



お知らせ『りしり富士』

新型コロナウイルス感染症対策～令和5年5月8日から何が変わるの？

新型コロナウイルス対策本部

～コロナ陽性になった場合～

① 外出等の行動制限がなくなります

- 症状が落ち着くまで外出等は必要最低限とし自宅等で安静にすることをお勧めします。
- 出勤などについては、それぞれの職場などにご確認ください。
- 同居家族等の外出自粛要請は行わなくなります。
- これまで外出自粛を求めることで行ってきた次の対応は5/7で終了します。
 - ・支援物資（食品及び日用品）の無料配布

外出を控えることが推奨される期間

(一律に外出の自粛を要請するものではありません。)

0日目 … 5日目 … 6日目 … 10日目

発症日を0日目として5日間かつ
症状軽快から24時間経過

10日間が経過するまでは、マスクの着用を推奨し、また、ハイリスク者との接触は控えて頂く事を推奨しています。

② 療養中の体調管理は、ご自身で



- 療養中は、ご自身での体調管理をお願いします。(保健所による調査・健康観察はありません。)
- 発熱・喉の痛み・鼻水・咳・全身のだるさなどの症状が現れますが、**ほとんどの方は2～4日で軽くなります。**

熱があるときは
体を冷やす



消化やのどごしの良い
食べ物をとる



お薬を上手に使いましょう

市販の解熱鎮痛薬を使用の際は、用法・用量などをよくご確認ください。

市販の解熱鎮痛薬の選び方
(厚生労働省ホームページ)



のど飴やうがい



部屋を
加湿する



水分補給



③ 「症状が悪化」「対応に悩む」そんな時は、どうしたら？

- 「症状が悪化した」などの場合は、診断を受けた医療機関または下記にご相談ください。
- 「その他、対応や相談先に悩む」場合も、下記にお電話ください。

北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター 0120-501-507 (24時間)

～身近な人が陽性となった場合はどうすれば？～

基本的な感染対策の徹底を



- 同居者がコロナ陽性となった場合は、家庭内で感染しないよう、以下の基本的な感染対策の実施をお願いします。

・手洗いや手指消毒に徹底・部屋の換気・物資などの共有を避け、極力接触も避ける

- 令和5年度もすべての方に自己負担なしで新型コロナワクチンを接種いただけます。
- 北海道の「PCR 等無料検査事業」は終了しますが、不安な方が無症状で利尻島国保中央病院で受けた検査費用の一部は「利尻富士町 PCR 検査費用助成事業」により助成が受けられます。

浄化槽の法定検査を受けましょう（北海道浄化槽協会検査）

福祉課住民係

浄化槽は維持管理契約をしている保守点検・清掃とは別に毎年1回規定の検査（水質検査等）を受けるよう義務付けられています。

今年も5月16日～5月18日に北海道知事指定検査機関の「北海道浄化槽協会」による浄化槽検査が実施されますので、必ず検査されますようお願いいたします。

検査内容

【法11条検査】（定期検査）

毎年1回、定期的に受けることが義務付けられている検査で、保守点検や清掃が適正に実施されているかどうかを判断するための検査です。

【法7条検査】（設置後等の水質検査）

浄化槽の使用開始後3ヶ月（機能が安定するのに必要な時間）を経過した後5ヶ月以内に受ける検査で、浄化槽が適正に設置されていて、正常の機能を果たしているかどうか早い時期に確認するための検査です。

～浄化槽の設置・使用開始・廃止をした場合は届出が必要です～
～保守点検業者は市町村へ記録票の提出が義務付けられています～

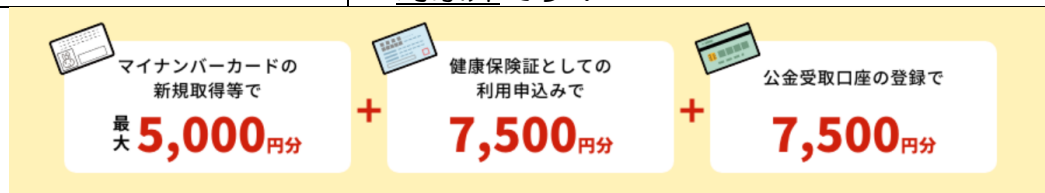
マイナポイントの申込期限が延長されました！

福祉課住民係

お好きなキャッシュレス決済で最大2万円分のポイントがもらえるマイナポイント事業について、マイナポイントの申込手続きの期限は**令和5年9月末**までとなりました。

