

お知らせ『いしり富士』

9月の診療予定について

鰺泊診療所

9月の診療予定は以下のとおりとなっております。時間内に受診していただきますようお願いいたします。風邪症状で受診を希望される方は事前に電話（82-1038）でご相談下さい。

月	火	水	木	金
1 午前 福井・瓦井医師 午後 吉永・田中医師	2 午前 田中医師 午後 田中医師	3 午前 瓦井医師 午後 田中医師	4 午前 田中医師 午後 柴田医師	5 午前 瓦井医師 午後 田中医師
8 午前 瓦井医師 午後 吉永医師	9 午前 瓦井医師 午後 瓦井医師	10 午前 田中医師 午後 瓦井医師	11 午前 田中医師 午後 休診	12 午前 瓦井医師 午後 休診(秀峰園)
15 敬老の日	16 午前 田中医師 午後 田中医師	17 午前 瓦井医師 午後 田中医師	18 午前 田中医師 午後 瓦井医師	19 午前 瓦井医師 午後 休診(秀峰園)
22 午前 田中医師 午後 瓦井医師	23 秋分の日	24 午前 瓦井医師 午後 田中医師	25 午前 田中医師 午後 休診 午後4時～整形外科	26 午前 瓦井医師 午後 休診
29 午前 吉永医師 午後 柴田医師	30 午前 柴田医師 午後 吉永医師			

※都合により医師変更・休診となる場合があります。IP 告知端末でご確認ください。
 ※受付時間 午前：8時30分～11時 午後：1時～3時

地域安心応援特典券の交付について

福祉課福祉介護係

町では在宅介護世帯の経済的負担を軽減するとともに、地元の消費を喚起し、地域経済の活性化を促すことを目的に地域安心応援特典券（商工会発行「とくとく商品券」(Wチャンスなし)）を交付します。下記の交付対象世帯に申請手続きの案内文書および申請書を順次送付いたしますので、申請受付期間内に役場福祉課または鬼脇支所窓口にて申請手続きをお願いします。

- 基準日 令和7年8月1日
- 交付対象世帯 (1) 在宅介護世帯
基準日時点で要介護1以上の世帯員を含む世帯(被保護世帯を除く。)
- 交付枚数 (1) 対象世帯のうち要介護1・2の世帯員の方1名につき
500円券10枚(5,000円分)
(2) 対象世帯のうち要介護3以上の世帯員の方1名につき
500円券20枚(10,000円分)
- 申請受付期間 令和7年11月28日まで

