

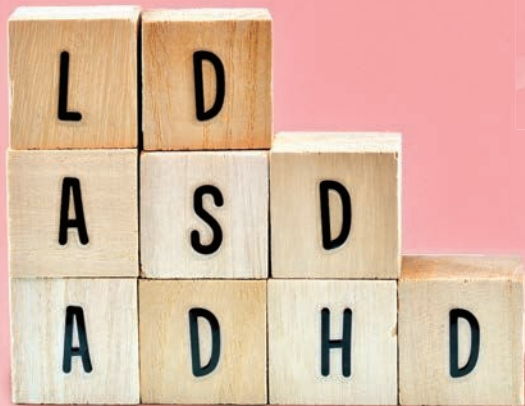


特集 知っておこう
神経発達症のこと

協力隊広報「Okoshibetsu」②		6p
Museum Micro Report ⑥		7p
各種予防接種・健康づくり講演会		13p

9月12日 市内の農家で稲刈り作業を行う
愛媛県立農業大学校の実習生

知っておこう、 神経発達症のこと



神経発達症とは、生まれつきの脳の働き方の偏りによって、行動や感じ方に特徴があらわれる障がいのひとつで、かつては発達障がいと言われていました。

神経発達症は、その特性から周囲に誤解されてしまうこともあります。

今回は、神経発達症の特徴や周りの人ができる配慮を紹介します。

神経発達症とは

生まれつきの脳の働き方の偏りにより、周囲の人と異なる行動や物事の捉えかたをすることが特徴です。このような特徴から、コミュニケーションをとることが苦手な人が多いです。

また、神経発達症の人は「空気が読めない」「わがまま」「やる気がない」などと誤解されてしまうこともあります。

しかし、これは本人の性格や努力の問題ではなく、脳機能の特性によって起こる問題です。たとえば、言葉の意味合いを理解することが難しい、忘れ物が多い、音や光に敏感で落ち着かない、といったことは神経発達症が原因の場合があります。

このような誤解や偏見をなくすことは、誰もが安心して暮らせる社会づくりにつながります。そのために、神経発達症を正しく理解することが大切です。

Developmental Disorders



ようやく見えてきた分野

神経発達症の研究は、ここ数十年で大きくすすみ、最近分かってきたことが多い分野です。

以前は「性格」や「しつけ」の問題とされてしまうことも多く、正しい支援がされないまま本人やその家族などが苦しむケースが多くありました。

現在は、神経発達症への理解も深まり、診断や支援体制も整いつつありますが、まだ神経発達症を誤解している人も多く、当事者の孤立や困りごとを深める原因になっています。



神経発達症の種類と特徴

神経発達症には、いくつかの種類があります。子どもと大人では、あらわれ方が少しずつ変わることもあります。

●自閉スペクトラム症 (ASD)

コミュニケーションや対人関係が苦手なほか、パターン化した行動をとったり、特定のことに強いこだわりがあったりします。

また、言葉の発達の遅れをとまなう場合があります。

子どもの特徴

- ▶ 友だちとの会話がかみ合いにくい
- ▶ 強いこだわりがある



大人の特徴

- ▶ 人付き合いに強い不安を感じる
- ▶ 環境の変化に対応しにくい

●注意欠如多動症 (ADHD)

集中力が続かない、忘れ物が多い、じっとしているのが難しいといった特徴があります。



大人の特徴

- ▶ 会議などで集中が続かない
- ▶ 締め切りを忘れてしまう
- ▶ 片付けが苦手

子どもの特徴

- ▶ 忘れ物が多い
- ▶ 勝手に席を立ってしまう
- ▶ 順番を待つことが苦手



●限局性学習症 (SLD)

知能の発達に遅れはないものの、読む・書く・計算するなどの特定の分野だけが極端に苦手なことがあります。



子どもの特徴

- ▶ 文字の読み書きに時間がかかる
- ▶ 簡単な計算が難しい

大人の特徴

- ▶ 会議の議事録づくりが苦手
- ▶ 資料を読むことが周りの人より遅い

特性のあらわれ方は一人ひとり異なり、複数の特性をもつ場合もあります。

注意！

上記の内容は、一例にすぎません。同じ行動をしていても、原因は異なる場合があります。思い込みや決めつけで判断せず、専門機関に相談しましょう。

特徴と日常での困りごと

神経発達症の特徴は人によってさまざまですが、次のような困りごとを抱えている場合があります。

多くは脳の働き方の偏りによるもので、本人の意志や性格だけが原因ではありません。

「自分でもどうにかしたい…」日々の困りごと



いつも忘れ物をしてしまう…

学校に必要な持ち物をよく忘れてしまったり、片付けがなかなかできなかったりします。

これは「だらしない」からではなく、頭の中で「次に何をするか」を整理して覚えておくことが難しいためです。



集中力が続かない…

興味のあることには熱中できますが、授業や会議などでは集中できず、気を散らしてしまうことがあります。

また、体をじっとさせるのが難しく、立ち歩いたり手を動かしたりして落ち着こうとすることがあります。



音や光、匂いが気になる…

掃除機や人混みのざわめき、蛍光灯の光など、周囲の刺激を強く感じすぎてしまうことがあります。

私たちが気にならない音や光でも、本人にとってはつらく、すぐに疲れてしまう原因になります。



相手の気持ちがよく分からない…

相手の表情や、言葉の裏にある気持ちを想像することが難しく、冗談を真に受けたり、話の流れにうまく合わせられないことがあります。

本人に悪気はなくても「空気が読めない」と誤解されてしまうことがあります。



文字や数の読み書きが苦手…

他のことは普通にできますが、文字の読み書きや計算など、一部の学習だけ極端に苦手なことがあります。

努力していないのではなく、脳の情報処理方法に偏りがあるためで、サポートがあれば得意な分野で力を発揮できます。

これらは「怠けている」や「性格の問題」と誤解されがちですが、本人にも制御できない特性場合があります。

このような特性を正しく理解し、それに見合った対応をすることで、本人の負担がぐっと軽くなります。

「ひょっとして…」気になったら

- ☐ 何度注意しても同じミスを繰り返す
- ☐ 約束や期限を忘れがちで、生活に支障が出ている
- ☐ 空気が読めず、会話でトラブルになることがある
- ☐ 急に予定が変わると、極端に落ち着かなくなる
- ☐ 大きな音や光が苦手で、パニックを起こす
- ☐ 読む・書く・計算のうち一つだけが極端に苦手
- ☐ 仕事や学習で「指示されないと動けない」と言われる

