広報

美幌

Since 1952

びほろ

特集

屈斜路カルデラトレイル
2024年10月開通へ

photo：美幌神社秋季例大祭　奉納子供相撲

2024
10
No.1242

KCT KUSSHARO CALDERA TRAIL

屈斜路カルデラトレイル

KUSSHARO CALDERA TRAIL 2024年10月 開通へ

〈問合先〉美幌地区三町広域観光協議会事務局（☎73-2211/ 美幌観光物産協会内）

構想から8年。念願の開通へ。

２０２４年10月に「北海道東トレイル」が開通します。『3つの国立公園とまちをつなぐ長く歩く旅の道』とうたわれる北海道東トレイルは、釧路市から羅臼町までを南北に繋ぎ、その全長は４１０キロメートルに及びます。その中のカルデラエリアは津別町～美幌町～大空町を繋ぎ、約25キロメートルのロングトレイル「屈斜路カルデラトレイル」（ＫＣＴ）と名づけられました。

開通に向けては一筋縄ではいかないさまざまな課題に直面。それでも、関係機関の理解・協力を得ながら実現へ向けて一歩ずつ確かに前進。２０１６年の構想開始から実に8年間をかけて開通までこぎつけました。

「歩くこと」そのものの楽しさを。自分の足で地球を踏みしめて歩く喜びを。屈斜路カルデラトレイルだからこそ感じられる発見がそこには待っています。

△ 全長約25kmの屈斜路カルデラトレイル

3つの国立公園とまちを繋ぐロングトレイル

環境省・国土交通省・農林水産省・北海道と14市町村が連携
釧路市、鶴居村、釧路町、足寄町、標茶町、弟子屈町、津別町、
美幌町、大空町、小清水町、清里町、中標津町、斜里町、羅臼町

3つの地元トレイルを繋ぐ
摩周・屈斜路トレイル
屈斜路カルデラトレイル
（仮称）裏摩周外輪山神の子池トレイル

釧路市から羅臼町までを南北に繋ぐ全長約４１０キロメートルの旅の道、「北海道東トレイル」。日本最大の「湿原」、釧路川流域に広がる「酪農地帯」、千島火山帯の火山活動による「カルデラ」、斜里岳の裾野に広がる「畑作地帯」、流氷がもたらす豊かな「海」など、ひがし北海道の壮大な自然を感じながら歩きます。

長く歩く中で生まれる人と人との心の交流は、ロングトレイルの大きな魅力の一つです。この地域のファンになるハイカーも出てくるでしょう。北海道東トレイルを歩くハイカーを温かく迎え入れ、地域の皆さんでこのトレイルを一緒に育てていきましょう。

屈斜路カルデラトレイルオープニングイベントを開催します

問合先　商工観光グループ（77-6548）

約4kmのコースをガイド付きで歩く体験会

- 日時　10月12日（土）10:00~13:30
- コース　峠牧場～美幌峠（約4km）
- 集合場所　美幌峠レストハウス前
- 参加料　4,500円
- 申込　インスタグラム（@biho_kct1012）から

パネルディスカッション

- 日時　10月13日（日）10:00~13:30
- 場所　美幌峠レストハウス2階
- 参加料　無料
- ゲスト　双樹 智道 氏（秀岳荘）
　滝川 朗正 氏（ピーカン企画）
　熊坂　卓　氏（株式会社ドナ）

主催　美幌峠魅力発信実行委員会（美幌町役場商工観光課）

子どもと高齢者対象　助成期間　令和6年10月1日～令和7年2月28日

インフルエンザワクチン費用の一部を助成します

1．子どものインフルエンザ予防接種

対　象　接種日において
生後6か月から中学３年生までのお子様

必ず母子手帳を持参してください

予防接種法に基づかない任意接種です。予防接種に対する正しい理解のもとで、お子様の健康にお役立てください。

接種回数と自己負担額

対象年齢		自己負担額
6か月～13歳未満（2回接種）	1回目	1,000円
	2回目	無料
13歳以上～中学3年生まで（1回接種）		1,000円

※接種回数は１回目接種時の年齢を基準とします。

■助成の手続き

☆町内の医療機関で接種する場合

・申請書を医療機関へ提出してください。

申請書は、学校・保育園・幼稚園を通じて配布するほか、健康推進グループでも配布します。美幌町ホームページから印刷することもできます。

・２回目の接種時に１回目の接種の確認ができない場合は全額自己負担していただき、後日役場での手続きが必要となります。

☆町外の医療機関で接種する場合

接種料金は医療機関に全額支払い、令和７年２月28日までに役場健康推進グループ（窓口⑥番）で接種料金の払い戻しの手続きをしてください。

手続き時の持ち物
〇母子健康手帳または予防接種済証
〇領収書　〇領収明細書
〇口座番号が記載されたもの

2．高齢者のインフルエンザ予防接種

対　象　①接種日において65歳以上の方
②接種日において60歳～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある方

助成回数と自己負担額

助成回数：１回
自己負担額：1,000円（生活保護受給の方は無料）

■助成の手続き

☆町内の医療機関で接種する場合

手続きは必要ありません。医療機関で自己負担額をお支払いください。

☆町外の医療機関で接種する場合

接種前に手続きが必要です。役場健康推進グループにお問合せください。
医療機関によって自己負担額が異なります。

インフルエンザ予防接種　実施医療機関

※ワクチンが無くなり次第終了します。

※接種開始時期については、医療機関にお問い合わせください。

医療機関名	電話番号	予約	対象区分				
			乳児 1歳未満	幼児 1歳～就学前	小学生	中学生	高齢者
国保病院	73-4111	必要		〇 ※1			〇
田中医院	73-2913	※2	×	〇	〇	〇	〇
玉川医院	75-2780	不要	×	×	〇	〇	〇
美幌皮膚科	73-4112	必要	×	〇	〇	〇	〇
こばやし内科クリニック	73-3356	不要	×	×	×	×	〇
美幌療育病院	73-3145	必要	×	×	×	×	定期通院者のみ

※１：予約は国保病院ホームページからのみ受付（予約期限：10月11日㈮16時まで）
※２：定期通院をしている方は予約不要。定期通院をしていない方は予約が必要。

〈問合先〉保健福祉課 健康推進グループ（☎77-6544・77-6545）

マイナンバーカードで申請書作成が楽に！

「申請書作成支援システム」を導入しました

マイナンバーカード、運転免許証（※暗証番号の入力が必要）、在留カード、特別永住者証明書を読み込ませることにより、名前・住所等の情報が印字された申請書を作成することができます。

？ 「申請書作成支援システム」を使うとどんなことが便利になるの？

！ **窓口で申請書を書く手間が大幅に軽減されます！**

記入ミスも減って素早く手続き可能に。

導入後の手続きの流れ

記載台で利用する場合

①機械にカードを挿入する

②顔認証を行い、申請書を選ぶ

③出てきた申請書を窓口で渡す

窓口で利用する場合

①本人確認書類を窓口で渡す
②職員がカードを読み込んで申請書を作成

導入部署・利用可能な手続き

課税グループ（②番窓口）
- 各種証明書発行（所得証明書等）
- 相続人代表者届

納税グループ（②番窓口）
- 口座振替依頼書

戸籍年金グループ（③番窓口）
- 各種証明書発行（住民票の写し等）
- 住所変更
- 印鑑登録
- マイナンバーカード関連手続き

医療給付グループ（④番窓口）
- 後期高齢者医療支給申請書（申立書）
- 後期高齢者医療保険料還付申請書（兼）相続人代表者届出書
- 国民健康保険高額療養費支給簡素化申請書
- 国民健康保険出産育児一時金支給申請書
- 国民健康保険証等再交付申請書

〈問合先〉総務課 総務グループ（☎77-6526）

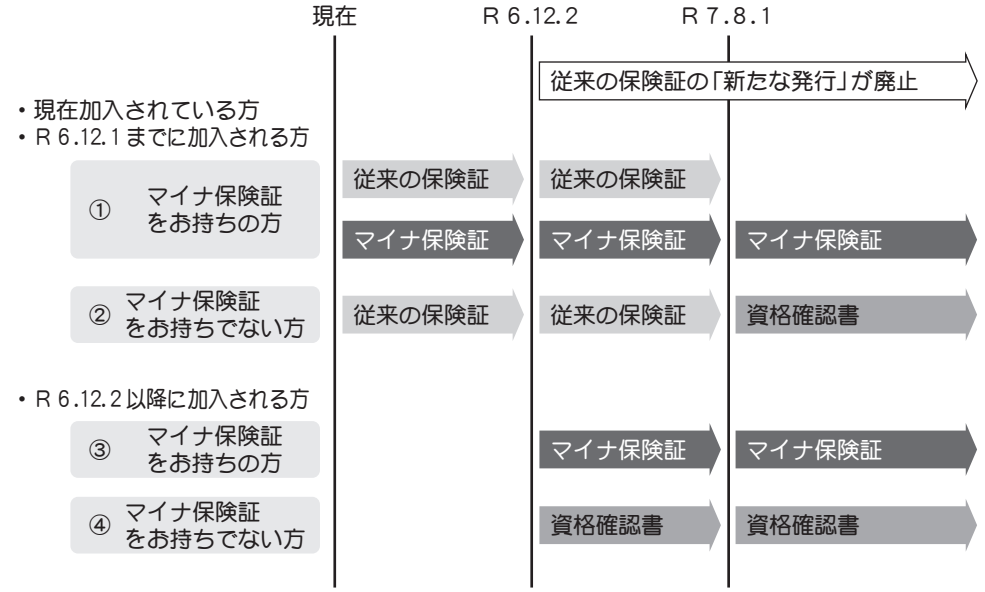
国民健康保険・後期高齢者医療のお知らせ

マイナンバーカードと保険証の一体化

令和６年12月２日以降、国民健康保険や後期高齢者医療に新規に加入される方は、従来の保険証は発行されないため、マイナ保険証の利用が基本となります。

なお、すでに加入している方、または令和６年12月１日までに加入される方はマイナ保険証の有無に関わらず、従来の保険証を記載の有効期限まで利用することができます。

《今後、医療機関へ受診する際の流れは次のとおりです》



○マイナ保険証…保険証利用登録がされたマイナンバーカード。
○資格確認書……マイナ保険証をお持ちでない方へ発行される保険証の代わりとなるもの。
※対象となる方には有効期限までに町より送付いたします。

