

# CHIT7SE

2010 JULY

■ 広報ちとせ No. 964

⑥ 市役所いんふおめ

『協働事業』(市提案型)の  
実施団体を募集します

⑦ 声のラン

妊娠と分かったら  
どのような手続きをするの？

⑧ タウンガイド

お知らせ、講習・説明会など

**焦点** 地デジの準備はお早めに

**特集** 現在進行中！新しい総合計画づくり

## 現在進行中！ 新しい総合計画づくり

【特集】

まちづくりの基本となる総合計画。  
市は、平成 23 年度を初年度とする新しい総合計画づくりに取り組んでいます。  
これまで、市民アンケートや市役所内部での検討作業などを進めてきました。  
今回、この計画の原案ができましたので、その概要を紹介します。  
原案に対する意見も募集しますので、ぜひご意見をお寄せください。

# 笑顔あふれる 豊かな未来を築こう

総合計画が示すまちづくりの道筋

## 新しい時代に向けた総合計画

### 総合計画ってなに？

**市** は、福祉や教育、環境、産業など皆さんの生活にかかわるさまざまな分野の仕事をしています。

これらの仕事は、「総合計画」により目的をもって体系的に進めています。

「総合計画」とは、千歳が将来どのような「まち」を目指している、それを実現するためにどのようなことをするかを表したもので、まちづくりを進めていくうえで、もつとも基本的な計画です。

千歳市は、昭和38年にはじめての総合計画となる「総合建設計画」をつくりました。

今は、平成13年につくった「新長期総合計画」にもとづいて、市民の皆さんへのサービスの提供や計画的なまちづくりを進めています。

新しい「総合計画」は、人口減少社会の到来や環境問題の深刻化などのさまざまな課題に対応しながら、まちの発展と市民生活の向上を目指し、長期的な展望にもとづいてまちづくりの指針としてつくりまします。

### 進む総合計画づくり

**現** 在作業が進んでいる総合計画づくり。市民の皆さんと共にまちづくりを進めるためには、将来の目標などを共有できる計画とすることが大切です。

そこで市は、平成20年9月に、市民3,000人を対象に総合計画づくりのための「市民まちづくりアンケート」を行い、市のまちづくりや市政運営に関する評価や意向を把握したうえで計画づくりを始めました。

平成22年2月には、市民の委員で構成する「都市経営会議」から新しい総合計画をつくるうえで、まちづくりの課題や進めるべき取組について提言を受け、計画に反映させました。

今後は、総合計画の原案に皆さんが直接意見を提案する「市民意見公募（パブリックコメント）」や市民団体の推せんを受けた方などで構成する「総合計画審議会」、さらには「市議会」の審議を経て、平成23年3月までに新しい総合計画をつくりまします。

### 計画の全体構成

**総** 合計画は、左の図のとおり、「基本構想」、「基本計画」、「実施計画」で構成されています。

【基本構想】まちづくりを進めていくための基本的な指針として定めたものです。「基本理念」のほか「将来都市像」、「基本目標」などで構成されています。

目標年次は、長期的な視点に立ち、平成32年度としています。

【基本計画】基本構想に示す将来都市像とまちづくりの基本目標を実現するための基本的な施策や取組の方向を体系的に示しています。

計画期間は、平成23年度から平成32年度までの10年間としています。

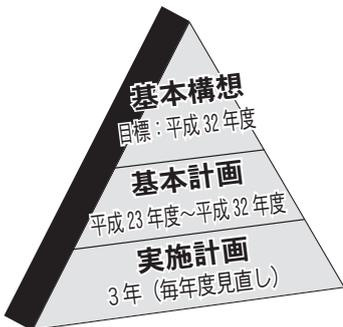
なお、中間年度の平成27年度には、計画の進捗状況など

の点検を行い、必要に応じて見直しを行います。

【実施計画】基本計画に示した基本的な施策などに沿って市が具体的にを行う事業を示しています。

計画期間は3年間とし、事業の評価結果や優先度、財政状況などを踏まえて毎年、見直しを行います。

### ●計画の構成●



### ●計画期間●

23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	31年度	32年度
基本構想 目標年次 平成32年度									
基本計画 平成23年度～平成32年度									
(中間年見直し) → 基本計画(改訂) 平成28年度～平成32年度									
実施計画 平成23年度～平成25年度									
実施計画 平成24年度～平成26年度		(毎年度見直し)							
実施計画 平成25年度～平成27年度									

# 10年後の千歳の姿を見据えて

## 目指す将来都市像

**総** 合計画の原案では、これまでの千歳のまちづくりを踏まえて10年後のまちのあるべき姿を考えています。

千歳は、「鶴は千年、亀は万年」という故事にちなんで命名され、村民総出の労働奉仕により歴史に残る着陸場をつくりました。

たくさんの先人が時を重ねて守り育ててきた数々の貴重な財産は、新たな魅力を加え、その開拓精神は、市民協働によるまちづくりへと受け継がれています。

平成19年には、市民の皆さんと市が協力してまちづくりを進めることが必要との考えから、「みんなで進める千歳のまちづくり条例」を制定しました。

市は、これまでのまちづくりの足跡と時代の流れを踏まえ、郷土千歳の一層の発展と、住みよさを実感し誇りを持つまちの実現を目指すことにしています。

このため総合計画の原案で

### 将来都市像

みんなで生き生き  
活力創造都市  
ちとせ

は、基本理念を「市民の皆さんとの協働により、まちの活力を持続させ安定的な発展を続けながら質的な成熟を目指す」こととしています。

この基本理念にもとづき、**将来都市像を『みんなで生き生き 活力創造都市 ちとせ』**としています。

これは、市民の皆さんと市が協働してまちづくりに取り組み、一人ひとりが健康で元気に活動し共に生活することにより、新たな勢い、活力が次々に生まれるまちにしたいという想いを表現したものです。



◆将来の千歳を担う子どもたち（北栄小学校3年生の皆さん）

### 総合計画の基本目標

原案では、10年後のまちの将来像を実現するために、具体的に取り組む**基本目標**を設けています。

左の表のとおり、まちづくりと行政経営の基本目標を掲げて取り組むことにしています。

この基本目標には、地域における福祉や安全・安心な生活環境、市民協働によるまちづくりなど7つの項目を定めています。

これらの基本目標に沿って、さまざまな取組の方針を示す基本計画と具体的な事業となる実施計画をつくることにしています。

### まちづくりの基本目標

#### ★あったかみのある地域福祉のまち

- 世代や障がいなどに関わらず安心して暮らすことができる地域づくり
- 健康づくりや医療体制の充実
- 地域全体での子育て支援
- だれもが住み良さを実感できるコミュニティづくり
- 男女共同参画社会の実現

#### ★人と地球にやさしい環境のまち

- 地球環境の保全と低炭素社会づくり
- 資源の有効活用を進める循環型社会の形成
- 自然環境の保全と生活環境の向上

#### ★安全で安心して暮らせるまち

- あらゆる災害に対応できる総合的な防災対策の強化
- 防犯など安全な地域社会の実現
- 消防・救急体制の充実
- 航空機の飛行などに起因する諸障害に対する改善の取組
- 快適で安全な冬季間の生活の確保

#### ★学びの意欲と豊かな心を育む教育文化のまち

- 学んだ成果を地域で生かす生涯学習のまちづくり
- 幼稚園や小・中・高等学校などの各段階における学校教育と学習ニーズに応じた社会教育の充実
- 文化やスポーツの振興と姉妹都市など国内外の地域との交流の充実

#### ★活力ある産業拠点のまち

- 農林業の振興と千歳特有の水産資源の保護・増殖
- 千歳の優位性を生かした商業振興や企業誘致、新産業の集積
- 観光の振興、就業の場の確保と雇用の安定

#### ★都市機能が充実したまち

- コンパクトで成熟した都市づくり
- 新千歳空港など交通機能の充実と公共交通の利便性の向上
- 緑に親しみふれあう機会の確保

### 行政経営の基本目標

#### ★市民協働による自主自立の行政経営

- 市民と行政の協働によるまちづくり
- 地域に貢献する自衛隊との共存

- 安定的な行政財政運営と広域行政の取組による自主自立のまちづくり

総合計画の原案の内容は、市役所や公共施設、市ホームページでご覧になれます。

### まとめ

10年後、私たちはどのような生活を送っているのでしょうか。

これから先の生活やまちの移り変わりをみんなで想像し、どうなっていくことが好ましいか考えてみませんか。皆さんの考えを総合計画に反映させ、より身近に実感できる計画にしましょう。

⋮

さて、10年後、成長した子どもたちの目にはどのような千歳の姿が映っているのでしょうか。

### ★記事の詳細★

企画部企画課

主査（長期総合計画策定担当）

☎ (24) 0 4 3 9

## まちづくりへの想いを意見にしよう

～市民意見公募～

総合計画の原案について、市民の皆さんから意見を募集します。たくさんのご意見をお寄せください。

【意見募集期間】 7月23日～8月23日

【原案の公表場所】 市役所（2階企画課など）、公共施設（千歳駅市民サービスセンター・支所・総合福祉センターなど）、市のホームページ

【意見の提出方法】 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）に意見などを記入して、つぎのいずれかの方法で提出してください。

▼ 原案の公表場所にある意見箱に投函

▼ 郵送 〒066-8686 東雲町2丁目34

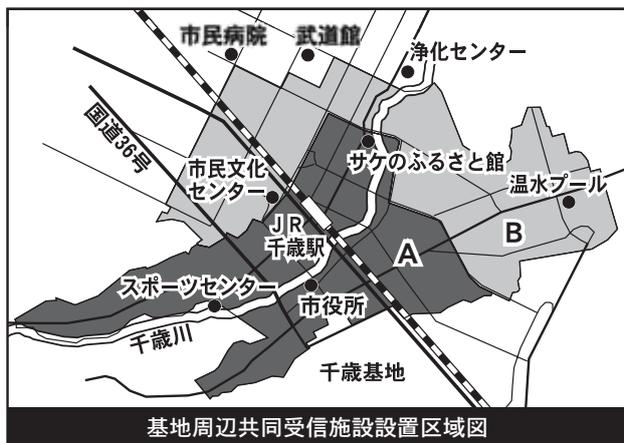
千歳市企画部企画課

▼ FAX (22) 8 8 5 2

▼ Eメール chokai@city.chitose.hokkaido.jp

# パブリックコメント

◎ 基地周辺共同受信施設設置区域の方は？



基地周辺共同受信施設設置区域図

**A** 受信障害が残る区域：

本町・東雲町・朝日町・清水町・幸町・千代田町・栄町・錦町・北栄(1丁目の一部)・春日町・緑町・大和(4丁目の一部除く)・桂木・真々地(4丁目の一部除く)・末広・花園・高台(3、4丁目)・住吉(1丁目)・青葉・青葉丘・日の出(5丁目の一部)・真町の一部

