



8月28日 ダイハツものづくり体験教室
～士別南小学校～

特集 「食べる力」＝「生きる力」
豊かな人生は食育から

士別市功労賞・社会貢献賞が決定	8・9ページ
カメラレポート	10ページ
特集②停電時の明かりの確保	13ページ
生涯学習のページ「図書館へ行こう」	14ページ

「食べる力」＝「生きる力」 豊かな人生は食育から

「人間の体は食べたものでできている」
今号では、豊かな人生を育む食事のあり方を考えるため、「食育」を特集します。
市では、平成27年度に策定した「第2次士別市食育推進計画」にもとづき食育を推進しています。

学校給食ができるまで

学校で提供されている給食はどのようにしてつくられているのだろうか？
学校給食センターで給食がつくられ、子どもたちの口に届くまでを取材しました。
●学校給食に関する問合せ→学校給食センター ☎(23)4195



▲食材の検品



▲食材の洗浄



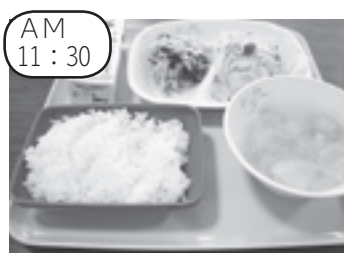
▲キャベツを機械で千切り



▲ちゃんちゃん焼き 個別に盛り付け中



▲スチームオーブンで加熱



▲完成・検食

この日の献立 (9月11日:Aコース)

- ・ごはん
- ・根菜のゴマ風味汁
- ・キャベツのおかか和え
- ・はんぺんのちゃんちゃん焼き
- ・牛乳

給食センターへ運ばれてきた食材は、衛生面に細心の注意を払い検品・洗浄され、調理員の手作業や機械などで下処理を行います。

メニューごとにさまざまな調理工程を経て、給食が完成し、各学校へ配送されます。

また、あまってしまった給食は、バイオマス資源堆肥化施設で堆肥化されています。

実践の環(わ)を広げよう 食育とは

「食育」とは、さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。健康的な食のあり方を考えるとともに、だれかと一緒に食事や料理をしたり、食べ物の収穫を体験したり、季節や地域の料理を味わったりするなど、食育を通じた「実践の環」を広げましょう。

アンケート結果から見る 皆さんの食生活

平成29年度に行った「士別市食事・生活習慣等調査」の結果から、皆さんの食生活についてさまざまな傾向がみられました。

①間食(お菓子・ジュース)をとりすぎています

間食による血糖値の上昇が空腹感を抑えることで食事時間に本来摂取すべき食事が減り、必要な栄養摂取を妨げる恐れがあります。間食は適時適量を心掛けましょう。(目安は1日200キロカロリーです。)



楽しい給食のじかんです

士別小学校1年生の給食の時間。みんな笑顔で、おいしい給食を楽しんでいました。



笑顔で「うちそうまでした」



感謝をこめて
いただきます

先日の地震は、普段、当たり前で食事ができていることのありがたさを改めて実感する機会でした。

私たちが食べている食事は、多くの方に支えられて成り立っています。日々の食事を大切にし、感謝の気持ちをもっていただきましょう。

②「塩分摂取量」が多くなっています

塩分のとりすぎは、高血圧や胃がんなどの原因となり、血圧の上昇により心臓・脳・腎臓に負担がかかるといわれています。日ごろから塩分の摂取量を減らすために、調味料は味見をしてから加える、「麺類の汁は残す」など工夫をしましょう。

③不足している食品・栄養素があります

食品では、穀類・イモ類・豆類・野菜・果物・乳類の充足率が低く、栄養素では、カルシウム・鉄分・食物繊維の摂取量が低くなっています。

不足しがちな食品と栄養素を意識して、摂取する機会を増やしましょう。



実践しよう 健全な食生活

食生活と健康は深い関係性があります。栄養バランスのとれた規則正しい食生活を行うことで、肥満や生活習慣病の発症などを予防することができます。士別の豊富な食品をバランスよく摂取し、健やかな食生活を送りましょう。

●食育に関する問合せ

市保健福祉センター ☎(22)2400

～保育園での取り組み～



菜園づくり

いつも食べている野菜を自分たちで栽培、収穫し野菜が育っていくすがたや食べ物をつくる大変さを学びました。



サケの解体見学

実際に目の前でサケを解体してもらい、いつも食べている形になるまでの過程や生命をいただくありがたさを学びました。

※写真は昨年のお様子です。今年は10月に行う予定です。



～小学校での取り組み～

ふるさと給食

士別産の農畜産物を使った給食を堪能し、地元農畜産物への理解を深めました。

食生活改善推進員さんの考案したレシピをもとにつくられた給食も提供されています。



農業学習

総合学習の時間を利用して農業学習を行っています。

種まきから収穫そして調理までの体験を通じ、自分たちの食生活とのつながりについて学習しています。



～保健福祉センター 食育推進の取り組み～

いきいきキッズ食育カフェ in しべつ



食育出前授業



市では「未来を担う子どもを育む食育の推進」、「健康長寿推進を実現するための食育の推進」を重点に、イベントの開催や市内の高校での出前授業など、食育推進のための取り組みを進めています。

また、食育推進市民会議を開催し、昨年市内で実施された食育事業や市民の食の現状と課題について話し合い、さまざまな事業を実施します。

バランスの良い食事の参考に！

349 (サフォーク) レシピ

毎月19日は「食育の日」です。

市では、「食育の日」にあわせて、「食育の日につくろう しっかり野菜 349g (サフォーク) レシピ」として、おすすめレシピを市フェイスブックページとホームページで紹介しています。

毎日の食事づくり、健康づくりにお役立てください。

9月19日のレシピ ～おいものマヨ焼き～



※レシピのくわしい内容は、市ホームページで確認してください

食品ロスを減らすために！

残さず食べよう

349(サフォーク)運動



～もったいないの気持ちを行動に！～

宴会開始34分間
お開き前の9分間は
自分の席について
料理を楽しみましょう

まだ食べられるのに廃棄されている食品を「食品ロス」といいます。土別市では年間約1,000トンが「食品ロス」に該当する食品廃棄物となっています。

市では、皆さんになじみのある「サフォーク」にちなんで、「残さず食べよう349 (サフォーク) 運動～もったいないの気持ちを行動に！～」として「宴会開会からの34分間と、閉会の9分前には自分の席に座って料理を楽しみましょう」という食品ロスを減らす運動に取り組んでいます。

皆様のご協力をお願いします。



『子どもの権利救済委員会』です

いじめ、体罰、虐待…、社会では子どもをめぐる悲しいニュースが相次いでいます。

私たち「子どもの権利救済委員会」は、子どもの大切な権利を守るために組織された、相談・救済機関です。

市では、平成25年に「子どもの権利に関する条例」を制定しました。この条例では、すべての子どもに「安心して生きる権利」「ゆたかに育つ権利」「自分を守り、守られる権利」「意見表明や参加する権利」などの権利があることを認めるとともに、これらの子どもの権利を保障し、子どもにやさしいまちづくりを進めることを宣言しています。