※「該当する＝神経発達症」ということではありません。

神経発達症は、見ただけでは分かりにくいため、あまり真剣にとらえられず「性格の問題」などと決めつけられてしまうことがあります。しかし、早い段階で適切な支援を受けることで、子どもも大人も、特性と上手につき合えるようになり、生きづらさを減らすことにつながります。

左記のチェックリストは、神経発達症の特性によって起こりうる、困りごとの一部です。当てはまる項目が多く、気になる場合は専門機関などに相談してみましょう。

環境づくりを工夫しよう

神経発達症の人が日々感じている「生きづらさ」を減らすには、周囲の人たちの適切な配慮や、環境づくりの工夫が大切です。

家庭でできる工夫

●予定はカレンダーや付箋で見えるようにする

「あとでやろう」と思って、その後忘れてしまうことがあります。予定を紙に書いて貼っておいたり、カレンダーに記入したりすると、安心して行動できます。



●指示は短く具体的に

「早く準備して」よりも「7時に朝ごはんを食べて、7時30分に出発しよう」などと具体的に伝えると分かりやすいです。細かく分けて伝えることで、本人も何をいつまでにやればよいのか理解できます。



●静かな休憩スペースを用意する

家の中で「音や光が少ない落ち着いた場所」を決めておくと、疲れたときに安心して休めます。たとえば、カーテンを閉めた部屋やお気に入りの椅子など、小さな空間でも十分です。



職場や家庭など、さまざまな場所でできる工夫は、決して難しいことではありません。ほんの小さなことでも、できることから始めてみましょう。

職場でできる工夫

●業務の流れを紙やチェックリストで示す

「やることリスト」を作って机に置いておくと、抜け漏れを防げます。たとえば「①会議室を準備②資料をコピー③参加者に配布」と細かく順番も分かるように示すと安心です。



●締め切り前に再度確認をする

「あと1時間で資料提出」と声をかけたり、カレンダーアプリなどで通知を出すと、忘れずに取り組むことができます。



●作業環境に配慮する

大きな音や慌ただしい環境で集中するのが難しい人には、静かな場所で仕事をしたり、騒がしい業務は交代で担当するなどの工夫が役立ちます。



話しかけるときは

○よい例

次はこれを
やってもらえる？



伝えたいことは
はっきりと

あと5分したら
休憩しようね！



見通しを示して
安心感を

ここは
こういう順番だと
分かりやすいよ！



やり方は
具体的に示す

×わるい例

なんでできないの！

能力の否定は、自信を失わせたり、取り組む意欲がなくなってしまうです。

〇〇さんはできるのに…

他人と比較されることで自己肯定感が下がり、心の負担が大きくなります。

ちゃんとしてよ！

具体的な指示がないため、どうすればいいか分からずとても不安になります。



感情的に怒鳴ることも、恐怖と混乱を与えてしまうため止めましょう。

だれもが安心できる地域へ

神経発達症は「最近知られてきたけれど、まだ理解が広がりきっていない」分野です。

ちょっとした理解や配慮が、当事者とその家族の暮らしやすさを大きく変えます。まずは「知ること」から始めてみませんか。

— 市の相談窓口 —

- 地域福祉課地域福祉係 ☎ (26) 7744
- 保健福祉センター ☎ (22) 2400
- こども家庭センター ☎ (26) 7202
- こども通園センター「のぞみ園」 ☎ (23) 0727
- 児童相談支援センター「虹」 ☎ (26) 7851

地域おこし協力隊は、都市部の方が地方に移住し、地域の活性化などをめざして活動する制度です。本市では、現在11人の隊員が在籍しています。まちの魅力発信や課題解決に取り組み、自身の夢や目標をかなえるため活動しています。

この連載では、本市の協力隊がつくるネットワーク組織「OKOSHIBETSU」が、noteで発行している広報を一部紹介します。

全文はnoteで読むことができます。



隊員インタビュー

●中藪 大和 さん (農業支援員)

▶農業に踏み込む決心

高校まで地元の京都で過ごし、部活で取り組んでいたアイスホッケーの推薦で江別市の酪農学園大学に進学しました。在学中、1年半ほどの海外農業研修にも参加しましたが、このときは就農するつもりはありませんでした。

卒業後は、札幌市の警備会社に就職。そのときに、士別市出身の妻と出会いました。その後、自分で何か始めたいと考えた結果「自分にできることは農業しかない、地域おこし協力隊で就農した話もあるし、士別で挑戦してみよう」と決心しました。

▶「やまとのとまと」誕生

令和4年、地域おこし協力隊の農業支援員枠で採用され、妻とともに移住しました。研修先で農業の基本を学びつつ、研修先からハウスを借りてトマトの栽培にも取り組みました。

トマトは、2年目に「やまとのとまと」として商品化しました。道内外から注文があり、予想以上の売れ行きに驚きながらも、励みにしています。



●齋藤 友貴 さん (羊の飼養・農業支援員)



▶動物との暮らしを求めて

もともとは、道内の家畜用の餌を作る会社に勤務していました。妻とは大学からの付き合いで、二人とも農業や動物に関わる勉強をしていました。

約3年勤務し、妻の「動物と一緒に暮らしたい」という想いを叶えるため、地域おこし協力隊として士別に移住しました。

当初は羊の飼養のみを行う予定でしたが、夫婦二人で安定した生活をするために、農業の体制を整えることも必要だと考え、農業支援員の活動にも取り組むことにしました。

▶二足のわらじを二人三脚で

羊と雲の丘で研修しつつ、自宅の納屋で羊の飼育を始めました。また、羊の飼育は妻にもお願いし、北町の農家で農業研修にも従事しました。羊は現在18頭飼っており、羊肉や羊毛をネット販売しています。羊は、いずれ50頭まで増やしたいです。

2人は7月に協力隊を退任しましたが、士別に定住し、現在も農業や羊の飼養に取り組んでいます。

Museum Micro Report

博物館三二通信

▼博物館HP



市立博物館では、年間をとおしてさまざまな講座や展示、研究などを行っており、子どもから大人まで幅広く知的好奇心を育てています。

この連載では、所蔵資料や学芸員の研究活動などをテーマに、博物館の魅力を発信します。

興味がある方は、ぜひ市立博物館へ。

市立博物館 ☎ (22) 3 3 2 0

第⑥回

植物相調査を実施しました

●博物館周辺に自生する植物は？

博物館周辺は自然豊かで、季節に応じた植物の移り変わりを見られる場所です。しかし、これまで「どのような植物が生えているのか」をくわしく調査したことはありませんでした。

