

広報



### なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

- 予定日 5月12日(火)、15日(金)、19日(火)、22日(金)、26日(火)、29日(金)
- 値 段 5月1日から金額が変更になりました  
200ml：250円 900ml：600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。

小さな中頓別の  
しあわせをデザインする



### 2026(令和8)年5月11日発行号【No.1】

発行／編集 中頓別町役場政策経営課

『国保病院から』 (旭)：旭川医大医師

### 5月外来担当医

(出)：出張医師

日(曜日)	午前診療 受付 8:30~10:30		午後診療 受付 13:30~14:30		他診療
	11日(月)	中澤	宮城(旭) 中澤	中澤	
12日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
13日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
14日(木)	真山(出)	笹井(旭) 真山(出)	真山(出)	笹井(旭) 真山(出)	整形外科外来 (要予約)
15日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
18日(月)	中澤	宮城(旭) 中澤	中澤	中澤	外科外来
19日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
20日(水)	中澤	中澤	吉本(旭)	吉本(旭)	
21日(木)	吉本(旭)	吉本(旭)	吉本(旭)	吉本(旭)	
22日(金)	吉本(旭)	吉本(旭)	吉本(旭)	吉本(旭)	
25日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
26日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
27日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
28日(木)	真山(出)	高橋(旭) 真山(出)	真山(出)	高橋(旭) 真山(出)	整形外科外来 (要予約)
29日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	

※中澤院長不在 15日(金)、21日(木)、22日(金)

### 出張医日程のお知らせ

- 5月11日(月) 旭川医大第一外科 宮城 久之 医師
- 5月14日(木) 旭川医大整形外科 笹井 健吾 医師(要予約)
- 5月18日(月) 旭川医大第一外科 宮城 久之 医師
- 5月28日(木) 旭川医大整形外科 高橋 裕貴 医師(要予約)
- 問合せ 中頓別町国民健康保険病院(01634-6-1131)

### 浜頓別町国保病院の婦人科診療について

- 診療日程 5月21日(木)、22日(金)
- 受付時間 8時15分~11時30分、13時30分~15時00分
- 問合せ 浜頓別町国民健康保険病院(01634-8-7070)
- ※予約制ではありませんが、日程が変更になる場合がありますので、事前に浜頓別町国民健康保険病院にご確認ください。

### 会計年度任用職員を募集します

- 募集人員 清掃員：若干名(フルタイム、パートタイム)
- 職務内容 病院の清掃業務
- 雇用期間 採用日から令和9年3月31日まで(更新あり)
- 勤務形態 週5日 6時30分~16時30分の間で7時間45分(変則勤務)  
※パートタイムの勤務形態はご相談ください。
- 賃 金 等 中頓別町会計年度任用職員の給与条例等に準ずる
- 応募資格 18歳以上の健康な方
- 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175番地  
中頓別町国民健康保険病院 総務係(01634-6-1131)

### 令和8年度带状疱疹予防接種について

- 5月7日から带状疱疹予防接種を開始します。今年度も完全予約制で実施します。予診票は必ず接種日前に受け取り、ご記入のうえ当日ご持参ください。※接種日は来院前に検温し、診察前の体温欄に記入もお願いします。
- 予約受付時間 平日8時30分~17時00分(12時00分~13時00分は除く)
- 接 種 日 毎週木曜日 16時00分~  
※生ワクチン(ビケン)を希望される方は予約の際にお申し出ください。ワクチンが用意でき次第のご案内となります。予約後のキャンセルは、接種日の午前中までです。
- 問 合 せ 中頓別町国民健康保険病院(01634-6-1131)

『教育委員会から』

### 第25回 町長杯争奪 町民パークゴルフ大会の参加者募集中

- 日 時 5月23日(土) 8時30分から(開会式)
- 場 所 寿パークゴルフ場
- 競技方法 36ホール 男女別 個人戦  
※各組でのエントリーが少ない場合は、男女統合し実施
- 問 合 せ 教育グループ 担当：炭谷(TEL01634-6-1321/FAX01634-8-7701)  
※5月18日(月)締切  
※パークゴルフ協会加入の方は、協会内で取りまとめ

### 町民ソフトボール大会の参加チーム募集中

- 日 時 6月20日(土) 8時30分から(試合開始)
- 場 所 中頓別学園グラウンド
- 競技方法 5回戦(試合時間40分)
- 申 込 み 5月29日(金)までに教育委員会に選手名簿を提出  
※申込用紙は教育委員会にあります
- 問 合 せ 教育グループ(TEL01634-6-1321/FAX01634-8-7701)  
※4月10日配布の健康カレンダーには6月13日と記載がありますが変更となっておりますのでご注意ください。

