

✦ contents.

第71回 羽幌町民芸術祭 ②

水道料金・簡易水道料金の基本料金を1か月分免除します ⑧

情報プラザ | 令和8年羽幌町二十歳の集い ⑪



第71回

羽幌町民芸術祭

芸術の秋、子どもからお年寄りまで、みなさんの作品を一堂に展示し、日頃の活動の成果を発表いたします。ぜひ中央公民館にお越しください。

展示部門



10月24日(金)～10月28日(火)
9時00分～21時00分 (28日は17時00分まで)

- ・写真展
- ・絵画展
- ・書道展
- ・俳句展
- ・短歌展
- ・川柳展
- ・陶芸展
- ・華道展
- ・手工芸展
- ・木彫展 など

古本リサイクル市



10月24日(金)～10月28日(火)
9時00分～22時00分

お茶会



10月26日(日)
11時00分～13時00分

茶道みどりの会

絵本読み聞かせ



10月26日(日)
① 11時30分～12時00分
② 14時00分～14時30分

あざらしおはなし会

舞台部門



11月3日(月)

開場 12時30分 開演 13時00分

出演予定団体

- ・羽幌町民吹奏楽団
- ・はぼろコールスマイル
- ・LUSH Dance School
- ・羽幌オロロン太鼓の会
- ・羽幌町こきりこ唄保存会
- ・羽幌吟友会
- ・Smug face
- ・うぐいす会
- ・もみじ会

☎お問合せ 中央公民館内 羽幌町民芸術祭実行委員会 ☎ 62-1178

国民年金保険料は 全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは、令和7年中（令和7年1月1日から12月31日まで）に納めた保険料の全額です（令和7年中に納めたものであれば、過去の年度分の保険料や追納した保険料も控除の対象となります）。

本年中に納付した国民年金保険料は、年末調整や確定申告をすることによって社会保険料控除を受けることができます。

対象者には、日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されますので、年末調整や確定申告の際にご使用ください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子データの送付も行っており、郵送よりも早く受け取ることができます。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録を行うと、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます（電子送付希望の登録を行うと、登録後は書面の郵送が停止されます）。

控除証明書の送付時期

	対象者	送付方法	送付時期
①	令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に 国民年金保険料を納付した方	電子送付	令和7年10月中旬から下旬 にかけて順次
		郵送	令和7年10月下旬から11月上旬 にかけて順次
②	令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に 国民年金保険料を納付した方（①の対象者を除く）	電子送付	令和8年1月下旬から順次
		郵送	令和8年2月上旬

なお、ご家族（配偶者やお子様等）の国民年金保険料を納付している場合も、その保険料について控除が受けられます。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に関する概要やよくある質問（Q&A）等については、日本年金機構ホームページをご覧ください。



日本年金機構ホームページ

📞お問合せ

（１） 控除証明書相談チャット（24時間対応）

お問合せに対話方式で24時間自動対応するチャットボットを開設しています。

右のQRコードから「相談チャット総合窓口」へアクセスし、「控除証明書」を選択してください。
（令和7年分への更新は10月上旬予定）



（２） ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004（ナビダイヤル）

050から始まる電話でかける場合 ☎（東京）03-6630-2525

（受付時間）月～金曜日 8時30分～19時00分

第2土曜日 9時30分～16時00分

※ 土日・祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません

生成AIを使ってみよう

今話題の生成AIを実際に体験！文章や画像づくりなど、ちょっと未来の便利さを楽しく学んでみましょう。

- ⑥ 11月4日〔火〕 午後2時30分から3時30分
- ⑦ 11月5日〔水〕 午後1時00分から2時00分
- ⑧ 11月6日〔木〕 午後4時00分から5時00分

スマホで確定申告（e-Tax）をやってみよう

スマホだけでできる確定申告を体験！ちょっと難しいような手続きも、わかりやすく説明します。

- ⑨ 11月5日〔水〕 午後2時30分から3時30分

ハザードマップポータルサイトで様々な災害のリスクを確認しよう

地震や洪水など災害のリスクを地図でチェック！自分の地域を知って、防災に役立てましょう。

- ⑩ 11月5日〔水〕 午後4時00分から5時00分

会場：中央公民館研修室

受講メニューはこちら

※各回定員5名程度。何度でも受講可能です

デジタルの基本を身につけて 安心・安全にインターネット を楽しもう

安心してインターネットを楽しむコツを学びます。
初心者の方でも気軽に参加できるやさしい内容です。

- ① 11月4日〔火〕 午後1時00分から2時00分
- ② 11月5日〔水〕 午前10時30分から11時30分
- ③ 11月6日〔木〕 午後2時30分から3時30分

羽幌町公式LINEを登録して 便利な機能を使ってみよう

公式LINEをもっと便利に！暮らしに役立つ機能を、
やさしくわかりやすくご紹介します。

- ④ 11月6日〔木〕 午前10時30分から11時30分

全国版救急受診アプリで病気 やけがの緊急度を判定しよう

体調が悪いときやケガをしたときに便利なアプリ。
もしもの時に備えて、使い方を一緒に学びましょう。

- ⑤ 11月6日〔木〕 午後1時00分から2時00分

お問い合わせ・お申し込みはこちらから

羽幌町役場デジタル推進課

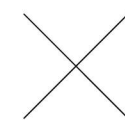
☎ 0164-68-7040



← こちらの申し込み
フォームもご利用いた
だけます。



総務省



SoftBank

スマホの向こうの新しい世界へ

年齢
不問

参加費
無料



デジタル
活用支援

総務省デジタル活用支援推進事業

スマホ講習会を開催します

ソフトバンクの講師によるスマホ講習会を中央公民館で開催します。
年齢問わず受講いただけますので、みなさまぜひご参加ください。
各回5名程度の定員を予定していますので事前のご予約がおすすめです。

日程 令和7年11月4日～6日（ご希望のメニューから選べます）

- ▶ ソフトバンク以外の電話会社をお使いの方も参加可能です。
- ▶ 「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。
- ▶ 参加費は無料です。ご自身のスマホのみご持参ください。
- ▶ 講習会では、商品やサービスを販売することはありません。
- ▶ 受講者に年齢制限はありません。どなたでも何度でも受講できます。



