

第51回衆議院議員総選挙

第27回最高裁判所裁判官国民審査

投票日

2月8日（日）

※各投票所の場所と時間は裏面をご覧ください

投票日に投票できない方は **期日前投票** ができます。

- 投票期間 1月28日(水)～2月7日(土)
- 場 所 ふれあいセンターびらとり 1階ロビー
- 時 間 午前8時30分～午後8時

※入場券の裏面(宣誓書)に必要事項を記載のうえ、お越しください。

出張や旅行、就学等で町内に不在の場合は

不在者投票 ができます。

事前に選挙管理委員会へ請求が必要です。
詳しくは町ホームページをご確認いただくか、選挙管理委員会へお問合せください。

※病院に入院中の方や施設に入所中の方は、施設の担当者にご相談ください。

平取町選挙管理委員会

☎ 01457-2-2221

<https://www.town.biratori.hokkaido.jp/choseijoho/senkyo/index.html>



投票日 2月8日（日） の各投票所

※投票区により異なりますのでご確認ください

投票区	投票所	投票時間
第1投票区	平取町役場	午前7時～午後8時
第2投票区	平取町中央公民館	午前7時～午後7時
第3投票区	川向生活館	午前7時～午後6時
第4投票区	紫雲古津生活館	午前7時～午後7時
第5投票区	去場生活館	午前7時～午後6時
第6投票区	荷菜地区多目的研修集会施設	午前7時～午後7時
第7投票区	小平生活館	午前7時～午後6時
第8投票区	二風谷生活館	午前7時～午後6時
第9投票区	荷負生活館	午前7時～午後6時
第10投票区	本村生活館	午前7時～午後6時
第11投票区	貫気別生活館	午前7時～午後7時
第12投票区	旭生活館	午前7時～午後4時
第13投票区	芽生生活改善センター	午前7時～午後4時
第14投票区	豊糠生活改善センター	午前7時～午後4時
第15投票区	長知内ふれあいセンター	午前7時～午後5時
第16投票区	幌毛志生活改善センター	午前7時～午後5時
第17投票区	振内町民センター	午前7時～午後7時
第18投票区	岩知志ふれあい館	午前7時～午後4時

【投票入場券について】

投票入場券は大切に保管のうえ、投票の際、投票所へお持ちください。

（期日前投票を行う時にも必要です）

紛失した場合でも投票ができますので、投票所の係員にお申し出ください。

平取町選挙管理委員会

☎ 01457-2-2221

<https://www.town.biratori.hokkaido.jp/choseijoho/senkyo/index.html>



遊びに
来てね

nibutani

winter❄️.

二風谷コタン OAW

2026.2.7(土)

10:00-20:00

☀️ 昼のコタン

- 長ぐつホッケー大会
(地域連携イベント)
- 鹿汁とクッキーの無料配布
- スタンプラリー
- ペナルティーショット
- 体験プログラム

木彫りコースター／馬そり／子どもの遊び
石のペンダント／アイヌ語学習

🌙 夜のコタン

- 遊歩道 LED キャンドル点灯
- ナイトミュージアム
- 動物シルエットのライトアップ
- ユカラと語りべ



キッチンカー
☁️ ☁️ ☁️ ☁️

【お問合せ】 01457-2-2341 (平取町役場アイヌ施策推進課)

出かけよう アイヌ文化のふるさとへ



1 沙流川歴史館 開館時間 [9:00-20:00]

- ・入館無料
- ・学芸員による常設展示解説 [14:00-14:30]
- ・石のキーホルダーづくり [10:00-16:00]



2 二風谷アイヌ文化博物館 開館時間 [9:00-20:00]

- ・入館無料
- ・学芸員による解説
「動物とくらしの知恵」
[①11:00-11:30 ②15:00-15:30]
- ・ぬり絵体験 [10:00-20:00]
- ・アイヌ語学習体験 [①13:00-13:30 ②16:00-16:30]
- ・ナイトミュージアム ワークシート配布時間 [17:00-18:30]
※ワークシート完成した方に記念品贈呈 (数量限定)
- ・動物シルエットのライトアップ [16:00-20:00]



