

2021

5

MAY

# 広報いわみざわ

特集

暮らせるように  
自分らしく安心して



今月の表紙

主な内容 新型コロナに負けない 介護予防のために  
ペット避難 みんなのひろば・情報ひろば

特徴的な絵画に、冊子やポストカード、ひときわ目を引く焼き物。個性的な作品が並ぶここは一体?  
今月号は、多彩な個性や想いに触れる取り組みを紹介します

感染リスクを避けた行動を徹底し、皆さんの健康とまちの医療を守りましょう!

# 自分らしく安心して 暮らせるように

住み慣れた地域で、障がいのある方もない方も自分らしく安心して暮らすためには、多様な人たちがいることを身近に感じ、その個性を理解することが大切です。今月号は、芸術を通じた、障がいのある方と地域をつなぐ取り組みのほか、4月に策定した岩見沢市障がい者福祉計画（第3期）などを紹介します。

問合先 福祉課障がい者福祉グループ



**多彩な個性や想いに触れる場所**

市は、平成22年から作品展「いわみざわハート&アート」を、平成28年から「北海道アール・ブリュットフォーラムin岩見沢」を継続して開催しています。多くの福祉関連機関や大学などと連携しながら、障がい者芸術と地域社会の醸成に取り組んできました。その取り組みの一つとして、市内の施設でアール・ブリュット作品を

皆さんには岩見沢アール・ブリュットギャラリーを知っていますか？昨年9月にオーブンしたこの施設は、市内外の作家が制作した個性豊かな作品を常設展示しています。定期的に作品を入れ替えており、訪れていました。

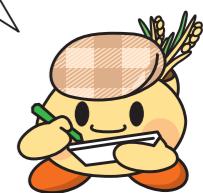
## アール・ブリュットギャラリーって？

常設展示しています。さまざまな作品を通して、障がいのある方の個性や想いに触れてみませんか？

【常設展示場所】  
 ● 岩見沢アール・ブリュットギャラリー（4西3）  
 ● 市役所本庁  
 ● いわみざわ健康ひろば（3西4）  
 第2ポルタビル1階）

来場者はリピーターが多いですが、信号の待ち時間や外から見える作品を見て興味を持ち、ふらっと来場される方もいます。であーる岩見沢の目の前でバス停も近いので、バスの待ち時間や買い物の合間に、たくさんの人に立ち寄っています。

展示される作品は、作家の想いのままに表現されたものばかりです。多くの方にその想いを見てもらい、多様な人たちがいることを身近に感じてもらうことが、その個性を理解する第一歩につながるのではないかと思っています。