7 ハートタウン2階の衣料品店が閉店したことにより、羽幌町や近隣の町村で衣食住の衣の部分に困る方が大勢いると思います。テナントを誘致する等、町ではどのように考えていますか。

【その後の対応等】

業者に相談を持ちかけましたが、令和7年3月に商業施設誘致は困難であると判断しました。その後、中心市街地の賑わいを創出するため集客効果が期待でき、かつ、住民福祉、教育、子育て等に関わる機能を備えていることや公共施設マネジメント計画に基づき老朽化による改修や建替え等の必要性が高い施設における財政的な懸案事項を念頭に協議を行った結果、町が自ら利活用する方針へ転換を図り、建替計画がある公民館の一部の機能を移転する考えで進めています。

8 町内の商店街の街灯について、設置されてから25年以上が過ぎ老朽化が進んでいます。このまま放っておくと大変費用がかかると心配しています。それぞれの地区で状態が違うため、私たちの商店街だけでも取り掛かろうと思いましたが、国道沿いに設置されているため簡単にはできないそうで、なかなか業者さんも引き受けていただけない状態が5～6年続いています。何とか知恵をお借りしたいです。

【その後の対応等】

所有者の方々から商工会を通して相談があり次第、話し合う予定です。

9 夜の羽幌の街はすごく暗い感じがします。例えば災害等があったときに大変だなと感じます。

【その後の対応等】

夜間の街路を通行するのに不安を感じられないよう、令和7年度から新たに予算措置し、防犯灯の灯具を従来より比較的照度（広がり）の強いLED灯具に計画的に交換しています。

街路の明るさを確保することにより、安心・安全なまちづくりを推進していきます。

10 雪で通行止めになるのも災害の一種かと思うのですが、人工透析をしなければならない方が雪で病院に向かうことができない場合は、特別除雪みたいなことをできますか。

【その後の対応等】

緊急的な場合(搬送の必要があると医師が判断する場合)であって、除雪車が出動できるような状況にあるときは、各消防機関と留萌開発建設部との間で調整し、対応（除雪車が先導）している旨確認しています。

11 排雪が中々されず、シーズン内に1回来るかどうかになっています。いつ排雪が来るかわからないため、この場所は大体何月の下旬ぐらいに排雪が入る等、冬を乗り切る見通しのようなものがほしいです。いちいち電話するのではなく、デジタルですぐにわかる方法はありませんか。

【その後の対応等】

排雪開始予定日は防災Infoはぼろでの周知を実施しています。なお、見える化（デジタル化）については、引き続き内容を検討しています。



お問合せ 地域振興課広報広聴係 ☎ 68-7013(課直通)

令和6年度市街地区町政懇談会におけるご意見等への対応状況

令和6年11月14日に開催した町政懇談会の内容を広報はぼろ2月号でお知らせしましたが、頂いた意見の要望に対するその後の対応状況について報告します。

1 サークルのメンバーに80歳を超える方がおり、町民芸術祭等で舞台発表を行う際、舞台裏の階段に手すりが無く、周りで腕を抱えたりして何とか出入りしている状況です。手すりを付けることはできないでしょうか。

【その後の対応等】

令和7年4月に折りたたみ式の手すりを設置しました。

2 2か月程前にFree Wi-Fiが設置され利用できるようになったが、戸を開めると第1研修室や3階では利用できません。全館で利用できるようにしてほしいです。

【その後の対応等】

いただいた要望の後、利用者からFree Wi-Fiが使えないとお話が出ていないため、現在は状態を観察中です。

3 旧児童会館側の出入口のドアを自動ドアにできないでしょうか。

【その後の対応等】

自動ドアへの改修は難しいが、業者に既存のドアを見ていただき調整済です。

4 夏まつり、秋まつりの内容はほとんど同じでした。バラフェスティバルは子どもたちはいましたが、食べるお店が少なく寂しかったです。何か人を集めるのにもう少し変化があるものを期待します。

【その後の対応等】

令和6年度は、地元住民をメインターゲットに夏まつり、秋まつりを開催しましたが、令和7年度は、夏まつりとバラフェスティバルを合体してバラフェスティバルの規模を大きくして開催しました。催しはバラに関するものを拡充しましたが、今後は更にアイデアを出して観光客を集められるようなイベントに成長させたいと思います。

5 夏期間に観光客が集まるイベントを開催してほしいです。

【その後の対応等】

観光客の入込を意識して、令和6年度に開催した「はぼろパラフェスティバル」の規模を拡大したほか、焼尻島では2年ぶりにめん羊まつりを開催しました。甘エビまつりほどの規模ではありませんが、観光協会と連携して、観光イベントを開催しています。



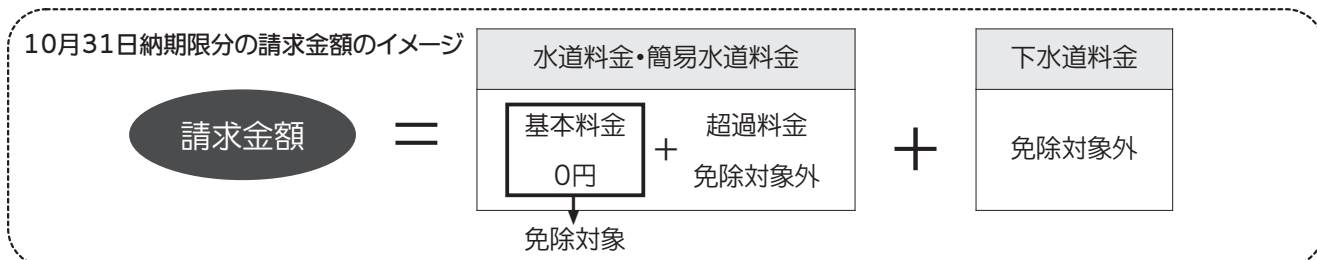
6 ホテル最上階の見晴らしが良いところに観光案内所があります。観光案内所は1階に設置するものであり、観光客はわざわざ上まで訪れないと思います。夕日が一番見えるとか、眺めが良いことをもっとPRして、昔のようにあそこでゆっくりお茶を飲んだりできるような場所に変えていただきたいと思います。

