

広報サロマ ～わたしとまちの情報誌～

saroma

October 2026 No.828
Town Magazine
Saroma

10

歌
っ
て
踊
っ
て

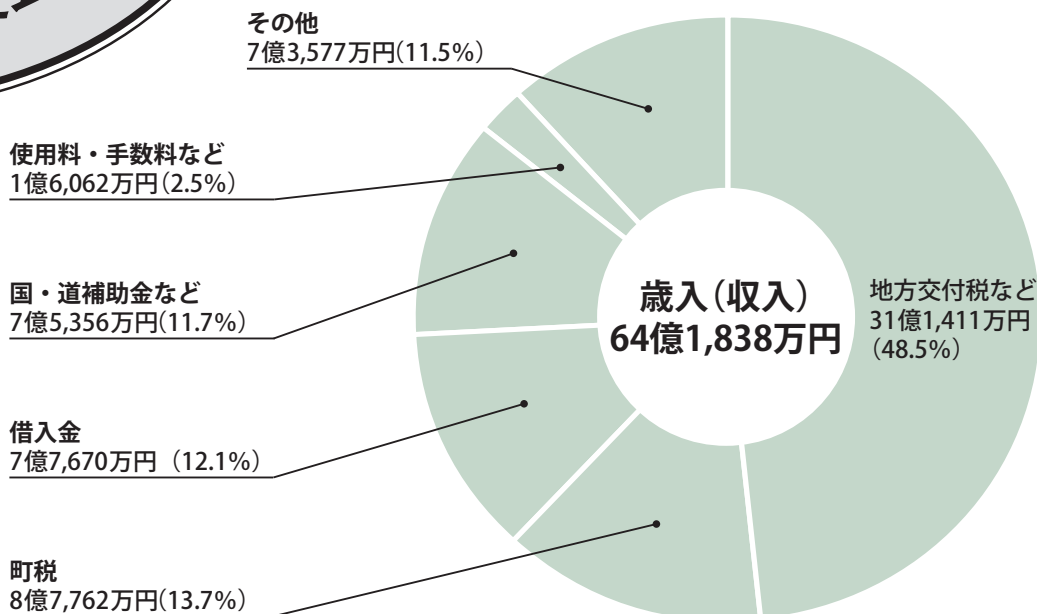
今年も大盛況！

さろま秋宵まつり



佐呂間町決算報告

町では、みなさんから納めていただいた貴重な税金がどのように使われているのかを知っていただくため、予算・決算などを基に財政状況を公表しています。



【建設事業費】

道路、公共施設、産業基盤などの整備に使った投資的経費

【行政活動・施設維持費】

一般行政活動を行う経費や施設などの整備に使った維持的経費

【団体補助・生活支援費】

団体への負担金や補助金、高齢者・障がい者への生活支援費

【人件費】

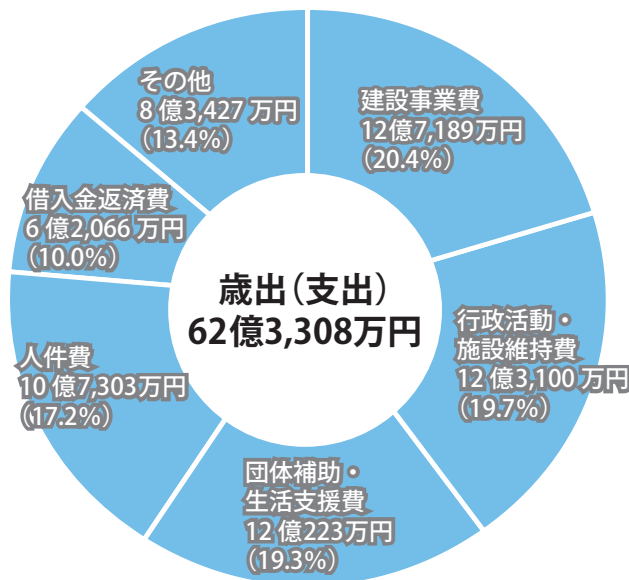
職員給与・議会議員報酬など

【借入金返済費】

大きな事業を行うために借り入れたお金の返済

【その他】

一般会計から特別会計に繰り出したお金、基金の積立など

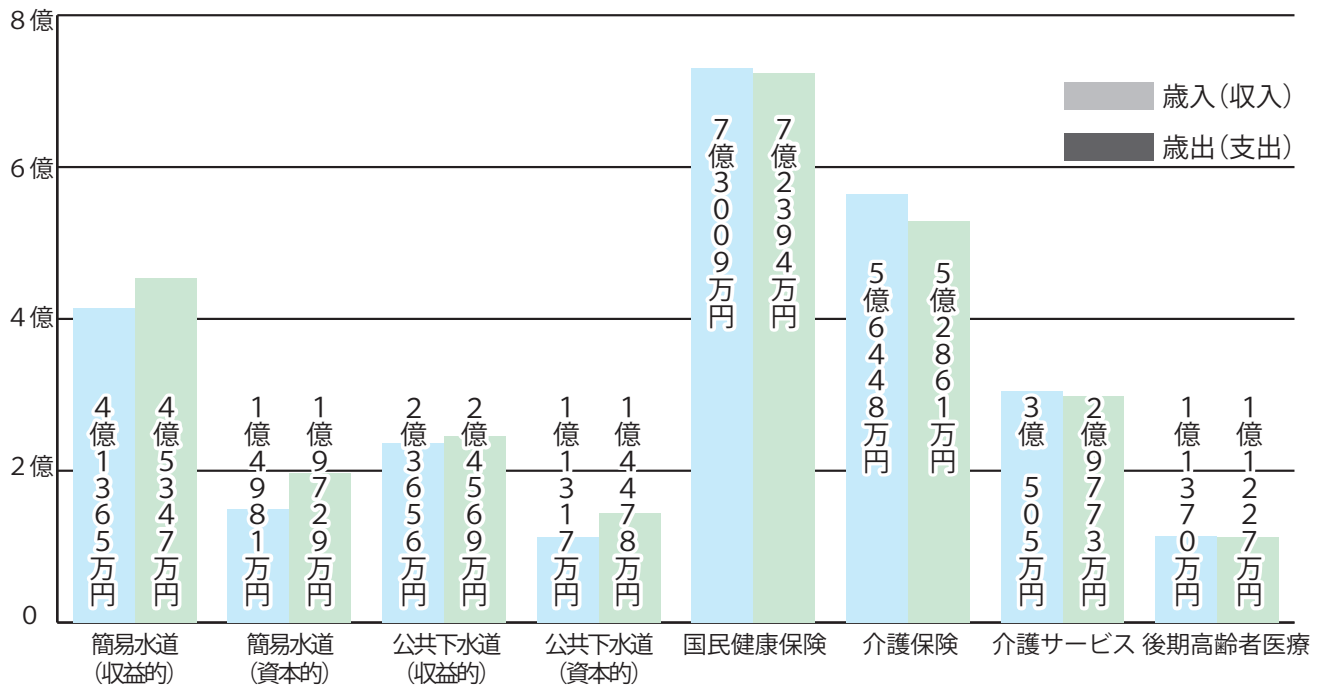


一般会計財政運営状況の概要

令和7年度予算編成においては、国の経済財政運営の基本的な考え方や地方財政対策を踏まえ、第5期総合計画後期5カ年実施計画および第2期地域創生総合戦略に掲げる重点プロジェクトの実行に努めるとともに、庁舎建設基本構想に基づく庁舎建設事業をはじめとする将来の財政需要を見据え、限られた財源の中で最大の事務事業効果が発揮されるよう、事業の必要性や優先度を十分に検証するとともに、国や北海道の補助制度および有利な地方債を積極的に活用し、重点的かつ効率的な財源配分に努め、持続可能な財政運営と住民福祉の向上を図ることを基本として予算編成を行いました。

令和7年度における地方交付税総額は、28億1,361万円、普通交付税23億1,999万円の減額により前年度と比較して27億80万円の減額となりましたが、義務的経費のより一層の抑制はもとより、補助金や町債等による財源確保に努め、土地改良事業や町有林整備事業など第一次産業基盤整備をはじめ、簡易水道区域拡張工事や町道改良舗装工事などのインフラ確保事業、テレビ中継局放送機器更新工事、学校給食センター調理機器等設備更新工事など、情報通信施設および教育施設関連の整備にも取り組まれました。

その結果、最終予算額は繰越明許費を含め65億4,768万円となりました。決算額については、歳入決算額64億1,838万円、歳出決算額62億3,308万円となり、翌年度繰越財源2億1,000万円を差し引いた実質収支差引残額は、1億8,320万円となりました。



基金と起債

○基金(貯金)

60億4693万円

○起債(借金)

81億8683万円

令和7年度決算を
町民1人当たり
に換算すると...

