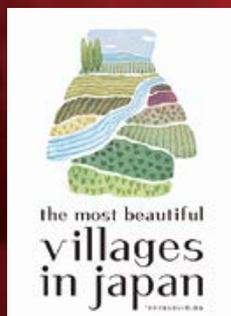
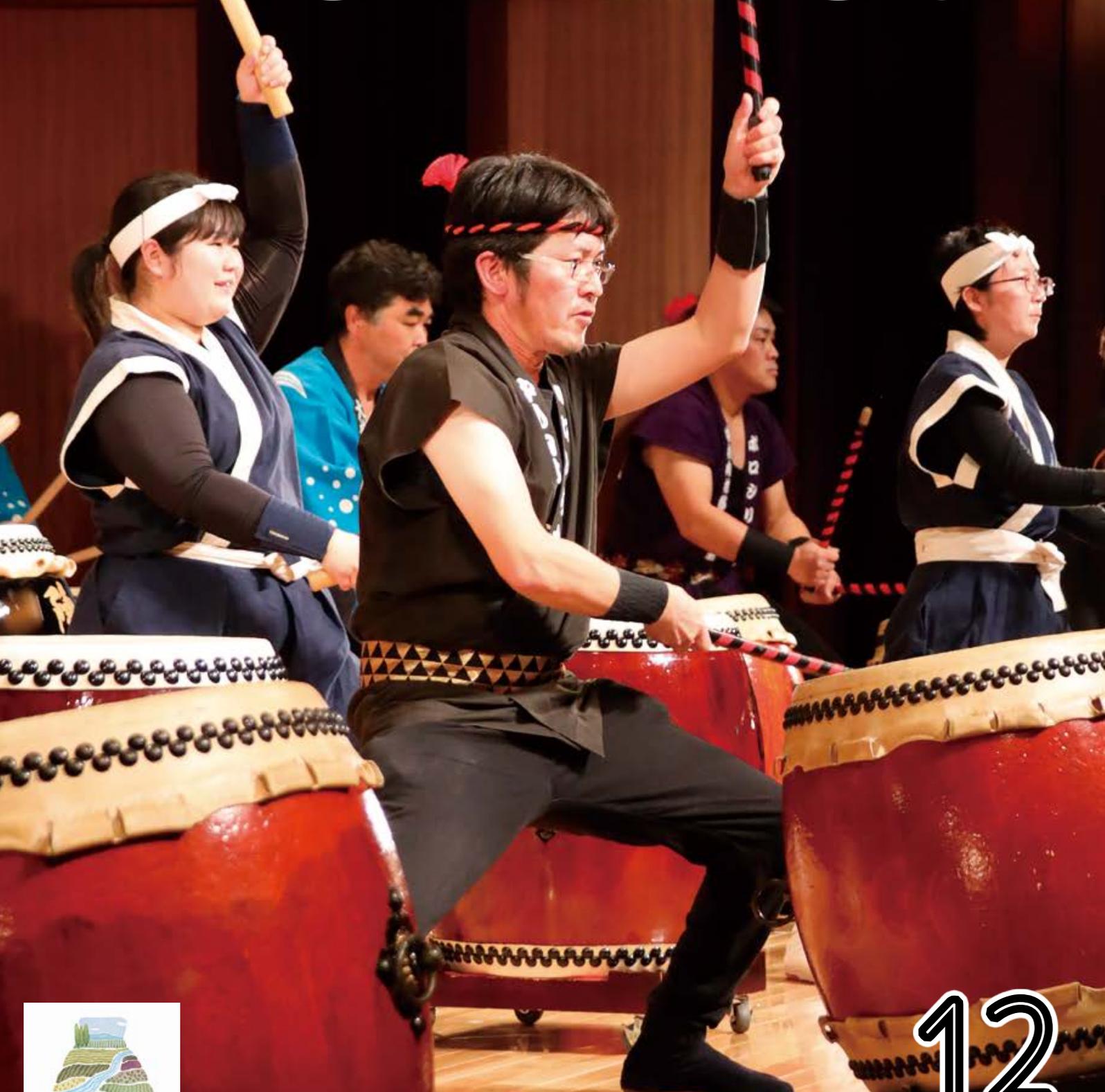


# 広報 なかさつない



**特集** 従来の健康保険証は発行されなくなります

**表紙** 和太鼓4町村合同演奏

～道民芸術祭・第54回十勝管内郷土芸術祭～

12  
2024 NO.824  
令和6年12月1日発行

発行/中札内村役場総務課



従来の健康保険証は発行されなくなります

# 令和6年12月2日から 変わること、変わらないこと

●窓口・お問い合わせ 住民課住民グループ TEL (67) 2493

令和6年12月2日から従来の健康保険証が新規発行されなくなり、原則マイナ保険証（保険証として利用登録したマイナンバーカード）を基本とした仕組みに移行します。

令和6年12月2日以降の健康保険証の取扱いがどうなるのか、詳しくご案内します。

## これまでと変わらないこと

■マイナ保険証をお持ちでなくても、資格確認書を交付するため、これまでどおり医療（保険診療）を受けることができますので、ご安心ください。

■職場を辞めて国民健康保険に加入したり、新たに就職し国民健康保険から脱退する場合などの手続きは、マイナ保険証の有無に関わらず、これまでどおり役場窓口で届出をする必要があります。

（必要書類）加入…健康保険資格喪失証明書

脱退…「資格確認書」「資格情報のお知らせ」など、新たな健康保険に加入したことがわかる書類

## 注意事項

以降の内容は、国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入されている方の取扱いとなります。

■ 令和6年12月1日時点でお手元にある有効な保険証は、氏名や住所などの内容に変更がない限り、券面に記載された有効期限まで使用できますので、大切に保管・使用してください。

