



千歳市観光PR大使
鈴木愛奈さん
就任インタビュー



新型コロナウイルス感染症の再拡大
年末年始に向けた3つのチェックと予防と備え

【特集】大雪への備え

窓 PEOPLE'S WINDOW

スポーツ推進委員功労者

受講者の笑顔が
継続の力に

千歳市スポーツ推進委員
三上 幸男 さん

いつでも、だれでも感染の可能性がある状況

道内の新型コロナウイルス感染症の感染者数は、人口10万人当たりで全国最多となり、11月上旬から再拡大の局面に入ったといわれています。

国の専門家の分析では、人の動きの活発化、気温が下がり換気しにくい環境、ワクチン接種などで得た免疫の低下などが指摘されています。昨年までと異なり10、11月と感染者が絶えぬまま12月を迎えましたが、年末年始を穏やかに過ごすためにも、「3つの行動」と検討すべき「予防」と「備え」について再確認しましょう。

いま、あらためて、3つの行動を再確認

今年1月から拡大した感染の多くは、オミクロン株によるものですが、現在の感染も同一系統によるといわれています。オミクロン株は発症までのウイルスの潜伏期間・倍加時間が短いため、感染拡大のスピードが速く、無症状者や軽症者が多い（感染が発覚しづらい）ことから、高い水準の感染対策が求められています。

オミクロン株の特性として、国は、特に次の3つのことに注意を促しています。

「①飛沫や換気の悪い場所におけるエアロゾルによる感染が多いこと」「②子どもが感染しやすく、学校での感染に加え、家庭に持ち帰り家庭内で感染が拡大する事例がみられること」「③高齢者を中心に基礎疾患のある方が、感染を契機に基礎疾患が増悪する事例が多いこと」。

特に、換気が難しい冬期間の対策として、国（内閣官房）のホームページ「感染拡大防止に向けた取組」では、筆頭に「効果的な換気」について紹介しています。



行動1「日常生活」

三密回避

人との距離が取れない場所ではできる限り避ける

マスク着用

基本的には外出時、屋内でも着用を要する

手指消毒

参加イベントなどでは手洗いや消毒液の活用を促す

換気

直接換気（窓を開ける）や間接換気（換気扇の活用）を行う

エアロゾル感染

咳やくしゃみ、会話などで粒子状のウイルスが空気中に浮遊し、それを吸引することで伝播する感染の経路。



新型コロナウイルス感染症の再拡大 年末年始に向けた 3つの【チェック】と【予防と備え】

年末年始の楽しみ方

年末年始に向け忘年会の開催や新年会を考える時期です。飲食の機会は、普段注意していても楽しさから気が緩む場面でもあります。現在の感染状況が、「いつでも、だれでも感染の可能性がある」ことを理解し、お互いに対策を意識しながら楽しみましょう。

行動2「飲食」

- 大声を出さない、会話の時はマスク着用を
- 短時間で深酒をしない
- 北海道飲食店感染防止対策認証店など、感染防止を徹底するお店を利用
- 普段と異なる症状がある方は外出を控える



不安を差別につなげちゃいけない

不安に包まれやすい状況が続く中で、悪意のない言葉が人権侵害につながる可能性があります。人の目を気にして検査を避けたり、感染を隠そうとする人が増えると、感染拡大はますます抑えにくくなります。正しい知識と思いやりを持って接しましょう。

気づこう、変えよう、そのひとこと。

STOP !

コロナ差別

※北海道の啓発リーフレット「飲食の場面では注意をしよう!」から抜粋。

9月26日以降、国の方針で感染者の把握に関する「全数把握」が見直されました。保健所（北海道）の健康観察などが、65歳以上の高齢者や妊婦の方など、重症化リスクのある方に重点化されました。65歳未満の皆さんは、一人一人が自らの健康への理解を深め、健康維持に取り組む「セルフケア」が求められています。

北海道 新型コロナに感染した時の対応 **検索**

「セルフケア」を意識した対処行動を

行動3 「相談・検査」

◎**症状なし**で、感染に不安を感じる時、高齢者や基礎疾患など重症化リスクのある方と接するとき…

ワクチン接種の有無にかかわらず
PCR等無料検査事業所で(※)検査

◎**症状あり**で、重症化のリスクが低く、自己検査を希望するとき…

陽性者登録センター(0120-025-451)に自己検査キットの申込(Web申請)

◎**症状あり**で、重症化のリスクが高く、診察を希望するとき…

かかりつけ医か健康相談センター(0120-501-507)に相談

※PCR等無料検査事業所…北海道ホームページか、市ホームページで「PCR等検査無料化促進事業」を検索。

ワクチン接種を希望される方はお早めに 予防

オミクロン株対応ワクチンを接種することで、従来型の新型コロナワクチンを上回る効果（重症化予防・感染予防・発症予防）が期待されています。また、これまで2年間、新型コロナウイルス感染症は年末年始に流行していますので、オミクロン株対応ワクチンの接種を希望される方は年内の接種をご検討ください。

なお、オミクロン株対応ワクチンは、新型コロナワクチンの初回接種（1・2回目）を完了している12歳以上の方が対象となっております。初回接種には使用できません。

現在、初回接種は集団接種会場（千歳アウトレットモール・レラ）で行っていますが、接種を受けられる日や時間が限られていますので、初回接種を希望される方は、お早めに予約してください。



■千歳アウトレットモール・レラ集団接種会場
年内は12月23日まで、毎週木・金・土・日曜日に実施しています。

ワクチン接種コールセンター

● 予約 0120-707-566
● 相談 0120-707-588
月～土曜日（祝日除く）
通話料無料／9時～18時



<https://v-yoyaku.jp/012246-chitose>

と 備え

感染「予防」は、食事（腸内環境を整えること）、十分な睡眠、運動などで免疫力を高めることのほか、ワクチン接種をよく検討することが大切です。

また、感染した後に、やむを得ず外出し不本意に感染拡大を招いてしまわないためにも、自宅療養などに「備える」ことも大切です。

備え

この冬、発熱や体調不良時の自宅療養(セルフケア)のために

抗原定性検査キット

薬 解熱剤 など

体温計

トイレットペーパーなどの日用品

日持ちする食品

※解熱剤は、ほかの薬との飲み合わせなどをかかりつけ医や薬局に相談し、検査キットは「体外診断用」・「第一類医薬品」を用意しましょう。

※生活必需品は、5～7日分を用意しましょう。

「ウィズ・コロナ」といわれるように、私たちの社会活動は、感染拡大の局面を繰り返しながら、前へと進んでいる状況にあります。そのような中で、「感染しても軽症だから」と安易に考えるのではなく、実際に「感染で苦しむ方」や医療現場などで「感染症と戦っている方」などのさまざまな人の気持ちを考え、感染症に向き合ひましょう。

《健康全般の相談電話》

ちとせ健康・医療相談ダイヤル24

0120-010-293

年中無休 / 通話料・相談料無料

北海道小児救急電話相談

8000 19時～翌朝8時

気をつけよう **NOTICE!**



病院の一般受診や健診などを控えていませんか

新型コロナウイルス感染拡大の状況から、「感染が心配」、「混雑していて待ち時間が長いから」など、病院の受診を控えたり、薬を切らしたままの方がいたりしますが、慢性疾患の症状悪化や病気の発見が遅れ、そのためにウイルスに対抗できない状態になっていることがあります。かかりつけ医などに相談しながら健康や持病を管理することはとても大切です。普段とは違った症状で迷うときや、夜間や休日のときは、左の電話相談を活用してください。

子どもの急な病気など

大雪への備え

昨シーズン、記録を更新する大雪により、市内の道路では、路線バスが運休するなど、市民生活に大きな影響が出ました。市では、令和3年度に行った除排雪の問題点などを解消するため、市と除雪業者、地域の3者で検証を行い、今年の冬から除排雪作業の一部を見直し、大雪に備えた取組を実施します。



令和3年度の降雪状況

昨シーズン1月から2月にかけての記録的な大雪は、年間降雪量583cm、24時間降雪量76cm、最大積雪深123cmとなるなど、過去の記録を大きく更新する状況となりました。

このため、幹線道路では、例年1月下旬から開始する排雪作業を2週間早めて対応したほか、度重なる大雪により、排雪作業を継続して行いました。

また、生活道路では、調整池や公園周りに堆積した雪を施設内へ投入したほか、交差点などの巨大な雪山の処理を1月中旬から3月末まで続けるなど、まちなかの雪を減らすことに努めました。

| 記録を更新した項目 | | 過去10年の平均値 |
|-----------|--------|-----------|
| 年間降雪量 | 583 cm | 371 cm |
| 1月降雪量 | 241 cm | 116 cm |
| 2月降雪量 | 217 cm | 84 cm |
| 24時間最大降雪量 | 76 cm | 39 cm |
| 最深積雪量 | 123 cm | 50 cm |

除排雪作業の課題

● 除雪後の雪の置き場所が無い



雪を置く場所が無く、巨大化した雪山（生活道路）

● 歩道の除雪ができない



道路の雪山が高く小型歩道ロータリー車が除雪できない状況（歩道）

● 雪堆積場が不足している

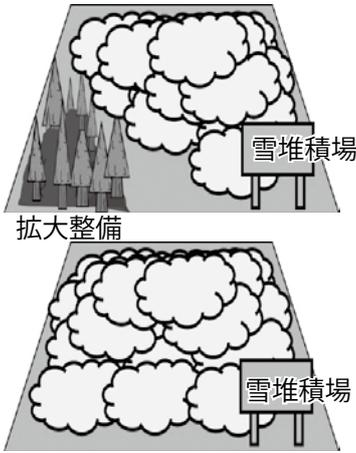


排雪作業で大量の雪を搬入したことにより閉鎖した雪堆積場

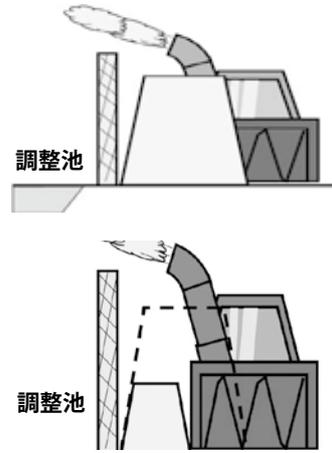
● 除雪の進捗状況がわかりにくい

今シーズンの除雪から、何が変わるの？

通常時



【雪堆積場】
雪堆積場の閉鎖を防ぐため、雪堆積場の雪を置く面積を広げます。また、市の排雪作業による雪は、市有地も活用して堆積します。

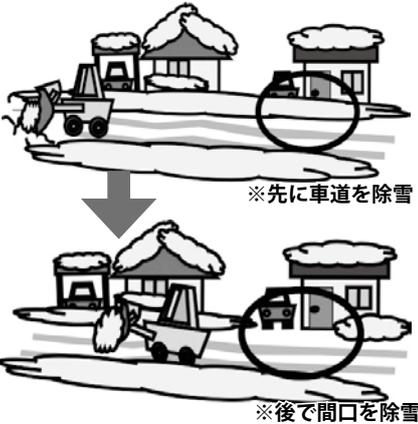


【調整池・公園周りの雪】
調整池や公園周りの雪は、堆積することなく、新雪除雪の作業ごとに、それぞれの施設内に投入します。

【通常時】



【異常降雪時】



【異常降雪時の新雪除雪】
異常降雪が見込まれる場合、生活道路は、まず、車1台が通行できる除雪を行います。その後、玄関や駐車スペースなどの間口に配慮しながら幅を広げる作業を行います。