3 アイヌ文化情報センター／二風谷工芸館 開館時間 [9:00-20:00]

- ・木彫体験：500円 [受付：①10:00-10:30 ②13:00-13:30]
- ・アイヌ衣装試着体験／記念撮影 [10:00-16:00]
- ・国際先住民族フォーラム 2025 映像展示
[9:00-19:30] 約20分リピート再生
- ・鹿肉のオハウ（味噌汁）試食
[14:00-（予定）] ※無くなり次第終了
- ・アイヌ語豆本 ※7種類：各50冊配布
- ・いろいろな植物のカエカ体験 [10:00-15:00]



4 トゥチセ

- ・ユカラと語りべ [16:30-17:00]

5 コタン内／遊歩道

- ・LED キャンドル点灯 [16:00-20:00]



6 シネペサンチセ

- 開館時間
[①10:30-12:00 ②13:00-14:30]

- ・ヒエ粉でつくったピヤパクッキー／
雑穀無料配布 ※限定100個

7 匠の工房

営業時間 [10:00-16:00]

- ・ 伝統的工芸品の制作実演見学



8 アイヌ工芸伝承館ウレシパ

開館時間 [9:00-16:30]

- ・ 体験プログラムの割引
- ・ スタンプラリー ※景品：限定 100 個
- ・ 二風谷アイヌクラフトプロジェクト
成果品解説と工芸家カード配布

9 にぶたに湖周辺

- ・ にぶたに湖氷上長ぐつホッケー大会 [9:00-16:00] ※要申込
- ・ ホッケーのペナルティーショットチャレンジ
[11:00-15:00] ※的に当てたら景品 GET
- ・ アイヌの子どもの遊び体験 [①10:00-12:00 ②13:00-14:30]
- ・ 馬ソリ体験 [①10:30-11:30 ②13:00-14:00]
※馬の状況を見て運行いたします



キッチンカー [FOOD]

- ぴんすけ チーズハットグ、韓国フード、ホットドリンク
- サカナろくいち まぜそば、タラバめし、イカ焼き、豚汁など
- クレープ Giraffe クレープ、いちごミルクなど

※メニューは変更になる場合があります

10 イオル文化交流センター

開館時間 [9:00-16:30]

- ・ 映像上映
アイヌ文化次世代へ引き継ぐを
テーマとした動画 (21 分リピート再生)

11 びらとり温泉ゆから

営業時間 [10:00-21:00]

入浴受付 20:30 ※変更の場合があります

- ・ 入浴料 100 円割引 or トマトジュース 1 本サービス
※チラシまたはチラシデータをフロントに見せると
割引・サービスの対象



令和8年から新設されました！ 林野火災注意報・林野火災警報

近年、林野火災の多発により甚大な被害が発生していることから、「林野火災注意報」・「林野火災警報」が新設されました。

3月1日から5月31日の期間において、火災の発生しやすい気象条件になった場合、午前8時に発令され、平取町はホームページ及び防災メールにてお知らせします。

期間中、屋外で火を使用する時は、発令状況を確認してください。

◆平取町ホームページでの確認方法

林野火災注意報・林野火災警報が発令された時は、緊急情報としてホームページのトップ画面に掲載されます。

発令の対象区域

◆以下の区域ごとに発令されます。

- ① 平取町全域
- ② 日高町門別地区全域
- ③ 日高町日高地区全域

※日高町の発令状況は、日高町ホームページをご覧ください。

平取町・日高町のほとんどが山林に覆われております。皆さんで火災予防に取り組みましょう！



発令時の火の使用制限

発令時には、火の使用を制限しなければいけません。

注意報発令時は努力義務となりますが、警報発令時は義務が課せられ、違反した者は、**罰則**があります。

◆以下の制限について、ご注意ください。

- ① 山林、原野等において火入れをしないこと。
- ② 煙火を消費しないこと。
- ③ 屋外において火遊び又はたき火をしないこと。
- ④ 屋外においては、引火性又は爆発性の物品その他の可燃物の付近での喫煙をしないこと。
- ⑤ 山林、原野等の場所で、喫煙をしないこと。
- ⑥ 残火(たばこの吸殻を含む。)取灰又は火粉を始末すること。



