広報
はぼろ
8
AUG | 2025
No.746

contents.

国勢調査2025　②
内田・行方の地域おこし協力隊が行く　⑥
とっても便利！羽幌町公式LINE　⑧

今月の表紙｜羽幌神社例大祭（写真：広報担当）

◎ 調査票の記入内容は統計法に基づき厳重に保護されます

調査員をはじめとする国勢調査に従事する者には、個人情報を保護するための守秘義務が課せられています。調査票は、外部の目に触れないように厳重に管理されます。

◎ 国勢調査の統計結果は様々な分野で利用されます

国勢調査の結果は、国や都道府県・市区町村の行政の基礎資料として活用され、選挙の区割り、地方交付税の算定基準、公的統計の基礎資料となり、社会福祉や雇用政策、防災対策など様々な分野で活用されます。また、民間企業や学術研究にも活用されます。

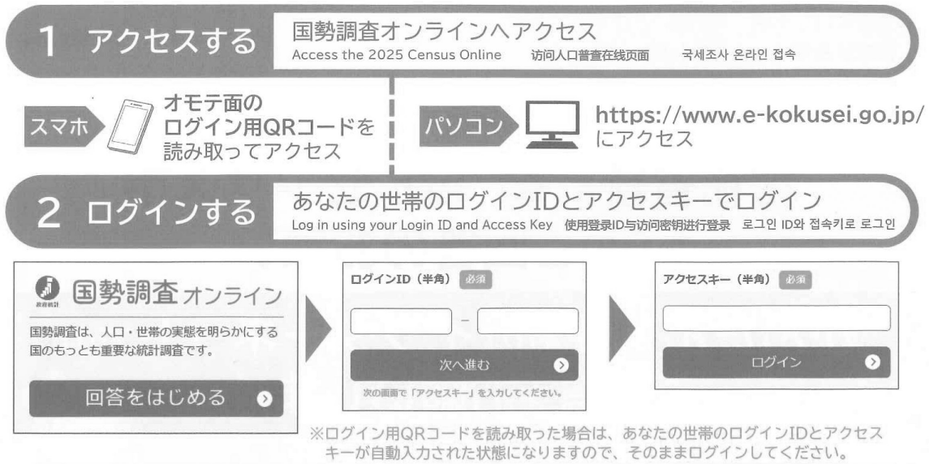
◎ インターネットでの回答がとても便利です

調査員から配布される「インターネット回答利用ガイド」に従い、パソコン、スマートフォン、タブレット端末を使ってインターネットから「国勢調査オンライン」サイトにアクセスすると回答できます。

インターネット回答のメリット

- 調査期間中は、24時間いつでも回答できます
- 国に直接回答が送信されるため、回答内容が調査員に見られることはありません
- 紙の調査票の提出は不要となり、調査員が直接回収に伺うことはありません

インターネット回答のしかた



◎ インターネットが利用できない方へのお願い

郵送提出と、調査員へ手渡しでの提出の２種類の方法があります。
ただし、調査員へ提出する場合は、提出日時について、提出前に調査員と相談されるようお願いします。

◎ 国勢調査を装った詐欺や不審な調査にご注意ください

国勢調査は、金銭を要求することは絶対にありません。
国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メール・ウェブサイトなどにご注意ください。不審に思った際は、役場または警察署にご連絡ください。
調査員は、その身分を証明する「調査員証」を常に携帯しています。

➔**お問合せ** 総務課情報管理係 ☎ 62-1211

国勢調査2025

国勢調査は、行政の基礎となる人口・世帯の実態を明らかにする、国の最も重要な統計調査です。
統計法では、調査項目に回答する義務（報告義務）が定められていますので、ご協力をお願いします。

