

広報

アウトドアと温泉と  
天然しじみのふるさと

て

Public  
Information  
Teshio  
NO.671

2013.Jun

6

しお



天塩小学校青空教室（平成25年4月23日撮影）

Information

天塩町ふるさと

天塩町ふるさと応援寄附（ふるさと納税）募集中！

（詳細は町ホームページをご覧ください。）

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 平成 25 年度の保険料等について ～

## 6月に保険料額をお知らせします

平成 25 年度の保険料につきましては、6月に個別にお知らせします。

《保険料の計算方法》

<b>均等割</b> 【1人当たりの額】 47,709 円	+	<b>所得割</b> 【本人の所得に応じた額】 (平成 24 年中の所得 - 33 万円) × 10.61%	=	<b>1 年間の保険料</b> (100 円未満切り捨て)
-------------------------------------	---	--	---	----------------------------------

- 1 年間の保険料の上限額は 55 万円です。
- 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。

### ◆ 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。

所得が次の金額以下の世帯	⇒	軽減割合	均等割の年額
33 万円かつ被保険者全員が所得 0 円 (年金収入のみの場合、受給額が 80 万円以下)	⇒	<b>9 割軽減</b>	<b>【年額】 4,770 円</b>
33 万円	⇒	<b>8.5 割軽減</b>	<b>【年額】 7,156 円</b>
33 万円 + (24 万 5 千円 × 世帯主以外の被保険者数) ※単身世帯の方は該当しません	⇒	<b>5 割軽減</b>	<b>【年額】 23,854 円</b>
33 万円 + (35 万円 × 世帯の被保険者数)	⇒	<b>2 割軽減</b>	<b>【年額】 38,167 円</b>

#### ② 所得割の軽減

- 被保険者個人の所得で計算します。

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から 33 万円を引いた額が 58 万円以下の方	5 割軽減

#### ③ 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に被用者保険の被扶養者だった方については、所得割はかからず、均等割が 9 割軽減となります。
- ※ 被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、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、天塩町役場福祉課保険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

保険料のお支払いは、「年金からのお支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

**「口座振替」を希望される方は、天塩町役場福祉課保険係へお申し出ください**  
(お申込みに必要なもの：ご本人の保険証・お支払いする口座の預金通帳とお届け印)

- 「年金からのお支払い」から「口座振替」への切り替えには、2～3か月程度お時間が必要です。
- 税申告の際の「社会保険料控除」は、お支払いする方に適用されます。  
(年金からのお支払いの場合、お支払いいただくご本人の社会保険料控除の対象になります。)

## ■ ジェネリック医薬品の利用について

- 医療機関で処方される薬には、新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）があります。
- ジェネリック医薬品の処方をご希望される方は、医師や薬剤師にその旨を伝えるか、医療機関や薬局の受付窓口「希望カード」を提示することによりお願いすることができます。  
「希望カード」が必要な方は天塩町役場福祉課保険係までお問い合わせください。

### 効き目・安全性について

ジェネリック医薬品は、新薬と同等の効果・効能を持ち、厚生労働省の基準を満たしている安全なお薬です。

※ ただし、ご希望の際は、必ず主治医や薬剤師によく相談しましょう。

### 価格について

ジェネリック医薬品を利用すると、お薬代が安くなります。薬によって異なりますが、新薬より3割以上、中には5割以上安くなるものもあります。

## ■ 病院にかかるときはこんな点に気をつけましょう

自分自身のからだの状態に関心と責任を持ち、お医者さんとの対話を大切にしながら、病気に向き合っていくようにしましょう。

- かかりつけの医師を持ち、気になることがあったら、まずは相談しましょう。
- 具合が悪いときには早めに受診し早めに対処しましょう。
- 同じ病気でいくつもの医療機関を受診することは控えましょう。
- 休日や夜間に救急医療機関を受診しようとする際には、平日の時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。

### 問合せ

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

☎011-290-5601

天塩町役場 福祉課 保険係

〒098-3398

天塩町新栄通8丁目

☎2-1001 (内線135)



