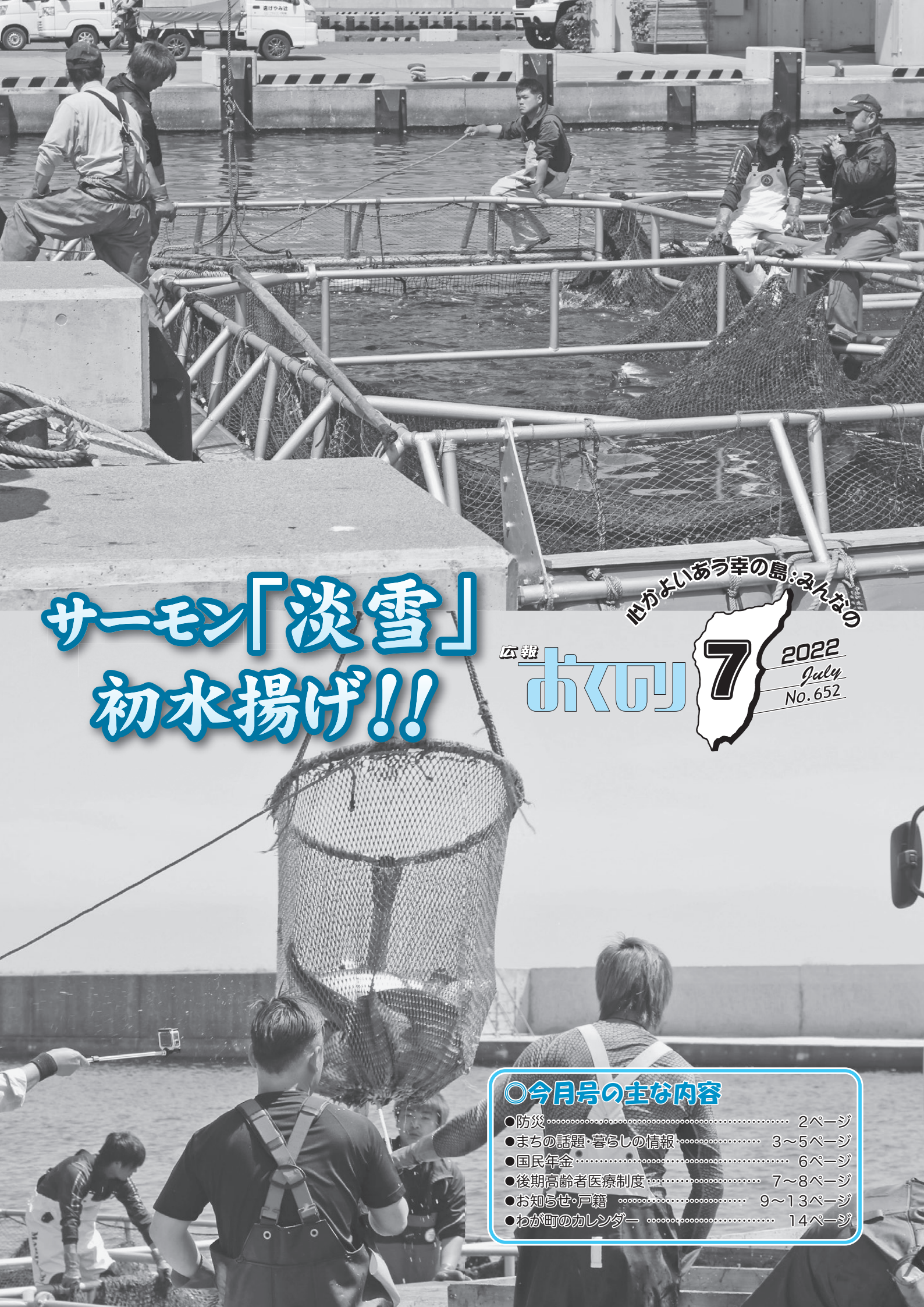


サーモン「淡雪」初水揚げ!!

心かよいあう幸の島：みんなの

広報 おくりの 7
2022 July No.652

◎今月号の主な内容

●防災 …… 2ページ
●まちの話題・暮らしの情報 …… 3～5ページ
●国民年金 …… 6ページ
●後期高齢者医療制度 …… 7～8ページ
●お知らせ・戸籍 …… 9～13ページ
●わが町のカレンダー …… 14ページ

津波災害警戒区域が指定されました

北海道は、警戒避難体制を特に整備すべき区域として、令和4年5月、「津波防災地域づくりに関する法律（平成２３年法律第１２３号。以下「津波法」という。）」に基づき、奥尻町における「津波災害警戒区域」を指定しました。

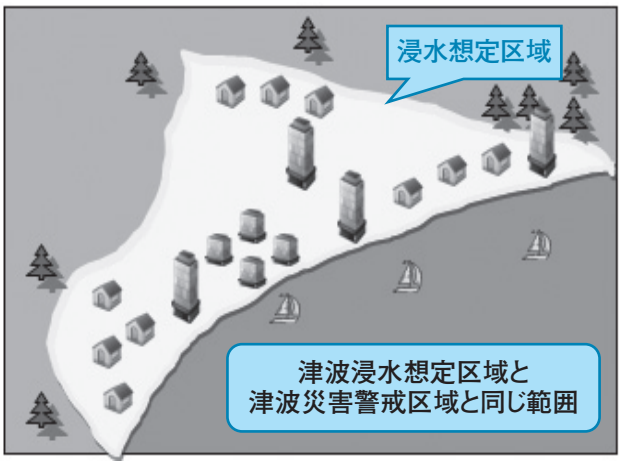
日頃から、津波が発生した場合の避難先や危険な場所を確認するなど津波防災対策にご活用ください。

