

CHITOSE CITY
平成 27 年
9 月 10 日号
No.1026

2015 ちとせ



特集

働き盛りのときこそ

大切な命を守るために 自殺予防について考えてみませんか

広報 ちとせ 9

平成26年、日本では2万5千人以上の方が自ら命を絶っています。

自殺の多くは、追い込まれた末の死と言われており、誰にでも起こり得るものです。

市は、平成23年から25年までの3年間、市の健康診査を受けた方にこころの健康チェック票「お元気ですか？あなたのこころ」を配布し、自殺につながる要因の一つと言われる抑うつ症状の程度を確認してもらいました。

回答を分析した結果、30歳代から40歳代で抑うつ傾向が高まり、自殺に陥る危険性が高まることが分かりました。

今月の特集は、30歳代以降の働き盛りと言われる年代の自殺予防についてお伝えします。

特集

働き盛りのときこそ

大切な命を守るために
自殺予防について考えてみませんか

こころの健康チェック票

「お元気ですか？あなたのこころ」

こころの健康チェック票では、「睡眠」、「食欲・体重」、「集中力」など9項目、16の設問の点数を合計し、自殺に結びつく要因の一つと言われる抑うつ症状の程度を5段階（図1参照）で評価します。

平成23年から25年までの3年間の取り組み結果から、30〜40歳代で抑うつ傾向が高まり、40歳代から自殺を考える（自殺念慮）方の割合が高くなるのが分かりました。

市は、平成26年から、39歳の市民の方を対象に、こころの健康状態について調査を実施しています。

平成26年は、1588人の方に調査票を送付し、235人の方から回答がありました。表1は、調査結果から、抑うつ症状が中等度・重度・極重度となった方の年齢別の割合を表しています。

また、表2は、「死や自殺について考えることがありますか」という設問に「週に数回、数分間にわたり考えるこ

とがある」、「1日に何回か細部にわたって考える、または、具体的な自殺の計画を立てた、実際に死のうとした」と回答した方の年齢別の割合を合計したものです。

20歳代から70歳代の健診受

診者（平成23年から25年までの3年間の平均）と平成26年に実施した39歳の方の調査結果を比較すると、39歳の方がいずれの結果も高い割合を示しました。

図1：こころの健康チェック票抑うつ症状の重症度区分

0～5点	6～10点	11～15点	16～20点	21～27点
正常	軽度	中等度	重度	極重度

※0～27点の加点式で、中等度以上（11点以上）から医療・相談機関への受診や相談をお勧めしています。

表1：こころの健康チェック票で抑うつ症状の重症度が中等度・重度・極重度になった方の年齢別の割合

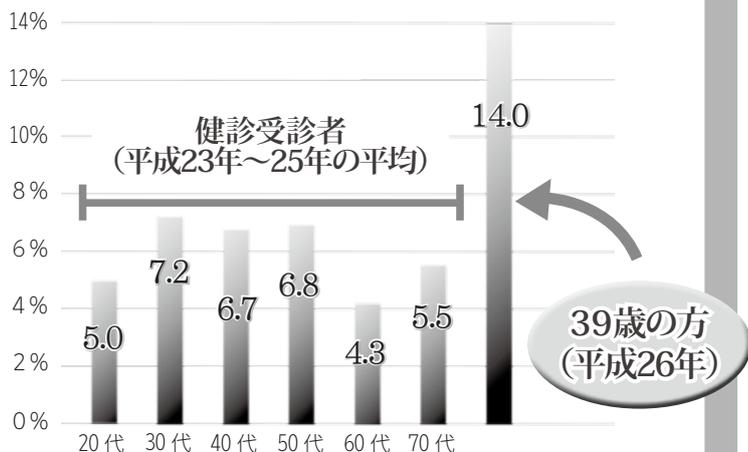
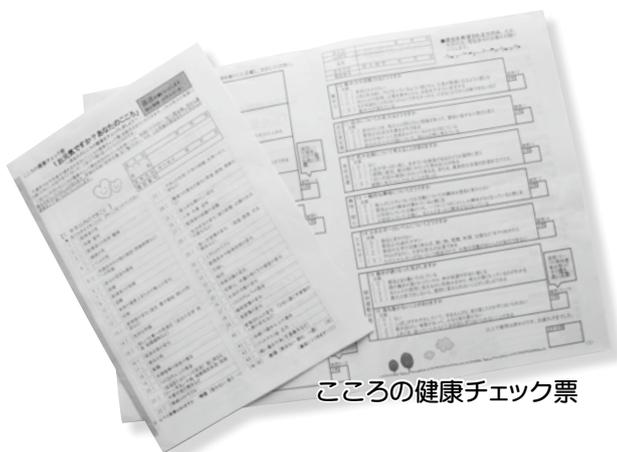
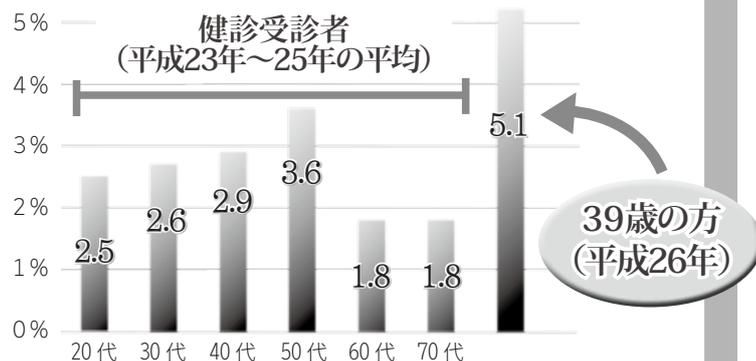


表2：死や自殺について「週に数回または1日に何回か考える、具体的に自殺の計画を立てたり死のうとしたことがある」と回答した方の年齢別の割合



こころの健康チェック票

今年も39歳の市民の皆さんを対象に、こころの健康チェック票を9月中に送付します。同封の返信用封筒を使用して、チェック票の提出をお願いします。



このマークが目印の封書です。

なぜ、働き盛りの方に抑うつ傾向や自殺を考える割合が高くなっているのか？

このころの健康チェック票では、過去6か月以内に起きた出来事（ライフイベント）を振り返り、そこから受けるストレスの原因を確認します。

39歳の方は、過去6か月以内のライフイベントとして「けがや病気」、「子どもの入学、卒業」、「配偶者の就職や退職」、「勤務条件、勤務時間が変わった」、「昇進や異動」、「家の新築」などの回答が多くありました。

このことは、働き盛りの方が、自分の病気やけがによる体調の変化、子どもの成長による家庭での役割や責任の変化、職場での立場の変化などからストレスを感じてしまう可能性が高いと考えられ、そのストレスから、抑うつ傾向や自殺を考えてしまう方の割合が高くなると推測できます。

- 自分の病気・けがによる体調変化（生理的变化）
- 子どもの入学や卒業、配偶者の就職など（家庭での役割・責任の変化）
- 家の新築など（経済・生活の維持）
- 異動による勤務条件、勤務時間の変化、昇進などによる職場での責任の変化（社会的立場の変化）

さまざまな変化にストレスを感じる
※昇進や新築などのライフイベントからストレスを受けることがある。

- 抑うつ傾向が高まる
- 自殺について考えてしまう傾向が高まる

一人で悩み・苦しみを抱える

自殺につながってしまう

話してみませんか？ その悩み・その苦しみを誰かに。

一般的に働き盛りの年代というとき、30歳代から50歳代の方をいいます。この年代は、結婚し、子どもが生まれ、家を持つ時期かと思えます。子どもが大きくなると習い事や教育費などのお金がかかり、家を持てば住宅ローンを背負うこととなります。配偶者も働いて家計を助けてくれるでしょうが、金銭的に大変な時期が続きます。

職場では、課長などの中間管理職となり、部下のマネジメントや上司との関係などにも気をつかう時期です。それに加え、両親の介護や死と向き合わなければならないかもしれません。このように、働き盛りの方は、さまざまなストレスにさらされる時期です。

そのような中、皆さんは自分の悩みや苦しみを誰に話しますか？

配偶者や両親、兄弟、会社の同僚、上司……。なかなかお話しできないのではないのでしょうか？

悩みや苦しみを一人で抱え込むことで、やがてうつ病になり、自殺に結びついてしまうことも少なくありません。だからと言って、すぐに精神科を受診することはハードルが高いことです。

私たちカウンセラーは、専門的な知識を持ちながら、皆さんの悩みや苦しみの整理・解決のお手伝い、病院の受診が必要かどうかを判断します。私の所に相談にいらっしゃる方の約3割が働き盛りの方で、自分自身のことや身内のことなど、さまざまな相談にいられています。もちろん、秘密は守りますので安心して相談にきてください。

誰かに話すことは、感情を吐き出すことになり、気持ちはずっと軽くなります。もし、誰かがあなたに相談してくれたときは、じっと聴いてあげてください。それがうつ病を予防し、命を救うことにつながります。



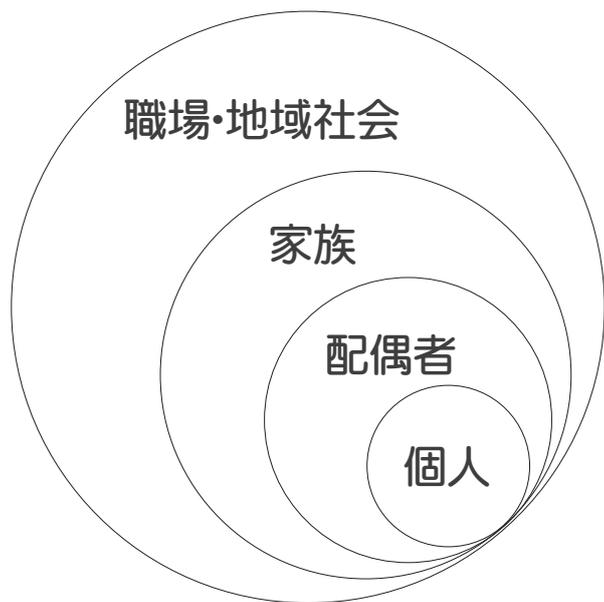
臨床心理士

かわざし ゆりこ
河岸 由里子 さん

プロフィール

市教育委員会や北海道立高等学校カウンセラーを務める。幼児から高齢の方まで幅広い年代の相談に応じている。

個人を取り巻く環境イメージ



働き盛りの年代は、個人の責任や役割が大きくなります。ストレスによる悩みや苦しみを一人で抱え込まないことが、自殺予防につながります。

働き盛りの方を取り巻く環境

子どもや両親のこと、職場での立場の変化など、働き盛りの方には、家庭や社会において重要な役割や責任が多く、さまざまなストレスが起こります。このストレスによつて、悩みや苦しみを感ずることは、誰にでも起こり得ることで、ストレスにうまく適応していきことは大切ですが、悩みや苦しみを一人で解決することは、簡単ではありません。

