



医療マップ

病院・医院・歯科

医療法人社団
尾谷内科
内科・循環器内科・消化器内科

	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00
午後	13:30~18:00	13:30~17:00	13:30~19:00	13:30~17:00	13:30~18:00	-

休診日: 日・祝祭日
千歳市新富2丁目5番5号
水曜日は午後7時迄診療
TEL 0123-24-5121

医療法人資生会
千歳病院
認知症疾患医療センター指定病院・依存症専門医療機関

受付時間 午前9時~11時 午後1時~4時
診療科目 精神科・内科 休診日 土日・祝
千歳市桂木1丁目5-6
TEL 0123-40-0700 FAX 0123-40-0701
精神科医による「もの忘れ相談」を行っています

在宅療養支援診療所
しののめクリニック
内科・訪問診療・在宅医療・健康診断(要予約)・予防接種(要予約)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
13:00~16:30	●	●	●	●	●	●
16:30~18:30	●	●	●	●	●	●

●休診日/日曜・祝日
Web予約できます 0123-22-6511
千歳市東雲町2丁目14-2

医療法人社団
恵聖会クリニック
診療科目 内科・循環器科・神経内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
13:00~17:00	●	●	●	●	●	●

休診日: 日曜・祝日
〒066-0061 千歳市栄町4丁目12-1
0123-40-2020

医療から介護、未来までつながりハビリ
医療法人社団いずみ会
北星病院

診療時間(診療受付時間)
平日 9:00~12:00(9:00~11:30)
13:00~17:00(13:00~16:30)
土曜日 9:00~12:00(9:00~11:30)
日曜・祝日 休診 ※診療科により診療スケジュールが異なります。
〒066-0081 千歳市清流5丁目1-1
TEL 0123-24-1121 FAX 0123-23-7085



わか町みんなのクリニック
緑町診療所 0123-29-3383
自動音声でご案内する場合もございます

時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:15	○	○	○	○	○	○	○
13:30~17:30	○	○	○	○	○	○	○

休診日: 月曜・日曜・祝日
緑町診療所公式LINE
LINEで予約・問診・オンライン診療が簡単に!
当院は様々な場面で皆さまの健康をお守りします。



このページは有料広告掲載ページです。
マップ上には、広告をご掲載いただいた施設のみ表示しています。



素敵な笑顔はきれいな歯から

歯科 ユー歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30~13:00	休	診	診	診	診	診	休
14:00~18:00	診	診	19:30 まで	休	19:30 まで	診	診

千歳市梅ヶ丘1-17-19 **駐車場有り**

TEL **0123-26-8881**

スギハラ薬局

千代田店	千歳市千代田町3丁目 TEL.0123-23-3244
イオン千歳店	千歳市栄町6丁目51 TEL.0123-27-8801
しなの薬局	千歳市信濃2丁目1番地 TEL.0123-23-6611
しのめ調剤	千歳市東雲町1丁目11-6 TEL.0123-22-8803
すみよし調剤薬局	千歳市住吉4丁目2番21 TEL.0123-26-0122
ちとせ市民調剤	千歳市北光2丁目1-5 TEL.0123-26-7001
向陽台調剤	千歳市若草1丁目17-4 TEL.0123-48-3321
島松店	恵庭市島松仲町1丁目4番8号 TEL.0123-36-3201
黄金店	恵庭市黄金南5丁目3番3 TEL.0123-29-3656
えにわ市民調剤	恵庭市柏陽町3丁目29番7 TEL.0123-25-6471

医療法人社団 廣仁会

千歳皮膚科形成外科クリニック

形成外科診療日	月曜日・土曜日
診療時間	
月・火・水・金	10:00~18:00
木	10:00~13:00
土	10:00~14:00
昼休み	13:00~14:00
休診日	日曜日・祝日

東郊1丁目4-18

☎0123-40-1234

医療法人社団 廣仁会

浅沼皮膚科医院

診療時間	
月・火・水・金	9:00~17:00
木・土	9:00~12:00
昼休み	13:00~14:00
休診日	日曜日・祝日

錦町1丁目11-1

☎0123-26-2331



千歳医師会よりご挨拶



千歳医師会は、千歳市内の開業医、勤務医で構成されており、123名が所属しております。

地域に住む皆様が健康で安心して暮らせる街づくりに寄与するために一般診療、休日夜間救急診療はもとより、予防接種・乳幼児健康診査・学校医検診・特定健康診査・がん検診・産業保健活動などの予防医学にも力を注いでいます。

今、長引く不況、加速化する少子高齢化に加え、医師不足など日々の暮らしと医療をめぐる環境がかつてない厳しい状況にあり、様々な問題をかかえております。

このような社会情勢においても、「患者さんの負担の少ない医療・介護保険制度を目指し、いつでも、どこでも、だれもが安心して受けられる日本の医療制度を守る」ため、千歳医師会は、皆様そして行政とともに行動して参りたいと考えております。

今後とも皆様のご協力とご支援をよろしくお願い申し上げます。



一般社団法人 札幌薬剤師会 千歳支部

札幌薬剤師会 千歳支部よりご挨拶



札幌薬剤師会千歳支部は、薬局に勤務する薬剤師をはじめ、病院や行政等に勤務する薬剤師など、約100名で構成されています。

当会会員は、処方せんに基づく調剤やドラッグストア等で扱っている市販薬のこと、休日や夜間の救急対応、在宅医療などさまざまなご質問やご相談にお答えできるように身近な「かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師」として日々努力しております。

