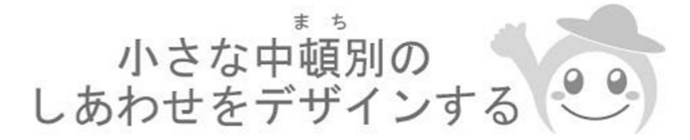


広報



なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

- 予定日 6月26日(金)、7月1日(水)、3日(金)、7日(火)、10日(金)、14日(火)
- 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6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』 (旭)：旭川医大医師

7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
	内科	外科	内科	外科	
1日(水)	中澤	中澤	小林(出)	小林(出)	
2日(木)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
3日(金)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
6日(月)	中澤	旭川医大医師 中澤	中澤	中澤	外科外来
7日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
8日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
9日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
10日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
13日(月)	中澤	旭川医大医師 中澤	中澤	中澤	外科外来
14日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
15日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
16日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
17日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
21日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
22日(水)	中澤	中澤	小林(出)	小林(出)	
23日(木)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
24日(金)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
27日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
28日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
29日(水)	中澤	中澤	吉本(出)	吉本(出)	
30日(木)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	
31日(金)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	吉本(出)	

出張医日程のお知らせ

- 7月6日(月) 旭川医大第一外科
- 7月13日(月) 旭川医大第一外科
- ※7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 薬局医療助手(フルタイム)：1名
- 職務内容 医療助手業務
- 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分の7時間45分
- 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)

『政策経営課から』

ヤマメ釣りの体験希望者を募集

- 期 間 7月5日~8月下旬の土曜、日曜日
8時に役場駐車場に集合し、正午ごろまで
※希望日の5日前(月曜日)までにご連絡ください。
※“達人”の都合により実施できない場合があります。
- 場 所 ペーチャン川流域
- 備 考 釣り道具の用意、釣りポイントまでの移動は各自で対応願います。
・推奨は釣竿の長さ3.6m、針6号、釣り糸0.6号、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)着用がオススメです
・雨天でも川水が濁らなければ実施します(小雨決行)
・釣果により長期保存方法とする「焼干し」を行います
- 問合せ 政策経営課 担当：野田(01634-8-7671)

『保健福祉課から』

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 7月9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
- 講 師 中島 麻奈美(まなみん：沖ヨガインストラクター)
- 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 7月9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
- 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 初めての方も気軽にご参加ください。
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)

頭の検診

- 日 時 7月27日(月) 8時15分~16時00分
7月28日(火) 8時15分~10時15分
- 場 所 保健センター
- 対 象 中頓別町で受診時に満30歳に達している方
※ペースメーカーを埋め込んでいる方、脳の手術をした方は受診不可。外科用クリップ、人工骨、その他金属類を埋め込んでいる方は要相談。脳血管疾患で治療中の方は対象外。
- 検査内容 脳MRI検査
- 検査料金 5,000円
- 申込期限 7月10日(金)
※申し込みは下記問合せにご連絡ください。
※頭の検診は定員(50名)がありますので早めにお申込みください。
申込み期限前に定員を超えた場合には過去に頭の検診を受けたことのない方が優先となりますので、ご了承ください。
※日時希望がある方は申込み時にお知らせください。
※検診受診者は不織布マスクの着用をお願いいたします。
- 問 合 せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

頭の検診<講演会>

- 日 時 7月27日(月) 18時00分~
- 場 所 保健センター
- 講 師 中村記念病院脳神経外科医 麓 健太郎 氏(ふもと けんたろう)
- テーマ 「認知症予防について(仮)」
- その他 頭の検診受診者は講演会に参加をお願いします。
- 問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

特定健診・がん検診のお知らせ

~町外で受診を希望される皆様~

- 特定健診・がん検診について、以下の2検診機関(町外)でも検診費用の一部を助成します。
- 検診機関 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づれも可)
- 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問合せにご連絡ください。
- 問 合 せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

『保健福祉課から』	
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	6月29日(月) 室内遊び 7月 6日(月) 室内遊び 7月13日(月) 打合せ
□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	7月 2日(木) ・日本脳炎予防接種 ・水痘予防接種 7月 9日(木) ・日本脳炎予防接種 7月16日(木) ・日本脳炎予防接種 7月30日(木) ・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)

里親になりませんか？

里親制度はさまざまな事情で、家庭で暮らせないお子さんを一時的に一般家庭で養育していただく制度です。愛情を持ってお子さんを育てていただける方で基準を満たす方であれば、特別な資格は必要ありません。数日間の短い期間から、年単位の長い期間まで養育をお願いすることがありますが、その間のお子さんの生活費は公費でまかなわれます。例としては、医療費は公費で負担されるので支払いなく受診でき、教育費は定額で支給されます。

