

PUBLIC RELATIONS

広報

# ちとせ10

2020 CHITOSE CITY

№1087

令和2年10月10日号

狙われています。あなたの大切なお金と情報  
詐欺被害から  
自分を守る、地域を守る。



41年ぶりの快挙  
消防庁長官賞を受賞した  
《稲穂少年少女消防クラブ》の伝統

大変なときも  
続けることが大切

稲穂少年少女消防クラブ



予防接種、受けていますか？

特集 狙われています。あなたの大切なお金と情報

# 詐欺被害から 自分を守る、地域を守る。

10月11日から20日までの10日間、《全国地域安全運動》が実施されます。今年の重点運動のひとつに《特殊詐欺の被害防止》があります。最近は新型コロナウイルス感染拡大に便乗した詐欺と思われる不審な電話が発生しています。今月の特集では、千歳警察署の協力を得て市民の皆さんの暮らしを脅かす《特殊詐欺》や《悪質商法》について紹介します。被害にあわないために「自分ができること」「地域ができること」を考えます。

オレオレ詐欺 融資保証金詐欺

還付金等詐欺

架空料金請求詐欺



※イラストは千歳警察署の特殊詐欺撲滅ポスターに採用された吉武<sup>よしたけ</sup>華<sup>はなび</sup>さんの作品です（6ページ参照）。

# 数字でみる詐欺被害

※令和元年度実績

## ■被害額（北海道全体）

約**3億880万円**

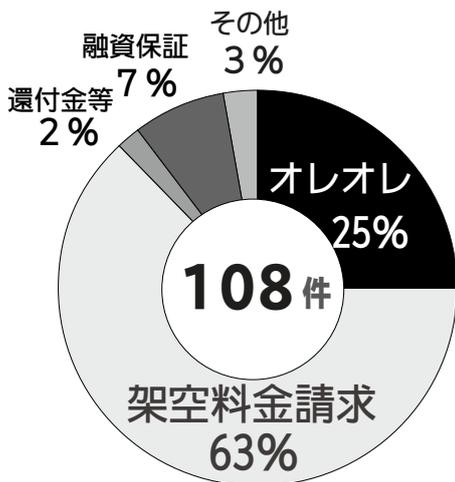
（うち千歳警察署管内 **約331万円**）

## ■認知件数（北海道全体）

**108件**

（うち千歳警察署管内 **3件**）

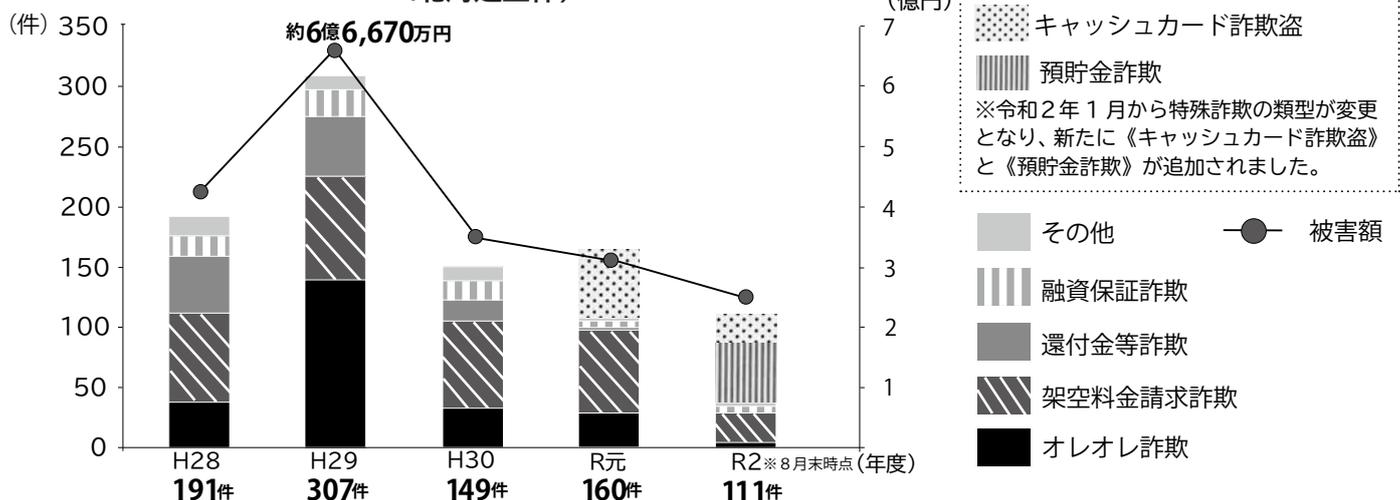
## ■認知件数の内訳



※被害額・認知件数ともに《預貯金詐欺》、《キャッシュカード詐欺盗》は含まれていません。

## ■認知件数と被害額の推移

（北海道全体）



## 特殊詐欺とは

特殊詐欺とは、犯人が不特定多数の人に対して、電話やメール、はがきなどの通信手段を使い公共機関の職員を名乗り、現金やキャッシュカードなどをだまし取る詐欺盗のことです。

特殊詐欺は、10種類に分類され、代表的なものに《オレオレ詐欺》、《架空料金請求詐欺》、《還付金等詐欺》、《融資保証金詐欺》があります。これら4つをまとめて《振り込め詐欺》と呼んでいます。

令和元年度の道内における特殊詐欺の被害総額は、108件で約3億880万円。前年度の149件の約3億4680万円からは減少しました。認知件数（※）も41件

## 急増する預貯金詐欺

減少していますが、常に新しい手口が生み出され、油断できない状況が続いています。認知件数の内訳を見ると、最も多いものが《架空料金請求詐欺》です。最近では、プリペイド式の電子マネーで支払いを求める手口が急増しており、幅広い世代層で被害が生じています。

今年度の道内の詐欺被害の認知件数は111件で、被害額は約2億4800万円となっています（8月末現在）。特に、急増している手口は、警察官や銀行員を名乗り「あなたの口座が不正利用されている」などと言って、暗証

## 特殊詐欺に関心をもつ

普段から気をつけている人でも、簡単には見破れない巧妙な手口にだまされてしまいます。被害を防止するには、「社会全体が特殊詐欺に関心をもつこと」が大切です。自分を守る、地域を守るために、特殊詐欺の現状を知り、対策を考えましょう。

番号やキャッシュカードをだまし取る《預貯金詐欺》や、隙を見てキャッシュカードをすり替えて盗む《キャッシュカード詐欺盗》です。今年度の千歳警察署管内の被害はすべて《預貯金詐欺》で被害額はすでに前年の約331万円を超え、約878万円となっています。

※認知件数…警察に被害届が出された件数。実際はまだ多くの被害があると考えられます。

# 「詐欺かもしれない」と気づくアンテナを張る

だまされないためには、手口を《知る》必要があります。  
代表的な特殊詐欺の手口について、注意が必要な言葉や対策のポイントを紹介します。

## オレオレ詐欺

息子や孫、警察官などになりすまし、  
トラブル処理や解決を口実に費用をだまし取る。



！ すぐにお金を振り込まず、  
一度電話を切りましょう

## 架空料金請求詐欺

ハガキやインターネットなどを利用し、架空サイトの  
利用料を請求したり、訴訟解決などを口実に費用をだまし取る。



！ 身に覚えがない請求に  
応じるのはやめましょう

## 還付金等詐欺

公的機関や市の職員を名乗り、還付金や給付金の  
支給を装い、ATM（現金自動預払機）を操作さ  
せお金をだまし取る。



！ 公的機関がATMの操作を  
求めることは絶対にありません

## 融資保証金詐欺

FAXやインターネットなどで融資を持ちかけ、  
保証金や手数料名目でお金をだまし取る。



！ 安易に融資を申し込まず、  
事前に誰かに相談しましょう

## 被害急増 キャッシュカードを狙う詐欺

高額医療費の還付があります。  
キャッシュカードが古いので交換にいきます。

あなたの口座が犯罪に使われています。口座  
が悪用されないように、口座を止めますので、  
暗証番号を教えてください。

自宅を訪問

## 預貯金詐欺

キャッシュカードを受け取り  
だまし取る

キャッシュカード詐欺盗  
印鑑などを取りにいかせ、隙を見て偽カードの  
入った別の封筒とすり替えて、盗む

！ 金融機関職員や市職員がキャッシュカードや通帳を取りに  
自宅に行くことは絶対にありません。

警察では、巧妙化・複雑化する詐欺の手口を分析し対策を講じています。被害にあわないために、どのような点に気をつけるのがいいか、千歳警察署生活安全課長に話を聴きました。



千歳警察署 生活安全課  
山崎 哲也 課長  
Yamazaki Tetsuya

## キヤッシュカードは、「渡さない」 暗証番号は、「教えない」

**特**殊詐欺の認知件数は、全道で見ると、横ばいですが、昨年から今年にかけて《預貯金詐欺》や《キヤッシュカード詐欺》が急増しています。これらの詐欺被害はキヤッシュカードをだまし取られたり、盗まれたりすることで口座の中の現金がすべて引き出されてしまい、被害金額は大きくなります。

犯人は《だましのプロ》で、話術も巧みです。家族や市役所職員、警察官などを装い、「心を揺さぶる話」をしてきます。狙われる市民の皆さんは詐欺に慣れていない《アマチュア》です。プロとアマチュアでは経験の差があります。

被害にあわないためには、《犯人と接触しない》、《話さない》ことが一番の予防策です。そのために行えることは、留守番電話を活用したり、防犯機能がついた電話機を利用するのが効果的です。しかし、対策をしても犯人はあの手この手で接触してきます。もし、お金やキヤッシュカード、暗証番号を要求する内容の電話があれば、詐欺だと思って一人で判断せずに、家族や友人、警察に相談してください。少しでも不審に思ったら迷わずご連絡ください。

一人一人ができる対策は、詐欺の手口に関心を持っていただき対処方法などの知識を高めることです。そのために千歳警察署では、出前講座に出席していただきますので、ぜひご活用ください（左下参照）。

一人で詐欺犯と対峙するのは大変ですが、周囲の《絆》で防ぐことができます。日ごろから家族で連絡を取りあい、詐欺について話しあったり、合い言葉を決めたりするなど家族の結束を強めることが大切です。また、家族だけでなく、地域で声を掛けあい絆を大切にしていれば、地域内の異変にすぐ気がつき、犯罪に強いまちになります。犯人が「千歳で犯行するのは難しい」と思うような地域の絆づくりをめざしましょう。

疑問・不安を感じたら相談を  
警察総合相談窓口



#9110

### ほくとくん防犯メール

登録はコチラ↓

北海道警察では、犯罪から身を守るために必要な「犯罪発生・防犯対策情報」などを希望者にメールで配信するサービスを行っています。



詐欺犯との接触を避けるために  
《留守番電話》や《防犯機能付き電話機》  
を活用しましょう！

録音されると証拠が残るため、  
詐欺犯は留守番電話を嫌います。  
在宅中も留守電に切り替えておきましょう。



もっと詳しく聞きたい方は**出前講座**で

### 「特殊詐欺」に注意！講習会

市は、くらしに役立つ知識を身につけ、情報の共有やネットワークづくりを行うため、出前講座「特殊詐欺に注意！講習会」を行っています。特殊詐欺の最新手口の紹介や、対処方法について学びます。



5人以上  
から

【申込・詳細】市民生活課 防犯・交通安全係  
☎(24)0263 FAX (27)3743

犯人は、巧みな話術で被害者の判断を鈍らせたり、相談できない状況を作り出します。被害にあわないためには、家族や地域など周りの助けが必要です。ここでは実際に高齢女性を被害から守った2人に話を聞きました。

