

広報とまこまい とどけます まちの こえ まちの いいとこ

Tomakomai

September 9
2014

祭 港 牧 小 苦



苦小牧市の
facebook
こちらから



広報とまこまい 平成26年9月1日発行 第1738号

編集・発行 / 苦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

かける、新 みらい。



nittan

北海道新幹線開業に向け胆振日高地域の全18の市町が連携し、運営する協議会です



nittan facebook

広報とまこまい・広告のご案内

あなたの会社を広報とまこまいでPRしてみませんか?申し込みは下記の
広告代理店へご連絡ください

●10、12~20頁 1枠43,200円 (税込み) ●24頁 1枠108,000円 (税込み)

北日本広告社 苦小牧営業所 ☎0144-36-7751

印刷 / ひまわり印刷(株)

Contents

| | |
|-----------|--|
| 03 ページ | クローズアップ いつか…ではなく いま受けよう！がん検診 |
| 04 ページ | 防災特集 突然の大災害 その時に備える |
| 08 ページ | トピックス とまこまい得する街のゼミナール／市職員を募集 ほか |
| 10 ページ | 健康ガイド 健康相談／健康教室／休日当番病院・医院／献血 すこやかさんこんにちは！ ほか |
| 12 ページ | 市からのお知らせ 道路河川課からのお知らせ／高齢者福祉センター祭 ／実践！エコドライブ講習会／普通救命講習会／ウ オーキングラリー ほか |
| 21 ページ | ウトナイ湖通信 出張版 |
| 22 ページ | みんなのひろば とまこまい港まつり／とまこまい日記（アートフェ スティバル、科学センター夜間開館、水上の甲子 園）／編集後記／FB通信 |



11ページ



23ページ



23ページ



23ページ

いつか…ではなく いま受けよう！がん検診

日本人の2人に1人がなると言われる、がん（悪性新生物）。誰もがなる可能性が
ある「がん」ですが、検診によって早期発見し治療をすることで、完治する可能性が高
くなります。健康な生活を送るために大切ながん検診を受けましょう。

検診はがんの特効薬

がんの早期発見のため、市では、各種がん
検診を毎月行なっています。

●肺がん検診

もともと死者が多いがんで、大きな原因は
たばここと言われています。胸部エックス線検
査を行います。

●胃がん検診

肺がんに次いで死者が多く、日本人に多い
がんです。バリウムによる胃部エックス線検
査を行います。

●大腸がん検診

急速に増えてきているがんです。便の中の
微量な血液の有無を調べる検査を行うため、
食事制限もなく簡単に受けられます。

●乳がん検診

女性が一番かかりやすいがんです。検査は
視触診と、マンモグラフィというエックス線
撮影装置で行います。

●子宮頸がん検診

若い世代にも増え始めているがんです。細
胞を採取して、異常細胞の有無を調べます。

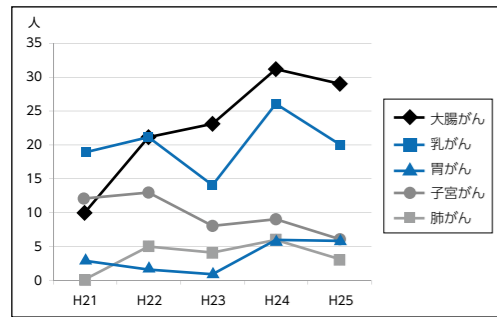
詳細

健康支援課

☎6407・6410

増えつつあるがんの気を付けよう！

検診によるがん発見者数は、5年前より45
%増えています。特に、乳がんになる女性は
15人に1人と言われるまで増えてきていて、
早期発見の大切さを呼びかける、世界規模の
啓発キャンペーン「ピンクリボン運動」が行
われるなど、検診の重要性が注目されていま
す。乳がん、大腸がん、子宮頸がんの各検診
については無料検診も行っており、対象の方
にはクーポンをお届けしていま
すので、ぜひ利
用して、検診を
受けましょう。



図：苫小牧市がん検診のがん発見者数推移

インタビュー

早期発見のために がん検診を受けましょう



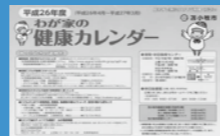
苫小牧保健センター

おた なおみ
太田 奈穂美 技師

近年は食の欧米化の影響などにより、がん発症数が増えてきています。
ですが、早期に発見して適切な治療を受ければ、より高い確率で治すこ
うができます。早期のがんは自覚症状がないため、がんを発見するた
めには検診を受ける必要があります。

その中で、女性に急増している乳がんの検診について、保健センター
では基本的に女性技師によるマンモグラフィ検査を行っています。皆さ
んがイメージされているよりも体の負担が少なく検査できます。また、
来年4月にオープンする新しい保健センターでは、女性専用フロアや託
児室などを設置し、女性の方が受診しやすい環境づくりを進めています
ので、安心して受診していただけたらと思います。不安がらずに一度検
診を受けていただき、症状がないうちから定期的に検査することが大切
です。

受診の詳しい日時や内容、料金、医療機関については、4月に発行の「わが家の健
康カレンダー」、または毎月の広報とまこまい「健康ガイド」をご覧ください。



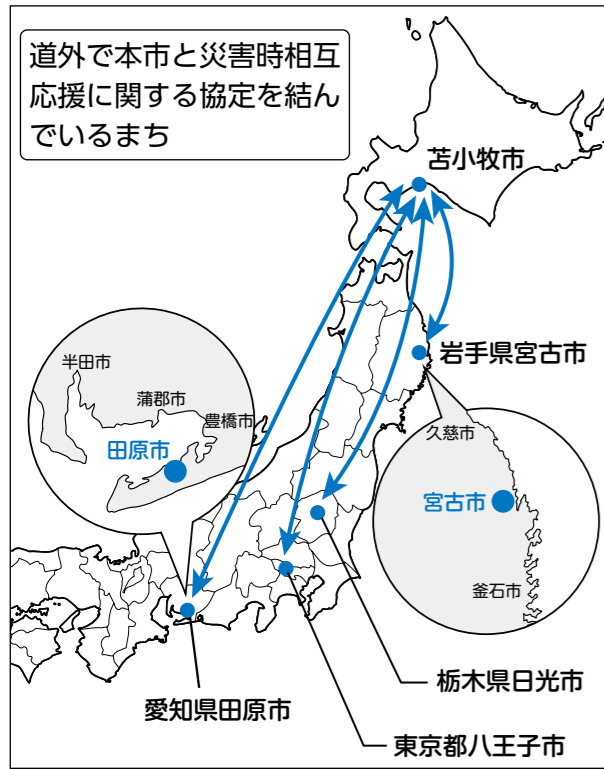
8月3日(日)

表紙から ～とまこまい港まつり～

8月1日からの3日間、
「胸おどる まつり楽しむ
笑顔の輪」をテーマに開催
した第59回とまこまい港ま
つり。延べ36万人が、夏の
苫小牧を楽しみました。
表紙はその最終日、ポー
トカーニバルで的一幕です。
ゆっくりと進む山車の上で、
長唄と三味線の響きに合わ
せて踊る女の子たち。色と
りどりの花を手に、優雅に
舞う姿が、お祭りを鮮やか
に彩っていました。

広報とまこまいは、誰もが見やすい
ように、ユニバーサルデザインフォ
ントを使用して作成しています。
また、大豆由来の植物油インキ、紙
は古紙100%再生紙を使用し、環境に
配慮しています。





