

交通事故など、第三者の行為によりけがや病気になったときは？

交通事故（自動車事故や自転車事故等）や飲食店等での食中毒など、第三者（加害者）の行為によってけがや病気になったとき、本来、治療費は加害者が全額負担するのが原則ですが、損害賠償の都合などにより被保険者証を使って治療することができます。かかった医療費は、後期高齢者医療制度が一時的に立て替えて、後日、加害者に請求することになります。

■第三者の行為とは？

○交通事故 ○他人の飼い犬にかまれた ○購入食品や飲食店等での食中毒 ○暴力行為 など

◆医療機関に伝えましょう

医療機関に対して第三者行為によるけがなどにより、保険証を使用して治療を受ける旨をしっかりと伝えましょう。

◆警察に届け出ましょう

交通事故のときは、けがの程度が軽くても必ず警察に届出し、人身事故として事故証明書を出してもらいましょう。

◆役場窓口申請しましょう

法令により、速やかに後期高齢者医療広域連合に届出をすることが義務付けられていますので、役場窓口へ第三者行為による被害届の申請をしてください。

なお、自動車の保険会社が代わりに書類等を作成し、直接広域連合に申請等できる場合がありますので、事故の連絡の際にあわせて相談をしましょう。

【申請に必要なもの】

○第三者行為による被害届（役場窓口にあります。） ○被保険者の印鑑
○被保険者証 ○事故証明書（後日でも可） など

※詳しくはお問合せ先までご確認ください。

ロコモティブシンドローム

◆ロコモティブシンドロームって？

ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ）とは、骨や関節、筋肉などが衰えて「立つ」「歩く」といった動作が困難になり、介護が必要となる危険性が高い状態のことをいいます。

チェック

ご自分のロコモ度は、次の7項目の「ロコチェック」を使って簡単に確かめることができます。

1	<input type="checkbox"/>	家の中でつまずいたりすべったりする
2	<input type="checkbox"/>	階段を上るのに手すりが必要である
3	<input type="checkbox"/>	15分くらい続けて歩くことができない
4	<input type="checkbox"/>	横断歩道を青信号で渡りきれない
5	<input type="checkbox"/>	片脚立ちで靴下がはけなくなった
6	<input type="checkbox"/>	2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である (1リットルの牛乳パック2個程度)
7	<input type="checkbox"/>	家のやや重い仕事が困難である (掃除機の使用、布団上げ下ろしなど)

1つでも当てはまるものがあれば、ロコモの心配がありますので適度な運動習慣を身につけ、ゼロを目指しましょう！

お問い合わせ先

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

苫前町 税務町民課 おもてなし係

国保会館6階 電話 0164-64-2213

電話 011-290-5601

マイプランをしっかりと 国民年金

「納めた国民年金保険料は社会保険料控除の対象です！」



国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

今年納めた分はすべて控除対象

控除の対象となるのは、平成30年1月から12月までに納められた保険料の全額です。この期間に納めていれば、過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、御自身の保険料だけでなく、配偶者やお子様等のご家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、平成30年度中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を払ったことを証明する書類の添付が必要です。

証明書は大切に保管して申告に添付

平成30年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収書を添付してください。（平成30年10月2日から12月31日までの間に、今年をはじめ国民年金保険料を納められた方は翌年2月上旬に送られます。）

また、今年、口座振替により2年前納した場合は、①今年中に前納した全額を今年分の社会保険料控除として申告する。②今年12月までの保険料分を今年分の社会保険料控除として、翌年1月から12月分を来年の控除、さらに翌々年の控除として分けて申告する。

いずれかの申告方法を選択することができ、選択した際は変更することができませんので御注意ください。税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろんのこと、

不慮の事故など万一時にも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようしっかりと納めましょう。

<お問合せ>

苫前町税務町民課 ☎ 0164-64-2213
留萌年金事務所 ☎ 0164-43-7211
予約相談受付ダイヤル 0570-05-4890※
※年金事務所へ来庁し御相談される方は、あらかじめ予約をお願いします。

