

はまなか 7

2026/No.731



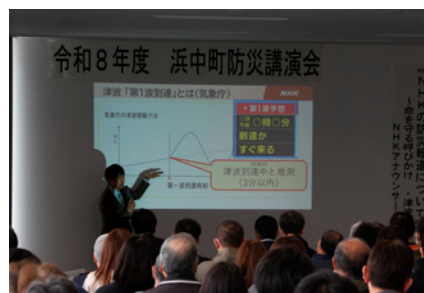
今月の主な話題

- ▶ 津波防災避難訓練・防災講演会を実施..... 2 P
- ▶ 産業・自然を未来につなぐ 町内各地で植樹活動..... 10 P
- ▶ みんなの掲示板..... 12 P
- ▶ 大奮闘！力の限りを尽くした運動会..... 15 P
- ▶ 第40回 浜中町少年の主張大会 18 P

津波防災避難訓練・防災講演会を実施

昭和35年チリ地震津波と同日の5月24日、今年度の津波防災避難訓練を実施しました。

今回の訓練は、午前6時30分頃に釧路沖を震源とした震度6強の地震が発生した想定で、【訓練】緊急地震速報を放送し、はじめに安全確保行動（シェイクアウト）を行いました。その後、午前6時32分に【訓練】大津波警報が発表された想定で、各避難場所へ避難しました。



また、避難訓練とともに水門・陸閘の閉鎖訓練、避難場所との情報伝達訓練、災害対策本部運営訓練も実施しました。

今回の訓練に参加された方は全体で639人で、参加率は22.8%となりました。

	避難場所	参加人数	内徒歩避難	車両避難人数	車両台数
1	役場庁舎	70人	33人	37人	26台
2	ゆうゆ	50人	9人	41人	26台
3	茶内コミセン	53人	—	53人	33台
4	MO-TTOかせて	26人	—	26人	16台
5	浜中改善センター	30人	—	30人	20台
6	姉別改善センター	31人	—	31人	19台
7	霧多布高校	78人	76人	2人	1台
8	アゼチの岬	1人	—	1人	1台
9	湯沸会館	12人	2人	10人	6台
10	琵琶瀬展望台	47人	—	47人	27台
11	渡散布前田宅側	20人	3人	17人	9台
12	渡散布戸井宅側	26人	5人	21人	11台
13	火散布コンテナ	28人	5人	23人	13台
14	養老散布坂上	4人	—	4人	4台
15	丸山散布避難高台	61人	8人	53人	32台
16	藻散布コンテナ	55人	—	55人	35台
17	救命艇	5人	—	5人	3台
18	琵琶瀬地区津波避難タワー	42人	20人	22人	13台
	小計	639人	161人	478人	295台
	関係機関参加者	198人	—	—	—
	合計	837人	—	—	—

※避難対象人数2,805人

同日午前10時から防災講演会を開催し、102人の方にご来場いただきました。今年の講演会は、『「NHKの防災報道について」～命を守る呼びかけ・津波警報の伝え方～』と題し、NHKアナウンサーの赤松俊理氏にご講演いただきました。今後も、防災意識の更なる向上を目指し、継続的に避難訓練等を実施しますので、皆さまの積極的な参加をお願いします。

●問い合わせ先 役場防災対策室防災係 ☎62-2138

浜中消防署 訓練報告

北海道防災ヘリと合同訓練

5月31日、浜中消防署が今年2月に完成した琵琶瀬地区避難タワーにて、北海道防災航空室所属の防災ヘリコプターと合同訓練を実施しました。

この訓練は津波等で避難タワーが孤立し、地上からの救出が困難となった場合を想定して、防災ヘリと連携した迅速な救助手順を確認することを目的として実施しました。

訓練内容は、茶内中学校グラウンドに到着した防災ヘリに消防職員が搭乗。避難タワー上空に移動後、防災ヘリから隊員を降下。屋上で待機する要救助者を救助し、町防災広場に移動後、救急隊に引き渡すというものでした。当日は、強風の中での訓練でしたが、風速15m以上の強風下でも安全に救助活動が行えることを確認しました。

浜中消防署では実災害の現場で確実に救助活動が行えるよう、これからも訓練を重ね、地域住民の安全確保に努めていきます。



●問い合わせ先 浜中消防署救助係 ☎62-2150

税務課からのお知らせ

問い合わせ先
役場税務課収納係
☎62-2174

国民健康保険税（第1期）、固定資産税（第2期）の納期限のお知らせ

7月30日は国民健康保険税（第1期）、固定資産税（第2期）の納期限です。口座振替を利用されている方は、前日までに残高の確認をお願いします。

なお、国民健康保険税の納入通知書は7月中旬頃に発送予定です。

納税は口座振替で

納税には、簡単で便利な口座振替をご利用ください。手続きは町内の各金融機関で行うことができます。詳しくは上記までお問い合わせください。

納期が既に経過しています！

○軽自動車税 ○町道民税（第1期） ○固定資産税（第1期）

※納期限を過ぎた税は『滞納』扱いとなり、延滞金が発生することがあります。

納付の催告（督促）書を送付し、職場調査や預貯金調査などを行います。

職場調査



サマージャンボプレミアム12億円
(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)
サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ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。
6月30日 3種類同時発売! 発売期間 6/30㊄~7/31㊄
抽せん日 8/12㊄
プレミアム: 1枚 500円
ジャンボ・ミニ: 1枚 300円
公益財団法人北海道市町村振興協会

後期高齢者医療制度のお知らせ

～令和8年度の保険料のお支払いと保険証および資格確認書の一齐更新について～

保険料に子ども・子育て支援納付金分が追加されます

令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が開始となり、後期高齢者医療制度の被保険者の方には、医療分の保険料と合わせ、子ども・子育て支援金に係る保険料をご負担いただくこととなります。

