

子育てママによる、子育て情報の発信

ママから net. が伝えたいこと

mamakaranet.

《市》と《link ～つなぐ（市民公益活動団体）》は、「千歳市の子育て支援情報を実体験にもとづく保護者の視点で発信する」ため、「子育てするなら、千歳市」プロモーション事業として《ママから net.》を昨年4月にスタートしました。ママから net. は link ～つなぐに所属する子育て真っ只中のママ4人がブログや SNS を活用して、市の子育て施策や子育てに役立つ情報を発信しています。今月の特集では、本事業を1年間実施してきたなかで得られた喜びや見えてきた課題などを紹介します。

子育てママの 本音トーク



—— 子育てセンスの違いが生み出す多様な情報発信

T 同じ子育て支援センターに通っていても交わらなかつた4人が集まったことで、子育てを全く違う視点で見ることができたのは、面白い発見でした。

O みんな個性があり、それぞれが着眼するところ、気になるところが違うので、うまい具合に興味の対象が散らばっています。私が担当しているインスタグラムは、親子で楽しめるイベントや場所の情報発信ですが、実際にメンバーで足を運んで体験したりリアルな声などを発信しています。

T みんな子育てを経験しているので、自分が子育てをしていて知りたい情報を思いかえしたり、足をつかって探したりしています。

H 私は、ツイッター担当で、公園の情報を発信することが多いです。新しい遊具があったり水遊びができたりする公園など、インターネット検索ではなかなか知り得ない《生きた情報》を発信するよう心がけています。

F 私は、ブログを担当しています。反響があったのは、「ようこそ北国へ」という記事です。千歳に転入した方から、北国の冬の備えに関する質問があり、それに答える内容にしました。

MEMBER



O / 小関 夕紀 さん
Ozeki Yuki

Instagram担当。
ネイル用品を使っ
てのハンドメイドが得意。



H / 早坂 麻奈美 さん
Hayasaka Manami

Twitter担当。情報は
足をつかって探すアウト
ドア派。



T / 田澤 恵美 さん
Tazawa Megumi

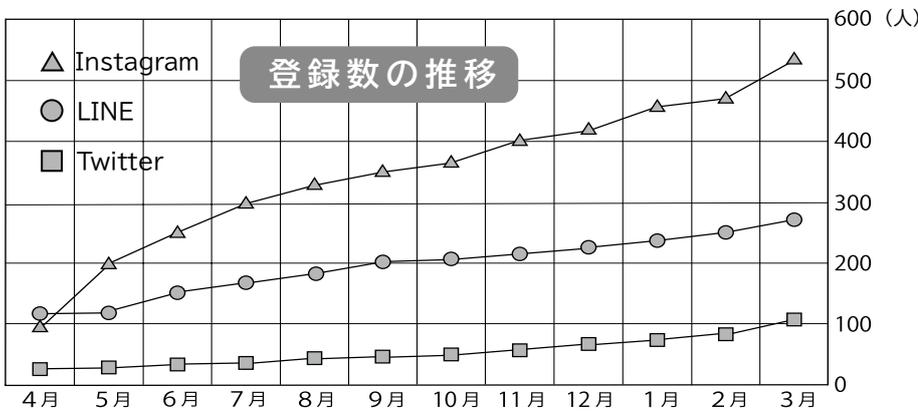
ブログ、ライン担当。育
児絵日記をつけるのが
趣味。



F / 藤根 律子 さん
Fujine Ritsuko

ブログ担当。4年前に千
歳に転入。転入者の目線
で取材。

“ママから net.” の登録数が増えています ※平成31年4月に運用開始



F この1年間、取材先やセン
ターの先生方から得られた情報
が公開されていることを知りま
すが、よく調べるといろいろな情
報が公開されていることを知りま
した。大切な情報をもっとわか
りやすく紹介していくためにも、週
に1回ではなく、頻繁に更新した
いですね。

H 情報収集するときは、いまま
では、あまり見ていなかった市の
ホームページをよく見るようにな
りました。情報を探すのは大変で
すが、よく調べるといろいろな情
報が公開されていることを知りま
した。大切な情報をもっとわか
りやすく紹介していくためにも、週
に1回ではなく、頻繁に更新した
いですね。

T 本当は、もっとスピード感を
持って、リアルタイムな情報を発
信していきたいです。例えば、「ど
こかで不審者がでた」、「この
公園の桜が咲いた」などは情報の
鮮度が大切です。まだまだ、お母
さん方は、欲しい情報を欲しいタ
イミングで受け取れていないと感
じます。

—— 見えてきた課題。市と
子育てママとの潤滑油



T 市の事業やサービスで市民の
皆さんに届いていなかったり、知
らなかつたりするものを、専門用
語などを使わず、わかりやすく説
明していきたいです。また、子育
て中の方が求めていることを市に
も伝えていきたいですね。

O 市のイベント情報だけではあ
れば、私たちママでなくても発信で
きるのですが、私たちが発信する意味
を考える必要があります。生活に
根付いたママ目線での情報が大切
です。ママから net. は、そう
いう情報の発信が求められている
と思います。

は、私の子育てにとっても役に立っ
たけれど、全部を紹介できないも
どかしさがあります。



こども政策課とママから net. の
メンバーで情報発信の内容を検討
する会議を毎月開催しています。



イラスト / Tazawa Megumi

外出自粛が続くなか、わたしたちが、でキネント

子育て支援センターや児童館の再開を待ってる親子はたくさんいると思います。

こんな状況でも子どもを預けて働いてることのジレンマや、預け先の先生たちに感謝していること、外出自粛中の子育てをリアルに発信することくらいしかできないですが、飾らない言葉で伝えていきたいと思っています。

休館や延期などの情報も大事ですが、これだけ自粛が長引き、家にいる時間も長いと、家での過ごし方のヒントになる投稿などもできたらいいと思います。外出自粛になってからは特に「私なら何を知りたい?、これが役に立った」という視点で考えています。例えば、飲食店のテイクアウトサービスなどの情報は発信していきたいです。

テイクアウトできる飲食店情報は、本当に欲しい情報です。外出自粛中でなくても、子連れで行ける飲食店の情報を求める声は多いですよ。可能な限り前向きになれる発信をしたいですね。ここで遊べますとか、自宅で遊べるものの提案とか、家

で過ごす保護者のストレスと発散できない子どものストレスに寄り添えるものにしたいです。

中止とか延期のお知らせばかりの発信だと追いつかれないような気がしますよ。テレビやスマホをみても、そのような内容が多いので、乗り切るための方法を提案するのが大切だと思います。

刻一刻と状況が変わるので、どのタイミングでどのようなネタを発信していいかの見極めが難しいですが、できることからやっていきたいです。

読者の反応が、モチベーションにつながる

子育て中のお母さん方から、「あの記事読んだよ」「あれ良かったね」「こういう情報も欲しいよ」とか言われると、ママからnet.をやっていると、よかったと思います。

家庭と仕事の合間にママからnet.を更新することは大変ですが、育児以外にも頑張れる事があるのは、嬉しいですね。妊娠8か月で仕事を辞めて千歳に引っ越してきて困ったこともありましたが、ママからnet.

をやっていたから得ることができた経験もあるので、同じ境遇のママたちに伝えていきたいです。

発信する情報は自分ひとりで探すには限界があるので、読者からいただいた意見を参考に、メンバーみんなで知恵を出し合っていく作業はとてもおもしろいです。

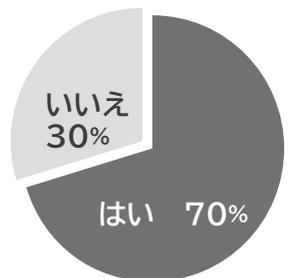
今年の2月にアンケートを実施しました。うれしい意見、厳しい意見などいろいろありましたが、直接、意見をいただくことができたのは新鮮でした。

自分たちの顔を出して発信するからには、中途半端な情報は発信できませんし、本当に子育てに役立つ、子育て中のお母さんに寄りそった情報を発信したい。私たちみんな、子育てで辛い経験をしたことがあるので、同じ思いのお母さんたちに届いて欲しいです。子育てに必死で家から出られず、子育て支援センターにも行くことができないママたちもいると思います。ママからnet.を知らない方もいると思います。そのような方に目に触れるようにするために、情報発信のあり方を考えていく必要があると思います。

子育てママに聞きました

令和2年2月実施のママからnet. アンケート結果

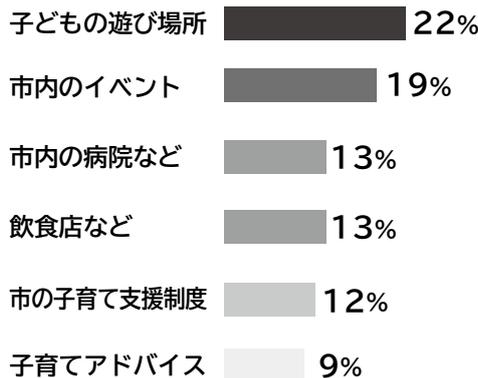
ママからnet.を知っていますか?



