

PUBLIC
RELATIONS
広報

ちとせ 1

2023

CHITOSE CITY

No. 1114
令和5年1月10日号



高校ボクシング日本一

支えと刺激になった
ライバルの存在

札幌工業高校ボクシング部
3年生 萩野 照平 さん



いま、みんなに知ってほしいコロナ情報

年頭あいさつ

世界で千歳にしかない新たな魅力を「創」り、選ばれるまちとなることを願って

あけましておめでとございます

令和5年の輝かしい新春を迎えられましたことを、心からお慶び申し上げます。

未だ一進一退の状態が続いている新型コロナウイルス感染症のほか、ロシアによるウクライナ侵攻や円安などに伴う原油価格・物価の高騰など、昨年からの引き継ぎ、市民生活に対し多大な影響が及んでおり、市民の皆様におかれましては、現在も大変なご苦労をされていることと思いますが、これまで市政の運営にご理解とご協力を賜りましたことに厚くお礼申し上げますとともに、本年が皆様にとりまして幸多い素晴らしい一年となりますことを心から祈念申し上げます。

私は平成15年4月にはじめて市民皆様の負託を受け、今日まで千歳市長として5期20年の市政を担当させていただきましたが、昨年12月、今春の市長選には出馬しないことを表明しました。

市民の皆様には、これまで温かいご支援をいただきましたことへの感謝と同時に、本市の発展に、いささかなりとも微力を傾注することができたことは、市長として大変光栄なことと感じております。残された任期まで、市長としての責務を全うしてまいりますので、引き続き、ご支援とご協力をお願いいたします。

昨年を顧みますと、新型コロナウイルス感染症は1月以降、感染力が極めて高

いオミクロン株への置き換えりが急速に進んだこともあり、北海道においても「まん延防止等重点措置」が適用されました。しかし、3月下旬には全国的に措置が解除され、コロナ禍においても、新しい生活スタイルにより、これまで中止していた市内のイベントや祭りが3年ぶりに復活するなど、多くの人々による賑わいが見られました。催し会場では、たくさんの方々の笑顔と喜びがあふれ、人と人とのつながりの大切さを改めて感じたところです。

感染症対策については、市の保健師や事務職員を動員し、保健所業務の支援に努めるとともに、市内の民間施設を会場に集団接種を行い、市民が円滑にワクチン接種を受けられる体制を構築するなど、拡大防止に向けた取組も同時に行ってきました。この間、市民病院においても新型コロナウイルス感染症に対応した診療体制を確保するとともに、地域の基幹病院として2次救急医療などの診療を止めることなく、医療提供体制の確保に全力で臨んでまいりました。

また、市内経済の回復に向けては、事業継続支援を目的とした市内事業者に対する給付金や、全市民を対象とした「市民応援商品券」の配布、令和3年度より実施している宿泊助成事業「ちとせ割」

令和5（2023）年の一年一字「創」

【ソウ・つく-る・はじ-める】

ウィズコロナ・アフターコロナ時代に、「世界で千歳にしかない新しい魅力を創り、選ばれるまちをめざす」という思いと、「住んでみたい・住み続けたい、おすすめしたくなるまちの未来をみんなで想像し、創りだす1年にしたい」という思いを込めています。



「ちとせ飲食クーポン券」を切れ目なく実施するなど、継続して市内経済の下支えに努めてきました。

また、明るい話題として、小学校の新設としては25年ぶり、市内18校目となる「みどり台小学校」を4月1日に開校しました。このことは、千歳が若々しいま

ちという表れであり、本市が持つ可能性や発展性を大きく感じております。

隣接地には「みどり台児童館」と2つの学童クラブを開設し、「子育てするなら千歳市」のキャッチフレーズのもと、地域における子育て環境の整備が整ったものと考えています。

新千歳空港については、国内線、国際線ともに完全な回復には時間を要するものと考えておりますが、国内線はコロナ禍前の令和元年比で約9割まで回復したほか、国際線は7月にソウル線が2年4か月ぶりに再開し、12月現在の国際定期路線は7路線が就航するなど、航空需要回復に向けた明るい兆しが見えてきております。また、新千歳空港の活況回復を目的として、空港内商業施設で利用できる商品券の発行や航空賃の助成、空港ターミナル内における千歳の特産品を紹介するイベントの開催など、複数の「空港応援キャンペーン」を実施し、新千歳空港の利用を促進することで地域経済の活性化を図りました。

空港の歴史とともに成長を続けてきた本市におきまして、人口や雇用、経済など本市の発展に大きく寄与してきた新千歳空港の一日も早い回復を切に望むものであります。

令和8年には、本市の発展の原点とも言える新千歳空港が100年の大きな節目を迎えますことから、この節目となる

年を、市民の皆様とともに盛大にお祝いし、先人の偉業を称え、慶びを分かち合いたいと考えております。

企業誘致については、平成15年度から立地した企業は、累計で128社となり、令和3年度までの誘致企業による経済波及効果は、1兆1,003億円を超え、誘発された新規雇用者数は、3,750人となりました。立地いただいた企業の皆様には、雇用の創出と、高い生産力や技術力などを通じ、本市の価値や知名度を高めていただいておりますことに改めてお礼申し上げますとともに、私自身も皆様に支えられながら、市長として「企業のまち」としての成果を挙げる事ができたと考えております。

私ははじめて市長に就任した平成15年4月の本市の人口は89,000人でしたが、令和2年7月には98,000人を記録しました。

これまでの順調な人口の増加につきましては、企業誘致、自衛隊体制維持に向けた要望活動、様々な子育て施策、千歳科学技術大学の公立化、勇舞中学校やみどり台小学校の新設のほか、これまで取り組んできました、まちの魅力を高める施策の成果であると考えています。

現在、世界的には「新型コロナウイルス感染症への対応」や「地球温暖化への対策」など、数多くの課題がある一方、感染症や物価高をはじめとする影響や、

グリーントランスフォーメーションやDXの推進、働き方改革などが進むことによつて、今後は市民のライフスタイルや企業活動も大きく変わる時代になると考えております。

このため、これからの市政運営は、世界の動きと人々や社会の変容に柔軟に対応しながら、本市が進むべき方向をよく見極め、新たな時代を築いていくことが求められるものと考えています。

私は、これまで、一年間の目標を漢字一字に込め、「一年一字」として、新たな年への想いを表わしてきました。

新型コロナウイルス感染症の収束は、現時点において見えておりませんが、新たな時代に向け、世界で千歳にしかない新たな魅力を「創（つく）り、選ばれらるまちとなることを願って、今年の一字は「創（そう）」「創る」としました。

今年、コロナと共存しながら新たな時代を皆様と一緒に創りだしていきたいと考えています。

今後、千歳市が、第7期総合計画の将来都市像の実現に向けた取組を進め、将来にわたつて発展を継続し、市民の皆様「住んでよかった」「住み続けたい」と感じていただくまちとなることを切に願ってやまないものであります。

本年も引き続き、皆様の一層のご支援をお願い申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

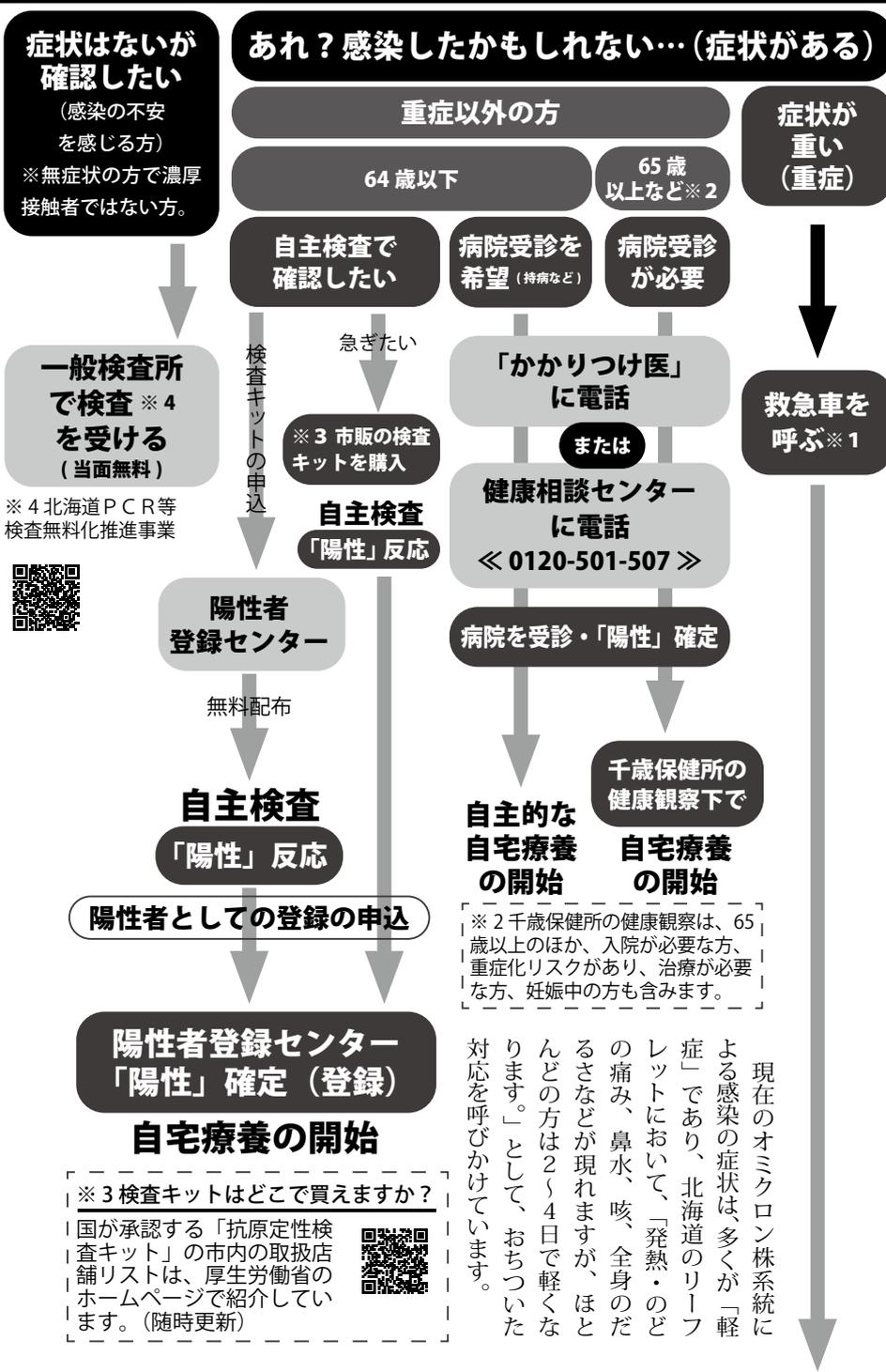
いま、みんなに知ってほしいコロナ情報

陽性者登録 センター ご存知ですか？

発熱外来のひっ迫を避けるため、北海道は昨年9月に「陽性者登録センター」を開設しました。
特に64歳以下の方に症状が出たとき、病院に行かずに支援を受けながら自宅療養に臨むうえでの感染（陽性）者の登録機関です。

新型コロナウイルス感染症の感染者が国内ではじめて発生して以来、3回目の1月を迎えました。これまでの感染は、1月中旬以降に拡大局面に転じてきましたが、今年10月以降の感染拡大が収束しないまま時期を迎え、さらなる拡大が心配されます。今改めて、北海道の対策を認識し、冷静に対応するための予備知識を深めましょう。

現在のオミクロン株系統による感染の症状は、多くが「軽症」であり、北海道のリーフレットにおいて、「発熱・のどの痛み、鼻水、咳、全身ののだるさなどが現れますが、ほとんどの方は2〜4日で軽くなります。」として、おちついた対応を呼びかけています。



※4 北海道PCR等検査無料化推進事業



※3 検査キットはどこで買えますか？
国が承認する「抗原定性検査キット」の市内の取扱店舗リストは、厚生労働省のホームページで紹介しています。(随時更新)



※1 こんなときは、救急車(119)を！

意識がおかしい

- ぼんやりしている(反応が弱い)
- もうろうとしている(返事がない)

表情や見た目がおかしい

- 顔色が明らかに悪い
- 唇が紫色になっている
- いつもと違う、様子がおかしい

子どもは特に注意

- 生後3か月未満児で38℃以上の発熱がある
- 短時間に複数回のけいれん、5分以上続くけいれん

(子どもの救急について)