- マイナポイントをもらうためのお買い物やチャージの期限も、令和5年9月末までとなっておりますので、早めのお手続きをお願いいたします。
- マイナポイント手続き前のチャージ・お買い物はマイナポイントの対象外です！
- 一部の決済サービスは9月末以前に申込期限を設定する場合があります。
- マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限は**令和5年2月末**から変更ありません。

・マイナポイントの付与対象	令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請した方
・マイナポイントの手続き期限	令和5年9月末まで ※一部の決済サービスは9月末以前に期限を設定する場合があります
・マイナポイント手続き後のお買い物やチャージの期限	令和5年9月末まで ※一部の決済サービスは9月末以前に期限を設定する場合があります ※マイナポイント手続き前のチャージ・お買い物は対象外です！



▶このうち、**最大5,000円分**の部分のポイントをもらうには、マイナポイント手続きのときに選択したキャッシュレス決済サービスでお買い物やチャージを行う必要があります。

※ご利用額の25%がポイントとして、選択したキャッシュレス決済サービスに付与される仕組みです。

マイナポイント等のお手続きにつきましてお困りのことがありましたら
役場福祉課住民係（82-1113）までご相談ください。

以下の手続きについては、国の運営するサイト「ぴったりサービス」からマイナンバーカードを利用してオンライン手続きができます！

とても便利ですので、マイナンバーカードをお持ちの方はぜひご利用ください。
(※オンライン手続き後、後日来庁が必要なお手続きも一部ございます。)

オンライン申請が可能な手続き (計28手続き)

・子育て関係

○児童手当に係る手続き

- ①認定請求 ②額改定請求 ③氏名・住所変更 ④受給事由消滅 ⑤未支払分請求
- ⑥寄附申出 ⑦寄附変更申出 ⑧学校給食費等の徴収申出
- ⑨学校給食費等の徴収変更申出 ⑩現況届

○児童扶養手当に係る手続き

- ⑪現況届の事前送信

○妊娠に係る手続き

- ⑫妊娠の届出

○保育に係る手続き

- ⑬支給認定申請手続き ⑭保育施設の利用申込 ⑮保育施設の現況届

・介護保険関係

○介護保険に係る手続き

- ⑯要介護・要支援認定申請 ⑰要介護・要支援更新認定申請
- ⑱要介護・要支援状態区分変更認定申請
- ⑲居宅（介護予防）サービス計画作成（変更）依頼提出
- ⑳介護保険負担割合証の再交付申請 ㉑介護保険証の再交付申請
- ㉒高額介護（予防）サービス費の支給申請 ㉓介護保険負担限度額認定申請
- ㉔居宅介護（介護予防）福祉用具購入費の支給申請
- ㉕居宅介護（介護予防）住宅改修費の支給申請 ㉖住所移転後の要介護・要支援認定申請

・お引越し関係

○住民票異動に係る手続き（引越しワンストップサービス）

- ⑳転出届 ㉘転入予約

オンライン手続きに必要なもの

- ・マイナンバーカード（有効な電子証明書が搭載されているもの） ・マイナポータルアプリ
- ・暗証番号（4桁の数字と6桁以上の英数字の両方を使用します）
- ・マイナンバーカードの読み取りができるスマートフォン、またはカードリーダーを備えたPC

※その他手続により必要なものが異なりますので、ぴったりサービス上でご確認ください！

オンライン手続きの方法

- ①国が運営するマイナポータルのぴったりサービスへアクセスします。
- ②市区町村選択画面で利尻富士町を選択し、カテゴリまたはキーワードを入力してご希望の手続きを検索します。
- ③マイナンバーカードをご用意のうえ、案内にしたがってご申請ください。