※ 不明な点がございましたら、役場福祉課福祉介護係(Tel82-1113)までお問い合わせください。

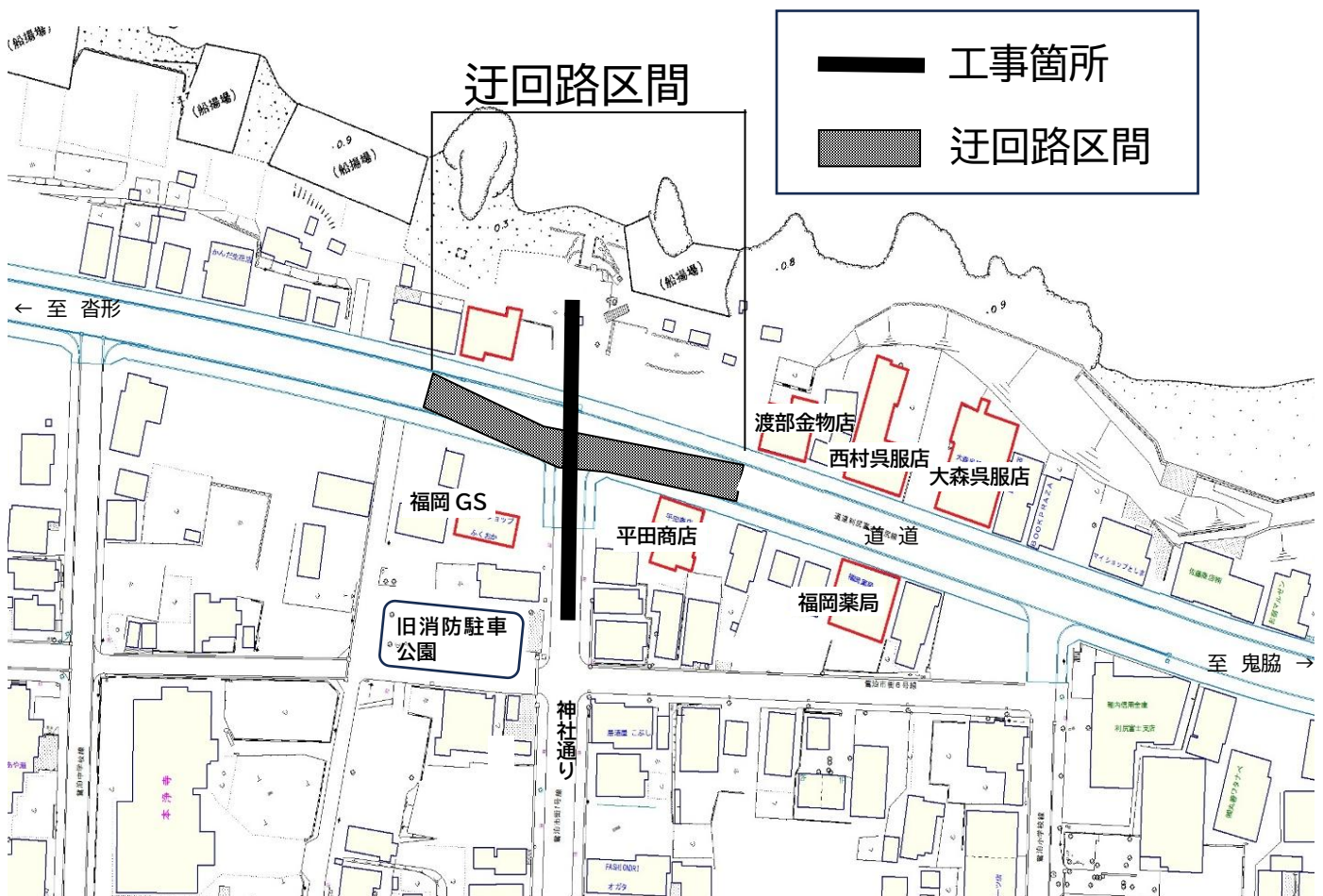
鷺泊市街 1 号線（神社通り）改良工事に伴う「迂回路」での通行について

建設課建設まちづくり係

町道改良工事の実施に伴い、下記のとおり道道の一部区間において、「迂回路」での通行となりますのでお知らせいたします。皆様には大変ご迷惑、ご不便をおかけいたしますが、通行にあたり十分注意するようご協力をお願いいたします。

- 1 規制期間 「防災利尻富士」にて後日、お知らせいたします。
- 2 規制区間 利尻富士町鷺泊字栄町（下図参照）
- 3 交通規制の内容 工事の施工状況に応じて、迂回路を海側または山側に切替えながら整備を進めてまいります。案内標識や誘導員の指示に従い、安全にご通行くださいますようお願いいたします。

※ 工事に関するお問合せは 利尻富士町建設課建設まちづくり係（電話 82-2511）までお願いいたします。



総合交流促進施設「北のしーま」の整備休館について

鬼脇支所

温泉貯湯槽改修工事のため9月3日（水）から9月10日（水）まで整備休館といたします。ご利用の皆様には、ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



新イベント！「みなとバーベキュー」の開催について

鵜泊港活性化推進協議会・産業振興課水産港政係

鵜泊港活性化推進協議会では、「港から賑わい発信！」のため、みなとの景色を楽しみながら、みんなでわいわい楽しめる新イベント【みなとバーベキュー！】を開催します！

まずはバーベキューセットのご予約をお願いします。（先着順）基本的に食材等はすべて持ち込みとなっていますが、当日会場横の漁協購買や協議会ブースでの購入も可能です。

また、当日参加が可能なBBQフリー席や露店での販売も行いますので、ふらっとお立ち寄りいただくことも可能です。

日 時： 令和7年8月24日（日）13：00～17：00

※悪天候の場合は中止。防災無線等でお知らせいたします。

場 所： 鵜泊港 緑地公園

主 催： 鵜泊港活性化推進協議会

内 容： BBQセット 1セット：2,000円（4人程度）

⇒焼き台、イス、トング、皿、箸

参加方法： 事前予約（先着順）または当日受付

※当日参加が可能なフリースペースもご用意しています。（1人500円）

露 店：協議会 ビール、ソフトドリンク各種

焼きそば、ニシン焼き、つぶ焼き、串焼き 他

キッチン クレープ（かわちゃん堂）



※内容は変更となる場合がございます。

【予約・問い合わせ先】

利尻富士町役場水産港政係 TEL0163-82-1350

各水泳教室に参加してみませんか？

産業振興課商工観光係

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！

～8月の実施予定日～

日付	曜日	事業名	時間	水深	講師
29日	金	アクアビクス教室	18：30～19：50	1.2m	柴田 瞳 先生
30日	土	ベビー&キンダースイミング	15：00～15：50	1.2m	柴田 瞳 先生

※上記以外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ください。役場・温泉施設に設置している予定表をご確認ください。

【ベビー&キンダースイミングについて】

ベビー&キンダ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 赤ちゃんとのコミュニケーションがとれる etc…

ベビー&キンダ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&キンダ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??

