

## 身体を知る！フィットネス教室

体組成計測／講話「測定結果から読み解く！あなたに必要な運動は？」／運動実技「脂肪をためない身体の使い方」  
**対象** 市内居住の74歳以下の方  
**とき** 11月11日④／9時30分～12時  
**ところ** 総合福祉センター4階  
**無料** 定員20人(申込順)  
**詳細** 健康づくり課  
☎(24)0768 ☎(24)8418

## 児童虐待防止フォーラム

①グループワーク  
体罰によらない子育てをを広げよう！～みんなで育児を支える社会に  
**とき** 11月12日④／15時～16時30分  
**ところ** 北ガス文化ホール3階視聴覚室  
定員30人(申込順)  
②講演会  
そのひとことが子どもの脳を傷つける～親が変われば子どもも変わる！！／講師 友田 明美 氏(福井大学子どものこころの発達研究センター 教授)

**とき** 11月12日④／18時～20時20分  
**ところ** 北ガス文化ホール 中ホール  
定員200人  
※①②とも個別にお申し込み可。  
**申込** 10月12日④～／☎で申し込み／託児を希望する場合は申込時にお申し出ください。  
※フォーラムのポスターは、千歳北陽高等学校の栗山 若菜(くりやまわか)さんに絵を描いていただきました。市役所、各コミセン、子育て支援センターなどに掲示していますので、ぜひご覧ください。

**詳細** 子育て家庭課  
☎(24)0935 ☎(23)6700

## 児童虐待早期発見・防止のためのワンポイント出張講座

虐待児童の気づきのポイントや着眼点など／講師 千歳市子ども福祉部専門官 佐藤 薫(元北海道釧路児童相談所長)  
**対象** 子どもに関わりの多い職場や団体、企業など  
**とき** 令和3年2月26日までの平日9時～17時のうち60分程度  
**ところ** 申込者側が用意 **無料**  
**申込** 令和3年1月29日④まで  
**詳細** 子育て家庭課  
☎(24)0935 ☎(23)6700

## ちとせ創業支援オンラインセミナー

起業のアイデアの出し方やプランニングが学べるオンラインセミナーを開催します。／講師 タキザワ ケイタ 氏(PLAYWORKS株式会社 代表)  
**テーマ** ビジョンから事業を創造する  
**対象** 起業に興味がある方や創業5年未満の方(市内在住または市内での起業を考えている方)  
**とき** 10月21日④／19時～20時  
**開催方法** オンラインセミナー(Web会議ツール Zoomを利用します)  
**無料** **申込** 10月20日④まで／申込フォーム(<https://forms.gle/2ecwum713XKtGsi46>)から申し込み／または、氏名・年齢・住所・連絡先・想定するビジネス概要を記入の上、☎☎④で申し込み  
**詳細** 商業労働課  
☎(24)0598 ☎(22)8851  
✉shogyorodo@city.chitose.lg.jp

## 介護予防リーダー養成講習会

地域で介護予防リーダーとして活躍することを希望する方に向けて、介護予防リーダー養成講習会を開催します。／介護予防に関する講話、いきいき百歳体操やノルディックウォーキングの実技体験など  
**対象** おおむね65歳以上の市民の方  
**とき** 10月29、30日／13時～17時  
**ところ** 千歳市社会福祉協議会2階会議室 **無料** 定員15人(申込順)  
**申込** 10月26日④まで  
**詳細** 千歳市介護予防センター  
☎(23)0012 ☎(23)0022

## 暮らしのちょっと応援サービス 応援できる方登録養成講座

《暮らしのちょっと応援サービスヤマセミねっと》とは、身の回りのちょっとした困りごとを住民同士が有償で助けあう活動です。／説明会・講座内容「なぜ地域での支え合いの活動が必要とされているのか」／「支え合い活動の心得とマナー」／「応援できる人(協力者)登録および活動について」  
**とき** 11月4日④／11時～12時  
**無料** 定員20人(申込順)  
**申込** 10月28日④まで  
**詳細** 千歳市社会福祉協議会地域福祉課  
☎(27)2525 ☎(27)2528

## 写真整理相談会

写真整理アドバイザーが相談講師を担当します。古いアルバム写真やスマホの写真でも対応できます。  
**とき** ①10月20日④10時～14時の間で30分間／②10月24日④13時30分～16時30分の間で30分間  
**ところ** 東雲会館  
**無料** 500円  
**申込** 前日までに☎で申し込み  
**持ち物** 筆記用具、飲み物  
**詳細** 写真整理とアルバムカフェの会  
☎080(6795)9994  
※テレビ電話などでも対応可能。  
※別日希望の場合は要相談。