■ 保険料の計算方法

①医療分

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割} \\ \hline \text{【1人当たりの額】} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割【本人の所得に応じた額】} \\ \hline \text{(令和7年中の所得-最大43万円)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{医療分算出保険料} \\ \hline \text{【限度額85万円】} \\ \hline \text{※(100円未満切捨て)} \\ \hline \end{array}$$

②子ども・子育て支援納付金分（以下、子ども分）

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割} \\ \hline \text{【1人当たりの額】} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割【本人の所得に応じた額】} \\ \hline \text{(令和7年中の所得-最大43万円)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{子ども分算出保険料} \\ \hline \text{【限度額2万1千円】} \\ \hline \text{※(100円未満切捨て)} \\ \hline \end{array}$$

○1年間の保険料の上限額は、医療分85万円、子ども分2万1千円の計87万1千円となります。

○年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

○「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除など）を引いたものです。

○前年の所得金額により43万円の控除額が異なる場合があります。

令和8年度年間保険料

■ 保険料率の改定について

令和8・9年度の新しい保険料率は、下記のとおりです。

	医療分		子ども分
	前年度まで	令和8・9年度	令和8・9年度
均等割	52,953円	59,963円	1,364円
所得割	11.79%	11.61%	0.28%
賦課限度額	80万円	85万円	2万1千円

■ 保険料の軽減について

①均等割の軽減について

同じ世帯の被保険者全員と世帯主（被保険者以外の場合を含む）の所得の合計に応じて、下記のとおり軽減されます。

対象者の所得要件 (世帯主及び世帯の被保険者全員の 軽減判定の所得額)	医療分			子ども分	
	軽減割合	年間の 均等割額	前年度比	軽減割合	年間の 均等割額
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7.2割軽減	16,789円	約904円贈	7割軽減	409円
43万円+(31万円×世帯の被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数-1)	5割軽減	29,981円	約3,505円贈	5割軽減	682円
43万円+(57万円×世帯の被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数-1)	2割軽減	47,970円	約5,608円贈	2割軽減	1,091円

※65歳以上の方の公的年金等に係る所得については、さらに10万円を差し引いた額で判定します。

※給与所得者とは・・・給与等の収入額が55万円を超える方、公的年金の収入額が60万円（65歳未満）、125万円（65歳以上）を超える方

②被用者保険の被扶養者だった方の軽減

この制度に加入したとき、被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、制度加入から2年を経過していない期間のみ、均等割が5割軽減となります。

	医療分		子ども分	
	軽減前	軽減後	軽減前	軽減後
均等割軽減額	52,953円	29,981円	1,364円	682円

※被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険等は含まれません。

■ 保険料のお支払い方法

保険料の納め方は、原則「年金天引き」です（申し出によって「口座振替」も可能）。ただし、次の(1)～(3)のいずれかに該当する方は「年金天引き」の対象となりませんので、「納付書」または「口座振替」にてお納めください。

- (1) 介護保険料が「年金天引き」されていない方（年金額が年額18万円未満の方）
- (2) 介護保険と後期高齢者医療の保険料の合計額が、介護保険料が天引きされている年金受給額の半分以上を超える方
- (3) 新たに制度に加入された方の半年の期間

※社会保険料控除は、「年金天引き」の方は本人に、「口座振替」の方は口座名義人に適用されます。
※国民健康保険料(税)の口座振替は自動継続されませんので、その都度、金融機関へ申し出を行ってください。

令和8年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。

■ 新しい「資格確認書」を交付します

現在、交付している資格確認書の有効期限が令和8年7月31日をもって満了となるため、新たな資格確認書を7月中に交付します。また、マイナ保険証をお持ちの方は、資格情報のお知らせという通知が送付されます。8月以降に医療機関へ受診される際は、新しい資格確認書またはマイナ保険証を窓口へ提示してください。

- 資格確認書（はがき型）が届く方
 - ・85歳以上の方
 - ・84歳以下の方で、マイナ保険証をお持ちでない方

⇒資格確認書を提示

- 資格情報のお知らせ（A4サイズ）が届く方
 - ・84歳以下の方で、マイナ保険証をお持ちの方

⇒マイナ保険証を提示

■ 「資格確認書」に限度区分等を記載することができます

資格確認書の以下①～③の欄については、本人の希望に基づいて、申請により併記することが可能です。

- ①限度区分、限度区分の発効期日
 - … 医療費が高額になったときの自己負担限度額や入院した時の食事代などの区分を示しており、前年の所得に応じて決まります。
- ②長期入院該当日
 - …直近12ヶ月の入院日数が90日を超える市民税非課税世帯（区Ⅱ）に該当し、申請により認定を受けている方のみ記載できます。
- ③特定疾病区分、特定疾病区分の発効期日
 - …特定疾病療養受療証をお持ちの方で資格確認書に併記を希望する場合は、申請により記載できます。

●問い合わせ先 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601
役場保険課保険年金係 ☎62-2187

活動報告 きりたっぴ子ども自然クラブ「酪農体験をしよう」

5月30日、きりたっぴ子ども自然クラブで酪農体験を行いました。牛の乳搾りや子牛への哺乳体験、放牧地での牛とのふれあいを通して、酪農の仕事について学びました。最初は緊張していた子どもたちも、次第に笑顔で牛と接することができました。

午後はMO-TTOかぜでアイス作りに挑戦。みんなで協力して作ったアイスをおいしく味わいました。酪農や牛への理解を深める、貴重な一日となりました。

**大坪俊裕氏写真展「きりたっぴ 秋景色」開催**

昨年の写真展「きりたっぴ 夏景色」に続き、今年は「きりたっぴ 秋景色」を開催します。

枯れ色へと移りゆく中にも豊かな彩りが広がる、霧多布の秋。移ろう季節の中で見せる、一瞬の風景の表情をぜひお楽しみください。

また、1階ショップでは、大坪さん撮影のポストカードを季節に合わせて販売しています。霧多布の美しい瞬間を切り取った作品ばかりですので、こちらもぜひお手に取ってご覧ください。

