くらしの情報紙

かけはし

2026
3.1
No.885

広報ほんべつ　● 発行 本別町　● 編集 未来創造課広報広聴担当
● 代表 0156−22−2141 ● 課直通 22−8121 ● FAX 22−3237
※本別町の電話・FAX番号の市外局番は、すべて0156です
● ホームページ http://www.town.honbetsu.hokkaido.jp

町国保病院からのお知らせ

3月1日〜15日の診療予定

☎ 22−2025
ホームページ（http://www.honbetsu-kokuho-hp.jp/）

受付・診療時間	午前	受付 8：00 〜 11：30 診療 9：00 〜 12：00	午後	受付 11：45 〜 16：30 診療 13：30 〜 17：15

診療科＼日		1 日	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土	8 日	9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土	15 日
内科	午前	休診	武田	松井	髙山	松井	武田	休診	休診	武田	松井	髙山	松井	武田	休診	休診
	午後		松井	−	武田（総合診療）	髙山（呼吸器）	髙山			松井	−	武田（総合診療）	髙山（呼吸器）	髙山		
外科	午前		一条	一条	−	一条	一条			一条	一条	−	一条	一条		
	午後		−	−	−	−	−			−	−	−	−	−		

眼科 要予約	午後	受付 11:45〜16:00 診療 13:30〜17:15	12日（木）中村 13日（金）松尾
小児科	午後	受付 11:45〜16:30 診療 13:30〜17:15	4日（水）札幌医科大学附属病院
循環器内科	次回は3月17日（火）午後予定		
熱外来	電話でのみ受付します 受付は 8:30〜10:30まで 診療 10:30〜12:00		■受診前に必ず連絡をいただき、ご案内の時間にご来院ください ■熱がなく、せきやのど痛の症状のみの場合も一度熱外来にお問い合わせください

整形外科	午前	受付 8:00〜11:30 診療 9:40〜12:00	4日（水） 11日（水） 北斗病院
皮膚科 要予約	午後	受付 11:45〜15:30 診療 13:30〜16:00	10日（火）帯広厚生病院
泌尿器科	午後	受付 11:45〜16:30 診療 13:30〜17:15	3日（火）札幌医科大学附属病院

■ものわすれ外来は予約が必要です。随時お問い合わせください
■都合により診療予定が変更になる場合がありますのでご了承ください。最新の情報は当院ホームページをご覧いただくか、電話でお問い合わせください
■眼科・皮膚科の診療を受けるには必ず前日までの予約が必要です（予約の混雑状況によってはご希望に沿えない場合がありますのでご了承ください）

商工事業者エネルギー価格高騰対策支援事業のお知らせ

商工会では、町と連携し、町内中小事業者等から同事業についての補助金申請を受け付けしています。（国の物価高騰対策重点支援地方創生臨時交付金を活用しています）

▶補助対象者

①建設業、製造業、卸売業、小売業等

※詳しくは町ホームページをご覧ください

②令和８年１月１日時点で町内に本店住所を有し、町内で事業を営んでおり、引き続き、営業を継続していく意思があるもの

③中小企業信用保険法第２条第１項に定める中小企業者

④申請日において、町税、使用料および保険料等の滞納がなく、本別町暴力団排除条例第２条第１号、第２号または第３号に該当しないもの

▶補助金の額

１事業者１００,０００円

※運送業を主たる事業としている場合は、運送事業用車両１台につき１５,０００円

▶提出書類

補助金交付申請書、直近の確定申告書および決算書の写し、車両保有台数が確認できる資料

▶申請期限　３月16日（月）

▶申請および問い合わせ

本別町商工会　☎　２２－２５２９

毎日の活動にスポーツ安全保険を

町教育委員会では、町民の皆さんに安心してスポーツや社会教育活動を行っていただくため、「スポーツ安全保険」の加入をお勧めしています。現在、令和８年度のスポーツ安全保険の受け付けが始まっていますので、ぜひお申し込みください。

