

介護保険を利用しやすくするために 利用者負担の軽減制度があります

● 1か月の利用者負担が上限額を超えたとき

同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が下表の上限額を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費等」として後から支給されます。申請する際は、市区町村に「高額介護サービス費等支給申請書」を提出してください。

◆利用者負担の上限額（1か月）

利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
●現役並み所得者※1	44,400円
●一般	44,400円※2
●住民税世帯非課税等	24,600円
●合計所得金額および課税年金収入額の合計80万人以下の人 ●老齢福祉年金の受給者	15,000円（個人）
●生活保護の受給者 ●利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合	15,000円（個人） 15,000円

※1 同一世帯に課税所得145万円以上の65歳以上の人がいて、その世帯の65歳以上の人の収入が単身の場合は383万円以上2人以上いる場合520万円以上ある世帯の人。

※2 同じ世帯のすべての65歳以上の人（サービスを利用していない人も含む）の利用者負担が1割の世帯には、平成29年8月から3年間に限り、年間446,400円（37,200×12か月）を上限とする緩和措置があります。

●介護保険と医療保険の利用者負担が高額になったとき

介護保険と医療保険の両方の利用者負担が高額になった場合は合算することができます（高額医療・高額介護合算制度）。介護保険と医療保険のそれぞれ月の限度額を適用後、年間（8月～翌年7月）の利用者負担を合算して下表の限度額を超えたときは、申請により超えた分が後から支給されます。

[改正点] 平成30年8月から、70歳以上の人がいる世帯の所得区分が変更されます。

◆高額医療・高額介護合算制度の利用者負担限度額〈年額/8月～翌年7月〉

所得基礎控除後の総所得金額等		平成30年7月算定分まで			平成30年8月算定分から		
70歳未満の人がいる世帯	所得区分	70～74歳の人がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受けている人がいる世帯	所得区分	70～74歳の人がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受けている人がいる世帯	
901万円超	212万円	現役並み所得者	67万円	212万円	課税所得690万円以上	212万円	212万円
600万円超 901万円以下	141万円	一般	56万円	141万円	課税所得380万円以上	141万円	141万円
210万円超 600万円以下	67万円	低所得者Ⅱ	31万円	67万円	課税所得145万円以上	67万円	67万円
210万円以下	60万円	低所得者Ⅰ※	19万円	60万円	一般	56万円	56万円
住民税非課税世帯	34万円				低所得者Ⅱ	31万円	31万円
					低所得者Ⅰ※	19万円	19万円

※低所得者Ⅰ区分の世帯で介護保険サービスの利用者が複数いる場合は、限度額の適用方法が異なります。

●毎年7月31日時点で加入している医療保険の所得区分が適用されます

●支給対象となる人は医療保険の窓口の申請が必要です

マイプランをしつかりと国民年金 「配偶者の手続きをお忘れなく！」



会社を退職したときなどは、国民年金に関する届出・お手続きが必要になる場合があります。お手続きを忘れると、将来の年金額などに影響がでることもありますので、必ずお手続きをお願いします。

手続きの際は、印鑑や年金手帳、また個人番号のわかるもの、個人を証明するもの（免許証など）が必要な場合がありますので、ご不明な点はお問合せください。

会社を退職したら本人も配偶者も

これまで、会社に勤めていたあいだ厚生年金（共済含む）をかけていた方（第2号被保険者）が退職された際は、国民年金（1号被保険者）に加入となりますので、必ず1号被保険者の資格取得届をしてください。また、第2号被保険者だった方が配偶者を扶養しており、これまで第3号被保険者となっていた配偶者の方も第1号被保険者となりますので、必ずあわせて届出をしてください。届出の際は、退職年月日のわかるもの（離

職票や会社の社会保険の資格喪失証明書など）を御持参ください。

退職後、会社の社会保険を任意継続する方も、上記のとおり国民年金への加入は必要ですので、お間違いのないようお願いいたします。

産前産後期間保険料免除 平成31年4月スタート

次世代育成支援の観点から、国民年金第1号被保険者が出産した際には、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除される制度が、平成31年4月1日から始まります。

#保険料免除期間

出産（予定）日が属する月の前月から4か月間（以下「産前産後期間」といいます。）の国民年金保険料が免除されます。多胎妊娠（双子など）の場合は、出産（予定）日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

