

2023

11

NOVEMBER

広報

いわみざわ



たからもの

特集

図書館で本と出会う

主な内容 女性に対する暴力をなくす運動
岩見沢地方高等職業訓練校
公開型 GIS いわまっぷ

森林環境税の課税が始まります
冬はすぐそこに
みんなのひろば・情報ひろば

今月の表紙

市内の図書館では、子どもが本と触れ合うきっかけとなる、いろいろなイベントなどを行っています。読書の秋を満喫しに、子どもと一緒に図書館へお出掛けしてみませんか？

たからもの 本



秋も深まり、皆さん読書の秋を楽しんでいますか。
特に子育て中の保護者の皆さんは、赤ちゃんと絵本の読み聞かせをしたり、子どもが興味を持ちそうな本を探したりと、季節に関係なく本と向き合う機会が多いのではないのでしょうか。しかし、どんな絵本を選べば良いか分からない、買った本に子どもが興味を示さないといったこともあるかと思えます。

そんな時、皆さんの力となるのが図書館です。今月は、子どもと一緒に、一度といわず何度でも訪れてほしい図書館を取り上げます。

問合先 市立図書館 ☎22・4236

76.1 MHz FM HAMAOKA JAPAN

市職員が出演して説明します
11月10日(金)
午後5時40分

市内の図書館

市内には図書館が全部で4館あり、いずれも絵本コーナーや児童書コーナーがありますので、子どもと一緒に気軽に行くことができます。

それぞれ特徴があり、雰囲気も違いますので、図書館巡りをお気に入りの図書館を探してみるのも良いかもしれません。

児童書（絵本含む）の蔵書数 （令和5年3月末現在）

市立図書館	47,063冊
来夢21図書館	17,866冊
北村学習交流館	6,462冊
第一小学校図書館	8,292冊
合計	79,683冊

本を手にとろう

本の魅力は「出会い」があることです。最近ではスマートフォンやタブレット端末でいろいろな情報が入りやすくなっていますが、自分が知りたい、興味があるキーワードから検索するので、新たな出会いや意外な出会いはなかなかありません。

しかし本は、表紙やタイトルにひかれて手に持ち、読んでみたら想像と全く違う内容だったということも珍しくありません。そんな出会いが、自分に大きな影響を与えたり、子どもの興味・関心を引き出せたりすることがあります。

5冊以上の本を試せる

図書館であればその場で試しに読んでみて、少しでも興味がありそうな本は借りて、自宅ですっきりと読むことができます。自宅で読んでみて、やっぱりあまり興味が湧かない場合は、読むのを止めて次の本を試み始めることができます。

図書館は、宝物となる一冊が見つかるまで何度も試せる場所です。

図書館豆知識

休館日には何をしているの？

図書館には決まった休館日があり、特別図書整理期間として約10日間の休館期間もあります。

この休館日や休館期間は、ただ休んでいるわけではありません。

利用者の居ない図書館の中では、職員が本や資料が無くなっていないか、本があるべき場所にあるか、汚れたり破れたりしていないかなどの確認をしているほか、本を並べ直して整理整頓を行うなどしています。

皆さんが気持ちよく図書館を利用するためには、休館日や休館期間がとても重要なんです。

図書館にはたくさん子どもたちが来ます。ぐずったり、泣いたりしても大丈夫！安心して、気軽に来てね♪



図書館では、子どもが本に触れ、興味を持つきっかけとなるようなイベントなどを開催しています

次のページで紹介しているので、子どもと一緒にぜひ参加してみてください

市内にある 図書館紹介

第一小学校図書館

第一小学校の校舎内にあります。幼児から大人まで楽しめる絵本や児童書、小説、実用書などの生活に身近な本が揃っています。

(蔵書数：17,163冊)

所在地 緑町3丁目7-1

開館時間 午前11時30分～午後5時

休館日 日・月曜日、祝日、月末整理日（月曜日を除く、毎月最後の平日）、年末年始（12月29日～1月4日）、特別図書整理期間

北村学習交流館

北村支所内にあります。ゆったりと本や雑誌を読んだりDVDを楽しんだりできます。

(蔵書数：18,890冊)

所在地 北村赤川593番地

開館時間 午前10時～午後6時（土・日曜日は午後5時30分まで）

休館日 月曜日、祝日、月末整理日（月曜日を除く、毎月最後の平日）、年末年始（12月29日～1月4日）、特別図書整理期間

来夢21図書館

複合文化施設来夢21の2階にあります。1階には、子ども館と資料館が併設され、いつも元気いっぱいの子どもの声が聞こえます。

(蔵書数：56,334冊)

所在地 栗沢町南本町41番地

開館時間 午前10時～午後6時（土・日曜日は午後5時30分まで）

休館日 月曜日、祝日、月末整理日（月曜日を除く、毎月最後の平日）、年末年始（12月29日～1月4日）、特別図書整理期間

市立図書館

豊かな緑に囲まれ、館内は明るく開放的な空間です。四季の移り変わりを眺めながら、くつろいだ空間の中で読書を楽しめます。

(蔵書数：231,033冊)

所在地 春日町2丁目18-1

開館時間 午前10時～午後7時（土・日曜日は午後5時30分まで）

休館日 月曜日、祝日、月末整理日（月曜日を除く、毎月最後の平日）、年末年始（12月29日～1月4日）、特別図書整理期間

蔵書数は令和5年3月末現在

図書館がオススメする絵本を紹介！ぜひ、手に取って読んでみてください♪

妖怪俳句

広瀬克也／絵
石津ちひろ／俳句
絵本館



俳句って知っていますか？簡単に言うと五・七・五の十七音で作る短い文章(詩)を俳句といいます。この絵本は季節ごとに妖怪の特長をユーモラスな俳句にして紹介しています。絵の下には妖怪の名前が書かれているので妖怪の名前をおぼえたり、妖怪俳句を考えてみたり、広瀬先生の妖怪シリーズでおなじみの妖怪たちが大活躍！みんなで読める楽しい絵本です。

11月11日(土)には市立図書館に広瀬克也さんが妖怪のお話をしに来てくれますよ～。ぜひご参加ください。

いつまでいっしょ？

クリストファー・チェン／文
スティーブン・マイケル・キング／絵
なかがわ ちひろ／訳
国土社



パンダさんとネズミちゃんはいつも一緒。風が強い日も、雪の日も。でも、ほんとうにどんなことがあっても一緒にいてくれるのか心配になったネズミちゃんは聞きます。「パンダさん、どんなときも、そばにいてくれる？」ひとりでじっくり、誰かとゆっくり読みたいくなる絵本です。

気になる本が見つかったら 借りてみよう

初めて借りるときは

図書館カードを作ろう

本を借りるには、図書館カードを作る必要があります。図書館カードは市内のすべての図書館で使うことができます。

年齢制限はないので、小さな子どもでも作ることができます

登録できる方 市内在住・在勤・在学の方
登録できる場所 市内の図書館
登録に必要な物 住所と氏名を確認できる物(運転免許証、保険証、郵便物など)

借りたい本の予約ができます

借りたい本が誰かに借りられているときには、次のいずれかの方法で予約できます。

- 図書館で予約
図書館のカウンターで予約申込用紙に書名、著者名、出版社などを記入し提出
- インターネットで予約
市立図書館ホームページから予約できます。予約方法など、詳しくは市立図書館ホームページをご覧ください

本を借りよう

借りたい本を見つけたら、本と図書館カードをカウンターにお持ちください。

借りられる冊数 一人10冊まで(市内のすべての図書館合わせて)

借りられる期間 2週間

本を返そう

期間内に次のいずれかの方法で本を返してください。

- 図書館で返す 市内いずれかの図書館のカウンターで返してください(閉館時は市立図書館、来夢21図書館で返却ポストを利用できます)
- 返却ポストで返す 次の施設・店舗に設置している返却ポストに入れてください(施設・店舗の休業日には利用できません)
 - ▶朝日・美流渡・有明交流プラザの各サービスセンター
 - ▶生涯学習センターいわなび(4西1)
 - ▶幌向総合コミュニティセンターほっとかん(幌向南1-1)
 - ▶まるごとケアの家いわみざわ(志文町4-2)
 - ▶ラッキーマート幌向店(幌向南3-3)

今回紹介した以外にも、図書館では子どもから大人まで楽しめる、本と触れ合うきっかけとなるさまざまなイベントなどを行っています。また館内は、夏は涼しく、冬は暖かい快適な環境です。まだ図書館を利用していない、しばらく利用していないという方も、図書館でのんびりと過ごしながら、気になる本を探してみませんか。



子どもと一緒に参加してほしい 図書館のイベントなど

各イベントの日程などは、広報いわみざわの情報ひろばや市立図書館ホームページでお知らせしています



絵本の読み聞かせ

市立図書館と来夢21図書館、北村学習交流館で絵本の読み聞かせを毎月行っています。

絵本の読み聞かせを行っているボランティアの方に話を聞いてみました



めんこいすたーず



代表 阿部 夢子さん

子どもの喜んでる姿や笑顔が私たちの力になっています。生後2カ月くらいの赤ちゃんでも聞いてくれているので、そんな様子を見られるととても嬉しいです。親子と一緒に、読み聞かせを楽しみに来てください。



図書館大好きの会



代表 古関 亮子さん

子どもも大人も、本の面白さを知って、本を大好きになってほしいと思います。本が日常に当たり前にあり、子どもの心を育て、豊かにするような本との出会いをお手伝いしていきたいです。



ブックスタート

子どもの8・9か月健診時に、読み聞かせ体験とともに絵本をプレゼントしています。



ベビカフェ

年3回開催し、3歳未満の子どもと保護者を対象に、絵本の紹介や読み聞かせ、育児・健康相談を行うことができます。



図書館シアター

子ども向けの映画などの上映会を市立図書館(毎月)と来夢21図書館(不定期)で開催しています。

市立図書館ホームページには、ひらがなで分かりやすい表現を使った子どもページを用意しています。文字を読めるようになった子どもが、自分で図書館の利用方法を調べたり、本を探したりできます

市立図書館ホームページ



チャレンジしよう! 読書ノート

小学生以上を対象に、読んだ本を記録する読書ノートを配布しています。

読書ノートは全7冊で、1冊目(レベル1)から7冊目(図書館マスター)まであり、1冊目から4冊目までは50冊、5冊目から7冊目までは100冊の本をそれぞれ記録できます。

読書ノートに本の記録をすべて書き終わると、記念のスタンプを押して、缶バッジと次のレベルの読書ノートがもらえます。

たくさん本を読んで、図書館マスターを目指そう!