■ 職場の健康保険（協会けんぽ、健保組合、共済組合など）に加入されている方は、加入する医療保険者への問合せや案内等でご確認ください。

## 令和6年12月2日からの自分の取扱いはどうなるの？

「マイナンバーカードを持っているか」「マイナ保険証の利用登録をしているか」で取扱いが異なるため、ご自身の取扱いを下表で確認してみましょう。

マイナンバーカード	マイナ保険証利用登録	令和6年12月2日からの取扱い
持っている	している	■ マイナンバーカードを保険証として利用できます。 ■ <b>【資格情報のお知らせ】</b> を交付します。 ※後期高齢者医療制度の方は、当面の間 <b>【資格確認書】</b> を交付します。
	していない	■「現在お持ちの保険証の内容に変更が生じた場合」「有効期限が切れる前」などに、保険証の代わりになる <b>【資格確認書】</b> を交付します。
持っていない	—	

## 「資格情報のお知らせ」や「資格確認書」ってどんなもの？

新たに交付される「資格情報のお知らせ」「資格確認書」がどのようなものか確認してみましょう。

名称	内容	特例的な取扱い
資格情報のお知らせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ご自身が加入する健康保険の資格情報を簡易に確認できます。</li> <li>■ A4サイズ</li> </ul>	マイナ保険証に未対応の医療機関を受診の場合、次の①②どちらかの持ち物を提示してください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>① マイナ保険証+資格情報のお知らせ</li> <li>② マイナ保険証+マイナポータルの資格情報の画面（スマートフォン）</li> </ul> ※資格情報のお知らせやマイナポータルの資格情報の画面のみでは受診できません。
資格確認書	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 従来保険証と同じように医療機関に提示することで受診可</li> <li>■ 従来保険証と同じサイズ</li> </ul>	次のことに当てはまる場合は、マイナ保険証であっても、申請により資格確認書を交付します。 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ マイナンバーカードを「紛失」「有効期限切れ」の方</li> <li>■ 高齢や障害などの理由で、第三者の介助が必要であり、マイナ保険証での受診が困難な場合</li> </ul>

## 役場での手続きが必要なものはあるの？

「国民健康保険」又は「後期高齢者医療制度」に加入されている方は、マイナ保険証の有無に関係なく、「資格情報のお知らせ」「資格確認書」のいずれかを交付します。

交付するのは、令和6年12月2日以降、次のいずれかに当てはまる場合です。

### 国民健康保険

- 負担割合に変更がある方（70～74歳）
- 保険証の有効期限を迎える方
- 毎年7月頃の一斉更新



手続きは不要

- 職場の健康保険を脱退し、新しく国保に加入する方
- 「保険証」「資格情報のお知らせ」「資格確認書」を紛失した方
- 氏名、住所などの情報に変更が生じた方



役場窓口で手続きが必要

### 後期高齢者医療制度

75歳以上、または65歳以上の障害認定の方が加入

- 負担割合に変更がある方
- 保険証の有効期限を迎える方
- 毎年7月頃の一斉更新
- 新たに後期高齢者医療制度に加入する方



手続きは不要

- 「保険証」「資格情報のお知らせ」「資格確認書」を紛失した方



役場窓口で手続きが必要

※ 高齢や障害などの理由で、第三者の介助が必要であり、マイナ保険証での受診が困難な場合などは、資格確認書を交付することができます。ご希望の場合は、役場窓口へお越しください。

※ マイナ保険証の利用登録解除を希望する場合は、役場窓口へお越しください。

## 限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証の取扱いはどうなるの？

- マイナ保険証で受診する場合は、役場窓口での手続きは不要です。  
※限度額を超える支払いを免除するためには、医療機関等の窓口での対応が必要になります。
- マイナ保険証で受診しない場合の取扱いは、以下のとおりとなります。

### 国民健康保険

これまでどおり、申請により交付します。  
交付が必要な場合は、役場窓口までお越しください。

### 後期高齢者医療制度

保険証と同様に、令和6年12月2日以降、各認定証は新規交付されなくなります。  
一部の医療機関で、各認定証の提示を求められることがあるため、限度区分を記載した資格確認書が必要な場合は、役場窓口までお越しください。

# の発展に貢献



## 8年連続の十勝文化団体協議会賞受賞



文化・芸術活動の発展に貢献された皆さんの功績を讃える「中札内村文化賞」などの受賞者が決定し、令和6年度は6名の方が受賞となりました。

昨年に引き続き、今年も十勝文化団体協議会から文化功労賞が授与され、十勝管内唯一の8年連続の受賞となります。

11月3日、文化創造センターにて各賞授与式が行われ、ステージ上で、日々の研鑽の見事な成果が披露されました。

### 十勝文化団体協議会 文化功労賞



岡田 豊さん  
中札内一吟会

#### 《主な功績》

平成24年度中札内村文化連盟賞  
平成28年度中札内村文化奨励賞  
令和元年度中札内村文化賞

平成3年に日本詩吟学院岳風会帯広支部所属「中札内一吟会」に入会以来、永年にわたり各種大会への参加や資格取得に積極的に挑戦されています。

現在も例会等の活動を通じて自己研鑽を続け、日本の伝統文化である詩吟の普及発展に努め、永年にわたる村の文化向上に寄与されています。



### 中札内村 文化連盟賞



岩崎智代美さん  
ポロシリ太鼓  
振興保存会

#### 《主な功績》

平成22年度 中札内村文化連盟奨励賞

23年にわたり、ポロシリ太鼓振興保存会の会員として、会員の手本となるとともに、後継者の育成にも寄与されました。平成16年からは、会の会計監査として、会の運営にも貢献されています。そして、文化連盟の一員として、文化連盟の発展および向上に寄与されています。



北村 美佐さん  
ポロシリ太鼓  
振興保存会

# 村の文化・芸術

6名の方が中札内文化賞等を受賞、



## 中札内村文化賞



男澤 秋子さん  
大正琴「ひばりの会」

### 《主な功績》

平成25年度中札内村文化連盟賞  
令和元年度中札内村文化奨励賞

平成2年に発足した大正琴「ひばりの会」で発足当時から会長を務め、永年にわたり会の発展に尽力されています。

大正琴「ひばりの会」は村内外のイベントに積極的に出演し、地域の人々に親しまれており、音楽を通して文化を継承されています。  
また、3期にわたり中札内村文化連盟役員を務められ、永年にわたり村の文化振興に寄与されています。



