



もくじ

- 利尻島国保中央病院からのお知らせ……………2～4
- りしり元気塾……………5
- 「起きてから」じゃ遅い！  
【その時】のために備えておきたい！……………6
- 新型コロナウイルス感染症の  
療養期間中の食料や日用品について……………7
- 後期高齢者医療制度のお知らせ……………8
- 高齢者講習開催時のお取り扱いについて……………9
- 介護で仕事を離職しないために……………9
- 北海道公証人会・旭川公証人会からのお知らせ……………10
- 無料法律相談会のお知らせ……………10
- 自衛官等採用試験のご案内……………11
- 巡回職業相談所の開設について……………11
- 特別養護老人ホーム「ほのぼの荘」から  
ご報告とお礼を申し上げます……………12
- 北海道と市町村は高齢者に対し共同で催告書を発行します……………12
- 新型コロナウイルス感染症の影響による  
国民健康保険税：後期高齢者医療保険料の減免について……………13
- 北海道最低賃金……………13
- 北海道知事感謝状……………14
- 行政、人権、心配ごと相談の合同実施について……………14
- ふるさと定住促進……………15
- ツギノバより……………16
- 利尻森林事務所 鷗泊治山事業所より……………17
- わか家の薬とる……………18
- 消防だより……………19
- ひいふる……………20

# 「病院のお仕事」

第1回「リハビリ室」編

PT(理学療法士) 澤目 未生



病院職員は普段どんな1日を過ごしているか？皆様にはなかなか想像がつかないかもしれません。このコーナーでは病院で働くスタッフの1日についてご紹介します。

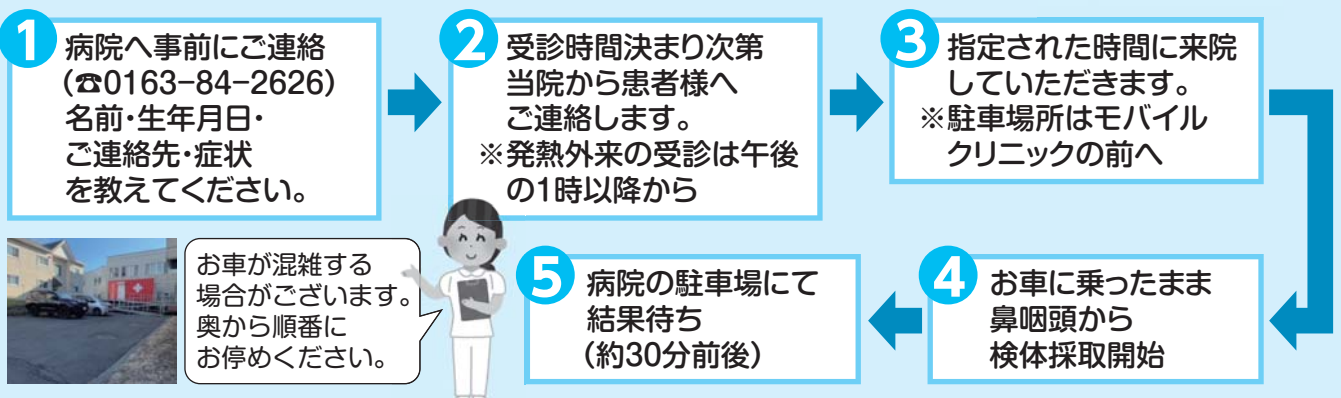
<p><b>8:15</b> 出勤</p>	<p>カルテをチェックします。</p>	<p>〈リハビリ風景〉</p>
<p><b>8:40</b> 申し送り</p>	<p>病棟で看護師や介護士より入院患者さんの状態や1日のスケジュールの連絡を受けます。</p>	
<p><b>8:50</b> リハビリ開始</p>	<p>担当制により外来患者様、入院患者様の対応を行います。 硬くなった関節を動かしたり、歩く練習をしたりします。電気治療や牽引機器などを使用して物理療法もおこないます。</p>	
<p>お昼休み</p>	<p>午後からもリハビリ患者様の対応を行います。 リハビリ外来の受付は16:00までです。 学生さんや仕事をしている方などは16:00からリハビリを行うことがあります。</p>	
<p><b>13:00</b> 午後業務</p>	<p>そのほか午後からは… 院内の会議や委員会に出席 自宅訪問（家屋調査） 鬼脇の介護老人保健施設に応援 役場主催の健康教室に参加</p>	<p>〈健康教室風景〉</p>
<p><b>17:00</b> 業務終了</p>		

## リハビリ室から皆様へ

リハビリ室は2014年（平成26年）に開設されました。現在、PT（理学療法士）2名の勤務体制です。島内でリハビリができることをまだ知られていない方もいるようです。札幌や稚内で手術や診断を受けて、リハビリが必要な方はぜひともご利用・ご相談ください。

## 発熱外来の受診方法について

発熱等の風邪症状がある方は発熱外来を受診してください。



# PCR検査(無料検査と有料検査があります)

北海道の無料検査期間内であれば、道民は原則無料となります。

## ●PCR検査予約受付時間

受付時間：平日 8:20～11:00  
(土日・祝日除く)

※当日の受付はおこなっておりません。事前のご予約を！

## ●検査開始時間

9:00 (土日・祝日除く)

## ●検査対象の方

- ・感染の不安がある方
- ・無症状の方(咳・のどの痛み・鼻水・倦怠感・発熱等の風邪症状がない方)
- ・濃厚接触者ではない方

## ●検査の対象外となる場合

※下記に該当する場合は、検査の対象外

- ・発熱等の症状がひとつでもある方
- ・濃厚接触者

## ●持ち物

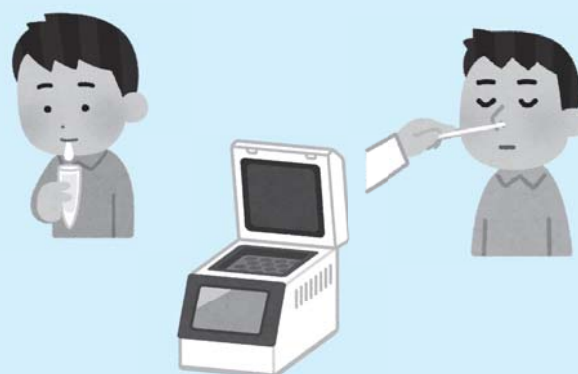
- ・身分証明書(保険証・免許証等)
- ・ボールペン(申込書記入用)