パートナーからの暴力に悩んでいませんか？



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

DV（ドメスティック・バイオレンス）という言葉を知ったことはありますか？これは、配偶者やパートナー、交際相手など親密な関係にある人から受ける暴力のことを言います。

毎年11月12日から25日は「女性に対する暴力をなくす運動」の期間です。この機会にDVとはどのようなものか考えてみませんか？
問合先 市民連携室男女共同参画担当 ☎ 35-4271

被害を受けたら どうしたらいいの？

信頼できる身近な人や専門の相談窓口にご相談ください。専門の相談窓口では、プライバシーが守られるので安心です。

また、身の危険を感じたらためらわずに110番通報やその場から逃げて警察署・交番などに助けを求めてください。暴力を受けた場合、どんな暴力であっても、あなたは悪くありません。電話、SNSなどさまざまな相談方法があるので、自分が相談しやすい方法を選んでください。

周りの人から相談されたら どうしたらいいの？

あなたのことを信頼して相談しているので、まずは相談者に寄り添って最後まで話を聞いてください。一人で解決することは難しいので、専門の相談窓口にご相談するようにアドバイスしてください。

また、相談内容は相談者の同意なしに他の人に話さないでください。



相談窓口

<p>市民連携室男女共同参画担当</p> <p>北海道立女性相談援助センター ☎ 011-666-9955 平日 午前9時～午後5時、午後5時30分～8時 土・日曜日、祝日 午前9時～午後6時</p> <p>空知総合振興局保健環境部社会福祉課 ☎ 25-5648 午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）</p> <p>DV被害男性相談専用電話 ☎ 011-661-3210 午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）</p> <p>DV相談ナビ 短縮ダイヤル #8008（はれれば）</p> <p>性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター 短縮ダイヤル #8891（はやくワンストップ）</p> <p>女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）</p>	<p>DV相談+（プラス） ☎ 0120-279-889（24時間） メール（24時間） チャット（正午～午後10時）</p> <p>性暴力に関するSNS相談「Cure time（キュアタイム）」 午後5時～9時（毎日）</p> <p>若い人のためのDV・性暴力SNS相談 Hokkaido 午前9時～午後10時（土・日曜日、祝日を除く） ※北海道の10代・20代の人のための相談窓口。</p>	
<p>全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間 法務局職員や人権擁護委員が、女性の人権に関する悩みや心配事を聞きます。</p> <p>日程 11月15日(水)～21日(火) 時間 午前8時30分～午後7時（11月18日(土)・19日(日)は午前10時から午後5時） 問合先 札幌法務局人権擁護部（札幌市北区北8西2札幌第一合同庁舎2階） ☎ 011-709-2311</p>		

暴力の種類ってどんなものがあるの？

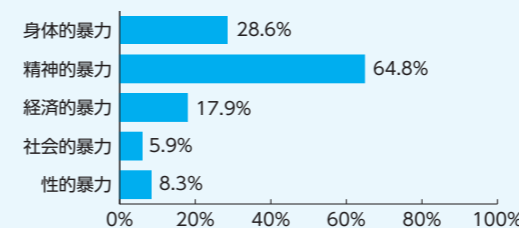
暴力は殴る、蹴るなどの身体的暴力だけではなく、複数の暴力が組み合わされ、繰り返しかつ継続的に行われています。

実際に、DV相談者の相談内容の約6割が精神的暴力を含んでいます。また、相談者の年齢は、30代・40代が全体の約5割を占め、10代・20代の若年層からの相談もあります。

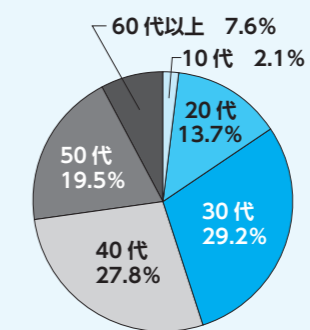
暴力の種類

- 身体的暴力** 殴る、蹴る、突き飛ばす、物を投げつけるなど
- 精神的暴力** 大声で怒鳴る、無視する、脅す、ばかにするなど
- 経済的暴力** 生活費を渡さない、借金の強要、無理やり仕事を辞めさせるなど
- 社会的暴力** 自由な外出の禁止、勝手に携帯電話の履歴確認、実家や交友関係の制限など
- 性的暴力** 性行為の強要、避妊に協力しないなど
- 子どもや実家を巻き込んだ暴力** 子どもの前で暴力を振るう、実家に危害を加えると言ったり脅すなど

相談内容（複数回答）



相談者の年齢（不明を除く）



参考 令和4年度前期「DV相談+（プラス）事業における相談支援の分析に係る調査研究事業」報告書

パープルリボンの無料配布とパネル展

女性に対する暴力をなくす運動のシンボルであるパープルリボンの無料配布とパネル展を行います。

日程 11月10日(金)～24日(金)
場所 市役所本庁、であえる岩見沢1階（4西3）、イオン岩見沢店（大和4-8）

DVに関する書籍展示

市立図書館で、DVに関する書籍を展示します。
展示期間 11月7日(火)～29日(水)



DV防止のための出前講座

配偶者やパートナー、交際相手からの暴力の問題を考え、正しい知識と理解を深め、DV防止に向けた啓発を図るため、出前講座を実施しています。希望する方は、市民連携室男女共同参画担当までご連絡ください。

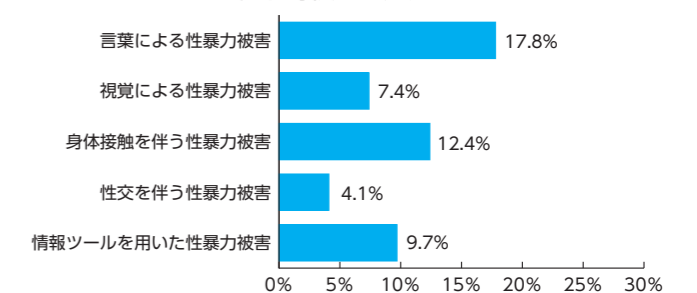


若年層への性暴力被害が増えています

最近では10代・20代の若年層を狙った性暴力の手口が巧妙になっており、全国のワンストップ支援センターへの相談件数も年々増加しています。約4人に1人が何らかの性暴力被害に遭っており、その中でも、言葉による性暴力被害が一番高い結果になっています。

同意のない性的な行為は、いかなる理由・関係性であっても性暴力になります。困ったり悩んだりしているときは、一人で抱え込まず相談してください。

性暴力被害の遭遇率



参考 「若年層の性暴力被害の実態に関するオンラインアンケート及びヒアリング結果」報告書



両立できる体制
 受講生全員が仕事と両立して学んでいるため、訓練はその業種の繁忙期を避けて実施しています。令和5年度からは受講日数を90日から78日に短縮したほか、令和6年度からは木造建築科および左官・タイル施工科を3年制から2年制に短縮予定など、通いやすく、派遣しやすい体制づくりに取り組んでいます。

岩見沢地方高等職業訓練校ではイベントも！

7月29日(土)、岩見沢市技能協会主催の技能まつりが開催されました。

当日は晴天に恵まれ、朝からたくさんの方が子どもと一緒に訪れ、約150人が参加しました。

会場内では、職人の手を借りて子どもたちが手形や表札、コースター、本立て、水鉄砲などのものづくりを体験しました。会場の外では、職人と共に作った水鉄砲などで遊ぶ様子が見られました。



岩見沢地方高等職業訓練校 令和6年度入校の受講生募集

対象	事業所に所属する従業員でスキルアップを目指す方
募集学科 (令和6年度から全科2年制に変更予定)	<ul style="list-style-type: none"> ●木造建築科 ●建築塗装科 ●配管科 ●建築設計科 ●左官・タイル施工科 ●建築板金科 ●鉄筋コンクリート施工科 ●とび科
令和6年度の訓練期間	令和6年4月5日から令和7年3月27日までのうち、78日間 ※78日間のうち54日間を1月から3月に実施します。
訓練時間	午前8時50分から午後4時30分
場所	岩見沢地方高等職業訓練校 (岩見沢市職業訓練センター)
定員	各科16人
費用	訓練生1人につき月額1,500円 ※8割以上の訓練出席などの要件を満たすことで、国や市から助成金が支給される制度があります。
申込・問合せ先	11月1日(水)から2月15日(木)までに岩見沢地方職業訓練協会事務局 (東町2-1) へ ☎ 23-8340

岩見沢地方高等職業訓練校で スキルアップ



岩見沢地方高等職業訓練校(岩見沢市職業訓練センター)は、技能士の国家資格取得を目指し、働く上で必要な知識と技術を習得する認定職業訓練校です。昭和56年から、土木・建築業者の従業員が仕事と両立しながら訓練を行い、技能の向上に取り組んでおり、従業員の社会的な評価の向上や事業の発展に貢献しています。

訓練科目数、土木・建築分野の受講者数道内No.1の岩見沢地方高等職業訓練校で、技能の向上を目指しませんか。

問合せ先 商工労政課 ☎ 35-4519

岩見沢地方高等職業訓練校 訓練科目

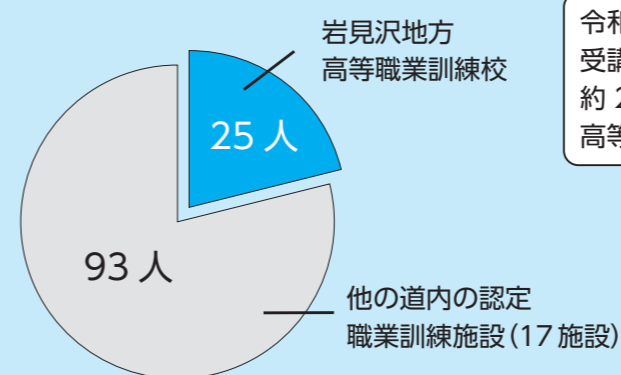
- 木造建築科
- 建築塗装科
- 配管科
- 建築設計科
- 左官・タイル施工科
- 建築板金科
- 鉄筋コンクリート施工科
- とび科

訓練科目数道内1位!