▶保険の内容

①４人以上の団体で加入してください（個人保険ではありません）

②傷害保険、賠償責任保険などがセットになっています

③保険の対象となる活動は、加入団体の管理下での活動中、または自宅から集合・解散場所への移動中に発生した傷害などが対象となります（日本国内の事故に限ります）。個人または学校管理下での活動中や故意による傷害などは対象になりません（加入区分によっては個人練習中も対象になります）

▶加入手続き

（公財）スポーツ安全協会から手続きしてください

ホームページはこちら→

▶問い合わせ

町体育館内スポーツ担当　☎　２２－２３３１

こども家庭センター開設にかかる健康・こども課の事務所移転について

本別町こども家庭センターを健康管理センター内に開設するにあたり、役場庁舎内にある健康・こども課の事務所を令和８年４月１日から健康管理センター内に移転します。これまでの窓口における業務は一部住民課において届け出ることができますが、基本的には健康管理センターでの手続きとなります。町民の皆さんのご理解・ご協力をお願いいたします。なお、こども家庭センターでの取り組み等については、広報ほんべつ４月号でお知らせいたします。

▶問い合わせ

健康・こども課　☎　２２－８１３０

ほんべつ健康ポイント事業

商品券への引換期限が迫っています

町が実施しているほんべつ健康ポイント事業で達成した健康ポイントカードの引換券と商品券の引換期限が迫っています。スタンプが10個たまった健康ポイントカードは健康管理センターまたは役場健康・こども課で引換券と交換することができます。その引換券は商工会にお持ちいただき、商品券（１,０００円分）に引き換えましょう。

▶引換期限　令和８年３月31日（火）

▶問い合わせ

健康管理センター　☎　２２－２２１９

「出張！フィットネス」を開催します

町教育委員会では、健康づくりと介護予防対策として日常生活における運動習慣を身につけていただくため、パーソナルトレーナーによるトレーニング「出張！フィットネス」を次の通り開催します。

▶とき　３月５日（木）※体力測定

午前の部：午前10時30分～正午

午後の部：午後６時30分～午後８時30分

３月19日（木）

午前の部：午前10時30分～午前11時30分

午後の部：午後６時30分～午後８時

▶ところ　体力増進センター

▶対象　16歳以上の町民

▶講師　JOYFITのパーソナルトレーナー

▶参加料　参加料は無料ですが、施設使用料が別途かかります

（町民一般：１回２００円）

▶参加方法

３月４日（水）までに右のＱＲコードから登録いただくか、下記まで電話でお申し込みください

フィットネス

▶問い合わせ

町体育館内スポーツ担当　☎　２２－２３３１

引っ越しの際は、住所の異動手続きをお忘れなく

住民票の住所の異動届は、国民健康保険や国民年金、児童手当、義務教育の就学、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。また、身分証明書となる「マイナンバーカード」については、住所を最新のものにする必要があります。引っ越しなどで住所を異動したときは、速やかに手続きをお願いします。

●転出するとき【転出届】

転出先が決まりましたら、転出予定日の14日前を目安に手続きをしましょう。

マイナンバーカード（有効な署名用電子証明書が搭載されているもの）をお持ちの人は、マイナポータルから転出手続きをすることができますが、他の手続きで来庁が必要になる場合があります。

※国外に転出される人はマイナポータルでの手続きができません

●転入したとき【転入届】

本別町に住み始めてから14日以内に、前住所地の市区町村で転出手続きの時に発行された「転出証明書」、転出手続き後に転出証明書が発行されていない人は「マイナンバーカード」を持参の上、転入の届け出をしましょう。