今回、企画展「博物館周辺の植物さんぽ」にあわせて、植物相調査（対象場所に生えている植物の種類を記録する調査）を行いました。

●調べ方と標本づくり

調査は、時期を変えて何度も歩き、できるだけ多くの植物を探します。観察した植物は、写真と場所（緯度・経度・標高、周囲の環境）を記録し、採集して標本を作ります。

標本は、後からくわしく調べるためにも重要です。今回の調査では、過去に収集した標本や写真も整理しました。

標本は、次の手順で作成します。

- ①採集 … 植物の特徴が表れている部位（花など）を探し、出来る限り根から全体を採取します。
- ②プレス・乾燥 … 新聞紙と段ボールにはさんで重しをのせ、乾燥させます。
- ③貼り付け … 標本に直接のりづけせず、紙テープで台紙に固定し、採集情報を記載した標本ラベルを貼ります。

●調査結果

今回の調査では、213種類の植物が確認されました。

希少種のような珍しい植物は確認できませんでしたが、これは、博物館周辺の大部分が二次林（人の手が加わった森林）であるためと考えられます。

植物相調査は地道な作業ですが、地域の自然を知るために大切な調査です。博物館では、植物に限らず土別全体の生物の分布や特徴を把握することをめざしています。

現在、博物館では周辺の植物を紹介するコーナーを設けています。調査結果を参考にしながら、博物館周辺を散策してみませんか。（本部哲矢学芸員）



▲今回の調査で確認されたギンリョウソウ



▲完成した植物標本

今回見つけた植物

▶湿ったところを好む植物

ミズバショウ、エゾノリュウキンカ、バイケイソウ、オニシモツケ など

▶林のなかに生える植物

カタクリ、オオウバユリ、ギンリョウソウ、ミヤマアキノキリンソウ など

▶明るい草地で咲く花

フクジュソウ、エゾエンゴサク、ウツボグサ、ネジバナ など

▶帰化植物

ヒメジョオン、シロツメクサ、ハルザキヤマガラシ、オオハンゴンソウ など

※海外から持ち込まれた植物が野生化し、その場所に定着したもの



▲ミズバショウ



▲オオウバユリ



▲ウツボグサ

合宿選手を 応援しよう！



全国の実業団登録チームに所属する陸上長距離選手のなかから、成績に応じて選出された選手が日本実業団陸上競技連合男子長距離合宿に参加しています。

長年続いている合宿で、選手と競技界全体のレベルアップを図っています。今年は15チーム32人の選手が参加しました。

☎合宿の里・スポーツ推進課合宿推進係 ☎ (26) 7305

参加チーム・選手

FUJITSU

・飯田 貴之さん
・中村 風馬さん
・鈴木 康也さん

TOYOTA

・丸山 竜也さん
・西山 和弥さん
・野中 優志さん
・佐藤 敏也さん

AICHI STEEL

・海村 蓮さん
・西村 翔太さん

SUBARU

・鈴木 勝彦さん
・山本 唯翔さん
・小林 歩さん

YKK
Little Parts. Big Difference. >>>

・森山 真伍さん
・細森 大輔さん
・大谷 章紘さん

S&H

・石原 翔太郎さん
・大林 洸己さん

Aisan

・住原 聡太さん

LOGISTEED

・富田 峻平さん

T.gami

・堀田 晟礼さん
・吉山 侑祐さん

CHUHATSU
CHUO SPRING CO.,LTD.

・石川 龍芽さん

Otsuka

・中村 光稀さん
・宮木 快盛さん

NTT西日本

・大塚 倭さん

中電工

・岡原 仁志さん
・井上 亮真さん

YASKAWA

・合田 椋さん
・漆畑 瑠人さん

**10年より「クラブティア」へ
九電工**

・山内 健登さん
・天野 誠也さん

トーエネック

・河合 代二さん



合宿に参加したランナーが所属するチームが、ニューイヤー駅伝大会などに出場します。みなさんとチームや選手を応援しよう！

イベントカレンダー

10月

子育て支援センターゆら ☎(26)7202

日程	時間	行事名
3(金)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY～体操編～ (対象者には案内配付・要予約)
17(金)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY～ミニ講話編～ (対象者には案内配付・要予約)
18(土)	9:30~11:30	・お父さんDAY ・マタニティDAY(10:00~11:30)
29(水)	10:00~11:30	わくわくDAY※保健福祉センター (対象者には案内配付・要予約)
30(木)	9:30~11:30	作業療法士相談日(要予約)
31(金)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY～おしゃべり編～ (対象者には案内配付・要予約)



いきいき健康センター ☎(26)7778

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。

▼いきいきサロン

事前申込不要

午前▶10時~11時30分

午後▶1時15分~2時45分

(朝日は10時30分~正午)

日	月	火	水	木	金	土
《お願い》 いきいきサロン参加者は、開始5分 前までにお越しください。			1 軽スポーツ・レク 折り紙あそび	2 脳トレ ちぎり絵	3 ぬりえ 紙コップのハロウィンパケツ	4 書写 軽スポーツ・レク
5 日曜キッズルーム	6 休館	7 健康麻雀 健康麻雀	8 切り絵 脳トレ	9 はぎれの小物入れ 折り紙あそび	10 軽スポーツ・レク ミニ講話「住まいの終活」	11 脳トレ ぬりえ
12 日曜キッズルーム	13 休館	14 健康麻雀 健康麻雀	15 ハロウィン飾りづくり フリープログラム	16 ぬりえ 軽スポーツ・レク	17 折り紙あそび 脳トレ	18 ちぎり絵 ダリアの壁飾り
19 日曜キッズルーム	20 休館	21 健康麻雀 健康麻雀	22 折り紙あそび 軽スポーツ・レク	23 書写 脳トレ	24 墨絵のはがき ぬりえ	25 切り絵 折り紙あそび
26 日曜キッズルーム	27 休館	28 健康麻雀 健康麻雀	29 脳トレ ぬりえ	30 折り紙あそび 紙刺繍のしおりづくり	31 フリープログラム 軽スポーツ・レク	

※このほか、「カフェつながり」を4日、18日(土)午前9時30分~11時30分に、「さんあいクラブ」を25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

※申込不要

サロン名	時間	開催日
ふまねっとサロン	午後1時30分~3時	水曜日▶ 1、8、15、22日
囲碁サロン	午前10時~正午	土曜日▶ 4、11、18、25日
パッチワークサロン	午前10時~午後3時	土曜日▶ 4、11、18、25日
切り絵サロン	午前9時30分~11時30分	木曜日▶ 9、23日

