

暮らしのお知らせ

Information



粗大ごみの収集日

西天北五町衛生施設組合
☎01632(5) 1154

■粗大ごみの収集日について

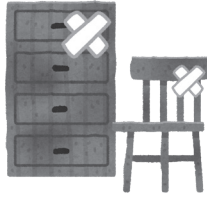
粗大ごみの収集は、4月から11月までの第一土曜日に電話予約による戸別収集を行っています。お申し込みは収集日の前々日の木曜日まで（木曜日が祝日の場合は、その前日まで）です。

■粗大ごみの出し方

- ① 西天北五町衛生施設組合に電話で申し込み、受付番号を取得します。
 - ② 粗大ごみ処理券（シール）を取扱小売店で購入します。
 - ③ 処理券に先ほどの受付番号と名前を記入し、粗大ごみの見やすいところに処理券を貼り付けます。
 - ④ 申し込み時に打ち合せした日に玄関前に出してください。
- 補足事項
直接搬入する場合は、土日、年末年始（12月31日～1月3日）の休み以外はいつでも受入れいたします（受入時間は、午前9時～午後、午後1時～午後4時）。
- 直接搬入する場合は、組合に申

し込む必要はありません。直接、西天北リサイクルプラザへ搬入してください。粗大ごみ処理券もプラザで販売しています。

以前の粗大ごみ処理券（500円の記載あり）は使用できません。ごみ袋販売店に古い粗大ごみ処理券をお持ちいただき、追加の40円を支払えば新しい処理券と交換できます。新しい処理券には金額の記載はありません。



回収月	申込締切日	収集日
4月	4月4日（木）	4月6日（土）
5月	5月2日（木）	5月4日（土）
6月	5月30日（木）	6月1日（土）
7月	7月4日（木）	7月6日（土）
8月	8月1日（木）	8月3日（土）
9月	9月5日（木）	9月7日（土）
10月	10月3日（木）	10月5日（土）
11月	10月31日（木）	11月2日（土）

春はヒグマに注意！

住民課 住民安全係
☎01632(9) 7750

春は、ヒグマが冬眠から目覚め行動が活発になります。冬眠明けのヒグマは、ウドやフキなどの山菜をよく食べることから、山菜採りでヒグマと遭遇する確率が高まります。また、ヒグマの肉食傾向が強まっていると考えられており、エゾシカの死体に執着することがあります。町内でも牧草地や海岸、市街地の近くなどの人目につく場所での目撃や痕跡が多くなっています。ヒグマに遭わないようにするため、次の基本的なルールを守りましょう。

被害に遭わないために

- (1) 食べ物やゴミは必ず持ち帰る。
- (2) 一人で野山に入らない。
- (3) 鈴などを身に付け、音を出しながら歩く。
- (4) 事前にヒグマの出没情報を確認しておく。
- (5) 薄暗くなつてから野山に入らない。
- (6) ヒグマのフンや足跡を見つけたら引き返す。
- (7) 生ゴミは収集日の朝に出す。

日常生活活動支援券

福祉課福祉係
☎01632(2) 1728

天塩町にお住まいで、次に該当する方に「日常生活活動支援券」を交付いたします。希望される方は、印鑑を持参のうえ、福祉課福祉係または雄信内支所へお越し下さい。

交付の対象になる方

- 【最大30枚交付】
- ① 70歳以上の高齢者
- 【最大48枚交付】
- ② 70歳以上の免許返納者
- ③ 身体障害者手帳1～2級（肢体障害の場合1～4級まで）所持者
- ④ 精神障害者保険福祉手帳1級所持者
- ⑤ 療育手帳A判定の者
- ⑥ 要介護認定者で、かつ世帯構成員全員非課税であること

※②～⑥で交付を希望される方は、対応する本人確認書類（運転経歴証明書、身体障害者手帳、精神障害者福祉手帳、療育手帳）をご持参ください。

※①に該当する方で、運転経歴証明書を提示した方は、18枚を上限に追加交付することができます。

※年度の途中から券の交付を受ける方は、月割の枚数となります。

★原則、ご本人しか利用できません
・入浴券として利用する場合、介助が必要な場合はその介助者も利用できます。

・ハイヤー運賃助成券としてご本人以外が利用する場合、買い物などの用事を依頼された介助者や親族の方に限り、利用できます。

・亡くなられた方の券を使用することはできません。交付された方が亡くなったときは、役場へお返しいただけますようお願いいたします。不正利用が判明した場合、券の返還を命じるほか、今後の交付を停止いたします。