**B** 受信障害が解消される区域：

北栄(1丁目の一部除く)・新富・流通・旭ヶ丘・日の出(5丁目の一部除く)・住吉(1丁目除く)・東郊・富丘(3丁目の一部除く)・稲穂・北斗(1丁目の一部と2丁目)・高台(3、4丁目除く)・梅ヶ丘・弥生・寿・豊里・日の出丘

市は、基地周辺共同受信施設の設置区域全域で、現在、暫定的な対応として、ミッドバンド方式により地デジを送信しています。  
現在送信しているアナログ放送

は、平成23年7月24日までに終了します。  
この区域では、左の表のとおり地デジで受信障害が残る区域と解消される区域があります。

**A** の区域に住んでいる方

受信障害が残る区域は、平成23年7月24日以降も引き続き、共同受信施設からミッドバンド方式により地デジを送信します。

各家庭で個別アンテナを設置する必要はありません。

地デジを視聴するには、地デジ対応テレビまたはチューナーが必要です。

**B** の区域に住んでいる方

受信障害が解消される区域です。現在の共同受信施設は平成25年度〜28年度にかけて計画的に撤去する予定です(撤去計画は検討中)。

地デジを視聴するには、地デジ対応テレビまたはチューナーと、施設の撤去までに個別アンテナへの切替が必要です。

【周波数帯とテレビチャンネル】

周波数帯	VHF	ミッドバンド	VHF	UHF
テレビチャンネル	1~3	C13~C22	4~12	13~62

(※1)ミッドバンド方式とは、現在の共同受信施設を部分改修して、VHF電波の3チャンネルと4チャンネルの間にある空きチャンネル(ミッドバンド帯域)を利用して、各家庭に地上デジタル放送を送信するものです。

ミッドバンド方式で地デジを視聴するときは、テレビまたはチューナーによりCATVパススルーとしてチャンネルの設定を行ってください。なお、増幅させる装置を設置しているときは、取替が必要となる場合があります。詳しくは、電器店などにお問い合わせください。

# 地デジの準備はお早めに

アナログ方式のテレビ放送は平成23年7月24日までに終了します。地上デジタルテレビ放送「地デジ」へ完全に移行するまでと約1年。市内では、テレビ放送を個別のアンテナで受信している方や共同受信施設から受信している方など、さまざまな方法でテレビを視聴しています。今月の焦点では、地デジを視聴するときに必要な設備などについてお知らせします。直前であわてることのないよう、早めに準備をしましょう。

## ◎ 基地周辺区域を除く共同受信施設設置区域の方は？

現在、基地周辺共同受信施設設置区域以外に設置されている共同受信施設から受信している方は、区域により必要な設備が異なります。

**● 小中学校の共同受信施設から受信している方**

泉沢小学校、向陽台・北斗中学校の周辺で、共同受信施設から受信している区域は、地デジで受信障害は解消されます。地デジを視聴するには、共同受信施設から個別アンテナへの切替が必要です。

アナログ放送の終了後、現在の共同受信施設は撤去する予定です。個別アンテナへの切替を行ってください。

**● 新星・蘭越地区の共同受信施設から受信している方**

この区域は、地形の影響で受信電波が弱いため、地デジは共同受信施設から送信します。

市は、今年度中に共同受信施設の地デジ対策工事を行います。工事などの詳細は、決まりたい説明会などでお知らせします。

**各家庭で個別アンテナを設置する必要はありません。**

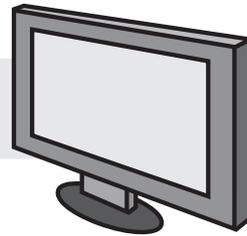
※市以外が設置する共同受信施設から受信している方の対応は、それぞれの管理者などにお問い合わせください。

## ◎ 視聴に必要な設備を確認しましょう！

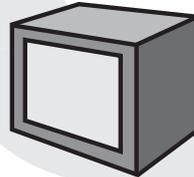
地デジを視聴するためには、**地デジ放送対応テレビまたはチューナーとUHF個別アンテナ**が必要です。



(※2)  
**UHF個別アンテナ**  
現在アンテナで視聴している方や今後も共同受信施設から受信する方は、アンテナを設置する必要はありません。



地デジ放送対応テレビ



アナログテレビ +



地デジ放送対応チューナー

この記事の詳細は・・・

- **地上デジタル放送の全般について**  
総務省地デジコールセンター  
☎ 0570(07)0101  
※IP電話からは ☎ 03(4334)1111  
デジサポ道央 ☎ 011(351)1155
- **個別アンテナ設置の助成について**  
建設部電気設備課地デジ助成窓口  
☎ (24)0324
- **基地周辺、新星・蘭越地区共同受信施設について**  
建設部電気設備課  
☎ (24)3131 (内線 404、405)
- **小中学校の共同受信施設について**  
教育委員会企画総務課施設係  
☎ (24)3131 (内線 524)

基地周辺共同受信施設、  
小中学校の共同受信施設  
→ 個別アンテナへ切替を行う方へ



## アンテナ設置費用を助成します

地デジで受信障害が解消される区域では、アナログ放送の終了後、共同受信施設を計画的に撤去します。地デジを視聴するには、共同受信施設から個別アンテナへの切替が必要です。

市は、アンテナ設置の費用の一部を助成しています。

**【助成額】** アンテナ設置費用の2分の1(上限17,500円)

**【助成期間】** 平成28年3月31日まで

**【申込窓口】** 市役所西庁舎1階 電気設備課窓口  
(平日の8時45分～17時15分)

※詳細は、市ホームページ「屋外アンテナ設置助成」のページ、広報ちとせ11月号号外で紹介しています。

企画部

「協働事業」(市提案型)の実施団体を募集します

募集

本庁舎  
2階

市民協働推進課市民協働推進係 ☎(24) 0 4 5 2

名称	内容	実施時期	実施場所
ジュニア景観士講座 「子どもまちなみ探検隊」	市内の小学3～6年生を対象に、景観に対する意識を高めるため、タウンウォッチングやまちめぐりワークショップを行う。	各年度 1回以上	指定なし
こども環境教室事業	クイズやゲームを楽しみながら、地球温暖化について知り、環境について学ぶ「こども環境教室」を行う。	各年度 2回以上	指定なし
名水と遊ぼう～キッズサマーフェスタ～	ナイバツ川に自生する水生生物の採取や観察、自然と水を楽しむレクリエーションを行う。	各年度 1回 (7月下旬～ 8月上旬の 1日以上)	名水ふれあい公園

平成23年度から行う協働事業  
(平成23年4月～平成25年3月)  
の実施団体を募集します。

【募集事業】左の表のとおり

【対象】構成員が5人以上で、会則や規約があり、おおむね1年以上市内で活動し、「千歳市市民公益活動団体」に登録している市民活動団体

【費用】事業に必要な経費は、事業の収入見込み額を差し引いた全額を市で負担します(飲食費や運営費などを除く)。

【申込方法】8月31日(火)までに申請書類(市指定用紙)で市民協働推進課に申し込み

※後日、事業の進め方についての企画発表をしていただきます。

市民協働リーダー養成講座  
参加者募集

募集

市民協働推進課  
市民協働推進係  
☎(24) 0 4 5 2

本庁舎  
2階

市民協働のリーダーとしての技術や知識を学ぶ講座を開催します。

【対象】市内に居住または通勤・通学し、まちづくりに関心のある方

【日程】8月～平成23年2月(全10回) 総合福祉センターなど

【受講料】2,000円

【定員】25人程度

【申込方法】申込書に記入のうえ、持参または電話、Eメールで申し込み

【申込期限】8月10日(火)

【申込先・詳細】市民協働推進課  
市民協働推進係 ☎(24) 0 4 5 2

Eメール [shiminkyodo@city.chitose.hokkaido.jp](mailto:shiminkyodo@city.chitose.hokkaido.jp)

市民版まちめぐりガイドバス

参加

広報広聴課  
広聴係  
☎(24) 0 1 0 8

本庁舎  
2階

【とき】7月29日(木) 9時～16時(市役所1階市民ロビーに集合)

【コース】新千歳空港国際線ターミナルビル・東京航空局新千歳空港事

務所など

【参加料】無料

【定員】35人(抽選)

【申込方法】7月12日から14日までに電話で申し込み

※昼食は各自でご用意ください。



市指定ごみ袋用外袋の広告  
掲載者を募集します

募集

廃棄物対策課  
廃棄物対策係  
☎(23) 2 1 1 0

環境  
センター

【対象】市内の企業・事業所

【広告方法】市指定ごみ袋用外袋(10リットル、20リットル、40リットル)の燃やせるごみ用と燃やせないごみ用の6種類)に広告を掲載

【広告期間】平成22年11月頃から1年間程度

【募集期限】7月23日(金)

※広告料や応募方法などは、市のホームページでご覧になれます。応募できない業種や事業所などがあります。

# いんふおめ。

**国民年金保険料を納めることが困難なときについて**

**くらし** 市民課  
年金係  
☎(24)0267  
本庁舎1階③番

経済的な理由などで国民年金保険料(定額保険料月額1万5,100円)を納めることが困難なときは、申請により保険料の納付が免除される制度があります。

【免除の対象となる所得基準】本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が左下の表の計算式で算出した所得基準の範囲内であること

【免除になったときの納付額】平成22年度の額は左下の表のとおり  
※「免除になったときの納付額」を納めたときは、将来受ける年金額に一部反映されます(反映額は納付額により異なります)。また、納めなかったときは、その期間の一部免除が無効(未納と同じ)になり、将来の老齢基礎年金の額に反映されなくなります。この場合、障がいや死亡など不慮の事態が生じても年金の受け取りができなくなる場合があります。

【免除期間】平成22年7月分〜平成23年6月分

【申請に必要なもの】

- ・年金手帳(基礎年金番号通知書)・印鑑
- ・源泉徴収票など平成21年分の所得を明らかにする書類(平成22

年1月1日現在の住所が市外の方のみ)  
離職日が平成21年3月31日以降の雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証(失業が申請理由の方のみ)

**●そのほかの免除制度**

30歳未満の方は「若年者納付猶予制度」、学生の方は「学生納付特例制度」があります。いずれも申請が必要になりますので、市民課年金係でご相談ください。

	免除の対象となる所得基準	1か月の納付額	年金額への反映割合
全額免除	57万円+扶養親族の人数×35万円	0円	1/2
1/4納付(3/4免除)	78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額など	3,780円	5/8
半額納付(半額免除)	118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額など	7,550円	3/4
3/4納付(1/4免除)	158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額など	11,300円	7/8

