



『国保病院から』

9月外来担当医 (旭)：旭川医大医師
(出)：出張医師

日(曜日)	午前診療		午後診療		他診療
	受付 8:30～10:30		受付 13:30～14:30		
	内科	外科	内科	外科	
1日(月)	中澤	旭川医大医師 中澤	中澤	中澤	外科外来
2日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
3日(水)	中澤	中澤	瀧澤(出)	瀧澤(出)	
4日(木)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	
5日(金)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	瀧澤(出)	
8日(月)	中澤	旭川医大医師 中澤	中澤	中澤	外科外来
9日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
10日(水)	中澤	中澤	小田(出)	小田(出)	
11日(木)	小田(出)	小田(出)	小田(出)	小田(出)	
12日(金)	小田(出)	小田(出)	小田(出)	小田(出)	
16日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
17日(水)	中澤	中澤	出張医	出張医	
18日(木)	出張医	出張医	出張医	出張医	
19日(金)	出張医	出張医	出張医	出張医	
22日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
24日(水)	中澤	中澤	玉置(出)	玉置(出)	
25日(木)	玉置(出)	玉置(出)	玉置(出)	玉置(出)	
26日(金)	玉置(出)	玉置(出)	玉置(出)	玉置(出)	
29日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
30日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	

※状況により担当医師が変更となることがあります。ご了承ください。

出張医日程のお知らせ
□9月1日(月) 旭川医大第一外科
□9月8日(月) 旭川医大第一外科
□問合せ 中頓別町国民健康保険病院(01634-6-1131)

なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

□予定日

8月26日(火)、29日(金)

□値 段

200ml:200円 900ml:500円

□販売店

・道の駅ピンネシリ

・有限会社宮崎商会

・フレッシュフードやすかわ

※数量に限りがあります。販売店への納品は当日15時頃を予定。

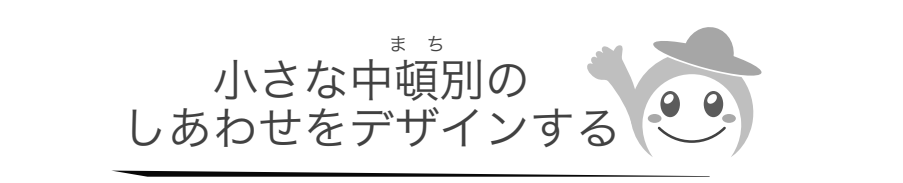
※予定日に出荷できない場合がありますのであらかじめご了承ください。

会計年度任用職員(看護補助員)を募集します
□募集人員 看護補助員：1名
□職務内容 看護部門の看護補助業務
□雇用期間 採用日から令和8年3月31日まで(更新あり)
□勤務形態 週5日(シフト制)、フルタイム
□賃 金 等 月給183,500円～ 賞与年2回(6月、12月)
□応募資格 18歳以上の健康な方
□応募方法 履歴書提出(郵送可)
□問合せ先 〒098-5551 枝幸郡中頓別町字中頓別175番地
中頓別町国民健康保険病院 総務係(01634-6-1131)

『保健福祉課から』
健康相談のお知らせ
保健師と栄養士が皆様の地区に伺って健康相談、栄養相談を行います！健康や食に関するだけでなく、日々疑問に思っていることなどでも気軽にお話してください。
□地 区 小頓別
□日 時 9月16日(火) 13時30分～15時00分
□場 所 小頓別多目的集会施設
□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

生活を豊かにする会 **＜きたさくら北作楽＞**
初めての方も大歓迎！どなたでも参加いただけます。
□日 時 8月28日(木) ※10時00分保健センターに集合
□場 所 保健センター
□内 容 豚バラ大根、みそ汁、ミニトマトのキムチあえ、フルーツ白玉
□持ち物 エプロン、三角巾
※材料費は出席人数で割り、当日徴収します。
□申込み 介護福祉センター(01634-6-1995)

定期予防接種のお知らせ
□日 程 8月28日(木) ・日本脳炎予防接種
9月11日(木) ・日本脳炎予防接種
9月25日(木) ・B型肝炎予防接種、日本脳炎予防接種
□時 間 15時00分～15時15分
□場 所 中頓別町国民健康保険病院
※対象者には個別に案内と問診票を送付
□問合せ 介護福祉センター 保健師(01634-6-1995)



