

広報 いわみざわ

3

March 2026



特集 いま、未来の子どもたちのためにできること

主な内容

子ども誰でも通園制度
北海道中央労災病院を受診している
方へお知らせ

みんなのひろば・情報ひろば



今月の一枚 2月8日(日) IWAMIZAWA ドカ雪まつりで行われた「ちびっこ人間ばんば、

取り組み1
サードプレイスづくり

若者の「自分らしさ」を育てる、新しい挑戦

市と北海道大学 COI-NEXT は、若者に限らず多世代が関わり、立場や世代を超えて学び合うサードプレイスとして「新しい学びの場づくり」に取り組んでいます。

若者は進学や就職、将来の働き方など、多くの選択を前に、悩みながら自分の人生を考えています。私たちは、若者が岩見沢に居ながらさまざまな地域の人と出会い、多様な価値観に触れ、学びや対話を通してゆるやかな関係を築いていける環境をつくりたいと考えています。

その前段として、北海道教育大学岩見沢校の学生が企画・運営し、子ども・学生・市民が自然につながった「あそびプロジェクト」への協力のほか、若者の挑戦や表現を応援する「SOZO～想像・創造～」の開催、高校生を対象にした探究学習の支援を通して、若者が地域や社会とつながる体験を重ねてきました。

こうした体験を通して、若者がライフデザインを描くために必要な学びや経験を得られるように、大学の研究者や企業人と共に内容を磨きながら、1月10日には20歳を迎える方を対象に「ライフデザインワークショップ」を実施しました。

「サードプレイス」とは

学校でも家庭でもない、若者自身が「ここにいると落ち着く」「また来たい」と感じられる場所や関係性が「サードプレイス（第三の居場所）」です。



北海道大学 COI-NEXT 心とカラダのライフデザイン共創拠点 いま、未来の子どもたちのためにできること

市は、北海道大学をはじめ30を超える大学や自治体、企業などをつくる、北海道大学 COI-NEXT「心とカラダ」のライフデザイン共創拠点に参画しています。この拠点では、若者が、自分の選択肢を増やすことができ、他者とともに、自分らしく幸せに生きる社会、の実現を目指したプロジェクトに取り組んでいます。

今月は、北海道大学 COI-NEXT が市内で行っている取り組みを紹介します。

問合せ先 健康づくり推進課健康経営係（4西3 であえーる岩見沢3階） ☎ 25-5540



プロジェクトメンバー
が出演して紹介します
3月6日(金)
午後5時40分

新しい学びの場づくりとこれから

であえーる岩見沢4階（4西3）にある北海道大学 COI-NEXT サテライトが新しい学びの場として生まれ変わります。

今後は、岩見沢から人と知が交わる新しい学びの形として、市内外のさまざまな人との交流に加え、大学の先端研究や研究者と協働する場づくりも進めていきます。オンラインでの対話とリアルな体験を組み合わせ、地域の中と外、実践と研究がつながることで、若者の未来の選択肢を広げていきます。



※写真はイメージです。

問合せ先 情報政策課地域イノベーション推進係（有明町1自治体ネットワークセンター） ☎ 25-8004



北海道大学 COI-NEXT
プロジェクトリーダー
玉腰 暁子さん

私たちが目指すもの

私たちは若者を信頼しているでしょうか？人は信頼され、認められ、任されて、可能性を広げていきます。私たち大人が若者の可能性を知り、気付き、寄り添うことができるように、そして若者自身も自分や仲間を信じ、信頼し合えるように、学び合いや多世代交流の場を増やしたいと考えています。また、心身の健全な成長には、「心とカラダ」の状態に気付き、信頼できる情報や相談先を選び適切に行動できる力「ヘルスリテラシー」が重要です。若者に適した「心とカラダ」の測定手法の開発とヘルスリテラシーの向上を目指した活動にも並行して取り組みます。これらの活動を、研究と実践を結び付けながら進めるうえで、岩見沢市を中心とした取り組みは私たちの財産となります。

自分を認め、他者を認め、共に育ち、自己実現できる、そんな社会の実現に向けて取り組みを進めます。



北海道大学 COI-NEXT 副プロジェクトリーダー

私のウェルビーイングな時
穏やかな毎日



北海道大学 COI-NEXT 副プロジェクトリーダー、(株)日立製作所基礎研究センターシニアプロジェクトマネージャー、北海道大学 副理事

私のウェルビーイングな時
家族と友達と話して、笑って、食べる時



北海道大学 COI-NEXT 副プロジェクトリーダー、国立成育医療研究センター女性総合診療センター女性内科診療部長

私のウェルビーイングな時
感謝の気持ちでいっぱいです



北海道大学 COI-NEXT 副プロジェクトリーダー、(株)ORSO 取締役チームイノベーションオフィサー、ORSO さっぽろ共創拠点 拠点長

私のウェルビーイングな時
仲間と呑み語りう瞬間

北海道大学 COI-NEXT 6
メンバーを紹介

「ウェルビーイング」の考えを持って

「ウェルビーイング (Well-being)」とは、WHO（世界保健機関）が定義した「心とカラダ、そして人とのつながりなど、暮らし全体が良い状態であることを示す概念です。単なる幸福感にとどまらない、心身共に満たされた状態を表します。

北海道大学 COI-NEXT は、このウェルビーイングの考え方の下、多彩なメンバーが組織の枠を超え、一つ屋根の下で岩見沢の未来のためにプロジェクトを推進しています。

