

# 今月の 「お知らせ」です



広報ニセコ6月号とともに、みなさんへ回覧している文書です。また、回覧されている文書のほかに、みなさんにお知らせしたい内容はこちらのホームページのチラシ一覧に掲載しています。

いつでも、お好きなタイミングで確認できます。



## 【チラシ一覧】

今月のお知らせは、下記のとおりです。

No.	内 容	発 行 元
1	肺炎球菌ワクチン予防接種	保健福祉課健康づくり係
2	ニセコ町健康運動教室参加者募集	保健福祉課健康づくり係
3	貯金教室参加者募集	地域包括支援センター
4	社会福祉協議会6月主催行事	ニセコ町社会福祉協議会
5	赤い羽根共同募金2026年ニセコ町限定ピンバッジ	ニセコ町共同募金委員会
6	ファミサポだよりvol.43	ファミサポニセコ
7	北海道ニセコ高等学校・ニセコ国際高等学校 学校だより	北海道ニセコ高等学校・ニセコ国際高等学校
8	北海道ニセコ高等学校・ニセコ国際高等学校町民参観日	北海道ニセコ高等学校・ニセコ国際高等学校

令和8年度

# 肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ

高齢者の肺炎の中で、最も頻度の高い「肺炎球菌」には100種類以上の型がありますが、ワクチン接種によりそのうち20種類に対して免疫をつけることができます。接種することによって、重症化防止などの効果が期待されます。対象となる方は予防接種を受けましょう。



## 接種助成対象者

- 1、町内にお住まいで、65歳の方（接種日時点）
- 2、町内にお住まいの60歳以上64歳の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方

## 接種回数

1回接種（助成の対象は、生涯で1回のみです。）

### ※注意※

上記年齢の該当になる方で、すでに肺炎球菌ワクチン接種済の方、過去に町の助成制度を利用した方は助成の対象となりません。

## 助成金額及び接種方法

自己負担金額 3,000円

※生活保護の方は無料です。（事前に役場で手続きをしてください。）

## 助成の対象となる期間

65歳の1年間 です。（または上記2の対象者の方）

※助成の対象となる方で、接種を希望する方は、接種の機会を逸することがないようにご注意ください。

予約方法、料金のお支払いについては裏面をご覧ください。



## 予約方法・お支払い方法

### ①ニセコ医院で接種する場合



#### 手続き方法

1) ニセコ医院へ予約します。(電話 0136-44-2201)

接種日 月～金 8:30～12:00、13:00～16:00

(火・木は午前中のみ)

※ 予約日時点の年齢が **65歳** であることをご確認ください。

2) 予約日に予防接種します。

持ち物：肺炎球菌予防接種助成券(個別通知しています。)

予診票、健康保険証(又はマイナ保険証、資格確認書)

3) 窓口支払い

**自己負担額 3,000円** をお支払いいただきます。

※生活保護を受給されている方は、事前に手続きが必要となります。

役場保健福祉課へお越しください。

### ②町外の医療機関で接種する場合

一度料金を全額お支払いいただき、役場保健福祉課へ申請 が必要です。

持ち物：予防接種の領収書、口座番号の確認ができるもの

後日、接種料金より自己負担額 3,000円を差し引いた金額を口座振込いたします。

(医療機関により接種料金が違いますので、ご確認の上接種してください。)



お問い合わせ先

ニセコ町役場 保健福祉課 健康づくり係

電話 0136-56-8840

# ニセコ町健康運動教室 参加者募集中!

運動不足を解消する為に皆さんで楽しく体を動かしませんか? 簡単な運動から体幹トレーニング、ストレッチやリズム運動、家でも出来るアンチエイジングを行きましょう!

●スケジュール(※内容は変更する場合がございます。ストレッチは全項目で実施致します。)

場所	時間帯	定員	日程	内容	持ち物
町民 センター 大ホール	19:00 ~ 20:30	25 名	1回目 7月7日(火)	※有酸素運動や、身体機能改善と筋力アップを重視した運動を実施します。  運動の例) ・ストレッチ ・柔軟運動 ・ジョイントモビリティ(関節の可動域を広げる体操) ・ストレッチポールを使った体操 ・肩こり、腰痛改善体操	・ヨガマット (貸出しあり) ・運動着 (動きやすい服装) ・運動靴 ・汗拭きタオル ・飲み物
			2回目 7月21日(火)		
			3回目 8月 4日(火)		
			4回目 8月18日(火)		
			5回目 9月8日(火)		
			6回目 9月29日(火)		
			7回目 10月6日(火)		
			8回目 10月20日(火)		
			9回目 11月10日(火)		
			10回目 11月24日(火)		