収入
200万円

支出
198万円

貯金
134万円

借金
182万円

※令和8年3月末人口
4501人

※特別会計決算額を含め
て計算しています。

健全化判断比率

(単位: %)

指標名	比率	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	— (—)	15.00	20.00
連結実質赤字比率	— (—)	20.00	30.00
実質公債費比率	6.5 (7.1)	25.0	35.0
将来負担比率	— (—)	350.0	基準なし

※比率として表れない場合は「—」と表記しています。()は前年度数値

公営企業会計に係る資金不足比率 (単位: %)

特別会計名	比率	経営健全化基準
簡易下水道	— (—)	20.00
公共下水道	— (—)	20.00

※資金不足が生じていないため「—」と表記しています。()は前年度数値

● 健全化判断比率および資金不足比率のいずれも早期健全化基準および経営健全化基準を下回っています

※佐呂間町HPにも掲載しています。

財政健全化判断比率

資金不足比率の公表

地方公共団体の財政を適正に運営しているかを判断するため、令和7年度決算に基づく財政健全化の指標を算定しましたのでお知らせいたします。公表にあたり、健全化判断比率および資金不足比率、ならびに算定基礎となる書類について監査委員の審査を受け、議会への報告を行っております。

「佐呂間高校なしに、佐呂間町の未来は語れない」

令和8年度 第1回 佐呂間高校

存続対策協議会を開催しました



8月10日、佐呂間町コミュニティセンターにて「令和8年度 第1回 佐呂間高校存続対策協議会」が開催されました。

協議会には町長、学校関係者、PTA代表、地域の委員に加え、北海道教育庁オホーツク教育局の松橋局長もオブザーバーとして出席し、佐呂間高校の存続と魅力化に向けた熱心な議論が交わされました。

①「少子化への危機感と」今、できる支援」

会議冒頭、会長である武田町長から「今年4月の入学人数が18名となり、町内の少子化や進学先の多様化により厳しい状況にある。全国募集(地域みらい留学)をはじめ、町民全体で課題を共有し対策を加速させたい」と挨拶がありました。挨拶では、生徒や保護者からの要望が多かった「高校生への給食提供」を今年10月からスタートさせることにも触れられました。

②「東京進学フェス」での成果と課題」

7月に東京都で開催された「地域みらい留学 日本まるごと高校フェスIn東京」について、佐呂間高校の校長および教育魅力化推進室長より報告がありました。

◆大きな成果

2日間で42組(平均以上)がブースを訪問。

手厚い経済的な支援や寮の整備、海外留学(バーマ市)支援、在校生による生き生きとした説明が参加者から高く評価されました。

◆明確になった課題

「佐呂間高校で何が学べるのか」という、他校と差別化できる独自の特色(学びのブランド化)をさらに明らかにし、発信していく必要性が明確になりました。



③「スピード感を持って具体化」

「ワーキンググループ(WG)設置へ」東京フェスで見た課題を迅速に解決し、佐呂間高校ならではの魅力づくりを具体化するため、協議会内に「佐呂間高校魅力化検討ワーキンググループ(WG)」を新たに設置することが承認されました。

◆構成

佐呂間高校の教職員、役場や教育委員会の若手職員、商工会青年部などの地域人材、教育に係る専門的なアドバイザーで構成します。

◆今後の進め方

探究学習の充実や寮の活用、地域と連携した実践的な学びなどを検討し、年度内に開催する予定の第2回協議会にて具体策を報告します。

オホーツク教育局の松橋局長から

助言をいただきました

協議会にオブザーバーとして出席していただいた、松橋局長から左記の助言をいただきました。

他地域の成功事例に共通するのは、地域全体で『選ばれる魅力的な高校とは何か』を問い直し、街づくりや探究学習に高校生が関わる仕掛けを作っている点です。道教委としても当事者意識を持って全力で支援します。

「オール佐呂間」「チームサロマ」で未来を拓く

佐呂間高校は、町から子育て世代の流出を防ぎ、地域の賑わいを守る要です。町・学校・保護者・地域が「チームサロマ」となって、佐呂間高校の魅力化を推進してまいります。

みなさまの声を聞かせてください!!

「ワーキンググループ(WG)」を開催するにあたり、これからの佐呂間高校と地域の関わり方について、町民アンケートを実施します。左記のQRから、みなさまの声を聴かせていただきたいと思います。ご協力、よろしくお願いいたします。

【町民アンケート】
はこちらから



アンケート×切
10月11日(日)

※お子様が学校に通われている場合は、学校からマチコミで送付されたアンケートと同じものとなります。

『ももちゃんタクシー(ももタク)』 どんどん使ってみよう!



8月から「ももちゃんタクシー」が運行開始し、町民のみなさまにご利用いただいています。
まだ、利用したことが無い方や利用しようと思っている方は、ぜひこの機会にご利用ください!

利用する日時の1週間前から1時間前まで予約可能!

コールセンター(予約専用)

☎01587・2・1525

受付時間: 9時～17時(年中無休)

～電話予約の流れ～

- ① コールセンターに電話
- ② お名前を伺います。
- ③ ご希望をお聞きます。
利用日時、人数、迎車場所、行き先など
- ④ お身体を確認します。
・1人で乗り降りできるか?
・車いすは必要か? など
- ⑤ 内容を確認して予約完了!



スマホでご予約の方は…

Web・公式LINEからいつでも簡単に予約!

下記QRからWeb予約!

Web予約画面へアクセス
できます。



公式LINEから予約!

LINEメニューから予約
画面へアクセスできます



ご不明な点はお気軽
お問い合わせください

お問い合わせ ももちゃんタクシー事務局

☎080-1864-9243

受付時間: 8:00～21:00(年中無休)

『ももタク』のドライバーを募集しています!



副業やちょっとしたおこづかい稼ぎとして、ドライバーになってみませんか? 自家用車で、ご予約
いただいた方の移動を支援します。

◆雇用条件: 研修を受講可能な方(10月31日土曜日開催予定)、過去3年間で無事故無違反の方

◆報酬: 1,000円/回～

◆詳細: 右記QRからLINEでお問い合わせください。



詳細は
こちらから

無料キャンペーン実施中!

モニターキャンペーンは12月26日まで!

乗ってみるべし
モニターキャンペーン中

FREE

先着50名様限り

アンケートにお答えいただくとタダでご乗車!!

ご乗車の際にモニターキャンペーンとお伝えください。

本キャンペーンはおひとり様1回限りとなります。

50名に達した時点で本キャンペーンは終了いたします。

アンケートの回答に ご協力ください

この実証実験では、町民のみなさまのご意見がとても重要となります。

町民の方は誰でもご回答いただけます。

アンケート調査へのご協力、よろしくお願いいたします。

アンケートへの
回答はこちらから





ライダー・チャリダー大集合！ ～「バイクの日」イベント開催

8月19日、「バイクの日」に合わせてライダー・チャリダーが交流する「第7回サロマコーヒーブレイクミーティング」が道の駅「サロマ湖」で開催されました。

来場者は、平日にもかかわらず過去最高の207名！

次々と集まったバイクや自転車の参加者、先着100名にコーヒーが配られ、ライダーやチャリダー同士での情報交換が行われました。

社会貢献活動を実施～高橋土建(株)

8月19日、高橋土建(株)による社会貢献活動として、伊岐武士排水路(啓生地区)の草刈りが実施されました。

この活動は農業用施設の機能増進を図ることを目的として、平成22年から実施していただいています。

お忙しい中実施していただき、誠にありがとうございました。



佐呂間町の魅力をPR！～in 札幌

9月3日、札幌市の地下歩行空間にて、佐呂間中学校3年生42名が総合的な学習の時間に行われている「さろま学」の一環として、修学旅行にて町のPR活動を行いました。

中学生による札幌市でのPR活動は、今回が初めての取り組みです。生徒たちは事前に自作した町のPR資料を持ち、歩行者の方々へ積極的に声をかけながら佐呂間町の魅力を存分に伝えていました。

参加された生徒のみなさん、大変お疲れさまでした。

大盛況！～さろま秋宵まつり2026

9月5日、町民センター駐車場にて、さろま秋宵まつり2026が開催されました。

9月の第1土曜日と言えばおなじみの秋宵まつり。

毎年恒例の町民カラオケ大会や仮装コンテストをはじめ、様々なステージイベントで会場は常に盛り上がりを見せていました。

また、まつりの最後には「やけくそ絶景花火」が素敵なフィナーレを飾りました。



Town Information

サロマ暮らしの情報掲示板

◎詳しい内容は直接お問い合わせください。

◎記事中の記号は次のとおりです。

問：お問い合わせ先 電：電話 FAX：ファックス 申：申込先

HPホームページ E：メールアドレス FB：フェイスブック

人のうごき

8月末

○人口：4,520人（－2人）
【内外国人：379人】
○男♂：2,097人（±0人）
【内外国人：89人】
○女♀：2,423人（－2人）
【内外国人：290人】
○世帯：2,484戸（＋3戸）
【内外国人：367戸】
※（ ）内数字は前月比

TAX 税金

町税・保険料の納期について

町税・保険料の納期をお知らせします。忘れずに納めましょう。

◆町道民税(3期)

問 企画財政課町民税係・徴収対策室
電 2・1214

◆国民健康保険税(4期)

問 企画財政課町民税係・徴収対策室
電 2・1214

◆介護保険料(4期)

問 保健福祉課介護保険係
電 2・1212

◆後期高齢者保険料(4期)

問 町民課医療保険係
電 2・1213

◆納期…11月2日(月)

◆口座振替…10月26日(月)

※諸事情により「納期限までに納められない」「二度に納められない」などの納税の相談や、不明な点がございましたらご相談ください。

年末調整手続の電子化について

年末調整で勤務先に提出する生命保険料控除などの控除証明書等について、電子データによる提供が可能になります。

◆電子化における勤務先のメリット

- ① 控除額等の検算が不要
 - ② 従業員からの問合せが減少
 - ③ 書類の保管コストが削減
- ◆電子化における従業員のメリット
- ① 手書き作業や手計算の省略
 - ② 控除証明書等データを紛失しても再交付依頼が不要

◆国税庁が提供する「年調ソフト」

国税庁では、控除証明書の電子データの取込から控除証明書のデータ作成に対応した「年調ソフト」を開発し、各アプリストアや国税庁HPで公開しています。

詳細は国税HP「年末調整手続の電子化に向けた取組について」をご覧ください。

【 国税庁HP 】
はこちらから



ハロウィンジャンボ

1等・前後賞合わせて **4億円**

1等・前後賞合わせて **4,000万円**

2種類同時発売! 9/16(水)~10/16(金)

前年と比較して

「ハロウィンジャンボ宝くじ」
1億円以上の当せん本数が **125%!**

2つの「ハロウィンジャンボ」合計で
1万円以上の当せん本数が 約 **112%!**

※すべて記載のユニット数を前提とした数値です。前年の「ハロウィンジャンボ」と比較した当せん本数となります。なお、当せん金額は概ね同水準です。

ジャンボ宝くじが楽しくなる、3つの買い方!