回答数：114

どんな子育て情報を希望しますか？

(複数回答可)



子育てに関する意見・要望など

保育園・幼稚園の入園に関する情報が欲しい

病院や歯科医、子育てに関する公的サービスの情報が欲しい

子連れで楽しめる場所や食事ができる場所の情報が欲しい

blog

気になる話題を現役ママが取材し、イラストや写真を交えながら紹介



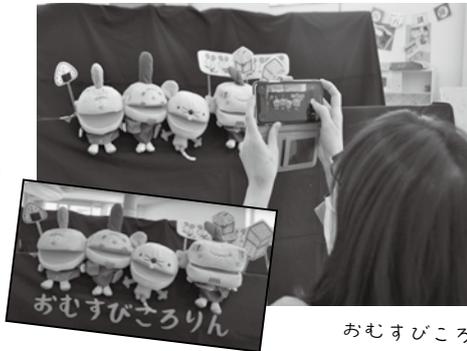
詳しく見たい方はフォローしてね♪

ママから net. の活動

1年間の記事の投稿件数は、通算200回以上。それぞれの媒体にあわせた記事の内容を紹介します。



イラスト / Tazawa Megumi



おむすびころりん、すっとなん♪

子育て支援センターが休館し外出自粛が続く中、自宅でも楽しめるように「おうちで過ごそう」と題してlink〜つなぐの皆さんが披露したエプロンシアター、人形劇を配信。



映像はこちらからご覧になれます。



アンケートで「給食のレシピが知りたい!!」という要望があり、地域支援事業の《なかよし給食を食べよう!作ろう!》を取材。

Twitter

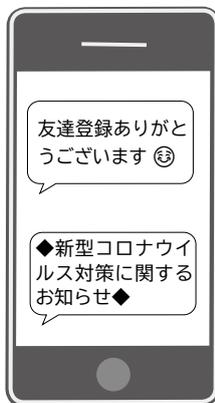
役立つ情報をリアルタイムで配信



人気の公園情報。遊び場所に困っている方はぜひフォローしてみても。

LINE

友だち追加機能で、子育てに役立つ情報をお知らせ



登録数が多いInstagramとライン。大切だけどチェックを忘れがちな子育て情報などを随時お届け。ホームページのリンク先なども送るので、正確な情報をお届けします。

Instagram

親子で楽しめるイベント情報などを写真やイラストつきで配信



担当者の声 VOICE



こども福祉部 こども政策課
Suzuki Takaya
鈴木 貴也 さん

ブログや各SNSがフォローできる《ママから net.》の特設ページにアクセスできます。



ブログ、Twitter、LINE、Instagramの「ママから net.」で情報発信中!

link〜つなぐ
☎(40)2105
こども政策課
☎(24)0341 / ☎(23)6700



《ママから net.》の担当者の皆さんから寄せられる子育てに関する切実な思いや意見は、政策を考えるうえで大変参考になります。今後も意見交換をしながら、市民の皆さんに必要なとされる事業にしていきたいと思っています。



市民の皆さんに、
お願いします。

市内で新型コロナウイルスの集団感染が発生していることに強い危機感を抱いており、市民の皆さんも大変不安を感じていることと思います。4月8日に判明した市内グループホームでの集団感染に始まり、医療機関や介護事業所などに感染が広がっていますが、北海道の調査で、その経路はほぼ特定されている状況にあります。一方、市内医療機関や介護事業所などが提供する診療・介護サービスは、利用者、その家族が健康的な生活を営むために欠かせないものであり、こうした情勢下でもこれらのサービスが継続的に提供されるためにも、皆さん一人一人が感染の予防と感染拡大の防止に努めていただくよう、強くお願いします。

この感染症は、一般的には飛沫や接触で感染しますので、発生場所の建物の前を通過するだけで感染するようなことはありません。感染患者や濃厚接触者、医療従事者に対する誤解や偏見、いじめなどといった人権侵害につながることはないよう、正しい情報のもとづく冷静な判断を、市民の皆さんにお願いします。

4月23日。21人の陽性患者が判明した際の市長コメントから抜粋。

今月の焦点では、そのあらましを紹介します。

各種課題への対応として、市の事業の追加予算が可決されました。

4月24日の市議会臨時会において、新型コロナウイルスに関する

今月の焦点

一般会計 127億2,155万9千円の追加予算

新型コロナウイルス

千歳市の対策

市の当初の歳入歳出予算総額（一般会計）は、496億265万8千円。実に4分の1に相当する追加予算は、特別定額給付金・いわゆる《10万円給付》など国からの補助が大半を占めますが、市は、さらに16億1,094万円の一般財源を財政調整基金（市の貯蓄）などからあてています。

2

個人向け 子育て世帯への臨時特別給付金支給事業費

中学生以下の子どもがいる世帯に
子ども1人1万円を支給します

予算額 1億8,468万円 【国の補助事業】

【対象者】 平成16年4月2日～令和2年3月31日生まれの子どもがいる児童手当受給者（特例給付受給者は対象外）

【支給額】 対象児童1人あたり1万円

【支給方法】 6月中に順次、児童手当支給登録口座へ振込（辞退される方は申出書の届出が必要）

〈公務員の方へ〉 児童手当を受給している公務員の方は、所属庁から申請書が配布されますので、支給対象者である証明を受けたうえで、令和2年3月31日に住民票のある市町村に申請してください。

手続不要

こども家庭課 こども家庭係 ☎(24) 0328/Fax (23) 6700

1

個人向け 特別定額給付金給付事業費

1人10万円を支給します

予算額 99億2,593万9千円 【国の補助事業】

【対象者】 令和2年4月27日現在、住民基本台帳に記録されている方

【申請者】 対象者の世帯主

【支給額】 対象者1人につき10万円

【手続】 ①申請の案内は5月下旬の発送を予定
②申請は郵送またはマイナンバーカードをお持ちの方は、インターネットでの手続が可能です。
③審査終了後、指定口座へ振込

簡単郵送手続

主幹（特別定額給付金事業担当） ☎(24) 3152/Fax (23) 6700

※お問い合わせの電話がたいへん混みあいます。詳しくは、申請案内やホームページなどでの確認にご協力をお願いします。

4

企業向け 中小企業対策支援事業費

市内中小企業向け融資枠を増額

予算額 11億6,711万5千円【市の単独事業】

- 【融資名】** 新型コロナウイルス感染症対応資金
- 【対象】** 中小企業信用保険法に規定する《セーフティネット保証》・《危機関連保証》の認定を受けた方、または原則最近1か月間の売上高などが前年同月比10%以上減少し、その後2か月間を含む3か月間の売上高などが前年同期比10%以上減少することが見込まれる方
- 【使途】** 事業資金 **【限度額】** 3,000万円
- 【貸付期間】** 10年以内（据置2年以内）
- 【貸付利息】** 1.0%（3年間は市が全額利子補給）
- 【保証】** 北海道信用保証協会の保証付（市負担）
- 【手続】** 市内各金融機関へ相談（セーフティネット保証などの認定は市で行います。）

商業労働課 商業振興係 ☎ (24) 0598/Fax (22) 8851

3

企業向け 市内事業者緊急給付金給付事業費

《法人》《個人事業者》

1事業者 **50万円、30万円**を支給します

予算額 13億5,052万1千円【市の単独事業】

市内中小企業・個人事業者の事業継続を下支えする市の独自事業

- 【対象】** 次の要件全てを満たす法人・個人事業者
- ◎令和2年2月28日（基準日）以前から申請日まで市内で事業を継続し、受給後も引き続き事業を継続する意思があること
 - ◎基準日・申請日時点で、法人は市内に本店があること、個人事業者は市の住民基本台帳に記録があること
 - ◎前年同月比で売上高が20%以上減少していること（本年1月～9月の間で前年と比較する1月を事業者が選択）
 - ◎政治・経済そのほかの各種団体などに該当しないこと

- 【支給額】** 1事業者につき、法人50万円、個人事業者30万円
- 【手続】** ①《申請書》などの用意（市ホームページから用紙を印刷して作成。用紙の郵送を希望する方は担当まで。）
②郵送や窓口（市役所本庁舎1階⑪）で申請
③《決定通知書》の送付・指定口座へ振込

主幹（産業政策担当） ☎ (24) 0116 / Fax (22) 8851
千歳商工会議所 ☎ (23) 2175 / Fax (22) 2122

多くの事業者をサポート

6

感染予防 非接触自動体温測定機器整備事業費

市民病院などにサーモグラフィーカメラ搭載の非接触自動体温測定機器を設置します

予算額 320万6千円【市の単独事業】

感染者との濃厚接触が心配される医療現場などにおいて、発熱のある方を迅速に判断し適切に対応できるよう、サーモグラフィーカメラ搭載の非接触自動体温測定機器を、感染拡大防止に特に配慮が必要な市民病院などの施設に設置し活用します。（2台）