## 平成25年度 天塩町観光施設オープン式



「天塩町観光施設オープン式と鏡沼海浜公園クリンアップ作戦」が4月29日に行われました。オープン式では、浅田町長が「たくさんの町民の皆さまに集まっていただき感謝しております。観光客が大勢きていただけるよう清掃にご協力をお願いします」と挨拶。引き続き野球少年団「天塩タイガース」吉原楓主将ほか8名によるティーブキャットが行われ観光シーズンを幕開けしました。また、毎年たくさんの町民が参加し、恒例となっている清掃活動には、スポーツ少年団など14団体、天塩高校生、町民合わせて530名が、海浜公園、天塩港湾、ロクシナイ川河口付近のゴミを拾い、1,770kgのゴミが回収されました。

## 鏡沼周辺クリーンアップ作戦



「町民の皆様」  
当日は気温が低く、肌寒い天候でしたが、沢山の方々の参加をいただきありがとうございます。

## サケ稚魚放流会



天塩町



クリーンアップ作戦終了後、留萌管内さけ・ます増殖事業協会（菅井好文会長）の協力のもと、サケの稚魚放流会が富士見橋下のロクシナイ川において行われ、町内スポーツ少年団や親子連れなど町民50名が参加しました。この稚魚放流会は、平成16年から毎年続けられており、サケの稚魚は中川町の中川ふ化場で体長約5センチほどに育てたものを放流しました。子どもたちは、「元気に帰ってきてね」と願いを込めて5万匹の稚魚を次々と放流していました。



4月12日（金）

### はまなす学園大学入学式・始業式

はまなす学園大学の入学式・始業式が社会福祉会館で行われました。

今年度は新入生4名を含む、本科、大学院、修士課程、修心課程合わせて62名が学園で学びます。

式では学生証が交付された後、上林学長や来賓の挨拶などに続き、新入生を代表して本科1年生の赤塚章さんが「今日から諸先輩のご指導をいただきながら楽しく学習してまいりたいと思います。また、はまなす学園の学生としての誇りをもって、いつも前向きに努力することを約束し誓いの言葉といたします。」と学園生活への意気込みを述べました。



5月10日（金）

### 春の地域安全運動に伴う出動式

天塩警察署の春の地域安全運動出発式が、道の駅てしおの駐車場で行われ、出動式には関係機関から30名余りが参加しました。

出動式では、松野光司天塩警察署長が「住宅を対象とする窃盗防止」「自転車、自動車盗の防止」「特殊詐欺の防止」を呼びかけ、来賓挨拶で浅田町長は「犯罪のない社会づくりのため、町民皆様の協力が必要」と述べられました。

吉本生活安全係長が出動の合図をし、出動を告げられた関係者は6台の車両に乗車し、地域安全活動に出動しました。



4月15日（月）

### 行政相談委員総務大臣表彰伝達式

役場応接室において、行政相談員総務大臣表彰を受賞された「澤田泰」さんに表彰状が伝達されました。

澤田さんは、会社を経営されるなか、平成19年5月1日から平成25年3月31日までの3期6年間、行政相談員として従事されました。3期6年間に渡る功績が評価され、この度、行政相談員功績者として総務大臣表彰を受賞することになりました。

# 平成25年 6月 町民カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
休み	生ごみ ペットのふん	一般ごみ	資源ごみ 紙おむつ等 衣類等	生ごみ ペットのふん	農村地区	休み
5月 26	27	28	29	30	31	6月 1
2	3	4	5	6	7	8
■天塩中学校体育大会 ■啓徳小・中学校 雄信内保育所 合同運動会	■定例健康相談 物忘れ相談 10時 〔天塩町役場〕	■骨粗しょう症検診 〔町立病院〕	■骨粗しょう症検診 〔町立病院〕 ■5歳児健診 12時30分 〔ふれあいセンター〕 ■乳児健診 12時50分 〔ふれあいセンター〕	■いきいきサロン 10時 〔雄信内老人憩いの家〕	■はまなす学園大学 10時30分 〔福祉会館〕	■運転免許更新時 講習 〔豊富町民センター〕 ・優良13時 ・一般14時 ・違反15時30分
9	10	11	12	13	14	15
■天塩小学校運動会	■夕映健康相談 13時30分 〔てしお温泉夕映〕	■天塩保育所開放日 ■おでかけサロン 10時 〔老人福祉センター〕	■1歳6か月児健診 12時30分 〔ふれあいセンター〕 ■3歳児健診 12時30分 〔ふれあいセンター〕		■教科書展示会 (14~27日迄) 〔福祉会館図書室〕	
16	17	18	19	20	21	22
	■雄信内保育所開放日 ■しゃっきりサロン 13時 〔てしお温泉夕映〕	■天塩町児童体育大会 ■いきいきサロン 10時 〔老人福祉センター〕			■出前サロン 10時 〔ケアハウス〕	
23	24	25	26	27	28	29
				■おでかけサロン 10時 〔雄信内老人憩いの家〕		
30	7月 1	2	「あいあいクラブ」★印は天塩 ◆印は雄信内 (天塩：毎週火曜・水曜・木曜日10時~12時) 場所：子育て支援センター(天塩保育所内) (雄信内：毎週月曜日10時~12時) 場所：雄信内保育所 ■日程は変更となる場合がありますので、ご確認ください。 ■ごみは当日の朝8時までに出してください。 ■壁など見やすいところに貼ってご利用ください。			

