

## 広報

# なかとんぐ

## お知らせ版

『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	
11日(木)	小田(出)	笹井(旭) 小田(出)	小田(出)	笹井(旭) 小田(出)	整形外科外来 (要予約)
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	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	
24日(水)	中澤	中澤	玉置(出)	玉置(出)	
25日(木)	玉置(出)	藤澤(旭) 玉置(出)	玉置(出)	藤澤(旭) 玉置(出)	整形外科外来 (要予約)
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11日(木) 旭川医大整形外科 笹井 健吾 医師(要予約)
- 9月25日(木) 旭川医大整形外科 藤澤 拓真 医師(要予約)
- 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(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)

### なかとん牛乳 出荷日のお知らせ

- 予定日 9月12日(金)、16日(火)、19日(金)、23日(火)、26日(金)、30日(火)
- 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。

### 浜頓別町国民健康保険病院の婦人科診療について

- 診療期間 9月18日(木)、19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)

※予約制ではございませんが出張医師の都合により診療日程が変更になる場合もありますので、事前に浜頓別町国民健康保険病院にご確認願います。

『保健福祉課から』

### まなみんの産前・産後ヨガ「ゴムチューブヨガ」

- 日 時 10月2日(木) 10時00分~11時30分
- 場 所 保健センターホール
- 内 容 エクササイズゴムチューブ
- 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)
- 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 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)

### 伸ばそう健康寿命 誰でもできる健康ヨガレッスン！ 「ゴムチューブヨガ」

- 日 時 10月2日(木)19時00分~20時30分
- 場 所 保健センターホール
- 内 容 エクササイズゴムチューブ
- 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。ヨガマット等必要な物はこちらで全て準備しております！
- 申込み・問合せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

### 定期予防接種のお知らせ

- 日 程 9月25日(木) ・B型肝炎予防接種  
・日本脳炎予防接種
- 10月 9日(木) ・MRⅡ期予防接種(就学前児対象)
- 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)

ま ち  
小さな中頓別の  
しあわせをデザインする 

2025年(令和7年)9月10日発行号【No.1】

発行／編集 中頓別町役場政策経営課

### 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 9月22日(月) 室内遊び  
9月29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)

### 歯科健診・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。定期的にお口の中を点検しておきましょう。

- 日 時 10月9日(木)
- 予約時間 ①13時30分~13時45分 ②14時00分~14時15分  
③14時30分~14時45分 ④15時00分~15時15分  
⑤15時30分~15時45分
- ※混雑を避けるため、事前予約制といたします。お申し込みの際はご希望のお時間をお知らせください。  
※次回は令和8年2月5日(木)の予定です。

- 場 所 保健センター
- 対 象 1歳から就学前の幼児
- 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
- 締 切 り 10月2日(木)
- 問 合 せ 介護福祉センター(01634-6-1995)

### 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 9月12日(金)、16日(火)、19日(金)、26日(金)、30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)

## 2025年(令和7年)9月10日発行号【No.2】

『産業課から』

### 町民記念植樹事業のお知らせ

ご家庭での記念に、自宅のまわりに木を植えてみませんか？  
中頓別町緑化推進委員会では緑の募金を財源として、中頓別町の森づくりを推進するため、さまざまな事業を行っております。

町民記念植樹事業も、本委員会で決定された事業のひとつです。この事業は皆様からご協力いただいた緑の募金の趣旨に沿い、ご自宅の周りに緑を増やすことを目的として希望者に樹木の苗を配布しております。

本年度も中頓別町の木・花である「アカエゾ松」「チシマ桜」からご希望の樹種を選択できます。木の苗と併せて客土(堆肥)も無料でご提供するほか、木の植え方や管理の方法につきましても、パンフレットを配布させていただいております。

この機会に、何かの記念として植えてみるのはいかがでしょうか。

□対 象 者 町民のみなさま  
※1家庭1本とし、植えた木についてついて最後まで管理できる方に限ります。

□植樹場所 植樹場所は問いませんが、ご自宅の庭など自己責任で管理できる場所とさせていただきます。

※公営住宅にお住みの方は、下記問合せまで事前にご相談ください。

□樹 種 町の木である「アカエゾ松」か町の花である「チシマ桜」のどちらかを選択できます。

□申込期限 9月25日(木)まで  
※予算に限りもございますので、アカエゾ松5名様、チシマ桜5名様までとさせていただきます。

□問 合 せ 中頓別町緑化推進委員会事務局  
産業グループ内(01634-8-7662 FAX:01634-6-1155)

『政策経営課から』

### 令和7年国勢調査を実施します！

国勢調査は、10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。

国勢調査の結果は、選挙区の区切りや地方交付税の算定、また、社会福祉、雇用、生活環境の整備、災害対策など、あらゆる施策の基礎データとして利用される重要な統計調査です。

