



特集3 千歳で暮らす

Live in Chitose

年間約1,900万人が利用する新千歳空港をはじめ、JR、高速道路、近郊にはフェリーが発着する苫小牧港など、陸・海・空の交通の利便性が高い千歳市は、住みよさランキング（東洋経済新報社）の道内上位に選ばれており、豊かな自然と都市機能がバランスよく調和する街です。



向陽台公園にはパークゴルフ場もあります。



私たちが良く利用するコープさっぽろ。



大きな船が目印のハヤブサ公園。



ゆったりとした区画が多い福祉住宅地。



ほどよい広さで遊歩道に接した区画が人気の文京ニュータウン。

特集3 千歳で暮らす

Live in Chitose

移住ファミリー
伊賀上さんが
解説する

移住者に人気のまち 泉沢向陽台



伊賀上 美里さん

豊かな自然の泉沢向陽台で
子どもをのびのび育てたい

自然に恵まれた泉沢向陽台は、郊外型のコンパクトな街で、約1万人、4500世帯の方が住んでいます。現在、千歳市が分譲している住宅地は、文京ニュータウンと福祉住宅地があり、私は福祉住宅地に住んでいます。

住みはじめた理由は、もともと主人が泉沢向陽台出身で、子どもができたなら、泉沢向陽台でのびのび育てたいと、いつも言っていたからです。そこで、今回は、そんな私たち家族が住んでいる、泉沢向陽台の日常をご紹介します。

毎日の暮らしを支える
便利施設も充実

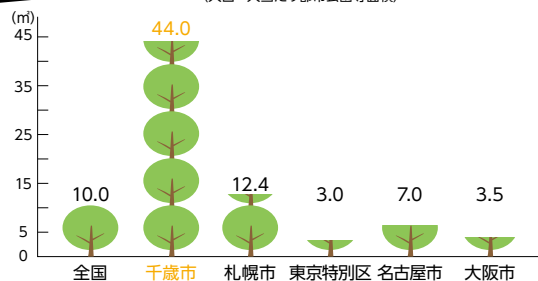
泉沢向陽台はきれいな街並みの暮らしやすい街で、豊かな自然に囲まれた住環境が移住者に人気があります。エリア内には、保育園や幼稚園、小・中学校があり、病院やスーパー、

緑の豊かな都市
千歳市は
ダテじゃない!?

石狩平野の南端に位置し、札幌市や苫小牧市など4市4町に隣接する千歳市。面積は東京23区とほぼ同じで、国立公園を有する豊かな自然に恵まれています。都市公園の一人当たりの面積は全国平均の4倍以上、東京特別区の14倍以上、隣接する札幌市の3倍以上の自然環境を有しています。

DATAでチェック!! 都市公園全国比較

(人口一人当たり都市公園等面積)



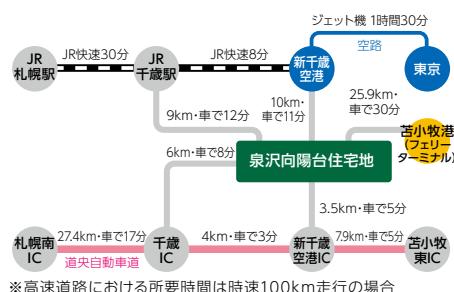
※国土交通省平成25年度末都市公園等整備の現況調査(平成26年3月31日現在)より

■周辺地図



■快適なアクセス

JR千歳駅まで12分、新千歳空港まで11分



郵便局など毎日の暮らしを支える利便施設も整っています。千歳市街や新千歳空港へは車で10数分の距離で、JR千歳駅までは路線バスがあり、朝のラッシュ時の快速便や最終便が22時台と通勤・通学にも便利です。

