



## まちひと百景

### 認定こども園 おゆうぎ会

11月20日(日)苫前町公民館で認定古丹別こども園のおゆうぎ会が開会された。数多くの衣装に身を包み、練習してきた踊りや歌を大きな舞台上で披露する小さな園児たちの幼気な姿に観客も自然と笑みがこぼれる様子であった。

27日(日)には認定苫前こども園でおゆうぎ会が開会された。ステージの上で泣かずに頑張っていた1,2歳児の遊戯や5歳児による音楽劇など様々な演目に側転などの大きな動きに観客たちも一緒に楽しみながら観賞していた。

- 苫前町表彰式・・・2
- シリーズ苫前商業高等学校 ほか・・・3
- 三浦綾子生誕100年記念事業 ほか・・・4
- 年末年始の各施設・機関の業務ほか・・・5
- 健康ばんざい・・・6
- 介護保険ガイド・・・7
- 国民年金 ほか・・・8
- 学びの広場・・・9
- 住まいる情報・・・10～13
- 令和3年度町の決算について・・・14～15
- 町作品展ギャラリー・・・16



### まちの人口

人口/2,852人(男/1,387人:女/1,465人)  
世帯数/1,479世帯 (11月30日現在)

URL:<http://www.town.tomamae.lg.jp>

苦前町の発展に功績のあった方々を表彰

# 令和4年度 苦前町表彰式

11月3日、令和4年度苦前町表彰式が苦前町公民館で挙行された。

本町発展の礎となられ、各分野でご尽力された受賞者の方々に、心からの賞賛と感謝を町民の皆様とともに捧げ、お祝い申し上げます。

町では苦前町表彰条例に基づき、地方自治、産業経済、教育文化、社会福祉などのあらゆる分野で功績のあった方々をはじめ、永年勤続者で業務に精励された方、多額の寄附をされた方などを表彰しており、例年11月3日にあわせて表彰式を挙行している。

今年度の表彰は、産業功労・教育文化スポーツ功労における功労表彰に2名、自治・社会福祉における勤続表彰に2名が受賞され、そして町政振興のために寄附をされた2名(団体)に感謝状が授与された。表彰式では、福士敦朗町長より「本町発展のためあらゆる分野で献身的なご助力、ご協力を続けられている方、町政振興のため、善意を寄せられる方が数多くいることは、郷土愛の表れで町の誇り。厳しい社会情勢のなか今後とも町民の幸せと町政のさらなる発展のため、一層の努力を誓い、今後とも貴重な経験をもってご支援、ご協力を賜りたい」と式辞が述べられた。

また阿部俊一町議会議長からは「口頃から本町発展にご尽力いただいたことに対し、敬意を表し、深く感謝申し上げます。苦前町をより豊かな町としていくために、皆様方のお力添え、ご協力を賜りながら、あらゆる分野において一層力を注いでいく所存です」との祝辞があり、受賞者代表として功労表彰を受賞した松原幸博さんが「表彰の荣誉を賜りましたこと、身に余る光栄と存じ厚くお礼申し上げます。この栄えある日の感激を忘れることなく、これからも微力を尽くして参る所存です」と謝辞を述べられていた。

なお、満80歳以上で町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献された31名にも感謝状と記念品が贈られることとなり、町長がそれぞれの御自宅を訪問し、授与を行った。

受賞者は、次のとおり。

(敬称略)

## 令和4年度苦前町表彰

### ◆功労表彰

〔産業功労〕

松原 幸博 (九重)

永きにわたり(旧)苦前町農協の代表理事組合長を務め、本町の農業発展と農協運営に多大な貢献をされ、農協合併に尽力した。

〔教育文化スポーツ功労〕

池田 民治 (古丹別)

本町教育委員として4期14年にわたり教育行政の振興発展に貢献した。

### ◆勤続表彰

〔自治関係〕

石井 正氣 (栄浜)

