



**特集** 刹那の躍動、頂をめざして  
～インターハイ・ウエイトリフティング競技士別開催～

Highschool Voices ②	.....	8p
アスリートの素顔②	.....	9p
夏のイベント告知	.....	14p

# 刹那の躍動、頂をめざして

令和5年度インターハイ  
ウエイトリフティング競技土別開催

全国の高校生が、さまざまなスポーツで勝利をめざして競い合うインターハイ(全国高等学校総合体育大会)が、7月22日から8月21日まで北海道で開催されています。

本市では、8月11日(金)～14日(月)の4日間、ウエイトリフティング競技が総合体育館で行われます。

今回は、ウエイトリフティングがどのような競技なのかを紹介するとともに、インターハイの運営に全面的に協力している市内高校生たちの頑張りをお伝えします。

☎「羊のまち土別」ウエイトリフティング競技全国大会実行委員会 ☎(26)7305

## ●ウエイトリフティングとは

「スナッチ」「クリーン&ジャーク」の2種目と、両種目で挙げた重量を合わせた「トータル」の3つの記録で競う競技です。

試技はそれぞれ3回あり、「スナッチ」→「クリーン&ジャーク」の順番で行います。3回の試技で一度も成功しないと、その種目は「記録なし」となり、「トータル」も「記録なし」となります。

限られた回数のなか、他選手と駆け引きをしながら「何本目で何kgに挑戦するか」が好記録と上位を狙うポイントであり、競技の見どころです。

また、選手の体重が記録に影響するため、体重別に階級分けされています。インターハイでは、男子は55kg級から102kg超級までの9階級、女子は45kg級から76kg超級までの8階級で行われます。



▲1987(昭和62)年に総合体育館で開催された第33回インターハイ・ウエイトリフティング競技。



▲36年前のインターハイで活躍した土別の選手。

## ●ウエイトリフティングの歴史

ウエイトリフティング(重量挙げ)の発祥は、はるか古代にさかのぼります。

重いものを持ち上げる行為は、力ある者の証として世界各地の神話や伝承のなかに残っており、古代オリンピック時代からすでにあつたといわれています。

現在の形式になったのは、近代オリンピックのスタートと同時期の1890年代で、第1回アテネ五輪では正式種目に採用されています。

日本では、1930年代にオーストリアからバーベルを購入して以降徐々に普及し、1952年からオリンピック出場を続けています。現在は競技人口も増え、各種大会で選手たちが活躍しています。

## ●土別とウエイトリフティング

1987年に北海道で開催されたインターハイで、ウエイトリフティング競技が本市で行われ、1989年の国民体育大会(はまなす国体)でも競技会場となったことから、「土別=ウエイトリフティング」のイメージが定着しました。

今回のインターハイは、36年ぶりの土別開催となります。

本市では、小学生から社会人まで幅広い年代の人たちが、選手や指導者として活躍しています。日本・世界に通用する選手を輩出する強豪地域として知られており、インターハイでも毎年上位に名を連ねています。

## 「スナッチ」「クリーン&ジャーク」の動きを解説

それぞれの種目で、どのような動きをするのか紹介します。写真は、2023年アジア選手権優勝の宮本昌典さん（73kg級・東京国際大学）です。（宮本さんは9ページでも紹介しています）

# SNATCH

## スナッチ

バーベルを床から頭上まで一気に持ち上げます。

**CHECK!** いかに頭上で安定させられるかがポイント！  
頭上で、しっかりひじが伸びているかを見よう！



▲広い手幅でバーベルを握ります。



▲立ち上がりのバネで、バーベルを一気に頭上に持ち上げます。



▲上げたバーベルの下に素早く潜り、頭上で安定させます。



▲立ち上がり、ひじを伸ばして審判のジャッジまで静止します。

# CLEAN&JERK

## クリーン&ジャーク

バーベルを床から肩の高さまで持ち上げ（クリーン）、肩から一気に頭上まで上げます（ジャーク）。

**CHECK!** クリーンでスムーズに立ち上がることが重要！  
頭上に挙げるジャークが勝負時！



▲肩幅くらいの手幅でバーベルを握ります。



▲立ち上がりのバネでバーベルを肩まで持ち上げます。



▲体の反動を使い、バーベルを頭上に上げ、ひじを伸ばして支えます。



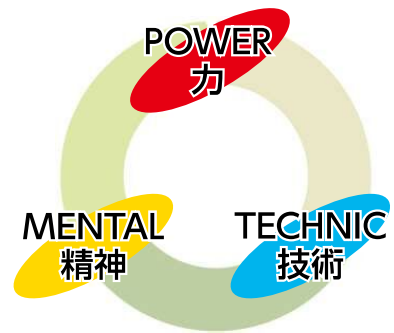
▲ひじを伸ばしたまま足をそろえ、審判のジャッジまで静止します。

## ●力比べの競技?

「重いバーベルを持ち上げる」というシンプルな競技のため、力だけが重要だと思われがちですが、「力持ち」というだけでは記録を伸ばすことはできません。力以外にも、体幹やバランス感覚・しなやかさ・瞬発力などフィジカル的な総合力が必要です。

また、バーベルを頭上で安定させるためには、床から持ち上げるときにできるだけ体からバーベルを離さないことが大切であり、技術力も必要になります。

さらに、各種目3回しか挑戦できないため、高い集中力・精神力が必要なことから、ウエイトリフティングは豪快かつ繊細な競技であるといえます。



## ●バーベルの重さって?

バーベルの形は、国際的に規格が決まっており、重さは男子用が20kg、女子用が15kgです。

バーベルに取り付けるディスクは、一番軽いものが0.5kg、最大で25kgとなっており、これを何枚も取り付けて重量設定します。

ディスクを固定する留め具も2.5kgあり、すべての重さを足した総重量が記録になります。



# 轟かせ魂の鼓動 北の大地へ 大空へ

## 令和5年度全国高等学校総合体育大会 ウエイトリフティング競技日程

### ▶全体スケジュール

	日程	時間	場所
開会式	8月10日(木)	午後5時30分～	市民文化センター
競技	8月11日(金)～14日(月)	午前9時～	総合体育館
閉会式	8月14日(月)	競技終了後	



### ▶競技日程 (日程と時間に変更となる場合があります)

**赤字**は、市内の高校生が出場する階級です。ぜひ会場で応援しましょう!

#### 8月11日(金)

階級	開始時間
男子55kg 級B	9:00～
男子55kg 級A	10:40～
女子45・49kg 級	12:20～
男子61kg 級B	15:00～
男子61kg 級A	16:45～

#### 8月12日(土)

階級	開始時間
<b>男子67kg 級B</b>	<b>9:00～</b>
男子67kg 級A	11:25～
女子55kg 級	14:00～
<b>男子73kg 級B</b>	<b>15:20～</b>
男子73kg 級A	17:25～

#### 8月13日(日)

階級	開始時間
女子59kg 級	9:00～
男子81kg 級B	10:45～
男子81kg 級A	12:20～
女子64・71kg 級	14:10～
<b>男子89kg 級</b>	<b>16:30～</b>

#### 8月14日(月)

階級	開始時間
男子96kg 級	9:00～
女子76・76kg 超級	11:10～
<b>男子102kg 級</b>	<b>12:25～</b>
<b>男子102kg 超級</b>	<b>14:15～</b>



中 遥陽

中川 賢信

三上 力丸

榎本 凌也

石川 英虎

高校の頂点に挑む!

