

Sarabetsu

支別村二十歳を祝う会



今月の主な内容

- ◆ **支別村 二十歳を祝う会 開催**
- ◆ 確定申告はネット活用を
- ◆ 永年勤続功労者表彰
- ◆ 村のわだい
- ◆ 村からのお知らせ

P 2 ~ 3
P 4 ~ 5
P 6
P 10 ~ 11
P 12 ~ 13

表紙の風景

1月11日、二十歳を祝う会が開催されました。式典が終わると思い出話や近況に盛り上がりがったり、至る所で記念撮影が行われ、集まった25名は、友人ととの久々の再会に喜び、笑顔が溢れていました。

更別村 二十歳を祝う会

令和8年1月11日



祝

1月11日、更別村社会福祉センター大ホール
で行われた更別村二十歳を祝う会。今年は25
名が出席し、華やかな振袖やスーツ姿で門出を
祝いました。

式典では村長や来賓から祝辞が送られ、二十
歳を祝う会実行委員会委員長の木村雅兜さんが
これまで支えてくれた人たちへ感謝と、新たな決
意を述べました。



二十年前に流行したもの
(2005.4 ~ 2006.3)

ドラマ・映画
女王の教室
電車男
大奥～花の乱～
アンフェア
クライマーズ・ハイ
博士の愛した数式

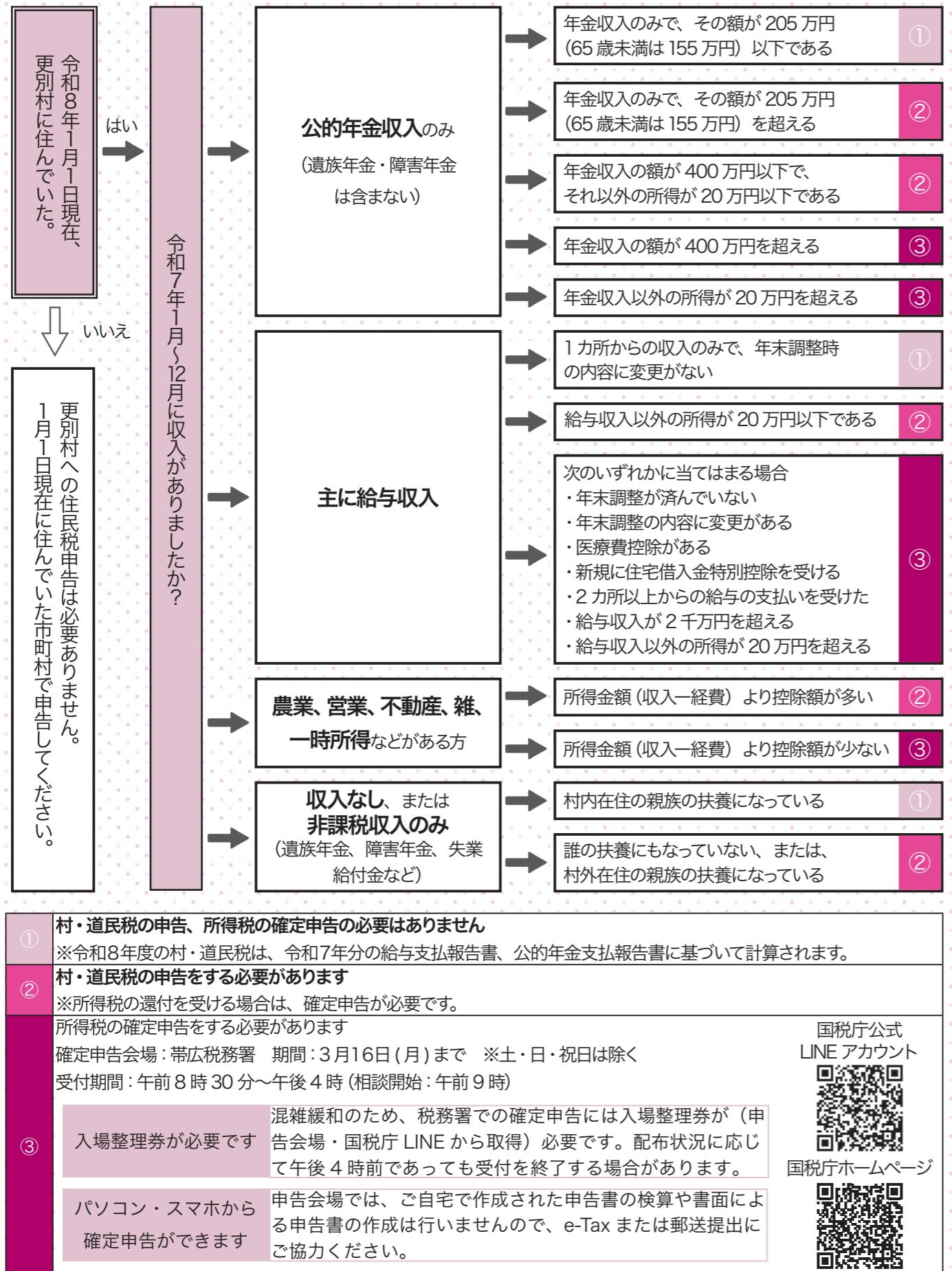
ヒット曲
全力少年 (スキマスイッチ)
プラネタリウム (大塚愛)
Space Sonic (ELLEGARDEN)
粉雪 (レミオロメン)
純恋歌 (湘南乃風)