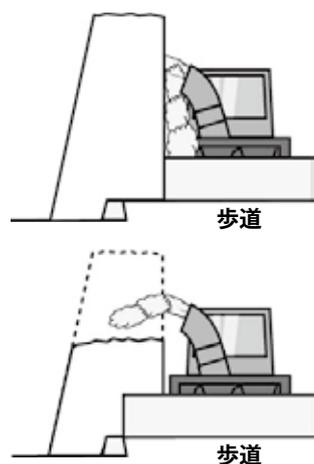
【除雪車両の位置情報】
除雪車両の位置情報や走行軌跡を地図上にリアルタイムで表示し、スマートフォンなどで閲覧できるようにしました。

インターネットから除雪状況が確認できます

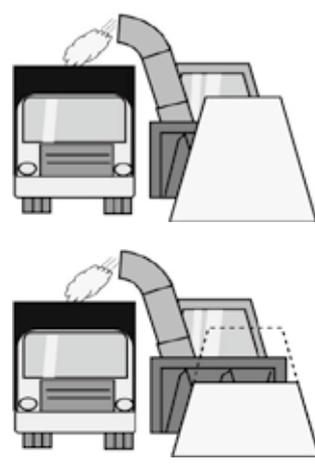
市道の除雪状況は、URL (http://www.chitose-josetsu.jp/josetsugups/imadoko/top_chitose/) または、次の二次元コードからご覧いただけます。



大雪が見込まれるシーズン



【歩道の除雪】
小型歩道ロータリー車が新雪除雪する歩道は、雪を飛ばす出口の高さより雪山が高くならないよう配慮します。



【計画排雪】
幅の狭い幹線道路やバス路線の一部などにおいて、雪を置く場所を確保するため、積雪が少ない状況でも、計画的に排雪します。



千歳市環境整備事業協同組合
ブロック管理者 五十嵐 剛 さん

「除雪作業」で困ること

昨シーズンは、度重なる大雪により、道路脇の雪山がどんどん高くなり、雪の置き場所が無く苦慮しました。また、せっかく雪山を処理しても、大雪が降り、すぐに雪山ができてしまう状況が続きました。終わりが見えない除排雪作業が続き、とても大変でしたが、市民のみなさんの生活を少しでも良くしたいとの思いで、何とかシーズン終了までやり切ることができました。

除排雪作業の際に困ることは、《路上駐車、道路への雪だし、施設帯に雪を置かせてくれない人がいること》です。

除雪作業時は、短い時間で除雪作業を終わらせようと考えていますが、路上駐車などがあると、作業を中断せざるを得なくなり、除雪作業が遅くなると、市民のみなさんからは、「除雪が遅い」と言われてしまいます。今年シーズンも、少しでも早く除雪を終わらせるよう努力しますので、除雪作業にご協力をお願いします。

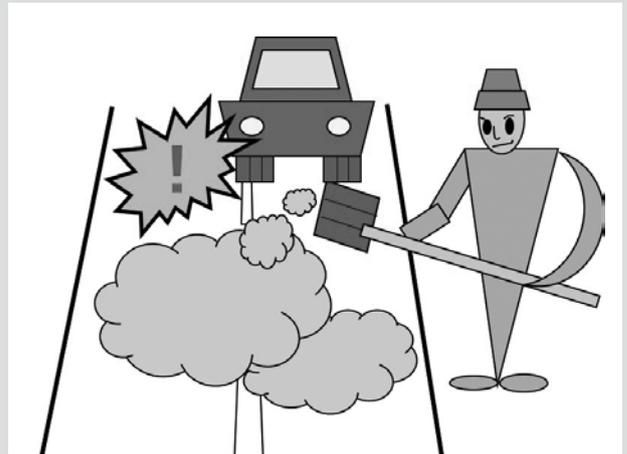
除雪作業にご協力をお願いします！

《路上駐車はやめましょう》



路上駐車があると除雪ができなくなり、作業を中断するため、除雪時間が長くなります。まわりの住民の迷惑となりますので、路上駐車は絶対にやめましょう。

《車道や歩道への雪だしはやめましょう》



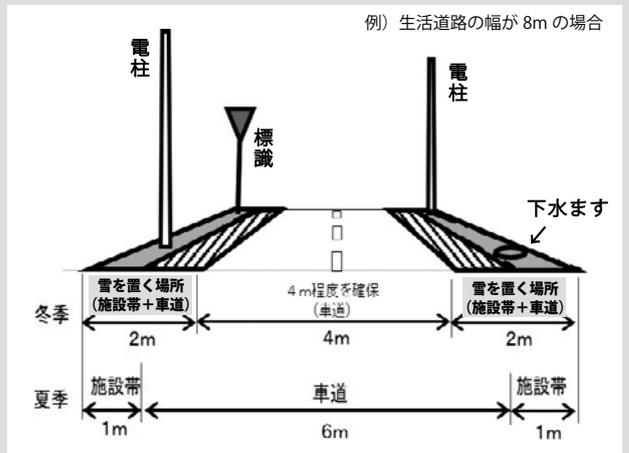
施設帯や民地の雪を道路に出すと、除雪する雪の量が増え、交差点の雪山が高くなるほか、道路が凸凹になるので絶対にやめましょう。

《間口の雪処理にご協力をお願いします》



大型の機械で除雪を行うため、各家庭の出入り口には、雪の一部が残る場合があります。その場合は、各家庭で雪の処理を行っていただきますようご協力をお願いします。

《施設帯の雪の堆積にご理解をお願いします》



生活道路の施設帯は、電柱や下水ます、標識を設置しているほか、冬季は雪を堆積する場所となっています。

“市民に喜ばれる除雪”をめざす

これらの課題は、本年4月から市と一緒に行った《除排雪事業の検証》の中で意見を伝え、対策を検討しました。

昨シーズンは、1月は4日間の降雪が120cm、さらに、

2月にも4日間の降雪が149cmと、これまでの記録を更新する大雪に見舞われ、市内では、バスが運休したり、交通が混雑したりしました。このため、道路の排雪作業は、市民の足であるバス路線を優先に進め、次に、バス路線以外の幹線道路を行いました。3月に入ると、路面がザクザクの状況となり、特に、生活道路は、その処

理に時間を要しました。除排雪作業は、昼夜問わず限られた人材と機械を総動員し、精一杯対応しましたが、課題も多く見つけられました。

一番重要だと考えたのは、雪の置き場所をあらかじめ確保することです。そのため、早い時期に雪山処理などを行い、まちの中の雪を減らすよう取り組みます。このことで市民のみなさんの生活環境が改善すると思えますし、私たちが除雪作業でも、新雪除雪の作業時間が短くできたり、歩道の除雪にも寄与すると思えます。

長期予報では、今シーズンは例年より雪が多くなる可能性が高いと言われています。除排雪作業に携わる者として、新しい対策を着実に実行し、市民のみなさんに喜んでいただけるよう、精一杯頑張りますので、よろしく願います。

千歳市環境整備事業協同組合 除雪部会長 浜 聡彦 さん



千歳市環境整備事業協同組合 除雪部会長 浜 聡彦 さん

除雪に関する

Q & A

Q1 公園に雪を入れていいの？

A1 スノーダンプなど人力で雪を入れることや、ロータリー式の家庭用除雪機械で雪を投入することはできませんが、人が乗り込んで操作する除雪機械を使用して、公園内に雪を押し込むことは、安全管理などに課題があることからできません。

Q2 道路が新雪やザクザク状況のため、車が動けなくなったらどうしたらいいの？

A2 普段からスコップや脱出プレートなどを車に備えておきましょう。用具でも脱出ができませんときは、知人またはレッカー車を呼びましょう。

Q3 なぜ、生活道路より、幹線道路を先に除雪するの？

A3 消防車などの緊急車両や、バス、物流など社会経済活動に必要な交通を確保するため、幹線道路の優先順位を高くしています。

Q4 どのくらいの積雪で除雪するの？

A4 ほぼ連続した降雪で、幹線道路は積雪10cm以上、生活道路は積雪15cm以上を目安に、車両の走行不能などが予想される場合に行います。また、歩道も、ほぼ連続した降雪で積雪10cm以上を目安に歩行困難が予想される場合に行います。

市道の除雪に関するお問い合わせ

- 道路管理課維持係（除雪の計画・出勤判断）
☎ (24)0406 Fax (22)8853
- 千歳市環境整備事業協同組合（除雪作業の不具合）
☎ (24)1377 Fax (27)2861

国道・道道の除雪に関するお問い合わせ

- 国道：札幌開発建設部千歳道路事務所
☎ (23)2191 Fax (23)8500
- 道道：札幌建設管理部千歳出張所
☎ (23)4191 Fax (23)3116

鈴木愛奈が語る

”ワタシトチトセ“

千歳市出身の人気声優・アーティスト鈴木愛奈さんが千歳市観光PR大使に就任。愛奈さんに、幼少期のエピソードや就任の意気込みなどを聞きました。

千歳の魅力
発信します！

千歳市観光PR大使

鈴木愛奈さん
就任インタビュー

Q 早速ですが、千歳のPRをお願いします。

千歳は本当に魅力あふれるまちで、自然もすごく豊かです。私が小さい頃に行っていたアイス屋さんやラーメン屋さん、海鮮やジンギスカンなど、おいしい物もとにかくいっぱいだし、すごく人もあたたかいので、千歳っていいまちだなって、きつと初めて来る方にも思っていただけだと思います！

Q 千歳を初めて訪れる方におすすめのスポットはありますか。

《サケのふるさと千歳水族館》ですね。小さい頃、おじいちゃんに連れていってもらってサケの稚魚を放流した思い出深い場所です。訪れてみると、生命のサイクルが分かったり、いろんな魚たちに出会えたりするので、きつと楽しんでいただけだと思います。

千歳に帰ってきたときは、南千歳駅前の《アウトレットモール・レラ》によく行きます。家族でよく行っていた思い出もありますし、すごく開放的なので気持ちいいですよ。

Q 幼少期の愛奈さんは、どんな子でしたか。

私は小学校に上がる前にはすごく音痴だったらしいんです。それを心配したお母さんやおばあちゃんが、妹が民謡をやっているから一緒に民謡教室に通わせたらいいんじゃないかということで、私も習い始めたんです。音階が変わらず一本調子で歌っていたらしく、その時の記憶はないのですが、家族が心配したということなので相違だったんだと思います。