息が苦しい

- 急に息苦しくなった
- 生活をしていて少し動くだけでも息苦しい
- 息が荒くなった、肩で息をしている
- 横になれない・座らないと息ができない
- 長く続く胸の痛みがある



自宅療養中に救急車を呼ぶとき

※救急要請の際は、新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となり、自宅療養中である旨を救急隊員へ伝えてください。

ワクチン接種を希望される方はお早めに

新型コロナワクチンの接種期間は、令和5年3月31日までとなっています。接種希望者の減少にともない、2月以降は接種できる会場や日時が限られる可能性がありますので、新型コロナワクチンの接種を希望される方は早めに予約してください。なお、千歳アウトレットモール・レラで行っている集団接種は、1月29日（日）で終了します。

ワクチン接種コールセンター

- 予約電話 0120-707-566
- 相談電話 0120-707-588



通話料無料
月～土（祝日除く）
9時～18時

「北海道コロナチャットボット」

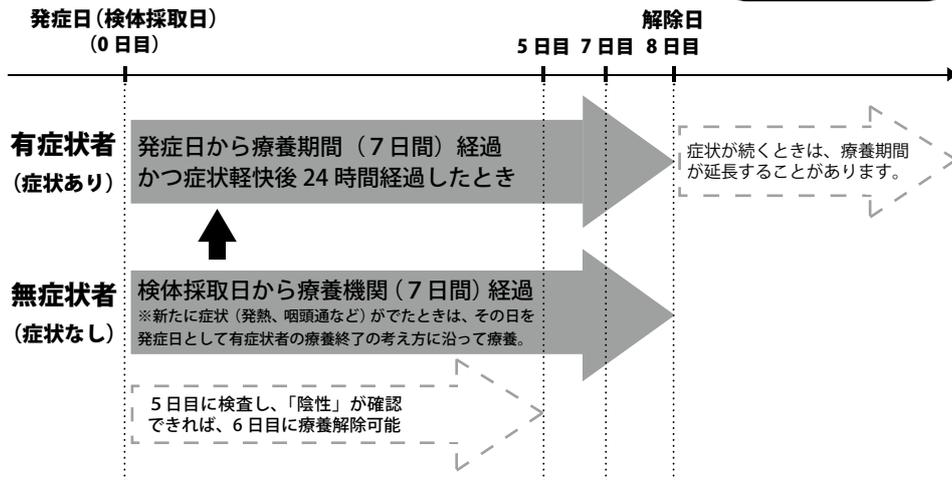


北海道の新型コロナウイルス感染症に関するさまざまな情報をお伝えしています。パソコン・スマートフォンから簡単にご利用できます。



新型コロナウイルスは、発症日から7～10日程度経過すると、感染性が極めて低くなるという特徴があります。

療養期間の考え方



※有症状者は10日間、無症状者は7日間経過するまでは感染リスクが残存することから、ご自身の健康状態の確認やハイリスク者との接触を控えるなど感染予防対策を徹底してください。

自宅療養中の過ごし方 (北海道のリーフレットから抜粋)

- 1 体調の悪化、急変時、自宅療養中の健康相談**
● 陽性者健康サポートセンター
0120・303・111
(24時間対応)に電話して支援を受けます。
- 2 健康観察**
1日2回の体温測定を行い、自分で健康管理を行います。
- 3 環境衛生**
こまめに手洗い、定期的に部屋の換気をする。同居者がいるときは、タオル、食器など、身の回りのものは共用しない。トイレ・風呂などを共用するときは、清掃と換気を十分に行い、患者の入浴は最後にする。ドアノブなどは、都度、消毒することが望ましいです。
- 4 外出など**
症状軽快から24時間経過するまでは、原則、外出は自粛すること。無症状のときは、食料品の買い出しなど必要最小限の外出は可能ですが、移動時は公共交通機関の使用はしないこと、人と接する際は必ずマスクを着用し短時間とすることを徹底してください。
- 5 食事など**
差し入れなどは、非対面で行うこと、宅配サービスは使い捨て食器のサービスを選ぶこと。
飲酒・喫煙は、厳禁です。(健康状態の正確な把握が困難となり、症状も悪化します。)
- 6 ごみの取扱い**
ごみは、袋に入れ、厳重に密閉してまとめ、廃棄する。ごみ出しの際は、マスク・手袋を身に付け、人との接触を避けてください。

事業主は要チェック

感染拡大期には、「感染していないことの証明書」を求める方で、全国の医療機関が混雑しました

職場復帰・登校再開に陰性確認は「必要ありません」

新型コロナウイルス感染症と診断され、療養を終了した方は、勤務や登校を再開するにあたり、職場や学校へ証明などを提出する必要はありません。

提出不要

療養証明書：入院または宿泊・自宅などで療養していたことを証明するもの
陰性証明：PCR検査などの結果が陰性であったことを証明するもの

【療養終了直後に検査をしてしまうと、感染性(人にうつす力)がないにも関わらず、死んだウイルスの断片を検出してしまい、「陽性」となることがあります。】

※感染者の家族(濃厚接触者)で、待機期間を終了した方についても、勤務や登校を再開するにあたり、陰性を証明する必要はありません。



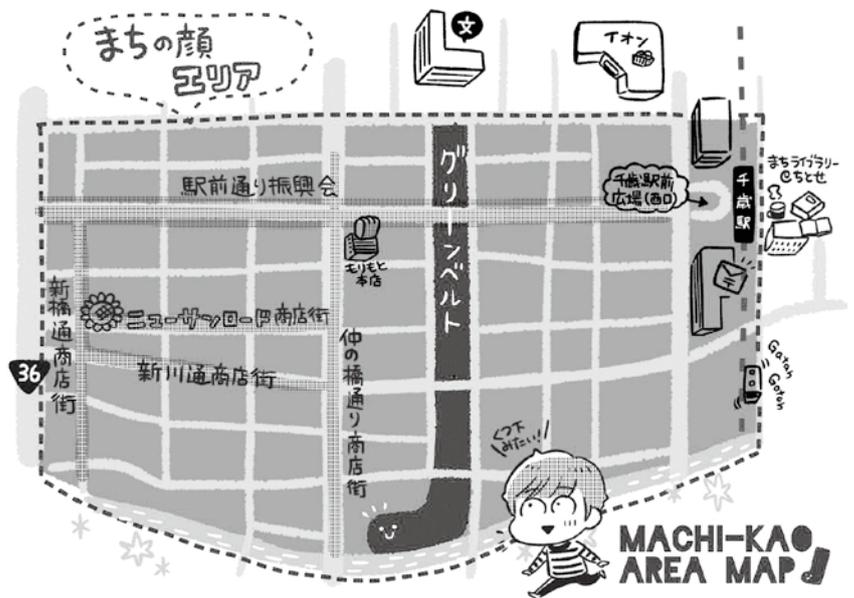
パブリックコメント意見募集 ちとせ未来ビジョン(素案)



複数の商店街やかつてエスプラザビルにあったちとせデパートなどで賑わった中心部は、多くの人が行き交う《まちの顔》と言われていましたが、この場所を訪れる人は年々少なくなり、日常的な活気は見えにくくなりました。このエリアには個性的な人が集まっているほか、さまざまな空間資源、新千歳空港からの良好なアクセスにより発展したホテルや飲食などの商圈があります。この《まちの顔エリア》の将来像やその実現に向けた《ちとせ未来ビジョン》について市民の皆さんに意見を募集し、よりよいまちづくりをめざします。

【ちとせ未来ビジョンの概要】

ちとせ未来ビジョンは、《まちの顔エリア》のめざす将来像とその将来像に向かって取り組む方向性を描いたものです。具体的な事業まで示すものではありませんが、官民連携によりエリアのまちづくりを進めるための参考とするものです。ちとせ未来ビジョンの中では、エリアプラットフォームでの議論や実証実験などで浮かび上がった課題を踏まえ、エリアの将来像をイラストで描き、具体的なイメージを5つに整理した上で、短期・中期・長期の段階ごとの取組を掲げ、取組を進めるための仕組みや心がけをまとめています。



《ちとせ未来ビジョン》を検討しているちとせエリアプラットフォームメンバー

- 千歳商工会議所
- 一般社団法人 千歳青年会議所
- 千歳市商店街振興組合連合会
- 公立千歳科学技術大学 (地域連携センター)
- 公立千歳科学技術大学 (学生)
- 一般社団法人 千歳観光連盟
- えきまち空間ワークショップ
- おしごと部ちとせ

- 千歳高等学校3年3組国際教養科
- 北海道エアポート株式会社
- まちライブラリー@ちとせ
- チトセコ・CLEANGO
- イロイロリビング
- 千歳音楽協会
- 千歳ソラのまちづくり委員会
- 千歳市

ちとせ未来ビジョンで描く将来像

～ たくさんのヒト・モノ・コトが集まり、楽しく過ごせるまちのリビング ～



誰でも
まちづくりに参画し、
絆を育んでいくエリア
【人づくり】

グリーンベルトや千歳川
などの資源を活用して、
楽しみと出会うエリア
【空間資源の活用】

交流とコミュニケーションの
拠点となり、
経済の活性化につなげるエリア
【日常的な賑わい】

歩いて楽しい
回遊したくなるエリア
【ウォーカブルな
まちなか】

情報を通じて
多様な人とまちが
つながるエリア
【効果的な情報発信】

エリアの具体的なイメージ	取組の方向性
<p>【人づくり】 率先してまちのために活動していくシビックプライドを持った“人たち”は、まちづくりの大きな資源となります。「互酬性」や「信頼性」を大切にコミュニケーションにより、「絆」を育みながら、連携し持続的なまちづくりが行われるエリアをめざします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●シビックプライドの醸成 (例) ロゴの作成やキャンペーンの実施 ●人材の発掘、確保、育成とその仕組みづくり (例) エリアマネジメント組織の設立
<p>【空間資源の活用】 エリアには、グリーンベルトなどの「公共空間」や、「民間不動産」など、様々な空間資源があります。これらの空間資源を柔軟に活用し、地域と時代のニーズに対応したコンテンツを創出することで、市民や来訪者の滞在や滞留を促し、様々な「楽しみ」を呼び起こすエリアをめざします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●日常使いを高めるコンテンツの充実 (例) グリーンベルトなどでのピクニックの推奨 ●連携した催し、取組の推進 (例) 既存イベントとのコラボ開催 ●遊休不動産の活用 (例) 空き地の活用や空き店舗のリノベーション
<p>【日常的な賑わい】 現在このエリアには日常的な集客力やエリアの価値を高めるような機能が不足しています。これらの機能を備えた「人の活動が見える拠点」をつくることで民間投資が誘発され、エリアの価値が高まり、さらなる民間投資の循環をつくる、そのような日常的な賑わいがある経済の中心となるエリアをめざします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●多機能化 (例) まちなか居住の推進、オフィスの誘致など ●観光客や若い世代が交流できる場づくり (例) エリア内での滞留拠点の整備 ●居心地の良い空間、日常的な活動の場づくり (例) 交流スペースの整備
<p>【ウォーカブルなまちなか】 都市空間を、従来の“車中心”から“人中心”のウォーカブルな空間に転換していくことは、人々が安全・快適に滞在できる空間の確保にとどまらず、近隣商業の売上や地価の上昇など、多面的な効果を生み出します。快適な歩行空間の創出により、様々な面でエリアの活性化につながるウォーカブルなエリアをめざします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●デザイン性高く統一感のある景観づくり (例) 1階部分のガラス張り化 ●歩行者ネットワークの充実 (例) 歩行者空間の拡大
<p>【効果的な情報発信】 戦略的かつ効果的な情報発信は、エリアの魅力を周囲に広めてくれるファンの増加にもつながり、持続可能なまちづくりに不可欠です。ターゲットを明確に、質の高い情報を継続発信することで、多様な人とまちがつながるエリアをめざします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●情報発信の工夫 (例) 媒体、対象、連携を意識した周知

【募集期間】 1月17日(火)から2月16日(木)まで

【公表場所】 市役所(本庁舎1階市政情報コーナー)、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、市のホームページ

【提出方法】 各公表場所または市ホームページで入手した意見書(市指定用紙)に意見を記載し、次のいずれかの方法でご提出ください。

- ① 素案公表場所にある意見箱に投函 / ② 郵送：〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市産業振興部商業労働課 / ③ FAX：(22) 8851 / ④ メール：shogyorodo@city.chitose.lg.jp

