



マタギ歴48年

これからも  
命をかけて千歳市民を  
お守りします

北海道猟友会千歳支部 支部長

坂井 憲一 さん

CANSAY千歳  
春日 桜

## 千歳から、世界へ。

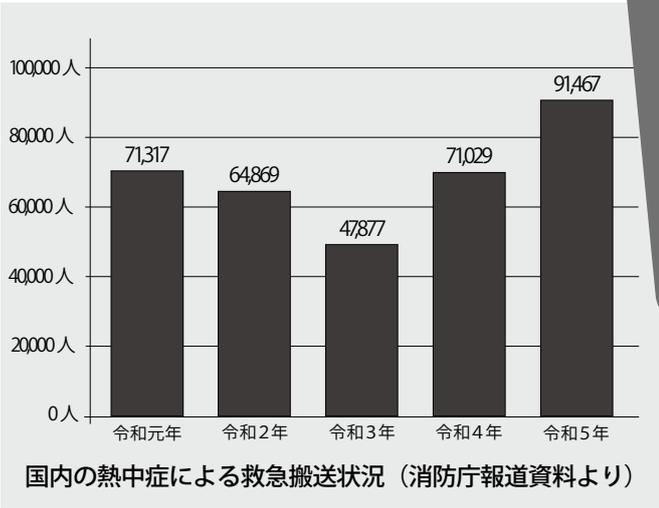
CANSAY千歳  
森本 将太

特集 熱中症にご注意ください

今月の焦点 放置するとどうなる？その空き家

# 熱中症にご注意ください

【詳細】健康づくり課管理係 ☎ (24)0361 ㊟ (24)8418



最近の夏は、暑い日々が続き、年々きびしさが増えています。毎年、熱中症で体調を崩す人が増えており、全国における熱中症による救急搬送は、令和5年度が91,467人で、令和4年度の71,029人と比べると20,438人増加しています。熱中症は、予防と早期処置が大切です。正しい知識・予防策・対処方法を身につけ、暑さに負けない「からだづくり」を行い、今年の夏を元気に過ごしましょう。



## 熱中症とは

気温や湿度が高い環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分(ナトリウム)のバランスが崩れ、体温を調節する機能がうまく働かなくなり、めまい、吐き気、頭痛、体温上昇、けいれんや意識の異常など、さまざまな障害を起こす症状のことで、重症になると死にいたることがあります。

家の中でじっとしていても、室温や湿度が高いときは、体から熱が逃げにくく、熱中症になることがあります。発生場所別では、全体の約4割が室内で起きているので注意が必要です。

熱中症は、いつでも、誰でもなる可能性があります。正しい

い予防法や応急処置を知っておくことで、発症リスクを抑え、重症化を回避することができます。《暑さ指数》や《熱中症警戒アラート》などを活用し、十分な対策をとりましょう。

## 熱中症になりやすい時期

熱中症は、真夏日(最高気温30度以上)が多くなるころに増えはじめ、猛暑日(最高気温35度以上)になるころには急増します。

急に気温が高くなる日などはもちろん注意が必要ですが、体が暑さになれる前の6月頃にも起こりやすいといわれています。また、気温が低い日でも湿度が高いと熱中症にかかりやすくなります。

## 熱中症になりやすい場所

気温が高い場所、湿度が高い場所、風が弱い場所、日差しが強い場所、照り返しが強い場所などでは注意が必要です。

具体的には、工事現場、運動場、体育館、一般家庭の風呂場、気密性の高いビルやマンションの最上階、閉め切った車内や室内、道路やコンクリート壁の付近などがあげられます。

## 熱中症に関する Q & A

**Q 1** 熱中症になりやすい人は?

**A 1** 子どもや、体内の水分量が少なく暑さに気づきにくい高齢者は特に注意が必要です。また、屋外で働く人やキッチンで火を使う人、スポーツをする人なども注意しましょう。

**Q 2** 夜でも熱中症になりますか?

**A 2** 昼間に屋根や壁が暖められ、蓄えられた熱によって夜でも室温が上昇し、熱中症になることがあります。エアコンや扇風機などの冷房機器を用いて適度に室温を下げましょう。また、就寝中も体の水分は失われるので、気づかぬうちに熱中症になることがあります。

**Q 3** 熱中症と日射病・熱射病の違いは何?

**A 3** 昔は、強い直射日光に長時間あたることで起こる《日射病》や、屋内外を問わず高温多湿な環境下に長時間いることで起こる《熱射病》と、呼び方がさまざまでしたが、平成12年からは《熱中症》に統一されました。

# 《熱中症（特別）警戒アラート》を活用しましょう！

《熱中症警戒アラート（暑さ指数 33 以上）》は、危険な暑さが予想される場合に、気象庁と環境省が《暑さ》への気づきを促し、熱中症への警戒を呼びかけるものです。「熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日」の前日 17 時頃および当日の朝 5 時頃の 1 日 2 回発表されます。

また、今年度からは、気温が特に著しく高くなることにより、熱中症による重大な健康被害が生ずるおそれのある場合に発表される《熱中症特別警戒アラート（暑さ指数 35 以上）》が創設されました。《熱中症特別警戒アラート》は、「過去に例のない危険な暑さが予測される日」の前日の 14 時頃に発表されます。

熱中症を予防するために、《暑さ指数》や《熱中症警戒アラート》などを確認しましょう。

## 《熱中症警戒アラート》などが発表されたら？

- ・普段以上に《熱中症予防行動》を実践しましょう。
- ・熱中症リスクの高い高齢者や乳幼児などに気を配りましょう。
- ・外出はできるだけ避け、暑さを避けましょう。

暑いと感じたら  
チェックしよう！



環境省熱中症  
予防情報サイト

	熱中症特別警戒アラート（暑さ指数 35 以上）	熱中症警戒アラート（暑さ指数 33 以上）
位置 づけ	気温が <b>特に著しく</b> 高くなることで、熱中症により <b>人の健康にかかる重大な被害が生ずるおそれがある</b> 場合	気温が著しく高くなることで、熱中症により <b>人の健康にかかる被害が生ずるおそれがある</b> 場合

## 《暑さ指数》に応じた注意事項など

暑さ指数 (WBGT)	日常生活における注意事項	熱中症予防運動指針
<b>危険</b> (31 以上)	高齢者は安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	<b>運動は原則中止</b> ・特別の場合を除き運動を中止する。 ・特に子どもの場合には中止すべき。
<b>嚴重警戒</b> (28 以上 31 未満)	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	<b>嚴重警戒（激しい運動は中止）</b> ・熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 ・10～20 分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。 ・暑さに弱い人は運動を軽減または中止する。
<b>警戒</b> (25 以上 28 未満)	運動や激しい作業をするときは定期的に十分に休憩を取り入れる。	<b>警戒（積極的に休憩）</b> ・熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適切に水分、塩分を補給する。 ・激しい運動では、30 分おきくらいに休憩をとる。
<b>注意</b> (25 未満)	一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	<b>注意（積極的に水分補給）</b> ・熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 ・熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分、塩分を補給する。

※暑さ指数とは、人間の熱バランスに影響の大きい《気温》《湿度》《輻射熱》の3つの要因を考慮した指標です。

**A** 6

犬や猫も熱中症になります。高温多湿な環境に長時間さらされ体温が上昇し、高体温や脱水になることで起こるほか、体温を発散する機能が低下しているときや過度な運動でなることもあります。

**Q** 6

犬や猫も熱中症になるの？

運動による強いからだづくりが大切です。日ごろからウォーキングなどで《汗をかく習慣》を身につけていると、暑さに対応しやすくなり、熱中症になりにくくなります。体が熱さに慣れるまでには数日から2週間程度かかるといわれています。暑さが本格化する前から習慣化することがおすすめです。

**A** 5

**Q** 5

「暑さを避ける、こまめに水分を補給する」以外の熱中症予防策は？

運動による強いからだづくりが大切です。日ごろからウォーキングなどで《汗をかく習慣》を身につけていると、暑さに対応しやすくなり、熱中症になりにくくなります。体が熱さに慣れるまでには数日から2週間程度かかるといわれています。暑さが本格化する前から習慣化することがおすすめです。

**A** 4

**Q** 4

熱中症予防に効果的な栄養素は？

1日3食バランス良く食事をとることが一番大切です。体内の水分量を調節するカリウム（野菜・海藻・いも類・大豆・果物など）、疲れにくい体にするビタミンB1（豚肉・玄米・レバー・ウナギ・大豆など）、免疫力を高めるビタミンC（野菜・果物・いも類・レバーなど）をとることが効果的です。

# 熱中症

を

# 予防

するためには？

## 暑さを避けましょう



扇風機やエアコンで温度をこまめに調節



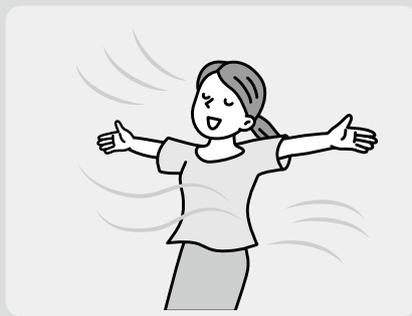
遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用



外出時には日傘や帽子を着用



天気の良い日は日陰を利用、こまめに休憩



吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用



保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

## こまめに水分・塩分を補給しましょう

体の5%の水分を失うと熱中症の症状が現れるので、

- 1 日 1.2 リットルの水分を補給**
  - ・平常時は1日 1.2 リットルを目安に水や麦茶などの水分をこまめに補給しましょう。
- 2 たくさん汗をかいたら塩分も補給**
  - ・運動時など、たくさん汗をかいているときは、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液などで塩分も補給しましょう。
- 3 起床時、入浴前後、就寝前にも水分補給**
  - ・睡眠中や入浴中は汗をかき、体内の水分が多量に失われるので、就寝前と起床時、入浴後に水分を補給しましょう。

1日あたり  
1.2リットルを  
目安に補給

=



コップ約6杯分

## 高齢者は特に注意しましょう

高齢者は、

- 1 体内の水分が不足しがちです**
  - ・高齢者はもともと若年者よりも体内の水分量が少ないです。
  - ・体の老廃物を排出するため、たくさんの尿を排出します。
- 2 暑さに対する感覚機能が低下しています**
  - ・加齢により、暑さや喉の渇きに対する感覚が鈍くなります。
- 3 暑さに対する体の調節機能が低下します**
  - ・高齢者は体に熱がたまりやすく、暑いときには若年者よりも循環器への負担が大きくなります。



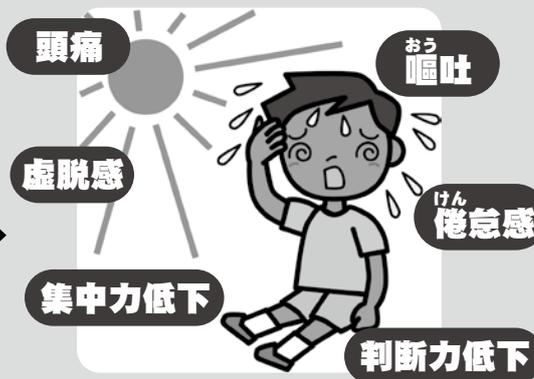
室内に温湿度計を置き、28度を超えないようにし、喉が渇かなくてもこまめに水分補給しましょう。

# こんな症状があったら **熱中症** を **疑** みましょう！

## 【軽症の症状】



## 【中等症の症状】



症状が進むと...

