

# 夏のイベント情報

PICK UP

# 気になる情報 ピックアップ報

## オツパイ山 サイクリング大会

第28回

上士幌を舞台に、  
東大雪の樹海を行く  
ネイチャーサイクリング!



◆日程

7月3日 日

雨天実施!

▶受付⇒7:30 ▶開会式⇒8:30  
▶スタート⇒9:00 ▶閉会式⇒12:30

◆場所 ぬかびら源泉郷スキー場  
第2駐車場(集合・スタート場所)

- ◆コース ぬかびら源泉郷～三股 往復50km
- ◆定員 小学生以上のサイクリング愛好者 150名  
(小学生は必ず保護者同伴)
- ◆参加料 JCA会員2,500円/一般3,500円/  
小中学生2,500円  
※スポーツ傷害保険、昼食含む。

※お申込み、お問い合わせ先  
・サイクルストア市川(☎2-2230)  
・坂井自転車商会(☎2-2056)



7kmのヒルクライムに挑戦!

第6回

## ナイト高原 ヒルクライム

雨天実施!

◆日程 8月7日 日

▶受付⇒6:00 ▶開会式⇒7:00  
▶スタート⇒8:00

◆場所 ナイタイ高原牧場

- 参加資格 中学生以上の健康な男女
- 使用車種 ロードバイク・マウンテンバイクに限る
- 種目 A) 19歳～49歳 B) 50歳～69歳  
C) 中学生以上～18歳  
D) 中学生以上女子 E) 70歳以上
- 参加料 一般3,000円 JCA・JCF会員2,000円  
中高生2,000円
- 申込方法 大会2週間前までに事務局に参加料を送金し、所定の申込書を郵送またはFAXしてください。ホームページからの申し込みもできます。
- ◎振込先 郵便振替口座 02790-0-84967  
名義人 北海道十勝バイコロジをすすめる会

※お申込み、お問い合わせ先 <http://www.tokachi-cycle.com/>  
・北海道十勝バイコロジをすすめる会(川瀬商会方) TEL/FAX 0155-27-3846  
・坂井自転車商会 TEL 2-2056/FAX 7-7474 ・サイクルストア市川 TEL/FAX 2-2230

速報!

## 夏の商工会イベント

※詳細は、新聞折り込みチラシやポスターでご確認ください。

☆ひふみ屋台村☆

7月9日 日 16:00～  
パーラーヒカリ駐車場



商工会青年部結成50周年記念

☆納涼花火大会☆

7月30日 日 19:30打ち上げ 多目的運動広場



☆ナイトinビアパーティー☆

7月30日 日 12:00～  
役場南側駐車場



◇天候の状況により、日程が変更になる場合があります。

※お問い合わせは、上士幌町商工会(☎2-2339)まで

ひがし大雪自然館

# 自然館講座2016

講師をお招きして講座を開催します。前半は座学、後半は野外で自然観察を行います。全4回のシリーズですが、興味のある講座のみの参加も可能です。奮ってご参加ください。

日時	内容・講師
7/17 日	「十勝三股の植物」 講師 持田 誠 氏 (浦幌町立博物館)
8/21 日	「糠平のアリ」 講師 松岡 佑昌 氏 (ひがし大雪自然館)
9/ 4 日	「糠平周辺のきのこ」 講師 奈良 泰世 氏 (北海道キノコの会)
9/18 日	「糠平湖の植物化石」 講師 成田 敦史 氏 (札幌藻岩高等学校)

- ◆時間 9:00~12:00
- ◆場所 糠平温泉文化ホール 第1研修室
- ◆定員 毎回40名
- ◆参加料 無料
- ◆お申込み・お問い合わせ  
ひがし大雪自然館 (☎/Fax 01564-4-2323)
- ◆主催 ひがし大雪自然館

## ルピナス染め体験

ルピナスの花を使って花染めをします。  
オリジナルのハンカチを作りませんか

- ◆日程 **7月2日 土**  
雨天中止 ■ 9:00~12:30

- ◆場所 ひがし大雪自然館
- ◆対象 小学生以上
- ◆定員 15名 ※事前申し込み必要
- ◆締切 7月1日(金)
- ◆参加料 500円
- ◆持ち物 汚れてもよい服装



