

広報

# とまごまい

とどけます まちの こえ まちの いいとこ

2018  
11  
vol.1788



とまごヨッパ  
©2011 苫小牧市



苫小牧市は市制施行70周年

特集Ⅰ  
栄誉をたたえて

特集Ⅱ  
市職員の給与と人事

クローズアップ 沼ノ端交流センターを徹底解剖!!

苫小牧市公式Facebookは  
こちらから .....



電子版の広報とまごまいは  
.....こちらから

苫小牧市公式  
ホームページ

苫小牧市役所 検索

広報とまごまい 平成30年11月1日発行 第1788号

編集・発行／苫小牧市総合政策部政策推進室秘書広報課  
〒0144(32)6108(直通) ☎0144(32)1117

広告

広告

広報とまごまいの電子書籍はこちらから。  
[www.hokkaido-ebooks.jp](http://www.hokkaido-ebooks.jp)

Hokkaido ebooks

北海道内のすべてがそろった「電子書籍」ポータルサイト「ホッカイドウイーブックス」  
ホッカイドウイーブックス実行委員会(株式会社 須田製版 内) Tel.011-621-1000(代表)



広報とまごまい・広告のご案内

あなたの会社を広報とまごまいでPRしてませんか?  
申し込みは下記の広告代理店へご連絡ください。(金額は税込み)

●5cm×18.5cm (1枠)43,200円 ●13cm×18.5cm (1枠)108,000円

株式会社 北日本広告社 苫小牧支社 ☎0144(36)7751

印刷/懶須田製版

## 施設の概要

建物の北側棟には児童センター、中央棟に多目的ホール、図書コーナー、児童センターの遊戯室や調理室、南側棟には市の出張所や市民のサークル活動などに利用できるミーティングルームなどを配置しています。

### ▶遊戯室

クライミングウォールやボール遊び、パドミントンなど軽スポーツをすることができ、児童センターがお休み(夜間や日曜日・祝日)のときには大人も利用できます。



### ▶スタジオ

楽器演奏・バンド練習をすることができます。姿見鏡もあります。



### 北側棟

### ▶幼児室

未就学児専用の部屋です。玩具や幼児専用トイレ、授乳室を完備しています。

### 中央棟

### ▶ミーティングルーム

地域の皆さんの会合や催しなどに利用できます。4室を設置し、その内3室に可動型の間仕切りがあり、ニーズに応じて会場を広く利用することができます。



### 南側棟

### ▶出張所

証明書の発行、戸籍や住所変更の届け出、市税などの収納、さらに国保や国民年金などの手続きが可能となり、高齢者優待乗車証・高齢者フリーパスも取り扱っています。  
※高齢者フリーパスは、引き続き沼ノ端コミュニティセンターでも販売します

指定管理者：シダックス大新東ヒューマンサービス㈱ 電話(82)7099 HP(<http://tomakomai-community-center.jp/>)



住所 北栄町3-3-3(ダイナックス沼ノ端アイスアリーナ隣)

## 複合施設の主な機能

### ◆北栄児童センター

主に、幼児から高校生までを対象とし、市内初となる大型児童センターの基準を満たす施設として、事務室、相談室、幼児室、図書コーナー、児童クラブ室、集会室、調理室、遊戯室のほか活動室やスタジオなどを配置しています。

### ◆多目的ホール・図書コーナー

子どもから高齢者まで広く市民が利用できるよう、施設中央部に多世代交流の多目的ホールと、それに隣接して、図書の閲覧・貸し出しができる一般向けの図書コーナーを配置しています。

### ◆ミーティングルーム

さまざまな用途に使用できるよう、ミーティングルームは4室を配置。可動式の間仕切りを活用することで部屋の大きさを調整し利用することができます。(1室約45㎡~75㎡、最大約190㎡で利用可能)

### ◆出張所

沼ノ端コミュニティセンター内の証明取扱所の機能を拡充し出張所として開設しました。戸籍や住所変更の届け出、市税などの収納、国保や国民年金の手続き、印鑑登録などが可能となりました。

10月29日(日) OPEN

# 沼ノ端交流センター

## を徹底解剖!!

苫小牧初の複合施設

青少年課 電話(32)6759



10月13日(出)アイビー・プラザ

## 国際友好都市盟約締結20周年記念事業

苫小牧市と中国にある秦皇島市は、平成10年9月1日に国際友好都市となり、今年、盟約を結んでから20年の節目を迎えました。このたび、国際友好都市盟約締結20周年記念事業として、記念式典や記念公演が開催され、秦皇島市歌舞団による伝統芸能や市内合唱団による合唱、さらに日中共演が披露され友好都市の交流の輪を広げました。

表紙から

- 26 みんなのひろば  
今月の健康第一 / 今月の国際交流 / とまこまい日記 / 編集後記 ほか
- 25 市政トピックス  
みんなで防ごう高齢者・児童虐待

- 15 市からのお知らせ  
福祉 / 暮らし / スポーツ / 相談 / 募集
- 12 健康ガイド  
健康教室 / 健康相談 / 健康NEWS ほか
- 10 カルチャーガイド  
おでかけガイド
- 9 イベント・info  
届け出受付 / 予約受け付け / 2018 / 2019 / アジアリーグ / アイスホッケー ほか

- 6 特集Ⅱ  
市職員の給与と人事
- 4 特集Ⅰ  
栄誉をたたえて
- 2 クローズアップ  
苫小牧初の複合施設 沼ノ端交流センターを徹底解剖!!

広報 とまこまい

2018 11 vol.1788

# 栄誉をたたえて

市政功労者表彰・自治貢献者表彰・文化奨励賞受賞者を紹介します。

秘書広報課 生涯学習課  
☎(32)6096 / ☎(32)6752



## まちづくりの功績をたたえて

長年にわたり市の発展に尽くされ、活躍が顕著な方の功績をたたえ、表彰を行っています。  
今年度は市政功労者に1人、自治貢献者に12人を決定しました。

### 市政功労者表彰

市議会議員や市の執行機関委員を長年務めるなど、市政の発展に尽くされた方の功績をたたえるものです。

### 自治貢献者表彰

市の付属機関の委員や公共団体の役員などを長年務めるなど、地方自治の振興と発展に尽くされた方の功績をたたえるものです。

### 自治貢献者表彰

あべ さきお  
**阿部 先夫さん**  
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

すずき としふみ  
**鈴木 俊文さん**  
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 市政功労者表彰

かなざわ すぐる  
**金澤 俊さん**  
11年の長きにわたり市議会議員として市民の福祉の向上と市勢の伸展に貢献。

### 自治貢献者表彰

うらべ すなお  
**卜部 淳さん**  
21年の長きにわたりスポーツ推進委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

やまだ くみこ  
**山田 久美子さん**  
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

さとう しずお  
**佐藤 静男さん**  
34年の長きにわたり消防団員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

みずさわ かずゆき  
**水澤 一幸さん**  
27年の長きにわたり消防団員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

みやもと ゆういち  
**宮本 雄一さん**  
34年の長きにわたり学校歯科医として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

よしだ りゅういち  
**吉田 隆一さん**  
52年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

かわきた よしゆき  
**川北 善行さん**  
42年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

## 文化向上発展の功績をたたえて

市の文化向上発展に尽くされ、活躍が顕著な方の功績をたたえ、表彰を行っています。  
今年度は文化奨励賞に1団体を決定しました。

### 文化奨励賞

市の文化向上発展に関し実績が顕著であり、今後の活動が特に期待される個人または団体に贈られるものです。

### 自治貢献者表彰

おき じろう  
**沖 次郎さん**  
35年の長きにわたり学校歯科医として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 自治貢献者表彰

いちむら かずよし  
**市村 一義さん**  
30年の長きにわたり学校医として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

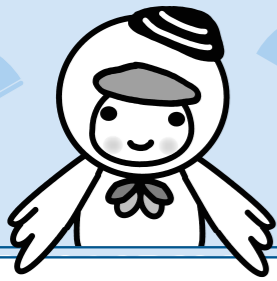
### 自治貢献者表彰

しらとり よしみ  
**白取 義美さん**  
49年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。

### 文化奨励賞受賞

おはなしオルゴール

平成10年の発足以来、昔話や物語を覚えて語りだけで伝えるストーリーテリングの会として、おはなし会を1,000回以上開催するなど熱心な取り組みを続けている。子どもはもちろん、大人にも活動対象を拡大し、本市の読書活動の推進に大きく貢献。



## H 公平委員会の業務の状況

### 1 勤務条件に関する措置の要求の状況

平成29年度においては、前年度からの繰り越しを含めた措置の要求はありませんでした。

※職員は給与、勤務時間その他の勤務条件に関し、市の当局から適当な措置が取られるように公平委員会に対して要求ができます

### 2 不利益処分に関する不服申し立ての状況

平成29年度においては、前年度からの繰り越しを含めた不服申し立てはありませんでした。

※職員は懲戒その他その意に反する不利益な処分に関し、公平委員会に不服の申し立てができます

## I 給与の状況

市職員の給与・主な諸手当の支給状況、期末・勤勉手当の支給割合などをお知らせします。

### 1 職員給与の支給状況

職員給与は、職員に支給される毎月の給料と、扶養手当・住居手当・通勤手当・時間外勤務手当などの諸手当、民間企業の賞与にあたる期末・勤勉手当などを合わせたものです。

(平成29年度一般会計決算)

職員種類	一般職	再任用	合計	
職員数(人) <b>A</b>	1,096	115	1,211	
給与額(千円)	給料	3,818,918	283,993	4,102,911
	諸手当	936,534	19,589	956,123
	期末・勤勉手当	1,505,339	56,408	1,561,747
	計 <b>B</b>	6,260,791	359,990	6,620,781
1人当たり給与年額(千円) <b>B/A</b>	5,712	3,130	5,467	

※特別職は含まない

※諸手当には退職手当を含まない

### 2 一般行政職の初任給と経験年数・学歴別平均給料月額

職員の初任給は、民間企業の水準を考慮して決められている国家公務員の初任給を参考に定められています。経験年数・学歴別の平均給料は次の通りです。

(平成30年4月1日現在)