船戸 静子さん  
中札内一吟会・  
神刀流中札内支部

### 《主な功績》

平成17年度  
中札内村文化連盟奨励賞  
平成26年度中札内村文化連盟賞  
令和元年度中札内村文化奨励賞

平成3年に日本詩吟学院岳風会帯広支部所属の中札内一吟会に入会して以来、資格審査の受審、各種大会などに積極的に参加することで詩吟の研鑽に努められています。

また、神刀流中札内支部の部長として会員の指導に当たるなど、神刀流中札内支部の発展に尽力し、吟道大会では剣士舞士として活動されています。

永年にわたり村の文化振興に寄与されています。

### 《主な功績》

平成23年度 中札内村文化連盟奨励賞

23年にわたり、ポロシリ太鼓振興保存会の会員として、後継者の指導に寄与されました。

平成22年からは事務局長を務め、会の運営や連絡調整役として貢献されています。今後も文化連盟の一員として、活躍が大いに期待されています。



鈴木 優子さん  
書の研究 中札内支部

平成15年に教授免許を取得し、子供中心の「聲苑書道教室」を開設されました。  
また、平成30年からはポロシリ大学書道クラブの講師を務められており、数多くの有段者を輩出し、中札内村の書道文化に貢献されています。





中札内村歌

日高の山脈 仰ぎつつ  
開拓魂 一帯に  
輝りしをを 振り上げ  
拓く理想の 新次元  
あみ人の 言葉  
全こころ等 心して  
幕け歌師 中札内



## 令和6年度 第69回 なかさつない

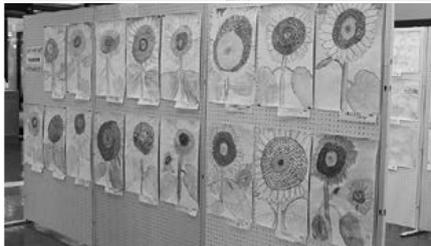
# 村民文化祭

10月25日～11月4日

“彩る芸術 文化の風が舞う”をテーマに「令和6年度第69回中札内村民文化祭」が開催されました。

10月25日から11月4日までの期間は同実行委員会主催の作品展示が、3日（文化の日）には「なかさつないオンステージ」が開催されました。

子どもも大人も初心者もベテランも、きらめくスポットライトの中、多くの喝采を浴びていました。



# フィットジャーニーで さらに楽しい運動を！



大人向けの運動教室を展開している「ちくだいKIP」と連携し、日ごろ運動から遠ざかっている方に向けた運動プログラム「フィットジャーニー」を実施しています。

事前に行った運動習慣に関するアンケートの結果を基に、運動から遠ざかる要因を分析し、「からだの不調」や「運動への苦手意識が強い」などの4つの主要な要因に合わせたプログラム内容となっています。

先に行われた「からだメンテナンスコース」は、ストレッチやマッサージによって身体の不調な箇所の改善を目指すコースで、参加者は講師の説明に熱心に耳を傾けながら身体を整えていました。

コースに空きがある場合は申込可能ですので、興味のある方は折り込みチラシのQRコードからお申込みください（1人1コースのみ）。



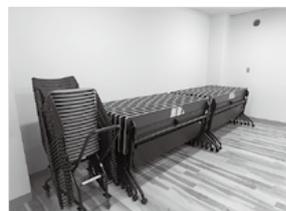
●お問い合わせ 教育委員会 TEL (67) 2929

## 農村環境改善センター1階にフリースペースが オープンしました!!

!! 待ってました!!

6月下旬からの外構工事に伴い、敷地内では駐車場が利用出来なくなりご不便をおかけしておりましたが、11月末に工事を中断し（4月以降工事再開予定）11月23日（土）から一般開放しました。

また、同時期に進めていた改善センター内部改修工事が完了し、1階に予約・申込不要のフリースペースがオープン。



椅子、テーブル、フリーWi-Fi 完備。利用時間は、9時～19時です。休館日は水曜日で、週末（土日）の利用ができますので是非ご利用ください。※フリースペースは、靴を脱いでご利用ください。

### ■まちなかキッチンスタジオ利用状況について

5月12日にオープンしたまちなかキッチンスタジオは、10月末時点で延べ1,026人、104件の利用がありました。

今後も様々な企画を進めていきますので是非ご利用ください。公式ラインで定期的に最新情報を配信中ですのでこの機会にご登録ください。



↑公式ラインはこちら



↑公式HPはこちら

●お問い合わせ 改善センター  
TEL (67) 2250

# 冬を過ぐすために

冬将軍が猛威を振るう季節が近づいてきました。

皆さんが利用する道路の交通を確保するための除雪作業は重要なものです。除雪作業を安全に素早く行うために、皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

## 路上駐車はやめましょう

路上駐車は、除雪作業の最大の障害となります。

除雪車は、駐車車両を傷つけないように除雪を行うため、除雪作業に余分な時間がかかってしまいます。また、駐車車両を避けて除雪をするため、道路に雪が残り、再度除雪作業を行わなければなりません。

路上駐車は、自分だけでなく近所の方にも迷惑をかけることとなりますので、絶対にやめましょう。

## 家庭用除雪機の使用に注意

近年、家庭用除雪機の事故やトラブルが多くなっています。特に、雪詰まりを取り除く際にエンジンを停止せず回転部分に触れた結果、挟まれて手や



足にけがを負ってしまう事故や、雪に混じって砂利などを投雪し、人や車、家に当たってしまうトラブルが発生しています。除雪機を使用する際は正しい取り扱い方法を十分理解し、注意をしながら除雪作業をすることが必要です。また、周囲の安全確認を行いながら除雪作業をしましょう。

## 除雪車に近寄らない！

除雪車は、大きいため運転席からの視界が悪く、特に近いほどよく見えません。また、作業中の除雪車は、何度も前後へ移動することがあります。

除雪車の直前を横切ったり、通り過ぎたからといってすぐに道路を渡らないようにしましょう。

## 道路に雪を出さない！

道路や歩道への雪出しは、道路法や道路交通法の禁止行為となっています。

道路が凸凹になり交通事故や交通障害の原因となり危険ですので雪出しはやめましょう。

## 玄関間口の除雪について

村の除雪は、緊急車両等の走路を確保するために道路を優先的に除雪していきます。そのため、住宅間口の残雪処理を行っていません。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