No.
66

の**情報**

ごみ ステーション！

問環境センター ☎ (23) 0022

指定ごみ袋が、残り少なくなっていないですか？

夏から秋にかけては、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、指定ごみ袋の残量は定期的に確認し、余裕をもって買い足しておきましょう。



▲約1トンの容量があるフレコンバッグ

ごみを直接 持込む方へ

環境センターへ直接ごみを持込む際、機械の故障や詰まりを防ぐために、70リットル以下の袋を使用するようにお願いしていますが、例外として引越しや家の片付けなどでごみが大量に出る場合は、フレコンバッグ（トン袋）などを使用して持込むことができます。

ただし、次の点に注意願います。

- ▼分別されていること。
- ▼係員が、袋の中を確認できる状態であること。
- ▼ご自身でごみを降ろすこと。

※守られない場合は、搬入をお断りします。

使用済みペンを 回収しています

本年4月から回収している使用済みペンは、市民の皆様のおかげで、現在まで7.5kg回収することができました。

回収したペンは、さまざまな素材へリサイクルされます。

引き続き、ごみの減量化にご協力をお願いします。



▲使用済みペン回収箱

粗大ごみ収集の 申込みについて

粗大ごみ収集の申込み締切は、収集日の1週間前までです。

締切前であれば、いつでも申込みできますが、駆け込みでの申込みは電話が混み合う原因となりますので、時間的余裕をもって申込みをお願いします。

なお、アプリからも申込みできますので、ぜひご活用ください。

異物がないか 確認しましょう

「缶」や「ペットボトル」の中に、飲み残しやたばこの吸い殻などの異物が入っている場合があります。

異物が入っていると、リサイクルに支障がありますので、ごみに出す前に一度何も入っていないことを確認しましょう。

有害・危険ごみは 混ぜないで！

収集した一般ごみの中に、モバイルバッテリーなどの電池が混ざっていることがあります。

これらは、収集・処理作業の際に火災や爆発事故につながる恐れがあり、大変危険です。

電池類の有害ごみや、電子たばこなどの危険ごみは、他のごみとは分けて、透明か半透明の袋で一般ごみの日に出してください。



▲処理作業中に発火した電子たばこ（バッテリー付）

士別市立病院 受診案内

問士別市立病院 ☎ (23) 2 1 6 6

10月

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。

※事前採血の受付時間は、午後1時～3時です。

※電話での診察予約変更は、午後2時～4時です。

※10月1日（水）からインフルエンザ、新型コロナウイルス（内科のみ）の予防接種の予約を開始します。

診療科		月	火	水	木	金	留意事項
内科	一般	○ —	○ —	○ —	○ —	○ —	神経内科の診療は毎週木曜日午後です。（予約診療）
	循環器	今月の診療日は、3・8・10・16・17・20・27・28日です。					20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） ※火曜日の診療日は21日（午前のみ）です。
小児科		○ ○	○ ○	○ ※	○ ○	○ ○	※10月から水曜日の診療体制が変わります。 →第1・3・5（午後）予防接種のみ（予約制）、第2・4（午後）通常診療
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）※23日（木）は休診です。
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。※14日（火）は休診です。
眼科		○ ○	— —	— —	— —	○ ○	
麻酔科		○ —	— —	— —	○ —	— —	

日曜・祝日当番医

13日	しべつ内科クリニック ☎(23) 2 5 2 5
26日	道北クリニック ☎(23) 1 1 1 1

※上記のほか、5・12・13・19・26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・火・木・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
士別内科クリニック	月～金曜日	(23) 2525
道北クリニック	月～金曜日	(23) 1111

令和7年度・下半期けんしんのご案内

対象者・料金

※胃・肺・大腸がんは、検診日に70歳以上の方、生活保護受給者は無料です。
※それ以外の検診は、検診日に70歳以上の偶数年齢の方に限り無料です。

種類	対象者 ※年齢はR8.3.31時点	料金	種類	対象者 ※年齢はR8.3.31時点	奇数年齢	偶数年齢	国保加入者
若年者健診	30～39歳で健診を受ける機会のない方	1,800円	胃・肺・大腸がん検診	35歳以上の方	胃1,700円、肺600円 大腸1,000円		各500円
国保の特定健診	40～74歳で市国保加入者	無料	子宮がん 頸部細胞診 検診 (経膈超音波検査)	20歳以上の方 ※性経験のない方にはお勧めしていません。	6,270円 (1,540円)	1,800円 (500円)	500円 (500円)
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険加入者	無料	乳がん検診	40歳以上の方	～49歳 6,710円 50歳～ 5,720円	2,000円	1,000円
国保の人間ドック	40～74歳で市国保通年加入者	5,000円	骨粗しょう症検診	35歳以上の女性	2,200円	1,000円	500円

集団けんしんの日程など

申★ネット予約(右記コードからアクセス)
または北海道けんしん予約コールセンター
☎0120(149)375
●成人病健診センター☎(22)2600



日程	会場	若年	国保	後期	胃・肺・大腸	子宮	乳	骨
10月	4日(土) 保健福祉センター					締切	締切	
	8日(水) 成人病健診センター	●	●	●				
	8日(水) バスツアー(P17参照)				締切	締切	締切	締切
	20日(月) 多寄研修センター	締切	締切	締切	締切			
	21日(火) 上士別構造改善センター	締切	締切	締切	締切			
	22日(水) 成人病健診センター	●	●	●				
	24日(金) 温根別出張所	締切	締切	締切	締切			
11月	6日(木) バスツアー(P17参照)				★	★	★	★
	12日(水) 成人病健診センター		●	●				
	14日(金) 保健福祉センター				★			
	15日(土) 保健福祉センター	★	★	★	★			
	16日(日) 保健福祉センター	★	★	★	★			
	26日(水) 成人病健診センター		●	●				
12月	10日(水) 成人病健診センター	●	●	●				
	24日(水) 成人病健診センター	●	●	●				
1月	14日(水) 成人病健診センター		●	●				
	24日(土) 保健福祉センター	★	★	★	★			
	27日(火) 成人病健診センター					★		
	28日(水) 成人病健診センター		●	●				

※ ☐ 偶数年齢、子宮頸がん検診無料クーポン券対象者のみ受診可 ※ ☐ 託児可(要事前申込)

