

広報しゃり Shari

広報しゃり

2019

10

No.914

月号

ど
ん
ぐ
り
の
よ
ら
に
こ
す
く
す
く
す
く
す
く



写真：子育て支援センターで行われたどんぐり会（詳しくは裏表紙）

ずっとわが家で暮らす。

在宅医療という選択肢

「人生の最期をどこで迎えたいか」または「家族をどこで看取りたいか」。考えたり、話し合ったりしたことはありませんか。今回の特集のテーマは「在宅医療」。病院ではなく家で治療を受ける、慣れ親しんだわが家で最期を迎える、そんな選択肢があることを、頭の片隅に留めておいてみてください。



人生の最期は病院が多数

人生の最期を迎える場所、家族の最期を看取る場所、どこを想像するでしょうか？

平成29年の厚生労働省の人口動態調査の結果では、日本の死者数は約134万人。そのうち、病院や診療所などで亡くなった方は約75%と医療機関が多数となつています。一方で、自宅は約13%で少数です。

また、斜里町を見てみると平成30年に亡くなった方は145人。そのうち、病院で亡くなった方の割合は88%と、同様に最期を迎える

場所は病院が最も多い現状となっております。

病院完結型から地域完結型へ

現在は、このような「病院完結型」が一般的です。その一方で、地域全体で患者を支える「地域完結型」に変わる必要があると、斜里町国保病院の合地院長は話します。

「超高齢社会が進む中で、病院の病床数が足りない、老人ホームなどの施設に入ることができなくなるといった状況が考えられます」

そのような状況の中で、自宅などで治療を行う「在宅医療」という選択肢もあることを知ってほしいと言います。

「患者さん本人が自宅に戻りたいという意志があり、ご家族も協力できるのであれば、地域全体で見守っていく必要があります。患者さんが主役で、医師・看護師・ケアマネジャーなどの専門職はサポート役。斜里ではどの職種の方も積極的で、在宅医療を選択できる体制が整っています」

こうした背景もあり、国保病院は今年の4月から、訪問診療の患者で希望されている方に対

し、自宅での看取りの支援を開始しました。開始前に訪問診療の患者に行ったアンケートでは、自宅で看取ることに関し全員が「ぜひそうしたい」「できればそうしたい」と回答しています。

決して無理はしない

また、「患者さんを自宅で看取ることにご家族が疲れてしまった時、その受け皿をつくることは必要だ」と合地院長は述べます。その二つが、「レスパイト・ケア」です。レスパイトとは、「一時休止」を意味する言葉。家族が疲れて

しまつたり、冠婚葬祭など家の事情で一時的に在宅で看取ることが難しくなった場合に、短期間入院させて家族の息抜きを目指す仕組みです。さらに、「最初は在宅医療を有意義としたとしても、患者の意志が変わつたり、家族が大変になつてしまつたら、病院や施設に移るといふ選択肢を選んでほしい」と合地院長は話しました。家族が疲れてしまつて患者に当たつてしまふ、そのようなことを防ぐためにも決して無理をしないことも重要です。

斜里で自分らしい人生を

合地院長が斜里町の在宅医療で目指すことは？

「町民のみなさんが、自分らしく斜里で人生をまっとうできるように、病院がサポートすることです。『家で最期を迎える』という選択肢も、その一つです。今、国保病院はよいスタッフに恵まれています。また、斜里町は孫も含めて、みんなで家族を看るといふ町柄があります。そのため、在宅医療という選択肢も可能なんです。医療は、一種の町おこし。一歩一歩着実に、進んでいきます」



国保病院の訪問診療

訪問診療とは自宅で療養し、定期通院が困難な慢性疾患の患者に対して計画的に医師が自宅を訪問し、医療行為を行うことです。現在の訪問診療の利用者は約20名。4月から、国保病院では訪問診療の患者や家族が在宅看取りを希望する場合、ふさわしい最善の医療や看護を行うという支援が開始されました。



斜里町国保病院
合地 研吾 院長

最期を迎える場所、どう考えますか？

表とグラフは、厚生労働省による「平成29年度 人生の最終段階における医療に関する意識調査」の結果の一部です。表は「どこで最期を迎えたいかを考える際に重要だと思うこと」を12項目から選択する設問です。家族の負担を考える人が多い一方、自分らしくいられたり家族との時間も重要視していることが読み取れます。

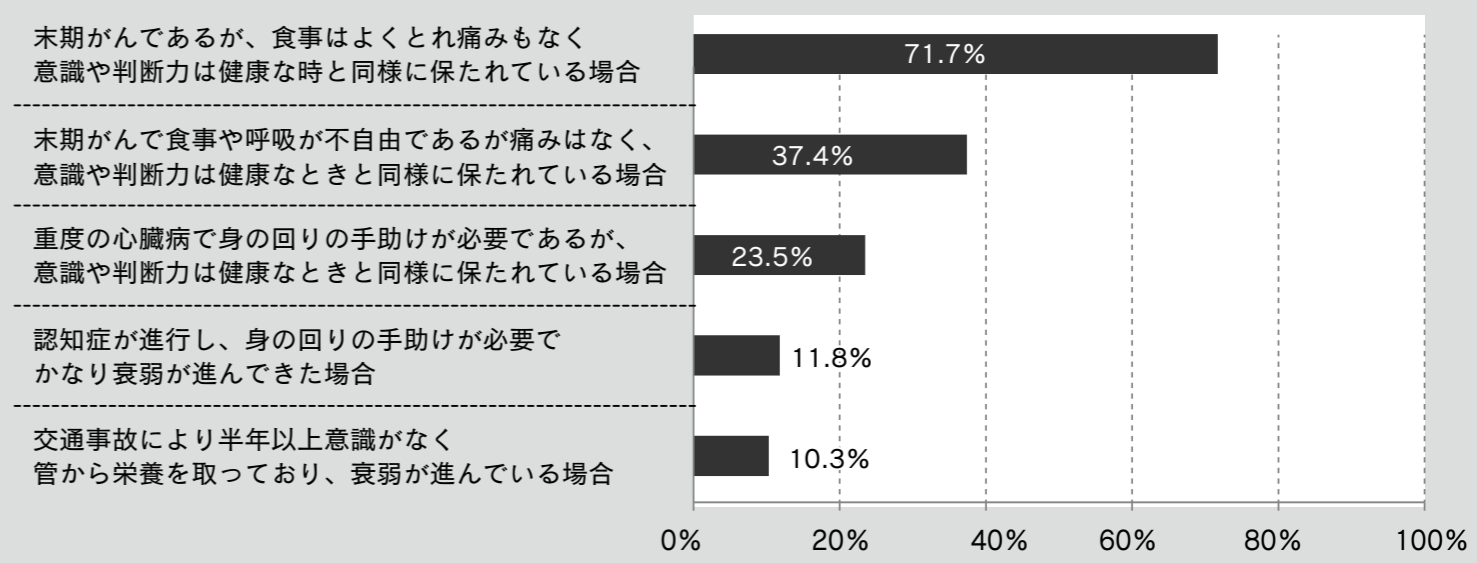
また、グラフは「自分自身の状況に応じて、最期をどこで迎えたいかを『自宅』『病院』『施設』から選ぶ」という設問で、『自宅』と回答した人の割合を示しています。誰かのお世話が必要になればなるほど、『自宅』と回答した人が少なくなっています。