救済委員会では、こうした子どもの権利に関する啓発活動を行いながら、市民からの相談に応じるとともに、必要に応じて関係者との調整活動を行います。

救済委員会の特徴は、市や教育委員会、学校など、どこにも属さない、独立した第三者機関であることです。

独立した機関ですから、常に子どもの代弁者として、ほかのだれのためでもなく常に、「子どもの最善の利益」だけを考えて、中立・公平に行動することができます。

そして、調整活動においては、だれが悪いか、どちらが正しいか、ということを決めるのではなく、あくまで子どもが権利を回復し、成長していくことができる関係づくりを行います。

私たちが考えるのは「子どもの最善の利益」だけなので、だれかの責任追及を目的とはしません。

悩みによっては、学校やほかの相談窓口には相談しにくいこともあると思います。また、どこに相談したら良いか分からないこともあるかも知れません。

救済委員会では、子どもの権利に関するものであれば、どのような相談も受け付けています。例えば、冒頭のいじめ、体罰、虐待はもちろんのこと、セクハラ・パワハラなどの嫌がらせ、病院に連れて行ってもらえないなども、子どもの権利に関する相談と言えます。

また、こういった相談は、だれでもすることができません。悩みを抱える子ども本人だけではなく、親、家族、市民の方、子どもにかかわる機関からの相談も受け付けています。

実は、こうした子どものための救済制度は、国際社会では広く必要性が認められていながら、国内で実施している自治体は30か所前後にとどまっています。土別市は、全国的に見ても先進的な取り組みが行われていると言えます。

義務や責任ばかりが強調されがちな世の中ですが、未来を担う土別の子ども一人ひとりの存在を尊重し、大切に、そういった役割を担っていきたくと考えています。

土別市子どもの権利救済委員会
委員長 野中英樹（弁護士）



10月の行事

子育て支援
センターゆら
☎(26)7202



日	曜日	時間	行事名
2	火	9:45 ~ 11:00	移動型ゆら (温根別保育園)
12	金	10:30 ~ 11:30	移動型ゆら (天塩会館)
18	木	9:30 ~ 12:00	マタニティDAY
19	金	10:00 ~ 11:30	簡単クッキング ※定員 10人 手軽にできる「ワンプレートランチ」 ・参加料→大人：200円 子ども：100円 ・申込期限→10月17日(水)
20	土	9:30 ~ 12:00	お父さんDAY
23	火	14:30 ~ 15:00	離乳食試食
27	土	10:30 ~ 11:30	育児講座「応急手当」 ※託児定員10組(要申込)


子育て応援のまち士別 市公式フェイスブック
ぜひ見てね★
●QRコード


市の子育てに関する情報を随時配信しています。
●アドレス <https://www.facebook.com/shibetsu.kosodate/>

10月の行事

いきいき
健康センター
☎(26)7778



日	月	火	水	木	金	土
午前	1 健康麻雀	2 ふまねっとサロン 脳トレ ※1	3 折り紙あそび	4 軽スポーツ	5 茶話会 [仕別のことを話そう]	6 カフェつながり (相談) ※2
午後	健康麻雀	ぬりえ	レク・ゲーム	昔あそび	ぬりえ	
7	8	9 昔あそび	10 レク・ゲーム	11 ぬりえ	12 折り紙あそび	13 カフェつながり ※2
		※1 ふまねっとサロン 折り紙あそび	脳トレ	床マット運動	軽スポーツ	
14	15 健康麻雀	16 ふまねっとサロン レク・ゲーム ※1	17 軽スポーツ	18 脳トレ	19 ぬりえ	20
	健康麻雀	昔あそび	フェルト小物作り	折り紙あそび	レク・ゲーム	
21	22 健康麻雀	23 軽スポーツ	24 介護予防の話	25 レク・ゲーム	26 脳トレ	27 カフェつながり ※2
	健康麻雀	※1 ふまねっとサロン 折り紙あそび	ぬりえ	昔あそび	椅子での運動	
28 囲碁サロン ※3	29 健康麻雀	30 ふまねっとサロン ぬりえ ※1	31 脳トレ			
	健康麻雀	ポストカード作り	昔あそび			

上段が午前10時～11時30分、下段が午後1時15分～2時45分開催

※1 ふまねっとサロン→午前は10時～11時30分、午後は1時30分～3時。
それぞれ開催3日前までの申し込みが必要。
※2 カフェつながり→午前9時30分～11時30分。申込不要。
※3 囲碁サロン→午前10時～正午。申込不要です。
掲載行事は、すべて健康増進ポイントの対象です。

朝日地区では、火曜日に高齢者生活福祉センター、金曜日午後朝日総合支所でもサロンを行います。

特集

子育て・健康寿命

カメラレポート

市民のひろば

生涯学習

優良勤労表彰

男女共同参画

お知らせ

士別市功労章 社会貢献賞 が決定

自治功労7人・産業功労1人
消防功労1人
社会貢献賞5団体

特集

子育て・健康長寿

表彰

カミレポート

特集

生涯学習

男女共同参画

お知らせ

士別市功労章

☆自治功労

岡崎 治夫 さん



○対象職↓士別市議会議員

○在職期間↓平成14年12月～平成30年4月（15年5カ月）

○功績内容↓士別市議会議員として市政に参画し、特に平成24年から2

年間にわたって副議長の職に就くなど、士別市の発展や議会の活性化に大きく貢献されました。

☆自治功労

粥川 章 さん



○対象職↓旧朝日町議会議員・士別市議会議員

☆自治功労

迦西 晃演 さん



○対象職↓士別市選挙管理委員会委員

○在職期間↓平成11年7月～平成29年10月（18年4カ月）

○功績内容↓選挙管理委員として選挙の適正な管理・執行し、特に平成25年からは委員長職に就くなど、士別市の発展に大きく貢献されました。

☆自治功労

得字 章 さん



○対象職↓士別市固定資産評価審査委員会委員

○在職期間↓平成17年10月～平成29

士別市功労章は、士別市表彰条例にもとづき、多年にわたってそれぞれの分野で、市の発展に大きく寄与されてきた功績を讃えて贈られるものです。今年度は9人の方に、それぞれの分野の功労章を贈ることを決定しました。

また、大きな社会貢献をされた方や高額な寄附をされた方などに対して贈られる社会貢献賞には5団体が対象となりました。

なお、表彰式は11月1日(木)を行う予定です。
●問合せ↓市秘書広報課 ☎内線2007

年10月(12年)

○功績内容↓固定資産評価審査委員会委員長として、永年にわたり固定資産税における適正かつ公平な価格の保証に努められました。納税者の権利保護と固定資産税の適正な賦課に尽力し、民主的かつ円滑な市政運営に大きく貢献されました。

☆自治功労

松井宏彦さん



○対象職↓士別市公平委員会委員

○在職期間↓平成12年10月〜平成17年8月、平成17年10月〜平成29年10月(16年11カ月)

○功績内容↓公平委員会委員として、永年にわたり公正・公平な人事行政の確立に尽力し、特に平成19年から委員長職に就くなど、本市における行政組織の能率的な運営と民主的かつ円滑な市政運営に大きく貢献されました。

☆自治功労

安川登志男さん



○対象職↓士別市事務吏員、士別市教育委員会教育長

○在職期間↓昭和51年4月〜平成29年10月(41年7カ月)

○功績内容↓士別市職員として地方自治の振興に尽力し、平成20年からは教育長として本市における教育行政の推進に多大な貢献をされました。また、全国都市教育長協議会副会長などの要職を歴任するなど、教育界の発展にも寄与されました。