『アール・ブリュット、は、フランスの画家ジャン・デュビュッフェによって生み出された概念で、正規の美術教育を受けていない人による「生の芸術」のことなんだ』

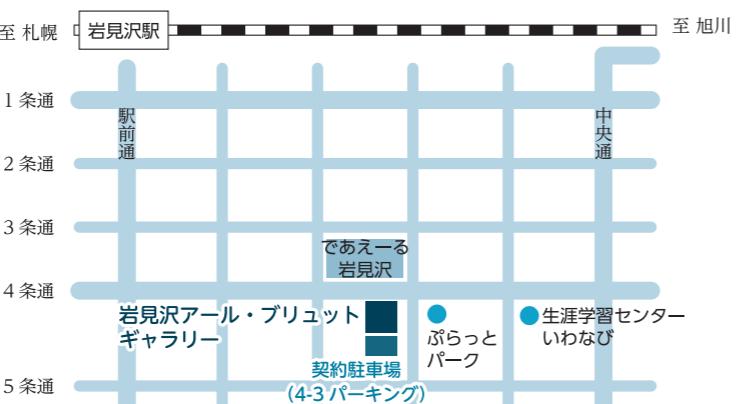
## 岩見沢アール・ブリュットギャラリー 入場無料

所在地 4西3  
 開館時間 午前10時～午後5時  
 休館日 水・日曜日、祝日  
 駐車場 有り（3台）  
 電話 35-7715

### 開催中の展示 カラーズ COLORS

春らしい、カラフルで明るい雰囲気の作品を展示しています。さまざまな色を使って表現された作品の色彩を楽しんでください。

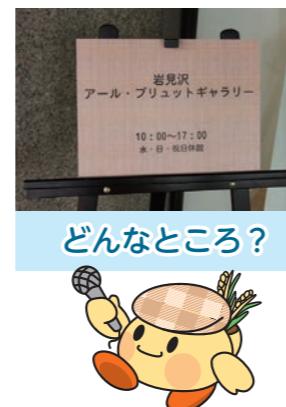
期間 6月22日(火)まで



**何にも縛られない  
想いのままの表現が魅力**

私は、昨年9月のギャラリーオープンからここに勤めており、来場者に作品の説明などをしています。できるだけ正確に、分かりやすく説明できるよう、事前に作家のプロフィールなどを確認したり、作品をじっくり観察したりして、自分なりに勉強しています。鑑賞の邪魔にならないタイミングに、説明や触られる作品があれば「触っていいですよ」といった声かけをしています。

作品を見た方が「素敵ね」と言ってくれたときや、高齢の作家ご本人が展示されている自分が見に来て「また描くよ」と言っていたときは、とても嬉しかったです。



ここで働くまでは、障がい者芸術やアート・ブリュットといったものをあまり知りませんでしたが、ここに展示されるさまざまな作品を見て「こんなに素晴らしいものを作るのか」とびっくりしました。



アール・ブリュットギャラリー職員  
横川ひとみ

印象に残っている作品は、オーブンした時に展示した作品で、中でも自動車のクラフト作品です。タイヤも一つ一つ手で巻いて作つて、設計図もないのに、細かいところまでこだわって作られていて感動しました。

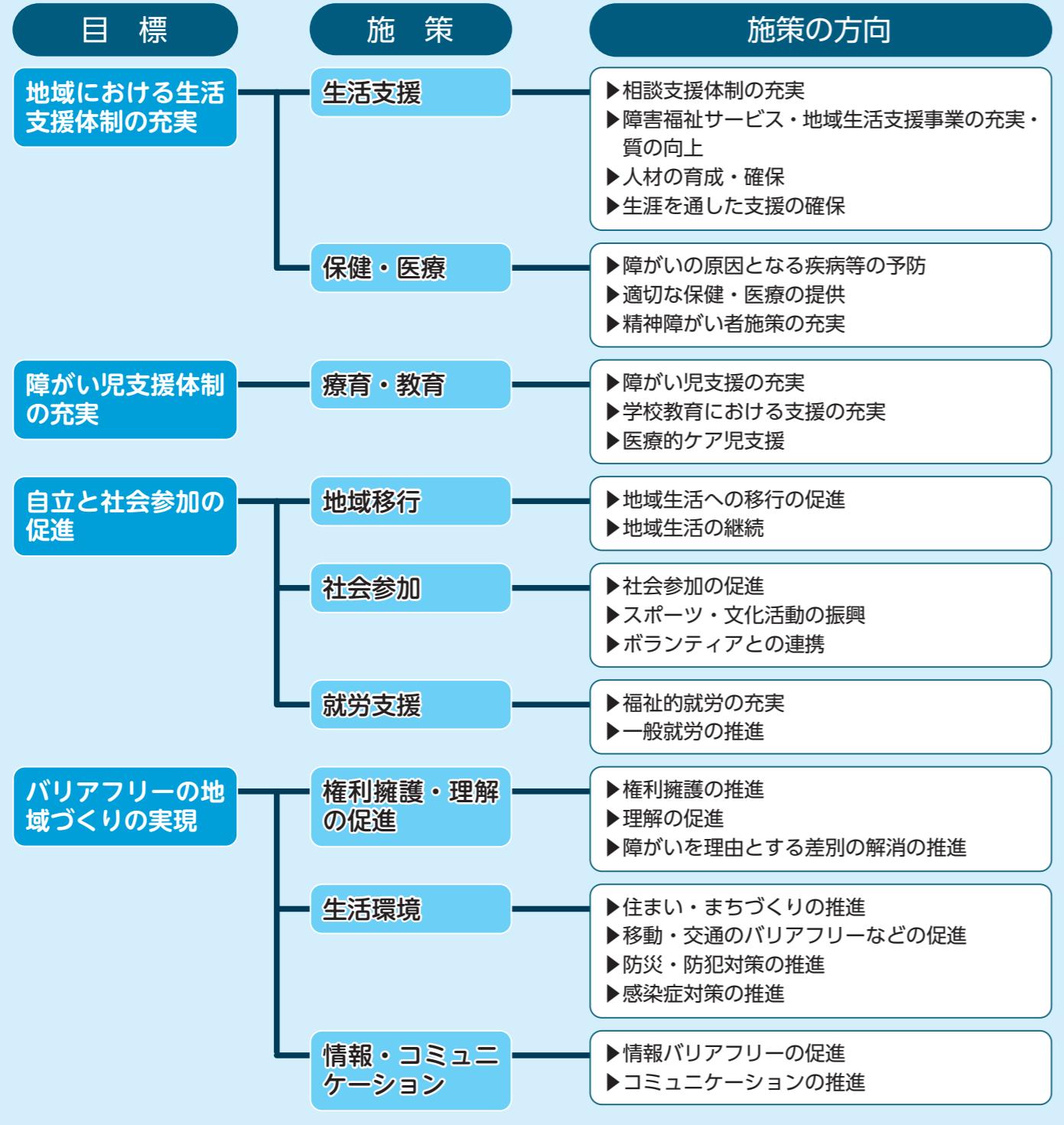
その他の作品も、ただ眺めているだけでは分からなくとも、細かいところまで観察すると、作家のこだわりや想いを見つけることがありますので、「なんて楽しい世界なんだろう」と一つの作品を興味深く観察しています。