3連バラ 30枚セット 9,000円	福連100 100枚セット 30,000円	福バラ100 100枚セット 30,000円
--------------------------	-----------------------------	------------------------------

※1等と1等の前後賞、合わせて当せんのチャンス! バラ 1枚ごとに、当せんの期待!

詳しくは宝くじ公式サイトをご覧ください。

発売 全国都道府県 委託 **みずほ銀行**

新市町村振興第1126回 全国自治宝くじ ハロウィンジャンボ宝くじ
1等2億円×12本・前後賞各1億円(発売総額360億円・12ユニットの場合 ※1ユニット1,000万円)
新市町村振興第1127回 全国自治宝くじ ハロウィンジャンボ宝くじ
1等2,000万円×50本・前後賞各1,000万円(発売総額150億円・5ユニットの場合 ※1ユニット1,000万円)
抽せん日はともに10月26日(月) 支払開始日は11月2日(月)になります。各1枚300円
★お問い合わせ先:宝くじコールセンター
TEL0570-01-1192(ナビダイヤル有料) TEL011-330-0777(有料)
【宝くじ公式サイト】 <https://www.takarakuji-official.jp/>



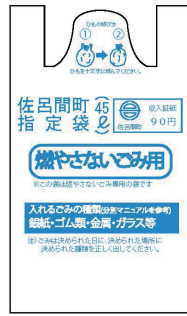
暮らし

町指定ごみ袋の不足に関する 対応のお知らせ(期間延長)

町指定の有料ごみ袋のうち「燃やすごみ袋」が不足していたことから、7月より代替えとして「燃やすごみ」を「燃やさないごみ袋」に入れて出せるように対応していましたが、ごみ袋の納入が当初の予定より遅れたため、対応期間を次のとおり延長しています。

※全てのサイズの「燃やさないごみ袋」が対象となります。

※透明袋やレジ袋などは使用できません。



◆対応期間

令和8年11月30日(月)まで延長

※11月30日以降は、通常のごみ袋での対応に戻りますので、「燃やさないごみ袋」の過度な購入に気をつけてください。

問 町民課生活環境係
☎ 2・1213

えんがるクリーンセンター からのお知らせ

燃やす粗大ごみの受入れについて、次の期間で屋外粗大ごみ置き場の受入れを停止します。

◆期間：令和8年11月9日(日)～

令和9年5月中旬

※燃やす粗大ごみの内容によっては、受け入れできない場合がありますので、事前にご相談ください。

問 えんがるクリーンセンター
☎ 0158・42・3579

公園設備が新しくなりました

交通公園の老朽し腐食した木製ベンチを撤去して、新たな高耐久性のベンチを設置しました。また、公園内の街路灯を古い水銀灯から明るく長寿命のLED灯具に更新しました。お散歩途中の休憩や、地域のみなさんの交流の場としてご利用ください。



問 町民課生活環境係
☎ 2・1213

家庭で不要になった パソコンの処分について

◆町では回収しません

町では家庭で不要になったパソコンの回収を行いません。資源有効利用促進法により、各メーカーが回収をしていますので、廃棄の際はご自身でお申し込みください。

※箱・説明書・袋は燃やすごみです。
※プリンターは小型家電ですので、役場・若佐支所・浜佐呂間出張所の回収ボックスへ出してください。

◆パソコンの回収窓口

PCリサイクルマークのある製品は、価格に回収料金が含まれているため、メーカーにより無料で回収ができます。詳しくは各メーカーにお問い合わせください。

マークのない製品や自作のパソコンは、リサイクル料金が必要になりますので、「一般社団法人パソコン3R推進協会」にお申し込みください。
HP <https://www.pc3r.jp>

問 一般社団法人パソコン3R推進協会
☎ 03・5282・7685

◆無料宅配回収を利用する場合

町の認定事業者であるリネットジャパンリサイクル(株)が、パソコンの宅配便による無料回収を行っています。詳しくはリネットジャパンリサイクル(株)のHPまたはお客様センターにお問い合わせください。

※パソコン本体を含む、ダンボール1箱分の回収料金が無料です。
※パソコン内のデータはご自身で消去してください。

HP <https://www.renet.jp>

問 リネットお客様センター
☎ 0570・085・800



みんなチェック!

北海道最低賃金

北海道内の事業場で働くすべての労働者(会社員、パート、アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人)およびその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されました。

◆最低賃金

1,131円(時間額)

◆効力発生年月日

令和8年10月1日(木)

※最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金および時間外等割増賃金は算入されません。



里親になりませんか？

◆「里親」とは？

様々な事情により家庭で暮らせなくなった子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて、愛情とまごころをこめて養育してもらう方のことをいいます。北見児童相談所では、「虐待」「傷病」「離婚」など様々な理由により家庭で生活できない子どもの相談があとを絶ちません。現在、オホーツク管内には約50組の里親さんがおり、約30名の子どもたちが里親家庭で生活しています。

里親は、特別な方だけがなれるイメージをお持ちの方もいるようですが、特別な資格などとは必要ではなく、実際にはどこにでもいる普通のご家庭のお父さん、お母さんたちです。

◆里親の種類

里親は次のように4つの種類があり、「養子縁組をしたい」、「祖父母が孫を育てている」など事情に応じた区分もあります。

【養育里親】

保護者が引き取れるまで、または児童が自立して社会に出るまでの間養育する里親。委託期間は、数年から十数年の場合もあります。

数日、数週間、数ヶ月の短期間だけお願いすることもあります。

【専門里親】

一定要件を満たした養育里親等が研修を受講して登録し、被虐待児・非行児・障がい児を養育する里親です。

【養子縁組里親】

養子縁組を前提とする里親です。

【親族里親】

両親の死亡・行方不明等、特別な事情で養育できない児童を、祖父母や兄弟姉妹が里親として養育するものです。

◆みなさんのご協力が必要です！

オホーツク管内では、子どもの年齢や里親さんとの相性なども考慮して委託先を決めるため、管内各地に里親さんが増えていくことが望まれます。ぜひ、里親として登録していただき、家庭に恵まれない子どもたちの養育を担っていただければと思います。

里親を希望される方、里親制度についてもう少し知りたい方は、担当者からご説明させていただきます。また、町内会やサークル活動などで里親制度のことを聞いてみたいという場合も、担当者がお伺いしてお話しさせていただくことも可能ですので、お気軽にご連絡ください。

☎ 北海道北見児童相談所地域支援課
0157・24・3498

あゆみ会学習会の開催 ～みんなで考える、難病のこと～

この度、あゆみ会では活動の一環として、難病の治療や地域の現状について知るために、下記の学習会を企画しました。難病について広く知ってもらうため、町内で生活する難病患者さんご家族はもちろん、難病について関心のある方も対象に開催します。紋別保健所の保健師による講話のほか、参加者同士が語り合う時間なども設ける予定です。どなたでもぜひ、ご参加ください。

- ◆日 時：令和8年10月26日(月) 10時30分～12時30分(受付開始10時15分～)
- ◆場 所：佐呂間町老人福祉センター 第1研修室
- ◆料 金：無 料
- ◆内 容：「難病についての講話、懇談」
- ◆講 師：北海道紋別保健所 保健師
- ◆申 込：下記あゆみ会事務局まで電話または右記QRより申し込み
- ◆申込期限：令和8年10月20日(火)

※介助の必要な方はお申し込み時にお知らせください。

【申込フォーム】



★あゆみ会(難病患者・家族会)とは？

あゆみ会は、佐呂間町で難病とともに生活する方やそのご家族が集まり、食事や研修を通して、みなさんの親交を深める場所です。当事者や家族のみなさんが、生活上の悩みを共有し、お互いを理解しあえる場となっています。



募集

遠軽地区広域組合消防職員 採用試験について

令和9年度遠軽地区広域組合消防職員採用資格試験(2次募集)を次のとおり実施します。

◆採用職種…消防職員

◆予定人数…5名程度(大卒・高卒)

◆採用予定日…令和9年4月1日

◆受付期間等

▽期間…令和8年9月28日(月)～

11月6日(金)

▽時間…8時45分～17時30分

▽郵送…令和8年11月6日

※当日消印有効

◆受験資格

▽平成9年(1997年)4月2日

以降に生まれた方で、大学または高校を卒業(見込含む)した方

◆試験内容

【第1次試験】

日 程…令和8年11月21日(土)