〔イエローゾーン〕に指定されることで一定の開発行為、建築物への制限がかかることはありません。

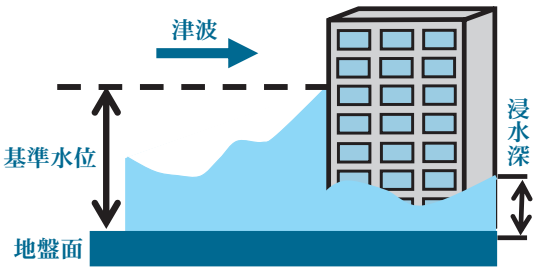
北海道ホームページでも津波災害警戒区域を閲覧することができます。▶

◎津波災害警戒区域（イエローゾーン）とは

津波が発生した場合、住民等の生命・身体に危害が生じるおそれがある区域で、当該区域の危険度・安全度を津波浸水想定や基準水位により住民等に知らせ、いざというときに津波から住民等が円滑かつ迅速に逃げることができるよう、津波に関する予報又は警報の発令及び伝達・津波避難訓練の実施、避難場所や避難経路の確保、津波ハザードマップの作成等による警戒避難体制を特に整備する区域である。



『基準水位』は、津波浸水想定に定める水深に係る水位に建築物等への衝突による津波の水位の上昇を考慮して必要と認められる値を加えて定める水位で、津波の発生時における避難場所の高さの基準になる水位です。



※基準水位は、地盤面からの高さ（メートル単位）で表示しています（図を参照）

▽指定手続きの今後の予定

令和４年度中　　奥尻町〔イエローゾーン〕を反映させた総合ハザードマップの作成

防災に関するお問い合わせは…総務課情報サービス係　℡2−３４０２（直通）

奥尻町「夏」の成人式

今年も奥尻町での成人式が、8月12日（金）に開催されます。

今年度は昨年未実施の対象者と今年度対象者を、時間を分けて実施します。

新成人は、平成13年４月２日から平成14年４月１日まで（前年度未実施）及び平成14年４月２日から平成15年４月１日までに生まれた方が対象です。

対象の方には、案内状（往復はがき）を送付し、出欠を確認しますので、お早めに返信をお願いします。

また、現在は奥尻町に住民登録がなく、帰省して出席を希望される方は、7月19日（火）までに奥尻町教育委員会事務局（℡2-3890）へご連絡ください。

日　時　令和４年８月12日(金)
会　場　奥尻町海洋研修センター

令和４年春の叙勲「瑞宝単光章」
池田弘幸氏が受章

元檜山広域行政組合奥尻町消防団・池田弘幸氏(字稲穂・70歳)が「令和４年春の叙勲・褒章-瑞宝単光章-」を受章されました。

池田氏は昭和48年9月奥尻町消防団団員を拝命。平成17年奥尻町消防団分団長に就任するなど、43年の永きにわたり消防業務に精励し団員や地域住民からの信頼も厚く、地域防災に大きく貢献されました。

勲記勲章は６月１日、役場町長室において新村町長より伝達授与され、池田氏は「とても光栄な受章です」と喜びの表情でお話しされていました。

災害時に備え「避難行動要支援者名簿」を作成しています

町では、災害時の備えとして「避難行動要支援者」の名簿作成を行っています。

これは、災害時に自力で避難することが難しい方に対し、救助や避難支援活動を迅速に行うことを目的としています。

名簿の対象者

避難行動要支援の対象者は次の①～⑤に該当する方です。

①介護保険の要介護認定者
②身体障害者手帳（一級・二級）の交付を受けている
③精神障害及び療育手帳等の交付を受けている方
④65歳以上の高齢者で支援を必要とする方
⑤その他特例な事情がある者

◎名簿の登録を希望する方は

申し出が必要です。

申出書は次の窓口で随時受付けています。

・保健福祉センター
・役場総務課
・青苗支所

詳しいことについては、保健福祉センター又は役場総務課にご相談下さい。

また、ホームページでもご覧いただけます。

【ご注意】

個人情報提供に同意することで災害時の避難支援を受ける可能性は高まりますが、避難行動支援を必ず保証するものではなく、また、避難支援者は法的な責任や義務を負うものではありません。

また、この名簿への登録は強制ではありません。

「青苗小学校児童、ブナの森で学ぶ総合学習」

５月１８日、青苗小学校５・６年生児童１２名は、「復興の森」で北海道知事認定ネイチャーガイドの外崎雄斗さん（ゲストハウス imacoco）を講師に迎え、豊かなブナ林と水源について学びました。子どもたちが思う「奥尻の宝とは？」をテーマに意見交流し、森を作る土壌がどのように形成され、ブナがどのように成長し、この島の命である「水源」となるまでの話に耳を傾け、ブナ林が奥尻の宝であるという認識を新たにしました。最後に外崎さんは「こんな素晴らしい所に住んでいることを誇りに思ってほしい。」とお話しされていました。

ファミリーフィッシング大会が開催されました！

５月１５日、奥尻港において教育委員会事務局主催のファミリーフィッシング大会が開催され、１９ファミリーが参加し、楽しみながら釣果を競いました。当日は風が強く難しいコンディションでしたが、見事にカレイ３枚・ホッケ１枚を釣り上げた竹内ファミリーが優勝しました。

