

～知りたい情報がここにある～

# 広報おうむ



『第19回 雄武の宝うまいもんまつり』  
～雄宝キャッチャー～



公式LINE



公式X

2026

10

月号

VOL.1142

# 任免・職員数

|                   |                                        |
|-------------------|----------------------------------------|
| 令和 8 年<br>4 月 1 日 | 一般行政職 1 人、医療職 4 人<br>技能労務職 0 人、教育職 0 人 |
| 令和 7 年度           | 一般行政職 5 人、医療職 3 人<br>技能労務職 3 人、教育職 0 人 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 再任用の状況（令和 8 年 4 月 1 日） |     |
| 再任用職員数                 | 0 人 |

|               |     |        |     |
|---------------|-----|--------|-----|
| 退職者数（令和 7 年度） |     |        |     |
| 定年退職          | 0 人 | 勤奨退職   | 0 人 |
| その他           | 6 人 | 再就職した者 | 0 人 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 身体障がい者の任用状況（令和 8 年 6 月 1 日現在） |     |
| 任用職員数                         | 7 人 |

|                             |       |     |     |      |      |
|-----------------------------|-------|-----|-----|------|------|
| 女性職員の登用状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |       |     |     |      |      |
| 課長等                         | 課長補佐等 | 係長  | 主査  | 係    | 計    |
| 2 人                         | 5 人   | 4 人 | 8 人 | 33 人 | 52 人 |

# 勤務時間、その他勤務条件

|                                |          |           |            |  |
|--------------------------------|----------|-----------|------------|--|
| 一般職員の勤務時間の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |          |           |            |  |
| 勤務時間（週）                        | 開始時刻     | 終了時刻      | 休憩時間       |  |
| 38 時間 45 分                     | 8 時 30 分 | 17 時 15 分 | 12 時～ 13 時 |  |

|                       |         |       |        |        |
|-----------------------|---------|-------|--------|--------|
| 年次有給休暇の取得状況（令和 7 年実績） |         |       |        |        |
| 総付与日数                 | 総使用日数   | 対象職員数 | 平均取得日数 | 取得率    |
| 5,288 日               | 1,883 日 | 153 人 | 12.3 日 | 35.6 % |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 介護休暇の取得状況（令和 7 年度） |     |
| 介護休暇の承認件数          | 0 件 |

# 研修・勤務成績評定

|                |                |       |  |
|----------------|----------------|-------|--|
| 研修の状況（令和 7 年度） |                |       |  |
| 研修名            | 実施主体           | 人数    |  |
| 管理能力研修 他       | 北海道市町村職員研修センター | 8 人   |  |
| 新規採用職員研修 他     | オホーツク町村会       | 24 人  |  |
| ハラスメント研修 他     | 雄武町            | 180 人 |  |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| その他福利厚生事業の状況（令和 7 年度） |     |
| 雄武町職員永年勤続表彰           | 1 人 |

|                     |       |  |
|---------------------|-------|--|
| 人事評価の評定の状況（令和 7 年度） |       |  |
| 評定の回数               | 1 回   |  |
| 評定の時期               | 4 月   |  |
| 評定の対象人数             | 151 人 |  |

|                       |        |        |        |        |        |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 定員適正化の状況              |        |        |        |        |        |
| 年次別進捗状況（各年 4 月 1 日現在） |        |        |        |        |        |
| 区分                    | 令和 4 年 | 令和 5 年 | 令和 6 年 | 令和 7 年 | 令和 8 年 |
| 一般行政部門                | 90 人   | 92 人   | 95 人   | 83 人   | 92 人   |
| 特別行政部門                | 12 人   | 12 人   | 11 人   | 7 人    | 9 人    |
| 公営企業等会計部門             | 46 人   | 51 人   | 51 人   | 48 人   | 46 人   |
| 合計                    | 148 人  | 155 人  | 157 人  | 138 人  | 147 人  |

|                             |                  |                  |               |
|-----------------------------|------------------|------------------|---------------|
| 部門別職員数の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |                  |                  |               |
| 区分                          | 職員数              | 対前年増減数           |               |
|                             | 8 年度             | 7 年度             |               |
| 一般行政部門                      | 92 人             | 83 人             | 9 人           |
| 特別行政部門                      | 9 人              | 7 人              | 2 人           |
| 公営企業等会計部門                   | 46 人             | 48 人             | △ 2 人         |
| 合計                          | 147 人<br>（ 55 人） | 138 人<br>（ 48 人） | 9 人<br>（ 7 人） |

※（ ）内は、フルタイム会計年度任用職員で、外書きとします。

|                         |                                          |
|-------------------------|------------------------------------------|
| 休暇制度の概要（令和 8 年 4 月 1 日） |                                          |
| 休暇の種類                   | 休暇を与える期間等                                |
| 年次休暇                    | 1 年につき 20 日。残日数の 20 日を限度として翌年に繰越すことができる。 |
| 夏季休暇                    | 6 月から 10 月の期間内において連続する 3 日の範囲内。          |
| 忌引の休暇                   | 死亡した者の続柄に応じて、1 日から 7 日の範囲内。              |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 育児休業の取得状況（令和 7 年度） |     |
| 育児休業の承認件数          | 3 件 |
| 育児休業期間延長の承認件数      | 0 件 |

# 服務

|                                        |  |
|----------------------------------------|--|
| 職務専念義務免除の概要                            |  |
| 研修を受ける場合、厚生に関する計画の実施に参加する場合、任命権者が定める場合 |  |

# 福利・利益の保護

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 健康管理事業の状況（令和 7 年度） |       |
| 健康診断受診職員数          | 52 人  |
| 総合健診受診職員数          | 104 人 |

|                           |        |
|---------------------------|--------|
| 親睦会等への補助金（負担金）状況（令和 7 年度） |        |
| 北海道市町村職員福祉協会負担金           | 514 千円 |

# 分限・懲戒処分

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 分限処分者数（令和 7 年度） | 7 人 |
| 懲戒処分者数（令和 7 年度） | 0 人 |

# 人事行政の運営等の公表

本町の人事行政の運営等の状況について、その公平性と透明性を高めることを目的とした「雄武町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、次のとおり公表します。

問総務課職員厚生係

# 給与

|                       |               |
|-----------------------|---------------|
| 人件費の状況（令和 7 年度一般会計決算） |               |
| 人件費                   | 10 億 3,732 万円 |

|                         |                                |                       |                             |                                |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| 職員給与費の状況（令和 8 年度一般会計予算） |                                |                       |                             |                                |
| 職員数                     | 給料                             | 職員手当等                 | 期末・勤勉手当                     | 計                              |
| 107 人<br>（ 44 人）        | 4 億 1,268 万円<br>（1 億 1,798 万円） | 5,101 万円<br>（ 140 万円） | 1 億 7,446 万円<br>（ 4,478 万円） | 6 億 6,815 万円<br>（1 億 6,416 万円） |

※職員数 107 人のうち、2 人分の給料を介護保険事業特別会計において計上しているため、給料の職員数については 105 人となります。

※（ ）内は、フルタイム会計年度任用職員で、外書きとします。

|                                         |        |           |           |
|-----------------------------------------|--------|-----------|-----------|
| 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況（令和 8 年 4 月実績） |        |           |           |
| 職種                                      | 平均年齢   | 平均給料月額    | 平均給与月額    |
| 一般行政職                                   | 42.6 歳 | 331,191 円 | 368,089 円 |
| 技能労務職                                   | -      | -         | -         |