☆産業功労

森川英治さん



○対象職↓士別市農業委員会委員

○在職期間↓平成18年7月〜平成30年7月(12年)

○功績内容↓士別市農業委員として、本市農業の発展の要として尽力されました。

また、地域農業・農村のリーダーとして各種事業の推進、新規就農者の育成・確保に努力され、農業の振興に大きく貢献されました。

☆消防功労

穴田正博さん



○対象職↓士別市消防団分団長

○在職期間↓昭和62年5月〜平成30年3月(30年10カ月)

○功績内容↓消防団員として、市民の財産と生命を守るために、日夜とわず活躍されました。

また、分団長として団員の育成と消防力の強化・促進に努め、消防行政の推進に大きく貢献されました。

社会貢献賞

☆貢献活動・寄附

有野産業株式会社

代表取締役 有野清美

北星保育園駐車場除排雪作業や多寄農村広場整備などを実施。また、地域振興資金として寄附され、地域振興に大きく貢献されました。

☆貢献活動

株式会社近藤組士別支店

取締役支店長 樫山信

市道西3条通り舗装補修や東山団地駐車場区画線補修などを実施し、地域振興に大きく貢献されました。

士別塗装組合

組合長 加藤博

つくも水郷公園ゴーカート施設塗装や羊と雲の丘・水郷公園施設塗装作業などを実施し、地域振興に大きく貢献されました。

☆寄附

株式会社野田組

代表取締役 野田真澄

地域振興資金としての寄附。

株式会社三幸ランドプランニング

(旧株式会社ランドプランニング)

札幌支店長 杉本容孝

地域振興資金としての寄附。

8/26

「土別」の魅力満載
土別市産業フェア

会場 中央公園特設会場

今年も市内外から多数のブース
が出席したほか、初めて開催され
た大抽選会には多くの人が集ま
り、土別の魅力を満喫しました。



特集
子育て・健康寿

8/30~31

オリンピックから学ぶ
オリンピック教室

会場 土別中学校・土別南中学校

トリノ五輪、バンクーバー五輪
にボブスレー選手として出場した
松野真奈美さんを講師に迎え、経
験談を交えた座学や運動を行い、
オリンピックの価値観を学びまし
た。



表彰
カメラレポート
特集

9/2

道内で唯一の開催地
オリンピックデーラン土別大会

会場 陸上競技場

当日は晴天に恵まれ、大勢の参
加者がオリンピック・パラリンピ
アンと一緒にジョギングやウォー
キングを楽しみました。
また、
トーク
ショーや
サイン会
も開催さ
れ、思い
出に残る
大会とな
りました。



生涯学習
男女共同参画
お知らせ

9/16

商店街が活気づいた
復活！朝日町商店街2018

会場 朝日町中央

5回目の開催となった今年も、
大勢の人が商店街に集まり、まち
ながか活気づいていました。
また、特別ゲストとして、お笑
い芸人の「ホリ」さんが登場する
と、会場は一層盛り上がりました。



平成30年10月 士別市立病院受診案内 ☎(23) 2166

再来機 受付時間

【午前診療】午前7時30分 から 午前10時59分 (小児科は午前11時30分まで)
 ※当院を初めて受診する方・受診する科が初めての方は、初診窓口で受付(午前8時45分から)してください。
 【午後診療】午前11時 から 午後3時 (小児科は午後4時まで)

診療科		月	火	水	木	金	留意事項
内科	一般	午前	○	○※	○	○	※第2火曜日(9日)・第4金曜日(26日)は神経内科の診療があります。
		午後	-	-	-	-	
	循環器	午前	-	○※	○	○	※第3火曜日(16日)は、ペースメーカー外来です。(予約診療)
		午後	-	-	-	-	
	消化器	午前	○	○	○	○	
		午後	-	-	-	-	
精神神経科	午前	-	-	○	-	○	水・金曜日の午後受付は、午後1時30分までです。 ※予約診療ですので、事前予約が必要です。
	午後	-	-	○	-	○	
小児科	午前	○	○	○	○	○	午後の診察は、午後1時から4時までです。 水曜日の午後は、予防接種です。(予約制)
	午後	○	○	-	○	○	
外科	午前	○	○	○	-	○	水・木曜日は、ストーマ外来を実施します。(予約診療)
	午後	-	-	-	-	-	
整形外科	午前	○	○※	○	○	○	※隔週火曜日(2日・16日・30日)は休診です。
	午後	-	-	-	-	-	
皮膚科	午前	○	-	○	-	-	患者数により、診療できない場合があります。
	午後	○	-	○	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	-	○	-	受付は、午前10時59分までです。午前受付でも患者数により、午後診療となる場合や診療できない場合があります。
	午後	-	-	-	-	-	
婦人科	午前	○	○	○	-	-	火曜日の午後は、予防接種・産後1か月健診です。(予約制) 4日(木)・11日(木)は臨時診療です。 10日(水)・24日(水)の午前は休診です。
	午後	○	-	○	-	-	
眼科	午前	○	-	○	-	○	水曜日の午後は、予約検査です。 12日(金)は休診です。
	午後	○	-	-	-	○	
麻酔科	午前	○	○	-	○	-	
	午後	-	-	-	-	-	
療養診療科	午前	○	-	-	-	-	午後の診療時間は、午後1時30分から4時までです。 水・木曜日の午前は、スキンケア外来です。(予約診療)
	午後	-	-	-	○	-	

10月 日曜・祝日当番医

21日	道北クリニック ☎(23) 1111
28日	船津医院 ☎(23) 2674

※上記のほか、7日・8日・14日は、士別市立病院です。

病院を受診の際は、
「保険証」と「お薬手帳」を
必ず持参してください。



インフルエンザの予防接種

市立病院では、インフルエンザの予防接種を次の日程で行います。
接種を希望される方は、事前に予約してください。

- 予約受付→10月22日(月)～ ※土・日・祝日を除く
- 予約時間→平日の午前8時45分～午後5時
※来院時に予約を希望される方は、1階会計窓口にお越しください。
- 接種日・会場など

区分	会場	接種日
大人	保健福祉センター	未定 ※後日ホームページなどで掲載します。
子ども	市立病院小児科	11月7日(水)～毎週水曜日、午後3時30分～4時30分

※13歳未満の接種回数は、原則2回です。

- 接種料金→1回3,400円(13歳未満の2回目は、1回2,700円です)
- 予約・問合せ→市立病院インフルエンザ担当 ☎(23) 2166

10月広報カレンダー



「広報しべつ」でお知らせした行事やイベントをカレンダーにまとめました。お手元で、ご活用ください。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 栄養相談【15日号】	2 移動型ゆら(温根別保育園) P7 切り絵どんぐり会展示会(~20日) P19	3	4	5	6 よみきかせ会 P14
7 図書館住民票発行停止 P17	8 ● 体育の日	9	10 無料法律相談 P21	11 運転免許更新時講習(優良・違反)【15日号】、ちびっこよみきかせ会 P14、介護予防出前講座(駅南友和会) P19	12 移動型ゆら(天塩会館) P7 介護予防出前講座(上士別中央老人クラブ) P19	13 士別市総合防災訓練 P18 介護予防出前講座(観月親和会) P19
14 よみきかせ会 P14	15 行政相談週間(~21日) P18 全道火災予防運動(~31日) P18 水質検査 P21	16 介護予防出前講座(桜丘クラブ) P19 公営住宅抽選日 P21	17 市民文芸講座 P16、市民意見公募締め切り P17、介護予防出前講座(兵村すえひろクラブ) P19	18 栄養相談(朝日)【15日号】 運転免許更新時講習(一般)【15日号】 マタニティDAY P7	19 市民意見公募締め切り P17 介護予防出前講座(壬子日の丸会) P19	20 お父さんDAY P7 の~む加工教室 P19
21 生涯学習情報センター全館休館 P16 健康ウォーキング P17、愛情セール P19、母と女性教職員のとっどい P20	22 小松政夫SHOW P16	23 離乳食試食会 P7 出張年金相談 P21	24 運転免許更新時講習(優良・一般)【15日号】	25 介護予防出前講座(兼内老人クラブ) P19	26	27 育児講座 P7 ふるさとの集い P20
28	29	30 介護予防出前講座(中士別長寿会) P19	31 介護予防出前講座(南士別長生クラブ) P19			