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待ちください。必要な書類が不明な場合は御相談ください。

「国の教育ローン」
（日本政策金融公庫）のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき350万円以内を、固定金利（年1.76%（平成30年8月31日現在））で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることができます。

詳しくは、「国の教育ローン」で検索していただくか、下記のコールセンターへお問い合わせください。

【教育ローンコールセンター】
☎ 0570-008656
（ナビダイヤル）
☎ (03) 5321-8656

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

町道の補修工事

～（株）ジェイウインドサービス苫前事業所～

平成30年7月23日～9月12日までの間、町道上平高台2号線を（株）ジェイウインドサービス苫前事業所（八木照文所長）が、町道のアスファルト舗装工事を地域社会貢献事業として実施しました。



町道の補修工事

～山本建設工業（株）～

平成30年7月23日～9月12日までの間、町道上平高台3号線を山本建設工業（株）（山本道浩代表取締役）が町道のアスファルト舗装工事を地域社会貢献事業として実施しました。



留萌管内生涯学習セミナー「地域と学校の連携に向けた社会教育の役割」

留萌地方社会教育委員連絡協議会では、留萌管内における生涯学習の充実・推進を目的に、「平成30年度留萌管内生涯学習セミナー」を開催します。ぜひ、ご参加ください。

日時 11月18日（日） 午後1時30分～午後3時50分
場所 とままえ温泉ふわっと 風Wホール
講師 士別市教育委員会 社会教育課兼学校教育課参事 藤田 泰昭 氏
対象 一般町民（参加費無料）
申込み 11月15日（木）までに苫前町公民館（65-4076）へお申し込みください。

男女共同参画推進セミナー「女性の働き方と年金」

女性のライフスタイルの多様化に伴い、女性の働き方は様々です。加入している年金の種類で将来の年金額にどのような影響があるのか、事例を紹介しながらわかりやすく説明してくれます。

日時 11月22日（金） 午後1時30分～午後3時
場所 苫前町公民館 多目的ホール
講師 都社会保険労務士事務所 所長 千田 都茂美氏（札幌市）
対象 一般町民（参加費無料）
申込み 11月19日（月）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「椅子ヨガ&バランスボール教室」

心身を調整する「椅子ヨガ」と有酸素運動の「バランスボール」を体験できるスペシャル企画です。

日時 11月25日（日） 午前9時45分～12時
場所 とままえ温泉ふわっと 風Wホール
講師 椅子ヨガ教室：健康運動指導士 中島まなみ氏（豊富町）
 バランスボール教室：水夢館 インストラクター 石橋めぐみ氏（稚内市）
対象 一般町民（参加費無料）
申込み 11月21日（水）までに苫前町公民館（65-4076）へお申し込みください。

「町民体力テスト会」参加者募集

日時 12月2日（日） 受付：午前8時45分 開会式：午前9時 閉会式：12時（予定）
内容 ◇体力テスト会 5種目（立ち幅跳び、上体起こし、腕立伏臥腕屈伸、時間往復走、5分間走）
 ◇スポーツ交流会
会場 苫前町スポーツセンター
対象 6歳以上（参加費無料）
申込み 11月26日（月）までに苫前町公民館（65-4076）へお申し込みください。



とままえ町民劇 第11回公演「火星から来た女の子」 脚本：弦巻啓太 演出：岩村直幸

昨年のとままえ町民劇10周年記念公演では多くの皆様にご覧いただきありがとうございました。今年の作品は、昨年お世話になった弦巻氏の脚本「火星から来た女の子」を上演します。皆様のご来場を心よりお待ちしております。

○**日時** 12月15日（土） 午後4時～（開場は30分前）
 ○**会場** 苫前町公民館 講堂
 ○**入場料** 無料
 ○**出演予定者** 岩渕拓也、井藤桃華、長野陽一、佐藤映里香、加藤修、花井美希、岡田景子、鳥田秀美、佐藤瑠菜、安藤知佐都、田沢收
 主催／とままえ町民劇公演実行委員会 共催／苫前町教育委員会

