



いつでも だれでも たのしく

NPO法人

羅臼スポーツクラブ

らいず

2025



開館:月～土 9:00～21:00
日 9:00～17:00
閉館:12/30頃～翌年1/5まで

《一般利用》

料金:高校生以上～59歳 130円
その他区分 無 料

《施設》

- 1階:事務所(受付)・プレイルーム・会議室
調理室・トレーニングルーム・調理室
- 2階:アリーナ・ミーティングルーム
更衣室
- 3階:多目的ルーム・ギャラリー

☆アリーナ・トレーニングルームご利用の際は必ず上靴をご持参ください



SNSアカウント・ホームページ



らいずINSTAGRAM



らうすぽINSTAGRAM



らいず公式LINE



らいずホームページ



お問い合わせ

〒086-1823

北海道目梨郡羅臼町栄町102番地
らうすぽ(羅臼町民体育館内)

TEL:0153-85-7715

FAX:0153-85-7725

rausu.npo.rise@gmail.com

スポーツを通して、 ふるさと羅臼をこんなまちに!!

- 健康で笑顔でいるまち
- ひとの連携・交流が盛んなまち
- 気候と風土の中で生きるまち

いつでも・どこでも・だれもが世代や職種、技術レベルをこえてスポーツや文化活動をおこない、心身の健康、地域コミュニティ及び地域への誇りを育み、ふるさと羅臼をより良いまちにしていける事を目標に活動をしています!!



らいず会員

お得な
料金!!

各種
特典!!

会員限定
事業も!!

ジュニア 幼児～中学生	アダルト 高校生以上	シルバー 65歳以上	ファミリー 夫婦や家族で
900円	2,400円	1,700円	4,500円

※高校生は年会費1,400円となります。

※入会時、別途保険料がかかります。



一緒にイベントを盛り上げて
くれる運営委員さんも
随時募集しています!!

お気軽にらいず事務局までお問い合わせください。

会員カード

○会員カードを協賛店で提示すると、特典を受けられます。



- ①カードを出して
- ②特典を受け取る!!

○らいずの事業に参加すると、ポイントがもらえます。

- ・事業に参加したときは忘れずにお持ちください。
- ・たまったポイントに応じて素敵なものを用意します。



教室・イベント

通年

定期活動
ミニ・バド・
ラー



通年

ERINA先生の
ヨガ教室

通年

らいず
キッズクラブ
とことこ



夏・冬休み

小学生
ものづくり
教室



9月

水中バレー
大会

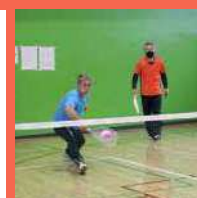
12月

らいず会長杯
フロアカーリ
ング大会



1月

知床ネイチャー
クルーズ杯町民
ミニテニス大会



3月

小学生
ドッチビー
大会



通年

びんぴんキラリ!
いきいき健康教室



他にも楽しいイベントもりだくさん!!

アウトドア

5月

羅臼湖
スノーシュー
トレッキング



5月

町外遠足
摩周・屈斜路
トレイル



6月

町外山登り
摩周岳登山



8月

チャレンジ
羅臼岳登山



9月

らいずっこ
集まれ～!
キッズキャンプ



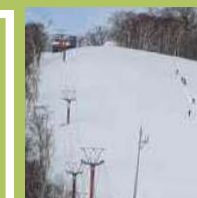
9月

秋の羅臼湖
トレッキング
ツアー



10月

熊越の滝
トレッキング



2月

町内散策
スノーシュー
トレッキング

らいず事業の詳細はホームページやSNSを
ご確認ください。らいず事務局までお気軽
にお問い合わせください。



水道料金減免の延長について

羅臼町では、令和 2 年 4 月に水道料金を改定したところではありますが、令和 6 年度につきましては物価高騰の影響により令和 7 年 3 月までの減免を行っております。

現在も原油価格や電気料金を含む物価が高騰している状況を踏まえ、町民生活及び町内事業者の地域経済活動を支援することを目的として、令和 7 年度につきましても、引き続き水道料金の一部を次のとおり減免することといたしました。

また、水道料金の納付等についてお困りの場合は、ご相談ください。

1 減免対象

給水契約をされている全世帯 ※申請等は不要です。

2 減免期間

令和 7 年 4 月請求分から令和 8 年 3 月請求分までの 1 2 か月

3 令和 8 年 3 月請求分までの水道料金表

(令和 2 年 4 月改定の水道料金表)

	基本料金 (月額)		超過料金 1 m ³ につき
	水量	料金	
一般用	7 m ³ 迄	2,140 円	340 円
営業用	10 m ³ 迄	3,330 円	370 円
事業用	100 m ³ 迄	18,500 円	370 円
浴場用	150 m ³ 迄	8,800 円	370 円
船舶用	1 m ³ 毎に	560 円	
臨時用	1 m ³ 毎に	560 円	
農業用		2,140 円	成牛 1 頭に つき 390 円