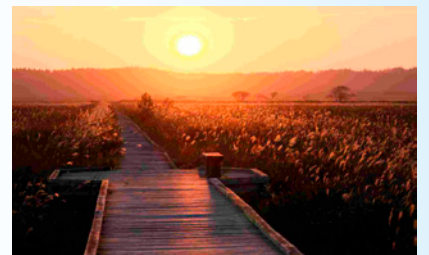
皆さまのご来館を心よりお待ちしております。

○開催期間：7月1日(水)～7月31日(金)

○開館時間：午前9時～午後5時

○開催場所：霧多布湿原センター2階会議室、タンチョウホール

※開館中はいつでもご覧いただけます。なお、会場の都合によりご覧いただけない日時が生じる場合がありますので、あらかじめご了承ください。



●予約・問い合わせ先 霧多布湿原センター ☎65-2779 <https://www.kiritappu.or.jp/center/>

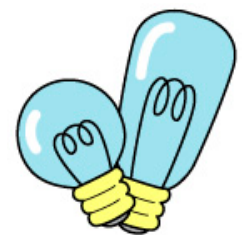
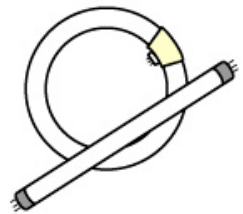
**ごみ博士からのお知らせ！****●今回のテーマは「蛍光灯」と「電球」についてじゃ！**

みんなは「蛍光灯」と「電球」の正しい分別方法を知っておるかのう？ 一般家庭で使われる電球には、「直管蛍光灯」「電球型蛍光灯」「白熱電球」「LED電球」など、いくつか種類があるんじゃが、「直管蛍光灯」と「電球型蛍光灯」は「有害ごみ」なんじゃ。

この理由は、適切に処理しなければならない「水銀」が使われているからじゃ。浜中町では、これらの蛍光灯や水銀を含む体温計、電池類などは、「有害ごみ」として専門業者に処理してもらっているの、みんなもしっかりと分別して出してほしいのじゃ。

ただし、白熱電球とLED電球は水銀が使われていないので、「燃えないごみ」として出してくれよ。

**面倒なことでも、小さなことからコツコツと！
それがごみ分別マスターへの一番の近道じゃ！！**



しょっかい
食改の だいどころ

浜中町食生活改善協議会のおすすめレシピ紹介！

「和風胡麻だれのざるそば」

【材料：1人分】

- 日本そば…………… 1玉
- 薬味…………… 各適宜
- スキムミルク…………… 小さじ2杯
- 水…………… 45ml
- ☆めんつゆ…………… 75ml
- ☆すりごま…………… 大さじ1杯
- ☆生姜すりおろし…………… 少量



【作り方】

- ① 麺は好みの固さにゆでて冷水で冷まし、ざるにとり水気を切る。
- ② スキムミルクは水または熱湯で溶かし、冷ます。
- ③ ②と☆を混ぜ合わせ、つけだれをつくり、お好みで万能ねぎ、青しそ、みょうがなどの薬味を添える。

浜中町食生活改善協議会では…

「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、町民の皆さまの健康維持・増進につながるよう活動をしています。



野菜を食べよう簡単レシピ

「トマトのニラダレかけ」

【材料：4人分】

- トマト…………… 1個 (200g)
- ニラ…………… 20g
- しょうゆ…………… 小さじ2杯
- ごま油…………… 小さじ2杯
- A 酢…………… 小さじ1杯
- 白いりごま…………… 小さじ1杯
- しょうがチューブ… 小さじ1/2杯
- ニンニクチューブ… 小さじ1/2杯



【作り方】

- ① トマトを一口大、ニラを5mm幅に切る。
- ② ボウルにAを入れ、よく和える。
- ③ トマトを器に盛り付け、②をかけて完成。

野菜摂取量は
約55gです。

1人分	エネルギー 37kcal	食塩相当量0.5g
-----	--------------	-----------

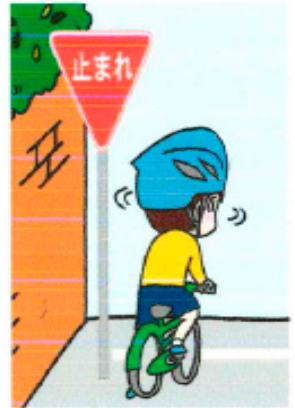
夏の全国交通安全運動の実施

～長距離は、ひといきついで 心にゆとりとやさしさを～

「夏の全国交通安全運動」が7月13日(月)から7月22日(水)までの10日間実施されます。

◎ 運動重点

- ① 飲酒運転の根絶
- ② 自動車利用時のヘルメット着用と自転車・バイクの交通事故防止
- ③ スピードダウンと全席シートベルト着用の徹底
- ④ こどもを始めとする歩行者の安全確保と高齢運転者の交通事故防止



少年の非行・犯罪防止

～考えて 大切な 未来の自分～

- ① 万引きは犯罪！
盗んだ物を買うことやもらうことも犯罪です。
- ② お酒やたばこは20歳になってから！
お酒やたばこを勧められてもきっぱりと断りましょう。
- ③ インターネットの世界は危険がいっぱい
個人情報や写真はけいさいしない！ネットで知り合った人と安易に会わない。
- ④ SNSなどの「闇バイト」「裏バイト」に注意！
闇バイトから抜け出せない、脅されている、申し込んでしまった、そのようなときはすぐに警察に相談を。