カレンダーの内容は、9月20日現在の情報をもとに作成しています。内容が変更になる場合がありますが、ご了承ください。

気象状況

◆日の出 5時27分 (30年10月1日)
◆日の入 17時13分 (30年10月1日)
◆平均気温 7.7℃ (29年10月平均)



「よちよち広場」と「びよびよ広場」(会場→子育て支援センターゆら内)

- ◆「よちよち広場」→(対象) 0歳~就学前の親子
(平日) 午前9時30分~正午・午後1時~4時
(毎週土曜日) 午前9時30分~正午
- ◆「びよびよ広場」→(対象) 0歳児の親子
(毎週火曜日) 午後1時~4時
(毎週木曜日) 午前9時30分~正午



図書館では、たくさん
の本を取り揃えてい
ます。※くわしくは、
14ページ

このページを折り出して使ってください

特集② 停電時の明かりの確保

9月6日(木)に発生した北海道胆振東部地震により、全道で停電となり、市内でも各所で影響がでました。

今号では、不意の停電に備え、電気がなくても明かりを確保する方法についてご紹介します。

●問合せ→市総務課行政係☎内線2208



停電により信号機がついていない5条通り【9月6日撮影】

日常生活用品を活用

明かりのつくり方

停電発生時に必要となるのが明かりの確保です。そこで、家庭内にあるものを活用し、部屋を明るくする方法を2つご紹介します。

① ペットボトルで簡単ランタン

懐中電灯の明かりの上に、水を入れたペットボトルを置くことで、光が乱反射して周りを照らすことができます。懐中電灯が小さい場合は、コップの中に入れて、ペットボトルが置けます。



1 水を入れたペットボトルと懐中電灯を用意します



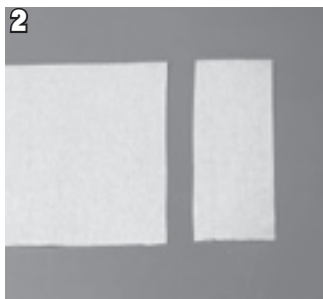
2 懐中電灯が小さい場合や不安定な場合は、筒やコップの中に入れてペットボトルが置けます

② サラダ油で簡易ランプ

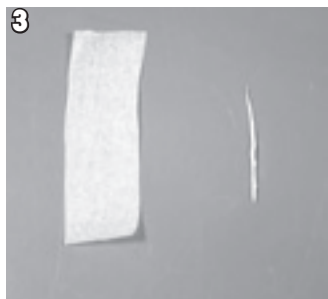
耐熱ガラスのコップにサラダ油を入れ、ティッシュやキッチンペーパーで着火する芯をつくります。アルミホイルで芯を固定し、サラダ油に浮かべて火をつけます。



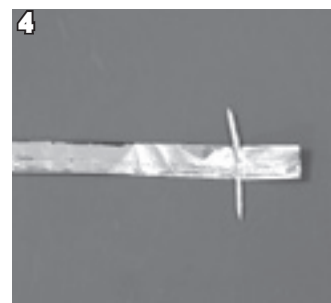
1 耐熱コップ、サラダ油、ティッシュ、アルミホイルを用意します



2 ティッシュを半分に切ったあと、更に約5センチ幅に切ります



3 2枚重ねとなっているティッシュをはがし、こよりをつくります



4 アルミホイルを折りたたみ、つまようじで穴を開けてこより固定します。こよりの先は5mmほどだします



5 アルミホイルを折ってL字型をつくります



6 コップにアルミホイルを固定してサラダ油を注ぎます



7 芯に油がしみ込んだら火をつけます。火災や火傷には十分注意しましょう

(参考：警視庁災害対策課 Twitter)



読書週間 世界が広がる 知識が深まる 図書館へ行こう!!

10月27日～11月9日は読書週間です。読書をすることで知識や言語力が身に付き感受性が豊かになるといわれています。

インターネットで知りたい情報がすぐに得られる情報化社会のなか、図書館へ行って本の魅力、図書館の魅力を再発見してみませんか。

●問合せ→市立図書館 ☎ (29) 2153

図書館貸し出し
人気トップ3★
(平成30年度4月～8月)

★ 一般書 ★

- 1位 「魔力の胎動」
東野 圭吾 / 著
KADOKAWA
- 2位 「棲月」
今野 敏 / 著
- 3位 「凶犬の眼」
柚月 裕子 / 著



★ DVD ★

- 1位 「シング」
ユニバーサル・スタジオ
- 2位 「モアナと伝説の海」
- 3位 「ズートピア」



★ 絵本 ★

- 1位 「ルラルさんのだいくしごと」
いとう ひろし / 著
ポプラ社
- 1位 「おしりたんてい ププッチいさな しょちょうのだいピンチ!？」
- 2位 「がっこうだっどきどきしてる」
- 2位 「ウルトラマンをつくったひとたち」
- 2位 「ミッケ! 6 ゴーストハウス」



★ 司書のおすすめ ★

- 絵本 「こわめっこしましょ」
tupera tupera / 作 絵本館
- 児童書 「いくらかな? 社会がみえるねだんのはなし」
藤田 千枝 / 編 大月書店
- 一般書 「COFFEE BOOK」
モルドヴァ アネット / 著
誠文堂新光社



◇ 10月のよみきかせ会 ◇

どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

- ①よみきかせ会
●日時→10月6日(土)・14日(日) 午前10時30分～11時
●会場→図書館読みきかせ室 (2階)
- ②ちびっこよみきかせ会
●日時→10月11日(木) 午前10時30分～11時
●会場→図書館読みきかせ室 (2階)

◇ 新着図書 ◇

- ☆ふたりぐらし 桜木 紫乃 (さくらぎ しの)
- ☆破蕾 (はらい) 冲方 丁 (うぶかた とう)
- ☆四十歳、未婚出産 垣谷 美雨 (かきや みう)
- ☆マトリョーシカ・ブラッド 呉 勝浩 (ご かつひろ)
- ☆スケルトン・キー 道尾 秀介 (みちお しゅうすけ)
- ☆新・水滸後伝 (上・下) 田中 芳樹 (たなか よしき)
- ☆悪玉伝 朝井 まかて (あさい まかて)
- ☆むすびつき 畠中 恵 (はたけなか めぐみ)
- ☆能面検事 中山 七里 (なかやま しちり)
- ☆任侠浴場 今野 敏 (こんの びん)