(一部減免後の水道料金表)

	基本料金 (月額)		超過料金 1 m ³ につき
	水量	料金	
一般用	7 m ³ 迄	2,070 円	300 円
営業用	10 m ³ 迄	3,150 円	320 円
事業用	100 m ³ 迄	17,110 円	320 円
浴場用	150 m ³ 迄	8,400 円	320 円
船舶用	1 m ³ 毎に	510 円	
臨時用	1 m ³ 毎に	510 円	
農業用		1,650 円	成牛 1 頭に つき 370 円

※メーター器使用料の減免はありません。正規の水道料金表は、検針票裏にも記載されていますのでご確認ください。

お問い合わせ

建設水道課

TEL 87-2163 (直通)



春の全国交通安全運動

運動期間 4月6日(日)～4月15日(火)

「運動の視点」

交通事故の多くは、ちょっとした「不注意」や危険予測が不十分な「だろー運転」によって発生しています。

子供と高齢者の事故防止や自転車利用者の事故防止を図るための運動を推進しましょう。

街頭啓発を実施します

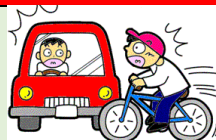
4月10日(木) 礼文町 萬屋様宅前にて

午後1時30分～(雨天時は中止となります)

交通事故死ゼロを目指す日

令和7年4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

町民一人ひとりが交通ルールやマナーを守り、実践して交通事故を無くしましょう。



共催： 羅臼町・羅臼町交通安全協会・羅臼町交通安全指導員会・羅臼駐在所・中標津警察署



乳がん・子宮頸がん

女性のための 町立中標津病院個人検診

予約受付期間：令和7年4月7日（月）～令和7年4月30日（水）

検診期間：令和7年5月12日（月）～令和7年5月30日（金）

<個人検診を受けるには??>

1. 予約受付期間に中標津病院 医事課 医事係に検診の予約をする。

※婦人科・外科外来の窓口で直接予約した場合は一般扱いになり、料金が異なります。

【中標津病院（0153）72-8200 医事課 医事係】

2. 予約後、保健福祉課窓口で検診受診券を購入する。

・クーポン対象者は無料、（ ）は70歳以上及び生活保護受給の方の料金となります。

♡乳がん：2,400円（1,200円）※40歳以上の和暦で奇数年生まれの方（偶数年生まれの方…今年度助成は受けられません）

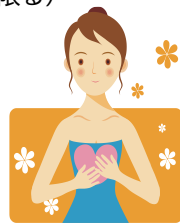
♡子宮頸がん：1,900円（950円）※20歳以上になる方

♡乳がん&子宮頸がんセット：3,500円（1,250円）※40歳以上の和暦で奇数年生まれの方（同日実施に限る）

3. 検診受診券・問診票を持参し、予約日に受診してください。（時間厳守）

4. 結果は1か月前後でご自宅に郵送します。

保健福祉課 TEL 87-2161



新たな起業や新たな分野に進出する町民を応援します

～ 羅臼町起業支援事業補助金のお知らせ ～

羅臼町では、雇用創出及び創業支援の促進を図るため、新規開業や新分野への進出に取り組み、地域活性化に貢献する起業家に対する経費の一部を補助する「羅臼町起業支援事業補助金」制度を運用しています。

町内で起業等をお考えの方は、担当係までご相談下さい。

概 要	町内の個人及び法人に対し、対象経費の一部を補助する。
補 助	新規開業に関する事業及び新分野進出事業の補助金の額は対象経費の 3 分の 2 以内

区分	事業内容	補助金額
新規開業に関する事業	新規に起業する者に対し開業費を助成	限度額200万円
新分野進出事業	① 新たに店舗を構える新分野進出	限度額100万円
	② 新たな店舗を構えない新分野進出 (既存店舗等の増改築を伴うもの)	限度額50万円
	③ 新たな店舗を構えない新分野進出	限度額30万円
新規雇用者対策事業	① 新規雇用者で社会保険被保険者（健康保険法（大正 11 年法律第 70 号）第 48 条の規定により被保険者の資格の取得の届出を行い、同法第 39 条第 1 項の確認を受けた者をいう。以下同じ。）	1人につき 30万円
	② 上記に掲げる者以外の新規雇用者	1人につき 10万円
その他町長が特に認める事業	町長が認める事業内容	町長が認める額

対象経費

個々に判断することになりますが、基準は次のとおりです。

- ・創業等に必要な官公庁への申請書類作成等に係わる経費
- ・土地、家屋等不動産の購入にかかる経費
- ・店舗、事務所又は駐車場の借入費
- ・事業に必要な機器類の購入経費
- ・事業遂行に必要な業務の一部を第三者に委託（委任）するために支払われる経費
- ・各種許可証等の取得経費 など

