

とくべつ



【特集】

人生の最期を考える
～アドバンス・ケア・プランニング～

… p . 2

第40回夏至祭 開催！

… p . 6

【現代を生きる】

吉田 巧 さん

… p . 9

【今月の表紙】 詳細は p . 24

西当別小学校遠足

人生の最期を考える

～アドバンス・ケア・プランニング～

みなさんは「終活」を知っていますか？自分の人生の終わりに向けた活動で、葬儀やお墓の準備、遺言書の作成、財産の整理、身の回りの生前整理を行うことです。

一方で、近年では、残された人生をどう過ごしたいかを考える「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」が注目されています。

今回は、「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」について紹介します。

人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）とは

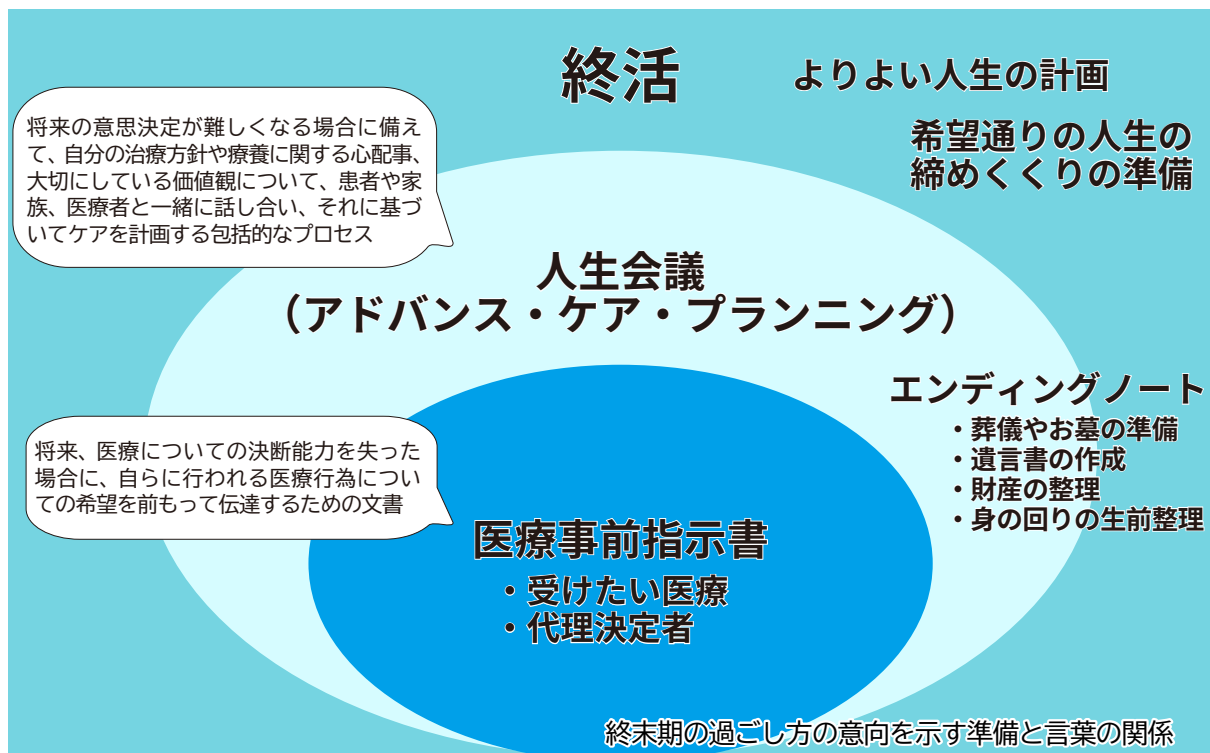
人生会議（アドバンス・ケア・プランニング、以下、人生会議）とは、将来の意思決定が難しくなる場合に備えて、自分の治療方針や療養に関する心配事、大切にしている価値観を患者や家族、医療者と一緒に話し合い、それに基づいてケアを計画する包括的なプロセスです。

例えば、病気やけがで自分の意志を伝えられなくなっ

たとき、家族や医療スタッフがあなたの希望を知っていれば、自分が望む治療やケアを受けることができます。

そして、人生会議は「残された人生をどう過ごしたいか」を考える大切な機会でもあります。

自分がどんな生活を送りたいか、どんなことを大切にしたいかを話し合うことで、より充実した時間を過ごすことができます。

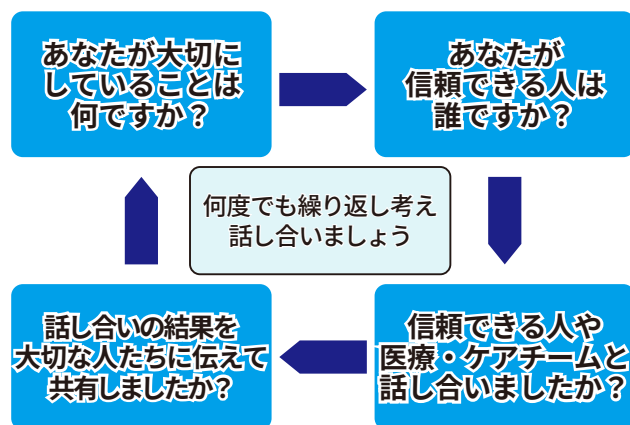


若く元気なうちから人生の締めくくり方を考える

人生の最期に向けた準備というと、どうしても「まだ早い」「縁起でもない」と感じるかもしれませんが、突然の病気や事故など、予期せぬ出来事は誰にでも起こり得ます。心身ともに元気なうちにこそ、自分の意思や価値観を整理し、周囲に共有しておくことが、将来の安心につながります。

単に「事前指示書やエンディングノートに書き残す」といった一方的な作業ではなく、家族や医療・介護の関係者と一緒に話し合いながら進める「プロセス」が重要です。

また、人の価値観や希望は、年齢や生活環境、健康状態の変化によって少しずつ変わっていくものです。定期的に見直し、必要に応じて更新していくことも大切です。



出展：厚生労働省 もしものときのために「人生会議」パンフレットをもとに一部改変

01

自分の思ったとおりの最期を迎えるために

近年、医療現場でも療養者の意思決定を尊重することが求められるようになっていますが、医療者は、療養者がどのような人生プランを描いているのかわかりません。

事前に伝えておくことで、望む医療やケアを受けることができます。

02

冷静に考えることが難しい状況になる前に

病気や高齢になったとき、死を意識したときには、冷静に自分を見つめることが難しいかもしれません。家族も同様です。

元気なうちに考えておくことで、いざというときに自分の考えを思い出し、周囲も判断しやすくなります。

03

人生設計に「最期」を含める

人生の締めくくり方を考えることは、キャリアや家庭と同じように、人生設計の一部です。

自分らしい生き方を最後まで貫くためには、最期の過ごし方も含めて計画することが大切です。

04

死は100%誰にでも訪れる

死は誰にでも必ず訪れるものであり、その時期は予測できません。

だからこそ、若いうちから「自分はどう生き、どのような最期を迎えたいのか」を考え、準備しておくことが、より良い人生の締めくくりにつながります。

元気な今こそ考えたい、人生のしまい方

終活や在宅での療養継続を可能にする看護援助について研究している北海道医療大学看護福祉学部竹生礼子教授にお話を伺いました。



“好き”を語ることが第一歩

もう治らない病気で人生の最期を迎えるときに、これまで本人がどうしたいかを考えたことがないため、そのまま病院で残りの人生を過ごすケースが多くあります。

しかし、元気なうちから自分の最期をどうしたいか考え続け、どんな音楽を聴きたいか、何を食べたいか、どんな匂いが好きかなどを周りの人と話すことで、いざ自分の人生が終わりに近づいたとき、自分の希望を実行できるのではないかと思います。活動を始めました。

自分の希望を伝える

終活というと、息を引き取る瞬間や亡くなった後のお墓や財産の

ことを考えることが多いですが、それだけでは不十分です。

そこに向かうまでの間、いかに快適に満足して暮らすか、死に向かっているけれど、生きている間を大事にすることをポイントにしているのが、人生会議です。

また、昔は忖度や察してくれることが期待されていましたが、今は自分の希望をはっきり言わないと伝わらない時代です。医学教育や看護教育でも、本人の意思を最大限尊重するように教えられています。ですが、本人がどんな意思を持っているかが分からないと、当然どうしていいか分からないので、自分の希望を伝えることが大切です。

それは周りのみんなに迷惑をかけるのではなく、助けることになります。

最期の準備も、人生の一部

人生 100 年時代と言われる今、人生のスタートは親がいて、子供が生まれる前から準備が始まります。色々なものを揃えたり、どんな風に育てようかと考えたり、母親教室や父親教室に通ったりして準備をします。そして子供が生まれてから 18 歳になるまで、ゆっくりと教育をして大人に育てます。