区別	経験年数	初任給(円)	経験年数			
			10年以上 15年未満(円)	15年以上 20年未満(円)	20年以上 25年未満(円)	
大学卒	苦小牧市職員	179,200	276,200	319,100	366,500	
	国家公務員	総合職(Ⅰ種)	183,700	292,934	332,973	372,368
		一般職(Ⅱ種)	179,200			
高校卒	苦小牧市職員	147,100	238,700	282,500	330,900	
	国家公務員	147,100	242,821	283,947	329,264	

※国家公務員(大学卒)の経験年数別給料月額額は総合職と一般職の平均

## D 研修の状況

平成29年度の実施状況は次の通りです。

研修の状況 (平成29年度)

区分	受講者数(人)	内容	
職場外研修	基本研修	523	新採用基礎・継続、一般職員Ⅰ～Ⅲ、監督者Ⅰ～Ⅱ、管理者Ⅰなど
	特別研修	1,556	情報セキュリティ、普通救命講習、専門・実務的知識の取得などの研修
	派遣研修	37	市町村職員中央研修所、全国建設研修センター、北海道市町村職員研修センターなど
職場研修	その他	4	国内都市派遣
	集合研修	-	71職場 580件(各職場内で企画実施)
	派遣研修	749	71職場(道庁、胆振総合振興局など)
自主研修	31	通信教育、自主研究グループ、eラーニング	

## E 人事評価の状況

地方公務員法の改正に伴い、平成28年度から従来の勤務評定制度に代わり、職員がその職務を遂行するに当たり、発揮した能力と挙げた業績を把握した上で行われる「人事評価制度」により評価することとなりました。

本市においても、評価基準の明示や評価結果の本人への開示などの仕組みを導入し、評価の観点として「能力評価」と「業績評価」の両面から評価するなど、人事管理の基礎として活用することとしています。

取り組みの状況としては、公正な評価の確保のために評価者を対象とした研修を実施し、評価結果を人材育成や人事異動、勤勉手当(管理職のみ)などに活用しています。

## F 分限および懲戒の状況

平成29年度に分限および懲戒の状況は次の通りです。(平成29年度)

区分	人数(人)	区分	人数(人)		
分限 処分者数	降給	0	懲戒 処分者数	戒告	1
	降任	0		減給	1
	休職	14		停職	0
	免職	0		退職	0
	計	14		計	2

## G 福祉および利益の保護の状況

### 1 厚生制度

職員住宅の貸し付け、保健室・休養室・休憩室の設置、健康診断の実施、作業服などの貸与をしています。

また、全職員加入の苦小牧市役所職員福利厚生会(会員数1,457人)では、メンタルヘルス、人間ドックなどの健診助成、保養所利用助成、港まつりへの参加などを行っています。

### 2 共済制度

職員とその家族の病気などによる健康保険、退職後の年金給付、住宅資金などの貸し付けを行っています。

### 3 災害補償制度

職員が公務上で災害を被った場合の補償を行っています。(平成29年度の公務上の災害件数=公務災害15件、通勤災害5件)

「地方公務員法第58条の2」および「苦小牧市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例第6条」の規定に基づき、市職員の給与や勤務状況などと公平委員会の業務状況について、市民の皆さんに概要をお知らせします。

### 給与の決定

苦小牧市職員の給与は、生計費をはじめ、国家公務員や他の地方公共団体職員、民間企業の従業員の給与などを総合的に考慮した「苦小牧市一般職の職員の給与に関する条例」で定められています。これら給与に関する予算は毎年、市議会の審議を経て決定しています。

### 職員の適正な配置

市職員の定数は、国が示した定数モデルや他市の状況、市の行政需要を考慮して適正な配置に努めています。

(平成29年度)

離職時の職	離職日	再就職日	再就職先の名称	再就職先の業務内容	再就職先における地位
苦小牧市教育委員会教育部長	平成29年3月31日	平成29年4月1日	(公財)道央産業振興財団	立地企業への新製品開発など助成支援	専務理事・事務局長

## B サービスの状況

平成29年度の服務規律確保の取り組みは次の通りです。

### 服務規律確保の取り組み

(平成29年度)

取り組み	コンプライアンス	綱紀保持など
内容	「コンプライアンス指針」に基づき、基本的な事項を意識して、信頼される職員を育成することなど	綱紀の保持、安全運転の励行と交通事故・違反の防止などの周知徹底
周知方法など	職員の各階層別に実施するコンプライアンス研修と、管理職による職場研修の実施	所属長または職員に対する通知

### サービスの根本基準

全て職員は、全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行に当たっては、全力を挙げてこれに専念しなければなりません(地方公務員法第30条)。また、職員には、以下のことが求められています。 ●法令などと上司の職務上の命令に従う義務 ●信用失墜行為の禁止 ●秘密を守る義務 ●職務に専念する義務 ●政治的行為の制限などに関する規定の遵守

## C 勤務時間その他勤務条件の状況

平成30年4月1日現在の一般職の勤務時間、平成29年度の年次有給休暇平均取得日数、育児休業・介護休暇取得者数は次の通りです。

### 1 一般職員の勤務時間

(平成30年4月1日現在)

月～金曜日	勤務時間	8時45分～17時15分
週38時間45分	休憩時間	12時～12時45分

※本庁勤務の場合。2交代や3交代の場合は週38時間45分を原則に割り振り

※休憩時間は、労働基準法で定められている休憩時間

### 2 年次有給休暇平均取得日数

(平成29年度)

11.00日	1年度20日付与、現年度分のみ20日を限度に繰り越しが可能
--------	-------------------------------

### 3 育児休業・介護休暇取得者数

(平成29年度)

区分	男性	女性	計	区分	男性	女性	計
育児休業(人)	4	32	36	介護休暇(人)	0	0	0

## A 任用の状況

職員の定数は「苦小牧市職員定数条例」で定められています。平成30年4月1日現在の職員数は1,797人で、平成29年4月1日と比較して2人の増となっています。

### 1 職員数

部門	区分	職員数(人)		対前年増減(人)
		30年度	29年度	
一般行政部門	議会	12 (0)	12	0
	総務	220 (21)	217	3
	税務	72 (3)	74	△ 2
	民生	211 (10)	202	9
	衛生	87 (7)	88	△ 1
	労働	2 (0)	6	△ 4
	農林水産	4 (1)	4	0
	商工	23 (2)	22	1
	土木	113 (14)	114	△ 1
	小計	744 (58)	739	5
特別行政部門	教育	108 (17)	116	△ 8
	消防	238 (6)	235	3
	小計	346 (23)	351	△ 5
公営企業など会計部門	病院	524 (7)	523	1
	水道	76 (12)	77	△ 1
	下水道	41 (6)	39	2
	その他	66 (1)	66	0
小計	707 (26)	705	2	
合計		1,797(107)	1,795	2

( )は再任用職員(常勤)で外数

※職員数には、特別職、苦小牧港管理組合派遣職員、臨時職員、非常勤職員は含まない

### 2 採用者数と退職者数

(平成29年度)

	採用者数(人)	退職者数(人)
一般部局	46 (18)	30 (8)
市立病院	58 (2)	54 (1)
消防	10 (2)	7 (5)
教育委員会	2 (4)	7 (1)
合計	116 (26)	98 (15)

( )は再任用職員(常勤)で外数

※平成29年4月1日から平成30年3月31日までの新規採用者および退職者

### 3 退職職員の再就職状況

苦小牧市では、部次長相当職以上で退職した者が離職後2年以内に営利企業以外の法人その他の団体の地位に就いた場合(報酬を得る場合に限る)または営利企業の地位に就いた場合には、再就職の状況について公表することとされています。平成29年度の状況は次の通りです。

アイコンの見方

所とところ 料金 (料金記載のないものは無料) 定員  
 申し込み 詳細 電話番号 ホームページアドレス

～婚姻届を提出してそのまま誓う～  
**届け出挙式、ご予約受け付け中!**

会場：市議会本会議場

政策推進課 ☎(32)6039

市では、婚姻届の提出と併せて、市役所で簡易的な挙式セレモニーを行う「届け出挙式」を実施しています。届け出挙式の実施日に苫小牧市で婚姻届を提出する方であれば、どなたでも無料でご利用いただけます。お二人の記念日をより思い出深いものにしませんか？

とき ※下記の日程以外は実施できません

- 11月22日(木) ..... いい夫婦の日
- 12月25日(火) ..... 大安・クリスマス
- 1月11日(金)、17日(木)、23日(水) ..... いずれも大安
- 2月14日(木) ..... バレンタインデー
- 3月22日(金)、28日(木) ..... いずれも大安



利用方法(要予約)

- 窓口で申し込み  
 住民課戸籍管理係(市役所1階7番窓口)または政策推進課(市役所7階)で申し込み
- 苫小牧市で申し込み



とまこまいで開催されるイベント情報をお届け!

挙式グッズを無料で貸し出します



2018-2019 アジアリーグアイスホッケー

会場：白鳥王子アイスアリーナ

スポーツ都市推進課 ☎(34)9601

北海道胆振東部地震の影響で延期となった日本製紙クレインズとのホームゲームが、下記の日程で行われます。11月のホームゲームは2試合のみとなっていますので、ぜひ会場へ足を運び、熱い声援を送りましょう!!



