

毎日が、
しあわせ
ですよ。

[特集]

「そばにいるよ」って、

市民みんなが、ゲートキーパーでありますように

伝える方法。



25周年を迎えた
千歳水族館の館長が語る思い

「生き物の生態系や
自然環境を再現し、
観てもらえる場を
作りたい。」

菊池 基弘さん



高齢者運転免許証

自主返納サポート制度

がはじまります。

～何歳まで車を運転するか、みんなで考えませんか？～

役割演技（ロールプレイ）で知る 良い妻・悪い妻？

参考・厚生労働省の養成研修テキスト

家族編

研修では、シナリオどおりの役割演技を通じてそれぞれの立場を実感する《ロールプレイ》を行います。ここでは広報4コマ漫画の夫婦・特にママさんに、良い対応、悪い対応を実演してもらいました。

リアルにやるわ！



対応へのコメント

- 01 × 自責感をあおる
- 02 × 安易なげまし
- 03 × 否認
- 04 × 価値観の押しつけ
- 05 × 評価的コメント
- 06 × 一方的な提案
- 07 × 依存の危険性を指摘しない



次ページへ

上の《対応へのコメント》のとおり、悪い対応例です。では《良い妻》はどのように対応するのでしょうか。

GK クイズ [上級編]

- ☑を入れてみよう
- 問1 「死にたい」と言われたら具体的計画があるかを聞くべき? Yes No
- 問2 「死にたい」と考える人に支援の情報は役に立たない? Yes No
- 問3 悩んでいる人には、理解するまで説得するのが大切? Yes No
- 問4 悩みをアルコールで紛らわすのは危険度が高い? Yes No

答えは次のページです。

この両方に取り組むことが、生きることの支援です。身近な声かけ、見守り、地域行事への参加も《生きることの促進要因》です。無意識のうちに行っている人との関わりが、誰かの生きる支援につながっていることがたくさんあります。自殺対策は、専門機関や相談員だけで臨むものではなく、身近な家族や地域、職場の中での理解や関わりによって行われるものです。温かく緩やかなつながりの中で、本当にみんなが「生き心地のよい地域・まち」をつくること。そして、それは自殺対策に限らず、心豊かなくらしを築く方法でもあります。

役割演技（ロールプレイ）で知る 良い妻・悪い妻？

参考・厚生労働省の養成研修テキスト

家族編

対応へのコメント

- 01 ○自殺念慮の確認
- 02 ○傾聴する姿勢
- 03 ○持続期間の確認
- 04 ○自殺計画の確認
- 05 ○傾聴・ねぎらい
- 06 ○出現症状を伝える
- 07 ○専門相談を勧める
- 08 ○安心を与える



5原則「りはあさる」

専門家に相談する前の支援を《ファーストエイド》といいます。

- ①リスク評価、②判断・批判をせず話を聞く、③安心と情報を与える、④サポートを得よう勧める、⑤セルフヘルプ。この5原則を、1文字をとって「りはあさる」と覚えてください。

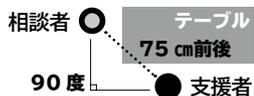
メッセージの印象

言語内容 (5%)
周辺言語 (25%)
話の速さ、声の大小・高低、声質、語尾など

言語面 (30%)

非言語面 (70%)
表情、姿勢、身振り、服装など

好ましい位置関係



相手との座る位置は90度、距離は75cm前後が適当です。

相手の話を聴くとき、発言内容のみならず、声の大小、高低、スピードなどよりも、実は非言語的要素が重要なウエイトを占めます。表情、姿勢、身振り、うなずきのほか、服装やヘアースタイルによっても言葉の伝達は変わります。相手が安心できるように表現の仕方を身につけておきましょう。

非言語面の重要性

GKクイズ 答え合わせ

- 問1 Yes
- ①手段②いつ③持続期間④思いの程度⑤焦り具合などの確認は必要です。
- 問2 No
- 情報を持ち得ていない・あきらめていることが多く、支援情報の提供は大切です。
- 問3 No
- 一方的説得ではなく、話を聴き、気持ちを受け止め一緒に考える姿勢が大事です。
- 問4 Yes
- アルコール依存は、絶望感・孤独感・うつな気分や不眠を強めるばかりか、時には自殺を促す危険な対処行動です。

「そばにいるよ」の健康づくり講演会

自殺予防における人のつながりの再構築～時間論の視点から～



講師 **杉原 学**さん
 すぎはら まなぶ さん
 ■哲学者・文筆家/
 「人間は弱い生き物」の視点から一人一人が機嫌よく生きられる「モノの見方」を提案。人のつながりについて語ります。

10/24 18:00 開場
 18:30 開演

総合福祉センター 402号

申込 9月10日～10月23日
 件名「こころの健康づくり講演会申込」/本文に氏名、年齢、所属(職場など)、電話番号を明記し、FAXか、電話から申し込み



こちらもぜひ!

自殺予防週間パネル展

9/10～16

総合福祉センター 1階ロビー

近ごろ SNS 相談が増えています

- OVA (オーヴァ)
- 東京メンタルハルス・スクエア
- BOND プロジェクト
- 社会的包摂サポートセンター
- チャイルドライン支援センター
- 全国心理業連合会
- 日本いのちの電話連盟

■厚生労働省は、19歳以下や20歳代、特に女性の多くが《LINE》、《チャット》などのSNS相談事業を利用する傾向にあると報告しています。(左は、SNS相談事業実施団体に地域特定支援を除く団体)

特集に関する詳細

健康づくり課
 健康企画係

☎ (24) 0768
 FAX (24) 8418

出前講座の申し込みお待ちしています。



専門家のススメ

平成27年度から、千歳市主催《こころのケア講座》の講師の一人として、演習などを担当しています。自殺予防の第一歩として大切なのは、調子が悪そうに見える相手に対する、身近な人の「どうしたの?」という《声かけ》です。

深い悩みを抱えていてもすぐには相談機関に足が向かない人が多いためです。そして、悩みごとを聴いてもらえないことで、悩みが解消する、あるいは、あらためて相談機関を訪れようとするようになりません。「どう声をかけたら良いかわからない」という人も多いと思います。演習では、声かけや話の聴き方のポイントについて、事例をもとに役割演技(ロールプレイ)を交えながら、具体的な方法をお伝えしています。

悩む相手に対し、評価的・選択的認知を行わず、好意の感情を持って受け入れ、尊重しようとする態度で、相手は安心して、心を開くようになります。これが話を聴く際の基本的態度であり、また、支援側の自己理解にもつながることなのです。

大切なのは、身近な人の第一歩



北翔大学 教育文化学部
 心理カウンセリング学科

教授 **小坂 守孝** さん
 こさか もりたか さん

でももらえることで、悩みが解消する、あるいは、あらためて相談機関を訪れようとするようになりません。「どう声をかけたら良いかわからない」という人も多いと思います。演習では、声かけや話の聴き方のポイントについて、事例をもとに役割演技(ロールプレイ)を交えながら、具体的な方法をお伝えしています。

自分自身にも気づきがありました

受講者の声



医療法人社団 いずみ会
北星病院
 事務長 **道下 貴裕** さん
 みちした たかひろ さん

さまざまな医療従事者から相談が寄せられる立場ということもあり、今年2月に市の研修を受けました。非常に参考になりましたね。一緒に受講した者が管理する部署では、職員のメンタルに関する定期的なスクリーニング検査を導入しました。普段は元気で明るい職員が、深刻な悩みを抱えていたなどの発見もあり、《うつ病》の発症予防に効果が得られています。人に対する見方、言葉の使い方、態度など、自分自身にも気づきがありました。もともと《ゲートキーパー》は欧州の医療で「家庭医の、専門医につなぐ門番の役割」という意味合いですが、医療面だけでなく、地域でも、研修機会に触れていただくことが、多くの命を守ることににつながるのではないかと思います。

支援する側の心がけも大切に

- 相手の話を聴く側の立場においても、自分の心の管理は非常に大切です。
- 支援に就く人は、「人のために」と頑張ってしまう真面目で責任感や義務感が強い方が多い一方で、ゴールが見えにくく、だれも評価してくれない場面が多いことから、ストレスを抱えがちになり、《うつ病》を発症するケースが多いです。
- ① 自らの心身の変化(警告)に気づくこと、② 心ゆとりを持ち、静かに、穏やかに聴くこと、③ 勇気を出して話してくれる相手に感謝の気持ちを持つこと、④ 無理に説得しようとしないうこと、⑤ 「あなたに自殺してほしくない」と明確に伝えること、⑥ 一人で対応しようとせずに専門機関につなげる意識を持つこと、などを心がけましょう。

ゲートキーパーの役割は、人への共感と思いやりの気持ちからスタートします。自殺対策のみならず、「そばにいるよ」と伝える方法は、すべての対人生活に通じる理念だともいえるでしょう。

高齢者運転免許証 自主返納サポート制度 がはじまります。



対象者

75歳以上

平成31年4月1日以降の
運転免許返納者

市は、10月から1万円分の市内路線バスの補助券を交付する《免許返納者公共交通サポート事業》と、協賛店舗などで特典や割引などのサービスを受けられる《免許返納者応援事業》を行います。

何歳まで車を運転するか、 みんなでお考えませんか？

平成29年3月、高齢運転者の交通事故防止を目的に《道路交通法》が改正され、75歳以上の認知症に対する対策が強化されました。

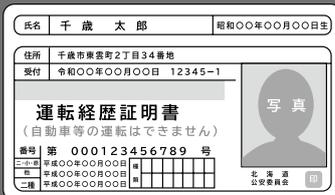
一方、本年に入ってから全国で高齢運転者による痛ましい事故が相次いだことを踏まえ、国は、6月に《未就学児等及び高齢運転者の交通安全緊急対策》を決定。安全運転サポート車の普及や自動運転技術などの実用化、運転免許の自主返納者への各種支援策の啓発などに一層取り組むこととしています。自主返納者に対する具体的な取組は各自治体に委ねられているのが現状です。

