

2018

9

SEPTEMBER

# 広報 いわみざわ

特集

大切な人と



この写真にスマートフォンをかざすと動画をご覧いただけます（発行日から1カ月）  
利用には専用アプリ **COCOAR2** が必要です。インストール・起動後、対象画像にかざしてください

主な内容

健診はいつかじゃなく今受けよう

岩見沢市総合体育大会

手話がつなぐ心と心

みんなのひろば・情報ひろば

冬のくらしを支える助成

いわみざわ健康まつり

公共交通で出かけよう！

いわみざわ百餅祭り

今月の表紙

グループホームでのひとコマ。笑顔は人を幸せにしてくれます。いつまでも幸せに笑顔で暮らしていくために、家族や周りの方が小さな異変に気付くことが大切です。

# 大切な人と

あんなに元気だった  
親が認知症に...

親や身近な人、自分自身が認知症になってしまったらどうしよう…。そんな不安を抱いたことはありませんか？  
9月は、認知症への理解をすすめるなどの目的で、世界アルツハイマー月間と定められています。これに合わせて今月号は、身近な病気にもかわらぬ、知っているようで知らない認知症を取り上げます。認知症になってしまった方の家族や施設の職員、認知症に関わる方に話を聞きました。

問合先 市高齢介護課



市職員が出演して説明します  
9月7日(金) 午後5時40分

グループホームに入居している  
松井さん(左)と娘の辻谷さん(右)

## 認知症って？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、さまざまな障がいが起こり、生活をするうえで支障が出ている状態をいいます。

認知症を引き起こす原因のうちもっとも多いのは、変性疾患、というもので、代表的なものに次のような種類があります。

### 脳血管性認知症

- やる気がなくなる
- 無表情になる
- 感情をおさえられない
- 段取りが悪くなる

### 前頭側頭型認知症

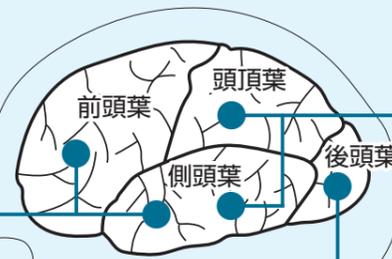
- 性格変化が現れる
- 怒りっぽくなる
- 同じ行動やことばを繰り返す
- 毎日同じ時間に同じ行為をするなどの時刻表的な生活をおくる

### アルツハイマー型認知症

- 新しいことを覚えられない
- 少し前の出来事をすっかり忘れる
- 道具が使えない
- 道に迷う

### レビー小体型認知症

- 症状の良い時と悪い時の変化が大きい
- 幻視や幻聴、見間違い、妄想をする
- 身近な人を別人と誤認する
- 手足が震える、動きが遅くなる



## まさか母が...

### 始まりは家族の気づき

辻谷 父が闘病中だったときです。母の精神状態が悪くなり、ご飯も食べられなくなって、父親が亡くなってから半年ぐらいの記憶がないらしいんです。そのときの話を聞くと、実際とは違うことを話すので、「あれっ…」って思ったんですけれど、「シヨックからなのかな？」とも思いました。

### 私はまだポケていない

辻谷 ある日、母が骨折で入院したんですが、認知症も進行してしまっただけです。退院した後に、デイサービスですすめても「私はまだポケていないよ」って言うんです。それで、運動だけのデイサービスでリハビリをしようというところになり、そこに行きはじめてました。それから普通のデイサービスにも行くようになったんです。2

泊3日の泊りなどで、少しずつ家から離れる時間を長くするようにしていききました。

### はじめは週に一回

辻谷 父が亡くなってから母は一人で暮らしていて、はじめは週に一回顔を出して様子を見ていました。一緒に住もうという話もありましたが、本人がかたくなに「嫌だ」と言っていて一人暮らしを続けていました。グループホームに入居する前には、毎日のように顔を出していました。

### 年相応だと思いたかった

辻谷 誰でも物を取りに行こうと思っただけ、「何を取りに来たんだっけ？」というのがあると思います。母の場合は、物を取りに来たこと自体を忘れてしまっていて、その様子を見ていて、「これは変だ」と思いました。でも、認めたくないんです。認知症かもしれないけど、「年相応なのかな」って…。

## 加齢と認知症の違い

認知症は主に、覚えられない、すぐに忘れるなどの記憶障害が起き、時間や場所なども分からなくなります。年齢を重ねれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなくなったり、新しいことを覚えにくくなったりしますが、認知症、はこのような「加齢によるもの忘れ」とは異なります。

### 加齢によるもの忘れ



- 約束をすっかり忘れてしまう
- 朝食の一部を思い出せない
- 物覚えが悪くなったように感じる

一部を忘れる  
記憶の帯はつながっている

### 認知症によるもの忘れ



- 約束したこと自体を忘れている
- 食事をしたこと自体忘れる
- 数分前の記憶が残らない

全体を忘れる  
記憶が抜け落ちる

## 入居はスムーズに

竹本 松井さんの場合は、グループホームへの入居のタイミングが良く、スムーズに入居につながって、全く問題なかったです。最初に、「みんなでお食事しませんか?」という誘いをしました。それから、過ごす、泊まるというのを繰り返していくうちに、ここがどんなところか理解したんだと思います。「住みやすいところだ」って。だから、帰りたいとか、パニックになるとかは全くなかったです。



グループホームひまわり  
管理者 竹本 翔伍さん

## 落ちついた生活に

辻谷 家とグループホームの生活は、それぞれ良いところ、悪いところがあるので、一概には言えませんが、家にいるときは、一日何十回も電話があつて、留守番電話、着信履歴が全て母親でした。2.3分後に電話を折り返しても「私は電話してないよ」って言うんです。お金を渡していても「お金がないからお金持ってきて」という話がほとんどでした。グループホームに入ってから、家にいるときより落ち着いています。たぶん、一人暮らしは何でも自分でしなきゃいけないという不安があつたんだと思います。

## 今になって思うこと

辻谷 いろんなことがありました。が、反対を押し切って一緒に住めば良かったと思う反面、押し切らないで本人を一人にして良かったと思う部分もあります。たぶん、いつも顔を合わせていたら、少なくともいい喧嘩をして、本人のプライドを傷つけていたかもしれないですね。



## いろいろ助けてもらって

竹本 ここでの生活はどう?  
松井 いろいろ助けてもらって楽しいよ。  
竹本 家にいるときは違う?  
松井 違うよ。やっぱり、家にいるときはいろいろ考えてたから。  
竹本 困っていることや不自由なことはある?  
松井 何でも言えるから何もなし。よ。お兄さん、性格も良いし、優しいし、何でもしてくれるからね。



## ついでに接し方

辻谷 私の経験からではありませんけど、「おかしいな...」と思ったら、いったい接してあげてください。「それ違うよ」「これそうじゃないよ」ではなく、毎日のように「今日温泉に行こう」「どこかに食べに行こう」という接し方です。時間の許す限り、たくさん接点を持つてほしいです。そういった刺激を受けることで、認知症の進行が遅くなることもあるので、なるべく多くの接点を持つてほしいです。あとは一人で抱え込まないで、地域包括支援センターや、ケアマネジャーさんなどに相談してほしいです。



## 不安や心配ごとはありませんか?

## 困ったときは相談を!

菊地 「認知症状が出てきて困っている」「受診をすすめても拒否する」「介護サービスを利用したいが、うまくサービスにつながらない」などの不安や心配ごとはありませんか?そんな時は、地域包括支援センターが本人や家族をサポートします。年齢のせいや認知症のせいや悩み、子どもたちや周囲の人にも相談できなかつた方や知られたくなかつた方もいました。もつと、早く相談すれば良かったと悔やむ方もいました。認知症は早期発見・早期治療が重要です。「認知症かな?困ったな」そんなときは迷わず、相談してください。



南地区地域包括支援センター  
菊地 美紀さん

## 相談者の人と一緒に

大橋 認知症初期集中支援チームという複数の専門職で構成された、訪問活動や自立生活のサポートを行うチームがあつて、必要に応じて、本人や家族へ受診の促しや調整、介護サービスなどの認知症の症状に応じたアドバイスを行い、病院やケアマネジャーなどといった関係する機関と連携します。相談内容はそれぞれ違うので、すぐに問題解決できないこともありませんが、一緒に悩み、考えることができますので、一人で抱え込まないでください。



認知症初期集中支援チーム  
大橋保健師

## お近くの地域包括支援センターへご相談ください

- 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局 4649
- 地域包括支援センターほろむい(幌向2-3) ☎ 32局 6622
- 北地区地域包括支援センター(北2西12) ☎ 33局 5383
- 南地区地域包括支援センター(南町7-2) ☎ 32局 0300

※地域包括支援センターにはそれぞれ担当地域があり、各地域の包括支援センターに引き継ぐ場合があります。

受付日時 月~金曜日 午前9時~午後5時30分

※祝日および年末年始は除く。

## 本人が一番辛い

千葉 認知症になった人の多くは、「忘れていない」「病院なんて行く必要ない」と言うことがあります。その理由は、「自分は認知症じゃないぞ」というやり場のない怒りや、悲しみ、不安から自分を守るための自衛反応であり、認知症の人の悲しみの表現でもあります。

## 心がけること

千葉 認知症の人と接するときは、認知症に対する正しい理解が必要です。まずは、認知症は他人事ではないという認識を持ち、偏見を持たない姿勢が重要です。皆さんも、次のような対応を心がけましょう。



北地区地域包括支援センター  
千葉 敬一さん



- ゆっくり一つずつ簡潔に伝える
- ゆっくり余裕を持って、穏やかな気持ちで対応する



- 怒らない
- 驚かせない
- せかさない



- 自尊心を傷つけない
- 失敗を責めたり、行動を命令したりしない

## チェックしてみよう

自分が認知症かどうか気になるという方は、**脳イキキ度チェック**を受けてみてはいかがでしょうか？ また、**認知症ケアパス**には、認知症の簡単なチェック項目や、その他、認知症になった場合の対処方法なども載っていますので、ぜひ参考にしてください。

### 認知症ケアパス

認知症が疑われる症状が発生した時から、その進行や症状に応じて、どのような医療や介護サービスを利用できるのかなどが記載されています。

市役所本庁、北村・栗沢両支所、幌向・朝日・美流渡・有明交流プラザの各サービスセンター、各地域包括支援センター、岩見沢保健センターで配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。



### 脳イキキ度チェック

「物忘れが気になる」「今まで好きだったことに興味や関心が無くなった」など、脳に関する悩みはありませんか？ 脳の元気度、をチェックします。※毎月、情報ひろばに日程などを掲載していますので、ぜひご覧ください。

