

あっけし

暮らしイキイキ、
あなたと町の広報誌

令和3年(2021年)

12月号 No.894

令和3年度 厚岸町功労者・善行者表彰式



厚岸町公式キャラクター
「うみえもん」

11月3日、役場議場
において、『令和3年度
厚岸町功労者・善行者表彰
式』が開催されたござる！
各功労者に若狹靖町長から表
彰状と記念品が贈られ、最
後に記念撮影をしたでござるよ〜♪皆さんお
めでとう！

『介護予防』でいつまでも元気に！	…	P 2
町立厚岸病院の取り組み	………	P 6
予算執行状況をお知らせします	…	P 8
ズームアップ	………	P 10
除雪作業にご協力をお願いします	…	P 12
新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ	…	P 15
情報BOX	………	P 16
年末年始は次の期間休みます	……	P 24
クローズアップ・インスタグラム	…	P 26



フレイルを予防しよう

フレイル予防のポイント

- 食 事**
低栄養予防
食事は活力の源です。エネルギーとたんぱく質をしっかりと取りましょう。
- 運 動**
ロコモ予防
運動は筋肉の発達だけでなく、食欲や心の健康にも影響します。
※ロコモティブシンドローム(運動器症候群)。運動器の障がいのために、移動機能(立つ・歩くなど)が低下している状態
- 社会参加**
認知症予防
趣味やボランティアなどに参加することは認知症機能低下の予防に効果的です。

フレイルとは？

健康から要介護へ移行する中間の時期と言われています。原因は、加齢に伴う食欲低下や活動量の低下、社会的、環境的な影響などが重なり起こるとされています。早期発見と適切な支援によって健康な状態に戻ることが可能な時期ともいわれています。

あなたのフレイル危険度は？

- | | |
|--|---|
| ☐ 体重の減少
6カ月間で体重が2～3kg減少した | ☐ 疲労感
以前より疲れやすくなった |
| ☐ 握力低下
ペットボトルのふたを開けにくくなった | ☐ 身体活動の低下
外出しなくなった、人との交流が減った |
| ☐ 歩行速度の低下
横断歩道を青信号の間に渡りきるのが難しくなった | |

3つ以上に当てはまると、要注意！

出典：日本版フレイル基準(J-CHS基準)

厚岸町地域包括支援センターに
ご相談ください！



厚岸町地域包括支援センター
金田一社会福祉士

私たちに気軽に
ご相談ください！

☎0153-53-3333

(厚岸町保健福祉総合センターあみか21内)

・・・私たちは、高齢者の総合窓口です

厚岸町地域包括支援センターは、高齢者のみなさんの身近な相談窓口です。地域で暮らすみなさんがいつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支援します。スタッフは、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などで構成されています。

このような支援や相談を行っています

- さまざまな問題に対応します
高齢者に関するさまざまな相談を受け、必要なサービスにつなぎます。
- 介護予防を応援します
要支援1・2および事業対象者の介護予防ケアプランなどを作成して、効果を評価します。
- 充実したサービスを提供するために支援します
ケアマネジャーへの指導・助言や医療機関など、関係機関との調整を行います。
- 高齢者の権利を守ります
高齢者虐待の防止、悪質な訪問販売による被害の防止などの権利擁護を行います。

『介護予防』で いつまでも 元気に！



介護予防とは、介護が必要な状態とならないために、心身の衰えを予防・回復しようとする取り組みです。

この特集では、厚岸町の介護予防への取り組み、厚岸町地域包括支援センターの紹介のほか、介護予防の体操を紹介します。

なぜ、介護予防が必要なの？

高齢期はささいなことがきっかけで、体調を崩していくことがあります。

「自分はまだ元気だから、介護予防なんて関係ない」と思うかもしれませんが、いつまでも健康に、自分らしく過ごすためには、元気なうちから予防することが大切です。

心とからだの老化を防いで、 いつまでもイキイキと！

「年をとってからだを動かすことがおっくうになった」といって家に閉じこもってばかりいると、筋力や意欲が低下し、やがては寝たきりや認知症などを招きやすくなります。

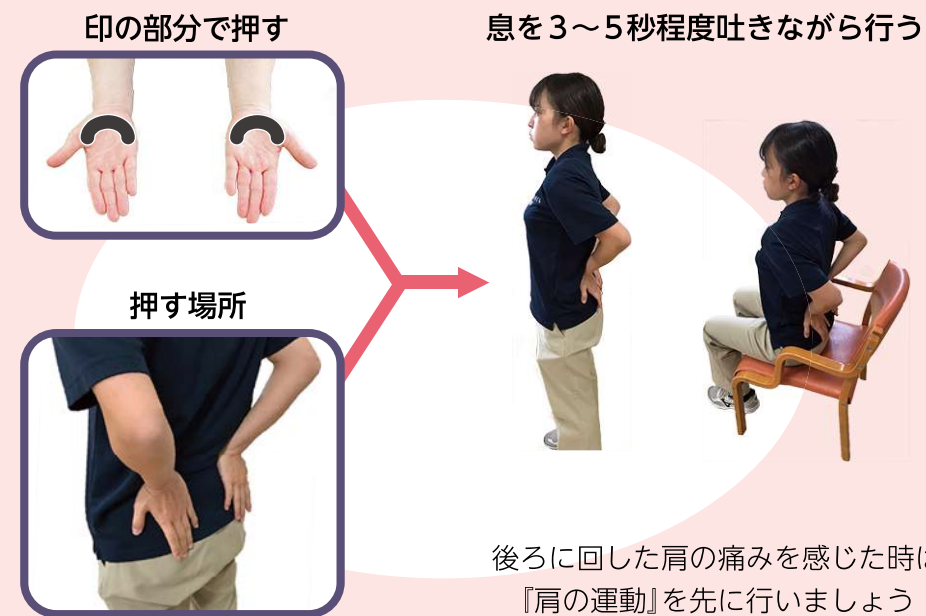
「老化は仕方がないこと」と考えがちですが、毎日の生活環境を変えることで、ある程度予防することは可能です。

頭とからだを積極的に動かし、イキイキとした生活を送りましょう。

腰を伸ばす運動

5～10回 1日3セット

※足の裏などにしびれが出る場合は中止してください



- ？どんな動作の前後に？
- ・掃除機を使うとき
 - ・除雪のとき
 - ・いずしを作るとき

おうちでできる簡単な4つの運動を紹介します。みなさんの「〇〇したい」がいつまでも続けられるように…

この体操を考えました

医療法人社団田中医院
デイケアセンターさくら
瀬下 義正さん

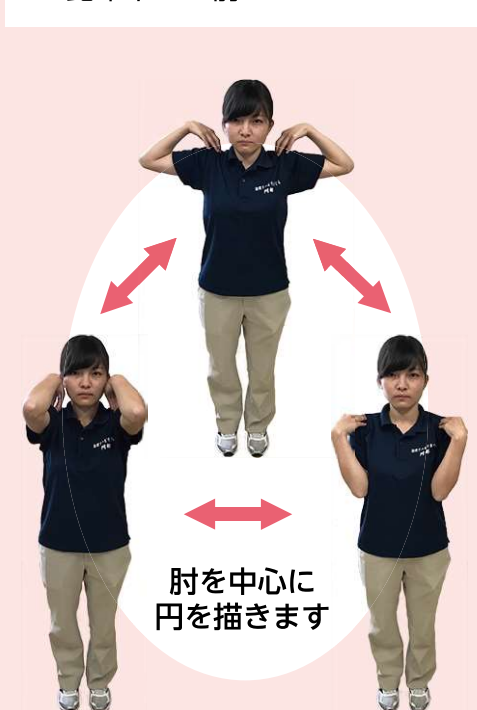
作業療法士として高齢者の機能回復や生活訓練などのリハビリを行うほか、全国的にも資格保有者の少ない『認知症介護指導者』としても活躍中。

介護予防体操

おうちでできる！

協力・医療法人社団田中医院
デイケアセンターさくら
作業療法士 瀬下 義正さん
理学療法士 阿部 桃圭さん

- ？どんな動作の前に？
- ・大掃除の前に
 - ・餅つきの前に
 - ・昆布干しの前に



肩の運動

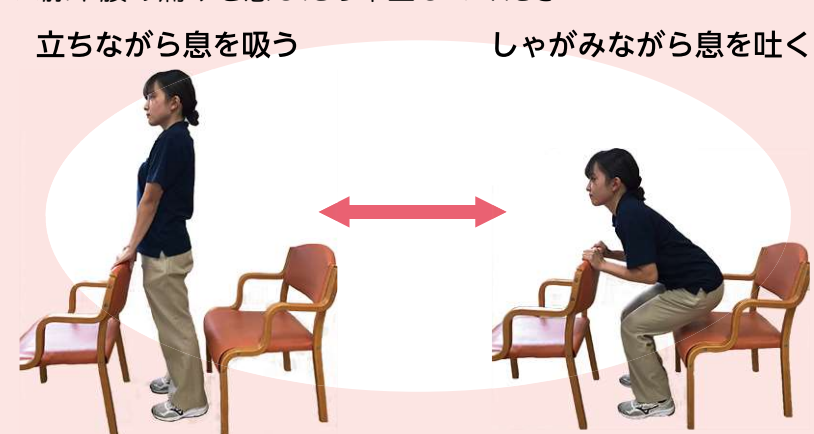
10～20回 1日3セット



足の力をつける運動

10回1セットを1日4回

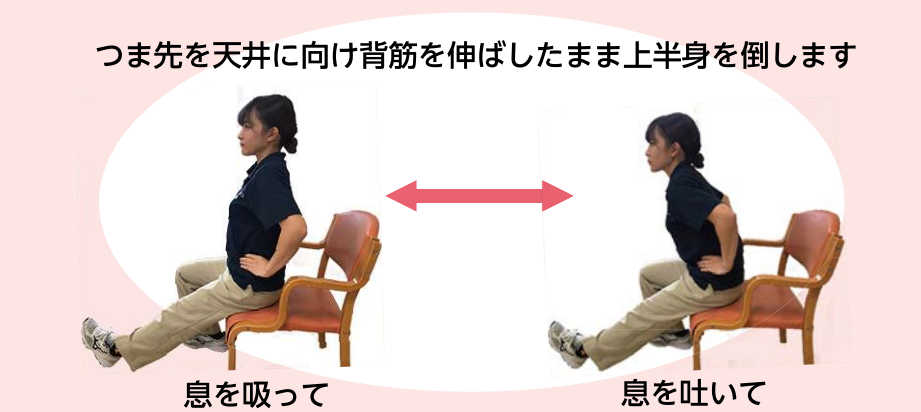
※膝や腰の痛みを感じたら中止してください



- ？どんな動作が続けられるために？
- ・階段の上り下り
 - ・転倒を気にせず外出
 - ・海岸を楽に歩く
 - ・除雪を楽にできる



- ？どんな動作で困ったら？
- ・長い時間座っていると腰が痛くなる
 - ・靴下や爪切りを行うと膝の裏がつっぱる
 - ・浴槽に入って足先を洗うのに苦労する



膝の裏の運動

10～20回 1日3セット



『厚岸音頭で介護予防!』を配信・無料配布中!