## 「禁煙の壁！タバコの依存性」

“禁煙したいけれどできない”人は意志の問題ではなく、体と心の依存が禁煙の邪魔をしているのかもしれませんが。タバコには「ニコチン依存」と「心の依存」の2つの依存性があり、タバコが止められない要因になっています。

### 1. ニコチン依存

タバコに含まれるニコチンによって快感をもたらす経路が脳につくられるため、血液中のニコチンが少なくなるとイライラしたり、集中が続かないなどの症状（離脱症状）が現れ、タバコを吸うと頭がすっきり、気分が落ち着きます。朝の第一服が止められない人は、睡眠中に体のニコチンが減るため、起きてすぐに取り入れたいというニコチン依存の可能性が高いといえます。

### 1. 心の依存

心の依存は「食後は必ず一服する」「うれしいときの一本がおいしかった」など、毎日の習慣や記憶のため、禁煙後も数か月～数年間と長く残り、タバコを吸っていた状況になると吸いたい気持ちを起こします。ニコチン依存によるイライラなどの離脱症状が1週間ほどで治まるのにくらべ、禁煙を長く続けるときの壁になりやすいかもしれません。

## 【タバコの依存性】

### ニコチン依存

- ①ニコチンが脳内で刺激を与え、快感や満足感を与える。
- ②繰り返すうちに、ニコチンがないと**イライラ感**があり、**落ち着きがなくなる**。(離脱症状)



タバコを吸うと、  
「頭がすっきり」、「気分が落ち着く」、「リラックスする」

### 心の依存

- ・タバコを吸うクセ・習慣…朝、食後の一服 など
- ・タバコを吸って良かった記憶…つらいときにタバコを吸いながら乗り越えた



5月31日は『世界禁煙デー』・5月30日～6月6日は『禁煙週間』です。  
この機会に“タバコ”の習慣を振り返ってみませんか。

# まちの 伝言板

# インフォメーション Information

## 教科書展示会のお知らせ

教育委員会

学校で使用している教科書を  
手にとりてご覧になりませ  
んか。

### ■展示会場

社会福祉会館図書室

### ■展示期間

6月14日(金)～6月27日(木)  
(図書室の休館日を除く)  
午前10時～午後6時まで

### 問合せ

教育委員会学校教育係  
☎2-1026

## 外国人労働者問題 啓発月間のお知らせ

北海道労働局

6月は「外国人労働者問題  
啓発月間」です。

就労を目的として入国、在  
留する外国人は年々増加して  
いますが、その就労状況をみ  
ると、社会保険等の未加入や  
適正な労働条件が確保されて  
いない等の問題が見えられま  
す。

このような状況を踏まえ、  
外国人を雇い入れる際は、次  
の3点をご確認ください。

- ①就労が認められる在留資格  
であること。
- ②雇入れ・離職の際には、そ  
れぞれハローワークに届出を  
行うこと。
- ③社会保険等の加入をはじめ  
適正な雇用管理を行うこと。

なお、厚生労働省では雇用  
対策法に基づく、外国人労働  
者の適正な雇用管理のための  
指針を定めていますので、ご  
確認いただき、外国人を雇用  
する際は、ルールを守って適  
正に雇用するようお願いしま  
す。

また、お問い合わせにつき  
ましては、お近くのハローワ  
ークまたは労働基準監督署ま  
でお願いします。

### 問合せ

ハローワーク稚内  
☎0162-34-1120  
稚内労働基準監督署  
☎0162-23-3833

## 多重債務・金融一般 無料出張所相談会

旭川財務事務所

北海道財務局では、借金返  
済の悩みを抱えている方から  
の相談を受け付け、専門の相  
談員が無料で親身になってお  
話を伺い、あなたに合った解  
決方法を提案します。