※該当者が 3 人以下の箇所は非記載となります。

|                             |     |           |           |
|-----------------------------|-----|-----------|-----------|
| 職員の初任給の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |     |           |           |
| 職種                          | 学歴  | 初任給       | 2 年後給料    |
| 一般行政職                       | 大学卒 | 232,000 円 | 240,900 円 |
|                             | 高校卒 | 200,300 円 | 211,600 円 |
| 技能労務職                       | 大学卒 | 219,400 円 | 230,400 円 |
|                             | 高校卒 | 191,400 円 | 199,200 円 |

|                                  |                    |       |      |      |              |      |
|----------------------------------|--------------------|-------|------|------|--------------|------|
| 一般行政職の級別職員数の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |                    |       |      |      |              |      |
| 区分                               | 1 級                | 2 級   | 3 級  | 4 級  | 5 級          | 6 級  |
| 標準的な職務内容                         | 事務補、技術補<br>主事補、技師補 | 主事・技師 | 主査   | 係長   | 課長補佐等<br>課長等 | 課長等  |
| 職員数                              | 14 人               | 8 人   | 21 人 | 23 人 | 9 人          | 14 人 |

|                                  |       |                    |
|----------------------------------|-------|--------------------|
| 昇給期間の短縮の状況（令和 7 年度実績及び令和 6 年度実績） |       |                    |
| 区分                               | 職員数   | 普通昇給期間を短縮して昇給した職員数 |
| 令和 7 年度                          | 138 人 | 0 人                |
| 令和 6 年度                          | 157 人 | 0 人                |

|                           |           |           |          |                          |
|---------------------------|-----------|-----------|----------|--------------------------|
| 職員手当の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |           |           |          |                          |
| 7 年度                      | 6 月期      | 12 月期     | 計        | 平均支給額<br>（7 年度実績 1 人当たり） |
| 期末手当                      | 1.2625 月分 | 1.2625 月分 | 2.525 月分 | 1,642,000 円              |
| 勤勉手当                      | 1.0625 月分 | 1.0625 月分 | 2.125 月分 |                          |

|                  |                        |                            |                           |                           |
|------------------|------------------------|----------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 区分               | 勤続 20 年                | 勤続 25 年                    | 勤続 30 年                   | 最高限度                      |
| 退職手当             | 自己都合<br>勤奨・定年          | 19.6695 月分<br>24.586875 月分 | 28.0395 月分<br>33.27075 月分 | 34.7355 月分<br>40.80375 月分 |
|                  | 47.709 月分<br>47.709 月分 |                            |                           |                           |
| 7 年度 1 人当たり平均支給額 | 1,529 千円（6 人）          |                            |                           |                           |

|                  |          |                       |                      |
|------------------|----------|-----------------------|----------------------|
| 令和 7 年度          | 支給実績     | 支給職員 1 人当たり<br>平均支給年額 | 職員全体に占める<br>手当支給職員割合 |
| 特殊勤務手当<br>（9 種類） | 9,029 千円 | 347,269 円             | 18.4 %               |

|         |           |           |                        |
|---------|-----------|-----------|------------------------|
| 区分      | 支給年度      | 支給実績      | 平均支給額<br>（支給職員 1 人当たり） |
| 時間外勤務手当 | 令和 7 年度決算 | 29,051 千円 | 178,227 円              |
|         | 令和 6 年度決算 | 21,383 千円 | 136,200 円              |

|       |                                                                 |          |                |
|-------|-----------------------------------------------------------------|----------|----------------|
| 区分    | 支給対象                                                            | 支給金額     | 支給実績<br>（7 年度） |
| 扶養手当  | 子                                                               | 13,000 円 | 9,870 千円       |
|       | 父母等                                                             | 6,500 円  |                |
|       | 満 15 ～ 22 歳まで子 1 人加算                                            | 5,000 円  |                |
| 住居手当  | 借家、借間居住者の支給限度額                                                  | 28,000 円 | 9,220 千円       |
|       | 自宅所有者 取得後 5 年まで                                                 | 10,000 円 |                |
| 通勤手当  | 交通機関利用者は運賃に応じ支給                                                 |          | 656 千円         |
|       | 自家用車使用者は距離に応じ支給                                                 |          |                |
| 管理職手当 | 給料月額に次の割合を乗じる<br>課長等 100 分の 9<br>課長補佐等 100 分の 7<br>医師 100 分の 13 |          | 17,589 千円      |

| 特別職の報酬等の状況（令和 8 年 4 月 1 日現在） |           |                    |                       |
|------------------------------|-----------|--------------------|-----------------------|
| 区分                           | 給料・報酬月額   | 期末手当<br>(7 年度支給割合) | 退職手当算定方式<br>(12 月につき) |
| 町 長                          | 786,000 円 | 4.65 月分            | 5.126 月分              |
| 副 町 長                        | 629,000 円 |                    | 3.234 月分              |
| 教 育 長                        | 565,000 円 |                    | 2.838 月分              |
| 議 会 議 長                      | 280,000 円 |                    |                       |
| 議 会 副 議 長                    | 220,000 円 |                    |                       |
| 議 会 委 員 長                    | 195,000 円 |                    |                       |
| 議 会 議 員                      | 180,000 円 |                    |                       |



# まちのできごと



↑戦没者への献花を行う様子

8/  
28

## 雄武町戦没者追悼式 恒久的な平和を願って

令和8年度雄武町戦没者追悼式が町民センターで挙行されました。式典では、国歌斉唱後に黙とうが行われ、雄武町遺族会副会長の久保田忠直氏が「二度と悲惨な戦争を繰り返さないために、この大戦が残した教訓を次の世代へしっかりと伝え続けていきたい」と追悼の辞を述べられました。最後に、戦没者の英霊に対して参列者全員で献花を行い、戦没者の冥福と平和を祈りました。

9/  
12・13

## 第2回雄武町国保病院健康まつり みんなで健康をチェック！

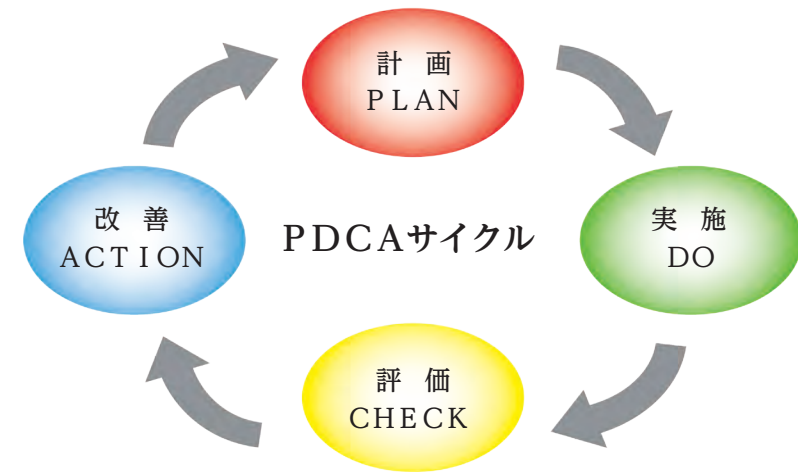
雄武町国民健康保険病院で、第2回健康まつりが開催されました。今回は、前夜祭と本祭の2日間にわたって行われ、町内外から約300名が来場しました。

前夜祭では、舞灯雄武によるよさこい演舞や、磯部副院長による生活習慣病と心臓病をテーマにした健康講演会が行われました。

本祭では、リハビリ室や透析室などの、普段は見る機会のない設備や機器に触れる催しのほか、栄養相談やお薬相談なども行われ、来場者の疑問などに答えていました。中でも、健康チェックができるブースでは、血管年齢測定が人気を集め、多くの人でにぎわっていました。また、町と地域包括連携協定を締結している北海道科学大学による「かけっこが速くなる準備体操」が行われ、子どもたちや高校生が楽しそうに体を動かしていました。さらに、秀毛院長と山星事務長による漫才なども行われ、会場は笑いに包まれていました。

まつりではスタンプラリーが実施され、指定されたコーナーを3つ以上体験した方は、抽選会に参加でき、当選者には健康グッズがプレゼントされました。

来場者からは「普段体験できないことができて興味深かった」「ちょっとした不安が解消された」といった声が聞かれ、健康について楽しく学ぶ機会となったようでした。



## 評価の目的

限られた行財政資源の有効活用を図る観点から事業の見直し・変更や拡充、休・廃止などを行い、評価を通じて事務事業を再構築し、町民ニーズに対する適切な対応や持続可能な行財政基盤を確立します。