調査期日 **令和7年10月1日現在**

調査項目

- 男女の別、出生の年月

  人口に関する最も基本的な項目で、男女・年齢別人口などの統計が作成され、少子高齢化が進行している我が国の人口構造の分析や将来人口の推計に利用されます。

- 従業地または通学地

  通勤・通学による人口の動きや、市区町村の昼間人口などを明らかにする統計が作成され、交通網の整備などの交通対策、都市計画などに利用されます。

- 世帯主との続柄、配偶者の有無

  高齢者のいる世帯、母子世帯、父子世帯などの世帯構成に関する統計が作成され、福祉行政などの施策に利用されます。

- 教育

  この項目と産業・職業や男女・年齢などを組み合わせた統計が作成され、子育て支援、雇用、社会教育などの行政施策などになくてはならないデータとして活用されます。

- 勤め先・業主などの名称および事業の内容、本人の仕事の内容

  「産業」と「職業」についての統計が作成され、就労の安定や地域の活性化を図るための各種施策に欠くことのできないデータとして活用されます。

回答方法 （１）**インターネットで回答する方法**

（２）**紙の調査票に回答して郵送提出する方法**

（３）**紙の調査票に回答して調査員へ提出する方法**
（調査員が再訪問するため、日程調整が必要です）

調査票等の配布 **9月20日～9月30日**

回答方法の確認 **調査員が調査票配布時に回答方法を確認します**

回答期間 **インターネット回答の場合 … 9月20日～10月8日**

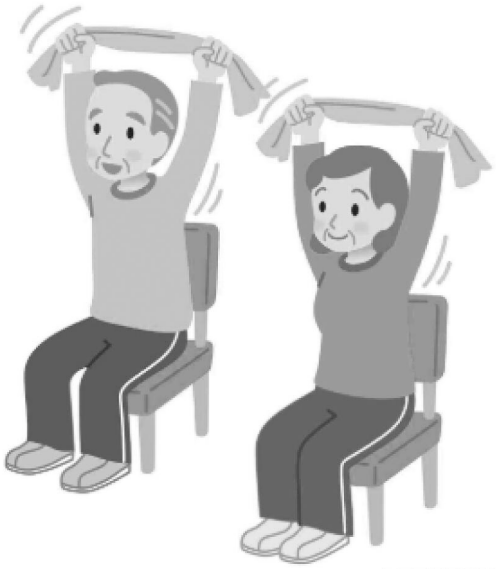
調査票で回答する場合 … 10月1日～10月8日

※ 調査票を調査員に提出する方法を希望された世帯に対し、10月1日～10月8日の間で調査員が約束した日時に再度訪問しますので、記入した調査票を提出してください

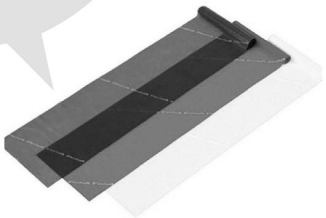
60歳以上
対象

＼肩・腰スッキリ健康体操！／

健康運動教室



自宅で使える！
セラバンド
参加者全員へ
プレゼント！



参加費
無料

日程 2025年 9月5日 金

時間 13：30～15：30（受付13：00～）

場所 羽幌町中央公民館　小ホール

住所 羽幌町南６条２丁目

持ち物 ○運動靴　○タオル
○飲み物　○動きやすい服装

講師紹介

合同会社TMC 代表
健康運動指導士　佐竹 恵治氏

運動指導歴40年以上の実績を持ち、昨年合同会社TMCを立ち上げ代表を務める。羽幌町にも10年以上毎年来町され、効果的な運動について実践を交えながらご講演いただいている。

お申込み

羽幌町すこやか健康センター 0164−62−6021

[開館] 8:45 [閉館] 17:30 [休館] 土日・祝日　〒078-4106　羽幌町南６条３丁目１４番地

申込締切 2025年９月２日(火) 17時まで

- ご来館によるお申込みも受け付けております。
- こちらのQRコードからのお申込みも可能です。 ≫≫

健康コラム こんにちは、保健師です

帯状疱疹について

文＝ 生田目 大飛（保健師）

帯状疱疹とは、過去に水痘にかかった時に体内に残った水痘帯状疱疹ウイルスが加齢や免疫低下などによって再活性化することで起こる病気です。主な症状には体の左右どちらかに水疱やかなりの痛みを伴って帯状に広がる皮膚の赤み、長期に渡って痛みが残る帯状疱疹後神経痛などがあります。

帯状疱疹を防ぐためには

① 体調管理 ： 免疫力の低下を防ぐために、バランスの良い食事や適度な運動、十分な睡眠など生活習慣を整える事が大切です。

② 予防接種 ： 令和7年度から帯状疱疹予防接種が定期接種の対象となり、費用の一部が公費負担となりました。羽幌町でも高齢者を対象に予防接種を実施していますので、ぜひ受けてください。

帯状疱疹予防接種

≪ 定期接種対象者 ≫

① 令和7年度中に65歳を迎える方

② 60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害があり日常生活が難しい方

③ 令和7年度から11年度の各年度内に65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100歳を迎える方

④ 101歳以上の方が定期接種対象者になるのは令和7年度のみです

（令和7年度は次の方が対象になります）

65歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日に生まれた方
70歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日に生まれた方
75歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日に生まれた方
80歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日に生まれた方
85歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日に生まれた方
90歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日に生まれた方
95歳	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日に生まれた方
100歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日に生まれた方
101歳以上	大正14年4月1日以前に生まれた方