『厚岸音頭で介護予防!』を厚岸町公式YouTubeで配信しているほか、DVDを無料で配布しています。厚岸音頭にあわせて介護予防体操ができます。ぜひご覧ください!

タオルで背中を洗うように腕を動かします

▼貯筋サロン

運動器具を使ってリハビリを行い、運動機能の向上を目指す事業です。

- 対象者／町が行う介護予防チエックシートで、介護予防の取り組みが必要と判定された人
- 期間／3カ月を一区切りとし、最大6カ月間
- 場所／デイケアセンターさくら
- 利用料／無料

▼貯筋検診事業

元氣いきいき教室の参加者を対象に、握力や片足立ちなどの測定を行い、結果に基づいてリハビリテーション職員がアドバイスします。

- 対象者／元氣いきいき教室参加者・貯筋サロンの終了者
- 日時／対象者へ通知します
- 場所／デイケアセンターさくら
- 利用料／無料

あつつけしの介護予防事業

厚岸町には、元氣に暮らすための介護予防事業がいっぱい! 気軽に地域包括支援センターへお問い合わせください。

▼元氣いきいき教室

定期的に介護予防、健康教育などをテーマにした教室を開催しています。

- 対象者／厚岸町に居住する65歳以上の高齢者
- 日時・場所／広報あつつけしの折り込みチラシや、厚岸町社会福祉協議会広報誌『しゃつき』でお知らせします
- 利用料／無料

町立厚岸病院から ～これからも医師体制を維持し 地域医療と福祉を支えます～

■令和2年度患者数・決算状況

(単位：人)

入院患者	10,994
内科	9,292
外科	1,702
小児科	0
外来患者	35,302
内科	21,871
外科	4,254
小児科	3,968
整形外科	4,545
脳神経外科	664

(単位：千円)

内 訳	金 額
病院事業収益	1,203,699
医業収益	715,301
入院収益	244,224
外来収益	288,111
その他医業収益	67,722
負担金	115,244
医業外収益	481,734
患者外給食・その他医業外収益	101,236
他会計補助金・負担金	373,045
道補助金	7,453
特別利益	6,664
病院事業費用	1,211,304
医業費用	1,154,414
給与費	741,899
材料費・経費	334,159
減価償却費・資産減耗費	77,177
研究研修費	1,179
医業外費用	50,226
支払利息及び企業債取扱諸費	27,321
医療技術員確保対策費	5,678
雑損費及び長期前払消費税勘定償却	17,227
特別損失	6,664
当年度純利益	△7,605

※表示単位で四捨五入しているため合計額等は一致しません

●問い合わせ／町立厚岸病院 ☎ 52-3145

町立厚岸病院は、町民の命と健康を守り、誰もが安心して生活できる地域社会を支える中核的な医療機関として、内科、外科、小児科の基本診療に加え、整形外科および脳神経外科の定期診療と、24時間の救急医療体制を維持し、急性期から慢性期の患者さんの診察、そして地域での生活を支え、患者さんと共に進める患者さん目線の地域医療を提供しています。

厚生労働省が公表した地域医療構想の中で、再編・統合が必要な医療機関とされたところですが、この地域で唯一行っている透析医療や入院機能を有する医療機関であること、まちを支える世代が安心して仕事と子育てができ、安心した老後を過ごすことができるまちづくりには、町立厚岸病院は欠かせない重要な施設

です。

また、乳幼児健診から一般健診までの各種健診による早期疾病の発見や、健康づくり事業と連携した各種予防接種の推進、健やかな生活を送るための健康講話、医療講演会など、健康維持・予防への取り組みにも力を注ぎ、『人生100年時代』と言われるようになった今日、若者から高齢者まで、全ての人が元気に活躍し続けられる社会の構築に向け、福祉との連携を進め、在宅での生活全般を支援していきます。

医師体制について

令和2年度における診療の基本となる医師体制は、新たに1人の内科医師を加え、内科医師3人、外科医師1人、小児科医師1人の、常勤医師5人体制となりましたが、年度途

中で2人が退職し、令和3年1月からは常勤医師3人体制となりました。また、専門外来診療としては、消化器検査診療のほか、毎週1回の定期診療として、釧路赤十字病院から整形外科診療、釧路労災病院から脳神経外科診療を継続できたところです。

不採算な医療の体制維持

町立厚岸病院は、公営企業という観点から、経営にあつては独立採算を求められる企業です。

しかし、町立厚岸病院は自治体病院でもあり、地域で必要とされる医療の中でも民間の医療機関が提供困難な分野である、へき地医療や24時間救急医療、高度医療などを確保し、提供する使命と役割を担っています。こうした医療は『不採算医療』と呼ばれ、この体制を維持するために国からの交付金のほか、町からの財政支援により、病院経営が成り立っています。

収支状況の概要

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響から外来収益が大きく減収となり、一般会計から例年を上回る繰入金をもつても補填できず、特別減収対策企業債を発行し、不良債務を発生させないよう取り組みましたが、単年度収支は760万5千円の赤字となりました。

患者数の状況

令和2年度の患者数の動向については、入院患者数で1万994人となり、前年度対比802人（7・9%）の増加となりました。

また、外来患者数では、新型コロナウイルス感染症の発生により、病院受診控えや、手指消毒など感染症予防対策が徹底されたことによる、インフルエンザなどの感染症患者の減により、3万5302人となり、前年度対比5512人（13・5%）の減少となりました。

医師および医療スタッフの確保に向けて

病院経営にとって、常勤医師はもとより、看護師をはじめとする医療技術員の体制整備は、病院運営と経営の根幹をなすものです。

医師確保の問題は、町立厚岸病院のみならず全国的に改善が進まず、特に、へき地の自治体病院や診療所において共通した重要課題で、非常に厳しい状況が続いています。

医療や福祉はマンパワーとチームワークが大切です。町立厚岸病院が担う地域医療の確保や24時間の救急医療を維持するため、北海道などと

も連携し、常勤医師の招へいと医療技術員の確保に全力で努めていきます。

老健『ここみ』の運用状況

医療と高齢者福祉に対応した介護老人保健施設『ここみ』（23床）は、町立厚岸病院と特別養護老人ホームの中間的な役割を持つ施設で、在宅で自立した生活ができるよう、リハビリを中心に食事や入浴などのサービスを受けながら、カラオケやゲームなどレクリエーションを楽しんだり、入所者同士が交流しながら、自立した生活を支援する役割を担っています。

救急外来の適正な利用のお願い

町立厚岸病院では、24時間の救急医療体制を整備し、救急患者の受け入れを行っています。これは突発的な症状（激しい頭痛、腹痛、胸痛、外傷等）で、緊急処置の必要な患者さんの治療を行うものです。

しかし、『コンビニ受診』と呼ばれる緊急性の低い軽症患者の受診もまだまだ見受けられます。救急外来は24時間いつでも受診できる便利な夜間診療ではなく、緊急時に対応するためのものです。コンビニ受診が増えると、重症患者への対応に影響が出たり、医師の負担が増して疲弊にもつながります。できるだけ診療時間内に受診をお願いします。

マイナンバーカードが健康保険証として使えます

令和3年10月から、マイナンバーカードを利用した健康保険証の『オンライン資格確認』ができるようになります。病院受付窓口でも手続きが可能ですので、お申し出ください。



■補助金と財源内訳の推移

（単位：千円）

	平成30年度	令和元年度	令和2年度
補助金	585,433	568,618	604,833
企業債元利・建設改良	193,218	152,302	162,494
救急医療	116,768	122,002	94,474
不採算地区病院対策	204,814	216,080	250,527
その他	70,633	78,234	97,338
うち法令基準に基づく国からの交付金額	226,302	219,230	217,094

※『法令基準に基づく国からの交付金額』は、国から示された数値を記載しています

■病院収支と累積欠損金の状況

（単位：千円）

	平成30年度	令和元年度	令和2年度
病院事業収益	1,239,851	1,201,259	1,203,699
入院収益	251,806	236,441	244,224
（入院患者数）	（10,061人）	（10,192人）	（10,994人）
外来収益	363,688	339,734	288,111
（外来患者数）	（45,399人）	（40,814人）	（35,302人）
他会計補助金	429,031	437,570	469,582
特別利益			6,664
その他	195,326	187,514	195,118
病院事業費用	1,196,217	1,183,256	1,211,304
給与費	700,427	735,332	741,899
材料費	117,553	111,956	110,928
経費	202,116	202,189	223,231
企業債利息他	36,921	31,930	27,321
特別損失			6,664
その他	139,200	101,849	101,261
当年度純利益	43,634	18,003	△7,605
その他未処分利益剰余金変動額			
減債積立金処分額			
累積欠損金	653,548	635,545	643,150
うち不良債務		1,346	