●町内で引っ越ししたとき【転居届】

新しい住所に住み始めてから、14日以内に転居の届け出をしましょう。

▶手続きできる人
本人または世帯主、同一世帯の人、代理人（代理人の場合は委任状が必要）

▶届け出に必要なもの
・本人確認書類※　・印鑑

以下はお持ちの人のみ
・マイナンバーカード　・在留カード等
・各種受給者証　・資格確認証
※本人確認書類とは、運転免許証、マイナンバーカードなど顔写真入りの証明書で、無い場合は健康保険証や年金手帳などが２点以上必要です

マイナンバーカードをお持ちの人へ

前住所地で交付を受けたマイナンバーカードは、継続利用手続きを行うことで、新住所地でも引き続き利用できます。

▶手続きできる人
本人または世帯主、同一世帯の人
▶手続きに必要なもの
・マイナンバーカードと暗証番号（数字４桁）
※署名用電子証明書は継続されません

転出入する人はご注意ください

転入手続きをしてから90日以内に継続利用手続きを行ってください。ただし、転入手続きは**「転出届で決めた新住所に住み始める予定日から30日以内」かつ、「新住所に住み始めた日から14日以内」**に行う必要があります。

継続利用手続きをせずに、期間が経過した場合は、マイナンバーカードが失効となり、利用できなくなります。

▶届け出および問い合わせ
住民課戸籍年金担当　☎　２２－８１２８

引っ越し時の電気の使用手続きについて

令和８年５月から、引っ越しなどによる電気の使用は、電力会社への使用開始手続き後にほくでんネットワークによる通電（遠隔操作）が必要となります。電気の使用が決まったら電力会社へ早めの手続きをお願いいたします。

▶問い合わせ
ほくでんネットワーク㈱道東統括支店
☎　０１２０－０６－０７３２

議会からのお知らせ

３月の議長との対話室

開設日	３月中の平日
時　間	午前10時～正午 午後１時30分～午後４時 ※上記以外の曜日・時間帯でも、希望があれば相談に応じます

▶申し込みおよび問い合わせ
議会事務局　☎　２２－８１２３

Genkitchen ゲンキッチン HOKKAIDO HONBETSU

３月の料理講習会

◆ロールキャベツづくり講習会
（本別産豚肉を使用）

と　き	３月27日（金）　午後６時～
参加費	８００円
定　員	15人程度
持ち物	エプロン、三角巾、持ち帰り用の袋等
対　象	町民（中学生以上）

▶受付時間　平日午前９時～午後５時
※受付は３月２日（月）～３月23日（月）までです。ただし、定員となり次第締め切りといたします
▶申し込みおよび問い合わせ
農産物ものづくり館（ゲンキッチン）
☎　２２－６６８８

サークル講座を開催します

町教育委員会と舞踊サークル幸せ会では、サークル活動として「民謡と歌謡曲の踊り」の体験会を次の通り開催します。親しみやすく誰でも気軽に始められますので、皆さんぜひご参加ください。

▶と　　き　３月18日（水）
　　午後７時～午後８時30分
▶と こ ろ　中央公民館第１会議室
▶指 導 者　中山流幸せ会　中山芳順
　　（遠藤順子さん）
▶定　　員　５人（定員になり次第締め切り）
▶受 講 料　無料
▶申込方法　３月12日（木）までに下記へお申し込みください
▶そ の 他　足袋または靴下カバー、羽織をお持ちの人はご持参ください
▶申し込みおよび問い合わせ
　中央公民館内文化振興担当　☎　２２－５１１１

公民館ロビーに作品を展示してみませんか

町文化協会と中央公民館では、令和８年度公民館ロビー展の出展者を募集します。絵画・写真・書道・手芸品・工芸品・模型・陶芸品等、あなたの作品を中央公民館のロビーに展示してみませんか。個人・団体の作品のほかにも、家族や仲間でいろいろな作品を持ち寄って展示することもできます。日程など詳しくは、下記までお問い合わせください。