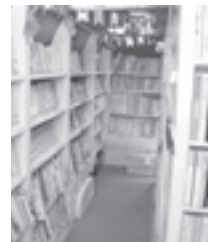
☆→小説 ◎→その他書籍

- ◎女性の「定年後」 香山 リカ (かやま りか)
- ◎江戸の「仕事人」 案内 岡村 直樹 (おかむら なおき)
- ◎村上春樹の100曲 栗原 裕一郎 (くりはら ゆういちろう)
- ◎七〇歳年下の君たちへ 五木 寛之 (いつき ひろゆき)
- ◎なんでこうなるの??!
- ◎女子刑務所ライフ 中野 瑠美 (なかの るみ)

移動図書館「ヨムヨム号」



市立図書館では、移動図書館車「ヨムヨム号」を巡回させ、本の貸出しを行っています。
 小説・エッセイ・料理本など幅広くとりそろえています。
 近くにお立ち寄りの際は、ぜひご利用ください。



本を借りるとき …図書館と同じカードを使います。初めての方もOK！
本を返すとき …次の巡回日に返します。図書館で借りた本もOK！
本を予約するとき …読みたい本を予約やリクエスト！

	駐車場所	住所	停車時間	11月	12月	1月	2月	3月	4月
市街巡回	瞻の木・かしの木	西1条18丁目	14:15～14:35						
	グループホーム和(1号棟・2号棟)	東1条2丁目	14:45～15:05	6日(火)	4日(火)	8日(火)	5日(火)	5日(火)	9日(火)
	ふれあい交流館とも	東1条1丁目	15:10～15:20						
	西児童センター	西4条8丁目	15:25～15:45	20日(火)	18日(火)	22日(火)	19日(火)	19日(火)	23日(火)
	土別幼稚園	大通西4丁目	15:55～16:10						
	総合福祉センターさんあい	東6条5丁目	14:10～14:30						
	日下様宅前(土別中学校横)	東6条北7丁目	14:40～14:55	7日(水)	5日(水)	9日(水)	6日(水)	6日(水)	10日(水)
	カトリック土別幼稚園	東3条1丁目	15:00～15:15						
	ほくと児童館	東3条1丁目	15:25～15:40	21日(水)	19日(水)	23日(水)	20日(水)	20日(水)	24日(水)
	北川団地	大通北8丁目	15:45～16:00						
	北星保育園	東5条北5丁目	16:05～16:20						
	東山団地	東丘2丁目	14:00～14:10						
	市立病院くるみ保育園	東11条5丁目	14:20～14:30						
	グループホーム・サンフラワー	東5条16丁目	14:40～14:55	8日(木)	6日(木)	10日(木)	7日(木)	7日(木)	11日(木)
	道職員住宅	東7条11丁目	15:05～15:20						
	サフォークニュータウン	東2条18丁目	15:30～15:45	22日(木)	20日(木)	24日(木)	21日(木)	18日(月)	25日(木)
	瑞祥幼稚園	大通東10丁目	15:55～16:05						
	あいの実保育園	東5条7丁目	16:10～16:25						
	南町保育園	東2条14丁目	14:20～14:30						
	デイサービスハウスこもれ陽	東5条11丁目	14:40～14:50	9日(金)	7日(金)	11日(金)	8日(金)	8日(金)	12日(金)
南町商工団地	西2条17丁目	15:00～15:20							
あけぼの子どもセンター	東3条10丁目	15:30～15:45	19日(月)	21日(金)	25日(金)	22日(金)	22日(金)	26日(金)	
こぶたの家保育園	東2条11丁目	15:55～16:10							
学校巡回	温根別小学校	温根別町南1線	10:15～10:35						
	温根別保育園	温根別町南1線	10:40～10:50						
	J A北ひびき温根別支所	温根別町本線	11:00～11:10						
	土別翔雲高等学校	東6条北6丁目	13:00～13:20						
	上土別保育園	上土別町16線南	10:45～10:55						
	上土別小学校	上土別町16線南	11:05～12:50	12日(月)	12日(水)	23日(水)	13日(水)	13日(水)	17日(水)
	糸魚小学校	朝日町中央4050	13:05～13:30	14日(水)			18日(月)		22日(月)
	上土別出張所前	上土別町16線南	11:45～12:00	15日(木)	13日(木)	24日(木)	14日(木)	14日(木)	18日(木)
	上土別中学校	上土別町16線南	12:45～13:05						
	多寄小学校	多寄町37線西	10:20～10:50						18日(木)
	J A北ひびき多寄支所	多寄町36線西	11:00～11:30	16日(金)	14日(金)	25日(金)	15日(金)	15日(金)	19日(金)
	多寄保育園	多寄町36線西	11:40～11:50						
多寄中学校	多寄町37線西	12:55～13:15							

※天候や交通事情で、到着時間の遅れや巡回を中止することがありますので、ご了承ください。

10.17(水) 18:00 ~ 19:30 生涯学習情報センター視聴覚室

市民文芸講座 高円寺のホームレス
～士別市民文芸への寄稿にあたって～

映画監督で士別ふるさと大使の水戸英樹さんを招き、士別市民文芸に寄稿された「高円寺のホームレス」のエピソード、映画や士別市PRCM制作までの創作活動のプロセスなどを講演します。

- 講師→水戸英樹さん
- 対象・定員→市民80人(先着順)
- 問合せ→市立図書館☎(29)2153



10.22(月) 開場 18:00 市民文化センター大ホール
開演 18:30

日本一の「のぼせもん」
小松政夫 SHOW in 士別

コメディアンとしてテレビで大活躍の小松政夫さん。俳優としても映画・ドラマ・舞台に出演しています。数多くの流行り言葉で笑いを届けます。

- 出演→小松政夫、入山 学
- 料金→前売2,000円(当日2,500円)
- チケット取扱い→市民文化センター、市立士別図書館、あさひサンライズホール、各公民館、EN-RAY HALL チケットセンター(名寄市)



11.16(金) 開場 18:30 あさひサンライズホール
開演 19:00

サンライズホール第349回自主企画事業

上方落語の会
すべて見せます お囃子の世界

賑やかに囃子方が、噺とからむのが上方落語です。生のお囃子で、上方落語を楽しめる機会は多くありません。この機会に十分ご堪能ください。

- 出演→桂枝光、桂文昇、桂華紋、はやしや美紀
- 料金→前売2,000円(当日2,500円)
- チケット取扱い→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、道北日報社、富喜堂、こいなか、あさひサンライズホール



桂 枝光(かつらしこう)

11.20(火) 開場 18:30 あさひサンライズホール
開演 19:00

サンライズホール第348回自主企画事業

AT THAT MOMENT

ゴスペルシンガー Kiki、初のジャズアルバムリリースツアー



女性ゴスペルシンガーとして活躍中のKikiが、ジャズ界の実力プレイヤーたちをバックに歌います。迫力のサウンドをお楽しみください。

- 出演→Kiki(Vocal)、石井彰(Piano)、金澤英明(Bass)、石若駿(Drums)
- 料金→前売2,000円(当日2,500円)
- チケット取扱い→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、道北日報社、お食事処こいなか、あさひサンライズホール