## 評価方法と件数

令和7年度に政策予算事業として実施した313件の事務事業について、次の方法により評価しました。  
一次評価 — 自己評価(313件)  
二次評価 — 評価会議(52件)  
自己評価のうち、内容の聞き取りが必要と認める事務事業について、副町長などで構成する評価会議が行う評価。

雄武町では行財政運営に「計画(PLAN)」「実施(DO)」「評価(CHECK)」「改善(ACTION)」のPDCAサイクルを取り入れ、総合計画の効果的な推進に努めています。この度、令和7年度に実施した事業について行政評価を実施しましたので、評価の概要をお知らせします。

## 令和8年度(令和7年度実施) 雄武町行政評価 事務事業評価の結果を公表

## 評価のポイント

行政評価では、事業の「必要性」「有効性」「効率性」「公平性」の4つの点を重視し、総合的にA～Dの4段階で区分します。

また、今後の展開方向は、「現状維持」「見直し・変更」「拡充」「休・廃止」などで、今後の事業の方向性を区分します。

なお、本年度の評価は【表1】【表2】のとおりとなりました。

【表1】総合評価

| 区分 | 事業数   | 内 容                         |
|----|-------|-----------------------------|
| A  | 283 件 | 良好に進んだ計画どおり事業を進めることが適当      |
| B  | 26 件  | おおむね良好に進んだ事業の進め方に改善が必要      |
| C  | 3 件   | 計画を達成できていない事業規模や内容などの見直しが必要 |
| D  | 1 件   | 事業効果が表れていない事業の統合、休・廃止の検討が必要 |
| 計  | 313 件 |                             |

【表2】今後の展開方向

| 区 分    | 事業数   | 内 容                            |
|--------|-------|--------------------------------|
| 現状維持   | 252 件 | 事業内容、事業量に大きな変更がなく、予算増減が少ないもの   |
| 見直し・変更 | 20 件  | 事業効果の発現等、根本的に事業内容の見直し・変更を要するもの |
| 拡 充    | 15 件  | 事業内容、事業量に相当程度の変更があり、予算増を伴うもの   |
| 縮 小    | 4 件   | 事業内容、事業量に相当程度の変更があり、予算減を伴うもの   |
| 統 合    | 0 件   | 事業内容の類似する事業に統合するもの             |
| 終 了    | 17 件  | 単年度事業、期間満了により事業が終了となるもの        |
| 休 止    | 4 件   | 事業を休止するもの(状況に応じ事業を再開)          |
| 廃 止    | 1 件   | 事業を取り止めるもの                     |
| 計      | 313 件 |                                |

三次評価 — 町長評価(0件)

評価会議で評価した事務事業のうち、特に必要と認める事務事業について町長が行う評価。

## 評価調書の公表

パブリック・コメント

評価調書は、役場窓口および町ホームページにて公表し、広く町民の皆さんからご意見を募集します。

なお、評価結果は確定していることから、お寄せいただいたご意見については、来年度以降の行政評価の参考とさせていただきます。

## ◆意見募集期限

10月30日(金) 17時まで

※意見の提出方法など詳しくは、担当係へ問い合わせいただくか、町ホームページでご確認ください。

間総合政策課政策調整係



## 住宅

### 入居募集について

#### 入居資格

##### 《共通事項》

- ・雄武町内に住所を有する方、または有することになる方。
- ・町税などに滞納がないこと。

#### ●町営住宅

- ・所得が政令月収で一般世帯は15万8千円、裁量世帯は25万9千円を超えないこと。

※政令月収とは、給与所得者は1年間の給与所得控除後の金額に、自営業者は1年間の事業所得から必要経費を控除した金額に、扶養控除などを差し引いた額を12で除したものです。

※裁量世帯とは、高齢者世帯（60歳以上）、高齢者と18歳未満の世帯、障がい者（障がいの程度による）がいる世帯、乳幼児がいる世帯、婚姻後2年以内で夫婦ともに35歳未満の世帯（小学生以下の児童がいる場合も可）などです。

#### ●サンライズビレッジ

- ・満50歳未満の単身勤労者であること。

#### ●寡婦住宅

- ・45歳以上65歳未満の単身者で寡婦であること。

#### ●勤労者住宅・町有住宅

- ・勤労者住宅および町有住宅は入居の要件が異なりますので、問い合わせ願います。

#### 申込方法

- ・役場備え付けの申込用紙に、入居する方の住民票を添えて提出してください。

- ・令和8年1月1日に他市町村に就いて住民登録されていた方は、当該市町村で発行される市町村民税課税証明書、所得証明書などの直近1年分の所得がわかるものと、納税証明書もあわせて提出してください。

- ・町営住宅に申し込みの際は、マイナンバーのわかるものを持参してください。

#### 選考方法

- ・申込者多数のときは、住宅困窮度の高い方から入居決定し、困窮度が同じ場合は抽選とします。

※最新の住宅情報は、町ホームページで公開しています。申込用紙もダウンロードできます。  
<http://www.town.ounu.hokkaido.jp/>

※住宅使用料のお支払いには、安心便利な口座振替が利用できます。

※入居者が町営住宅を引き続き30日以上使用しないときは、届け出が必要となります。正当な事由によらないで30日以上町営住宅を使用しないときは、明け渡しを求めることがありますので、注意してください。



## 子育て

### 里親制度について

里親とは、さまざまな事情により家庭で暮らせなくなった子どもたちを自分の家庭に迎え入れて、愛情とまごころをこめて養育してくださる方のことをいいます。

現在、オホーツク管内には約50組の里親さんがおり、約30名の子どもたちが里親家庭で生活しています。

里親には「養育里親」「専門里親」「養子縁組里親」「親族里親」の4つの種類があり、養子縁組をしたい、祖父母が孫を育てているなどの事情に応じた区分もあります。

オホーツク管内では、子どもの年齢や里親さんとの相性なども考慮して委託先を決めるため、管内各地に里親さんが増えていくことが望まれます。

ぜひ、里親として登録いただき、家庭に恵まれない子供たちの養育を担っていただければと思います。

里親を希望される方、里親制度についてもう少し知りたい方は、担当者からご説明させていただきます。

また、町内会やサークル活動の仲間間で里親制度のことを聞いてみたいという場合も、担当者がお伺いしてお話しさせていただくことも可能ですので、お気軽にご連絡ください。



※令和8年9月11日から、次のとおり、サンライズビレッジの入居要件を緩和しています。

#### 入居要件緩和事項

①入居資格について、「独身勤労者」から「単身勤労者」に変更しました。これにより、既婚者であっても、単身赴任などで雄武町に転入する場合などに入居できることとなりました。

②年齢要件を「満35歳未満」から「満50歳未満」に引き上げました。また、入居後の明け渡し請求の年齢も「40歳」から「55歳」に引き上げました。

#### 応募締切

新規 10月15日(木)

#### 継続 随時受付

※問い合わせ時に募集を終了している場合があります。

#### 間財務政策課管財係



## 消防

### 秋の火災予防運動について

#### 目的

この運動は、火災が発生しやすい気候となる時季を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図り、火災の発生を防止し、高齢者などを中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的としています。

#### 実施期間

10月15日(木)～31日(土)

#### 重点目標

- ・住宅防火対策の推進
- ・乾燥時および強風時の火災発生防止対策の推進
- ・放火火災防止対策の推進
- ・防火対象物における防火安全対策の徹底
- ・製品火災の発生防止に向けた取組の推進
- ・多数の者が集合する催しに対する火災予防指導などの徹底

間紋別地区消防組合消防署雄武支署

間北海道北見児童相談所地域支援課

〒090-0061

北見市東陵町36番地3

☎0157・24・3498



## 税金

### 源泉所得税のキャッシュレス納付 体験コーナーの設置について

源泉徴収税のキャッシュレス納付体験コーナーとは、e・Taxソフト（WEB版）と同様の画面操作を用いて、給与所得・退職所得等の所得税徴収高計算書（一般用および納付特例用）および報酬・料金などの所得税徴収高計算書について、作成・送信・キャッシュレス納付手続（ダイレクト納付・インターネットバンキング）の一連の流れを体験することが出来るツールです。