特殊詐欺を未然に防止

平成30年8月22日、千歳北栄郵便局で現金を引き出そうとした80歳代の女性を窓口で対応した社員の村川 知佳さんは、話の内容から詐欺被害にあっているのではないかと考えました。すぐに現金を引き出すことを止め、千歳警察署に通報しました。その後、女性は北海道銀行千歳支店にも訪問し、その場でも女性が詐欺被害にあっていると確信した同銀行社員の佐藤 幸子さんは、同署に通報しました。二人は積極的な声かけと冷静な対応により、特殊詐欺の兆候を見逃さず、女性の貴重な財産を守りました。

詐欺被害を未然に防止した人の声



千歳北栄郵便局 社員  
村川 知佳 さん  
Murakawa Chika

自信をもってお声かけをする

当時、そのお客さまはすごく焦っている様子で、「しばらく会っていない息子に会うからお金をおろしたい」と言い、話の内容も二転三転していたので、詐欺にあっているのではと思いました。特殊詐欺の対応は、はじめての経験でしたが、改めてどこでも起きるものだと実感しました。この件で、私たちだけでなく地域の皆さんも詐欺が他人ごとではないと感じていただけたので、これまで以上に自信をもってお声かけができるようになりました。今後もお客様とのコミュニケーションを大切にしていきたいと思います。



北海道銀行千歳支店 社員  
佐藤 幸子 さん  
Sato Sachiko

異変に気づけるよう常に意識する

高額の現金を引き出したり、振り込んだりするお客さまには失礼がないよう、使いみちをお聞きするようにしています。話の内容から不審な点がありましたので、丁寧にお話を聞き、落ち着いてもらうことを心がけました。窓口業務は、正確にスピード感を持って処理することが大事ですが、淡々と業務をこなすだけであれば流れ作業になりお客さまの異変に気づくことができないと思います。今後も少しでも不審な点があれば積極的にお声かけをして、お客さまの異変に気づくことができるよう、意識しながら業務に臨みたいと思います。

吉武 華姫 さん  
Yoshitake Hanabi

特殊詐欺撲滅のためのポスターをデザインし、千歳警察署長から「犯罪抑止活動功労」が贈られました。

イラストは黄色と黒色の警戒色を目立つように真ん中に配置しました。警察の良いイメージと詐欺犯の悪いイメージを色を変えて対比させ、詐欺犯が「一言言葉に出しような、「暗証番号」や「キャッシュカード」などのフレーズを入れました。このポスターが誰かの気づきになり、詐欺被害防止の助けになれば嬉しいです。



《特殊詐欺に関すること》  
市民生活課 防犯・交通安全係  
☎ (24) 0263  
FAX (27) 3743  
千歳防犯協会  
(千歳警察署生活安全課内)  
☎ (42) 0110 内線 261

《悪質商法に関すること》  
千歳市消費生活センター  
(市民生活課 市民生活係内)  
☎ (24) 0193  
FAX (27) 3743

# 詐欺だけじゃない、増える悪質商法

私たちは、毎日、「契約」をして生活しています。残念なことに、消費者をだまそうとする悪質な業者がいて、毎年多くの被害が発生しています。安心して消費生活を送るための方法について千歳市消費生活センター職員に話を聞きました。



千歳市消費生活センター  
消費生活専門相談員  
綾部しのぶさん  
Ayabe Shinobu

## その場ですぐに《契約》しない

**消費生活センター**は、商品やサービスを購入して被害にあった人から相談を受け、トラブルの解決に向けた助言などの支援をします。もし、トラブルにあつてしまったら、なるべく早く相談をお願します。状況によっては、返品や返金ができないこともあるので、困ったことや気になることがあれば可能な限り、契約前に相談をお願いします。

消費トラブルにあわないために、ちょっとした買い物もすべて《契約》だということ

を意識し、購入する前によく考えることが大切です。被害を未然に防ぐ方法として、「突然、訪問してくる業者を家に入れない」、「突然電話してくる業者は注意する」などその場ですぐに《契約》しないで、家族や友人に相談することが重要です。

最近では、インターネットなどを利用し、お試しのつもりで健康食品や化粧品を購入したところ、実際は複数回支払わないといけない《定期購入》だったという相談が多く寄せられています。インターネット広告で「初回100円」などの魅力的な言葉は要注意です。広告や契約内容をよく読んで購入を検討しましょう。

悪質商法や消費者トラブルは内容によっては相談する勇氣が必要だと思いますが、一人で抱え込まず、消費生活センターにご相談ください。

千歳市消費生活センター ☎(24)0193 (平日 9:00 ~ 17:00)

### 契約前にチェック

コンビニで買い物するのにも契約です

- それは本当に必要なものですか
- 似たような商品と比較・検討しましたか
- 支払い総額(税金・手数料など)を確認しましたか
- 返品はできますか。返品の条件は確認しましたか
- 契約内容を隅々まで確認し納得しましたか
- 保証期間・保証内容を確認しましたか
- 解約するときの条件を確認しましたか
- 金利・支払い回数、合計金額は確認しましたか

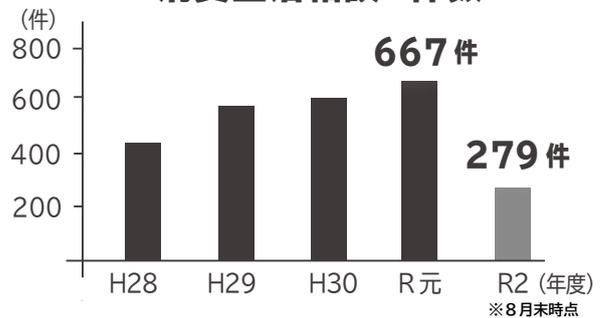
### 消費者を守る《クーリング・オフ》

《クーリング・オフ》とは、消費者が契約した後も、冷静に考え直す時間を与え、一定期間内であれば違約金を支払わずに無条件で契約を解除できる制度です。訪問販売など不意打ち的な販売方法や仕組みが複雑で契約内容を理解するのが難しい取引などが対象です。

#### クーリング・オフができるおもな取引と期間

取引内容	期間
訪問販売(キャッチセールスなどを含む)	8日間
電話勧誘販売	8日間
特定継続的役務提供(エステ、語学教室、学習塾など)	8日間
訪問購入(業者が店舗以外の場所で商品の買い取りを行うもの)	8日間
連鎖販売取引(マルチ商法)	20日間
業務提供誘引販売取引(副業商法、モニター商法など)	20日間

### 消費生活相談の件数



困ったときは1人で悩まず相談を

消費者ホットライン

い や や  
1 8 8

※最寄りの消費生活センターにつながります。

### 要注意

2022年4月1日から成年年齢が18歳になり、親の同意なしで契約ができます

社会経験の少ない若者を悪質商法から守るため、未成年者の契約は親の同意が必要です(少額契約を除く)。悪質業者は、親の同意が不要で、契約を取り消すことができない《新成人》を狙います。2022年4月からの新成人は、特に注意が必要になります。



# 予防接種、受けていますか？

母子保健課 母子保健係 予防接種担当 ☎(24)3148 FAX (24)8418 総合保健センター

## 季節性インフルエンザワクチン接種時期ご協力のお願い

10月1日(木)～	<b>65歳以上の方（定期接種対象者）はお早めに</b> 上記以外の方は10月26日まで接種をお待ちください。 65歳以上の方が接種することができるよう協力をお願いします。
10月26日(月)～	<b>医療従事者、基礎疾患を有する方、妊婦、生後6か月～小学校2年生はお早めに</b> 上記以外の方も接種できます。

※上記日程は目安であり、前後があっても接種を妨げるものではありません。

## インフルエンザの予防接種費用を助成します

秋から冬にかけてインフルエンザが流行する時期といわれています。従来の手洗いなどの感染予防対策のほか、インフルエンザ予防接種を受けることはとても大切です。市は、インフルエンザに罹患すると重症化するリスクが高い高齢者と妊婦の方を対象にインフルエンザ予防接種の費用を助成します。

	高齢者など（定期接種）	妊婦（任意接種）
対象者	・65歳以上の市民の方 ・60歳以上65歳未満の市民で、心臓・腎臓・呼吸器疾患、ヒト免疫不全ウイルスにより日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級の方）	市内に住民登録している妊婦
料金	無料 ※年度内の2回目の接種は、全額自己負担	
持ち物	・健康保険証 ・身体障害者手帳（60～64歳で対象の方） ・生活保護受給証明書（生活保護世帯の方） ※市役所第2庁舎 福祉課 8番窓口にて発行	・健康保険証 ・運転免許証（住所を確認できるもの） ・母子健康手帳
期間	令和2年10月1日～令和3年3月31日 ※ワクチンの流通状況により、希望日に受けられないことがあります。	
市外接種	※高齢者の定期接種対象者の方で、やむをえない特別な事情（市外の医療機関に入院中もしくは施設に入所中など）により、他市町村でインフルエンザ予防接種を希望するときはお問い合わせください。	市外の産科などで接種したときは、償還払（払い戻し）ができますので、お問い合わせください。

### 《子宮頸がん予防ワクチン》の定期接種

「積極的な勧奨はしていません。ワクチンの安全性とリスクを理解したうえで、受けてください」

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスが原因で起こり、女性特有のがんとしては、乳がんに次いで多いがんとなっています。現在、「子宮頸がん予防ワクチン」は、接種後にワクチンとの因果関係が否定できない持続的な痛みやしびれなどがみられたことから、定期接種として積極的に勧奨していませんが、希望する方は、定期接種として接種することができます。

「HPVワクチンの接種を検討しているお子様と保護者の方へ」（リーフレット）をお読みいただき、ワクチンの有効性と安全性を理解した上で、接種について判断してください。  
※リーフレットは、母子保健課（総合保健センター1階）に設置しているほか、市ホームページに掲載しています。  
■対象／市内居住で平成16年4月2日～平成21年4月1日生まれの子  
■期間／令和2年4月1日～令和3年3月31日  
■料金／市内指定医療機関で接種した場合は無料です。高校1年生に相当する年齢までは無料です。  
※接種を希望する方は、予診票を配布しますので、母子保健課 母子保健係までご連絡ください。

インフルエンザ予防接種費用特別助成事業 実施医療機関一覧 ※《予約》の「○」は事前に予約が必要な医療機関です。

医療機関	高齢者		妊婦		特記事項	電話番号
	実施	予約	実施	予約		
あさの整形外科クリニック	○	×	×	-		☎(22)8600
活き粋在宅クリニック 千歳診療所	○	○	×	-		☎(21)8787
梅ヶ丘クリニック	○	×	○	○	産婦人科主治医の許可がある方	☎(22)3755
長都内科クリニック	○	○	○	○	直近の妊婦健診で主治医の許可がある妊娠 20 週以上の方	☎(23)7701
尾谷内科	○	×	○	○	産婦人科主治医の許可がある方／前日まで予約	☎(24)5121
加藤内科クリニック	○	×	×	-		☎(40)1110
神谷医院	○	○	×	-		☎(23)3395
くみたこどもクリニック	×	-	○	○		☎(40)8001
恵聖会クリニック	○	×	○	○		☎(40)2020
古泉循環器内科クリニック	○	○	×	-		☎(40)0022
向陽台病院	○	×	×	-		☎(28)2288
向陽台ファミリークリニック	○	○	○	○	1 週間前まで予約	☎(48)5151
こにし小児科医院	○	○	○	○	前日まで予約	☎(23)1195
しのめクリニック	○	○	○	○	過去の接種歴のある方のみ／3 日前まで予約	☎(22)6511
市立千歳市民病院	○	×	○	×		☎(24)3000
市立千歳市民病院 泉郷診療所	○	×	×	-		☎(29)2181
市立千歳市民病院 支笏湖診療所	○	×	×	-		☎(25)2241
たけやま腎・泌尿器科クリニック	○	×	×	-		☎(40)1145
千歳インター消化器・内科	○	○	×	-		☎(25)5541
千歳駅北クリニック	○	×	○	○	予約時に妊婦と必ず申告すること	☎(27)8000
ちとせおひさまこどもクリニック	○	○	○	○		☎(40)1232
千歳しなの内科	○	×	×	-		☎(40)7140
千歳循環器クリニック	○	○	×	-		☎(27)6676
千歳第一病院	○	×	×	-		☎(23)4111
千歳脳神経外科	○	×	○	○	産婦人科の主治医の許可がある方／前日まで予約	☎(22)9911
千歳病院	○	○	×	-		☎(40)0700
千歳豊友会病院	○	×	×	-		☎(24)4191
はせがわ内科クリニック	○	○	○	○	3 日前まで予約	☎(23)1000
パウレ耳鼻咽喉科	○	○	×	-		☎(40)1187
北星病院	○	×	×	-		☎(24)1121
北斗内科小児科医院	○	×	○	○	3 日前まで予約	☎(23)4320
北陽ファミリークリニック	○	○	○	○		☎(29)3388
マミーズクリニックちとせ	×	-	○	○	ワクチンのみは要予約／妊婦健診日に接種可（予約不要）	☎(27)4103
三上内科呼吸器科クリニック	○	○	○	○		☎(40)0350
緑町診療所	○	×	○	○	3 日前まで予約	☎(29)3383
矢尾外科胃腸科	○	×	×	-		☎(27)2277