お問い合わせ 日高西部消防組合
平取消防署 Tel 01457-2-2361
富川消防署 Tel 01456-2-1521
// 日高支署 Tel 01457-6-2244

平取町HP QRコード



日高町HP QRコード



物価高対応子育て応援手当 のご案内

対象児童 1 人につき 2 万円を 1 回限りで支給します！

児童手当を受給している方へ 2 月から順次支給を開始します。原則、申請は不要です。

① 手当のご案内を送付します。

② 原則、申請は不要です。

ただし、次に記載する方は申請が必要です。

- ・ 令和 7 年 10 月 1 日から令和 8 年 3 月 31 日までに出生した児童の保護者
- ・ 所属庁から児童手当を受給している公務員
⇒ まずは所属庁に手続きについてご確認ください。
- ・ 10 月 1 日以降に離婚（離婚調停中等も含む）により児童手当の申請が必要になった保護者

※ また、受給を希望しない場合には届け出が必要です。

（2 月 6 日までに下記のお問い合わせ先までご連絡ください。）

③ 児童手当受給口座等へ振り込みます。

お問い合わせ先

平取町 保健福祉課子育て支援係 電話：01457（4）6112
（受付時間：平日 8:30～17:15）

裏面に続きます。必ずご確認ください！

1. 対象児童

(1) 令和7年9月分(※)の児童手当の支給対象児童

(※令和7年9月に出生した児童については10月分)

(2) 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

2. 支給対象者

上記(1)または(2)の児童手当受給者

3. 支給額

対象児童 **1人につき2万円(1回限り)** です。

4. 支給方法

(1) 児童手当受給者

原則、令和7年10月支給時(※)の児童手当受給口座に振り込みます(※令和7年9月に出生した児童は12月支給時)。

(2) 申請を行った保護者

申請書で指定した口座に振り込みます。

※口座が解約・変更等により振り込みができない場合は支給されませんので、2月6日までに必ず表面の問い合わせ先にご連絡ください。

5. こんなときは？

■引越した場合

9月分(令和7年9月に出生した児童については10月分)の児童手当を支給した市町村(特別区含む)から、児童手当受給口座もしくは届出書により届け出た口座に振り込まれます。ご不明な点があれば、前述の引越前の市町村にお問い合わせください。

■DV被害により、こどもとともに避難している場合

避難先の市町村で児童手当の受給者変更の手続きを行っている場合は、今回の手当の支給を受けることができますので、なるべく早く避難先の市町村にご相談ください。住民票を動かす必要はなく、配偶者のいる市町村に連絡する必要もありません。



「物価高対応子育て応援手当」に関する

“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意ください。

ご自宅や職場などに平取町から問い合わせを行うことがありますが、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることや、支給のための手数料などの**振り込みを求めることは絶対にありません**。もし、不審な電話がかかってきた場合には、すぐに平取町保健福祉課子育て支援係又は最寄りの警察署や警察相談専用電話(#9110)にご連絡ください。

インフルエンザ・新型コロナウイルス 予防接種について

令和 7 年度のインフルエンザ及び新型コロナウイルス予防接種費用の助成についてお知らせします。

<費用助成内容>

助成対象者	インフルエンザ		新型コロナウイルス	
	自己負担額	助成回数	自己負担額	助成回数
接種日現在 生後6か月以上～中学3年生の方	無料	最大2回 ※ただし、経鼻弱毒 生ワクチンは1回	無料	1回 ※ただし、5歳 未満の初回接種 は最大3回まで
生活保護受給者				
令和7年度内に65歳以上になる方 ※昭和36年4月1日以前に生まれた方	1,000円	1回	5,000円	
令和7年度内に60～64歳になる 方で対象※となる方。				