なお、①～④以外の方は任意接種となるため、全額自己負担での接種となります。

≪ 実施場所 ≫

北海道立羽幌病院、天売診療所、焼尻診療所　※ 希望する医療機関に直接お申込みください。

≪ 接種ワクチン ≫

生ワクチン、不活化ワクチンのいずれかを選び、申込時に伝えてください。

	生ワクチン	不活化ワクチン
回数・部位	1回　皮下注射	2回　筋肉内注射
スケジュール		1回目と2回目の接種の間を2 ヵ月空ける
予防効果	接種後１年：6割 5年：4割	接種後 5 年：9割 10年：7割
自己負担額（定期接種）	3,000 円	1回 10,000 円（計 20,000円）
	※ 生活保護受給者は無料（助成は生涯1回限り）	

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

➔お問合せ

すこやか健康センター内 健康支援課保健係　☎ 62-6020

内田隊員　　行方隊員

内田（うちだ）・行方（なめかた）の
地域おこし協力隊が行く

今月号から羽幌町地域おこし協力隊の内田さん、行方さんの活動をご紹介します。

内田隊員

羽幌町で活躍しているクラブを紹介「北海道格斗クラブ羽幌道場」

5月に着任した地域おこし協力隊スポーツ振興担当の内田です。自分が得意とする卓球を通じて学校の卓球部や卓球サークルのみなさんと関わっていますが、羽幌町にはまだ数多くのスポーツクラブが活動していることをみなさんに知っていただきこれから盛り上げていきたいため、今回は地域の青少年を中心に活動している空手道場「北海道格斗クラブ羽幌道場」をご紹介します。

こちらでは新極真会の関連団体として、フルコンタクト空手を指導し、競技大会への参加を通じて実力を高めています。今年も、所属する選手3名が全国大会への出場権を獲得しました！

今回の様子は、羽幌町地域おこし協力隊のインスタグラムにも掲載していますので、ぜひご覧ください！

羽幌町地域おこし協力隊インスタグラム ⇒

行方隊員

『フェアトレードフェスタinさっぽろ2025』でPR活動

昨年の4月から地域おこし協力隊として北海道海鳥センターで自然環境保全等推進業務を担当している行方です。

6月28～29日に札幌市民交流プラザで開催された『フェアトレードフェスタinさっぽろ2025』において羽幌シーバードフレンドリー推進協議会の取り組みを発表しました。天売島で繁殖するオロロン鳥（ウミガラス）やウトウなどの海鳥保護に関する講演のなかでシーバードフレンドリー認証制度について紹介したところ、多くの方が関心を持っていただきました。今後も羽幌町の取り組みや認証制度に関わるPRを行っていきます。

※ フェアトレードフェスタはフェアトレード★を「見る」「触る」「味わう」といった体験を通して、持続可能な未来について考えるイベントです

★ 貧困のない公正な社会をつくるために、途上国の生産者と、先進国の消費者が、対等な立場で行う貿易のことを言います

中央公民館

図書室だより books.

【開館時間】10時00分～17時00分
【電話】0164-62-1178（中央公民館内）

（新刊や蔵書は
羽幌町ホームページで検索できます）

◇◇◇ あたらしい本 ◇◇◇

一般書

蒼天のほし　いとう みく 著

お父さんの夢を叶えたら家族が愛で溢れました
親子バラエティー 著

扇谷家の不思議な家じまい　実石 沙江子 著

そうだ、山に行こう　沢野 ひとし 著

食べて強くなる！アスリート中高生の部活弁当
上島 亜紀 料理、日本アスリート協会 監修

児童書

てのひらをたいように　やなせ たかし 詩、絵

わくわく探検！恐竜ワールドまちがいさがし
扶桑社 出版

地下室の日曜日 ゆめのこうきゅうマンションだ！
村上 しいこ 作、田中 六大 絵

むかしむかし名探偵　杉山 亮 作、中川 大輔 絵

ななちゃんは、みんなのねこ
今西 乃子 作、ひろみちいと 絵

ぼうさいセブン　ふくだ いわお 絵、あんどうりす 監修

◇◇◇ 今月のおすすめ図書 ◇◇◇

どっちがどっち？ しぜんかいの にたものさがし

福岡 伸一 監修 ／ 光村教育図書

ハチとアブって、どこが違う？アライグマとタヌキ、見分けられる？似ているところを探してみよう。NHK Eテレ「ミミクリーズ」を絵本化。自然界の似たもの（ミミクリー）探しを通して科学する心を育む写真絵本。

桜待つ、あの本屋で

浅倉 卓弥 著 ／ ハーパーコリンズ・ジャパン

世界のどことも分からない場所に、その本屋はある。店の前には神秘的な桜がたたずんでいて、少女と三毛猫が客を待ちわびている。

店と客をつなぐのは、一冊の本。この店に来られるのは、後悔や悲しみを抱えている人だけ…。

キラキラ ぎっず

掲載希望の３才くらいまでのお子さんを募集中！
詳しくはお問合せください。

応募待ってるオロ！
ＱＲコードから直接
申込みできるオロ！

地域振興課広報広聴係
☎ 0164-68-7013（課直通）
✉ c-kouhou@town.haboro.lg.jp

あざらし おはなし会

日時　9月13日（土）14時00分
場所　中央公民館2階ロビー（図書室横）

図書室カレンダー

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		19	20	21	22	23
㉔	㉕	26	27	28	29	30
31						