■ 《免許の自主返納》とは

運転免許証の有効期限内に、自分の意志で運転免許証の取消を申請することです。(有効期限切れは、自主返納になりません。)返納は、すべての運転免許を取り消すほか一部のみ取り消すこともできます。(普通自動二輪車の免許のみを残すなど。)



運転経歴証明書とは？



■運転免許の取消（免許証の返納）を受けた日前5年間の自動車などの運転に関する経歴（優良、一般、違反運転者などの区分）を表示する書面です。※これまでの免許証と同様に、本人確認書類として使用できます。



【手数料】1,100円

※申請書の作成、免許証、印鑑、証明写真などが必要です。詳しくは警察署にお問い合わせください。

3 申請し、《運転経歴証明書》を受けます



1か月ほどかかります

2 免許証の自主返納をします



1 千歳警察署か運転免許試験場に行く



4 運転経歴証明書を持参 市役所に

買い物などに



6 市役所で、1万円分の補助券を受けます

100円券を100枚
※期限無し

市内バス路線利用に

5 免許返納者応援事業



市が実施する
← 2つの →

7 免許返納者公共交通サポート事業



高齢者運転免許証
自主返納サポート制度

共通条件

運転経歴証明書をお持ちの方であればどなたでも（協賛店舗はお問い合わせください）

平成31年4月1日以降に75歳以上となられた方

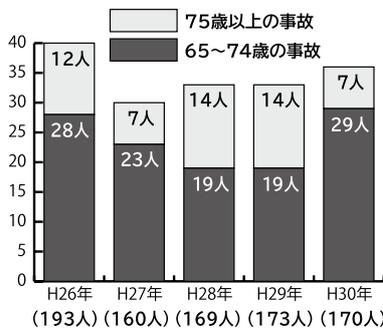
平成31年4月1日以降に運転免許証を自主返納し、運転経歴証明書を取得した方

● 補助券交付場所

《10月1日～4日》
第2庁舎1階 会議室1
《10月7日以降》
第2庁舎2階 9番窓口



▲今年5月14日に千歳自動車学校で行われた《高齢者向け安全運転講習会》。75歳以下の方の関心も高まっています。



※ 下段（ ）内は、交通事故総数。

■市内の交通事故は減少傾向にあります。高齢運転者が当事者となる事故は後を絶ちません。《高齢者運転免許証自主返納サポート制度》は、運転能力に不安を覚えながら運転を続けている方、運転免許証の自主返納を迷っている方を後押しし、高齢運転者の交通事故の減少を図ることを目的としています。

免許返納手続きのこと

千歳警察署

☎ (42) 0110

サポート制度のこと

市民生活課

防犯・交通安全係

☎ (24) 0263

☎ (27) 3743

無、配達サービスの有無など

は？（送迎の有無、自転車の有

【支援】家族やほかのサポート

動などへの移動手段）

（病院、買い物、サークル活

【生活】運転をやめた後は？

イヤなどの必要費用）

税金、保険料、ガソリン、タ

【お金】車生活を続けるため

の経費は？（免許更新、車検、

てみませんか。

許証の今後の必要性を見直し

の開始を機会に、ご自身の免

ます。今回の市の新しい制度

判断は皆さんに委ねられてい

何歳まで運転を続けるか：

考えるきっかけに：

これからの車生活を

考えるきっかけに：

市役所からのお知らせ

Information

消費税引き上げなどによる
各種料金の変更

霊園の管理料

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

10月1日から、消費税率が8%から10%に引き上げられることに伴い、同日から、千歳霊園(やすらぎの里)と未広霊園の使用に係る管理料の消費税相当額の率を10%に改めます。

市内路線バスの運賃

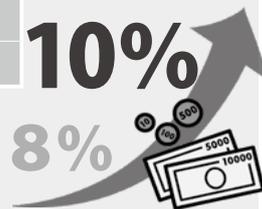
企画部主幹 電話(24)0897
(交通政策担当) 電話(22)8854
本庁舎4階43

市内路線バスは、燃料費や人件費の高騰、運転手不足などの影響により、運行経費が年々増加し、多くの赤字を抱えながら運行しています。

10月1日からの消費税の引き上げに合わせて、**運賃を改定**することとなりましたのでお知らせします。

【バス運賃の改定内容について】

	運賃(9月30日まで)	運賃(10月1日から)	差額
一般乗車	100円の区間	100円	なし
	190円～800円の区間	200円～810円	+10円
	810円～1,030円の区間	830円～1,050円	+20円
定期券 (現行190円の区間)	通勤:8,100円	通勤:9,000円	+900円
	通学:6,480円	通学:7,200円	+720円



※シルバーお出かけパスの運賃の改定はありません。

※通勤・通学定期の詳細については、各バス会社へお問い合わせください。

北海道中央バス(株) 電話(23)2171 千歳相互観光バス(株) 電話(28)8822

水道料金など

水道局総務課 電話(24)3270
総務係 電話(22)8810
水道局2階

10月1日から、消費税率が8%から10%に引き上げられることに伴い、同日から、水道料金、下水道使用料などの消費税相当額の率を10%に改めます。

【対象となる料金など】

水道料金、下水道使用料、個別排水処理施設使用料、給水装置・排水設備などの工事費
※水道料金と下水道使用料の消費税率は、11月使用分から10%になります。ただし、10月1日以降に水道と下水道の使用を開始した方は、10月使用分の水道料金と下水道使用料の消費税率相当額の率が、10%になります。
※9月30日以前から、水道と下水道を使用している方の10月使用分の消費税率相当額の率は、8%です。



【水道料金と下水道使用料の消費税率相当額の率の適用について】

対象	9月	10月	11月
	9月検針	10月検針	11月検針
9月以前から継続して使用している方		10月使用分(8%)	11月使用分(10%)
9月30日(月)以前に使用を開始した方		10月使用分(8%) 契約	11月使用分(10%)
10月1日(火)以降に使用を開始した方		10月使用分(10%) 契約	11月使用分(10%)

市民病院の使用料など

市民病院事務局 電話(24)3000
医事課医事係 電話(24)3007
内線8395
市民病院1階

10月1日から、消費税率が8%から10%に引き上げられることに伴い、同日から、市民病院における健康保険の対象にならない医療などに係る使用料と手数料の消費税率相当額の率を10%に改めます。

市場施設の使用料など

公設卸売市場 電話(24)2709
管理係 電話(23)6335
公設卸売市場

10月1日から、消費税率が8%から10%に引き上げられることに伴い、同日から、市場施設の使用料などの消費税率相当額の率を10%に改めます。

【対象となる各種料金】

- ①市場施設の使用料
 - ②食料品卸センターの使用料
- ※経過措置として、施行日(令和元年10月1日)前の使用料は現行の税率を適用した料金とし、施行日以降の使用料については引き上げ後の税率を適用した料金となります。

☎は、直通電話、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)31311におかけください。



ヒグマの活動が活発になる季節です。ご注意ください

農業振興課
畜産係

☎(24)0037
FAX(22)8854

本庁舎4階
本庁舎4階

ヒグマに遭遇しないために、次のことを心がけましょう。

▼事前にヒグマの出没情報を確認すること
▼行き先を家族や知人に知らせること
▼野山は一人で入らず、薄暗いときに行動しないこと
▼野山では音を出しながら歩くこと
▼フンや足跡を見たら引き返すこと
▼食べ物やごみは必ず持ち帰ること

全国家計構造調査にご協力ください

総務課
文書統計係

☎(24)0137
FAX(22)8852

本庁舎2階
本庁舎2階

10月1日から11月30日まで全国家計構造調査を実施します。

調査結果は国や地方公共団体が行う各種社会・経済諸施策のための貴重な資料となりますので、調査のご協力をお願いいたします。

調査内容は、法律により秘密が守られ、統計資料作成以外に使用されることはありません。

【調査対象】富士4丁目的一部支笏湖温泉の一部



あつたか灯油事業の申請を受け付けます

福祉課
総務係

☎(24)0292
FAX(27)3743

本庁舎8階
第2階

生活に困窮している世帯に暖房費の一部として1世帯1万円を支給する《あつたか灯油事業》の申請を受け付けます。

【対象】①から⑥の全要件に当てはまる世帯
①世帯全員が市民税非課税で、申請日から支給日まで引き続き市内に住居登録があり、次のいずれかに該当すること
②65歳以上の高齢者がいる世帯
③重度心身障害者医療費助成を受けている障がいのある方がいる世帯
④児童扶養手当を受けているひとり親世帯
⑤申請日の直近1年間の世帯収入合計額、申請日における世帯全員の預貯金合計額が基準額以下であること(右下の表)
⑥生活保護を受けていないこと
⑦対象となる高齢者や障がいのある方が社会福祉施設や医療施設などに入所していないこと
⑧別世帯の市民税課税者と同居していないこと
⑨同居している方と申請が重複しないこと

【支給日】申請月の翌月末

【申請方法】申請書(市指定用紙)、印鑑、給与明細書や年金

【世帯収入・預貯金上限額】

世帯人数	収入基準額	預貯金基準額
1人	1,332,000円	486,000円
2人	1,920,000円	744,000円
3人	2,376,000円	954,000円
4人	2,832,000円	1,000,000円

