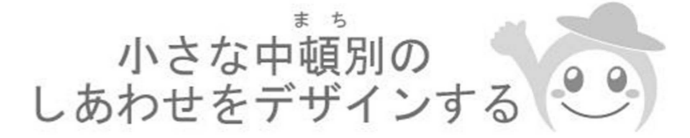


広報



なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

- 予定日 5月26日(火)、29日(金)、6月2日(火)、5日(金)、9日(火)、12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16時以降を予定。



2026(令和8)年5月25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』

6月外来担当医

(旭)：旭川医大医師
(出)：出張医師

	午前診療 受付 8:30～10:30		午後診療 受付 13:30～14:30		他診療
	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	真山(出)	真山(出)	
4日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
5日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(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	真山(出)	真山(出)	
11日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
12日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
15日(月)	中澤	旭川医大医師 中澤	中澤	中澤	外科外来
16日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
17日(水)	中澤	中澤	小林(出)	小林(出)	
18日(木)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
19日(金)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
22日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
23日(火)	中澤	中澤	休診	休診	神経内科 (午後・要予約)
24日(水)	中澤	中澤	吉本(出)	吉本(出)	
25日(木)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	
26日(金)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	
29日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
30日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	

出張医日程のお知らせ

- 6月 1日(月) 旭川医大第一外科
- 6月 8日(月) 旭川医大第一外科
- 6月15日(月) 旭川医大第一外科
- ※6月の整形外科は現時点では未定のため、病院事務に電話等でお問い合わせください。
- 問合せ 中頓別町国民健康保険病院(01634-6-1131)

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 8時30分～17時15分 ※パートタイムの勤務形態は要相談
- 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)

『保健福祉課から』

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！健康や食に関することだけでなく、日々疑問に思っていることなど何でも気軽にお話してください。
- ・兵安・神崎地区
- 日 時 6月3日(水) 10時00分～12時00分
- 場 所 兵安会館
- ・敏音知地区
- 日 時 6月8日(月) 13時30分～15時00分
- 場 所 敏音知コミュニティセンター
- ・小頓別地区
- 日 時 6月10日(水) 13時30分～15時00分
- 場 所 多目的集会施設
- 問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

女性のためのひめトレヨガ～骨盤底筋をととのえよう～

- 日 時 6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 全世代の女性
- 参加料 レンタル料300円
- 講 師 中島 麻奈美(まなみん：沖ヨガインストラクター)
- 内 容 ストレッチーズ(収縮性のある布)
※布の枚数や身長に合わせたサイズがありますので必ず予約をお願い致します。
- 問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

夜の心身調整ヨガ～質の良い睡眠を目指して～

- 日 時 6月11日(木) 19時00分～20時30分
- 場 所 保健センターホール
- 対 象 子どもから高齢者までどなたでも
- 参加料 レンタル料300円
- 講 師 中島 麻奈美(まなみん：沖ヨガインストラクター)
- 内 容 ストレッチーズ(収縮性のある布)
※布の枚数や身長に合わせたサイズがありますので必ず予約をお願い致します。
- その他 動きやすい服装(ジャージ等)でお越しください。
ヨガマット等、必要な物はこちらで準備しております。
- 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で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 6月 8日(月) 室内遊び
6月15日(月) 室内遊び
- 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)

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

令和 8 年度 狂犬病予防注射及び登録の実施について

次のとおり予防注射及び登録(新規・転入等)手続きを実施しますので、犬の所有者は必ず受けられるようお願いいたします。

また、今回の期間中にやむを得ず注射を受けられない場合は、一度住民グループ(01634-8-7660)にご連絡ください。動物病院で注射できる日程を確認し折り返しお電話でお伝えさせていただきますのでそちらをご利用ください。

なお、実施時間については、目安であり前後することが予想されますので、予めご了承願います。
□獣医師 北海道獣医師会宗谷支部獣医師
□犬の登録料 3,000 円(新規登録の場合)
□狂犬病予防注射料 3,240 円
(狂犬病注射料 2,690 円、注射札 550 円)
※市街地以外で個人宅での接種の場合、出張料として1頭当たり 500 円