駐在員として15年以上にわたり地域の町民に対する伝達事項及び調査関係事務などに尽力している。

〔社会福祉関係〕

加藤 隆雄 (古丹別)

社会構成員として10年以上にわたり地域社会及び住民福祉の向上に尽力している。

### ◆感謝状

〔寄附〕

伊藤 順一 (古丹別)

一般社団法人旭川地区トラック協会  
留萌支部 (旭川市)

町に寄附をし、町政の振興に寄与した。

〔永年在住〕

荒関三重子、伊藤知恵子、伊藤博之  
伊藤正夫、大川つゑ子、大川のぶゑ  
大橋秀夫、加藤興一、木山富子  
久保明、久保澄子、黒田みち  
小笹冷子、斉藤房子、佐藤嘉代子  
清水富美子、鈴木信子、関野慶子  
田口京子、竹内良一、千代谷安子  
永田紀男、成川富貴子、丹羽エミ子  
花井勉三、牧野チヨ、向野嘉壽  
村上豊幸、森利男、湯浅武雄  
渡部一男

満80歳以上で苦前町内に60年以上在住し、家業等を通じ町の発展に貢献した。



### 「ある日の放課後」

11月ある日の放課後。清掃を終えた生徒たちが、あちこちの教室に散らばっていきます。

11月は商業関係の検定ラッシュ。検定に向けて毎日講習を行っています。また、同時進行で、12月3日に本校で実施する体験発表会への準備をしている生徒、就職・進学試験にむけて面接の練習や履歴書書き、レポートの作成をしている生徒等、ほとんどの教室で遅くまで明かりが灯っています。中には、これらをかけもちしている生徒もおり、それぞれ自分の中でスケジュールをたてながら取り組んでいます。



検定については、今年度から3級以上を取得した生徒に対して、苫前町が検定料を補助していただけることになりました。取得した資格は、進学就職時のみならず、働く上でとても役に立つものばかり。例えば簿記。今は会計ソフトがあたり前の時代ではありますが、簿記を理解することによって、企業の経理事務に必要な知識だけではなく、財務諸表を読む力や経営管理や分析力が身に付きます。コストに関する感覚も身につくことから、社会人となって役に立つ学びともいえます。年間で実施される検定は決まっていることから、生徒たちは3年間を通してひとつひとつ資格を取ることができるよう取り組んでいます。中学校時代は経験することが少ない検定取得。合格した喜びは、さらに上を目指していこうという意欲につながっています。残念ながら合格できなかった場合も、どこでつまづいたかを個別に先生から学ぶことができるのは、少人数の本校ならではの取り組みと言えます。

また卒業後に進学を考えている場合、資格取得をしていることが大学の推薦入試の条件であったり、入学金や授業料の免除を受けることができる場所もあり、有利になります。

講習を受けている生徒からは「一斉授業の中でわからなかったところをじっくり教えてもらえるのがうれしい」「自分がどこでつまづいているか明らかにできる」「自分だけではなかなか取り組めないけれど、友達が勉強している姿に自分も頑張るぞと思える」という声を聞きました。高校に入学して全員が初めて学ぶのが商業科目。勉強はちょっと苦手だなと思って入学してきた生徒も全員がゼロからスタートするので、商業科の勉強をきっかけに学ぶ楽しさに目覚め、卒業後進学を決めた生徒もたくさんいます。経済の国際化やサービス化の進展、情報通信技術の進歩など、経済社会は大きく変化している今日。中学生の皆さん、ぜひ本校で経済社会の基礎を学びませんか？

文・写真：苫前商業高校地域連携委員：瀧川 直子

### 牛やミルクのある風景絵画コンクール



このコンクールは、北海道の小中学生に酪農や乳製品に関心をもってもらおうと毎年開催され、苫前中学校(西山智章校長)から3年生の岩崎志音さんが北海道教育委員会教育長賞を受賞した。

北海道教育委員会教育長賞受賞の岩崎さんは「牛のお腹に反射している草の緑色をうまく表現することができた。1位を取りたい思いもあるが、受賞できたことは嬉しい」と悔しさをにじませながらも受賞の喜びを語っていた。