《ロタウイルスワクチン》の定期接種

ロタウイルスは乳幼児の急性胃腸炎のおもな原因です。2〜4日の潜伏期間を経て、1週間前後、発熱・嘔吐・激しい下痢などを引き起こします。また、脱水症やけいれん、時には脳症など重い合併症がみられることがあります。感染力は非常に強く、家庭や集団生活施設、病院内において、患者から周囲の人へ感染します。

■対象／令和2年8月1日以降に出生した千歳市民

※個別に案内を送付しますので、詳細をご確認ください。

予防接種や乳幼児健診は予定どおりに受けましょう。

予防接種や乳幼児健診は、子どもが成長していく段階で、望ましい（必要な）時期にご案内をしています。実施場所では、時間や場所に配慮し、換気や消毒を行うなど新型コロナウイルス感染症の感染防止に努めています。受診の前には、体温を測るなど体調を確認してください。体調が悪いときは無理をせず、元気がよくなるまで受診をしましょう。予防接種を遅らせると、免疫がつかうのが遅くなり、重い感染症にかかることがあります。感染症から守るために、忘れずに受けましょう。

# 市役所からのお知らせ

Information

## 避難行動要支援者名簿の登録を受け付けています

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

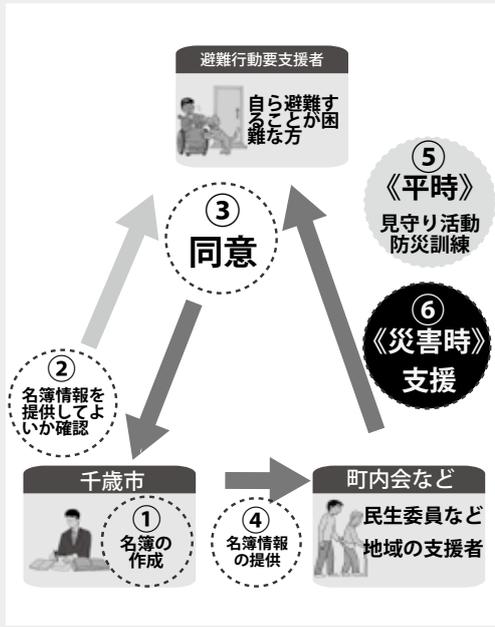
避難行動要支援者名簿は、災害時に手助けが必要な方に対し、地域の方が平常時から支援や見守りに役立てるために使用します。

【対象者】名簿への登録を希望し、個人情報や町内会など地域の方に提供することに同意する、次のいずれかに該当する方  
 ①75歳以上の高齢者のみでくらす方、②75歳以上の高齢者と15歳未満の方のみでくらす方、③要介護認定を受けている方、④障がいのある方、⑤自力での避難が難しい方(①～④を除く)

【提供される個人情報】氏名、生年月日、住所、電話番号、身体状況

【登録方法】10月30日(金)までに同意書(市指定用紙)を福祉課に提出  
 ※同意書は福祉課または市ホームページから入手可。  
 ※11月2日(月)以降の受付分は、5月に登録を行います。  
 ※登録済みの方で、市内で転居された方や、施設に入所された方は、手続が必要ですので、福祉課までご連絡ください。

## 避難の支援イメージ



## お願い

### 緊急地震速報訓練を実施します

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

市は、地震や武力攻撃などの発生時に全国瞬時警報システム(J-ALERT)から送られてくる国からの緊急情報が、防災行政無線を通じ市民の皆さんに正常に伝達されるかを確認するため、緊急地震速報訓練を実施します。

【日時】11月5日(木)10時ごろ

【放送内容】①チャイム音(ピンポンパンポン) ②『こちらは防災ちとせです。ただいまから訓練放送を行います。』  
 ③緊急地震速報チャイム音 ④『緊急地震速報。大地震おおじしん』です。大地震です。これは訓練放送です。(3回繰り返す) ⑤『こちらは防災ちとせです。これで訓練放送を終わります。』 ⑥チャイム音(ピンポンパンポン)  
 ※中止することがあります。

### そなえーるの「地震体験」がリニューアル

防災学習交流施設 ☎(26)9991  
 防災学習交流施設設 ☎(26)9992  
そなえーる

《千歳市防災学習交流センター「そなえーる」》では、胆振東部地震の揺れを体験できる地震体験プログラムを追加しました。地震や豪雨などの自然災害は、時として想像を超える力で襲ってきます。地震の揺れを体験し、防災の意識を高めましょう。(新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため入場を制限することがあります)

【ところ】防災学習交流センター「そなえーる」(北信濃631-11)  
 【利用料】無料

## くらし

### マイナンバーカード出張申請受付を実施します

市民環境部主幹 ☎(24)0127  
 個人番号担当 FAX(49)2055  
第2庁舎1階

市は、イオン北海道千歳店において、無料で顔写真撮影

☎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28日～1月3日は、市役所の代表☎(24)3131におかけください。

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。お買い物ついでに、時間のある方はぜひお立ち寄りください。

▼カード取得のメリット

- ・身分証明書として使えます。
- ・住民票の写しなど各種証明書をコンビニで取得できます。
- ・ポイントでお買い物ができます。(マイナポイント制度)。

【対象】市内に住民登録のある方

【とき】10月24日(土)10時～17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(運転免許証、健康保険証など)

### 道のコロナ感染症の健康相談センターが開設

健康づくり課 ☎(24)0361  
 管理係 FAX(24)8418  
健康センター

北海道では、新型コロナウイルスに感染した疑いのある方を診療体制の整った医療機関につなぐため、《北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター》を開設しました。  
 【詳細】北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター ☎0800(22)0018(フリーコール・24時間受付)

# からだを守ろう！ 今できること【第6回】

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

## 口の体操で免疫力アップ!!

えがおで  
コロナを  
やっつけよう



新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、外出自粛期間が長期化したことにより、高齢者のこころやからだの状態が低下してしまうこと（フレイル）が全国的に不安視されています。毎日マスクをつけて生活している中で、表情が乏しくなっていませんか？今回は、心とお口の健康について考えてみましょう。

### あいうべ体操にチャレンジ！



- ①「あー」と口を大きく開く
- ②「いー」と口を大きく横に広げる
- ③「うー」と口を強く前に突き出す
- ④「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

あいうべ体操は、福岡市の内科医が考案した体操で、舌や口元の筋肉が鍛えられ、免疫力アップや脳の活性化など多くの効果が得られます。①～④を1セットとし、1日30セットを目安に毎日続けてみましょう！  
顎関節症の方や口を大きく開けると痛みがある方は、回数を減らすか②、③のみ行うようにしてください。

#### 【詳細】

《千歳市介護予防センター》

☎(23) 0012 FAX (23) 0022

### 【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

標準額以下であること

②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

▼重度心身障害者医療費助成を受けている障がいのある方がいる世帯 ▼児童扶養手当を受けているひとり親世帯

▼65歳以上の高齢者がいる世帯

▼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

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

②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

③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

④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

⑤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

⑥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

⑦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

あつたか灯油事業の申請を受け付けています

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

- 【対象】耐震診断は①～④、耐震改修は①～⑥のすべてにあてはまる木造住宅を所有し、現在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
- 【補助金額】▼耐震診断 6万

住宅の耐震診断・耐震改修の締め切りが迫っています

建築課 ☎(24) 0751 FAX (22) 8853 本庁舎3階34

- ③生活保護を受給していないこと
  - ④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
  - ⑤別世帯の市民税課税者と同居していないこと
  - ⑥同居している方と申請が重複しないこと
- 【支給日】申請月の翌月末
- 【申請方法】申請書（市指定用紙）、印鑑、給与明細書や年金振込通知書、預貯金通帳（申請日に記載したもの）など世帯全員の直近1年間の収入や預貯金を確認できるものを持参
- 【申請期限】令和3年2月26日（金）※土日祝日を除く9時～17時。

- 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
- 【申込期限】12月11日（金）
- 【補助件数】耐震診断 10件／耐震改修 5件
- 【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
- ※申込期限間近なため、早めにご相談ください。

児童発達支援センターに「相談ください」

こども療育課主査 ☎(24) 0348 (療育指導担当) FAX (27) 1113 福祉部2階

4月1日から、《千歳市こども通園センター》は、《児童発達支援センター》に施設種別を変更し、児童福祉法第7条で規定する《児童福祉施設》として、施設名を《千歳市児童発達支援センター》に変更し運用しています。児童の発達に関する相談に対応いたしますので、お子様の発達に不安があるときや、発達支援が必要と思われるときは、お気軽にご相談ください。

【相談先】千歳市児童発達支援センター（こども療育課内）  
Eメール ryoiku@city.chitose.lg.jp

【11月・市営住宅入居者募集告知】広報ちとせ11月号《市営住宅窓口センター（タウンプラザ1階）☎08000（800）1945・FAX（04）84000》の入り口掲示板がホームページ（10月30日以降）をご覧ください。

## ちとせ子育て特典カードのEメール版を始めました

ちとせ子育て特典カードの利便性向上のため、希望者を対象に特典カードをEメールで表示できる《ちとせ子育て特典カード（メール版）》を導入しました。スマートフォンなどで

お店に提示すると、従来のカードと同様の割引サービスなどを受けることができます。詳しくは、ちとせ子育て特典カードのページ（<https://chitose-kosodate.net/tokuten/>）をご覧ください。

## 10月15日～31日は

### 秋の市民火災予防運動

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

全国統一防火標語  
**防くあなたに 金メダル**

暖房器具を使用する季節が近づいてきました。器具の事前点検を行いましょ。

### 『命を守る7つのポイント』

#### 【3つの習慣】

- ①寝たばこは絶対にやめる
- ②ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ③ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

#### 【4つの対策】

- ①逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を設置する

- ②寝具や衣類からの火災を防ぐため、防災製品を使用する
- ③火災を小さいうちに消すため、住宅用消火器などを設置する
- ④高齢者や身体の不自由な方を守るため、隣近所の協力体制をつくる



## 児童扶養手当と障害年金の併給調整の見直しについて

子ども家庭課 ☎(24)0328  
 こども家庭係 ☎(23)6700  
第2庁舎 1階3

児童扶養手当法の一部が改正され、令和3年3月分から、児童扶養手当の額と障害年金の子の加算部分との差額を児童扶養手当として受給することができるようになります。

【申請方法】既に児童扶養手当受給資格者として認定を受けている方は、原則申請は不要です。それ以外の方は申請が必要ですので、こども家庭係までお問い合わせください。

【支給開始月】令和3年3月1日に支給要件を満たしている方は、令和3年6月30日まで申請をすれば、令和3年3月分から受給できます。／令和3年3月1日以降に支給要件に該当した方は、申請した翌月から受給できます。