この結果から、「最期は自宅で過ごしたい」という気持ちはあるものの、いざとなると「家族の負担はかけられない」と、希望をなかなか叶えられない現状があることが読み取れます。これらの希望を叶えるためにも、地域で支える仕組みが重要なのです。

どこで最期を迎えたいかを考える際に重要だと思うこと

順位	重要だと思うこと
1位	家族などの負担にならない
2位	体や心の苦痛なく過ごせる
3位	経済的な負担が少ない
4位	自分らしくいられる
5位	家族などと十分な時間を過ごせる

終末期を過ごしたい場所で「自宅」と答えた人の割合



年齢・病気は問いません、在宅医療を支えます

私たち「訪問看護ステーション」のスタッフは、看護師と保健師の資格をもっており、その立場から在宅医療を行う患者さんのお宅に訪問し、ご本人やご家族がもつ不安を解消する手助けをしています。

お宅の訪問は、かかりつけ医から出された「訪問看護指示書」というものにもとづき、行います。現在、斜里で担当している患者さんは約60名、訪問数は1年間でのべ3,000回ほどです。一軒のお宅につき1週間に1回ほど訪問し、健康状態の観察や点滴・注射などの医療行為のほか、お風呂の介助などの日常生活支援、介護や医療に関する相談も受けます。また、医療に関する情報を病院に引き継ぐ、橋渡しの役割もあります。

訪問看護の対象は赤ちゃんから高齢の方まで年齢を問いませんし、身体の病気であってもこのころの病気であっても大丈夫です。さらに、かかりつけ医が町内の病院でなくてもかまいません。

不安に思っていることがあれば、悩まず私たちに相談して欲しいです。



斜里地域 訪問看護ステーション

斜里町青葉町 40 番地 2
ぼると 21 内
☎ 0152-22-2106



わが家で 家族を看取って



「さまざまな人に支えられながら、最後まで看取ることができた」
ご家族を家で看取ったあるご夫婦のお話を紹介します。

自宅で一緒に、自然な流れ

「家族は自宅で一緒に暮らす」
あえて母を確認したわけではありませんが、それが当たり前だと思っていました。ですから、在宅で母を見ることになったのも自然な流れでした」

こう話すあるご夫婦。このご夫婦は6、7年前にご自宅で奥さんのお母さんのお世話を始め、平成29年に家で最期を看取りました。

「母はとても明るい人で歩くこともできたこともあり、在宅で看取るということに不安はありませんでした」

専門職の連携に支えられる

しかしながら、お母さんが3、4年前から寝たきりになったこと、また奥さん自身が骨折のため入院してしまった時は大変なこともあったそうです。

そんな時に支えてくれたのが、介護職や医療職などの専門職のみなさんだったといいます。

「家に来てくれた専門職のみなさんはとても良い人たちで、本当に恵まれていたと思います。ホームヘルパーさんは日常的な世話の

他にも、母の良い話し相手になってくれました。母と、とても気の合う方だったらしく、ヘルパーさんとの会話は母にとって気晴らしの時間だったみたいです」

そして、訪問看護師も大きな支えになったといえます。訪問看護師とは病院にいる看護師ではなく、自宅で療養する患者のお宅を訪問する看護師のこと。斜里町には、斜里地域訪問看護ステーションという事業所がぼると21の中にあります。医療的なケアの他、日常的な支援までそのサービス内容は多岐にわたります。

「健康面では、私たちの目ではわからないことがたくさんあります。床ずれ（身体の一部が圧迫され続けることで、皮膚に酸素や栄養が行き届かなくなり、壊死してしまうこと）が重症化する前に気づいていただきました。また、母は膀胱炎になりやすかったみたいで、症状が出る前に発見してもらい、大変助かりました」

また、訪問看護師の重要な役割はかかりつけ医と患者との橋渡しをすること。
「母のかかりつけ医は水柿内科医院さんでしたが、訪問看護師と連携をとって対応していただいていた」

前のページで合地院長が述べられたように、さまざまな専門職との連携が、患者や家族を支えているのです。

「自宅を長期間空けなくてはいけない時は、老人ホームのショートステイ（短期間の入所）を利用したり、少し出かける時は友人や近所の方が母を看取ったり、さまざまな方に支えられたと思います（奥さん）」

在宅医療という選択肢

また奥さんは、目の前にいる旦那さんを見ながら、こう続けました。

「夫は、私以上に献身的に母を看取ってくれました。亡くなる直前は、母は私よりも夫の方を頼るくらい。感謝しかありません」
このような夫婦の絆があったからこそ、乗り越えられたこともたくさんあったのかもしれない。

「最期、母は自宅で苦しまず眠るように息を引き取りました。このように穏やかに亡くなったことで、母を在宅で看取ることができて良かったと思うことができました」
決して、在宅医療が一番正しい

在宅医療について聞きたい方はぼると21まで

在宅医療に関心がある、在宅医療について聞きたいという方はぼると21の総合相談係まで、ご相談ください。

斜里町青葉町 40 番地 2
☎ 0152-22-2500



選択というわけではありません。しかし、斜里町には多職種のみなさんが連携し、在宅医療ができる地盤があります。
いつか自分が支える立場になった時、支えてもらう立場になった時に、「在宅医療」という選択肢があるということを頭の片隅に留めておいてみてください。

在宅医療でのさまざまな職種の連携

患者とその家族を支えるためには、どの職種も一人ではすべての問題を解決することは困難です。右の図のように病気に関わることは医師、生活に関わることはケアマネージャーやホームヘルパーなどの介護職、その中間を担うのが看護師など専門職が連携することが大事です。斜里町はその連携の土台ができたため、在宅医療という選択が可能となりました。

医師



看護師



介護職



生活に関わること
病気に関わること

◎ 第3子以降の考え方

右下の保育料・給食費の負担一覧にある第3子以降の考え方は、年収によって異なりますので注意してください。

世帯の年収の区分	認定こども園の幼稚園利用 (1号認定) の子ども	常設保育園、へき地保育所、認定こども園 (2号・3号認定) の子ども
年収 360 万円以上相当の世帯	同じ世帯で、最年長から数えて第3番目の子ども(小学校3年生まで)	同じ世帯で、最年長から数えて第3番目の子ども(小学校就学前まで)
年収 360 万円未満相当の世帯	保護者と生計が同じで、最年長から数えて3番目以降の子ども ※年齢にかかわらず。	