※10月20日(月)、21日(火)、24日(金)の各種がん検診は、肺がん検診のみ受診できます。

※締切後も、空きがあれば予約できます。保健福祉センター☎(22)2400へ問い合わせください。

個別で行うけんしん

種類	会場・申込み先	日程など
▶胃・肺・大腸がん検診 ▶子宮がん検診・乳がん検診 ▶骨粗しょう症検診	旭川がん検診センター☎0120(972)489	～令和8年3月31日
▶乳がん検診 ※偶数年齢、乳がん検診無料クーポン券対象者のみ	成人病健診センター☎(22)2600	毎週月・火・水曜日
▶国保の人間ドック	成人病健診センター☎(22)2600	～令和8年3月下旬 ※日程は予約時に調整
▶歯周病検診(※)	市内歯科医院へ直接申し込み	～令和8年2月28日

(※)→令和8年3月末時点で40・50・60歳の方が対象です。(対象者には、5月に受診券を送付しています)

予防接種を受けよう

問保健福祉センター ☎ (22) 2 4 0 0

インフルエンザ

市内医療機関に直接予約してください。

※事情により市内で接種できない場合は、接種日の10日前までにご相談ください。

日 令和8年3月31日(火)まで

所 市内各医療機関

対 次のいずれかに該当する市民

① 接種日に65歳以上の方

② 13歳未満の方

助成金額 ①→1,760円

②→1,410円(2回)

※自己負担額は、医療機関により異なります。



新型コロナウイルス

7,700円助成

市内医療機関に直接予約してください。

くわしくは、市HPをご確認ください。

※事情により市内で接種できない場合は、接種日の10日前までにご相談ください。

日 令和8年3月31日(火)まで

所 市内各医療機関

対 接種日に65歳以上の方

助成金額 7,700円

※自己負担額は、医療機関により異なります。

带状疱疹

対象者には、4月に文書を送付しています。希望者は、令和8年3月末までに接種してください。

くわしくは、市HPをご確認ください。

日 令和8年3月31日(火)まで

所 市内各医療機関

対 次のいずれかに該当する市民

※4月以降に転入された方で該当する方も接種できます。

① 令和8年3月末時点で65・70・75・80・85・90・95歳の方

② 100歳以上の方

助成金額 ワクチンの種類により異なります。

※自己負担額は、医療機関により異なります。

申 市内各医療機関に予約

HPV

最後の無料接種

無料接種できるのは、令和8年3月31日(火)までです。

合計3回の接種があり、終了までに6カ月必要なため、対象者は10月中の接種開始をおすすめします。2回目以降の接種予定者は、接種間隔を守りましょう。

日 令和8年3月31日(火)まで

所 市内各医療機関

対 次のいずれかに該当する市民

① 高校1年生相当の女性

② 平成9年度～20年度生まれで、令和6年度までに1～2回の接種を受けており、2～3回目未接種の女性

¥ 無料

申 市立病院は2週間前まで、市内医療機関は1週間前までに予約

健康づくり講演会「いつまでも若々しく健康で生きるために」

市民の健康づくりの一環として、お茶の水健康長寿クリニック院長の白澤卓二さんが講演します。

参加者には「明治プロビオR-1」と「ヨーグルト」をプレゼントします。入場無料ですので、ぜひご参加ください。

10/13 月 午後2時～3時30分

所 土別グランドホテル

対 どなたでも

¥ 無料

申 10月6日(月)までに申込フォームまたは電話で申込み

問 合宿の里・スポーツ推進課合宿推進係 ☎ (26) 7 3 0 5



▲申込フォーム



▲白澤卓二院長

国勢調査の回答はお済みですか？

国勢調査 2025

まだ回答していない方は、期限までに回答をお願いします。

スマホやパソコンからの回答が便利です。



回答期間

10月8日(水)まで



令和7年10月1日時点で、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象で、法律により回答が義務付けられています。

9月下旬から、調査員がご自宅を訪問し、調査書類を配布しています。スマホやパソコンで簡単に回答できます。(郵送または調査員へ直接提出も可)

スマホは、コードを読み取ることでログインして回答できます。ID やパスワードなどは不要です。

調査結果は、子育て支援や防災対策などの政策を立てる際の資料として、国や自治体が利用します。調査票は厳重に管理され、統計の作成に関連する目的以外には使用されません。

●国勢調査の詳細は、専用HPをご確認ください。



専用
HP



《士別市長選挙》

当 渡辺 英次 氏 5,274 票
北口 雄幸 氏 4,904 票

《士別市議会議員補欠選挙》

当 武井 祐司 氏 無投票

※定数2人のうち1人の届出

	有権者数	投票者数	棄権者数	投票率
男	6,749 人	4,810 人	1,939 人	71.27%
女	7,602 人	5,419 人	2,183 人	71.28%
計	14,351 人	10,229 人	4,122 人	71.28%

投票数		
有効	無効	計
10,178 人	51 人	10,229 人

8月31日(日)告示、9月7日(日)投開票で行われた、士別市長選挙および士別市議会議員補欠選挙の結果は、つぎのとおりです。

士別市長選挙および
士別市議会議員補欠選挙
投開票結果

お知らせ

Information



日時 会場
内容 対象
定員 料金
申込
問い合わせ
HP ホームページ



市民が、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

不足額給付金 申請受付中

対象者には、申請書類を送付しています。11月14日(金)までに支給確認書の提出がない場合は、申請を辞退したとみなしますので、忘れずに申請してください。

支給対象と思われる方で、申請書類が届いていない場合はお問い合わせください。くわしくは、市HPをご確認ください。

☑ 下記の①②いずれかに該当する方

①当初調整給付金に不足が生じると見込まれる方

(例)

▶ 令和5年所得よりも令和6年所得が減少した方(失業など)

▶ 令和6年中に出生などで扶養親族が増えた方 など

②下記の要件に全て該当する方

▶ 定額減税の対象外の方(所得税及び個人住民税所得割がゼロ)

▶ 青(白)色事業専従者・合計所得金額が48万円超の方

▶ 令和5・6年非課税世帯給付などの対象世帯主、世帯員ではないこと

☎ 税務課市民税係 ☎ (26) 7 7 2 0

利用してみませんか 付加年金・国民年金基金

国民年金保険料に加えて、付加保険料や国民年金基金の掛金を支払うことで、老齢基礎年金に上乘せられた額が受け取れます。

▶ 付加年金

納めることで将来、付加年金を受け取れます。

支払額(月額) → 400円

受給額(年額) → 200円 × 納付月数

▶ 国民年金基金

加入することで、自営業や個人事業主などが、会社員などと同水準の年金を受け取れます。

少ない掛金・自由なプランで始められます。

※付加年金と国民年金基金は併用できません。

☎ ▶ 付加年金 → 市民課医療年金係 ☎ (26) 7 7 0 3

▶ 国民年金基金 → 北海道支部 国民年金基金 ☎ 0 1 2 0 (65) 4 1 9 2 (フリーダイヤル)