## ●注意事項

- ・唾液検査のため、検査の1時間前から飲食(飲水含む)・歯磨き・うがいを控えて下さい。(小学生以下お子様は微咽頭での検査になる場合があります。)
- ・当日の検査前の飲酒は控えてください。
- ・検査の混み具合によっては、検査結果が翌日になる場合があります。

※有料の場合の検査料

1回 15,000円(陰性証明別途 1,500円)  
助成制度もありますので、役場へお問い合わせください。



## ～コロナに感染してみて～

まず、始めに私たちは普段病院で、発熱外来を行っており、感染直後の患者さんに接触する機会はありますが、感染中の経過をあまり耳にしません。そこで、今回私たち家族がコロナに感染した経過をお伝えしようと思います。

感染者：2歳、4歳、成人(母)

まず、2歳が感染しました。1日目、午前中は普段と変わらず元気でした。昼寝後、体が熱いなと思い体温を測ると38.7℃あり病院に連絡し発熱外来で抗原検査をしてもらいました。

その結果、抗原検査陽性。家に帰ると39℃後半の体温になっており、ぐったりしていたので病院で処方していただいた解熱剤を内服させようと思いましたが、2歳は吐き出して飲んでくれませんでした。

した。夕食は殆ど食べず、水分も少量のみしか摂取できず、就寝しました。夜中はうなされ、何度も起きては身体をバタンバタンとしていました。2日目も熱は40℃～39℃後半で経過しました。この日も、口にに入れるもの、「辛い」「苦い」と拒否していたので、坐薬を使用しましたが解熱することなく経過しました。

このときに、味覚障害があるのだと気づきました。アイス、ジュース、ヤクルト、プリン等、食べやすいものをと声をかけましたが、口にいらても数口でした。3日目になりようやく解熱剤なしで、37℃後半にまで下がり、それと同時に食べ物も少しずつ食べられるようになり元気になりました。咳は、感染5日後から始まり10日過ぎても続きました。(次ページへつづく)

4歳も、同日昼寝後に38.3℃の発熱がありました。発熱外来で抗原検査は陰性でしたが、2歳が陽性だったのでPCR検査を実施し陽性が判明しました。帰宅後、2歳と同様39℃後半に熱が上昇していたので解熱剤を内服しました。その後、夕食は殆ど食べれず、水分だけでもと思い、果汁入りのジュースを飲ませましたが嘔吐してしまいました。就寝時には肘が痛いと言っていました。夜中には熱が40℃を超えていたので、熱せん妄と言われる異常行動が少し見られていました。2日目も熱は40℃～39℃後半で経過しました。味覚障害があったのか分かりませんが、食事、水分共にあまり取りたがりませんでした。普段元気ですが殆ど喋らず、何を聞いてもあまり応えてくれませんでした。薬だけは飲めたので薬を飲むときにお薬ゼリーを多めに飲ませるようにし、少しでも水分が取れるようにしました。3日目になり2歳同様に37℃後半にまで下がりました。水分は頑張って取っていましたが、食事はなかなか進まず食べてもプリンやゼリーなど数口しか取れず活気がない日が数日続きました。咳は感染3日後から始まり10日目以降も続いていました。

成人、子供たちが陽性になったこともあり、翌日自宅で抗原検査してみました。うっすら線が出ているかな程度反応がありました。この時は症状はありませんでした。

さらに翌日、少しの咽頭違和感と微熱、午後には咽頭痛と変わり発熱外来に受診して検査してもらった結果、陽性が判明しました。その翌日には咽頭痛で解熱鎮痛剤を飲んでいても関わらず、身体がザワザワする感じから始まり38℃台の熱が出てきました。その後、起き上がるのが辛いほどの倦怠感と後頸部を圧迫されるかのような頭痛が1日半くらい続きました。咳も一度出ると止まらない状態になり、鎮咳薬と解熱剤鎮痛剤を飲んでいましたが症状の改善がなく、電話診療で違う薬を出して貰い、その薬が後頸部から頭部痛にはよく効き動けるようになりましたが、咳は10日過ぎても続きました。倦怠感も暫く続いたように思います。

陽性確定後、同日に保健所から連絡がありました。陽性者の登録を行うのでテキストメッセージの登録要項を記載し送信してくださいと言われ、登録後情報確認と隔離期間の伝達がありました。翌日から使用できるMy-HER-SYSの説明と登録方法を教わりました。

翌日から朝・夕の2回体温、Spo2と質問項目の

回答を入力し送信。フォローアップセンターで気になる内容があれば、連絡があり不安や困っていることにも優しく対応して頂きました。

役場は、配食サービスの手配や、感染グッズなどの配当の希望を聞いてくれました。

### 今回コロナに感染し、他の方の話しも含め…

今回コロナにかかって私が思ったことは、軽症という扱いでも症状が2～3日は強く出ること、その後も咳などの症状が長く続くことが今までの風邪とは違うなと思いました。それに、症状の出現は各々違うことを改めて感じました。私は咽頭部の違和感(少し痒いかな)程度から始まりまし、実際当職員で無症状で陽性になった方もいました。4歳児は、熱が出たにも関わらず抗原検査では陰性でした。症状出現時(感染初期)には、必ずしも抗原検査で陽性になるとは限らず、また症状が短期間で終わる方もいます。その為、自身がコロナに感染していないと思い、行動してしまう方も多いと思います。ですが、症状出現前後2日程度が感染力が一番強いと言われています。9/26以降、国の方針が変更され全数把握の見直しがされ感染者数の把握が困難になることが予想されています。その為、感染者数が少ないから大丈夫と行動する方が多くなるかもしれません。コロナは未知のウイルスで分からなかった事も多かったのですが、分かってきたことも以前より増えています。今後も最新の情報を得て、感染対策に努めていきたいと思いました。