できごと
・TVアニメ『ドラえもん』がリ
ニューアル。出演声優陣が一新
・JR福知山線脱線事故発生
・郵政民営化関連法案成立、日本
郵政株式会社が発足
・トリノオリンピック開催



申告が必要かフローチャートで確認!

下記の表は、申告の有無を簡易的に判断するものです。不明な点はお問い合わせください。



確定申告はネット活用を

令和7年分の受付を開始します

▶役場での申告に必要なもの

- 税務署から送付された申告書または「確定申告のお知らせ」と書かれたハガキ

※税務署から送付されている方のみ。

- マイナンバーがわかるもの
(マイナンバーカード、通知カードなど)

※毎年、カードの提示と番号が必要です。

- 本人確認書類（免許証、健康保険証など）

●収入金額がわかるもの

- ◆給与所得、退職所得、公的年金などの源泉徴収票

※申告会場で確認後返却しますが、税務署から求められたときは提示する必要がありますので、ご自宅で5年間保管してください。

- ◆不動産収入・事業収入のある方は、収支内訳書（または青色申告決算書）

※事前に作成してからお越しください。

- ◆譲渡収入のある方は、収入金額や必要経費が分かる書類

令和7年分の所得税等の確定申告は、2月16日(月)から3月16日(月)までとなります。役場特設会場で申告するほか、インターネットを利用し、ご自宅で行うことができますので、ぜひご活用ください。

※土地・建物・山林・株式等の譲渡は税務署へご相談ください。

- 医療費控除などを受ける方は、控除の詳細がわかるもの

※医療費控除、寄附金控除、住宅借入金等特別控除は下記を確認ください。

●各種保険料などの金額がわかるもの

- ◆国民年金保険料の控除証明書
- ◆国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の領収書
- ※更別村以外に納付されたもの。
- ◆生命保険や地震保険などの控除証明書

●所得税が還付される方は、申告者名義の金融機関と口座番号が分かること

●利用者識別番号をお持ちの方は、番号がわかるもの

※無い方には申告会場で取得を推進しています。

▶確定申告で税金が戻ってくる場合があります

●医療費控除

令和7年中に病気やけがなどで医療費を10万円以上（所得金額が200万円未満の場合は所得金額の5%以上）支払った場合、医療費控除を受けることができます。また、医療費控除の特例として令和7年中のスイッチOTC医療品の購入金額が1万2千円を超える場合、セルフメディケーション税制を利用できます。控除を受けるには「医療費控除の明細書（またはセルフメディケーション税制の明細書）」の作成が必要で、明細書は、受診者ごと、医療機関ごとにまとめて記載します。様式は国税庁ホームページでダウンロードできるほか、役場でも配布しています。