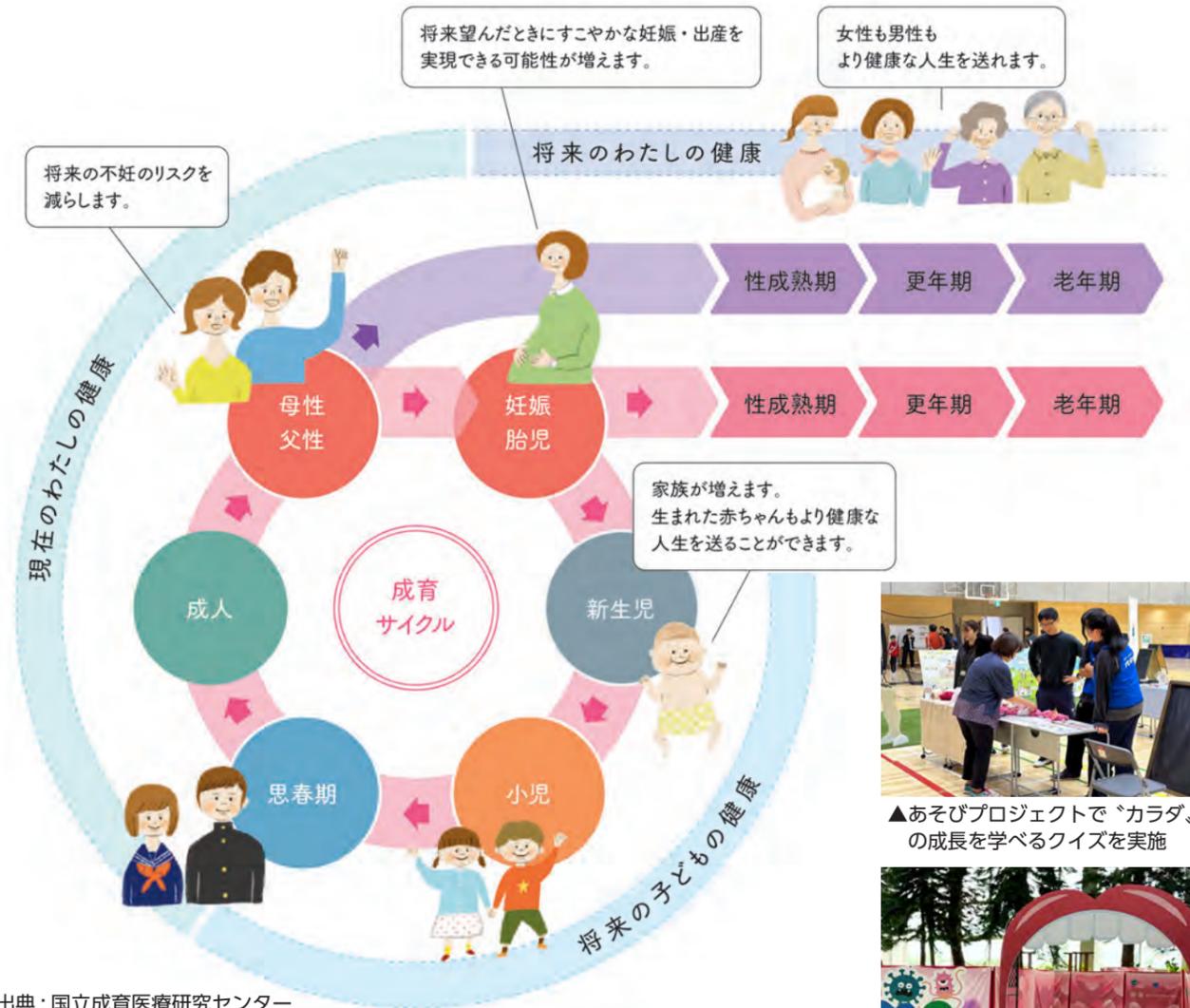


取り組み3
プレコンセプションケア

若い世代から身に付けるヘルスリテラシー

「プレコンセプションケア」とは、若者がライフデザインを描き、日々の生活や健康と向き合うことで、次世代を担う子どもたちの健康にもつながるとして、近年注目されているヘルスケアです。

早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来望んだ時の健やかな妊娠や出産につながり、人生100年時代の満ち足りた自分（ウェルビーイング）の実現につながります。



出典：国立成育医療研究センター



▲あそびプロジェクトで「カラダ」の成長を学べるクイズを実施



▲いわみざわ健康まつりで、巨大腸内トンネル「うんちラボ」、や赤ちゃん人形との触れ合いなどを実施

今後の取り組みなどは北海道大学 COI-NEXT の公式 LINE、ホームページでご確認ください。



公式 LINE



ホームページ

取り組み2
母子健康調査

ママとこどもの健康サポートプロジェクト

母子健康調査は市が、北海道大学、森永乳業(株)、(株)日立製作所などと協力し、妊娠期から学童期にかけての生活、腸内環境、栄養状態が将来の健康にどのような影響を及ぼすのかを明らかにすることで、未来の子どもたちにとってより良い環境をつくることを目的に行っています。

参加する母子の妊娠期やこどもの成長時期に合わせて「生活習慣・食事に関するアンケート」、「母乳」、「便」、「健診」などの情報を提供してもらい、健康状態を把握するとともに、母乳成分の栄養価や腸内のビフィズス菌の割合などを結果としてお知らせし、食生活や生活習慣の改善に役立ててもらっています。

また、これらの取り組みを支えるツールとして、LINEの子育てアプリ「すこやか健康手帳」を運用しています。成長の記録や育児情報の配信、市保健師などへの相談、予防接種のスケジュール管理などができ、すべての子育て世帯や離れて暮らす家族も無料で利用できます。



すこやか健康手帳
ID: @638driqg



将来の生活習慣病リスク低減も

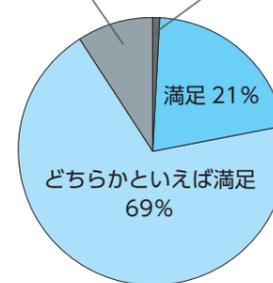
これまでの研究成果として、乳幼児期の腸内環境と将来の健康をつなぐ自然免疫の働きが初めて解明されました。また、離乳期の食事などを工夫することで、将来の生活習慣病リスクを低減できる可能性も示されています。

参加者の声

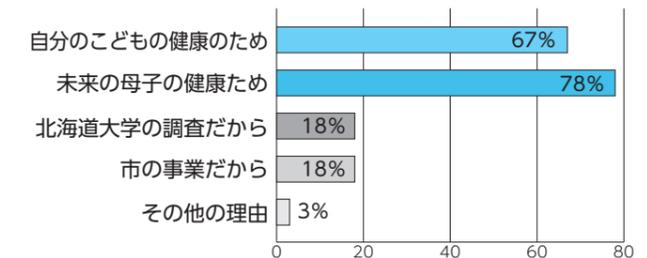
令和5年に行ったアンケートでは、約9割がプロジェクトに「満足」、「どちらかといえば満足」と答えています。また、参加の動機として約8割が「未来の母子の健康のため」に役立ちたいと答えています。

プロジェクトの満足度

どちらかといえば満足していない 9% 満足していない 1%



参加の動機



妊娠・子育て中で興味のある方は、お気軽にお問い合わせください！



問合先 子育て家庭センター（4西3であえーる岩見沢3階） ☎ 22-3337

「どう生きる？」をもっと自由に！市は、北海道大学 COI-NEXT と共に、あなたの人生の選択肢が広がる機会をつくり続けます。目指すのは、誰もが主役になれる笑顔が広がる未来です。一人ひとりが「自分らしく幸せに生きる社会」を、一緒につくっていきましょう。



今後の取り組みなどは北海道大学 COI-NEXT の公式 LINE、ホームページでご確認ください。



公式 LINE



ホームページ



中村 公則さん
北海道大学先端生命科学研究院教授

私のウェルビーイングな時
真面目に寝て、ちゃんと生活する



馬詰 武さん
北海道大学大学院医学研究院准教授

私のウェルビーイングな時
お風呂に首まで浸かりながら窓を開けて、冷たい空気で頭を冷やし温度のコントラストにいる時



前田 恵理さん
北海道大学 COI-NEXT 研究リーダー、北海道大学大学院医学研究院准教授学院医学研究院准教授

私のウェルビーイングな時
すっきり自覚めに熱いコーヒー



武田 安弘さん
北海道大学 COI-NEXT CAzO、森永乳業(株)フェロー（執行役員待遇）

私のウェルビーイングな時
いつも、輝く笑顔で！

こども 誰でも通園制度

4月1日(水)から保育所などを利用していないこどもが、保護者の就労条件に関係なく保育所などを利用可能になる「こども誰でも通園制度」がスタートします。

同年代のこども同士で遊べるほか、保護者は子育ての悩みを保育士に相談したり、預けている時間を使ってリフレッシュしたりできます。今回は「こども誰でも通園制度」の概要を紹介します。