島民の皆様にも引き続き感染対策のご協力と、発熱外来、無料PCRの活用もお願いしたいと思います。





今月の気になる数値

**BMI 30**

(保健指導係)

## 脂肪細胞の仕組み

脂肪細胞は体重が増えるに従い大きくなっていき、いずれは数が増えていきます。**BMI**※25を越えると脂肪細胞から悪い物質をたくさん出します。一度数が増えると、やせにくくなったり、リバウンドしやすくなるだけではなく、脂肪細胞から出す悪い物質の量が倍になっていきます。皆さんのBMIはいくつでしょう。悪い物質はどんな悪さをするのでしょうか。

**BMI (ビーエムアイ) は体格指数です。数値により、やせ・普通・肥満を判断します。**

**BMIの算出方法 = 体重(kg) ÷ 身長(メートル) ÷ 身長(メートル)**

例) 体重70kg、身長165cmの方の場合、 $70 \div 1.65 \div 1.65 = 25.7...$

BMI	18.5未満	18.5～24.9	25～	27～28	30以上
	やせ	普通		肥満	

### 脂肪から出る悪い物質

- ◎血糖値を下げにくくする
- ◎血圧を上げる
- ◎血管を傷つける
- ◎血管を硬くする



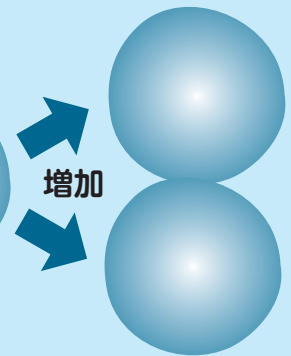
脂肪細胞



肥大



増加



## 対策としてできること

脂肪細胞の数が増える前 (BMI 25～28) に体重を4～5kg減量すると、脂肪細胞の増加を回避することができます。

### 効果的な対応として控える食品

①加工された油脂を含む食品

②甘い飲み物

(果糖ブドウ糖液糖・ブドウ糖果糖液糖が含まれる)

これらの食品は、脳の食欲中枢を司る所に変調を起こし、「食欲を抑えられない」「お腹一杯になる感覚がない」「お腹一杯だけど食べたい」と思いつく脳を作ってしまいます。

例えば

スナック菓子、菓子パン、ドーナツ、  
レトルトの餃子・ハンバーグ、カップ麺、  
ベーコン・ウィンナー、ジュース など



# 「起きてから」じゃ遅い! 「その時」のために備えておきたい!

## ■利尻中学校 ～秋季避難訓練・防災教室～

9月20日(火)に「秋季避難訓練・防災教室」を実施しました。

地震が発生して、津波に備える訓練として、教室等にいる状態で地震が発生したとの想定で、生徒たちは身を守る行動として「シェイクアウト」を実施したのち、学校の指示で避難場所である校舎裏の高台まで「避難」する一連の行動を訓練しました。その後、役場職員による「クロスロード利尻Ver」により、身近な防災や減災に関する内容をクイズ形式で積極的に学びました。

教育後、生徒からは、「利尻でも災害が発生するおそれがある事を知った。」「災害の時にどうすればいいのかわかった。」「家の近くの避難所を知ることができて良かった。」「災害への備えが大事」というような感想がありました。



## ■利尻高等学校 ～一日防災教室～

9月21日(水)に「一日防災教室」を実施しました。

内容は、役場職員による防災・減災に係わるクイズ形式での学び、何処の地に住んでも活用できる「重ねるハザードマップ」の活用方法などについて、自らのスマホを使って実践方式で学びました。

その後、稚内気象台による「地震・津波・噴火」に関する講話、最後に地震発生からの垂直避難行動、消防職員による消火訓練などにより防災意識を高めていました。



## ■「台風11号」～災害対策連絡本部を設置・避難所を開設～

台風の影響を受け、9月6日(火)15時44分に暴風警報、18時21分に波浪警報が発表されました。その対応として、町では台風が接近する数日前からIP告知端末により町民の方々に対する最新の気象情報や行動上の注意喚起を促したほか、6日の警報発令前の12時40分に、「災害対策連絡本部」を役場内に設置したほか、町内4ヶ所の避難所を開設し午後から運営しました。

### 《避難所開設について》

町では、自然災害等から住民の生命、身体及び財産を保護する観点から今後も臨機に避難所を開設して町民の方々の安心・安全を確保するほか不安感の除去に努めたいと思っています。

今回は自主避難を呼びかけ、避難された方は11名でした。

避難された方からは、「安心してぐっすり寝ることができた。」「身を寄せることにより、不安を感じなかった。」などの意見がありました。



【災害対策連絡本部の様子】

※今後も台風や大雨・暴風などが予想されます。今一度、小冊子「利尻町の防災」を一読ください。

# 新型コロナウイルス感染症の療養期間中の食料や日用品について

感染した場合に備え、日頃からご家族で御相談いただき、3日分程度を目安に、嗜好品を含め、療養期間中に必要となる食品や日用品、発熱時の解熱剤などをご用意いただくことが大切です。

## ◆お薬など

解熱剤や風邪薬・胃腸薬・普段お使いの薬・体温計・冷やすもの(氷枕・水枕など)

## ◆食べ物

米・乾麺・レトルト食品・缶詰・水(目安:1日3ℓ)・スポーツ飲料  
・パックご飯・レトルトのおかゆ・即席スープ・カップ麺・ゼリー飲料  
・常温保存できるカップゼリー・菓子・のど飴など

※喉が痛くても必要な栄養を補えるもの、自分が好きな食べ物を用意しておきましょう。

※乳幼児用の粉ミルクや離乳食、高齢者用の食事等、必要に応じて用意しておきましょう。

※発熱や下痢・嘔吐時は脱水症状になりやすいため、水分補給を最優先に。

## ◆日用品

ティッシュペーパー・トイレトペーパー・衣類洗剤・台所洗剤・ビニール袋・生理用品・割り箸・使い捨て食器・充電器

## ◆感染防止に必要なもの

マスク・使い捨てゴム手袋・ゴミ袋・石鹸・アルコール消毒液(手指消毒等)・塩素系漂白剤(施設等)

