まちの行事予定

12月

3	木 仏滅	
4	金 大安	
5	土 赤口	
6	日 先勝	◆日曜当番医　せたな町立国保病院　☎84-5321
7	月 友引	
8	火 先負	◆無医地区耳鼻科診療（受付）14:00～14:30としべつ
9	水 仏滅	
10	木 大安	◆3か月児健診，1歳6か月児健診，3歳児健診，5歳児健診 ◆日本脳炎予防接種（中学生以上）（受付）15:00～17:00　今金診療所
11	金 赤口	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
12	土 先勝	☆クリスマスおはなし会　14：00～　町民センター大ホール
13	日 友引	◆日曜当番医　今金町国保病院　☎82-0221
14	月 先負	
15	火 大安	◆いきいき元気クラブ（イストレ） ☆今金橋渡初め式
16	水 赤口	◆ＢＣＧ、麻しん風しん混合、水痘、おたふく予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ
17	木 先勝	◆日本脳炎予防接種（中学生以上）（受付）15:00～17:00　今金診療所
18	金 友引	◆いまカフェ（実施）13:30～15:00　としべつ
19	土 先負	
20	日 仏滅	◆日曜当番医　道南口イヤル病院　☎84-5011
21	月 大安	
22	火 赤口	◆すくすく親子広場（実施）9:45～11:15　としべつ
23	水 先勝	◆ロタウイルス、Ｂ型肝炎、ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10　～13:30　としべつ ◆日本脳炎（小学生以上）/ジフテリア・破傷風（小6）（受付）15:30～15:50 としべつ
24	木 友引	◆無医地区皮膚科診療（受付）14:00～14:30としべつ
25	金 先負	◆いきいき元気クラブ（ふまねっとクラブ）
26	土 仏滅	
27	日 大安	◆日曜当番医　今金町国保病院　☎82-0221
28	月 赤口	
29	火 先勝	
30	水 友引	
31	木 先負	

1月

1	金 仏滅	元日
2	土 大安	

お知らせ

まちの行事予定については、広報発行日前までに決まっている行事を掲載しておりますが、予定が変更になる場合もございます。

お出かけ前に各施設等に確認の上、ご利用くださいますようお願いいたします。

◇健診のおしらせ◇（●実施予定日：12月10日●場所：としべつ保健センター）

3か月児健診	13:30-13:45	3歳児健診	13:00-13:15
1歳6か月児健診	13:15-13:30	5歳児健診	13:00-13:15

◇いきいき元気クラブ◇

ふまねっとクラブ	12/11	10:00～11:30	としべつ
	12/25	10:00～11:00	
イストレ	12/15	13:30～14:30	あったからんど

【今金町無料法律登記相談】

日　時／12月17日（木）／1月21日（木）10:00～12:00
場　所／町民センター
予　約／相談日の前日、正午までに予約が必要
問合せ／役場総務財政課　☎82-0111

【ひやま北部法律相談センター相談日のご案内】

日　時／12月11日（金）13:00～16:00
場　所／せたな町民ふれあいプラザ
問合せ／せたな町役場総務課　☎0137-84-5111

コリドール交流ネットワーク情報

出かけよう！となりまち

【八雲町八雲地域】
八雲町営スキー場12月26日オープン！（予定）

八雲町営スキー場は、スキーの初心者から上級者まで楽しめる３つのコースがあり、２人乗りリフトや休憩施設も完備され、スキーヤー、スノーボーダーなど多くの方々が楽しむことができます。
また、幼児（就学前）と保護者がリフトに同乗する場合は、幼児のリフト料金が無料で大変お得です！！
家族揃って八雲のゲレンデへＧＯ！
【オープン日】12月26日（土）
※積雪の状況により、オープン日が順延することがあります。
【お得な券】

○１回券：	大人 120円	中学生以下	70円
○11回券：	大人 1,250円	中学生以下	730円
○２時間券：	大人 960円	中学生以下	560円
○４時間券：	大人 1,440円	中学生以下	840円
○６時間券：	大人 2,160円	中学生以下	1,260円
○シーズン券：	大人18,850円	中学生以下	10,470円

【場所】八雲町春日767
【問合せ】八雲町総合体育館　☎0137-62-2141

【八雲町熊石地域】
熊石海洋深層水を分水中！

海洋深層水の分水は、熊石漁港内の熊石海洋深層水総合交流施設で行い、ポリタンクやペットボトルなどへの小口分水と車両に積載された大型タンクへの大口分水の２種類の分水施設があります。
さまざまな効果が期待されていますので、この機会にぜひお試しください。
なお、冬期間（12月～３月）については、小口販売機の営業が平日のみとなります。
【町外利用者】小口分水　一般用（20ﾘｯﾄﾙ）・100円
業務用（１立米）・610円
大口分水　一般用（１立米）・610円
業務用（１立米）・610円
【問合せ】熊石海洋深層水総合交流施設　☎01398-2-2300

