



特集 ひと・まち・みらい de まざりあい
～移住定住交流促進協議会 Mazaru の活動～

- 産地で直売 …… 6～7p
- 広報広聴事業を紹介します …… 8p
- 土別スポーツウィーク開催 …… 12p

ひと



まち



みらい



de まざりあい

～移住定住交流促進協議会 Mazaru の活動～

交流人口や関係人口を拡大し、士別への移住・定住を促進する移住定住交流促進協議会「Mazaru」が、2024年10月の設立以降活発に活動しています。

ひととまちがまざりあい、つながり、ひとつになることで未来をつくる——。

今回は、すべての市民が居場所を見つけられるようにと思いを込めた、Mazaru の活動を紹介します。

☎総合政策課まちづくり推進係 ☎(26) 7790

Mazaruのコンセプト



本市は、地域が一体となったまちづくりを推進するなかで、人口減少対策として関係人口・交流人口の増加や移住定住の促進が急務となっています。

移住定住交流促進協議会Mazaruは、そのような本市の状況を踏まえ、自分らしい暮らし方・働き方とめぐりあうための、誰かにとっての道しるべになるべく、官民一体で組織された団体です。

Mazaruのコンセプトは「交わり、混ざり、つながり、未来を創る」です。

人の手を引くような「少しおせっかいな存在」として活動することで、この地域に居場所を見つけられる人が増えるように、という思いが込められています。

活動は多岐にわたり、移住定住をめざした短期移住体験ツアーや起業希望者向けのワークショップをはじめ、まちのことを語り合う交流会や子どもの自主性を育む合宿などがあります。

Mazaruのロゴマークは、編み込んだ士別の羊毛と天塩川がモチーフです。「人の心が温かく交わる場所」「人とまちの交差点」をあらわし、市内と市外、人とまちをつないで混ぜ合わせることで、新しい未来の創造をめざします。

◀Mazaruの活動を、
もっとくわしく!

Mazaruの活動紹介

2024年10月の設立以降、約1年半の期間で実施してきたMazaruの活動の一部を紹介します。

Mazaru会員であり、地域おこし協力隊2年目の杉浦諒さんから、事業の内容や実績などをうかがいました。

短期移住体験ツアー

2025年8月5~7日実施

「すぐに移住!」という方はもとより、もっと間口を広げて「土別での暮らしに興味がある」「土別とかかわりを持ってみたい」といった方も含めた体験ツアーです。

土別ならではのさまざまな体験を堪能できる内容で、参加者には市内農家での農作業体験、つくも水郷公園でのパークゴルフ、森林散策と木工体験、焼き鳥バーベキューなどを、1泊2日の日程で存分に楽しんでもらいました。

多くの参加者が、最初から土別への関心が高かったため、参加者同士やMazaru会員との情報交換が積極的に行われていました。



市内各所をいろいろ回りましたが、どの場面でも会話が弾んでいました。みんな土別について知りたがっていて、土別のさまざまな話題で盛り上がりました!



Mazari場

定期開催中

移住者も生粋の土別市民も垣根なく、ご飯を食べながら自分の近況やふだんの活動、土別でのできごとなどを気軽に語り合う交流会です。

初対面の人同士でも、すぐに打ち解けることができる雰囲気が好評で、定期的で開催しており、これまでに8回開催しています。



徐々に浸透してきて、人の輪が広がってきています。ここにしかないコミュニティができつつあると感じています!



何にもしない合宿

2025年11月8~9日
2026年3月28~29日実施

子どものころから「自主的に行動する」ことに慣れてもらおうと、カリキュラムやイベントなどをなにも用意せず、場所だけを提供する合宿を実施しました。

夕食後に集まり、翌日の朝食前に解散する日程で、小学校の体育館を借りました。子どもの主体性を育む以外にも、防災的な観点から「自宅外での宿泊体験」の意味もあります。

集まった子供たちは、何をしようか自分たちで考え、各々が自由に動いてボールやマットなどを使って遊んでいました。会員にも声をかけてくれて、一緒に遊ぶこともありました。



手持ち無沙汰になる子どもは
おらず、みんながみんな好きに動いて楽し
んでいました。帰る時間ギリギリまで
遊んでいたのが印象的でした。



士別チャレンジキャンプ

2025年12月13~14日実施



市内での起業や、地域おこし協力隊の起業型での採用をめざす人たちを対象に、取り組みたい事業のプレゼンテーションとブラッシュアップを行う合宿です。

1回目は4人の参加があり「鳥獣被害の低減をめざした食用転嫁と2次利用」「空き家を活用した民泊事業」など、地域性に合った計画が持ち込まれました。

キャンプでは、参加者が事前に考案した企画の内容を踏まえ、市内の先進事例や先駆者の話を聞き、その意見を加味したうえで企画の完成度を高めました。

また、経済や言論、教育などさまざまな分野における市内の第一人者に向けて事業内容を発表し、さらに企画をアップデートしました。

キャンプをとおして、事業の完成度だけではなく士別での「実現度」も高める結果となりました。

まだ1回目ですが、士別が求めている人材と士別に
来たい人のマッチングは、良い
作用を生むと思います。
今後は、もっと気軽なチャレン
ジにも目を向けたいです。



Mazaruの想い、未来の士別へ

阿部 あつ子 会長

10年以上経ちますが、わたし自身も移住者です。留萌出身で、大学進学で名寄市に来ていたため、わりと近くからの移住でした。

移住後は、地域とのつながりを持ちたくてイベントや地域の団体に参加しつつ、同世代や先輩の方々との仲を深めていきましたが、そのなかで「士別の人のあたたかさ」を強く感じ、人こそ宝だという想いを持つようになりました。