【北海道保健福祉部感染症対策局感染症対策課】引用

★同居者が濃厚接触者の場合には、マスクの着用や手指消毒、周囲の人との距離を取るなど、基本的な感染防止対策を行った上で、短時間であれば、同居者の方による食料品等の買い出しは可能です。

★陽性者の療養期間中の外出自粛について、有症状の場合で症状軽快から24時間経過後または無症状の場合には、外出時や人と接する時間は短時間とし、移動中は公共交通機関を使わないこと、外出時や人と接する際に必ずマスクを着用するなど自主的な感染予防対策を徹底することを前提に、食料品等の買い出しなど最小限の外出を行うことは差し支えありません。

※当町では、配食サービスおよび感染症予防物品の無料配布を行っております。陽性となった方で支援を希望される方は、お電話にて保健課保健指導係(84-2345)までお申し込みください。

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～窓口負担割合の見直しについて～

### ■一定以上の所得のある後期高齢者医療の被保険者の医療費の窓口負担割合が変わります

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。

### ■窓口負担割合が2割となる方は、以下の項目にすべて該当する方です

- 住民税課税世帯で、3割負担（現役並み所得者）ではない
- 同一世帯に住民税の課税所得が28万円以上の被保険者がいる
- 年金収入＋その他の合計所得金額が、
  - ・被保険者が1人の世帯の場合、200万円以上
  - ・被保険者が2人以上の世帯の場合、合計320万円以上

### ■見直しの背景

令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始め、医療費の増大が見込まれています。後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代（子や孫などの世代）の負担（支援金）となっており、今後も拡大していく見通しとなっています。

今回の窓口負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。

### ■保険証が新しくなります(黄色⇒橙色)

現在、ご使用の黄色の保険証の有効期限が令和4年9月30日をもって満了となるため、10月以降は使用できなくなります。

みなさまには、9月中に新しい保険証を交付していますので、お手元に届きましたら、橙色の保険証をご使用ください。

10月以降の窓口負担割合が、引き続き1割、3割の方も、保険証が新しくなります。

- 新しい保険証の有効期限は、令和4年9月30日です。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、利尻町役場保健課保健係までお申し出ください。

新しい保険証の色は橙色です

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	〇〇年 7月31日
交付年月日	〇〇年 7月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
資格取得年月日	平成20年 4月 1日
発効期日	平成20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 北海道後期高齢者医療広域連合
	公印(朱)

### ■減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)、限度証(限度額適用認定証)は、有効期限が令和5年7月31日までのため、今回は交付していません。そのままご使用ください。

問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階  
電話 011-290-5601

利尻町役場 保健課保健係  
利尻町沓形字緑町14番地1  
電話 0163-84-2345  
IP電話 84-0117



# 高齢者講習開催時のお願いについて

この度、利尻町及び利尻富士町のご協力の下、利尻町内において高齢者講習を開催することとなりました。高齢者講習では、実車指導を「道路」において実施します。

つきましては、安全面に最大限配慮するため、下記の日時・場所における付近への路上駐車や不要不急の往来を控えるようお願いします。

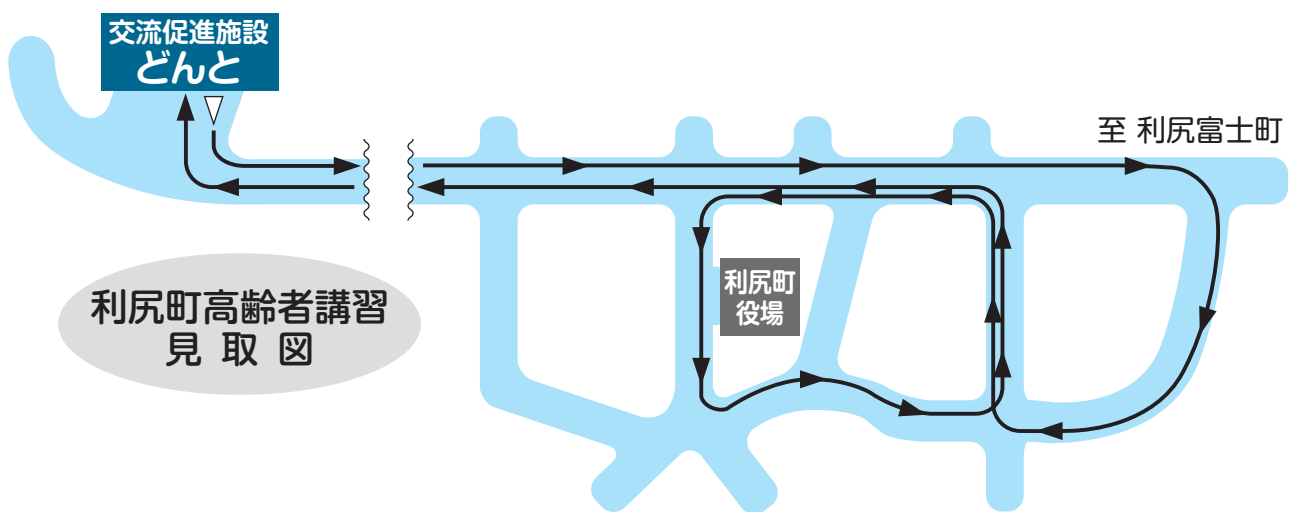
## 【実車指導日時】

令和4年10月18日(火)・10月19日(水)の2日間

両日ともに 9:00~11:00、11:30~13:30、14:00~16:00

## 【実車指導場所】

利尻町交流促進施設どんと、利尻町役場の周辺



## 【受講者】

8月から9月の間に旭川運転免許試験場から事前連絡を受け、利尻町における高齢者講習の予約をされた方

## 【お問い合わせ先】

旭川方面本部交通課講習係 ☎0166-50-3110 (平日の午前9時から午後5時まで)