## 市委託の緊急サポートネットワーク事業 スタッフ会員研修

緊急サポートネットワーク事業(市委託事業)では、子育て中の方を支援する会員(有償)を募集しています。会員登録を希望する方は、次の研修にお申し込みください。(登録にはさらにファミリー・サポート・センター保育サービス講習会の受講が必要)  
**対象** 20歳以上の健康な方／病時・病後回復時の子の預かりや宿泊・送迎などができる方  
**とき** 10月22日④／10時～15時  
**ところ** 市役所第2庁舎内  
**無料**  
**詳細** NPO法人北海道子育て支援ワーカーズ  
☎011(632)5180 ☎011(632)5181

## 市民教養セミナー

アイヌ民族の文化や生活／「シベ(本当の食べ物)」と呼ばれている鮭とアイヌの関わりについて／マレク漁(アイヌ伝統の漁法)の実演あり／講師 佐々木 翔太 氏、松澤 直紀 氏(千歳アイヌ文化伝承保存会)※講演前後に、水族館内を自由に見学できます。  
**とき** 10月25日④／14時～16時  
**ところ** サケのふるさと千歳水族館2階学習室  
**無料**(入館料別途必要)  
定員20人(申込順)  
**申込** ☎☎④ HPで申し込み  
**詳細** 生涯学習課  
☎(24)0848 ☎(27)3743  
✉shogaigakushu@city.chitose.lg.jp

## 日本尊厳死協会の秋季研修会

終末期の栄養・水分補給について(免疫力の向上など)／講師 江端 英隆 氏(日本尊厳死協会 北海道支部長、社会福祉法人彩世会理事長)  
**とき** 10月18日④／13時～15時30分  
**ところ** 千歳市社会福祉協議会 **無料**  
**詳細** 日本尊厳死協会 北海道支部千歳石狩南部地域懇話会  
澤田 ☎080(1893)7178

## 埋蔵文化財センターの公開講座と体験学習会

▼公開講座 漆と祈りと縄文世界ー是川石器時代遺跡ー／千歳のキウス周堤墓群と同じく、《北海道・北東北の縄文遺跡群》として世界文化遺産登録をめざす、青森県八戸市の是川石器時代遺跡の魅力を紹介いたします。  
**とき** 10月24日④／13時30分～15時  
**ところ** 北ガス文化ホール3階視聴覚室  
**無料** 定員30人(申込順)  
**申込** 10月23日④まで／☎で申し込み

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

**とき** 11月7日④／10時～15時(随時受付)  
**ところ** 埋蔵文化財センター

▼勾玉をつくろう！／滑石を磨いて、古代人のアクセサリーである勾玉をつくりまわす。

**対象** 小学生以上の方(対象年齢未満でも保護者同伴で可。大人のみでも可。)

**とき** ①11月8日④、②11月22日④／いずれも13時～15時  
**ところ** 埋蔵文化財センター  
定員12人(申込順)  
**申込** ①11月6日④まで、②11月20日④まで／☎で申し込み  
**持ち物** マスク、タオル、飲み物

## 共通事項

**詳細** 埋蔵文化財センター  
☎(24)4210 ☎(21)9301  
※体調不良の方はご遠慮願います。  
※検温にご協力をお願いします。  
※マスクの着用をお願いします。



## 後期技能検定試験

技能検定とは、働くうえで身につける、または必要とされる技能の習得レベルを評価する国家検定制度です。  
**検定職種** 建築板金、建築大工など  
**等級区分** 1～3級、単一等級  
**申込** 10月15日④まで／④⑤を除く9時30分～16時  
**詳細** 千歳地方職業訓練協会  
☎☎(22)2969

## エルタックスをご利用ください

《エルタックス》は、インターネットを利用して北海道の法人道民税・事業税・特別法人事業税や市の法人市民税・市道民税(給与特別徴収分)などの申告、届出や納税が行えるシステムです。詳しくはホームページをご覧ください。  
**詳細** 北海道札幌道税事務所税務管理部課税第一課法人事業税第一係  
☎011(204)5083 ☎011(232)8697  
HP <https://www.eltax.lta.go.jp/>

## 見る/学ぶ LEARNING

### 市民病院の市民健康講座 開催中止のお知らせ

10月・11月の市民健康講座は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止します。12月以降の開催については改めてご案内します。  
**詳細** 市民病院地域医療連携課  
☎(24)3000④8138 ☎(24)3030

### リース作り講習会 開催中止のお知らせ

毎年11月に開催している《リース作り講習会》は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年度は中止します。  
**詳細** 千歳市環境整備事業協同組合  
☎(24)1366 ☎(27)2861

### 千歳市ファミリー・サポート・センター 子育て応援講演会

子どもの遊び～手作りおもちゃで楽しもう！／講師 木村 祥子 氏(保育士)  
**対象** 市内居住の方  
**とき** 10月15日④／10時～12時  
**ところ** 千歳市社会福祉協議会  
**無料** 定員10人(申込順)  
**託児** 5人(申込順)／1歳～就園前の子  
**申込** 10月14日④まで／☎で申し込み  
**詳細** 千歳市ファミリー・サポート・センター  
☎(22)8522 ☎(27)2528