悩みや苦しみを一人で抱え込んでしまうことが、抑うつ傾向や自殺につながる可能性を高めてしまいます。誰かに話す(聴いてもらう)ことで、気持ちが軽くなり、解決のヒントを得ることにつながります。もし、話す相手が見つからない、誰に相談してよいのか分からないときは、専門の相談機関を利用するなど、早めに相談しましょう。

一人で悩まずに相談してください

こころの健康に関する相談

相談機関	電話番号など	相談時間
◆千歳保健所 健康推進課	☎(23) 3 175	月～金 8時45分～17時15分
◆北海道立精神保健福祉センター		
① こころの電話相談	☎0570(064)556	月～金 9時～21時 土日祝 10時～16時 ※12月29日～1月3日を除く。
② 面接相談(予約受付)	☎011(864)7000	月～金 8時45分～17時30分
③ こころの健康電子メール相談	http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/consultationstart.htm	
◆北海道いのちの電話	☎011(231)4343	毎日 24時間対応
◆北海道家庭生活総合カウンセリングセンター		
① 家庭生活全般の電話相談	☎011(232)1956	月～土 10時～16時
② 面接相談(予約受付)	☎011(251)6408	

特集記事の お問い合わせ

健康指導課
健康企画係
☎(24) 0768

大切な人をなくされたあなたに

交流会名	問い合わせ
◆自死遺族のための交流会	北海道立精神保健福祉センター ☎011(864)7000
◆癒やしの会 (自死遺族の思いを語る集い)	札幌医科大学保健医療学部内 ☎011(611)2111



今年、泉沢小1年 渡辺 蘭さんの絵が入選しました。



★絵画展★

小学1年～3年生が描いた元気な絵を展示しています。
ふるポケステーションでは、入選者の表彰式があります。

ちとせ生涯学習 まちづくりフェスティバル ふるさとポケット

第1回ちとせ生涯学習まちづくりフェスティバル「ふるさとポケット」は、JR千歳線開通・千歳空港開設70年、インディアン水車設置100周年を記念して、平成8年9月29日に千歳サーモンパーク（サケのふるさと千歳水族館およびイベント広場）で開催しました。第2回からは青葉公園に会場を移して開催しており、今年で20回目を迎えます。

「ふるさとポケット」は、市内で活動する個人や市民団体の方々が集まって開催するイベントです。それぞれが「ふるさとポケット」を作る過程などの活動を大切にして、楽しみながらまちづくりに参加することを目的にしています。今年第20回目の開催を記念して、会場を青葉公園からグリーンベルトと市民ギャラリーに移して開催します。市民の皆さんのご来場をお待ちしています。

今年の「ふるさとポケット」は、グリーンベルト「おまつり広場」、「つどいの広場」、「市民ギャラリー」で開催します。

9月27日（日）10時～14時

※グリーンベルト地下駐車場
または市役所西口駐車場を
ご利用ください。



市民団体などがつくる「ふるさとポケット」の概要



① はりきりグループ
作品制作や地域活動を行っ
ている団体のコーナー

☆似顔絵、手芸品の販売、ゲーム
や抹茶の提供など



② チャレンジひろば
遊びや体験活動を提供する
コーナー

☆スライム、空気砲、紙飛行機
作成体験、ボールプールなど
の遊び場



③ お国自慢味処
県人会の物販など、各県の
PRをするコーナー

☆鍋物（きりたんぽなど）や各
地の特産品販売、各県の観光
パンフレットの配布など



④ ふるポケステージ
ダンスなどの活動を行って
いる団体のコーナー

☆太極拳・空手の発表、ダンス
やマジックの披露

☆来場者が参加するレクダンス、
県人会の物販が当たるじゃん
けん大会



⑤ 市民ギャラリー
屋内で活動する団体の発表、
20回記念展示

☆子どもまちなみ探検隊が作成
した地図の展示、スポーツ吹
矢体験

☆開催 20 回を記念して、これま
でのポスター展示など



※写真は、昨年撮影したものです。

この記事の
お問い合わせ

生涯学習課
生涯学習推進係

☎ (24) 3 1 5 3



実行委員長
坂元紀磨さん
(千歳鹿児島県人会)

ふるさとポケット運営委員から
ふるさとポケットは、自由な
活動の場、学び合い高め合う場
千歳を再発見する場として、自
主的な活動と人とのふれあいを
大切に行っています。
来場された方からも、「毎年、
楽しみにしています」との声を
いただいております、秋の恒例行事
として定着していることを大変
嬉しく思っています。
20回目の節目を迎える今年は、
会場を青葉公園からグリーンパ
ルトに移して開催します。会場
が変わることで、少し不安と戸
惑いはありますが、これまでの
経験と参加団体の方々の協力に
より、魅力あふれる「ふるさと
ポケット」になるよう準備を進
めているところです。
市民の皆さんのご来場を楽し
みにしております。



くらし
本庁舎
地下1階

国勢調査にご協力ください!

総務課(国勢調査千歳市実施本部) ☎(24) 3131 内線486

【国勢調査の流れ】

①オンライン回答用ID・パスワードの配布

9月10日(木)から、調査員が全世帯に配布します

②インターネットから調査票の提出

9月10日(木)からパソコンやスマートフォン、タブレット端末を利用してインターネットによるオンライン回答ができます
※ID・パスワードの入力が必要です。

③紙の調査票を配布

オンライン回答をしなかった世帯に、9月26日(土)から調査員が紙の調査票を配布します

④調査票の提出

10月7日(水)まで調査票を調査員に手渡すか、提出用封筒(料金受取人払い)に入れて郵送で提出してください

「かたり調査」にご注意ください!.....

調査員は、**国勢調査**と明記した腕章と顔写真付きの身分証を携帯しています。腕章、身分証を携帯していない者が訪問したときは、調査員になりすましている可能性がありますので、国勢調査千歳市実施本部にご連絡ください。

調査内容
氏名、生年月日、国籍、現在の場所に住んでいる期間、就業状況など17項目について調査します。

国勢調査は、日本の人口や世帯数を明らかにするため、法律に基づいて5年ごとに国が行う統計調査で、今年が調査の年です。
日本国内に居住する全ての方を対象として、国籍や年齢に関係なく、10月1日(木)現在の状況を調査します。

調査票の提出方法
パソコンやスマートフォン、タブレット端末を利用したインターネットによるオンライン回答か、紙の調査票による提出を選択できます。
※インターネットからは、24時間いつでも提出することができます。

問い合わせ先
国勢調査コールセンター
☎0570(07)20155

年齢	生年月日	贈呈内容
77歳	昭和12年9月16日～ 昭和13年9月15日	1万円
88歳	大正15年9月16日～ 昭和2年9月15日	3万円
99歳	大正4年9月16日～ 大正5年9月15日	5万円
100歳	大正3年9月16日～ 大正4年9月15日	7万円

※対象者には、9月に案内はがきを郵送します。

敬老祝金を贈ります
高年齢者支援課
高齢福祉係
☎(24)0295
本庁舎1階9番

くらし
高年齢者支援課
高齢福祉係
☎(24)0295
本庁舎1階9番

【対象】 9月15日(火)現在、市内に6か月以上継続して住民登録があり、左の表の年齢に達する方
【とき】 9月29日、30日(9時～17時)
※満100歳の方には、市長が訪問して、直接渡します。
【受取場所】 市役所1階市民ロビーまたは各支所(案内はがきに記載しています)
【必要書類など】 案内はがき、印鑑、健康保険証など本人確認ができるもの

敬老会を開催します
高年齢者支援課
高齢福祉係
☎(24)0295
本庁舎1階9番

長年、社会に貢献されてきた高齢者の皆さんの長寿と健康をお祝いする「敬老会」を開催します。
【対象】 市内に住民登録がある昭和15年9月15日までに生まれた、満75歳以上の方(9月に郵送する案内はがきを当日持参してください)
※幌加、協和、新川、東丘地区と支笏湖地区の方は、別に開催するため対象になりません。
【とき】 9月16日(水)
開場9時30分 開会10時
【ところ】 北ガス文化ホール(市民文化センター)大ホール
※敬老会終了後、老人福祉大会が開催され、講演会や老人クラブの芸能発表があります。

くらし
高年齢者支援課
高齢福祉係
☎(24)0295
本庁舎1階9番

※代理のときは、必要書類と代理人の身分証明書を持参してください。
※受け取り時点で、市外に転出された方は、案内はがきをお持ちでも受け取れません。
※当日来られない方は、案内はがきに記載した場所で後日受け取ることができます。受け取り期限は、平成28年3月31日(木)です。

市役所からのお知らせ

Information



☎は、直通電話です。
内線表示があるときは、市役所代表243131におかけください。

「市場感謝祭」を開催します

公設卸売市場管理係
☎(24)27009
公設市場

【内容】 農水産物の直販、マグロの解体ショー、模擬せりなどのほか、千歳高校と株もりもどが共同開発した「市場スィーツ・パン」の販売

【とき】 10月4日(日)
8時～11時30分
【ところ】 公設卸売市場(上長都958番地1)

後期高齢者医療制度は支え合ひのつくり

医療助成課
高齢医療収納係
☎(24)0136
本庁舎1階4番

後期高齢者医療制度で支払う医療費の財源は、約5割を税金、約4割を若い世代の保険料、約1割を75歳以上の方の保険料でまかっています。皆さんで支え合ひ医療制度ですので、保険料の納期限内納付にご協力ください。

「ふるさと千歳ナンバープレート」に交換しませんか

税務課市民税係
☎(24)0158
本庁舎1階5番

「ふるさと千歳ナンバープレート」は、千歳の魅力を表したオリジナルデザインの原動機付自転車用ナンバープレートです。これまで新規登録車両に限定して交付していましたが、このた

び既に登録されている車両も交付対象になりました。交付を希望する方は、手続きをしてください。

【受付期間】 9月16日～11月16日
【持ち物】 現在のナンバープレート、標識交付証明書、印鑑

【手数料】 無料

※交付後は、ナンバーが変更になります(番号は選べません)。

「ご存じですか?」国民年金の各種制度

市民課年金係
☎(24)0267
本庁舎1階2番

年金保険料の免除制度と若年者納付猶予制度

国民年金には、保険料の納付を全額免除する全額免除制度と、一部を免除する一部免除制度があります。また20歳代の方は、保険料の納付を10年以内に後払いできる若年者納付猶予制度があります。

【免除と猶予の内容】

下の表のとおり、毎月の保険料が免除・猶予になります。※一部免除の承認を受けた方が保険料を納付しなかったときは免除が無効になります。保険料が未納扱いとなります。そのため、将来の年金の額に反映されなかったり、年金を受け取れなくなることがあります。