ただし、免除期間は制度開始の平成31年4月分からになります。例えば、平成31年3月に出産した方は、4月、5

月分保険料のみ免除となりますので御了承ください。

ここで言う「出産」とは、妊娠85日（4か月）以上の出産をいい、死産、流産、早産された方を含みます。

#対象者

国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の方。

#申請方法

出産予定日の6か月前から申請することができます。苦前町役場または支所まで申請書を提出してください。出産前の場合は、母子手帳を御持参ください。

なお、提出ができるのは制度が開始となる平成31年4月1日以降となります。

#将来の年金額への影響

この産前産後期間の免除期間は、将来年金を受け取るための資格期間および年金額を計算する期間に含まれます（保険料を納めた期間と同じ扱い）。この免除をすることで、年金がもらえなくなったり、年金額が減ったりすることはありません。

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

ヒラメ放流式へのバス提供 ～三協建設（株）～

平成30年度苦前漁港海岸高潮対策工事を実施の三協建設株式会社（堀松秀樹代表取締役）が8月29日（水）にヒラメ放流式へのバス提供を地域社会貢献事業として実施しました。



ご相談・お問合せ

- 留萌年金事務所 0164-43-7211
- 苦前町税務町民課 64-2213

国民年金の支給開始年齢（誕生日の前日）になったら、裁定請求書は役場窓口までお持ちください。必要な書類が不明な場合は御相談ください。

架空請求における情報提供のお願い

全国での架空請求に関する相談件数が急増しており、消費者の財産被害は、事後的に救済することが困難であります。消費者庁では、消費者被害を未然に防ぐため、架空請求者の情報（請求者名・電話番号等）を収集し、警察庁や消費者庁、総務省との連携のもと電話等の利用停止など対策を講じることとしています。

つきましては、身に覚えのない請求等がございましたら、消費者ホットライン（局番なし）188へご相談いただくか、企画振興課商工観光係（消費生活担当）☎64-2212まで、ご連絡下さい。

まずは☎消費者ホットライン！

局番なし 188で確認しよう！



幼児教育セミナー「子育てに役立つアンガーマネジメント」参加者募集

未就学児を育てている保護者等を対象に、子育て応援講座を開催します。今年度のテーマはイライラの感情への対処法等を学ぶアンガーマネジメント講座です。ぜひご参加ください。



- 日時** 10月27日(土) 9:30~11:15
場所 認定苫前こども園
講師 日本アンガーマネジメント協会 北海道支部支部長 長谷川 恵 氏
内容 子育てに役立つアンガーマネジメントの手法
対象 未就学児を育てる保護者等 *対象外の方も後方にて受講が可能です
申込み 10月19日(金)までに苫前町公民館(65-4076)へお申し込みください

苫前町健康づくり支援事業「筋肉はお金では買えない宝物」参加者募集

バランスのとれた食事とトレーニング方法を習得して筋力アップしませんか?ベストボディ・ジャパン北海道大会入賞の経歴をもつ講師による本格指導が受けられます。



- 日時** 10月27日(土) 11:00~14:30
 ・筋肉と骨を育てる料理教室(ザンギ、チーズ入りサラダほか)
 ・筋肉トレーニング教室(参加者にあわせて指導します)
場所 苫前町公民館
講師 料理教室: 苫前町食生活改善協議会
 筋トレ教室: 学校法人三幸学園 札幌スポーツ&メディカル専門学校教員
 健康運動指導士 澤田友紀 氏
対象 一般町民
参加費 無料
申込み 10月18日(木)までに苫前町公民館(65-4076)へお申し込みください
その他 ・上履き、タオル、飲み物を持参し動きやすい服装でご参加ください
 ・スポーツ安全保険に加入してください
 ・11月3日(土)13:30~14:30に第2回「筋肉トレーニング教室」を実施します