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

振込通知書、預金通帳(申請日に記載したもの)など世帯全員の直近1年間の収入と申請日における預貯金が確認できるもの(原本と写し)を持参

【申請期間】10月1日(令和2年2月28日(平日の9時~17時))

長寿と健康をお祝いする《敬老会》を開催します

高齢者支援課
高齢福祉係

☎(24)0295
FAX(23)6700

本庁舎7階
第1階

【内容】祝品贈呈、お楽しみ抽選会など(終了後は、《老人福祉大会》が開催されます。)

【対象】市内に居住する昭和19年9月15日までに生まれた満75歳以上の方(幌加・協和・新川・東丘・支笏湖地区の方は、別途開催につき対象に含まれません。)

【とき】9月13日(金)10時~10時55分(開場9時30分)

【ところ】北ガス文化ホール

【必要なもの】案内はがき

※当日祝品を受け取ることが

敬老祝金をお贈りします

高齢者支援課
高齢福祉係

☎(24)0295
FAX(23)6700

本庁舎7階
第1階

【対象】令和元年9月15日現在、市内に6か月以上継続して住民登録がある次の方

満年齢/生年月日	贈呈金額
満77歳 昭和16年9月16日~ 昭和17年9月15日生まれの方	1万円
満88歳 昭和5年9月16日~ 昭和6年9月15日生まれの方	3万円
満99歳 大正8年9月16日~ 大正9年9月15日生まれの方	5万円
満100歳 大正7年9月16日~ 大正8年9月15日生まれの方	7万円

【とき】9月26、27日(9時~17時)

※市内居住の満100歳の方には、市長が訪問して直接贈呈します。

【贈呈場所】事前に送付する案内はがきに記載の場所(市役所第2庁舎1階会議室各支所)

【必要書類など】案内はがき、印鑑、健康保険証などの本人確認書類(代理受理のときは、受領者の身分証明書も必要)

※当日来ることができない方は、令和2年3月31日(火)17時まで受け取ることができません。

マイナンバーカード受け取りの臨時窓口を開設します

市民課
市民係

☎(24)0264
FAX(49)2055

本庁舎1階
第1階

お仕事などで、平日に市役所に来庁できない方のために《マイナンバーカード》の受け取りの臨時窓口を開設します。

【対象】《個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)》が届いた方

【開設日】9月28日(土)9時~13時

【開設場所】市役所第2庁舎1階市民課

【申込】9月27日(金)12時まで/要電話予約/平日8時45分~17時15分

秋の全国交通安全運動(9月21日~30日)

市民生活課
防犯交通安全係

☎(24)0263
FAX(27)3743

本庁舎9階
第2階

この時期は、日没が少しずつ早まり、視界が悪くなるとともに事故の危険が高まることから、市内各所で街頭啓発を実施します。

特に、自動車を運転するときは、夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車運転中の子どもや高齢者に気をつけましょう。

また、**9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」**です。交通安全は一人一人の行動がカギとなります。

いま一度、交通ルールを確認し、思いやりのある交通マナーの実践に努めましょう。

洪水・土砂災害ハザードマップの説明会を開催します

危機管理課 ☎(24)0144
防災・危機対策係 FAX(22)8852
本庁舎2階

国と北海道は、千年に1度の降雨による洪水浸水想定区域図などを公表したことから、市は、現行の《洪水ハザードマップ》を見直し、土砂災害の情報も含めた《洪水・土砂災害ハザードマップ》を新たに作成しましたので、説明会を開催します。

【内容】洪水などの想定（北海道開発局、北海道）／ハザードマップの活用方法（千歳市）

●1回目

【とき】9月24日(火) 18時～

【ところ】総合福祉センター402号

●2回目

【とき】9月29日(日) 10時～

【ところ】そなえーる

※事前申込不要。

※《洪水・土砂災害ハザードマップ》は、12月ごろに全戸配布を予定している《防災ハンドブック》に盛り込みます。

ちとせプレミアム付商品券の申請を受付中です

産業振興部主幹 ☎(24)0116
(産業政策担当) FAX(22)8854
本庁舎4階

《ちとせプレミアム付商品券（平成31年度住民税非課税者分）》の申請を受付中です。商品券の購入を希望する方は、申請書の提出が必要となります。（申請期限11月末まで）

対象と見込まれる方には7月末に《申請書》《お知らせ通知》をお送りしていますが、届いていない方は、ご連絡ください。

※申請書の内容を審査し、該当となる方には《購入引換券》を送付、該当とならない方は、その旨をお知らせします。

※10月1日より販売を開始します。販売場所などについての詳細は、市ホームページをご確認ください。

制度

「一存じですか？」
国民年金の各種制度

市民課 ☎(24)0267
年金係 FAX(49)2055
第2庁舎1階

●年金保険料の免除制度と納付猶予制度
国民年金には、保険料の納

種類	平成31年度納付保険料(免除区分)	老齢基礎年金		障害年金遺族年金資格期間	保険料後払い(追納)	審査の対象
		資格期間	計算			
① 全額免除	0円 (全額免除)	受給資格期間に入ります。 ※②は納付しなれば入りません。	2分の1が算入	納付済期間と同じ扱いになります。 ※②は納付しなれば入りません。	10年以内であれば追納できます。	本人 配偶者 世帯主 本人 配偶者
② 一部免除	4,100円 (4分の3免除)		8分の5が算入			
	8,210円 (半額免除)		4分の3が算入			
③ 納付猶予	12,310円 (4分の1免除)	8分の7が算入	算入されません			

付が全額免除となる《①全額免除制度》、一部が免除される《②一部免除制度》、50歳未満の方が保険料の納付を後払い(10年以内)でできる《③納付猶予制度》があります。

【内容】左表参照。

※②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、全額未納扱いとなります。将来の老齢基礎年金の額に反映されず、障がいや死亡など不慮の事態が生じても年金を受けとれないことがあります。

【対象】次のいずれかに該当する方▼本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下

の方(納付猶予のときは、世帯主の方を除く)▼失業や災害などで保険料の納付が困難な方

【免除・猶予期間】申請時点から2年1か月前まで

【申請に必要なもの】▼年金手帳または納付書などの基礎年金番号がわかる書類▼印鑑▼本人、配偶者、世帯主の方が離職しているときは、雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票など

※申請期間によって必要な離職書類の離職日が異なります。詳細はお問い合わせください。

※学生の方は、《学生納付特例制度》をご利用ください。

●特別障害給付金制度

【対象】国民年金に任意加入した

分から

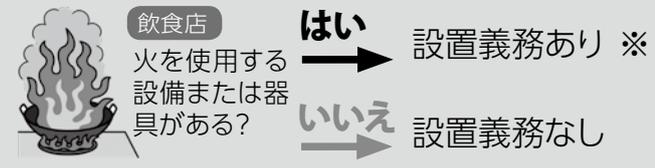
【支給開始時期】請求月の翌月

2級▼月額4万1720円

※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。

2019年10月1日から火を使用するすべての飲食店に消火器の設置が義務化されます。

平成28年12月に発生した新潟県魚川市の大規模火災を受け、飲食店における消火器の設置義務の範囲が拡大されました。



※IHこころなど熱源が電気だけの機器は、直接火を使用しないため含まれません。

- ※以下の装置があれば消火器の設置は免除できます。
- 料理油過熱防止装置（Siセンサーなど）
 - 自動消火装置（フード等用簡易自動消火装置など）
 - その他の危険な状態の発生を防止するとともに、発生時における被害を軽減する安全機能を有する装置（例：圧力感知安全装置）

設置した消火器の維持管理
6か月ごとに点検し、「点検結果報告書」を1年に1回消防署に報告

消防本部予防課予防係（消防本部2階） ☎(23)0420 FAX(22)8850

10月から幼児教育・保育が無償化されます
 こども政策課
 給付係
 ☎(24)0039
 FAX(23)6700
 第2庁舎3階
 第1階

10月1日より、3歳から5歳までの幼稚園、保育園、認定こども園などを利用する子どもたちの利用料が無償化されます。
 ※0歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもたちも対象となります。
 詳細は、今月の広報ちとせ号外をご覧ください。

相談

総合相談所を開設します
 市民生活課
 市民生活係
 ☎(24)0183
 FAX(27)3743
 第2庁舎9階
 第2階

国や北海道、市から委嘱を受ける56人の相談員が集う「総合相談所（千歳市各種相談員連絡協議会主催）」を開設します。
【相談内容】行政相談／人権相談／消費者相談／心配ごと相談／こども相談／法律相談など
【とき】10月11日（金）13時～16時
【ところ】総合福祉センター3階
 ※予約不要、相談無料。

公募

保育士・幼稚園教諭など 合同就職面接・説明会
 こども政策課
 こども政策係
 ☎(24)0341
 FAX(23)6700
 第2庁舎3階
 第1階

認定こども園や保育所、幼稚園、小規模保育事業所などの施設紹介、求人ブースの設置／キッズコーナーあり
【対象】保育士、幼稚園教諭としての再就職を考えている方・保育士、幼稚園教諭をめざしている方
【とき】9月29日（日）13時30分～16時
【ところ】北ガス文化ホール
【参加料】無料
 ※入退場自由、事前申込不要、服装自由。
 ※詳細は、市ホームページに掲載しています。

障がいのある児童の学童クラブ登録の申し込み
 子育て総合センター
 児童支援係
 ☎(22)7888
 FAX(40)1717
 ちとせセンター

令和2年4月からの障がいのある児童の学童クラブ登録の申し込みを受け付けます。
【対象】保護者が就労・病气などで昼間留守になる、軽度の障がいのある小学1～6年生までの児童
 ※保護者の勤務日が週3日以上、