※基本的に事業開始後にかかる営業経費は対象外です。

その他

下記の者については、補助対象事業者とはなりません。

- (1) 補助金の交付申請時に納期限の到来した町税等を完納していない者
- (2) 羅臼町暴力団排除条例（平成24年羅臼町条例第16号）に定める暴力団に関係している者又はその他の反社会勢力である者及び関係を有する者
- (3) 風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律（昭和23年法律第122号）により規制となる性風俗関連特殊営業に該当する業種
- (4) 支店又はこれに類する者
- (5) 法人において、社名又は代表者を変更し、変更前と同一の事業によってこの要綱による開業支援の助成を受けようとする者
- (6) 親に代わって子又はその他の親族が経営者となり、変更前と同一の事業によってこの要綱による開業支援の助成を受けようとする者
- (7) 仮設テント又は仮設店舗で事業をしようとする者。ただし、移動販売車は除く。
- (8) 起業の日から3か月を経過し、要綱第7条の規定により補助金の交付申請をする者
- (9) その他町長が適当でないと認められる者

お問い合わせ先

羅臼町役場 産業創生課 電話番号 0153-87-2126

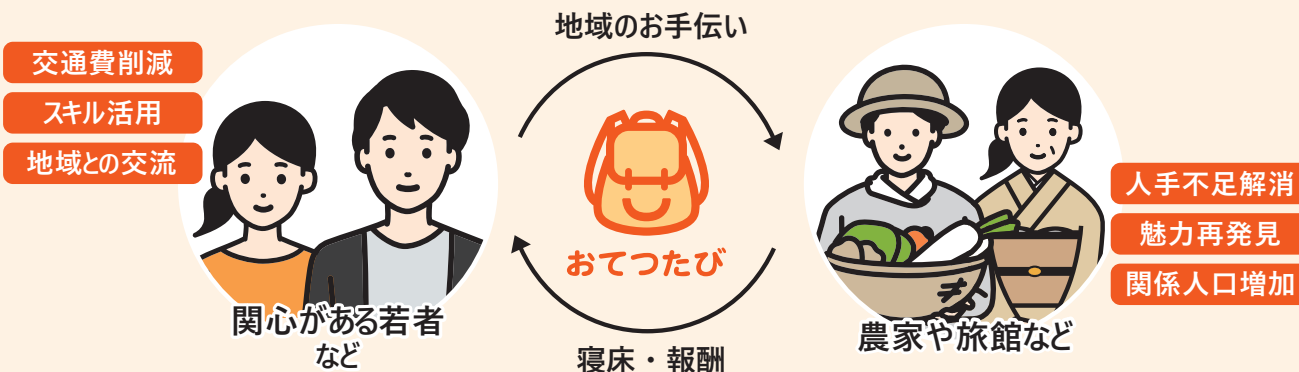
令和7年度
羅臼町事業者限定
利用料の一部
●●●●●
羅臼町負担

人手不足を チャンスに変えませんか？ 全国からお手伝いに駆けつけます！

 おてつたびなら

繁忙期の人手不足に対応できます！

おてつたびは、短期的・季節的に人手を必要としている地域の事業者さんと、
「色々な地域に行ってみたい人たち」が出逢える短期アルバイトのマッチングサイトです。
人手不足でお困りの事業所は、お問い合わせ・お申込みください。



● お仕事内容（例）

漁業・水産加工業

- 水揚げ後の洗浄
- 選別
- ホタテの稚貝の分散作業
などなど



募集への反応にも手ごたえあり！

漁業
(北海道羅臼町)

4名 ▶ 9名
定員 応募

ゲストハウス
(北海道羅臼町)

2名 ▶ 5名
定員 応募

募集開始から
1人目の申込まで 平均 **1日以内！**

● 費用

- 1 登録・掲載 **0円**
- 2 参加者の報酬(事業者負担)
- 3 マッチング費
- 4 保険料

※消費税として上記③④の10%相当が掛かります
※参加者の寝床の無償提供をお願いしております。

利用料の一部
**羅臼町
負担**

※マッチング費は1/2補助

支援条件

- 地域に触れ合う機会を必ず設けること
※内容にお困りの場合はご相談ください！
- 受入期間（お手伝い期間）は、
2週間から1ヵ月程度とすること
- 参加者の報酬を支払うこと
※時給は最低賃金以上で設定すること

対応が難しい場合は、送迎可能な事業者に関り、
移住用住宅一戸の活用も可能
※申込み多数の場合は羅臼町で選考して活用事業者を決定

● 利用申込・お問い合わせ

※初めておてつたびを活用する事業者については、
募集開始まで1ヶ月程度かかります。計画的にご相談ください。

募集ページの作成などもサポートします！
PCの操作が不安な方もお気軽に♪

羅臼町役場 産業創生課
TEL：0153-87-2126



株式会社 おてつたび

私達は「地域の人を通じて地域を好きになる」を
信念としたソーシャルスタートアップです！

おてつたび  <https://otetsutabi.com>

- 住所 東京都渋谷区代々木3丁目31-12
 静岡県浜松市中央区高林1丁目8-43
- 代表 永岡 里菜 ● 設立 2018年7月

毎月
第2金曜日
開催!!