新刊案内

【苫前町公民館図書室】

ストレスを操るメンタル強化術/メンタリストDaigo/KADOKAWA
 薬に頼らずめまいを治す方法/五島史行/アーチブメント出版
 冷凍保存ですぐできる絶品おかず/ワタナベマキ/家の光協会
 3日目のワインがいちばんおいしい/渡辺良平/新星出版社
 まんがでわかる天気痛の治し方/佐藤純/イースト・プレス
 道ひろく、海わたる、大谷翔平の素顔/佐々木亨/扶桑社
 「乳酸発酵漬け」の作りおき/荻野恭子/文化出版局
 和布と手作り 第5号/エフジー武蔵/エフジー武蔵
 人殺しの息子と呼ばれて/張江泰之/KADOKAWA
 おもしろ文明開化百一話/鳥越一郎/ユニプラン
 はっか油の愉しみ/前田京子/マガジンハウス
 はじめてのボックス水耕/岡部勝美/講談社
 仕事の問題地図/沢渡あまね/技術評論社
 「価格」を疑え/吉川尚宏/中央公論新社
 栄養まるごと/小田真規子/世界文化社
 万引き家族/是枝裕和/宝島社

【役場ロビー図書コーナー】

未来/湊かなえ/双葉社
 プロ野球大監督の金字塔/宝島
 かがみの孤城/辻村深月/ポプラ社
 長く高い壁/浅田次郎/KADOKAWA
 平凡な革命家の食卓/樋口有介/祥伝社
 ふたりからひとり/つばた英子/自然食通信社
 自分で防ぐ誤嚥性肺炎/稲本陽子/日本文芸社
 THE男前燻製レシピ77/岡野永佑/山と溪谷社
 そして、バトンは渡された/瀬尾まいこ/文藝春秋
 わずか10分『寝るだけ整体』/熊谷剛/海拓舎出版
 ベスト・エッセイ2018/日本文藝家協会/光村図書
 自分をいたわる暮らしごと/結城アンナ/主婦と生活社
 日常づかいのシナモン・レシピ/日沼紀子/産業編集センター
 愛犬のための症状・目的別 高齢犬ケア百科/須崎恭彦/講談社
 つまずかない、転ばない 奇跡のくねくね体操/荒木秀夫/宝島社
 60歳からの血糖コントロールごはん/荒木厚/女子栄養大学出版

~あなたの生涯学習、応援します~

苫前町公民館

電話 65-4076 FAX 65-3220

E-mail shakaikyoiku@town.tomamae.lg.jp

秋の交通安全運動が実施されます（9月21日から30日までの10日間）

☆ 交通事故防止のポイント

○ ドライバーの皆さんへ

夕方から夜間にかけて、歩行者や自転車の見落としや発見遅れによる交通事故を防ぐために、対向車や前車がない時は、ライトをハイビームに切替えましょう。

特に、右から横断してくる歩行者に注意をしましょう。

運転する前に、同乗者全員がシートベルトとチャイルドシートを正しく着用しているか確認しましょう。



○ 歩行者の皆さんへ

横断前に左右をよく確認しましょう。

さらに、道路中央で左をまた確認しましょう。

外出する時は、明るい服装や反射材を身に付けましょう。

飲酒運転は悪質な犯罪です。「飲酒運転をしない、させない、許さない」を徹底し、二日酔い運転を含めた飲酒運転を根絶しましょう。

☆ 9月30日は、「交通事故死ゼロを目指す日」です！

記録が残る昭和43年以降、全国で交通事故死がゼロであった日はありません。

一人ひとりが交通ルールを正しく守り、思いやりのある交通マナーで、交通事故死ゼロを目指しましょう。

☆ 知っていますか？北海道自転車条例！

○ 自転車に乗るときは、子供はもちろん大人も乗車用ヘルメットをかぶり、夜間は自転車の側面に反射器材をつけるようにしましょう。

○ 万が一に備えて、自転車損害賠償保険等に加入するようにしましょう。

■問合せ先 羽幌警察署 ☎0164-62-1110

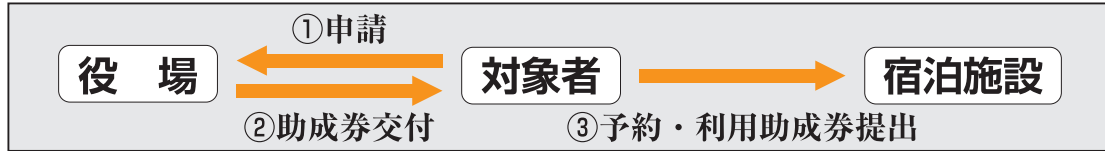
イベントカレンダー

9月→10月

日	月	火	水	木	金	土
				9月		
				20	21	22
23	24	25	26 ラッコクラブ③ (公民館) 午前 9時～	27	28	29 演劇公演「セ ンチメンタル」 (公民館) 午後 18時30分～
30	10月 1	2	3 1歳6ヶ月児・ 3歳児健診(公 民館)	4	5	6
7	8	9	10	11	12 健康相談(公民 館) 午前10時～ 午前11時30分	13
14	15	16 健康相談(福祉 センター) 午前 10時～午前11時	17	18 介護者家族の集い (公民館) 午前9 時30分～	19	