## 自然観察会 ~水生生物編~

自然館周辺の水辺で、水の中で暮らす昆虫や  
ニホンザリガニなどを観察します

- ◆日程 **7月10日 日**  
雨天中止 ■ 10:00~12:00

- ◆場所 ひがし大雪自然館
- ◆対象 一般(小学生以下は保護者同伴)
- ◆定員 15名 ◆参加料 無料
- ◆締切 7月8日(金)
- ◆持ち物 長そで長ズボン、軍手、長靴(汚れてもよい服装)、着替え
- ※お持ちであれば…タモ網や金魚網、虫眼鏡、虫よけスプレー

※お申し込みやお問い合わせは、ひがし大雪自然館(☎・FAX 4-2323)まで

## ぬかびら源泉郷 釣り大会

今年も、糠平湖にて「ぬかびら源泉郷釣り大会」  
を開催します。大物を釣った方には豪華賞品も!  
みなさまの参加をお待ちしています!

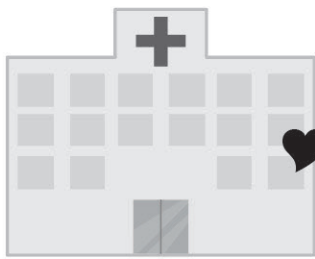
- ◆日程 **7月2日 土**

▶受付⇒6:00 ▶開会⇒6:30  
▶閉会⇒14:00

- ◆定員 40名
- ◆集合場所 ひがし大雪自然館
- ◆参加費 2,000円  
(別途釣魚券購入~1日600円、年間5,000円)
- ◆賞品総額 6万円
- ◆申込先 上士幌町観光協会(役場商工観光課)
- ◆申込方法 ①氏名 ②年齢 ③電話番号 ④年券の有無 ⑤釣り歴を記載し、電話/Email/FAX/郵送/持参にてお申込みください。
- ◆締め切り 7月1日(金) 15:00まで
- ◆詳細 上士幌町観光協会ホームページでご確認ください。  
<http://www.kamishihoro.info/>



※お申し込みやお問い合わせは、商工観光課観光担当(☎2-4291)まで



♥ 国民健康保険に  
加入されている方

PICK UP

# 気になる情報 ピックアップ報

高齢受給者証

限度額認定証

限度額適用・標準負担額減額認定証

を更新します

▶70歳以上の「高齢受給者証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」を更新します

70歳以上の方がお持ちの「高齢受給者証」と「限度額適用・標準負担額減額認定証」(住民税非課税の方)の有効期限が7月末となっています。

7月中に、新しい負担割合の「高齢受給者証」と「限度額適用・標準負担額減額認定証」(住民税非課税世帯)を郵送します。

自己負担限度額は年齢や所得区分によって異なります。なお、70歳以上で住民税課税世帯の方は、減額認定証はありません。

▶70歳未満の「限度額認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について

70歳未満の方については、郵送更新を行っておりませんので、高額な医療費がかかる場合、または、限度額証を引き続き使用する場合は、お手数ですが、国保医療担当まで申請してください。

上記の証は、医療機関窓口に提示することにより、一つの医療機関でのひと月の支払いが自己負担限度額までとなります。

新しい

## 重度心身障害者、ひとり親家庭等 医療費受給者証を郵送します

7月下旬に、8月1日から有効期間開始となる受給者証を、該当される世帯に郵送いたします。

※子ども医療費受給者証の更新はありません

昨年の8月から、有効期限が「中学校を卒業する年度の3月末まで」または「高校を卒業する年度の3月末まで」となっていますので、受給者証の更新はありません。

なお、紛失や破損等による再発行は、随時行っています。

※お問い合わせは、保健福祉課国保医療担当(☎2-4295)まで

## 特定医療費(指定難病)受給者証の更新申請について

北海道では、原因が不明で治療方法が確立していない、いわゆる難病のうち、特定の疾患については医療受給者証を交付しています。

医療受給者証の有効期限が9月30日までとなっている方は、更新の手続きをお願いします。

◆**手続期間** 7月1日(金)～9月30日(金)  
(土・日、祝日を除く)