・マイナンバーカードをお持ちの方で保険証の利用登録をされていない方は、医療機関・薬局の受付で行えるほか、役場（③番窓口）やマイナポータル、セブン銀行ＡＴＭでも手続きが可能です。
・マイナンバーカードの申請手続きを希望される方は、役場（③番窓口）までお越しください。

〈問合先〉戸籍保険課 医療給付グループ（☎77-6533・窓口④番）

マイナンバーカード交付・申請など

休日・夜間窓口を開設します

平日にマイナンバーカードの申請や受取が難しい方を対象に、休日・夜間窓口を開設します。

■休日窓口の日時
10月５日㈯・６日㈰　9:00～12:00

■夜間窓口の日時
10月28日㈪～11月１日㈮　19:00まで

■場　所
いずれも庁舎１階
戸籍保険課（③番窓口）
※入口は正面玄関

■手続きの種類
マイナンバーカードの申請、受取、電子証明書の更新、保険証の利用登録など

〈問合先〉戸籍保険課 戸籍年金グループ（☎77-6532・窓口③番）

議員とおしゃべりしませんか

議員カフェを開催します

美幌町議会では、町民の皆さまと議員がコーヒーやお茶を飲みながら気軽におしゃべりできる「議員カフェ」を開催します。

お気軽にお立ち寄りいただき、皆さまの声をお聞かせください。

■日　時　11月６日㈬
13時～17時
11月７日㈭
13時～17時

■会　場　役場３階　町民ギャラリー

※出入りは自由です。ご都合のよい日時にお越しください。
※議員が交替で担当します。担当議員の時間帯が決まり次第、町のホームページなどでお知らせします。

議員カフェのホームページ

〈問合先〉議会事務局（☎77-6559）

2024びほろ新そばフェア

手打ち新そば予約販売

「びほろ粉っこクラブ」が石うす挽きした新そば粉を使用し、「美幌手打ちそば同好会」が打った手打ち生そば300パックを販売

■価　格　１パック（２人前　つゆ付き）900円
■お渡し　10月13日㈰　9:00～15:00
■申込・受け取り
物産館「ぽっぽ屋」
（新町３丁目　ＪＲ美幌駅隣接）
☎73-2211／FAX　77-3005
■予約受付締切
10月10日㈭　※予定数量になり次第締め切り

親子そば打ち体験

そばが最もおいしい時期に親子でそば打ちを体験してみませんか

■日　時　10月13日㈰　9:30～11:30
■場　所
美幌町大通南1丁目　美幌手打ちそば道場
（たかはしカイロプラクティック様隣、看板あり）
■定　員　５組
■募集期間　10月10日㈭
（定員になり次第締め切り）
■参加費　1,000円
■持ち物
エプロンまたは前掛け、三角巾、タオル、持ち帰り用入れ物、マスク、上履き

11/２から行われる美幌町文化祭でもそばの販売を行います。
◎新そば　１杯　５００円
※10/24～31の間に町民会館で引換券をご購入ください。

〈申込先〉美幌手打ちそば同好会事務局　高間（☎080-1866-5830）

北海道労働委員会よりご案内

個別的労使紛争あっせん制度

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うかがい、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。

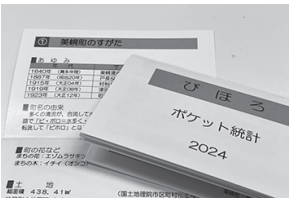
「あっせん」の利用は無料で、迅速な解決を目指します。

詳しくは　北海道労働委員会　個別あっせん

〈問合先〉北海道労働委員会事務局 調整課（☎011-204-5667）

持ち歩ける統計書

2024年版「びほろポケット統計書」を発行しました



美幌町の人口、経済、社会等の構成に関する基本的な統計情報をわかりやすく紹介しています。

この統計書は10月１日㈫からホームページでご覧いただけます。また、希望者には配布しますのでお問い合わせください。

ホームページはこちらから

〈問合先〉政策推進課 政策統計グループ（☎77-6529）

皆さまのご協力をお願いします

秋季一斉清掃

秋季一斉清掃ゴミのないきれいな街をつくるために、年３回の全町的な一斉清掃を実施しています。今年度最終の一斉清掃となりますので、町民皆さまのご協力をお願いします。

■10月20日㈰　7:00から（雨天決行）
※開始の合図として、消防サイレンを吹鳴します。

〈問合先〉環境管理課 環境衛生グループ（☎77-6550）

９月30日で終了

クーリングシェルターの設置を終了しました

今後予想される気温等から熱中症の危険性が低くなると予測されるため、９月30日㈪をもって今年度の設置を終了しました。

〈問合先〉危機対策課 危機対策グループ（☎77-6528）

美幌あやめ園造成事業 inせせらぎ公園

■日　時　10月12日㈯　14:00～16:00
■集合場所　せせらぎ公園第２遊水池
■持ち物　汚れてもよい服装、軍手、飲み物
※あやめ園内の移植および整地を行います

あやめ祭り（６月10日～25日）の間、多くの方からご寄付（寄付総額：7,888円）を頂きました。誠にありがとうございました。あやめ園の手入れや備品購入に利用させていただきます。

〈問合先〉魚無川をきれいにする会 三浦（☎090-3576-7696）

地域おこし協力隊だより

移住コンシェルジュの仕事をご紹介！

こんにちは！　地域おこし協力隊の一戸です。

普段はＫＩＴＥＮでの活動の紹介やイベント告知が多いですが、今回は移住コンシェルジュとしてのお仕事を紹介します。

ＫＩＴＥＮでは、普段から美幌町に移住を検討している方々の移住相談を受け付けていますが、移住コンシェルジュとしてのお仕事はそれだけじゃないんです。

実は、定期的に本州で開かれる北海道移住フェアに、役場の職員と一緒に参加しているんです。

「実際に北海道には行けないけど、将来は北海道に移住したい」という方に向けて、９月は大阪・福岡、10月は東京の移住フェアに参加してきます。

大好きな美幌をたくさんの方に知ってもらえるように精一杯ＰＲを頑張ってきます！

WorkingSpace KITEN（☎050-5482-3346）
開館時間　9:30～19:30
住所　美幌町字美禽252番地の2

町内であればどこへでもお伺いします

「まち育」出前講座のメニューを追加しました

■講座名　防災に関する講義
■主な内容　北見工業大学「地域と歩む防災研究センター」の教員による講義
■形　式　講話（講義）

※全１０６類の講座メニューをご用意していますので、お気軽にお申し込みください。
なお、講座メニューは町ＨＰでご覧いただくか、下記問合先へお問い合わせください。

〈申込・問合先〉町民活動課 広報相談グループ（☎77-6538）

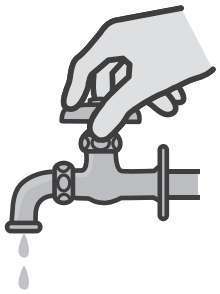
余裕を持って手続きを

水道の手続を忘れずに

お引越し等される際は、住民票の異動だけでなく、水道の手続きも忘れずに行いましょう。

使用開始　どちらも窓口・電話連絡で
使用中止　手続きができます。
〈窓口：役場庁舎２階⑭番窓口〉
（☎77-6554）

※すでに水が使用できる状態であっても必ず届け出をお願いします。
※使用中止の手続きを忘れてしまうと、基本料金がかかったままになってしまいます。
なるべく早く手続きを済ませましょう。