## 年末調整関係書類配布の「1」案内

税務課 ☎(24)0158  
 市民税係 ☎(49)2056  
第2庁舎 1階4

年末調整とは、事業者が従業員などの1年間（1月～12月）の給与の総額に対する所得税額（年税額）を計算し、毎月、給料から源泉徴収（天引き）していた所得税額の合計額とを比べて過不足額を精算する事務です。

例年開催していた札幌南税務署による年末調整説明会は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となります。

年末調整関係書類が必要な事業所の方は、次の日程で配布しますので、会場にお越しください。

【午き】11月19日（木）13時～16時  
 【LUNCH】市役所第2庁舎1階会議室2

## 大規模な土地取引には届出が必要

まちづくり推進課 ☎(24)0463  
 開発指導係 ☎(22)8854  
本庁舎 4階43

一定面積以上の土地取引を行うときは、法律にもとづく市への届出が必要です。

## 《公有地の拡大の推進に関する法律にもとづく届出》

### 【届出対象】

- ・市街化区域で5000㎡以上の土地を売却する方
  - ・都市計画施設を含む200㎡以上の土地を売却する方など
- 【届出期限】契約締結予定日の

3週間以上前まで

## 《国土利用計画法にもとづく届出》

【届出対象】市街化区域で2000㎡以上、市街化調整区域で5000㎡以上の土地を購入した方

【届出期間】契約締結日を含む2週間以内

## 年金生活者支援給付金制度について

市民課 ☎(24)0267  
 年金係 ☎(49)2055  
第2庁舎 1階1

《年金生活者支援給付金》は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続は、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

【対象】▼老齢基礎年金を受給している、次の要件をすべて満たしている方  
 65歳以上／世帯員全員の市民税が非課税／年金収入額とその他所得額の合計が87万9900円（令和2年7月までは87万9300円）以下

▼障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している前年の所得額が42万1千円以下の方

【請求手続】①新たに《年金生活者支援給付金》を受け取る対象となる方には、日本年金機構から10月中旬頃以降、請

求可能な旨のお知らせを送付します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。令和3年2月1日までに請求手続を完了した方は、令和2年8月分までさかのぼって受け取ることができます。

②年金を受給し始める方  
 年金の請求手続とあわせて、年金事務所まで請求手続を行ってください。

※《年金生活者支援給付金》の請求のことでお困りの方はご相談ください。ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165（ナビダイヤル）

## 新型コロナウイルス感染症の各支援策の期限が迫っています

産業振興部主幹 ☎(24)0116  
 （産業政策担当）☎(22)8851  
本庁舎 1階11

### 《市内事業者緊急給付金》

申請期限は10月15日（木）です。対象要件を満たす方は、忘れずに申請ください。詳細は、市ホームページ、広報ちとせ5月号号外をご確認ください。

### 《ちとせ市民応援商品券》

交換期限は10月30日（金）です。《引換券》《本人確認書類》をお持ちになり、引換券に記載されている交換会場で商品券と交換してください。使用期限は10月31日（土）ですので、お手元の商品券は期限内に忘れずにご利用ください。



**公設卸売市場の買受人を募集します**  
 公設卸売市場 電話(24)2709  
 管理係 FAX(23)6335  
公設卸売市場

公設地方卸売市場では、市場内で卸売業者から青果物や水産物など生鮮食料品の販売を受ける《買受人》を募集しています。  
**【申請方法】**申請書類（市指定用紙）に所定事項を記入して公設卸売市場に持参  
 ※審査を受け《買受人》となった後は、(株)千歳市場公社（売買代金決済会社）と契約し、保証金の支払いが必要です。  
 ※申請書類は、市場事務所、市ホームページから入手可。

**宝くじの助成金を地域振興に活用ください**  
 市民生活課 電話(24)0183  
 市民生活係 FAX(27)3743  
第2庁舎 2階

（一財）自治総合センターの《コミュニティ助成事業》は、全国自治宝くじの社会貢献広報事業として、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的としています。令和2年度では、みどり台南町内会が助成金を活用して、

やぐらステージや紅白幕、テレビ、音響機器、エアコンなどを購入しています。令和3年度の募集は締め切りでしたが、令和4年度に検討されている方は、市民生活課にお問い合わせいただくか、自治総合センターのホームページ（https://www.jichi-sogo.jp/lottery/community）をご覧ください。

**千歳市景観条例（素案）への意見を募集します**  
 まちづくり推進課 電話(24)0461  
 都市計画係 FAX(22)8854  
本庁舎 4階

《千歳市景観条例》の制定に向けた意見公募（パブリックコメント）を行います。  
**【公募期間】**10月21日～11月9日  
**【素案の公表場所】**市役所本庁舎1階（市民ロビー・市政情報コーナー）、総合福祉センター、北ガス文化ホール、図書館、公民館、ミナクル、各コミセン、各支所、市ホームページ

**【意見の提出方法】**公表場所に設置している意見書（市指定用紙）に必要事項を記入し、意見箱に投入するか、住所、氏名（法人は事業所名）、電話番号を明記の上、郵送、FAX、Eメールで提出  
**【提出先】**〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市企画部 まちづくり推進課 都市計画係  
 Eメール machi@city.chitose.lg.jp

**長都駅前広場駐車場のワークショップ参加者募集**  
 道路管理課 電話(24)0394  
 管理係 FAX(22)8853  
本庁舎 3階

**【内容】**駐車場利便性向上の検討  
**【対象】**市内に居住または通勤・通学する満18歳以上の方で、4回のワークショップ（平日の夜または土日の日中に開催予定）に出席できる方  
**【募集人数】**4人程度（抽選）  
**【参加期間】**令和3年2月まで  
 ※報酬はありません。

**【応募方法】**任意の用紙に、氏名（ふりがな）、性別、生年月日、住所、電話番号、職業・勤務先を記入し、持参、郵送、FAX、Eメールで応募  
**【応募期限】**10月30日（金）  
**【応募先】**〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市建設部道路管理課 管理係 Eメール dorokanri@city.chitose.lg.jp



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

国や北海道、市などから委嘱を受ける相談員が集う「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16日（金）13時～16時  
**【ところ】**市役所第2庁舎2階  
 ※予約不要、相談無料。

**スクールカウンセラーによる教育相談**  
 青少年課 電話(24)0859  
 生徒指導係 FAX(27)3743  
第2庁舎 2階

いじめや不登校など、心の悩みをご相談ください。義務教育における児童生徒・保護者の心の悩みに、スクールカウンセラーが専門的な立場で助言・援助を行います。  
**【とき】**10月28日、11月6、16日、12月7、21日／9時～16時  
**【ところ】**市役所第2庁舎2階相談室6（前日までの予約制）



**会計年度任用職員を募集します**  
 母子保健課 電話(24)0771  
 母子保健係 FAX(24)8418  
 健康づくり課 電話(24)0768  
 健康企画係 FAX(24)8418  
保健センター

《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  
**【職種・募集人員】**  
 ①歯科衛生士B／1人  
 ②保健師（家庭訪問）／1人  
 ③精神保健福祉士／1人

**【応募資格】**①歯科衛生士の資格と普通自動車運転免許を有し、パソコンの基本操作が可能なる方／③精神保健福祉士の資格と普通自動車運転免許を有し、パソコンの基本操作が可能なる方  
**【勤務形態】**①月5～6回程度（半日勤務の場合あり）  
 ②③年43日（月3～4日）  
**【報酬】**①時給915円、971円／②日額8980円、9695円／③日額8295円、9110円

**【勤務場所】**①②③総合保健センター  
**【任用期間】**①②③令和2年12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  
**【申込期限】**①10月30日（金）  
 ②③11月16日（月）  
 ※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。  
**【申込先・詳細】**①千歳市保健福祉部 母子保健課 母子保健係／②③千歳市 保健福祉部 健康づくり課 健康企画係

納税課 電話(24)0169 FAX(23)6700



環境センター  
 廃棄物対策課 資源循環推進係  
 ☎(23)2110 FAX(23)2492

### 4種資源物の出し方について

4種資源物を、正しく分別しないて出されている事例が見られます。

リサイクルに支障が出るだけでなく、作業中のけが、火災などの原因になりますので、適正な分別をお願いします。

4種資源物として出せるものは、①びん ②缶 ③ペットボトル ④発泡スチロールです。

中身を空にして、汚れをすすいでから、透明・半透明の袋に入れて収集日の午前8時30分までにごみステーションに出してください。

#### 【注意】次のものは、4種資源物には出せません。

- スプレー缶・ガスボンベ → 《有害ごみ》です。
- ペットボトルのキャップ・ラベル → 《プラスチック製容器包装》です。
- 段ボール・雑誌・新聞紙 → 町内会の集団資源回収や、民間事業者の資源回収に出してください。

10月は《3R推進月間》です。

《3R》とは

- ・Reduce: ごみを減らすこと
- ・Reuse: 繰り返し使うこと
- ・Recycle: 資源として再利用すること

資源を大切にするため、《3R》を心がけましょう。

### 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】①④⑤随時、②免許取得者は令和3年4月1日、免許取得見込者は令和3年5月1日（令和3年4月1日から会計年度任用職員として採用予定）、③免許取得者は随時、免許取得見込者は令和3年5月1日（令和3年4月1日から会計年度任用職員として採用予定）、⑥令和3年1月1日
- ※免許取得見込の方が、資格免許などに係わる試験に不合格となった場合は、採用を取り消します。
- ※④⑤⑥の身分は会計年度任用職員です。任用期間は1会計年度（4月1日～翌年3月31日）ごとですが、業務成績により最大5年間の範囲で再任用が可能です。
- 【試験方法】①②③性格適性検査・小論文・個別面接、④⑤⑥随時面接



【日程】①②③11月7日(土)（9時～17時）

【会場】市民病院2階講義室

【申込】①②③10月30日(金)まで、④⑤⑥随時/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

【詳細】市民病院ホームページで確認するか、直接お問い合わせください。

職種/採用予定人員	受験資格	給料(月額)
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▶薬剤師免許を有し、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	▶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(免許取得見込可)	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(免許取得見込可)	大学4卒者 188,400円 短大3卒者 177,400円

職種/採用予定人員	勤務時間	給料(月額)
④夜間専従看護師/若干名	(1)3交代制①16:30～1:00、②0:30～9:00 (2)2交代制③16:30～9:00	164,720円～173,120円 ※特殊勤務手当あり
⑤看護助手/1人	6:00～21:00 7時間勤務 シフト制 ※配属先により始業時間変更あり。資格などにより賃金加算あり。	144,606円～166,103円 ※資格により加算あり
⑥看護師(支笏湖診療所)/1人	月曜日8:30～15:15、火～金曜日8:30～15:00 ※休日は、土・日・祝日。 ※診療所までの通勤は市民病院からの送迎あり。	160,080円～167,713円

**医療費が高額となったときは…**

医療機関などに支払う一部負担金が高額になったときは、診療を受けた日の翌月から2年間に限り、申請により自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。

なお、事前に国保医療課へ申請し、交付を受けた限度額適用認定証を医療機関などに提示すると、入院時や外来診療時の支払いが自己負担限度額(所得区分により異なります)までとなります。

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

10月は、国民健康保険料と後期高齢者医療保険料【第5期】の納付月です

# 窓

みなさんの活躍  
紹介します

41年ぶりの快挙  
消防庁長官賞を受賞した  
《稲穂少年少女消防クラブ》の伝統

## 大変なときも 続けることが大切



《稲穂少年少女消防クラブ》の皆さん  
写真左上から指導者の門馬 将太代表、山崎 誠介副代表。左下から会員の門馬 栄守さん、西田 航さん。

《稲穂少年少女消防クラブ》が令和元年度の「優良な少年消防クラブ（消防庁長官賞）」を受賞しました。

少年消防クラブは、小学生から高校生までの少年少女が防火や防災を学ぶ組織です。全国4442クラブの中から「特に優良な少年消防クラブ」28クラブに次ぎ、「優良な少年消防クラブ」40クラブのひとつに選ばれました。平成9年4月に設立され、現在は68人の会員がいる同クラブの指導者を務める門馬将太さんと山崎誠介さんにお話を聞きました。