**国民健康保険に加入している方へのお知らせ**

**くらし** 国民健康保険課  
国保給付係  
☎(24)0274  
本庁舎1階④番

現在、市が交付しているつぎの受給者証・受療証の有効期限は、平成22年7月31日です。

新しい受給者証・受療証は、7月下旬、住民登録されている住所に郵送します。

- 国民健康保険高齢受給者証
- 国民健康保険特定疾病療養受療証

**宝くじの助成金を地域振興にご活用ください**

**くらし** 市民生活課  
市民生活係  
☎(24)0183  
本庁舎3階

財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業は、全国自治宝くじの普及広報事業費として、住民のコミュニティ活動の発展と、宝くじの普及広報を目的に行われています。

千歳では、長都駅前町内会や泉沢向陽台町内会連合会の備品購入などに助成されており、これからの地域コミュニティ活動の充実に大変役立つものと期待されます。

詳しくは、市民生活課にお問い合わせください。

**葬斎場動物用火葬炉の使用を休止します**

**くらし** 市民生活課  
生活環境係  
☎(24)0261  
本庁舎3階

葬斎場に設置している動物用火葬炉は、補修のためつぎの期間の使用を休止します。

【休止期間】7月14日〜24日

※動物用火葬炉のご利用は、事前に葬斎場(☎(22)2250)にお申し込みください。



**子育てカウンセリング**

**相談** 子育て推進課  
児童相談係  
☎(24)0935  
本庁舎1階⑦番

子育てについて、わからないことなど抱えている悩みを臨床心理士に話してみませんか。

【対象】18歳未満の子どもの保護者

【とき】7月23日(金)、8月20日(金)、9月17日(金)(10時30分〜17時)

【ところ】ちとせつこセンター

【相談料】無料

【申込方法】事前に児童相談係へ電話で申し込み

**戦没者追悼式を行います**

**参加**  
福祉課  
総務係  
☎(24)0292  
本庁舎 1階⑨番

**【とき】** 7月28日(水) 11時〜

**【ところ】** 青葉公園内「恒久平和祈念の碑」前

※荒天時は、市民文化センター中ホールで行います。

**介護予防活動を行う団体の事業経費を補助します**

**補助**  
高齢者支援課  
介護相談・予防係  
☎(24)0294  
本庁舎 1階⑨番

**【対象】** 閉じこもり・認知症・うつ病の予防やその方の支援など、介護予防活動を目的とし、おおむね10人以上の高齢者を対象にした左の表の事業を行う団体

事業内容と補助金限度額	
①	スポーツなどの健康増進を目的とした事業 3万円
②	栄養改善などを目的とした事業 5万円
	農園運営などを目的とした事業 活動の成果を敬老会や展示会などで発表することを目的とした事業
③	子どもへの指導活動や交流を目的とした事業 8万円
	高齢者サロンなどの開設事業
	介護予防教室などの開設事業 清掃や花壇整備など地域に貢献する事業

※補助率は①50%②75%③100%。複数の事業を実施したときは、10万円が限度となります。

**【配布・申請期間】** 7月12日〜23日

**低所得者の介護保険料の減免について**

**くらし**  
高齢者支援課  
介護保険係  
☎(24)0297  
本庁舎 1階⑨番

65歳以上の方の介護保険料は、所得段階別の6段階に設定されています。このうち特に収入が低いと思われる方には、保険料の一部を減免しています。

**【減免対象】** 保険料段階が第3段階(世帯全員が市民税非課税の方)または第4段階(本人が市民税非課税で世帯員に市民税課税者がいる方。第4段階特例含む)で、つぎの条件すべてに該当する方

①世帯全員の前年の年間収入合計額(恩給、年金、仕送り、贈与含む)がつぎの額以下の方

単身世帯	2人世帯	3人世帯	4人世帯
100万円	150万円	200万円	250万円

※世帯員1人増ごとに50万円加算  
②扶養義務者から健康保険や税法上の扶養を受けていない方  
③世帯全員の現金、預貯金、国債や地方債の合計が350万円以下  
④世帯全員が証券、株券などを保

**廃棄物対策課 ☎(23)2110**

美々ちゃんの  
**ごみひとくちメモ**

**リサイクルフェスティバルを開催します!**

内容・フリーマーケット、自転車無料抽選会、リサイクル品の展示即売会など  
とき・7月24日(土) 10時〜14時(雨天時は25日に順延)  
ところ・グリーンベルト「おまつり広場」(幸町4丁目)  
詳細・(財)千歳市環境保全公社 ☎(26)1213

**<古衣料を回収します>**

フェスティバル当日、綿50%以上の古衣料を回収します。

**<生ごみ堆肥化の説明をします>**

フェスティバルでは、段ボールを利用した生ごみの堆肥化方法を説明します。また、実際に堆肥化に取り組んでいただける方先着100人に堆肥化セットを無料で配布します。



有してないこと  
⑤世帯全員が自己居住用以外に不動産(農地を除く)を所有してないこと

**【保険料の額(年額)】**

段階	減免前	減免後
段階第3	28,250円	18,830円
段階第4	32,960円	18,830円
段階第4特例	37,670円	18,830円

**【申請に必要なもの】** 申請書(介護保険担当窓口で配布)▼介護保険被保険者証か納付通知書▼平成

**北海道介護支援専門員実務研修受講試験のお知らせ**

**試験**  
高齢者支援課  
介護認定係  
☎(24)0298  
本庁舎 1階⑨番

介護支援専門員(ケアマネジャー)実務研修受講試験が、10月24日(日)に実施されます。試験案内をつぎのとおり配布します。

**【配布期限】** 7月28日(水)  
**【配布場所】** 高齢者支援課



平成13年度から22年度までのまちづくりの指針となる  
新長期総合計画  
「21☆千歳きらめきプラン」  
将来都市像のロゴデザイン

今月の  
ごみ減量標語

ぶんべつだ いらぬゴミも ふっかつだ

標語作成者 たかしま しょうだい 高島 将大 さん(小4)

### 非常勤職員（管理栄養士）を募集します

**募集** 健康指導課  
特定健診係  
☎(24)0768  
保健センター

**職種と人員** 管理栄養士 1人  
**勤務内容** 特定健康診査および特定保健指導業務（相談、教室、訪問指導）

**資格** 昭和26年4月1日以降に生まれ、管理栄養士の資格と普通自動車運転免許証を有し、パソコン操作が可能な方

**勤務場所** 総合保健センター  
**勤務条件** 週20時間程度（1日3〜7時間程度）

**報酬** 時給940円（交通費別）  
**試験日** 8月中旬（詳しくは後日連絡します）

**試験内容** 書類選考と面接  
**任用期間** 平成22年9月1日〜平成23年3月31日

**申込書類** 市指定履歴書（健康指導課で配布、または市ホームページに掲載）、資格証明書の写し  
**申込期間** 7月12日〜8月6日

### 障がい者地域自立支援協議会委員を募集します

**募集** 障がい者支援課  
障がい福祉係  
☎(24)0327  
本庁舎1階⑧番

**内容** 障がいのある方の地域での暮らしなどの課題についての話し合い

市役所しんぶん

**対象** 市内に居住する満20歳以上で年数回の会議に出席できる方  
**募集人員** ▼障がいのある方または障がいのある方の家族 2人程度▼市民 1人程度

**申込方法** 応募用紙と作文を提出  
**申込期間** 7月12日〜8月6日

### 仕事と家庭の両立推進に関する調査にご協力を

**子育て** 子育て推進課  
子育て計画係  
☎(24)0341  
本庁舎1階⑦番

7月中旬から民間事業所を対象に「企業における仕事と家庭の両立推進に関する調査」を行います。

この調査は、子育てしやすい社会づくりを進めるため、職場における仕事と家庭の両立支援の取組状況や事業主の皆さんの考えを把握し、市独自の新たな両立推進事業を検討する資料にするためのものです。

調査対象となる事業所に調査票を郵送しますので、ご協力願います。

### 保健福祉調査研究委員会の委員を募集します

**募集** 福祉課  
総務係  
☎(24)0292  
本庁舎1階⑨番

**職務内容** 保健福祉施策を進めるための調査研究

**対象** 市内に居住する満20歳以上の方  
**募集人員** 2人

**任期** 平成22年9月1日から2年間 ※会議は年数回開催。報酬支給。  
**申込方法** 任意の用紙に、住所、氏名、年齢、職業（職歴）、電話番号、「保健福祉についての作文（テーマ自由・400字程度）」を記入し、持参または郵送で申し込み

**申込先** 〒066-8686 東雲町2丁目34 保健福祉部福祉課総務係  
**申込期限** 7月23日（金）



### 苔の洞門の实地調査員を募集します

**募集** 観光振興課  
観光事業係  
☎(24)0366  
本庁舎4階

苔の洞門は、平成13年に入口付近の岩盤が崩落し、洞門内への立ち入りが禁止されています。今後どのような開放が可能かを研究するため、洞門内部へ立ち入る实地調査を行います。参加を希望される方はお申し込みください。

**調査予定日** 8月22日（日）、9月15日（水）、10月2日（土）

**参加料** 1,500円  
**定員** 各回10人程度（抽選）  
**申込開始** 7月21日（水）  
**申込方法** 市指定の申込用紙で各調査予定日の2週間前までに申し込み

※ガイド付き。荒天時中止。



苔の洞門



### 共同住宅の水道料金が割安になる制度があります

**制度** 料金課  
料金係  
☎(24)3253  
水道局庁舎1階

共同住宅など1つの水道メーターで水道料金を支払う場合、1戸あたりの平均使用量にもとづいて料金を算定する制度により、料金が割安になることがあります。

**申請方法など** 建物所有者からの申請が必要です。建物の構造などの要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。



今月は固定資産税・都市計画税第2期の納入月です。  
市税納入休日相談日は7月25日（日）8時45分〜17時15分です。  
納税相談はお早めに。

information



は部局の名称

は担当の施設場所



は問い合わせ先電話番号です。

市役所いんぷおめ



幼稚園の入園料・保育料を補助します

子育て

企画総務課  
総務係  
☎(24)0819

教育委員会  
庁舎2階

【対象】平成22年度の市民税所得割額が183,000円以下の世帯で、つぎのいずれかに該当する方

○市内に在住し、知事が認可する幼稚園に、平成16年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた幼児を通園させている方  
○市内に在住し、「幼稚園を活用した子育て支援としての2歳児受入」事業で平成19年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた幼児を通園させている方