健康づくり課 管理係 ☎ (24) 0361/Fax (24) 8418

5

緊急雇用 緊急雇用創出推進事業費

内定取消しを受けた学生や離職を余儀なくされた方を**一時的に雇用**します

予算額 1,709万8千円【市の単独事業】

- 【募集人員】** 新型コロナウイルス感染症の流行により影響を受け、採用内定を取り消された方・離職を余儀なくされた方・求職中の方／10人
- 【勤務内容】** パートタイム会計年度任用職員／週4～5日の29時間勤務／一般事務（パソコン入力・書類検査など）
- 【報酬】** 月額10万6,196円～11万2,707円
- 【任期】** 令和2年6月1日～令和3年3月31日
- 【申込】** 5月13日（水）書類審査・面接あり

職員課 人事係 ☎ (24) 0502 / Fax (22) 8854

こんなときこそ
思いやりを…



事業の詳細は各担当にお問い合わせいただくか、市ホームページで確認を

新型コロナウイルス感染症に関する市内の状況は刻々と変化します。公共施設の閉鎖など、最新の市制情報を市ホームページでご確認ください。

千歳市 コロナ 検索

8

観光雇用対策事業費

観光関連従業員の雇用の維持・事業継続を支援します

3,300万円【市の単独事業】

市街地の宿泊事業者部会の創設や動画コンテンツの制作、支笏湖地区の「食」の研究など

観光課 観光企画係 ☎ (24) 0377/Fax (22) 8851

7

個人向け 《国民健康保険》傷病手当金

国民健康保険の被用者で感染・療養のため仕事ができない方にも**傷病手当金**が支給されます

予算額 144万7千円【国の補助事業】

【対象者】 国民健康保険の被用者（給与の支払いを受けている方）で、新型コロナウイルスに感染し、または発熱の症状があり感染が疑われ、療養のため労務に服することができず、給与の全部、または一部を受け取ることができない方

【支給額】 直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×2÷3×日数

※《後期高齢者医療制度》にも同様の制度があります。

国保医療課 国保給付係 ☎ (24) 0274/Fax (23) 6700

9

予備費

4,000万円【市の単独事業】

※7のみ、一般会計ではなく《特別会計》です。

市役所からのお知らせ

Information

☎は、直通電話、FAXはFAX番号です。
内線表示があるとき、夜間、土日・祝日、
12月28日～1月3日は、市役所の代表
☎(24)31311におかけください。

郵便での証明申請や転出局 コンビニ交付サービスが便利です

市民課
市民係
☎(24)0264
FAX(49)2055
第2庁舎1階1

▼証明書など交付申請や転出局は郵便でもできます

5月中旬から6月下旬まで、児童手当の手続きなどで、市役所の証明書発行窓口が大変混み合います。

住民票の写しや税証明書は、市役所に来庁しなくても郵便で申請することができますので、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のためにも、ぜひ、郵便申請をご利用ください。

転出局も郵便で手続きができます。郵便申請の際の必要書類などの詳細は、市ホームページをご覧ください。



▼コンビニ交付サービスをご利用ください

住民票の写し、印鑑登録証明書、税証明、戸籍謄本・抄本、戸籍の附票の写しは、マイナンバーカードをお持ちであれば、コンビニエンスストアなどで取得できます。

【利用可能店舗】コンビニエンスストアなどのマルチコピー機設置店舗

【利用可能時間】6時45分～23時（年末年始を除く）

※戸籍謄本・抄本および戸籍附票の写し 平日9時～17時（土日祝日、年末年始を除く）

※児童手当用の住民票・所得課税証明書は、窓口・郵便申請は無料ですが、コンビニ交付の場合は有料です。払い戻しはできませんのでご注意ください。
※詳細は市ホームページをご覧ください。



市の組織が変わりました

《新設した組織》

- 総務部主幹（特別定額給付金事業担当）
- 観光スポーツ部観光課
- 観光スポーツ部主幹（支笏湖観光担当）
- 建設部主幹（建築政策担当）

《廃止した組織》

- 総務部主幹（第2庁舎等建設担当）
- 総務部主幹（業務改革推進担当）
- 観光スポーツ部観光企画課
- 観光スポーツ部観光事業課

《その他》

※ 西庁舎の部署が本庁舎3階に移転し
窓口・FAX番号が変わりました。
3階のFAX(22)8853

行政管理課 ☎(24)0512
行政経営係 FAX(22)8854



市民病院の入場時間変更と体温測定の実施

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

新型コロナウイルスの院内感染防止のため、4月13日(月)より院内への入場時間を変更しています。また、来院者全員の体温測定を行っていますので、ご理解いただきますようお願いいたします。なお、受付はこれまでどおり8時から開始します。
【入場時間】(現行)7時～(変更後)8時

工業統計調査にご協力ください

総務課
文書統計係 ☎(24)0137
FAX(22)8851
本庁舎1階18

令和2年6月1日を基準日として、全国の製造事業所を対象に実施する《工業統計調査》は、全国の工業の実態を明らかにすることを目的としており、国や道府県、民間企業や大学など国民生活の幅広い分野で活用されています。新型コロナウイルス感染症防止のため、今年度は電話および郵送での調査となります。5月中旬以降に市職員から電話で調査の案内がありますので、ご協力をお願いします。

保育士・幼稚園教諭合同就職面接・説明会の延期

こども政策課 ☎(24)0341
こども政策係 FAX(23)6700
第2庁舎1階3

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月17日(日)に開催予定の《保育士・幼稚園教諭合同就職面接・説明会》を延期します。次の開催時期は未定です。

本事業は市のホームページに公開しており、同ページに保育士就職相談窓口の相談フォームを設けていますので、就職に関してのお問い合わせなどがありましたらお気軽にご相談ください。

都市伸長記録映画が完成しました

広報広聴課 ☎(24)0104
広報係 FAX(22)8851
本庁舎1階17

平成22年4月から令和2年3月までの10年間の千歳の出来事などをまとめた《千歳市都市伸長記録映画》が完成しました。市のホームページから視聴できるほか、DVDの貸出もしています。数に限りがありますので電話で確認のうえお越しください。





からだを守ろう！
今できること

高齢者支援課 電話(24)0896
地域支援係 FAX(23)6700
第2庁舎 1階7

- 外出を自粛する期間が長くなり、特に高齢の方や持病のある方は《生活不活発病》への注意が必要です。自宅でテレビを見ながらの簡単な運動でも《生活不活発病》を予防できますので、今できることから始めてみましょう。
- 【やり方】椅子に座ったままの姿勢で、足踏みをして頭を動かしてみてください。
- ※足踏み（有酸素運動）をしながら頭を使うことがポイントです。例えば：
▼都道府県をできるだけ早く言う
▼テレビに映っている色を言う
▼100から3ずつや7ずつなどの引き算をする
▼しりとりをする など



A シルバーハウジング

※60歳以上の高齢者を対象に生活指導、相談、安否確認、緊急時の対応、関係機関との連絡などのサービスを行う生活援助員を配置した住宅です。家賃とは別に費用負担があります。また、固定電話回線の設置が必要です。

タイプ	団地名	所在	配	エレベーター	建一階	家賃(円)	戸数
2LDK	北栄C	新富2	○	○	5-1	21,800～42,800	1
			○	○	5-2		1

B 心身障がい者世帯向け住宅（車いす対応）

タイプ	団地名	所在	配	エレベーター	建一階	家賃(円)	戸数
2LDK	いずみ	末広4	○	○	5-1	25,900～50,900	1

※対象は、身体障害者身体障害者手帳（1～4級）の交付を受け、かつ、日常的に車椅子を使用している方、単身者については、日常的に車椅子を使用するの自立（介護を受けての自立を含む）生活が可能なお方です。

C 高齢者世帯向け住宅

タイプ	団地名	所在	配	エレベーター	建一階	家賃(円)	戸数
2LDK	北栄C	新富2	○	○	5-1	22,200～43,600	1
2LDK	高台	高台3	○	○	5-1	19,900～39,200	1

※対象は、60歳以上の方、および同居する家族全員が、18歳未満の児童、身体障害者手帳（1～4級）・精神障害者保健福祉手帳（1～3級）・療育手帳のいずれかの交付を受けている方に該当する世帯です。

D 一般世帯向け住宅

タイプ	建物名	所在	配	エレベーター	建一階	家賃(円)	戸数
1LDK	北栄C	新富3	○	○	5-3	17,100～33,600	1
		新富3	○	○	4-3	17,300～33,900	1
2DK	北栄B	新富3	○	-	4-2	16,400～32,200	1
			○	-	4-3		
2LDK	北栄A	新富1	○	-	4-3	17,700～34,700	1
			○	-	4-4	18,300～36,000	1
	北栄B	新富3	○	-	4-2	18,600～36,500	1
			○	○	5-5		
	高台	高台3	○	○	5-5	19,000～37,300	1
	うたり	花園4	○	○	5-4	21,000～41,300	1
みどり	緑町2	○	○	5-5	22,100～43,300	1	
3DK	向陽台	若草4	○	-	平屋	11,300～22,200	1
3LDK	北栄A	新富1	○	-	4-1	20,000～39,400	1
			○	-	4-4		
	北栄C	新富2	○	○	5-4	26,500～52,100	1
			○	○	5-4	26,600～52,300	1
	高台	高台3	○	○	5-2	21,900～43,000	1
			○	○	5-2	22,100～43,400	1
うたり	花園7	○	○	10-4	24,600～48,300	1	