※熱中症の症状は3種類に分けられます。上記の軽症、中等症よりも症状が進んだ《重症（意識がない、反応がおかしい、全身けいれん、高体温、発汗停止）》のときは、ためらわずに救急車を呼びましょう。

## 熱中症の 応急処置

“早めの対策・対処で重症化を防ぎましょう”

## 熱中症対応フローチャート

チェック1

熱中症を疑う症状はありますか？

めまい・立ちくらみ・大量の発汗・頭痛・嘔吐・虚脱感・倦怠感・意識障害・けいれん・高体温など

はい

チェック2

呼びかけに応えますか？

いいえ

ただちに救急車を呼ぶ



**119番通報** 救急車が到着するまでの間に《応急手当》を始めましょう。呼びかけへの反応が悪いときは無理に水を飲ませるはいけません。

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

チェック3

水分を自分で摂取できますか？

いいえ

医療機関へ



具合が悪くなったときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう。

はい

水分・塩分を補給する

チェック4

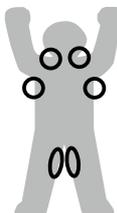
症状がよくなりましたか？

いいえ

**応急手当**

**応急手当のポイント！**

涼しい場所へ移動し、服をゆるめ、安静にしましょう。エアコン、扇風機、うちわを使い、体を冷やしましょう。



**さらに、直接体を冷やしましょう。**

- ・首の周り、脇の下、太もものつけねなど太い血管の部分で冷たいおしぼり、保冷剤、氷のう、冷たいペットボトルなどで冷やしましょう。
- ・冷たい水分をとりましょう。

そのまま安静にして休息をとり、回復するのを待ちましょう

はい

# 千歳市 空家等 対策計画



所有者の高齢化や相続問題などから、今後、管理不全空家などの増加が心配されます。市民が安全かつ安心に暮らすことができる生活環境の維持・向上を図り、市の空家に関する施策を一層進めるため、今年3月、《千歳市空家等対策計画》をつくりました。

word

## 千歳市空家等対策委員会

市の関係部局で構成する千歳市空家等対策委員会を設置し、それぞれの役割対応や連携、情報共有することで、効率的な運営を行い、市民サービスの向上を図っています。

## 空き家情報を データベース化

水道閉栓情報や住民からの相談・通報をもとに、空き家の現地調査を行います。調査で空き家であると判断したときは、所有者情報の収集を行い、空き家データベースで管理します。

水道閉栓情報調査

空き家の現地調査

住民からの相談・通報

所有者情報の収集



空き家データベース

## 空き家の流通と 活用を促進

適切に管理されている空き家、修繕可能な空き家は、売却など新たに活用することが可能です。空き家の活用は、新たな空き家の増加抑制につながることから、空き家の流通と活用を促します。



## 所有者に自発的な 対応を促す

空き家の管理は所有者自らの責任において対応することが前提となります。市は広報活動のほか、所有者への情報提供や助言・必要な援助により、空き家を放置したときに生じる問題や維持管理の重要性を認識してもらい、自発的な対応を促します。



所有者など

広報活動

空き家の情報提供  
助言・必要な援助



修繕・解体・売却…  
自発的に対応！



## 困ったら 総合窓口へ相談を

市民からの空き家に関する相談については、市民生活課に総合窓口を設置しています。相談内容に応じて、関係部局が連携して対応します。

老朽化

害虫

雑草

野生動物

相続問題



総合窓口

(市民生活課)

## 問題の解決へ

## 各機関と連携して対応

不動産関係団体などとの連携による利活用の相談をはじめ、相続など権利関係に問題があり解決が難しいときは、市の無料法律相談や司法書士相談のほか、その他公的機関が実施する相談窓口と連携して、問題解決を促します。

不動産関係団体等との連携  
市の無料法律相談や司法書士相談  
その他公的機関が実施する相談窓口  
北海道空き家情報バンク

空き家に関するご相談は…

市民生活課 生活環境係 ☎(24)0261 FAX(27)3743

空き家の所有者や関係者は、空き家を適切に管理する責任があります。

空き家の放置は、さまざまなトラブルを発生させる可能性があります。

空き家について困ったときには、市民生活課生活環境係にご相談を！



放火・不審火 落書き 不法投棄  
不審者侵入 害虫発生 倒壊  
ご近所トラブル 地域イメージ低下…



人が住んでおらず、使用もされていない家のことを「空き家」といいます。今後、人口減少、高齢化、既存住宅の老朽化などを背景に、全国的な空き家の増加が見込まれています。

放置するとどうなる？

# その空き家

※記事中の「空き家」には、敷地、立木、工作物などを含みます。

## 周囲に悪影響を及ぼす

### “特定空き家”

空き家の中には、長期間放置されたことで著しく老朽化が進み、景観や衛生などの生活環境を悪化させるものや、倒壊や人の侵入によって事故の原因となりうるものもあります。このような空き家を“特定空き家”といいます。



## どんな家が

### 特定空き家になる？

国は平成26年、特定空き家の所有者に対し改善を促すための法律を制定しました（空家等対策の推進に関する特別措置法）。同法は、次のいずれかに当てはまる状態の家屋が特定空き家に該当すると定めています。

- そのまま放置すれば倒壊等著しく保安上危険となるおそれのある状態
- 著しく衛生上有害となるおそれのある状態
- 適切な管理が行われていないことにより著しく景観を損なっている状態
- その他周辺の生活環境の保全を図るために放置することが不適切である状態

## 特定空き家を

### 放置すると

### ペナルティも

特定空き家に認定された家屋の所有者には、市町村から「指導」、「助言」、「勧告」、「命令」などの対応を促す措置が行われます。

特定空き家

助言または指導

「改善されず」なら…

勧告

命令

違反すると…

行政代執行による  
除却（解体）

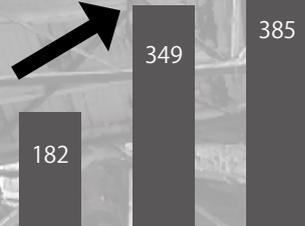
固定資産税の住宅用地特例から除外

勧告を受けると、固定資産税の住宅用地特例（家屋のある土地の固定資産税を、更地の場合の最大6分の1に軽減する措置）から除外されます。命令に違反した場合、50万円以下の過料を科せられるほか、命令を無視して適切な空き家管理をしない悪質なケースでは、「行政代執行」により解体が行われることがあります。

## 居住目的のない空き家の戸数（全国）

単位：万戸

20年で1.9倍！



## 居住目的のない空き家

人が住んでいない住宅で、転勤・入院などで居住世帯が長期にわたって不在の住宅や、建て替えなどのために取り壊すことになっている住宅などをいいます。

1998年 2018年 2023年 【出典】  
(速報値) 住宅・土地統計調査(総務省)

## 特定空き家の前段階

### “管理不全空き家”

令和5年12月の法改正により、自治体は、そのままでは特定空き家化するおそれのある空き家を“管理不全空き家”に認定できるようになりました。管理不全空き家も指導や勧告の対象であり、勧告を受けると特定空き家と同様に固定資産税の住宅用地特例を受けられなくなります。



固定資産税の住宅用地特例から除外

管理不全  
空き家

指導

勧告

放置・悪化すると、  
特定空き家への認定も

## 担当者の声

voice

私たちが力を入れているのは、空き家の管理不全を未然に防止することです。調査や近隣の方々からの相談で空き家だと判明すれば、直ちに所有者へ連絡を取り、問題意識を持ってもらうための啓発を行っています。自分の家の状況を知らない人も少なくなく、知らないうちにご近所の迷惑になっていることも。将来、自分の家が空き家になるかも？と思ったら、解体するべきか、活用はできないか、ご家族と相談して適正な管理を心がけてください。

千歳市市民生活課  
中山 主事

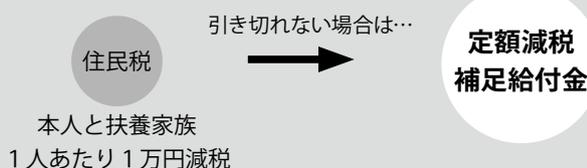


## 令和6年度個人住民税の定額減税に関するお知らせ

令和6年度の個人住民税は、1年限りの措置として、納税義務者本人と、その扶養している方1人あたり1万円が個人住民税の所得割から減税となります。

給与からの特別徴収の方は、5月下旬以降に勤め先から配布される「特別徴収税額の決定通知書」で、普通徴収や年金からの特別徴収の方は、6月中旬頃に郵便で送付する「市道民税納税通知書」で、定額減税の額を確認できます。

また、個人住民税の所得割額から減税額を引き切れない方については、別途「定額減税補足給付金（調整給付）」を支給します。



## 令和6年分所得税の定額減税に関するお知らせ

令和6年分所得税（国税）においても、納税者本人とその扶養している方1人あたり3万円の減税が実施されます。

所得税の定額減税については、国税庁ホームページ「定額減税特設サイト」をご覧ください。



## 定額減税補足給付金（調整給付）

定額減税可能額が、令和6年分の推計所得税額または令和6年度の個人住民税所得割額を上回る（減税しきれない）方に対し、その差額を支給します。

## 対象

定額減税の対象者で、  
定額減税可能額が「令和6年分所得税額」  
または「令和6年度個人住民税所得割額」を  
上回る方

## 給付額

所得税分控除不足額と  
個人住民税分控除不足額の  
合計額（1万円単位で切り上げ）

## 手続き

- ①マイナンバーカードで公金受取口座を登録している方  
手続きは不要です。公金受取口座に支給します。
- ②マイナンバーカードで公金受取口座を登録していない方  
口座確認の書類をお送りします。必要事項を記入の上、返送してください。

## 公金受取口座登録変更の手続き方法

公金受取口座は、スマホ用アプリ「マイナポータル」から変更できます。

変更方法については、右の二次元コードからご確認ください。

スマートフォン・タブレットなどをお持ちでない方は、  
市役所個人番号カード担当窓口（第2庁舎1階1-6番窓口）にてお手続きください。



- マイナンバーカードによる公金受取口座に変更がある方は、6月末までにお手続きください。
- 書類の発送は、8月以降を予定しています。
- 支給時期は、8月下旬から9月上旬を予定しています。  
決定次第ホームページなどでご案内します。
- 詳しくは市ホームページをご覧ください。



## 詳細

- 個人住民税の定額減税 ▶ 税務課市民税係 ☎(24)0158 FAX (49)2056 第2庁舎1階4番  
所得税の定額減税 ▶ 国税相談専用ダイヤル（国税庁）0570-00-5901  
定額減税補足給付金 ▶ 保健福祉部主幹（住民税非課税世帯等給付金事業担当）  
☎(24)0523 FAX (27)3743 第2庁舎2階8番

市役所からのお知らせ

Information

☎は、直通電話、FAXはFAX番号です。  
内線表示があるとき、夜間、土日・祝日、  
12月29日～1月3日は、市役所の代表  
☎(24)3131におかけください。

お願い

緊急地震速報訓練を実施します

危機管理課 電話(24)0144  
防炎危機対策係 FAX(22)8852  
本庁舎2階

防災行政無線を通じ、国からの緊急情報が市民の皆さんに正常に伝達されるかを確認するため、緊急地震速報訓練を実施します。

【とき】6月20日(木)10時ごろ  
【放送内容】①チャイム音(ピンポンパンポン) ②『こちらは防災ちとせです。ただいまから訓練放送を行います。』  
③緊急地震速報チャイム音 ④『緊急地震速報。大地震(おおじしん)です。大地震です。これは訓練放送です。(3回繰り返す)』 ⑤『こちらは防災ちとせです。これで訓練放送を終わります。』 ⑥チャイム音(ピンポンパンポン)  
※当日、全国で気象警報などが発表されている場合、やむを得ず訓練を中止することがあります。