王子イーグルスホーム戦

対戦相手：日本製紙クレインズ



11月6日(火)、7日(水) いずれも18時30分

チケット 苫小牧アイスホッケー連盟 ☎(34)7601



詳しくは☎をご覧ください



11月17日(土) 10時～15時

ボラセン・フェスティバル2018

会場：市民活動センター

ボランティアセンター ☎(84)6481

ボランティアセンター登録団体・個人と市民の交流イベント



サンガーデンからのお知らせ

☎サンガーデン ☎(33)4411

①秋のパーク散策 (雨天中止)

出光カルチャーパークを散策しよう(サンガーデン集合)

11月3日(土) 13時30分～15時30分

②小品盆栽講座

11月18日(日) 13時30分～15時30分

③クリスマスリースづくり

12月1日(土)

- ①10時～12時=親子リース作り
- ②13時30分～15時30分=リース作り

所 サンガーデン

料 ¥3500円(親子の場合は1組5000円) 当日納入

定 ①30人 申し込み順 ※小学生は保護者同伴

②100人 先着順 ③①8組 ②8人 申し込み順

申 ①前日の12時までに ③11月15日(休) 9時30分から

⑦退職手当の支給状況

退職手当の支給割合は、勤続年数や退職理由により[表1]の通り定められています。平成29年度の退職者数と平均支給額は[表2]の通りです。

[表1] (平成30年4月1日現在)

勤続年数	苫小牧市職員		国家公務員	
	自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年
20年	19.6695月分	24.586875月分	19.6695月分	24.586875月分
30年	34.7355月分	40.803750月分	34.7355月分	40.803750月分
35年	39.7575月分	47.709000月分	39.7575月分	47.709000月分
最高限度	47.7090月分	47.709000月分	47.7090月分	47.709000月分

[表2] (平成29年度決算)

退職理由	人数(人)	平均支給額(千円)
自己都合	61	1,663
勤奨・定年	33	22,198

※人数は退職手当の該当者数

⑧主な諸手当の支給状況

主な諸手当については次の通りです。

(平成30年4月1日現在)

区分	支給基準	月額(円)		
		苫小牧市職員	国家公務員	
扶養手当	配偶者	6,500	6,500	
	子	10,000	10,000	
	16歳から22歳までの子の加算	5,000	5,000	
住居手当	父母	6,500	6,500	
	借家など支給対象家賃額(市)7,001円以上(国)12,001円以上	1,000 27,000	100 27,000	
通勤手当	持家	0	0	
	自家用車などの利用者	距離(片道)	2.0km以上	2.0km以上
		金額	2,000 31,600	2,000 31,600
	交通機関利用者限度額	55,000	55,000	

(平成29年度一般会計決算)

区分	全職種	
職員全体に占める手当支給職員の割合	41.2%	
支給対象職員1人当たりの平均支給年額	29千円	
手当の種類(手当数)	14種類	
代表的な手当の名称	支給額の多い手当	出動待機手当
	支給対象職員の多い手当	出動手当
		業務手当
		出動待機手当
勤務手当(時間外)	28年度	支給総額 351,884千円 職員1人当たり支給年額 341千円
	29年度	支給総額 309,479千円 職員1人当たり支給年額 300千円

※出動待機手当=隔日勤務を命じられた消防職員への手当  
 出動手当=消火作業または救急業務に従事した消防職員への手当  
 業務手当=生活保護、市税の収納などに従事した職員への手当

③職務級別平均給料月額(一般会計)

職員の給料月額、職務の複雑・困難・責任の度合いに応じて級別に分類され、給料表によって定められています。

(平成30年4月1日現在)

職務	給料表の適用級	職員数(人)	(構成比)	平均年齢	平均給料月額(円)
主事・技師	1級	113	(10.4%)	23歳7月	177,473
主事(高度)技師(高度)	2級	351	(32.2%)	30歳8月	233,531
係長・主査・主任	3級	227	(20.8%)	39歳3月	304,908
係長(困難)専任	4級	222	(20.4%)	50歳7月	373,213
課長補佐	4級	49	(4.5%)	49歳5月	359,829
課長・主幹	5級	93	(8.5%)	50歳6月	386,469
次長	6級	18	(1.7%)	55歳4月	403,501
部長	7級	17	(1.6%)	55歳10月	426,422
計	-	1,090	-	38歳11月	295,575

※管理職は課長補佐職以上 ※再任用職員を除く

④ラスパイレス指数(給与水準)

ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合における地方自治体職員の給与水準を示したものです。本市は、平成29年4月現在98.6であり、平成28年度から0.7ポイント減となっています。下表は全国、道内の市との比較です。

(各年4月1日現在)

区分	平成27年	平成28年	平成29年
苫小牧市	99.0	99.3	98.6
道内10万都市平均	98.4	98.8	98.6
全国地方公共団体	99.0	99.3	99.2

⑤特別職の給料・報酬

特別職の給料・報酬は市議会の審議を経て「苫小牧市特別職の職員の給与に関する条例」で定められています。財政健全化緊急対策などにより、平成12年1月より減額措置を行っており、平成30年4月1日から平成30年7月8日までの間に限り、市長および副市長、教育長ならびに常勤監査委員の給与月額は、7%の減額となっています。

(平成30年4月1日現在)

区分	苫小牧市 月額(円)	道内10万都市平均 月額(円)	
給料	市長	911,400	974,550
	副市長	744,000	801,541
報酬	議長	520,000	609,444
	副議長	480,000	548,778
	議員	440,000	503,778

⑥期末・勤勉手当の支給割合

民間企業の賞与にあたる期末・勤勉手当は、給料と扶養手当の合計を基礎にして定められています。

(平成30年4月1日現在)

区分	苫小牧市職員		国家公務員	
	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
6月	1.475月分	0.675月分	1.225月分	0.900月分
12月	1.575月分	0.675月分	1.375月分	0.900月分
計	3.050月分	1.350月分	2.600月分	1.800月分

※職務の級などに応じた加算措置あり

# おでかけ ガイド



アイコンの見方

日 とき 所 ところ 対 対象 内 内容  
申 申し込み 詳 詳細 電 電話番号

料 料金(料金記載のないものは無料) 定 定員 持 持参する物  
フ ファクス H ホームページアドレス E メールアドレス

## お子様と楽しみながら参加できる イベント情報です!

申し込み・問い合わせは、各施設へ電話してください。

### 子育て支援センター

☎(33)4751

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
お父さんお母さんと遊ぼう	親子でゲームをしたりルームで楽しく遊ぶ	11月11日(日) 10時~11時45分	1~3歳の子どもと保護者	定15組 申し込み順	11月2日(金) 9時30分から電話で
離乳食講習会	月齢に合わせた離乳食作りを学ぶ	11月14日(水) 10時~11時30分	5~10カ月の子どもと保護者	定15組 申し込み順 持工プロン、三角巾、箸、おしぼり	11月2日(金) 9時30分から電話で
親子ふれあい遊び	キラキラペットボトル作り	11月21日(水) 10時30分~11時30分	5カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	定15組 申し込み順	11月13日(火) 9時30分から電話で
英語で遊ぼう	親子でダンス、歌などを通して英語を楽しむ	11月28日(水) 10時30分~11時30分	1~3歳の子どもと保護者	定18組 申し込み順	11月13日(火) 9時30分から電話で
保健師と話そう	トイレトレーニングについて	12月7日(金) 10時30分~11時30分	1歳6カ月~3歳の子どもと保護者	定10組 申し込み順	11月20日(火) 9時30分から電話で

### あけの保育園子育てルーム

☎(57)3576

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
いももち作り	ルームで育てた芋でいももち作り体験	11月6日(火) 10時~11時	1歳~就学前の子どもと保護者	定6組 申し込み順	11月2日(金) 9時30分~15時30分に電話で
ヨガ講座	講師の方の指導で心身ともにリフレッシュ	11月28日(水) 10時~11時	0歳~就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥600円 当日納入 定15人 申し込み順 持ヨガマット、飲み物	11月5日(月) 9時30分~15時30分に電話で
①リトミックとミニ子育て講座 ②手帳づくりタイム2019	①レッスンと楽しい子育て実践例 ②池永良恵(いけなが よしえ)氏による、時間をうまく使い前向きに子育てをするための講座	①11月8日(木) ②22日(水) 10時~11時	0歳~就学前の子どもと保護者	¥①800円 ②1,000円 当日納入 定①15組 ②10組 申し込み順 持②手帳	11月2日(金) 9時30分~15時30分に電話で
①手形アート ②アルバムカフェ	子どもの写真、手・足形をかわいくデコレーション	①11月16日(金) ②26日(月) 10時~11時30分	0歳~就学前の子どもと保護者(託児あり)	¥①600円 ②500円 当日納入 定各6組 申し込み順 持はさみ、のり、写真	①11月12日(火)、②19日(月) 9時30分~15時30分に電話で
看護師講座	感染症対策 家庭でできる予防法	11月27日(火) 10時~11時	0歳~就学前の子どもと保護者	定8組 申し込み順	11月20日(火) 9時30分~15時30分に電話で

### 錦岡保育園子育てルーム

☎(68)6655

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
味覚を育てる離乳食作り	素材の味を大切にされた離乳食作りと試食	11月21日(水) 14時~15時30分	3~6カ月の子どもと保護者	¥250円 当日納入 定8組 申し込み順 持おわん2つ、スプーン2本、エプロン(子ども用)、おしぼり	11月6日(火) 9時30分~16時に電話で
クリスマスに飾るかわいいバルーンアート	親子でバルーンアート体験を楽しむ	12月5日(水) 14時~15時	0歳~就学前の子どもと保護者	¥300円 当日納入 定8組 申し込み順	11月22日(水) 9時30分~16時に電話で

### 沼ノ端おひさま保育園子育てルーム

☎(55)0705

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
保育園体験会	3、4歳児組の保育見学(体験)と給食試食会	11月9日(金) 10時30分~11時40分	平成28年4月1日以前生まれ~就学前の子どもと保護者	¥380円 当日納入 定8組 申し込み順 持受付時に伝えます	11月5日(月) 9時~16時に電話で
手作りおもちゃ作り	お子さんにおもちゃを作ってみませんか?	11月21日(水) 13時30分~14時30分	1~2歳の子どもと保護者	¥350円 当日納入 定8組 申し込み順 持受付時に伝えます	11月7日(水)、8日(木) 9時~16時に電話で

施設名	住所	電話番号	利用時間	休館日
子育て支援センター	本幸町1-2-21	(33)4751	9時30分~16時	日曜、祝日
あけの保育園子育てルーム	明野新町5-13-30	(57)3576	9時30分~12時、13時30分~16時	
錦岡保育園子育てルーム	宮前町2-28-15	(68)6655	9時~12時、13時30分~15時30分	
沼ノ端おひさま保育園子育てルーム	沼ノ端中央4-12-27	(55)0705	9時~11時30分、13時~15時30分	
住吉児童センター	住吉町2-5-17	(36)1448	9時30分~14時	土・日曜、祝日
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時30分~14時	
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655	9時30分~14時	
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393	9時30分~12時	
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371	9時~17時	
大成児童センター	大成町1-11-21	(75)1841	9時~17時	日曜、祝日