苫前町いやしふれあい助成事業について

- 高齢者等の冬場の引きこもり解消や健康増進など健やかな生活支援を図るため、町が指定する宿泊施設の利用助成を行う「苫前町いやしふれあい助成事業」を本年度も実施します。
平成28年度までは対象となる方には個別に申請書を郵送していましたが、**前年度からは回覧や広報とままえで周知を行い、申請の手続きは役場企画振興課または古丹別支所に設置してある書類に必要事項を記入し申請する方式に変更**しています。



- 事業対象者
 - ①満70歳以上の方、②身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方、③要介護2以上の要介護認定を受けている方、④②～③の該当となる方の付添人で町長が認めた方（付添人が町外の場合は、対象者の3親等以内の方）
- 申請受付開始日
 - 平成30年9月19日（水）より役場企画振興課または古丹別支所で手続きできます。（手続きには印鑑を持参ください）

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

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。

10月1日 2種類同時発売! 発売期間 10/1(日)～10/23(日)
抽せん日 10/30(日)

各1枚 300円

公益財団法人 北海道市町村振興協会

行政相談が開催されます

○行政相談とは

国の行政全般についての仕事・その手続やサービスへの苦情や意見・要望などを皆様から行政相談委員がお聴きし、関係行政機関などへ必要なあっせん（間に入って双方をうまく取り持つこと）を行い、その解決や実現の促進を図るとともに、皆様の声を行政の制度や運営の改善にいかすことを目的に行われています。
相談は無料で、手続等もなく、気軽に利用いただけるとともに、相談者の秘密は固く守られます。

■苫前町での特設行政相談

期 日 10月15日（月）
場 所 ・古丹別地区 午前10時～午前11時30分
公民館茶室
・苫前地区 午後1時30分～午後3時
福祉センター1階和室
対 応 西川 加代子 行政相談委員
その他 相談等の予約は不要です。直接相談会場にお越し下さい。

行政相談のイメージ図



【税務署からのお知らせ】

消費税の軽減税率制度に関する説明会の開催について

<内容>

平成31年10月に実施される、消費税の軽減税率制度に関する（次の内容の）説明会を開催します。

- ① 軽減税率制度の概要、及び中小事業者への支援措置について
- ② インボイス制度の概要について

<対象者>

- ・全ての事業者の方

<日時>

- ・平成30年 9月28日（金）
14時00分～15時00分

<会場>

- ・羽幌町商工会（ハートタウンはぼろ3F）

<お問合せ先>

- ・留萌税務署 調査部門 ☎0164-42-0664

「台風について」

8月から9月にかけては、1年で最も台風の発生・接近・上陸が多くなる時期で、平年値の統計では、年間でおよそ26個の台風が発生し、そのうち、およそ11個が日本に接近、およそ3個が上陸します。北海道付近では、勢力が弱まることも多いのですが、将来的には強い勢力を保ったまま接近・上陸する可能性が高まっています。