※2LDK・3DKは家族数2人、3LDKは3人以上の方に限ります。
 ※犬、猫などのペットの飼育はできません。
 ※入居者募集は、定期的に年4回行います。なお、随時募集している住宅もありますので《市営住宅窓口センター》にお問い合わせください。
 ※一般世帯向け住宅のうたり(1LDK)は、事故住宅です。

市営住宅の入居者を募集します

市営住宅課 電話(24)0427
住宅管理係 FAX(22)8853
本庁舎 3階38

【募集住戸】左の表のとおり
 【入居資格】▼市内に居住または勤務し、同居する家族がいる方（結婚予定の方は入居日までに入籍する方）▼単身者は60歳以上、身体障害者手帳1～4級、精神障害者保健福祉手帳1～3級、知的障害者療育手帳AまたはBを保持している方、生活保護受給者の配偶者からの暴力被害者のい

ずれかに該当する方▼収入基準を超えない方▼市税などに滞納のない方▼住宅に困っている方（持ち家がないこと）
 【申込書類】申込書、印鑑など
 ※申込書は、市営住宅窓口センター（千歳タウンプラザ内）で配布。
 ※その他の書類が必要な場合があります。
 【申込期間】5月12日～19日（平日・土8時45分～18時15分、日・祝日を除く）
 ※申込期間は窓口を1時間延長しています。
 ※申込数が募集戸数を超える場合は公開抽選となります。

【抽選日】5月26日(火)10時～中心街コミュニティセンター
 ※家賃2か月分の敷金が必要です。
 ※当選された方は、納税証明書、所得証明書、直近の家賃領収書などの提出が必要です。
 ※抽選日は、新型コロナウイルスの状況により延期する場合があります。

【申込先】市営住宅窓口センター
 電話(0800)80001945
 (通話料無料) FAX(40)8400
 幸町4丁目30 千歳タウンプラザ1階

特別弔慰金を支給します

福祉課 電話(24)0292
総務係 FAX(27)3743
第2庁舎 2階8

戦没者などの死亡当時のご遺族で令和2年4月1日に公務扶助料などを受ける方がいない場合、ご遺族お一人に対して特別弔慰金が支給されます。
 【請求期限】令和5年3月31日
 【詳細】福祉課または北海道保健福祉部福祉局福祉課保護グループ
 電話(011)2314111
 (内線251625)まで

住宅の耐震診断・耐震改修費用を一部補助します

建築課
建築指導係
☎(24)0751
FAX(22)8853
本庁舎3階34

【対象】耐震診断は①④、耐震改修は①⑥のすべてにあてはまる木造住宅を所有し、居住している個人の方

①昭和56年5月31日以前に着工した住宅／②戸建て住宅または併用住宅／③在来工法または枠組壁工法で2階建て以下の住宅／④法令に違反していない住宅／⑤耐震診断を行い、耐震補強が必要と認められた住宅／⑥過去に同様の補助金を受けたことのない住宅

※耐震改修の補助対象は、住宅の耐震補強の工事費と、そのために必要な解体工事や外装材・内装材などの復旧工事費（住宅部分に限る）です。ほかの補助制度の併用はできません。

【申込期間】5月11日～12月11日
【補助件数】耐震診断 10件／耐震改修 5件

【補助金額】耐震診断6万4千円を限度として、耐震診断費用の8割以内耐震改修補助対象となる費用が20万円以下ときは費用の全額、20万円を超え200万円以下ときは20万円、200万円を超え300万円以下ときは費用の10%、300万円を超えるときは30万円

【申込書類】補助金交付申請書

（市指定用紙）、住民票、住宅の建築年と所有者が確認できる書類、見積書など

※耐震診断は、診断費用の見積書（写）が別途必要です。

※耐震改修は、耐震診断報告書（写）、改修内容が記載された住宅の案内図、配置図、平面図、補強後の想定耐震診断報告書、耐震改修工事費見積内訳書（写）が別途必要です。

※交付決定まで、1か月程度の期間を要します。

※市は、現地調査がない無料の耐震診断も行っています。

紹介します

《人権擁護委員》
市民生活課 ☎(24)0183
市民生活係 FAX(27)3743
第2庁舎2階9

人権擁護委員は、DV、セクハラ、ストーカー、差別やいじめ、インターネットでの誹謗中傷などの相談に応じます。

【人権擁護委員】（敬称略）▼
中島 巖▼庄司 智子▼羽根 健司▼谷田 秀明▼蓬田 恒春▼須川 康寛▼山本 邦江▼豊田 淳治▼山内 雅彦

令和2年4月1日付で、法務大臣から、豊田さん、山内さんが新たに委嘱されました。市内では、9人の委員が、基本的な人権の擁護と自由人権思想の啓発活動を行っています。

公募

成人式《はたちのつどい》

協働会議 新成人メンバー募集
生涯学習課 ☎(24)0848
社会教育係 FAX(27)3743
第2庁舎2階10

令和3年1月10日(日)に開催する成人式の企画・運営を行うメンバーを募集します。

【活動内容】成人式の内容の企画・運営、会議への参加、しおりや案内はがきのデザインなど

【対象】平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれ、市の成人式に出席する方

【募集人員】6人程度
【申込方法】5月20日(水)までに、電話、メール (shogaigakus@city.chiose.lg.jp)、Webフォームから申し込み



推薦してください

優良青少年
青少年課 ☎(24)0862
青少年指導係 FAX(27)3743
第2庁舎2階10

市は、自主性と創造性を有し、模範となる青少年を顕彰しています。皆さんの職場や地域で活動している青少年を推薦してください。

【推薦対象】4月1日現在、市内に居住する満30歳までの青少年、満30歳までの青少年で構成する団体で、次のいずれかの活動を3年以上実践した個人または団体

①ボランティア、国際交流など、地域づくりに貢献する活動

②指導・育成など、青少年団体などの活動を促す活動

③職場で創造性や協調性を発揮し、模範となる活動や地場産業の振興に貢献する活動

【推薦者】関係機関、団体または雇用主・職域の代表者

【推薦方法】5月25日(月)までに推薦書（指定用紙）を提出

公用車への広告掲載事業者を募集します

総務課 ☎(24)0143
車両管理係 FAX(22)8851
本庁舎1階18

【募集台数】軽自動車1台、普通自動車2台

【広告方法】特殊フィルムにより車体に直接貼付／1台につき左右側面の2か所（一面50cm四方）

※広告の作成・貼付費用などは広告主の負担。

【掲載期間】令和3年3月31日まで

【掲載料】月2千円×年度末までの月数
【申込・詳細】5月11日(月)～31日(日)まで
台が決定するまで／申込書類に必要事項を記入し申込／詳細は市ホームページに掲載。

公の施設の管理を行う指定管理者を募集します
契約管財課 ☎(24)0535
契約係 FAX(22)8854
本庁舎4階41

【施設名】千歳市立千歳公民館

【所在地】真町176-13

【担当課】教育委員会教育部文化施設課

【申請期間】6月1日～7月31日
【事業者説明会】5月29日(金)13時30分～市役所本庁舎4階入札室

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

制度

福祉サービス利用券の指定事業者について

高齢者支援課 ☎(24)0295
高齢福祉係 FAX(23)6700
障がい者支援課 ☎(24)0327
障がい福祉係 FAX(23)6700
第2庁舎1階6
第2庁舎1階7

福祉サービス利用券は、市が指定した事業者で使用できますが、左の事業者は指定を辞めたため、使用できません。

【業種】介護輸送

【事業者名】サポートセンター エブリ

**千歳市勤労者生活資金
貸付制度のご案内**
商業労働課 電話(24)0602
労政係 電話(22)8851
本庁舎1階

市が金融機関を通じて融資を行う制度です。

【資金使途】一時的に消費が必要となるもの(冠婚葬祭費、教育費、医療費、生活費など)

【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20歳以上の方

【貸付額】50万円以内

【貸付利率】年1.0%(別途、貸付保証料が必要)

【申込・詳細】北海道労働金庫千歳支店 電話(27)6666

職員募集

**交通安全教育指導員・
交通指導員を募集します**
市民生活課 電話(24)0263
防犯・交通安全係 電話(27)3743
第2庁舎2階9

▼交通安全教育指導員(会計年度任用職員)