展示する作品は、作品集やDVD、インターネットなどを見て、私が選ぶこともあるんです。このギャラリーは多様な人たちの挑戦を発信する場所です。

思っています。

# 障がい者福祉計画 施策の体系

## 理念 だれもが自分らしく地域の中で暮らせる共生のまちづくり



市は、障がいの有無や年齢に関係なく、誰もが暮らしやすいまちにしていくため、さまざまな取り組みを進めています。しかし、最も大切なことは、このまちに暮らす皆さんが多様性を理解し、困っている人の立場に立って行動することで、難しく考えず、身近なことから始めてみませんか。



障がい者福祉計画、障がい福祉計画、障がい児福祉計画の詳しい内容は、市ホームページをご覧ください



## 「心のバリアフリー、を知っていますか？」



バリアフリーの「バリア」とは、英語で「壁（カベ）」を意味します。生活の中で不便を感じることを無くすことがバリアフリーです。もともとは建築用語で、建物の段差などの物理的障壁を取り除くことを意味していましたが、最近は身体に障がいのある方だけではなく、あらゆる人の社会参加を妨げる障壁を取り除くという意味で用いられるようになってきました。「心のバリアフリー」とは、バリアを感じている人の身になって考え、行動を起こすことです。

行動を起こすといつても難しいことはありません。困っている人がいたら「私にできることはありますか?」と声をかけてみてください。このまちで暮らしている皆さん、心のバリアフリーを実践することで、年齢や障がいの有無などに関係なく、誰もが暮らしやすいまちにしていくことができます。

市は、障がいのある方もない方も、安心して地域で暮らせるまちづくりを目指し、令和3年度から3期（）および「岩見沢市障がい児福祉計画（第6期）」、「岩見沢市障がい者福祉計画（第3期）」、「岩見沢市障がい者福祉計画（第2期）」を策定しました。

**誰もが自分らしく地域の中で暮らせるように**

標準、確保すべき支給量などを定めました。

障がい者福祉計画は、障がいのある方の施策に関する基本的な計画です。制度改正や社会構造の変化などの新たな課題に対応していくために、地域の中で生きがいを持ちながら、安心して自分らしく暮らすことができる「共生社会」の実現も、地域の中での生きがいを持つます。障がいのある方もない方が、地域の中で生きがいを持ちながら、安心して自分らしく暮らすことができる「共生社会」の実現に向かって、新たな理念や目標を掲げ、それらの実現に向けた施策などを定めました。