しかし、人生の最後の大事な締めくくりの準備についてはあまり考えられていません。最初の準備

と同じように、最後の準備もして、自分がこうしたいと思う通りにやってみてはどうでしょうか。

年老いてお金も体力もなくなり、病気になってから急に考えるのでは遅いです。元気で働いているうちに考え始めましょう。

アドバンス・ケア・プランではなく、「プランニング」です。直前に計画したのは、ING になりません。計画し続けることが大切です。

“誰かに伝える”があなたを守る

一人暮らしの方は、自分の考えや希望をあらかじめ文書にしておくくと安心です。

また、友人だけでなく、町内会や民生委員など、身近な人とのつながりを大切にしておくことで、いざというときに支えになってくれるかもしれません。

それでも、もし本当に誰ともつながりが無いと感じている場合には、地域包括支援センターに相談してみましょう。地域包括支援センターは、介護のことだけでなく、生活全般の相談にも対応してくれる場所です。ご相談の内容にあわせて、必要なサービスや支援機関へお繋ぎします。

出前講座を利用しませんか？

健康づくりや福祉に関する情報などの講座をご希望の場所まで出向いて行なっています。5人以上集まればどなたでもご利用できます。費用は無料です。

【問合せ】 ☎ 23-3637
北海道医療大学看護福祉学部
看護学科 竹生礼子

テーマ	内容	時間
元気なときから考えておきたい 自分の医療 ～病気になっても自宅過ごす方法～	重い病気になっても、住み慣れた自宅で暮らすための医療について学びます。	60～90分
今から取り組む明るい終活 ～人生の終末期の過ごし方を考える～	人生の終末期には、どこでどのように暮らし、どのように見送られたいのか、自分の考えを見つめ、伝える練習をします。	90分

事前指示書を作ってみましょう

「事前指示書」と聞くと、少し堅苦しく感じるかもしれませんが、実はその第一歩はとてもシンプルで、楽しいものです。自分らしさを表すものを思い浮かべてみてください。それは、これからの人生をより豊かに、そして自分らしく過ごすためのヒントになります。

1

私らしさを表すことから

“自分を知る”ことから始まるこの記録は、いざというときに、あなたの想いを周囲に伝える大切な手がかりになります。

聞きたい音楽や音	
好きな匂いや香り	
飾って欲しい花	
好きな色	
心地よいと感じるもの	
食べたいもの	
飲みたいもの	
してほしくないことや嫌なこと	
その他	

2

終末期を迎えたときに

終末期の医療やケアの選択は、本人だけでなく、家族にとっても大きな決断です。あらかじめ自分の考えを記しておくことで、迷いや後悔の少ない選択につながります。この項目では、あなたの「こうしてほしい」を残していきましょう。

※終末期…治る見込みのない病気にかかり、数週間から約半年で死を迎えることが予想される状態

終末期を迎える際の説明

- ☐ 終末期を迎えた時に、そのことを伝えて欲しい
- ☐ 終末期を迎えた時に、そのことを伝えて欲しくない

終末期を迎えることを、誰から伝えて欲しいか

- ☐ 主治医 () ☐ 家族 ()
- ☐ 友人 () ☐ その他 ()

終末期を過ごす場所

- ☐ 自宅 ☐ ホスピス ☐ 施設 ☐ 病院
- ☐ その他 ()

痛みや息苦しさへの対応

- ☐ 痛みをとることで意識を低下することがあっても痛みをとって欲しい
- ☐ 家族や友人と会話ができるくらいの意識は保てる程度に痛みをとって欲しい
- ☐ 痛みをとるための薬は、なにも使わないで欲しい

口から食べられなくなったとき

- ☐ 無理やり食べさせないで欲しい (口からも、チューブや注射でも栄養をとらなくていい)
- ☐ 口から食べられるだけで食べたい (チューブや注射で栄養はとりたくない)
- ☐ チューブや注射を使って欲しい

呼吸が苦しくなったとき

- ☐ 酸素吸入をして欲しい
- ☐ そのままにしておいて欲しい

意識が低下したとき

- ☐ そばで見守って欲しい
- ☐ ペットをそばにおいて欲しい
- ☐ その他 ()

ここに記した内容は、あくまで一例です。人生の状況や考え方は変化していきます。事前指示書も定期的に見直ししながら、継続的に考えていくことが大切です。

北欧の風 道の駅とうべつ会場

夏至祭マーケット・カフェテリア 北欧フェア

北欧プレートや当別産食材を使ったおいしい料理、パンや北欧雑貨も販売

出店店舗

夏至祭実行委員会、浅野農場
小林商店、ジビエ工房
ノルトエッセン、たこやき農家の魂
コナ・カフェ、Kushu Kushu
当別町商工会青年部、当別町商工会女性部

ミッドサマーウェディングは行いません。
リースの行進、マイストングの立ち上げは
スウェーデンヒルズ会場のみで行います。
シャトルバス時刻表やイベント詳細は、後日
配布されるチラシ、ホームページでご確認ください。



■お問合せ

夏至祭実行委員会（商工会内：23 - 2447）
セールス戦略課ふるさとプロモーション係（23 - 3042）

Rihwaが来場



北海道出身のシンガーソングライター。
カナダの高校へ留学後、2012年に日本でメジャーデビュー。
ドラマ主題歌「春風」や「Last Love」、HTB 開局50周年を
記念し生まれ、朝の情報番組でもお馴染みの「ハイタッチ」
など、多くのヒットを生み出す。
カントリー・ミュージックにリスペクトした音楽で、太陽の
ように明るくパワフルな歌声を世界へ届けている。

第40回夏至

6 / 22 日
10:00 ~ 14:30

北欧の風 道の駅とうべつ会場

10:00	
10:30	10:30 ~ 当別夏至祭音楽隊
11:00	
11:30	11:15 ~ とうべつ学園・西当別中学校 吹奏楽部
12:00	12:00 ~ 当別中学校・とうべつ学園 吹奏楽部 OB
12:30	
13:00	12:45 ~ クラとアコと frihet
13:30	
14:00	13:45 ~ Rihwa
14:30	
15:00	

広 告

広 告

祭 開催！

今年も

「北欧の風 道の駅とうべつ」

「スウェーデンヒルズ」

2会場での開催！

スウェーデンヒルズ会場



スウェーデンヒルズ会場

夏至祭マーケット・カフェテリア

北欧プレートの販売に加え、6 台のキッチンカーが来場！
わんだほう、moiwa531Cafe、Nykitchen
トリノスジェラート、NORTHCafe、たくさんのめ

センターホール展示

ガラスマーケット、ガラス作品・雑貨の販売
スウェーデンの夏至祭の紹介展示 など

ガラス・木工制作体験

事前予約制、有料

当日スウェーデン交流センターは、通常通り 16 時 30 分
まで開館します。

なお、道の駅行の無料シャトルバスの最終便は 15 時 00 分
発です。

■お問合せ

スウェーデン交流センター (26 - 2360)

6 年振りにリースの行進が開催

自然の恵みに感謝し、夏の訪れを祝うスウェーデン
の伝統行事「リースの行進」が 2019 年以來 6 年ぶ
りに開催されます。



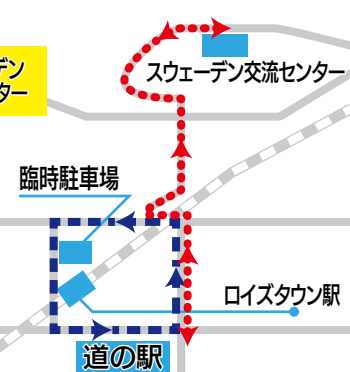
無料シャトルバスが運行します

会場間シャトルバス

道の駅 ↔ スウェーデン
交流センター

駐車場シャトルバス

臨時駐車場
ロイズタウン駅
道の駅



広 告

子宝和安 子育て世代の方へ 子育て・教育に関するお知らせ



特定教育・保育施設等の支給認定現況届を提出してください

特定教育・保育施設等（町内では当別夢の国幼稚園・おとぎのくに）を利用している方は、年に1回の現況届の提出が必要です。

現況届は保育を必要とする事由に引き続き該当していることの確認や、9月からの利用者負担額（保育料）を確定するために必要ですので、必ず提出してください。
▼提出の流れ 6月中に対象者へ現況届を送付しますので、7月24日（木）までに利用している施設に提出してください。