【対象】 次のいずれかに該当する方

▼本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の方(若年者納付猶予は、世帯主

の方を除く)▼失業や災害などで保険料の納付が困難な方

【免除・猶予の期間】 申請した月の2年1か月前からの保険料申請に必要なもの

【申請に必要なもの】

▼年金手帳または納付書などの基礎年金番号が分かる書類
▼印鑑
▼離職している方は、雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証
※申請する期間により、必要な離職書類が異なりますので、詳細は、お問い合わせください。
▼学生の方は、「学生納付特例制度」をご利用ください。

種類	平成27年度納付保険料(免除区分)	老齢基礎年金		障害・遺族年金資格期間	保険料後払い	審査の対象
		資格期間	計算			
①全額免除	0円(全額免除)	受給資格期間に入りません。※②は納付しなくても入ります。	2分の1算入	納付済期間と同じ扱いになります。※②は納付しなくても入ります。	10年以上であれば後払い可能。	本人 配偶者 世帯主 本人 配偶者
②一部免除	3900円(4分の3免除)	※②は納付しなくても入ります。	8分の5算入			
	7800円(半額免除)		4分の3算入			
③若年者納付猶予	1万1690円(4分の1免除)	算入されません	8分の7算入			
	0円(納付猶予)					

特別障害給付金制度

【対象】 国民年金に任意加入しなかった期間中に障がいの原因となる傷病で初めて診療し、現在、障害等級1・2級に相当する障がい状態にあり、次のいずれかに該当する方

▼平成3年3月31日以前に任意加入しなかった学生(定時制・夜間部・通信制を除く)
▼昭和61年3月31日以前に任意加入しなかった会社員、公務員などの配偶者

【支給額】

障害等級1級 月額5万1050円
障害等級2級 月額4万8400円
※支給額は、年金受給の有無や所得の状況により制限があります。
【支給開始時期】 請求のあった月の翌月分から支給

千歳市生涯学習学(まな)プログラムを開設しました

教育委員会教育推進係
☎(24)31153
教育委員1階11番

教育委員会では、8月に「千歳市生涯学習学(まな)プログラム」を開設しました。教育委員会が主催または所管する社会教育事業の情報や事業の様子を掲載しますので、ぜひご覧ください。
ブログ <http://chitoseho.gaiyakushu.blog.fc2.com/>



※二次元コードを読み取りスマートフォンからご覧いただけます。

インディアン水車まつり
観光振興課
観光事業係
☎(24)0366
本庁舎4階45番

【とき】 9月20日、21日(10時～17時)

【ところ】 道の駅サーモンパーク千歳

【詳細】 インディアン水車まつり実行委員会
☎(40)65666(15時30分～18時)

支笏湖紅葉まつり
観光振興課
観光事業係
☎(24)0366
本庁舎4階45番

【とき】 10月11日(日) 11時～15時
※雨天時は、翌日に順延。

【ところ】 支笏湖温泉
【詳細】 支笏湖まつり実行委員会
☎(23)822000

ちとせプレミアム付商品券の引き換えは9月13日まで
商業労働課主査
(商店街活性化担当)
☎(24)06006
本庁舎4階44番

「ちとせプレミアム付商品券」追加販売の事前申し込みをいただいた方に、引換券を送付しています。引換券は、販売期間を過ぎると無効になりますので、お持ちの引換券を持参の上、お早めにご購入ください。
【販売期間】 9月13日(日)まで(9時～19時)

【販売会場】 千歳商工会議所
☎(23)2175



あつたか灯油事業の申請を受け付けます

福祉課総務係
☎(24)02992
本庁舎1階9番

生活に困窮している世帯に対し、暖房費として1世帯あたり1万円を支給する「あつたか灯油事業」の申請を受け付けます。
【対象】 次の全ての要件に当てはまる世帯

- ①世帯全員が市民税非課税で、申請日から支給日まで引き続き市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する世帯
- ▼65歳以上の高齢者がいる世帯
- ▼重度心身障害者医療費助成を受けている障がいのある方がいる世帯
- ▼児童扶養手当を受けているひとり親世帯
- ②申請日の直近1年間の世帯収入(合計額)が基準額以下であり、申請日における世帯全員の預貯金額の合計が基準額以下であること(下の表)
- ③生活保護を受給していないこと
- ④対象になる高齢者や障がいのある方が社会福祉施設や医療施設に入所していないこと
- ⑤別世帯の市民税課税者と同居していないこと
- ⑥同居している方と申請が重複しないこと

【支給額】 申請月の翌月末
【申請方法】 申請書、給与明細書

や年金振込通知書など直近1年間の収入を確認できる書類、預貯金額を確認できる通帳(申請日に記帳していただろう)を持参
【申請期間など】
●10月1日～6日
市役所1階市民ロビー
●10月7日～平成28年2月29日
福祉課窓口

※受付は、土・日・祝日と12月29日～平成28年1月3日を除く9時～17時。
※受付は、土・日・祝日と12月29日～平成28年1月3日を除く9時～17時。

世帯人数	収入基準額	預貯金基準額
1人	133万2千円	48万6千円
2人	192万円	74万4千円
3人	237万6千円	95万4千円
4人	283万2千円	100万円

※5人以上の基準額は、お問い合わせください。
※収入には、給与や年金、児童手当など全ての収入を含みます。

臨時福祉給付金の申請書類を発送しました
福祉課主査(臨時給付担当)
☎(24)06885
本庁舎1階10番市民ロビー

臨時福祉給付金の支給対象と見込まれる方に、申請書類を送付しました。

【対象】 平成27年度の市民税(均等割)が非課税で、市民税課税者に扶養されていない方(生活保護受給者は、対象になりません)
【支給額】 1人につき6千円
※10月以降、順次支給します。
【郵送による申請期限】 平成28年3月1日(火必着)申請書類に同封の返信用封筒をご利用ください
【持参による申請期間など】

●12月25日(金)まで
市役所1階市民ロビー
●12月28日～平成28年3月1日
市役所地下1階第2会議室
※受付は、土・日・祝日と12月29日～平成28年1月3日を除く8時45分～17時15分。
【申込先】 ☎066-8686 東雲町2丁目34 千歳市保健福祉部福祉課主査(臨時給付担当)

秋の全国交通安全運動
市民生活課
防犯・交通安全係
☎(24)02263
本庁舎3階36番

9月21日から30日まで実施する「秋の全国交通安全運動」の期間中、次の行事を開催します。
●セーフティコール
【内容】 中央大通り沿い(ANAクラウンプラザホテル千歳の周辺)で交通安全の呼びかけ(雨天中止)
【とき】 9月24日(木) 16時～17時
【集合場所】 北カス文化ホール(市民文化センター)駐車場
●交通安全フェア

【内容】 シートベルト体験コーナーやクイズラリーなど、交通安全を学ぶイベント(雨天中止)



【とき】 9月26日(土) 13時～15時
【ところ】 交通公園(花園1丁目)
※駐車場は、住吉グランドを利用してください。
《「デイ・ライト運動」にご協力を》
日中に車のライトを点灯する「デイ・ライト運動」は、事故防止に効果を発揮しています。ぜひ、ご協力をお願いします。



「保育士等人材バンク」の登録者随時募集
保育課管理係
☎(24)0341
本庁舎1階7番

市は、保育施設への就労希望者を支援する「保育士等人材バンク」を開設しています。
【対象】 ▼市内の認定こども園や保育園、小規模保育事業などで正職員、パートタイマーなどとして就労を希望する方
▼保育士、保育教諭、幼稚園教諭、看護師などの資格・免許を有する方(取得見込みの方を含む)
【申込方法】 登録申込書兼同意書(市指定用紙)に必要事項を記入し、資格・免許証の写しを添付の上、提出(郵送可)
※申込書は、保育課窓口か市のホームページから入手できます。
【申込先】 ☎066-8686 東雲町2丁目34 千歳市保健福祉部子育て支援室保育課管理係

転入親子ウエルカム交流ツアー参加者の募集
保育課管理係
☎(24)0341
本庁舎1階7番

【内容】 ちとせっこセンター、げんきっこセンター、市立図書館、サケのふるさと千歳水族館の見学(施設を見学した後、ちとせっこセンターで昼食・親子交流を行います)
※昼食・飲料は各自で持参。
【対象】 市内に転入してから、おおむね3年以内の1歳から就学前の子どもと保護者
【とき】 10月2日(金) 9時30分～14時(9時20分までに集合)
【集合場所】 ちとせっこセンター(花園4丁目3番1号)
【参加料】 無料
【定員】 40人(申込順)
【申込方法】 9月16日～25日の間に電話で申し込み(受付は、土・日・祝日を除く9時～17時)

秋のウォーキング
健康推進課
救急医療・管理係
☎(24)0361
福祉センター1階

●千歳川の散歩道
【内容】 千歳川沿いの遊歩道(約8キロメートル)を歩く
【とき】 9月30日(水) 9時15分～12時
【申込期間】 9月14日～25日
●支笏湖ウォーク
【内容】 第一発電所から支笏湖まで(約5キロメートル)を歩く(昼食持参)

【申込期間】 9月14日～25日
【内容】 第一発電所から支笏湖まで(約5キロメートル)を歩く(昼食持参)

【とき】10月14日(水)
9時15分～15時
【定員】45人(申込順)
【申込期間】9月14日～10月8日
【共通事項】
【集合場所】総合福祉センター1階ロビー(9時15分までに集合)
※受付は、土・日・祝日を除く8時45分～17時15分。

**市立認可外保育所
保育士の募集**

保育課保育係
募集
電話(24)0340
本庁舎1階7番

【募集人員】1人

【応募資格】55歳くらいまでの自動車通勤ができる方で、保育士の資格を有する方(取得見込みの方を含む)
【勤務場所】支笏湖保育所
【勤務時間】8時～17時(週5日、土日勤務あり)
【報酬月額】15万5700円

※社会保険適用、交通費別途。
【任用期間】10月1日～12月31日
【申込方法】9月18日(金)まで申込書(市指定用紙)と必要書類を持参※申込書は、保育課窓口で配布。

**「保育士就職セミナー」
を開催します**

募集 保育課管理係
電話(24)0341
本庁舎1階7番

【内容】認定こども園の紹介や市は、ハローワーク千歳と共同で、保育士として再就職を考えている方や保育士を目指している方を対象にセミナーを開催します。

今月は、固定資産税・都市計画税 第3期の納入月です。

保育士メイクアップコーナー、保育施設の求人ブースなど

【とき】10月12日(月)祝 13時～
【ところ】北ガス文化ホール(市民文化センター)

【参加料】無料

【申込方法】10月7日(水)まで電話、FAX、Eメールで申し込み※FAX、Eメールで申し込みときは、氏名、保育士資格の有無、居住市町村名、学校名(複数で参加するときは、代表者名と人数)を記入※保育を希望する方は、電話でご相談ください。