Q 声優・アーティストを志したきっかけを教えてください。

小さい時からアニメやアニメソングが大好きだったので、漠然とアニメのお仕事をしたいなど中学校ぐらいの頃から思っていました。

AINA SUZUKI TOPICS

✈️ 山口市長から愛奈さんへ 就任式での1コマ

11月3日、ポルトムホール(新千歳空港)にて、愛奈さんの千歳市観光PR大使就任式を開催。山口市長は「皆さん、これからも愛奈さんを応援してください。そして、千歳市のことも少し知っていただけたら嬉しいです」とコメント。会場にはファン約200人が集まり、愛奈さんの就任を祝いました。



就任式の模様を千歳市公式
YouTubeチャンネルで
配信しています

すずき あいな

PROFILE

高校までを千歳で過ごし、全道幼年・少年少女民謡決勝大会にて2度の優勝を果たす。2013年9月、第7回アニソングランプリで全国3位となり、翌年声優デビュー。《ラブライブ！サンシャイン！！》の小原鞠莉役に抜擢され、スクールアイドルグループ《Aqours》の一員として第69回NHK紅白歌合戦に出演。《千歳編》が制作された人気アニメ《邪神ちゃんドロップキック》では主人公の邪神ちゃん役を演じる。ライブ、CD、テレビ、ラジオなど出演多数。

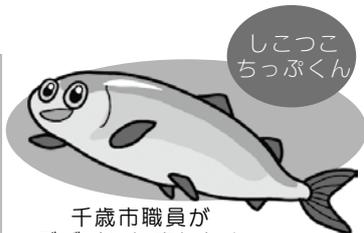
✈️ 就任初日から ファンサービス！

インタビュー終了後の風景。ファンサービスとして市民の皆さんに向けて就任記念サインを書いてくれました。(表紙に掲載)



初のお仕事は、レアな男の子役！

観光PR大使の初仕事として、観光PR動画《命のサイクル 支笏湖チップ》に出演。チップ(ヒメマス)の男の子《しこつこちっぷくん》の声を担当しました。



千歳市職員が
デザインしました！

「男の子役を演じることがあまりなくて、すごく珍しいと言ってファンの皆さんも喜んでくださったんです。まだ見せたことのない鈴木愛奈を、演技を通して見せていただいていた方がいいなって思います」

アフレコの
模様はコチラ！



東京で行われたアフレコでの一枚。《しこつこひめちゃん》を演じた花井美春さんと共演。

た。高校2年生ぐらいからはもう、アニソシンガーになるぞと夢を持って、ボイストレーニングに通ったりしながら、オーディションがあれば受けてという感じでやっていました。

私の地声はかわいい方じゃないというか、アニメ向きの声じゃないなって自分で思っていたんです。なので、自分の声を分かったころから始めなきゃと思って。自分でボイスを録音してどう聞こえるかを聞いてみて、それから実際にアニメで流れている声優さんの声を聞いて、それを真似して録音

してを繰り返しながら、とにかくがむしゃらに、できることをやっています。

Q 観光大使になった意気込みと市民へのメッセージをお願いします。

このような素敵なたすきを掛けていただけて、本当に光栄です。私なんかの力では微力かもしれませんが、声優、アーティスト活動を通して、少しでも千歳の魅力が伝わるように観光PR大使として頑張ってますので、これからどうぞよろしくお願いします！

市役所からのお知らせ

Information

市役所の仕事納めと仕事始め

〔年内〕12月28日(水)17時15分まで
〔新年〕1月4日(水)8時45分から

市役所の年末年始の休業日は、12月29日(木)から令和5年1月3日(火)までです。

おもな手続や各施設の窓口は次のとおりです。

戸籍などの届出

市民課 電話(24)0264
市民係 FAX(49)2055
第2庁舎1階

結婚、出産や死亡などの戸籍に関する届出は、休業期間中も、市役所第2庁舎警備員室で24時間受け付けます。

市税・保険料などの納入

〔年内の受付〕

12月28日(水)20時まで(延長受付)

市税

納税課 電話(24)0169
納税係 FAX(23)6700
第2庁舎1階4

国民健康保険料

後期高齢者医療保険料
国民健康保険課 電話(24)0287
国保医療課 FAX(23)6700
第2庁舎1階2

市民病院と診療所

市民病院事務局 電話(24)3000
総務課総務係 FAX(24)3005
内線8238 市民病棟2階

〔市民病院の休診日〕

12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

〔支笏湖診療所・泉郷診療所の休診日〕
12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

※緊急時は、市民カレンダールの救急当番医をご確認ください。

休日夜間急病センター

救急医療課 電話(25)6131
救急医療係 FAX(25)6171
ささるささる

休日夜間急病センターの診療時間(内科系初期救急)は次のとおりです。

《12月28日までの平日》

19時～翌朝7時(通常どおり)

《12月29日～令和5年1月3日(年末年始)》

9時～翌朝7時

《令和5年1月4日(水)》

19時～翌朝7時(通常どおり)

※外科系の救急当番医は市民カレンダール、市ホームページをご覧ください。

ごみ・し尿の取り扱い

廃棄物対策課 電話(23)2110
廃棄物対策係 FAX(23)2492
環境センター

〔家庭ごみ収集の休業日〕

12月31日(土)～令和5年1月3日(火)

〔環境センターごみ受け入れの休業日〕
12月31日(土)～令和5年1月3日(火)
(休業日前後は大変混みます)

〔し尿くみ取りの休業日〕
12月29日(木)～令和5年1月3日(火)
(年内のくみ取りは、12月19日(月)までに申し込み)
電話(23)5311 FAX(23)1297

合います。最終受付は16時30分までです。

〔大型ごみ戸別収集の休業日〕

12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

〔し尿くみ取りの休業日〕
12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

12月29日(木)～令和5年1月3日(火)
(年内のくみ取りは、12月19日(月)までに申し込み)
電話(23)5311 FAX(23)1297

おもな施設の休館日

| 施設名 | 12月 | | | | | 1月 | | | | |
|-------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 27 火 | 28 水 | 29 木 | 30 金 | 31 土 | 1 日 | 2 月 | 3 火 | 4 水 | 5 木 |
| 総合福祉センター | | | | | | 休館 | | | | |
| 各コミセン | | | | | | 休館 | | | | |
| 東雲会館 | | | | | | 休館 | | | | |
| 末広会館 | | | | | | 休館 | | | | |
| 労働会館 | | | | | | 休館 | | | | |
| ちとせっこ・げんきっこセンター、各児童館、学童 | | | | | | 休館 | | | | |
| 青少年会館 | | | | | | 休館 | | | | |
| 北ガス文化ホール | | | | | | 休館 | | | | |
| 市民ギャラリー | | | | | | 休館 | | | | |
| ミナクール | | | | | | 休館 | | | | |
| 公民館 | | | | | | 休館 | | | | |
| 図書館(ブックン含む) | | | | | | 休館 | | | | |
| 埋蔵文化財センター | | | | | | 休館 | | | | |
| ダイナックスアリーナ | | | 15時閉館 | | | 休館 | | | | |
| 武道館 | | | 15時閉館 | | | 休館 | | | | |
| ふれあいセンター | | | 15時閉館 | | | 休館 | | | | |
| 温水プール | | | | | | 休館 | | | | |
| そなえーる | | 休館 | | | | 休館 | | | | |
| 葬斎場 | | | | | | 休館 | | | | |

☎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

家屋を取り壊したときは
お申し出ください

税務課
家屋係 電話(24)0168
FAX(49)2056
第2庁舎1階4

令和4年12月31日までに住宅、店舗、事務所、車庫などの建物を取り壊したときは、その家屋に対する令和5年度固定資産税が課税されなくなり、お申し出がないときは、令和5年度の固定資産税が課税されることがあります。
また、登記されている建物を取り壊したときは、法務局で建物滅失登記の申請を行ってください。

令和6年4月予定の水道料金の引き上げは取り止めます。



令和6年4月に予定していました水道料金の改定（9%引き上げ）について、新型コロナウイルス感染症の再拡大や物価高騰などによる市民や事業者の負担が続いているほか、水道事業会計の令和3年度決算状況などを踏まえ、見直しを行いました。

■引き上げを取り止める理由

健全経営の維持 財政収支見通しの改善

水道事業経営計画にもとづく経営基盤の強化と経営の効率化により、安定的な経営を維持しており、今後も、企業などの水需要の増加が見込まれるため、R6～R10までは黒字を維持できる見通しとなりました。

市民・事業者の経済支援

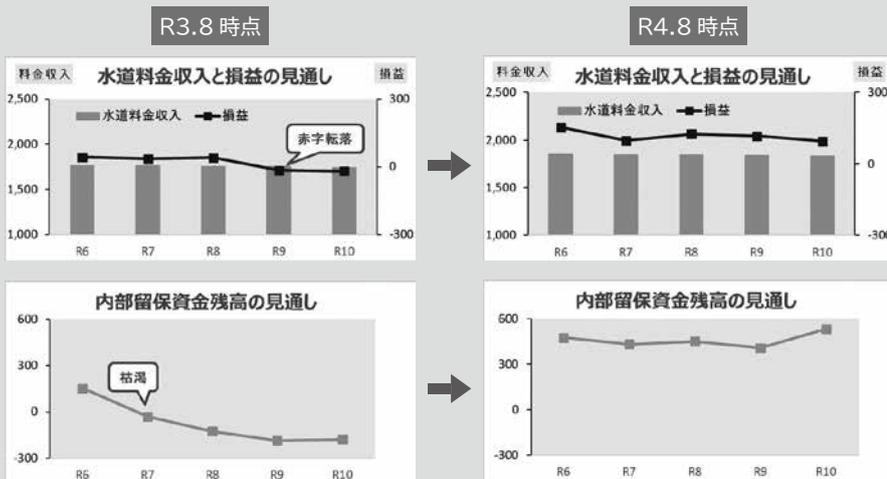
コロナ禍において、物価高騰などによる市民や事業者の負担増加が続いていることを考慮し、水道料金の値上げを見直すことが、市民や事業者の経済支援につながると判断しました。

詳細

水道局 経営管理課
主査（経営企画担当）
☎ (24)3252
FAX (22)8810
水道局2階

■令和6年度から令和10年度までの財政収支見通しの改善状況

企業の工場増設などによる水需要の増加と内部管理経費の削減により、収支見通しが改善されました。



■今後の料金改定方針

将来にわたり水道事業を持続可能なものにするため、財源を確保しつつ適正な施設更新を行う必要があることから、国は料金水準について3～5年ごとの定期的な見直しを求めています。市も5年ごとの各料金算定期間において、10年間の財政収支見通しを策定した上で、料金水準の検証と料金改定の検討を行うことを「水道料金の改定方針」として決めました。今回は、第2期料金算定期間（令和11年度～令和15年度）において水道事業会計の経営状況や社会情勢などを踏まえ、料金改定の検討を行います。