道内で本市と災害時相互応援に関する協定を結んでいるまち

| | | |
|-----|-----|------|
| 恵庭市 | 千歳市 | 厚真町 |
| 安平町 | 白老町 | むかわ町 |



宮古市は本州最東端に位置するまちで、人口約5万7千人、面積は苦小牧市の2倍強の大きさ、約千260km²です。自然に恵まれ、特に名勝と言われる「浄土ヶ浜」が有名な観光のまちです。その美しい海では、漁業が盛んに行われており、アワビや養殖ワカメの漁獲量は全国で5本の指に入ります。また、大きさが特徴の「花見かき」や「南部鼻曲がり鮭」などの宮古ブランドも人気があります。

そんな豊かな恵みを与えてくれる海から、平成23年3月11日、東日本大震災による大津波が押し寄せ、まちに大きな被害を与えました。

協定を結んだ宮古市

宮古市は、民間企業のつながりを縁として、今年1月に自動車産産業が盛んなまち「愛知県田原市」と、そして5月にはsea級グルメ全国大会などで交流のある漁業と観光のまち「岩手県宮古市」と、それぞれ災害時に助け合うために協定を結びました。

苦小牧市は、民間企業のつながりを縁として、今年1月に自動車産産業が盛んなまち「愛知県田原市」と、そして5月にはsea級グルメ全国大会などで交流のある漁業と観光のまち「岩手県宮古市」と、それぞれ災害時に助け合うために協定を結びました。

宮古市・苦小牧市 災害時相互援助協定締結式

平成26年5月21日 宮古市との協定締結時の様子

まちの連携で災害に備える

私たちのまちは、災害と無縁ではありません。今も火山活動を続ける樽前山を有する一方、太平洋に面するまちとして、津波への警戒も必要です。これらによる大規模な災害が発生した場合、市のみの対応では、市民の生命・財産を守れないケースが考えられます。そのような災害が発生した時に、市町村の垣根を越えて、お互いのまちを助けるため、他の自治体などとの間に締結されるのが災害時相互援助協定です。その相互支援の内容は、食料・飲料・水・生活必需品などの物資や、救出・医療・施設の応急復旧に必要な資機材の援助、そして、ライフラインや自治

9月1日は防災の日です。苦小牧市は、いつ起こるかわからない大規模災害に備えて、愛知県田原市、岩手県宮古市と「災害時相互援助協定」を結びました。今回の防災特集では、震災で被害を受けた宮古市の経験をもとに、災害に対して必要な心がまえや備えについて考えます。

詳細 危機管理室 TEL 023-2622000

まさか津波はこないだろう

きっとすぐ揺れはおさまるだろう

突然の大災害 その時に備える

防災特集

地震は明日起こるかもしれない

あの時、準備しておけば・・・

東日本大震災当時の宮古市の写真

今すぐ準備しよう 非常時への備え

非常持出品

一番初めに持ち出すもので、両手が自由になるリュックにつめましょう。多くても男性は15キロ、女性は10キロ程度までが目安です。



懐中電灯

できれば一人ひとつ準備し、予備の電池も忘れずに用意しましょう。



携帯ラジオ

小型でAM・FM両方聞けるものにしなす。



非常食・水

缶詰や乾パンなど火を通さず食べられるもの、水はペットボトル入りが入りやすい。



救急医薬品

普段服用している常備薬なども準備しておくといよい。

その他 貴重品として預貯金通帳・印鑑・健康保険証などもあると役立ちます。

非常備蓄品

安全確認後、自宅から避難所へ持ち出したり、自宅での避難生活に必要なものです。救援物資が届くまでの数日間（3日間程度）が目安です。

食料 缶詰やレトルト食品などそのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるものを用意しましょう。

飲料水 大人1人当り1日3リットルが目安です。

その他 卓上コンロ、固形燃料や予備のガスボンベは多めに用意しましょう。また、スコップやロープ、軍手などがあると役に立ちます。



固形燃料・電池



スコップ・軍手

防災意識 持ち続けるために

災害による被害をできるだけ少なくするためには、「自助」「共助」「公助」の3つが大切です。災害が発生したまさにその時、皆さんの命を守るのは、皆さん自身です。そのためにも、災害に十分備え、適切に避難するという「自助」の意識を第一に持っていただきたいと思ひます。また、町内会の防災訓練に参加するなど、地域の中で防災を考える機会を持ち、「共助」のなかでも特に大切な、近隣で互いに助け合う「近助・互助」の絆を育んでいただけたらと思ひます。苦小牧市としても、今回の協定締結やハザードマップの作成などの「公助」の部分で、必要な災害対策への整備をこれからも進めてまいります。

災害は忘れた頃にやってくるもので、一度身についた意識も時間が経過すると薄れてしまいます。被災地においても、この体験をいかに風化させないようにするかが課題となっています。そのためには、日頃から防災についての心がまえなどを家族で話し合い、防災への意識を持ち続けることが重要です。



苦小牧市危機管理室長
山口 康男

テレビやラジオなどは有効な情報源ですが、大規模な災害時には、停電などにより使えなくなることも想定されます。携帯電話・スマートフォンなどから利用できる「緊急速報エリアメール」や、携帯ラジオ、インターネットなどの、災害情報が得られる複数の手段を用意することが大切です。また、災害時には電話もつながりにくくなる可能性があります。家族の安否確認などに有効な手段として次のものがあります。

必要な情報を得るために

■NTT災害用伝言ダイヤル1711
被災地への電話がかかりにくい状態になった時、被災地内の家族、親戚、知人などと安否の確認や緊急連絡を取れるようにするものです。「1711」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って、メッセージの録音・再生を行います。

■遠方の親戚・友人などを連絡先にする
被災地から遠隔地は比較的電話がかかりやすくなっています。そのため、情報収集や安否確認のため遠隔地の親戚・知人を家族共通の連絡先としてあらかじめ決めておき、家族の無事、自宅の状況などを連絡しましょう。

インタビュー

「すぐさま避難する！この意識の大切さ」

震災時は、公用車を運転中でした。突然、携帯電話の緊急地震速報が流れ、直後に大きな揺れがありました。津波がくると直感し、すぐに職場の田老庁舎へ向かいました。過去、何度も津波被害を受けた田老の庁舎は高台にあり、私は難を逃れました。家族も避難して無事でしたが、自宅は1階が津波で浸水し、大規模半壊の被害を受けました。

震災では、すぐさま避難！という意識の大切さを改めて認識しました。私たちの地区で地震が起こると、津波を経験している人は、すぐさま山へ逃げます。一方で津波を経験していない人の中には、まさか、自分の身には危険はおよばないだろうと行動が遅れてしまう人もいます。この避難に対しての意識の差が、大きな命の分かれ道となります。私たちの経験を知ってもらうことで、1人でも多くの方が、「その時」に適切な行動をしていただけるよう願っています。



山崎 正幸 さん

宮古市危機管理課主査。防災業務に携わり通算約10年のベテラン。現在もまちの防災講座や復興業務に携わっている。3人の娘をもつ優しいお父さん。

東日本大震災で大きな被害を受けた宮古市の方はなにを思い、なにが必要だと感じたのでしょうか。

大震災が起こった その時

宮古市田老地区

明治、昭和と大津波に襲われたため、津波対策には力を入れている地区。対策の1つに高さ10mの巨大な防潮堤があるが、東日本大震災ではそれを超える高さの大津波により大きな被害を受けた。（写真は、今年7月に防潮堤の上で津波について説明を受ける苦小牧市こども研修団）



「枕元のリュックサック」

宮古市 男性

自宅は海岸に近く、年1回の避難訓練にも参加していた。ドンと大きな揺れがきたので、とっさに防災リュックを持ち山へ逃げた。そのリュックは最低限の防災用品を入れ、いつも枕元に置いていたものだ。通帳や保険証などは全部入れていたので、被災してから、必要になった時には大変助かった。