※子育てルームの利用時間などの詳細は、各園にお問い合わせください  
※左記の児童センターの利用時間は幼児専用のもので、ただし、児童が学校へ行っている日の施設開放なので、土曜日や長期休業日などは幼児の利用はできません



# カルチャー ガイド



## 文化の魅力に触れ、体感することができる イベント情報です!

申し込みは、各施設へ。

### 科学センター

☎旭町3-1-12 ☎(33)9158 利用時間 9時30分~17時 休館日 毎週月曜日

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
プラネタリウム	秋の番組 「秋の星空とアンドロメダ座の神話」	11月25日(日)まで 14時、16時	定84人 ※土・日曜日、祝日は11時30分からも投影
星空観望会	プラネタリウム星座解説と月の観望	11月16日(金) 19時~20時	対一般(中学生以下は保護者同伴) ※悪天候時はプラネタリウム室で星空解説のみ
科学ふれあい教室	ろうそくを作る	12月1日(土) 10時~12時	対小・中学生(保護者同伴可) 定16組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 申11月14日(水)から電話またはHPで
電子工作教室	LEDミニクリスマスツリーを作る	12月8日(土) 10時~12時	対小学4年生~中学生(保護者同伴可) 定16組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 申11月7日(水)から電話またはHPで

### 中央図書館

☎末広町3-1-15 ☎(35)0511 利用時間 9時30分~20時 休館日 毎週月曜日、30日(金)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
図書館ミニシアター	●11月4日(日)「マイアミ・パイス」 ●11月11日(日)「モンスター・ホテル」 ●11月18日(日)「独裁者(チャップリン・コレクション Vol.02)」 ●11月25日(日)「チップとデール リスの山小屋合戦」 いずれも13時30分から		対一般(4日、18日)、子ども~一般(11日)、子ども(25日) 定70人 申直接会場へ
図書館 ナイトミニシアター	●11月14日(水)「11.25自決の日」 ●11月28日(水)「嵐が丘」 いずれも17時45分から		定70人(中学生以下は保護者同伴) 申直接会場へ
読み聞かせ	●11月4日(日) 14時~14時30分 どうぶつ大集合!おはなし会「ノラネコぐんだんパンこらじょう」ほか ●11月10日(日) 11時~11時30分=当日発表 ●11月18日(日) 14時~14時30分 「ウィルフキをつけて!」ほか ●11月24日(土) 11時~11時30分、14時~14時30分=当日発表		定40人 申直接会場へ
赤ちゃんを楽しむ 絵本ひろば 赤ちゃんとおぼん編	赤ちゃん向けの絵本紹介、絵本と親しむきっかけづくり、交流など	11月16日(金) 10時~11時	対0~1歳児と保護者 定15組 抽選 持図書館利用カード、バスタオル 申11月1日(水)~8日(木)
ストーリーテリング おはなしの時間	当日発表	11月17日(土) 14時~14時30分	定40人 申直接会場へ
終日ミニシアター 「映画の日 オールデイ シネマ!イン ライブラリー」	子どもから大人まで楽しめる映画を終日上映。「映画と本 スタンプラリーでピンゴ★」も開催	12月1日(土) 10時~20時	定70人 申直接会場へ
図書館文化セミナー (古典を楽しむ) 「万葉の旅 再発見」―「帰郷した防人」伝承・「妹背山」の成り立ちなど―	釧路公立大学名誉教授 森山弘毅(もりやまこうき)氏による古典文学の講座	12月8日(土) 13時30分~16時	定70人 申し込み順 申11月1日(水)から

### あみゅー(美術博物館)

☎末広町3-9-7 ☎(35)2550 利用時間 9時30分~17時 休館日 毎週月曜日

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
企画展 「藤沢レオ-Still Living」	樽前地区を拠点に活動する金属工芸家・彫刻家・藤沢レオ氏の文化奨励賞受賞を記念した個展	展示期間 12月2日(日)まで	¥一般300円、高大生200円、小・中学生以下無料
文化の日・秋の無料観覧日	秋の無料開放日に合わせて、さまざまな飛び入り行事を行う	11月3日(土) 10時~16時	申直接会場へ
ロビーコンサート	二胡∞ギターユニットxiaOmaO(しゃおまお)による演奏会	11月3日(土) 14時30分~15時15分	申直接会場へ

## ハスカッププラザ(保健センター)

●健康教室・健康相談 10とまチョップポイント 保健センター 電話(35)2800					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
生活習慣病予防教室(血糖編) 知って防ごう! 糖尿病(全3回コース)	①13日(火) ②20日(火) ③27日(火) 9時30分～11時	15人	①血糖の話 ②栄養の話 ③運動実践(20～74歳で運動制限のない方)	①健診結果(1年以内) ③室内用運動靴、タオル、飲み物	事前予約必要(申し込み順) 1日(休)から受付開始
燃やそう体脂肪! ステップエクササイズ(全6回コース)	14日～★12月19日 毎週水曜日 9時30分～11時		音楽に合わせてステップ台を昇降する ※有酸素運動が中心(20～64歳で運動制限のない方)	室内用運動靴、タオル、飲み物	
簡単体験! ストレッチボール	19日(月) 13時30分～14時30分		ストレッチポールを使い、姿勢の改善や筋トレを紹介(20歳以上で運動制限のない方)		
栄養教室 もう我慢しなくていい! 間食のとり方	15日(休) 10時30分～11時30分		間食の適正カロリーと上手な取り方 ※試食付き(20歳以上の方)	¥100円	
マシンから始める! からだづくり	毎週月・木曜日 9時30分～11時30分		マシンを利用した筋トレ、有酸素運動(健康教室などに参加された方で、運動制限のない方)	室内用運動靴、タオル、飲み物	
健康・栄養相談	12日(月) 8時30分～10時30分	なし	保健師・栄養士による相談、血圧、体重測定など(20歳以上の方)	なし	直接会場へ

●健康診断 ※総合健康診断はポイント対象外。特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診は100とまチョップポイント 保健センター 電話(35)0001					
名称	とき	料金	対象	内容	申し込み
総合健康診断(短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付=8時～10時	27,355円	希望者	事前予約必要。詳しくは、☎または保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診	12日(月)、15日(休)、19日(月) 受付=8時～10時	加入保険により異なります	該当者 各40人	血液検査 (注)「特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください	

●がん検診 100とまチョップポイント 保健センター 電話(35)0001				
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	20日(火) 受付=13時～14時30分	保健センター	子宮=50人 乳=30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)
胃・肺・大腸	12日(月)、15日(休)、19日(月) 受付=8時～10時	保健センター	各30人 ※胃・肺のみ 大腸は定員なし	
	12日(月) 7時40分 第八区総合福祉センター 集合			
	★12月6日(休) 7時40分 汐見町総合福祉会館 集合	宮の森総合福祉会館		
	16日(金) 8時～10時	沼ノ端スポーツセンター		
★12月7日(金) 8時～10時				

検診名	胃がん①	胃がん②	肺がん	大腸がん	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②
対象	30年4月1日から31年3月31日までに下記の年齢になる方(胃がん内視鏡検査・乳・子宮頸がんは偶数歳になる方)								
	50歳以上	40歳以上	40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方		30年4月1日 時点で40歳であった女性	30年4月1日 時点で20歳であった女性
内容	内視鏡検査	バリウムによる胃部エックス線	胸部エックス線	免疫便潜血検査2日法	マンモグラフィ	頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	乳・子宮頸がん検診は、同年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません	
料金	2,000円	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料
	無料の方 ●生活保護世帯の方 ●市民税非課税世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書をお持ちの方」 ●受診時70歳以上の方 ●一定の障害がある65歳～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方								
	無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください								

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます  
 ※がん検診は市内医療機関でも実施しています。「広報とまこまい5月号」25ページでご確認ください  
 ※乳がん検診については国の指針により、平成28年度から視触診を実施しないこととなりました

子どものための健診・教室 教育・福祉センター3階 健康支援課 電話(32)6411				
名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	22日(休) 9時30分～11時30分	30年9月生まれの子*と親 定40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	
赤ちゃん教室「7か月児」	9日(金)、16日(金) 14時15分～16時	30年4月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	9日=これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 16日=離乳の進め方、歯を守りましょう	開催日の2日前までに健康支援課へ ※対象月を過ぎたお子さんについてはご相談ください
赤ちゃん教室「12か月児」	21日(休) 9時30分～11時	29年11月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会	
「1歳6か月児」健康診査	13日(火) 9時30分～10時45分、13時～14時30分 14日(水) 9時30分～10時45分	29年4月生まれの子(2歳未満の未受診児についてもご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	14日(水) 13時～14時30分 15日(木) 9時30分～10時45分、13時～14時30分	27年10月生まれの子(4歳未満の未受診児についてもご相談ください)		
BCG接種 電話(32)6407	12日(月)、26日(月) 接種開始時間=いずれも14時から(受付=13時30分～14時30分) 直接会場へ	生後3カ月～1歳に至るまでの乳児	(注)1. 標準的な接種年齢は生後5～8カ月 2. 接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種後6日以上たっていない方 ●37.5度を超える発熱があったり、重い病気の方や以前に予防接種で強いアレルギー反応があった方 ☎母子健康手帳、予診票、バスタオル 保護者同伴。接種後27日間は他の予防接種は受けられません	

市民健康教室 70とまチョップポイント 健康支援課 電話(32)6407			
とき	ところ	内容	申し込み
1日(休) 13時から	豊川コミュニティセンター	勤医協若小牧病院内科医長による「高血圧のお話」の講演、保健師による健康講話と血圧測定	直接会場へ

### 夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 電話(32)0099  
 診療科目 | 内科、小児科  
 診療時間 | 平日 午後7時～翌朝7時  
 土曜日 午後2時～翌朝7時  
 休日 午前9時～翌朝7時

救急時、受診先が分からないときは  
 ☎「北海道救急医療・広域災害情報システム」  
 電話0120(20)8699、携帯電話・PHSの方は  
 電話011(221)8699  
 夜間子どもが急病にかかったとき  
 ☎「小児救急電話相談」  
 電話#8000または電話011(232)1599