入賞者は次のとおりです。

優　勝
竹内ファミリー
（カレイ３、ホッケ１）

準優勝
杉山ファミリー
（カレイ２）

第３位
宮崎ファミリー
（カレイ１、ホッケ２）

大物賞
宮崎ファミリー
（ホッケ３７．５センチ）

「町民限定歌謡ショー」開催決定！！

７月16日（土）演歌歌手の彩青（りゅうせい）さんによる「町民限定歌謡ショー」を開催いたします。

会場：奥尻町海洋研修センター（ﾜﾗｼｬｰﾄﾞ21）

開場：18：00　開演：18：30　料金：無料（要整理券）

※観覧募集方法など詳細については、配布された回覧をご覧ください。

○三大祭協賛行事連合運営委員会 事務局 TEL2－3404

広告

「たたみ」張替えいたします　奥尻町在住30名様限定

●●● 令和4年8月15日(月)から8月27日(土)までの間で、施工可能な方 ●●●

※申込み期間　令和４年7月30日(土)まで

なお、誠に勝手ながら申込みが10名様に満たない場合は、延期させていただきます。

お問い合わせ先
北海道畳組合連合会　斉藤畳店　代表　齊藤　和樹
住所：札幌市白石区北郷３条１１丁目４－３
TEL 011-871-6915　携帯電話 090-2696-0036

表替え価格（税別）		
国　産　表	￥10,000	帖
国産特上表	￥14,000	
中　国　産	￥　8,500	

マイナポイント申請受付中！

マイナポイント第２弾では、

キャンペーン１　カードの取得及び２万円までのチャージ又はお買い物（最大 5,000 円分）
※マイナポイント第１弾を利用した方は対象外です。

キャンペーン２　健康保険証利用申込み（7,500 円分）

キャンペーン３　公金受取口座登録（7,500 円分）

に対し、それぞれポイントがもらえます。

☆ポイントをスムーズに受け取るために事前の準備をおすすめします☆

〇マイナンバーカードの取得
９月末までにマイナンバーカードを申請した方がマイナポイントの申請をできます。

〇利用者証明用電子証明書の更新（カード取得から５年以上が経過している方）
役場本庁舎にて更新ができます。既に更新されている方は引続きご利用できます。

〇利用者証明用電子証明書の暗証番号（4 ケタ）の確認・再発行
忘れてしまった場合、役場本庁舎にて再設定ができます。

〇対応決済サービスの利用申込み
対応の決済サービスはマイナポイントのホームページで確認できます。

〇利用している対応決済サービスの決済サービス ID 及びセキュリティコードの確認
各決済サービスにより異なります。決済サービスのホームページやマイナポイントのホームページで確認できます。

〇健康保険証利用申込み（キャンペーン 2に申込む方）
マイナポータルにて申込できます。

〇公金受取口座の登録（キャンペーン 3に申込む方）
マイナポータルにて申込できます。

【マイナポイントの申込】　マイナポイント HP：https://mynumbercard.point.soumu.go.jp

【保険証利用の申込・公金受取口座の登録】　マイナポータル：https://myna.go.jp

二次元バーコードを読み取るとマイナポイント HP に移動します。

二次元バーコードを読み取るとマイナポータルに移動します。

お問合せ先：総務課戸籍係 01397-2-3402

広告
あなたと世界を変えていく。
docomo
料金プランを変えたい　支払方法を変えたい　など　など…
でも忙しくてドコモショップに行く時間がない…
そんなお悩み 今すぐ解決！
My docomo なら お好きな時間にネットでお手続き
カンタン便利！　待ち時間なし！　事務手数料なし！　ほぼ全ての手続きが24時間可能!!
オンラインでの手続きはこちら
店頭で手続きしたい方は「来店予約」が便利！更に来店予約の後に表示される予約内容一覧画面上部の「受付票」に事前にご回答いただくと、ご来店時のご案内がもっとスムーズに！

会社を退職された方へ
国民年金の手続きはお済みですか？

国民年金の届出が必要です！

●**20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。会社を退職されたときは、厚生年金（または共済年金）から国民年金への変更の届出が必要です。**

会社を退職された方に扶養されている配偶者の方も、国民年金への変更の届出が必要です。

【手続きについて】

奥尻町役場　税務国保課国保年金係または青苗支所において手続きしてください。

【手続きに必要なもの】

年金手帳（または、マイナンバーカード・通知カード）

【保険料額】

国民年金の保険料は、**月額16,590円（令和４年度）**

※退職と同時に会社員（または公務員）の配偶者に扶養される方は、配偶者の勤務している会社（または共済組合）への届出が必要です。

保険料の免除制度があります！

●**保険料を納めることが困難な場合、全額または一部（４分の１免除、半額免除、４分の３免除）の保険料が免除になる制度があります。**

メリット1

退職（失業）の場合は、退職された方の所得を除外して審査！

通常の免除申請は、申請者本人、配偶者および世帯主の所得が審査の対象になりますが、退職（失業）時の免除申請は、退職された方の所得が審査の対象から除かれます。

メリット2

保険料を一部納付したのと同じ！

全額免除になった期間の年金額の計算は、保険料を納めた場合と比較して、２分の１になります。

メリット3

万が一の際にも確かな保障！

病気や事故で障害が残ったときの障害年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族年金などの保障もあります。

【手続きについて】

「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」を、奥尻町役場税務国保課国保年金係、青苗支所または年金事務所へ提出してください。

申請が遅れても最大２年１ヵ月前までの免除申請をすることができますが、申請が遅れると**万一の際に障害年金などを受け取れない場合**や退職（失業）時の免除審査の特例（退職された方の所得を除外して審査）が受けられない場合がありますので、**すみやかに申請してください。**

【手続きに必要なもの】

①国民年金保険料免除・納付猶予申請書（申請書は手続き先の窓口にあります）
②年金手帳・日本年金機構から送られてきた、基礎年金番号がわかる書類
③雇用保険受給資格者証の写しや雇用保険被保険者資格喪失確認通知書など、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し