ヨガ教室

年齢・性別不問
だれでもご参加
いただけます!!



昨年度、大好評で幕を閉じた「ヨガ体験会」。4月からは毎月第2金曜日に開催いたします。
体験会からのリピーターの方はもちろん、これを機会に一緒に新しい事をはじめませんか？

令和 **7** 年 **4** 月 **11** 日(金) **18:30~19:30**

らうすぽ3階多目的ルーム

講師：Erina Yoga 代表 富田 絵里奈 氏

対 象:18歳以上の町民

参加料:1,500円 / らいず会員 1,000円

下記QRコード、またはお電話でお申込み下さい。

スタンプカード

ヨガ教室にお申込みの方全員に「ポイントカード」をお渡しいたします。
スタンプを10個ためると、次回使用できる参加料割引券を発行しますので、
ぜひスタンプも集めてください。

らいず会員

らいずに入会していただくと、年間12回全て参加した場合、
6,000円もお得に参加できますので、ぜひこの機会にらいず会員
ご入会もご検討ください。

あわせてお得に
参加できます。

託児・用具貸出

託児についてのご相談や、ヨガマットの貸出も行っておりますので
お気軽にお問合せ下さい。

SCAN
ME!



お申込はこちらからも↑

0153-85-7715
(羅臼町民体育館内)

2025

らいず会員 募集中

らいずとは...?

いつでも、どこでも、だれもが、世代や職種、技術レベルを超えてスポーツや文化活動を行い、心身の健康、地域コミュニティ及び地域への誇りを育て、ふるさと羅臼をよりよい町にしていこうことを目標に、定期活動、各種イベントや教室の開催を行います。

らいずが企画する事業に

会員料金で

参加することが出来ます！

会員限定の事業

もあります！

協賛店で

各種特典を

受け取れます！

年会費

※()内は別途保険料(4月1日～3月31日)

ジュニア

幼児～中学生

900円

(800円)

アダルト

高校生以上

2,400円

(1,850円)

学生は年会費のみ

1,000円引き

シルバー

65歳以上

1,700円

(1,200円)

ファミリー

夫婦

アダルト&ジュニア

4,500円

(年齢に応じて)

新規会員

年中いつでも受け付けています。

らうすぽ1階らいず事務局にて申込用紙に必要事項を記入し、会費と保険料を添えてお申込みください。

更新

保険期間が3月末で終了する為、お早めに新年度分の更新手続きをお願いいたします。

NPO法人羅臼スポーツクラブらいず
〒086-1823 羅臼町栄町102番地(らうすぽ)
☎0153-85-7715

この春、新しく生まれ変わります。

定期活動 ミニ・バド・ラー

いつでも、どこでも、誰とでも、
楽しく運動しませんか？

毎週土曜日

18:30～19:30

らうすぽ2階アリーナ



らいずでは多世代の仲間たちと交流を深めることを目的に『定期活動ミニ・バド・ラー』を開催しています。種目はミニテニス・バドミントン・ラージボール卓球です。この春、運動習慣の一環にミニ・バド・ラーを加えてみてはいかがでしょうか。皆様の参加を心よりお待ちしております。

ミニ・バド・ラー ここが変わります。

時間が18:30～20:30に拡大します。また、**毎月第三土曜日はアリーナ全面**で活動します。いつものミニ・バド・ラーに加えて様々なスポーツが体験出来ますので、やってみたい種目がありましたら、お気軽にリクエストしてください。

4月の開催日

5日・12日・**19日**・26日です。

※19日は**アリーナ全面活動日**です。

☆参加料：200円 らいず会員は無料

☆受付：1階事務所で受付

☆持ち物：上靴（道具はらいずで用意してありますが、愛用の道具を持参してもOKです。）

☆対象：誰でも参加出来ます。
（中学生以下は保護者の付き添いが必要です。）



☆らいず会員募集中!! ☆

らいず会員になっていただくと、定期活動ミニ・バド・ラーが無料で参加出来ます。詳しくはらいず会員募集チラシをご覧ください。スタッフにお尋ねください。

NPO 法人羅臼スポーツクラブらいず

お問合せ：らいず事務局 TEL:0153-85-7715

羅臼町女性団体連絡協議会

だより ~ ✉

令和7年3月 発行

✿ 羅臼町女性団体連絡協議会 会長 ご挨拶 ✿



全道大会
白老町 ウポポイにて

2025年。新しい年になり早いもので3ヶ月が過ぎようとしています。
昨年4月に役員改選がおこなわれ、新しい役員体制で団体運営をスタートしました。
皆様のご協力のお陰をもちまして、今年度予定していたすべての事業を順調に終える
事が出来ました事をお礼を申し上げます。