昨年 の 4 月 から、旭川 育児 院 内 に 里 親 支 援 セ ン タ ー み な ぼ っ け が 開 設 さ れ ま し た。 児 童 相 談 所 と と も に、 里 親 へ の 研 修 ・ ト レ ー ニ ン グ 等 を 実 施 し て い ま す。 ま た、 里 親 等 か ら の 相 談 に 応 じ、 必 要 な 情 報 の 提 供、 助 言 そ の 他 の 援 助 を 行 な っ て い ま す。
□問合せ 里親支援センターみなぼっけ(0166-63-1410)
旭川児童相談所稚内分室(0162-32-6171)

中頓別町戦没者追悼平和祈念式のご案内

戦没者追悼平和祈念式を執り行います。皆さん一人ひとりが、戦争で亡くなられた多くの先人に対して哀悼の誠を捧げるとともに、これからの時代も平和であることを願う気持ちを未来へつなげる大切な行事です。

町民どなたでもご参列いただけますので、ぜひご参列のうえ献花を賜りますようお願い申し上げます。
□日 時 6月30日(火) 10時00分～
□場 所 町民センター大ホール
□その他 事前の申し込みは不要。当日は平服でお越しください。
□問合せ 福祉グループ(01634-6-1995)

「お晩です！エクササイズ」のお知らせ

◎開始時間が30分早くなりました！
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 7月14日(火) 18時30分～20時00分
□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 7月15日(水) 13時00分～15時00分
□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)

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

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26日(金)、30日(火)、
7月7日(火)、10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 7月1日(水)、8日(水)、29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)

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、日々疑問に思っていることなど何でも気軽にお話しください。
・藤井地区
□日 時 7月9日(木) 13時30分～15時00分
□場 所 藤井会館
□問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

『建設課から』 北海道排水設備工事責任技術者試験のお知らせ

中頓別町では、排水設備指定工事店の資格要件に排水設備工事責任技術者試験を導入し、次のとおり全道統一試験の受付事務を行います。なお、既に登録している方は、受験の必要はありません。

□日時・場所 10月14日(水) 釧路・苫小牧・函館・旭川
10月19日(月) 札幌
13時30分～15時30分(120分)
□手 数 料 受験料7,000円
□受 付 期 間 8月17日(月)～8月26日(水)
9時00分～17時00分
※土日祝は除く
□受 付 場 所 上下水道グループ
□そ の 他 試験に変更がある場合は、一般財団法人札幌下水道公社のホームページ(https://sapporo-src.com)で確認
□問 合 せ 上下水道グループ(01634-8-7665)

『認定子ども園子育て支援センターから』 0、1歳と妊婦さん広場

□日 時 7月1日(水) 10時00分～11時30分
□内 容 わらべうた、絵本の読み聞かせ、園児との交流
□場 所 ばすてるのお部屋など
□対 象 就園前のお子さんと保護者
□持ち物 水分補給の飲み物
□問合せ 認定子ども園 担当:大島(01634-6-2727)

すやすや、わくわく合同広場

□日 時 7月9日(木) 10時30分～11時30分
□内 容 感触遊びと水遊び(雨天時は室内遊び)
□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、体をふくタオル、着替え、サンダル、水遊び用おむつ
□問合せ 認定子ども園 担当:大島(01634-6-2727)

7月のサロン

□日 時 7月15日(水)
午前：10時00分～11時30分
午後：14時00分～17時00分
□内 容 自由遊び、保護者の交流、読み聞かせ
※午後からは、クラスを担当をしている先生も参加
□場 所 ばすてるのお部屋
□対 象 未就園児、園児、卒園児、それらの保護者
※飲み物を用意しておりますのでどうぞお気軽にお越しください。
□問合せ 認定子ども園 担当：大島(01634-6-2727)

子育て講座

□日 時 7月30日(木) 10時00分～11時30分
(受付9時45分～)
□内 容 シーグラスアート
□場 所 認定子ども園地域交流室
□対 象 就園前のお子さんがいる保護者、こども園在園児の保護者、小学生の兄弟姉妹
□持ち物 うわぐつ
□参加費 一人500円(当日集金)
□託 児 ばすてるのお部屋で託児をします。
持ち物：飲み物、着替え、おむつなど
□申込み 7月17日までに下記問合せに連絡
□問合せ 認定子ども園(01634-6-2727)