空き地の雑草繁茂状況を調査します

市民生活課 電話(24)0261  
生活環境係 FAX(27)3743  
第2庁舎2階9

生活環境の向上を目的として、調査員(千歳地方隊友会千歳支部)が住宅地を中心に空き地の雑草繁茂状況を調査します。

【とき】6月～8月  
※市民協働事業「市内空き地の雑草繁茂状態解消事業」として行います。

くらし

《予約不要》マイナンバーカード申請サポート

市民環境部主幹 電話(24)0127  
個人番号担当 FAX(49)2055  
第2庁舎1階1

顔写真撮影を行うなど、マイナンバーカードの作成をお手伝いします。  
※完成したマイナンバーカードは、後日市役所での受け取りとなります。

【とき】6月22日(土)10時～16時  
【ところ】ちとせモール1階 センター広場

【持ち物】本人確認書類(次の中から1点)／運転免許証、健康保険証、氏名や生年月日

入りの診察券など

※当日新規でマイナンバーカードを申請していただいた方には、500円分の図書カードを贈呈します。

※図書カードは、市役所でのマイナンバーカード受け取り時のお渡しとなります。

※当日は、マイナンバーカードの再発行の申請も受け付けていますが、再発行の方は図書カード贈呈の対象外となりますので、ご了承ください。

自宅にスズメバチが営巣したら

市民生活課 電話(24)0261  
生活環境係 FAX(27)3743  
第2庁舎2階9

自宅敷地内にスズメバチが巣を作った場合、無料で撤去しますので、次の業者までご連絡ください。

※夏から秋にかけては申し込みが殺到し、希望の時期に撤去できない場合がありますのでご了承ください。

【業者連絡先】(株)クリーン開発 電話(24)7787



参画

市民協働プロモーション事業の実施団体を募集します

企画課 電話(24)0452  
地方創生推進係 FAX(22)8852  
本庁舎2階22

【対象】構成員5人以上で、会則や収支報告を作成している市民活動団体

【補助金】事業の実施に必要な額(千円単位)を交付  
【申込方法】7月29日(月)までに申請書類(市指定用紙)を提出  
【審査】市民協働推進会議にてプレゼンテーションを実施していただきます  
※申請書類は、企画課または市ホームページから入手できます。

市提案型協働事業 実施年度：令和7～10年度

事業	事業担当課
<p><b>まちめぐりガイド</b> 企画案より抽出したテーマに沿い、千歳の自然や歴史、文化などにまつわるさまざまな建物や場所をバスで移動し、ガイド(案内・紹介)する。</p>	広報広聴課
<p><b>つどいの広場の運営</b> 子育て中の親子が気軽に集い、交流する「つどいの広場」について、次のことを踏まえて運営を行う。 ・「つどいの広場」に常駐し、利用者間の橋渡し役を目標に、利用しやすい環境を整える。 ・子育ての不安・悩みへの相談・援助や情報提供を行う。 ・遊びなどをテーマとした親子教室を開催する。</p>	子育て総合支援センター
<p><b>千歳市民活動交流センター「ミナクール」の運営</b> 市民活動や相互交流、生涯学習を支援する拠点である「ミナクール」を運営する。 ・ミナクールに常駐し、利用者への対応を行う(来場予約受付、情報提供、相談受付、その他生涯学習の推進に関する業務)。 ・広報紙「ミナクール通信」を作成する。 ・各種研修会・イベントの企画・開催などを行う。</p>	生涯学習課

# 制度

**幼稚園の入園料・保育料の一部を補助します**  
 給付係  
 電話 (24) 0039  
 (23) 6700  
 FAX (23) 6700  
 第2庁舎 1階3

**【対象】** 市内に住民登録があり、《幼稚園を活用した子育て支援としての2歳児受入制度》を利用し、令和3年4月2日から令和4年4月1日までに生まれた子を私立幼稚園などに通園させている世帯  
 ※通園先が市外の場合は、直接幼稚園にご相談ください。  
**【補助限度額】** 30万8千円  
 ※世帯の市民税所得割額、世帯構成に応じて、今年度の入園料と保育料の一部を補助します。(各幼稚園の「補助限度額表」で確認してください。)  
**【提出書類】** 保育料など減免に関する調書、令和6年度市民税・道民税特別徴収税額通知書または市民税・道民税額決定・納税通知書(写し)  
 ※書類は、利用している施設から6月中に配布される予定です。  
**【提出先】** 通園先の幼稚園など  
**【提出期限】** 各幼稚園の指定期日

**児童手当現況届と乳幼児紙おむつ用ごみ袋について**  
 こども家庭課  
 電話 (24) 0328  
 (23) 6700  
 FAX (23) 6700  
 第2庁舎 1階3

**▼《児童手当現況届》の提出は6月中に**  
 児童手当の現況届は原則提出が不要です。ただし、児童と別居しているなど一部の方は、6月中に現況届を提出する必要があります。  
 提出が必要な方には、5月末に案内文書を郵送しています。公務員の方は職場から案内があります。  
 現況届は、今年度の受給資格を判定するための大切な更新手続です。提出がない場合、継続受給ができなくなりますので、必ずご確認ください。  
**【提出期限】** 6月28日(金)  
**【提出先】** こども家庭課、各支所

**▼乳幼児のいる世帯へ紙おむつ用ごみ袋を配布します**  
 6月中旬から、配達員が順次お届けします。  
**【対象】** 4月1日現在、市内に住民登録があり、3歳未満の乳幼児を養育している世帯  
**【配布枚数】** 乳幼児1人につき100枚(燃やせるごみ用・容量20ℓ)  
 ※本年4月2日から10月1日までに3歳を迎えるお子さんは50枚。  
**【配布方法】** 配送業者が対象世帯へ配達(配達前に市外へ

転出したときは対象外)  
 ※本年4月2日以降に出生、転入された世帯で、10月1日現在市内に住民登録があるときは、乳幼児1人につき50枚を11月ごろに支給します。

# 見る学ぶ



**市民評価会議の公開について**  
 企画課  
 企画推進係  
 電話 (24) 0442  
 (22) 8852  
 FAX (22) 8852  
 本庁舎 2階22

施策や事業について評価を行うことで効率的な行政運営を進めるため、《市民評価会議》を設置しています。  
 市民評価会議は公開制としていきます。会議の傍聴を希望する方は、事前に申し込みのうえ、当日会場までお越しください。  
**【とき】** 6月24、26日、7月1、3日/14時~17時  
**【ところ】** 市役所本庁舎2階庁議室  
**【定員】** 各回5人(申込順)

## 情報公開などの請求件数・処理状況をお知らせします

情報公開と個人情報開示の請求件数・処理状況 (令和5年度)

処理状況	情報公開		個人情報開示
	請求	135	28
処理状況	全部公開・開示	39	12
	一部公開・開示	92	14
	非公開・非開示	1	-
	取り下げ	1	-
	不存在	2	2

※市役所本庁舎1階の行政情報コーナーと行政資料室では、各種計画書のほか、要覧ちとせや統計書などもご覧いただけます。

総務課 情報公開係 (本庁舎1階18)  
 電話 (24) 0137 FAX (22) 8851

**教科書展示会のお知らせ**  
 学校教育課  
 学校教育係  
 電話 (24) 0839  
 (27) 3743  
 FAX (27) 3743  
 第2庁舎 2階10

小・中・高等学校で使用する教科書を展示します。  
**【とき】** 6月14日~7月3日/平日8時45分~17時15分/土日を除く  
**【ところ】** 市役所第2庁舎2階学校教育課



**食育月間パネル展「6月は食育月間」**  
 健康づくり課  
 健康企画係  
 電話 (24) 0768  
 (24) 8418  
 FAX (24) 8418  
 保健センター

市内の認定こども園、給食センター、関係団体などの食育活動を紹介するパネルの展示や、食育や健康づくりに関するパンフレットやレシピを用意しています。ぜひご覧ください。  
**【とき】** 6月17日~21日/9時~17時/最終日は15時まで  
**【ところ】** 市役所本庁舎1階市民ホール、総合福祉センター1階ロビー

## 6月は《ちとせ男女共同参画月間》です

ちとせ男女共同参画月間セミナー

### DV被害者支援を考える ～被害者支援の現場から～

講師 山崎 菊乃 氏  
NPO法人 おんなのスペース・おん 代表理事



**【とき】** 6月20日(木)  
18時30分～20時 **【ところ】** 総合福祉センター

**【定員】** 50人(当日参加可) **【受講料】** 無料

**【申込】** 6月19日(水)まで  
☎ FAX か二次元コードから申し込み



**【託児】** あり。希望者は6月13日(木)までに電話で申し込み。

**【詳細申込】** 市民生活課 男女共同参画推進係  
第2庁舎2階9 ☎ (24)0551 FAX (27)3743



国では、毎年6月23日から29日までを《男女共同参画週間》とし、市も6月を《ちとせ男女共同参画月間》と定めて、男女共同参画の意識啓発に努めています。



市長の査閲(確認)のもとで、消防職員と各地域で活動する消防団員が日ごろの訓練の成果を披露します。ぜひご覧ください。

**【とき】** 6月20日(木)／10時～  
**【ところ】** そなえーる

市の消防職員と消防団員の訓練をご覧ください

消防本部 ☎ (23)0320  
消防課 警防係 FAX (22)8850  
消防本部 2階

申込期限  
6月28日(金)

### 千歳市がん予防啓発推進に関する連携協定

を結んでいただける企業を募集しています

市は、市と相互に連携・協力し、がん検診の受診勧奨やがん予防に関する普及啓発に取り組む企業および団体などを募集します。

働く世代にもがんは増えています。社員やその家族、お客様など、市民をがんから守るために、がん検診の受診率向上およびがん予防に関する普及啓発にご協力ください。

なお、連携協定締結式は令和6年9月ごろを予定しています。

詳細はお問い合わせください。

【詳細】市民健康課市民健康係 保健センター  
☎ (24)0364 FAX (24)8418

### 千歳市任期付職員採用候補者登録試験

《任期付職員》とは、産前・産後休暇などを取得する職員の代替として、任期を定めて採用する職員です。

【詳細・申込】 ☎ 066-8686 東雲町2丁目34  
千歳市 総務部 職員課 主査 (人事戦略担当)  
☎ (24)0502 FAX (22)8854 本庁舎4階45



職種／採用予定人数	任期	受験資格	選考概要など
事務職／1人	令和6年8月8日～令和6年11月27日 (令和6年11月28日～令和7年10月1日)	なし	【試験日程】6月27日(木) 【試験会場】千歳市役所 【試験内容】性格検査、事務能力検査、面接試験 【申込】6月17日(月)正午まで／WEB申し込み。 ※詳細は、市ホームページ掲載の千歳市職員採用試験案内を確認。

※任期上段を良好な成績で勤務した場合には、引き続き( )内の期間を育児休業代替任期付職員として勤務していただくことがあります。  
※職員の育児休業取得期間に変更があったときは、任期を変更することがあります。



家庭ごみの  
分別・収集について

廃棄物対策課 廃棄物対策係  
☎(23)2110 FAX(23)2492

市民からの問い合わせが多い  
品目の排出方法について

毛布、シーツ、タオルケット、  
布団、敷布、寝袋、ブルーシー  
ト、テントなどは「大型ごみ」  
です。

「大型ごみ」を出すには、受  
付専用電話へ申し込み（戸別  
有料収集）または美々の環境  
センターへ直接搬入します。

ただし、縦・横 40～50cm  
四方に切った場合は、「燃や  
せるごみ袋」（青色の指定袋）  
に入れてごみステーションに  
出すか、根志越の道央廃棄  
物処理組合焼却施設へ直接  
搬入することができます。

「大型ごみ」の申込方法など

- ①受付専用電話に申し込み  
(☎23-2685)
- ②手数料シールの購入  
(コンビニなど 1枚 300円)
- ③地域により決められた収集  
日(月1回)に電話で打ち合  
わせした場所(自宅前など)  
へシールを貼り出す  
・収集日の8時30分まで

6  
月の

ごみ減量・リサイクル推進

リサイクル 地球のために  
さいりよう

はやし すみれ  
林 純恋 さんの作品

みんなでね エコな世界を  
つくろうよ

かんだ めい  
神田 芽依 さんの作品

市民病院の  
職員募集

市民病院事務局 ☎(24)3000  
総務課総務係 FAX(24)3005  
内線8233  
市民病  
院2階

⑨⑩の身分は会計年度任用  
職員（非常勤の地方公務員）で  
す。随時、採用を実施していま  
す。年2回の期末勤勉手当あり。  
【試験方法】①②③④⑤⑥⑦  
⑧ 性格適性検査・小論文・個  
別面接、⑨⑩面接  
【試験日程】①11月9日(土)、  
②③10月6日(日)、④⑦⑧7  
6日(土)、⑤⑥10月20日(日)、⑨  
⑩随時  
【会場】市民病院  
【給与】①②③④⑤⑥⑦⑧市  
民病院ホームページを  
ご確認ください  
⑨⑩下表のとおり