その他苫前・古丹別中学校からの入賞・入選者は次のとおり

池田倅さん	… 金賞
宮前英煌くん	… 銀賞
新村凌臥くん	… 銅賞
杉本優希乃さん	… 入選

### 古丹別・苫前中学校定期演奏会 開演

11月3日に古丹別中学校吹奏楽部による定期演奏会が開催された。J・P・Oなどの様々な曲の演奏に観客参加の企画も行われていた。引退セレモニーも行われ、3年生の池田倅さんと村上芽華さんから「最後に今のメンバーと演奏できたことが嬉しくて何より楽しかった」と挨拶があり、観客から盛大な拍手が送られていた。

11月5日には、苫前中学校吹奏楽部による演奏会が開催され、部員9名で様々な曲が演奏され、大いに盛り上がっていた。

引退となる3年生の岩崎志音さんと坂本あいかさんからは「演奏を聴きに来ていただきありがとうございます。みんなと演奏できて楽しかったです」と思いが語られていた。



## 三浦綾子生誕100年記念 図書贈呈事業～苫前中学校～

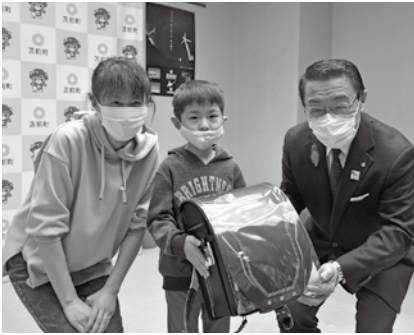


贈呈されたのは、本文を横書きにし、漢字全てに振り仮名が振られており、多くの人が読みやすい特別に製本されたものとなっている。

同校にて三浦綾子記念文学館賛助会員である伊藤通康さんから苫前中学校の大田蒼輔生徒会長をはじめとした生徒会役員3名へ「氷点」「塩狩峠」など三浦綾子作品6冊が手渡された。

11月10日(木)、同校にて三浦綾子記念文学館から苫前中学校に6冊の図書の贈呈があった。

## 新入学一年生へ池山氏からのランドセルを贈呈



受贈者一覧  
 ・大西結稀くん(古丹別)  
 ・助石慶人くん(古丹別)  
 ・芳賀結月くん(昭和)  
 ・若月徠煌くん(苫前)

東京ヤクルトスワローズ二軍監督である池山隆寛氏から苫前町の子どもたちにランドセル10個の寄贈があり、希望のあった令和5年度新入学1年生4名への贈呈式が、11月21日(月)に町役場町長室にて行われた。ランドセルを受け取った新一年生の助石慶人くんは、小学校に行ったら何をしたいかの問いに「勉強を頑張りたい」と答え、福土町長から「毎日ランドセルを背負って元気に登校して遅しく成長してください」とのエールを送られていた。

## とままえ産新米「ななつぼし」を町の子ども達に

今年寄贈された新米は11月から学校給食で提供されている。

また開発教育長は「給食の際にとままえ産米だとPRして、子ども達に食を通して地元を感じてほしい」と述べていた。

10月26日(水)るもい農業協同組合苫前水稻推進部会(村上親之部会長)の3名が苫前町役場を訪れ、今年収穫された新米「ななつぼし」3俵(180kg)が町内の子ども達へと贈られた。



## 地域社会貢献事業 まちの施設を整備していただきました

### 認定苫前こども園職員駐車場のアスファルト舗装

堀松建設工業株式会社(堀松和彦代表取締役社長)と株式会社北建舗道(野崎寿代表取締役社長)が10月12日に認定苫前こども園職員駐車場におけるアスファルト舗装整備を地域社会貢献として実施していただきました。ありがとうございました。



### 九重地区コミュニティセンターの砂利敷

渡部工業株式会社(渡部和人代表取締役)が11月2日(水)に九重地区コミュニティセンター北側周辺の砂利敷を地域社会貢献として実施していただきました。ありがとうございました。