職員募集

任期付職員（育児職員の代替職員）募集
 職員課
 人事係
 ☎(24)0502
 FAX(22)8854
 本庁舎4階
 4階

《任期付職員》とは、育児休業取得職員の代替として任期を定めて採用する《正職員》です。
【職種など】事務職／1人
【給与】大学卒：18万7000円
 短大卒：16万1300円
 高卒：14万8600円／各種加算・手当あり
【任用期間】令和元年12月1日（令和2年7月31日）（予定）
 ※任用前に臨時職員として採用されることがあります。

※職員の育児休業取得期間に変更があったときは、任期が変更になることがあります。
【試験日程】「1次」9月27日（金）9時～13時 SPI3試験、作文／総合福祉センター
【2次】10月中旬 面接
【申込書類】申込書 履歴書（市指定用紙）などを持参または郵送（簡易書留で期限までに必着）
【申込期限】9月20日（金）
【申込先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市総務部職員課人事係

保健師など（非常勤）職員募集
 健康づくり課
 健康企画係
 ☎(24)0768
 FAX(24)8418
 保健センター

【勤務内容】健康づくり教室、各種相談支援、簡単なパソコン操作や一般事務
【資格人員】保健師、看護師、精神保健福祉士のいずれかの資格を有する方／2人
【勤務時間】月4日～8日程度
【勤務箇所】総合保健センター1（健康づくり課）
【報酬】保健師 月額 96000円
 看護師・精神保健福祉士 月額 90000円／通勤費別途支給
【任用期間】令和元年10月1日～令和2年3月31日（再任用あり）
【申込方法】9月24日（火）まで履歴書（市指定用紙）、資格証明書（写し）を持参／面接あり（日程は後日連絡）
 ※履歴書は市ホームページから入手可。

千歳市非常勤職員採用試験の実施
 職員課
 人事係
 ☎(24)0502
 FAX(22)8854
 本庁舎4階
 4階

職種・採用予定人員	受験資格	勤務箇所／報酬（月額）
①認定調査員 ／介護保険の認定調査業務 ／1人	▶昭和39年4月1日以降に生まれた方 ▶高卒以上の学歴を有する方 ▶普通自動車運転免許 ▶介護支援専門員、保健師、看護師、のいずれかの資格を有する方	高齢者支援課 ／155,700円
②児童指導員 ／児童の健全育成業務 ／5人	▶昭和29年4月2日以降に生まれた方 ▶次の①～④のいずれかに該当の方 ①保育士、教育職員普通免許、社会福祉士などの資格を有する方（見込みに必要な課程を修めていた方（見込みに含む）） ②高卒以上で児童福祉事業に2年以上従事した方 ③放課後児童健全育成事業に5年以上従事した方	子育て総合センター 支援センター ／148,100円

【申込先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市総務部職員課人事係
【申込方法】9月11日～10月4日／郵送申込は簡易書留で同日必着／申込書類など詳細は《千歳市非常勤職員採用試験実施要領》で確認

9月は、固定資産税・都市計画税の第3期の納付月です。今年度から市税納付夜間相談は5、12、3月の年3回の実施になりました。納税課 ☎(24)0169 FAX(23)6700



環境センターの施設見学を随時受付中です

廃棄物管理課 総務係
☎(40)6969 FAX(23)2492

環境センターでは、ごみ問題に関する意識の啓発を図り、ごみ処理への関心を深めてもらうため、学校、町内会、各種団体などからの施設見学を随時受け付けています。(個人での見学も可能です)

見学は無料、事前申込が必要です。

【見学日時】月～金曜日/9時～16時(祝日、年末年始を除く)

【見学できる施設】焼却処理場、破碎処理場、リサイクルセンター



【所要時間】DVD視聴(約25分)と、施設見学(1施設約30分)の合計2時間程度

【申込方法】①廃棄物管理課に☎で希望日などを連絡。②市ホームページに掲載している申込書の必要事項を記入し、郵送、FAX、Eメールで申し込み。

9月の
ごみ減量・リサイクル推進

ゴミでもねうまれかわれるみちがある

標語作成者
さとう はるひ
佐藤 遥陽 さん



市民病院の職員採用試験の実施

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

①正職員・任期付職員
【募集内容】下の表①のとおり
【採用予定】⑥は令和2年1月1日、ほかは随時
【試験方法】「1次」性格適性検査、小論文、個別面接/「2次」身体検査
【試験日程】「1次」⑥11月10日(日)9時～17時、ほかは随時/「2次試験」1次試験合格者に通知
【会場】市民病院2階講義室
【申込期間】⑥10月31日(木)まで、ほかは随時
【申込方法】持参または簡易書留で郵送(申込書類など詳細は市民病院の《千歳市職員採用候補者登録試験実施要領》で確認)

②臨時職員
【募集内容】下の表②のとおり
【採用予定】随時
【試験方法】面接/随時
【申込】随時/事前連絡し、履歴書を持参

① 正職員・任期付職員

職種/採用予定人員	受験資格	給料
①薬剤師/1人	▶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▶実務経験が3年以上ある方	大学6卒者 226,800円 大学4卒者 205,800円
②助産師/若干名	▶昭和39年4月2日以降に生まれた方▶助産師免許を有する方 ▶2交代または3交代勤務可能な方	大学4卒者 210,900円 短大3卒者 198,800円
③助産師(任期付)/若干名	▶昭和37年4月2日以降に生まれた方▶助産師免許を有する方 ▶2交代または3交代勤務可能な方	大学4卒者 208,100円 短大3卒者 198,800円 短大2卒者 190,500円
④看護師/若干名	▶昭和44年4月2日以降に生まれた方▶看護師免許を有する方 ▶手術室看護の経験がある方	大学4卒者 208,100円 短大3卒者 198,800円 短大2卒者 190,500円
⑤看護師(任期付)/若干名	▶昭和39年4月2日以降に生まれた方▶看護師免許を有する方 ▶手術室看護の経験がある方	大学4卒者 180,700円
⑥病院事務職/1人	▶昭和59年4月2日以降に生まれた方▶学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方▶民間企業などの実務経験が3年以上ある方	大学4卒者 180,700円

② 臨時職員

職種/採用予定人員	勤務時間	給料
①健診センター保健師または看護師/1人	8時～15時	保健師 時給1,500円 看護師 時給1,400円
②外来看護師/1人	8時30分～12時30分	時給1,400円
③外来看護師/1人	8時30分～17時のうち7時間	時給1,400円
④健診センター事務職員/1人	7時30分～17時のうち7時間	時給870円
⑤作業療法士/1人	8時30分～17時	時給1,250円
⑥夜間専従助産師と看護師/若干名	●3交代制 (1)16時30分～1時 (2)0時30分～9時 ●2交代制 (3)16時30分～9時 ※(1)(2)を月各8回できる方/(3)を月8回できる方/3交代、2交代混合も可	日給 (1)15,350円～17,980円 (2)16,500円～19,280円 (3)31,100円～36,200円
⑦手術室看護師/若干名	8時30分～17時のうち7時間	時給1,400円
⑧看護助手/若干名	6時～14時/11時～19時/13時～21時/シフト制/配属先により始業時間が変更となる場合あり	時給1,100円～1,180円
⑨メディカルクラーク/2名	8時30分～16時30分	時給870円～1,210円

※①、⑤は令和2年3月31日までの勤務/④、⑨はパソコン操作(エクセル・ワード)できる方希望/⑥、⑧、⑨は資格や経験に応じて賃金が異なります。

【申込先】 ☎ 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

国民健康保険料の納付は、安心・便利な口座振替で

国民健康保険制度は、だれもが健康で安心して生活を送るための制度です。この制度を支えているのは、保険料です。仕事などで忙しい方には、一度の手続で毎年継続され、納め忘れの心配がない、安心で便利な口座振替をお勧めします。

9月は、国民健康保険料と後期高齢者医療保険料【第4期】の納付月です

国保医療課
☎(24)0287
FAX(23)6700
【第2庁舎1階2】

Public Voices 声のらん

皆さんの「声」にお答えします。



《声のらん》では、「市長への手紙・ポスト」などに寄せられた声とその答えの中から、市民の皆さんの参考になる問答をご紹介します。(内容確認のため、連絡先と名前をご記入ください。)
【〒066-8686 / 東雲町2丁目34 / 千歳市企画部広報広聴課宛】

一般不妊治療 (人工授精)

医師の診断により、一般不妊治療(人工授精)を行った方のうち、次のすべでの要件に該当する方

- ①夫婦ともに千歳市に住民票がある方
- ②治療開始時の妻の年齢が43歳未満の方
- ③市税の滞納がなく、夫婦合算して年間所得が730万円未満の方(税引き前の収入ではありません。)

本市在住中に受けた人工授精の治療費(保険適用外)について、1年度(4月～翌年3月)あたり3万円を上限に助成

通算2年度が対象期間

各年度の3月31日まで(年度実施分ごと)

対象者

助成額

期間回数

申請期限

特定不妊治療 (顕微授精・体外受精)

夫婦ともに千歳市に住民票がある方で《北海道特定不妊治療費助成事業》の決定を受けた方

- ※制度の詳細は北海道ホームページを確認。
- ※申請は千歳保健所 ☎(23)-3175まで。
- 治療開始時の妻の年齢が43歳未満の方
- 男性不妊治療や2子以降の治療の場合も、対象となる子どもごとに助成

- 1回の治療につき5万円を上限に助成
- 特定不妊治療の一環として、男性不妊治療を行った場合は5万円を上限に助成
- ※助成金額は、北海道からの助成成分を差し引いた自己負担分についての助成