また、市民皆様のお役に立つ企画やイベントを計画し、町内会でのくすりに関する講演会への講師派遣、毎年開催される健康フェアでのお薬相談など、千歳市とともにさまざまな取り組みを行っています。



千歳市歯科医師会

千歳市歯科医師会よりご挨拶



千歳市歯科医師会は、千歳市で開業または勤務をしている歯科医師により運営され、公衆衛生事業の一環として、千歳市民の「お口と歯」の健康を守るために、千歳市と連携して多くの事業に参加しています。

1歳6ヶ月児、3歳児、フッ化物塗布、就学時、保育所、幼稚園、学校、の歯科健診、成人健診の各歯科健診事業を行い、また、日祝日、年末年始には休日当番制で行い、救急の患者さんに対応しています。

千歳市民への啓発活動としては、千歳市健康推進課と連携して6月に「むし歯予防デー」を開催し、9月には、千歳市の健康まつりに歯科コーナーを出展しております。

2009年には、道民の生涯を通じた歯・口腔の健康づくりに関する施策、8020推進条例が可決されました。当会も千歳市健康推進課と歩調を合わせ保育園、幼稚園でのフッ化物洗口を指導しております。また、今後すべての保育園、幼稚園、小学校、さらに中学校までフッ化物洗口が普及できるよう活動しております。

また、千歳市との連携で40歳、50歳、60歳、70歳の市民の歯周疾患検診および妊婦歯科検診を無料で行っています。

このように、様々な形で千歳市民の方の「お口と歯の健康」に関与させて頂き“生涯にわたり自分の歯で噛めること”それが、クオリティ・オブ・ライフ(生活の質の向上)の原点であると思っております。千歳市民のさらなる健康増進を切に願っております。



千歳商工会議所

〒066-8558 千歳市東雲町3丁目2-6

Tel:0123-23-2175 FAX:0123-22-2122 Email:info@chitose-cci.or.jp

ホームページURL:https://chitose-cci.or.jp

商工会議所とは

商工会議所は「商工会議所法」に基づいて設立されている会員制の「地域総合経済団体」です。地区内工商業者の経営相談を受けたり、経営に関する情報提供や経営者の交流を図ることなどの活動を行っています。

事業内容

■ 要望活動

会員企業の声を国・道・市などに反映させる要望・提言活動を行っています。自治体や関係団体など対話・連携を進めることで、要望・提言の実現を目指します。

■ 経営支援

経営指導員が窓口・巡回訪問で創業、金融、経理、税務、労務、事業承継など経営に関する様々な相談に応じています。お気軽にお問い合わせください。

■ 検定試験

商工会議所の検定試験はビジネスパーソンとして要求される知識やスキルを身につけた人材の育成を目的に実施しています。千歳商工会議所では日商簿記、珠算、北海道観光マスターの3つの検定が受験できます。

■ 貸会議室

会員・一般の皆様セミナー、講習会、研修会、会議など様々な目的でご利用いただける会議室をご用意しています。

■ 従業員表彰

会員企業にお勤めの従業員の方を対象に、永年勤続並びに優良従業員の表彰式を実施しています。

■ 福利厚生・補償制度

会員企業の福利厚生制度(退職金制度や弔慰金・見舞金制度、リスク対策)を、共済制度や各種保障プランでサポートしています。

※詳しくはHPへ
アクセスしてください⇒





ライフラインや住まいのトラブル対処法 ①

ガスのトラブル

ガスが止まってしまったとき

ガス漏れが原因の可能性あります。まずは火気を消し、全てのガス器具の元栓を閉めましょう。引火のおそれがあるので電化製品に触れてはいけません。異臭などあきらかにガス漏れが疑われるときは窓を全開にして換気し、すぐに契約ガス会社に連絡しましょう。

ガスメーターは、安全のため、異常を感知したときに自動停止する「マイコンメーター」がついています。原因がわかっていて危険がないときは「マイコンメーター」の操作による復旧も可能です。その際は契約ガス会社に電話で状況を説明し、復旧を試みてもらい相談してみましょう。



※掲載の記事に関しましては、一般的な見解を示したものであり、全てのケースにあてはまるものではありません。

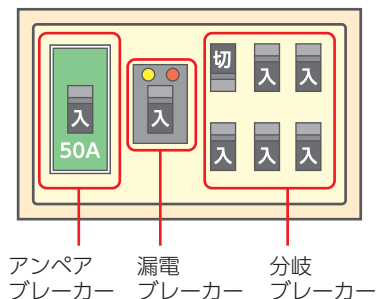
電気のトラブル

突然電気がつかなくなりました。

ブレーカーが落ちていないか確認しましょう。一般的に、ブレーカーは分電盤に集約されており、通常「アンペアブレーカー」「漏電ブレーカー」「分岐ブレーカー」の三つが備わっています。（「アンペアブレーカー」は電力会社によってはない場合もあります。）「アンペアブレーカー」は家屋で使用している総電力が契約電力を上回った場合に落ちます。「分岐ブレーカー」は各部屋もしくは回路別に容量以上の電力が流れた箇所だけを遮断し、家屋全体が停電してしまうのを防いでくれます。どちらの場合も、消費電力の大きい電気器機を停止したうえで、再度ブレーカーを「入」にすれば復旧できるでしょう。

「漏電ブレーカー」が落ちていた場合は、すぐに契約の電力会社か専門業者に相談しましょう。これは家屋内の配線や電気器機が漏電していることを表すので、放置すると火災などにつながり大変危険です。また、古い建物には「漏電ブレーカー」がない場合がありますので、できるだけ早く取り付けることをおすすめします。

分電盤の例



千歳電業協会

事務局 千歳市豊里2丁目14-13 街やまでん内
会長 山本 幸博 副会長 橋本 則彦 幹事 山本 和宏

毎日の暮らしの中に、明るい電気と明るい未来を
電気に関してのお困り事は、何でもご相談ください!!