2. 認定こども園(大谷幼稚園)の「預かり保育事業」の利用も無償化

- ・1号認定で大谷幼稚園の預かり保育事業を利用し、保育の必要性(月の就労時間が48時間以上など)がある場合、右の利用料を上限として、無償化の対象になります。
- ・無償化の対象となるために、あらかじめ斜里町から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。
- ・対象となる方は、大谷幼稚園を通じて関係書類をお渡しします。

- ▶ 3歳以上の子どもは
月額 **11,300円** まで無償
- ▶ 住民税非課税世帯の満3歳の子どもは
月額 **16,300円** まで無償

3. 斜里町ファミリー・サポート・センターの利用も無償化

- ・保育園、保育所、認定こども園を利用できていない、保育の必要性(月の就労時間が48時間以上など)がある以下の子どもは、右の利用料を上限として無償化の対象になります。
- ▶ 3歳～5歳の子ども
- ▶ 0歳～2歳の住民税非課税世帯の子ども
- ・無償化の対象となるために、あらかじめ斜里町から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。
- ・対象となる方は、役場 ども支援課より関係書類をお渡しします。

- ▶ 3歳～5歳の子どもは
月額 **37,000円** まで無償
- ▶ 住民税非課税世帯の0歳～2歳の子どもは
月額 **42,000円** まで無償

※保育園、保育所、認定こども園(保育園利用)を利用している子どもがファミリー・サポート・センターを併用する場合は、無償化の対象外です。



幼児教育無償化に関する問い合わせ

園 役場 ども支援課 児童育成係
☎0152-23-3131 内線146

幼児教育無償化を詳しく知りたい方は

「幼児教育・保育の
無償化はじまります」
(内閣府 特設サイト) [こちら▶](#)



10 / 1から

幼児教育無償化

1. 保育園・保育所・認定こども園を利用する 3歳～5歳の子どもの保育料が無償化

無償化の期間は

満3歳になった後の4月1日から
小学校入学前までの

3年間

認定こども園の場合
(1号認定 幼稚園利用)

満3歳

から無償化になります

無償化の手続きは

**必要
ありません**

◎ 保育料・給食費の負担一覧

- ・無償化の対象は3歳以上の子ども(1号認定の場合は満3歳から)ですが、非課税世帯など要件に該当する場合は0歳～2歳でも対象となります。
- ・これまで保育料に含まれていた給食費は、保護者の負担となります。また、食材料費、行事費などはこれまでどおり保護者の負担となります。ただし、要件に該当する子どもは給食費が一部免除になります。

常設保育園(双葉・はまなす)、認定こども園(大谷幼稚園)を利用している場合

子どもの年齢	課税の区分	保育料	給食費	
			主食	副食
3～5歳	年収 360 万円以上相当の世帯	無償	保護者負担 (第3子以降は無償) ※町独自制度・要申請	保護者負担 (第3子以降は無償)
	年収 360 万円未満相当の世帯			無償
0～2歳	課税世帯	保護者負担 (第3子以降と住民税 16 万 9 千円未満の世帯の第2子以降は無償)	保育料に含む	
	非課税世帯	無償		

へき地保育所(ウトロ・朱円・以久科・中斜里)を利用している場合

子どもの年齢	課税の区分	保育料	給食費	
			主食	副食
3～5歳	年収 360 万円以上相当の世帯	無償	保護者負担 (第3子以降は無償) ※町独自制度・要申請	保護者負担 (第3子以降は無償)
	年収 360 万円未満相当の世帯			無償
0～2歳	課税世帯	保護者負担 (第3子以降と住民税 16 万 9 千円未満の世帯の第2子以降は無償)	保護者負担 (第3子以降と住民税 16 万 9 千円未満の世帯の第2子以降は無償)	
	非課税世帯	無償	無償	

※この他に斜里町独自の制度で、18歳未満の第3子(児童手当の対象となる世帯)の無償化制度があります。(別途申請が必要です)

アウトドアを、文化に。
知床アウトドア
フィルムフェス 2019

10月19日(土)・20日(日)

会場：知床自然センター

☎ 公益財団法人 知床財団 ☎ 0152-24-2114

最新情報は
Facebookを確認！



バンフ・マウンテン・フィルムフェスティバル・イン・ジャパン2019



世界最高峰のアウトドア映画祭が、今年も知床にやってきます

19日・20日とも16時~18時

※2日間で内容は異なります。

【チケット】

種類	料金(税込)
前売券	・どちらか1日のみ 1,500円
	・両日セット 2,500円
当日券	・どちらか1日のみ 1,800円
	・両日セット 3,000円

知床自然センターとパスマーケット
(ホームページで購入できる電子チケット)で
販売中！

パスマーケットはこちら▶



映像プログラム

知床に魅了されたアーティストと
地元作家の映像作品を多数上映！

※ 有料のプログラムは当日、チケットを購入してください

日にち	時間	プログラム
19日	13時30分~15時	今津秀邦監督による 映像プログラム(無料)
	18時30分~20時	「地球を滑る旅」(有料)
20日	13時30分~15時	ライブ「Eri Liao」(有料)

他にも、盛りだくさん！

アウトドア体験プログラム

自然ガイドと一緒に、
知床のアウトドア体験を
楽しみましょう！

【プログラム内容】

- ・ツリーイング体験(木登り)
- ・森づくりの道ツアー(森歩き)
- ・知床峠ダウンヒルツアー
(サイクリング)

※有料
(当日、参加を受け付けます)



ツリーイング

20日
のみ

しれとこ森の集い 植樹祭

しれとこ100平方メートル運動の
運動地に植樹をします。

9時に知床自然センター集合
11時30分頃終了

- ※無料で参加できます。
- ※8時 JR知床斜里駅の送迎バスを
運行します。利用する方は事前に役
場までお申し込みください。

☎ 役場 環境課 自然環境係
☎ 0152-23-3131 内線100

知床

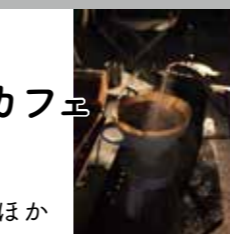
サスティナブルカフェ

BARISTART COFFEE、
Coffee albireo、
No Borders Cafe ほか

知床

アウトドアマーケット

有名アウトドアブランドが
知床に集結します！



※プログラムは追加・変更となる場合があります。

消費税率の引き上げに伴い

12月請求分
(11月検針分)から

水道料金・
下水道使用料を改定します

10月1日から消費税率が8%から10%に引き上げられます。これに伴い、「斜里町水道給水条例」などが改正され、下の表のとおり水道料金と下水道使用料を改定いたします。新料金は12月請求分(11月検針分)から適用になります。主な用途別の改定内容は以下のとおりです。