～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 shakaikyoku@town.tomamae.lg.jp



道税・町税の申告がネットでできる

エルタックスは、道税の「法人道民税・法人事業税・地方法人特別税」と町税の「個人住民税」「法人町民税」「固定資産税（償却資産）」の申告、一部の届出をインターネットを利用して行えるシステムです。

詳しい情報、ご利用届出は
ホームページをご覧ください。
ホームページアドレス
<http://www.eltax.jp/>

北海道留萌振興局税務課
☎ 0164-42-8416
苫前町税務町民課税務係
☎ 0164-64-2213



男性料理教室の開催

苫前町食生活改善協議会では町内にお住まいの男性限定の料理教室を開催します。参加費は1人500円ですので気軽に参加ください。

- 日 時：12月7日（金）18:30～20:30
- 会 場：苫前町公民館 生活技術研修室
- 持ち物：エプロン、三角巾、手ふきタオル
- 申込み締切り：11月29日（木）

＜お問合せ＞

苫前町食生活改善協議会
事務局：苫前町保健福祉課
64-2215（平日8:30～17:15）

苫前商業高校 体験発表会のご案内

○発表内容

- ①苫前町国際交流事業
- ②苫前町内企業施設見学会（1年生）
- ③インターンシップ（2年生）
- ④吹奏楽部演奏
- ⑤見学旅行（2年生）
- ⑥課題研究（3年生）
- ⑦町内販売実習会（1年生）
- ⑧販売実習会SMILEWIND（2・3年生）

日時：11月23日（金）
場所：苫前商業高等学校体育館
【勤労感謝の日】12時より
多くの町民の皆さまにお越しいただき、本校の教育活動への理解を深めていただきたいと思います。



す！お今年もよろしくいたしま

～本校開発商品販売～

今年も発表会終了後、お菓子などを販売します！ぜひお越しください！

イベントカレンダー

11月→12月

日	月	火	水	木	金	土
		11月 20 寿いきいき教室（公民館）午前・午後の2部制	21 乳児健診・相談（公民館）	22 女性の働き方と年金講座（公民館）午後1時半～午後3時	23	24
25 椅子ヨガ&バランスボール教室（とままえ温泉ふわっと）午前9時45分から12時まで	26	27 第24回馬の絵作品展巡回展（公民館）12/8まで	28	29	30	12月 1 特定健診・胃・肺・大腸がん検診（福祉センター）
2 特定健診・胃・肺・大腸がん検診（公民館） 町民体カテスト会（スポーツセンター）午前9時から	3	4	5 ラッコクラブ④（公民館）午前9時半から	6	7 介護者家族の集い（とままえ温泉ふわっと）午前10時から午後2時	8 乳がん・子宮がん検診（公民館）
9 ドッチビー体験会（スポーツセンター）午前9時から12時まで	10	11 旭川児童相談所による巡回児童相談（公民館、事前予約制）	12 旭川児童相談所による巡回児童相談（公民館、事前予約制）	13	14 健康相談（公民館）午前10時～午前11時30分	15 とままえ町民劇公演「火星から来た女の子」（公民館）午後4時から
16	17	18 健康相談（福祉センター）午前10時～午前11時	19			

竜巻注意情報 ～身の安全を確保しましょう

竜巻は、発達した積乱雲に伴って発生する激しい渦巻きで、ろうと状や柱状の雲を伴っています。台風、寒冷前線、低気圧などに伴って発生し、短時間で狭い範囲（長さ数km、幅数十～数百m）に集中して甚大な被害をもたらします。北海道ではもう12年前になりますが、平成18年11月7日午後1時23分にオホーツク管内佐呂間町で発生した竜巻により、死者9名、負傷者29名、住宅の全壊10棟、半壊8棟など大変大きな災害が発生し、竜巻の怖さをあらためて教えられました。

竜巻そのものの予測は難しいですが、気象台の情報では、竜巻発生の可能性に応じて次のように表現しています。

- ①「気象情報」の中で、「竜巻など激しい突風のおそれ」と明記
- ②「雷注意報」を發表し、落雷、ひょう等とともに「竜巻」も明記
- ③「**竜巻注意情報**」を發表

