まちの行事予定

6月

8 水 友引 ◆ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合1期、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ
◇日本脳炎予防接種（小学生以上）（受付）15:30～16:00 としべつ

9 木 先負 ◆3ヶ月児健診、1歳6ヶ月児健診、3歳児健診、5歳児健診

10 金 仏滅 ◆すっきりサークル ②ストレッチ

11 土 大安 ☆今金小学校 鼓隊パレード

12 日 赤口 ◇日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
☆今金小学校 運動会

13 月 先勝 ◆としべついきいき元気クラブ
◇すっきりサークル ①スタート

14 火 友引 ◆すくすく親子広場（実施）9:30～11:30 としべつ
◇すっきりサークル ③シェイプボディ、子どもワクワク教室

15 水 先負 ◆ヒブ、小児肺炎球菌、四種混合1期、日本脳炎予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ
◇日本脳炎予防接種（小学生以上）（受付）15:30～16:00 としべつ
◆ブックン運行日

16 木 仏滅 ◆麻しん風しん混合1期2期予防接種（幼児）（受付）14:00～16:00 岩間医院

17 金 大安 ◆2種混合（ジフテリア・破傷風）第2期予防接種（小6）（実施）16:00～17:00 今金診療所
☆今金高等養護学校 体育祭

18 土 赤口 ☆八束地区運動会
☆図書室おはなし会「おはなしころりん」

19 日 先勝 ◇日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
☆種川小学校 運動会
☆中条きよし まちおこしコンサート inいまかね2016

20 月 友引 ◆すっきりサークル ①スタート

21 火 先負 ◆種川いきいき元気クラブ

22 水 仏滅 ◆BCG、麻しん風しん混合1期2期、水痘予防接種（乳幼児）（受付）13:10～13:30 としべつ

23 木 大安 ◆無医地区皮膚科診療（受付）14:00～15:00 としべつ
◇すっきりサークル ③シェイプボディ

24 金 赤口 ◇すっきりサークル ②ストレッチ
◆日本脳炎予防接種（高3～19歳）（実施）16:00～17:00 今金診療所

25 土 先勝 ☆金原地区運動会（予定）
☆Music Summer School 町民センター

26 日 友引 ◇日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221
☆Music Summer School 町民センター

27 月 先負 ◆としべついきいき元気クラブ
◇すっきりサークル ①スタート

28 火 仏滅

29 水 大安

30 木 赤口 ◆水痘予防接種（実施）14:00～16:00 岩間医院

7月

1 金 先勝

2 土 友引 ☆認定こども園 運動会

3 日 先負 ◇日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321

4 月 赤口 ◆すっきりサークル ①スタート

中条きよし まちおこしコンサート in いまかね 2016

6月19日（日）
開場 15：15／開演 16：00
会場 今金町総合体育館
前売券 3,500円
当日券 4,000円
※当日午前10時30分より入場整理券を発券いたしますので必ずお受け取りください。
また、午前10時より総体前でいまかね夢まつりが行われます。焼き鳥などの屋台（有料）も出店され、特設ステージでは午後12時よりプレオープン・フリーライブ（無料）も行われますので、是非足をお運びください。



【お問い合せ】
中条きよし まちおこしコンサート実行委員会
事務局 佐藤モーター商会内
TEL 0137-82-1107

【雇用保険受給手続受付日】
日 程／6月29日（水）13:00～17:00
6月30日（木）9:00～12:00
場 所／北檜山職業相談室
問合せ／北檜山職業相談室 TEL0137-84-5724
ハローワーク八雲 TEL0137-62-2509

【今金町無料法律登記相談】
日 時／6月16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 TEL82-0111

【せたな町手続案内（裁判所）日程】
日 時／6月16日（木）13:00～16:00
場 所／瀬棚総合福祉センター「やすらぎ館」
予 約／6月9日（木）までに予約が必要
問合せ／函館地方裁判所 TEL0138-38-2372

◇健診のおしらせ◇（●実施日6月9日 ●場所：としべつ保健センター）

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

◇各種事業のおしらせ◇

すっきりサークル	①スタート	ステップコース	7/4	13:30-14:30	としべつ
		ステップコース(自主活動)	6/13,20		
		ノルディックコース(自主活動)	6/27		
	②ストレッチ	イスコース	6/10,24	13:30-14:00	10としべつ
		マットコース		14:10-14:50	24老人福祉セ
	③シェイプボディ	全身柔軟コース	6/14	19:00-19:50	町民センター
		全身運動コース	6/23		
		子どもワクワク教室	6/14	19:00-19:50	町民センター
としべついきいき元気クラブ			6/13,27	10:30-11:45	としべつ
種川いきいき元気クラブ			6/21	9:30-12:00	種川温泉

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】
北海道三大あんどん祭り 第34回八雲山車行列

八雲町の一大イベントの八雲山車行列。力強いねぶた絵やかわいいアニメキャラクターなどの仕掛けや工夫を凝らした約30台の山車が、太鼓や笛が鳴り響く中、本町商店街のメインストリートなどを賑やかに練り歩きます。皆様のお越しを心からお待ちしています。

【日　時】７月１日（金）　午後７時00分　町立図書館出発
　　７月２日（土）　午後７時00分　八雲町役場出発
【問合せ】八雲山車行列実行委員会
　　（八雲町公民館　☎0137-63-3131）

【八雲町熊石地域】
～豪快な渓谷美～　秘湯「熊の湯」

平田内川のダイナミックな渓谷の岩場に湧く天然の露天風呂。豪快な渓谷美の中での湯浴みは、野趣あふれるひとときを満喫できます。

【場　所】熊石ひらたない荘よりさらに４km山へ入ったところ。男女別更衣室、駐車場有り。
【利用料】無料
【問合せ】八雲町熊石総合支所産業課
　　☎01398-2-3111