【補助金限度額】ひとり年額299,000円

【提出書類】

○保育料等減免措置に関する調書  
○平成22年度の市民税・道民税特別徴収税額通知書または市民税・道民税納税通知書の写しなど

【提出先】通園している各幼稚園

【提出期限】8月27日(金)

☎066-8686

千歳市東雲町2丁目34番地

☎(24)3131(代) FAX(22)8852

ホームページアドレス <http://www.city.chitose.hokkaido.jp/>

市役所

# いんぷおめ

①千歳市民文化賞・市民文化奨励賞の候補者推薦募集

募集

生涯学習課  
社会教育係  
☎(24)0848

教育委員会  
庁舎1階

【推薦対象】○市民文化賞：おもに市内で活動し市の文化の向上と振興に貢献された個人または

団体▼個人：10年以上市内に居住し20年以上活動している方▼団体：20年以上活動している団体○市民文化奨励賞：おもに市内で文化活動に励み今後も意欲的な活動が期待される個人・団体

②千歳市スポーツ賞・スポーツ奨励賞の候補者推薦募集

募集

スポーツ課  
スポーツ振興係  
☎(24)0855

教育委員会  
庁舎1階

スポーツの普及振興に寄与し、その功績が特に顕著な方に「千歳市スポーツ賞」を、スポーツの分野において奨励するにふさわしい成績を収めた方に「千歳市スポーツ奨励賞」を贈呈します。

【推薦対象】スポーツ賞は千歳市で20年以上の活動を、スポーツ奨励賞はおおむね10年以上市内に在任、所在する個人または団体

①・②共通事項

【推薦方法】推薦書(市指定用紙)を各担当課に提出

【推薦期限】8月6日(金)

国民健康保険料の納付は  
安心・便利な口座振替で

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

今月は国民健康保険料  
2期の納付月です

国民健康保険課国保収納係  
☎(24)0287  
本庁舎1階4番

心の教室相談員の募集

募集

青少年課  
生徒指導係  
☎(24)0859

教育委員会  
庁舎2階

【募集人員】1人

【対象】教職員経験者や青少年団体指導者、カウンセリング経験者など  
【勤務内容】子どもたちの悩みごとや心配ごとの相談など

【勤務場所】市内小学校  
【勤務時間】1日4時間(週2回)

【報酬】1時間1,000円

※交通費含む

【応募方法】7月20日(火)までに写真付き履歴書を持参



助産師(正職員)募集

募集

総務課総務係  
☎(24)3000  
内線233

市民病院  
2階

【資格】昭和45年4月2日以降に生まれ、助産師の資格を有し、3交代勤務ができる方

【初任給】平成22年度初任給

大学卒者 201,100円

短大3卒者 188,900円

※経験に応じた加算、各種手当あり

【試験日程】随時(適性検査、面接)

※合格者は、身体検査書を提出していただきます。

【申込方法】試験申込書・履歴書(市指定用紙)、資格証明書の写しを提出(郵送可)

※申し込みは随時受け付けます。

※正職員以外の看護職員も随時募集しています。

【申込先】☎066-8550 北光2丁目1-1 千歳市民病院総務課総務係

information



※総合保健センターは総合福祉センター1階です。

**集団健診**

**保健センター集団健診**

【とき】8月24日(火)、25日(水)、  
26日(木、女性のみ)  
(7時～10時30分)

【ところ】総合保健センター

内容	対象	料金 (市国保)
フレッシュ健診	19歳～39歳の男性	1,000円 (1,000円)
さわやか健診 (注1)	19歳～39歳の女性	1,000円 (1,000円)
いきいき健診	40歳以上の生活保護受給者	無料
国保特定健診 65	65歳～74歳の市国保加入者	( 500円)
はつらつ健診 75	65歳以上の後期高齢者医療制度加入者	無料
胃がん	40歳以上の方	1,500円 ( 500円)
大腸がん		1,000円 ( 300円)
肺がん		500円 ( 100円)
肝炎ウイルス	40歳～74歳の検査治療を受けていない方	800円 ( 800円)
前立腺がん	50歳以上の男性	1,000円 ( 300円)
エキノコックス症 (注2)	今回の「健診」を受診される方	無料
生活機能評価 (注3)		

※注1 26日のみの受診

※注2 対象はエキノコックス検診を過去5年間受けていない方

※注3 対象は要支援・要介護認定を受けていない国保特定健診65か、はつらつ健診75を受ける方

※70歳以上の方、65歳以上で障害認定4級以上の方、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は、がん検診と肝炎ウイルス検診が無料になります。

※健(検)診の受診は1人年度内1回までです。

**あおぞら検診**

【とき】①8月23日(月)  
(11時45分総合保健センター出発)  
②8月31日(火)  
(8時15分総合保健センター出発)

【ところ】札幌がん検診センター

【定員】①40人 ②50人  
(バスで無料送迎)

【対象】下の表の対象年齢のうち、偶数月生まれの女性(2年に1度の受診)

内容	対象	料金 (市国保)
乳がん	40歳以上	2,000円 (1,300円)
子宮がん	20歳～29歳	2,000円 (2,000円)
	30歳以上	2,000円 ( 800円)

※女性特有のがん検診無料クーポン券を利用できます。

**《共通事項》**

※申込時間は8時45分から17時15分までです(申込順)。

※「対象」の年齢は、平成22年4月1日から平成23年3月31日までに達する年齢です。

※事業所で同様の検査を受けている方や生活習慣病などで通院治療中の方は受診できない場合がありますので、ご相談ください。

●健(検)診のお申し込みは…

**健(検)診申込専用ダイヤル**  
☎(24) 0617

●健(検)診の詳細(申込不可)…  
健康指導係 ☎(24) 0364

**学ぶ**

**子育てを学びましょう**

総合保健センター

**わくわくママクラブ～出産コース～**

【内容】妊婦体操、赤ちゃんとの過ごし方など

【対象】市内に住む妊娠中の方

【とき】8月16日(月)10時～11時30分

健康母子係 ☎(24)0771

**予防接種**

**BCG予防接種**

13時～14時/申込不要  
総合保健センター/母子手帳持参

月日	対象
8/9(月)	平成22年4月16日～30日生まれと4～5か月児
8/27(金)	平成22年5月1日～15日生まれと4～5か月児

予防接種係 ☎(24)3148

**相談**

**出前健康相談**

保健師による健康相談、血圧測定など  
**8月25日(水)** 10時～12時  
図書館/申込不要

**健康相談**

医師、保健師、栄養士、歯科衛生士による健康相談、血圧測定、尿検査など

**8月30日(月)**

9時30分～11時30分と13時～16時  
(医師の相談は13時～15時、歯科衛生士の相談は9時30分～11時30分)

総合保健センター/申込不要

健康指導係 ☎(24)0364

**育児相談**

身長・体重測定、発達や栄養の相談

**8月2日(月)、23日(月)**

9時30分～11時30分と13時～15時30分  
総合保健センター/申込不要

健康母子係 ☎(24)0771

**フッ素塗布・歯科相談**

1年以内に千歳市で1歳6か月児・3歳児健診を… 【受けた幼児】

**8月2日(月)、9日(月)、23日(月)**

【受けていない1歳～就学前の幼児】

**8月27日(金)**

9時30分～11時30分と13時～15時  
※料金800円・母子手帳、歯ブラシ持参  
総合保健センター/申込不要

健康母子係 ☎(24)0771

**参加**

**健康づくり教室**

総合福祉センター402号

**若々しさを保つお口の手入れ**

【内容】飲み込みにくさ、むせなど口の手入れのコツ

【講師】瀧川 裕子 氏 (歯科衛生士)

【とき】8月18日(水)10時～11時30分

【受講料】無料 【定員】30人

健康指導係 ☎(24)0364

千歳市民のための

**ちとせ健康・医療相談ダイヤル24**

フリーダイヤル 24時間 無休でどこどこ

☎0120(24)6922

看護師や医師などが24時間、からだの症状や応急手当法などの相談をお受けします。

※非通知設定の電話からは利用できません。

※IP電話からは

☎03(3839)5604へ(通話料有料)



**声①** 赤ちゃんができました。通勤してきたばかりでどのように手続きをするのかよく分かりません。知人でもないので不安です。妊娠したときの手続きや過ごし方について教えてください。



妊娠に気づいたら、元氣な赤ちゃんを迎えるための準備をしましょう。

○母子健康手帳を受け取りましょう

母子健康手帳は、妊娠経過や出産、赤ちゃんの発育など健康に関するお母さんと赤ちゃんの大切な記録です。妊娠がわかったら早めに母子健康手帳を受け取りましょう。この手帳は、総合保健センター（総合福祉センター1階）で交付しています。

○妊婦定期健診を受診しましょう

妊娠は病気ではありませんが、身体にさまざまな変化が起こります。決められた時期に妊婦定期健診を受けましょう。受診費用が減額される妊婦一般健康診査受診票と超音波検査票を母子手帳と合わせて渡していますのでご利用ください。

○周囲の方やパートナーに協力してもらいましょう

妊婦さんの健康や心の安定には、周囲の方の理解と協力が必要です。特にパートナー（夫）のいたわりや励ましが大切です。

## 妊娠と分かったらどのような手続きをするの？

《20歳代女性》

市は、妊娠中に協力できることやお父さんになるための心構えなどについて学ぶ両親学級「体験パパクラブ」を開催しています。是非、お二人で参加してください。

○ママ友達をつくりましょう

赤ちゃんはとてかわいい存在ですが、育児は大変なことでもあります。一緒に楽しんだり、不安な気持ちを分かち合えるママ友達をつくりましょう。

妊婦さん向け教室の「わくわくママクラブ」は、妊娠や出産、育児についての情報を提供するほか、仲間づくりの場として利用されています。気軽に参加してください。

出産までの期間は、休息や睡眠、栄養を十分とり、ゆったりと過ごしましょう。

健康推進課健康母子係  
☎(24)07771



マタニティマーク。妊婦さんへのやさしい気遣いが大切です。

### 【ワンポイントメモ】

マタニティマークをご存知ですか？このマークは、妊婦さんにやさしい社会をつくるためのものです。妊娠初期の妊婦さんは、外見上はわからないためこのマークが目印になります。マタニティマークをつけている女性を見かけたら、席を譲るなどの気遣いをお願いします。