【その後の対応等】

令和8年度に指定管理者の更新時期を迎えるため、現在指定管理者の募集を行い、様々な提案を受けて指定管理者を選定しているところです。その中には展望ラウンジの利用方法についても含まれています。

水道料金・簡易水道料金の基本料金を1か月分免除します

物価の高騰などにより経済的な影響を受けている町民・事業者のみなさまを支援するため、10月31日納期限分の水道料金・簡易水道料金の基本料金を免除します。請求金額は次のイメージのとおりとなります。



- ※ 今回の免除に関する申請手続きは必要ありません
- ※ 臨時的に使用されている場合、国や地方公共団体名義の場合は免除対象外です
- ※ 9月検針分のお知らせ票には基本料金が印字されていますが、請求額は基本料金を免除した金額となります
- ※ 10月31日納期限分は、超過料金および下水道料金の合算で請求させていただきますので、水道基本料金のみの方には納入通知書が送付されません
- ※ 口座振替をされている方は、基本料金を免除した請求金額を引落しさせていただきます

お問合せ 上下水道課管理係 ☎ 68-7006（課直通）

エビバデ！羽幌ウィークin札幌 「羽幌とつながる日」

9月18日から21日までの4日間、ホテルポールスター札幌で「エビバデ！羽幌ウィークin札幌・羽幌とつながる日」を開催しました。

観光や移住ではなく、地域と継続的かつ多様な形で関わる「関係人口」の創出を目的として開催したもので、期間中は、羽幌港から直送した活甘えびや特産品の販売、レストランでのランチbuffetを通じて、羽幌町が誇る食の魅力をお届け。数量限定の甘えびは、開始からおよそ1時間で完売するほどの大変な人気を集めました。



19日には、初の試みでもあるディナーイベントを開催。羽幌出身の方やご縁のある方、応援してくださる方など約60名が集まり、甘えびやお米、焼尻めん羊（サフォーク種）の肉などをふんだんに使った7種類のコース料理に舌鼓を打ちながら、ふるさと羽幌の話に花を咲かせました。会場は、終始和やかな雰囲気に入れ、羽幌町の魅力をあらためて感じていただくひとときになりました。

町では、今後もこうしたご縁やつながりを大切にしながら、羽幌を感じていただける機会を重ねていければと考えています。

肺がん と たばこ

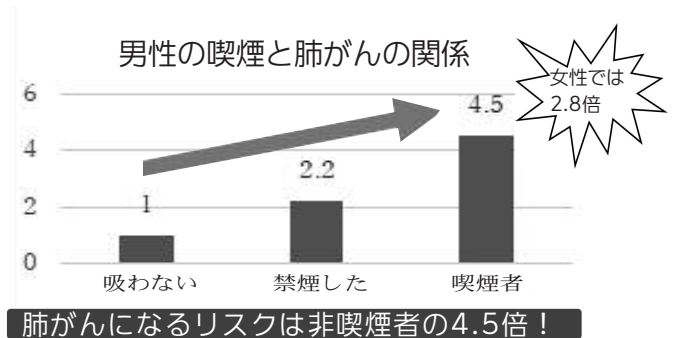
文＝ 行町 真唯（保健師）

肺がんはがんの中で1番死亡数が多く、2023年度では約7万5千人が肺がんにより命を落としています。羽幌町においてもがんによる死亡部位として肺が1番多く、全国・北海道と比較しても高い割合となっています。肺がんは肺の中心部の太い気管支に発生するがん、肺の周辺や気管支の先端部などに発生するがんの大きく2つに分けられます。初期の段階では症状がないことが多く、進行すると長く続く咳や痰、血痰や発熱などの症状が現れます。

肺がんの原因：喫煙が最大のリスク

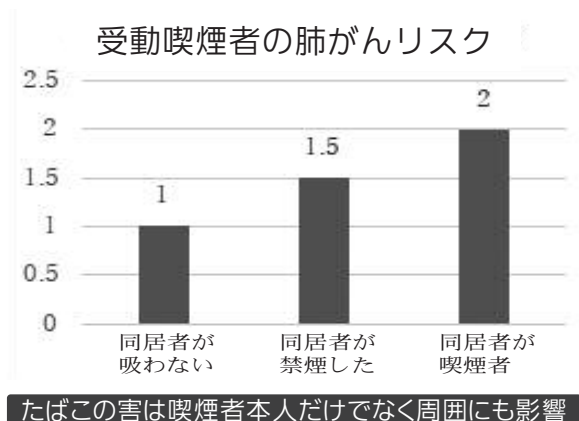
肺がんの原因として、喫煙習慣は最大のリスク要因です。たばこの煙には約70種類の発がん物質が含まれており、肺がんをはじめ様々ながんを誘発しています。喫煙者のなかでも喫煙年数の長い人、1日に吸う本数が多い人ほど肺がんになりやすいことがわかっています。

肺がんによる死亡の69.2%(男性)、19.8%(女性)はたばこがなければおこらなかったと推計されています。また、たばこを吸わない人でも受動喫煙(他人のたばこの煙を吸うこと)で肺がんにかかるリスクがあります。



禁煙に取り組もう！

- 吸いたくなったら水を飲む、ガムを噛む
- たばこやライターを捨てるなど、身の回りに置かない
- 散歩や軽い運動をする
- 自分が吸いたくなる行動パターンを把握し、対策を考える(起床後に吸いたくなるならすぐに歯を磨く、水を飲むなど)
- 飲み会ではタバコを吸わない人の近くに座る
- 禁煙外来に受診



肺がん検診を受けましょう

がんの早期発見・治療のために定期的ながん検診の受診をお勧めします。がんは早期発見することにより治る確率も上昇します。羽幌町では肺がん検診を年に4回実施しています。次回は次のとおり実施しますので、この機会に受診しましょう。