株式会社イーシーアイ
代表取締役 山本 和宏
千歳市寿3丁目11-20
TEL.22-3560

株式会社 黒沢電気
代表取締役 黒澤 雅裕
千歳市花園7丁目4番11
TEL.23-5423

近藤電設工業株式会社
代表取締役 近藤 久雄
千歳市北斗6丁目1番22
TEL.23-1541

伸盛電気工事株式会社
代表取締役 橋本 則彦
千歳市青葉3丁目14番30
TEL.23-4675

清野電設株式会社
代表取締役 清野 伸一
千歳市寿1丁目18-10
TEL.31-0169

千葉電気株式会社
代表取締役 千葉 栄治
千歳市新富1丁目23番8
TEL.23-2228

富樫電気工事株式会社
代表取締役 富樫 昭大
千歳市東雲町5丁目57
TEL.23-2455

北東電気株式会社
代表取締役 村山 洋紀
千歳市旭ヶ丘2丁目1番5
TEL.22-3251

北海道テクニカル(株)
代表取締役 沼田 哲平
千歳市青葉7丁目9番15
TEL.22-8822

有限会社 やまでん
代表取締役 山本 幸博
千歳市豊里2丁目14番13
TEL.22-6430



◆電気設備工事◆
◆ロードヒーティング工事◆
◆自動火災報知器設備工事◆
◆インターホーン設備工事◆
◆TV共聴設備工事◆
◆放送設備工事◆

有限会社 やまだ
YAMADA

千歳市豊里2丁目14-13
☎(0123)22-6430
FAX(0123)23-8062

特定建設業
伸盛電気工事(株)
代表取締役 橋本 則彦

千歳市青葉3丁目14-30
TEL(0123)23-4675
FAX(0123)26-2610

電気工事業・電気通信工事業

地域と共に
ウィルビーイング

ECI
Electric Communication Industry

株式会社 イーシーアイ
代表取締役 山本 和宏

TEL:0123-22-3560
FAX:0123-22-7160
千歳市寿3丁目11番20号
HPはこちら
<https://www.eci-hokkaido.co.jp>

HOKUTO DENKI

H

電気設備・設計・施工
北東電気株式会社
代表取締役 村山 洋紀

千歳市旭ヶ丘2丁目1-5
TEL 0123-22-3251
FAX 0123-22-3277

SEIO

清野電設株式会社
代表取締役 清野 伸一

TEL 0123-31-0169
FAX 0123-22-4514
千歳市寿1丁目18-10

一般建築・増改築
リフォーム

北海道知事許可(般-3)石 第13726号

田岸建設
有限会社

〒066-0027 千歳市末広5丁目1-11
TEL(0123)22-6926
FAX(0123)29-4710

CHITOSE DENTSUGYOU KYOUKAI

千歳電通業協会
連携した技術力で地域社会に貢献します。

会長
株式会社イーシーアイ
代表取締役 山本 和宏
千歳市寿3丁目11番20号
TEL.22-3560

副会長
三陽通建株式会社
代表取締役 樋口 充
千歳市上長都1039番地
TEL.24-3111

北海道テクニカル株式会社
代表取締役 沼田 哲平
千歳市青葉7丁目9番15号
TEL.22-8822

有限会社マルイク生杉共電
代表取締役 生杉 泰志
千歳市青葉2丁目5番7号
TEL.23-3962

事務局 千歳市寿3丁目11番20号 株式会社イーシーアイ内





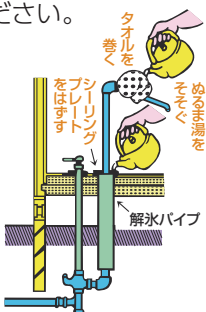
ライフラインや住まいのトラブル対処法 ②

水道のトラブル

もし凍らせてしまったら

— ご自分でできる簡単な解氷法 —

- 室内の配管が凍ったときは、蛇口や管にタオルを巻いて、ぬるま湯をかけてください。
- 管に直接熱湯をかけると管が破裂しますので注意してください。
- 床下の部分は、解氷パイプが取り付けられていれば、シーリングプレートを外し、ゆっくりぬるま湯を入れると解氷ができます。



水の落とししかた

●水道の水を抜くとき

(節水のため次の順序で水抜きをお願いします。)

1. 水抜栓のレバーを「止」の方向へ完全に止まるまでまわします。
2. 蛇口をあけて水抜きをします。
3. 給湯設備についても水抜きをします。

蛇口の動かし方

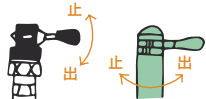


●水道の水を出すとき

(節水のため次の順序で水抜きの操作をお願いします。)

