

みんなでまもりつづける。羊蹄山と湧き水のまち 京極



広報

きょうごく

Public information Kyogoku

9

2025
No.821





第42回きょうごく ふるさとまつり

今年も夏の風物詩として、8月14日に「きょうごくふるさとまつり」が開催されました。あいにくの天気でしたが、町内外から多くの方が訪れ、賑わいを見せたお祭りになりました。

会場では、たくさんのキッチンカーや子ども遊びコーナー、ふれあい広場をはじめとした、さまざまなブースや露店が出店され、たくさんの来場者が祭りを楽しんでいました。

ステージでは、ジャズ演奏やダンスパフォーマンス、星明さん、「かすみづき」によるスペシャルライブ、戸子台ふみやさんによる歌謡ショーや坂本冬休みさんのものまねライブショーが行われ、会場は大盛況となりました。

町民総踊りと子ども盆踊り、6年ぶりに子ども仮装盆踊りも開催され、多くの参加者で賑わいを見せていました。

たくさんの花火で夜空を彩る「大花火大会」は、多くの観客に見守られ、輝きを見せていました。花火は無事に終了し、会場は笑顔に包まれ、ふるさとまつりの幕を閉じました。

この日は、多くの人にとって忘れられない「ふるさとときょうごく」の夏の思い出となりました。





北日本図書館連盟事業功労者表彰

村山功一さんが北日本図書館連盟から令和7年度図書館事業功労者として表彰され、湧学館で伝達式が行われました。

村山さんは平成20年に京極町へ移住後、平成21年から約10年にわたって『平家物語読書会』の講師を務められたほか、京極町読書感想文コンクールの審査員、湧学館図書ボランティアとしてもご活躍され、長く京極町の読書推進等に貢献されています。

『京極読書新聞』（※現在休止中）では、当時の読書会のまとめや、その他の平家関連記事を掲載しています。湧学館ホームページにバックナンバーを掲載していますので、どうぞご覧ください。（<http://lib-kyogoku.jp>）



木育ワークショップ 「ミニブックとしおりをつくろう」

7月30日、木育マイスターの道場祥子さんを講師に、木育ワークショップ「ミニブックとしおりをつくろう」を開催しました。小学生23名の参加があり、湧学館前庭のどんぐりの葉を使ったフロッタージュ（こすり絵）を表紙にあしらった「ミニブックづくり」と「木から生まれた素材の経木しおりづくり」を楽しみました。木育マイスターとは『北海道が認定する、木育を普及させる専門家』で、当日は研修生2名の参加もあり、最後には個性豊かな作品がたくさん披露されました。



地熱開発噴気試験見学会を開催しました

8月3日、京極町では地熱調査の一環として実施された噴気試験の見学会が行われました。

今回の見学会は小学生及び地元の町内会を対象に行われたもので、地熱資源の有効活用に向けた取り組みに多くの住民が関心を寄せました。

地中から勢いよく噴き出す蒸気や試験の様子は迫力満点であり、噴気試験を通じて町の新たなエネルギー源となる可能性を体感する貴重な機会となりました。



親子都市文化交流講演会

平成28年(2016年)10月、丸亀市と本町は親子都市協定を結びました。京極家がこの地に開拓の斧を入れてから120年目のことでした。来年には同協定の締結から10年を迎えることから、交流がさらに深まるよう、歴史や文化を知ってもらう機会として、両市町がそれぞれに講師を派遣して文化交流講演会を開催しました。

7月16日、湧学館2階視聴覚室で丸亀市の村尾剛志まなび文化課長を招き、「くらしに息づく“京極・きょうごく・Kyogoku”」と題して、丸亀城をはじめ、市内には京極家の家名や家紋がつく京極大橋、京極庵、和菓子など複数が紹介され、今も丸亀では「京極」が確かな存在感をもっていると話されました。

また、講演では、うどんの食べ方などの食文化にもふれ、参加された51名の皆さんはユーモアを交えた村尾氏の話に聞き入っていました。

7月24日には、町教育委員会の横路裕ふるさと教育推進支援員が丸亀市の市民交流活動センターで「えぞ富士 羊蹄山に抱かれた 京極町 今昔物語」と題して、参加された43人の皆さんを前に京極家が北海道に農場を開設してから農場を解放するまでの経緯や三崎亀之助氏らの尽力、鉄道の敷設による京極駅の誕生、羊蹄山にまつわる山名と湧水のことなどを話してきました。

今後も、両市町の人たちがふるさとを語りつなぎ合う、文化交流事業を継続していきたいと考えています。



▲京極会場



▲丸亀会場

クリーン作戦を実施しました

8月4日にワッカタサップ川クリーン作戦を行いました。

蒸し暑い中での開催でしたが、参加者の皆さんがゴミ拾いをし、たくさんのゴミが集まりました。

綺麗な川・海を守るために、ポイ捨てはやめましょう。これからも美しいまちづくりにご協力をお願いします。



まちの事件簿

事 件

- 7月中、京極町内での事件の認知はありませんでした。

事 故（事例）

- 7月9日、京極町字川西（町道）において、車両と車両の追突人身事故が発生しました。

令和7年7月末 交通事故発生状況

	7年	6年
人身	3件	2件
物損	31件	27件
死者	0人	0人

京極町地域安全協会
倶知安警察署

一生懸命がかっていい！ スポーツ健闘の証

京極中学校 全道大会出場報告会

7月16日、京極中学校生徒が佐古岡町長を表敬訪問し、全道大会の出場を報告しました。出場する競技は、水泳、野球、陸上の3種目で、各部の代表者が決意表明を行いました。佐古岡町長より「こんなにもたくさんの方々が全道大会に出場することができ大変うれしく思う。ぜひ全道大会でも頑張ってきていただきたい」と激励の言葉がありました。