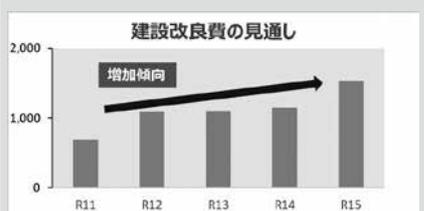
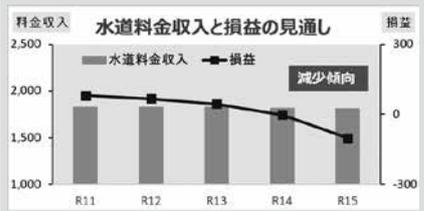
安価でおいしい水

市は、清流千歳川の支流である内別川の水を水道の主水源にしています。内別川の水は60数ヶ所からなる湧水群であり、「ナイバツ川湧水」として環境省の「名水百選」に認定されており、『蛇口をひねれば名水百選』をキャッチフレーズにおいしい水をPRしています。市の水道料金は、道内の市（35市）において、水道料金は5番目、下水道使用料と合わせても2番目に低い水準で、低廉な料金になっています。

令和11年度から令和15年度までの財政収支見通し

次の理由から、水道料金収入や損益は減少傾向となる見通しとなっています。

- 水需要の減少が見込まれること
- 施設の老朽化や水道管の耐震化などに多くの費用が必要なこと



| | 財政収支見通しの策定 経営計画の策定・改定 | 料金算定 | 料金改定の必要性を検討 | 改定しない | 改定する場合 | 条例改正 | 料金改定 |
|---------------|--------------------------|------|-------------|-------|--------|------|------|
| 第1期 (R6～R10) | R3 | R4 | | | | なし | なし |
| 第2期 (R11～R15) | R8 | R9 | | | | R10 | R11 |
| 第3期 (R16～R20) | R13 | R14 | | | | R15 | R16 |

※第3期以降も5年ごとに《財政収支見通し・料金算定・改定検討》を繰り返します。

12月は地球温暖化防止月間
大気汚染防止推進月間です

環境課
環境計画係
☎(24)0590
FAX(22)8851
本庁舎 1階15

「エコな生活スタイルを選
択しよう」を合言葉に、節電
や節水に加え、「アイドリン
グストップ」、「ふんわりアク
セル」などのエコドライブに
よって、二酸化炭素の削減や
環境にやさしい行動を心掛け
ましょう。

《事前予約制》マイナン
バーカード申請サポート
市民環境部主幹 ☎(24)0127
個人番号担当 FAX(49)2055
第2庁舎 1階1

顔写真の撮影を行うなど、
マイナンバーカードの作成を
お手伝いします。(無料、事
前予約制)ご希望の方は、お
問い合わせください。
【とき】12月17日(出)10時～16時
【ところ】イオン北海道千歳店
1階フードコート内特設会場
【持ち物】本人確認書類(次
の中から2点…運転免許証、
障害者手帳、健康保険証、年
金手帳、診察券など)
※お持ちの方は、通知カード。
※完成したマイナンバーカー
ドは後日郵送します。手続の
際に《本人確認書類》を持参
されなかった方は、後日市役
所での受け取りとなります。

新年交礼会のご案内

総務課
総務係
☎(24)0109
FAX(22)8851
本庁舎 1階18

【とき】令和5年1月4日(水)
11時30分
【ところ】ホテルグランテラス千歳
【会費】2000円 ※会場
での飲食の提供はありません。
【申込方法】二次元コードから
申し込みの上、総務課(市
役所1階)に会費を納入
【申込期限】12月16日(金)
※新型コロナウイルス感染症の状況
により中止することがあります。



確定申告で医療費控除を受けるには
明細書の作成が必須です

医療費控除とは、1月から12月までに本人または生
計同一の親族のために医療費を支払ったとき、その支
払額が一定の額を超えると受けられる控除です。確定
申告または市道民税申告で受けることが可能です。

【対象となる金額】

支払った医療費 - (保険金等の補てん額) - 10万円
※その年の総所得金額などが200万円未満の方は、
10万円ではなく総所得金額などの5%の金額

国の税制改正により、医療費控除を受けたい方は、令
和2年分の申告から《医療費控除の明細書》の作成が
必須となりました。明細書を作成されていない方は確
定申告書の作成ができませんので、ご自宅で明細書
作成の上、申告会場へお越しください。

また、明細書の内容確認のため、税務署から領収書の
提出または提示を求められることがありますので、領
収書は5年間保管する必要があります。

明細書は税務課で配布および市内の各コミュニティセ
ンターや各支所に設置しているほか、国税庁のホーム
ページからダウンロードも可能です。

明細書には、医療を受けた方の氏名、病院や薬局の名称、
診療や医薬品購入などの医療費区分、支払額、生命保
険や社会保険で補てんされるときにはその金額を記載
します。「医療を受けた方」、「病院や薬局」ごとに1年
間の医療費の支払額をまとめて記載することも可能です。

また、交付を受けた医療費通知を添付することによ
って、医療費控除の明細書の記載を簡略化することが
できます。医療費通知とは、医療保険者が発行する医療
費の額などを通知する書類で、次の①から⑥の事項の
記載があるものおよびインターネットを使用して医療
保険者から通知を受けた医療費通知情報でその医療保
険者の電子署名並びにその電子署名に関する電子証明
書が付されたものをいいます。

- ①被保険者等の氏名/②療養を受けた年月/
- ③療養を受けた者/④療養を受けた病院、診
- 療所、薬局等の名称/⑤被保険者等が支払
- た医療費の額/⑥保険者等の名称

詳細 税務課市民税係 ☎(24)0158 FAX(49)2056
国税庁HP <https://www.nta.go.jp/>

とびたて・ちとせ
航空賃助成事業(第3回)

空港政策課 空港調整係
本庁舎2階23
☎(24)0467 FAX(22)8852

概要

【助成額】一人あたり5,000円(予定数に達し次第終了します)
【助成対象期間・事前受付期間】12月1日～1月31日
上記の期間において、お一人様1回限りの助成となります。
第1回、第2回で助成を受けた方も申請可能です。

対象

次のすべてを満たす必要があります。
千歳市民であること
助成対象期間に新千歳空港を出発する航空機を利用すること
助成を受けようとする航空賃が5,000円以上であること など

手続き

事前の受付番号取得と搭乗後の申請書類の提出が必要です。
①事前受付サイトに必要事項を入力し、受付番号を取得する。
※インターネットのご利用が難しい方は、電話で受け付けます。
②航空機を利用する。
③利用後30日以内に申請書類を提出する。

- ①申請様式(押印必要)、②本人確認書
類の写し、③航空機の搭乗が確認できる
書類、④航空賃の支払いが確認できる書
類、⑤振込先口座のわかる書類

事前受付サイトや
事業の詳細はこちら
(市ホームページ)



千歳市勤労者生活資金
貸付制度のご案内

商業労働課
労政係
☎(24)0602
FAX(22)8851
本庁舎 1階11

市は、一時的に生活資金(冠
婚葬祭費、教育費、医療費、
生活費など)が必要となる方
に対し、金融機関を通じて資
金貸付を行っています。
【対象】市内に1年以上継続し
て居住し、同一事業所で1年
以上勤務している18歳以上の
方/北海道労働金庫千歳支店
の審査基準を満たしている方
【貸付額】50万円以内
【貸付利率】年1.0%(別途、貸
付保証料0.6%が必要)
【申込・詳細】北海道労働金庫
千歳支店 ☎(27)6666

公募

**競争入札参加資格審査
申請を受け付けます**

契約管財課
契約管財係
☎(24)0535
FAX(22)8854
本庁舎
4階41

競争入札の参加や競争入札参加資格の業種の追加を希望される方は申請してください。

【内容】①建設工事、②設計など、③物品購入など、④業務委託、⑤電力供給

【対象】令和5・6年度に市が発注する各種契約の競争入札に参加を希望する方

【資格の有効期間】令和5年4月1日～令和7年3月31日

【申請書類】申請書（市指定用紙）、市税と消費税の納税証明書など

※申請書は、契約管財課または市ホームページから入手可。

【受付期間】令和5年1月4日～31日（平日9時～11時30分と13時～16時）

【受付方法・場所】Eメール、郵送または持参

〒066-8686 東雲町2丁目34
千歳市総務部契約管財課契約管財係

利用料
無料

認定こども園・保育園・幼稚園で 働きませんか

保育士就職相談窓口
《ちーマインダー》
を開設しています。

長期雇用はもとより、短期的な雇用も受け付けています。登録された方には希望に合う求人（教育・保育施設など）を紹介し、面接などの設定を行います。

【対象】保育士、保育教諭、幼稚園教諭の資格をお持ちの方（資格取得見込の方を含む）※資格を持ちながら、現場を離れている方も歓迎します。

【登録方法】次の二次元コードから登録フォームに進み、必要事項を入力。または、ホームページから求職票を印刷し、必要事項を記載し郵送またはFAXでの送付も受け付けています。

※就職に関する不安や疑問についての相談も受け付けています。
（電話・メール相談も可）

【詳細・申込】
こども政策課 こども政策係
第2庁舎 1階 3
☎(24)0341 FAX(23)6700
✉ kodomoseisaku@city.chitose.lg.jp



ちーマインダー
（こども政策課窓口）

**児童クラブ・ランドセル
来館登録の申込について**

こども政策課
保育係
☎(24)0340
FAX(23)6700
第2庁舎
1階3

令和5年4月からの申込を受け付けます。

【対象】保護者が就労、病気などで昼間、留守になる小学生

●学童クラブ／保護者の勤務日が週3日以上、かつ勤務終了時間が15時以降のとき（1年生は14時以降でも可）。

●ランドセル来館／保護者が出産や親の介護などにより一時的に昼間留守になるときを

含む。

【申込方法】市指定用紙および必要書類を持参（市指定用紙は、担当窓口、各学童クラブ・児童館、市ホームページから入手可）

【申込期間】令和5年1月10日～31日（各申込先の開庁・開所時間）

【申込先】新規児童（新規の兄弟姉妹がいる継続児童を含む）は、担当窓口。継続児童は、在籍している学童クラブ・児童館

農業委員会委員を 募集します

農業委員会
管理課企画振興係
☎(24)0799
FAX(22)8851
本庁舎
1階14

次期農業委員会委員を募集します。

【業務】農業委員会総会への出席、担い手への農地集積の推進、遊休農地の発生防止と解消など

【対象】農業に関する識見を有し、農業委員会が担当する事項に関し、その職務を適切に行うことができる方

【資格】▼市内農業経営者など農業事情に詳しい方（市職員除く）▼法に規定された欠格条項に該当しない方

【身分】特別職の非常勤職員

【任期】令和5年7月20日から3年間

【募集人員】20人

【報酬】月額3万8000円

【申込方法】推薦（申込）者が市指定用紙および添付書類を持参または郵送 ※市指定用紙は、担当窓口、東部支所、市ホームページから入手可。

【受付期間】令和5年1月16日～2月15日 ※郵送は、2月15日（水）消印有効。

【その他】提出書類に記載された事項は、受付期間の中間と終了後に市ホームページなどで公表します。
〒066-8686 東雲町2丁目34
千歳市農業委員会事務局管理課企画振興係