▼注意 保育施設をご利用の方は、保育を必要とする事由を確認するための証明書の添付が必要です。

▼問合せ 子ども未来課子ども係（ゆとり内・☎23 - 3024）

子育て支援センターからのお知らせ

子育てに関する講座や講習会、育児相談などを行っています。事前に申込みが必要な場合がありますので、各ホームページを確認いただくか、問合せください。

▼対象 0歳から就学前の子どもと保護者・妊娠中の方

▼時間 平日 9時～14時

あそびのひろば（当別地区）

▼内容 絵本の読み聞かせ、わらべうた、リフレッシュヨガ、料理教室、ベビーマッサージ

▼問合せ 子ども未来課子育てサポート係（ゆとり内・☎25 - 2658）



町ホームページ

おとぎキッズ（太美地区）

▼内容 おはなしの会、絵本の読み聞かせ、ぱくぱく教室、おもちゃのひろば、わらべうた、運動あそび、ヨガ、給食試食会

▼問合せ 認定こども園おとぎのくに（☎26 - 2353）



おとぎのくに
ホームページ

阿蘇公園の修景池をリニューアルしました

水が流れ、小さな子どもでも遊べるように水深の浅い池にリニューアルしましたので、ぜひご利用ください。

▼問合せ 建設課維持管理係（☎23 - 3197）



教科書展示会を開催します

教科書の適正な採択と教育関係者の教科書研究のため、町立学校で使用している教科書などを展示します。

▼展示期間 6月14日（土）～6月29日（日）

※月曜日は除く

▼場所・時間 学習交流センター 10時～17時、
西当別コミュニティーセンター 9時～22時

▼問合せ 学校教育課学校教育係（☎23 - 2689）



図書館からのお知らせ



当別町図書館企画展 第56弾

眠っている本 誰か読んでくださ～い

あまり借りられていない本のなかにも、実はあなたの求めているものが…！？

▼期間 6月29日（日）まで

▼問合せ 当別町図書館（☎23 - 0573）、当別町図書館西当別分館（☎26 - 3300）

新着図書

当別町図書館【一般書38冊、児童書35冊】

・「チ。地球の運動について」（一般書）魚豊

・「はたらく動物病院」（児童書）吉田 亮人／矢萩 多聞

当別町図書館西当別分館【一般書25冊、児童書22冊】

・「今すぐ行きたい！北海道のサウナ」（一般書）

北海道新聞社

・「バットマンション」（児童書）北川 佳奈／九が堂

吉田 巧



FC 当別のメンバー

ここに書ききれないエピソードや写真は当別町ホームページ「現代を生きる^{プラス}」でご覧ください。



サッカーを通じて人としての成長を

昨年の1月からFC 当別のコーチとして子どもたちへサッカーを指導している吉田巧さんへお話を伺いました。

コーチになるまで

札幌市出身で、小学校2年生から地元の少年団でサッカーを始めました。中学校ではサッカー部に入り、ポジションはディフェンダー。高校では、部活には入らずに地元の大人たちのチームでサッカーを続けながら、高校2年生から少年団でコーチを始め、授業が終わった後に指導を行っていました。社会人になってからもコーチを続けていましたが、ほどなくして仕事の都合で辞めることとなりました。

3年前に当別町へ引っ越してきて、近所の公園でサッカーをしている子どもたちを見かけ、サッカーをやっているのか尋ねたところ、少年団がないと言われました。その後、人づてに少年団はあるものの低学年の子どもは受け入れておらず、廃部に向かっているということを知りました。自分の子どもにもサッカーをさせたかったことや、サッカーをしたい子どもたちがいるのにできなくなる状況を

何とかしたいと思い練習見学を経て、コーチとして関わらせていただくことになりました。

成長を支える日々

練習は火・木・土の週3回行っており、基本的に私がメインとして週3回指導をさせてもらっています。仕事との両立は大変ですが、それ以上に子どもたちと一緒にサッカーをすることが楽しく、パワーをもらっています。練習内容は自分で考えていて、昨年指導者養成講習会を受講し、C級ライセンスを取得しました。これまでサッカーを続けてきて自信はありましたが、ライセンス取得の過程で自分はまだまだサッカーの根本を理解していなかったことに気付くことができ、非常に勉強になりました。特に、各選手が何をすべきかを理解し、適切な行動を取る「個人戦術」の重要性を学びました。小さいうちからサッカーの原理原則を指導していけば、大きくなった時にレベルの高いことを求められても対応できるはずです。まずは中学生になっても通用する技術を身に付けられるように指導をしています。

また、子どもたちには、技術的

なことだけではなく、コミュニケーション能力や判断力、挨拶、礼儀など日常生活や社会に出て活躍する上でも大切なことをサッカーを通じて身に付け、一人の人間として成長して欲しいです。その成長を後押しするため、子どもたちの行動を見逃さないよう常に周りを見ています。

当別の子どもたちにサッカーを

子どもたちがサッカーをする場所を失わないために、サッカーをしたい子がサッカーをできる環境を提供するために、コーチとして努力し学び成長を続けます。そして、よりサッカーを楽しくできる場を作り、この先もずっと当別町でサッカーが続いていくように力を尽くしていきたいです。

少しでもサッカーをやりたい気持ちがある子はいつでも練習にきてください。ぜひ一緒に楽しくサッカーしましょう。

FC 当別の活動をInstagramで紹介しています。興味のある方は、ぜひDMでご連絡ください





ゆるエコとうべつ

～環境のために、今、私たち一人ひとりができることを

環境生活課環境対策係 ☎ 23-2503

私たちの暮らしは限られた地球資源に支えられていますが、その消費によりごみや温暖化などの環境問題が生じています。これらの影響を減らすためには、ごみを減らし、再利用を進めることが大切です。このコーナーでは、環境のために私たちができること考えるきっかけになる情報を発信していきます。

とうべつゆるエコフェスを開催

今、環境のために、私たち一人ひとりができることを「知って・学んで・体験する」イベントです。

今年は、皆さんに楽しくご参加いただけるイベントをたくさんご用意！

日時 8月11日（月・祝）10時～15時

場所 北海道医療大学 中央講義棟 10階

とうべつゆるエコフェスでは、フリーマーケット出店者及びコンテスト参加者を募集します。

とうべつゆるエコフェスの情報やコンテスト等応募の詳細は、町ホームページをご覧ください。



とうべつゆるエコ・フリーマーケット出店者募集

フリーマーケットは、ごみの削減と資源の再利用を通じて、脱炭素社会の実現に寄与する取り組みです。ただいま、出店者を募集しております。

場所 北海道医療大学 中央講義棟 10階

出店 無料・詳細は別途ご確認ください。

申込方法 申込書に必要事項を記入し、郵送、持参、メールにより環境生活課へお申し込みください。

申込期限 7月10日（木）

コンテスト参加者を募集

入賞者には豪華商品！

オリジナルアップサイクル作品

アップサイクルとは、不要になったものを捨てずに、新たな価値を持つ製品に生まれ変わらせることです。

使用済みの容器をプランターにするなど素敵なオリジナル作品を集めたコンテストを開催します。

エコアイデアレシピ

皆さんご存知、あの料理研究家星澤幸子先生が審査員！「残りがちな食材の使い切り」や「残りがちな料理のアレンジ」、「食材を上手に丸ごと使い切る」など食品ロス削減につながるレシピを集めたコンテストを開催します。

	アップサイクル作品	エコアイデアレシピ
募集内容	自作のアップサイクル作品（食品除く）	当別町産食材を使って一般家庭で作ることができる食品ロス削減レシピ
応募資格	どなたでも	道内在住・在学・在勤の方（グループ応募可）
応募方法	応募用紙＋作品を環境生活課へ提出	応募用紙を郵送・持参・メールで環境生活課へ提出
応募期限	7月31日（木）	7月7日（月）
審査方法	フェス来場者の投票で決定	書類審査＋フェス来場者の投票で決定
その他	入賞者には商品を贈呈 入賞作品は広報誌・HPに掲載予定	同左 共催：北海道

広 告

お知らせ

国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者の方へ
**8月以降はマイナ保険証または
資格確認書をご利用ください**
住民課国保・後期高齢者医療係（☎ 23 - 2467）

現在使用中の保険証または資格確認書の有効期限は令和7年7月31日です。8月以降に医療機関を受診する際は、「マイナ保険証（保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）」または7月下旬までに新たに郵送する「資格確認書」を使用してください。

すでにマイナ保険証をお持ちの方には、登録状況を確認できる「資格情報のお知らせ」を、マイナ保険証をお持ちでない方には、これまでの保険証の代わりとなる「資格確認書」を郵送します。

なお、後期高齢者医療保険加入者の方には、令和8年7月末までの暫定的な運用として、マイナ保険証保有の有無に関わらず「資格確認書」が郵送されます。

※マイナ保険証に対応していない医療機関等、マイナ保険証が使えない時は、マイナ保険証とあわせて資格情報のお知らせの提示が必要です。

※マイナ保険証の利用登録が済んでいない方は、医療機関等にある顔認証付きカードリーダーや、マイナポータル、セブン銀行 ATM から利用登録が可能です。マイナ保険証をお使いになれる方は、ぜひマイナ保険証をご利用ください。

医療機関などの受診時に提示するもの
【令和7年7月31日まで】

国民健康保険 加入者	マイナ保険証を お持ちの方	マイナ保険証 または 現行の保険証 （資格確認書）
	マイナ保険証を お持ちでない方	現行の保険証 （資格確認書）
後期高齢者医療保険 加入者	マイナ保険証の 保有問わず	マイナ保険証 または 現行の保険証 （資格確認書）



【令和7年8月以降】

国民健康保険 加入者	マイナ保険証を お持ちの方	マイナ保険証
	マイナ保険証を お持ちでない方	資格確認書
後期高齢者医療保険 加入者	マイナ保険証の 保有問わず	マイナ保険証 または 資格確認書