後期高齢者医療制度のお知らせ

～令和４年度の保険料のお支払いと保険証（被保険者証）の一斉更新について～

■７月に保険料額をお知らせします■

令和４年度の保険料につきましては、７月に個別にお知らせします。

《保険料の計算方法》

均等割	＋	所得割	＝	１年間の保険料
【１人当たり保険料】 **51,892円**		【本人の所得に応じた額】 （令和３年中の所得－最大43万円）×**10.98%**		**【限度額66万円】** （100円未満切捨）

○　令和４年度の１年間の保険料の上限額は、６６万円になります。
○　年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。
※　「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。
※　前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

◆ 保険料の軽減

①　均等割の軽減（年額）

●軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
●被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
●昭和32年１月１日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

対象者の所得要件 （世帯主及び世帯の被保険者全員の軽減判定の所得額）	均等割の軽減割合 令和４年度
43万円＋10万円×（給与所得者等の数－１）	７割
43万円＋（28万5千円×世帯の被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－１）	５割
43万円＋（52万円×世帯の被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－１）	２割

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。
・給与等の収入金額が55万円を超える方
・公的年金の収入金額が60万円（65歳未満）、125万円（65歳以上）を超える方

②　被用者保険の被扶養者だった方の軽減

●この制度に加入したとき被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として所得割がかからず、制度加入から２年を経過していない期間のみ均等割が５割軽減となります。
（51,892円→25,946円）
※被用者保険とは、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険（協会けんぽ等）のことで、市町村の国民健康保険等は含まれません。

◆ 保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は、奥尻町役場税務国保課国保年金係へご相談ください。
災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合があります。

◆ 保険料のお支払い方法

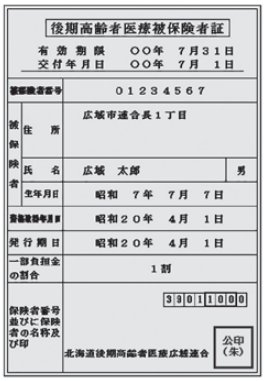
保険料の納め方は、年金から天引きになりますが、口座振替を選ぶことができます。
ただし、次の（1）～（3）のいずれかに該当する方は「年金天引き」の対象となりません。
指定された窓口（納付書）または「口座振替」にてお納めください。
※　社会保険料控除は、「年金天引き」の方は本人に、「口座振替」の方は口座名義人に適用されます。

（1）介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額１８万円未満の方）
（2）介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計額が、介護保険料が天引きされている年金の受給額の半分を超える方
（3）新たに制度に加入された方の半年の期間

※ご注意※
国民健康保険税の口座振替は自動継続されません。再度、奥尻町役場税務国保課国保年金係へ申し出を行ってください。

■保険証が新しくなります（黄緑色→黄色）

現在ご使用の黄緑色の保険証の有効期限が令和４年７月３１日をもって満了となるため、８月以降は使用できなくなります。
７月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら黄色の保険証をご使用ください。

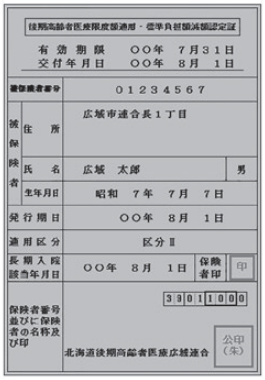


○新しい保険証の有効期限は、令和４年９月３０日です。
○医療費の窓口負担割合の見直しに伴い、９月中にすべての被保険者の方を対象に新しい保険証を交付します。
（**窓口負担割合が変更とならない方も含みます。**）
○紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、奥尻町役場税務国保課国保年金係までお申し出ください。

新しい保険証は黄色です

■減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）、限度証（限度額適用認定証）も新しくなります（橙色→水色）

現在、ご使用の橙色の減額認定証及び限度証の有効期限が、令和４年７月３１日をもって満了となるため、８月以降は使用できなくなります。引き続き交付対象に該当する方は７月中に減額認定証及び限度証を交付しますので、８月１日からは水色の減額認定証及び限度証をご使用ください。新たに必要となる方は、次の交付要件に該当することをご確認の上、奥尻町役場税務国保課国保年金係へ申請してください。
※有効期間は１年間です。



◆減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区　分　Ⅱ	○ 世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区　分　Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	○世帯全員の所得が０円の方 **※公的年金控除は80万円を適用** **※給与所得がある場合、その金額から１０万円を控除**
	○老齢福祉年金を受給されている方

◆限度証の交付対象…次の３区分のうち、現役並みⅠまたは現役並みⅡに該当する方

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	**現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方**
現役並みⅠ	**現役並みⅢ・Ⅱに該当しない３割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方**

新しい減額認定証及び限度証は水色です

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合
〒060-0062　札幌市中央区南２条西14丁目国保会館６階
電話　011-290-5601

奥尻町役場　税務国保課国保年金係
〒043-1498　奥尻町字奥尻８０６番地
【電話】01397-2-3406（直通）

奥尻消防署通信

熱中症からカラダを守ろう

熱中症は、夏の強い日射しの下で激しい運動や作業をする時だけでなく、しばらく涼しい日が続いた後急激に暑くなった日など、身体が暑さに慣れていない時期にも起こります。また屋外だけでなく、高温多湿の室内でも発症します。症状が深刻なときは命に関わることもありますが、正しい知識があれば予防することができます。