治療開始時の妻の年齢が40歳未満は、通算6回、40～43歳は、通算3回

治療が終了した年度の3月31日まで

答

不妊治療をしている方のうち、一般不妊治療(人工授精)や特定不妊治療(顕微授精、体外受精)をしている方に対して、費用の一部を助成しています。

声

なかなか子どもを授けられず、不妊治療を始めました。治療費が負担になっていきます。助成制度はありますか？

不妊治療の助成制度はありますか？

[30歳代/女性]

お答えします

母子保健課 母子保健係 ☎(24)0771 FAX(24)8418

千歳市不妊治療費助成事業の《申請方法》や《申請書類》については、市ホームページに掲載しています。
<https://www.city.chitose.lg.jp/docs/95-93270-166-1084.html>

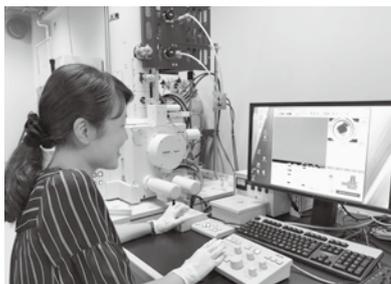


交通手段、電化製品、通信網、医療の飛躍的な発達など、現在私たちが送っている豊かな生活は、18世紀後半の産業革命の賜物です。しかし、その豊かな生活はエネルギーや資源の枯渇、大量の廃棄物、また、温暖化ガスによる気候変動などをもたらしました。人間が地球の生態系や気候に影響を及ぼす、いわゆる《アントロポセン(人新世)》の時代の到来です。

私たちはこれまでの生き方を転換しなければならぬ時期にきています。消費する一方だったエネルギーは節約へ、今まで廃棄されてきた物は資源や材料として再生化へ。百年、千年(まさに《ちとせ》です)の先を見据えた将来設計が必要です。その取り組みの一つとして、私たち応用化学生物学科は人と自然界に役立つ教育と研究を行っています。具体的には、環境モニタリング(センサー)成分合成、高性能レーザ研究、マイクロプラスタック、食品分析・人体組織のイメージング、生物模倣を用い

た材料・プロセス開発、環境に優しく、かつ新しい付加価値を持つ天然素材(核酸、ナノセルロース、ソバ殻など)の利用など研究テーマは多岐にわたっています。

本学が位置する千歳は豊かな自然に恵まれていると同時に、世界に開かれた国際空港が立地しています。このような研究を世界に発信することで、さらに国際的な研究や協力関係が培われていくのではないのでしょうか。ぜひ公立千歳科学技術大学とともに世界と環境のために何ができるか、身近なところから私たちと一緒に考えていこうではありませんか。



電子顕微鏡を操作する横浜国立大学の大学院生(ナノテク支援学生研修プログラムの参加者)

人と環境の『千歳』へ

シリーズ全12回
第6回

ちとせの地と世の科技大

地域から世界に



応用化学生物学科
Olaf Karthaus 教授

シリーズ全般
公立大学法人
公立千歳科学技術大学
☎(27)6001
FAX(27)6007

子育てスキルアップ講座

市民協働
子育て支援センター
10月の子育てスキルアップ講座

●利用施設と対象年齢 ひまわり・つばさ以外、1号認定(3歳以上の幼稚園利用)での申込は、各施設にお問い合わせください。

区分	施設名	所在	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	
認定こども園	認定こども園ひまわり	新富		○	○	○	○	○	
	認定こども園つばさ	花園	6か月-	○	○	○	○	○	
	北斗認定こども園	北斗	6か月-	○	○	○	○	○	
	アリス認定こども園	勇舞	6か月-	○	○	○	○	○	
	認定こども園千歳春日保育園	春日町	6か月-	○	○	○	○	○	
	あずさ認定こども園	あずさ	6か月-	○	○	○	○	○	
	認定こども園北陽幼稚園・第2北陽保育園	北陽	6か月-	○	○	○	○	○	
	認定こども園千歳第2幼稚園	新富	6か月-	○	○	○	○	○	
	認定こども園つくし保育園	富丘	6か月-	○	○	○	○	○	
	認定こども園向陽台つくし幼稚園	若草	6か月-	○	○	○	○	○	
保育園	認定こども園おひさま	みどり台南	6か月-	○	○	○	○	○	
	住吉認定こども園	豊里			○	○	○	○	
	あんじゅ認定こども園	春日町	6か月-	○	○	○	○	○	
	あさ陽認定こども園	流通	6か月-	○	○	○	○	○	
	向陽台保育園	若草	6か月-	○	○	○	○	○	
	第2住吉保育園	豊里	6か月-	○	○				
	北陽保育園	北陽	6か月-	○	○				
	ちとせスマイル保育園	住吉	2か月-	○	○	○	○	○	
	小規模保育	ありんこ保育室	北栄	43日目-					
		こだま保育園	花園	43日目-					
ステップ赤ちゃん〜む		清流	43日目-						
さくら保育園		稲穂	43日目-	○	○				
育未保育園		日の出	6か月-	○	○				
千歳春日保育園ポケット		春日町	6か月-	○	○				
ニチキッズおさつ駅前保育園		長都駅前	57日目-	○	○				
ひよこ保育園		新富	6か月-	○	○				
内事保育所		ダイナックスこどもくらぶ	上長都		○	○			
		千歳みどりの保育園	大和		○	○			

※対象年齢は、令和2年4月1日時点の年齢となります。

来年4月から 認定こども園 保育園などの 入園受付が 始まります!

1次受付 10月15日〜11月15日
2次受付 令和2年1月14日〜31日

受付場所 市役所第2庁舎1階3番

結果通知 1次 12月下旬
2次 令和2年2月下旬

※予定

【対象】市内居住の就学前の子の保護者【とき】10/16(※)10:00-11:00【ところ】せいりゅう児童館【定員】20人(申込順)
【受講料】無料【記名】申込時に申出【申込】9/25(※)9:00- / こども家庭課 児童相談係 ☎(24)0935 ☎(23)6700

ちとせ子育て特典カード事業所一覧が新しくなりました

協賛登録しているお店や施設の利用時に提示すると、割引などの特典が受けられる《ちとせ子育て特典カード》を配布しています。
【対象】妊娠中の方、中学生までの子がいる世帯【配布場所】こども政策課、ちとせこ、げんきこセンター、各児童館、各支所

協賛店も募集中!

子育て中や妊娠中の方がいる家庭に対して、商品割引、ポイント進呈などの特典サービスを提供していただける、商店、施設を随時募集しています。

【詳細】こども政策課 ちとせこ政策係 ☎(24)0341 ☎(23)6700



【詳細】
こども政策課 保育係
(23)6700
(24)0340

【申請に必要なもの】
①印鑑 ②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) ③母子健康手帳(平成31年1月1日現在、市外居住の方のみ、平成31年度市町村民税課税証明書(税額がわかるもの))
【申請書類の配布時期】9月24日(※)から、受付場所配布します。
【利用調整のご案内】利用定員を上回る応募があったときは、優先順位により利用調整を行います(申込順ではありません)。

アスタ

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

毎週木曜 11:20-12:00
木曜日は木育の日! / 木のプールで木育あそび(こども園ホール)

9/17, 24, 10/1, 8 11:00-
えいごDE絵本

9/18, 10/16 10:00-12:00
おおきくなったかな~身体測定日

9/19, 10/3, 17 10:00-11:20
リズムであ・そ・ぼ♪楽器遊び

10/10(※) 10:00-11:30
運動遊び / 講師・運動発達支援協会 Latenz 近藤 弘樹氏

【対象】4か月~1歳6か月までの子と保護者【定員】15組(抽選)
【申込】9/26, 27(12時~15時)
※活動しやすい服装でお越しください。

10/15(※) ①11:00- ②12:00-
①10月誕生会 / ②アリスDEランチ / 【持ち物】昼食、飲み物

みんなの児童館

各児童館にお問い合わせください

9/17(※) 10:30-11:10
和太鼓&わらべうた / 向陽台コミセン
いずみさわ児童館 ☎ FAX(28)6110

9/19(※) 10:30-11:00
みんなDE運動会
希望が丘児童館 ☎ FAX(26)2060

10/3(※) 10:30-11:30
親子ヨガ【定員】15組(申込順)
しなの児童館 ☎ FAX(22)2977

10/8(※) 10:00-12:00
子育てサロン&コンシェルジュ相談会
ひので児童館 ☎ FAX(24)3163

10/10(※) 10:30-11:30
バランスボール【定員】20人(申込順)
ほくよう児童館 ☎ FAX(26)6789

10/16(※) 10:30-11:30
育休ママ・パパ講座 / 認定こども園って?
【申込】9/18, 19(13:00-15:00)
あんじゅ児童館 ☎(23)8015 ☎(23)8016

げんき七ッ

新富1丁目2-14
☎ FAX(26)2070 (9:00-17:30)

10/8(※) ①10:00- / ②10:40-
やさしい親子ヨガ【対象】①11か月までの子と保護者 / ②1歳~就学前の子と保護者【定員】各20組(申込順)【申込】9/17, 18

10/20(※) 10:30-11:30
休日♪ベビーマッサージ / 【対象】8か月までの子と保護者(パパも歓迎)【定員】20組(申込順)【申込】9/19, 20
休日開館日 9/15(※) 10:00-16:00

ちとせ七ッ

花園4丁目3-1
☎ FAX(40)1717 (9:00-17:30)

毎週月~土 9:30-16:30
毎日すくすくの日 / 身長体重の自由計測ができます。
ちとせこぶら図書館 / 絵本のほかに子育てに役立つ本を貸し出しています。
※休日開館日も開催しています。