▶問い合わせ
　中央公民館内文化振興担当　☎　２２－５１１１

図書館だより……新着図書案内

【おとなむけ】

三十一文字のドラマ	谷　知子
ヤモリさんとご褒美	群　ようこ
殺し屋はレジにいる	榎田ユウリ
「キャップが開けられない」「指が痛い・こわばる」人のお助けBOOK	富永喜代
遥かなる都	池澤夏樹
すきがいっぱい	谷川俊太郎
昭和のく広告・カタログ・絵葉書>紙モノ画法356枚	平山　雄
60代、日々好日 時々ため息	唯川　恵
スマホ認知症	西岡壱誠
すべては距離感である	石井朋彦
晴れの日の木馬たち	原田マハ
「ヒットの達人」の頭のなか	中村直文
金田一パパの事件簿　２	天樹征丸
ハンターハンター　No.38	冨樫義博

【こどもむけ】

ポケモンサイエンスブックでんき	岩崎孝之
ポケモンサイエンスブックみず・こおり	神田　学
ココとナツのひなまつり	いとうみく
ポポときいろのたび（絵本）	アトリエポポ
さかさま（絵本）	ＴＥＲＵＫＯ
パタパタどうぶつえん（絵本）	岡田善敬
新スポーツスーパースター伝シーズン２－２ ときど	ベースボールマガジン
新スポーツスーパースター伝シーズン２－３ 羽生結弦	ベースボールマガジン

農業委員会から

農地法の申請届け出締め切り日をお知らせします

町農業委員会では、令和８年度に受け付けする農地の転用・賃貸借・売買・解約等、農地法の申請届け出の締め切り日を次の通りとさせていただきます。

【農地法申請締切日】

３月31日（火）、４月30日（木）、５月29日（金）、６月30日（火）、７月31日（金）、８月31日（月）、９月30日（水）、10月30日（金）、11月30日（月）、12月28日（月）、
令和９年１月29日（金）、２月26日（金）

▶その他
　毎月の期限を過ぎて申請された分については、翌月の手続きとなりますのでご注意ください
▶申請および問い合わせ
　農業委員会事務局　☎　２２－８１２５

十勝18町村合同町村職員採用試験説明会を開催します

十勝町村会では、町村職員採用試験説明会を次の通り開催します。

▶と　　き　３月27日（金）
　　午後０時30分～午後４時
　　（開場：午前11時30分）
▶と こ ろ　とかちプラザ
　　（帯広市西４条南13丁目１）
▶内　　容　・試験内容の説明
　　・18町村自治体ＰＲ
　　・18町村各ブースでの説明
▶対　　象　社会人、大学生、短大生、高校生等
▶参 加 料　無料
▶申込方法
　３月８日（日）までに、右のＱＲコードから応募フォームにアクセスし、必要事項を入力の上、お申し込みください
▶問い合わせ
　十勝町村会事務局
　☎　０１５５－２３－６２０４

ドコモの「ＦＯＭＡ®」「ｉモード®」を使用している人へ

株式会社ＮＴＴドコモの第３世代移動通信方式（３Ｇ）による「ＦＯＭＡ®」および「ｉモード®」は令和８年３月31日（火）をもってサービス終了となります。「ＦＯＭＡ®」「ｉモード®」をご利用の人は４月以降、電話やメール等のサービスが利用できなくなります。詳しいことについてはお近くのドコモショップにお問い合わせください。

募集します

募＝募集のお知らせです

募 社会教育施設清掃パート

▶応募資格　原則として本町にお住まいの人
▶募集人員　１人
▶任用期間　令和８年４月１日～令和９年３月31日
▶業務内容　社会教育施設（中央公民館、体育館、図書館、歴史民俗資料館）の清掃
▶勤務時間　月～土曜日の午前７時から午前10時まで
※施設により勤務時間が変更になる場合があります
▶報　　酬　時給　１，１９８円以上
▶応募方法　３月６日（金）までに自筆の履歴書（写真付）１通を提出してください
▶選考方法　書類選考および面接
（日程は後日、本人に通知）
▶応募および問い合わせ
中央公民館内文化振興担当　☎　２２－２３３１