「声のラン」では、おもに「市長への手紙・ポスト」や「広報広聴モニター」の声と、その答えをご紹介します。そのほか皆さんからの一般的な質問などもご紹介しますので、普段から疑問に思っていることなどを、お手紙などでお寄せください。ただし、ほかの市民にも参考になる内容を採用させていただくため、個人的なことなどすべてを掲載することはできません。また、質問の内容を確認する必要上、お手紙には必ず連絡先と名前をご記入ください。【〒066-8636 / 千歳市東雲町2丁目34 / 千歳市企画部広報広聴課 宛】



電気設備課長  
きくち あきら  
菊地 昭

ワンポイント紹介

90  
きゅうじゅう

共同受信施設や公共施設の電気設備の適正な管理を進めます！

### ◎ 電気設備課 [西庁舎 1階]

今年4月に新設した電気設備課は、共聴施設係、電気設備係、主査（地デジ担当）の3係5名体制で、公共施設の電気設備の整備や維持管理などを担当しています。

共聴施設係は、基地周辺共同受信施設の更新工事などを行っています。

電気設備係は、学校や公営住宅などの公共施設の電気工事、新星・蘭越地区共同受信施設の維持管理などを行っています。

主査（地デジ担当）は、基地周辺共同受信区域内の受信相談や地上デジタル放送の開始に伴う「受信障害が解消される区域」にお住まいの方を対象とした基地周辺共同受信区域内屋外アンテナ設置費の助成などを行っています。

環境にやさしいまちづくりを進めるため、現在、建設を予定している公共施設などでの省エネルギー型の照明器具の設置や太陽光発電の採用など、自然エネルギーの活用に取り組んでいます。

#### 【お問い合わせは】

共聴施設係

☎(24)0135

電気設備係

☎(24)0754

主査（地デジ担当）

☎(24)0324

『声のラン』～声の「花」を咲かせましょう！

## 声<sup>2</sup>

市議会は、私たち市民の生活にとっても大切なことを決めています。一度、市議会を見学したいと思います。だれでも見る事ができるのでしょうか？

## 答<sup>2</sup>お答え

市議会は、皆さんが市民の代表として選んだ議員で構成され、市の予算や条例などの重要な事項を審議し、決定する機関です。市議会には、議案などを審議して市議会の最終的な意思を決定する「本会議」と、事項ごとに分担を決めて専門的な審査を行う「委員会」があります。市長の市政に関する報告や各議員の議案、市政全般に関する質問は本会議で行います。本会議や委員会は、

市議会は、皆さんが市民の代表として選んだ議員で構成され、市の予算や条例などの重要な事項を審議し、決定する機関です。市議会には、議案などを審議して市議会の最終的な意思を決定する「本会議」と、事項ごとに分担を決めて専門的な審査を行う「委員会」があります。市長の市政に関する報告や各議員の議案、市政全般に関する質問は本会議で行います。本会議や委員会は、

議会事務局総務課調査係  
☎(24)0791

市の組織には、90種類の課（セクション）があります。（平成22年4月1日現在、派遣職員は所屬を除く）皆さんは、市役所がどのような「しごと」をしているのかご存じですか？

# 市議会はだれでも傍聴でき きるの？

ぼうちょう

《60歳代男性》

おおむね13時から開会しています。本会議は、3月、6月、9月、12月の年4回開催しています。

市議会は公開しており、簡単な手続きで、どなたでも傍聴することができます。議会の日程や傍聴方法など、わからないことがありましたら、議会事務局へお問い合わせください。

市議会の傍聴は、市民の皆さんが選んだ議員が皆さんの意思をどのように市政に反映させているかを知ることができ、市議会に足を運び傍聴してみてください。



## 広報ちとせは町内会に加入しないともらえないの？

市は、「広報ちとせ」と「市民カレンダー」の配布を市内の業者などに委託し、「広報ちとせ」は毎月10日までに、「市民カレンダー」は毎月1日までにお届けしています。どちらも市内のすべての家庭にお届けしていますので、町内会の加入に関係なく受け取ることができます。市内に新しく転入した方や表札がなく入居状況が分からないことがありますので、届かないときは広報広聴課までお知らせください。

【詳細】広報広聴課広報係 ☎(24)0104

### 【ワンポイントメモ】

市議会の日程は、市ホームページやちとせ市議会だより、公共施設でのポスターの掲示でお知らせしています。議場で開かれる本会議などは、市ホームページから生中継で配信していますのでご覧ください。

## 案内

「いまさら、なかなか聞けないわ」ということはありませんか？小さなことでも、正しく理解していただくために、「イマハナ」コーナーでは、皆さんのささやかな疑問にお答えします。

### カモフラージュメイク カウンセリング体験会

対 象・肌にしみやそばかす、やけど、あざなどがある方  
と き・7月24日(土) 13時～17時  
ところ・市民文化センター  
受講料・カウンセリング 無料  
メイク体験 600円(材料費)  
申込方法・事前に電話で申し込み  
**申込先・詳細** 諸角 ☎090(1529)8171

### 青少年防衛講座 隊内生活体験をしませんか？

内 容・基地・航空機の見学、パイロットとの懇談、ビデオ鑑賞、救助訓練見学など  
対 象・中学生、高校生  
と き・7月27日～29日(2泊3日)  
※27日は9時30分までに航空自衛隊千歳基地正門に集合  
ところ・航空自衛隊千歳基地  
参加料・3,500円 ※当日納入  
定 員・50人(申込順)  
**申込先・詳細** 航空自衛隊第2航空団 監理部広報室「青少年防衛講座」係 ☎(23) 3 1 0 1 内線 2 2 1 8

### 介護予防教室 「健康はお口から」

内 容・夏を乗り切る食事を考える  
対 象・市内に住む65歳以上の方  
と き・7月29日(木)  
10時30分～12時30分  
ところ・総合福祉センター3階調理教室  
受講料・無料 定員・20人(申込順)  
**申込先・詳細** やまとの里在宅介護支援センター ☎(27) 7 5 0 3

### 赤十字救急法救急員養成講習会

内 容・応急手当、心肺蘇生法、AEDなど  
対 象・15歳以上の方  
日 程・7月31日(13時～17時30分)  
8月7、8日  
(9時30分～17時30分)  
ところ・社会福祉協議会、総合福祉センター  
受講料・3,000円 ※開講日に納入  
定 員・30人(申込順)  
※申し込みが4人以下のときは中止。  
申込方法・7月26日(月)までに電話または窓口で申し込み  
**申込先・詳細** 日赤千歳市地区事務局(社会福祉協議会内) ☎(27) 2 5 2 5



### グリーン・ツーリズム 連絡協議会の料理講習会

内 容・千歳産の野菜を使った料理講習  
講 師・小林 純子 氏(りんごの家)  
と き・7月14日(水)  
13時30分～15時30分  
ところ・総合福祉センター3階調理教室  
受講料・1,000円  
定 員・20人(申込順)  
申込期限・7月12日(月)  
持ち物・エプロン、バンダナ、持ち帰り用容器  
**申込先・詳細** 千歳市グリーン・ツーリズム連絡協議会事務局(農業振興課内) ☎(24) 0 6 1 0

### 初心者書道講座

講 師・石田 壱城 氏(道展審査会員)  
と き・7月16日(金)  
14時30分～15時30分  
ところ・市民文化センター2階美工室  
受講料・無料  
**申込先・詳細** 岩倉 ☎(27) 0 2 3 7

### みんなで楽しく子育て!! アリスの子育て講座

内 容・親子で楽しむファーストサイン  
対 象・0歳～2歳半の幼児と親  
と き・7月23日(金)10時～11時30分  
定 員・18組(抽選)  
申込期間・7月12日～16日  
**会場・申込先・詳細** アリスこどもセンター(勇舞1丁目) ☎(24) 8 3 4 1 FAX(24) 7 0 2 1

### 新千歳空港国際化フォーラム

内 容・基調報告とパネルディスカッション  
演 題・新千歳空港国際線旅客ターミナルの供用開始と今後の展望  
と き・7月23日(金) 14時～16時  
ところ・ホテル日航千歳  
入場料・無料  
申込方法・7月22日(木)までに電話かFAXで申し込み  
**申込先・詳細** 千歳商工会議所 ☎(23) 2 1 7 5 FAX(22) 2 1 2 2

# たうん が い ど

みんなの情報 広場

## TOWN GUIDE

「たうんがいど」の原稿締切日は発行月の前月10日です

FAX、持参、郵送のいずれでもかまいません。広報広聴課 FAX(22)8852

掲載案内



### 終戦当時の引揚者の方へ

税関では、終戦当時に税関や海運局などに預けられた通貨・証券などをお返ししています。

申し出は、家族の方もできます。

**詳細** 札幌税関支署千歳出張所

☎(45) 7 0 5 5

### 北海道苦情審査委員制度をご利用ください!

道の行政運営や制度などで、皆さんが不利益を受けたときなどの苦情は、北海道苦情審査委員会が電話・FAX・Eメールで受け付けます。

苦情の解決に向け、中立な立場から素早く対応します。

※制度の概要などは、道のホームページ(<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/>)でご覧になれます。

**詳細** 北海道総合政策部知事室道政相談センター ☎0 1 1 (204) 5 0 2 2 FAX 0 1 1 (241) 8 1 8 1 Eメール kujyou.koueki@pref.hokkaido.lg.jp

### 開設します「行政相談所」

内 容・行政相談委員による年金や登記、道路、河川、窓口サービスなど行政への苦情、要望などの相談(無料・秘密厳守)

と き・7月22日(木)

13時30分～16時

ところ・総合福祉センター304号

**詳細** 行政相談委員

北岡(錦町3丁目) ☎(23) 9 3 6 2

山内(富丘4丁目) ☎(24) 3 2 9 1

※申込方法が「はがき（往復はがき・FAX）で申し込み」とあるものは、郵便番号、住所、<sup>ふりがな</sup>氏名（保護者含む）、年齢（学年）、電話番号、生年月日、性別、コース別の場合は希望コース名を明記のうえ、郵送してください。

### ゆかたと帯結びの無料講習会

と き・8月5日(木) 10時～12時  
ところ・鉄東コミセン

**詳細** 西川

☎(22)7017



### 花の日感謝デー 親子アレンジフラワー教室

内 容・親子でアレンジフラワー2個製作  
対 象・小学生の子供と親  
と き・8月7日(土) 10時～  
ところ・サケのふるさと館  
受講料・無料  
定 員・20組(申込順)  
申込期限・7月20日(火) 18時

**申込先・詳細** 北海道生花商協同組合  
千歳支部 今村 ☎(23)3570

### 要約筆記奉仕員養成講座

内 容・聴覚に障がいのある方に要約  
筆記で伝える奉仕員の養成  
対 象・全期間受講できる方で、要約  
筆記奉仕員として活動する  
意思のある方

と き・8月22日～12月12日  
(期間中の12日間)