▼QRコード



オンライン手続きにつきましてお困りのことがありましたら、
役場福祉課住民係（82-1113）までご相談ください。

マイナンバーカードの申請がお済みでない方へ、福祉課住民係ではご要望に応じてご自宅などにお伺いし、写真撮影と申請受付を行っています。

デジタル社会のパスポートとなるマイナンバーカード、ぜひ申請しませんか？

来庁しなくても、カードの申請から受取までご自宅で完了します！
例えばこのような場合にご利用ください♪

◇申請してみたいけれど役場に行くのが難しい…

住民係（８２－１１１３）までご連絡ください！

日程を調整のうえ、ご自宅まで写真撮影と申請受付にお伺いします。

◇お友達やご近所さん、職場の人と一緒に申請したい…

何人かで一緒に申請したい方も大歓迎です♪ぜひお誘い合わせのうえご連絡ください！

◎カード申請の流れについて

①住民係（８２－１１１３）へご連絡いただきましたら、日程を調整し、お伺いする日をご連絡いたします。



②ご自宅等にお伺いし、写真撮影と申請書の記入を行います。
また、郵送でカードを受け取れるように暗証番号も設定します。



③約１か月後、カードが出来上がりましたら本人限定受取郵便にて交付いたします。
健康保険証の利用登録手続き等についても希望があればご自宅にお伺いします！

◎マイナンバーカードがあるとこんなに便利！（順次拡大中です）

◇顔写真付きの公的な身分証明書として使えます

◇運転免許証の更新時講習がオンラインで受けられます（令和６年３月末まで）

※対象は講習の区分が「優良」の方に限ります。また、免許更新手続きは別途必要です。
（70歳以上の高齢者講習対象の方は対象となりません。）

詳しくは、管轄の駐在所へお問い合わせください！

◇マイナ受付対応の医療機関・薬局で健康保険証としても利用できるようになります

◇様々な行政手続きがオンラインで申請できるようになります

※詳しくは今回のお知らせの別ページに掲載しています。

◇新型コロナワクチン接種証明書アプリが利用できます

◇マイナポータルのご利用ができます

～こんなに便利！マイナポータル～

①薬剤・医療費・健診情報や、現在の保険証情報の確認ができます！

②自分の所得情報や個人住民税情報の確認ができます！

③国民年金の加入や、免除・納付猶予申請手続きができます！

④マイナポータルから「ねんきんネット」とつながることで、これまでの年金記録や、これから受け取る年金の見込額が確認できます！



お知らせ『いしり富士』

森林に入林される皆さんへ

建設課建設まちづくり係

利尻山の雪解けも進み、待望の山菜採りのシーズンが近づいて参りました。

最近では、各地で観光開発や道路交通網の発達、レジャー人口の増加等により森林に入る人が多くなってきております。

また、この時期は、乾燥期と重なるため全国各地で毎年山火事が多発しており、当町においても原野の火災が過去に発生しております。

山火事発生の主な原因は、煙草・マッチの不始末、ごみ焼きの不始末によるものが全道的に最も多いというデータがでております。

一度山火事が発生すると大切な森林資源を失うばかりでなく、自然環境に及ぼす影響も非常に大きく、失われた自然がもとどおりになるには長い年月を必要とします。

林野火災予防のために次のことを守り、みんなの自然、みんなの山を、大切にしましょう。

1. タバコの吸いがらの投げ捨ては絶対にやめましょう。
1. ゴミは持ち帰り、みんなの山をきれいにしましょう。
1. 原則として林野内での火入れは許可できません。
1. 山菜、竹の子の採取は、森林愛護組合の許可が必要です。
(各地区の愛護組合長に連絡をとり許可を受けて下さい。)
1. 国有林内の高山植物の採取はできません。
(法律により罰せられます。)

令和5年度林野火災予防全道統一標語

大切な 山を消さずに 火を消そう

利 尻 富 士 町
宗谷森林管理署利尻森林事務所
鷲泊森林愛護組合連合会
鬼脇森林愛護組合連合会

温泉プール「湯泳館」では、月に数回、様々な水泳教室を実施しています。興味のある方は、ぜひご参加下さい！

～5月の実施予定日～

日付	曜日	事業名	時間	水深	講師
23日	火	水中運動教室	14:00～15:00	1.1m	門間 奈月 先生
27日	土	ベビースイミング	15:00～16:00	1.2m	柴田 瞳 先生

【ベビースイミングについて】

ベビースイミングでは以下のような効果が得られます◎！

- ①水への恐怖心がなくなる ②生活リズムが整う ③免疫力が高まり、体が丈夫になる
④筋肉や脳の発達が早くなる ⑤赤ちゃんとコミュニケーションがとれる etc…

ベビースイミングは赤ちゃんにとってもたくさんのメリットがあります。

利尻富士町で実施しているベビースイミングについてのQ&Aは以下をご確認ください。

《Q&A》

Q,何歳から参加できるの??