「ここまで消防クラブの活動に力を入れているのは、平成27年に亡くなられた先代の指導者代表だった故・久保光義さんの言葉があるからです。

久保さんは、長年、稲穂少年消防クラブの活動に尽力されました。亡くなる1か月前、お見舞いに行ったときに久保さんから「俺の後の消防クラブを頼むな。大変なときがあるかもしれないが続けることが大切」と伝えられたことが、私たちの原動力となっています。

活動を続けるためのモットーは、ありきたりですが、「明るく、楽しく、仲良く」です。子どもたちが「やって楽しいと思えるか、来て良かったと思えるか」を意識しながら事業を企画しています。昨年の10月に当クラブの単独事業として初めて《そなえーる》で防災キャンプをしました。心肺蘇生やAEDの使い方、段ボールベッドの作り方など難しいプログラムでしたが、子どもたちが最後まで真剣に話を聞く姿が印象的でした。活動の中心は小学生ですが、卒業した中学生がイベントの手伝いに戻ってきてくれたときは嬉しかったですよ。

将来、その子たちが指導者としてクラブに戻ってきて、《稲穂少年少女消防クラブ》の伝統を受け継いで欲しいですね。それまでは、先代がつないできた《活動の火》を消さないようにしたいです。」

### 第10回



文京1丁目町内会  
ホームページ



町内会連合会  
ホームページ

8月22日開催の《町内会活性化セミナー》では、アンケート結果をもとに情報発信の重要性についても話し合いました。閲覧板についての設問では、回答した町内会の81%が「閲覧板を回している」と回答していましたが、そのうち63%が「特に新型コロナウイルス感染症の対策を行っていない」とのことでした。

アフターコロナでも情報が大変なことは変わりなく、よりいっそう重要になっていきます。セミナーの講師からは、閲覧板以外にもSNSやホームページなど、さまざまな方法を併用して発信していくことが必要との話があり、これからは、それぞれの町内会の状況にあった情報伝達手段の選択が求められます。

千歳市町内会連合会では、各町内会が簡単かつ効果的に情報発信できるよう、町内会独自のホームページの作成を支援しており、最近では、この支援を利用して《文京1丁目町内会》がホームページを開設しました。ホームページの作成は、専門業者がわかりやすく丁寧に教えてくれるほか、更新などの運用も簡単にできますので、ぜひご活用ください。



## アフターコロナの 情報発信の重要性



# 子育てスクエア

子育て総合支援センター

【対象】や【申込】の表記がないものは自由参加です。

子育て応援クラブの  
つたえて  
ほめて  
しかる  
子育て  
**スキルアップ**講座  
こどもとのコミュニケーション術

【対象】市内に居住し第1子が1歳未満の子をもつ母親  
【とき】11/24 ⑩ 10:00-11:00  
【ところ】ちとせっこセンター 【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)  
【申込】10/30 ⑨ 9時～(平日の9時～17時)

## 子育てカウンセリング

**10/23, 11/20, 12/18** :げんきっこセンター  
**11/6, 12/4, 1/9** :ちとせっこセンター

【対象】市内に居住する18歳未満の子の保護者  
【定員】各5人(1人1時間程度)  
【申込】相談日の前日までに予約  
【託児】申込時に予約

こども家庭課  
☎(24)0935  
☎(23)6700

2015年・開庁140年記念  
いいお産の日 in ちとせ  
**11/3** ⑩・祝  
10:00～  
YouTubeで  
動画を配信  
します。  
【詳細】  
こども政策課  
☎(24)0341  
☎(23)6700

市は、「いいお産の日 in ちとせ」を例年11月3日に開催していますが、今年は、新型コロナウイルスの感染予防・拡大防止の観点から、総合福祉センターでの体験型イベントは中止します。しかし、コロナ禍でも、妊娠・出産の不安を少しでも和らげ、子の誕生の喜びや千歳市での子育ての楽しさをお伝えしたいと思い、動画を配信します。  
【内容】コロナ禍でもいいお産はできる! 講師 島田 茂樹氏(マミーズクリニクちとせ 院長) / 千歳市産後ケア事業の紹介 講師 渡部 智佳子氏(千歳恵庭地域助産師会 会長 産前産後ケア助産院はぐくみ) / そのほか、市の子育てを支援する関係団体や担当部署が作成した動画を配信する予定です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
主催: いいお産の日 in ちとせ実行委員会・千歳市

**アスレタ**  
勇舞 1丁目 1-1  
☎(24)8341・☎(24)7021 (10:00-15:00)

**毎日** 10:00-12:00  
おおきくなったかな～毎日計測  
始めます! 10/28, 11/11は職員が計測のお手伝いをします。

**10/19, 11/9, 16** 11:00-  
はじまるよ～みんな大好き♪  
紙芝居・大型絵本

**10/20, 27, 11/17** 11:00-  
絵本のひろば

**11/5, 12** 10:00-12:00  
リズムDEあ・そ・ぼ♪楽器大好き!

**10/26, 27, 29, 30** 10:00-  
ハロウィンウィーク / 仮装OK・  
フォトスポット、ゲーム  
【申込】10/19～23/12:00～15:00

**11/6** ⑨ 10:00-11:00  
寝相アート DE 年賀状

【申込】10/26～27/12:00～15:00  
【定員】各5組(抽選) 【持ち物】  
スマートフォンまたはデジカメ

**11/10** ⑩ 11:00-  
11月誕生会 / 11月生まれのお  
友達の誕生会で記念写真撮影♪  
【申込】11/2～6/12:00～15:00

※参加希望の方は利用予約を  
お願いします(人数制限があ  
ります)。詳しくは、ホーム  
ページをご確認ください。

**みんなの児童館**  
各児童館にお問い合わせください

**11/10** ⑩ 10:30-11:30

企業連携ぶちゼミ～かわいくでき  
た! お家で美容室 提供: ヘアス  
タジオナガモリ 【対象】就学前  
の子の保護者 【申込】10/15  
⑩～ 【定員】10人(申込順)  
※託児はありません。お子さん  
と一緒に参加になります。  
いずみさわ児童館 ☎☎(28)6110

**11/11** ⑩ 10:30-11:30

企業連携ぶちゼミ～骨盤のゆがみ  
解消講座 提供: 医療法人社団い  
ずみ会 北星病院、ライフ・オス  
テオパシー・センター整体院  
【対象】産後6か月までの方・初  
回の方優先 【申込】10/15, 16  
/13:00～15:00 【定員】10人  
(申込順) ※託児はありません。  
お子さんと一緒に参加になります。  
あんじゅ児童館 ☎☎(23)8015  
☎☎(23)8016

**10/27, 28** 10:30-11:30

ハロウィン制作(先着20セット)  
【ところ】市内すべての児童館(ち  
とせっこ、希望が丘児童館は除く)

**11/11, 12** 10:30-11:30

おはなし でてこーい  
【ところ】市内すべての児童館(ち  
とせっこ、希望が丘児童館は除く)

**げんきセンター**  
新富1丁目2-14  
☎・FAX (26)2070 (9:00-17:30)

**10/14** ⑩ 11:20-11:45

あそびの芽～赤ちゃんとなら  
べうたあそび 【対象】おおむね  
11か月までの子と保護者  
【申込】事前に予約が必要

**10/17** ⑨ 10:00-15:00

コンシェルジュ土曜相談Day  
【対象】妊娠中の方、就学前の  
子の保護者 【申込】事前に予  
約が必要

**10/29** ⑩ 11:30-11:50

あそびの芽～おはなしなあに?  
【対象】就学前の子と保護者  
【申込】事前に予約が必要

**11/6** ⑨ 10:30-11:00

絵本の世界を楽しもう 【申込】  
10/14 ⑩～ 【定員】12人(申込順)

**11/9** ⑩ 10:00-

おしえて! ファミサポ・緊サポ/  
アドバイザーによる説明 【申込】  
10/13 ⑩～ 【定員】10人(申込順)  
【持ち物】登録申込希望者は印鑑

**11/25** ⑩ ① 10:00-/② 10:40-

ほんわか♪パステルアート講座  
【申込】10/27, 28～ 【定員】  
各4人(申込順) ※託児あり。

**12/20** ⑩ 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  
【申込】11/11 ⑩～  
【定員】12組(申込順)

休日開館日 10/18 ⑨ 9:30-12:00  
【申込】10/12 ⑩ 13:30～(予約必要)

**ちとせセンター**  
花園4丁目3-1  
☎・FAX (40)1717 (9:00-17:30)

**10/20** ⑩ 10:00-11:30

おしえて! ファミサポ・緊サポ  
/ アドバイザーによる説明  
【定員】12人(申込順) 【申込】  
事前に予約が必要 【持ち物】  
登録申込希望者は印鑑

**10/22** ⑩ 11:30-11:50

おはなしだいすき♪ / 大型絵本  
などの読み聞かせ

**11/14** ⑨ 10:00-15:00

コンシェルジュ土曜相談Day  
【対象】妊娠中の方、就学前の  
子の保護者 【申込】事前に予  
約が必要

**11/18** ⑩ ① 10:00-/② 10:40-

やさしい親子ヨガ / 親子でのび  
のびストレッチ 【対象】①3  
か月～11か月の子と保護者 /  
②1歳～就学前の子と保護者  
【定員】各10組(申込順) 【申込】  
10/29, 30

**11/20** ⑨ 10:00-11:00

企業連携ぶちゼミ～母トレ / 提  
供: 五代 綾子氏(動作術研究  
員・ダンスインストラクター)  
【対象】1歳未満の子と母親  
【申込】10/19 ⑩～ 【定員】  
10組(申込順) 【持ち物】抱っ  
こひも、動きやすい服装

**11/26** ⑩ 13:30-14:40

離乳食講座 / 管理栄養士による  
離乳食の進め方の講話  
【定員】12人(申込順)  
【申込】10/21, 22

休日開館日 11/1 ⑩ 9:30-12:00  
【定員】20組(申込順)

10月の  
健康相談日

10/21 水

9:30-11:30 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

11/9 月 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  
【申込】事前に予約が必要  
【料金】800円(フッ化物塗布)  
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

11/18 水 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  
【申込】事前に予約が必要  
【料金】800円(フッ化物塗布)  
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ

11/6,20

BCG予防接種

【対象】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、別途案内状を郵送しています。/ 対象期間内に接種できないときは3か月から11か月まで接種できます。  
【持ち物】母子健康手帳、予診票

《詳細》母子保健課

☎(24)0771 ☎(24)8418

★BCG予防接種のみ担当 ☎(24)3148

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  
I P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

保健師・栄養士のリレーコラム

## 10月は、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です!



日本人の2人に1人が、がんにかかり、3人に1人が亡くなっています。がんは進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで非常に高い確率で治癒します。がんを初期に発見する方法が、がん検診です。市が実施しているがん検診は、検診費用の一部を市が助成するため、精度の高い検診を安い料金で受診することができます。乳がんにかかる女性は年々増えており、年間約7万人以上・日本人女性の11人に1人がかかると推定されています。40歳代後半から50歳代の働き盛りの世代に多く、この年代の女性のがん死亡原因トップとなっていますが、乳がんも早期発見・早期治療で90%以上が治る病気です。ぜひ、検診をご活用ください。市は、『乳がん月間』に『ピンクリボン運動』を実施しています。市と市内の企業が連携し、ポスターの掲示やピンクリボン運動支援ボランティア(社会福祉協議会)の皆さんが作成したピンクリボンの装着などにより乳がん予防・検診の啓発を実施しています。10月の月間に合わせて、がんについて正しく理解し、早期発見に努めましょう。(市民健康課 保健師)

