lの袋に入らない、長さが1m以上、重さが15kg以上の物が粗大ごみに分類されます)
町内の取扱店で「ごみ処理券」を購入し、はってください。
粗大ごみは、各地区の「資源ごみ」の収集日に合わせて収集します。
粗大ごみを出す場合は、事前に役場町民課(☎27-2141)までご連絡ください。

ごみの収集日

地 区	ごみの種類	収 集 日
東 1 条 1 区	資源ごみ (ダンボールは除く)	毎週木曜日
東 1 条 2 区	危険ごみ・有害ごみ	
大 陸 別 和 若 集 別	ダンボール	7日(月)
鉄 下 中 共 止 作 上 陸	燃やすごみ と、木くず類	毎週火・金曜日
	燃やさないごみ	9日(水)・23日(水)
共 栄 第 1 町	資源ごみ (ダンボールは除く)	毎週木曜日
共 栄 第 2 町	危険ごみ・有害ごみ	
若 葉 町	ダンボール	7日(月)
小学校からみどりの 園製材工場まで	燃やすごみ と、木くず類	毎週火・金曜日
下 登 良 利 別 内 別	燃やさないごみ	2日(水)・16日(水)・30日(水)
上 登 良 利 別 内 別	資源ごみ (ダンボールは除く)	毎週水曜日
薫 恩 根 遠	危険ごみ・有害ごみ	
栄 緑 元 旭 下 分 川 小 利 林	ダンボール	14日(月)・28日(月)
	燃やすごみ と、木くず類	毎週火・金曜日
	燃やさないごみ	10日(木)・24日(木)
新 町 1 2 区 区 向 生 務	資源ごみ (ダンボールは除く)	毎週水曜日
新 新 川 弥 苦	危険ごみ・有害ごみ	
	ダンボール	14日(月)・28日(月)
関 産 満 1 2 満 満 満	燃やすごみ と、木くず類	毎週火・金曜日
殖 東 中 上 南 北	燃やさないごみ	3日(木)・17日(木)・31日(木)

一 般 搬 入

(陸別町下敷利別のストックヤード)

○平日 月曜日~金曜日(祝日を除く)
10:00~15:00

○土曜日・日曜日 12日、13日
26日、27日
10:00~12:00

※銀河クリーンセンター(足寄町)
への一般搬入は出来ません。
※小動物の直接搬入は、役場町民
課にお問い合わせください。

ごみは朝8時までに出す
ようご協力願います。
犬を飼い始める時は登録が
必要です。役場町民課まで
お問い合わせください。

福祉なんでも相談所

随時(月~金の平日) 9:00~17:00 社会福祉協議会事務所(保健センター内) ☎27-2760
相談のある方は社会福祉協議会へお越しください。電話での相談もお受けします。