令和3年度9月末現在 予算執行状況をお知らせします

■一般会計の予算執行状況

区分	予算額	収入済額	収入率	予算額に含む繰越額
町 税	10億4,339万円	6億3,562万円	60.9%	－
地 方 譲 与 税	9,774万円	3,706万円	37.9%	－
利 子 割 交 付 金	78万円	34万円	43.6%	－
配 当 割 交 付 金	87万円	58万円	66.7%	－
株式等譲渡所得割交付金	76万円	－	－	－
法 人 事 業 税 交 付 金	556万円	653万円	117.4%	－
地方消費税交付金	1億7,274万円	1億3,017万円	75.4%	－
ゴルフ場利用税交付金	178万円	59万円	33.1%	－
環境性能割交付金	696万円	249万円	35.8%	－
国有提供施設所在市町村交付金	1,238万円	－	－	－
地方特例交付金	627万円	624万円	99.5%	－
地方交付税	37億3,317万円	29億 748万円	77.9%	－
交通安全対策特別交付金	90万円	44万円	48.9%	－
分担金及び負担金	3,695万円	68万円	1.8%	－
使用料及び手数料	4億 244万円	1億5,051万円	37.4%	－
国 庫 支 出 金	14億2,428万円	1億2,941万円	9.1%	1,300万円
道 支 出 金	3億7,937万円	6,361万円	16.8%	－
財 産 収 入	9,562万円	4,574万円	47.8%	－
寄 附 金	4億 2万円	1億3,538万円	33.8%	－
繰 入 金	10億9,960万円	10億5,710万円	96.1%	－
繰 越 金	1億 19万円	2億3,724万円	236.8%	482万円
諸 収 入	6,703万円	3,188万円	47.6%	－
町 債	13億2,500万円	100万円	0.1%	3億7,870万円
合 計	104億1,380万円	55億8,009万円	53.6%	3億9,652万円

歳入



区分	予算額	支出済額	執行率	予算額に含む繰越額
議 会 費	6,017万円	3,029万円	50.3%	－
総 務 費	6億 627万円	1億7,967万円	29.6%	－
民 生 費	17億9,882万円	9億6,978万円	53.9%	3億7,811万円
衛 生 費	10億3,487万円	6億2,091万円	60.0%	－
農 林 水 産 業 費	6億9,907万円	1億6,745万円	24.0%	－
商 工 費	6億2,662万円	1億8,933万円	30.2%	－
土 木 費	15億6,324万円	3億4,927万円	22.3%	－
消 防 費	4億8,974万円	2億3,089万円	47.1%	－
教 育 費	5億5,731万円	1億7,559万円	31.5%	540万円
災 害 復 旧 費	1,301万円	1,301万円	100%	1,301万円
公 債 費	10億4,685万円	5億4,445万円	52.0%	－
給 与 費	19億1,083万円	9億1,465万円	47.9%	－
予 備 費	700万円	－	－	－
合 計	104億1,380万円	43億8,529万円	42.1%	3億9,652万円

歳出

町民の皆さんに、令和3年度上半期(4月1日～9月30日)の予算執行状況をお知らせします。

厚岸町の財政運営は、町民の皆さんが納めた税金、国や北海道からの支出金、地方交付税、町債等の収入で賄われています。

令和3年度一般会計当初予算額は、96億9,208万円を計上しましたが、繰越明許費3億9,652万円と、上半期までの補正予算3億2,520万円を合計した、104億1,380万円が上半期の予算総額となります。

また、一般会計の予算執行状況は、歳入で55億8,009万円(収入率53.6%)を収入し、歳出で43億8,529万円(執行率42.1%)を支出しています。

歳出に係る主な事業として、学校給食費支援、子ども医療費無料化、多機能共生型地域交流センター整備事業、湾月生活館整備事業、町営住宅奔渡団地整備事業、町営住宅建設事業、救急自動車整備事業、情報館整備事業、温水プール施設整備事業等の各種施策を進めています。

■特別会計の予算執行状況

区分	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険特別会計	14億5,257万円	6億1,065万円	42.0%	5億3,659万円	36.9%
簡易水道事業特別会計	9,346万円	2,502万円	26.8%	2,187万円	23.4%
下水道事業特別会計	7億2,998万円	1億3,799万円	18.9%	2億3,496万円	32.2%
介護保険特別会計	11億2,479万円	5億2,028万円	46.3%	4億7,852万円	42.5%
後期高齢者医療特別会計	1億5,159万円	5,754万円	38.0%	4,889万円	32.3%
介護老人保健施設事業特別会計	9,512万円	3,259万円	34.3%	4,371万円	46.0%
合 計	36億4,751万円	13億8,407万円	37.9%	13億6,454万円	37.4%

■公営企業会計の予算執行状況

区分		収入予算額	収入済額	収入率	支出予算額	支出済額	執行率
水道事業	収益的	2億8,991万円	1億1,200万円	38.6%	2億7,294万円	6,482万円	23.7%
	資本的	6,507万円	—	—	2億2,433万円	7,044万円	31.4%
	合 計	3億5,498万円	1億1,200万円	31.6%	4億9,727万円	1億3,526万円	27.2%
病院事業	収益的	10億6,763万円	5億5,102万円	51.6%	13億2,976万円	5億4,650万円	41.1%
	資本的	1億9,345万円	1億4,505万円	75.0%	1億9,345万円	6,939万円	35.9%
	合 計	12億6,108万円	6億9,607万円	55.2%	15億2,321万円	6億1,589万円	40.4%

■住民負担の状況 (令和3年9月30日現在の人口：8,874人)

区分	予算額	一人当たり
町 民 税	4億8,139万円	54,247円
固定資産税	3億9,957万円	45,027円
軽自動車税	2,843万円	3,204円
たばこ税	9,478万円	10,681円
都市計画税	3,922万円	4,420円
合 計	10億4,339万円	117,579円

■町債残高

区分	現在高
一 般 会 計	116億5,036万円
簡易水道事業特別会計	1億1,523万円
下水道事業特別会計	29億6,081万円
水道事業会計	11億3,590万円
病院事業会計	7億3,993万円
合 計	166億 223万円

■町有施設現在高 (土地、建物、山林、立木、物品は、令和3年3月31日現在の数値)

区分	現在高	区分	現在高
土 地 (面 積)	6,717万㎡	出 資 に よ る 権 利	6,494万円
建 物 (面 積)	16万㎡	物 品	499台
山 林 (面 積)	4,576㎡	債 権	2,759万円
立木(推定蓄積量)	59万㎡	基 金	11億8,939万円
有 価 証 券	3,520万円	北海道市町村備荒資金組合	12億2,351万円

■一時借入金の状況

会計区分	病院事業会計
金 額	2,000万円
借 入 先	水道事業会計

●問い合わせ／財政係



ZOOM UP



イベントや活動など、まちのニュースをお届けします



村 道の駅物産交流むらやまあさ市 山の秋の味覚を販売

11月21日、厚岸味覚ターミナル・コンキリエ屋外特設会場において『むらやまあさ市』が開催されました。

例年開催されている『村山秋の味覚市』は昨年度に続き中止となり、道の駅物産交流として、友好都市山形県村山市の物産販売が行われました。りんごやラ・フランス、新米の『つや姫』や『はえぬき』、日本酒『朝日鷹』などを求め、販売開始前から大勢のお客さんが列を作り、中には販売開始から間もなく完売してしまう商品も。

訪れたお客さんからは、「目当ての品が買えてうれしい」など、待ち望んでいた商品を買えた喜びの声が聞こえました。

先 全道水産クラブ生徒研究発表大会で優秀賞 輩から継承したアナジャコ研究

11月4日、厚岸翔洋高等学校海洋資源科調理コース3年生の茜碧海さん、佐藤慶一さん、椎野直也さん、村田朱音さんが厚岸町役場を訪問し、『厚岸のアナジャコを美味しく食べて一石二鳥PartⅢ』と題した研究内容を試食を交えながら若狭靖町長、酒井教育長、安藤観光協会事務局長へ報告しました。

この研究は、11月10日に北斗市で開催された全道水産クラブ生徒研究発表大会で昨年度に引き続き優秀賞を受賞し、12月に開催される全国大会へ出場します。



大 ハロウィンおさんぽ きな声で「トリック・オア・トリート」!