## 脳ドックと骨粗しょう症検診

《対象年齢表》令和2年4月1日現在

40歳	昭和54年4月2日～昭和55年4月1日
45歳	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日
50歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日
55歳	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日
60歳	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日
65歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日
70歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日

※脳ドックは75歳以上も5歳ごとに受診可。  
※骨粗しょう症検診は女性の方に限ります。

	脳ドック ※1	骨粗しょう症検診
受診期間	11月～令和3年3月	令和3年3月まで
申込受付期間	10月12日～16日	受付中(定員まで)
料金 ※2	6,000円	600円

※1 定員あり。(抽選/満たないときは受付継続)  
※2 生活保護世帯の方はいずれも無料。

## 集団健診日程追加

【㊤総合保健センターでの検診】

●12/19、20、1/29 (7:00～10:30)

【検査項目】国保特定健診・はつらつ健診・さわやか健診・いきいき健診・胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・エキノコックス検診・肝炎ウイルス検診【申込】10月12日㊤ 8:45～

## 各種健(検)診のご案内

健診申込専用ダイヤル

【担当】市民健康課

☎(24)0617(2週間前まで) ☎(24)0364 ☎(24)8418

## 集団健診・がん検診

【㊤総合保健センターでの検診】

●11/23、24、25、12/2 (7:00～10:30)

●11/26 女性限定(7:00～11:00) / 子宮がん検診(13:00～14:00)

【㊤北海道対がん協会札幌がん検診センターでの検診】

11/17、12/1 (バス停留所・時間は要事前確認)

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 30歳～ / 女性	2,000(2,000) 2,000(800)
乳がん	㊤	40歳～ / 女性	2,000(1,300)
肝炎ウイルス	㊤㊤	注①	800(800)
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
エキノコックス症	㊤㊤	注②	無料

■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方が対象です。■70歳以上、65歳以上で障がい4級の方、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。■新型コロナウイルス感染症拡大防止のため女性の日の保育は中止し、集団健診の定員を縮小して実施します。【注①】B・C型肝炎の診断などを受けていない方【注②】過去5年間で同等の検査を受けていない方

とき	ところ
11/18 水	10:00-14:00 げんきっこセンター
11/20 金	10:00-15:00 総合保健センター
11/24 火	10:00-14:00 ちとせっこセンター
11/27 金	10:00-15:00 総合保健センター

## ちとせの育児ネウボラ

《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。

【申込・詳細】母子保健課

☎(24)0133 ☎(24)8418

子ども・妊婦ネウボラは、すべての日程で予約が必要です

とき	ところ
11/9 月	10:00-15:00 総合保健センター
11/13 金	10:00-11:30 ほくよう児童館

相談無料

## 日本尊厳死協会の秋季研修会

終末期の栄養・水分補給について(免疫力の向上など) / 講師 江端 英隆 氏(日本尊厳死協会 北海道支部長、社会福祉法人彩世会理事長)

**とき** 10月18日(日) / 13時~15時30分  
**ところ** 千歳市社会福祉協議会 **¥無料**  
**詳申** 日本尊厳死協会 北海道支部 千歳石狩南部地域懇話会  
澤田 **☎**080(1893)7178

## 埋蔵文化財センターの 公開講座と体験学習会

**▼公開講座 漆と祈りと縄文世界ー是川石器時代遺跡ー** / 千歳のキウス周堤墓群と同じく、《北海道・北東北の縄文遺跡群》として世界文化遺産登録をめざす、青森県八戸市の是川石器時代遺跡の魅力を紹介しします。

**とき** 10月24日(土) / 13時30分~15時  
**ところ** 北ガス文化ホール 3階視聴覚室  
**¥無料** **定員** 30人(申込順)  
**申込** 10月23日(金)まで / **☎**で申し込み

**▼縄文まつり / 勾玉づくり、石器づくり、火起こし、縄文クッキーづくり** などさまざまな体験ができます。

**とき** 11月7日(土) / 10時~15時(随時受付)  
**ところ** 埋蔵文化財センター

**▼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わす。

**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** ①11月8日(日)、②11月22日(日) / いずれも13時~15時

**ところ** 埋蔵文化財センター  
**定員** 12人(申込順)

**申込** ①11月6日(金)まで、②11月20日(金)まで / **☎**で申し込み

**持ち物** マスク、タオル、飲み物

### ▼▼▼共通事項

**詳申** 埋蔵文化財センター  
**☎**(24)4210 **☎**(21)9301

※体調不良の方はご遠慮願います。

※検温にご協力をお願いします。

※マスクの着用をお願いします。



## 後期技能検定試験

技能検定とは、働くうえで身につける、または必要とされる技能の習得レベルを評価する国家検定制度です。

**検定職種** 建築板金、建築大工など

**等級区分** 1~3級、単一等級

**申込** 10月15日(木)まで / (土)(日)を除く 9時30分~16時

**詳申** 千歳地方職業訓練協会

**☎**(22)2969

## エルタックスをご利用ください

《エルタックス》は、インターネットを利用して北海道の法人道民税・事業税・特別法人事業税や市の法人市民税・市道民税(給与特別徴収分)などの申告、届出や納税が行えるシステムです。詳しくはホームページをご覧ください。

**詳申** 北海道札幌道税事務所税務管理部 課税第一課法人事業税第一係

**☎**011(204)5083 **☎**011(232)8697

**HP** <https://www.eltax.lta.go.jp/>

## 見る/学ぶ LEARNING

### 市民病院の市民健康講座 開催中止のお知らせ

10月・11月の市民健康講座は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止します。12月以降の開催については改めてご案内します。

**詳申** 市民病院地域医療連携課

**☎**(24)3000 **☎**8138 **☎**(24)3030

### リース作り講習会 開催中止のお知らせ

毎年11月に開催している《リース作り講習会》は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年度は中止します。

**詳申** 千歳市環境整備事業協同組合

**☎**(24)1366 **☎**(27)2861

### 千歳市ファミリー・サポート・センター 子育て応援講演会

子どもの遊び~手作りおもちゃで楽しもう! / 講師 木村 祥子 氏(保育士)

**対象** 市内居住の方

**とき** 10月15日(木) / 10時~12時

**ところ** 千歳市社会福祉協議会

**¥無料** **定員** 10人(申込順)

**託児** 5人(申込順) / 1歳~就園前の子

**申込** 10月14日(水)まで / **☎**で申し込み

**詳申** 千歳市ファミリー・サポート・センター **☎**(22)8522 **☎**(27)2528

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、距離をとるなどの《新しい生活様式》の実践をお願いします。

## お知らせ INFORMATION

### JR千歳駅《みどりの窓口》の 営業時間変更について

千歳駅《みどりの窓口》の営業時間を10月1日より、以下のとおり変更しました。北口(2階)につきましては、《みどりの窓口》でのきっぷの販売を終了しますが、改札口についてはこれまでどおり利用できます。

### ▼きっぷの販売について

	現行	変更 (10/1~)
南口(1階)	5:20 ~ 23:00	7:00 ~ 20:00
北口(2階)	5:30 ~ 23:00	営業なし

北口(2階)には、最新の《話せる券売機》を配置していますので、オペレーターや駅員と通話できます。両改札口の券売機では、特急券や定期券など各種乗車券を購入できます。

**詳申** JR千歳駅 **☎**(23)2040

### 《女性の人権ホットライン》強化週間

法務局では、女性の人権についての専用相談電話《女性の人権ホットライン》を設置しています。夫やパートナーからの暴力やセクハラなど女性の人権に関する悩みをご相談ください。また、11月12日から18日までは、「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」です。期間中は、平日の受付時間を延長し、土日にも対応します。

**相談受付** 11月12、13日、16日~18日は8時30分~19時 / 11月14日(土)、15日(日)は10時~17時 / 通常は平日8時30分~17時15分(年末年始を除く)

女性の人権ホットライン

**☎**0570(070)810(全国共通ナビダイヤル)

**詳申** 市民生活課

**☎**(24)0183 **☎**(27)3743

## 身体を知る！フィットネス教室

体組成計測／講話「測定結果から読み解く！あなたに必要な運動は？」／運動実技「脂肪をためない身体の使い方」

**対象** 市内居住の74歳以下の方

**とき** 11月11日⑧／9時30分～12時

**ところ** 総合福祉センター 4階

**無料** 定員 20人(申込順)

**詳細** 健康づくり課

☎(24)0768 ファ(24)8418

## 児童虐待防止フォーラム

### ①グループワーク

体罰によらない子育てを広げよう！～みんなが育児を支える社会に

**とき** 11月12日⑧／15時～16時30分

**ところ** 北ガス文化ホール3階視聴覚室

定員 30人(申込順)

### ②講演会

そのひとことが子どもの脳を傷つける～親が変われば子どもも変わる！！／講師 友田 明美 氏(福井大学子どものこころの発達研究センター 教授)

**とき** 11月12日⑧／18時～20時20分

**ところ** 北ガス文化ホール 中ホール

定員 200人

※①②とも個別にお申し込み可。

**申込** 10月12日⑧～／☎で申し込み／託児を希望する場合は申込時にお申し出ください。

※フォーラムのポスターは、千歳北陽高等学校の栗山 若菜(くりやまわか)さんに絵を描いていただきました。市役所、各コミセン、子育て支援センターなどに掲示していますので、ぜひご覧ください。

### 詳細 子どもの家庭課

☎(24)0935 ファ(23)6700

## 児童虐待早期発見・防止のためのワンポイント出張講座

虐待児童の気づきのポイントや着眼点など／講師 千歳市子ども福祉部専門官 佐藤 薫(元北海道釧路児童相談所長)

**対象** 子どもに関わりの多い職場や団体、企業など

**とき** 令和3年2月26日までの平日9時～17時のうち60分程度

**ところ** 申込者側が用意 **無料**

**申込** 令和3年1月29日⑧まで

**詳細** 子どもの家庭課

☎(24)0935 ファ(23)6700

## ちとせ創業支援オンラインセミナー

起業のアイデアの出し方やプランニングが学べるオンラインセミナーを開催します。／講師 タキザワ ケイタ 氏(PLAYWORKS株式会社 代表)

**テーマ** ビジョンから事業を創造する

**対象** 起業に興味がある方や創業5年未満の方(市内在住または市内での起業を考えている方)

**とき** 10月21日⑧／19時～20時

**開催方法** オンラインセミナー(Web会議ツール Zoomを利用します)

**無料** **申込** 10月20日⑧まで／申込フォーム(<https://forms.gle/2ecwum713XKtGsi46>)から申し込み／または、氏名・年齢・住所・連絡先・想定するビジネス概要を記入の上、☎☎☎で申し込み

**詳細** 商業労働課

☎(24)0598

☎(22)8851

☎ shogyorodo@city.chitose.lg.jp



## 介護予防リーダー養成講習会

地域で介護予防リーダーとして活躍することを希望する方に向けて、介護予防リーダー養成講習会を開催します。／介護予防に関する講話、いきいき百歳体操やノルディックウォーキングの実技体験など

**対象** おおむね65歳以上の市民の方

**とき** 10月29、30日／13時～17時

**ところ** 千歳市社会福祉協議会 2階会議室 **無料** 定員 15人(申込順)

**申込** 10月26日⑧まで

**詳細** 千歳市介護予防センター

☎(23)0012 ファ(23)0022

## 暮らしのちょっと応援サービス

### 応援できる方登録養成講座

《暮らしのちょっと応援サービスヤマセミねっと》とは、身の回りのちょっとした困りごとを住民同士が有償で助けあう活動です。／説明会・講座内容「なぜ地域での支え合いの活動が必要とされているのか」／「支え合い活動の心得とマナー」／「応援できる人(協力者)登録および活動について」