『住民グループから』

### 令和8年度 町税の納期について

- 軽自動車税と固定資産税の納付書が発送されます。納期限は6月1日となりますので、期日までに納付してください。
- ※町税、使用料などの納付金は納期内に完納しましょう。
- ※町への納入は、便利な口座振替をご利用ください。  
口座振替の手続きは、町の指定金融機関(稚内信用金庫・農協)または最寄りの郵便局でお願いいたします。
- ※令和8年度から、固定資産税と道町民税の納期が3期別から4期別へと変更していますので、お間違いのないようお願いいたします。

税目	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期
軽自動車税	6/1				
固定資産税	6/1	8/31	11/2	12/25	
道町民税	6/30	8/31	11/2	12/25	
国民健康保険税	6/30	7/31	9/30	11/30	12/25

□問合せ 住民グループ(01634-8-7660)

### 特設人権相談所の開設について

- 日 時 6月2日(火) 10時00分~15時00分
- 場 所 介護福祉センター相談室
- 問合せ 住民グループ(01634-8-7660)  
※相談は無料で行い、秘密は固く守られます。

『保健福祉課から』

### ネウボラ相談

- 妊娠中、子育て中の不安や疑問、子どもの健康や成長発達、父母や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、随時訪問を行っています。希望され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

### 生活を豊かにする会<北作楽>

- 初めての方でも大歓迎!どなたでも参加いただけます。
- 日 時 5月21日(木) 9時00分~
- 場 所 保健センター
- 内 容 山菜採り※天ぷらそば、あんみつ
- 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)
- 申 込 介護福祉センター(01634-6-1995)

『保健福祉課から』

**5 月 24 日は健診の日です！**

□日 時 5 月 24 日(日)

①7 時 00 分～7 時 30 分 ② 8 時 00 分～ 8 時 30 分

③9 時 00 分～9 時 30 分 ④10 時 00 分～10 時 30 分

※エキノコックス症検診(児童・生徒)

11 時 00 分～11 時 30 分

□申込み 5 月 15 日(金)までに電話または下記二次元コードから申し込み可能



がん検診・特定健診等

がん検診・肝炎・  
エキノコックスのみ

□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

**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 歳以上の後期高齢者医療加入者：700 円

国保以外の保険で被扶養者：保険によって自己負担額  
が異なります

※特定健診受診券が必要

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 歳以上の方

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)

大腸がん検診：500 円(75 歳以上 200 円)

前立腺がん検診：2,310 円

※生活保護世帯は無料。申込み時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)

※胃がん検診とセットで受診

※過去にピロリ菌の除菌を受けた方は対象外

肺がん：胸部 X 線検査

大腸がん：便潜血反応検査 2 日法

前立腺がん：血液検査

**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 児童・生徒：無料

**肝炎ウイルス検診(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 200 円)

□内 容 血液検査 HBs 抗原検査・HCV 抗体検査

**歯科検診・フッ素塗布のお知らせ**

子どもの歯は歯の質が弱くむし歯になりやすいと言われています。定期的にフッ素塗布を行い、むし歯を予防しましょう。

□日 程 6 月 4 日(木)

□時 間 14 時 00 分～14 時 15 分

14 時 30 分～14 時 45 分

15 時 00 分～15 時 15 分

15 時 30 分～15 時 45 分

※混雑を避けるため、事前予約制とします。

申し込み時にご希望の時間をお知らせください。

□場 所 保健センターホール

□対 象 1 歳～就学前の幼児

□料 金 無料

□持ち物 母子健康手帳、タオル、頭の下に敷くバスタオル、普段使っている歯ブラシ

□申込み 下記問合せに電話または  
右記二次元コードから申し込み可能

※5 月 28 日(木)締切

□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

**健康相談**

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何でも気軽に話してください。

・弥生・寿地区

□日 時 5 月 18 日(月) 13 時 30 分～15 時 00 分

□場 所 寿会館

□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

**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 5 月 12 日(火)、15 日(金)、19 日(火)、  
22 日(金)

□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)

**育児サークルひよっこクラブ**

ひよっこクラブは親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 5 月 11 日(月) 室内遊び

5 月 18 日(月) 冊子作り

□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)