10時15分～15時20分

場 所…遠軽地区広域組合消防本部

内 容…教養試験、職場適応性

検査、論文

合格発表…12月上旬

【第2次試験】

日 程…令和9年1月中旬予定

場 所…第1次合格者へ通知

内 容…体力測定、面接試験

合格発表…試験日から1週間以内に通知予定

◆申込方法

提出書類(試験申込書、受験票)を遠軽地区広域組合消防本部総務課まで提出

※提出書類は、組合HPからダウンロード出来ます。

【組合HPはこちら】



問 遠軽地区広域組合消防本部総務課
〒遠軽町1条通北3丁目1番地1
☎ 0158・42・7600

【「機動職業訓練」ビジネス経理事務化の募集について】

機動職業訓練では、再就職の支援を目的とした職業訓練を行います。ワープロや表計算ソフト等による文書・帳票作成等のパソコン操作および簿記による経理事務の習得、ビジネスへのパソコン活用法、さらにプレゼンテーションの初歩的な知識と技術、ビジネスマナー等を身につけることで就職促進を図ります。

◆対象者

一般求職者(主にパソコン初心者)

◆定 員…10名

※定員に満たない場合、中止になることがあります。

◆訓練場所

遠軽地域人材開発センター

◆取得可能な資格

▽ワープロ技士 2級・3級

▽表計算技士 2級・3級

▽日商簿記 3級

◆費用…無 料

※テキスト代は13,500円程度、各種3級検定の取得可能な資格を全て受験した場合には、17,000円程度の実費負担

【訓練期間等】

▽期間…令和8年11月10日～

令和9年3月9日

※期間内合計430時間

▽時間…月曜日～金曜日

9時～15時40分

※一部9時～16時40分

▽休日…土・日・祝日

【申込方法等】

▽願書受付期間

令和8年9月1日～10月20日

▽提出先

北見公共職業安定所遠軽出張所

▽提出書類

入学願書・健康の自己申告書

問 北見公共職業安定所遠軽出張所

☎ 0158・42・2779

有料広告

カーライフプラン

金利割引実施中



ふれあい さわやか
遠軽信用金庫



<https://www.shinkin.co.jp/engaru/>

佐呂間支店
常呂郡佐呂間町字永代町95番地
Tel: 01587-2-3021

お申し込みの際は事前の審査をさせていただきます。結果によっては、ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。詳しくは当金庫ホームページをご覧ください。窓口へお問い合わせください。

その他

日本赤十字社佐呂間分區「災害義援金」の受付について

令和8年7月に発生した熊本地震災害および8月に発生した千葉豪雨災害の義援金を次の期間受付します。この義援金は、被災地県に配置される災害義援金配分員会を通じ、被災者へ配分されます。

◆受付窓口

▽保健福祉課

▽若佐支所

▽浜佐呂間出張所

◆受付期間

▽熊本地震災害

令和8年10月30日(金)まで

▽千葉豪雨災害

令和8年11月30日(月)まで

問 保健福祉課福祉係

☎ 2・1212



10月は不正軽油防止強化月間

不正軽油とは、トラック等の燃料として使われる軽油に灯油や重油などを混ぜたものや、重油に薬品を混ぜて脱色し軽油と偽ったものをいい、これらを製造・販売・使用することは悪質な脱税行為として逮捕される犯罪になります。

北海道では、不正軽油撲滅に向けて関係機関と連携し、取締りをさらに強化します。

購入した軽油を使用したら車の調子が悪くなった、安い軽油の売り込みがあったなど、不正軽油と思われる情報がありましたら、次までご連絡ください。

問 不正軽油ストップ110番

☎ 0800・8002・110

問 オートック総合振興局

北見道税事務所

☎ 0157・25・8684

問 通報フォーム

※左記QRよりご連絡ください

【通報はこちら】



「国の教育ローン」のご案内

「国の教育ローン」は、高校、大学、専門学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまがいるご家庭を対象とした公的な融資制度です。

◆融資額

お子さま1人につき…350万円以内

◆金利…年4.05%

※母子家庭の方などは年3.65%

(令和8年8月3日現在)

◆ご返済期間…20年以内

問 教育ローンコールセンター

☎ 0570・008656

北見年金事務所の出張相談所の開催場所が変更になります

偶数月に北見年金事務所の出張相談所が開設されていますが、7月の開設から開催場所が次のとおり変更されています。参加される際は、ご注意ください。

◆開催場所

遠軽町保健福祉総合センターから



遠軽町芸術文化交流プラザ

「メトロプラザ」に変更

問 北見年金事務所

☎ 0157・25・8703

有料広告

ビジネス宿泊施設
ワークマンハウス遠軽
TEL:011-206-1831

全室完全個室
駐車場完備
朝昼夕3食付き
素泊まり5,900円～
3食付き8,600円～

生活・仕事

困りごと無料出張相談

経済的な不安、就労についての心配、ひきこもり、家族についての悩みなど、様々な理由で生活に困っている方に対し、広く相談を受けます。

◆日時…10月16日(金)10時～15時

◆相談料…無料

※事前予約制

※前日の12時までに予約が無い場合は中止することがあります。

問 オートック相談センターふくろう

☎ 0157・25・3110



寄付

(8月8日～9月11日受付分)

■社会福祉協議会へ

▼香典返しを廃して

西 富 片岡 弘充 さん

西 富 鈴木 哲也 さん

富 武 長谷部 都明 さん

知 来 清水 順一 さん

▼福祉事業に対して

佐呂間町商工会青年部 さん

▼社会福祉協議会へ寄付として

北海道ガス(株) 北見支店 さん

○さろま秋宵まつりの売上を寄付していただきました。

誠にありがとうございました。

(9月3日受付分)

■佐呂間町へ

▼100歳に際して

宮前町 岸本 勲 さん

○寄附金はふるさと応援事業基金に積み立て、教育や観光、地場産業の振興、地域福祉など、様々な分野で有効に活用させていただきます。誠にありがとうございました。



「年金生活者支援給付金制度」について

国民年金便り

公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

老齢年金生活者支援給付金

給付金を受け取れる方(以下の全てを満たす方)

- ・65歳以上の老齢基礎年金の受給者である。
- ・同一世帯の全員が町民税非課税である。
- ・前年の公的年金等の収入金額とその他の所得額の合計額が下記の金額以下である。

①昭和31年4月2日以後生まれの方909,000円以下

②昭和31年4月1日以前生まれの方906,700円以下

※障害年金・遺族年金等の非課税収入は含まれません。

※いずれかの場合は、「補足的老齢年金生活者支援給付金」が支給されます。

①昭和31年4月2日以後生まれの方で809,000円を超え909,000円以下

②昭和31年4月1日以前生まれの方で806,700円を超え906,700円以下

障害・遺族年金生活者支援給付金

給付金を受け取れる方(以下の全てを満たす方)

- ・障害基礎年金または遺族基礎年金の受給者である
 - ・前年の所得が4,794,000円以下である
- ※障害年金・遺族年金等の非課税収入は含まれません。 ※扶養親族等の数に応じて増額

給付金の請求手続き

令和8年度に新たに支給要件に該当した方

日本年金機構から、令和8年9月以降に送付された請求手続きのご案内に同封されている「請求書(はがき型)」に必要事項を記入し、日本年金機構へ返送(切手不要)してください。

- ▶支給対象期間は10月分から翌年9月分までです。
- ▶支給対象は手続きした月の翌月分からです。速やかな請求手続きをお願いします。
- ▶マイナンバーカードをお持ちであれば、マイナポータルから申請が可能です。

※すでに年金生活者支援給付金を受給している方は、新たな手続きは不要です。

☎年金給付金専用ダイヤル ☎0570・05・4092(ナビダイヤル)

JAL DE パンプキンキャンペーン2026

～クイズに答えて、サロマの味覚をゲットしよう!～

JALが就航している全国47のキャンペーン参加空港では、キャンペーン期間中(10月1日から31日)佐呂間産のジャンボカボチャを装飾、展示して佐呂間町の魅力をPRします。

また、ポスターやリーフレットのQRを読み取りクイズに答えると、抽選で佐呂間町の特産品とJALオリジナルグッズがもらえます!!

ぜひ、参加空港近くにお住まいの親戚、友人へお知らせいただき、このキャンペーンがますます盛り上がるようご協力お願いいたします。

問企画財政課企画係 ☎2-1214

◆キャンペーン期間 10月1日から10月31日まで



参加空港

女満別空港 旭川空港 中標津空港 釧路空港 帯広空港
 丘珠空港 新千歳空港 函館空港 青森空港 三沢空港 秋田空港
 花巻空港 山形空港 仙台空港 新潟空港 小松空港 成田空港
 羽田空港 名古屋空港 但馬空港 関西国際空港 伊丹空港
 南紀白浜空港 徳島空港 出雲空港 岡山空港 高松空港
 松山空港 高知空港 広島空港 山口宇部空港 北九州空港
 福岡空港 宮崎空港 熊本空港 大分空港 鹿児島空港 奄美空港
 喜界空港 北大東空港 南大東空港 那覇空港 久米島空港
 宮古空港 石垣空港 多良間空港 与那国空港

北見栄郵便局閉局のお知らせ

北見栄郵便局(旧上佐呂間郵便取扱所)は1931年(昭和6年)に開設され、地域みなさんにこれまでたくさんのご利用をいただいていたいました。しかし、局舎老朽化のため、下記の期日をもちまして廃止することとなりましたのでお知らせします。

◆廃止年月日

▷令和8年11月21日(土)

※最終営業日(令和8年11月20日(金))の窓口およびATMの営業時間は、13時までとなります。ご了承ください。

◆取扱事務の引継ぎ先

廃止後は、下記の郵便局が取扱事務を引継ぎますのでご利用ください。

▷若佐郵便局

住所: 佐呂間町字若佐46番地

☎: 2・8135

問北見栄郵便局

☎2・8253



介護職員養成修学資金貸付制度について

将来、介護福祉士として町内の介護サービス事業所に従事しようとする意思のある方に対し、修学に必要な資金の貸付けを無利子で行っています。※ 佐呂間町奨学金との併用はできません