店舗等、事業用として使用されている方で、事業が終了した場合は用途変更に伴い、料金体系が変更となる場合がありますので、随時ご相談ください。

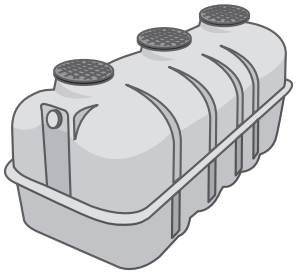
スマホアプリを利用した納付書払いが可能です。
詳しくはＨＰをご覧ください。

〈問合先〉上下水道課 営業グループ
（☎77-6554・窓口⑭番）

窓口・電話で手続きができます

浄化槽の手続きを忘れずに！

浄化槽を設置されている方で町内・町外へのお引っ越しや長期間不在となる場合は、使用開始・休止、名義変更の手続きを忘れずにお願いします。



■必要事項
・契約者氏名
・ご住所
・電話番号
（緊急時に連絡の取れる番号）
・使用開始日・休止日
・口座番号
（使用開始・名義変更等の場合）

口座振替可能な金融機関
北洋銀行、北見信用金庫、網走信用金庫
美幌町農業協同組合、ゆうちょ銀行

〈問合先〉上下水道課 営業グループ（☎77-6554・窓口⑭番）

人生の節目を祝いましょう

令和７年美幌町二十歳の集い

令和７年二十歳の集いを下記のとおり開催します。町内にお住まいで住民登録をされていない方は早めの手続きをお願いします。

1/12日

13:30～15:00（受付12:30～）
場　所：町民会館　『びほーる』
（東２条北４丁目９）
対象者：平成16年４月２日～平成17年４月１日生まれの方

■案内状の発送
令和６年12月１日時点で、美幌町に住所登録のある対象者に案内状を郵送しますので、ご自身の連絡先を記載の上、持参してください。
町内にお住まいで、まだ美幌町で住民登録をされていない方は、役場戸籍年金グループ（③番窓口）で手続きしてください。

■町外にお住まいの方の参加手続き
（11月１日受付開始）
就職、進学、転居等の理由で本町から転出されている方も参加できます。
11月１日から受付を開始しますので、電話で町民会館（☎73-4187）へお申込みください。なお、案内状は12月から随時発送します。

〈申込・問合先〉町民会館（☎73-4187）

令和６年度

新型コロナワクチン接種

令和６年４月以降、新型コロナワクチン接種は予防接種法上、「特例臨時接種」から季節性インフルエンザ予防接種と同様の「B類疾病の定期接種」として位置づけられたことにより、**個別のご案内はいたしません。**
なお、B類疾病の予防接種は、接種を受ける義務はありません。接種を希望する場合は、予防接種の効果や副反応のリスクを十分に検討したうえで判断してください。

対　象

⑴接種日時点で65歳以上の方
⑵接種日時点で60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度（身体障害者手帳１級相当/内部疾患）の障害のある方

接種期間

令和６年10月１日～令和７年３月31日
（開始、終了は医療機関により異なります）

接種回数

これまでの接種歴にかかわらず、１回

自己負担額

3,300円（生活保護世帯の方は無料）

定期接種の受け方

下記の町内実施医療機関に直接予約してください。予診票は各医療機関に備え付けています。

実施医療機関	電話番号	備　考
田中医院	73-2913	開始時期は医療機関にお問い合わせください。
町立国保病院	73-4111	

町外の医療機関で接種を受ける場合

町内で接種を受けることができない方は、接種前に手続きが必要となります。
役場健康推進グループ（☎77-6545）へお問い合わせください。

〈問合先〉保健福祉課 健康推進グループ（☎77-6545）

緊急開催！

びほーる共催鑑賞事業

東大卒クイズ王　伊沢拓司講演会

講演テーマ「楽しい」から始まる学び

10.19(土)

■開　演　16:00（開場　15:30）
■会　場　町民会館びほーる
■前売券（全席指定）
　一般……1,500円／中学生以下…500円
　（当日は500円増）
■券売所　町民会館、チケットぴあ
■主　催　びほーる共催鑑賞事業実行委員会
　美幌町教育委員会

講師　伊沢 拓司 氏

私立開成中学校・高等学校、東京大学経済学部卒業。
中学時代より開成学園クイズ研究部に所属し開成高校時代には、全国高等学校クイズ選手権史上初の個人２連覇を達成。
2016年に、「楽しいから始まる学び」をコンセプトに立ち上げたWebメディア『QuizKnock』で編集長を務め、同YouTubeチャンネルの企画・出演を行う。
2019年には株式会社QuizKnockを設立しCEOに就任。ワタナベエンターテインメント所属。

〈申込・問合先〉 社会教育課 文化振興グループ（☎73-4187）

参加無料です

長生きを楽しめるまちづくり講演会

「こどもの健康」をテーマに、日頃から子どもたちを診療している医師による講演会を開催します。ぜひご参加ください。

○「みんなで守ろう子どもの命」
　～病気やけがを防ぐためにできること～
　講　師　美幌町立国民健康保険病院
　　副院長　前　田　亮　氏
○「こどもの将来を守る予防の話」
　講　師　医療法人社団　小柳歯科医院
　　院　長　小　柳　伸　之　氏

■日　時　11月17日㈰
　10:00～12:00（受付９:30～）
■場　所　しゃきっとプラザ　集団健診ホール
■申　込　11月13日㈬まで
■託　児
　講演会の間、小学校低学年までのお子様をお預かりします。希望する方は申し込みの際お申し出ください。

■主　催
　美幌町保健・医療・福祉ネットワーク推進委員会
※この講演会は「美幌町健康マイレージ」のポイント該当事業（２ポイント）です。

〈申込・問合先〉保健福祉課 健康推進グループ（☎77-6545）

スマホに手帳情報を表示できます

障害者手帳アプリ「ミライロＩＤ」

「ミライロＩＤ」は、株式会社ミライロが提供している、障害のある方に向けたスマートフォン用のアプリケーションです。

事前に障害者手帳（身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳）の情報を登録することで、スマートフォン画面に手帳情報を表示できるようになり、手帳の代わりに、その画面を公共交通機関や商業施設などに提示することで障害者割引等を受けることができます。町内の公共施設では博物館で利用できます。

※「ミライロＩＤ」の登録方法や使い方、対象施設については、ミライロＩＤのホームページ（https://mirairo-id.jp）をご確認ください。

「ミライロＩＤ」
アプリダウンロードは
こちらから

〈問合先〉社会福祉課 民生障がい福祉グループ
（☎77-6539・77-6540）

令和６年度

スポーツ指導者等講習会

講演テーマ「金メダリスト小平奈緒の成長を支えて
～信じて見守るコーチング～」

参加費 無料

11.10(日)

■開講式　13:00～13:30
■講　話　14:10～15:50
■会　場　町民会館３階中ホール
■定　員　１００名
■申込期限　11月１日㈮

申込・問合用
ＱＲコード
（メールフォームが開きます）

講　師：信州大学　学術研究院（教育学系）教授
結城　匡啓(ゆうき まさひろ) 氏
（日本スケート連盟ナショナル強化コーチ）
1965年　北海道生まれ
1992年　スピードスケートワールドカップ500m３位入賞
1998年　長野冬季オリンピック日本代表（短距離担当）コーチ
以後、オリンピック日本代表のコーチを務め、清水宏保選手、小平奈緒選手などを担当。

■主催：公益財団法人日本スポーツ協会、公益財団法人北海道スポーツ協会、北海道スポーツ指導者協議会
■後援：美幌町教育委員会、ＮＰＯ法人美幌町スポーツ協会、美幌町スポーツ少年団本部、びほろスポーツクラブＢｅｅｔ

〈申込・問合先〉 スポーツ振興課 スポーツ振興グループ（☎73-4117・FAX73-4119）

追加募集します

空家の解体費用を支援します

■事前受付期間　10月31日㈭まで
※予算の範囲内での補助金交付決定となります。
■補助金額
【一般型】
空家等を解体し、更地にするもの
除却費用の1/2（最大50万円）
【新築型】
空家等を解体、更地にし、２年以内に跡地に住宅を新築するもの
除却費用の4/5（最大100万円）
■対象者
・建物の所有者又はその相続人　など
■対象物件
・１年以上使用されていないもの
・美幌町都市計画区域内に所在するもの　など
■手続き
事前申請（10月31日まで）→現地調査→調査結果の通知→交付申請→交付決定
※必要書類は町ＨＰ（ダウンロード）または政策統計グループの窓口でお受け取りください。
※除却工事は、交付決定後に契約・着手してください。
※詳細は町ＨＰをご覧いただくか、下記の担当へお問い合わせ下さい。

ＨＰはこちらから

〈問合先〉政策推進課 政策統計グループ
（☎77-6529・２階窓口⑯番）

ＬＧＢＴＱについて考えてみませんか

男女共同参画講演会

「ＬＧＢＴＱ支援」をテーマに講演会を開催します。入場は無料、予約も不要ですのでお気軽にご参加ください。

■日　時　11月１日㈮
14時～16時
■場　所　しゃきっとプラザ
集団健診ホール
■演　題　「ＬＧＢＴ支援」
■講　師　須田 布美子 弁護士
（須田布美子法律事務所）
■主　催　公益財団法人　北海道女性協会
美幌町男女共同参画プラン推進協議会