◆医療費控除額（最高200万円）

令和7年中 保険金など 10万円または総所に支払った - で補てんさ - 得金額の5%のいずれか少ない金額
医療費の額
れる金額

●寄付金控除

寄付金控除を受ける場合は、寄附先の団体などから交付された受領証や預り証を添付ください。なお、ふるさと納税先が5自治体以内で各自治体に「ふるさと納税ワンストップ特例の適用に関する申請書」を提出した方は、確定申告が不要です。

●住宅借入金等特別控除

住宅ローンなどをを利用して家を新築・購入・増改築し、令和7年中に居住し、一定の要件を満たしたときは、控除を受けることができます。

控除を受ける場合は、契約書などの必要書類を申告会場へご持参ください。最初の年は確定申告をする必要がありますが、給与所得者は2年目から年末調整で控除を受けることができます。

●問い合わせ

住民生活課税務係

52-2112

帯広税務署

24-2161

永年勤続功労者表彰

このたび、更別村商工会やJAさらべつ、更別消防団などで永年勤続功労者表彰が行われました。

多年にわたり勤務に精励され、その功績が顕著な方に対し表彰状が贈られました。

更別村商工会

全国商工会連合会長表彰



北海道商工会連合会長表彰

● 30年勤続	
安井 真由美	(社)オアシス
齊藤 栄美	(有)片岡商店
十河 弘樹	(株)山内組
佐藤 孝太	(株)ヤマジョウ

● 20年勤続	
若林 哲也	(株)山内組
日崎 喜康	(株)ヤマジョウ
齊藤 栄美	(有)片岡商店
十河 弘樹	(株)山内組
佐藤 孝太	(株)ヤマジョウ

● 10年勤続	
藤谷 正樹	(有)更別運輸
眞鍋 きくえ	(有)更別村社会福祉協議会
牧野 秀子	(NPO)どんぐり村サラリ
桑折 智	(株)山内組
高野 公彰	(株)ヤマジョウ
高橋 弘行	(株)山内組

● 5年勤続	
片岡 亜月	(有)片岡商店
高橋 一也	(有)加藤自動車
木田 厚子	神野でんぶん工場(株)
伊藤 由香	神野でんぶん工場(株)
佐藤 大地	神野でんぶん工場(株)
木田 厚子	神野でんぶん工場(株)
伊藤 由香	神野でんぶん工場(株)
高橋 一也	神野でんぶん工場(株)
牧野 秀子	北央道路工業(株)
桑折 智	(株)ヤマジョウ
高野 公彰	(株)山内組
高橋 弘行	(株)ヤマジョウ

● 30年表彰	
小野 幸治	
高橋 智也	
安村 雅俊	
吉田 絵理子	
佐藤 咲季	

● 10年表彰	
小野 幸治	
高橋 智也	
安村 雅俊	
吉田 絵理子	
佐藤 咲季	

● 30年勤続	
若原 拓	
飯沼 翔吾	
藤澤 典幸	
高久 明裕	

● 10年勤続	
若原 拓	
飯沼 翔吾	
藤澤 典幸	
高久 明裕	

● 5年勤続	
爲廣 拓	
及川 忍	
佐々木陸人	
西川 治臣	
野矢 讓司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	
佐々木陸人	
今井 智裕	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	

● 10年勤続	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	
及川 忍	
佐々木陸人	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	
佐々木陸人	
今井 智裕	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	

● 35年勤続	
高久 明裕	
木山 卓也	
平山 善一	
渡邊 浩明	

● 25年勤続	
高久 明裕	
木山 卓也	
平山 善一	
渡邊 浩明	

● 20年勤続	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	

● 10年勤続	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	

● 5年勤続	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	

● 特別表彰	
今井 智裕	
佐々木陸人	
高橋 洋平	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	
佐々木陸人	
今井 智裕	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	
及川 忍	
佐々木陸人	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	
佐々木陸人	
今井 智裕	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	

● 勤功章(2回目)	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	
及川 忍	
佐々木陸人	
西川 治臣	
野矢 让司	
高橋 洋平	
河瀬 友明	
佐々木陸人	
今井 智裕	
藤澤 秀明	
本多 倍馬	
阿部 誠之	