## 士別から出場する選手たち

みかみりきまる  
**name: 三上 力丸 さん**  
**age: 17**  
**grade: 士別翔雲高校3年**  
**class: 102kg超級**

インターハイ出場は2年生に引き続き2度目。高校最後の大会を地元でできるので、悔いのないように楽しく試合したい。

これまでたくさんの人にお世話になったので、恩返しになる試技を見せます!

なかがわ けんしん  
**name: 中川 賢信 さん**  
**age: 16**  
**grade: 士別翔雲高校2年**  
**class: 102kg級**

1年生に引き続き、2度目のインターハイ。スナッチ120kg、ジャーク150kgを目標に、大会では自己ベストを更新したい。

地元の人たちに、試技を成功させるところを見せたい! 応援よろしくお願ひします!

えのもとりょうや  
**name: 榎本 凌也 さん**  
**age: 16**  
**grade: 士別翔雲高校2年**  
**class: 89kg級**

インターハイ初出場なので、決まったときはうれしかったです。士別開催は、北海道の選手にとって力になると思います。

大会では、スナッチ110kg、ジャーク140kgを狙います。他の選手からの学びも得たい!

がんばれ高校生!

今回のインターハイに出場する本市の選手に、大会の抱負を聞きました。

なか はるひ  
**name: 中 遥陽 さん**  
**age: 15**  
**grade: 士別翔雲高校1年**  
**class: 73kg級**

地元でインターハイができる環境に感謝して、試合では6回すべての成功が目標です。

試合でのベスト記録が、トータルでまだ200kgを超えていないので、自己ベストのスナッチ93kg、ジャーク112kgの成功をめざします!

いしかわ ひでとら  
**name: 石川 英虎 さん**  
**age: 15**  
**grade: 士別翔雲高校1年**  
**class: 67kg級**

初のインターハイの舞台。上位に食い込んで、自分の存在を選手・観客問わず多くの人に見せつけたい!

足腰の強化を中心にトレーニング中です。試合では6回成功を達成して、国体への足掛かりにしたい。最後の試技まで見てほしいです!



# 高校生が、おもてなし —開催地高校が大会を支援—

インターハイでは、開催地の高校生が出場選手や大会関係者を受け入れながら、地元をPRする「高校生活動」を行っています。

今回、土別翔雲高校と土別東高校が大会運営や開催周知に協力するとともに、本市のPR活動なども行っています。

## ●まちの魅力を発信

土別翔雲高校では、生徒が「おもてなしブース」を設置し、選手や関係者を歓迎します。

ブースでは、大会フォトパネル前での記念撮影対応をはじめ、市の観光パンフレットの配布などを行います。

また、おもてなしゲームを実施して、クリアした方に「うんメェ〜パイ」をプレゼントするなど、`羊のまち土別、`をPRします。

このほか、同校の総合ビジネス科では大会に向けた商品開発をすすめており、当日は「天サイダー」をはじめ、さまざまなグッズやアイスキャンディを販売する予定です。(8ページでも紹介しています)



▲土別翔雲高校美術部の加藤あゆみさん(3年)が描いた、大会プログラム表紙の表紙。



また、土別を訪れる選手と市民をつなぐ架け橋として、市民から応援メッセージを集めています。

土別東高校の生徒も応援メッセージを作成しており、まち全体での歓迎ムードの醸成と大会への関心向上を図っています。

さらに、ウェイトリフティング競技の解説や、本市出身のオリンピック・橋典人さんのインタビュー記事をまとめたパネルを市内店舗に展示しました。

パネル展示については、次ページで紹介します。



▲土別東高校では、集めた応援メッセージを寄せ書き風に加工しました



▲パネル展示の場所で、市民から応援メッセージを集める土別翔雲高校の生徒

## ●ウエイトリフティングの魅力パネルで紹介

「高校生活動」の一環として実施したパネル制作は、士別翔雲高校新聞局が担当しました。

開催までの約1カ月間、西條士別店や道の駅、上川総合振興局に展示しました。

新聞局は、月1回発行する新聞「翔雲」と、臨時発行する「翔雲 PLUS」を年間約50号分作成しています。

今回、同局の木嶋鈴蘭局長と大友勇輝さんにパネル制作の話をお聞きしました。



### 木嶋 鈴蘭 さん (士別翔雲高校3年・局長)

ウエイトリフティングをやっている同級生たちが、大きな大会に出ていて強いことは知っていました。紙面に掲載したこともありましたが、私自身はくわしくありませんでした。

今回のパネル制作にあたって、「自分と同じように、くわしくは知らない人がたくさんいるのでは」と思い、多くの人の目に触れる場所に展示させていただきました。

競技そのものに興味が湧けば、選手たちを熱心に応援してくれるのでは、という期待があります。

今回、士別出身で1996年アトランタ五輪出場の橋本典人さんにインタビューをしたので、多くの人に読んでもらいたいです。

パネルは、試合会場に展示する予定です。ぜひ見てください！



### 大友 勇輝 さん (士別翔雲高校2年)

パネル制作では、ウエイトリフティングの歴史や道具、用語の調査のほか、写真撮影を担当しました。

自分は競技についてその知識はなく、「ただ持ち上げるだけの競技」という認識でした。

今回、パネル制作をとおして競技のことを学びました。持ち上げるだけに見えてもさまざまなルールがあって、いろいろな駆け引きがあるスポーツだと知り、魅力が分かってきました。

また、試技の写真を撮りましたが、撮りたいタイミングで選手が静止してくれるわけではないので、連射などで工夫しました。

今回のパネル展示で、多くの人たちにウエイトリフティングを知ってもらい、少しでも魅力が伝わればと思います。

出場する選手の皆さん、悔いを残さないよう頑張ってください！



Positiveな高校生活を!

# Highschool Voices

2

士別市内には現在、士別翔雲高校と士別東高校の2つの高校があり、市民の主な進学先となっています。

勉強、部活、課外活動…ポジティブに活動する高校生たちの声を、写真とともに紹介します。

## インターハイを盛り上げる! 総合ビジネス科の活動

### ●総合ビジネス科の特徴は?

「地域を元気にする、をキーワードに、生徒みずからが地域に出て、商品開発やイベント企画などを行う「生きた学び」ができることが特徴です。

### ●インターハイに向けての活動は?

会場で販売する商品が「アイスキャンディ」に決まり、味や形、パッケージなどを考えました。また、チームで集まって意見交換を行い、巾着や扇子、タンブラー、缶バッジなども作ることになり、私はイラストやデザイン作成を担当しています。

たかまつ あんじゅ  
高松 杏樹 さん(士別翔雲高校2年)

### ●デザインではどんな作業を?

私が描いたラフ画をみんなで見て、何にどの絵を使うか選んでもらいました。同じチームの生徒がデジタル画に変換し、それがいろいろなものにプリントされています。ちゃんと売れるか不安な気持ちもありますが、自分の描いた絵が商品に載るのはうれしいです。

### ●インターハイ会場を訪れる人たちに商品PRを!

かわいいデザインになっているので、手に取って見てくれるとうれしいです。一つひとつイラストが違うので、お気に入りを買ってください!数量限定です!



