

広報

# とまこまい

2022  
vol.1827

# 2

とどけます まちの こえ まちの いいとこ



### 特集

- ・令和4年苫小牧市成人式
- ・MONOテク苫小牧  
～技術で拓け、夢・未来～

Cover

令和4年苫小牧市成人式

詳しくはP3をご覧ください



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4年2月1日発行 第1827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](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「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

印刷/須田製版

目次

- 2 クローズアップ SDGsゴール5 ジェンダー平等を実現しよう
- 4 特集① 令和4年苫小牧市成人式
- 6 特集② MONOテック苫小牧 ~技術で拓け、夢・未来~
- 8 市政トピックス 新型コロナワクチン接種情報 / 新型コロナウイルス関連情報
- 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 CCS講演会「地球温暖化とCCS」参加者募集! / 頑張れ!本市ゆかりの日本代表!
- 28 ふくし大作戦Ⅳ 2021
- 29 市政トピックス 第56回とまこまいスケートまつりの中止について / 第40回全国中学生人権作文コンテスト札幌地方大会受賞者 ほか
- 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

cover 表紙から

令和4年苫小牧市成人式

1月9日(日) / 苫小牧市民会館

令和4年の成人式が苫小牧市民会館で行われ、スーツや振り袖などを身にまとった新成人たちが出席しました。今年も新型コロナウイルス感染症対策を講じた上での開催でしたが、新成人は友人との久しぶりの再会を楽しむとともに、大人としての一歩を歩みだしました。



広報とまこまいは市HPより音声でもお楽しみいただけます

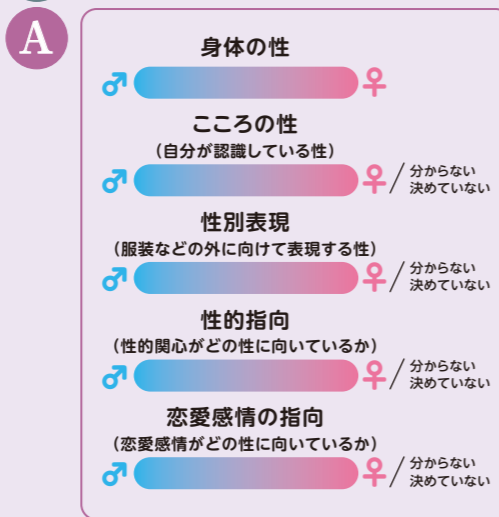
多様な性・LGBTについて考えよう  
~誰もが自分らしく生きることのできる社会を目指して~  
男女平等参画宣言都市 苫小牧



- Q** 最近よく聞く“LGBT”ってなに?
- A** **Lesbian** (レズビアン) 女性を好きになる女性
- Gay** (ゲイ) 男性を好きになる男性
- Bisexual** (バイセクシュアル) 男性も女性も好きになる人
- Transgender** (トランスジェンダー) 体の性別と心の性別に違和感を感じている人

LGBTとはこの4つの頭文字をとった言葉で、性的マイノリティ\*の総称として使われています  
ほかにも、「LGBTs」や「LGBTQ」「LGBTQ+」などさまざまな表現があります ※少数派

Q 多様な性ってそもそもどういうこと?



性の主な構成要素はこの5つの要素といわれています。組み合わせは多様であり、それぞれがはっきりと分けられない場合もあります

『性はグラデーション』

性の在り方はどれが正しい、どれが間違っているというものではなく、変えようと思えば変えられるものではありません。人それぞれが違う人間であるように、性の在り方も人それぞれ違います

Q 自分の周りにはいない気がする…

さまざまな調査では8~10%程度が性的マイノリティに該当し、AB型や左利きの人と同程度の割合であるといわれています。周りに「いない」のではなく「言っていない」だけかもしれません



こんな言葉を使っていませんか?

- ホモ
- レズ
- オカマ
- オコオンナ
- オナベ
- 男らしく
- 女らしく

この言葉に傷ついている人がいるかもしれません。また、LGBTであることを理由に差別したり、いじめたりすることは決してあってはならないことです

自分の性の在り方について悩んでいるあなたへ

協働・男女平等参画室、男女平等参画推進センターはLGBTの専門機関ではありませんが、職員がお話を伺っています。専門機関やLGBTコミュニティのご紹介など、お力になれることがあるかもしれません

- 協働・男女平等参画室**  
☎(84)4052 FAX(34)7110  
Eメール kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp
- 男女平等参画推進センター**  
指定管理者:社会福祉協議会  
☎(32)3544  
Eメール danjo00@tomakomai-shakyo.or.jp

北海道のセクシュアリティに関する相談窓口情報はこちらから▶



SDGsゴール5

ジェンダー平等を実現しよう

詳細 協働・男女平等参画室 ☎(84)4052

現在77人の女性が登録・活躍中!  
(令和3年12月時点)

苫小牧市  
女性人材バンクに  
あなたも登録してみませんか

多様な意見や考えが存在しているはずの社会において、意思決定を行う機関(議会・審議会など)には、性別や年齢などに偏りがあるのが現状です。審議会などにおける女性委員が増え、市政に、より多様な意見や考えを反映させることは、これまで以上に誰もが住みやすいまちづくりにつながります。あなたのご登録をお待ちしています!



村田 真子 氏

- 女性人材バンクとは?**  
各審議会・委員会などにおける、女性委員の積極的な登用を進めるための登録制度です
- 審議会とは?**  
市民や学識経験者の意見を求め、これを市政に反映させることを目的として設置している諮問機関です
- 登録するとどうなるの?** 以下のような通知が届くようになります  
  - ☑ 審議会・委員会の委員募集に関する通知
  - ☑ 研修会や講座の開催案内など、市が登録者に有用と判断した通知
- どんな人が登録できるの?** 登録の条件は、2つのみ!  
**〈条件①〉**本市にお住まいの(勤務・在学している、もしくは本市を活動拠点とする団体などに所属している)18歳以上の女性  
**〈条件②〉**以下2つの項目のうちどちらか一方、または両方に該当する方  
  - ☑ 市政に関心があり、市の審議会などの委員として活動する意欲がある方
  - ☑ 福祉・教育・文化などの各分野のいずれかで専門的な知識や資格を有する方、または活動実績がある方

ご登録者さまのお声

「女性人材バンク」ってなにに? そんな好奇心だけで、安易に登録しました。初めて参加した審議会は、コロナの影響を受け、書面会議のみで終わってしまいましたが、現在参加している懇談会では、先日、委員の皆さんと対面し、お話をすることができました。いろんな立場の方々の意見を伺い、大した志もなかった私も今は、自分が子が孫が誇れる故郷になるよう、住み良い、魅力あふれるまちづくりに微力ながら貢献したい!と考えるようになりました

登録方法

協働・男女平等参画室(HPでダウンロード可)で配布の登録申込書を協働・男女平等参画室へ直接または郵送、Eメールで kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

詳細はこちら▶▶



困難を抱える女性のための緊急サポート事業を行っています

3月15日(火)まで生理用品の提供や、相談窓口、居場所づくりを4つの事業者へ委託し、新型コロナウイルス感染拡大の影響により困難を抱えている女性を支援します



- 生理用品の提供**  
生活困窮などで生理用品の購入が困難な方に生理用品をお渡ししています  
配布場所で直接お声掛けいただくか、このマークをご提示ください
- 生理用品配布場所一覧**  
  - 市役所1階 総合福祉課、4階 健康支援課、7階 協働・男女平等参画室
  - 市民活動センター ○男女平等参画推進センター ○各小・中学校、高校、大学
  - 各児童センター ○各コミセン ○フードバンクとまこまい
  - 市内一部の子ども食堂やシェルター施設
  - その他座談会など女性のための居場所づくりの場 など

●相談窓口の設置・女性のための居場所づくり

困っていること、心配なこと、まずはお話ししてみませんか?女性のための相談窓口やお互いを支え合う居場所づくりを行っています

- 社会福祉法人 苫小牧市社会福祉協議会**  
  - 相談窓口 月~金曜日 9時~16時30分  
市民活動センター4階 ☎(32)3544
  - 女性のための居場所づくり 月2回程度学びの場や座談会を開催
- 平等社会を推進するネットワーク苫小牧**  
  - 相談窓口(事前電話予約) 第1・3土曜日 10時~13時  
市民活動センター5階 ☎(32)3610(事務局) ☎090(1521)9610(山谷) ☎(74)5702(高橋)
  - 女性のための居場所づくり 「いのちと暮らしを守る」ための座談会を第2・4土曜日の10時~14時に町内会館で開催  
○2月、3月 勇払総合福祉会館
- NPO法人 木と風の香り**  
  - 相談窓口 月・水・金曜日 10時~14時  
子ども食堂 木と花の大ぼうけん ☎050(8883)0380
  - 女性のための居場所づくり 子ども食堂でママ同士の交流の場や、女性がお互いに支え合うことができるフリースペースサロンを解放
- NPO法人 ワーカーズコープ**  
  - 相談窓口 月~土曜日 10時~17時  
のぞみコミセン 月・火曜日 住吉コミセン 水曜日 沼ノ端コミセン 木・土曜日 豊川コミセン 金曜日 ☎080(4866)7141 月~金曜日
  - 女性のための居場所づくり 月1回のみ・豊川・住吉、沼ノ端コミセンで座談会などを開催

※一時的にマスクを外して写真撮影しております。



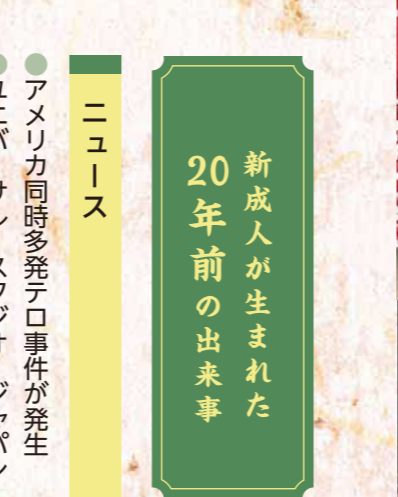
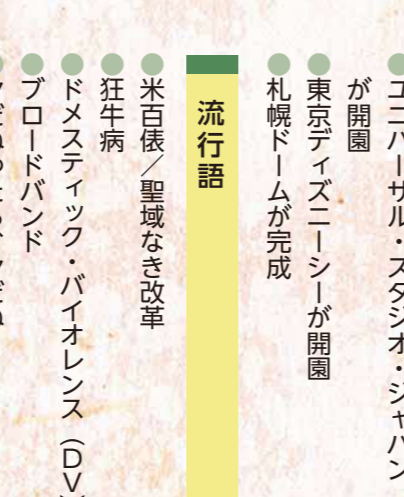
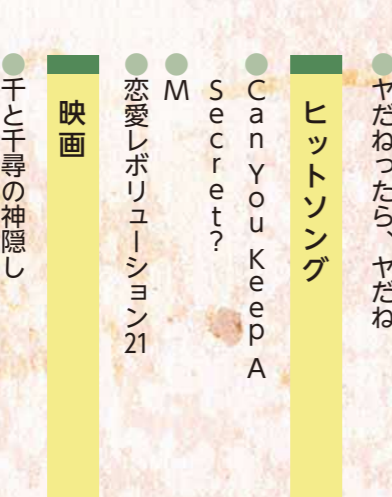
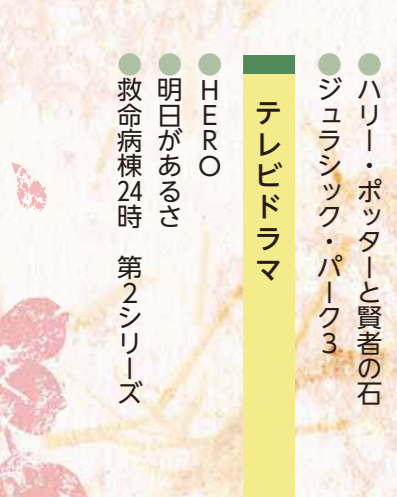
# 令和四年 苫小牧市成人式

特集①

テーマ 開花 ～今、咲かせるとき～

今年の  
新成人

- 生まれ…2001(平成13)年4月2日～2002(平成14)年4月1日
- 干支…巳・午
- 対象者(苫小牧市)…1,461人



新成人が生まれた  
20年前の出来事

### ニュース

- アメリカ同時多発テロ事件が発生
- ユニバーサル・スタジオ・ジャパンが開園
- 東京ディズニーシーが開園
- 札幌ドームが完成

### 流行語

- 米百俵／聖域なき改革
- 狂牛病
- ドメスティック・バイオレンス(DV)
- ブロードバンド
- ヤだねったら、ヤだね

### ヒットソング

- Can You Keep A Secret?
- M
- 恋愛レポリューション 21

### 映画

- 千と千尋の神隠し
- ハリー・ポッターと賢者の石
- ジュラシック・パーク3

### テレビドラマ

- HERO
- 明日があるさ
- 救命病棟24時 第2シリーズ

苦小牧高等技術専門学院を修了し、就職した方の離職率は、新規高卒者の平均より大幅に低く、定着率が高いことが特徴です。技術・技能や知識の習得に努めることはもとより、社会講話や就活講話など、きめ細かな就職支援を行い、職業観の醸成にも力を入れています。

離職率	苦小牧高等技術専門学院 (%)	新規高卒者 (%)	
		北海道*	全国*
在職期間			
1・2年 (平成31年3月卒)	20.0	30.3	26.3

※令和3年11月北海道労働局調べ

### 魅力3 低い離職率

毎年、訓練生数の5倍前後の求人があり、直近5年間の就職率は80%台〜100%の高い水準を達成しています。そのうち、全体として70%以上の方が市内の企業に就職しています。経験豊富な指導員による就職相談やインターンシップを通じた職業意識の醸成など、本人の希望や適性に応じた就職支援に取り組んでいます。

修了年月	就職希望者	就職者	就職率	苫小牧市内への就職	苫小牧市内への就職 / 就職者
平成29年3月	15人	14人	93.3%	11人	78.6%
平成30年3月	平成29年度より2年制課程に移行したため修了生はおりません				
平成31年3月	12人	10人	83.3%	7人	70.0%
令和2年3月	12人	12人	100%	10人	83.3%
令和3年3月	6人	6人	100%	4人	66.7%
計	45人	42人	93.3%	32人	76.2%

### 魅力2 高い地元就職率

メッセージ  
修了生からの Message

- 金属加工科 令和3年3月修了  
有限会社アイテック S・Kさん (21歳) 入社1年目  
入社前は仕事が自分にできるのか不安でした。しかし入社後は、自分ができそうな仕事から丁寧に指導してもらえたので、今は不安なく働いています。また分からないところは、すぐに教えてもらえる環境なので働きやすいです。苫小牧高等技術専門学院で学んだことや取得した資格が、今の仕事に大変役立っています。
- 機械科 令和3年3月修了  
メイトク北海道株式会社 製造部 K・Kさん (20歳) 入社1年目  
苫小牧高等技術専門学院でさまざまな資格を取得できたことは、本当に良かったと思います。学院で学んだことが現場で役立っているのか、不安や焦りなどがありましたが、実際に働いてみて学院で学んだことが生かされていたことが分かり、少しずつですが自信を持つことができました。会社の先輩方からの丁寧な指導によって、仕事に対する意欲も増したと感じています。この会社で働くことができ良かったと思います。これからも新しいことへの挑戦と多くのことを学んで頑張っていきたいです。
- 電気工事科 令和3年3月修了  
株式会社中村電気 工務部 O・Tさん (26歳) 入社1年目  
苫小牧高等技術専門学院を修了して良かったことは、第一種・二種電気工事士をはじめとしたさまざまな資格を取得できたことと、指導員の方々から現場での知識や技術を学べたことです。入社時は不安なことが多く、しっかりやっていたか心配でしたが先輩方の指導、学院で学んだことを生かし少しずつではありますが成長を感じています。これから大変なことも多くあると思いますが、日々勉強を欠かさず仕事に打ち込み頑張っていきたいと思っています。



令和2・3年9月に、苫小牧高等技術専門学院で訓練に関する満足度についてアンケート調査を行った結果、7割以上の訓練生から「満足している」または「やや満足している」との回答がありました。

魅力5 訓練生の高い満足度

経験豊富な指導員の複数配置により、一人一人に目の行き届いた訓練を行います。

指導員1人当たりの訓練生数 (令和3年10月末時点)

訓練生数	15人
指導員数	9人
指導員1人当たりの訓練生数	1.6人

### 魅力4 きめ細かな少人数指導

### 特集②

～技術で拓け、夢・未来～

# モノ MONOテク苦小牧 訓練生募集!

北海道立苫小牧高等技術専門学院



モノテッカー



北海道立苫小牧高等技術専門学院【MONOテク苦小牧】では訓練生を募集しています。魅力あふれるMONOテク苦小牧で専門的な知識・技術・技能を身に付け、自らの確かな未来につなげましょう。

※MONOテク苦小牧とは北海道立苫小牧高等技術専門学院の愛称です

詳細 工業・雇用振興課 ☎(32)6432

- 取得可能な資格
- 専門資格
    - 溶接技能者評価試験(金属加工科)、二・三級技能検定(精密機械科)、第一種・二種電気工事士(電気工事科)
  - 技能講習
    - ガス溶接(3科)、玉掛け(3科)、小型移動式クレーン運転(3科)、高所作業車運転(電気工事科)
  - 安全衛生特別教育
    - アーク溶接(3科)、クレーン運転(5t未満)(3科)、自由研削砥石(3科)、低圧電気取扱(電気工事科)

魅力1 特色と特長

就職したときに即戦力として活躍していただけるよう、実技を主体とした訓練カリキュラム(2年制・1年制)となっています。また、働く上で必要とされている「各種の技能講習・安全衛生特別教育」の習得を訓練に反映することにより、自信を付けて社会で働くことができます。

電気工事科

- 主な学習内容 —  
電気配線工事・設備保守技術などを学び、「電気工事士」を目指します。
- 主な就職先 —  
電気設備・電気通信設備設計施工会社、防災設備会社、ビルメンテナンス会社

精密機械科

- 主な学習内容 —  
各種産業機械の部品加工・保守技術などを学び、「機械加工技能士」を目指します。
- 主な就職先 —  
産業機械・自動車部品・農業機械製造会社、精密金型製造会社・プラント保守会社

金属加工科

- 主な学習内容 —  
金属同士を接合する溶接技術などを学び、「溶接技能士」を目指します。
- 主な就職先 —  
鉄鋼構造物・産業機械・建築金物製作会社、プラント製作・保守会社、重機・特殊車両製作会社



所在地 〒053-0052 新開町4-6-10

Map

北海道立苫小牧高等技術専門学院

対象 学校教育法による高等学校もしくは中等教育学校を卒業した方(令和4年3月卒業見込みを含む)またはこれと同等以上の学力を有すると認められる方(高等学校卒業者と同等以上の技能習得能力を有すると認められる方または、高等学校中退(中学既卒含む)などの学歴を有する方)

定員 若干名

申し込み詳細 北海道立苫小牧高等技術専門学院 4月初旬まで ☎(5)7007

※金属加工科短期課程(1年制)については、職業の転換を必要としている求職者向けの訓練課程ですが、新卒(中卒含む)の方も応募可能です。

Instagram

### 令和4年度訓練生募集中!!

苦小牧市ものづくり技能習得奨励金

市では北海道立苫小牧高等技術専門学院の入校者(1年次)を対象に「苦小牧市ものづくり技能習得奨励金」を交付します。

奨励金は、1人当たり10万円(授業料全額免除者と短期課程者は1人当たり5万円の予定です。一部対象外規定有)

## DVなどを理由に避難している方へ

DVなどで住民票を動かさず本市に避難中の方も受給できる可能性がありますので、下記までお問い合わせください

- 子育て世帯への臨時特別給付=こども支援課 ☎(32)6416
- 住民税非課税世帯等臨時特別給付金=臨時特別給付金担当 ☎(32)6266

## 子育て世帯への臨時特別給付

詳細 こども支援課 ☎(32)6416

**対象者** 18歳以下(令和4年3月31日時点)の児童を養育する方  
※主たる生計維持者の所得が児童手当の基準額以上である場合を除く



**給付額** 児童1人につき10万円

詳細はこちら▶

**申請** ①申請不要=令和3年9月分の児童手当、児童扶養手当の受給者  
(令和3年12月28日・令和4年1月14日に支給済)  
②申請必要=対象者のうち①以外の方(公務員含む)

**必要書類** ●申請者全員=申請書、身分証明書の写し、申請者名義の受け取り口座の写し  
●公務員の児童手当受給者=令和3年9月分の児童手当(本則給付)を受給していることが分かる書類  
(支払通知書・継続認定通知書の写し、令和3年9月分「児童手当」と明記されている通帳など)  
●令和3年1月1日以降に苫小牧市に転入された方=申請者および配偶者の方の令和3年度(令和2年分)市区町村民税課税証明書  
●お子さんと別居している方=児童のいる世帯全員の住民票

**申請方法** 令和3年9月30日時点で申請者が居住していた市町村に申請をしてください。苫小牧市に対象年齢のお子さんとお住まいの方には、申請書をお送りしています。3月31日(木)までに直接または郵送(必着)でご提出ください。審査後順次支給します  
※申請書が届かない場合はこども支援課にお問い合わせください

## 住民税非課税世帯等臨時特別給付金

詳細 臨時特別給付金受付窓口(市役所9階) ☎(32)6266

**対象者** ①住民税非課税世帯=令和3年12月10日(基準日)に、本市に住民票があり、同一世帯に属する方全員が令和3年度分の住民税均等割非課税である世帯(基準日時点で生活保護を受給されている方を含む)  
②家計急変世帯=令和3年度分の住民税均等割が課されている世帯員全員のそれぞれの1年間の収入見込額または1年間の所得見込額が、住民税均等割が非課税となる水準に相当する額以下の世帯(①に該当しない世帯で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和3年1月以降家計が急変し①と同様の事情にあると認められる世帯)

※①②ともに住民税均等割が課されている方の扶養親族などのみで構成される世帯は対象外(単身赴任や学生の1人暮らしなどの場合に当てはまる場合があります)



**給付額** 1世帯当たり10万円 ※世帯主名義の預貯金口座に振り込み

詳細はこちら▶

**申請方法** ①市から対象世帯へ確認書を発送(2月中旬頃)します。確認書を郵送で回答することで給付されます。  
※詳しいご案内は確認書に同封  
②9月30日(金)までに総合福祉課(HPでダウンロード可)で配布の申請書に収入見込額の申立書など(詳しくはHPをご確認ください)を添付して直接または郵送で 臨時特別給付金受付窓口(市役所9階)

## 新型コロナウイルス対策融資信用保証料補給事業

詳細 商業振興課 ☎(32)6445

**対象者** 市内に主たる事業所がある中小・小規模事業者

**対象融資** 市からセーフティネット保証(危機関連保証を含む)の認定を受け、かつ北海道信用保証協会に信用保証料の支払いが生じる融資

**支援内容** 上限10万円(1融資当たりの限度額)

**申請期限** 令和4年2月28日(月)まで(令和4年1月31日融資実行分まで)



詳細はこちら▶

## 新型コロナワクチン接種情報

※本ページの情報は、令和4年1月12日現在の内容であり、変更となる可能性があります。

## 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、祝日も開設)

※受け付け開始直後の9時~11時は電話が集中し、つながりにくい場合があります。昼前や夕方の時間帯は、比較的スムーズにご案内できますので、電話いただく際の参考とさせていただきます。

コロナワクチンに関する最新情報は▶▶▶



苫小牧市  
LINE公式  
アカウント



苫小牧市  
公式  
Facebook



コロナ情報  
特設サイト

## 追加接種の集団接種会場開設について

**開設期間** 2月10日(木)~3月31日(木)の**毎週木・金・土曜日**に開設  
※4月以降の開設予定については、ワクチンの供給量や予約状況に応じて決定します

**【2月の開催日】** 10日(木)・11日(金)・12日(土)・17日(木)・18日(金)・19日(土)・24日(木)・25日(金)・26日(土)

**【3月の開催日】** 3日(木)・4日(金)・5日(土)・10日(木)・11日(金)・12日(土)・17日(木)・18日(金)・19日(土)・24日(木)・25日(金)・26日(土)・31日(木)

**接種時間** 14時~18時【受付時間:13時30分~17時30分】 ※接種券が届いたら予約可能です

**会場** グランドホテルニュー王子 2階 芙蓉の間

**使用ワクチン** 武田/モデルナ社製ワクチン

- ▶ 集団接種会場は、追加接種(3回目接種)のみの受け入れとなります。
- ▶ 1、2回目に接種したワクチンの種類に関わらず、3回目は武田/モデルナ社製ワクチンの接種が可能です。
- ▶ コールセンターへ電話または予約サイト(インターネット)から必ず事前に予約をお願いします。
- ▶ キャンセルする場合は、必ずコールセンターへ連絡をお願いします。

## 追加接種の接種券発送予定について

- ▶ 追加接種用の接種券は、2回目接種の完了日順に発送します。**年齢順ではありません**ので、ご理解をお願いします。
- ▶ 令和3年6月中に2回目接種を終えた方には、2月4日(金)までに接種券の配達完了の予定です。
- ▶ 2回目接種完了後に苫小牧市に転入した方は、接種券の発行申請が必要です。
- ▶ 国からのワクチンの供給量によっては、発送スケジュールが変更となる場合があります。

令和3年7月中に2回目接種を完了した方	2月17日(木)~3月7日(月)
令和3年8月中に2回目接種を完了した方	3月18日(金)~4月5日(火)

# 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	調理の手順を見たり試食しながら月齢に合わせた離乳食作りを学ぶ	2月15日(火) 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	2月8日(火) 9時30分から電話で
親子ふれあい遊び	雛人形を作る	2月16日(水) 10時～10時45分、11時～11時45分	1～3歳の子どもと保護者	定各9組 申し込み順	
親子で行う簡単リズム体操	体の機能を高める運動、リズムに合わせて親子で体を動かす 講師 木田麻美氏	2月22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	2月9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
子育て相談日 市の職員が来園	お子さんの心身のことで、気になることの相談や預け先の情報について	2月7日(月) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定6～7組 先着順	直接会場へ
ヨガ講座	講師の方の指導のもと心身ともにリフレッシュ 講師 uchiyoga Rie氏	①2月9日(水) ②16日(水) いずれも10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者(託児あり)	定700円 当日納入 定各6～8組 申し込み順 持ヨガマット、飲み物	①2月3日(水) ②2月3日(水)～8日(火) 下記利用時間内に電話で
英語ふれあい遊び	英語の手遊び、リズム遊び、ミニ講座など	2月15日(火) 10時～11時20分	0歳(首すわり)～2歳半の子どもと保護者	定800円 当日納入 定8～10組 申し込み順 持バスタオル	
手形アート	子どもの手・足形をデコレーション 講師 あべゆきえ氏	2月18日(金) 10時～11時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	定1,000円 当日納入 定4組 申し込み順 持飾りの写真、のり、はさみ	2月3日(水)～8日(火) 下記利用時間内に電話で
睡眠講座	乳幼児ねんねトラブル対処法 講師 山口砂智氏	2月21日(月) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定500円 当日納入 定5組 申し込み順	
子育て講座	親子で楽しく絵の具を使ってスタンプ遊び	2月22日(火) 10時～11時	2歳～就学前の子どもと保護者	定4組 申し込み順 持おしぼり、汚れてもいい服装	
保健師講座	イヤイヤ期についてのお話	2月25日(金) 10時～11時	0歳～3歳半の子どもと保護者(託児あり)	定10組 申し込み順	

## 錦岡保育園子育てルーム ☎(68)6655

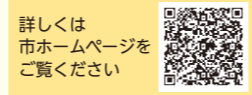
行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
子育て相談日 市の職員が来園	お子さんの心身のことで、気になることの相談や預け先の情報について	2月2日(水) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定8組 先着順	直接会場へ
保健師講座	イヤイヤ期について	2月17日(木) 10時～11時	1～3歳の子どもと保護者(託児あり)	定5組 申し込み順	2月10日(水) 9時30分～16時に電話で
小麦粉粘土あそび	小麦粉粘土(感覚遊び)を親子で楽しむ	3月4日(金) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定5組 申し込み順 持バスタオル、汚れてもいい服装	2月22日(火) 9時30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
雪遊び	親子で雪遊びを楽しみながら丈夫な身体をつくる	2月9日(水) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定6組 申し込み順 持受付時に伝えます	2月2日(水) 12時30分～16時に電話で
小麦粉粘土あそび	小麦粉粘土(感覚遊び)を親子で楽しむ	3月3日(木) 9時30分～10時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	定沼ノ端コミセン 定4組 申し込み順 持受付時に伝えます	2月24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	
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		
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655	9時～12時	
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371		
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時～14時	
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393		
大成児童センター	大成町1-11-21	(75)1841	9時～17時	日曜、祝日
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

利用時間 9時30分～17時 休館日 毎週月曜日  
所 旭町3-1-12 ☎(33)9158 ※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	冬の番組「冬の星空とおうし座の神話」	2月1日(火)～27日(日) 15時30分(土・日曜日、祝日は11時30分も投影)	市内在住の方 定各20人 申し込み順 ☎電話で
特別展示	ひな人形の展示	2月19日(土)～3月3日(水) 9時30分～17時	☎直接会場へ
プログラミング教室	パソコンを使ってみる	3月5日(土) 10時～12時	市内在住の小学1・2年生(保護者同伴1人可) 定6人 抽選 ☎2月9日(水)～18日(金)に電話またはHPで
星空観望会	天体望遠鏡で月の観望	3月10日(水) 18時30分～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 ☎2月16日(水)から電話で ※悪天候時は中止
春休み工作教室	木でボール・ソリティアを作る	3月30日(水) 10時、13時30分	市内在住の小・中学生 定各6組(家族、兄弟で1組2人まで) 抽選 ☎2月24日(水)～3月4日(金)に電話またはHPで

## 中央図書館

所 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、25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	●2月13日(日)「北斎ミステリー」 ●2月27日(日)「うっかりペネロペ ペネロペ、かずをかぞえる編」 いずれも13時30分から		所2階講堂 定一般(13日)、子ども(27日) 定各30人 ☎直接会場へ
読み聞かせ	●2月6日(日) 14時～14時20分＝「おいしいおやつ」 ●2月20日(日) 14時～14時20分＝「よかったねネッドくん」 ●2月26日(土) 11時～11時20分、14時～14時20分＝当日発表		所20日＝2階研修室 6日、26日＝1階おはなしコーナー前 定各5組 ☎直接会場へ
ストーリーテリング おはなしの時間	「おおかみと七匹のこやぎ」	2月19日(土) 14時～14時20分	所2階研修室 定10人 ☎直接会場へ
図書館探索・体験ツアー	普段は入れない閉架書庫の見学や図書館作業の体験	2月5日(土) 10時30分～12時	所2階講堂ほか 定10人 申し込み順 ☎前日までに直接または電話で
赤ちゃんを楽しむ 絵本ひろば	絵本の読み聞かせや絵本紹介、読書相談など	2月18日(金) 10時～10時20分	所2階講堂 定0～1歳の子どもと保護者 定5組 抽選 持図書館利用カード、バスタオル ☎2月1日(火)～8日(火)に直接または電話、Eメールで ☎info@tomakomai-lib.jp

## 美術博物館(あみゅー)

所 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「NITTAN ART FILE4: 土地の記憶～結晶化する表象」	胆振・日高地方ゆかりの現代美術を紹介する展覧会シリーズの第4弾。その土地ならではの風景や歴史などに着想を得た4人の現代作家による独創的な作品を紹介	展示期間 3月13日(日)まで	定一般300円、高大生200円、中学生以下無料
中庭展示 Vol.17 濑谷俊彦「雪待の庭」薄雪/Snow Pallet 14	「場との共鳴」を意識した、雪国ならではの表現を探究する濑谷俊彦氏による作品展示		
企画展「NITTAN ART FILE4: 土地の記憶～結晶化する表象」展示解説会	担当学芸員がスライドを用いて解説 ※展示室への入場はありません	2月20日(日) 14時～14時45分	定50人 ☎直接会場へ
ミュージアムラボ「あんぎん編みでコースターをつくらう」	縄文時代からあったとされる「あんぎん編み」でコースターを作る	2月11日(金) 10時～12時	定小学4年生以上(小学3年生以下は保護者同伴で可) 定10人 申し込み順 ☎電話で
講演会「アットゥシ織りの世界」	アイヌの伝統的な織物「アットゥシ織り」について実演を交えながら解説	2月12日(土) 14時～15時30分	定40人 申し込み順 ☎電話で
講演会「発掘調査からわかるアイヌ文化」	遺跡の発掘調査によって明らかになるアイヌ文化期の暮らしについて紹介	3月6日(日) 14時～15時30分	定70人 申し込み順 ☎2月8日(火)から電話またはHP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 回(35)2800					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	14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(火) 8時30分から電話で
オンラインフィットネス	7日(月)、14日(月)、21日(月)、 28日(月) 13時30分～14時15分	各10人	自宅で簡単に行える脂肪燃焼運動 (Zoomからリアルタイムで配信)	パソコンやタブレット端末 など(Wi-Fi環境推奨)	開催の3日前までに 保健センターHPで 
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	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。特定健診は100 とまチョップポイント 詳保健センター 回(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)	
特定健診	14日(月)、17日(木)、24日(月) 受付=8時～10時 ★3月7日(月)	加入保険により 異なります	該当者	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 回(35)0001				
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	15日(火)、★3月1日(火) 受付=13時～14時 20日(日) 受付=8時～9時30分	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	14日(月)、17日(木)、24日(月) ★3月7日(月)		胃・肺のみ各30人 大腸は定員なし	

※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

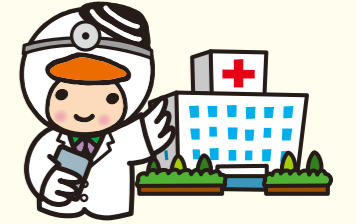
## がん検診対象者(令和3年4月1日～令和4年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

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歳未満	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 の受診	
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



# 健康ガイド



## 子どものための健診・教室

回教育・福祉センター3階 回健康支援課 回(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室 [2か月児]	24日(木) 9時30分～10時30分	令和3年12月生まれの子と親 回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]	22日(火) 9時30分～10時45分	令和3年7・8月生まれの子*と親 回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
[1歳6か月児] 健康診査	8日(火) 9時30分～10時45分、13時～14時30分 9日(水) 9時30分～10時15分	令和2年7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 ※9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	9日(水) 10時15分～10時45分、13時～14時30分 10日(木) 13時～14時30分	平成31年1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 回(32)6407	7日(月)、21日(月) 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要予約 	1歳に至るまでの乳児 回各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 回母子健康手帳、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

回健康支援課 回(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 検診ごとに同年度内1回のみ	21日(月) 受付場所・時間 市役所1階ロビー= 7時30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	25人 1日(火)までに健康支援課へ(申し込み順)

## 2月の休日当番病・医院

ホームページでも  
ご覧になれます!

2/6日	内科 たくしん小児科 回(53)7788	外科 アーク整形外科クリニック 回(68)6111	歯科 江畑歯科クリニック 回(33)3999
2/11日	内科 苫小牧澄川病院 回(67)3111	外科 とよた腎泌尿器科クリニック 回(31)2000	歯科 おひさまスマイル歯科 回(74)0001
2/13日	内科 合田内科小児科医院 回(33)9208	外科 同樹会苫小牧病院 回(36)1221	歯科 大原歯科医院 回(74)0830
2/20日	内科 たかせ内科クリニック 回(73)6233	外科 苫小牧日翔病院 回(72)7000	歯科 沖歯科医院 回(72)8558
2/23日	内科 すがわら内科呼吸器科 回(76)7011	外科 ハート整形ペインクリニック 回(38)7000	歯科 大町歯科加藤医院 回(32)2209
2/27日	内科 稲岡内科小児科 回(72)5141	外科 光洋いきいきクリニック 回(71)2700	歯科 いずみの歯科クリニック 回(76)0178

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

## 夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 回(32)0099  
診療科目 | 内科、小児科  
診察時間 | 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  
回0120(20)8699  
携帯電話・PHSの方は  
回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  
回#8000または回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 回(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4(2022)年・2月 12

# 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

### がん検診の自己負担額を助成します

申請期限 3月末まで

対次のいずれの条件も満たす方●苦小牧市国保加入者であり、令和3年度の「特定健診(タダとく健診)」を受けた●令和3年度中に市が実施する「がん検診(胃・肺・大腸のいずれか)」を受け、自己負担額を支払った ※保険診療により行った検査は対象外

助成額●胃がん検診Ⅱ(バリウム)千500円(内視鏡) 2千円●大腸がん検診Ⅱ400円●肺がん検診Ⅱ200円 ※かくたん検査は400円追加

持特定健康診査等記録票(原本)、領収書(原本)、国保世帯主の振込先口座が確認できるもの

詳保険年金課 ☎(32)6425 ※郵送で申請を希望する場合は、ご連絡ください

### ひとり親家庭住宅支援資金の貸付について

対児童扶養手当受給者で就職・転職など自立に向けて意欲的に取り組んでいる方

※母子家庭等就業・自立支援センターによる母子・父子自立支援プログラムの策定が必要

内入居している住宅の家賃の実費(上限4万円)を12カ月の範囲内で貸付。貸付



## 暮らし

### Jアラート全国一斉情報伝達試験

地震、津波、武力攻撃などの緊急情報を国から伝達するシステムです。試験当日は市内全域の屋外スピーカーや戸別受信機の放送、および登録者に防災メールを配信します。また、テレフォンサービス☎(5865)1569)で放送内容の確認が可能です

試験実施日時 2月16日(水) 11時ころ

詳危機管理室 ☎(32)6280

## 広告

## 保健所の相談、検査

☎苦小牧保健所 ☎(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(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	
こころの健康相談	17日(木)	専門職員による面接相談	
肝炎ウイルス検査	1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	1日(火) 15日(火)	13時から 30分程度 ☎18～54歳	
HTLV-1抗体検査	15日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせ	
HIV検査(エイズ相談)	1日(火) 15日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせ	予約は☎(35)7474

## 2月の献血

☎健康支援課 ☎(32)6407

日	時間	会場
2日(水)	9:30～10:45	経済センタービル
	11:30～13:00	苦小牧栗林運輸株式会社
	14:30～16:30	桜木ファミリークリニック
9日(水)	9:30～11:00	日産サービスセンター(北海道支社)
	11:30～12:30	札幌トヨタ自動車株式会社営業本部車両物流部
10日(木)	14:15～16:30	マックスバリュ新花園店
	9:30～11:00	苦小牧港湾合同庁舎
	11:50～13:15	日本軽金属株式会社苦小牧製造所
11日(金)	15:00～16:30	㈱カナモト苦小牧営業所
	9:30～12:30	イオンモール苦小牧
20日(日)	14:00～16:30	MEGAドン・キホーテ苦小牧店
	9:00～12:30	マックスバリュ澄川町店
21日(月)	14:00～16:30	道央佐藤病院
	9:30～12:30	イオンモール苦小牧
26日(土)	14:00～16:30	イオンモール苦小牧

※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苦小牧出張所 ☎(61)1715

## 今月の健康NEWS

### Mom'sサロンOasis

気軽にしゃべりしたり、悩み事の相談をする、ゆったりとした交流の場

☎2月24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 直接会場へ

対妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども

持母子健康手帳、バスタオル

詳健康支援課 ☎(32)6411

### 親子デンタル教室

☎2月16日(水) 13時～14時(受付12時50分まで)

所教育・福祉センター 3階

対令和2年8月～令和3年2月生まれの子と親

内歯科医師による講演、ブラッシング指導

定20組 申し込み順 持母子健康手帳

申詳2月14日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

### ゲートキーパー養成講座フォローアップ研修 ～つなごう!こころのネットワーク～

☎2月24日(木) 14時～15時30分(受付13時30分)

所市民会館 小ホール

対ゲートキーパー養成講座の受講歴がある方

講師 苦小牧緑ヶ丘病院 心理療法士 高橋朋康氏

定100人 申し込み順

持ゲートキーパー手帳

申詳2月22日(火)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411

### 最新のがん治療セミナー

☎2月23日(水) 10時～11時30分(受付9時30分)

所アイビー・プラザ

講師 メディポリス国際陽子線治療センター 由中耕太郎氏

定120人 申し込み順

☎2月10日(木)までに電話またはファクスで 三井住友海上あいおい生命保険株式会社 ☎080(8118)1149 FAX(33)1322

詳健康支援課 ☎(32)6410

### 自殺予防講演会「コロナにおけるメンタルヘルス～うつ病予防とセルフケア～」

☎3月6日(日) 14時～15時30分(受付13時30分)

所市民会館 小ホール

講師 社会福祉法人こぶし植苗病院理事長・院長 片岡昌哉氏

定会場=200人 Zoom=100人

申し込み順

申詳2月14日(月)までに電話(会場での受講希望者のみ)または二次元コードで 健康支援課 ☎(32)6410



(会場のみ)



会場



Zoom

### こころの相談日

☎①2月2日(水) ②3月2日(水) いずれも9時～16時

対こころの悩みを抱えるご本人やご家族

所申詳②2月25日(金)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410



暮らし



2月18日(金)は、イベントデー家族工コ銭湯 大人1100円、保護者同伴で小学生以下2人まで無料 所浴場組合加盟5浴場 環境生活課 03(32)6333

教育資金セミナーを開催します

2月5日(土) 13時から 所市役所2階21会議室 対高校3年生、大学1年生の子を持つ保護者 内大学の進学に資金はどのくらい必要かなど、教育にかかる費用をご存じでしょうか。大学生活にかかる各種費用や、教育ローンのこと、市で実施する教育資金のサポート制度について説明会を開催します。市と苫小牧信用金庫の共催で、皆さんの疑問にお答えします

【詳細】電話で 政策推進課 03(32)6039

教育資金の一部を補助します

お子さんが大学卒業後に市内で居住・就職した場合、市が大学に係る教育資金の返済の一部を補助する、奨学金返還助成制度、教育ローン利子補給制度があります ※ローン契約から3カ月以内には進学する学生の保護者 市への申し込みが必要 対4年制大学に在籍(2年生まで) または進学する学生の保護者 03(32)6039

一国の教育ローン

対大学、短大、専修・各種学校、高校などに入学する方または在学する方の保護者(所得制限あり) カードによる2年分、1年分および上半期6カ月分(4~9月)の納付は、2月末までに申し込みが必要 対市保険年金課 03(32)6429 対市民税課 03(32)6253 対苫小牧年金事務所 03(36)6135

ナスバ(自動車事故対策機構) 援護制度



【融資額】利率学生・生徒1人につき30万円以内で年1.65%【母子家庭・父子家庭の方は1.25%】(令和3年11月1日現在) 返済期間:方法15年以内(交通遺児家庭または母子家庭、父子家庭の方は18年以内)・毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済も可能) 【保証(公財)】教育資金融資保証基金(連帯保証人による保証も可能) 対教育ローンコールセンター 0570(00)8656 03(5321)8656

一国民年金からのお知らせ

免除申請をする方は所得の申告を 国民年金保険料の免除申請をする方(すでに免除の継続を申し込んでいる方を含む)は、所得が少額(または0円)であ

商品車の軽自動車税(種別割) 課税免除申請について

4月1日に所有している軽自動車やバイクが商品車であり使用しない場合、課税免除の対象となります。対象車両(試乗車や代用車、リース車を除く)を所有している場合は期限内に申請してください

※販売会社または古物商許可証所有者の名義であることが条件 対商品に係る軽自動車等の課税免除申請書(HPでダウンロード可)、古物商許可証の写し 対4月1日(金)~15日(金)に直接または郵送(消印有効)で 対市民税課 03(32)6244



市育英会と市交通遺児育英会の奨学金

市育英会 高校、大学などに進学する方または在学している方で、修学能力を有するにもかかわらず、経済的な理由で就学が困難な方に、奨学金などを支給または無利子でお貸しします 対下表の学校に進学予定(奨学金は在学中の方も対象)であり、保護者またはこれに代わる方が市民であること ※所得制限あり 償還方法 ●奨学金給付金は償還不要 ●入学一時金は在学中に償還 ●奨学金は貸し付け終了(卒業)後、10年以内に償還 市交通遺児育英会 修学能力を有するにもかかわらず、経済的な理由で就学が困難な交通遺児の方に、奨学金などを支給します。なお、返済の必要はありません 対交通遺児で下表の学校に進学予定または在学中であり、保護者がこれに代わる方が市民であること ※所得制限あり

貸与・給付額 下表のとおり 決定と給付・貸与開始 4月末までに決定し、5月に入学一時金、4・5月の2カ月分を支給、6月以降月額を支給します 対3月31日(休)までに市育英会事務局(総務企画課内) 03(32)6739

表1 市育英会

Table with 4 columns: 種類/学校区分, 大学(夜間部含む)短期大学(専攻科含む)専修学校(専門課程), 高等専門学校(4・5年次、専攻科), 高等専門学校(1~3年次), 高等学校(定時制課程含む)専修学校(市内の高等課程)各種学校(市内). Rows include 入学一時金, 奨学金(月額), 奨学金給付金(月額) ※返済必要なし.

※奨学金給付金については、採用人数の制限があります。(全体で15人程度を予定)

表2 市交通遺児育英会(※返済必要なし)

Table with 4 columns: 種類/学校区分, 大学(夜間部含む)短期大学(専攻科含む)専修学校(専門課程)高等専門学校(専攻科)高等専門学校(1~5年次), 高等学校(定時制課程含む)専修学校(市内の高等課程)各種学校(市内), 小・中学校. Rows include 就学支度金, 奨学金(月額).

広告

広告

# 暮らし



## 下水道事業受益者負担金について

令和4年度に賦課対象者となる方は、下水道事業受益者負担金制度に基づき下水道整備費用の一部を負担していただくこととなりますので、ご理解とご協力をお願いいたします

### 受益者負担金制度とは

都市計画法の規定に基づき、下水道が整備されることで、資産価値の増加や生活環境の向上など新たな利益が生じることから、土地所有者の方などに整備に要する費用の一部を負担していただくものです

### 令和4年度の対象区域と単価

●明徳町、宮前町、澄川町、音羽町、柳町、新開町、一本松町、東開町のいずれも一部の地域(第3負担区) 11㎡当たり375円 ●拓勇東町、字植苗地区のいずれも一部の地域(第4負担区) 11㎡当たり412円

### 納入方法・納期

対象者へ2月上旬に受益者申告書を送付します。その申告内容などに基づき、5月中旬から5年間(20回)で納入していただきます ※一括納付されると割引制度の適用があります

詳上下水道部総務課 電話(32)6628

## 2月の自動車運転免許講習



講習区分	講習時間	2月	
		3日(木)	18日(金)
優良講習	10:30~11:00	4日(金)	21日(月)
		7日(月)	22日(火)
		9日(水)	24日(木)
	13:30~14:00	14日(月)	28日(月)
		17日(木)	
		2日(水)	16日(水)
一般講習	10:30~11:30	10日(木)	25日(金)
		1日(火)	15日(火)
		2日(水)	16日(水)
	13:30~14:30	8日(火)	25日(金)
		10日(木)	
		4日(金)	22日(火)
違反講習	13:30~15:30	1日(火)	14日(月)
		3日(木)	15日(火)
		7日(月)	21日(月)
	13:00~15:00*	8日(火)	
		10日(木)	24日(木)
		9日(水)	24日(木)
初回講習	13:30~15:30	18日(金)	

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

## 確定申告のお知らせ

### 申告・相談会場開設期間

2月1日(火)~3月15日(火) (土・日曜日、祝日を除く) 9時~16時 ※1月31日(月)以前は申告会場を開設していませんので、ご注意ください。また、作成済みの確定申告書は、郵送などで税務署(旭町3・4・17)に提出してください

### 所労働福祉センター

持前年の申告書控え、確定申告に必要な書類

### 申告会場の入場には整理券が必要です

会場への入場には「入場整理券」が必要となります。「入場整理券」は国税庁LINE公式アカウントで事前発行を行っているほか、当日申告会場で配付します。配付状況に応じて後日の来場をお願いすることもありますので、予めご了承ください

## 軽自動車やバイクの各種手続きはお早めに!

軽自動車税(種別割)は、軽自動車やバイクなどを4月1日に所有または使用している方に課税されます。車両の所有者や使用者の変更・廃車などがあつた場合は、3月末までに手続きをしてください。また、車検が切れていても廃車手続きをしていない場合は課税されますので、今後使用する見込みがない場合は手続きをしてくださ

## 消防サイレンの吹鳴方法が変わります

4月から、災害発生時などの消防サイレンは、市内全域に整備された防災行政無線から吹鳴することになり、サイレンをより確実に伝達することができるようになります。また、防災行政無線による試験吹鳴期間として、3月末日までは現在の消防サイレンと同時に吹鳴します。なお、試験のために吹鳴していた正午の消防サイレンは、3月末日をもって廃止します

## 消防本部からのお願い

消火栓や防火水槽は、火災から市民の生命・身体・財産を守る大切な施設です。積雪により消火栓や防火水槽が埋まってしまった場合には、消防本部において除雪を行い、いち早く使用できるよう努めています。お住まいの土地、お勤め先などの除雪を行う際には、除雪により移動した雪で消防水利が埋まらないようお気を付けてください

警察防課 電話(84)5023

## 市・道民税の申告受付について



申告書の提出が必要な方 令和4年1月1日現在、市内在住で次のいずれかに該当する方 ●令和3年中に所得があつた ●給与所得や公的年金等受給者で、給与または公的年金以外の所得があつた ●給与または公的年金などの所得のみで、源泉徴収票の記載事項以外に控除がある ●令和3

申告書の提出が必要な方 令和4年1月1日現在、市内在住で次のいずれかに該当する方 ●令和3年中に所得があつた ●給与所得や公的年金等受給者で、給与または公的年金以外の所得があつた ●給与または公的年金などの所得のみで、源泉徴収票の記載事項以外に控除がある ●令和3

### 市市民税課 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

市市民税課 電話(32)6253

詳小牧税務署 電話(32)3165

会場	日時	
植苗ファミリーセンター	2月1日(火)	10時~15時
のぞみコミセン	2月3日(木)、4日(金)	9時~16時
豊川コミセン	2月8日(火)、9日(水)	9時~16時
勇払公民館	2月10日(木)	10時~15時
沼ノ端交流センター	2月15日(火)	9時~16時
市役所北庁舎2階22会議室	2月16日(水)~3月15日(火) (土・日曜日、祝日を除く)	9時~16時

※可能な限り公共交通機関をご利用ください ※初日は大変混雑が予想されるため、受け付けを早めに締め切ることがあります。また、開館時間まで施設内に入場できません

詳市民税課 電話(32)6253・6254 ※郵送による申告手続きも可能

### 入学通知書が届きましたか

令和4年4月に小・中学校に入学するお子さんがいるご家庭に、1月下旬に入学通知書を送付しました。住民登録がない場合や住所変更の届け出が済んでいない場合には、届かないことがあります。入学通知書が届いていないご家庭がありま

詳市民税課 電話(32)6244

車種	取扱窓口
軽自動車 (三輪および四輪)	軽自動車検査協会 室蘭事務所 電話050(3816)1766
原動機付自転車 小型特殊自動車	市民税課税制係 電話(32)6244
排気量125cc超の二輪	北海道運輸局 室蘭運輸支局 電話050(5540)2004

広告

広告

暮らし



市道の片側交互通行のお知らせ

市道有珠の沢道線の水明橋は、長寿命化対策工事のため片側交互通行となります。水明橋および踏切付近は混雑が予想されます。ご理解とご協力をお願いします。

片側交互通行期間 2月上旬～3月中旬



詳細建設課 電話(32)6482

建築物の適切な維持保全について

建築物の維持管理は、所有者・管理者または占有者の責任であり、口頭からの点検により、適正な状態に維持することが重要です。特に、経年劣化による老朽化や損傷が著しい建築物について、適切な維持保全をお願いします。

詳北洋大学 電話0120(57)1504

催し・講座

スペシャルピアノDAY

大ホールのステージでコンサート用のピアノを弾き、ピアノリストになった気分を体験しませんか？

日2月27日(日) 9時30分～19時20分(1人50分)

対小学生以上のピアノ演奏経験者 定2千円 申し込み時納入

所申請 2月2日(水) 9時から直接 市民会館 電話(33)7191

アイビー・フェスタ22 ダンスパフォーマンスショー

日2月13日(日) 13時～15時 所詳 アイビー・プラザ 電話(33)8131

第六回 市民会館ホール寄席

日3月24日(木) 18時～20時 出演 八代目 春風亭柏枝 前売り1千円 当日1千200円 申し込み時納入 定100人 申し込み順

チケット販売 2月9日(水)から市民会館、文化会館、アイビー・プラザ、苦小牧風花の会(市役所売店)、男女平等参画推

水道凍結にご注意を もし水道管が凍結したら

水道管理課 電話(32)6695(平日昼間) (32)6111(上記以外)

水道管凍結にご注意を

水道管が凍結すると、修理代や家財の浸水など思わぬ出費につながります。また、水道管凍結が多発した場合、修理業者がすぐに対応できないことがあります。外出の際や就寝前には水抜きをしましょう

水抜き実演動画

水抜き実演 苦小牧 検索



水抜きの方法は、水抜き実演動画をご覧ください。動画はパソコンやスマートフォンからご覧いただけます

もし水道管が凍結したら

水道修理 かかりつけ 検索



アパートや借家にお住まいの方は、まず管理会社か大家さんに連絡しましょう。持ち家の方やご自身で対処する場合は、直接水道修理業者に修理を依頼しましょう。水道修理業者名簿は市HPからご覧いただけます

みんなで取り組む ゼロカーボン!

環境保全課 電話(57)8806



結果、破損または破損する恐れなどが見受けられる場合には、早急に補修などの対応をお願いします 詳建築指導課 電話(32)6527

進センター、各コミセン、沼ノ端交流センターで 所詳市民会館 電話(33)7191

アイビーひなまつり展

日2月19日(土)～3月3日(木) 9時～19時(19日は13時から) 所詳 アイビー・プラザ 電話(33)8131

ハーブ講習会 ハーブを使った入浴剤作り

日2月19日(土) 13時30分～15時30分 定500円 当日納入 定10人 申し込み順 所申請 2月1日(火)から サンガーデン 電話(33)4411

ファーストスプーン(離乳食用の木製スプーン)作り

日2月26日(日) 10時～12時 対3歳未満の子どもがいる保護者 定5人 申し込み順 ※託児なし 所申請 2月1日(火)から サンガーデン 電話(33)4411

普通救命講習会

日3月10日(木)、17日(木) いずれも13時30分から 所10日 消防署日新出張所、17日 消防防災訓練センター 内心肺蘇生法と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

北洋大学各選抜試験(B日程)のご案内

- ① 総合型選抜 ② 一般選抜 ③ 一般選抜(社会人)

試験日 3月19日(土)

④ 大学入学共通テスト利用選抜

試験日 本学独自の試験は課さない

対高校3年生以上

入学検定料 ①②③3万円 ④1万4千円(振込後、願書を本学へ送付)

募集定員 ①15人 ②④10人 ③若干名

出願期間・願書送付先 ①②③2月14日(月)～3月14日(月) ④2月7日(月)～28日(月)に直接または郵送(必着)で北洋大学 ※願書、入学試験要項の請求は北洋大学へ

甲 2月17日(木)～3月3日(木)に電話で 救急課 電話(84)5044

全国都市緑化北海道フェア プレイイベント～香りの講座～

日2月27日(日) 13時30分～15時30分 対 苦小牧に自生しているヤチヤナギなどから抽出した香りの体験と講座 定40人 申し込み順

甲 2月1日(火)～15日(火)に 緑地公園課 電話(32)6507 所詳 サンガーデン 電話(33)4411

はじめての左官「しっくい壁塗り体験・タイルアート作成」

日3月12日(日) 9時30分～15時 所スキルアップセンターとまこまい 定2千円 開講日納入 ※申込期限を過ぎてからはキャンセル料がかかります 定10人 申し込み順 持ゴム手袋など防水性のある手袋、昼食

甲 2月7日(月)～28日(月)に直接または電話で 工業・雇用振興課 電話(32)6432

発明&デザイン「地域宝おこし」

日2月19日(日) 10時～15時 所市民活動センター 直接会場へ 対身近なアイデア品や研究会の活動の紹介・展示、子ども向けのものづくり体験(5歳～小学6年生)など 詳 苦小牧発明研究会事務局 電話(72)7917 工業・雇用振興課 電話(32)6432

広告

広告

催し・講座

「ウトナイ湖野生鳥獣保護センター」

① ボランティア体験講座「ウトナイ湖・冬の自然情報収集調査体験」

日 2月20日(日) 10時～12時

内容 観察路を歩き、冬ならではの野鳥、植物、雪上の足跡などの探し方や記録の仕方を伝える「自然情報収集調査」を体験(参加後にボランティア登録も可)

② ウトナイ湖・冬の野鳥ウォッチング

日 2月23日(水) 10時～12時

内容 ウトナイ湖の説明と歩きやすいコースで自然を案内

③ ウトナイ湖・楽しい春の自然観察ツアー

日 3月6日(日) 10時～12時

対 ①高校生以上 ②小学生以下は保護者同伴

定 ①10人 ②③15人 申し込み順

持 温かい飲み物、防寒具、雪上を歩ける冬用の靴、雨具、双眼鏡と図鑑(貸出可)

所 申 2月1日(火)～①18日(金) ②22日(火) ③3月4日(金)に ウトナイ湖野生鳥獣保護センター TEL(58)22331

「ボラセン・ギャラリー2021」

日 2月15日(火)～17日(木) 9時～17時

所 市民活動センター 1階市民ギャラリー 直接会場へ

■セミナー

日 2月10日(木)、17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 内①親子de自己理解(ジヨハリの窓) ②仕事理解 興味ある仕事ってなんだろう?

対 15～49歳までの就職を目指している方 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(84)8670 詳 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

3月のパソコン講習

Table with 5 columns: 番号, 講習名, 開始日, 回数, 講習時間帯. Rows include Windows10, Excel2019, and Access2019 courses.

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 TEL(55)6622

内容 ボランティア体験プログラムメニュー、災害ボランティアセンター準備事業、ボランティアスクールなど 詳 社会福祉協議会ボランティアセンター TEL(84)6481

「地域で見守る子育て支援講座」開設しました

所 何でも相談センターまたは団体などの指定場所

対 参加者5人以上の市民(町内会、企業団体など)

内 児童虐待の現状などを学び、地域で子育て世帯を温かく見守る(60分程度)

申 詳 何でも相談課 TEL(32)6369

「マザーズセミナーのお知らせ」

日 内 2月17日(木) マザーズ魅力UPセミナー、18日(金) マザーズ働き方とお金のはなしセミナー いずれも10時～12時

対 ワークプラザとまこまいのマザーズコーナーに求職登録のある方

定 各8人 申し込み順

所 申 3日前までに電話で ※無料託児あり(1歳～就学前、8人 申し込み順) ワークプラザとまこまい TEL(35)8689

詳 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

「とまこまい若者サポートステーション」

■出張相談

日 2月16日(水) 14時～16時

所 ワークプラザとまこまい

スポーツ

TOMAKOMAIチャレンジスポーツクラブ

日 3月16日(水)～26日(土) 全6回予定

所 川沿公園体育館、日吉体育館、かもめ公園常設道場、苫小牧中央ボウル

対 小学1～4年生

内 各種スポーツを体験し、自分に合った、はじめてみたいスポーツを見つける

定 3千500円 事前納入

定 15人 抽選

持 運動しやすい服装、上履き

申 詳 2月10日(木)～28日(月)にスポーツ協会で スポーツ協会 TEL(37)7100

「苫小牧30K春」

日 3月27日(日)

所 緑ヶ丘公園陸上競技場

対 18歳以上

内 30km 9時～13時(開場17時30分)、10km 10時～13時(開場18時30分)

定 30km 6千500円、10km 4千円

定 千人 申し込み順

持 タオル、飲み物

申 3月6日(日)までに二次元コードで

詳 苫小牧30K事務局 TEL(206)6391



とまチョップ図書館号を利用しよう!

TEL(35)0511



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。



障がい者のスポーツレクリエーション教室 フラアカーリング教室

日 2月26日(土) 10時～12時 (受付9時30分)

所 福祉ふれあいセンター

定 30人 申し込み順

持 室内用シューズ、タオル、飲み物

申 詳 2月1日(火)～24日(木)に住所、氏名、年齢、電話番号、障がい名を電話または

ファクス、Eメールで スポーツ都市推進課 TEL(34)9601 FAX(34)7717

詳 sports@city.tomakomai.hokkaido.jp



レッドイーグルス 北海道試合情報

TEL(34)9601

ジャパンカップ(前期)に続き、後期での優勝に向け、皆さんの応援をよろしくお願いいたします

日 2月26日(土) 17時、27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

チケット レッドイーグルス北海道HPで



広告

広告

募集

「苫小牧市介護保険事業等運営委員会委員」を募集

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画に関する事項について、広く市民の意見を反映させるため、委員を募集します

任期 4月1日～令和7年3月31日

応募人数 3人 結果は3月中旬に通知

「とまモニ」(市政モニター)を募集

インターネットを利用したアンケート制度「とまモニ」への登録を募集します



対義務教育を終了した15歳以上でインターネットが利用できる環境の方(市職員、市議会議員を除く)

令和4年度樽前小学校に入学する児童を募集

hokkaido.jp

「苫小牧市民文化芸術振興助成事業」を募集

令和4年度に市内で文化芸術活動を行う市民・団体に事業の助成を行います(企業は対象外)

樽前小学校は、区域外からの通学が特別に認められる特認校です。「少人数指導」

「豊かな自然や地域の人々との交流を生かした体験活動」など、恵まれた教育環境の中で子どもを学ばせてみませんか。

対平成27年4月2日～平成28年4月1日に生まれた子ども

応募資格 日常生活のための食料品などを継続して購入している市内在住の20歳以上の方

「北海道消費生活モニター」を募集

応募資格 日常生活のための食料品などを継続して購入している市内在住の20歳以上の方



任期 4月1日～令和5年3月31日

対生活関連商品の価格および出回り状況の月例調査、生鮮食品の原産地表示などの調査(年2回)、アンケート回答

謝礼月額 千600円程度

業、世帯主の職業、各種モニター経験の有無、応募理由、利用している大型店や小売店の名称、自家用車運転の可否を記入し郵送(必着)、ファクス、Eメール、二次元コードから

「児童虐待防止ステッカー」貼付協力企業を募集

小学生が考えたデザインを基に、児童虐待防止ステッカーを作成しました。ステッカー(B6サイズ)を社用車へ貼付し、児童虐待防止の周知・啓発に協力していただける市内企業を募集しています



第39回全国都市緑化北海道フェア 苫小牧会場協賛のお願い

6月25日(土)から恵庭市で開催される、第39回全国都市緑化北海道フェアの協賛会場として、苫小牧会場を開設します。趣旨に賛同して頂ける企業・団体などからスポンサーを募集しています



助成額 対象経費の50%以内(上限50万円)、対象経費は収入金額を控除した額 ※審議して決定

自主的な創作発表や鑑賞(音楽、演劇、舞踊、美術、文芸など) ●講演会、研究会の開催

対象外 ●申請者の年間活動運営●営利、宗教、政治活動が目的●暴力団の利益になると認められる●特定の会員に限定●個人的な出版●市または教育委員会からほかの補助金または会場使用料の免除を受ける ●学校、事業所内団体の部活動、

サークル活動など ●けいこ、習い事の発表会など

申請 2月1日(火)～28日(月)に生涯学習課(HPでダウンロード可)で配布の助成金交付要請計画書を直接 生涯学習課

申請 2月1日(火)～28日(月)に生涯学習課(HPでダウンロード可)で配布の助成金交付要請計画書を直接 生涯学習課

2月の無料相談

Table with 2 columns: 内容・会場 and とき・申し込み・詳細. Includes sections for 総務省行政相談所, 行政書士会くらしの無料相談会, 消費生活・多重債務についての相談, 困りごとなんでも特設相談所, 男女の声により添ういのちと暮らしの相談会, 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, 9期, 2月28日(月). Includes a row for 夜間納税相談 with details on tax payment dates and times.

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

## 市政トピックス

### CCS講演会「地球温暖化とCCS」参加者募集!

詳細 日本CCS調査(株) ☎(56)3151 市港湾・企業振興課 ☎(32)6438

CCSとは、地球温暖化の原因とされる二酸化炭素を地中深くに安全に貯留する技術です。苫小牧市では、日本初の大規模CCS実証試験が実施されています。

**とき** 3月5日(土) 13時~15時15分予定(開場12時30分)

**ところ** グランドホテルニュー王子

**講演** 「変わる苫小牧の天気と異常気象 ~CCSへの期待~」

気象予報士 菅井 貴子 氏 ※北海道文化放送「みんテレ」出演中  
経済産業省 資源エネルギー庁の講演、映像放映など  
午前中はCCS実証試験プラントの現場見学会も開催します。

**定員** 講演会=300人、現場見学会=25人 いずれも申し込み順

**申し込み** 「CCS講演会」と明記の上、郵便番号、住所、代表者氏名、電話番号、参加希望人数をはがきまたはファクス、Eメール、HPで  
※現場見学会希望の場合は、「現場見学会希望」と明記し、参加者全員の連絡先を記載  
〒059-1392 真砂町12 日本CCS調査(株) 「CCS講演会」係  
FAX(56)3177 Eメール kouenkai@japanccs.com



▲招待講師:菅井貴子氏



▲見学会の様子

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、中止となる場合があります



応募先webサイト

### 頑張れ!本市ゆかりの日本代表!

詳細 スポーツ都市推進課 ☎(34)9601

2月から北京で開催される冬季オリンピックに、アイスホッケー女子日本代表(スマイルジャパン)とスピードスケート日本代表として本市ゆかりの選手が出場します。メダル獲得へ、皆さんの熱い応援をよろしくお願いいたします!

#### スマイルジャパン試合日程

予選グループB: 2月3日(木) vs スウェーデン、5日(土) vs デンマーク、  
6日(日) vs 中国、8日(火) vs チェコ  
17時40分(日本時間)から  
※予選グループの順位により決勝トーナメント進出が決まります



#### パブリックビューイングを開催します

スマイルジャパンへ熱いエールを届けるために、本市でパブリックビューイングを開催します。詳細は決まり次第お知らせします。応援グッズを用意していますので、一緒に応援しましょう!!

**とき** スマイルジャパンが試合に出場する日 **ところ** 白鳥王子アイスアリーナ

**申し込み** 前日までに電話またはEメール、HPで スポーツ都市推進課  
Eメール sports@city.tomakomai.hokkaido.jp  
※申し込み状況によっては、受け付けを締め切る場合があります

#### スピードスケート試合日程

女子チームパシュート: 1回戦 2月12日(土)17時から、準決勝 2月15日(火)15時  
30分から、決勝 2月15日(火)16時24分から  
女子5000m: 2月10日(木)21時から

#### 本市ゆかりの選手

##### スマイルジャパン

ますはら みゆ こいけ しおり  
増原 海夕選手、小池 詩織選手、  
しが おい すずき せな  
志賀 葵選手、鈴木 世奈選手、  
かわしま ゆきこ ほそやまだ あかね  
川島 有紀子選手、細山田 茜選手、  
やましたしおり よねやま はるな  
山下 葉選手、米山 知奈選手、  
みつら めい おおさわ  
三浦 芽依選手、大澤 ちほ選手、  
ふじもと し が あかね  
藤本 もえこ選手、志賀 紅音選手、  
たか すずか おおたき ちか  
高 涼風選手、大滝 知香選手、  
くぼ はなえ ししうち みほ  
久保 英恵選手、獅子内 美帆選手、  
やましたひかる  
山下光選手

##### スピードスケート

おしざり みさき  
押切 美沙紀選手、  
こんどう たろう  
近藤 太郎選手(リザーブ)

## 募集

### 苫小牧市長生大学新入生を募集

募集期間 3月1日(火)~31日(木)  
対市内在住の60歳以上の方 申し込み順

受付日	大学名	受付会場	受付時間	募集人数
3月1日(火)	錦岡長生大学	のぞみコミセン	9時~13時	20人
3月2日(水)	東長生大学	住吉コミセン		30人
3月3日(木)	北長生大学	豊川コミセン		20人
3月4日(金)	沼ノ端長生大学	沼ノ端コミセン		30人
3月7日(月)	中央長生大学	アイビー・プラザ		20人

※3月8日(火)~31日(木)は、アイビー・プラザのみで受け付けます

### 児童手当および児童扶養手当通知など送付用封筒広告を募集

募集広告枠サイズ ● 広告枠 封筒の裏面  
2枠 ● サイズ 縦9cm×横8cm、縦7cm  
×横9.5cm ● 色 黒刷り色と同じ単色 ●  
作成数 2種で4万枚 ● 希望価格 11枠

詳細 アイビー・プラザ ☎(33)8131

### とまチョップ生誕10周年記念キャライベントの中止について

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により「とまチョップ生誕10周年記念キャライベント」は、中止となりました。なお、GCF(ガバメントクラウドファンディング)の募集も終了いたします  
詳まちづくり推進課 ☎(32)6062

甲斐生涯学習課 ☎(32)6753

### アーティスト・バンクの登録および紹介

市内で文化芸術活動を行っている方々の人材データベースであり、音楽、舞踊から美術、華道、文芸など多彩なジャンルのアーティストが登録しています。アーティストの活動機会をより多く設け、文化芸術を広めることを目的としていますので、町内会や施設でのイベントなどに活用してみませんか?  
甲斐生涯学習課 ☎(32)6753

4万4千円以上 ● 広告の原稿、版下 1 広告主が作成、負担 ● 決定方法 1 応募金額の高い順(同額の場合は抽選)  
掲載募集 市広告掲載要綱、市広告掲載基準、市児童手当および児童扶養手当通知など送付用封筒広告掲載取扱要領を遵守  
申請 2月18日(金)までにこども支援課(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙、掲載広告の見本を直接または郵送(消印有効)で こども支援課 ☎(32)6416

### 新型コロナウイルス関連 ● 暮らしの相談窓口 ●

- 一般相談窓口(コールセンター)  
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  
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	市保険年金課 ☎(32)6426
	傷病手当金について(国保・後期高齢)	市保険年金課 ☎(32)6425
国民年金保険料免除・納付猶予について	市保険年金課	☎(32)6429

## 広告

## 第56回とまこまいスケートまつりの中止について

詳細 苫小牧スケートまつり実行委員会 ☎(32)6448

本市の冬の一大イベントである第56回とまこまいスケートまつりは、2月5日(土)、6日(日)の日程で開催予定でしたが、年明け以降の全国的な新型コロナウイルス感染者の増加などの状況を鑑み、中止することといたしました。スケートまつりを楽しみにしていた市民の皆様、関係者各位には大変申し訳ございませんが、御理解の程よろしくお願いいたします。

## 第40回全国中学生人権作文コンテスト 札幌地方大会受賞者

詳細 総合福祉課 ☎(32)6354

第40回全国中学生人権作文コンテスト札幌地方大会の優秀賞および奨励賞受賞者の表彰状伝達などが令和3年12月21日に行われました。1年延期されていた標記コンテスト札幌地方大会は、4,522編の応募があり、緑陵中学校から優秀賞1編、奨励賞2編が選ばれました。



## はちとまネットワーク通信

詳細 政策推進課 ☎(32)6039



苫小牧市と八戸市は、平成30年7月31日に交流連携協定を締結しました。今回は、八戸で開催される冬のイベントを紹介します。

いかずきんズ▶



八戸地方に春を呼ぶ「八戸えんぶり」が、2年ぶりに開催されます。

「えんぶり」は、国の重要無形民俗文化財に指定されている民俗芸能で、その年の豊作を祈願する東北の冬を代表するお祭です。市内各所で公演が行われ、まち全体が盛り上がる4日間となりますので、苫小牧市の皆さんもぜひ足をお運びください!

※新型コロナウイルス感染症の状況により、内容などが変更となる場合がありますので、VISITはちのへHPをご確認ください

開催期間 2月17日(木)～20日(日)

お問い合わせ (一財)VISITはちのへ ☎0178(70)1110  
八戸市観光課 ☎0178(43)9536



## ふくし大作戦Ⅳ 2021

「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Ⅳ2021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、2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」は障がいのある方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、障がいのある方に対する配慮などについて学ぶ本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 2月10日(木) 15時～16時30分

ところ 福祉ふれあいセンター

定員 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



あいサポート  
バッジ



### シニア向けスマホ活用講座

とき 2月9日(水)、16日(水)、3月2日(水)、9日(水)  
全4回

午前コース:10時30分～11時30分

午後コース:13時30分～14時30分

ところ 市民活動センター

対象 65歳以上で全ての回に参加できる方

内容 高齢者向けのスマホ操作講習会

定員 各コース5人 申し込み順

持ち物 お使いのスマートフォン、筆記用具

申し込み・詳細 2月1日(火)9時から電話で  
社会福祉協議会 ☎(32)7111



### まちのふくし出前相談会

日常生活で困っていることはありませんか?気軽に相談できる無料相談コーナーを設置します。



とき 2月14日(月) 10時～15時

ところ のぞみコミュニティセンター 直接会場へ

詳細 総合福祉課

☎(32)6189 FAX(32)6098

### 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、認知症の人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 2月22日(火) 10時～11時30分

ところ 市民活動センター 3階会議室2

対象 市内在住の方

定員 30人 申し込み順

申し込み・詳細 2月1日(火)～21日(月)に電話で  
介護福祉課 ☎(32)6347



### 具合が悪いのを我慢していませんか?

医療が必要にも関わらず、経済的な理由により医療費の支払いが困難である方に「無料低額診療」があり、その調剤費についても助成制度があります。勤医協苫小牧病院(☎(72)3151)にご相談ください。

詳細 総合福祉課 ☎(32)6189

Eメール sogofukusi@city.tomakomai.hokkaido.jp

※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

無意識に ヨイショと声出し あらまあ! 見山町 丘樹林さん

可愛いね 苫小牧の顔 とまこま 桜木町 入倉彰さん

人と熊 先住民の 判定は 光洋町 都築秀男さん

デザインが 日本一なり 苦ナンバー しらかば町 荒川忠さん

白鳥の 飛来うれしい 幸を撮る 桜木町 菊谷美恵子さん

月度 待たされ疲れ 検診日 巨谷町 村上和子さん

たくさん力作をお待ちしています!

Recipe とまこまいレシピ

### ワカサギのガーリックフライ

さくさくの食感がうれしい、冬の風物詩

〜とまこまい産の食材〜

苫小牧の冬の風物詩ともいえるワカサギ釣り。市内では主に「錦大沼公園」や「勇払ハート沼」で釣ることができ、初心者でも気軽に楽しめるのが魅力です!  
※天候や気温によって中止になる場合がありますので、ご注意ください

**作り方**

- ワカサギはクッキングペーパーなどで水気をよく取り、塩・こしょうをふっておく。
- ポリ袋に片栗粉、小麦粉、粉末ガーリック、粉チーズを入れて、①を加え振り混ぜる。
- オリーブオイル(サラダ油でもOK)を熱し、②を色良く揚げていく。器に盛りパセリをトッピングする。

**材料(4人分)**

- ワカサギ…1パック(100~150g)
- 塩・こしょう…適量
- 片栗粉、小麦粉…各大さじ1
- 粉末ガーリック…大さじ1/2
- 粉チーズ…大さじ1
- オリーブオイル…適量
- パセリ…適量

調理時間 15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

北海道栄高等学校 駅伝部 森春樹さん(17)

駅伝に全力!さらなる高みを目指して

努力は記録に表れる

市内しらかば町に住む森春樹さんは、北海道栄高等学校(白老町)の駅伝部に所属する3年生。昨年7月、「ホクレンディスプレイスタンス網走大会」1万mで28分44秒97の北海道高校新記録を打ち立てました。「この練習してきた成果が出てうれしい」と森さん。努力した分、記録として返ってくるのが陸上の面白さ。結果が数字に表れて、やる気につながります。

走る楽しさと走れない悔しさ

中2の時、陸上経験者だった姉を通して、同校の駅伝部監督に「練習に参加しないか」と声を掛けられます。みるみる記録が伸び、走る楽しさを知ります。高1で「全国高等学校駅伝競走大会」に出場。2年になると実力とチームを引っ張るリーダーシップが買われ、重要な役割の練習リーダーに抜かされます。そんな矢先、自身の貧血に悩まされ

れま。練習を引っ張るどころか、走れない悔しさとプレッシャーで苦しかった」と振り返ります。半年ほどで徐々に症状が改善。その後は体調管理やけがに気を付け、2年間リーダーをやり遂げました。

夢は箱根駅伝、区間賞!

森さんは4月から駅伝の躍進校、東京国際大学に進学予定です。同大学は昨年、「出雲全日本大学選抜駅伝競走」で初優勝しました。憧れは箱根駅伝。「出場はもちろん、区間賞を取ってチームの優勝に貢献したいです。教員免許も取得できるように勉強もしつつやっていきたい」。春から始まる新たな目標に向かって、もう走り出しています。

▲昨年の「北海道高等学校駅伝競走大会」では1区を任せられ、区間1位でたすきを渡した

今月の編集後記 秘書広報課

●2月3日(日)は節分の日。毎年この日を境に子どもに効果絶大の呪文「鬼来るよ」を唱える親は増えるはず。鬼を追い払う日でありながら、ちょっと鬼に感謝して今年も豆まきしようかな(清)

●私が広報担当になり、成人式の取材も今回で3回目となりました。毎年、新成人の皆さんから寒さを吹き飛ばすくらいのエネルギーとパワーをもらいながら撮影しています!成人おめでとうございます!(池)

●冬季オリンピックに出場のアイスホッケー日本代表に、本市ゆかりの選手が多く選出されました。氷都とまこまいに明るい話題を届けてくれることを期待しています。詳しくはP27!頑張り笑顔スマイルジャパン!(鈴)

●今月のとまこまいレシピはワカサギです!ガーリックフライの粉が残ったらカレー粉を加えて、カレー風味もおいしい!揚げたてが最高のワカサギのフライや天ぷらは、味見がつい増えてしまいます…(石)

人口と世帯(12月末)

総数 ▶ 169,528人 (対前月比: 86人減)

男性 ▶ 83,030人

女性 ▶ 86,498人

世帯数 ▶ 90,525世帯

ストップ・ザ・交通事故!

交通事故発生状況(1月1日~12月31日)

発件数 406件 (前年比42件増)

死者 6人 (前年比2人減)

傷者 458人 (前年比50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](https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index_m.html)

市役所HP アクセスはこちら

UD FONT by MORISAWA VEGETABLE OIL INK 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、植物油インキを使用し、環境に配慮しています。