〈問合先〉町民活動課 広報相談グループ（☎77-6538）

みんなチェック！最低賃金。

令和６年
10月１日からの
最低賃金は **1,010円**

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ます。

第31回 ふるさと祭り 9.4~6

美幌の秋の風物詩「美幌ふるさと祭り」が今年も開催。31店の手作り出店が神社通りに所狭しと並び、老若男女問わず心ゆくまでお祭りを楽しみました。

祭り会場では、大道芸人ショーやステージショーも実施。最終日には、プロレスラーの藤波辰爾さんが一日警察署長としてステージに登場し、来場したファンと町民の心をがっちり掴みました。

8-9月　美小・東陽バンド　美中・北中バンド

北海道吹奏楽コンクールで金賞

北海道吹奏楽コンクールに出場した美幌小・東陽小合同バンドと美幌中学校・北中学校合同バンドが見事金賞を受賞しました。

小学生の部に出場した美小・東陽小合同バンドは、石井樹さん（美小６年）と白戸希実さん（東陽小６年）が中心となり、大舞台の緊張を乗り越えての金賞受賞。白戸さんは「サポートしてくれた皆さんへの恩返しができて嬉しい」と感謝を口にし、石井さんは「見えた課題を修正して、これからの大会も頑張りたい」と話してくれました。

中学生Ａ編成の部に出場した美中・北中合同バンドは、美中の下澤真桜里さん（３年）と北中の村上梨愛さん（３年）の部長２名体制。中学校では初の合同バンドという難しさを乗り越え挑んだコンクールでは、目標の全国出場には惜しくも届きませんでしたが、金賞を受賞。両部長とも少し悔しさをにじませながらも、「金賞をとれたことは嬉しい」と顔をほころばせました。

△美幌小学校・東陽小学校合同バンド

△美幌中学校・北中学校合同バンド

9月11-13日　仕事への理解深める

中学生・高校生が職場体験

美幌中学校と美幌高校の２年生が町内各地で職場体験に参加。役場にも中学生３名・高校生４名が訪れ、職場の雰囲気や業務を肌で体感しました。中学生は１日間・高校生は３日間のプログラムで実施された職場体験の最後には、職員との意見交換を実施。今のうちからやっておいたほうがいいことややりがいなど、気になることを質問して「仕事」への理解を深めました。

9月13日　平常時から災害への備えを

1日防災学校で避難グッズ製作

町内各小中学校で「１日防災学校」が実施されました。13日は旭小学校で行われ、避難訓練や特別授業を通じて災害への備えを学習。３年生の授業では、「避難グッズづくり」として、被災時に役立つ簡易スリッパを製作。ひとつひとつ手順を追いながら完成したスリッパを実際に履いてみて、「けっこううまくできた」と満足げな表情でした。

9月8日　遊び、学び、充実の一日に

みどりの村ふれあいまつり

みどりの村とその周辺のエリアで行われたみどりの村ふれあいまつり。射的や輪投げなど、定番の遊びに加え、モルック体験や木でブランコを体験したりなど、子どもたちの遊び場が盛りだくさん。博物館やKITENも無料開放され、遊んで・見て・歩いて楽しみました。

9月17日　友好姉妹都市から訪問

ケンブリッジ訪問団が来町

友好姉妹都市のニュージーランド・ケンブリッジからの公式訪問団が美幌町を訪問。ケンブリッジとは、美幌からの高校生短期留学や、美幌町からケンブリッジへの訪問など活発な交流が行われていますが、ケンブリッジからの訪問団の来町は友好姉妹提携20周年の平成29年以来7年ぶり。訪問団は期間中に町内施設の視察や交流パーティを通じ、町民との親睦を深めました。

8月10-29日　本州から３人が参加

地域おこし協力隊インターン

「地域おこし協力隊インターン生」として、東京都から田中柚さん、兵庫県から編塚晃希さん、愛知県から寶門海さんの3人が美幌町を訪れ、KITENでインターンシップを行いました。「地方創生」に興味を持ってこのインターンに参加した3人は、「地方」をよりリアルなものとして感じるとともに、そこから見えてきた課題や提案を最終報告会で立派に発表しました。

町公式SNSでも
まちの話題を発信中！

facebook
（フェイスブック）

YouTube
（ユーチューブ）

催し

移住トークランチ

美幌町の移住者同士で集まり、親睦を深めるイベントです。

■日　時　10月20日㈰　12時～13時30分
■場　所　ワーキングスペースKITEN
■参加費　無料（昼食が出ます）
■申込先　ワーキングスペースKITEN（☎050－5482－3346）またはQRから

第5回みどりの村で大冒険

■日　時　10月20日㈰　9時～14時
■場　所　みどりの村森林公園
■内　容　・栗拾い　・落ち葉のお面　・焼き芋　・焚き火　・きのこ探し　・どんぐり植え
■参加費　1人200円
■定　員　20名（小学生　保護者同伴の幼児）
■持ち物　野外で活動しやすい服装・軍手・飲み物・昼食各自
■申込先　10月15日㈫までにみどりの村へ（☎72－0178）

相談

交通事故巡回相談（予約制）

■相談員による相談
①10月2日㈬　13時30分～16時30分
②10月3日㈭　9時～12時
■会　場
①北見交通安全研修センター（北見市青葉町5番16号）
②オホーツク総合振興局交通事故相談所（網走市北7条西3丁目）
■申込先　オホーツク総合振興局環境生活課（☎0152－41－0627）

特設行政相談（予約制）

■相談日　10月21日㈪　13時30分～16時
■場　所　役場庁舎　相談室1
■相談員　行政相談委員　・谷川　明弘　・志布　純子
■申込先　相談日の前日15時までに広報相談グループへ（☎77－6538）

調停等手続説明会（予約制）

■日　時　10月15日㈫　13時～15時
■場　所　役場庁舎　相談室1
■申込先　実施日の1週間前までに北見簡易裁判所へ（☎0157－24－8444）

人権擁護委員による悩み心配ごと相談（予約制）

■相談日　10月9日㈬　13時～15時
■場　所　役場庁舎　相談室1
■申込先　相談日前日15時までに広報相談グループへ（☎77－6538）

弁護士による無料法律相談（予約制）

■相談日　10月9日㈬　13時～16時
■場　所　しゃきっとプラザ2階　社協窓口
■申込先　美幌町社会福祉協議会（☎72－1165）

ふくろう「仕事・生活・困りごと」無料出張相談（予約制）

■相談日　10月17日㈭　10時～15時
■場　所　役場庁舎　相談室
■申込先　前日12時までにオホーツク相談センターふくろうへ（☎0157－25－3110）

釧路弁護士会おなやみごと相談（予約制）

■相談日
①10月8日㈫　②10月22日㈫
全日程13時30分～16時30分
■場　所
①津別町役場1階　相談室
（津別町字幸町41番地）
②置戸町役場1階　相談室
（置戸町字置戸181番地）
■申込先　相談日の前日17時までに釧路弁護士会法律相談センターへ
（☎0154－41－3444）

こころの健康相談（予約制）

■相談日
10月23日㈭　9時30分～16時
■場　所　しゃきっとプラザ
■相談員　精神保健福祉士
■申込先　相談日の前の週までに健康推進グループへ
（☎77－6544／77－6545）

定例健康相談（予約制）

■相談日
10月30日㈭　9時30分～16時
■場　所　役場庁舎　相談室4

精神科医健康相談（予約制）

■相談日
10月16日㈭　13時30分～15時30分
■場　所　北見保健所　相談室
■申込先　相談日の前の週の金曜日までに北見保健所へ
（☎0157－24－4137）
■申込先　健康推進グループ
（☎77－6544／77－6545）

寄附

■美幌町民親睦ゴルフ実行委員会様より、スポーツ振興に役立ててほしいと2万6000円。
■ふるさと納税「ふるさとを思う心が届く美幌町ふるさと寄附金」8月分971件1、282万8千円のご寄附をいただきました。