▲本間さん制作の天サイダーPR動画(一部)



▲左から本間さん、高松さん。高松さんが黒板に、即興で絵を描いてくれました。



▲高松さん直筆のラフ画(上)と、それをもとに作成したデジタル画(右)



ほんま あいり  
本間 愛梨 さん(士別翔雲高校2年)

### ●インターハイに向けての活動は?

私は「天サイダーのPR動画」を作りました。もともと動画編集が好きだったので、「やりたい」と手を上げました。

天サイダーは、私たちの先輩が多くの方と協力して商品化した飲み物です。インターハイ会場での販売に向けて、テレビCMのイメージで作りました。

### ●どのように作成した?

撮影も動画編集も、スマートフォンを使いました。作業は私1人ですが、撮影はクラスメイトに協力してもらい、学校の屋上でロケしました。

### ●作成でこだわったところは?

明るさを調節しながら、画質や音もできるだけキレイに撮り、映像エフェクトなども使いました。キャッチコピーも自分で考えました。時間がかかりましたが、このような経験ができてよかったです。

### ●動画で見てほしいところは?

蓋を開けて炭酸が抜ける音や、泡のキラキラ感、飲んでいところの爽やかさを見てほしいです!知ってる人が出演しているかも?インターハイ会場で放映する予定です。



# アスリートの 素顔

「アスリートの素顔」では、合宿で士別を訪れた選手をピックアップして、普段は知ることができない「オフの姿」や、選手がおすすめる競技の楽しみ方などを紹介しています。

選手の素顔に触れて、一緒に応援しよう!

☎合宿の里・スポーツ推進課合宿推進係 ☎ (26) 7305

## vol.02

**種目** ウエイトリフティング・73kg 級

**所属** 男子ナショナルチーム (東京国際大学)

みやもと まさのり  
**宮本 昌典** さん (26)



平成9年2月3日生まれ、沖縄県那覇市出身、沖縄工業高校卒業後に東京国際大学に進学。その後、同大学に人間社会学部教員兼ウエリフ部コーチとして就職。士別での合宿は男子ナショナルチームとして平成28年に初参加し、今年で3回目。



### ーウエイトリフティングを始めたきっかけは？

父親と、五輪選手の平良真理さんが知り合いで、小学6年生のときに平良さんが練習場に誘ってくれました。最初は、練習場にいる高校生たちに遊んでもらうことが楽しくて通っていましたが、その後大会に出場するようになり、喜びや悔しさを味わううちに、競技そのものに惹かれていきました。

### ー休日は、どのように過ごしていますか？

キャンプで料理を楽しんでいます。大学時代の同級生やウエリフ仲間3~4人で、「鍋」「海鮮」「おでん」などいろいろな「食のテーマ」を決めてキャンプしています。

場所は、家の近くのキャンプ場か、埼玉県・山梨県あたりの関東周辺ですね。最初は小ぢんまりとやっていましたが、だんだん熱が入り始めました。

実は、今回の合宿直前もキャンプしてました(笑)

ソロキャンプの経験はありませんが、年内には挑戦したいです。

### ーキャンプにハマったのはどうして？

北海道のテレビ番組「水曜どうでしょう」の影響です。番組に出てくる「シェフ大泉」が好きで、キャンプで料理するようになりました(笑)

キャンプの醍醐味は、非日常空間で自然を存分に感じられることです。また、キャンプ中にはいろいろなハプニングが起きますが、それもまた楽しみのひとつです。

時間があれば、もっと大自然に踏み込んだサバイバル系のキャンプがしたいですね。カナダのユーコン川をカヌーでくだったり(笑)

### ーウエイトリフティングの楽しみ方を教えてください！

ウエイトリフティングは、一人ずつ順番に試技するため、全選手にスポットが当たります。ウエリフならではの独特な雰囲気を、会場でぜひ感じてもらいたいです。

また、競技で使うバーベルにも触れてほしいです。あの重さを体感することで、選手のすごさも分かり、より魅力を感じてもらえると思います。

### ー今年はインターハイ・ウエイトリフティング競技が士別で開催されます。出場する高校生にエールをお願いします！

自分もインターハイに3度出場し、3年生のときに優勝しました。高校時代は、生涯で二度と経験できない青春です。10年後に思い出したとき「いい試合だった」と語れるように、やり残しなくすべてを出し切ってください!



▲合宿直前まで楽しんでいたというキャンプの1枚。6月24日撮影(本人提供)  
▶新割り用の斧を手に、キャンプスタイルの宮本さん。今年1月、自宅付近のキャンプ場で撮影(本人提供)

### 大会情報

宮本選手が出場予定! みんなで応援しよう!

2023年世界選手権大会

☎9月2日~13日

☎サウジアラビア・リヤド

No.  
40

の情報

# ごみステーション!

環境センター ☎ (23) 0022



## 指定ごみ袋はなくなっていますか?

この時期、草刈りや家庭菜園のごみが増えます。いざ、ごみを出すときに「袋がない!」と慌てないように、余裕をもって買い置きしておきましょう。

### 環境センターを 臨時開場します

8月27日(日)午前9時から11時30分まで臨時開場します。

**持ち込めるごみは、家庭系粗大ごみのみで、有料です。**

※一般・資源ごみ・生ごみ・事業系ごみは持ち込めません。

※料金の支払いは、「スマホ決済アプリ」が利用できます。



### 道路清掃ごみを 出すときは

道路敷地などで集めた落ち葉や刈り草などのごみは、事前に環境センターへ連絡し、「透明または半透明のごみ袋」に入れて、「道路ごみ」と記載した紙を袋に貼るか、マジックで袋に書いて出してください。

有料の「指定ごみ袋」を使用する必要はありませんが、肥料袋などは使用しないでください。

※事前連絡がない場合は、収集できません。

### 付属品は外そう!

「ビデオデッキ」や「プリンター」「ジカセコンポ」を粗大ごみで出すときに、「ビデオテープ」「インクカートリッジ」「CD」が残っていることがあります。

これらはすべて「一般ごみ」です。粗大ごみを出すときは、付属品を取り除くようお願いします。

### 粗大ごみを 申し込むときは

粗大ごみの収集を電話・しべつ暮らしナビで申し込むときは、次のことに気をつけてください。

▼締め切りは、収集日の1週間前です。(ごみカレンダーの「☆」が締切)

▼申し込みは、6品(6個)までです。

▼締切日以降の追加・変更は受け付けません。

▼家電リサイクル法に該当するもの(テレビ・洗濯機・冷蔵庫など)やパソコンリサイクル法対象機器(パソコン本体・ディスプレイ・処理困難物(消火器・コンクリート・浴槽など)は収集しません。許可業者に依頼してください。

▼自宅からの運び出しはしません。

### びんの分別は 2種類あります

空きびんの分別は2種類あります。ラベルを確認し、該当する収集日に出してください。

▼「容器」の日に出すびん

例↓ウイスキー・ジャム・ドレッシング・ワインなど

※ラベルに「ワンウェイびん」と記載

▼「紙類」の日に出すびん

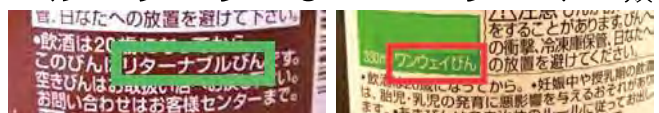
例↓ビール・一升びん・サイダーなど

※ラベルに「リターナブルびん」と記載

### 受け入れできません

事業活動にともない排出されたごみのうち、法律で定められた品目(燃えがら・ゴムくず・廃プラスチックなど)は「産業廃棄物」に該当し、当センターでは受け入れできません。