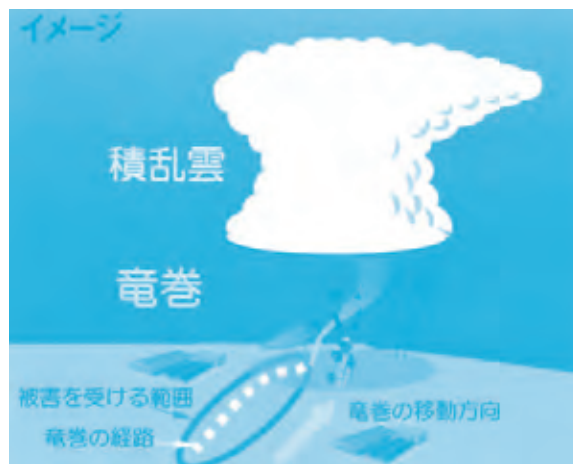
特に、**竜巻注意情報**が發表されたら、まず空の状態に注意を払ってください。何ものなければ特段の行動は不要ですが、発達した積乱雲の近づく兆しを察知した場合には、頑丈な建物内に移動し窓から離れる、また、逃げ場が無いときには側溝に身をひそめるなど、身の安全確保に努めてください。

発達した積乱雲の近づく兆しには、

- ◆ 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる
- ◆ 雷鳴が聞こえたり、電光が見えたりする
- ◆ ヒヤッとした冷たい風が吹き出す
- ◆ 大粒の雨や「ひょう」が降り出す

などがあります。

竜巻は現象が早いので、『自分の身は自分で守る』意識を持つことが大切です。



問い合わせ先

旭川地方気象台（電話：0166-32-7102）

旭川地方気象台ホームページアドレス <http://www.jma-net.go.jp/asahikawa/>

防災セミナー in留萌 ～災害に強いしなやかな社会づくり～

●講演1 留萌地域の地震津波災害に備えて

過去の津波や巨大地震による津波発生に関する最新の研究成果など留萌地域の地震津波災害への備えについて

北海道大学大学院理学研究院附属地震火山研究観測センター 教授・センター長 高橋 浩晃氏

●講演2 冬の災害からいのちを護る減災対策～自宅、避難所、そして車

冬期の災害時、過酷な寒さの中、いかに身を守るか。冬の避難生活や車中の備えなど、寒冷地に必要な災害対応について

日本赤十字北海道看護大学 看護薬理学領域・教授 災害対策教育センター長 根本 昌宏氏

日時：2018年12月14日（金）13：30～16:00（開場12:30）

会場：留萌市中央公民館 講堂（北海道留萌市見晴町2丁目）*入場無料

申込：FAX又はメール【定員100名 締切 12月3日（月）】

申込先：北海道開発局事業振興部 防災課【担当：後藤・森井】

FAX (011) 709-2132 E-mail: hkd-ky-bousai-mail@mlit.go.jp

<同時開催>○北海道の災害パネル展○ダンボールベッドの展示と体験○防災食&レシピ紹介

平成31年苫前町成人式の挙行について

苫前町では新成人の新たな門出を祝う成人式を挙行政します。

成人式の対象となる方には10月付け往復ハガキで案内を送付させていただいておりますが、町内のご出身ですでに転出された方など一部案内ハガキが届かない場合があります。

もし、下記の対象となる方で本町での成人式への参加を希望される方はお手数でも準備の都合がありますので、11月30日（金）までに公民館へ連絡をいただけるようお願いいたします。

また、当日は、ご家族や親類の方の観覧もできますので、ぜひお越しいただき、新成人の晴れ姿を祝ってあげてください。

- ◇日時 平成31年1月13日（日） 13:00～14:30（予定）
- ◇会場 苫前町公民館講堂
- ◇対象 平成10年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方
苫前町公民館（☎65-4076）