# 介護で仕事を離職しないために

家族に介護が必要になったらどんな介護サービスを受けられるの？

介護をしながら仕事を続けていくには

どうしたらいいの？

介護保険制度や介護休業制度をご存知ですか？

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。

➔介護離職ゼロ ポータルサイト (厚生労働省)

仕事と介護の両立「介護離職を防ぐために」(厚生労働省)

★介護保険制度・介護サービスについてご相談されたい方は、

利尻町役場保健課 (IP84-0117)・利尻町地域包括支援センター (IP84-0154)

へお問い合わせください。



# 北海道公証人会・旭川公証人会からのお知らせ

## 公証人が利尻島にやって来る!!

### (無料公証人相談会のご案内)

公証人は「ザ・公証人」のように事件は解決しませんが、みなさんの遺言や大切な契約を公正証書で作るみなさんの権利を守る仕事をしています。

ところで「公正証書」って知ってますか？

例えば、「大切な方に遺産を残したい」と思ったとき、これを公正証書を「遺言公正証書」といいます。) にしておく、安全で確実な遺産の承継が可能となり、裁判所に出向く必要はありません。(公正証書の例 遺言・任意後見契約・離婚時の給付契約・賃貸借・贈与・金銭消費貸借・会社定款・宣誓認証)

公正証書のことと相談してみたいという方は、下記のとおり無料の相談所を開設しますのでご利用ください。

相談会は、弁護士が実施する巡回無料法律相談会と同時開催します。

**予約連絡先** 名寄公証役場 (名寄市西1条南9-35)  
電話・FAX 01654-3-3131

**開設場所** 利尻町交流促進施設 どんと

**開設日時** 11月2日(水) 午後1時00分から午後3時30分まで

**相談がある場合** 事前に電話予約

相談に当たっては、お客様の待ち時間をできる限り少なくするため、予約優先で実施させていただきます。(ご相談は無料です。)

## 無料法律相談会のお知らせ

～弁護士が無料での相談を実施します～ 主催：旭川弁護士会

●日 時 令和4年11月2日(水曜日) 午後1時00分～午後3時30分 (お一人様30分)

●場 所 利尻町交流促進施設 どんと (利尻郡利尻町沓形字富士見町)

●担当弁護士 稚内ひまわり基金法律事務所 池田 慎介 (旭川弁護士会所属)

●相談例 借金問題 離婚問題 相続に関する問題 交通事故 労災 刑事事件  
悪徳商法 ご近所トラブル 賃貸借 (土地・アパート・マンションなど)  
その他

**相談料は無料**ですので、お気軽にご利用ください。

※利尻富士町の総合交流促進施設りぷら (利尻郡利尻富士町鷺泊字栄町119-1) においても、11月2日(水)の午前9時00分～午前11時30分まで、無料法律相談会を実施しますので、ご都合の悪い方はこちらに来ていただくことも可能です。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、開催を見送ることがございます。開催の有無につきましては、下記までお問い合わせください。

**【ご予約・お問い合わせは】**

稚内ひまわり基金法律事務所 ☎0162-24-7900

※予約がない場合でも相談はお受けいたしますが、予約された方を優先しますので、事前予約の上お越しください。

# 自衛官等採用試験のご案内

令和5年3月・4月採用の自衛官等の採用試験を行います。

陸上自衛隊高等工科学校生徒採用試験			自衛官候補生採用試験	
種 目	推 薦	一 般	種 目	推 薦
応募条件	男子で中卒(見込含) 17歳未満の成績優秀かつ顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	男子で中卒(見込含) 17歳未満の者	応募条件	18歳以上 33歳未満
受付期間	令和4年10月1日 ～12月2日	令和4年10月1日 ～令和5年1月6日	受付期間	年間を通じて 受付
試験日程	令和5年1月5日～7 日のいずれか1日を 指定されます	《1次試験》 令和5年1月14日 ・15日 《2次試験》 令和5年1月26日～ 29日のいずれか1日 を指定されます	試験科目	筆記試験、口述 試験、適性検査 及び身体検査
合 格 発 表 日	令和5年1月13日	《1月試験合格発表》 令和5年1月20日 《最終合格発表》 令和5年2月9日	試験日程	受付時に お知らせ
			合 格 発 表 日	受付時に お知らせ

【問い合わせ先】 自衛隊稚内地域事務所 ☎(0162)33-1227  
利尻町役場総務課総務係 ☎(0163)84-2345

## 巡回職業相談所の開設について

稚内公共職業安定所から担当者が利尻島に来島し、下記日程で「巡回職業相談所」を開設し、求人・求職の受理及び相談・紹介・雇用保険受給資格決定等の各種相談を行います。

相談は、無料でお受けいたしますので、お気軽にご相談ください。

- ◆ 1 回 目
  - ・ 開 設 日 令和4年11月17日(木) 午前10時から午後2時まで
  - ・ 開設場所 利尻町役場 1階小会議室
- ◆ 2 回 目
  - ・ 開 設 日 令和5年1月19日(木) 午前10時から午後2時まで
  - ・ 開設場所 利尻富士町役場 2階大会議室
- ◆ 連 絡 先
 

稚内公共職業安定所	☎0162-34-1120
利尻町役場産業課商工観光係	☎0163-84-2345
利尻富士町役場産業振興課商工観光係	☎0163-82-1114

# 特別養護老人ホーム「ほのぼの荘」から ご報告とお礼を申し上げます

- この度、ほのぼの荘では、備品の老朽化に伴い、「特別養護老人ホーム備品基金」を活用して、『モバイルストレージカート』『医務室用ワゴン』『厨房用ファイバーミキサー』『厨房用フードプロセッサー』を整備させていただきました。



《モバイルストレージカート》



《医務室用ワゴン》



《厨房用ファイバーミキサー》



《厨房用フードプロセッサー》

ほのぼの荘では、備品購入資金としていただきましたご寄附は「特別養護老人ホーム備品基金」に積み立て、施設に必要な備品を購入する財源として必要に応じて活用させていただいております。当施設に対する金品の寄附、またボランティア訪問など、皆様の日ごろからの温かな善意に対しまして、あらためて感謝を申し上げます。