今回、辻谷さんと竹本さんにインタビューをしたのは、就業体験（インターンシップ）の学生です。なかなか体験することのできないインタビュー。就業体験で学んだことをこれからの生活に生かしてくれると嬉しいですね。



ちょっとした異変をそのままにしていまいませんか？ 認知症は他人事ではありません。高齢化が進む今、誰もが認知症になる可能性があります。また、「認知症になったら生活できなくなる」という不安を持つ人がいますが、早めに診断を受け、治療することで、進行を遅らせることができます。住み慣れた地域で、大切な人と幸せに暮らしていくためにも、悩みや不安を抱え込まないで、まずは相談してみましょう。



# 健診はいつかじゃなく 今受けよう



## インターネットで申し込みができます！

これまで電話のみで申込受付をしていた各種健診のうち、次の健診の申し込みがインターネットでできるようになりました。

「平日は仕事で電話する時間がない」「休日や夜間に申し込みをしたい」など、都合の良い時間に、パソコンやスマートフォンから気軽に申し込みができますので、ぜひご利用ください。

### こんなメリットも

健診日程や空き状況の確認が可能

確認メールで受診忘れの防止  
※メールアドレスを登録した方のみ。

## インターネットで申し込みできる健診は次の4つ

### すこやか健診

〓特定健康診査、と〓がん検診、のセット健診

### レディース健診

子宮頸がん<sup>けい</sup>検診、乳がん検診、骨粗しょう症検査を実施

### なでしこ健診

〓すこやか健診、と〓レディース健診、をセットにした女性の総合健診

### バスツアー健診

無料バスで、札幌がん検診センター（札幌市東区北26東14）で健診

## 申し込みは こちらから



岩見沢市 検診 インターネット受付 [検索](#)

申し込みは、受診日の3週間前までに！

氏名、住所、電話番号などは、正確に入力してください。予約内容の確認のため、電話をする場合があります。

今までどおりの電話申込はもちろん、地域で行う健康相談や健康教育、健康まつりの会場でも、申し込みができます。

健康まつりの日程などは、24ページをご覧ください



健診の日程や対象者、料金など詳しくは、広報いわみざわ5月号に折り込みの健診ガイドブック、または市ホームページをご覧ください。



申込・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局 5540

# 手話がっなく心と心

今年3月の市議会でも岩見沢市手話言語条例が可決され、4月1日から施行されました。この条例は、手話への理解や普及を進め、聴覚に障がいのある方が安心して暮らすことができる地域社会の実現を目的としています。私たちは、手話のことをどれだけ知っているのでしょうか？ 私たちにできることはどんなことでしょうか？

問合先 市福祉課  
いわみざわ 版ありま

## 市役所窓口到手話通訳者

手話を使う方が安心して市役所で手続きなどができるよう、福祉課の3番窓口にて専任手話通訳者を2人配置しています。

## スキルアップのため

仲間と楽しみながらでもいいけど、個人のスキルアップとして、手話を学び、その技術を活かすという手もあります。



手話奉仕員養成講座の様子

## 手話奉仕員養成講座

聴覚に障がいのある方の生活などを学び、日常会話を行うために必要な手話を習得するための手話奉仕員養成講座を開催しています。

問合先 岩見沢市社会福祉協議会 (11 西3 広域総合福祉センター内) ☎ 22局 2960

## 岩見沢市登録手話通訳者の募集

**対象者** 20歳以上で、市内に居住または勤務している、聴覚に障がいのある方などの福祉に理解と熱意があり、手話通訳に必要な技術を有し、岩見沢市登録手話通訳者として手話通訳活動ができる方

**選考方法** レポート、手話の実技試験（聞き取り、読み取り）、面接

### 【実技試験・面接の日程】

**日時** 10月18日(木) 午後5時30分

**会場** 広域総合福祉センター (11 西3)

**申込方法** 9月28日(金)までに、応募用紙に必要事項を記入し、聴覚に障がいのある方が社会参加するうえで大切なこと、をテーマとした800字以内のレポートを添え、郵送または持参（郵送の場合、9月28日(金)消印有効）

※応募用紙は、市福祉課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。

**申込・問合先** 市福祉課障がい者福祉グループ

## 手話通訳者の派遣

聴覚に障がいのある方が地域で暮らしやすいよう、手話通訳者を派遣し、コミュニケーションの支援を行っています。

**対象者** 手話通訳を必要とする聴覚に障がいのある方など

**申請方法・問合先** 派遣希望日の7日前までに、市福祉課障がい者福祉グループで配布または市ホームページからダウンロードした申請書に必要事項を記入し提出

### 手話通訳派遣の例

- 病院の受診
- 警察や裁判所などとのやりとり
- 転入学などの手続きや教育相談
- 就職面接、会議への参加
- 各種手続き、諸契約、免許の取得・更新など

## 目で見る言語

手話は、普段話している音声言語と異なり、手や指、体の動き、表情を使って視覚的に表現する言語です。聴覚に障がいのある方が、生活をするうえで、さまざまな方とコミュニケーションをとり、お互いの気持ちを理解し合うために、また、知識を蓄え、文化を創造するために手話は、必要な言語として大切に育み、受け継いできたものです。

## 私たちの役割

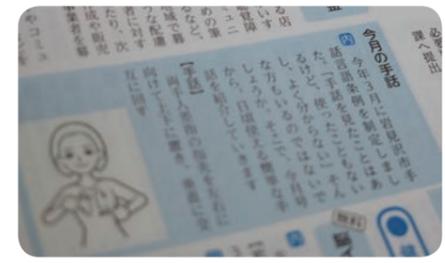
この条例は、市の責務はもちろん、市民の皆さん、事業者、聴覚に障がいのある方、それぞれの役割も定められています。市民の皆さんの役割は、手話に対する理解を深め、市が推進する手話に関する施策に協力するよう努めるもの」としてあります。

## 仲間と楽しみながら

では、その役割を果たすためにどのような取り組みをしたらよいのでしょうか。市内には、手話に関するさまざまな活動をしているボランティアサークルがあります。活動場所など詳しくは、岩見沢市ボランティアセンター（☎25局5516）にお問い合わせください。

## 簡単なことから始めよう

英語や中国語といった外国語もそうですが、言語を学ぶというのは、なかなか敷居が高いものです。広報いわみざわ8月号の情報ひろばの「今月の手話」というコーナーは見ていただけましたか？ 毎月、情報ひろばに簡単な手話を掲載します。で、ぜひご覧ください。まずは、簡単なあいさつなどから学びましょう。



手話を学ぶ方が増えると、学ぶ方にとっては、コミュニケーションの幅が広がり、そして、聴覚に障がいのある方にとっては、コミュニケーションをとる相手が増えることになります。それは、市が目指す、障がいのある方とない方がともに支え合うまちへの第一歩になるのではないのでしょうか。手話をきっかけに、共生のまちづくりに参加してみませんか。



## 岩見沢手話の会

聴覚に障がいのある方々との交流を深め、手話を通じて福祉を学ぶことを主な活動としています。  
**活動日時** 毎週火曜日 午後7時～8時30分  
**会員数** 27人 (平成30年8月1日現在)



## 手話サークル エプロン

野外学習やクリスマス会など、いろいろな楽しいことを考えながら、手話を学び、聴覚に障がいのある方と一緒に活動しています。  
**活動日時** 毎週水曜日 午前10時～正午  
**会員数** 55人 (平成30年8月1日現在)



# 制度の利用の流れ

申請受付窓口

- 市役所本庁高齢介護課 ●北村・栗沢両支所
- 幌向・朝日・美流渡・有明交流プラザの各サービスセンター

## 1 事前登録 9月3日受付開始

除雪業者に作業を頼む前に、事前登録が必要です。

**登録方法** 申請受付窓口  
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利用者登録申請書兼同意書を提出



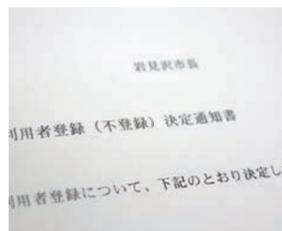
※代理の方が手続きをすることもできます。委任状が必要です。

持ち物 印鑑

## 2 市が内容を審査し、利用者として登録

利用者登録決定通知書、届出事業者の一覧、助成金の申請用紙が届きます。

※届出事業者の一覧、交付申請書兼請求書は、市ホームページでもダウンロードできます。



## 3 届出事業者と除雪の契約

届出事業者と雪下ろしまたは間口除雪の契約を取り交わします。

※事業者によっては、申込多数などで受け付けできない場合があります。



## 5 助成金の申請

平成 31 年 3 月 29 日までに作業および支払い完了後、助成金の申請をしてください。

**申請方法** 交付申請書兼請求書に振込先など必要事項を記入のうえ、次の書類を添付し、申請受付窓口へ提出

必要なもの

- 印鑑
- 請書または契約書のコピー
- 領収書のコピー
- 作業前後の現場写真

※代理の方が手続きをすることもできます。委任状が必要です。



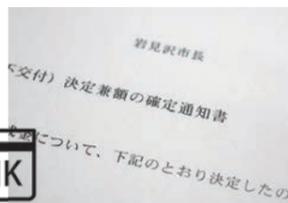
## 4 雪下ろし作業や間口除雪作業を実施、支払い

作業完了後、届出事業者に作業代金を支払ってください。届出事業者より「作業前後の現場写真、や「領収書、などが渡されます。



## 6 市が内容を審査し、助成金の交付決定、助成金の交付

交付決定兼額の確定通知書が届き、指定した振込先に助成金が振り込まれます。



## 事業者も

### 事前に届出が必要です

雪下ろし助成、間口除雪助成の対象となる作業を行うには、事前に届出が必要です。

届出期間 9月3日(月)からシーズン終了まで

要件・届出方法 市ホームページでご確認ください

届出先 岩見沢土木事業協同組合 (7西2) ☎ 22局 2738



市ホームページはこちらから

# 冬のくらしを支える助成



## 雪下ろし助成

## 間口除雪助成

市は、雪の処理を自力で行うことが難しい高齢者や障がい者世帯に対して、平成24年度から屋根の雪下ろし費用の一部を助成しています。今年度から、より多くの方に利用してもらえるように、対象年齢を75歳以上から70歳以上に引き下げ、新たに、間口の置き雪除雪の費用の一部を助成することとしました。今月号は、冬のくらしを支援する二つの助成制度を紹介します。

