



## お知らせ『いしり富士』

## 1月の診療予定について

## 鵜泊診療所

1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	2
5 午前 休診 午後 吉永・小野医師	6 午前 小野・長谷川医師 午後 小野・長谷川医師	7 午前 長谷川医師 午後 小野医師	8 午前 長谷川医師 午後 休診 午後4時～整形外科	9 午前 小野医師 午後 休診(秀峰園)
12 成人の日	13 午前 長谷川医師 午後 長谷川医師	14 午前 小野医師 午後 長谷川医師	15 午前 長谷川医師 午後 小野医師	16 午前 小野医師 午後 長谷川医師
19 午前 長谷川医師 午後 吉永医師	20 午前 小野医師 午後 小野医師	21 午前 長谷川医師 午後 小野医師	22 午前 長谷川医師 午後 休診 午後4時～整形外科	23 午前 小野医師 午後 休診(秀峰園)
26 午前 小野医師 午後 福井医師	27 午前 長谷川医師 午後 長谷川医師	28 午前 小野医師 午後 長谷川医師	29 午前 小野医師 午後 長谷川医師	30 午前 長谷川医師 午後 長谷川医師

※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

※「年末年始の公共施設業務日程」にてお知らせしていましたが、**年始診療開始日に変更ありますのでご確認ください。**

## 「巡回職業相談所」を開設します

## 産業振興課商工観光係

稚内公共職業安定所では、下記日程で「巡回職業相談所」を開設し、求人・求職の受理及び相談・紹介・雇用保険受給資格決定等の各種相談を行います。

と き	と ころ	時 間
1月15日(木)	利尻富士町役場 2階 大会議室	10:00～14:00

※フェリーの欠航等により、日程が変更となる場合があります。その際は防災無線（IP告知端末）にて放送致します。

ご不明な点等は役場商工観光係（８２－１１１４）へお問い合わせください。

利尻富士温泉保養施設では、皆さまにより快適にご利用いただけるよう、館内の一部をリニューアルし、**12月21日より営業を再開しております。**

主に機械設備の更新を行い、安心してお過ごしいただける環境を整えています。

見た目の大きな変化はありませんが、いつもの温泉で、これまで以上の心地よさを感じていただければ幸いです。

多くの皆さまのご利用をお待ちしております。

※年末年始の営業日につきましては、12月10日発行のお知らせりしり富士をご確認ください。

#### 【利用料金】

大人（中学生以上）	500 円
大人（70 歳以上の島民及び身体障害者手帳を所持している者）	250 円
中人（小学生）	250 円
小人（3 歳以上）	150 円

#### 利尻富士温泉保養施設の効能等について

産業振興課商工観光係

利尻富士温泉の効能を紹介いたします。ぜひ日頃の疲れやストレス解消に温泉をご利用ください。

#### 【利尻富士温泉の紹介】

泉質：ナトリウム－塩化物・炭酸水素塩温泉

特徴：塩化物泉は、塩分濃度が高く身体の深部まで温まるため保温効果が高いのが特徴です。

炭酸水素塩泉は、肌の不用な角質や毛穴の汚れを取り除くため、入るだけで石鹸で洗ったような美肌・清涼効果があるのが特徴です。

#### 【利尻富士温泉のうれしい効能】

- |  |           |
|--|-----------|
| ✓運動麻痺における筋肉のこわばり   | ✓自律神経不安定症 |
| ✓胃腸機能の低下（胃もたれ、ガスだまり等）  | ✓痔の痛み     |
| ✓ストレスによる諸症状（睡眠障害、うつ状態等）  | ✓軽症高血圧    |
| ✓軽い高コレステロール血症  | ✓病後回復期    |
| ✓軽い喘息、肺気腫  | ✓健康増進     |
| ✓糖尿病   | ✓きりきず     |
| ✓疲労回復  | ✓末梢循環障害   |
| ✓筋肉や関節の慢性的な痛み、こわばり<br>（関節リウマチ、変形性関節症、腰痛症、<br>神経痛、五十肩、打撲、捻挫 etc…） | ✓冷え性      |
|  | ✓うつ状態     |
|  | ✓皮膚乾燥症    |