職種/ 採用予定人員	受験資格	採用予定日
①放射線技師/ 若干名	▶令和6年度中の国家試験において、 放射線技師免許を取得見込みの方	令和7年5月1日 (令和7年4月1日から会計年度任 用職員として採用予定)
②臨床検査技師/ 1人	▶臨床検査技師の資格を有し(見込み可)、 平成7年4月2日以降に生まれた方	令和7年4月1日、見込者は令和7 年5月1日(令和7年4月1日から 会計年度任用職員として採用予定)
③臨床工学技士/ 若干名	▶令和6年度中の国家試験において、 臨床工学技士免許を取得見込みの方	令和7年5月1日 (令和7年4月1日から会計年度任 用職員として採用予定)
④理学療法士/ 1人	▶理学療法士の資格を有する方で、病院 において3年以上の実務経験を有し、 平成4年4月2日以降に生まれた方	令和6年9月1日 または令和6年10月1日(応相談)
⑤理学療法士/ 若干名	▶令和6年度中の国家試験において、 理学療法士免許を取得見込みの方	令和7年5月1日 (令和7年4月1日から会計年度任 用職員として採用予定)
⑥作業療法士/ 若干名	▶作業療法士の資格を有し(見込み可)、 平成7年4月2日以降に生まれた方	令和6年12月1日または令和7年1 月1日(応相談)、見込者は令和7年 5月1日(令和7年4月1日から会計 年度任用職員として採用予定)
⑦社会福祉士/ 1人	▶社会福祉士の資格を有する方で、病院 において3年以上の実務経験を有し、 平成元年4月2日以降に生まれた方	令和6年9月1日 または令和6年10月1日(応相談)
⑧看護師/ 若干名	▶看護師の資格を有し(見込み可)、実務 経験を有しない方 ▶昭和63年4月2日以降に生まれた方 ▶2交代または3交代勤務のできる方	令和7年5月1日 (令和7年4月1日から会計年度任 用職員として採用予定)

職種/採用予定人員	勤務時間	給料(月額)
⑨外来看護師/1人	8:30～13:00 内4時間勤務	114,787円～118,967円
⑩看護助手/若干名	6:00～21:00 内7時間勤務 シフト制 ※配属先により始業時間変更あり。	161,767円～182,812円 ※資格・経験不問。(介護福祉士や ホームヘルパーなどの資格をお 持ちの方は、賃金を加算します)
⑪医師事務作業 補助者/1人	8:30～17:00 内7時間勤務	146,412円～171,251円 ※資格・経験不問。(資格をお持ち の方は、賃金を加算します) ※エクセル、ワードができる方希望。

国民健康保険料の  
納付通知書について

国民健康保険は、私たち  
が病气やけがをしたとき、  
安心して医療が受けられる  
よう、日常から保険料を出  
し合って、みんなで支え合  
う制度です。  
保険料は、医療費や高額  
療養費、出産育児一時金、  
葬祭費などの給付に充てら  
れます。

令和6年度の納付通知書  
は、6月中旬に郵送しま  
すので、納め忘れないよう  
にお願いします。

6月は、国民健康保険料  
と後期高齢者医療保険料  
【第1期】の納付月です。

国保医療課 ☎(24)0279  
国保料係 ☎(23)6700

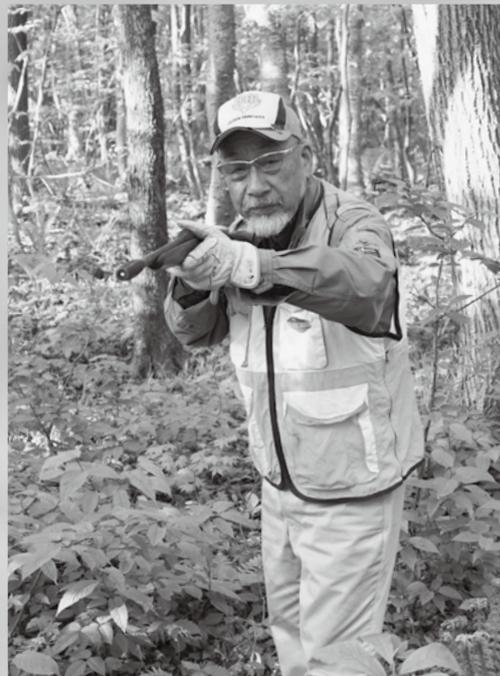
【第2庁舎1階2

# マタギ歴 48 年

## これからも 命をかけて千歳市民を お守りします

北海道猟友会千歳支部支部長

坂井 憲一 さん



旧狩太町（現ニセコ町）出身 / 75 歳 / 信濃在住 / 1976 年から北海道猟友会千歳支部に所属し、48 年間道内各地で鹿や熊を追い、山野を駆け巡る / 趣味は魚釣り、山菜採り、家庭菜園 / 80 歳までマタギを続けることが目標

# PEOPLE の窓

みなさんの活躍  
紹介します

—— 近年の熊出没状況・傾向  
向陽台地区や道道支笏湖線での目撃や車両との衝突事故が増えています。昔は熊は山奥にいるイメージでしたが、今では人間の生活圏内に現れます。原因は、熊の増加と食料源であるドングリやくるみなどの不足、広葉樹の減少などからではないで

—— 猟友会の業務内容など  
市民を守る「鳥獣被害対策実施隊員」および「クマ防除隊員」の推薦のほか、農協から依頼される鹿、キツネ、カラス、ハトなどの駆除、民間企業から依頼される熊に対する護衛（追い払い、駆除）などを行っています。近年は熊の出没が増加し、昨年は3回の熊護衛依頼がありました。捕獲経験者の高齢化が進んでいるため、若いハンターの捕獲訓練教育の必要性を強く感じています。

しょうか。私は、広葉樹を植えることを推奨します。

### 日常生活でできる対策

ごみのポイ捨てをしない、コンポストの置き方を工夫する、ごみ出しのルールを守るなどが大切です。特に空き缶や生ごみ（臭いの出るもの）は、取り扱いに注意が必要です。

### 気をつける時期と場所

春先の早朝・夕方は特に注意が必要ですが、近年は昼夜関係なく出没しています。山菜採りなどでは単独行動は避け、複数人で行動し、鈴やラジオ、熊スプレーを持参することを勧めます。また、春先の親子熊は特に危険です。足跡や糞を見つけたときは直ぐに市へ通報してください。

### 熊と遭遇した時の対処法

大声を出す、走って逃げる、石を投げるなど、熊を刺激する行動をとってはいけません。熊が近づいてきたときは、熊撃退スプレーを風向きを考慮して、目、鼻に向けて噴射することが効果的です。

### 猟友会に興味のある方へ

昭和50年代に250人いた会員が現在では66人となり、このままでは野生の王国となってしまいます。若い方の入会を切望します。狩猟やジビエに興味のある方は、事務局まで連絡を（毎週火曜日10時から15時まで。☎(24)00037）。

## 先生、教えて!



市立千歳市民病院 地域医療連携課  
☎(24)3000 内線 8138

### COPDについて



市立千歳市民病院  
診療部長（内科系担当） 竹藪 公洋

皆さん、COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気を聞いたことがありますか。

COPDは、酸素と二酸化炭素を交換する《肺胞》が壊れる肺気腫と、気道に慢性的に炎症を起こして痰が増える慢性気管支炎を併せた病気の総称です。

テレビや新聞などでの啓もう活動もあり、この病気の認知度は、平成21年の17・1%から令和5年の33・1%に増加しました。それでも聞いたことがない方は3人に2人です。

身近なCOPDの有名人といえば、落語家の歌丸さんです。先進国では原因の90%以上が喫煙で、歌丸さんは「1日タバコを吸わないのは寝てるときだけ」というほどヘビースモーカーでした。この病気は、咳、痰、息切れがだんだん強くなり、進行すると少し

の動きでも息が切れるようになります。歌丸さんの晩年は楽屋から高座までのわずかな距離の移動で息切れし、酸素吸入をしながら高座にのぼられていました。

一方で、COPDを予防するため、できるだけ早いうちに禁煙することの大切さを訴え、病気の啓もうに務められました。歌丸さんは最終的にCOPDの進行による呼吸不全で亡くなられています。早く禁煙しなかつたこと、後悔し、早期発見、治療ができる体制づくりを訴えてきました。

COPDの人が肺がんにかかる割合は、そうでない人の5倍多く、動脈硬化や虚血性心疾患、糖尿病、骨粗しょう症など呼吸器以外の疾患の合併率が高いことも問題となっています。

今回は、具体的な診断や治療などについてお話しします。

第21回

# 子育てスキルアップ講座

子育て総合支援センター

こどもとの  
コミュニケーション  
のコツ  
お伝えします！

市民協働プロモーション事業 実施：千歳市・子育て応援クラブ

## 子育てスキルアップ講座（連続編）

7/2, 7/9, 7/16 10:00-11:30

【対象】 これまでにスキルアップ講座を受講された方  
 【ところ】 みどり台児童館 【定員】 8人（申込順）  
 【受講料】 無料 【申込】 6/11 ⑨ 9:00～  
 【託児】 就学前の子6人程度（予約時に申し込み）

【詳申】  
 こども家庭課  
 ☎(24)0935  
 ☎(23)6700

### アリス

勇舞1丁目1-1  
 ☎(24)8341 ● FAX(24)7021 (10:00-15:00)

6/17, 24, 7/1, 8 11:00-

みんな大好き♪紙芝居・大型絵本～はじまるよ

6/18, 25, 7/2, 16 11:00-

絵本のひろば／お子さんの月齢に合わせて読み聞かせ

6/19, 26, 7/3 10:00-12:00

足育の日／マフィックタイルズやヒノキの平均台、凹凸マットを踏んで足裏を刺激しませんか。

6/21, 28, 7/5, 19 10:00-15:00

ヒーリングDay／暖炉やたき火の映像、キャンドルの揺らぎなど、ゆったりとした雰囲気の中で過ごす日です。

6/27, 7/4, 11 10:00-12:00

リズムDEあそび♪楽器大好き！／いろいろな楽器でリズムを一緒に楽しみましょう。

7/9 ⑨ 11:00-

7月誕生会／フォトスポットで記念写真を撮りませんか♪

7/10 ⑩ 10:00-11:00

子育て講座 トイレトレーニング  
 【対象】 乳幼児と保護者  
 【定員】 10組（抽選）  
 【申込】 6/24 - 28 (12:00-15:00)

7/17 ⑩ 13:00-14:00

食育相談日  
 【対象】 乳幼児と保護者

7/26 ⑩ 12:00-13:00

アリス DE ランチ  
 【定員】 6組（申込順）  
 【持ち物】 昼食（コンビニ可）、飲み物、おしぼり  
 【申込】 7/16 - 19 (12:00-15:00)

7/9 ⑨ 10:30-11:30

おうちで美容室  
 提供：ヘアポイントすみれ 企業連携 ぶちせみ  
 【対象】 就学前の子の保護者  
 【定員】 10組（申込順）初回優先  
 【申込】 6/17 ⑨～  
 ほくよう児童館 ☎FAX(26)6789

### みどりの児童館

各児童館にお問い合わせください

6/24 ⑨ 10:00-11:30

子育てサロン「スマイル」  
 しゅくばい児童館 ☎FAX(27)3126

6/24 ⑨ 10:30-11:30

親子で楽しむベビーヨガ  
 【対象】 生後3か月～1歳半の親子  
 【定員】 15組（申込順）  
 【申込】 6/10 ⑨～  
 【持ち物】 バスタオル、飲み物  
 ちとせっこ児童館 ☎FAX(42)5551

6/24 ⑨ 10:30-11:30

セルフフェイスマッサージ講座  
 とハンドマッサージ体験 企業連携 ぶちせみ  
 提供：北海道純馬油本舗  
 【定員】 9組（申込順）初回優先  
 【申込】 6/12 ⑩～  
 あんじゅ児童館 ☎(23)8015 FAX(23)8016