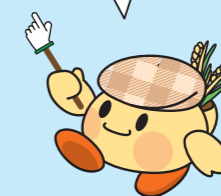


認定職業訓練とは
 事業主などが、雇用する従業員などに対して行う職業訓練のうち、職業能力開発促進法に定める教科、訓練期間、設備などの基準に合うものとして、都道府県知事が認定した訓練を「認定職業訓練」といいます。建築、金属・機械加工をはじめ、情報処理、和洋裁、調理などさまざまな職種で実施されています。現在、北海道には18の土木・建築分野の認定職業訓練施設がありますが、岩見沢地方高等職業訓練校の訓

令和5年度 受講生の人数



令和5年度の土木・建築分野の受講生、全道合計118人のうち、約20%の25人が岩見沢地方高等職業訓練校の受講生です



訓練科目数および受講生の人数は道内最多で、全国的な技能者不足が叫ばれる中、技能者の育成に大いに貢献しています。

10月30日

公開

公開型 GIS

『いわまっぷ』 を利用しよう



市は、スマート・デジタル自治体推進のため、岩見沢市の行政情報や地域情報をインターネットを利用し、地図上で分かりやすく確認できる公開型 GIS『いわまっぷ』の運用を開始しました。

これまで窓口や電話で問い合わせをしなければ分からなかった情報が、いつでも・どこでもパソコンやスマートフォンから確認でき、必要な情報を印刷することもできます。

問合先 情報政策課 (有明町南1 自治体ネットワークセンター3階)
☎ 25-8004

学校の通学区域

道路台帳

避難所の場所

などが、確認できる！

公開型 GIS 『いわまっぷ』



市ホームページのトップページからも利用できます

GISって？

Geographic Information System (地理情報システム) の略称で、地図をデジタル化し、その上に位置に関する情報を重ねて、複数の情報を視覚的に確認することができるシステムのこと

実際に公開する内容と異なる場合があります。また、公開情報は順次増やす予定です

公開予定の情報 (マップ)

暮らし

- 施設情報マップ 市の届出窓口、消防署の位置表示
- 町会区域マップ 町会・自治会の区域表示
- 公衆無線 LAN マップ 公衆無線 LAN の位置表示
- 市営住宅マップ 市営住宅の位置表示
- 選挙投票区マップ 投票所、投票区、ポスター掲示場所表示

子育て・教育・文化・スポーツ

- 学校マップ 小・中学校、その他の学校の位置表示、学校区域表示
- 子育てマップ 保育所、幼稚園、児童館・放課後児童クラブ、地域子育て支援センターの位置表示
- 公園マップ 公園の位置表示
- 教育・文化施設マップ 教育・文化施設の位置表示
- スポーツ施設マップ スポーツ施設の位置表示

医療・保健・福祉

- 医療・保健施設マップ 医療・保健施設、交流施設・集会施設の位置表示
- 福祉マップ バリアフリー施設、冬のくらし支援事業登録事業者、在宅サービス事業所、高齢者向け住宅の位置表示

観光

- 観光施設マップ 観光施設の位置表示

防災・安全

- ハザードマップ 指定避難所、浸水想定深、土砂災害警戒区域表示
- AED マップ AED 設置場所の位置表示

道路情報

- 道路網図 市道の網図表示
- 道路台帳 市道に関する道路基盤地図情報表示
- 市道除雪路線図 市道に関する除雪路線網図表示

都市計画情報

- 都市計画図 都市計画、用途地域図表示



これらのマップのデータをいわまっぷのオープンデータカタログからダウンロードすることもできます



画面イメージ

森林環境税の課税が始まります

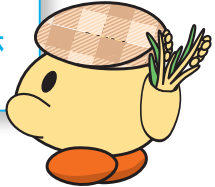
地球温暖化防止や治水などさまざまな機能を持つ森林。しかし、整備やその担い手不足などが現在大きな課題となっています。

そこで令和6年度から、森林整備やその促進を目的とした森林環境税（国税）が市・道民税と合わせて課税されます。

納付された森林環境税は、市町村を通じて国が受け取り、全額が森林環境譲与税として地方に譲与され、活用されます。

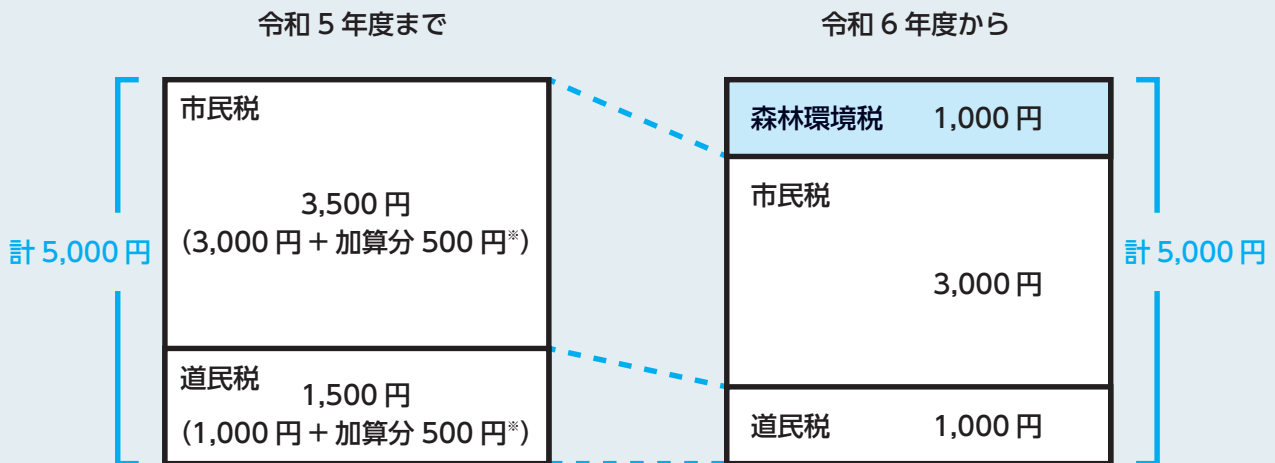
森林環境税のポイント

- 市・道民税（均等割）課税の方の税負担は変わらない
- 市・道民税が非課税でも、森林環境税のみ課税される場合あり



市・道民税均等割の改正イメージ

均等割の枠組みで徴収（令和5年度までの1,000円加算が終了し、新たに1,000円課税）するため、**市・道民税均等割が課税されている方の負担は変わりません**



※東日本大震災の教訓を踏まえた緊急防災・減災事業を推進するための加算（令和5年度で終了）。

森林環境税が課税されない人（非課税基準）

市・道民税と森林環境税で非課税基準が異なるため、森林環境税のみ課税される場合があります。

	森林環境税	(参考) 市・道民税
扶養親族なし	合計所得金額が415,000円以下 (給与収入のみの場合、965,000円以下)	合計所得金額が420,000円以下 (給与収入のみの場合、970,000円以下)
扶養親族あり	合計所得金額が次の金額以下 $315,000円 \times (1 + \text{扶養親族の数}) + 289,000円$	合計所得金額が次の金額以下 $320,000円 \times (1 + \text{扶養親族の数}) + 290,000円$
障がい者・未成年者・寡婦またはひとり親に該当する方	合計所得金額が1,350,000円以下	

岩見沢市の森林環境譲与税の活用状況は市ホームページへ
ID:2997 →



森林環境税・森林環境譲与税について、詳しくは林野庁のページへ
林野庁のページ →





待ち時間が
少なそうだから



平日や日中は病院に
行く時間がないから






通院するときの
交通手段がないから

こんなとき、本当に救急
医療が必要ですか？



救急医療の適正利用

軽症の場合は、まず市販薬を服用するなど様子を見て、なるべく昼間の診療時間内に受診しましょう。判断に迷った際は次の手段を参考に、救急車や救急医療機関を利用するか判断しましょう。

救急車を呼んだ方が良いのか 判断に迷ったとき	医療機関情報をインターネットで 調べたいとき
 全国版救急受診アプリ (Q 助)	 北海道救急医療・広域災害情報システム ☎ 0120-20-8699 または ☎ 011-221-8699
子どもの急な病気やケガで困ったとき	かかりつけ医が無く、 受診先が分からないとき
北海道小児救急電話相談 ☎ #8000 または ☎ 011-232-1599 (毎日午後 7 時から翌朝午前 8 時まで)	 外来対応医療機関 (発熱外来) の検索マップ

救急医療体制

救急車

救急車は限りのある資源です。今すぐに救急車で病院に行く必要がある人のために、救急車を適正に利用してください。

休日、夜間の救急医療

市は、岩見沢市医師会の協力のもと休日当番医と夜間急病センターを運営しています。

これらの救急医療機関は、急病の方のための一時的な応急処置、が目的です。

容体が悪化するなど緊急性がある場合は、迷わず救急医療機関を受診してください



休日当番医

診療時間

土曜日	午後 1 時～ 6 時
日曜日・祝日	午前 9 時～午後 6 時

※毎月の当番医は、折り込みのいきいきカレンダーをご覧ください。

夜間急病センター

所在地	岩見沢市 10 条西 3 丁目
電話番号	25-3000
診療科目	内科・小児科
診療時間	午後 6 時～午前 0 時
休診日	12 月 31 日～ 1 月 3 日

救急医療を守るために

救急車や救急医療機関にはそれぞれ役割があります。必要な人が必要な時に受診できるよう、症状や緊急度に応じて適正な利用を心がけましょう。
 問合先 岩見沢保健センター (4 西 3 であえーる岩見沢 3 階) ☎ 25・5540

冬はすぐそこに

今年も冬がすぐそこまで来ています。北海道でも有数の豪雪地帯である岩見沢は、雪とは切っても切れない関係です。

雪が降ると、毎日の雪かきや外出など、私たちの生活に大きく影響します。市は、皆さんの冬の暮らしの安全と安心のため、さまざまな機関と連携し、冬に備えています。

皆さんも、今からできる冬の準備を始めましょう。

今のうちに準備しよう

【道路に出ている物を片付ける】

雪が降ると、積もった雪で障害物が見えなくなり非常に危険です。段差解消スロープなど、道路に出ている物は、除雪車の巻き込み事故の原因にもなるため、早めに片付けておきましょう。