会計年度任用職員 募集

詳細 申込 〒066-8686 東雲町2丁目34
母子保健課 母子保健係 ☎(24)0771 FAX(24)8418

| 職種／人数 勤務内容 | 勤務場所 | 勤務時間 | 報酬 | 選考概要 |
|---|--------------|------------------------|----------------------------------|--|
| | | 資格 | 任用期間 | |
| 歯科衛生士B／ 若干名 乳幼児健診の歯科 相談、フッ化物塗 布、健康教室（保 育所や幼稚園での 歯科保健活動） | 総合保健 センター | 月5～6回程度 （半日勤務の場合あり） | 時給942円～971円 （交通費別途支給） | 【選考方法】書類審査、面接 【申込方法】申込書（市指定用紙）、 資格免許証の写しを持参または郵送 ※申込書類は、母子保健課か市ホーム ページで入手可。 【申込期限】12月26日（月） ※郵送は簡易書留で同日必着。 |
| | | 歯科衛生士の資格を有する方 | 令和5年2月1日 ～令和5年3月31日 （更新あり） | |

職員 募集



年末年始のごみ収集にご理解とご協力を

廃棄物対策課 廃棄物対策係
☎(23)2110 FAX(23)2492

例年、年末年始の収集日には、多量のごみが出されます。

●環境センターでは、ごみの収集が遅れないように、収集車を増やし、体制を強化します。そのため、ごみステーションによっては、通常とは異なる経路・時間帯で収集することがありますので、お住まいの地区の収集日を確認のうえ、分別して収集日の朝8時30分までに出示ください。

収集した後は、ごみを出さないでください。

※12月31日(出)から令和5年1月3日(火)までは、ごみの収集は行いません。近隣の方の迷惑になりますので、収集日以外には、ごみを出さないでください。

●環境センターに直接家庭ごみを持ち込む方は、年末年始は大変混み合いますので、時間に余裕をもってお越しください。

【受付時間】8時30分～16時30分 ※12月31日～令和5年1月3日は休業します。



国道36号を苦小牧方向へ向かって、信号(美々)を左折。道なりに進み、JRの踏切を渡ると、左手に計量所がありますので、ここで受付を済ませてから指示場所に搬入してください。(10Kgにつき60円の手数料がかかります。)

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

【採用予定】①③④⑤⑥随時／
⑦令和5年4月1日
※③④⑤⑥⑦の身分は会計年度任用職員(非常勤の地方公務員)です。
※年2回の期末手当あり。
【試験方法】①性格適性検査・小論文・個別面接、③面接、⑥書類選考・面接
【試験日程】①③④⑤⑥随時／②12月18日(日)
【会場】市民病院
【申込】①③④⑤⑥⑦随時／②12月12日(月)まで／申込書類を持参または簡易書留で郵送
【提出先】〒066-8550 北光2丁目1-1 市立千歳市民病院事務局 総務課 総務係

| 職種／採用予定人員 | 受験資格 | 月額給料(初任給) ※採用前の経験などに応じて加算あり |
|--------------------|---|--|
| ①看護師／若干名 | ▶昭和47年4月2日以降に生まれた方 ▶看護師免許および実務経験を有する方 ▶2交代もしくは3交代勤務が可能な方または手術室勤務が可能な方(未経験可) ※入職時の配属先は、病棟または手術室を予定。 | 大学4卒者 209,800円 短大3卒者 200,700円 短大2卒者 192,400円 |
| ②病院事業職員(一般事務職)／若干名 | ▶平成5年4月2日以降に生まれた方 ▶4年制大学を卒業し民間企業などの実務経験が3年以上ある方または下記の①から③までのいずれかの資格を有する方(卒業見込みの方を含む) ①四病院団体協議会および医療研修推進財団が付与する診療情報管理士の資格 ②日本医療情報学会が付与する医療情報技師の資格 ③日本医療保険事務協会が行う診療報酬請求事務能力認定試験(医科に限る)認定証 | 大学4卒者 182,200円 短大2卒者 163,100円 |

| 職種／採用予定人員 | 勤務時間 | 給料(月額) |
|-----------------|--|---|
| ③看護師／若干名 | 8:30～17:00 内7時間勤務 ※病棟以外(外来など)における看護業務。 | 185,974円～195,458円 |
| ④夜間専従看護師／1人 | ①16:30～1:00(3交代制) ②0:30～9:00(3交代制) ③16:30～9:00(2交代制) | 164,720円～173,120円 ※夜勤手当の支給あり。 |
| ⑤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。 | 144,606円～166,103円 ※資格・経験不問(有資格の方は賃金加算あり) |
| ⑥医師事務作業補助者／1人 | 8:30～17:00 内7時間勤務 ※エクセル、ワードができる方。 | 131,961円～153,909円 ※資格・経験不問(有資格の方は賃金加算あり) |
| ⑦看護師(支笏湖診療所)／1人 | (月) 8:30～15:15 内6時間勤務 (火～金) 8:30～15:00 内5時間45分勤務 | 160,080円～167,713円 ※市民病院からの送迎あり |

国保医療課 ☎(24)0274
国保給付係 ☎(23)6700
【第2庁舎1階2】

12月は、国民健康保険料と後期高齢者医療保険料【第7期】の納付月です。

医療費などの還付を装った振り込め詐欺にご注意！
市役所の職員になりすまして「医療費の払い戻しがある」と電話をかけ、携帯電話でやり取りをししながらATM機を操作させて現金をだまし取ろうとする「振り込め詐欺」事件が市内で発生しています。
市役所では、「医療費の還付金」などの支払いについて、銀行窓口やATMを使用して手続きを行うことはありません。
このような電話には十分にご注意ください。

スポーツ推進委員功労者

受講者の笑顔が 継続の力に

千歳市スポーツ推進委員

みかみ ゆきお
三上 幸男さん



30年以上にわたって地域の生涯スポーツ普及に尽力。その功績により《スポーツ推進委員功労者》として文部科学大臣から表彰を受けた。カローリングやキンボール、スナッグゴルフなどのニュースポーツ普及に意欲を燃やす。

——これまでの活動で特に印象深いできごと。

30年近く前、体育協会が主催していたスキー教室でスキーを教えていたのですが、最近本州から北海道に初めて来たという人が多かったです。最初は滑ることも大変だった人たちの、教えたターンができたときの笑顔。これが一番嬉しかったですね。受講者の「できた」の笑顔がスポーツ推進委員を継続する力になりました。

——スポーツ推進委員として心がけていること。

「全員が同じスタンス、同じ目線、同じ気持ちで指導できること」。これが私たちスポーツ推進委員の目標と決めています。そのための技術講習会も定期的に開催しています。

——教え子との思い出。

私が指導で唯一、怒った子が

いて、《清流クラブ》というスナッグゴルフクラブのキャプテンでした。あるとき、それまでできていたことが突然できなくなつて、思わず強い口調で怒ってしまったんです。その子は泣いてしまい、私も「悪いことをした」と反省しましたが、その後全国大会で活躍し、好成績を収めてくれました。清流クラブは昨年9月に解散しましたが、大学生になつたその子が私に記念品としてビールのジョッキをくれて、「僕が20歳になったら、一緒にお酒を飲みましょう」と約束してくれたんです。

——今後の目標。

カローリングなどのニュースポーツを継続性のある形にしたいです。今後、町内会での対抗戦などが実現したら嬉しいですし、カローリング協会を千歳市でも立ち上げられたらいいなと思います。

——ニュースポーツの魅力。

キンボールやカローリングなどのニュースポーツは、その場に来てすぐ、誰でも、いつでも気軽に楽しめます。出前講座に来ている高齢者の皆さんは元気ですから、健康寿命を延ばすお手伝いができていると実感しています。地域のひととふれあう機会にもなりますので、楽しい生活が送れますよ。

先生、教えて!



睡眠時無呼吸症候群



市立千歳市民病院
診療部長(内科系担当) 竹藪 公洋

第3回

今月号は、来月号とセットで《睡眠時無呼吸症候群》について紹介します。

この病気は、文字どおり、睡眠中に無呼吸を繰り返し、さまざま合併症を伴う病気です。そのほとんどは、肥満のため

首の周囲の脂肪が増え、睡眠中に舌根が落ちて气道がふさがることによつて息が止まる閉塞型睡眠時無呼吸症候群です。

いびきと無呼吸に家族が気づくことで発見されますが、無呼吸のたびに脳が起こされて深い睡眠に入れないために日中の眠気が強くなり、それがもとで会議中に居眠りしたり、車の運転中に耐え難い眠気に襲われ、交通事故や労務災害を起こしたりします。

実際、睡眠時無呼吸症候群の患者は、健常者の約7倍交通事故を起こしやすいとの統計が出ています。

しかし、事は交通事故や公務災害ということにとどまりません。

本来は睡眠中にリラックとして血圧が下がるのですが、睡眠時無呼吸症候群の方は、夜間頻回に息が止まり交感神経が興奮するため、高血圧、心血管障害、心不全、糖尿病、脳梗塞、夜間の突然死、認知障害のリスクも高く、放置すると生命にもかかります。

日本に少なくとも200万人以上いると言われ、実は非常に身近な疾患です。

市立千歳市民病院では、専門外来もスタートしました(木曜日内科外来、担当竹藪)。次回は診断と治療法についてお話しします。

子育て総合支援センター

子育てスキルアップ講座

市民協働事業
子育て応援クラブ

【入門編】～つたえて・ほめて・しかる～
子どもとのコミュニケーションのコツをお伝えします！

【申込・詳細】
こども家庭課
☎(24)0935
FAX(23)6700

認定こども園・保育園などの 入園受付(2次)を行います

令和5年
4月からの

申請に必要なもの

- ① 保育を必要とする証明書
(就労証明書や自営業証明書、診断書など)
- ② 母子健康手帳
- ③ 令和4年度市町村民税課税証明書など市町村民税額がわかるもの
(令和4年1月1日現在、市外居住の方のみ)

1/15 日 10:30-11:30

【対象】市内に居住する就学前の子の父親
【ところ】げんきっこセンター
【受講料】無料【定員】10人(申込順)
【託児】就学前の子5人程度/申込時に予約
【申込】12/19(月)～

1/23 月 10:00-11:00

【対象】市内に居住する第1子が1歳未満の保護者
【ところ】げんきっこセンター
【受講料】無料【定員】10人(申込順)
【託児】なし/子どもと一緒に受講してください。
【申込】1/6(金)～

《申請書類》
申請書や各種証明書の様式、利用ガイドブックなどをこども政策課の窓口で配布しています。市ホームページからも入手できます。

《利用調整について》
定員を上回る応募があったときは、利用調整基準に基づき選考します。

《注意事項》
必ず令和5年度利用ガイドブックを参照の上、お申し込みください。

受付期間 令和5年1月10日～31日

結果通知 令和5年2月下旬予定

《受付場所・詳細》
こども政策課
☎(24)0340
FAX(23)6700

アスタ

美舞1丁目1-1
☎(24)8341・FAX(24)7021 (10:00-15:00)