自衛官募集

ここにしかない成長。
ここにしかない経験。

防衛大学校学生（一般）試験
・応募資格：公式ＨＰをご確認ください
・試験日：11月２日㈯
・場　所：北見
・締　切：10月17日㈭

自衛官候補生試験
・応募資格：18歳以上33歳未満の方
・試験日：11月９日㈯
・場　所：美幌
・締　切：11月５日㈫

医科・歯科幹部試験
・応募資格：公式ＨＰをご確認ください
・試験日：11月15日㈮
・場　所：東京都（防衛省内）
・締　切：10月24日㈭

問合先
自衛隊帯広地方協力本部　網走地域事務所
☎0152-44-5743
ホームページ：https://www.mod.go.jp/pco/obihiro/

公式ＨＰ

みどりの村活動パネル展

・10月７日㈪～10月14日㈪
場　所　しゃきっとプラザ１階
・10月15日㈫～11月１日㈮
場　所　美幌駅エントランス

みどりの村の活動・風景とフォトコンテスト入選作品を展示します。

令和７年度　北見高等技術専門学院訓練生募集

■募集訓練科　電気工学科、自動車整備科、造形デザイン科、建築技術科、機械技術科
■選考別日程
【学校長推薦（高校卒業見込みの方）・自己推薦選考（既卒の方）】

願書受付期間	選考試験日	試験内容
11月１日㈮～11月20日㈬	11月25日㈪	面接試験

ホームページ

【一般選考】

願書受付期間	選考試験日	試験内容
11月21日㈭～12月10日㈫	12月16日㈪	学力試験（国語、数学）、面接試験

〈問合先〉北海道立北見高等技術専門学院（☎0157-24-8024）

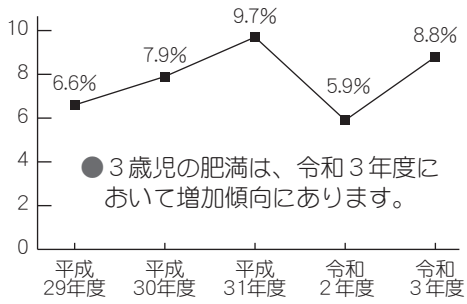
美幌町第４期健康増進計画 栄養・食生活

４月号からシリーズでお届けしている健康増進計画ですが、10月号は乳幼児期から成人期の「栄養・食生活」がテーマです。

現状【乳幼児期～】３歳児健診結果　妊娠届出アンケートから

３歳児の肥満は、増加傾向です。

３歳児健診　肥満度 +15 以上の割合

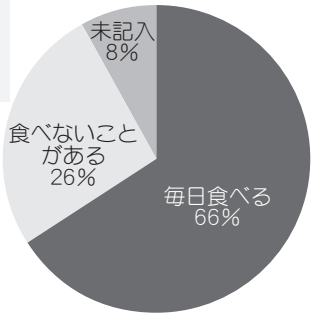


●３歳児の肥満は、令和３年度において増加傾向にあります。

妊婦さんの約３割が朝食を食べない

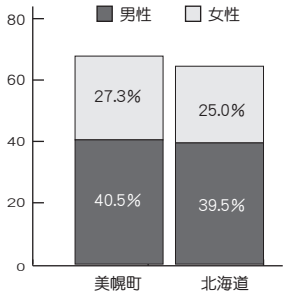
朝食を毎日食べる人の割合（妊娠期）

●妊婦さんの約３割が朝食を食べないことがあると回答しています。



現状【成人期～】令和３年度　特定健診質問票の比較（国保）

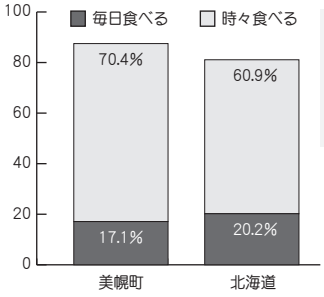
美幌町は男女ともに肥満が多い



ＢＭＩ25以上の割合（北海道との比較）

●北海道と比較して男女とも肥満が多い状況です。

間食や甘い飲み物の摂りすぎ注意



朝昼夕３食以外の間食や甘い飲み物を食べる割合（北海道との比較）

●北海道と比較して３食以外の間食や甘い飲み物を時々食べる人の割合が多い状況です。

ＢＭＩとは？
体重(kg)÷身長（m）÷身長（m）で算出される値。日本ではＢＭＩ25以上を肥満としています。

提案

◇食に関心をもとう　◇適正体重を意識しよう
◇１日３回しっかり食べて、間食や甘い飲み物の内容や量に気をつけよう

コーヒーゼリー牛乳かけ

35kcal カルシウム 17mg 塩分 0g

低エネルギーのおやつ紹介

〈材料　4人分〉
- 無糖ボトルコーヒー…250cc
- 粉ゼラチン…５g
- 砂糖…20g
- 牛乳…60cc
- 氷…適量（冷やすため）

〈作り方〉
⑴鍋にコーヒーを入れ、沸騰直前まで温める。火を止め砂糖を入れ溶かす。
⑵⑴にゼラチンを入れよく溶かす。
⑶鍋ごと氷水で冷やす。
（型に流し入れても良い。）
⑷固まったゼリーをスプーンでくずしながら器に盛り付け、食べる直前に牛乳をかける。

レシピ考案：美幌町ヘルスリーダーの会

問合先：保健福祉課 健康推進グループ（☎77-6544／77-6545・窓口⑥番）

美幌町地域包括支援センターだより

認知症になっても安心して暮らせる美幌町に

認知症の進行状況に合わせた対応

「見守りがあれば日常生活は自立できる」状態のとき

特徴：処方された薬を指示通りに飲んだかどうかの記憶があいまいになったり、来訪者への対応がひとりでは難しくなったりしますが、周囲の適切なサポートがあれば日常生活はできる状態です。

〇本人や家族へのアドバイス

〈見守る人を増やす〉

家族だけで支えるのではなく、民生委員や近所の知人や友人などにも理解を求め、日常生活の中で積極的に見守ってくれる人の数を増やしましょう。

〈安全対策を考える〉

事故に備えた安全対策を施しましょう。火の始末については、安全センサー付きの電化製品への買い替えなどを考えましょう。

〈医療のサポートを受ける〉

病気の管理について、かかりつけ医にアドバイスを求め、専門医を紹介された場合は受診してみましょう。

〈介護のサポートを検討する〉

介護サービスなど専門家によるサポートを検討しましょう。

〇美幌ではこんなサポートがあります

相　談：地域包括支援センター、認知症カフェなど
予　防：ふれあいサロン、デイサービスなどへの参加
見守り：やすらぎ支援、民生委員など
介　護：訪問介護、デイサービスなど

当センターでは認知症についての相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

参考：「認知症あんしんガイド」東京法規出版

美幌町地域包括支援センター
TEL75-3220・FAX73-4787

けんしんであんしん!

9月11日現在

しゃきっとプラザで実施する健診

申込みは先着順となりますので、あらかじめご了承ください。

特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診・エキノコックス検査・肝炎検診

	6:00	6:30	7:00	7:30	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30
12月5日㈭	△	○	△	×	×	×	×	×	×	○
12月6日㈮	○	○	○	○	○	△	×	○	○	○
12月7日㈯	○	○	○	○	○	○	△	○	○	△

レディース検診

	午前（9:00～10:30）	午後（12:30～14:00）	午後（16:00～18:30）
11月5日㈫	×	△	
11月6日㈬	×	○	
11月7日㈭			○
2月2日㈰	○	○	

※11/7㈭、2/2㈰は乳がん検診と大腸がん検診のみ実施します。
※11/5㈫、11/6㈬午前、子宮がんと大腸がん健診は申し込みできます。

（○：申込み可　△：若干名申込み可　×：申込み不可）
申込先：健康推進グループ（☎77-6545）

シニアのためのマシントレーニング教室

トレーニング器具を使った運動教室です。少人数制なので、初めての方や体力に自信のない方も安心して参加できます。

■対象者
概ね65歳以上で医師による運動制限のない方。
■定　員　5名
■場　所　しゃきっとプラザ3階　運動指導室
■実施日　全6回（10/23～11/27　毎週水曜日）
■実施時間　13:30～15:00
■実施内容
マシン運動、体力測定、介護予防・栄養・口腔ケアに関する講話
※運動指導員が個別に器具の使い方を教えます。
■参加料　無料
■募集期間　10月11日㈮まで（定員になり次第締切）

問合先：保健福祉課 健康推進グループ（☎77-6545）

就学時健康診断

来春、小学校へ入学予定のお子さん（平成30年４月２日生から平成31年４月１日生）を対象に、就学時健康診断を行います。９月下旬に通知していますので、必ず保護者の方同伴で受診してください。

■日　時　10月20日㈰　９時～16時
■会　場　美幌小学校
■内　容　内科検診・歯科検診・視力・聴力・ことば・知能検査等
■その他　通知が届かない場合や指定する受診日にご都合が悪い場合は、下記までご連絡ください。

〈問合先〉学校教育課 学校教育グループ（☎77-6557・庁舎２階窓口⑱番）

子育て支援センター ぽかぽか［コミセン内 ☎73-3240］

休　日　開　放（申込不要）

19日㈯　９：30～11：30、13：00～15：00
20日㈰　９：30～11：30
月に1度、土日にセンターを開放します。ぜひご家族で遊びに来てください。

ぽかぽかまつり（要申込）

10日㈭　10：00～11：30
定員　20組程度
お祭りごっこ風の「ぽかぽかまつり」を開催します。楽しいコーナーがたくさんあるので、全てのコーナーをクリアして景品をもらおう！

子育て講座「子どもの育ち ～ライフステージの中で子育てを考える～」（要申込）

11日㈮　10：00～11：30
定員　10組程度（託児あり）
美幌療育病院の中山先生がお話をしてくれます。全３回シリーズの2回目です。初めての方もぜひご参加ください。

ママの手作りクッキング（要申込）

16日㈬　10：00～12：00
定員　10組程度（託児あり）
簡単にできるお子さんのおやつを作ってみませんか？今回は、「さつまいもとりんごのおやき」「豆乳みかんババロア」を作ります。
■場　所　しゃきっとプラザ　和室
■持ち物　エプロン・三角巾
■参加費　100円（当日集めます）