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

## お知らせ INFORMATION

### J R千歳駅《みどりの窓口》の営業時間変更について

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

### ▼きっぷの販売について

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

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

**詳細** J R千歳駅 ☎(23)2040

### 《女性の人権ホットライン》強化週間

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

**相談受付** 11月12、13日、16日～18日は8時30分～19時／11月14日④、15日⑤は10時～17時／通常は平日8時30分～17時15分(年末年始を除く)  
女性の人権ホットライン  
☎0570(070)810(全国共通ナビダイヤル)  
**詳細** 市民生活課  
☎(24)0183 ☎(27)3743

¥ 参加料・入場料 ④ 詳細、申込先、会場 ☎ 電話番号 📠 ファックス番号 📧 Eメールアドレス 🏠 ホームページアドレス 🏢 市の組織・施設

## スキー準指導員・認定指導員 検定受検説明会

**対象** [準指導員]18歳以上のSAJ1級以上保持者/[認定指導員]18歳以上のSAJ2級以上保持者  
**とき** ①10月17日④/18時～、②10月18日⑥/10時～ ※どちらか都合のよい日時にお越しください。  
**ところ** 東雲会館 **無料**  
**詳申** 千歳スキー連盟  
菅野 ☎090(8373)5604  
✉ kanchan0103jp@yahoo.co.jp

## 温水プールの半額開放日

一回券購入の方に限り半額で利用いただけます(プリペイドカードでの購入可)。  
**とき** 10月18日⑥/終日  
**詳申** 雨温水プール  
☎(49)7001 📠(49)7003

## ゲートボール体験教室

**とき** 10月20日④/9時～12時  
**ところ** ふれあいセンター  
**無料**  
**持ち物** 上靴、飲み物、マスク着用  
**詳申** 千歳ゲートボール協会  
小池 ☎(24)4662

## 図書館ガイド

**▼秋の読書週間事業**  
大人の司書体験～図書館について楽しく学んでみませんか/本のカバーかけ、カウンター業務体験など  
**対象** 高校生以上  
**とき** 11月8日⑥/①10時～12時、②14時～16時  
**定員** 各回6人(申込順)  
**申込** 10月10日④～/電話申込可  
**詳申** 会 困 図書館  
☎(26)2131 📠(26)2133  
🏠 http://library-city-chitose.jp/

## 青少年のための科学の祭典・千歳大会 開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年度の開催中止を決定しました。  
**詳申** 青少年のための科学の祭典千歳大会実行委員会  
長谷川 ☎📠(27)6059

## ちとせみんなのままカフェ

**とき** 10月27日④/10時30分～/出入自由/毎月第4④開催  
**ところ** まちライブラリーカフェ 千歳タウンプラザ店  
**無料** リアル参加：無料 ※ただし、ワンオーダーをお願いします。  
リモート参加：無料 ※《Zoom》での接続をお願いします。  
**詳申** ちとせみんなのままカフェでつながり隊  
うえの ☎080(6795)9994

## 文化/スポーツ CULTURE/SPORT

### 体育協会からのお知らせ

**▼トレーニング室で体幹強化とダイエットチャレンジ**  
**対象** 市内居住の方  
**とき** 10月26日⑥/9時30分～11時30分  
**ところ** ダイナックスアリーナ トレーニング室  
**無料** 定員10人(申込順)  
**申込** 10月13日12時～23日17時/🏠から申し込み  
**詳申** 千歳市体育協会 振興課  
☎(22)4150(☎申込不可) 📠(24)2320  
🏠 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/⑥⑧⑨休み)

## イベント EVENT

### 令和3年千歳市成人式 「はたちのつどい」

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

**対象** 第1部：千歳・富丘・北斗中学校区にお住まいの方/第2部：青葉・東千歳・駒里・向陽台・勇舞中学校区にお住まいの方  
※該当中学校区については、11月中旬発送の案内はがきに記載(部の変更可能、事前連絡不要)されます。市外に住民登録を移された方にはがきは届きませんが、希望の部に参加できます。

**とき** 令和3年1月10日⑥/第1部：受付12時20分～、式典13時～14時/第2部：受付14時50分～、式典15時30分～16時30分  
※当日は、案内はがきに付属の受付票の提出が必要です。お持ちでない方は、🏠から受付票をダウンロードし、記入の上ご持参ください。