4月18日には令和7年度の総会を予定しております。理事の皆様にはご出席をいた
だき沢山のご意見を頂けたらと思いますので宜しくお願い申し上げます。

終わりにになりますが、岩手県で大規模な山林火災が起きておりますので、火の元に
充分注意をして災害などが起きないように出来たらと思います。

野 祥子

全道大会に参加して

増子 珠美

9月7、8日の2日間、白老町で行われた女性連全道大会に参加してきました。

1日目は札幌から白老に移住して子育てをされている、山崎 翔子さんとアイヌ民族文化財団の対木 美雪
さんの2つの講演を聞きました。夜には交流会に参加し、他の管内から参加されていた方々と楽しい時間を
過ごしました。白老牛、美味しかったです。

2日目は地元のガイドさんの案内のもと、ウポポイを見学しました。道内にはアイヌ由来の地名がたく
さん残されています。また、伝統芸能を継承されている方々もいらっしゃり、ウポポイで披露されました。
個人的には工房で作業していた、ひと針、ひと針、細かい作業のアイヌ文様の刺繍に興味を持ちました。
時間があったらチャレンジしてみたかったです。

アイヌに歴史や文化に触れてみて、知らなかったこともありました。

2日間にわたり、貴重な体験をさせていただきました。



2025「北方領土の日」 根室管内住民大会

2月7日 根室市



アクションでは、
民秋 貴也 星乃 泉水
ものまねショー
が開催されました。

2月7日北方領土の日 根室管内住民
大会に初めて参加しました。
テレビで観るハチマキをしたシュプレヒ
コールは少し恥ずかしくもありましたが、
式が始まり、返還への思いが伝わると拳
を上げていました。
また行ってみようかなと思える式典でした。

富塚 眞重子

根室管内の1市4町の代表の中学生が、自分の考える
返還への思い、願いを気持ちを込めて堂々と発表していました。



令和7年度 事業計画

4 月

令和7年度 総会

10 月

廃油石鹸作業

5 月

第1回 事務局会議

クナシリ眺望駅伝 豚汁づくり

第1回 役員会

研修会

6 月

羅臼小学校 花壇整備

11 月

文化祭 参加

廃油石鹸づくり

羅臼小学校 花壇整備

お便り第1号発行

羅臼高校水産教室

7 月

知床スミレエコプロジェクト会議

廃油石鹸づくり

北方領土復帰促進婦人青年交流会

全国 女性大会 (沖縄県開催)

廃油石鹸づくり・袋詰め

12 月

羅臼町町議会 傍聴

8 月

道の駅周辺 草取り・清掃

1 月

第3回 役員会

福祉のつどい

ワークショップ

9 月

北海道 女性大会 (21日 新得町)

2 月

北方領土根室管内住民大会

第2回 役員会

フロアカーリング大会

羅・来・楽 羅臼音頭 参加

3 月

お便り第2号発行

社会教育団体の次世代リーダー研修（40代 50代）



最新研究から学ぶ未来創造

茨城県 筑波大学

第1回 9月22・23日

第2回 10月19・20日

この度、次世代リーダー研修に参加し40代と言う節目を迎え、改めて自分自身と向き合う貴重な機会となりました。山口教授の「変わる勇氣、変えるアクション～意思あると道に道は開ける～」は、私の心に深く刻まれ、今後の指針となるでしょう。女だから！女のくせに！という言葉は男性だけではなく、女性自身も縛られ自分の可能性を狭めているのではないかと頭に浮かびました。女性は元より全ての人が「やりたいことや夢を持って挑戦できる」社会になるよう努めたいと思います。「男性と同じ道を行く必要は無い」本当にその通りです。私らしくを追求し、唯一無二になり、自分の道を歩んでいくことが必要だと考えます。

さらに「人間が強くならなければ意味がない」は生きていくにはいろいろな課題や問題が出てきます。それらを解決するには、そもそも人として生きる力が強くなければ諦めてしまう可能性が高くなるように感じます。

女性がリーダーとして活躍するための課題やその解決策について学び、女性であることを理由に自分のやりたいことを諦める必要はないと確信できました。学ぶことの大切さを改めて感じております。

現在、社会福祉士と精神保健福祉士を目指し羅臼町で奮闘していますが、今回の研修で学んだことを生かし、女性たちと多種多様な人々がより活躍できるような環境づくりに貢献したいと考えています。

この度は、このような素晴らしい機会を与えていただき、心から感謝申し上げます。

筑波大学の先生方はじめ、研修に関わった全ての方々へ深く感謝いたします。

今回の研修で得た学びをこれからの社会のために貢献できるよう精進して参ります。

櫻井会長、本当にありがとうございました。

池端 せい子



今回筑波大学で、興味深い講義を受講させて頂ける機会を作ってくださった事に感謝します。日常的に使える知識を得たり、日常では出会えなかった新しい知識に出会えた事で、とても刺激的な数日を過ごすことが出来ました。