【申込先】FAX(2)8851
Eメール hokkaido@city.chitose.hokkaido.jp

**すこやか子育て講座の
参加者を募集します**

募集 教育委員会教育係
生涯学習課社会教育係
電話(24)0848
教育委員会1階教育舎1

【内容】メディアカルアロマセラピーの要素を取り入れた肌対策
【とき】9月30日(水)
10時～11時30分

【ところ】北ガス文化ホール(市民文化センター)4階大会議室
【申込方法】9月10日(木)から電話で申し込み

【内容】大人と子どもの防災セミナー
【内容】防災につながる片づけ方や備蓄品の収納方法など

【とき】10月15日(木)

10時～11時30分

【ところ】北ガス文化ホール(市民文化センター)3階中会議室2

【申込方法】10月1日(木)から電話で申し込み

【共通事項】

【受講料】各4000円

【定員】各20人(申込順)

※別室保育あり(定員あり)。

**市民協働プロジェクト
事業「パソコン講習会」**

募集 教育委員会教育係
生涯学習課社会教育係
電話(24)0848
教育委員会1階教育舎1

①入門講座「ネット&メール編」
【とき】9月16日、17日(9時30分～12時)

②入門講座「音楽・動画の再生&データ整理編」
【内容】メディアプレイヤーを使った学習

【とき】9月30日、10月1日(9時30分～12時)

③基礎講座「Word2010(その1) 持ち込み講習」
【内容】文書の作成や保存など

【とき】10月7日、8日
▼午前の部(9時30分～12時)
▼午後の部(19時～21時30分)

④基礎講座「Word2010(その2) 持ち込み講習」
【内容】表の作成、イラストの挿入など

【とき】10月14日、15日
▼午前の部(9時30分～12時)
▼午後の部(19時～21時30分)

⑤活用講座「デジカメ写真の整理・加工」
【内容】Windowsフォトギャラリーを使った学習

【とき】9月19日(土) 13時～15時30分

【ところ】北ガス文化ホール(市民文化センター)3階中会議室2

《共通事項》

【ところ】市民ギャラリー4階IT講習室

【受講料】①～④各2500円

⑤1300円(中学生以下500円)

※①～④はテキスト無料貸出、⑤はテキスト代含む。

【定員】各10人(申込順)

※③④は、Word2010がインストールされているパソコンを持ち込みの方が対象。

【申込方法】電話、FAX、Eメールで申し込み

【申込先】FAX(27)3770
Eメール shogai.gakushu@city.chitose.hokkaido.jp

**英語暗唱コンテストの
出場者を募集します**

募集 教育委員会教育係
生涯学習課社会教育係
電話(24)0848
教育委員会1階教育舎1

【募集部門】①中学1～3年生の各学年の部 ②高校生以上の部

【内容】中学生は課題文、高校生以上は自作の英文を暗唱

【とき】10月24日(土) 13時～17時

【ところ】北ガス文化ホール(市民文化センター)4階大会議室

【申込方法】9月30日(水)まで申込書(市指定用紙)を持参または郵送(②は、自作の英文をあわせて提出)

※申込書は、生涯学習課窓口か市のホームページから入手できます。
【応募先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市教育委員会教育生涯学習課社会教育係

**まちめぐりガイドの
参加者を募集します**

募集 広報広聴課広聴係
電話(24)0108
本庁舎2階22番

今月は、「千歳の農村巡り」芋掘り体験と東千歳の大納言(あずき)栽培をテーマに、農園巡りや芋掘り体験を行います。

【とき】9月29日(火) 9時～16時

【定員】35人(抽選)

【申込方法】9月15日(火)まで電話で申し込み(9時～17時)※昼食・飲料、長靴は各自で持参。※団体は不可(2人1組は可)※芋掘り体験料として2000円が必要です(当日納入)。

**「コンサドーレ札幌の応援に
行こう」(市民応援隊)**

募集 スポーツ振興課
スポーツ振興係
電話(24)0855
教育委員会1階教育舎1

札幌ドームで開催するコンサドーレ札幌と徳島ヴォルテイスの公式戦にご招待します。

【とき】11月7日(土) 14時～

【定員】150人(抽選)

【申込方法】往復はがきに①住所、②氏名、③年齢、④電話番号、⑤クラブコンサドーレのICカード番号(会員のみ)、⑥返信宛名(返信はがき)を記入

※申し込みは、一人一通のみ。
【申込期限】9月30日(水)必着
【申込先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市観光スポーツ部スポーツ振興課スポーツ振興係

納税課 電話(24)0169



ボランティア清掃について

●ボランティア清掃で集めたごみを無料で収集します

市は、市民協働の考えのもと、ボランティアによる地域の環境美化活動を支援するため、公共の場や空き地などから出る清掃ごみを無料で収集します。
※公園清掃の委託業務に関するごみ、家庭や事業所から出たごみは、対象になりません。

●次のことにご協力ください

- ・ボランティア清掃を行うときは、事前に廃棄物対策課に届け出てください。届出時にボランティア清掃用のごみ袋を無償で配布します。
- ・袋の配布枚数や収集したごみの出し方は、届出時に十分な打ち合わせをしてください。

●袋の配布枚数

- ①町内会・団体など
清掃に参加する人数により配布枚数が変わりますので、届出時に調整してください。
- ②個人
1回につき可燃、不燃各10枚程度（不足したときは、追加で配布します）。
※テレビや冷蔵庫、タイヤなどの不法投棄物は収集せずに、廃棄物対策課までご連絡ください。

ごみだって
すてきになるよ
リサイクル

標語作成者
こん ゆづき
今 佑月 さん

募集

秋の自然を
楽しみませんか
環境課自然環境係
☎(24)0597
本庁舎
3階34番

募集
埋蔵文化財センター
☎(24)4210
埋蔵文化財センター

募集
市民病院事務局
総務課総務係
☎(24)3000 内線232
市民病院2階

●秋のバードウォッチング
【内容】青葉公園を散策しながら、野鳥や秋の花の観賞
【とき】10月3日(土) 8時～11時
【申し込み】青葉公園
※8時まで公民館前に集合。
●秋を一望！森と滝の自然観察会
【内容】丸山遠見や七条大滝など支笏湖周辺の自然観察
【とき】10月17日(土) 9時～15時
※9時まで市役所西口駐車場に集合。
《共通事項》
【対象】小学生以上（小学3年生以下は、保護者同伴）
【参加料】無料
【定員】各15人（申込順）

①勾玉をつくろう！
【対象】小学生以上の方
【とき】10月11日(日) 13時～15時
②企画展「世界遺産登録をめざす北海道縄文遺跡群」
【内容】北海道縄文遺跡群について、遺物やパネルで紹介
【とき】10月1日～平成28年1月15日までの平日と毎月第2日曜日（9時～17時）
③講演会「大湯環状列石の価値と魅力」
【とき】10月11日(日)
13時30分～15時30分
④講演会「復元された縄文の原風景とその文化」
【とき】10月18日(日)
13時30分～15時30分

《共通事項》
【申し込み】①②埋蔵文化財センター ③④北ガス文化ホール（市民文化センター）4階大会議室
※申込不要（当日直接会場にお越しください）。
【参加料】無料
市民病院職員募集
【募集内容】下の表のとおり
【試験日程】第1次試験（小論文、適性検査、面接）
①②10月3日(土) ③随時
※第2次試験は、第1次試験合格者に通知します。
【試験会場】市民病院2階講義室
【採用予定日】平成28年4月1日
※①②の免許取得見込みの方は平成28年5月1日、③は随時。
【申込書類】受験申込書・履歴書（市指定用紙）、資格証明書の写しなど
※申込書類などは、市民病院事務局総務課窓口か市民病院のホ

職種／募集人員／受験資格	初任給
①薬剤師（1人） 昭和55年4月2日以降に生まれ、薬剤師免許を有する方（取得見込みの方を含む）	大学6卒 22万800円 大学4卒 19万9500円
②診療放射線技師（1人） 昭和55年4月2日以降に生まれ、診療放射線技師免許を有する方（取得見込みの方を含む）	大学4卒 18万300円 短大3卒 16万9100円
③臨床検査技師（任期付）（1人） 昭和40年4月2日以降に生まれ、臨床検査技師の資格を有する方	

※初任給は、採用前の経験などに応じて加算あり。

ホームページから入手できます。
※郵送での申込書類の請求可（詳細は、お問い合わせください）。
【申込期限】①②9月25日(金) ③随時
※郵送のときは、簡易書留郵便で送付。
【申込先】〒066-8550 北光2丁目1番1号 市立千歳市民病院事務局総務課総務係

国保のお知らせ

新しい国民健康保険証を郵送します

お手元にある千歳市国民健康保険被保険者証の有効期限は、9月30日(水)までです。新しい保険証（一人1枚のカード様式）は、9月未までに、確実にお手元に届くよう簡易書留郵便で住民登録のある住所に送付します。長期不在などで保険証を受け取れない方は、ご連絡ください。
※別に通知のある方は、国民健康保険課で更新手続きが必要です。

今月は、国民健康保険料第4期の納付月です

【詳細】国民健康保険料
国民健康保険料
国保給付係
☎(24)0274

今月は、後期高齢者医療保険料 第4期の納付月です。

【詳細】医療助成課 高齢医療収納係 ☎(24)0136

1

「まちめぐりガイド」は、どのような目的で実施しているのですか

《60歳代男性》



新千歳空港の見学の様子 (昨年撮影)

声 千歳市では、バスで市内の公共施設などを巡る機会を設けているようですが、これは、どのような目的があるのですか。また、市民なら誰でも参加することができるのでしょうか。

などを巡りながら、千歳のまちを紹介します。

また、6月から10月まで毎月、市民団体と市が市民協働事業として実施する「市民版」は、さまざまなテーマに沿って、千歳のおすすめスポットを巡りながら、千歳のまちや自然の魅力について紹介します。今年の「市民版」では、空港や支笏湖のほか、「川のまち千歳」をテーマに名水ふれあい公園などを巡りました。

答

市は、市民の皆さんに千歳を深く知ってもらい、愛着を持ってもらえるよう、バスで公共施設や千歳の自然などを巡る「まちめぐりガイド」を実施しています。

5月と11月に市が実施する「行政版」は、千歳に転入してきた方を対象に、防災学習交流センターや環境センター、公園

この「まちめぐりガイド」は、市民の方ならどなたでも参加できます。

今月は、千歳の農村巡りをテーマに実施します。申込方法などの詳細は、11ページ「まちめぐりガイド」の参加者を募集します」をご覧ください。

【広報広聴課広聴係】
☎(24)01108

声のらん

「声のらん」は、主に「市長への手紙・ポスト」や「広報広聴モニター」の声と、その答えをご紹介します。このほかに、皆さんからの一般的な質問などもご紹介いたしますので、疑問に思っていることなどを、お手紙などでお寄せください。ただし、他の市民の方にも参考になる内容を採用させていただくため、全てを掲載することはできません。また、質問の内容を確認する必要上、お手紙には必ず連絡先と名前をご記入ください。【〒066-8686 / 千歳市東雲町2丁目34 / 千歳市企画部広報広聴課 宛】