— 気軽さと笑顔、
Mazaruで大切なこと—



▲各種取り組みだけでなく、Mazaruの今後の方向性などを考える会議も密に行っている。



▲早朝のJR士別駅で実施した、おにぎり・おかずの試食イベント「おむすびや」。

まちづくりに興味はありましたが、普段から士別が持っているさまざまな魅力が「もったいない」と思っていたので、今回官民が協力して移住定住を推しすすめる組織をつくると聞き、大きな魅力を感じたためMazaruに参加することにしました。

会の準備段階から携わっていますが、民が主体で行政がサポート役、という部分が、フットワークの軽さや事業のスピード感に好影響を与えていると思います。

現在の会員は12人ですが、だれもが気軽に、楽しそうに笑顔で参加しており、良い空気で行えています。Mazaruの役割は、すべての人が士別で楽しく豊かに過ごすために、人と人・人とまちをつなぐことであり、笑顔と気軽さはとても大切だと思っています。

多種多様な人たちがいろいろな形でつながり、混ざり合い、交差するような「人生の交差点」でありたいと思います。

1年半の活動で、Mazaruも少しずつかわりが増えてきましたが、今後も一層さまざまな人、場所に手を伸ばしてつながりを深め、広げていくつもりです。

Mazaruをとおして、たくさんの人の「こういうことがやりたい!」を叶えられるよう、成長を続けたいです。

今後の活動に注目しよう!

Mazaruでは、今年度もさまざまな事業を予定しており、定期開催の「Mazaru場」をはじめ「何にもしない合宿」「士別チャレンジキャンプ」も実施予定です。

新しい企画なども考案中であり、興味のある方は各種情報をチェックしましょう!



Mazaru
Instagram▶



Mazaru
ポータルサイト▶

Mazaruの会議に参加してみませんか?

Mazaruでは、毎月1回会員が集まり、移住・定住・交流の促進に向けた会議を行っています。

市民の皆さんから広く意見を取り入れるため、オブザーバー参加者を募集しています。興味のある方は、お気軽にご連絡ください。

✉ mazaru.shibetsu.ijuteiju@gmail.com

⑪ 満月農園 市内配達有

代 満月潤一さん
 ☎ 090 (7658) 1404
 所 上士別町21線南70
 期 通年
 品 米(ゆめぴりか、おぼろづき、ななつぼし)



⑦ KouRyu. 直売店(笠羽農園) 直売

代 笠羽新一さん
 ☎ (26) 2446
 所 多寄町37線東3
 期 5月上旬~10月下旬
 時 午前8時~午後5時
 休 不定休
 品 軟白長ネギ、かぼちゃ、アスパラ、陸稲米(限定品)玄米



⑫ ファーム あるむ 直売・市内配達有

代 崎原元貴さん
 ☎ (24) 2262
 所 上士別町24線南53
 期 通年
 時 午前9時~午後5時
 休 不定休
 品 昔ながらの庭先たまご、キミシフォンケーキ



⑧ あったかふぁーむ 直売・地方発送有

代 阿部隆好さん
 (担当:阿部あつ子さん)
 ☎ 090 (3114) 1435
 所 多寄町32線西17
 期 5月中旬~10月中旬
 時 午前9時~午後4時
 休 不定休


品 アスパラ、きらめきトマト、
 トマトジュースなど



⑬ 有限会社 三栄アグリ 直売


代 穴戸久男さん
 ☎ (28) 3300
 所 朝日町三栄4844
 期 通年
 時 午前8時30分~午後5時
 休 土曜日午後、日曜日

品 トマト、スイートコーン、
 トマトジュース、枝豆みそ、
 北海道まるごとカレーなど




⑨ たよる春小麦の会 直売・市内配達有

代 村中吉宏さん
 ☎ (26) 2722
 所 多寄町36線西26
 期 通年(電話対応)
 品 たよる春よ恋(小麦粉)



⑭ じゅーみーふぁーむ 直売・朝日町内配達有

代 江崎浩之さん
 ☎ (28) 3828
 所 朝日町南朝日7288
 期 7月下旬~10月中旬
 時 午後1時~4時
 品 ミニトマト、なんばん、なす、
 オクラなど



⑩ 株式会社 イナゾーファーム 直売・オンラインショップ

代 谷寿彰さん
 ☎ (26) 2031
 所 多寄町38線西9
 期 通年
 休 日曜日(不定休あり)
 品 有機アスパラ、有機イナゾー
 トマト、有機トマトジュース



“おいしい”は、すぐ近くに
産地で直売
 やさい・おこめ・くだもの・加工品

市では、安全でおいしい農畜産物が多く生産されています。
 地産地消を推進するため、地元農畜産物を購入できるお店
 をまとめました。くわしくは、市HPをご確認ください。
 ※時期や天候などで商品が変わることがあります。

☎ 農業振興課農政係 ☎ (26) 7030






▲令和8年度版
 産直マップ

代表者 所在地 電話番号 期間 時間 定休日 取扱商品

④ 株式会社ペコラファーム 直売・市内配達有

代 山下卓巳さん
 ☎ (22) 4545
 所 東4条21丁目473-103
 レストラン「ペコラキッチン」
 期 7月~9月末
 時 午前10時~午後3時
 休 水曜日

品 いちご・いちご狩り



① 朝採り野菜市「なっ葉ワールド」 直売

代 玉田文子さん
 ☎ 090 (9756) 2914
 所 士別道の駅
 西條士別店
 期 5月下旬~2月下旬
 時 午前10時~午後5時
 品 きゅうり、なす、トマト、白菜、ほうれん草など