なお、後志大会の結果については次のとおりです。

○水泳

【後志大会】6月13日 寿都町

【大会結果】川本橙菜さん(3年) 50m自由形1位、100mバタフライ1位(後志新記録)

【全道大会】7月25日～ 江別市

【大会結果】予選 50m自由形22位、100mバタフライ9位

○野球

【後志大会】6月7日～8日 岩内町

【大会結果】優勝

高橋渉さん(3年)、島孝太郎さん(3年)、室井麗央さん(3年)

小野寺毅さん(2年)、吉田愛翔さん(2年)

【全道大会】7月19日～ 帯広市

【大会結果】1回戦 対 計根別・中標津中 1-2

○陸上

【後志大会】6月15日 京極町

【大会結果】米田朝陽さん(3年) 110mハードル1位(全道参加標準記録突破)

山田琉惺さん(3年) 砲丸投げ1位

【全道大会】7月21日～ 室蘭市

【大会結果】米田朝陽さん(3年) 110mハードル 準決勝15秒60

山田琉惺さん(3年) 砲丸投げ 予選10m08(自己新)



京極ふれあい交流センター「京極温泉」利用料金の改定について

京極ふれあい交流センター「京極温泉」の利用料金につきまして、燃料費をはじめとした物価高騰や人件費、老朽化した施設の修繕費が増加しており、今後も安定した温浴サービスを継続していくために、令和7年10月1日より、現行の利用料金を下記のとおり改定させていただきます。

利用者の皆さまにはご負担をおかけし大変申し訳ございませんが、今後も公共施設の適切な運営を図ってまいりますので、ご理解くださいますようお願い申し上げます。

現在の利用料金(令和7年9月30日まで)

区分	大人	小人
入館料金	600円	300円
回数券料金	6,000円	3,000円
1ヶ月券料金	6,000円	3,000円
3ヶ月券料金	14,000円	6,000円
6ヶ月券料金	24,000円	10,000円
年間券料金	42,000円	18,000円



新しい利用料金(令和7年10月1日から)

区分	大人	小人	適用
入館料金	800円	400円	
回数券料金	8,000円	4,000円	
1ヶ月券料金	廃止	廃止	
3ヶ月券料金	廃止	廃止	
6ヶ月券料金(町内)	28,000円	12,000円	京極町内に住所を有する方
6ヶ月券料金(町内高齢者)	20,000円		京極町内に住所を有する満70歳以上の方
6ヶ月券料金(町外)	36,000円	14,000円	
年間券料金(町内)	52,000円	22,000円	京極町内に住所を有する方
年間券料金(町内高齢者)	32,000円		京極町内に住所を有する満70歳以上の方
年間券料金(町外)	60,000円	26,000円	

町民ポイントカードの導入について

利用料金の値上げに伴い、京極町民限定のスタンプカードを作成する予定です。
(スタンプが3つたまると入浴料が1回無料)

- ・お問い合わせ先 京極温泉(電話:0136-42-2120)
京極町役場企画振興課(電話:0136-42-2111)

参議院議員通常選挙結果 (令和7年7月20日執行)

◎参議院議員通常選挙(在外含む)

有権者数	投票者数(選挙区)	投票者数(比例)	投票率(選挙区)	投票率(比例)
2,293人	1,666人	1,664人(※)	72.66%	72.57%

◎選挙区選出議員選挙

(※2人棄権)

候補者氏名	党派	得票数
高橋 はるみ	自由民主党	433
田中 よしひと	参政党	205
小野寺 まさる	日本保守党	35
後藤 朋子	NHK党	4
宮内 しおり	日本共産党	34
岩本 剛人	自由民主党	383
稲原 むねよし	チームみらい	7
鈴木 まさき	国民民主党	123
勝部 けんじ	立憲民主党	286
オカダ 美輪子	日本維新の会	35
高杉 やすじ	日本改革党	6
のむらパターソン 和孝	れいわ新選組	59
有効投票数		1,610
無効投票数		56
投票者数		1,666

◎比例代表選出議員選挙

政党等の名称	得票総数 〔ア + イ〕	政党等の得票総数 〔ア〕	名簿登載者の得票総数 〔イ〕
日本共産党	32.000	28.000	4.000
日本維新の会	43.000	40.000	3.000
無所属連合	7.000	6.000	1.000
日本保守党	37.000	25.000	12.000
立憲民主党	272.000	177.073	95.000
参政党	145.000	138.000	7.000
国民民主党	129.926	115.926	14.000
チームみらい	16.000	16.000	2.000
日本誠真会	2.000	2.000	1.000
社会民主党	13.000	13.000	1.000
れいわ新選組	97.000	97.000	4.000
日本改革党	1.000	1.000	0.000
自由民主党	626.000	354.000	272.000
再生の道	6.000	4.000	2.000
公明党	156.000	98.000	58.000
NHK党	7.000	4.000	3.000
合計	1589.999	1110.999	479.000
あん分の際切り捨てた票	0.001		
いずれの政党等・名簿登載者にも属しない票数	1		
有効投票数	1,591		
無効投票数	73		
投票者数	1,664		

粗大ごみの出し方について

●粗大ごみの収集方法について

- ・可燃ごみ、不燃ごみの袋の口をしばって出すことができないごみについては粗大ごみとして処理を行っていますので、役場までお申し込みください。
- ・収集日は毎月／第２・第４木曜日となります。



●申し込みの流れ

- ①役場住民福祉課窓口又は、電話・FAXで申し込みをして下さい。

(収集日の2日前の午前中まで)にお願いします。

※役場（TEL）0136-42-2111 （FAX）0136-42-3155



- ②役場から収集日と収集手数料をお知らせします。

※窓口またはFAX・郵送にて、粗大ごみ引取申込書の控えを渡します。



- ③ごみ処理券を販売店で購入して下さい。

※100円券・500円券・1000円券の3種類があります。

粗大ごみ処理券販売店	
・Aマート京極店	・ヤマトモリ
・ミートショップあんぼ	・ローソン京極店
・室井米穀店	



- ④手数料分のごみ処理券すべてに必ず氏名を記入し、見やすいところに貼り付けてください。（水にぬれるとごみ処理券がはがれ収集されないことがあるので、はがれないように気をつけてください。）