2. 水抜栓のレバーを「出」の方向へ完全に止まるまでまわします。
3. 蛇口をゆっくりあけます。

水抜栓のレバーの動かし方



(メーカーによって「止」「出」が異なります。)

※凍結による解氷・破損修理費は個人負担となります。

雨漏りのトラブル

雨漏りは住まいの大敵です。放置しておくと漏電火災の原因や浸水による腐食などに繋がります。また、マンションやアパートの場合、管理会社や大家への報告を怠って被害が広がった場合、賠償を求められるケースもあります。できるだけ早期に対処しましょう。

日曜大工では処理が甘くなりがちですし、程度や場所によっては危険なので、専門の業者へ依頼することをおすすめします。



※掲載の記事に関しましては、一般的な見解を示したものであり、全てのケースにあてはまるものではありません。

千歳建築交友会

〒066-0023 千歳市寿2丁目1-1
TEL0123-24-3506 FAX.0123-22-6920

会長	山二総合保全(株) 代表取締役 南雲 勇次 北栄1丁目20-7 ☎24-8176	副会長	さかい建築工房(株) 代表取締役 酒井 浩明 花園5丁目9-1 ☎23-3388	副会長	(株)丸佐佐藤工務店 代表取締役 佐藤 研也 花園4丁目6-1 ☎23-4639	事務局	(株)マルケン寿ハウス 代表取締役 長友 恒雄 寿2丁目1-1 ☎24-3506
(有)	簀島組 代表取締役 簀島 賢樹 青葉3丁目8-19 ☎23-4311	(株)	生杉工務店 代表取締役 生杉 昇治 北光4丁目3-11 ☎23-5707	菊池建設	(有) 代表取締役 菊池 稔 信濃4丁目16-61 ☎24-0092	(株)	協栄ハウス 代表取締役 佐藤 博 朝日町3丁目5-1 ☎42-8810
(株)	日建企画 代表取締役 伊藤 博 信濃2丁目13-3 ☎27-2707	(株)	スマイルホーム 代表取締役 水口 昌仁 北斗3丁目15-27 ☎23-2374	(株)	北央建設 代表取締役 松岡 保 北斗5丁目5-13 ☎24-8667	北海道建設サービス(株)	代表取締役 佐々木 雄次 上長都1160-36 ☎27-8088



思いやりのあるリフォームを。
暮らしやすい家づくりを。

山二総合保全株式会社
代表取締役 南雲 勇次

住宅防音工事
新築・増改築工事
DIY支援 もしています

TEL(0123)24-8176
FAX(0123)24-7676
千歳市北栄1丁目20番7号

**住宅設備のトラブルは
ぜひカンセイにおまかせください!**

- ・水・お湯が出ない!
- ・パイプ・蛇口から水がもれる!
- ・排水が流れづらい、流れない!
- ・排水のにおいが気になる!
- ・ストーブがつかない!

お電話・HPからもお問い合わせできます!
住宅設備のプロがトラブルを解決します!
《見積りは無料です!》

『親切・丁寧・迅速』を社訓に創業71年
Let's start from our city saving the earth

CANSAY 協業組合 **カンセイ**
千歳市流通1丁目3-6 ☎0123-23-1712

スタッフ募集中です
ちとせの仕事にも求人情報掲載中!

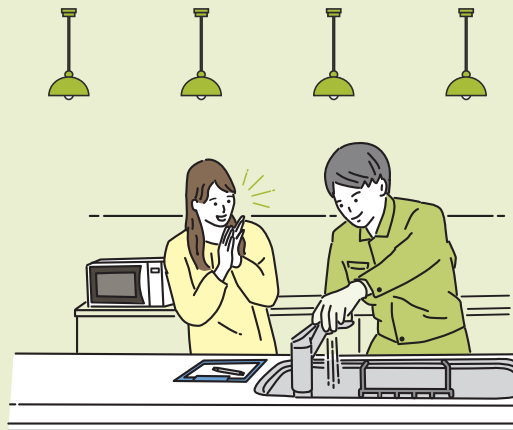
地域の皆様の
あたりまえの暮らしを
サポートする会社

TAKAHASHI KANKI
株式会社 **高橋管機工業** 従業員募集中

- 管・水道施設工事 ■特定建設業
- 管工事業(冷暖房・空調・給排水・衛生設備・消火設備・自動制御)
- 水道施設工事業(水道本管工事)

千歳市本町2-6
☎0123-23-2419

詳細は



防音工事
リフォーム・修繕工事

有限会社 蓑島組
代表取締役 蓑島 賢樹

千歳市青葉3丁目8-20
TEL **0123-23-4311**
FAX **0123-24-5312**

リフォームのオオシモ

お気軽にご相談ください!

火災保険等に伴う修繕工事

各種リフォーム工事
新築・増改築・営繕・塗装
・外壁・舗装・除排雪 他

一般建築業/設計施工
株式会社 大下建設 本社
千歳市北斗2丁目11-20
TEL **0123-26-2057**
〈恵庭事務所〉恵庭市泉町107-3

リフォームから新築まで、
まちの頼れる工務店。

株式会社 丸佐佐藤工務店
代表取締役 佐藤 研也

千歳飛行場周辺における住宅防音工事は、
当社にお任せください!!

千歳飛行場周辺における防音工事の対象区域は、昭和57年3月31日まで建設された住宅が対象となります。

私の家は住宅防音工事の対象区域に入ってる?
防音工事の申請手続きは?
当社がお調べ致しますので、
お気軽にお問合せください!!