2

自転車の新しい交通ルールを教えてください

《60歳代女性》



声 近所への買い物などに自転車を利用していませんか。最近、自転車の交通ルールが変わったようですが、どのように変わったのですか。また、市では、自転車の交通ルールの啓発にどのようなことを行っているのですか。

答

自転車は、便利で気軽な移動手段として、子どもから高齢者まで多くの方に利用されています。

反面、歩行者との接触事故が増加傾向にあり、運転マナーが問題視されたことから、自転車の交通ルールを定める道路交通法が6月に改正されました。この改正では、「酒酔い運転」

「信号無視」、「一時不停止」、「遮断踏切への立ち入り」、「ブレーキ不備」など、14項目が危険行為として定められました。14歳以上の方が、これらの危険行為を3年以内に2回以上繰り返す、警察に検挙されたときは、自転車運転者講習の受講が義務づけられ、指定された期間内に、受講しなかったときは、5万円以下の罰金に処せられます。

交通ルールの啓発として、市では、関係機関と連携して街頭啓発の実施、大型店舗や学校などで夜光反射材を配布して事故防止に努めています。

9月から始まる秋の全国交通安全運動では、交通安全について学べるイベントとして「交通安全フェア」を開催します。今後、さまざまな機会に自転車のルールの啓発に努めていきます。

【市民生活課防犯・交通安全係】
☎(24)02633

アリスセンターからのお知らせ

- アリスに集合♪ランチデー
内 容・みんなで一緒にお弁当を食べましょう
対 象・就学前の子と保護者
と き・9月14日(月) 12時30分～13時30分(お弁当持参)
- 身体計測の日
内 容・身長と体重の測定(ボランティアの手伝いあり)
対 象・就学前の子
と き・9月16日(水) 10時～11時30分
- お誕生会(8月、9月生まれ)
内 容・記念に手形、足形をとってプレゼント
対 象・就学前の子(8月、9月生まれ)と保護者
と き・9月28日(月) 13時～15時

【共通事項】

参加料・無料(申込不要)
会場/詳細・アリスセンター
☎(24) 8 3 4 1 (平日10時～15時、土曜日9時～14時)

ちとせっこセンターからのお知らせ

- ①ランチデー
内 容・みんなで一緒にお弁当を食べましょう
対 象・就学前の子と保護者
と き・9月11日、24日、10月5日 (12時～13時)お弁当持参
- ②みんなであそぼう
内 容・ゆうぎ室でみんなであそびましょう
対 象・0歳～就学前の子と親
と き・9月16日(水) 10時30分～11時30分

10月4日(日)10時～16時は、休日開館日です
対象：0歳～就学前の子と保護者

- ③いいお産の日 in ちとせ～みんなでしあわせな子育てを～
秋の一日を、命を授かること、育てということについて
思いをはせ、楽しい一日を過ごしませんか？
内 容・妊婦体験、赤ちゃん抱っこ体験、おむつ交換体験、
乳幼児の玩具作り、各種相談(妊娠、出産、子どもの
発達など)、ベビーマッサージ、コンサート、講
演会、フリーマーケット、おしゃべりかふえなど
と き・11月3日(火・祝) 10時～15時

☆コンサート

出演者・音楽工房
時 間・11時45分～12時30分
定 員・80人(申込順)
申込開始・9月18日(金)

☆講演会 お産ってすばらしい

講 師・島田 茂樹 氏
時 間・14時～15時
定 員・80人(申込順)
※保育あり(30人)。
申込開始・9月18日(金)

【共通事項】

参加料・無料 (①、②は、申込不要)
会場/申込先/詳細・ちとせっこセンター
☎(40) 1 7 1 7 (日・祝日を除く9時～17時30分)

フリーマーケット出店者の募集

いいお産の日に、こどもに関するもの、手づくりのもの
などで、親子、友人、家族とフリマ体験してみませんか？
と き・11月3日(火・祝) 11時～14時
ところ・花園コメセン (若干名の保育あり)
申込期限・10月5日(月)
申込先/詳細・子育て推進課子育て支援係 ☎(24) 0 3 2 8

げんきっこセンターからのお知らせ

- ランチデー
内 容・みんなで一緒にお弁当を食べましょう
対 象・就学前の子と保護者
と き・9月15日(火) 12時～13時(お弁当持参)
※申し込みは不要です。
- ベビーマッサージ
内 容・お母さんが子どもに行うマッサージ
対 象・生後8か月までの子と保護者
と き・10月2日(金) 10時～11時
定 員・20組(申込順)
申込日・9月16日、17日
- 働くママのための日曜アロマセラピー
内 容・アロマの香りですりフレッシュしませんか
対 象・平日に就業しているお母さん
と き・10月18日(日) 10時15分～11時15分
定 員・20人(申込順)
申込日・9月20日、24日(20日は、10時～16時まで)
※保育はありません。

9月20日(日)10時～16時は、休日開館日です
対象：0歳～就学前の子と保護者

【共通事項】

参加料・無料
会場/申込先/詳細・げんきっこセンター
☎(26) 2 0 7 0 (日・祝日を除く9時～17時30分)

～ 保健師・栄養士のリレーコラム ～

野菜の摂取量は足りていますか？

野菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維など、健康維持に欠かせない栄養素が豊富に含まれており、毎日しっかり食べることが大切です。

健康維持のため、1人1日あたり350グラム以上の野菜を食べることが推奨されていますが、平成25年の国民健康栄養調査結果では、平均摂取量が283グラムとなっており、目標量に足りない状況にあります。

厚生労働省では、野菜摂取量増加のため、9月1日から30日までの期間、毎日プラス一皿の野菜をテーマに、食生活改善普及運動を実施します。

この運動には、野菜を意識して多く食べることで、目標量350グラムが達成できるという意味が込められています。不足する70グラムの野菜は、トマト1/2個、玉ねぎ1/4個、野菜料理では、青菜のお浸し、きんぴらごぼう、具だくさんのみそ汁、野菜サラダなどで補うことができます。

また、加熱調理をしてかさを減らす、きんぴらごぼうなどの作り置きができる料理を活用する、まとめて下ごしらえして冷凍保存する、電子レンジを活用して手軽に調理するなど、ちょっとした工夫で、より多くの野菜を食べることができます。

野菜に含まれる栄養素や栄養成分は、糖尿病などの生活習慣病予防にも効果があり、食事の際に野菜を先に食べることで、食後の血糖の上昇が緩やかになることが分かっています。

さまざまな種類の野菜をバランスよく食べることで健康効果が期待でき、食卓も彩ってきます。いつもの食事にプラス一皿、野菜料理をとり入れてみませんか。

今月は、栄養士が担当しました。健康企画係 ☎(24) 0 7 6 8

(総合保健センターは、総合福祉センター1階です。)

先天性風しん症候群予防のため、抗体検査料を道が助成

北海道では、妊娠を希望する出産経験のない女性などを対象に風しん抗体検査料を助成します。

- 対象**・北海道(札幌、小樽、函館、旭川を除く)に在住で、
- ①妊娠を希望する出産経験のない女性
 - ②妊娠を希望する出産経験のない女性で、かつ、風しん抗体ができない女性の配偶者(事実上婚姻関係と同様の方を含む)ならびに同居者
 - ③風しん抗体価が低い妊婦の配偶者ならびに同居者

※過去に、風しん抗体検査を受けたことがある方、2回の風しん予防接種を受けている方、検査により風しんと判断されたことのある方は除きます。

助成金額・次の金額を限度として助成します
EIA法 6690円、HI法 5250円
(どちらかの検査方法で1回のみ助成)

※協力医療機関に支払った後に風しん抗体検査費用を助成。

申請書類・北海道風しん抗体検査事業補助金交付申請書、領収書、住所を証明する書類の写し(健康保険証、運転免許証、はがきの写しなど)。

※同居者は、自身の住所地と対象者の住所を証明する書類の写しの提出が必要です。

提出先・千歳保健所などに提出(郵送可)

実施期間・8月3日(月)～平成28年3月10日(木)

提出期限・平成28年3月15日(火)必着

詳細・千歳保健所 ☎(23) 3 1 7 5

※協力医療機関は、千歳保健所にお問い合わせください。

こどもの食育教室

内容・おにぎらず、すいとんスープなどの調理実習

対象・小学生

とき・10月3日(土) 10時～13時

ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)2階調理教室

受講料・200円 **定員**・25人(申込順)

申込開始・9月10日(木)

申込先/詳細・健康企画係 ☎(24) 0 7 6 8

コンビニ受診は、おやめください

平日の昼間に体の不調を自覚しながら、休めない、用事があるなど、緊急性のない方の受診、コンビニ受診が増加しています。夜間や休診日に整備している救急医療の当番体制は、急病の方に応急的な処置を行うためです。

救急医療機関の適正な利用について、ご理解とご協力をお願いします。なお、体の気になる症状、育児・介護の相談は、ちとせ健康・医療相談ダイヤル24をご利用ください。

詳細・健康推進課救急医療・管理係 ☎(24) 0 3 6 1

ちとせ健康・医療相談ダイヤル24

フリーダイヤル

☎ 0120(010)293

(通話料無料、携帯電話から利用可)

※かけ間違いに注意してください!