**定期予防接種のお知らせ**

□日 程 5 月 14 日(木) ・2 種混合予防接種

□時 間 15 時 00 分～15 時 15 分

□場 所 中頓別町国保病院

※対象者には個別に案内・問診票を送付

□問合せ 介護福祉センター 保健師(01634-6-1995)

**「お晩です！エクササイズ」のお知らせ**

◎開始時間が早くなりました！

その日の参加者に合わせて、ストレッチ、体を動かしながら行う脳トレ、少し汗をかく運動などを行っています。年齢を問わず参加できます！途中からの参加も OK！お子さんから高齢者の方まで、たくさんのご参加をお待ちしています！

□日 時 5 月 27 日(水) 18 時 00 分～19 時 30 分

※いつもと曜日が違います！お気を付けてください！

□場 所 保健センターホール

□講 師 石川 朋美 インストラクター

□参加費 無料

□持ち物 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲料水

□問合せ 地域包括支援センター(01634-6-2003)

**ゴム体操で筋力アップ！**

サイジゴム(ゴムでできた運動器具)を使った健康運動！どなたでも参加できます。飛び入り参加も OK！参加者に合わせた強さのサイジゴムを使うので、無理のない運動ができます。石川先生と一緒に筋力トレーニングしてみませんか？

□日 時 5 月 28 日(木) 13 時 00 分～15 時 00 分

※いつもと曜日が違います！お気を付けてください！

□場 所 保健センターホール

□講 師 石川 朋美 インストラクター

□問合せ 地域包括支援センター(01634-6-2003)

**体力アップ！たいそう元気会**

筋トレやストレッチ、サイジゴム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 時 5 月 13 日(水)、20 日(水)、6 月 3 日(水)  
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)

『中頓別支署から』

**令和 8 年度南宗谷消防組合  
中頓別消防団春季消防演習**

□日 時 5 月 24 日(日) 10 時 00 分～

□場 所 中頓別支署庁舎前

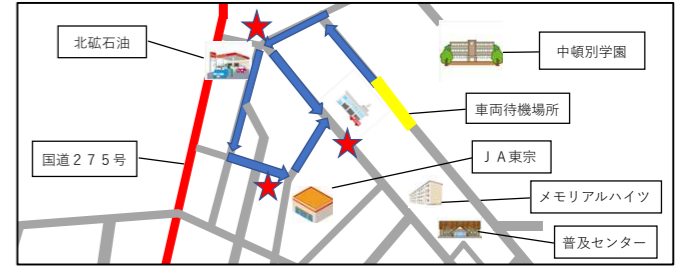
□その他 サイレン吹鳴時間

1 回目：9 時 30 分

2 回目：11 時 00 分頃(模擬演習のため)

※中頓別地区のみ上記時刻にサイレンを吹鳴しますので、火災と間違わないよう、お願いいたします。

※模擬演習実施の際は通行規制になる箇所があります。当日は付近の交通指導員の指示に従ってください。



※☆：警察及び交通指導員

□問合せ 中頓別支署(01634-6-2119)

『総務グループから』

**無料法律相談会のお知らせ**

弁護士による無料法律相談が実施されます。

□日時 5 月 29 日(金) 13 時 30 分～16 時 30 分

□場所 役場小会議室

□相談内容

相続・遺言、債務整理・過払金、後見、交通事故、労働問題、不動産問題など

□予約受付

相談時間は 30 分程度です。希望される方の予約を受け付けております。下記問合せへ連絡をお願いいたします。

□問合せ

オホーツク枝幸ひまわり基金法律事務所  
(0163-64-7367)

総務グループ(01634-8-7660)

『産業課から』

**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JAS認定シニアソムリエの田辺由美氏の講演会のほか、シニアソムリエの阿部眞久氏による、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テイスティングと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 6月6日(土)

シンポジウム：17時00分～18時30分

試飲会・懇親会：18時30分～20時00分

□場所 町民センター 大ホール

□内容 (1)講演『北海道ワインの展望と山幸の可能性について(仮)』

講師 JAS認定シニアソムリエ

田辺 由美 氏

(2)試験醸造ワイン試飲会

①試飲(テイスティング)10分

NPO法人ワインクラスター北海道

代表理事 阿部 眞久 氏

②意見交換会

※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)講演(定員100名)：参加費 無料

(2)試飲会および意見交換会(定員100名)

参加費 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(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予定です。

(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からの参加も可能です。

・試飲会および懇親会へのご参加は事前申し込みが必要です。

※アルコールを提供します。飲酒される方は運転はお控えください。

□申込み 5月29日(金)17時00分までに、下記問合せまでご連絡をお願いします。

□問合せ 産業グループ(01634-8-7662)