#### 【効果的な入浴法】

- ① **水分補給** 入浴前後に 1 杯の水を飲むことが大切です。
- ② **かけ湯** 足先など心臓の遠くから順に十分なかけ湯をするようにしましょう。
- ③ **頭に濡れたタオルをのせる** 脳の血管が収縮して危険な「冬の露天風呂」では熱いお湯をしみこませたタオルが効果的です。
- ④ **一気に長湯せずに「分割浴」**  
「足浴→半身浴→全身浴」の順でゆっくり入浴しましょう。一気に長湯せずに、浴槽からでて休憩を挟む「分割浴」をすると湯冷めしにくくなります。

# 「ファイターズ応援観戦ツアー」のご案内内容の訂正について

産業振興課商工観光係

12月10日発行（第722号）のお知らせりしり富士に掲載いたしました、北海道応援大使プロジェクト「ファイターズ応援観戦ツアー」のご案内につきまして、ファイターズ担当者へ確認を行ったところ、本ツアーは市町村が企画した団体ツアー（10名以上）のみの取り扱いとなっており、個人からの参加募集は受け付けていないことが判明いたしました。

参加を検討されていた皆さまには、誤解を招くご案内となり、ご迷惑をおかけしましたこととお詫び申し上げます。

なお、今後、新たにご案内できる情報がありましたら、改めてお知らせいたします。

## 「必ずチェック 最低賃金！ 使用者も、労働者も」

産業振興課商工観光係

ちゃんとチェック！

## 北海道の最低賃金

最低賃金件名		効力発生日	最低賃金額（1時間）
北海道最低賃金		令和7年10月4日	<b>1,075 円</b>
特定最低賃金	処理牛乳・乳飲料、乳製品、砂糖・でんぷん糖類製造業	令和7年12月1日	<b>1,113 円</b>
	鉄 鋼 業	令和7年12月1日	<b>1,165 円</b>
	電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	令和7年12月1日	<b>1,116 円</b>
	船舶製造・修理業、船体ブロック製造業	令和7年12月1日	<b>1,105 円</b>
（備考）特定最低賃金の種類により適用範囲等が異なりますので、詳しくは北海道労働局賃金室（電話011-709-2311）かお近くの労働基準監督署（支署）へお問い合わせ下さい。			

厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署（支署）

## 12月10日配布「年末年始の公共施設業務日程」の変更について

企画政策課

12月10日に各戸へ配布しておりました「年末年始の公共施設業務日程」につきまして、下記のとおり変更となりましたので、お知らせ致します。

また、温水プール遊泳館について、機材故障のため、当面の間休館と致しますのでご理解いただきますようお願い致します。

	1/5(月)		1/5(月)
鴛泊診療所	休診		午前休診 午後平常
	12/26(金)～1/8(木)		
温泉プール「湯泳館」	休館（機材故障のため）		

『過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法』につきましては、令和3年度から令和12年度までの10年間を時限措置として施行されており、特別措置法に基づき策定した現行の「利尻富士町過疎地域持続的発展計画」の期間が今年度末とされております。

これに伴い、町では令和8年度から令和12年度までの5年間を計画期間とする「利尻富士町過疎地域持続的発展計画」の策定を進めており、このたび素案について取りまとめましたので、以下のとおりパブリックコメントにより町民の皆様の意見を公募いたします。

○実施事項 「利尻富士町過疎地域持続的発展計画（素案）」に対する意見

○実施期間 令和7年12月25日（木）～令和8年1月7日（水） 14日間

○閲覧場所 町ホームページ（<http://www.town.rishirifuji.hokkaido.jp>）及び  
役場1階ロビー、鬼脇支所窓口

○意見の提出方法 上記閲覧場所に「意見書」を用意しておりますので、必要事項を記入の上、次のいずれかの方法により提出してください。

①持参 役場2階企画政策課または鬼脇支所

②郵送 役場企画政策課 宛

③FAX 0163-82-1253

④E-mail [kikaku@town.rishirifuji.hokkaido.jp](mailto:kikaku@town.rishirifuji.hokkaido.jp)