上川・留萌地方では、台風進路が北海道の東側を進むときより、日本海側を進む場合の方が、より大きな影響を受けやすくなります。

台風の接近が予想される時には、テレビやラジオ、気象庁のホームページなどで最新の気象情報をチェックして備えるようにしてください。

<問い合わせ先>

- 旭川地方気象台 ☎0166-32-7102

JAB北海道厚生連 苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科 外来日は

9月： 9月20日（木）

10月： 10月4日（木）、18日（木）

大変混み合いますので、なるべく事前の電話予約をお願いいたします。

不明な点がありましたら電話でお気軽におたずね下さい。

受付 13時～16時15分

管理栄養士による

「今日からあらためる食事療法・なんでも相談」
内科の予約診療です

9月：9月12日（水）

毎月、管理栄養士が対応します。医師の診察があります。

午前・午後とも予約制です。ご希望の方は電話でお気軽におたずね下さい。



JAB北海道厚生連 苫前厚生クリニック（☎65-3535）

苫前町の交通事故情報

平成30年8月の事故状況

発生件数 0件 死者数 0件 負傷者数 0件

平成30年8月末までの累計

発生件数 2件 死者数 0件 負傷者数 8件

交通事故死ゼロ日数は

8月31日現在で527日

風力発電の売電状況

（町営風来望3基分）

30年度の実績 25,921,016円
（H30.3～8月）

平成30年7月分の実績
供給電力量 171,936kWh
3,333,839円
（昨年実績 2,637,427円）

9月 町税の納期

今月は、

国民健康保険税
介護保険料
後期高齢者医療保険料

の納付月です。

納期内納入にご協力願います。

戸籍の小箱

氏名	年齢	死亡日	住所
山本ハナ子	97歳	8月6日	旭
布市厚仁	52歳	7月29日	浦
能戸和江	48歳	7月27日	旭
平井金太郎	93歳	7月24日	東川
鎌田節子	93歳	7月23日	旭
高橋昇	89歳	7月22日	苫前

古丹別	菊池	知男	様
古丹別	岩村	元一	様
古丹別	後藤	幸和	様
古丹別	白府	美津子	様
古丹別	大橋	富男	様
古丹別	岩村	元一	様
古丹別	後藤	幸和	様
古丹別	白府	美津子	様
古丹別	岩村	元一	様
古丹別	後藤	幸和	様
古丹別	白府	美津子	様
古丹別	大橋	富男	様
古丹別	岩村	元一	様
古丹別	後藤	幸和	様
古丹別	白府	美津子	様
古丹別	岩村	元一	様
古丹別	後藤	幸和	様
古丹別	白府	美津子	様
古丹別	岩村	元一	様

「厚志」に感謝します

ちびっこギャラリー

苫前小学校児童の作品

【ガチャポン】

2年

さい はるまくん



ガチャポンには大あたりとハズレがあります。がんばったところは、まわすところをちゃんとまわすようにしたところです。

【しゃしんたて】

1年

なばた きいさん



うみでガラスいしをあつめてつくりました。しゃしんたてのまわりにかみねんどをつけて、ガラスいしをうめこむのをがんばりました。



【びっくりばこ】

1年

ふくざき あかりさん



ぎゅうにゅうパックをきつたり、きりこみをいれるのをがんばりました。おりがみをえんぴつにまいて、くるくるにするのがじょうずにできました。

【ミニオンのつまようじアート】

3年

岡田 美波さん



1つ1つつまようじに色をぬるのが大変でした。わたしのへやにかざりたいです。

【かわいい家】

3年

天谷 優里さん



木をきるのがたいへんでした。色をぬるのがたのしかったです。



【夏の海】

2年

さとう なつきさん



タイルを1つ1つはめて絵をつくりました。イルカのかたちをがんばりました。夏らしい作ひになりました。



【アンドロイドについて】

6年

村井 絵真さん



アンドロイドの未来について自分なりにまとめてみました。おもしろくまとめられたのがよかったです。

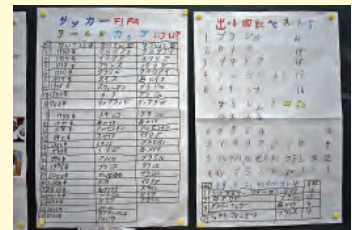
【ワールドカップについて】

5年

天谷 瞭助くん



歴代のことをかいて、ブラジルがかなりゆう勝していたので、すごいなあと思いました。



【けんじゅうボックス】

4年

寺林 龍駕くん



ぼくが作った工作は、けんじゅうボックスです。工夫したところは、とつてをつけて取りやすくしたところです。



エゾシカ狩猟期間中における道有林への入林について ～一般入林の自粛のお願い～

道では、エゾシカによる森林等被害の低減に向け、狩猟者による狩猟機会の確保など、捕獲しやすい環境づくりを進めています。

平成30年度の留萌管内のエゾシカ狩猟期間は10月1日から3月31日までとなっており、期間中に道有林内への狩猟者の入林が見込まれます。

事故防止のため、狩猟期間は狩猟目的以外で入林しないようお願いします。

【お問合せ先】北海道留萌振興局森林室管理課管理係

☎ 0164-42-8380