『あなたにつなぐメッセージ』
3・11 大津波体験語り継ぎエピソード集より（宮古市）

「情報がない…娘と孫は無事か！」

宮古市 女性

高台にある自宅に一人でいた時に地震が発生。揺れは大きかったが、停電になり状況はわからず、夕方になっても小学6年生の孫が帰ってこない。電話も通じず、娘とも連絡がとれない。情報が入ってこないのが何が起きたかわからず、夜中に娘たちが帰ってくるまで不安な時を過ごした。

『あなたにつなぐメッセージ』
3・11 大津波体験語り継ぎエピソード集より（宮古市）

宮古市の体験より

実際の震災時の話から、私たちが災害に備えるうえで、必要なことを見えてきます。

■「まさか〇〇はないだろう」は危険
東日本大震災では、地震直後に「すぐ避難をする」という意識を強く持ち行動に移した人と、そうではない人とで生死を分けた例が多くありました。「まさか揺れはこれ以上大きくはないだろう」「まさかここまで津波はこないだろう」と過去の経験をもとに行動を決めてはいけません。身を守るために、すぐに避難するなどの対策をとりましょう。

■日頃の備えが大きな助けに
防災用品の重要性は知っているが、なにを準備してよいかわからないという方は、次のページを参考にしながら必要を確認しましょう。また、一度準備した方も、非常食の消費期限や機器の動作などを定期的に確認しましょう。
■災害に対して「家族での話し合い」
災害時には携帯電話がつかず、家族の安否状況の確認ができないケースが多くあります。そういう場合のために、日頃から連絡方法や避難場所について、家族で話し合ひましょう。

日頃の防災への心がまえの差が生死を分けることがあります。災害は明日起こるかもしれません。今からできる備えを始めましょう。

平成27年度 市職員を募集

募集の詳細は必ず試験案内をご確認ください

試験内容が一部変わります。従来の教養試験および専門試験を廃止し、総合適性検査を導入します

| 募集職種 | 人数 | 受験資格 | 試験科目 | 担当 |
|-----------------------|--|--|-----------------|--|
| ① 事務職 | 各若干名 | 昭和62年4月2日以降に生まれ、次の学歴区分のいずれかに該当する方 ●短大卒程度＝学校教育法による短期大学（高等専門学校含む。ただし専修学校・各種学校などは除く）を卒業した方、または平成27年3月に卒業見込みの方（大学に2年以上在学して62単位以上を修得している方など、これらと同等の資格があると認められる方を含む。ただし大学卒程度に該当する方を除く） ●高校卒程度＝学校教育法による高等学校を卒業した方、または平成27年3月に卒業見込みの方（これらと同等の資格があると認められる方を含む。ただし、大学卒・短大卒程度に該当する方を除く） | 行政監理室 総合適性検査 | 採用予定 平成27年4月1日 申込期間・方法 9月5日(金)～18日(木)に必要提出書類を持参または郵送（18日(木)までの消印有効）で担当課へ ※持参の場合は土・日曜日、祝日を除く8時45分～17時15分。市内居住の方はできる限り持参してください 試験案内・受験申込書・受験票の入手方法 ①担当課窓口で配布 ②郵便で請求（受験する職種を明記し、A4判の書類が入る封筒に入れて名を記入して140円切手を貼付したものを同封） ③担当課HPからダウンロード 必要提出書類 ●受験申込書（担当課指定用紙） ●受験票（担当課指定用紙） ●返信用封筒（のり付きの長形3号、82円切手貼付、あて名記入） ●②は身体障害者手帳の写し ●④～⑥はそれぞれ必要な免許証、資格証などの写し（すでに資格を有している方のみ） 第1次試験日・会場 10月19日(日) 苫小牧駒澤大学（予定） 申込先・詳細 〒053-8722 旭町4丁目5番6号 ①～⑦＝行政監理室（市役所6階） ⑧＝消防本部総務課（市役所4階） ⑨＝32-6706 |
| ② 事務職（身体に障がいのある方） | | 昭和60年4月2日以降に生まれ、次の全てを満たす方 ●学校教育法による高等学校以上を卒業した方、または平成27年3月に卒業見込みの方（これらと同等の資格があると認められる方を含む） ●身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳1～6級の交付を受けている ●自力で通勤ができ、介助（者）なしで事務職としての職務遂行が可能 ●活字印刷の出題、口頭による面接試験に対応できる | | |
| ③ 技術職（土木・建築・電気・機械・化学） | | 昭和62年4月2日以降に生まれ、次の全てを満たす方 ●学校教育法による高等学校を卒業した方、または平成27年3月に卒業見込みの方（これらと同等の資格があると認められる方を含む。ただし、大学卒・短大卒程度に該当する方を除く） ●受験職種に深い学科を専攻している方 | | |
| ④ 保育士 | | 昭和62年4月2日以降に生まれ、保育士資格を有する、または平成27年3月までに取得見込みの方 | | |
| ⑤ 保健師 | | 昭和51年4月2日以降に生まれ、該当する下記の免許を有する、または平成27年3月までに取得見込みの方 ⑤保健師免許 ⑥看護師免許 | | |
| ⑥ 看護師 | | 同上 | | |
| ⑦ 研究員 | | 昭和51年4月2日以降に生まれ、次の全てを満たす方 ●学校教育法による大学工学部を卒業した方で企業において実務経験を有する方 ●大学または大学院において、材料工学分野全般の基礎知識および金属材料加工に関する専門知識を修得した方 | | |
| ⑧ 消防職 | 10人程度 ●学校教育法による高等学校以上を卒業した方、または平成27年3月に卒業見込みの方（これらと同等の資格があると認められる方を含む）で、昭和62年4月2日以降に生まれた方 ●採用後市内に居住できる方 | 消防本部 | | |

第3回とまこまい得する街のゼミナール

【詳細】 まちづくり推進課 ☎32-6062

とき 9月16日(火)～10月26日(日)
ところ 各店舗



まちなかで、各商店の店主やスタッフが講師となって専門的な知識や情報、商品を選ぶコツなどを原則無料でお伝えするミニ講座「まちゼミ」の第3回が開催されます。受講は申し込み順となっておりますので、気になる講座をチェックして、直接店舗へ受講の申し込みをしてください。全ての講座は、HPまたは各コミセンに設置のチラシで確認できます

料金 無料 ※材料費がかかる講座もあります
持参するもの 各講座によって変わります
申込方法 9月1日(月)～受講日前日に店舗へ直接連絡 申し込み順 ※定員は講座ごとに異なります

- 講座の一例
- 消しゴムで楽しいはんこを作ろう
 - 楽しいシニア洋服コーディネート講座
 - ギックリ腰その時に！応急手当講座
- その他多数の講座を開催します

青少年表彰該当者の推薦を受け付けます

個人
義務教育を終了した28歳未満の青少年で、青少年の健全育成または社会福祉活動での功績が顕著な方 ●同一事業所に2年以上勤め、向上心や研究心が顕著な方
●表彰基準に沿って見なされる方

団体
青少年の健全育成や社会福祉の増進に貢献し、その活動が特に優秀な団体
申し込み・詳細 9月19日(金)までに所定の推薦書で 青少年課 ☎(32)6759

業務用水道料金体系の見直しによる水道料金の改定(案)について意見を募集

意見書様式・資料配布 HP、上下水道部総務課、営業課、各浄水場(高丘・錦多峰)、各下水処理センター(西町・高砂・勇払)、各コミセン(のぞみ・豊川・住吉・沼ノ端)、勇払出張所、植苗ファミリーセンター
提出方法・詳細 9月18日(木)～10月17日(金)に直接またはメール、郵送(消印有効)、ファクスで 上下水道部営業課 ☎(32)6679 ☎(35)0579 ☉su-eigy@city.tomakomai.hokkaido.jp