◎自衛官採用案内

採用種目	応募資格	受付期間	試験期日
一般幹部候補生	令和8年4月1日現在 22歳以上26歳未満の者 (20歳以上22歳未満の者は大卒（見込含）、 修士課程修了者等（見込含）は28歳未満の者)	6月6日（金） まで	6月14日（土） ※2次試験有
幹部候補曹	令和8年4月1日現在 20歳以上33歳未満の者	6月6日（金） まで	6月14日（土） ※2次試験有
自衛官候補生	採用予定月の1日現在 18歳以上33歳未満の者 ※32歳の者は採用予定月の末日現在におい て、33歳に達していない者	年間を通じて	受付時にお知らせします。

江別地域事務所では、自衛官募集等に関する説明を実施しています。
メールでのお問合せは右記のQRコードから
▼詳細 自衛隊札幌地方協力本部江別地域事務所 ☎ 011 - 383 - 8955
役場環境生活課町民生活係 ☎ 23 - 3209



広 告

広 告

広 告

お知らせ

抽選でスマートウォッチをプレゼント！ 健康マイレージ事業

保健福祉課健康推進係（ゆとろ内・☎ 23-4044）

健康に関する目標を立てて取り組む、健康診断やがん検診などの健診を受けるなど、健康づくりに取り組むことでポイントが貯まる仕組みです。6ポイントで満点とし、満点となった方全員に当別町オリジナル特典をプレゼント。さらに、満点となった方から抽選で2名の方に、特別特典としてスマートウォッチをプレゼントします！

健康に関する目標は、毎日体重を測るなど自分の健康づくりに合わせて目標を自由に設定できます。ご自身の健康づくりも兼ねて楽しみながら参加してみませんか。

▼対象 20歳以上の町民の方

<申請完了までの3ステップ>

ステップ1：まずは準備をしよう！

右記QRコードまたはゆとろ、役場、西コミに設置されている「健康チャレンジシート」を入手する。



ステップ2：実際に取り組んでみよう！

下の表を参考に健康づくりに関する取り組みを行い、6ポイント貯める。

ステップ3：申請をしよう！

「申請書」を入手し「健康チャレンジシート」など取り組んだ結果とともに、健康推進係窓口、郵送・FAX または申請フォームから、令和8年3月31日までに申請する。（郵送の場合は当日消印有効）



申請書



申請フォーム

<健康づくりに関する取り組みなどについて>

	★健康チャレンジを実施	★健康診断	★がん検診などの検診	★健康講座への参加
対象となる取り組み	自身で健康に関する取り組み目標を立てて1カ月以上実施 ※体重を1kg落とす、毎日10分以上歩くなど内容は自由	令和7年4月以降に受けた血液検査を伴う特定健診や、職場健診、人間ドックなどの健康診断	令和7年4月以降に受けた胃・肺・大腸・子宮・乳がんなどのがん検診や、肝炎ウイルスなどの検診	「測って100日チャレンジ」や健診結果説明会など健康推進係主催の事業が対象
ポイント数	1チャレンジで1ヶ月ごとに2ポイント	2種類以上の組み合わせで1ポイント ※特定健康診査や一般的な健康診断が組み合わせの中に必ず入ることが条件です。		1回参加ごとに1ポイント

広 告

2人に1人が減量に成功しています！ 測って100日チャレンジ

保健福祉課健康推進係（ゆとろ内・☎ 23-4044）

自宅で100日間毎日体重を測ってグラフに記入し、その結果を提出していただきます。減量の成果が出た上位5名の方には、当別町特産物（3,000円相当）をプレゼント！参加者全員に町オリジナルグッズの特典があるほか、普段設置されていない特別な機器を使ったプレミアム測定会に参加できます。1人ではなかなか続かないダイエットですが、ご家族や友人、職場の仲間と一緒に参加してみませんか。

▼対象 ①②ともに該当する方

①おおむね30～60歳代の町民の方または当別町に通勤している方

②BMI23以上の方

BMIとは肥満度を示す指数。統計的にもっとも病気にかかりづらいBMIを22とし、25以上を肥満と判定します。

【BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）】

▼チャレンジ期間 7月1日（火）～10月8日（水）の100日間

▼定員・参加料 先着50名・無料

▼申込み 6月13日（金）までにご連絡いただくか、右記申込フォームから申し込みください。

～ プレミアム測定会 ～

測って100日チャレンジの参加者を対象に、健康状態を3種類の測定器で確認します。また、測定結果をもとに、町保健師・管理栄養士が無理なく減量する方法について相談に応じます。健康診断などの健診結果をお持ちの方はご持参ください。

▼測定内容

①体成分測定…体重計では測定できない部位別の筋肉量・脂肪量と内臓脂肪レベルを精密に測定。

②血管年齢測定…指先の脈波で血管年齢を測定。

③野菜摂取量チェック…人差し指にて測定。

▼日時・場所

6月27日（金）10時～14時 西コミセン

6月30日（月）9時30分～19時 ゆとろ

7月1日（火）9時30分～19時 ゆとろ



体成分分析器



申込フォーム

広 告

広 告

広 告

お知らせ

当別町長選挙のお知らせ

町選挙管理委員会事務局（☎ 23 - 2330）

投票日

7月6日（日）【時間】7時～20時

告示日

7月1日（火）

期日前投票

【役場1階 大会議室】
7月2日（水）～5日（土）
8時30分～20時
【西当別支所（サツドラ当別太美店内）】
7月5日（土）8時30分～17時

投票時の注意事項

【入場券】有権者一人ひとりに郵送します。投票日当日や期日前投票をする時には、忘れずに持参してください。

【不在者投票】選挙人名簿登録地（当別町）以外の選挙管理委員会や病院、老人ホームなどで行う投票などは、不在者投票となります。また、身体に重度な障がいのある方は、郵便等による不在者投票も可能ですので、問い合わせください。

【選挙公報】選挙公報は、候補者自身の政治姿勢や政治信条などが記載されています。町内会の協力で全戸配付しますが、役場庁舎と西当別支所にも備えています（無投票の場合は発行しません）。

投票区および投票所

投票区 / 投票所	該当の行政区
第1 当別赤れんが6号（ふれあい倉庫）	幸町、弥生、錦町、末広、美里、栄町、下川町、対雁
第2 総合保健福祉センター（ゆとろ）	白樺町、北栄町、西町
第3 旧当別小学校	旭町、万代町、元町、緑町、東町、春日町、樺戸町、金沢
第4 六軒町会館	六軒町
第5 弁華別会館	弁華別、茂平沢、みどり野、（自衛隊）
第6 中小屋会館	中小屋
第7 東裏地域会館	東裏
第8 南部地域会館	蔵岱町
第9 川下会館	川下右岸、川下左岸
第10 西当別コミュニティセンター	太美東、太美中央、太美西、太美南、太美北、当別太
第11 西当別中学校	太美スターライト、太美寿、スウェーデンヒルズ、高岡、獅子内
第12 若葉町会館	若葉

当別町長選挙の立候補予定者説明会等を開催します

【立候補予定者説明会】6月10日（火）15時～

【立候補届出書類事前審査会】6月26日（木）14時～
※いずれも、役場第2庁舎で行います。出席は、候補者1名に対して3名までとします。

広 告

広 告

当別ふれあいバスの運転手を募集しています

全国的にバスの運転手が不足しており、町が運行している当別ふれあいバスも同様に、運転手の確保が大きな課題となっています。

当別ふれあいバスは、町民の移動手段を確保するためのコミュニティバスとして、多くの方に利用されており、町にとって必要不可欠な公共交通です。

この当別ふれあいバスを守るため、運行事業者である有限会社下段モータースでは運転手を募集しています。大型自動車第二種免許をお持ちでない方も、国や町の補助事業を活用し、免許取得に係る費用は運行事業者が全額負担します。

経験者はもちろん、就職や転職、バスの運転手に興味がある方は、この機会に当別ふれあいバスの運転手として働き始めてみませんか？

詳しくは採用情報ページをご確認ください。

問 有限会社下段モータース

(工藤・☎ 23 - 2630) 当別町地域公共交通活性化協議会 (企画課企画係内・☎ 23 - 2393)



採用情報ページ

「Tobetsu Mirai Fes」で開催されるアイデアソンの参加者を募集します

当別町の未来に向けた課題をビジネス視点で解決するために、3日間かけてグループディスカッションでアイデアを練り、最終日に発表するアイデアソンを開催します。ディスカッションテーマ等の詳細や申込方法は、6月15日に下記ホームページで公開しますので、ご確認の上、申し込みください。

期間 8月10日(日)～12日(火) **会場** 北海道医療大学 **対象** 高校生以上 **申込** 6月15日(日)以降ホームページから受付開始、7月15日(火)締切

問 鰐渕 (☎ 090 - 8707 - 9686)



ホームページ

広 告

令和7年国勢調査の調査員を募集します

令和7年国勢調査は、10月1日現在で日本国内に住む全ての人と世帯を対象に、実施されます。調査結果は、国や地方の行政計画や予算編成の基礎となるもので、国の最も重要な統計調査です。5年に一度実施され、調査内容の秘密は保護されます。