【除雪機などを点検する】

除雪機などは、きちんと整備していないと重大な事故につながる可能性があります。不具合がある場合は修理しておきましょう。

【雪を捨てる場所を話し合う】

雪が降ると、その雪を捨てる場所が必要です。トラブルにならないように、今のうちに近所の人と話し合っておきましょう。

11月15日(水)設置

除排雪対策本部

☎ 22-8400 (24時間受付)

※ 24時間の受け付けは、本格的な降雪がってからです。

雪の情報を入手しよう

雪に関する緊急情報や冬の生活の情報は、次の方法で入手できます。

市ホームページ

X (旧 Twitter)



Facebook

LINE



- 岩見沢市メールサービス
- FM はまなす (76.1MHz)
- IHK (街頭放送)
- 地デジ広報 (UHB 8ch)
- デジタルサイネージ・モニター (市役所本庁、北村・栗沢両支所、であえる岩見沢 ほか)

高齢などで除雪が大変な方は

【雪下ろし助成・間口除雪助成・定期排雪助成の利用を】

いずれも、利用には事前の登録が必要です。

詳しくは、広報いわみざわ9月号または市ホームページをご覧ください。



ID : 3776

助成に関する問合せ先 高齢介護課高齢者支援係 ☎ 35・4132

空き家・空き地を持っている方へ

【空き家の適正管理を】

屋根の雪を放置し、建物の倒壊や落雪で、隣家や通行人、車両などに

被害を与えた場合、建物の所有者が責任を負うこととなります。事故が起きないように、定期的な雪下ろしなどの適正な管理をお願いします。また、近所で雪により、倒壊のおそれがあるなどの危険な建物を見かけた場合はご連絡ください。

【空き地をお貸しください】

道路除雪の雪押し場として、無償で土地を貸していただける方を募集しています。住宅地に土地を所有し、ご協力いただける方はご連絡ください。

なお、これまでに協力いただき、引き続きご協力いただける方の連絡は不要です。

空き家、空き地の貸し出しに関する連絡・問合せ先 市民連携室市民連携係 ☎ 35・4267

確認しよう あなたの 年金

いい 11月30日は
みらい 年金の日

毎年11月30日は、自分の年金記録や将来もらえる年金額を確認し、老後の生活設計を考える「年金の日」です。将来の生活を支える、大切な年金記録を確認してみましょう。

おすすめ

ねんきんネットで確認

24時間、いつでもどこでもパソコンやスマートフォンから自分の年金に関する情報を確認できるサービスです。利用には「ねんきんネット」への登録が必要です。

【できること】

- 年金記録の確認
- 将来の年金見込額の試算
- 電子版「ねんきん定期便」の閲覧・ダウンロード
- 各種通知書の閲覧・ダウンロード
- 各種年金手続き届書の作成 など

【利用できる方】

基礎年金番号を持っている方

ねんきんネットに登録しよう

日本年金機構ホームページで登録

年金手帳や年金証書などの基礎年金番号が確認できるものと、お持ちの方は「ねんきん定期便」に記載されたアクセスキーを用意し、登録申請を行ってください。



日本年金機構「ねんきんネット」

マイナンバーカードで登録

- ①マイナポータルへログイン
 - ②マイナポータルトップ画面「もっとつながる」を選択
 - ③「ねんきんネット（日本年金機構）」の「つなぐ」を選択
- ※初回登録可能時間帯は平日の午前8時から午後11時まで。基礎年金番号を持っていない方などは利用できない場合があります。



マイナポータル

ねんきん定期便で確認

毎年、被保険者の誕生月に保険料納付実績や年金給付に関する情報をお知らせする「ねんきん定期便」が、日本年金機構から届きます。

※作成時期により、最新情報が反映されていない場合があります。

こんなときは ご相談ください

過去の年金記録に漏れや誤りがある、未納の保険料を支払いたい など

▶ 岩見沢年金事務所へ

免除申請の手続き漏れがある など

▶ 医療年金課年金係へ

マイナポータルから
国民年金手続きの
電子申請ができます

【対象手続き】

- 第1号被保険者加入の届出（厚生年金からの変更など）
 - 国民年金保険料の免除・納付猶予申請、学生納付特例の申請
- ※マイナポータル利用者登録が必要です。

問合先 医療年金課年金係 ☎ 35-4203 または 岩見沢年金事務所（9西3） ☎ 25-1570

みんなの ひろば

1月号の応募期間は、
11月1日から30日まで

催し

無料
第37回木村真由美
ピアノ教室演奏発表会

日 11月5日(日)
時 午前10時10分開場、10時30分開演
所 まなみーる文化センター(9西4)
問 木村さん
☎23・8936

いつでも食堂すまいる

内 子ども同士で安心して入れる食堂です。大人の方も大歓迎
献立 チキンカレー、サラダ、デザート
※アレルギー対応はしていません。

日 11月18日(土)
時 午前11時30分から午後1時30分
所 天理教夕張大教会(9西6)
定 50人(先着順)
料 大人300円、高校生以下無料
問 藤田さん
☎070・5604・0628

無料
第22回創作太鼓発表会

日 11月19日(日)
時 午前11時30分開場、正午開演
所 まなみーる市民会館(9西4)
料 小学生以上500円、未就学児無料
問 松井さん
☎080・6061・8970

無料
WINDS・BANDレルシア
第25回定期演奏会

日 11月19日(日)
時 午後1時開場、1時30分開演
所 栗沢市民センター(栗沢町北本町168)
問 沼田さん
☎090・3776・4764

無料
岩見沢◎まつりブラスクリ
スマスコナート2023

内 北村小・中学校合同の北村ブラスクイズをゲストに迎えた演奏会
日 12月2日(土)
時 午後3時30分開場、4時開演
所 有明交流プラザセンターホール(有明町南1)
問 内村さん
☎080・6062・9944

参加者募集

ベビーマッサージ教室
ベビーマッサージ

対 2カ月から1歳6カ月程度までの子どもと保護者
日 11月9日(木)・20日(月)・28日(火)
所 【ベビーマッサージ】

対 首が据わった3カ月から1歳6カ月程度までの子どもと保護者
日 11月10日(金)・15日(水)・30日(木)
所 【いずれも】

時 午前10時30分から正午
所 瀬川さん宅(詳しくは、お問い合わせください)

定 各日5人(申込順)
料 各日500円
持 バスタオル
※動きやすい服装で参加してください。

無料
ブローライフル体験会

内 スポーツ吹き矢に似た呼吸運動で行う、健康的なスポーツのブローライフルを体験してみませんか
日 11月14日(火)
時 午後1時30分から3時
所 栗沢市民センター(栗沢町北本町168)
問 健名さん(栗沢市民センター内) ☎45・2128

会員募集

サークル名	岩見沢太極拳フレンズ
内容と連絡先	ストレッチと太極拳(入門・24式など) 健ポ ☎090-8898-4687 星野さん
活動日時	毎週月曜日 10:00～11:30
活動場所	生涯学習センターいわなび(4西1)

作品紹介

俳句

腰まがり糸かけて気みじか冬隣

岸村無量さん

川柳

暑かった真夏日すぎし秋の風

滝澤和彦さん

団扇はもう秋刀魚の煙り忘れてる

内海美佐子さん

「催し」「参加者募集」「会員募集」は、申し込み順に掲載します。紙面の都合上、応募のあったすべてを掲載できない場合があります。なお、開催日または申込期限が2月1日から4日のものは1月号での掲載となります。

情報ひろば

内：内容 対：対象 日：期日・期間 時：時間 所：会場・場所 定：定員 ￥：料金 [無料]：料金無料
 方：申込・申請方法 持：持ち物・必要なもの 申：申込先 問：問合先
 健ポ：健康ポイント対象事業 [周年]：開庁140年・市制施行80周年協賛事業

趣味・教養

栗沢フラインガルテン各種教室

【そば打ち教室】
 日 11月11日(土)・25日(土)
 12月9日(土)・23日(土)
 午前10時から正午
 ￥ 1千円

【豆腐(とうふ)を一緒に】
 日 11月12日(日)、12月10日(日)
 午後1時から3時
 ￥ 500円

【いずれも】
 定 各日8人(申込順)
 持 エプロン、パンダナ、手拭きタオル、持ち帰り用の容器
 所 申 各開催日の3日

いわなびサロン

【初心者向けレジン基礎講座】
 内 透明な樹脂、レジンの流し方や着色のコツなど基礎から学び、アクセサリーや小物を作ります
 対 高校生以上
 日 11月12日(日)・18日(土)・25日(土)、12月9日(土)・17日(日)
 午前9時30分から午後0時30分
 所 生涯学習センターいわなび(4西1)
 講師 川上由美子さん(Tiara_handicraft)

市民園芸講座

【多肉植物の寄せ植えをしよう】
 日 11月12日(日)
 午後1時から3時
 講師 椿豊さん(Green Art 百々屋)
 定 20人(申込順)
 ￥ 2千200円(材料費。容器代込)
 持 筆記用具、持ち帰り用の袋または箱
 【ローズヒップでクリスマスリースをつくろう】
 日 11月25日(土) 午後1時から3時、26日(日) 午前10時から正午
 講師 バラ園スタッフ
 定 10人(申込順)
 ￥ 1千500円(材料費)

赤十字安全法講習

【赤十字雪上安全法救助員Ⅰ養成講習】
 内 雪上の事故防止と事故者の応急手当ができる知識と技術の習得
 対 赤十字救急法救急員認定証を有する18歳以上の方
 ※2月開催予定の雪上安全法救助員Ⅱ養成講習の受講を希望する方は受講が必要です。
 日 11月25日(土)
 午前9時から午後6時50分
 定 15人(申込順)
 ￥ 700円(教材費・保険料)
 申 11月16日(木)までに、日赤岩見沢市地区事務局(福祉課総務係内)へ
 【赤十字の心肺蘇生とAEDの講習】(赤十字救急法基礎講習)
 日 11月25日(土)
 午後1時30分から3時

赤十字安全法講習

【つながりの作法〜次世代へのバトンをどう渡すか〜】
 内 団体活動の担い手不足解消に役立つ、社会の多様化が進む中での人とのつながりや相互理解のあり方について考えてみませんか
 日 11月25日(土)
 午後1時30分から3時