### とままえ温泉ふわっと前公園内の東屋撤去作業

苫前漁港東外防波堤建設工事を実施のハラダ工業株式会社(藤野徹弥代表取締役)が11月8日(火)にとままえ温泉ふわっと前公園内の東屋撤去作業を地域社会貢献として実施していただきました。ありがとうございました。



### 認定古丹別こども園園庭の張芝作業

昭和羽幌境界線融雪災害復旧工事を実施のハラダ工業株式会社苫前支店(滝本和浩取締役苫前支店長)が11月11日(金)に認定古丹別こども園園庭における張芝作業を地域社会貢献として実施していただきました。ありがとうございました。



## 国道239号霧立防災現場見学会



10月28日(金)平成28年より着工されている「国道239号霧立防災」の一部が完成したことに伴い、霧立峠トンネルの現場見学会が行われ、福士町長をはじめ来賓や留萌開発建設部、施工業者など、多くの関係者が出席されていた。

平成24年に大規模な地滑りにより通行止めとなったことなどから、危険箇所や落石・雪崩による通行規制区間の解消のため、安全な通行の確保を目的に延長4.9kmのトンネルが作られている。

式典では、主催者を代表し福士町長から「関係各位のご尽力により霧立防災事業における霧立峠トンネル開通の見通しが立った。最後まで一連の工事が安全に施工されることを祈念いたします」との挨拶があった。

## お知らせ 年末年始の町内各施設・機関の業務

年末年始の町内各施設・機関の業務については、下記のとおりとなっております。なお、ご不明な点などありましたら、各担当窓口までお問い合わせ下さい。

### ゴミ収集車の運行

- 年末 12月30日(金)まで平常どおり収集
  - 年始 1月4日(水)から平常どおり収集  
※1月4日収集の古丹別地区粗大ごみは、12月30日までにお申し込み願います。
- 【お問合せ】  
住民生活課  
環境生活係  
☎64-2213



### し尿くみ取り業務

- 年末 12月23日(金)まで平常どおり営業
  - 年始 1月6日(金)から平常どおり営業  
※12月16日以降の申込みは、年内のくみ取りができない場合があります。お申し込みは、**苫前環境産業(有) 64-2939**へお願いします。
- 【お問合せ】  
住民生活課環境生活係  
☎64-2213

### 歯科診療所の診療

- 年末 12月24日(土) 苫前 } いずれも午前のみ診療  
12月26日(月) 古丹別 }
  - 年始 1月3日(火) 苫前 } いずれも午後からの診療  
1月4日(水) 古丹別 }
- 休診の間、緊急のみ電話対応いたします。11時～12時 ☎65-3987
- 【お問合せ】  
古丹別歯科診療所 ☎65-3987  
苫前歯科診療所 ☎64-2234

### 患者輸送車の運行

- 年末 12月29日(木)まで平常どおり運行
  - 年始 1月4日(水)から平常どおり運行
- 【お問合せ】  
保健福祉課保健係  
☎64-2215

### ななかまどの館

- 年末 12月29日(木)まで平常どおり営業
  - 年始 1月6日(金)から平常どおり営業
- 【お問合せ】  
ななかまどの館  
☎65-4351

### とままえ温泉ふわっと

- 年末・年始も平常どおり営業
- 【お問合せ】  
とままえ温泉ふわっと  
☎64-2810



### 役場・古丹別支所業務

- 年末 12月30日(金)まで平常どおり
  - 年始 1月6日(金)から平常どおり
- 【お問合せ】  
住民生活課住民係  
☎64-2213  
古丹別支所  
☎65-3311



### 公民館

- 年末 12月30日(金)まで平常どおり
  - 年始 1月6日(金)より平常どおり
- 【図書室・スポーツセンター】
- 年末 12月30日(金)まで平常どおり
  - 年始 1月6日(金)より平常どおり
- 【お問合せ】  
苫前町公民館 ☎65-4076