税・保険・年金



車両の登録もれは ありませんか？

125cc以下の原動機付自転車や、フォークリフトなどの小型特殊自動車には、軽自動車税(種別割)が課税されます。

使用していない車両や公道を走らない車両も課税対象ですので、登録手続きを行いナンバープレートの交付を受けてください。

また、車両を譲り受けたときは、名義変更の手続きをしてください。

☎ 手続場所 税務課、朝日支所、各出張所

☎ 持ち物 車名、車台番号、排気量などがわかるもの(販売証明書など)

☎ 税務課市民税係 ☎ (26) 7 7 2 0



10月31日(金)は「市道民税(第3期)・国保税(第4期)」の納期限です

期限を過ぎると「延滞金」が発生します

期限を過ぎて市税や国保税を納付したときは、期限までに納付した方との公平性を確保するため、「延滞金」がかかります。

延滞金がかかる方には納付書を送付しますので、早めにお支払いください。

期限までに納付が難しい方は、必ず相談してください。

☎ 税務課納税係 ☎ (26) 7 7 1 8



ゆずります ゆずってください

▶ゆずります

- ・ブレータンス
- ・電子ピアノ

▶ゆずってください

- ・掃除機(紙パック式)

※9月16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。

☎くらし安全課くらし安全係 ☎
(26) 7 7 3 6



▲市HP

健康・福祉



成人歯周病検診

歯周病は、歯を失う原因の第1位です。口臭の原因でもあり、糖尿病やその他全身の病気(脳心血管疾患、認知症など)にも関係しています。

気づかないうちに発症・進行しますので、症状が出る前に受診しましょう。

☎令和8年2月28日(土)まで

☎たしろ歯科医院、朝日歯科診療所、山本歯科医院、あずま歯科クリニック、土別やまぎし歯科、ノエル歯科医院、つくも歯科

☎令和8年3月末時点で40・50・60歳の方(検診日時点で土別市民でない方・歯科で治療中の方は対象外)

☎持ち物①受診券

②健康保険証など住所・氏名・生年月日のわかるもの

③生活保護受給証明書(受給者)

¥770円(生活保護受給者は無料)

☎市内各歯科医院に直接申込

☎保健福祉センター ☎(22)

2 4 0 0

10月15日～31日は 秋の全道火災予防運動

全国統一防火標語「急ぐ日も
足止め火を止め 準備よし」を掲
げて、市内で行事を行います。

各家庭でも、暖房器具などを点
検してください。

▶啓発サイレン →10月15日(水)、
31日(金)※午前8時

▶街頭防火PR →10月18日(土)
午前10時～(市内スーパー)

※各分団の消防演習や招集サイ
レンの吹鳴、防火対象物への立入
検査なども実施します。

☎土別地方消防事務組合消防署 ☎
(23) 2 6 1 9



取引面積によって 届出が必要です

一定面積以上の土地取引(売買・
賃借など)の契約をした場合、土地
の権利取得者(買主など)は届出を
行う必要があります。

届出をしないと、法律で罰せら
れることがあります。制度の詳細
や様式は、市HPをご確認ください。

☎届出契約締結日から2週間以内に、その土地の所在する市町村へ

対象面積

都市計画区域内→5千m²以上

都市計画区域外→1万m²以上

※土別の場合

提出書類

▶土地売買等届出書

▶土地売買等契約書の写し

▶土地の位置を明らかにした地形
図(縮尺5万分の1以上)

▶土地およびその付近の状況を明ら
かにした図面(縮尺5千分の1以上)

▶土地の形状を明らかにした図面

▶委任状※代理人が届出する場合

☎都市環境課管理係 ☎(26)

7 7 9 6

教育・子育て



「特認校制度」説明会

通学区域外の指定学校に通学で
きる「特認校制度」の説明会を開催
します。

☎①10月27日(月) →糸魚小学
校、朝日中学校

②10月28日(火) →上士別小学
校、上士別中学校

☎③10月17日(金)までに学校教育
課学務係 ☎(26) 7 3 0 3 へ

子どものための 「里親」制度

さまざまな事情により自分の家
庭で暮らせない子どもを、一般家
庭で一時的に養育する制度です。

基準を満たし、愛情をもって子
どもを育てられる方であれば、里
親になることができます。

長期間の養育をお願いすること
もありますが、子どもの生活費は
公費で負担します。また、里親には
手当が支給されます。

里親制度の詳細や、希望者は問
い合わせください。

☎北海道旭川児童相談所(里親担
当) ☎0 1 6 6 (23) 8 1 9 5

環境・衛生



合同墓の 今年度受付終了

9月で今年度の受付を終了しま
した。

次年度の受付は、令和8年4月
1日(水)から開始予定です。

☎都市環境課管理係 ☎(26) 7 7 9 6



がん検診バスツアー

各種検診を一度に受けられます。バスの送迎は無料で、骨粗しょう症検診も受診できます。

料金は、市HPをご確認ください。
※人間ドックや職場検診などで受診予定の方や、治療中の方は対象外

日 11月6日(木) ※朝日支所・保健福祉センターとともに午前7時集合
所 旭川がん検診センター

定 25人

申 10月9日(木)までに下記コードからネット予約もしくは北海道けんしん予約コールセンター ☎ 0120(149)375へ

問 保健福祉センター ☎ (22) 2400

子宮がん検診、バスツアーの
ネット予約はこちらから



子宮がん検診

子宮がんは、自覚症状がなく進行していくため、2年に1度は受診しましょう。

今年度、市内で受けられる子宮がん検診は最後です。ぜひご予約ください。

料金は、市HPをご確認ください。

日 令和8年1月27日(火)

※午後1時～1時20分受付

所 成人病健診センター

対 20歳以上で、令和8年3月末時点で偶数年齢の女性
※無料クーポン対象者(21歳の方)

定 20人

申 令和8年1月6日(火)までに下記コードからネット予約もしくは北海道けんしん予約コールセンター ☎ 0120(149)375へ

問 保健福祉センター ☎ (22) 2400



介護教室

「認知症の理解と予防」をテーマに開催します。簡単な体操も行います。介護に興味のある方は、ぜひお越しください。

日 11月10日(月)午後1時30分～(午後1時から受付開始)