水難の防止

～夏の海 少しの油断が 事故のもと～

釣りをする時は、必ず救命胴衣を着用しましょう。高波時の防波堤や滑りやすい岩場、流れが速い岸边などには近づかず、安全な場所で行いましょう。



薬物に手を出すな

～薬物乱用防止 ダメゼットイ～

覚醒剤や大麻などの薬物を乱用すると、身体や精神がボロボロになり、場合によっては死に至ることもあります。

薬物に関してのご相談は、警察署までお寄せください。



北海道警察官募集

- 1 採用予定人員
 男性 A区分 40人程度
 B区分 140人程度
 女性 A区分 20人程度
 B区分 50人程度
- 2 学歴
 A区分～学校教育法による大学（短期大学を除く。）等を卒業した者（令和9年3月末日までに卒業見込みの者を含む。）
 ※高度専門士の称号を取得または令和9年3月末日までの取得見込みの者を含む。
 B区分～ A区分以外の者
- 3 年齢
 平成3年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者（令和9年4月1日現在で18歳以上35歳以下。）

5/17 令和8年度浜中消防団総合演習が実施

5月17日、令和8年度浜中消防団総合演習が霧多布スポーツ広場で実施されました。団長以下95人の団員が霧多布市街で分列行進を行った後、霧多布スポーツ広場で各分団による技能競技大会が開催され、第7分団（奔幌戸地区）が見事に優勝しました。



5/18~19 散布小中学校あさり島活動

5月18日から19日、散布小中学校の小学5・6年生と中学生が火散布沼の「あさり島」であさり堀りを行いました。

このあさり島活動は平成22年度から始まっており、児童生徒が地域を知り、誇りや愛着を持ってもらうことを目的として続けている取り組みです。



5/20 藤枝行政相談員が霧多布小学校で行政相談出前講座

5月20日、浜中町行政相談員の藤枝敦子さんが霧多布小学校の6年生を対象に出前教室を行いました。

当日は、釧路行政監視行政相談センターのご協力のもと、過去にあった相談事例なども紹介し、子どもたちが身近に気になっていることや困っていることを聞き取りました。

子どもたちから出た意見

- ・通学路がガタガタしている
- ・文化センターの駐輪スペースが少ない など



5/28 両保育所で幼年消防クラブ入会式

5月28日、霧多布・茶内両保育所で、幼年消防クラブ入会式が行われました。

今年は、霧多布保育所が4人、茶内保育所が13人入会し、お友達に火遊びをしないよう呼びかけたり、大人にたばこのポイ捨てをやめるよう呼びかけたりして町から火事をなくす宣誓を行いました。





産業・自然を未来につなぐ 町内各地で植樹活動



5月、町内各地でさまざまな植樹活動が行われました。森林の再生は、温暖化対策としてだけでなく、私たちの地域産業とも密接に関わっています。今回、全ての植樹活動に共通していることは、産業・自然ともに持続可能な地域を目指していくことでした。植樹活動は毎年行われていますので、将来の世代のため、ぜひ参加してみたいはいかがでしょうか。

●第32回浜中町植樹祭～お魚殖やす植樹運動～

5月22日、湯沸地区にて町主催の植樹祭と浜中漁協女性部主催のお魚殖やす植樹運動を開催。

当日は、各自治会や産業団体から201人の参加者が集まり、カシワ、グイマツ、イヌエンジュなど800本を植樹。



●みつばちの森づくり

5月26日、姉別南地区にて、町内で養蜂を行う株式会社杉養蜂園と町、霧多布湿原ナショナルトラストが、「みつばちの森づくり基本協定」に基づいて実施。

3回目を迎える今回は、約300本のトチノキやハンノキなどを植樹。



●はまなか水源の森づくり

5月27日、散布沼流域の水源にて、町、浜中漁協、散布漁協、シマフクロウ・エイドが協定に基づいて実施。

散布沼上流域にて、過去に伐採が行われた森林を再生し、森と海の豊かな環境づくりを目指すため、ハンノキやアオダモなどを植樹。



イベントSNAP

● あさり島活動



● 幼年消防クラブ入会式





みんなの掲示板

町民団体の活動仲間の募集や
イベント告知をしませんか？

時日時 所場所 内内容 対対象 定定員 ￥料金 持持ち物 申申込先 問問い合わせ先 他その他



イベント 浜中町を語らないと



時 7月3日(金)、18時45分～21時30分

所 Culevaシェアスペース (浜中町茶内橋北東6) @BE_ALL_HAMANAKA

定 30人 対 浜中町が大好きな人 内 浜中町であんなことしたい、
こうなったらいいな、この町のことみんなで気軽におしゃべり
しませんか？ ￥1,000円 持 鹿肉カレー、浜中町のおつまみを用
意してあります。お飲み物をご持参ください。飲食物の持ち
寄り歓迎。申 要予約 勝手に浜中応援チャンネル右上インス
タのQRからDMIにて申し込みください。

問 https://www.instagram.com/be_all_hamanaka



イベント わのおとリトミックサークル
参加親子募集



時 7月19日(日)、8月2日(日)、9月2日(水)

全日10時45分から

所 茶内コミュニティセンター (和室、ホール)

対 0歳から10歳くらいまでの子どもと保護者

内 お琴とピアノを使ったリトミック&子育てサークルで
す。音楽に合わせて親子で楽しく体を動かしましょう！

￥500円 持 飲み物、親子ともに動きやすい服装

申 要予約 山口 友里 utahana.koto@gmail.com

問 <https://www.instagram.com/wanote.rhythmique>

他 申し込みは開催日の前日まで

掲示板に記事を掲載できます！

- ・掲載記事は 200 字程度
- ・原稿は掲載月の前月 10 日までに申し込み
- ・営利目的、公序良俗に反する内容、不特定多数の町民を対象としないものは掲載不可
- ・申し込みは右記 QR コードから。



浜中診療所からのお知らせ

問い合わせ先
浜中診療所
☎62-2233

北海道大学病院・札幌医科大学附属病院派遣医師の出張日

○診療予定日 7月10日(金)～7月12日(日)
7月24日(金)～7月26日(日)