泉沢向陽台住宅地分譲概要

文京ニュータウン

- 分譲面積 264.48㎡(80.00坪) ~432.15㎡(130.72坪)
- 分譲価格 396.7万円~648.2万円
- 分譲区画 95区画

福住住宅地

- 分譲面積 306.24㎡(92.63坪) ~762.39㎡(230.62坪)
- 分譲価格 475.9万円~1,532.4万円
- 分譲区画 31区画

お問合せ

千歳市産業振興部産業支援室開発振興課

千歳市柏台南1丁目3-1
千歳アルカディア・プラザ3階

TEL 0123-42-5501 FAX 0123-42-0554

詳しくはwebで 千歳 泉沢向陽台 検索

さらに、道央自動車道のI・Cも近く道内各地へのアクセスも抜群です。
**ひとつの区画が広いので
ゆったりと暮せる**

のんびりと家族との時間を過ごせるのも泉沢向陽台の特徴です。休日には庭でバーベキューをしたり、家族で遊歩道を散歩したりして、自然を楽しんでいます。

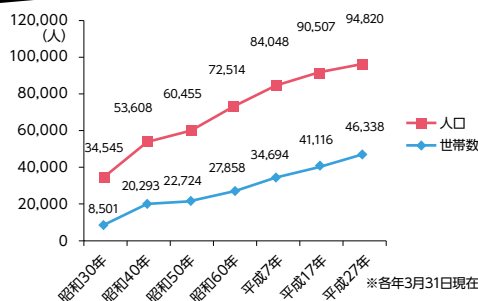
泉沢向陽台には公園がたくさんありますが、私のおすすめは、『ハヤブサ公園』と『泉沢自然の森キャンプ場』です。『ハヤブサ公園』は大きな船の遊具やドッグランがあって、週末にはたくさん家族が訪れます。『泉沢自然の森キャンプ場』は、子どもが大好きなクワガタやザリガニがいて、



泉沢自然の森内に泉沢キャンプ場があります。

夏になると家族で採りに出かけます。分譲区画が広いので隣の家と距離を空けて家を建てられるし、雪も北海道の他の市町村と比べると少ないです。空港が近いですが飛行機の航路から外れているので、騒音はほとんど感じません。千歳市に移住を考えている方には、泉沢向陽台がおすすめです。

DATAでチェック!! 人口と世帯数の推移



千歳市は、北海道内において、人口増加を続けている数少ない都市です。これは、近年、新千歳空港における国際線旅客ターミナルビルの供用開始や新たな商業施設の開業、市内工業団地への大手企業立地による多数の雇用創出などが要因として考えられます。

さらに、北海道内でも平均年齢が最も若く、一人の女性が生涯に産む子どもの数の推計「合計特殊出生率」は全国、全道平均を上回っています。

**北海道内でも数少ない
人口増加都市**

特集3
千歳で暮らす

首都圏からの
Uターン者
谷岡さんに聞く

目的別で選ぶ

千歳市からの交通アクセス



谷岡 裕人さん



北海道の空の玄関口、新千歳空港。年間約1,900万人の乗降客が利用します。



JR新千歳空港駅は空港直結なので便利です。



国際線旅客ターミナルビルは、明るくゆとりあるデザインが特徴です。

LCCの就航で 空の旅も身近に

東京で暮らしていた私がUターンで北海道に戻ってきたのは約10年前です。現在は新千歳空港に隣接する空港利用者向けの民間駐車場を経営していますが、ここ数年は格安航空会社（LCC）の相次ぐ新規就航や千歳市と各地を結ぶ路線が充実して、道外へ旅行される方も増えています。千歳市内から新千歳空港までは、車で約15分、JRでも千歳駅から新千歳空港駅まで10分もかからずに到着するので、千歳市に移住してきた知人は、よく本州の家族や友人に会いに飛行機を利用しています。新千歳空港から東京・羽田まで約90分で行けることも、気軽に利用できる理由でしょう。

また、ソウルや香港、ホノルル、グアムなどの人気観光地への国際線も就航しているので、国内旅行感覚で行けるのが嬉しいですね。

DATAでチェック!!

