



発行・編集／

士別市総務部総合企画室秘書広報課
〒095-8686 士別市東6条4丁目1番地
電話 0165(23)3121 FAX 0165(22)1934
士別市ホームページ
<http://www.city.shibetsu.lg.jp>

広報しべつ6月1日号は5月31日(木)発行予定です。

チャレンジデーに 取り組みます

問合せ：市合宿の里推進室スポーツ課
☎内線 3243

5月30日(水)午前0時から午後9時までの間に15分以上の継続した運動を行きましょう。

運動の後は忘れずに参加報告をしよう

チャレンジデーの参加報告は、次のいずれかの方法でお願いします。
くわしくは、問い合わせください。

●問合せ→市合宿の里推進室スポーツ課 ☎内線 3 2 4 3

～ 参加報告の方法 ～

- ① 回収ボックスへの投函
設置場所：教育委員会、総合体育館、朝日総合支所、各出張所
- ② FAXで報告
- ③ メールで報告
- ④ 電話で報告

～ 報告先・報告期限～

- ・市合宿の里推進室スポーツ課
FAX：(23) 4 2 1 8
メール：sportska@city.shibetsu.lg.jp
☎：内線 3 2 2 3、3 2 2 4、3 2 2 5
- ・報告期限
5月30日(水)午後9時30分まで
(各出張所の回収ボックスは午後5時まで)

※注意事項

- ① 士別市内で運動・スポーツを行ったものであること。
- ② 継続した15分以上の運動・スポーツであること。
- ③ 参加報告は1人1回限り。



会場	時間	体験種目	備考
総合体育館ウエイトリフティング室	午後6時～8時	ウエイトリフティング	
つくも野球場	午後6時～9時	ティーボール	雨天時はスポーツ交流館
総合体育館サブアリーナ	午後7時～8時45分	トランポリン	
士別小学校体育館	午後7時～8時50分	ミニバレー審判講習	
士別西小学校体育館		フットサル	
士別中学校体育館		バスケットボール	

チャレンジデー追加プログラム
各種スポーツ体験会
チャレンジデー当日は、各スポーツ団体の協力のもと、さまざまなスポーツを体験することができます。内容は次のとおりです。
この機会に、興味のあるスポーツを体験してみたいかがでしょうか。

※ ティーボールは小学生以下が対象です。
※ 各学校の体育館を利用する際には、路上駐車厳禁です。

チャレンジデー同日開催 いきいき健康ウォーク



市では、生活習慣病の予防や下半身の筋力低下の予防のため、健康ウォークを毎年開催しています。

今年は「チャレンジデー」の開催日にあわせて行います。会場はゴルフ場のウォーキングコースです。

健康と運動についてのミニ講話や、体組成測定も行いますので、ぜひご参加ください。

●日時→5月30日(水)午後1時30分～4時
(受付は午後1時から)

●集合場所→士別同友会CC クラブハウス
※いきいき健康センターからの送迎バスがあります。希望される方は午後1時にいきいき健康センター正面玄関前に集合してください。

●内容

- ① ゴルフ場のコースをウォーキング
- ② 健康と運動についてのミニ講話
- ③ 体組成測定(希望者)

※小雨の場合も行いますので、天候に合わせて雨具をご用意ください。

●参加料→無料(飲み物などは各自必要に応じて用意してください)

●申込み・問合せ→5月25日(金)までに市保健福祉センターへ電話かFAXで申し込みください。

送迎バスを利用する方は、申し込み時にお伝えください。

▷市保健福祉センター ☎ (22) 2400
FAX (22) 2460

※道民カレッジ連携講座です。

また、しべつ健康マイレージ(道健康マイレージ)の対象となります。



第32回サフォークランド士別 ハーフマラソン大会

- ◆開催 7月22日(日) 午前9時30分スタート
- ◆会場 士別中央公園
- ◆種目 ハーフマラソン、10km、5km、2km
- ◆締切 参加申込みは6月8日(金)まで
(RUNTES申込みは6月15日(金)まで)

※申込方法など、くわしくは大会ホームページ
<http://www.shibetsu-half.jp> でご確認ください。

参加者募集中

問合せ→市合宿の里推進室スポーツ課 ☎ 内線 3 2 2 5

今年も
親子で一緒に
走るファンランが
楽しそう!!
いそいで申し込
まないと!!