10月30日、あそぼーの主催の『ハロウィンおさんぽ』が開催され、子どもと保護者あわせて約80人が参加しました。

さまざまな仮装をした参加者が、子夢希児童館、宮川菓子舗、(株)丸一タバタを訪れ、子ども達が「トリック・オア・トリート!」と大きな声で言うと、お菓子や雑貨などがプレゼントされました。

また、社会福祉センターでは、ハロウィンのフォトブースが設置され、写真撮影も楽しみました。



虫

子育て講座『乳歯を守ろう』 歯ができないように

11月5日、保健福祉総合センターにおいて、中村小児歯科クリニックの中村医師を講師に、子育て講座『乳歯を守ろう』が開催されました。

虫歯になってしまう条件や、上手な仕上げ磨きのポイントなどの講話のほか、ミニ相談会も行いました。

ミニ相談会では、実際に子どもの歯の状態を見ながら個別に相談を受け、参加者は歯磨きの仕方や歯の生え方などについて学びました。

要

災害発生時における福祉避難所の設置運営に関する協定調印式 配慮者に対する避難支援体制の充実へ

11月17日、役場庁議室において、『災害発生時における福祉避難所の設置運営に関する協定調印式』が行われました。

この協定は、特定非営利活動法人のんき村と町が締結したもので、災害発生時に障がいのある人の避難所生活に支障が生じないようにするとともに、障がいの状態に応じて適切に対応することができるよう、特定非営利活動法人のんき村が運営する施設に福祉避難所を設置するもので、これまでの課題であった要配慮者の二次避難先の確保が図られるものです。



食

秋の子ども読書推進事業

食べ物に合わせて手遊びしたよ

11月13日、厚岸情報館において、『秋の子ども読書推進事業』が開催されました。

初めにおはなし会があり、情報館職員による長谷川義史さんの絵本の読み聞かせ『大阪うまいものうた』では、絵本の中に出てくる食べ物に合わせて、手遊びも楽しみました。

その後、『めいろであそぼう！』で、いろいろな迷路のクイズに挑戦。参加した子ども達は苦戦しながらも、見事、全員迷路をクリアしました。

自

ヒンメリづくり体験講座

分好みのヒンメリ製作

11月14日、真龍小学校図工室において『ヒンメリづくり体験講座』が午前と午後の2回に分けて開催されました。

ヒンメリとは、麦わらに糸を通しつなぎ合わせて作るモビールで、フィンランドの伝統的な装飾品です。

参加者はヒンメリがたくさん飾られた会場に癒やされながら、麦わら一本一本に針を通し作製。麦わら細工の『ストロースター』を細工したり、どんなモビールになるか想像しながら、自分好みのヒンメリに仕上げました。





除雪作業にご協力をお願いします

道路に雪を捨てないで

除雪した雪を道路に捨てることは、交通に支障を来すだけでなく事故の原因にもなります。このような行為は、道路交通法で禁止されています。雪は自分の敷地内で処理するか、雪捨て場に運びましょう。

道路に物を置かないで

歩道や路上にごみ箱・陳列品、旗立て用コンクリートなどを置くことは、除雪作業の支障になります。雪が降る前に取り除いてください。



玄関先に残った雪の処理にご協力を

除雪車が通った後には、どうしても雪が残ってしまいます。玄関先に残った雪は、それぞれの家庭で処理していただくよう、ご協力をお願いします。

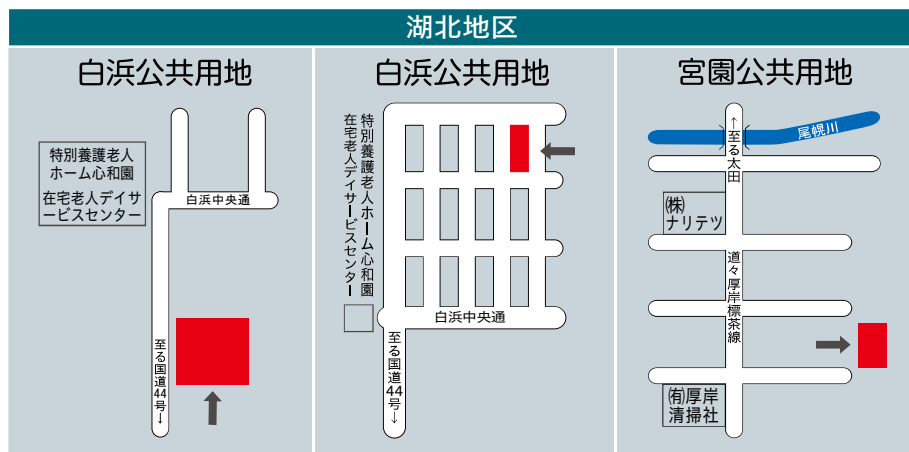


除雪車に近づかないで

除雪作業は安全第一に行いますが、非常に危険です。除雪車に子どもを近づけないように注意してください。

路上駐車は除雪の大敵

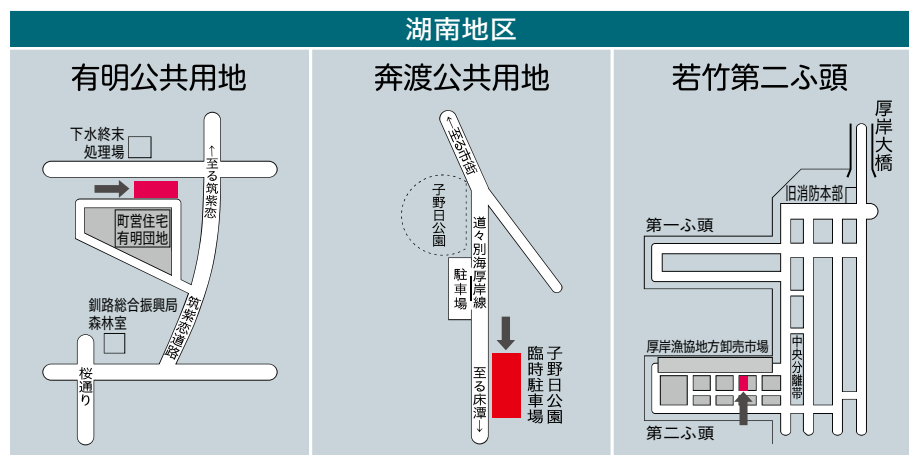
路上駐車によって作業が遅れたり、まったく除雪ができなかったりします。交通の妨げにもなりますので、路上駐車は絶対にやめましょう。



雪は指定の雪捨て場へ

雪捨て場は、左図の矢印の6カ所です。船の航路の安全確保と海の環境保護のため、海への雪捨ては禁止しています。また、雪の中には絶対にごみなどを入れないでください。

● 問い合わせ／▽ 町道Ⅱ管理維持係
▽ 道道Ⅱ 釧路総合振興局 釧路建設管理
理部 厚岸出張所 ☎ 52-3615





北海道日本ハムファイターズ 応援大使ご当地給食が 提供されました！



北海道日本ハムファイターズ『北海道179市町村応援大使』企画として、11月1日に町内の小中学校で、厚岸町応援大使のブライアン・ロドリゲス選手が好きだった給食・家庭での献立である、魚のフライなどが提供されました。



『北海道179市町村応援大使』企画も残すところあと1カ月となりましたが、役場庁舎1階のファイターズコーナーでは、12月30日(木)まで、サイン入りグッズ等の展示や、町で作成した北海道日本ハムファイターズ応援大使うちわとマスクを設置しています。役場へお越しの際は、ぜひ、お立ち寄りください。

●問い合わせ／政策調整係

海事 記念館 通信

海事記念館では、季節ごとに星座や天文を解説する番組を作っています。12月からは一般向け冬番組『華やかな光を放つ冬の星』を新たに上映します。番組の時間、内容は表のとおりで、入館料・観覧料は無料です。

●問い合わせ／海事記念館 ☎52-4040

★ 12月～2月プラネタリウム情報 ★

- ① 低学年・幼児向け『冬の三大角とふたご座のお話』
- ② 一般『冬の星座解説／アイヌ民族星ものがたり・冬』
- ③ 一般『華やかな光を放つ冬の星』
- ④ 全天周番組『ユニバース～宇宙へ～』
- ⑤ 全天周番組『手ぶくろを買いに』※幼児向け
- ⑥ 全天周番組『カムイからの教え～漁を伝える曳き網の星～』

	火	水	木	金	土	日・祝
11:00	投影なし(12月28日～1月16日は①を投影)				①	①
13:30	投影なし(12月28日～1月16日は⑥を投影)				⑥	⑥
14:30	④	⑤	④	⑤	④	⑤
15:30	②	③	②	③	②	③

★★ 夜間投影のお知らせ ★★

会場／海事記念館プラネタリウム室
定員／各回40人(申し込み不要)
中学生以下は保護者同伴

【12月17日(金)】

19時から19時40分 一般向け番組『華やかな光を放つ冬の星』
一般向けの新作番組で、冬の三大角を中心に、冬の代表的な星座を解説します。

【12月28日(火)】

19時から19時40分 全天周番組『カムイからの教え～漁を伝える曳き網の星～』
アイヌ民族の漁にまつわる星座の物語です。星を通じてアイヌ文化にふれてみませんか？

オーロラ映像上映会

～オーロラが語る大切なメッセージ～

オーロラメッセンジャー中垣哲也さんが世界各地で撮影した貴重なオーロラの映像を、中垣さんの解説とともに上映します。(※途中入場はできません)

●日時／①12月10日(金)18時30分から、②12月11日(土)10時00分から(上映時間は約90分)

●場所／海事記念館 2階プラネタリウム室

●定員／各40人

●申し込み／海事記念館

●締め切り／12月9日(木)

わくわく科学実験教室

～ギアチェンジ！レーシングカー！～

ブロックでレーシングカーを組み立て、ギアによる回転数やトルクの変化を、実際に走らせてみて学びます。

●日時・対象

①小学1年生から3年生／1月14日(金)10時から11時30分、②小学4年生から6年生／1月14日(金)13時30分から15時

●定員／各10人

●申し込み／12月14日(火)から1月9日(日)まで

この人に懸ける わが家のホープ

このコーナーでは、毎月あみか21で行っている7カ月児のあかちゃん相談に参加したお子さんを紹介しています。

ゆうしん ちゃん
安部 祐伸

お父さん：駿介さん
お母さん：美月さん
住まい：白浜



のどか ちゃん
山本 和

お父さん：亮さん
お母さん：友菜さん
住まい：真栄



すみと ちゃん
宮原 澄土

お父さん：崇成さん
お母さん：ゆかりさん
住まい：住の江

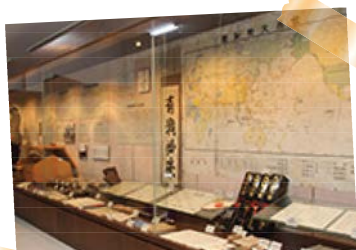


厚岸のヒト・モノ・コトを
広報担当が紹介します



あっけしまちなかさんぽ

～太田屯田開拓記念館・郷土館をさんぽ編～



当時を物語る貴重な資料が数多く展示されています。

3～4世紀ころに作られたと思われる下田ノ沢Ⅱ式土器。丸みを帯びたかわいらしい形をしています。



趣味と健康を兼ねてウォーキングを始めてはみたものの、飽き性でなかなか続かない・・・といった経験はありませんか？そんな時にオススメなのが、地域の歴史や文化財を訪ねながらのお散歩です。