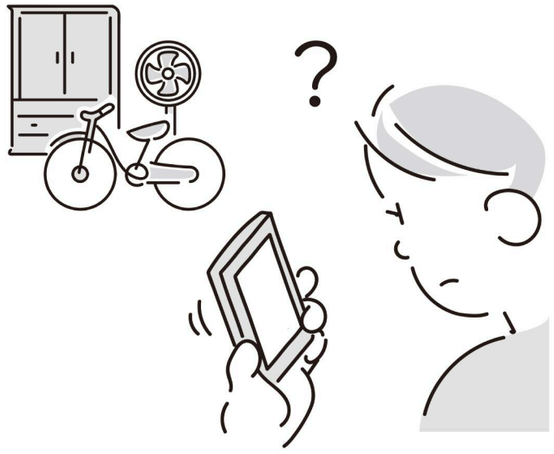
9月						
日	月	火	水	木	金	土
	①	2	3	4	5	6
7	⑧	9	10	11	12	13☆

○印は「図書室がお休み」の日です
☆印は「あざらしおはなし会」の日です

便利機能 ❸

粗大ごみ写真でお問い合わせ

料金一覧表に載っていない



料金一覧表に載っていない粗大ごみの料金を、写真を送ってスマホからお問い合わせすることができます。メールか電話で回答します。
※回答は役場の開庁時間になります。

便利機能 ❹

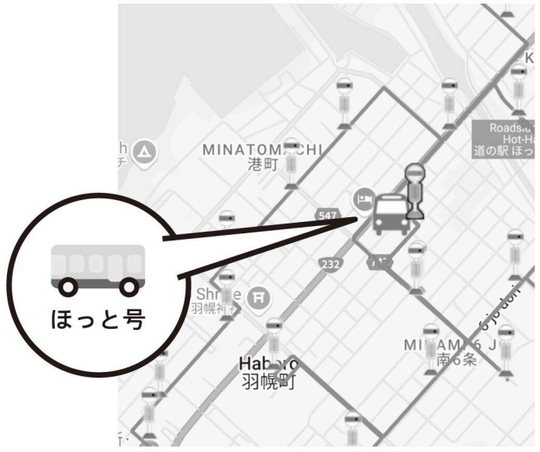
各種申し込み

各種検診の申込みや水道の開閉栓が、いつでもどこでも、オンラインで申請することができます。

便利機能 ❺

ほっと号バスロケ

ほっと号が今どこにいるか、リアルタイムでわかります。希望の停留所にあと何分で到着するのか表示もされます。



ほかにも、おくやみの通知（希望者のみ）や町からのお知らせがリアルタイムで届いたり、ハザードマップといった防災情報、観光情報などもご覧いただけます。
登録の方法などわからないことがあればデジタル推進課までお問い合わせください。

お問い合わせ 羽幌町デジタル推進課 0164-68-7040

とっても便利！

羽幌町公式 LINE

前日のごみ出し通知や粗大ごみ申し込みなど、
羽幌町公式 LINE には便利な機能がいっぱい！
こちらの QR からぜひ登録をお願いします！

LINE ID @haboro

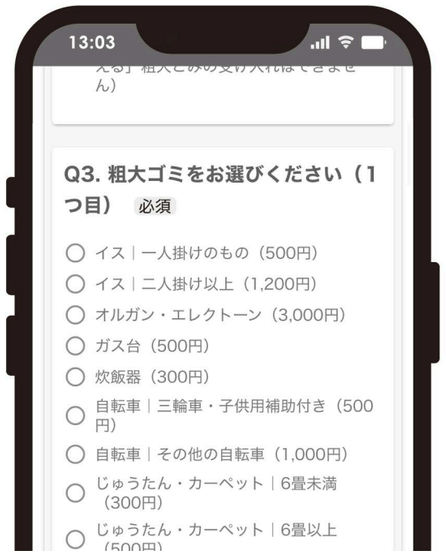
便利機能 ❶

ごみ出しアラーム

前日の夜７時にごみの収集日をおしらせします。通知するごみの種別も自由に組み合わせることができます。
※離島地区を除く。

明日は【古紙類・雑がみ】の収集日です。

明日は【生ごみ】の収集日です。



便利機能 ❷

粗大ごみ申し込み

いつでもフォームから申し込みができるので、平日に役場に電話する必要がありません。
※電話での申し込みと受付期間が異なります。

まちの出来事

from.
photoclip

7月 | JULY

1 北るもい漁業協同組合監理団体主催の第6回外国人技能実習生及び特定技能大交流会がサンセットビーチで開催されました。参加者は5色綱引き等のゲームや懇親会を通して交流を深めました。**(7/25)**