新千歳空港の国内線就航数

国内路線	便数(往復)
羽田	54
成田	18
伊丹	10
関西	14
神戸	5
中部	14
函館	2
釧路	3
女満別	7
根室中標津	3
稚内	2
青森	5
いわて花巻	4
秋田	5

国内路線	便数(往復)
仙台	14
福島	1
新潟	2
富山	1
信州まつもと	1
小松	1
次城	1
静岡	2
岡山	1
広島	2
福岡	5
那覇	1

季節便(国内線): 利尻・出雲・徳島 季節便(国際線): プサン
※各航空会社Webページより(平成27年4月現在)

国際路線	便数(往復)
コジノサハリンスク	週2便
ソウル	日2便+週10便
北京	週4便
天津	週2便
上海	週10便
香港	日1便+週5便
台北	日1便+週2便
高雄	週5便
ホノルル	週3便
グアム	週2便
バンコク	週1便

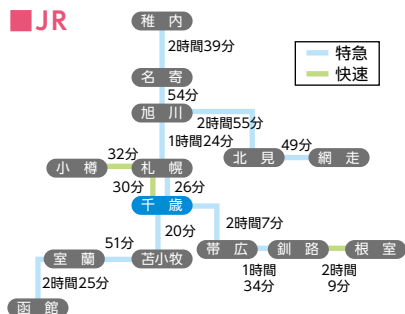
国内主要空港と直結する新千歳空港は、東京、名古屋、大阪など国内26路線、海外11路線の定期便と、国際チャーター便が運航され、ビジネス、観光など、多目的に活用されています。また、平成6年の日本初の24時間運用により、深夜航空貨物便にも活用されています。

世界の主要都市まで 飛行機で快適アクセス

DATAでチェック!!

千歳市から全道主要都市までの所要時間はどのくらい?

■JR



※所要時間はJR北海道時刻表示による最短時間です。

※乗り換えの待ち時間は含まれておりません。

※平成27年1月現在

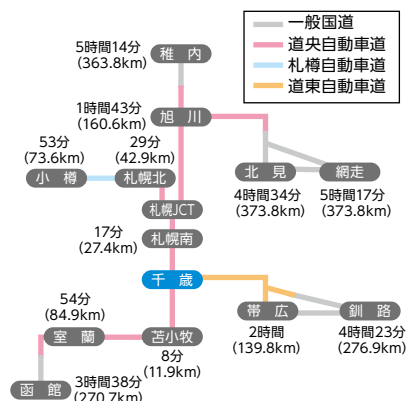
■JR千歳駅発 札幌方面(下り) 平日時刻表

時	分									
5	30	40								
6	03	31	51							
7	01	10	25	35	43	51				
8	01	11	19	23	36	40	55	58		
9	10	16	25	40	44	55	59			
10	03	10	13	25	33	40	45	55		
11	10	13	25	31	40	55	58			
12	10	16	25	40	44	51	55			
13	01	10	16	25	30	40	55			
14	01	10	25	29	40	46	55			
15	10	14	25	31	40	46	55			
16	00	10	16	25	31	40	55	58		
17	10	19	25	28	36	40	45	55		
18	00	10	16	25	31	40	46	55	59	
19	10	14	22	25	33	40	43	55		
20	02	10	13	25	40	46	55			
21	10	14	22	37	48	57				
22	07	11	21	42	47	54				
23	00	12								

【車種】 [普通]、[L特急]、[急行]、[快速]

※平成27年3月現在

■道内主要都市間交通網 道路



※所要時間と距離は千歳ICもしくは千歳東ICを出発点に「北の道ナビ」「ドラぶら(NEXCO東日本)」で検索



JR千歳駅は市街中心部にあります。

JRと車、陸路は
目的別で選んで活用

私は仕事で札幌に行くことが多く、時間に余裕を持ちたいときはJRを使っています。新千歳空港から札幌駅まで快速エアポートで40分弱で着きますし、15分間隔の運行で発車

時刻もわかりやすくなっています。車を利用する場合は、道央自動車道経由なら約45分で札幌市内に入れるので、地下鉄以外の公共交通機関を利用する場所なら、車の方がラクなときもあります。

道内最大の幹線道路が集中する千歳市は、札幌と室蘭を結ぶ国道36号、道央圏の幹線道路につながる国道337号があり、また道央自動車道と道東自動車道の結節点に位置しているため、道内の主要都市や観光地、スキー場への移動がとても便利です。