これらのごみを処分する場合、ご自身で産業廃棄物処理施設に搬入するか、許可業者に依頼してください。



**再来機**【午前診療】午前7時45分～10時59分（小児科は午前11時30分まで）  
**受付時間**【午後診療】午前11時～午後3時（小児科は午後4時まで）

※初めて受診する方は、初診窓口で受付してください。（午前8時45分から）

■上段（色付き）は午前、下段（白）は午後 ※患者数により、診療できない場合や午後診療になる場合があります。

※予約受診の際、看護師へのお声掛けは不要です。再来機で受付し、外来でお待ちください。

診療科		月	火	水	木	金	留意事項
内科	一般	○	○	○	○	○	神経内科の診療は8・25日です。 （予約診療）
	循環器	今月の診療日は、2・4・17・18・21・22・28日です。					※21日はペースメーカー外来です。 （予約診療）
	消化器	○	○	○	○	○	
精神神経科		○	—	—	○	○	受付は、午後1時30分までです。 （予約診療）
小児科		○	○	○	○	○	水曜日の午後は予防接種です。 （予約診療）
外科		○	○	○	—	○	水・木曜日はストーマ外来を実施します。 （予約診療）
整形外科		○	○	○	○	○	
皮膚科		○	—	○	—	—	混雑状況により、次回以降の受診をお願いする場合があります。（緊急の場合を除く）
泌尿器科		—	—	—	○	—	混雑状況により、次回以降の受診をお願いする場合があります。（緊急の場合を除く）
婦人科		○	○	—	—	—	予防接種・産後1カ月健診は予約が必要です。 HPVワクチン接種は2週間前までに予約が必要です。
眼科		○	—	※	—	○	※水曜日の診療日は2・16日です。
麻酔科		○	—	—	○	—	

## 日曜・祝日当番医

6日	しべつ内科クリニック ☎(23) 2 5 2 5
27日	道北クリニック ☎(23) 1 1 1 1

※上記のほか、6・11・13・20・27日は市立病院です。

## 小児の予防接種

くわしくは、各医院まで問い合わせください。

接種場所	接種日	問合せ
船津医院	木曜日	(23) 2674
上士別医院	月～金曜日	(24) 2250
市立病院	水曜日	(23) 2166
多寄医院	火・木・土曜日	(26) 2106
あさひクリニック	月～金曜日	(28) 3333
しべつ内科クリニック	月～金曜日	(23) 2525
道北クリニック	月～金曜日	(23) 1111

7月18日時点の情報です。最新の情報については、市HPをご覧ください。

問 コールセンター ☎ (22) 0336  
受付時間 午前9時～11時30分、午後0時30分～3時

# 新型コロナウイルスワクチン接種

## ● 12歳以上のワクチン接種について

- 対** 初回接種(1・2回目接種)を終了した以下の方
- ① 65歳以上の方(申請不要、順次接種券を送付します)
  - ② 12歳～64歳で基礎疾患のある方(接種券の申請が必要です)
  - ③ 医療機関、高齢者施設、障がい者施設などの従事者(接種券の申請が必要です)
- ※②③の方で、接種券をお持ちの方は申請不要

**所** 集団接種→保健福祉センター  
個別接種→市内医療機関  
※個別接種の日程は、医療機関にお問い合わせください。  
**ワクチン** オミクロン株対応ワクチン  
(ファイザー2価ワクチン)

### 8月の集団接種

日程	午前	午後	ワクチン
8月7日(月)		○	ファイザー2価
8月21日(月)		○	ファイザー2価
8月28日(月)		○	ファイザー2価

### ▶ 初回接種(1・2回目)について

日程	1回目	2回目	ワクチン
8月7日(月)	○		従来型ファイザー
8月28日(月)		○	従来型ファイザー

## ● 11歳以下のワクチン接種について

### ▶ 5歳～11歳の追加接種

- 対** ▶ 初回接種(1・2回目)が終了している方  
▶ 5月7日までにオミクロン株対応2価ワクチンを接種した方で、基礎疾患のある方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方(接種券の申請が必要です)  
▶ 3回目接種を従来型ワクチンで接種しており、オミクロン株対応2価ワクチン未接種の方
- ワクチン** オミクロン株対応ワクチン  
(5～11歳用ファイザー2価ワクチン)

### ▶ 5歳～11歳の初回接種

8月の接種日程はありません。

### ▶ 6カ月～4歳の乳幼児接種

- 令和6年3月31日まで接種を継続します。
- ワクチン** 従来型ワクチン  
**接種回数** 3回で1セット  
**接種間隔** 1回目接種から3週間あけて2回目接種、2回目から8週間以上あけて3回目接種  
※8月の1・2回目接種日程はありません。

### ▶ 接種券について

#### 接種券の送付時期

前回接種時期	発送時期
4月接種	8月中旬

※従来ワクチンの3～5回目の接種券を持っている場合は、そのまま使用できます。

**電子申請** 右記の専用フォームから申請してください。



申請フォーム

**窓口申請** 申請書を窓口へ提出してください。申請書は窓口で受け取るか、市HPからダウンロードしてください(市内医療機関にもあります)  
窓口→市コールセンター(保健福祉センター2階)、市役所1階窓口⑦、朝日支所、各出張所  
※申請受付後、順次発送します。なお、**発送まで1週間**ほどかかります。

**8月中に接種する場合は、8月10日(木)までに接種券の申請が必要です。早めに申請してください。**

**予約方法** WEBまたはコールセンター  
**接種方法・会場** 保健福祉センターでの「集団接種」です。

### 11歳以下の集団接種

日程	5～11歳(追加接種)	5～11歳(初回接種)	6カ月～4歳(乳幼児接種)
8月4日(金)午後	○		○3回目

### 接種券の紛失、土別市外での接種は…

市コールセンター ☎ (22) 0336 にお問い合わせください。

接種の予約・接種券の再発行はこちら(全年齢)

WEB予約



接種券再発行



9月以降のワクチン接種は、国から情報が示され次第お知らせします。

※新型コロナウイルスの影響により、  
内容が変更になる場合があります。

# イベントカレンダー

# 8月

## 子育て支援センターゆら ☎(26)7202

日程	時間	行事名
10(木)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY~おしゃべり編~
18(金)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY (対象者には案内送付・要予約) 10:00~ミニ講座・赤ちゃん体操
19(土)	9:30~11:30	お父さんDAY
26(土)	10:00~11:30	マタニティDAY(前日までに要予約) 10:00~ミニ講座「プレパパ妊婦体験・ メディアについて・手作りおもちゃ・赤 ちゃんが喜ぶ絵本・ふれあい遊びの体験」



## いきいき健康センター ☎(26)7778

参加無料

### ▼いきいきサロン

上段(白)が午前、下段(緑)が午後のプログラムです。  
水曜はあさひサンライズホールでも行います。  
午前▶10時~11時30分  
(朝日は午前10時15分~11時30分)  
午後▶1時15分~2時45分

日	月	火	水	木	金	土
		1 健康麻雀	2 脳トレ	3 軽スポーツ・運動	4 ちぎり絵	5 ぬりえ
		健康麻雀	七夕飾りづくり	折り紙あそび	ぼち袋づくり	脳トレ
6	7	8 健康麻雀	9 ぬりえ	10 うちわづくり	11 いきいきサロン 休	12 軽スポーツ・運動
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀	軽スポーツ・運動	脳トレ	書写	
13	14	15 いきいきサロン 休	16 折り紙あそび	17 切り絵	18 脳トレ	19 ペットボトルのふたでミニ巾着づくり
日曜キッズルーム	休館	レク・ゲーム	ぬりえ	軽スポーツ・運動	ちぎり絵	
20	21	22 健康麻雀	23 脳トレ	24 フリープログラム	25 切り絵	26 レク・ゲーム
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀	縫い物の日	軽スポーツ・運動	折り紙あそび	ぬりえ
27	28	29 健康麻雀	30 書写	31 脳トレ		
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀	折り紙あそび	収納ケースづくり		