6/25 ⑨ 10:30-11:30

ミニミニ運動会  
 【申込】 受付中  
 いずみさわ児童館 ☎FAX(28)6110

6/25 ⑨ 10:30-11:30

ちびっこ運動会  
 【定員】 12組（申込順）  
 【申込】 6/13 ⑩～  
 希望が丘児童館 ☎FAX(26)2060

6/28 ⑩ 10:30-11:30

人形劇「かざぐるま」  
 ひので児童館 ☎FAX(24)3163

7/1 ⑨ 10:30-11:30

消防車見学 & 防火講話  
 【定員】 15組（申込順）  
 【申込】 6/17 ⑨～  
 ほくおう児童館 ☎FAX(42)3743

7/1 ⑨ 10:30-11:30

みんなDE水あそび  
 【定員】 15組（申込順）  
 【申込】 6/10 ⑨～  
 しゅくばい児童館 ☎FAX(27)3126

7/3 ⑩ 10:30-11:30

セルフフェイスマッサージ講座  
 とハンドマッサージ体験 企業連携 ぶちせみ  
 提供：北海道純馬油本舗  
 【定員】 9組（申込順）初回優先  
 【申込】 6/20 ⑩～  
 せいりゅう児童館 ☎FAX(22)2560

### げんきせせ

新富1丁目2-14  
 ☎●FAX(26)2070 (9:00-17:30)

6/16 ⑨ 9:30-12:00  
 ⑩ 13:00-16:00

休日開館

6/22 ⑩ 9:30-12:00  
 ⑩ 13:00-16:00

チェックってデコってデビューDAY  
 チェキで写真を撮り来館デビューをお祝い。コンシェルジュに子育て相談も。  
 ※コンシェルジュへの相談は事前にお電話をください。

6/22 ⑩ 16:00-16:30

プレママプレパパタイム  
 コンシェルジュに産後の子育てや入園の相談ができます。  
 【対象】 出産を控えている方（ご夫婦可）

6/26 ⑩ 10:00-11:00

2歳あ～つまれ♪／同じ年齢のお子さんと一緒に遊びましょう。  
 講師 緒方 歩実氏  
 【対象】 2歳のお子さんと保護者  
 【定員】 12組（抽選）  
 【申込】 6/17, 18(二次元コード、☎または来館)

① 6/28, ② 7/8 10:00-11:00

1歳あ～つまれ♪  
 【対象】 保護者と①1歳0～5か月の子、②1歳6～11か月の子  
 【定員】 各12組（抽選）  
 【申込】 6/17, 18(二次元コード、☎または来館)

7/1 ⑨ 10:00-11:00

ベビーマッサージ  
 【対象】 生後6か月までの子と保護者 【定員】 12組（抽選）  
 【申込】 6/19, 20(二次元コード、☎または来館)

7/2 ⑨ 10:00-11:00

教えて！ファミサポ・緊サポ  
 【対象】 就学前の子の保護者、妊娠中の方 【定員】 12人（抽選）  
 【申込】 6/21, 22(二次元コード、☎または来館)

7/5 ⑩ 10:00-11:00

木のおもちゃであそぼう！  
 ぬくもりのある木の遊具で遊びませんか？／講師 齊藤 文美氏・齊藤 香里氏（木育マイスター）  
 【対象】 就学前の子と保護者

### ちとせ

花園4丁目3-1  
 ☎●FAX(40)1717 (9:00-17:30)

マタニティワーク 10:00-11:00

7/1-5, 8/19-24, 9/24-27

子育て支援センターを見学しませんか？  
 【対象】 初めてママになる方  
 【申込】 (二次元コード、☎または来館)  
 つどいの広場 ☎(40)2105 (9:00-17:30)

7/6 ⑩ 9:30-12:00  
 ⑩ 13:00-16:00

行ってみよう！ちとせっこセンター～コンシェルジュもいるよ

7/7 ⑩ 9:30-12:00

休日開館  
 ※午後は講座参加者のみ。

7/7 ⑩ 13:00-14:00

パパも作れる！本当にカンタンな離乳食とキッズ食&おやつ

【対象】 妊娠中のご夫婦、就学前の子の父親（保育あり）  
 【定員】 15組（抽選）  
 【申込】 6/18, 19(二次元コード、☎または来館)

7/10 ⑩ 10:00-11:00

保育係がやってくる！  
 【定員】 12組（抽選）  
 【申込】 6/19, 20(二次元コード、☎または来館)

7/11 ⑩ 10:30-11:30

R6ゆる会  
 【対象】 令和6年に千歳市に転入した就学前の子の保護者（お子さんも可）  
 【申込】 前日まで(二次元コード、☎または来館)

7/12 ⑩ 10:00-11:00

link～つながりママ講座／羊毛フェルト刺繍で作るシマエナガ  
 講師 遠藤のぞみ氏

【対象】 妊娠中の方、就学前の子の保護者（保育あり）  
 【定員】 8人（抽選）  
 【申込】 6/20, 21(☎または来館)  
 つどいの広場 ☎(40)2105 (9:00-17:30)

7/24 ⑩ 10:30-11:15

赤ちゃんから始めるむし歯予防講座  
 【対象】 生後11か月までの子の保護者（お子さんも可）  
 【定員】 12人（抽選）  
 【申込】 7/2, 3(二次元コード、☎または来館)

\*ご不明な点は各センターや児童館にお問い合わせください。

6・7月の健康相談日

6/10, 7/22 9:30-11:30

総合保健センター  
健康づくり課 ☎(24)0768 ☎(24)8418



おもな会場は  
総合保健センターです

7/5, 19

BCG予防接種

【対象】対象者には案内を送付しています。標準的な接種期間(5~7か月)に接種できないときは3か月から11か月まで接種可。

【持ち物】母子健康手帳、予診票

① 7/10, ② 7/29

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

【対象】①1年以内に総合保健センターの歯科医師健診、1歳6か月児健診、3歳児健診のいずれかを受けた子/②1歳~就学前の子  
【料金】800円(フッ化物塗布)  
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ  
※予約制となっていますので、詳細はお問い合わせください。  
※歯科相談、歯科医師健診は無料。

《詳細》

母子保健課 ☎(24)0771  
※BCG予防接種のみ ☎(24)3148  
☎(24)8418

ちとせ健康・医療相談ダイヤル 24

通話料無料 0120(010)293 非通知設定の電話からは利用不可  
IP電話からは ☎03(5524)8500(有料)  
医師・看護師が24時間、症状や応急手当などの相談に応じます

保健師・栄養士のリレーコラム

20歳、30歳の方も

歯周疾患検診の対象になりました!

お口のトラブルは、食べることに支障が出て、そこから全身の衰え(フレイル)につながってまいります。いつまでも自分の歯で生活するためにも、定期的に歯科医院でお口の健康管理をすることをお勧めします。

(市民健康課 保健師)

対象の方には市内の指定歯科医療機関で利用できる受診券(はがき)を5月下旬に送付しています。お口の健康管理の機会としてご利用ください。  
歯周病は自覚症状がないまま進行し、重症化することや、糖尿病や動脈硬化を進行させるほか、誤嚥性肺炎、早産・低出生体重児の出産など全身のさまざまな疾患の引き金となります。若い世代にも歯周病の症状が出ている方が増えており、歯周疾患予防には定期的な歯科受診が大切です。



厚生労働省は、多くの方が高校を卒業してから歯科検診を受診する機会がないことから、切れ目のない歯科検診の実現に向けて、令和6年度より20歳、30歳を対象に加えました。

各種健(検)診のご案内

④ 総合保健センター

□ 7/22, 23, 24, 8/28, 29, 30 / 7時~11時  
□ 7/25 (女性のみ) / 7時~11時

※ 7/25 は子宮がん検診実施 (13時~14時)

⑤ 北海道対がん協会札幌がん検診センター

□ 7/19, 20 (バス停留所・時間は要確認)

- 料金 ( ) 内は、市の国保加入者の料金です。
- 子宮・乳がん検診は、偶数月生まれの女性が対象です。
- 70歳以上、65歳以上で障がい4級以上の認定を受けた方、生活保護・市民税非課税世帯の方は、がん・肝炎ウイルス検診は無料です。
- 検査・治療中の方は対象外となる健(検)診もありますので、詳細はお問い合わせください。
- 検診日の2週間程前または定員になり次第、締め切ります。

健診内容	会場	対象	料金(円)
胃がん	④⑤	40歳~	1,500( 500)
大腸がん	④⑤	40歳~	1,000( 300)
肺がん	④⑤	40歳~	500( 100)
前立腺がん	④⑤	50歳~/男性	1,000( 300)
子宮がん	④⑤	20歳~/女性 30歳~/女性	2,000(2,000) 2,000( 800)
乳がん	④⑤	40歳~/女性	2,000(1,300)
国保特定健診	④⑤	40~74歳の国保加入者	~64歳: 1,000 65歳~: 500
はつらつ健診	④⑤	後期高齢者医療制度加入者	無料
いきいき健診	④⑤	40歳~/生保	無料
さわやか健診	④⑤	19歳~39歳	1,000
肝炎ウイルス	④⑤	40歳~ 検査未実施者	800( 800)
エキノコックス症	④⑤	検査未実施者	無料

健診申込専用ダイヤル ☎(24)0617

夜間窓口(集団健診申込)のご案内

お申し込みは、総合保健センター窓口か、健診申込専用ダイヤルへ

日程 6/18(火) 17:30-19:30  
6/20(木) 17:30-19:30

ちとせの子育て **ネウボラ**  
《ネウボラ》では、保健師、助産師、子育てコンシェルジュが子どもにあった相談対応や支援プランを作成します。  
相談無料

とき・ところ
7/1(日) 10:00-11:30 ひので児童館
7/2(月) 10:00-15:00 総合保健センター
7/5(金) 10:00-14:00 ちとせこセンター
7/10(水) 10:00-15:00 総合保健センター
7/16(火) 10:00-14:00 げんきこセンター

【申込・詳細】母子保健課  
☎(24) 0133 ☎(24) 8418  
ネウボラは、すべての日程で事前予約が必要です

**水と緑を歩こう会**  
7/7(日) 9:00-12:00  
参加無料

【受付時間】 8時30分~8時55分  
※小雨決行、荒天中止。  
【集合場所】 青葉陸上競技場  
【コース】 1km(自然観察コース)、3km、5km、ノルディックウォーキング(5km)  
【申込】 6月28日(金)まで/☎で申し込み

詳細 健康づくり課 ☎(24)0361

おやこの食育教室

食育についてのお話と調理実習

7/13(土) 10:00-13:00

参加費 500円

北ガス文化ホール2階調理教室

【対象】 市内在住の親子(お子さんは小学1~6年生)  
【定員】 10組(1組につき大人1人、子ども2人まで)(申込順)  
【持ち物】 エプロン、三角きん、筆記用具、上靴、手拭き用タオル、飲み物(水かお茶)  
【申込】 6月10日~21日/☎か☎で申し込み  
【主催】 千歳市食生活改善協議会

詳細 健康づくり課 ☎(24)0768 ☎(24)8418

## 公立千歳科学技術大学 公開講座

生活の質の向上に貢献する光テクノロジー／講師 横井 直倫 教授・博士(工学) (公立千歳科学技術大学電子光工学科)

📅 とき 6月29日④／14時30分～15時30分

📍 ところ 北ガス文化ホール 3階視聴覚室

🆓 無料 定員 40人(申込順)

📄 申込 ☎️📧 二次元コードの

いずれかで申し込み



📍 公立千歳科学技術大学地域連携センター ☎️📧 (27) 6192

📧 renkei@photon.chitose.ac.jp

🌐 https://snc.chitose.ac.jp/



## 埋蔵文化財センターからのお知らせ

▼縄文の森を学ぼう！／市史跡・美々貝塚で、縄文時代の森林や、市内の遺跡、樹木について学習しながら、樹名板を作ります。

👤 対象 小学生以上の方(小学1～3年生は要保護者同伴、大人のみでも可)

📅 とき 6月29日④／9時30分～14時50分／9時10分市役所駐車場集合／荒天時中止 🆓 無料

👤 定員 10組(1組3人まで／申込順)