最寄りの実施場所に集合願います

月 日	地区名	実施場所	実施時間	滞在時間
6 月	① 弥生	佐藤・高橋 宅 前	9時00分 ～ 9時10分	10分
	② 豊泉	成 田 宅 前	9時20分 ～ 9時25分	5分
	③ 秋田	星 川 宅 前	9時50分 ～ 9時55分	5分
17 日	④ 岩手	精 松 宅 前	10時05分 ～ 10時15分	10分
	⑤ 豊平	石 井 宅 前	10時25分 ～ 10時30分	5分
(水)	⑥ 敏音知	姉 齒 宅 前	10時40分 ～ 10時45分	5分
	⑦ 松音知	川上・常本 宅 前	10時55分 ～ 11時05分	10分
	⑧ 〃	澤里・吉田・十倉 宅 前	11時10分 ～ 11時30分	20分
	⑨ 上駒	藤本・五家 宅 前	11時40分 ～ 11時55分	15分
	⑩ 〃	上 駒 会 館 前	12時00分 ～ 12時10分	10分
	6 月 18 日 (木)	⑪ 旭台	旭台コミュニティセンター前	9時00分 ～ 9時10分
⑫ 宮下		宮 下 会 館 前	9時15分 ～ 9時25分	10分
⑬ 中頓別		正田建設前	9時35分 ～ 9時40分	5分
⑭ 〃		あかね会 館	9時45分 ～ 9時50分	5分
⑮ 〃		駐在所向かい広場	9時55分 ～ 10時00分	5分
⑯ 〃		役 場 駐 車 場	10時05分 ～ 10時30分	25分

□注意事項

- 飼育時は、2メートル以内の鎖で繋留し、通行人に接触しないようにしてください。また、運動させる場合には、必ず引き綱でけん引し、糞は持ち帰るなどして、必ず処分してください。
- 飼い主、犬の登録内容に変更(飼い主が変わった等)が生じた場合は、必ず届け出てください。
- 登録済みの犬には、事前にお知らせの案内を送付しますので、裏面の問診票に記入の上、送付された書類を持参してください。

□問合せ 住民グループ(01634-8-7660)

『教育委員会から』 定例教育委員会議を開催いたします

□日 時 5月28日(木) 13時30分から
□場 所 町民センター レク室
□問合せ 教育グループ(01634-6-1321)
※会議の日程は変更となる場合があります。傍聴を希望する方は事前にご確認いただくことをお勧めします。

令和 8 年度教科書展示会について

教科書展示会は、教員、教育関係者はもとより、保護者等、広く町民のみなさまに教科書を公開することを目的として行われています。

この機会に現在使用している教科書の内容をご覧になってみてください。

□日 時 6月8日(月)～6月26日(金)
8時30分～17時15分 ※休館日を除く
□場 所 町民センター
□問合せ 教育グループ(01634-6-1321)

『住民グループから』 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。秘密は固く守られます。

ごみ分別の徹底を！

ごみ回収車(「㈱振興公社」)は、ごみステーションに入れてあるごみ袋については、しっかり分別されていないければ回収しません。

□例

- ・プラ類袋の中に、洗われていないで汚れた状態でごみが入っていた
- ・瓶の色が、無色・茶色・その他色で分別せず一緒の袋に入っていた
- ・燃えるごみに生ごみが入っていた
- ・燃えるごみ・燃えないごみ・リサイクルごみ等々混ぜっまっている

※回収されないごみ袋等については、ごみステーションにいつまでも放置されてしまいますので、適切な分別をお願いいたします。

□問合せ 住民グループ 環境衛生担当(01634-8-7660)
一般廃棄物処理施設(01634-6-1453)

トドックえほんわくわくキャラバン

コープさっぽろの子育て支援イベントとして「ずっと親子のたからもの」を合言葉に絵本の楽しさを届けにトドック君がこども園にやってきました。どうぞ遊びにいらしてください。

□主 催 コープさっぽろ コープ子育て支援基金
□日 時 6月9日(火)
15時30分～16時10分(受付15時15分～)
□内 容 トドック君とリズム遊び、ゲーム、絵本の読み聞かせ、記念撮影
□場 所 認定こども園 ホール
□持ち物 うわぐつ
□参加費 無料
□問合せ 認定こども園 担当：大島(01634-6-2727)

『政策経営課から』 コミュニティ施設(モトマツダ)の開館曜日の変更について

令和6年10月にオープンし1年半を経過する中で、平日となる月・火曜日は休館日としていましたが、利用者から使用できないかの相談を受け、次のとおり試験的に開館することとなりました。