※このほか、「カフェつながり」を5日・19日(土)午前9時30分~11時30分に、「さんあいクラブ」を26日(土)午前10時~11時30分に開催しています。  
※日曜キッズルームの開設時間は、午前10時~午後4時です。

### ▼市民サロン

サロン名	時間	開催日
ふまねっとサロン ※4日前まで申込	午後1時30分~3時	水曜日▶2、9、23、30日
囲碁サロン ※申込不要	午前10時~正午	土曜日▶5、12、19、26日
パッチワークサロン ※申込不要	午前10時~午後3時	土曜日▶5、12、19、26日
切り絵サロン ※申込不要	午前9時30分~11時30分	木曜日▶3、10、17、24、31日



## Shibetsu's Summer Event

### 土別の8月を楽しもう!



## 第47回天塩川源流まつり 納涼花火大会

8月19日(土)  
午前10時～午後8時30分(予定)

所 つくも水郷公園河川敷  
内 ステージイベントや屋台の出店もあります!  
花火大会は午後7時30分から予定しています。  
※雨天時は、延期または内容を変更する場合があります。  
☎ 土別観光協会 ☎ (29) 2225



## 第6回ビートまつり& 土別市産業フェア

8月27日(日)  
午前10時～午後3時

### ▶ 第6回ビートまつり

所 市役所1階市民テラス  
内 砂糖の正しい知識の普及と消費拡大を目的としたイベントです。  
砂糖を使用した商品販売や、日本甜菜製糖(株)土別製糖所の工場見学を予定しています。  
☎ 農業振興課農政係(ビートまつり実行委員会事務局) ☎ (26) 7030



今年は同時開催!  
土別市役所で  
午前10時スタート!

※しべつ得の市は、市民文化センターホワイエで8月26日～27日の2日間開催します。

### ▶ 土別市産業フェア・得の市

所 土別市役所駐車場・市民文化センターホワイエ  
内 ラブ土別・バイ土別運動の一環として、豊富で新鮮な農産物やものづくり技術を「見て」「食べて」「体験する」イベントです。  
☎ 商工労働観光課商工労働係(ラブ土別バイ土別運動推進協議会事務局) ☎ (26) 7137

※新型コロナウイルスの影響により、  
内容が変更になる場合があります。

# お知らせ

## Information



- 日時 会場
- 内容 対象
- 定員 料金
- 申込
- 問い合わせ
- ホームページ



市民の皆さんが、情報発信できる場として提供しています。  
イベント告知や会員募集など、さまざまな形でご利用ください。  
しべつのお気に入りの写真も募集中！

イベントや募集情報を掲載しませんか？



▲投稿はこちら

### 土地・建物の 相続登記をしましょう

土地・建物の所有者が亡くなったときは名義変更(相続登記)が必要です。時間の経過とともに手続きが難しくなるほか、相続関係のトラブルに発展する場合がありますので、早めに手続きしてください。

預金の払い戻しなどの各種手続きで、戸籍書類一式の提出が省略できる制度があります。くわしくは旭川地方法務局に問い合わせください。

また、空き家を所有している場合は、月に1回程度点検を行い、適切に管理してください。

**問** 税務課資産税係 ☎(26) 7723、旭川地方法務局名寄支局 ☎01654(2)2349

### 家屋の用途 変更したときは連絡を

店舗兼住宅を住宅にしたなど、家屋の用途を変更した場合は、固定資産税額が変更となる場合があります。くわしくは問い合わせください。

**問** 税務課資産税係 ☎(26) 7723

### 国民健康保険税は 口座振替で

国保税の納付は原則「口座振替」です。

7月14日に送付した納税通知書に申込用紙(はがき)を同封していますので、ご利用ください。

**問** 市民課国保係 ☎(26) 7712

### 国民年金の 繰上げ・繰下げ請求

繰上げ・繰下げ請求をした場合の年金額は、生涯にわたって減額もしくは増額されます。

**内** ▶ 繰上げ請求 → 60歳から65歳までの間に請求できます。年金額が1カ月あたり0.4%減額されます。(昭和37年4月1日以前生まれの方は0.5%減額)

▶ 繰下げ請求 → 66歳以降に請求できます。1カ月遅らせるごとに0.7%増額されます。

※ 繰下げ支給の上限年齢は75歳です。(昭和27年4月1日以前生まれの方の上限年齢は70歳)

**問** 厚生年金の受給者 → ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165

国民年金のみの加入者 → 市民課給付年金係 ☎(26) 7703

### 税・保険・年金



### マイナンバーカード 休日窓口を開設

平日の開庁時間内に来られない方のため、臨時窓口を開設します。

顔写真を無料で撮影し、申請手続きをお手伝いします。(交付まで3週間ほどかかります)

交付通知書(はがき)が届いている方は、ご本人が来庁し、交付手続きをしてください。

※ 転入・転出などの手続きはできません。

#### 8月の日程

5日(土)	午前9時～正午
27日(日)	午前9時～正午

※ マイナポイントの申込期限は9月末までです。早めの手続きをお願いします。

**所** 市役所1階1番窓口

**問** 市民課戸籍住民係 ☎(26) 7577

### 固定資産の調査に ご協力を

固定資産税の適正な課税のため、土地や家屋の現況調査を行います。

私有地に立ち入る場合は、立会いをお願いすることがあります。調査員は身分証を携帯していますので、ご協力をお願いします。

また、建物を新築、取り壊したときは手続きが必要です。問い合わせください。

**日** 9月29日(金)まで

**問** 税務課資産税係 ☎(26) 7723

### 8月31日(木)は

### 「市道民税(第2期)」「国保税(第2期)」の納期限です!

コンビニで手軽に納付できます。また、自宅などで二次元バーコード(eL-QR)を利用し、スマホ決済アプリやクレジットカードなどでも納付できます。

期限を過ぎたときは、延滞金がかかります。期限までに納付してください。

また、期限までの納付が難しい方は、一人で悩まず放置せず、必ず相談してください。

**問** 税務課納税係 ☎(26) 7718

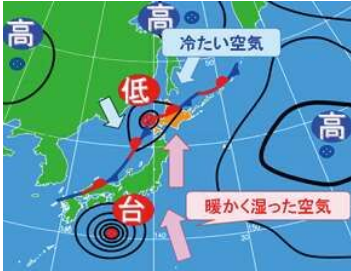


※新型コロナウイルスの影響により、内容が変更になる場合があります。

## 大雨に注意！

1年でもっとも雨が多いのは8月です。大雨に備えて、ハザードマップで自宅の危険度を確認し、防災グッズも確認しましょう。

大雨になりやすいのは、北海道に前線があって台風が近づいてくるときです。以下の天気図の場合は、気象情報に注意してください。



問総務課行政係 ☎ (26) 7784

## L P ガス利用者緊急支援事業 申請受付中

道では、L P ガス料金上昇にともなう利用者の負担を軽減するため、L P ガス販売事業者の料金値引きを支援しています。

事業者は申請をお願いします。

☑ 8月31日(木)まで

対 L P ガス販売事業者

問北海道 L P ガス補助金センター

☎ 0120(576)440

※土日祝日除く

## 排水設備工事 責任技術者試験

市の排水設備指定工事店は、排水設備責任技術者の選任が必要です。くわしくは、(一財)札幌市下水道資源公社HPをご確認ください。

☑ 10月18日(水)午後1時30分～

所旭川市民文化会館

¥受験料7,000円

受付期間 8月17日(木)～28日(月)