12.11(火) 開場 18:30 あさひサンライズホール
開演 19:00

サンライズホール第350回自主企画事業

ゼブラ

母が死期を迎え、四姉妹が集まる。四姉妹の母に対する思いが交錯する。

3月に上演した市民劇のオリジナルバージョンです。

- 作・演出→田村孝裕
- 出演→劇団ONEOR8
- 客演:星野園美、吉田芽吹、新垣里沙、矢部太郎ほか
- 料金→前売2,500円(当日3,000円)
- チケット取扱い→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、道北日報社、お食事処こいなか、あさひサンライズホール



生涯学習情報センター休館情報

空調設備更新工事にとまない、生涯学習情報センターが、次の期間使用できません。

- 全館休館● 10月21日(日)
- 一部休館●

区分	日程	備考
センター1階全室	10月1日 ～14日	貸館業務と証明書発行は、通常通り行います。
センター2階全室	10月15日 ～11月4日	
センター地階全室	11月5日 ～25日	

- 問合せ→市立図書館☎(29)2153

自分らしく暮らすための、頼れるサポーター！



雇用促進支援員
二瓶 江美子さん

今号では、季節労働者の通年雇用や資格取得などを支援する「雇用促進支援員」の活動を紹介します。

— どのような仕事をしていますか
 季節労働者の通年雇用に向けた取り組みを進めています。年間100件ほどの企業を訪問して、必要に応じた情報提供や資格取得の支援などを中心に行っています。

— 働く女性の割合は
 季節労働者のうち全体の約2割が女性です。資格を取得し建設現場や介護福祉施設など、さまざまな職種で活躍する女性が多くいます。

— 市内の現状は
 市内の季節労働者は、平成20年度から減少していますが、多くの方が通年での仕事を希望している状況です。より細やかで丁寧な事業を行い、季節労働者の通年雇用化に向けた取り組みを進めていく必要があります。

● 相談・問合せ→通年雇用促進協議会(市商工労働観光課内) ☎(23)0500

計画への意見をお寄せください 市民意見の公募

市では、市民の市政参加を進めるため、次の計画について、市民意見の公募(パブリックコメント)を実施します。皆さんからの意見をお待ちしています。

※意見を提出された方の住所・氏名などは公表しません。
 ※意見への個別回答はせず、内容ごとに分類し意見への考え方を公表します。



● 意見を募集する計画↓①土別市家庭ごみ有料化実施計画案、②土別市

健康長寿推進条例案、③土別市受動喫煙防止条例案

● 募集期間↓①は10月17日(水)まで、②・③は10月19日(金)まで

● 閲覧場所↓市役所1階情報公開コーナー、朝日総合支所、各出張所、生涯学習情報センター。※このほか、市ホームページからも閲覧できます。

● 意見を提出できる方↓市内に住所をもつ方、市内の事業所に勤務する方、市内に事務所・事業所をもつ個人や法人など
 ● 提出方法↓閲覧場所や市ホーム

ページにある「意見提出用紙」に意見を記載して、郵送、FAX、メール、持参のいずれかで提出してください。
 ※電話での受付は行いません。

● 提出先↓①環境センター(FAX: (23)0044、電子メール: kankyocenter@city.shibetsu.lg.jp) または市環境生活課・朝日総合支所・各出張所・生涯学習情報センター、②・③は市保健福祉センター(FAX: (22)2460、電子メール: hokencenter@city.shibetsu.lg.jp)

● 問合せ↓①市環境センター ☎(23)0022、②③市保健福祉センター ☎(22)2400

第4回サフォークランド土別健康ウォーキング

普段は入れない「トヨタ自動車株式会社土別試験場」テストコースを歩きます。(雨天決行)
 ● 日時↓10月21日(日) 午前9時
 ● 募集人数↓150人
 ● 会場↓トヨタ自動車株式会社土別試験場内3コース(試験場を1周するAコース10km、初めでも楽しいBコース5km、標高差



インターネット回答は10月8日まで
住宅・土地統計調査
 住宅・土地統計調査を実施中です。調査対象の世帯には、すでに調査票を配布していますので、期日までの回答をお願いします。
【回答方法】
 ・インターネット
 ・郵送
 ・担当調査員へ提出
 ● 問合せ→市企画課振興係 ☎内線2218

ご迷惑をおかけします 住民票発行休止のお知らせ

10月7日(日)午後1時から6時まで、市役所のシステムが停止するため、市立図書館での住民票、印鑑登録証明書および戸籍謄抄本の発行ができません。
 ● 問合せ→市市民課 戸籍住民係 ☎内線2102



相談会を行います 行政相談週間

10月15日(月)～21日(日)の行政相談週間にあわせて、相談会を行います。国の行政全般に対する苦情や意見、要望を受け付け、公正中立の立場から、その解決や実現をはかります。事前の申し込みは不要です。

●日時↓10月17日(水)午前10時～正午、午後1時～3時

●会場↓市役所2階会議室201

●相談員↓辻本 幸慈さん

●問合せ↓市環境生活課 ☎内線2235

年金額を増やしませんか？

付加年金・国民年金基金

国民年金保険料に、付加保険料や国民年金基金の掛金を増額すると、老齢基礎年金に上乘せされた年金を

将来受け取ることができず。

ちよつと増やせる付加年金

次の付加保険料を追加納付すると、将来上乘せされた付加年金を受け取れます。

●付加保険料↓月額400円

●受給額↓年額200円×納付月数

選んで増やせる国民年金基金

国民年金基金は、自営業の方などが、会社員などと同程度の年金を受け取れるようにするための公的な年金制度です。少ない掛金・自由なプランで始められ、自分の収入にあわせた年金設計ができます。

※付加年金と国民年金基金の併用はできません。

●手続き・問合せ↓▽付加年金：市市民課給付年金係 ☎内線2106、▽国民年金基金：北海道国民年金基金 ☎0120(65)4192

子ども相談支援センター 相談窓口のお知らせ



・いじめられている…
・学校に行きたいのに行けない…
・誰かに聞いてほしい…
そんな時に相談できる窓口があります。

●電話相談 (無料、毎日24時間対応)

☎0120(3882)56

●メール相談
doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp

暖房器具などの点検を 秋の全道火災予防運動

10月15日(月)～31日(水)は、秋の全道火災予防運動期間です。

全国统一標語「忘れてない? サイフにスマホ



に火の確認」を掲げ、市内でも次のとおり啓発活動を行います。

●啓発サイレン↓10月15日(月)、31日(水)※いずれも午前8時

●街頭PR↓10月20日(土)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を実施します。

●問合せ↓土別消防署 ☎(23)2619



北海道と合同の大規模訓練 士別市総合防災訓練

防災関係機関の協力のもと、北海道防災総合訓練と合同で、士別市総合防災訓練を実施します。台風の接近にともなう大雨災害(水害)を想定した訓練を計画しています。

●日時↓10月13日(土)