問合せ 市高齢介護課

## 制度の概要

項目	雪下ろし助成	間口除雪助成 <span style="float: right;">新設</span>
内容	屋根の雪下ろしや屋根からの落雪により、日常生活に支障をきたす雪を処理する費用の一部を助成	道路除雪後に、家の間口に残った雪を処理する費用の一部を助成
対象世帯	市内に住所を有し、一戸建て住宅に居住の、市民税が非課税または均等割のみ課税されている、次のいずれかに該当する世帯（生活保護世帯は除きます） ●平成31年3月31日時点で、70歳以上の高齢者のみで構成されている <span style="float: right;">拡大</span> ●身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持している方がいる	
対象作業	落雪すると危険がある屋根に積もった雪の処理および屋根から落ちて窓や吸気筒などを塞いでいる雪の処理 ※三角屋根など、屋根から落ちた雪の処理のみの作業も対象。	シーズン契約（複数回の作業）による自宅敷地の間口部分における置き雪の処理 ※間口除雪後に雪を敷地内に置けない場合は、運搬排雪により処理。
助成割合	処理費用の2分の1	処理費用の3分の1
助成費用の上限など	1回当たり20,000円を上限に、ひと冬2回まで	20,000円を上限に、ひと冬1回

具体例 市内に住所を有し、一戸建て住宅に居住の、市民税が非課税または均等割のみ課税されている

### 対象

- 75歳と70歳の夫婦
- 75歳と68歳と45歳（身体障害者手帳を所持）の3人世帯

### 対象外

- ❖75歳と68歳の夫婦
- ❖75歳と45歳の親子
- ❖75歳と70歳と45歳の3人世帯

# 室蘭線の秋は

# おいしいがいっぱい



秋のJR室蘭線沿線は、海の幸に山の幸、ワインなど、今しか味わえない「おいしい、がいっぱい」です。

秋の一日、列車に揺られてのんびりと旅してみたいかがでしょう。

問合せ先 市企画室



このマークが付いているイベントで、JRヘルシーウォーキングを実施します。詳しくは、このページの右下をご覧ください。

## 【岩見沢市】

### いわみざわ百餅祭り



※9月16日(日)のみ

今年で36回目を迎える百餅祭り。今年も秋の実りに感謝したいですね。

日程 9月15日(土)・16日(日)・17日(祝)

※詳しくは25ページをご覧ください。



## 公共交通



# で 出かけよう!

第6便

地名の由来にもなっている栗山町の栗。室蘭線には栗沢、栗丘、栗山の3つの「栗」の駅が続きます。



## 【栗山町】

### くりやま味覚まつり

栗山天満宮例大祭に合わせて、栗山町のご当地グルメが楽しめます。

日程 9月24日(休)・25日(火)・26日(水)

室蘭線沿線は、日本でも有数の穀倉地帯。秋晴れの空の下、黄金色に輝く稲穂を車窓から眺めてみませんか。

## 【由仁町】

### 南空知うまいっしょ祭

由仁町近郊の美味しいものが由仁ガーデン（由仁町伏見134）に集合。

日程 10月13日(土)・14日(日)



栗山町や由仁町、安平町など、駅から徒歩圏内の農産物直売所のぞいてみては。



室蘭線の秋の味覚は、人気のそらちワインで。



## 【安平町】

安平町は日本のチーズ工場発祥の地。早来駅に併設の安平物産館では、農畜産製品や人気の「かしわの卵」などを販売。



## JRヘルシーウォーキング

JR北海道では、JRに乗って開催駅まで行き、そこから既定のコースをウォーキングすることで、ポイントが付き、貯めたポイントでプレゼントをもらえるイベントを開催中です。

開催日や場所など、詳しくはJR北海道ホームページをご覧ください。

問合せ先 JRヘルシーウォーキング事務局 ☎ (011) 219局 8641 (土・日曜日、祝日を除く、午前9時から午後5時)

## 【苫小牧市】

### たるまえサンフェスティバル

樽前山の麓。バーベキューで秋を満喫しませんか。

日程 9月15日(土)・16日(日)



### 苫小牧漁港ホッキまつり



水揚げ量日本一を誇る苫小牧のホッキ。ホッキまつりでは、ホッキや海産物の特売など、多くの人で賑わいます。

日程 10月21日(日)



# 体育の日記念 第53回

# 岩見沢市総合体育大会

参加・観戦して、スポーツの秋を満喫しよう！

開催日	種目・会場	問合先
9月22日(土)	小学生バレーボール大会 栗沢小学校、栗沢B&G海洋センター	加藤さん ☎ 23局 2442 (勤務先)
23日(祝)	少年サッカー大会 岡山スポーツフィールド	真保さん <small>しんぼ</small> ☎ 090-8279-6790
29日(土)	市民剣道大会 総合体育館	富樫さん ☎ 25局 7001
30日(日)	市民卓球大会 スポーツセンター	齋藤さん ☎ 22局 1970 (勤務先)
	市民登山会 札幌市(空沼岳万計沼)	杉山さん ☎ 25局 1683
10月1日(月)	市民ゲートボール大会 みなみ公園	早坂さん ☎ 22局 5756
6日(土)	市民バスケットボール選手権大会(8日まで) 総合体育館	竹村さん ☎ 090-6871-1066
	岩見沢ソフトテニス大会(7日まで) 東山公園庭球場	山本さん ☎ 25局 9300
	ジュニアテニス大会(硬式テニス) 岡山スポーツフィールド	テニス協会事務局 ☎ 35局 7006
	小・中学生の部バドミントン大会(7日まで) スポーツセンター	鷹松さん ☎ 24局 1881
7日(日)	空手講習会 <small>しょうとうかんりゅう</small> (松涛館流) 総合体育館	大津さん ☎ 24局 6788
	南北対抗ソフトボール大会 緑陵高等学校	柳瀬さん ☎ 23局 1737
	市民野球大会 市野球場	中川さん ☎ 23局 3058
8日(祝)	市民陸上競技大会 東山公園陸上競技場	倉島さん ☎ 23局 7004
	高校生バレーボール大会 スポーツセンター	松本さん ☎ 22局 0130 (勤務先)
	市民弓道大会 東山公園弓道場	大山さん ☎ 090-2052-2289
	市民テニス大会(硬式テニス) 岡山スポーツフィールド	テニス協会事務局 ☎ 35局 7006
	市民パークゴルフ大会 ローズパーク他	杉本さん ☎ 090-8276-8028
	市民ボウリング大会 ポルタトーホーボール	伊澤さん ☎ 22局 1159
14日(日)	市民水泳大会 市温水プール	植村さん ☎ 090-1524-9052
	市民柔道大会 総合体育館	藤原さん ☎ 090-2814-9322
	市民クレー射撃大会 栗山クレー射撃場	林さん ☎ 23局 0345
27日(土)	少林寺拳法演武大会 北ふれあいセンター	芳賀さん ☎ 22局 2438
11月3日(祝)	極真会館空手型競技会 イベントホール赤れんが	桑内さん ☎ 080-1877-1949
	スポーツ少年団団員交流大会 スポーツセンター	市教委生涯学習・文化・スポーツ振興課(4西3 であえーる岩見沢4階) ☎ 35局 5129

問合先 岩見沢市体育協会(総合公園 東山公園陸上競技場内) ☎ 23局 8611

# みんなのひろば

11月号の応募期間は、  
9月1日から末日です

催し

**第51回詩歌吟詠大会**  
[無料]

**内** 北海道中央岳風会岩見沢吟詠会による漢詩、俳句、和歌、近代詩などの発表  
**日** 9月8日(土)  
**時** 正午開場、午後0時30分開演  
**所** まなみーる文化センター(9西4)  
**問** 稲村さん  
 ☎26局3830

**分開演**  
**所** 生涯学習センターいわなび(4西1)  
**問** ￥500円(中学生以下無料) 小部さん  
 ☎26局1451

**記念演奏会**  
**日** 9月22日(土)  
**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** ￥500円 竹中さん  
 ☎35局6031

**国際ソロプチミストチャリティダンスパーティー**  
**内** 子どもたちのための寄付を募るチャリティパーティー  
**日** 20歳以上  
**時** 10月10日(水) 午後6時から8時  
**所** 北海道グリーンランドホテルサンプラザ(4東1)  
**問** ￥2千円(当日可) ※チケット購入については、お問い合わせください。  
 ☎24局1009 寺林さん

**ボクシングエクササイズ無料体験会**  
**内** ボクシングの動きを取り入れたエクササイズで汗を流しませんか  
**日** 9月8日(土)  
**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)  
**定** 20人(申込順)  
**持** タオル、飲み物、室内用運動靴  
**申** ※動きやすい服装で参加してください。  
**問** 開催日前日までに、安川さんへ  
 ☎080・3265・8977

**居合道体験入門**  
**内** 老若男女問わず、日本の扱い所作を通じて、心身の鍛錬を行います  
**日** 9月9日(日)  
**時** 午後2時30分から3時30分  
**所** 生涯学習センターいわなび(4西1)  
**定** 5人(申込順)

参加者募集

**玄米の濃厚チヨコシフォンケーキ教室**  
**内** 玄米とオリブオイル100%のシフォンケーキを作ります  
**日** 9月19日(水)・27日(木)・10月2日(火)  
**時** 午前10時から11時30分  
**所** 生涯学習センターいわなび(4西1)  
**定** 各日14人(申込順)  
**持** エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル  
**申** 各開催日の1週間前までに、下川さんへ  
 ☎090・7885・5250

**家族で楽しむリトミック**  
**内** 5歳以下の子どもと保護者  
**日** 9月30日(日)  
**時** 午後4時から1歳クラス(午後10時から10時50分) 10組(申込順)  
**定** 2歳から5歳クラス(午前11時から11時50分)

**文学バスツアー**  
**内** 増毛・留萌方面を巡ります  
**日** 10月10日(水)  
**時** 午前8時20分集合、8時30分出発  
**所** 集合場所 市役所本庁  
**定** 40人(申込順)  
**申** ￥4千円  
**問** 柴田さんへ  
 ☎090・5955・6181

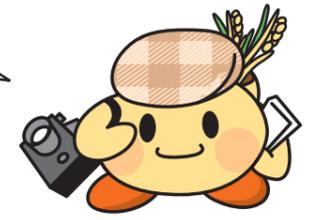
**第27回全道玉入れ選手権大会**  
**日** 11月4日(日)  
**時** 午前9時30分開会  
**所** 栗沢B&G海洋センター(栗沢町最上506)  
**所** チーム編成 1チーム5人(女性1人以上含む)  
 ※チームの合計年齢によりク

**15組(申込順)**  
**所** まなみーる市民会館(9西4)  
**定** ￥1千円(兄弟で同じクラスに参加の場合は、2人目以降200円)  
**申** 開催日前日までに、内田さんへ  
 ☎080・1872・3227

**はつらつヨガサークル**  
**内** やさしい呼吸法やストレッチで心地よい時間を過ごしませんか  
**対** 女性  
**日** 毎週火曜日  
**時** 午後1時30分から3時  
**所** 生涯学習センターいわなび(4西1)  
**定** ￥ 初回体験無料。詳しくは、お問い合わせください  
**問** 吉田さん  
 ☎25局2420