申問 上下水道局整備係 ☎ (26) 7800

## 市指定 給排水工事業業者

北都設備計画株式会社を新規登録しました。

問上下水道局整備係 ☎ (26) 7800

## ゴルフコースで健康づくり！

ゴルフコースを利用したウォーキング・ランニングが楽しめます。普段は見られない景観を楽しみながら、汗を流しませんか？

### 8月の利用時間

・平日 = 午前5～7時  
午後4～6時30分

※19日(土)は午後のみ

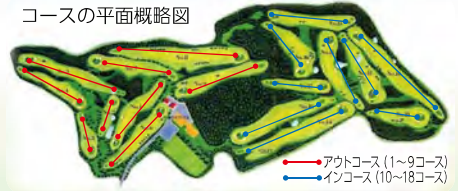
### 利用料金無料

予約 午前利用のみ前日の午後3時まで

予約先 士別同友会カントリークラブ ☎ (23) 1281

問合せ 合宿の里・スポーツ推進課合宿推進係 ☎ (26) 7305

コースの平面概略図



## 環境・衛生



## ゆずります ゆずってください

▶ ゆずります

・ 囲碁セット

▶ ゆずってください

・ F F ストーブ

「ゆずります」の申込みには、写真や詳細情報が必要となります。電子フォームでも申込みできますので、市HPを確認してください。※7月18日現在の情報です。

※市が受け付けた後は、双方で調整いただきます。

※すべて無料です。

問 暮らし安全課 暮らし安全係 ☎ (26) 7736

## ジャガイモシストセンチュウ まん延防止にご協力を！

土の中でジャガイモの根から養分を吸収し、収穫量を大幅に減らす害虫です。

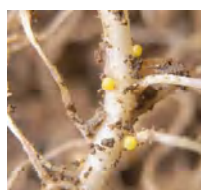
### 《被害を防ぐポイント》

① トラクター・農機具やコンテナなどの使用後は洗浄を徹底する。

② 無断で農地へ立ち入ったり、車を乗り入れたりしない。

③ ジャガイモを植えるときは、正規販売の種いもを使用する。

問 農業振興課 農政係 ☎ (26) 7030



## 農耕作業用自動車 登録漏れはありませんか

トラクターやコンバイン、農耕用トレーラは「軽自動車」です。公道を走らなくても、緑色の「士別市ナンバー」が必要です。

車両の取得や譲渡、廃車をした際は、必ずナンバーの取得や返却などの手続きを行ってください。

問 税務課 市民税係 ☎ (26) 7720

## 教育・子育て



## 児童扶養手当 現況届の提出を

児童扶養手当受給者は、現況届の提出が必要です。対象者には案内文を送付していますので、期限までに提出してください。

提出がない場合は、11月分以降の手当を受給できません。

提出期限 8月31日(木)まで

問 こども・子育て応援課 子育て支援係 ☎ (26) 7759

## 学校の完全閉庁

市内の学校では、教職員の休暇取得促進のため、次の期間は完全に閉庁します。くわしくは問い合わせください。

※学校の事情により変更する場合があります。

期間 8月10日(木)～15日(火)

問 学校教育課 学務係 ☎ (26) 7303



## 秋の自然観察会

博物館付近の森で、きのこや秋の草花などを観察します。

日 9月9日(土) 午前9時30分～

所 グリーンスポーツ

※5分前に博物館集合

対 どなたでも参加可

※小学3年生以下は保護者の同伴が必要。

定 20人程度 無料

申 9月6日(水)までに市立博物館 ☎(22) 3320へ



## 地質めぐり

温根別町の沢沿いを散策し、士別を代表する岩石を観察します。

士別地域の大地の成り立ちを学びませんか。

日 9月23日(土) 午後1時～

所 温根別ダム周辺

※5分前に博物館に集合し、バスと徒歩で移動。

対 小学5年生以上で、2時間程度の徒歩移動が可能の方(沢歩きも含む)

定 25人 300円

申 9月10日(日)までに市立博物館 ☎(22) 3320へ

## 献血にご協力ください

「献血車ひまわり号」が巡回します。皆さんの協力をお願いします。※実施場所を変更する場合がありますので、事前に市HPでご確認ください。

日 8月17日(木)、18日(金)、21日(月)

問 福祉課福祉係 ☎(26) 7744



## 催し・講座

### 9月9日は「救急の日」 普通救命講習会

日 9月9日(土) 午前9時30分～

所 勤労者センター

対 中学生以上

定 30人 無料

申 9月1日(金)までに士別地方消防事務組合消防署 ☎(23) 2619または消防本部消防課 ☎(23) 4709へ

### シープドッグショー

日 8月11日(金)～15日(火)

午前11時30分～※雨天中止

所 羊と雲の丘放牧場

対 どなたでも観覧可

料 無料 (エサ代は100円)

申 不要

問 世界のめん羊館 ☎(23) 1582

### 士別9条の会 平和講演会

室蘭工業大学大学院教授の清末愛砂さんを講師に迎えて開催します。

日 8月6日(日) 午後1時30分～

所 市民文化センター1階研修室

内 「大軍拡で日本を守ることができだろうか～新しい『戦前』について考える～」

対 どなたでも参加可 申 不要

問 士別9条の会 ☎(23) 5003

## 健康・福祉

### 若年者健診

身体計測、血液検査、血圧測定、尿検査、診察などを実施します。くわしくは市HPをご確認ください。

所 成人病健診センター

対 30歳代の市民で、職場などで健康診断を受診する機会がない方

料 1,800円

日程

① 9月13日(水) 9月27日(水) 10月25日(水)	午前8時30分～男性 午前10時～女性
② 9月6日(水) 9月20日(水) 10月11日(水)	午前8時30分～女性 午前10時～男性

※日程①の女性は託児可(要申込)

申 健診の1週間前までに成人病健診センター ☎(22) 2600へ

問 保健福祉センター ☎(22) 2400

### しべつ健康マイレージ クーポン券を利用しよう

昨年、しべつ健康マイレージに参加し達成された方へ、クーポン券を送付しています。

各種がん検診1つ無料か、減塩食品と交換できますので、ご利用ください。

期限 令和6年3月31日(日)まで

問 保健福祉センター ☎(22) 2400

	日時	場所
8月17日(木)	9:30～11:00	北海道農業共済組合上川北支所前
	12:30～14:30	生涯学習情報センター前
	15:00～16:30	パチンコひまわり士別店前
8月18日(金)	9:30～16:30	士別市役所前 (11:20～12:40は休憩時間)
8月21日(月)	9:30～10:50	朝日支所前
	12:30～14:00	ツルハドラッグ士別中央店前
	14:30～16:30	士別市立病院前

※新型コロナウイルスの影響により、内容が変更になる場合があります。

## オストメイトさろん 名寄で開催します

日本オストミー協会北海道支部が社会適応訓練事業として開催している、体験交流・相談を行うサロンです。

オストメイトの方やかかわりのある方の悩みや不安を、経験豊かな先輩や仲間との交流をとおして解消しませんか。

専門のナースを講師に、ストーマを中心とする講話のほか、参加者への助言をいただきます。

日 8月19日(土)午後1時30分～(受付は午後1時から)

所 名寄市立大学(名寄市西4北8)