上記の期間は、北海道大学病院または札幌医科大学附属病院の派遣医師の協力により夜間や休日の救急外来窓口を開設しています。急な体調不良など、症状に応じて対応いたしますが、来院前には必ず電話連絡をしてから看護師の指示によりお越しくください。なお、夜間や休日はかぜ症状の診察には対応していませんのでご注意願います。

緊急性のない方や軽傷の方は、平日の診療時間内に受診されるようご協力をお願いします。

特設人権擁護相談所のお知らせ

人権擁護委員はいつでも地域住民からの相談に応じており、法務局では気軽に相談できる場所として常時、人権相談所を開設しています。

町内でも下記のとおり特設人権相談所を開設します。相談は無料で、相談内容の秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

日 時 9月3日(木) 13時～15時

場 所 役場1階相談室4 (保健集会室入口すぐ)

相談内容 民事問題や刑事問題、行政、労働、近隣関係、いじめや差別、嫌がらせ等の人権問題など

●予約・問い合わせ先 役場総務課総務係 ☎62-2125

令和9年度 釧路管内町村職員採用資格試験のご案内

令和9年度に採用される釧路管内町村職員の採用資格試験は、9月20日(日)、釧路町公民館で行われます。受験資格、申し込み等については下記のとおりです。

受験資格 ○高校卒…平成15年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方

受験申込 役場総務課職員係および釧路町村会事務局にて、申込用紙を7月23日(木)から交付します。8月21日(金) (郵送の場合は8月21日付消印有効) までに所定事項を記入し、郵送か持参により、提出してください。

●**申し込み・問い合わせ先** 役場総務課職員係 ☎62-2129
釧路町村会事務局 ☎0154-43-0649

自衛官を募集します

令和9年3月採用の「自衛官等」の募集が、令和8年7月1日から受付を開始します。下記をご覧ください。期日までにお申し込みください。

種目	受験資格	受付期間	試験日
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	18歳以上33歳未満	通年	9月24日(木)～26日(土) のいずれか1日
一般曹候補生		7月1日(水)～ 9月1日(火)	9月16日(水)～27日(日) のいずれか1日(WEB受験)
航空学生	18歳以上24歳未満	7月1日(水)～ 8月28日(金)	9月19日(土)
防衛大学校	18歳以上21歳未満	7月1日(水)～ 10月15日(木)	9月19日(土)【推薦・総合】 10月31日(土)【一般】

●**問い合わせ先** 役場総務課総務係 ☎62-2125
自衛隊帯広地方協力本部釧路出張所 ☎0154-22-1053

NHK「にっぽん縦断こころ旅」 お便り募集

NHK編集局では、NHK BS・NHK BSプレミアム4Kにて11月放送開始予定の当番組内で紹介する「こころに残る風景とその場所にまつわるエピソード」を募集します。番組では、俳優の田中美佐子さんが北海道をスタートし、日本全国を縦断します。

締切 7月21日(火)

応募方法 ホームページ、FAX、お便り(ハガキ・封書)にて受付

応募先

番組ホームページの右記QRから⇒
FAXにて 03-3465-1327
お便りにて 〒150-8001
NHK「こころ旅」係 ※住所不要



●**番組・応募に関する問い合わせ先**
NHKふれあいセンター (ナビダイヤル)
☎0570-066-066

各依存症、摂食障害に関する オンライン相談のお知らせ

釧路保健所では、月に1回北海道立精神保健福祉センター医師によるアルコールやギャンブルなどの依存症に関するオンライン相談を実施しています。相談は予約制となり、予約受付は、相談日の7日前の午前中までとなります。詳しくは釧路保健所健康推進課までお問い合わせください。

実施日	
令和8年7月23日(木)	令和8年12月24日(木)
令和8年8月27日(木)	令和9年1月28日(木)
令和8年9月24日(木)	令和9年2月25日(木)
令和8年10月22日(木)	令和9年3月11日(木)
令和8年11月26日(木)	時間は全て13:30～16:30

(日程は変更になることがあります)

●**問い合わせ先**
釧路保健所(釧路市城山2丁目4番22号)
☎0154-65-5825



学校発信情報

「まなぶん」

このコーナーは、町内の小・中学校における特色ある教育活動や取り組みを紹介するコーナーです。

また、愛称の「まなぶん」は、「学ぶ」と地図記号で学校を表す「文」を合わせたものです。町内小学校4校・中学校4校を連載でご紹介しています。

《霧多布中学校》

【校訓】 **たくましく やさしく 正しく**
 ○高い知性 ○豊かな情操 ○固い意志 ○強いからだ

『自己の良さを発揮し、地域社会の
 豊かな未来を拓く人材の育成』

霧中の特色ある教育活動「自然体験学習」をご紹介します。

＜モモンガの巣箱づくり+長靴トレッキング（1学年）＞

5月25日、霧多布湿原センターのスタッフの方々にご来校いただき、木工室でモモンガの巣箱づくりを行いました。

モモンガを中心とした森や湿原に住む動物についての説明後、モモンガの巣箱を4班に分かれて作製。板の切断や釘打ちに苦勞しながらも、どうにか巣箱を完成させることができました。午後からは、湿原センターに場所を移し、長靴を履いて湿原をトレッキング。モモンガの食痕を探したり、春の花や野鳥を観察したりしながら、湿原について学習しました。

巣箱は班で設置したい場所を探し、トレッキング前にスタッフに協力していただきながら梯子を利用して設置しました。事前学習で抱いた疑問や質問にも答えていただき、地域の自然について学ぶ、とても貴重な体験となりました。

来年1月には、1年生全員で巣箱にモモンガが入っているかを確認に行きます。それまで楽しみに待ちたいと思います。

霧多布中学校では、地域の方々にご協力いただきながら、地域の良さを学び、その魅力を見つけるための学習に今後も取り組んでいきます。

学校データ

(5月1日現在)