休館日 12/29-1/3,1/11

毎日 10:00-14:00

おおきくなったかな～身体測定日

12/16,23 10:00-12:00
プチ講座 ヒーリングDay & 編み物2回コース/暖炉の火を囲みながら、ゆったりと編み物をしませんか。
【対象】乳幼児と保護者

12/19,26,1/16 11:00-
はじまるよ～みんな大好き♪紙芝居・大型絵本

12/20,27,1/10 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

12/21(水) 10:00-12:00
足育の日/バランスミニおやま、ロープの平均台も新登場!凹凸マットで足裏を刺激し足育しませんか。

1/6,13 10:00-14:00
ヒーリングDay/たき火の映像を見てリラックスしませんか。

1/17(火) 11:00-
1月誕生会/フォトスポットで記念写真を撮りませんか♪

みんなの児童館

各児童館にお問い合わせください

12/20(火) 10:30-11:30
Happy Christmas
サロンとの合同行事です。みんなで過ごすHappy Time!
【定員】15組【申込】12/12(月)～いずみさわ児童館 ☎ FAX(28)6110

1/19(水) 10:30-11:30
企業連携ぶちゼミ 産後ボディメンテナンス講座/育児・家事の合間にできる「骨盤メンテナンス」、「リフレッシュ体操」をしませんか。/提供:北星病院、合同会社Life 3i7・桜が丘・センター
【対象】産後6か月までの方
【定員】12人(申込順)
【申込】12/19(月)～ひので児童館 ☎ FAX(24)3163

1/27(金) ①10:00-11:00 ②13:00-14:00
ストリングアート(釘と糸)
木の台に釘を打ち、糸を張り巡らせアート作品を作ります。
【対象】乳幼児と保護者
【定員】各4組(抽選)
【申込】1/10-13(12:00-15:00)

げんきせんたく

新富1丁目2-14
☎・FAX(26)2070 (9:00-17:30)

12/18(日) ①9:30-12:00 ②13:30-16:00
休日開館
※午前中は遊戯室の利用ができません。

1/11(水) 11:00-11:30
あそびの芽～お正月あそび
風船羽根つき、簡単なカルタやコマなどで遊びましょう。
【対象】就学前の子と保護者

1/27(金) 10:30-11:15
あかちゃんから始めるむし歯予防講座
【対象】11か月までの子の保護者
【定員】12人(申込順)
【申込】12/20,21

1/31(火) 10:30-11:15
お庭DE雪遊び
【対象】就学前の子と保護者
【定員】12組(申込順)
【申込】1/10(水)～

1/23(月) 10:00-11:30
教えて!ファミサポ・緊サポ
市のファミリー・サポート・センターと緊急サポートネットワークの説明と登録。
【定員】10人(申込順)
【申込】1/11,12

おどろきせんたく

花園4丁目3-1
☎・FAX(40)1717 (9:00-17:30)

12/21(水) 11:40-12:00
おはなしだいすき♪/大型絵本の読み聞かせなど
【対象】就学前の子と保護者

1/7(土) ①9:30-12:00 ②13:30-16:00
支援センターデビューDAY
センター初来館記念のフォトコーナー。子育てコンシェルジュに子育て相談など

1/8(日) ①9:30-12:00 ②13:30-16:00
休日開館

1/18(水) 10:30-11:30
お庭で雪遊び
【対象】就学前の子と保護者
【定員】15組(申込順)
【申込】1/10,11

1/19,26,2/2 10:00-10:45
にこにこランド/同じくらの月齢のお子さんで集まって、一緒に遊びを楽しみませんか。
【対象】生後9か月～1歳半の子と保護者【定員】各日10組(抽選)
【申込】1/5,6(初回の方優先)

※新型コロナウイルス感染症の状況により、日程などが変わることがあります。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。
※館内が混み合っている場合には入館をお断りすることがありますのでご了承ください。
広報ちとせ 令和4(2022)年12月号 16

12・1月の健康相談日

12/12, 1/16 9:30-11:30

健康の簡易チェック(血圧測定・体重測定・尿検査)、医師・保健師の健康相談、栄養士の栄養相談、歯科衛生士の歯科相談(偶数月)

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

1/6, 1/20

BCG予防接種

【対象】対象者には案内を郵送しています。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

1/16 9:45-11:00

わくわくママクラブ①妊娠中の過ごし方

【対象】妊娠中の方
【定員】10人(申込順)
【申込】1/12(木)まで
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、飲み物

1/16 11:00-12:00

マタニティ歯科相談・栄養相談

【対象】市内居住の妊娠中の方
【持ち物】母子健康手帳

① 1/30, ② 1/12

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

【対象】①1年以内に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)
看護師・医師が24時間、症状や応急手当など相談に応じます

保健師・栄養士のリレーコラム

1年に1度は特定健診をご利用ください



市は、千歳市国民健康保険にご加入の40~74歳の方に特定健診の受診をご案内しています。特定健診はメタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病を早期発見するための健診です。

千歳市国保特定健診を受診された方のうち、約9%が特定健診指導の対象となっています。特定健診指導は、特定健診結果で内臓脂肪の目安となる腹囲に加え、血圧、血糖、脂質の検査データが一定基準以上の方が該当します。市は対象になった方に保健指導を実施し、健診結果を生活習慣病の予防に役立てています。

特定保健指導対象者の健診結果をみると、既にⅡ度高血圧(収縮期血圧160以上または拡張期血圧100以上)の方が1割以上を占めていました。

健診で高血圧がわかり、家庭血圧の測定や医療機関の受診、生活習慣の見直しで、血圧が改善する方も多くいます。生活習慣病の多くは自覚症状がないまま進行し、脳卒中や心筋梗塞などの大きな病気を発症する原因となりますが、特定健診を受診することで早期に生活習慣病を発見し、病気の重症化を予防することができます。

健診は客観的に自分の健康状態を把握する機会でもあります。健康を保つために1年に1度は特定健診をぜひご利用ください。

(市民健康課 保健師)

各種健(検)診のご案内

健診申込専用ダイヤル ☎(24)0617

総合保健センター

・1/24, 25, 27, 2/25, 26(7:00~10:30)
・1/26, 2/27, 28(7:00~11:00) 女性のみ
・1/26, 2/27(13:00-14:00) 子宮・乳がん検診
・2/28(13:00-14:00) 乳がん検診のみ

北海道対がん協会札幌がん検診センター

1/15, 2/21, 22 (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。

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

1/18(水)
10:00-12:30

介護食講習会

~介護食について知ろう~

講師: 千歳市食生活改善推進員
内容: 講話、調理実習(料理は持ち帰り予定)

☎健康づくり課

☎(24)0768 ☎(24)8418

【ところ】北ガス文化ホール2階調理教室
【受講料】500円
【定員】16人(申込順)
【持ち物】上靴、エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具、飲み物、マスク(不織布)、体調チェックシート
【申込】12/12-1/6
【主催】千歳市食生活改善協議会

子ども・妊婦ネウボラ(子育て・妊婦相談の同時開催)

| とき | ところ |
|---------------------|-----------|
| 1/12(木) 10:00-15:00 | 総合保健センター |
| 1/16(月) 10:00-15:00 | 総合保健センター |
| 1/20(金) 10:00-14:00 | げんきっこセンター |
| 1/25(水) 10:00-14:00 | ちとせっこセンター |

《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

妊婦ネウボラ(助産師などによる妊娠・出産・産後相談)

| とき | ところ |
|---------------------|----------|
| 1/30(月) 10:00-15:00 | 総合保健センター |

【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



冬の千歳川バードウォッチング オジロワシ観察会

冬の千歳川上流域にはオジロワシが飛来します。遡上したサケを狙う姿を観察しましょう。

対象 小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)

とき 令和5年1月22日(日) / 8時40分～12時 / 市役所駐車場集合 / 悪天候などによる中止時は電話連絡あり

ところ 千歳川上流域(ふ化場橋～第四発電所の下流400m地点付近)

¥ 無料 **定員** 20人(申込順)

申込 12月21日(水)～ / **☎**か**☎**で申し込み
持ち物 防寒具・カイロなど、長靴または雪上を歩ける靴など

※「ちとせを学ぶスタンプラリー」対象事業です。

☎ **申** **申** **環** **境** **課**

☎ (24) 0597 **FAX** (22) 8851



地元就職・人材確保支援事業 実施プログラムのご案内

▼個別就職相談 / キャリアアドバイザーが、履歴書作成から面接まで伴走型の就職サポートをします。

とき 12月16日(金) / 10時～17時

ところ 総合福祉センター307号

定員 6人(申込順)

▼企業向け外国人労働者採用支援セミナー / 外国人労働者の採用をお考えの企業向けに、「基礎から学ぶ」外国人労働者採用支援セミナーを開催します。 / 講師 斎藤 倫祥 氏(外国人実習雇用士)、ピアエピョ ヘイン 氏(外国人雇用管理責任者)

とき 令和5年1月12日(木) / 15時～16時

ところ 北ガス文化ホール4階小会議室1 **定員** 15社(申込順)

▼▼共通事項

¥ 無料 **申込** **☎**か**☎**で申し込み

申 **株** **K** **G** **情** **報** **札** **幌** **支** **社** / 平日9時～18時

☎ 0800(800)0202 **FAX** 011(213)1308

☎ **市** **商** **業** **労** **働** **課**

☎ (24) 0602 **FAX** (22) 8851

ちとせ環境と緑の財団からのお知らせ

▼園芸教室 プリザーブドフラワーで作るバラのかべ飾り / プリザーブドフラワーのバラや小花、葉物類を使っておしゃれなかべ飾りを作ります。 / 講師 沢田 千華 氏(恵庭市 千の華主宰)

対象 市内に居住している方

とき 令和5年1月21日(土) / 午前の部 10時30分～12時、午後の部 14時～15時30分

ところ 北ガス文化ホール4階大会議室 **¥** 1,500円 **定員** 各回20人(申込順) **申込** 12月15日～23日 / **☎**で申し込み **持ち物** 汚れても良い服装、作品持ち帰り用袋

▼花と緑の講演会 ハーブを使ってリフレッシュ～春に向けて今から楽しいガーデニング

ハーブを使った庭づくり、芝生代わりにハーブを使う方法、心と身体をリフレッシュさせるハーブの使い方などを講演します。 / 講師 黒田 正子 氏(黒田ハーブ農園北海道株式会社 代表取締役・北海道グリーンコーディネーター)

とき 令和5年2月18日(土) / 13時30分～15時30分

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 12月19日～令和5年2月3日 / **☎**で申し込み

▼鉢物譲ります

観葉植物 1鉢(高さ約20cm)

☎ **申** **申** **ち** **と** **せ** **環** **境** **と** **緑** **の** **財** **団**

☎ (22) 1117 **FAX** (22) 1118



親子で学ぶこども環境教室

▼エネルギーの“創・蓄・省”とものづくり教室 / 地球温暖化が地球環境に与えるさまざまな影響や日常生活で地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出について考え、省エネ、LEDの良さを学ぶ体験学習を行います。

