

# 特集

## 大切な命を守る そのためにできること

CHIT9SE

2013 september

■広報ちとせ No.1002

- 6. 焦点  
10月1日 向陽台のバスサービス  
が変わる！
- 8. 市役所いんふおめ  
(新)子育て支援センター  
みんなに親しまれる「愛称」募集！！
- 14. 声のラン  
ヒグマによる人身事故を防ぐには？
- 16. たうんがいど  
お知らせ、講習会、イベントなど

いま日本で自殺する人の数は年間約 30,000 人。  
未遂者も含めれば一日 1,000 人。  
この時代に、この社会で、私たちと同じ空気を吸っている  
それだけの数の人が、自ら「いのち」を絶っています。

特別な人たちが、特別な理由で、自殺しているわけではありません。  
私たちと同じ日常を生きている人たちが、  
さまざまな問題に追い詰められた末に、  
「自殺」で亡くなっているのです。

現代日本社会の自殺の多くは、  
社会的な対策があれば「避けることのできる死」です。

誰も自殺に追い込まれることのない社会。  
自殺で大切な人を亡くした人が安心して故人を悼むことができる社会。  
それはきっと、自殺とは無関係と思っている一人ひとりにとっても  
生きていて心地のよい社会であるはずです。

(参考)『生き心地の良い社会』をめざして (NPO 法人ライフリンク)

## 特集

9月10日から16日は、自殺予防週間です

# 大切な命を守る そのためにできること

わが国の自殺者数は、平成10年に前の年から8千人余り増加して3万人を超え、その後も3万人前後の高い水準が続いています。

これまで自殺の問題を語ることは、誤解や、かたよった見方が生じやすく、触れたり扱ったりしてはいけなものとされがちでした。人々が互いに、広く自殺の真実について論じたり、相談する場も、決して多くはありませんでした。

自殺者数が毎年3万人を超える深刻な状況にあることから、自殺対策を強化するため、国は、平成18年に「自殺対策基本法」を施行し、平成19年には「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。

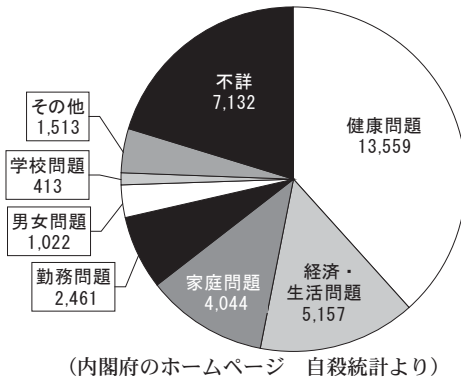
自殺者の多くは、さまざまな問題が複雑に関係し、追い込まれた末の死と考えられています。個人の問題として片付けられるのではなく、社会的な要因が背景にあることから、その対策は社会全体で取り組まなければならない課題と言われています。

市としても、一人ひとりが、かけがえない個人として尊重され、「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指しています。

## 自殺の原因・動機

自殺者の多くは、グラフ1のとおり、「健康問題」や「経済・生活問題」、「家庭問題」、「勤務問題」、「男女問題」、「学校問題」などが複雑に関係し、心理的に追い込まれたものと考えられています。

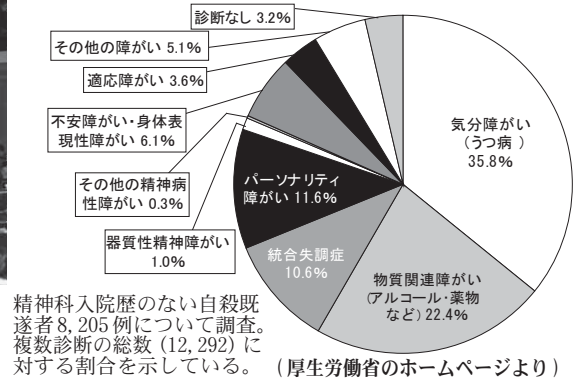
《グラフ1》  
平成24年度 自殺の原因・動機別自殺者数



グラフ2は、自ら命を絶った方のこころの状態を表したものです。多くは、気分障がい（うつ病）や物質関連障がい（アルコール・薬物など）など、こころの病気にかかっていたというデータがあります。

このことから、自殺の主要因となる、こころの病気を早期に見つけて対応することが大切です。

《グラフ2》自殺とこころの病気の関係



こころの健康  
づくり講演会

## 自殺予防の取り組み

市は、こころの健康づくりについての正しい知識をホームページに掲載しているほか、パネル展の開催や出前講座、講演会などを実施して、自殺予防の普及啓発に取り組んでいます。

また、自殺のサインに気づき、



こころのケア講座  
（ゲートキーパー研修）

適切な対応ができる方を養成するため、平成23年度から、「こころのケア講座（ゲートキーパー研修）」を実施しています。

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

この講座は、市内事業所の人事担当者や民生児童委員、各種相談業務に携わっている方などを対象に実施しており、平成24年度は、74人の参加がありました。

参加した方からは、「悩んでいる人の気持ちに寄り添うことの大切さがわかった」、「学んだことを、今後、職場でも生かしたい。来年は、同僚を誘いたい」、「参加してみてよかったです。大切な命を少しでも救えればと思います」といった感想が寄せられています。

## うつスクリーニング事業 こころの健康チェック票「お元気ですか？あなたのこころ」

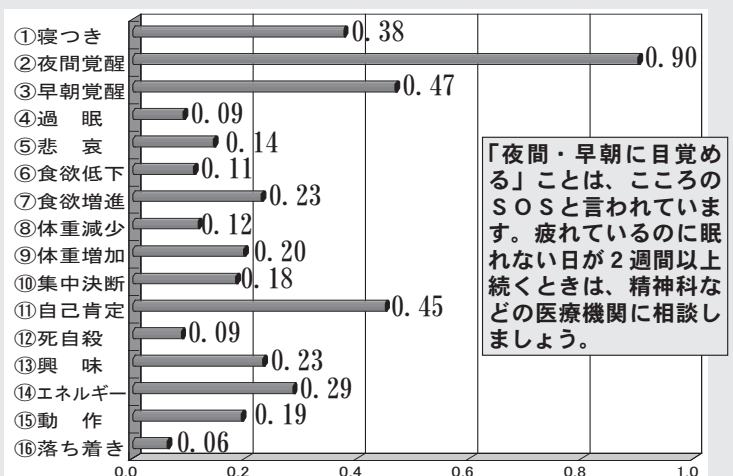
市は、自殺に結びつく要因の一つと言われている、気分障がい（うつ病）を早期に見発見するために、「こころの健康チェック票『お元気ですか？あなたのこころ』」を、市民健康診査を受けた方から任意で提出してもらっています。

「こころの健康チェック票」を採点して、うつ病の症状が中等度以上となっている方には、改めてこころの健康状態をお聞きし、必要に応じて医療機関への受診などをお勧めしています。

平成24年度の集計結果（3,835人）

右のグラフ3は、平成24年度に提出いただいた、「こころの健康チェック票」を採点し、集計した項目別の平均値を表しています。「夜間・早朝に目覚める」、「寝付きがわるい」などの睡眠障害や自己肯定感の低下が高い値になっています。

《グラフ3》平成24年度 こころの健康チェック票「お元気ですか？あなたのこころ」集計結果



# こころの健康チェック票 「お元気ですか？あなたのこころ」

|    |                                                                                                                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 睡眠 | ① 寝つくのに 30 分以上かかることがありますか<br>0 かからない<br>1 一週間の半分以上である<br>2 一週間の半分以上ある<br>3 60 分以上かかったことが、一週間の半分以上ある                                               |
|    | ② 夜間の睡眠はどうですか<br>0 問題ない<br>1 落ち着かない、浅い眠りで、何回か短く目が覚めたことがある<br>2 毎晩少なくとも 1 回は目が覚めるが、難なくまた眠ることができる<br>3 毎晩 1 回以上目が覚め、そのまま 20 分以上眠れないことが、一週間の半分以上ある   |
|    | ③ 眠りすぎることがありますか<br>0 問題ない<br>1 10 時間（昼寝を含む）ほど<br>2 12 時間（昼寝を含む）ほど<br>3 12 時間以上眠っている                                                               |
|    | ④ 早く目覚めすぎることがありますか<br>0 問題ない<br>1 週の半分以上、予定より 30 分以上早く目が覚める<br>2 ほとんどいつも、予定より 1 時間早く目が覚めるが、最終的にはまた眠ることができる<br>3 予定より 1 時間以上早く起きてしまい、もう一度眠ることができない |

|    |                                                                             |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|
| 気分 | ⑤ 悲しいと思う気持ちがありますか<br>0 ない<br>1 半日以下の時間ある<br>2 半日以上時間ある<br>3 ほとんどすべての時間感じている |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|

|       |                                                                                                                                                              |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 食欲／体重 | ⑥ 食欲の低下がありますか<br>0 普段と変わらない<br>1 普段よりいくぶん食べる回数が少ないか、量が少ない<br>2 普段よりかなり食べる量が少なく、食べるよう努めないといけない<br>3 まる 1 日ほとんどものを食べず、食べるのは極めて強く食べようと努めたり、誰かに食べるよう説得されたときだけである |
|       | ⑦ 食欲の増進はありますか<br>0 普段と変わらない<br>1 普段より何回も食べないといけないように感じる<br>2 普段よりかなり食べる回数が多かったり、量が多かったりする<br>3 いつも、食べ過ぎる衝動にかられている                                            |
|       | ⑧ 最近 2 週間で体重の減少はありますか<br>0 ない<br>1 少し体重が減った気がする<br>2 1 キロ以上やせた<br>3 2 キロ以上やせた                                                                                |
|       | ⑨ 最近 2 週間で体重の増加はありますか<br>0 ない<br>1 少し体重が増えた気がする<br>2 1 キロ以上増えた<br>3 2 キロ以上増えた                                                                                |

|     |                                                                                                                                                              |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 集中力 | ⑩ 集中力や決断力はどうですか<br>0 普段と変わらない<br>1 ときどき決断しづらくなっているように感じたり、注意が散漫になるように感じる<br>2 ほとんどの時間、注意を集中したり、決断を下すのに苦勞する<br>3 ものを読むことも十分にできなかったり、小さなことですら決断できないほど集中力が落ちている |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|       |                                                                                                                                             |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 自己肯定感 | ⑪ 自分についての見方はどうですか<br>0 自分のことを、他の人と同じくらい価値があって、援助に値する人間だと思う<br>1 普段より自分を責めがちである<br>2 自分が他の人に迷惑をかけていると、かなり信じている<br>3 自分の大小の欠陥について、ほとんど常に考えている |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|      |                                                                                                                                                               |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 希死念慮 | ⑫ 死や自殺について考えることがありますか<br>0 ない<br>1 人生が空っぽに感じ、生きている価値があるのかどうか疑問に思う<br>2 1 週間に数回、数分間にわたって考えることがある<br>3 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り、実際に死のうとしたり、したことがあった |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|      |                                                                                                                                                              |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 興味関心 | ⑬ 一般的な興味についてどうですか<br>0 他人のことやいろいろな活動についての興味は普段と変わらない<br>1 普段より、より興味が薄れていると感じる<br>2 以前好んでいた活動のうち、一つか二つのことにしか興味がなくなっていると感じる<br>3 以前好んでいた活動に、ほとんどまったく興味がなくなっている |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|       |                                                                                                                                                          |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| エネルギー | ⑭ エネルギーのレベルについてどうですか<br>0 普段と変わらない<br>1 普段よりも疲れやすい<br>2 普段の日常の活動（例えば、買い物、宿題、料理、出勤など）をやり始めたり、やりとげるのに大きな努力が必要である<br>3 ただエネルギーがないという理由だけで、日常の活動のほとんどが実行できない |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|        |                                                                                                                                                 |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 精神運動状態 | ⑮ 動きが遅くなった気がしますか<br>0 普段どおり動いたりしている<br>1 頭の働きが遅くなっていたり、声が単調で平坦に感じる<br>2 ほとんどの質問に答えるのに何秒もかかり、考えが遅くなっているのがわかる<br>3 最大の努力をしないと、質問に答えられないことがしばしばである |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|        |                                                                                                                                    |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 精神運動状態 | ⑯ 落ち着かないことがありますか<br>0 ない<br>1 しばしばそわそわしていて、手をもんだり、座り直したりせずにはいられない<br>2 動き回りたい衝動があって、かなり落ち着かない<br>3 ときどき、座っていられなくて歩き回らずにはいられないことがある |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## こころの健康チェック票「お元気ですか？あなたのこころ」採点方法