### 苫前クリニック 苫前厚生クリニック

- 苫前クリニック(苫前)
- 年末 12月30日(金)午前のみ
  - 年始 1月4日(水)から平常どおり
- 【お問合せ】  
苫前クリニック ☎64-9070
- 苫前厚生クリニック(古丹別)
- 年末 12月29日(木)まで平常どおり
  - 年始 1月4日(水)から平常どおり
- 【お問合せ】  
苫前厚生クリニック ☎65-3535

『新・健康生活のススメ』と  
特定健康診査について  
今月の担当は新田保健師長です

今回は、健康管理と特定健康診査について、紹介します。昨年10月15日、厚生労働省健康局が、コロナ下での「新・健康生活のススメ」を発表しました。リーフレットの電子媒体が同省のホームページに掲載されており、ダウンロードすることが出来ます。

このリーフレットは、一般向けと自治体・企業・団体向けの2種類あり「おうち時間を『健康づくり』のきっかけに！3つの密（密閉・密集・密接）の回避、少人数での飲食外出など、日常生活のあらゆる場面に変化が生じていま

す。生活も、世の中も、大きく変わった今は健康づくりのチャンスです。この機会に『新・健康生活』を初めてみませんか」と、呼びかけています。

一般の方向けのリーフレット（下記参照。2021年10月15日版「抜粋」）は、A3二つ折りとなっており、コロナ下での『新・健康生活』におけるポイントを示していますので、再度御紹介します。リーフレットは、同省のホームページからダウンロードすることが出来ます。

おうち時間で始めるコロナ下での  
『新・健康生活』のススメ



町内での特定健康診査結果について  
町では、6月と10月の年2回集団健診を実施しています。今年度は、昨年度よりも多くの町民の方々に受診いただきました。結果通知・説明会を終りました。

結果説明会に在所いただきたい方からは「夏は痩せやすいが、秋から春にかけては体重が増えやすい」「一人暮らしなので冷凍野菜やカット野菜

を上手に使うようになった」「夕食後の間食を控えたらおなか周りがスッキリした」「油の摂取を控えたので、野菜炒めから、レンジを使用しての蒸し料理をするようになった」等の声がありました。

健診結果からは、30〜40歳代では肥満の基準となるBMIが25以上（※体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)から計算）や腹囲が男性で85cm以上、女性で90cm以上に該当す

