

新型インフルエンザに備えよう!

～「かからない」ため「うつさない」ために～ 詳細 危機管理室 ☎32-6280
 新型インフルエンザ情報 <http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/> から危機管理室へ

8月10日から新型インフルエンザの対応が変わりました

急な発熱、せき、のどの痛み、鼻水などのインフルエンザ様症状のある方は、原則として全ての医療機関(かかりつけ医、身近な医療機関)で、直接受診できるようになりました。

これまで発熱などの症状がある方は、保健所の発熱相談センターに電話をいただき、「発熱外来」の受診を勧めていましたが、これからは医療機関を直接受診できるようになりました。

事前に医療機関に電話を 受診しようとする医療機関に事前に電話連絡し、受診時間帯や受診方法などについて指示を受けてください。

新型インフルエンザの感染を防ぐためには

- せきのエチケットを習慣にしましょう
 - せきやくしゃみによって、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。
 - せきとくしゃみが出そうになった場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1～2m以上離れましょう。
 - せきをしている人が近くにいる場合は、マスクを必ず着用しましょう。また、せきをしている人にもマスクの着用をお願いしましょう。
- 食料品などを備蓄しましょう
 - 新型インフルエンザが流行したら、感染を避けるために外出を控えることが必要です。外出しなくても済むように、2週間程度の食料品、日用品、医薬品などを備蓄しておきましょう。

新型インフルエンザ流行に備えて行動し、感染予防に努めましょう!!

とまこまいマラソン大会参加者とボランティア募集

とき 10月11日(日) 6時30分～13時 小雨決行
 ところ 緑ヶ丘公園陸上競技場

種目	対象	参加料
ファミリー(3km)	親(祖父母は可) 子(小学生以下)	1,000円 500円
3km	小学生男女	1,000円
	男子中学生以上 女子中学生以上 車いす(男女4年生以上)	
	視覚障害(伴走者必要)	1,000円 (伴走者無料)
5km	小学生男女	1,000円
	男子中学生以上 女子中学生以上	
10km	男子中学～20歳代	2,500円
	男子30～40歳代 女子50歳以上 女子中学生以上	
ハーフ	車いす(男女中学生以上)	3,000円
	男子中学～20歳代	
	男子30～40歳代 男子50歳以上 女子中学生以上	

ベストコスチューム賞を表彰します!
 ファミリー・3km・5kmの種目で仮装ランナーを表彰します

詳細 とまこまいマラソン大会実行委員会事務局 ☎37-7100

参加者募集
 種目・対象・参加料 左表のとおり
申し込み
 ● 直接 9月11日(日)までに所定の用紙に料金を添えて、白鳥アリーナ、総合・川沿公園・日吉体育館、沼ノ端スケートセンター、苫小牧民報社、千歳民報社
 ● 郵便振り込み 9月4日(金)(消印有効)までに指定の用紙
 ● コンビニ支払い、クレジットカード払い、口座引き落としなど 9月4日(金)必着(まだRUNTEX <http://runnet.jp/> またはSPORTS ENTRY (http://www.sportsentry.jp/))

ボランティア募集
 活動時間 6時30分～13時(予定)
 応募資格 市内在住の20歳以上の方
募集内容 ①受付・記録証発行 ②記念品・飲料水配布 ③記録計測機器回収 ④道路警備 ⑤給水所担当 ⑥コース観望員
申し込み 9月25日(金)までに、氏名、性別、年齢、住所、電話番号、ボランティア希望と明記の上、協力できる内容を全て記入し、はがきまたはファクス、Eメールで 〒053-0021 若草町2丁目4番1号 白鳥アリーナ内とまこまいマラソン大会ボランティア係 ☎(37)71003 info@tomakomai-taiyo.or.jp

