



発行/士別市 編集/秘書広報課  
 〒095-8686 士別市東6条4丁目1番地  
 電話 0165(23)3121 FAX0165(22)1934  
 秘書広報課メールアドレス  
 hishokohoka@city.shibetsu.lg.jp  
 士別市ホームページ  
 http://www.city.shibetsu.lg.jp

広報しべつ11月1日号は10月29日(木)発行予定です。

人気の公民館講座です  
**男の料理教室**

市では、男性が1人でも食生活を楽しむことができるよう、料理教室を開催します。道民カレッジ連携講座です。託児を希望する方は、あわせて申し込みください。



- 日時↓11月10日、17日、24日いずれも午後6時30分〜8時30分(毎週火曜日、全3回)
- 会場↓市民文化センター料理室
- 調理内容↓五目煮のちらしずし、カレイの煮付け、きんぴら、天ぷら、肉じゃが、炊き込みご飯など
- 講師↓株式会社士別ブランドホテル 齊藤誠氏
- 対象・定員↓市内に住む男性・24人(定員になり次第締め切り)
- 参加料↓各回500円(材料代など)
- 持ち物↓エプロン、三角布
- 申込期間↓10月15日(木)〜11月2日(月)まで
- 申込み・問合せ↓市中央公民館

- 持ち物↓受診券、保険証
- 問合せ↓市市民課 ☎ 内線 2220

開催日	開始時間	会場
10月26日(月)	8:00~10:00	多寄研修センター
	11:00~12:00	下士別自治会館
10月27日(火)	8:00~9:30	上士別構造改善センター
	11:00~12:00	成美自治会館
10月30日(金)	8:00~9:30	温根別出張所
11月6日(金)	8:00~9:30	武徳自治会館
	10:30~11:30	中士別自治会館

- 日程
- 料金↓無料(同時にオプシヨン検査を受ける場合は有料)
- 対象↓市国保加入の40〜74歳の方(5月下旬に受診券を送付済み)
- 当日会場までお越しください。
- 事前予約は不要です。
- まだ受診していない方は、必ず受診してください。
- 市国保では、特定健診と特定保健指導を行っています。今年度、健診してください。
- 必ず受診しましょう

必ず受診しましょう  
**国保特定健診**

**上川北部精神保健大会**

上川北部精神保健協会では、市や関係機関と連携し、講演会を開催します。入場は無料で、どなたでも参加できます。多くの来場をお待ちしています。

- 日時→10月31日(土)午後1時30分〜3時30分
- 会場→士別市勤労者センター
- 演題→「思春期の悩みと、こころの病気」
- 講師→武井明氏(市立旭川病院精神科診療部長)
- 問合せ→名寄保健所 ☎ 01654(3)3121

**北海道最低賃金**

時間額  
**764**円

- ◆効力発生日  
平成27年10月8日
- ◆問合せ  
名寄労働基準監督署  
☎ 01654(2)3186

**三木多恵子  
 ファゴットミニコンサート**

**10月21日(水)**  
 午後7時~

- ▶会場→生涯学習情報センター 託児室
- ▶入場→無料
- ▶主催・問合せ→アルモニー(三木) ☎ 080(5595)6404



# 平成27年度 市民総合文化祭

文化祭テーマ「<sup>みらい</sup>未来に輝かそう文化の華」

## ●中央地区会場

【会場：生涯学習情報センター】

①小中学生作品展示→10月24日(土)～11月3日(火) 午前10時～午後6時

【会場：市民文化センター】

②第49回小中学校音楽発表会→10月28日(水) 午前9時30分～午後3時

③各種作品展示会→10月31日(土)～11月3日(火) 午前9時～午後10時

※土別翔雲高校の作品(絵画・新聞)は、生涯学習情報センターで展示します。

④市民自主企画『ステージパフォーマンス in ショーホール』→11月1日(日) 午後1時～4時

⑤生涯学習体験広場→11月3日(火) 午前10時～午後4時

体験内容→陶芸(九十九窯)、七宝(七宝研究会「彩」)、切絵(切り絵どんぐり会)

書道(青門書道会)、押花(押花愛好会)、絵手紙(土別絵手紙コスモス会)

※いずれも、体験の材料費がかかります。

⑥お茶会→11月3日(火) 午前10時30分～午後2時

⑦芸能発表会→11月3日(火) 午前10時～午後2時30分(9時30分開場)

⑧テーマ展→10月31日(土)～11月3日(火) 午前9時～午後10時

内容→九十九山に関わる作品の展示(昔の映像展も開催します)

⑨カボチャ重量当てクイズ→10月31日(土)～11月3日(火) 当選者には、記念品を贈呈します。



## ●朝日地区会場【あさひサンライズホール】

①作品展示会→11月2日(月) 午後1時～6時

11月3日(火) 午前10時～午後8時

②お茶会→11月3日(火) 午前10時～午後2時30分

③芸能発表会→11月3日(火) 午後5時～(4時30分開場)