□試行期間 令和8年6月1日(月)～令和9年3月31日(水)
毎週月・火曜日を開館します。
※ただし、国民の祝日になっている場合は休館日
□問 合 せ 政策経営課 担当：野田(01634-8-7671)

まちづくり懇談会のお知らせ

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お話できます。

□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、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 出入り自由。お気軽にお越しください。
□問合せ 政策経営課(01634-8-7671)

『保健福祉課から』 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 6月2日(火)、5日(金)、9日(火)、12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)

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 6月3日(水)、10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)

「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)

『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 6月10日(水) 10時30分～11時30分
□内 容 砂で遊ぼう(雨天は室内遊び)
□場 所 ばすてるのお部屋と園庭
□対 象 就園前のお子さんとその保護者
□持ち物 水分補給の飲み物、帽子、ジャンパー
□問合せ 認定こども園 担当：大島(01634-6-2727)

『総務グループから』

防災に関するお知らせ

令和 8 年度の防災に関する情報をお知らせします。

□問合せ 総務グループ(01634-6-1111)

**令和 8 年度全国瞬時警報システム
全国一斉情報伝達試験の実施**

全国瞬時警報システム(以下「Jアラート」)の全国一斉情報伝達試験は、Jアラートによる情報伝達時の不具合の発生を制御し、緊急時における迅速かつ確実な情報伝達ができるよう、毎年 4 回実施しています。

本年度は以下のとおり実施されます。

※災害や北朝鮮等からの弾道ミサイル等の状況により延期となる場合があります。

□日 時

6 月 3 日(水) 11 時 00 分頃 予備日: 7 月 1 日(水)

8 月 26 日(水) 11 時 00 分頃 予備日: 9 月 9 日(水)

11 月 11 日(水) 11 時 00 分頃 予備日: 11 月 25 日(水)

2 月 3 日(水) 11 時 00 分頃 予備日: 2 月 17 日(水)

令和 8 年度緊急地震速報訓練の実施

消防庁及び気象庁による、都道府県、市町村と連携し、Jアラートを利用を活用した、全国的な緊急地震速報訓練が本年も以下の日程で実施されます。年 2 回の実施となり、当町では、シェイクダウン訓練を呼び掛けています。

※災害や北朝鮮等からの弾道ミサイル等の状況により延期となる場合があります。

□日 時 6 月 17 日(水) 10 時 00 分頃

11 月 5 日(木) 10 時 00 分頃

□緊急地震速報とは

緊急地震速報は、地震の発生後、強く揺れる前に揺れが来ることを伝えることを目標とする情報です。速報が発表されてから対象となる地域が強く揺れるまではわずかな時間(数秒)しかありません。地震の揺れから身を守るには、その場所や状況に合わせてあわてずに行動する必要があります。あわてずに身を守る行動を起こすためには、その場その時に合わせてどのような行動をとるべきかをあらかじめ知り、行動をしている自分を想像しておくことが大切です。また、その想像をもとに実際に行動をとり経験や訓練をすることが重要です。

□安全に行動するために

1. 対策を事前に決める

立ち止まるか、机の下に隠れるかなど、状況ごとに行動を練る

2. イメージ練習

それを実際に想像し、身体に覚え込ませる。

3. 実際に訓練

体験を通して慣れさせる。

※これらを備えておくことで、受けた速報に素早くかつ適切に対応できます。

□シェイクアウト訓練

緊急地震速報が聞こえたときに行う安全行動訓練を「安全確保行動 1-2-3」といいます。「まず低く、頭を守り、動かない」を実践しましょう。

室内では、体制を低くして地面に近づき、デスクやテーブルの下にはいり、頭を守り、揺れが止まるまで動かずじっとしていきましょう。

屋外では、建物、木、電柱や電線から離れた場所を探し「安全確保行動 1-2-3」を実践しましょう。揺れが止まるまでそこに留まりましょう。

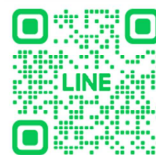
運転中では、周りに何も無い場所に停車し地震が終わるまでそこに留まりましょう。



①ドロップまず低く！ ②カバー頭を守り！ ③ホールドオン動かない！

公式 LINE の友だち追加のお願い

中頓別町公式 LINE では、防災情報を記載しています。防災以外でも当町に関する様々な情報が受け取れます。ぜひ追加してみてください。

**防災行政無線戸別受信機設置のお願い**

防災行政無線戸別受信機の設置を全戸にお願いしております。まだ設置されていないご家庭は、ご連絡ください。毎日(日曜日を除く)17 時頃に音楽を配信しております。音が聞こえない場合は故障の可能性があるためお問い合わせください。受信機は、防災関連情報を伝える専用放送で、Jアラートのテスト・天気警報・弾道ミサイル情報・除雪・排雪情報・詐欺啓発・食中毒警報・ライフラインに関する情報などを放送します。