国勢調査員の募集について

本町の調査対象を訪問し、調査票の配布・回収等をしていただく調査員を募集します。総務大臣に任命される非常勤の国家公務員です。

調査員として登録した場合でも、必ず任用があるとは限りませんのでご了承ください。任用がある場合は、別途ご連絡します。

期間 9月1日(月)～10月31日(金)

報酬 1 調査区担当：約4万8千円／2 調査区担当：約9万1千円

要件 ① 20歳以上で、責任をもって業務を遂行できる方②守秘義務を果たすことができる方③税務、警察および選挙に直接関係しない方④暴力団員等と関係を有しない方

期限 6月26日(木)まで

主な業務内容について

- ・調査員説明会への出席(9月上旬を予定)
- ・担当調査地域の確認
- ・調査の説明と調査書類の配布、回収
- ・調査書類の提出

登録方法について

- ①、②のどちらかの方法より登録ができます。
- ①役場総務課に備え付けの申請書に必要事項を記入し、本人確認ができるもの(運転免許証等)を持参し、本人が窓口へ提出
- ②応募フォームに必要事項を入力し、本人確認ができるもの(運転免許証等)を添付し、本人が申請

問 総務課係総務係 (☎ 23 - 2330)



応募フォーム

広 告

お知らせ

当別町議会 6 月定例会関係日程のお知らせ

議会開催中は、ライブ中継をインターネットにより配信しています。日程・内容等は変更する場合がありますので、町議会ホームページでご確認ください。

問 議会事務局総務係（☎ 23 - 3247）



町議会
ホームページ

日 に ち	時 間	場 所	会 議 名	内 容 等
6 月 6 日（金）	10 時	議場	議会運営委員会	理事者の説明
6 月 13 日（金）	13 時	議場	本会議	報告
6 月 16 日（月）	13 時	議場	総務文教常任委員会	所管事務調査等
6 月 17 日（火）	13 時	議場	産業厚生常任委員会	所管事務調査等
6 月 18 日（水）	10 時	議場	本会議	一般質問
6 月 19 日（木）	10 時	議場	本会議	一般質問
6 月 20 日（金）	10 時	議場	本会議	議案審議

生ごみ堆肥化容器の購入費を補助しています

町では生ごみ堆肥化容器の購入費に対して、販売価格の 2 分の 1 以内（上限 3,000 円）を補助しています。

対象の製品を購入する前に、環境対策係または西当別支所に申請書の提出が必要です。購入後に申請書を提出した場合については補助の対象になりません。

対象 町民であり、生ごみ堆肥化容器（コンポスト・10 リットル以上）を購入する方 ※過去 7 年間に本制度の補助を受けていない方で、1 世帯につき 1 個が補助対象

他 下記登録販売店で購入する必要があります。製品によっては、取り寄せになる場合もありますので、事前に各販売店に問い合わせください。

▼登録販売店

- ・山田産商（☎ 23 - 3732）
- ・泉亭産業（☎ 23 - 2277）
- ・DCM ニコット当別店（☎ 23 - 4000）
- ・DCM ニコット太美店（☎ 25 - 3100）
- ・北石狩農業協同組合（☎ 23 - 2530）

問 環境生活課環境対策係（☎ 23 - 2503）

空家の適正管理をお願いします

適切に管理されずに放置された空家などは、積雪や強風などによって倒壊や建材の飛散が発生し、近隣住民や通行人に損害を与える可能性があります。このような場合には、所有者または管理者が賠償責任を問われる場合がありますので、定期的な点検と適切な管理を行ってください。

令和 6 年度からは、不動産を取得した相続人に対し、相続登記の申請が義務化されていますので、速やかな手続きをお願いします。

問 環境生活課町民生活係（☎ 23 - 3209）

空き地は定期的に草刈りをお願いします

雑草が放置されると、見た目の悪化だけでなく、害虫の温床になるなど近隣への迷惑となることがあります。

空き地の所有者や管理者は、雑草が放置されることのないよう、早めに草刈りをするなどの適正な管理をお願いします。

問 環境生活課環境対策係（☎ 23 - 2503）

広 告

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

今年度の国民年金保険料は月額 1 万 7,510 円となっており、保険料の納付期限は、納付対象月の翌月末日（末日が休日にあたる場合は、翌日以降の最初の営業日）です。

納付期限までに保険料を納付されていない場合は、年金事務所から指定期限を設けた催促状が送付されますので、期限内の納付をお願いします。

納付書を無くした場合や汚れなどにより使用できなくなった場合など、納付書の再発行をご希望の方は、お近くの年金事務所にご相談ください。

所得が少ないなど保険料の納付が難しい場合は、免除や猶予される制度があります。

詳しくは、日本年金機構のホームページを確認ください。



問 札幌北年金事務所（☎ 011 - 717 - 4115）
日本年金機構 ホームページ

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発医薬品）と同等の効果・効能を持ち、厚生労働省の基準を満たす薬です。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。

処方希望される場合は、病院・診療所・保険薬局等で医師や薬剤師にその旨を伝えて相談してください。切り替えの意思を伝えることが出来るよう、「ジェネリック医薬品希望シール」を住民課窓口を設置しています。

町の国民健康保険被保険者の方には年に 3 回、ジェネリック医薬品を利用した場合の差額を通知しています。通知対象月の処方実績やジェネリック医薬品への切り換えによる効果の目安となりますので、確認ください。

問 住民課国保・後期高齢者医療係（☎ 23 - 2467）

広 告

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

肺炎で亡くなる方の多くが 65 歳以上であり、年齢が上がるごとに死亡のリスクが高まります。高齢者肺炎球菌予防接種は、肺炎球菌による肺炎の発症や重症化を予防することができます。

対象 これまでに一度も肺炎球菌予防接種を受けたことがない人のうち、次の①～②に該当する方。

① 65 歳の方（65 歳の誕生日から 66 歳の誕生日を迎える前日まで）

② 60 歳以上 65 歳未満の方で心臓・腎臓・呼吸器に重い障がいのある方、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に身体障がい者手帳 1 級程度の障がいがある方。

料金 2,500 円（生活保護世帯の方は無料）**会場** 予防接種実施医療機関（本誌 P26）**他** 接種回数は 1 回です。事前に医療機関への予約が必要です。また、入院・入所中など町外の医療機関で接種を希望される方は、事前にご連絡ください。

問 保健福祉課健康推進係（ゆとろ内・☎ 23 - 4044）

夜間 HIV 検査を行います

HIV 感染症は早期発見・早期治療が大切です。江別保健所では、HIV 普及週間にあわせて夜間検査を実施します。検査を受ける場合は、6 月 13 日（金）の正午までに電話での予約が必要です。

日時 6 月 18 日（水）10 時～ 19 時 **場所** 江別保健所（江別市錦町 4 番地 1）**料金** 無料（健診目的が渡航等の場合は有料）**他** 検査は匿名で受けることができます。上記以外の日程を希望される方は問い合わせください。

問 江別保健所健康推進課健康支援係（HIV 電話相談・☎ 011 - 383 - 3449、受付時間 平日 8 時 45 分～ 17 時 30 分）

広 告

お知らせ

水道メーターの取り替えについて

水道メーターは、計量法で有効期間が8年と定められており、町で期間満了までに取り替えを行っています。

取り替えの対象となる方にはハガキで通知し、町が指定した業者が作業を行います。留守中に作業を行う場合もありますので、水道メーターボックスの上に物を置かない等、ご協力をお願いします。取り替えにかかる費用負担はありません。

なお、上下水道課等の行政機関を名乗る悪質業者の訪問には、十分にご注意ください。

問 上下水道課業務係（☎ 22 - 2411）

第十二回特別弔慰金の請求を受け付けています

特別弔慰金は、国が戦没者等のご遺族の方に弔慰の意を示すため、戦後の節目の年に記名国債を支給する制度です。

対象 戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日（基準日）において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人

①令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

②戦没者の子

③戦没者等の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件により、順番が入れ替わります。

④上記①から③以外の戦没者等の三親等以内の親族（甥、姪等）※戦没者等の死亡時まで引き続き、1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

支給 額面 27 万 5 千円、5 年償還の記名国債

期限 令和7年4月1日から令和10年3月31日

※請求期間を過ぎると第十二回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください。

問 保健福祉課福祉係（ゆとり内・☎ 23 - 3019）

6月30日は町道民税・森林環境税及び固定資産税・都市計画税（1期分）の納期限です

納期限までに納付しないと、督促状が発付されたり、延滞金がかかる場合がありますので、忘れずに納付しましょう。病気や失業などのやむを得ない事情により、納期限までに納付することができない場合はご相談ください。

問 税務課納税係（☎ 23 - 2341）

当別町健康福祉出前講座をご利用ください

大学の教授、NPO 法人の職員や町職員などが講師となり、ご希望の場所に出向いて健康づくりや福祉、生活に関する情報などの講座を行います。講話以外にも、体を動かす体験型の講座や、レクリエーションなどに使えるグッズのレンタルも行っています。