休日にはのどかな田園風景や雄大な景色を見ながらドライブを楽しむこともあります。でも、北海道は広くてまっすぐな道が多く快適なのでスピードの出しすぎには要注意ですね。

日本全国を車で旅するなら
フェリーがおすすめ

最近では、定年退職した方がキャンピングカーで日本全国を旅するという話を聞きますが、千歳市の場合には道央自動車道を利用すれば約30



道央自動車道は新千歳空港ICも開通してさらに便利に。



フェリーは各主要港に定期運行しています。

分で苫小牧港に着くので、そこからフェリーで、八戸、仙台、大洗などを経由し、日本全国を旅することができます。千歳市は「陸・海・空」ともに交通アクセスは抜群です。千歳市に移住された際には、ぜひ肌で感じてください。

特集3
千歳で
暮らす

1ターン就職者
福岡さん、塩澤さんが
おすすめする

買い物・遊びのスポット

休日にも家族で楽しむ！

Shopping 千歳アウトレットモール・レラ

千歳市柏台南1丁目2-1
☎0123-42-3000
<http://www.outlet-rera.com/>

JR千歳駅の隣、南千歳駅にある屋外型アウトレットモールは、ファッションからインテリア、レストランなどのショップが約140店舗、400以上のブランドが揃っています。託児ルームや屋内型のキッズパーク、ドッグランもあるほか、家族で楽しめるイベントも盛りだくさんです。(福岡さん)

千歳アウトレットモール・レラはJR千歳駅から電車で2分のところにあるJR南千歳駅下車後、徒歩3分です。



開放感がある屋外型の施設は、異国の街に訪れた気分です。



30分間隔で空港を結ぶ無料シャトルバスも運行しています。

Amusement 新千歳空港 ターミナルビル

千歳市美々 新千歳空港内
☎0123-23-0111
<http://www.new-chitose-airport.jp/>



ショッピングから飲食、エンターテインメント、リラクゼーションが楽しめるので、休日には家族で訪れる方が多いです。

空港ビル内にある「ショッピングワールド」では、北海道の名産品や海産物、スイーツが揃っている。市民も買い物で訪れる方が多いですよ。そのほか、「ブルメワールド」や「ドラえもんわくわくスカイパーク」、「新千歳空港温泉」、「じゃがポックルシアター」など、施設も充実していて1日中楽しめます。(塩澤さん)



国内初の空港内映画館です。3D映画も見られちゃいます。



新千歳空港温泉は、ツルツル素肌の温泉として人気です。



塩澤 奈保美さん 福岡 里奈さん

ごぞんじですか？

『道の駅・サーモンパーク千歳』～施設編～



平成27年8月にリニューアルオープンした『道の駅・サーモンパーク千歳』は、千歳市の新しい観光スポットとして注目を集めています。館内には北海道では珍しい

プロジェクションマッピングが常設、季節によって変わる映像で、来館者を出迎えます。この他にも、キッズスペースやレストルームもあるので、子ども連れでも安心です。

千歳市イベントカレンダー

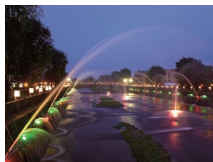
春



支笏湖湖水開き

- 4月**
●支笏湖湖水開き

夏



清流千歳川噴水フェスティバル



千歳道新花火大会

- 6月**
●千歳JAL国際マラソン
●支笏湖湖水まつり
- 7月**
●セガサミーカップ・ゴルフトーナメント
●スカイ・ピア&YOSAKOI祭
●軽トラ観光ちとせ市
●清流千歳川噴水フェスティバル
●千歳道新花火大会
- 8月**
●千歳基地「航空祭」※平成27年は7月開催
●千歳市納涼盆踊り大会
●軽トラ観光ちとせ市