募参臨時バスを運行

運行日 9月23日(火)
運賃 ●高丘霊園前まで⇨大人230円、子ども120円 ●第二霊園管理棟前まで⇨大人280円、子ども140円 ※各種定期券、昼間カードは利用不可。無料乗車証および高齢者優待乗車証や高齢者フリーパスは利用可。ワンコインバス適用のため小学生は50円、中学生は100円

運行時刻 表のとおり

運行経路 バスターミナル2番ホーム12番乗り場⇨表町五丁目⇨王子総合病院前⇨緑橋線橋上⇨緑町郵便局前⇨支笏湖通⇨公園前⇨高丘霊園前⇨第二霊園入口⇨第二霊園中央東⇨第二霊園東⇨第二霊園西⇨第二霊園中央⇨第二霊園管理棟前(高丘第二霊園内は、交通渋滞解消のため一部一方通行です)

詳細 市環境生活課 ☎(32)6333 道南バス(株)営業所 ☎(55)7125

まちかどミーツィングに参加しませんか

市長が地域へ直接出向く「まちかどミーツィング」を開催しています。テーマの説明や意見交換などを行いますので、ぜひ参加してください。※開催日程や会場は広報とまこまい8月号、市民自治推進課HPで確認してください

共通テーマ ●住民投票制度について(住民投票とは) ●ふくしのまちづくり

詳細 市民自治推進課 ☎(32)6152

| バスターミナル | 第二霊園管理棟前 | 高丘霊園前 |
|---------|----------|-------------------------|
| 8:40 | 12:00 | 8:56 12:20 |
| 9:20 | 12:40 | 9:40 13:00 9:44 13:04 |
| 9:40 | 13:00 | 10:00 13:20 10:04 13:24 |
| 10:20 | | 10:40 14:00 10:44 14:04 |
| 11:00 | | 11:20 11:24 |

雄大な樽前山をバックに苫小牧の秋を味わう 2014たるまえサンフェスティバル

【詳細】 実行委員会事務局 (苫小牧観光協会内) ☎34-2000

とき 9月13日(土) 10時～17時 ※雨天開催
14日(日) 10時～16時
ところ 苫小牧オートリゾートアルテン

炭火焼で道産牛、海の幸を味わえます。景品が当たるジャンケン大会などのゲームを多数開催し、みなさんが楽しめるイベントとなっていますので、ぜひお越しください。当日は臨時バスを運行します

臨時バスの運行 (ワンコインバス)

| 路線 | 時間 | 停留所 | 運賃 |
|-----------------|--------------|----------------------------|-------------------------|
| 苫小牧営業所→駅北口→アルテン | 8時44分～14時34分 | 03鉄北北口線の苫小牧営業所～アルテン間の同線停留所 | 中学生以上=100円 小学生以下=50円 |
| アルテン→駅北口→苫小牧営業所 | 12時20分～18時 | | |



鮭のつかみどり 参加者募集

とき 9月13日(土)、14日(日) いずれも13時～
募集人数 小学生80人(各日)
※当日欠員で中学生以上の参加の場合あり
料金 100円 当日納入
申し込み 9月8日(月)までに往復はがき(必着)で 往信用裏面に郵便番号、住所、氏名、年齢、学校名、学年、保護者氏名、電話番号、希望日を、返信用表面に郵便番号、住所、氏名を記入し 〒053-0022 表町6丁目4番3号 苫小牧観光協会内 2014たるまえサンフェスティバル実行委員会 ※1人1枚

主な行事

1万人バーベキュー (牛肉・海鮮)
前売券 1,200円 当日券 1,500円(当日券は売り切れる場合あり)
じゃがいも詰め放題 100円
わんぱく広場 鮭のつかみどり など
ステージ 歌謡ステージ・ダンス、ジャンケン大会、ホッキ貝早むき大会 など
お楽しみ抽選会

市長コラム 進取果敢

苫小牧市長 岩倉博文

未来へつなぐ、笑顔の輪

8月1日からの3日間、とまこまい港まつりが開催されました。昨年に続き好天に恵まれ、大勢の皆さんが市内外から集い、「胸おどる まつり」を楽しむ「笑顔の輪」のテーマにふさわしく、会場は笑顔と活気に満ちあふれていました。

今年で59回目となる港まつりですが、第1回開催時には、まだ港はありませんでした。苫小牧港開港の実現に見通しがついた昭和31年、まだ見ぬ港にまちの発展への思いを託し、名称を前身の「観光まつり」から「港まつり」と改め再出発したのが始まりです。

私は、市長として3期目のスタートにあたり、「誇れるまち苫小牧へ」活みなぎるふくしのまちづくりを基本テーマに掲げました。先人たちの強い思いを胸に、経済活力に満ち、市民が互いに支えあつて、笑顔で暮らしていけるまちの実現を目指し、まちぐるみで取り組んでいきたいと考えています。

歴史ある港まつりは、来年で60回の節目を迎えます。港があることの喜び、港への感謝の気持ちを忘れずに、活気みなぎるまつりを次世代につないでいけるよう、20年後も40年後も笑顔があふれるまちづくりを進めてまいります。

9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 | | | |
| 日 | 分類 | 病・医院名 | 電話番号 |
| 7日(日) | 内科 | すえくに医院 | 72-8385 |
| | 外科 | 苫小牧消化器外科 | 51-6655 |
| | 歯科 | フラワーデンタルクリニック | 84-3370 |
| 14日(日) | 内科 | 桜木ファミリークリニック | 71-2351 |
| | 外科 | 同樹会苫小牧病院 | 36-1221 |
| | 歯科 | 阿部歯科医院 | 31-4618 |
| 15日(月) | 内科 | 錦岡医院 | 67-0013 |
| | 外科 | とよた腎泌尿器科クリニック | 31-2000 |
| | 歯科 | アラヤ歯科医院 | 55-5728 |
| 21日(日) | 内科 | 方安庵青雲町クリニック | 61-5555 |
| | 外科 | 苫小牧日翔病院 | 72-7000 |
| | 歯科 | 伊尾歯科医院 | 72-7222 |
| 23日(火) | 内科 | 苫小牧澄川病院 | 67-3111 |
| | 外科 | みらい整形ペインクリニック | 53-7100 |
| | 歯科 | うとない歯科 | 53-8888 |
| 28日(日) | 内科 | 苫都病院 | 34-2135 |
| | 外科 | 光洋いきいきクリニック | 71-2700 |
| | 歯科 | いしざわ歯科クリニック | 68-4618 |

ホームページでもご覧になれます
 医師会 <http://www.toma-med.or.jp/>
 歯科医師会 <http://www.tomashi.org/>
 詳細 市健康支援課 ☎32-6407

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2丁目 ☎35-0001
 診療科目 内科、小児科

| 区分 | 診察時間 |
|-----|-----------|
| 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 |

●BCG接種 (料金無料) 詳細:健康支援課 ☎32-6407

| 日 時 | 会 場 | 対 象 | その他 |
|--|-------------------|------------------|-------|
| 8日(月)、22日(月) 接種開始時間=いずれも14時～(受付=13時30分～14時30分) | 教育・福祉センター3階 直接会場へ | 生後3カ月～1歳に至るまでの乳児 | (注)参照 |

(注) 1. 標準的な接種年齢は生後5カ月～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、予防票、バスタオルを持参し、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