**ラス分けをします。**  
**内** 一般 1チーム4千円、ジュニア 1チーム1千円 ※いずれも保険料含む。  
**申** 10月12日(金)までの土・日曜日、祝日を除く午前8時30分から午後5時の間に、大槻さん(栗沢文化センター内)へ  
 ☎45局2361

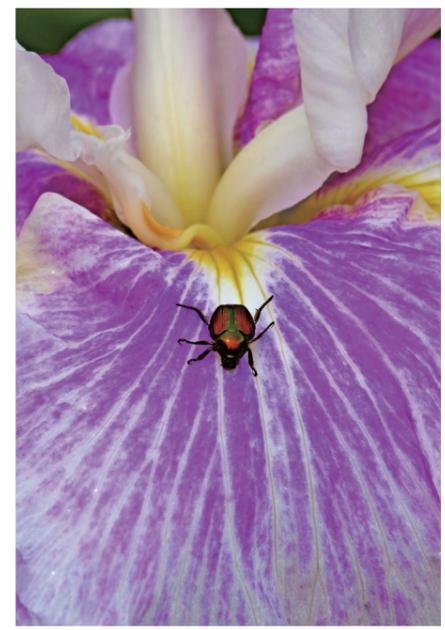
楽しそうな行事が盛りだくさんですね  
 皆さんも一度、足を運んでみてはいかがでしょうか



みんなのひろばへの応募お待ちしております！申し込みときは、イベントの日程や申込期限に注意してください

## 作品紹介

### フラワー道路



楨野 紘一 さん

### お茶の水の夕暮れ



岩井 人志 さん

### 宝池



山崎 正義 さん

ここでの写真は白黒ですが、インターネットではカラーで見ることができますよ



「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、応募のあった全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12月1日から4日のものは11月号での掲載となります。



趣味・教養

**2018赤十字世界救急の日**  
**赤十字救急法体験会**  
 無料  
 毎年9月第2土曜日の赤十字世界救急の日。にちなんで、AED(自動体外式除細動器)を用いた救命手当や三角巾によるけがなどの応急手当の体験会

**9月8日(土)**  
 午前10時から午後3時30分  
 であえーる岩見沢2階ひなた広場(4西3)  
 市福祉課総務グループ

市民園芸講座

「飾ったのしい植物画」観葉植物編」  
**9月9日(日)**  
 講師 木下京子さん(フラワーマスター)

**10人(申込順)**  
 ￥1千円(材料代)  
 持 筆記用具、スケッチブック、パレット、丸筆大と小の筆  
**9月22日(土)・30日(日)**  
 10月7日(日)  
 講師 バラ園スタッフ  
 定 40人(申込順)  
 ￥ 無料

陶芸教室

「電動ロクロ体験④」  
 お碗、鉢、カップを作ります  
**9月15日(土)**  
 午前10時から正午、午後1時30分から3時30分  
 各時間帯2人(申込順)  
 各時間帯2千円(材料代)  
**【陶芸教室④】**

「楽しいキノコの見分け方」  
**9月24日(休)**  
 講師 伊達佐重さん(北海道自然保護協会)  
 定 40人(申込順)  
 ￥ 無料  
 持 筆記用具  
**【バラ園の花を使って器に生ける秋のフラワーアレンジメント】**  
**9月30日(日)**  
 講師 大和田ゆきこさん(カングルーフアクトリー)  
 定 20人(申込順)  
 ￥ 1千円(材料代)  
 持 エプロン、ハサミ  
**【いづれも】**  
**9月28日(金)から10月4日(日)**  
 午後1時から3時  
**【室内公園色彩館(いわみざわ公園内)】**  
 ☎25局6111

花と自然の写真展

市民の皆さんが撮影した花壇や自然景観の写真展「であえーる岩見沢1階(4西3)」  
**9月28日(金)から10月4日(日)**  
 午前9時から午後7時30分(最終日は午後1時まで)  
**【室内公園色彩館(いわみざわ公園内)】**

「赤十字のAEDと心肺蘇生の講習(赤十字救急法基礎講習)」  
 健ポ  
 誰でもできる、AED(自動体外式除細動器)を用いた心配蘇生などの一次救命措置  
**9月29日(土)**  
 午前9時から午後3時30分  
 満15歳以上の方  
 ※11月開催予定の赤十字救急法救急員養成講座の受講を希望される方は受講が必要です。  
**9月29日(土)**  
 午前9時から午後3時30分

4111	2001	2411	3296	2192	2311	0012
23局	56局	45局	26局	46局	46局	31局
本所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所
北村	朝日	朝日	朝日	朝日	朝日	朝日
市役所						

4111	2001	2411	3296	2192	2311	0012
23局	56局	45局	26局	46局	46局	31局
本所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所	支所出張所
北村	朝日	朝日	朝日	朝日	朝日	朝日
市役所						

9月16日(日)	午前10時から正午	6人(申込順)	1千円(材料代)	エプロン、タオル	月・火曜日を除く	9月28日(金)から10月4日(日)	午前9時から午後7時30分(最終日は午後1時まで)	9月28日(金)から10月4日(日)	午前9時から午後7時30分(最終日は午後1時まで)
----------	-----------	---------	----------	----------	----------	--------------------	---------------------------	--------------------	---------------------------

9月16日(日)	午前10時から正午	6人(申込順)	1千円(材料代)	エプロン、タオル	月・火曜日を除く	9月28日(金)から10月4日(日)	午前9時から午後7時30分(最終日は午後1時まで)	9月28日(金)から10月4日(日)	午前9時から午後7時30分(最終日は午後1時まで)
----------	-----------	---------	----------	----------	----------	--------------------	---------------------------	--------------------	---------------------------

暮らし

交付通知書(はがき)が届いた方へのマイナンバーカードの休日交付および申請のお手伝い

**9月9日(日)**  
 午前9時から正午  
 市市民サービス課市民係

第47回消費生活展

衣類のリフォーム作品展示・販売、防災グッズの展示、無料法律相談コーナー、牛乳の無料配布(数量限定)、岩見沢農業高等学校による箸作り体験、岩見沢特産品(洋菓子・パン・岩見沢産の野菜)の販売など

**9月16日(日)**  
 午前10時から午後3時

暮らし

9月21日(金)～30日(日)の全国交通安全運動

交通安全は市民の願い、あなたもぜひ参加しませんか。交通安全決意表明、高校生・岩見沢警察署からの交通安全メッセージ、会場横国道12号での旗の波啓発

交通安全市民の集い

交通安全は市民の願い、あなたもぜひ参加しませんか。交通安全決意表明、高校生・岩見沢警察署からの交通安全メッセージ、会場横国道12号での旗の波啓発

**9月28日(日)**  
 午後2時  
 まなみーる文化センター(9西4)  
 市民連携室

暮らし

働く一歩応援セミナー

就労に向けた支援の取り組みや若者の「いま」を紹介し、就労に不安を抱えている15歳から39歳までのの方と家族

暮らし

9月13日(木)

**9月13日(木)**  
 午後2時から3時30分  
 生涯学習センターいわなび(4西1)  
 15人(申込順)  
 岩見沢地域若者サポートステーション(4西5)  
 理光ビル4階)  
 ☎25局0601

暮らし

高年齢者の安全対策活動

民生委員・児童委員と岩見沢警察署が協働して高年齢者を訪問し、犯罪被害の防止や交通安全に関するアドバイスをなどを行っています。訪問がありましたら、ご協力、ご対応をお願いします。

暮らし

第64回無料福祉マッサージ

市内在住の65歳以上の方  
**9月9日(日)**  
 午前10時から午後3時  
 岩見沢市視力障害者福祉センター(7西5)

福祉

介護者のついでい

介護者同士の交流・健康チェック  
 認知症の方や寝たきりの方を介護している方  
**9月10日(月)**  
 午後1時30分から3時  
 いわみざわ健康ひろば

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
航空学生	高卒(見込み含む) 21歳未満(空) 23歳未満(海)	9月7日(金)まで	1次:9月17日(祝)
一般曹候補生			1次:9月21日(金)・22日(土)・23日(祝)のうち1日
自衛官候補生(任期制自衛官)	18歳以上27歳未満	9月12日(水)まで	男子:9月25日(火)から30日(日)のうち1日 女子:9月28日(金)・29日(土)のうち1日
防衛大学校(一般:前期)			1次:11月3日(祝)・4日(日)の2日間
防衛医科大学校 医学科学生	高卒(見込み含む) 21歳未満	9月5日(水)から28日(金)	1次:10月27日(土)・28日(日)の2日間
防衛医科大学校 看護学科学生			1次:10月20日(土)
問合先 自衛隊札幌地方協力本部岩見沢地域事務所(6西6) ☎23局5514			

- 趣味
- 暮らし
- 仕事
- 税金
- 年金
- 保険
- 福祉
- 健康
- 環境
- 農業
- 子ども
- 子育て
- 教育
- 芸術
- 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
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

**「やさしい在宅介護講習会」** **健ポ**  
 自宅で家族などを介護するための簡単な技術などを学びます  
 市内在住で、自宅での介護に関心がある方  
 9月25日(火)、10月2日(火) (全2回)  
 午後1時30分から4時30分(10月2日(火)は午前10時30分から午後4時)  
 広域総合福祉センター(11西3)  
 20人(申込順)  
 筆記用具、昼食(10月2日(火)のみ)  
 9月18日(火)までに、岩見沢市ボランティアセンター(会場内)へ  
 ☎25局5516

**「障がい者アート展」**  
 いわみざわハート&アート2018  
 障がいのある方を含めた市民の皆さんの絵画などを集め、アート展を開催します。心温まるアート作品の数々に、ぜひ触れてみてください  
 10月3日(水)から9日(火) 午前10時から午後5時  
 いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)  
**【出展作品募集】**  
 作品募集の範囲 市内に在住もしくは通学、通勤している障がいのある方を含めた皆さんが製作した絵画・彫刻・工芸品など  
 ※著作権を侵害する恐れのあるものは、展示できない場合があります。  
**【方申】** 9月3日(月)から26日(水)の間に、申込用紙と作品をサポーステーション・ステップ岩見沢(春日町2)へ  
 ※申込用紙は、土・日曜日、祝日を除き、市福祉課とサポーステーション・ステップ岩見沢で配布します。  
**【問】** 市福祉課障がい者福祉グループ