📄 申込 6月10日～27日／☎️で申し込み

📄 持ち物 昼食、飲み物、タオル、虫よけ、長袖長ズボン

### ▼勾玉をつくろう！

滑石を磨いて古代人のアクセサリーである勾玉をつくります。

👤 対象 小学生以上の方(対象年齢未満でも保護者同伴で可、大人のみでも可)

📅 とき 7月14日⑥／13時～15時

📍 ところ 埋蔵文化財センター

🆓 無料 定員 20人(抽選)

📄 申込 6月24日～7月4日／☎️で申し込み(抽選結果は7月4日⑥以降に電話でご連絡します。)

📄 持ち物 タオル、飲み物、汚れても良い服装

📍 埋蔵文化財センター

☎️ (24) 4210 📧 (21) 9301

## 見る/学ぶ

LEARNING

### じもじよき.netちとせ 6月の起業イベント

#### ▼つながるワーキングTIME

お仕事や打ち合わせの場としてご利用いただけるほか、じもじよき.netちとせのスタッフが常駐し、希望する方には、参加者同士の交流のサポートや、起業・事業に関するご相談をお受けします。また、起業個人相談についても二次元コードから受け付けています。

📅 とき 6月20日⑥／10時15分～17時(自由交流12時～14時、16時～17時)

🕒 午前：先輩起業家トーク交流会

🕒 午後：起業プチセミナー

📍 ところ まちライブラリー@ちとせ

🆓 無料 ※事前予約不要

📍 商業労働課

☎️ (24) 0598 📧 (22) 8851



## 介護予防センターからのお知らせ

### ▼ノルディックウォーキング講習会

ノルディックウォーキングの効果や基本的なウォーキングの方法を学びます。講師 一般社団法人地域ウエルネス・ネット  
👤 対象 市内に居住するおおむね40歳以上の方

📅 とき 6月21日⑤／10時～11時30分

📍 ところ 労働会館(東雲町3丁目1)

🆓 無料 定員 15人(申込順)

📄 申込 ☎️📧 で申し込み

📄 持ち物 タオル、飲み物、運動しやすい服装、室内用運動靴

※ポールの無料貸出を行います。  
※屋外でのウォーキングを予定しています。歩きやすい靴、帽子などご用意ください。

### ▼介護予防リーダー養成講習会

介護予防リーダーとして、地域でいきいき百歳体操などを実践するボランティアの養成講習会を開催します。／介護予防に関する講話、いきいき百歳体操やノルディックウォーキングの実技体験、グループワークなど

👤 対象 市内居住のおおむね65歳以上の方

📅 とき 6月26日⑥／13時～17時

📍 ところ 千歳市社会福祉協議会 2階会議室 🆓 無料 定員 15人(申込順)

📄 申込 6月24日⑥まで/☎️📧 で申し込み

📍 千歳市介護予防センター

☎️ (23) 0012 📧 (23) 0022

## お知らせ

INFORMATION

### ご存じですか 苦情審査委員制度

北海道の業務や制度の内容を審査する《北海道苦情審査委員制度》。ご自身の利害にかかわる苦情であれば、苦情審査委員に申し立てができます。皆さんに代わって、苦情審査委員が公正で中立的な立場から、関係機関に対し、必要な調査などを行います。

📍 北海道総合政策部 知事室道政相談センター(札幌市中央区北3西6)

☎️ 011 (204) 5523 📧 011 (241) 8181

📧 kujyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp

## 市道通行止めのお知らせ

道央自動車道千歳川橋の塗装塗替工事を、令和8年12月まで行います。一時的に交差道路の通行止め規制などを行いますので、ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

### ▼今年度の通行止め予定

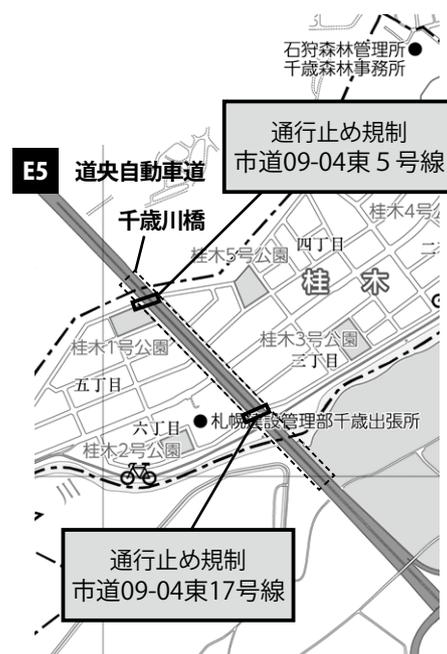
📅 時期 6月上旬～7月上旬、10月下旬～11月下旬

📍 道路 市道09-04東5号線、市道09-04東17号線

🕒 時間 平日 8時30分～17時

📍 NEXCO東日本お客さまセンター

☎️ 0570 (024) 024 または 03 (5308) 2424



## 千歳駅西口広場

### 花壇整備に伴う「報告会」

千歳駅西口広場における花壇整備の経過などを広く市民のみなさんにお伝えします。後段では、市内で緑や花に関する取り組みを行っている方や、活動に興味のある方などの交流と親交を深めるため、参加者による交流会を開催します。

**対象** 市内に居住している方

**とき** 6月22日④/13時30分～15時

**ところ** まちライブラリー@ちとせ

**無料** 定員15人(申込順)

**申込** 6月18日④まで/☎で申し込み

**詳細** 申都都市整備課

☎(24)0697 ファ(22)8853

## 千歳青少年教育財団からのお知らせ

**▼キウス周堤墓群見学&ハスカップ収穫体験**／千歳の歴史や市内の特産物を学びます。

**対象** 市内の小学1年生～中学3年生(小学1～3年生は保護者1人のみ同伴)

**とき** 6月29日④/9時30分～15時(小雨決行)／受付は9時から千歳水族館2階学習室にて開始

**ところ** サケのふるさと千歳水族館集合・解散／キウス周堤墓群、市埋蔵文化財センター、市内ハスカップ農園

**1,000円** 定員30人(申込順)

**申込** 6月10日～25日/HPから申し込み **持ち物** 飲み物、タオル、軍手、長靴、汚れてもよい服装、雨の場合はカッパ持参

**▼ラジオ体操講習会**／ラジオ体操の正しい動き方を楽しく学びましょう。講師 平井 孝子 氏(NPO法人全国ラジオ体操連盟指導委員)

実技講師 杉井 勇介 氏(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)

**対象** 小学生以上の方

**とき** 7月7日④/13時30分～15時/受付13時～

**ところ** みどり台小学校体育館

**無料** 定員80人(申込順)

**申込** 6月30日④まで/HPから申し込み **持ち物** 上靴、タオル、飲み物、動きやすい服装

**詳細** 申千歳青少年教育財団

☎(42)3030 ファ(42)2310

HP<https://edu.chitose-aq.jp/>

## ストーマ種類別体験交流会

**販売店の立場からのストーマ装具の見つけ方**／オストメイト同士のざっくばらんな話し合い、ストーマ装具の見つけ方、ストーマトラブルの悩みと解決法、ストーマケア、健康法、コロナ禍の暮らし/アドバイザー:加藤 忠明 氏(㈱ムトウ ウエルネス事業部副部長)、間島 睦子 氏(㈱ムトウ 皮膚・排泄ケア認定看護師)

### ①尿路系体験交流会

**対象** ウロストミー(人工膀胱・膀胱瘻・腎瘻)などのオストメイト)当事者、ご家族、ご友人など

**とき** 6月29日④/受付12時30分～/交流会13時～16時

### ②消化器系体験交流会

**対象** コロストミー・イレオストミー(人工肛門のオストメイト)当事者、ご家族、ご友人など

**とき** 7月7日④/受付12時30分～/交流会13時～16時

### ▼①②共通

**ところ** 札幌市身体障害者福祉センター(札幌市西区二十四軒2条6丁目)

**無料** ※予約不要ですが、事前連絡を希望。

**公益社団法人日本オストミー協会 北海道支部**

中山 ☎011(764)2824

手ぶらで参加OK!

### 「梅しごと2024」!

梅酒、梅シロップ、梅干しが作れます♪料理教室の先生をお呼びして、梅を使った保存食作り=梅しごとを行います。

講師 川崎 陽子 氏(くらしにスパイスを)

**とき** 6月18日④/11時～14時ごろ(終わり次第早退可)

**ところ** 市内 千歳駅から徒歩約10分、駐車場あり(後日連絡)

**参加費**3,000円(ミニランチつき。ランチなしは500円引き)

※材料費はお問い合わせください。

**申込** ☎か二次元コードで申し込み

**詳細** ちとせみんなのままカフェ

上野 ☎080(6795)9994



## 千歳公民館からのお知らせ

**▼はじめてのアロマ講座2回コース**～暑い夏を爽やかに アロマ石けん&ボディジェル作り～/夏の気になるお肌に、ブレンドされた好みの香りを選び、石けんとボディジェルを作ります。ハーブティーの試飲もあります。講師:鈴木 亜季子 氏(JAA認定トップインストラクター)

**対象** 市内在住・在勤・在学の15歳以上の方

**とき** 石けん 6月29日④、ボディジェル 7月6日④/各10時～11時30分

**ところ** 公民館 2階5・6号室

**3,300円**(材料費/2回コース)

**定員**18人(申込順)

**申込** 6月10日～24日(6月17日④の休館日は除く)/公民館窓口で申し込み

### ▼野菜ソムリエのお料理教室

野菜ソムリエが伝授。千歳産の旬な野菜を使用した料理を学んでみませんか。

栗田 幸江 氏(野菜ソムリエ、調理師)

**とき** 7月2日、8月20日、9月10日、10月8日/10時～12時30分

**ところ** 北ガス文化ホール調理室

**1,200円**(4回コース)、他に材料費として1,500円～2,000円(毎回)

**定員**20人(申込順)

※最少催行人数に満たないときは、開催を見送ることがあります。

**申込** 6月10日～21日(6月17日④の休館日は除く)/公民館窓口で申し込み

**持ち物** エプロン、三角巾、ふきん2枚、タッパー、ビニールなど

**詳細** 申公民館

☎(23)2740 ④(24)8977

## 市民公開講座

**▼加齢と自動車運転～安全&健康に生活するために～**／加齢に伴う身体的・認知的・心理的变化と向き合いながら、「自動車運転を継続しても」「自動車運転をやめても」、安全で健康に生活するヒントが見つかる講座です。

講師 上村 直人 氏(高知大学准教授)

**とき** 6月23日④/13時30分～15時

**ところ** 北ガス文化ホール

**無料**(申込不要)

※この講座は、第54回北海道作業療法学会学術大会の市民公開講座として行われます。

**詳細** 北海道作業療法学会学術大会事務局

☎haot.54gakkai.jimukyoku@gmail.com

HP<https://confit.atlas.jp/guide/event/haot54/top>



北ガス文化ホール … 市民文化センター  
ダイナックスアリーナ … スポーツセンター

# TOWNGUIDE

まちのお知らせ・催し・募集◎たうんがいど

## ちとせ環境と緑の財団からのお知らせ

### ▼ちとせオープンガーデン開催中

市内の個人庭園を公開中。各庭園の公開日時や見学方法は《ちとせオープンガーデン Guide Book 2024》(市内公共施設、財団事務所まで入手可)でご確認ください。

### ▼緑の相談

①庭木や果樹の管理せん定、庭の草花の育て方、野菜の栽培などについて、専門家が相談を受けます。/②専門家を派遣します。

とき ① 6月25日②10時～16時/②相談により日程を調整 ¥ 無料  
申込 前週②までに☎で申し込み

### ▼庭木・鉢物譲ります

ジャーマンアイリス (10本)  
ミニバラ (1鉢)

詳申 ちとせ環境と緑の財団  
☎ (22) 1117 FAX (22) 1118

## 市民協働プロモーション事業 ナイペッいきものしらべ

名水ふれあい公園で水に親しみながら、水生生物などについて楽しく学びませんか。川とアイヌ文化の関わりについても学びます。

※ナイペッは(ナイ=沢の、ペッ=口)内別川のアイヌ語表記です。

対象 市内の小中学生と保護者(小学1～3年生は要保護者同伴)