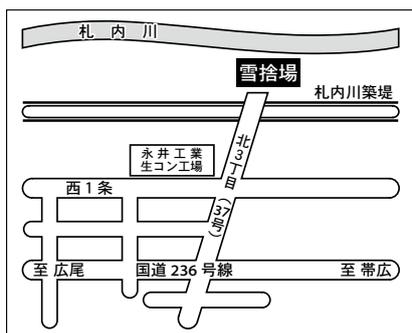
## 村の除雪体制について

村では、おおむね10センチメートル以上の雪が降った場合に除雪車が出動しますが、雪が降り続けている時などは除雪作業を効率的に行うため、除雪車が出動しない場合もあります。また、除雪作業は歩行者や交通量が少ない深夜から早朝に行い、通勤・通学時間までに終了するよう努めています。

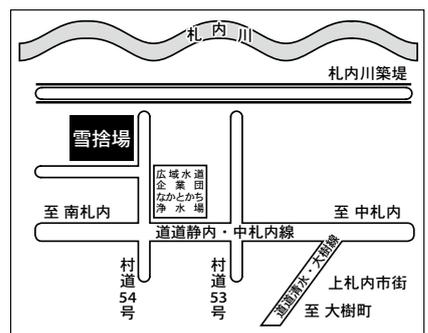
## 雪捨場のご案内

- ①水質汚染を発生させる恐れのある雪は、搬入しないでください。
- ②ごみなどの混入物を含む雪は、搬入しないでください。
- ③できるだけ奥の方から捨ててください。

村には中札内・上札内の2箇所に雪捨場があります。下記の点に注意し正しく利用してください。



中札内地区雪捨場



上札内地区雪捨場

# 税金等の納期限はきちんと守りましょう

村税等は村づくりに欠かせない大切な財源です。

滞納してしまうと…

## 1 督促状や催告書が送付されます

納期限までに税金を完納しないと、法律の定めにより、督促状が送付されます。村では、督促状を送付しても納付がない場合、催告書の送付や電話・訪問による催促を行うこともあります。



## 2 財産調査が行われます

催告などに応じず納付がされない場合は、官公署・金融機関・勤務先・取引先・滞納者の財産を占有する第三者等に対して調査を行います。

## 3 滞納処分を受けることがあります

滞納処分とは、納期限内に税金を納付した方の公平性を保つため、納期限を過ぎても納付しない場合、滞納されている方の財産から強制的に税金を徴収するための法的手続きです。

※督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに完納しないときは、財産を差し押さえなければならないと法で定められています。



## 4 換価して税金にあてます

差し押さえた不動産、自動車などの動産等は「公売」、金銭債権は「取立て」により換価（＝換金）し、税金に充てます。

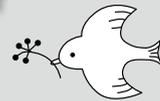


※納期限までに納入できないときは早めに担当課にご相談ください。

- 納税相談により、納税の猶予、分割納付などが認められる場合があります。
- 事前に連絡をいただければ、夜間や休日の対応も可能です。

●お問い合わせ 住民課税務出納グループ TEL (67) 2492

## 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付額確認について



年末調整や確定申告の際、1月から12月までに納付された保険料（税）は社会保険料控除の対象となります。各保険料（税）の年間納付額を確認したい方に対し、納付額証明書を無料で発行します。

個人情報保護や情報の正確性を確保するため、電話で納付額をお知らせすることはできませんので、あらかじめご了承くださいませようお願いします。

### 【発行場所】

- ・住民課税務出納グループ（役場）
- ・福祉課福祉グループ（保健センター）

### 【ご持参いただくもの】

- ・来庁者の身分証明書（運転免許証、マイナンバーカード等。顔写真が付いていない保険証等の場合は2点ご用意ください）
- ・代理人が来られる際は、納税義務者直筆による委任状が必要です。

※来庁するのが難しい方は

下記お問い合わせ先へご連絡ください。  
納税義務者様あてに郵送いたします。

### 【お問い合わせ】

●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料関係  
住民課税務出納グループ TEL (67) 2492

●介護保険料関係  
福祉課福祉グループ（保健センター内）  
TEL (67) 2321

「村をきれいに、心も、きれいに」。



今年5年目の開催となったビューティフルデーでは、美しい村の審査で指摘を受けた草取りを行いました。

実は、このビューティフルデー単に道を綺麗にすること以上の意味があり、今回は担当者としての想いをお伝えしたいと思います。

ここで、一度想像してみてください。

もし自分の机の上がひどく汚れていたら、ほとんどの方はすぐに掃除をすると思います。自分の部屋の中が汚れていた場合も、掃除をする方が多いですね。それでは自分の家の庭はどうでしょうか。さらに範囲を広げて、家の前の道路はどうですか。近くの大きな道路や近所の公園はどうでしょうか。



恐らく、自分に深く関わりのある場所や愛着のある場所ほど「キレイにしないで」という心理が働き、自分から離れている場所ほどその気持ちが薄れやすいことに気が付くでしょう。

ビューティフルデーは、この「キレイにしよう」と思う範囲が中札内村全体になることを目標としています。自分の家や庭と同じように、私たちの暮らすマチを愛し、美しくしようとすることを育てることが、将来にわたって村の景観を守っていくことにつながります。

加えて言いますと、そのような気持ちを持った村民の姿そのものが美しいと思いませんか。

この活動を、ぜひ家族や友人、そして地域全体に広めていけるように皆様のご協力をお願いします。

なかさつない

## 美しい村連合通信 vol.22

●お問い合わせは 総務課企画財政グループ (TEL 67-2491) まで。

令和六年度

## 商工永年勤続優良従業員表彰

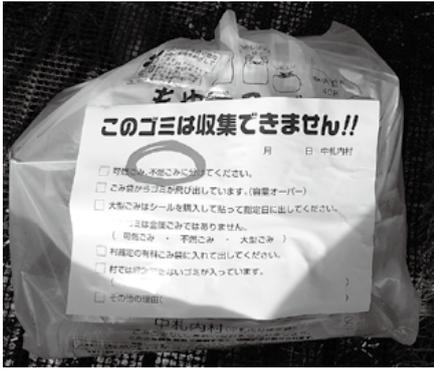
中札内村商工会主催による商工永年勤続優良従業員表彰式が、11月22日(金)に商工会館で行われました。永年にわたり商工業の発展にご尽力された人が表彰され、吉倉孝尚商工会長から表彰状と記念品が贈られました。