2 町の子育て支援事業「うさこちゃん遊びの広場」で羽幌消防署を見学。参加した9組の親子が救急車や消防車の試乗体験などをしました。**(7/4)**

3 羽幌町観光協会主催の「はぼろ花火大会」が開催されました。小雨が降るあいにくの天気でしたが、約1,000発の打上花火が羽幌の夜空や海面を彩り、訪れた観客からは歓声が上がっていました。**(7/26)**

4 地域貢献活動の一環として、「はぼろバラフェスティバル」会場でのテント設営やごみ回収ブースの運営などにご協力いただいた㈱北海道ロードサービス様（札幌市）に対し、森町長から感謝状を贈呈しました。**(7/16)**

5 児童たちが学校清掃の際に活用できるようにと羽幌町日赤奉仕団のみなさんが手縫で作成した雑巾200枚が羽幌小学校に寄贈されました。**(7/16)**

6 札幌ベルエポック製菓調理専門学校の学生19名が、研修のため羽幌町を訪れました。滞在中は、地元事業者の協力を得て、漁船の視察、ホタテの殻剥き、水産加工品の製造体験・視察、お菓子のプリント体験などを行ったり、地元農家からいただいた農産物をはじめとしたたくさんの地元食材を味わい、羽幌の食材の魅力や地場産業への理解を深めました。**(7/23 - 24)**

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

町ホームページ
フォトクリップ

町公式
インスタグラム

7月の交通事故・消防に関するお知らせ

羽幌警察署並びに消防署から7月における各件数などのお知らせです。

交通事故情報

区分	当月	(1月からの累計)
発生件数	0件	(5件)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(6人)

消防情報

区分	当月	(1月からの累計)
救急出動件数	34件	(212件)
搬送人員	30人	(199人)
火災件数	0件	(1件)
損害額	0円	(0円)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(0人)

イベント・行事

札幌市内で“羽幌とつながる”交流イベント

町では、観光や移住・定住に限らない地域と多様に関わる「関係人口」の創出に取り組んでいます。このたび、札幌市内で交流イベント「羽幌のグルメな夕べ」を開催します。町外在住の羽幌町出身者や町にゆかりのある方、羽幌を応援してくださっている方がおりましたら、お声がけをお願いします。

実施内容

・羽幌産食材のコース料理(着席宴会) ※会費制
・町の紹介や魅力PR
・特産品販売、ふるさと納税返礼品PR
・ふるさと納税、移住相談

お問合せ 地域振興課政策推進係 ☎ 68-7013

information
情報プラザ

お盆を過ぎましたが、まだまだ暑い日が続いています。
今月の情報プラザではおろちゃんマラソン大会や町民芸術祭の作品募集など、秋の気配が感じられるイベント情報を紹介しています。お見逃しがないようご覧ください。

おしらせ

羽幌小学校プール開放中

羽幌小学校プールは、まだまだ開放しています。
ぜひご利用ください。

開放期間 9月7日(日)まで
開放時間 火・木曜日 15時00分～21時00分
土曜日 13時00分～21時00分
日曜日 10時00分～21時00分
休館日 毎週月・水・金曜日
お問合せ
総合体育館内 社会教育課体育振興係 ☎ 62-6030

一定面積以上の土地取引には届出が必要です

土地の売買・賃貸借・交換・営業譲渡など、一定面積以上の土地取引(一団の土地の一部も含む)に係る契約をした場合には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要です。

届出の対象となる面積(羽幌町の場合)
都市計画区域内 5千㎡ 以上　都市計画区域外 1万㎡ 以上
届出者 土地の権利取得者(買主等)
届出期限 契約締結日から2週間以内
提出書類 次の書類を町にご提出ください(各1部)
(必須書類)
土地売買等届出書
・契約書の写し　・周辺状況図　・形状図
・その他必要に応じて提出する書類
罰則 届出をしなかった場合、法律で罰せられることがあります

提出様式や制度の詳細は町ホームページをご覧ください ⇒

届出・お問合せ 地域振興課政策推進係 ☎ 68-7013

令和７年度自衛官（自衛官候補生・一般曹候補生・航空学生）募集

次の種目の自衛官試験を実施します。希望する方はご応募ください。

募集種目	応募資格	受付期間	試験日	試験会場
自衛官候補生	18歳以上～33歳未満	通年	毎月試験日があります	留萌市および旭川市
一般曹候補生	18歳以上～33歳未満	9月2日まで	1次：9月13日～21日のいずれか指定された1日 2次：10月11日～26日のいずれか指定された1日	1次：留萌市 2次：旭川市
		9月16日～11月21日	1次：11月29日～12月4日のいずれか指定された1日 2次：1月6日～13日のいずれか指定された1日	
航空学生	海上自衛隊 18歳以上～23歳未満 航空自衛隊 18歳以上～24歳未満	8月29日まで	1次：9月20日、9月27日のうち希望する日 2次：10月16日～20日 3次：海上自衛隊 11月21日～12月17日のいずれか指定された1日 航空自衛隊 11月15日～12月18日のうち指定された期間（6日間）	1次：旭川市 2次：1次合格通知にてお知らせ 3次：海上自衛隊 札幌市（自衛隊札幌病院） 航空自衛隊 静岡県焼津市（静浜基地）