◆貸付対象者

社会福祉士および介護福祉士法の規定に基づき文部科学大臣または厚生労働大臣の指定した学校または養成施設に修学中の方、または修学する方で卒業後町内の介護サービス施設などで介護福祉士として従事する意思のある方。

◆貸付金額(無利子)

月額5万円以下で希望する額を毎月指定口座に振り込み。

◆貸付期間

貸付が決定された月から卒業月までの修学期間に限る。

◆貸付金の返還の免除・減免

▷全額免除

学校等の卒業の日から1年以内に佐呂間町の該当施設に従事し、その従事期間が貸付期間の1.5倍の期間に達したとき。

▷一部免除

町内の事業所に従事した期間が貸付期間に達してから1.5倍未満の場合。

※返還を免除される条件を満たさない場合は、全額返還となります。

☎ 2・1212

町営住宅の空き状況

団地名	居住階	間取り	戸数	家賃
西富	1階	2LDK	3戸	14,300円～
	1階	3LDK	4戸	15,100円～
	2階	2LDK	1戸	15,500円～
	2階	3LDK	7戸	15,100円～
宮前	1階	2LDK	1戸	19,600円～
	2階	3LDK	1戸	23,000円～
若佐第1	2階	2LDK	2戸	21,000円～

9月18日現在

☎ 2・1210

令和9年「二十歳の成人式」の 対象者確認にご協力ください！

佐呂間町では、令和9年1月10日(日)に「二十歳の成人式」の開催を予定しています。

つきましては、令和9年の対象者の取りまとめを下記のとおり行います。ご協力をお願いします。

※本調査は、「二十歳の成人式」の対象者となる方で、佐呂間町に住民票がない方のみを対象とし、住民票がある方の報告は必要ありません。

◆「二十歳の成人式」対象者

平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方で、佐呂間町在住もしくは佐呂間町出身の者

◆報告の方法

①教育委員会社会教育課に電話またはFAXで報告
(氏名・生年月日・住所・電話番号をご報告ください)

②右記QRからWEBで報告

☎ 2・1295 FAX 2・1131



佐呂間町 冬の暖房費用 支援臨時給付金

【支給額】

1世帯あたり、一律 **2万円**

※支給時期：10月下旬から順次支給予定

石油製品価格の高騰により、生活困窮の恐れがある低所得の高齢者世帯等の負担軽減を図るため、「冬の暖房費用支援臨時給付金」を支給します。

対象世帯

対象世帯は、令和8年9月1日(基準日)において、町に住民登録がある下記に該当する世帯です。

1. 生活保護世帯

2. 令和8年度分の町民税非課税世帯(世帯全員が非課税)であり、基準日の時点で右記の項目のいずれかに該当する世帯

- (1) 昭和37年3月31日までに出生の65歳以上の単身世帯および高齢者夫婦世帯、または該当者を含む世帯
- (2) 児童扶養手当を受給しているひとり親世帯
- (3) 1・2級の身体障害者が世帯主または同居する世帯
- (4) 1級の精神障害者が世帯主または同居する世帯
- (5) 療育手帳Aの知的障害者が世帯主または同居する世帯

～ 重要 ～

上記該当する世帯であっても次の場合は支給の対象とはなりません

※支給後に、上記の事実が分かった場合は返還を求める場合があります。

- ・高齢者福祉施設(高齢者福祉住宅も含む)、児童福祉施設、障害者(児)施設等に入所している場合
- ・長期入院(概ね2か月以上)している場合
- ・居住実態が町外、冬期間を町外で滞在する場合

支給方法

支給該当の方には、町からご案内の書類が入った封筒を送付しますので下記をご確認ください。

1. 支給要件通知書が届いた方の場合(原則手続き不要)

該当世帯の方で、直近の給付金の振込先の口座を町で把握している世帯に対し、「通知書」を送付します。届いた方は、次の事項に相違がないことを確認してください。

- (1) 通知書に記載されている振込口座の情報に変更はありません。
- (2) 高齢者福祉施設、児童福祉・障害者(児)施設に入所はしていません。
- (3) 居住の実態が町外ではありません。(冬期間を町外で滞在する場合も含む)
- (4) 長期間入院していません。

※支給する口座の変更を希望する場合はお手続きが必要です。

下記の連絡先までお問い合わせください。



2. 支給口座届出申請書が届いた方の場合(手続き必須)

該当世帯の方で、直近の給付金の該当者ではないため振込先の口座を町で把握していない世帯に対しては、「届出書」を送付します。同封の記載例を参照し、**身分証明書の写し、振込口座がわかる通帳またはキャッシュカードの写し**を添付して、郵送による提出または窓口提出(保健福祉課・若佐支所・浜佐呂間出張所)をお願いします。

ご不明な点は、保健福祉課社会福祉係までお問い合わせください。

☎保健福祉課社会福祉係 ☎2・1212

新型コロナウイルスワクチン予防接種 助成のお知らせ

新型コロナウイルスの予防接種は、個人の発病や重症化の予防を主な目的としているため、自らの意思で接種するものです。接種を希望される場合は、予防接種の効果と副反応についてご理解された上でお受けください。

1. 定期接種対象者

佐呂間町に住所を有する以下の方が対象です。



対象者 1	65歳以上の方
対象者 2	60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方(身体障害者手帳1級の方) ※身体障害者手帳1級以外の方は事前に役場保健福祉課までお問い合わせください。

2. 町の指定医療機関

▶ クリニックさろま

ご予約について：広報折込チラシ「コロナワクチン接種開始のお知らせ」をご覧ください。

使用ワクチンについて：ヌバキソビッド(武田薬品工業株式会社)

※ワクチンの説明文書については、クリニックさろま窓口または保健福祉課保健推進係窓口にて配布しています。

▶ 遠軽厚生病院

現在調整中の為、改めて広報にてお知らせいたします。

3. 接種費用

5,000円 (昨年度より自己負担額が引き上げとなりました。)

※通常 **15,000円程度** の費用がかかります。

○助成対象接種期間：令和8年10月1日～令和9年3月31日

○助成回数：1人1回まで

○その他：生活保護世帯は全額免除

※役場保健福祉課にて事前申請が必要



4. 助成の流れ

1. 指定医療機関窓口にて助成対象者の確認(右記参照)

本人確認書類	
対象者1	マイナンバーカード等の住所、年齢がわかる物
対象者2	マイナンバーカード等の住所、年齢がわかる物 + 障害者手帳
生活保護世帯の方へ	
上記に加えて、『費用免除証明書』が必要となります。 ※保健福祉課保健推進係にて事前にご申請ください。	

2. 接種費用(右記参照)の支払い

町の指定医療機関以外で接種を受ける方、障害があり
任意接種助成の対象となる方は、償還払いにて助成可能です

《任意接種の助成》

- ▷ 60歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方(身体障害者手帳1級の方)
- ▷ 定期接種対象年齢で指定医療機関以外で接種を受ける方
上記の方は任意接種の扱いとなり、後日、償還払いにより任意接種の助成(半額助成：100円未満切り捨て)が受けられます。

※定期接種と任意接種では、健康被害が出た場合の補償などが異なります。
詳細については右記QRから佐呂間町HPをご確認ください。

【 町HP
はこちらから 】



施設入所・長期入院をしている方へ

- 指定医療機関以外で施設入所・長期入院している方は、町から医療機関等へ依頼書を提出することで定期接種が受けられます。必ず接種前に保健福祉課保健推進係へご連絡ください。
- 後日、償還払いでの助成となります。(自己負担5,000円)

償還払い(後払い)について

保健福祉課保健推進係で申請手続きをすることで助成が受けられます。

▶助成の流れ

1. 医療機関窓口で全額自己負担
2. 保健福祉課保健推進係窓口にて助成申請
3. 後日、ご指定の口座にお振込み

申請期限
令和9年4月30日
まで

▶申請に必要なもの

領収書、接種済証、印鑑、振込先がわかる物(通帳等)



問保健福祉課保健推進係 ☎2・1212



◆秋の火災予防運動について

Topics



【本体交換】
 本体の交換目安は「10年」です。
 経過する前に交換しましょう。

【電池交換】
 音声で知らせるか、「ピ・ピ・ピ」と音が鳴ります。
 ※電池の寿命は機種によって異なります。

【動作点検】
 警報器のボタンを押す(ひもを引く)とテスト音が鳴るので異常がないかを確認。

◆住宅用火災警報器の点検方法等

◆秋の火災予防運動期間
 10月15日(木)～31日(土)

秋の火災予防運動が始まります。これから迎える寒候期は、空気が乾燥し暖房器具等の使用頻度が増え、火災が発生しやすくなります。記載しているポイントを確認し、火災予防の思想を向上させて、住宅や財産、そしてご自身や家族の命を守りましょう。

秋の火災予防運動が始まります！

独居高齢者 (70才以上) 対象住宅	一般対象住宅			対象
女性消防団員	第3分団員	第2分団員	第1分団員	実施団員
○若里 ○富武士 ○佐呂間市街	○米 ○若佐	○仁倉 ○浜佐呂間	○東・知来	査察地域
10月以降(予定)	10月18日 8時半～	10月中旬以降(予定)	10月中旬以降(予定)	日程

