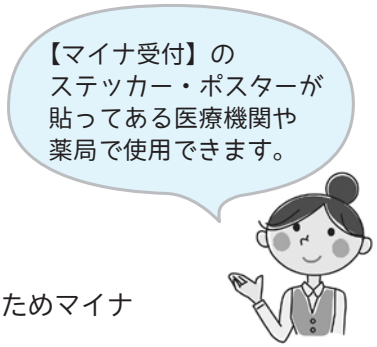
ますます便利に！マイナンバーカード

マイナンバーカードはこのような場面で使用できます

・本人確認の際の公的な身分証明書として使用できます。
・マイナンバーを証明する書類として使用できます。
・確定申告などの各種行政手続きがオンラインで申請できます。
・アプリで新型コロナウイルス感染症予防接種証明書の取得が可能となります。
・**医療機関や薬局を利用する際、健康保険証として使用できます。**
　奥尻町国民健康保険病院でも利用できます（青苗診療所では利用できません）



▼マイナンバーカードを健康保険証として使用するには？

事前にマイナポータルにて申込みが必要となります。
病院や薬局に設置している認証機でも申込みできますが、待ち時間を短縮するためマイナポータルで手続きされることをお勧めします。
また、役場でも申込みのサポートを行っております。本庁舎（総務課戸籍係）に専用の機械がありますので、スマートフォンがない方でも申込みが可能です。マイナンバーカードをご持参のうえご来庁ください。

◎申込み方法

●用意するもの
・マイナンバーカード
・暗証番号（数字４ケタ）
・マイナンバーカードを読取りできるスマートフォン

①マイナポータルAPをインストールします。
②マイナポータルAPを起動し「保険証利用申込み」を選択します。
③利用規約などを確認し、同意します。
④暗証番号（数字４ケタ）を入力し、マイナンバーカードをスマートフォンにぴったりと当てて読み取り開始ボタンを押します。

申込完了!!

※スマートフォンで「マイナンバーカード」が読み取りにくい場合がありますので、何度かお試しください。

「マイナポータルAP」の
インストールはこちら

iPhone　Android

※今お持ちの健康保険証は引き続き使用できます。医療費助成のための各種受給者証は、引き続き医療機関への提示が必要です。病院などを受診される際は、マイナンバーカードを健康保険証として使用できるか、事前に確認をお願いします。

お問い合わせ：総務課戸籍係　電話：01397−2−3402

奥尻町内での体験観光事業者募集

町では、町内での宿泊と体験を実施した観光客を対象に、帰りのフェリー２等運賃が無料となるキャンペーン（企画乗船券事業）を令和２年度から２年連続で実施しており、３年目になる今年もゴールデンウィーク時期の開始に向けて準備を進めています。
この事業は奥尻町に滞在する観光客やリピーターの増加を目的としており、町内でできる様々な体験（海の体験、ガイド体験、ものづくり体験など）を企画・実施していただける方を募集しています。実施を希望される方は、お気軽に下記問い合わせ先までご相談いただくか、奥尻町ホームページをご確認ください。

※本事業は新型コロナウイルス感染症の状況等で、延期・中止する場合がありますので、ご理解願います。

【お問い合わせ】奥尻町役場・地域政策課商工観光係　TEL ２−3404

奥尻町新採用職員等のご紹介

奥尻消防署
- ●所　属　警防係
- ●氏名・年齢
  岡　卓希（おかまさき）（28歳）
- ●出身地　北海道小樽市
- ●趣味・特技　ドライブ・野球・旅行
- ●抱　負
  町民の皆様の為に誠心誠意頑張ります。よろしくお願いします。

奥尻消防署
- ●所　属　警防係
- ●氏名・年齢
  中島　尊明（なかじまたかあき）（32歳）
- ●出身地　奥尻町
- ●趣味・特技　スポーツ・釣り
- ●抱　負
  １人の消防士として皆様の力になれるように頑張ります。よろしくお願いします。

- ●所　属　保健福祉課包括支援係主査
  （包括支援センター介護支援専門員）
- ●氏名・年齢
  野田　英昭（のだひであき）（54歳）
- ●出身地　埼玉県吉川市
- ●趣味・特技　ゴルフ・読書
- ●抱　負
  奥尻町に来るのも一人暮らしをするのも初めてになります。早く生活と仕事に慣れて頑張りたいと思います。