**ところ** 北ガス文化ホール  
※そのほかの詳細や、感染症の拡大防止対策のための取り組みとお願いについて、市ホームページでご確認ください。

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

**詳申** 困 生涯学習課  
☎(24)0848 📠(27)3743



## 募集 WANTED

### 千歳市・指宿市青少年相互交流事業 参加児童の募集

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

**対象** 市内小学校に通う6年生で2日間参加できる方

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

**ところ** 市役所第2庁舎2階会議室5・6

**無料**  
**定員** 16人

**申込** 11月2日⑥まで/各小学校を通じて申し込み

**詳申** 千歳市・指宿市青少年相互交流事業実行委員会(困生涯学習課内)  
☎(24)0848 📠(27)3743



### 北海道障害者職業能力開発校 訓練生募集

北海道障害者職業能力開発校では、令和3年度の訓練生を募集します。

**対象** 求職中の障がい者  
**訓練科目** 建築デザイン科・CAD機械科・総合ビジネス科・プログラム設計科・総合実務科  
**申込** 11月2日～20日  
**試験** 12月7日⑥

**ところ** 北海道障害者職業能力開発校(砂川市焼山60番地)

**試験内容** 数学、国語、面接  
**詳申** 千歳公共職業安定所(ハローワーク千歳) ☎(24)2177 📠(24)2178

北海道障害者職業能力開発校  
☎0125(52)2774 📠0125(52)9177

## ちとせ環境と緑の財団の各種事業

### ▼令和2年度コンクール・コンテスト受賞作品の展示会

花いっぱいコンクールの受賞花壇写真、花と緑の写真コンテストの受賞作品

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

**ところ** 北ガス文化ホール4階展示ホール  
**無料**

### ▼緑の相談

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

**無料** **申込** 10月26日⑥までに☎で申し込み

### ▼親子でハロウィン工作～かぼちゃのランタンを作ろう!

**対象** 市内居住の方 **とき** 10月31日④/①10時30分～12時、②14時～15時30分

**ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室  
**300円** **定員** 各10組(申込順)

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

**対象** 市内居住の方 **とき** 11月5日④13時30分～15時 **ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室  
**無料** **定員** 20人(申込順)  
**申込** 10月12日～30日/☎などで申し込み

### ▼緑化リーダー研修 新スタイルで、元気がでるガーデニング

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

**対象** 市内居住の方 **とき** 11月5日④13時30分～15時 **ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室  
**無料** **定員** 20人(申込順)

**申込** 10月12日～30日/☎などで申し込み

### ▼ハボタンとカラーリーフで作る、華やかな寄せ植え

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

**対象** 市内居住の方 **とき** 11月20日④13時30分～15時 **ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室 **800円**

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

**詳申** ちとせ環境と緑の財団  
☎(22)1117 📠(22)1118

## 2級・3級リテールマーケティング 販売士養成講習会

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

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

**ところ** 千歳商工会議所  
**2級:20,000円/3級:15,000円**(指定テキスト代など)

**申込** 11月4日⑥まで/申込書に記入の上、受講料を添えて申し込み

**千歳商工会議所総務課**  
☎(23)2175 📠(22)2122

**詳申** ちとせ販売士会  
中村 ☎090(3776)1751

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

## 3R暮らし方～元気なうちにお片付け 3R講演会

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

**とき** 11月21日④/13時30分～15時 **ところ** 北ガス文化ホール4階大会議室  
**無料** **定員** 40人(申込順)

**申込** 11月20日⑥まで/☎📠📧で申し込み

**詳申** ちとせ環境と緑の財団  
☎(26)1213 📠(22)1118

✉ info@chitosekankyou-midori.or.jp

## 公共職業訓練パソコン経理科

ワープロ・表計算・日商簿記・データベース(各3級)、プレゼンテーション(2級)、接遇基本作業

**対象** 一般求職者(公共職業安定所長の受講指示・受講推薦が受けられる方)

**とき** 11月25日～令和3年2月24日/9時～16時/④⑤⑥と年末年始を除く

**ところ** 千歳職業技術専門学校  
**無料**(テキスト代、検定料別途)

**定員** 15人/11月9日⑥に選考のための筆記試験(国語・数学)、面接を実施

**申込** 10月29日④まで  
**詳申** 千歳公共職業安定所(ハローワーク千歳) ☎(24)2177 📠(24)2178

※申込者数が少ないときは、中止することがあります。

## 防犯ばなし

### 防犯メールに登録しましょう

○「ほくとくん防犯メール」の登録を!

次の情報を「ほくとくん防犯メール」(登録無料)で随時配信しています。

- ▼子ども・女性を対象とした犯罪情報(犯罪につながるような声かけ、写真撮影事案なども含む)
- ▼連続発生している犯罪情報
- ▼特殊詐欺事件の情報

詳細は北海道警察のホームページをご覧ください、登録をお願いします。

**【詳細】千歳防犯協会**  
(千歳警察署生活安全課内)  
☎(42)0110 内線261