内容 学習+ものづくり(太陽光パネル・蓄電池付きLED照明を製作)

対象 小学生以上の子と保護者

とき 令和5年1月15日(日) / 10時～12時

ところ 北ガス文化ホール3階中会議室

¥ 無料 **定員** 20組(申込順)

申込 12月22日(水)～ / **☎**か**☎**で申し込み

☎ **申** **申** **市** **環** **境** **課**

☎ (24) 0590 **FAX** (22) 8851

新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更になることがあります。最新情報は各種団体のホームページか電話などでご確認ください。イベントなどに参加する際は、手洗いや手指消毒の徹底、マスク着用、距離をとるなどの《新北海道スタイル》の実践をお願いします。

お知らせ INFORMATION

学校に行けない子どもに教育の機会を書きそんじハガキ収集キャンペーン

世界中の学校に行けない子どもたちなどに教育の機会を提供するため、書きそんじなどでポストに投函しなかった切手付きの郵便ハガキや未使用の切手を収集するキャンペーンを行っています。事務局まで、持参または郵送で提供をお願いします。

実施期間 令和5年2月10日(金)まで

☎ **申** **申** **千** **歳** **ユ** **ネ** **ス** **コ** **協** **会** **事** **務** **局** (**市** **生** **涯** **学** **習** **課**)

☎ 066-8686 東雲町2丁目34

☎ (24) 0848 **FAX** (27) 3743

地雷撤去のため 書きそんじハガキを集めています

カンボジアの地雷被害をなくすため、書きそんじハガキなどを集めて換金し、地雷撤去団体へ寄付しています。ハガキ2～3枚で1mの地雷撤去費用になります。

対象品 書きそんじ・未使用ハガキ、未使用切手、未使用テレカ、Q.U.Oカードなど **送付** 令和5年3月31日(金)必着

☎ **申** **申** **送** **付** **先** (一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン

☎ 814-0002 福岡市早良区西新1-7-10-702 **☎** 092(833)7575

見る/学ぶ LEARNING

市民病院の市民健康講座

当院で行っている緩和ケアについて / 講師 福島 剛(市立千歳市民病院 副院長)、吉田 綾子(緩和ケア認定看護師)

※参加者は、マスクを着用願います。

※入り口は、正面玄関です。

とき 12月17日(土) / 13時～14時

ところ 市民病院2階講義室 **¥** 無料

☎ **申** **申** **市** **民** **病** **院** **地** **域** **医** **療** **連** **携** **課**

☎ (24) 3000 **☎** 8138 **FAX** (24) 3030

参加料・入場料 詳細・申込先、会場 電話番号 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 市の組織・施設

ミアーズ中学校交流事業

ホストファミリーボランティア募集

姉妹都市のアラスカ州アンカレッジ市にあるミアーズ中学校の皆さんが千歳市を訪ねます。家族の一員として温かく迎えていただけるホストファミリーを募集します。ご自宅でお気軽に国際交流してみませんか。

対象 市内の中学校に通う生徒のいるご家庭 **期間** 令和5年5月下旬～6月上旬(1週間程度) **応募** 令和5年1月31日④まで/依頼内容・申込は二次元コードから

※実際にホストファミリーを依頼する場合には令和5年2月中にご連絡します。

千歳国際・友好都市交流協会事務局(交流推進課内)
☎(24)0482 ☎(22)8851



イベント

EVENT

千歳市消防出初式

新年にあたり「災害や危険から暮らしを守るまち」の実現に向けて、消防職・団員の士気高揚を図ることを目的に開催します。

内容 部隊観閲、機甲太鼓披露、式典など **とき** 令和5年1月6日④/10時～12時/開場9時30分

ところ 北ガス文化ホール **無料**

千歳消防本部 総務課

☎(23)5312 ☎(22)8850



ちとせ創業支援セミナー

創業を始める上で必要となる4つのジャンル「経営」「財務」「販路開拓」

「人材育成」の基礎的な知識・ノウハウについて学ぶことができます。4つすべての講座を受講すると、登録免許税の軽減や融資制度の優遇など、創業時にメリットを受けられる証明書書を市から受け取ることができます。

対象 創業に興味がある方、創業してから5年未満の方

とき 各日18時～19時30分

①12月14日④: 経営に必要な知識と知恵

②12月16日④: 創業までに知っておきたい財務の知識/講師 山下善隆氏(むらざみ経営グループ 中小企業診断士)

③令和5年1月18日④: SNSを活用して事業の魅力を発信しよう!～今日からできるマーケティング戦略~/講師 川手有沙氏(Possibility.Labo 代表)

④令和5年1月27日④: スタッフと築き上げた千歳ワイナリー/講師 三澤計史氏(北海道中央葡萄酒㈱・千歳ワイナリー 代表取締役)

ところ まちライブラリー@ちとせ

無料 **定員** 各15人(申込順)

申込 二次元コードから申し込み/各セミナーの実施日2日前まで

千歳商業労働課

☎(24)0598 ☎(22)8851



募集

WANTED

「暴力追放運動」標語募集

暴力追放を内容とする標語の募集/(例)「暴力は、しない、させない、許さない」

対象 市内に居住または通勤・通学している方 **応募** 12月23日④まで/作品に住所、氏名(ふりがな)、年齢、連絡先を記載し、持参または郵送/応募作品の返却不可

表彰 優秀1人、入選若干名/賞状・記念品贈呈 **表彰式** 令和5年1月30日④18時～ 西洋軒

その他 受賞作品は令和5年2月1日④～市役所市民ホールに掲示予定

千歳市暴力追放運動推進協議会事務局(札幌方面千歳警察署内)

☎066-0042 東雲町5丁目61

☎(42)0110 ④381

公立千歳科学技術大学

コンファレンス・公開講座

▼SNCコンファレンス

地域からのゼロカーボン～持続可能性に向けた3つの視点～

基調講演 妹尾 堅一郎 氏(NPO法人産学連携推進機構 理事長)、横田 隆一(千歳市 副市長)/パネルディスカッション《ちとせにおける取り組みと課題》

とき 12月20日④/13時30分～16時30分 **ところ** 千歳アルカディア・プラザ1階多目的室 **無料**

定員 会場30人/オンライン100人

※詳細はHPをご覧ください。

▼公立千歳科学技術大学公開講座

情報セキュリティ往古来今/講師 高野 泰洋 准教授・博士(情報科学)理学博士(工学)(公立千歳科学技術大学情報システム工学科)

とき 令和5年1月21日④/14時30分～15時30分/Zoomウェビナーによるオンライン開催 **無料** **定員** 100人(申込順) **申込** HPで申し込み

千歳科学技術大学地域連携センター ☎(27)6192

HP <https://snc.chitose.ac.jp/>

キウス周堤墓群 世界文化遺産登録1周年記念行事

▼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 ①令和5年1月5日④/10時～12時、②1月5日④/13時～15時、③1月8日④/10時～12時、④1月8日④/13時～15時 **無料**

定員 各12人(抽選) **申込** 12月19日～27日/☎で申し込み/抽選結果は当選者のみ12月27日④以降に☎で連絡します **持ち物** タオル、飲み物、汚れても良い服装

▼企画展 あなたのそばの遺跡たち～千歳市内の遺跡紹介～

市内の寿・日の出・豊里・旭ヶ丘地区にある身近な遺跡を紹介します。

とき 令和5年1月11日～3月24日/休館日④⑤⑥(第2④は開館を除く)

無料

千歳埋蔵文化財センター

☎(24)4210 ☎(21)9301

※受付時間 平日9時～17時



千歳スキー連盟の講習会

▼ジュニア(小学生)

とき ①令和5年1月7日～9日/
②1月10日～12日/③1月28、29日/
④2月4、5日

※最終日バッジテスト受検可。

ところ 市民スキー場

▼スキー教室(中学・高校生)

とき 令和5年1月7日～9日

ところ 市民スキー場

▼一般講習(平日)

とき 令和5年1月18日(水)

ところ 北長沼スキー場

▼一般講習(土日)

とき 令和5年1月21日(土)～/毎週(土)日

ところ 各スキー場

▼スキルアップ講習(1級保持者または同レベル)

とき 令和5年1月22日(日)

ところ マウントレースイスキー場

※詳細は千歳スキー連盟のHPをご確認ください。

◎千歳スキー連盟

☎(22)0776(平日19時～21時/火)

◎は13時～15時可)

HP <http://ski-chitose.main.jp/>



図書館からのお知らせ

▼冬休み子ども読書推進事業 くじびぎ×ビンゴ

図書館でビンゴ用紙をもらおう!

①カウンターでくじを引こう。

②くじで当たったビンゴ用紙をもらおう。

③ビンゴ用紙に書いてあるテーマの本を5冊、図書館で探して読もう。

④本を読んでビンゴになったらカウンターに持ってきてね。記念品がもらえるよ。

対象 小学生 とき 12月10日～令和5年1月31日 定員 100人(申込順)

▼冬休み特別上映会/アニメ《ムーミン谷とウインターワンダーランド》

とき 12月25日(日)/14時～15時30分

¥無料 定員 50人(申込不要)

▼駐車場の除雪について

駐車場の除雪作業は、図書館閉館時の深夜から早朝に実施しています。この間の駐車は作業の妨げとなりますので、ご遠慮ください。

◎市図書館 ☎(26)2131 ☎(26)2133

令和5年

千歳市はたちのつどい

誓いのことは、中学校時代の恩師からのビデオレター、協働会議メンバーの企画などを予定しています。

対象 平成14年4月2日から平成15年4月1日の間に生まれた方/市内に住民登録がある方には、11月中旬ごろにはがきでご案内していますが、市外にお住まいの方も入場できます。

とき 令和5年1月8日(日)

第1部:13時～14時

第2部:15時30分～16時30分

※入場には受付票が必要です。(案内はがきに添付している受付票を切り取り持参/市ホームページからダウンロード/当日会場で記入)

ところ 北ガス文化ホール

※詳細は、市ホームページをご確認ください。

◎市生涯学習課

☎(24)0848 ☎(27)3743



文化/スポーツ CULTURE/SPORT

体育協会からのお知らせ

▼スケート教室(初心者)

対象 市内に居住する小学1年生

とき 令和5年1月11、12、13日

①9時30分～11時

②11時15分～12時45分

ところ 青空公園スケートリンク/悪天候時は、ふれあいセンター

¥1,100円

定員 ①、②とも30人(申込順)

申込 12月15、16日/HPで申し込み

▼クロスカントリースキー講習会

①歩くスキー、②スケートン走法など

対象 市内に居住する小学生以上の方で①初心者、②中級者(スケートンなどの応用編)

とき 令和5年1月15日(日)/①9時45分～11時45分、②13時～15時

ところ 青葉少年野球場

¥無料 定員 各25人(申込順)