検診日時 令和8年1月17日(土)～18日(日) 両日ともに6時30分～11時00分
対 象 町内在住の40歳以上の方
検査方法 胸部X-P(レントゲン)検査
料 金 500円
申込方法 健康支援課保健係に電話(☎ 62-6020)または
右のQRコードからお申込ください
締 切 令和7年12月10日(水)



すこやか健康センターの情報は
公式SNSでも発信しています。
ぜひフォローをお願いします。



☞お問合せ

すこやか健康センター内 健康支援課保健係 ☎ 62-6020



内田隊員

行方隊員

うちだ なめかた
内田・行方の
地域おこし協力隊が行く
Vol.3

内田隊員

羽幌町地域おこし協力隊の内田さん、行方さんの活動をご紹介します。

スポーツ振興の先進自治体へ視察訪問

これから羽幌町でも、様々なスポーツで子どもたちが活躍できる環境にしていくために、既にスポーツ振興を積極的に行っている自治体への視察訪問を行っています。人口の多さやクラブの数によって、各自治体の取り組む内容は異なりますが、行政と学校、そして地域住民のみなさんがうまく連携をとりながらスポーツの振興を図るという意味では共通していました。

私が視察訪問を通じて感じたことは、これからますます少子化が進んでいく中であっても、近隣の市町村と手を組み、種目によっては合同チームを結成するなど、多くの工夫がされているという点でした。今回の視察によって得た情報や資料を基に、羽幌町に取り入れることができる内容のものについては、実現に向けて関係各所と積極的にお話を進めていければと考えています。



行方隊員

海鳥を守る海岸清掃 ～ウミネコ繁殖地を漂着物から守る～

8月24日、天売島の黒崎海岸で「海鳥を守る海岸清掃」を実施しました。猛暑の中、島内の小中高校生や島民、札幌円山動物園等の関係者など、町内外から約50人の参加者が集まり、昨年を上回る規模の活動となりました。

ウミネコが多く繁殖するエリアを中心に、海鳥に影響を及ぼす恐れのある漁具やプラスチックごみを丁寧に拾い集め、わずか1時間半で2トラック3台分もの漂着物を回収しました。参加者一人ひとりの力強い動きが、島の美しい自然を守る大きな力となりました。清掃活動後には参加者は島の飲食店で海の幸を堪能して自然と笑顔がこぼれました。



中央公民館

図書室だより

books.

【開館時間】 10時00分～17時00分

【電話】 0164-62-1178 (中央公民館内)

(新刊や蔵書は
羽幌町ホームページで検索できます)



◆◆◆ あたらしい本 ◆◆◆

一般書

酒亭DARKNESS 恩田 陸 著

今日未明 辻堂 ゆめ 著

イノセンス 誉田 哲也 著

本でした 又吉 直樹、ヨシタケ シンスケ 著

児童書

なんとかなる本5 樹本図書館のコトバ使い

令丈 ヒロ子 著、浮雲 宇一 絵

おばあのサーターアンドギー

上條 さなえ 作、こやま もえ 絵

どきどきしてる たけがみたえ 著

うちのねこ いもとようこ 文、絵

◆◆◆ 今月のおすすめ図書 ◆◆◆

リクと暮らせば レンタル番犬物語

大崎 梢 著

シェパードやドーベルマンなど、訓練を受けた優秀な番犬を自宅に迎えらる「レンタル番犬サービス」。さまざまな事情を抱えた人々に、番犬たちは静かに寄り添い…。犬と人との幸せな絆の物語。「小説推理」掲載などを書籍化。



一年一組せんせいあのね2
こどものつぶやきセレクション

鹿島 和夫 編著
ヨシタケ シンスケ 画

ぼくがすぎなのは ふゆやすみとはるやすみとなつやすみと ずるやすみです。
神戸市小学校で鹿島和夫が担任した1年生が書いた日記ノート《あのね帳》から生まれた本。
54人の子どもの詩をヨシタケシンスケの絵をもとに収録。

キラキラ



掲載希望の3才くらいまでの
お子さんを募集中！
詳しくはお問合せください。

応募待ってるオロ！
QRコードから直接
申込みできるオロ！



地域振興課広報聴係

☎ 0164-68-7013 (課直通)

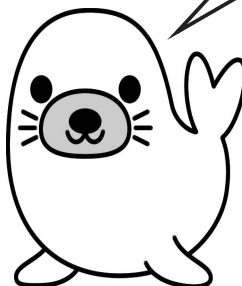
✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp



日時 11月8日(土) 14時00分

場所 中央公民館2階ロビー(図書室横)

えほんをよんだり
おんがくをやるよ！
あそびにきてね！



図書室カレンダー

10月						
日	月	火	水	木	金	土
					10	11★
12	13○	14	15	16	17	18
19	20○	21	22	23	24	25
26	27○	28	29	30	31	

11月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2○	3○	4	5	6	7	8★
9	10○	11	12	13	14	15

○印は「図書室がお休み」の日です

★印は「あざらしおはなし会」の日です



8 すこやか健康センターで羽幌町食生活改善協議会主催の「楽しく料理教室」が開催されました。参加者のみなさんの会話も弾み、楽しみながら調理をしていました。

※ 写真は地域おこし協力隊 内田隊員より提供 (9/19)

9 日本バレーボールのトップリーグ「Vリーグ」で活躍する「北海道イエロースターズ」の選手たちが羽幌高校を訪れ、バレーボールの授業を行いました。授業ではトスやレシーブの基礎練習のほか、3年生は選手3人を相手に試合形式の練習も行われました。間近で見る選手たちのジャンプサーブやアタックの迫力に生徒たちから歓声があがりました。

(9/12)

10 9月1日から7日までの間、韓国の素明女子高等学校へ短期留学をした羽幌高校生8人が役場を訪れ、韓国での交流などについて森町長に報告しました。(9/22)

11 中央公民館でいちい大学祭作品展が開催されました。いちい大学生が大学活動等で学んだリースや塗り絵等が数多く展示されました。(9/26 - 9/30)