◆**受付時間** 9時～17時

◆**場所** 北海道帯広保健所、及び各支所  
(新得・本別・広尾)

◆**更新が必要な医療受給者証**

▶特定医療費(指定難病)受給者証

▶特定疾患医療受給者証

▶ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療受給者証

▶ウイルス性肝炎(肝炎治療特別促進事業)医療受給者証 ※核酸アナログ治療者のみ

※お問い合わせは、北海道帯広保健所健康推進課保健予防係(☎0155-27-8637)まで

# 子育て支援センター通信



子育て支援センター  
☎2-4152

※雨天の場合は、子育て支援センター内で  
できる楽しいことを予定しています♪



●お申し込みやお問い合わせは、  
子育て支援センター(☎2-4152)まで

♡なごよしチャレンジ♡

## “えのぐあそび” に参加しませんか?



お日さまの下で、全身を使って、絵の具あそびをします。絵の具の感触、色彩を一緒に楽しみませんか。

♣日時 7月8日(金) 10時~11時

♣場所 子育て支援センター玄関前

♣持ち物 タオル・帽子・着替え など

※お子さんも、ママも、汚れても良い服装で来ててくださいね

# 3

## ♥介護保険を利用しているみなさんへ

平成28年8月から

### 食費・部屋代の負担軽減の見直しが行われます

○介護保険施設(介護老人福祉施設~すずらん荘など、介護老人保健施設~老健かみしほろなど)やショートステイを利用する場合、食費と部屋代については自己負担となりますが、世帯全員が非課税で一定額以上の預貯金等をお持ちでない場合は、利用者負担が軽減されます。

○この食費と部屋代の利用者負担軽減の段階判定に、非課税年金(遺族年金と障害年金)を含める見直しが、平成28年8月から行われます。

※負担軽減の更新申請については、後日該当される方へご案内いたします。

♪よくある質問♪

Q:非課税年金の収入が多い場合は、食費・部屋代の負担軽減が受けられなくなるのですか?

A:非課税年金を含めた収入額が80万円を超える方については、負担限度額が第2段階から第3段階になりますが、負担軽減を受けられなくなるわけではありません。

Q:なぜ非課税年金の収入も負担限度額の判定する収入に含めるのですか?

A:非課税年金のため今までは収入に含めずに判定していましたが、負担の公平性を図るために見直されました。

軽減段階	対象者	負担限度額(月額)		
		部屋代	食費	
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> <li>●世帯全員(世帯分離している配偶者を含む)が市町村民税を課税されていない方で、老齢福祉年金を受給されている方</li> <li>●生活保護の受給者</li> </ul>	多床室	0円	300円
		従来型個室	(特養等) 320円 (老健・療養等) 490円	
		ユニット型準個室	490円	
		ユニット型個室	820円	
		多床室	370円	
第2段階	H28.7まで 世帯全員(世帯分離している配偶者を含む)が市町村民税を課税されていない方で、合計所得金額と課税年金収入の合計が80万円以下の方  H28.8から 世帯全員(世帯分離している配偶者を含む)が市町村民税を課税されていない方で、合計所得金額と課税年金収入と非課税年金収入の合計が80万円以下の方	多床室	370円	390円
		従来型個室	(特養等) 420円 (老健・療養等) 490円	
		ユニット型準個室	490円	
		ユニット型個室	820円	
		多床室	370円	
第3段階	世帯全員(世帯分離している配偶者を含む)が市町村民税を課税されていない方で、上記第2段階以外の方	多床室	370円	650円
		従来型個室	(特養等) 820円 (老健・療養等) 1,310円	
		ユニット型準個室	1,310円	
		ユニット型個室	1,310円	
		多床室	370円	
第4段階	上記以外の方	負担軽減なし		

※お問い合わせは、保健福祉課介護保険担当(☎2-4296)まで