また、預金・融資、保険、貸  
金、投資商品など金融商品・  
サービスに関するご質問・ご  
相談も受け付けています。  
今般次の日程で、「多重債  
務・金融一般無料出張相談  
会」を開催しますのでお気軽  
にご利用ください。

### ■日時

6月19日(水)午後3時30分～  
午後5時  
6月20日(木)午前9時～午後  
5時(相談受付は両日とも午

後4時まで)

### ■会場

旭川地方合同庁舎西館1階  
第2共用会議室  
(旭川市宮前通東4155番  
31)

・秘密は厳守致します。

・なお、当日お越しいただけ  
ない方につきましても、北海  
道財務局常設窓口においてご  
相談を受け付けておりますの  
で、お気軽にご相談ください。

### 【多重債務者相談窓口】

☎011-807-5144

### 【金融ほっとライン】

☎011-807-5145

【中小企業等金融円滑化相談  
窓口】

☎011-729-0177

### 問合せ

北海道財務局相談員直通電話  
(午前9時～午後5時)

☎011-807-5144

☎011-807-5145

## 戦没者遺児による 慰霊友好親善事業

日本遺族会

日本遺族会は、「戦没者遺児  
による慰霊友好親善事業」の  
参加者を募集しています。

同事業は、厚生労働省から  
補助を受け実施しており、先  
の大戦で父等を亡くした戦没  
者の遺児を対象として、父等  
の戦没した旧戦域を訪れ、慰  
霊追悼を行うとともに、同地  
域の住民と友好親善をはかる  
ことを目的としています。

### ■費用(参加費)

9万円

### ■申込

お住まいの各都道府県遺族会

### 問合せ

日本遺族会事務局  
☎03-3261-5521

役場の電話番号



2-1001

掲載を希望される方へ  
7月号に掲載を希望する方  
は6月12日(水)までにお知  
らせください。



# 天塩町地域おこし協力隊の紹介



山本 晋  
1990年生まれ  
神奈川県出身



河上 耕希  
1983年生まれ  
札幌市出身



平成25年4月1日 委嘱状交付式

## 【天塩町地域おこし協力隊とは】

人口減少や高齢化が進む本町において、地域の活力を維持するためには担い手となる人材の確保が重要であり、地域外の人材を積極的に誘致し、その定住、定着を図り、もって地域の活力維持と地域の魅力の再発見につなげることを目的に、天塩町地域おこし協力隊を設置しました。

協力隊の隊員は、農林水産業への従事や住民の生活支援、地域おこしの支援など様々な場面で活動を行っています。

## 6月1日～10日は電波利用環境保護周知啓発強化期間です

### —「STOP！不法電波 あなたの無線機、技適マークついてる？」—

電波の利用は、市民生活や社会経済活動にとって必要不可欠なものです。不法無線局による重要無線通信やテレビ・ラジオへの混信妨害事例が多数発生しています。特に最近では、外国規格の無線機が通信販売やインターネットオークション等で流通していますが、日本国内では防災行政無線やテレビ放送などに電波妨害を与えるおそれがあり、国内での使用は禁止されています。無線機を購入するときは、必ず「技適マーク」がついているかを確認してください。

不法電波は犯罪です。電波はルールを守って使いましょう。

—お問い合わせ—

北海道総合通信局（札幌市北区北8条西2丁目 札幌第1合同庁舎）

不法無線局、混信・妨害、電波の安全性	011-737-0099
テレビ・ラジオの受信障害	011-737-0033
電話、インターネットに関する相談	011-709-3956
電波利用料	011-709-6000
その他行政相談	011-709-3550

【電話受付時間 8:30～12:00、13:00～17:00（土・日・祝日を除く）】

電子メールによるお問い合わせ [soudan-hokkaido@soumu.go.jp](mailto:soudan-hokkaido@soumu.go.jp)