**「お口のいきいき教室」** **健ポ**  
 歯磨きや入れ歯の手入れ、口腔体操など、お口の健康に関する講話と実践  
 65歳以上の方  
**【対】** いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)  
**【日】** 10月1日(月)、11月5日(月)、12月3日(月) (全3回)  
**【時】** 午前10時から11時30分、午後2時から3時30分  
**【申込期限】** 9月21日(金) 午後2時から3時30分  
**【栗沢保健センター(栗沢町南本町30)】**  
**【日】** 10月18日(木)、11月15日(木)、12月20日(木) (全3回)  
**【時】** 午前10時から11時30分  
**【申込期限】** 10月9日(火) 午後10時から11時30分  
**【いづれも】**  
**【定】** 各時間帯5人(申込順)  
**【申】** 岩見沢保健センター

**「結核検診」** **健ポ**  
 結核は昔の病気ではありません。特に80歳以上の方が、新規登録患者の4割を占めています。この機会

**「糖病運動教室」** **健ポ**  
 糖尿病と運動に関するミニ講義、運動指導、生活習慣の見直し  
 9月20日(木)  
 正午から午後1時  
 講師 市立総合病院リハビリテーション科職員  
**持** 飲み物、タオル、上靴  
**※** 動きやすい服装で参加してください。

**「お口のいきいき教室」** **健ポ**  
 歯磨きや入れ歯の手入れ、口腔体操など、お口の健康に関する講話と実践  
 65歳以上の方  
**【対】** いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)  
**【日】** 10月1日(月)、11月5日(月)、12月3日(月) (全3回)  
**【時】** 午前10時から11時30分、午後2時から3時30分  
**【申込期限】** 9月21日(金) 午後2時から3時30分  
**【栗沢保健センター(栗沢町南本町30)】**  
**【日】** 10月18日(木)、11月15日(木)、12月20日(木) (全3回)  
**【時】** 午前10時から11時30分  
**【申込期限】** 10月9日(火) 午後10時から11時30分  
**【いづれも】**  
**【定】** 各時間帯5人(申込順)  
**【申】** 岩見沢保健センター

**「シニアのための筋力アップ教室」** **健ポ**  
 運動指導士による筋力トレーニングや有酸素運動、体力測定を3カ月間実施し、介護予防に取り組んでみませんか  
 15分以上歩く体力がない、階段は手すりがないと上れない、椅子から手をつかずに立ち上がることができないなど、体力、筋力低下が気になる、本教室に参加したことがない65歳以上の方  
**【岩見沢トレーニングセンター(総合公園40)】**  
**【日】** 10月4日から12月20日までの毎週木曜日(全12回)  
**【総合体育館(北3西12)】**  
**【日】** 10月3日から12月19日までの毎週水曜日(全12回)  
**【いづれも】**  
**【時】** 午後1時30分から3時  
**【岩見沢トレーニングセンター(岩見沢トレーニングセンター)の初日と最終日は午後1時から】**  
**【定】** 15人(申込順)  
**【申】** 9月21日(金)までに、岩見沢保健センター(4西3階)へ  
 ☎25局5540

**「健康と福祉を高めるセミナー・国保健康教室」** **健ポ**  
 10月5日(金)  
 午後1時30分から3時30分  
 まなみーる文化センター(9西4)  
 講師 内海久美子さん(砂川市立病院副院長/認知症疾患医療センターセンター長)  
**託児** 無料(前日までに申し込みください)  
**託児申込・問** 市福祉課総務グループ

**「女性のための健康力アップ講座」** **健ポ**  
 更年期の女性に多い体調不良の改善や予防のため、バランスボール運動やストレッチで気持ちよく汗をかきませんか  
 整形疾患などの運動制限のない40歳から70歳までの女性  
**【対】** 10月12日(金)  
**【日】** 10月12日(金)  
**【時】** 午前10時30分から正午  
**【いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)】**  
**【定】** 30人(申込順)  
**【持】** タオル、運動靴  
**【申】** 9月10日(月)から、岩見沢保健センター(4西3)で  
 ☎25局5540

**「脳イキキ度チェック」** **健ポ**  
 神経心理機能テスト、生活の指導  
**【岩見沢保健センター(4西3)】**  
**【日】** 9月4日・11日・18日・25日(いずれも火曜日)  
**【時】** 午後1時30分または3時30分  
**【北村支所(北村赤川593)】**  
**【日】** 9月10日(月)  
**【時】** 午後1時30分  
**【栗沢支所(栗沢町東本町21)】**  
**【日】** 9月27日(木)  
**【時】** 午後1時30分  
**【いづれも】**  
**【申】** 各開催日の前日までに、岩見沢保健センター(4西3)で  
 ☎25局5540

**「自殺予防週間パネル展」**  
 岩見沢保健所では、毎年9月10日からの一週間の「自殺予防週間」に合わせ、うつ病や自殺予防にかかる普及啓発を目的としたパネル展を開催します  
**【日】** 9月8日(土)から14日(金)  
**【時】** 午前9時から午後9時

**「健康ひろばフードデイ」** **健ポ**  
 骨粗しょう症を予防する料理「骨粗しょう症を予防する料理」  
 カルシウムやビタミンD、ビタミンKを多く含む食品を手軽に摂り、骨粗しょう症の予防しましょう  
**【日】** 9月19日(水)

**「おはよう」**  
 こめかみにあてた右手拳を下ろすと同時に頭をおこす



**「長寿祝金を贈呈します」**  
 数え年が99歳の方に、長寿祝金を贈呈します。対象となる方には、直接お知らせします  
**【対】** 9月1日現在、岩見沢市に1年以上住民登録があり、数え年で99歳(大正9年生まれ)の方  
**【贈呈金額】** 3万円  
**【申】** 市高齢介護課高齢者支援グループ

**「自殺予防週間パネル展」**  
 岩見沢保健所では、毎年9月10日からの一週間の「自殺予防週間」に合わせ、うつ病や自殺予防にかかる普及啓発を目的としたパネル展を開催します  
**【日】** 9月8日(土)から14日(金)  
**【時】** 午前9時から午後9時

**「健康ひろばフードデイ」** **健ポ**  
 骨粗しょう症を予防する料理「骨粗しょう症を予防する料理」  
 カルシウムやビタミンD、ビタミンKを多く含む食品を手軽に摂り、骨粗しょう症の予防しましょう  
**【日】** 9月19日(水)



**「脳イキキ度チェック」** **健ポ**  
 神経心理機能テスト、生活の指導  
**【岩見沢保健センター(4西3)】**  
**【日】** 9月4日・11日・18日・25日(いずれも火曜日)  
**【時】** 午後1時30分または3時30分  
**【北村支所(北村赤川593)】**  
**【日】** 9月10日(月)  
**【時】** 午後1時30分  
**【栗沢支所(栗沢町東本町21)】**  
**【日】** 9月27日(木)  
**【時】** 午後1時30分  
**【いづれも】**  
**【申】** 各開催日の前日までに、岩見沢保健センター(4西3)で  
 ☎25局5540

**「女性のための健康力アップ講座」** **健ポ**  
 更年期の女性に多い体調不良の改善や予防のため、バランスボール運動やストレッチで気持ちよく汗をかきませんか  
 整形疾患などの運動制限のない40歳から70歳までの女性  
**【対】** 10月12日(金)  
**【日】** 10月12日(金)  
**【時】** 午前10時30分から正午  
**【いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)】**  
**【定】** 30人(申込順)  
**【持】** タオル、運動靴  
**【申】** 9月10日(月)から、岩見沢保健センター(4西3)で  
 ☎25局5540

**「自殺予防週間パネル展」**  
 岩見沢保健所では、毎年9月10日からの一週間の「自殺予防週間」に合わせ、うつ病や自殺予防にかかる普及啓発を目的としたパネル展を開催します  
**【日】** 9月8日(土)から14日(金)  
**【時】** 午前9時から午後9時

**「健康と福祉を高めるセミナー・国保健康教室」** **健ポ**  
 10月5日(金)  
 午後1時30分から3時30分  
 まなみーる文化センター(9西4)  
 講師 内海久美子さん(砂川市立病院副院長/認知症疾患医療センターセンター長)  
**託児** 無料(前日までに申し込みください)  
**託児申込・問** 市福祉課総務グループ

**「女性のための健康力アップ講座」** **健ポ**  
 更年期の女性に多い体調不良の改善や予防のため、バランスボール運動やストレッチで気持ちよく汗をかきませんか  
 整形疾患などの運動制限のない40歳から70歳までの女性  
**【対】** 10月12日(金)  
**【日】** 10月12日(金)  
**【時】** 午前10時30分から正午  
**【いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)】**  
**【定】** 30人(申込順)  
**【持】** タオル、運動靴  
**【申】** 9月10日(月)から、岩見沢保健センター(4西3)で  
 ☎25局5540

**「結核検診」** **健ポ**  
 結核は昔の病気ではありません。特に80歳以上の方が、新規登録患者の4割を占めています。この機会

**「糖病運動教室」** **健ポ**  
 糖尿病と運動に関するミニ講義、運動指導、生活習慣の見直し  
 9月20日(木)  
 正午から午後1時  
 講師 市立総合病院リハビリテーション科職員  
**持** 飲み物、タオル、上靴  
**※** 動きやすい服装で参加してください。

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
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----

### お茶の間健康教室 健ポ

**内** 希望のテーマに合わせて、保健師・栄養士・歯科衛生士などが出向き、健康づくりに関する講話や実技を行います。

**対** 町会・自治会、市内事業所、各種団体など

**実施回数** 年1回

**実施時間** 午前10時から午後4時の間で1時間程度

※原則、平日の実施となりますが、相談に応じます。

**料** 無料（会場使用料は申込者が負担）

**申** 希望日の1カ月前までに、岩見沢保健センター（4西3）であえーる岩見沢3階）へ

☎25局5540

### こんな点に気をつけて 病気に向き合しましょう

自分の体の状態に関心と責任を持ち、医者との対話を大切にしながら、病気に向き合しましょう。

●かかりつけの医者を持ち、気になることがあったら、まずは相談しましょう

●具合が悪いときは早め

### 子ども・子育て

同じ病気でいくつもの医療機関を受診することは控えましょう

●休日や夜間といった時間外に救急医療機関を受診しようとする際は、時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう

**問** 市国保医療助成課医療助成グループ

### 環境

**コンポスト・ダンボールコンポスト講習会**

**日** 9月30日(日)

**時** 午後1時30分から3時

**定** 20人(申込順)

**所** クリーンエコ(3西4)

☎31局1153

### ペア学級 健ポ

**対** 平成31年1月・2月に出産予定の方

**日** 9月9日(日)

**時** 午後1時から3時30分

**所** 岩見沢保健センター(4西3)であえーる岩見沢3階)

☎25局5540

### 教育

**第39回子ども発明工夫展**

**内** 市内の小・中学生が、豊かな観察力と創造性を発揮し、一生懸命に作った作品を展示します

**日** 9月15日(土)から24日(休)

**時** 午前9時から午後9時30分

区分	日程	対象
とことこ 毎月第1・3金曜日	9月7日(金)・21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	9月14日(金)・28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 いわみざわ子育て支援センター(4西3)であえーる岩見沢3階) ☎22局3337		