⑤ おがた農園 直売・地方発送有

代 尾形隆一さん
 ☎ 080 (6090) 4137
 所 武徳町42線東4
 期 4月下旬~10月中旬
 時 午前10時~午後5時
 休 不定休
 品 アスパラ、とうもろこし、ジャガイモ、ミニトマトジュースなど




② ファーマーズマーケット「ひびきあい」 直売・地方発送有

代 中山弘子さん
 ☎ (29) 6622
 所 大通東20丁目472番地
 期 5月中旬~10月下旬
 時 午前10時~午後5時
 休 月曜日
 品 アスパラ、とうもろこし、玉ねぎ、メロン、かぼちゃなど




⑥ 士別農園 直売・市内配達有

代 眞鍋禎和さん
 ☎ (26) 2406
 所 多寄町37線西3
 期 通年
 時 午前9時~午後3時
 休 土日祝日
 品 みそ、三升漬、米こうじなど



③ 鈴木農場 市内配達有

代 鈴木庄一郎さん
 ☎ 090 (3776) 3709
 所 南士別町1083-4
 期 通年
 品 米(ゆめぴりか、おぼろづき、
 ななつぼし)



掲載農家を募集しています

市では、産直マップに掲載していただける市内
 農業者の方を募集しています。
 主力農産物の宣伝や新商品の周知などに、産
 直マップを活用してみませんか?
 掲載を希望する方は、農業振興課農政係まで
 ご連絡ください。



市長への手紙・メール

お寄せいただいたご意見やご提言は、市長が必ず目をとおり、これからのまちづくりに役立てています。

「市長への手紙」は、市役所や支所、出張所のほか生涯学習情報センターなどの公共施設に、用紙と投函ボックスを設置しています。

このほか、メールやフォームでも手紙を出すことができます。



◀市長へのメール



◀申込フォーム

市長お気軽未らいトーク

市長が皆さんのもとに直接出向いたり、市長室にお越しいただくことで、今後のまちづくりに向けた意見交換を行います。

話すテーマも形式も自由です。まちについてのざっくばらんな雑談でも、トークイベントのディスカッション相手でも、市長への直談判でもOK!

なお、6月29日(月)には、定時開催として市長室を開放しますので、気軽にお申し込みください。



- ◻ 市民、団体、グループなど
- ◻ 随時受付
- ※定時開催6月29日(月)午後1時～5時
- ◻ 申込者の希望に対応
- ◻ 申込方法 開催希望日の14日前まで(定時開催は7日前)に総合政策課秘書広報係へ

気軽にトーク&ディスカッション!

広聴事業に 参画しませんか?

本市では、市民をはじめ企業、団体などとの対話を重視しながら「共創」によるまちづくりを進めています。

その一環として、市民の皆さんの声を市政に反映させるため、次のような「広聴(こうちょう)」活動を行っていますので、ぜひご利用ください。

☎総合政策課秘書広報係 ☎(26)7814



さまざまな形で
市民のみなから
意見を聞いているよ

▶申込フォーム



知っトーク!出前トーク

市職員が皆さんのもとを訪問し、市民生活に役立つさまざまな情報をお伝えします。

トークメニューは、52項目あります。市の予算や運営、都市計画などから、子どもの権利、認知症予防、学校教育、雇用対策に至るまで、あらゆるテーマを扱っており、その業務を担当する職員が講演や実演形式で説明します。

市民からの質問や意見も受け付けています。

- ◻ 市内に在住・在勤・在学している5人以上のグループ
- ◻ 原則平日の午前9時～午後5時(応相談)
- ◻ 申込者が手配・決定
- ◻ 申込方法 開催希望日の14日前までに総合政策課秘書広報係へ





No. 74

情報 ごみステーション!

問環境センター ☎ (23) 0022

ごみ出しは、ルールを守ってキレイに出そう

収集当日は、午前9時(できるだけ9時近い時間)に出してください。ごみ収集日については、ごみカレンダーをご覧ください。収集もれを防ぐために、ご協力をお願いします。

解体したら まとめてください

粗大ごみとして、木製品(タンスや食器棚)を解体して出すときは、解体したものを、ひもなどで縛って出して下さい。



道路清掃ごみを 出すときは

道路敷地などで集められた、落ち葉や刈り草などのごみを出すときは、環境センターに事前に連絡してください。

また、ごみは「透明または半透明のごみ袋」に入れて「道路ごみ」と記載した紙を貼るか、ごみ袋にマジックで書いて出してください。

有料の「指定ごみ袋」を使う必要はありません。

※連絡がない場合、収集できません。

※自宅敷地内の落ち葉や刈り草などのごみは、収集できません。

不法投棄・焼却は 絶対にダメ!

ごみの不法投棄・不法焼却は、5年以下の懲役または1千万円以下の罰金に科せられる重罪です。絶対にしないでください。

※環境センターでは早朝・夜間の強化パトロール中です。あわせて、不法投棄防止のため啓発看板の設置をしています。

最近、悪質な不法投棄が確認されています。不法投棄されたごみの処理は、土地所有者が行うこととなります。なお、不法投棄を発見した場合は、警察へ通報してください。



▲不法投棄を見つけたら、速やかに警察へ通報しましょう。

封筒の処分 プラ部分は分別を

紙製窓付き封筒は、そのまま紙類(雑紙)で出してください。

プラスチック製窓付き封筒は、プラスチック部分をはがして、その他プラスチックごみに、封筒部分は紙類(雑紙)で出してください。

問い合わせを いただきました

▼「保冷剤」は何ごみ?