- 各設問の左端にある0～3が点数になります。
- 睡眠に関する項目①～④、食欲／体重に関する項目⑥～⑨、精神運動状態に関する項目⑮～⑯は、それぞれの項目の中で最も点数が高いものを1つだけ選んで点数とします。
- 上記以外の6項目（⑤、⑩～⑭）は、それぞれの点数を用います。
- 上記の2、3で求めた、「睡眠」、「食欲／体重」、「精神運動状態」、「その他6項目」をあわせた9項目の合計点数（0点～27点）で、うつ症状の程度を評価します。

| 正常   | 軽度    | 中等度    | 重度     | きわめて重度 |
|------|-------|--------|--------|--------|
| 0～5点 | 6～10点 | 11～15点 | 16～20点 | 21～27点 |

◎合計点数が中等度以上の方は、気分障がい（うつ病）の可能性があります。医療機関や下記表の相談機関の利用をお勧めします。軽度の方は、軽度うつ傾向の可能性があります。ご心配の方は、医療機関や下記表の相談機関の利用をお勧めします。

◎現在、こころの健康に問題がなくても、これから、あなたやあなたの大切な方がこころの不調を感じたときは、「こころの健康チェック票」で、こころの健康を確認してみましょう。

◎疲れたときほど、こころの疲労には気がつきにくいものです。「こころの健康チェック票」を、ぜひご活用ください。

## 相談機関など

| 心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)3175                                                                                                     | 月～金 9時～17時30分                              |
| ◆北海道立精神保健福祉センター       |                                                                                                               |                                            |
| こころの電話相談              | ☎(0570)064-556                                                                                                | 月～金 9時～21時、土日祝 10時～16時<br>(12月29日～1月3日を除く) |
| 面接相談（予約受付）            | ☎011(864)7000                                                                                                 | 月～金 8時45分～17時30分                           |
| こころの健康電子メール相談         | <a href="http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc">http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc</a> （詳細はホームページをごらんください） |                                            |
| ◆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 |                                                                                                               |                                            |
| 家庭生活全般の電話相談           | ☎011(232)1956                                                                                                 | 月～土 10時～16時                                |
| 面接相談（予約受付）            | ☎011(251)6408                                                                                                 |                                            |



| 大切な人をなくされたあなたに      |                |                       |
|---------------------|----------------|-----------------------|
| 交流会名                | 申し込み・問い合わせ先    | 電話番号                  |
| ◆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（内線2952） |

| ホームページとつながる各種相談サイト（電話相談先も案内されます） |                                                                                                                           |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ◆自殺対策相談窓口（内閣府）                   | <a href="http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/link/soudan.html">http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/link/soudan.html</a> |

| 千歳市の相談先                 |                 |           |
|-------------------------|-----------------|-----------|
| 相談内容                    | 相談先             | 電話番号（直通）  |
| ◆身体と心の健康づくりに関すること       | 健康指導課 健康企画係     | ☎(24)0768 |
| ◆日常生活の心配ごと、法律上の問題に関すること | 市民生活課 市民生活係     | ☎(24)0194 |
| ◆子育ての養育問題などに関すること       | 子育て推進課 児童相談係    | ☎(24)0935 |
| ◆女性問題に関すること             | 男女共同参画推進課 推進係   | ☎(24)0559 |
| ◆いじめや不登校などの教育相談に関すること   | 教育委員会青少年課 生徒指導係 | ☎(24)0859 |

お問い合わせは  
健康指導課  
健康企画係  
☎(24)0768

## 「こころの健康づくり講演会」のご案内

テーマ・気づいてください、自分や家族のこころのサインに  
講 師・坂元 薫 氏（東京女子医科大学神経精神科教授）  
対 象・市内に居住または市内に勤務している方  
と き・11月16日（土）14時～15時30分  
（開場13時30分）  
ところ・市民文化センター4階大会議室  
参加料・無料 定員・200人（申込順）  
申込開始・9月10日（火）から  
申込先・詳細：健康指導課健康企画係 ☎(24)0768

# 10月1日

## 向陽台のバスサービスが変わる！

### 公

#### 向陽台モデル事業

公共交通の課題を解決するためには、事業者や利用者など関係者の間で現実的な課題などを整理しなければなりません。

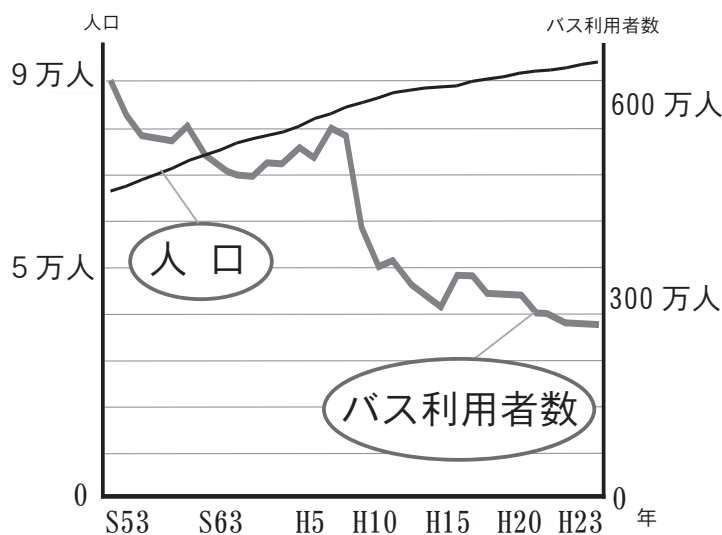
市は、バスサービスに対する地域からの要望が多く、検証結果を分析しやすい向陽台をモデル地区として、北海道大学の協力を得ながら、町内会やバス事業者と改善についてを協議してきました。

改善案では、地域住民の要望を反映した路線変更やダイヤを改正します。

また、地区内の商業施設や医療施設などをバスで結び、地域に住む人が施設を利用しやすいようにするバスサービスが必要であると考えました。

市は、向陽台のバスサービス改善が、まち全体のバスサービス改善につながり、「このまちに住んで良かった」、「ここに住んでみたい」と思ってもらえる居住環境を整えることを目指しています。

表：市内のバス利用者と人口の推移



今月の  
焦点

人口が増加している千歳ですが、路線バスの利用者は年々減少しています（表）。

利用者が減少していくと、路線の縮小やダイヤの減便につながり、学生や高齢者などの移動手段が奪われてしまいます。

路線バスをはじめ公共交通は利便性の低下や赤字経営など、課題が山積しています。

この課題に、市やバス事業者、地域住民が個別に対応しても、解決が難しい状況です。

市は、まち全体のバス路線変更など具体的な対策のために「（仮称）千歳市交通戦略プラン」の策定に向け準備を進めています。

今月の焦点では、千歳の路線バス変更の第一歩となる向陽台地区のバスサービスの改善内容について紹介します。

# どう変わるの？ 向陽台のバスサービス

図1: 路線図



## 商

業施設や医療施設などを  
バス路線で結ぶ、循環型のバ  
ス路線(図1の新路線図)に変  
更します。

また、向陽台地区内は、1乗車  
につき運賃がこれまでの180  
円から100円になります。



## 千

歳駅方面への通勤通学で朝  
のラッシュ時に対応する「快速  
便」(図2)を運行します。

快速便は「文京5丁目」と「福  
住1丁目」からそれぞれ7時  
7時20分、7時40分に出発します。  
快速便の始発点から千歳駅まで  
の所要時間がこれまでより約5  
分短縮します。



図2: 快速便路線図



## ダイヤ

の改正により、JRと  
バスの接続が良くなります。

千歳リハ学院前からの始発は  
現行の午前5時55分から、同5  
時40分に早め、千歳駅前から  
向陽台行きの最終便を現行の  
午後9時55分から、同10時30分  
に延長します。

市民病院行きの便は、平日12便  
から22便に増便し、市民病院か  
らの最終便も現行の午後6時か  
ら、同7時20分に延長します。



## 記事の詳細

企画部主幹(交通政策担当)

☎(24)-3131(内線233)

千歳相互バス(株)

☎(28)-8822

## 今

回の向陽台地区のバスサ  
ービスの改善内容は、運行後  
の利用状況を見ながら、必要  
に応じて見直していきます。

「福住1丁目」発の便は、「白樺4  
丁目」「里美5丁目」に停車しま  
せん。普段、このバス停を利用し  
ている方は「白樺3丁目」「里美4丁目」  
のバス停からご乗車ください。

## 保健福祉部



### (新)子育て支援センター みんなに親しまれる「愛称」募集！！

募集

本庁舎  
1階7番

保育課児童館係 ☎(24) 0338

新しい「子育て支援センター」  
を来春、新富1丁目2-14に開  
設します。

市は、市民の皆さんに愛され、  
親しまれる身近な施設となるよ  
うな「愛称」を募集します。

【応募作品】 自作・未発表のもの  
で、一人につき複数応募可

【表彰】 最優秀賞1点 優秀賞2点  
※同名の応募があったときは、  
抽選となります。

※応募作品は、返却しません。

【応募資格】 市内に住む方

【応募方法】 ①愛称(読み方)②  
愛称の説明や理由など③応募者氏  
名(ふりがな)④住所⑤年齢⑥性  
別⑦電話番号⑧職業・学校名(学  
年)を記入し、郵送かFAXまた  
はEメール・直接持参にて応募

【応募期間】 9月10日～30日(郵  
送のときは、9月30日(消印有効))

【応募先・詳細】 ①②のどちらか  
にご応募ください。

① 〒066-8686 東雲町2丁目34  
千歳市保育課児童館係

FAX(24) 8851  
Eメール hoiku@city.chitose.  
hokkaido.jp

② 〒066-0028 花園4丁目3-1

### (新)子育て支援センターの役割

子育て支援にかかわる「地域子育て支援センター」、「児童館」、「学童クラブ」の  
3つの機能を備える施設です。

●**地域子育て支援センター** 子育ての不安や負担を軽くするために、子育て相談など  
の支援を行います。市内では、ちとせっこどもセンター、アリスこどもセンターに  
つづく3か所目です。