- ⑤収集日の朝 8時30分までに玄関先（1階）に出して下さい。

●注意点

- ・粗大ごみは1品目500円～1300円となります。
（例：タンス→上下2つに分かれるものは2品目分の料金がかかります。）
- ・布団は2枚までならヒモなどでまとめれば、1枚分の料金となります。

〈お問合せ先〉 京極町役場住民福祉課環境衛生係 TEL：0136-42-2111 内線32

令和6年12月1日までに発行された国民健康保険者証の有効期限は、

令和7年7月31日に満了となっています。

そのため、令和7年7月下旬に資格確認書あるいは、資格情報のお知らせを郵送にて交付させていただきます。

被保険者証の有効期限が切れたあとは、マイナ保険証か、送付済みの資格確認書を医療機関・薬局にて使用してください。

従来の健康保険証は新たに発行されなくなり、マイナ保険証を基本とするしくみに移行されています。

マイナ保険証の利用をご希望の方

利用登録済み
の場合 ▶

そのまま医療機関等でご利用ください。

未登録の場合 ▶

医療機関等にある顔認証付きカードリーダーやマイナポータル等で登録できます。

マイナ保険証をお持ちでない方

お手元の被保険者証・資格確認書の有効期限が切れる前に、新しい資格確認書を郵送にて交付しています。

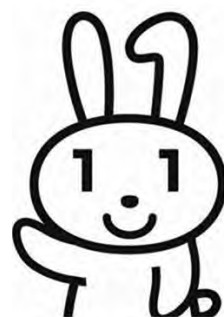
マイナ保険証の利用が困難な方

ご高齢の方や障がいをお持ちの方、マイナンバーカードを紛失・更新中などによりマイナ保険証での受診が困難な方は、お住まいの町村の国民健康保険担当窓口に申請することで、資格確認書の交付を受けることができます。

◎マイナ保険証のメリット



- ①過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- ②突然の手術・入院でも自己負担限度額を超える支払いが免除される
- ③引越しや就職・転職後も、引き続き健康保険証として利用できる
- ※加入する健康保険が変更となる場合、加入・脱退の手続きが必要
- ④マイナポータルで確定申告時に医療費控除が簡単にできる



※ご不明な点につきましては、京極町役場住民福祉課保険医療係 もしくは
後志広域連合国民健康保険課までお問い合わせください。

京極町役場住民福祉課保険医療係
TEL：0136-42-2111

後志広域連合国民健康保険課国保係
TEL：0136-55-8012

後期高齢者医療制度のお知らせ

資格確認書（被保険者証）の一斉更新について

■ 新しい資格確認書を交付しています。（緑色）

有効期限が令和7年7月31日の保険証および資格確認書は、8月以降は使用できません。

つきましては、7月中に新しい資格確認書を郵送しておりますので、お手元に届きましたら、8月以降は新しい資格確認書をご使用くださいますようお願いいたします。

○新しい資格確認書の有効期限は、令和8年7月31日です。

○紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、

京極町役場住民福祉課保険医療係までお申し出ください。

新しい資格確認書は「緑色」です

後期高齢者医療資格確認書	
有効期限	〇〇年 7月31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
交付取得年月日	平成20年 4月 1日
負担割合	1割
発効期日	平成20年 4月 1日
限度区分	
発効期日	
長期入院該当日	
特定疾病区分	
発効期日	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 公印 (朱)

■ 減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）、限度証（限度額適用認定証）は7月31日以降、使用できなくなります。

現在ご使用中の橙色の「減額認定証」および「限度額適用認定証」は、令和7年7月31日をもって有効期限が満了となります。

そのため、令和7年8月1日以降はご使用いただけませんのでご注意ください。

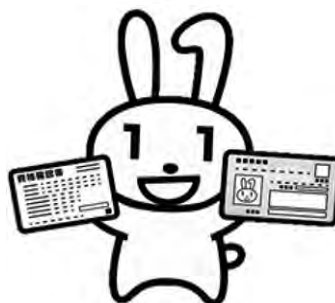
なお、「減額認定証」および「限度額適用認定証」につきましては、令和6年12月2日をもって新規発行が終了しております。

現在は、申請により「資格確認書」へ限度区分を記載する形に変更されていますので、記載が必要な方は、役場住民福祉課で申請をする必要があります。

（マイナ保険証で受診される方は、限度額区分の申請は不要です）

後期高齢者医療資格確認書	
有効期限	〇〇年 7月31日
交付年月日	〇〇年 8月 1日
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎
性別	男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
交付取得年月日	平成20年 4月 1日
負担割合	1割
発効期日	平成20年 4月 1日
限度区分	
発効期日	
長期入院該当日	
特定疾病区分	
発効期日	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39011000 公印 (朱)

限度区分の記載が必要な方は役場での申請が必要です！
（マイナ保険証で受診される場合は申請不要です！）



お問い合わせ先

京極町役場住民福祉課保険医療係
【住所】〒044-0101
北海道虻田郡京極町
字京極527番地
【電話】0136-42-2111

北海道後期高齢者医療広域連合
【住所】〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目
国保会館6階
【電話】011-290-5601

今月の生涯学習情報

生涯学習センター・湧学館 電話 42-2700・公民館 電話 42-2203・総合体育館 電話 42-2075

9月のカレンダー【図書利用時間10:00～18:00】

日	月	火	水	木	金	土
8/31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	10/1	10/2	10/3	10/4

■ 図書休館日 ○ イベント開催日


お子様対象
おはなし会
 9月20日(土)11:00～
 場所: 幼児室(図書室内) 申込不要
 お時間は10分～20分程の予定です

ブックスタートプラス対象の方は
 9月13日(土)までに
 お申し込みください




ボランティアスタッフ 募集しています

湧学館図書室では一緒に図書室を盛り上げてくださるボランティアの方を随時募集中です!