る方が多く、50歳以上では、HbA1c（過去1〜2か月の平均的な血糖の状態を調べる項目）の値が高く、受診者の半数を超えていました。

今後の健康管理  
自宅で健康状態を確認する手立てとして、毎日の体重測定（減量したい方は朝夕の2回測定）と血圧測定を行い、年1回の健診受診をおすすめします。

健康習慣を身につけるために  
できることから始めましょう！

「おうち時間」を「健康づくり」のきっかけに！  
生活も、世の中も、大きく変わった今は健康づくりのチャンスです。

『新・健康生活』6つのススメ

- スズメ ① 運動**  
毎日プラス10分の身体活動  
移動時のはや歩き、料理や掃除、庭いじりなど、日常でのからだの動きを増やしましょう。  
新コロナ下でのポイント  
テレワークなどで外出機会が減り、身体活動量も減りがちなので、座っていても、できれば30分ごとに3分程度、少なくとも1時間に5分程度は、立ち上がったからだを動かしましょう。
- スズメ ② 食事**  
適切な食生活で、からだの調子を整える  
主食・主菜・副菜は健康な食事の第一歩。食事をおいしく、バランスよくとりましょう。  
新コロナ下でのポイント  
おうちで食事をする機会が増えたことをきっかけに、食事の内容を見直してみませんか。お弁当や中食を活用する際は、主食・主菜・副菜を組み合わせさせてみましょう。
- スズメ ③ 禁煙**  
喫煙習慣を見直す  
喫煙や受動喫煙により、肺がんや心臓病、脳卒中、COPD（慢性閉塞性肺疾患）等にかかりやすくなります。  
新コロナ下でのポイント  
気になっていてもつい先延ばしにしてしまう禁煙。世の中の変化を禁煙のきっかけにしませんか。
- スズメ ④ 飲酒**  
飲酒に伴う  
からだへの健康影響を知る  
休肝日を設けるなどして、からだに負担をかけないようにしましょう。  
新コロナ下でのポイント  
お酒（アルコール）を分解する能力は人によって違います。飲めないのに無理して飲むことはやめましょう。外食が減りおうちの食事が増えて、お酒を飲む機会が変化してきました。これをきっかけに、お酒との付き合い方を考えてみませんか。
- スズメ ⑤ 睡眠**  
良い環境づくりで、質の良い睡眠を目指す  
就寝前は明るい光を避けるなどして、睡眠の質を高めましょう。  
新コロナ下でのポイント  
おうち時間が増え、生活リズムが乱れがちです。十分な睡眠時間をとって、からだを心で健康に保ちましょう。
- スズメ ⑥ 健診・検診**  
定期的にからだの状態を知り、病気になるリスクを早期発見  
健診と検診を受けて、からだの状態を知ることが、健康づくりの入口です。  
定期健康診断、特定健診など  
各種がん検診など  
新コロナ下でのポイント  
コロナ下で外出を控え、受診を運んでいる間も生活習慣病やがんは進行しています。あなたの命を守る貴重な機会を、どうか活かさないでください。

## 介護保険で利用できるサービスについて

### 【福祉用具購入費の支給について】

日常生活の自立を助けたり、介護者の負担を軽くするために購入した特定福祉用具（入浴や排せつのために用いる貸与になじまないもので厚生労働大臣が定めるもの）の購入に対し、申請に基づき、支払金額の9割（一定以上所得者は8割または7割）が介護保険の給付費として払い戻しされるサービスです。

#### ○支給の対象

- ・腰掛便座（ポータブルトイレ、便座の底上げ部材を含む）
- ・特殊尿器（自動排せつ処理装置の交換部品） ・簡易浴槽
- ・入浴補助具（浴槽用手すり、入浴用いす、入浴用介助ベルト等） ・移動用リフトのつり具

#### 【※ご注意ください※】

- ・ご自身に適した福祉用具を選ぶためにも、購入前に、担当ケアマネージャーまたは地域包括支援センターへご相談ください。
- ・福祉用具販売の指定を受けている事業所から購入した場合にのみ保険給付の対象となります。
- ・要介護度にかかわらず、毎年4月から翌年3月までの1年間で10万円（支給は9万円～7万円）が上限額となります。同一品目は原則1年に1回のみが支給対象です。

### 【住宅改修費の支給について】

介護に必要な手すりの取付け、段差解消などの小規模な住宅改修を行う場合、厚生労働大臣が定めた改修の種類であれば、申請に基づき、支払金額の9割（一定以上所得者は8割または7割）が介護保険の給付費として払い戻しされるサービスです。

苫前町では、本制度を利用する際に「償還払い」のほか、一時的な負担軽減を行い住宅改修制度を利用しやすくするため、「受領委任払い※」制度を定めています。（詳細は手続きの流れをご覧ください）

#### ○支給の対象

- ・手すりの取付け ・段差の解消 ・引き戸などへの扉の取り替え
- ・滑りにくい床材及び移動しやすい床材又は通路面の材料の変更 ・洋式便器などへの便器の取替え
- ・その他上記の住宅改修にともなって必要となる改修工事