素案、意見書は
こちらから



各種給付金の申請はお済みですか？

申請期限が近づいていますので、お早めに手続きしてください

価格高騰緊急支援給付金

住民税非課税世帯などに対して給付金を支給しています。

- ・住民税非課税世帯
- ・家計急変世帯

1世帯あたり
5万円を給付

さらに
+

住民税非課税世帯のうち

- ・高齢者（65歳以上）のいる世帯
- ・障害者手帳をお持ちの方がいる世帯

※ただし、子育て世帯生活支援特別給付金（下記）の該当世帯は対象になりません。

「高齢者世帯等生活支援給付金」として、
1世帯あたり1万2千円を追加給付

返送・申請期限

1/31(火)

詳細・申請書のダウンロードはこちら



対象世帯

①令和4年度住民税非課税世帯

基準日（令和4年9月30日）において、世帯全員の令和4年度住民税が非課税である世帯
※ただし、住民税が課税されている方の扶養親族のみで構成される世帯は対象になりません。

②家計急変世帯

予期せず家計が急変したことにより減収し、令和4年1月から12月までの任意の1か月の収入額を12倍した額が住民税非課税相当となる世帯

例：単身世帯／97万円以下
世帯主と扶養親族1人／148万円以下

※家計急変世帯は、「高齢者世帯等生活支援給付金」の対象になりません。

支給要件確認書か

送られてきた

必要事項を記入のうえ返送してください。

送られていない

- ・令和4年1月2日以降の転入者を含む世帯
- ・令和3年中の所得未申告の方がいる世帯
- ・離婚・死亡などにより変更があった世帯など

申請が必要

【担当・郵送先】〒066-8686 東雲町2丁目34
保健福祉部主幹（非課税世帯等給付金担当）
☎(24)0523 FAX(27)3743 第2庁舎2階8

【詳細】住民税非課税世帯等給付金コールセンター

☎0120(010)300（通話料無料）
8時45分～17時15分（土、日、祝日を除く）

子育て世帯生活支援特別給付金

低所得の子育て世帯に対し、児童1人あたり6万円を支給しています。

申請が必要な方

▼ひとり親世帯

- ・公的年金などを受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当を受給していない方
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準になった方

▼その他世帯（ひとり親以外の子育て世帯）

- ・令和4年度住民税が非課税の方のうち、千歳市から児童手当や特別児童扶養手当を受給していない方（公務員の方や主に高校生の年齢の児童のみを養育している方）
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が住民税非課税の方と同じ水準になった方

※ひとり親世帯とひとり親以外の世帯で、申請様式などが異なります。
詳しくは、二次元コードまたは市ホームページをご覧ください。

申請期限

2/28(火)

ひとり親世帯



ひとり親以外の世帯



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29日～1月3日は、市役所の代表
☎(24)3131におかけください。

【担当】〒066-8686 東雲町2丁目34
こども家庭課 こども家庭係
☎(24)0113 FAX(23)6700 第2庁舎1階3



健康づくり計画アンケート調査にご協力ください

健康づくり課 ☎(24)07668
健康企画係 ☎(24)84118
保健センター

冬期間の水道凍結にご注意

水道局水道整備課 ☎(24)3254
水道維持係 ☎(22)8810
水道局1階

シルバーおでかけパスをご利用ください

交通政策課 ☎(24)08997
交通政策係 ☎(22)88554
本庁舎4階42

国民健康保険の医療費のお知らせ(医療費通知)

国保医療課 ☎(24)02774
国保給付係 ☎(23)67000
第2庁舎1階2

臨床心理士による子育てカウンセリング

こども家庭課 ☎(24)09335
児童相談係 ☎(23)67000
第2庁舎1階3

令和5年度健康づくり計画策定の参考資料とするため、1月中旬から2月上旬にかけて、郵送により市民の健康に関するアンケート調査を実施します。ご協力をお願いします。

【凍結予防】

- ▼部屋が暖かくても床下が冷えると凍ります。
- ▼床下の換気口を閉め、冷たい風が入るのを防ぐようにしましょう。
- ▼数日間でも留守にするときは、水抜きをしましょう。

【対象】 市内に居住する75歳以上の方

※令和5年3月31日までに75歳になる方も対象です。

【申請に必要なもの】 ①顔写真(カラー、4.5cm×3.5cm)、②本人確認書類(健康保険証など)

市は、年6回、2か月分の医療費などの総額を支払った医療費の額を掲載した《医療費のお知らせ》を世帯主に送付しています。《医療費のお知らせ》は、医療機関などで診療を受けた医療費などをお知らせするとともに、健康に対する意識を深めていただくためにお送りしています。

【とき・ところ】 《げんきっこセンター》2月10日、3月3日/《ちとせっこセンター》2月24日、3月17日

【対象】 市内に居住する18歳未満の子の保護者

【定員】 各日5人

【託児】 申込時に予約

【申込】 相談日の前日まで(平日9時~17時)

【調査方法】 市内に居住する20歳以上の方のうち2千人を無作為に抽出して、調査票を郵送します。回答は返信用封筒で返送願います。(料金はかかりません)

※市役所をかたる電話アンケートが発生しています。このアンケートに関して、市が、訪問や電話による聞き取りをすることはありませんので、ご注意ください。

【水抜き操作確認】

- ▼水抜きレバーを「止」の方向に回してから蛇口をあけて水抜きをしましょう。
- ▼水抜き操作をしても水の落ちが悪いとき、水抜きから水が漏れる音が聞こえるときは、修理を依頼してください。

【凍結させてしまったら】

- ▼解氷などは《指定給水装置工事事業者》に依頼してください。(市民カレンダー12月号号外「水道凍結注意」または水道局のホームページをご覧ください。)

【利用できるバス会社】 中央バス、千歳相互観光バス、道南バス、あつまバス

※中央バス「千歳線」(千歳駅前~札幌間)は利用不可。あつまバスは千歳駅~新千歳空港間のみ利用可。

《医療費のお知らせ》は、確定申告における医療費控除の添付書類として使用できます。

11・12月診療分の医療費通知は、3月中旬に発送するため、確定申告に間に合わない可能性があります。その場合は、医療機関などからの領収書にもとづいて《医療費控除の明細書》を作成し、申告の手続を行ってください。

なお、高額療養費や公費などの給付を受け、実際に支払った金額が記載されている《支払った医療費の額》と異なる場合は、金額を修正して申告する必要があります。《医療費通知》の再発行はできませんので、無くさないよう保管してください。確定申告について、ご不明な点は税務署へお問い合わせください。

《令和5年度からの指定管理者が決定》

令和5年4月から次の施設の管理運営を行う指定管理者が決定しました。管理運営内容などの詳細については、施設所管課へお問い合わせください。

施設	指定管理者	施設所管課(問い合わせ先)
サーモンパーク(道の駅サーモンパーク)	株式会社TTC	観光スポーツ部観光課 ☎(24)0377
在宅福祉総合センターおよび祝梅在宅福祉センター	社会福祉法人千歳市社会福祉協議会	保健福祉部高齢者支援課 ☎(24)0295

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



〔2月・市営住宅入居者募集告知〕 広報ちとせ2月号 《市営住宅窓口センター》 ☎0800(800)1945・FAX(40)8400 《の入り口掲示板がホームページ》2月1日以降をご覧ください。〔市営住宅課〕

いいお産の日 in ちとせ「子育て川柳」 最優秀賞が決定しました！

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

受賞作品掲示

子育て川柳の受賞作品を掲示します。ぜひご来場ください。
【掲示場所】イオン千歳店1階
フードコート横
【掲示期間】1月16日～30日

子育て川柳3部門（ママ部門、パパ部門、じいじ・ばあば・その他部門）、全「425作品」の中から一次選考、二次選考を経て最優秀賞が決定しました（このほか優秀賞・特別賞・入賞）。たくさんのご応募、ご投票ありがとうございました。



ママ部門

- 最優秀賞** 川の字の 真ん中私の 宝ものはるうらら
- 優秀賞** 子の歌う 歌を職場で 口ずさむさーママ
- 特別賞** 育休明(あけ) あたり前の 2刀流つぐくんママ
- 入賞** 風邪リレー こども回復 ママ、アソカー(悪化)ホップ
- 入賞** 入院中 我が子の手紙に 涙するはる、ひな、かあちゃん♪

パパ部門

- 最優秀賞** 手伝うよ 言葉改め オレやるよ7人のこびと
- 優秀賞** 寝返りで 難易度100倍 おむつ替えあーたんパパ
- 特別賞** 子と遊ぶ 1番はしゃぐ 父がいるいわきのこ
- 入賞** パパになる 小さいころから 夢だったジョー
- 入賞** はいどーじよ 至福の美味しさ 生ビールじゅんばば

じいじ・ばあば・その他部門

- 最優秀賞** このご時世 初めて会う孫 歩いてるフルーツおじさん
- 優秀賞** 手を引いて 歩いた孫に 手を引かれ千歳の青ちゃん
- 特別賞** うれし泣き 孫からもらった お年玉元氣ばあちゃん
- 入賞** アレアレで 通じる孫が いる自慢しらがせんぼん
- 入賞** 細かい字 つくりばなしで よみきかせおみわばあちゃん

受賞者の方への景品の発送は、1月下旬～2月中旬を予定しています。

※引換券がお手元にならない方は空港政策課までご連絡ください。

令和4年6月に、新千歳空港限定で利用できる商品券の引換券を全世帯へ送付しています。(送付対象：令和4年5月1日時点の千歳市民)ぜひ期間内にご利用ください。
【引換・利用期限】1月31日(火)まで

新千歳空港応援商品券
をご利用ください
空港政策課 ☎(24)0467
空港調整係 FAX(22)8852
本庁舎 2階 23

【持ち物】本人確認書類(次の中から2点・運転免許証、障害者手帳、健康保険証、年金手帳、診察券など)
※お持ちの方は、通知カード。※完成したマイナンバーカードは後日郵送します。手続の際に《本人確認書類》を持参されなかった方は、後日市役所での受け取りとなります。

顔写真の撮影を行うなど、マイナンバーカードの作成をお手伝いします。(無料、事前予約制)ご希望の方は、お問い合わせください。
【とき】1月28日(土)10時～16時
【ところ】ちとせモール1階セントアー広場

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

出。

【縦覧場所】千歳市まちづくり推進課(本庁舎4階)
【意見書提出方法】必要事項を記入し、持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかで提出。

http://www.pref.hokkaido.lg.jp/krn/ky/1
▼市が決定する都市計画の変更(案)

【縦覧場所】北海道建設部まちづくり局都市計画課(道庁10階)／千歳市まちづくり推進課(本庁舎4階)
【意見書提出方法】縦覧期間中に北海道のホームページに掲載されます。

同日必着。
▼北海道が決定する都市計画の変更(案)
【種類】都市計画区域区分／都市計画道路

都市計画の変更(案)について、縦覧と意見書の提出ができます。
【縦覧および意見書受付期間】1月20日(金)まで(平日8時45分～17時15分)
※意見書を郵送するときは、

【詳細】北海道管区行政評価局 ☎011(709)2311
内線3124

【移転日】令和5年1月4日(水)
【相談内容】行政一般相談／毎日(年末年始を除く)10時30分～18時、法律相談／毎月第1(木)(祝の場合は別日)13時～16時(当日10時30分から)
※により予約受付、先着6人、その他の相談／平日日替わり10時30分～16時
※相談無料・秘密厳守。

【移転先】丸井今井札幌本店1条館9階(札幌市中央区南1西2) ☎011(241)2340

札幌総合行政相談所
移転のお知らせ
広報広聴課 ☎(24)0108
広聴係 FAX(22)8851
本庁舎 1階 17



【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

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10

いじめや不登校など、心の悩みをご相談ください。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。

【対象】児童・生徒、保護者など

【とき】1月10、17日、2月2、13日、3月2、14日（9時～16時）

【ところ】市役所第2庁舎2階相談室6

【申込】前日までの予約制



制度

軽自動車に関する手続き
が変わります

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

令和5年1月から、軽自動車保有関係手続のワンストップサービス（軽OSS）、軽自動車税納付確認システム（軽JNKS）が開始します。

▼軽自動車ワンストップサービス（軽OSS）について

・軽自動車の新車購入時に限り、車両保有関係の手続き（検査申請や税・手数料の納付など）をインターネットで行うことができます。

・四輪および三輪の軽自動車
が対象です（原付、バイク、小型特殊自動車は対象外）。

▼軽自動車税納付確認システム（軽JNKS）について

・軽自動車税の納付情報を軽自動車検査協会がオンラインで確認できるようにするため、継続検査（車検）窓口で「納税証明書」の提示が原則不要になります。

・四輪および三輪の軽自動車
が対象です（二輪のバイクは引き続き納税証明書が必要）。

公募

・軽JNKSで納付確認ができず、納税証明書が必要になる場合があります（納付直後、中古車の購入直後、他市町村への転出直後、過去の未納がある場合など）。

令和5年度学校施設開放
（体育館）利用希望調査
スポーツ振興課 電話(24)0855
スポーツ施設係 FAX(22)8851
本庁舎1階13

学校施設開放（体育館）の利用希望調査を行います。

【提出書類】学校施設開放（体育館）利用希望調査票、学校開放利用同意書、学校施設開放利用団体申込票

【提出方法】1月25日（水）までに持参、郵送、FAX、メールで提出

【提出先】〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市 観光スポーツ部
スポーツ振興課 スポーツ施設係
Eメール：sportshinko@city.chitose.lg.jp