法テラス江差通信

～ 新任のご挨拶 ～

本年１月１日付けで、法テラス江差法律事務所に着任しました松田明子（まつだあきこ）と申します。

石川県金沢市で生まれ育ち、東京の大学に進学。その後、法律家を目指すべく地元の法科大学院に進学・修了、司法試験に合格したのは法律の勉強を始めてから10年後でした。

合格後は岐阜県で１年間の修習、愛知県の事務所勤務を経て、この度法テラス江差法律事務所へ赴任する運びとなりました。

故郷と同じく日本海に面する檜山に赴任できたことを大変嬉しく思っており、歴史や美しい自然がある地域での生活をとても楽しみにしています。

私が法律家を目指したきっかけは「こんなのおかしい！」という単純な感情でした。おそらく誰にでもこのような思いを抱いたことがあると思います。それを掘り下げていくと、実は法律問題が眠っていることもあります。

皆様が抱く純粋な違和感や不安に対して何かできないか一緒に考え、少しでも解消・改善するため、お気軽にお話しいただける存在となれるよう、尽力してまいります。檜山１年生の私を、今後ともよろしくお願いいたします。ご相談のご予約は　０５０－３３８３－５５６３　までお願いします。

（法テラス江差　弁護士　松田　明子）

水道凍結にご注意を!!

気温が氷点下になると水道の水が凍結し、これが原因で水道管が破裂することがあります。

寒い夜はもちろん、長期で家を留守にする際も忘れずに水抜栓を操作して凍結・破裂事故を防ぎましょう。

Ｊアラート情報伝達試験が行われます

◆試験実施日時　令和４年２月16日（水）
（令和３年度第３回）　午前11時00分

防災行政無線から一斉に次のように放送されます。

・上りチャイム音
　＋「これは、Ｊアラートのテストです」×３
　＋「こちらは、ぼうさいおくしりです」
・下りチャイム音

広告

パート職員募集

- ●仕事内容　一般事務
- ●勤 務 地　奥尻町字青苗323番地
- ●年　　齢　60歳以下
- ●募集期限　２月17日（木）まで

希望される方はTEL３－2131へご連絡ください。
その際、詳しい内容をご説明させていただきます。
【新函館農業協同組合奥尻事業所　担当：佐々木】

奥尻町消防団表彰

新型コロナウイルス感染症予防のため、今年の奥尻町消防出初式は「中止」となりましたが、永年勤労章等の表彰がそれぞれ行われました。
受章された方々は次のとおりです。

【北海道消防表彰（知事）】
団員 棚橋 佑記 さん

◇永年勤労章（30年）
副団長 成田 久 さん

◇表彰状（10年）
団員 半田 剛 さん
団員 川瀬 翔麻 さん
団員 大須田 貴裕 さん

【北海道消防協会定例表彰】

◇功績章
副団長 三浦 敏幸 さん

◇勤続章（10年）
班長 岡本 賢太 さん

奥尻消防署通信

ストーブ火災について

ストーブが原因の住宅火災は、石油ストーブによる火災が最も多く、次いで電気ストーブで、どちらも不注意によるケースが目立っています。暖房器具を使用する際は下記に注意し、適切な使用で火災を起こさないように気をつけましょう。

◆注意事項◆
・暖房器具に給油する際は、必ず火を消してから給油を行い、誤給油に十分注意しましょう。
・暖房器具の周りに燃えやすいものを置かないようにしましょう。
・換気を十分に行い、一酸化炭素中毒事故に気をつけましょう。

消防水利の除雪について

住民の皆様には、日頃より自宅付近の消火栓や防火水槽の除雪にご協力いただき、感謝申し上げます。
奥尻消防署では、冬期間は計画的に消火栓や防火水槽の除雪を行っていますが、大雪などで作業が遅れる場合があります。消火栓や防火水槽は火災に重要な水源となりますので、消防水利への排雪や車両の駐停車をしないなど、ご協力をお願いします。
また、消火栓や防火水槽の定期的な調査や整備は行っておりますが、不備・標識が倒れているなど発見した場合は危険ですので、触らずに奥尻消防署までご連絡をお願いします。

江差警察署からのお知らせ

フリー 無料Wi-Fiの危険性

無料で使うことができる、いわゆる「無料Wi-Fiスポット」は、カフェや公共施設など多くの場所に設置されています。とても便利ではありますが、通信方法を確認せずに使用すると、**個人情報が盗み見られてしまう可能性**があるため、セキュリティの強度が高い暗号化方式（WPA3など）を使いましょう。

暗号化方式の確認

Androidの場合
Androidの場合は一般的に、SSIDを選択して表示される「セキュリティ」の項目で確認することができる。（「なし」となっている場合は暗号化される通信ではないので注意が必要）

iPhoneの場合
iPhoneの場合、接続時に、暗号化されない通信は「セキュリティ保護されていないネットワーク」、セキュリティが低い通信（WEP）は「安全性の低いセキュリティ」とメッセージが表示される。