秋



インディアン水車まつり

- 9月**
●インディアン水車まつり
●ちとせ生涯学習まちづくりフェスティバル
●軽トラ観光ちとせ市
- 10月**
●支笏湖紅葉まつり

冬



千歳・支笏湖・氷満まつり

- 1月**
●千歳・支笏湖氷満まつり
- 2月**
●光と氷のオブジェ
●ちとせホルメンコーレンマーチ



大型ショッピングセンターはJR千歳駅の近くにあります。

Shopping 大型 ショッピング センター

私は神奈川県出身で、仕事の関係で千歳市に移住しました。移住前は日常の買い物が不便ではないかと不安でしたが、中心市街地には大型のショッピングセンターがあり、ほとんどの買い物がここですみます。また、郊外には大型スーパーもあり、夜9時頃まで営業しているので、仕事が遅くなった日でも十分間に合います。

最近では24時間営業のスーパーもでき、さらに便利になりました。このほかドラッグストアやホームセンター、コンビニもあるので買い物環境は充実していると思いますよ。(塩澤さん)



観光シーズンには、多くの人で賑わいます。

Product 工場直売店

千歳市ならではの買い物をしてみたいなら、地元工場の直売店がおすすめです。

千歳ワイナリーでは、無料で工場見学ができるので、北の大地が育てた芳醇なワインを試飲した後に、直売所でワインを買うことができます。

市内近郊から車で来る方もいるほどの人気店が、岩塚製菓の直売所で、大袋に入ったわけあり煎餅を安く買うことができますよ。

工業団地内にある北海道千歳ハムの直売所では、できたてのハムが買えます。北海道の気候風土と美味しい水、厳選素材が作り出す贅沢な味わいを、ぜひ味わってください。(福岡さん)

ぞんじですか？

『道の駅・サーモンパーク千歳』～ショップ編～



『道の駅・サーモンパーク千歳』はショップも充実しています。北海道の良いものを集めたファクトリーマーケット『kanto』や、千歳農産物の直売所『旬菜の館』など

の物販や、千歳市出身のオーナーが旬の食材にこだわったベジタブルビュッフェ『IRODORI CAFE』、千歳産たまご丼の専門店『夕焼けボウル』などの飲食店があります。

大切な子どもを安心して育てたい！ 千歳市の子育て支援



つどいの広場



子育て塾

子育て総合支援センター (愛称・ちとせっこセンター)

千歳市花園4丁目3-1
☎0123-40-1717
<http://www.city.chitose.hokkaido.jp/kosodatenet/page17.html>

ちとせっこセンター内にある主な施設

- 認定こども園つばさ
働くお母さんなどをサポートする施設です。
- ちとせっここどもセンター
(地域子育て支援センター)
各種子育て支援事業でサポートします。
- つどいの広場
親子で楽しく遊び交流できる施設です。
- ちとせっこ児童館
親子で自由に遊べます。小学校1年生からは子どもだけでも遊べます。
- ちとせっこ学童クラブ
小学校1年生から6年生までの留守家庭の子どもが、放課後に楽しく過ごします。

千歳市の子育て支援は 充実している

他市や他県から移住してきた方から「千歳市の子育て支援は充実している」という話をよく聞きます。私が妊娠した時も保健師さんの相談や妊婦健康診査費などの助成を受けられ助かりました。出産後も保健師さんの家庭訪問に

よる健診や育児相談ができ、安心して子育てができました。平成27年度から、「子ども・子育て支援新制度」がスタートして、さらに千歳での子育てがしやすくなりました。特徴としては①幼稚園と保育所のいいところをひとつにした「認定こども園」ができたこと、②保育の場が増え、お母さんも働きやすい環境になったこと、③地域の子ども・子育て支援の取組が充実したこと、などが上げられます。

千歳市に移住を考えているお母さんたちの一番の心配事といえば、お子さんや自分に友だちができるかどうかだと思います。私も出産後は同じような心配がありました。千歳市には各地域に子育て支援センターがあるので、何度か利用しているうちに、子どもも私も友だちができました。