対 オストメイト本人とその家族・介護者など

¥無料

問 日本オストミー協会北海道支部

☎ 011(764)2824



## 図書館よみきかせ会

所 図書館よみきかせ室

▶ よみきかせ会

日 8月6日(日)、19日(土)午前10時30分～11時

▶ ちびっこよみきかせ会

日 8月24日(木)午前10時30分～11時

問 市立図書館 ☎ (29) 2153

## 募集・告知

### 放送大学10月入学生募集

約300の授業科目があり、1科目から学ぶことができます。資料は無料です。

申込期限 ▶ 第1回→8月31日(木)まで ▶ 第2回→9月12日(火)まで

申問 放送大学旭川サテライトスペース ☎ 0166(22)2627

## 桂枝光・柳家花緑 二人会

上方落語最大のネタ「地獄八景 亡者戯(じごくばっけいもうじゃのたわむれ)」を当地初披露します。

抱腹絶倒のスペクタクル落語をお楽しみください。

日 9月5日(火)午後7時開演(6時30分開場)

所 あさひサンライズホール

¥前売券2,000円、当日券2,500円(全席自由)

チケット フードショップかわ井、市民文化センター、市立図書館、夢企画、道北日報、お食事処こいなか、あさひサンライズホール

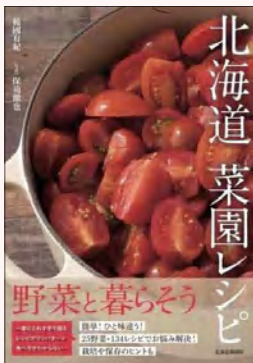
問 あさひサンライズホール ☎ (28) 3146



## 図書館情報

問 市立図書館 ☎ (29) 2153

## 今月のオススメ!



範國有紀 著

「北海道菜園レシピ」

夏本番!でも一度に突っても食べきれない...そんな家庭菜園のお悩みを解決し、季節の野菜を美味しく食べるための1冊。

若竹千佐子 著



「かっかどるどるごう」

こころもとない日々をおくる4人がひきつけられる不思議なアパート...寄り添って生きる人の心を励ます感動作。

野村恵里 著



「とっさの怒りに負けない!子育て」

感情的になりにくいポイントをおさえて子育てを劇的に楽に!4コマ漫画も交えながらわかりやすく解説。

## 臨時休館のお知らせ

蔵書点検のため、以下の日程で市立図書館と朝日図書室を休館します。休館中は図書の貸し出しができません。返却はポストを利用してください。※生涯学習情報センターの貸館と証明発行は通常どおり利用できます。

- ①市立図書館→8月29日(火)～9月2日(土)
- ②朝日図書室→8月28日(月)

## 今月の新刊図書

小説

その他

戦後78年 非核平和と恒久平和を祈り  
平和推進事業を実施します



戦争の記憶を風化させることなく、「平和の大切さ」を、みんなで考えてみませんか。



▶戦争・原爆被害者への黙とう

サイレンが鳴りますので、黙とうをお願いします。

- ① 8月6日(日)午前8時15分  
(広島原爆 投下時刻)
- ② 8月9日(水)午前11時2分  
(長崎原爆 投下時刻)
- ③ 8月15日(火)正午(終戦記念日)

問 総務課行政係 ☎(26) 7 7 8 4

▶非核平和写真パネル展

展示をとおして戦争の悲惨さ、恐ろしさを改めて考えましょう。

- 日 8月1日(火)～15日(火)
- 所 生涯学習情報センター
- 内 ①原爆写真パネル展示  
②戦争関連図書資料の展示貸出

問 ①総務課行政係 ☎(26) 7 7 8 4  
②市立図書館 ☎(29) 2 1 5 3

▶平和を願うよみきかせ会

平和への思いを深めるよみきかせです。

- 日 8月4日(金)  
午前10時30分～11時

所 生涯学習情報センター  
問 市立図書館 ☎(29) 2 1 5 3

士別市民文芸  
掲載作品募集

令和6年3月発行予定の「士別市民文芸」第28号に掲載する作品を募集します。くわしくは市HPをご確認ください。

《募集する作品》

- ① 創作(小説・物語など)・評論・戯曲・童話→400字詰め原稿用紙50枚以内
- ② 随想・生活記録・感想文→400字詰め原稿用紙10枚以内
- ③ 詩→専用原稿用紙(25字/行)60行以内
- ④ 短歌→専用原稿用紙(1人につき1枚)5首以内
- ⑤ 俳句・川柳→専用原稿用紙(1人につき1枚)10句以内
- ⑥ その他→①～⑤以外の作品も受け付けます。

対 士別市民、士別にゆかりのある方

応募期限 10月31日(火)

¥掲載料として文芸誌の購入(1人1冊)をお願いします。

※価格は、後日決定します。

申問 士別市民文芸編集委員会(事務局:市立図書館) ☎(29) 2 1 5 3



イベント支援も可能  
まちの地域力推進事業

団体やグループの公益的な活動や、文化・スポーツ大会、発表会などの開催を支援します。くわしくは問い合わせてください。

申し込みは、随時受付中です。

対 市民5人以上の団体

支援額 公益的事業→30万円まで  
文化・スポーツ大会や発表会など→3万円まで

申問 企画課まちづくり推進係 ☎(26) 7 7 9 0



自衛官候補生

試験の日程など、くわしくは問い合せください。

申問 自衛隊旭川地方協力本部名寄出張所 ☎0 1 6 5 4 (2) 3 9 2 1

《自衛官候補生》8月試験

対 18歳以上33歳未満の男女(令和5年4月1日現在)

受付期間 8月22日(火)まで



「普及職員(農業)」  
受験者募集

道では、農業の生産性向上、農業経営や農村生活の改善などに関する技術や知識を農業者に指導する普及職員を募集しています。くわしくは道HPをご確認ください。

申込期間 ① 8月14日(月)～23日(水) ② 8月10日(木)

対 ①普及職員(農業)A区分→大学卒業または卒業見込みの方

②普及職員(農業)C区分→民間企業等の職務経験者

定 ①10人 ②13人

問 北海道農政部生産振興局技術普及課普及推進係 ☎0 1 1 (204) 5 3 7 9

労働状況実態調査に  
ご協力を

従業員を5人以上雇用している事業所を対象に、労働状況実態調査を実施しています。

今年度からペーパーレス調査となります。くわしくは市HPをご確認ください。

問 商工労働観光課商工労働係 ☎(26) 7 1 3 7



市HP

申問士別地区：建築課住宅係 ☎ (26) 7 7 2 6

朝日地区：朝日支所地域生活課経済建設係 ☎ (28) 2 1 2 1

区分	団地名	所在地	单身	建設年度	階数	間取	月額家賃
士別地区	道営	サウスタウン青葉 西2-15 (B棟 205号室)	不可	H12	2階	2LDK	18,500円～
		サウスタウン青葉 西2-15 (C棟 308号室)	不可	H13	3階	3LDK	22,300円～
	市営	北部 東3北8 (B棟 109号室)	不可	H15	1階	2LDK	19,600円～
		北部 東2北8 (C棟 205号室)	不可	H17	2階	2LDK	22,000円～
		北部 東2北8 (D棟 204号室)	一部可	H19	2階	1LDK	15,800円～
		多寄 多寄町 36線西1 (6棟 1号室)	可	H11	1階	3LDK	18,600円～
朝日地区	市営	中央 朝日町中央 4029 (A棟 105号室)	可	H13	1階	2LDK	20,500円～
		中央 朝日町中央 4029 (A棟 106号室)	可	H13	1階	3LDK	24,100円～
		もみじ 朝日町中央 4027 (1棟 4号室)	可	S62	1階	2LDK	16,300円～
		もみじ 朝日町中央 4027 (4棟 13号室)	可	S62	1階	2LDK	16,300円～
	特公賃	もみじ第2 朝日町中央 4027 (コーポコスモス 202号室)	单身のみ	H8	2階	1LDK	65,200円
		曙グリーンヒルズ 朝日町中央 4047 (104号室)	可	H11	1階	2LDK	82,100円

