



『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 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(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
2日(水)	中澤	中澤	小林(出)	小林(出)	
3日(木)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
4日(金)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
7日(月)	中澤	(旭) 中澤	中澤	中澤	外科外来
8日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
9日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
10日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
11日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
14日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
15日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
16日(水)	中澤	中澤	真山(出)	真山(出)	
17日(木)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
18日(金)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	真山(出)	
24日(木)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
25日(金)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	小林(出)	
28日(月)	中澤	中澤	中澤	中澤	
29日(火)	中澤	中澤	中澤	中澤	
30日(水)	中澤	中澤	吉本(出)	吉本(出)	

※中澤院長不在：4 日(金)

9 月出張医日程のお知らせ

□9 月 7 日(月) 旭川医大第一外科

※整形外科は現時点で未定のため、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)

なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

□予定日 8 月 28 日(金)、9 月 1 日(火)、4 日(金)、8 日(火)、11 日(金)、15 日(火)

□値 段 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。

『産業課から』

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(後期)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お申込みください。

□事前申請受付期間

後期:9 月 10 日(木)～9 月 24 日(木) ※郵送の場合は受付期間最終日必着

□申請方法

①電子申請アドレス(後期) <https://www.harp.lg.jp/cYByQLj4>

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。

※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 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(稚内市末広 4 丁目 2-27)

□その他

詳しくは、野生動物対策課ホームページをご確認ください。

(<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。狩猟免許の取得をお考えの場合、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)

小さな中頓別の
しあわせをデザインする



2026(令和 8)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

<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、事業者向けの事業を実施しています。下記の事業は、申請希望の申出をしたのち申請を行っていただきますが、第一次の申請希望申出をされた方の申請受付は開始しています。

なお、第二次の申請希望に関する申出を下記の期間で受け付けます。活用をご検討されている事業者の方はお忘れなきようお願いください。

□交付金事業 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 請 期 間 令和 9 年 3 月 1 日(月)まで

□第二次申出 9 月 1 日(火)～10 月 30 日(金)

□申 出 方 法 「リスクリング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：商工会事務局

会員以外の場合：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)

<町内事業者の皆様へ> 中頓別町生活応援券精算期限のお知らせ

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」について、各事業所で使用された商品券の最終精算に係る期日は、下記のとおりです。提出期限を過ぎますと換金できなくなりますので、未精算の商品券をお持ちの事業者様はお忘れなきようご提出ください。

□提出期限 8 月 31 日(月)

□最終支払 9 月 10 日(木)予定

□提 出 先 政策経営課政策経営グループ

□問 合 せ 商工労働・観光まちづくりグループ(01634-8-7663)

『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、応募方法等はお問い合わせください

□問 合 せ 〒098-5551 枝幸郡中頓別町字中頓別 160 番地

中頓別町老人ホーム長寿園(01634-6-1234)

『保健福祉課から』

特定健診・健康診査、がん検診のお知らせ

- 日 時 9 月 9 日(水)
- 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
- 申込み 8 月 31 日(月)までに電話または下記二次元コードから申し込み



がん検診のみ



がん検診・特定検診

□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
- ※生活保護世帯の方は無料。申込み時に申し出ください。
- 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 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

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 9 月 10 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 9 月 10 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 無料
- 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)

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。日程は健康カレンダーでご確認ください。
- 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 8 月 31 日(月) 室内遊び
- 9 月 7 日(月) 打合せ
- 9 月 14 日(月) うどん作り
- 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)

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 9 月 30 日(水)、10 月 7 日(水)、14 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

- 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！たくさんのご参加をお待ちしています！
- 日 時 10 月 20 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。
- 日 時 10 月 21 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)

『教育委員会から』
中頓別町芸術文化公演会
woodpecker のダンスパフォーマンス
+ダンス教室 2026

- 中頓別学園にてダンスパフォーマンス公演及び、ダンス教室を行います。今年は地域の皆様も観覧可能となっております。ぜひお越しください。
- 日 時 9 月 9 日(水)
- 10 時 25 分～11 時 10 分：1～4 年生、こども園年長児
- 13 時 10 分～14 時 00 分：5～9 年生
- 場 所 中頓別学園体育館(旧中学校体育館)
- 内 容 ダンスパフォーマンス、ダンス教室
- 対象者 こども園年長児、中頓別学園児童・生徒、地域の方(観覧のみ)
- 問合せ 教育グループ(01634-6-1321)

『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(木) 10 時 00 分～11 時 30 分
- 内 容 絵具であそぼう
- 場 所 ぱすてるホールとお部屋
- 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、着替え、体をふくタオル
- 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 10 日(木) 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 ぱすてるのお部屋など
- 対 象 就園前のお子さんと保護者、妊婦さん
- 持ち物 水分補給の飲み物
- 問合せ 認定こども園(01634-6-2727)

9 月のサロンのお知らせ

- 日 時 9 月 16 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、絵本の読み聞かせ
- ※午後からは、クラスを担任している先生も参加
- 場 所 ぱすてるのお部屋
- 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 認定こども園(01634-6-2727)

『政策経営課から』
町長がおじゃましますのお知らせ

- 今年も「町長がおじゃまします」を開催し、町民のみなさまと意見交換を行います。
- 現在日程調整を行っている自治会編とは別に、開催を希望する団体やサークルに町長がおじゃまして意見要望や日常で思うこと、困っていることなど様々な内容で懇談を行います。
- 少人数でも開催できますので、お気軽に下記問合せまでご連絡ください。
- 開催期間 9 月～10 月
- ※上記期間以外はお相談ください
- 問 合 せ 政策経営課(01634-8-7671)