委員長から計画の内容を市長に説明している様子

これらの計画の策定にあたっては、公募による市民、障がい者団体・福祉団体・各種関係団体の代表、有識者で構成する「岩見沢市障がい者福祉計画等策定委員会」で審議を行いました。

できるだけ多くの意見を取り入れるために、障がいのある方へのアンケート調査を行い、地域の実情とニーズの把握に努めました。

また、障がい者福祉施策と関連する市役所内の部署と協議を行い、計画策定を進めました。

	基本目標	計画期間
障がい者福祉計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>●地域における生活支援体制の充実</li> <li>●障がい児支援体制の充実</li> <li>●自立と社会参加の促進</li> <li>●バリアフリーの地域づくりの実現</li> </ul>	令和3年度～令和8年度
障がい福祉計画 障がい児福祉計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>●福祉施設の入所者の地域生活への移行目標</li> <li>●精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る目標</li> <li>●地域生活支援拠点等が有する機能の充実</li> <li>●福祉施設から一般就労への移行目標</li> <li>●障がい児支援の提供体制の整備目標</li> <li>●相談支援体制の充実・強化</li> <li>●障害福祉サービス等の質の向上</li> </ul>	令和3年度～令和5年度



### 【集団接種】

会 場 コミュニティプラザ 2 階  
所 在 地 有明町南 1  
ア クセス 岩見沢バスターミナル直結、JR 岩見沢駅徒歩 1 分  
※車の場合、コミュニティ西駐車場の 1 時間無料券をお渡しします  
が、駐車台数に限りがあるため、できるだけ公共交通機関をご利  
用ください。

この他、いわみざわ健康ひろば（3  
西 4 第 2 ポルタビル 1 階）や市  
内各所で実施を予定しています。

**【個別接種】** 協力医療機関は変更になる場合がありますので、コールセンターへの予約時にご確認ください。各医療機関では予約を受け付けません。

あくつこどもクリニック（10 西 4）、石川内科・循環器科クリニック（4 西 7）、石塚内科医院（5 東 11）、岩見沢明日佳病院（志文町 297）、岩見沢北翔会病院（10 西 21）、岩見沢市立栗沢病院（栗沢町南本町 30）、海老原医院（日の出台 1）、大川内科医院（幌向南 2-3）、ごうだ整形外科（大和 3-9）、さとうキッズクリニック（大和 1-9）、竹内医院（6 西 2）、竹内内科循環器科（美園 5-3）、田中クリニック（幌向南 4-2）、中央医院（6 西 6）、出口小児科医院（7 西 5）、得地内科医院（3 西 6）、中村耳鼻咽喉科・呼吸器科（3 西 5）、にしづわ耳鼻咽喉科クリニック（7 西 6）、はくま内科・呼吸器内科クリニック（7 東 6）、東町ファミリークリニック（東町 1-8）、北海道中央労災病院（4 東 16）、ほろむいクリニック（幌向南 1-3）、松藤医院（2 西 5）、森川内科クリニック（6 東 1）

※この他、入通院患者のみ接種できる医療機関もありますので、コールセンターにお問い合わせください。

### 高齢者と障がいのある方へ タクシー利用助成券を交付します

高齢者と障がいのある方へ、新型コロナワクチン接種会場への往復などにご利用いただけるタクシー利用助成券を交付します。

問合先 高齢介護課高齢者支援グループ

対象者	次のいずれかに該当する方 ●令和 3 年度中に 65 歳以上になる（昭和 32 年 4 月 1 日以前に生まれた） ●身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持つ 16 歳以上
交付枚数・金額	550 円券 × 4 枚（2,200 円分）
利用期限	12 月 31 日（金）
交付方法	5 月下旬に対象者へ郵送
その他	●1 回の乗車で 1 枚使用できます ●他のチケットと併用できます ●通院やその他の外出にも使用できます

### 小規模事業者などへの支援

要件や申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問合先 商工労政課



### 飲食業への 経営サポート給付金

飲食店の事業継続と雇用の維持のために支援します。

対象	次のすべてに該当する飲食店を営む事業者 ●売り上げが前年または前々年と比較し、20% 以上減少している ●今後も事業継続の意思がある
給付額	10 万円
申請期間	5 月 6 日（木）～6 月 30 日（水）