## 北海道と市町村は滞納者に対し 共同で催告書を発付します

北海道と市町村は、個人住民税の収入確保を図るため、全道統一的な滞納整理の取り組みとして、個人住民税を滞納している方に共同で催告書を発付します。

個人住民税を滞納している方は速やかに納税してください。

### 【北海道への問い合わせ先】

〒097-8558 稚内市末広4丁目2-27

北海道宗谷総合振興局 税務課 ☎(0162)33-2519

### 【利尻町への問い合わせ先】

利尻町役場町民課税務係 ☎(0163)84-2345

# 新型コロナウイルス感染症の影響による 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少、または、世帯主が罹患した世帯への国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の減免について、下記の条件に該当した世帯が対象となりますので、該当となる世帯の方は、保健課保健係まで、お問い合わせください。

## ■対象となる世帯

1. 罹患世帯：全額免除（世帯主が罹患し、死亡または重篤な傷病を負った場合）
2. 減収世帯：以下の要件をすべて満たすもの（主たる生計維持者）
  - 今年の見込み事業収入等の減少額が、前年の収入の「3割以上」である。
  - 前年の合計所得が「1,000万円以下」である。
  - 減少した事業収入等に係る所得以外の前年所得額の合計が「400万円以下」である。

## ■減免額

### 1. 減免割合

生計維持者の 前年合計所得	300万円 以下	400万円 以下	550万円 以下	750万円 以下	1,000万円 以下
減免割合	全額（※）	8割	6割	4割	2割

※新型コロナウイルス感染症の影響により、事業廃止または失業の場合は、前年所得にかかわらず、全額免除

### 2. 減免額の計算

【減免額】＝税額×前年所得÷世帯全所得×減免割合

◆ 詳しくは、下記までお問い合わせください ◆

利尻町役場保健課保健係 電話：0163-84-2345 IP電話：84-0117

## みんなチェック！ 北海道最低賃金

北海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、学生さんなど働くすべての人）及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 **920円**

効力発生年月日 令和 **4年10月2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及び時間外等割増賃金は算入されません。
- 最低賃金額以上の賃金を支払わない場合は、最低賃金法違反として処罰されることがあります。
- 特定の産業（「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」）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。

厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署（支署）

# 北海道知事感謝状 (交通安全功労者)



利尻町仙法志字長浜  
富山信夫氏

平成20年から10年以上の永きにわたり、交通安全指導員として交通安全運動の推進に積極的に取り組み、交通事故防止に大きく寄与された事が認められ、北海道知事より感謝状が贈呈されました。



利尻町沓形字緑町  
堀田秀利氏

平成21年から10年以上の永きにわたり、交通安全指導員として交通安全運動の推進に積極的に取り組み、交通事故防止に大きく寄与された事が認められ、北海道知事より感謝状が贈呈されました。

## ききます、とどけます、あなたの声を行政に。 行政、人権、心配ごと相談の 合同実施について

●10月18日(火曜日)

10時00分～12時00分

13時00分～15時00分

利尻町役場

国の仕事やサービス、各種制度の手続きなど、お困りのことや苦情、ご意見要望があればお気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】行政相談員 田尻 隆志 ☎84-2154、総務課総務係 ☎84-2345

# ふるさと定住促進

利尻町では、ふるさと定住を促進する目的で、「転入奨励金」「児童養育奨励金」「出産祝金」を支給する事業を行っています。

## 転入奨励金をお渡ししました!



この度、ご家族で利尻町に移住された立脇竜也さんご家族に、澤谷副町長から転入奨励金がお手渡されました。

## 出産祝金をお渡ししました!



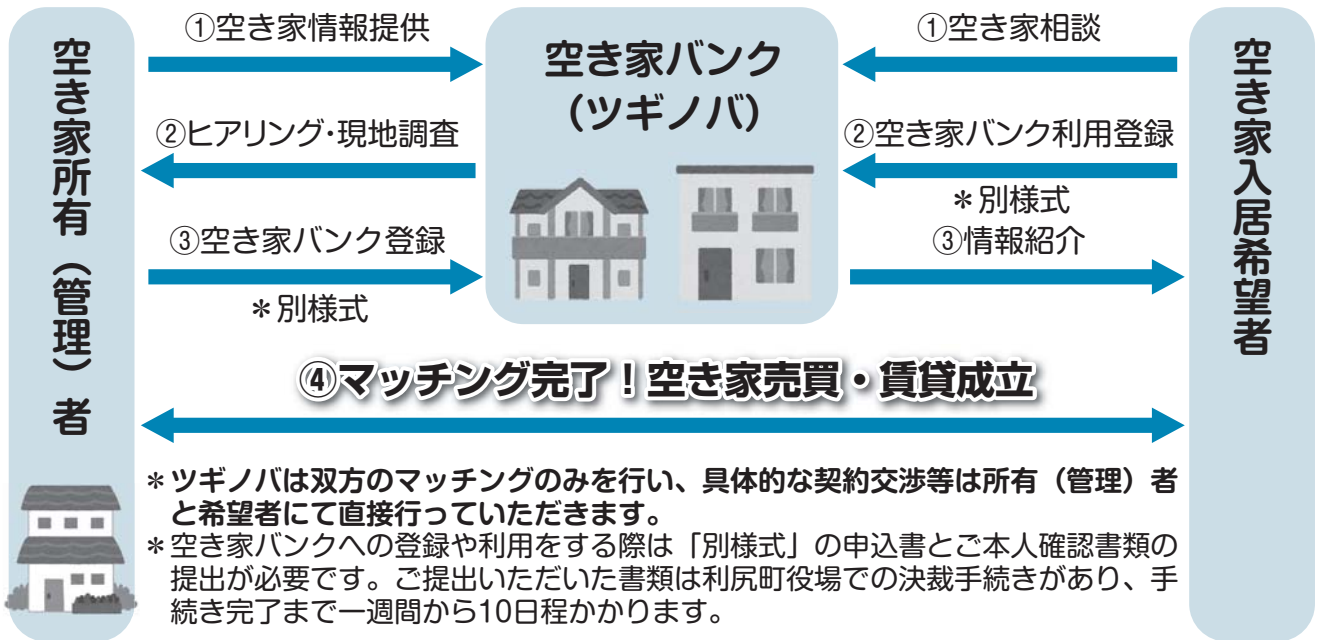
この度、沓形字栄浜の松坂俊秀さん・愛美さん夫妻に6人目のお子さん（日叶くん）が生まれ、上遠野町長から出産祝金がお贈りされました。