2025年(令和7年)8月25日発行号【No.1】
発行／編集 中頓別町役場政策経営課

体力アップ！たいそう元気会のお知らせ
筋トレやストレッチ、サイジゴム(ゴムでできた運動器具)を使ったゴム体操などを取り入れて、楽しく体操しています。どなたでも参加できます。
□日 程 9月3日(水)、24日(水)、10月1日(水)
□時 間 13時00分～15時00分
□場 所 保健センター ホール
□問合せ 地域包括支援センター(01634-6-2003)

ネウボラ相談
妊娠中や子育て中の不安や疑問、子どもの健康や成長発達、お母さんやお父さん・祖父母の方々の悩みなども含めて、保健師や相談員がお話を伺います。気軽にネウボラまでご相談ください。また、随時訪問も行っています。希望する方はご連絡ください。
□問合せ なかとんネウボラホットライン(090-3117-1945) ※24時間年中無休

誰でもできる簡単エアロビクス
音楽に合わせて運動を行います。どなたでも参加できます。
□日 程 8月29日(金)、9月2日(火)、5日(金)、9日(火)
□時 間 10時00分～11時30分
□場 所 保健センター
□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

『教育委員会から』
文化スポーツ表彰者募集のお知らせ
文化スポーツ表彰者を募集します。該当者がいましたらご推薦願います。
□募集期間 9月19日(金)まで
□対 象 者 次の推薦資格を満たす中頓別町民
1. 文化功労賞・スポーツ功労賞
- 本町の文化・スポーツの振興に著しく貢献した期間が25年以上に及ぶ個人(原則として年齢60歳以上)
- 設立15年以上の文化・スポーツの団体で、本町の文化・スポーツの振興に著しく貢献した団体
- 前項以外の個人及び団体で、文化・スポーツの振興にその功績が顕著なもの
2. 文化奨励賞・スポーツ奨励賞
- 文化・スポーツの催しで、全国的な催しでの優勝・準優勝・国際大会に出場・入選した個人及び団体
3. 文化・スポーツ優良賞の特別表彰
- 文化・スポーツの普及振興に著しく貢献のある個人及び団体、これに準ずる者
□対象期間 令和6年10月～令和7年9月
□申 込 み 教育委員会に用紙がありますので、必要事項を記入の上申し込みください。
□問 合 せ 教育グループ 担当：炭谷(01634-6-1321)

『保健福祉課から』

がん検診・特定健診等のお知らせ

- 日時 9月10日(水)
- 予約時間 ① 7時00分～ 7時30分 ② 8時00分～ 8時30分
③ 9時00分～ 9時30分 ④10時00分～10時30分

【特定健診・健康診査】

- 対象 20歳以上の方
- 料金 20歳～39歳の方 1,000円
40歳～74歳の国保加入者 1,000円
生活保護受給者 無料
75歳以上後期高齢者医療加入者 700円
国保以外の保険で被扶養者 ※
※特定健診受診券が必要です。
保険によって自己負担額が異なります。
その他の方 10,582円
※国保以外の保険に加入している方は、職場または加入している医療保険者にお問い合わせください。

【胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診】

- 対象 胃・肺・大腸がん検診：40歳以上
前立腺がん検診：50歳以上の男性
- 料金 胃がん検診 500円(75歳以上400円)
ピロリ菌検査 2,860円
肺がん検診 500円(65歳以上100円)
喀痰検査 500円(75歳以上200円)
大腸がん検診 500円(75歳以上200円)
前立腺がん検診 2,310円
※生活保護世帯の方は無料。申し込みの際にお申し出ください。
- 内容 胃がん：胃バリウム検査
ピロリ菌検査：抗体検査(血液検査)
※ピロリ菌検査は胃がん検診とセットで受診できます。過去にピロリ菌の除菌を受けたことがある方は対象外となります。
肺がん：胸部X線検査(必要に応じて喀痰検査)
大腸がん：便潜血反応検査2日法
前立腺がん：血液検査

【肝炎検査(B型・C型)】

- 対象 今年度中に下記の年齢になる方で、過去に肝炎検査(B型、C型)を受けたことのない方
- 年齢 40歳から95歳までの5歳刻み
- 料金 上記年齢の方 無料
上記年齢以外の方 500円(75歳以上の方200円)
- 内容 血液検査HBs抗原検査、HCV抗体検査