11月16日から休館ということで、歴史的な資料や民俗資料の展示が豊富な太田屯田開拓記念館と郷土館に行ってきました。

太田屯田開拓記念館では、『屯田兵制度の変遷』や『酪農郷太田』などをテーマに展示がされており、当時の屯田兵の生活様式や、軍務と並行した開墾作業の厳しさなどを知ることができます。

一方、郷土館は、国泰寺をはじめとしたさまざまな文化財に関する資料が展示されているほか、町内の遺跡から出土した土器などの貴重な資料も数多く展示されており、厚岸町の歴史の息吹を感じることができる空間になっています。

慣れ親しんだ街をいつもとは違う角度から見てみることで、新たな発見があったり、面白い出会いがあったり、いつものお散歩がさらに楽しくなりますよ。

(今月号のさんぽ担当／岸本)

新型コロナウイルスワクチンの 接種体制と予約方法のお知らせ

下記の表『接種日・予約締切の日程』で、1回も接種を受けていない12歳以上の人の予約を受け付けています。特に、新たに12歳の誕生日を迎える人、転入されてきた人で接種を希望される場合は、この日程での接種の検討をお願いします。3月以降の接種日程については、決まり次第お知らせします。

また、別表のような特別な事情により接種を受けていない人もこの機会の活用をご検討ください。

予約は新型コロナウイルスワクチン接種対策室への電話または窓口で受け付けます。今まで予約を受け付けていた専用コールセンターやインターネットページは使用できませんので、ご注意ください。

なお、3回目の接種については、対象者等が決まり次第改めてお知らせします。



▼接種・予約締切の日程 ※満員となっている日程もありますので、お問い合わせください

会 場	1 回目接種	2 回目接種	時 間	予約締切
田中医院 【追加日程】	令和4年1月24日(月)	令和4年2月14日(月)	9時から11時30分 13時30分から15時	令和4年1月17日(月)
	令和4年1月25日(火)	令和4年2月15日(火)		
	令和4年1月26日(水)	令和4年2月16日(水)		
	令和4年1月27日(木)	令和4年2月17日(木)		
	令和4年1月28日(金)	令和4年2月18日(金)	9時から11時30分	
	令和4年1月29日(土)	令和4年2月19日(土)		
町立厚岸病院	令和4年2月1日(火)	令和4年2月22日(火)	15時から	令和4年1月28日(金)
	令和4年2月3日(木)	令和4年2月24日(木)		令和4年2月1日(火)

▼別表

区 分	想定される状況
外国人	厚岸町から接種券が送付されたが、言語の壁等で、接種できていない(技能実習生等含む)
船員	長期連続乗船等、船員特有の勤務形態により、接種の機会が得られていない
ホームレス・ネットカフェ 難民・引きこもりの人等	住所不定であったり、厚岸町から離れて暮らしているため接種の周知が行き届かない等の理由により、接種の機会がない
DV被害者	他の市町村から厚岸町へ避難しており、接種の機会がない(厚岸町に住所がない)
児童養護施設等入所者 (精神・透析患者等を含む)	住民票所在市町村から離れ、他市町村の施設に保護・委託されており、接種できていない
大学生等学生	住民票の移転をしておらず、大学拠点接種でも接種できていない
季節労働者等	住民票の移転をせず、出稼ぎ等で町内に滞在しているなどの理由により、接種の機会がない
厚岸町に住所があるが 勤務地が町外の人	勤務先は市町村の優先接種対象職種だが、優先接種に居住要件があるため、接種機会が得られていない(勤務地での接種ができていない)

※いずれも、厚岸町に住所がない人であっても、居住実態が厚岸町にある人や町内で勤務されている人は、厚岸町で接種ができますので、お問い合わせください

※町内に短期滞在されている人の場合は、滞在期間中に接種日がない場合もありますのでご了承ください

予約先・問い合わせ 新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎0153-53-3340

31
15014



擁護課 ☎ 0154-1

● 日時／12月6日(月)13時から15時

● 場所／役場庁舎1階中会議室

● 問い合わせ／釧路地方法務局人権

擁護課 ☎ 0154-1

相談してください。

家庭内の問題などで困っている人は

相談してください。

の日程で特設人権相談を行います。

本町の人権擁護委員は、森脇智亮さ

ん、中田由美子さん、高橋美佐子さ

ん、中井勝之さんです。嫌がらせ、

が人権擁護委員です。

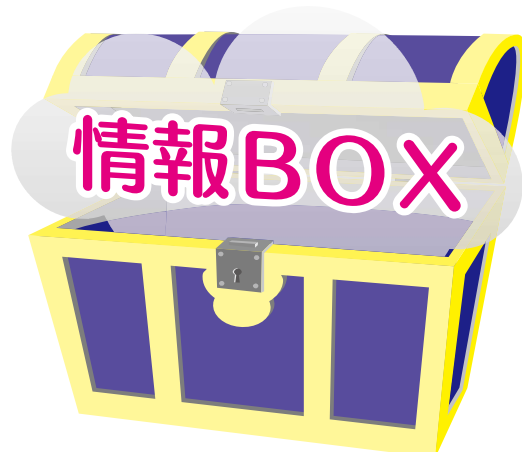
で最も大切な権利です。これを守る

一人です。悩まずに私たちに

相談してください。

問い合わせ
総務係

相談



暮らし

節電で環境に優しい
生活をしませんか

問い合わせ
環境衛生係

電気の使い方を意識することで家
計にも優しく無理のない節電を続け
ることが出来ます。

▽照明器具／白熱電球をLED電球
に交換する

▽テレビ／省エネモードに設定する。
画面の輝度を最適(最大↓中間)にす
る

▽冷蔵庫／食品などはいっぱいに詰
め込まず、半分程度にする

▽掃除機／部屋を片付けてからかけ
ることで使用時間を短縮する

また、電気ポット、炊飯器、パソ
コンを長時間使わないときはプラグ
を抜きましょう。

マイナンバーカードの
出張申請について

問い合わせ
窓口サービス係

令和4年1月より、申請者がおお
むね5人以上いる企業や自治会など
の団体を対象にマイナンバーカード
の出張申請サポートを行います。

企業や団体などに職員が出向き、
写真撮影(無料)を行い、オンライン
での申請手続きをお手伝いします。
申請にかかる時間は、一人10分程度
です。

発行されたマイナンバーカードは、
後日、申請者の自宅に郵送します。

ごみの分別にご協力ください

● 問い合わせ／廃棄物対策係

10月1日にごみの分別方法が変更となってから2カ月が経過しました。
10月はイエローカードを542枚、レッドカードを972枚使用しています。
新しいごみ分別表を再度確認いただき、ごみの分別にご協力をお願いします。



イエローカード・レッドカードを使用した主な理由と正しいごみの分別方法

- アルミホイルやラップが『プラスチック(プラマークの付いているもの)』で出されています

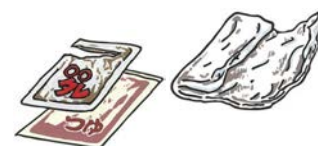
10月から分別区分が変更となり、『燃やせるごみ』となりましたのでご注意ください

- ペットボトルやびんのキャップが外されていません

キャップは必ず外して、素材別に分別してください。プラスチック製のもの
は『プラスチック(プラマークの付いているもの)』、金属製のものは『金属
製品』となります

- 『プラスチック(プラマークの付いているもの)』の中に、汚れたプラスチックごみが混入しています

プラスチックごみは、水洗いするなどして汚れを落としてから捨ててくだ
さい。どうしても汚れが落ちにくいものは、『燃やせるごみ』として出して
ください



永年の功績が 認められました

北海道社会貢献賞



金橋 康裕さん(68)
光栄

青少年健全育成成功労者

■永年、厚岸町地域子ども会育成連絡協議会の役員、北海道青少年育成運動指導員として青少年の健全育成と環境づくりの推進に貢献した。

北海道社会貢献賞



中野 政明さん(60)
山の手

水産業関係功労者

■永年、日本水難救済会厚岸救難所員として海難事故の救助活動や海難防止思想の普及・啓蒙に貢献した。

北海道社会貢献賞



杉田 敦さん(55)
筑紫恋

水産業関係功労者

■永年、日本水難救済会厚岸救難所員として海難事故の救助活動や海難防止思想の普及・啓蒙に貢献した。

保健

利用には、事前の申し込みが必要となりますので、出張申請を希望する14日前までに、町民課窓口サービス係へお申し込みください。

●申し込み／窓口サービス係

コロナ対策には 冬場も換気が重要です

問い合わせ
健康推進係
53-3333

季節を問わず、新型コロナウイルス感染症対策には、こまめな換気が重要です。

しかし、冬を迎え、寒さと換気の折り合いがつかないことも多いのではないのでしょうか。気温が下がりますぎないよう、上手に換気を行いましょう。



●窓開け換気による室温変化を抑えるポイント

- ① 一方の窓を少しだけ開けて常時換気をする方が、室温変化を抑えられます。窓を開ける幅は、室内の温度をみながら調節してください
- ② 人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の新

鮮な空気を人のいる部屋に取り入れること(二段階換気)も有効です

- ③ 開けている窓の近くに暖房器具を設置すると、室温低下を防ぐことができます。燃えやすい物から距離をあけるなど、火災の予防には注意してください

ワクチン接種後も感染防止 行動を継続しましょう

問い合わせ
健康推進係
53-3333

新型コロナウイルスワクチン接種が進んでいますが、ワクチン2回接種後の感染(いわゆる「ブレイクスルー感染」)が確認されています。感染事例を参考に、ワクチン接種後も引き続き基本的な感染防止行動を実践しましょう。