開始時期 令和8年4月

※3月上旬より受け付け開始予定。

対象児童 保育所などに通っていない、6カ月～満3歳未満のこども

利用時間 月10時間まで(1時間単位で利用可能)

利用料金 1時間300円

利用施設 ふれあい子どもセンター(東山2)

岩見沢めぐみ幼稚園(7東9)

駒沢幼稚園(6西18)

認定こども園岩見沢聖十字幼稚園(緑が丘1)

必要書類 問合先にご確認ください



詳しくは市ホームページ
をご覧ください



ID:16400

こんな悩みを抱えている方に…



同年代のこどもと遊ぶ機会が欲しい

こどもの年齢に合った育児が分からない

たまには自分の時間が欲しい

期待される効果



- 家族以外の人と関わる機会が得られる
- ものや人への興味や関心が広がり、成長していく

- 地域の子育て支援などの情報や人とのつながりが広がり、さまざまな支援を活用しやすくなる
- 育児に関する負担感の軽減



利用の流れ

STEP 1

保育幼稚園系の窓口で申請書などを記入して提出



STEP 2

市で審査・認定後に発行されるアカウントから「こども誰でも通園制度総合支援システム」にログインし利用希望施設の初回面談を予約



STEP 3

面談予約施設で面談を実施



STEP 4

「こども誰でも通園制度総合支援システム」で施設の空き状況を確認し、利用したい時間を予約
その後施設より予約確定のメールが届く



STEP 5

予約した日時に施設を利用(利用料金は施設に直接支払い)



問合先 こども未来課保育幼稚園係 ☎ 35-4253

北海道中央労災病院を受診している方へお知らせ

これからの外来受診

北海道中央労災病院（以下、労災病院）は市立総合病院との統合に伴い、3月31日(火)をもって閉院します。今月は労災病院を受診している方に、統合後の市立総合病院で外来受診する際のポイントをお知らせします。なお、経営統合や新病院建設に関する情報は市立総合病院ホームページ、または労災病院ホームページをご覧ください。

問合先 市立総合病院医事課（9西7） ☎ 22-1650



市立総合病院 労災病院

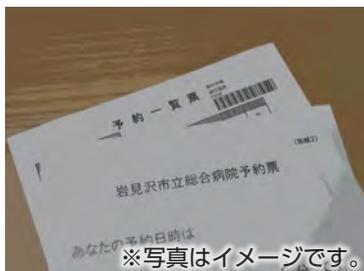
Q&A 通院している方の疑問にお答えします

Q 労災病院の外来診療最終日は？

A 整形外科は3月13日(金)まで、その他の診療科は3月19日(木)までになります

Q 引き続き市立総合病院を受診する場合は？

A 診療最終日までに労災病院の医師と相談のうえ、市立総合病院の受診日を決定し、労災病院から発行される予約票と予約一覧票の2枚セットを持参して受診してください。なお、労災病院で受診日を決定できなかった方には、市立総合病院から電話連絡をし、受診日を決定します



※写真はイメージです。

Q 予約が無い場合はどうなるの？

A 市立総合病院各科の混雑状況や予約状況によっては、当日受診できない場合がありますので、まずは電話で確認してください

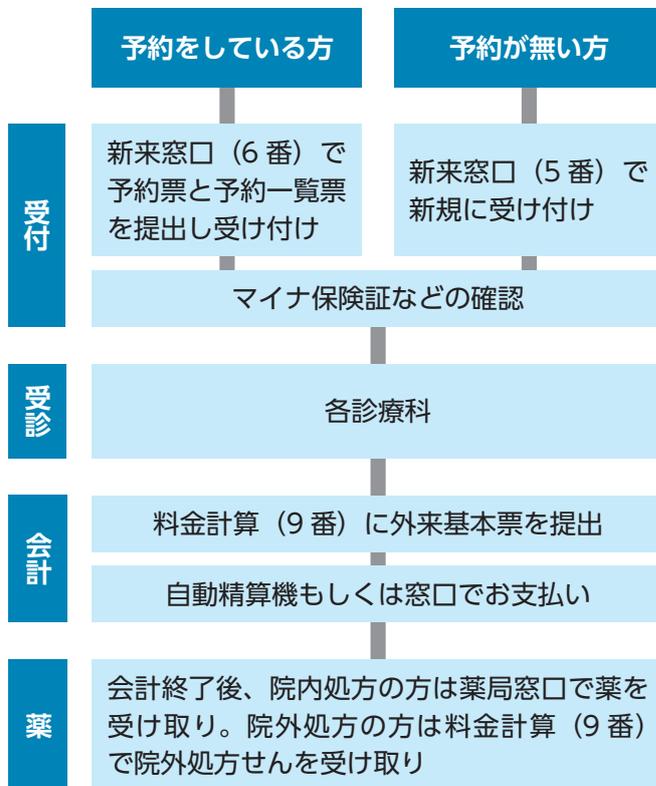
Q 診察券の取り扱いはどうなるの？

A 労災病院と市立総合病院の診察券をお持ちの方は、来院時に両方の診察券をお持ちください。市立総合病院の診察券が無い方は新規に発行します

Q 労災病院診療最終日以降に体調が悪くなった場合は？

A 市立総合病院を受診してください。なお、診療最終日から3月31日(火)までの受診は他院受診同様に初診扱いとなります。ただし、歯科口腔外科は、4月1日(水)以降にならないと診療体制が整わないため、3月31日(火)までは市内の歯科クリニックに相談してください

市立総合病院での診察の流れ



みんなの ひろば

5月号の応募期間は、
3月2日から3月31日まで

参加者募集

ゴスペル体験

内 あなたもゴスペルを歌いませんか？初めての方でも大丈夫！まずは見学にお越しください
 日 3月10日(火)・17日(火)・24日(火)
 時 午後6時45分から8時45分
 所 南コミュニティセンター(南町80)
 定 ター 1千500円
 申 各日1千500円
 問 渡辺さん
 ☎080・8625・1939
 ※当日申し込み可。



1 DAY ゴスペル体験会

内 音楽が好きな方、歌うことが好きな方、みんなでゴスペルを楽しく歌ってみませんか
 日 3月21日(土)
 時 午後3時から5時
 所 生涯学習センターいわなび(4西1)
 定 1千500円
 持 ※幼児の同伴可。
 持 筆記用具、飲み物、お持ちの方は録音機器
 申 前日までに、小川さんへ☎090・6447・5388
 問 親子で作ろうアロマキャンドル

対 小学生 ※保護者同伴。
 日 3月28日(土)
 時 午後1時30分から4時
 所 まなみーる市民会館(9西4)
 定 40人(申込多数の場合
 定 300円
 方 3月22日(日)
 申 までに、申込フォームで
 問 神尾さん
 ☎080・9285・9137