市民協働推進会議の
委員を募集します

政策推進課 電話(24)0452
市民協働推進係 FAX(22)8852
本庁舎2階25

【活動内容】協働事業などの審査、市民協働の取り組みの進捗状況の検討、市民協働の推進に向けた活動

【対象】市内に居住または通勤・通学している18歳以上75歳未満の方／市民協働の推進に関心と熱意があり、会議に継続して出席できる方（報酬なし）

【募集人員】5人
【任期】令和5年4月～令和7年3月

※会議は、平日の夜間（約1時間）に年間10回程度を予定。
【申込方法】1月31日（火）までに応募用紙を持参（選考あり）
※応募用紙は、政策推進課、市ホームページから入手可。



市立認可外保育所の
入所児童を募集します

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

【保育所】支笏湖保育所

※東千歳保育所、駒里保育所は令和5年度は休止します。

【対象】支笏湖地域に居住または通勤し、次のいずれかの要件を満たす家庭の子（4月1日現在でおおむね2歳から就学前）

▼共働きの家庭 ▼父母が長期入院中などの家庭 ▼そのほかやむを得ない理由により、保育を必要とする家庭

【保育期間】4月～12月（8時～17時）

【申込方法】教育・保育給付認定申請書、保育所入所申込書、同意書、扶養親族申告書、就労証明書（自営業の方は自営業証明書）、令和4年分の源泉徴収票または確定申告書（控）、母子健康手帳、通帳またはキャッシュカードと届出印を持参

※入所理由によって証明書類などの添付が必要となります。
※申込後に確定申告した方は、再度、確定申告書の控えを提出。

【申込期間】2月1日～10日

つくろつよ 国と笑顔を

税金で

令和4年度「税に関する標語」最優秀賞 富丘中1年

ふじいひろな 藤井裕菜さん

納税課 電話(24)0169 FAX(23)6700

ちとせ子育て特典カード
協賛店を募集しています

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

市は、子育て中や妊娠中の方がいる家庭に対して、商品割引、無料サービス、ポイント進呈、優遇などの特典サービスを提供していただける市内の商店、施設などの協賛店（事業所）を随時募集しています。サービスの内容は自由に設定することが可能です。登録は無料で、協賛店には協賛店証を交付します。



【協賛店のメリット】▼子育て家庭にやさしい店舗としてのイメージアップ▼市ホームページや公式LINEでお店紹介
【申込】二次元コードで申し込み



公用封筒の
広告掲載事業者を募集

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

公用封筒	長形3号封筒 (縦 12 cm×横 23.5 cm)	角形2号封筒 (縦 24 cm×横 33.2 cm)
募集枠数	3枠 (申込順)	3枠 (申込順)
掲載枠サイズ (1枠)	縦4 cm×横9 cm	縦7 cm×横20 cm
掲載料金 (1枠、税込)	3万円	5万円
封筒使用予定枚数	17万枚	7万枚

※広告作成に要する経費（電子データの作成を含む）は、広告主の負担となります。

【対象】市内に事業所などがある事業者で、市の広告掲載基準を満たすこと
【封筒使用期間】令和5年5月中旬から令和6年3月31日までの期間のうち、残部がなくなるまで
【申込期間】1月10日～2月10日
【申込】所定の申込書に広告案を添付して提出
※詳細は、市ホームページに掲載しています。



市民協働フォーラム

政策推進課 ☎(24)0452
市民協働推進係 FAX(22)8852
本庁舎 2階25

子ども大人もみつけよう！
私の推しイベント

協働事業や助成事業で実施したイベント内容を市民活動団体などがプレゼンを行い、市民の皆様が審査・投票していただきます。また、小学生を対象とした子ども部門の投票のほかミニ職業体験コーナーもあるので、ぜひ親子連れでご参加ください。

【対象】市内居住・在勤の親子（小学生）、市民協働の取り組みに興味のある方
【とき】2月11日(土)／13時30分～16時
【ところ】北ガス文化ホール4階大会議室、小会議室1・2、展示ホール
【参加料】無料
【定員】大人50人、小学生25人（抽選）
※子どものみの申し込みは不可。
【申込】1月29日(日)まで／二次元コードで申し込み



埋蔵文化財センターからのお知らせ

▼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します。
【対象】小学生以上の方(対象年齢未満でも保護者同伴で可、大人のみでも可) 【とき】2月12日(日)／13時～15時
【ところ】埋蔵文化財センター 【料金】無料 【定員】12人(抽選)
【申込】1月23日～2月3日／☎で申し込み
※抽選結果は当選者のみに2月3日(金)以降電話でご連絡します。
【持ち物】マスク、タオル、飲み物、汚れても良い服装

▼キウス周堤墓群ボランティアガイド研修会

キウス周堤墓群の価値や魅力を知ることテーマに研修会を開催します。ガイド以外の一般の方も参加可能です。
講師 越田賢一郎氏(札幌国際大学縄文世界遺産研究室 室長)
【とき】2月5日(日)／13時30分～15時
【ところ】北ガス文化ホール4階大会議室
【料金】無料 【申込】不要

【詳細・申込】埋蔵文化財センター

☎(24)4210 ☎(21)9301 受付時間 平日9時～17時

市民教養セミナー

生涯学習課 ☎(24)0848
社会教育係 FAX(27)3743
第2庁舎 2階10

世界へ飛び立つ、世界で活躍！グローバル教育から学ぶ国際性／講師 伊藤博氏(千歳ユネスコ協会 会長、千歳国際・友好都市交流協会理事)、日本航空大学校北海道の学生の皆さん

【対象】市内居住・在勤の方優先
【とき】2月22日(水)／18時30分～20時

【ところ】①北ガス文化ホール4階大会議室、②オンライン(Zoom)受講 ※新型コロナウイルス感染症拡大の状況によりZoom受講のみへと切り替えることがあります。

【参加料】無料
【定員】①50人、②100人(申込順)
【申込】☎・FAX・メール(shogaigakushu@city.chitose.lg.jp)・二次元コードのいずれかで申し込み



千歳市任期付職員 採用候補者登録試験

【詳細・申込】 〒066-8686 東雲町2丁目34
千歳市 総務部 職員課 人事係
☎(24)0502 FAX(22)8854 本庁舎4階45

詳細

【試験日程】 2月17日(金)
【試験会場】 千歳市役所
【試験内容】 S P I 3 試験、作文試験、面接試験
【申 込】 1月31日(火)まで/申込書類を提出。
※詳細は、市ホームページ掲載の千歳市
職員採用試験案内を確認。



職種(勤務地)/ 採用予定人数	任期	受験資格
療育指導員/1人	令和5年4月1日 ~令和6年4月30日	次のいずれかに該当する方 ①学校教育法による大学(短期大学を除く)または大学院で、教育学、発達心理学、児童心理学のいずれかを専修する学科、課程を修めて卒業した方 ②特別支援学校教諭、幼稚園教諭、保育士のいずれかの資格を有する方 ③臨床心理士、臨床発達心理士または公認心理師の任用資格を有する方

※任期付職員とは、産前・産後休暇などを取得する職員の代替として、任期を定めて採用する職員です。
※職員の産前・産後休暇および育児休業取得期間に変更があったときは、任期を変更することがあります。

会計年度任用職員 募集

《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。

□ 令和5年3月からの任用

職種/人数 勤務内容	勤務場所	勤務時間	報 酬	詳細・申込先
		資 格	任用期間	
保健師B/若干名 乳幼児健診の保健指導、育児相談業務など	総合保健センター	平日8時45分から17時15分までの間で指定する時間(月6~8日)	時給 1,158円	〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市 保健福祉部 母子保健課 母子保健係 ☎(24)0771 FAX(24)8418 【応募方法】 申込書(市指定用紙)、資格免許証の写しを持参または郵送(申込書類は、母子保健課窓口か市ホームページで入手可) 【選考方法】 書類審査、面接 【申込期限】 1月31日(火)(郵送のときは簡易書留で同日必着)
		保健師の資格を有する方	令和5年3月1日~ 令和5年3月31日 (更新あり)	
管理栄養士A/1人 健康相談・健康教育などの栄養指導業務、食育・食生活改善推進支援業務、事務作業など	総合保健センター	平日8時45分から17時15分までの間で、週29時間勤務	月額 155,065円~ 165,393円	〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市 保健福祉部 健康づくり課 健康企画係 ☎(24)0768 FAX(24)8418 【応募方法】 申込書(市指定用紙)、資格免許証の写しを持参または郵送(申込書類は、健康づくり課窓口か市ホームページで入手可) 【選考方法】 書類審査、面接 【申込期限】 1月31日(火)(郵送のときは簡易書留で同日必着)
		・管理栄養士の資格を有する方 ・普通自動車運転免許を有する方 ・パソコンの基本操作が可能なる方	令和5年3月1日~ 令和5年3月31日 (更新あり)	

□ 令和5年4月からの任用

勤務場所	募集職種	選考概要など
市役所本庁舎 市役所第2庁舎	事務補助員(※登録制)、消費生活相談員、収納推進員、生活支援員、介護給付適正化推進員、認定調査員、障害支援区分認定調査員、家庭児童相談員、雇用対策推進員、生涯学習推進アドバイザー	〒066-8686 東雲町2丁目34 千歳市 総務部 職員課 人事係 (本庁舎4階45) ☎(24)0502 FAX(22)8854 【応募方法】 申込書(市指定用紙)などの必要書類を募集担当課に郵送か持参(申込書類は申込先窓口か市ホームページから入手可) 【選考方法】 書類審査、面接など ※担当課から連絡します。 【申込期限】 1月31日(火) ※郵送は簡易書留郵便で同日必着。 詳細は市ホームページをご覧ください。
総合福祉センター 総合保健センター	施設管理員、保健師、管理栄養士、栄養士、歯科衛生士、看護師、助産師、療育支援専門員、巡回支援専門員、相談支援専門員	
休日夜間急病センター	看護師または准看護師	
認定こども園ひまわり	保育教諭または保育士、看護師	
市内小中学校 適応指導教室おあしす	外国人英語指導助手、学習支援員、児童および生徒ヘルパー、特別支援教育支援員、心の教室相談員、専門指導員	
学校給食センター	学校給食費収納推進員	
その他(市内各所)	交通安全教育指導員、保育指導員	



千歳市エコ商店
について

廃棄物対策課 資源循環推進係
☎(23)2110 ☎(23)2492

市は、ごみの発生抑制や地球環境に優しい再生品の販売等に積極的に取り組む小売店を《千歳市エコ商店》として認証しています。

また、エコ商店を市民の皆さまに紹介し、ごみ減量意識を高めることで、循環型社会の形成に貢献することをめざしています。

エコ商店の認証は、市で定める8項目の基準(包装の簡素化、再生品の販売、資源物の店頭回収など)のうち、3項目以上に該当する小売店を対象としており、市内97店舗を認証しています。

各店舗の取組状況は、市ホームページでご確認ください。

ホームページ

《千歳市エコ商店》
について



※エコ商店の認証を希望する小売店の方は、環境センターまでご連絡ください。

1
月の

このプラは
何に変身
出来るかな

もんだ みやび
門田 京批 さんの作品

- 【募集人員】 8人
- 【勤務内容】 学校体育館一般開放の管理業務(平日勤務・北進小中学校、みどり台小学校/土日勤務・千歳小学校、第二小学校、日の出小学校、北陽小学校、北進小中学校、みどり台小学校)
- 【勤務時間】 平日17時～21時(学校の休業日は9時～21時)、土日祝日9時～21時 ※右記時間のうち、数時間(施設利用状況により変動)
- 【報酬】 1勤務2300円 ※時間数により変動。 ※交通費、保険適用なし。
- 【任用期間】 令和5年4月1日～令和6年3月31日まで(再任用あり)
- 【申込方法】 1月31日(火)までに履歴書(市指定用紙、スポーツ振興課で配布)を提出