●保健所の相談、検査 会場:詳細:苫小牧保健所 ☎34-4168

| 名 称 | 日 時 | 内 容 | 申し込み |
|------------|-------------------------|-----------------------------|------------|
| 精神保健相談 | 2日(火) | 専門職員の面接相談 | 予約必要 |
| 思春期精神保健相談 | 11日(木) | | |
| 女性の健康相談 | 毎月19日(土・日曜日、祝日の場合は次の平日) | 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 |
| 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 |
| 肝炎ウイルス検査 | 9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 | 予約必要 |
| 骨髄バンク登録 | 9日(火)、24日(水) | 13時～30分程度 対象=18歳以上54歳以下 | |
| HTLV-1抗体検査 | 9日(火) | 採血後、約20日後に結果をお知らせします | 予約は35-7474 |
| H I V 抗体検査 | 9日(火)、10日(水)、24日(水) | 検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定 | |

●保健センターの健康診断 会場:詳細:保健センター ☎35-0001

| 名 称 | 日 時 | 料 金 | 対 象 | 内 容 | その他 |
|---------------------|--|-------------------------|-------------|----------------|--------|
| 生活習慣病予防相談 | 随時受付 | 無 料 | 市 民 | 保健師による健康相談 | 事前連絡必要 |
| 食生活相談 | 9日(火) 13時30分～14時30分 | | | 栄養士による食事相談 | |
| 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～ | 22,355円(本市国保加入者20,735円) | 希望者 | 医療コンピューターによる検査 | 事前予約必要 |
| 特定健診 後期高齢者健診 生活機能評価 | 3日(水)、11日(木)、25日(木) ★10月3日(金)=8時～10時30分、7日(日)=9時～10時 | 加入保険により異なります | 該当者 定員=各40人 | 血液検査など | (注)参照 |

(注)「特定健診・後期高齢者健診・生活機能評価」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。土日・夜間の特定健診は申込人数により中止になる場合もあります

●救急医療教室 (料金無料) 詳細:健康支援課 ☎32-6407

増加し続ける交通事故や突然の災害と、けが・病気、いざという時のための心肺蘇生法

| 日時 | ところ | 内 容 |
|------------|--------------------------|--|
| 9日(火) 14時～ | 苫小牧市医師会館 3階 講堂(旭町) 直接会場へ | 蘇生練習人形を使用して、専門医と看護師・救急救命士による心肺蘇生の実技指導 講演「救急救命士の特定行為とその限界～裏付けとなる法律の狭間で～」 講師「王子総合病院 麻酔科 渡辺政徳先生」 |

9月の献血

| 日 | 時間 | 場 所 | 日 | 時間 | 場 所 |
|--------|-------------|-----------------|----------|-------------|-------------|
| 3日(水) | 10:00～12:30 | マックスバリュ新花園店 | 26日(金) | 10:00～11:45 | 苫小牧市役所 |
| | 13:45～16:00 | | | 13:00～16:00 | |
| 9日(火) | 10:00～12:00 | コープさっぽろ桜木店 | 29日(月) | 10:00～11:45 | 苫小牧市役所 |
| | 13:30～16:00 | | | 13:00～16:00 | |
| 16日(火) | 10:00～12:00 | 市民活動センター | 10月1日(水) | 10:00～12:30 | コープさっぽろステイ店 |
| | 13:15～16:00 | | | 13:45～16:00 | |
| 18日(木) | 14:45～16:00 | 宅建協会苫小牧支部(富士ビル) | 3日(金) | 10:00～12:00 | 駒澤大学付属苫小牧高校 |
| | | | | 13:30～16:00 | |

市献血推進協議会(社会福祉協議会) ☎32-7111 市健康支援課 ☎32-6407

●健康相談、健康教室 (料金無料) 詳細:健康支援課 ☎32-6410

| 名 称 | 日 時 | 会 場 | 内 容 | その他 |
|--------------|----------------------|---------------|---|--------------------|
| 市民健康相談 | 1日(月) 9時30分～11時30分 | 市役所2階談話室 | 体脂肪・血圧測定、保健指導、栄養相談 | 直接会場へ |
| 血管年齢もわかる健康相談 | 26日(金) 13時30分～15時 | 市役所2階談話室 | 体脂肪・筋肉量・血圧・血流測定、保健指導、栄養相談 | |
| 市民健康教室 | 4日(木) 13時～ | のぞみコミュニティセンター | のぞみ歯科院長による「目指せ!8020～自分の歯を20本以上保とう」の講演、保健師による健康指導と血圧測定 | 前日までに健康支援課へ(申し込み順) |
| 40歳からの栄養相談 | 24日(水) 13時15分～16時30分 | 教育・福祉センター | 体脂肪・筋肉量・血圧測定、メタボリックシンドロームを予防する食生活のポイント・カロリー計算などの栄養相談(1人45分程度) | |

●赤ちゃんのための健診・教室(会場=教育・福祉センター、料金無料) 詳細:健康支援課 ☎32-6411

| 名 称 | 日 時 | 対 象 | 内 容 | その他 |
|---------------|----------------------------------|---------------------------------------|---|------------------|
| 赤ちゃん教室「2か月児」 | 25日(水) 9時30分～11時30分 | 26年7月生まれの子と親 定員=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 | 開催日の2日前までに健康支援課へ |
| 赤ちゃん教室「7か月児」 | 1日(月)、5日(金) いずれも14時15分～16時 | 26年2月生まれの子と親 2日間とも出席できる方 定員=30組 申し込み順 | 1日=赤ちゃんと遊ぶ、発達を考える、母親交流会 5日=離乳食の進め方、歯を守る | |
| 赤ちゃん教室「12か月児」 | 18日(水) 9時30分～11時 | 25年9月生まれの子と親 定員=30組 申し込み順 | 元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会 | 対象者に通知 |
| 「1歳6か月児」健康診査 | 9日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 | 25年2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 | |
| | 10日(水) 9時30分～10時45分 | | | |
| 「3歳児」健康診査 | 10日(水) 13時～14時30分 | 23年8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) | | |
| | 11日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 | | | |

●がん検診 詳細:健康支援課 ☎32-6407・32-6410 保健センター ☎35-0001

| 実施がん検診 | 日 時 | 会 場 | 定 員 | 申 込 み | | | | | |
|-------------|--|--------------------|----------------------|----------------------------------|---------|---|--------------------------------|---------------------|---------------------|
| 子宮・乳・胃・肺・大腸 | ★11月5日(水) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時15分～7時45分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎 | 北海道対がん協会 | 50人 | 30日(火)～10月14日(火)に健康支援課へ(申し込み順) | | | | | |
| 乳 | 4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)、★10月2日(水)=14時～14時30分、26日(木)=13時～14時 | 保健センター | 各15人 26日(金)は30人 | 大腸がんは8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 | 3日(水)、11日(水)、25日(水)、★10月3日(木)=8時～10時30分、7日(日)=9時～10時は肺・大腸がんのみ | | 胃・肺のみ各20人 | | | | | | |
| | 16日(火) 7時～8時、9時～10時 | 東開町内会総合福祉会館 | 胃・肺のみ各回25人 | | | | | | |
| | 17日(水) | 柏木町町内会館 | 胃・肺のみ各回25人 | | | | | | |
| | 18日(木) 7時30分～9時 | 新明町総合福祉会館 | 胃・肺のみ各30人 | | | | | | |
| 検診名 | 胃がん | 肺がん | 大腸がん① | 乳がん① | 子宮頸がん① | 子宮体部がん | 大腸がん② | 乳がん② | 子宮頸がん② |
| 対 象 | 26年4月1日から27年3月31日までに下記の年齢になる方(乳・子宮頸がんは偶数歳になる方) | | | | | | 26年4月1日時点で40、45、50、55、60歳であった方 | 26年4月1日時点で40歳であった女性 | 26年4月1日時点で20歳であった女性 |
| 内 容 | レントゲン撮影 | 問診と便潜血検査 | マンモグラフィ(X線)と視触診による検査 | 頸部(けいぶ)細胞診検査 | 体部細胞診検査 | 大腸・乳・子宮頸がん検診は、同一年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません | | | |
| 料 金 | 1,500円 | 200円(かたん検査は400円追加) | 400円 | 2,000円 | 1,700円 | 1,000円 | 700円 | 無料 | |
| | 無料の方 ●生活保護を受けている世帯の方 ●市民税がかかっていない世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書(印鑑と身分を証明するものを持参し健康支援課、勇払・のぞみ出張所で事前申請必要)」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方(保険証・免許証など年齢がわかるものをお持ちください) ●一定の障がいがある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 | | | | | | | | |

※65歳以上の方は、保健センター実施の肺がん検診受診時に、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。平成26年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください。

告 白

すこやかさん こんにちは!