【職種・募集人員】5人程度

【勤務内容】幼児、児童などの交通安全教室の実施、啓発活動など/担当小学校区はお問い合わせください。

【勤務場所】おもに交通安全教育施設(交通公園)

【勤務時間】週17・5時間

【報酬】月額6万8509円/7万2980円

【任用期間】令和2年7月1日/令和3年3月31日(再任用あり)

【選考方法】書類審査、面接(日程は後日連絡)

▼交通指導員(市が委嘱する私人)

【職種・募集人員】4人程度

【勤務内容】児童登校時の交通安全指導、交通安全運動期間中における啓発活動など

【勤務場所】千歳小、北栄小、日の出小、高台小の各校区

【勤務時間】児童登校日の朝1時間、指定の啓発活動時間ほか

【謝礼】時給1000円

【選考方法】書類審査

【任用期間】令和2年7月1日/令和4年3月31日

▼共通事項

【応募資格】市内に居住し、普通自動車運転免許を有する方

【申込方法】履歴書(市指定用紙)、運転免許証の写しを持参または郵送

※申込書類は、市民生活課か市ホームページで入手可。

【申込】5月29日(金)まで
※郵送のときは簡易書留で同日必着。
【申込先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市市民環境部市民生活課防犯・交通安全係

《会計年度任用職員》を募集します

《会計年度任用職員》とは、1会計年度内(4月1日~3月31日)で勤務する非常勤の地方公務員です。

【申込】申込書(市指定用紙)を持参または郵送

※郵送のときは簡易書留で同日必着。申込書類は、申込先の窓口か市ホームページで入手可。

職種/人数 勤務内容	勤務場所	勤務時間 資格	報酬 任用期間	詳細・申込先
②施設整備補助員/1人 施設内外の清掃、洗濯、施設整備など	認定こども園 つばさ	(月~(金)7時~18時の間の4時間(交代制)	月額7万3,238円~7万7,729円 ※通勤費別途支給。 令和2年6月1日~令和3年3月31日(再任用あり)	〒066-0028 花園4丁目3-1 認定こども園つばさ ☎ FAX(24)9200
③延長保育士/1人 延長保育の業務	認定こども園 つばさ	(月~(金)15時~19時の間の4時間/週20時間(交代制)/行事や状況により土曜勤務あり	月額7万7,729円~8万2,632円 ※通勤費別途支給。 令和2年6月1日~令和3年3月31日(再任用あり)	5月25日(月)までに必要書類を提出 ※面接あり。(日程は後日連絡)
④施設整備補助員/1人 施設内外の清掃、洗濯、設備整備など	認定こども園 ひまわり	(月~(金)7時~18時の間の4時間(交代制)	月額7万3,238円~7万7,729円 ※通勤費別途支給。 令和2年6月1日~令和3年3月31日(再任用あり)	〒066-0037 新富2丁目4-60 認定こども園ひまわり ☎ FAX(23)2894 5月25日(月)までに必要書類を提出 ※面接あり。(日程は後日連絡)

5月は、固定資産税・都市計画税の第1期と軽自動車税の納付月です。市税納付夜間相談日は29日(金)(20時まで)です。納税課 ☎(24)0169 FAX(23)6700



環境センター

使用済み小型家電の出し方について

廃棄物対策課 資源循環推進係
☎(23)2110 FAX(23)2492

令和2年4月1日から、資源としての活用が難しい、次の7品目の出し方が変わっています。施設に設置した回収ボックスに投入する前に、確認をお願いします。



品目	出し方
電気毛布 電気カーペット 電気こたつ	《大型ごみ》で出してください。 ※電気毛布、電気カーペットは縦・横40cm～50cm四方に切ると《燃やせないごみ》として出せます（たたんだり、丸めたりして出さないでください）。
スピーカー 温水洗浄機付便座 掃除機	指定袋に入るものは《燃やせないごみ》に、指定袋に入らないものは《大型ごみ》で出してください。
パソコン用の液晶ディスプレイ	メーカー、販売店、一般社団法人パソコン3R推進協会 ☎03(5282)7685 にお問い合わせください。

※次のものも使用済み小型家電では回収していません。家電4品目（テレビ、冷蔵・冷凍庫、洗濯機、エアコン）、電子・加熱式たばこ、ワイヤレスイヤホン、フロンガスを使った製品、オイルヒーター、蛍光灯、電球、電池、電池パックなど

5月の
ごみ減量・リサイクル推進

リサイクル
すればするほど いい気もち

たちやなぎ
立柳 さくら さんの作品

飲んだあと
ばんべつしてね リサイクル

みしま きょうか
三嶋 杏果 さんの作品

職種	試験区分	受験資格	募集人員
事務職	大学の部	平成5年4月2日以降に生まれ、大学を卒業した方（見込可）	10人程度
	短大の部	平成5年4月2日以降に生まれ、短大・高専・専修学校を卒業した方（見込可）	
	社会人の部	昭和61年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、大卒以上で民間企業などでの実務経験が3年以上の方	
土木技術職	大学・短大・高専の部	平成2年4月2日以降に生まれ、短大・高専・専修卒以上で、職種に関係の深い学科を専攻して修めた方（見込可）	若干名
	社会人の部	昭和58年4月2日から平成9年4月1日までに生まれ、職種に関係の深い学科を専攻して修め、民間企業などでの実務経験が、短大・高専・専修卒以上は3年以上、高卒以上は5年以上ある方	
事務職／土木技術職	青年海外協力隊など活動経験者	昭和61年4月2日以降に生まれ、短大・高専・専修卒以上（技術職は関連学科専攻）で、青年海外協力隊などにおける活動経験が継続して2年以上ある方	若干名
保健師	資格者	昭和50年4月2日以降に生まれ、保健師免許証を有する方（取得見込可）	若干名
事務職	障がいのある方	昭和50年4月2日以降に生まれ、高卒以上（見込可）で身体障害者手帳などの交付を受けている方	若干名

※採用後に市内居住可能な方が対象です。

院 事務局 総務課 総務係
〒066-8550 北光2丁目1-1 市立千歳市民病院
書留で郵送
※詳細は、市ホームページで確認するか、または、直接お問い合わせください。
【申込先】〒066-8550 北光2丁目1-1 市立千歳市民病院 院事務局 総務課 総務係



【募集内容】下の表のとおり
【採用予定】①③④随時、②免許取得見込者（令和3年4月1日）、月1日、4月1日から会計年度任用職員として採用予定）
【試験方法】性格適性検査・小論文・個別面接
【試験日程】①③④随時、②8月29日（土）9時～17時
【会場】市民病院2階講義室
【申込】①③④随時、②8月19日（水）まで／持参または簡易書留で郵送
【その他】新型コロナウイルス感染症の影響により、試験日程を変更する場合があります。

千歳市職員（正職員）採用
候補者登録試験の実施
職員課
☎(24)05002
FAX(22)88554
本庁舎4階45

【会場】北ガス文化ホールほか
【採用予定】令和3年4月1日
【申込期間】5月11日～29日／詳細は《千歳市職員採用試験案内》または市ホームページで確認

市民病院の職員を募集します
市民病院事務局 ☎(24)30000
総務課総務係 FAX(24)30005
内線8233 市民病院2階

職種／採用予定人員	受験資格	給料
①薬剤師／1人 （令和2年度採用）	▶昭和55年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方▶薬剤師免許を有する方▶薬剤師の実務経験が3年以上ある方	大学6卒者 228,300円 大学4卒者 207,300円
②薬剤師／1人 （令和3年度採用）	▶平成5年4月2日以降に生まれた方▶薬剤師免許を有する方（取得見込可）	大学6卒者 228,300円 大学4卒者 207,300円
③臨床工学技士／1人	▶平成2年4月2日以降に生まれた方▶臨床工学技士免許を有する方	大学4卒者 188,400円 短大3卒者 177,400円
④臨床検査技士／1人	▶昭和54年4月2日以降に生まれた方▶臨床検査技士免許を有する方	大学4卒者 188,400円 短大3卒者 177,400円

※採用後に市内居住可能な方が対象です。

国保医療課
国保料係
☎(23)6700
FAX(24)0279
【第2庁舎1階2】

国民健康保険料と後期高齢者医療保険料の納付は、安心して便利な《口座振替》で

14日以内に届出を！
国民健康保険に加入または脱退するときは、手続きが必要です。
転入・転出、ほかの健康保険に加入・脱退、出生、死亡などの異動があったときから、必ず14日以内に届け出てください。
届け出が遅れると、保険料をさかのぼって納める必要が生じたり、保険料の二重払いが生じたりすることがあります。また、医療費の給付を受けられないことがあります。