# 利尻町定住移住支援センター

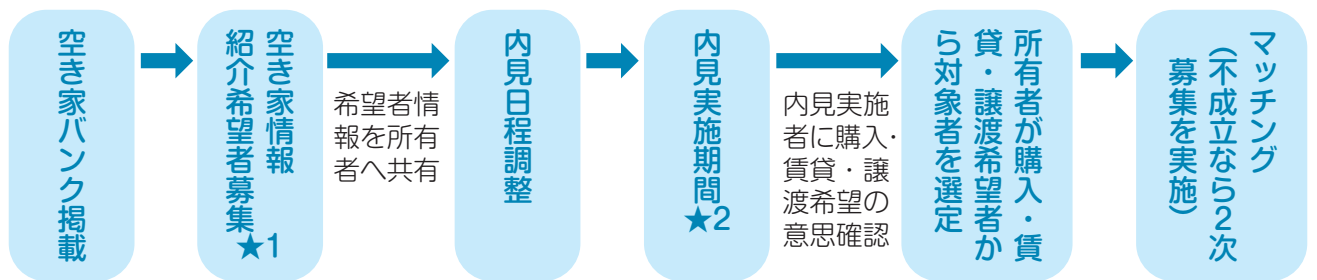


ツギノバでは利尻町より委託を受け、町内の空き家バンクを運営しています。空き家バンクに申込み、成約するまでどんな流れになるのか紹介します。

## 全体の流れ



## 空き家情報掲載から内見～マッチングまで



- ★1 募集期間は空き家バンクWEBサイト掲載から10日間となり、募集期間終了後は初回マッチングが不成立になった場合に行う2次募集開始まで受付を保留とさせていただきます。
- ★2 募集期間同様、内見実施期間中は新規の内見受付は2次募集開始まで保留とさせていただきます。

- ◆所在地 利尻郡利尻町沓形字日出町55 旧沓形中学校技術室内
- ◆連絡先 電話：050-8880-6920 FAX：050-3510-9304  
IP：84-9355 メール：info@tsuginoba.com
- ◆開館時間 9時30分～16時30分(年末年始と荒天時等を除き無休)
- ◆施設利用料 1人500円(高校生以下200円・いずれも税込・ワンドリンク付)
- \* ドリンクメニューのみのご提供です。食べ物の持ち込みは自由です。
- \* 定住移住相談、空き家バンクのご相談は無料でっております。お気軽にご相談ください。
- \* お支払いは現金の他、各種キャッシュレス決済も可能です。お気軽にお問い合わせください。

SNS毎日更新中です



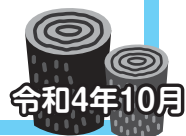
Instagram





国民の森林・国有林

# 利尻森林事務所 鴛泊治山事業所より



令和4年10月

今回は、今年度秋に予定している「間伐(かんばつ)」について紹介します。

これは、植えた木が健全に育つよう、成長の悪い木を間引く作業です。

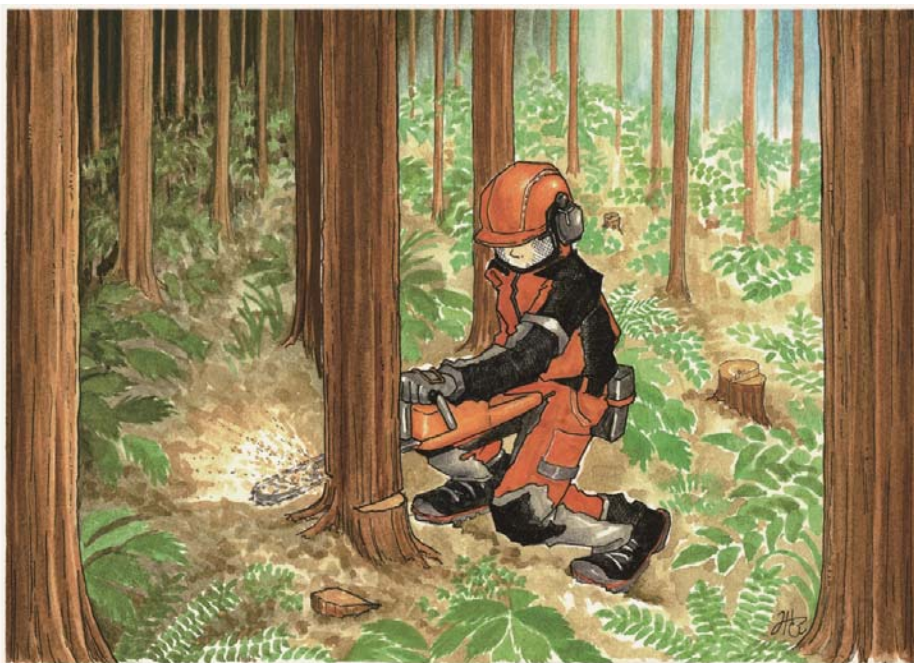
成長の悪い木を間引くことで、残った木の成長を助け、より良い森林を作ることができます。

木を伐採する、というと良くないイメージを持つ方もいるかも知れませんが、伐採した方が森林にとって良い場合もあるのです。

このように適切な管理のために伐採された木を使うことは、健全な森林を育てることにつながります。

適切な森林管理をされている、という証として、FSC認証、PEFC認証、SGEC認証などがあります。ティッシュなどにもマークが入っています。

木製品や紙製品を買う際、適切な管理をされた森林の木なのか？と考えてみたり、認証された製品を選んでいただけたら幸いです。



## 間伐

健全な成長を促すために、混み合った植栽木を間引きします。

間伐は、まず伐る木を選ぶ「選木」を行います。



適切な間伐は森を健全に保ちます。間伐材を家具や燃料に利用することは、間伐を促進し森林の多面的機能の発揮に貢献します。



適切な間伐をしないと木は互いに成長を阻害しあう上、林床に光が届かず、植生もなくなるので、土壌の流出が起きやすくなります。

イラスト出典：北海道森林管理局

林野庁 北海道森林管理局

発行：宗谷森林管理署 利尻森林事務所 鴛泊治山事業所  
〒097-0101  
北海道利尻郡利尻富士町鴛泊字栄町195-1  
TEL & FAX 0163-82-1529



# わが家の愛

りしりんが  
わが家の愛どるを  
紹介するよ♪



今回は、2人のお友達  
を紹介するよ!