●**児童館** 子どもが自由に訪れることができる施設です。さまざまな遊びを通じて豊か  
な心と身体を育むことを目的にしています。

●**学童クラブ** 仕事などで、放課後、家に保護者がいない家庭の子どもをお預かりして、  
学習や遊びの場を提供します。(学年による制限があります。)

ちとせっこセンターこどもセンター係  
☎・FAX (40) 1717  
Eメール kosodatesogoshi@  
city.chitose.hokkaido.jp

### 敬老祝金を贈呈します

高年齢者支援課  
高年齢福祉係  
☎(24) 0295

本庁舎  
1階9番

【対象】 9月15日(日)現在、市内に  
6か月以上継続して住所があり、  
満年齢で77、88、99、100歳の方  
※対象者には、案内はがきを送  
付します。

### 【贈呈内容】

〔満77歳〕 1万円〔満88歳〕 3万円  
〔満99歳〕 5万円〔満100歳〕 7万円

【とき】 9月24日(火) 9時～17時  
※満100歳の方は、市長が個  
別に訪問して直接お渡しします。

【受領場所】 市役所1階市民ロビ  
ーまたは各支所

### 地域密着型サービス事業者 を公募します

高年齢者支援課  
高年齢福祉係  
☎(24) 0295

本庁舎  
1階9番

地域密着型介護老人福祉施設  
(小規模特別養護老人ホーム)の  
事業予定者を公募します。

【事前協議】 9月30日(月)17時まで  
【応募期間】 10月1日～11月29日  
(9時から17時まで)

※募集要項は、市のホームペ  
ージに掲載しているほか、高齢者  
支援課で配布します。

### 母子家庭等自立支援教育訓 練給付金事業のご案内

子育て推進課  
子育て支援係  
☎(24) 0328

本庁舎  
1階6番

市内に住む母子家庭の母また  
は父子家庭の父の就労支援、経  
済的な自立をすすめるため、自  
立支援教育訓練給付金を支給し  
ています。

【対象者】 つぎの要件をすべて満たす方

▼市内に住所がある母子家庭の  
母または父子家庭の父

▼児童扶養手当受給者(受給者と  
同等の所得水準にある方を含む)

▼ハローワークなどで、雇用保険  
法による「教育訓練給付」の受給  
資格を有していない方(ただし、  
受講を希望する講座が雇用保険制  
度の指定講座でないときは、対象  
となることもあります)

▼過去に「自立支援教育訓練給  
付金」を受給していない方

【対象講座】 ▼雇用保険制度の教  
育訓練給付の指定講座(ホーム  
ヘルパーや医療事務など)

▼就業に結びつく可能性の高い講座  
【支給額】 講座修了後に、受講料  
の20%(4千円を超え上限10万  
円)に相当する額を支給します

※受講する前に事前相談と申請  
が必要です。



# いんふおめ。

※免除内容は、下の表のとおり。  
※一部免除の承認を受けた方が納付すべき保険料を納付しなかったときは、その期間の一部免除が無効となります。そのため、将来の老齢基礎年金の額に反映されなかったり、障がいや死亡などの不慮の事態が生じたときに年金の受け取りができなくなったりすることがあります。

また、20歳代の方には、申請すること、保険料の納付が全額または一部免除される「全額免除制度(①)」と「一部免除制度(②)」があります。

国民年金には、申請すること、保険料の納付が全額または一部免除される「全額免除制度(①)」と「一部免除制度(②)」があります。

●年金保険料の免除制度と若年者納付猶予制度

年金

市民課年金係  
☎(24)0267

本庁舎  
1階2番

ご存じですか?  
国民年金の各種制度



【対象】①全額免除と②一部免除は、つぎ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

| 種類       | 免除区分           | 納付すべき保険料<br>(25年度月額) | 老齢基礎年金                         |         | 障害年金<br>遺族年金<br>請求時              | 保険料<br>後払い<br>(追納) | 審査の<br>対象        |
|----------|----------------|----------------------|--------------------------------|---------|----------------------------------|--------------------|------------------|
|          |                |                      | 請求時                            | 計算      |                                  |                    |                  |
| ①全額免除    | 全額免除           | 0円                   | 受給資格期間に入ります<br>※②は納付しなくても入ります。 | 2分の1が算入 | 納付済期間と同じになります<br>※②は納付しなくても入ります。 | 10年以内であれば後払いできます   | 本人<br>配偶者<br>世帯主 |
| ②一部免除    | 4分の3免除(4分の1納付) | 3,760円               |                                | 8分の5が算入 |                                  |                    |                  |
|          | 半額免除(半額納付)     | 7,520円               |                                | 4分の3が算入 |                                  |                    |                  |
|          | 4分の1免除(4分の3納付) | 11,280円              |                                | 8分の7が算入 |                                  |                    |                  |
| ③若年者納付猶予 | 納付猶予           | 0円                   |                                | 算入されません |                                  |                    | 本人<br>配偶者        |

【支給額】  
障害等級1級 月額49,500円  
障害等級2級 月額39,600円

▼失業や災害などで保険料の納付が困難な方  
③若年者納付猶予は、20歳代の方でつぎのいずれかに該当する方  
▼本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の方  
▼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】平成25年7月分～平成26年6月分の保険料  
【申請に必要なもの】年金手帳(基礎年金番号通知書)、印鑑  
※平成25年1月1日現在の住所が市外の方は、平成24年分の所得証明書が必要。  
※失業を理由とする方は、離職日が平成24年3月31日以降の雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証が必要です。  
※学生の方は、「学生納付特例制度」をご利用ください。  
●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た日」があり、現在、障害基礎年金1・2級相当の障がい状態にある方で、つぎ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

【応募先・詳細】〒066-0012 美々758番地の54 千歳市環境センター  
廃棄物管理課総務係  
Eメール [haikibutsukanri@city.chitose.hokkaido.jp](mailto:haikibutsukanri@city.chitose.hokkaido.jp)

【支給開始時期】請求のあった月の翌月から支給  
※支給額は、年金受給の有無や所得の状況により制限されることがあります。  
【活動内容】廃棄物の減量と適正な処理に関する審議や調査など  
【対象】市内に住む通勤・通学している18歳以上の方で、年数回、平日の日中に開催する会議に出席できる方  
【募集人員】4人(選考)  
【任期】平成25年12月から2年間  
【報酬】1回につき5,700円(別途交通費あり)  
【応募書類】履歴書または任意の用紙に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、連絡先の電話番号、勤務先または学校・所属団体など、環境・廃棄物に関する活動や経験を記入し、200字程度の作文(応募動機と「千歳のごみについて思うこと」を添えて応募)  
【応募方法】郵送か持参、Eメール  
【応募期限】9月30日(月)  
【応募先・詳細】〒066-0012 美々758番地の54 千歳市環境センター  
廃棄物管理課総務係  
Eメール [haikibutsukanri@city.chitose.hokkaido.jp](mailto:haikibutsukanri@city.chitose.hokkaido.jp)

募集

総務係  
☎(40)6969

環境センター

廃棄物減量等推進審議会委員を募集します

**暴力団排除条例制定（素案）  
に対する意見を募集します**

**募集** 市民生活課  
市民生活係  
☎(24)0183

本庁舎  
3階35番

地域全体で暴力団の排除を進めていくために、「（仮称）千歳市暴力団排除条例（素案）」を作成しましたので、市民の皆さんの意見を募集します。

【募集期間】 9月17日～10月16日

【素案の公表場所】 市役所1階市民ロビー、支所のほか総合福祉センター、市民文化センター、図書館、公民館、市民活動交流センター「ミナクル」、コミセンなどの公共施設、千歳駅市民サービスセンター、市ホームページ

【意見の提出方法】 持参または郵送、FAX、Eメールで住所、氏名（法人は、その名称・事務所の所在地などの連絡先）、電話番号を明記のうえ提出

※住所、氏名が明記されていないときは、意見として扱わないことがあります。

【提出先・詳細】 〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市市民環境部市民生活課市民生活係  
FAX(22)8853

Eメール shiminseikatsucity.chitose.hokkaido.jp

**広告入り環境配慮型公用封筒  
の作成事業者を募集します**

**募集** 環境課  
省エネ推進係  
☎(24)0591

本庁舎  
3階34番

広告を掲載した角型2号から20号までの大きさの封筒を作成し、市に無償で提供（寄付）していただきます。

【使用期間】 12月2日（月）からなくなるまで

【募集期間】 9月17日～10月16日

【募集枚数】 10,000枚以上

【申込方法】 市指定の申込用紙を郵送または持参

※申込用紙は、環境課窓口か市のホームページから入手可。

【申込先・詳細】 〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市市民環境部環境課省エネ推進係

**秋の全国交通安全運動**

**参加** 市民生活課  
交通安全係  
☎(24)0263

本庁舎  
3階35番

9月21日から30日まで、秋の全国交通安全運動に伴い、期間中、つぎの行事を開催します。

なお、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ので、ご協力をお願いします。

●セーフティコール

廃棄物  
対策課  
☎(23)2110

美々ちゃんの

ごみ  
ひとくちメモ

【生ごみ処理機などの  
購入費助成】受付中

家庭から出る生ごみの減量とリサイクルを進めるために、「電動生ごみ処理機・コンポスト・密閉式容器」購入費の一部を助成しています。

助成の対象は、市内に居住している方で、市内の販売店で購入するものに限りです。

申込書類は、市役所3階環境課と千歳駅市民サービスセンター（パウレ千歳内）および市内の生ごみ処理機などの販売店にありますので、購入前に必ず申し込み手続きを行ってください。

助成内容に関する詳細については、市ホームページ「くらし」－「ごみとリサイクル」－「お知らせ」をご覧ください。環境センター廃棄物対策課までお問い合わせください。



※駐車場は、住吉グラウンド駐車場を利用してください。



今月の  
ごみ減量目標

エコバック 地球にやさしい しょうエネだ

【標語作者】 ほりえ あやと  
堀江 彩斗 さん(小4)





は部局の名称

は担当の施設場所



は問い合わせ先電話番号です。



市場内で卸売業者から野菜や果物の生鮮食料品などの販売を受ける「買受人」を募集しています。※審査を受け、買受人となったときは、売買代金決済会社(株式会社千歳市場公社)と契約し、保証金が必要になります。

【申込方法】 つぎの事項を記載した申込書類(市指定用紙)を持参※申込書類は、公設卸売市場の事務所で配布。

▼氏名および住所

▼商号およびおもな業種名

▼買受人業務を行うおとする取扱品目

▼市場での買受見込額(年額)

▼法人のときは、役員の氏名と事業者名および資本金または出資の額

## 募集

公設卸売市場  
管理係  
☎(24) 2709

公設卸売市場

## 卸売市場の買受人募集

☎066-8686

千歳市東雲町2丁目34番地

☎(24) 3131(代) FAX(22) 8852

ホームページアドレス <http://www.city.chitose.hokkaido.jp/>

## 市役所

## いんふおめ

## 募集

広報広聴課広聴係  
☎(24) 0108

本庁舎  
2階22番

## 協働事業「まちめぐりガイドバス」参加者募集

今月のまちめぐりガイドバスは、「千歳の農村めぐり」じやがいもの収穫と味覚を楽しむをテーマに巡ります。

【とき】 9月27日(金) 9時～16時※8時50分までに市役所1階市民ロビーに集合してください。

【見学場所】 駒里農業特区、松浦農園(いも掘体験)、ふれあいファームいずみ、J.A道央千歳野菜集出荷センターなど

【定員】 35人(抽選)