申込 12月15日～24日/HPで申し込み

◎千歳市体育協会 振興課

☎(22)4150 ☎(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/日・月・祝休み)

新年かきぞめ大会

学年ごとの課題を制限時間30分で書き上げます。全作品に賞をつけて展示します。

対象 幼児、小・中・高校生、成人

とき 令和5年1月15日(日)/10時～11時/受付9時30分～9時50分

ところ 総合武道館

¥1,000円(参加賞あり)

申込 12月20日(火)まで

◎千歳習字教育連盟事務局

伊阪 ☎090(5226)5229



共同募金リサイクルカレンダー市

会社やご家庭の未使用のカレンダーをリサイクル販売し、その益金の全額を赤い羽根共同募金として地域の福祉活動に活用します。

とき 令和5年1月11日～14日/10時～17時/最終日は15時まで

ところ 千歳市社会福祉協議会事務所
◎千歳市共同募金委員会(千歳市社会福祉協議会内)

☎(27)2525 ☎(27)2528

¥ 参加料・入場料 詳申会 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 市の組織・施設

ちとせ Chitose
Holmenkollen Marsjen
ホルメンコーレンマーチ

¥ 無料 申込 令和5年1月7日④まで/窓口、FAX、HPのいずれかで申し込み
※詳しくは、千歳市体育協会HPの大会要項をご覧ください。
表彰 雪合戦・綱引きは3位までのチームを入賞とし、各景品および副賞を贈呈
詳申 ちとせホルメンコーレンマーチ実行委員会事務局
☎ (22)4150 FAX (24)2320 (9時~17時/④⑤⑥)と12月29日~1月3日は休み
HP <http://www.chitose-taikyo.or.jp/event/detail.php?id=221>



令和5年
2月11日
土祝

千歳歩くスキーの集い

対象 小学生以上の方(市外の方も可)
会場 青葉公園内歩くスキーコース
3.5km 1周
※今回は競技種目はなく、順位付け
や表彰などありません。
※スキー板、靴、ポールの貸し出しあり
(数に限りがあるので先着順)。

千歳雪合戦

対象 高校生以上で監督を含めた6人
1チームでの参加。補欠は4人まで
会場 青葉公園多目的広場
定員 8~10チーム(申込順)
※ヘルメット・チームフラッグのレ
ンタルが必要なときは、参加申込書
に記入してください。

小学生雪上5色綱引き
(スポーツ少年団対抗戦)

対象 各市町村でスポーツ少年団登録
している団体に属している小学生/
チーム編成は高学年5人、中学年3
人、低学年2人の児童とする
会場 青葉少年野球場
定員 10チーム(申込順)

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 12月18日④/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。詳細は温水プールのホームページ
をご覧ください。冬休みには短期水泳教
室やジュニアスキースクール、スケ
ートスクールなども開講します。

詳申 温水プール

☎(49)7001 FAX (49)7003

水泳協会の初心者水泳スクール

対象 園児(4~6歳)

とき 2日間コース

①令和5年1月5、6日/11時15分~
12時15分、②令和5年1月7、8日/
11時15分~12時15分

ところ ビーバースイミングクラブ

¥各2,420円 定員 各10人(申込順)

申込 12月12日④~/☎で申し込み

詳申 千歳水泳協会(ビーバースイ
ミングクラブ内)

☎(24)1336 FAX (24)1516

ゲートボール体験教室

とき 12月13、20日/9時~12時

ところ ふれあいセンター ¥無料

持ち物 上靴、飲み物

詳申 千歳ゲートボール協会

伊東 ☎090(6698)3046



【詳細】千歳防犯協会
(千歳警察署生活安全課内)
☎(42)0110 内線261



App Store



Google Play

インストールはこちら!

「詐欺電話がきたら
#9110」

忘れないで! 特殊詐欺被害
防止の統一フレーズ!!

まずは一度ご活用ください。
アプリ内の犯罪・不審者・
特殊詐欺マップは北海道警
察ホームページ上でも公開
しています。自主防犯パト
ロールのポイントで昇任試
験にチャレンジできる機能
などもあり、お試し気分
です。

これらの機能を有する北
海道警察のスマートフォン
用防犯アプリケーシオンで
す。

●地図情報と連動した犯罪
発生情報、不審者情報およ
び特殊詐欺関連情報の配信
●防犯ブザー・痴漢対策、
110番通報

ほくとポリスの
運用開始について

防犯ばなし



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。

11/3

児童虐待防止のシンボル《オレンジリボン》 高校生ボランティアが配布



市内の高校生ボランティアが、児童虐待防止のシンボル《オレンジリボン》をイオン千歳店で配布しました。オレンジリボンは11月の《児童虐待防止推進月間》にあわせ、啓発品として作成。イオン千歳店のスタッフに贈呈したほか、1階フードコート横に設置された展示ブースにて来店した方への配布・呼びかけを行いました。配布に参加した生杉 海夏さん（千歳北陽高校ボランティア部）は、オレンジリボンに込めた思いとして「受け取った方が、にぎやかで楽しく、仲のよい家庭を築けたらいいなと思います」と話しました。



11/11

最高峰の舞台で堂々入賞 スコーレ千歳が快挙を報告



スコーレ千歳に所属する森本 将太さん（千歳中2年）、石黒 梨恵奈さん（桜木小6年）、酒井 桃花さん（北陽小6年）の3選手が市役所を訪問し、全国からトップスイマーが出場する最高峰の2大会で達成した快挙を報告しました。13歳ながら14歳以下のカテゴリーで5位に入賞した森本さんは、コーチの北本 剛毅さんが「来年のすべての大会で優勝候補」と太鼓判を押す逸材。「来年は優勝めざしてがんばりたい」と、早くも次の大舞台を見据えていました。

8/22

全国 JOC ジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会



女子 12歳以下
フリーリレー
4×50m **3**位

10/2

JSCA ブロック対抗 水泳競技大会



女子 12歳以下
フリーリレー
4×50m **3**位



男子 14歳以下
背泳ぎ 200m **5**位

11/14

冬の交通安全運動 人波街頭啓発



市は、千歳市交通安全運動推進委員会と共催で、11月13日から22日までの《冬の交通安全運動》にあわせ、14日、千歳警察署員や交通安全協会の会員ら約30人とともにJR千歳駅前周辺の沿道において、《スピードダウン》などと書かれた旗を掲げながら、通行車両に対し交通安全を呼びかけました。また、交通安全運動期間中は、街頭啓発のほか、「高齢者の交通安全教室」を開催し、さまざまな危険性への理解を深めていただきました。



11/15 無事故無災害を願って 除雪安全祈願祭

降雪時期の到来を前に、除雪時の安全を願い、車両センターにおいて《除雪安全祈願祭》が行われました。祈願祭では、除雪業務を担う千歳市環境整備事業協同組合の荃津代表理事のほか、横田副市長や浜除雪部会長、各ブロック長ら13人が代表して玉串をささげ、関係者約50人が今シーズンの無事故を祈願しました。荃津代表理事は作業員に向けて「初心に戻り、無事故無災害で乗り切るようお願いしたい。市民に喜ばれる除雪をしましょう」と呼びかけました。



11/21 3年ぶりに親交あためる 東京千歳会交流会



東京千歳会は、東京都内のホテルにおいて令和元年以来3年ぶりの交流会を開催しました。参加した163名は久しぶりの再会を喜び、ふるさと千歳を語り合いました。交流会は、太田 英昭 会長のあいさつに始まり、市内立地企業や支笏湖まつり実行委員会などのPRが行われたほか、市に勤務する航空会社社員によるスピーチが行われ、参加者は大いに楽しんでいました。平成14年に設立された東京千歳会は、今や全国各地に500名を超える会員を擁しています。

人のうごき

《総人口》
97,678人 (-15)
男性 49,687人 (-32)
女性 47,991人 (+17)
《世帯》51,450世帯 (+3)
()内は、前月との比較です。

12-1
現在

広報ちとせからのお知らせ

広報ちとせの発行日は毎月10日です。この日までに届かないときは、次の番号にご連絡ください。なお、町内会に加入しているしていないを問いません。

広報広聴課 広報係
☎(24)0104 FAX(22)8851

11/27 ゲームでつながる楽しさ、学びを体験 北海道エアポートeスポーツチャレンジ2022

人気ゲーム《FORTNITE》の対戦イベント《北海道エアポートeスポーツチャレンジ2022》が新千歳空港のポルトムホールで開催されました。イベントは親子DUO部門とSOLO部門に分かれ、参加者は対戦ブースでゲームをプレイ。別室に設けられた大型スクリーンに対戦の様子が放映され、会場を盛り上げました。25組が参加した親子DUO部門は、3回のラウンド制で合計獲得ポイントを競う形式。第2ラウンドを制した市内在住の北川 沙絵子さん・稜真さん(小学5年生)親子が、総合3位に入賞しました。稜真さんは「(3位という結果に)少し悔しい気持ちもある」としながらも「今後もeスポーツの大会で活躍したい」と意気込んでいました。





みどり台小学校開校記念トークショーに参加した児童と《近藤健介選手・万波中正選手》



トークショーの進行を頑張った3人



抽選会で当選した児童たち



見学先の千歳水族館スタッフ

千歳市応援大使

■北海道日本ハムファイターズは、2013年から10年間かけて道内179市町村の地域活性化活動を行っています。最終年を迎えた2022年は、千歳市の応援大使として《近藤健介選手》と《万波中正選手》が選出され、これまでに応援観戦バスツアーや野球教室など、さまざまなイベントを実施してきました。11月26日には、応援大使となった両選手を招き、《みどり台小学校開校記念》として、児童を対象としたトークショーを開催したほか、千歳水族館の見学や、市民を対象としたトークショーを行いました。参加者は、抽選でサイン入りのボールやユニフォームだけでなく、たくさんの笑顔と元気をもらいました。

瞬きの点景。

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



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
LINE公式アカウント

LINEで「千歳市」を友だち追加

YouTube
千歳市公式チャンネル
千歳市の動画～ソラタヨ MOVIE～

今月の表紙

千歳市観光PR大使に就任した声優・アーティストの鈴木 愛奈さん。就任式の舞台裏での一枚です。サインと観光PR大使の名刺を持ってにっこりと微笑み、「千歳の魅力、発信します!」と語ってくれました。



11月3日
ポルトムホール(新千歳空港)で撮影

■今月号の鈴木愛奈さんインタビューを担当させてもらいました。千歳の良いところを、自身の体験談を交えて淀みなく語るのにはさすが。しかも、とっても素敵な声で。何度「サインください」の一言が仕事に出かかったか。あ、市民の皆さんへのサインならちゃんともりました。表紙を飾っていますよ。

菊

■もうすぐクリスマス。子どものころは、夜遅くまでサンタクロースを待っていたクリスマス。今年は、夜遅くまで待っても、どんなにお願いをしてもサンタは来れないようだ。昨年のクリスマスでたくさんお願いしたからだと思う。サンタさん、今年是我慢するので来年はよろしくお願いします。

編集後記