#### ○手続きの流れ

	償還払い	受領委任払い
①相談・検討	ケアマネージャー等に相談します。	ケアマネージャー等に相談し、本制度の登録事業者を選びます。
②申請	工事を始める前に、住宅改修が必要な理由書や申請書、改修予定箇所の写真（日付入）等、必要書類を提出し、改修の申請をします。	
③工事・支払い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・審査結果を受けてから着工します。</li> <li>・改修後、写真を撮影します（日付入）。</li> <li>・改修費用をいったん全額自己負担して事業者を支払います。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・審査結果を受けてから着工します。</li> <li>・改修後、写真を撮影します（日付入）。</li> <li>・改修費用の1割～3割を事業者を支払います。</li> </ul>
④工事完了の手続き	工事が完了したら、領収書や改修が完成した写真（日付入）等を提出します。	工事が完了したら、1割～3割分の領収書や改修が完成した写真（日付入）等を提出します。
⑤改修費の支給	支給決定通知書が届いた後、指定口座へ9割～7割分の住宅改修費が振り込まれます。	支給決定通知書が届いた後、登録事業者へ9割～7割分の住宅改修費が振り込まれます。

#### 【※ご注意ください※】

- ・事前申請が必要です。担当ケアマネージャーまたは地域包括支援センターへご相談ください。
- ・改修後の申請はお受けできません。
- ・要介護度にかかわらず、20万円（支給は18万円～14万円）が上限額となります。
- ・介護保険被保険者証に記載された住所での改修が対象となります。
- ・住宅の新築に伴う改修やリフォームは支給対象になりません。
- ・転居や要介護度が著しく高くなった場合は、再度支給を受けることができます。

お問合せ 苫前町保健福祉課福祉係 (☎64-2215)



国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。  
20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金のポイント

- ☑ **将来の大きな支えになります！**  
国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。
- ☑ **老後のためだけのものではありません！**  
国民年金は、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

国民年金保険料のお支払い

- ☑ **国民年金の保険料**  
国民年金第1号被保険者及び任意加入被保険者の1か月当たりの保険料は16,590円です。（令和4年度）
- ☑ **「付加年金制度」があります！**  
定額保険料（16,590円）に月額400円の付加保険料を上乗せして納めると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算され、年金額を多く受け取れます。
- ☑ **「前納割引制度」があります！**  
保険料をまとめて前払い（前納）すると、割引が適用されるのでおトクです。
- ☑ **口座振替・クレジットカードでのお支払い**  
口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省け、納め忘れも防ぐことができます。さらに、「早割（当月末納付）」や「前納」で納めると、保険料が割引されます。

「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

- ☑ **「学生納付特例制度」**  
学生の方は、ご本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予される制度です。対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。
- ☑ **「納付猶予制度」**  
学生でない50歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予される制度です。

お問合せ 苫前町住民生活課 ☎0164-64-2213 留萌年金事務所 ☎0164-43-7211

# 歳末特別警戒

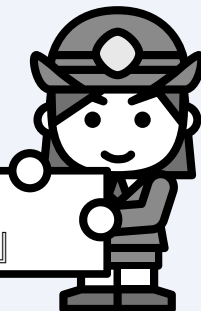
## ファイヤー通信

実施期間12月25日(日)～31日(土)

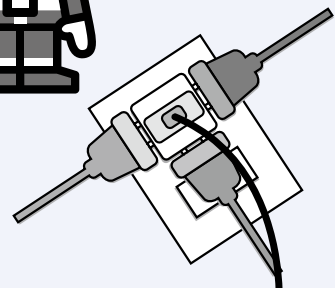


全国統一防火標語

『お出かけは  
マスク戸締り 火の用心』



年末の大掃除の  
際に注意して  
確認しましょう。



—電気火災に気を付けましょう—

古いコードをたこ足配線等で使用していませんか？

安全に使用し、火災を起こさない方法として

- ・コードを曲がった状態で使用しない。
- ・傷んだ電気コードは新しいものに取り換える。
- ・電気プラグがしっかり差し込まれているか確認する。
- ・冷蔵庫、テレビ、洗濯機等の常に差しっぱなしのコンセントは埃がたまりやすいので定期的な掃除をする。

火事・救急は119番！

北留萌消防組合消防署 苫前支署 ☎ 64-2321  
古丹別支署 ☎ 65-4119