☎ 役場 水道課 総務係 ☎ 0152-23-3131 内線168

■ 水道料金 (税込み)

用途	改定前	改定後	比較	
				用途
家事用	基本料金(水量10㎡まで)	1,490.00円	1,510.00円	+20.00円
	超過料金(水量1㎡増すごと)	170.64円	173.80円	+3.16円
営業用・ 団体用	基本料金(水量20㎡まで)	3,340.00円	3,410.00円	+70.00円
	超過料金(水量1㎡増すごと)	201.96円	205.70円	+3.74円

■ 下水道使用料 (税込み)

用途	改定前	改定後	比較	
				用途
一般用	基本料金(水量10㎡まで)	1,510.00円	1,540.00円	+30.00円
	超過料金(水量1㎡増すごと)	162.00円	165.00円	+3.00円

■ 検針と請求の関係

12月にお支払いいただく分(11月検針分)から、改定後の水道料金と下水道使用料となります。

	9月	10月	11月	12月	1月
検針日	9月検針分	10月検針分	11月検針分	12月検針分	1月検針分
請求	9月請求分	10月請求分	11月請求分	12月請求分	1月請求分
	旧料金			新料金	

※水道メータ検針時に配布するチラシや斜里町ホームページなどでもお知らせします。

し尿処理手数料も改定します

消費税が10%に引き上げられることに伴い、10月1日からし尿収集処理手数料は1リットル当たり
5円83銭に改定いたします。

改定前 5円72銭 → 改定後 5円83銭

消防署のトレーニングルームが利用できます



119 だより

☎ 消防署 ☎ 0152-23-2435

消防署庁舎 1 階にあるトレーニングスペースを利用して、日ごろの運動不足を解消してみませんか？

▼利用可能日

- 以下の曜日と時間で利用できます。
- ・月・水・金曜日…13時～16時、18時～19時30分
 - ・日曜日…10時～12時

▼利用できる機器の種類

ルームランナー、ダンベル、バーベル、ワイドベンチ、フラットベンチ、クロストレーナー、トレーニングバイク、マルチベンチ、プリチャーカールベンチ

▼利用可能期間

令和元年 10 月 18 日(金)～令和 2 年 3 月 30 日(月)

▼利用対象者

斜里町在住の方。高校生以下は利用できません。

▼登録の手順

- 利用するためには登録の申込みが必要です。
- ①消防署に置いてある申込用紙に記載し、注意事項に同意・署名をして、消防署へ直接提出してください。申込受付期間は **10 月 4 日(金) 9 時～11 日(金) 17 時** で、先着 20 名です。
 - ② 利用登録証を発行します。
 - ③ 10 月 16 日(水)の 18 時から消防署 1 階研修室にて説明会を実施します。初めて利用する方は、出席してください。

秋の全道火災予防運動を実施します

▼実施期間 10 月 15 日(火)～10 月 31 日(木)

▼全国統一標語

「ひとつずつ いいね！で確認 火の用心」

▼サイレン吹鳴

10 月 15 日～31 日の期間中、20 時から連続 30 秒間鳴らします。

※中斜里、以久科、三井、峰浜、ウトロでも同様に実施します。

▼防火パレード

10 月 15 日(火) 11 時から、斜里消防署前で大谷幼稚園幼年消防クラブの鼓笛隊が演奏します。その後、消防署前から斜里アポロ石油まで防火パレードを行います。

10月の子育てカレンダー



あくあく // ぽると 21

☎ 保健推進係 ☎ 0152-22-2500

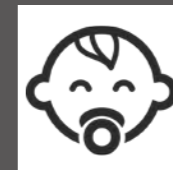
内容	日程	時間
1歳半健診(平成30年1月生)	10日(木)	受付 13:00～13:30
1歳半健診(平成30年2月生)		受付 13:30～14:00
2歳半健康相談(平成29年4月生)	15日(火)	受付 9:30～10:00
2歳半健康相談(平成29年5月生)		受付 10:00～10:30
9ヶ月健診(平成31年1月生)	31日(木)	受付 13:00～13:30
4ヶ月健診(令和元年6月生)		受付 13:30～14:00

わくわく // あそぼつくる

☎ 0152-23-5245

イベント	日程	時間
木育ウィーク 木をテーマにした講座があります。詳しくは、じどうかんだより「みんなであそぼつくる」をご覧ください。	1日(火)～5日(土)	—
ハロウィンをしよう 仮装をして特別養護老人ホームえみあるを訪問し、交流します。定員：30名 ※あそぼつくるに10月8日(火)までに申し込んでください。	12日(土)	14:00～15:30(予定)
百人一首クラブ 下の句かるたで遊びます。対象：小学生以上	19日(土)	13:30～15:30

怒鳴らない子育てセミナー



子育て応援!

子育てに役立つ情報をお知らせします。

網走地方精神保健協会は、子育て中の親の心の健康と子どもたちの健やかな心の成長を育むため、「子育て」をテーマとした講演会を開催します。

「怒鳴らない子育て方法」の伝道師である市川児童相談所長 渡邊 直氏を講師に招き、子育てのポイントをわかりやすくユーモアたっぷりにお話しいたします。ぜひ、お越しください。

▼日時 10月26日(土) 13時30分～15時30分

▼場所 エコセンター2000 2階 大会議室
(網走市北2条西3丁目)

▼テーマ 「怒鳴らない子育てセミナー」

▼講師 千葉県市川児童相談所 渡邊 直 氏

▼入場料 無料

▼申込方法

10月18日(金)までに網走地方精神保健協会 事務局までご連絡ください。

☎ 網走地方精神保健協会 事務局

(網走保健所 健康推進課) ☎ 0152-41-0698

お子さんの発達相談は子ども通園センターまで!