### 新分野展開などへの 事業再構築促進補助金

ウィズコロナの経済社会の変化に対応するため、新分野展開などを目指す事業を支援します。

対象	令和 4 年 2 月 28 日（月）までに事業を完了する、次のすべてに該当する事業者 ●新分野展開や業態転換、事業・業種転換、事業再編またはこれらの取り組みを通じた規模の拡大などを目指す ●売り上げが前年または前々年と比較し、10% 以上減少している ●今後も事業継続の意思がある
補助額	対象事業費の 2 分の 1 （上限 50 万円）
申請期間	5 月 6 日（木）～9 月 30 日（木）



5 月下旬から

## 65 歳以上の方への ワクチン接種 始まる

詳しい日程や 65 歳未満の方への接種は、決まり次第、広報いわみざわや市ホームページなどでお知らせします。

問合先 新型コロナワイルスワクチン接種対策部（4 西 3 であーる岩見沢 4 階） ☎ 35-7515



接種の予約は、5 月 11 日（火）から

岩見沢市ワクチン接種  
コールセンター

0570-000-226

受付時間 午前 8 時～午後 8 時

各医療機関では予約を受け付けません

### ワクチン接種までの流れ

接種に関する案内と接種券が届く

※高齢なほど、重症化や命に関わる割合が高く、予約時の混雑解消と国からのワクチン供給量が限られることから、年齢の高い順に発送し、予約を受け付けます。

5 月 11 日（火）から  
順次受付開始

コールセンターに電話で、接種（1 回目）を希望する日と接種方法を予約する  
※予約方法など、詳しくは 5 月上旬に全戸へ郵送するチラシをご覧ください。

接種日、受付時間、会場が記載されたワクチン接種の案内と予診票、体調確認シートが届く

指定の接種日時に会場へ行く

【持ち物】  
●接種券 ●ワクチン接種の案内 ●記入済みの予診票  
●記入済みの体調確認シート  
●本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）

肩を出しやすい服装でお越しください

受け付け

問診

診察

ワクチン接種

健康観察

体調に問題がなければ

帰宅

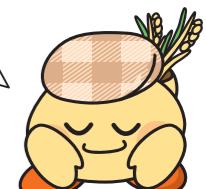
年 齢	発送開始予定日
85 歳以上	5 月 7 日（金）
80 歳以上 85 歳未満	5 月 13 日（木）
75 歳以上 80 歳未満	5 月 17 日（月）
70 歳以上 75 歳未満	5 月 21 日（金）
65 歳以上 70 歳未満	5 月 25 日（火）