●訓練内容

▽市計画訓練

メイン会場…

士別南中学校



・災害対策本部運営訓練

・住民避難訓練

・市民参加型避難所運営訓練

・避難所(メイン会場)内外で防災関係機関による防災資機材展示

・避難所一泊訓練

▽道計画訓練

メイン会場…剣淵川緑地観月橋付近

・防災ヘリなどによる救出救助および急病者搬送

・物資輸送訓練

・総合通信局による衛星回線を利用した通信訓練、防災啓発放送

●問合せ↓市総務課行政係 ☎内線2208

豆がら・枯れ草焼き 火災発生に注意



空気が乾燥して火災が発生しやすい時期です。農業を営んでいる方が豆がらや枯れ草を焼くときには、次のことを守ってください。

▷事前に消防署に連絡するか、届出書を提出してから行う

▷日没後は行わない

▷山林や建物に延焼する恐れのある場所では絶対に行わない

▷監視しながら少量ずつ行う

▷いつでも消火できるように準備してから行う

▷残り火、飛び火に気をつける

▷風の強い日は行わない

●問合せ→土別地方消防事務組合消防署 ☎(23)2619

**老人クラブの例会にあわせて実施
介護予防出前講座**

老人クラブに未加入の方でも気軽にお越しください。事前申し込みは不要です。

●開催クラブ・会場・開催日

開催時間は、桜丘クラブが午後1時30分～3時、それ以外が午前10時～11時30分です。

▽ 駅南友和会 ↓ 駅南自治会館・10月11日(木)

▽ 上士別中央老人クラブ ↓ 上士別構造改善センター・10月12日(金)

▽ 観月親和会 ↓ 観月会館・10月13日(土)

▽ 桜丘クラブ ↓ 桜丘自治会館・10月16日(火)

▽ 兵村すえひろクラブ ↓ 兵村会館・10月17日(水)

▽ 壬子日の丸会 ↓ 壬子生活改善センター・10月19日(金)

▽ 兼内老人クラブ ↓ 兼内公民館分館・10月25日(木)

▽ 中士別長寿会 ↓ 中士別老人クラブ会館・10月30日(火)

▽ 南士別長生クラブ ↓ 南士別自治会館・10月31日(水)



▽ 東丘悠々倶楽部 ↓ 東丘自治会館・11月5日(月)

▽ 宮下さくら会 ↓ 宮下会館・11月7日(水)

▽ 南町福寿クラブ ↓ 南町南栄自治会館・11月8日(木)

● 問合せ ↓ いきいき健康センター ☎(26)7778

加工教室

農産物加工体験交流工房「のくむ」
「食パン・シフォンケーキ作り教室」の参加者を募集中です。

● 日時 ↓ 10月20日(土) 午前9時～午後3時

● 会場 ↓ 農畜産物加工体験交流工房「のくむ」

● 定員 ↓ 先着8人 ※対象年齢18歳以上(高校生除く)

● 参加料 ↓ 2200円
(利用料・材料費込み)

※ 食パン一斤とシフォンケーキ2個を持ち帰れます。

● 持ち物 ↓ エプロン、昼食、持ち帰り用の袋

● 受付期間 ↓ 10月13日(土)まで(祝日を除く) 月土の午前9時～正午

● 申込み・問合せ ↓ 農畜産物加工体験工房「のくむ」 ☎(22)1114



**小規模校の特色を生かす
特認校制度**

特認校制度とは、保護者が希望した場合に、通学区域にかかわらず指定校への通学を認める制度です。説明会を開催しますので、お気軽にお越しください。

● 特認校・定員

▽ 温根別小学校・5人

▽ 多寄中学校・5人

● 日時

▽ 温根別小学校 ↓ 12月6日(木) 午後2時40分(温根別小学校校長室)

▽ 多寄中学校 ↓ 10月13日(土) 午後2時(多寄中学校会議室)

● 申込期限

▽ 温根別小学校 ↓ 11月30日(金)

▽ 多寄中学校 ↓ 10月5日(金)



● 申込み・問合せ ↓ 市学校教育課 ☎内線3202
▽ 温根別小学校 ☎(27)2310
▽ 多寄中学校 ☎(26)2252

**新小学一年生対象
就学予定校等事前調査**

市教育委員会では、来春から小学校に入学する子どもがいる家庭に、住所や就学予定校の確認に関する調査用紙を10月上旬に発送します。

ご自宅に届かない場合や、届いた書面の記載に誤りなどがありましたらお知らせください。

また、入学に関する悩みや不安などがありましたら、ご相談ください。

● 問合せ・相談 ↓ 市学校教育課 ☎内線3202

愛情セール開催のお知らせ

バザーの売上金は、青少年を正しく導くため防犯を含め、更生保護の活動を行なう団体に寄附しています。今年はスポーツ用品(旧モデル)などもありますのでぜひご来場ください。

● 日時 → 10月21日(日)
午前10時～午後2時

● 会場 → 市民文化センター研修室

● 内容 → 衣類・生活用品などのバザー

● 問合せ → 士別更生保護女性会
担当: 西崎さん ☎(22)2281



切り絵どんぐり会 20周年記念作品展

切り絵どんぐり会では、20周年記念作品展を次のとおり開催しますので、ぜひご来場ください。

● 日時 → 10月2日(火)～20日(土)
午前9時～午後5時

● 会場 → 生涯学習情報センター 地階

● 問合せ → 切り絵どんぐり会事務局 守屋さん ☎(23)3341



さっぽろ市士別ふるさと会 ふるさととの集い

札幌市に住む士別出身の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。

- 日時↓10月27日(土) 正午〜
- 日程↓午前8時30分朝日総合支所発・午前9時市役所発・午後6時 士別市着(予定)
- 会費↓7000円
- 申込期限↓10月19日(金)
- 主催↓さっぽろ市士別ふるさと会
- 申込み・問合せ↓市秘書広報課 ☎2007



申し込みをお待ちしています 自衛官の募集

自衛官などを募集しています。受付期間や試験日など、くわしくは問い合わせください。

- 自衛官候補生↓18歳以上27歳未満(採用予定月の1日現在)
- 陸上自衛隊高等工科学校生↓17歳未満で中卒(見込含)の男性
- 申込み・問合せ↓自衛隊旭川地方協力本部名寄出張所 ☎01654(2) 3921

合宿選手を現地で応援 クイーンズ駅伝応援事業

合宿の里士別推進協議会では、11月25日に宮城県で行われる第38回全日本実業団対抗女子駅伝大会(クイーンズ駅伝)で、士別で合宿したチームと一緒に応援していただける方を募集しています。くわしくは問い合わせください。

- 日程↓11月23日(金)〜25日(日)
- 対象↓20歳以上の市民 4人
- 申込期限↓10月19日(金)
- 申込み・問合せ↓市スポーツ課 ☎内線3223

子どもと向き合い考える 第49回母と女性教職員のつどい

「士別市母と女性教職員のつどい」では、「どの子にも学ぶ楽しさを生き抜く力を！明るい未来を！」をテーマに講演会を開催します。

- お父さんの参加も大歓迎ですので、多数ご参加ください。
- 日時↓10月21日(日)午後1時20分〜(受付1時〜)
- 会場↓士別小学校
- 講師↓名寄市立大学準教授 小野川 文子さん
- 演題↓『生きづらさを抱える子ども』



もたちに、私たちは、今、何をすべきかー大切な子ども期を考えるー」

- 参加料↓300円(入場券を市内の学校教職員か母女推進委員から購入してください。当日券もあります。)
- 問合せ↓士別南小学校(手塚さん) ☎(23) 4148