校長	杉山 浩彰
教頭	須藤 実
教員数	13人
養護教諭	1人
事務職員	1人
事務生	1人
管理人	1人
生徒数	36人
学級数	5学級
(うち特別支援2学級)	



私たちの町の高等学校

霧多布高校通信

5月15日、5・6時間目に全校生徒で校外清掃を行いました。晴天の中、1年A組は本校から仲の浜木道、2年A組は本校から霧多布大橋、3年A組は本校から霧多布クリーンセンター・総合体育館周辺を経由して帰校と3ルートに分かれて実施しました。ゴミ拾いをしながらクラスメイトと交流し、絆を深めることができ、校外清掃を通して地域の環境についても考える良い機会となりました。



学校教育からの情報コーナー

大奮闘！ 力の限りを尽くした 運動会

6月は、4つの小・中学校で運動会が開催されました。今年度は天候を心配する場面もありましたが、子どもたちはこれまでの練習の成果を発揮し、最後まで全力で競技や応援に取り組みました。会場には保護者や地域の皆さまから温かな声援が送られ、子どもたちの頑張る姿が輝いていました。

各校では、児童会を中心に運動会のスローガンが掲げられ、その目標の達成に向けて、一人ひとりが真剣に取り組んでいました。徒競走や団体競技では、自分の力を発揮するだけでなく、仲間と協力しながら挑戦する姿や互いを励まし合う姿が多く見られました。

また、運動会の準備や運営では、高学年の児童がリーダーシップを発揮し、学校全体で行事を創り上げる姿も見られました。運動会を通して培われた協力する力や最後までやり抜く力は、今後の学校生活にも生かされることと思います。安心・安全な運動会の実施に向けてご尽力いただいた教職員の皆さま、そして子どもたちを支え、温かく見守ってくださった保護者・地域の皆さまに心より感謝申し上げます。

なお、7月11日(土)には、茶内中学校で体育大会が、18日(土)には霧多布中学校で体育大会、浜中中学校では体育祭が開催されます。子どもたちの頑張りに大きな拍手をお願いします。



6月6日 茶内小学校
勇気凛々



6月6日 浜中小学校
最後まで 諦めずに 全力で楽しもう



6月7日 散布小中学校
Smile & Power 団結No. 1



6月13日 霧多布小学校
今までにない大波乱！
大歓声！！大運動会！！！！

運動会SNAP

茶内小学校



浜中小学校



運動会SNAP

散布小中学校



霧多布小学校



第40回 浜中町少年の主張大会

5月23日、町総合文化センターにおいて、第40回浜中町少年の主張大会が開催されました。当日は、保護者をはじめ教員や同級生など、たくさんの方が応援に駆けつけ、発表者は大変緊張しながらも、それぞれの体験を交えた素晴らしい主張を繰り広げました。

最優秀賞 中澤千尋さん(茶内中 2年/写真)

優秀賞 増井優希さん(散布中 2年)

優秀賞 加茂なつきさん(浜中中 3年)

最優秀賞の中澤さんは浜中町の代表として、7月25日に釧路市で開催される釧路総合振興局地区大会に出場します。



最優秀賞『幸せであるために』 茶内中学校2年 中澤 千尋

私は、母のことが嫌いだ。母を嫌いになったきっかけには、こんな出来事がある。

小学二年生のころ、私は姉と一緒に絵を描いていた。姉はとっても絵が上手で、それに比べると私の絵はかなり見劣りする。でも、姉と絵を描くことはすごく楽しかった。私は、今に姉をこしてやるぞ、という気持ちで描いた絵を母に見せに行った。すると母に「君の絵は、バランスが悪いね。ここなんか、何が描かれているかよくわからないし。」と言われた。きっと、母からしたら、何気なく出た一言だったのだろう。しかし、その言葉は私を深く傷つけた。母に絵を見せたくない、しまいには、もう絵なんて描きたくないと思えるようになった。

でも、それを母に言ったとしても、どうせまたばかにされるだけだと思って、私は何も言えなかった。そうして、だんだん母のことが嫌いになっていった。

ひとたび、母のことを嫌いになると、その行動や発言がすべて憎らしく思えてきて、さらに嫌いになる。嫌いになるのは不幸なことだ。嫌いな相手がそばにいて、普段は楽しめるようなことが楽しめなかったり、普段は怒らないようなことに怒りたくなってしまったりするのだから。私は思った。母を嫌いなままではいけない、嫌い続けて、自分から不幸になってはいけない。そこで、母を好きになるために、母の尊敬できる部分に目を向けてみることにした。そうすると、料理がうまい、旅行先で知らない人に話しかけられる、歌がうまい…など、たくさん尊敬できる部分もあることに気付いた。それと同時に、自分がその尊敬できる部分に目を向けず、母を嫌ってしまっていることにも気付いた。

当たり前だが、人にはいい面も悪い面もある。私のように、悪い面を見つけたからその人のことを嫌っていても、自分が不幸になってしまう。そ

れに、いろんな人とかかわることができなくなり、結果的に自分の世界を狭めることにもつながる。もしかしたら、あの時嫌いだったクラスメイトが親友になっていたかもしれないし、嫌いな人が言った言葉がきっかけで、人生が変わっていたかもしれない。嫌いだから関わらないということは、そのすべての可能性をつぶす、非常にもったいないことなのだ。

それに気づいてから私は、この人と関わりたくないな、と思ったら、いいところを探すようにしてみた。無駄話を長々とする先生は、親身に相談に乗ってくれたし、あるクラスメイトはリアクションが大きさであまり好きじゃなかったけれど、それは話を盛り上げようとしてくれているからだった。嫌いな人の良い面を見つけられると、「嫌い」が「普通」に近づく。これは人に対してだけではなく、嫌いな食べ物や苦手なことなどに対しても同じことが言える。