5人以上集まれば誰でも利用できますので、町内会や高齢者クラブ、PTA 事業、友人同士などで気軽にご利用ください。ただし、営利目的でのご利用には応じられません。

詳しくは、健康推進係まで問い合わせください。

実施までの流れ

①希望の講座を選択（令和7年度は49講座）

講座内容は、町ホームページまたは「令和7年度 当別町健康福祉出前講座」冊子で確認できます。冊子は、役場・ゆとり・西当別コミュニティセンター・総合体育館などに設置しています。

②希望講座の問合せ先へ連絡し、申請書を提出

③講座開催

④講座開催後、利用した講座の問合せ先へ持参、メール、FAXにて実施報告書を提出

料金 無料（一部の講座は除く） **問** 保健福祉課健康推進係（☎ 23 - 4044、FAX 25 - 5018、mail: hoken1@town.tobetsu.hokkaido.jp）

広 告

当別消防署からのお知らせ

令和7年 春の火災予防運動を実施しました

当別消防署では、4月20日（日）から4月30日（水）にかけて「春の火災予防運動」を実施し、期間中、町内事業所において火災予防啓発パネルの設置や店内放送を実施しました。

店頭広報では住宅用火災警報器の設置PRや点検方法の普及を任務とする住宅防火戦隊・住警器マンが登場し、消防職員や女性消防団員とともに防火マスコットや防火ティッシュを配布しながら、町民に火災予防について呼びかけました。

問 当別消防署予防課予防係（☎ 23 - 2537）



☆当別町ふるさと納税へ4月納入分

計 2,501 名から 4,283 万円ご寄付いただきました。ご寄付いただいた方の氏名等は町ホームページに掲載しています。

☆当別町社会福祉協議会へ

▼匿名の方より タオル 80 枚

▼匿名の方より タオル 53 枚、バスタオル 16 枚、手編み衣類 41 枚

6月是不正改造車排除強化月間！

札幌運輸支局では、毎年6月を「不正改造車排除強化月間」として一層強力に取り組むこととしています。暴走行為、過積載等を目的とした不正改造車は、交通の安全を脅かし、排出ガスによる大気汚染、騒音等の環境悪化の要因になります。

この機会に不正改造の防止についての理解を深めていただき、その排除にご協力下さい。不正改造車に関する情報提供、ご相談などは下記問合せ先までお寄せ下さい。

問 不正改造車・迷惑黒煙車情報提供窓口（☎ 011 - 731 - 7168）

広 告

広 告

広 告

お知らせ

農作業中の安全対策を心掛けましょう

温暖化の影響により、農作業における死亡事故の中で、熱中症で命を落とす人の割合が増加傾向にあります。農作業を行う際は、こまめな休憩や水分補給、熱中症対策グッズの活用を心がけ、「農作業事故ゼロ」を達成しましょう。

問 農務課農政係（☎ 23 - 3091）

第46回当別町ゴルフ大会を開催します

1人での参加も大歓迎です。ゴルフを通じて、健康増進を図るとともに、親睦を深めましょう。

主催 当別町ゴルフ大会 **日時** 6月29日（日）8時～

場所 石狩平原カントリークラブ（弁華別） **要件** 町民または町内において勤務している方 **定員** 120名（30組） **料金** 参加費 3,000 円のほか、プレー代として 7,910 円（ロッカー代別料金） **申込** 6月13日（金）まで

他 スタート時間は主催者において決定しますので、最終確認を当日朝7時までに石狩平原カントリークラブ（☎ 23 - 1101）に確認ください。競技方法はダブルペリア方式になります。その他競技方法などは、町商工会に問い合わせ願います。プレー終了後 17 時より田西会館において、表彰式および懇親会を開催します。

問 当別町商工会（☎ 23 - 2447）

市民後見人養成講座を開催します

地域福祉や権利擁護に携わる担い手として活動できる受講者を募集します。

日時 8月27日～9月10日、10月8日～10月29日の毎週水曜日（予備日は11月5日）、9時45分～16時30分までの6時間程度 **場所** ゆとり **料金** 無料（キャンセルの場合は資料代がかかる場合があります） **要件** ①町民、②すべての日程で受講できる方、③福祉活動に理解があり、成年後見人等として活動ができる方、④後見人の欠落事由等に該当しない方 **申込** 7月11日（金）まで※申し込みを希望された方についてはご連絡の上、事前に面談をします。 **問** どうべつ・しんしのつ成年後見支援センター（ゆとり内・☎ 22 - 2301）

イングリッシュプロジェクトの参加者募集

インターナショナルな講師から、少人数制で英会話のレッスンを受けることができます。小学5年生以上の子どもから大人まで参加できます。

日程 ①6月28日（土）西当別コミセン、②7月5日（土）白樺コミセン、③10月4日（土）西当別コミセン、①～③全て 10 時～11 時 30 分

問 社会教育課社会教育係
（☎ 22 - 3834）



申込みページ

広 告

広 告

広 告

刈払機の技能講習を開催します

労働安全衛生法に基づいた刈払機を安全に取り扱うための講習を開催します。

日時 7月15日（火）8時40分～16時 **場所** 白樺コミュニティセンター **対象** 町在住の60才以上で短期間の軽易な就業を希望する方 **料金** 無料
申込 7月4日（金）17時までに当別町シルバー人材センターに申し込みください。

他 講習の受講証を作成するために、顔写真や運転免許証などの身分証明書のコピーが必要です。詳しくは、当別町シルバー人材センターに問い合わせください。**問** 当別町シルバー人材センター（☎22－4191）

ケアラズカフェ当別を開催します

「家族介護者の方の居場所づくり」のための集まりとして、ケアラズカフェ当別を開催します。普段のケアの話やご家族への思いなど、お茶を飲みながら皆さんでお話しましょう。

日時 6月25日（水）10時～12時 **場所** 西当別コミュニティセンター 研修室 **対象** ご家族のケアをしている方、過去にしていた方（年齢不問）
料金 無料 **申込** 6月20日（金）までに下記問合せ先まで申し込みください**問** 一般社団法人北海道ケアラズ（☎080－4136－4129）

阿蘇岩ウォーキングをしてみませんか

航空自衛隊のある阿蘇岩登山を楽しみませんか？

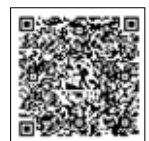
日時 7月6日（日）9時30分～、総合体育館出発
※自衛隊の協力により、自衛隊のバスで送迎します。

場所 航空自衛隊当別分屯基地敷地内 **対象** 小学生以上の方（小学生低学年は保護者同伴）**定員** 50名

料金 【一般】ふれスポ会員 500円、非会員 1,500円、
【小学生】ふれスポ会員 100円、非会員 500円

申込 6月9日（月）9時～16日（月）の12時までに、申込ページまたは電話にて申し込みください。

問 NPO法人ふれ・スポ・とうべつ事務局（総合体育館内・☎22－3833）



申込みページ

バウンドテニス初心者講習会を開催します

経験者、未経験者問わず大歓迎です。運動しやすい服装で参加ください。

日時 ①6月26日（木）9時30分～12時、②6月28日（土）19時～21時 **場所** 総合体育館

料金 無料 **持参** 運動靴 **問** 当別バウンドテニス協会（西本・☎090－9518－1758）

広 告

広 告

広 告

広 告

お知らせ



【営業時間】

9 時～ 18 時

定休日 月曜日（月曜日が祝日の場合は火曜日）

【施設情報】

住所 錦町 294-4

電話 27-6600

【貸館について】

カルチャーホール・パン工房・多目的ホール・控室を使用することができます。

※使用をご希望の場合は、町ホームページまたはふれあい倉庫に備え付けの申請書に記入のうえ、ふれあい倉庫まで提出をお願いします。



町ホームページ



Instagram やってます！
イベントや旬の情報を発信中！

当別町産採れたて野菜続々入荷中！

いよいよグリーンシーズンに突入！ 当別町産の採れたて新鮮野菜が続々入荷しています。

甘みと酸味のバランスが絶妙なミニトマトや、シャキシャキとした食感が楽しめるきゅうり、栄養価の高いブロッコリーなど、定番の夏野菜も順次入荷予定です。

また、今が旬のアスパラガスや採れたて野菜の地方発送も承っていますのでお気軽にお問い合わせください。



鮮魚亀市が出店します

大好評の魚屋「鮮魚亀市」が 2 日間限定で出店します。新鮮な海の幸が盛りだくさんです。ぜひ、お越しください。

▼日時 6 月 14 日（土）、15（日）10 時 30 分～ 15 時

▼場所 カルチャーホール

広 告

広 告



オリジナルクッキー販売中！
お土産にぜひ！

【3月～11月の営業時間】

本館 9時～17時

レストラン 11時～16時 L.O.