☎ 斜里地域子ども通園センター ☎ 0152-23-6418

悩みを抱えている方、まずは子ども通園センターにご相談ください。

通園センターでは療育指導を実施しており、保育園などでお子さんの集団の様子を確認する園児発達サポート事業(保育園などに事前に相談してください)、病院(発達外来)などの専門療育機関への紹介もしています。

詳しくは斜里町ホームページをご確認ください。

(<https://www.town.shari.hokkaido.jp/>)

▶ [目的から探す] ▶ 保健・福祉・医療 [子育て]

▶ [子育て支援施設]

▶ [斜里地域子ども通園センター]

お子さんのこんなことで悩んだり、心配をいませんか？

- ・抱っこを嫌がったり、視線が合いにくい。
 - ・落ち着きがなくじっとしてられない。
 - ・他の子に乱暴する。
 - ・癖やこだわりが強い。
 - ・集団になじめない、対人関係が苦手。
 - ・育児で困っていることや相談したいことがある。
- など

のびのび // 子育て支援センター

☎ 0152-23-5355

イベント	場所	日程	時間
開放日 お子さんと保護者の方が一緒に自由に遊ぶことができます。	子育て支援センター	3日(木)、7日(月)、10日(木)、17日(木) 21日(月)、24日(木)、28日(月)、31日(木)	【午前】 9:30～11:30 【午後】 13:00～16:30
		1日(火)、2日(水)、4日(金)、8日(火)、9日(水)、11日(金)、15日(火)、16日(水)、18日(金)、23日(火)、25日(金)、29日(火)、30日(水)	【午後】 13:00～16:30
遊びの広場 手遊び・体操・製作などを親子で楽しめます。随時、申込みを受け付けます。	子育て支援センター	【よちよちグループ】 8日(火)、15日(火) 【てくてくグループ】 11日(金)、25日(金)	10:00～11:30
	ウトロ漁村センター	【にこにこグループ】 9日(水)、23日(水)	10:00～11:30
土曜開放日	子育て支援センター	5日(土)	10:00～11:30
移動ミニ広場 (第1木曜日)	あそぼつくる	3日(木)	10:30～11:30
第3回どんぐり会 (平成30年12月・平成31年1月生)	子育て支援センター	16日(火)	10:00～11:30

※子育て支援センターをまだご利用したことない方や妊婦さんも、気軽に開放日や親子遊びの広場にお越しください。見学もできます。

臨時職員を募集します



一緒に働きませんか？

町職員の募集情報をお知らせします。

区分	学校給食センター 代替臨時調理員	町営スケートリンク他 体育施設管理人
募集人数	若干名	1名
勤務場所	斜里町学校給食センター	町営スケートリンクなど
業務内容	学校給食調理	リンクの監視、製氷管理、その他町内公共体育施設の管理など
資格・条件	町内在住者で、明るく元気で体力に自信のある方(所持資格要件なし)	町内在住者で健康に自信があり、普通自動車運転免許を有する方(大型特殊免許を有することが望ましい)
勤務日と時間	月平均3~4日程度、調理員の休暇代替 ※土日祝日休み 8時~16時45分(休憩時間1時間)	月平均20日程度の勤務、施設の実態などに合わせて「早出・遅出」の変則勤務
賃金	8,180円/日	7,740円/日
保険等	-	社会保険・雇用保険・厚生年金 加入
雇用期間	令和元年10月中旬以降で、できるだけ早い時期(要相談)~令和2年3月末	令和元年12月中旬~令和2年3月下旬 ※状況により、契約更新あり
申込方法	履歴書を10月10日(木)17時までに学校給食センターへ提出	履歴書を11月15日(金)17時30分までにゆめホール知床 体育振興係へ提出
問合せ	学校給食センター ☎0152-23-2548	ゆめホール知床 体育振興係 ☎0152-22-2222



暮らしの何でも相談所



暮らしの情報

暮らしの何でも相談所では、行政相談委員が毎日の暮らしの中で生じる国や特殊法人への苦情、行政の仕組みや手続きに関するご相談を受け付けています。合わせて、消費生活に関する相談も受け付けていますので、ぜひご利用ください。※事前の予約は不要です。

☎ 役場 住民生活課 住民活動係 ☎0152-23-3131 内線 120

- ▼日時 10月7日(月)~11日(金) 9時~17時 ※期間中に相談を受けることができない場合でも、下記の電話相談窓口で行政相談を受付いたします。
- ▼場所 役場 住民生活課 住民活動係
- ▼担当 行政相談委員 森田 拓巳さん、合瀬 元貴さん
消費生活相談員 宗形 志穂さん、田中 真由美さん ☎0166-38-3011



秋のすずらん無料法律相談

専門の弁護士がみなさんのさまざまな悩みの相談に乗ります。身近な悩み、ささいな心配事でも構いません。「これは法律問題だろうか」と迷われている方も、ぜひご利用ください。

☎ 役場 住民生活課 住民活動係 ☎0152-23-3131 内線 120

- ▼日時 10月17日(木) 13時~16時 ※事前の予約が必要です。人数に限りがありますので、お早めに住民活動係まで連絡ください。また、予約の際に相談者と相手方の氏名と住所、相談内容をお聞きします。
- ▼場所 役場 町民相談室 (役場庁舎正面玄関の右側8番)
- ▼担当 釧路弁護士会 川瀬 敏朗 弁護士



10月の診療表



国保病院からのお知らせ

☎ 国保病院 ☎0152-23-2102

外来診療表		月	火	水	木	金	
内科	午前(1診)	合地	合地	森(秀)	合地 17日:休診	合地 18日:休診	
	午前(2診)	石岡	近藤	石岡	石岡 17日:近藤	森(秀) 11日:佐藤	
	午後	森(秀) 21日:吉田	1日:近藤	近藤	森(秀)	近藤 11日:佐藤	
			8日:石岡				
外科	午前	整形外科 7日:森(雅)	1日:菊一	菊一	整形外科 3日:蜂須賀	土田	
		14日:休診	整形外科 8日:森(雅)				10日:休診
		21日:土田	15日:菊一				17日:森(雅)
		整形外科 28日:森(雅)	整形外科 29日:森(雅)				24日:小島
		整形外科 7日:森(雅)	菊一 22日:休診				31日:小島
		14日:休診					整形外科 3日:蜂須賀
	21日:土田	10日:休診					
	午後	整形外科 28日:森(雅)	菊一 22日:休診	菊一	整形外科 17日:休診	土田	
		14日:休診					24日:休診
		21日:土田					31日:休診
	小児科	午前	旭川医大	旭川医大	休診	旭川医大	旭川医大
	午後	旭川医大	予防接種	休診	旭川医大 (慢性疾患診療)	旭川医大	
産婦人科	午前	-	-	23日:千石	10日:加藤 24日:千石	11日:加藤	
	午後	-	-	23日:千石	10日:加藤 24日:千石	11日:加藤	
皮膚科	7日:冲永	-	-	-	-	-	

受付時間	午前	午後
内科	8:30~11:00	13:30(火曜は14:00)~16:00
外科	8:30(24日(木)、31日(木)は10:00)~11:00	13:00(火曜は14:00)~16:00 ※7日(月)、28日(月)は15:00まで
小児科	8:30~11:00	13:00~16:00(火・金曜は15:00まで) ※10日(木)、31日(木)は乳児健診のため、15:00以降の診療となります。
産婦人科	8:30~11:00	13:00~16:00(11日(金)、24日(木)は15:00まで)
皮膚科	8:30~11:00	13:30~16:00