☎0123-23-4639
FAX0123-23-6760
千歳市花園4丁目6-1
<http://marusa-sato.com/>

**新千歳空港24時間防音工事
住宅防音工事・リフォーム**

(株)寿ハウス
KOTOBUKI HOUSE

ありがとうございます
お客様からお客様へと
ご紹介いただいております

<https://www.kotobuki-house.com/>
<https://www.kotobukihouse.com/>

TEL **0123-24-3506**
株式会社マルケン寿ハウス
千歳市寿2丁目1-1



知っておきたい 不動産のQ&A



株式会社サイネックスによる編集記事ページです
このページは有料広告ページです

Q なぜ登記しなければ ならないのですか？

売買などによって土地や建物の所有権や抵当権など不動産に関する権利を取得した場合は、その旨の登記をしなければ、法律上、売買の当事者以外の第三者に対してその権利を取得したことを主張することができません(民法第177条)。そのため、所有権や抵当権などの不動産に関する権利を取得した場合は、登記の申請をして権利を守る必要があります。

また、建物を新築した場合には、所有者は1か月以内に建物の表題登記を申請しなければならないなど、不動産の表示に関する一定の種類の登記については、所有者等に登記の申請義務が課せられています。



Q なぜ共同でしなければ ならないのですか？

不動産の権利に関する登記をする場合、登記官は、その登記の申請の内容が登記することができるのかどうかを申請情報とその添付情報のみに基づいて判断しなければならず、裁判所のように権利の有無を実質的に調査することはできないこととされています。仮に実質的に権利の変動があるのかを調査することとした場合、大量の登記申請を迅速に処理することができず、円滑な不動産取引を害することになるからです。そのため、当事者である登記権利者と登記義務者とが共同で登記の申請をすることによって、その登記の申請が真実であることを登記官が確認し、虚偽の登記がされるのを防止しつつ、迅速な登記を可能にしています。

Q 登記の申請は 誰がするのですか？

所有権の移転など権利に関する登記の申請は、原則として登記権利者と登記義務者が共同してしなければなりません。登記権利者とは、登記をすることによって登記上直接利益を受ける者で、登記義務者とは、登記をすることによって登記上直接不利益を受ける者です。

土地の売買を例にすると、買主は売主から所有権の移転の登記を受けて登記簿上の権利を取得するという利益を得ますので、登記権利者となります。一方、売主は買主に所有権を移転する登記をして登記簿上の権利を喪失するという不利益を受けるので登記義務者となります。

なお、例外として、表示に関する登記については所有者などが、判決又は相続による登記などについては登記権利者が、それぞれ単独で申請することができます。

Q 登記の申請は代理人によって することができますか？

登記の申請は、必ずしも本人がしなければならない性質のものではないので、代理人による申請も認められています。

代理人によって申請する場合は、登記権利者又は登記義務者からの委任状を申請情報に添付しなければなりません。

Q 登記の申請を代理して行う 専門家はいるのですか？

登記の申請を代理して行う専門家は、「司法書士」と「土地家屋調査士」です。

司法書士は、所有権の移転や抵当権の設定などの不動産の権利に関する登記の代理申請を、土地家屋調査士は、建物の新築の登記や土地の分筆などの不動産の表示に関する登記の代理申請を専門に行っています。

それぞれの登記の申請方法について不明な点がある場合には、これらの専門家に相談するのがよいでしょう。

各都道府県にある司法書士会及び土地家屋調査士会については、次のホームページから御確認ください。

■ 日本司法書士会連合会ホームページ

<https://www.shiho-shoshi.or.jp>

■ 日本土地家屋調査士会連合会ホームページ

<https://www.chosashi.or.jp>

出典:法務局ホームページ「不動産登記のよくあるご質問等」より加工・編集して作成
<https://houmukyoku.moj.go.jp/homu/static/fudousantouki.html>

司法書士
土地家屋調査士

み
ち
し
た
ゆ
か
こ

道下 有佳子

相続手続
贈与・売買などの名義変更
建物新築・増築・滅失登記

会社設立
役員変更
増資減資登記
会社解散登記
等

上記以外にも多数業務を取り扱っていますのでご相談下さい

ちとせ情報ガイド見ました! でお電話頂くと
担当司法書士より折り返しご連絡致します

0123-33-8183

ご来所が難しいお客様は
出張相談も承っております

恵庭市京町24番地1

子育て応援!定番の習い事

スマホなどワンクリック化の進む昨今では昔に比べて不器用な子が増えていると言われています。また、交通機関や室内娯楽の発達で運動不足ともなわれています。

親であれば子どもにはステキな未来をつかませてあげたい、子どもの色々な可能性を広げてあげたいと思うものです。将来の役に立てばなお良い。そう願う親御さんの注目を集めている習い事をご紹介します。

浮力により負担が小さく幼少期の体づくりに最適

水泳

浮力のおかげで体への負担が小さい水泳は、初めての健康・体力づくりに最適と男女を問わず人気です。他のスポーツと比べて全身をバランスよく鍛えられ、心肺機能の発達を通じて、風邪など病気への抵抗力強化にもつながると言われています。



