

お知らせ『いしり富士』

第741号
令和8年9月2日発行
(編集：企画政策課)

健康相談会＆「便秘の解決法」について

総合保健福祉センターすこやか保健係

今年の健康相談会は、あかちゃんから大人まで、便秘、過敏性腸症候群などを診察されている便秘外来のスペシャリスト、水上健先生がお越しになります。

今回、利尻富士町の皆さんの便秘などの困りごとについて、対策・解決方法を教えていただくことができる貴重な機会となっております。



水上健(みずかみ たけし) 医師

医学博士。国立病院機構久里浜医療センター
内視鏡検査部長過敏性腸症候群、便秘の原因を診断、治療する方法を発表。新聞・雑誌掲載、テレビ(「あしたが変わるトリセツショー!」NHK総合テレビ、「名医とつながる!たけしの家庭の医学」テレビ朝日系列など)に多数出演。多くの著作も発表しています。

その他の健康相談や健康チェックなども行っております。



血糖値測定



血圧測定



フレイルチェック

からだの健康チェック
してみませんか

<実施日・場所>

日時 9月15日(火)
13:30~16:00

※15:00~16:00は、
個別相談会となります。

場所 保健センター



日時 9月16日(水)
13:30~16:00

※15:00~16:00は、
個別相談会となります。

場所 鬼脇老人福祉の家

お問い合わせ:保健センター☎82-2320

利尻富士町地域防災・複合交流施設「本泊小学校」の一般開放【日曜日】について

企画政策課

本年度より一般開放を再開しております、利尻富士町地域防災・複合交流施設「本泊小学校」について、9月に関しては、日曜日も一般開放いたしますのでぜひご活用ください。

<9月日曜日開放日>

期 間 9月6日(日)、9月13日(日)、9月27日(日)

時 間 10時~16時

○管理人は監視人ではありませんので、ケガなど個人の責任により使用していただくこととなります。

令和8年度の敬老週間にあたり、町内に住所を有する70歳以上の高齢者を対象に「利尻富士温泉」・「温泉プール湯泳館」・「北のしーま」を下記の期間無料開放いたします。

- 1 期 間 「利尻富士温泉」「温泉プール湯泳館」「北のしーま」
令和8年9月18日(金)から9月20日(日)までの3日間
- 2 対象者 町内に住所を有する70歳以上の高齢者
- 3 その他 「各施設」受付にて「70歳以上」と申出して下さい



公証週間のお知らせ

旭川地方法務局

10月1日(木)から10月7日(水)までは公証週間です。

公証人は、公証役場において遺言や大切な契約などの公正証書の作成、会社を設立する際の定款の認証などを行っています。公証人は、法務大臣によって任命される公務員です。

「遺言は、公正証書で作成してみませんか？」

遺言者の家族関係にふさわしい形で財産を承継させるには、遺言をしておくことが一番です。遺産争いを予防し、紛失の心配もないので、後に残された方々が困りません。原本は公証役場で保存していますので、偽造・変造の心配もありません。

また、公証人が自宅や病院(施設)へ出向いて遺言書を作成することもできます。

公証制度の詳細については、公証役場又は法務局にお問い合わせください。

旭川公証人合同役場 旭川市6条通8丁目37番地22 68ビル5階 0166-23-0098

名寄公証役場 名寄市西1条南9丁目35番地 01654-3-3131

旭川地方法務局 旭川市宮前1条3丁目3番15号 0166-38-1111

日本公証人連合会のホームページにおいても、動画等により公証制度等を紹介していますので御利用ください(<https://www.koshonin.gr.jp/>)



優良運転者更新時講習のお知らせ

■優良運転者更新時講習

10月8日(木) 利尻富士町総合交流促進施設「りぷら」

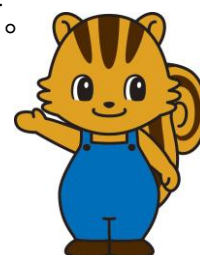
11月6日(金) 利尻町交流促進施設「どんと」

*受付は、午後5時から午後5時30分まで

*講習時間は、午後5時30分から午後6時までとなっております。

*時間等お間違えのないよう、必ず受講しましょう。

受講する前に、沓形駐在所で更新手続きをしましょう！
毎週月・木の午前9時から午後4時まで行っています！



「利尻島における自動車運転免許証の高齢者講習」実施のお知らせ

企画政策課・鵜泊駐在所・鬼脇駐在所

10月26日（月）、27日（火）に利尻町交流促進施設どんとにおいて、自動車運転免許証の高齢者講習を下記のとおり実施いたします。それに伴い、旭川運転免許試験場にて受講予約の受付を行っておりますので、受講の対象となる方は下記詳細をご確認の上、お申し込みください。