12 はぼろ温泉サンセットプラザで羽幌炭砒三山大集会が開催されました。会場でははぼろコールスマイルによるコーラスや講師 旭堂南龍氏による講談、羽幌町出身で民謡演歌歌手の天乃心都氏による公演が行われたほか、交流会では久しぶりに会った参加者たちと炭砒当時のことを思い出しながら話に花を咲かせました。(9/27)

13 地域貢献事業として築別3線橋など、町内の橋梁清掃を実施した塩見・山高経常建設共同企業体に、森町長から感謝状が手渡されました。(9/30)



1・2 宮中行事「新嘗祭」に献上する米を収穫する「^{いいなめさい} 抜穂祭」が行われました。刈女、刈男を務めた羽幌中学生8人が^{けんこくまい} 献穀米の「ななつぼし」を鎌で丁寧に刈り取り、最後に耕作者の有野直倫さん絵美さん夫妻と一緒に記念撮影を行いました。

※ 写真はるもい農業協同組合提供 (9/8)

3 羽幌町文化協会主催の歌と踊りの交流まつりが中央公民館で開催されました。カラオケでは、自由参加のダンスが行われる等、会場は大いに盛り上がりしました。(9/6)

4 町内の満88歳を迎えた方58名と満100歳を迎えた方6名に、長寿をお祝いし森町長から記念品を贈呈しました。(9/26)

5 羽幌高校で防災1日教室が行われました。避難訓練誘導では、3年生の生徒が体育館に避難に来た認定こども園まきの園児たちにスリッパ新聞紙の作り方などを教えました。(9/22)

6 秋のセーフティコールが行われました。関係団体7団体から約30人が集まり、羽幌町老人福祉センター前で交通安全を呼びかけました。(9/22)

7 神田日勝記念美術館主催の「第31回馬の絵作品展」で全国からの応募総数323点の中から羽幌中学校3年神永みそさんの作品が最高賞(文部科学大臣賞)に選ばれました。神永さんの入賞は3年連続、最高賞は2年連続という馬の絵作品展では初の快挙となりました。(9/12)

まちの出来事は町ホームページの「フォトクリップ」コーナーや町公式Instagramでもご紹介しています。

町ホームページ
フォトクリップ



町公式
Instagram



統一防火標語「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

夏も終わり、だんだんと寒くなってきました。秋から冬にかけては暖房器具を使用する機会が増えるため、火災が発生しやすい季節といえます。火災の発生を防止し、悲惨な焼死事故をなくすため、全道一斉に秋の火災予防運動を実施します。

火災原因の多くは私たちのちょっとした油断や不注意から発生しているのはご存知でしょうか？火を出さない環境づくりとともに「火の用心」の気持ちを忘れず、尊い生命と大切な財産を守りましょう。

▶住宅火災 いのちを守る10のポイント！

4つの習慣

- ① 寝たばこは絶対しない、させない
- ② ストープの周りに燃えやすいものを置かない
- ③ こんろを使うときは火のそばを離れない
- ④ コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグを抜く

6つの対策

- ① 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
- ② 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- ③ 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
- ④ 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
- ⑤ お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- ⑥ 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

▶住宅用火災警報器の点検・お手入れを忘れずに！

住宅用火災警報器の設置が義務化され、10年以上が経過しました。有事の際、住宅用火災警報器が正常に作動するように、日頃から点検と手入れをしておきましょう。

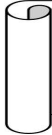
電池交換（交換できない場合は、本体を新しい警報器に取り換える）や定期的な作動確認（点検ボタンを押す、または紐を引く）を行いましょう。

▶各町内会防火部長様へ

火災予防期間中には「火の用心」旗の掲揚とともに、より一層の地域内の火災予防等にご協力をお願いします。

なお、「火の用心」旗の交換が必要な場合は、消防署予防課までお越してください。

お問合せ
北留萌消防組合消防署予防課 ☎ 62-1246



地域警察官のこぼれ話 一声、おかけします

私達、地域警察官は巡回連絡や警らなど『街頭活動』という業務で管轄内を巡回しています。その姿を見たことは何度もあると思います。そんな時に「こんにちは」とか「どうしましたか」など一声かけさせてもらっています。一声かけさせてもらうのは、『警察官を身近に感じてもらいたい』『問題を解決する手助けをしたい』という気持ちもありますが、これも一つの『防犯活動』なのです。

警察官に声をかけられた際、やましいことがあれば「見られている」と思いますし、何もなければ「お巡りさんが巡回しているのだな」と安心感があると思います。この「こんにちは」の一声が、地域の安全を守る第一歩だと思います。これは警察官だからできるというわけでは無く、地域の住民、みなさんもできることです。『見知らぬ人がウロウロしている』『何か困っている人がいる』『小さな子どもが一人で歩いている』など、小さな違和感を感じたら一声かけてみてください。

実際に、

- ・見たことのないスーツの人がウロウロしている ⇒ 特殊詐欺の犯人だった
- ・裸足の子どもが歩いている ⇒ 児童虐待だった など

みなさんの一声で解決した事件があるのです。

もしかしたらみなさんの一声で大きな事件を解決するきっかけになるかもしれませんね。

お問合せ 羽幌警察署 ☎ 62-1110 北大通交番 ☎ 62-1569

インフルエンザワクチン接種を町内医療機関で行っています。希望される方は直接医療機関へお申込みください。

ワクチン接種費用は町が全額助成します

町では、町内在住の生後6か月の乳幼児から高校生までの方を対象にインフルエンザワクチン費用を全額助成しています。

※ 下記医療機関以外で接種した場合は全額自己負担となります

実施医療機関・申込先

- ・北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060
- ・焼尻診療所 ☎ 01648-2-3225
- ・天売診療所 ☎ 01648-3-5030

※予約開始時期および接種日時は医療機関へお問合せください

※ ワクチンの在庫状況によっては接種できないことがあります

道内の事業場で働くすべての労働者(会社員、パート、アルバイトの方、学生など働くすべての人) およびその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されました。

最低賃金額	時間額 1,075円
効力発生年月日	令和7年10月4日

最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金、時間外等割増賃金は算入されません。なお、特定の産業で働く方には北海道の特定（産業別）最低賃金が適用されます。詳しくは北海道労働局ホームページをご覧ください。