【参加料】 いも掘体験料として、300円

【申込方法】 9月10日～12日(9時～17時)に電話で申し込み※長靴、昼食、飲み物を持参してください。

※団体での申し込みは不可(2人1組は可)。

※この事業は、市民協働プロモーション事業として行っています。



市の共同受信施設区域のうち、

## くらし

電気設備課  
共同受信施設係  
☎(24) 0135

西庁舎  
1階

## 共同受信施設の撤去について

【詳細】 北海道石狩振興局産業振興部建設指導課 ☎011(204)5833

昭和56年5月以前に着工された建築物のうち、不特定多数の方が利用する大規模な建築物などの耐震診断の実施と結果報告が義務づけられます。

※改正法の詳細は、国土交通省のホームページをご覧ください。

報告先は、建築基準法の建築確認を申請した行政庁(北海道)です。

## くらし

建築課建築指導係  
☎(24) 0751

西庁舎  
1階

## 大規模建築物などの耐震診断の実施が義務化されます

地上デジタル放送の開始で受信障害が解消された地区では、共同受信施設を平成25年度から28年度に順次撤去します。

平成25年度の対象地区は、施設の撤去を開始しています。

平成26～28年度の各年度の8月以降は、共同受信施設でテレビを見ることができなくなり、すので、屋外アンテナへの切替をお早目をお願いします。

※屋外アンテナへの切替には、助成制度が利用できます(助成のお問い合わせは、電気設備課アンテナ助成窓口 ☎(24) 0324へ)。

## 国民健康保険証を郵送します

お手元にある国民健康保険証の有効期限は、9月末までとなっています。

新しい保険証(ひとり1枚のカード様式)は、9月下旬までに確実にお手元に届くよう、簡易書留郵便で各世帯に郵送します。

今月は  
国民健康保険料  
4期の納付月です

国民健康保険課国保給付係

☎(24) 0274

本庁舎  
1階3番

| 撤去年度と地区 |                                              |
|---------|----------------------------------------------|
| 平成25年度  | (撤去開始) 旭ヶ丘、梅ヶ丘1・3、寿、弥生、流通2(一部)・3             |
| 平成26年度  | 梅ヶ丘2、住吉2～5、東郊、豊里、日の出1～4・5(一部)、日の出丘、流通1・2(一部) |
| 平成27年度  | 稲穂、新富3(一部)、高台1・2・5・6、富丘1・2・3(一部)・4           |
| 平成28年度  | 新富1・2・3(一部)、北栄1(一部)・2、北斗1(一部)・2              |

### 出前健康相談

内 容・保健師による健康相談、血圧測定  
と き・10月8日(火)10時～12時30分  
ところ・図書館(申込不要)

健康企画係 ☎(24)0768

### フッ化物塗布・歯科相談

| と き                          | 対 象                                     |
|------------------------------|-----------------------------------------|
| フッ化物塗布・歯科相談                  |                                         |
| 10月3日(木)<br>10日(木)<br>18日(金) | 1年以内に千歳市<br>で1歳6か月児・<br>3歳児健診を受け<br>た幼児 |
| フッ化物塗布・歯科相談・歯科健診             |                                         |
| 10月23日(水)                    | 1歳～就学前の全<br>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  
※母子手帳、歯ブラシ持参。

健康母子係 ☎(24)0771

### 育児相談

内 容・身長・体重測定、発達・栄養相談  
と き・10月18日(金)  
9時30分～11時30分、  
13時～15時30分  
ところ・総合保健センター(申込不要)  
※母子手帳持参。

健康母子係 ☎(24)0771

### 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)

フリーダイヤルが変わりました!

### 健康相談

内 容・医師、保健師による健康相談  
・栄養士による栄養相談  
・血圧・尿検査・体脂肪測定  
と き・9月20日(金)

9時30分～11時30分、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)

健康企画係 ☎(24)0768

### 育児について学びませんか

#### ●わくわくママクラブ～妊娠コース

内 容・妊娠中の食事、母乳育児について  
対 象・市内に住む妊娠中の方  
と き・10月7日(月)10時～11時30分

#### ●体験パパクラブ

内 容・あかちゃんのお風呂の入れ方、  
妊娠体験ジャケットの着用など  
対 象・もうすぐお父さんになる方  
と き・10月5日(土)10時～12時30分

【共通事項】

ところ・総合保健センター  
※母子手帳、筆記用具持参。

健康母子係 ☎(24)0771

### B C G 予防接種

対 象・5～7か月児  
※状況により、3～11か月児まで接種す  
ることができます。  
と き・10月15日(火)、25日(金)  
(12時30分～13時50分)  
ところ・総合保健センター(申込不要)  
※予診票、母子手帳持参。

予防接種担当 ☎(24)3148

### こどもの食育教室

対 象・小学生  
と き・10月5日(土) 10時～13時  
ところ・市民文化センター2階調理教室  
参加料・200円  
定 員・25人(申込順)  
申込開始・9月11日(水)  
※エプロン、三角きん、筆記用具、上靴持参。

健康企画係 ☎(24)0768

### 健康づくり教室

#### ①からだの中からすっきりボディ「運動編」

内 容・講話「内臓脂肪を減らすコツ」  
・実技「おなかすっきりエクサ  
サイズ」

講 師・宮本 昌子 氏  
(健康運動指導士)

と き・10月24日(木)10時～11時30分  
※ご希望の方には、開催時間の前後  
に簡単な内臓脂肪測定を実施します。

#### ②からだの中からすっきりボディ「栄養編」

内 容・講話「内臓脂肪をためない食事」  
・調理実習「ヘルシーメニュー」

と き・10月31日(木) 10時～13時  
【共通事項】

対 象・市内に住む40歳未満の方  
※①②どちらかのみ参加可。

ところ・総合福祉センター

受講料①無料 ②500円(食料費)

定 員・各30人(申込順)

申込開始・9月12日(木)

保 育・各10人(2歳以上、要予約)

健康企画係 ☎(24)0768

### ノルディックウォーキングポールを貸し出します

市民の皆さんを対象に、ノルディックウォーキングポールの貸し出しを行  
っています。貸し出しは無料で、期間は1回につき14日以内です。

貸出場所・総合保健センター 貸出時間・平日の8時45分～17時15分

ノルディックウォーキングは、ダイエットや生活習慣病予防、姿勢矯正、  
介護予防などに効果があり、若い方から高齢の方まで、運動能力を問わず、  
気軽に自分のペースで楽しむことができる運動です。

皆さんも、健康づくりの一環としてノルディックウォーキングを体験してみませんか?

健康企画係 ☎(24)0768



# 声のラン

**声**

今年も、キノコ狩りが盛んになる時期を迎えました。

私は、友人と毎年、キノコ狩りに出かけるのですが、ヒグマに遭遇しないか心配です。ヒグマによる人身事故を防ぐためにも、ヒグマと遭遇しないための注意点や、遭遇してしまったときの対応について教えてください。

**答**

ヒグマは、日本に生息する最も大きい陸上動物です。国内では、北海道のみに生息しています。

野山に入るときには、常にヒグマと遭遇することを想定して行動する必要があります。

【ヒグマと遭遇しないために】

①単独行動をせず、「ヒグマに注意」の看板や新聞などで、事前に出没情報を確認する。

②出会い頭に遭遇しないよう鈴やラジオなど音の出る物を携帯する。見通しの悪い場所では、大きな声を出すなど人の存在を早くヒグマに知らせる工夫をする。

③早朝など薄暗いときは、人もヒグマも互いの存在に気付くのが遅れ、出会い頭に遭遇する危険性が高まるので野山に入らない。

④フンや足跡、食べ跡などヒグマの痕跡を見つけたときは、すぐに引き返す。

【ヒグマと遭遇してしまったら】

①ヒグマが気付いていないようであれば、静かにその場を立ち去る。

②ヒグマとの距離が近いときは、ヒグマから視線をそらさずに動きを見ながらゆっくりと後退する。

③リュックなどヒグマに奪わ

## ヒグマによる人身事故を防ぐには？

れた持ち物は、取り返さない。

④子グマを見つけたときは、必ず近くに母グマがいるので絶対に近づかない。

⑤大声で叫ぶ、走って逃げる、石を投げるなど、ヒグマを刺激する危険行為をしない。

※ヒグマに出会ってしまったら事故から逃れられる確実な方法はありません。出会わないように注意することが、事故に遭わない確実な方法です。

【ヒグマの出没を防ぐために】

近年、都市近郊や人里周辺でヒグマの出没が増えています。

ヒグマは、人里がエサを確保できる場所であることを学習すると、その後も出没を繰り返すようになります。これは、ヒグマによる事故の危険性を高めます。

ゴミを適切に管理し、エサになるような物を屋外に放置しないよう十分に注意しましょう。

農業振興課生産振興係

☎(24)0612



ヒグマ注意を呼びかける看板。キノコ狩りなどで野山に入る方は、出没情報に注意しましょう。

《50歳代男性》

### 【ワンポイントメモ】

#### 【人とヒグマの共存のために】

人を恐れなくなったヒグマは、人に接近し、やがては人里周辺に出没ようになります。人が捨てたゴミなどがヒグマを呼び寄せてしまいます。私たちがマナーを守ることでヒグマとの事故を減らすことができます。

**案内**

「声のラン」では、おもに「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。そのほか皆さんからの一般的な質問などもご紹介しますので、普段から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、ほかの市民にも参考になる内容を採用させていただくため、個人的なことなどすべ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。【〒066-8636 / 千歳市東雲町2丁目34 / 千歳市企画部広報広聴課 宛】



総務部主幹  
しがや としこ  
四日谷 利子

95  
ぎゅうじゅうご

職員の健康管理と安全衛生  
に努めています。

◎ 総務部主幹（職員健康管理担当）【本庁舎4階】

総務部主幹（職員健康管理担当）は、職員の健康管理と安全衛生に関する業務を行っています。

保健師職1人で担当していますが産業医や安全衛生スタッフと連携しながら、職員の健康管理の支援をしています。

約1,200人の職員（非常勤職員を含む）の定期健診や、がん検診などの各種健康診断のほか、個別健康相談や健康講座を行っています。

職員の健康診断受診率は100%で、健診結果で何らかの所見がある二次健診が必要な職員の受診率も高く、健康意識が高い職場です。

エコ通勤と運動を兼ねて、徒歩や自転車で通勤する職員も多くいます。

職員が心身ともに健康であれば、業務の能率が上がり、市民サービスの向上にもつながります。

これからも職員一人ひとりが健康であるように、働きやすい快適な職場づくりに努めていきます。

【お問い合わせは】

総務部主幹  
（職員健康管理担当）

☎(24) 3 1 3 1

内線 2 1 8

『声のラン』～声の「花」を咲かせましょう！

声②

家庭ごみの処理が有料化されたことで、ごみを捨てるために、市指定のごみ袋を購入しています。

なぜ、ごみ袋を有料にしたのでしょうか。有料にしたことで、何か良いことはあるのでしょうか。

また、千歳以外で、家庭ごみの有料化を実施しているまちはあるのでしょうか。

# 市指定のごみ袋は、なぜ有料なの？

《40歳代女性》

答②

市は、家庭から出るごみの量に応じて、適正にごみを処理するため、「家庭ごみ有料化」を平成18年5月から実施しています。

市民の皆さんには、ごみ処理のための一部費用を手数料（指定ごみ袋の価格）として負担していただいています。

【有料化の主な目的と効果】  
①ごみの減量や再利用などのきっかけになります。

市民の皆さんが、少しでもごみ処理の費用を減らそうとするきっかけになることを期

待しています。

また、リサイクルするきっかけになり、その結果、さらにごみの減量にもつながると考えています。

②ごみ処理の費用負担が公平化できます。

ごみを出す量に応じた費用（手数料）負担となり、各家庭でのごみの減量に対する努力が反映され、ごみ処理費用の負担の公平化ができます。

現在では、札幌市や苫小牧市など道内の多くのまちで家庭ごみの有料化を実施しています。

今後も、ごみ減量とリサイクル推進にご理解とご協力をお願いします。

【廃棄物対策課廃棄物管理係】  
☎(23) 2 1 1 0

市の組織には、95種類の課（セクション）があります。（平成25年4月1日現在、派遣職員の所属を除く）皆さんは、市役所がどのような「しごと」をしているのかご存じですか？