ボランティア活動内容

- ◆ 館内の装飾小物などの作製
手芸や工作が好きな方はぜひ!
- ◆ イベント運営のお手伝い
(夏休み、冬休み、湧学館まつりなど)
- ◆ おはなし会で絵本・紙芝居の読み聞かせ
- ◆ 本のPOP作り、本棚の整理などの他にも、ご希望に合わせた活動ができます

得意なこと、できることを湧学館で
活かしてみませんか?
お気軽にご参加ください♪



最新の情報はHPをチェック
<http://lib-kyogoku.jp>
 TEL: (0136)-42-2700



9月の展示

レシピ本だけじゃない! 〇〇×食 特集



[世界を変えた
6つの飲み物]
トム・スタン
デージ/著



[院長が教える一
生登れる体をつ
くる食事術]
齋藤 繁/著



[わたしは食べ
るのが下手]
天川 栄人/作



[食べるスポー
ツ フードファ
イターの挑戦]
小林 尊/作

9/15(月)は

敬老の日

図書室では、ご年配の方にも楽しんでいただけるような本を揃えています。

「大活字本」…大きな文字で読みやすい
「録音図書」…プロによる朗読をCDで楽しめる

老眼鏡や杖立てのご用意もありますので、
どうぞご利用ください。

《 新着本のご案内 》



〔「恥をかくのが怖い」から開放される本〕
イルセ・サン／著



〔枝元なほみのめし炊き日記〕
枝元なほみ／著



〔酪農かあさんが教える台所チーズ〕
スローライフミルク研究会／編



〔35年目のラブレター〕
小倉 孝保／著



〔28メートル先のキミへ〕
佑佳／著



〔明智恭介の奔走〕
今村 昌弘／著



〔骨と作家たち〕
キャロル・グッドマン／著



〔税金で買った本15〕
ずいの／著



〔おとうとのねじまきパン〕
高橋うらら／著



〔366日じてん〕
平野恵理子／作



〔さわったのいいレリーフブック、おかしのどうぶつえん〕
村山 純子／著



〔ピースケのいえで〕
たかどのほうこ／作

PICK UP

夏休みやお盆に飛行機で出かけた人や、空港に迎えや見送りに行った人、空港マニアや飛行機マニアの方必見の一冊です。

全国飛行機めぐり 監修／チャーリー古庄



空港だけでなく様々なジャンルの飛行機が楽しめるスポットを紹介。飛行機についての展示内容やイベントの様子を写真付きで紹介。飛行機を撮影するおすすめの場所や撮影方法を掲載。



新着本



人気本

- ◎ 最新の新着本や、人気の本は〔左のQRコード〕または〔湧学館ホームページ〕からご覧ください。
- ◎ 読みたい本のリクエストを受け付けています！
ご用意出来次第、電話やメールでご連絡いたします。



湧学館図書室で漫画を読もう！！

実は湧学館図書室にはコミックがたくさん置かれていることを知っていましたか？湧学館図書室には、コミックを集めたコーナーや、寄贈していただいたコミック本を、館内で自由にみていただけるように集めたコーナーがあります。

また、湧学館には漫画雑誌の「ジャンプ」と「りぼん」があるのも特徴ですね。京極町は、りぼんで連載していた漫画家の香村陽子さんの出身の町でもあり、「りぼん」とは縁があるんですよ。

普段なかなか本を手にとらない方でも、もしかしたらコミックは気軽に読めるかもしれないですね。お仕事漫画や、ゴールデンカムイ、最近話題の「君と宇宙を歩くために」のほか、様々なジャンルを揃えていますよ。ぜひコミックコーナーにお立ち寄りください。



〔コミックコーナー〕



〔まんがコーナー
(館内利用)〕

まんがコーナーには『薬屋のひとりごと』もありますよ♪

大切なところと命を守りましょう！

こんにちは 保健師です



日本では、年間およそ2万人の方が自ら命を絶っています。
誰もが悩みや苦しみを抱えることがあります。孤立し、助けを求められないときに、その思いが深刻になってしまふことがあります。
でも、「ひとりじゃない」という実感があるだけで、「話してもいい」という安心があるだけで、その命が守られることがあります。大切なところと命を守るためにできることを考えてみましょう。

自殺の現状

令和6年、日本では20,320人が自殺で亡くなりました。
北海道では1年で976人、1日にすると2～3人の命が失われていることとなります。

「9月10日～9月16日」は自殺予防週間です

自殺予防基本法に基づき、国では9月10日の「世界自殺予防デー」から始まる1週間を「自殺予防週間」と定め、自殺のない社会を目指して自殺予防の普及啓発を推進しています。
また、町では、今年3月に「京極町自殺予防対策計画」を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない町づくりを目指していきます。

こんなとき、ひとりで抱え込まないで

- ・人間関係や仕事がかたくな
- ・経済的に不安がある
- ・病気や障がいでの苦しんでいる
- ・家族のことで悩んでいる
- ・「消えてしまいたい」と思うことがある



悩みは人それぞれ。
どんな小さなことでも、
話してみることで心が軽くなる
かもしれません。

大切な人の変化に気付いたら・・・

周りの人の変化に気づいたら、そっと声をかけてください。

「どうしたの？」

「元気がないけど、大丈夫？」

その一言が、救いになることがあります。



私たちにできること

「話しやすい雰囲気」をつくる

相手の気持ちを否定せずに受け止める

心配していることを伝える

専門機関につなげる

自殺予防は「支援」だけでなく
「理解」から始まります。

相談窓口があります 悩んでいるあなたへ、気づいたあなたへ

＜電話相談＞

(<https://www.mhlw.go.jp/mamoruyokokoro/>)