セブイレブン 24時間営業、無休

農産物直売所 9時～16時45分

【施設情報】

住所 当別太 774-11

電話 27-5260

FAX 27-5261

Mail hello@tobest.co.jp

道の駅とうべつ

Instagram →



道の駅とうべつ

公式ホームページ →



北欧フェア開催



北欧フェアを開催します！ スウェーデンの伝統工芸品「ダーラヘスト」やクッキーの他、ハンカチなどフィンランドのムーミン雑貨を種類豊富にご用意しております。スウェーデンソフトも復活します！

6月22日の夏至祭は道の駅とうべつも会場となっております。この機会にぜひお越しください。

第2回ビアガーデン開催決定！



第2回ビアガーデンの開催が決まりました！ 今年は、前売券も販売します。

5枚券、10枚券の2種類を用意しており、道の駅とうべつ売店レジにて購入できます。10枚券を買うと1枚ついてくるお得な前売りチケットです。

▼日時 7月26日（土）12時～20時30分

店舗内をリニューアルしました



売店「SWEETS」の店舗内が新しくなりました！ 冷蔵庫や冷凍庫を縦型に変更して、通路がスッキリ、商品も見やすく、手に取りやすい買い物がしたくなるような売り場を目指しています。

広 告

広 告

広 告

HOT コミュニケーション

未来を描く第一歩

4月28日に、田西会館にて、8月に医療大で開催される「Tobetsu Mirai Fes」のキックオフイベントが開催されました。参加者たちはそれぞれのアイデアを共有し合い、活発な意見交換が行われました。



初対面同士でも自然と会話が弾む場面も多く見られ、交流を通じて本番に向けて結束力が強まった様子でした。

「推しスポット」を訪ねて

5月2日に、西当別小学校では5年生・6年生の合同で遠足を実施しました。当別神社や当別郵便局など町民に広く知られた場所・施設をウォークラリー形式で巡り、インタビューを通して町内に住む



人々から建物の歴史や当別町の良さを学んだことで、自分にとっての当別町の「推しスポット」を見つけていました。

未来のエースたちへ

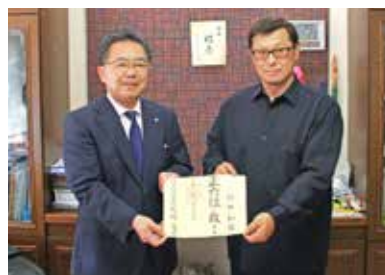
5月11日に、「アルテミス北海道 Presents 佐藤あり紗バレーボール教室」が総合体育館で開催され、町内外の小中学生が参加しました。元日本代表のリベロとして活躍した佐藤さんが、子どもたちへ直接指導。



参加した子どもたちは、直接アドバイスを受けられる貴重な機会に、目を輝かせながら真剣に取り組んでいました。

故 竹田和雄氏に叙位が授与されました

1月27日に逝去された竹田和雄氏に叙位（正六位）が授与されました。竹田氏は昭和54年5月から平成27年4月まで当別町議会議員に、平成15年5月から平成23年4月まで同議長に就任し、町



勢の伸展に多大な貢献をされました。5月15日に遺族を代表して長男の広和様に後藤町長から叙位の伝達がされました。

広 告

広 告

広 告

広 告

YouTube ショートで オススメ観光コンテンツ配信中！

当別町観光協会では、町の魅力をもっと身近に感じていただけるよう、YouTubeショートでの情報発信を始めました！

四季折々の風景やイベントの様子、美味しい地元グルメなど、動画で「とうべつの今」をお届けします。

右のQRコードからアクセス、もしくはYouTubeで「当別町」と検索して、チャンネル登録 & いいねをお願いします！



当別町公式
YouTube チャンネル



当別町観光協会
公式 Instagram

広 告

広 告

第50話

ト〜ベツ暮らし

作：手之内



人登場
物場



ト〜ベツさん…旗を持って練り歩く方



ニシト〜さん…髪をなびかせ練り歩く方

各種健診等のご案内

健診等の日程は p.28
町内イベントカレンダー
をご覧ください。

町のホームページからでも

確認できます→

<注意>

- ・乳幼児健診と BCG 予防接種は対象者へ個別にご案内します。
- ・健診を希望する方は、健診日の 1 週間前までに健康推進係へ申し込みください。
- ・特定健診やがん検診は、町内イベントカレンダー以外の日程でも受けることができます。

乳幼児健診
各種事業

各種健康診査

休日・夜間の受診先

<休日・昼間>

日曜・祝休日は江別市内内科小児科休日急病当番
をご利用ください。詳細は p.28 町内イベントカ
レンダーをご確認ください。

町のホームページからでも

確認できます→



急病当番医

※医療機関の都合により、変更となる場合があります。
最新情報は新聞紙上や救急安心セン
ターさっぽろ、北海道救急医療・広域災害情
報システムでご確認ください。

急病時・夜間の相談先

■救急安心センターさっぽろ

24 時間・365 日、看護師が相談に対応。受診可能
な医療機関をご案内します。

・電話番号 # 7119 または 011 - 272 - 7119

■こども医療でんわ相談

症状に応じた一般的な対処・助言を看護師等か
ら受けられます。診断・治療はできません。

・受付時間 19 時～翌朝 8 時

・電話番号 # 8000 または 011 - 232 - 1599

■北海道救急医療・広域災害情報システム

緊急時に受診可能な道内の病院を 24 時間（年末年
始などの連休も可）検索できます。

・フリーダイヤルは 0120 - 20 - 8699

・携帯電話からは 011 - 221 - 8699

・インターネット検索は <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

<夜間>

■江別市夜間急病センター 内科 小児科

・住 所 江別市錦町 14 - 5

・受付時間 18 時 30 分～翌朝 6 時 30 分（年中無休）

・電話番号 011 - 391 - 0022

■勤医協中央病院 内科

・住 所 札幌市東区東苗穂 5 条 1 丁目 9 - 1

・受付時間 19 時～翌朝 9 時（年中無休）

・電話番号 011 - 782 - 9111

近くの医療機関案内

診療時間は、町のホームページに掲載しています。
少し遅い時間に診療している医療機関もありますの
でご確認ください。

予防接種（個別） 実施医療機関

ご希望の方は、事前にお申込みください。

医療機関名	電話番号 (札幌市外局番 011)	予防接種						健診 特定健診・ 後期高齢者健診・ 肝炎ウイルス検診
		5 種混合・ 水痘・MR・ DT	小児肺炎球菌・ B 型肝炎・ ロタ	日本脳炎	子宮頸 がん	高齢者 肺炎球菌	高齢者 帯状疱疹	
勤医協当別診療所	23 - 3010	●		●		●	●	●
さいわい内科消化器クリニック	27 - 7591					●	●	●
スウェーデン通り内科循環器科クリニック	25 - 3151	●	●	●	●	●	●	●
田園通りさわぎき医院	25 - 2055	●	●	●		●	●	●
当別あんしんクリニック (予約は WEB)	27 - 8012	●	●	●	●	●	●	●
とうべつ内科クリニック	22 - 1313					●	●	●
とうべつ整形外科	25 - 5040			6 歳～	●	●	●	
ふとみクリニック	25 - 3800						●	
北海道医療大学病院 (札幌市北区)	778 - 7575	●	●	●	●	●	●	●

※小児科定期予防接種（子宮頸がん除く）は、江別市内の小児科 6 力所でも接種可能です。

※BCG は町内ではゆとりの他、当別あんしんクリニックでも接種可能です

オーラルフレイルを知っていますか？

オーラルフレイルとは、歯が抜けることその他、食べる、話すといった口の機能の「ささいな衰え」が重なり、口の機能が低下する危険性が高まっている状態です。進行すると、筋肉量の低下や要介護状態など全身状態に影響が出る可能性があります、改善する可能性もあります。

令和6年度当別町後期高齢者健康診査結果では、受診者のうち30.7%が口の「ささいな衰え」があり、12.2%がオーラルフレイルの可能性のある状況でした。

オーラルフレイル対策の3つのポイント

①「ささいな衰え」に気を付けましょう。

下の「オーラルフレイルチェック」で「ささいな衰え」を確認しましょう。○が二つ以上あると、オーラルフレイルの危険性が高い状態です。

質問		○	×
①	自身の歯は20本未満ですか？		
②	半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？		
③	お茶や汁物等でむせることがありますか？		
④	口の渇きが気になりますか？		
⑤	普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがありますか？		

②かかりつけの歯医者さんを持ちましょう。

「ささいな衰え」を自分で気づくことができない場合もあるため、かかりつけの歯科医を持ち、定期的に健診を受けましょう。

町内居住の後期高齢者医療保険加入者は、500円で毎年歯科健診を受けることができます。むし歯や歯周病の健診の他に、口腔機能の評価も行います。

③バランスの取れた食事をとりましょう。

口の機能の低下により、食べることに支障が出ると必要な栄養が取れず、体力が低下します。のど越しがよく、食べやすい物だけを選ぶのではなく、バランスの取れた食事を心がけましょう。

