

児童扶養手当の「現況届」は忘れずに

児童扶養手当（ひとり親家庭に支給される手当）を受給している方は、毎年8月に現況届の提出が必要です。

この届け出は、8月以降の手当支給に伴い、前年の所得や8月1日現在の世帯状況などを確認審査するために必要となります。提出がなければ手当を受けることができなくなりますので、必ず提出期限内に手続きしてください。

現況届用紙は児童扶養手当認定中の方に郵送しています。

ただし、令和4年7月以降に別海町で認定請求された方へは、本年度の提出を省略できるため郵送していません。

■提出書類

郵送されている書類でご確認ください。

■提出期限

8月31日(水)

■提出場所

下記担当または各支所

問合せ／こども・子育て担当
(内線1314)

別海町戦没者追悼式



先の大戦における戦没者に対し、追悼の誠を捧げるとともに、平和への誓いを次の世代へと継承するため、別海町戦没者追悼式を執り行います。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため昨年同様に規模を縮小し、遺族のみにて執り行いますので、一般参列はご遠慮ください。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■日時 8月15日(月) ■時間 午前10時30分から午前11時

■場所 生涯学習センターみなくる

問合せ／社会・障がい福祉担当 (内線1310)



いきいき元気あっぷ 健康体操教室日程

9:45～受付 10:00～11:30体操教室

	みなくる	東公民館	西春別ふれあいセンター
8月	4日(木)	9日(火)	23日(火)
9月	8日(木)	13日(火)	20日(火)

※会場の都合や天候、新型コロナウイルス感染症の状況により予定を変更することがあります。

**参加費
無料**

参加対象者 ①65歳以上の方で、体力、気力の低下が気になる方
②誰かと一緒に運動したり、健康寿命を延ばす活動をしてみたい方 (64歳以下でも可)

※健康チェックは行いませんので、体調に不安のある方は事前に主治医への確認をお願いします。

※検温、マスク、手指消毒など感染症予防についてもご協力をお願いします。

地域包括支援センターは、高齢者の介護や生活の困り事の総合相談窓口です

■申込み・問合せ／TEL 79-5500(直通) 役場1階福祉部内

地域包括支援センターから

高齢となっても健康寿命を延ばし地域でいきいきとした生活が送れることを目標として、月1回、運動指導や健康維持に関する教室を開いています。

認知症予防にもつながる「脳活性化を意識した運動」も行います。

元気に年を重ねるための

今月のいきいき情報!

【介護予防はお口から】

お口の健康を守ることが、介護状態になるのを予防します。かむ、飲み込む、お口をケアする力などが衰えてくることを「オーラルフレイル」といいます。

オーラルフレイル度チェック

- 半年前に比べて硬いものが食べにくくなった
- お茶や汁物などでむせることがある

どちらかでも当てはまれば要注意です。

お口の健康を守る3つのポイント

- ①しっかりかんで食べる（食べにくい肉なども細かく切るなどして工夫して食べましょう）
- ②歯磨きをしましょう（毎食後が理想的です）
- ③お口を動かす習慣を作りましょう（早口言葉やあご周りのマッサージなどが効果的）



別海町ふるさと交流館



ポイントサービスデー

8月のポイントサービスデーを次のとおりお知らせします。

たくさんのご利用をお待ちしています。

※福祉入浴券利用の場合、ポイントは付与されません。

- 火曜日は浴育デーでポイント2倍です。
※浴育デーとは、小学生以下のお子さんと一緒に来館された方がポイント付与の対象となります。
- 誕生日に入浴するとポイント10倍です。誕生日と本人が確認できる証明書などを受付で提示してください。
※誕生日が休館日の場合は翌営業日を対象とします。
- 毎月26日は風呂の日です。8月は大ビールを300円、ソフトクリームを250円、ジョッキ牛乳を200円、その他メニュー全品10%引きで提供します。

問合せ／観光・交流担当（内線1622）

						8月
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日	浴育デー	ポイント2倍デー		ポイント2倍デー	
7	8	9	10	11	12	13
	休館日	浴育デー	ポイント2倍デー	山の日	ポイント2倍デー	
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	浴育デー	ポイント2倍デー		ポイント2倍デー	
21	22	23	24	25	26	27
	休館日	浴育デー	ポイント2倍デー		風呂の日イベント ポイント2倍デー	
28	29	30	31			
	休館日	浴育デー	ポイント2倍デー			

食品衛生責任者講習会 受講料の一部を補助します

都市との観光交流を推進するため、ファームインなどの食事提供やチーズなどの加工品販売時に必要となる、食品衛生責任者の資格を習得するための講習会の受講に要する経費を補助しています。

- 補助対象者 町内在住の農協組合員とその家族の方で、ファームインなどの食事提供やチーズなどの加工品販売を行う予定のある方
- 補助対象経費 講習会受講料の3分の2以内
- 申請方法 交付申請書と講習会修了証の写しを下記担当まで提出してください。
※申請様式は下記担当で配布しています。
- その他 講習会の日程などについては、北海道食品衛生協会のホームページをご確認ください。また、令和3年9月よりeラーニング方式でも受講することが可能になりました。eラーニング方式の詳細についても、北海道食品衛生協会のホームページをご確認ください。

問合せ／観光・交流担当（内線1622）

地域情報カレンダー

(令和4年7月25日現在)

日	曜日	イベント内容
8/7	日	スポーツセンター祭り2022夏 町民体育館 受付7:50 開会8:15～
8/10	水	優良運転者免許更新時講習 交流館がらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
12~14	金~日	トロッコまつり 旧奥行臼駅 10:00～14:00
9/14	水	優良運転者免許更新時講習 交流館がらと 13:30～ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。

社会保険事務相談所開設

8月2日(火) 8月3日(水)

13:00～17:00 9:00～14:00

9月6日(火) 13:00～17:00

9月7日(水) 9:00～14:00

中標津町役場 会議室 ※事前の予約が必要です。

予約先／釧路年金事務所 TEL0154-61-6000