### 各表彰の受賞者(敬称略)

- 北海道商工会連合会長表彰 (勤続20年)  
小畑沙央里【(株)昭和熱器工業】
- 十勝管内商工会連合会長表彰 (勤続15年)  
黒木 伸一【(株)船戸雑穀】
- 中札内村商工会長表彰 (勤続5年)  
新沼 仁【(株)昭和熱器工業】  
浅野 航太【(有)中札内鉄工】  
蜂谷 勝彦【(株)船戸雑穀】



# ごみ捨てのマナーを守りましょう



警告シールが貼られたごみ



指定ごみ袋以外の袋で出されたごみ

回収できないごみには、**警告シールを貼ります!!**

ごみステーションに出したごみは、回収されるまで、ごみを出した人に責任があります。

**自分が出したごみが  
回収されたか確認を**

村の指定有料ごみ袋を使用していない、ごみの分別がされていない、容量オーバー、資源ごみの一部が汚れているなどの理由から回収しないごみには、警告シールを貼っています。

ごみを出した人の責任は、ごみを出すまでではなく、ごみが回収されるまでです。

自分が出したごみが回収されたか、確認してください。警告シールが貼られていたら、一度持ち帰り正しくごみを出してください。

**第50回衆議院議員総選挙結果  
最高裁判所裁判官国民審査結果**

## 開票結果

10月27日(日)に行われた、第50回衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官の国民審査の結果をお知らせします。

村内の投票率は、小選挙区、比例代表ともに73.85%で令和3年度に行われた前回を2.3ポイント下回りましたが、期日前投票率については前回を約2.3ポイント上回り、1393人となりました。

開票は午後8時から村民体育館で行われ、北海道第11区(十勝)の小選挙区では石川かおり氏が三回目の当選を果たし、最高裁判所裁判官の国民審査で、罷免はありませんでした。

中札内村における投票結果は次のとおりです。

小選挙区・比例代表とも同数	
・当日有権者数	3174人
・投票者数	2344人
・投票率	73.85%
小選挙区	
▼候補者別得票数	
石川 かおり	1218票
中川 ゆうこ	956票
佐藤 耕平	114票
比例代表	
▼政党別得票数	
立憲民主党	760票
自由民主党	105票
公明党	668票
れいわ新選組	200票
国民民主党	157票
日本共産党	894票
日本維新の会	99票
参政党	57票
日本保守党	46票
社会民主党	38票
安楽死制度を考える会	3票
	20票

第50回衆議院議員選挙(令和6年10月27日執行)における中札内村年代別投票率

年代	10~20代	30~40代	50~60代	70代以上	全体	
投票率	男性	44.91%	68.37%	80.72%	83.33%	73.88%
	女性	55.71%	67.99%	83.74%	73.17%	73.82%





## 寒くなってきました…「ヒートショック」に注意しましょう！

ヒートショックとは、温度の急激な変化によって血圧が上下し、血管や心臓に大きな負担がかかり、場合によっては失神や脳卒中、心筋梗塞、大動脈解離などの病気を引き起こす可能性があります。

特に冬場は暖かい部屋から寒い部屋への移動で急激な温度変化が起こりやすい環境となっていますので、以下の点に注意しましょう。

### 『ヒートショック』を 予防する対策

- ・トイレや浴室は暖めてから使しましょう。暖かい部屋と寒い部屋の温度差が10℃以上あると要注意です。
- ・42℃以上の熱いお風呂は要注意！長風呂にも注意しましょう。
- ・かけ湯は足先や指先からかけて、徐々に身体を暖めるようにしましょう。
- ・高齢者や基礎疾患のある方が入浴する時は、家族に一声かけてから入りましょう。
- ・トイレでいきみすぎないように注意しましょう。

### 『ヒートショック』に なりやすい 人・環境

- ・65歳以上である
  - ・浴室に暖房設備がない
  - ・30分以上お湯に浸かっている
  - ・高血圧、糖尿病、動脈硬化がある
  - ・肥満、睡眠時無呼吸症候群、不整脈がある
  - ・一番風呂や熱い風呂、サウナが好き
  - ・飲酒後にお風呂に入ることがある
- ※高齢者だけでなく若い人もヒートショックになるので注意！



### それでもなってしまったら…

浴槽の中で意識を失っている場合は**119番で救急車を呼び**つつ、浴槽のお湯を抜いてください。可能であれば浴槽から出して心肺蘇生など必要な処置をしてください。

## 中札内村小学生による『消防川柳』の会が開催されました。

中札内消防署では、中札内村の「子育て支援・少子化対策」の一環で村内の小学生を対象に消防川柳を実施しました。災害・火災・救急のお題で川柳を作成し、優秀作品の表彰を行いました。自然災害や火災等について考える機会を提供し、災害への意識向上や火災予防につながる事業となりました。

最優秀の「村長賞」には、

中札内小学校の今野 瑛士さんの【**備えよう 家ぞくでじゅんぴ 日ごろから**】と、  
上札内小学校の広瀬真結愛さんの【**用意しよう いつかではなく いますぐに**】の  
2首が選ばれました。



中札内小学校での優秀作品表彰



上札内小学校での優秀作品表彰

# だよ 中札内村立診療所便り No.33

看護師 村中 友美

お問い合わせ 中札内村立診療所 TEL (67) 2012

〒089-1332 中札内村西2条南3丁目23



## これからの季節の感染症予防 ～ワクチンと感染対策について～

看護師の村中です。毎年秋から冬にかけて、インフルエンザが流行するシーズンです。インフルエンザへの感染を防ぐためには、原因となるウイルスを身体の中に侵入させないこと、周囲にうつさないようにすることが重要です。また、インフルエンザとコロナウイルスに同時にかかる可能性もあります。感染を広げないために、一人ひとりが「かからない」「人にうつさない」対策を実践しましょう。