催し

3・8国際女性デー 岩見沢集会

内 第70回日本母親大会in東京で行われた布施祐仁さん(フリージャーナリスト)による記念講演、戦後80年と不戦の決意、日本とアジアを再び戦場にしないために、のDVDを視聴します
 日 3月8日(日)
 時 午後1時30分から3時30分
 所 まなみーる市民会館(9西4)
 定 300円
 問 2026年3・8国際女性デー岩見沢集会実行委員会(山本さん)
 ☎24・0549

子ども食堂スマイル

内 子ども同士でも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 3月21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)
 定 大人300円、高校生以下無料
 問 藤田さん
 ☎070・5604・0628

会員募集

| サークル名 | 内容と連絡先 | 活動日時 | 活動場所 |
|---------------|---------------------------------------|---|---------------------------------|
| ミッキークラブ | 障がいのあるこどもの水泳 ☎25-0386 白戸さん | 毎週木曜日 16:00～17:00 | 市温水プール (9東2) |
| スペイン語サークル | 会話中心のスペイン語 ☎080-3238-2951 半田さん | 毎月第2土曜日 10:30～12:00 | 生涯学習センター いわなび (4西1) |
| 明岳会 | 詩吟 ☎23-4294 荒木さん | 毎月第4水曜日 13:00～15:00 | |
| フラオヒア & ピリアロハ | 歌、ダンス ☎23-9448 奥泉さん | 毎週火曜日 9:30～11:00 | 幌向総合コミュニティセンターほっとかん (幌向南1-1) |
| | | 毎週水曜日 18:00～19:00 | 生涯学習センター いわなび (4西1) |
| | | 毎月第4金曜日 13:30～14:30 | まなみーる市民会館 (9西4) |
| 社交ダンス愛好会 | 60歳以上の社交ダンス ☎090-3112-3771 東江さん | 毎週月曜日 13:00～15:30 毎週土曜日 9:00～11:30 | 高齢者福祉センター ふれあい (東山2) |

作品紹介

川柳

還暦にビシッと決める寸鉄句

大林智美さん

心身の健康ねがい初詣で

滝澤和彦さん

俳句

ふゆ日和早く春を待ちわびる

桜いちごさん

短歌

白黒の羽色眩しき未知の鳥鳴きてカササギなはずば「貴婦人」

後満枝さん

二十年ガンと戦い耐え来しと友は笑顔で初めて明かしぬ

谷内幸子さん

君がいるただそれだけで温もりの風流れるる陽だまりの日々

三品京子さん

お社の昭和百年春に終え次はどうする老朽修理

田邊光彦さん



「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6月1日から4日のものは5月号での掲載となります。

内：内容 対：対象 日：期日・期間 時：時間 所：会場・場所 定：定員 料：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：問合せ
 健ポ：健康ポイント対象事業

情報ひろば

趣味・教養

市民園芸講座

【無料】
 【色彩館でスケッチしよう】
 日 3月7日(土)
 講師 藤川志朗さん(イラストレーター)
 定 15人(申込順)
 持 筆記用具、スケッチブック、色鉛筆などの画材
 対 ばらゼミ①バラの基本、系統とその歴史
 日 3月21日(土)
 講師 古館杏奈さん(ローズグロウワー)
 定 40人(申込順)
 持 筆記用具
 時 午前10時から正午

初心者向けスマートフォン講習会

【無料】
 内 スマートフォンの基本操作やLINEの使い方などを学びませんか
 対 スマートフォンを持っていない方、操作方法を知りたい方
 日 3月19日(木)
 時 午前10時から正午
 所 市役所本庁
 講師 ソフトバンク認定講師
 申 3月3日(火)から、情

市役所本庁 23-4111(代表)
 北村支所 56-2001
 栗沢支所 45-2411
 幌向出張所 26-3296
 朝日町出張所 46-2192
 美流渡出張所 46-2311
 有明交流プラザサービスセンター 31-0012

初めてのPowerPoint講座

【無料】
 内 PowerPointの基本操作を学びませんか
 日 3月26日(木)
 時 午後1時から3時
 所 自治体ネットワークセンター(有明町南1)
 講師 はまなすインフォーマー ショーン職員
 定 20人(申込順)
 料 3千円(テキスト代含む)
 申 前日までに、自治体ネットワークセンター4階電子メディア館(有明町南1)へ ☎25・8106

暮らし

4月1日から岩見沢警察署と美唄警察署が統合します

札幌方面岩見沢警察署は、岩見沢市、三笠市、月形町に加え、新たに美唄市を管轄し、札幌方面美唄警察署は分庁舎となります。岩見沢警察

報政課(有明町南1自治体ネットワークセンター3階)へ ☎25・8004
 署の窓口業務や事務の取り扱いに変更はありません。詳しくは、北海道警察ホームページをご覧ください。
 北海道警察本部警務課
 イノベーション推進室(札幌市中央区北2西7)
 ☎011・251・0110

ニセ警察詐欺に注意!

SNSで警察官をかたり、警察手帳や逮捕状などの画像で信用させ、捜査などの名目で金銭をだまし取る特殊詐欺被害が発生しています。警察はSNSで連絡することはありません。相手が警察官を名乗っても金銭の要求があった場合は詐欺を疑い、警察相談専用ダイヤル☎9110に相談してください。
 【防犯情報は北海道警察公式防犯アプリ、ほくとポリスで入手できます】



3月・4月は窓口が混みます

3月・4月は、就職や進学で引っ越しをする人が多く、窓口が大変混み合うため、手続きに時間がかかります。混雑予想カレンダーや市の窓口情報案内ページを参考に、なるべく混雑していない日に手続きするか、時間に余裕を持ってお越しください。
 窓口情報案内ページ
 問合せ 市民サービス課市民係 ☎35-4187

【無料】
 転出届の手続きは、オンラインが簡単・便利に!
 マイナポータルを通して、オンラインで転出届を提出できます。利用する場合は、転出地での来庁が原則不要です。ただし、オンラインで転出届の提出後、転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。
 対象 電子証明書が有効なマイナンバーカードを持ち、日本国内での引っ越しをする方
 問合せ マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178
 ※マイナポータルにログインし、フォームからも問い合わせできます。

3月 March

| 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 | 31 | | | | |

4月 April

| 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 | | |

仕事

デジタルスキル研修 生成AI導入講座

【無料】
 内 生成AIを自社業務で活用する力を身に付けるための実践型研修を行います。リスクの理解から実践、社内提案書の作成までを一貫して学びます
 日 市内事業所に在勤の方
 対 3月12日(木)・19日(木)・26日(木)(全3回)
 時 午後1時30分から4時30分
 所 自治体ネットワークセンター(有明町南1)
 ※会場に駐車場はありません。近隣の有料駐車場をご利用ください。
 講師 田巻富士夫さん(マイキュリーキャピタル株)
 定 15人(申込順)
 方 3月9日(月)までに、電話または申込フォームで
 申 パソコン
 持 いわみざわデジタル活用支援センター(有明町南1)はまなすインフォメーション内)
 ☎25・8106