新型コロナウイルス感染症予防のマスク着用も、熱中症にならないよう考え、屋外や人との距離によっては外しましょう。

「熱中症」とは暑い環境で生じる健康障害の総称で、次のように分類されています。

熱失神

皮膚血管の拡張によって血圧が低下し、脳への血流が悪くなることにより起こります。

●めまい、●一時的な失神、●顔面蒼白、●脈は速くて弱くなる

熱けいれん

大量に汗をかき、水だけを補給して血液の塩分（ナトリウム）濃度が低下した時に、足、腕、腹部の筋肉に痛みを伴ったけいれんが起こります。

●筋肉痛、●手足がつる、●筋肉がけいれんする

熱疲労

大量に汗をかき、水分の補給が追いつかないと、身体が脱水状態になり熱疲労の症状がみられます。

●全身倦怠感、●悪心・嘔吐、●頭痛、●集中力や判断力の低下

熱射病

体温の上昇のため中枢機能に異常をきたした状態です。意識障害（応答が鈍い、言動がおかしい、意識がない）がみられたり、ショック状態になる場合もあります。

●体温が高い、●意識障害、●呼びかけや刺激への反応がにぶい、●言動が不自然、●ふらつく

熱中症が疑われる時には、適切に応急処置をする必要がありますが「意識がない、もしくは意識がはっきりしていない」場合はすぐに救急車を要請しましょう。また、症状や重症度に関わらず、現場では速やかな処置が必要です。熱中症が疑われる時には以下の処置を行いましょう。

○涼しい場所へ移動させる

風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などの涼しい場所へ移動させます。

○身体を冷却する

●衣服を脱がせたり、きついベルトやネクタイ、下着はゆるめて身体から熱を放散させます。
●露出させた皮膚に冷水をかけて、うちわや扇風機などで扇いで体を冷やします。
●氷のうなどがあれば、それを首の両脇、脇の下、大腿の付け根の前面に当てて皮膚のすぐ近くにある太い血管を冷やします。

○水分・電解質の補給

意識がはっきりしているなら、電解質を適量含んだ冷えた飲料を自分で飲ませて下さい。（水分補給は本人が自力で摂取できる場合に限ります。）

●汗で失われた電解質も適切に補えるスポーツドリンク（ナトリウムを100mlあたり40～80mg含んでいる飲料）や経口補水液などが最適です。
●「呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい」「応えない（意識障害がある）」時には誤って水分が気道に流れ込む可能性があるため、無理に飲ませることは避けて下さい。「吐き気を訴える」または「吐く」症状がある時は、口から水分を摂らせず、医療機関での点滴等の処置が必要となります。

火災・救急・救助は、局番なしの　119番

自動車税種別割を納め忘れていませんか？

令和4年度の自動車税種別割の納期限は5月31日でした

7月上旬の時点で納税の確認ができない方には、7月19日（火）に督促状を発付します。

督促状を受け取っても納税せず放置した場合、差押えなどの滞納処分の対象となりますのでご注意ください。

まだ納税されていない方は至急納税してください。（納税の確認には10日程度かかる場合があります）

また、すぐに納税できない事情がある場合は、早急に檜山振興局へ連絡してください。

●檜山振興局　税務課納税係　☎0139-52-6473

道税ホームページ

https://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim/index.html

奥尻空港管理事務所からのお知らせ

奥尻空港周辺での鉄塔等の高い建造物・植栽の設置は、航空法により制限されているため、建造物等の設置計画がある方は、奥尻空港管理事務所まで、ご連絡くださるようお願いいたします。

奥尻空港管理事務所
（☎01397－3－2153）

借金・金融一般無料相談会

■北海道財務局の専門の相談員が「借金の悩み」「金融問題」を親身になってお聴きし、あなたに合った解決方法を提案します。ぜひお気軽にご利用ください。無料・予約不要です。

■日時：7月14日（木）
午前9時～12時
■場所：函館第2地方合同庁舎2階
専用会議室
（函館市美原3丁目4番4号）
■受付：TEL011－807－5144

サマージャンボ7億円
（1等5億円・前後賞各1億円合わせて）
サマージャンボミニ3千万円
（1等3千万円）
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
7月5日(火)2種類同時発売!
発売期間 7/5(火)～8/5(金)
公益財団法人北海道市町村振興協会

「北海道障害者職業能力開発校」令和4年度10月生募集

【対 象 者】身体障がい、精神障がい、発達障がいのある方

【訓練科目】建築デザイン科

【願書受付期間】７月25日（月）～８月22日（月）まで

【選考試験日】９月９日（金）

【選 考 場 所】北海道障害者職業能力開発校（砂川市焼山60番地）

【試 験 内 容】数学、国語、面接

○問合せ先
最寄りのハローワークまたは北海道障害者職業能力開発校
TEL０１２５―５２―２７７４
FAX０１２５―５２―９１７７

奥尻町職員募集

町では、令和5年4月から勤務する職員を募集します。職種などは下記のとおりとなっています。

募集要項

職種	資格要件	募集人数	提出書類	申込方法・期日
看護師	看護師の資格をお持ちの方、または採用までに取得見込みの方	２名	○採用申込書 ○資格をお持ちの方：各資格証明書類の写し ○新卒の方：卒業見込み証明書及び成績証明書	令和４年９月30日までに左記の提出書類を役場総務課に提出してください。（消印有効）
管理栄養士	管理栄養士の資格をお持ちの方、または採用までに取得見込みの方	１名		

※採用申込書は、役場総務課または青苗支所窓口にございます。（奥尻町ホームページからもダウンロードできます）
※採用面接試験は10月中旬以降を予定しています。（申込者に通知します）

一般行政職の採用試験は、渡島・檜山町村会合同で
7月1日から8月5日まで申込を受付けします

お問合せ先：奥尻町役場　総務課総務係　TEL01397-2-3401

新刊図書案内　海洋研修センター図書室からのお知らせ

一般図書

- 陶磁考古学入門―やきもののグローバル・ヒストリー―／野上　建紀
- 香君　上　西から来た少女
- 香君　下　遥かな道
- 色の力　消費行動から性的欲求まで、人を動かす色の使い方／ジャン＝ガブリエル・コース、吉田良子
- 一週間で驚くほど上達する！日本一楽しい韓国語学習５０のコツ／稲川　右樹