「一般ごみ」です。中身のゲルを分ける必要はありませんので、そのままの状態ですべて出してください。



▼「ガムテープやシールは、どうすればいいの?」

段ボール箱などに付着しているテープ類は、はがせる場合ははがしてください。はがしたテープ類は、一般ごみに出してください。



士別市立病院 受診案内

問士別市立病院 ☎ (23) 2 1 6 6

6月

再来機 受付時間 【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)
【午後診療】午前11時～午後3時
(小児科は午後4時まで)

日曜・祝日当番医

14日 道北クリニック ☎(23)1111
21日 船津医院 ☎(23)2674

■「午前/午後」「終日」で表記しています。(○は診療可、一は休診)

※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。
(緊急の場合は除く)

※初めて受診する方の受付は、午前8時45分からです。

診療科	月	火	水	木	金	留意事項	
内科	一般	○/一	○/一	○/一	○/一	○/一	神経内科は予約診療
	循環器	○/一	○/一	○/一	○/一	○/一	ペースメーカー外来は8日(月)です。(予約診療)
	消化器	○/一	○/一	○/一	○/一	○/一	
精神神経科	○	16日/一	○	一	○	受付は午後1時30分まで(予約診療)。15日(月)は午後休診	
小児科	○	○	○/※	○	○	※第1・3・5水曜(午後)予防接種のみ(予約制)、第2・4水曜(午後)通常診療	
外科	○/一	○/一	○/一	一	○/一	水・木曜日はストーマ外来、スキンケア外来(予約診療)	
整形外科	○/一	○/一	○/一	○/一	○/一		
皮膚科	○	一	○	一	一	※皮膚科の第2・4水曜日は医師2人体制です。	
泌尿器科	一	一	一	○/一	一		
婦人科	○	○	一	一	一	予防接種・産後1カ月健診は要予約※診療時間午前10時～午後4時(受付は午後3時まで)	
眼科	○	一	一	一	○		
麻酔科	○/一	一	一	○/一	一		

オリンピック・パラリンピアンとともに、
スポーツの魅力にふれてみませんか？

参加無料で、参加者にはオリジナルT
シャツをプレゼントします。

1人でも参加できます。多くのご参加を
お待ちしております。

PROGRAM

- ジョギング(約1.9km)
- ウォーキング(約1.9km)
- ふれあいゲーム
- オリ・パラ競技体験

☎ 7月18日(土)午前9時～11時30分

所 陸上競技場 ※雨天時は総合体育館

対 どなたでも ¥無料

申 問 6月15日(月)までに下記フォー
ムから申込または士別スポーツウィ
ーク実行委員会 ☎(26)7305へ

申込はこちら▶



トップアスリートと体づくり!



オリパラフェスティバル

7/18(土)9:00 ~

参加者募集中!

参加オリンピック・パラリンピアン



イベントカレンダー

6月

子育て支援センターゆら ☎(26)7202

日程	時間	行事名
2(火)	9:30~11:30	赤ちゃんDAY~体操編~ (対象者には案内配付・要予約)
9(火)	10:00~11:00	育児講座 「ふれあいマッサージ」(要予約)
13(土)	10:00~11:30	マタニティDAY
19(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)
25(木)	9:30~11:30	作業療法士相談日(要予約)
29(月)	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
	1	2	3	4	5	6
	休館	健康麻雀	カサのつるし飾り	ちぎり絵	折り紙あそび	脳トレ
		健康麻雀	脳トレ	軽スポーツ・レク	ぬりえ	段ボールの壁飾り
7	8	9	10	11	12	13
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀	折り紙あそび	脳トレ	フリープログラム	軽スポーツ・レク
		健康麻雀	軽スポーツ・レク	切り絵	お花紙のあじさい	ぬりえ
14	15	16	17	18	19	20
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀	ぬりえ	紙粘土の花瓶	脳トレ	折り紙あそび
		健康麻雀	脳トレ	ヨガ体験	ちぎり絵	軽スポーツ・レク
21	22	23	24	25	26	27
日曜キッズルーム休	休館	健康麻雀	軽スポーツ・レク	ぬりえ	切り絵	ちらしのコースター
		健康麻雀	フリープログラム	折り紙あそび	軽スポーツ・レク	脳トレ
28	29	30	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>《お願い》</p> <p>・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。</p> </div>			
日曜キッズルーム	休館	健康麻雀				
		健康麻雀				

※このほか、「カフェつながり」を6日、20日(土)午前9時30分~11時30分に、「さんあいクラブ」を27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15分~2時45分	水曜日▶ 3、10、17、24日
囲碁サロン	午前10時~正午	土曜日▶ 6、13、20、27日
パッチワークサロン	午前10時~午後3時	土曜日▶ 6、13、27日
切り絵サロン	午前9時30分~11時30分	木曜日▶ 11、25日

さあ、カラダを動かそう。

士別スポーツウィークを開催します

6/13 (Sat) ~ 6/21 (Sun)



士別スポーツウィークは、市民一人ひとりが「体を動かすことの楽しさ」と「健康づくりの大切さ」を実感し、日常生活に運動を取り入れるきっかけをつくることを目的にしています。この機会に、さまざまな運動に挑戦してみませんか。

☎スポーツ推進課市民スポーツ係 ☎(26) 7307

▶イベント名(対象者) 問い合わせ先
開催時間 開催場所 申込先など

6/13 (土)

▶みんなDEラジオ体操(21日まで毎日実施) 申込不要
6:30~7:00 総合体育館前駐車場 ☎(22)0360

▶いきいきサロン「軽スポーツ体験」 申込不要
10:00~11:30 いきいき健康センター ☎(26)7778

▶初めてのフィットネスセミナー(有酸素運動)