## どのように行うの？ 住宅用火災警報器の点検

住宅用火災警報器を設置したが「警報器の点検は行ったことがない」というご家庭が多く見受けられます。機器の点検は、機器本体のテストボタンを押したり、ひもを引くことでできます。正常な警報器は、警報音が発報したりランプが数秒間点灯しますが、電池切れや故障している火災警報器は、警報音の発報やランプの点灯が確認できません。また、本体にホコリが付くと誤作動の原因や「いざという時」に火災を感知しにくくなります。年に一度は、動作確認や本体の掃除をしましょう。

【詳細】消防本部予防課 ☎(23) 0 4 2 0

## 【ワンポイントメモ】

現在、市の指定ごみ袋は、「燃やせるごみ」と「燃やせないごみ」が1枚当たり、5 ㍲ (10 円)、10 ㍲ (20 円)、20 ㍲ (40 円)、40 ㍲ (80 円) です。「プラスチック製容器包装」は、1枚当たり 20 ㍲ (20 円)、40 ㍲ (40 円) となっています。

案内

「いまさら、なかなか聞けないわ」ということはありませんか？小さなことでも、正しく理解していただくために、「イマハナ」コーナーでは、皆さんのささやかな疑問にお答えします。

## 犬のしつけ教室

**内 容**・犬のしつけやリードを使って犬に意思を伝える方法など  
**対 象**・市内に住む犬の飼い主の方  
 ※生後120日以上で健康状態が良好で各種予防接種を接種済みの犬。  
**と き**・9月15日(日)13時～15時30分  
**ところ**・ハヤブサ公園内(泉沢1007-141)  
**受講料**・無料 定員・50人(申込順)  
**申込方法**・9月12日(木)までに電話  
**申込先・詳細** 犬のしつけ教室実行委員会 浅井 ☎080(3268)6811

## 手工芸協会の講習会(無料)

①帽子がマフラーがペットボトルカバー  
**申込先・詳細** 浜田 ☎(23)4495(日中)  
 ②柿渋染めタペストリー  
**申込先・詳細** 三浦 ☎(23)1287  
 ③粘土の座り少女人形  
**申込先・詳細** 中原 ☎(26)5707  
 ④藤の花かご  
**申込先・詳細** 井上 ☎090(1308)9093  
 ⑤リリアン編みのネックレス  
**申込先・詳細** 長村 ☎090(2058)3931  
 ⑥ガラスアートの飾り立て  
**申込先・詳細** 大久保 ☎(23)4317

### 【共通事項】

**と き**・9月20日(金) 10時～16時  
**ところ**・①浜田編物・刺繍教室(富丘4-23-13)、②アトリエ糸音(真々地1-7-8)、③④⑤⑥市民文化センター4階小会議室2  
 ※材料費別途①500～1,600円②1,700円③1,200円④1,000円⑤2,300円⑥2,000円。  
**申込期限**・9月13日(金)

## 市民病院の「市民健康講座」(無料)

**内 容**・緩和ケアについて  
**講 師**・川嶋 麻有(看護師) ほか  
**と き**・9月21日(土) 13時～  
**ところ**・市民病院 2階講義室  
**詳細** 市民病院地域医療連携課 ☎(24)3000 内線138

## 自立生活プログラム ～調理に挑戦！～

**内 容**・食材の買い物や調理体験  
**対 象**・市内に住むか通所先がある障がいをお持ちの方  
**と き**・9月21日(土)9時30分～16時  
 9月22日(日)10時～15時  
**ところ**・総合福祉センター3階調理教室  
**受講料**・無料(別途食材料費徴収)  
**定 員**・5人(申込順)  
**申込先・詳細** 千歳市障がい者総合支援センターChip ☎(27)2210

## 開設します「行政相談所」(無料)

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。  
**と き**・9月19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

## 法務局休日相談所の開設

不動産や人権、借金などの相談を受け付けます(無料、秘密厳守)。  
**と き**・10月6日(日) 10時～16時  
**会場・詳細** 札幌法務局(札幌市北区北8西2 札幌第1合同庁舎2階)  
 ☎011(709)2311 内線2153



## アジサイの剪定講習会(無料)

**内 容**・千歳川沿いに植栽のアジサイを剪定  
**講 師**・玉井 浩美氏(極楽寺)  
**と き**・9月28日(土) 10時～12時  
**集合場所**・総合福祉センター入口横  
 ※剪定はさみ、アジサイの花を持ち帰る袋を持参してください(小雨決行)。  
**詳細** 千歳市フラワーマスターの会(ちとせ環境と緑の財団内) ☎(22)1117

## 季節労働者向け講習会(無料)

●建設系技能講習  
**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運転技能講習  
**ところ**・コマツ教習所(北広島市)  
 ●パソコン講習(基礎課程)  
**内 容**・パソコン基本操作、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講習  
**ところ**・K&Cパソコン教室(市内)

### 【共通事項】

**対 象**・平成24、25年度に雇用保険の短期雇用特例被保険者の方  
**申込期限**・平成26年1月8日(水)  
 ※定員に達しないときは、平成26年2月28日(金)まで申込順で受付。  
**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

# たうんがいど

みんなの情報 広場

## TOWN GUIDE

「たうんがいど」の原稿締切日は発行月の前月10日です

FAX、持参、郵送のいずれでもかまいません。広報広聴課 FAX(22)8852

掲載案内



## 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警察署や最寄りの交番などにお知らせください。

**詳細** 札幌方面 千歳警察署 ☎(42)0110

## 知っていますか？建退共制度

この制度は、建設現場で働く方のための退職金制度です。

事業主は、労働者の働いた日数に応じて掛け金を負担し、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払います。  
**加入できる事業主**・建設業を営む方  
**掛け金**・月額310円

**申込先・詳細** 勤労者退職金共済機構北海道支部 ☎011(261)6186

## 弁理士による無料相談会

**内 容**・特許・実用新案・意匠・商標の出願、訴訟、調査、外国での特許取得などのほか、知的財産権全般の相談  
**と き**・毎週火・金曜日(14時～16時)  
**会場・申込先・詳細** 日本弁理士会北海道支部(札幌市北区北7西4-3-1新北海道ビル12階)  
 ☎011(736)9331(要予約)

## 技能検定試験のご案内

**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7日～17日(平日の9時30分～16時)  
 ※受検申請書は9月20日(金)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

※申込方法が「はがき（往復はがき・FAX）で申し込み」とあるものは、郵便番号、住所、氏名（保護者含む）、年齢（学年）、電話番号、生年月日、性別、コース別の場合は希望コース名を明記のうえ、郵送してください。

## 高齢者にもやさしい栄養・調理教室

内 容・いつまでも元気に働く！筋力アップメニュー（筋肉の老化を防ぐ）  
対 象・市内に住む65歳以上の方  
と き・9月26日（木）10時30分～13時  
ところ・総合福祉センター3階調理教室  
受講料・無料 定員・20人（申込順）  
**申込先・詳細** やまとの里在宅介護支援センター ☎(27) 7 5 0 3

## 職業技術専門校のパソコン講習会

①3級オフィスドキュメント技士マスター講座  
と き・10月1日～12月12日  
（土日祝除く、17時～19時 全20回）  
受講料・30,000円（テキスト代含む）  
②2級ワープロ・表計算技士マスター講座  
と き・10月2日～12月16日  
（土日祝除く、17時～19時 全31回）  
受講料・42,000円（テキスト代含む）  
③CS検定  
と き・12月17日（火）

|    |            |            |
|----|------------|------------|
| 1級 | ワープロ       | 19時～20時30分 |
|    | 表計算        | 19時～21時    |
| 2級 | ワープロ/表計算   | 18時～19時30分 |
|    | オフィスドキュメント |            |
| 3級 | ワープロ/表計算   | 17時～18時00分 |
|    | データベース     |            |

検定料・1級7,600円、2級6,400円、3級5,100円（申込時納入）  
申込方法・12月2日（月）まで身分証明証持参のうえ申し込み

### 【共通事項】

定 員・①②各10人（申込順）  
※申込者が3人未満のときは中止。  
申込期限・①②9月30日（月）  
**申込先・詳細** 千歳職業技術専門校（真々地2丁目）☎(22) 2 9 6 9

## 子どもの発達に欠かせない 家族・地域の役割 講演会

内 容・思春期の子どもとの上手なコミュニケーションについて学ぶ  
講 師・岡田 隆介 氏（医学博士）  
対 象・小学3年生から中学3年生までのお子さんを持つ保護者の方  
と き・10月4日（金）18時30分～20時30分  
ところ・公民館  
受講料・無料 定員・150人（申込順）  
申込方法・電話、FAX、Eメール  
※FAX、Eメールのときは、「10/4講演会希望」と明記のうえ、氏名、連絡先を記入して申し込み  
申込期限・9月27日（金）  
**申込先・詳細** 健康推進課  
☎(24) 0 7 7 1 FAX(24) 8 4 1 8  
Eメール kenkosuishin@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、日常点検の実施方法  
と き・9月21日（土）13時～15時  
ところ・市民文化センター中会議室  
受講料・無料 定員・20人（申込順）  
申込期限・9月17日（火）  
**申込先・詳細** 札幌地方自動車整備振興会千歳支部（千代田自動車内）☎(26) 2191

## 科学技術大学の公開講座

内 容・太陽系外惑星などの精査を目指して  
講 師・塩谷 圭吾 氏  
（宇宙航空研究開発機構 助教）  
と き・9月22日（日）13時～14時30分  
ところ・千歳科学技術大学 B102教室  
受講料・無料 定員・100人（申込順）  
申込方法・電話、FAX、ホームページ、Eメールで申し込み  
申込期限・9月13日（金）  
**申込先・詳細** 千歳科学技術大学 教育連携推進課 ☎(27) 6044 FAX(27) 6007  
Eメール renkei@guppy.chitose.ac.jp  
ホームページ http://www.chitose.ac.jp

## 秋の保育サービス講習会

対 象・市内に住む20歳以上の方  
日 程・9月24日（火）9時～12時  
9月25日（水）10時～15時  
9月27日（金）10時～12時  
9月30日（月）10時～12時  
10月1日（火）10時～12時  
10月3日（木）10時～12時

ところ・社会福祉協議会ほか  
受講料・無料 定員・30人（申込順）  
※1歳～就園前の幼児保育（定員10人、申込順）あり。  
申込期限・9月17日（火）  
**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