学校施設開放管理指導
員募集
スポーツ振興課 ☎(24)0855
スポーツ施設係 ☎(22)8851
本庁舎
1階13



【募集内容】 下表のとおり
【申込書類の提出先】 〒066-8550
北光2丁目1-1 市立千歳市
市民病院 事務局 総務課 総務係

市民病院の
職員募集
市民病院事務局 ☎(24)3000
総務課総務係 ☎(24)3005
内線 8233
市民病院
2階

職種/人数/勤務内容	採用予定日	給与・報酬など
試験概要	資格	
病院事業職員(一般事務職)/若干名 病院運営にかかる職務全般(市民病院以外の部署への人事異動はありません) (例) 総務、経理、財務、経営企画、医事業務(診療報酬請求事務等)、診療情報管理、医療情報システム管理など	令和5年4月1日	大学4卒者 185,200円～ 短大2卒者 167,100円～ ※採用前の経験などに応じて加算あり。
【試験方法】 性格適性検査・小論文・個別面接 【試験日程】 2月5日(日) 【会場】 市民病院 【申込】 1月30日(月)まで/申込書類を持参または簡易書留で郵送	▶昭和58年4月2日以降に生まれた方 ▶4年制大学を卒業し民間企業などの実務経験が3年以上ある方または下記の①から③までのいずれかの資格を有する方(卒業見込みの方を含む) ①四病院団体協議会および医療研修推進財団が付与する診療情報管理士の資格 ②日本医療情報学会が付与する医療情報技師の資格 ③日本医療保険事務協会が行う診療報酬請求事務能力認定試験(医科に限る) 認定証	
夜間専従看護師/1人 ① 16:30～1:00(3交代制)/② 0:30～9:00(3交代制)/③ 16:30～9:00(2交代制) ※身分は会計年度任用職員(非常勤の地方公務員)です。	随時	月額 164,720円～173,120円 ※夜勤手当、年2回の期末手当の支給あり。
【試験方法】 面接 【試験日程】 随時 【会場】 市民病院 【申込】 随時/申込書類を持参または簡易書留で郵送	看護師の資格を有する方	

市民健康課 ☎(24)0177
 特定健診係 ☎(24)8418
 【総合福祉センター1階】

1月は、国民健康保険料と後期高齢者医療保険料【第8期】の納付月です。

【特定健診の申し込み】
 健診申込専用ダイヤル
 ☎(24)0617

受けましたか? 特定健診
 40歳～74歳の国民健康保険に加入している方を対象に、特定健診を実施しています。
 健診は、定期的に受診することが大切です。受診されていない方は、早めに受診しましょう。

2022 四国インターハイボクシング
ウェルター級チャンピオン

支えと刺激になった
ライバルの存在

札幌工業高校ボクシング部 3年生

おぎの しょうへい
荻野 照平 さん



2022 四国インターハイウェルター級を制覇し、北海道に11年ぶりとなる金メダルをもたらした。同年のとちぎ国体には北海道代表として、IBA(国際ボクシング協会)世界ユース選手権には日本代表として出場。

——ボクシングを始めたきっかけ
兄の影響で、小3から千歳ボクシングジムに通い始めました。中学時代はなかなか勝てない時期が続く、やめることも考えましたが、兄が勝てなかった選手を倒したいという思いが強くなり、高校でもボクシングを続けようと決心しました。

——高校生活を振り返って
高1のときに全国選抜で準優勝してから、対戦相手に自分のボクシングを研究されたこともあってなかなか優勝に届かない日が続きました。今回、最後のインターハイで日本一になって、とても嬉しいです。
高2のとき、試合中に指を骨折したことがあったんです。その日の相手は前回の対戦で負けた相手で、何としても倒したい気持ちで空回りしてしま

ました。それから2か月は満足に練習ができなくなり、どうしようかという気持ちでした。

——そんなときに支えと刺激になったのが、ライバルの存在でした。札幌のボクシングジム出身の、1つ下の後輩で、最初は「こんなすごいヤツがいたのか」と、敵としか見ていませんでしたが、話していくうちに気が合って友人のような関係になり、お互いに技術を教え合うまでになりました。彼はサウスポーで、僕が苦手だった左フックが得意だったのですが、指を骨折して得意の右ストレートが打てなくなったとき、彼から打ち方を教えてもらった左フックを練習して得意技にできました。これを武器に、インターハイでも勝ち上がるこ

——将来の夢

——将来の夢
実は、ボクシングは高校を最後に引退するつもりです。来年からは自動車の専門学校に進学するのですが、幼い頃からボクシングとともに続けてきたオートバイのレーサーになるという夢があるので、自動車整備を学ぶとともにプロレーサーになるためのトレーニングに取り組みます。将来はプロの世界で勝ち続け、国際A級ライセンスを取得し、オートバイでも世界をめざしたいです。

第4回

先生、教えて!



睡眠時無呼吸症候群

今月号では、睡眠時無呼吸症候群の検査と治療について紹介します。



市立千歳市民病院
診療部長(内科系担当) 竹藪 公洋

本日は怖い、夜間の無呼吸。前回、睡眠時無呼吸症候群という、睡眠中に呼吸が止まり、それによって日常生活に様々な障害を引き起こす病気についてお話ししました。問題は症状にとどまりません。居眠り運転による交通事故を引き起こす社会問題の一つ。もう一つは、この病気があると、糖尿病、高血圧、心不全、不整脈、脳血管障害、認知障害、突然死などのリスクが高くなることです。薬が効きにくい高血圧にはこの病気が隠れていることが多いといわれていますので、思い当たる方は要注意です。
検査は、外来で簡易 PSGと呼ばれる検査の器械をお渡しします。ご自宅で検査を行い、寝ている時の気流、経皮的酸素飽和度を調べます。その結果で、この病気が疑われる時は、脳波計や無呼吸の時の胸や腹部の動きを同時に調べてどういったタイプの無呼吸かを知り、かつ、睡眠時間の中で正確に無呼吸の回数を評価するため、1泊2日入院で精密検査を行います。
治療は、代表的にはCPAPという器械を用い、鼻マスクを装着して機器より一定圧力の空気を送り込むことで気道を確保し、無呼吸の発生を防ぐものです。そのほか、下顎を前に押し出すような特殊なマウスピースを歯科で作成していただく治療法もあります。
重症度や無呼吸のタイプによって最適な治療法が異なりますので、専門医にご相談ください。

1/25 水 10:30-11:30
みんなで節分を楽しみましょう。
【申込】受付中 あんじゅ児童館
☎(23)8015 FAX(23)8016

1/26 木 10:30-11:30
絵本についての講話と豆まき。
【申込】1/12 水～
いずみさわ児童館 ☎ FAX(28)6110

1/27 金 10:30-11:30
お面を作ってふうせん鬼と遊ぼう。
【申込】1/18 水～
せいりゅう児童館 ☎ FAX(22)2560

1/27 金 10:30-11:30
鬼のお面を作ってみんなで鬼退治。
【申込】1/13 金～
ちとせこ児童館 ☎ FAX(42)5551

児童館の節分イベント

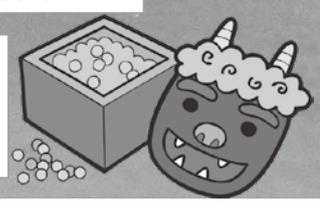
定員 各15組

1/27 金 10:30-11:30
豆を入れるかばんを作って鬼をやっつけよう。【申込】1/18 水～
ほくよう児童館 ☎ FAX(26)6789

1/27 金 10:30-11:30
豆を入れる節分バッグを作って鬼退治。【申込】1/16 月～
しゅくばい児童館 ☎ FAX(27)3126

1/30 月 10:30-11:30
鬼ヶ島の悪い鬼をやっつけよう。
【申込】1/18 水～
ほくおう児童館 ☎ FAX(42)3743

1/31 火 10:30-11:30
ちびっこ桃太郎と鬼退治。
【申込】1/18 水～
しなの児童館 ☎ FAX(22)2977



入門編
～つたえて・ほめて・しかる～
子どもとのコミュニケーションのコツをお伝えします！
1/23 月 10:00-11:00
【対象】市内に居住する第1子が1歳未満の保護者
【定員】10人（申込順）
【託児】なし/子どもと一緒に受講してください
【申込】1/20 金まで

連続編
どなったり、たいたりしない子育て方法をお伝えします！
2/7-28 毎週火（全4回）10:00-11:30
【対象】市内に居住する2歳～就学前の子どもがいる世帯で、全4回日程に出席できる方
【定員】8人（申込順）【託児】就学前の子5人程度/要申込 【申込】1/11 水～

子育てスキルアップ講座
共通事項 【ところ】げんきっこセンター
子育て応援クラブ
アスタ 勇舞1丁目1-1 ☎(24)8341 FAX(24)7021 (10:00-15:00)
みんなの児童館 各児童館にお問い合わせください

げんきっこセンター 新富1丁目2-14 ☎・FAX(26)2070 (9:00-17:30)
ちとせセンター 花園4丁目3-1 ☎・FAX(40)1717 (9:00-17:30)

休館日 1/20
午後休館日 1/30

毎日 10:00-14:00
おおきくなったかな～身体測定日

毎日
新企画 成長の足あと／お子様の生まれた日にちに毎月足形を取り、1年間の成長を記録に残しませんか。お子様の生まれた日（前後可）に来所ください。
【対象】乳幼児と保護者
※行事などの際には実施できない日があります。

1/18, 25, 2/1 10:00-12:00
足育の日／バランスミニおやま、ロープの平均台も新登場！凹凸マットで足裏を刺激し足育しませんか。

1/23, 2/6, 13 11:00-
はじまるよ～みんな大好き♪紙芝居・大型絵本

1/24, 2/14 11:00-
絵本のひろば／おさんの月齢に合わせて読み聞かせ

2/3, 10 10:00-14:00
ヒーリングDay／たき火の映像を見てリラックスしませんか。

2/7 火 11:00-
2月誕生会／フォトスポットで記念写真を撮りませんか♪

1/27 金 10:30-11:00
ちびっこ運動会
【定員】10組 【申込】1/12 水～
希望が丘児童館 ☎ FAX(26)2060

2/1 水 10:30-11:30
企業連携ぶちゼミ 子育て中の身体チェック／提供：Breath
【対象】就学前の子の保護者
【定員】12人（申込順）
【申込】1/16 月～
しゅくばい児童館 ☎ FAX(27)3126

2/7 火 10:30-11:30
企業連携ぶちゼミ ココロが緩むお話し会とヨガ
提供：ヨガ教室 トリーニ
【対象】就学前の子の保護者
【定員】10人（申込順）
【申込】1/18 水～
あんじゅ児童館 ☎(23)8015 FAX(23)8016

2/9 木 10:30-11:30
笑いヨガ講座
【定員】15組 【申込】1/23 月～
みどり台児童館 ☎(25)6891 FAX(25)6892

2/15 水 10:00-11:00
企業連携ぶちゼミ おうちで美容室／提供：すみれ美容室
【対象】乳幼児と保護者
【定員】10組（抽選）
【申込】1/30-2/3(12:00-15:00)

1/15 日 ① 9:30-12:00 ② 13:30-16:00
休日開館

1/18 水 ① 11:00-11:30 ② 14:30-15:00
あそびの芽～あかちゃんとはっこりタイム／親子でほっこりスキンシップあそび
【対象】生後11か月までの子と保護者

1/21 土 10:00-15:00
コンシェルジュ土曜日相談DAY
【対象】就学前の子の保護者または妊娠中の方

2/2 木 11:00-11:30
あそびの芽～節分お楽しみ会
【対象】就学前の子と保護者

2/8 水 11:00-11:30
くりねずみのおはなし会
【対象】就学前の子と保護者

2/9 木 13:30-14:40
離乳食講座
【対象】内容に興味のある方（妊娠中の方の参加も歓迎）
【定員】12人（申込順）
【申込】会場受講 1/16, 17 / オンラインで受講 二次元コードから申し込み 1/16-2/7

2/16 木 10:00-11:00
簡単セルフケア講座～自宅でする癒しのマッサージ／講師 Eri 氏（ハワイアンロミロミリプム）
【対象】就学前の子と保護者
【定員】10組（申込順）
【申込】1/19 水～