※17日(木)と18日(金)は合地院長不在となります
 ※ヘリカルCT肺がん検診は3日、10日、17日、24日、31日(毎週木曜日)で予約制です。
 ※毎月第2・4週の小島医師による整形外科外来診療は完全予約制です。事前に予約をお願いいたします。
 (予約受付時間:平日14時~16時) 予約された患者様につきましては、予約時間の30分前までにお越しください。
 ※毎週火曜日に禁煙外来を行っております。(担当医:森 秀樹 内科医長、受付時間:13時30分~14時)
 事前に予約をお願いいたします。(予約受付時間:平日16時~16時30分)
 ※毎月第1・3週の木曜日にストーマ外来を、毎月第2・4週の木曜日にフットケア外来を行っております。
 (担当者:高橋 雄二 皮膚・排泄ケア認定看護師、受付時間:14時~) 事前に予約をお願いいたします。
 ※毎月第2・4週の火曜日に認知症外来を行っております。(担当医:土田 和幸 外科医長、受付時間:14時~16時)
 事前に予約をお願いいたします。(予約受付時間:平日16時~16時30分)
 ※都合により、担当医師が変更になることがあります。



介護職員初任者研修 受講生 募集

厚生労働省指定講座・北海道知事指定講座の「介護職員初任者研修（旧ホームヘルパー2級講座）」の受講生を募集します。

☎ ぼると 21 保健福祉課 福祉係 ☎ 0152-22-2500

▼研修日

11月23日(木)・30日(木)・12月1日(金)・8日(金)・
14日(木)・21日(木)・22日(金)・26日(木)・27日(金)・
1月11日(木)・12日(金)・18日(木)・25日(木)・26日(木)・
2月1日(木)の計15日間

▼授業時間 基本時間…9時～16時10分

※11月23日・12月14日・1月12日の終了時刻は
17時10分、2月1日の終了時刻は15時10分です。

▼会場 ぼると 21



令和元年10月1日から 年金生活者支援給付金制度が はじまります

年金生活者支援給付金は、年金に上乗せして支給されるものです。対象は収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者で、生活を支援することを目的としています。

給付金を受給するためには、**請求書の提出が必要**です。日本年金機構からご案内しますので、対象となる方は忘れずに手続きしてください。

☎ 日本年金機構 給付金専用ダイヤル ☎ 0570-05-4092

役場 住民生活課 医療年金係 ☎ 0152-23-3131 内線 147

▼対象者 ①もしくは②に該当している方が対象です。

① 以下の要件をすべて満たしている高齢基礎年金受給者

- ・65歳以上であること
- ・世帯の全員が町民税が非課税となっていること
- ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下であること

② 前年の所得額が約462万円以下の障害基礎年金・遺族基礎年金受給者

▼給付額

月額5,000円が基準ですが、給付金の種類や収入、所得額などによって異なります。

※日本年金機構からの案内に給付の見込額が記載されています。

**日本年金機構や厚生労働省を装った
不審な電話や案内に注意してください!**

日本年金機構や厚生労働省から口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

▼給付金の請求手続きの方法

要件	手続き方法
平成31年4月1日以前から年金を受給している方	日本年金機構から届いた請求手続きの案内に同封されているはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し、返送してください。※早めの手続きをお願いします。
平成31年4月2日以降に年金を受給し始めた方	年金の請求手続きとあわせて、役場 医療年金係で給付金の請求手続きもしてください。
今年度の途中で、所得の変更などにより給付の対象になった方 (課税世帯から非課税世帯に変更になったなど)	対象になったら役場 医療年金係で給付金の請求手続きをしてください。



暮らしの情報

▼募集人数 15名

▼申込方法

11月15日(金)までに**㈱日本教育クリエイト三幸福祉カレッジ** ☎ 0120-294-350 にご連絡してください。

▼受講料 (すべて税込)

- ・一般の方…99,000円
- ・町内介護事業所からの助成を受けず、斜里高校の在学または斜里町に住民票があり近隣校へ進学されている方…90,000円

※町内介護事業所に就労(予定)の方、JA斜里町組合員・ご家族の方などに助成金があります。詳細はぼると21までお問い合わせください。



釧網線の一部運休 代行バスの運行

下記の日程で、集中的に釧網線の線路の修繕工事を行います。これに伴い、一部列車を運休して代行バスを運行します。また、網走駅から乗り換えができなくなる列車がありますのでご注意ください。

今後とも鉄道を安全に運行するために必要な工事ですので、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎ JR北海道電話案内センター ☎ 011-222-7111



暮らしの情報

▼運休する列車と区間

運休する列車	運休する区間
快速 「しれとこ摩周号」	10時24分 網走駅発→ 13時33分 釧路駅着の 網走駅～緑駅間
	8時57分 釧路駅発→ 11時53分 網走駅着の 緑駅～網走駅間

▼運休期間

- ・10月21日(月)～10月25日(金)
- ・10月28日(月)～11月1日(金)

▼代行バスの時刻

代行バスはJRの乗車券で利用できます。列車の時刻から変更となりますので、ご注意ください。

※南斜里駅には停車しません。

※バスは道路状況などにより遅れが発生することがあります。

網走発 緑着	
網走発	9時30分
桂台発	9時40分
鱒浦発	9時55分
藻琴発	10時00分
北浜発	10時05分
原生花園発	10時10分 (11月1日は停車しません)
浜小清水発	10時15分
止別発	10時25分
知床斜里発	10時45分
中斜里発	10時55分
清里発	11時10分
札弦発	11時20分
緑着	11時30分

※網走駅発車時刻が、列車の時刻よりも1時間程度早まります。

緑発 網走着	
緑発	10時53分
札弦発	11時03分
清里発	11時13分
中斜里発	11時28分
知床斜里発	11時38分
止別発	11時58分
浜小清水発	12時08分
原生花園発	12時13分 (11月1日は停車しません)
北浜発	12時18分
藻琴発	12時23分
鱒浦発	12時28分
桂台発	12時43分
網走着	12時53分

※網走駅到着時刻が、列車の時刻よりも1時間程度遅くなります。そのため、以下の列車に乗り換えることはできなくなります。

- ・網走駅11時58分発 遠軽行き 普通列車
- ・網走駅12時35分発 旭川行き 特急大雪4号

今月の納期



町税

納期限…10月31日(木) 口座振替日…10月25日(金)

- 税目 国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料…4期分



水道料・下水道使用料

納期限・口座振替日…10月25日(金)