● 勤功章	

■自己負担限度額表

【1年分の自己負担額の計算期間：8月1日～翌年7月31日】

負担割合	区分	自己負担額の合計の基準額
3割	現役並み所得者	課税所得 690万円以上 212万円
		課税所得 380万円以上 141万円
		課税所得 145万円以上 67万円
2割	一定以上所得者	56万円
1割	一般	
	住民税 区分 II(※1)	31万円
	非課税 世帯 区分 I(※2)	19万円

※1 世帯全員が住民税非課税で区分Iに該当しない方
※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合その受給額が80万6,700円以下、給与所得がある場合さらに10万円控除)、または老齢福祉年金を受給している方

●問い合わせ

保健福祉課国保介護係 ☎ 53-3000
北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ (011)290-5601

高額介護合算療養費

後期高齢者医療制度のお知らせ

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。同じ世帯の被保険者が1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が左表の基準額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度と介護保険から支給されますが、該当となる方には3月に申請書を送付しますので、保健福祉課へご提出ください。

※後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

※支給額が500円以下の場合は支給されません。

令和8年度 人間ドックのぞ案内

1年に1回の健診で、生活習慣の改善と、がんの早期発見を!

2月16日(月)から受付開始!

実施スケジュール

実施月日	男性	女性
4月	6日	1名
	16日	1名
	17日	2名
	22日	2名
5月	8日	1名
	12日	1名
	13日	2名
	18日	1名
	20日	2名
	22日	3名
	29日	1名

実施月日	男性	女性
6月	17日	2名
	29日	3名
	30日	1名
7月	6日	5名
	9日	2名
	23日	1名
	28日	1名
8月	13日	1名
	17日	1名
	21日	1名
	26日	2名
12月	1日	1名
	9日	1名
	24日	3名

【対象者】40歳以上の方

(事業所健診受診者は対象外です)

※農協組合員及びその家族の方は農協共済課の取りまとめでお申し込みください。

料金

●基本検査

- ・国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者 18,000円
- ・上記以外の医療保険加入者 25,000円

オプション検診の詳細については、下記二次元コードよりホームページにてご確認ください。



申込方法

受付期間は令和8年2月16日(月)から

受診を希望される方は電話または下記二次元コードよりお申し込みください。



※1日あたりの受診者数に限りがありますので、お早めにお申し込みください。



●問い合わせ
保健福祉課保健推進係 ☎ 53-3000

ゼロカーボン推進のため連携協定を締結

更別村・株式会社十勝さらべつ共創カンパニーによる連携協定締結式



更別地域一体となって脱炭素・ゼロカーボンを推進するために、12月17日に株式会社十勝さらべつ共創カンパニー（中嶋崇史代表取締役社長）と連携協定の締結式が開催されました。中嶋代表は「縁があり更別村での脱炭素の取り組みに向け協議を重ねてきました。2030年、2050年の中長期目標に少しでも近づけるよう力を発揮していきたい」とあいさつ。西山村長は「2020年に脱炭素宣言を行い、2023年には更別村温暖化対策実行計画を策定。2030年には温室効果ガス排出量を48%削減する目標を打ち立ててきました。この連携により、大きく前進することを期待します」とあいさつしました。

観光振興担当地域おこし協力隊員着任



1月5日、観光振興担当の地域おこし協力隊員として、岐阜県岐阜市出身の古田 英志（ふるたえいじ）さんが着任しました。古田さんは「これまでSNSやWEB、動画を通じて地方企業の売上向上に取り組んできました。その経験、知識を活かし、更別村の観光振興に貢献したいと考えています。まずは、村の一員として学びながら村の皆さんと一緒に盛り上げていきたいと思います」とあいさつ。西山村長は「これまでに培ってきた経験と知識を活かして更別村の観光振興に力を貸していただきたい」と期待の言葉を贈りました。



12/25 マジックにびっくり!
夢ん子ハッピークリスマス

農業環境改善センターで夢ん子ハッピークリスマスが行われました。村在住のガッシーさんによるマジックショーやバルーンショー、ALTのジョイさんによるクリスマスに関する絵本の読み聞かせで参加した子供たちを楽しませました。