陸・海・空自衛官等募集

| 募集種目 | 受験資格 | 受付期間 | 試験期日 |
|------------|--------------------------------------|------------|-----------------------|
| 第1回幹部候補生 | 22歳以上26歳未満 | 4月3日(金)まで | 4月11日(土)・12日(日) |
| 第1回幹部候補曹 | 20歳以上33歳未満 | | 4月11日(土) |
| 一般曹候補生 | 18歳以上33歳未満 | 5月7日(木)まで | 6月13日(土)から28日(日)のうち1日 |
| 第2回 予備自衛官補 | 一般 18歳以上52歳未満 技能 18歳以上で国家資格などを有する | 3月30日(月)まで | 4月1日(水)から19日(日)のうち1日 |

問合せ 自衛隊札幌地方協力本部岩見沢地域事務所(6西6) ☎23-5514

保育士等人材バンクに登録しませんか

【無料】
 内 保育所などの求人情報をメール配信します。登録は随時受け付けていますので、ぜひ活用してください。
 ※就労の相談や斡旋を行うものではありません。
 資格を持っていない方
 登録申請書に必要事項を記入し、資格証などの写しを添えて持参、郵送または電子申請で
 ※申請書は手続きナビのページからダウンロードできます。
 岩見沢市鳩が丘1丁目1番1号 こども未来課保育幼稚園係 ☎35・4253

税金

自動車税種別割の住所変更を忘れずに

自動車税種別割は、4月1日現在の登録に基づいて課税されます。次の場合は運輸支局で登録手続きをしてください

岩見沢駅屋内駐輪場利用者募集

事前申し込みとし、抽選で利用者を決定します。

| 利用区分 (利用期間・時間) | 利用料金(1台あたり) | |
|------------------------------|---------------------------------|--------|
| | 一般 | 学生 |
| シーズン(4月1日~11月30日 午前6時~午後10時) | 8,600円 | 5,100円 |
| 冬期保管(12月1日~3月31日) | 2,700円(シーズン利用と同額申し込みの場合は1,300円) | |

※利用時間以外は施錠します。
 問合せ (一財)岩見沢振興公社(有明町南1コミュニティプラザ内) ☎38-4155

受付期間 3月11日(木)~23日(月)
 受付時間 午前9時~午後4時30分
 受付場所 岩見沢駅屋内駐輪場(有明町南1)
 申込方法 受付場所に備え付けまたは市ホームページからダウンロードした使用許可申請書に、必要事項を記入して提出。学生の方は学生証または合格通知書を確認します
 抽選結果 3月24日(火)に抽選を行い、郵送で当否を通知
 ID:12646

| |
|------|
| 趣味 |
| 暮らし |
| 仕事 |
| 税金 |
| 年金 |
| 保険 |
| 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 |

い。

●住所が変わったとき（変更登録）
 ●自動車を買ったとき（移転登録）
 ●自動車を使用しなくなったとき（抹消登録）
 令和8年度の納税通知書を確実に届けるために、3月中に手続きをお願いします。変更登録が間に合わないときはご連絡ください。
 なお、北海道ホームページから住所変更手続きができます。



問 札幌道税事務所自動車税部（札幌市北区北22西2）
 ☎011・746・1190

住宅改修に伴う固定資産税（家屋）の減額制度

内 令和8年3月末までに、次の要件を満たす住宅の改修工事を行った場合、翌年分に限り当該家屋の固定資産税を減額します。
 ※いずれの改修も建築士などの証明が必要になります。
 申告期間 工事終了後3カ月以内
【耐震改修】

主要要件 昭和57年1月1日以前に建てられた住宅で、工事費が50万円を超える耐震改修工事により現行の耐震基準に適合していると証明されたもの
 減額内容 床面積が1戸当たり120平方メートルを限度とし、当該家屋の2分の1を減額
【バリアフリー改修】
 主要要件 新築から10年以上経過した住宅で、65歳以上、要介護または要支援の認定を受けている、障がいのある、いずれの方が居住し、工事費の自己負担額が50万円を超えるバリアフリー改修工事を行ったもの
 減額内容 床面積が1戸当たり100平方メートルを限度とし、当該家屋の3分の1を減額

【省エネ改修】

主要要件 平成26年4月1日以前に建てられた住宅で、工事費の自己負担額が60万円を超える窓の改修を伴う天井、壁、床の断熱改修工事により現行の省エネ基準に適合していると証明されたもの
 ※断熱改修工事の費用が50万円を超え、太陽光発電装置などの設置工事の費用と合わせた自己負担額が60万円



年金・保険

を超える場合も含む。
 減額内容 床面積が1戸当たり120平方メートルを限度とし、当該家屋の3分の1を減額
 問 税務課資産税係
 ☎35・4032

医療費・介護サービス費の自己負担を軽減できます

【高額介護合算療養費制度】
 医療費と介護サービス費の自己負担額を合算した額が限度額を超えたときに、その超えた額を医療保険および介護保険から支給します。ただし、医療費と介護サービス費の自己負担額のいずれかが0円または限度額を超えた額が500円以下の場合には対象になりません。
 後期高齢者医療制度または国民健康保険に加入している、この制度の対象となる方には、3月下旬に申請書を発

後期高齢者医療運営協議会委員の募集

内 制度の運営に関する重要事項を審議する委員を募集します
 応募資格 議員や公務員などを除く、満18歳以上で道内在住の方
 募集人数 5人（選考委員会で選考）
 任期 令和8年7月から2年間（委員会の開催は年2回を予定）
 報酬・旅費 1日につき5千円の報酬と旅費を支給

福祉

応募方法 北海道後期高齢者医療広域連合および市保険年金課医療年金係で配布する応募要領をご覧ください
 応募期限 4月30日（木）
 問 北海道後期高齢者医療広域連合（札幌市中央区南2西14）
 ☎011・290・5601

今月の手話

【地震】
 両手掌を上に向けて並べて置き、同時に前後する



※出典、わたしたちの手話学習辞典1、全日本ろうあ連盟発行。
 問 福祉課障がい者福祉係
 ☎35・4112
 ※全日本ろうあ連盟出版物のご案内ホームページもご覧ください。



健康

自殺予防普及啓発パネル展

内 心の健康や睡眠に関する書籍の紹介とパネルの展示
 日 3月5日（木）から15日（日）
 時 午前10時から午後7時（土・日曜日は午後5時30分まで）
 所 市立図書館

認知症カフェ

問 岩見沢保健センター（4西3であえーる岩見沢3階）
 ☎25・5540
 内 認知症に関する情報交換をしませんか。認知症の方や家族、認知症に関心のある方など、どなたでも参加できます。認知症ケア経験のある専門職に気軽に相談もできます

| 日程 | 時間 | 場所 |
|---------|---------------|------------------|
| 3月1日（日） | 9:30 ~ 12:30 | 大和タウンプラザ（大和1-9） |
| | 14:00 ~ 16:00 | |
| 3日（火） | 9:30 ~ 11:30 | 空知総合振興局（8西5） |
| | 13:00 ~ 16:00 | |
| 4日（水） | 9:30 ~ 11:00 | 空知信用金庫本店（3西6） |
| | 13:00 ~ 14:00 | いわみざわ健康ひろば（3西4） |
| | 14:45 ~ 16:30 | 市立総合病院（9西7） |
| 12日（木） | 9:30 ~ 11:30 | 札幌方面岩見沢警察署（10東2） |
| | 13:00 ~ 13:45 | 空知農業会館（5西5） |
| | 14:15 ~ 15:00 | 岩見沢地方合同庁舎（5東15） |
| | 15:30 ~ 16:30 | トライアル岩見沢店（東町678） |