会長が会長になった目的と、今後の目標を共有されていたことも参加した全員に伝わったのではないかと思いますし、それならば自分に出来る事があるならやってみようと感じました。

女性が自立する事の大切さも感じましたし、女性の強さも感じました。隅々まで全員に丁寧な心配りをしてくださってありがとうございました。

神山 彩



「筑波大キャンパスに行ってみたい！」という単なる好奇心と「子ども達には負けたくない！」という大学生の子ども達へのライバル心で、次世代リーダー研修に参加した私。

今回の研修は今まで知ることなかった、知ろうとしてこなかった私が50代を目前にし、これから何に気付き、何を目標とどのようなことが必要で、どう進むべきなのか…の学び・気付きの研修でした。

大学とは専門的な知識を高めに進むべき場所…と思っていたのですが、「大学はテーマパーク！入学してから自分のやりたいことを見つけて、どのように学ぶのか、そのプロセスは自分で選択し、自由に研究することができる。」初日の講義で筑波大学学長がおっしゃった言葉は、形式的な考え方しかできない私にはとても新鮮で驚きでした。この言葉をすいぶん前から知っていたのであれば、私の子育てではもっと自由に、もっと楽な気持ちでできていたのでは…と今更ながらに考えてしまいます。



「知る・学ぶこと」は大切です。何歳からでもチャレンジはできます。

「知ること・学びの大切さ」教えていただいたことが今回の私の「気付き」です。

この研修で学んだ事を、これから私がどのような形でお返りする事ができるのか…を考えながら、日々歩んで行こうと思っています。

最後になりますが、たくさんの筑波大教授の貴重な時間をいただきましたこと、そして、このような研修を開催していただいた会長はじめ、たくさんの方々に心より感謝申し上げます。

鈴木 由妃

睡眠から始まるウェルネス

柳沢 正史教授（睡眠研究機構）

自宅に戻ってから3度テレビ番組でお見かけしました！！すごい方なんだなと驚きと共に、柳沢教授の講義を間近で視聴することが出来たことに感動です。

昔から寝る子は育つと言われていますが、それは本当で、寝ない大人はメタボに育つ！！そうです。

メタボだけではなく、メンタルや認知症にも影響するそうです。

また、寝室は明るいと健康にも影響があるので、真っ暗間で眠る事が大事とのこと。睡眠時間は、小学生低学年で10時間、中学生でも9時間以上必要で、寝る子供は優秀な様です。

早速、孫にと子供達に伝えました。

私も年齢と共によい眠りができていないよう感じていたので、教授にご相談して、眠りを計測するキッドで自分の眠りの質や時間を計測してみようと思いました。

金澤 真純

フロアカーリング大会

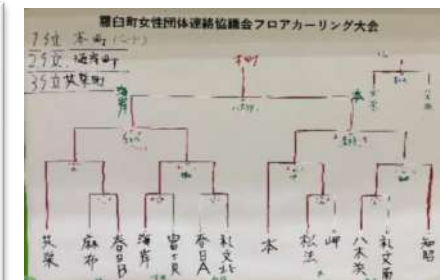
開会式

2月14日
らうすぽ



各チーム、白熱した戦いを
繰り広げました！

優勝
本町チーム



令和7年 4月
【2025 Apr.】



魚の城下町情報カレンダー



日	曜日	診療所 専門外来	行 事	担当	日	曜日	診療所 専門外来	行 事	担当
1	火				17	木		ふまねっととおしゃべりの広場 13:45～(らうすぽ) 【羅臼小・春松小】全国学力・学習状況調査(6年) 【春松小】視力検査(1～3年)	保健福祉課
2	水				18	金	整形外科 10:30～ 16:00	【春松小】クマ指導	
3	木		ふまねっととおしゃべりの広場 13:45～(らうすぽ)	保健福祉課	19	土			
4	金	循環器 内科 8:30～ 15:00	整形外科 10:30～ 16:00		20	日		【羅臼小】授業参観日	
5	土				21	月		【羅臼小】振替休日	学務課
6	日				22	火			
7	月		【羅臼小・春松小・未来中】始業式 【未来中】入学式	学務課 学務課	23	水	皮膚科 10:00～ 15:30	【羅臼小】聴力検査(1～3・6年) 【春松幼・春松小】幼小合同集団下校訓練	
8	火		【羅臼小・春松小】入学式 【羅臼高】始業式、入学式	学務課	24	木		【羅臼小】全国学調児童質問調査(6年)	
9	水	皮膚科 10:00～ 15:30	乳幼児健康診査 受付9:00～/13:00～(らうすぽ) 一般フッ素塗布 受付9:00～9:50/13:00～13:50(らうすぽ) 【羅臼幼・春松幼】始業式	保健福祉課 保健福祉課 学務課	25	金		【羅臼小】一年生を迎える会 【羅臼高】授業参観日	
10	木		あずまし茶屋(認知症カフェ) 9:30～【役場3階会議室】 【羅臼幼・春松幼】入園式 【羅臼小】二計測(1～3年)	地域包括C 学務課	26	土			
11	金		【羅臼小】二計測(4～6年)		27	日		休日納税窓口開設 9:00～17:00 【春松小】授業参観日	町民環境課
12	土				28	月		【羅臼幼】しれとこ幼年消防クラブ読み聞かせ(年長組) 【春松小】交通安全指導	
13	日		2025知床らうす雪壁ウォーク	産業創造課	29	火		昭和の日	
14	月		【春松小】二計測・聴力検査(1・3・6年)		30	水		夜間納税窓口開設 17:30～19:00 【羅臼幼】こどもの日お楽しみ会 【羅臼小・春松小】標準学力検査(2～6年)	町民環境課
15	火		【羅臼小】視力検査(1～3年) 【春松小】二計測・聴力検査(2・4・5年)						
16	水		【羅臼小】視力検査(4～6年) 【春松小】視力検査(4～6年)						