まおくん(3歳)

お祭り来たよ

港まつり会場にて

福祉

臨時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金の申請について

申請期限は10月8日(水)まで(消印有効)です。申請書が届いたら必要事項を記入し、同封した返信用封筒を期日までに返送してください

福祉課 電話(84)4066

初級手話講習会

9月16日(火)～11月25日(火) 毎週火曜日(祝日を除く) 計10回 いずれも9時45分～11時45分

福祉課 電話(84)4066

介護支援ボランティア研修会の開催

9月30日(火) 13時30分 福祉課 電話(84)6345

介護支援ボランティア活動の希望される方(初めて受講する方)

介護支援いきいきポイント事業の制度説明とボランティア活動の際の留意点

60人 申し込み順

福祉課 電話(84)6345

9月29日(月)までに電話で 社会福祉協議会 電話(32)7111 市介護福祉課

動物慰霊祭 とき 9月17日(水) 14時～ ところ 動物火葬場 詳細 環境生活課 電話(32)6333 吉小牧獣医師会事務局 電話(74)4338

9月の無料相談

Table with 2 columns: 内容・会場 and とき 申し込み・詳細. Lists various consultation services like 総務省行政相談所, 行政書士会, 法律無料相談, etc.

敬老祝い金(米寿)の贈呈

8月31日現在、市内に住民登録がある満88歳の方を9月中旬に民生委員が訪問し、敬老祝い金を贈呈します

高齢者世帯調査を実施

高齢者の自立生活支援策の基礎資料とするため、地区の民生委員の訪問による聴き取り調査を行います

調査期間 9月上旬～10月31日(順次訪問) 対象 65歳以上の単身世帯・要援護世帯の方 福祉課 電話(32)6345

高齢者福祉センター祭

9月3日(水)、4日(木) いずれも9時45分～15時

福祉課 電話(84)6345

傾聴ボランティア講習会

傾聴の基礎を学び、様々な支援活動や日常生活などで活用する

9月29日(月) 13時30分～15時30分 福祉課 電話(84)6345

子育て支援センター

1 離乳食を作ってみませんか 栄養士の指導のもと、月齢に合わせた離乳食を作る

9月17日(水) 13時30分～15時30分

5～10カ月の子どもと保護者 福祉課 電話(32)6345

2 赤ちゃんマッサージをしませんか マッサージを介して親子でゆったり向き合い、リラックした時間を過ごそう

9月30日(火) 13時30分～14時30分、14時30分～15時30分

3～11カ月の子どもと保護者 福祉課 電話(32)6345

3 赤ちゃんとサインで遊ぼう 簡単な手話やジェスチャーを使って、親子の意思疎通を図る

10月9日(木) 10時～10時45分 6カ月～1歳半の子どもと保護者

10時45分～11時30分 3～5カ月の子どもと保護者

福祉課 電話(32)6345

あけの保育園子育てルーム

9月9日(火) 10時～11時45分

福祉課 電話(84)6345

あけの保育園子育てルーム

9月9日(火) 10時～11時45分

福祉課 電話(84)6345

あけの保育園子育てルーム

9月9日(火) 10時～11時45分

福祉課 電話(84)6345

広告

広告

日時 場所 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

市HPアドレス、市役所の住所、連絡先などは23ページをご覧ください

健康

暮らし

福祉

相談

催し・講座

スポーツ

福祉

9月16日は、敬老の日として65歳以上、保護者同伴の小学生以下は入浴料無料
沼ノ端おひさま保育園子育てルーム
■ミニ運動会
回 9月10日(水) 14時～15時
対 2歳までの子どもと保護者
定 10組 申し込み順
申 9月1日(月)～3日(水) 9時～17時に電話で
■親子で作る手作りおやつ
回 9月17日(水) 14時～15時30分
対 2歳以上の子どもと保護者
定 250円 当日納入 定 8組 申し込み順
申 9月8日(月)～10日(水) 9時～17時に電話で

催し・講座

セーフティウェブ・イン・苫小牧
交通安全に関する展示やステージ発表
回 9月19日(金) ●16時30分～18時
展 ●18時～19時 苫小牧総合経済高等学校吹奏楽部、道警音楽隊&カラーガード隊、お楽しみ抽選会
所 市民会館 直接会場へ
申 安全安心生活課 回(32)6287
7月29日(火)～8月2日(土)にかけて、小学

一般対象研修講座

回 9月16日(火) 15時～17時
内 「防災教育に関する学校安全計画の改善」学校の教育課程へどのように位置付けるか」講師 山田圭介氏
定 40人 申し込み順
所 申 9月15日(月)までに電話またはファクスで 教育研究所 回(36)4152
回(36)2844

アイヌ刺しゅう「織布講習会」

アイヌ文様のタペストリーを作る
回 9月17日(水)～10月23日(木) 計12回
いずれも13時～16時 所 生活館(矢代町)
定 ①初級・50cm四方 ②上級・80cm四方 ③2千500円 開講日納入
定 ①10人 ②20人 いずれも申し込み順
持 裁縫道具
申 9月1日(月)～11日(木)に電話で 社会福祉課 回(32)6354 生活館 回(72)

6年生から高校3年生までの60人で東日本震災の被災地である宮古市などを訪問しました。当時の様子や復興状況など学んできたことを市長・教育長・市民の皆さんに対して報告します
回 9月6日(土) 13時～
所 市役所9階会議室 直接会場へ
詳 青少年課 回(32)6759

苫小牧の水鳥絵画展の作品を募集

募集内容 ウトナイ湖のハクチョウなどの水鳥をB3(縦51cm×横36cm)または四つ切り(縦55cm×横40cm)の画用紙に描いたもの(画材は自由)。1人1点
※出品者には記念品を贈呈します。作品は展示後に返却します
募集期間 9月30日(火)まで
展示場所 ウトナイ湖野生鳥獣保護センター
展示期間 10月8日(水)～11月3日(月) 9時～17時(月曜日を除く)
申 作品に題名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を記入し、直接または郵送(必着)で 環境生活課 回(32)6331

渡ってくるのはいつ? オオハクチョウの渡来日予想クイズ

例年10月にロシアからウトナイ湖へ渡ってくるオオハクチョウ。秋の「渡来日」を当ててください
回 9月2日(火)～28日(日)に野生鳥獣保護センター内にある応募用紙に必要事項を記入し、直接 ※正解者の中から抽選で賞品あり
所 申 ウトナイ湖野生鳥獣保護センター 回(58)2231

女性センターフェスティバル

サークルによる作品展示やステージ発表、チャリティーバザー、喫茶、茶席など
回 10月4日(土) 10時～16時、5日(日)10時～15時
所 市民活動センター
詳 女性センター 回(32)3544 市男女平等参画課 回(84)4052