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

【オレンジカフェ笑顔届け隊】

日 3月6日（金）、4月3日（金）
 時 午前10時から正午
 所 ほろむい北会館（幌向北1・3）

【微笑みカフェ】

日 3月13日（金）
 時 午後1時から3時
 所 珈琲屋（志文町301 Cuppa内）

【歯・ハ・ハほっとカフェ】

日 3月17日（火）
 時 午前10時から正午
 所 幌向総合コミュニケーションセンターほっとかん（幌向南1・1）

【ぬくもりのカフェ】

日 3月18日（水）
 時 午前10時から正午
 所 結ホール（5東18）
 問 福萌佑会（6西19）
 ☎25・5500

【北翔カフェ】

日 3月18日（水）
 時 午後1時20分から3時20分

無料送迎バス 岩見沢駅発

日 3月6日（金）、4月3日（金）
 時 午後1時5分、北翔館発午後3時30分

【サロンすまいる】

日 3月19日（木）
 時 午前9時30分から11時30分
 所 ふじ町内会館（ふじ町2・1）

【移動オレンジカフェ】

日 3月27日（金）
 時 午後2時から4時
 所 北村環境改善センター（北村赤川595）

【Connectカフェ】

日 3月9日（月）、23日（月）
 時 午後2時から4時

【ほっこり息：地域の中で一緒に語りませんか？】

内 認知症の方や家族、支援者、地域住民などが気軽に集まり、交流や情報交換ができる認知症カフェです

健康チェックの日

日 3月10日（火）、24日（火）
 時 午前10時から午後5時
 所 いわみざわ健康ひろば（3西4第2ポルタビル1階）
 問 岩見沢保健センター（4西3であえーる岩見沢3階）
 ☎25・5540

【介護相談】

日 3月14日（土）
 時 午前9時から午後4時

【介護相談】

内 平日だと時間が取れない方も、週末にケアマネジャーや介護福祉士にゆっくり相談しませんか。電話でも相談できます

| |
|------|
| 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 |

「千葉彩心個展」油彩と学び
 日 3月31日(火)から4日(土)まで
 時 午前10時から午後7時
 (土・日曜日は午後5時30分まで)
 所 市立図書館
 北海道教育大学岩見沢校 BOX i・BOX (有明町南1 有明交流プラザ内) ☎35・1400

二胡演奏会 木香薔薇と奏でる二胡の調べ
 日 3月20日(祝)
 時 午後2時から3時
 演奏者 Shoko yan
 所 ￥ 無料(別途入館料が必要)
 所 室内公園色彩館(いわみざわ公園内)
 ☎25・6111

レジャー・スポーツ
日曜親子プール無料デー
 対 中学生以下のこどもと保護者
 日 3月1日から29日まで
 時 正午から午後8時
 所 温水プール(9東2) ☎23・6400

スポーツ安全保険
 この保険は、学校管理下を除くスポーツや文化・ボランティア活動などを行う4人以上の団体やグループを対象に、その活動中に起きた事故について補償します。

| 対象 | 対象範囲 | 掛金(1人年額) |
|-------|------------------------|--|
| 中学生以下 | スポーツ活動および文化・ボランティア活動など | 団体活動中とその往復中 800円 上記のほか、個人練習・活動 1,450円 |
| | 文化活動およびボランティア活動 | 800円 |
| 高校生以上 | 64歳以下のスポーツ活動・指導・審判 | 2,000円 |
| | 65歳以上のスポーツ活動・指導・審判 | 1,200円 |
| 全年齢 | 危険度の高いスポーツ活動 | 11,000円 |

保険期間 4月1日(水)～令和9年3月31日(水)(途中加入は、掛金の口座振込日の翌日から適用)
 申込期間 随時受け付け
 申込方法 (公財) スポーツ安全協会ホームページから申し込み
 問合先 (公財) スポーツ安全協会 インターネット加入専用窓口
 固定電話から ☎0570-087109
 携帯電話、IP電話から ☎03-5510-0033



3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 | 31 | | | | |

□ は休館日です。
 □ 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 |

科学館まつり
 内 実験・工作・遊びなどの体験コーナーで、科学や

岩見沢郷土科学館企画展
 【第3回】新資料から見える岩見沢新収蔵品展
 内 令和7年中に寄贈していただいた資料を初公開します。資料から見える岩見沢の歴史も紹介します
 日 毎週月曜日を除く、3月8日(日)から5月31日(日)までと5月4日(祝)
 時 午前9時30分から午後5時(火曜日は午後1時30分から)
 入館料(3月31日まで) 一般

天体教室④
 【冬の星座と木星、すばるの観察】
 内 1等星以上の明るい星々に木星も加わった冬の星空を観察しませんか
 対 小学生以上
 所 郷土科学館(いわみざわ公園内) ☎23・7170
 日 3月17日(火)から22日(日)
 時 午後6時30分から7時30分
 講師 郷土科学館管理指導員

デジタル広報紙 ほっかいどう Vol.2
 「あいにきた」が教えてくれる犬猫たちとの幸せな暮らし
 内 北海道動物愛護センター「あいにきた」が行う、行き場を失った犬猫たちをサポートして、新しい家族

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)
 交通遺児福祉事業に
 (株)トッキュウ(栗沢町最上498)

その他
災害について学びませんか
 【はじめての防災・助け合い】
 内 冬の地震に備え防災やボランティアを学びませんか。避難所で使用する段ボールベッドの体験も行います
 日 3月14日(土)
 時 午前10時から11時30分
 所 広域総合福祉センター(11西3)
 定 50人(申込順)
 方 3月11日(水)までに、電話または申込フォーム
 申 岩見沢市社会福祉協議会(会場内) ☎22・2960

いわみざわ公園バラ園 休園日のお知らせ
 これまで年末年始を除き、年中無休で開園していましたが、4月1日(水)からゴールデンウィークおよびローズフェスタ期間中を除き、毎週水曜日を休園日とします。
 所 室内公園色彩館(いわみざわ公園内) ☎25・6111

図書館
子ども読書会
 内 本の紹介や読み聞かせ、朗読や工作などを通して、本を読む楽しさを育てませんか
 日 3月7日(土)
 時 午前10時30分から11時30分
 所 市立図書館

火曜落語上映会
 内 落語問答「厳流島」
 日 3月10日(火)
 時 午前11時
 所 市立図書館

絵本の読み聞かせ
 【北村学習交流館】
 日 3月7日(土)
 時 午前10時30分
 所 北村学習交流館
 【市立図書館】
 日 3月11日(水)・21日(土)・25日(水)
 時 午前10時30分
 ※21日(土)は午前11時開始。
 所 市立図書館
 【来夢21図書館】