※ 試験科目などの詳細は自衛隊旭川地方協力本部ホームページ「募集種目のご案内」をご覧ください ⇒

お問合せ　自衛隊旭川地方協力本部留萌地域事務所 ☎ 0164-42-4650

楽らく料理教室参加者募集

羽幌町食生活改善協議会では、留萌ブロック食生活改善推進員協議会（留萌市、苫前町、羽幌町）との共同開催で、1皿で野菜70ｇ以上摂れる「小松菜の塩昆布和え」を献立に取り入れた料理教室を開催します。当日は参加者特典として、3市町の料理教室レシピ集を配布しますので、ぜひご参加ください！

日　　時　9月19日（金）　10時30分～13時00分
場　　所　すこやか健康センター
対　　象　町内の18歳以上の方
参 加 料　500円
内　　容　● 栄養や健康に関する講話
● 調理実習「たんぱく質でカラダづくり！」
・ほたてときのこの和風パスタ
・くずし豆腐のスープ
・小松菜の塩昆布和え
申込期限　9月12日（金）
主　　催　羽幌町食生活改善協議会
留萌ブロック食生活改善推進員協議会
共　　催　留萌振興局保健環境部保健行政局（留萌保健所）

申込・お問合せ
すこやか健康センター内　健康支援課保健係 ☎ 62-6020

第71回羽幌町民芸術祭の展示作品を募集します

本年の町民芸術祭（展示部門）の作品を募集します。出展要領などの詳細は、町ホームページをご覧ください。

展示期間　10月24日（金）～ 28日（火）
出品資格　町民による自作の作品とする
募集作品　写真、絵画、書道、俳句、短歌、川柳、手芸、工芸、陶芸など自由な作品
申込期限　9月26日（金）
申込・お問合せ
中央公民館内　羽幌町民芸術祭実行委員会事務局
☎ 62-1178

第32回おろちゃんマラソン大会参加者募集

第32回おろちゃんマラソン大会を開催します。
健康増進や体力づくりのために日ごろからジョギングをしている方はもちろん、ファミリー部門もご用意しています。ご家族そろってぜひご参加ください。

日　　時　10月5日（日）10時00分スタート（雨天決行）
参加資格　小学生以上の方
コ ー ス　総合体育館～中央方面（往復）
競技方法　各種目タイム順位
（1～3位までメダルが授与されます）
参 加 料　無料
申込方法　総合体育館および中央公民館にある大会申込書を記入し提出もしくは右のQRコードからお申込ください。
申込期限　9月5日（金）必着

申込・お問合せ
総合体育館内　おろちゃんマラソン大会事務局 ☎ 62-6030

歌と踊りの交流まつり

歌と踊りの交流まつりを次のとおり開催します。カラオケやダンスなどで楽しいひと時を過ごしましょう。

日　　時　9月6日（土）18時30分より
場　　所　中央公民館大ホール
入 場 料　1,000円
（入場券をお買い求めください）
主　　催　羽幌町文化協会

お問合せ
中央公民館内　羽幌町文化協会事務局　☎ 62-1178

募集

冬季除雪作業員（有償）募集

12月から翌年3月まで、自力で除雪することが難しい一人暮らしの高齢者世帯などを対象に、有償で除雪サービスを行っていただける作業員を募集しています。

活動内容　受託団体に所属し、降雪量がおおむね15㎝以上になった際に除雪作業をお願いします。
賃　　金　受託団体から支給されます

地域の高齢者が安心して冬を過ごせるよう、せひご協力ください。

応募先・お問合せ
すこやか健康センター内
健康支援課地域包括支援センター係　☎ 62-6021

令和8年度北海道障害者職業能力開発校訓練生募集

次の訓練生を募集します。希望する方はご応募ください。

募集訓練科・建築デザイン科（6ヵ月訓練）
・CAD機械科（1年訓練）
・総合ビジネス科（1年訓練）
・プログラム設計科（2年訓練）
・総合実務科（1年訓練）
募集期間　10月1日（水）～10月21日（火）
選 考 日　11月4日（火）
選考場所　北海道障害者職業能力開発校
選考方法　学力試験（国語、数学）、面接
詳細は北海道障害者職業能力開発校ホームページをご覧ください ⇒