小関 タ紀さん みうちゃん

ごぞんじ
ですか？

子育て支援ホームページ『ちとせ子育てネット』

<http://www.city.chitose.hokkaido.jp/kosodatenet/>



千歳市は、自宅のパソコンやスマートフォンなどからも、気軽に子育て情報を調べることができる、子育て支援ホームページ『ちとせ子育てネット』を開設しています。

相談先や子どもの成長と病気、子どもの発達支援、子育て支援サービス・手当など、分かりやすく検索できる、パパとママのためのお役立ちサイトです。

千歳市の新しい子育て支援

ちとせ子育てコンシェルジュ

ちとせ子育てコンシェルジュとは、子育て中の方、妊娠中の方を対象に、各家庭の子育てに関する不安や悩みを聞き、最適な制度や事業、施設の利用へとつなげる、市の専門職員のことです。

こんなときにご相談ください

- 認定こども園・保育所・幼稚園などの情報がほしい。
- 教育・保育施設の保育料、延長保育や、一時預かり事業などを知りたい。
- 冠婚葬祭、病気や出産などで、一時的に子どもを預けたい。
- 病児病後児保育やファミリー・サポート・センターのことを知りたい。
- 子育てサークルに入りたい。



わたしたちにご相談ください



ちとせ子育てコンシェルジュ
保育士や保健師など専門の資格を持つ、市の職員が子育ての相談に対応します。
(相談無料。電話でも対応します。)



子育て家庭に出向きます

ちとせ版ホームスター

ちとせ子育てコンシェルジュが、転入して間もない子育て家庭などを訪問し(週1回、約2か月間)、友人のように子育て家庭に寄り添う活動を行います。



どこに行けば会えますか？

ちとせ子育てコンシェルジュは、ちとせこセンターとげんきこセンターにそれぞれ2名配置しています。

ちとせこセンター ☎0123-40-1727

月～金曜日10:00～15:30

げんきこセンター ☎0123-26-2080

月～金曜日10:00～15:30



北新子育て支援センター (愛称・げんきこセンター)

千歳市新富1丁目2-14

☎0123-26-2070

<http://www.city.chitose.hokkaido.jp/kosodatenet/page18.html>

千歳市には就学前の子どもを持つ親の交流や育児相談、子育て情報、子育て支援センターがあります。私がよく利用しているのが花園にある『子育て総合支援センター』です。

愛称「ちとせこセンター」と呼ばれているこの施設には、認定こども園、学童クラブ、児童館のほか、子育て支援センターの事業として、親子で好きな時に遊びに来られる、つどいの広場など、さまざまな施設が集まっています。まさに、千歳市の子育て支援の中心的な施設です。利用したいときは、初回に「登録カード」を作るだけなの

千歳市には、各地域に支援センターがある



アリス子育て支援センター

千歳市勇舞1丁目1-1

☎0123-24-8341

<http://www.alice-ho.jp/kodomo>

で、誰でも気軽に利用できます。

新富にある『北新子育て支援センター(愛称・げんきこセンター)』は、学童クラブ、児童館、子育て支援センター(つどいの広場を含む)が集まる、平成26年にできたばかりの新しい施設です。このほかにも、市の委託事業として、社会福祉法人千歳洋翔会が運営する『アリス子育て支援センター』や、市内7か所の児童館でも、子育て支援センター事業が行われています。

また、町内会で定期的に開催される「地域子育てサロン」では、同じように子育てをしている家族が集まり、交流を深めたり、情報交換を行ったりしています。



ごぞんじですか？

『千歳市子育てガイド&おでかけMAP』

千歳市は子育てに関わる様々な情報をまとめたガイドブック『千歳市子育てガイド』を発行しています。制度や施設紹介のほかにも、見やすく詳細な「おでかけMAP」では、オムツ換え、