## パソコン講習会

内 容・フォトムービーを作ろう  
と き・9月28日（土）9時30分～12時  
ところ・市民ギャラリー4階IT講習室  
受講料・1,300円（中学生以下は500円）  
定 員・18人（申込順）  
申込方法・電話、FAX、Eメールで申し込み  
**申込先・詳細** 生涯学習課  
☎(24) 0 8 4 8 FAX(27) 3 7 7 0  
EX-ℓ shogaigakushu@city.chitose.hokkaido.jp  
※この事業は、市民協働プロモーション事業として実施しています。

## グリーン・ツーリズム 連絡協議会の料理講習会

内 容・千歳産の野菜を使った料理講習  
講 師・小林 純子 氏  
（北海道フードマイスター）  
と き・9月20日（金）10時～13時  
ところ・市民文化センター2階調理教室  
受講料・1,000円 定員・20人（申込順）  
申込期限・9月18日（水）  
**申込先・詳細** 千歳市グリーン・ツーリズム連絡協議会事務局（農業振興課内）☎(24) 0610

## すこやか子育て講座

●アロマテラピー講座ココロとカラダをリラックス  
～蜜蝋とシアバターの万能クリーム作り～  
講 師・ちはる 氏（アロマテラピスト）  
と き・9月20日（金）10時～11時30分  
申込開始・9月10日（火）電話で申し込み  
持ち物・ハンカチ、割りばし

●子どもの心に届く話し方  
～わたしメッセージで感情の表現を～  
講 師・藤田 雅美 氏

と き・10月2日（水）10時～11時30分  
申込開始・9月18日（水）電話で申し込み

●子育てのヒント  
～子どもの自立と生きる力を育むために～  
講 師・山田 智子 氏  
と き・10月16日（水）10時～11時30分  
申込開始・9月25日（水）電話で申し込み

### 【共通事項】

ところ・市民文化センター4階大会議室  
受講料・400円 定員・各20人（申込順）  
※1歳以上1歳未満、別室で保育あり。  
**申込先・詳細** 生涯学習課  
☎(24) 0 8 4 8

## 子ども・子育て支援新制度 フォーラム in 札幌

内 容・子ども・子育て支援新制度の講演やアンパンマンショーなど  
と き・9月23日（月・祝）  
13時30分～16時20分  
ところ・札幌コンベンションセンター大ホール（札幌市白石区東札幌6条1-1-1）  
参加料・無料 定員・800人（申込順）  
申込方法・指定の参加申込書でFAXかホームページで申し込み  
※参加申込書はホームページからダウンロード可。  
申込期限・9月17日（火）  
**申込先・詳細** 子ども・子育て支援新制度フォーラム事務局  
☎0120(535)014 FAX03(3370)2017  
ホームページ http://www.hip-ltd.co.jp/kosodateforum/sapporo

## ちとせっこセンター からのお知らせ

### ●マタニティヨガ

内 容・妊婦のための心と体の安定を促すヨガ

対 象・妊娠13週～37週までの妊婦

と き・10月21日(月) 10時～11時

定 員・15人(抽選)

申込日・10月3、4日

※保育はありません。

### ●ママのためのアロマセラピー

内 容・香りで気持ちをリフレッシュ

対 象・就学前までの乳幼児の母親

と き・10月24日(木) 10時～11時

定 員・20人(抽選)

申込日・10月10、11日

※保育あり(要事前予約)。

### ●にこにこランド(火曜日)

対 象・生後9か月～1歳半の乳幼児と親

と き・10月29日、11月5、12、19、26日、  
12月3、10日

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時30分～15時

定 員・各17組(抽選)

申込日・9月12、13日

### ●あかちゃんランド(水曜日)

対 象・生後3か月～8か月の乳児と親

と き・10月30日、11月13、27日、12月11日

午前の部 10時～11時

午後の部 13時30分～14時30分

定 員・各17組(抽選)

申込日・9月18、19日

### ●わくわくランド(木曜日)

対 象・1歳7か月～就学前までの幼児と親

と き・10月31日、11月7、14、21、28日、  
12月5、12日

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時30分～15時

定 員・各20組(抽選)

申込日・9月26、27日

### 【共通事項】

受講料・無料

会場・申込先・詳細 ちとせっこセンター

☎(40)1717 (9時～17時30分)

※抽選では初めての方を優先します。



## 北海道保育士会研修会(千歳地区)

演 題・笑って学ぶ 子育てのコツ

対 象・保育の仕事をしている方か  
子育て・保育に関心のある方

と き・10月4日(金)18時30分～20時30分

ところ・総合福祉センター402号

参加料・1,500円 定員・150人(申込順)

申込方法・9月20日(金)までにFAXで申し込み

申込先・詳細 北海道保育士会事務局

☎011(241)3766 FAX011(280)3162

## アリスこどもセンターの子育て講座

内 容・はじめてママ講座

対 象・第1子(生後3か月～)を育児中の親

と き・10月17日、11月21日、12月13日、  
平成26年1月30日、2月20日  
(10時～11時30分)

受講料・無料 定員・18組(抽選)

申込方法・FAX(親子の氏名、住所、電話番号、子どもの生年月日を記入)か電話で申し込み

申込日・9月19、20日 (12時～15時)

会場・申込先・詳細 アリスこどもセンター

☎(24)8341 FAX(24)7021

## 子育てママを応援するパン教室

内 容・パン2種、デザート、副菜

対 象・就学前の乳幼児と母親

と き・10月23日(水) 10時～13時

ところ・北海道ガス(株)千歳支店

受講料・1,000円 定員・20組(申込順)

申込期間・9月17日～30日

(平日の8時45分～17時15分)

申込先・詳細 市民協働推進課 ☎(24)0452

※保育あり。

※この事業は、縁結びモデル事業として、北ガス(株)千歳支店と千歳パン・料理教室との協働により実施します。

## 園芸教室

内 容・有機物を使った健康な野菜作り

と き・10月24日(木)13時30分～15時30分

ところ・総合福祉センター402号

受講料・無料 定員・50人(申込順)

※生ゴミ堆肥化用ダンボールセット無料配布。

申込期間・9月10日～10月23日

～庭木などをゆずります～

・オンコ 樹高1～3m 20本

・ツツジ 樹高1.3m 2本

・ゼラニウム 樹高0.5m 1鉢

### 【共通事項】

申込先・詳細 ちとせ環境と緑の財団

(本町3丁目21) ☎(22)1117

## 公民館からのお知らせ

### ●セミナー「中国書の旅からみる文字の歴史」

と き・9月15日、10月18日、25日(全3回)  
(14時～15時30分)

受講料・無料 定員・30人(申込順)

申込期限・9月12日(木)

### ●書道展「書の二人展」

と き・9月10日～16日(10時～17時)

※16日は16時まで。

### 【共通事項】

会場・申込先・詳細 公民館 ☎(23)2740

## 食育講座 さつまいもコース

内 容・さつまいも、かぼちゃなどの

収穫体験、そば打ち体験など

対 象・市内に住む小中学生と親

と き・10月6日(日)10時～15時30分

※9時50分までに市役所駐車場に集合。

ところ・農家のほ場、中央コミセン

受講料・中学生以上1,000円、小学生  
500円(保険・材料費ほか)

※収穫した野菜は、持ち帰りできます。

定 員・30人(申込順)

申込期限・9月25日(水)

申込先・詳細 農業振興課 ☎(24)0610

## 赤十字救急法基礎講習会

内 容・AEDや心肺蘇生法など

対 象・15歳以上の方

と き・10月12日(土) 13時～17時30分

ところ・総合福祉センター402号

受講料・1,500円(当日納入)

定 員・30人(申込順)

※申込者数が4人以下のときは中止。

申込期限・10月4日(金)

申込先・詳細 日赤千歳市地区事務局

(社会福祉協議会内) ☎(27)2525

## 消防署の救命講習会(無料)

### ●普通救命講習会

内 容・心肺蘇生法(成人)の実技など

と き・10月14日(月・祝)

9時30分～12時30分

定 員・20人(申込順)

### ●上級救命講習会

内 容・心肺蘇生法(乳幼児～成人)の実技など

と き・10月19日(土) 9時～18時

定 員・10人(申込順)

### 【共通事項】

対 象・市内に住むか勤務する中学生以上の方

ところ・防災学習交流施設 そなえーる

申込先・詳細 救急指令課

☎(23)3062 (内線353)

※申込方法が「はがき（往復はがき・FAX）で申し込み」とあるものは、郵便番号、住所、<sup>ふりがな</sup>氏名（保護者含む）、年齢（学年）、電話番号、生年月日、性別、コース別の場合は希望コース名を明記のうえ、郵送してください。

## 碧の会 作陶展

と き・9月14日(土) 10時～18時  
9月15日(日) 10時～17時  
ところ・市民ギャラリー 2階  
**詳細** 手塚 ☎(28) 1 6 7 3

## 松尾由紀子 書の個展

と き・9月18日～22日 10時～19時  
(22日(日)は16時まで)  
ところ・市民ギャラリー 2階  
**詳細** 松尾 ☎(28) 2 2 2 8

## 千歳中学校吹奏楽部定期演奏会

と き・9月23日(月・祝) 15時～  
ところ・市民文化センター大ホール  
入場料・無料  
**詳細** 千歳中学校 飯田 ☎(23) 3161

## 協働事業 安全安心の千産千消マップめぐりバスツアー

●バスツアー(中央・泉郷コース)  
内 容・収穫体験、しいたけ栽培の見学、直売所での買い物など  
コース・ふれあいファーム松浦農園～ファームTORAO～花茶～みなみ農園  
と き・9月28日(土) 9時～14時30分  
集合場所・市役所西口駐車場  
参加料・2,000円  
申込期間・9月17日～20日

●「ぶらっと まちなかグルメさんぽ」(中心街コース)  
内 容・千歳産の野菜や卵などを使った料理のお店を食歩くツアー  
コース・カフェプロバンス～焼きとり居酒屋ゆめや～手打ちそば富田や～ダイニングあうん～美酒酒家ゆめぜん  
と き・10月5日(土) 16時～19時(予定)  
集合場所・千歳タウンプラザ 1階  
参加料・3,000円(各店料理 1品、ミニ1ドリンク、お土産つき)  
申込期間・9月24日～27日

### 【共通事項】

対 象・市民の方  
定 員・各30人(申込順)  
※ 9時～17時15分の間、電話で受付  
**申込先・詳細** 農業振興課 ☎(24) 0610

## 秋の盆栽展

と き・10月5日(土) 9時～17時  
10月6日(日) 9時～15時  
ところ・市民ギャラリー 2階  
入場料・無料  
**詳細** 盆栽協会 柴多 ☎090(8634)2543

## 黒百合書友会展

内 容・漢字・かなの臨書創作、児童作品、田代梧洞氏の遺作展示  
と き・9月13日～15日 10時～18時  
(15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) 9 6 6 7