すぐにできる！お口の体操

①口をすぼめたり、「イー」と横に開いたりします。



②舌を下顎の先、鼻の頭を触るつもりで伸ばします。

さらに、舌を左右に伸ばす、口の周りをぐるりと動かします。

お口は健康の入り口です。いつまでもおいしく食べ、楽しく会話したいですね。

▼問合せ 保健福祉課健康推進係（ゆとろ内・☎23-4044）

広 告

町内イベントカレンダー 6月

月	火	水	木
2	フレイル予防教室（要予約） ゆとろ 9時30分～11時		老暮の会（毎週木曜日開催） ゆとろ 13時～16時 フレイル予防教室ふとみ（要予約） 西コミ 9時30分～11時
9	集団健診（要予約） ゆとろ 7時～10時	集団健診（要予約） ゆとろ 7時～10時	行政相談窓口開設 消費生活相談室 9時～11時 法律相談（要予約） ゆとろ 13時30分～
総務文教常任委員会 かすみ草の集い 西コミ 10時～12時 詳細 P16	産業厚生常任委員会 詳細 P16	本会議 詳細 P16 すくすく相談（要予約） ゆとろ 10時～16時 こころの健康相談（江別保健所） 13時30分～16時	本会議 詳細 P16 1歳6か月・3歳児健診 西コミ 13時～14時 年金事務所出張相談（要予約） 商工会館 10時～15時 フレイル予防教室ふとみ（要予約） 西コミ 9時30分～11時
友遊会 ゆとろ 10時～12時	フレイル予防教室（要予約） ゆとろ 9時30分～11時 健診結果説明会 ゆとろ 9時30分～12時	歯科健診・フッ素塗布（要予約） 西コミ 13時20分～16時 教育委員会定例会 役場 14時～	バウンドテニス初心者講習会 総体 9時30分～12時
町道民税・森林環境税および固定資産税・都市計画税（第1期分）の納期限 100日チャレンジ測定会（要予約） ゆとろ 9時30分～19時	当別町長選挙 告示日 詳細 P14 100日チャレンジ測定会（要予約） ゆとろ 9時30分～19時 健診結果説明会 ゆとろ 9時30分～12時	当別町長選挙 期日前投票 役場 8時30分～20時 5日まで 詳細 P14	4か月・10か月児健診 ゆとろ 13時～14時 BCG 予防接種 ゆとろ 13時20分～13時40分

当別町役場

平日 8時45分～17時15分
白樺町 58 番地 9
(☎ 23 - 2330)

戸籍・住民票・印鑑証明
住民課戸籍年金係
(☎ 23 - 2463)

国民健康保険・後期高齢者医療
住民課国保・後期高齢者医療係
(☎ 23 - 2467)

住民税・軽自動車税
税務課税務係
(☎ 23 - 2332)

所得（課税）証明
税務課税務係
(☎ 23 - 2332)

固定資産税・評価（公課）証明
税務課資産税係
(☎ 23 - 2333)

納税相談・納税証明
税務課納税係
(☎ 23 - 2341)

消費生活相談
環境生活課町民生活係
(☎ 23 - 3209)

ごみ・リサイクル
環境生活課環境対策係
(☎ 23 - 2503)

上水道・下水道
上下水道課業務係
(☎ 22 - 2411)

町営住宅
建設課建築住宅係
(☎ 23 - 3147)

西当別支所

平日 8時45分～17時15分
太美町 1470 番地 4
サツドラ当別太美店内
(☎ 26 - 3190)

各種証明発行
各種税金・料金収納
ごみ処理依頼書交付 など

※日程や会場が変更となる場合がありますので、
最新情報はホームページなどでご確認ください。

金	土	日
		<江別市急病当番医> 深和会江別病院 ★ 382-1111、9時～17時 松尾こどもクリニック ♥ 384-8819、9時～17時
議会運営委員会 詳細 P16		<江別市急病当番医> 大麻内視鏡内科クリニック ♠ 386-3366、9時～17時
本会議 詳細 P16 1歳6か月・3歳児健診 ゆとろ 13時～14時	教科書展示会 詳細 P8 鮮魚亀市出店 詳細 P22	鮮魚亀市出店 詳細 P22 <江別市急病当番医> 野幌病院 ★ 382-3483、9時～17時 あずま子ども家庭クリニック ♥ 385-2500、9時～17時
本会議 詳細 P16 Dカフェ ゆとろ 13時30分～15時		第40回夏至祭 詳細 P6 集団健診（要予約） ゆとろ ①7時～11時、 ②12時45分～14時 <江別市急病当番医> おくの内科胃腸科クリニック ♠ 381-0501、9時～17時
農業委員会総会 第二庁舎 16時～ 100日チャレンジ測定会（要予約） 西コミ 10時～14時	バウンドテニス初心者講習会 総体 19時～21時	第46回当別町ゴルフ大会 詳細 P20 <江別市急病当番医> 友愛記念病院 ★ 383-4124、9時～17時 ウルトラ内科小児科クリニック ♥ 688-8801、9時～17時
	当別町長選挙 期日前投票 西当別支所 8時30分～17時 詳細 P14	当別町長選挙 各投票所 7時～20時 詳細 P14 阿蘇岩ウォーキング 詳細 P21 <江別市急病当番医> あさひ町南大通クリニック ♠ 383-9816、9時～17時

各種連絡先

法律相談
ゆとろ・保健福祉課福祉係
(☎ 23-3019)

年金事務所出張相談
札幌北年金事務所予約窓口
(☎ 011-717-4112)

心の健康相談
女性の健康相談
江別保健所
江別市錦町4番地の1
(☎ 011-383-2111)

ひきこもり相談
当別町社会福祉協議会
西町32番地2 ゆとろ内
(☎ 22-2301)

障がい相談
障がい者総合相談支援センター
ななかまど 弥生51番地38
(☎ 23-1917)

各種施設

総合体育館
月曜日休館（祝日の時は翌日）
9時～21時30分
白樺町2792番地
(☎ 22-3833)

白樺コミュニティセンター
月曜日休館（祝日の時は翌日）
9時～21時
白樺町2792番地1
(☎ 23-2511)

西当別コミュニティセンター
月曜日休館（祝日の時は翌日）
9時～22時
太美町22番地7
(☎ 26-3300)

当別町図書館
月曜日休館（祝日の時は翌日）
10時～17時
錦町1248番地7
学習交流センター内
(☎ 23-0573)

当別町図書館西当別分館
月曜日休館（祝日の時は翌日）
10時～21時（閲覧以外は17時まで）
太美町22番地7
西当別コミュニティセンター内
(☎ 26-3300)

ゆとろ

平日8時45分～17時15分
西町32番地2
(☎ 25-2661)

各種健診・健康相談
保健福祉課健康推進係
(☎ 23-4044)

児童手当・子ども医療費助成
保健福祉課福祉係
(☎ 23-3019)

介護サービス
介護課介護保険係
(☎ 23-3029)

高齢者支援サービス
介護課高齢者支援係
(☎ 27-5131)

障がい者（児）福祉
介護課障がい支援係
(☎ 25-2665)

あそびのひろば・子育て相談
子ども未来課子育てサポート係
(☎ 25-2658)

福祉総合・介護・認知症相談
地域包括支援センター
(☎ 25-5152)

※江別市急病当番医について（市外局番 011）

★…内科のみ、♥…小児科のみ、♠…乳児事前連絡必要

色とりどりの創造力

5月10日 とうべつ学園

近藤瑠美さんが講師の「パステルアート教室」が開催され、12名の子どもたちが参加しました。色とりどりのパステルを使って、自由な発想で描かれる作品は、参加者一人ひとりの個性と感性が光るものばかり。黙々と取り組む子や「ここはこの色にするとかわいい」「笑った顔にするの」など教えてくれながら作る子も。色とりどりの作品が並び、創造力あふれる時間となりました。



北海道米収穫の秋に向けて

5月19日 いなむら農場

東裏の稲村英樹さん経営の農場にて、鈴木直道北海道知事による田植え体験が実施されました。機械での田植え作業を体験した鈴木知事は、米の品薄が続く中で、生産性を上げるための技術を活用して作付面積を増やすなど、生産者の日々の努力に感謝したいと話しました。また、あらゆる機会を通じて、生産や販売に関わる方々と一緒においしい北海道米をPRしていきたいと、秋の収穫に向けて期待を膨らませていました。



右見て左見て、手を挙げて！

5月8日 認定こども園おとぎのくに

認定こども園おとぎのくにで札幌方面北警察署の警察官や交通安全指導員を講師に迎え、交通安全教室が実施されました。園児たちは、信号機や横断歩道を模したセットを使い、実際に横断歩道を渡る体験を通して、交通ルールを守ることの大切さを学びました。「とべのすけ」と北海道警察マスコットキャラクターの「ほくとくん」も登場し、〇×クイズを通して交通事故に遭わないためのポイントを一緒に確認。園児たちは、笑顔で元気よく横断歩道を渡り、教わった交通ルールをこれからも守ることを皆で約束しました。



町公式ホームページ・SNS

ホームページ X (旧 twitter) Facebook

LINE



@town_tobetsu

■人の動き 5月1日現在 ※ () は前月との比較

人口	15,014人 (27人増)	男	7,334人 (1人増)
世帯	7,764世帯 (26世帯増)	女	7,680人 (26人増)

編集・発行 当別町デジタル都市推進課広報広聴係 広報「とうべつ」 6月号 令和7年6月1日発行 通巻 861号

※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。