行政相談

- 行政サービスに関する相談を受け付けます。
- 5月23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↓市環境生活課市民生活係 ☎ 内線 2 2 3 5

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 2 1 2 5

出張年金相談

- 5月22日(火)午前10時～午後4時30分 ※完全予約制です。
- 会場↓市民文化センター
- 予約・問合せ↓旭川年金事務所 ☎ 0 1 6 6 (72) 5 0 0 4

6月の運転免許更新時講習日程

- 優良運転者講習
6月13日(水)午後1時～1時30分
6月21日(木)午後6時～6時30分
 - 一般運転者講習
6月14日(木)午後6時～7時
 - 違反運転者講習
6月13日(水)午後2時～4時
 - 初回運転者講習
6月21日(木)午後7時～9時
- ◎会場は、士別市民文化センターです。
※問合せは、士別地区交通安全協会連合会(士別警察署内) ☎ (23) 0110まで

つくも水郷公園中央園路の通行止めについて

つくも水郷公園の再整備により、公園利用者が安全に利用できるよう、一般車両の中央園路の通行はご遠慮ください。

今後、つくも青少年の家および士別市サイクリングターミナルを利用される方は、次の案内図の破線の道路を通行して下さい。

●問合せ→市土木管理課管理係
☎内線2334

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
5	27	しべつ内科クリニック	(23)2525
6	3	松塚医院	(23)1212



6月の予防接種

四種混合、日本脳炎ワクチン、B型肺炎ヒブワクチン、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 ※注1
船津医院	毎週木曜日
上士別医院	毎週月～土曜日
市立病院	毎週火・水曜日 ※注2
多寄医院	毎週火・木・土曜日 ※注3
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3

※注1 松塚医院では、日本脳炎ワクチンを実施していません。
 ※注2 市立病院の、子宮頸がんワクチンは毎週火曜日、ポリオワクチンは毎週水曜日です。四種混合・日本脳炎・ヒブワクチン・BCG・小児肺炎球菌ワクチンは第1・3・5水曜日。麻しん・風しん混合は第2・4水曜日の接種です。
 ※注3 多寄医院と道北クリニックでは、BCGを実施していません。
 ※接種日時は、予約時にご確認ください。

特設人権心配ごと相談所

特設人権心配ごと相談所では、人権や家庭の問題、いじめ問題をはじめ、近所同士のトラブルなど、どんな相談も受け付けます。相談は無料で、秘密は固く守られます。

- 日時→6月1日(金) 午前10時～午後3時
- 会場→市民文化センター会議室1
- 相談員→人権擁護委員(士別部会)
- 問合せ→市環境生活課市民生活係 ☎内線 2223

会議結果報告

- 5月1日までに行われた市附属機関の会議です。くわしくは、市ホームページをご覧ください。
- 3月5日 士別市商工業振興審議会
 - 3月16日 第2回博物館協議会
 - 3月26日 第3回多寄公民館運営審議会
 - 3月27日 士別市保健医療福祉対策協議会
 - 3月28日 第3回温根別公民館運営審議会
 - 3月29日 第3回士別市社会教育委員の会議
 - 4月24日 第1回温根別公民館運営審議会
 - 4月27日 第1回士別市上下水道審議会

児童巡回相談

- 子どもの発達が気になったら相談してください。
- 事前申込みが必要です。日時は申込時にお知らせします。
- 申込み→市子育て支援課子育て支援係 ☎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～午後5時
- ▷朝日総合支所・子育て支援センターゆら →電話で予約してください。