まちかどミーティング

～市長と意見交換しませんか～



市長が皆さんの暮らす地域へ出てきて意見交換を行います。ぜひご参加ください

詳細 市民自治推進課 ☎32 6152

9月および10月上旬の開催予定日			
とき	地区名	会場	町内会・自治会名
1日(火)	沼ノ端	沼ノ端児童体育館	沼ノ端中央・沼ノ端北栄・東開・沼ノ端東雲・沼ノ端拓勇東・沼ノ端拓勇西町内会
2日(水)	弥生町	矢代町福祉会館	弥生連合・矢代町町内会、王子西部わかば会、第七区親交会
4日(金)	元中野町	船見町港北総合福祉会館	元中野・新中野・船見町港北・若草町内会
29日(火)	美園町	美光町総合福祉会館	美光・日の出三光・新明町・明野柳・新開明野元町町内会
10/1日(水)	旭町	栄町総合福祉会館	旭町・汐見町・末広町・栄町町内会

開催時間はいずれも18時30分～20時30分

市民文化祭 公募のお知らせ

詳細 文化振興課 ☎32 6752

市民合唱祭参加者募集

とき 10月10日(土) 13時30分～
 ところ 市民会館
 料金 1団体500円
 発表時間 1団体7分以内
 申し込み 9月11日(金)必着までに、はがきに代表者の氏名、住所、連絡先、出場人数を記入し、〒053 0018 旭町4丁目4番9号 文化振興課へ

展示作品募集

展示期間 11月1日(日)～3日(火)
 展示会場 総合体育館
 対象 高校生以上
 募集内容 下表のとおり
 出品点数 1人1点(絵手紙は問い合わせてください)
 作品には住所、氏名、題名を明記
 作品搬入 10月31日(土) 16時～19時(書道展は15時～16時)
 作品搬出 11月3日(火) 17時30分～18時30分
 搬入・搬出は日時を厳守してください
 申し込み 10月13日(火)までに電話で各展示担当者へ
 下表以外の出品希望者は文化振興課へお問い合わせください。応募状況により締め切りが早まる場合があります

展示名	作品・種別	規格・題材など	申し込み
手芸	切絵、押絵、人形、刺しゅう、アートフラワーなどの手芸作品	規格、題材は自由 壁掛けは90×90cm以内	成田美津子 ☎72 7779
ちぎり絵	ちぎり絵、和紙工芸作品	規格はF6以下、題材は自由	安田美衣子 ☎34 1558
工芸	木彫	規格、題材は自由	今 勲 ☎090 9513 6183
写真	カラー、白黒とも半切	単写真のみ 額縁使用	山谷喜男 ☎34 4059
陶芸	陶芸	規格、題材は自由	立松文雄 ☎72 6710
ペン字	つけペン、万年筆、フェルトペンなどの硬筆作品	パネル張り 額縁使用	五十嵐恵子 ☎36 4684
絵手紙	絵手紙	問い合わせください	鈴木臣子 ☎74 0649
書道	漢字、仮名、近代詩文、墨象、篆刻、刻字など	額、軸物で必ずひもつき(縦のみ) 最大35×135cm 半折まで	大坪翠山 ☎67 6510

菊花展、小・中学生書道展、華道展、教育美術展、美術協会受賞者選抜展の展示も行いますが公募はしません

住民投票制度についての市民フォーラムとワークショップ
 市民フォーラム
 神原勝北海学園大学教授による「市民自治のまちづくり」と住民投票制度の在り方についての講演とパネルディスカッションを行う
 とき 9月13日(日) 13時30分～16時30分
 ところ ふれあい3・3
 料金 無料 直接会場へ
 市民フォーラムで示される住民投票制度

度の在り方について意見交換を行う
 とき 10月～12月 計6回(1回3時間程度)
 ところ 市内の公共施設で順次開催
 定員 30人 抽選
 申し込み 9月30日(火)までに直接または郵送(消印有効)、電話、Eメール、ホームページで 〒053 8722 旭町4丁目5番6号 市民自治推進課 ☎(32)6025 siminjitai@city.tomakomai.hokkaido.jp <http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/>から市民参加のページへ
 詳細 市民自治推進課 ☎(32)6025

青少年表彰該当者の推薦
 対象 ●個人 義務教育を終了した28歳未満の青少年で ①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 ②同一事業所に2年以上勤め、向上心や研究心が顕著な方 ③ほか表彰基準に沿って見られる方
 ●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
 期限・詳細 9月25日(金)までに所定の推薦書を青少年課へ ☎(32)6759