10月の子育て支援センター活動予定の詳細は、町ＨＰをご覧ください。

親子バス遠足（要申込）

25日㈮
９：30センター出発～11：30センターにて解散
定員　15組程度
＊申込締切は、10/18㈮です。
■行　先　道立オホーツク公園 てんとらんど（網走市）
■持ち物　飲み物・おむつ・着替え等
■参加費　参加者1人あたり150円（保険料）
親子でバスに乗って、てんとらんどへ遊びに行きませんか？
保険加入のため氏名・生年月日・住所等の記入をしていただいています。
＊申し込み後のキャンセルは、保険料をお返しできませんのでご了承ください。

ミニスポーツ（要申込）

31日㈭　10：00～11：30
定員　10組程度（託児あり）
＊申込締切は、10/24㈭です。
■場　所　子育て支援センター（コミュニティセンター体育館）
■持ち物　飲み物・運動靴（運動しやすい服装で来てください）
■参加費　150円（保険料）
ミニバレーやミニテニスなどの誰でも簡単に楽しめるスポーツで心も身体もリフレッシュしませんか？
保険加入のため氏名・生年月日・住所等の記入をしていただいています。
＊申し込み後のキャンセルは、保険料をお返しできませんのでご了承ください。

ママといっしょ

かげやま　きい
影山　葵乙ちゃん［R３.７.26生］
母：悠香さん

くいしん坊で元気いっぱいな葵乙ちゃん。
向日葵みたいに大きくかわいく育ってね！

りゅうたき　れおん
龍瀧　伶恩ちゃん［R５.２.３生］
母：奈瑠美さん

いつも「あっこ！あっこ！」と言って甘えん坊なれおん。ご飯と外遊びが大好き☆これからもたくさん食べて遊んで元気に育ってね！

てらした　けいしん
寺下　慶信ちゃん［R４.10.13生］
母：愛実さん

抱っこが大好きな甘えん坊の慶信です。「おべんとうバス」の絵本がお気に入りで寝る前によく読んでいます。たくさん食べて元気にすくすく育ってね!!

10月

健診・相談

４か月児健診（対象：４か月）
受付 /25日㈮ 13:15～　しゃきっとプラザ

10か月児健診（対象：10か月～11か月）
受付 /25日㈮ 12:45～　しゃきっとプラザ

１歳６か月児健診（対象：１歳６か月～２歳児未満）
受付 /25日㈮ 12:30～　しゃきっとプラザ

３歳児健診（対象：３歳～４歳児未満）
受付 / ４日㈮ 12:30～　しゃきっとプラザ

乳幼児相談（対象：２か月～未就学児）
受付 /28日㈪ ９:30～11:30　しゃきっとプラザ

予防接種（事前予約が必要です）

田中医院（☎73-2913）
毎週月～金曜日　9:00～11:00/14:00～17:00
毎週土曜日　9:00～11:00
日本脳炎（小学生以上の方に限ります）・子宮頸がん
※接種日の３日前までに予約が必要です。

国保病院（☎73-4111）
毎週月～金曜日　10:30～11:30/13:30～14:30
ヒブ、小児用肺炎球菌、４種混合、５種混合、ＢＣＧ、水痘、Ｂ型肝炎、麻しん・風しん混合、日本脳炎、おたふくかぜ、ロタウイルス、子宮頸がん
※接種日の３日前までに予約　※月曜日は午後のみ

中村記念愛成病院（☎0157-33-3088）
毎週月～土曜日　診療時間内
ヒブ、小児用肺炎球菌、４種混合、５種混合、ＢＣＧ、水痘、Ｂ型肝炎、麻しん・風しん混合、日本脳炎、おたふくかぜ、ロタウイルス、子宮頸がん
※接種日の１週間前までにＷＥＢまたは電話で予約

北見赤十字病院（☎0157-24-3115）
毎週木曜日
ヒブ、小児用肺炎球菌、４種混合、５種混合、ＢＣＧ、水痘、Ｂ型肝炎
麻しん・風しん混合、日本脳炎、おたふくかぜ、ロタウイルス
※北見日赤の小児科に通院中の方のみ

hug non no はぐのん
美幌町子育て世代包括支援センター

読書の秋に絵本を読んでみませんか？

絵本の読み聞かせには感性が豊かになる、集中力が身につく、想像力や語彙力を育てられるといった効果や何よりも親子のコミュニケーションを図ることができるというメリットがあります。読み聞かせを行うときには「大人が楽しみながら読む」ということがポイントです。また、絵本はお子さんの年齢や興味に合わせて選んでみましょう。

ぜひお子さんと一緒に楽しい読書時間を過ごしてみてください！

美幌町子育て世代包括支援センター　はぐのんの
（健康推進グループ・☎77-6544・窓口⑥番）

今月のPick Up

サークル開設講座「初心者陶芸教室」

初心者の方でも素敵な作品を作り上げることができます。この機会に体験してみてはいかがでしょうか？

■日　時　11月９日㈯　9:00～12:00
■場　所　マナビティーセンター陶芸室
■定　員　５組（定員になり次第締め切り）
■参加費　７００円（材料費）
■持ち物　エプロン、手拭き、上靴
■申　込　11月１日㈮までに電話で町民会館へ

びほろスマホ倶楽部～基礎から安全に楽しもう～

■日　時　10月30日㈬　9:30～11:30
■場　所　町民会館会議室３・４
■対　象
シニア世代の特にスマートフォン初心者の方
※申込は不要です。直接会場にお越しください。

プチアートギャラリー 10 月展示

『陶芸サークル陶友』
10月９日㈬～10月23日㈬
マナビティーセンター　１階ロビー

サークル開設講座「フォークダンスでリフレッシュ！」

世界各地の特徴ある音楽に合わせて楽しく踊りませんか？フォークダンスの魅力をぜひ体験してください。

■日　時　①10月21日 ②10月28日
（いずれも月曜日）19:00～21:00
■場　所　①町民会館小ホール
②町民会館ギャラリー
■対　象　一般　定員20名
■持ち物　飲み物、動きやすい服装
■参加費　無料
■申　込　10月18日㈮までに電話で町民会館へ
■指　導
フォークダンスサークル代表　佐藤　則子

美幌町 文化イベント情報

第74回美幌町文化祭

日頃から研鑽された文化活動の成果が存分に発揮されます。文化の祭典にぜひご来場ください。

10月18日㈮に町ホームページ掲載及び「みつめて」に折込予定のプログラムをご参照のうえ、お間違いのないようご来場ください。（入場無料）

〈展示発表〉

■日　時　11月２日㈯～４日㈪　３日間
観覧時間10:00～16:30
■会　場
町民会館２階・３階、びほーるギャラリー
■内　容
華道・書道・木工作・陶芸・手芸・絵画等

〈芸能発表〉

■会　場　町民会館びほーる
☆幕舞台
■日　時　11月２日㈯　13:00～16:00
■内　容　舞踊・詩吟吟舞・和太鼓・ダンス等
☆反響板舞台
■日　時　11月４日㈪　13:00～16:00
■内　容　箏・合唱・ピアノ・吹奏楽等

主　催　美幌町文化連盟・美幌町教育委員会

親子芸術鑑賞事業「クラウン・オン・ザ・ステージ in 美幌」

クリスマスを前にクラウンたちが大暴れ！小さなお子様から楽しめるクラウンによるステージを開催します。ぜひご家族でお楽しみください。

■日　時　12月８日㈰　二回公演
10:30～11:30
14:00～15:00
■場　所　町民会館　びほーる
■チケット　大人……2900円
高校生以下…600円
※10月19日発売開始
※3歳未満のお子様はひざ上であれば無料

【問合先】町民会館　TEL73―4187

今月のPick Up

サタ☆スポ（土曜休日の小学校体育館開放事業）

10月からサタ☆スポがスタート!!　土曜日に学校の体育館を開放して、自由に運動を楽しむことができます。お申し込み等はありませんので、お友達・ご家族で気軽にご参加ください。

■開放日　10月５日（美小と旭小のみ）、
11月16日、12月14日、
２月８日、３月１日（土曜日　月１回）
■開放時間　９時～11時30分
■開放校　美小・東陽小、旭小の体育館
■指導員
びほろスポーツクラブBeet運営委員、スポーツ推進委員、トレーニングルーム運営指導員
■内　容
バスケットボール、バレーボール、バドミントン、ミニバレー、卓球、縄跳び、輪投げ等
■その他
上靴・飲み物を持参して下さい。
※Beet会員以外の方は保険が適用されません。
※参加の際、緊急時に保護者と連絡が取れる電話番号を持たせるようご協力お願いします。
※幼児の参加は、必ず保護者の方も同伴してください。
■問合先
びほろスポーツクラブBeet事務局まで
（トレセン内☎73-4117）