北海道労働局ホームページはこちら⇒

お問合せ
厚生労働省北海道労働局労働基準部賃金室
☎ 011-709-2311（内線3533）



令和7年全国地域安全運動(10月11日～10月20日)

運動重点①「特殊詐欺、SNS型投資・ロマンス詐欺の被害防止」

「+」から始まる国際電話番号が使用される特殊詐欺被害が多発しています。海外との電話が不要な方は、「国際電話不取扱受付センター(☎0120-210-364)」に利用休止の申込みをしましょう。

また、SNS、電話、メールなどでトラブルに巻き込まれた話や、投資のもうけ話などをされたときは、詐欺を疑い、すぐに相手との連絡を絶ってご家族や警察（警察相談 専用ダイヤル#9110）にご相談ください。

運動重点②「子どもと女性の犯罪被害防止」

地域の見守りの目を増やすことは、犯罪の未然防止や防犯力の向上にもつながることが期待できます。

ウォーキングや買物、犬の散歩等の日常生活の中でできる「ながら見守り」と、不審者等発見時の早期通報にご協力願います。

お問合せ 羽幌警察署 ☎ 62-1110 北大通交番 ☎ 62-1569

この時期は朝晩の冷え込み、ストーブなどの暖房器具が活躍する季節です。

今月号の情報プラザでは全道秋の火災予防運動について掲載しています。

「住宅火災 いのちを守る10のポイント」を確認し、火災予防を心掛けましょう。

町民芸術祭実施に伴い、休館日が次のとおり変更になります。来館の際にはご注意ください。

変更前：10月26日（日）
変更後：11月 2日（日）

お問合せ
中央公民館内 社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178

令和7年11月～令和8年4月の期間中に各体育施設の定期利用を予定している団体は、使用団体登録票を提出してください。

※ 令和7年度利用団体には個別にお知らせしています

体育施設
▶総合体育館（アリーナ・研修室・多目的室など）
▶羽幌、天売、焼尻 各小中学校体育館（平日夜間）

提出期限 10月22日(水) 必着

お問合せ・提出先
〒078-4117 羽幌町字朝日31-1 羽幌町総合体育館内
社会教育課体育振興係 ☎ 62-6030

募集



初心者向け卓球教室～卓球を楽しく学ぶ～ 参加者募集

地域おこし協力隊の内田隊員が教える初心者向け卓球教室を次のとおり開催します。卓球が初めての方、興味がある方は大歓迎ですので、ぜひお申込みください。

日 時 10月29日(水)～10月31日(金)
(いずれも13時00分～15時00分)

会 場 総合体育館

対 象 者 町内在住の方

定 員 各日10名(先着順)

参 加 費 無料

申込方法 総合体育館にある申込書に記入の上、ご提出
いただくか電話にてお申込みください

申込期限 10月22日(水)

申込先・お問合せ
総合体育館内 社会教育課体育振興係 ☎ 62-6030

相談



こころの健康相談のご案内

留萌保健所では、毎月定例的に精神相談・思春期相談等を開設しています。
こころの問題でお悩みの方やご家族の方、支援に困っている関係者の方は、お気軽にご相談ください。相談料は無料です。秘密は厳守します。

内 容 精神相談

日 時 11月7日(金)13時00分～15時00分
※ **要事前予約**
※ 申込み順のため、希望日に予約できない場合があります

場 所 留萌保健所(留萌市)

担 当 社会医療法人博友会平岸病院
理事長 高橋 伸幸 氏

次のようなご相談はありませんか？

- つらい気持ちや死にたい気持ちになる
- 眠れない、食欲がない、気分が沈むなどが続く
- 家族の飲酒問題やひきこもりなどで悩んでいる

予約・お問合せ
留萌保健所健康推進課健康支援係 ☎ 0164-42-8327

イベント・行事



令和8年羽幌町二十歳の集い



二十歳を迎える方の門出をお祝いするため、令和8年羽幌町二十歳の集いを開催します。

日 時 令和8年1月11日(日) 13時00分 ～

会 場 中央公民館大ホール

対 象 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方

案内状の請求

- ①羽幌町に住民登録がある方
→12月上旬に案内状を送付しますので、請求する必要はありません。
- ②羽幌町に住民登録がない方
→11月21日(金)までに右のQRコードから案内状の送付先を登録してください。



お問合せ
中央公民館内 社会教育課社会教育係 ☎ 62-1178

川上正己写真展「名勝日本(東日本編)」

町内在住の川上正己さんが個展を開催します。
13回目となる今回は、川上さんが撮影した北海道から長野県までの写真63点と2月22日に開催された交通安全基金造成カラオケ大会の写真43点を展示します。ぜひご覧ください。

期 間 10月30日(木)～11月18日(火)

会 場 中央公民館1階ロビー

後 援 羽幌町文化協会
写真集団はぼろ

お問合せ 川上 正己
☎ 62-1861



ねんきんネットで年金相談ができます

日本年金機構では、海外にお住まいの方、聴覚や発話、身体等の障害により電話や年金事務所窓口での相談が難しい方を対象に、ねんきんネットによるオンライン文書相談の試行実施をしています。

本サービスは、マイナポータル経由でねんきんネットにログインし、ねんきんネットの入力フォームに相談内容を登録することで、後日、日本年金機構からの回答がねんきんネットに届くものです。

詳細は、日本年金機構のホームページをご覧ください。

こちらからご覧できます ⇒



お問合せ

留萌年金事務所お客様相談室 ☎ 0164-43-7211
(自動音声案内 1番→2番)

個別的労使紛争あっせん制度のご案内

解雇や賃金未払、ハラスメントなどの労働問題で悩んでいませんか？

北海道労働委員会では、労働問題に詳しい経験豊かな「あっせん員」が、当事者双方からお話を伺い、問題点を整理した上で助言等を行い、歩み寄りによる解決を図る「あっせん」を行っております。「あっせん」の利用は無料で、迅速な解決を目指します。