この度、紋別税務署では、より多くの方々にキャッシュレス納付の利便性を感じていただき、継続してご利用いただけるように、源泉所得税のキャッシュレス納付体験コーナーを開設しています。

また、毎月10日と月末は、「キャッシュレス推進デー」として、税務署窓口で納税で来署された方を対象に、職員がキャッシュレス納付について丁寧な説明を行うことや、職員がサポートして実際にキャッシュレス納付の利便性を体験していただく日としています。

### 間紋別税務署総務課

☎0158・23・2191

### 紋別税務署窓口無人化への試行的 取り組みについて

国税庁では、「あらゆる税務手続が税務署に行かずにできる社会」の実現を目指し、税務行政のDXに取り組んでいるところです。

署窓口相談から電話相談へ、電話相談からデジタルへつながる施策を実施するため、紋別税務署においても窓口の見直しを行っています。

見直しの一環として、来署した納税者の一般相談には、税務署に設置した直通電話から専門職員が対応する電話相談センターへ案内しており、税務署職員との相談は事前予約制となっています。

また、納税者の自己解決に向けて、庁ホームページ内の「チャットボット」および「タックスアンサー」の利用に向けたリーフレットを用意しています。加えて、オンライン利用を促進しつつ、窓口・相談事務全体の効率化を図る観点から、順次、署窓口における用紙の配付方法を見直すこととしており、用紙が必要な場合においては、可能な限り国税庁ホームページをご活用いただくようお願いしています。

社会全体のデジタル化を推進し、税務手続のオンライン化を普及させていくためには、税務署だけでなく、納税者皆さま方のご協力をいただきながら進めていく方が効果がありますので、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



## 募集

### 自衛官募集について

#### 一般曹候補生（陸・海・空自衛隊）

##### 受験資格

18歳以上33歳未満の男女

##### 募集期限

11月20日(金)まで

##### 試験日

##### 一次試験

11月28日(土)～12月6日(日)

##### 二次試験

令和9年1月7日(木)～13日(水)

#### 2等陸・海・空士（任期制自衛官）

##### 受験資格

18歳以上33歳未満の男女

##### 募集期間

年間を通して募集

##### 試験日

毎月実施

### 陸上自衛隊高等工科学校

##### 受験資格

令和9年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子（平成22年4月2日から平成24年4月1日までの間に生まれた者）で、中学校卒業または中等教育学校の前期課程修了者（令和9年3月に中学校卒業または中等教育

学校の前期課程修了見込みの者を含む）。

##### 募集期限

令和9年1月14日(木)まで

##### 試験日

##### 一次試験

令和9年1月23日(土)～24日(日)

のうち指定する1日

##### 二次試験

令和9年2月11日(木)～14日(日)

のうち指定する1日

間自衛隊旭川地方協力本部紋別地域

事務所

☎0158・23・2696

募集担当 辻山

### 雄武町委託型地域おこし協力隊 受入事業所の募集について

本町では、地域おこし協力隊制度を活用し、産業の担い手不足の解消や事業者の新たな取り組みを促進するため、協力隊員の受入れ・育成に取り組む事業所を募集します。

##### 募集事業所数

令和8年度 1事業所程度

令和9年度 2事業所程度

※1事業所あたり年1名まで

##### 雇用形態

原則フルタイム勤務（週5日・週40時間）とし、勤務日・時間は受入事業所と隊員が協議して決定します。任期は1年以内（最長3年）です。  
**申込方法・期限**  
所定の申込書に必要事項を記入

います。

### 間紋別税務署総務課

☎0158・23・2191



## 社会福祉

### 100歳おめでとう祝い状です

今年度、100歳を迎えられた中島よす子さんと中村清一郎さんに、内閣総理大臣から祝状と記念品（銀杯）が贈られました。  
ご長寿おめでとうございます。



↑（左から）中島さん、新谷副町長

### 間地域福祉課社会福祉係

### オホーツク相談センターふくろう 無料相談会について

オホーツク相談センター「ふくろう」では、経済的に暮らしが成り立つ



## 保健

### 各ワクチンの定期接種について

#### 带状疱疹ワクチン

定期接種の対象期間は令和9年3月31日までです。ワクチンの種類によつては2か月の期間をあけて2回の接種が必要です。接種を希望される方は計画的に接種できるようにご注意ください。

※本年度の対象者には、4月に個別に通知しています。

#### 本年度の対象者

令和8年度（令和8年4月1日～令和9年3月31日）に、年齢が65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方。または、60～65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能の障害を有し、日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方。

#### 高齢者肺炎球菌ワクチン

定期接種の対象は、満65歳の誕生日から1年間のみですので、接種を希望される方は、66歳の誕生日を迎

たないなどの困りごとをどうしたら解決できるか、一緒に考えていきます。

相談は無料、秘密は厳守します。

##### 日程

令和8年10月21日(水)、11月18日(水)、12月16日(水)

令和9年1月20日(水)、2月17日(水)、3月17日(水)

時間 10時～15時

場所 役場庁舎別館 中会議室

##### 利用方法

希望日前日の12時までに、次の問い合わせ先にご連絡ください。

**間オホーツク相談センターふくろう**

〒090・0064

北見市美芳町5丁目2・13

エムリンクビル2F

NPO法人ワークフェア

☎0157・25・3110



える前日までに接種されるようお知らせします。

なお、過去に本ワクチンの接種を受けたことがある方は、定期接種の対象とはなりませんのでご注意ください。

### 間健康推進課保健係



## 統計

### 雄武町基本調査について

雄武町基本調査は、本年10月1日現在で町に住んでいるすべての人と世帯が対象です。

この調査は、町の最も基本的な資料となる人口や世帯数のほか、産業別の人口構成などを明らかにし、変化する複雑な社会情勢に対応するため、町独自で実施するものです。

また、今回は、行政サービスの利便性向上や今後のキャッシュレス施策の基礎資料とするため「キャッシュレス決済利用実態・ニーズ調査」をあわせて実施します。

町行政に直接役立つ資料を得るための大変重要な調査となります。町の統計調査員が調査票を各世帯に配布・回収しますので、ご協力をお願いします。

### 間総務課広報統計係

### 間DX推進室推進係



## その他

### 無料調停手続相談会開催について

紋別調停協会では、調停手続きの利用についての無料相談会を開催します。

「調停」とは、裁判のように勝ち負けを決めるのではなく、話し合いによりお互いが合意することで、もめごとの解決を図る手段です。調停手続では、裁判官と一般市民から選ばれた調停委員がもめごとの解決にあたっています。

相談料は無料で、相談内容の秘密は厳守されます。参考となる資料があれば、ご持参ください。

なお、すでに訴訟・調停になっている案件についての相談はできませんのでご注意ください。

**日時** 10月24日(土) 10時～16時

**場所** 紋別市民会館

(紋別市潮見町1丁目4番3号)

### 相談内容

お金の貸し借り、借金問題、交通事故や土地建物のトラブル、遺産相続や家族間のもめごとなど、調停手続きの利用に関すること

**申込方法** 当日会場にて受付

**相談員** 紋別調停協会所属の調停委員

**主催** 公財団法人日本調停協会連合会

**実施機関** 紋別調停協会

**岡旭川地方裁判所紋別支部**

☎ 0158・23・2856



## 人事

### 9月1日付

▼総合政策課長兼公共交通対策室長 **前田 忠和**

▼住民生活課長兼DX推進室長兼地域福祉課長 **河原 学**

▼総務課付課長補佐 **林崎 光也**

▼地域福祉課付課長補佐(社会福祉法人雄武町社会福祉協議会派遣) **川口 敦史**

▼住民生活課環境衛生係長兼戸籍住民係長 **苫米地 幸二**

▼総合政策課政策調整係長兼地域経営係長兼公共交通対策室対策係長 **小俣 博和**

▼地域福祉課社会福祉係長 **高橋 秀**

▼総合政策課付係長 **本村 昂平**

▼国保病院看護師 **久々江 美香**

▼住民生活課環境衛生係主査 **花松 賢一**

# 日曜日も、まちへ。

雄武町コミュニティバス「まちバス」 期間限定で日曜日運行スタート!