10/10(※) 10:30-11:15
北海道の冬へようこそ / 北海道の冬対策について学びます。
休日開館日 10/6(※) 10:00-16:00

第5回 いいお産の日 in ちとせ【申込】ちとせこ ☎ FAX(40)1717
11月3日(※)開催! 【ところ】総合福祉センター

ステージ発表	対象	開催時間	定員	申込
ベビーダンス	9/25, 10/9, 10, 29, 30 (10:00~11:30 / ちとせこ) での練習に参加できる方が優先 / 生後3か月~1歳半までの子と保護者	11:00-12:00 (発表は5分程度)	20組	9/17(※)から申込順
講座名	対象	開催時間	定員	申込
ヨガ教室「トリーニ」ママヨガ	乳幼児と保護者	11:45-12:45 12:45-13:45	各7組	9/20(※)から申込順
マタニティヨガ	妊娠13週~37週の妊婦	10:20-11:20	10人	9/25(※)から申込順

【対象】や【申込】の表記がないものは自由参加です。



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

健康
 アイキイキ
 参 迎 編 せ ン タ ー

保健師・栄養士のリレーコラム

マタニティマーク
 ～妊産婦さんと赤ちゃんへの思いやり～



マタニティマーク

皆さんは《マタニティマーク》を見かけたことはありますか。これは妊産婦さんに対する配慮を周囲の皆さんにお願いするためのマークです。

妊産婦さんは、「どのように思われるか気になり少し不安」、「お腹が目立たないときに（つわりが辛い時など）身に着けたかった」などと思っています。一方で、周りの方は、「声をかけるのは勇気がいる」などと感じている方も少なくありません。妊産婦さんの健康は赤ちゃんの健康に大きく影響します。妊娠中のさまざまな症状により流産や早産など赤ちゃんの命に関わることもあります。また、出産後は十分に体力が回復しない、産後の気持ちの沈みなど、自身の健康はもとより子育てへの影響は大きいものになります。妊産婦さんの体調は外見ではわかりにくいため、妊産婦さん自身が普段以上に健康管理に気をつけるのはもちろんですが、周囲の人たちも、妊産婦さんのカラダを理解し、体調を気づかうことが大切です。《マタニティマーク》を身に着けた方を見かけたら、「声をかける」「席を譲る」「近くでの喫煙は控える」などの優しい心づかいをお願いします。市は、母子健康手帳交付の際に、妊産婦さんにマタニティキーホルダーをお渡ししています。

(母子保健課 保健師)

おもな会場は
 総合保健センターです

10/4,18 12:30-13:50

BCG予防接種

【対象】5～7か月の子
 ※対象期間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、予約票

10/11,24 9:30-11:20/13:00-14:50

フッ化物塗布・歯科相談

【対象】1年以内に総合保健センターの歯科医師健診、1歳6か月・3歳児健診のいずれかを受けた子
 【料金】800円(フッ化物塗布)
 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

10/19 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】10/17 まで
 【持ち物】母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具

10/23 11:30-12:30

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

10/23 10:00-11:30

わくわくママクラブ「妊娠中の過ごし方コース」

【対象】市内居住の妊娠中の方
 【申込】10/21 まで
 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

10/28 9:30-11:20/13:00-14:50

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

【対象】1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

《詳細》母子保健課
 ☎(24)0771 ☎(24)8418
 ★BCG 予防接種のみ担当 ☎(24)3148

まちなかウォーキング 参加者募集

《約5km》
秋の散歩道
 (パレットの丘周辺)

9/18 水
 9:00-12:00
 【定員】45人(申込順)
 【参加料】無料
 【申込】9/10～17

【申込先・詳細】健康づくり課
 ☎(24)0361 ☎(24)8418

《約4km》
支笏湖ウォーク
 (講話・温泉・食事含む)

10/17 木
 9:00-14:45
 【定員】45人(申込順)
 【参加料】1,800円(昼食・入浴)
 【申込】9/10～10/10
 ※バスタオル・ハンドタオル持参

ポロネーゼ風バス、春巻きなど
子どもの食育教室

10/26 10:00-13:00

北ガス文化ホール 調理教室

【対象】小学生
 【参加料】200円
 【定員】16人(申込順)
 【持ち物】エプロン、三角きん、筆記用具、上靴、手ふき用タオル
 【申込】9/11-10/16

【申込先・詳細】健康づくり課
 ☎(24)0768 ☎(24)8418

9月の健康相談日
9/30 月
 9:30-11:30 総合保健センター
 健康づくり課
 ☎(24)0768 ☎(24)8418

■こども・妊婦ネウボラ (子育て・妊婦相談の同時開催)

とき	ところ
10/1 火 10:00-12:00 / 13:00-14:00 15:00-16:00	ちとせっこセンター ちとせっこセンター《予約制》
10/16 水 10:00-11:30	アリスセンター
10/23 水 10:00-11:30	あんじゅ児童館
10/24 木 9:30-11:30 13:00-15:30	総合保健センター ※身体測定・栄養相談あり
10/28 月 10:00-12:00 / 13:00-14:00 15:00-16:00	げんきっこセンター ※栄養相談あり げんきっこセンター《予約制》

ちとせの子 **ネウボラ**

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

■こどもネウボラ (保健師による健康・育児相談)

とき	ところ
10/2 水 10:00-15:00	総合保健センター《予約制》

■妊婦ネウボラ (助産師による妊娠・出産・産後相談)

とき	ところ
10/7 月 10:00-15:00	総合保健センター《予約制》

※ネウボラの《予約制》は個室を完備しています。



市民教養セミナー

A I (人工知能) が暮らしにもたらす可能性について / 講師 横山 想一郎氏 (北海道大学大学院 助教)

とき 9月26日(木) / 18時30分~20時

ところ 総合福祉センター 402号

¥無料 定員40人(申込順)

申込 HP ④ ⑤ が ⑥ で申し込み

⑦ ⑧ ⑨ 生涯学習課

☎ (24) 0848 ⑩ (27) 3743

⑪ shogaigakushu@city.chitose.lg.jp



まちめぐりガイド

とき 9月27日(金) / 9時~14時30分

コース 公設卸売市場、もりもと千歳第一工場、フジッコ北海道工場

¥無料 定員40人(抽選)

申込 9月17日(火)まで / 平日9時~17時 / ⑫ で申し込み

その他 団体申込不可(2人1組は可) / 昼食と飲み物は各自で用意 / 歩きやすい靴着用

⑬ ⑭ ⑮ 広報広聴課

☎ (24) 0108 ⑯ (22) 8852

地元就職・人材確保支援事業

▼個別就職相談会

とき 9月18日、10月5、16日 / 10時~17時 / 各回45分程度

ところ 総合福祉センター 306号

▼合同企業説明会 (予約申込不要)

とき 10月4日(金) / 13時~16時

ところ 北ガス文化ホール

※服装自由、履歴書不要

※10時~11時30分で人材確保・定着支援セミナーを実施

▼▼共通事項

⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

⑰ ヒューマンアカデミー(株)

☎ 011(222)7424

⑳ sapporo.human@gmail.com



犬のしつけ方教室

対象 ①[講習]市内居住で犬を飼っている方、今後飼いたい方 / ②[実技]市内居住の飼い主と犬(生後120日以上、各種予防接種済み、噛み癖がない)

とき ① 9月28日(土)(10時~12時) / ② 10月5日(土)(13時~15時)

ところ ①総合福祉センター 402号 / ②ハヤブサ公園(泉沢) ¥無料

定員 各30人(申込順) 申込 ① 9月26日(木)まで / ② 10月1日(火)まで

⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

サケふるセミナーサケの採卵体験

この時期にしか体験することのできない、人気のプログラム《サケの採卵体験》を行います。

とき 9月23日(日) / 13時30分~14時50分

¥500円(入館料別途必要)

定員32人(申込順 / 幼児は保護者同伴)

申込 9月14日(土)9時~20日17時まで /

㉑ で申し込み / 申し込みは1人ずつ / 幼児が参加の場合は、必ず保護者名も記入

※3日経っても返信が無い場合は、要連絡

※事前申込で定員に届かなかった場合、開催日の9時から水族館入口で受付。

㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

お知らせ INFORMATION

開設します！行政相談所

行政相談委員が、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に応じます。(無料・秘密厳守)

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

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞

¥ 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 市市の組織・施設

3R講演会 家庭でできるエコな生活

家計にやさしく、地球にもやさしい行動を始めてみませんか。／講師 宮森 芳子氏(北海道地球温暖化防止推進員)

とき 10月12日④／13時30分～15時
ところ 北ガス文化ホール ¥無料
定員 50人(申込順) 申込 10月11日④まで／☎か☎で申し込み
詳申 ちとせ環境と緑の財団
☎(26)1213 ☎(22)1118

転入親子ウエルカム交流ツアー

対象 市内に転入後おおむね3年以内の1歳～就学前の子と保護者
とき 10月16日④／9時30分～13時20分／9時30分ちとせこセンター集合
コース ちとせこセンター、遺跡公園、げんきこセンター、ちとせタウンプラザ、サケのふるさと千歳水族館
¥無料 定員 35人(抽選)
申込 9月10日～30日／HPの申込フォームから申し込み
持ち物 弁当、飲み物、普段外出時の持ち物
詳申 申 ちとせこども政策課
☎(24)0341 ☎(23)6700

千歳歓楽街AED講習会

突然の緊急事態に備えて応急手当やAEDの操作方法を習得し、“心のある”おもてなしをしませんか？

対象 千歳歓楽街に勤務の方、利用者など
とき 10月21日④／18時30分～19時45分
ところ 末広7丁目8-6ビジュアルビル1F
¥無料 定員 20人 申込 10月11日④まで／氏名・勤務先・携帯☎番号・Eを記入し、☎か☎で申し込み
詳申 申 千歳安心な街づくり協議会
☎(22)2385 ☎(22)7841 E mail@v-1.jp