## お問い合わせ・お申し込み

申込み期限: **6月30日(火)** まで  
 申込み先: ニセコ町役場  
 保健福祉課 健康づくり係 齋藤、松井  
 TEL: 0136-568840

# 簡単な運動で

全12回 開催

期間：令和8年6月～令和8年11月

時間：10時30分～12時

会場：ニセコ町民センター

## 筋肉を「貯筋」しませんか？

# 介護予防のために！



ちよきん

# 貯筋教室



### 貯筋って??

お金を貯める「貯金」のように、  
運動をして筋肉を貯めておくことを「貯筋」といいます。  
筋肉もお金と同じで、  
いざという時のために「貯筋」しておくことが重要です。

### 参加者募集！



### 参加者の声・・・

女性も 男性も  
ご夫婦も どうぞ！

- ・楽しみに出かけられました。また参加したいと  
思います。(70代・女性)
- ・初めて参加しました。自分のペースで丁度良い  
運動ができました。(70代・女性)

### どんなことするの??

- ◆ 2週間に1回90分の教室を6か月間続けます。
- ◆ ストレッチや家でもできる簡単な筋トレをします。  
運動は、椅子に座ったままでも参加できます。
- ◆ 作業療法士、歯科衛生士が指導します。
- ◆ 個人の身体・健康状態に合わせた内容で行います。

運動に自信がない方は、  
講師・ボランティア・保健師が  
サポートします！



詳しくは、裏面をご確認ください

# 令和8年度 介護予防教室 「貯筋教室」

開催予定日：

月 日	曜日
6月15日	月
6月26日	金
7月6日	月
7月24日	金
8月7日	金
8月24日	月
9月7日	月
9月24日	木
10月6日	火
10月22日	木
11月6日	金
11月20日	金

時 間： 10時30分～12時

会 場： ニセコ町民センター

内 容： ・準備体操、ストレッチ  
・身体機能、口腔機能向上のための運動  
・ゴムバンド体操 など

持ち物： ・運動しやすい服装と靴  
・タオル  
・飲み物



## 注意事項

- ・参加費は無料です。
- ・教室会場までは、各自でお越してください。
- ・膝や腰、心臓等に病気がある方は事前に主治医にご相談ください。
- ・続けることが大切です、できるだけ最後まで参加しましょう。
- ・当日、発熱や風邪症状など、体調の変化を感じる時は、参加をご遠慮ください。
- ・天候等により開催を中止する場合があります。



一緒に活動してくれる  
ボランティアさんも  
募集しています。  
現在9名が活動中！

## お申込み・お問合せ先

申込期限： 6月5日（金）まで

申 込 先： ニセコ町地域包括支援センター（ニセコ町役場保健福祉課内）

電 話： 56 - 8840（課直通）

# 社会福祉協議会 6月 主催行事のご案内



6月 9日(火) 9:20までに  
30日(火) 町民センター集合！  
正面玄関に集合してください！  
9:30出発 町内を歩きます

遅くとも11:30までには戻ってきます。

綺羅ポイント  
適用



6月12日(金)町民センター 研修室1  
26日(金) " "  
10:00～11:30

綺羅ポイント  
適用

歩行機能と認知機能の改善効果が認められているふまねっとを中心に筋トレとは異なり、身体に掛かる負荷が非常に軽く楽しく取り組むことができる運動や集まった皆さんで楽しくおしゃべり、ゲームなどをして過ごします。

ちょっとした息抜きに、ぜひ遊びに来てください。

## 【参加される皆さんへ】

動きやすい服装と上靴、水、タオルをご持参ください。  
尚、都合により予定が変更する場合があります。  
当日、体調が優れない方は参加をご遠慮ください。

5月から社協主催または関連する事業に参加すると  
綺羅ポイント(1ポイント)が貰えます。  
参加の際は、綺羅カードをお忘れなく！

【問合せ】 社会福祉法人 ニセコ町社会福祉協議会

担当 滝下 ☎0136-44-2234



# 赤い羽根共同募金

2026年 ニセコ町限定  
ピンバッジ



デザイン  
浅川寧音さん

500円以上の募金で1個進呈します

道の駅ビュープラザ・綺羅乃湯・ニセコ町役場  
ニセコ町社会福祉協議会で取扱いしています

## ニセコ町共同募金委員会

ニセコ町字富士見95番地(ニセコ町社会福祉協議会内)

電話 0136-44-2234

# ファミサポだより

vol. 43 2026年6月号

お問い合わせ



6月 申し込み 開催講座 **受付中**

すべての講座  
お子さん連れOK

6/3水 **英語を学ぼう①**

外国語を話すお子さんをサポートする際の困りごと相談会、託児に役立つ簡単な英語を学ぼう!!

6/17水 **英語を学ぼう②**

英語の絵本や手遊びをテーマにしたワークショップ

講師 ニセコ国際高校 加藤恵梨先生

場所 ニセコ国際高校2階ワールドビレッジ

時間 両日10:00~11:00

参加無料

どちらかだけの参加可能、当日参加も大歓迎です!