①10:00~11:00

②13:00~14:00 総合体育館トレーニングルーム

③16:00~17:00 申込不要

▶初めてのフィットネスセミナー(筋トレマシン) ☎(22)0360

①11:15~12:15

②14:15~15:15 総合体育館トレーニングルーム

③17:15~18:15

▶サッカー体験教室(4~6歳※未就学児) 申込不要
17:30~19:00 士別南小学校グラウンド ☎090(6998)5683

6/15 (月)

▶ふまねっとサロンAU(あう) 申込不要
13:30~15:00 勤労者センター研修室 ☎090(1641)6049

▶ウエイトリフティング体験会(小中学生) 申込不要
18:00~19:30 総合体育館フリーウエイト室 ☎090(1887)5037

6/16 (火)

▶VO2(全身持久力)測定 要予約
10:00~20:00 総合体育館トレーニングルーム ☎(22)0360

▶出張所サフォークジム体験会(60歳以上) 申込不要
13:30~15:15 多寄研修センター ☎(26)7778

6/17 (水)

▶トランポリン体験会 申込不要
10:00~12:00 総合体育館サブアリーナ ☎090(7650)0718

▶SECA体組成測定&説明会 申込不要
10:00~20:00 総合体育館トレーニングルーム ☎(22)0360

▶ふまねっとサロン 申込不要
13:15~14:45 いきいき健康センター ☎(26)7778

▶出張所サフォークジム体験会(60歳以上) 申込不要
13:30~15:15 温根別生活改善センター ☎(26)7778

6/18 (木)

▶羊のまち・しべつ 健康ウォーキング 申込不要
9:30~11:30 士別同友会カントリークラブ ☎(22)0360

▶いきいきサロン「ヨガ体験」 申込不要
13:15~14:45 いきいき健康センター ☎(26)7778

▶出張所サフォークジム体験会(60歳以上) 申込不要
13:30~15:15 上士別構造改善センター ☎(26)7778

▶サロンdeぼっちゃん 申込不要
16:00~17:00 サポートセンターしべつ ☎(22)3012

6/19 (金)

▶プレバルシューレ(2~3歳※年少まで) 要予約
13:00~14:00 総合体育館サブアリーナ ☎(22)0360

▶出張所サフォークジム体験会(60歳以上) 申込不要
9:30~11:15 朝日支所 ☎(26)7778

▶SECA体組成測定&説明会 申込不要
10:00~20:00 総合体育館トレーニングルーム ☎(22)0360

6/20 (土)

▶晴風会ゴルフコンペ 6/12 締切
①7:30~11:30 士別同友会カントリークラブ ☎(23)1281
②12:30~16:30

▶カフェつながり 申込不要
9:30~11:30 いきいき健康センター ☎(26)7778

▶いきいきサロン「軽スポーツ体験」 申込不要
13:15~14:45 いきいき健康センター ☎(26)7778

▶サッカー体験教室(4~6歳※未就学児) 申込不要
17:30~19:00 士別南小学校グラウンド ☎090(6998)5683

SHIBETSU SPORTS WEEK IS COMING!

お知らせ

Information



- 日 日時
- 所 会場
- 内 内容
- 対 対象
- 定 定員
- 料 料金
- 申 申込
- 問 問い合わせ
- HP ホームページ



イベントや募集情報を掲載しませんか？



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！

▲投稿はこちら

軽自動車税の 納税証明書について

軽自動車税の納税情報をオンラインで確認できる「軽JNKs」により、車検時に納付証明書の提示が原則不要になりました。

令和8年度から、被けん引車も軽JNKsの対象になったため、口座引き落とし・キャッシュレス納税などで納付した場合でも、納税証明書は送付しません。

ただし、納付した直後や過去に未納があるなど、紙の納税証明書が必要な場合がありますので、ぜひオンライン申請をご利用ください。くわしくは市HPをご確認ください。

※納税証明書の発行に手数料はかかりませんが、別途郵送料がかかります。

☎ 税務課市民税係 ☎ (26) 7720



ご確認ください 年金振込通知書

年金額の改定

物価や賃金の変動に応じて見直しが行われ、毎年改定されます。

4月分(6月受け取り分)からの年金額は、昨年度から**基礎年金が1.9%の引き上げ**、**厚生年金の報酬比例部分が2.0%の引き上げ**となります。

年金振込通知書の送付

国民年金・厚生年金を口座振込で受け取っている方に対し、年金支払額を知らせる「年金額改定通知書・年金振込通知書」が毎年6月に日本年金機構から送付されます。

通知内容 年金支払額、年金から特別徴収する保険料や税額、実際の振込額

※年度途中で、年金の振込額や振込先金融機関に変更があった場合は、あらためて通知されます。

☎ ▶ ねんきんダイヤル ☎ 0570(05)1165

▶ 市民課医療年金係 ☎ (26) 7703

税・保険・年金



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。

時間が経つと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、早めに手続きしましょう。

また、空き家の所有者は、月に1回程度点検を行い、適切に管理してください。

☎ 税務課資産税係 ☎ (26) 7723



市・道民税・森林環境税 納税通知書の送付

6月11日(木)に送付しますので、期限までに納付してください。納付できない場合は、必ず相談してください。くわしくは、同封チラシや市HPをご確認ください。
※期限を過ぎると、延滞金がかかります。

☎ 相談窓 ☎ 税務課(3番窓口)

※電話相談も可

☎ ▶ 市・道民税などに関すること → 税務課市民税係 ☎ (26) 7720

▶ 納税に関すること → 税務課納税係 ☎ (26) 7718

6月30日(火)は「市・道民税(第1期)」の納期限です

納付方法その② eL-QRを使った納付

eL-QRが印字された納付書では、クレジットカードやインターネットバンキング、キャッシュレス決済などで納付できます。くわしくは、地方税お支払いサイトHPをご確認ください。