【長万部町】
源泉100%かけ流し「長万部温泉」

寒くなってきたこの時期は「長万部温泉」でゆったりリフレッシュ。源泉100％かけ流しで、泉質は高帳性弱アルカリ高温泉で湯上がり後も身体がポカポカ。神経痛や冷え性などに高い効能があると評判の温泉です。
【住　所】長万部町字温泉町
【温泉日帰り入浴料金】約 500円
【問合せ】長万部温泉共同利用組合　☎01377-2-2270

【せたな町】
旅をしたい。きれいな夕日が見たい。
「せたな割キャンペーン（道民限定）」期間延長！

観光などを目的とした場合の宿泊料がお得になる「せたな割キャンペーン」の期間が延長されました。
せたな割の利用は、予約又はチェックイン時に直接宿泊施設へ申し込みください。
GoToトラベルキャンペーン、どうみん割、せたな町プレミアム商品券等との併用はできません。
※対象宿泊施設は、北海道ホテル・旅館〔宴会部門〕の感染拡大防止ガイドラインに基づく取組を実施していますが、新型コロナウイルス感染症の状況により、割引期間の変更や中止となる場合がありますので、予めご了承ください。

●宿泊料割引（１泊２食料金、３連泊まで対象）
・6,000円～ 9,999円→ 3,500円割引
・10,000円～19,999円→ 6,000円割引
・20,000円以上　→12,000円割引

●割引期間
10月31日～１月31日（予算がなくなりしだい終了）

●対象宿泊施設
・温泉ホテルきたひやま　☎0137-84-4120
・新矢旅館　☎0137-84-5324
・さわだ旅館　☎0137-84-5423
・民宿おがわ　☎0137-87-3532
・民宿海の家　☎0137-87-3237
・民宿長栄　☎0137-87-3622
・茂津多旅館　☎0137-87-2354
・あわび山荘　☎01398-4-5522

詳しくは、せたな観光協会ホームページでご確認ください。
http://setanavi.jp/

未来と笑顔の社会
「老齢年金、障害・遺族補償」

国民ねんきん

国民年金保険料の追納をおすすめします

※詳細につきましては、
税務住民課戸籍年金グループ　☎82-0111
へおたずねください。

保険料の免除・納付猶予や学生納付特例等の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付した場合と比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。
そこで、これらの期間の保険料については、後から納める（追納）ことにより、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

◆追納を行う場合は、申し込みが必要です。
申請書により、申し込みを行っていただき、承認後、納付書でお支払いをしていただきます。（口座振替、クレジット納付はできません）

【追納に関する注意事項】
①追納ができるのは追納が承認された月の前10年以内の免除等期間に限られています。
②承認された期間のうち、原則古い分から納付していただきます。
③保険料の免除や納付猶予等を受けた期間の翌年度から起算して、３年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、お早めの追納をお勧めします。

●令和２年度中に追納する場合の１か月分保険料額

免除等の承認年度	全額免除（円）	半額免除（円）
平成22年度	15,550	7,780
平成23年度	15,340	7,670
平成24年度	15,190	7,590
平成25年度	15,160	7,580
平成26年度	15,310	7,650
平成27年度	15,640	7,810
平成28年度	16,290	8,150
平成29年度	16,510	8,250

※平成29年度の４分の３免除追納額は、12,380円・４分の１免除の追納額は、4,120円です。
※保険料免除、納付猶予、学生納付特例は、前年の所得を基準としていますので、所得の申告は忘れずに行ってください。

【お知らせ】
令和２年度の保険料は
月額16,540円となります。

栄養士ネットワーク掲示板

問合せ先：
今金町栄養士ネットワーク(※)
今月の担当：
認定こども園いまかね
丸山（☎82-1719）
※町内各施設に所属する管理栄養士、栄養士で構成された団体です。

クリスマスにぴったり♡ライスコロッケ

今回は今金町の特産品のひとつ「お米」を使った、クリスマスやパーティーにぴったりで豪華に見える簡単レシピをご紹介します。

【材料】（ゴルフボールサイズ４～６個程度）

★ごはん	200ｇ	☆塩こしょう	少々
★玉ねぎ	1/4個	☆ケチャップ	大さじ２と1/2
★ピーマン	１個	☆中濃ソース	小さじ1/2強
★ベビーチーズ	３個	★小麦粉	大さじ５程度
★揚げ油	適量	★卵	１個
		★パン粉	大さじ６程度

≪作り方≫
1．玉ねぎ・ピーマンはみじん切りにし、耐熱容器に入れてラップをかけて電子レンジで３分程度加熱します。
2．ボウルに温かいご飯と①、☆の調味料を入れて混ぜます。
3．ラップに一口大程度の②を置き、中に半分に切ったベビーチーズを入れてボール状に握ります。
4．小麦粉→卵→パン粉の順に衣を付けます。
5．フライパンに揚げ油を熱し、きつね色になるまで揚げたら完成です。



（１個あたり247kcal、たんぱく質3.7ｇ、脂質12.4ｇ、炭水化物28.3ｇ　食物繊維1.0ｇ　塩分0.5ｇ）