【エキノコックス症検診】

- 対象 小学3年生以上
- 料金 一般：300円 小学生・中学生：無料
- 申込・問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

伸ばそう健康寿命 誰でもできる健康ヨガレッスン！

- 初めての方や高齢者の方、お子さま連れなどどなたでも気軽にご参加ください！
- 日 時 9月11日(木)19時00分～20時30分
- 場 所 保健センターホール
- 参加費 無料(予約制)
- 講師 中島 麻奈美(まなみん：沖ヨガインストラクター)
- その他 ジャージなど動きやすい服装でお越しください
予約制ですが当日参加もOKです
- 申込み・問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

まなみんの産前・産後ヨガ「秋レッスン」

- 日 時 9月11日(木) 10時00分～11時30分
- 場 所 保健センターホール
- 対 象 妊婦さん・子育て中のお母さん
- 参加料 無料(予約制3日前までにご予約ください)
※託児にファミサポが活用できます。申し込み時にお申し出ください。ヨガマット等必要なものはこちらで準備しております。
- 申込み・問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

町外で特定健診・がん検診の受診を希望する皆様へ

- 今年度より特定健診・がん検診について、以下の機関(町外)でも個別検診費用の一部を助成します。
- 健診機関
- ①旭川厚生病院
(人間ドックとして実施のため下記内容以外は自己負担)
- ②対がん協会旭川がん検診センター
(特定健診とがん検診のセット検診または単独での検診受診いずれも可)
- 検査内容 特定健診・胃がん検診(バリウム検査・胃カメラ検査選択可)・
肺がん検診・大腸がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診
- そ の 他 助成対象・助成金額は加入保険・年齢等によって異なります。
- 特定健診を希望される方は受診券が必要となります。助成を希望される方は受診前に下記までお問い合わせください。
- 問 合 せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

育児サークルひよっこクラブ

- ひよっこクラブは親と子の育児サークルです。明るく楽しい子育て生活を目指して活動しています。プレママの方など、どなたでも参加できますので、ぜひ遊びにいらしてください。
- 日程 9月1日(月) うどん作り打ち合わせ
9月8日(月) うどん作り～みんなで踏み踏みしましょう！～
- 時間 10時00分～11時30分
- 場所 保健センター
- 問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

『住民グループから』

南宗谷衛生施設組合からのお知らせ

生ごみ指定袋に3ℓサイズを追加します

- 近年、単身や高齢者世帯が増え、一番小さな5ℓの生ごみ指定袋でも満杯にならないという要望を受け、9月1日から「3ℓサイズの生ごみ指定袋」を新たに導入します。
- 取扱時期 9月1日より順次生ごみ指定袋取扱店の店頭に並びます。
- 価 格 10枚1組 120円
- 生ごみは大切な資源です
分別収集された生ごみは、南宗谷クリーンセンターでし尿処理などから発生する汚泥とともに、メタン発酵処理を行っています。この処理で発生するメタンガスは、発電などに再利用し、残った汚泥は堆肥化して、皆さまに還元しています。生ごみを分別することで、ごみの減量だけでなく、貴重な資源として再利用することができます。引き続き、生ごみの分別にご協力をお願いします。
- 生ごみ指定袋ご使用上の注意
生ごみ指定袋は、堆肥化を目的とした生分解性プラスチック製です。そのため以下の点にご注意ください。
- ・水分に弱く、破れやすい性質があります。生ごみは十分に水切りをしてから収集日当日に指定袋に入れてください。
 - ・製造から2年以上経過すると劣化する恐れがありますので、まとめ買いの際はご注意ください。
- 問合せ 南宗谷衛生施設組合 担当：船木・上野(01634-2-2415)
住民グループ 担当：石川(01634-8-7660)

頓別川で釣り・魚とり体験&観察会

～頓別川に住んでいる魚の観察しませんか？～

- 頓別川水系でとれる魚の観察会を開催し、どんな魚がいるか観察して中頓別の自然を再体験していただきたいと考えております。夏の思い出作りと自然観察に、ぜひご参加ください。
- 日 時 8月31日(日) 9時00分～12時00分
- 場 所 そうや自然学校周辺
- 内 容 釣りや魚とりの体験を通して、自然と触れ合う
- 定 員 15名程度
- その他 増水・雨天の場合は、内容を変更する可能性があります。
事前に申し込みが必要です。下記までご連絡ください。
- 問合せ 住民グループ(01634-8-7660)