例えば、ピーマン。一回、回鍋肉を食べて美味しくなかったからといって食べるのをやめてしまえば、それからずっとピーマンが食べられないまま、ピーマンの肉詰めの美味しさに気付くことはできない。確かに、ピーマンは苦い。でも、栄養価が高いという良さがある。この良さに目を向けて、ピーマンを食べることをやめなければ、ピーマンの味も好きになる可能性がある。もちろん、一つも良さが見つからない人もいるし、どうやっても好きになれない物もあるだろう。いいところを見つけるのは自分が幸せになるため。なので、そういう人や物と無理に関わる必要は全くない。

私は、母のことが嫌いだ。でも今は、それ以上に好きだと思えている。もしあなたに嫌いなことや苦手な物があるのなら、一つだけでもいいところを見つけてみてほしい。それがきっと、あなたの幸せにつながるはずだ。



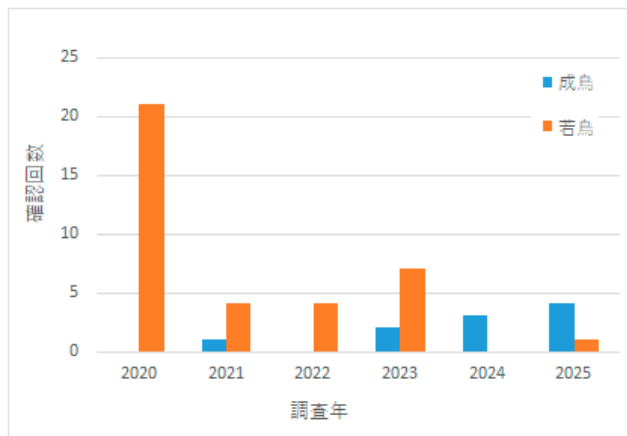
町の鳥『エトピリカ』の調査が今年も始まりました

町教育委員会では毎年6～8月、浜中漁業協同組合や専門家のご協力のもと、小島付近の海にデコイ（実物大の模型）を浮かべて、エトピリカの調査をしています。2025年は、小島付近で成鳥を3回、若鳥を1回、霧多布岬付近で成鳥を1回確認しました。

皆さまにお願いします。時々、デコイが台風などによって、岸まで流されてしまうことがあります。もし、そのようなデコイを見かけたら、町教育委員会生涯学習課社会教育係（電話：62-2394）までご連絡ください。



2025年7月1日に確認したエトピリカ
（左：デコイ、右：エトピリカ）
写真提供：NPO法人エトピリカ基金



2020年は若鳥を21回、成鳥は確認されませんでした。年によって変動があり、2023年からは継続して成鳥を確認しています。

7月17日は「北海道みんなの日」



7月17日は、「北海道みんなの日」（愛称『道みんなの日』）です。「道みんなの日」は、北海道の価値を見つめ直し、これからの北海道を考える日として、平成29年に制定されました。

1869年（明治2年）7月17日に、北海道の名付け親とされる松浦武四郎が、明治政府に「北加伊道（ほっかいどう）」という名称を提案した日が由来となっています。

この日をきっかけに、道民の皆さまには、北海道のこれまでの歴史や文化、風土を見つめ直し、北海道に愛着や誇りを持っていただき、道内外に北海道の魅力を発信する機会としていただければ幸いです。

佐藤 清勝さんがソフトテニスの全道大会で優勝！ ～第58回北海道春季ソフトテニス選手権～

5月24日、函館市で開催された第58回北海道春季ソフトテニス選手権において、町ソフトテニス協会に所属する佐藤清勝さんが、65歳以上男子の部（ダブルス）で優勝しました。

佐藤さんは、「ずっと目指していた優勝をようやく果たすことができました」と喜びを語っていました。佐藤さんの今後の更なる活躍に期待しています。





図書室だより



今月の新着図書

児童書



『パンダのおさじとぱんだっちゃん』

柴田 ケイコ/作・絵 (ポプラ社)

こわがりなコアラのねむこちゃんは、おばけが怖くて夜もなかなか眠れません。そのせいで、学校ではいつもウトウト。ある日ねむこちゃんが商店街を歩いていると、不思議なおじさんにパンダの人形をもらいます。その名も「ぱんだっちゃん」。

その日の夜、ぱんだっちゃんをぎゅっと抱きしめると小さなパンダの「おさじ」が現れて……。

『絶対に見たことがあるアレの正体、聞いてみた』

井上 マサキ/著 (大和書房)

園児たちが乗っているあのカート、旅館の部屋食で出てくるあの固形燃料、スーパーで聞こえてくるアレ、お菓子に入っている「たべられません」の袋……。

様々な「アレ」を生み出している企業や工場に潜入取材し聞きに行ったら、スゴかった！！子どもから大人まで楽しめる新感覚お仕事ルポです。



一般書

児童書



『あの子が一番』

朝比奈 あすか/著 (福音館書店)

安東あかりは3年生までは出席番号が1番だったがクラス替えにより2番になってしまった。1番になったのは「まこっちゃん」こと青山真琴。去年までは成績がよく、足も速いあかりがリーダー的存在だったが、今はまこっちゃんにはかなわない。段々とあかりの中で「あの子よりすごいと言われたい」「人気者になりたい」と気持ちがエスカレートし、やがてまこっちゃんを追い落とそうと動き始めるが思わぬことに……。

『サチコ』

群 ようこ/著 (幻冬社)

両親が残してくれた1DKのマンションで一人暮らしをしているサチコ。内向きで、控えめで、読書さえしてれば幸せ。「褒められもせず、苦にもされず」が生きるモットー。そんなサチコが55歳で長年勤めた職場を早期退職し、自宅から徒歩3分の「食堂キング」でアルバイトを始めた。そこでサチコは遅ればせながら人生の色々を学んでいく。しかし、ある日店主の腰痛が長引きキング閉店の危機が……。