■相談・問合せ→市保健福祉センター ☎ (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。

栄養相談

- ▷保健福祉センター →6月4日(月) 午前9時～正午
- ▷朝日総合支所 →6月14日(木) 午前10時～午後3時 ※予約は不要です。

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。気軽に相談してください。 ※予約は不要です。

ご利用ください
宅配行政サービス

市では、「一人にやさしいまちづくり」にむけて、職員による各種証明書の宅配や簡易な提出物などの預かりを行っています。電話で申し込みください。

●対象

▽70歳以上の方、または心身に障がいのある方で、いずれも本人や家族が市役所に出向くことが困難な場合



●宅配の対象となる証明書

住民票の写し、戸籍謄抄本、印鑑登録証明書、所得証明書、課税証明書、納税証明書、土地証明書（車庫証明書）など

●利用受付日時

▽サービス受付↓月曜から金曜日の午前8時30分〜午後4時（祝日、休日を除く）

▽宅配時間↓受付当日か翌日の午前10時から午後5時

●宅配行政サービス専用電話

▽土別地区 ☎ (22) 3377
▽朝日地区 ☎ (28) 2121

引越後は住所変更が必要です
マイナンバーの継続利用

引越後もマイナンバーは変わりませんが、「マイナンバーカード」「通知カード」に新住所の追記が必要です。カードの住所変更手続きがお済みでない方は、早めに担当窓口へお越しください。

なお、転入の届出をした後に、

継続利用の手続きを行うことなく90日を経過すると、「マイナンバーカード」は失効となります。

●問合せ↓市市民課戸籍住民係 ☎ 内線2102

織りマフラー講習会

ぐるるん会では、織りマフラー講習会を開催します。世界に一つだけの自分のマフラーを織ってみませんか。

また、羊毛加工などを一緒に楽しむ会員も募集しています。くわしくは、問い合わせください。

●日時↓6月1日(金)、2日(土)、3日(日) 午前9時30分〜午後4時

●会場↓めん羊工芸館ぐるるん

●定員↓各日とも5人（先着順）

●参加料↓2,000円

●持ち物↓昼食、エプロン、スリッパ

●申込期限↓5月25日(金)

●申込み・問合せ↓めん羊工芸館ぐるるん ☎ (23) 3793



24 cm x 150 cm

5 月は納税推進強調月間です
市税の納め忘れは
ありませんか？

まちづくりの大切な財源である市税の納期内納付をお守りください。お忘れの方は今月中に納めていただくようお願いします。

また、特別な事情で納税が困難な方は、ご相談ください。特別な事情がなく、納付に応じない方には、法にもとづく差押えなどの滞納処分を実施します。

●相談・問合せ

▷市税務課納税係 ☎内線2149

▷朝日総合支所地域住民課住民福祉係

☎ (28) 2121

平成29年度

「中学生の税に関する標語」コンクール

金賞

「納税は暮らしを守る
合言葉」

朝日中学校2年（当時）多羽田 菜月さん

北海道で一番早い
天塩岳山開き



市と朝日山岳会の共催で、天塩岳の山開き登山を行います。山頂から眺める大雪山連峰や滝上町の芝桜などの絶景を楽しみませんか。

●対象→小学生以上の健康な方

●開催日→6月3日（日）※雨天決行

●集合場所→天塩岳ヒュッテ※JR土別駅発着の無料送迎バスもあります。発車時刻は申し込み時にご確認ください。

●日程→▷午前6時45分〜安全祈願祭▷午前7時15分〜登山開始▷午後3時30分〜下山

●定員→100人（先着順）

●申込締切→5月25日（金）まで

●参加料→2,000円（傷害保険含む）

●その他→山は天候が変わりやすく、気温の変化に対応できるような服装で参加してください。靴には、雪や水が入らない工夫をしてください。

●申込み・問合せ→朝日総合支所経済建設課経済係 ☎ (28) 2121