綺麗な筆記、身に付く集中力

習字

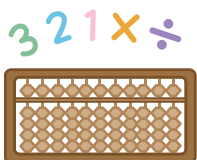
スマホやパソコンが普及している昨今だからこそ、逆に注目されています。綺麗な字が書けることは一生ものの財産となります。姿勢を良くし、集中力や落ち着きを身につけられる習字は、あらゆる素養の基礎となるでしょう。



計算の速さが身に付く

そろばん

パソコンや電卓が当たり前のご時世であっても計算が速いことはあらゆる場面で有利です。集中力の養成や指先を使うため脳の発達に効果的です。



音感や情操教育に効果

ピアノ

芸術関係の習い事として昔から人気があります。音感や情操教育に良いことはもちろん、耳で聞き、手や足を使って演奏するピアノは多彩な刺激を受けるため、脳の発達に効果的です。楽譜を暗記する必要性から記憶力も鍛えられます。また、演奏会などを通じて緊張感への耐性やマナーを身につける機会にも恵まれます。



幼少期からの継続的英語環境で効果的に習得

英会話

グローバル化により社内公用語を英語にする企業が出てくるなど、英語の必要性が高まっている昨今では、早いうちから英語に慣れさせたいと思う親御さんが増えています。言語学習力により高い幼少期に英語に慣れ親しみ、継続的な英語環境に触れることで、効果的に英語を身につけます。



※掲載の記事に関しましては、一般的な見解を示したものであり、全てのケースにあてはまるものではありません。

株式会社サイネックスによる編集記事ページです

このページは有料広告ページです





ABCハウス千歳教室
メアリー先生と楽しく学ぶ英会話+受験対策
幼児から小・中・高校生対象
千歳市富丘4丁目15-15
TEL:0123-22-8632
<http://abchouse0.blog.fc2.com/>

**英検
準会場**

🏠 マンガでわかる空き家対策



**確かな実績で
「売リタイ・買いタイ」
をサポート！** 千歳の不動産・戸建・土地・マンションを
「売リタイ・買いタイ」のご相談は
お気軽にお問合せください！

暮らしの明日をカタチに
売買契約数 **180件**
(2022年度)

相談・査定無料
即対応
秘密厳守 下取・買取可

千歳の情報満載
200件以上
千歳専門店ならではの

イイステーション 千歳店 北海道知事(3)第7684号
ブランドライフ株式会社 千歳市東雲町5丁目45-1 TEL (0123)22-3334 (HP)

全国192店舗のネットワーク

JOY
Joy talk
不動産の総合プランニング & デザインング

**株式会社
ジョイトーク**

北海道知事免許特許(3)第7588号
TEL 0123-25-3994
千歳市北栄1丁目27-6



インテリア・寝具のお店 wagairo

寝具 | クッション | 雑貨
キッチン | 収納 | テーブル
照明 | ダストボックス | etc...

自分の色=イメージにあった部屋を作りたい。
そんな想いから「wagairo」は誕生しました。
毎日帰ってくるのが楽しくなる
お家作りをコンセプトに

- “ 上質でおしゃれなモノ。”
- “ おうちでリラックスできるモノ。”
- “ 使っていて楽しくなるモノ。”
- “ ひとに優しいナチュラルなモノ。”

を厳選したインテリアのセレクトショップです。
ちょっとした普段の生活にオシャレ感をプラス。
きっと毎日が楽しい“wagairolife”の始まりです。

運営会社:株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5丁目3-15 ■ 営業時間/平日(月曜～金曜)9:00～17:00
TEL:06-6766-3361 FAX:06-6766-3345 ■ 定休日/土日祝、GW、夏季休暇、年末年始

送料無料でお届けいたします。
ご注文はこちらから▶





北海道建設サービス株式会社

**解体工事や産業廃棄物収集運搬の
ご相談はお気軽にご連絡ください!**

TEL 0123-27-8088
FAX 0123-23-7117
千歳市上長都1160-36





介護予防について

千歳市介護予防センター

千歳市では、介護予防を推進するため、平成26年4月に千歳市しあわせサポートセンター内に千歳市介護予防センターを設置し、介護予防の基本的な知識等の普及啓発を行うことで、介護予防の大切さを広めるとともに、高齢者が日常生活の中で自主的に取り組むことが可能な「いきいき百歳体操」、「かみかみ百歳体操」、「ノルディックウォーキング」などの運動の普及を積極的に進めています。

名 称
千歳市介護予防センター
所在地
東雲町1丁目11番地 千歳市しあわせサポートセンター内
電話番号
☎ 0123-23-0012 / FAX 0123-23-0022

健康管理（保健センター）

健康相談

毎月1回、医師、保健師、栄養士や歯科衛生士による相談を行っています。希望により血圧測定や尿検査、体重測定を行っています。事前に予約する必要はありませんので、気軽にご利用ください。

日程は広報ちとせ、市民カレンダーをご覧ください。歯科相談については、相談日、時間帯が決まっていますので、希望される方は、日程を確認のうえお越しください。

健康づくり課健康企画係 ☎ 24-0768(直通)

ちとせ健康・医療相談ダイヤル24

市内に居住する方を対象に、24時間、医師、保健師、看護師などによる電話相談を実施しています。「けがの応急手当のしかた」「病気のことが不安でひとりで悩んでしまう時」「夜間・休日の医療機関のご案内」など、気軽にご相談ください。