窓

みなさんの活躍
紹介しますおはなしの会クレヨンが引き出す
十人十色の絵本の魅力読み聞かせには
心を癒やす力がある

《おはなしの会クレヨン》

写真左から村井 信子代表、池田 美香
副代表。絵本の読み聞かせのほか、
エプロンシアターなども行う

「かっぱ、かっぱ、かっぱ…、
ぱかっ、ぱかっ、ぱかっ、ぱかっ、
ぱかっ、河童が元気な馬になっ
て、でてきちゃいました。」

絵本の読み聞かせなどを行
う団体《おはなしの会クレヨ
ン》が読む絵本のひとこまで
す。いろいろな色（個性）の
メンバーがお話をするることか
ら、《クレヨン》という名前
がつけられました。メンバー
は、会社員や保育士など10人。
一人一人が、絵本の魅力を最
大限に引き出す、個性的な読
み方をします。まさに十人十
色。活動をはじめて今年で20
年。同会の代表を務める村井
信子さんにお話を聞きました。

「おはなしの会クレヨンは
北陽小学校が開校した平成6
年に、『読み聞かせ』の楽し
さを地域や保護者の皆さんに
知ってほしいという思いから
町内会館で毎月1回の読み聞
かせをはじめました。

近年は、学校からの依頼で、

子どもたちから寄せられた感想

※4月23日の《子ども読書の
日》に合わせ、全児童に向け
て絵本の読み聞かせを行って
います。総合学習の時間では、
6年生が1年生に、読み聞か
せをする体験授業なども行わ
れています。最初は、人前に
出ることを恥ずかしがってい
た子が、体験後「楽しかった。
またやりたい」と笑顔で話す
姿に、読み聞かせがもつ不思
議な力を感じます。誰のため
に、どんなふう読み聞かせ
を行うかを想像しながら絵本
を選ぶプロセスが、子どもの
成長につながっていると思
います。

私たちが読み聞かせをした
後に、子どもたちから感想が
寄せられることがあります
が、「なぜその絵本を選んだ
のか」という思い（理由）が
伝わったときはうれしいです
ね。最近では赤ちゃん向けに読
み聞かせをする機会がありま
すが、言葉は話せなくても、
表情の変化など素直な反応
に、癒されています。

※今年は新型コロナウイルスの影響により中止。

第7回



町内会連合会ホームページ

市内の全町内会・自治会
へお配りした「ヒント集」
では、町内会活動に役立
てただけのよう「進め方」
「活動」一組織運営「情報発
信」の4つの視点で、活
性化のためのヒントが掲載さ
れています。

今回は「進め方（プロセ
ス）」に着目し、「ワーク
シヨップの開催」をおすす
めします。当事者意識をも
つて話し合うことで、町内会
の現状や課題を共有でき、
解決に向けたアイデアが見
つかるかもしれません。

ヒント集では、課題を「見
える化」させるリーダー
チャートも紹介しています。

また、アンケート調査で
住民のニーズを把握するこ
とも効果的です。町内会事
業の参加経験、継続希望が
多い事業などを把握するこ
とで、今後の活躍が期待で
きる新たな担い手の発掘に
もつながります。

ヒント集は、町内会連合
会ホームページでも確認で
き、町内会として目指す姿
（ビジョン）をまとめた事例
を紹介しているほか、アン
ケート調査のフォーマット
もダウンロードできますの
で、ぜひ、ご利用ください。

また、5月30日(土)にヒ
ント集の具体的な活用方法や
活性化支援事業の取組成果
などをお伝えするセミナー
の開催を予定しています。
詳細はお住まいの町内会な
どを通じてお知らせしま
す。みなさんの参加をお待
ちしております。

※新型コロナウイルスの影響
により延期、または中止
する場合があります。

町内会活動
ヒント集を
活用ください!

対象や申し込みの表記のないものは自由参加です。

新型コロナウイルス 予防対策の紹介

新型コロナウイルス感染予防対策は市ホームページや市のSNSでも配信していますのでご確認ください。

【詳細】健康づくり課
☎(24)0361
FAX(24)8418



正しい手洗いの方法

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。外から帰ってきた時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。



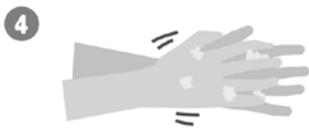
1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗いします。



6 手首も忘れずに洗います。

洗い終わったら、十分に水で石けんを洗い流し、個人の清潔なタオルやペーパーでよく拭きとって乾かします。

手作りマスクの作り方

ハンカチとヘアゴムを使った手作りマスクの作り方を、厚生労働省及び経済産業省、消費者庁、文部科学省が作成した動画で紹介していますので、ご活用ください。



こちらのQRコードからアクセスできます

次亜塩素酸ナトリウム 消毒液について

食器・手すり、ドアノブなどの消毒には、塩素系漂白剤が有効です。水1リットルに対する製品の割合は商品パッケージをご確認ください。手袋の着用と換気もしてください。



【注意】

- 手指の消毒には使用しないでください。
- 使用の際は、商品パッケージの説明をご確認ください。



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

6/19(金) 10:00-11:30

企業連携ぶちゼミ芝生 DE ヨガ / 提供: トリーニ / 緑の芝生の上で新鮮な空気を吸いながら、ヨガでリラックスしませんか?雨天時は室内で行います。
【対象】乳幼児と保護者
【定員】10組 (抽選)
【申込】6/8、9(12時~15時)
【持ち物】ヨガマットかバスタオル、飲み物、帽子

◆重要なお知らせ◆

※新型コロナウイルスに関する今後の状況により予定が変更となる場合があります。ご不明な点は各センターにお問い合わせください。

7/2(木) 10:00-11:00

双子ちゃんあーつまれ♪ / みんなで楽しい時間を過ごしましょう。
【対象】就学前の多胎児と保護者
【定員】4組 (申込順)
【申込】6/8、9



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

6/16(火) 10:00-11:00

企業連携ぶちゼミ 母トレ / 提供: 動作術研究員・ダンスインストラクター 五代 綾子 氏 / 産後の身体に合ったストレッチや体操の紹介、抱っこひもの簡単な装着チェックなどをします。
【対象】12か月までの子と母親 ※同伴児の参加も可。
【定員】10組 (申込順)
【申込】5/21(金)~



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

6/9(火) 10:00-11:00

お花の講座 / 簡単な壁飾り (スワッグ) が作れます
【対象】就学前の子の保護者
【定員】20人 (抽選)
【申込】5/19、20
※託児が必要な方はお申し出ください。

休日開館日 6/7(日) 10:00-16:00



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(3839)5604 (有料)

看護師・医師が24時間、症状や応急手当てなど相談に応じます



おもな会場は
総合保健センターです

◆重要なお知らせ◆

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、乳幼児健診を縮小しています。本来の対象月より遅れて、健診をご案内することがありますので、ご了承ください。また、BCG予防接種は対象者を限定して実施しています。対象となる方に個別通知にて日程をご案内していますので、ご理解、ご協力をお願いします。

6/5,19 12:30-13:50

BCG予防接種

【持ち物】母子健康手帳、予防票

6/20 10:00-12:30

体験パパクラブ

【対象】市内居住の妊娠中の夫婦

【申込】6/18 まで

【持ち物】母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具

6/23 10:00-11:20
11:35-12:00

①わくわくママクラブ「子育て支援センター見学コース」

②妊婦さん交流会

【対象】市内居住の妊娠中の方

※②交流会のみの参加も可

【ところ】ちとせこセンター

【申込】6/19 まで

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、②参加の方は飲み物

※マタニティランチデーに参加される方は、ランチ持参。



《詳細》母子保健課

☎(24)0771(BCG 予防接種のみ ☎(24)3148)

☎(24)8418

保健師・栄養士のリレーコラム

禁煙を考えてみませんか

健康増進法の一部改正により受動喫煙対策が強化され、家庭や客室などのプライベート空間を除くすべての事業所、飲食店などの施設が原則屋内禁煙になりました。たばこの煙の粒子は非常に小さく、人体に有害な影響を与える物質が肺の奥まで入り込み、気管支や肺を傷つける原因にもなります。私たちが生きるためには細胞の中に酸素を有効に取り入れることが必要です。空気を吸うと酸素は肺の奥の肺胞の薄い膜を通り抜け、肺胞を覆っている毛細血管の中へヘモグロビンに受け渡され、全身の細胞に運ばれます。そして栄養物質と反応してエネルギーを作ります。私たちはそれを使って体温を上げたり、筋肉を動かしたり、体を作ったり治したりとあらゆる生命活動に利用しています。酸素と二酸化炭素のガス交換をする肺胞の数は、約3億個、その表面積を合計すると、テニスコートの広さになるといわれています。ここが、たばこの煙によって破壊され喪失することは避けたいものです。折しも喫煙が新型コロナウイルス感染を重症化させると認知されました。5月31日は世界禁煙デー、5月31日から6月6日までは禁煙週間です。自分と自分の大切な人のため、禁煙を考えてみましょう。

(健康づくり課 保健師)

今月の健康相談日は

5/18 月

9:30-11:30
総合保健センター

健康づくり課 ☎(24)0768 ☎(24)8418



こちらのQRコードからアクセスできます

ストレスチェック・落ち込み度チェック(全13問)に答えると、「こころの状態」を4段階で表示されます。(こころの健康に関心を持ってもらうもので、医学的な診断を行うものではありません。)