ペタンク教室

ペタンクを通じて仲間づくりとペタンクの楽しさ・奥深さを学び、国際大会で活躍できる選手を目指そう！

■日　時　10月18日、21日、25日、28日、
11月１日㈪・㈮
16時～18時　計５回
■場　所　サニーセンター
■対　象　小学１年生～成人
■定　員　10名
■参加料　Beet会員500円、
一般1,000円
（別途スポーツ傷害保険料800円）
■指導者　美幌町ペタンク協会指導員・
ペタンク少年団指導者
■持ち物　タオル・飲み物
■申込期限　９月10日㈫～10月４日㈮
■申込・問合　トレーニングセンター
※参加料を添えて直接お申し込みください。

キッズ☆フットサル教室

幼児対象、人気の教室です!!フットサル教室では楽しみながらサッカーに必要な技術を身につけることができます！

■日　時　11月26日、12月17日、
１月７日、21日、２月18日（火曜日）
15時～16時　計５回
■場　所　サニーセンター
■定　員　40名
■対　象　年少・年中・年長（満３歳児もOK）
■参加料　一般2,200円
（別途スポーツ傷害保険料800円）、
Beet会員1,000円
■持ち物　運動できる格好・上靴（スパイクの必要なし）、飲み物、タオル
■申込期限　10月１日㈫～11月15日㈮
■申込・問合
びほろスポーツクラブBeet（トレセン内）
※参加料を添えて直接お申し込みください。

B＆G海洋センター・網走川河畔公園パークゴルフ場クローズ

Ｂ＆Ｇ海洋センター、網走川河畔公園パークゴルフ場は、10月31日㈭をもちまして、今年の営業を終了いたします。

なお、Ｂ＆Ｇ海洋センターの10月の開設時間は、平日が13時～21時まで、土・日・祝日は13時～17時までとなります。

パークゴルフ場につきましては、原則10月末日でのクローズですが、いちい・つつじコースは11月３日㈰まで、大正橋コースは11月10日㈰まで利用可能とします。この間の使用料については無料です。

※天候によるコースコンディション等により利用時間が変更となる場合がございます。

今月のおすすめ

「ハロウィン」をテーマにした本を紹介します。

「バロルの晩餐会」
夢枕　獏／作
ＫＡＤＯＫＡＷＡ

タックの父の部屋には世界中から集めた珍しい物がたくさんある。いつも父の部屋に入ってはいけないと言われているけれど、今夜はハロウィンだから仮装の参考にしようと妹のチーマと忍び込み…。

「ハロウィンパーティーレシピ」
木村　幸子／著
主婦の友インフォス情報社

本書は、「食卓にハロウィンを取り入れるのは難しい。」というイメージが変わる、簡単に出来るレシピが紹介されています。また、料理のデコレーションを変えれば、誕生日等にも活用出来ます。

手づくり絵本展
～10月６日㈰／２階ギャラリー／７月開催の手づくり絵本講習会に参加された方と、美幌手づくり絵本の会の皆さんの作品を展示します。

しおりプレゼント
～10月６日㈰／１階カウンター／本を借りた方に美幌町図書館キャラクター「トモビー」のしおりをプレゼントします。

無償譲渡コーナー設置
10月１日㈫～13日㈰／１階カウンター前／図書館の廃棄本・雑誌を展示の上お譲りします／１日１人10冊まで

文学講演会「物語を楽しむために」
10月５日㈯／14時30分／町民会館１階小ホール／「東京バンドワゴン」シリーズの著者、小路幸也さんによる講演会を開催します。／10月４日㈮までに図書館に申込をお願いします。

絵本とあそぼ！
10月10日㈭／10時30分／２階視聴覚室／０～２歳児向けのお話し会

お楽しみ文学館
「沈黙のパレード」（１３０分）／10月12日㈯／13時30分／２階視聴覚室／監督：西谷弘／出演：福山雅治　柴咲コウ　他

絵画サークルスペクトル作品展
10月16日㈬～22日㈫／２階ギャラリー／絵画サークルスペクトルの皆さんの作品を展示します。

おはなしのへや
10月17日㈭／15時／２階視聴覚室／絵本の読み聞かせ、おはなし、紙芝居など

図書館ボランティアの日
10月18日㈮／９時～10時／２階視聴覚室／除籍した本や雑誌の「廃棄シールはり」等の仕事です。お手伝いいただける方は、当日直接図書館までおいでください。

新聞無償譲渡
10月22日㈫～27日㈰図書館１階／図書館で保存期間（１年間）が過ぎた新聞をお譲りします。

【問合先】図書館　ＴＥＬ73―3016
【休館日】５日、７日、14日、15日、21日、25日、28日

博物館だより

【問合先】博物館　TEL72―2160

【休館日】7日、15日、21日、28日、29日

美幌博物館開館記念日（無料開館）

■日　時　10月６日㈰　9:30～17:00
※入館は16:30まで
■場　所　博物館
■観覧料
無料（イベントも全て無料）
■内　容
・もちつき体験
（10:00～12:00）
※試食できます。
・工作「モコモコお化け」
（10:00～13:00）
■対　象　どなたでも

博物館講座（自然編）「動物写真家の仕事」

日本を代表する動物写真家の前川貴行さんをお招きし、写真家の仕事についてお聞きします。

■日　時　11月２日㈯
10:00～12:00
■場　所　博物館２階　視聴覚室
■講　師　前川貴行氏（動物写真家）
■対　象　中学生～一般
（小学生以下保護者同伴で参加可）
■参加費　無料
■申込方法　直接会場にお越しください。

プチ工房「ちりめん細工」

発砲スチロール球に、色模様が入ったちりめん布を貼り合わせて、おしゃれな作品を作ります。（所要時間：30分～）。

■日　時　10月11日㈮、12日㈯
10:00～12:00、
14:00～16:00で自由入室し、作品ができ次第終了
■場　所　博物館１階　講座室
■対　象　どなたでも（小３以下保護者同伴）
■参加費　４００円（お一人様１個まで）

第33回美幌博物館特別展・美幌町制100周年記念事業 フィルムで振り返る美幌の歴史

■日　時　10月20日㈰まで

番外編として明治時代の美幌村の様子を紹介した写真パネルを２階廊下で追加展示しています。また、映像展示に追加を行いました。貴重な映像資料を見学できるのもあとわずか、ぜひご来館ください。

博物館講座（自然編）「戦えアマゾネス！ハチやアリの世界を見てみよう」

今年もやってきた、「スズメバチが怖ーい季節」。なぜスズメバチは秋に攻撃的になるの？本州で大騒ぎの「ヒアリ」ってなにもの？シロアリとアリってどう違うの？不思議なアリ・ハチの世界をのぞいてみよう。

2009年10月23日
海野和男氏撮影

■日　時　10月19日㈯　10:00～11:30
■場　所　博物館２階　視聴覚室
■講　師　東　典子氏
（昆虫研究家【地球環境博士】）
■対　象　中学生～一般
（小学生以下保護者同伴で参加可）
■参加費　無料
■申込方法　直接会場にお越しください。

博物館ロビー展　すごい標本！すごい資料‼

未公開資料や学芸員の最新研究を紹介します。
■期　間　10月８日㈫まで
■時　間　9:30～17時（入館締め切りは16:30）
■場　所　博物館２階 ロビー
■観覧料　ロビー展のみのご観覧は無料
■内　容　・新発見！ 美幌町のトンボ
・鳥の巣コレクション
・クッシー住民台帳 初公開！
・初公開！画家 横森政明の道具
・明治時代の名残を探せ！

臨時休館について

10月29日㈫は博物館照明修繕工事に伴い臨時休館します。ご不便をおかけしますがよろしくお願いいたします。

消費生活相談Ｑ＆Ａ

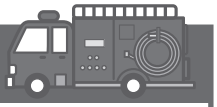
投資詐欺に注意！！

Q ネットをみていると有名経済評論家主催の投資相談のＳＮＳ広告が表示された。１００万円が１億になったとの体験談に惹かれラインに登録すると、評論家のアシスタントを名乗る人から投資話が届いた。有名な評論家なら信用できると思い１００万円を振り込んだ。その後も利益を増やすためと次々と追加を勧められ総額１５００万円を振り込んだ。運用状況を確認すると６千万円の利益がでていたので引き出そうとしたら、手数料や税金約２２００万円を支払わないと出金できないと言われた。　（60代　男性）

A ＳＮＳ（ライン、ユーチューブ、Ｘなど）の広告上で消費者を信用させるために、著名人になりすまし投資話を持ちかける詐欺行為が横行しています。有名な人だからと情報をうのみにせず、必ず著名人の公式サイトや金融庁のホームページなどで注意喚起がされていないか確認してみましょう。特に、振込先が個人名義の場合は詐欺と思われますので絶対に振り込まないで下さい。振り込むと連絡が取れなくなり被害回復は困難になります。

消費生活のご相談は　**美幌町消費生活センター**（しゃきっとプラザ 2階）
電話・ＦＡＸ 72-0366
月～金曜日10時～16時（年末年始・土日祝日を除く）

消防だより



令和６年秋の火災予防運動

10月15日㈫～10月31日㈭

統一防火標語

守りたい 未来があるから 火の用心

消防署では上記の期間中、全道一斉に秋の火災予防運動が実施します。

これからの時期は、乾燥や気温が段々下がり、ストーブ等の暖房器具を使用する機会が増え、火災が発生しやすい季節となります。火気を使用する場合は、注意して使用しましょう！