下水道受益者負担金・分担金 納期限…10月31日(木)

昨年のしれとこハロウィン 2018 より



子どものきらきらした笑顔が見たい

しれとこハロウィン実行委員会



斜里 魅力発見



▶▶PROFILE しれとこハロウィン実行委員会

斜里町内の有志が集まり、斜里ならではのハロウィンイベント「しれとこハロウィン」の企画・運営を行う。メンバーの数は14名。このイベントは道の駅しゃりで行われ、多くの屋台の出店や仮装コンテスト、お店を巡るスタンプラリーなどが行われる。

このイベントを開催するに当たっては、実行委員長の武藤香苗さんの思いからだったそうです。「子どもたちが主役になって楽しめるイベントが、斜里には少ないなと思っていました。子どもたちに「斜里でみなでハロウィンやりたくない？」と聞いたら、「やりたくない」という声が多く上がったことから、このイベントの開催を決定しました」

1回目は豊倉のごんた村で開催。予想を超える80名の人々が来場したことから、2回目以降は道の駅しゃりに会場を移しました。また、ウトロ在住の女性

「初めての試みにもかかわらず、お店の方々は快く協力していただきました。しかし、終わってから「子どもたちからあいさつがなくて、残念だった」との声もあがりました。そこで次の年からは、出発前に「こんにちは」「ありがとうございます」とのあいさつの練習を徹底しました。

「お店からは子どもたちのしつかりとしたあいさつの声が聞こえてきました。町の人とのコミュニケーションにも繋がっているなと感じました(実行委員会メンバーの武田桃佳さん)」

「ロップパ発祥のお祭り「ハロウィン」が日本で定着してまもないですが、4年前から斜里町でもハロウィンイベントが登場しました。その名は「しれとこハロウィン」。その企画・運営を行っているのが、「しれとこハロウィン実行委員会」です。

子どもが主役のイベントを

のみなさんの理解が得られたことから、次の年から仮装パレードを中心としたハロウィンイベントを、ウトロ市街地でも開催しました。

毎年、試行錯誤

2回目はイベント内容も拡大。その中でも、メインである仮装をして町内の各店舗をまわるスタンプラリーは試行錯誤の連続だったそうです。

しれとこハロウィン 2019
10月19日 日
 場所：道の駅しゃり
 ウトロでの開催：10月26日 日
 詳しくはホームページをご覧ください。
 (https://shiretoko.co/halloween/)

輝く笑顔に勝るものなし

その他の取り組みとして、JA斜里町やごんた村の協力を得ながら、朝日小学校4年生の総合学習の時間でカボチャの栽培も行っています。(この模様はイベント内で発表)

「この取り組みでは、土を普段触らない子どもたちの新たな一面が見られました。今年のしれとこハロウィンでも、楽しくきらきらした子どもたちの笑顔がたくさん見たいです(武藤さん)」



マイナンバーカードの申請コーナーを設置



暮らしの情報

マイナンバーカード(個人番号カード)とは、プラスチック製のICチップ付きカードで氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバー、本人の顔写真などが表示されています。本人確認のための身分証明書として利用できるほか、e-Tax(国税電子申告・納税システム)などの電子申請にも利用できます。

役場 戸籍住民係の前に、マイナンバーカードの申請コーナーを設置しました。戸籍住民係の職員が顔写真の撮影から申請まで行いますので、カードをお持ちでない方はぜひ手続きしてください。

☎ 役場 住民生活課 戸籍住民係 ☎ 0152-23-3131 内線 139

▼受付時間

月～金曜日(祝日除く)の8時45分～17時30分
 ※窓口が混雑している場合は、お待ちいただく場合があります。

▼必要なもの

運転免許証や健康保険証、介護保険証などの本人確認ができるもの。

▼手数料

カードの交付手数料と写真撮影の手料は無料です。
 ※ただし、紛失などでカードを再交付する場合は手数料として500円かかります。

▼その他

- ・申請から交付されるまで約1ヶ月かかります。
- ・交付の準備が整った段階で「カード交付の手続き案内」を郵送しますので、必要な書類をご準備の上、本人が戸籍住民係の窓口までお越しください。
- ・ウトロ在住の方はウトロ支所が、カードを交付します。



申請コーナー▶



戸籍・住民票の手続きの際は「本人確認書類」を忘れずに!

戸籍や住民票はみなさんの個人情報が記載されている大切なものです。これらの証明書を不正に取得されないため、平成20年5月から本人確認を行っています。証明書の申請や住所変更などの手続きを行う際には、右の表の書類の提示をお願いします。

☎ 役場 住民生活課 戸籍住民係 ☎ 0152-23-3131 内線 139

▼必要な書類の例

提示の数	書類の例
1点だけの提示でいいもの(顔写真付きの証明書)	マイナンバーカード・運転免許証・住基カード・障害者手帳・療育手帳など
2点の提示が必要なもの(顔写真がない証明書)	健康保険証・介護保険証・年金証書・年金手帳など



網走刑務所 矯正展を開催します

網走矯正展では、網走刑務所の受給者の刑務作業で制作した製品の展示・販売を行います。その他にも、施設見学やステージアトラクション、刑務官の制服での記念撮影など内容は盛りだくさんです。ぜひ、足をお運びください。

☎ 網走刑務所 作業部門 ☎ 0152-43-2258

▼日時 10月20日(日) 9時～15時
 ▼会場 網走刑務所 特設会場

▼内容

- ・作業製品の展示、販売
- ・網走刑務所二見ヶ岡農場で収穫した野菜の販売
- ・協賛事業所による飲食物、雑貨の販売
- ・ステージアトラクション(網走刑務所職員による護身術演武、お楽しみ抽選会など)
- ・施設見学(午前の部と午後の部あり)
- ・ちびっこ刑務官の写真撮影 など

本場弘前の技術を楽しく学ぶ

9月6日～8日の3日間で友好都市弘前ねぶた斜里保存会によるねぶた絵講習会が開催され、のべ43名が参加しました。講師である弘前市を代表するねぶた絵師の三浦 呑龍氏の下描きをもとに、参加者は色付けなどを行い、立派なねぶた絵を完成させました。参加者からは、「本場の絵師の方の技術に感動した」「ねぶた絵製作の楽しさを感じた」などの感想がありました。完成した絵は、斜里技能士会が運行する扇ねぶたに使用する予定です。



完成したねぶた絵とともに（右から5番目が呑龍氏）



プログラミングしたドローンはどんな動きをするかな？

知床ドローンフェスタ 斜里町で初開催

ドローンの楽しさ・魅力を斜里から発信

9月16日、ウナベツスキー場で知床ドローンフェスタが開催されました。斜里町でドローンをテーマにした大きなイベントが開催されるのは初めてのことで、「ドローンと斜里町が大好き！」という町民のみなさんやテレワーク企業などが集まった知床ドローンフェスタ実行委員会によって企画されました。