日本赤十字社からのお知らせ

①赤十字救急法基礎講習
赤十字救急法について、心肺蘇生法(AED含む)など
回 9月21日(日) 13時～17時15分
対 15歳以上の方
定 千500円 当日納入
②赤十字救急法救急員養成講習
赤十字救急法救急員について、けが・きず・骨折の仕方など

実践!エコドライブ講習会

インストラクターの指導でエコドライブの技術を身につける
回 9月20日(土) 13時～16時30分 ※雨天決行
所 トヨタ自動車北海道(株) 現地集合
対 市民または市内に通勤する方で、AT車の運転ができる運転歴1年以上の方
定 15人 抽選
申 9月12日(金)までに 氏名、年齢、住所、電話番号を 電話またはファクス、Eメールで 環境保全課 回(57)8806 回(57)8809 kanky-hozen@city.tomakomai.hokkaido.jp

国際理解講座

海外の文化、生活習慣、社会情勢などを楽しく学びませんか
回 9月16日(火) 11時～12時
所 防衛省・自衛隊の国際社会における活動、10月15日(水) 11時～12時 大使館政務担当大使が語る「世界を魅了するアメリカ合衆国の文化」 計2回
いずれも18時～20時
所 中央図書館
定 40人 申し込み順
申 9月10日(水)までに電話で 市民自治推進課 回(32)6157

とまこまいフリーマーケット

回 9月7日(日) 10時～14時30分 ※雨天の場合は9月14日(日)に延期(決定は開催日当日7時) 所 中央公園(若草町)
詳 とまこまいフリーマーケット実行委員会 回050・3702・1703 市安全安心生活課 回(32)6306

9月の自動車免許講習
優良講習(30分)
一般講習(1時間)
違反者講習(2時間)
初回更新者講習(2時間)

今月の納期・夜間納税相談
納期
固定資産税
3期
4期
夜間納税相談

水道修理の申し込み
～かかりつけの水道屋さんを見つけ、安心した生活を～
水道の修理を依頼する方は、平成25年12月発行の水だよりに掲載の『一般家庭の水道修理を行う事業者名簿(保存版)』を確認してください

広告

広告

催し・講座

小児・乳児を救う応急手当体験教室

心肺蘇生法、AEDの操作や気道異物除去の方法を体験できるコーナーを設置
9月9日(火) 9時30分～11時30分、13時30分～16時 直接会場へ(時間内に自由に入退できます)
所 教育・福祉センター ※公共交通機関をご利用ください(駐車場不足の場合あり)
詳 警防課 回(32)6719

普通救命講習会

心肺蘇生法とAEDの使用など応急手当の説明と実技を学ぶ
9月24日(水) 13時30分～16時30分
所 教育・福祉センター ※公共交通機関をご利用ください(駐車場不足の場合あり)
定 30人 申し込み順
申 9月1日(月)～17日(水)に警防課で配布の申請書(HPからダウンロード可)を直接または郵送(必着)、ファクスで警防課 回(32)6719 回(32)8921

危険物取扱者試験準備講習

出題頻度の高い項目の整理や、最近の出題傾向を踏まえた模擬問題など
10月14日(火)～17日(金)
所 労働福祉センター
対 乙種4類の受験者 ※丙種受験者も受講可能

生活体験教室「シカ釣針をつくらせ」

大昔の釣り針をシカの角で作る
9月27日(土) 10時30分～12時
対 小学生以上
定 20人 申し込み順
所 勇武津資料館 回(56)0201

リサイクル自転車展示販売会

自転車15台の展示販売をします
9月5日(金)～14日(日)(8日(月)を除く)に会場の申込用紙で ※応募者多数の場合、9月18日(木)に抽選し当選者に通知。当選品と引き換えに代金納入。搬送は各自。当選の方は9月18日(木)～28日(日)に品物を受け取ってください
所 勇武津資料館 回(55)2970

英字新聞でエコな雑誌・新聞 ストッカーづくり

9月12日(金) 13時～15時
定 10人 申し込み順
所 勇武津資料館 回(55)2970

健康麻雀入門教室

9月22日～12月15日 毎週月曜日(祝日を除く)
●午前の部 10時～12時
●午後の部 13時～15時 いずれも計10回
対 15歳以上
料 5千100円 定 各16人 抽選
所 9月11日(木)までに直接またはHP(http://ivyplaza.roukyou.gr.jp/)、郵送(消印有効)、ファクスで 講座名

9月26日(金) 9時～16時 森林資料館、森林記念館を一般公開します

詳細 北大研究林 回(33)2171

市民文化祭参加者募集

生涯学習課 回32-6752

Table with 2 columns: 合同展示会 and 市民合唱祭. Includes details on dates, locations, and application procedures.

Table with 4 columns: 展示名, 作品種別, 規格など, 申し込み. Lists various art exhibitions and their details.

10月のパソコン講習

初めてのパソコン (Windows7)
10月3日(金) 計4回
Word2010で作る文書 (初級)
10月20日(月) 計6回
Word2010で作る文書 (中級)
10月21日(火) 計6回

高齢者主張発表会

11月12日(水) 9時30分～11時50分
対 60歳以上
対 自由(千500字程度で6分以内で発表できるもの) 定 10人 申し込み順
所 9月8日(月)～10月3日(金)にアイビー・プラザに設置の応募票を直接 アイビー・プラザ 回(33)8133

空のイベント「SKY & AUTUMN DREAM FESTA 2014」

9月20日(土) 11時～19時
9月21日(日) 10時～18時
9月22日(月) 10時～18時
9月23日(火) 10時～18時
9月24日(水) 10時～18時
9月25日(木) 10時～18時
9月26日(金) 10時～18時
9月27日(土) 10時～18時
9月28日(日) 10時～18時
9月29日(月) 10時～18時
9月30日(火) 10時～18時

科学センター

星空観望会
9月4日(木) 19時～20時
9月11日(木) 19時～20時
9月18日(木) 19時～20時
9月25日(木) 19時～20時

勇武津資料館

ふるさと探訪「勇弘の歴史散歩」
浄生寺のお梅観音と河西梅の墓を見学
9月13日(土) 10時～12時 ※雨天決行
対 中学生以上

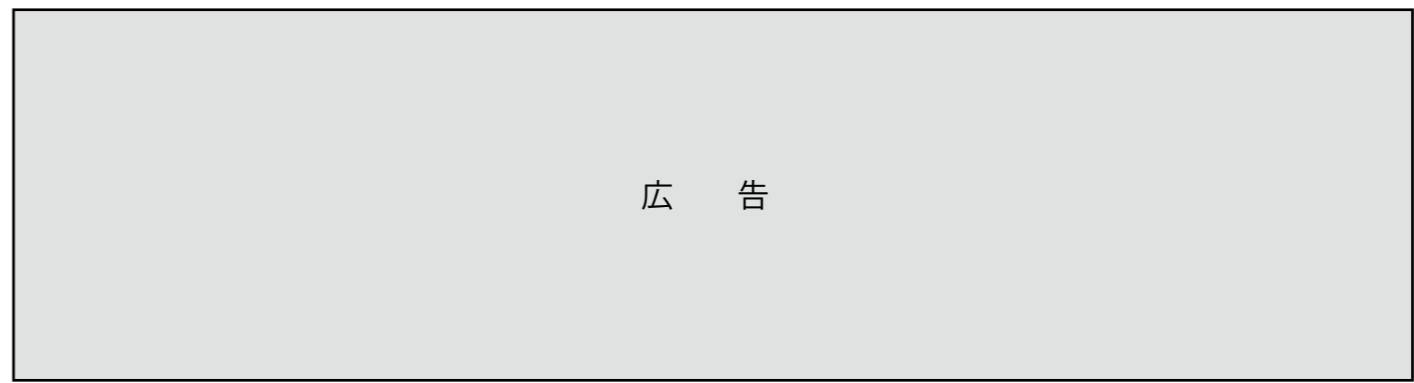
科学ふれあい教室

9月17日(水) 10時～15時
対 小学2年生以下の子どもと保護者 直接会場へ
小・中学生発明工夫展・理科展
市内小・中学生の科学作品や、理科や科学全般に関する展示発表
9月20日(土)～27日(土) 9時30分～17時 直接会場へ