**とき** 11月4日⑧／11時～12時

**無料** 定員 20人(申込順)

**申込** 10月28日⑧まで

**詳細** 千歳市社会福祉協議会地域福祉課 ☎(27)2525 ファ(27)2528

## 写真整理相談会

写真整理アドバイザーが相談講師を担当します。古いアルバム写真やスマホの写真でも対応できます。

**とき** ①10月20日⑧10時～14時の間で30分間／②10月24日⑧13時30分～16時30分の間で30分間

**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

※テレビ電話などでも対応可能。

※別日希望の場合は要相談。

## 市委託の緊急サポートネットワーク事業 スタッフ会員研修

緊急サポートネットワーク事業(市委託事業)では、子育て中の方を支援する会員(有償)を募集しています。会員登録を希望する方は、次の研修にお申し込みください。(登録にはさらにファミリー・サポート・センター保育サービス講習会の受講が必要)

**対象** 20歳以上の健康な方／病時・病後回復時の子の預かりや宿泊・送迎などができる方

**とき** 10月22日⑧／10時～15時

**ところ** 市役所第2庁舎内

**無料**

**詳細** NPO法人北海道子育て支援ワーカーズ

☎011(632)5180 ファ011(632)5181

## 市民教養セミナー

アイヌ民族の文化や生活／「シベ(本当の食べ物)」と呼ばれている鮭とアイヌの関わりについて／マレク漁(アイヌ伝統の漁法)の実演あり／講師 佐々木 翔太 氏、松澤 直紀 氏(千歳アイヌ文化伝承保存会)※講演前後に、水族館内を自由に見学できます。

**とき** 10月25日⑧／14時～16時

**ところ** サケのふるさと千歳水族館 2階 学習室

**無料**(入館料別途必要)

定員 20人(申込順)

**申込** ☎☎☎☎☎で申し込み

**詳細** 生涯学習課

☎(24)0848

☎(27)3743

☎ shogaigakushu@city.chitose.lg.jp



**募集**

WANTED

**千歳市・指宿市青少年相互交流事業  
参加児童の募集**

～ちとせ★いぶすき～ふるさとガイド  
オンラインツアー／姉妹都市である鹿  
児島県指宿市の児童とのオンライン交  
流を行います。学校以外での学びと体  
験と出会いを通じて、相手のまちと自  
分のまちを知り、考え、伝える取組に  
今こそ、チャレンジ！（文化の違いを  
体感できる楽しいことやおいしいもの  
に出会えるチャンスです！）

**対象** 市内小学校に通う6年生で2日  
間参加できる方

**とき** 1日目 12月5日④14時30分～  
17時／2日目 12月19日④10時～12  
時30分

**ところ** 市役所第2庁舎2階会議室  
5・6

¥無料

定員 16人

**申込** 11月2日④まで／各小学校を通  
じて申し込み

**問合せ** 千歳市・指宿市青少年相互交  
流事業実行委員会(☎生涯学習課内)

☎(24)0848 ☎(27)3743



**北海道障害者職業能力開発校  
訓練生募集**

北海道障害者職業能力開発校では、令和  
3年度の訓練生を募集します。

**対象** 求職中の障がい者

**訓練科目** 建築デザイン科・CAD機  
械科・総合ビジネス科・プログラム  
設計科・総合実務科

**申込** 11月2日～20日

**試験** 12月7日④

**ところ** 北海道障害者職業能力開発校  
(砂川市焼山60番地)

**試験内容** 数学、国語、面接

**問合せ** 千歳公共職業安定所(ハローワ  
ーク千歳) ☎(24)2177 ☎(24)2178

北海道障害者職業能力開発校

☎0125(52)2774 ☎0125(52)9177

**ちとせ環境と緑の財団の各種事業**

**▼令和2年度コンクール・コンテス  
ト受賞作品の展示会**

花いっぱいコンクールの受賞花壇写真、  
花と緑の写真コンテストの受賞作品

**とき** 10月20日12時～31日15時30分／  
施設休館日(10月26、30日)を除く／施  
設開館時間 9時～22時

**ところ** 北ガス文化ホール4階展示ホール

¥無料

**▼緑の相談**

**対象** 市内居住の方 **とき** 10月27日④  
／10時～ **ところ** 財団事務所

¥無料 **申込** 10月26日④までに☎で  
申し込み

**▼親子でハロウィン工作～かぼちゃ  
のランタンを作ろう！**

**対象** 市内居住の方

**とき** 10月31日④／①10時30分～12時、  
②14時～15時30分

**ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室

¥300円 **定員** 各10組(申込順)

**申込** 10月12日～23日／☎などで申し  
込み **持ち物** 大きめのスプーン・テ  
ーブルナイフ・油性マジック・エプロン・  
おしぼり・持ち帰り用袋など

**▼緑化リーダー研修 新スタイルで、  
元気がでるガーデニング**

新型コロナウイルス感染防止に対応した  
ガーデニングのスタイルと、ローメンテ  
ナンスの庭づくりの方法／講師 内倉 真  
裕美 氏(ガーデンライフアドバイザー、  
ガーデンアイランド北海道理事長)

**対象** 市内居住の方

**とき** 11月5日④13時30分～15時

**ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室

¥無料 **定員** 20人(申込順)

**申込** 10月12日～30日／☎などで申し込み

**▼ハボタンとカラーリーフで作る、  
華やかな寄せ植え**

おしゃれな寄せ植え作り。作品は、持ち  
帰りできます。／講師 中野 美恵子 氏  
(一般社団法人日本ハンギングバスケット  
協会ハンギングバスケットマスター、  
プランツギャザリング・ギャザリスト)

**対象** 市内居住の方 **とき** 11月20日④  
13時30分～15時 **ところ** 北ガス文化  
ホール4階大会議室

¥800円

**定員** 20人(申込順) **申込** 10月12日～  
11月6日／☎などで申し込み

**問合せ** ちとせ環境と緑の財団

☎(22)1117 ☎(22)1118

**2級・3級リテールマーケティング  
販売士養成講習会**

**対象** 義務教育を修了し、小売業・流  
通業に従事しているか従事を希望す  
る方など

**とき** 11月18日～令和3年2月3日(全  
10回)／2級:18時～21時、3級:18時～  
20時30分

**ところ** 千歳商工会議所

¥2級:20,000円／3級:15,000円(指  
定テキスト代など)

**申込** 11月4日④まで／申込書に記入の  
上、受講料を添えて申し込み

**千歳商工会議所総務課**

☎(23)2175 ☎(22)2122

**問合せ** ちとせ販売士会

中村 ☎090(3776)1751

**その他** 予備試験に合格した方は、検  
定試験の販売・経営管理科目が免除  
となります。

3Rな暮らし方～元気なうちにお片付け

**3R講演会**

家の中や実家の空き家の片付けのコツ  
を学び、リデュース、リユース、リサイ  
クルを活用しながら、お片付けしましょ  
う。／講師 石塚 祐江 氏(環境カウ  
ンセラー)

**とき** 11月21日④／13時30分～15時

**ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室

¥無料 **定員** 40人(申込順)

**申込** 11月20日④まで／☎☎④で申し  
込み

**問合せ** ちとせ環境と緑の財団

☎(26)1213 ☎(22)1118

✉info@chitosekankyoku-midori.or.jp

**公共職業訓練パソコン経理科**

ワープロ・表計算技士・日商簿記・デー  
タベース(各3級)、プレゼンテーション  
(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25日～令和3年2月24日／  
9時～16時／④⑤⑥と年末年始を除く

**ところ** 千歳職業技術専門学校

¥無料(テキスト代、検定料別途)

**定員** 15人／11月9日④に選考のため  
の筆記試験(国語・数学)、面接を実施

**申込** 10月29日④まで

**問合せ** 千歳公共職業安定所(ハローワ  
ーク千歳) ☎(24)2177 ☎(24)2178

※申込者数が少ないときは、中止する  
ことがあります。

¥ 参加料・入場料 ①②③ 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

## スキー準指導員・認定指導員 検定受検説明会

**対象** [準指導員]18歳以上のSAJ1級  
 以上保持者/[認定指導員]18歳以上の  
 SAJ2級以上保持者

**とき** ①10月17日(土)/18時～、②10月  
 18日(日)/10時～ ※どちらか都合の  
 よい日時にお越しください。

**ところ** 東雲会館 ¥ 無料

**詳申** 千歳スキー連盟

菅野 ☎090(8373)5604

E kanchan0103jp@yahoo.co.jp

## 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いた  
 だけます(プリペイドカードでの購入可)。

**とき** 10月18日(日)/終日

**詳申** 市 温水プール

☎(49)7001 FAX(49)7003

## ゲートボール体験教室

**とき** 10月20日(火)/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、マスク着用

**詳申** 千歳ゲートボール協会

小池 ☎(24)4662

## 図書館ガイド

### ▼秋の読書週間事業

大人の司書体験～図書館について楽し  
 く学んでみませんか/本のカバーかけ、  
 カウンター業務体験など

**対象** 高校生以上

**とき** 11月8日(日)/①10時～12時、②14  
 時～16時

**定員** 各回6人(申込順)

**申込** 10月10日(土)～/電話申込可

**詳申** 市 図書館

☎(26)2131 FAX(26)2133

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

## 青少年のための科学の祭典・千歳大会 開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止  
 のため、今年度の開催中止を決定しま  
 した。

**詳申** 青少年のための科学の祭典千歳大  
 会実行委員会

長谷川 ☎FAX(27)6059

## ちとせみんなのままカフェ

**とき** 10月27日(火)/10時30分～/出  
 入自由/毎月第4(火)開催

**ところ** まちライブラリーカフェ 千  
 歳タウンプラザ店

¥ リアル参加：無料 ※ただし、ワン  
 オーダーをお願いします。

リモート参加：無料 ※《Zoom》  
 での接続をお願いします。

**詳申** ちとせみんなのままカフェでつ  
 ながり隊

うえの ☎080(6795)9994

## 文化/スポーツ CULTURE/SPORT

### 体育協会からのお知らせ

#### ▼トレーニング室で体幹強化とダイ エットチャレンジ

**対象** 市内居住の方

**とき** 10月26日(日)/9時30分～11時  
 30分

**ところ** ダイナックスアリーナ トレ  
 ニング室

¥ 無料 定員 10人(申込順)

**申込** 10月13日12時～23日17時/HP  
 から申し込み

**詳申** 千歳市体育協会 振興課

☎(22)4150(☎申込不可) FAX(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(日)休)

## イベント EVENT

### 令和3年千歳市成人式 「はたちのつどい」

新型コロナウイルス感染症の拡大防止  
 のため、参加対象者を住居地(中学校区)  
 別に分けた2部制(内容は同じ)で開  
 催します。

**対象** 第1部：千歳・富丘・北斗中学  
 校区にお住まいの方/第2部：青葉・  
 東千歳・駒里・向陽台・勇舞中学校区  
 にお住まいの方

※該当中学校区については、11月中旬  
 発送の案内はがきに記載(部の変更可  
 能、事前連絡不要)されます。市外に住  
 民登録を移された方にはがきは届きま  
 せんが、希望の部に参加できます。

**とき** 令和3年1月10日(日)/第1部：  
 受付 12時20分～、式典 13時～14  
 時/第2部：受付 14時50分～、式典  
 15時30分～16時30分

※当日は、案内はがきに付属の受付  
 票の提出が必要です。お持ちでない  
 方は、HPから受付票をダウンロード  
 し、記入の上ご持参ください。

**ところ** 北ガス文化ホール

※そのほかの詳細や、感染症の拡大防止  
 対策のための取り組みとお願いについ  
 て、市ホームページでご確認ください。

**令和4年度以降の成人式について**  
 成年年齢が18歳に引き下げとなる令  
 和4年度以降も、千歳市はこれまで  
 どおり年度中に20歳になる方を対象  
 に開催します。  
**開催時期** 1月の成人の日を含む3  
 連休の中日(現行どおり)  
**式典名称** 千歳市はたちのつどい(現  
 行：千歳市成人式「はたちのつどい」)

**詳申** 市 生涯学習課

☎(24)0848

FAX(27)3743



## 防犯ばなし

防犯メールに  
登録しましょう

○タイヤ盗難に警戒を!