女性のネットワーク いわみざわ研修会

【助ける、手伝つ、ヘルプ】
 左手の立てた親指の背を右手掌で前に押し出すように2回たたく
 今月の手話
 ※出典：わたしたちの手話学習辞典Ⅰ、全日本ろうあ連盟発行。
 福祉課障がい者福祉係
 ☎ 35・4112

無料 いわみざわ LGBTセミナー

【内】 LGBTの基礎知識を学び、性の多様性への理解を深めませんか
 対 市内在住・在勤・在学の方
 日 11月29日(水)
 午後2時から4時
 所 生涯学習センターいわなび(4西1)
 講師 真田陽さん(一般社団法人にじいろほっかいどう)

暮らし

【休日窓口】
 日 11月12日(日)
 午前9時から正午
 【夜間窓口】
 日 11月15日(水)
 午後5時30分から7時
 【いずれも】
 所 市民サービス課市民係
 ※原則、カードは本人が受け取る必要があります。代理で受け取る場合はご相談ください。
 マイナンバー専用ダイヤル
 ☎ 24・7588

無料調停手続相談会

【内】 調停員が金銭、土地建物、交通事故などの民事関係、夫婦や親子の関係、遺産相続などの家事関係の問題を聞き、調停を進めるためのアドバイスをします
 ※直接紛争を解決するものではありません。訴訟や調停中の事件、法的判断を求める相談は受けられません。
 日 11月29日(水)
 午前10時から午後4時
 ※受け付けは午後3時30分まで。
 所 まなみーる市民会館(9西4)
 問 札幌地方裁判所岩見沢支部庶務課(4東4)
 ☎ 22・6650

仕事

みんなチエック！
 最低賃金
 北海道最低賃金
 時間額 960円

福祉

歳末たすけあい運動
 見舞金贈呈事業
 【内】 令和5年11月1日現在、次のいずれかに該当する世帯に見舞金を贈呈します
 (生活保護受給世帯は除く)
 【在宅介護世帯】
 在宅で要介護4・5の方と同居している世帯
 金額 1世帯1万円
 【ひとり親世帯】
 児童扶養手当(全部支給) 受給世帯
 金額 1世帯5千円
 ※児童2人目以降1人につき2千円加算。
 【障がい児養育世帯】
 特別児童扶養手当受給世帯
 金額 1世帯5千円
 ※児童2人目以降1人につき2千円加算。

趣味
暮らし
仕事
税金
年金
福祉
健康
環境
農業
子ども
教育
芸術
文化
レジャー
スポーツ
図書館
科学館
職員募集
その他

趣味
暮らし
仕事
税金
年金
福祉
健康
環境
農業
子ども
教育
芸術
レジャー
図書館
科学館
職員募集
その他



趣味	暮らし	仕事	税金	年金	福祉	健康	環境	農業	子ども	教育	芸術	レジャー	図書館	科学館	職員募集	その他
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

健康

健康チエックの日 健ポ

● 脚の筋力、骨健康度、体組成、血圧などを測定し、その結果を基に保健師や管理栄養士がアドバイスします。

日 11月14日(火)・28日(火)
 時 午前10時から午後5時
 ※歯科相談は正午まで。

所 いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)
 岩見沢保健センター(4西3) であえーる岩見沢3階) ☎25・5540

ひゃっぴい体操教室(基本バージョン) 健ポ

日 11月24日(金)
 時 午前10時から11時30分

所 いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)

定 20人(申込順)
 持 運動靴、飲み物
 ※動きやすい服装で参加してください。

申 岩見沢保健センター(4西3) であえーる岩見沢3階) へ ☎25・5540

健康ひろばフードデイ 健ポ

【低糖質のレシピ】
 内 栄養士による講話と低糖質レシピの紹介で、血糖値を急激に上昇させない食べ方を学びます(試食はありません)

日 11月24日(金)、12月1日(金)
 時 午後1時30分から2時30分

所 いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)

※両日の参加はできません。

脳イキキ度チエック 健ポ

定 各日20人(申込順)
 持 筆記用具

申 11月13日(月)から岩見沢保健センター(4西3) であえーる岩見沢3階) まで ☎25・5540

内 神経心理機能テスト
 市内在住の65歳以上で次のいずれかに該当する方が物忘れが気になる
 ●今まで好きだったことに興味・関心がなくなった

日 11月27日(月)
 時 午前10時から正午

所 岩見沢市地域包括支援センター(3西4 第2ポルタビル1階) へ ☎25・4649

クチトレ・フオローアップ・レッスン 健ポ

内 目標を持ってクチトレを正しく使用し、効果をおげるためのレッスン

日 11月30日(木)
 時 午後1時30分から2時

申 午後1時15分から30分の間は、クチトレを持っていない

講師 松實伸之さん(岩見沢明日佳病院院長)

定 90人(申込順)
 申 11月21日(火)までに、南空知精神保健福祉協会事務

南空知精神保健福祉協会の講演会 健ポ

「みんなできえよう、あなたの周りの発達障がい」はじまりは理解から」

内 発達障がいの特性や診断基準、発達障がいのある方との向き合い方、支援の方法などを学びませんか

日 11月30日(木)
 時 午後3時から4時

所 まなみーる市民会館(9西4)

講師 松實伸之さん(岩見沢明日佳病院院長)

定 90人(申込順)
 申 11月21日(火)までに、南空知精神保健福祉協会事務

バスツアー健診 健ポ

北海道対がん協会札幌がん検診センターで行うバスツアー健診です。詳しくは、広報いわみざわ5月号折り込みの健診ガイドブックをご覧ください

日 11月30日(木)

所 北海道対がん協会札幌がん検診センター(札幌市東区北26東14)

申 岩見沢保健センター(4西3) であえーる岩見沢3階) へ ☎25・5540

シニアのための筋力アップ教室

内 筋力トレーニングや有酸素運動で、介護予防に取り組みませんか。健康運動指導士による運動実践や体力測定を行います

対 65歳以上でデイサービスやデイケアを利用しておらず、次の項目に3つ以上該当する方

●階段を手すりや壁を伝わらないと上がれない
 ●椅子に座った状態から何かにつかまらなると立ち上がれない
 ●15分くらい続けて歩けない
 ●この1年間で転んだことがある

●転倒に対する不安が大きい
 ※申込後、ケアマネジャーとの相談が必要です。

【総合体育館(北3西12)】
 祝日を除く、1月10日から3月27日までの毎週水曜日と3月19日(火)(全12回)
 【トレーニングセンター(総合公園40)】
 1月11日から3月28日までの毎週木曜日(全12回)

【いわみざわ】
 午後1時から2時30分
 ※初日と最終日は午後0時30分から。

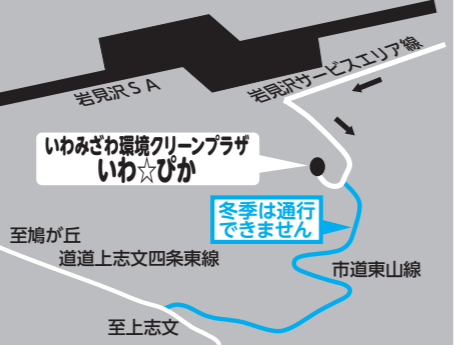
料 1回150円
 申 11月21日(火)までに、お住まいの地区を担当する各地域包括支援センターへ
 ※担当地区はお問い合わせください。

問 岩見沢市地域包括支援センター(3西4 第2ポルタビル1階)
 ☎25・4649

環境

いわ☆ぴかへの搬入道路の冬季閉鎖

いわみざわ環境クリーンプラザ(いわ☆ぴか)への搬入道路となっている市道東山線は、いわ☆ぴか前から道道上志文四条東線までの区間、冬季閉鎖となります。岩見沢サービスエリア線から搬入してください。



子ども・子育て

ぴかぴか泥だんごをつくる(応用コース)

内 稚内産の天然珪藻土を使った泥だんご作り体験

対 小学生
 日 11月19日(日)
 時 午前9時から正午

所 生涯学習センターいわなび(4西1)

講師 林啓瑞さん(北海道光る泥だんご同好会代表)

定 10人(申込順)
 持 ペットボトルキャップ3個、タオル

方 前日までに、氏名、ふりがな、学校名、学年、電話番号、EメールアドレスをEメールで

申 北海道光る泥だんご同好会(林さん)
 ☎090・6447・8492
 E-mail: dodorodango@gmail.com

ペア学級 健ポ

対 産予定の方
 日 11月12日(日)
 時 午後1時30分から3時30分

定 12組(申込順)
 申 11月6日(月)までに、岩見沢保健センター(4西3) であえーる岩見沢3階) へ ☎25・5540

2・3歳児教育学級 健ポ

【運動大好きな子集まれ! パルシユレ】

対 2歳から3歳の子供と保護者
 日 11月15日(水)
 時 午後1時30分から2時30分

所 生涯学習センターいわなび(4西1)

講師 辻本智也さん(スポーツクラブSLDI代表)

問 市教委生涯学習推進課 学習活動支援係(4西3) であえーる岩見沢4階) ☎23・9236

令和6年度へき地保育所入所児童の募集

申 込 申込用紙に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出
 (申込用紙は申込先のほか、市教委子ども課保育幼稚園係で配布しています)

受 付 随時
 保育料 世帯の課税状況などにより異なります。詳しくはお問い合わせください

保育所名(所在地)	開所時間	定員	申込・問合せ先
北村中央保育所(北村中央4725)	通年 午前8時~午後5時	100人	北村中央保育所 ☎56-2856
問合せ先 市教委子ども課保育幼稚園係(市役所本庁) ☎35-4253			



趣味	暮らし	仕事	税金	年金	福祉	健康	環境	農業	子ども	教育	芸術	レジャー	図書館	科学館	職員募集	その他
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

趣味	暮らし	仕事	税金	年金	福祉	健康	環境	農業	子ども	教育	芸術	レジャー	図書館	科学館	職員募集	その他
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

【無料】 **こども食堂げんき**
 持ち帰り用のカレーライスの配布
 ※アレルギー対応はしていません。
対 高校生以下
日 11月18日(土)
時 午前11時30分から午後0時30分
所 JAいわみざわ岩見沢支所前(桜木1-1)、グリーンマンション2号室(緑町4)
定 各所25人(先着順)
問 こども食堂げんき(杉浦さん)
 ☎090・3891・5988