## 11月の休日当番病・医院

診療時間 | 内科、外科=9時～17時  
 歯科=9時～12時

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 電話(32)6407

- 11/3 土
- 内科 桜木ファミリークリニック 電話(71)2351
  - 外科 勤医協若小牧病院 電話(72)3151
  - 歯科 上田歯科医院 電話(32)8211

- 11/4 日
- 内科 若小牧消化器外科 電話(51)6655
  - 外科 若小牧消化器外科 電話(51)6655
  - 歯科 阿部歯科医院 電話(31)4618

- 11/11 日
- 内科 方安庵青雲町クリニック 電話(61)5555
  - 外科 同樹会若小牧病院 電話(36)1221
  - 歯科 アラヤ歯科医院 電話(55)5728

- 11/18 日
- 内科 加藤胃腸科内科クリニック 電話(35)2125
  - 外科 若小牧日翔病院 電話(72)7000
  - 歯科 伊尾歯科医院 電話(72)7222

- 11/23 金
- 内科 若小牧病院 電話(72)1201
  - 外科 にしん泌尿器科クリニック 電話(71)1100
  - 歯科 川治歯科医院 電話(76)6480

- 11/25 日
- 内科 沖医院 電話(32)8870
  - 外科 アーク整形外科クリニック 電話(68)6111
  - 歯科 うたない歯科 電話(53)8888

今月の

# 市からのお知らせ

- 福祉
- 暮らし
- 催し・講座
- スポーツ
- 相談
- 募集
- とまチョップポイント対象事業

※「市からのお知らせ」の本文中に記載されている元号については、平成31年以降の年も平成の元号で表示しています。



**無料低額診療事業利用者の調剤費を助成しています**

市内の無料低額診療施設で「無料低額診療事業」を利用し、市内の薬局で調剤処方された場合、調剤費の全部または一部を市が助成しています(平成30年4月より助成期間が原則6カ月、最長12カ月に延長)

詳細 医協小牧病院 072)3151 市総合福祉課 032)6189

**ふれあい収集の利用について**

日常のごみ出しが困難な方のお宅へ毎週1回訪問し、ごみや資源物を収集するとともに、安否確認を行います

対 次のいずれかに該当する方 ● 介護保険制度による要支援1～要介護度5に認定されている ● 身体障害者手帳による1級～3級の交付を受けている ● 療育手帳による障害程度「A」の交付を受けている ● 精神障害者保健福祉手帳による障害程度1級の交付を受けている ※同居者がいる場合は同居者も前記基準を満たす方

申請 せろこみ推進課(HP)でダウンロード可、介護福祉課、障がい福祉課で配布の申込用紙に各種手帳の写しを添えて直接または郵送で、せろこみ推進課 055)5401 ※介護福祉課、障がい福祉課に設置の受付箱に投函も可

## 福祉

**訪問型サービスBの提供開始**

平成30年10月から、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的としたサービスとして、住民などが主体となり、支援が必要な高齢者に対して生活援助を提供する訪問型サービスBを開始しました

対 要支援1・2または事業対象者の認定を受けている方

内 自宅において行う掃除、洗濯、買い物などの日常の困りごとに対する生活援助

詳細 介護福祉課 032)6340

**認知症の合図 市民フォーラム**

11月18日(日) 13時30分～15時30分

所 医師会館

演題 もの忘れ外来からみる認知症と医療の現場から地域に期待すること

講師 小牧日翔病院脳神経外科部長 石崎賢一氏

定 20人 申し込み順

申請 電話で、介護福祉課 032)6347

※希望者に苦小牧市エンディングノートを差し上げます

**就労準備支援プログラムびら 出張相談**

11月14日(水) 10時～12時

所 市民活動センター 直接会場へ

対 65歳未満で就労が困難な方

詳細 ワーカーズコープ 080(4866)7141

市総合福祉課 032)6189

広告

## 保健所の相談、検査

所 詳 苦小牧保健所 032)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	19日(月)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必要
こころの健康相談	15日(木)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	6日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	6日(火) 20日(火)	13時～ 30分程度 18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	6日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	予約は 032)357474
HIV検査(エイズ相談)	6日(火) 7日(水) 20日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

## 11月の献血

所 詳 健康支援課 032)6407

1日(木)	9:30～11:30	駒澤大学附属苦小牧高等学校
	13:00～14:30	札幌トヨタ自動車株式会社営業本部車両管理部
	15:30～16:30	緑星の里
5日(日)	14:30～16:30	働カナモト苦小牧営業所
12日(日)	9:30～12:00	苦小牧工業高等専門学校
	13:15～16:30	
14日(火)	9:30～11:30	イオンモール苦小牧
	12:45～16:30	
20日(火)	9:30～11:45	トライアル苦小牧店
	13:00～16:30	
23日(金)	9:30～11:30	イオンモール苦小牧
	12:45～16:30	
28日(水)	9:30～11:45	フードD 365Vian店
	13:00～14:30	
	15:00～16:30	
29日(木)	9:30～12:30	消防本部
30日(金)	11:30～13:00	苦小牧埠頭株式会社飼料サイロ事業部

10とまチョップポイント引換券をプレゼント!  
※日時などが変更になる場合があります、ご確認ください

## 健康 NEWS

### がん患者交流サロン

■市立病院  
11月1日(木) 13時30分～15時  
内 感染から身を守ろう

■王子総合病院  
11月13日(火) 13時30分～15時  
内 病気を知ろう!～肝がんについて～

対 市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ)  
詳 健康支援課 032)6407

### 健康診査を受けましょう

受診期限 平成31年1月31日まで ※受診券を紛失した方はご連絡ください

対 40～74歳の苦小牧市国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者

持 保険証、受診券

詳 国保課 032)6425 高齢者医療課 032)6414



### 北海道医療大学 子育て支援セミナー

11月17日(土) 13時30分～15時 所 市民会館

対 子育て世帯の方、子どもに関わる仕事をしている方

内 北海道医療大学薬学部教授 齊藤浩司氏による「乳幼児期における薬の安全な使い方」についての講演

定 20人 申し込み順 ※親子、夫婦での参加も可

申 電話またはファクス、Eメールで 北海道医療大学地域連携課 0133(23)1129 0133(23)1296 nice@hoku-iryu-u.ac.jp

詳 健康支援課 032)6407

### 母親教室

11月6日(火) 13時～15時 ②11月22日(木) 10時～12時

所 教育・福祉センター 直接会場へ

対 母子手帳の交付を受けた妊婦

内 ①助産師による「妊娠中から産後のはなし」 ②保健師による「赤ちゃんとの生活について」、赤ちゃん教室との交流会

持 母子健康手帳、母子健康手帳副読本、とまっこファイル

詳 健康支援課 032)6411

### ママくらす

11月22日(木) ②12月10日(月) 10時～12時(受付=9時40分)

所 ①沼ノ端コミセン ②住吉コミセン

対 産後3～7カ月未満の母親と子ども

内 ミニ講座、相談交流会、①ママのケアとシェイプ体操、②ベビーマッサージ

定 各20組

持 母子健康手帳、動きやすい服装、①抱っこひも、②ベビーオイル、バスタオル

申 開催日の1カ月前～1週間前に 沼ノ端コミセン 057)5560

詳 健康支援課 032)6411 ※詳しくはHPで

### 歯科健康診査を受けましょう

受診期限 平成31年3月31日まで ※受診券を紛失した方はご連絡ください

対 後期高齢者医療被保険者

持 保険証、受診券

詳 高齢者医療課 032)6414





福祉

障がい者のためのパソコン ボランティア体験講習会

11月5日(月) 18時30分〜20時30分、7日(水) 18時30分〜20時30分、10日(土) 10時〜12時 ※意見交換会は13時〜15時



対高校生以上で原則3日間参加できる方 定10人 申し込み順

申請11月2日(金)までに電話またはファクス、Eメールで 生涯学習課 電話(32)6752 FAX(32)1233 shogai@city.tomakomai.hokkaido.jp

障がい者のスポーツレクリエーション教室「車いすバスケットボール教室」



12月1日(土) 10時〜12時 所福祉ふれあいセンター

対市内在住の障がい者とその援助者、障がい者スポーツに興味のある方 定50人 申し込み順

持室内用運動靴、タオル 申請11月1日(休)〜22日(休) 9時〜17時に 発送支援課 電話(34)5821

運動機能向上講座 「体いきいき〜若返り講座」

11月28日(水) 10時〜12時

11月は労働保険適用促進強化期間です 詳細北海道労働局 電話(011)7092311 市工業・雇用振興課 電話(32)6432

所イオンモール苫小牧 内介護・福祉に関わる生活の場での笑顔の写真展示、無料介護相談コーナー 詳細介護福祉課 電話(32)6341

暮らし

給与支払報告書などの電子申告がインターネットで行えます

事業主の方は、eLTAX(エルタックス)を利用した地方税の電子申告をパソコンで行うことができます。利用の際は、地方税電子化協議会への届け出が必要です ※個人の市・道民税の申告は利用不可

白樺高等養護学校の見学会

11月16日(金) 10時30分〜13時30分 対小・中学生の子どもがいる保護者

¥千円(昼食代) 定50人 申し込み順 申請11月9日(金)までに、氏名、連絡先を電話またはファクス、Eメールで 手をつなぐ育成会 電話(37)9678 FAX(37)9678 kusei@aria.ocn.ne.jp

不用な入れ歯の回収を行っています

11月10日(土)、11日(日)

えがおの花咲く写真展 in 苫小牧

11月10日(土)、11日(日)

不用な入れ歯の回収

不用になった入れ歯の回収を行い、入れ歯に使われた金属の再利用を行っています ※収益金の一部は、「苫小牧市福祉ふれあい基金」に寄付されています

年末調整について

勤務先に諸控除の申請を 給与所得者の所得税および復興特別所得税は、通常、事業所が行う年末調整で精算されます。本年中に扶養親族などに異動があった方や保険料(生命、地震など)を支払った方は、諸控除の申告書を勤務先に提出してください