ところ・道民活動センタービル「かでる  
2・7」(札幌市中央区北2西7)

受講料・無料

※テキスト代2,000円程度が別途必要。  
定 員・20人

申込方法・7月23日(金)までに郵送か  
FAXで申し込み

※申込書は社会福祉協議会で配布。

**申込先・詳細** 〒060-0002 札幌市中央  
区北2西7 道民活動センター(かで  
る2・7)4階 (社)北海道身体障害者  
福祉協会 ☎011(251)1551  
FAX011(251)0858

### 石狩管内郷土芸術祭 文芸交流大会

内 容・講演「言語表現のワナとワナ  
ワナ」

講 師・加藤 多一 氏(童話作家)

と き・8月22日(日)

10時30分～12時20分

ところ・市民文化センター4階大会議室

**申込先・詳細** 千歳市文化団体連絡協議会  
☎(22)7170(火～木曜日の10時～15時)

### 夏休み親子工作教室

内 容・小鳥のえさ台、巣箱づくり

対 象・小学3～6年生と保護者

と き・8月1日(日) 10時～15時

※昼食を持参してください。

参加料・1,000円 ※申込時納入

定 員・10組(申込順)

申込期間・7月20日～23日

(9時～16時30分)

※電話のうえ来校し、申込書に必要事項を記入。

**会場・申込先・詳細** 千歳市技能士会  
(千歳職業技術専門校内) ☎(22)2969

### 思春期子育てセミナー

内 容・演題「ファイターズの強さの  
秘訣は、食にあり」

講 師・柄澤 紀 氏(北海道日本ハム  
ファイターズ専任管理栄養士)

対 象・思春期を迎える子どもの保  
護者など

と き・8月4日(水)19時～20時30分

ところ・市民文化センター3階中会議室2

受講料・400円

定 員・40人(申込順)

保 育・2歳以上は別室、2歳未満は  
同室でお世話

申込方法・電話かFAXで申し込み

申込開始・7月12日(月)

**申込先・詳細** 生涯学習課

☎(24)0848 FAX(27)3770

### 秋のママさん教室

内 容・母子が離れて、講義やグルー  
プでの話し合いなどにより  
子育ての知識を習得する。

対 象・未就学児の保護者

と き・9月1、8、14、22、29日、10月  
6、13、20、26日、11月5日  
(10時～12時)

ところ・市民文化センターほか

受講料・4,000円

定 員・30組(申込順)

保 育・2歳以上は別室、2歳未満は  
同室でお世話

**申込先・詳細** 生涯学習課

☎(24)0848



### ちとせっこ子育て塾

#### ①こどもおやつクラブ

内 容・栄養バランスを考えたおや  
つづくり

対 象・1歳6か月～就学前の幼児  
の保護者

と き・7月28日(水) 10時～12時

定 員・20人(抽選)

申込日・7月13、14日

※保育あり(要事前予約)

#### ②ベビーマッサージ Part 3

内 容・お子さんに行うマッサージ

対 象・生後2週～8か月の乳児と母親

と き・8月20日(金) 10時～11時

定 員・16組(抽選)

申込日・8月11、12日

#### ③あそびの広場

##### 《あかちゃんランド》

対 象・3か月～8か月の乳児と親

と き・8月18日～9月29日

(隔週水曜日、全4回)

午前の部 10時～11時

午後の部 13時30分～14時30分

定 員・各17組(抽選)

申込日・8月3、4日

##### 《にこにこランド》

対 象・9か月～1歳半の乳幼児と親

と き・8月17日～10月5日

(毎週火曜日、全8回)

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時30分～15時

定 員・各17組(抽選)

申込日・7月29、30日



##### 《わくわくランド》

対 象・1歳7か月～就学前の幼児と親

と き・8月19日～10月7日

(毎週木曜日、全8回)

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時30分～15時

定 員・各20組(抽選)

申込日・8月6、7日

#### 【共通事項】

ところ①総合福祉センター3階調理教室

②③ちとせっこ子どもセンター

受講料・無料

**申込先・詳細** ちとせっこ子どもセンター

☎(40)1717(9時～17時30分)

※初めての方を優先して受け付けます。

## 神社祭の露店出店募集

対象・千歳市民で構成する団体  
とき・9月1日～3日  
説明会・7月28日(水) 10時～  
商工センター2階中会議室  
※応募者多数のときは抽選。  
**申込先・詳細** 千歳神社祭実行委員会  
(千歳青年会議所内) ☎(24) 6 8 6 8

## 放送大学 10月入学生募集

放送大学はテレビ放送などで授業を行う通信制の大学です。  
心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学分野など約300科目の中から、関心のある1科目だけでも学べます。  
授業料・1科目11,000円  
(教材費込み)  
募集期限・8月31日(火)  
※資料を無料で差し上げています。  
**詳細** 放送大学北海道学習センター  
☎0 1 1 (736) 6 3 1 8

## 警察署からのお知らせ

「清流セーフティラリー千歳・恵庭」参加チームを募集します。  
実施期間・10月31日まで  
参加資格・1チーム3人以上5人以下  
※1事業所何チームでも参加可能。  
※運転経歴、男女は問いません。  
参加料・1人630円  
※無事故・無違反チームに表彰状を贈ります。  
申込期限・7月20日(火)  
**申込先・詳細** 千歳地区交通安全協会  
☎(23) 5 0 4 7



## 自衛官・自衛官候補生募集

募集内容①一般曹候補生  
②自衛官候補生(男子)  
③自衛官候補生(女子)  
④航空学生  
資格①②③18歳以上27歳未満の方  
④高卒(見込含)で21歳未満の方  
試験日①9月18日(土)  
②9月16日(木)以降  
③9月24日または25日  
④9月23日(木・祝)  
応募方法①③④は8月1日～9月10日、  
②9月10日(金)までに所定の願書で申し込み。  
※説明会は、随時行っています。  
**応募先・詳細** 自衛隊札幌地方協力本部千歳地域事務所 ☎(23) 2 6 4 2

## パソコン講習会

内容・活用講座「ペイントでつくるプリントTシャツ」  
とき・8月28日(土)13時～15時30分  
ところ・市民ギャラリー4階  
受講料・1,300円(中学生以下500円)  
定員・22人(申込順)  
申込方法・はがき、電話、FAX、Eメールのいずれかの方法で申し込み  
**申込先・詳細** 〒066-8686 東雲町2-34  
千歳市教育委員会生涯学習課 ☎(24) 0848  
FAX(27) 3770 E-mail shogaigakushu@city.chitose.hokkaido.jp

## 家庭生活カウンセリング 研修3級講座

内容・カウンセリングの原理、教育原理、社会心理学など  
とき・平成22年10月～平成23年9月(予定)の毎週火曜日(18時30分～20時30分)と第3土曜日(10時～15時)  
ところ・社会福祉協議会ほか  
受講料・43,000円  
※審査認定料は別途15,750円  
定員・40人(申込順)  
申込期限・7月31日(土)  
**申込先・詳細** 千歳市家庭生活カウンセリング研修講座運営委員会 上野  
☎(23) 5 9 0 6



## リサイクルフェスティバル・フリーマーケット出店者募集

対象・市内に住む方  
(高校生以下は親同伴)  
とき・7月24日(土) 10時～14時  
ところ・グリーンベルトおまつり広場  
参加料・無料  
定員・55団体(申込順)  
申込期限・7月22日(木)  
**申込先・詳細** (財)千歳市環境保全公社  
☎(26) 1 2 1 3



## 自然とのふれあい教室

内容・青葉公園の自然と野草花を見ながらの散策  
講師・今野 善行 氏  
(千歳の自然保護協会会長)  
とき・8月24日(火)  
13時30分～15時30分  
参加料・無料 定員・50人(申込順)  
申込期間・7月12日～8月23日  
**申込先・詳細** (財)千歳市公園緑化協会  
☎(22) 1 1 1 7

## 普通救命講習会

内容・心肺蘇生法(成人)の実技、自動体外式除細動器(AED)の使用法、応急手当など  
対象・市内に住むまたは通勤する中学生以上の方  
とき・8月26日(木)  
18時30分～21時30分  
ところ・市民文化センター3階視聴覚室  
受講料・無料 定員・30人(申込順)  
※修了証を交付します。  
※消防本部から認定を受けた応急手当普及員のボランティアを募集します。  
**申込先・詳細** 救急指令課  
☎(23) 3 0 6 2 内線3 5 2



## 保育を語る日

内容・「絵本はもっと面白い」岸田典大の絵本パフォーマンス  
とき・8月27日(金)  
18時30分～19時30分  
ところ・総合福祉センター403号  
参加料・無料 定員・150人  
申込方法・名前、連絡先、お子さんの年齢を記入して、FAXで申し込み  
**申込先・詳細** 末広保育所  
☎・FAX(24) 9 2 0 0  
※電話問い合わせは13時30分～14時30分

## パソコン体験・学習日

内容・パソコンの基本操作の習得  
とき・日曜日 10時～16時  
火曜日 10時～13時  
金曜日 13時～16時  
※臨時に休館することがあります。  
ところ・市民ギャラリー4階  
受講料・無料(予約不要)  
**詳細** ちとせ!T市民の会  
☎0 8 0 (4047) 0 1 4 0

## つくしっこ広場

内容・季節の遊びをみんなで楽しむ  
対象・幼稚園に就園していない2歳～3歳の幼児と親  
とき・7月20日、8月18、26、30日  
(10時～11時30分)

参加料・無料

定員・各日10組(申込順)  
※2歳児と3歳児が各5組  
申込期限・各開催日の1週間前

会場・申込先・詳細 千歳つくし幼稚園  
(高台2丁目) ☎(23)0203

## 千歳川の散歩道ウォーキング

内容・ちとせウォーキングマップの「千歳川の散歩道①」コース約5kmのウォーキング

とき・7月23日(金)9時30分集合  
集合場所・総合福祉センター  
申込期限・7月22日(木)

申込先・詳細 健康推進課 ☎(24)0361

## しこつ湖自然体験クラブ「トウレップ」からのお知らせ

### ●ウトナイ湖・特定外来種オオアワダチソウ除去作業と調査

とき・7月24日(土)10時～14時30分  
集合場所・ウトナイ湖サンクチュアリネイチャーセンター駐車場  
(苫小牧市植苗150-3)

参加料・無料

### ●支笏湖ごみ拾い&まぼろしの滝「ポロソー」ハイキング

とき・8月1日(日)9時30分～15時  
集合場所・支笏湖ビジターセンター駐車場  
参加料・ごみ拾い(無料)  
ハイキング(小学生700円、中学生以上1,000円)