令和7年度からスタートしました雄武町コミュニティバス「まちバス」について、日曜日の利用人数を調査するため、10月と11月の2か月間に限り、平日に加えて日曜日の運行をスタートします。

| 10 October 2026 |     |     |     |     |     |     |
|-----------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| SUN             | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|                 |     |     |     | 1   | 2   | 3   |
| 4               | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |
| 11              | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  |
| 18              | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  |
| 25              | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |

| 11 November 2026 |     |     |     |     |     |     |
|------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| SUN              | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
| 1                | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8                | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
| 15               | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
| 22               | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
| 29               | 30  |     |     |     |     |     |



運行する日

**毎週 日曜日(平日も通常どおり運行)**



運賃

**無料(日曜日の乗車のみ)**



運行ルート

**幌内⇄雄武間、沢木⇄雄武間(平日と同様)**

問公共交通対策室対策係

時刻表はこちら→



### 不正軽油防止強化月間について

10月は、不正軽油防止強化月間です。

不正軽油とは、トラックなどの燃料として使われる軽油に灯油や重油などを混ぜたものや、重油に薬品を混ぜて脱色し軽油と偽ったものをいいます。これらを製造・販売・使用することは悪質な脱税行為として逮捕される犯罪になります。

北海道では、不正軽油撲滅に向けて関係機関と連携し、取り締まりをさらに強化します。

購入した軽油を使用したら車の調子が悪くなった、安い軽油の売り込みがあったなど、不正軽油と思われる情報がありましたら、次までご連絡ください。

**不正軽油ストップ110番**

☎ 0800・8002・110

(フリーアクセス)

**通報フォーム**

<https://www.harplg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=ZVnrWUOV>

問オホーツク総合振興局紋別道税事務所(紋別市幸町6丁目)

☎ 0158・24・2626

### 個別的労使紛争あっせん制度について

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。

### 大規模な土地取引について

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など、大規模な面積の土地取引に係る契約を締結した場合には、その土地が所在する市町村に届け出が必要となります。

雄武町では、取引面積が都市計画区域で5千㎡以上、そのほかの区域で1万㎡以上の場合に届け出が必要となります。

### 届出者

土地の権利取得者

※売買であれば買主

### 届出期限

契約締結日を含め2週間以内

### 届出事項

- ・契約当事者の氏名・住所等
- ・契約締結年月日
- ・土地の所在・面積
- ・権利の種類・内容
- ・取得した土地の利用目的
- ・土地対価の額
- ・提出書類
- ・届出書

- ・土地取引に係る契約書の写し、またはこれに代わる書類
- ・土地および付近の状況を明らかにした5千分の1以上の図面
- ・土地の形状を明らかにした5百分の1から2千分の1程度の図面
- ・その他(委任状など)

### 罰則

届け出をしないと法律で罰せられることがあります(6か月以内の懲役または100万円以下の罰金)。

問総合政策課政策調整係

知ろう、考えよう。

# がん検診

## 啓発フェア

#雄武がん検診フェア



**がんについて知ることができる展示**を実施しています。

がんは予防できるものもあり、早期に発見・治療することで、治る可能性も高まります。そのためには、がんについて「正しい知識」を持つことが大切です。この機会にぜひ、足を運んでみませんか？

こんな疑問ありませんか？

雄武町でがんは多い？

がんになりやすい人っているの？

がん検診って、どんなことする？

いつ・どの検診を受ければいい？

**内容**

- 📖 がんに関するパネル展示・パンフレット配布
- 📊 雄武町のがん統計展示
- 👤 がんのモデル展示・乳がんセルフチェック用品の配布

**期間** 10/1(木) ~ 10/20(火)

**会場** 🏨 ホテル日の出岬 | 📖 雄武町図書館

知ることから、はじめよう。  
自分のために、家族のために。

お問合わせ先：雄武町役場 健康推進課保健係（0158-84-2023）

### 「健全化判断比率」と「資金不足比率」の公表について

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」は、地方公共団体の決算状況を財政健全化の指標（健全化判断比率・資金不足比率）で表すもので、雄武町の財政健全化の指標を令和7年度決算状況に基づき算定しましたので、お知らせします。

なお、資金不足比率については、簡易水道事業会計、公共下水道事業会計、国民健康保険病院事業会計のいずれの会計においても資金不足がないため、それぞれの比率は生じません（町ホームページにも掲載しています）。

国が示す早期健全化基準を下回り、町の財政状況は「健全」と判断できますが、雄武町の財政状況が厳しい状況であることに変わりはなく、今後も財政の健全化に努めてまいります。

#### 令和7年度 健全化判断比率

| 比率の種類    | 雄武町の比率       | 早期健全化基準 | 財政再生基準 |
|----------|--------------|---------|--------|
| 実質赤字比率   | —<br>(—)     | 15%     | 20%    |
| 連結実質赤字比率 | —<br>(—)     | 20%     | 30%    |
| 実質公債費比率  | 8.1<br>(7.9) | 25%     | 35%    |
| 将来負担比率   | —<br>(—)     | 350%    |        |

※「—」は比率が生じないことを表します（括弧内は前年度数値）。雄武町は実質赤字、連結実質赤字および将来負担比率が発生しませんので、それぞれの比率は算定されませんが、比率が早期健全化基準を上回ると、状態が良くないことを表し、財政再生基準を上回ると、深刻な状況であることを表します。

### 《シリーズ》 ごみの出し方Q&A

環境衛生係が「ごみの分け方・出し方」について、よくある質問にお答えします。

**質問1** カーペット・布団の捨て方を教えてください。

**回答1** カーペット・布団は粗大ごみになります。しっかりと縛って、「粗大ごみシール」を貼り付けて「燃やせるごみ」の収集日に、ごみステーションに出してください（粗大ごみは材質に応じて「燃やせるごみ」か「燃やせないごみ」の収集日に出してください）。

「粗大ごみシール（300円）」は、指定袋販売店で購入し、風などではがれないようにしっかりと貼ってください。布団は濡れてしまうと収集が困難になるので、雨の日はなるべく避けてください。

**質問2** ごみを減らすにはどうしたらいいでしょうか。

**回答2** 次のような3Rの取り組みを参考に、できることから始めてみましょう。

- ①リデュース（Reduce）  
ごみを作らない  
・買い物にはマイバックを使う。  
・水筒を持参する。  
・紙コップや割りばしなど使い捨てのものは使わない。
- ②リユース（Reuse）  
繰り返し使う、再使用する  
・シャンプーや洗剤などは、詰め替えできるものを選ぶ。  
・中古品を活用する。修理しながら使用する。
- ③リサイクル（Recycle）  
再生利用、再資源化  
・リサイクル製品を購入する。  
・プラスチックや新聞紙などの資源は分別して排出する。

10月は3R推進月間です。この機会に3Rの取り組みを意識してみましょう。

※ごみの出し方についての質問がありましたら、環境衛生係までご連絡ください。町民一人ひとりの心がけが、ごみの減量化とリサイクル推進につながります。ごみの適切な分別をよろしくお願いします。