A,首が座った頃（4か月くらい）から参加出来ます！赤ちゃん（4か月～3才くらい）
&パパさんママさんが対象ですが、水慣れしたい保育園児さんも参加出来ます！

Q,料金はいくらかかるの??

A,料金は無料です！（※プールの入館料はかかります）
大人（町民）：200円 小人（町民）：無料

Q,何が必要??

A,水着、帽子、プール用オムツが必要です！

Q,予約は必要??

A,必要ありません！13時にスタートしますが、遅れてきても入れます。
初回は早めに来てください！



【水中運動教室について】

水中運動は、陸上で行う運動とは違い、浮力や水圧といった力を受けながら運動するため、身体に負担をかけることなく、効率よく鍛えることができます。

また、陸上よりも軽い運動で効率的にカロリーの消費が可能で、動きのスピードや大きさに合わせて自由に調節しながら運動することができるので、みなさまぜひご参加ください！

水中運動の効果

- ・腰痛、膝痛の軽減
- ・代謝アップ
- ・動脈硬化予防
- ・心肺機能向上
- ・血行促進
- ・むくみ解消
- ・カロリー消費
- ・脂肪燃焼
- ・筋肉量増加 etc…

※その他のプール利用予定につきましては、温泉施設に設置している月予定カレンダーをご覧いただくか、役場・温泉施設に設置している予定表をご確認ください。

利用に関するお問い合わせは、産業振興課商工観光係まで…TEL 0163-82-1114

利尻富士温泉保養施設の営業時間について

産業振興課商工観光係

利尻富士温泉保養施設では、5月1日（月）より定休日なしの連日営業となりますので、お間違えのないようご利用願います。

なお、営業時間については下記のとおりとなっております。

◇営業時間：12:00～21:00

◇定休日：5月～10月 無休

※温泉プール「湯泳館」は、通常通り毎週月曜日の定休日となっております。



温泉プール「湯泳館」、北のしーま無料開放について

産業振興課商工観光係・鬼脇支所

利尻富士温泉保養施設及び温泉プール湯泳館、北のしーまでは、中学生以下の町民を対象に「こどもの日」を含む次の期間を無料開放いたしますので、お知らせいたします。

□無料期間

施設名	5/4（木）	5/5（金）	5/6（土）
利尻富士温泉保養施設	無料	無料	無料
温泉プール「湯泳館」	無料	無料	無料
北のしーま	無料	無料	無料

※各施設の受付にて「中学生以下」と申し出てください。

北海道 お米・牛乳 子育て応援事業（物価高騰等対策特別支援事業）の申請受付開始等について

産業振興課商工観光係

北海道では、食料品などの物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減と道産品の消費拡大を図るため、平成17年4月2日から令和5年9月30日までに生まれた子どもがいる世帯に商品券等を支給することといたしましたので、詳しくは下記及び右記をご覧ください。

【対象児童】

平成17（西暦2005）年4月2日から令和5（西暦2023）年9月30日までに
お生まれの子ども

【申請対象及び申請手続き者】

※申請日において次のいずれかに該当

支給対象	申請手続き者
①道内で対象児童と同居している世帯	対象児童と同居する保護者
②道内で対象児童だけで構成する世帯	対象児童または道内在住の保護者
③保護者は道内に在住し、道外で対象児童だけで構成する世帯	道内在住の保護者

※「世帯」とは、住居及び生計を共にする方の集まり。または、独立して住居を維持・もしくは独立して生計を営む単身者

※「保護者」とは、父母、養父母、未成年後見人、施設の長、里親等、対象児童を現に監護する方



お知らせ『りしり富士』

運航時間変更のお知らせ (5月12日・19日)