名称	連絡先	時間
役場健康推進課	0136-42-2111	平日8：45～17：30
倶知安保健所	0136-23-1957	平日8：45～17：30
北海道いのちの電話	011-231-4343	24時間
いのちの電話	0120-783-556 (通話無料)	毎日16：00～21：00 毎月10日：8：00～翌8：00
よりそいホットライン	0120-279-338 (通話無料)	24時間



＜SNS相談＞

名称	連絡先	利用方法
北海道こころの健康SNS相談窓口		QRコードを読み取り、LINE公式アカウント『北海道こころの健康SNS相談窓口』を友だち登録してご利用ください
特定非営利活動法人 あなたのいばしょ		24時間365日、年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できるチャット相談窓口です。
チャイルドライン チャット相談		18歳までの子ども専用。チャットによるオンライン相談です。 月 土曜日：16時～21時

上記へのご質問・お問合せは 健康推進課保健師 電話：42-2111 e-mail：kenko@town-kyogoku.jpへ

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠」



栄養管理栄養士

毎年9月1日から30日は「健康増進普及月間」です。今年のテーマは「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠」で、生活習慣病や運動・食事・禁煙などについての理解、実践、啓発活動を全国的に実施しています。

食事や運動、たばこなどの生活習慣を改善することは、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病の発症や進行の予防につながります。自分の生活習慣を見直し、周りの人も誘って、健康づくりに取り組んでみませんか。

適度な運動

適度な運動



毎日プラス10分の
身体活動

座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように、今より10分多くからだを動かすようにしましょう。10分歩くと約1,000歩の歩数となります。

【例えば…】

- ・毎朝ラジオ体操をする
- ・通勤や買い物に歩く
- ・テレビを見ながら筋トレやストレッチを行う

適切な食生活

適切な食生活



食事をおいしく、
バランスよく

食事バランスを整えることは健康の第一歩です。

コンビニや総菜、レトルト食品、冷凍野菜、野菜ジュース等も上手に取り入れながら、主食（ごはん・パン・麺類）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品）、副菜（野菜・きのこ・海藻類）をそろえましょう。

禁煙

禁煙



たばこの煙を
なくす

喫煙者が禁煙に取り組むことも大切ですが、周りの人の健康を守るため職場内、家庭内の受動喫煙への対策を進めることも重要です。

【例えば…】

- ・喫煙所を設置する
- ・屋外か、換気扇や空気清浄機の近くで喫煙する
- ・喫煙後は換気する

良質な睡眠

良質な睡眠



睡眠の量と質を
確保しよう

心身の健康のために、個人差も踏まえて質・量ともに十分な睡眠をとりましょう。

睡眠の不調や、睡眠休養感の低下を感じるときは病気が潜んでいることもあるので、専門家や周りの人に相談することも大切です。

健診・検診

健診・検診



定期的に
自分を知る

将来の病気につながるリスクや病気を早期に発見し、対処していくためには、無症状のうちから定期的に自分の体の状態を知っておくことが重要です。

町では、11月7日(金)～8日(土)にミニドック検診、11月8日(土)に子宮頸がん・乳がん検診を予定しています。

女性の健康

女性の健康



ライフステージ
ごとの
健康課題を知ろう

女性は、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特徴があります。若年期のやせや妊娠、出産、更年期障害、高齢期の骨粗しょう症など、人生の各段階における健康課題に関する知識を身につけましょう。

おはよう

子育て支援センター情報



京極町子育て支援センター TEL42-3000
開園時間 月～金曜日 9:00～11:30
15:00～16:30
閉園日 土・日曜日と祝日



◇支援センターの様子◇



7・8月は暑い日が続いていましたが、支援センターにはたくさんのお友だちが遊びに来ています！！
いつも楽しそうな笑顔と笑い声に包まれていますよ。

まだ、遊びに来たことのないお友だちも、是非一度、子育て支援センターへ遊びに来て下さい♪



◇母親エアロビ教室◇



7月初め、「母親エアロビ教室」を開催しました。普段、子育てやお仕事を頑張っている、3～5歳児のお子さんがいるお母さんを対象に実施しました。参加した方は、いい汗をかって健康的にリフレッシュされていました♪



9月の子育て支援センターカレンダー

ベビービクス教室 …9月19日(金)10:00～ (対象：4か月～0歳児のお子さんとその保護者)

親子ビクス教室 …9月24日(水)15:30～ (対象：4・5歳児のお子さんとその保護者)

※各種ビクスにつきましては、10月に入ってから、4・5歳児対象に1回、2・3歳児対象に2回、1歳児を対象に2回、ベビービクスを1回実施予定となっています。

※子育て支援センターを利用されている方、及び保育園を利用されている方に
つきましては、時期が来ましたら子育て支援センターより案内を送付します。
それ以外で興味のある方がいらっしゃいましたら
子育て支援センター（42-3000）までお問い合わせください。



難病のことを一緒に考えてみませんか？

発病の原因がはっきり分からなかったり、効果的な薬が見つからない病気があり、治療は長くなる傾向があります。病名は348種類あり、医師から特定疾患（指定難病）と診断を受けて一定程度以上の症状がある場合、難病法による医療費助成の対象となります。また、介護保険施行令で決められた16種類の特定疾病になると、65歳以上の方が対象となる介護保険の利用が40歳以下でも可能となります。（※判断は医師が行います。）だれでもかかる可能性があり、病気になってしまったことで外出をひかえたり、これまでの人付き合いが途絶えて孤立しがちです。特定疾患（指定難病）があっても療養しながら安心して暮らせる京極町を目指して「難病の会」を開催します。まずは町内に住む神経難病（原因不明の脳や神経に影響を与える病気）のご本人とご家族で集まり、日頃の悩みや生活の工夫などをお話してみませんか？