1/30, 2/15 11:40-12:00
おはなしだいすき♪
【対象】就学前の子と保護者

① 2/4, ② 2/8 10:00-11:00
ベビーマッサージ／②はオンラインで開催／講師 小沼 美幸 氏（ラ・ナチュレ）
【対象】生後6か月までの子と保護者 【定員】各日5組（抽選）
【申込】① 1/17, 18 ②二次元コードから申し込み / 1/17 水～

2/5 日 ① 9:30-12:00 ② 13:30-16:00
休日開館

2/9, 16, 22 10:00-11:00
わくわくランド
【対象】1歳7か月～就学前の子と保護者 【定員】各日10組（抽選）
【申込】2/1, 2（初回の方優先）

2/20 月 10:30-11:30
赤ちゃん和妈妈の身体はぐくみ講座
講師 渡部 智佳子 氏（助産院はぐくみ）、青山 花奈恵 氏（ライフ・オステオパシー・センター）
【対象】生後8か月までの子と母親 【定員】12組（抽選）
【申込】1/30, 31

3/7 火 ① 10:00-10:45 ② 11:00-11:45
簡単！スキンシップヨガ／講師 緒方 歩実 氏（おひさまヨガ教室）
【対象】① 3か月～11か月の子と保護者、② 1歳～就学前の子と保護者 【定員】各12組（申込順） 【申込】2/13, 14

1・2月の健康相談日

1/16, 2/13 9:30-11:30

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

総合保健センター
健康づくり課
☎(24)0768 ☎(24)8418



おもな会場は
総合保健センターです

2/3, 17

BCG予防接種

【対象】対象者には案内を送付しています。標準的な接種期間(5~7か月)に接種できないときは3か月から11か月まで接種可。

【持ち物】母子健康手帳、予診票

① 2/6, ② 2/13

フッ化物塗布・歯科相談・歯科医師健診

【対象】①1年以内に保健センターの歯科医師健診、1歳6か月児健診、3歳児健診のいずれかを受けた子/②1歳~就学前の子
【料金】800円(フッ化物塗布)
【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ
※予約制となっていますので、詳細はお問い合わせください。
※歯科相談、歯科医師健診は無料。

2/14 (火) 9:45-11:00

わくわくママクラブ②子育て準備/おむつ交換・抱っこの練習

【対象】妊娠中の方
【定員】10人(申込順)
【申込】2/10(金)まで
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、飲み物

2/18 (土) 9:30-11:00

体験パパクラブ/赤ちゃんのお風呂実習、妊婦体験ジャケット、保健師による講話など

【対象】市内に居住する妊娠中のご夫婦
【定員】13組(申込順)
【申込】2/16(木)まで
【持ち物】母子健康手帳、父子健康手帳、筆記用具、飲み物

《詳細》

母子保健課 ☎(24)0771
※BCG予防接種のみ ☎(24)3148
☎(24)8418

ちとせ健康・医療相談ダイヤル 24

通話料無料 0120(010)293 非通知設定の電話からは利用不可
1P電話からは ☎03(5524)8500(有料)
看護師・医師が24時間、症状や応急手当など相談に応じます

保健師・栄養士のリレーコラム

体重管理で生活習慣病予防を始めませんか？



年末年始の連休で乱れてしまった食生活は元に戻りつつありますが、お正月の食べすぎに加えて、この季節は寒さが厳しくなり外出の機会は少なくなるため、活動量の低下から太りやすくなるといわれています。

肥満は、糖尿病、高血圧、脂質異常症、高尿酸血症などのさまざまな生活習慣病のリスクを高めることがわかっています。肥満を放置していると、こうした生活習慣病を悪化させ、血管を傷つけ、動脈硬化を引き起こします。その結果、心筋梗塞や脳卒中などの重大な病気へ進行していく原因になります。

肥満を予防する意識を持つために、手軽にできることの一つに「体重測定」があります。体重を毎日測定することで、太る原因を考える機会となり、食事や運動などの生活習慣を見直すなど、健康への意識が高まります。また、体重測定のために体重の値を手帳やスマートフォンなどの体重管理アプリなどに記録することで、前日の体重と比較し、体重がなぜ増えたかあるいは減ったかを振り返り、見直すことができます。そのような行動が習慣化されることで、減量や生活習慣病予防につながります。

生活習慣病予防のために、まずは「体重を毎日測る」ことから始めてみませんか。

(健康づくり課保健師)

各種健(検)診のご案内

健診申込専用ダイヤル ☎(24)0617

- ④総合保健センター 3/4, 5 (7:00~10:30)
- ④北海道対がん協会札幌がん検診センター 3/6, 7 (バス停留所・時間は要確認)
- 料金()内は、市の国保加入者の料金です。
- 子宮・乳がん検診は、偶数月生まれの女性を対象です。
- 70歳以上、65歳以上で障がい4級以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方は、がん・肝炎ウイルス検診は無料です。
- 検査・治療中の方は対象外となる健(検)診もありますので、詳細はお問い合わせください。

健診内容	会場	対象	料金(円)
胃がん	④④	40歳~	1,500(500)
大腸がん	④④	40歳~	1,000(300)
肺がん	④④	40歳~	500(100)
前立腺がん	④④	50歳~/男性	1,000(300)
子宮がん	④	20歳~/女性	2,000(2,000)
		40歳~/女性	2,000(800)
乳がん	④	40歳~/女性	2,000(1,300)
国保特定健診	④④	40~74歳の国保加入者	~64歳: 1,000 65歳~: 500
はつらつ健診	④④	後期高齢者医療制度加入者	無料
いきいき健診	④④	40歳~/生保	無料
さわやか健診	④	19歳~39歳	1,000
肝炎ウイルス	④④	40歳~ 検査未実施者	800(800)
エキノコックス症	④④	検査未実施者	無料

お使いになりましたか？

がん検診・肝炎ウイルス検診 無料クーポン券

子宮がん、乳がん、肝炎ウイルス検診が無料で受けられるクーポン券を、それぞれ対象の方に5月下旬に送付しています。

有効期限
子宮・乳がん 3月31日まで
肝炎ウイルス 3月7日まで
肝炎ウイルス検診の申し込みは、2月15日までです。

無料クーポン券、各種検診などについてご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



【詳細・申込】
健診申込専用ダイヤル
☎(24)0617

子ども・妊婦ネウボラ (子育て・妊婦相談の同時開催)

とき	ところ
2/6 (月) 10:00-15:00	総合保健センター
2/8 (水) 10:00-11:30	アリスセンター
2/13 (月) 10:00-15:00	総合保健センター
2/18 (土) 10:00-12:00	ちとせこセンター
2/22 (水) 10:00-11:30	しなの児童館
2/27 (月) 10:00-14:00	げんきこセンター

妊婦ネウボラ (助産師などによる妊娠・出産・産後相談)

とき	ところ
2/20 (月) 10:00-15:00	総合保健センター

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

相談無料

【申込・詳細】母子保健課
☎(24) 0133 ☎(24) 8418
ネウボラは、すべての日程で
事前予約が必要ですよ



ちとせ環境と緑の財団からのお知らせ

▼3R講習会・元気なうちにお片付け
片付けが苦手な人のタイプを分類し、なぜ苦手なのか、モノが増えるのかに着目して、元気なうちに3Rを利用した「捨てない」「環境にやさしい」片付け方を学びませんか。／講師 石塚 祐江 氏
(北海道環境トレーナー)
対象 市内に居住している方
とき 2月25日(土)／13時30分～15時30分 ところ 北ガス文化ホール4階大会議室 ¥無料 定員 40人(申込順) 申込 1月10日～2月22日／☎FAX
Eのいずれかで申し込み
☎(26)1213 FAX(22)1118
E shigen@chitosekankyoku.or.jp

韓国語講座 開催説明会

韓国語能力試験(TOPiK)の資格取得を考えている方、韓国留学を考えている方、K-POP、韓流ドラマに関心のある方を対象に、韓国語入門からスタートし、TOPiK 2級獲得を目標として短期集中コースを開催します。
とき 1月22日(日)／19時～20時
ところ 韓国会館(本町1丁目8-3)
¥無料 申込 FAXかEで申し込み
持ち物 筆記用具
☎FAX(23)3420(月)⑩10時～16時
E kimhotae1116@gmail.com

千歳川・冬の野鳥観察会

冬の千歳川上流域にはオジロワシやオオワシが飛来し、木々の間にも小さな野鳥が姿を見せます。講師と一緒にバードウォッチングを楽しみましょう。
対象 小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)
とき 2月5日(日)／8時40分～12時／市役所駐車場集合／悪天候などによる中止時は電話連絡します。
ところ 千歳川上流域(ふ化場橋～第四発電所の下流400m地点付近)
¥無料 定員 20人(申込順)
申込 1月18日(土)～／☎かFAXで申し込み
持ち物 防寒具・カイロなど、長靴または雪上を歩ける靴など
※「ちとせを学ぶスタンプラリー」対象事業です。
☎(24)0597 FAX(22)8851

開設します《行政相談所》

総務省から委嘱を受けた行政相談委員が、行政と市民のパイプ役として、年金、登記、道路、河川など、国の業務に関する意見や要望などの相談を受け付けます。(相談無料・秘密厳守)ご来場の前に、市・広報広聴課(☎(24)0108)にお問い合わせください。
とき 1月19日(金)／13時30分～15時30分
ところ 市役所第2庁舎2階会議室4
☎行政相談委員
宮本 眞弘 ☎(23)0447
天野 眞弓 ☎FAX(22)0655
山本 邦江 ☎FAX(26)2626

見る/学ぶ LEARNING

市民病院の市民健康講座

この症状は脳梗塞?～症状から治療まで～講師 松本 亮司(市立千歳市民病院 脳神経外科 主任医長)
※参加者は、マスクを着用願います。
※入り口は、正面玄関です。
とき 1月21日(土)／13時～14時
ところ 市民病院2階講義室 ¥無料
☎市市民病院 地域医療連携課
☎(24)3000(内)8138 FAX(24)3030

チトセコワークショップ

オリジナルスタンプを作ろう! いらないものでスタンプづくりワークショップ
対象 幼児～大人まで誰でも可
とき 1月15日(日)／13時～15時
ところ 市民ギャラリー2階
¥無料 定員 20人(申込順)
申込 1月13日(金)まで／二次元コードで申し込み
☎チトセコ
角谷 ☎080(5580)6421
E chitoseco2022@gmail.com



2級販売士養成講習会

対象 学生、一般 とき 2月8日～3月8日の毎週(全5回)／13時～17時(2月8日のみ12時45分から)
ところ 千歳商工会議所
¥21,000円(指定テキスト代など)
申込 1月23日(日)まで／☎かFAXで申し込み
☎千歳商工会議所総務課
☎(23)2175 FAX(22)2122
☎ちとせ販売士会
田所 ☎090(9752)3571

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

お知らせ INFORMATION

1月10日は110番の日

110番は、事件・事故などを、いち早く警察へ通報するための緊急電話です。電話口では警察官の質問に、落ち着いて正しく答えてください。メール110番は、耳や言葉が不自由な人が携帯電話で通報するシステムです。通報するときは「事件・事故の内容」「住所や目標となる建物」などを正しく入力してください。急を要しない遺失・拾得物の届出、手続などは、最寄りの警察署、交番・駐在所の電話を、警察業務に関する意見・要望は短縮ダイヤル[#9110]の警察相談専用電話をご利用ください。
☎千歳警察署 ☎(42)0110

調理師業務従事者届の提出

調理師法では、調理業務に従事している調理師は、2年ごとに12月31日現在の調理従事場所などを届け出なければならぬと定められており、今年は必要な年となっています。
対象 次の施設、店舗で調理の業務に従事している方
・ 寄宿舍、学校、病院、事業所、社会福祉施設、介護老人保健施設、矯正施設、児童福祉施設、自衛隊、その他多数の人に飲食物を調理して供与している施設
・ 飲食店営業、魚介類販売業、そうざい製造業、複合型そうざい製造業
提出期限 1月15日(日)
提出先 北海道全調理師会千歳支部
岡田 〒066-0041 清水町2丁目25
ほかほか弁当 ☎090(1644)5246
または千歳保健所
※届出用紙は、各提出先にあります。
※インターネットでの届出も可能です。
☎千歳保健所 企画総務課
☎(23)3175 FAX(23)3177