とき 第1回/7月21日②/10時～14時30分、第2回/8月5日②/10時～14時30分

※悪天候で中止する場合があります。

ところ 名水ふれあい公園

¥ 無料 定員 各20人(抽選)

申込 第1回 6月11日～30日/右申込フォームから申し込み▶



第2回 7月12日～24日/右申込フォームから申し込み▶



持ち物 昼食、飲み物、タオル、濡れてもよい服装、長靴・マリンシューズなど濡れてもよい靴、敷物など

※この事業は、市としとつ湖自然体験クラブ\*トウレップとの市民協働プロモーション事業です。

詳申 環境課

☎ (24) 0597 FAX (22) 8851

## 千歳市手話講座 (初級課程)

対象 市内に居住する高校生以上で手話に興味がある初心者

とき 7月8日～令和7年1月27日(毎週②全21回)19時～20時30分

¥ 3,300円(テキスト代)/350円(ボランティア活動保険料)

定員 20人程度(申込順)

申込 6月28日⑤まで

詳申会 千歳市社会福祉協議会

☎ (27) 2525 FAX (27) 2528

## 初めての親子登山!

### イチャンコッペ山に挑戦Day

支笏湖ビジターセンターのスタッフがガイドをします。自然観察をしながら頂上を目指そう!ビジターセンター集合後、ジャンボタクシーに乗り換えて登山口に移動します。

対象 小学生とその家族

とき 7月13日⑤/8時30分～16時

¥ 無料(駐車料金有料/乗用車1日1回500円) 定員 3家族10人程度

申込 6月13日⑤9時~/☎で申し込み

詳申(一財)自然公園財団支笏湖支部

☎ (25) 2453



## 千歳リハ大学 こどもスマイル

子ども好きな大学生のお兄さん・お姉さんが、身体を使った遊びを企画します。思い切り遊んだ後には、参加賞をもらえます。

対象 年中～小学1年生くらい

とき 7月6日⑤/10時～11時30分

¥ 無料 定員 10人(申込順)

持ち物 汗拭きタオル、飲み物

申込 ☎が二次元コードで申し込み

詳申会 北海道千歳リハビリテーション大学 総務課

☎ (28) 5331 FAX (28) 5335



## 市民防災講座(地域防災リーダー講座)

自主防災活動の基礎知識(講義)、災害の備え(講義・実習)、災害対応(講義・実習)/2回に分けての参加も可

とき 第1回 7月13日⑤/9時～16時/泉沢向陽台コミセン

第2回 7月20日⑤/9時～16時/そなえーる

¥ 無料 申込 各開催日の前日まで/☎FAX⑤のいずれかで申し込み

詳申 危機管理課

☎ (24) 0144 FAX (22) 8852

✉ kikikanri@city.chitose.lg.jp

## 麻雀体験教室

セガサミーホールディングス株式会社と連携し、プロ麻雀リーグ「Mリーグ」に参戦中の選手が講師として参加します。

対象 市内在住の60歳以上の方で、麻雀経験者(ルールがわかる方)

※点数計算はできなくても構いません。

とき 7月6日⑤/12時～15時/受付開始11時30分

ところ 花園コミセン ¥ 無料

定員 32人(申込順)

申込 6月17日～28日/☎FAX⑤二次元コードのいずれかで申し込み

※申込の際は、氏名・電話番号・年齢・麻雀歴をお伝えください。

※同伴者(介護者・養護者)は、参加者1人につき1人まで可。

詳申 千歳市社会福祉協議会

☎ (27) 2525 FAX (27) 2528

✉ c-shakyo@chitose-shakyo.or.jp



## 赤十字救急法基礎講習

傷病者の観察の仕方および一次救命処置・心肺蘇生法・AEDを用いた除動、気道異物除去など救急法の基礎を学びます。

対象 15歳以上の方

とき 7月7日②/10時～16時

ところ 総合福祉センター402号

¥ 1,500円 定員 15人(申込順)/4人以下の場合は中止 申込 6月24日②まで/☎または窓口で申し込み

※☎にて詳細をご確認ください。

詳申 日赤千歳市地区事務局

(千歳市社会福祉協議会内)

☎ (27) 2525 FAX (27) 2528



## 千歳学出前講座 受講者を募集

企業や市民、市役所がさまざまな分野の講座を提供する《千歳学出前講座》の受講者を募集しています。今年度のメニュー表は市内公共施設などに配布しているほか、市ホームページから閲覧、ダウンロードできます。詳細は市ホームページをご確認ください。

### 🔍 生涯学習課

☎ (24) 3153 📠 (27) 3743

✉ shogaigakushu@city.chitose.lg.jp

### 📍 市民活動交流センター ミナクル

☎ (24) 0847



## 自衛官等採用試験

国家を守る、公務員。それが自衛官です。100種類を超える職種から、あなたに合った仕事が見つかるはずです。

### ▼ 幹部候補生一般(男女・陸海空要員)採用試験

**対象** 22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満の方は大卒(見込含む)、修士課程修了者など(見込含む)は28歳未満の方)

**とき** 一次試験：6月22日④

**申込** 6月13日④まで

### ▼ 貸費学生技術(男女・陸海空要員)採用試験

**対象** 大学の理学部・工学部の3、4年次または大学院(専門職大学院を除く)修士課程に在学している方で、正規の修業年限を終わる年の4月1日現在26歳未満(大学院修士課程在学者は28歳未満)の方

**とき** 一次試験：11月4日④(休)

**申込** 10月11日④まで

### ▼ 予備自衛官(一般・技能)(男女・陸海要員)採用試験

**対象** 一般:18歳以上52歳未満の方 / 技能:18歳以上で国家免許資格などを有する方(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)

**とき** 一次試験:11月7日④

**申込** 9月19日④まで

※試験日は変更することがあります。

🔍 自衛隊札幌地方協力本部千歳地域事務所 ☎ (23) 2642

## 水道施設特別見学会

水道水をつくっている漁川(いざりがわ)浄水場を見学してみませんか。

**対象** 小学生とその保護者

**とき** 8月1日④ / 8時50分～12時30分 / JR恵庭駅西口集合・解散、送迎バス以外での来場は不可。

📄 無料 定員 10組20～25人(抽選)

**申込** 7月16日④まで / ④で申し込み(参加者全員の氏名、年齢(学年)と保護者の住所・☎番号を記入)

※詳細はホームページをご確認ください。

🔍 石狩東部広域水道企業団 見学会 担当 ☎ (33) 2191

✉ kengaku@ishito.jp

🌐 http://ishito.jp



## 3級リテールマーケティング(販売士)養成講習会

**対象** 学生(高校生以上)、一般

**とき** 7月24日～8月21日の毎週④(全5回) / 13時～17時(初日のみ12時45分から)

**ところ** 千歳商工会議所

📄 16,000円(指定テキスト代など。開講日にお支払い)

**申込** 7月10日④まで / ④か④で申し込み(氏名、生年月日、住所、☎番号を記載)

🔍 千歳商工会議所総務課

☎ (23) 2175 📠 (22) 2122

🔍 ちとせ販売士会

田所 ☎ 090(9752)3571

## 募集

WANTED

## 堆肥などに活用ください 千歳川の刈草リサイクル

**対象** 直接取りに来て積み込みができる方(配布寸法：50×70×40cm、重さ12～14kg)

**とき** 6月下旬予定 ※配布日時が決まり次第、申込者に連絡します。

**ところ** 千歳川サーモン橋付近

**申込** 6月17日④まで / 住所、氏名、☎番号、希望個数を明記し、④か郵送で申し込み

※個数を調整することがあります。

🔍 千歳川河川事務所計画課 田中

☎ 066-0026 住吉1丁目1-1

☎ (24) 1114 📠 (42) 2511

## 市民教養セミナー

▼ 集客を劇的に変える！秘密のデザイン講座 / 事業の魅力や企画者の思いを伝えるためのツールとして、チラシ、ポスターをデザインする考え方について学びます。 / 講師 小野 靖昌 氏(株式会社SUNABACO SUNABACO江別 代表)

**とき** 7月24日④ / 18時30分～20時

**ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室

📄 無料 定員 50人(申込順)

**申込** ④ 二次元コードのいずれかで申し込み

🔍 生涯学習課

☎ (24) 0848 📠 (27) 3743



## 要約筆記者養成講座

**とき** 8月24、25日、9月21、22日、10月12、13、26、27日、11月9、10、30日、12月1日

**ところ** 函館会場 函館市総合福祉センター(あいよる21 / 函館市若松町33番6号)、日高会場 門別公民館(沙流郡日高町門別本町210-1)

※試験は札幌会場 かでる2.7で実施。

📄 無料(ただしテキスト代などの自己負担があります。)

**定員** 手書きコース・パソコンコース各10人程度 最少催行人数6人 ※函館会場は手書きコースのみ。

**申込** 7月25日④まで

※申込概要は情報センターのホームページからダウンロードできます。

🔍 公益社団法人北海道ろうあ連盟(北海道聴覚障がい者情報センター)

☎ 011(221)2695

✉ joutei@hokurouren.jp

## 水道局バスツアー

8月1日の「水の日」にあわせて、市内の上下水道施設をバスで巡ります。

**対象** 市内に居住する小学生以上の方(小学生は保護者同伴)

**とき** 7月26日④ / 9時～12時30分(昼食前解散とします)

📄 ④ 上水道施設(蘭越浄水場)、下水道施設(浄化センター、スラッジセンター) 📄 無料 定員 25人(抽選)

**申込** 6月10日～26日 / 二次元コードか窓口(水道局2階)で申し込み

🔍 水道局経営管理課

☎ (24) 3270 📠 (22) 8810





## 文化/スポーツ CULTURE/SPORT

### 図書館からのお知らせ

▼**合同おはなし会**／図書館で活動しているおはなしグループが大集合!! 紙しばいや大型えほんなどのおはなしが楽しめます。

**とき** 6月22日(土)／10時30分～11時30分  
※申込不要(当日は直接2階AV室へお越しください)。

▼**読書スタンプラリー**／本を読んでスタンプを集めよう。おすすめの本も紹介してください。スタンプを集めた方に記念品を差し上げます。

**対象** 小学1年生～中学3年生  
**定員** 小学生150人・中学生30人(申込順)  
**実施期間** 7月1日～9月30日  
(申込・記念品交換期間含む)

#### ▼図書館まつり

**とき** 7月7日(日)／9時30分～  
演奏会《アイルランドの風》  
出演 千葉 智寿氏、小松崎 健氏  
ハーモニカとハンマードルシマーの素敵なアンサンブル。

【対象】 一般  
【時間】 15時30分～17時／開場15時  
【定員】 60人(申込順)  
【申込】 6月10日(日)～／電話申込可  
【参加料】 無料

※ほかにもプログラムを用意しています。詳しくはチラシ、ホームページなどをご覧ください。

#### ▼手づくり絵本教室

**対象** 小学生～一般 5日間すべて参加できる方(小学1～3年生は初回と2回目のみ付き添いが必要)

**とき** 7月31日、8月1、2、5、6日(全5回)／14時～16時  
**定員** 12人(抽選) ※当選の方のみご連絡します。

**申込** 6月22日9時30分～27日19時／窓口または☎で申し込み

#### ▼図書取次サービスの開始と返却ポストの設置について

**とき** 6月1日(土)から  
**とこ** イオン千歳店2階 山三ふじや書店内(栄町6丁目51番地)  
※イオン千歳店山三ふじや書店で予約本の受け取りを希望される方は、事前に市立図書館までご連絡ください。

☎市立図書館 ☎(26)2131 ☎(26)2133

## イベント EVENT

### 北海道千歳高等学校同窓会 「柏望会」定期総会・懇親会

今年度は懇親会にて本校卒業生のソプラノ歌手である桑島昌子さんと娘さんのミニコンサートも実施します。

**とき** 6月29日(土)／18時～  
**とこ** ベルクラシックリアン平安閣  
**¥**6,000円  
**申込** 6月19日(水)まで／二次元コードから申し込み

☎北海道千歳高等学校  
同窓会事務局 ☎(23)9145



### 千歳歓楽街夏まつり イベント出場者募集



カラオケ大会、ものまね大会、大声コンテスト、その他芸能(仮装、楽器演奏、ダンス、得意ワザなど)