パソコン経理科受講生募集

ワープロ・表計算・日商簿記・データベースの各3級、パワーポイント2級、接遇基本作業
対象 一般求職者(公共職業安定所長の受講指示・受講推薦が受けられる方)
とき 11月27日～令和2年2月26日／9時～16時／④⑤⑥年末年始を除く
ところ 千歳職業技術専門学校
¥無料(テキスト、検定料別途)
定員 20人／選考試験11月7日④9時～／筆記試験(国語、数学)と面接
申込 9月18日～10月24日
詳申 申 千歳公共職業安定所(ハローワーク千歳) ☎(24)2177 ☎(24)2178

ちとせ地域福祉フォーラム

講演：ご近所福祉の最前線～助けられたり、助けたり～／講師 木原 孝久氏(住民福祉総合研究所所長)

とき 9月28日④／10時～12時／受付9時30分～10時 ところ 北ガス文化ホール ¥無料 定員 200人(申込順)
詳申 申 ちとせ地域福祉フォーラム実行委員会事務局 千歳市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎(27)2525 ☎(27)2528 市福祉課 ☎(24)0292 ☎(27)3743

公民館からのお知らせ

▼親子でヨガ入門

ヨガ入門講座／講師 稲田 友里氏(認定ヨガ療法士) 対象 1歳6か月までの子と母親(連続受講が可能な方)
とき 10月4、11、18、25日／10時～10時50分 ¥2,000円 定員 10組(抽選)
持ち物 ヨガマット、タオル、動きやすい服装

▼スポーツ吹矢体験／講師 伊丹 りし氏(日本スポーツウエルネス吹矢協会 公認指導員) とき ①10月4、11、18、25日／②11月1、8、15、22日／13時～15時
¥各1,000円 定員 各20人(申込順)

▼▼共通事項

申込 9月25日④まで／窓口で直接申し込み
詳申 申 市公民館
☎(23)2740 ☎(24)8977

千歳リハ大の健康増進教室

ストレッチ体操やバランス・筋力をきたえるトレーニング、脳トレを行います。
対象 おもに中高年の方
とき 10月7日から6か月間(全12回)／17時30分～19時
¥無料 定員 30人(申込順)
詳申 申 北海道千歳リハビリテーション大学 ☎(28)5331 ☎(28)5335

紋別岳自然観察会

支笏湖周辺を冒険しながら、支笏湖国立公園 指定70周年
草花や生き物を観察してみませんか？
対象 小学3年生以上／自力で登山できる方／親子での参加歓迎
とき 10月12日④／8時30分～16時／市役所西口駐車場集合(現地への移動は市バス利用。)/雨天中止のときは電話連絡
¥無料 定員 15人(申込順)
申込 9月17日④8時45分～／☎で申し込み 持ち物 昼食、雨具など
詳申 申 市環境課
☎(24)0597 ☎(22)8853

ちとせを好きになる市民講座

とき ①9月28日④ ちとせと空港のはじまり物語／②10月19日④ 魅力いっぱいのおちとせ／③11月2日④ みんなで育てるちとせ／④11月16日④ ちとせの未来はどうなるの？／⑤11月30日④ ひとりひとりができること／いずれも13時30分～16時
ところ 北ガス文化ホール(第3回のみ中心街コミセン) ¥無料
定員 70人(申込順)
申込 9月10日～26日／HP FAX ☎か☎で申し込み
詳申 申 生涯学習課
☎(24)3153 ☎(27)3743
E shogaigakushu@city.chitose.lg.jp

介護予防センター講習会など

▼ノルディックウォーキング講習会／ちとせウォーキングマップをあるこう。

対象 市内居住の方 とき 9月20日④ 9時30分～11時30分／雨天順延9月27日④／北桜コミセン駐車場集合
コース ホタルの散歩道(北斗～桜木)コースを体力に合わせてウォーキング。最長4.6km。
定員 20人(申込順) 申込 9月19日④まで
持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物

▼介護予防リーダー養成講座／介護予防の知識や予防に効果的な《いきいき百歳体操》を習得し、介護予防サロンなどでボランティア活動できる人材を養成します。

とき 9月30日、10月1日／13時～17時
ところ 総合福祉センター 402号
定員 30人(申込順) 申込 9月27日④まで

▼▼共通事項

¥無料
詳申 申 千歳市介護予防センター
☎(23)0012 ☎(23)0022

千歳商工会議所主催 事業承継による起業セミナー

①事業承継支援機関による講演／②基調講演 人生100年時代の個人M&A入門 講師 三戸 政和氏(「サラリーマンは300万円円で小さな会社を買いなさい」の著者)
対象 起業に興味のある方、後継者不在を課題とする事業者、支援機関など
とき 10月11日④／①18時30分～19時／②19時～20時30分／開場18時
ところ 北ガス文化ホール
¥無料 定員 100人(申込順)
申込 10月10日④まで
詳申 申 商業労働課
☎(24)0598 ☎(22)8854
E shogyorodo@city.chitose.lg.jp

千歳リハ大の大学祭

模擬店、フリーマーケット、ビンゴ大会をはじめ理学療法・作業療法体験、献血コーナーなど/託児スペースあり

とき 10月13日(日)/10時~16時/雨天時は屋内・テント内で開催 **¥**無料
問合せ 北海道千歳リハビリテーション大学 富永 **☎**(28)1061 **☎**(28)5335

文化/スポーツ CULTURE/SPORT

千歳中吹奏楽部 定期演奏会

喜歌劇「伯爵夫人マリツア」セレクション(今年度吹奏楽コンクール演奏曲)、昭和歌謡セレクションなど

とき 9月23日(月)①/13時30分開場/14時開演 **ところ** 北ガス文化ホール **¥**無料

問合せ 千歳中学校 斉藤 **☎**(23)3161 **☎**(23)3163



ちとせ市民芸術祭

①夢の歌謡フェスティバル/ゲスト歌手 山本 あき 氏

とき 9月29日(日)/13時~17時 **¥**当日1,500円/前売1,000円
問合せ 千歳歌謡文化連盟 鴨林 **☎**(23)0327

②千歳愛石名品展

とき 9月28、29日/9時~16時(29日:15時まで) **¥**無料
問合せ 千歳愛石同好会 中山 **☎**(26)0483

③盆栽展

とき 9月28、29日/9時~16時(29日:15時まで) **¥**無料
問合せ 日本盆栽協会千歳支部 寺原 **☎**(24)9669

市民芸術祭全般に関すること
問合せ 千歳市文化団体連絡協議会 神子 **☎**(22)7170

スナッグゴルフ協会 会長杯・体験会

対象 小学生/一般(中学生以上)/シニア/各クラス3名1チーム

とき 10月6日(日)/13時~15時(体験会は12時~) **ところ** キリンビールスナッグゴルフコース **¥**1チーム1,800円(当日納入/保険代含む)
定員 16チーム(3クラス団体戦)
申込 9月28日(日)まで/☎☎で申し込み
問合せ 千歳スナッグゴルフ協会 西尾 **☎**090(7051)5563
Exr250r.nishio@docomo.ne.jp

生涯学習まちづくりフェスティバル ふるさとポケット

市民活動団体のフェスティバル。楽しい体験コーナー、ステージ発表、絵画展、県人会によるお国自慢などもりだくさん!

とき 9月22日(日)/10時~14時(雨天決行)
ところ グリーンベルト
詩「ふるさとポケット」事務局(☎生涯学習課内) **☎**(24)3153 **☎**(27)3743
ポスターを作成してくれた → 高台小3年の井下田 温美 さん



千歳リハ大のこどもカフェ

学生による全身を使った遊び、手先を使った創作遊び、保護者交流など(託児あり)

対象 年中~小学2年生
とき 9月28日(土)/10時~11時30分 **¥**無料 **定員** 15人(申込順)
申込 参加日、住所、連絡先、保護者氏名・年齢、子の氏名・年齢・性別を明記し、☎か☎で申し込み
問合せ 北海道千歳リハビリテーション大学 **☎**(28)5331 **☎**(28)5335
Ekodomo@chitose-reha.ac.jp

千歳市パパの会主催 親子で焼き芋

対象 市内居住の就学前の子と父/家族での参加大歓迎/当日参加可
とき 10月6日(日) (休日開館日) 11時~ ※焼き芋がなくなり次第終了
ところ ちとせこセンター **¥**無料
問合せ 千歳市パパの会 **☎**080(6089)6235
Echitose.papaclub@gmail.com

国際交流の夕べ International Party

みんなでハロウィンを楽しもう!英語のゲーム、衣装コンテストもあります!当日は衣装してご参加ください。

とき 10月31日(土)/18時30分~20時
ところ ANAクラウンプラザホテル千歳 **¥**外国人:大人2,000円、中・高生1,000円、小学生500円/日本人:大人3,000円、中・高生2,000円、小学生1,000円/キャンセル料:10月28日(日)までは無料。以降は全額負担。
定員 100人(申込順)
申込 9月17日(土)9時~10月24日17時/事務局へ☎☎で申し込み
問合せ 千歳国際交流協会事務局(☎交流推進課内) **☎**(24)0482 **☎**(22)8853
Hhttp://cics-hokkaido.blogspot.jp/