町民生活課環境衛生係

## 全国地域安全運動

～みんなで築こう、安全で安心な大地～

運動期間：10月11日（日）から20日（火）

### 偽の警察官による特殊詐欺被害が多発!!

偽の警察手帳や逮捕状をビデオ通話等で見せ、「あなたの口座が犯罪に使われている」「あなたを逮捕する。」などと言ったまま詐欺被害が多発しています。

**注意：警察は、捜査対象者にビデオ通話をしたり、警察手帳や逮捕状の画像を送ったりすることはありません。**



逮捕状

※実際に犯人から送られた画像

# おうむ

紋別警察署  
雄武駐在所  
☎ 0158-84-2744  
作成者 青木 俊晃

### 「+」から始まる国際電話番号にご注意下さい!!

「+」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。

「警察庁推奨アプリ」では国際電話や詐欺電話を自動で遮断する機能等が実装されており、被害を未然に防止する上で大変有効です。



みんなで

## 特殊詐欺対策アプリ

無料

国際電話をブロックできる\*

\* 国際電話を一括ブロックはAndroidのみ

詐欺電話をブロックできる

最新の手口を把握できる

ダウンロードはこちら



### 8月5日 栄丘パーキング 二輪車交通安全啓発事業

#### 「町長とライダーとの記念撮影」

本年8月5日、雄武町の栄丘パーキングにおいて二輪車を中心とした通過車両に対する交通安全啓発活動を実施しました。

本活動では、運転者の皆様へ啓発グッズを配布し、スピードダウンや漫然運転の防止など、交通安全の呼びかけを実施しました。

### 秋は鹿の飛び出しにご注意下さい!!

## 運転免許証更新時講習

● 興部町中央公民館 ●

|              |         |             |
|--------------|---------|-------------|
| 11/10（火）     | 優良講習    | 13:00～13:30 |
|              | 一般講習    | 13:50～14:50 |
| 11/12（木）     | 違反・初回講習 | 13:00～15:00 |
| ★ 雄武町民センター ★ |         |             |
| 10/21（水）     | 優良講習    | 13:00～13:30 |
|              | 一般講習    | 13:50～14:50 |

おうむちょうとしょかん  
雄武町図書館

# Halloween Party 2026

10.25 sun

### 思い出をのこそう!

#### フォトブース

ステキな仮装を思い出に残そう!  
去年のガイコツくんも待ってます

### お菓子をもらおう!

#### クイズラリー

まずは本をかりてから、クイズスタート。  
館内のクイズをさがして答えていこう!  
ぜんぜんせいがい 全問正解できたらおまけのお菓子もあるよ。

### 図書館のカードを忘れずにね!

### わくわくしながらハロウィンの日を待つ

ある日のガイコツくん

### 作ってみよう!

地域おこし協力隊持ち込み企画!

#### ハロウィンキャンドル作り

もうしこみはコチラ!



① 10:30-11:30

② 13:30-14:30

③ 15:00-16:00

定員：各回15名

締め切り：10月20日

その他くわしくは、QRから!



令和 9 年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書の提出について

暮らしの年金情報

公的年金について源泉徴収の対象となる方には、令和9年分の「扶養親族等申告書」が令和8年9月7日から順次送付されています。

お手元に届きましたら、内容を確認し、各種控除に該当する方は、記載されている期限内に提出してください。期限に間に合わない場合でも、なるべく早く提出してください。

※源泉徴収の対象とならない方には、申告書は送付されません。

～源泉徴収の対象となる条件～

老齢または退職を支給事由とする年金（老齢福祉年金を除く）を受け取っており、年金額が以下に該当する方が対象です。

【源泉徴収の対象となる年金額】

|                                    | 令和9年分以降              | 令和8年分まで（参考）           |
|------------------------------------|----------------------|-----------------------|
| 65歳未満の方                            | 98万円                 | 155万円                 |
| 65歳以上の方                            | 148万円                | 205万円                 |
| 退職共済年金の受給者であって、<br>老齢基礎年金が支給されている方 | 退職共済年金の年金額<br>70万円以上 | 退職共済年金の年金額<br>127万円以上 |

住民税の課税対象となる可能性がある方（単身者の住民税非課税限度額の最低額以上の方）であっても、前年以前に扶養親族等申告書を電子申請で提出した方や、ねんきんネットにおいて申告書のペーパーレス化登録をされている方へは申告書が送付されません。下記の「マイナポータルを利用した扶養親族等申告書の電子申請」をご確認ください。

○紙の扶養親族等申告書の提出方法

扶養親族等申告書に必要事項を記入のうえ、同封されている返信用封筒に切手を貼って、ポストに投函してください（普通郵便の場合は、110円切手です）。

○マイナポータルを利用した扶養親族等申告書の電子申請

日本年金機構から扶養親族等申告書のお知らせを送付しており、マイナポータルとねんきんネットを連携している方は、スマートフォンやパソコンから電子申請により簡単に手続きができます。

電子申請により提出した方は、紙の申告書の提出は不要です。翌年以降は、マイナポータルのお知らせで案内があります（紙の申告書は送付されません）。

問北見年金事務所国民年金課  
☎0157 - 25 - 8703  
（自動音声案内2→2）  
問住民生活課戸籍住民係

図書館情報

ゆ〜とぴあ NEWS



雄武町図書館（雄武町末広町二区）

☎0158－84－2404  
10時～19時（火～金曜日）  
10時～18時（土・日、祝日）  
休館日 月曜日、年末年始、  
蔵書点検期間

図書館ホームページ



[https://www.town.oumu.hokkaido.jp/kanko\\_bunka\\_sports/toshokan/index.html](https://www.town.oumu.hokkaido.jp/kanko_bunka_sports/toshokan/index.html)

今年も開催！「ハロウィンパーティ2026」

本を借りて、館内にあるクイズに挑戦しましょう。クイズに答えるとお菓子がもらえます。さらに、全問正解でおまけのお菓子ももらえます。ハロウィンに関する本の展示や、写真撮影を楽しめるフォトブースも用意していますので、ぜひご来館ください。詳しくは14ページをご覧ください。

日 時 10月25日(日) 10：00～18：00



ボードゲーム交流会「あそびつくそう ボードゲーム」

約30種類あるゲームの中から、気になるもので遊んでみましょう。旭川市立大学ボードゲーム同好会の皆さんが、各ゲームの進行をサポートしてくれますので、経験者の方ももちろん、初心者の方も大歓迎です。

日 時 11月15日(日) 13：00～17：00 ※入退室自由

対 象 どなたでも（申込不要）

今月の新着図書

Newly-imported books

Pickup!



陽子さんはお元気ですか？

山内 マリコ / 著

58歳の専業主婦、陽子。息子が連れてきた彼女の価値観に触れ、息子の横柄な態度や夫の顔色をうかがう生活に疑問を持ち始める。いつからか人生の裏方となってしまった自分に、再びスポットライトをあてる。

Pickup!



ゆめみるねこ

たけい なぎ / 作

家ねこのギネスちゃんとピムスくんは、おうちの外を知らない。不思議な力で外の世界をのぞきに行くと、そこでいろいろな動物たちの「こんなふうになりたい」というゆめに出会い…。7歳の画家による、初の絵本。

一般図書（New!）

世界を変えた「凡ミス」図鑑（近藤 仁美）  
入院・転院・退院の困りごと完全解決！（岡江 晃児）  
朱天の都（加賀谷 きよい）  
龍の隠し子（紺野 天龍）  
二月に憂鬱な君へ（西條 奈加）  
目が（背筋）  
県警の番人（天祢 涼）  
ここが終の住処かもね（久田 恵）  
王国（湊 かなえ）  
後ろ前の死人（風野 真知雄）  
君が代から神が代へ（森井 啓二）

ほか多数

児童図書（New!）

性格ってなんだろう？（小塩 真司）  
ねこバスツアー（くさか みなこ）  
きゅうり（長谷川 義史）  
わたし初音ミクこまっているの（たなか ひかる）  
おまつりって、こわい？（樋勝 朋巳）  
どんなごちそうたべた？（アリス・ホフマン）  
やさいだいすきだワニ（タンム・ニュー）  
いのちのたべもの（中川 ひろたか）  
死神（川端 誠）  
ケチャップマン2（鈴木 のりたけ）  
ハンギョ（ツジの カナ）