●ブレイクスルー感染事例

- ▽ワクチン接種したので安心し、友人6人とマスク無しで長時間会話してしまっ



- ▽発熱はあったが、ワクチン接種後なので大丈夫だと思い、勤務を続けてしまった

- ▽ワクチン接種した仲間との旅行中、マスクなしで長時間の会話や食事を行った

水道

水道管の凍結に 注意しましょう

問い合わせ
業務係

年末・年始や冬休みなど、家を空けるときは、水抜きをして元栓を落とすなど、凍結による故障に注意しましょう。

また、屋外の蛇口や水道管についても、冷え込みによる凍結や破裂の恐れがありますので、元栓を落とすなどの凍結対策を心掛けましょう。水道管が凍結して水が出ないときは、厚岸町の指定給水装置工事業者へ修理を依頼してください。



受益者負担金の納め 忘れはありませんか

問い合わせ
業務係

下水道の利用が可能な地区に土地などを所有している人は、公共下水道受益者負担金を5年間に分けて納めてもらっています。

この負担金は下水道の建設費に充てられます。

12月27日(月)は第3期の納期限です。納め忘れがないか納付書を確認の上、期限までに納めましょう。

また、口座振替もできますのでご利用ください。



国民年金

こんなときは 届け出が必要です

国民年金は、国籍に関係なく日本に住む20歳以上60歳未満の(厚生年金等加入者を除く)すべての人が加入しなければならない制度です。

被保険者種別が変わった場合や、退職した場合は届け出が必要です。

また、20歳到達後、2週間ほど経過しても『国民年金加入のお知らせ』が届かない場合にも加入手続きが必要です。

届け出されなかった場合、年金額が少なくなることや、受け取れない場合がありますので、必ず届け出をしましょう。

【届け出に必要なもの】

- ・基礎年金番号もしくは個人番号のわかるもの

●問い合わせ／保険医療係

釧路年金事務所 ☎ 0154-22-5810

税

家屋の新増築や解体をした人は連絡・届出を

問い合わせ
資産税係

令和3年1月2日以降に新築、増築した家屋は、令和4年度から固定資産税・都市計画税(都市計画区域内のみ)の課税対象となります。

固定資産税を算出するための家屋調査が済んでいない場合は、職員が伺いますのでご連絡ください。

なお、新増築した家屋で登記が完了している場合には、法務局から役場へ通知があります。登記をしていない場合には新増築したことを把握することが困難なため、必ず連絡を

お願いします。

また、所有している家屋を解体した場合は、『家屋解体・滅失申告書』を12月中に資産税係へ提出してください。提出された家屋は、令和4年度以降の固定資産税等が課税されません。

家屋を解体した場合でも、滅失登記申請を行っている場合は申告書を提出する必要はありません。

固定資産税等は賦課期日(1月1日)に土地・家屋・償却資産を所有している人が町に納める税金です。そのため、1月2日以降に家屋を解体した場合は、令和4年度の固定資産税等が課税されます。

資金

無利子で設備資金の融資が受けられます

問い合わせ
商工雇用係

厚岸町小規模商工業者設備近代化資金の2月貸付分の申請を受け付けています。

●支援内容/利子全額、保証料の2分の1を補助

●締め切り/1月7日(金)

●申請場所/厚岸町商工会

●資金使途/設備資金(土地を除く)

●借入限度額/1千万円

●返済期間/7年以内(借入金額により異なります)

●借入要件/

①町内に独立した事業所または店舗を有し、同一事業を引き続き1年以

献血のご協力をお願いします

移動献血車ひまわり号が

次の日程で町内を巡回しますので、
献血のご協力をお願いします。



12月20日(月)

厚岸町役場前	10時から11時30分
厚岸警察署前	13時から14時30分
株式会社ナリテツ前	15時から16時30分

12月21日(火)

厚岸消防署前	10時から11時30分
保健福祉総合センター前	13時から15時
厚岸味覚ターミナル・コンキリエ前	15時30分から16時30分

●問い合わせ／地域支援係 ☎ 53-3333

福祉

障害者手帳アプリで有料道路の割引証明ができます

問い合わせ
障がい福祉係
53-3333

障がいのある人が有料道路の割引適用を受けるには、あらかじめ受付・登録を受けた障害者手帳の必要事項が記載された箇所を料金所係員に提

上営んで常時使用する従業員が、商業およびサービス業にあっては5人以下、製造業その他にあっては20人以下の事業者(その他、経営内容が同様の実態にあると町長が認めた事業者)
②北海道信用保証協会が定める保証対象業種であること
③町税などの滞納がないこと

今月の税の納期

12月27日(月)までに 必ず納めましょう

夜間納税窓口は、電話による予約制としており、納税相談等を希望する人で日中に来庁できない人は、事前に電話で日時を指定のうえ、役場税務課へ来庁をお願いします。

町税などの納付は、コンビニエンスストアでもできますので、ご利用ください。

納税には便利な口座振替をお勧めします。



- 町道民税・固定資産税・都市計画税 【第7期】
- 国民健康保険税 (普通徴収) 【第6期】
- 後期高齢者医療保険料 (普通徴収) 【第6期】
- 介護保険料(普通徴収) 【第6期】
- 問い合わせ／収納係

示する必要があります。(ETC無線通行利用対象者は除く)

このたび、株式会社ミライロが提供する障害者手帳アプリ『ミライロID』をスマートフォン等にダウンロードし、手帳情報と有料道路の割引適用に必要な情報を登録しておくことで、スマートフォン等の画面を提示して障害者手帳の提示に代えることができるようになりました。

ただし、『ミライロID』を有料道路の証明に使う場合、マイナンバーカードを用いたマイナポータルとの連携が必要です。(すでに身体障害者手帳は連携可能ですが、療育手帳連携は令和4年6月整備見込み)

なお、マイナポータル連携がなくとも障害者手帳アプリで証明できる場所やサービスが拡大しています。詳しくはアプリのホームページをご確認ください。

- ミライロID利用の流れ
- ①アプリを起動・登録(登録確認に3営業日必要です)
 - ②手帳情報を表示
 - ③窓口で画面を提示
 - 有料道路割引対象
 - ①本人が運転する場合／全ての身体障害者手帳所持者
 - ②介護人が運転する場合／重度の身体障害者手帳所持者および重度の療育手帳所持者
 - ※『重度』とは、障害者手帳の旅客鉄道株式会社旅客運賃減額『第1種』と同じ範囲
 - 割引率／5割
 - 割引の受付・登録先／障がい福祉係
 - ミライロIDに関する問い合わせ
/ <https://help.mirairo-id.jp/hc/ja/requests/new>



QRコード

木エセンター

**クリスマスツリーを
木で作りませんか**

問い合わせ
木エセンター
52-3451
林政係

木エセンターでは、12月を『クリスマス小物工作月間』とし、木製の『ミニクリスマスツリー』が作れます。作り方は指導員が教えますので、この機会に木工を体験して、クリスマスに『木』のもつ特有の温かさを取り入れてみませんか。

●期間／12月1日(水)から25日(土)(月曜日および祝日の翌日を除く)

●場所／木エセンター

●時間／9時30分から15時30分

●材料費／1作品分まで無料(使用料は自己負担となります)

●申し込み／希望日を決めて、希望日の3日前までに木エセンターに林政係に申し込んでください



厚岸産レタス・こねぎを町内で販売しています



レティちゃん

町内販売店

- ☆厚岸味覚ターミナル コンキリエ 様
- ☆厚岸漁業協同組合直売所 様
- ☆セブンイレブン白浜店 様
- ☆ナリテツ事務所(白浜)
- ☆野呂田商店 様(宮園)
- ☆黒田商店 様(松葉)
- ☆酒井商店 様(松葉)



レタオくん

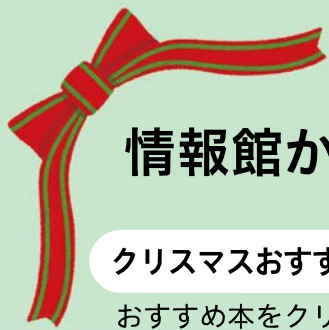
☆お知らせ☆

ナリテツ事務所特典のスタンプカード押印は、終了しました。貯まったスタンプカードの使用については、無期限です。2021年4月1日より あやめスタンプ発行中!!