募集

WANTED

サケのふるさと千歳水族館 教授会会員募集

館内の案内、イベント補助などのボランティアスタッフ《教授会》を募集します。

対象 月に2~3日、4時間程度活動できる方で、魚や水族館に興味のある方 ※講習あり、日程などは後日連絡。

募集期間 9月10日~20日
問合せ サケのふるさと千歳水族館事業係 **☎**(42)3001 **☎**(42)2310

生涯学習フォーラム・ミナクールまつり 参加者募集の説明会

ステージ発表、展示・体験ブースの出展、参加を希望する団体、個人、企業などを対象に、説明会を行います。

とき ①10月6日(日)10時~12時/②10月9日(水)19時~21時 **ところ** ミナクール
申込 ☎か☎で申し込み
問合せ 生涯学習課 **☎**(24)3153 **☎**(27)3743

ちとせカーニバル出店者募集

ワークショップ・ステージ発表者を募集。出店料などの詳細はお問い合わせください。

とき 10月19日(土)/11時~16時
ところ 千歳タウンプラザ
申込 9月25日(水)まで
問合せ みんなの椅子 岩本 **☎**090(2818)8253

イベント

EVENT

埋蔵文化財センター 縄文まつり

火おこし、縄文土器づくり、ミニチュアママチ土面、スタンプ型土製品づくり、勾玉づくり(滑石・琥珀)、縄文クッキーづくりなど ※勾玉づくりの琥珀は小学4年生以上。

とき 9月21日(土)/10時~12時、13時~16時(随時受付) **¥**無料
持ち物 タオル・飲み物
問合せ 埋蔵文化財センター **☎**(24)4210

交通安全フェア

俊敏性体験や運動能力測定体験、パトカー試乗体験など

とき 9月21日(土)/13時~15時/雨天中止
ところ 交通公園(花園1)/駐車場は住吉グラウンド **¥**無料
問合せ 市民生活課 **☎**(24)0263 **☎**(27)3743



菊池

きくち・もとひろ

基弘

さん



9月10日で、開館25周年を迎える《サケのふるさと千歳水族館》。「水族館で働きたい」という、幼いころからの夢をかなえた菊池館長に話を聞きました。

●水族館で働こうと思った理由は？

「私は静岡県の自然豊かな地域で生まれ育ち、小さいときから生き物が好きでした。ただ、不思議なことに人間に近い生き物（哺乳類や鳥類）にはあまり興味がなかったんですよ。自分からかけ離れた存在にみせられたので、『魚』や『虫』が大好きでしたね。魚の水中を泳ぐ姿にあこがれ、虫の多種多様な機械的なフォルム（形状）に興味がありました。それを知ってか、祖父や父が、魚釣り・虫捕りに連れていってくれたり、水槽を作ってくれたりしたので、子ども心に生き物、特に魚に関

わる仕事をしてみたいと思っていた。中学校の文集にも、「水族館で働きたい」と書いていたみたいです（笑）。大学卒業後は水族館で働きたいと思っていましたが、当時は募集がなく、一般企業に就職しました。ただ、生き物に関わる仕事を諦めきれず、入社3年目に大学（母校）に相談しました。そこで、『千歳に水族館をつくる』という話を知り、詳しく聞いたところ、『川に窓をつける！面白そうだ』と思い、応募しました。」

●25周年を迎えて思うことは？

「最初、水族館の仕事は『魚を飼うこと』だと思っていました。もちろん、それもあるのですが、実は、お客様と会話し、水族館の生き物を伝える場が非常に多くある仕事なんだと知りました。25年も続けていると、この館ができたときに遊びに来

25周年を迎えた千歳水族館の館長が語る思い

「生き物の生態系や自然環境を再現し、観てもらえる場を作りたい。」



ていたちびっ子たちと、いまでは、一緒にお酒を飲むこともあり（笑）。来館者数が伸び悩む時期もありましたが、そんな時でも、地域の子どもたちが遊びに来てくれ、その笑顔に救われましたね。」

●今後、どういう水族館をめざすか？

「これまで、生き物に親しめていなかった人たちが、自然の中に行ってみようと思う最初のステップに、この水族館がなってくれたら嬉しいです。そのために、千歳川をはじめとする、周辺の自然環境を、これまで以上に紹介できる水族館にしていきたいですね。それは、魚だけでなく、多種多様な生き物の生態系や自然環境を再現し、観てもらえる場を作ることです。」

そうした生き物たちが本来もっている生物的魅力とともに、例

千歳水族館25周年記念・国際サーモン年イベント

さかなクンのキョギョツとびっくろ

北海道のさかなとサケのお話

10/14(月)祝

午前の部 11:00~

午後の部 14:00~

さかなクンと千歳水族館の館長が北海道の魚やサケについて分かりやすくお話しする子どもも大人も楽しめるトークショー

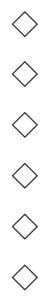
千歳水族館の25周年を記念して、さかなクンと菊池館長がトークショーを行います。（全席指定）

- 大人 1500円 / 子ども（3歳以上中学生以下）700円
- 3歳未満で座席が必要ない方は無料
- チケットはチケットぴあ（Pコード：643-549）
- サケのふるさと千歳水族館窓口で販売

プロフィール

■菊池 基弘（きくち もとひろ）さん／北海道大学水産学部卒／千歳サケのふるさと館（水族館の前身）が開館した1994年9月より学芸員として勤務／2015年7月リニューアルオープンした千歳水族館の館長を務める／市内外で生き物や自然に関する講演や授業を行っている

「視点を変えれば、毎回新しい発見がある、それが千歳川に隣接するこの水族館の特徴」と話す菊池館長。飼育員として生き物への愛情を注ぎながら、館長として水族館の存在意義を模索する。これからも千歳に続けていくことでしょう。



すくろど

「免許証自主返納」 No. 222



人のうごき

《総人口》
 97,497人 (+182)
 男性 49,484人 (+127)
 女性 48,013人 (+55)
 《世帯》 50,048世帯 (+81)

()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

広報ちとせの《たうんがいと》では、営利のない団体事業の記事を掲載しています。締切は発行日の1か月前（前月の10日）までです。詳しくは下記まで。

広報広聴課 広報係
 ☎(24)0104 FAX(22)8852

最終回 富丘西町内会

無理をしないで、楽に活動を。

私は、昭和50年にこの地区に住み、一時は、ほかの地区に住んだこともありましたが、平成8年に戻ってきました。町内会の役員になったのは、職場の先輩に誘われたことがきっかけです。

この町内会も、役員の担い手不足が大きな課題で、特に町内会活動の要となる総務部長のなり手にきゅうしていると思います。町内会は、高齢者や児童の見守り活動、交流の場づくりなど、地域を良くするための任意親睦団体として、有意な組織であるとは思いますが、役員のなり手がないのであれば、なくなることもあると思っています。ですので、現状としては、役員が無理なく活動できるように、各種事業や役員の事務量



7月に実施した日帰り旅行での記念写真

なかむら やすのり
 町内会長 **中村 康典** さん

を削減したいと考えています。私たちの町内会は、155戸で構成され、子どもから高齢者まで楽しめる行事をたくさん行っています。行事には、多くの参加者に来てもらうことと同時に、担当部任せではなく、役員がみんなで助け合いながら、仲良く事業を実施することを心がけています。

※来月から新しい町内会のコーナーをスタートします。

うちの町内会先生

紹介 I LOVE MY します

信濃小5年1組は **佐々木 捷人** 先生が



大好きです!

佐々木先生は、すくろおもしろい先生です。みなが冗談を言うと笑ってゆるしたり、さらにおもしろく笑いに変えてくれます。そして、しがる時は真けんにか。てくれます。ゲームの話もよくしてくれる先生です。だから毎日ガてても楽しい学級です。



作文を書いてくれたまつもと さつき **松本 彩月** さん



1 8月4日。全国から大勢の航空ファンが集つ《航空祭》。会場には新型の政府専用機をはじめ各種航空機がずらりと展示され、目玉のブルーインパルスは、真夏の青い空に見事なハートマークを描きました。

2 8月17日。セガサミーグループ、市、体育協会共催の《ミニ運動会》がダイナックスアリーナで行われました。市内少年団の相互交流のため混成された4チームでの競技大会。普段は見知らぬ間でも、元氣よく互いを励ましていました。

3 8月17日。地域の親子の居場所・こども食堂《十彩》(大和1)での夏祭り。手作りの《流しごめん》に子どもたちも大喜びでした。2年半前、ここから始まったこども食堂も、いまでは3か所で展開されています。

4 8月24日。《農業まつり》が青空公園で開催されました。盛り上がりを見せた《トウキビの早おき大会》など、子どもから大人までが、千歳の「収穫の秋」到来を満喫していました。

5 8月27日。オリンピック大会などを前にした、化学テロなどの対応訓練が行われました。市・消防と陸自第7師団の共同訓練。化学防護服姿での本格的な訓練で、会場のそなえるには緊張感が漂いました。

■ 総論としての自殺対策ではなく《研修》に踏み込んだ今月の特集に思う。深刻な悩みを抱える人に接することは簡単ではない。《寄り添つ》ことには覚悟が必要なのだ。しかし過去の自己形成に立ち会ってくれた人との残念な別れは払拭しがたい。「そばにいるよ」と伝える強さも大切だが、そばにいることが重要なのだと。📌

■ 今年も、サケの遡上の時期がやってきた。「自然が織りなす四季折々のイベントを可能な限り表現したい」と千歳水族館の菊池館長は話す。今月号で菊池館長を取材したが、お話を聞いた半分も書けていないので、館長の魅力を味わいたい方はぜひ水族館へ。運が良ければ館長(クマさんダイバー)バッジが貰えるかもしれません。👉

■ 今月の表紙
今年4月に101歳を迎えた安澤ときよさん。お子さんやお孫さんに囲まれて幸せに満ちた表情です。100を超える年齢を重ねた方の言葉は、一言一言は短くても、重みと豊かさを感じます。これからもずっとお元気で。



8月28日撮影