ちとせの育児! ネットウボラ

《ネットウボラ》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

■こども・妊婦ネットウボラ (子育て・妊婦相談の同時開催)

とき	ところ
6/3 水 10:00-11:30	アリスセンター ※栄養相談あり
6/8 月 9:30-11:30 13:00-15:00	総合保健センター ※身長体重測定、栄養相談あり
6/15 月 10:00-11:30	しゅくばい児童館
6/20 土 10:00-12:00	ちとせこセンター
6/26 金 10:00-12:00 13:00-14:00 15:00-16:00	げんきこセンター げんきこセンター 《予約制》

■こどもネットウボラ (保健師による健康・育児相談)

とき	ところ
6/19 金 10:00-15:00	総合保健センター 《予約制》

■妊婦ネットウボラ (助産師による妊娠・出産・産後相談)

とき	ところ
6/25 水 10:00-15:00	総合保健センター 《予約制》

※ネットウボラの《予約制》は個室を完備しています。

歯科保健図画・ポスター募集

6/4~6/10の間、総合保健センターロビーに展示します。(最終日は13時まで)

【対象】市内小学生 (詳細は各小学校まで)
【主催】千歳市歯科医師会
【詳細】母子保健課
☎(24)0771
☎(24)8418

※今年度の《むし歯予防デー・親と子のよい歯のコンクール》は中止します。

イベント中止のお知らせ

5月の「まちなかウォーキング」および6月28日⑩に開催を予定していた「水と緑を歩こう会」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催を中止します。9月および10月の「まちなかウォーキング」の開催については、今後の感染状況を踏まえ別途判断します。

【詳細】健康づくり課
☎(24)0361 ☎(24)8418

パソコン講習会

デジタル写真の加工と編集・整理/写真をきれいに修正してみよう!

とき 5月26日(火)/13時30分~16時

ところ 中心街コミセン

¥ 1,000円 **定員** 6人(申込順)

申込 5月24日(日)まで/講座名、住所、氏名、☎番号、使用機種を明記してFAX・Eメールで申し込み **持ち物** ノートパソコン

詳細 ちとせITボランティアの会

川端 ☎ 090(7648)7250

E info@chitoseitv.net

手話・要約筆記講座

延期のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、《手話講座(初級・中級・上級II課程)》および《要約筆記入門講座》の開催を延期しました。延期の時期については、改めてホームページなどでお知らせします。

千歳市社会福祉協議会地域福祉課

☎ (27) 2525 FAX (27) 2528

《まちめぐりガイド》中止のお知らせ

例年5月に開催している《まちめぐりガイド》は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、開催を中止します。6月以降の開催については、あらためて広報ちとせでお知らせします。

市広報広聴課

☎ (24) 0108 FAX (22) 8851

募集

WANTED

ちとせdeコレクション作品募集

家にいる時間が長い今こそ、自宅で趣味・創作活動にチャレンジ。完成作品は、7月に開催する《ちとせdeコレクション》に展示します。

対象 市内に居住する方

※他市の方との共同制作も可。

作品 新型コロナウイルス感染症に関わる外出自粛期間に取り組んだ作品/ジャンル問わず/マスクなど使用、譲渡する予定があるものは写真でも可/会場(市民ギャラリー)に搬入できるサイズのもの/形状や内容によって展示を断る場合あり。

申込 6月30日(火)まで/☎・FAXで申込

詳細 千歳市介護予防センター

☎ (23) 0012 FAX (23) 0022

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期などの場合あり。

6月1日は《電波の日》です

総務省では6月1日を《電波の日》と定め、《電波利用環境保護周知啓発強化期間》に電波利用のルールを周知・啓発活動を行い、電波の使われ方を監視し、適正な電波環境の維持に努めています。電波に関する困りごとや相談など、お問い合わせください。

総務省北海道総合通信局

☎ 011(737)0099(8時30分~12時、13時~17時/土・日・祝を除く)

子どもを水の事故から守ろう 用排水路などの事故防止

田植えシーズンを迎え、用水路は8月までごろまで満水となり、水深が深く、水の流れも速くなり、大変危険です。当土地改良区も用水路にフェンスや蓋、標識を立てるなど事故防止に努め、広報車、パトロールなどで注意を呼びかけています。用排水路の付近では十分にご注意ください。

ながめま土地改良区

☎ 0123(88)2324

イベント

EVENT

グリーンベルト春まつり 開催中止のお知らせ

《グリーンベルト春まつり》は、毎年5月第3(土)日に開催していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、今年度は中止します。

千歳市環境整備事業協同組合

☎ (24) 1366 FAX (27) 2861

見る/学ぶ

LEARNING

※各事業は、新型コロナウイルス感染拡大防止などの理由により、延期・中止となるときがあります。あらかじめ、事業の主催者などにご確認ください。

写真整理相談会

写真が整理できずに困っている方のための相談会。一人一人に合わせた写真整理方法を紹介します。

とき 5月19日(火)/10時~14時の間で30分間(別に5月の(土)に1回開催予定)

ところ 東雲会館

¥ 500円

申込 前日までに☎で申し込み

持ち物 筆記用具、飲み物

詳細 写真整理とアルバムカフェの会

☎ 080(6795)9994

お知らせ

INFORMATION

《行政相談所》中止のお知らせ

5月に予定していた《行政相談所》は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から中止します。電話による相談は、引き続き受け付けています。相談は無料です。

行政相談委員

山内 幸子 ☎ FAX (24) 3291

宮本 真弘 ☎ (23) 0447

天野 真弓 ☎ FAX (22) 0655

北海道後継者人材バンクの設置

北海道では、後継者不在事業者と創業希望者のマッチングを支援するため、《北海道後継者人材バンク》を設置します。後継者を探されている方や事業の譲り受けを希望される方はご活用ください。(相談料無料)

北海道後継者人材バンク

☎ 011(222)3111

HP <https://www.sapporo-cci.or.jp/hikitsugi/kjib/>

自動車税種別割の納期忘れずに

自動車税種別割の納期限は6月1日です。お近くの金融機関・コンビニエンスストアなどで、納期限までに納めましょう。クレジットカードも利用できますので納税通知書同封のリーフレットをご覧ください。

課税に関すること：札幌道税事務所自動車税部課税担当

☎ 011(746)1190 FAX 011(747)5820

納税に関すること：石狩振興局納税課

☎ 011(281)7910 FAX 011(232)7938

雇用調整助成金を活用ください

雇用調整助成金とは、新型コロナウイルス感染症の影響など経済上の理由で事業の縮小を余儀なくされた事業主が、労働者に対して一時的に休業などを行い、雇用維持を図った場合に休業手当などの一部を助成するものです。

ハローワーク千歳

☎ (24) 2177 FAX (24) 2178

6月は外国人労働者問題啓発月間

外国人を雇用する際は「ルールを守って」適正に雇用するようお願いいたします。
①在留資格の確認/②雇入れと離職時に必ずハローワークに届出/③労働保険・社会保険加入などの適正な雇用管理

ハローワーク千歳

☎ (24) 2177 FAX (24) 2178

温水プールの半額開放日

一回券購入の方に限り半額で利用可

とき 5月17日④/終日

①②③ 温水プール

☎ (49)7001 ④ (49)7003

千歳テニス協会主催の教室

▼春季テニス教室

とき 6月1日～5日/9時30分～11時

▼ナイター教室

とき 6月15日～19日/19時～20時30分

ところ 青葉公園テニスコート

¥ 各2,000円(会員無料)

①②③ 千歳テニス協会

日原 ☎090(3112)2332

図書館ガイド

▼青葉の森の水族館～サケたちがやってくる

サケのふるさと千歳水族館から、図書館にお魚たちがやってくる!