移動図書館バス巡回運行日程

日・曜日	巡回予定時間	巡回方面	日・曜日	巡回予定時間	巡回方面
15 火	9:30～	羅臼幼稚園(年中)※ガイダンス	8 22 火	9:30～	峯浜町
16 30 水	9:00～ (16日は9:30～)	羅臼幼稚園(年中・年長) ※16日は年長クラスのみ(ガイダンス)	9 23 水	10:20～	峠町
	10:30～	共栄町・麻布町・八木浜町	30	14:00～	福寿園
17 木	9:30～	春松幼稚園(年中・年長)※ガイダンス	10 24 木	14:10～	春松小学校
	14:30～	羅臼小学校	18 金	12:55～	知床未来中学校

子育て支援センターありんこ 4月18日(金) 10:30～ 絵本の読み聞かせ・かもめ号の巡回(本の貸出・返却ができます)

福寿園バス巡回運行日程

運行 方面	曜日	日 程				
峯浜町 春日町 方面	月	7	14	21	28	
	木	3	17	24		
海岸町 峠町 方面	金	4				

※施設の工事のため、一部運休となります

役場・学校等 電話番号簿	総務課	87-2111	地域包括 支援センター	87-5880	ピクサーセンター	87-2828
	企画財政課	87-2114	学務課	87-2129	羅臼国後展望塔	87-4560
	町民環境 税務	87-2115 87-2113	社会教育課	87-2004	知床らうす 交流センター	87-5151
	保健福祉課	87-2161	図書館	85-7171	羅臼幼稚園	87-2747
	産業 観光	87-2128 87-2126 87-2162	NPO法人羅臼 スポーツクラブらいす	85-7715	春松幼稚園	88-1616
	出納室	87-2112	郷土資料館	88-3850	子ども発達支援 ・子育て支援センター ありんこ	88-1515
	建設水道課	87-2163	消防署	87-2119	羅臼小学校	87-2006
	議会事務局	87-2180	診療所	87-2116	春松小学校	88-2263
			福寿園	87-2390	知床未来中学校	87-2049
			社会福祉協議会	87-3243	羅臼高校	87-2481

運転免許証更新時講習会日程			
日・曜日	時間	種別	場所
10 木	13:30	優良	羅臼町役場 3階会議室
	14:15	一般	
	15:30	違反	
4 18 金	10:00	優良	中標津 経済センター (なかまっぶ)
	11:00	一般	
	14:00	違反	
11 金	10:00	初回	
	14:00	違反	



令和7年3月25日発行
羅臼町企画財政課

国民健康保険への

加入・喪失の手続きをお忘れなく!!

最近職場が変わった、退職したなどで、国民健康保険の加入や喪失の手続きをせずに放置し、相談に見える方が増えています。

★職場の健康保険へ加入したときは、国民健康保険の喪失手続きが必要です。手続きが遅れると…

- ・他の健康保険と二重加入となり、保険税の二重払いが発生する
- ・国保が負担した医療費を返還しなければならない

★退職し、国民健康保険への加入手続きが遅れると…

- ・保険税を、加入資格を得た月まで遡って収める必要がある
 - ・医療費が全額自己負担になる
- などが発生します。

国民健康保険への加入・脱退の手続きは、14日以内に国保窓口で行いましょう。

社会保険の任意継続をされた方で、納期内に保険料を納めず、社会保険の資格を失っている方の相談も増えています。保険料(税)は納期内に納めましょう。

【国民健康保険に関する問い合わせ】

羅臼町役場 保健福祉課 国保担当 ☎ 87-2161

フッ素塗布でむし歯予防(予約制)