授乳ができる「子育てにやさしい施設」、「スイーツやベビーグッズのお店」がわかる「子育てママのおすすめスポット」など、移住家庭にとっても役立つ内容となっています。

【配布場所】市役所、ちとせこセンター、げんきこセンターなど

特集3
千歳で
暮らす

行動派ママ
早坂さんに聞く

私だって子どもと一緒に学びたい！ 千歳市の文化・スポーツ施設

早坂 麻奈美さん

千歳市民文化センター 北ガス文化ホール

千歳市北栄2丁目2-11

☎0123-26-1151

<https://www.chitosebunka.jp/index.html>

クラシックコンサートなどが開催される1275人収容の大ホールと講演会などが開催される412人収容の中ホールがある市民の芸術文化活動の拠点です。四季の星座が鑑賞できるプラネタリウムの上映や人形劇が開催されるほか、様々なサークル活動が行われており、自分のスキルアップのために通っています。

音楽会や映画上映など様々なイベントが開催されています。



四季の星座にまつわる神話も楽しめます。

千歳市立図書館

千歳市真町2196-1

☎0123-26-2131

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

私が3歳の子ともよく行くのが市立図書館です。子どもは絵本コーナーが大好きで、お気に入りの絵本を声を出して読んでいます。館内には年齢に応じた本が並び、児童閲覧室などがあるほか、定期的なおはなし会や絵本作家などの講演が開催されるので、親子で楽しめますよ。



秋の古本まつりは大勢の読書ファンで賑わいます。



絵本コーナーには日本や海外の絵本がたくさんあります。

ごそんじですか？

千歳科学技術大学

千歳科学技術大学は、道内唯一の理工学部として、3つの学科を有し、大学院も設置されています。大学では、「光学」という分野を生かしながら理学と工学を横断的に

学び、総合的・複眼的な思考力と柔軟な発想力を備えた人材を育成しています。また、産学官連携による研究の中核施設として、新技術産業の開発・創出を進めています。



千歳市美々758-65 ☎0123-27-6001

<https://www.chitose.ac.jp/>

千歳市スポーツセンター ダイナックス アリーナ

千歳市真町176-2 ☎0123-22-1111
<http://www.chitose-taikyo.or.jp/facility/detail.php?id=33>



各種大会も開催されます。

トレーニング室、ランニングコースなどがあるほか、各種スポーツイベント、トランポリン教室や幼児向けスポーツ教室等も開催されています。

千歳市民ギャラリー

千歳市千代田町5丁目7-1 ☎0123-42-5214
<https://www.chitosebunka.jp/gallery/index.html>



誰もが気軽に立ち寄れる交流の場です。

市民ギャラリーには、美術鑑賞や創作活動ができる展示ホールや研修室があり、4階には市民活動の拠点となる交流センターがあります。

千歳市開基記念総合武道館

千歳市あずさ1丁目3-1 ☎0123-22-2100
<http://www.chitose-taikyo.or.jp/facility/detail.php?id=2>



柔道などの大会も開催されます。

開基110周年記念施設として平成5年に完成した武道場で、アリーナ・剣道場・柔道場・弓道場・相撲場・トレーニング室があります。

千歳市温水プール

千歳市流通3丁目1-9 ☎0123-49-7001
<http://www.tomasuko.co.jp/chitosepool/>



水泳教室も開催されます。

競泳プール、幼児・低学年プール、ウォータースライダー、流水プールなどがあり、子どもから大人まで楽しめる室内プールです。

ごぞんじですか？

千歳市教育機関一覧

JR千歳駅、札幌駅間は快速電車で約30分、普通電車を含めると1時間に約8本運行しており、札幌市内および近郊の高校・大学などへの通学も可能です。

● 幼稚園・小・中学校

幼稚園 11園
 小学校 17校
 中学校 9校

● 高等学校

北海道千歳高等学校
 北海道千歳北陽高等学校
 北海道千歳高等支援学校

● 専修学校

日本航空専門学校
 北海道千歳リハビリテーション学院

● 大学

千歳科学技術大学

特集3
千歳で
暮らす

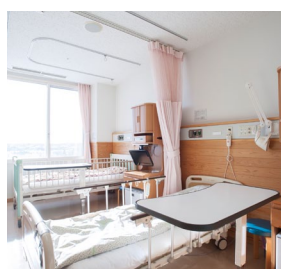
就労推進員の
山本さんに聞く

千歳市の医療・福祉

いつまでも健康で暮らしたい！



千歳市民病院 千歳市北光2丁目1-1



☎0123-24-3000 <http://chitose-shimin-hospital.jp/>

安心で質の高い 医療サービスが充実

市内には病院が8か所、一般診療所は51か所、歯科診療所は46か所あります。なかでも市立千歳市民病院は、地域の基幹病院として、急性期医療や小児・周産期医療、救急医療等の役割を担っています。市民の皆さんはもちろんのこと、恵庭市や安平町、由仁町などの周辺の地域からも高度医療が必要になった時に受診しています。特に小児科救急は平日の夜間と日曜日の午前中も実施しており、小児医療が充実しています。