詳しくは、Webで「北海道労働委員会 個別あっせん」と検索していただくか、お問合せください。

こちらからご覧できます ⇒



受付・お問合せ

北海道労働委員会事務局調整課 ☎ 011-204-5667

9月の交通事故・消防に関するお知らせ

羽幌警察署並びに消防署から9月における各件数などのお知らせです。

交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発 生 件 数	0件	(5件)
死 者	0人	(0人)
負 傷 者	0人	(6人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動件数	30件	(275件)
搬 送 人 員	30人	(262人)
火 災 件 数	0件	(3件)
損 害 額	0円	(調査中)
死 者	0人	(0人)
負 傷 者	0人	(0人)

子ども達のための「里親」制度のご案内

さまざまな事情で、一時的に家庭で暮らせない子どもがいます。そういうお子さんを一時的に一般家庭で養育していただくのが里親制度です。愛情をも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、里親になるのに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負担で、里親さんには手当が支給されます。

この4月から、道北圏域の里親家庭を支える地域の柱として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。アイヌ語では「みな」とは「笑顔」、「ぼっけ」とは「温かい」という意味です。「温もりある支援で、里親、里子のみなさんが笑顔になれるよう目指したい。」という意味が込められています。

里親について知りたい方、里親を希望される方は、お気軽に下記までご連絡ください。

受付・お問合せ

里親支援センターみなぼっけ(安口) ☎ 0166-63-1410
北海道旭川児童相談所(里親担当あて) ☎ 0166-23-8195

地震災害への備え

地震による災害は、大きく分けて強い揺れ、津波、火災の3つです。気象庁では、「緊急地震速報」や「津波警報」を発表して強い揺れや津波の被害防止や軽減に努めています。突然襲ってくる強い揺れには事前の防災対策が、津波には早期避難が不可欠です。また、地震火災に対する初期消火や避難準備も大切です。

防災の基本は、日ごろの備えです。ご自宅の耐震対策、家具の固定、安全なスペースの確保に加え、ハザードマップで地域の災害リスクや避難所を確認しておきましょう。いざというときに備え、家族や近所の方々と連絡方法や集合場所について話し合っておくことも、災害から命を守る大切な一歩です。

■あわせてご覧ください



緊急地震速報に関すること
(気象庁ホームページ)



津波警報に関すること
(気象庁ホームページ)



羽幌町Webハザードマップ
(羽幌町ホームページ)

お問合せ

旭川地方気象台
☎ 0166-32-7102

北海道立羽幌病院からのお知らせ【令和7年11月分外来診療体制】

総合診療医

総合診療医による診療			月		火		水		木		金		診療日
診療科	医師	予約	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科	担当医	要	●		●		●		●		●		毎日
	当番医	不要	●		●	●	●		●	●	●		毎日
外科	当番医	不要				●				●			毎週火・木曜日
整形外科	担当医	要	●		●		●		●		●		毎日(処置・注射のない方)
	当番医	不要				●				●			毎週火・木曜日
＊ 急なケガなどの緊急の場合は上記診療日以外でもご相談ください													

専門外来

専門診療（出張医師等）			月		火		水		木		金		診療日
診療科	医師	予約	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
消化器内科	佐々尾医師	要							●				13日・27日
呼吸器内科	重原医師	要											当面の間、休診となります。 現在予約のある方は常勤医が代診します。
循環器内科	高橋医師	要					●						26日
総合診療科	木村医師	推奨							●				27日
フレイル外来	佐々尾医師	要		●									毎週月曜日
整形外科	穴口医師	推奨						●					5日・12日・19日・26日
									●				6日・13日・20日・27日
	覺田医師	推奨				●							4日・18日
	八島医師	推奨	●								●		7日・14日・17日・21日・28日
	引野医師	推奨	●										10日
	渡部医師	要				●							11日・25日
小児科	高橋医師	不要	●		●		●	●	●	●	●		井上医師診療日以外
	井上医師	不要	●	●									10日・17日
眼科	旭川医大医師	要			●								毎週火曜日
婦人科	金野医師	不要			●	●							毎週火曜日
耳鼻咽喉科	札幌医大医師	要					●						奇数週水曜日
泌尿器科	札幌医大医師	推奨							●				毎週木曜日
皮膚科	札幌医大医師	不要									●		毎週金曜日

＊ 受付時間

午前：8時00分～11時00分(泌尿器科のみ10時30分まで)
午後：13時30分～15時00分
(小児科 高橋医師のみ15時00分～16時00分)

＊ 人間ドック・健診等

検査内容等に応じて曜日が異なります。
ご希望の方はお気軽に病院までお問い合わせください。
電話受付時間：13時00分～17時00分

病院の診療に関する最新の情報は、病院ホームページや公式SNSで案内しています。ぜひフォローをお願いします。



LINE



Instagram



Facebook



病院ホームページ

📍**お問合せ** 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060

健康



11月の保健・子育てカレンダー

町内の保健事業や子育て教室の日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
4日(火)	市街地区 コロナワクチン予防接種＊	13時00分～	北海道立 羽幌病院
11日(火)	市街地区 コロナワクチン予防接種＊	13時00分～	北海道立 羽幌病院
13日(木)	乳幼児健診＊	12時30分～	健康センター
18日(火)	市街地区 インフルエンザワクチン 予防接種＊	13時00分～	北海道立 羽幌病院
20日(木)	乳幼児相談、 5歳児健診＊	13時00分～	健康センター
25日(火)	市街地区 インフルエンザワクチン 予防接種＊	13時00分～	北海道立 羽幌病院
毎週 火・金	うさこちゃん 遊びの広場★	9時30分～	健康センター
毎週水	すくすく★	9時30分～	健康センター
毎週木	あいあいサークル★	9時30分～	健康センター

お問合せ すこやか健康センター内

★子育て支援センター ☎ 62-1656

＊健康支援課保健係 ☎ 62-6020

「ごごうさ」開放中です！
(13時00分～16時00分)

子育て支援センター(すこやか健康センター内)には保育士が常駐しており、小学校入学前のお子さんと保護者を対象とした遊び場を開放しています。育児相談等も随時行っていますので、ぜひご利用ください。

＜お知らせ＞

「ごごうさに行きたいけど、小学生の兄弟がいるから行けない!」という方、乳幼児の弟妹が利用している場合は、一緒に小学生も入室可能です。
※ただし、保護者の同伴が必要です。