募 【公募】北海道後期高齢者医療広域連合運営協議会委員

北海道後期高齢者医療広域連合では、住民の皆さんの代表として、制度の運営に関する重要事項を審議していただく運営協議会委員を募集しています。

▶応募資格　道内在住の満18歳以上の人（議員や公務員等を除く）
▶募集人員　５人
▶任　　期　令和８年７月から２年間
（会議は年２回の開催を予定しています）
▶報　　酬　１日につき５，０００円の報酬と旅費を支給
▶応募方法
北海道後期高齢者医療広域連合のホームページまたは、市町村窓口にある応募要領をご覧ください　ホームページはこちら→
▶応募締切　４月30日（木）まで
▶選考方法　選考委員会を設置し、提出された小論文により総合的に委員を選考します
▶問い合わせ
〒０６０－００６２
札幌市中央区南２条西14丁目　国保会館６階
北海道後期高齢者医療広域連合
☎　０１１－２９０－５６０１

募 公営住宅の入居者

町では、下記の公営住宅の入居者を募集します。

・応募前に見学できます。事前にご連絡ください
・単身入居も可能です
・入居には、所得制限がありますが、高齢者や障がい者、小学校就学未満の子どもがいる世帯などは所得制限が緩和されます
・家賃は所得額に応じて決定されます
・所得要件や応募方法、選考方法等詳しくは、建設水道課管理担当へお問い合わせください
☎　２２－８１２２

▶受付期間　３月２日（月）～３月６日（金）

向陽町団地（平屋建て　１棟６戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
S49	11棟１号	３DK	6,800～13,400	有	無

※向陽町団地は、浴槽・給湯器が設置されていないため、ご自分で設置いただきます

北６丁目団地（３階建て　１棟９戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
H３	B棟３－１号（３階）	３LDK	21,000～41,300	完備	レンタル

北８丁目団地（３階建て　１棟６戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
H８	C棟３－２号（３階）	３LDK	21,900～43,100	完備	レンタル

仙美里朝陽の里団地（平屋建て　１棟２戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
H15	２棟１号	２LDK	16,300～32,100	完備	レンタル

※北６丁目団地、北８丁目団地、仙美里朝陽の里団地の給湯器レンタルおよび灯油、ガスの契約は指定業者になります

栄町団地（平屋建て　１棟４戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
H21	３棟３号	１LDK	15,600～30,700	完備	レンタル
H23	７棟３号	１LDK	15,900～31,300	完備	レンタル

※栄町団地はオール電化住宅で、暖房、給湯、調理台すべてレンタル機器を使用

山手町特定公共賃貸住宅（２階建て　１棟８戸）

建設年度	棟番号	間取り	家賃(円)	浴室	給湯器
H７	１棟２号（１階）	１DK	33,500	完備	完備
H７	１棟３号（１階）	１DK	33,500	完備	完備