この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。

**令和8年度狩猟免許試験日のお知らせ**

今年度の宗谷管内での狩猟免許試験は下記の日程で実施されます。試験を受験するにあたり、事前申請が必要となりますので、試験を希望する場合は期日までに申込みください。

□事前申請受付期間 ※郵送の場合、最終日必着

前期：4月30日(木)～5月14日(木)

後期：9月10日(木)～9月24日(木)

□申請方法

①電子申請アドレス(前期)

<https://www.harp.lg.jp/csZbBaBK>

※後期については、7月以降に公表されます。

②郵送での書類提出先

〒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

※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、役場窓口で入手してください。

□狩猟免許申請

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 前期：7月5日(日) 9時00分から

後期：12月6日(日) 9時00分から

□試験地 宗谷総合振興局 宗谷合同庁舎

□その他 詳細は、次のURLからご確認ください。

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

□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(01634-8-7662)

**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。積極的にご活用ください。

□対象者

町内に住所を有し、銃猟免許を取得後、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係る経費(予備講習費・申請手数料)等

猟銃所持許可取得に係る経費(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)

□問合せ 産業グループ(01634-8-7662)



『産業課から』

## 〈町内事業者の皆様へ〉 交付金を活用した3事業のお知らせ

中頓別町では、国の重点支援地方交付金を活用して、事業者様向けに以下の事業を実施します。ご案内を送付しておりますが、お手元がない方はお問い合わせください。事業のご活用のご検討をお願いいたします。

□事業

(1)水道光熱費負担軽減対策事業

1事業者あたり、水道光熱費を最大15万円助成

(2)賃上げ環境整備補助事業

従業員の方の研修等にかかる費用を補助

(3)生産性向上支援事業

商工業振興支援条例による補助金の上乘せ交付

□その他 事業の活用には各種条件があります。

下記の問合せにご確認ください。

□問合せ 商工労働・観光まちづくりグループ  
(01634-8-7663)

中頓別町商工会事務局(01634-6-1416)

『政策経営課から』

## まちづくり懇談会のお知らせ 住民グループ、政策経営課の職員と お話しませんか

広聴事業の一環として、まちづくり懇談会を行います。住民生活に関することや町の財政についてなど住民グループと政策経営課が取り組んでいることについて、わからないことや気になること、どんなことでも気軽に話せます。

□日時 5月31日(日) 15時00分～17時00分

□場所 モトマツダ

□テーマ 住民グループの取り組み

税、ごみ、町内会、墓地など

政策経営課の取り組み

町の財政など

※そのほかの話題に関しても可能な限りお答えします。

□その他 出入りは自由ですのでお気軽にお越しください

□問合せ 政策経営課(01634-8-7671)

『建設課から』

## 町営住宅等の入居者を募集します 今回募集する住宅(希望者複数場合は選考) 独身者住宅

□メモリアルハイツA棟 独身者住宅 103号(1階)

(字中頓別983番地17 平成4年度建設)

構造 鉄筋コンクリート造3階建て(共同住宅)

面積 1LDK 38.97㎡

設備 電気温水器、ユニットバス、駐車スペース有

家賃 27,500円

入居条件 単身者

入居可能日 即入居可

随時入居者を募集する住宅(先着順で決定)

公営住宅

□あかね団地304号

(字中頓別48番地17 昭和53年度建設)

構造 ブロック造平屋建て(長屋住宅)

面積 2DK 57.00㎡

設備 水洗トイレ設備、浴室有

(浴槽、給湯ボイラー無)

家賃 所得に応じて決定

入居条件 収入制限有(希望者は建設課に確認)

入居可能日 即入居可

◎申込期限 5月20日(水)

◎入居資格等

- ・本町に住所を有する方または勤務場所を有する方
- ・町税および町使用料等を滞納していない方
- ・家賃および敷金を支払う能力を有する方
- ・入居者および同居者が暴力団員でないこと
- ・同居者は入居者の親族であること
- ・各住宅共単身世帯の入居申込可
- ・公営住宅申込時、所得を確認できる書類が必要(入居には収入に係る条件があり、場合によっては入居できないことがあります)
- ・入居決定時に敷金納入(家賃の2か月分)必要

◎お願い

- ・入居家族の変更があった場合、同居承認申請が必要ですのでご連絡ください。

□問 合 せ 建設グループ(01634-8-7665)