ほか多数

交通事故は、突然起こります。自分は気をつけて運転していても、予期しないところで事故に巻き込まれてしまうこともあります。万が一、交通事故の被害に遭ってしまった場合、けがの治療やリハビリを進めながら、相手方や保険会社との間で慰謝料、治療費、休業損害などの示談交渉を行わなければなりません。痛みや不安を抱えながら、相手方や保険会社と直接やり取りをするのは、精神的にも非常に大きな負担となります。

このような場合、弁護士に示談交渉を依頼すれば、相手方との煩わしい連絡や面倒な交渉手続きをすべて弁護士に任せることができます。連絡の窓口を弁護士に一本化することで、ご自身は安心して治療や日常生活への復帰に専念することが可能になります。

また、弁護士が代理人となって交

渉を行う場合、「裁判基準（弁護士基準）」を用いて賠償額を算定・請求できる点も大きなメリットです。保険会社が最初に提示してくる示談金額は自社の独自基準に基づくことが多く、裁判基準よりも低く抑えられているケースが少なくありません。弁護士が交渉に入ることによって、適正な賠償額への増額が期待できます。さらに、治療を継続してもけがが完治せず後遺症が残ってしまった場合にも、適正な「後遺障害等級」の認定を受けるための手続きや申請資料の収集について、法的なアドバイスを受けることができます。

「弁護士費用が高いのでは？」と心配される方もいらっしゃると思います。そんなときに役立つのが、自動車保険の「弁護士特約」です。この特約を利用すれば、原則として一定額（多くは300万円）までの法律相談料や弁護士費用が保険でカ

バーされるため、多くのケースでは自己負担なしで弁護士に依頼することができます。ご自身の保険だけでなく、同居のご家族の保険についても、ぜひ加入している保険の内容をご確認ください。

交通事故の示談は、一度合意が成立してしまうと、後から内容を変更したり、やり直したりすることは原則としてできません。早めに弁護士に相談しておくことで、今後の見通しや適切な対応策の助言を得ることができます。適正な補償を受け、安心して元の生活に戻るためにも、まずはお気軽にご相談ください。

今月の担当



久住 和輝 弁護士  
紋別ひまわり基金法律事務所

無料法律相談会 11月10日(火) 雄武町地域交流センター2階  
(事前予約制) 予約受付：紋別ひまわり基金法律事務所 ☎0158・26・2277  
※今月の広報担当弁護士が、無料法律相談会を担当するとは限りません。

子育て支援センターだより 子育て支援センター（若草保育所内）☎0158 - 84 - 4366

暑かった夏が終わり、風がひんやりと冷たく感じるようになってきました。子育て支援センターでは、今年も水遊びを楽しみました。0歳児は、初めての水遊びでは、元気な泣き声が響きました。1・2歳児は、オモチャなどを使って遊び、夏を全身で楽しみました。どんなことでも「はじめてのこと」には勇気が必要ですが、さまざまな体験をして大きく育っていきましょうね。

《砂場で育つたくましさ》

先日、仲良し親子教室の「こぐまコース」では、保育所の一角にある砂場で自由に遊びました。1・2歳児は、自分の背丈と同じくらい長いスコップを手にとって砂をザクザクしてみたり、おしりが付かないようにしゃがみ、小さなスコップでバケツの中に砂を入れるのを楽しんでいました。また、別の日には、大人が砂山を作ると「砂山を乗り越えたい」とママに手を支えてもらいながら挑戦する子の姿がありました。そのすぐ後ろでは、「がんばって！」と応援するかのようには、お友だちが小さな手をめいっぱい伸ばしていました。砂場は小さい子にとって歩くことでさえ大変です。「どすん！」と尻もちを付いても自分で立ち上がろうと頑張る我が子を「多少汚れても大丈夫」とほほえましく見守る母親たちの姿もみられ、改めて砂場遊びの良さを感じられた出来事でした。



ホテル日の出岬からのお知らせ

秋限定!! 葡萄のタルト (すべて税込み 700 円)

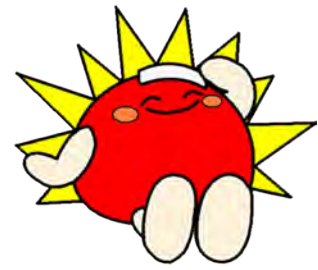
土日祝日のみ、10月中旬まで販売予定です。ご予約も承ります。



シャインマスカット



ナガノパープル



秋・冬宴会プランのご案内 (おひとり様 6,300 円 (税込み))



- 和洋中盛り合わせ 8 品
- ・中華風お刺身サラダ
  - ・鶏モモのディアブル
  - ・イカと野菜の辛子炒め
  - ・白身魚のポワレ (桜エビの焦がしバターソース)
  - ・もつ鍋
  - ・茶碗蒸し
  - ・鰻のひつまぶし風ご飯
  - ・アイス大福

夕食 秋・冬メニューのご案内 (おひとり様 6,500 円 (税込み))



- 和洋各自盛料理 9 品
- ・前菜 4 種盛り合わせ
  - ・お刺身盛り合わせ
  - ・石狩鍋バター風味
  - ・白身魚の南蛮漬け
  - ・茶碗蒸し
  - ・牛肉と玉ねぎのバラ焼き風
  - ・あさりと北海道昆布の混ぜご飯
  - ・お吸い物
  - ・本日のデザート

レストラン「藍」10月のおすすめ (すべて税込み)



トムヤムうどん

1,100 円



たっぷりキノコのあんかけチャーハンセット

1,200 円



味噌煮かつ定食

1,200 円

オホーツク温泉ホテル日の出岬  
☎0158 - 85 - 2626

# Activity Report

## 地域おこし協力隊 ～活動レポート～

地域おこし協力隊 観光支援員 柳原 綾佳 さん

夏から秋にかけて、イベントや観光に関わるさまざまな活動が続いています。

8月には、道の駅おむで「アロマサシェづくり」を実施しました。雄武のホタテの貝殻を土台に、好きな色や香り、花材を選んで作る体験です。事前に行ったモニター体験での意見をもとに工程や材料の量などを見直し、本番を迎えました。当日は町内外の方に参加していただき、実際に開催したことで、体験時間や開催場所など、今後に向けた課題も見えてきました。

9月の「うまいもんまつり」では、3つ折りパンフレットやホームページ、会場内の案内表示などを制作。今年初めて実施した「雄宝キャラクター」では、事前申込者の抽選や参加証、当日の抽選くじ、受付に必要な掲示物などの準備を担当しました。初めての企画だったため、当日

の流れを想像しながら必要なものを一つずつ確認し、本番を迎えました。当日は実行委員会テントでちゃんちゃん焼きの販売も行いました。「雄武町フォトコンテスト」は作品募集を終え、現在は審査に向けた準備中です。応募作品の保存やデータ入力、写真のトリミング、解像度の確認・調整などを進めています。審査後には、応募作品の中から写真を選び、カレンダーを制作します。例年楽しみにしてくださる方も多いため、季節感や写真の組み合わせ、レイアウトも含め毎年試行錯誤しながら制作しています。

そして現在は、10月25日(日)に図書館が開催するハロウィンイベントに、協力隊もワークショップで参加するため、準備を進めています。当日は、図書館によるクイズラリーやフォトブースなど、さまざまな企画が予定されています。協力隊はキャラクター作りを担当し、ハロウィンイベント全体を楽しんでもらえるようなワークショップにしたいと考えています。