『政策経営課から』

7つのアクション「サバイバルの達人」

ヤマメ釣りの体験希望者を募集します

- 期 間 7月下旬～10月までの土・日曜日 8時役場駐車場に集合、正午ごろまで
- 場 所 ペーチャン川流域
- そ の 他 希望日の前週金曜日までにご連絡ください。ただし“達人”の都合により実施できない場合があります。釣り道具は各自で用意ください。
- ・推奨は釣竿の長さ3.6m、針6号、釣り糸0.6号、エサは釣り餌用イクラ
 - ・川の中を移動するので、胴付き長靴(ウェーダー)着用がオススメ
 - ・雨天でも川水が濁らなければ実施
 - ・釣果により長期保存方法とする「焼干し」を実施
- 問合せ先 政策経営課 野田、虎井(01634-8-7671)

『認定こども園子育て支援センターから』

すやすや、わくわく 合同広場のお知らせ

- 日 時 9月3日(水) 10時00分～11時30分
- 内 容 絵具遊び
- 場 所 ばすてるホール
- 対 象 就園前のお子さんと保護者
- 持ち物 汚れても良い服装、着替え、タオル、水分補給の飲み物
- 問合せ 認定こども園(01634-6-2727)

0、1歳と妊婦さん広場のお知らせ

- 日 時 9月18日(木) 10時00分～11時30分
- 内 容 絵本の読み聞かせ、園児と交流
- 場 所 ばすてるのお部屋
- 対 象 就園前のお子さんと保護者、妊婦さん
- 問合せ 認定こども園(01634-6-2727)

子育てスキルアップ講座

- 日 時 9月9日(火) 10時00分～11時30分
- 内 容 里芋と蜂蜜さんから学ぶ料理で整える心と体
- 講 師 中野規氏、中野春香氏
- 場 所 認定こども園 地域交流スペース
- 対 象 未就園児の保護者、園児の保護者
- 持ち物 参加費300円
- 託 児 ばすてるのお部屋(持ち物：おむつ、着替え、飲み物)
- 問合せ 認定こども園 子育て支援センター担当：大島(01634-6-2727)

『認定こども園から』

人形劇「えりっこ」

- こども園に人形劇「えりっこ」が来ます。どなたでも観覧できますのでぜひお越しください。
- 日時 8月26日(火) 15時15分開場
15時30分開演
 - 場所 認定こども園ホール
 - 問合せ 認定こども園(01634-6-2727)

『長寿園から』

中頓別町職員を募集します

- 募集人員 ①介護員：1名 ②介護支援専門員：1名
- 職務内容 特別養護老人ホーム長寿園の介護員、介護支援専門員
- 雇用期間 随時採用
- 勤務形態 ①年間勤務時数によるシフト制
②固定時間制
- 応募資格 ①介護福祉士資格
②介護支援専門員資格
共通：昭和50年4月2日以降に生まれたもの、普通自動車免許所有者
- そ の 他 試験方法、応募方法は問合せください。
- 問合せ先 〒098-5551
枝幸郡中頓別町字中頓別160番地
特別養護老人ホーム長寿園
総務グループ(01634-6-1234)

会計年度任用職員を募集します

- 募集人員 ①看護師：1名 ②介護員：1名
- 職務内容 特別養護老人ホーム長寿園の看護師、介護員
- 雇用期間 採用日から令和8年3月31日まで(更新あり)
- 勤務形態 週5日(シフト制)、フルタイム
- 賃 金 等 ①正看護師：月額240,600円～
准看護師：月額207,700円～
②月給183,500円～
共通：賞与年2回(6月、12月)
- 応募資格 ①正看護師又は准看護師免許保有者
共通：普通自動車免許所有者
- 応募方法 履歴書等提出(郵送可)
- 問合せ先 〒098-5551
枝幸郡中頓別町字中頓別160番地
特別養護老人ホーム長寿園
担当：岡崎(01634-6-1234)