株式会社
スターファーム

厚岸町白浜4丁目30番地 ☎0153-52-2150



情報館からのお知らせ

●申し込み・問い合わせ／
厚岸情報館 ☎52-2246



クリスマスおすすめ本セット貸し出します

おすすめ本をクリスマスの包装紙でラッピングして、貸し出します。

『小学校低学年向け』『感動する本』など、学年や年齢、テーマごとにセットにします。大人向けのセットもあります。

どんな本が入っているかはお楽しみ！包装紙と中に入っている手作りのしおりをプレゼントします。



- 場所／情報館本館・分館
- 期間／12月2日(木)から25日(土)まで
- ※1日1人1セットまで

長谷川義史絵本原画展

- 期間／12月3日(金)から19日(日)
- 時間／10時から18時(木・金曜日は21時まで)
- 場所／情報館2階会議室
- 内容／絵本『いいからいいから』の原画を展示します
- 入場料／無料

2022カレンダー無償配布会

- 期間／1月8日(土)から16日(日)(1月11日(火)は休館日)
- 時間／10時から18時(木・金曜日は21時まで)
- 内容／各家庭、企業からいただいたカレンダーを配布します。収集は1月7日(金)まで情報館にて受け付けます
- 場所／情報館2階会議室

パソコン講座を開催します

- 場所／情報館コンピュータ実習室
- 講師／T・Mパソコン教室 今井敏明代表
- 定員／各4人
- 申し込み／情報館



【中学生パソコン講座】

- ▽内容／ワード2013を使い、簡単な文章を見やすく楽しいレイアウトができるように、文字の大きさや字体の変更、図や写真の挿入などを学習します
- ▽日時／1月12日(水)から15日(土)は10時10分から12時40分まで、1月16日(日)は10時10分から12時10分まで(全5回)

▽対象／町内の中学生

▽受講料／無料(別途テキスト代1,320円がかかります)

▽締め切り／1月7日(金)

【高校生パソコン講座】

▽内容／エクセルスキルアップコースです

▽日時／1月12日(水)から15日(土)13時30分から16時30分(全4回)

▽対象／町内の高校生

▽受講料／無料(別途テキスト代1,870円がかかります)

▽締め切り／1月7日(金)

【エクセル初級コース】

▽内容／表やグラフの作成、簡単な関数の学習をします

▽日時／1月20日(木)から3月10日(木)までの毎週木曜日18時30分から20時30分(全8回)

▽受講料／4,000円(別途テキスト代1,320円がかかります)

▽締め切り／1月14日(金)(応募多数の場合は町内在住者を優先して抽選)

★ ★ コンキリエの忘・新年会2021! ★ ★

レストラン エスカル／炭焼炙屋／オイスターバー ルピトレスク

日程・人数・ご予算に応じて承ります

詳しくは、厚岸味覚ターミナル・コンキリエ ☎52-4139(ヨイミカク)まで

【年末年始営業時間のお知らせ】

今月12月27日(月)をもって、年内営業を終了させていただきます。
令和4年1月3日(月)10時より営業開始となります。



厚岸味覚ターミナル **コンキリエ**
厚岸郡厚岸町住の江2丁目2番地
電話 0153-52-4139
<https://www.conchiglie.net>

広報クイズ



問題ごとに正しい答えを選び、はがきに書いて送ってください。(町内の人に限りです)
正解者から抽選で今月は5人にコンキリエ利用券を差し上げます。

①4つの運動を紹介しているのは『おうちでできる!介護予防〇〇』(ヒントは4・5桁)
ア=ストレッチ イ=体操 ウ=ウォーキング

②12月10日と11日に海事記念館で開催するのは〇〇〇〇映像上映会(ヒントは13桁)
ア=オーロラ イ=流れ星 ウ=月食

③12月31日締め切りのフォトコンテストは『厚岸〇〇〇〇フォトコンテスト2021』(ヒントは26桁)
ア=インスタ イ=ツイッター ウ=フェイスブック

応募方法/はがきに答え、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて送ってください。

あて先/〒088-1192

厚岸町真栄3丁目1番地

厚岸町役場『広報クイズ』係

締め切り/12月15日(水)(当日消印有効)

※先月は51人から応募があり、次の人が当選しました。/大庭政紀/加藤好子/川井さゆり/滝谷チカ子/戸澤まつ子(敬称略)

寄せられたはがきの個人情報は応募目的以外には使用せず、厳重に保管します。

■先月号のクイズの答え

- ①=イ(11月8日) ②=ア(ギター)
③=ア(6人)

相談
アイヌの方々からの
ご相談をお受けします
公益財団法人人権教育啓発推進センターでは、アイヌの人の悩みをお受

相談

役場以外からの お知らせ



けるフリーダイヤルを開設しています。嫌がらせ、差別、プライバシー侵害などのご相談もお受けします。相談は無料で、匿名での相談も可能です。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。
●相談受付時間/9時から17時まで(土日・祝日を除く)
●相談専用フリーダイヤル/☎0120-771-208

環境

低濃度PCB含有電気機器 把握支援補助金について

北海道では、低濃度PCB廃棄物

等の実態把握および処理期限内の确实で適正な処理完了を目的とし、電気機器のPCB分析費用の補助事業を実施しています。
補助対象電気機器は、平成5年以前に製造された変圧器、平成6年以降に製造されたもので絶縁油の入れ換えが行われている変圧器、平成2年以前に製造されたコンデンサー等となります。
補助を受けるには、いくつかの条件がありますのでお問い合わせください。
●申請期間/令和4年2月25日まで(当日消印有効)
●ホームページ/http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/jss/top_page/pcb.htm

スポーツ

厚岸オストラFC 体験会に参加しませんか

厚岸オストラFCでは毎月第1週と第3週の火曜日に体験会を開催しています。

サッカーの動きだけではなく、走る・投げるなどさまざまな動きをして、遊び感覚でサッカーに慣れ親しんでもらう体験会です。

申し込みは不要ですので、お気軽に参加してください。

●日時/12月7日(火)・21日(火)、17時30分から18時30分

●場所/厚岸町勤労者体育センター

●対象/幼稚園・保育所年長児、小学校1年生

●持ち物/室内用運動靴、飲料水、タオル

●参加費/800円(スポーツ保険加入希望者のみ)

●問い合わせ/厚岸オストラFC ☎090-9752-199

70(父母会長 横井)



福祉灯油等

購入助成の申請を
受け付けます

●問い合わせ／
地域支援係 ☎ 53-3333

町では、高齢者世帯や障がい者世帯、ひとり親世帯に、冬期間の暖房用経費の一部として、灯油60ℓ相当額を助成します。

申請期間は
12月1日から
1月31日までです！



●助成を受けられる世帯

令和3年12月1日現在、厚岸町に住民登録があり、
令和3年度の町民税が非課税で、次のいずれかの条件に該当する世帯

- ▷ 令和3年12月1日現在、70歳以上のひとり暮らしの高齢者世帯
- ▷ 令和3年12月1日現在、65歳以上の人で構成される世帯で、その中に70歳以上の方が1人以上いる世帯(令和4年3月31日現在、18歳以下の児童のみを扶養している世帯を含む)
- ▷ 療育手帳を持つ人が同居している世帯
- ▷ 身体障害者手帳1級または2級の手帳を持つ人が同居している世帯
- ▷ 精神障害者保健福祉手帳を持つ人が同居している世帯
- ▷ 令和4年3月31日現在、18歳以下の児童とその父または母のいずれかによって構成されている世帯

※ ただし、福祉施設入所世帯および生活保護法による保護受給世帯は対象になりません

●助成額

令和3年12月1日または令和4年1月1日現在におけるいずれか高額の灯油単価に一世帯当たり60ℓを乗じて得た額(10円未満の端数を切り捨てた額)

●申請期間

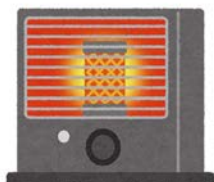
令和3年12月1日(水)から
令和4年1月31日(月)まで

●申請場所

- ▷ 保健福祉総合センターあみか21
- ▷ 役場窓口サービス係
- ▷ 湖南地区出張所
- ▷ 上尾幌駐在所
- ▷ 地区の民生委員宅
- ▷ 移動窓口(右記のとおり)

●持参するもの

印鑑、預金通帳



移動窓口日程

12月14日(火)

地 区	時 間	場 所
糸魚沢	9:30~10:00	糸魚沢地区集会所
若松	10:30~11:00	若松地区集会所

12月15日(水)

地 区	時 間	場 所
末広	9:30~10:00	末広公民館分館
床潭	10:30~11:00	床潭地区漁村センター
宮園鉄北	13:00~14:00	宮園鉄北地区集会所

12月16日(木)

地 区	時 間	場 所
門静	9:30~10:30	門静地区集会所
尾幌	11:00~11:30	尾幌酪農ふれあい館

12月17日(金)

地 区	時 間	場 所
太田	9:30~10:30	太田活性化施設(らくとぴあ)
片無去	11:00~11:30	片無去地区集会所

後期高齢者医療制度のお知らせ

～医療費通知～

対象期間に医療機関などを受診した全ての被保険者の皆さんへ、医療費総額などについてお知らせする医療費通知を送付します。

■医療費通知を活用しましょう

- 医療費の推移が一目で分かるため、ご自身の健康状態の把握や健康管理に活用できます
- 健康診査など、皆さんの健康増進に役立つ情報をお知らせします
- 診療日数などに間違いがないか確認しましょう

【イメージ図】

被保険者番号 01234567

対象期間 令和3年1月分～令和3年9月分

受診年月	診療を受けた 医療機関名称等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療養・生活療養費		
						回数	費用額	標準負担額
令和3年1月	〇〇病院	医科外来	1	18,000	1,800	0	0	0
令和3年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000	0	0	0
令和3年3月	△△病院	医科入院	5	202,000	20,200	15	11,490	5,400
合計				230,000	23,000		11,490	5,400

■医療費控除の申告について

- このお知らせは、医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することができます
- 医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください

- ▼医療機関などの請求遅れや請求内容を審査中のものなど、一部の受診記録が記載されていない場合があります
- ▼自己負担額は、市町村などから医療費助成を受けているなど、記載されている金額と窓口で支払った金額が異なる場合があります
- ▼このお知らせは、皆さんの受診状況についてお知らせするものであり、請求書ではありません。また、特に手続きなどをする必要はありません

■医療費通知発送月・対象診療月

発送月	診療月
令和4年1月(上旬)	令和3年1月から9月
令和4年2月(下旬)	令和3年10月から12月

【問い合わせ】

- 北海道後期高齢者医療広域連合
☎011-290-5601
- 役場町民課保険医療係
☎52-3131

年末年始は次の期間休みます

町の皆さんの日常生活に関係の深い窓口や公共施設などの
年末年始の業務についてご案内します。

詳しい内容はそれぞれの業務先や担当係に
直接問い合わせてください。

●問い合わせ先Ⅱ問



●窓口業務

役場庁舎・湖南地区出張所・上尾
幌駐在所は、12月31日(金)から1月5
日(水)まで休みます。電話予約による
住民票などの交付は行いませんので、
必要な人は12月30日(木)までに済ませ
るようしてください。