図書館シアター
 【子ども向け】
 「わしも⑫ わしもの何もしない日」
 日 3月14日(土)
 時 午後2時
 所 市立図書館
 【らくだい魔女フウカと闇の魔女】
 日 3月28日(土)
 時 午後2時
 所 来夢21図書館
 【一般向け】
 「散歩時間」その日を待ちながら」

ベビカフェ
 内 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歳未満のこどもと保護者
 日 3月13日(金)
 時 午前10時30分から正午
 定 20人(申込順)
 所 申 3月3日(火)から12日(木)の間に、市立図書館へ

職員募集
 3月14日(土) 午前11時
 来夢21図書館



戦後80年のあゆみ

日本の終戦から80年が経過しました。戦時から現在までの間、私たちの暮らしに大きく影響を与えた出来事などを歴史資料などから振り返ります。

問合せ先 総務課市史資料室（北村支所内） ☎ 56-2001

最終回 掘り起こされた地域の歴史 戦後の歩みと地域史の再発見

大正15年、樺太師範学校を卒業した川野栄三郎は、樺太公立小学校に勤務し、在職中に学術研究員として研修を受け、考古学などの知識を習得しました。昭和20年9月から、ソ連占領下で日本人学校の校長として抑留生活を送る日本人子弟の教育に当たり、昭和24年に北海道へ引き揚げ、昭和27年から栗沢町立由良小学校の校長を務めました。

昭和22年の学校教育法制定に伴い誕生した中学校では、小学校の教室などを借りて授業を行いながら校舎の建設を急ぎました。昭和26年、旧ダルミ川沿いに新校舎を建設した豊中学校のグラウンドから発見された擦文時代（7～13世紀頃）の土器は、復元されて郷土室で公開されました。

栗沢町では、戦後開拓で開墾された土地から考古遺物が見つかり、川野は中学生から得た情報を基に加茂川で多くの土器や石器を発見し、昭和34年には北海道札幌西高等学校郷土研究部を迎えて由良で発掘を行いました。さらに昭和37年からは北海道学芸大学（現在の北海道教育大学）札幌分校による加茂川遺跡の発掘調査が行われ、地域の縄文文化の解明が進み、調査で出土した石器の一部は、昭和43年に岩見沢市指定文化財に指定されました。また、戦後の歴史観や暮らしの変化に伴い、地域の先史時代や開拓の歴史、災害や戦争の記憶を振り返り、郷土史として残す取り組みも盛んになりました。北村では、戦後いち早く「北村史」を発行し、アジア・太平洋戦争期でも続けられた石狩川治水事業の進展に触れながら、水害と戦ってきた村の歴史を振り返りました。岩見沢では開庁の節目に合わせて「岩見沢市史、や「岩見沢議会史、岩見沢教育史、が刊行され、いずれも川野が編集を担当しました。満州事変以降、15年間の戦争によって産業や暮らしは大きく変わりました。その中で生き抜き、今日の岩見沢を作り上げた先人の歩みは、郷土史などの形で記録、継承され、戦後80年を迎えた私たちに地域史を再発見する機会をもたらしてくれます。



加茂川遺跡の発掘調査（昭和38年）

広報クイズ

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

- 市は、北海道大学 COI-NEXT
- とカラダのライフデザイン共創拠点、に参画しています
- に当てはまる言葉をお答えください

応募方法

はがき、市ホームページのフォーム、ファックス（0126-23-9977）、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、総務部秘書課広報室へ。当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。2月号の正解は144でした。



締め切り 3月23日(月) (必着)

人の動き

住民基本台帳（令和8年1月31日現在）

| | | | |
|-----|----|----------|-------------|
| 人 | 男 | 33,863人 | (前月比 - 45) |
| | 女 | 38,791人 | (前月比 - 72) |
| | 総数 | 72,654人 | (前月比 - 117) |
| 世帯数 | | 40,006世帯 | (前月比 - 53) |

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/>



ホームページ



X (旧 Twitter)



Facebook



Instagram



LINE

広告

広告募集中

広報いわみざわに広告を掲載しませんか

- 募集枠数 各号2枠（申込多数の場合は抽選）
- 掲載料 各号1枠22,000円
- 申込期限 掲載希望号の3カ月前の月末（6月号に掲載希望の場合は3月31日(火)までに申し込み）
- 申込方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください



ID: 14518



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。

この広報紙は道産間伐材配合紙を使用しています。

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。テレホンサービス
☎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 日 | 当番医 内科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 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 こどもの臨時予防接種 2月号 P15 15thマチの記憶ライブ2026「演奏者の側面」 2月号 P18 献血 P13 AFS企画「新道展岩見沢支部 F10展」 P15 日曜親子プール無料デー P16 |
| 2 日 | ログホテルメープルロッジの休館 2月号 P19 行政相談委員による行政相談 ナビ |
| 3 日 | 2025年度音楽文化専攻音楽教育・音楽文化コース卒業研究展示会 2月号 P18 献血 P13 8・9か月児健康診査 P14 森谷音雲個展「オウムアムア」 P15 |
| 4 日 | 献血 P13 |
| 5 日 | 自殺予防普及啓発パネル展 P13 |
| 6 日 | 認知症カフェ「オレンジカフェ笑顔届け隊」 P13 おしゃべりルームとことこ P14 弁護士による法律相談 ナビ |
| 7 日 | 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 市民園芸講座「色彩館でスケッチしよう」 P10 こども読書会 P16 絵本の読み聞かせ P16 |
| 8 日 | 当番医 内科系：石川内科・循環器科クリニック (4西7) ☎33-5005 外科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 小児科系：出口小児科医院 (7西5) ☎22-3570 音楽文化専攻 卒業演奏会・研究発表会 2月号 P18 科学館まつり P17 岩見沢郷土科学館企画展「新資料から見える岩見沢 新収蔵品展」 P17 |
| 9 日 | Connectカフェ「ほっと一息…地域の中で一緒に語りませんか？」 P13 |
| 10 日 | 健康チェックの日 P13 火曜落語 上映会「蒺藜問答」「巖流島」 P16 家事相談 ナビ 行政相談委員による行政相談 ナビ |
| 11 日 | プレママ教室 (後期コース) P14 絵本の読み聞かせ P16 |
| 12 日 | デジタルスキル研修生成 AI導入講座 P11 献血 P13 1歳6か月児健康診査 P14 人権困りごと相談 ナビ |
| 13 日 | 認知症カフェ「微笑みカフェ」 P13 おしゃべりルームばぶばぶ P14 ベビカフェ P16 |
| 14 日 | 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：かまだクリニック (3西4) ☎24-8910 介護相談 P13 絵本の読み聞かせ P16 図書館シアター「わしも⑫～わしもの何もしない日～」 P16 災害について学びませんか「はじめての防災・助け合い」 P17 |
| 15 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 パパママ教室 P15 絵と音の世界 春の土音～オカリナの響き～ P15 |
| 16 日 | |
| 17 日 | 認知症カフェ「歯・ハ・ハほっとカフェ」 P13 よりみちカフェ～本人ミーティング～ P14 4・5か月児健康診査 P14 山田泉花・高畑彩帆2人展「2」 P15 天体教室④「冬の星座と木星、すばるの観察」 P17 |