日時 令和7年4月9日(水)午前9:00~9:50
午後1:00~1:50

場所 羅臼町民体育館「らうすぽ」1階会議室

対象者 満1歳から就学前の子ども

料金 無料

- 注意事項 ①当日は、必ず歯を磨いてきてください
②当日は、母子手帳を持参してください
③フッ素塗布後30分位は、食べたり飲んだり出来ません
④前回のフッ素塗布から3か月くらいあけましょう

予約締切日 4月7日(月)

*予約がいっぱいで申し込みができなかった場合は、個別塗布の案内を出しますのでご相談ください。

★乳幼児健診対象の方は、歯科健診後にフッ素塗布を受けられるので、申し込みは不要です。

★乳幼児健診の歯科健診が優先となります。予約制ですが順番が前後したり、待ち時間が発生する場合がありますので、ご了承ください。

★当日の朝、発熱等体調がすぐれない場合は来所をお控えください。欠席の場合は保健福祉課まで電話連絡をお願いします。

申し込み・問合せ先：羅臼町保健福祉課 ☎87-2161

LINE予約 始めました!

羅臼町公式LINEの登録をご希望の方は
こちら



《こころの健康相談のお知らせ》

～完全予約制 無料 プライバシー厳守～

春は進学、就職、転勤など環境が変わることに不安を感じたり、年度末で仕事が忙しく、心や体が疲れやすい季節です。誰かに相談することで気持ちが落ち着くかもしれません。

こころの健康に関する悩み事について、北海道立精神保健福祉センターの精神科医師によるインターネット回線(パソコン・Webカメラ)による相談を実施しています。相談料は無料です。ご希望の方は直接中標津保健所までお申込み下さい。



【日時】原則、毎月第4木曜日 13:30~16:30

【場所】中標津保健所1階所長室

【相談方法】インターネット回線(パソコン・Webカメラ)による相談

【相談医師】北海道立精神保健福祉センター精神科医師

【申込期日】相談日7日前(前週木曜日)まで

【申込・問合せ】中標津保健所健康推進課健康支援係 ☎0153-72-2168

気象庁 釧路地方気象台からのお知らせ

令和7年3月25日より、気象情報に関する電話窓口が変わります。

■新電話番号 011-676-5025 (24時間自動音声案内)
(旧電話番号 0154-31-5110、0154-31-0109)

■問い合わせいただける内容

現在の気温・気圧などの観測値、天気予報、警報・注意報について

情報掲示板



3月25日

羅臼町奨学資金貸付希望受付中!

高校・大学生等の教育費(授業料・教材費・下宿代・部活動費などの教育に係る費用)を支援します。

1. 対象者

- 1) 経済的な理由により修学困難な家庭(世帯所得制限有)。
- 2) 当町の住民である者。
- 3) 高校・大学・短大・専門学校在学者及び入学見込みのある者。
※上記項目の他、学習成績の基準があります。

2. 貸付金額

高校生 月額10,000円

大学生 月額25,000円

※必要であれば、入学準備金として1年分一括で貸付することも可能です。

3. 提出書類

申請書等は教育委員会学務課で用意しています。

4. その他

卒業後、引き続き羅臼町に3年定住した場合、償還金は減免されます。

【お申込・問合せ先】羅臼町教育委員会学務課 ☎87-2129

羅臼町へ里帰り中の妊婦さんも登録ができます!

緊急時に備えた妊婦情報連携支援

大雨による土砂崩れや暴風雪で国道や道道が通行止めになるなど、災害はいつ起こるかわかりません。また妊娠中に突然の強い腹痛や出血等で緊急対応が必要な場合が絶対に起こらないとは言いきれません。

町では、緊急時に備えた妊婦さんの情報連携支援をおこなっています。

妊婦さんの住所や連絡先、妊娠出産にかかる情報等を、羅臼消防署や搬送先となりうる知床らうす国保診療所や、町立中標津病院へ事前にお知らせしておくことで、万が一の対応(救急車による搬送など)を迅速に行うことができます。

登録のタイミングは妊娠届出時ですが、その後の妊娠経過の中で、例えば切迫早産等あらかじめ情報提供しておきたい内容があれば、ご連絡により情報の更新が可能です。

里帰り出産にて羅臼町に滞在されている方もご希望により関係機関等への情報提供の登録が可能ですので、保健福祉課までお申し出ください。

【お申込・問合せ先】羅臼町保健福祉課保健師 ☎87-2161

低所得の妊婦さんに対する初回産科受診料助成

低所得の妊婦さんについて、経済的負担の軽減を図るとともに、状況を継続に把握し必要な支援につなげるため、妊娠判定のための初回の産科受診料の一部を助成いたします。

対象者：住民税非課税世帯等である妊婦で、羅臼町が医療機関等と必要に応じて支援に必要な情報を共有することに同意される方

助成額：産科医療機関の初回受診に要した医療費の自己負担額(上限1万円) 手続き等に関しては、下記保健福祉課までお問合せください。

【問合せ先】羅臼町保健福祉課 保健担当 ☎0153-87-2161

Shiretoko
60th 20th