#### 【共通事項】

定員・20人(申込順)

申込先・詳細 しこつ湖自然体験クラブ「トウレップ」事務局 中原  
☎・FAX(29)4233

## きらめき・きると

### ●キルトの作品展

内容・ベッドカバー、タペストリー、クッション、バッグなどの展示  
とき・7月29日～31日  
(10時～17時、最終日は16時まで)

### ●カードケースづくり講習会

とき・7月29、30日(11時～15時)  
受講料・無料 定員・各日10人

#### 【共通事項】

ところ・市民ギャラリー2階

申込先・詳細 家守 ☎(23)1266

## スカイ・ビア&YOSAKOI祭

日程・7月17日(土)13時30分～20時  
市役所西口駐車場  
ニューサンロード  
YOSAKOIソーランステージほか  
・7月18日(日)11時～20時  
市役所西口駐車場  
千歳アウトレットモール・レラ  
YOSAKOIソーランステージほか  
・7月19日(月・祝)11時～19時  
市役所西口駐車場  
ステージイベント

### ◎前売り飲食券の販売

販売金額・1,000円(お楽しみ抽選券付)  
販売場所・観光振興課、商工会議所ほか

※7月15日～20日の期間、市役所西口駐車場の利用が制限されます。



詳細 観光振興課 ☎(24)0366

## 自然公園財団からのお知らせ

### ①自転車で行こう！モラップ編

とき・7月19日(月・祝)9時45分～12時

### ②滝めぐりツアー

とき・7月11、24日  
(9時45分～14時30分)

### ③イチャンコッペ山に登ろう！

とき・7月22、31日  
(9時～15時30分)

### ④初めての釣り体験！

とき・7月15、25、31日  
(9時45分～12時)

### ⑤夏休み特別お楽しみ観察会

とき・7月24日～8月16日の毎日  
(10時～12時、13時～15時)

### ⑥草木染め、あぶりだし体験

とき・7月24日～8月16日の毎日  
(10時～11時)

### ⑦ヒグマを学ぼう！

とき・7月24日～8月16日の毎日  
(13時～15時)

#### 【共通事項】

集合場所・支笏湖ビジターセンター

参加料①～⑤⑦無料 ⑥200円

定員①～④各日8人(申込順)

⑤各日、各回9人(申込順)

⑥各日20人(申込順)

申込先・詳細 自然公園財団支笏湖支部  
☎(25)2453

## 姉妹都市交流協会 会員募集

対象・姉妹都市(米国アンカレジ市・鹿儿島県指宿市)交流や国際交流に関心のある方など

年会費・団体 1口1,000円で2口以上  
個人 1口1,000円

申込先・詳細 千歳姉妹都市交流協会事務局(市民協働推進課内) ☎(24)0482

## 作品募集

### ●水と緑の絵コンクール

募集内容・身近な水と緑の自然環境をテーマとした水彩画  
・文字のっていない写生画  
・画用紙四つ切判(38cm×54cm)

対象・市内の小学4～6年生

応募期間・7月12日～9月3日

### ●花と緑いっぱい写真コンテスト

募集内容・市内で撮影した、花が咲いている公園や家の庭などの写真  
・L判～A4判

応募期間・7月12日～9月30日

～庭木をゆずります～  
・オンコ (樹高2m) 1本  
・ライラック (樹高3m) 1本  
・ゴムノキ (樹高30cm) 3鉢  
・カネノナルキ(樹高30cm) 3鉢

応募先・詳細 (財)千歳市公園緑化協会  
☎(22)1117



## 千歳中吹奏楽部定期演奏会

とき・7月19日(月・祝)開演14時  
ところ・市民文化センター大ホール  
入場料・無料

詳細 千歳中 飯田 ☎(23)3161

## 子育て支援メリーゴーランド ちびっこたちの運動会

親子で運動会に参加しませんか？  
対象・平成18年4月2日～平成20年4月1日生まれのお子さんと保護者  
とき①7月23日(金)10時～11時  
②7月24日(土)10時～11時

ところ・第2メリー幼稚園(富丘4丁目)  
参加料・無料

※バスの送迎あり

申込先・詳細 ①第2メリー幼稚園  
☎(23)5735、②メリー幼稚園  
☎(23)3329

### 子どもまちなみ探検隊

内 容・市内探検、地図作成など  
 対 象・小学3～6年生(親子参加可)  
 と き・8月9、10日(9時30分～15時)  
 ところ・千歳川沿い、駅周辺など  
 参加料・無料 定員・20人(申込順)  
 申込方法・7月20日～28日までに電話、  
 F A X、Eメールで申し込み

**申込先・詳細** まちづくり推進課  
 ☎(24)0461 FAX(22)8854  
 E-mail machi@city.chitose.hokkaido.jp



### ちとせ花めぐり見学会

内 容・花いっぱいコンクールに入賞  
 した花壇などの見学  
 と き・8月28日(土) 9時～12時  
 集合場所・公園緑化協会事務所前  
 参加料・無料 定員・30人(申込順)  
 申込期間・7月12日～8月27日  
**申込先・詳細** (財)千歳市公園緑化協会  
 ☎(22)1117



### テニス協会のナイターテニス教室

と き・8月2、4、6、10、12日  
 (19時～20時30分)  
 ところ・青葉公園テニスコート  
 参加料・会員1,000円 会員以外2,000円  
**申込先・詳細** 日原 ☎090(3112)2332

### パークゴルフ大会

対 象・コミセン設置地域以外の方  
 と き・8月20日(金) 9時10分～  
 ところ・向陽台つばさ公園  
 参加料・1,000円 定員・40人(申込順)  
 申込期間・7月20日～30日(火～金曜日)  
 (電話申込不可)  
**申込先・詳細** 千歳市コミュニティ協  
 議会連合会事務局 ☎(27)3750

### 真夏のママチ川 K I D ' S 生き物観察と川遊び

内 容・水生昆虫や魚などの観察  
 対 象・小学生以上の方  
 ※小学3年生以下は保護者同伴  
 と き・8月7日(土) 9時～15時  
 集合場所・市役所西口駐車場  
 参加料・300円 定員・15人(申込順)  
 申込期間・7月12日～8月2日  
**申込先・詳細** 環境課 ☎(24)0597

### 基地航空祭

内 容・ブルーインパルス曲技飛行、  
 航空機の展示など  
 と き・8月8日(日) 9時～15時  
 ところ・航空自衛隊千歳基地  
**詳細** 第2航空団監理部広報室  
 ☎(23)3101 内線2218



### 障がいのあるお子さんの夏休み活動支援 「Let's スマイル」

内 容・みんなで楽しむレクリエーション  
 対 象・市内に住む障がいのある小・  
 中・高校生とその家族  
 と き・8月9日(月) 9時15分～15時  
 ところ・北海道開拓の村(札幌市厚別区)  
 ※9時15分に総合福祉センター集合  
 参加料・300円 定員・20人  
 ※家族の方は、開拓の村利用料が別途  
 必要です。  
 申込期間・7月12日～16日  
**申込先・詳細** 千歳市障がい者総合支  
 援センターChip ☎(27)2210

### ふれあいパーティー

対 象・自衛官との交際のきっかけを希  
 望する25歳～40歳の未婚女性  
 と き・8月21日(土) 18時～20時  
 ところ・ANAクラウンプラザホテル千歳  
 参加料・2,000円 定員・30人(申込順)  
 申込期限・7月23日(金)  
**申込先・詳細** 東千歳駐屯地曹友会事務局  
 ☎(23)5131 内線3480

### Eレベーター・エスカレーター 安全キャンペーン

内 容・紙芝居やクイズなど  
 と き・7月24日(土)11時～、13時～  
 ところ・グリーンベルトつどいの広場  
**詳細** 都市整備課 ☎(24)0697

### 北陽ひろば あそびにおいでよ

内 容・水あそび、絵の具あそび  
 対 象・1歳～4歳の幼児と保護者  
 と き・7月29日(木)  
 10時30分～11時30分  
 参加料・無料 定員・10人(申込順)  
**会場・申込先・詳細** 北陽保育園  
 ☎(23)3975

### 七夕きらきら祭り

内 容・七夕短冊づくり、縁日など  
 と き・8月1日(日) 12時～16時  
 ところ・総合福祉センター4階  
**詳細** 「千歳きらきら委員会」事務局  
 (生涯学習課内) ☎(24)3153

### フレンドリーコンサート合唱祭

と き・8月1日(日) 開演14時  
 ところ・市民文化センター大ホール  
 入場料・無料  
**詳細** 生涯学習課 ☎(24)0848

### 和紙ちぎり絵作品展

と き・8月4日～8日  
 (10時～17時、8日は16時まで)  
 ところ・市民ギャラリー1階  
**詳細** 沖中 ☎(26)1456

### 市民協働事業「みんなでつくる 丈夫なマッチ棒の家」

内 容・住宅模型を専門の建築士と  
 っしょに組み立て、住宅の  
 耐震補強のしくみを知る。  
 対 象・小学5年生以上の方  
 と き・8月7日(土)10時～11時30分  
 ところ・防災学習交流センター「そなえる」  
 参加料・無料 定員・20人(申込順)  
 申込方法・8月2日(月)までに住所、  
 氏名、年齢、電話番号を明記  
 し、郵送かF A Xで申し込み  
**申込先・詳細** 〒066-8686 東雲町2-34  
 北海道建築士会千歳支部(建築課内)  
 ☎(24)0751 FAX(42)3135

会員  
求む!