調査員がみなさまのお宅を訪問し、調査書類をお配りしますので、調査書類が届きましたら、ご回答くださいますようお願いいたします。

□回答方法及び回答期間  
・インターネットによる回答 9月20日～10月 8日  
・郵送提出による回答 10月 1日～10月 8日  
・調査員への提出による回答 10月 1日～10月 8日  
□問 合 せ 政策経営課(01634-8-7671)

### 令和7年度中頓別町敬老会の開催について

令和7年度中頓別町敬老会を、次の日程にて開催します。  
開催の案内につきましては直接該当者の方にハガキにより通知しております。

なお、令和7年12月31日時点にて75歳以上になる方で案内のハガキが届いていない場合は大変申し訳ありませんが、直接、下記問合せへご連絡をお願いします。

□開催日時 9月25日(木)11時00分～  
□開催場所 町民センター  
□対 象 者 令和7年12月31日時点で75歳以上の方  
□開催概要 11時00分 開会、町長挨拶  
来賓挨拶(町議会議長)  
喜寿・米寿・百寿お祝い品贈呈  
祝電披露  
11時20分 祝宴・祝杯(老人クラブ連合会長)  
余興 ※  
中頓別町認定こども園  
中頓別町立中頓別小学校  
中頓別町立中頓別中学校  
和太鼓団～雪峯～  
加藤 熙章(シンガーソングライター)  
12時50分 閉会(万歳三唱 町議会副議長)  
※余興は、会場後ろの空きスペース等で観覧が可能です。  
□問 合 せ 地域包括支援センター(01634-6-2003)

『住民グループから』

### 令和7年度ブロック別町内会活動研究会に参加しませんか

これまであらゆる地域課題に対し、行政とともに積極的に対応してきた町内会・自治会は、これからの地域コミュニティのあり方を見据えた、新たな役割が期待され、子どもからお年寄りまで、誰もが安心して暮らせる地域づくりが求められています。本大会に参加して誰もが住み慣れた地域で安心安全に暮らし続けられる「共に生きる地域づくり」について考えませんか。

□開 催 日 10月23日(木)  
□開催場所 稚内市総合文化センター  
□参集範囲 町内在住の自治会会員  
□内 容 基調講演、分科会、交流会  
□そ の 他 ・現地まで、車両を出し事務局で送迎いたします。  
・交流会終了が20時頃となるため、宿泊となります。  
・2日目は移動のみです。(12時到着予定)

□募集締切 10月2日(木)  
□問 合 せ 中頓別町自治会連合会事務局  
住民グループ内(01634-8-7660)

『保健福祉課から』

### 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 9月22日(月) ※10時00分保健センターに集合

□場 所 保健センター

□内 容 えびピラフ、豚汁、キャベツとちくわの塩昆布あえ、チェロス

□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)

### 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ください。

・小頓別地区

□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

・兵安・神崎地区

□日 時 10月3日(金) 10時30分～11時30分

□場 所 兵安会館

・宮下・豊泉地区

□日 時 10月6日(月) 13時30分～15時00分

□場 所 宮の杜テラス

□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)

### 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 10月1日(水)、8日(水)、15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)

『教育委員会から』

### 令和7年度町民健康マラソン大会の参加者募集

- 開催日 10月11日(土) 受付9時00分～ スタート10時00分～
- コース 長寿園前～天北厚生園付近折り返し(1.5km) 長寿園前～上駒橋付近折り返し(3km)
- 種目 1.5km：幼児、小学1年～3年男子、小学1年～3年女子  
3km：小学4年～6年男子、小学4年～6年女子、一般男子(中学・高校生含む)、一般女子(中学・高校生含む)
- 参加料 無料
- 表彰 各組3位まで賞品を差し上げます  
入賞者以外の参加者全員に参加賞を差し上げます
- その他 雨天決行いたします
- 主催 中頓別走友会
- 後援 中頓別町教育委員会・中頓別町スポーツ協会
- 問合せ 参加申込みは、10月6日(月)までに石神宅(01634-6-1365)  
または携帯(090-2876-1365)へお申し込みください。

### 令和7年度 中頓別町民文化祭の作品募集について

今年も町民センターを会場に「中頓別町民文化祭」を開催します。それに伴い、町内の皆様から展示作品・発表の募集をいたします。日頃の成果をぜひ、町民文化祭で披露しませんか？

- 期間 11月2日(日)～11月3日(月・祝日)
- 会場 町民センター
- 募集内容 写真、絵画、書道、編み物、陶芸、ハンドメイドなどの展示作品  
歌唱、太鼓、楽器演奏、ピアノ発表などの舞台発表  
ものづくりや読み聞かせなどの実演や体験活動
- 申込み 舞台発表者数や作品展示会場の把握調整のため、10月16日(木)までに教育委員会で配布している  
申込書を提出ください。
- 問合せ ご不明な点等ございましたら町民文化祭事務局：教育グループ(01634-6-1321)までお問合せ願います。