◎24時間年中無休・通話料相談料 無料
フリーダイヤル

 **0120-010-293**

※IP電話などから(通話料有料)の相談は

☎ **03-5524-8500**

健康的に食べる。

管理栄養士が、栄養の偏りや不足を予防するための食事や調理方法などについてお教えします。



体力をつける。

毎日自宅で簡単にできる体操や、楽しく続けていける運動を専門家がお教えします。



新しいお付き合い。

スタッフと参加者が和気あいあいの介護予防教室がきっかけとなって、新しいお付き合いが生まれています。



口と歯の健康を守る。

歯科衛生士が、口腔内の健康を保つ方法や、噛む力、飲み込む力を向上させる方法をお教えします。





2024年1月より公開

「わが街事典」電子ブックで 千歳市の情報を持ち歩こう

いつでもどこでも知りたい情報を
「わが街事典」アプリでチェック

無料

閲覧に伴う通信料は
ご負担ください



スマートフォン



パソコン



タブレット



「MY本棚」機能で、
お手軽に情報をチェック！

一度読んだ電子ブックは「MY本棚」に保存
されますので、読みたくなったときはすぐに
読むことができます。

ダウンロード方法や
対応端末など
詳しくはこちら➡



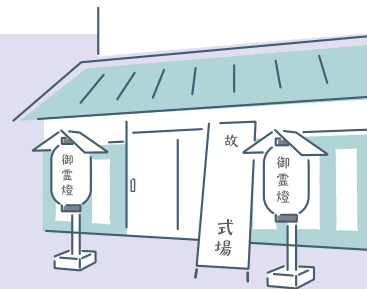
iPadアプリ版

iPhoneアプリ版

Androidアプリ版

知っておきたい葬儀の流れ

葬儀は人生最後の儀式。弔事の一つひとつにしきたりがあり、意味があります。
地方によって、また宗教や宗派によって名称や作法は異なりますが、大方の流れは次のようになります。



■ 臨終から法要まで

弔事の流れ

● 臨終

遺体を北枕に安置し、喪主、儀式の形式と日取り、葬儀社を決めて依頼し、寺院や知らせるべき人に連絡します。

● 通夜の準備

枕飾りをして遺体を安置。喪服、遺影の準備と世話役との打ち合わせ。戒名の依頼や隣近所への挨拶、死亡届の手配も行います。

● 通夜

故人との別れを惜しみ、夜通し香と灯火を絶やさず遺体を守ったのが本来の通夜ですが、最近では数時間ほどで終わる形式が多くなりました。通夜が終了した後は、通夜ぶるまいとして親族や親しい人に食事を振る舞ったり、代わりに折り詰めなどを渡したりすることもあります。

● 葬儀・告別式

通夜の翌日に、死者を弔うのが葬儀で、故人に別れを告げるのが告別式です。読経の後、遺族、親族が焼香し、参列者の焼香へと移ります。

● 出棺・火葬

最後の対面の後、別れの花などを行い、遺族の手で霊柩車へ。会葬者は合掌して見送ります。
※葬儀・告別式の前に行う場合もあります。

● 火葬・骨上げ

火葬の前に全員が焼香。火葬終了後は、二人一組になって箸で遺骨をはさみ骨壺にいれる骨上げを行います。
※葬儀・告別式の前に行う場合もあります。

● 還骨回向

持ち帰った遺骨、位牌を祭壇に安置し、僧侶が読経する中、遺族による焼香が行われます。このとき、本来7日目に行う初七日法要を、繰り上げてとりおこなう場合が多くなっています。

● 精進落とし

法要後、お世話になった人に感謝と慰労の気持ちを込めて喪主が挨拶。遺族が酒と料理でもてなし、故人をしのびます。

● 追善供養

初七日に始まり、三十五日、四十九日、百か日と、お経を上げて、お香で供養します。このとき納骨を行う場合もあります。

● 年忌法要

一周忌に始まり、2年目の三回忌、6年目の七回忌、その後十三回忌、十七回忌、二十三回忌、二十七回忌、三十三回忌、三十七回忌、五十回忌と法要を続けます。三十三回忌または五十回忌をもって、弔い上げ(最終の年忌法要)とする場合が多くなっています。

※掲載の記事に関しましては、一般的な仏式の慣習を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合がございます。

大切な方が繋いでくださった『最後のご縁』

故人さま最後の『願い』残されるご家族さまの『想い』京美がサポートさせていただきます。

ご自宅を中心とした『小規模なお葬儀』をお考えの皆様へ

直葬 110,000円(税込)～

自宅葬 220,000円(税込)～

家族葬や福祉葬など
他の葬儀形式をお求めの際は、
費用や施設等の内容を
別途ご提案させていただきます。



Instagram



Homepage

24時間
365日対応

0123-23-5240

担当直通 080-6095-5351(前田)

◀ 詳細はこちらから

[運営会社](株)DREAM 千歳市富士3丁目10番14号(事務所)





エンディングノートを準備しませんか？

誰も「死」や「老い」を避けることはできません。まだまだ先の事と思っていても不慮の事故や病などで突然意思表示もできなくなる…ということもあります。そうなれば残された家族は大変な負担を強いられてしまいます。元気なうちにあなたの意志を書き留めておくことで、あなた自身の安心とご家族の負担軽減につながります。