また、実車指導につきまして、利尻町交流促進施設どんとや利尻町役場周辺で実施しますので、安全面への配慮のため、下記の日時において付近での路上駐車や往来を控えていただきますようお願い致します。

●講習日程 10月26日（月）、10月27日（火）

講習日程	時刻	区分	定員
10月26日（月）	9：00～11：00	実車指導あり	6人
同 上	12：30～14：30	実車指導あり	6人
同 上	15：00～17：00	実車指導あり	6人
10月27日（火）	9：00～11：00	実車指導あり	6人
同 上	12：30～14：30	実車指導あり	6人
同 上	15：00～17：00	実車指導あり	3人
同 上	15：00～16：00	実車指導なし	3人

実車指導あり ⇒ 普通自動車免許を保有する方で運転技能検査対象者以外の方に対して実施する2時間講習のこと

実車指導なし ⇒ 上記以外の方（例：大型特殊、小型特殊、二輪（原付含む）免許のみ保有の方）に対して実施する1時間講習のこと

- 講習場所 利尻町杓形富士見町 利尻町交流促進施設どんと
講義・運転適性検査器材による指導→利尻町交流促進施設どんと 会議室
実車による指導→利尻町杓形地区の道路一帯（右図参照）

- 講習内容
実車指導あり ⇒ 講義、運転適性検査器材による指導、実車による指導
実車指導なし ⇒ 講義、運転適性検査器材による指導

- 講習対象者
次の①～③を全て満たす利尻富士町又は利尻町に居住している方

- ①「高齢者講習のお知らせ」又は「認知機能検査及び高齢者講習のお知らせ」が届いている
- ②高齢者講習未受講で、上記講習日が運転免許証の有効期限から6ヵ月以内である
- ③オートマチック車の運転が可能であること ※実車指導ありの方のみ

- 受講料（北海道収入証紙 ※現金での受付不可）
実車指導あり 6,600円
実車指導なし 2,950円

- 申込方法
旭川運転免許試験場交通課 講習係（TEL：0166-50-3110）
※申込開始は9月7日（月）から
※申込受付時間は平日の午前9時から午後5時まで

- 連絡事項
当日は、運転免許証、お知らせ葉書、北海道収入証紙（受講料）、筆記用具をご持参の上、開始10分前までに会場にご集合ください。
実車指導ありの方は、運転もありますので、運転に適した服装等をお願い致します。

高齢者講習開催時のお願い

利尻町内において高齢者講習を開催いたします。

つきましては安全面に最大限配慮するため、下記日時場所における付近への路上駐車や不要不急の往来を控えるようお願いいたします。

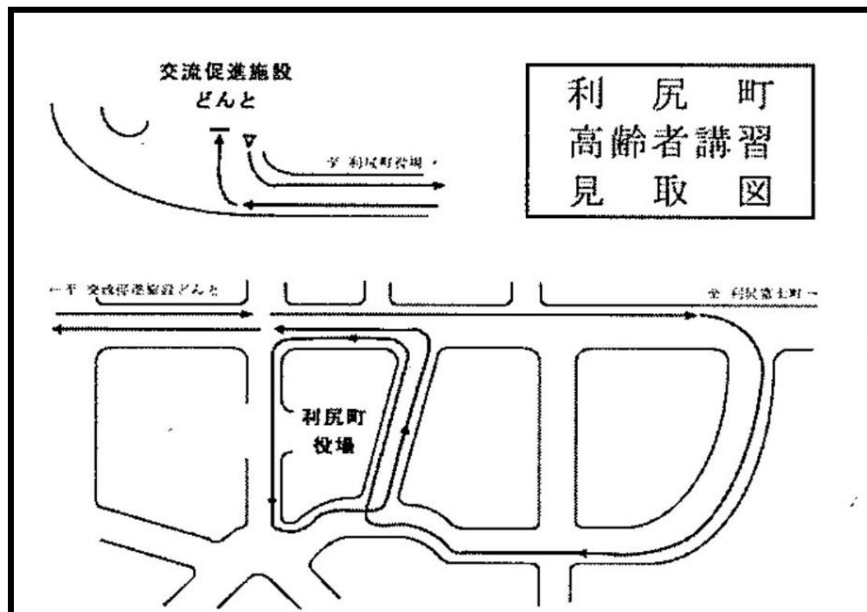
●実車指導日時●

2026.10.26(月)、10.27(火)の2日間

両日ともに9:00～11:00 12:30～14:30 15:00～17:00

●実車指導場所●

利尻町交流促進施設どんと、利尻町役場の周辺



●受講者●

旭川運転免許試験場に事前予約をされた方

●問い合わせ先●

平日の午前9時から午後5時まで

旭川方面本部交通課講習係 TEL：0166-50-3110

●参考事項●

天候、地震等の自然災害、その他諸事情により、中止、延期又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください。