

広報

とまこまい

2021
vol.1822

9

とどけます まちの こえ まちの いとこ

TOKYO 2020 PARALYMPIC TORCH RELAY

Share Your Light

あなたは、きっと、誰かの光だ。



Cover

東京2020パラリンピック採火式



苫小牧市公式SNSはこちらから！
SNSでは新型コロナウイルス感染症に関する情報も発信！



広報とまこまい

令和3年9月1日発行 第1822号

※紙面に関するご意見・ご感想は右記まで



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

広告

広告

広報とまこまいの電子書籍はこちらから。
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「Hokkaido ebooks」
Hokkaido ebooks実行委員会(株式会社 須田製版 内) Tel.011-621-1000(代表)



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。(金額は税込み)

●5cm×18.5cm (1枠)48,400円 ●13cm×18.5cm (1枠)121,000円

株式会社 北日本広告社 苫小牧支社 ☎0144(36)7751

目次

2 第16回全国高等学校選抜
アイスホッケー大会「氷上の甲子園」

4 特集①
9月1日は「防災の日」
～土砂災害への備えと情報収集～

6 特集②
みんなで守ろう！
私たちの足 公共交通

8 市政トピックス
新型コロナウイルスへの対策について/
新型コロナワクチンの接種状況について

10 カルチャーガイド
おでかけガイド

12 健康ガイド
健康教室／健康相談／健康NEWS ほか

15 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

27 市政トピックス
再延長決定！マイナポイントの申し込み・
付与対象の決済は2021年12月末まで/
行政創革プラン 令和2年度の取り組み
結果について

28 ふくし大作戦Ⅳ 2021

29 市政トピックス
自分らしさ応援EXPO

30 みんなの広場
今月のひと／とまこまいレシピ/
編集後記 ほか

第16回全国高等学校選抜アイスホッケー大会の開催に当たりましては、新型コロナウイルス感染症防止に係る基本方針を作成し、感染対策の徹底に努めてまいりましたが、チーム関係者から多数の感染者が確認されました。

感染された方には心からお見舞いを申し上げますとともに、市民の皆さまや大会に関係する多くの皆さまにご不安やご心配をおかけしましたこと、謹んでお詫び申し上げます。



準々決勝

8/6

苫小牧東高等学校 VS 埼玉栄高等学校



準々決勝

8/6

北海道栄高等学校 VS 白樺学園高等学校



決勝

8/8

武修館高等学校 VS 八戸工業大学第一高等学校



優勝!! 武修館高等学校



8/4

苫小牧工業高等学校 VS 八戸工業大学第一高等学校



8/5

苫小牧東高等学校 VS 東京都高体連選抜



8/5

駒澤大学附属 苫小牧高等学校 VS 武修館高等学校



8/5

北海道栄高等学校 VS 北海高等学校

9月1日は「防災の日」

～土砂災害への備えと情報収集～

詳細 危機管理室 ☎(32)6280



令和3年7月 静岡県熱海市で発生した土砂災害の様子（気象庁提供）

9月1日は防災の日。1923（大正12）年9月1日に発生した関東大震災が由来です。

近年、日本各地では大規模な自然災害が多く発生しており、本年7月3日に静岡県熱海市で起こった伊豆山土砂災害では、多数の人的被害・建物被害などが発生しました。現場は土石流や地滑り、急傾斜地の崩壊などのリスクが高いエリアに指定されていました。

苫小牧でも市内北部を中心に崖崩れや土石流の危険箇所が多数存在しており、警戒すべき区域は、市で発行している防災ハンドブックに掲載しています。また、最新の土砂災害警戒区域などは地区ごとに作成している土砂災害ハザードマップで確認することができますので、まずは、自宅や職場周辺などが危険箇所を示されていないか確認しましょう。

警戒レベル4「避難指示」で必ず避難

災害対策基本法が改正され、令和3年5月20日から新たな避難情報に変わりました。

従来の警戒レベル3「避難準備・高齢者等避難開始」が警戒レベル3「高齢者等避難」に変わり、警戒レベル4「避難勧告・避難指示（緊急）」が警戒レベル4「避難指示」に一本化されました。

今後は**警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されたら、避難に時間を要する方（ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児など）とその支援者は避難を、警戒レベル4「避難指示」が発令された場合は、全員が危険な場所から必ず避難を**しましょう。

※警戒レベルは、洪水、土砂災害、高潮、内水氾濫に用いられます（津波は対象外）

※警戒レベル1～5の順番で発令されるとは限りません。状況が急変することもあります

警戒レベル	新たな避難情報など	住民が取るべき行動	防災気象情報
5	災害発生または切迫 きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動を取りましょう。警戒レベル5の発令を待ってはいけません。	警戒レベル相当情報（例） 警戒レベル5相当情報 氾濫発生情報 大雨特別警報 など
～警戒レベル4までに必ず避難！～			
4	災害の恐れ高い ひなんしじ 避難指示 ※2	危険な場所から全員避難 速やかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	警戒レベル4相当情報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 など
3	災害の恐れあり こうれいしゃとう ひなん 高齢者等避難 ※3	危険な場所から高齢者等は避難 避難に時間を要する人（ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児など）とその支援者は避難をしましょう。その他の人も避難の準備をし、危険を感じたら自主的に避難しましょう。	警戒レベル3相当情報 氾濫警戒情報 洪水警報 など
2	気象状況悪化 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの避難行動を確認しましょう。	これらは、皆さんが自主的に避難行動を取るために参考とする情報です。 (国土交通省、気象庁、都道府県が発表)
1	今後気象状況悪化の恐れ 早期注意情報 (気象庁)	災害への心構えを高めましょう。	

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです

避難行動は正しい情報から ～デマやうわさに惑わされない～

災害時に皆さんが正しい情報を得ることは、命を守るための最善の行動につながります。

市からは、下記の方法で災害に関する情報を発信していますのでご活用ください。

苦小牧市防災行政無線
[避難情報など]
天候によっては屋外スピーカーの放送が聞こえにくいことがあります。サイレンやチャイムが聞こえたら、テレビ・ラジオなどで情報収集しましょう。

苦小牧市テレホンサービス
[避難情報（Jアラート含む）]
☎050-5865-1569

テレビ・ラジオなど
警報や注意報の発表状況は、テレビ・ラジオ・ケーブルテレビやテレビのデータ放送でも情報の入手が可能です。
データ放送を見るには、テレビリモコンのdボタンを押す

インターネット
気象・地震・津波・火山情報などは
●気象庁/室蘭地方気象台ホームページ
●北海道防災情報ホームページ
河川情報（雨量・水位等）などは
●国土交通省「川の防災情報」

苦小牧市防災情報サイト
[防災に関する総合情報サイト]
苦小牧 防災情報 検索

苦小牧市公式フェイスブック

苦小牧市防災メール
[避難・気象情報、Jアラートなど]
※2次元コードからメールを送信して登録
bousai.tomakomai-city@raidaien.ktaiwork.jp

苦小牧市LINE公式アカウント
2次元コードを読み取るか、ID「@city.tomakomai」で検索

緊急速報メール
お手持ちの携帯電話会社より、**緊急地震速報、津波情報、気象等に関する特別警報、災害・避難情報**が無料で配信されます。

災害時は市HPにおいても随時情報発信をしています。

「苦小牧市防災メール」と同じ内容をLINEで受け取れます
設定方法
①苦小牧市LINE公式アカウントを開く ▶▶▶ ②総合メニューの「受信設定」をタップ ▶▶▶ ③欲しい情報で「苦小牧市防災メール」にチェック ▶▶▶ ④確認・送信

こんな前触れ現象に注意!土砂災害から身を守る!!

一般的に土砂災害は、降雨や融雪で地中の水分が増して地盤が緩み、さらに長雨や強雨が続き続いたときなどに発生するとされています。次のような現象を察知した場合は、直後に土砂災害が起こる可能性がありますので、直ちに周りの人と安全な場所へ避難するとともに、関係機関に通報してください。

時間的切迫性

土石流
山や川の石や土砂が、大雨などにより水と一緒に激しく流れ下る現象。

- 流水の異常な濁り
- 流木が発生
- 溪流内の転石の音
- 降雨時での水位の低下
- 山鳴り・地鳴り

地滑り
雨や雪解け水が地下に染み込み、断続的に斜面が滑り出す現象。
※地滑りの予測は技術的に困難であり、土砂災害警戒情報の発表対象となっていないので注意してください

- 湧水量の増加
- 井戸水の濁り
- 亀裂の発生
- 山鳴り・地鳴り

崖崩れ
雨や雪解け水、地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちる現象。

- 湧水量の増加
- 小石がぼろぼろ落下
- 湧水が濁る
- 小石がぼろぼろ落下
- 亀裂の発生



防災ハンドブック、土砂災害ハザードマップは市HPから確認できます
<https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/kurashi/bosai/jishin/handbook.html>



土砂災害警戒区域などの詳細は北海道HPから確認できます
<https://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/others/displayDesignatedDetail.do?municipalityCode=01213>



①ユニバーサルデザインタクシーの導入

市では、障がい者や高齢者、子育て中の保護者、訪日外国人観光客など、誰もが安心して、快適に利用できる交通環境を整備するため、ユニバーサルデザインタクシー導入支援事業を行っています。

市内では、ユニバーサルデザインタクシーが75台導入されており（令和2年度末現在）、利用者の皆さまからもご好評をいただいています。

今後も、誰もが安心して利用できる交通環境の整備を目指し、事業者のユニバーサルデザインタクシー導入を支援していきます。



②利用者の減少が進む「バス」の現状

市内路線バスの利用者数は、減少傾向であり、赤字路線が増えることで、現在の路線網や運行本数の確保が難しくなりつつあります。

また、運行本数の減少により、バスの利便性が低下することで、ますます利用者が減少するなど、悪循環に陥る恐れがあります。

利便性や快適性の向上策など、利用者目線で、使いやすいバスを目指す取り組みが求められており、市では、事業者と連携して利用しやすい路線網への再編や、乗り継ぎ利便性の向上などを検討し、利用促進に取り組んでいきます。



③バスロケーションシステム「バスキタ！道南バス」が稼働！

市内路線バスを運行する道南バス(株)では、バスの位置情報を提供するバスロケーションシステム「バスキタ！道南バス」を導入し、今年7月5日から稼働しています。

●バスロケーションシステムとは

お持ちのパソコンやスマートフォンから、バスの現在地、バス停への到着予測時刻や交通障害による遅延情報などを把握することができるシステムのことです。

また、市内11カ所には、各施設最寄りのバス停に停車するバスの運行情報を表示する「デジタルサイネージ」が設置されており、悪天候の際でも屋内でバスの到着を待つことができます。



市内デジタルサイネージ設置例

●デジタルサイネージ設置箇所（令和3年8月現在）

のぞみ・豊川・沼ノ端コミュニティセンター、道南バス錦西営業所、アプロス日新温水プール、苫小牧市立病院、ふれんどビル、王子総合病院、総合体育館、JR苫小牧駅北口、沼ノ端交流センター

●対応エリア

道南バス(株)運行エリア全域の市内路線バス（樽前ハッピー号を除く）、都市間高速バス

●ご利用方法について

どなたでも無料でご利用いただけます。（通信料は利用者負担）

2次元コードを読み込むか「バスキタ道南」で検索すると、マップや検索画面が表示されます！



バスキタ道南
<https://db.buskita.com/>

検索

持続可能な公共交通に向けて

公共交通を維持していくためには、利用者の減少や、少子高齢化、事業者の乗務員不足、重複路線を抱える非効率な運行、JRの維持困難線区など、公共交通を取り巻くさまざまな課題に対応していく必要があります。

市ではこうした課題に対応するため、「苫小牧市地域公共交通計画」に基づき、鉄道やバスの乗り継ぎ改善、バス待合環境の改善、バス路線網の再構築、ICT*を活用した利便性向上策、ユニバーサルデザインタクシーの導入など、効率的で利便性が高く、誰もが利用しやすい公共交通網の形成を目指していきます。 ※ICT：IC乗券システムなどを含む情報通信技術のこと



道南バス(株)HP



JR北海道HP

●特集②●



みんなで守ろう！ 私たちの足 公共交通



詳細 まちづくり推進課 ☎(84)4071

皆さんは、公共交通を利用していますか？

鉄道やバス、タクシーなどの公共交通機関は、利用者が年々減少しています。

数年後、十数年後の「私たちの足」を守るためにも、今から公共交通を継続して利用することが重要です。ぜひ公共交通を利用しましょう！

④ますます高まる公共交通の役割

少子高齢化が進む中、免許返納などにより自分で車を運転しなくなった方や、車を持たない方の交通手段の確保が全国的な課題となっています。

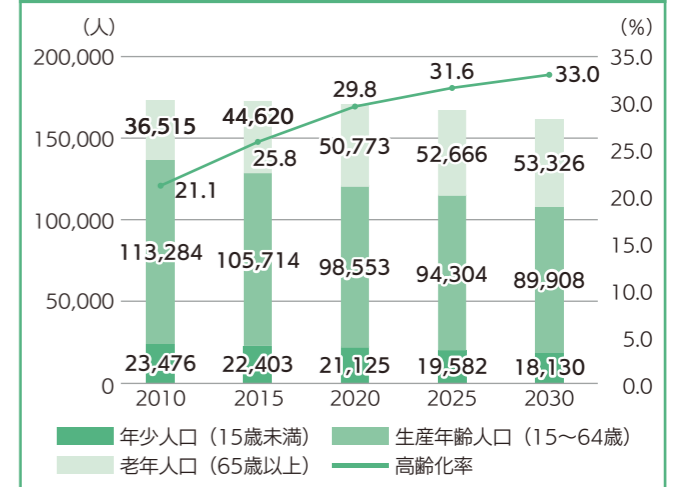
市でも今後、年少人口、生産年齢人口が減少する一方、老年人口が増加し、少子高齢化が進むことが予想されています（右図）。

こうした課題に対し、地域公共交通の在り方や活性化、維持を図るための方策などについて、三位一体（事業者、行政、市民・利用者）で取り組むため、今年6月に、持続可能な公共交通網の形成に向けた「苫小牧市地域公共交通計画」を策定しました。

公共交通機関は買い物や通院、通勤・通学の際に安心して利用できる交通手段であり、東西に約40キロと長い苫小牧市では、ますます公共交通の果たす役割が高まっていくことが考えられます。

新型コロナウイルスの影響もあり、利用者の減少が進み交通事業者にとって厳しい状況となっていますが、各事業者は勤務体制の見直しや運行本数の調整などにより、公共交通サービスの維持に努めています。

苫小牧市の人口と高齢化率の推移



出どころ：第2期苫小牧市人口ビジョンおよび総合戦略の数値を基に作成

⑤通院・通勤・通学の足「鉄道」は？

市には、室蘭線、日高線、千歳線の3路線が乗り入れています。そのうち、室蘭線（沼ノ端―岩見沢間）と日高線（苫小牧―鶴川間）については、利用者が少なく老朽化などによる維持管理費もかさみ、平成28年には、今後鉄道事業者のみで維持していくことが難しいという考え方（「当社単独では維持することが困難な線区」）が、JR北海道から示されました。

また、今年4月1日には、「当社単独では維持することが困難な線区」のうち日高線（鶴川―様似間）が廃止され、バス転換となりました。

路線を維持するためには、利用者の増加に向けた取り組みが必要です。JR北海道、北海道と沿線自治体が連携し、利用促進に向けた取り組みを進めています。



新型コロナウイルスの接種状況について

お問い合わせ先 とまこまいコロナワクチンコールセンター ☎(82)9660(9時～17時、土・日曜、祝日も開設)

コロナワクチン接種に関する最新情報は▶▶▶



苫小牧市公式LINE



苫小牧市公式Facebook



コロナ情報特設サイト

コロナワクチンの予約は▶▶▶
※個別・集団接種ともに可能



[電話の場合]

個別接種……各医療機関へ
集団接種……コールセンター ☎(82)9660へ

[接種状況]

65歳以上

1回目接種率: **87.2%** [45,507人 / 52,175人]

2回目接種率: **78.5%** [40,933人 / 52,175人]

全市民

※12歳以上
※医療従事者含む

1回目接種率: **41.9%** [64,735人 / 154,500人]

2回目接種率: **33.6%** [51,910人 / 154,500人]

※8月10日時点の接種実績です。上記は速報値であり今後の集計によって変更となる場合があります

[接種券発送状況]

- 年齢の高い方から順に、段階的に発送しています。
- 国からのワクチン供給量に応じて発送人数を調整していますので、**供給量によっては発送時期が前後する場合があります。**

年齢	接種券配達時期
65歳以上	5月17日までに配達済 ※5月18日以降に転入された65歳以上の方は、接種券の発行申請が必要です
基礎疾患保有者・ 高齢者施設等従事者	7月3日までに配達済
60～64歳 (S32.4.2～S37.4.1生まれ)	7月31日までに配達済 ※8月2日以降に転入された60～64歳の方は、接種券の発行申請が必要です
55～59歳 (S37.4.2～S42.4.1生まれ)	8月13日までに配達済 ※8月16日以降に転入された55～59歳の方は、接種券の発行申請が必要です
基礎疾患保有者 (二次受付分)	8月13日までに配達済
45～54歳 (S42.4.2～S52.4.1生まれ)	9月1日～7日に配達
35～44歳 (S52.4.2～S62.4.1生まれ)	9月中旬発送
12～34歳 (S62.4.2～H21.9.30生まれ)	10月上旬発送

※上記の年齢は、令和3年度の満年齢です

※ファイザー社製のワクチンの対象は、接種日時点で12歳以上の方となります。10月1日以降に12歳になる方には、12歳になった翌月に接種券を発送します

新型コロナウイルスへの対策について

苫小牧市事業継続支援事業2021(第2弾)・ 事業継続上下水道料金支援事業2021

詳細 緊急経済対策給付金室 ☎(32)6445
上下水道部営業課 ☎(32)6679

国の緊急事態宣言や本市の感染拡大警報の発出により、大幅に売り上げが減少した市内の中小・小規模事業者のうち、令和3年4～7月のいずれかの月の売り上げが前年または前々年同期比で30%以上減少している事業者の支援を行います。

対象者 市内に主たる事業所がある中小・小規模事業者

※事業継続支援事業(第1弾)を受給した事業者も、対象要件に該当する場合は本事業の対象

対象要件 令和3年4～7月の期間のうち、ひと月の売り上げが前年または前々年同期比で30%以上減少した月があること

支援内容 ●1事業者当たり10万円を給付 ●業務用水道料金・下水道使用料を2カ月分減免(上下水道料金の減免については本市と給水契約がある事業者のみ)

申請方法 9月30日(休)までに原則郵送(消印有効)で 緊急経済対策給付金室



※詳細はHPをご覧ください

中小企業支援について

詳細 緊急経済対策給付金室 ☎(32)6445

国や道、市などの中小企業支援についての相談・紹介はこちら▶



子育て世帯生活支援特別給付金 (低所得のふたり親世帯分)について

詳細 こども支援課 ☎(32)6416

新型コロナウイルス感染症の影響により、支出の増加などその生活の実情を踏まえた支援を行うため、低所得のふたり親子育て世帯に特別給付金を支給します。

対象者 次の①～③のいずれかに該当する方

※子育て世帯生活支援特別給付金(低所得のひとり親世帯分)を受給された方は対象外

申請区分	養育要件	所得要件
対象者① (申請不要)	令和3年4月分児童手当受給者(公務員以外) ※令和4年3月分までに新たに受給する場合を含む	令和3年度住民税均等割非課税 ※未申告を除く
7月16日から 随時支給	令和3年4月分特別児童扶養手当受給者 ※令和4年3月分までに新たに受給する場合を含む	
対象者②	令和3年4月分児童手当受給者(公務員) ※令和4年3月分までに新たに受給する場合を含む	新型コロナウイルス感染症の影響により、家計が急変し、上記と同様の状況にある方
	上記以外で生年月日が平成15年4月2日～18年4月1日の児童の養育者	
対象者③	上記養育要件のいずれかに該当する方	

給付額 児童1人当たり一律5万円

※対象者①には事前に通知書を送付します

申請に必要な書類(対象者②③)

申請書、通帳、身分証明書、対象者③のみ簡易な収入見込額の申立書・令和3年1月以降の任意のひと月の給与明細書や収支内訳書(同居家族分も必要)

申請方法(対象者②③)

令和4年2月28日(月)までに直接こども支援課



※詳細はHPをご覧ください

くらしの相談窓口

■一般相談窓口(コールセンター)

新型コロナウイルス感染症に関して、市の対応(公共施設の開設状況や子どもの預かりなど)について、ご相談をお受けするため、専用ダイヤルを開設しています

専用ダイヤル

☎(32)6079(平日:8時45分～17時15分)

■生活困窮者自立相談支援窓口

生活のことでお悩みの方へ相談窓口を設置しています

相談窓口

総合福祉課(市役所1階13番窓口) ☎(32)6189

■税金や保険料の免除の相談はこちら

市税納付等の徴収猶予について	市納税課 ☎(32)6274
道税の納税や申告について	苫小牧道税事務所 ☎(32)5191
国民健康保険税、 介護・後期高齢者 医療保険料の減 免など	各保険税(料)の減免 について 傷病手当金について (国保・後期高齢)
国民年金保険料免除・納付猶予について	市保険年金課 ☎(32)6426 市保険年金課 ☎(32)6425 市保険年金課 ☎(32)6429

おでかけガイド

お子さんと一緒に参加できる
イベント情報です!

申し込み・問い合わせは、各施設へ



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
離乳食講習会	月齢に合わせた離乳食作りを学ぶ	9月15日(水) 13時30分～15時30分	4～10カ月の子どもと保護者	定8組 申し込み順 定エプロン、三角巾、箸	9月7日(火) 9時30分から電話で
親子で行う簡単リズム体操	体の機能をも高める運動、リズムに合わせて親子で体を動かす 講師 木田麻美氏	9月28日(火) 14時15分～14時55分、 15時～15時40分	1～3歳の子どもと保護者	定各8組 申し込み順	9月16日(木) 9時30分から電話で
赤ちゃんサインで遊ぼう	簡単なジェスチャーを使って親子で遊ぶ 講師 鯉淵蘭氏	10月8日(金) ①10時～10時45分、 ②11時～11時45分	①10カ月～1歳6カ月 ②3～9カ月の子どもと保護者	定各8組 申し込み順	9月29日(水) 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
手形アート	子どもの手・足形を楽しむデコレーション	①9月10日(金) ②27日(月) いずれも9時45分～11時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	¥1,000円 当日納入 定各4組 申し込み順 定写真、のり、はさみ	①9月2日(水)～8日(水) ②9月2日(水)～22日(水) 9時30分から利用時間内に電話で
食育講習	米粉を使ったおやつづくり、グルテンフリーについてのお話など	9月14日(火) 14時～15時	1歳～就学前の子どもと保護者	¥250円 当日納入 定4組 申し込み順 定おしぼり、飲み物	9月2日(水)～10日(金) 9時30分から利用時間内に電話で
親子で英語触れ合い遊び	英語の手遊び、リズム遊び、ミニ講座など 講師 木村新香氏	①9月14日(火) ②28日(火) いずれも9時45分～11時30分	3カ月(首すわり)～2歳の子どもと保護者	¥800円 当日納入 定各8組 申し込み順 定バスタオル、飲み物、筆記用具	①9月2日(水)～10日(金) ②9月2日(水)～24日(金) 9時30分から利用時間内に電話で
ヨガ講座	講師の方の指導で心身共にリフレッシュ	①9月15日(水) ②29日(水) ③10月6日(水) いずれも10時～11時	0歳～就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥700円 当日納入 定各8組 申し込み順 定ヨガマット、飲み物	①9月2日(水)～8日(水) ②9月2日(水)～22日(水) ③9月2日(水)～28日(水) 9時30分から利用時間内に電話で
園長講座	保育園・幼稚園選びについて	9月16日(木) 10時～11時	0～4歳の子どもと保護者	定8組 申し込み順 定筆記用具	9月2日(水)～14日(火) 9時30分から利用時間内に電話で

錦岡保育園子育てルーム ☎(68)6655

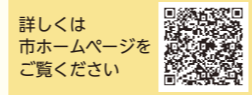
行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
ハロウィンに飾るバルーンアート	親子でバルーンアートを楽しむ	10月18日(月) 10時～11時	就学前の子どもと保護者	¥300円 当日納入 定6組 申し込み順	9月30日(木) 9時30分～16時30分に電話で

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
ミニ運動会	親子で楽しく体を動かして遊ぶ	9月15日(水) 9時30分～10時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	沼ノ端コミセン 定10組 申し込み順 定受付時に伝えます	9月2日(水) 12時30分～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	土・日曜、祝日
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	土・日曜、祝日
住吉児童センター	住吉町2-5-17	(36)1448	9時～12時	
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655	9時～12時	日曜、祝日
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371	9時～14時	
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時～14時	日曜、祝日
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393	9時～17時	
大成児童センター	大成町1-11-21	(75)1841	9時～17時	
北栄児童センター	北栄町3-3-3	(82)7069		

※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、センターによっては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

文化の魅力を楽しめる
イベント情報です!

申し込み・問い合わせは、各施設へ



科学センター

沼旭町3-1-12 ☎(33)9158

利用時間 9時30分～17時 休館日 6日(月)、13日(月)、21日(火)、27日(月)
※電話およびHPによる申し込みは、全て8時45分から受け付け開始

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「秋の黄道12星座」	9月1日(水)～30日(水) 15時30分～16時 ※10月にも同じ内容の投影あり	市内在住の方 定各20人 申し込み順 定電話で
小中学生発明工夫展・理科展	市内小・中学生が発明工夫した作品や理科・科学に関する研究成果を展示	9月18日(土)～20日(月) 9時30分～17時	定直接会場へ
科学ふれあい教室	水飲み鳥を作ろう	10月2日(土) 10時、13時30分	市内在住の小・中学生(保護者同伴可) 定各6組(家族、兄弟で1組2人まで) 抽選 定9月8日(水)～17日(金)に電話またはHPで
星空観望会	天体望遠鏡で月・木星・土星の観望	10月13日(水) 18時～19時30分 ※1組10分程度	市内在住の高校生以下(中学生以下は保護者同伴) 定6組 申し込み順 定9月10日(金)から電話で ※悪天候時は中止
木工教室	本立てを作る	10月16日(土) 10時～12時	市内在住の小・中学生(保護者同伴可) 定6組(家族、兄弟で1組2人まで) 抽選 定9月16日(水)～29日(水)に電話またはHPで

中央図書館

沼末広町3-1-15 ☎(35)0511

利用時間 9時30分～20時 休館日 6日(月)、13日(月)、24日(金)、27日(月)

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	●9月12日(日)「ピーターラビット」 ●9月26日(日)「おしりたんてい10」 いずれも13時30分から		所2階講堂 定一般(12日)、子ども(26日) 定各30人 定直接会場へ
読み聞かせ	●9月5日(日) 14時～14時20分「おさまといっしょ」 ●9月19日(日) 14時～14時20分「びんのそら」 ●9月25日(土) 11時～11時20分、14時～14時20分=当日のお楽しみ		所5日、25日=1階おはなしコーナー前、19日=2階研修室 定各5組 定直接会場へ
ストーリーテリングおはなしの時間	「こぶとり」	9月18日(土) 14時～14時20分	所2階研修室 定5組 定直接会場へ
図書館条例施行70周年記念事業「ばんつ!パンツ!Pants!」	絵本作家シゲリカツヒコ氏とパンツのデザインをしちゃおう♪	9月4日(土) 10時～11時30分=読み聞かせ、ワークショップ 11時35分から=サイン会	所2階講堂 定5歳～中学生 定30人 定直接または電話で
絵本作家シゲリカツヒコ原画展	「だれのパンツ?」	9月10日(金)まで	所1階カウンター前 定直接会場へ
シニア世代のための図書館ガイダンスツアー	館内を歩きながら、図書館の利用の仕方や自動貸出機の使い方など「図書館を便利に使うコツ」を学べるツアー	9月15日(水) 13時30分～15時	所50歳以上で利用登録済みの方、または当日利用登録可能な市内・東胆振在住の方 定10人 定直接または電話で
バリアフリー映画上映会「長いお別れ」	音声ガイドと字幕付きなので聞こえづらい、見えづらいと感じている方や視覚・聴覚に障がいがある方も楽しめるバリアフリー上映会	9月20日(月) 13時30分～15時37分	所2階講堂 定30人 定直接会場へ
ひとはこ図書館(中学生～高校生編)	小さな箱を図書館に見立て、本を選んだり、小さな箱に装飾をする体験型イベント	9月25日(土) 9時30分～12時	所2階講堂 定中学生～高校生 定25人 定直接または電話で


美術博物館(あみゅー)

沼末広町3-9-7 ☎(35)2550

利用時間 9時30分～17時 休館日 6日(月)、13日(月)、21日(火)、27日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
特別展「発掘された日本列島2021」	文化庁などが主催の巡回展で、全国各地の最新の発掘成果やわが町が誇る遺跡遺物を展示。また、地域展示として縄文時代の環境遺構について紹介	展示期間 9月12日(日)まで	¥一般600円、高大生400円、中学生以下無料
特別展開連イベント「スライドトーク」	担当学芸員がスライドを用いて展示の見どころを解説 ※展示室への入場はありません	9月4日(土) 11時～11時40分、14時～14時40分	定一般 定各25人 定直接会場へ
中庭展示Vol.16 武田浩志「TAKEDAsystem vol.10」	蛍光色など、視認性の高い色材を内包する透明な層を重ねた平面作品や空間展示をはじめ、多彩な表現を展開する武田浩志氏による作品展示	展示期間 9月12日(日)まで	¥一般600円、高大生400円、中学生以下無料
中庭展示関連イベント「中庭特別鑑賞会」	武田浩志氏による中庭展示について、学芸員が解説。天候が良ければ、中庭空間に展示された小屋型の作品の内部にも案内	9月5日(日)、10日(金) 11時～11時30分、14時～14時30分	¥当日有効の観覧券が必要 定各10人 定直接会場へ
ミュージアムラボ「和綴じ本をつくらう」	針と糸を使って、日本の伝統的な和綴じの冊子を作る	9月20日(月) 10時～12時	定一般 定10人 申し込み順 定電話で
古文書解説講座初級編(全5回)	当館学芸員と古文書を読むための基礎知識を学ぶ	10月2日(土)、3日(日)、31日(日)、11月28日(日)、12月12日(日) 13時30分～15時30分	所高校生以上 定30人 申し込み順 定9月7日(火)から電話で

保健センター(ハスカッププラザ)

健康教室・健康相談		300とまチョップポイント(健康・栄養相談のみ対象)		詳保健センター ☎(35)2800	
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	13日(月) 9時～10時30分	14人	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	1日(水) 8時30分から電話で
オンラインストレッチ	6日～27日 毎週月曜日 全3回 10時～10時45分 ※20日を除く	10人	けが予防のための全身ストレッチをZoomからリアルタイムで配信	自宅のパソコンやスマートフォンなど(Wi-Fi環境推奨)	保健センターHPで ※ストレッチ、フィットネス＝開催の3日前まで ※料理教室＝開催の7日前まで 
オンラインフィットネス	9日～30日 毎週木曜日 全3回 10時～10時45分 ※23日を除く		パンチやキックなどを取り入れた脂肪燃焼運動をZoomからリアルタイムで配信		
オンライン料理教室	2日～30日 毎週木曜日 全4回 14時～15時 ※23日を除く	8人	Zoomを使って一緒にクッキング♪(20歳以上の方)		
食事診断	随時受付	なし	2日分の食事記録に基づいて栄養士よりアドバイスをします	なし	詳細は保健センターへ

健康診断		総合健康診断はポイント対象外。GOGO健診、特定健診は100とまチョップポイント		詳保健センター ☎(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	28,050円	希望者	事前予約必要。詳しくは、市HPまたは保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
GOGO健診	★12月11日(土) 受付＝8時～10時 ※11月6日(土)まで定員に達しています	5,500円	該当者	短期人間ドックと送付の案内をご覧ください	
特定健診	30日(水) 受付＝8時～10時 ★10月4日(月)	加入保険により異なります		各加入保険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		詳保健センター ☎(35)0001	
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み	
子宮・乳	12日(日) 受付＝8時～10時 21日(火) 受付＝13時～14時30分 ★10月5日(火)	保健センター	子宮＝各50人 乳＝各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	30日(水) 受付＝8時～10時 ★10月4日(月) 27日(月) 受付＝①8時 ②9時30分		①新明町総合福祉会館 ②沼ノ端コミセン		

※年度末は混雑が予想されます。早めの予約をお願いします。子宮・乳がん検診は医師、スタッフも全て女性で実施しています

がん検診対象者(令和3年4月1日～令和4年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

検診名	胃がん		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
	50歳以上	偶数歳になる方	40歳以上	40歳以上	40歳以上	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方	令和3年4月1日時点で40歳の方	令和3年4月1日時点で20歳の方
内容	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一年度内に①か②どちらかのみを受診	
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
	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 ●受診時に70歳以上の方 ●一定の障がいがある65～69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持参

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診時に、結核健康診断も受けられます

女性限定がん検診 医師・スタッフは全て女性で実施します

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳 胃・肺・大腸	12日(日) 受付＝8時～10時 ※胃がんについてはバリウムのみ	保健センター	検査ごとに異なる	前日までに保健センターへ(申し込み順)
対象・料金	上記に該当される方			
子宮・乳	12日(日) ※受付時間は個別に案内			
対象	上記のがん検診と同時に受診される方(奇数年齢も可)			
料金	乳がん＝6,600円から 子宮がん＝3,300円			




健康ガイド



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 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	30日(水) 9時30分～10時30分	令和3年7月生まれの子と親 ☎20組 申し込み順	離乳食の進め方、これからの発達を考えよう	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「6・7か月児」	28日(火) 9時30分～10時45分	令和3年2・3月生まれの子*と親 ☎20組 申し込み順	これからの発達・生活リズムを考えよう、離乳食の進め方、お口のケアと相談タイム	開催日の2日前までに健康支援課へ ※いずれかの対象月齢でご参加ください
赤ちゃん教室「11・12か月児」	29日(水) 9時30分～10時30分	令和2年9・10月生まれの子*と親 ☎20組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び	
「1歳6か月児」健康診査	14日(火) 9時30分～10時45分、13時～14時30分 15日(水) 9時30分～10時15分	令和2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	対象者に通知 ※15日(水)の午前は、1歳6か月児、3歳児健診の混合枠です。きょうだいでの受診を希望される方はご連絡ください
「3歳児」健康診査	15日(水) 10時15分～10時45分、13時～14時30分 16日(木) 13時～14時30分	平成30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)		
BCG接種 ☎(32)6407	6日(月)、21日(火) 接種開始時間＝いずれも14時から(受付＝13時30分～14時) 下記申し込みフォームで 	1歳に至るまでの乳児 ☎各50人 申し込み順	(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: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 3.その他:接種後27日間は、MR・水痘・おたふくかぜの予防接種は受けられません ☎母子健康手帳、予診票、バスタオル ※保護者同伴	

※健診・教室・BCG接種については、子ども1人につき保護者1人まで

対がん協会のがん検診

☎健康支援課 ☎(32)6407

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	対象者は左表で確認してください 検診ごとに同一年度内1回のみ ★10月1日(金) 受付場所・時間 市役所1階ロビー＝7時10分～7時25分 沼ノ端コミセン＝7時30分～7時50分 ※札幌の会場まで無料送迎バスで送迎	北海道対がん協会	16人	9日(木)までに健康支援課へ(申し込み順)

9月の休日当番病・医院

ホームページでもご覧いただけます!

9/5日	内科 いちむら小児科医院 ☎(67)1111	外科 みらい整形ペインクリニック ☎(53)7100	歯科 ほっこう歯科八谷矯正歯科クリニック ☎(71)2580
9/12日	内科 柴田内科循環器科 ☎(71)2225	外科 同樹会苦小牧病院 ☎(36)1221	歯科 ファースト歯科クリニック ☎(68)0001
9/19日	内科 たかせ内科クリニック ☎(73)6233	外科 苦小牧日翔病院 ☎(72)7000	歯科 うのデンタルクリニック ☎(61)4618
9/20日	内科 福岡内科小児科 ☎(72)5141	外科 とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000	歯科 松沢歯科クリニック ☎(82)8205
9/23日	内科 苦小牧東病院 ☎(55)8811	外科 とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111	歯科 みかみ歯科・矯正歯科医院 ☎(35)3939
9/26日	内科 にっしん内科クリニック ☎(71)1500	外科 苦小牧東部脳神経外科 ☎(53)5000	歯科 宮本歯科 ☎(72)9050

診療時間 内科、外科＝9時～17時 歯科＝9時～12時 ☎健康支援課 ☎(32)6407

夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 ☎(32)0099
診療科目 | 内科、小児科
診療時間 | 平日 19時～翌朝7時
土曜日 14時～翌朝7時
休日 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 ☎0120(20)8699
携帯電話・PHSの方は ☎011(221)8699
- ▶ 夜間子どもが急病にかかったとき
子ども医療電話相談 ☎#8000または ☎011(232)1599

とまこまい医療介護連携センター

所在地 | 旭町2-4-20 ☎(37)0177
受付時間 | 平日 8時30分～17時

- ▶ 医療と介護の相談窓口
訪問診療を必要とする方はお気軽にご相談ください

広報とまこまい 令和3(2021)年・9月

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

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載内容が変更になる場合があります



福祉

一 高齢者世帯調査

高齢者の自立生活支援策の基礎資料とするため、民生委員が訪問もしくは電話により聞き取り調査を行います。9月1日時点で65・66歳の方には、調査票を郵送します。また、希望者には「救急医療情報キット」を配布します

☎ 9月上旬～10月末
 対 65歳以上の単身・要援護世帯の方
 詳 総合福祉課 ☎(32)6345

一 ボランティアセンター(社会福祉協議会)

① 点訳ボランティア初心者講習会
 回 10月5日～26日 毎週火曜日 全4回
 13時30分～15時30分
 ② 朗読ボランティア初心者講習会
 回 11月4日～25日 毎週木曜日 全4回
 13時30分～15時30分

所 市民活動センター

対 16歳以上

定 500円 開講日納入

定 10人 申し込み順

申 9月1日(水)～①24日(金) ②10月20日(水)に直接または電話、ファクスで
 ボランティアセンター ☎(84)6481 FAX(34)8141

一 事業者の皆さまへ

① **ジョブコーチ養成研修受講費助成**
 関 従業員がジョブコーチ養成研修を受講しようとする事業者
 ② **合理的配慮の提供支援助成**
 関 障がいのある方に合理的配慮を提供しようとする、飲食、物販、医療など不特定多数の方が利用する事業者
 ③ **たん吸引等研修受講料助成**
 関 従業員がたん吸引等研修(第3号)を受講しようとする障がい福祉サービス事業者

上 ① 15万円 ② 2万5千～10万円 ③ 2万円
 定 予算額に達した時点で締め切り
 申 障がい福祉課 ☎(32)6356 ※要事前相談

一 **第44回高齢者主張発表会**
 回 11月10日(水) 9時30分
 対 60歳以上
 ティーム自由(千500字程度・6分以内で発表) ※発表者全員に記念品あり
 定 10人 申し込み順
 所 申 9月1日(水)～10月8日(金)にアイビィ・プラザで配布の応募票を直接 アイビィ・プラザ ☎(33)8131

一 **敬老祝金(米寿)の贈呈**
 8月31日現在、本市に住民登録している満88歳の方に、民生委員が訪問して祝金を贈呈します ※申請不要
 詳 総合福祉課 ☎(32)6345

広告

保健所の相談、検査

☎ 苫小牧保健所 ☎(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	医療に関する相談や苦情を受け付け、解決方法について助言	随時受付
女性の健康相談	21日(火)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	
こころの健康相談	16日(木)	専門職員による面接相談	
肝炎ウイルス検査	7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	7日(火) 21日(火)	13時から 30分程度 関 18～54歳	
HTLV-1抗体検査	21日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします。	
HIV検査(エイズ相談)	7日(火) 21日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	予約は ☎(35)7474

9月の献血

☎ 健康支援課 ☎(32)6407

2日(水)	9:00～11:30	苫小牧市消防本部
	13:00～14:00	第1学校給食共同調理場
	15:00～16:30	ふれんどビル前
6日(日)	9:00～12:00	駒澤大学附属苫小牧高等学校
	14:00～16:00	
9日(水)	9:30～10:45	㈱つうけん苫小牧営業所
	11:30～13:00	苫小牧葉林運輸㈱
10日(金)	14:45～16:30	桜木ファミリークリニック
	9:30～10:45	札幌トヨタ自動車株式会社営業本部車両物流部
12日(日)	11:15～12:30	ネットトヨタ苫小牧(株)とまこまい店
	14:00～16:30	㈱札幌デンタル・ラボラトリー苫小牧営業所
15日(水)	9:00～12:30	フードD365沼ノ端店
	14:00～16:30	
29日(水)	9:30～12:00	市民活動センター
	13:30～16:30	
30日(木)	9:30～11:30	苫小牧市役所
	13:00～16:30	

※日時などが変更になる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPでご確認ください(問い合わせ先)北海道赤十字血液センター苫小牧出張所 ☎(61)1715

今月の健康NEWS

8020表彰

80歳以上(昭和16年11月8日以前に生まれた方)で20本以上の歯を持つ方を表彰します。9月15日(水)～30日(木)に苫小牧歯科医師会会員の歯科医院で検診(無料)を受けた方のうち、対象となる方に後日ご案内します ※過去にこの表彰を受けたことがある方は対象外
 ☎ 11月8日(月)以降
 詳 苫小牧歯科医師会 ☎(33)7530 市健康支援課 ☎(32)6407

Mom'sサロンOasis

☎ 9月30日(木) 10時30分～11時15分(受付10時15分)
 所 教育・福祉センター 3階プレイルーム 直接会場へ
 関 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども
 関 おしゃべりタイムや個別相談(予定)
 持 母子健康手帳、バスタオル
 詳 健康支援課 ☎(32)6411

自殺予防普及啓発パネル展

9月10日(金)～16日(木)は「自殺予防週間」です。自殺の現状や、こころの悩みに関する相談先などを広く知っていただくため、「自殺予防普及啓発パネル展」を開催します。10日は、先着50人限定でストレスチェックができ、こころの健康グッズもプレゼント!
 所 市役所1階ロビー
 詳 健康支援課 ☎(32)6410

「がん予防パネル展」を開催します

9・10月は「北海道がん征圧・がん検診促進月間」です。がん検診の受け方やがんを予防する生活などのパネル展を開催します。がんは2人に1人がかかるといわれていますが、早期発見により治療率も高くなっています。この機会にがん予防について考えてみませんか
 ☎ 9月7日(火) 9時30分～16時30分、8日(水) 9時～16時
 所 イオン苫小牧店 ウエストコート
 詳 健康支援課 ☎(32)6410

こころの相談日

気分が落ち込む、不安が強いなどこころの不調を感じていませんか?一人で抱え込まず、ぜひご相談ください
 ☎ 10月6日(水) いずれも9時～16時
 関 こころの悩みを抱えるご本人やご家族
 所 申 10月1日(金)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410

福祉

9月17日(金)は入浴料が65歳以上200円 所浴場組合加盟5浴場 環境生活課 ☎(32)63333

運動機能向上講座 「おうちで簡単、しっかり運動」

☎9月29日(水) 10時～11時45分
所 総合体育館 第2練習室
対65歳以上
講師 総合体育館 健康運動実践指導者 小田島祐太氏
定15人 申し込み順
申 9月1日(水)から前日まで電話で
介護福祉課 ☎(32)6347

ひとり親家庭日帰り旅行

☎9月26日(日) 9時30分～15時(予定)
所 北海道箱根牧場 ※市民活動センター集合
対市内のひとり親家庭
大人 2千円、子ども(中学生以下) 1千500円 申し込み時納入
定30人 申し込み順
申 9月1日(水)～15日(水)に直接 苫小牧風花の会事務局 ☎(36)78000
詳細 苫小牧市 6416

暮らし

新入学児童の健康診断と知的発達スクリーニング検査の実施

し、調査をお知らせします。その後、調査をお願いする世帯には、10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査書類を配布しますので、ご回答をお願いします
詳 北海道総合政策部計画局統計課 ☎011-5144 市政策推進課 ☎(32)6042

クロスボウの所持が禁止されます

クロスボウ(通称ボウガン)が使用された凶悪事件が相次いで発生したことを受け、銃砲刀剣類所持等取締法の一部を改正する法律が公布されました。施行日以降は、クロスボウの所持が原則禁止され、許可制となります。警察に処分依頼をする、無償で引き取りますので、最寄りの警察署などにご相談ください
詳 苫小牧警察署 ☎(35)0110 市市民生活課 ☎(32)6287

生涯学習だよりを発行しました

生涯学習だより60号(R3・9・1)を発行しました。全家庭に配布しているほか、市HPでもご覧いただけます。講座・教室の申し込みは、各施設へお願いします

年金生活者支援給付金の請求について

年金生活者支援給付金は、収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されます ※すでに給付金を受給している方は、早急に納税してください
詳 苫小牧道税事務所 ☎(32)5284 市納税課 ☎(32)6273

9月は滞納処分強化月間です

納税催告に応じない滞納者に対して各種債権や動産などの差し押さえを実施しています。また、市税や道税の納付が済みでない方は、早急に納税してください
詳 苫小牧道税事務所 ☎(32)5284 市納税課 ☎(32)6273

固定資産に変更が生じた場合は

家屋の増築(風除室なども含む)や、取り壊し、一部減築で面積が変わった場合、用途の変更や車庫・物置などを新設した場合は固定資産税が変動することがありますのでご連絡ください ※法務局で登記申請を行わなかった場合に限り
詳 資産税課 家屋 ☎(32)6268 土地 ☎(32)6267

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意を

日本年金機構や厚生労働省から、電話番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めるとはなりません
給付金専用ダイヤル ☎0570(05)4092 苫小牧年金事務所 ☎(56)9001 市保険年金課 ☎(32)6429

新型コロナウイルス感染症により療養などをされている方の投票について

新型コロナウイルス感染症により療養などをされている方で、一定の要件を満たす場合、郵便により次の衆議院議員総選挙の投票をすることができます(特例郵便等投票)
詳 選挙管理委員会事務局 ☎(32)6774

社会生活基本調査のお願い

総務省統計局では、10月20日(水)現在で社会生活基本調査を実施します。この調査は、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的としています。9月上旬から調査員が対象となる調査区内の全ての世帯を訪問

まつかわ(カレイ科)の採捕制限について

胆振総合振興局管内沖合海域では、まつかわ資源の増大を目的にマツカワ種苗放流事業を実施しています。まつかわ資源の保護のため、全長35cm未満のまつかわを採捕した場合は、速やかに海中に戻してください
☎令和4年8月7日(日)まで
詳 胆振海区漁業調整委員会 ☎0143(24)9812 市農業水産振興課 ☎(32)6452

排水設備等改造資金貸付制度について

貸付対象 下水道が使用できる区域内に家屋を持ち、くみ取り便所を水洗トイレに改造される方 ※新築・増改築の場合と法人は対象外
貸付額 住宅1戸につき60万円以内(うち、大工工事費4万円以内) 無利子
返済貸付の翌月から5年間の60カ月均等割償還(原則預金口座振替)
貸付条件 ●市民税・固定資産税・下水道事業受益者負担金に滞納がない ●連帯保証人が1人必要(年齢および所得制限あり) ※貸付申請手続きは、市指定の排水設備工事業者が代行
詳 上下水道部総務課 ☎(32)6628

農林水産省からのお知らせ

みどりの食料システム戦略



我が国の食料・農林水産業は、大規模自然災害・地球温暖化、生産者の減少等の生産基盤の脆弱化・地域コミュニティの衰退、新型コロナを契機とした生産・消費の変化等の課題に直面しており、地域の将来を見据えた持続可能な食料システムの構築が急務となっています。このため、農林水産省では、令和3年5月に、食料・農林水産業の生産力向上と持続性の両立をイノベーションで実現する「みどりの食料システム戦略」を策定しました。

詳しくはこちら ▶ <https://www.maff.go.jp/j/kanbo/kankyo/seisaku/midori/index.html>

北海道農政事務所の取組はこちらから https://www.maff.go.jp/hokkaido/kikaku/midori_hokkaidou.html

問合せ先 農林水産省北海道農政事務所企画調整室 ☎011-330-8801
農林水産省大臣官房環境バイオマス政策課 ☎03-3502-8056
(問合せメールフォームURL)
☎ <https://www.contactus.maff.go.jp/j/hokkaido/form/4762.html>

農林水産省

広告

広告

暮らし



「自筆証書遺言書保管制度」創設から1周年

自筆証書遺言書は、遺言者の死亡後に遺言書が発見されなかったり、改ざんされるなどのおそれがあります。自筆証書遺言書保管制度を利用することで、遺言書の保管に関する問題が解消され、裁判所の検認も不要となります。 ※詳細は法務省HP (http://www.moj.go.jp/MINJI/mjij03_00051.html) をご覧ください
 詳札幌法務局苫小牧支局 ☎(34)7151
 市総合福祉課 ☎(32)6354

「青少年表彰該当者の推薦受け付け」

■個人 市内在住の10月1日(金)を基準日とした15歳以上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 ●同一事業所に2年以上勤め、向上心や研究心が顕著
 ■団体 青少年の健全育成や社会福祉の向上に資する活動の功績が大きいもの
 ……
 申請 9月17日(金)までに所定の推薦書で青少年課 ☎(32)6759

「市道の車線減少規制のお知らせ」

大成大通(二条通から国道36号線までの海向き車線と山向き車線の一部)、大成大通と二条通の交差点が舗装改修事業に



「動物慰霊祭」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します 詳苫小牧獣医師会 ☎(74)4338 市環境生活課 ☎(32)6333
 詳しい内容は夜間工事となります。なお、規制に伴いバス停の場所が変わります。ご理解とご協力をお願いします
 工事予定期間 10月上旬〜12月下旬
 維持持課 ☎(32)6489

9月21日(火)〜30日(木)は秋の全国交通安全運動

重点目標 ●子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止 ●夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止 ●全ての座席のシートベルト

「墓参(秋彼岸) 臨時バスを運行します」

日 9月23日(木)
 運行 ●高丘霊園前まで 大人230円、子ども120円 ●高丘第二霊園まで 大人290円、子ども150円 ※定期券、昼間カードは利用不可。無料乗車証および高齢者フリーパス、高齢者優待乗車証(100円)は利用可。市内小・中学生はワンコインバス適用 小学生50円、中学生100円
 運行経路 苫小牧駅前(①番乗り場) ↓表町五丁目 ↓王子総合病院前 ↓緑跨線橋 ↓緑町郵便局前 ↓支笏湖通 ↓公園前 ↓

9月の自動車運転免許講習

講習区分	講習時間	9月		
優良講習	10:30~11:00	3日(金)	21日(火)	
		7日(火)	22日(水)	
		9日(木)	27日(月)	
		14日(火)	29日(水)	
		15日(水)	30日(木)	
		16日(木)		
一般講習	10:30~11:30	2日(木)	17日(金)	
		6日(月)	24日(金)	
		10日(金)	28日(火)	
		7日(火)	15日(水)	
		13:30~14:30		
		違反講習	13:30~15:30	1日(水)
3日(金)	21日(火)			
8日(水)	27日(月)			
13日(月)	28日(火)			
13:00~15:00*	9日(木)			16日(木)
初回講習	13:30~15:30			9日(木)
		16日(木)		

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

水道修理の申し込み、家屋解体時の届け出

水道管理課 ☎(32)6695(平日昼間) ☎(32)6111(左記以外)

水道修理の申し込み

水道業者に直接電話し、修理を依頼してください。アパートや借家にお住まいの方は、まずは大家さんなどにご相談ください。事業者名簿は市HPからご覧になれます

家屋解体時の届け出

水道を利用して家屋の解体を行う前には、別途水道設備の撤去工事と事前の届け出が必要となります。なお、水道設備の撤去工事は、建物の解体事業者ではできません。苫小牧市指定の給水装置工事業者に依頼してください。詳しくは市HPをご覧ください

とチャイルドシートの正しい着用の徹底 ●飲酒運転の根絶 ※30日(木)は交通事故死ゼロを目指す日です
 詳市民生活課 ☎(32)6287

「水道メーター交換工事」
 対象となる家屋には、事前に工事予定日をちらしなどでお知らせします。工事中は約20分間断水になります。ご協力をお願いします
 詳水道管理課 ☎(32)6695(平日昼間) ☎(32)6111(右記以外)

「漏水調査による夜間作業のお知らせ」
 腕章および身分証を携帯した調査員が、

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 ※高丘第二霊園内の停留所は6カ所あります

運行時刻(苫小牧駅前)
8時40分
9時20分
9時40分
10時20分
11時
12時
12時40分
13時

●彼岸期間中は交通渋滞が発生しますので、混雑緩和にご協力をお願いします
 ●その他 ●供物は必ず持ち帰りましょう ●共同墓で宗教的な儀式は行えません
 詳市環境生活課 ☎(32)6333 道南バス(株)苫小牧営業所 ☎(55)7125

「ヒグマ・シカに注意！」
 ■入山する時にヒグマに出会わないために
 ●新聞、テレビ、ラジオ、市HPでヒグマの出没情報を確認する ●単独行動を避け、話し声や笛、鈴などの音で人の存在を知らせる ●日の出前や日没後には山に入らない ●残飯、ごみなどは必ず持ち帰る
 ■シカとの交通事故をさけるために
 ●シカが飛び出しても、対応できるスピードで走行する ●早朝や夜間は特に注意して走行する ●1頭でも前方に見えたら、続けて数頭飛び出してくるおそれがあるため、減速し、よく確認してから通過する ●シカ注意の看板が設置されている道路は特に注意する

詳環境生活課 ☎(32)6331



催し・講座

一男女平等参画推進センター

■北海道立女性フーズ連携事業

SDGsってなに？〜特にジェンダーの視点から〜
 日9月29日(水) 10時〜12時



内誰ひとり取り残さないSDGsの理念や、ジェンダー平等について学ぶ
 定20人 申し込み順

所申詳 9月17日(金)までに直接または電話、HPで ※無料託児(1歳以上、定員5人、要予約) 〒053・0021 若草町3・3・8 男女平等参画推進センター TEL(32)3544

2021たるまえ サンフェスティバル

オートリゾート苦小牧アルテンの広大な芝生広場で、樽前山をバックにバーベキューを味わいながら苦小牧の秋を満喫できる一大イベントです。とまチョップ生誕10周年祭も同時開催
 日9月11日(土)、12日(日) 10時〜17時(12日16時まで)
 所オートリゾート苦小牧アルテン

■臨時バスの運行

苦小牧営業所↓駅北口↓アルテン 8時44分〜14時34分
 アルテン↓駅北口↓苦小牧営業所 12時20分〜18時

9月24日(金) 9時〜16時 森林資料館、森林記念館を一般公開します 詳北大研究林 TEL(33)2171

停留所03鉄北北口線の苦小牧営業所〜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

■鮭のつかみ取り 参加者募集

日9月11日(土)、12日(日) いずれも13時から
 対小学生
 定各80人 抽選
 ¥300円 当日納入

日9月3日(金)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(ふりがな)、年齢、学校名、学年、保護者氏名、電話番号、希望日。返信用表面に郵便番号、住所、氏名を記入し 〒053・0022 表町5・11・5 ふれんどビル1階 苦小牧観光協会内 2021たるまえサンフェスティバル実行委員会

※1人につき往復はがき1枚 ※新型コロナウイルス感染拡大の状況により内容を変更する場合があります
 詳苦小牧観光協会 TEL(34)7050

一市民ボランティア講座

日9月22日(水) 13時30分〜16時
 所市民活動センター 1階多目的ホール
 日「今日から、ここから」でできることさがし」をテーマにした講話や分科会
 定40人 申し込み順 ※無料託児あり(要予約)

日9月1日(水)から直接または電話、ファクス、Eメールで、ファクス、Eメール住所、氏名、電話番号を記入 ボランティアセンター TEL(84)6481 FAX(34)6481

一市民技能体験教室「庭木の剪定」

日10月22日(金) 13時30分
 所消防署日新出張所 1階研修室
 日内心肺蘇生法やAEDの使用方法など
 ※e-ラーニング受講者は座学が免除
 定10人 申し込み順
 日10月1日(金)〜15日(金)に電話で 救急課 TEL(84)5044

第73回苦小牧市民文化祭参加者、展示作品募集

生涯学習課 TEL(32)6753

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、感染防止対策を行えない一部行事を中止し、規模を縮小して開催します。日程などの詳細は改めてお知らせします

■市民交流将棋大会

日11月13日(土) 13時〜16時30分(12時30分集合) 所文化会館 日段級位ごとにクラス分けし、4回戦程度対局。小・中学生も参加可能 定24人(応募多数の場合は抽選) 日10月31日(日)までにはがき(必着)またはEメール、ブログ(http://shogitomakomai.blog96.fc2.com)で はがき・Eメール=住所、氏名、連絡先、段級位(初心者はその旨記載)、年齢を記入 〒053-0012 汐見町3-6-8-101 日本将棋連盟苦小牧支部 中條 範広 📧rnbxt712@yahoo.co.jp

■市民交流囲碁大会

日11月14日(日) 13時〜16時30分(12時30分集合) 所文化会館 日段位者から級位者までクラス分けをし、抽選により対局(3回戦) 定30人 日10月25日(月)までに電話またはファクスで、ファクス=氏名、住所、連絡先、棋力を記入 日本棋院苦小牧支部 加藤佳紀 TEL・FAX(73)7153 ※HP:TOMAIGOで確認可能

■総合展示発表

日10月23日(土)、24日(日) 所総合体育館 日高校生以上 作品搬入10月22日(金) 12時〜20時30分 作品搬出10月24日(日) 16時〜18時30分 日9月24日(金)までに各申し込み担当者に電話で ※写真は1人1点のみ。作品に、住所、氏名、題名を明記。応募状況により、締め切りが早まる場合があります。搬入、搬出は時間制となります。下表以外でも作品展示が可能な場合があります。ご希望の方は生涯学習課にお問い合わせください

展示名	作品種別	規格等	申し込み担当者
手工芸展	切り絵、押し絵、刺しゅう、人形、アートフラワー(ほか手芸作品、和紙工芸作品)	規格・題材は自由 壁掛けものは2m×2m以内	白岩美知子 TEL(72)9554
写真展	カラー・白黒写真	半切またはA3(A3ノビも可)	佐々木 洋 TEL(72)8919
陶芸展	陶芸	規格・題材は自由	山上孝行 TEL(34)2048
絵手紙展	絵手紙	電話でお問い合わせください	鈴木臣子 TEL(74)0649

※書道展については、今年度は実施しません

10月のパソコン講習

番号	講習名	開始日	回数	講習時間帯
10-1	Excel2019で作る集計表(初級)	10/4(月)	4回	9時〜12時
10-2	Excel3級検定対策	10/8(金)	6回	
10-3	Excel2019で作る集計表(中級)	10/21(木)	3回	9時〜16時

所申詳各講習の10日前までにスキルアップセンターとまこまい TEL(55)6622

一子育て講座

日9月21日〜10月12日 毎週火曜日 全4回 いずれも10時〜12時
 所子ども相談センター 講習室(双葉町3・7・2)

対3歳〜中学3年生までの子どもがいる保護者で、全日程参加できる方
 日イライラが減ると評判の子育て講座
 定8人 申し込み順
 日9月1日(水) 9時から電話で ※無料託児(3カ月〜就学前、9月17日(金)までに要予約) こども相談課 TEL(32)6369

一とまこまいフリーマーケットS 中止のお知らせ

日9月5日(日)に開催の「とまこまいフリー

一子育て講座

日9月18日(土) 9時30分〜15時
 所午前11苦小牧地域職業訓練センター、午後11緑ヶ丘公園 ※移動手段は各自で用意

日500円 当日納入 ※当日キャンセルの場合、キャンセル料がかかります
 日9月1日(水)〜17日(金)に直接または電話で 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

一北洋大学で第4回オーブンキャンプを開催!

日9月19日(日) 11時〜14時
 日入試の説明や体験授業、在校生によるキャンパスツアー、学内ランチの試食(無料)などを予定
 所申詳電話またはHP (https://hokuyo.ac.jp)で 北洋大学 総務・広報センター TEL0120(57)1504

一ダンボールで作るファイルホルダー



日9月25日(土) 13時〜14時
 対小学4年生以上
 日ダンボール、古布を利用して、お便りなどを挟むことができるファイルホルダーを作る

日10人 申し込み順
 日9月1日(水) 9時から前日までに電話で JFERサイクルプラザ苦小牧 TEL(55)2970

広告

広告

催し・講座



9月21日(火) 9時30分 所労働福祉センター 申シルバー人材センター TEL(35)1700 詳工業・雇用振興課 TEL(32)6432

「サンガーデン」

■ファーストスプーン(離乳食用の木製スプーン)作り
9月23日(木) 10時~12時
対3歳未満の子どもがいる保護者 ※託児なし
定5人 申し込み順

■ハーブ講習会〜ハーブオイルで作るボディクリーム〜
9月25日(土) 13時30分~15時30分
¥千500円 当日納入
定8人 申し込み順

所申詳 9月1日(水)から サンガーデン
TEL(33)4411

「ウトナイ湖ラムサール登録30周年記念事業」

①オオハクチョウの渡来日予想クイズ
例年10月にウトナイ湖へ渡ってくるオオハクチョウの「渡来日」を予想してください。 ※正解者に抽選で景品あり
9月1日(水)~30日(木)にウトナイ湖野生鳥獣保護センターで配布の応募用紙を直接 ウトナイ湖野生鳥獣保護センター

②野生動物に学ぶ救護セミナー「身近な生きものコウモリ」
9月25日(土) 14時~15時30分
対小学生以下は保護者同伴

眼鏡と図鑑は貸出可)

所申詳 9月1日(水)~24日(金)に電話でウトナイ湖野生鳥獣保護センター TEL(58)2231

「勇武津資料館」

①ふるさと探訪「勇弘の歴史散歩」
9月18日(土) 10時~12時
②生活体験教室「ずんだ餅に挑戦」
9月25日(土) 10時30分~12時
③生活体験教室「シカの角で根付に挑戦」
10月16日(土) 10時30分~12時

対小学生以上
定15人 申し込み順
所申詳 勇武津資料館 TEL(56)0201

「とまこまい若者サポートステーション」

■出張相談
9月22日(水) 14時~16時
所ワークプラザとまこまい
■セミナー
①9月9日(木) ②14日(火) ③16日(木)
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
①知っておきたい社会人になるための経済学 ②自己理解わたしの取説・価値観ワーク ③知っておきたいパソコン講座
対就職を目指している15~49歳の方
所前日までに電話で とまこまい若者サ

定30人 申し込み順
9月1日(水)~24日(金)に電話でウトナイ湖野生鳥獣保護センター
③苦小牧の水鳥絵画展作品募集
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(縦55cm×横40cm)の画用紙に描いたもの。画材は自由、1人1点
展示期間11月9日(火)~28日(日) 9時~17時 ※月曜日を除く
所ウトナイ湖野生鳥獣保護センター 2階市民ギャラリー
④作品に題名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を記入し、9月1日(水)~10月29日(金)に直接または郵送(必着)で 環境生活課 ※記念品を贈呈

①②ウトナイ湖野生鳥獣保護センター
1 TEL(58)2231 ③環境生活課 TEL(32)6331

9月26日(日) 10時~12時
対高校生以上
9月26日(日) 10時~12時
対高校生以上
9月26日(日) 10時~12時
対高校生以上

「ウトナイ湖野生鳥獣保護センター」

「ウイズコロナの時代のジョブ型人事制度・労務管理とは」
9月2日(木) 14時~16時
所アイビー・プラザ
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業

ポートステーション TEL(84)8670
詳工業・雇用振興課 TEL(32)6432

「職場改善研修会」

「ウイズコロナの時代のジョブ型人事制度・労務管理とは」
9月2日(木) 14時~16時
所アイビー・プラザ
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業
9月2日(木) 14時~16時
対市内の企業

講師 特定社会保険労務士 小林 博美氏
定30人 申し込み順
所前日17時までにママナビHPで
詳(株)Mammy Pro TEL(206)9150
市工業・雇用振興課 TEL(32)6436

「中小企業大学サテライト・ゼミ苦小牧」

市では、商工会議所、中小企業大学校旭川校と共催し、「次世代リーダー養成講座」未来をつくる次世代リーダー養成講座」を開催します。 ※苦小牧市中小企業人材育成補助金(補助額11万5千円)の対象講座
10月5日(火)~6日(水)、11月2日(火)
所苦小牧経済センタービル 6階大ホール
対中小企業の経営幹部、管理者、その候補者など
¥2万9千円 申し込み時納入
定15人 申し込み順

中央図書館 TEL(35)0511

とまチョップ図書館号を利用しよう!



移動図書館車「とまチョップ図書館号」をご存じですか?
図書館から遠い地区を中心に、市内25カ所のステーションを巡回し、本の貸し出しや返却などを行っています。苦小牧市立中央図書館の利用者カードをお持ちの方でしたら、どなたでもご利用いただけます。移動図書館車では利用者カードの新規登録や予約本の受け取りも可能です!巡回日程表は、二次元コードで確認できます。また、中央図書館でも配布しています。



スポーツ

「Jr・トレーニング教室」

10月2日~11月27日 隔週土・日曜日
全9回 土曜日13時30分~15時、日曜日10時30分~12時
対小・中学生
¥各1回600円 当日納入
定15人 申し込み順
持運動靴、タオル、飲み物
所9月1日(水)から前日までに直接または電話で 日吉体育館 TEL(73)6010
詳総合体育館 TEL(34)7715

「緑ヶ丘公園」

「サッカーラグビー場」

11月~12月分の利用予約抽選会
9月25日(土) 9時30分
所詳ハイランドスポーツセンター TEL(34)3522

広告

広告

スポーツ

第4回ウォーキングスタンプラリー みんなで歩こう会

9月の「ウォーキングスタンプラリー」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました



アジアリーグアイスホッケー ジャパンカップ2021ついに開幕



スペシャルゲストが来るかも!?

ホーム開幕戦では試合のほかにもさまざまなイベントをご用意しています。アリーナ内外で楽しめるEAGLESグルメ「Eーグル」など、会場全てで楽しめる2日間。ぜひ会場でレッドイーグルス北海道を応援しましょう!

9月11日(土) 17時、12日(日) 15時

会場白鳥王子アイスアリーナ 対戦相手東北フリーブレイズ

※イベント情報やチケットの詳細は、チームHPで随時お知らせします

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては内容などが変更となる場合があります

詳スポーツ都市推進課 ☎(34)9601

美々川カヌーツアー体験教室

10月17日(日) 9時~11時、13時~15時 ※荒天中止 所美々川

対市内在住の3歳以上の方 ¥3千円 当日納入

定各10組(1組2人) 抽選 持たせやすい服装、帽子、飲み物、雨具、流せるポケットティッシュ

9月10日(金)~30日(木)にスポーツ協会HPで スポーツ協会 ☎(37)7100

とまこまいスポーツフェスティバル2021

10月10日(日)

所総合体育館

内①大縄跳び②回し役2人、跳び役3~14人 ②室内3本引き(小学生の部・一般の部) ①1試合各8人 ※16人まで登録可 ③とまこまいスポーツ演舞

定①②各20チーム 抽選

9月15日(水)までに電話で とまこまいスポーツフェスティバル実行委員会 ☎(37)7100

7100

募集

納税通知書封筒の広告を募集

掲載される封筒 令和4年度に発送する固定資産税(土地・家屋分、償却資産分)、市民税・道民税(普通徴収)、軽自動車税の各納税通知書送付用封筒 ※縦12cm×横23cm

募集広告枠など ● 広告枠 封筒の裏面2枠 ● サイズ 縦7cm×横8cm ● 色 印刷色と同じ単色 ● 発送通数 約13万1千通 ● 基準募集価格 1枠18万円以上 ● 広告の原稿・版下作成まで 広告主が負担 ● 原則 1者1枠

掲載基準など 市広告掲載要綱、広告掲載基準および申込説明書を遵守のこと

9月17日(金) 11時に、資産税課で配布の申込書を市役所北庁舎2階22会議室へ直接

資産税課 ☎(84)4073

とまこまיי生誕10周年記念事業 GCFを実施中

市公式キャラクタ「とまこまיי」が今年度で生誕10周年を迎えることから、本月初のGCFを実施し、寄附を募集しています。寄付金はキャライベントをはじめとした、とまこまיי生誕10周年記念事業に使用します。まちなかのにぎわい創出のため、皆さんのご協力をよろしくお願ひします

GCFとは 自治体が行うクラウドファンディングで、通常のふるさと納税同様に税除対象となります ※市民の方は制度に基づき返礼品はありません

期間11月26日(金)まで 寄附申込ふるさと納税ポータルサイトで

「ふるさとチョイス」内のGCF専用ページで

詳まちづくり推進課 ☎(32)6062

9月の無料相談

内容・会場	とき・申し込み・詳細
総務省行政相談所 国の行政全般についての相談 所市役所2階 市民ギャラリー	6日(月) 13時~15時 直接会場へ 協働・男女平等参画室 ☎(32)6152
行政書士会くらしの無料相談会 遺言、相続、建設・運輸等許可に関する相談 所市民活動センター	18日(土) 10時~12時30分 電話で 山崎行政書士事務所 ☎(36)5633 所山崎行政書士事務所 ☎(36)5633 社会福祉協議会 ☎(32)7111
消費生活・多重債務についての相談 所消費者センター (市民活動センター 3階)	月~金曜日=8時45分~17時15分(祝日を除く。第2・4金曜日は20時まで) 直接会場へ 消費生活=☎(33)6510 多重債務=☎(32)6119
困りごとなんでも特設相談所 いじめ、新型コロナウイルスに関連する不当な偏見、差別など、人権問題の相談(人権擁護委員には弁護士もいます) 所札幌法務局苫小牧支局	16日(木) 9時30分~12時30分 ※予約制 電話で 札幌法務局苫小牧支局総務課 ☎(34)7151
あなた男女の声により添ういのちと暮らしの相談会 離婚、DV、就労(パワハラ)、貧困、女性の健康などの相談 所市民活動センター 5階	25日(土) 10時~12時 18日(土) 10時~13時 電話で 平等社会を推進するネットワーク 苫小牧 ☎(32)3610 協働・男女平等参画室 ☎(84)4052
無料市民相談 所市民相談所(市民活動センター)	法律相談 壬生賢哉弁護士 24日(金) 9時30分~12時(1人20分) 7人 申し込み順 1日(木)から市民活動センターで内容を話して相談券を受け取ってください。来られない場合はご連絡ください
	夜間心配ごと相談 14日(火) 18時~20時 直接会場へ 家庭、離婚、相続、金銭貸借などの問題 市民相談所 ☎(33)2345では、平日8時45分~17時15分に心配ごと相談を受け付けています

今月の納期・夜間納税相談

納期	固定資産税・都市計画税		9月30日(休)
	3期	4期	
夜間納税相談	市税・国保税	9月27日(月)~30日(木) いずれも20時まで	納税課(市役所2階30番窓口) ☎(32)6274

支払いの際は、便利な口座振替やコンビニ納付、クレジットカード納付をご利用ください

広告

広告

募集

北海道立北の森づくり専門学院 学生募集

対高等学校卒業または同等以上の学力を有し、入学時に40歳以下の方
 出願期間推薦入試 10月1日(金)～15日(金)
 一般入試 10月12日(火)～29日(金)
 試験日推薦入試 10月25日(月)、一般入試 11月15日(月)
 詳細北海道立北の森づくり専門学院
 166(75)6163 市緑地公園課 TEL(32)6507

第49回衆議院議員総選挙の会計年度任用職員を募集

投票受付などの投票事務を補助します(パソコン操作あり)
 所選挙管理委員会事務局、指
 定する期日前投票所(市役所本庁舎、イオンモール苫小牧、のぞみ・豊川コミセン、沼ノ端交流センター、勇払出張所)
 募集人数70人程度
 任期採用日から30日以内の期間(任用開始日未定、シフト制)
 勤務時間 8時25分～20時5分のうち事務局の指定する時間(原則1日2交代制)
 時給900円程度(交通費別途)
 申請投票日(選挙期日)の3週間前までに選挙管理委員会事務局(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙を直接 選挙



管理委員会事務局 TEL(32)6774 ※応募状況によって締め切りを早める可能性があります

未来創造子ども会議参加者募集

子どもの立場から「スポーツによるまちづくり」をテーマに実現可能で斬新なアイデアを市長に提言します
 令和4年1月22日(土) 9時～17時 事前研修 10月9日(土) 10月30日(土) 11月27日(土) 12月18日(土) 13時～17時 23時～19時
 所市役所
 対小学5年生～中学3年生
 定20人 申し込み順
 申請 9月17日(金)までに青少年課(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙を、直接または郵送(必着)、ファクスで 青少年課 TEL(32)6759 FAX(32)5578

第49回衆議院議員総選挙の投票立会人を募集

投票日当日(未定) ①7時～13時30分 ②13時30分～20時 ※2交代制
 所市内40カ所の投票所のうちいずれか 募集人数各投票区4人(①②各2人)
 申請投票日(選挙期日)の20日前までに選挙管理委員会事務局(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙を直接 選挙管理委員会事務局 TEL(32)6774 ※投票日決定後は時間を延長して受付(平日 20時まで、土・日曜・祝日 9時～17時)



メニューやパンフレットなどの英語翻訳を支援します

メニューやパンフレットなどの英語翻訳を希望する飲食店などを募集し、料金の半額を助成します
 市内飲食業、宿泊施設、観光施設、交通施設など
 ￥100文字につき千円 申し込み時納入
 令和4年1月31日(月)までに電話で FOCUS ENGLISH LINE(61)1680 ※LINEでの問い合わせも可
 詳細観光課 TEL(32)6448



LINE

自衛官等募集

募集種目 ①自衛官候補生(男子) ②自衛官候補生(女子) ③一般曹候補生 ④予備自衛官補
 応募資格 ①②③ 18～32歳 ④ 18～33歳(令和4年7月1日現在)
 受付期間 ①② 9月10日(金)まで ③ 9月6日(月)まで ④ 9月17日(金)まで
 試験日程 ① 9月24日(金)～30日(木) ② 9月24日(金)～27日(月)、29日(水)、30日(木)のいずれか1日 ③ 9月16日(木)～18日(土)のいずれか1日 ④ 10月2日(土)～5日(火)のいずれか1日
 詳細自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所 TEL(32)3725 市窓口サービス課 TEL(32)6294

市政トピックス

再延長決定!

マイナポイントの申し込み・付与対象の決済は 2021年12月末まで
 ポイント還元率 25%
 キャッシュレス 決済で 上限 5,000円 相当もらえる!



4/30までにマイナンバーカードを申請した方が対象です

詳細 ICT推進室(マイナンバー制度担当) ☎(32)6629

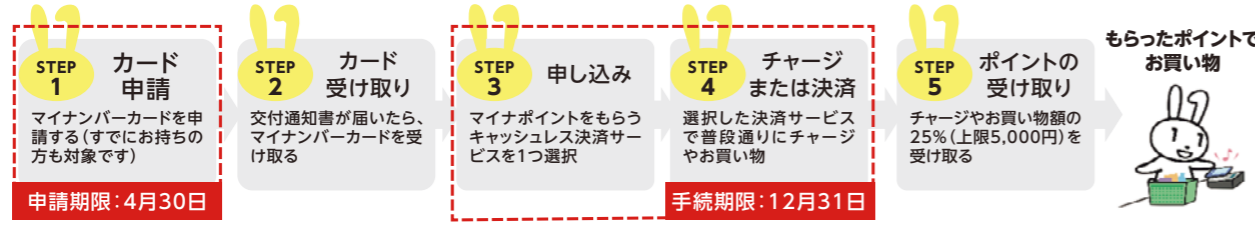
2021年4月末までにマイナンバーカードを申請した方は、カード受け取り後、マイナポイントの申し込みを行い、2021年12月末までにチャージまたはお買い物をする事で25%(上限5,000円)のポイントを受け取ることができます。

延長の内容	変更前	変更後
マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限	2021年4月末	
マイナポイントの申し込み期限	2021年9月末	2021年12月末
お買い物・チャージの期限	2021年9月末	2021年12月末
ポイント付与の上限	チャージまたは決済額の25%(上限5,000円分)	

マイナンバーカードの受け取りはお早め!
 交付通知書の受取期限が過ぎていても受取できる場合があります。長期間経過している場合は、事前にお問い合わせください。

詳しくは [マイナポイント](#) 検索 [コチラ](#)

マイナポイントのもらい方



市内4カ所の特設会場でマイナポイントの手続きをサポートしています

会場	住所	開設時間
市役所本庁舎(2階談話室)	旭町4-5-6	平日 8時45分～17時15分
勇払公民館	字勇払33	平日 9時～17時
のぞみコミュニティセンター	のぞみ1-2-5	平日 9時～17時
沼ノ端交流センター	北栄町3-3-3	平日 9時～17時

土日・夜間開設実施中!
 平日日中に市役所に来られない方を対象に、本庁舎特設会場を土日・夜間に開設しています。

事前予約制

<8月・9月の開設日>
 土日 8/29(日)、9/25(土)
 夜間 9/9(木)
 ※土日は9:00～13:30、夜間は17:45～20:00まで開設しています。ご利用には、前開庁日までに予約が必要です。

行政創革プラン 令和2年度の取り組み結果について

詳細 行政監理室 ☎(32)6169



令和2年度からスタートした行政創革プランは、これまでの行政改革の方向性を継承した上で、「^{いま}足りないもの」を発想し、新たな手法や新たな価値観を創り上げることが意識した取り組みを進めている計画です。令和6年度までの5カ年を計画期間とし、全70項目の取り組みを実施しています。このたび、令和2年度の取り組み結果がまとまりましたので、お知らせします。

- 令和2年度の主な取り組み
- ◆企業版ふるさと納税の導入 ◆苫小牧市LINE公式アカウントの導入(令和元年度に前倒して実施)
 - ◆ごみ分別アプリの導入 ◆市内全域に屋外スピーカーを整備 ◆人事業務、税務業務へのRPA*の導入
 - ◆市議会、庁内会議へのタブレット端末およびペーパーレス会議システムの導入
 - ◆給与計算などの業務委託の実施 ◆競争入札参加資格の有効期間を延長(2年から4年)
- *RPA(Robotic Process Automation)とは、パソコン上で行われる定型業務を、人に代わり自動化する技術

市では、有識者、一般公募の委員で構成する「^{しんせき}苫小牧市行政改革推進審議会」を設置しています。この審議会では、市長の諮問に応じて調査審議するほか、行政改革の取り組みの進捗状況をチェックしており、このたび、令和2年度の進捗状況について、審議会から市長に意見書が提出されました。取り組み結果や審議会意見の詳細については、行政監理室HPをご覧ください。

広告

苫小牧市男女平等参画を推進する
市民会議事業



詳細 協働・男女平等参画室 ☎(84)4052
Eメール
kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

思い込みや偏見にとらわれず、一人一人の“自分らしさ”に気付き、生かし、大切にできる社会の実現を目指してさまざまなオンラインイベントやパネル展を開催!皆さまのご参加お待ちしております。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により開催内容を変更・縮小しています。ご了承ください。

オンデマンド配信



YouTube『自分らしさ応援チャンネル』で
10月1日(金)より随時配信開始!

■市長と多世代ワールド・カフェ!
～苫小牧で自分らしく暮らしたい～



東京都豊島区で、子育て世代や働く若い女性の視点でまちづくりの政策提言を行った「としまF1会議」の座長を務めるなど、男女平等参画に取り組む萩原氏(立教大学教授)を迎え、苫小牧市長や年齢や性別もさまざまな参加者と、男女平等参画の推進に関するディスカッションの模様を配信!さまざまな視点から考えた、苫小牧市の男女平等参画とは!?

この動画はお申し込みいただいた方への限定公開です。
お申し込みはこちらから(9月30日(木)まで)



■ロールモデルカフェ

苫小牧で起業家・会社員として、自分らしく働く女性との座談会。地方だからこそできる働き方・夢への第一歩の踏み出し方を一緒に考えてみませんか?

■パパから始めよう!わが家の子育て

「パパからはじまる笑顔のリレー」をテーマにしたFJ北海道による男性向け子育て講座。パパや家族も必見!

■視えないから見える世界 ～ダイバーシティ推進の意義と方策～



『〇〇だからできない』そんな無意識の思い込みや偏見がさまざまな可能性に蓋を
していませんか。ダイバーシティ(多様性)とは何か、現状とは、そして、ダイバーシティを推進するために必要なマジョリティー(多数派)の意識改革とは何か。この講演会に参加して“見える世界”を広げてみませんか?



講師
ほしか 星加 良司氏

この動画はお申し込みいただいた方への限定公開です。
お申し込みはこちらから(9月30日(木)まで)



■見てください!聞いてください!女性議員のリアル

なかなか知る機会のない、市議会議員の“ホント”のところ。苫小牧市議会女性市議4人が、事前にいただいた市民の皆さまからの質問にお答えします



■ザ・ドキュメント 建設業界で輝く女性たち

性別の固定的概念にとらわれず、建設業界で働く女性にスポットを当て、自分らしく働くことの素晴らしさを紹介

■みんなでワイワイ☆子育てイベント

ママの学び、親子のコミュニケーションをテーマに、子育てを楽しむヒントを動画で配信

パネル展

9月17日(金) 13時～17時
18日(土) 10時～16時 会場 市民活動センター 1階市民ギャラリー

■男女平等参画の変遷

日本国憲法の草案作りに携わったベアテ・シロタ・ゴードン氏の軌跡から、男女平等参画の変遷を知る

■働きやすい職場のための取り組み紹介

ワーク・ライフ・バランスのためにやっている、各企業の働きやすくなるための取り組みを紹介

■1万人アンケート結果

男女平等参画を推進するため、6月28日～7月31日にかけて市民の皆さまに回答いただいた「1万人アンケート」についての結果発表



「笑顔あふれるふくしのまちづくり～warm heart つながる・生まれる～」
詳細 総合福祉課 ☎(32)6354

ふくし大作戦IV 2021では、市民の皆さん一人一人がちょっとした心遣いを行動に移していただく環境づくりに向けて、各種事業に取り組んでいます。今回は、9月実施予定の講座や福祉に関するイベント・事業についてご紹介します。



あいサポーター研修

あいサポーター略して「あいサポ」は、障がいのある人にちょっとした手助けや配慮を実践する人のことです。あいサポになるには、研修に参加していただきます。研修終了後に、あいサポの証である「あいサポートバッジ」を差し上げます。



と き 9月15日(水) 15時～16時30分、18時～19時30分
と ころ 市民活動センター

定 員 各10人 申し込み順
申し込み・詳細 前日までに氏名、電話番号を電話またはファクス、Eメールで
障がい福祉課 ☎(32)6356 FAX(36)3121
Eメール syogaifukusi@city.tomakomai.hokkaido.jp
※手話通訳が必要な方はお問い合わせください



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かい目で見守る人のことです。認知症サポーターになるには、養成講座に参加していただきます。講座を修了された方には、そのしるしとしてオリジナルグッズなどを差し上げます。

と き 9月21日(火) 10時～11時30分
と ころ 市民活動センター 3階会議室

対 象 市内在住の方
定 員 20人 申し込み順
申し込み・詳細 9月17日(金)までに電話で介護福祉課 ☎(32)6347

「ふくし大作戦IV 2021 認知症フレンドリー図書館」の開催

詳細 介護福祉課 ☎(32)6347

認知症の方に関する知識や理解を深めていただくためのイベントを中央図書館で行います。この機会に認知症を自分ごととして考えるきっかけにしてみませんか?

① えがおの写真展(認知症の方の写真展) および認知症に関わる展示

と き 9月18日(土)～30日(日)
と ころ 中央図書館 1階エントランス 直接会場へ

② 認知症に関する本の展示

と き 9月18日(土)～30日(日)
と ころ 中央図書館 1階図書カウンター前 直接会場へ

③ 認知症VR体験

認知症の方に見えている視点をVRで疑似体験します
と き 9月18日(土) 13時～13時50分、14時10分～15時、15時20分～16時10分
と ころ 中央図書館 2階講堂
定 員 各15人 申し込み順
申し込み 9月1日(水)～16日(日)に電話で介護福祉課 ☎(32)6347

④ 認知症フレンドリー市民上映会 上映作品:ケアンン～こころに咲く花～

と き 9月19日(日) 10時～12時、13時30分～15時30分
と ころ 中央図書館 2階講堂
定 員 各40人 申し込み順
申し込み 9月1日(水)～16日(日)に電話で介護福祉課 ☎(32)6347

共催: 苫小牧市、苫小牧市認知症地域支援推進員、苫小牧市地域包括支援センター連絡協議会

※各種事業は新型コロナウイルス感染症の状況により開催日や内容の変更または中止となる場合があります

とまこまい川柳

霧の中 青空思う 洗濯機 大町 伊藤 鈴夏さん

四次元に 目と気を配る 通学路 美園町 旗振りおじさん

東小 私の時代は 2千人 しらかば町 荒川 忠さん

大掃除 裏金ないか 熱入り 光洋町 都築 秀男さん

老い散歩 気力アップの 可愛い芽 桜木町 菊谷 美恵子さん

当たり前 それが出来ない 八十路坂 巨吉町 村上 和子さん

たくさんの力作をお待ちしています!

Recipe とまこまいレシピ

エリンギのピリ辛和え

作り置きにも最適。冷蔵庫保存で4~5日OKです

〜とまこまい産の食材〜

苫小牧市は、きのこの総生産量が道内1位!(出典:令和元年北海道特産林産統計より)秋の味覚といえはやっぱりきのこのこれから季節にぴったりのレシピです。

作り方

- ①ボウルに調味液の材料を合わせておく。
- ②エリンギを4~5cmの長さで3~4mmの薄切りにする。
- ③②をフライパンに油をひかずに水分が飛ぶまで焼き

①のボウルに漬け、細切りにした青ジソを加えてから冷蔵庫で2時間ほど置いたら完成。

材料(2人分)

- エリンギ…1本 ● 青ジソ…3枚程度
- しょうゆ…大さじ1/2 ● ごま油…大さじ1/2
- ラー油…大さじ1/2 ● 砂糖…小さじ1
- ニンニクすりおろし…少々 ● 鶏がらスープの素…ひとつまみ
- 鷹の爪(輪切り) 1本分

調理時間 10分

投稿大募集!

広報とまこまいでは、市民の皆さんからの投稿を随時募集しています。選ばれた投稿については、広報とまこまい「みんなの広場」のコーナーに掲載させていただきます!

募集項目 写真、川柳、絵手紙、イラスト **応募方法** 応募作品とともに、①住所、②氏名、③年齢、④電話番号、⑤タイトル(作品名)、⑥作品コメント(ひとこと)、⑦ペンネーム(希望の方)を明記し、Eメールまたは郵送で

宛先 ▶ Eメール kohokanri@city.tomakomai.hokkaido.jp 〒053-8722 旭町4-5-6 秘書広報課 広報担当 ※投稿作品は返却不可

↑詳細はこちらをチェック!

今月のひとインタビュー

苫小牧市公式キャラクター とまちょップ

今年8月で生誕10周年を迎えました!

生誕10周年とまちょップに聞いてみた!10の質問

Q1 苫小牧で一番好きな場所は? とまちょップが生まれたウトナイ湖とキラキラ公園がおきにいり☆

Q2 10年間で一番思い出に残っていることは? たんさんのおもいでがあつていちばんをえらぶのはむずかしいけど、2017年にかいさいした「当地キララふれんどフェスティバル」をとまこまい「は」ともたのしかつたよ!

Q3 10年間で成長したことは? このモフモフなおながおつきなつたの…じゃなくて、たくさんのかつどうをとおして苫小牧についてとてもくわしくなつたよ!

Q4 ライバルはいますか? 副市長さん!

Q5 最近ハマっていることは? ツイッターにとまちょップのしゃしんをのせ(る)こ!

Q6 チャームポイントを3つ教えてください。モフモフなおなか、かわいいハスカップ

プちゃん、おしりのハナシヨウブ

Q7 イベントに出演した時は、いつもいろいろなポーズを披露しますが、一番のお気に入りは何ですか? このポーズもかわいくてまよつちやうけど…えっへんポーズがおきにいり☆

Q8 今後の抱負やチャレンジしてみたいことは? 苫小牧市長になれるようにがんばります!

Q9 いつもサポートしてくれているマネジャーにひとこと! いつもとまちょップのおせわをしてくれてありがとう☆これからもおやつをたくさんくーださう!

Q10 いつも応援してくれているファンの皆さんにひとこと! ちょップととまちょップがせいいたん10しゅうねんをむかえられたのもおうえんしてくれるみんなのおかげ!これからもとまちょップをよろしくね!!

▲とまちょップのお気に入り「えっへんポーズ」

…プロフィール…
 誕生日:8月22日
 出身地:ウトナイ湖
 趣味:おやつをたべること
 特技:ちょップとスケート
 役職:苫小牧市副市長(ふくしちょう)、とまこまい観光大使、ふくし隊鳥(たいちよう)2021 ふくし隊鳥(たいちよう)

とまこまい検定

〇に当てはまる言葉は? 警戒レベル4「〇〇〇〇」で必ず避難

応募方法 はがきに答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、広報とまこまいへのご意見・ご感想を明記の上、ご応募ください。宛先 ▶ 〒053-8722 旭町4-5-6 秘書広報課 広報担当 締切は9月30日(休) (消印有効)まで。応募は1人1通まで。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

「広報とまこまい」限定 抽選で5人にエコバッグをプレゼント!

前月号の答えは ▶ 鷲掴み

今月の編集後記 秘書広報課

●暑い…暑い…暑すぎる。苫小牧の夏がこんなに暑いなんて…クーラーのない家がサウナ状態。でも庭の野菜たちは金メダル級に大きく成長!! 暑い夏も悪くはなかったのかな (清)

●8月22日はとまちょップの誕生日でした! これまでたくさんの人に愛されてきたとまちょップも今年で生誕10周年を迎えました。これからも苫小牧の広告塔として、ますますの活躍に期待!(池)

●全国高等学校選抜アイスホッケー大会の取材に行ってきました。氷上の格闘技といわれるだけあって大迫力…! 全力でプレーされていた選手の皆さん、輝いていました!! (鈴)

●今月のとまこまいレシピはエリンギ! 食物繊維やむくみを解消するカリウムが豊富とのこと。細かく刻んでハンバーグに混ぜると、旨みと食感が増えてエリンギが苦手な息子にも好評です!(石)

人口と世帯(7月末)

総数 ▶ 169,813人 (対前月比:13人増)
 男性 ▶ 83,127人
 女性 ▶ 86,686人
 世帯数 ▶ 90,548世帯

ストップ・ザ・交通事故!

交通事故発生状況(1月1日~8月1日)

発生件数 225件 (前年比22件増)
 死者 4人 (前年比1人増)
 傷者 252人 (前年比23人増)

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

●沼ノ端出張所 〒059-1304 苫小牧市北栄町3丁目3番3号 ☎0144(55)0979

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 FAX 0144(34)7110 メールアドレス kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

HPの情報はここから

●苫小牧市役所ホームページ <https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/>

●携帯電話対応の情報提供サイト https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index_m.html

市役所HP アクセスはこちら