お申し込みは、  
こちらから



6/22月 **香り高いカカオに癒される  
大人のチョコレート学**

カカオからチョコレートを作っている倶知安樺山にあるnicoさん。今回は、チョコレートの知られざる効果や魅力についてnicoさんのキットを利用して深く学びます。うれしいテイスティングタイムも♪

講師 nicaoスタッフ 中谷さゆりさん

場所 ニセコ町民センター 研修室1

時間 10:00~11:00

参加費500円

**定員あり** 必ず事前の申し込みをお願いします。

お申し込みは、  
こちらから



## サポーター

養成講座は、オンデマンド  
受講が可能です!!

冬が過ぎ、ファミサポのご予約状況も落ち着きました。この時期に、力を入れたいのが、私たちと一緒にニセコ町の子育てを応援してくださるサポーターさんの育成です。有償ボランティアですのでお仕事をされている方も活動ができます。お子さんが好きな方、子育てがひと段落した方、隙間時間に地域の役に立つことをしたい方、ママ同士助け合いたいと思っている方…ぜひ、地域全体で子育てを助け合える町にしていきたいです。

サポーターになるためには... → **養成講座を受講する**

申し込み



① オンデマンドで自分のペースで受講する

② 会場で受講する (年数回開催)

ご希望の方はご連絡ください

③ 個別で日程を設定して受講する (ご希望に添います)

## ニセコ医院

託児室の利用時間

月火水金 8:00~17:00

木土 8:00~12:00

日祝日 利用不可

ニセコ医院の開院時間のみしか  
利用できません。完全予約制

**利用会員** 申し込み



ニセコ町に住民票のある0歳から小6までのお子さんが対象



# 心ひとつに

第306号 2026年5月31日 発行

## ニセコワイナリー学習で「ブドウの定植」に挑戦しました！



5月12日(火)、2年生のワイナリー学習にて500本の苗木の植え付けを行いました。品種は、スパークリングワインの原料となる「シャルドネ」と「ピノ・ノワール」で、穂木と苗木の位置を慎重に確認しながら、力を合わせて1本ずつ丁寧に植え進めました。

また、生徒たちは、「どうすればブドウの収量を増加させられるか」という問いに対する答えを探るため、ニセコワイナリーの本間さんやブドウ栽培修士のキング先生に積極的に英語で質問し、専門的なアドバイスをいただきました。

今回植えた苗木は、生徒たちが20歳になる頃に、美味しいスパークリングワインとなる予定です。

## バスケットボール部・バレーボール部・バドミントン部、全道大会進出決定！

5月23日(土)、東急コミュニティーアリーナ（倶知安町総合体育館、倶知安町）にて行われた定通体連後志支部大会に、バスケットボール部・バレーボール部・バドミントン部が出場しました。結果は、男子バスケットボール部、男女バレーボール部が優勝、バドミントン部は個人戦で男子1名・女子1名が入賞し、それぞれ全道大会への進出を決めました。全道大会への出場を決めた選手も、出場がかなわなかった選手も、日ごろの練習の成果を遺憾なく発揮することができたようです。

今回、各部において好成績を残すことができたのは、会場に駆けつけ、大きな声援を送ってくださった保護者の皆様はもとより、地域の皆様の手厚いご支援と温かいご声援の賜物です。この場を借りて御礼申し上げます。

全道大会は6月20日・21日に札幌市（バスケットボール、バドミントン）、千歳市（バレーボール）で開催されます。引き続き応援よろしくお願いたします。



### 〇6月の行事予定〇

1日(月)	夏季略装許可 全校集会	17日(水)	市立札幌藻岩高校探究交流会(1年次)
6日(土)	町民参観日	24日(水)	全学年Fビレッジ視察研修
8日(月)~15日(月)	2学年インターンシップ	29日(月)	1年次進研総合学力テスト 3学年花フェスタ視察

ニセコ高校公式HP



Instagram



Facebook





# 北海道ニセコ高校 ニセコ国際高校

2026年  
6月6日(土)

## 町民参観日

— 学校説明会 同日開催 —

📍 本校各教室・体育館 (ニセコ町字富士見141-9)

🕒 8:55 AM – 12:15 PM



### 授業時間割

#### ニセコ高校 (2・3年生)

1時間目：8:55 - 9:40  
2時間目：9:45 - 10:30  
3時間目：10:40 - 11:25  
4時間目：11:30 - 12:15

#### ニセコ国際高校 (1年生)

1時間目：8:55 - 10:25  
2時間目：10:40 - 12:10

## 拓こう！世界中が舞台だ

### 学校説明会

(10:00 - 10:30) 場所：本校体育館

2026年4月開校【ニセコ国際高校】についてご紹介いたします。  
本校にご興味をお持ちの皆さま、ぜひお気軽にご来校ください。

学校HP



Instagram



【お問い合わせ】

ニセコ高校／ニセコ国際高校

☎ 0136-44-2224 (教頭：高井)

授業科目は、実施日が近づきましたら学校ホームページ・SNS等に掲載いたします。