おしゃべりルーム **【無料】** **健ポ**

区分	日程	対象
とことこ 毎月第1・3金曜日	11月17日(金) 午前10時～11時30分	9カ月～1歳3カ月の第1子目の親子
ばぶばぶ 毎月第2・4金曜日	11月10日(金)・24日(金) 午後1時～2時30分	妊娠中～生後8カ月の第1子目の親子

会場・問合せ先 子育て総合支援センター(4西3 であえーる岩見沢3階) ☎22-3337

乳幼児健康診査 **【無料】** **健ポ**

区分	日程	対象
4・5か月児健康診査	11月21日(火)	個別に連絡します
8・9か月児健康診査	11月7日(火)	
1歳6か月児健康診査	11月9日(木)	個別に連絡します
3歳児健康診査	11月29日(水)	

※1歳6か月児健康診査は、歯ブラシをお持ちください。また、健康診査終了後、希望者にフッ素塗布を行います。
 会場・問合せ先 岩見沢保健センター(4西3 であえーる岩見沢3階) ☎25-5540

【無料】 **「こども食堂にて」**
上映会
 子ども食堂がテーマの映画上映会で、里親と地域がつながり、子どもを支えていくためにできることを考えます
日 12月10日(日)
時 午後1時から4時30分
所 まなみーる文化センター(9西4)
定 100人(先着順)
問 社会福祉法人児童養護施設光が丘学園里親支援担当(春日町2)へ
 ☎090・9040・9406

【無料】 **「こども食堂にて」**
上映会
 子ども食堂がテーマの映画上映会で、里親と地域がつながり、子どもを支えていくためにできることを考えます
日 12月10日(日)
時 午後1時から4時30分
所 まなみーる文化センター(9西4)
定 100人(先着順)
問 社会福祉法人児童養護施設光が丘学園里親支援担当(春日町2)へ
 ☎090・9040・9406

【無料】 **第40回みんなの教育を考える日** **【周年】**
日 11月11日(土)
【教育講演会】
 人生100年時代を見据えた生涯学習のあり方」をテーマとした講演
時 午後1時から2時30分
講 酒井秀治さん(北海道教育大学岩見沢校美術文化専攻まちづくりデザイン研究室准教授)
【ワールドカフェ】
 岩見沢市ならではの歴史文化や自然環境など、地域の資源を生かした学びの環境づくりに関する自由な意見交換
時 午後2時40分から3時50分
【いづれも】
所 生涯学習センターいわなび(4西1)
申 前日までに、市教委生涯学習推進課学習活動支援係(4西3 であえーる岩見沢4階)へ
 ☎23・9236



芸術・文化

絵画ホールからのお知らせ

【企画展】明日への創造2023】
日 11月6日(月)から12月2日(土)
時 午前10時から午後6時(木曜日は午後1時30分から。最終日は午後3時30分まで)
出展者 北海道教育大学岩見沢校美術文化専攻有志
【ギターの調べ】
日 11月11日(土)
時 午後2時
演奏 戴田建吾さん、廣田幸政さん
【特別企画展「宮地明人展」】
日 12月4日(月)から1月13日(土)
時 午前10時から午後6時(木曜日は午後1時30分から。)
出展者 宮地明人さん
《アーティストトーク》
日 12月16日(土)
時 午後2時
【いづれも】
入館料 一般210円、高校・大学生150円、中学生以下無料
所 絵画ホール(7西1)

北海道教育大学の演奏会

【弦楽アンサンブル第6回演奏会】
日 11月12日(日)
時 午後2時30分開場、3時開演
所 まなみーる市民会館(9西4)
問 古川さん
 ☎080・1867・3562
【北海道教育大学若見沢校松永研究室演奏会 PLASIRI】
日 11月17日(金)
時 午後4時30分開場、5時開演
所 まなみーる文化センター(9西4)
問 高松さん
 ☎hp0523hs0129shoren@gmail.com
【北海道教育大学スーパードイツ2023「来るべきメタ吹奏楽の世界」】
日 11月27日(月)
時 午後6時30分開場、7時開演
所 まなみーる市民会館(9西4)

北海道教育大学の展示会

【瀬尾涼音・朝日見帆二人展「いろかたデザイン」】
日 11月15日(水)から28日(火)
内 さまざまな幾何学図形を組み合わせたデザインの展示
【山根愛美&大倉芽衣二人展 Flower be in my heart】
日 11月15日(水)から28日(火)
内 花をモチーフにしたイラストやインスタレーションの展示
【いづれも】
日 12月1日(金)から13日(水)
時 午前10時30分から午後5時(正午から午後1時を除く。最終日は午後3時まで)
所 北海道教育大学岩見沢校BOX(有明町南1有明交流プラザ内)
 ☎35・1400



教育

公立夜間中学校への入学について

北海道初の公立夜間中学校である、札幌市立星友館中学校の令和6年度入学者を10月から募集しています。まずは、市教委学校教育課学校教育係までご相談ください
対 義務教育の年齢を過ぎている、中学校を卒業していない、または卒業していても不登校などで十分に学ぶことができなかった方
募集期間 12月25日(月)まで
定 20人程度
費用 月500円程度(教材費)
 ※授業料はかかりません。給食費、行事費および交通費は実費負担です。
問 市教委学校教育課学校教育係(4西3 であえーる岩見沢4階)
 ☎35・5125

レジャー・スポーツ

北村温泉ホテルの休館

温泉設備点検作業などのため、全館休館します
日 11月8日(水)
問 北村温泉ホテル(北村赤川156) ☎55・3388

北海道教育大学若見沢校・岩見沢市スポーツ協会連携事業 スポーツ指導者講習会

「スポーツにおける外傷・障害と対応」(上半身を中心)に
日 11月29日(水)
時 午後6時30分から8時
所 北海道教育大学岩見沢校(緑が丘2)
講 師 榊善成さん(北海道教育大学岩見沢校)

泳力検定会

12月9日(土) 午後0時30分
所 市温水プール(9東2)
検 定料 1種目500円(1人3種目まで)
 ※入館料は別途必要。
方 市温水プールに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、11月20日(月)から12月3日(日)の間に、検定料を添えて市温水プールへ
問 岩見沢水泳協会(早川さん) ☎24・5525

趣味	暮らし	仕事	税金	年金	福祉	健康	環境	農業	子ども	教育	芸術	レジャー	図書館	科学館	職員募集	その他
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

図書館
絵本の読み聞かせ
 【北村学習交流館】
 日 11月4日(土)
 時 午前10時30分
 所 北村学習交流館
 【市立図書館】
 日 11月8日(水)・18日(土)・22日(水)
 時 午前10時30分
 ※18日(土)は午前11時から。
 所 市立図書館
 【来夢21図書館】
 日 11月25日(土)
 時 午前11時
 所 来夢21図書館

ナイトライブラリー
 【絵本作家の広瀬克也さんによるワークショップ「妖怪ぼろしを作ろう！」】
 日 11月11日(土)
 時 午後5時から6時
 所 市立図書館
 【千葉いづみさんによるフルート演奏】
 日 11月2日(木)から前日まで
 時 午後2時30分から4時
 所 市立図書館

火曜落語上映会
 【道灌／味噌蔵】
 日 11月14日(火)
 時 午前11時
 所 市立図書館

ベビカフェ
 絵本を通して親子のふれあいを深めませんか。絵本の読み聞かせや手遊び、育児・健康相談などを行います
 対 3歳未満の子どもと保護者
 日 11月10日(金)
 時 午前10時30分から正午
 所 来夢21図書館
 申 11月5日(日)から前日までに、市立図書館へ

11月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

は休館日です。
 第一小学校図書館は日曜日も休館します。

市立図書館 (春日町2) ☎ 22-4236
 第一小学校図書館 (緑町3) ☎ 22-0401
 北村学習交流館 (北村赤川593) ☎ 56-2553
 来夢21図書館 (栗沢町南本町41) ☎ 45-2105

北村おはなしフェスタ
 ブックリサイクルやパルンショー、絵本の読み聞かせ、クリスマスマス工作会、子どもシアターなど
 日 11月18日(土)
 時 午前10時から午後2時30分
 所 北村学習交流館

天体教室③
 【木星・土星と、アンドロメダ銀河の観察】
 秋の星空でひととき輝く木星と土星、宇宙の神秘を感じさせるアンドロメダ銀河などの観察と解説
 対 小学生以上
 日 11月11日(土)
 時 午後6時30分から8時
 講師 南敏文さん(元気象庁)

科学教室③
 【実験で学ぶ天気の変化】
 天気の変化する理由とその読み解き方を実験を通して学びます
 対 小学生以上
 日 11月18日(土)
 時 午前10時から正午
 講師 南敏文さん(元気象庁職員)
 定 15人(申込順)
 持 筆記用具
 所 申 11月8日(水)から16日(木)の間に、郷土科学館(いわみざわ公園内)へ
 ☎ 23・7170
 ※電話受付のみ。

子ども読書会
 本の紹介や読み聞かせ、朗読、工作などを通して、本を読む楽しさを育てませんか
 対 小学生
 日 12月2日(土)
 時 午前10時30分から11時30分
 所 市立図書館

子ども読書会
 【一般向け】
 【流浪の月】
 日 11月25日(土)
 時 午後2時
 所 市立図書館

職員、山田幸彦さん(岩見沢小学校教諭)
 定 20人(申込順)
 持 筆記用具
 所 申 11月1日(水)から7日(火)の間に、郷土科学館(いわみざわ公園内)へ
 ☎ 23・7170
 ※電話受付のみ。

その他

市有物件(土地・建物)を売却します

売却物件	区分	地目など	面積	用途地域/構造	最低売却価格
東町2条7丁目977番26	土地	宅地	437.40㎡	第1種中高層住居専用地域	2,023,200円
	建物	居宅	81.14㎡	木造2階建	
東町2条7丁目1000番28	土地	宅地	328.23㎡	第1種中高層住居専用地域	1,496,000円
	建物	居宅	80.47㎡	コンクリートブロック造2階建	

売却方法 一般競争入札
 参加資格 個人または法人
 入札日時 11月20日(月) 午前10時
 入札会場 市役所本庁
 申込方法 11月14日(火)の午後5時30分までに、所定の申込用紙に必要書類を添付し持参
 ※申込用紙、入札要領は財政課財産管理係で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。また、場合により一部変更となることがあります。
 申込・問合せ先 財政課財産管理係 ☎ 35-4851

QRコード: ID:9953

「アラートの情報伝達訓練」

全国一斉の情報伝達訓練を実施します。実際の緊急時と同様に、緊急告知FMラジオが自動で起動して訓練放送が流れ、岩見沢市メールサービスで登録者に対して訓練メールを送信します。情報伝達訓練のため、実際に避難する必要はありません。緊急速報メールは送信されません
 ※アラートは、地震や津波、弾道ミサイル発射のような武力攻撃などの緊急情報を瞬時に伝えるシステムです。
 日 11月15日(水)
 時 午前11時
 所 防災対策室防災対策係
 ☎ 35・4823

令和6年岩見沢市二十歳のついで

平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれで、岩見沢市に住民登録をしている方(12月に案内状を送付します)
 ※住所が市外でも、岩見沢市にゆかりのある方は出席できますので、ご連絡ください。
 日 1月7日(日)
 時 午後3時開場、3時30分式典開始
 所 まなみーる市民会館(9西4)
 問 市教委生涯学習推進課 学習活動支援係(4西3) であえる岩見沢4階 ☎ 23・9236

スポーツ振興くじの助成でハードルを更新

(独)日本スポーツ振興センターが、スポーツ振興くじ(otto)の販売で得られる資金をもとに、スポーツ振興を目的として、東山公園陸上競技場のハードルを更新しました。

ご厚志ありがとうございます

生理の貧困対策事業に
 田仲伸子さん(日の出台3)
 地域福祉事業に
 北海道観光社交事業協会岩見沢支部(1東4)
 芸術文化・スポーツの振興事業に
 医療法人社団中村耳鼻咽喉科・呼吸器科(3西5)、中村興治さん(3西5)
 ふるさとづくり推進事業に
 三嶋顯さん(7西5)

市教委文化・スポーツ振興課(4西3) であえる岩見沢4階 ☎ 35・5129

WINNER TOGO BIG





岩見沢市
開庁140年
市制施行80周年
福見 石見 いて、重かる。

受け継がれる^{おも}想い

岩見沢は今年、開庁140年、市制施行80周年を迎えます。これを記念し、岩見沢のこれまでのあゆみや岩見沢に関わりの深い人、出来事などを紹介します。

第8回 炭鉱と鉄道

明治15年に幌内鉄道（手宮 - 幌内間）、明治25年に室蘭線（岩見沢 - 輪西間）、大正3年に万字線（志文 - 万字炭山間）が開業し、岩見沢は空知各地から小樽や室蘭の港へ石炭を輸送する中継地として発展しました。万字線の開通を機に市内でも石炭の採掘が本格化し、朝日・美流渡・万字地域は、鉱夫と家族らが暮らす炭鉱のまちとして賑わいました。炭鉱や出炭量が増え、扱う貨車が増加すると、大正15年、大和町に操車場が設けられ、昭和36年には取り扱う車両が一日2千両まで拡大しました。同時期には、一日あたり2万人以上が岩見沢駅で乗降し、駅前には飲食店やデパートが建ち、多くの人々が行き交いました。

しかし、石油の需要や安価な海外炭に押され、石炭は昭和41年前後をピークに減産へ向かいます。岩見沢の炭鉱では存続に向けた努力が続きましたが、昭和44年の北星炭鉱閉山を契機に、昭和49年に朝日炭鉱、昭和51年に万字炭鉱が閉山し、平成元年の伊藤炭鉱閉山ですべての炭鉱が操業を終えました。炭鉱の閉山は鉄道にも影響を及ぼし、昭和60年に万字線、昭和62年に幌内線が廃線となり、操車場も廃止されました。一方、昭和49年には国道12号バイパス、昭和58年には札幌 - 岩見沢間の高速道路が開通するなど、陸上の交通手段は鉄道から自動車へ転換していきました。

現在の鉄道は広域的な人の移動や物流を支える手段として、また環境面からも期待が寄せられています。平成21年に完成した岩見沢複合駅舎は、駅としての機能だけでなく、人々が集まる交流拠点としての役割を担っています。

石炭産業と鉄道の歴史と遺構は、地域振興や観光への活用が試みられ、地域を特徴づけるものとして、その文化とともに引き継がれています。



三山分離撤回の
デモ隊を迎える商店街
(昭和35年)



さよなら万字線
(栗沢中学校吹奏楽部による演奏
昭和60年)

人の動き (令和5年9月30日現在)

●住民基本台帳	人口	男	35,388人	(前月比 - 53)
		女	40,430人	(前月比 - 19)
	総数		75,818人	(前月比 - 72)
	世帯数		40,885世帯	(前月比 - 21)

岩見沢市役所

☎ 068-8686 北海道岩見沢市鳩が丘1丁目1番1号

☎ 0126-23-4111 (代表) FAX 0126-23-9977

ホームページ

<https://www.city.iwamizawa.hokkaido.jp>



X (旧 Twitter)



Facebook



Instagram



LINE

発行・編集 岩見沢市総務部秘書課広報係

広報 クイズ

プレゼント

正解者の中から抽選で10人に図書カード500円分をプレゼント

問題

市内の図書館で借りられる本は、一人10冊までで、借りられる期間は□週間です。
□に当てはまる数字をお答えください。

締め切り 11月20日(月)(必着)

応募方法

はがき(送付先左記)、市ホームページのフォーム、ファックス(0126-23-7731)、Eメール(pr@city.iwamizawa.lg.jp)で、●クイズの答え●住所●氏名●年齢●電話番号●広報紙に関するご意見・ご要望を必ず記入し、総務部秘書課広報係へ。当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。10月号の正解は写真でした。



いきいきカレンダー

救急急病
当番医

診療時間 土曜日 午後1時～6時
日曜・祝日 午前9時～午後6時
当番医は、変更になる場合があります。テレフォンサービス ☎23-5153(土・日曜日、祝日のみ対応)で確認を。

夜間・休日の医療は岩見沢市医師会の協力により支えられています。

1 水	
2 木	弁護士による法律相談 ナビ
3 金	当番医 内科系：松藤医院 (2西5) ☎22-3251 外科系：倉増整形外科 (2西7) ☎22-0288 花と自然の写真展「栗沢市民センター」 9月号 P18 市民の文化祭「栗沢会場」 10月号 P15
4 土	当番医 内科系：海老原医院 (日の出1) ☎23-3000 外科系：岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎32-2188 絵本の読み聞かせ P22
5 日	当番医 内科系：得地内科医院 (3西6) ☎23-1515 外科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 小児科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 献血 ナビ
6 月	企画展「明日への創造2023」 P21 行政相談委員による行政相談 ナビ
7 火	DVに関する書籍展示 P7 8・9か月児健康診査 P20
8 水	北村温泉ホテルの休館 P21 絵本の読み聞かせ P22
9 木	1歳6か月児健康診査 P20 人権困りごと相談 ナビ
10 金	パープルリボンの無料配布とパネル展 P7 おしゃべりルームばぶばぶ P20 ベビカフェ P22
11 土	当番医 内科系：中央医院 (6西6) ☎22-0472 外科系：かまだクリニック (3西4) ☎24-8910 いわなびまつり 9月号 P3 栗沢クラインガルテン各種教室「そば打ち教室」 P16 みんなで教育を考える日 P20 ギターの調べ P21 ナイトライブラリー P22 天体教室③「木星・土星と、アンドロメダ銀河の観察」 P22
12 日	当番医 内科系：東町ファミリークリニック (東町1-8) ☎24-5771 外科系：北海道中央労災病院 (4東16) ☎22-1300 小児科系：出口小児科医院 (7西5) ☎22-3570 栗沢クラインガルテン各種教室「豆腐づくりを一緒に!」 P16 いわなびサロン「初心者向けレジン基礎講座」 P16 市民園芸講座「多肉植物の寄せ植えをしよう」 P16 マイナンバーカード関係手続きの休日窓口 P17 ペア学級 P19 弦楽アンサンブル第6回演奏会 P21
13 月	献血 ナビ
14 火	いわみざわハラスメント防止セミナー 10月号 P21 健康チェックの日 P18 火曜落語 上映会「道灌/味噌蔵」 P22 家事相談 ナビ 行政相談委員による行政相談 ナビ
15 水	除排雪対策本部設置 P13 マイナンバーカード関係手続きの夜間窓口 P17 いわ☆ぴかへの搬入道路の冬季閉鎖 P19 2・3歳児教育学級「運動大好きな子集まれ!バルシューレ」 P19 瀬尾涼音・朝日見帆二人展「いろかたちデザイン」 P21 Jアラートの情報伝達訓練 P23 税理士による税の相談 ナビ
16 木	もの忘れ相談会 P18
17 金	おしゃべりルームとことこ P20 北海道教育大学岩見沢校松永研究室演奏会 PLAISIR P21 弁護士による法律相談 ナビ