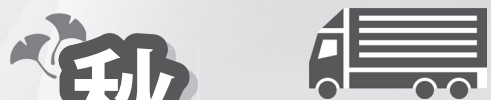
消防団員・女性消防団員による防火査察を実施します

- ◆命を守る10のポイント**
- 【4つの習慣】**
- ①寝たばこは絶対しない、させない。
 - ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
 - ③コンロを使うときは火のそばを離れない。
 - ④コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く。
- 【6つの対策】**
- ①ストーブやコンロ等は安全装置の付いた機器を使用する。
 - ②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。



- ③部屋を整理整頓し、寝具、衣類、カーテンは、防災品を使用する。
- ④消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥防火防災訓練へ参加するなど、地域ぐるみの防火対策を行う。

セーフティーロード★サロマ Traffic Safety



秋の輸送繁忙期の交通安全運動 10月15日(木)～10月24(土)

今の季節は、各種産業活動の追い込み時期となり、貨物輸送の増加とともに交通量が増え、また、日没が早まるため、夕暮れ時と夜間における歩行者等の事故の多発が懸念されます。

交通安全を自らのことと捉え、交通ルールの遵守や思いやりのある交通マナーの実践が主体的に行われるよう、町民一人ひとりが交通安全意識を高めましょう！

- ◆令和8年交通事故発生状況(8月31日現在)
発生 0件(－1件) 死亡 0人(－1人)
傷者 0人(－1人) ()内は前年同月比
発生件数は人身事故の件数
- ◆交通死亡事故ゼロ運動(9月18日現在) 542日

重点項目

- ◎過労・過積載・過密な運転の防止
- ◎危険な運転の防止
- ◎高齢者等の交通事故防止と夜光反射材の普及
- ◎夕暮れ時と夜間の歩行者と自転車の交通事故防止
- ◎飲酒運転の根絶

今月の標語

令和7年度交通安全標語入選作品

食べながら 飲みながら運転 事故のもと

わかさ がく
若狭 雅生 (浜佐呂間小学校3年生)

※学年は令和7年度時点

佐呂間駐在所からのお知らせです！ SNSの「補助金・給付金」広告に注意！



LINE、Instagram、Facebook、X(旧 Twitter)などのSNS上の広告やメッセージを入口とした詐欺被害が急増しています。

SNSの「補助金・給付金」「投資」「副業」などの広告は詐欺を疑いましょう。

代表的な詐欺の手口

1. 偽広告からの誘導
「必ず儲かる投資」などの広告からLINEの友達追加へ誘導する。
2. 有名人・公的機関の騙り
著名人や役所の職員を装い、ダイレクトメッセージなどで信用させる。
3. カード送付・送金の要求
「口座確認」などの理由をつけて、キャッシュカードの郵送や口座への振込を指示する。

被害を防ぐ
ポイント！



SNSやLINEの
「お金の話」はすべて疑う！

知らない相手からの
友達追加・リンクは無視する！

キャッシュカードは…
渡さない・送らない・
暗証番号を教えない！



少しでも「おかしい」と感じたら、送金・送付手続きをする前に必ず警察相談専用電話または最寄りの駐在所へご相談ください。

☎警察相談専用電話

☎#9110

公式 LINE はじめました！



- ✓ イベント情報など社会教育の情報をお届け！
- ✓ 施設予約がスマホから可能に！

夢っうしん

あなたの「まなび」のお手伝い！
生涯学習インフォメーション

イベント情報

スターまつり

社会教育課 ☎2・1295

幼児から小学生を対象に、体を動かしながら楽しめるプログラムを用意しています。

焼きそばやウインナーの昼食を提供します。ぜひ、ご参加ください。

日時 10月12日(月・祝)

9時30分～15時

場所 スター

内容 ニューススポーツ体験、絵本の読み聞かせ、プールあそびなど

企画運営 佐呂間町スポーツ推進委員



ぱんぷきん人形劇公演会

図書館 ☎2・2215

人形劇サークル「ぱんぷきん」の公演会を開催します。

楽しいひとときをみなさんでお過ごしください。ご来館をお待ちしています。

日時 10月24日(土) 13時開演

場所 図書館 絵本コーナー

演目 人形劇「ぱんぷきん」

ほか4演目

入場料 無料

※公演会終了後児童館にて「児童館まつり」が開催されます。あわせてご参加ください。



子育て講座

社会教育課 ☎2・1295

子育て講座「親子で作ろう！かぼちゃランタン」を開催します。

かぼちゃをくりぬいて、自分たちだけのハロウィンかぼちゃランタンを作りましょう！

日時 10月25日(日) 10時～12時

場所 道の駅「サロマ湖」体験農園

対象 親子

定員 20組

参加費 無料

持ち物 汚れても良い服装・軍手

協力 NPO法人

佐呂間町観光協会

主催 道の駅「サロマ湖」

教育委員会

家庭教育推進会議

(かるがもネットワーク

町内各学校PTA

スポーツ少年団本部ほか)

申込締切 10月18日(日)

【申込はこちらから】



泳力検定会

スター ☎2・2261

スターでは日本水泳連盟認定泳力検定会を開催いたします。
今シーズンの練習成果をこの機会に発揮してみませんか。

日時 10月30日(金) 18時30分
対象 小学生以上
料金 無料

※プール使用料および合格時に登録料(千円+振込手数料)が必要
基準 館内掲示ポスターをご覧ください。
申込締切 10月16日(金)

【申込はこちらから】



寿大学オープンキャンパス

社会教育課 ☎2・1295

寿大学では、学習内容を体験いただける「寿大学オープンキャンパス(体験入学)」を実施します。

この機会に、寿大学の講座の受講やクラブ活動の見学をしてみませんか？みなさんのお越しをお待ちしています。

日時 11月18日(水)

場所 9時20分～14時30分
町民センター
各クラブ活動場所

対象 60歳以上(町内在住)
内容 午前 芸術鑑賞
午後 クラブ活動見学

※送迎希望の方はご相談ください。

申込方法 左記QRまたは、「体験入学申込書」をご提出ください。

※申込書は若佐支所・浜佐呂間出張所・社会福祉協議会・社会教育課・町民センターにおいてあります。
申込締切 10月23日(金)

【申込はこちらから】



お知らせ

施設の一時休館について

スター ☎2・2261

スターでは職員消防訓練実施に伴い、次の時間を全館一時休館とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。

日時 10月6日(火) 13時～17時

全館利用中止
※開館時間 10時～13時
17時～21時

(プール 17時～20時)

温水プール営業終了

スター ☎2・2261

今シーズンの温水プールの営業は10月31日(土)17時をもちまして終了となります。今年もたくさんのご利用ありがとうございました。

なお、トレーニングルーム、ランニングコース、武道館につきましては通年で利用可能です。引き続きご利用ください。

図書館プチ情報

図書館 ☎2・2215

図書の宅配サービスを実施しています。

育児や高齢、病気療養などの理由でなかなか図書館に来ることができない方を対象に、読みたい本を自宅や若佐支所、浜佐呂間出張所で受け取ることができるサービスです。

毎月2回、地区ごとに日時を決めてリクエストいただいた本をお届け(回収)します。

遠慮なく、まずは図書館にお電話ください。お待ちしております。
詳しくはHPをご覧ください。

【申込はこちらから】



トピックス

8/5 町民講座 「一日で即上達！スマホ写真教室」



町内の写真館の佐々木さんを講師にお招きし、町民講座「一日で即上達！スマホ写真教室」を開催しました。

前半はスマホの機能や設定について、後半は構図や撮影テクニックについての説明があり、講師による実演も交えながら実施しました。

参加者から積極的に質問する場面も多く、楽しみながら学ぶ様子が見られました。

8/21～ マスターズコース



本年度、成人を対象に生活習慣病の予防改善と泳力の向上を目的とする、元気アップスイミング「マスターズコース」を4年ぶりに開催しました。

水中でのストレッチやウォーキング等の水中運動に加え初歩の水泳練習を実施し、参加者は水を楽しみながら健康づくりに励みました。

参加者同士で泳法についてアドバイスし合うなど活発に交流する様子も見られました。

本の紹介

図書館 ☎ 2・2215 /

おすすめ本 読書で味わう音楽の秋

「蜜蜂と遠雷」

おんだ りく
恩田 陸



自宅にピアノを持たない少年、かつての天才少女、年齢制限ギリギリのサラリーマンに優勝候補とされる少年。数多くの天才が集うピアノコンクールで第1次から第3次予選、そして本選を勝ち抜き優勝するのは誰か？人間の才能と運命、音楽を描いた青春群像小説。

「ラブカは静かに弓を持つ」

あだん みお
安壇 美緒



少年時代のある事件から心を閉ざしてきた橘は、勤務先から音楽教室への潜入調査を命じられる。目的は著作権法の演奏権を侵害している証拠を掴むこと。奏でる喜びと裏切る苦しみ。美しき孤独なスパイが最後に手にするのは。潜入調査員の孤独な闘いが今、始まる。

新着本

9冊を紹介！

児童書・絵本

うそつきマンション	よしだ 純子 吉田 純子
ありがとうをはんぶんこ	くどう 純子 工藤 純子
きみのいすはなかった	ダニエル・ギル
月夜のうさぎ	とね さとえ 力根 里衣
ほらみてごらん	いもと ようこ

小説・一般書

旨い魚が食べたい！	ながさき いっき ながさき 一生
老害の戦国史	すずき 輝一郎 鈴木 輝一郎
アルゴリズムの査証	かいどう たける 海堂 尊
この家に生まれたことが失敗だった？	むれ 群 群 ようこ