地元就職・人材確保支援事業 実施プログラムのご案内

▼女性・高齢者向け求人企業説明会
女性・シニアが働きやすい市内企業と求職者が面談し、就職サポートするマッチングプログラムです。

とき 1月28日(土) / 13時～16時
ところ 北ガス文化ホール 4階大会議室 **¥** 無料 **申込** ☎かFAXで申し込み ※託児あり。(要事前予約)

申(株)KG情報札幌支社 / 平日9時～18時
☎0800(800)0202 **FAX** 011(213)1308

詳市商業労働課

☎(24)0602 **FAX**(22)8851

市×リクルート協働事業

▼indeedを活用して求人採用力を上げるコツ / インターネット上で無数にある求人情報から、あなたの会社が選ばれる方法を解説。経営者・採用ご担当者必見のセミナーです。/ 講師 高橋 晋 氏(株)リクルート 札幌支社長)

とき 2月9日(土) / 16時～17時
ところ 北ガス文化ホール 4階小会議室1 **¥** 無料 **申込** ☎かFAXで申し込み **定員** 20社

申(株)リクルート **FAX** 03(6772)0962

E10424245@r.recruit.co.jp

詳市商業労働課

☎(24)0602 **FAX**(22)8851

成年後見制度

「専門職後見人」サロン

市内に居住する被後見人などを専門職の立場で支える《専門職後見人》が、直面する後見活動の悩みや課題について専門職の枠を越えて気軽に話し、情報共有と連携する機会を提供し、専門職後見人の活動を支援することを目的に開催します。

第1部 事例発表・質疑応答、第2部 交流の場 ※会場参加者限定

対象 専門職後見人を受任している方、またはこれから受任予定の方(原則、被後見人などが市内に居住している方)

とき 2月22日(土) / 18時30分～20時

ところ ①千歳市社会福祉協議会、②オンライン(Zoom) **¥** 無料

定員 ①15人、②50人(申込順)

申込 1月31日(土)まで / 二次元コードから申し込み

詳申千歳市成年後見支援センター(千歳市社会福祉協議会内)

☎(27)2527 **FAX**(27)2528

Ec-shakyo@chitose-shakyo.or.jp



新年かきぞめ大会作品展

とき 1月28日(12時～21時)、29日(9時～15時30分)

ところ 北ガス文化ホール 4階展示ホール **¥** 無料

詳千歳習字教育連盟事務局

伊阪 ☎090(5226)5229

季節労働者向け支援事業

▼就職支援セミナー

第1部:ライフプランの必要性と重要性 / 講師 井島 恵子 氏(株)ブロッサム 代表取締役、第2部:未来に向けて バスケットボール人生 / 講師 折茂 武彦 氏(元男子プロバスケットボール選手、(株)レバンガ北海道 代表取締役)

対象 市内居住の現在、雇用保険の短期雇用特例被保険者として雇用されている方またはその離職者

とき 2月22日(土) / 13時～15時

ところ 総合福祉センター402号

¥ 無料 **定員** 30人(申込順)

申込 2月17日(金)まで / ☎で申し込み

▼経営支援セミナー

なぜ人は辞めるのか～早期離職の原因と対策 / 講師 望月 英詞 氏(社会保険労務士、キャリアコンサルタント)

対象 季節労働者を雇用する機会がある市内事業所

とき 2月9日(土) / 13時～14時30分

ところ 総合福祉センター402号

¥ 無料 **定員** 20人程度(申込順)

申込 2月3日(金)まで / ☎で申し込み

▼建設機械運転技能講習 / 車両系建設機械(整地、解体)、玉掛け、小型移動式クレーン、高所作業車、フォークリフトなどの技能講習

対象 市内居住の現在、雇用保険の短期雇用特例被保険者として雇用されている方またはその離職者

とき 申込時に調整 **ところ** コマツ教習所(北広島市) **¥** 無料

▼パソコン講習 / ワード、エクセル、パワーポイントなどの基礎課程 / ワード、エクセルの実践課程、パソコン検定資格取得対策講習など

対象 市内居住の現在、雇用保険の短期雇用特例被保険者として雇用されている方またはその離職者

とき 申込時に調整 **ところ** オフィス K & C(北栄1丁目) **¥** 無料

詳申千歳市季節労働者通年雇用促進協議会(市商業労働課内)

☎(24)0602 **FAX**(22)8851

スマホ写真のお悩み解決! 撮った写真を楽しもう

スマホ写真の活用・保存方法など、ちょっとしたギモンにお答えします。

とき ①1月20日(金) / 10時～、11時～

②1月24日(火) / 10時～、11時～

ところ ①泉沢向陽台コミセン、②東雲会館 **¥** 300円 **定員** 各3人(申込順)

申込 前日までに☎で申し込み

持ち物 筆記用具、スマホ

詳申写真整理とアルバムカフェの会
うえの ☎080(6795)9994

オストメイト(人工肛門・人工膀胱) 体験交流会

とき 1月28日(土) / 13時30分～16時 / 受付13時～

ところ 札幌市身体障害者福祉センター(札幌市西区二十四軒2条6丁目) **¥** 無料

詳日本オストミー協会北海道支部

須佐 ☎090(1387)8399

Erieko.mimi@gmail.com

ミナクールサタデーサロン

防災×写真! 写真入りの防災手帳を作ろう～あんしんアルバム作成ワークショップ～ / ゲストは、あんしんアルバム講師 うえの かおりさん。緊急時や災害時、自分や家族のために使える防災手帳を作りましょう。

とき 1月21日(土) / 13時30分～15時

ところ ミナクール(市民ギャラリー4階) ※オンライン参加も歓迎。 **¥** 2,000円

定員 会場8組、オンライン5組(申込順)

申込 ☎**E****HP**のいずれかで申し込み

詳申ミナクール

☎(24)0847 **FAX**(24)0900

HP https://minakuru.or.jp/koza_salon.html **E** ren-toi@minakuru.or.jp

赤十字救急法救急員養成講習会

救急員として必要な、応急手当・心肺蘇生法・AEDを用いた除細動などを学びます。

対象 15歳以上の方 **とき** ①基礎講習:

1月29日(土) / 10時～16時30分、②養成講習: 2月4、5日 / 9時15分～17時

ところ 総合福祉センター402号

¥ ①1,500円、②1,800円(資材費)

定員 各15人(申込順) / 4人以下の場合は中止 **申込** 1月19日(土)まで / ☎

または窓口で申し込み

詳申日赤千歳市地区事務局(千歳市社会福祉協議会内) ☎(27)2525 **FAX**(27)2528



2023千歳・支笏湖氷濤まつり 氷の美術館

今年も《氷の美術館》をコンセプトに、支笏湖の湖水の美しさを表現します。

- ・入場制限を実施することがあります。
- ・飲食の売店、休憩所は設置しません。
- ・スケートリンク、滑り台など体験型の氷像はありません。
- ・花火、ステージイベントは中止します。

とき 1月28日～2月23日/10時～20時(ライトアップ16時30分～20時)

ところ 支笏湖温泉特設会場

¥ 500円 (中学生以下無料)

TEL 支笏湖まつり実行委員会

☎ (23) 8288 **FAX** (24) 8819

文化/スポーツ CULTURE/SPORT

体育協会からのお知らせ

▼テニス教室

対象 市内に在住する18歳以上の方(初心者) **とき** 2月21、22、28日、3月1、7、8、14、15日/19時～20時40分

ところ ダイナックスアリーナ

¥ 2,400円 **定員** 15人(申込順)

申込 1月24日～27日/HPで申し込み

▼冬のスポーツチャレンジ講習会① (4歳児)

対象 市内在住の平成29年4月2日～平成30年4月1日に生まれた方

とき 2月25日(土)/9時30分～11時

ところ 総合武道館柔道場

¥ 無料 **定員** 30人(申込順)

申込 1月24日～28日/HPで申し込み

▼冬のスポーツチャレンジ講習会② (3歳児)

対象 市内在住の平成30年4月2日～平成31年4月1日に生まれた方

とき 3月11日(土)/9時30分～11時

ところ 総合武道館柔道場 **¥** 無料

定員 30人(申込順) **申込** 1月31日～

2月4日/HPで申し込み

▼冬のスポーツチャレンジ講習会③ (5歳児)

対象 市内在住の平成28年4月2日～平成29年4月1日に生まれた方

とき 3月18日(土)/9時30分～11時

ところ ダイナックスアリーナ

¥ 無料 **定員** 30人(申込順)

申込 1月31日～2月4日/HPで申し込み

TEL 千歳市体育協会 振興課

☎ (22) 4150 **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(休)休)

職業訓練生募集

建築塗装科、木造建築科

対象 市内事業所に雇用されている45歳未満の方 **定員** 各科10人

訓練期間 2年間

応募 2月28日(土)まで

TEL 千歳職業技術専門学校

☎ FAX (22) 2969

千歳市結婚活動応援事業 婚活パーティー参加者募集

AI性格診断を活用した、対面形式のパーティーを開催します。1対1やグループトークなど、全員と会話をお楽しみいただけます。

対象 25歳～40歳の独身者/男性は市内に居住または通勤する方

とき 2月18日(土)/13時～16時30分

ところ 千歳アルカディア・プラザ

¥ 2,500円 **定員** 男女各10人(抽選)

申込 2月1日(土)まで/二次元コードから申し込み

※2月11日または12日にAI性格診断のための動画を撮影します。(会場指定あり)

※カップルになった方には、年1回アンケート調査に協力いただけます。

TEL Hana Bridal **☎** 011 (643) 0005

TEL 政策推進課

☎ (24) 0452 **FAX** (22) 8852



イベント EVENT

じもじよき.netちとせ 1月の起業イベント

▼コワーキングTIME

起業に興味のある方からすでに起業されている方まで、さまざまな用途に応じた使い方をしていただけるコワーキングイベントです。お仕事や打ち合わせの場としてご利用いただけるほか、じもじよき.netちとせのスタッフが常駐し、希望する方には、参加者同士の交流のサポートや、起業や事業に関するご相談をお受けします。午前中はゲストとして参加する先輩起業家からお話を聞くこともできますので、ぜひお気軽にご参加ください。

とき 1月19日(土)/10時15分～14時

ところ まちライブラリー@ちとせ

¥ 無料 ※事前予約不要。

※イベントの詳細情報は、次の二次元コードからご覧ください。

TEL 商業労働課

☎ (24) 0598 **FAX** (22) 8851



女性のための起業セミナー

▼自分らしさを魅力に！セルフプロデュースセミナー/自分らしさをビジネスの武器にするため、自己分析やブランディング、セールスライティング、プレゼンテーションなどの基礎知識を

実践的に学びます。/講師 豊澤 瞳氏

対象 創業に興味がある方、創業してから5年未満の方

とき 1月25日(水)/18時～20時(19時30分～20時フリートーク)

ところ まちライブラリー@ちとせ

¥ 無料 **定員** 20人(申込順)

申込 1月22日(土)まで/二次元コードから申し込み

TEL 商業労働課

☎ (24) 0598 **FAX** (22) 8851



募集 WANTED

登録手話通訳者の募集

聴覚障がい者と健聴者とのコミュニケーション支援のため、手話通訳者として登録を希望する方を募集します。

対象 市内に居住する満20歳以上の方

とき 3月5日(土)/13時～14時30分

審査内容 手話技術審査(読み取り、聞き取り)/面接試験/小論文

応募 2月27日(土)まで/申込書(指定用紙)、小論文「ろうあ者とのふれあいを通して思うこと」(400字詰原稿用紙2枚以内)を提出

TEL 千歳市社会福祉協議会

☎ (27) 2525 **FAX** (27) 2528

北海道障害者職業能力開発校 訓練生募集

令和5年度訓練生を募集します。

対象 障がいがあり職業訓練を希望する方 **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

願書受付期間 ①1月17日～2月17日、②2月20日～4月3日

試験日 ①3月1日(水)、②4月7日(金)

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 国語、数学、面接

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

北海道障害者職業能力開発校

☎ 0125 (52) 2774 **FAX** 0125 (52) 9177

¥ 参加料・入場料 詳申会 詳細、申込先、会場 ☎ 電話番号 FAX ファックス番号 Eメールアドレス HP ホームページアドレス 市の組織・施設

ゲートボール体験教室

とき 1月17、24日 / 9時~12時
 ところ ふれあいセンター ¥ 無料
 持ち物 上靴、飲み物
 詳申 千歳ゲートボール協会
 伊東 ☎090(6698)3046