とき 5月13日～31日

①②③ 函館図書館

☎ (26)2131 ④ (26)2133

HP <http://library-city-chitose.jp/>

会員団員求む

森のようちえん といと

自主保育型・森のようちえん

対象 おおむね1歳～就学前の子と保護者

とき 毎週④(木)、月1回①(土)②(日)③(祝)/10時～14時 ところ 市内の森林、公園

¥ 親子で月額3,000円、子ども2人目月額1,000円、3人目から無料/体験料ひと家族1回500円

持ち物 着替え、飲み物、弁当、敷物、救急セット、保険証

①②③ 森のようちえん といと

E morinotoittoi@gmail.com

HP <http://gh-canoa.com/toittoi/index.htm>

文化/スポーツ CULTURE/SPORT

市民文芸作品募集

創作、童話、随筆、詩、俳句、など(未発表作品)

対象 市内に居住する方、市民文芸の会員 ¥ 掲載料4,000円(会員以外)

申込 7月31日④まで

①②③ 千歳市民文芸の会

渡辺 ☎④ (42)0753

春のラグビー体験会

子どもにラグビーを体験させてみませんか。楕円球のボールを持って走る子どもの姿にきっと感動します。

対象 幼児～中学3年生(男女不問)

とき 5月17、24、31日/各日9時～11時/雨天中止

ところ 青葉公園ラグビー場 ¥ 無料

申込 各日の前日まで☎・④で申込

①②③ 千歳ラグビースクール

初山 ☎090(1384)4784

(ショートメール可)

E cts.rugby2019@gmail.com

ソフトテニス初心者教室

とき 5月18日～22日/10時～12時

ところ 青葉公園テニスコート

¥ 1,000円

持ち物 ラケット(貸出可)、シューズなど

①②③ 千歳ソフトテニス連盟

城畑 ☎(26)8061

パークゴルフ協会 会長杯

日本パークゴルフ協会の公式36ホールストロークプレー/表彰はA・Bグループごと(男子・女子それぞれ優勝～第3位、ラッキー賞・BB賞・参加賞)

とき 5月24日④/受付8時30分

ところ リバーサイドパークゴルフ場

¥ 会員1,500円/一般1,700円/大会当日納入

申込 5月18日④まで

①②③ 千歳パークゴルフ協会

小林 ☎080(1883)0278

農作業をしませんか

植付・除草・収穫などの作業(登録制)

対象 健康で体力に自信があり、自家用車での通勤が可能な方

時間 8時～17時

ところ 市内、近隣市町村の農地

①②③ 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 ④ (27)2002

ちとせ環境と緑の財団の各種事業

▼花と緑のフェスタ開催中止のお知らせ

5月14日～17日に開催を予定していた《花と緑のフェスタ》は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。

▼フラワーポット無料貸出

3年間の無料貸出(1件につき30個まで)

対象 フラワーポットを公道に面した私有地に設置・管理できる市内事業所など

申込 5月22日～6月12日

▼植樹会主催団体への苗木などの提供

1件につき桜の苗木10本と、樹木名を記すための板を提供します。

対象 入場制限のない場所に植樹する町内会、学校や市民団体など(申込順)

申込 5月22日～10月30日

①②③ ちとせ環境と緑の財団

☎ (22)1117 ④ (22)1118

生涯学習まちづくりフェスティバル ふるさとポケット参加団体募集

9月27日④にグリーンベルトで開催する標記イベントの参加団体を募集します。※会議への参加を要件とします。

申込 5月22日④まで

①②③ ふるさとポケット実行委員会事務局(生涯学習課内)

☎ (24)3153 ④ (27)3743

新型コロナウイルスを口実に、市役所職員を名乗る怪しい電話がきたという相談が確認されています。「助成金があります」などと言われ、口座番号や暗証番号を聞かれても、絶対に教えないでください。訪問してくる場合もあるので、注意してください。

そのほか、「家を消毒する」などの便乗商法も考えられますので、困ったときは千歳市消費生活センターへご相談ください。

また、千歳市消費生活センターでは、専用のホームページ「ちとせの暮らし」で、日ごろの生活に役立つ情報を発信しています。ぜひご覧ください。

千歳市消費生活センター

市民生活課

第2庁舎 2階9号室

月～金 9時～17時

☎ (24)0193 FAX (27)3743



暮らしのアドバイス

便乗悪質商法などにご注意を!

支笏湖春の恒例行事 丸駒温泉天然露天風呂の大清掃



4月10日、支笏湖にある丸駒温泉の天然露天風呂で年に一度の大清掃が行われました。天然露天風呂は支笏湖とつながっているため、湖の水位が下がるこの時期にポンプでお湯を抜きながら、清掃作業を行います。毎年作業にあたっている、吉田さんは、「新型コロナウイルスが終息しましたら、ぜひ支笏湖の温泉を楽しみにお越しいただきたい」と話していました。

融資の維持、固定資産税の減免、消費拡大事業を 商工会議所から要望書を受け取り



4月17日、山口市長は、千歳商工会議所から、新型コロナウイルス感染拡大に苦慮している市内企業への経営支援を求める《緊急要望書》を受け取りました。入口会頭は、「あらゆる業種で業績が悪化しています」と説明。山口市長は、「課題は共有しており、できることから対応していきます」と述べました。

新型コロナウイルス感染防止対策をして新たなスタート マスク姿の入学式



4月6日、市内の小中学校で入学式が行われました。出席者はマスクを着用し、体育館の窓を開け換気をしたり、座席の間隔を広げて配置したりするなどの感染防止対策を講じた上で、実施されました。駒里小中学校では新入生の皆さんが学校生活での抱負を力強く発表し、出席した保護者からあたたかい拍手が送られました。

育てていただいた地元に恩返しをしたい ライオンズクラブがマスク寄贈



医療現場のマスク不足が続く中、4月24日にライオンズクラブ国際協会 331A 地区ガバナーの鈴木善一さんが（一社）千歳医師会にマスク2千枚を寄贈。鈴木さんは、4月21日にも、（福）千歳いずみ学園に4千枚を寄贈しており、「数は限られていますが、有効活用いただければ」と話し、手渡されました。

「家でできる健康増進」No. 230



新型コロナウイルスに負けない まちを元気に こいのぼり、春風に泳ぐ



4月19日、ゆうまいの森の中を流れる勇舞川に大小あわせて約40匹のこいのぼりが飾られました。《勇舞川を守る会》と自由ヶ丘・桜木町内会の有志の皆さんが毎年この時期に実施する春の風物詩。春風にたなびき川面の上を泳ぐ姿は、見る人に元気を与えてくれます。

魚の泳ぐ姿を見て癒やされて欲しい 市内の全小中学生に無料パスポートを配布



《サケのふるさと千歳水族館》から市内在住の小中学生に年間パスポートが無料配布されました。4月9日、代表児童への贈呈式として千歳第二小学校児童会の川崎日桜莉（かわさきひおり）会長、小野菜乃夏（おのののか）副会長、小川実紗（おがわみさ）書記の3人が受け取り、川崎会長から「大切に使用させていただきます」とお礼の言葉が述べられました。

人のうごき

《総人口》
97,817人 (+619)
男性 49,574人 (+391)
女性 48,243人 (+228)
《世帯》50,611世帯 (+510)

()内は、前月との比較です。

5-1
現在

広報ちとせからのお知らせ

「紹介します らすの先生」のコーナーは新型コロナウイルス感染拡大防止対策による臨時休校のため、お休みします。

広報広聴課 広報係
☎(24)0104 FAX(22)8851

支笏湖にたくさんのお客様が戻ることを、皆で待っています 無事故・安全と千客万来を祈る 支笏湖湖水開き

4月12日、春の観光シーズン到来を告げる《支笏湖湖水開き》が支笏湖温泉で開催されました。今年は、新型コロナウイルスの影響で、遊覧船から湖に向かってカギを投げるセレモニーなどは中止。支笏湖まつり実行委員会（主催）の福土國治委員長は、「皆さん、元気を出しましょう」と力強く挨拶しました。





自然からの贈り物 水鏡

■ 春先（3月下旬～5月上旬）の支笏湖で、晴れていること、風がないことなどの条件が揃って発生する現象です。写真は今年の4月17日に撮影したもので、波が立っていない水面に山々が鏡のように反射しています。支笏湖では春の風物詩といわれ、これが発生すると地元の方の間では、春の訪れを感じるのだそうです。普段は、波立っていることが多く、見られない年もありますが、運良く見ることができたときは、とても幸せな気持ちになります。この写真以外にも支笏湖には、次の世代、その次の世代にも残していきたい風景があります。

環境省 北海道地方環境事務所 支笏洞爺国立公園管理事務所 自然保護官補佐（アクティブ・レンジャー）

とうやま まきこ
当山 真貴子

国立公園や希少野生生物の現地管理業務を行う環境省の自然保護官（レンジャー）の補佐役。パトロールや利用者指導、調査研究、自然解説等、主として野外の現場業務を行います。

あ
の
と
き
、
あ
の
場
所

瞬きの点景。

SCENERY OF MOMENT

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

■ 今月の表紙



4月24日/千歳湖で撮影

森の妖精とも呼ばれ、春の訪れを知らせてくれるミズバショウ。湖面に、可憐な花を咲かせているかと思いきや、白い部分は花ではなく葉が変形した仏炎苞（ぶつえんほう）というそうです。

■ 新型コロナウィルスの影響により人の動きが抑制される中、自然は変わらない美しい姿を見せてくれます。今月の「瞬きの点景」候補に挙がっていた写真に、恵庭岳の山頂に夕日が沈む《タイヤモンド 恵庭岳》がありました。雲がかり見られず、年に2回しか現れない貴重な現象で、次に見られるのは8月15日。乞うご期待。

■ 市役所からのお知らせでも紹介しましたが、千歳の10年間の出来事などをまとめた《都市伸長記録映画》が完成しました。昭和25年から10年毎に製作しており、これまでで最長の33分間の大作となりました。歴史・文化や市民活動など、観やすくできたと自負しています。ぜひ、過去の作品と合わせてご視聴ください。