☎ 税務課納税係 ☎ (26) 7718



▲地方税お支払いサイトHP

6月23日(火)～29日(月)は 「男女共同参画週間」です

—あなたらしさが、社会のチカラ—

市では、男女共同参画週間にあわせて啓発活動を行います。



▶図書展

男女共同参画に関する図書約80冊を展示します。

☎ 6月28日(日)まで

所 市立図書館 1階

☎ 市立図書館 ☎ (29) 2 1 5 3



▶パネル展

「女性のためのウェルビーイング
～体と心の変化に耳を傾けよう～」

☎ 6月5日(金)～29日(月)

所 市民文化センター 1階展示ホール

☎ くらし安全課くらし安全係 ☎ (26) 7 7 3 6

6月1～7日は 「第68回水道週間」

「水道週間」は、水道への国民の理解と関心を高め、公衆衛生の向上と生活環境の改善を図るための週間です。今年のスローガンは「た
いせつな 水道守ろう 未来へ
と」です。

☎ 上下水道局経営料金係 ☎ (26) 7 7 9 8



ゆずります ゆずってください

▶ゆずります

- ・士別翔雲高校女子制服
- ・電動式芝刈り機(コンセント式)
- ・電気ヒーター

▶ゆずってください

- ・アルミの弁当箱
- ※5月15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

環境・衛生



飼い主のマナー

ペットの飼育は、ルールを守り、適切な飼育を心がけましょう。

近隣の方が動物好きとは限りません。周りの迷惑にならないよう、責任をもって飼育してください。

▶フンは放置せず必ず片付ける。
▶散歩をするときは必ずリードなどでつなぐ。

▶猫はリードをつけずに外に出さない。

▶野良犬や野良猫にエサを与えない。

▶鳴き声は、しつけをするか、響かないようにする。

▶他人の土地に排泄しないようにする。

☎ 都市環境課管理係 ☎ (26) 7 7 9 6、朝日支所地域生活課経済建設係 ☎ (28) 2 1 2 1



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。

☎ 税務課資産税係 ☎ (26) 7 7 2 3



教育・子育て



教科書展示会

令和9年度に使用できる教科書(小中高校用)の見本を展示します。また、市内の小中学校で現在使用している教科書も展示します。

☎ 6月24日(水)～7月9日(木)

所 市立図書館 2階学習室

☎ 学校教育課学務係 ☎ (26) 7 3 0 4

けんしんを 受けよう

問保健福祉センター ☎ (22) 2 4 0 0

●骨粗しょう症検診

4月から、料金助成対象者が「40・45・50・55・60・65・70歳になる方」となっています。

☎①集団検診

→7月8日(水)、9日(木)午後1時30分～3時

②バスツアー

1)10月14日(水)※朝日支所午前7時、上土別出張所午前7時15分、保健福祉センター午前7時30分集合

2)11月11日(水)※保健福祉センター午前7時30分集合

③個別検診

→日時は予約時にご確認ください。

所①成人病健診センター

②③旭川がん検診センター

対市民で40歳以上の女性

※現在治療中の方、病院や人間ドックと合わせて受診する方は対象外

定①各日程30人

②各日程25人

③受診する医療機関へ直接問い合わせください。

¥①料金助成対象者

(令和9年3月末時点で40・45・50・55・60・65・70歳になる方)

▶市国保→500円

▶その他保険→1,000円

▶生活保護受給者、検診日に70歳の方→無料

②上記以外の方→保健福祉センター2,090円、旭川がん検診センター2,200円

※助成対象外でも、全額自己負担で受診できます。

※生活保護受給者は、事前に生活保護受給証明書を発行してもらい、当日持参してください。

申①6月15日(月)まで

②1)9月15日(火)、2)10月13日(火)まで

③申込先へ直接ご確認ください。

→けんしん予約コールセンター ☎ 0 5 0 (5835) 0 2 1 9、もしくはネット予約(右記コード)で予約



広報しべつ5月号と一緒に配付した「けんしんガイド」にもくわしく掲載しています▶

●若年者健診

身体計測、血液検査、血圧測定、尿検査、診察などが受けられます。予約人数に限りがありますので、希望する方はお早めにご予約ください。

☎8月8日(土)午前7時～10時

所保健福祉センター※託児可、要事前申込

対令和9年3月末時点で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

¥1,800円

申7月7日(火)までに①けんしん予約コールセンター ☎ 0 5 0 (5835) 0 2 1 9②ネット予約(下記コード)

●成人歯周病検診

対象者には個別で受診券などを送っています。対象者で受診券のない方は、問い合わせください。

☎令和9年2月28日まで

所たしろ歯科医院、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

対令和9年3月末時点で40・50・60歳の方

※検診日時時点で土別市民ではない方、歯科で治療中の方は対象外

持ち物①受診券②マイナ保険証など住所・氏名・生年月日のわかるもの③生活保護受給証明書(受給者のみ)

¥770円(生活保護受給者は無料)

申上記の各歯科医院に直接申込

●子宮がん検診

☎7月28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9年3月末時点で偶数年齢の女性

※無料クーポン対象者も受診可(21歳の方)

¥▶市国保→500円

▶その他保険→1,800円

▶クーポン利用者、生活保護受給者、70歳以上→無料

▶経膈超音波検査→500円(クーポン利用者は1,100円)

申7月6日(月)までに①けんしん予約コールセンター ☎ 0 5 0 (5835) 0 2 1 9②ネット予約(下記コード)