看護師や医師などが24時間、からだの症状や応急手当法などの相談をお受けします。

※非通知設定の電話からは、利用不可。

※IP電話からは、☎03(3839)5604へ(通話料有料)。

出前健康相談・健康相談

●出前健康相談

内容・保健師による健康相談、血圧測定

とき・9月18日(金) 15時30分～17時

ところ・温水プール(申込不要)

●健康相談

内容・医師・保健師の健康相談、栄養士の栄養相談、血圧測定・尿検査・体脂肪測定

とき・9月24日(木) 9時30分～11時30分と13時～16時
(医師の相談は13時～15時)

ところ・総合保健センター(申込不要)

【共通事項】

詳細・健康企画係 ☎(24) 0 7 6 8

体験パパクラブ

内容・赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体験ジャケット着用など

とき・10月3日(土) 10時～12時30分

ところ・総合保健センター

申込期限・10月2日(金)

持ち物・母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具

申込先/詳細・健康母子係 ☎(24) 0 7 7 1

育児相談

内容・身長・体重測定、発達や栄養の相談

とき・10月5日、19日(9時30分～11時30分と13時～15時30分)

ところ・総合保健センター(申込不要、母子健康手帳持参)

詳細・健康母子係 ☎(24) 0 7 7 1

フッ化物塗布・歯科相談・歯科健診

とき	対象
●フッ化物塗布・歯科相談	
10月5日、13日、19日	1年以内に千歳市で1歳6か月児・3歳児健診を受けた幼児
●フッ化物塗布・歯科相談・歯科健診	
10月16日(金)	1歳～就学前の全ての幼児

時間・9時30分～11時30分、13時～15時

ところ・総合保健センター(申込不要)

料金・800円(母子健康手帳、歯ブラシ持参)

詳細・健康母子係 ☎(24) 0 7 7 1

B C G 予防接種

対象・5～7か月児(状況により、3～11か月児まで接種可)

とき・10月9日、23日(12時30分～13時50分)

ところ・総合保健センター(申込不要)

持ち物・予診票、母子健康手帳

詳細・予防接種担当 ☎(24) 3 1 4 8

わくわくママクラブ

内容・妊娠中の過ごし方、歯の健康と栄養などを学ぶ

対象・市内に居住する妊婦の方

とき・10月21日(水) 10時～11時30分

ところ・総合保健センター

申込期限・10月20日(火)

持ち物・母子健康手帳、筆記用具

申込先/詳細・健康母子係 ☎(24) 0 7 7 1

ところ・社会福祉協議会

受講料・無料

定員・30人(申込順)

保育・10人(1歳~未就園児、申込順)

申込期限・9月14日(月)

申込先/詳細・千歳市ファミリー・サポート・センター ☎(22)8522

黒百合書友会展

内容・漢字・かなの臨書・創作

とき・9月11日~13日(10時~18時)

※13日(日)は、17時まで。

ところ・市民ギャラリー1階

詳細・黒百合書友会 森 ☎(24)9667

アジサイ剪定講習会(無料)

内容・千歳川沿いに植栽のアジサイ剪定

講師・玉井 浩美 氏(極楽寺)

とき・9月12日(土) 10時~12時

集合場所・千歳川河川敷(第一病院うら)

※剪定はさみ、アジサイを持ち帰る袋を持参(小雨決行、申込不要)。

詳細・千歳フラワーマスターの会
岡本 FAX(29)2086

自然公園財団からのお知らせ

①森と谷の探検ツアー「シヤマナイ沢探検」

対象・中学生以上

とき・9月12日(土) 9時~15時

集合場所・申し込み時にお知らせします

参加料・3000円 定員・10人(申込順)

②支笏湖こどもDay!「歩け歩けDay!」

対象・小学1年~6年生

とき・9月13日(日) 10時~15時

参加料・500円 定員・7人(申込順)

集合場所・支笏湖ビジターセンター

③サクラマスの遡上を追う

対象・小学3年生以上

(小学2年生以下は保護者同伴)

とき・9月26日(土)8時30分~17時30分

集合場所・千歳駅が支笏湖ビジターセンター

参加料・1000円 定員・40人(申込順)

申込期限・9月19日(土)

申込先/詳細・洞爺財田自然体験ハウス

☎0142(82)5999 (雨天時は内容変更)

④自然ふれあい行事「紋別岳を登ろう」

とき・9月27日(日)9時~14時30分

集合場所・支笏湖ビジターセンター

参加料・無料 定員・10人(申込順)

【共通事項】

申込先/詳細・①②④自然公園財団支笏湖

支部(悪天候中止) ☎(25)2453

松尾由紀子 書の個展

とき・9月16日~20日(10時~19時)

※20日(日)は16時まで。

ところ・市民ギャラリー2階

詳細・松尾 ☎(28)2228

障害者雇用納付金制度 対象事業主が拡大されました

4月から、常時雇用労働者数が100人を超え200人以下の中小企業事業主も障害者雇用納付金制度の対象になりました。平成28年4月から、平成27年度の雇用障害者数をもとに、障害者雇用納付金の申告が必要になります。

詳細・高齢・障害・求職者雇用支援機構北海道支部高齢・障害者業務課
☎011(622)3351

季節労働者向け支援事業のお知らせ

●建設機械運転技能講習(無料)

内容・車両系建設機械(整地、解体)、玉掛け、小型移動式クレーン、高所作業車、フォークリフト、不整地運搬車、ガス溶接、ショベルローダーなどの技能講習

とき・教習所が定める日程

ところ・コマツ教習所(北広島市)

●パソコン講習(無料)

内容・基本操作、ワード、エクセル、パワーポイント、アクセス、ウェブサイト作成の基礎過程講習

とき・講師と日程を調整して受講

ところ・K&Cパソコン教室(千代田町)

●資格取得費用の一部を助成

内容・指定する教育訓練機関で資格取得に要した費用を助成

助成額・経費の50パーセント以内

【共通事項】

対象・平成26、27年度に雇用保険の短期雇用特例被保険者の方

申込方法・随時、受付中(人数に限りあり)

申込先/詳細・千歳市季節労働者通年雇用促進協議会(商業労働課内)

☎(24)0602

麻薬・覚醒剤乱用防止運動北海道大会

内容・薬物乱用の弊害について、正しい知識と理解を深める(無料)

とき・10月7日(水) 13時30分~

ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)大ホール

詳細・覚醒剤乱用防止運動北海道大会実行委員会(千歳保健所内) ☎(23)3175

催し

ファミリー・サポート・センター 秋の保育サービス講習会

対象・市内に居住し、自宅などで保育サービスをしたいと考えている20歳以上の方

とき・9月15日、16日(10時~15時)

お知らせ

国際テロの未然防止にご協力を

不審な人や車、荷物などを見かけたときは、近くの警察署や交番などにお知らせください。

詳細・千歳警察署 ☎(42)0110

電話カウンセリング

心の痛みや気持ちの迷いなどで悩んでいませんか。あなたの生き方を考えるお手伝いをしますので、お気軽に電話してください(無料、秘密厳守)。

受付時間・毎週 火・水曜日
(10時~12時15分、13時~15時)
夜間 第2・4木曜日
(18時30分~20時30分)

※年末年始と祝日は除く。

詳細・家庭生活カウンセラークラブ
☎(27)2882

開設します「行政相談所」

総務省から委嘱を受けた行政相談委員が行政と市民のパイプ役として、年金、登記、道路、河川など、国の業務に関する意見や要望などの相談を受け付けます(相談無料)。

とき・9月17日(木) 13時30分~16時

ところ・総合福祉センター306号

詳細・山内(富丘4丁目) ☎(24)3291

宮本(北光1丁目) ☎(23)0447

公証電話相談の開催(無料)

内容・公正証書(遺言、任意後見契約、離婚など)の作成、定款の認証、その他の公証業務に関する法律相談

とき・10月3日(土) 9時~16時
(正午から13時までを除く)

受付電話・☎011(241)4267(札幌大通公証役場所属公証人など)

・☎011(271)4977(札幌中公証役場所属公証人など)

※この他、平日9時~17時まで、随時、無料で相談を受け付けています。

障害者職業能力開発校 入校前適性相談の実施

内容・国立北海道障害者職業能力開発校では、求職中の障がい者(応募希望者)の入校前適性相談を実施します。

実施期限・平成28年3月11日(金)

詳細・ハローワーク千歳

☎(24)2177

まちの「お知らせ・催し・募集」の掲載原稿は、発行月の前月10日までに FAX、Eメール、郵送、持参のいずれかで広報広聴課にお送りください。 FAX (22)8852、Eメール kohokocho@city.chitose.hokkaido.jp

マイカー点検教室

内容・自動車の定期点検の重要性の説明、日常点検の実施方法
とき・9月26日(土) 13時~15時
ところ・公民館
受講料・無料 定員・20人(申込順)
申込期限・9月18日(金)
申込先/詳細・札幌地方自動車整備振興会千歳支部(千歳空港モーターサービス内) 佐々木 ☎(45)2301

千歳どんぐりを育てる会からのお知らせ

●植樹祭「ふるさとの木によるふるさとの森づくり2015」
内容・ミズナラ、コナラ、カシワなどの植樹
とき・9月26日(土) 10時~
ところ・コムカラ峠(中央852-115)
参加料・無料
定員・80人(申込順)
申込方法・住所、氏名、電話番号を記入のうえ、はがきかFAXで申し込み
申込先・〒066-0041 清水町2丁目28-1 千歳どんぐりを育てる会(海鮮亭ととや内) FAX(23)1108
詳細・千歳どんぐりを育てる会本宮 ☎090(3116)2694

ちよこっと体験「ちとちよこ」

●ちよこっとゴミ拾い「ちと53」
とき・9月26日(土) 6時~7時
集合場所・JR千歳駅西口駅前広場
●ちよこっとランニング「ちとRUN」
とき・9月26日(土) 9時~11時
コース・千歳川沿いサイクリングロード
集合場所・道の駅サーモンパーク千歳
【共通事項】
参加料・無料
申込方法・開催日までに電話かEメールで申し込み
申込先/詳細・時田 ☎090(5227)2595
Eメール:chitochoko@gmail.com

スナッグゴルフ体験教室

とき・9月26日(土) 9時~11時30分
ところ・フジゴルフセンター(柏台)
参加料・100円(会場費)
※時間内に随時受付。
詳細・千歳スナッグゴルフ協会 三上 ☎090(2694)8917

フラメンコ ライブ Vol. 2

~ギタリスト山田洋一郎をむかえて~
とき・9月27日(日) 15時30分~
ところ・千歳栄光教会(清水町4)
参加料・500円(ワンドリンク付き)
詳細・スタジオ・ヴィエント 平 ☎(28)5114

●秋の盆栽展(無料)

とき・10月3日(土) 9時~17時
10月4日(日) 9時~15時
ところ・市民ギャラリー
詳細・日本盆栽協会千歳支部 柴多 ☎090(8634)2543

●吟詠剣詩舞大会(無料)

とき・10月4日(日)12時30分~16時30分
ところ・北ガス文化ホール 中ホール
詳細・千歳吟道連盟 阿部 ☎(24)3199

●邦楽邦舞の会(無料)

とき・10月18日(日)13時~16時30分
ところ・北ガス文化ホール 中ホール
詳細・千歳邦楽邦舞協会 西川 ☎(23)4648

●ちとせDANCE DANCE DANCEフェスティバル

とき・10月25日(日)18時~20時15分
ところ・北ガス文化ホール 大ホール
入場料・前売1000円(当日1500円)
詳細・ちとせジャズダンス連盟(ビーバースイミングクラブ) 中島 ☎(24)1336

千歳中吹奏楽部定期演奏会(無料)

とき・9月20日(日) 14時開演
ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)大ホール
詳細・千歳中 飯田 ☎(23)3161

温水プールからのお知らせ

●敬老の日 無料開放
対象・65歳以上の方限定
とき・9月21日(月・祝)終日
●避難所生活を体験しよう!
温水ベースキャンプ
対象・小学4年~中学3年生
とき・9月26日11時30分~27日12時
参加料・2500円(別途保険料400円)
定員・20人(申込順)

《9月20日(日)半額開放日》
(一回券購入の方に限りです)

【共通事項】
会場/申込先/詳細・温水プール ☎(49)7001

パークゴルフ協会選手権大会

内容・36ホールストロークプレー
とき・9月25日(金) 9時~(受付8時30分)
ところ・つばさ公園パークゴルフ場
参加料・会員800円 一般1000円
申込期限・9月18日(金)
申込先/詳細・千歳市パークゴルフ協会事務局 小林 ☎080(1883)0278