「京極町難病の会」（仮名称）

対象：神経難病（パーキンソン病、多発性硬化症、筋委縮性側索硬化症、脊髄小脳変性症など）をもつ方とご家族

日時：9月24日（水） 14：00～15：30

場所：京極町福祉センター 研修室

内容：茶話会・運動ほか

参加費：無料

お申し込み ☎ 0136-55-8615 ※締切 9/5（金）まで
当日送迎が必要な方はお申し出下さい。



【日本人に多い難病 パーキンソン病の特徴】

- ・手足のふるえ
- ・動作が遅くなる
- ・姿勢を保ち難く、転びやすくなる
- ・時間や場所によってできることに差がある

気になる症状があれば一人で悩まず、早めに医療機関や家族、友人など、周囲の人に相談しましょう。 （北海道難病センター：011-522-6287）

ご相談は下記の電話か、相談専用メールでお願いします。

地域包括支援センターだより

電話／0136-55-8615（月～金8:45～17:30・24時間相談対応）
相談専用メール／soudan65@kyougoku-shakyo.or.jp





救急の日

9月9日は救急の日です。

救急の日とは、救急業務や救急医療などの知識や理解を深めてもらうことを目的に、昭和57年に定められています。

救急車の平均到着時間は約9分といわれています。もし、あなたの目の前で大切な人が倒れていたらどのように対応しますか？

救急車が到着するまでの間、感染防止対策をしっかりと行い、応急手当を行う必要がありますので、この機会に確認しておきましょう。

《感染防止対策と応急手当》

◇マスクの着用！

マスクを着用しましょう。

◇顔があまり近づきすぎないように！

意識や呼吸の確認を行います。そのときに、倒れている人の顔にあまり近づきすぎないようにしましょう。



倒れているのが・・・



成人の場合

人工呼吸は行わない！

胸骨圧迫のみ実施してください。胸骨圧迫はこれまでと同じく1分間に100回から120回のペースで行ってください。



子供の場合

胸骨圧迫&人工呼吸！

講習などを受けていて人工呼吸を行う意思のある方は、胸骨圧迫と組み合わせて行ってください。

感染の危険があれば胸骨圧迫のみを行います。



消防への通報・連絡は下記まで
火事・救急・救助 (指令センター) 局番なし119番
災害案内専用電話 (自動音声) 22-6655番
その他お問い合わせ (消防署京極支署) 42-2303番
羊蹄山ろく消防組合ホームページ
<https://www.yotei-fd.jp/> (羊蹄山ろく消防組合)





のはなし

9月30日（火）は
「固定資産税」 第3期の納期限です！
～納期内納税を守りましょう～

税金は行政サービスを行うための大切な財源です

～税の公平性を保つために～



福祉や教育、除雪、道路の整備など、暮らしを支えるさまざまな公共サービスはみなさんが納めた税金で成り立っています。

税金は所得や資産などの状況に応じて計算され、ほとんどの人が納期限までに納めています。

きちんと納税している人との公平さを保つためにも、納期限までに完納せず、督促状が届いても滞納の状況が続く、理由もなく納税相談に応じない方には、給与や財産（預貯金、生命保険、不動産など）の差し押さえなど、厳しい処分を行うことになります。

納期限を過ぎる
(延滞金発生)



督促状を送る



財産調査



搜索
差押



公売
換価

9・10月は、秋の「滞納整理強化月間」です！

京極町は、9・10月を秋の「滞納整理強化月間」とし、町税の滞納整理に積極的に取り組みます。

税の公平性を保ち、町民の皆さんが平等により良いサービスを受けるためにも、納期内納税の徹底を推進していきます。

9月下旬頃に、令和7年度課税分の下記の税金について、納期到来済みの税金の納付がまだお済みでない方に対し、『未納通知書』を送付させていただきます。

- ・「町道民税（普通徴収）」
- ・「固定資産税」
- ・「国民健康保険税」
- ・「軽自動車税」

令和7年10月1日

京極町長 佐々木 秀 様

未 納 通 知 書

あなたの町税が下記のとおり未納となっておりますので、未納分を納付期限内に納付していただきますようお願いいたします。

なお、納付できない理由がある場合は税務課まで連絡願います。ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

また、本状と行き違いで納付されていた場合はご了承ください。

1. 未納税額等の状況（令和7年10月1日現在）

単位	税 目	種別	税 額	滞 在 手数料	計
7	町 道 民 税	1期	28,000円		28,000円
7	町 道 民 税	2期	27,800円		27,800円
7	固 定 資 産 税	1期	27,800円		27,800円
7	固 定 資 産 税	2期	27,800円		27,800円
7	軽 自 動 車 税	1期	10,800円		10,800円
7	国民健康保険税	1期	43,500円		43,500円
7	国民健康保険税	2期	43,500円		43,500円
	合 計		209,200円		209,200円

2. 納入の方法について

下記の期限までに何日の納付期により、所定の金融機関又はコンビニエンスストアで納付してください。

※期限までに納付できず滞り続く場合、国税徴収法及び地方税法による滞納処分をすることとなります。

3. 納付期限

令和7年10月1日 まで

連絡先 〒644-0101
京極町 山部京極町字山部27番地
京極町税務課
TEL 0136-42-2111（内線33・38）
FAX 0136-42-3155

納税が困難な場合は税務課にご相談を！

失業や災害といった特別な理由により税金を納められない方については、それぞれの事情により納税相談を受け付ける場合があります。どうしても納税が困難なときは、必ず納期限を過ぎる前に税務課にご相談ください。