※提出期限 令和8年1月7日（水）17：15 必着

○お問い合わせ 利尻富士町企画政策課  
合わせ先 TEL 0163-82-2580（直通）

年末調整はお早めに ～提出は2月2日まで～

会計課税務こくほ係

「年末調整」とは給与の支払を受ける方一人ひとりについて、毎月（日）の給料や賃金などの支払いの際に源泉徴収をした税額と、その年の給与の総額について納めなければならない税額（年税額）とを比べ、その過不足額を精算する手続きのことです。

給与等の支払者は支払先の住所、氏名、支払金額等を記載した書類を令和8年2月2日（月）までに税務署及び市町村へ提出することとなっています。

（給与所得の源泉徴収票等の法定調書は税務署へ、給与支払報告書は市町村へ提出）

つきましては、以下の日程により個人事業者を対象とした、年末調整受付・相談を実施しますので、給料や賃金等を支払っている個人事業者は忘れずにお済ませ下さい。

◎対 象：個人事業者（漁業者・一般営業者など）

【鬼脇地区】

- ・と き：1月8日（木）9：30～11：30
- ・と ころ：役場鬼脇支所

【鷺泊地区】

- ・と き：1月8日（木）14：00～16：00  
1月9日（金）10：00～16：00
- ・と ころ：役場2F大会議室

※受付当日は税務署より送付されている年末調整書類を必ず持参して下さい。

詳しくは  
役場会計課税務こくほ係  
（TEL0163-82-2123）  
までお問い合わせ下さい。

# お知らせ『いしり富士』

第723号 No.2  
令和7年12月24日発行  
(編集：企画政策課)

## 民生児童委員に気軽に相談を

### 利尻富士町民生児童委員協議会

民生委員は厚生労働大臣から委嘱され、各地域において常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、社会福祉の増進に努めています。

また、児童委員を兼ねており、地域子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援等を行います。

民生児童委員には法律により「守秘義務」が課せられており、相談された内容や身の上など個人の秘密を守り、決して外へ漏らす心配はありません。

暮らしの困ったことや悩みごと、援助を必要とすることなどがありましたら、次のお近くの民生児童委員へお気軽にご相談ください。

職 名	担当地区	氏 名	住 所
委 員	野中・南浜	吉 田 利 継	鬼 脇 字 野 中
委 員	沼 浦	工 藤 昭 二	鬼 脇 字 沼 浦
会 長	鬼脇1・金崎	種 谷 正 邦	鬼 脇 字 鬼 脇
委 員	鬼脇2・清川	金 森 恵美子	鬼 脇 字 鬼 脇
委 員	二石・石崎	岸 田 礼 子	鬼 脇 字 石 崎
委 員	旭浜・鯉泊	渡 辺 つづ子	鬼 脇 字 鯉 泊
委 員	雄忠志内	亀 田 園 子	鴛 泊 字 雄忠志内
委 員	野 塚	山 上 誠	鴛 泊 字 野 塚
委 員	湾 内	山 本 玲 子	鴛 泊 字 湾 内
委 員	港町・本町	堤 真 寿 美	鴛 泊 字 本 町
副 会 長	栄 町 1	尾 形 仁 将	鴛 泊 字 栄 町
委 員	栄 町 2	佐 藤 喜美子	鴛 泊 字 栄 町
委 員	富 士 岬	安 達 奈美子	鴛 泊 字 富 士 岬
委員(新任)	本 泊	堤 嘉 子	鴛 泊 字 本 泊
委 員	大 磯	藤 原 基 子	鴛 泊 字 大 磯
主任児童委員	町内全域	佐 藤 千恵子	鴛 泊 字 栄 町
主任児童委員	町内全域	船 橋 ひづる	鬼 脇 字 鯉 泊