転居される場合は必ず受信機を返却してください。

弾道ミサイルの警報が鳴った場合の行動

弾道ミサイル発射の警報が鳴った場合、ミサイルの爆風に備え、中頓別町の場合は「建物の中」へ避難し、窓から出来るだけ離れるようにしてください。建物の中へ避難することが出来ない場合には、近くの建物の側で爆風に備えてください。

万が一、着弾したり飛来物があった場合は、速やかに遠くに離れ、役場や警察、消防に連絡してください。ミサイルに使われる燃料は、危険な有毒ガスを発生する場合がありますため絶対に近づかないでください。

『産業課から』

ブドウ定植体験会を開催します

中頓別町が行っている醸造用ブドウ栽培事業では、ほ場の拡大に伴い今年もブドウの苗木を定植します。そこで、下記のとおり定植体験会を開催いたします。宗谷のワイン文化の始まりを造るこの体験会に是非ご参加ください。

なお、定植体験会の開催は今年度で終了となる予定です。

- 日 時 6月13日(土) 13時30分～
- ・送迎をご利用される場合は、役場前出発が13時15分となります。
(解散は役場15時30分頃の予定です)
 - ・ほ場までは送迎を予定しておりますが、諸事情により自家用車を利用される方はご連絡ください。(ほ場の駐車場スペースに限りがありますので、出来る限り送迎車の利用をお願いします)
 - ・荒天等により順延する場合があります。
- 申込み 参加をご希望される方は、6月9日(火)17時00分までに、下記問合せまでご連絡をお願いします。
- 準備等 当日は、汚れてもよい服装と長ぐつ手袋などご持参でお越しください。
- 問合せ 産業グループ(01634-8-7662)

〈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。町内事業者様向けにご案内を送付しておりますが、お手元がない方は下記お問合せ先までご連絡ください。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
(2)賃上げ環境整備補助事業
(3)生産性向上支援事業
- 概要 (1)1事業者あたり、水道光熱費を最大15万円まで助成
(2)従業員の方の研修等にかかる費用を補助
(3)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)

中頓別産ワインの試験販売のお知らせ

昨年中頓別町で収穫したブドウで試験醸造したワインを、今年度初めて試験的に販売することといたしました。

試験販売は、①町民限定特別価格販売と②一般販売により行います。詳細は下記のとおりとなっておりますので、ご確認のうえ、この機会にぜひお買い求めいただきご賞味ください。

①町民限定特別販売

- 販売数量 赤ワイン750ml(ミディアムボディ)限定200本
- 販売価格 税込4,500円/本
(一般販売価格6,500円/本)
- 対象者 中頓別町に住民票を有する世帯の方
※なお1世帯1本のみのお申込みとさせていただきます。
- 受付期間 6月1日(月)～6月15日(月)
※6月1日以前の受付はいたしません
- 申込先 産業グループまで
- 申込方法 役場産業課窓口、電話、HARP電子申請にて申してください。



- 販売店 (有)宮崎商会、ピンネシリ道の駅
- 販売期間 6月25日(木)～7月10日(金)
- その他 販売店を選択することはできませんのでご了承ください。

予定本数を超える申込みがあった場合は抽選とさせていただきます。抽選後6月22日(金)ごろまでに引換券を発送する予定です。

引換券に販売店を記載いたしますので、販売店で4,500円をお支払いいただきお受け取りください。

受け取りの際には身分証明書(マイナンバーカードや免許証など)をご提示願います。

②一般販売

- 販売内容 赤ワイン750ml(ミディアムボディ)
- 販売価格 税込6,500円/本
- 販売店 (有)宮崎商会、ピンネシリ道の駅、セイコーマートなかとんべつ店
- 販売開始日 7月1日(水)～
- 問合せ 産業グループ(01634-8-7662)