国民年金保険料の年末調整・確定申告

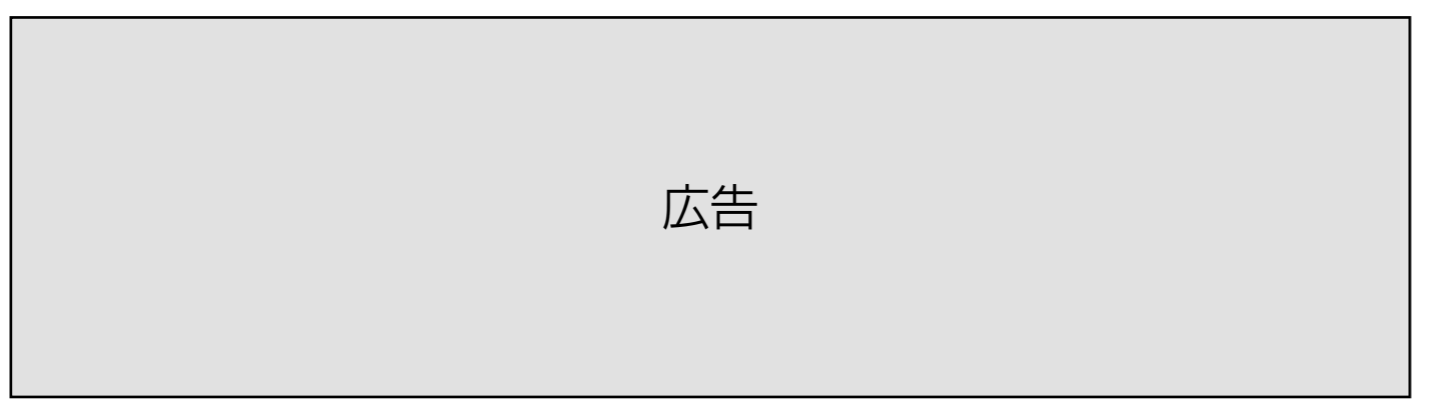
国民年金保険料を社会保険料控除として年末調整や確定申告を行うときは、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」

国民年金保険料を社会保険料控除として年末調整や確定申告を行うときは、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」

Table with 3 columns: 税目, 電子申告, 電子申請・届け出. Rows include 個人住民税, 法人市民税, 固定資産税.

水道修理の申し込み、水道凍結に備えて. 水道管理課 電話(32)6696(平日昼間) 電話(32)6111(左記以外)

冬の交通安全運動 期間11月11日(日)〜20日(火) 運動の重点・高齢者の交通事故防止・凍結路面などのスリップによる交通事故防止・飲酒運転の根絶





暮らし

市道の冬期間通行止めのお知らせ

路線名	通行止め区間	通行止め期間
市道樽前山観光道線	全区間	11月中旬～平成31年5月31日
市道モーラップ1号線	全区間	11月30日～平成31年5月31日 ※ただし、平成31年1月25日～2月17日は通行可能です(支笏湖水溝まつり期間)
市道植苗北1号道線	福井宅前から桂ゴルフ倶楽部まで	11月30日～平成31年5月31日 ※大型車両は通常通行止め

※降雪により通行止めが早まる場合があります

詳細 道路維持課 (32)6491 道路管理事務所 (73)5000

夜間通行規制のお知らせ

市道緑ヶ丘公園通

期間 11月4日(日)～平成31年3月31日(日) 18時～翌朝7時はゲート閉鎖

緑ヶ丘公園展望台駐車場進入路

期間 11月4日(日)～平成31年3月31日(日) ●運動区へのゲート閉鎖 ●展望台への進入路閉鎖 終日開放 ※展望台への進入ゲートは、降雪や路面凍結した場合、日中でも閉鎖することがありますので、ゲート向かいのトイレ付近の駐車場をご利用ください

相手方をよく確認して被害に遭わないように注意し、不審に思ったら警察相談電話(☎#9110)や消費者センターへ連絡してください 消費者センター (33)6510

タイヤの盗難に注意!

タイヤは鍵の掛かる場所で保管、鎖で連結、タイヤの裏側に目印を付ける、人の動きを感じて点灯するセンサーライトを設置するなど、タイヤの盗難に遭わないようにしましょう 詳苦小牧警察署 (35)0110 市安全安心生活課 (32)6287

Jアラートの情報伝達訓練

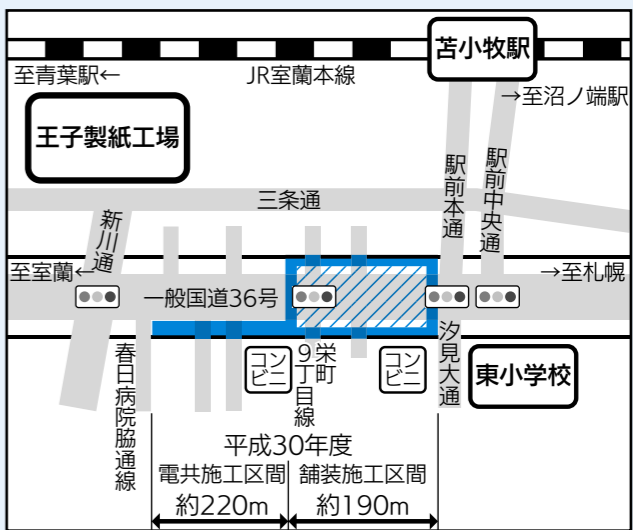
地震、津波、武力攻撃などの緊急情報を国から瞬時にお伝えするシステムです。訓練当日は市内西部に設置している屋外スピーカーや戸別受信機、防災ラジオが

一般国道36号 栄町電線共同溝整備

室蘭開発建設部苦小牧道路事務所 (72)5165 市道路河川課 (32)6479

国道36号の栄町9丁目線から春日病院脇通線付近の電線類を地中に収容する電線共同溝整備を行います。また、駅前本通から栄町9丁目線まで舗装工事を行います。工事期間中は車線規制や歩道の通行規制などでご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします

期間 平成31年3月下旬(夜間)まで



最低賃金改定のお知らせ

道内で事業を営む使用者およびその事業場で働く全ての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイトなどを含む)に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定となりました

最低賃金額 時間額835円

効力発生日 10月1日

詳苦小牧労働基準監督署 (33)7396 市工業・雇用振興課 (32)6432

義援金詐欺に注意! 相手の確認はしっかりと

さまざまな機関や団体が義援金や募金を募っていますが、過去に全国では災害や震災を口実とした詐欺が発生しています。

りん湯 11月4日(日)

- ①親子ふれあいデー 毎週土曜日
- ②道民家庭の日 毎月第3日曜日

所浴場組合加盟5浴場(公園湯・鶴乃湯・松の湯・苦の湯・大豊湯) ※①②は、保護者同伴で小学生以下2人の入浴料が無料。②のみ、協賛店にあるパンフレットまたは北海道青少年協会HP(https://www.jkseikyoo.jp/)のクーポン券を持参 詳環境生活課 (32)6333

催し・講座

中学生主張発表大会

各中学校から選出された生徒が、日常生活の中から得た経験や考えを発表 11月24日(土) 13時30分 所アイビー・プラザ 直接会場へ 演題 ひかりと愛といのち 三浦綾子の文学世界 講師 三浦綾子記念文学館館長、北海学園大学教授 田中綾氏 詳生涯学習課 (32)6756

苦小牧市民文芸第60号記念講演会

11月10日(土) 13時～15時 所アイビー・プラザ 直接会場へ 演題 ひかりと愛といのち 三浦綾子の文学世界 講師 三浦綾子記念文学館館長、北海学園大学教授 田中綾氏 詳生涯学習課 (32)6756

11月の自動車運転免許講習

講習区分	講習時間	11月	
優良講習	10:30～11:00	1日(木)	16日(金)
		2日(金)	20日(火)
		7日(水)	28日(水)
		9日(金)	29日(木)
		12日(月)	30日(金)
		14日(水)	
一般講習	10:30～11:30	5日(月)	21日(水)
		8日(木)	22日(木)
		13日(火)	26日(月)
違反講習	13:30～14:30	1日(木)	14日(水)
		2日(金)	19日(月)
		6日(火)	27日(火)
初回講習	13:30～15:30	2日(金)	19日(月)
		9日(金)	28日(水)
		15日(木)	29日(木)
初回講習	13:00～15:00*	8日(木)	22日(木)
		5日(月)	20日(火)
		12日(月)	

所交通安全センター ※は苦小牧中野自動車学校 詳苦小牧警察署 (35)0110 HP(http://www.tomakomai-syo.police.pref.hokkaido.lg.jp/)

苦小牧浴場組合活性化事業

詳苦小牧駒澤大学入試広報センター 0120(57)1504 市政策推進課 (32)6039 ※詳細は苦小牧駒澤大学HPで

苦小牧駒澤大学 北海道胆振東部地震被災者特別入学試験の実施について

対北海道胆振東部地震で被災し、出願資格を満たす方 内卒業までの間、授業料を半額免除 11月1日(木)～12日(月)に入学志願票に必要書類を添えて直接または郵送(必着)で〒059-1266 錦西町3-2-1 苦小牧駒澤大学

ら訓練放送が流れます

訓練実施日時 11月21日(水) 11時ごろ 詳危機管理室 (32)6280

とまチヨップ水イメージソングの動画配信・CDの貸し出しについて

とまチヨップ水販売3周年を記念し、イメージソング「すいすいすい」とまチヨップ水」を制作しました。「すいすいすい」とまチヨップ水のCDの貸し出し(原則1カ月間)を行っていますのでとまチヨップ水のPRにご協力いただける個人、団体(企業)などは、直接上下水道部総務課へ 詳上下水道部総務課 (32)6628



動画QR

広告

広告

日とき 所とところ 対象 内容 料金(料金記載のないものは無料) 定員 持参する物  
申し込み 詳細 電話番号 ファクス ホームページアドレス Eメールアドレス

催し・講座

リサイクルプラザ 苦小牧



クリスマスグッズを作ろう!

段ボールや松ぼっくりなどを使って、クリスマスリースを作る

日11月24日(出) 10時~12時

対小学5年生以上

無添加石けんを作ろう!