★切り取ってしまった券は利用できません
・一度切り取ってしまった券は無効となり、使用することはできません。

・誤って券を切り取ってしまった場合は、券と一緒に冊子をお持ちください。

★紛失による再交付はできません
・券をなくしてしまった場合、再交付はできませんのでご注意ください。ただし、汚損・破損してしまった場合は、残りの枚数分の券を交付します。



国民年金

福祉課福祉係

☎01632(2) 1728

■退職した時は届け出を！

会社を退職した時は、厚生年金の加入も終わります。退職した時に60歳未満であれば引き続き国民年金に加入しなければならぬため、役場へ届出が必要となります。また、保険証の扶養に入っていた配偶者についても同様に届出が必要となります。

《手続きに必要なもの》

・年金番号のわかる書類

※手続きの際に退職した日を確認させていただきます。

■納付は便利な口座振替で！

令和6年度の国民年金の保険料は1ヶ月**1万6980円**です。現金で納付するほかに口座振替制度があります。納め忘れもなく、毎月、金融機関等に行く手間も省けて大変便利です。

《お得な割引制度もあります》

・早割制度：当月分の保険料を当月末に振替することによって、各月60円割引になります。

・前納制度：一定期間の保険料をまとめて振替することによって、最大1万6590円割引になります。

※6ヶ月前納（11600円お得）、

1年前納（4270円お得）、2年前納（1万6590円お得）
※4月～9月分の6ヶ月前納、1年前納、2年前納は2月末をもって受付を終了しています。

■保険料を納められないとき

経済的な理由などにより保険料の納付が困難なときは「全額免除制度」「一部納付制度」「納付猶予制度」があります（左表）。また、学生の方には「学生納付特例制度」があります（いずれも所得審査あり）。未納にしまうと、将来の老齢年金だけでなく、万が一のときに障害年金・遺族年金が受給

種類	保険料の額	免除期間の老齢年金の額	所得審査の対象
免除	全額免除	0円	4/8
	3/4免除	4,250円	5/8
	半額免除	8,490円	6/8
	1/4免除	12,740円	7/8
猶予	納付猶予	0円	年金額には反映されません
	学生納付特例	0円	申請者本人

できない場合があります。免除は過去2年1ヶ月分まで遡って申請が行えます。

《手続きに必要なもの》

①年金番号のわかる書類 ②所得審査の対象者が失業中の場合は「雇用保険受給資格者証」又は「雇用保険被保険者離職票」③学生納付特例の申請は「在学証明書」又は「学生証の写し」

《追納制度があります》

免除や納付猶予を受けた期間の保険料は、10年以内であれば納めることができます。

■年金請求書が届いたら……

年金を受け取る権利のある方には、支給開始年齢に達するお誕生日の約3ヶ月前に、年金請求書が届きます。請求手続きはお誕生日の前日から可能です。また、66歳以降に請求して受け取る年金額を増やせる繰り下げ請求もごさいます。希望される方はお気軽にご相談ください。

《手続きに必要なもの》

①通帳 ②身分証明書

児童手当制度のご案内

福祉課福祉係

☎01632(2) 1728

■児童手当制度について

児童手当は、中学校卒業まで（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童を養育している方に支給されます。

支給額は次のとおりです。

児童の年齢	児童手当の額 (1人あたり月額)
3歳未満	一律 15,000円
3歳以上 小学校修了前	10,000円 第3子以降は 15,000円
中学生	一律 10,000円

※児童を養育している方の所得が所得制限限度額以上の場合は、特例給付として月額一律5,000円を支給します。
※「第3子以降」とは、高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の養育している児童のうち、3人目以降をいいます。

■認定請求について

お子さまが生まれたときや、他の市町村から転入してきたときには、現住所の市区町村に認定請求書を提出する必要があります。

《認定請求に必要なもの》
・通帳の写し

・保護者のマイナンバーが確認できる書類

※その他にも、必要に応じて追加資料を提出いただく場合があります。

■各種届出について

次のいずれかに該当するときは届出が必要です。

- ①児童手当を受けている方で、新たにお子さんが生まれたとき（額改定）
- ②受給者や住所、支給口座等を変更されたとき（変更届）
- ③児童を養育しなくなったなどにより、支給対象児童がいなくなったとき
- ④他の市区町村へ転出するとき（喪失届）