感染対策の一つに、「ワクチンを接種すること」があります。インフルエンザワクチンの大きな効果は、ウイルス感染による「発症を抑えること」、「重症化を防ぐこと」の二つです。

特にインフルエンザは、乳幼児や65歳以上の方、持病がある人などは重症化しやすく、入院が必要になるケースもあります。できるだけワクチン接種をするのがおすすめです。

12月以降も中札内村立診療所ではインフルエンザの予防接種を実施しています。

12月以降のインフルエンザワクチンの受付時間は**16:30**～17:15までで予約不要です。

(11月は15:30からの開始ですが、**12月は1時間遅い16:30から受付開始となることにご注意ください**)

旧病棟で、月曜・火曜日 (**12/17は医師不在でお休み**) で受けることが可能です。

### ● 自宅でできる感染対策：

・**うがいまたは歯磨き**…うがいは皆さん、ご存じかと思いますが、歯磨きも効果のある予防対策になります。高齢者を対象とした調査の中で、歯磨きをすることでインフルエンザになる確率を下げたという研究があります。



・**人ごみを避ける**…コロナ禍でもよく知られた対策の一つです。不特定多数の人が集まる場所は、密となり、知らないうちに感染者と接触してしまうリスクが高まります。

・**加湿**…空気が乾燥していると、のどのバリア機能が低下します。加湿器などを利用して、室内を適切な湿度（できるだけ50%以上）に部屋を保ちましょう。

・**規則正しい生活**…日頃からバランスの良い食事を摂る事、十分な睡眠を心がけましょう。ウイルスに負けない免疫力を作ることが大切です。

★トピック：現在当院では4名の看護師が、交代制で勤務しております。

何かご相談事などありましたら、看護師にいつでもお声掛けください。

### ★ 当院の診療体制 ★

	月	火	水	木	金
午前	高石 恵一	高石 恵一	高石 恵一	高石 恵一	高石 恵一
受付時間 (8:45~11:30) 診療時間 (9:00~12:00)	佐土根 朗	更別 医師		佐土根 朗	
午後	高石 恵一	高石 恵一	休診 (医師が恵津美ハイツ 回診などで不在)	山田 康介 (更別村診療所所長)	高石 恵一
受付時間 (14:15~16:00) 診療時間 (14:30~16:30)	佐土根 朗	更別 医師			



中札内村立診療所  
公式 HP

# 図書館だより

- 開館時間 10時～18時
- 休館日 火曜日（祝日の場合は次の平日）
- TEL 67-2261
- @nakasatsunailib
- @nakasatsunai.lib
- nakasatsu\_lib

蔵書検索は  
こちら



中札内村図書館

## 土曜日おはなし会

12月14日（土）  
10:30～11:00

絵本や紙芝居を読むおはなし会です。

- ▶会場 中札内村図書館 おはなしの一む
- ▶対象 どなたでも
- ▶参加 無料・申込不要



## ベビー&キッズタイム

12月18日（水）  
10:30～11:00

絵本を読んだり、手遊びしたりのおはなし会です。

- ▶会場 中札内村図書館 おはなしの一む
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶参加 無料・申込不要



## 土曜日おはなし会 冬のスペシャル

12月21日（土）  
10:30～11:15

ハンドベルの音を聴きながら始まる、いつもより少し特別なおはなし会。大きな絵本や紙芝居、影絵などを楽しんだあとには、サンタさんにも会えるかも！

- ▶会場 中札内文化創造センター ハーモニーホール
- ▶対象 どなたでも
- ▶参加 無料・申込不要



## ふゆやすみ工作会

1月10日（金）  
13:30～15:30

牛乳パックを使ってペン立てを作ろう！

- ▶会場 中札内文化創造センター 創作室
- ▶定員 先着 16名
- ▶対象 幼児～小学生（未就学児は保護者同伴）
- ▶持物 はさみ、色紙等装飾に使用したいもの
- ▶申込 図書館カウンター

電話（TEL.67-2261）1月8日（水）締切



## 今月の展示

- ▶一般書「北海道が舞台の小説」
- ▶児童書「メリークリスマス」

## おすすめ新着本

「私の最後の羊が死んだ」  
河崎秋子／著  
請求記号：910.2カ



直木賞作家・河崎秋子さん初のノンフィクション。順調に回り始めた羊飼い生活をそれでもなぜやめる決断をしたか、そしていかにして小説を書き始めたのか。「小説家前夜」の日々を綴った傑作エッセイです。

「はじめまして、  
サンタさん」  
ジャーヴィス／作  
請求記号：Eジ



もしも目の前にサンタさんがいたら何を質問しますか？お手紙読んでくれたの？サンタさんはわたしのおじいさんよりおじいさん？一緒にサンタさんのおうち行ける？聞きたいことはたくさん！

## 年末年始休館

12月29日（日）～1月3日（金）

休館中は、東側玄関に返却箱を設置します。どうぞご利用ください。

▶返却時間 9:00～16:00



中札内村図書館の最新情報は  
こちらからチェック！



## 道 ～演舞と太鼓で地域文化の魅力を発信！～ 道民芸術祭に南十勝の文化団体が集結

中札内文化創造センターで、郷土芸能・邦楽邦舞・洋舞・和太鼓部門の道民芸術祭が開催され、会場は多くの観客で賑わいました。この道民芸術祭は、文化芸術活動の推進と向上を目的としており、南十勝の文化団体が日頃の成果を発揮しました。特に注目を集めたのは、太鼓の披露。「中札内・更別・大樹・広尾」の南十勝2町2村による「山彦」の合同演奏が行われ、滅多に見ることができない迫力ある演奏に、観客は魅了されていました。