ペットボトルを利用して、廃食油から石けんを作る

日11月25日(日) 10時~11時

対エプロン、マスク、ペットボトル(300~500ml程度、キャップ付)

定10人 申し込み順

所申詳前日までに リサイクルプラザ苦小牧 (5)2970

生活体験教室

シカの角でキーホルダー

シカの角を削ってキーホルダー作りに挑戦

日11月17日(出) 10時30分~12時

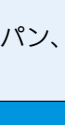
石臼をひいてそばがきをつくろう

そばや大豆などを石臼でひく体験と、そばがき作りに挑戦

日12月8日(出) 10時30分~12時

対小学生以上

子ども体験教室



「第45回みんなの消費生活展」& 「福祉・消費者ふれあい市場」の開催

安全安心生活課 (32)6306

日11月10日(出)、11日(日) いずれも10時~15時

所市民活動センター

暮らしに役立つ知識や情報を提供します

みんなの消費生活展 11団体による体験・実演コーナー、PR展示を通し、食の安全、健康に関する情報などを提供  
福祉・消費者ふれあい市場 6福祉団体による手作りのパン、ケーキ、クッキー、農産物などの販売

ステージ

- マイ・カメラで『とまチョップ』とツーショット撮影会
●ふまねっと体験
●寸劇「訪問購入のトラブル」
●寸劇「Let's 交通安全！」
●山田沙紀(やまださき)さんの「マリンバ演奏」
●苦小牧警察署による「安全・安心かるた大会」
●DVD上映「種子」

主な出展内容

- EM活性液を作って使ってぼくのわたしのイス、頭の体操パズル、入浴剤を作ろう
自転車シミュレーターによる安全運転、夜光反射板効果の体験
味噌汁や果物の塩分や糖度を計ってみよう
防災グッズの展示、地産地消コーナー、身近な発明品
カレンダーで作るエコバッグ、着物のリフォーム・再利用
悪質商法など消費者トラブル相談コーナー

両日、先着50人にとまチョップグッズをプレゼント

定20人 申し込み順

所申詳勇武資料館 (56)0201

子ども体験教室

日①かいて、ぬって絵手紙

日11月19日、2月2日、16日、3月2日、16日 ②学んで知ろうお茶の楽しみ11月26日、2月2日、9日、16日、3月2日 ③やさしい子どものお習字12月1日、15日、1月26日、2月9日、3月9日 ④楽しいいけばな11月26日、2月23日、3月9日、15日、1月26日、2月23日、3月9日 ⑤指してみよう楽しい将棋12月1日、8日、22日、1月5日、12日 いずれも土曜日 10時~11時30分



危険物取扱者・消防設備士試験

日平成31年1月20日(日)

所苦小牧工業高等学校

●危険物取扱者試験 甲種116千500円 乙種(全類)114千500円 丙種113千600円 ●消防設備士試験 甲種(第1~5類)115千700円 乙種(第1~7類)113千800円 いずれも申し込み時納入

申消防署および各出張所で配布の願書を直接または郵送(消印有効)11月3日(月)~10日(月) ネット申請11月30日(金)~12月7日(金) 消防試験研究センター北海道支部 (011)2055371

詳予防室 (84)5035

菊花展が開催されます

丹精込めて育て上げた作品が数多く展示されます

日11月5日(月)~7日(水)

所市役所中央ロビー

詳総務部総務課 (32)6179

普通救命講習会

日12月19日(水) 13時30分

所消防防災訓練センター

内心肺蘇生法やAEDの使用など 定30人 申し込み順

申救急課 (5)でダウンロード可)で配布の申請書に希望日を記入し、11月28日(水)~12月12日(水)に直接または郵送(必着)ファクス、Eメールで 〒053-00052 新開町2-12-7 救急課 (84)5004

4 (84)50046 shobo-kyukyuu@city.tomakomai.hokkaido.jp

12月のパソコン講習

番号	講習名	開始日	回数(回)
12-1	インターネットの検索とメール(Windows7)	12/3(月)	2
12-2	Excel2010で作る集計表(初級)	12/6(木)	4
12-3	Excel3級検定対策	12/13(木)	6
12-4	Excel2010で作る集計表(中級)	12/25(水)	4

所各講習の10日前までにスキルアップセンターとまこまい (55)6622 詳工業・雇用振興課 (32)6432

広告

広告

催し・講座

赤十字救急法基礎講習

日11月18日(日) 13時～17時30分
所市民活動センター
対15歳以上
内赤十字救急法について、心肺蘇生法(AED含む)など
¥千500円 開講日納入
定20人 申し込み順
持ノート、実技のしやすい服装
申詳11月1日(日)～12日(月)に 日本赤十字社 苫小牧市地区事務局(総合福祉課内)
TEL(32)6189

市民講演会「看取りとはなんなのか?自宅での死にたいを実現するために」

日11月24日(土) 13時30分～17時



～移動図書館車～
とまチョップ図書館号を利用しよう!
とまチョップ図書館号は4月より苫小牧駅前ふれんどビルのステーションが増え、市内26カ所を巡回しています。図書館と同じように使うことができます。巡回表は中央図書館などで配布の他、QRコードからも確認可能です。気軽にご利用ください
TEL中央図書館 TEL(35)0511

22日(休)、27日(火)、29日(休) いずれも13時30分～15時
所とまこまい若者サポートステーション
対就職を目指している15～39歳
申前日までに電話で とまこまい若者サポートステーション
TEL(57)0570
TEL(32)6432
社会保険労務士法制定50周年記念講演会
働き方改革と地域の未来を考えよう
日11月13日(火) 13時30分～16時

11月の無料相談

Table with 2 columns: 内容・会場, とき・申し込み・詳細. Includes sections for 総務省行政相談所, 一日子ども相談, 行政書士会くらしの無料相談会, 無料法律相談, 困りごとなんでも特設相談所, 女性弁護士による無料法律相談, 全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間, 消費生活・多重債務についての相談, 無料市民相談, 法律相談, 夜間心配ごと相談.

今月の納期・夜間納税相談

Table with 4 columns: 納期, 国保税, 6期, 11月30日(金). Includes 夜間納税相談 details.

支払いの際は、便利な口座振替やコンビニ納付をご利用ください

所労働福祉センター
講演 なんとめでたいご臨終
講師 小笠原内科・岐阜在宅ケアクリニック 理事 小笠原文雄氏
シンポジウム 苫小牧市における今と今後の看取りについて(仮題)
詳細 住宅介護支援事業所 緑陽 TEL(74)3334
4 市介護福祉課 TEL(32)6347 ※希望者に苫小牧市エンディングノートを差し上げます
男女平等参画推進・健康講座
「ママを元気にする育児ストレス解消法」子育て・妊娠中のストレスマネジメントを学ぶ
日11月28日(水) 10時～12時
対市内に在住・在学・勤務している子育て中および妊娠中の女性
定20人 申し込み順
所申詳11月1日(日)から直接または電話、HPで 男女平等参画推進センター TEL(32)354
4 ※無料託児あり(1歳から10人11月19日(月)までに予約)、1歳未満の子どもは同伴可能(バスオールド持参)
「お仕事」準備のための女性応援セミナー「なでしこ就職応援事業」
①「ママも子供も安心!預け先と接し方」
日11月28日(水) 13時30分～15時30分
②「ママが働くとうらやま」

所市民会館
対経営者、管理職、人事・総務担当者
演題 「労働時間とハラスメント」 「地域と雇用」
講師 北海道大学名誉教授 道幸哲也氏、公共職業安定所、労働基準監督署、市工業・雇用振興課
定100人 申し込み順
申前日までに電話またはEメールで 北海道社会保険労務士会日胆支部 小玉労働事務所 TEL(34)4633
ush@outlook.jp
nitan-sai

日12月10日(月) 14時～16時
所①市民活動センター ②沼ノ端コミセン
定20人 申し込み順 ※無料託児あり(要予約)
申前日までに電話またはファクスで
キャリアバンク TEL(25)3313 FAX 011(22)3048
詳工業・雇用振興課 TEL(32)6436
事業承継セミナー
「経営のバトンをタッチを考える」
日12月7日(金) 13時30分～16時
所経済センタービル
対事業の引き継ぎを考える経営者、後継者など
定50人 申し込み順
申商工会議所(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙に必要事項を記入し、11月30日(金)までに直接または郵送(必着)、ファクスで 〒053-0022 表町1-1-13 商工会議所 TEL(33)5454 FAX(32)6058
詳商業振興課 TEL(32)6445
とまこまい若者サポートステーション
出張相談
日11月14日(水) 10時～12時、28日(水) 14時～16時
所ワークプラザとまこまい
セミナー
日11月1日(日)、8日(水)、13日(火)、15日(木)

広告

広告



催し・講座

苦小牧市ワークライフバランス等  
企業表彰式 記念講演「ワーク  
イフバランスと女性の活躍」

日12月1日(出) 13時～15時30分

所市民会館

定200人 申し込み順 ※直接会場も可  
申詳11月22日(木)までに直接または電話、  
ファクス、Eメールで 協働・男女平等  
参画室 TEL(84)4052 FAX(34)7110  
kyodosankaku@city.tomakomai.  
hokkaido.jp



スポーツ

2018/2019 ISSU  
ールドカップスピードスケート  
競技会・苦小牧大会の開催

苦小牧初開催！平昌オリンピックで活躍  
した世界各国の選手が出場予定です。日  
本チームからも小平選手や高木選手らが  
出場予定となっていますので、この機会  
にぜひ世界最速スケーターを皆さんで応  
援しましょう(屋外での観戦となります)  
日11月23日(金)～25日(日)  
所ハイランドスポーツセンター ※緑ヶ  
丘運動公園内からシャトルバスを運行  
詳スポーツ都市推進課 TEL(34)9601



募集

国民健康保険運営協議会委員の募集

※詳細はHPで  
募集人数 1人  
応募資格 次の条件を全て満たし、会議に  
出席できる18歳以上の市民(高校生、市  
議会議員、市職員を除く) ●苦小牧市国  
民健康保険被保険者 ●任期中に75歳に到  
達しない ●国保税を滞納していない世帯  
●運営協議会委員を推薦している団体に  
所属していない  
任期 平成31年1月1日～平成33年12月31  
日  
申詳 国保課 (HPでダウンロード可)、各  
コミセン、植苗ファミリーセンター、勇  
払出張所、沼ノ端出張所(北栄町3-3  
-3)で配布の申込書に必要事項を記載  
し、応募の動機をまとめた作文を添えて、  
11月1日(木)～30日(金)に直接または郵送  
(必着)、ファクス、Eメールで 国保課  
TEL(32)6418 FAX(35)5266 kokuhno  
@city.tomakomai.hokkaido.jp