※山手町の住宅は、40歳未満単身者向けです

3月暮らしのカレンダー

日・曜	役場・文化・スポーツ等の行事	
1 日	**役場は休みです** （ごみ収集もお休みです） 急用は日直者が受け付けます。国保病院は、急患は受け付けます。	・**図書館休館日** ・**町民移動スキー教室** 9:30～ 糠平温泉スキー場
2 月	・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～	
3 火		
4 水	㋮**スマホ教室** 10:00～11:30 フクハラ本別店 ・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～	
5 木	・**高齢者生きがいクラブ陶芸** 10:00～ 老人福祉センター ・**太極拳講座**〔昼の部〕10:00～〔夜の部〕19:00～ 中央公民館 ・**出張！フィットネス** ①10:30～12:00 ②18:30～20:30 体力増進センター	
6 金	・**高齢者生きがいクラブ陶芸** 10:00～ 老人福祉センター ㋮**オレンジカフェ＆福祉まるごと相談** 10:30～11:45 フクハラ本別店 ・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～	
7 土	**役場は休みです** （ごみ収集もお休みです） 急用は日直者が受け付けます。国保病院は、人工透析（土曜日のみ）と急患は受け付けます。	・**少年少女文化・スポーツ奨励賞受賞式** 10:00～ 中央公民館大ホール ・**ドッジボール(子ども向け)** 14:00～ 栄町児童館
8 日		・**図書館休館日**
9 月	・**お出かけ支援センター** 9:30～11:00 勇足へき地保育所 ・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～	
10 火	・**子育てママのためのリフレッシュ講座** 10:00～11:00 子育て支援センターほんべつ ・**高齢者生きがいクラブ民謡** 10:00～ 中央公民館 ㋮**みどりの会** 10:00～12:00 フクハラ本別店	
11 水	・**運転免許更新時講習**〔一般〕10:00～〔優良〕11:30～ 中央公民館 ※事前に本別警察署窓口で更新の手続きをお願いします ㋮**まちの保健室** 10:00～11:00 フクハラ本別店 ㋮**スマホ教室** 10:00～11:30 フクハラ本別店 ・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～	
12 木	・**太極拳講座**〔昼の部〕10:00～〔夜の部〕19:00～ 中央公民館	
13 金	㋮**オレンジカフェ＆福祉まるごと相談** 10:30～11:45 フクハラ本別店 ・**老人福祉センター(旧養護老人ホーム)入浴日**〔女性〕12:00～〔男性〕14:30～ ・**マイナンバーカード手続き夜間窓口(要予約)** 19:30まで 役場１階	
14 土	**役場は休みです** （ごみ収集もお休みです） 急用は日直者が受け付けます。国保病院は、人工透析（土曜日のみ）と急患は受け付けます。	・**プラ板工作(子ども向け)** 14:00～ 栄町児童館
15 日		・**図書館休館日**

※㋮の印がある行事は、「まちなか何でも相談所＆居場所」の略です

図書館からのお知らせ

ぶっくるカフェ

営業日	4日(水)・11日(水)
時間	午前10時30分～午後３時30分

▶問い合わせ　図書館　☎　２２－５１１２

図書館からのお知らせ

本の返し忘れはありませんか

これから進学や就職、転居などの時期を迎えますが、返し忘れている本はありませんか。ぜひご確認いただき、期限が過ぎていましたら返却をお願いします。時間外や休館日等には、玄関前にある返却ポストをご利用ください。

▶問い合わせ
図書館　☎　２２－５１１２

中央公民館ロビー展

町内各団体や個人の皆さんが作品等を展示しています。

内容	出展者	期間
本別カメラクラブ写真展 写真テーマ「冬」	本別カメラクラブ	3月1日まで
蘭雪書道会 書初展	蘭雪書道会	3月3日から 3月11日まで
世界の絵・ 旅気分Ⅲ	中島 多美子	3月13日から 3月30日まで

▶開館時間　午前８時30分～午後10時
※月曜日は午後５時15分まで
▶問い合わせ　中央公民館　☎　２２－５１１１

釧路弁護士会からのお知らせ

３月の無料法律相談

開設日	13日(金)
時　間	午後１時30分～午後４時30分
ところ	アースホール２階会議室
予　約	前日までに電話による予約が必要です **※当日の受け付けはいたしません**

予約先　**釧路弁護士会帯広会館**
☎　０１５５－６６－４８７７
【予約時間】平日の午前９時から午後５時まで

▶問い合わせ　・釧路弁護士会帯広会館 ☎ 0155-66-4877
・住民課町民生活担当 ☎ ２２－８１２８

教育相談フリーダイヤル　0120-627867（むりにないやむな）
町教育委員会では、教育相談員を配置し心の悩みなどの相談に**24時間**対応しています