利尻空港

5月12日・19日のJL2885便(丘珠→利尻)の運航時間は以下のとおり変更となっておりますのでお時間のお間違えのないようお願い致します。

■5月12日・19日 運航時間

札幌(丘珠) ⇒ 利尻 <u>変更なし</u>			利尻 ⇒ 札幌(丘珠) <u>変更なし</u>		
便名	札幌(丘珠)発	利尻着	便名	利尻発	札幌(丘珠)着
JL2881	07:50	08:45	JL2880	09:15	10:05
札幌(丘珠) ⇒ 利尻 <u>変更あり</u>			利尻 ⇒ 札幌(丘珠) <u>変更なし</u>		
便名	札幌(丘珠)発	利尻着	便名	利尻発	札幌(丘珠)着
JL2885	13:30	14:25	JL2884	16:25	17:15

空港における手続き目安時刻と締切時刻



***この時刻までにお越しにならなかった場合はご搭乗いただけません。
連休中は空港の混雑が予想されます。保安検査場に30分前までを目安にお越しください。**

詳細は利尻空港(82-2401)までお問い合わせ下さい。
ご予約は下記ダイヤルまたはJALホームページまで。

◆予約センター/TEL0570-025-071 (有料) ◆JALホームページ/www.jal.co.jp

利尻神社下遺跡説明会について

利尻富士町教育委員会

利尻神社下遺跡は、キャンプ場ゆーにと利尻山神社の間に位置する遺跡で、過去に周辺から島でいちばん古い石器が発見されています。

遺跡の性格を解明するべく、昨年引き続き現地での発掘調査を行います。調査期間中、東京大学の専門家の先生方による遺跡や地形の説明会とりっぷ館での出土遺物の解説を行いますので、興味のある方のご参加をお待ちしております。



- 日 程 5月20日(土)・21日(日) *集合時間は、午後1時
 - 場 所 利尻富士温泉 足湯のあたり
 - 内 容 現地における遺跡や地形の説明ならびに体験りっぷ館での出土遺物の解説
 - 講 師 福田正宏准教授、夏木大吾特任助教(東京大学)
 - 持 ち 物 軍手、水分、軽食、汚れてもよい服装、帽子、タオルなど
スマホ・カメラ等での撮影もご自由にどうぞ
 - 参加条件 現地まで、自身で来られる方。ケガや事故は各自の自己責任です。
- *くわしい場所や内容、申込みにつきましては、教育委員会 山谷(電話82-1370)までご連絡ください(当日参加もOKです)。

★★

無料法律相談会のお知らせ

～弁護士が無料での相談を実施します～

主催：旭川弁護士会

- ◆日時：令和5年5月16日(火曜日) 9時～11時30分(お一人30分)
 - ◆場所：利尻富士町 総合交流促進施設「りぷら」(交流室)
 - ◆ご予約・お問い合わせ・担当弁護士
：稚内ひまわり基金法律事務所 池田 慎介(旭川弁護士会所属)
電話番号 0162-24-7900
- *予約がなくても相談できますが、予約された方が優先ですのでご了承ください。
- ◆相談例：借金問題、離婚問題、相続に関する問題、交通事故、労災、刑事事件
悪徳商法、近所トラブル、賃貸借(土地・アパート・マンションなど)その他
～ 相談料は無料ですので、お気軽にご利用ください。～

※利尻町においても実施しますので、都合の悪い方はこちらに来ていただくことも可能です。

- 日時 場所 5月16日(火) 13時～15時30分 利尻町交流促進施設どんと

****名寄公証役場公証人による無料相談会も同日開催です****

法務大臣から任命された公証人が、次のような相談に無料で応じます。

- 遺言のほか、老後のための任意後見など
- 離婚する際の慰謝料、養育費、年金分割など

※ご予約・お問い合わせ：名寄公証役場公証人 電話/FAX 01654-3-3131

*予約がなくても相談できますが、予約された方が優先ですのでご了承ください

★★

みなさんご存じですか～“行政の苦情・要望は、行政相談員へ”

佐藤千恵子氏が行政相談員に委嘱されました

～引き続き、令和5年4月1日付で総務大臣から行政相談委員に委嘱されました。～

- ※年金、窓口サービス、登記、道路などの役場の仕事について、
困りごとや苦情がありましたら、行政相談委員が相談に応じています。
相談は無料・秘密は堅く守られます。お気軽にご相談下さい。



<上記に関するお問い合わせ…総務課総務係 82-1112…>