『長寿園から』 会計年度任用職員を募集します

□募集人員 ①介護福祉士：1名
②一般事務職員：1名
□職務内容 ①訪問介護事業所の訪問介護サービス員
②養護・特別養護老人ホーム長寿園の一般事務
□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 月曜日から金曜日
8時30分から17時15分(週5日)
□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 ①18歳以上の介護福祉士、普通運転免許を所持している方
②18歳以上の普通運転免許を所持している方
□そ の 他 試験方法、応募方法はお問い合わせください
□問合せ先 中頓別町老人ホーム長寿園(01634-6-1234)

『産業課から』

ヒグマに要注意！！

この時期は、茂みが高く濃く、見通しが悪くなり、ヒグマとの接近接触の危険性が高くなります。

入林時には、ヒグマの出没情報を確認し、鈴やラジオ等を携帯してヒグマに自分の存在を知らせましょう。また、野山に不法投棄することは、ヒグマを誘引する原因となるので絶対にやめましょう。

ヒグマの姿や糞、足跡などを発見した場合、直ちに引き返して役場または警察に連絡してください。

□出かける前に必ずチェック

- ・事前にヒグマの出没情報を確認
- ・野山では一人では行動しない
- ・フンや足跡を見たら引き返す
- ・薄暗いときには行動しない
- ・野山では音を出しながら歩く
- ・食べ物やゴミは必ず持ち帰る

※出没情報「ひぐまっぷ」

URL：<https://higumap.info/map/513/2026>

※ヒグマは北海道全域に生息しているため、情報が掲載されていない場所でも注意が必要です。

□問合せ 産業グループ(01634-8-7662)



中小企業退職金共済制度のお知らせ

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。国からの有利な掛金助成や、税法上の優遇も受けられ手数料もかかりません。家族従業員やパートタイマーも加入できます。

※一部対象外あり。詳しくはホームページをご覧ください。

□問合せ 中退共本部(03-6907-1234)

「STOP 熱中症！クールワークキャンペーン」の実施

職場での熱中症予防対策のため、「職場における熱中症対策のためのガイドライン」に基づき、下記の重点事項の定着を目的として熱中症予防対策の徹底を呼び掛けております。

□取組期間 5月1日～9月30日

- 重点事項
- ①湿球黒球温度の値(WBGT 値)の把握
 - ②早期発見のための体制整備
 - ③重篤化を防止するための措置の実施手順の作成
 - ④関係業者への周知
 - ⑤糖尿病・高血圧症など熱中症の発症に影響を及ぼす恐れのある疾病者に対する医師等の意見及び配慮

□問合せ 北海道労働局(011-709-2311)

労働基準監督署からのお知らせ

令和8年度の全国安全週間が「多様な人材 全員参加 みんなで育てる安全職場」をスローガンに、下記の期間で実施されます。

この機会に、それぞれの職場において労働災害防止の重要性について認識をさらに深め、安全活動の着実な実行を図りましょう。

□準備期間 6月1日～6月30日

□本 期 間 7月1日～7月7日

□問 合 せ 稚内労働基準監督署(0162-73-0777)

〈町内事業者の皆様へ〉 交付金を活用した事業のお知らせ

中頓別町では、国の重点支援地方交付金を活用して、事業者様向けの事業を実施しています。下記の事業の申請希望に関する申出期限が迫っておりますので、活用をご検討されている事業者の方はおられないようお申し出ください。

□事 業 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するもの)

□申出期限 6月30日(火)

□申出方法 「リスクリソ教育に係る補助金申請希望申出書」を提出

□提 出 先 中頓別町商工会員の場合は商工会事務局、会員以外の場合は商工労働・観光まちづくりグループ

□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)

〈住民の皆様へ〉 生活応援券の使用期限について

国の重点支援地方交付金を活用して配布しました商品券「中頓別町生活応援券」の使用期限は、下記のとおりです。期限を過ぎますと使用できなくなります。使用していない生活応援券をお持ちでしたら、お早めにご使用いただくことをおすすめします！

□使用期限 7月31日(金)

□取扱い店 商品券と同封したご案内裏面に、使用可能な店舗が記載されています。

□問 合 せ 商工労働・観光まちづくりグループ(01634-8-7663)

『総務グループから』

Jアラート全国一斉情報伝達試験延期

6月3日(水)に予定されていましたが、7月1日(水)11時00分に変更となりました。

□問合せ 総務グループ防災担当(01634-6-1111)