11月の行政相談

行政に関することでわからないことがあれば、お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は厳守されます。

日 時 11月12日(水) 13時00分～15時00分

会 場 役場1階 記者室

お問合せ 町民課総合受付係 ☎ 68-7003 (課直通)



11月の年金相談

年金加入状況の確認、納付書や基礎年金番号通知書再交付申請手続きなど年金に係る相談を受け付けています。

相談には予約が必要です

希望される方は、相談日の一週間前までにご予約ください。(定員になり次第、締め切る場合があります)

日 時 11月20日(木) 10時00分～16時00分

※ 12時00分～13時00分を除く

会 場 中央公民館

予約・お問合せ

日本年金機構留萌年金事務所 ☎ 0164-43-7211
自動音声案内 (① → ②)



生活・法律・仕事相談会のご案内

自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」では、生活や仕事等でお困りの方を対象に相談会を行っています。詳しくは下記の予約・お問合せ先までご連絡ください。

日 時 11月6日(木)・11月21日(金)
13時30分～15時20分 (1 枠50分)

場 所 羽幌町勤労青少年ホーム 相談室

料 金 無料

※ **要事前予約**【相談日の前日 15時00分まで】

※ 留萌管内に住民登録のある方であれば、羽幌町以外の会場でもご相談できますのでお問合せください

予約・お問合せ

自立相談支援事業所「るもい生活あんしんセンター」
☎ 0164-56-1616

安心

有利

簡単

建設業の退職金なら

建設業退職金共済制度

6つの特長

●国の制度で安全確実

●掛金が一部免除

●転職時は企業間を通算して計算

●経営事項審査で加算

●掛金は損金扱い

●電子申請方式で手続き簡単

(独)勤労者退職金共済機構

建設業退職金共済事業本部

TEL 03-6731-2866

Q 建退共

検索

人のうごき

令和7年9月届出分を掲載（希望者のみ）

ごけっこん

佐藤 裕貴さん 平沢 雪乃さん 天売
佐藤 諒輔さん 江尻 萌華さん 南3の3

おくやみ

吉田 すずゑさん 95歳 栄町
安居 幸治さん 87歳 南大通5
平向 豊子さん 71歳 港町
佐藤 恭子さん 90歳 天売
石川 馨さん 95歳 栄町
地主 ミドリさん 98歳 栄町
土山 行雄さん 91歳 南6の5
三浦 信代さん 79歳 北2の2

人口と世帯数（9月末）

人 口	5,806 人	（－ 21）
男	2,828 人	（－ 11）
女	2,978 人	（－ 10）
世帯数	3,299 世帯	（－ 15）

（ ）は前月比

戸籍の届出について

戸籍の届出は休日にも対応しています。
休日にお越しの際には連絡事項等がございますので、町民課総合受付係までお電話ください。（☎ 68-7003）

お忘れなく！

10月31日（金）納期限の税金は

道町民税（第3期分）

国民健康保険税（第4期分）



Dr. 佐々尾の健康カルテ

今年度の健診を終えられた方が増え、最近はその健診異常での精密検査での受診が増えています。健診で指摘される項目の中で多いものの1つとして「肝機能障害」があります。その原因として最も多いものが「脂肪肝」です。脂肪肝に至る理由として、アルコールを飲む方のみならず、飲まない方においても脂肪肝が生じます。脂肪肝とは、肝臓に中性脂肪が過剰に溜まった状態で、多くの方で自覚症状がありませんが、炎症が進むと肝臓の細胞が傷つけられてしまうことで、肝硬変や肝臓がんに進んでいくこともあります。

従来、そのような非飲酒者の脂肪肝を「NAFLD（ナッフルド）：非アルコール性脂肪性肝疾患」と呼称してきました。しかし、この英語名には「肥満（Fat）」という単語を含んでいること（日本語訳では「脂肪」と置き換えています）、高血圧や糖尿病、脂質異常といったメタボリックシンドロームが強く関係していることが明らかになったことから、「MASLD（マッスルド）：代謝機能障害関連脂肪性肝疾患」と名称が変更になりました。

脂肪肝の最大の原因は、エネルギーの摂り過ぎと運動不足による内臓脂肪の蓄積です。そこに糖尿病や高血圧、脂質異常症といった生活習慣病が複雑に絡み合い悪循環を生みます。例えば、糖尿病患者では半数以上に脂肪肝を合併し、脂肪肝の患者は健康な人に比べて2倍以上糖尿病になりやすいとされます。糖尿病・脂肪肝のそれぞれが、血糖を下げるインスリンが効きにくくなること、慢性的な炎症が生じることが、相互に関係すると考えられています。わが国の糖尿病患者さんの死因において約1割が肝疾患（肝硬変や肝臓がん）とされています。ですので、脂肪肝とはいえ侮れないのです。

脂肪肝を治療できる薬剤として承認されている薬剤は現時点ではありません。糖尿病の治療薬が肝臓の炎症を改善させ、数値を改善させるという報告は見られていますが、「糖尿病」という診断がされている方にしか用いることができません。薬以外でできる有効性が示されていることは、「体重を減らすこと」です。具体的には、体重を5～10%減量することです。3%～5%程度でも肝臓の数値はある程度改善しますが、肝臓自体の炎症は継続しています。7%以上減量できた場合、肝臓の炎症も軽減させることができます。

脂肪肝は周囲にもよくいるため油断しがちですが、血液検査値の異常が持続している場合、特に糖尿病患者さんでは肝硬変や肝臓がんにつながり予後に影響する場合があります。定期的にCTやMRIを撮影したり、血液検査でも肝臓の状態がわかるようになってきていますので、定期受診の際に医師に確認してみましょう。

（北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師）



広報はぼろ 令和7年10月号 No.748 発行 羽幌町 078-4198 北海道苫前郡羽幌町南町1番地1 編集 地域振興課
電話 0164(68)7013 FAX 0164(62)1219 メール c-kouhou@town.haboro.lg.jp ホームページ www.town.haboro.lg.jp