カラテ体験会(無料)

とき・9月26日(土) 11時~12時
ところ・鉄東コミセン
詳細・世界誠道空手道連盟誠道塾 木下 ☎080(4043)9611

手工芸協会の講習会

①毛糸の帽子(材料費2200円)
申込先/詳細・浜田 ☎(23)4495(昼)
☎(24)2732(夜)
②藍型染めタペストリー(材料費2000円)
申込先/詳細・三浦 ☎(23)1287
③六目の花籠(材料費900円)
申込先/詳細・井上 ☎090(1308)9093
④押し花額(材料費2000円)
申込先/詳細・土橋 ☎090(3116)7118
⑤淡水パールネックレス(材料費2300円)
申込先/詳細・長村 ☎090(2058)3931
⑥ウエルカムプレート(材料費1500円)
申込先/詳細・大久保 ☎(23)4317
⑦帯で作る花瓶(材料費1000円)
申込先/詳細・清水 ☎(23)4317

【共通事項】

とき・9月17日(木) 10時~15時
ところ・①浜田編物・刺繍教室(富丘4)
②染織工房糸音(真々地1)
③~⑥北ガス文化ホール(市民文化センター)4階小会議室2
⑦アトリエカラ・C&H(旭ヶ丘2)
受講料・無料(材料費は別途)
申込期限・9月14日(月)

権利擁護懇談会のお知らせ

内容・刑事事件に関わる、障がい者支援の講演会
とき・9月17日(木)18時30分~20時30分
ところ・総合福祉センター402号
参加料・100円
申込方法・9月15日(火)までに電話かEメールで申し込み
申込先/詳細・権利擁護懇談会 古田 ☎(40)7530
Eメール gyosei-shoshi@watch.ocn.ne.jp

ちとせ市民芸術祭

●千歳童謡わたげの会
創立20周年記念発表会(無料)
とき・9月19日(土)12時30分~15時
ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)中ホール
詳細・千歳市文化団体連絡協議会 児玉 ☎(22)7170
●夢の歌謡フェスティバル
とき・9月27日(日) 13時~17時
ところ・北ガス文化ホール 大ホール
入場料・前売1000円(当日1500円)
詳細・千歳歌謡文化連盟(太陽湯内) 金子 ☎(23)4445
●愛石名品展(無料)
とき・10月3日(土) 10時~17時
10月4日(日) 10時~16時
ところ・北ガス文化ホール 4階大会議室
詳細・千歳愛石同好会 中山 ☎(26)0483

技能検定試験「後期」のご案内

検定職種・機械保全、建築大工、建築配管など
 等級区分・1～3級、単一等級
 受付期間・10月5日～16日
 (平日の9時30分～16時)
 ※受検申請書は、9月16日(水)から配布。
 申込先/詳細・千歳地方職業訓練協会(真々地2丁目4-8) ☎(22)2969

北海道千歳リハビリテーション学院 学校開放のお知らせ

内容・柔軟性、筋力、バランス、脳力(反応速度)検査を個別にチェックし、評価に基づいたストレッチング・運動・脳力トレーニングを行う
 対象・主に中高年の方
 と き・10月5日～平成28年3月28日 17時30分～19時(全13回)
 ところ・北海道千歳リハビリテーション学院(里美2丁目10)
 受講料・無料
 定員・50人(申込順)
 申込先/詳細・北海道千歳リハビリテーション学院事務局 ☎(28)5331

市提案型事業「英会話教室」

内容・海外旅行で使える入門英会話
 対象・高校生以上
 と き・10月8日、15日、22日、11月5日、12日、19日(全6回)
 10時～11時30分(午前の部)
 ・10月7日、14日、21日、11月4日、11日、18日(全6回)
 19時～20時30分(夜間の部)
 ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)4階小会議室1(午前の部)、3階視聴覚室(夜間の部)
 受講料・3000円 定員・各20人(抽選)
 申込期間・9月18日～24日
 ※午前の部は、若干名の保育あり。
 申込方法・電話、FAX、Eメールで申し込み
 申込先/詳細・千歳ボランティア通訳クラブ(K&Cパソコン教室内) 野崎 ☎(26)7527 FAX(25)8140 Eメール cts-vic@office-kc.com

(受付8時) 雨天決行
 ところ・リバーサイドパークゴルフ場
 参加料・1チーム8000円、個人2000円(申込時納入)
 募集人員・団体20組(1チーム4人)、個人150人
 申込期限・9月27日(日)
 申込先/詳細・千歳パークゴルフ協会事務局 小林 ☎080(1883)0278

市民ミニバレーボール大会

と き・10月4日(日) 9時～
 ところ・ダイナックスアリーナ(スポーツセンター)
 参加料・1チーム1000円(小中学生無料)
 申込方法・9月19日(土)までに武道館、各コミセン、ダイナックスアリーナに置いてある用紙で申し込み
 申込先/詳細・千歳ミニバレーボール協会 浅野 ☎090(7512)0410

体育協会からのお知らせ

●スナッグゴルフ講習会
 対象・市内に居住する小中学生
 と き・10月4日(日) 13時30分～15時30分
 ところ・武道館
 受講料・無料 定員・20人(申込順)
 申込方法・9月10日～25日(9時～17時)、ダイナックスアリーナ(スポーツセンター)内の体育協会振興課で受付(電話申込可)
 ●トランポリン教室
 対象・市内に居住する小学1年生
 と き・11月4日、5日、11日、12日、17日、19日、26日、27日(全8日) (18時15分～19時45分)
 ところ・ダイナックスアリーナ第2体育館
 受講料・1100円 定員・32人(抽選)
 申込方法・10月8日(木)18時～18時20分ダイナックスアリーナ会議室集合(18時30分～抽選)
 ※電話での申し込みは不可。

【共通事項】

申込先/詳細・千歳市体育協会振興課 ☎(22)4150
 (日・月・祝日を除く9時～17時)

催し

エアロ&カーヴィーサークルシェイプアップ(無料体験)

●テニスボールストレッチ&スローエアロビック
 と き・9月15日、29日(10時～11時)
 ところ・北信濃コミセン
 定員・5人(申込順)
 ●親子リズム体操
 対象・4歳～小学生
 と き・9月16日、30日(16時～17時)
 ところ・東雲会館(東雲町1)
 定員・3組(申込順)

【共通事項】

申込先/詳細・エアロ&カーヴィーサークルシェイプアップ 竹内 ☎090(6447)6686

紋別岳自然観察会(無料)

と き・10月3日(土)9時30分～15時
 ※荒天中止(中止のときは、8時頃に連絡)。
 集合場所・休暇村支笏湖の駐車場
 申込先/詳細・支笏湖自然保護官事務所(参加者全員の氏名、年齢、連絡先をお知らせください) ☎(25)2350(平日の8時30分～17時15分)

千歳産まるかじりウォーキング

内容・千歳産の農産物・製品を扱う飲食店4店舗をグループで食べ飲み歩く
 と き・10月3日(土) 15時～18時
 ※中心街コミセン3階入口に集合。
 (受付14時30分～14時50分)
 参加料・3700円 定員・40人(申込順)
 申込期間・9月10日～25日
 申込先/詳細・F Pスペース千歳 北原 ☎(27)7157

市民パークゴルフ大会

内容・団体戦・個人戦による36ホールのストロークプレー
 と き・10月4日(日) 8時30分～

暮らしのアドバイス

ものほろ 物千し竿に8万円?!

「物千し竿2本で千円」と巡回してきた移動販売車を呼び止めると、「千円の竿はすぐ壊れる。ステンレス製がおススメ」と言われた。

3千円の竿を4本注文したところ、突然8万円請求された。値段が違うからやめると言うと、それは50センチメートルあたりの金額、お宅のサイズに合せて切ったのでキャンセルできないと凄まじく、怖くてしかたなく払ってしまった。

このようなき、クーリング・オフが可能なきもありますが、連絡先が不明で交渉できないケースも多く見られます。移動販売業者からの購入は、購入前にしっかりと商品と金額を確認することが大切です。金額に納得がいけないときは、はっきり断りましょう。

困った時は、すぐに相談してください。

消費生活相談室

【詳細】月々金(9時～17時) 市民生活課(3階36番)

☎(24)01993

まちの「お知らせ・催し・募集」の掲載原稿は、発行月の前月10日までに FAX、Eメール、郵送、持参のいずれかで広報広聴課にお送りください。
FAX (22)8852、Eメール kohokocho@city.chitose.hokkaido.jp

ところ・社会福祉協議会

受講料・無料

定員・70人(申込順)

※託児あり(1歳~就学前の子15人程度)。

(託児は、東雲会館1階1号室)

申込期間・9月15日~10月13日

申込先/詳細・千歳市ファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内) ☎(22)8522

カワシンジュガイの講演会

●絶滅危惧2類

千歳のカワシンジュガイ乱獲の謎

講師・粟倉輝彦氏

とき・10月24日(土) 13時~15時

ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)3階中会議室2

参加料・無料

定員・70人(先着順)

詳細・千歳アイヌ協会 中村 ☎(22)7042

募集

農作業従事者の募集

内容・植付、除草、収穫などの農作業、ハウスなどでの室内作業

対象・健康で体力に自信があり、通勤可能な方

勤務時間・8時~17時(応相談)

勤務場所・市内および近隣市町の農地

申込先/詳細・人材雇用確保事業千歳地区運営協議会(JA道央千歳営農センター内) ☎(23)5600

図書館ガイド

《休館日》《開館時間》
第3月曜日 10時~19時

●古本まつり

保存期間が過ぎた雑誌や本・附録を無料で提供します。

とき・9月27日(日) 10時15分~

ところ・図書館車庫前

※9時50分から引き替え整理券を配布。※整理券に記載の時間に入場してください(各15分ずつによる入れ替え制)。

●第9回図書館まつり

【あそんで学ぼう!コミュニケーション講座】

楽しみながら上手なコミュニケーションを身につけよう

対象・小学5年~中学3年生

とき・10月31日(土)14時~15時30分

定員・20人(申込順)

申込開始・9月22日(火・祝)

【共通事項】

申込先/詳細・市立図書館 ☎(26)2131

※夜間照明のある庭球場は、22時まで利用できます(夜間照明利用料は、1時間400円、市外の方800円)。

※照明用コインは、17時までに青葉公園内クラブハウスでお求めください。

詳細・千歳市体育協会 ☎(24)2100

母子家庭等就業・自立支援センターからのお知らせ

●石狩(千歳)セミナー

内容・養育費について

講師・諏訪亨氏(養育費相談員)

定員・30人(申込順)

受講料・無料

●法律無料相談会

内容・ひとり親家庭の父母の養育費の取り決め履行確保・各種債務の返済など、自分では解決が困難な事例についての専門相談(女性弁護士による相談)