また、千歳市では、当番制による内科および外科の夜間救急医療体制が整っていると、看護師や医師などの専門スタッフが対応する24時間体制の健康・医療相談ダイヤルがあります。平成29年度には市役所隣接地に休日夜間急病センターが開設される予定です。

社会福祉法人
千歳いずみ学園
就労推進室やませみ
就労推進員
山本 邦江さん



ごぞんじですか？

しあわせサポートセンター



千歳市しあわせサポートセンター
千歳市東雲町1丁目11

平成26年4月に高齢の方、障がいのある方への相談業務をはじめ、介護予防事業の実施、犯罪を犯してしまった方の更生保護に対する支援などを行う『しあわせサポートセンター』を開設しました。この施設には、「介護予防センター」「障がい者総合支援センター」「更生保護サポートセンター」「老人クラブ連合会」があり、千歳市の総合的な福祉事業の拠点となっています。



千歳市障がい者総合支援センター Chip (ちっぴ)
千歳市東雲町1丁目11 ☎0123-27-2210
<http://www.tanetto.jp/chip.html>

千歳市の障がい者支援課では、身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳の交付や自立支援教育訓練等助成事業などの社会参加促進支援、日常生活用具の給付、日常生活支援など、様々な障がい福祉に関する支援を行っています。

また、千歳市には「千歳市障がい者総合支援センターChip (ちっぴ)」と「千歳地域生活支援センター」の2か所の障がい者相談支援事業所があり、障がいのある方やその家族から障がい福祉に関する相談に応じるとともに、自立

障がい者の日常生活や社会参加の支援体制も充実



社会福祉法人千歳いずみ学園 就労推進室やませみ
千歳市春日町3丁目5-1 地域総合支援センター いずみの杜・春日内
☎0123-25-3990 <http://business4.plala.or.jp/yamasemi/>

した生活や社会参加を促進するため、障害福祉サービス利用のための情報提供などを行っていますので何か困ったことがありますしたら、気軽に相談することをお勧めします。

私が勤務している『社会福祉法人千歳いずみ学園 就労推進室やませみ』は、障がいのある人の就労に関する市の事業を受託しています。障がいのある人が地域で自立した生活を送るため、雇用、保健・福祉、教育等の関係機関と連携し、障がいのある人が円滑に就労移行できるための支援や就労後の職場定着に関する支援を行っています。



いきいき百歳体操

全道一若いまちとして知られている千歳市も年々高齢化が進んでいます。

千歳市では、高齢者の方が住みなれた地域で自立した生活ができるように、地域包括支援センター(ぎずな)を市内5か所に設置しています。ここでは、保健師・社会福祉士・主任介護専門員などによる保健・福祉・医療・介護などの総合相談のほか、介護予防ケアマネジメントなどを行っています。

また、高齢者の方が要介護状態

高齢者が住みなれた地域でいつまでも元気に生活するために



ノルディックウォーキング

にならないよう介護予防を推進する介護予防センターを設置し、地域包括支援センターや老人クラブ、民生委員の方などと連携しながら地域に密着した活動を行っています。ここでは、高齢者向けの筋力やバランス能力の向上に役立つ「いきいき百歳体操」をはじめ、「ノルディックウォーキング」「口腔機能向上教室」や栄養士による「栄養教室」などの介護予防教室を実施しています。

このほか、高齢者の方が町内会の行事などで介護予防運動を自主的に行えるよう、地域活動の担い手となる介護予防リーダーの養成を行っています。