### 【接種方法】

- 集団接種（市で設置した接種会場で接種）
  - 個別接種（協力医療機関で接種）
- ※接種会場は 7 ページをご覧ください。

接種日までに予診票を記入し、当日会場へ行く前に体温を計測し、体調確認シートへ記入しておいてください

会場到着から退場まで約 1 時間かかります。時間に余裕を持ってお越しください



医師が診察し、ワクチン接種が可能か判断します。アレルギーなどの不安がある場合は事前にかかりつけ医に相談しておいてください

体調に変化がないか、15 分から 30 分間待機し観察します

4 月 15 日時点の情報を基に作成しています。ワクチンの供給状況などにより、スケジュールなどが遅れることがありますので、ご了承ください

避難所ごとのペット避難の受け入れ方法							
No.	避難所名	水害のとき		地震のとき			
		屋内	屋外	車内	屋内	屋外	
1	第一小学校	○	▲	○	○	▲	○
2	総合体育館	×	▲	▲	×	▲	○
3	北真小学校	○	○	○	○	○	○
4	東小学校	○	×	×	○	▲	○
5	東光中学校	○	▲	○	○	▲	○
6	岩見沢小学校	○	▲	○	○	▲	○
7	中央小学校	○	▲	○	○	▲	○
8	生涯学習センターいわなび	×	×	×	×	×	○
9	市民会館・文化センター	○	○	○	○	○	○
10	南小学校	○	▲	○	○	▲	○
11	光陵中学校	○	▲	○	○	▲	○
12	美園小学校	○	○	○	○	○	○
13	日の出小学校	○	▲	○	○	▲	○
14	岩見沢東高等学校	×	×	○	×	×	○
15	志文小学校	○	×	×	○	○	○
16	清園中学校	○	○	○	○	○	○
17	幌向総合コミュニティセンター	×	×	×	×	▲	○
18	幌向小学校	○	○	×	○	○	○
19	豊中学校	○	×	×	○	▲	○
20	上幌向中学校	○	▲	○	○	▲	○
21	メープル小学校	×	▲	○	×	▲	○
22	岩峰地区農地流動化センター	×	×	○	×	×	○
23	朝日コミュニティ交流センター	×	×	×	×	×	○
24	毛陽交流センター	×	×	○	×	×	○
25	北村トレーニングセンター	×	×	×	×	×	○
26	北村中学校	○	×	×	○	▲	○
27	北村小学校	○	○	○	○	○	○
28	豊正地区自治会館	×	×	×	×	×	○
29	美唄達布地区自治会館	×	×	○	×	×	○
30	幌達布地区自治会館	×	×	○	×	×	○
31	砂浜地区自治会館	×	×	×	×	×	○
32	東地区自治会館	×	×	×	×	×	○
33	栗沢市民センター	○	○	○	○	○	○
34	必成地区集会所	×	×	○	×	×	○
35	西地区集会所	×	×	×	×	×	○
36	岐阜地区集会所	×	×	○	×	×	○
37	由良地区集会所	×	×	○	×	×	○
38	茂世丑地区集会所	×	×	○	×	×	○
39	上幌地区集会所	×	×	○	×	×	○
40	栗丘地区集会所	×	×	○	×	×	○
41	弥生ヶ丘地区集会所	×	×	×	×	×	×
42	栗沢B&G海洋センター	×	○	○	×	○	○
43	最上北栄地区集会所	×	×	○	×	×	○
44	宮村地区集会所	×	×	×	×	×	○
45	美流渡コミュニティセンター	○	▲	○	○	▲	○
46	万字地区集会所	×	×	○	×	×	○
47	ホテルサンプラザ	×	×	×	×	×	×
48	北村温泉	×	×	×	×	×	×

## 食事やトイレは飼い主の責任

避難所でのペットの飼育は、飼い主の責任で行ってください。

避難所にペットフードなどの備蓄品はありません。普段からペットの食料や生活用品を備蓄（おおむね3日分）し、避難の際に必ず持参してください。

### 持参するペット用品の例

- ペットフード・水・食器類
- トイレ用品 ■ ペットの写真
- 毛布・ビニール袋・ガムテープなど



## 日常のしつけと健康管理

避難所でのペットは、家庭とは異なった環境での生活を余儀なくされます。緊急時に安全に避難し、トラブルなく避難所で過ごすことができるよう、『しつけ』をしっかりしておきましょう。

また、感染症予防や持病対策など健康管理にも気をつけましょう。

### 必要なしつけ

- ケージまたはキャリー バッグの中での生活に慣れさせる
- ペットシーツや猫砂の上など、決められた場所でのトイレに慣れさせる
- 人や他の動物に対して攻撃的にならないように、幼少期から社会に慣れさせる



### 健康管理

- 感染症予防としてワクチン接種を行う
- 定期的なシャンプーを行う
- 爪の手入れをしておく
- 持病の内容や常服薬、療法食を確認し、記録しておく

## 避難所以外の避難先の確保

ペットと一緒に避難できない場合や、避難所生活が困難になつた際に、ペットを預かってくれる親戚や知人、預かりサービスのあるペットショッピングなどの緊急時の預け先や、自家用車でペット避難をするための安全な駐車場を確保しておきましょう。