児 童 書

- たいそうするよー１，２，３，はい！―／高畠　純
- らいおんレストラン―しりとりえほん―／土屋　富士夫
- たぬきのおまじない／丸山　誠司
- めの　まど　あけろ／長　新太
- 先生、しゅくだいわすれました／山本　悦子
- つみつみニャー／長　新太
- にげたエビフライーたべもののおはなし・エビフライー／村上しいこ

図書室の蔵書検索はこちらからどうぞ！

https://www.lib-finder.net/okushiri/

教えてください!! 管理栄養士さん　Vol.10

短いけれど暑い夏。そうめんやアイスばかりで、息切れしやすく疲れがとれない。寝起きがだるい、首や肩がこる。もしかするとたんぱく質やビタミン、ミネラル不足による貧血かもしれません。

でも肉や魚を食べるのは面倒。そんな時、ツナやサバ、イワシの缶詰、納豆、タマゴ１～２個、豆腐１／３丁、スライスチーズ1枚くらいは食べられますか？ミニトマトや大葉、サラダ菜なら洗うだけで食べられるので栄養補給に役立ちます。（野菜ジュースは野菜代わりとしては今ひとつです。）

おまけ情報：夏は脱水が心配です。手の甲をつまんで皮膚が2秒以上戻らない場合や手の爪を白くなるまで押して離した後3秒以上色が戻らなければ脱水が疑われます。起床時、入浴や運動の前後にもコップ半分を目安に水分補給をお勧めします。

一部の糖尿病の薬など、おしっこをたくさん出す薬は脱水になりやすいので、気になる方は医師や薬剤師に「水分補給は多めがいいですか？」とおたずねいただくと安心ですね。（奥尻町国保病院　管理栄養士　鈴木恵子）

令和４年度（10月採用）檜山広域行政組合消防職員採用試験

1　資格要件、採用予定数等

採用予定署	職種	定　員	受験年齢要件
奥尻消防署	救急救命士	１名	・平成３年４月２日～平成１３年４月１日までに生まれた者

資格要件等	身長・体重	・おおむね身長 165cm 以上、体重 52kg 以上。
	視　力	・視力両目（矯正視力を含む）で 0.7 以上、かつ一眼でそれぞれ 0.3 以上で色覚正常で心身健全な方
	聴　力	・正常であること
	資　格	・高校卒業以上の学歴を有する者 ・救急救命士国家試験合格者 ・普通自動車運転免許第１種（ＭＴ）取得者若しくは取得見込み者
	その他	・採用までに採用予定署町内に居住できる方

欠格事項【全署共通】

○日本国籍を有しない者
○地方公務員法第 16 条の各号のいずれかに該当する者
・禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることができなくなるまでの者
・当該地方公共団体において懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から二年を経過しない者
・日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他団体を結成し、又はこれに加入した者

2　職務内容等

採用区分	職務の内容
消防吏員	檜山広域行政組合消防本部及び各消防署等において、住民の生命、身体及び財産を災害から守るために、主に次の業務を行います。 ・火災等の防ぎょ・鎮圧、救助、救急等 ・建物の安全指導、火災予防のための立入検査、危険物施設の安全対策、防火・防火管理者等への指導、火災原因調査等 ・住民生活の安全確保、要配慮者の安全確保、消防広報等 ・消防車両、機器の整備等 ・震災対策、防災訓練指導、消防水利の整備等 ・その他消防行政に関する業務

3　試験日、場所及び合格発表

試験日	場　所			合否通知
	試験地	試験会場	所在地	
令和4年7月31日（日）	江差町	檜山広域行政組合消防本部2F集会室　等	檜山郡江差町字茂尻町96	～８月中旬、受験者各位へ文書によって通知します。 ※ＨＰ、役場等での掲示はございません。

4　試験内容及び日程

試験の内容	時　間	場　所	備　考
受　付	８：00～８：20	檜山広域行政組合消防本部 2F 集会室	○試験中の各会場への送迎は、当組合が対応します。 ○面接試験については、奥尻町とのリモート面接で行います。 ○その他詳細については、受験者へ個別にご案内します。
①作文試験	８：30～９：30		
②体力試験	10：00～11：00	まなびっく体育館	
③面接試験	11：30～	檜山広域行政組合消防本部	

5　申込方法

受付期間	令和４年７月１日（金）から同年７月１５日（金）まで受け付けます。 （受付時間９時から 17 時　土曜日、日曜日、祝日は受け付けません） なお、郵送の場合も７月１５日（金）まで申込先必着とします。
申込書用紙等設置場所及び請求先	◎　檜山広域行政組合消防本部庶務課庶務係（〒043-0052　檜山郡江差町字茂尻町 96）　※郵便請求及び備付 ・郵便で請求する場合には、封筒の表に「試験申込書請求」と朱書し、１２０円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（A4 判が入る大きさ）を必ず同封してください。 ◎　檜山広域行政組合奥尻消防署（043-1401　奥尻郡奥尻町字奥尻 429）　※郵送不可、備付のみ ◎　檜山広域行政組合の HP からダウンロードすることもできます。【ＵＲＬ：http://www.hiyama.or.jp】
申込先及び申込方法	ア　申込書に所定事項を記載し、檜山広域行政組合消防本部庶務課、または奥尻消防署に提出してください。 イ　資格要件の各種免許の取得見込みについては、その旨申し添えください。 ウ　受験票等を、特定記録郵便にて返送しますので、返信用として封筒（長３サイズ以下）に 244 円切手を貼り、住所・氏名を明記し必ず提出してください。 エ　受験票には、６カ月以内に撮影した本人であることを確認できる写真（脱帽上半身正面向きのたて 4.0cm、よこ 3.0cm）を貼って送付してください。