北緯45度パワーチャージパレード

- こども園の子どもたちが手作りのお神輿を担いでこども園付近をパレードし、町民の皆様に子どもパワーをプレゼントします。かわいい子どもたちの姿を見に来ませんか。
- 日時 8月29日(金) 9時45分こども園スタート
 - ※雨天の場合は9月2日(火)に延期
 - 問合せ 認定こども園(01634-6-2727)

『産業課から』

令和7年度狩猟免許試験日(後期)のお知らせ

今年度の宗谷管内の狩猟免許試験は下記の日程で実施されます。受験にあたり事前申請が必要です。

□受付期間 後期：9月2日(火)～9月17日(水) ※郵送の場合は受付期間必着

□申請方法 ①電子：申請用アドレス(<https://www.harp.lg.jp>)

②郵送：申請書は野生動物対策課ホームページからダウンロードするか

宗谷総合振興局環境生活課窓口または役場産業課窓口で入手してください。

(<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/skn/syuryo/syuryoumenkyo.html>)

送付先：〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目

北海道環境生活部自然環境局野生動物対策課 野生鳥獣係

※電話での受付はありません。

□狩猟試験 事前申請の後、受験が認められた場合は狩猟免許申請が行えます

□試験日 後期：12月7日(日) 9時00分から

□場所 宗谷総合振興局 宗谷合同庁舎(稚内末広4丁目2-27)

□問合せ 宗谷総合振興局保健環境部環境生活課自然環境係(0162-33-2922)

産業グループ(01634-8-7672)



申請用アドレス



野生動物対策課

ホームページ

中頓別町狩猟免許取得補助制度について

中頓別町では、狩猟免許の取得にかかる経費の一部を助成する制度があります。狩猟免許の取得をお考えの場合は、積極的にご活用ください。

□対象者 町内に住所を有し、狩猟免許を取得後、北海道猟友会南宗谷支部中頓別部会に加入し、町の有害鳥獣捕獲業務に3年以上継続的に従事できる方

□対象経費 ・第1種銃猟狩猟免許取得にかかる経費(予備講習費・申請手数料)等

・猟銃所持許可取得にかかる経費(猟銃等講習会(初心者))等

・購入経費(初めて所持する猟銃(上限20万円))等

□補助内容 上記対象経費の2分の1以内(上限161,400円) ※対象経費の領収書が必要となります。

□問合せ 産業グループ(01634-8-7672)

ワインセミナーを開催します

中頓別町が取り組んでいる醸造用ブドウ栽培事業に対する理解を深めていただくため、ワインセミナーを開催します。シンポジウムではシニアソムリエでもある阿部眞久氏を講師とする講演会のほか、昨年本町で収穫したブドウを使用した試験醸造ワインの試飲会を開催する予定です。

中頓別町産ブドウから生まれるワインの味をいち早く体験できるこの機会にぜひご参加ください。

□日時 9月20日(土) シンポジウム：17時00分～18時00分 試飲会および懇親会：18時00分～20時00分

□場所 町民センター 大ホール

□内容 開催テーマ『中頓別町ワインの未来を語る夕べ』

①シンポジウム(ブドウ栽培事業の経過報告、講演会、質疑応答)

講師：NPO法人ワインクラスター北海道 代表理事 阿部眞久 氏

講演内容：「昨年、初めて中頓別町を訪れて私が感じたワイン産地としての可能性」

②試飲会および懇親会(定員100名)

試飲会では24年中頓別町産試験醸造ワインと海外の類似産地のワイン2種類(シャンブリとイランシーのワイン)を比較試飲する予定です。懇親会では道産ワイン、ノンアルコールワイン、軽食、中頓別町産ブドウのジャムやシロップ等をご用意しております。

□参加費 ①シンポジウム 無料

②試飲会および懇親会 大人4,000円/名、20歳未満2,000円/名、小学生以下1,000円/名

※中頓別町民は大人のみ1,000円割引です。(3,000円/名)

□その他 ・小頓別方面(上頓別、敏音知、松音知)への送迎バスを運行(先着順、定員になり次第締切)

・シンポジウムのみ、試飲会および懇親会へのみの参加も可能

・試飲会および懇親会への参加は事前申込が必要

※アルコールを提供しますので飲酒される方は自動車等の運転はお控えください。

□申込み 9月10日(水)17時00分までに下記問合せへ連絡

□問合せ 産業グループ(01634-8-7672)