一般書

《今月の映画鑑賞会》

日時：7月18日(土) 受付13時～ 上映開始13時30分～

場所：総合文化センター1階リハーサル室

上映作品：『映画クレヨンしんちゃん

オタケベ！カスカベ野生王国』(上映時間100分)

あらすじ：野原家の暮らすカスカベでは新町長が熱心にエコ活動を進めるが、彼の正体は人類を動物に変えて地球破壊を食い止めようとする過激なエコ組織のリーダーだった。その陰謀にしんのすけが立ち向かう！

今月のおはなし会

7月11日(土)

場所：総合文化センター

2階図書室

時間：11時～

今月の行事カレンダー

●浜中町防災無線の放送内容を確認したい方は『☎62-5333』へお電話ください。なお、行政情報については、町HPにも掲載しています。

日にち	行 事	日にち	行 事
1 水	ママのつどい開放日 (役場保健集会室 9:30~11:30) ハツラツ倶楽部わっはっは (茶内コミュニティセンター 13:30~15:00)	16 木	姉別ふまねっと教室ふらっと (姉別農村環境改善センター 13:00~14:00)
2 木	健康教室 (姉別農村環境改善センター 13:00~14:30)	17 金	
3 金		18 土	第31回体育祭 (浜中中学校) 体育大会 (霧多布中学校) 映画鑑賞会 (総合文化センターリハーサル室13:30~)
4 土		19 日	
5 日		20 月	
6 月		21 火	
7 火		22 水	ママのつどい開放日 (役場保健集会室 9:30~11:30) ハツラツ倶楽部わっはっは (役場保健集会室 13:30~15:00)
8 水	ママのつどい開放日 (役場保健集会室 9:30~11:30) ハツラツ倶楽部わっはっは (役場保健集会室 13:30~15:00)	23 木	
9 木	健康教室 (茶内第三母と子の家 10:00~11:30)	24 金	1 学期終業式
10 金		25 土	
11 土	体育大会 (茶内中学校) 今月のおはなし会 (総合文化センター図書室 11:00~)	26 日	
12 日		27 月	
13 月	健康教室 (浜中農村環境改善センター 10:00~11:30)	28 火	
14 火	健康教室 (茶内コミュニティセンター 10:00~11:30)	29 水	ハツラツ倶楽部わっはっは (茶内コミュニティセンター 13:30~15:00)
15 水	ママのつどい開放日 (役場保健集会室 9:30~11:30) ハツラツ倶楽部わっはっは (茶内コミュニティセンター 13:30~15:00)	30 木	
		31 金	

子育て支援センター あそびのひろば	月火	9:00~12:00	霧多布子育て支援センター
	月火	14:30~16:30	霧多布子育て支援センター
	月火水木金	9:00~12:00	茶内子育て支援センター
	月火水木金	13:30~16:30	茶内子育て支援センター (※午後は相談日【要予約】)
	土	9:00~12:00	茶内子育て支援センター (開所日は町HPでご確認ください【要予約】)

町内施設の休館日	施設名称	休館日
	総合文化センター	6・13・21・27
	総合体育館	6・13・21・27
	農業者トレーニングセンター	6・13・20・27
	すくらむ21	6・13・21・27
	温水プール	6・13・21・27
	MO-TTOかぜて	5・6・12・13・19・20・26・27

ひとのうごき

5月末現在 (前月比)

- 人 □: 5,159人 (+14)
- 男: 2,562人 (+8)
- 女: 2,597人 (+6)
- 世帯数: 2,614世帯 (+11)

おたんじょう

茶内北二区・遠田 ^{はると} 悠人ちゃん(隼也さん) 湯 沸・坂 ^{えなるか} 妃来・瑠花ちゃん(来凱さん)
茶内市街四区・泉 ^{らな} 藍凧ちゃん(大知さん)

おくやみ

新 川・柴田 武志さん(76歳) 暮 歸 別・一井 綾子さん(73歳)
茶内東区・栗岡 富代さん(99歳) 火 散 布・楢山 昌一さん(83歳)

おたんじょう、おくやみは、役場に届け出され、承諾いただいた皆さまのみ掲載しています。

広報はまなか掲載写真提供フォーム
こちらからアクセス出来ます。▶▶▶



その他の広報に関する問い合わせは下記までご連絡ください。
役場総務課情報広報係 ☎62-2246



今月の表紙

「茶内小学校運動会」

6月6日、茶内小学校で運動会が開催されました。徒競走や団体競技、全体リレーなどが行われ、大変盛り上がりを見せました。

6月は、町内全小学校で運動会が行われました。(関連15ページから17ページ)

はまなか投稿広場

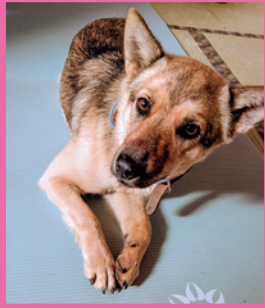


タンチョウのワタスゲ
 散策、浜中の良い季節
 が始まりました！

投稿者
 takayasu さん

ヨガのポーズが上手に
 になりました。

投稿者
 ウオッカ さん



「すごい写真が撮れた！」

「記念にこの写真を載せてほしい！」

そんな時はぜひ、右記のQRコードから投稿してください。

皆さまの投稿をお待ちしております！



文芸サロン

俳句

道端にひそりと一輪ハナシノブ

紫陽花や君の隣で濡れる肩

駆け巡る痛み助長すソーダ水

波頭光りて山は夏衣

福澤 秋桜(茶内)

紫 檀(茶内)

陽輝 雅(霧多布)

古屋 理樹(霧多布)

短歌

憂きことは忘れてしまう復元力も徐々に戻りくるべし

我行くと鳴いて喜ぶ保護犬の姿にほろりありがとぅーちゃん

相原 睦子(茶内)

福澤 秋桜(茶内)