第53回とまこまいスケートまつ  
りプログラム広告の募集

1月下旬～2月上旬に市内に配布される、  
とまこまいスケートまつりのプログラム  
に掲載する広告を募集します  
募集枠 10枠 抽選

道立苦小牧高等技術専門学院  
訓練生募集

掲載料 4色カラー刷 縦4.5cm 横6cm  
(変更の場合あり)  
掲載料 3万円(原稿作成に要する経費な  
どは各自負担)  
申詳 11月30日(金)までに電話で 苦小牧ス  
ケートまつり実行委員会(観光振興課内)  
TEL(32)6448  
金属加工科、機械科、電気工学科の平成  
31年度訓練生を募集します。各科で資格  
習得に必要な訓練が受けられます  
受付期間 11月21日(水)～12月10日(月) 選考  
日 12月14日(金)  
申 北海道立苦小牧高等技術専門学院  
TEL(55)7007  
詳 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

学習支援活動ボランティアの募集

COCOTOMAと特定NPO法人Ka  
cotam(カコタム)による協同企画  
『Ibase(エルベース)』。小・中学  
生の子どものための学習サポートをする高  
校生や若者を中心としたボランティアメ  
ンバーを随時募集しています  
所 COCOTOMA  
対高校生～30歳  
申 直接または電話、Eメールで 特定  
NPO法人Kacotam TEL(070)528395  
01 info@kacotam.com ※詳細  
はHP (https://kacotam.com/) へ  
詳 まちづくり推進課 TEL(32)6062

広告

市政  
トピックス



みんなで防ごう高齢者・児童虐待

詳 高齢者虐待に関すること=介護福祉課 TEL(32)6347  
児童虐待に関すること=こども支援課 TEL(32)6369

高齢者虐待とは

高齢者虐待とは、高齢者の心や体に深い傷を負わせたり、  
基本的な人権を侵害することや尊厳を奪うことをいいます

- 身体的虐待 殴る、たたく、つねる、やけどを負わせるなど  
の暴力を振るう、ベッドに縛り付けるなど
- 心理的虐待 怒鳴りつける、ののしる、悪口を言う、嘲笑する、  
無視する、子ども扱いをするなど
- 介護・世話の放棄・放任 食事を与えない、入浴させない、オムツ  
を交換しない、医療機関を受診させない、劣悪な住環境  
で生活させ必要な介護をせずにほったらかしにするなど
- 経済的虐待 日常生活に必要な金銭を渡さない(使わせない)、  
本人の不動産や年金・預貯金を取り上げて勝手に使うなど
- 性的虐待 性的接触の強要や性的嫌がらせ、辱めるなど

児童虐待とは

児童虐待は子どもの心身の成長や人格形  
成に重大な影響を与えるだけでなく、次  
の世代にも虐待を起こす恐れがあります



11月は児童虐待  
防止推進月間

- 身体的虐待 殴る、蹴る、たたく、投げ落とす、  
激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺  
れさせるなど
- 性的虐待 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポル  
ノグラフィの被写体にするなど
- ネグレクト 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔  
にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病  
院に連れて行かないなど
- 心理的虐待 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別  
的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう  
(DV) など

子どもや保護者のこんな  
サインを見落としていませんか?

- 子どもについて  
いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り  
声がある、不自然な傷や打撲の痕がある、衣  
類や体がいつも汚れている、落ち着きがなく  
乱暴である、表情が乏しい・活気がない、夜  
遅くまで1人で遊んでいる
- 保護者について  
地域などと交流が少なく孤立している、小さ  
な子どもを家に置いたまま外出している、子  
どもの養育に関して拒否的・無関心である、  
子どものけがについて不自然な説明をする



高齢者虐待は、主に介護者など高  
齢者に身近な人が虐待を行いやす  
い傾向があり、閉鎖的な家庭環境  
などで発生する場合があります。  
また、介護者や家族が無意識のう  
ちに行っていることもあります

虐待を防ぐために地域でできること

虐待を防止するためには「虐待をしない、させない、助  
けてと言える地域づくり」が重要です。地域みんなで見  
守り支えて、高齢者や児童への虐待を防ぎましょう。また、  
虐待かもと思ったらすぐに連絡してください。あなたの  
連絡や相談が虐待防止につながる大きな一歩となります

※連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は  
守られます

おかしいなと思ったらまずは相談を

高齢者虐待の相談・通報  
※お近くの地域包括支援センターへ

市介護福祉課 (1階15番窓口)	TEL(32)6347
西地域包括支援センター	TEL(61)7600
しらかば地域包括支援センター	TEL(71)5225
山手地域包括支援センター	TEL(71)5565
南地域包括支援センター	TEL(71)5005
中央地域包括支援センター	TEL(36)3712
三光地域包括支援センター	TEL(33)4165
東地域包括支援センター	TEL(52)1155

児童虐待の相談・通報

市こども支援課 (1階17番窓口)	TEL(32)6111 (市役所代表)
児童相談所	TEL189 (いちはやく)
警察 (緊急時)	TEL110

配偶者などからの暴力相談

市こども支援課 (1階17番窓口)	TEL(32)6111 (市役所代表)
道立女性相談援助センター	TEL011(666)9955
NPO法人ウィメンズ結(ゆい)	TEL(32)0100
警察 (緊急時)	TEL110



- 市役所  
〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号  
☎0144(32)6111(代表)
- 勇払出張所  
〒059-1372 苫小牧市字勇払33番地  
☎0144(56)0003
- のぞみ出張所  
〒059-1272 苫小牧市のぞみ町1丁目2番5号  
☎0144(67)0464

市政に関するご意見、ご提案などは  
(協働・男女平等参画室)  
☎0144(32)6152 ☎0144(34)7110  
✉kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

苫小牧市役所ホームページ  
http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/

携帯電話対応の情報提供サイト  
http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index\_m.html



9月27日(木)



**ストップ・ザ・交通事故**

秋の全国交通安全運動の一環として、国道36号沿いを交通安全の旗で埋め尽くす「大規模旗の波作戦」が、今年も実施されました。警察署、市内企業、交通安全母の会など109団体、千600人が「交通安全」や「スピードダウン」の黄色い旗を振り、走行中のドライバーに交通事故防止を呼び掛けました。

9月30日(日)



**復興へ向けて「頑張るべー東いぶりー」**

北海道胆振東部地震の復興応援イベントとして「頑張るべー東いぶりー」をスローガンに、とまこまい市場感謝祭が卸売市場で開催されました。道内で収穫された新鮮な食材が数多く並び、たくさんの人でにぎわいました。完売するブースも続出する中、模擬セリでは、普段は味わえない体験に、子どもから大人まで大盛況でした。



市民の皆さん一人一人が意識的に健診を受け、自分の健康状態を知ることがとても重要です。  
**国保特定健診は無料！年に1回、忘れずに受けましょう！！**

しらかば町の特健診受診率が高く、素晴らしいですね

受診率が高いのですか。それはありがとうございます

町内会で行っている健康づくりのための具体的な活動内容を教えていただけますか？

しらかば西町内会では、町内会新聞「あすなろ」と併せて、市からのがん検診の案内を約700部配布しています。その他、ふれあいサロンで市の出前講座を活用し、健康や健診の受け方などのお話を聞かせてもらっていますね

会館で行うがん検診にも足を運んでくださり、住民の皆さんの健康意識の高さがうかがえますね！町内会として積極的に健康づくりに関わっていただき、ありがとうございます



**特定健診受診率がすごい！健康づくりに取り組むまちしらかば町**



国保課 ☎(32)6425

**●特定健診とは？**

高血圧症や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病のリスクが高まっているかをチェックするための健診です。

本市では、苫小牧市国民健康保険に加入している40～74歳の方に、年に1回無料で実施していますが、3人に1人程度しか受診していないのが現状です。今回、特定健診受診率が44.1%（町別統計より）と驚異的な高さを誇るしらかば町に注目！しらかば西町内会長の吉野武彦さんにお話を伺いました。

●人口と世帯(9月末)

総数 ▶171,711人  
(対前月比：24人減)

男性 ▶83,767人  
女性 ▶87,944人  
世帯数 ▶88,375世帯

広報とまこまいは、誰もが使いやすいように、ユニバーサルデザインに配慮した色やフォントを使用しています。また、植物油インキ、古紙80%以上の再生紙を使用し、環境に配慮しています。



来月号の広報とまこまいもお楽しみに！

秘書広報課 編集後記

沼ノ端交流センターがオープン。幼児から高齢者まで幅広い世代が利用できる魅力的な施設に！特にスタジオなどは学生の利用も増えそうで、多世代交流に期待しています(清)

市場感謝祭に行きました。取材後、私も野菜の袋詰め挑戦しましたが、200円でタマネギを袋いっぱいゲットしました！毎日タマネギ料理を堪能しています(植)

特集I「栄誉をたたえて」より、表彰・受賞された皆さま、誠にありがとうございます！こうした方々のおかげで苫小牧の平和が守られている、ということを実感しています(志)

寒くなるにつれてイベントごとは少なくなりますが、催し・講座は今月も充実しています。広報とまこまいをチェックして、ぜひ、参加してみてください(高)



**ストップ・ザ・交通事故！**  
交通事故発生状況(1月1日～10月8日)

発生件数 314件 (前年比87件減)  
死者 2人 (前年比4人減)  
傷者 356人 (前年比92人減)



日 11月22日(木) 14時～15時30分

所 COCOTOMA

定 40人 申し込み順

申 11月20日(火)までに、電話またはEメールで協働・男女平等参画室 ☎(32)6157

✉ kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

講師  
ダニロワ・オリガ氏 ▶



**国際理解講座**  
「ロシアを身近に感じよう！」

協働・男女平等参画室 ☎(32)6157

在札幌ロシア連邦総領事館のダニロワ・オリガ氏によるロシアの文化や日露交流についての講演を聞いて、もっと身近にロシアを感じてみませんか？