期間中の行事

- 第22回町民防火パークゴルフ大会（10月５日㈯）
- 防火呼び掛けの日、街頭広報
- 消防弱者宅防火訪問
- 町内巡回広報（13時、19時）
- 啓発サイレンの吹鳴（15日～21日　19時に20秒間）

〈問合先〉消防本部グループ 予防・調査担当（☎73-1308）

交通安全メモ

「秋の輸送繁忙期の交通安全運動」

10月15日㈫～24日㈭

【 運動の重点 】

〇過労・過積載・過密な運転の防止
〇スピードの出し過ぎなど危険運転の防止
〇高齢者の交通事故防止・夜光反射材の普及
〇夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車の交通事故防止
〇飲酒運転の根絶

夜光反射材を着用しましょう！

歩行者や自転車利用者が薄暮や夜間に交通事故に遭わないようにするためには、反射材用品やLEDライト等を活用することが効果的です。

夜間歩くときは、運転者から見えやすいように、明るい目立つ色の衣服を着用し、靴、衣服、カバン、つえなどに反射材用品等を付けましょう。

令和６年度町内交通事故状況（８月末日現在累計）
発生件数12件（前年比－２）／死者０人（前年比－１）／傷者17人（前年比－５）
・町内での死亡交通事故ゼロ日数　５４１日
・町民による死亡交通事故ゼロ日数　２２３７日

地域安全ニュース

全国地域安全運動
～みんなで築こう、安全で安心な大地～

〇安全安心なまちづくりの日

10月11日は「安全安心なまちづくりの日」です。

この機会に今一度、誰もが安全で安心して暮らすことのできる社会を実現するため、一人一人ができる範囲の地域安全活動に取り組みましょう。

〇子供と女性の犯罪被害防止

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。

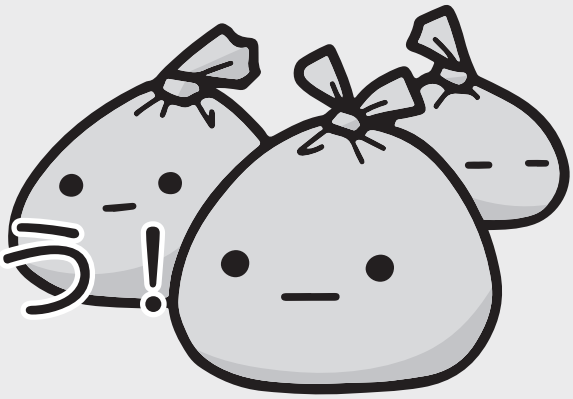
危険な事態を予測、回避する能力を身につけるため、不審者に遭遇した際の対処方法等を、日頃から子供と話し合いましょう。

〇特殊詐欺、ＳＮＳ型投資・ロマンス詐欺の被害防止

ＳＮＳ上で著名人になりますました者等と連絡を重ね、投資などの名目でお金をだまし取る手口の詐欺被害が急増しており、被害が高額となる傾向があります。

ＳＮＳ、電話、メールなどで投資等のもうけ話や、トラブルに巻き込まれた話をされたときは、詐欺を疑い、すぐに相手との連絡を絶ってご家族や警察に相談してください。（警察相談ダイヤル＃９１１０）

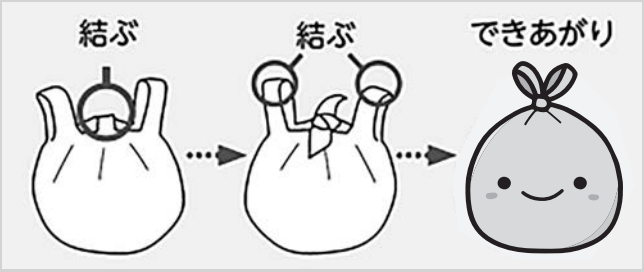
ごみの出し方を再確認しましょう！

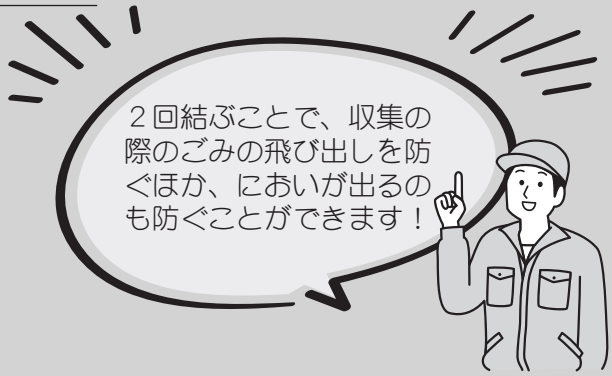


ごみを収集日に出すときの細かいルールを皆さんご存知ですか？
色々ルールがある中でも、今月は「ごみ袋の出し方」を紹介します。誤ったごみの出し方をしている場合は収集できませんのでご注意ください。

その1 ごみ袋のひもは結んで出す！

持ち手もしっかり結んでください





その2 次のように出した場合は収集しません

ひもを結んでいない

収集していいものか、判断がつきません。結んで保管する場合は、誤って収集するのを防ぐため、ごみ捨て場から離れて保管をお願いします。

中身が袋から出ている

ごみ袋に入らないものは「粗大ごみ」となります。
毎月第１金曜日収集で、前月25日までの事前申込が必要です。

テープ等で口部を閉じている

別のヒモで延長して結ぶ、テープで口部を閉じる（破れた側面等の補修はOKです）、別の袋をかぶせて出ている場合がありますが、これはルール違反です！

ごみの出し方を簡単に知りたい方へ

「ごみ分別アプリ」好評配信中！

「ごみの分別検索」や「ごみ収集日の通知」など、ごみの分け方・出し方に関する情報や機能があるほか、悪天候による収集中止情報もいち早くお知らせしています。ぜひダウンロードしてご活用ください。

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

10月カレンダー

1（火）	
2（水）	
3（木）	
4（金）	3歳児健診　P21
5（土）	マイナンバーカード休日窓口開設　P6
6（日）	マイナンバーカード休日窓口開設　P6
7（月）	みどりの村活動パネル展（11/1まで）　P17
8（火）	
9（水）	悩み心配ごと相談　P16 無料法律相談　P16
10（木）	
11（金）	スポーツ賞授賞式・スポーツ講演会　9月号P6
12（土）	あやめ園造成事業　P7
13（日）	親子そば打ち体験　P7
14（月）	
15（火）	秋の輸送繁忙期の交通安全運動期間（10/24まで）　P26 秋の火災予防運動期間（10/31まで）　P26
16（水）	
17（木）	
18（金）	
19（土）	東大卒クイズ王　伊沢拓司講演会　P10
20（日）	秋季一斉清掃　P7　　移住トークランチ　P16 みどりの村で大冒険　P16　　就学時健康診断　P20
21（月）	特設行政相談　P16
22（火）	
23（水）	こころの健康相談　P17
24（木）	
25（金）	4か月・10か月児健診　P21 1歳6か月児健診　P21
26（土）	
27（日）	
28（月）	マイナンバーカード夜間窓口開設（11/1まで）　P6 乳幼児相談　P21
29（火）	
30（水）	定例健康相談　P17
31（木）	

紅葉ライトアップ

紅葉の見ごろの頃、みどりの村野外緑地広場周辺一部のライトアップを実施します。
色鮮やかな紅葉をお楽しみ下さい。

バス運休

美幌駅循環線
美幌駅旭小学校線　＞日・祝

登下校線・美高線　土・日・祝

※美幌高校線2便は、美高の行事によって運行時間を変更する場合があります。
※申込バス「もーびー」は毎日運行中

10月の休日当番病（医）院

診療時間／午前9時～午後5時

- 6日(日)…津　別　病　院／☎76-2121
- 13日(日)…美幌町立国保病院／☎73-4111
- 14日(月)…美幌療育病院／☎73-3145
- 20日(日)…玉　川　医　院／☎75-2780
- 27日(日)…こばやし内科クリニック／☎73-3356

10月の運転免許証更新時講習

会場／町民会館

- 10日(木)…優良13:00～13:30
  一般14:00～15:00
- 17日(木)…違反13:00～15:00
- 24日(木)…優良13:00～13:30
  一般14:00～15:00

※免許証の更新手続きが完了していない方は受講できません。

水道修繕

指定業者一覧は町ＨＰをご覧ください。

各業者受付時間以外の緊急時
→役場（☎73-1111）

人のうごき

令和6年8月末現在

人口	17,501人（＋　4）
男	8,526人（＋ 10）
女	8,975人（－　6）
世帯数	9,282世帯（＋ 18）

※（　）は前月末との比較

10月の納期

- 町道民税（第3期）
- 国民健康保険税（第4期）

納期限　10月31日(木)

支払いには、便利な口座振替を！

発行／美幌町役場　編集／町民活動課広報相談グループ　〒092-8650　北海道網走郡美幌町字東2条北2丁目　☎(0152)73-6538　編集／㈱美幌新聞社・印刷／熊谷企画