## 自然公園財団からのお知らせ

●支笏湖サイクリングDay!  
～自転車で行こう!七条大滝～  
内 容・往復11kmの自転車の旅  
と き・9月16日(月・祝)10時～12時30分  
参加料・無料 定員・8人(申込順)  
●森と谷の探検ツアー・楓沢(モラップ地区)  
対 象・中学生以上  
と き・9月14日、29日 9時～14時  
参加料・3,000円 定員・7人(申込順)  
●支笏湖こどもDay!  
「滝を見に行こうDay!」  
対 象・小学1～6年生  
と き・9月22日(日) 10時～15時  
参加料・500円 定員・7人(申込順)  
【共通事項】  
※雨天中止。  
**申込先・詳細** 自然公園財団支笏湖支部 ☎(25) 2 4 5 3

## ちょこっと体験「ちとちよこ」(無料)

●ちょこっとゴミ拾い「ちと53」  
と き・9月14日(土) 6時～7時  
集合場所・JR千歳駅西口駅前広場  
●60歳からの「ちと英語」  
と き・9月23日(月・祝) 10時～11時  
ところ・総合福祉センター303号  
●ちょこっとタマゴ料理「ちとたま」  
と き・9月23日(月・祝) 11時～13時  
ところ・総合福祉センター3階調理教室  
●ちょこっとランニング「ちとRUN」  
と き・10月5日(土) 10時～12時  
集合場所・グリーンベルトつどいの広場  
●ちょこっとサイクリング「ちとチャリ」  
と き・10月5日(土)13時30分～15時30分  
集合場所・グリーンベルトつどいの広場  
【共通事項】  
申込方法・開催日の前日までに電話かEメールで申し込み  
**申込先・詳細** 時田 ☎090(5227)2595  
EX-11 chitochoko@gmail.com

## 河川内樹木の伐採希望者募集

千歳川の河川内の樹木の伐採を行う方を募集します。伐採樹木(ヤナギ類など)は、薪など自家消費を条件に、無償で渡します。  
対 象・市内に住み、伐採・積込・運搬ができる方  
と き・10月下旬からの予定  
ところ・根志越橋下流河川敷  
※ 1区画は、20m×20m程度。  
応募期限・9月30日(月)  
**応募先・詳細** 千歳川河川事務所計画課 ☎(24) 1 1 1 4 内線 2 5 4  
※詳細はホームページ(<http://www.sp.hkd.mlit.go.jp/>)をご覧ください。

## ブルーファミリア コンサートの運営ボランティア募集

と き・10月13日(日) 12時30分開場  
ところ・市民文化センター大ホール  
応募方法・開催日の前日までに電話かFAXで申し込み  
**応募先・詳細** ブルーファミリア広報室 白木 ☎(22) 2385 FAX(22) 7841



## 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13日(日) 13時～(開場12時30分)  
ところ・市民文化センター大ホール  
入場料・1,000円(小学生以下無料)  
チケット取扱先・市民文化センター、市役所地下売店、エルム楽器千歳支店など  
**詳細** ブルーファミリア広報室 白木 ☎(22) 2 3 8 5

## 新千歳空港開港25周年記念「空の日」イベント

内 容・写真コンテスト優秀作品や空に関するパネル展示、スペシャルスタンプラリー、フロアカーリング大会(21日)、ステージイベント(22日)など  
と き・9月20日～30日  
ところ・新千歳空港ターミナルビル  
**詳細** 新千歳空港利用者利便向上協議会地域交流・推進「空の日」部会事務局(新千歳空港事務所総務課内) ☎(23) 4 1 0 1

## 学びの散歩道ウォーキング

内 容・離発着の飛行機を間近に見ながら、科技大を目指す

と き・9月25日(水) 9時集合  
※JR南千歳駅前(しら入口側)に集合(小雨決行)。

※当日直接集合場所へ(事前受付不要)。

**申込先・詳細** 健康推進課

☎(24) 0 3 6 1

## パークゴルフ大会

競技内容・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6日(日) 受付8時  
開会式8時30分(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6,000円、個人1,500円(申込時納入)

募集人員・団体20組(女性1人以上の男女混成1チーム4人)  
個人150人

申込期限・9月27日(金)

**申込先・詳細** 千歳パークゴルフ協会

☎(23) 8 0 4 5

## 体育施設の無料開放

と き・10月14日(月・祝)

屋内体育施設 9時~21時  
(武道館、ふれあいセンター)

屋外体育施設 9時~17時

ところ・武道館、ふれあいセンター、  
庭球場(青葉公園、向陽台公園、  
つばさ公園、上長都明星公園、  
しゅくぶ公園、すみよし2号公園、  
末広東公園)、青葉球場、  
上長都公園野球場、若草公園野  
球場、青葉少年野球場、住吉ソフ  
トボール場、青葉陸上競技場、  
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、青空公園スケート場

※スポーツセンターはリニューアル  
工事のため閉館中です。

※夜間照明のあるテニスコートは、22  
時まで利用できます。

※夜間照明利用料(1時間400円・市外  
の方は800円)は有料となります。

※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) 2 1 0 0

## インディアン水車まつり

と き・9月22、23日 (10時30分~)

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

☎(49) 2 8 7 8 (15時30分~18時)

## 青年海外協力隊「活動写真パ ネル展」と「特別応募相談会」

と き・写真パネル展

9月25日~10月4日

(平日の9時~17時)

・特別応募相談会

10月4日(金) 14時~17時

ところ・市役所1階市民ロビー

**詳細** JICA北海道(札幌)市民参加協力課

☎011(866)8333 FAX011(866)8382

## さわやかサロン「ゆきわり草」

内 容・映画鑑賞で楽しもう!「ツナグ」

と き・9月27日(金)

9時50分~12時45分

ところ・社会福祉協議会2階会議室

参加料・300円 定員・35人(申込順)

申込方法・電話かFAXで申し込み

**申込先・詳細** 千歳市女性保護の会

藤田 ☎・FAX(27) 7 3 9 5

## 子ども活動支援センター秋休み体験教室 「おいしい、じゃがいもクッキング!」

内 容・農業の話を聞いたり、じゃがいも  
を使い、いもち、いもだんご汁、  
じゃがいもピザをつくって食べる

対 象・小・中学生

と き・10月11日(金) 10時~12時

ところ・市民文化センター2階調理教室

参加料・無料 定員・30人(申込順)

申込開始・9月10日(火) 8時45分~

**申込先・詳細** 子ども活動支援センター

(生涯学習課内) ☎(24) 0 8 4 8

## 映画上映会「ガレキとラジオ」

と き・10月12日(土)13時30分~16時

ところ・市民文化センター中ホール

入場料・1,000円(中学生以下無料)

**詳細** ちとせタウンネット ☎(24)0847

※この事業は、ひと・まちづくり助成  
制度を活用し実施しています。

## ニセコ登山と新見温泉

内 容・白樺岳~シャクナゲ岳

と き・9月28日(土) 5時40分集合  
(所要時間 約4時間)

集合場所・市役所西口駐車場

参加料・3,000円(当日納入)

(交通費、保険、入湯料含む)

定 員・25人(申込順)

申込方法・9月21日(土)までに電話か

FAXで申し込み

**申込先・詳細** 千歳山岳会 川崎

☎・FAX(28) 7 6 3 7

## 生涯学習まちづくりフェス ティバル「ふるさとポケット」

内 容・楽しい体験コーナー、舞台発表、  
絵画展、県人会のお国自慢など

と き・9月29日(日) 10時~14時

ところ・青葉公園(園路、図書館など)

**詳細** ふるさとポケット事務局

(生涯学習課内) ☎(24) 3 1 5 3

## 秋のバードウォッチング

対 象・小学生以上

(小学3年生以下は保護者同伴)

と き・10月5日(土) 8時~11時

ところ・青葉公園(公民館前集合)

参加料・無料 定員・20人(申込順)

※筆記用具、軍手持参。双眼鏡貸出あり。

申込開始・9月10日(火) 8時45分

**申込先・詳細** 環境課 ☎(24) 0 5 9 7

## チトセ市民芸術祭

●邦楽邦舞の会(入場無料)

と き・10月20日(日) 13時~16時

ところ・市民文化センター中ホール

**詳細** 邦楽邦舞協会 西川

☎(23) 4 6 4 8

●ダンス ダンス ダンスフェスティバル

と き・10月27日(日)

18時30分~20時30分

ところ・市民文化センター大ホール

入場料・1,000円(当日1,500円)

**詳細** ジャズダンス連盟 中島

☎(24) 1 3 3 6

## 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(土) 13時30分~ | 児童館まつり   | しなの   | ☎(22)2977 |
| 9月28日(土) 10時~    | 〃 (幼児の部) | ちとせっこ | ☎(42)5551 |
| 13時30分~          | 〃 (児童の部) |       |           |
| 9月30日(月) 10時30分~ | おはなし会    | ほくおう  | ☎(42)3743 |

## ふるさとポケット協賛事業

図書館は、9月29日(日)開催の生涯学習まちづくりフェスティバル「ふるさとポケット」にあわせて、次の事業を行います。

### ●あつまれ！おはなしひろば！！

内 容・図書館で活動するボランティアによる絵本の読み聞かせなど  
と き・10時30分～13時10分  
ところ・2階A V室

### ●古本まつり

内 容・保存期間が過ぎた本や雑誌、雑誌の付録（ポーチやハンカチなど）を無料で提供します  
と き・10時15分から  
（花火で開始の合図をします）  
※9時50分から整理券を配布します。  
ところ・図書館車庫前

詳細・図書館 ☎(26) 2 1 3 1  
<http://library.city.chitose.hokkaido.jp/>

## 暮らしのアドバイス

### わいせつ物を購入したので告発するとの手紙が・・・

●突然、「あなたが購入した、わいせつ物の販売業者が警察に摘発された。購入者も告発の対象になるが、反省・改心するなら告発を取り止める。取り止めたい者は電話連絡するように。」という内容の手紙が届くことがあります。

●このような手紙は、不当請求と言って、あなたから手数料をだまし取る詐欺です。心当たりがあっても、このような手紙が来ることはありません。

●相手には、絶対に電話をしないで、手紙を相談室に持参してください。匿名での電話相談も受け付けます。

お気軽に下記までご相談ください。

### ～消費生活相談室～

月～金曜日の毎日開設  
9時～17時  
市役所3階市民生活課 ☎(24) 0 1 9 3

## エアロビサークル （無料体験）

### ●カーヴィーW-U P （ウォーミングアップ）

日 程・9月17、24日  
（11時～11時50分）  
北桜コミュニティセンター  
・9月21、28日  
（19時～19時50分）  
中心街コミュニティセンター

### ●親子リズム体操

対 象・3歳～10歳の子と親  
と き・9月18、25日（16時～17時）  
ところ・北桜コミュニティセンター  
定 員・3組（申込順）

#### 【共通事項】

申込先・詳細 エアロビサークルシェイプアップ 竹内 ☎090(6447)6686

## 温水プールからのお知らせ

### ①ノルディックウォーキング教室 （初心者）

内 容・施設周辺を散策する体験教室  
と き・9月14日(土) 14時～15時  
参加料・500円  
定 員・10人（申込順）  
※ノルディックポール無料貸し出しします。