骨粗しょう症、若年、子宮がん
けんしん予約サイト▶



ヨガサークル 参加者募集中

ストレッチ中心の大人ヨガを楽しみませんか。肩こり・腰痛をほぐし、健康づくりをしましょう。体が硬くても大丈夫です。

📅 毎週火曜日午後7時～8時15分

📍 市民文化センター 2階和室

👥 どなたでも

👤 若干名

💰 1,500円

📞 随時受付、ヨガ・ヴィリクシャ事務局の青木さん ☎090(6445)2235へ

図書館よみきかせ会

📍 図書館よみきかせ会

▶ よみきかせ会

📅 6月14日(日)、27日(土) 午前10時30分～11時

▶ ちびっこよみきかせ会

📅 6月25日(木) 午前10時30分～11時

📍 市立図書館 ☎(29)2153

催し・講座

開拓記念式典

参列希望者は、事前に申し込みください。

📅 7月1日(水) 午前10時

📍 開拓記念公園

👥 どなたでも

📞 6月12日(金)までに総合政策課秘書広報係 ☎(26)7814へ



健康・福祉

高校生年代の医療費を無償化します

8月から、医療費無償化の範囲を高校生年代まで拡大します。ただし、本人が就労している場合は、対象外となります。

拡大にともない、受給者証の名称が「乳幼児等医療費」から「子ども医療費」に変更となります。

転入された方など、申請手続きをされていない方には、後日、案内文書を送付します。

また、健康保険が変わった方は、変更届出が必要です。

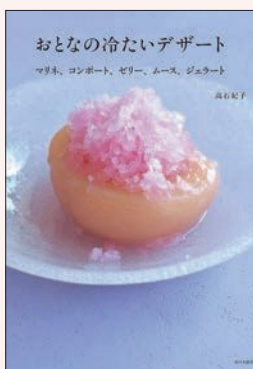
📞 市民課医療年金係 ☎(26)7703



図書館情報

📍 市立図書館 ☎(29)2153

今月のオススメ!



高石紀子 著

「おとなの冷たいデザート」

暑い時期はもちろん、食後にも楽しめる冷たいお菓子、コンポート、やわらかなゼリーやムース、ひんやり感がうれしいジェラートなどを紹介。

今月の新刊図書

小説

その他



額賀澤 著

「恋するブタハナ」

少女漫画の編集者・塩見香子は、どんな理不尽にも笑顔で対応する「怒らない人」。しかしその裏には「怒ると鼻がブタになる」という秘密が!



小澤俊夫 監修

「神様や鬼との不思議な話」

語り聞かせたい日本の昔ばなし。「桃太郎」「瓜姫」「かさじぞう」「大仏さんの食いにげ」など、ときに笑い、ときに涙の91話を掲載。

屋外出店しませんか

いつでも
だれでも
参加可能！

賑わいJUNKANリレーが スタートします

道の駅「羊のまち 侍・しべつ」で、みんなでまちを盛り上げる取り組み「賑わいJUNKANリレー」が始まります。

この取り組みは、道の駅を舞台に、市民や事業者、団体などが次々と出店やイベントを行い、リレーのように賑わいをつないでいくものです。

販売やキッチンカー、ハンドメイドの作品展示、ワークショップ、交流イベントなど「まずは試してみたい」という方でも参加しやすい取り組みです。地場産品の魅力を多くの人に知ってもらい、新しいチャレンジや人との交流を生み出しながら、まちなかの賑わいや地域経済の活性化をめざします。

出店したい方、興味のある方はぜひお問い合わせください。

☑ 随時可能

📍 道の駅・羊のまち侍しべつ

👤 事業趣旨に賛同いただける方

📞 申問随時受付中、まちづくり士別株式会社 ☎ (26) 7 3 5 3 へ



▲市HP



「共創のまちづくり」 推進事業の申請受付中

地域の課題解決や新たな価値の創出を目的に、市民が主体となっ
て行う活動や、多様な主体が連携
して取り組む事業を支援していま
す。くわしくは問い合わせくださ
い。

支援額

- ▶ まちづくり活動 → 30万円まで
- ▶ 文化・スポーツイベント → 3万円まで

👤 実行委員会・市民団体など

📞 総合政策課まちづくり推進係 ☎ (26) 7 7 9 0

募集・告知

士別市文化賞 今年度候補者を募集

長年にわたって文化の振興・発展に貢献した個人・団体に対し「士別市文化賞」を贈り、その功績をたたえています。

自薦・他薦を問わず募集します。社会教育課にある推薦書に、実績などを記入し提出してください。

表彰式は11月上旬の予定です。

📅 6月1日(月)～7月10日(金)

※土日祝日を除く

📞 社会教育課社会教育係 ☎ (26) 7 3 0 8

令和8年度 要約筆記者養成講座

要約筆記者とは、中途失聴・難聴の方に対して、音声情報を要約して文字などで情報を伝える役割の人です。くわしくは市HPをご確認ください。

📅 7月25日(土)～11月29日(日)
午前10時～午後5時15分(全14回)

📍 生涯学習情報センター

👤 18歳以上の方

👤 20人(手書き/パソコンコース)

📄 無料(テキスト代などの自己負担あり)

📞 6月30日(火)までに、北海道聴覚障がい者情報センター ☎ 0 1 1 (221) 2 6 9 5 へ

家庭応援サフォークポイントカードの配送を開始します

市民(5月1日を基準日に、住民基本台帳に記録されている方)1人につき15,000円分の「家庭応援サフォークポイントカード(応援サフォカ)」を6月下旬までに順次配送します。