6　その他

この試験について不明の点は、檜山広域行政組合消防本部庶務課庶務係へお問い合わせください。

檜山広域行政組合消防本部庶務課庶務係　〒043-0052　檜山郡江差町字茂尻町 96　電話　0139-52-3026（直）

船舶運航技術を学ぶ！シーマン・シップを学ぶ！

国立宮古海上技術短期大学校（所管：国土交通省）は、優秀な船舶運航技術者の育成を目的とし、海と船をフィールドに学んでいます。卒業生には海技資格における特典が付与され、海運界やその関連産業を中心に幅広く活躍しています。

＜オープンキャンパス＞
２０２２年　第３回７月１６日（土）
　　第４回９月１７日（土）
２０２３年　第５回２月１１日（土）※ＷＥＢ

＜選抜区分＞
学校推薦型選抜、総合型選抜、自己推薦型選抜、一般選抜など多種多様な選抜方法

■資料請求・選抜区分などに関するお問合せ先
〒０２７－００２４
岩手県宮古市磯鶏２－５－１０　国立宮古海上技術短期大学校　教務課
℡０１９３－６２－５３１６ Email kyoumu-miyako@jmets.ac.jp
https;//www.jmets.ac.jp/miyako/

本校 HP へは
こちらからどうぞ！▶

自衛官等採用試験

次の表により、自衛官等の採用試験を予定しております。

募集種目	資格	受付期間等	試験期日
自衛官候補生（陸・海・空）	※18歳～32歳	受付中	7/14(木)～7/16(土)、9/3(土)～9/6(火)、9/22(木)～9/24(土)、10/20(木)～10/21(金)、11/20(日)～11/21(月)、12/18(日)～12/19(月) ※それぞれ期間中のいずれか1日を指定できます。
一般曹候補生（陸・海・空）		7/1(金)～9/5(月)	1次：9/15(木)～9/18(日) 2次：10/8(土)～10/11(月) ※それぞれ期間中のいずれか1日を指定できます。
航空学生（海・空）	※海：18歳～22歳 ※空：18歳～20歳	7/1(金)～9/8(木)	1次：9/19(月) 2次：10/15(土)～10/20(木) 3次：(海)11/18(金)～12/14(水) (空)11/12(土)～12/15(木)

※令和５年４月１日現在の年齢

1　自衛官候補生：一定期間自衛官として勤務後、一般社会へ就職。なお、継続して勤務することも可能
2　一般曹候補生及び航空学生：自衛官を一生の仕事と考えている人向き
3　詳細は、自衛隊江差地域事務所（TEL:0139-52-2476、E-mail:hakodate.pco-esashi@rct.gsdf.mod.go.jp）へお問い合わせください。担当：奥野、野呂
4　インターネットを使用した応募もできます。（「自衛官インターネット応募サイト」を検索）

7月17日は「道みんの日」

１８６９年（明治２年）、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道」という名称を提案した７月１７日は「北海道みんなの日」、愛称「道みんの日」です。

北海道の魅力と価値を再発見し、誇りに思う心を育み、より豊かな北海道を築き上げることを期する日として、平成２９年に制定されました。

この日をきっかけに、北海道に愛着や誇りを持っていただき、道外から訪れる方、本道にゆかりのある方に北海道の魅力を発信しましょう！

7月は

固定資産税（第2期）
国民健康保険税（第１期）
を納める月です

◎忘れずに納期（８月１日）までに納めましょう。
◎納税に便利な口座振替のご利用をご検討下さい。

わが家の☆アイドル☆

亀山侑司さん・美紅さん（字宮津）の
長女 葵珊（まこ） ちゃん（4歳10ヵ月）

～両親からのメッセージ～
奥尻で色んな経験をして、
楽しく過ごそうね♫

奥尻町国保病院からのお知らせ

●7月の専門医の出張診療日●

矯正歯科診療
▶7月 8日(金)　午後1時から（事前に予約が必要）

整形外科診療
▶7月 1日(金)　午後1時から
▶7月15日(金)　午後1時から

耳鼻咽喉科診療
▶7月21日(木)　午後1時から

眼　科　診　療
▶7月25日(月)　午後1時から
▶7月26日(火)　午前8時10分から
（午前中のみ、事前に予約が必要）

出張診療日程については、専門医や交通機関等の都合により変更となる場合がありますのでご注意下さい。
◆お問い合わせ先　奥尻町国保病院　☎2－3151

航空機ダイヤ

2022年7月1日～2022年7月30日

●JAL2891　函館発 11：10 → 奥尻着 11：40
【HAC運航】
●JAL2890　奥尻発 12：10 → 函館着 12：40
【HAC運航】
［丘珠⇔奥尻運航日は、函館⇔奥尻運休］