区分	日程	対象
4・5カ月児健康診査	9月20日(休)	平成30年4月生まれ
8・9カ月児健康診査	9月6日(休)	平成29年12月生まれ
1歳6カ月児健康診査	9月13日(休)	平成29年2月生まれ
3歳児健康診査	9月26日(休)	平成27年8月生まれ
※1歳6カ月児健康診査は、歯ブラシを持参してください。また、健康診査終了後、希望者にフッ素塗布を行います。		
※受付時間は個別にご案内します。		
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局5540		

日程	時間	内容・講師
9月27日(休)	10:00～12:00	アドラー博士の子育て～だれでも良い方向に進んでいける！～伊藤忍さん(スクールソーシャルワーカー)
	13:00～16:00	モンテッソーリ教育に学ぶ子育て 小田進一さん(北海道文教大学人間科学部こども発達学科教授・付属幼稚園園長)
9月28日(金)	10:00～15:00	こどものこころの心理学～ことばにならない こどもの声を聴く～寺崎真一郎さん(臨床心理士)
場所 生涯学習センターいわなび(4西1)		
定員 30人(申込順) 持ち物 筆記用具、昼食		
申込・問合せ先 9月3日(日)から21日(金)の間に、市教委生涯学習・文化・スポーツ振興課学習活動支援係へ ☎23局9236		

**所** 生涯学習センターいわなび(4西1)

**問** 市教委子ども課 ☎35局5133

### 学校給食試食会

**内** 市内の小・中学生が毎日食べている学校給食を食べてみませんか

献立 パーガーパン、白菜のスープ、ポテトコロッケ、十五夜フルーツ白玉、牛乳

**日** 9月21日(金)

**時** 正午から午後1時

**所** 学校給食共同調理所(緑が丘5)

**定** 30人(申込順)

**料** 284円(会場で徴収)

**申** 9月14日(金)までに、市教委学校給食課(会場内)へ ☎22局4008

### 来春小学校に入学する 新一年生の健康診断

**内** 該当する保護者の方へ、9月下旬に通知書を送付します。届かない場合は、お問い合わせください

**対** 平成24年4月2日から平成25年4月1日までに生まれたお子さん

**日** 10月13日(土)

**受付時間** 午後0時45分から1時

**所** 市内各小学校

**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局5125

### 芸術・文化

**絵画ホールからのお知らせ**

**「AFS企画」第3回北海道教育大学岩見沢校油彩画研究室授業作品展**

**日** 9月14日(金)から10月23日(火)

**「企画展」中村まり子展「満ちみちる森で」**

**日** 9月14日(金)から10月23日(火)

**「いずれも」**

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)

☎23局8700

### 北海道教育大学の展覧会

**「飯岡千織 個展」染め詠む**

**内** 北海道教育大学岩見沢校染織研究室所属の飯岡千織さんによる着物や帯などの染織作品展

**日** 9月14日(金)から10月23日(火)

**所** 飯岡千織 個展(7西1)

☎23局8700

**日** 9月15日(土)から30日(日)

**所** 山田大揮 個展「すべては許されるべきである」

**内** 北海道教育大学岩見沢校空間造形研究室所属の山田大揮さんによる作品展

**日** 10月3日(水)から16日(火)

**「いずれも」**

午前10時から午後5時

**所** 北海道教育大学岩見沢校BOX(有明町南1)

☎35局1400

### レジャー・スポーツ

**「一般公開」**

**日** 9月5日(水) 午前10時から午後0時30分、9月9日(日) 午後2時から4時

**「体育館床清掃ボランティア募集」**

**日** 9月9日(日) 午後3時45分集合、4時清掃開始、5時終了予定

※動きやすい服装で参加してください。

**申** 9月7日(金)までに、市教委生涯学習・文化・スポーツ振興課へ

**「いずれも」**

北海道教育大学岩見沢

### テニスの魅力とトッププロの世界記念講習会

**内** プロテニス選手の鈴木貴男さんによるテニスイベントおよびクリニック

**日** 9月30日(日)

**時** 午前10時から午後2時30分

**所** であえーる岩見沢5階

校第3体育館(緑が丘2)

**持** 上靴

**問** 市教委生涯学習・文化・スポーツ振興課(4西3)であえーる岩見沢4階)

☎35局5129

### 秋の特別プール開放

**「60歳以上の方」**

**日** 9月15日(土)・16日(日)・17日(祝)

**「幼児、小・中学生および同伴の保護者」**

**日** 9月2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(祝)・30日(日)

※幼児、小・中学生は、午後5時以降は保護者同伴。

**「いずれも」**

午前10時から午後8時

**所** 市温水プール(9東2)

☎23局6400

### テニスの魅力とトッププロの世界記念講習会

**内** プロテニス選手の鈴木貴男さんによるテニスイベントおよびクリニック

**日** 9月30日(日)

**時** 午前10時から午後2時30分

**所** であえーる岩見沢5階

テニスコート(4西3) 50人(申込順)

**持** ラケット、シューズ

**申** 9月1日(土)から、岩見沢テニス協会事務局(4西4)で ☎35局7006

☎ iwamizawa\_tennis@yahoo.co.jp

**スポーツ振興くじの助成で 温水プール用コースロープ設置**

この事業は、(独)日本スポーツ振興センターが、スポーツ振興くじ(oto)の販売により得られる資金をもとに、スポーツ振興を目的として行っているもので、市温水プール(9東2)にコースロープを設置しました。

**問** 市教委教育施設課(4西3)であえーる岩見沢4階) ☎35局5131



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**

**図書館シアター**

【子ども向け】  
「かいつゾロロ」  
9月8日(土)  
午後2時  
市立図書館

市立図書館 (春日町2) ☎ 22局 4236

第一小学校図書館 (緑町3) ☎ 22局 0401

北村学習交流館 (北村赤川593) ☎ 56局 2553

来夢 21 図書館 (栗沢町南本町41) ☎ 45局 2105

**9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。

「忍たま乱太郎の宇宙大冒険 天の川の段・ブラックホール」  
9月22日(土)  
午前10時30分  
来夢21図書館

【一般向け】  
「タイムハンターズ」  
9月9日(日)  
午後1時  
来夢21図書館

【ポクたちの交換日記】  
9月22日(土)  
午後2時  
市立図書館

**火曜落語 上映会**

「らくだ」「京の茶漬」  
9月11日(火)  
午前11時  
市立図書館

**絵本の読み聞かせ**

【市立図書館】  
9月12日(水)・15日(土)・26日(水)  
午前10時30分  
※15日(土)は午前11時から。

【北村学習交流館】  
9月14日(金)・21日(金)  
午前10時30分

**子ども司書体験**

9月29日(土)  
午前10時から午後4時30分  
市立図書館

図書の出し出しや返却など、図書館の仕事を体験しませんか

【北村学習交流館】  
「来夢21図書館」  
毎週火曜日から金曜日  
午後3時30分  
来夢21図書館

**図書館フェスティバル**

人形劇や図書館クイズ、音楽演奏などで、いつもと違う図書館を楽しみませんか  
9月29日(土)  
午前10時から午後4時30分  
市立図書館

**科学教室② 燃焼と爆発**

液体や気体のアルコールの燃え方などの実験を通して、爆発と燃焼の違いを学びます  
小学生(小学1・2年生は保護者同伴)  
10月6日(土)  
午前10時から正午  
20人(申込順)  
100円(保険料)  
筆記用具  
9月26日(水)から

**科学教室③ 夏から秋の星座と土星や火星の観察**

天体望遠鏡で、遠ざかる火星や土星、夏から秋の星座を観察します  
小学生以上(小・中学生は保護者同伴)  
9月29日(土)  
午後6時から7時30分  
20人(申込順)  
筆記用具  
9月19日(水)から27日(木)の間に、郷土科学館(いわみざわ公園内)へ  
☎ 23局 7170

**子ども向け**

小学3年から6年生  
9月29日(土)  
午前10時30分から11時30分、午後1時30分から2時30分、午後3時30分から4時30分  
各時間帯3人(申込順)  
9月11日(火)から18日(火)の間に、市立図書館へ

**科学館**

10月3日(水)の間に、郷土科学館(いわみざわ公園内)へ  
☎ 23局 7170

**その他**

「秋バラとは」  
初夏に咲き誇る一番花は、大きさ・ボリュームともに圧巻です。しかし色濃く香り豊かで、美しく質が良いと言われているのは秋に咲くバラです。気温の低下と昼夜の寒暖差が生長を緩やかにし、蕾に色素や香り成分をたくさん蓄積してくれるため、色も深まり、香りも高まります。

**子ども向け**

9月22日(土)から10月21日(日)  
午前9時から午後5時  
室内公園色彩館(いわみざわ公園内)

☎ 25局 6111

**無料 ザワトワーク**

**いわみざわを語ろう**

普段、岩見沢に対して思うこと、感じることはありますか？みんなでお話ししながら、岩見沢への想いを共有し、いわみざわらしさを考え、好きになってもらうためのイベントです  
9月29日(土)  
午後1時30分から4時  
いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)

テーマ 頭の体操  
定員 40人(申込順)  
申込 名前、連絡先を市秘書課広報係へ  
☎ 10330cp@i-hamanasu.jp



**魚菜まつり**

公設市場のせり場を市民に開放し、新鮮な野菜、果物、水産品を安価で販売するほか、マグロの解体ショー、野菜詰め放題、模擬せりを行います  
9月30日(日)  
午前7時から9時  
公設道央地方卸売市場(大和4・7)

魚菜まつり実行委員会(株岩三内)  
☎ 23局 1211

**住宅・土地統計調査にご協力を**

調査の目的 住宅の設備や広さなどを調査するため、全国一斉に住宅・土地統計調査を行います  
調査の期日 平成30年10月1日  
調査の対象 市内で無作為に抽出された約3千800世帯  
調査票の配布 北海道知事の任命を受けた調査員が、9月上旬に対象地区の全世帯にリーフレットを投函します。9月中旬に対象地区の内、無作為に抽出された調