着任の紹介



入江 祐稀
主事
新採用

<抱負>

新しく建設課に配属されました。1日でも早く仕事を覚え、苫前町のみなさまのお役に立てるように頑張ります。これからよろしくお祈りいたします。

JA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

11月：15日・29日（木）
12月：13日・27日（木）

受付

13時～16時15分

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。

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

11月：11月21日（水）

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。

毎月、管理栄養士が対応します。医師の診察があります。



*12月より金曜日のみ外来の受付を午後4時までとなります。

JA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10月の事故状況

発生件数 0件 死者数 0人 負傷者数 0人

平成30年10月末までの累計

発生件数 2件 死者数 0人 負傷者数 8人

交通事故死ゼロ日数は

10月31日現在で588日

風力発電の売電状況

（町営風来望3基分）

30年度の実績 34,482,476円
（H30.3～10月）

平成30年10月分の実績
供給電力量 283,860kWh
5,504,045円
（昨年実績 4,031,181円）

11月 町税の納期

今月は、

固定資産税
国民健康保険料
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。

「厚志に感謝します」

苫前町へ

○古丹別 関 武志 様

○苫前町内会へ

○旭 杉本 晴一 様

○古丹別連合町内会へ

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

○古丹別 関 武志 様

戸籍の小箱

末長くお幸せに

氏名(夫) 住所 氏名(妻) 住所

伊藤 広和 旭 岩本 志保 旭

小林 一喜 九重 三上ともみ 九重

謹んでお悔やみ申し上げます

氏名 年齢 死亡日 住所

太田 敏男 89歳 9月19日 苫前

野村 秀吉 98歳 9月22日 旭

古谷 君枝 81歳 9月11日 豊浦

岩村 元一 89歳 10月8日 古丹別

蓬澤 晴幸 96歳 10月13日 旭

小野寺 正博 75歳 10月15日 苫前

中学生ギャラリー

古丹別中学校生徒の作品

【身近な風景】

1年

杉本 七海さん

色選びやぬり方は自分で決めてできました。特に窓ガラスは良い色でぬれました。



【身近な風景】

1年

清水 のどかさん

家や庭木は、色の濃淡に気をつけながら細部まで工夫して描けたので良かったです。



【身近な風景】

1年

後藤 大和くん

家の壁の白色に変化をつけるのが難しかったけれど、屋根は上手く色ぬりできました。



【牛の絵】

2年

村上 潤羽さん

上手く彩色できた所は牛の毛並みや陰影です。予想以上に上手く描けました。



【牛の絵】

2年

檜森 快くん

黒毛と白毛の境目や目の周辺もグラデーションしながら上手く色ぬりができました。



【牛の絵】

2年

西 桜誇さん

牛の足の泥を思っていたよりもうまく描けました。牛を描くのは面白かったです。



【馬の絵】

3年

前川 咲弥花さん

草原に時間がかかりましたが、馬の毛並みや細部は色でぬり分けできました。



【馬の絵】

3年

橋場 星宙くん

胸部など、濃淡を意識してバランス良く彩色できました。満足のいく作品になりました。



【馬の絵】

3年

久保 慧太郎くん

馬の毛のぬり分けが難しかった。でも背景は上手く描けました。自分でも過去最高です。



特設人権心配ごと相談所開設のお知らせ

12月4日～10日までの人権週間にあわせて人権問題や心配ごとなどに関する相談所を次のとおり開設します。

日頃からお困りやお悩みごとがありましたら、この機会にお気軽にご相談下さい。

相談は無料で、その内容などの秘密は守られます。

家庭内の問題（結婚・離婚）・子どもの問題（いじめ・体罰）・他人とのめごと（騒音・金銭トラブル）・偏見や差別など、どんなことでも相談にのります。



と き	と ころ	相談にあたる委員
12月4日(火)10時～12時	苫前町福祉センター	人権擁護委員 竹橋 広頭
12月4日(火)13時～15時	苫前町公民館	人権擁護委員 伊藤 敏男

留萌人権擁護委員協議会
旭川地方法務局留萌支局
苫 前 町



人権イメージキャラクター
人KENまもる君