| | |
|-------|--|
| 18 日 | 認知症カフェ「ぬくもりのカフェ」「北翔カフェ」 P13 家庭教育学級「お母さんたちが体を動かせるストレッチヨガ」 P15 税理士による税の相談 ナビ |
| 19 日 | 初心者向けスマートフォン講習会 P10 認知症カフェ「サロンすまいる」 P13 |
| 20 日 | 当番医 内科系：石塚内科医院 (5東11) ☎22-1718 外科系：倉増整形外科 (2西7) ☎22-0288 二胡演奏会 木香薔薇と奏でる二胡の調べ P16 |
| 21 日 | 当番医 内科系：竹内内科循環器科 (美園5-3) ☎22-2273 外科系：ごうだ整形外科 (大和3-9) ☎32-5050 市民園芸講座「ばらゼミ①バラの基本、系統とその歴史」 P10 こども食堂おひさまキッチン P15 こども食堂げんき P15 絵本の読み聞かせ P16 |
| 22 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：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 小児科系：あくつこどもクリニック (10西4) ☎33-8000 |
| 23 日 | Connectカフェ「ほっと一息…地域の中で一緒に語りませんか？」 P13 |
| 24 日 | 健康チェックの日 P13 岩見沢市医師会附属看護高等専修学校 令和8年度第三次入学試験 P15 家事相談 ナビ |
| 25 日 | 薬と健康のちょこっと講座 P14 3歳児健康診査 P14 絵本の読み聞かせ P16 家庭生活相談 ナビ |
| 26 日 | 初めての方の PowerPoint講座 P10 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 |
| 27 日 | 認知症カフェ「移動オレンジカフェ」 P13 ひゃっぴい体操教室(簡単バージョン) P14 おしゃべりルームばぶばぶ P14 弁護士による法律相談 ナビ |
| 28 日 | 当番医 内科系：松藤医院 (2西5) ☎22-3251 外科系：岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎32-2188 図書館シアター「らくだい魔女 フウカと闇の魔女」「散歩時間～その日を待ちながら～」 P16・17 |
| 29 日 | 当番医 内科系：はくま内科・呼吸器内科クリニック (7西6) ☎31-5030 外科系：岩見沢脳神経外科 (8西19) ☎20-1001 小児科系：さとうキッズクリニック (大和1-9) ☎20-0310 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 |
| 30 日 | |
| 31 日 | ごみ・環境総合案内所クリーンエコの運営終了 1月号 P18 千葉彩心個展「油彩と学び」 P16 |
| 4/1 日 | |
| 4/2 日 | |
| 4/3 日 | 認知症カフェ「オレンジカフェ笑顔届け隊」 P13 弁護士による法律相談 ナビ |
| 4/4 日 | 当番医 内科系：森川内科クリニック (6東1) ☎33-5600 外科系：岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎32-2188 |
| 4/5 日 | 当番医 内科系：岩見沢市立総合病院 (9西7) ☎22-1650 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 |

**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
 こども家庭センター（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

こどもの各種予防接種 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・ヒブ5種混合ワクチン | 生後2カ月～90カ月未満児で、4種混合、ヒブワクチンを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 |
| 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、4種混合ワクチンを受けたことのある子 | ●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 | |
| 2期の対象者には、4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 | | |
| BCG | 1歳未満児 | |
| 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 | | |
| 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 | |
| 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 | | |
| ヒブ | 生後2カ月～5歳未満児でヒブワクチンを受けたことのある子 | |
| 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 | |
| 標準的な接種期間は、1期3歳から4歳です | | |
| B型肝炎 | 1歳未満児 | |
| 標準的な接種期間は生後2カ月～9カ月未満です | | |
| 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） | |
| 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 | 中学1年生～高校1年生相当 | |
| 中学1年生の方には5月に、その他の学年の方には、既に案内書を送付しています。案内書が届かない場合や転入・紛失した方は、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こどものことです

◆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

子宮頸がん・乳がん検診 女性対象 要事前申込 健ポ

【市民健康センター・市立総合病院で受診】

| 区分 | 対象 | 日程 | 場所（検診内容） |
|------------------|-------|---------|----------------------------------|
| 子宮頸がん検診（超音波検査必須） | 20歳以上 | 毎週火曜日 | 市民健康センター（子宮頸部細胞診、子宮超音波検査） |
| 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 子宮頸がん検診 4,850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3,850円。
 乳がん検診 1,000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電話または市ホームページから予約



ID: 15825

【岩見沢レディースクリニックで受診】

| 区分 | 対象 | 日程 | 場所 |
|---------|-------|-------|---------------------|
| 子宮頸がん検診 | 20歳以上 | 診療時間内 | 岩見沢レディースクリニック（8西19） |

検診内容 子宮頸部細胞診
 ※他の検査を希望する方は別途費用が掛かります。詳しくはお問い合わせください。

負担金 1,000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
 ※岩見沢レディースクリニックへの予約は不要です。休診日や診療時間は岩見沢レディースクリニックホームページをご覧ください。直接医療機関（☎23-2222）へお問い合わせください。



健康一口メモ 質の良い睡眠を取れていますか？

睡眠は、時間だけでなく「質」も重要です。なかなか寝付けられない、何度も目が覚める、休養感がないなどの症状が週の半分以上あり、日中の眠気、集中力の低下、気分の落ち込みなどが生じ、日常生活に支障がでる状態が続く場合、不眠の可能性がります。不眠の背景には、うつ病や不安症といった精神疾患だけでなく、睡眠時無呼吸症候群や身体疾患が隠れていることがありますので、早めに医療機関へ相談しましょう。睡眠の質を高めるには、平日・週末にかかわらず就寝と起床は時間を一定にし、朝の光を浴びることが大切です。適度な運動を習慣化し、肥満に注意しましょう。入浴は寝る直前を避け、ぬるめの湯にゆっくり漬かり、照明は暗めにし、就寝前の食事、飲酒、喫煙、カフェイン、スマホは控えましょう。

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

●3月6日(金)・27日(金)、4月3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時までに電話予約が必要

◆行政相談委員による行政相談

国の行政に対しての苦情・意見について
 ●3月2日(月) 午後1時～3時
 市役所本庁相談室 2-2、北村支所
 ※北村支所はリモート相談。

●3月10日(火) 午後1時～3時
 栗沢市民センター（栗沢町北本町168）

◆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
 ●3月26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
 ●3月10日(火) 午前10時～午後3時
 市役所本庁相談室 2-2

●3月24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・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

●3月25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
 ●3月12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10時～午後4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
 ●3月18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

●3月26日(木) 午後5時30分～8時
 ●3月29日(日) 午前9時～正午
 ※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

🔗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

◆管理栄養士・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

◆精神科医による心の健康相談

●今月はありません

👨‍👩‍👧‍👦 こども・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
 こども家庭センター

🔗こ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

市政に関する要望や意見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