木工教室「動物の組み木を作ろう」

9月10日(水)から電話またはHPで
10月18日(土) 10時～12時
対 小・中学生
定 16組(親子・兄弟で1組) 申し込み順
9月17日(水)から電話またはHPで
所 科学センター 回(33)9158

とまチョップ図書館号
~移動図書館車~
とまチョップ図書館号
をしよう!
図書館に来られない方のため、とまチョップ号は市内22カ所のステーションを巡回しています。ぜひご利用ください。日程表は、中央図書館で配布しています。(HPでもダウンロード可)
詳細 中央図書館 回35-0511



広告

広告

催し・講座

第8回東胆振産地食フェア・イン・とまこまい

東胆振の食材を利用した創作料理を味わう

10月23日(木) 18時～19時30分
所 グランドホテルニュー王子
対 20歳以上 前売り券4千円
定 630人 申し込み順
前売り券 9月11日(木)から 商工会議所、市役所1階売店、グランドホテルニュー王子1階フロントなど
詳 実行委員会(苫小牧商工会議所内)
回(33) 5454

中央図書館

図書館ミニシアター
9月7日(日)「パイレーツ・オブ・カリビアン(ワールドエンド)」
14日(日)「ペネロペ ひとりりでできるよ編(幼児・児童)」
21日(日)「チェンソング」
28日(日)「長くつをはいたネコ(幼児・児童)」
いずれも13時30分
定 各70人 直接会場へ
読み聞かせ(子どもの本の会・にじのはし)
9月7日(日) 15時～15時30分
「うんちしたのはだれよ!」ほか
11時～11時30分 当日発表
15時～15時30分 「またあえたね」ほか
27日(土) 11時～11時30分、14時～14時30分 当日発表

9月の主な文化施設・スポーツ施設の利用時間と休館日

Table with 2 columns: 施設名 (Facility Name) and 利用時間/休館日 (Operating Hours/Rest Days). Lists various facilities like 美術博物館, 科学センター, 中央図書館, etc.

貸切、大会などで利用できない場合がありますので、事前にご確認ください。

スポーツ

ウォーキングラリー 第4回みんなで歩こう会

9月27日(日) 集合場所 川沿公園体育館前

美術博物館

美術講座「ワークショップ 棟方志功に学ぶ木版画制作」
9月7日(日) 10時～15時

コース川沿方面こまの道の周辺 約4.0km ※雨天決行
4歳以上 ※小学生以下は保護者同伴
9月1日(月)～16日(火)に総合・日吉・川沿公園体育館、白鳥アリーナ、日新温水プール、沼ノ端スポーツセンターで配布の申込用紙に必要事項を記入し、直接、電話、Eメール、HPで スポーツ推進室
(34) 9601 sports@city.tomako.mai.hokkaido.jp

10月22日～平成27年3月 水曜日 16時45分～17時30分
4歳～6歳(年度内に4歳に達する子どもを含む。6歳の小学生を除く)
10月21日～平成27年3月 毎週火曜日 計20回(予定) 17時30分～18時30分
40人 抽選(すでに同好会やクラブチームに所属している選手を除く)
所 白鳥アリーナ 8千円 事前納入
申 詳 白鳥アリーナ、ときわ・沼ノ端スポーツセンター、ハイランドスポーツセンター、総合・川沿公園・日吉体育館に設置の所定の申込用紙(HPからダウンロード可)
http://www.tomakomai-talkyoo.or.jp/
で9月5日(金)～19日(金)に直接またはメールで 体育協会
(37) 7100 info@tomakomai-talkyoo.or.jp

ウトナイ湖通信 出張版
豊かなウトナイ湖の自然を毎月お届けする
ヒシ
ヒシクイ
レンジャーからのひと言
ガン仲間、春から夏にかけてロシアで子育てをし、秋田県などで冬を越す渡り鳥です。ウトナイ湖には、渡り途中の秋と春に訪れます。ヒシなどの水草を好んで食べることから、この名があります。
写真提供：日本野鳥の会
日本野鳥の会 小山レンジャー
*毎月発行の「ウトナイ湖通信」はHPから検索、またはQRコードから

広告

編集後記

▶多くの方で賑わった港まつり、皆さん楽しんでいただけましたか？天候にも恵まれ、きれいな花火や会場にあふれるたくさんの笑顔撮影できました。(吉)

▶名前だけ知ってたカルメ焼き、初めて実物を見ることができました。取材に夢中で食べるチャンスは無かったけど、家で子どもと作ってみようかなあ。(大)

▶皆さん、防災の備えは何をしていますか？今回、少しでも防災用品を揃えてみようかなと思った方、是非その一歩を踏み出してもらえると幸いです。(金)

▶「氷上の甲子園」で、アイスホッケーの試合取材してきました。高校生たちの迫力あるプレーに、思わず声が出てしまうくらい興奮しちゃいました。(高)

FB通信



港まつりの次は、たるまえサンフェスティバル！まだまだイベントが盛りだくさんです。お出かけ情報は、Facebookで！

<http://www.facebook.com/city.tomakomai>
または、表紙のQRコードから

連絡先

市役所・出張所などの連絡先

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 ☎059-1372 苫小牧市宇勇払33番地
出張所 ☎0144-56-0003
のぞみ ☎059-1272 苫小牧市のぞみ町1丁目
出張所 目2番5号 ☎0144-67-0464

ご意見、ご提案などは

市民自治 ☎0144-32-6152 ☎0144-34-7110
推進課 ✉siminjiti@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

スマートフォン用QRコード



人口

| 7月末の人口と世帯 | |
|-----------|----------------|
| 総数(対前月比) | 174,174人(+68人) |
| 男性 | 84,986人 |
| 女性 | 89,188人 |
| 世帯数 | 86,350世帯 |

とまこまい日記
Tomakomai happy diary

みんなの



「市民が広げるアートの世界」をテーマに、文化公園アートをフェスティバルが開催。市内外のアーティストや団体33組による公演や展示、体験教室が行われました。屋外ステージでは、迫力のダンスや生演奏などが次々披露され、市民の目を楽しませていました。



7月26日(土)、27日(日)

目で見て 触れて アートを身近に

36万人のいい顔。



8月6日(水)

夏休み恒例の科学センター夜間開館が行われ、535人の来館者がプラネタリウム上映や実験教室に参加しました。一番人気は、砂糖や重曹で昔懐かしいお菓子「カルメ焼き」を作る実験で、親子連れが楽しく取り組む実験室には、甘い香りが漂っていました。

科学でおいしい 夏休み

第9回全国高等学校選抜アイスホッケー大会が開催され、各地から集まった29チームによる熱戦が繰り広げられました。決勝戦では、駒大苫小牧が惜しくも2対3で白樺学園に敗れましたが、1点を争う好試合に、客席からは大きな歓声が響いていました。



8月5日(火)～10日(日)

熱い激突 氷上の甲子園

★今月のひろばさん★ 8月6日の科学センター夜間開館に参加した、(ひ)吉田宏紀くん、(ろ)鹿野涼歌さん、(ば)北村峻平くんです。ご協力ありがとうございました。



とまこまい
港まつり