そのほか、町の税金について知りたいことやわからないことがある方のご相談も受け付けていますので、税務課までお問い合わせください。



納期限までに納付が確認できない場合は、給与や預金等の財産の差押等の滞納処分を執行します。

<お問い合わせ先> 役場税務課 TEL：42-2111 内線34～36

地域おこし協力隊 活動報告 | 2025年8月

■活動内容

且見祐介 隊員

・「しゃっこいまつり」の準備と当日の運営

京極町の夏の一大イベント「しゃっこいまつり」の準備と当日の運営に携わらせていただきました。

まつり当日は天候にも恵まれ、夏空の下、たくさんの方々が会場に足を運んでくださいました。

個人的には、昨年に比べてさらに多くの来場者がいらっしやったように感じ、町外からも多くの方が遊びに来ていたのではないかと思います。



↑ラリー車

・ARKラリー・カムイ2025の撮影

7月6日には、「ARKラリー・カムイ2025」が京極町でも開催されました。今回、町内の林道が初めてラリーのコースとして使用されるという貴重な機会で、関係者として撮影させていただきました。

間近で迫力のある走行シーンをカメラに収め、SNSでも公開。多くの方に京極町の新たな一面を知っていただけたのではないかと思います。

今後は観戦スポットの整備なども検討されており、ラリーが新たな観光資源として定着していくことに期待しています！



↑レースの映像はこちら

且見絵理 隊員

・ジュニアスポーツ教室開催

2回目のジュニアスポーツ教室は、暑さに負けず子どもたちは元気いっぱい！「もっと体を動かしたい！」という声に応え、今回も走ったり跳んだりの動きをたくさん取り入れました。

遊びの中で自然と体の使い方を学べる時間になれば嬉しいです。

・シャキッと会

8月よりシャキッと会でのヨガDayを再開いたします。皆さまにお会いできるのを楽しみにしています。



KYOGOKU_KURASHI

↑インスタグラム
アカウント名

【共通活動のご報告】

- ・地域おこし協力隊Instagramアカウントの運用
- ・動画撮影、編集スキルアップのためのオンラインスクール受講
- ・民泊運営について勉強中
- ・キャンプ場の土地探し&空き家探し継続中

田久保佳志 隊員

- ・ 管理作業（草抜き、草刈り）
- ・ きぬさや収穫
- ・ スナッフエンドウ収穫
- ・ 小麦刈り作業 ・ 大型特殊免許入校

7月も引き続き、畑の管理作業がメインでした。暑さの戦いで気が遠くなりそうですが、野菜の生育をよくする為に大事な作業で作物がすくすく育っていくのを見ると、立派に育っていると実感でき、やりがいを感じます。

また、しゃっこいまつりのイベントスタッフとして参加、青年部を通じて、普段関わることがない方々と交流をし、農業の知識を深めることができました。

今後とも日々の活動を精一杯尽力いたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。



↑ビート畑草抜き



↑小麦刈り作業風景

高橋哲也 隊員

◆畑作業は「管理」がメインに

7月に入り、畑では「管理作業」が中心となりました。収穫前の防除（農薬散布）や肥料散布、雑草の除去など、作物の生育を整えるための大切な手入れに取り組んでいます。

◆草取りは体力勝負

ニンジン畑など減薬の圃場は雑草の量が多く、炎天下でのしゃがみ作業が続きました。体力的には厳しい場面もありましたが、先輩農家さんが颯爽と作業をこなす姿に刺激を受け、「農業の基本はまさにここにある」と実感しています。

雑草の中には、「愚か麦」や「野良芋」といった、本来は作物であっても生える場所によっては雑草と見なされてしまうものもあります。その存在に少し切なさを感じると同時に、私自身も“愚か者”とならぬよう、誠実な姿勢を大切にしようと感じました。

また、私の未経験故の的外れな質問をしてしまうこともありますが、そのたびに丁寧に教えてくださる農家さんやお手伝いの皆さんの存在には、本当に感謝しています。

◆資格を一気に取得！

比較的作業に余裕のあるこの時期を活用し、大型特殊免許・フォークリフト・車両系建設機械の3つの資格を集中して取得しました。今後の実践でもしっかり活かせるように努めてまいります。

◆収穫期に向けて

来月からはいよいよ収穫期の本格始動です。忙しくなるとは思いますが、収穫の喜びを間近で感じられることに感謝しながら、一つひとつの経験を学びに変えていきたいと思っています。



↑ビート畑に可愛い花を咲かせた『野良芋』イモ。



国民年金保険料は納付期限までに納めましょう。

住民福祉課

令和7年4月分から令和8年3月分までの国民年金保険料は、月額17,510円で、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、国民年金保険料を納期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内をおこなっております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課せられるだけではなく、納付義務のある方の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、免除される制度や猶予される制度がありますので、役場住民福祉課または小樽年金事務所国民年金課へご相談するようお願いいたします。

国民年金保険料免除等の申請について

住民福祉課

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、役場住民福祉課または小樽年金事務所国民年金課で手続きをしてください。

令和7年度の免除等の受付は令和7年7月1日から開始され、令和7年7月分から令和8年6月分までの期間を対象として審査をおこないます。

また、2年1ヶ月前の月分まで遡及して免除申請をすることができます。失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間を

有している方は、一度ご相談ください。

くわしくは、

役場住民福祉課または、

小樽年金事務所国民年金課

TEL 0134 (33) 5026

までお問い合わせください。

9月の小樽年金事務所出張相談日

住民福祉課

●開設日時

9月17日（水）

午後1時00分～午後5時00分

●開設場所

後志労働福祉センター

（倶知安町南1条東1丁目）

●予約申込受付

小樽年金事務所お客様相談室

TEL 0134 (33) 5026

午前8時30分～午後5時00分

（土・日・祝日を除く）

・ご予約を受付の際には、相談者及び配偶者氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容について確認させていただきます。