死亡届などの戸籍届け・埋火葬関
係は日直者がいつでも受け付けます。
夜間は警備員が対応するため埋火
葬関係は電話予約のみとなります。

問役場庁舎 ☎52-3131

●町立厚岸病院

外来診療は、12月31日(金)から1月
5日(水)まで休みます。

なお、急病やけがの人はいつでも
診療します。問町立厚岸病院 ☎52-
3145

●デマンドバス

デマンドバスは、12月31日(金)から
1月5日(水)まで休みます。問自治振
興係

●ごみの収集

ごみ収集は、12月31日(金)から1月
5日(水)まで休みます。また、ごみ処
理場への持ち込みも12月31日(金)から
1月5日(水)まで受け入れません。

なお、休み明けの収集は時間がか
かり遅れることがあります。ご了承承
ください。問廃棄物対策係

●し尿のくみ取り

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
みます。問廃棄物対策係

●斎場

12月31日(金)から1月3日(月)まで休
みます。問環境衛生係

●保健福祉総合センター

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
みます。問 ☎53-3333

●社会福祉センター

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
みます。問 ☎52-7752

●生活改善センター

12月31日(金)から1月5日(水)まで休

1	土	元日
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	

2022年1月

館です。問 ☎52-4151

●漁村センター

漁村環境改善総合センター・床潭
地区漁村センターは12月31日(金)から
1月5日(水)まで休館です。問水産係

●保育所児童館・子育て支援センター

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
館です。問しんりゅう保育所 ☎52-
3035、問あつけし保育所 ☎52-
7254、問太田へき地保育所 ☎52-
16245、問友遊児童館 ☎52-3
090、問子夢希児童館 ☎52-02
34、問子育て支援センター ☎53-
4337

●厚岸情報館

12月30日(木)から1月5日(水)まで休
館です。なお社会福祉センター内の
分館も同様に休館です。問 ☎52-2
246

●水鳥観察館

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
館です。問 ☎52-5988

●木工センター

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
館です。問 ☎52-3451

●尾幌酪農ふれあい館

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
館です。問 ☎56-2400

●海事記念館

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
館です。問 ☎52-4040

●体育館

海洋センターと勤労者体育センタ
ーは12月31日(金)から1月5日(水)まで
休館です。問海洋センター ☎52-7
785

●厚岸味覚ターミナル・コンキリエ

12月28日(火)から1月2日(日)まで休
館です。問 ☎52-4139

●門静簡易郵便局

12月31日(金)から1月5日(水)まで休
みます。問 ☎52-127



暮らしのヒント 「予定帳」

12月

- 町内の情報を広報統計係までお寄せください。
- 福セ=社会福祉センター、子セ=子育て支援センター、保セ=保健福祉総合センター
- 来月号の配布日は12月28日(火)を予定しています。

日〈SUN〉	月〈MON〉	火〈TUE〉	水〈WED〉	木〈THU〉	金〈FRI〉	土〈SAT〉
3日の行事 ●すすくひろば 10時30分～11時 保セ ●長谷川義史絵本原 画展 (→19日まで) (詳細は20㌔)	10日の行事 ●名作鑑賞会 18時30分～20時 30分 情報館 ●オーロラ映像上映 会 (詳細は13㌔)	17日の行事 ●あかちゃん相談 ▷ 9時～R3.5月生 まれ ▷10時～R3.8月生 まれ 保セ ●プラネタリウム夜 間投影 (詳細は13㌔)	1 ●クリスマス小物工 作月間 (→25日まで) (詳細は19㌔)	2 ●クリスマスおすす め本セット貸し出 し (→25日まで) (詳細は20㌔)	3 ●整形外科診療 9時～12時 ●脳神経外科診療 (予約制) 14時～16時 町立病院 【3日のその他の行 事は左欄に掲載】	4 ●子ども映画会 13時30分～14時 情報館
5 	6 ●特設人権相談 (詳細は16㌔)	※各行事について、新型コロナウイルス 感染症の拡大状況によっては、延期・ 中止となる場合もありますので、ご了 承ください。			10 ●整形外科診療 9時～12時 ●脳神経外科診療 (予約制) 14時～16時 町立病院 【10日のその他の行 事は上欄に掲載】	11 ●土曜おはなし会 10時30分～11時 ●名作鑑賞会 13時30分～15時 30分 情報館 ●オーロラ映像上映 会 (詳細は13㌔)
12	13 	14 ●福祉灯油等移動窓 口 (→17日まで) (詳細は22㌔) ●夜間予防接種 17時30分～19時 30分 町立病院	15 ●夜間予防接種 17時30分～19時 30分 町立病院	16	17 ●整形外科診療 9時～12時 ●脳神経外科診療 (予約制) 14時～16時 町立病院 【17日のその他の行 事は上欄に掲載】	18 ●子ども映画会 13時30分～15時 情報館
19	20 ●移動献血車巡回 (→21日まで) (詳細は18㌔)	21 ●運転免許更新時講 習 ▷13時～優良 ▷14時～一般 ▷15時30分～ 違反者 福セ ●障がい者専門相談 10時～17時 保セ	22 ●遊びのひろば『クリ スマスパーティー』 10時30分～ 子セ	23 	24 ●整形外科診療 9時～12時 ●脳神経外科診療 (予約制) 14時～16時 町立病院	25 ●土曜おはなし会 10時30分～11時 情報館
26 	27	28 ●プラネタリウム夜 間投影 (詳細は13㌔) ●町内小中学校冬休 み (→1月17日まで)	29	30 ●脳神経外科診療 (予約制) 10時～11時 町立病院 ●役場仕事納め	31 	

1月の予定

- ・5日(水) 成人式 13時～ 真龍小学校体育館
- ・6日(木) 役場仕事始め
- ・7日(金) 整形外科診療 9時～12時 脳神経外科診療(予約制) 14時～16時 町立病院
- ・11日(火) 夜間予防接種 17時30分～19時30分 町立病院
- ・12日(水) 夜間予防接種 17時30分～19時30分 町立病院

- ・14日(金) 整形外科診療 9時～12時 脳神経外科診療(予約制) 14時～16時 町立病院
- ・20日(木) 3歳児健診 12時～ 保セ
- ・21日(金) 整形外科診療 9時～12時 脳神経外科診療(予約制) 14時～16時 町立病院

- ・28日(金) 整形外科診療 9時～12時 脳神経外科診療(予約制) 14時～16時 町立病院
- あかちゃん相談 9時～ R3.6月生まれ 10時～ R3.9月生まれ 保セ

(注) 変更になる場合もあります

編集後記

▼立冬を過ぎ、小雪を迎え、暦の上ではもう冬というのもあって、朝夕の冷え込みを感じようになりました。車のフロントガラスに霜が降りているのを見ると、冬の到来を実感します。▼『あっけしまちなかさんば』の取材で久方ぶりにカメラを構えました。構図を考えながらの撮影は難しく、納得のいく出来になるにはまだまだ時間がかかりそうです。(岸本)

▼今月号の特集では、介護予防のことを紹介しています。今年の7月号のクローズアップで紹介させていただいた縁もあり、デイケアセンターさくらの瀬下さんに、家でできる介護予防体操を考えていただきました。閉じこもりがちなこの季節にぴったりの体操です。ぜひ、チャレンジしてみてください。(濱)

▼むらやまあさ市では、友好都市村山市の味覚が勢ぞろい。私が好きなのは漬物の『青菜漬け』。新米のごはんと一緒に食べると箸が止まらなくなります。▼先日、町外の方から広報11月号を読んで、昔住んでいた厚岸のことを思い出したと連絡をもらい、とてもうれしい気持ちになりました。(芳賀)

ひとのうごき

●人口／ 8,857人 (－17)
男／ 4,196人 (－3)
女／ 4,661人 (－14)

●世帯／4,271世帯 (－9)

●出生／ 2人 ●転入／15人

●死亡／13人 ●転出／23人

10月31日現在()内は前月比

■発行／厚岸町

■編集／総務課広報統計係

〒088-1192

北海道厚岸町真栄3丁目1番地

TEL 0153-52-3131

FAX 0153-52-3138

URL <https://www.akkeshi-town.jp>

E-mail soumu@akkeshi-town.jp

法人番号 5000020016624



人とつながりを大切にしていきたい

阿部 勝治さん (79歳)

今まで大きな病気もなく、薬の服用もしていないという阿部さん。健康の秘訣を聞くと、「栄養に気をつけ、食事は魚と野菜中心で、腹八分を心がけている。今まで関わってきた人たちのつながりを大切にしながら、これからも元気に過ごしたい」と笑顔で話してくれました。

Close up

－ クローズアップ －

厚岸町交通安全指導員として街頭啓発などを行い、厚岸町の交通安全に貢献している阿部さん。「厚岸町役場に勤めていたときは、交通安全係をはじめ、さまざまな部署でいろんな経験をした。退職後は配送の仕事や電気設備の安全調査の仕事をしています」と話します。

2年前までは港町地区の民生委員・児童委員を約13年間務めるなど、地域のさまざまな活動に尽力されています。また、書道で準師範の資格を持つ阿部さんは、字を書くことが得意で、親戚などから頼まれた宛名書きも行っており、「いろんな人から頼まれ

厚岸の魅力も、Instagramに投稿しよう！

厚岸インスタ フォトコンテスト 2021

投稿期間は12月31日(金)まで

厚岸町の風景や食、文化など、
厚岸町の魅力をInstagramで発信しよう！
最優秀賞と優秀賞に選ばれた人、
抽選に当たった人には
「厚岸町の特産品詰め合わせ」を
プレゼントします！

詳しくは、厚岸町のホームページをご覧ください
【ホームページ】
<https://www.akkeshi-town.jp/oshirase/2547/>

問い合わせ 厚岸町役場総務課広報統計係
☎0153-52-3131

厚岸町公式Instagram
follow me !!
@akkeshi_no_kurashi