応募先・お問合せ
〒073-0115　砂川市焼山60番地
北海道障害者職業能力開発校訓練課
☎ 0125-52-2774　FAX 0125-52-9177

芸術鑑賞事業のお知らせ

伝統芸能「講談」の魅力を生で体験してみませんか？
今回は羽幌炭砿にまつわる物語を、鋭く迫力のある語り口でお届けします。
申込みは不要ですので、ぜひお気軽にお越しください。
※　1階席は学生専用席とし、2階席を一般向けに開放します

日　　時　8月26日（火）11時00分より
場　　所　中央公民館大ホール
内　　容　講談師 旭堂南龍（きょくどうなんりゅう）氏による講談「鈴木商店発　羽幌炭砿物語」

お問合せ
中央公民館内　社会教育課社会教育係　☎ 62-1178

令和７年度 羽幌町敬老の集い

永年にわたり郷土羽幌町の発展にご尽力いただいた高齢者のみなさんに感謝と敬意を表し、長寿をお祝いする「羽幌町敬老の集い」を開催します。ぜひ、ご来場ください。

日　　時　9月19日（金）　開場 12時30分
式典 13時30分
余興 14時00分
場　　所　中央公民館大ホール
対　　象　町内在住の65歳以上の方（同伴家族含む）
入 場 料　無料
余　　興　北海道を代表する、最古参のものまねタレントとしてテレビでも活躍する何ン田研二さん、吉幾三から楽曲提供を受け多方面で活躍するはかまだ雪絵さんのショーをお楽しみ下さい。
※ 余興は年齢制限無くご覧できます

ものまね　何ン田 研二

演歌　はかまだ 雪絵

お問合せ　羽幌町社会福祉協議会 ☎ 69-2311

北海道立羽幌病院からのおしらせ【 令和7年9月分外来診療体制 】

総合診療医

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

専門外来

専門診療（出張医師等）			月		火		水		木		金		診療日
診療科	医師	予約	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
消化器内科	佐々尾医師	要							●				11日・25日
呼吸器内科	重原医師	要											当面の間、休診となります。 現在予約のある方は常勤医が代診します。
循環器内科	高橋医師	要					●						24日
総合診療科	木村医師	推奨							●				25日
フレイル外来	佐々尾医師	要		●									毎週月曜日
整形外科	穴口医師	推奨						●					3日・10日・17日・24日
									●				4日・11日・18日・25日
	覺田医師	推奨										●	12日・26日
	八島医師	推奨	●								●		5日・12日・19日・26日・29日
	引野医師	推奨	●										1日
	渡部医師	要				●							9日・30日
小児科	高橋医師	不要	●		●		●	●	●	●	●		井上医師診療日以外
	井上医師	不要	●	●									1日・22日
眼科	旭川医大医師	要			●								毎週火曜日
婦人科	金野医師	不要			●	●							毎週火曜日
耳鼻咽喉科	札幌医大医師	要					●						奇数週水曜日
泌尿器科	札幌医大医師	推奨							●				毎週木曜日
皮膚科	札幌医大医師	不要									●		毎週金曜日

＊ 受付時間

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

＊ 人間ドック・健診等

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

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

LINE　Instagram　Facebook　病院ホームページ

お問合せ　北海道立羽幌病院　☎ 62-6060

9月の行政相談

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

日　　時　9月10日(水)　13時00分～15時00分
会　　場　役場1階 記者室
お問合せ　町民課総合受付係 ☎ 68-7003（課直通）

健康

9月の保健・子育てカレンダー

町内の保健事業や子育て教室の日程です。

日程	事業	受付・実施時間	会場
3日(水)	あそびの広場 ★	10時30分～	焼尻高齢者支援センター
4日(木)	乳幼児健診 ＊	12時30分～	健康センター
30日(火)	乳幼児相談 ＊	13時00分～	健康センター
毎週火・金	うさこちゃん遊びの広場 ★	9時30分～	健康センター
毎週水	すくすく ★	9時30分～	健康センター
毎週木	あいあいサークル ★	9時30分～	健康センター

お問合せ　すこやか健康センター内
★子育て支援センター　☎ 62-1656
＊健康支援課保健係　☎ 62-6020

「ござうさ」開放中です！
（13時00分 ～ 16時00分）

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

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

相談

生活・法律・仕事相談会のご案内

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

日　　時　9月12日（金）・9月26日（金）
13時30分～15時20分（１枠50分）
場　　所　羽幌町勤労青少年ホーム　相談室
料　　金　無料
※ **要事前予約**【相談日の前日　15時00分まで】
※ 留萌管内に住民登録のある方であれば、羽幌町以外の会場でもご相談できますのでお問合せください