### ②敬老の日・無料開放と交流会

内 容・簡単な頭の体操、ミニゲームなど  
対 象・60歳以上の方  
と き・9月16日(月・祝)  
10時30分～11時30分

参加料・無料

定 員・10人（申込順）

### ③健康運動相談（無料）

と き・9月21日(土) 13時～15時

### ④体力測定会（無料）

内 容・10分でできる簡単体力測定会  
と き・9月28日(土) 13時～15時

### ⑤室内運動教室

「燃える！鍛える！整える！」

内 容・脂肪燃焼、筋力UP、柔軟性向上  
対 象・16歳以上の方

と き・9月28日(土) 19時～19時45分  
参加料・500円

定 員・10人（申込順）

### ＜半額開放&無料開放日＞

9月15日(日)は半額開放  
（一回券購入の方に限りです）

#### 【共通事項】

申込方法・①②⑤は電話申込可

会場・申込先・詳細 温水プール

☎(49) 7 0 0 1

## 体育協会からのお知らせ

### ●トランポリン教室

対 象・小学1年生  
と き・10月31日、11月7、12、14、19、  
21、26、28日（18時30分～20時）  
ところ・武道館アリーナ  
受講料・1,100円（申込時納入）  
定 員・32人（抽選）  
申込方法・10月10日(木)18時～18時20分  
武道館会議室に集合

### ●テニス教室

対 象・①18歳以上で初心者の方  
②18歳以上で中級者の方  
と き・①②11月1、6、8、13、15、20、  
22、27、29日、12月4日  
①9時～10時30分  
②10時30分～12時  
ところ・①②ふれあいセンター  
受講料・①②各2,400円（申込時納入）  
定 員・①②各15人（申込順）  
申込方法・①②10月2～16日、9時～17  
時の間に武道館内振興課で直接受付

#### 【共通事項】

※電話での申し込みはできません。

申込先・詳細 千歳市体育協会振興課  
☎(22) 4 1 5 0 （火～土9時～17時）

## スポーツ課からのお知らせ

### ●秋の市民歩こう会

対 象・小学生以上  
（中学生以下は保護者同伴）  
と き・10月5日(土) 8時～16時  
（小雨決行）  
ところ・札幌市北方自然教育園～小金  
湯温泉（約7km）

集合場所・教育委員会庁舎前

参加料・無料（温泉入浴、施設見学は有料）

定 員・45人（申込順）

申込方法・9月18日(水)までに電話で  
申し込み

### ●スナッグゴルフ体験会（無料）

日 程・9月14日、10月6日（9時～12時）  
ザ・ノースカントリーゴルフクラブ  
※雨天時は会場（☎(27) 2223）に要確認。  
・9月21日、28日（9時30分～11時30分）  
武道館（芝生コース）

※雨天時は（☎090(2694)8917）に要確認。  
※この事業は、市民協働サポート事業  
として実施しています。

#### 【共通事項】

申込先・詳細 スポーツ課

☎(24) 0 8 5 5



【つり はるひと さん】 緑町／61歳

●今年の3月まで、北海道千歳高等学校の学校長を務め、現在は、札幌で大学教授として活躍。

市民協働推進会議の委員として、千歳のまちづくりに貢献中。

千歳のまちづくりのために  
に行動し続けます！

# 千

歳にかかわる「みんな」で、  
住みよいまちにするため協力  
しあう「市民協働」。

市民活動団体と市などは、市民協働のまちづくりを進めるため、一緒にたくさんの方の活動を行っています。「スナッグゴルフの大会」や「ちとせ・まち魅力検定」はその一つです。

この活動が、まちづくりにどのような成果があるかなどを判断しているのが「市民協働推進会議」の委員の皆さんです。今年の3月まで、千歳高校で学校長を務めていた釣さん。

千歳のまちづくりに貢献しようとする4月から会議の委員になりました。「道内の多くの高校で勤務しましたが、千歳高校には、2回勤務しました。特別な縁を感じた千歳に、昨年、住む

ことを決意しました。自分が住む千歳のために何かできないかと考えていたとき、委員の募集を知りすぐに応募しました」ときっかけを話します。

自ら行動することが大切だと考える釣さん。以前、勤務していた浦河では、廃止寸前の映画館「大黒座」を守る活動など、たくさんの方の地域活動に自ら参加してきました。

「行動するには、勇気が必要ですが、そこに、人とのつながりが生まれます。委員になりたいと思ったのも、新しい人とのつながりから生まれる、自分では思いつかないような考え方を知ることができると思ったからです。行動することは、私のエネルギーの源になっています」と釣さんは話します。

「委員として、市民活動団体の活動

成果などを判断する立場にいますが、まちでどのような活動が行われているのか、新たな発見ばかりです。委員の活動は、千歳のまちをより深く知ることができ、本当に勉強になります」と今の心境を語ります。

「住みよいまちにしたい」と思っている、まちのためにどう行動して良いかわからない人が多いのではないのでしょうか。それは、私も同じです。でも、千歳にかかわる一人ひとりが、勇気を持って行動すれば、みんなが住みよいまちになると思います。委員になるという行動が、千歳のまちづくりに貢献できる第一歩だと信じて、これからも千歳のために行動し続けます」と釣さんはエネルギーに語ってくれました。

人 の い る 風 景

S C E N E R Y O F P E O P L E

釣



HARUHIKO  
TSURI

晴彦

さん



【中央】

えんどう 遠藤 ヤイ子さん

**花**がとにかく大好きで、毎年植えています。子どもが中学を卒業した頃から本格的に花を植え始めたので、気がつけばもう、30年以上続けていますね。今では、サルビアやジニア（百日草）、グラジオラスなど春から秋まで長く咲いてくれる花を毎年2000株くらい種から育てています。まるで我が子のように可愛がっています。きれいに咲いた花を見ると、子どもが無事に成長しているかのようで本当に安心します。「花のお手入れ大変でしょう？」と友人などに、よく聞かれますが、今まで一度も大変だと思ったことはありません。花の手入れをしているときはとても楽しいですし、

きれいな花をながめっていると、気持ちが安らぎます。花の手入れは、私の元気の源です。これからも、元気に花を育てていきたいです。



【写真後列の左から】

ながた みき 長田 深己先生

めぐろす みこ 校長 目黒壽美子先生

ふかい まりこ 深井真理子先生

こんどう ひろたか 教頭 近藤 弘隆先生

とみおか たけひこ 事務職員 おがわ 正 業務技術 すがわら ひろき 菅原 大樹先生 わたなべ あや 養護 吉田奈々子先生 教諭



人のうき

《総人口》

95,389人(+253)

男性 48,604人(+171)

女性 46,785人(+82)

《世帯》46,262世帯(+125)

( )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

広報ちとせでは「人のいる風景」で市民活動などに力を注いでいる方を紹介しています。ご近所や知り合いの方で積極的に活動している方の情報をお寄せください。

広報広聴課広報係  
☎(24)0104

私の学校の先生は、こんな皆さんです！



作文を書いてくれた  
ほづみ 穂積 佳  
さん  
(6年)

僕の学校は全校児童26人で先生は、9人のとても小さい学校です。だけどみんな明るい人ばかりでとても楽しい学校です。学校行事で田植えをして、育てた米でもちを作ったりします。冬にはスキー学習もあり、とても楽しいです。僕は東小が大好きです。

# PHOTO MEMO RY

フット ステリ



1



2



4



5



5



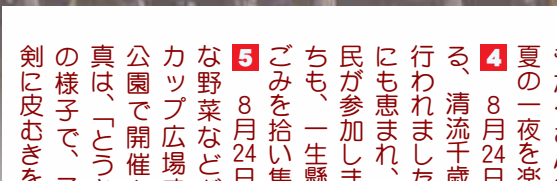
5



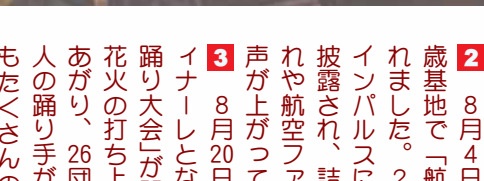
5



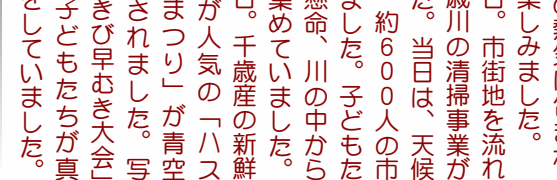
5



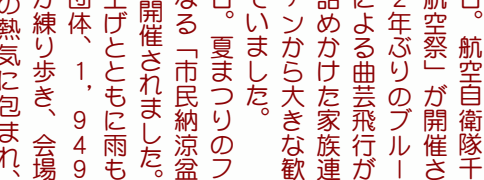
5



5



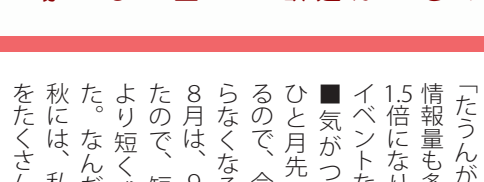
5



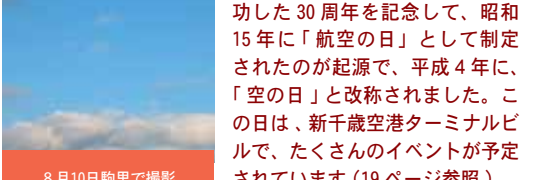
5



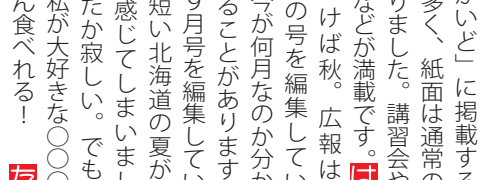
5



5



5



5



5



5

**1** 8月3日。グリーンベルトで「リサイクルフェスティバル」が開催され、自転車の無料抽選会などが行われました。野菜などを販売する「軽トラ観光ちとせ市」も同時開催され、会場は、大勢の方でにぎわいました。

**2** 8月4日。航空自衛隊千歳基地で「航空祭」が開催されました。2年ぶりのブルーインパルスによる曲芸飛行が披露され、詰めかけた家族連れや航空ファンから大きな歓声が上がっていました。

**3** 8月20日。夏まつりのフィナーレとなる「市民納涼盆踊り大会」が開催されました。花火の打ち上げとともに雨もあがり、26団体、1,949人の踊り手が練り歩き、会場もたくさんの方の熱気に包まれ、夏の一夜を楽しみました。

**4** 8月24日。市街地を流れる、清流千歳川の清掃事業が行われました。当日は、天候にも恵まれ、約600人の市民が参加しました。子どもたちも、一生懸命、川の中からゴミを拾い集めていました。

**5** 8月24日。千歳産の新鮮な野菜などが人気の「ハスカップ広場まつり」が青空公園で開催されました。写真は、「とうきび早むき大会」の様子で、子どもたちが真剣に皮むきをしていました。

## 今月の表紙

9月20日は、「空の日」です。明治43年に日本初の動力飛行に成功した30周年を記念して、昭和15年に「航空の日」として制定されたのが起源で、平成4年に、「空の日」と改称されました。この日は、新千歳空港ターミナルビルで、たくさんの方のイベントが予定されています(19ページ参照)。

8月10日駒里で撮影

■まだまだ暑い日が続きますが、スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋と言われる季節になりました。9月は、過ごしやすい気温のせいなのか、「たうんがいど」に掲載する情報量も多く、紙面は通常の1.5倍になりました。講習会やイベントなどが満載です。

■気がつけば秋。広報は、ひと月先の号を編集しているの、今が何月なのか分からなくなることがあります。8月は、9月号を編集していたので、短い北海道の夏が、より短く感じてしまいました。なんだか寂しい。でも、秋には、私が大好きな○○○をたくさん食べれる！

壁きわ広報室から