【長万部町】
『毛がに』格安販売！ 2016　おしゃまんべ毛がにまつり

毛がにの格安販売、かにめしサミット、毛がに早食い競争等々、楽しいイベント盛りだくさんです。
さらに今年は、北海道新幹線開業と長万部商工会青年部50周年記念の花火大会を土曜日の19時より開催致しますので、ご家族そろってお越しください！

【日　時】７月２日（土）・７月３日（日）
【場　所】ふれあい公園
【問合せ】おしゃまんべ毛がにまつり実行委員会
　　☎01377-2-2270

【せたな町北檜山区】
『ふれあい市場』オープン！

地元の農漁業者によるとれたて野菜！新鮮な海産物！そして種類豊富な加工品！季節には綺麗なお花！これらの直売を行う「ふれあい市場」が５月21日（土）よりオープンします。

【開設時間】毎週土曜日　午後２時～午後３時
【問 合 せ】同運営協議会(役場まちづくり推進課内)
　　☎0137-84-5111

【せたな町瀬棚区】
せたな～奥尻間のフェリーが５／１就航開始

せたな～奥尻航路（43km・約１時間半）は５月１日から10月15日まで毎日運航されます。また、今年も引き続き６月１日から観光による宿泊で一定条件を満たす方の奥尻からの復路自動車料金が無料となる奥尻島乗用車歓迎キャンペーン（利用は２人以上）も行われます。詳しくはハートランドフェリー各支店または営業所までお問い合わせください。

【時刻表】せたな発～奥尻着14時05分～15時40分
　　奥尻発～せたな着12時05分～13時40分
【料　金】せたな～奥尻　1,700円から
【問合せ】ハートランドフェリーせたな営業所
　　☎0137-87-3963／奥尻支店☎01397-2-3131

【せたな町大成区】
道南五大霊場『太田神社』例大祭

道南五大霊場のひとつとして指定されている太田神社。航海安全の守り神として古くから信仰されており、例大祭は大漁と海の安全を祈って開催されます。例年たくさんの参拝者が訪れ、当日は大成まちづくり会議による御山掛けが行われます。初日にはイベントとして郷土芸能披露・歌謡ショー・花火大会（予定）などを予定しております。

【期　日】６月27日（月）～28日（火）
【ｲﾍﾞﾝﾄ会場】太田神社拝殿前特設会場
【問合せ】大成まちづくり会議（せたな商工会内）
　　☎0137-84-5406

リスクにそなえる
「老齢」「障害」「遺族給付」

国民ねんきん

国民年金保険料免除（一部納付）制度があります

※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。

国民年金の保険料を納めることが困難な方で、本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定基準以下または失業などにより納付することができない方が、申請により保険料の全部または一部納付が免除される「保険料免除（一部納付）制度」があります。申請は平成28年度分は７月１日から受付開始となります。免除期間は、７月から翌年６月までです。保険料免除・納付猶予が承認される期間は、平成26年４月から保険料の納付期限から２年を経過していない期間（申請時点から２年１ヵ月前までの期間）について、さかのぼって免除等を申請できるようになりました。

免除の区分		納付月額
全額免除		なし
3/4免除	1/4納付	4,070円
半額免除	半額納付	8,130円
1/4免除	3/4納付	12,200円
■平成28年度の国民年金保険料は、１ヶ月16,260円です。		
☆免除となる所得のめやす☆		
全額免除	（扶養親族等の数＋１）×35万円＋22万円	
3/4免除	78万円＋扶養親族等控除額＋社会保険控除額等	
半額免除	118万円＋扶養親族等控除額＋社会保険控除額等	
1/4免除	158万円＋扶養親族等控除額＋社会保険控除額等	

注）一部納付制度は、納付すべき一部の保険料を納付されない場合、その期間の一部免除が無効（未納と同じ）となるため、将来の老齢基礎年金の額に反映されず、また、障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合に、年金を受け取ることができなくなる場合がありますのでご注意ください。

○免除の期間について10年以内であれば、さかのぼって保険料を納めること（追納）が出来ます。
○１月以降に転入された方は、前年の所得を証明するものが必要です。
○申請は、原則として毎年申請が必要ですが、全額免除については、申請時に「継続申請」を希望すると、翌年からは申請手続きが不要になります。

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：
光の里　鈴木（☎ 82-0705）
※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。

食中毒予防のための「おにぎり作り」

今月の栄養士ネットワーク掲示板は栄養講話編です。気温が上がり、過ごしやすい季節を迎え外でお弁当を楽しく囲む機会も増えますね。
今月は、お弁当に入れる際の「おにぎりを作る時に気を付けたい食中毒予防のポイント」をご紹介します。



食中毒の原因は黄色ブドウ球菌
食品が汚染され菌が増殖するとエンテロトキシンという毒素を作り出し、その毒素がもとで食中毒症状を引き起こします。
酸や熱に強く、食べ物を消化する胃酸や加熱調理でも毒素がなくならないため予防が大切です。

１．調理前にはしっかり手洗いを
作る前にまずは手洗いをしましょう。
手を拭くタオルは清潔な物を心がけましょう。

２．素手で触れないようにする
食中毒のほとんどは、調理する人の手を介して食品が菌に汚染されることが原因です。ラップや使い捨て調理用手袋を使用することでリスクが格段に減ります。

３．よく冷まして包みましょう
握ったおにぎりを温かいまま梱包してしまうと蒸れて菌が繁殖しやすくなってしまいます。のりを巻く場合も、のりとご飯の間が蒸れてしまうので食べる直前に巻くのも良いでしょう。

食中毒予防対策を行い、楽しくおいしい食事を楽しみましょう。