所 市民文化センター 1階研修室

対 どなたでも

定 100人 ※当日受付も可

¥ 無料

申 問 11月5日(水)までに高齢者福祉課地域包括支援センター ☎ (26) 7754へ



敬老バスの利用 負担額は変わりません

10月から、士別軌道の市内路線バス運賃が改定されますが、敬老バスの料金は現在の1乗車100円(または50円)から変わりません。

また、お持ちの乗車券はそのまま使えます。

問 高齢者福祉課高齢者係 ☎ (26) 7752

スポーツ施設の利用調整について

市内スポーツ施設の、冬期間(11月1日～4月30日)の定期利用申込を受け付けています。希望する団体は、期限までに申込みください。

一部施設で利用調整会議を行いますので、出席してください。



施設名	対象期間	申込期限	調整会議	問い合わせ・申し込み
総合体育館	11月1日～令和8年4月30日	10月10日(金)	10月23日(木) 午後6時～ 総合体育館 1階研修室	士別市スポーツ協会 事務局 ☎ (23) 1348
士別小、士別南小、士別中、士別南中				
スポーツ交流館				
多寄小、上士別中			実施しません	合宿の里・スポーツ推進課市民スポーツ係 ☎ (26) 7307

文化の日は博物館へ

11月1日～7日の「教育・文化週間」に合わせて、市立博物館では文化の日に入館した方へオリジナルのポストカードをプレゼントします。

日11月3日(月) 午前10時～午後4時30分

所市立博物館 **定**30人

¥入館料100円(中学生以下は無料)

問市立博物館 ☎(22) 3 3 2 0



道北地区博物館巡回展「巳年のへび展」

今年の干支であるへびの生態や、道内に生息する種類をパネルで紹介します。

日10月17日(金)～11月13日(木)

所市立博物館・公会堂展示館

¥入館料100円(中学生以下は無料)

問市立博物館 ☎(22) 3 3 2 0

博物館講座「古文書教室②」

剣淵町に残る日記史料から、士別や剣淵の歴史を紐解きます。

日10月19日(日) 午後1時30分～

所市民文化センター 2階視聴覚室

対中学生以上

定15人 **¥**200円

問講座当日までに、市立博物館 ☎(22) 3 3 2 0へ



食生活改善推進員養成講座

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、地域で食育を普及する活動を行う食生活改善推進員の養成講座を開催します。

生活習慣病を予防する食事や栄養学の講話、調理実習などを行います。

日10月24日、31日、11月7日、14日、21日

※全5回計20時間、すべて金曜日

所保健福祉センター

対市内在住で、食生活改善推進員として活動できる方

定5人 **¥**1,200円

問10月14日(火)までに保健福祉センター ☎(22) 2 4 0 0へ



さっぽろ市士別ふるさと会ふるさとの集い

札幌近郊に住む、士別にゆかりのある皆さんと交流しませんか。多くの参加をお待ちしています。

日10月25日(土) 正午～

※バス行程

・午前8時30分朝日支所発

・午前9時市役所発

・午後5時30分士別着(予定)

所ホテルポールスター札幌

対市民 **¥**1人1万円

問10月17日(金)までに企画課秘書創生係 ☎(26) 7 8 1 4へ

石器づくり体験

大昔の人が狩りなどで使用した石器を作ります。

日11月16日(日) 午前10時30分～

所市民文化センター 1階研修室

対小学生以上(小学3年生以下は要保護者同伴)

定20人 **¥**200円

問11月14日(金)までに市立博物館 ☎(22) 3 3 2 0へ

催し・講座



市民総合文化祭(中央・上士別地区)

ほかの地区は、別途お知らせします。

問中央公民館 ☎(26) 7 2 2 3

《中央地区》

所市民文化センター、生涯学習情報センター

内①小中学校音楽発表会

10月22日(水)

②児童・生徒作品展示

10月25日(土)～11月3日(月)

③一般展示

10月30日(木)～11月3日(月)

※フラワーアレンジメントは11月1日(土)～3日(月)

④菊展示・販売

11月1日(土)～3日(月)

⑤お茶会

11月3日(月)

⑥芸能発表

11月3日(月) 午後1時～

《上士別地区》

所上士別構造改善センター

内①作品展示

11月1日(土) 午前9時30分～午後3時

②お茶席

11月1日(土) 午前11時～※なくなり次第終了

③おもち配付

11月1日(土) 午前11時～※なくなり次第終了

④体験コーナー

11月1日(土) 午前11時※定員になり次第終了

⑤音楽・芸能発表

11月3日(月) 午前10時～

⑥バザー・シフォンケーキ販売

11月3日(月) 午前10時30分～



図書館よみきかせ会

所 図書館よみきかせ会

▶ よみきかせ会

日 10月12日(日)、25日(土) 午前
10時30分～11時

▶ ちびっこよみきかせ会

日 10月23日(木) 午前10時30分
～11時

問 市立図書館 ☎ (29) 2 1 5 3

科学工作体験

電池を使わずに音が聞こえるラ
ジオ(ゲルマニウムラジオ)を作
り、科学の不思議を体験します。

日 11月2日(日) 午前10時～

所 市立博物館

対 小学生(3年生以下は要保護者
同伴)

定 15人 ￥300円

申 問 10月25日(土)までに市立博
物館 ☎ (22) 3 3 2 0 へ

「これなに？ 博物館のコレクション」

博物館のさまざまなコレクショ
ンに触れたり、使ってみたりしな
がら調査します。

日 10月12日(日) 午後1時30分～

所 市民文化センター 1階研修室

対 どなたでも(小学3年生以下は
要保護者同伴)

定 20人 ￥無料

申 問 10月10日(金)までに、市立
博物館 ☎ (22) 3 3 2 0 へ

図書館情報

問 市立図書館 ☎ (29) 2153

《第79回読書週間》 10月25日(土)～11月9日(日)

テーマ 「こころとあたまの、深呼吸。」

■ 講話「少しの工夫で実践できる高血圧予防」

日 10月26日(日) 午前10時40分～11時40分

所 視聴覚室 定 20人

申 問 10月17日(金)までに市立図書館へ申込

■ 秋の映画会

日 11月1日(土) 所 視聴覚室

▶ 大人向け2本

①「癒しのこころみ」午前10時～11時50分

②「影裏」午後1時15分～3時30分

■ 古本・古雑誌リサイクルフェア

古本や古雑誌など無料で提供します。

日 11月8日(土)