## ●上土別地区会場【上土別構造改善センター】

①作品展示会→11月1日(日) 午前9時～午後3時30分

②お茶会→11月1日(日) 午前11時～午後2時

③芸能発表会→11月3日(火) 午前9時30分～午後0時30分(9時開場)



## ●多寄地区会場【多寄研修センター】

①作品展示会→10月25日(日) 午前9時～午後3時

②お茶会→10月25日(日) 午前10時～午後2時30分

③バザー→10月25日(日) 午前11時～午後2時

④芸能発表会→10月31日(土) 午前10時～正午(9時30分開場)

## ●温根別地区会場【温根別小学校】※小学校学芸会と同日開催です。

○開催日→10月31日(土)

①体験工房(餅つき、アイスづくり)→午前11時30分～午後1時

②お茶会→午前11時30分～午後1時

③ビックリかぼちゃの重量当てクイズ→午前10時～正午

④作品展示会→午前10時～午後1時

⑤特別展示「温根別小学校の変遷」→午前10時～午後1時

⑥試食(そば・雑煮・どん・牛乳)→午前11時30分～午後1時

⑦芸能発表会→午後1時30分～4時



※各地区の開催内容や時間などは、予定です。決定した内容は、別途新聞折り込みで案内します。

●問合せ→市中央公民館 ☎(23)3358

# 日曜・祝日当番医

士別市立病院 ☎ (23) 2166  
と次の医院が当番医です。

月	日	当番医	電話番号
10	18	松塚医院	(23)1212
10	25	上士別医院	(24)2250
11	1	道北クリニック	(23)1111
11	3	船津医院	(23)2674
11	15	吉田耳鼻咽喉科分院	(22)0222

## 11月の予防接種

四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)、  
ヒブワクチン、小児肺炎球菌ワクチン、  
BCG、麻しん・風しん混合、水痘、  
二種混合、子宮頸がんワクチン

接種場所	接種日
松塚医院	毎週月～土曜日
船津医院	毎週木曜日
上士別医院	毎週月～土曜日
市立病院	毎週水曜日 ※注1
多寄医院	毎週火・木・土曜日 ※注2
あさひクリニック	毎週月～金曜日
しべつ内科クリニック	毎週月～金曜日
道北クリニック	毎週月～金曜日 ※注2

※注1 市立病院は、子宮頸がんワクチン・ポリオワクチンのみ毎週水曜日です。三種混合・四種混合・ヒブワクチン・BCG(結核)・小児肺炎球菌ワクチンは第1・3水曜日。麻しん・風しん混合は第2・4水曜日の接種です。

※注2 多寄医院と道北クリニックでは、BCG(結核)予防接種は実施していません。

※接種日時は、予約時にご確認ください。

## 費用を助成します インフルエンザ予防接種

市では、季節性インフルエンザワクチンの接種費用を助成しています。対象者や接種料金などは次のとおりです。



### ●助成対象

- ① 65歳以上の方(接種日当日)
- ② 60歳以上65歳未満で心臓や呼吸器などに障がいがあり、日常生活に制限を受ける方

●接種期限→平成28年3月31日まで

### ●接種料金(自己負担額)

- ① 市内医療機関で接種する場合は、1,300円
- ② 入院・入所などで、市外の施設で接種する方は士別市負担額2,100円を除いた額

※期間内に1人1回の助成です。2回目以降は、全額自己負担になります。

※生活保護世帯の方は、無料です。

●予約→直接、各医療機関へ連絡してください。

問合せ 市保健福祉センター ☎ (22) 2400

## 市民自主企画事業 マイプラン・マイスタディ

いずれも、事前の申込みは不要です。多数ご参加ください。

講演会「ひきこもりの持つ可能性を地域の新しい力に」

●日時→11月14日(土)午後1時30分～5時(懇親会含む)

●会場→生涯学習情報センター視聴覚室

●講師→田中 敦氏

●定員→市民80人※別室での聴講もできます。希望する方は、事前に中央公民館 ☎ (23) 3358 まで申し込みしてください。(先着8人)

●参加料→無料

●主催→やまびこネットワーク(谷口恵美子代表)

●問合せ→やまびこネットワーク(平賀) ☎ 090(9754)1514

講演会「障がいをもっている方々への就労支援について」

●日時→10月27日(火)午後6時30分～8時

●会場→市民文化センター研修室

●講師→我妻 武氏(特定非営利活動法人札幌障害者活動支援センター「ライフ」理事長)

●定員→市民90人

●参加料→無料

●主催→道北車イスの会(本郷弘幸会長)