たか なり  
**諏訪 貴也くん(3さい)**

父：数昌 母：ゆりあ

いつも笑顔でお喋り上手な  
我が家のムードメーカーのたつか。  
そんなたつかの事が皆大好きです。  
これからもたつからしく  
のびのびと大きく育ってね!



【お父さん・お母さんから】

れい  
**中川原 怜ちゃん(3さい)**

父：康弘 母：直子

お兄ちゃんに負けじと、  
走って歌っておどって、  
毎日元気いっぱいのれいちゃん。  
いろいろなことに挑戦していく姿は  
素敵です。  
これからもかわいい笑顔で  
みんなを楽しませてね。



【お父さん・お母さんから】



## 秋の火災予防運動実施!!

実施期間～10月15日から31日までの17日間

**統一標語 「お出かけは マスク戸締り 火の用心」**

火災予防運動期間中は、消防車両による車両パレードや少年消防クラブによる防火夜回りなどを予定していますので、町民皆様の温かいご声援をよろしくお願いします。

これからの季節は、空気が乾燥し火災が発生しやすい季節です。暖房器具など火を使用する機会も多くなりますので、家族一人ひとりの「慣れ」や「油断」から、火災を起こさぬよう普段の生活の中から火災予防を心掛けましょう。

### 一般家庭の防火査察を実施します!

11月に消防職員が各家庭に伺い、ストーブ等の防火点検を予定していますので、ご協力をよろしくお願いします。各地区の実施日程については、後日「知らせますケン」にてお知らせします。

～点検内容～

- ・ホームタンクやLPガスを正しく設置できているか?
- ・住宅用火災警報器の設置状況
- ・ストーブの周囲や移動式ストーブの使用状況、給油設備の使用状況 など

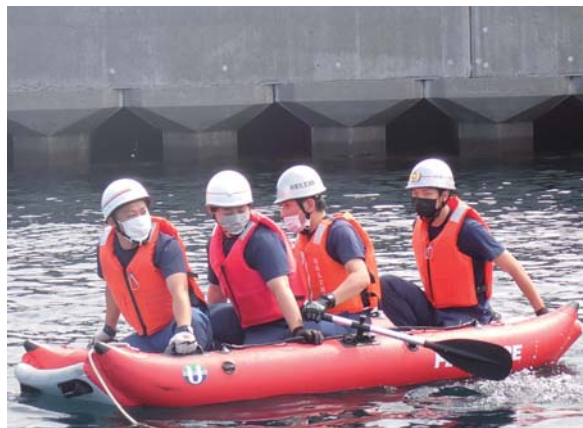


#### 利尻町少年消防クラブ防火研修



7月30日に、利尻町少年消防クラブ防火研修を実施しました。消火訓練や煙体験の研修、放水など消防活動の体験を行いました。

#### 組合管内合同救助訓練



8月30日に、組合管内合同救助訓練を実施しました。近年、水難事故が増加傾向にあることから、沓形港において水難救助訓練を行いました。



出動件数 火災0件 救急101件 (令和4年9月22日現在)



# ぴいぷる

(戸籍の動き) 2022年9月22日現在

## はじめまして! ベイビー

おめでとうございます!

8月2日 榑木 <sup>あお</sup>蒼 <sup>ま</sup>稀くん  
新湊〔榑木 正隆・あゆな〕

8月18日 菅原 <sup>ま</sup>真 <sup>お</sup>生くん  
緑町〔菅原 英博・茉由〕

## はっぴい・うえでいんど

おめでとうございます!

8月26日 神居  高橋 直輝さん  
小山 瑞生さん

## おくやみもうしあげます

7月19日 種富町 高島 幸一さん (72歳)

7月25日 種富町 小柳 和雄さん (83歳)

8月29日 元村 高橋 優子さん (76歳)



## ●よせられた善意●

### 【一般寄附】

◆京都府京都市山科区北花山大峰町  
阿含宗本山 様より  
一金 300,000円

◆北広島市共栄町4丁目7-21  
澁谷 博子 様より (持分 2分の1)

◆札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-34  
野辺地洋子 様より (持分 2分の1)  
土地 1筆 538㎡ (仙法志字元村173番)

### 【指定寄附】

◆京都府京都市右京区太秦安井車道町19-50  
米澤 敏治 様より  
一金 100,000円  
(宿泊施設備品購入資金)

◆利尻町仙法志字元村  
高橋 貢 様より  
一金 100,000円  
(特別養護老人ホーム備品購入資金)

ご厚志に対し厚くお礼申し上げます

## ●ご厚情に感謝申し上げます●

【利尻町社会福祉協議会】

この度、次の方から愛情銀行に金一封及び物品が預託されましたので、紙上を借りてお礼申し上げます。

- 杵形字種富町 高島千恵子 様より、夫 高島幸一 様の香典返しを廃して
- 仙法志字元村 高橋 貢 様より、妻 高橋優子 様の香典返しを廃して

発行：利尻町役場 編集：総務課企画振興係 印刷：(株)国境

TEL 0163-84-2345 FAX 0163-84-3553

利尻町公式ホームページ <http://www.town.rishiri.jp>

Eメール [kikaku@town.rishiri.hokkaido.jp](mailto:kikaku@town.rishiri.hokkaido.jp)

(広報りしりに関するご意見ご要望は上記E-mailアドレスまでお寄せください。)

【まちの人口】 **1,913人** 世帯数 1,039世帯 男 946人 女 967人 (令和4年9月22日現在)