☆首が座った頃（4か月くらい）から参加出来ます！あかちゃん（4か月～3才くらい）&パパさんママさんはもちろん、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??

☆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??

☆水着、帽子、プール用オムツが必要です！

Q、予約は必要??

☆必要ありません！15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！



【アクアビクス教室について】

アクアビクスは、アクア（みず）とエアロビクスを合わせた言葉で、水中ウォーキングや音楽に合わせて水中で身体を動かす運動等を行います。

水中での運動は身体を早く動かすほど水の抵抗が大きくなり、自分の体力に合わせた負荷で運動をすることができます。また、水の中だと陸上に比べ、体重が10分の1になるので、膝や腰等、足腰の関節に不安がある人にもおすすめです！

健康維持はもちろんのこと、体力や筋力アップ、ダイエットなど、様々な効果がありますので、運動不足になりやすいこの時期にぜひご参加ください！（水深1.2mなので身長140cm以上だと安心です！）



レッスン内容

☆フットマッサージ

☆アクアウォーキング

☆アクアジョギング

☆アクアビクス

☆アクアボクササイズ

☆ストレッチ

アクアビクスの効果

- ・呼吸機能向上 ・血行促進 ・心肺機能向上 ・体力、筋力アップ ・脂肪燃焼
- ・むくみ改善 ・心臓機能向上 ・肥満解消 ・生活習慣病予防 ・体温調節機能アップ etc...

【利用料金について】

*疾病原病歴で、医師からの禁忌事項や、生活もしくは入浴・運動の制限がある方は医師や保健師さんに相談の上判断してください。

*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	（町外）：300円
高齢者（町民）：100円	（町外）：200円
身障者（町民）：100円	（町外）：200円
中 人（町民）：100円	（町外）：200円

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

お友達との参加も大歓迎です！ぜひご参加ください♪

お知らせ『いしり富士』

皆さまのご家庭にある IP 告知端末機を使った 全道一斉の地震・津波防災訓練 「北海道シェイクアウト」を実施します！

令和7年9月1日（月） 午前10時00分ごろ

“「北海道シェイクアウト」とは”

日頃の生活の中で突然襲い掛かる大地震や大津波では、まず自らの身を守り、安全な場所へ避難を行うことはなかなか難しいものです。突然の大地震でも対処出来るよう「どうすればよいか」を学べる防災訓練は大変重要ですが、訓練場所への移動時間や訓練参加への時間がなかったりと、なかなか実施出来ない方も多くいます。

「北海道シェイクアウト」は地震発生の合図で、その場で1分間だけ身を守る安全行動をとっていただく訓練で、誰でも、いつでも、手軽に行える訓練です。当然、時間に余裕がある方はその後避難場所の確認や、防災備蓄品の確認など防災対策を行えば、より効果は上がります。

訓練用の地震発生の合図は、町内の「屋外スピーカー」と、ご家庭に設置の「IP 告知端末機」からの情報伝達を行いますので、各自で安全行動を行うなどお願いします。

この訓練は平成24年から毎年、全道で一斉に行われています。

（安全行動の1-2-3）とは…



地震発生！（想定）
すぐに姿勢を低くします。



机の下などにもぐり込み
頭を守り、安全を確保！



そのまま揺れが収まるまで
（約1分間）動かない！

たった1分間の訓練です！！

利尻富士町内で当日実施する訓練は次のとおりです。

情報伝達手段	内 容
IP告知端末機 屋外スピーカー	各家庭に設置してある IP 告知端末機及び各地区の屋外スピーカーから、次の放送内容が一斉に放送されます。 【放送内容】 只今から北海道シェイクアウトの訓練放送を行います。 緊急地震速報。大地震です。大地震です。 揺れが続いております。 揺れが収まるまで、身を低くして、頭を守り、ジッと していきましょう。 これで訓練放送を終わります。 ※ 放送内容が異なることがありますのでご了承ください。

注）・訓練用ですので、本当の大地震とお間違えないようご注意ください。

・放送の中止や内容変更を行う場合があります。

【お問い合わせ先】 利尻富士町企画政策課 電話 0163-82-2850