1/14 みんなで仲良く遊んでね 保育園に的当て遊具贈呈

どんぐり保育園で的に向かってボールを投げる遊具「ストラックアウト」の贈呈式が行われました。

北海道高校野球連盟十勝支部の普及振興事業の一環で行われ、更別農業高校の生徒からどんぐり保育園の園児に「仲良く使ってね」と贈呈されました。



更別村の現況を情報共有 村づくり懇談会開催

村社会福祉センターで村づくり懇談会が開催され、役場、農協、商工会、森林組合、村議会議員など66名が参加しました。基調講演では、『エネルギーから拡がる地域共創カンパニー』と題し、(株)リクロスエクスパンションの中嶋代表が講演しました。



12/17 認知症を学んで理解深める 中学生が認知症サポーターに

更別中央中学校で地域包括支援センター（保健福祉課）の認知症センター養成講座が1年生を対象に実施されました。生徒は認知症について学んだ後、高齢者体験や車いす体験し、理解を深めました。



1/4 一歩ずつ、ゆっくりと おやこスケート教室開講

更別小学校スケートリンクで親子のふれあいと健康の保持・増進を目的に『おやこスケート教室』が開催され、11組の親子が参加しました。教室では、村スポーツ推進委員やスケート少年団指導員が子供たちに優しく声をかけながら指導。1時間程楽しく滑りました。



滋賀と長崎をつなぐ 更高で遠隔交流授業

更別農業高校と東大津高校(滋賀県)、壱岐商業高校(長崎県)の3校をオンラインで繋ぎ、「持続可能な地域モビリティ」と題した授業が行われ、更別農業高校からは2年生の34名が参加しました。授業では各地の交通事情や交通弱者について考え、話し合いました。



12月23日、更別中央中学校3年生が村議会を訪問。議員8名と意見交換を行いました。中学生は5班に分かれて事前に作った資料を使い、『ひとつなレストラン』、『交通網の発達』、『ベストショットコンテスト』、『持続可能な福祉』、『医療の確保』、『ようこそ・ただいま制度』などについてプレゼンテーションし、更別村がより一層活性化する政策の提案をしました。



半世紀の伝統を大切に **末広学級 50周年祝賀会**

社会福祉センターで末広学級新年お楽しみ会と50周年記念祝賀会が開催され、学級生52名が参加しました。開会式で大西英明学級長（阿部義昭さん代読）が「末広学級は今年で半世紀という節目を迎めました。これからも学びと交流を絶やすことなく、学級生同士がお互いを支え、明るく元気な地域に貢献していきたい」と挨拶。その後、じゃんけん大会や福引が行われ、祝賀会の余興では、学級生の自慢の歌声が披露されました。



今年はこれが最後となりますが、お互いのプレーを讃えあうとても有意義な時間となりました。

全校生徒が揃って楽しめる大きな行事は、これが最後となりますが、お互いのプレーを讃えあうとても有意義な時間となりました。

年B組となりました。競技結果、総合優勝は2年A組、準優勝は3年A組、3年B組となりました。競技委員会が中心となり運営や主審・線審を行い、学年同士の団体競技は「ソフトバレー」のほか、例年行なっている「バーボール」や「ミニバレー」も行われたため、競技数も3種目となり、どの競技でも白熱した試合が展開されました。



女子サッカー
全国大会に出場!

十勝 FS リトルガールズに所属する進藤希桜（しんどうこはる）さんは、4月26日～9月7日にかけて開催された2025年度U-15女子サッカーリーグ北海道（1部リーグ）で優勝。12月6日に開催される2025年度高円宮妃杯JFK全日本U-15女子サッカーリーグ大会の出場権を獲得し、11月26日、宝輪教育長に出場報告をしました。



中学生スピードスケート
全国大会に5名出場!

第56回北海道中学校スケート大会に出場する更別中央中学校の生徒が12月25日に村教育委員会を訪れ、宝輪教育長へ報告しました。出場するのは太田佳来さん、田村光一朗さん、高久絢未さん、松野七星さん、菅野竜市朗さんの5名。高久さんは「昨年の悔しい思いをバネに、ベストな滑りをしたい」と意気込みました。



空手全国大会
8位入賞!