後期高齢者医療制度

福祉課保険係

☎01632(2) 1728

■6月に保険料額を通知します

令和6年度の保険料につきましては、6月にお知らせします。保険料の計算方法は左図のとおりです。

りです。

■保険料の納め方

保険料の納め方は、原則「年金天引き」です。ただし、次の(1)～(3)のいずれかに当てはまる方は「年金天引き」の対象となりませんので、「納付書」または「口座振替」にてお納めください。
(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)

1年間の保険料
限度額 80万円・100円未満切り捨て

均等割 1人あたりの額
52,953円

+

所得割 本人の所得に応じた額

(所得 - 最大43万円※) × 11.79%

※前年の所得金額により控除額が異なる場合があります。

・制度改正による激変緩和措置として、令和5年の基礎控除後の総所得金額等が58万円を超えない方については、令和6年度の所得割率が10.92%となります。

・1年間の保険料の上限額は80万円です。制度改正による激変緩和措置として、令和6年度中に75歳に到達して新たに被保険者となる方を除き、付加限度額を段階的に引き上げます(令和6年度:73万円→令和7年度:80万円)。

・所得の少ない人は、世帯主や被保険者の所得に応じて保険料が軽減されます。

・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。

(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てから特別徴収が始まるまでの一定の期間(6～8ヶ月程度)

■保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は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場合は、保険料の減免を受けられる場合があります。



自衛官等採用
試験のご案内

■自衛隊幹部候補生(一般) 大卒程度試験

《資格》令和7年4月1日現在、日本国籍を有し、22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込み含))
《受付期間》令和6年3月1日(金)～4月12日(金)
《試験期日》4月20日(土)
《試験会場》陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)

■一般曹候補生(第1回)

《資格》日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の男女
《受付期間》令和6年3月1日(金)～5月7日(火)
《試験期日》5月18日(土)・19日

(日)のいずれか1日
《試験会場》陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)

■自衛官候補生

《資格》日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上32歳以下の男女
《受付期間》年間を通じて行ってまいります。

《試験期日》受付時にお知らせします。
《試験会場》受付時にお知らせします。

《試験期日》受付時にお知らせします。

◆お問い合わせ先◆

自衛隊旭川地方協力本部稚内地域事務所
〒097-0001 稚内市末広5丁目6番1号 稚内地方合同庁舎5階
☎0162(33) 1227



令和6年度
調理師試験

調理師法第3条の2第1項の規定に基づき調理師試験を、次とおり実施します。

■受験案内

《試験日時》令和6年8月22日(木)13時30分～16時まで

《試験地》稚内市(住所地が天塩町・遠別町の方)

《試験科目及び試験方法》食文化概論、公衆衛生学、栄養学、食品学、食品衛生学及び調理理論についての筆記試験

《受験資格》学校教育法(昭和22年法律第26号)第57条に規定する者で、多数人に対して飲食物を調理して供与する寄宿舎、学校、病院等の施設又は飲食店営業、魚介類販売業、そらざい製造業、複合型そらざい製造業に掲げる営業において令和6年5月17日までに2年以上調理の業務に従事した者

《受験願書の提出先及び受付期間》
(1)提出先:最寄りの保健所又は支所
(2)受付期間:令和6年5月7日(火)から5月17日(金)まで
※郵送の場合、5月17日(金)までの消印のあるものに限り受け付けます。

《提出書類》
(1)調理師試験受験願書(指定金額の北海道収入証紙を貼付)※裏面は調理業務経歴証明欄となっております。
(2)調理師試験受験者整理カード
(3)調理師試験入力通知書

◆お問い合わせ先◆
北海道留萌保健所企画総務課企画係
☎0164(42) 8326
北海道留萌保健所天塩支所
☎01632(2) 1179

YOSAKOIソーラン祭り市民審査員募集

YOSAKOIソーラン祭り実行委員会では「市民審査員」を募集します。演舞を観て感じた『感動』が審査基準のため、特別な技術や知識は必要ありません。

《日時》令和6年6月8日(土) 9時30分～19時、9日(日) 9時30分～21時の中で3～4時間

《場所》札幌市中央区 大通公園周辺

《活動内容》YOSAKOIソーラン祭りにおける演舞の審査

《定員》180人程度(抽選)