●問合せ→道北車イスの会(小笠原) ☎ (23) 5825

**児童巡回相談**

- 子どもの発達が気になったらご相談ください。
- 事前申込みが必要ですが、日時は申込み時にお知らせします。
- 申込み↓市こども子育て応援室 ☎ 内線2139

**妊婦健康相談**

- 内容↓健康相談・母子健康手帳交付・妊婦受診券発行
- ▽保健福祉センター↓開所日の午前9時～正午
- ▽朝日総合支所↓電話でご予約ください

**栄養相談**

- ▽保健福祉センター↓11月9日(月)午前9時～正午
- ▽朝日総合支所↓11月19日(木)午前10時～午後3時

**いぶき健康相談**

保健福祉センターでは、いつでも皆さんの健康相談を受け付けています。また、月に1回、生涯学習センターでも健康相談を行います。

- 日時↓10月28日(水)午前10時～正午
- 会場↓生涯学習情報センターボランティア活動室

■相談・問合せ→保健福祉センター(22)2400、朝日総合支所(28)2121

このほか、健康と育児の相談も随時受け付けます。朝日総合支所は電話で予約してください。



### Mr. マイケルの スキルアップ 英会話教室

「英会話力アップ」をめざしましょう。道民カレッジ連携講座です。

- 日時→11月16日、30日、12月14日、平成28年1月25日、2月1日、15日、29日(全7回)、いずれも(月)で午後7時〜8時30分
- 会場→市民文化センター会議室1
- 講師→土別市教育委員会英語指導助手マイケル・ポール氏
- 対象・定員→市民20人(先着順)
- 内容→講師と1対1の英会話、英語のクイズやゲームなど
- 持ち物→筆記用具
- 参加料→無料
- 申込期間→10月16日(金)〜11月9日

アメリカ人講師から直接英語を学べる機会です。

それぞれの能力に合わせた「英会話力アップ」をめざしましょう。道民カレッジ連携講座です。



## 愛情セール

青少年の更生保護の心を広め、だれもが心豊かに生きられる明るい社会づくりを進めます。

- 日時→10月18日(日) 午前10時〜午後1時
- 会場→市民文化センター研修室
- 問合せ→土別更生保護女性会(市福祉課) ☎内線2119

### 人権擁護委員

気軽に相談してください

- 日時→11月16日、30日、12月14日、平成28年1月25日、2月1日、15日、29日(全7回)、いずれも(月)で午後7時〜8時30分
- 会場→市民文化センター会議室1
- 講師→土別市教育委員会英語指導助手マイケル・ポール氏
- 対象・定員→市民20人(先着順)
- 内容→講師と1対1の英会話、英語のクイズやゲームなど
- 持ち物→筆記用具
- 参加料→無料
- 申込期間→10月16日(金)〜11月9日

「これは人権上問題では」と悩んだり困ったりしたことなど、気軽に相談してください。

- 中央地区→藤田功氏・小林恵子氏
- 上士別地区→中山義隆氏(新)
- 多寄地区→平間明子氏
- 温根別地区→中西和弘氏
- 朝日地区→林廣志氏
- 問合せ→市環境生活課 ☎2237

### 秋の火災予防

火災ゼロに向けて取り組もう

10月15日(木)から31日(土)までは、秋の全道火災予防期間です。全国統一標語「無防備な心に火災がかくれんぼ」を掲げ、市内でも次のとおり行事を行いますので、ご協力をお願いします。

- また、各家庭でも暖房器具をはじめ、今一度、身の回りを点検してください。
- 1分間啓蒙サイレン→10月15日、

- 31日(いずれも午前8時)
- 街頭防火PR→10月17日午後2時〜
- その他→各分団の消防演習や、招集サイレン吹鳴、防火対象物への立入検査なども実施します。
- 問合せ→土別消防署 ☎(23)2619

### 介護予防出前講座

市では、介護予防の出前講座を行っています。老人クラブに加入していない方も、参加できます。時間は、いずれも午前10時〜11時30分です。

- 東丘悠々倶楽部→10月19日(月)、東丘自治会館
- 南士別長生会→10月20日(火)、南士別自治会館
- 寿老人クラブ→10月21日(水)、東山自治会館
- 中多寄菜クラブ→10月25日(日)、中多寄総合会館
- 大成郷老人クラブ→10月26日(月)、成美自治会館
- 駅南友和会→10月29日(木)、駅南自治会館
- 川西老人クラブ→11月5日(木)、川西会館
- 朝日百春会→11月6日(金)、あさひサンライズホール
- 申込み→開催の前日までに、地域包括支援センター ☎内線2135まで申込みください。

### 11月の運転免許更新時講習日程

- 優良運転者講習
    - 11月5日(木)午後1時〜1時30分
    - 11月19日(木)午後6時〜6時30分
  - 一般運転者講習
    - 11月5日(木)午後2時〜3時
  - 違反運転者講習
    - 11月19日(木)午後7時〜9時
- ◎会場は、土別市民文化センターです。  
※問合せは、土別地区交通安全協会連合会(土別警察署内) ☎(23)0110まで

### 出張年金相談

- 10月27日(火)午前10時〜午後4時30分 ※完全予約制です。
- 会場→土別商工会館
- 予約・問合せ→旭川年金事務所 ☎0166(72)5004

### 高齢者の総合相談

- 介護・福祉・医療の相談や介護状態の予防などの相談を受け付けています。
- 相談・問合せ→市地域包括支援センター ☎内線2121

### 行政相談

- 行政サービスに関する相談を受け付けます。
- 10月21日(水)午前10時〜正午、午後1時〜3時
- 会場→市役所会議室201
- 問合せ→市環境生活課 ☎内線2235