定員・4人(1人30分)

●巡回相談 10時~15時 (法律相談と同時開催)

母子家庭の社会的自立を支援するため、福祉・求人情報の提供、生活全般にわたる相談を受けます。

【共通事項】

対象・ひとり親家庭の父母

とき・10月17日(土) 13時~15時

ところ・社会福祉協議会

申込期限・10月7日(水)

※無料保育あり(事前申し込みが必要)。

申込先/詳細・母子家庭等就業・自立支援センター 藤村・佐々木

☎0143(83)7047

ファミリーサポートセンター子育て応援講演会の開催について

内容・子育て家庭に役立つ情報を提供する講演会

演題・子どもにおける性のかかわり

講師・秋野恵美子(小樽保健所長)

とき・10月20日(火) 10時~12時

花壇の土づくりと秋の園芸作業

内容・花壇の土づくりや秋に行う園芸作業について学ぶ

講師・山田光男氏

とき・10月9日(金)

13時30分~15時30分

ところ・総合福祉センター402号

参加料・無料 定員・50人(申込順)

申込期間・9月10日~10月8日

申込先/詳細・ちとせ環境と緑の財団 ☎(22)1117

ブルーファミリア さわやかチャリティーコンサート

とき・10月11日(日) 13時~16時

ところ・北ガス文化ホール(市民文化センター)大ホール

入場料・1000円(小学生以下無料)

※チケットは、北ガス文化ホール、市役所地下売店、エルム楽器千歳支店などで取り扱い。

《運営ボランティア募集中》

9月30日(水)までに電話またはFAXで申し込み

申込先/詳細・ブルーファミリア広報室長 白木 ☎(22)2385 FAX(22)7841

体育施設の無料開放

とき・10月12日(月・祝)

屋内体育施設 9時~21時

屋外体育施設 9時~17時

屋内施設・武道館、ダイナックスアリーナ(スポーツセンター)、ふれあいセンター

屋外施設・公園内庭球場(青葉、向陽台、つばさ、上長都明星、しゅくぶ、すみよし2号、末広東)、青葉陸上競技場、若草公園野球場、住吉ソフトボール場、臨空公園ソフトボール場、青葉公園ラグビー場、臨空公園サッカー場、青空公園サッカー場、青空公園ゲートボール場

※施設入口の施設は、体育協会で開閉。

※上記以外の施設は、利用できません。

■児童館からのお知らせ

(詳細は、各児童館にお問い合わせください)

とき	行事名	児童館名	連絡先
9月14日(月)	10時30分~	スタンプあそび	しゅくばい ☎(27)3126
9月14日(月)	10時30分~	ちびっこ運動会	ひので ☎(24)3163
9月15日(火)	10時30分~	ベビーダンス	ほくよう ☎(26)6789
10月7日(水)		定員・20組(申込順)	ほくおう ☎(42)3743
9月17日(木)	10時~	すくすくの日(計測&子育て相談)	しなの ☎(22)2977
10月1日(木)	10時30分~	作って遊ぼう	せいりゅう ☎(22)2560
10月5日(月)	10時30分~	ちびっこ記録会	しゅくばい ☎(27)3126



の いる 風 景

佐藤 正次 さん



【さとう しょうじ さん】 白樺 68歳

- 千歳少林寺拳法協会理事長
 - 少林寺拳法千歳向陽台スポーツ少年団長
- 昭和62年から少林寺拳法千歳向陽台スポーツ少年団の団長、平成14年から千歳少林寺拳法協会理事長を務める。
連絡先 ☎090(8638)9644

少林寺拳法は、勇気、思いやり、正義感を育む

少 林寺拳法は、日頃の練習を通じて、社会に役立つ人づくりを目指している」と話すのは、千歳少林寺拳法協会で理事長を務める佐藤正次さんです。

少林寺拳法は、昭和22年に香川県仲多度郡多度津町で発祥した、日本独自の武道。技術を身に付けることで、自分の考えをはっきり言える自信と勇気を身につけ、人と協力し合うことの楽しさ、大切さを学ぶことなどを目的としています。

佐藤さんは、昭和40年11月に静岡県浜松市で少林寺拳法に出会います。

就職した職場の同僚に少林寺拳法の達人がいて、「その方は、とにかく正義感が強くて格好の良い方。この人と一緒にやろうと、くっついていったのが少林寺拳法を始めたきっかけ」と振り返ります。

少林寺拳法は、見習いから1級、初段から9段までの資格があります。

佐藤さんが初段を取得したのは、昭和41年12月。「当時は、キックボクシングがはやっていた頃」と思い起こしながら、「段位を取得する試験はむずかしく、合格したときは、とてもうれしかった」とほほ笑みます。

現在は、7段の資格を有します。昭和49年7月、佐藤さんは浜松市から千歳市に転勤し、昭和62年には向陽台スポーツ少年団を開設します。

少年団を始めたきっかけは、「少林寺拳法が目指している社会に役立つ人づくり」と言います。

毎週、火・金には、近隣の小中学校で練習しています。現在、指導者5人、男女合わせて25人の団員を抱え、その半数は女子で、その中には有段者も数人います。

ここを最初に訪れる子どもたちには、「遊びにおいて」と言っているうえで、「遊び感覚で来ていた子どもたちも、練習を重ねるにつれて、次第に

強くなり、やさしくなり、礼儀正しくなっていくのが、目に見えて分かる」と目を細めます。

千歳少林寺拳法協会では、今年で20年目になるごみ拾いのボランティア活動を行っています。

「5月5日（こどもの日）は、子どもたちが健全に育つことを願う日。このボランティア活動を通じて、子どもたちが『自分は、何らかの役に立っている』ということの喜びを感じ取ってほしい」と思い、平成15年から5月5日に実施している」と話します。

今年も各スポーツ少年団の団員9人が参加して、約5キロメートルの道路脇のごみ拾いと往來する車のドライバーに交通安全を呼びかけました。

市内には、小中学生に少林寺拳法を教えるスポーツ少年団が6カ所あります。「興味のある方には、自宅近くのスポーツ少年団をご紹介しますよ」とやさしく語ってくれました。



☆☆☆ 今月は、「住吉2丁目町内会」を紹介します。 ☆☆☆ No.18

住吉2丁目町内会は、昭和49年6月に約30世帯で発足し、現在、58世帯が暮らしています。町内会では、家族的な雰囲気や、家族のつながり、福祉中心の活動を行っています。春の花壇整備や春・秋の町内清掃のほか、高齢者向けの旅行、高齢者ふれあいサロンなどの行事を実施しています。日帰り旅行では、福祉バスを借り上げて、登別方面や白い恋人パークに出かけたり、キリンビール千歳工場の見学などを行っています。



住吉2丁目町内会
会長 愛澤 祐司さん

「住み慣れた地域で、いつまでも健康で暮らし続けられる町内会」

高齢者ふれあいサロンは、年3回、鉄東コミセンに集まり、お茶を飲みながら、病气予防などを語り合ったり、DVDを鑑賞して、みんなで楽しいひとときを過ごします。また、6月から12月までの毎月、コミセンでカラオケサロンを開催して楽しんでいます。11月には、市の保健師を講師に招き、健康管理や疾病予防、ストレッチ体操を行う地域福祉懇談会を予定しています。この他、ふれあいパークゴルフ(年2回)や、夏休みに子どもたちと一緒にラジオ体操を行ったり、12月には、クリスマス会を開催して、ふれあいを大切に行っています。これからも、「住み慣れた地域で、いつまでも健康で暮らし続けられる町内会」を維持していきたいと思っています。

お問い合わせ先 住吉2丁目町内会
電話(23)93373

紹介 します

うちの町内会

うちの先生

人のうごき

《総人口》
95,755人(+282)
男性 48,669人(+181)
女性 47,086人(+101)
《世帯》47,180世帯(+120)
()内は、前月との比較です。

9・1
現在

「広報ちとせ」からのお願い

まちの「お知らせ・催し・募集」コーナーは、紙面が限られています。掲載を希望する方は、行事の内容、対象、期日、会場、費用、申込方法、連絡先など、要約した原稿の提出をお願いします。

広報広聴課 電話(24)0104



信濃小6年2組



おおいずみ
大泉ちがや 先生は、こんな先生です！

ぼくの先生はだめなことはだめ、いいことはいいとは、ぎりとした先生です。いつもニコニコして笑顔です。忘れ物や問題が起こると少し元気がなくなります。でも、普段は楽しくてやさしい、6年2組の自慢の先生です。ぼくは、この先生で本当に良かったと思います。



作文を書いてくれた
やまもと しんのすけ
山本 真之介
さん

Photo Memory - 2015 September -



1



2



3



4



5



※背景の写真は、8月7日（金）に行われた防災フェスタで水消火器による放水体験をしている様子です。

1 8月5日。高校野球を目指している中学生で構成する硬式野球チーム、千歳リトルシニア球団が8月17日から宮崎市で開催される「東アジアリトルシニア野球宮崎大会」に出場することになり、市長表敬に訪れました。

2 8月6日～7日。防災学習交流センターをなえーるで、防災・減災を楽しみながら体験できる「防災フェスタ」が開催されました。写真は、救命措置を体験している様子です。

3 8月8日。リサイクルフェスタ「エスティバルグリーンベルト」で開催され、再活用品の展示即売会や自転車の無料抽選会などが行われました。軽トラ観光ちとせ市も同時開催され、たくさんのお来訪者でにぎわいました。

4 8月20日。市民夏まつりの締めとなる「市民納涼盆踊り大会」が開催されました。今年は24団体、約1700人の参加者が市内を練り歩き、大勢の観客に囲まれながら、夏の一夜を楽しみました。

5 8月20日。げんきこせセンター、ちとせこせセンター、道の駅サーモンパーク千歳にキティちゃん遊びにきました。会場では、踊りや歌の披露のほか、記念撮影が行われ、子どもたちは大喜びでした。

編集後記

■7月18日から開始された「市民夏まつり」は、8月20日に終了しました。振り返ってみると、土日は、スカイ・ビャオSAKOI祭、花火大会、航空祭、ちとせ川ビール祭り、市民納涼盆踊り大会などの行事が今年も盛り沢山でしたが、これからは秋の行事が始まります。

■盆踊り大会が終わると、今年も夏が過ぎてしまったと感じます。そんな思いを抱きつつ、農業まつりの取材にお邪魔しました。会場では「とうきび早むき大会」が行われ、大人から子どもまで、夢中で挑戦する姿に、つい私も夢中でカメラのシャッターを切っていました。

今月の表紙

千歳産農産物の直販やゲームなどが行われる「農業まつり」のステージイベント「とうきび早むき大会」の一コマです。慣れない手つきで手こずる子どもたちに、会場からたくさんの声援が送られました。



8月22日 あずさ1丁目で撮影