その中の一つ、ドローンのプログラミング教室では子どもたちが「前に進む」「向きを変える」など自由に設定して、ドローンを思い通りに動かしました。今までドローンに馴染みのなかった方にも、その面白さや可能性を感じることができたイベントとなりました。



まち発見レポート

斜里のまちで見つけた「発見」をご紹介します。
また、みなさんからも情報を募集しております。
固 役場 企画総務課 企画係 ☎0152-23-3131 内線 241

斜里第一漁協とウトロ漁協の定置部会から無償提供

斜里の旬の味 オホーツクサーモンを給食で

8月28日、斜里産のオホーツクサーモン（オホーツク海沿岸でとれるカラフトマスの愛称）の塩焼きが町内の小中学校の給食に登場しました。これは、「斜里の子どもたちに知床の旬の味を味わってもらいたい」と、斜里第一漁業協同組合とウトロ漁業協同組合の定置部会から提供していただいたものです。

斜里小学校の5年松組の子どもたちは「いただきます！」の合図でさっそくオホーツクサーモンに箸を伸ばし、「すごいおいしい！」「ご飯と合うね」と感想を言い合っていました。家で斜里産の魚を食べることも多いため魚の食べ方がとても上手で、骨や皮をきれいにとって、完食していました。



オホーツクサーモンの塩焼き

「オホーツクサーモンおいしいよ！」

一般社団法人 北見地区トラック協会と協定を締結

緊急時における物資の輸送手段を確保

一般社団法人 北見地区トラック協会と斜里町は「緊急時における輸送業務に関する協定」を締結しました。この協定は、災害が発生した時や発生のおそれがある時に、救援・救助に必要な装備機材と食料・生活用品などの緊急輸送を、協会に所属する運送事業者が協力することを定めたものです。

トラック協会の福原会長は、「これからも地域との連携を強化していきたい」と述べられました。



北海道斜里町・一般社団法人 北見地区トラック協会

「緊急時における輸送業務に関する協定」締結式

道路工業(株) 創立70周年・創業95周年を記念して

絵本を未来ある斜里の子どもたちに

今年、道路工業(株)（札幌市）は創立70周年・創業95周年を迎えたことから、「こうたのあたらしいちず」というオリジナルの絵本を作成し、斜里町に18冊寄贈していただきました。

道路工業(株)の黒田常務取締役は「斜里町の子どもたちに読み聞かせを行ってもらい、道路の大切さを伝えていただければ」と述べられました。この絵本は町内の保育園や保育所、学校や図書館などに配本されます。



人の動き 〈8月末現在〉

- 人口/11,590人(+1人)
男:5,708人(+5人) 女:5,882人(-4人)
- 世帯/5,663世帯(+11世帯)

100平方メートル以上の運動の森のトラスト

●寄付金額 588,120円
●参加者 45人(件)

宮内	市川	渡邊	法量	堀田	樽見	菅	石井	及川	小田	辻本	中山	小山	天野
勲	喜義	静江	貞子	時子	信吉	千代	輝子	幸	サオ	秋夫	トキ	登美子	穂香
90歳	56歳	80歳	84歳	93歳	91歳	80歳	87歳	79歳	95歳	99歳	77歳	73歳	良太
青葉町	港町	光陽町	新光町	以久科北	朝日町	文光町	青葉町	朝日町	本	大	光陽町	本	斜里
8/30	8/27	8/25	8/25	8/23	8/22	8/22	8/14	8/12	8/8	8/7	8/6	8/5	8/9

誕生おめでとう
おくりやみ申し上げます

北見トヨベツ(株)から寄贈いただきました

昨年度に引き続き、北見トヨベツ(株)から「マッチング・ギフト制度」として、斜里町の保健事業に有効活用していただきたく、タオル・マスク・グローブなどを寄贈していただきました。誠にありがとうございました。

※「マッチング・ギフト制度」とは社会貢献活動の一環で、会社や社員のみなさんの寄付金により、地域福祉施設などに寄贈するものです。

2019年11・12月チャレンジメンバー募集!!

『メンタルセラピーYOGA』～精神疲労の治し方～
【11月】ストレスに強い体をつくる！
【12月】ストレスに強い心をつくる！

『顔ヨガ』～首シワ、ほほのたるみ上げ解消!!

申込み・締切:令和元年10月18日(金) 定員:各タイム5名

- 斜里ヘルスアップ・ヨガ・サークル 毎週金曜日:19時～21時 場所:ゆめホール知床
- 斜里HYCヨガ・サークル 毎週水曜日:10時～12時 場所:ゆめホール知床

申込み・問合せ ☎090-8275-4063(個)まで



今月の表紙

今月の表紙に関する
エピソードをご紹介します

どんぐりのように 大きくなあれ!



秋

の足音が近づき、道端にミズナラの実「どんぐり」を見かける季節となりました。「どんぐりがミズナラの木に大きく育つようにすくすくと健やかに育って欲しい」そんな願いを込めて、斜里町では誕生したお子さんに「ミズナラ製の名前入りスプーン」をプレゼントしています。そして、今年の4月から子ども支援センター（双葉保育園内）で、「どんぐり会」が開かれています。このどんぐり会はスプーンの贈呈式に引き続き、2ヶ月ごと・3回にわたって開かれる交流会です。

9月17日に開かれたどんぐり会に集まったのは、6組の生後6ヶ月～7ヶ月の赤ちゃんとお母さん。ふれあい遊びや体重・身長測定でお子さんの成長を感じたり、お母さん同士で「もうこんなもの食べた?」「こんなことができるようになった?」と悩みを相談したり、子育てのよろこびを共有し合いながら楽しいひとときを過ごしました。
※どんぐり会の開催は広報しゃりの「子育て応援!」のページか、はがき通知でお知らせしています。(贈呈式の日にお休みした方も対象です)

▶アンケート

- Q1 今月号でよかった内容があれば教えてください。
- Q2 取り上げてほしい内容や企画があれば教えてください。
- Q3 その他、広報に関するご意見があれば教えてください。

〈郵送での回答〉 アンケートの回答を書いてこちらの住所まで

▶ 〒099-4192 斜里町本町12番地 斜里町役場 企画係 宛

〈FAXでの回答〉 アンケートの回答を書いてこちらの番号まで

▶ FAX 0152-23-4150

〈メールでの回答〉

アンケートの回答を入力しこちらのアドレスまで

▶ sh.kikaku@town.shari.hokkaido.jp

〈アンケートフォームからの回答〉

こちらから

アンケート回答ができます。