自分のことについて

氏名・生年月日・住所・電話番号（緊急連絡先を含む）・血液型など通りの情報を記載しておきましょう。

親戚・友人・知人について

いざというとき知らせて欲しい親戚・知人・友人がいればそのリストを残しておきましょう。

財産・資産について

預貯金やクレジットカードなどの口座情報はもちろん不動産や有価証券などの金融資産も詳細に残しておきましょう。

葬儀・お墓について

葬儀の実施方法や費用、知らせる人のリストなどを明記しておくことで遺族の負担が軽くなります。どの写真を遺影に使うかも残しておくといいでしょう。

保険や私的年金などについて

生命保険をはじめとした各種保険の情報を残しておきましょう。また、個人年金や企業年金に加入している人はその情報も残しておきましょう。

遺言書について

十分な法的効力を持つ遺言書を作成するのは素人では難しいものです。弁護士などに相談し、アドバイスを受けましょう。

※掲載の記事に関しましては、一般的な見解を示したものであり、全てのケースにあてはまるものではありません。

株式会社サイネックスによる編集記事ページです

このページは有料広告ページです

ベルコの家族葬

地域シェア率14年連続第一位（2023年施行実績515件）



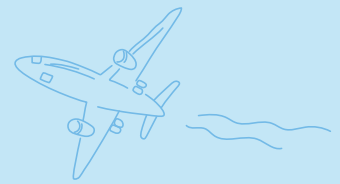
24時間 365日 無料相談受付中

☎ 0123-27-4444

ベルコ千歳シティホール 住所：千歳市北信濃871-19



生活ガイド



Editor's Note

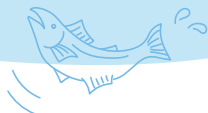
「ちとせ情報ガイド」は、千歳市の行政情報をお届けするとともに、地域企業の発展につなげることを目的として発行いたしました。

また、市民の皆さまに、より利便性の高い情報源としてご利用いただけるよう、官民協働事業として千歳市役所と株式会社サイネックスとの協働発行としました。

「ちとせ情報ガイド」は、地域の各団体及び事業者の皆さまのご協力により、制作・発行することができました。あらためて心より厚くお礼申し上げます。

■「ちとせ情報ガイド」に掲載の行政情報は、特に記載しているものを除き、令和5年11月現在の情報を掲載しています。社会情勢の変動等により内容が変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。行政情報の内容・手続き等で不明な場合は、各担当課までお問い合わせください。

■また掲載されているスポンサー広告は、暮らしの情報としてご活用ください。広告内容については株式会社サイネックスにお尋ねください。



千歳市 / 株式会社サイネックス

発行



千歳市HP



サイネックスHP

チトセト
Chitose to

令和5年12月発行

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL:03-3265-6541(代表)

広告
販売

株式会社サイネックス 札幌支店
〒001-0010 北海道札幌市北区北10条西1丁目10-1
TEL.011-737-7167

※掲載している広告は、令和5年11月現在の情報です。

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

無断で複写、転載することをご遠慮ください

UD
FONT

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。

わが街
事典®

じゅんかんコンビニ24

ご家庭で不用になった資源物は「じゅんかんコンビニ24」へお持ちください。
利用はカンタン! 受付機で受け付けを行い、資源物を回収ボックスに投入するだけ。
24時間営業だから、お客様のお好きな時に資源物を持ち込むことができ、気軽に手軽にリサイクルに参加できます。
回収した資源物はマテックでリサイクルし、新たな資源として生まれ変わります。



回収品目



新聞・雑誌
ダンボール



金属製品
スチール缶



小型家電



携帯電話



パソコン本体
※モニターは対象外



アルミ缶



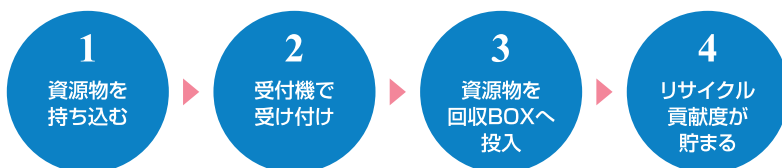
ペットボトル



古布・繊維類

※テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコンなどの家電リサイクル法対象品、プラスチック製品、ガラス製品、木製品などは回収対象外となりますのでご注意ください。
※回収品目は場合によって変更や受入停止となることがございますので、予めWEBでご確認ください。

利用手順



リサイクル貢献度は資源物の種類と重量に応じて貯まり、500点貯まると商品交換可能!

※商品交換を申し込むにはアンケートに回答していただく必要があります。
※無人施設のため受け付けなどは全てお客様自身で行っていただきます。



LINE Pay

500円分の商品券 (イオンギフトカードまたは
QUOカード) やLINE Pay残高と交換



スマホアプリでもっと便利に!

- メリット① 受け付けがアプリでできる!
- メリット② 商品の交換申込がアプリでできる!
- メリット③ 利用履歴がアプリで確認できる!

すでに会員カードでご利用されている方もアプリをインストール後、アプリと会員カードの情報を統合することで、貯まっていたリサイクル貢献度などの情報をそのままにアプリでご利用いただけます。

※統合した会員カードは使用できなくなりますのでご注意ください。



アプリの詳細

じゅんかんコンビニ24

【運営】株式会社マテック
【電話番号】00800-800-8877 (マテック発寒支店 通話無料)
【電話受付】平日 9:00~17:00 (1月1日~3日を除く)

店舗所在地やご利用方法などの詳細につきましてはWEBをご確認ください。



詳しくはWEBを
ご覧ください

チトセト
Chitose to