農業委員会からのお知らせ

農業委員会

農業委員会の総会は、毎月第4木曜日開会予定となります。

・9月の予定日時

日時 9月25日（木）午後1時30分

（農繁期等により日時変更を行うことがあります。）

総会案件については、開会日時の2週間前までに地区担当委員に申し出てください。

地域公開講座のご案内

倶知安厚生病院

「認知症を改めて学び、ともに生きる」と題しお話しします。

講師：精神神経科 高田 佳 医師

開催日時：令和7年10月10日（金）

14時～15時30分

場所：ニセコ羊蹄広域倶知安厚生病院

院生活療養センター

申し込みは不要です

お問い合わせ：

ニセコ羊蹄広域 倶知安厚生病院

地域医療連携室

TEL 0136 (23) 2185

担当：安藤

民生委員児童委員の訪問活動について

住民福祉課

日頃より、民生委員児童委員協議会の活動にご理解ご協力いただき、ありがとうございます。

このたび、当協議会の見守り事業として、町内に在住する80歳以上（4月1日時点）の方がいるお宅へ、次のとおり訪問活動を実施しています。

期 間 令和7年7月から令和8年3月にかけて随時訪問

内 容 地域の見守り役として、期間内に民生委員児童委員が訪問させていただきますので、ご自身のことや近所のことなどで何かお困りのことがあればご相談ください。

お問い合わせ先
住民福祉課社会福祉係

令和7年度採用の自衛官

募集種目		受験資格	受付期間	試験期日（予定）
一般曹候補生 （第3回）	男子	採用予定月の1日現在 18歳以上33歳未満の者	9月16日（火） ～ 11月21日（金）	1次試験 11月29日（土）～12月4日（木） ※いずれか1日を指定されます 2次試験 令和8年1月6日（火）～1月13日（火） ※いずれか1日指定されます
	女子			
自衛官候補生 （第4回）	男子		10月14日（火） ～ 11月6日（木）	11月16日（日）、17日（月） ※いずれか1日指定されます
	女子			
高等工科学学校生徒		令和8年4月1日現在 15歳以上17歳未満の男子	令和7年10月1日（水） ～ 令和8年1月15日（木）	1次試験 令和8年1月24日（土）、25日（日） ※いずれか1日を指定されます 2次試験 令和8年2月12日（木）～1月15日（日） ※いずれか1日指定されます

※状況により試験日の変更の可能性があります。

詳しいお問合せは

倶知安地域事務所：倶知安町南3条東1丁目 電話 0136-23-3540

役場担当窓口：京極町役場 総務課

自衛官募集相談員：村上 敦 電話 0136-42-2543

町長の
まどちのつぶやき

7月

1日 HBCラジオ生出演
2日 羊蹄山麓健康づくり協議会総会
3日 保護司会京極分区総会
4日 第2期種子馬鈴薯検査官検査
5日 第75回「社会を明るくする運動」地区
6日 内啓発行
7日 2025ARKラリー・カムイ開会式
8日 リーステージ
9日 倶知安厚生病院第2期整備推進協議会
10日 令和7年度羊蹄二セコ自転車走行
11日 協議会総会
12日 若手市町村長勉強会
13日 公的精神病院等運営費補助金継続に
14日 関する要請活動
15日 2025年北海道市町村長交流
16日 セミナー
17日 第36回名水の里きょうくしゃつこい
18日 まつり
19日 大阪・関西万博（NTTコミュニケーション
20日 ショーンズ次世代通信基盤）視察
21日 夏の交通安全旗の波運動
22日 北海道トライアスロン実行委員会
23日 中学生全道大会出場表敬問
24日 親子都市文化交流講演会
25日 令和3期種子馬鈴薯検査官検査
26日 令和7年度京極町スポーツ協会総会
27日 ニセコ羊蹄エリアビューポイント
28日 パーキングの合同草刈・清掃
29日 京極北部地域熱資源ポテンシャル
30日 調査噴気試験視察
31日 少女広島視察研修事前打合せ会議
入札 北海道開発予算要請活動
第30回 羊蹄山ろく連合消防演習
第8回 蘭越せせらぎまつり
市町村長特別セミナー

* 人口や世帯の動き *

おくりやみ申し上げます

氏名	年齢	死亡日	氏名	年齢	死亡日
山本 邦恵さん (慶和園)	88歳	7月6日	宮内 希代古さん (本通り)	93歳	7月9日
西岡 良雄さん (東団地)	86歳	7月19日	奥野 勝幸さん (本通り)	80歳	7月25日



人のうごき



令和7年7月末現在
()は前月との比較

●人口	●男性	●女性	●世帯数
2,758人 (+19)	1,330人 (-5)	1,428人 (+24)	1,463戸 (+22)

「京極町内の空き家・空き地」情報をお寄せ下さい！

- 住宅管理にお困りの方
空き家をどなたかに「売りたい」「貸したい」とお考えの家主の方はお気軽にご相談ください。
- 空き地(宅地)の情報について
移住・定住の情報源としての、空き地(宅地)情報の整備も行います。
町が直接の仲介はできませんが、希望者に対しての情報提供を行わせていただきます。
- しりべし空き家BANKとは？
「しりべし 空き家 BANK」は、北海道、市町村と建築や不動産の専門家が連携し、空き家を「売りたい」「貸したい」方のお手伝いをする組織で、事務局は後志総合振興局建設指導課にあり京極町も登録しています。
- 登録方法
企画振興課窓口もしくはWebにて申し込み後に、空き家バンクの担当
宅建業者と建築士が現地調査を行い物件を登録します。
- 登録条件
居住可能(改修要状態を含む)であり、登録者が不動産売買や賃貸業を
営んでいないこと。
- ◎ご相談、お問い合わせについて
下記連絡先までご連絡をお願いいたします。
京極町企画振興課地域振興係 … 0136-42-2111



編集 後記

今月号の表紙は、ふるさとまつりの写真です。今年は町民総踊り、子ども盆踊り、6年ぶりに子ども仮装盆踊りが行われ、大変賑わいを見せていました。
9月に入っても、まだ暑い日が続くと思いますが、水分補給など引き続き熱中症等には十分に注意して日々を過ごしてください。

情報発信はこちらから

京極町公式アプリ App Store



Google Play



京極町ホームページ