## フ ～みんなで子育てできる地域づくりを目指して～ ファミサポの会員交流会を開催

『子育てを地域でお手伝いするファミサポ』で、会員交流会を開催しました。講話では、整理収納アドバイザーの松井香織氏を講師に招き、「食事作りがラクになる！冷蔵庫の収納術」について学びました。食品ロスを減らし、家族が使いやすい冷蔵庫するためのアイデアが満載で、参加者から「早速試してみます！」といった声が多く寄せられました。さらに、エコクラフトのかご作りも行われ、会員同士で教え合ったり、お子さんが手伝ったりするなど、和やかな雰囲気の中で交流が深まりました。



## 友 ～賑わう会場で村をアピール！～ 友好都市・かわごえ産業フェスタに出展

11月16日と17日、友好都市である川越市で開催された「かわごえ産業フェスタ」に出展しました。毎年、村内事業者や東京・中札内ふるさと会のご協力をいただき、枝豆やチーズなど村の特産品を販売しています。川越市民の皆さんからは、「今年も待ってました！」「去年食べて美味しかったのでまた買いに来ました！」といった嬉しい声もあり、大変好評をいただきました。また、近隣に住む村出身者も会場に駆けつけてくれ、笑顔が絶えない温かな交流の場となりました。

## ア ～道内唯一！村に広がるイタリアの音色♪～ アーツプレッドコンサートを開催

11月17日と18日、イタリアで活躍するヴァイオリニストのダヴィデ・アローニャ氏とピアニストのジュゼッペ・グロッタ氏による一般公演と、村内児童生徒約440名を招待した特別公演が開催されました。本村が所有するイタリア製ファツィオリピアノと、イタリア出身のお二人の演奏に会場は拍手喝采が湧き上がりました。

一般公演に訪れた観客からは、「繊細さと力強さを感じられる演奏だった」「村でのイベントはいつも魅力的で楽しみにしている」といった声が寄せられ、文化の秋を感じる2日間となりました。



**介護保険運営協議会  
委員を募集します**

介護保険に関する施策の企画立案及びその実施が、村民の皆様の見解を十分に反映しながら円滑かつ適正に行われるために、介護保険運営協議会委員を募集します。

- ◆ 募集人員  
・ 1人以内
- ◆ 応募資格  
・ 村内に居住する方
- ◆ 任 期  
・ 令和6年12月27日  
・ 令和9年12月26日
- ◆ 募集期間  
・ 令和6年12月12日(木)
- ◆ 申し込み・お問い合わせ  
福祉課福祉グループ  
(保健センター内)  
TEL (67) 2321

**特設人権相談所の  
開設について**

法務省では、毎年12月4日から10日までの期間を「人権週間」と定め、全国各地で人権尊重思想の啓発活動を展開しています。活動の一環として特設人権相談所を開設し、地域の人権擁護委員が地域の皆様からの相談に応じます。相談は無料、秘密厳守ですので、人権に関しての悩み事がある方はお気軽にご相談ください。

- 開設場所  
文化創造センター 視聴覚室
- 日 時  
12月4日(水)  
午後1時～3時
- お問い合わせ  
住民課住民グループ  
TEL (67) 2493

**商工会カレンダーを  
無料配布します**

中札内村商工会で発行する令和7年版の「商工会カレンダー」を部数限定で無料配布します。

- 日 時  
12月5日(木)  
午前10時～午後5時
- 場 所  
中札内村商工会館

● 配布部数 250部

※なくなり次第終了します。  
※配布は1世帯につき1部です。  
(代理人の受け取り可)

● その他

商工会備え付けの申込用紙に必要事項を記入してカレンダーをお受け取りください。

● お問い合わせ

中札内村商工会  
TEL (67) 2204

中札内高等養護学校

**展示即売会**

日 時 令和6年12月7日(土)  
9:30~11:30

場 所  
北海道中札内高等養護学校校舎

**役場など村の公共施設**

年末年始の  
休業日については  
**村民くらしの  
カレンダー**  
でご確認ください。

施設によって休業日が異なります。

**木造住宅耐震診断 および 耐震改修補助金のお知らせ**

震災に強いまちづくりを推進することを目的にした、耐震診断や耐震改修工事を行う方対象の支援です。

**補助対象建築物**

1. 耐震診断の補助対象 ※右記の条件があります。	1) 所有者自らが居住している、昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅であること。
	2) 戸建て住宅または併用住宅(延床面積の2分の1以上が居住用のものに限る)であること。
	3) 地上2階建て以下の在来軸組工法であること。
	4) 建築基準法その他関係法令等に違反がないこと。
2. 耐震改修の補助対象	1) 耐震診断の補助対象に該当するものであること。
	2) 耐震診断の結果、上部構造評定が1.0未満と診断されたものであること。

**補助金額**

1. 耐震診断補助金	耐震診断に要した額(3万円を上限とし、1,000円未満の端数は切り捨てとした額)とする。
2. 耐震改修補助金	30万円を限度とし、耐震改修工事に要した額に応じて補助金額を設定しています。

**除雪機購入費補助金 【近隣の除雪困難者住宅等の除雪を行う方を対象に】**



補助対象除雪機 ※3月末日までに納品完了

新品の除雪機(小型除雪機、除雪車、農業機械等に装着する除雪用アタッチメント等)

**補助額**

1世帯(住宅)につき購入費の2分の1以内(千円未満切り捨て) ※上限100万円



村ホームページでも  
ご案内しています

木造住宅耐震診断・耐震改修補助金、除雪機購入費補助金についての

●お問い合わせ 施設課施設グループ TEL (67) 2496

## 献血のご協力をお願いします！

**日時** 12月11日(水) **会場** 役場前  
**時間** (午前) 9:30~11:00 (午後) 15:15~16:30

※200mlの献血は、人数に限りがあるため、北海道赤十字血液センターにお電話(0120-245-125)にてご確認の上、ご予約をお願いいたします。

※400mlの献血は、体重が50kg以上であることが、基準となりますので、事前にご確認をお願いいたします。



## 健康ポイント事業のお知らせ

うれしいイベントや  
提出期限についての  
お知らせです！

### ●お楽しみ抽選のお知らせ

例年好評いただいているデジタルサイネージを活用したお楽しみ抽選を今年も行います。昨年同様、はずれなしで、1~100ポイントが当たります！保健センターまたは文化創造センター、ローソンのLoppiで1日1回抽選できます。(スマホアプリの方は参加できません)

