



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 (水) 大安			りくべつ低温殺菌牛乳 *申込期限 6日(月) 20日(月) *販売日 10日(金) 24日(金) *宅配日 24日(金)	
2 (木) 赤口		第3回 お口の健康講座 2日(木) 10:00~11:30 *事前申込が必要です 【対象】65歳以上の方 【内容】かむこと(そしゃく機能)の重要性について 【場所】保健センター多目的室 【申込先】保健福祉センター ☎27-8001		
3 (金) 先勝				第66回 陸別中学校文化祭 4日(土) 8:40~
4 (土) 友引				
5 (日) 先負			シェイプアップ教室 3日(金)、6日(月)、10日(金) 17日(金)、20日(月)、27日(月) 31日(金) 【時間】13:30~15:00 【場所】保健センター	銀河の森天文台からのお知らせ 開館時間が変わります 10月1日~翌年3月31日 13:00~21:30 特別開館 6日(月) 振替休館 8日(水) 中秋の名月観望会 5日(日)、6日(月) 13:00~21:30 *19:30から説明会を開催します ハロウィーンナイト観望会 25日(土)~31日(金) 13:00~21:30 *仮装をして来館された方には、 お菓子をプレゼントします (数に限りがあります) 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)
6 (月) 仏滅		介護予防教室 2日(木)、9日(木)、16日(木) 23日(木)、30日(木)		
7 (火) 大安	満月			
8 (水) 赤口	寒露	ふまねつと運動 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		
9 (木) 先勝			ふれあい昼食交流会 15日(水) 9:00~15:30 【対象】70歳以上のひとり暮らしの方 【内容】日帰りバス旅行 美幌町 (バス内の飲み物は各自で用意) 【集合場所】保健センター前駐車場 【集合時間】8:50 (9:00出発) 【参加料】1,200円 【申込締切】10月7日(火) 【申 込 先】社会福祉協議会 ☎27-2760	
10 (金) 友引		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		
11 (土) 先負				
12 (日) 仏滅				
13 (月) 大安		スポーツの日		
14 (火) 赤口	下弦	秋の全道火災予防運動 15日(水)~31日(金) 標語「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」		
15 (水) 先勝				
16 (木) 友引				
17 (金) 先負		ラリーとかち2025 (リクベツロング) 12日(日) SS2 8:54~ SS4 11:01~ SS6 13:23~ 陸別サーキット周辺	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 *31日の午後はイベントの日です くわしくは回覧でお知らせします *事前登録が不要になりました 【申込先】りくべつエスビーオー優愛館 ☎27-2500	陸別小学校学習発表参観日 17日(金) 9:15~
18 (土) 仏滅				
19 (日) 大安				
20 (月) 赤口				
21 (火) 先負	新月	妊婦・乳幼児相談 22日(水) 受付 10:00~11:00 【場所】保健センター		3種混合競技大会 シリーズ戦 第2戦 ボッチャの部 22日(水) 19:00~ 陸別中学校体育館
22 (水) 仏滅				
23 (木) 大安	霜降	こどもカフェ 24日(金) 14:00~17:00 【場所】保健センター多目的室 【内容】ハロウィン工作 【参加料】子供: 無料 大人: 300円 【問合せ先】社会福祉協議会		十勝東北部 「高齢者学びの集い」 23日(木) 14:00~16:30 ネイパル足寄 役場前 13:00出発
24 (金) 赤口			介護保険料 (第4期分) 納期限は 10月27日(月)です 忘れずに納めましょう	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
25 (土) 先勝				介護セミナー 28日(火) 13:30~16:30 *事前申し込みが必要です 【内容】基本的な介護技術の 講義と体験 【場所】しらかば苑「かつこうの家」内
26 (日) 友引				
27 (月) 先負			町民税・道民税 (第3期分) 国民健康保険税 (第4期分) 後期高齢者保険料 (第4期分) 納期限は 10月31日(金)です 忘れずに納めましょう	
28 (火) 仏滅		ふれあいサロン「ひだまり」 29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: 簡単ふまねつと運動 午後: うたごえサークル ハロウィン工作 【参加料】無料 【問合せ先】社会福祉協議会		
29 (水) 大安				
30 (木) 赤口	上弦			
31 (金) 先勝				

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、6日(月)~10日(金)、30日(木)、31日(金) 不在となります
※角熊医師は、23日(木)、24日(金) 不在となります

【10月の夜間診療担当医師】

7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)
角 熊	高 橋	角 熊	高 橋

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 東 1 条 2 区 大 鉄 下 陸 別 別 和 若 集 別 共 共 栄 第 1 区 共 共 栄 第 2 区 若 葉 町 小学校からみどりの 園製材工場まで 下 登 良 利 別 上 登 良 利 別 薫 恩 根 遠 内 別 宇 宇	資源ごみ (ダンボールは除く) 危険ごみ・有害ごみ ダンボール 燃やすごみ と、木くず類 燃やさないごみ	毎週木曜日 27日(月) 毎週火・金曜日 1日(水)・15日(水)・29日(水)
栄 緑 元 旭 下 分 川 小 利 林 新 町 1 2 区 新 町 2 区 川 弥 向 生 務 苦 苦 産 満 1 2 満 満 満 殖 斗 第 2 斗 斗 斗 斗 東 斗 斗 斗 斗 中 斗 斗 斗 斗 上 斗 斗 斗 斗 南 斗 斗 斗 斗 北 斗 斗 斗 斗	資源ごみ (ダンボールは除く) 危険ごみ・有害ごみ ダンボール 燃やすごみ と、木くず類 燃やさないごみ 資源ごみ (ダンボールは除く) 危険ごみ・有害ごみ ダンボール 燃やすごみ と、木くず類 燃やさないごみ	毎週木曜日 27日(月) 毎週火・金曜日 8日(水)・22日(水) 毎週水曜日 6日(月)・20日(月) 毎週火・金曜日 2日(木)・16日(木)・30日(木) 毎週水曜日 6日(月)・20日(月) 毎週火・金曜日 9日(木)・23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 11日、12日
25日、26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。