ホームページ

<http://www.soumu.go.jp/soutsu/hokkaido/>



～デンバ君～  
（電波利用環境保護  
マスコットキャラクター）

## 国民年金の上乗せ年金

# 国民年金基金

国民年金基金に加入できるのは、いずれの条件も満たしている方です。

- 20歳から60歳未満の方
- 国民年金保険料を納めている方（農業者年金加入者除く）
- 道内に住民票のある方

### 【こんなメリットがあります】

- ①掛金は全額社会保険料となり税金が軽減されます。
- ②加入したときの掛金や受取る年金額は変わりませんので、自分に合わせた年金設計ができます。
- ③保証付に加入した方が保証期間内に亡くなられた場合、遺族の方に一時金が支給されます。

詳細は、「北海道国民年金基金」

フリーダイヤル ☎0120-65-4192

# “行政への苦情・要望は、行政相談員へ”

行政相談委員に土田孝司さんが委嘱されました。

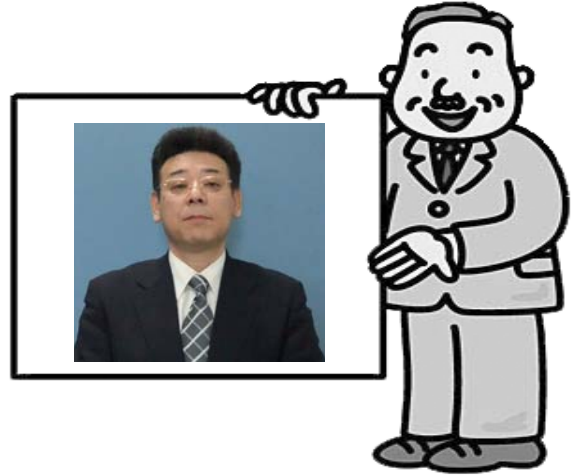
行政相談委員としてご活躍されておりました澤田泰さんに替わる行政相談委員として、土田孝司さんが、平成25年5月1日付けで、総務大臣から委嘱されました。

## 行政相談委員は役所と皆さまの パイプ役です

年金、窓口サービス、登記、道路などの役所の仕事について、お困りごとや苦情がありましたら、行政相談委員がご相談に応じています。

**相談は、無料・秘密厳守！お気軽に！**

口頭、電話、手紙で行政相談委員にお申し出ください。



総務省行政相談委員

土田 孝司 天塩町新地通 10 丁目 ☎ 2 - 2740

↑  
とじて保存しておきましょう  
↓

### ひ/と/の/う/ご/き



#### おたんじょう

原田 <sup>あみ</sup> 亜美ちゃん  
廣 <sup>さん</sup>・夏恵 <sup>さん</sup>の長女 山手通 3



#### ごけっこん

藤原 <sup>さん</sup>諒 <sup>さん</sup>・長内 <sup>さん</sup>香菜子 <sup>さん</sup> 新栄通 12



#### おくやみ

深澤 <sup>さん</sup> トヨ <sup>さん</sup> 85歳 山手裏 10  
大嶋 <sup>さん</sup> 春松 <sup>さん</sup> 78歳 振 老  
笠原 <sup>さん</sup> スミ子 <sup>さん</sup> 91歳 恵愛荘

天塩町母子募婦会

遠別町 山本理容院

南 町 塩谷 融 さん

更岸基線 平 政雄 さん

新開通 9 佐藤 房子さん

振 老 大嶋 春子さん

山手裏 10 深澤 光幸さん

【香典返しとして】

愛情銀行へ

●天塩町社会福祉協議会

ご厚志  
ありがとうございます  
ございませう

●デイサービスセンターへ

山手裏 3 園田 一治さん

山手通 8 采女 吉春さん

山手通 1 井上 照治さん

くお詫びと訂正く  
先月5月号で次の箇所を誤って掲載したことにつきまして、訂正してお詫び申し上げます。  
10項掲載  
デイサービスセンターへ  
誤 井上 昭治  
正 井上 照治

### ●わたしたちのまち●

4 月末

人 口 3,474 人 (+24)  
男 1,738 人 (+16)  
女 1,736 人 (+8)  
世帯数 1,634 世帯 (+26)

我が家の子どもたちは、運動会に向けて毎日練習に励んでいます。運動の得意な子、苦手な子がいいますが、運動会当日は、一生懸命競技に取り組んでいる子どもたちを応援してみたいかがでしようか。近年天候が悪い中での運動会が多いですが、今年には好天になることを期待しています。(S)

楽しかったゴールデンウィークも終わり、6月は運動会シーズンです。5月はなかなか気温が上がらず、寒い日が続きましたが、6月に入り温かくなるのを願っています。

編集後記