(注) 单身「一部可」は、満60歳以上の方や障がい者、生活保護受給者などが申し込みできます。

※募集内容は、一部変更となる場合があります。

※このほか、随時申し込みを受け付けている団地があります。くわしくは問い合わせください。

▶ 申込は原則郵送で受け付けます。くわしくは受付期間内に問い合わせください。

**受付期間** 8月1日(火)～18日(金)

※18日は午後4時まで

**必要書類**

入居申込書(市HPからダウンロード可)のほか、マイナンバーカードなどの写真付きの本人確認書類や、所得がわかる書類など

**申込条件** 持ち家がないことや、収入基準・募集住宅ごとの世帯条件、市税などの滞納がないことなど。

**住宅見学** 受付期間内の平日午前9時から午後4時まで。見学希望日の前日までに申し込みください。

**抽 選** 8月25日(金)午前10時

※来庁不要です。

## 士別警察署 かわら版

☎ 士別警察署 ☎ (23) 0110

### 地域で団結し 暴力団排除を推進しよう

暴力団は、組織の維持・拡大のために、覚醒剤密売や特殊詐欺、みかじめ料の要求など犯罪行為を行うだけでなく、一見普通に見えるフロント企業をとおして一般社会の経済取引へ介入するなどしています。

暴力団の活性化は、市民の安全で平穏な日常生活と健全な経済活動に大きな脅威と不安を与えるため、警察では、暴力団の壊滅に向けて強力な取り締まりをしています。

- 「暴力団を利用しない」
- 「暴力団を恐れない」
- 「暴力団に金を出さない」
- 「暴力団と交際しない」



上記の4つを合い言葉に、暴力団の違法・不当な活動や犯罪被害に関することは、どんな小さなことでも早期に警察に相談、通報する強い意志と勇気を持って、社会から暴力団を追放しましょう。



## しべつ霊園内の 交通規制

お盆時期は、交通量が増えるため、車両の交通規制を行います。規制看板などの指示にしたがってください。

☎ 8月4日(金) 午前10時～21日(月) 午前11時

☎ 都市環境課環境係 ☎ (26) 7734

## 北洋銀行での 公金窓口納付について

10月から、「北洋銀行」窓口で市の公金(市税や手数料など)を納付する際、1件につき880円の手数料がかかります。

なお、二次元バーコード(el-QR)が印字されている納付書は手数料無料です。

☎ 会計管理局 ☎ (26) 7771

## しべつ霊園や 共同墓地を使う方へ

次の場合は手続きが必要です。

▶ 使用者を変更(使用者が亡くなった、管理を引き継ぐなど)

▶ 使用者の現住所が変わった

▶ お骨を埋蔵する

▶ お骨を他のお墓や納骨堂に移動する

▶ 墓じまいする

☎ ▶ しべつ霊園・市内共同墓地(朝日地区を除く) → 都市環境課環境係 ☎ (26) 7734

▶ 朝日地区の共同墓地 → 朝日支所地域生活課経済建設係 ☎ (28) 2121



## その他



## Jアラート情報伝達試験

国からの緊急情報を瞬時に皆さんに伝える仕組みです。

☎ 8月23日(水) 午前11時ごろ

☎ 防災行政無線で放送します。

① チャイム音

② 「これはJアラートのテストです」を3回

③ 「こちらは防災士別です」

④ チャイム音

※ 全国一斉に試験が行われます。避難訓練などはありません。

※ 当日の天候などで、中止する場合があります。

☎ 総務課行政係 ☎ (26) 7784

## 運転免許更新時講習

☎ 所 市民文化センター  
☎ 土別地区交通安全協会  
☎ 連合会(土別警察署内)  
☎ (23) 0110



### ● 8月の日程

優良	① 8月3日(木) 午後1時～1時30分 ② 8月17日(木) 午後6時～6時30分
一般	8月17日(木) 午後7時～8時
違反	8月8日(火) 午後1時～3時
初回	8月3日(木) 午後2時～4時

### ● 9月の日程

優良	① 9月7日(木) 午後1時～1時30分 ② 9月14日(木) 午後6時～6時30分
一般	9月14日(木) 午後7時～8時
違反	9月7日(木) 午後2時～4時

## 相談窓口

～お困りごとなど受け付けます～



### ● 無料法律相談

弁護士が応じます。3日前までに申し込みください。

☎ 8月20日(日) 正午～午後3時  
※ 1人25分間

☎ 所 市役所相談室(1階)

☎ 申問 暮らし安全課暮らし安全係 ☎ (26) 7736

### ● 人権擁護相談

人権擁護委員は、国から委嘱された民間のボランティアです。

毎日の生活のなかで、これは人権上問題ではないかと、悩んだり困ったことがあれば、気軽に相談ください。

相談は無料で、情報は秘匿されます。

☎ 暮らし安全課暮らし安全係 ☎ (26) 7736  
☎ 朝日支所地域生活課 ☎ (28) 2121

### ● 消費生活相談

近年、悪質商法の手口がより巧妙・複雑化しています。一人で悩まず、まずは早めに相談ください。

☎ 消費生活センター ☎ (23) 3820

### ● 出張年金相談

旭川年金事務所では、月に1回出張年金相談を実施しています。年金記録や見込み額の確認、年金請求の手続きなどができます。(完全予約制)

☎ 8月24日(木) 午前10時～午後3時30分

☎ 所 土別商工会館

☎ 9月14日(木) 午前10時～午後3時30分

☎ 所 市民文化センター

☎ 申問 旭川年金事務所

☎ 0166(25)5606 自動音声1番→2番



◀開拓記念式が行われ、この地を切り拓いた先人たちに敬意と感謝を伝えました



▲鬼太鼓座が公演し、会場の空気を太鼓の音色で震わせました



▲ディスタンスチャレンジ士別大会が行われ、中長距離の国内トップ選手たちがしのぎを削りました



◀火災・災害から市民を守る！士別市消防団の総合訓練が行われました



▲みんなでノーマライゼーションについて考えよう！ふれあい広場が行われました

令和5(2023)年8月1日発行 広報しべつ No.216

■写真・記事を掲載してみませんか？

お子さんの写真の掲載希望や各種イベント開催の情報提供、サークル会員募集、講演会の記事掲載依頼は、電話のほかにFAXやメールでも受け付けています。

■発行／士別市役所市民部くらし安全課くらし安全係  
〒095-8686 士別市東6条4丁目1番地  
☎0165(26)7736 FAX 0165(23)4790  
くらし安全課メールアドレス  
kurashianzenka@city.shibetsu.lg.jp

■編集・印刷／株式会社道北日報社

UD FONT 見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



▲士別市HP

しべつの人口動態(6月末現在)

<b>人口</b>	<b>17,055人(+4)</b>
男性	8,149人(-3)
女性	8,906人(+7)
自然増減	出生6 死亡13
社会増減	転入37 転出26 その他0
<b>世帯数</b>	<b>8,937世帯(-31)</b>
地区別人口	中央 14,326人
	上士別 696人
	多寄 747人
	温根別 244人
	朝日 1,042人