また、自宅から備蓄品を持ち出すことが困難な場合に、ケージなどのペット用品を借りることができます。

# ペットも家族一緒に避難を！



## ペット避難のルール

災害が起きたとき、最初に行うことは自分自身や家族の安全確保ですが、ペットの安全確保についても、いざというときに慌てないよう、普段から備えておく必要があります。市は、避難所でのペット避難のルールを定めた『避難所におけるペット避難ガイドライン』を作成しました。このガイドラインに基づき、各避難所でペット避難を受け入れますが、避難所には動物が苦手な人やアレルギーを持つ人も避難します。他の避難者の生活に及ぼす影響を最小限にするためにも、ペットを飼っている人は、あらかじめ具体的な準備をしておきましょう。

## 屋内ペット避難

屋内の指定されたスペースで、ペットをケージまたはキャリーバッグに入れて飼育しますが、飼い主とペットは原則、別々のスペースで避難生活を送ります。

### 避難対象となるペット

小型・中型犬、猫、鳥、うさぎ・ハムスターなどの小動物

### 必要なもの

天井・床部のあるケージまたはキャリーバッグ

## 屋外ペット避難

屋外の指定されたスペースで、首輪とリードで柱などにつないで飼育します。

### 避難対象となるペット

大型犬などのケージまたはキャリーバッグで飼育できない動物

### 必要なもの

首輪とリード

特定動物（危険な動物）や特定外来生物およびこれらに類する動物、大型の動物、専用の飼育施設を要する動物、危険犬種（見た目で他人が怖がるような犬）は、屋内・屋外ペット避難どちらも受け入れできません

## 車内ペット避難

避難所の駐車場に駐車した自家用車の車内でペットと一緒に避難します。飼い主は、定期的に車外で体を動かすなど、エコノミークラス症候群に気を付けてください。

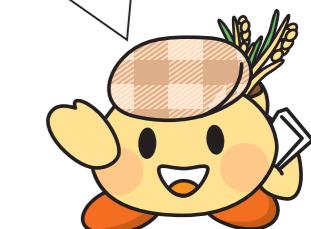
広報いわみざわ4月号で、ペットを飼う上でのルールやマナーなど、動物愛護を取り上げました。ペットを飼う前に考えるこの中に、『災害時にペットの命を守る方法』という項目があつたのを覚えていましたか？ 今月号は、ペット避難を取り上げます。

問合先  
防災対策室

ペットの受入方法

避難所でのペット避難の受け入れ方法があります。避難所ごとに受入方法が異なるので、あらかじめ確認しておきましょう。

住んでいる地域に関わらず、ペットの受け入れが可能な避難所に避難することができます  
開設している避難所を確認して避難してください

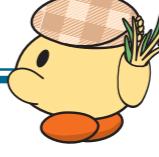


# 介護予防のために

「週に1回以上外出していない」「周りの人から『いつも同じことを聞く』と言われる」「これまで楽しめたことが楽しめなくなった」ことはありませんか？もしかしたら、心や体の機能が低下しているのかもしれません。市は、高齢者が簡単な運動やレクリエーションなどを通して、心や体の機能を維持・回復するための新しいサービスを始めました。

問合先 岩見沢保健センター（4西3） 25-5540 でえーる岩見沢（3階）

## 新たなサービス 介護予防・日常生活支援総合事業 通所型サービスA



### どんなサービスなの？

通所介護事業所で週1回程度、運動やレクリエーションなどを1回1時間30分から2時間行うサービスです。



送迎や入浴、食事のサービスはありません。

### チェックしてみよう！

まずは、機能の低下がないか、チェックしてみましょう。

基本チェックリスト			対象者該当条件
暮らし	1	バスや電車で1人で外出していますか	いいえ
	2	日用品の買い物をしていますか	いいえ
	3	預貯金の出し入れをしていますか	いいえ
	4	友人の家を訪ねていますか	いいえ
	5	家族や友人の相談にのっていますか	いいえ
運動（転倒）	6	階段を手すりや壁をつたわらずに上っていますか	いいえ
	7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	いいえ
	8	15分位続けて歩いていますか	いいえ
	9	この1年間に転んだことがありますか	はい
	10	転倒に対する不安は大きいですか	はい
栄養	11	6ヶ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	はい
	12	身長と体重をご記入ください 身長 cm ・ 体重 kg 体格指数：体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) は 18.5 未満ですか	はい
	13	半年前に比べて固いものが食べにくになりましたか	はい
お口の健康	14	お茶や汁物などでもむせることができますか	はい
	15	口の渴きが気になりますか	はい
	16	週に1回以上は外出していますか	いいえ
外出	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい
	18	周りの人から「いつも同じことを聞く」など物忘れがあるといわれますか	はい
	19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	いいえ
物忘れ	20	今日が何月何日か分からない時がありますか	はい
	21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	はい
	22	(ここ2週間) これまで楽しんでやっていたことが楽しめなくなった	はい
こころの健康	23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい
	24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	はい
	25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	はい