調査対象世帯にインターネット回答用の調査票を投函します。インターネットで回答する場合は、9月15日(土)から10月8日(祝)の間に、インターネットで回答をお願いします。9月下旬に調査員が、調査世帯の確認および紙の調査票を配布します  
調査票の回収 10月1日以降、調査員が紙の調査票を回収に伺います。今回の調査から、郵便で提出することができるようになりましたので、ご利用ください  
かたり調査にご注意ください  
「かたり調査」とは、市町村職員など行政機関の職員や調査員と偽り、電話で不審な問い合わせをしたり、調査票を持ち去ろうとしたりすることです。調査員は、必ず「調査員証」を持参しています。調査員証の提示がない場合や、電話による問い合わせに不審な点を感じた場合は、即答せずに市庶務課統計担当までご連絡ください  
調査結果の利用 暮らしと住まいに関する計画や政策の基礎資料として活用されます  
市庶務課統計担当

**市有地を売却します**

売却地	地目	面積	用途地域	最低売却価格
2条西3丁目3番13	宅地	231.52㎡	商業地域	2,110,000円
※建物(構造:木造亜鉛メッキ鋼板葺、階数:2階、延床面積:341.82㎡)の解体が条件となります。				
入札日時 9月26日(水) 午前11時 申込期限 9月19日(水) 午後5時30分まで 申込・問合せ先 市建築課住宅管理係				
売却地	地目	面積	用途地域	最低売却価格
5条東14丁目4番	宅地	367.83㎡	第2種住居地域	4,590,000円
北1条西3丁目7番	宅地	695.16㎡	第2種中高層住居専用地域	7,250,000円
北1条西3丁目10番	宅地	631.59㎡	第2種中高層住居専用地域	6,940,000円
北1条西3丁目18番	宅地	821.20㎡	第2種中高層住居専用地域	8,950,000円
入札日時 10月29日(月) 午前10時30分 申込期限 10月19日(金) 午後5時30分まで 申込・問合せ先 市財政課財産管理グループ				
【いずれも】 売却方法 一般競争入札 参加資格 個人または法人 入札会場 市役所本庁 申込方法 申込先で配布する所定の申込用紙に、必要書類を添付し持参 ※申込用紙、入札要領は市ホームページからもダウンロードできます。				

**ご厚志ありがとうございます**

青少年健全育成事業に  
岩見沢ライオンズクラブ(4西1)、岩見沢はまなすライオンズクラブ(2西5)、岩見沢レジェンドクラブ(鳩が丘3)

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
----	-----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	------	-----	-----	------	-----



今年のステージイベントはこちら

オープニングイベント  
子どもたちのダンスパフォーマンス  
10:00 ~ 10:15

岩見沢市オリジナル体操  
ひゃっぴい体操パフォーマンス  
10:30 / 11:45 / 12:30 / 14:45

笑い深呼吸を組み合わせた健康体操  
笑いヨガ  
講師 松川 敦子 さん  
(笑いヨガクラブ和ハハの会代表)  
11:00 ~ 11:30

講演で正しくきれいな歩き方を学ぼう  
口コモ予防に役立つ歩き方  
講師 山田 泰子 さん (健康運動指導士)  
12:00 ~ 12:30

いつまでも健康な歯を  
●口腔がんについて (ミニ講演会)、口腔体操  
ハチマルニイマル  
●8020コンクール、図画ポスターコンクール  
13:00 ~ 14:00

理学療法士による  
運動器症候群の予防体操  
14:00 ~ 14:30

スタンプラリーで豪華景品を当てよう!  
抽選会 (会場内にいる方が対象です)  
15:00 ~ 15:30

### 相談コーナー

健康・歯とお口・薬・整骨・介護など、  
医師や専門スタッフがアドバイス

### 運動でヘルスアップ

ノルディックウォーキング講習、ふま  
ねっと体験、ウォーキング測定 (先着  
30人)、体力診断、理学療法士による  
予防体操などで気軽にエクササイズ

### 岩見沢市×北大 COI コーナー

COIの紹介や体のバランス測定など、  
COIによる健康づくりが体験できる

### 食生活改善コーナー

栄養相談、パネル展示、試食、試飲

# いわみざわ

## 第33回

健康ポイント対象事業

# 健康

# まつり

# 9月30日

午前10時～午後3時30分

場 所 イベントホール赤れんが (有明町南1)

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局 5540  
※内容は変更となる場合があります。

### 健康チェックコーナー

血管年齢・骨健康度・体のゆがみ測定で、  
自分の健康がよく分かる

### 健診普及啓発コーナー

がん検診とピロリ菌検査の普及啓発、  
肝炎ウイルス検査、エキノコックス症  
検査、健診の予約受付

#### 肝炎ウイルス検査

申込・問合先 9月28日(金)までに、  
岩見沢保健所 (☎20局 0122) へ

アンケートに答えて  
健康グッズをもらおう

沢山のコーナー、  
イベントも  
あるよ!

### 屋外コーナー

フードコーナー、地場産食材・野  
菜のPR・販売コーナー、AED・  
心肺蘇生コーナー、緑陵高等学校生  
徒による研究コーナーなど



第36回

いわみざわ

ひゃっ

べい

# 百餅祭り

いわみざわ

情熱

フェスティバル

新鮮！安全！おいしい！三拍子揃った岩見沢の農産物・特産品の販売から、こだわりの物産品や製品の紹介など、岩見沢の魅力が盛り沢山！

日時 9月16日(日) 午前10時～午後6時  
17日(祝) 午前10時～午後5時

場所 駅東市民広場公園・イベントホール赤れんが(有明町南1)

問合先 市観光物産振興課

## 南空知情熱物産エリア

南空知の特産品が大集結！あなたの探していたものが見つかるかも

## そらち炭鉱グルメ

空知の産炭地グルメをご堪能あれ！

## 懐かしの遊びがいろいろ

## 岩見沢 ALWAYS

大人も子どもも楽しめる縁日が登場！提灯づくりもできますよ。

日時 9月16日(日) 午前10時～午後8時  
17日(祝) 午前10時～午後6時

場所 ぶらっとパーク駐車場(4西2)

問合先 岩見沢市観光協会

### 無料休憩スペースあります

お祭りを見て、ちょっと疲れたなあ…。という方は、ぜひお立ち寄りください

日程・内容は、一部変更することがあります

9月15日(土)・16日(日)・17日(祝)  
(雨天決行)

### 開会式セレモニー

15日 午後4時

### 百餅もちつき

16日 午前10時/正午/午後3時/午後5時  
17日 午前10時/午後2時/午後5時

### 百餅長寿お祝いもちまき

15日 午後5時

16日 午後7時30分

17日 午後3時30分/午後6時10分

### 百餅市

15日 午後3時から8時まで

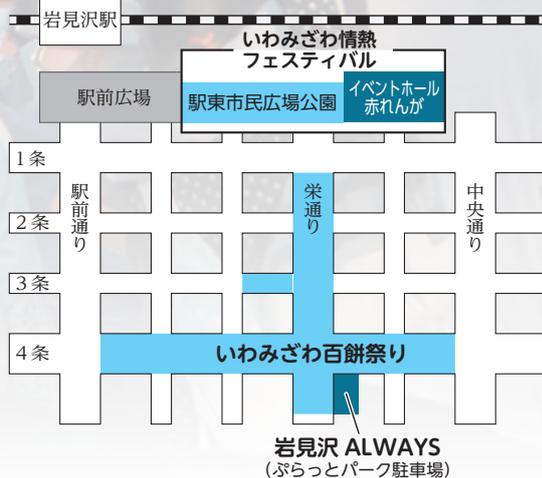
16日 午前9時から午後8時まで

17日 午前9時から午後6時まで

昨年の動画はこちら



※お祭り期間中は、車の通行ができない道路がありますので、ご注意ください。



## 中心市街地で開催

問合先

岩見沢市観光協会(有明町南1 岩見沢複合駅舎内) ☎22局3470

# キラリ! その瞬間

市内のできごとをお伝えします!



7月28日(土)  
夏休み親子陶芸教室



8月1日(水) アデマール・ペレイラ  
マリニーヨ氏によるフットサル教室

動画再生



8月10日(金)  
麻のリボンでカゴづくり



8月19日(日)  
北海道そらちグルメフォンド2018

動画再生 **AR** このマークがある画像にスマートフォンをかざすと動画をご覧いただけます(発行日から1カ月)。利用には専用アプリ **COCOAR2** が必要です。インストール・起動後、対象画像にかざしてください。



## 人の動き (平成30年7月31日現在)

●住民基本台帳 人口 総数	82,180 人	(前月比 - 55)
	男 38,399 人	(前月比 - 20)
	女 43,781 人	(前月比 - 35)
世帯数	41,877 世帯	(前月比 + 23)

## 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 FAX 0126-23-9977

ホームページ

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

▶救急当番医ガイド ☎ 0126-23-5153

▶消防テレホンガイド ☎ 0126-24-0119



## 広報クイズ

### 問題

「認知症かな? 困ったな」そんなときは迷わず、市内に□カ所ある地域包括支援センターにご相談ください。  
□に当てはまる数字をお答えください。

### 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

締め切り 9月20日(木) (必着)

### 応募方法

はがき(住所左記)、ファックス(0126-23-7731)、Eメール (pr@i-hamanasu.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。8月号の正解は17でした。