※地域おこし協力隊でこのコーナーを順番に担当しています。お楽しみに。

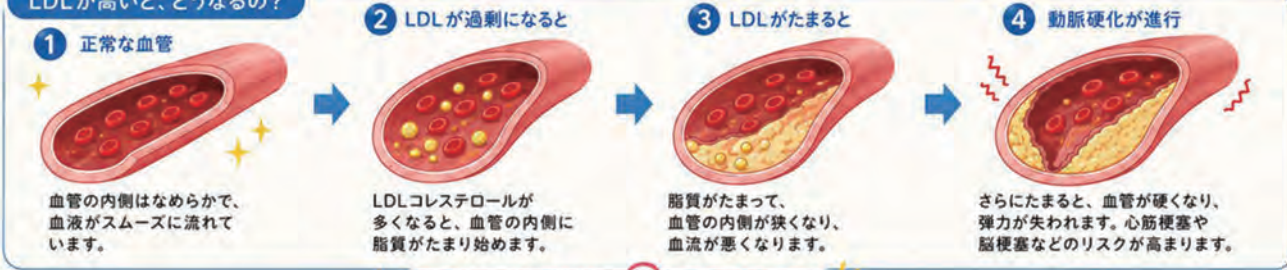


地域おこし協力隊 Instagram

# LDLって何だろう？

LDL（悪玉）コレステロールが多い状態が続くと、動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが高まります。

LDL コレステロールには肝臓のコレステロールを体全体に運ぶ役割がある。多くなりすぎると、血管を傷つけてしまうことから、悪玉コレステロールとも呼ばれる。



## LDLが高いと、どうなるの？

- 1 正常な血管  
血管の内側はなめらかで、血液がスムーズに流れています。
- 2 LDLが過剰になると  
LDLコレステロールが多くなると、血管の内側に脂質がたまり始めます。
- 3 LDLがたまると  
脂質がたまって、血管の内側が狭くなり、血流が悪くなります。
- 4 動脈硬化が進行  
さらにたまると、血管が硬くなり、弾力が失われます。心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが高まります。

## 今日からできる3つのポイント

- 1 お肉は脂身の少ない部位を選んだり、揚げ物を食べる頻度を見直したりしましょう。  
脂身の少ない部位を選ぶ  
揚げ物食べる頻度を見直す  
脂分のとりすぎは、LDLコレステロールを上げる原因になります。  
食べすぎに注意！ バランスのよい食事を意識しましょう。
- 2 食物繊維を多く含む食材を食事に取り入れてみましょう。  
食物繊維を多く含む食材の例  
野菜 海藻類 きのこ類  
食物繊維は、余分なコレステロールの吸収をおさえて、LDLコレステロールを下げる働きがあります。
- 3 近くへの買い物は歩いたり、自転車を活用したりと無理のない運動を心がけて生活に取り入れましょう。  
歩くことから始めよう！  
自転車も上手に活用！  
適度な運動は、LDLコレステロールを下げ、動脈硬化の予防につながります。

LDLコレステロールを下げることは、動脈硬化の予防につながります。できることから、少しずつ始めてみましょう！

# Kids

## わんぱくキッズ（若草保育所）～おおきくなったら～



ますざわ みおちゃん



ふるやま あきとくん

白バイのる人



# はじめ先生の 歯っぴいナビ

～お口の健康づくりのために～

## コレステロールの話、歯ぐきとも関係があるかもしれません

……… 健診の数値が気になる方は、お口の健康にも目を向けてみましょう ………

コレステロールや中性脂肪などの異常は、全身の健康と関わります。歯周病も、歯ぐきで続く慢性炎症です。お口の健康と体の健康は、別々ではない可能性があります。

### 1 健診で見る数字

| 健康診断結果 |
|--------|
| LDL-C  |
| HDL-C  |
| 中性脂肪   |
| 血糖     |
| 血圧     |

- LDLコレステロール
- HDLコレステロール
- 中性脂肪

健康診断では、血液の数字から体の状態を確認します

### 2 歯ぐきで見るサイン



- 歯みがきで出血する
- 歯ぐきが腫れる
- 口の中がねばつく
- 口臭が気になる

歯周病は、痛みがなくても進むことがあります

### 3 どう関係するの？

脂質の異常 ↔ 歯ぐきの慢性炎症

体の健康とお口の健康は別々ではありません

歯周病と脂質異常症には関連が報告されています

ただし、歯周病を治せばコレステロールが必ず下がる、という意味ではありません

### 4 今日からできること

- 1 健診結果を確認する
- 2 歯みがきと歯間清掃を続ける
- 3 歯ぐきの出血を放置しない
- 4 定期的にお口の状態を確認する

症状が出る前から確認することが、体と歯ぐきを守る第一歩です

もっと詳しく知りたい方へ

NOTEでも、お口と全身の健康について発信しています QRコードからご覧ください



健康診断で血液の数字を見るように、歯科では歯ぐきの炎症を確認しましょう！

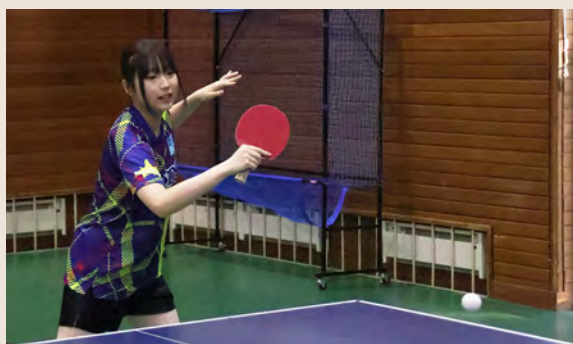
気になる数値がある方も、歯ぐきからのサインを見逃さず、体とお口の健康を一緒に守っていきましょう。

文：平田歯科医院 副院長 平田 肇(ひらた はじめ) 先生



## Fresh Talk

～ フレッシュトーク ～

雄武町卓球協会（エレッズ雄武）所属  
雄武町立雄武中学校おの しいな ながさわ るい  
小野 詩菜 さん・長澤 琉生 さん  
(2年生) (1年生)

**今** 回取材にに応じてくれたのは、雄武町卓球協会に所属する雄武中学校の長澤琉生さん（中学1年）と小野詩菜さん（中学2年）です。

9月5日(土)から6日(日)に北ガスアリーナ札幌46（中央体育館）で開催された北海道卓球選手権大会（カデットの部）兼全日本卓球選手権大会（カデットの部）北海道予選大会では、長澤さんが13歳以下男子シングルスでベスト8に入り、代表決定戦を勝ち抜き、小野さんは14歳以下女子シングルスで第3位となりました。

二人はともに卓球歴6年。長澤さんは従兄弟、小野さんは姉と母の影響で卓球を始めました。これまで「一緒に全国大会に行こう」と練習を重ねてきた二人が、今回そろって全国への切符を手にしました。

予選大会について、長澤さんは「得意なラリーで勝負できるよう、従兄弟や大學生にも練習を手伝ってもらい、今大会に臨みました。ベスト4に入ってストリートで全国を決めたかったですが、流れにうまく乗れず、ベスト8からの代表決定戦でなんとか勝ち抜くことができ、無事全国に行けてよかったです」と振り返り、小野さんは「初めて全国にいけるのでとても嬉しいです。この大会にかけていて、遠征もたくさんしました。新しいサーブも身につけ、試合中に手ごたえがあり、練習の成果が実ったと感じています。試合前には、練習を支えてくれた先生や母からの応援メッセージを確認し、自分を勇気づけました」と笑顔で話してくれました。

舞台に立ち続けています。周りから『打倒・長澤』と言われていた中でも、プレッシャーに負けず頑張っていました」と話し、小野さんについては「いつも全国まであと一歩でしたが、今回は実力と努力で勝ち取りました。有言実行できる頑張り屋さんです」と話します。

11月6日(金)から8日(日)まで群馬県高崎アリーナで開催される全国大会『JOCジュニアオリンピックカップ2026年全日本卓球選手権大会（カデットの部）』に向け、長澤さんは「まずは1勝したいです」と目標を掲げ、小野さんは「自分よりも上の選手がいる中でも、自分らしいプレーで頑張りたいです」と意気込んでいました。

二人の全国大会での活躍に期待です。



## ❖編集後記

## Editor's note

▼朝晩の冷え込みが少しずつ厳しくなり、季節の変化を感じるようになりました。今年も残すところあと3か月。時間が過ぎるのは早いものです。年末になって慌てることのないよう、今のうちから少しずつ身の回りのことを片付けていきたいと思います。（舘田）