※慢性高度心疾患・腎・呼吸器不全で身体障害者手帳1級相当の方（助成を受ける場合には、身体障害者手帳の提示が必要となります。）

対象となる期間

令和7年10月1日～令和8年3月31日

<平取町内医療機関での接種について>

①平取町国民健康保険病院 ☎2-2201（予約先） **※完全予約制**



	インフルエンザ	新型コロナウイルス
予約受付	随時	
接種日	今年度は終了しました。	2月13日(金) 15時00分
接種料金 (費用助成前)	3,300円 ※経鼻弱毒生ワクチンの接種は実施いたしません。	16,500円
	※窓口で助成が適用された額を支払います。全額助成の場合は、窓口での負担はありません。接種費用は、上記<費用助成内容>にてご確認ください。	
その他	インフルエンザ、新型コロナウイルスワクチンの同時接種はできません。 定期通院の方は、診察時に接種することもできますので、直接病院へご相談ください。	

※3月の接種については、2/27発行のまちだよりや町ホームページ等でお知らせします。

裏面もご覧ください

②平取町振内国民健康保険診療所 ☎3-3004

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
予約受付	予約不要 ※ただし12歳未満で新型コロナウイルスワクチンの接種を希望する方は事前にお問い合わせをお願いします。	
接種日	月～金曜日 9:00～12:00/14:00～17:00 (第2・4木曜日は午前のみ) ※診療時間内に個別で接種します	
接種料金 (費用助成前)	不活化ワクチン(注射): 3,300円 ※経鼻弱毒生ワクチンの接種は12月で終了しました。	16,500円
	※窓口で助成が適用された額を支払います。全額助成の場合は、窓口での負担はありません。接種費用は、上記＜費用助成内容＞にてご確認ください。	
その他	インフルエンザ、新型コロナウイルスワクチンの同時接種が可能です。	

☆**経鼻弱毒生インフルエンザワクチンについて**☆



令和7年度より、町内医療機関での接種ができるようになりました。両鼻にスプレーするタイプのワクチンで、1回で完了します。注射針を刺さないため、注射が苦手なお子さんでもストレス少なく接種できるメリットがあります。

※現在平取町内の医療機関では実施しておりません。

助成対象者：2歳以上～中学3年生の方（町内・町外医療機関ともに助成の対象となります。）

助成金額：全額助成（期間内1回のみ）

<平取町外の医療機関で接種した場合の助成の手続きについて>

平取町外の医療機関で接種した予防接種の費用も助成の対象となります。助成を受けるには申請が必要です。以下の持ち物をご持参の上、ふれあいセンターびらとり（1F 事務所）保健推進係または両支所にて申請をお願いします。助成内容や接種期間は、町内医療機関で接種した場合と同様です。

持ち物

- ☐ 予診票の控え（コピー）もしくは接種済証 ☐ 助成金振込先の通帳
- ☐ インフルエンザまたは新型コロナワクチン予防接種の料金が記載されている領収書（原本）
- ☐ 印鑑
- ☐ 身体障害者手帳（当該者のみ）

※すべて揃えていなければ申請できませんので、ご注意ください。



申請期限：令和8年3月31日

<問い合わせ先> 保健福祉課保健推進係 4-6112

糖尿病性腎症を予防するには.....

① 血糖コントロール

HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)
「**7.0%未満**」を目標にすることが基本

② 血圧コントロール

130/80mmHg未満が目標



③ 適正体重のキープ

＜適正体重の求め方＞

身長(m)×身長(m)×22

(例) 身長160cmの方

$$1.6 \times 1.6 \times 22 = 56.32\text{kg}$$



④ 自分の腎機能を知る

・ **eGFR**：健康で若い人の腎機能を100としたとき、現在の腎機能は何%かを知ることができます。

・ **尿タンパク**：腎臓から尿に漏れ出たタンパク。(－)は正常、(1+) 軽度タンパク尿、(2+) 以上は高度タンパク尿となります。

糖尿病治療中の皆さん!!