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

アルコールミーティングのご案内

留萌保健所では、毎月定例的にこころの健康相談を開設していますのでお気軽にご相談ください。
相談料は無料です。秘密は厳守します。

内　　容　アルコールミーティング
（自身の飲酒体験や回復の過程を語り合ったり
アルコールに関する知識を学ぶ等をします）
日　　時　9月18日（木）13時00分～15時00分
※ **要事前予約**
場　　所　中央公民館第1研修室
担　　当　留萌保健所保健師、AA★メンバーの方
★飲酒問題から開放されたいと願う方の集まりです

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

9月の年金相談

年金加入状況の確認、納付書や基礎年金番号通知書再交付申請手続きなど年金に係る相談を受け付けています。
相談には予約が必要です
希望される方は、相談日の一週間前までにご予約ください。（定員になり次第、締め切る場合があります）

日　　時　9月18日(木)　10時00分～16時00分
※ 12時00分～13時00分を除く
会　　場　中央公民館

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

人のうごき

令和7年7月届出分を掲載（希望者のみ）

おたんじょう

鈴木　百叶（ももか）ちゃん　（史弥・花月）　栄町

ごけっこん

野辺　優真さん　二見 栞名さん　幸町

おくやみ

清水　ミツヱさん	90歳	中央
佐藤　利雄さん	92歳	港町
阿部　トミヱさん	78歳	中央
廣谷　孝さん	97歳	栄町
安居　トモ子さん	93歳	南大通５

戸籍の届出について

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

人口と世帯数（7月末）

人　口	5,840 人	（－ 12 ）
男	2,847 人	（－ 4 ）
女	2,993 人	（－ 8 ）
世帯数	3,319 世帯	（－ 3 ）

（　）は前月比

Dr. 佐々尾の健康カルテ

熱中症以外にも気温や湿度、生活スタイルの変化により引き起こされる“夏特有”の症状や疾患がいくつも存在します。夏は残りわずかになりましたが触れておきたいと思います。

高温多湿の夏は食中毒、特に細菌性のものがピークとなります。特に注意が必要なのは、調理後に常温で放置されたお弁当や惣菜などです。細菌にとってベストな温度が30℃台後半で、反対に低温には弱いとされています。調理済みのものは冷蔵で保存するようにしましょう。ただ、なんでもすぐに冷蔵庫に入れてしまって良いわけではありません。しっかり粗熱をとってからにします。特にカレーを作って鍋のまますぐに冷蔵庫にしまうと、内部が冷めないままになります。小分けにしたり、外から冷やしながらかき混ぜるなどして、2時間程度冷ましてから冷蔵庫に入れましょう。また冷やしたものを食べるときは、しっかり再加熱することも重要です。手足や口に水脹れのような発疹ができる手足口病は去年の夏に流行し、例年7月から8月にかけて流行します。そのほかにも夏風邪のウイルスなどありますが、なかなか防ぎようがありません。症状がある時は休むことが流行を最小限にします。

汗を多くかくため皮膚トラブルも増える時期です。汗の塩分や皮脂が肌に残ると、汗疹や肌荒れを起こしますので、通気性の良い服を着たり、こまめに汗を拭く、シャワーを浴びるなどしましょう。

半袖や短パンなど肌の露出の多い服を着ると気になるのは虫刺されです。特に蚊やダニ、蜂の活動が活発になります。蚊やダニに刺されるとウイルス感染症を起こすことがあり、最近ではマダニに刺されることで命に関わる感染症のニュースをよく見かけます。蜂刺されはアナフィラキシーを起こすことがあり、刺されてから数分で呼吸困難や意識障害が見られる場合があります。この場合は速やかに救急車を呼ぶ必要があります。過去に起こしたことがある場合は、エピペン（アドレナリン自己注射）を保有して出かけるようにし、持っている場合は期限が切れていないか確認しておきましょう。

夏は気分が乱れる方が多くいます。「夏バテ」もその一つですが、自律神経が乱れやすく、空調の効いた室内と暑い室外の気温差、日照時間が長いことで睡眠リズムが整わなくなるなどします。明るいからと早朝に起き出して日光を浴びてしまうと、先々に不眠につながっていくこともあります。明るさではなく、時間で行動するように心がけておきましょう。

子どももその世話をしている大人も、楽しい時間には体調不良を感じにくく、その負荷を後から感じることもあります。普段から適度に休息を取るようにして、疲れを残さないようにしておきましょう。

（北海道立羽幌病院　副院長　佐々尾　航　医師）

広報はぼろ　令和7年8月号　No.746　発行 羽幌町 078-4198 北海道苫前郡羽幌町南町1番地1　編集 地域振興課
電話 0164(68)7013　FAX 0164(62)1219　メール c-kouhou@town.haboro.lg.jp　ホームページ www.town.haboro.lg.jp