《申込》令和6年4月1日(月)～26日(金)の期間に、ホームページ、FAXまたは郵送で申し込み下さい。応募用紙はホームページ(<https://www.yosakoi-soran.jp/>)からダウンロード出来ます。

◆お問い合わせ先◆

YOSAKOIソーラン祭り実行委員会

☎011(231)4351
FAX011(233)4351
〒060-0001 札幌市中央区北1条西2丁目 北海道経済センター4階

こころの健康相談

留萌保健所では、毎月定例日(左表)に精神の一般相談・思春期相談を開いています。

こころの問題でお悩みの方やご家族の方、支援に困っている関係者の方はお気軽にご相談ください。なお、相談料は無料です。相談の秘密は厳守いたします。

◆お問い合わせ先◆

留萌保健所健康推進課 健康支援係

☎0164(42)8327
FAX0164(42)8216

※受付時間：平日8時45分～17時30分

開設日	時間	会場	内容
4月9日(火)	13:00～15:00	留萌保健所	精神相談
5月22日(水)	14:00～16:00		思春期相談
6月7日(金)	13:00～15:00		精神相談
7月25日(木)	14:00～16:00		思春期相談
8月2日(金)	13:00～15:00		精神相談
9月6日(金)	13:00～15:00		精神相談
10月11日(金)	10:00～12:00		思春期相談
11月12日(火)	13:00～15:00		アルコール相談
12月10日(火)	15:00～17:00		精神相談
1月7日(火)	15:00～17:00		精神相談
2月4日(火)	15:00～17:00		精神相談
3月11日(火)	15:00～17:00		精神相談

協会けんぽからのお知らせ

■令和6年度の保険料率改定

令和6年3月分(4月納付分)から、健康保険料率は10.21%(マイナス0.08ポイント)、介護保険料率は1.60%(マイナス0.22ポイント)となります。ご自身の健康づくりや医療のかけり方などを振り返り、より最適な行動をすることが将来的な北海道の医療費上昇、保険料率の伸びを抑えることにも繋がりますので、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

■さらにお得になる「生活習慣病予防健診」のご案内

協会けんぽでは、35～74歳の被保険者の方を対象に「生活習慣病予防健診」を実施しており、年度内お一人様1回限り、健診費用の一部を補助しています。令和5年4月から、より多くの方に受診いただくために自己負担額を7,169円から5,282円に軽減いたします。また、定期健康診断の検査項目に加えて、5大がん検診を含め充実した健診項目をご用意しているほか、令和6年4月からは付加健診(節目の年齢で受けることが望ましいより詳細な健診)の対象年齢が大幅に拡大します。協会けんぽのお得で充実した内容の「生活習慣病予防健診」をぜひご利用ください!

◆お問い合わせ先◆

全国健康保険協会(協会けんぽ) 北海道支部

☎(代)011(726)0352

！ ！ ！

てしお温泉「夕映」について

臨時休館日について

てしお温泉「夕映」につきまして、施設整備のため、次の期間は臨時休館とさせていただきます。

《期間》令和6年4月16日(火)～19日(金)

防災ひとくちメモ

融雪期の気象災害について

暖かくなり、この時期は雨の降る日も多くなってきます。市街地の積雪は日ごとに減っていきますが、山間部ではまだ多くの積雪が残っており、雪解け水が河川に流れ込み、雨水が加わると河川の水かさが増え流れも急激に速くなります。

河川の増水により氾濫することもあり大変危険です。気温の上昇や降水により雪解けが進み、土砂災害や浸水のおそれがあるときは「融雪注意報」を発表しますので、お出かけの際には、最新の防災気象情報を利用して気象災害から身を守りましょう。

◆お問い合わせ先◆

旭川地方気象台

☎0166(32)7102

<https://www.data.jma.go.jp/asahikawa/index.html>



掲載を希望される方へ

5月号へ掲載を希望する方は、4月10日(水)までにお知らせください。

企画商工課広報情報係

防災情報配信システム

@InfoCanal (アットインフォカナル)

ダウンロードはこちらから!

App Store (iOSの方)

Google Play (AndroidOSの方)