到着日はお届け先によって異なるほか、盗難防止のため対面で受け渡します。

くわしくは、市HPをご確認ください。

☎総合政策課まちづくり推進係
(26) 7 7 9 0



▲市HP

Jアラート訓練・試験

国からのJアラート通知による地震速報訓練、情報伝達試験を行います。

※放送内容は、変更になる場合があります。また、当日の天候などで試験を中止する場合があります。
☎総務課行政係 (26) 7 7 8 4

《情報伝達試験》

☎6月3日(水)午前11時ごろ

《緊急地震速報訓練》

☎6月17日(水)午前10時ごろ



いつでも、どこでも
オンラインで行政手続き

▲申請サイト

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)

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。

☎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

《2等陸・海・空士(任期制自衛官)》

☎18歳以上32歳以下の男女(令和8年4月1日時点)

☎受付期間 5月28日(木)まで※締切以降も随時受付



地域学校協働活動サポーター(水泳)募集

市内小学校の水泳授業をサポートできる方を募集しています。くわしくは、問い合わせください。

☎6月下旬～8月下旬(都合の良い日)

☎所南郷プール、朝日プール

☎水泳指導の手伝いができる市民
※資格は問いません

☎定若干名

※昨年までの登録者は申込不要。

※スポーツ安全保険に加入します。(保険料負担はありません)

※実績に応じて交通費などを支給します。

☎6月12日(金)までに、社会教育課社会教育係
☎(26) 7 3 0 8 へ

人材育成・文化振興事業申請受付中

人材育成を目的とした調査研究や文化振興に関する事業、または姉妹都市・友好都市との交流事業を支援しています。くわしくは問い合わせください。

☎市民5人以上で構成する団体

☎申請 ▶ 人材育成・交流事業 → 総合政策課まちづくり推進係
☎(26) 7 7 9 0

▶ 文化振興事業 → 社会教育課社会教育係
☎(26) 7 3 0 8

その他



高齢者名簿を作成しています

対象者には文書を送付しています。必要事項を記載し、7月15日(水)までに返送してください。

☎75歳以上の方のみの世帯で、昭和25年5月16日～昭和26年5月15日生まれの方

☎返信期限 7月15日(水)

☎高齢者福祉課地域包括支援センター
☎(26) 7 7 5 4

令和8年度(第2回)北海道警察官採用試験

受験資格

《**学歴**》▶ A区分～学校教育法による大学(短大を除く)などを卒業した方(令和9年3月末日までに卒業見込みの方を含む)
※高度専門士の称号を取得または令和9年3月末日までに取得見込みの方を含む

▶ B区分～A区分以外の方

《**年齢**》平成3年4月2日～平成21年4月1日に生まれた方
(令和9年4月1日時点で18歳以上36歳未満)

《**予定人数**》250人程度

男性A区分 40人程度 / 男性B区分 140人程度

女性A区分 20人程度 / 女性B区分 50人程度



運転免許更新時講習

☒市民文化センター

☒士別地区交通安全協会連
合会(士別警察署内)

☎(23) 0 1 1 0

※午前9時～午後4時30分
(正午～午後1時を除く)



●6月の日程

優良	①6月9日(火) 午後1時～1時30分
	②6月17日(水) 午後6時～6時30分
一般	6月17日(水) 午後7時～8時
違反	6月11日(木) 午後6時～8時
初回	6月9日(火) 午後2時～4時

●7月の日程

優良	①7月9日(木) 午後1時～1時30分
	②7月16日(木) 午後6時～6時30分
一般	7月16日(木) 午後7時～8時
違反	7月9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～

●健康づくりの相談

保健師や管理栄養士が応じます。※申込不要

☒▶健康、こころ、妊婦の健康、育児、栄養など
に関する相談

☒保健福祉センター☎(22) 2400

●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)

☒6月23日(火)午前10時～午後3時30分

7月23日(木)午前10時～午後3時30分

☒市民文化センター

☒☒旭川年金事務所

☎0166(25)5606 自動音声1番→2番

●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。

☒6月21日(日)正午～午後3時

※1人25分間

☒市役所相談室(1階)

☒☒暮らし安全課暮らし安全係☎(26) 7736

●いじめの相談

いじめられてる・学校に行きたいのに行けな
い・だれかにきいてほしいなど、一人でなやま
ず、そうだんしてください。

まいにち24時間、お金はかかりません。

☒子ども相談支援センター

☎0120(3882)56

✉sodan-center@hokkaido-c.ed.jp



▲市内の桜は、例年より早い雪解けで連休前には見ごろを迎えました。



▲花たびそうやがJR士別駅を訪れ、多くの市民や鉄道ファンが乗客を出迎えました。

雪が降っても、連休中は各所でのぎわい

今年のゴールデンウィーク(5月2日～6日)は、中盤に雪が降るといふ悪天候に見舞われましたが、後半は天気も回復し、市内各所で行われたイベントには多くの観光客が訪れました。

道の駅・羊のまちしべつでは「春まつり」が行われ、市内外から訪れた来場者がラム串などに舌鼓を打ったほか、羊と雲の丘は恒例の羊のショーでにぎわいました。

また、市立博物館でも連休イベントが行われ、多くの市民らが充実した連休を過ごしました。



▲羊と雲の丘の毛刈りショー



▲道の駅の春まつり



▲市立博物館の野鳥観察会

令和8(2026)年6月1日発行 広報しべつ No.250

■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／士別市役所総務部総合政策課秘書広報係
〒095-8686 士別市東6条4丁目1番地
☎0165(26)7814 FAX 0165(22)3332
総合政策課メールアドレス
hishoshitsu@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(4月末現在)

人口	15,868人 (-23)
男性	7,579人 (+1)
女性	8,289人 (-24)
自然増減	出生7 死亡28
社会増減	転入142 転出144 その他0
世帯数	8,623世帯 (+13)
地区別人口	中央 13,462人
	上士別 614人
	多寄 663人
	温根別 219人
	朝日 910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。