**とき** 7月12日(金)／16時～20時  
**とこ** 酔い街通り(清水町2丁目)  
**定員** 20人(申込順)  
**申込** 6月28日(金)まで／Eで申し込み  
**☎**千歳安心な街づくり協議会  
白木 ☎(22)2385 ☎(22)7841  
E mail@v-1.jp

### 千歳市民花火大会

2,800発の花火を打ち上げます。北千歳駐屯地夏まつりと同時開催です。企業協賛を募っています。詳しくは千歳商工会議所ホームページをご覧ください。

**とき** 7月27日(土)／19時45分打上開始／小雨決行 ※雨天の場合は28日に順延。

**とこ** 北千歳駐屯地スキー山  
※昨年の住吉ソフトボール場から打上場所が変更となりました。  
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

☎千歳市民花火大会実行委員会(千歳商工会議所内)

☎(23)2175 ☎(22)2122  
https://chitose-cci.or.jp/info/20240513-2/



### 千歳市・指宿市 姉妹都市提携30周年記念 いぶすきシルバー美術展 出品者募集

作品は、いぶすき温泉祭り(9月27日～29日)の期間を含む数日間、指宿市の公共施設にて展示します。

**対象** 令和6年12月31日時点で満60歳以上の鹿児島県内または千歳市内居住の方

**出品作品** 日本画(水墨画を含む)、洋画(油絵・水彩画・版画)、押し花絵、ちぎり絵、和紙はり絵、切り絵(工芸・立体作品を除く)／1人2点まで

**¥**1点につき2,000円  
**搬入** 6月19、20日／受付時間9時～17時  
交流推進課(本庁舎1階13番窓口)  
※出品申込書などは交流推進課窓口または市ホームページで入手可。

#### ☎▼搬入に関すること

#### ☎交流推進課

☎(24)0482 ☎(22)8851

#### ▼いぶすきシルバー美術展に関すること いぶすきシルバー美術展実行委員会事務局(指宿市教育委員会生涯学習課内)

☎0993(23)5100 ☎0993(23)5000



### 千歳市・アンカレジ市 姉妹都市提携55周年記念 市民訪問団の募集

市民訪問団を結成してアンカレジ市を訪問し、アンカレジの皆さんとの友好を一緒に深めませんか。

**対象** 市内に居住している方

**とき** 8月25日～31日(5泊7日を予定)  
**訪問先** アメリカ合衆国アラスカ州アンカレジ市

¥お問い合わせください。

**定員** 3人程度

**申込** 6月10日～24日／所定の参加申込書で申し込み

☎千歳国際・友好都市交流協会事務局(☎交流推進課内)

☎(24)3185 ☎(22)8851

¥ 参加料・入場料 ④ 詳細、申込先、会場 ☎ 電話番号 FAX ファックス番号 E メールアドレス HP ホームページアドレス 市 市の組織・施設

## 温水プールからのお知らせ

### ▼半額開放日

入場券を半額で購入いただけます。(当日のみ有効) **とき** 6月16日④/終日

### ▼キッズコーディネーション教室

幼児期における神経系の発達を利用し、楽しみながらスポーツの土台になる運動能力を育むことを目的とします。

**とき・対象** 6月23日④

年少～年長/午前の部10時～11時、  
午後の部13時～14時  
小学1～3年生/14時5分～15時5分

¥2,000円 **定員** 各10人(申込順)

### ▼夏まつり

「海の日」にちなみ、夏まつりを開催します。いろいろなゲーム・くじ・プールでのアトラクションなどを用意しています。

**とき** 7月15日④/10時～16時

※当日の入場券を半額で購入いただけます(終日)。

### ▼水泳教室・大人向けレッスン

水泳教室(子ども・大人)や大人向けレッスン(ヨガ・体操など)を開講しています。初めてでも安心してご参加いただけます。体験や見学も可能です。(体験は前日までに電話でご予約ください。)また、選手・育成コース「CANSAY千歳」が大会出場など積極的に活動しています。メンバー募集中ですので一緒に練習して大会出場を目指しましょう。

詳細は温水プールのHPをご覧ください。

<https://cpsp.jp/>

### ④ 温水プール

☎(49)7001

FAX(49)7003



**6/16** ④

**青葉陸上競技場** 13時開場予定

¥ 観戦無料

アシックスジャパン(株)

E [ajp-running-event@asics.com](mailto:ajp-running-event@asics.com)

アシックスジャパンが開催する一般ランナーのための5,000mレースイベントが開催されます。自己記録の更新に挑むランナーの走りや、ともに応援しましょう!



## スポーツ協会からのお知らせ

### ▼アーチェリー体験講習会

**対象** 市内在住・在学・在勤の小学3年生以上の方(親子参加可)

**とき** 7月13日④/10時～12時/荒天候の場合は中止

**ところ** アーチェリー場(ダイナックスアリーナに隣接する青葉少年野球場横)

¥無料 **定員** 10人(申込順)

**申込** 6月18日～28日

HPから申し込み



### ▼キッズスポーツ5歳児(年長さんコース)

**対象** 5歳児(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)

**とき** 7月24、25、26、30、31日/9時45分～11時15分

**ところ** ダイナックスアリーナ

¥1,100円 **定員** 28人(申込順)

**申込** 7月2日～5日/HPから申し込み

④ 千歳市スポーツ協会 振興課

☎(22)4150 FAX(24)2320

HP <http://www.chitose-taikyo.or.jp/>

※ネット環境が無い方はお問い合わせください。(9時～17時/④⑤⑥休み)

## 市民スナッグゴルフ大会

**対象** 市内居住の小学生以上の方

①小学生の部(低学年・中学年・高学年)

②一般男女(中学生以上)

③5クラス各個人戦(親子で参加OK)

**とき** 7月27日④/10時～12時/受付10時～

**ところ** キリンビール スナッグゴルフコース(キリンビール野球場奥)

¥600円(保険料含む)

**申込** 7月20日④まで/☎かEで申し込み

**持ち物** 動きやすい服装

④ 千歳スナッグゴルフ協会

☎090(7051)5563

E [xr250r.nishio@docomo.ne.jp](mailto:xr250r.nishio@docomo.ne.jp)

## フレンドリーコンサート

### 千歳・恵庭合唱祭

千歳市および恵庭市の合唱団体による発表

**とき** 7月15日④/14時～

**ところ** 北ガス文化ホール ¥無料

④ 生涯学習課

☎(24)0848 ④(27)3743

# 防犯ばなし

SNSを悪用した「投資詐欺」被害急増!

SNSを利用し、投資を勧めてお金をだまし取る詐欺や、外国人や外国居住者を名乗り、恋愛感情や親近感を抱かせてお金をだまし取る詐欺が増加しています。

○SNSで知り合った人や、SNSのグループで投資の話を持ちかけられた場合は注意してください。相手が著名人をかたっている場合もあります。

○SNS上の話だけで相手を信じるのは危険です。「必ず儲かる」と言われたり、会ったことがない人からお金の話が出たら、詐欺を疑いましょう。

少しでも不審・不安に思った時のキーワード「詐欺電話がきたら」

#9110

【詳細】千歳防犯協会

(千歳警察署生活安全課内)  
☎(42)0110 内線262



MONTHLY PHOTO

マンスリーフォト

GRAPH らぶ

まちのできごと・マンスリーでお知らせします。

5/6

## こどもの日 防災フェスタ 親子で防災を学ぼう



**防**災の知識を体験形式で学ぶ《防災フェスタ》を開催しました。会場のそなえには、各種の体験コーナーが設けられ、親子など多くの来場者でにぎわいました。工作コーナーでは、子どもたちが災害時のおやつ入れとなる《おやつポシェット》製作を体験。このほか、物干し竿と毛布を使った応急担架づくりなど、災害時に役に立つ知識を紹介しました。全部のコーナーを体験した参加者には、景品の防災ライトが贈られました。井上 琴葉さん（末広小1年）は、お父さんと一緒に憧れのはしご消防車に乗り笑顔。「おやつポシェットが上手に作れてうれしかった」と振り返りました。

5/13

## 国際親善空手選手権大会 市川 竜也 選手が銅メダル！



**空**手の国際大会《国際親善空手選手権大会》で、市川 竜也 選手が銅メダルを獲得し、表敬のため市役所を訪れました。同大会は4月に東京体育館で開催され、ロシアやイランなど世界各国から強豪選手が出場。市川選手は35～39歳 -70kg組手の部に出場し、3位に入賞しました。国際空手道連盟極真会館 千歳道場に所属し、指導員を務めている市川選手は、子どもたちに「戦う姿勢を見せたい」との思いから日々、鍛錬を積んでいます。後輩へのメッセージとして、「普段、厳しい稽古をしている子どもたちには『試合に出る』ことを目標にして欲しい。試合に出たいと思わない子も、何か一つでも目標を持って稽古に臨んで欲しい」と話しました。

5/11

## 日本航空高等学校北海道ゴルフ部 部員6人でスタート



**4**月に開校した日本航空高等学校北海道が、道内に数校しかないゴルフ部を創部しました。同校ゴルフ部は1年生と2年生の部員6人で始動し、2年生担任の菊地 洸 先生が顧問を務め、市内のゴルフ場を拠点に練習を重ねています。5月11日には、クラブなど用具の寄贈式を開催。日本高校ゴルフ連盟を通じ、(株)ゴルフパートナーから寄贈を受けました。初代部長に就任した2年生の松田 悠花さんは、昨年まで能登空港キャンパスのゴルフ部に所属。「卒業までに、能登にいたときよりも良い成績を残したい。部長として部員をまとめて、みんなが楽しめる部活にしたい」と抱負を話しました。





5月25日／JR千歳駅西口で撮影

## まちのシンボルになることを期待

■市では「緑豊かなまちづくり」に向け、緑化や花壇づくりなど緑化振興に取り組んでいます。5月25日に皆さんと花植えることが出来た千歳駅西口広場の花壇は、千歳花倶楽部を中心とした9つの団体が結成した「千歳スクエアの会」により、約2年にわたり花壇の形状や植える花などについて検討を重ねてきました。花壇は、3つのゾーン分けによる特色や「CHITOSE」の箱文字を設置しています。花壇を中心に千歳駅周辺が彩り豊かな一体感のある空間となり、市民や観光客の皆さんに親しんでもらえるシンボリックな場所になることを期待しています。今後も、市民の皆さんと一緒に“楽しみながら”花や緑によるまちづくりに取り組んでいきたいと思ひます。

千歳市 都市整備課長  
 きくち まこと  
 菊地 誠

あ  
の  
と  
き  
、  
あ  
の  
場  
所

《瞬きの点景。》  
 の写真を募集中  
 詳しくは市ホーム  
 ページを参照



# 瞬きの点景。

SCENERY OF MOMENT

カメラが光を捉えるほんの一瞬。映り込む人物やものごと。千歳ならではの魅力が、残したくなる風景が、そこにある。

### 千歳市の情報発信



市公式  
LINE



市公式 x  
(旧 Twitter)



市公式  
YouTube



市長公式  
Instagram

### 今月の表紙

ジュニアブロック韓国遠征日本代表に選ばれた、水泳チーム CANSAY 千歳の春日選手と森本選手。キャップに刻まれた「JAPAN」の文字が、2人が世代のトップスイマーであることを示しています。



4月16日  
千歳市温水プールで撮影

■今月は花と緑のフェスタ・千歳ウエルカム花ロード・JR千歳駅西口花壇を取材させていただいた。参加された方は口を揃えて「花で千歳を明るく元気にしたい」と話してくれました。花を見ると《幸せホルモン》が分泌され、ストレスが和らぎ、幸福感を得ることができるといいます。

■自分も通うプールから日の丸を背負う選手が出たのは、一生の自慢話。嬉しすぎて会う人みんなに自慢しようなので、先に言います。私が今後「あの子たちの隣のレインでオレ泳いでた！すごくない？日の丸カッター」などとドヤ顔で話し出したら、諭してください。「すごいのはお前じゃなくて選手」と。優しく。菊

編集後記