18 土	当番医 内科系：石塚内科医院 (5東11) ☎22-1718 外科系：ごうだ整形外科 (大和3-9) ☎32-5050 スポーツ少年団交流大会 9月号 P16 メープル小学校「学校公開と説明会」 10月号 P14 赤十字救急法救急員養成講習 10月号 P21 こども食堂げんき P20 絵本の読み聞かせ P22 北村おはなしフェスタ P22 科学教室③「実験で学ぶ天気の変化」 P22
19 日	当番医 内科系：竹内医院 (6西2) ☎22-0134 外科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 小児科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 ぴかぴか泥だんごをつくろう (応用コース) P19
20 月	行政相談委員による行政相談 ナビ
21 火	4・5か月児健康診査 P20
22 水	絵本の読み聞かせ P22 家庭生活相談 ナビ
23 木	当番医 内科系：かない内科消化器クリニック (2西7) ☎22-0768 外科系：岩見沢脳神経外科 (8西19) ☎20-1001
24 金	ひゃっぴい体操教室 (基本バージョン) P18 健康ひろばフードデイ「低糖質のレシピ」 P18 おしゃべりルームばぶばぶ P20
25 土	当番医 内科系：はくま内科呼吸器内科 (7東6) ☎31-5030 外科系：岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎32-2188 リーダースキル研修「マニュアル作成研修」 10月号 P29 市民園芸講座「ローズヒップでクリスマスリースをつくろう」 P16 赤十字安全法講習「赤十字雪上安全法救助員Ⅰ養成講習」 P16 女性のネットワークいわみざわ研修会「つながりの作法～次世代へのバトンをどう渡すか～」 P16 絵本の読み聞かせ P22 図書館シアター「どんねんないきもの事典」「流浪の月」 P22
26 日	当番医 内科系：竹内内科循環器科 (美園5-3) ☎22-2273 外科系：北海道中央労災病院 (4東16) ☎22-1300 小児科系：あくつこどもクリニック (10西4) ☎33-8000 狩猟免許試験「予備講習会」 10月号 P28 市税、国保料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金、下水道使用料の納付相談 ナビ
27 月	脳イキイキ度チェック P18 北海道教育大学スーパーウィングス2023「来るべきメタ吹奏楽の世界」 P21
28 火	健康チェックの日 P18 家事相談 ナビ
29 水	いわみざわLGBTセミナー P17 無料調停手続相談会 P17 3歳児健康診査 P20 北海道教育大学岩見沢校・岩見沢市スポーツ協会連携事業 スポーツ指導者講習会「スポーツにおける外傷・障害と対応I～上半身を中心に～」 P21
30 木	クチトレ・フォローアップ・レッスン P18 南空知精神保健福祉協会の講演会「みんなで考えよう、あなたの周りの発達障がい～はじまりは理解から～」 P18 バスツアー健診 P18 社会保険労務士による労働相談 ナビ 市税、国保料、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付相談 ナビ
12/1 金	健康ひろばフードデイ「低糖質のレシピ」 P18 山根愛美&大倉芽衣二人展「flower be in my heart」 P21 おしゃべりルームとことこ 弁護士による法律相談
12/2 土	当番医 内科系：石川内科循環器クリニック (4西7) ☎33-5005 外科系：岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎32-2188 こども読書会 P22
12/3 日	当番医 内科系：海老原医院 (日の出1) ☎23-3000 外科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 小児科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 パパといっしょ!「パパと一緒に楽しくあそぼう!クリスマス」 P20 狩猟免許試験「狩猟試験」 10月号 P28 献血

救急車の適正利用にご協力を
【こんなときは、すぐに119番】
●ろれつがまわらない ●突然のしびれ ●呼吸困難
【こんなとき、本当に救急車が必要ですか?】
●病院が分からない ●入院予定日だから ●早く診察できる

全国版救急受診アプリ
Q助
ご利用ください

夜間急病センター 診療時間 午後6時～午前0時(土・日曜日、祝日を問わず)
(10西3) ☎25-3000 診療科目 内科・小児科 (その他の科目はご相談ください)
新型コロナウイルス感染症の検査は実施していません。また、発熱症状がある方で受診を希望する場合は、事前に電話連絡してください

いきいきナビ

岩見沢保健センター（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎25-5540

子育て総合支援センター（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎22-3337

健ポ…健康ポイント対象事業

各種予防接種 接種料は無料

区分	対象	指定医療機関名
百日せき・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ 4種混合ワクチン	生後2カ月～90カ月未満児で、3種混合、ポリオ(生・不活化)ワクチンを1度も受けたことのない子	●あくつこどもクリニック(10西4) ☎33-8000 ●心と体の小児科 ふじねクリニック(7東6) ☎35-5617 ●さとうキッズクリニック(大和1-9) ☎20-0310 ●出口小児科医院(7西5) ☎22-3570 ●岩見沢市立総合病院(小児科)(9西7) ☎22-1650
麻しん・風しん 混合ワクチン 麻しんワクチン 風しんワクチン	1期…生後12カ月～24カ月未満児 2期…就学前1年間にある子	
BCG	1歳未満児	
水痘(水ぼうそう)	生後12カ月～36カ月未満児	
第Ⅱ期ジフテリア	小学6年生	
ヒブ	生後2カ月～5歳未満児	
小児肺炎球菌	生後2カ月～5歳未満児	
日本脳炎	1期：生後6カ月～90カ月未満児	
B型肝炎	1歳未満児	
ロタウイルス	生後6週～24週0日後または32週0日後までの子(接種するワクチンの種類によって異なります)	
子宮頸がん	中学1年生～高校1年生相当	

標準的な接種期間は生後5カ月～8カ月未満です。できるだけこの期間に受けましょう

8月上旬に案内書を送付しています。案内書が届かない場合は、岩見沢保健センターへ連絡してください

標準的な接種期間は、1期3歳から4歳です。

標準的な接種期間は生後2カ月～9カ月未満です。できるだけこの期間に受けましょう

初回接種は生後2カ月～14週6日後までに開始しましょう

子宮頸がん予防ワクチンの対象者のうち、中学1年生の方には5月に案内書を送付しています。その他の学年の方には、既に案内書を送付していますので、案内書が届かない場合は、岩見沢保健センターへ連絡してください

予防接種における未満児とは、誕生日の前日までのお子さんのことです

◆各指定医療機関によって、接種日時が異なりますので、必ず確認してください

◆他市町村で予防接種を受ける場合は、依頼書が必要ですので、必ず岩見沢保健センターへ連絡してください

子宮がん・乳がん検診 女性対象 要事前申込 健ポ


区分	対象	日程	場所
子宮がん検診	20歳以上	毎週火曜日	市民健康センター
乳がん検診	30歳以上	毎週月・金曜日	市立総合病院(マンモグラフィー) 市民健康センター(問診)

負担金 500円
 ※国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者、生活保護・市民税非課税世帯の方は無料。
 申込・問合先 受診を希望する日の3週間前までに岩見沢保健センターへ

献血にご協力を 健ポ

※400mlの血液が不足していますので、400mlの献血にご協力をお願いします。

11月5日(日)	9:30～12:30	大和タウンプラザ(大和1-9)
	14:00～16:00	
13日(月)	9:30～11:30	空知総合振興局(8西5)
	13:00～16:00	



健康一口メモ

糖尿病と腎臓について

糖尿病による高血糖の状態が続くと、全身の血管が傷ついてさまざまな合併症を伴うことがあります。その代表的なものである、糖尿病性網膜症、糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症を3大合併症といいます。

中でも糖尿病性腎症は、腎臓にある、老廃物のろ過装置である糸球体が高血糖によるダメージを受け続け、血管が破けたり詰まったりして腎機能が低下してしまう病気です。糖尿病性腎症が進行して腎機能が著しく低下し、血液中の老廃物がたまるようになると人工透析が必要になります。

糖尿病性腎症を予防するポイントは、血糖をコントロールすること、バランスの良い食生活を続け適正体重を維持すること、決して通院・治療をやめず、高血圧や脂質異常症、他の糖尿病性合併症の有無を定期的にチェックしていくことなどです。腎臓を守るためには、糖尿病になったとしてもその重症化を防ぐことがとても大切です。腎機能が低下しても、初期にはほとんど自覚症状がありません。健康診断を受けるなど、定期的に自分の体調を把握・管理しましょう。

次回予告 脂質異常と腎臓

各種相談 相談は全て無料

日常生活に関する相談

◆弁護士による法律相談

- 11月2日(木)・17日(金)
- 市役所本庁相談室2-2(1日10人まで)
- 各相談日の1週間前から前日正午までの間に、市民連携室市民相談・交通防犯係(☎35-4269)へ電話予約が必要
- 祝日を除く、毎週水・金曜日
- 南空知法律相談センター(有明町南1有明交流プラザ2階) ☎33-8373
- 前日の午後4時まで電話予約が必要

◆行政相談委員による行政相談

国の行政に対する苦情・意見について

- 11月6日(月)・20日(月) 午後1時～3時
- 市役所本庁相談室2-2
- 11月14日(火) 午後1時～3時
- 栗沢市民センター(栗沢町北本町168)
- 北村地区は今回はありません

◆社会保険労務士による労働相談

賃金、労働時間、解雇、労災補償について

- 11月30日(木) 午後1時～3時
- 市役所本庁相談室2-2

◆家事相談

離婚、相続など家庭内の問題について

- 11月14日(火) 午前10時～午後3時
- 市役所本庁相談室2-2
- 11月28日(火) 午前10時～午後3時

消費者センター(4西3 であえーる岩見沢4階) ☎23-7987

◆家庭生活相談

夫婦生活や子育て、人間関係の悩みや生き方について

- 祝日を除く毎週月・水(第4週は除く)・金曜日
- 午前10時～午後3時
- 生涯学習センターいわなび(4西1) ☎23-8982
- 電話相談または面談。面談は予約が必要
- 11月22日(水) 午前10時～午後3時
- 市役所本庁相談室2-2

◆人権困りごと相談

嫌がらせ、不当な扱いなど人権について

- 11月9日(木) 午後1時～3時
- 市役所本庁相談室2-2

◆消費生活専門相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
- 午前9時～午後5時
- 消費者センター(4西3 であえーる岩見沢4階) ☎23-7987

◆緑化相談員による花と木と緑の相談

- 月・金曜日を除く毎日
- 午前9時～午後4時
- 室内公園色彩館(いわみざわ公園内) ☎25-6111

◆税理士による税の相談

所得税、相続税など主に国税について

- 11月15日(水) 午後1時～3時
- 市役所本庁相談室2-2

◆市税、国保料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金、下水道使用料の納付相談

- 11月26日(日) 午前9時～正午
- 11月30日(木) 午後5時30分～8時
- ※水道料金、下水道使用料は、日曜日のみ。

◆中高年齢者の職業相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
- 午前10時～午後5時
- シルバー人材センター(5西3) ☎24-4255

◆精神科医による心の健康相談

- 今回はありません

◆子ども・子育てに関する相談

◆子育て相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
- 午前9時～午後5時30分
- 子育て総合支援センター

☎子どもの悩みごと相談☎

土・日曜日、祝日を除く毎日
 午前9時～午後4時30分(児童館は午前10時30分～午後5時)
 青少年センター(☎33-3333)
 教育研究所(☎22-4412)
 各児童館

◆健康に関する相談 健ポ

◆保健師による健康相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
- 午前9時～午後5時30分
- 岩見沢保健センター

◆栄養士・歯科衛生士による相談

- 土・日曜日、祝日を除く毎日
- 午前9時～午後4時30分
- 岩見沢保健センター
- 事前に電話で申し込んでください

市政に関する相談や要望、苦情などは市職員が毎日受け付けています。市民連携室市民相談・交通防犯係(☎35-4269)、各支所(北村☎56-2001、栗沢☎45-2411)までお問い合わせください。