千歳公民館 短期教室

▼ズンバゴールド短期教室
 日程 2月1、8、15、22日 / 11時30分~12時20分 ¥1,200円(4回コース)
 定員 20人(申込順)
 ※最少催行人数(5人)に満たないときは開催を中止することがあります。
 申込 1月12日~25日 / 公民館窓口で申し込み(休館日を除く) 持ち物 飲み物、タオル、運動しやすい服装
 詳申会 市公民館
 ☎(23)2740 FAX(24)8977

千歳スケート連盟の スピードスケート競技会

▼北海道新聞社杯
 とき 1月29日④ / 開会式9時、競技9時30分~12時 / 8時までに受付
 申込 1月21日④まで / リンク管理棟の申込箱に申込用紙を投函
 ▼クリーン開発杯
 とき 2月4日④ / 開会式9時、競技9時30分~12時 / 8時までに受付
 申込 1月27日④まで / リンク管理棟の申込箱に申込用紙を投函
 ▼▼共通事項
 種目 ①幼児50m、②小学生(初心者)100m、③小学生以上500m
 ところ 青空運動公園スケートリンク
 ¥中学生以下500円、高校生以上1,000円
 詳申 千歳スケート連盟事務局
 松本 ☎090(4875)7041

図書館からのお知らせ

▼駐車場の除雪について
 駐車場の除雪作業は、図書館閉館時の深夜から早朝に実施しています。この間の駐車は作業の妨げとなりますので、ご遠慮ください。
 詳申 図書館 ☎(26)2131 FAX(26)2133

千歳スキー連盟の講習会

▼一般講習(平日)
 とき 1月18日、2月15日
 ところ 北長沼スキー場
 ▼一般講習(土日)
 とき 1月21日~3月11日 / 毎週⑤⑥
 ところ 各スキー場
 ▼スキルアップ講習(1級保持者または同レベル)
 とき 1月22日、2月5日
 ところ マウントレースイスキー場
 ▼ジュニア講習
 とき 1月28、29日、2月4、5日
 ところ 市民スキー場
 ▼ジュニアテスト
 とき 2月18日④
 ところ 北長沼スキー場
 ▼バッジテスト
 とき ①2月19日⑥、②3月12日⑥
 ところ ①北長沼スキー場、②マウントレースイスキー場
 ▼少年少女スキー大会兼市民スキー大会
 とき 3月5日⑥
 ところ 市民スキー場
 ※詳細は千歳スキー連盟のHPをご確認ください。
 詳申 千歳スキー連盟
 ☎☎(22)0776(平日19時~21時 / ④⑤は13時~15時可)
 HP <http://ski-chitose.main.jp/>

笑顔にひらく花コンサート

障がいのあるなしに関わらず、音楽でひとつになれる笑顔の「わ」。
 [出演] 駒澤大学附属苫小牧高等学校 吹奏楽局、ハナノタネ むつ美氏
 とき 1月29日④ / 14時~(開場13時)
 ところ 北ガス文化ホール
 ¥中学生以上1,000円、子ども(小学生、席を使用するお子さん)300円 / チケットは北ガス文化ホール、ミナクールで取り扱い
 詳申 障がい者自立支援ワクワクプロジェクト実行委員会
 須藤 ☎080(9616)7975

雪上パークゴルフ場オープン

とき 1月~2月下旬ごろ / 9時~15時 / 降雪状況により変動あり
 ところ 遺跡公園(大芝生広場)
 ¥1日300円
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、休憩所は設置しません。
 詳申 千歳市環境整備事業協同組合
 ☎(24)1366 ☎(27)2861
 ※開設後の連絡先は現地管理棟
 ☎(22)1613(9時~15時)

温水プールからのお知らせ

▼半額開放日
 入場券を半額で購入いただけます。(当日のみ有効) とき 1月15日⑥ / 終日
 ▼施設点検休館
 施設の点検・整備のため、次の期間は休館します。ご理解とご協力をお願いします。 とき 2月1日~14日
 ▼水泳教室・大人向けレッスン
 水泳教室(子ども・大人)や大人向けレッスン(ヨガ・体操など)を開講しています。詳細は温水プールのホームページをご覧ください。
 詳申 温水プール
 ☎(49)7001 ☎(49)7003

千歳市 消費生活 センター

市民生活課

☎(24)0193 FAX(27)3743

第2庁舎 第2階9号室

9時~17時(金)

・SNS上の広告から商品を買ったら届かなかった、または偽物が届いた。
 ・SNSで知り合った相手から副業の誘いを受け、高額なマニュアルを購入したが儲からない。
 ・幅広い年代でSNSをきっかけとした消費者トラブルが増えています。
 思いがけない消費者トラブルを防止するために、次のような点に注意しましょう。
 ・大幅な値引きや低価格効果を過剰にうたうSNS上の広告や、「簡単に儲かる」などの投稿やメッセージはうのみにしない。
 ・SNS上で知り合った相手が本当に信用できるか、慎重に判断する。
 ・個人情報や自分の写真の投稿、身元が分かるような書き込みは安易にしない。

くらしのアドバイス

ソーシャルネットワークサービス SNS

に関わるトラブル



MONTHLY PHOTO

マンスリーフォト

GRAPH らぶ



みんなの夢を聞かせてくださいプロジェクト

受賞作品が決定 62作品

応募総数

受賞作品 13選

受賞者名はニックネームで掲載。

中学生の部	総合賞 川の都スタンプラリー 勇舞中2年 yuzu
	千歳愛賞 私の2つの夢 勇舞中1年 クリスタル山田
高学年の部	総合賞 何でもつめほうだい祭り 千歳第二小4年 ミンコティーヌ
	熱意賞 千歳市のすべての小学生にできた ての給食を！ 桜木小5年 アヤヤ！
	ビッグスケール賞 どうぶつもわたれる橋 泉沢小4年 かえ
低学年の部	千歳愛賞 支笏湖のすばらしさをつたえたい。 千歳小4年 きさな
	総合賞 みんななかよくなれる町 高台小3年 キーちゃん
	熱意賞 ゆめのこうえん 信濃小1年 つぐくん
低学年の部	ビッグスケール賞 家から川と海が繋がっていたら いいな 千歳第二小1年 あみちゃん
	千歳愛賞 水がきれい千とせ みどり台小3年 イズー



12月27日には、受賞作品の表彰式を開催

みんなの夢を聞かせてくださいプロジェクト

市内在住の小・中学生を対象に「こんなことがしてみたい」、「こんなものがあつたらいいのに」という夢を募集しました。本市への愛着を持ち続け、これからも《ちとせファン》でいてほしいという思いで実施したプロジェクトです。

Close Up!

総合賞を受賞した2作品を紹介！

総合賞

ハスカップ園に行ったときに、落ちていたハスカップがたくさんあつてもったいないと思ったことが、この夢を考えたきっかけでした。みんなに千歳をもっと知ってもらいたいので、じゃがいもやハスカップ、ブルーベリーなど千歳産の野菜や果物を詰められたらいいなと思います。



千歳第二小4年
ミンコティーヌさん

何でもつめほうだい祭り

千歳の農家で収穫した、捨ててしまうような野菜や果物を安く詰め放題にするお祭り。落ちていたハスカップを漬し、血のように手や顔に塗って怖さを競い合うホラーコンテストも。

川の都スタンプラリー

千歳川やママチ川の周りを整備してぐるりと回れるようにし、周辺水域にすむ昆虫や魚など水辺の生き物のスタンプラリーを開催。

勇舞中2年
yuzuさん

川辺を散歩するのが好きで、疲れているときの癒やしになります。カワセミなど鳥の写真を撮ったり、珍しいトンボを見つけたり…。もし生き物が見つからなくても、自然の壮大さを味わうのは楽しいです。自然とふれあっていると必ず出会うのが昆虫。これが今回のもう一つのテーマです。虫は「気持ち悪い」というイメージがあるかもしれませんが、自然と一緒に見ているうちに、昆虫の繊細さに気づけると思います。

あなたの夢、叶えます！

市は、《夢の実現賞》に選ばれた3つの夢について実現に向けたお手伝いをします。詳細は広報ちとせ2月号に掲載予定です。

夢の実現賞

- ・なりたいなパン屋さん
向陽台小2年 いっちゃん
- ・手にもつけんさをする人をやってみたい
みどり台小2年 あやち
- ・水がきれい千とせ
みどり台小3年 イズー

みんなの夢、展示会

1月9日～20日
イオン千歳店 千歳市情報コーナー
1月23日～31日
市役所 市民ホール

「さくらロード(前編)」No.262



12/2 男女共同参画社会づくり標語コンクール 超えていこう 男女の垣根



児童期から男女共同参画についての理解と関心を深めるための取り組みとして、例年、標語コンクールを開催しています。令和4年度は安孫子 藍さん(末広小6年)の作品「共に生き 男女の垣根 超えていく」が最優秀賞を受賞。総合福祉センターでの授賞式ののち安孫子さんは、作中の《男女の垣根》について「力作業に男子ばかり呼ばれるときに感じる。身体づくりもあるが、あえて区別する必要はないと思う」と話し、「法律を変えるだけではなく、私たちや周りの人が男女平等の志を持つことで、差別も少なからず減る。そういう国づくりが大事」と作品に込めた思いを語りました。

12/9 地元有志がアイデアを結集 CHITOSE MIRAI KAIGI



千歳の未来を語り合う《CHITOSE MIRAI KAIGI》がドレモルタオ(朝日町)で開催されました。会議はエリアプラットフォームの成田 智哉さんの主催で、市内企業の代表者や起業家などが、それぞれ思い描く千歳の未来について意見を交わしました。支笏湖の将来像について語った大西 希さん(鶴雅グループ)は「私たちが支笏湖にチャレンジしたのも、海外の有名リゾートに並ぶポテンシャルがあるから」、「空港に近い優位性を生かし、千歳にしかないものをもっと作っていったらよい。千歳の未来の発展を私たちもお手伝いできたら」と話しました。

12/10 ニュースポーツで真剣勝負 カローリング交流大会

インドアスポーツ《カローリング》の市内交流大会が総合武道館で開催されました。カローリングは、氷上で行うカーリングからヒントを得て誕生したニュースポーツで、室内で行うため天候に左右されず、誰でも気軽に参加できる点が魅力です。大会には12チーム(56名)が参加し、小学生から高齢者まで、幅広い年代の参加者による真剣勝負が繰り広げられました。カローリング大会には初出場ながら、総合4位に入った《幸福ファイターズ》の川崎 謙蔵さん(千歳第二小6年)は「プレーしているうちに才能が開花しました」と話し、「もう少し上にいけた気もするので、別の大会でリベンジしたい」と意気込みを語りました。



人のうごき

《総人口》
97,639人(−39)
男性 49,664人(−23)
女性 47,975人(−16)
《世帯》51,412世帯(−38)
()内は、前月との比較です。

1-1 現在

広報ちとせからのお知らせ

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

広報広聴課 広報係
☎(24)0104 FAX(22)8851



みどり台小学校体育館で校歌をお披露目 / 12月3日撮影

翠風そよぐ校庭に

■広々としたグラウンド、そして新築の校舎。そんなみどり台小学校に唯一足りなかったもの、それが校歌でした。「翠風そよぐ校庭に 明るい声がこだまする」から始まるこの校歌は、作曲者の野村 聡さんが「あえて校歌らしくない校歌を作った」と語るように、一度聴けば忘れられない優美なメロディが印象的です。大人になっても母校の、特に小学校の校歌は覚えているもの。「一日でも早く歌えるようになりたい」と、この日初めて聴く校歌に耳を傾ける子どもたちの背中が物語っていました。

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。

《瞬きの点景。》の写真を募集中
詳しくは市ホームページを参照



千歳市
LINE 公式アカウント

LINEで「千歳市」を友だち追加

YouTube
千歳市公式チャンネル
千歳市の動画～ソラタヨ MOVIE～

■ 今月の表紙

周りの「よいしょ！よいしょ！」のかけ声に後押しされ、元気に餅つきをする女の子。園児たちがとびきりの笑顔を杵に込めてついた餅ですから、一口食べればいい年になること間違いなしです。



12月8日
認定こども園ひまわりで撮影

■カトルW杯での森保ジャパンの活躍、素晴らしかったですね。ゴールが決まるたびに《無言で》飛び跳ねて喜びました。感染対策？それもありますが、夜中の大声はご近所に迷惑だからです。次回の北中米W杯まで流行っているかわかりませんが、そのときは思い切り叫びたい。「ブラボー！」

菊