「広報おくしり」に広告を掲載しませんか？

町では、広報紙への有料広告掲載を実施することで、地域の様々な情報を紙面に掲載できるようにしています。
広告の掲載料は次のとおりとなっています。

区　分	町内事業者	町外事業者
約4.5㎝×8.8㎝	2,000円/月額	3,000円/月額
約4.5㎝×17.8㎝	4,000円/月額	5,000円/月額

申込期日は、発行月の前月５日までとなっています。
掲載を希望される方は、申込書の提出が必要となりますので、下記の担当係へお問い合わせください。
奥尻町役場 総務課情報サービス係 ☎01397−2−3402

奥尻空港管理事務所からのお知らせ

奥尻空港周辺に鉄塔等の高い建造物・植栽の設置をすることは、航空法により制限されています。
建造物等の設置計画されている方は（奥尻空港管理事務所 ☎01397−3−2153）まで、ご連絡をお願いいたします。

無戸籍相談窓口のご案内

何らかの理由で、出生届を出していないことにより、無戸籍となっている方（及びその保護者の方）を対象に、必要な手続のご案内・ご相談を受けております。
１人で悩まずに、役場・総務課戸籍係または函館地方法務局戸籍課へお問い合わせください。

●総務課戸籍係 ☎01397−2−3402
●函館地方法務局戸籍課 ☎0138−23−9526

ご存じですか？ 国民年金基金

国民年金基金は、自営業の方やフリーランスの方など国民年金の第１号被保険者で保険料を納めている60歳未満の方が加入して、税の優遇を受けながら掛金納付、老後に国民年金の上乗せ年金として受けられる公的な年金です。
※60歳以上65歳未満の方や海外に居住されてる方で国民年金に任意加入されてる方も加入できます。
詳しくは、北海道国民年金基金（フリーダイヤル0120−65−4192）までお問い合わせください。

教えてください!! 管理栄養士さん　Vol.5

自分の食べ方のクセ・食べ過ぎている食品・食べていない食品が何か…？わかりにくいですよね。
「さあ、にぎやか（に）いただく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した、毎日食べてほしい10食品群の頭文字をとった合言葉です。
１日に７品目以上が目標で、少しずつでも食べていると身体が衰えにくく、長く元気に暮らせる可能性が高まります。最低でも毎日４品目は食べてほしいところです。

食品群の内容は

・さ（魚・魚介類）・あ（あぶら）・に（肉）・ぎ（牛乳・乳製品）・や（野菜）・か（海藻、きのこ）・い（いも）
・た（たまご）・だ（大豆・大豆製品）・く（果物）　※毎日食べることの多いごはんやパンは数に入っていません。

どうですか？週に３回も食べていない食品、週に１度も食べていない食品、毎日何度も食べている食品があったら、それがあなたの食べ方のクセといえます。食べていなかった食品を少しずつでも食べるようにして、毎日７つ以上の食品群を食べる習慣がつくと疲れにくくなる期待値も上がります。
皆さんもチェック表に記入することで、食べることが少ない食品を意識して食べるきっかけになり、〇（まる）の合計が10日間、100点満点で何点になるか、食べる励みにもなるかもしれませんので、試してみてください！

（奥尻町国保病院　管理栄養士　鈴木恵子）

☆次の食品を少しでも食べた日は〇をつけてください。１日に〇７つ以上が目標です。

	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	合計
魚・魚介類											
あぶら											
肉											
牛乳・乳製品											
野菜											
海藻・きのこ											
いも											
たまご											
大豆・大豆製品											
果物											
〇 の 数											

【わかりにくい食品一覧】
魚介類に含まれるもの → イカ・エビ・タコ・貝・ちくわ・かまぼこ・魚肉ソーセージ・ツナなど
あぶらに含まれるもの → バター・マーガリン・マヨネーズ・揚げ物・ベーコン・ごま・クルミなどナッツ類・ラード・生クリームなど
肉に含まれるもの → ハム・ソーセージ
乳製品に含まれるもの → チーズ・ヨーグルト
大豆製品に含まれるもの → 豆腐・納豆・油揚げ・がんもどき・おから・きなこ・豆乳など
※乳製品に含まれないもの → コーヒー牛乳・ヤクルト®・アイスクリーム・コーヒー用ミルクなど
※野菜に含まれないもの → 青汁・野菜ジュース
※果物に含まれないもの → 缶詰・ジャム・ゼリー・ジュース（100％も果物には入れません）

新刊図書案内　海洋研修センター図書室からのお知らせ

学芸員選定図書

・北海道から日本の近代が見える／山家 勝

図書検索システムが入りました！

借りたい本があるかどうか、ご自身のスマートフォンやパソコンで調べられるようになりました。
現在は検索機能のみですが、このサイトから貸出予約もできるよう準備中です！
QRコード、またはサイトURLから覗いてみてくださいね
→　https://www.lib-finder.net/okushiri/