12月11日、文部科学大臣杯第19回JKO全日本ジュニア空手道選手権大会に出場した大友悠聖さんの出場報告会が役場で行われました。大会は11月23日東京都で行われ、高校男子70kg以上の部でベスト8の記録を残されました。大友さんは「来年は優勝し、トロフィーを持ち帰られるよう日々の稽古に励みたいと思います。応援ありがとうございました」と述べました

更別農業高校ニュース

スポーツ大会を終えて
イベント運営委員会委員長

齋藤一斗

（

）

昨年の12月下旬、インフルエンザなどの疾病や雪害などがあり、生徒が揃うか不安に思う面もありましたが、12月22日（月）にスポーツ大会が開催されました。生徒のほぼ全員が出席し、令和7年最後の学校行事が無事に終わりました。今年は種目に「ソフトバレー」が導入され、大盛り上がりとなりました。ソフトバレーとは、バーボールとほぼ同じルールですが、バドミントンのコートで行い、ネットを少し高くして、弾力性のあるボールでレシーブやアタックの醍醐味を手軽に楽しめる競技です。

（

）

競技は「ソフトバレー」のほか、例年行なっている「バーボール」や「ミニバレー」も行われたため、競技数も3種目となり、どの競技でも白熱した試合が展開されました。

（

）

今年は種目に「ソフトバレー」が導入され、大盛り上がりとなりました。ソフトバレーとは、バーボールとほぼ同じルールですが、バドミントンのコートで行い、ネットを少し高くして、弾力性のあるボールでレシーブやアタックの醍醐味を手軽に楽しめる競技です。

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

）

（

地域安全ニュース

■更別村の交通事故死ゼロ記録
391日（1月31日現在）

- 「SNSやEメールを利用した詐欺に注意！」
Instagram、Facebook、XなどのSNSやショートメッセージ、Eメールを利用し、最終的にはお金を振り込ませる詐欺に気をつけましょう。最近特に多いのは下記の内容になります。似た内容のメール等が届きましたら記載されている番号に電話をしたり返信をせず、慌てずに家族や役場住民生活課にご相談ください。
- ・運送会社を名乗る者から
「荷物のお届けにあがりましたが不在のため持ち帰りました。下記によりご連絡ください。」
- ・クレジットカード会社、インターネットショッピング等を名乗る者から
「お客様のアカウントは停止されました。下記URLから暗証番号を入力し、再設定してください」

令和8年
4月1日

福祉の里温泉 入浴料（大人）の 改定について

令和8年4月1日より老人保健福祉センター浴室使用料（福祉の里温泉入浴料）を次のとおり改定します。

入浴料	改定前 (～3月31日)	改定後 (4月1日～)
大人 1回券	450円	500円
大人 回数券 (11枚綴り)	4,500円	5,000円

※3月31日までに購入された回数券は、差額分をお支払いいただくことでご利用できます。

※小学生、中学生、村内に住所を有する満65歳以上の方及び村内に居住し、身体障害者手帳、療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方の入浴料は変わりません。

●問い合わせ

保健福祉課福祉係

☎ 53-3000

- ・上司や社長を名乗る者から
「出張先での支払いがあるので急ぎで〇〇〇万円を指定口座に送金してほしい」

戸籍の窓口

声のテーブル

～広聴ハガキをいただきました～

Q

ごみステーションでの乾電池の回収を検討して欲しいです。

A

ごみの巡回収集に関するご質問について、次のとおりお答えします。

貴重なご意見ありがとうございます。ご要望いただきました電池の巡回収集について、現在巡回収集を行っている資源物は、受け入れ対象と対象外の確認が容易な資源物に限り実施しています。

乾電池やライターなど危険ごみの巡回収集は対象外のものも多く、現場での確認が難しいことから、実施は困難な状況です。

しかしながら、今回のご要望により、今後、リサイクルセンターへの持ち込みが難しい方を対象とした巡回収集の実施など検討を進めてまいりますので、引き続きご理解、ご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。

●問い合わせ

住民生活課住民生活係

☎ 52-2112

人の動き

2026年1月1日現在

※()内の数字は前月比



総人口
3,052人
(+1人)

男性
1,496人
(-2人)

女性
1,556人
(+3人)

世帯数
1,365世帯
(+1世帯)