発行・編集 岩見沢市総務部秘書課広報係

# 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局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 土	<b>当番医</b> 内科系：東町ファミリークリニック(東町1-8) ☎24局5771 外科系：岩見沢北翔会病院(10西21) ☎32局2188  いきいき健康フェア「あなたは最後にどのような医療を望みますか? 欧米に寝たきり老人はいない」8月号P19 がんサロン 8月号P19 平戸理子 個展「小宇宙、雨が降る」8月号P21 絵と音の世界「街の音楽家によるハートフルコンサート」8月号P21
2 日	<b>当番医</b> 内科系：竹内医院(6西2) ☎22局0134 外科系：岩見沢市立総合病院(9西7) ☎22局1650 小児科系：岩見沢市立総合病院(9西7) ☎22局1650  秋の特別プール開放「幼児、小・中学生および同伴の保護者」P21 献血 ナビ
3 月	行政相談委員による行政相談 ナビ
4 火	脳イキキ度チェック P18 献血 ナビ
5 水	ウィルチェアラグビー日本代表岩見沢合宿「一般公開」P21 献血 ナビ
6 木	8・9カ月児健康診査 P20
7 金	おしゃべりルームとことこ P20 弁護士による法律相談 ナビ
8 土	<b>当番医</b> 内科系：得地内科医院(3西6) ☎23局1515 外科系：かまだクリニック(3西4) ☎24局8910  2018赤十字世界救急の日 赤十字救急法体験会 P16 自殺予防週間パネル展 P18 萌佑会ふれあい健康まつり P18 図書館シアター「かいけつゾロリ⑩」P22
9 日	<b>当番医</b> 内科系：石川内科循環器クリニック(4西7) ☎33局5005 外科系：北海道中央労災病院(4東16) ☎22局1300 小児科系：さとうキッズクリニック(大和1-9) ☎20局0310  市民園芸講座「飾ってたのしい植物画～観葉植物編～」P16 無料福祉マッサージ P17 マイナンバーカードの休日交付および申請のお手伝い P17 ペア学級 P20 ウィルチェアラグビー日本代表岩見沢合宿「体育館床清掃」P21 図書館シアター「タイムハンターズ」P22
10 月	介護者のつどい P17 脳イキキ度チェック P18
11 火	脳イキキ度チェック P18 火曜落語 上映会「らくだ」「京の茶漬」P22 家事相談 ナビ 行政相談委員による行政相談 ナビ
12 水	絵本の読み聞かせ P22
13 木	働く一歩応援セミナー P17 1歳6カ月児健康診査 P20 人権困りごと相談 ナビ
14 金	おしゃべりルームばぶばぶ P20 AFS企画「第3回北海道教育大学岩見沢校油彩画研究室授業作品展」/企画展「中村まり子展～満ちみちる森で～」P21 絵本の読み聞かせ P22
15 土	<b>当番医</b> 内科系：おなかのクリニック(9東1) ☎25局5505 外科系：ごうだ整形外科(大和3-9) ☎32局5050  陶芸教室「電動ロクロ体験④」P16 子ども発明工夫展 P20 飯岡千織 個展「染め詠む」P21 秋の特別プール開放「60歳以上の方」P21 絵本の読み聞かせ P22 いわみざわ百餅祭り P25
16 日	<b>当番医</b> 内科系：森川内科クリニック(6東1) ☎33局5600 外科系：岩見沢市立総合病院(9西7) ☎22局1650 小児科系：岩見沢市立総合病院(9西7) ☎22局1650  陶芸教室「陶芸教室④」P16 消費生活展 P17 いわみざわ情熱フェスティバル、岩見沢 ALWAYS P25
17 月	<b>当番医</b> 内科系：かない内科消化器クリニック(2西7) ☎22局0768 外科系：岩見沢脳神経外科(8西19) ☎20局1001
18 火	脳イキキ度チェック P18

19 水	健康ひろばフードデイ「骨粗しょう症を予防する料理」P18 献血 ナビ 税理士による税の相談 ナビ
20 木	糖尿病運動教室 P19 4・5カ月児健康診査 P20
21 金	おしゃべりルームとことこ P20 学校給食試食会 P21 絵本の読み聞かせ P22 弁護士による法律相談 ナビ
22 土	<b>当番医</b> 内科系：竹内内科循環器科(美園5-3) ☎22局2273 外科系：倉増整形外科(2西7) ☎22局0288  小学生バレーボール大会 P13 市民園芸講座「バラ管理スタッフのローズツアー～アレコレ聞ける 一歩深いバラのこと。」P16 図書館シアター「忍たま乱太郎の宇宙大冒険天の川の段・ブラックホールの段」「ボクたちの交換日記」P22 いわみざわローズフェスタ2018秋 P22
23 日	<b>当番医</b> 内科系：北五条医院(北4西10) ☎22局2377 外科系：北海道中央労災病院(4東16) ☎22局1300 小児科系：出口小児科医院(7西5) ☎22局3570  少年サッカー大会 P13
24 月	<b>当番医</b> 内科系：松藤医院(2西4) ☎22局3251 外科系：岩見沢北翔会病院(10西21) ☎32局2188  市民園芸講座「楽しいキノコの見分け方」P16
25 火	やさしい在宅介護講習会 P18 脳イキキ度チェック P18 家事相談 ナビ
26 水	結核検診 P19 3歳児健康診査 P20 絵本の読み聞かせ P22 家庭生活相談 ナビ
27 木	脳イキキ度チェック P18 家庭教育指導者育成講座 P20 行政相談委員による行政相談 ナビ 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、水道料金、下水道使用料の納付相談 ナビ
28 金	花と自然の写真展 P16 交通安全市民の集い P17 おしゃべりルームばぶばぶ P20 小児科医による子育て相談 ナビ
29 土	<b>当番医</b> 内科系：石塚内科医院(5東11) ☎22局1718 外科系：6条整形外科クリニック(6西1) ☎22局3128  婚活イベント第1弾「BBQで縁結び」8月号P25 市民剣道大会 P13 赤十字のAEDと心肺蘇生の講習(赤十字救急法基礎講習) P16 図書館フェスティバル P22 子ども司書体験 P22 天体教室③ 夏から秋の星座と土星や火星の観察 P22 ザワトーク～いわみざわを語ろう～ P23
30 日	<b>当番医</b> 内科系：すこやかクリニック上幌向(上幌向南1-4) ☎35局1681 外科系：かまだクリニック(3西4) ☎24局8910 小児科系：あくつこどもクリニック(10西4) ☎33局8000  市民卓球大会、市民登山会 P13 市民園芸講座「バラ園の花を使って器に生ける秋のフラワーアレンジメント」P16 コンポスト・ダンボールコンポスト講習会 P20 テニスの魅力とトッププロの世界 記念講習会 P21 魚菜まつり P23 いわみざわ健康まつり P24 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
10/1 月	市民ゲートボール大会 P13 お口いきいき教室 P19
10/2 火	
10/3 水	障がい者アート展 いわみざわハート&アート2018 P18 シニアのための筋力アップ教室「総合体育館」P19 山田大揮 個展「すべては許されるべきである」P21 母親学級
10/4 木	シニアのための筋力アップ教室「岩見沢トレーニングセンター」P19 8・9カ月児健康診査
10/5 金	健康と福祉を高めるセミナー・国保健康教室 P19 はつらつシニア講座 P19 おしゃべりルームとことこ

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 ●急な息切れ、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、急に具合が悪くなったなら **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  
診療科目 内科・小児科(その他の科目はご相談ください) ☎25局3000

# 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局5540  
 高齢者福祉センター「えみる」（北村赤川586） }  
 栗沢保健センター（栗沢町南本町30） } ☎22局3337  
 いわみざわ子育て支援センター（4西3であえーる岩見沢3階）

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3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局8000 ●さとうキッズクリニック (大和1-9) ☎20局0310
小児まひ(ポリオ)	生後3カ月～90カ月未満児で、生ワクチンを1度受けた子	●出口小児科医院 (7西5) ☎22局3570
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	●岩見沢市立総合病院 (小児科) (9西7) ☎22局1650
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) 第Ⅱ期ジフテリア	生後12カ月～36カ月未満児 小学6年生	
8月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	
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。3歳児健診の案内に案内書を同封します		
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。できるだけこの期間に受けましょう		
子宮頸がん	中学1年生～高校1年生相当	
子宮頸がん予防ワクチンは、その有効性と安全性などを十分理解した上で接種してください。また、中学1年生で、接種を希望する方は、岩見沢保健センターへ連絡してください		
●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		

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

## 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・火・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(視触診)

※月曜日は同日にマンモグラフィー撮影と視触診を行います。火曜日に乳がん検診を受診する方は前の週の金曜日に、市立総合病院でマンモグラフィー撮影を行いますので、2日間の検診になります。申込時にお問い合わせください。

負担金 申込時にお知らせします

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。

9月2日(日)	9:30～12:30	大和タウンプラザ(大和1-9)
	14:00～16:30	
4日(火)	10:00～11:30	空知農業協同組合連合会(5西5)
	12:00～13:30	積水化学北海道(東町234)
5日(水)	9:30～10:30	市役所北村支所(北村赤川593)
	12:00～14:00	岩見沢北翔会病院(10西21)
19日(水)	14:30～16:30	サッポロドラッグストア岩見沢店(10西20)
	9:30～11:00	JAいわみざわ本所(2西1)
19日(水)	12:30～14:00	JAいわみざわ岩見沢支所(桜木1-1)
	15:00～16:00	JAいわみざわ幌向支所(幌向南1-2)

皆さん知っていましたか？

「いわみざわ健康ひろば」では、無料で血管年齢や骨健康度、体組成、血圧が測定できるんだよ。毎週火曜日は、健康チェックの日で、測定結果をもとに、保健師や管理栄養士がアドバイスしてくれるし、毎週木曜日は、北大COIの日で、子どもから高齢者までを対象としたイベントを行っているよ

空きスペースで、休憩できるから、気軽に来てくださいね



いわみざわ健康ひろば(3西4 第2ポルタビル1階)

開館時間 午前10時～午後5時

休館日 毎週日曜日、祝日、年末年始

## 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

- 9月7日(金)・21日(金)  
市役所本庁市民相談室(1日10人まで)  
電話予約が必要です。各相談日の1週間前から前日までの午前9時～午後5時30分(相談日前日は午後3時まで)に市民連携室市民相談・交通防犯係へ

- 祝日を除く、毎週月・木曜日  
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局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

国の行政に対するの苦情・意見について

- 9月3日(月)  
午後1時～3時  
市役所本庁市民相談室
- 9月11日(火) 午後1時～3時  
栗沢支所(栗沢町東本町21)
- 9月27日(木) 午後1時～3時  
北村支所(北村赤川593)

#### ◆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
- 9月27日(木) 午後1時～3時  
市役所本庁市民相談室

#### ◆家事相談

離婚、相続など家庭内の問題について

- 9月11日(火) 午前10時～午後3時  
市役所本庁市民相談室
- 9月25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)

#### ◆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局8982  
電話相談または面談。面談は予約が必要

- 9月26日(水) 午前10時～午後3時  
市役所本庁市民相談室

#### ◆人権困りごと相談

嫌がらせ、不当な扱い等人権について

- 9月13日(木) 午後1時～3時  
市役所本庁市民相談室

#### ◆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局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局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

- 9月19日(水) 午後1時～3時  
市役所本庁市民相談室
- ◆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
- 9月27日(木) 午後5時30分～8時
- 9月30日(日) 午前9時～正午

※水道料金・下水道使用料のみ、毎週木曜日(祝日を除く)の午後5時30分～7時にも行います。

#### ◆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局4255

#### ◆健康に関する相談 健ポ

- ◆精神科医による心の健康相談
- 今月はありません
- ◆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
- ◆保健師による健康相談

### 子ども・子育てに関する相談

#### ◆小児科医による子育て相談

- 9月28日(金) 午後1時～2時  
いわみざわ子育て支援センター

#### ◆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  
いわみざわ子育て支援センター

#### ◆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)  
市青少年センター(☎33局3333)  
教育研究所(☎22局4412)  
各児童館

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(☎23局4111)、各支所(北村☎56局2001、栗沢☎45局2411)までお問い合わせください。