■ちとせIT市民の会/パソコン操作習得の支援/成人の方/市民ギャラリー4階  
 パソコン講習室

菅原 ☎080(4047)0140

【会の名称/活動内容/対象/ところ】

【申込先・詳細】

# 図書館ガイド

《休館日》 第3月曜日 《開館時間》 10時～19時

## 劇団さっぽろ「スイミー」公演

とき・7月25日(日)  
14時30分～15時30分  
ところ・図書館2階AV室  
定員・100人(申込順)

## 手作り絵本教室

対象・小学生以上  
※小学3年生以下は保護者同伴で参加してください。  
とき・7月27、28、29、31日、8月1日  
(14時～16時)  
ところ・図書館2階AV室  
定員・25人(申込順)



詳細・図書館 ☎(26) 2 1 3 1  
<http://library.city.chitose.hokkaido.jp/>

# 暮らしのアドバイス

## 高齢者をねらう 悪質商法にご用心!

悪質な訪問販売や電話勧誘などで被害を受ける方が増えています。

特に高齢者は、お金や健康、孤独などの不安をかかえる方が多くいます。悪質な業者は、言葉巧みに不安をあり、ときにはさびしさにつけこみ、親切を装い優しい言葉で皆さんに近づいてきます。

被害にあわないために、つぎのことに注意しましょう。

●訪問販売や電話で勧誘する業者の話をすぐに信用しないこと。

●日ごろから近所の方と世間話などをして、悪質な手口を知っておくこと。

不安なときは、ひとりで悩まずに早めに消費生活相談室へ相談しましょう。

～消費生活相談室～  
月～金曜日の毎日開設  
10時～12時 ● 13時～16時  
市役所3階市民生活課 ☎(24) 0 1 9 3

## 温水プールからのお知らせ

### ●水泳講習会(ジュニア短期スクール)

対象①4歳～6歳児  
②小学1～6年生  
とき①7月28日～30日  
(10時10分～11時)  
②7月28日～31日  
(9時10分～10時10分)

受講料①2,600円 ②3,800円  
定員・各40人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●ヘルスアップ講習会

講習内容	とき	受講料	定員
①ダイエット アクア	7月14日(水)	各200円 ※入館料別	各15人
②メタボ予防 運動	7月22日(木)		
③健康相談・ 体力測定	7月17日(土)	無料	—

対象・18歳以上の方  
申込開始①②7月10日(土)(申込順)  
③当日受付

### ●ノルディックウォーキング

対象・18歳以上の方  
とき・7月24日(土)10時30分～12時  
受講料・100円 定員・15人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●管理型ダイエットウォーキング

対象・18歳以上の方  
とき・7月17日(土)10時30分～12時  
受講料・2,500円 定員・5人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●サマースクール

対象・6歳～小学6年生  
とき・8月3日～5日(2泊3日)  
ところ・国立大雪青少年交流の家  
(美瑛町)

受講料・ラフティングコース  
21,000円  
・キャニオニングコース  
23,000円

定員・10人(2コース計、申込順)  
申込期間・7月10日～16日

◎7月10日～8月16日は半額開放

◎7月25日～8月16日は毎日開館  
《期間中の開館時間》

月～金曜日 9時～21時  
土・日曜日 9時～20時

### 【共通事項】

申込先・詳細 温水プール ☎(49) 7001



## スナッグゴルフレッスン会 & 大会参加者募集

### ●スナッグゴルフレッスン会

内容・プロゴルフ選手の指導による  
レッスン会

対象・小学生  
とき・7月24日(土) 13時～  
定員・28人(申込順)

### ●スナッグゴルフ大会

競技内容・6ホール合計のストローク  
プレーによる競技

対象・小学生以上  
とき・7月24日(土) 14時～  
定員・48人(申込順)

※25日(日)に成績上位者の表彰式あり。

### 【共通事項】

ところ・ザ・ノースカントリーゴルフクラブ  
参加料・無料

申込方法・スポーツ課で配布の申込用  
紙で申し込み

申込先・詳細 スポーツ課 ☎(24) 0855

## 体育協会のスポーツ教室

### ●4歳児教室(ちびっこわくわく)

対象・平成17年4月2日～平成18年  
4月1日生まれの方

とき・7月28、29日、8月3、4、6日  
(9時30分～11時)

ところ・スポーツセンター第2体育館  
受講料・1,100円(申込時納入)

定員・32人(抽選)  
申込方法・7月16日(金)10時までにス  
ポーツセンター会議室に集合

### ●苦手をつくらぬ体育教室

対象・小学1年生(指導担当者の見学可)  
とき・7月17日(土)

1回目 13時～14時30分  
2回目 15時～16時30分

※11時～12時に、幼児体育指導者向  
けの講習を行います。

ところ・スポーツセンター第2体育館  
受講料・無料 定員・各回30人(申込順)

申込方法・7月10日～15日に電話申込

### ●スナッグゴルフ講習会

対象・小学生以上のお子さんと親  
・未経験者

とき・8月7日(土) 9時30分～11時30分  
ところ・メムシ公園

※雨天時はふれあいセンターで開催  
受講料・無料 定員・30人(申込順)

申込方法・7月10日～24日に電話申込

### 【共通事項】

申込先・詳細 (財)千歳市体育協会  
振興課(スポーツセンター内)

☎(22) 4 1 5 0 ※9時～17時受付



## おいしい食事をとって楽しい毎日を送りましょう

【しまくによさん】信濃

●千歳市食生活改善協議会会長。市と協働で行っている「男性の料理教室」の開催や食育活動をとおして、料理の楽しさ、食の大切さを伝える取組に力を注いでいます。

# 皆

さんは、昨日の晩ごはんは何を食べましたか。その食事がおいしかったか、だれがつくったか、どこで、だれと食べたか、思い返してみてください。

毎日あたりまえのようになっていく食事は、私たちの健康の源です。

島さんが会長を務める千歳市食生活改善協議会は、小学生が参加する食育教室や男性を対象にした料理教室の開催など、食の大切さを伝える活動に取り組んでいます。

協議会の会員は、料理の好きな主婦が中心です。毎日料理をしている主婦は、調理方法や食材の保存方法など、レシピや料理の本にはない知恵を持っています。「主婦の知恵や調理実習な

どで学んだことをたくさんの方に伝え、料理はもっと楽しいことだと感じてもらいたい」と話します。

「普段料理をしない方でも、まずは興味を持ってもらえれば良いと思います。興味を持つと素材や味つけに敏感になりますし、いつも料理をつくってくれる方へ感謝の気持ちが生まれます」と島さん。

「おいしい」のひとつことで、食事をつくる方は張り合いがでます。手間ひまかけて料理をすることが大変なことから楽しいことと感じるようになります。

また、料理のときに健康を気にする方はたくさんいますが、健康には良いけれどおいしくない食事では、楽しい毎日を送りません。

「生活習慣病の予防など、健康のことを考えて味を薄くすると、あまり食欲がわきません。食材にあった調理をしたり、少し手間をかけてだしを効かせたり、つくった料理をあたたかいうちに食べたりすることで、調味料が少なくても、素材そのものの味が生きておいしく感じるようになります。結果として、健康に良い食事になるのではないのでしょうか」と話します。

「毎日は難しいかもしれませんが、週に1回は家族そろって食卓を囲んでみてください。食事がおいしく、楽しく感じられるはずです。自分自身のために、健康で、より良い食生活を送ってほしいですね」と、やさしいまなざしで語ってくれました。

人のいる風景  
SCENERY OF PEOPLE



# 島

KUNIYO  
SHIMA

# 邦代

さん



あらき たろう  
**【富丘】荒木 太郎さん宅**  
 ミニチュアダックスフンド/オス/3歳  
**「だい」**ちゃん

以前からペットがほしいと思っていました。3年前のある日、出かけた帰り道で偶然立ち寄ったお店にちょこんと丸まっている子犬がいて、そのかわいらしい姿に家族3人とも一目ぼれしてしまいました。こうしてわが家に来たのが「だい」です。大きく成長してほしいと願ってつけた名前のとおり、今ではすっかり大きくなりました。「だい」の魅力的なところは、ふかふかクリーム色の毛と穏やかな顔です。とてもマイペースな性格で、庭で遊んだり、ひなたぼっこをしたり、いつものんびりと過ごしています。健介が小さなときに使っていた毛布が一番のお気に入りです。毛布のはじをくわえながら丸まって寝ているかわいらしい姿を見てみると、初めて会ったときのことを思い出してしまいます。「だい」は私たちがあたたかい気持ちにさせてくれるわが家のアイドルです。これからもずっと元気でいてほしいですね。



すなはら しろう  
**砂原 史朗**先生は、  
 こんな先生です！

砂原先生は、サッカーのコーチをや、ていて、とてもサッカーが上手です。なので、休み時間には、外でサッカーなどをして遊んでいます。授業中は、みんなが分かりやすい様に説明してくれます。遊ぶ時は遊ぶ、おこる時はおこる、とてもけじめのある先生です。



作文を書ってくれた  
 たがはし ちいな  
**高橋 知衣那**  
 さん

## 人のうごき

《総人口》

93,583人 (-83)

男性 47,764人 (-82)

女性 45,819人 (-1)

《世帯》44,345世帯 (-112)

《外国人登録者》354人 (-5)

( )内は、前月比です。

7・1

現在

※( )内は、前月との比較です。

### 広報とせからのお願い

まちづくりで活躍されている方、魅力的な方をご紹介します。「人のいる風景」のコーナーでは、地域でがんばっている方、生き生きと活動されている市民の皆さんを紹介しています。

広報広聴課広報係  
 ☎(24)0104

# PHOTO MEMORY BY



**1** 6月1日。支笏湖に初夏の訪れを告げる「メマス（チupp）釣り」が解禁されました。待ちわびた釣り人たちが早朝からたくさん釣りのポイントで湖面に繰り出し、釣り糸を垂らしました。

**2** 6月6日。千歳JAL国際マラソンが青葉公園をスタート地点に開かれました。初夏の晴天の下、全国から集まった約1万人のランナーが青葉公園などをめぐる林道コースを力走しました。

**3** 6月中。市内のほとんどの小学校で運動会が行われました。写真の緑小学校では、玉入れや大玉ころがし、騎馬戦などが行われ、子どもたちは、たくさん声援を受けながら、真剣に競技に臨んでいました。

**4** 6月18日。消防職員や消防団員訓練の市長査閲が防災学習交流施設で行われました。市内に立地する工場の自衛消防組織も参加し、きびきびとした動きを披露しました。

**5** 6月19日。「環境の日」支笏湖清掃が支笏湖周辺で行われました。好天に恵まれ、参加したたくさんさんのボランティアは、湖畔やモラップ、幌美内、美笛地区などに分かれてごみ拾いを行い、環境保全への意識を高めていました。

## 壁きわん報室がら

■支笏湖周辺のごみを拾うイベントの取材に行きました。300人近くのボランティアの皆さんが集まり清掃する姿に支笏湖への想いの強さを感じました。来年は私も参加したいと思います。あつ忘れてた。まずは、我が家の掃除から！

さ ■今月の「たうんがいど」は、6ページの拡大版。寄せられた原稿の件数に嬉しい悲鳴をあげてしまった広報マンですが、これは、たくさんの方に広報を活用いただいている証。その分、編集があわったときの達成感のひとつおです。

## 今月の表紙

千歳科学技術大学のヨサコイチーム「光一天」。7月17日～19日に開かれるスカイ・ピア&YOSAKOI祭に登場し、勇壮な踊りを披露します。ステージ上ではじける若いエネルギーにご期待ください。



6月17日  
千歳科学技術大学にて撮影

(撮影：千歳科学技術大学写真部)