2026.10 イベントカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
			1 ジュニアスイミング & 体幹トレ A ⑥ スタ- 16:00～ 体育館休館日	2 寿大学 町セ 10:00～ ジュニアスイミング & 体幹トレ B ⑦ スタ- 16:00～	3 健康づくり講座② (女性対象ヨガ) スタ- 10:30～ おはなし広場 図書 14:00～	4
5 図書館休館日 スター休館日	6 職員消防訓練 スタ- 13:00～17:00 上記の時間は全館一時休館	7	8 ジュニアスイミング & 体幹トレ A ⑦ スタ- 16:00～ 体育館休館日	9 ジュニアスイミング & 体幹トレ B ⑧ スタ- 16:00～	10 健康づくり講座③ (女性対象ヨガ) スタ- 10:30～ おはなし広場 図書 14:00～	11
12 スポーツの日 スポーツ表彰 スタ- 9:00～ スターまつり スタ- 9:30～ 図書館休館日 スター休館日	13  体育館休館日 図書館休館日 スター休館日	14 あいあいランド (運動会) パーソナル指導 翌月分受付開始 スタ- 10:00～	15 寿大学 (見学研修) ジュニアスイミング & 体幹トレ A ⑧ スタ- 16:00～ 体育館休館日	16 ジュニアスイミング & 体幹トレ B ⑨ スタ- 16:00～	17 健康づくり講座③ (男性対象ヨガ) スタ- 10:30～ おはなし広場 図書 14:00～ ミニシアター 図書 14:20～	18
19 図書館休館日 スター休館日	20	21	22 ジュニアスイミング & 体幹トレ A ⑨ スタ- 16:00～ 体育館休館日	23 	24 ぱんぶきん 人形劇講演 図書 13:00～	25 子育て講座 道駅 10:00～
26 図書館休館日 スター休館日	27	28	29 寿大学 町セ 10:00～ 体育館休館日	30 泳力検定会 スタ- 18:30～	31 今シーズン プール営業終了 スタ- 17:00 図書館休館日	

町セ…町民センター 図書…図書館 スタ-…武道館・温水プール「Star」 道駅…道の駅「サロマ湖」

社会教育施設開館時間

町民センター

9時～22時

体育館

月火金 13時～21時
 水 13時～21時30分
 土日 9時～17時

図書館

10時～18時15分

武道館・温水プール「Star」

トレーニングルーム・武道館 プール
 平日 10時～21時 13時～20時
 土日祝 10時～17時 10時～17時



さろまげんき王国

保健福祉課保健推進係 ☎2・1212

こころの健康づくり 〜睡眠を味方に〜

こころの健康づくりは

毎日の積み重ね

私たちのこころは、日々の生活の中で少しずつ変化します。

仕事、家事、子育て、地域活動など、日々の生活の中で知らず知らずのうちに負担が重なり、「疲れが抜けない」「やる気が出ない」「眠れない」といったサインが現れることがあります。

こうした変化は、誰にでも起こりうる自然なものです。大切なのは、朝すっきり起きられるか、日中に強い眠気や疲労感がないかなど、自分の睡眠の状態を振り返り、無理のない方法で整えていくことです。



佐呂間町民の睡眠状況は？

令和3年に実施した栄養基礎調査（町民を無作為抽出・125名）の結果、睡眠状況が明らかになりました。

働き盛り世代の睡眠時間が不足

40代・50代では、睡眠時間が6時間未満の方が半数を超える結果となりました。年齢とともに睡眠のリズムや眠りの深さが変化することに加え、仕事や家庭の忙しさ、ホルモンの変化などが重なり、良い睡眠を妨げやすい状況にあります。

睡眠不足が続くと、ストレスを感じやすくなり、こころの負担が蓄積しやすくなります。

朝の目覚めが「良くない」人が多

20代・30代・50代では、朝の目覚めが「あまり良くない」と回答した方が4割を超えました。睡眠の質が低い可能性があり、日中の集中力や気分にも影響します。

就寝前のメディア利用が最も多

睡眠の妨げとなる要因として、就寝前のスマートフォン・テレビなどのメディア利用が最も多いことがわかりました。ブルーライトやインターネット・SNSによる情報刺激は脳を

覚醒させ、眠りの質を低下させます。

これらの結果から、働き盛り世代では睡眠不足や朝の不調が生じやすく、その背景には就寝前のメディア利用など、睡眠を妨げる生活習慣が関係していることがわかります。そのため、日々の生活の中で「睡眠の質を高める取り組み」が重要であることがみえてきました。

左記では、今日からできる睡眠の質をアップさせるポイントをご紹介しますので、参考にしてみてください。

おわりに

佐呂間町の調査結果からも、睡眠はこころを支える重要なテーマであることがわかっていきます。

今年度の佐呂間町働き盛り世代の健康づくり講演会は、睡眠に焦点を当てたお話を届けます。まずは「睡眠」から、できることを一緒に始めてみませんか？

みなさんのご参加をお待ちしています。

今日からできる！ 睡眠の質をUPさせるポイント

- ◆起床・就寝時間を一定にする
→休日もできるだけ同じ時間に起きると整いやすい
- ◆寝る前のスマートフォン等のメディア使用を控えめに
- ◆夕方以降のカフェイン・アルコールを控える
- ◆軽い運動
→夕方の散歩など、無理のない活動
- ◆寝室環境の見直し
→温度・湿度・照明を快適に！
▷温度：【夏】26℃前後
【冬】16～20℃
▷湿度：40%～60%
▷照明：就寝前は暖色系、寝室はできるだけ暗くする。朝は自然光を浴びて体内時計を整える。
- ◆悩みを抱え込まない
→家族や友人に話を聞いてもらう、相談窓口や専門機関を利用

良い睡眠、 とれていますか??

5ポイント



★令和8年度 佐呂間町 働き盛り世代の健康づくり講演会

知って得する

「睡眠」 のチカラ

睡眠が変わると、
毎日がもっと軽くなる

働き世代の心の健康を応援するため、**睡眠**に焦点を当てた講演会を開催します。
疲れが抜けない・眠りが浅い・仕事の集中力が続かない
そんなお悩みを抱える方、また、元気なうちから知っておきたい睡眠のしくみ
と今日からできる良い睡眠の秘訣をわかりやすくお伝えします。

入場料
無料

日時
会場

令和8年

10/23 金

佐呂間町町民センター

18:30～19:45（開場18:00）

講師



北海道大学大学院教育学研究院 准教授

山仲 勇二郎 氏

専門分野は時間生物学。健康と生体リズムの関係、
アスリートの睡眠改善、時差ボケ対策など、基礎研
究からフィールド研究まで幅広く取り組んでいます。

【主催】佐呂間町
主管：保健福祉課

申し込みは、右記QRまたは下記の連絡先までお問い合わせください。

問・申 保健福祉課保健推進係（心の健康づくり講演会担当）

☎ 01587・2・1212

※当日の参加も可能ですが、人数把握のため事前の申し込みにご協力をお願いします。



申し込み
はこちら



地域おこし協力隊 サローマ活動日記

【藤川 直美】

8月のさるまるしえは、旬の野菜販売に加え、新しい試みとしてカフェやキッチンカー、フリーマーケット、宮崎・沖縄のフルーツ販売など、さまざまな出店が並びました。

さらにDJブースでは、夏を感じる音楽が会場を盛り上げ、いつも以上に賑やかで楽しいマルシェとなりました♪

たくさんのお客様にお越しいただき、本当にありがとうございました！

小さなイベントではありますが、これからも地域みなさんが気軽に集まり、交流できる場所として、さるまるしえを楽しんでいただければと思います。



【福井 敬祐】

季節は夏になり、私はかぼちゃの維持管理に追われています。

育てた展示用のアトランティックかぼちゃやハロウィンかぼちゃは町内、JALや北海道のイオンに展示されるのですが、かぼちゃはデリケートなので傷などつけないように気をつけて作業しています。

8月の中旬に町内の夢ふうせんでギターを弾きました。

聞いてくれた人が喜んでくれたなら嬉しいです。

【中村 流河】

佐呂間にきて1ヶ月が経ちました。

音更町でホタテを販売したり、かぼちゃを収穫したり、イベントの準備をしたりと日々慌ただしく目まぐるしい毎日ですが、体調に気をつけて頑張っていきたいと思います。



イベント情報

＝町内イベント＝

◆サロマ大収穫祭

▷日時：10月4日(日) 10時～15時

▷場所：トーヨータイヤサロマテストコース

◆ハロウィンナイト

▷日時：10月30日(金)・31日(土)

▷場所：「道の駅サロマ湖」

※今年は「道の駅サロマ湖」横の観光農園で開催します！

＝町外イベント＝

◆港区民まつり

▷日時：10月10日(土)～12日(月)

▷場所：東京都 都立芝公園一帯

◆全国交流物産展 in 新橋

▷日時：10月29日(木)・30日(金)

▷場所：東京都 新橋駅前SL広場

若佐歯科診療所からのお知らせ

◆ 10月の診療休診日 ◆

▶ 23日(金) 午後、24日(土)、26日(月)

※なお、上記休診日以外で学会等への出席のため、急遽休診とする場合があります。ご迷惑をおかけしますが何卒ご了承ください。



歯痛等、**急遽受診を希望する方**は、

下記の連絡先へ**事前に診療時間内**に

お問い合わせください。

☎若佐歯科診療所 古川 智樹

☎01587・2・8313

診 療 時 間		
月～金曜日	午前	9時00分～12時
	午後	13時30分～17時
第1・第2・第3・第5 土曜日 【10月診療のみ】	午前	9時00分～12時
	午後	
日・祝日・年末年始・ 上記診療休診日	1日	休 診