### 人生100年学びの拠点・中頓別学園完成に備えて 「学校・地域合同避難訓練(1日防災学校)」のお知らせ

- 日時 10月2日(木)13時00分から  
・避難訓練 13時00分～13時30分  
・防災体験等 13時30分～15時00分
- 場所 小中学校体育館およびグラウンド
- 参加対象 町民のみなさんどなたでも
- その他 ・開始10分前(12時50分頃)までにお集まりください。  
・受付は、学校職員玄関で行います。  
・午前中は小学生を対象とした防災学校(マイハザードマップづくり、避難所設営体験、新聞紙スリッパづくりなど)が行われます。体験・参観も可能ですので、詳細についてはお問い合わせください。
- 問合せ 新しい学校づくり推進室(01634-6-1321)、総務グループ(01634-6-1111)、小中学校

『教育委員会から』

**モルック体験会の参加者募集中**

- 日 時 9月23日(火・祝日)10時00分から
- 場 所 町民センター 大ホール
- 参加対象 小学生以上の町民の方
- 申 込 み 9月18日(木)までに下記問合せへご連絡  
ください
- 問 合 せ 教育グループ 担当：炭谷  
(01634-6-1321 FAX:01634-8-7701)

**定例教育委員会議を開催します**

- 日 時 9月24日(水) 13時30分～
- 場 所 町民センター レク室
- 問合せ 教育グループ(01634-6-1321)  
※傍聴される方は会議の日程を変更する  
こともありますので、事前に確認され  
ますことをお勧めします。

**モルック大会M-1の参加者募集中**

- 日 時 10月4日(土)14時00分から
- 場 所 町民センター 大ホール
- 参加対象 子どもから大人まで
- 参 加 料 1チーム1,000円
- 申 込 み 9月30日(火)までに下記問合せへご連絡  
ください
- 主 催 中頓別町商工会青年部
- 後 援 中頓別町教育委員会
- 問 合 せ 中頓別町商工会青年部(01634-6-1416)

『認定こども園子育て支援センターから』

**9月のサロンのお知らせ**

- 日 時 9月17日(水) 午前：10時00分～11時30分  
午後：14時00分～17時00分
- 内 容 自由テーマで交流、絵本の読み聞かせ  
※午後からはクラスを担当している先生  
も参加します。
- 場 所 ぱすてるのお部屋
- 対 象 就園前のお子さんと保護者、こども園に入  
園しているお子さんと保護者、卒園したお  
子さんと保護者
- 問合せ 認定こども園  
担当：大島(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)

『産業課から』

## 町営住宅の入居者を募集します

### □あかね拡充団地441号

(字中頓別47番地18 平成15年度建設)  
構造 補強コンクリートブロック造2階建て  
(共同住宅)  
面積 3LDK 78.90㎡  
設備 ボイラー、ユニットバス、車両格納庫付  
家賃 所得に応じて決定  
(格納庫は使用料4,000円/月)  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### □あかね拡充団地442号

(字中頓別47番地18 平成15年度建設)  
構造 補強コンクリートブロック造2階建て  
(共同住宅)  
面積 3LDK 78.90㎡  
設備 ボイラー、ユニットバス、  
車両格納庫付  
家賃 所得に応じて決定  
(格納庫は使用料4,000円/月)  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### □あかね特定公共賃貸住宅425号

(字中頓別48番地33 平成14年度建設)  
構造 補強コンクリートブロック造2階建て  
(共同住宅)  
面積 3LDK 80.83㎡  
設備 給湯ボイラー、ユニットバス、車両格  
納庫付  
家賃 46,000円(格納庫は使用料4,000円/月)  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### □あかね拡充団地417号

(字中頓別48番地33 平成13年度建設)  
構造 補強コンクリートブロック造2階建て  
(共同住宅)  
面積 2DK 62.50㎡  
設備 電気温水器、ユニットバス、車両格  
納庫付  
家賃 所得に応じて決定  
(格納庫は使用料4,000円/月)  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### □旧中頓別農業高校教員住宅102号(1階)

(字上駒7番地12 平成8年度建設)  
構造 鉄筋コンクリート造2階建て  
(共同住宅)  
面積 2DK 60.33㎡  
設備 灯油ボイラー、ユニットバス  
家賃 32,000円  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### □町有住宅25号

(字旭台261番地20 昭和53年度建設)  
構造 木造平屋建て(長屋住宅)  
面積 3DK 67.23㎡  
設備 水洗トイレ設備、浴室有  
(浴槽、給湯ボイラー無し)  
家賃 15,100円  
入居条件 どなたでも入居可  
入居可能日 即入居可

### ◎入居資格など

- ・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など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はないこと
- ・同居者は入居者の親族であること
- ・各住宅とも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必要  
(公営住宅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2か月分)必要

### ◎お願い

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

◎申込期限 9月22日(月)まで

◎問合せ 建設グループ(01634-8-7665)