第1期
平取町健康増進計画重点事業

人工透析
の予防の
ために

腎臓を守る取り組み を始めませんか？

糖尿病発症後、5～10年以上経過した人に
「糖尿病性腎症」という腎機能の障害を起こす方が多いです。

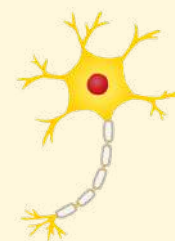
「糖尿病性腎症」とは、高血糖の持続に伴う**細い細かな血管**
の障害により起こると考えられています。

高血糖が長く続くと・・・



高血糖の影響を受けやすい器官

末梢神経



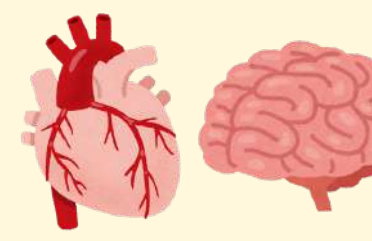
網膜



糸球体



冠動脈・脳動脈



神経障害

網膜症

腎症

心筋梗塞・脳梗塞
(動脈硬化)

細い細かな血管の障害

大きく太い血管の障害

糖尿病慢性合併症

いつでも健康相談受付しています！
平取町保健福祉課保健推進係



4-6112

人工透析
原因の
第1位

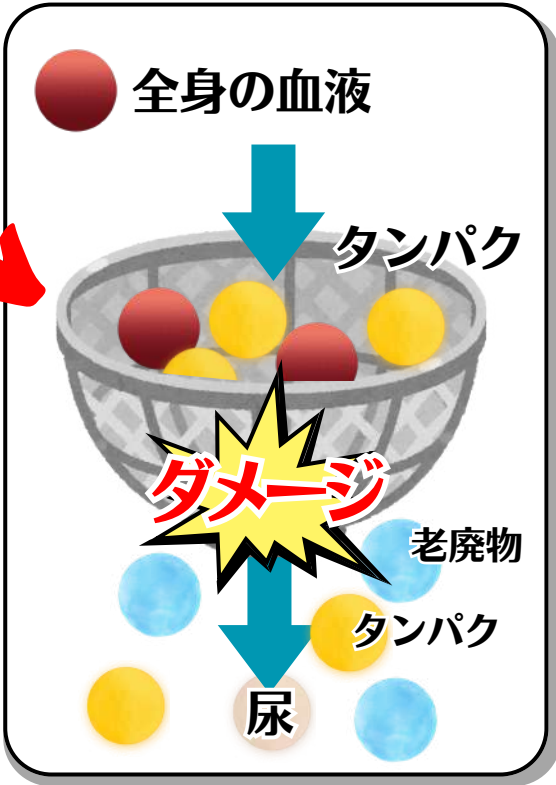
平取町で透析治療を受けている方の
約**46**%は「**糖尿病性腎症**」が原因です。

糖尿病性腎症を早期に発見するためには、**定期的**に尿検査を受けることがとても重要です。

糸球体は全身の血液をろ過する
フィルター の役割 !!

腎臓内で尿をつくる際、糸球体によって必要なものと不要なものに分けられ、体に不要なものが尿として体外へ排出されます。

タンパクは体にとって**必要な栄養素**のため健康な腎臓であれば尿に漏れ出てくることはありません!!