**イベント期間：令和6年12月16日(月)～令和7年1月18日(土)**

### ●ポイント獲得と提出物の期限について

今年度の健康ポイント事業もいよいよ終盤！締め切り日の確認をお願いします。

歩数ポイントやデータ送信ポイントなどの獲得	<b>令和7年1月18日(土)まで</b>
未送信のデータや提出物が必要なポイントの締め切り	<b>令和7年1月31日(金)まで</b>

提出が必要な物で、まだ未提出の物がある場合は期限までの提出をお忘れなく。提出はサツドラ中札内店の提出ボックスまたは保健センターまでお願いします。

### ●食事写真イベントのお知らせ

- ①専用アプリをダウンロードし、食事写真を投稿することでポイントが貯まります。(写真1枚につき2ポイント、1日最大6ポイント)
  - ②投稿写真をみて「いいね(おいしそう、ヘルシー、あらら)」をすることでポイントが貯まります。(1いいねにつき1ポイント、1日最大4ポイント)
- ※詳細は、右の二次元コードからご確認ください。

最大480ポイント  
貯まる！



村ホームページ  
健康ポイント  
イベント情報

**イベント期間：令和6年12月2日(月)～令和7年1月18日(土)**

●総合相談窓口 福祉課保健グループ TEL(67)2321 (保健センター内)

## くるくる号の冬季の運行について



くるくる号の冬季運行は、天候や交通事情等により予定の時刻より遅延する可能性があります。安全な運行を優先させていただきますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

※大幅な遅延や運行休止となった場合には、情報無線やメール配信にてお知らせします。

くるくる号についてのお問い合わせは 総務課企画財政グループ TEL(67)2491



《新語・流行語から振り返る2024》

師

走を迎え、今年最後のコラムとなりました。いつものように「新語・流行語大賞」（12月2日結果発表予定）の候補を通して2024年を振り返ります。

元

日に能登半島を巨大地震が襲い、不安感に包まれて始まったこの一年。8月には宮崎県の日向灘で最大震度6の地震が発生し、制度開始後初となる《南海トラフ

地震臨時情報》が発出されました。十勝沖にある千島海溝も大地震の発生サイクルに入っており、防災意識を新たにしました。

情

報化の進展が招いた社会不安も。SNS等を通じて見知らぬ者同士が集まった「匿名・流動型犯罪グループ」、いわゆる《トクリュウ》による事件はより凶悪化しています。《ホワイト案件》などと検索し、お金欲しさに安易に犯罪にかかわる若者が増えていることに強い危機感を覚えます。

政

治情勢の安定感も欠きました。石破茂首相が就任8日後に踏み切った解散総選挙で、与党は議席を大きく減らし、

与野党勢力が拮抗する事態に。《裏金問題》などに対して、国民が《はて？》（NHKドラマ「虎に翼」の主人公の決め台詞）と疑問を投げかけた結果なのかもしれません。

暗

い世相に光を差したの、日本人アスリートの活躍です。仏

五輪関連では、やり投げの金メダリスト北口榛花選手の《名言が残せなかった》など4点がノミネート。個人的には、平均年齢41・5歳の総合馬術チームの愛称《初老ジャパン》が衝撃で、50代の自分は「中老」だと知りました。

若

者向けSNSに由来する《猫ミーム》《Be Real》など知らない流行語が毎年増える現状ですが、30歳で《50-50》の歴史的偉業を成し遂げるなど今なお進化し続ける大谷翔平選手に今年も鼓舞されました。年齢を言い訳にせず、これからも自分の可能性を信じ続けようと思います。

2024新語・流行語大賞候補			
No.01	アサイーボウル	No.02	アザラシ幼稚園
No.03	インバウン井	No.04	裏金問題
No.05	界限	No.06	カスハラ
No.07	コンビニ富士山	No.08	待タイムスリッパ
No.09	初老ジャパン	No.10	新紙幣
No.11	新NISA	No.12	ソフト老害
No.13	トクリュウ	No.14	南海トラフ地震臨時情報
No.15	猫ミーム	No.16	はいよろこんで
No.17	8番出口	No.18	はて？
No.19	Be Real	No.20	被団協
No.21	50-50	No.22	ふてほど
No.23	Bling-Bang-Bang-Born	No.24	プレイキン
No.25	ホワイト案件	No.26	マイナ保険証一本化
No.27	名言が残せなかった	No.28	もうええでしょう
No.29	やばい、かっこよすぎる俺	No.30	令和の米騒動

中札内村  
子育て支援事業

**バースデイセット**

今月お誕生日の  
15歳までの方は、  
バースデイセットの  
お申し込みを  
お忘れなく**商工会**へ！

わが家の  
**アイドル**

久保田 千晶ちゃん  
ちあき  
パパ良 ママ伊都美  
(上札内)

熊田 多喜くん  
たき  
パパ貴紀 ママ麻美  
(栄)

毎月満1歳になられる赤ちゃんを募集しています。詳しくは、総務課総務グループへお問い合わせください。

世帯と人口

世帯数	1,927戸 (+8)
人口	3,835人 (+12)
男	1,855人 (+7)
女	1,980人 (+5)
うち外国人	85人 (+10)

令和6年11月15日現在  
( )内は前月比です。

市街地区ごみ  
市街地区 年末年始の収集は  
最終日 **12月26日(木)**  
新年は **1月6日(月)**  
1月5日(日)から  
リサイクルセンターの受入れは

・興農区 大田 孝子 様  
母(窪谷せつ)が生前お世話になったお礼として  
・中札内村農協職員OB会 様  
福祉のために  
・南常盤 中田久仁子 様  
夫(忠範)が生前お世話になつたお礼として

《ご結婚おめでとう》  
(道見 祥樹さん(4区)  
松本 結子さん(4区))

《ご出生おめでとう》  
黒川 永風(えなぶ)く 諒 永 (ときわ野)

《ご寄附ありがとうございました》