丘珠⇔奥尻直航便運航日　7月の土・日曜日及び18日

●JAL2895　丘珠発 11：20 → 奥尻着 12：10
【HAC運航】
●JAL2894　奥尻発 12：45 → 丘珠着 13：30
【HAC運航】

◎離島割引がJAL Webサイトからご予約できるようになりました。詳しくは、下記へご連絡ください。

◆お問い合わせ先
日本航空㈱奥尻空港所　☎3－2820
※航空機発着時間はご遠慮願います。
ご予約・ご案内番号　☎0570－025－071

道立江差病院

外来診療体制7月の診療予定

●整形外科	午前　月・火・木・金曜日（完全予約制） 午後　水・金曜日（完全予約制）
●循環器内科	午前　月・火・木・金曜日 午後　月・金曜日
●総合診療内科	午前　月～金曜日（受付：午前11時まで） （月曜のみ午前10時から診療）
●消化器内科	午前　水曜日（受付：午前11時まで） （再診のみ、完全予約制） 午後　月曜日・14・21日
●呼吸器内科	午前　金曜日（受付：午前11時まで） 午後　木曜日
●神経内科	午前　1・15・22日
●総合診療(外科)	午前　火・水・木曜日
●外科	午前　8日（受付：午前11時まで）
●小児科	午前　月～金曜日 午後　火・木曜日（受付：午後3時～4時）
●泌尿器科	午前　月～金曜日 午後　木曜日
●精神科	午前　月～金曜日（初診完全予約制）
●産婦人科	午前　11・12・25・26日 午後　11・25日
●耳鼻咽喉科	午前　5・6・14・19・20・27・28日 （受付：午前11時まで） 午後　13・27日
●眼科	午前　7・21日 （予約以外の初診受付：午前11時まで） 午後　6・20・27日 ※コンタクトレンズは当院で以前調整した患者のみ対応
●皮膚科	午前　火曜日

【診療受付時間】
午前8時～11時（初診の方は午前9時～）
午後1時～2時30分

◆診療日は予定であり、変更になる場合もありますので、確認の上、受診してください。

北海道立江差病院
〒043-0022　檜山郡江差町字伏木戸484
☎0139-52-0036　FAX 0139-52-0098

ご結婚

夫の名	妻の名	住所
桑名敦志＝磯谷舞		字湯浜

よろこびかなしみ

ご冥福をお祈りします

おなまえ	年齢	住所
尾野　キミ	満82歳	字米岡
草野　幸子	満86歳	字奥尻
井田　昌弘	満76歳	字奥尻
中村　充	満54歳	字球浦
元木八重子	満95歳	字赤石

（令和4年5月21日から令和4年6月20日まで・敬称略）

町の人口・世帯

住民基本台帳5月末現在
㊚ 1,265 人（－ 4）
㊛ 1,113 人（＋ 1）
㊐ 2,378 人（－ 3）
1,484世帯（－ 2）
（　）は前月末比較増減

ふるさと納税の状況

令和4年5月末現在
●寄附件数　65件
●寄附金額　1,351,000円
※令和4年度分集計

行事予定

令和4年 7月 わが町のカレンダー

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
6/26	6/27	6/28	6/29	6/30 青(北)	1 青(南) 友引	2 先負
					㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊐ 奥高祭 (場所：奥高)
					㊏ 整形外科診療 (13:00～病院)	
					㊐ 奥高祭 (行灯：奥尻地区)	
3 仏滅	4 青(北) 大安	5 資(北) 青(南) 赤口	6 資(南) 赤(南) 先勝	7 青(北) 友引	8 青(南) 先負	9 仏滅
	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ こねこ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊐ 本のよみきかせ&ままちるclub (11:00～海セ)
					㊏ 矯正歯科診療 (13:00～病院)	
10 大安	11 青(北) 赤口	12 資(北) 青(南) 先勝	13 資(南) 赤(北) 友引	14 青(北) 先負	15 青(南) 仏滅	16 大安
	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊚ 自動車運転免許更新時講習	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊍ 彩青歌謡ショー (18:00～海セ)
			㊡ こねこ教室 (8:30～いろは)	㊡ 乳幼児相談 (場所：海セ)	㊏ 整形外科診療 (13:00～病院)	
17 赤口	18 青(北) 先勝	19 資(北) 青(南) 友引	20 資(南) 赤(南) 先負	21 青(北) 仏滅	22 青(南) 大安	23 赤口
	海の日	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ こねこ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊐ 檜山管内スポーツフェスタバドミントン競技の部 (13:00～町セ)
				㊏ 耳鼻咽喉科診療 (13:00～病院)		
				㊡ 小児予防接種 (13:45～病院)		
				㊏ 子宮頸がんワクチン接種 (15:45～病院)		
24 先勝	25 青(北) 友引	26 資(北) 青(南) 先負	27 資(南) 赤(北) 仏滅	28 青(北) 大安	29 青(南) 先勝	30 友引
㊐ 檜山管内スポーツフェスタバドミントン競技の部 (8:30～町セ)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊏ 眼科診療 (8:10～病院)	㊡ こねこ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)	
31 先負	㊏ 眼科診療 (13:00～病院)	㊡ うさぎ・ぱんだ教室 (8:30～いろは)				
	㊐ 各学校終業式	㊐ 各学校夏休み (～8/18まで)				
		㊢ スクールバス運休 (～8/18まで)				

※町内行事の日程は、都合により変更となる場合もありますので、詳しいことは各お問い合わせ先でご確認ください。

お問い合わせ先略称　㊍地域政策課　㊐教育委員会　㊡保健福祉課　㊏国保病院　㊢企業管理課　㊚奥尻駐在所

会場・場所略称　(病院)国保病院　(いろは)健康づくりセンター　(海セ)海洋研修センター　(町セ)町民センター　(奥高)奥尻高等学校

ごみ収集の略称　青 燃やせるごみ　赤 燃やせないごみ　資 資源ごみ　(北) 北部…野名前～赤石地区　(南) 南部…松江～神威脇地区

◆発行・奥　尻　町　〒043-1498 北海道奥尻郡奥尻町字奥尻806番地　☎01397-2-3111㈹　FAX01397-2-3445㈹
◆編集・総務課情報サービス係　☎01397-2-3402（直通）
◆奥尻町ホームページアドレス　http://www.town.okushiri.lg.jp　　Eメールアドレス　info@town.okushiri.lg.jp
【このまま見やすいところへ貼ってご活用ください】