士別警察署かわら版

■全国地域安全運動

〜みんなで築こう、安全で安心な大地〜
10月11日から10月20日まで、「全国地域安全運動」が実施されます。

警察や自治体では地域のボランティア団体と連携して、住民のみなさんが安心して暮らせる地域社会の実現に向けた活動を行います。

みなさんの力で犯罪のない、安全で安心な地域をつくりましょう。

- 問合せ↓士別警察署(代) ☎(23) 0110

不用品ダイヤル

市環境生活課市民生活係 ☎内線 2235

【ゆづります】

▷もちつき機(1升) ▷車庫 ▷電動マッサージチェア ▷遠赤外線カーボンヒーター ▷天板付こたつ2台▷折り畳みテーブル ▷ひな人形5段飾り ▷五月人形3段飾り

【ゆづってください】

▷FF式灯油ストーブ(8〜10畳用)
▷屋内用灯油タンク

特定健診の受診について

市では、国保に加入している40〜74歳の方を対象に、特定健診を実施しています。今年度まだ受診していない方は、積極的な受診をお願いします。

- 料金↓無料(オプション検査は有料)
- 持ち物↓受診券・保険証
- 問合せ↓市市民課国保係 ☎内線2220

会場	健診日	時間	予約
多寄研修センター	10月22日(月)	午前8時〜10時	不要
下士別自治会館		午前11時〜正午	
上士別構造改善センター	10月23日(火)	午前8時〜9時30分	
成美自治会館		午前10時30分〜11時30分	
武徳自治会館	10月26日(金)	午前8時〜9時30分	
中士別自治会館		午前10時30分〜11時30分	
温根別出張所	11月2日(金)	午前8時〜9時30分	必要 ☎(22)2600
成人病健診センター	10月10日(水)	男性 午前8時30分	
		女性 午前10時	
	10月24日(水)	女性 午前8時30分 午前10時	

※地区外の方も受診できます。

※今月の「みんなで学ぼう手話コーナー」はお休みします。

無料法律相談

●日時↓10月10日(水)午後5時～8時

※時間は1人20分

●会場↓市役所来賓室(2階)

●申込期限↓10月4日(木)※先着順

●申込み↓市環境生活課市民生活係 ☎内線 2235

出張年金相談

●日時↓10月23日(火)午前10時～午後4時30分(完全予約制)

●会場↓土別商工会館

●予約申込み↓旭川年金事務所 ☎0166(72)5004

※自動音声 1番↓2番

名寄保健所水質検査

●日時↓10月15日(月)午前10時～正午

●会場↓サポートセンターしべつ

※検査は有料で専用容器が必要です。事前に連絡してください。

●申込み↓名寄保健所 ☎01654(3)3121

公営住宅入居者募集

※内容は、変更になる場合があります。

団地名	所在地	世帯条件	建築年 募集階	間取り	面積	月額家賃
サウスタウン 青葉	西2条15丁目 A棟205号室	单身 不可	H12 ・2階	2LDK	59.4㎡	18,900円 ～
東山	東丘2丁目 B1棟101号室	单身 不可	H9 ・1階	3LDK	73.5㎡	23,700円 ～
北部	東4条北8丁目 A棟106号室	单身 不可	H14 ・2階	2LDK	62.2㎡	19,800円 ～
桜丘	東9条2丁目 B棟206号室	单身 不可 注	H12 ・2階	1LDK	51.9㎡	17,700円 ～
北星	東3条北5丁目 H82-B-2棟4号室	单身 不可	S57 ・2階	3LDK	62.1㎡	16,000円 ～
南西	西3条14丁目 87-A2棟301号室	单身 不可	S63 ・3階	3LDK	66.5㎡	19,300円 ～

注 満60歳以上の方、障がい者、生活保護受給者の方などは単身で申込みできます。

次の住宅(団地)では、申込みを随時受け付けます。

【土別地区】東山、北星、東雲、北川

【朝日地区】北、つつじ、特定公共賃貸住宅

●受付期間→10月2日(火)～12日(金)まで

●住宅見学→10月9日(火)午前11時～午後1時。

●入居開始月→11月～(サウスタウン青葉は12月～)

●抽選日(時間厳守)→10月16日(火)

午前10時～市役所2階会議室201

※申込条件や必要書類など、くわしくは問い合わせください。

●追加公募→受付期間を過ぎても申込みのなかった住戸については、10月17日(水)まで申込みを受け付けます。

●申込み・問合せ

▷市建築課住宅係 ☎内線 2322

▷朝日総合支所経済建設課建設係 ☎(28)2121



めん羊工芸館 くるるん

10月講習会

編みベスト

●日程

10月12日(金)～15日(月)のうち1日。

申込みの際に、都合の良い日を伝えてください。

●料金→5000円(1作品あたり)

●申込期限→10月11日(木)

●申込み・問合せ→めん羊工芸館くるるん ☎(23)3793



10月紙類収集日



日	曜日	収集地区
2	火	宮下・にってん
3	水	上土別16線の朝日側
4	木	第一町内・親栄
10	水	第三・第四・第五町内
11	木	上土別16線の土別側・朝日
16	火	中土別・川西
17	水	温根別第1・第2
18	木	中央・七星・南親会
23	火	温根別の上記以外の自治会
24	水	西土別・学田・南土別
25	木	親和・東栄・第9
30	火	あけぼの

11月上旬紙類収集日

日	曜日	収集地区
1	木	創成
6	火	九十九・桜丘
7	水	東山
8	木	東丘



9月11日撮影

コスモスが見ごろをむかえ
山々は色づき始めました
市内では徐々に秋が深まっています

広報しべつは、次の場所にも置いています。 ご自由にお持ち帰りください。

【コンビニ等】 セイコーマート北大通店・南大通店・西店/セブンイレブン市内各店/
ローソン市内各店/フジヤ金物店(バス待合スペース)

【保育施設・児童施設】 南町保育園/こぶたの家保育園/あいの実保育園/
あさひ保育園/北星保育園/あけぼの子どもセンター/ほくと児童館/
西児童センター/つどいの広場「きら」/子育て支援センター「ゆら」

【金融機関・公的施設】 JR土別駅/土別市社会福祉協議会/北海道銀行/
北洋銀行/北星信金土別中央営業部・北支店・朝日支店

【公共施設】 市役所1階/教育委員会/朝日総合支所/各出張所/総合体育館/
市民文化センター/あさひサンライズホール/生涯学習情報センター/
勤労者センター/いきいき健康センター/つくも水郷公園管理棟

土別市まめ知識 (No.46)

☆名誉市民 中西秀利氏

昭和59年6月に名誉市民の称号が贈られました。

50年間にわたり、農業基盤の開発改良に尽力し、岩尾内ダム建設や総合かんがい排水事業に心血を注ぎました。

土功組合議員や土地改良区理事長、道議会議員、教育委員などの要職を務め、住民福祉の増進や産業の発展に貢献しました。



人の動き 8月末現在()内は前月比

◆人 □ 19,063人 (-25)
男性 9,007人 (-11)
女性 10,056人 (-14)
《出生11人死亡33人転入34人転出36人その他-1人》
◆世帯数 9,408世帯 (-11)

地区別人口

中央地区	15,885人
上土別地区	782人
多寄地区	875人
温根別地区	291人
朝日地区	1,230人

平成30(2018)年10月1日発行 広報しべつNo.158号

■発行・編集/土別市役所総務部総合企画室秘書広報課
〒095-8686 土別市東6条4丁目1番地
☎(代表)0165(23)3121 FAX 0165(22)1934
土別市ホームページ <http://www.city.shibetsu.lg.jp>
開庁時間 午前8時30分~午後5時15分(土日祝日、年末年始は閉庁)
メール hishokohoka@city.shibetsu.lg.jp
■印刷/志村印刷株式会社

「今月の土別っ子」のコーナー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。