午後1時30分～3時30分

所 生涯学習情報センター地階



どなたでも参加OK！すべて無料です☆

くわしくは、市HPをご確認ください。

今月のオススメ！



石村友見 著

「動かないゼロトレ」

寝た姿勢でポーズをとり、30秒じつ
とするだけ！体のポジションを元の位
置に戻すことで、痛みや疲れのない快
適な体をつくる「動かないゼロトレ」。

小説

今月の新刊図書

その他



太田愛 著

「最初の星は最後の家のようだ」

どこともわからない場所に生き
る双子の姉弟の物語「十月の子供た
ち」、半自伝的小説「給水塔」など短編
小説5編とエッセイ1編を収録。



大橋弘一 著

「ビジュアル図鑑 北海道の鳥」

鳥の見分け方、生態などをコンパ
クトに解説。野鳥珍鳥272種の美に
迫る約870点の写真で、野鳥観察の
基本が楽しく身に付く！

自衛官候補生

試験の日程など、くわしくは問い合わせください。

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

《自衛官候補生》

対 18歳以上32歳以下の男女(令和7年4月1日時点)

受付期間 10月9日(木)まで※締切以降も随時受付



その他



宝くじコミュニティ助成事業で太鼓などを購入・修理しました

上士別地区自治会連絡協議会で宝くじの助成金で太鼓などの購入・修理を行いました。

この事業は(一財)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施している事業で、地域のコミュニティ活動を充実させる目的で行われたものです。

今後、太鼓活動を通じ地域が一層発展することが期待されます。
☎ 上士別出張所 ☎ (24) 2 2 0 7



募集・告知



士別市民文芸 掲載作品募集

士別市民文芸第29号は、令和8年3月に発行予定です。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(金)

¥ 掲載料として文芸誌1冊の購入をお願いします。

※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



いつでも、どこでも
オンラインで行政手続き

オンライン申請サービス

住民票や所得証明書などの交付をスマートフォンで申請すると、後日自宅に届きます。(手数料はオンライン決済可能)



▲申請サイト

ノルディック 森林ウォーキング

ノルディックウォーキングで士別神社周辺の森林を散策します。cotoriで休憩します。秋の自然を満喫しながら、健康づくりを楽しみませんか。

日 10月18日(土) 午後1時～3時
※雨天中止

所 士別神社集合

対 どなたでも **定** 10人

¥ 1人2,000円(小学3年生以下は1,000円)

持ち物 森歩きができる服装、飲み物、虫よけ手袋

申問 10月15日(水)までに、士別移住定住交流促進協議会 mazaru ☎ 0 5 0 (6882) 2 0 9 7へ

羊毛ワークショップ&ニット小物展

士別産サフォークの毛に触れてみませんか。興味のある方は、ぜひお越しください。

日 10月11日(土)、12日(日) 午前10時30分～午後2時30分

所 道の駅「羊のまち 侍・しべつ」

内 ▶ニット小物販売(帽子、手袋など)

▶羊毛体験(ニードル体験、糸つむぎ体験、解毛体験)

※すべて15分～30分程度

対 小学生以上

¥ ニードル体験のみ500円、ほかは無料

申 不要

問 めん羊工芸館くるるん ☎ (23) 3 7 9 3



安全安心なまちづくりの日・全国地域安全運動の実施

10月11日(土)～20日(月)

安全安心なまちづくりの日

10月11日は、国民の防犯に対する意識と理解を深めることを通じて犯罪に強い社会の実現を目指す「安全安心なまちづくりの日」です。

犯罪のない、安全安心な社会を実現するため、一人ひとりができる範囲の地域安全活動に取り組みましょう。

全国地域安全運動

●特殊詐欺などの被害防止

偽物の警察手帳や逮捕状をビデオ通話などで見せて、逮捕などをほのめかす詐欺被害が多発しています。

警察は、捜査対象者にビデオ通話をしたり、警察手帳や逮捕状の画像を送ったりすることはありません。

●子供と女性の犯罪被害防止

地域の見守りの目を増やすことは、犯罪の未然防止や防犯力の向上にもつながることが期待できます。



運転免許更新時講習

所市民文化センター

問士別地区交通安全協会連
合会(士別警察署内)

☎ (23) 0110

※午前9時～午後4時30分
(正午～午後1時を除く)



●10月の日程

優良	①10月9日(木) 午後1時～1時30分
	②10月21日(火) 午後6時～6時30分
一般	10月21日(火) 午後7時～8時
違反	10月16日(木) 午後6時～8時
初回	10月9日(木) 午後2時～4時

●11月の日程

優良	①11月13日(木) 午後1時～1時30分
	②11月18日(火) 午後6時～6時30分
一般	11月18日(火) 午後7時～8時
違反	11月13日(木) 午後2時～4時

※日程は変更する場合があります。

相談窓口



～お困りごとなど受け付けます～

●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)

日10月23日(木)午前10時～午後3時30分

11月20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

●行政相談

10月は行政相談月間です。相談委員が幅広い相談を受け付けます。申し込みは不要です。

日①10月15日(水)午前10時～正午、午後1時～3時

②11月19日(水)午後1時～3時

③12月17日(水)午後1時～3時

所市役所相談室(1階)

申問くらし安全課くらし安全係☎(26)7736

●無料法律相談

弁護士が応じます。3開庁日前までに申し込みください。

日10月15日(水)午後5時～8時

※1人25分間

所市役所相談室(1階)

申問くらし安全課くらし安全係☎(26)7736



▲インターハイ・ウエイトリフティング競技において、士別翔雲高校が悲願の団体初優勝を飾りました。



▲友好都市・愛知県みよし市の特産品販売会が道の駅で行われ、みよし産果物が人気を博しました。



▲今回で最後となる「芝居で遊びましょVol.23」が、あさひサンライズホールで行われました。



▲天塩川まつりが行われ、屋台やみこし行脚、花火大会などで土別の夏の夜を盛り上げました。



▲天塩川まつりの花火

令和7(2025)年10月1日発行 広報しべつ No.242

■記事を掲載してみませんか？

イベントの開催情報やサークル会員募集、講演会などの記事掲載依頼は、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



▲市HP

しべつの人口動態（8月末現在）

人口	16,163人（-29）
男性	7,736人（-3）
女性	8,427人（-26）
自然増減	出生 3 死亡 26
社会増減	転入 32 転出 38 その他 0
世帯数	8,663世帯（-12）
地区別人口	中央 13,655人
	上士別 642人
	多寄 681人
	温根別 225人
	朝日 960人

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。