千歳警察署管内は、毎年タイ  
 ヤ交換時期になると《タイヤ盗  
 難》が増加する傾向にあります。  
 大切なタイヤを盗難から守るた  
 め、次のことに注意しましょう。

▼物置などに保管し施錠する  
 ▼物置や車庫の出入口にセン  
 サライトを設置する

▼タイヤをチェーンなどで結束  
 し、支柱などにくりつける  
 ▼タイヤにマークや記名をする

○《ほくとくん防犯メール》の  
登録を!

次の情報を《ほくとくん防  
 犯メール》(登録無料)で随時  
 配信しています。

▼子ども・女性を対象とした  
 犯罪情報(犯罪につながるよ  
 うな声かけ、写真撮影事案な  
 ども含む)

▼連続発生している犯罪情報  
 ▼特殊詐欺事件の情報

詳細は北海道警察のホーム  
 ページをご覧ください。登録  
 をお願いします。

【詳細】千歳防犯協会

(千歳警察署生活安全課内)  
 ☎(42)0110 内線261



MONTHLY PHOTO  
マンスリー・フォト  
くらぶ  
GRAPH

まちのできごと・マンスリーでお知らせします。

9/1

9/2

心を明るく照らす《頑張ろう》のエール

## 切り絵ランタン COLLECTION



千歳市社会福祉協議会（以下「社協」）敷地内の特設会場で《ちとせ切り絵ランタンコレクション》が開催されました。当イベントは新型コロナウイルス感染症による苦難をみんなで乗り越えようと、社協が企画したものです。参加者は思い思いの色や形の《切り絵ランタン》を作成し、《頑張ろう》のエールを贈りました。夕暮れ時にライトアップされた個性溢れるランタンは、日没とともに夜空に浮かび上がりました。ランタンには、「いつもありがとうございます」など医療従事者への感謝のメッセージが添えられました。



9/4

明治安田生命保険相互会社苫小牧支社と

## 健康増進に関する連携協定



市は、明治安田生命保険相互会社苫小牧支社と《健康増進に関する連携協定》を締結しました。地域のニーズに対応し市民の健康増進や健康的な生活の実現のため「地域の健康づくり」「がん対策」「感染症対策」「企業・経営者の健康増進」の4項目の分野で連携します。同社がこれまで培ってきた知見を活用し、更なる市民サービスの向上に取り組みます。また、同協定にあわせて千歳にゆかりのある全国の社員の皆さんから「私の地元応援募金（41万2,900円）」をいただきました。募金は新型コロナウイルス感染症対策関連の費用にあてられます。

9/2

出店に法被（はっぴ）でお祭り気分

## テーマは《お祭りごっこ》



市内8館の児童館でいっせいに《お祭りごっこ》が開催されました。新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策として3つの密を避けるために同日での開催です。あんじゅ児童館では、和太鼓の体験が行われた後、おめん屋さんやヨーヨー釣りなどの手作り出店が並び、訪れた親子は売り子さんとお客さんの両方を体験しながらお祭り気分を味わいました。たこやき屋さん（写真）では紙で作ったニッコリイラスト入りのたこ焼きを「熱いからふーふーしてね」と可愛い売り子さんがお店を切り盛りしていました。

9/5 自分のペースでいい汗かきつつ秋の味覚を満喫  
千歳サーモンマラニック 2020



マラニックは、ピクニックのように景色や地元の味覚を楽しみながら、無理せず自分のペースでマラソンを楽しむスポーツです。今年は新型コロナウイルス感染症対策として、定員を昨年の半分にし、受付時もソーシャルディスタンスの確保を徹底、時間差を設けた分散スタートなどにより密を避けて開催しました。友達同士や家族連れなど約300人の参加者は、各エイドポイントでは、ゆでトウモロコシやソフトクリームを、また、ゴール後にはいくら丼など、地元グルメを楽しんでいました。

9/17 支笏湖温泉商店街の飲食店  
山線湖畔驛弁当 販売開始



王子軽便鉄道ミュージアム（山線湖畔驛）にちなんだ《山線湖畔驛弁当》の販売が支笏湖温泉商店街の6つの飲食店ではじまりました。「駅があるなら駅弁だ」という山線プロジェクト実行委員の声をきっかけに、商店街に協力を呼びかけて実現しました。新型コロナウイルスの影響により飲食店のテイクアウト需要が伸びていることも販売を後押ししました。弁当は、支笏湖の特産品である支笏湖チップ（ヒメマス）を使ったお寿司やフライなど全6種類。お弁当をぶらさげて紅葉の支笏湖散策はいかがでしょう。

9/15 長寿と健康をお祝い  
敬老の日を前にお祝い金を贈呈



長寿と健康を祝い、満100歳の方に敬老祝金が贈呈されました。花野孟雄さんには、手洗い・消毒の徹底に加え、面会時間を最小限にしたうえで、市長が直接手渡しました。花野さんは市長を待っている間、詩吟で鍛えた歌声を披露するなどご機嫌な様子。笑顔で市長を迎え、お祝い金を受け取りました。同席した息子さんから「ご飯も美味しく、毎日楽しく過ごしています」と花野さんの普段の生活が語られました。笑顔で毎日を楽しむことが、健康の一番の秘訣かもしれません。

9/24 手を挙げて左右確認  
幼児の交通安全教室



**市**は、9月と10月の2か月間、市内の認定こども園や幼稚園の年長児を対象に《交通安全教室》を実施しています。9月24日は、アリス認定こども園の園児30人が参加。交通安全教育指導員が横断歩道の渡り方などをパネルシアターで説明した後、実際に横断歩道を模したマットを床にしき、実技を行いました。園児は信号が青になると、「みぎ、ひだり、みぎ」と安全を確認し、横断歩道を渡りました。

9/19 埋蔵文化財センターで《縄文まつり》開催  
親子で火おこし体験



**縄**文時代の生活文化を学び、体験するイベント《縄文まつり》が埋蔵文化財センター（長都）で開催されました。火おこし体験のほか縄文土器づくり、勾玉づくりなどが行われ、親子連れなど約70人が縄文時代の技術や知恵に触れました。火おこし体験では、木の棒を回し摩擦熱で火種をつくる《舞錐式まいぎりしき》に挑戦。縄文生活の大変さを体感すると同時に現在の文明の利器のありがたみを感じていました。

9/26 コロナ時代の子育ての新常識  
家庭教育セミナー



**今**年度初めての家庭教育セミナー「やだ〜！無理〜！と  
いう子にどうしていますか？」を、北ガス文化ホールを会場にコーチングプラス代表 子育てコーチ いしだに 石谷 かみえ 二美枝さんを講師にお迎えし、コロナ禍の子育てで大切なことについて講演を行いました。「今までに経験したことのない有事だからこそ、いつも通りに」「今を大切に」など、心に残るフレーズがたくさん詰まった講話でした。

9/25 支笏湖ビジターセンター  
新展望デッキがお目見え



**環**境省北海道地方環境事務所は支笏湖ビジターセンターに整備した《展望デッキ》のオープニングセレモニーを実施しました。滞在空間の魅力を向上させるため、建物の湖側に出入口を増設し、湖を望むことができる階段状の展望デッキを整備。同事務所の安田 直人所長が「地域の皆さんの憩いの場となり、観光客の皆さんにも親しみをもって利用してほしい」と挨拶し、支笏湖小児童らによるテープカットが行われました。

「換毛期」 No.235



## 人のうごき

《総人口》  
98,122人 (-59)  
男性 49,846人 (-18)  
女性 48,276人 (-41)  
《世帯》50,975世帯 (-68)  
( )内は、前月との比較です。

10-1  
現在

### 広報ちとせからのお願い

市民の皆さんの身近にある楽しい話題・イベントの情報をお寄せください。

広報広聴課 広報係  
☎(24)0104 FAX(22)8851

## 9/26 9/27 始まりよりも、終わった後がきれい SHIKOTSUKO BLUE CAMP

「永遠の青を感じる1日」をテーマに、環境保全を目的としたイベントが初開催。支笏湖は2019年まで11年間にわたって水質日本一に輝いています。その水質を守ってきた自然環境の美しさと保全活動の大切さを広く伝えることを目的としつつ、《北海道スタイル》を実践した運営のもと実施され、自然環境を守り続けていくことの大切さ、アフターコロナの安全とイベントとの共存など、未来に向けたメッセージを発信するイベントとなりました。



湖畔では、5組のアーティストによるステージが行われ、参加者は支笏湖からの風を受けながら楽曲に聴き入っていました。ステージの外でも、ゴミ分別の啓発活動、各種学習・体験活動やアクティビティなどが行われ、参加者の心には、イベントの楽しい思い出と一緒に環境保全の意識も刻まれたようです。



徹底的にゴミを分別。半月で自然に還るものから永久に還らないものまで約30種類に。



支笏湖の水質日本一の秘密は顕微鏡の中に。小さな世界で何を発見できたのかな。



水辺の生き物たちとの出会いに大人も子どもも感動。感謝してからリリースしました。



自然に抱かれ、波の音を聞きながらのキャンプは普段とは時間の流れ方が違うようです。



## 心打つサケの帰還

■ 毎年、秋の訪れを告げるかのごとく千歳川に帰ってくるサケ。写真は、千歳水族館内の千歳川観察窓から撮影したものです。秋サケの来遊数が減少傾向にある北海道ですが、昨年の千歳川におけるサケの遡上数は前年を上回り、サケの群れのダイナミックな雄姿に労いと感動の声があがっていました。今年の千歳川も、現在のところ、昨年を上回る勢いで遡上してきています。水中の風景に移りゆく季節を感じ、観察窓は、そこで息づく生物たちの「命を繋ごうとする力強さ」や「自然の素晴らしさ」を私たちに教えてくれる、そんな場所です。

(公財) 千歳青少年教育財団 サケのふるさと千歳水族館  
 たかぎ ゆうか  
 高木 優風花 さん

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。千歳ならではの魅力が、残したくなる風景が、そこにある。

広報ちとせ(第1087号) 令和2年10月10日発行  
 ■発行 編集/千歳市企画部 広報広聴課  
 〒066 千歳市東雲町2丁目(電話240104 FAX228851)  
 ■市ホームページアドレス <https://www.city.chitose.lg.jp/>  
 ■印刷/千歳印刷株式会社



9月1日/切り絵ランタンコレクション特設会場(千歳市社会福祉協議会)で撮影

### ■ 今月の表紙

夕暮れ時に、ほのかに明かりを灯す《切り絵ランタン》。100個以上並ぶランタンをひとつずつ眺めていた女の子が、「これ、かわいい」と《金魚鉢と猫の切り絵》の前で足をとめました。希望の灯りとなりますように。

取材で訪れたキャンプ場で、あまりの快適さに驚きました。プームが来ているとは聞いていましたが、多彩な調理器具にストープ、パソコンまで。我が家よりも快適なのでは。来年の夏には自分も優雅にワーケーション…なんて想像していたらシャッターチャンス逃しそうに守。まだまだスマートフォンには行かないですね。

■ 今月の特集は、特殊詐欺について。編集作業をしていた9月末にも市内で1件の被害が発生。被害を防止するために大切なことは家族とコミュニケーションをとることだそうです。早速、実家の祖母に電話し、「合言葉」を決めました。「コロナ禍でしばらく会えていませんが、元気ですかね」といって。

■ 視覚に障がいのある方用の「音訳」点訳の広報もあります。詳しくは、電話(27)センターまで。

編集後記