つまり、糖尿病性腎症では、腎臓の糸球体がダメージを受けて尿にタンパクが漏れ出るようになります。

糖尿病性腎症を知る上で**尿にタンパクが混ざっているかどうかを検査**することが非常に重要になります。

腎症のステージ

	第1期 腎症前期	第2期 早期腎症期	第3期 顕性腎症期	第4期 腎不全期	第5期 透析療法期
特徴	問題ない	尿中にわずかなタンパク尿が出る	尿中にかなりのタンパク尿が出る	水分や毒素を出しにくくなる	透析が必要
症状	なし	なし	むくみ、息切れ、尿が泡立つ	食欲不振、だるさ、顔色が悪い	透析をしないと命にかかわる
進行	治療しなければ どんどん悪化する				
治療効果	早期治療で治ることもある		治療が病気の進み方を遅くする 完治は難しい		

第2期（早期腎症期）までは、治療や生活習慣の見直しにより、それ以降の**発症や進行を抑えることが可能**です。

尿検査で少しでもタンパクが出てきた場合、早めに生活習慣を見直さないと、将来的に透析治療が必要になることがあります。自分の健康を守るために、早期の対策が大切です。

平取町国民健康保険病院

令和8年2月号

病 院 だ よ り

2月の診療日程につきましては、裏面の【外来診療カレンダー】をご確認ください。

専門外来の紹介～皮膚科～手稻溪仁会病院からの派遣医師

担当医：加瀬 貴美 医師（手稻溪仁会病院 皮膚科部長）

専門：皮膚科全般・乾癬・接触皮膚炎

（日本皮膚科学会 認定皮膚科専門医）

診療日：毎月 第2火曜日・第4火曜日

診療時間：10：00～15：00

ひとこと：一般的な皮膚疾患に対して幅広く診察・治療を行っています。

皮膚のことでお困りの方は気軽にご相談ください。



① 新型コロナウイルス予防接種について

予 約 先：平取町国民健康保険病院 ※平日に随時受付しています

接 種 日：2月13日（金）※ワクチンはモデルナ製です

接種時間：15時15分～（受付は15時より）

② シールアート『義経神社』の展示について

びらとりデイサービス利用者の方々が、文房具用の丸シールで作成した『義経神社』を、院内待合室に展示しています。

眺めるだけで、パワーがもらえて、健康になること間違いなしです。2月末まで掲示予定です。



平取町国民健康保険病院
01457-2-2201

病院の理念

町民の医療の確保につとめます
地域の皆様の健康増進を図ります
福祉の向上に貢献します

令和8年2月 平取町国民健康保険病院 外来診療カレンダー

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診	内科：平岡 外科：休診 循環器：小林 (9時30分～)	内科：村上 外科：谷	内科：平岡 外科：谷
午後	内科：平岡 外科：村上	内科：村上 外科：谷	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診	内科：村上 外科：休診 もの忘れ：出張医 (予約制 14時00分)
	9	10	11	12	13
午前	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診 皮膚科：加瀬 (10時から)	建国記念の日 休診	内科：村上 外科：谷	内科：平岡 外科：休診 整形：松橋 (予約制 8時30分～)
午後	内科：平岡 外科：村上	内科：村上 外科：谷 皮膚科：加瀬 (15時まで)		内科：平岡 外科：休診 小児科：菅原 (13時30分～)	内科：谷 外科：村上
	16	17	18	19	20
午前	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診	内科：平岡 外科：休診 循環器：小林 (9時30分～)	内科：村上 外科：谷	内科：平岡 外科：谷
午後	内科：平岡 外科：村上	内科：村上 外科：谷	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診 眼科：宮部 (予約制 13時30分)	内科：村上 外科：休診
	23	24	25	26	27
午前	天皇誕生日 休診	内科：平岡 外科：休診 皮膚科：加瀬 (10時から)	内科：平岡 外科：休診 循環器：小林 (9時30分～)	内科：村上 外科：谷	内科：平岡 外科：休診 整形：松橋 (予約制 8時30分～)
午後		内科：村上 外科：谷 皮膚科：加瀬 (15時まで)	内科：谷 外科：村上	内科：平岡 外科：休診 小児科：菅原 (13時30分～)	内科：谷 外科：村上

※都合により担当医が変更になる場合があります。

※整形外科、眼科、もの忘れ外来は、事前に予約が必要となります。

※外来受付時間 午前8時15分～11時15分まで 午後0時30分～3時45分まで

平取町国民健康保険病院 01457-2-2201