「採用候補者」の有効期限の活用とは



・試験に合格したものの、入隊しなかった方が3年以内に入隊を希望する場合は、**筆記試験が免除され、口述試験及び身体検査の結果のみにより採否を決定します。**



・学びを深め「公務員」として働く目的を明確化できる。



・学生生活に余裕が持てるので、学業に専念できる。



・生活設計を崩さずにキャリアアップに挑戦できる。

(例) 5月の採用試験を受験した場合

令和8年
5月

採用試験受験 ※①

令和8年
7月
(合格)

採用候補者名簿記載通知書

「一般書候補生」の入隊時期

R8
9月

R9
4月

R9
9月

R10
4月

R10
9月

R11
4月

有効期間 (3年)

・有効期間3年の考え方は、3年間の期間に志願ではなく、入隊しなければなりません。

「2等陸・海・空士(任期制自衛官)」の入隊時期

R8
9月

R8
11月

R9
4月

R9
9月

R9
11月

R10
4月

R10
9月

R10
11月

R11
4月

・11月の入隊は、募集状況により設定がない場合があります。

入隊完了

詳しくはこちらまで

※①「任期制自衛官の採用試験」は年間を通じて実施しています。



自衛隊旭川地方協力本部
遠軽地域事務所

遠軽町岩見通南3丁目
☎0158・42・6616



令和8年 10月

クリニックさろま 診療予定表

日	月	火	水	木	金	土
午前	鵜木理事長診療科：内科・外科・整形外科・小児科・皮膚科 ★ご来院時にはマスクの着用をお願いしております。 風邪症状のある方は受付窓口にてお申し付けください。 ご協力お願いいたします。			1 鵜木理事長	2 鵜木理事長	3 内科 諫山医師 (脳神経外科)
午後				内科 諫山医師 (脳神経外科)	内科 諫山医師 (脳神経外科)	休診
4 午前	5 鵜木理事長	6 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	7 鵜木理事長	8 鵜木理事長	9 鵜木理事長	10 内科 平尾医師 (循環器内科)
午後	鵜木理事長	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	鵜木理事長※	鵜木理事長	休診
11 午前	12 休診	13 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	14 鵜木理事長	15 鵜木理事長	16 鵜木理事長	17 内科 石田医師 (腎臓内科・内科)
午後	休診	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	鵜木理事長※	鵜木理事長	休診
18 午前	19 鵜木理事長	20 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	21 鵜木理事長	22 鵜木理事長	23 鵜木理事長	24 内科 森 眞人医師 (内科)
午後	鵜木理事長	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	内科 森 眞人医師 (内科)	内科 森 眞人医師 (内科)	休診
25 午前	26 鵜木理事長	27 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	28 鵜木理事長	29 鵜木理事長	30 鵜木理事長	31 内科 高本医師 (消化器内科)
午後	鵜木理事長	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	鵜木理事長※	鵜木理事長	休診

※8日、15日、29日 14:30～15:30 休診 (特養回診)

★健康診断・ワクチンは予約制になります。

令和8年 11月

クリニックさろま 診療予定表

日	月	火	水	木	金	土
1 午前	2 鵜木理事長	3 休診	4 鵜木理事長	5 鵜木理事長	6 鵜木理事長	7 内科 渡邊医師 (循環器内科)
午後	鵜木理事長	休診	休診	内科 諫山医師 (脳神経外科)	内科 諫山医師 (脳神経外科)	休診
8 午前	9 鵜木理事長	10 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	11 鵜木理事長	12 鵜木理事長	13 鵜木理事長	14 内科 森 眞人医師 (内科)
午後	鵜木理事長	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	内科 森 眞人医師 (内科)	内科 森 眞人医師 (内科)	休診
15 午前	16 鵜木理事長	17 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	18 鵜木理事長	19 鵜木理事長	20 鵜木理事長	21 内科 平尾医師 (循環器内科)
午後	鵜木理事長	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	鵜木理事長※	鵜木理事長	休診
22 午前	23 休診	24 内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	25 鵜木理事長	26 鵜木理事長	27 鵜木理事長	28 内科 中島医師 (消化器内科)
午後	休診	内科・小児科 森 圭子医師 (小児科)	休診	鵜木理事長※	鵜木理事長	休診
29 午前	30 鵜木理事長	★当院では受診の度に保険確認をしております。マイナンバーカード又は資格確認書・診察券を受付へご提出ください。 ★当院では下記の自由診療を実施しております。 【白玉点滴 (予約必要) ・プラセンタ注射 (予約不要) ・サプリ、美容液販売】				
午後	鵜木理事長					

※19日、26日 14:30～15:30 休診 (特養回診)

★健康診断・ワクチンは予約制になります。

受付時間	午前 8:30～11:30	診察時間	午前 9:00～
	午後 13:00～17:00		午後 13:30～

【土曜日の非常勤医師は () 内の専門医師です。】

◆毎週水曜日と土曜日の午後は休診です

※診療予定は変更となる可能性があります。

電話番号 01587-6-7611



日暮れが日一日と早くなり、秋の深まりを感じるようになってきました。これからは暖かい日中に比べ、朝夕の冷え込みが増してきます。季節の変わり目は体調を崩しやすいようです。くれぐれもご用心ください。

子育て支援センター『あいあい』
☎2・1255



あいあいランド



- ▽日程：10月14日(水) 10時半～11時半
 - ▽対象：1歳児以上
 - ▽申込期限：10月2日(金)
- 今年度4回目の親子行事は、「親子ミニ運動会」を行います。
- お子さんと元気に体を動かして、新たな一面を見つけてみませんか？参加をされる方は、『あいあい』で申し込みをしてください。案内ハガキの送付はありません。申し込みを忘れずにお願います。

パママたまご教室

- ▽日程：10月28日(水) 10時15分～11時半
 - ▽対象：2カ月～1歳0カ月
 - ▽申込期限：10月23日(金)
- 北見市の松崎助産師をお迎えして、ベビーマッサージについて教えていただきます。
- 脳や体にいいことづくめのベビーマッサージ。大切なお子さんとのふれあい方をこの機会に教えていただいてはいかがでしょうか？
- 対象者には案内ハガキを送付します。



ハロウィンお楽しみ会



- ▽日程：10月29日(木)
 - ▽対象：全年齢
- 10月最後の自由開放日では「ハロウィンお楽しみ会」を行います。
- みんなでハロウィンの製作やゲームをして楽しみましょう。
- ぜひ、遊びに来てください。



11月の事業紹介

☆赤ちゃん相談

- ▽日程：11月5日(木) 10時～11時半
- 保健師、栄養士、助産師が来所します。産前産後のお母さん自身の体調や授乳・卒乳に関しての相談、お子さんの成長発育について等、育児全般の相談ができます。
- 当日は身長・体重の計測もできますので母子手帳をお持ちください。また、『あいあい』は自由開放日です。相談・計測されない方もお気軽にご利用ください。

☆お話 あいあい

- ▽日程：11月25日(水) 10時半～11時半
- 第6回目の『お話 あいあい』は、消防署職員による「救急処置法」について、お話を伺います。
- 寝返り・ハイハイ・一人歩き等、行動範囲の広がる子どもを危険から守るために、冷静な判断と適切な処置法を知ることが大切になります。
- 対象者には案内ハガキを送付します。

◎子育てに関する事業は、町HPでも確認することができます。

【町HPはこちら】



佐呂間高校学生寮 名前とキャラクター 大募集！



町外や全国から佐呂間高校へ進学する高校生を迎えるため整備された「学生寮」の名称とキャラクターを募集します！
高校生にとって「もう一つの家」となるような、温かく親しみやすいアイデアをお待ちしています。
※選考については、教育委員会等で審査を行い、採用者には記念品を贈呈します。

募集内容

1. 学生寮の名前

親しみやすく、佐呂間らしさを感じられる名前を募集しています！

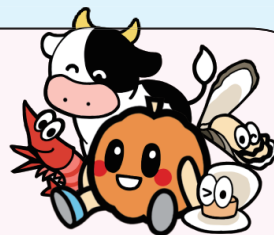
- ▷自然や風景、地域の産業などをイメージした名前など！
- ▷日本語・英語・造語など、自由！



2. 学生寮のキャラクター

学生寮を象徴するキャラクターを募集しています！

- ▷モチーフは自由！
- ▷キャラクターの名前・性格・特徴・込めた思いも考えてください！



- ◆対 象：町内にお住まいの方（年齢不問）
- ◆応募期間：～令和8年10月26日（月）
- ◆応募方法：右記QRよりWebフォームにてご応募ください！
※回答にはGoogleアカウントが必要です。



☎教育魅力化推進室

☎2・1294

ご結婚♥

♥おめでとうございます♥



佐呂間町字東 大越 稔夫 さん
栃木県宇都宮市 田野邊 美和 さん

今月のひとりと

9月になり、涼しい日も増えて外出しやすくなったと思った矢先、町内で大量発生した大型の蛾「クスサン」。夜になると光に集まって飛んでいるのを見かけますが、先日帰宅した際、私と一緒に家の中へ入り込んでしまいまして…。虫があまり得意ではないので、捕まえるまでの間は心を無にして追いかけていました。

来年は大量発生しないといいなあ。(新田)

Baby Face

1歳を迎える赤ちゃんを 募集しています！

『Baby Face』では掲載するお子さんを募集しています。掲載を希望される方は、誕生月の前月5日までに申し込みフォームからお申し込みいただくか、保健師へご連絡ください。申し込みが確認できましたら保健師からご連絡いたしますので送信フォームから写真・メッセージを投稿してください。

掲載申し込みフォーム



写真・メッセージ
送信フォーム