### 利用できるのは？

- 65歳以上で、デイサービスやデイケアを利用していない、次のいずれかに該当する方です。
- 申込後に基本チェックリストをチェックし、該当条件に当てはまる
- 介護保険の要支援認定を受けている

### 費用はかかるの？

介護保険のサービスなので、かかった費用の1割（一定以上の所得者は2割あるいは3割）の費用がかかります。

また、お茶代などの実費がかかる場合もあります。

自己負担の目安	
区分	1回あたり
●基本チェックリストの該当者	269円
●介護保険の要支援1	
●介護保険の要支援2	277円
※あくまで目安です。加算などで金額が変わることがあります。	

### 申込方法は？



まずは、住んでいる地域を担当する、地域包括支援センターに相談してください。  
相談を受け、サービスの利用が必要かと一緒に考え、必要となった場合には、ケアマネジャーと一緒に『ケアプラン』を作成します。

地域包括支援センター	担当地区
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	西1~5丁目、東条丁目、日の出全城、かえで町、若駒、東山、鳩が丘、春日町、緑が丘、並木町、元町、栄町、東町、岡山町、峰延町、宝水町
地域包括支援センター ほろむい (幌向南2-3) ☎ 32-6622	西11丁目~、美園、大和全城、上幌向全城、幌向全城、中幌向町、双葉町、御茶の水町
北地区 地域包括支援センター (北2西12) ☎ 33-5383	西6~10丁目、有明全城、北条丁目、北本町、桜木、西川町、大願町、穂町、緑町、若松町、北村全城
南地区 地域包括支援センター (南町7-2) ☎ 32-0300	駒園、南町、ふじ町、志文全城、上志文町、下志文町、金子町、朝日町、奈良町、清水町、毛陽町、栗沢町全城

### サービスはどこで受けられるの？

次の通所介護事業所で受けられます。

通所介護事業所	
まちなかデイサービス岩見沢（2西3）	☎ 25-7766
リハート岩見沢（6西10）	☎ 33-4705



支援センターにご相談ください。定期的に基本チェックリストで自分の状態を把握し、少しでも気になることで、自身で介護予防に取り組むことができます。岩見沢を支えることはもちろん、住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく暮らすためには、地域全体で高齢者を支えることです。大切なことです。



### アドバイス

基本チェックリストに該当した場合、次のこととを心がけましょう。

区分	アドバイス
運動（転倒）	立つ、座る、歩く、階段を上り下りするなどの基本的な日常生活の活動には、下半身の筋力が特に大切です。下半身の筋肉を意識的に鍛える体操や運動を毎日の習慣にしましょう
栄養	10 食品群をまんべんなく食べましょう ●肉 ●魚介 ●油脂 ●卵 ●海藻 ●牛乳・乳製品 ●大豆・大豆製品 ●緑黄色野菜 ●いも ●果物
お口の健康	次のこと気に付けて、お口の機能を高めましょう ●食後に歯磨きをする ●よくかんで、食べる ●定期的に歯科健診を受ける
外出	外へ出る楽しみや喜びをみつけましょう ●空いた時間に散歩する ●食品や消耗品の買い物にこまめに出かける
物忘れ	認知症の進行を遅らせるため、早期の治療や予防に取り組みましょう
こころの健康	長く続く心の落ち込みは、うつ病などが考えられるので、早めに専門医などに相談しましょう

# 北方型住宅 2020 に 30万円 補助します！

## 北方型住宅 2020 ってなに？

北方型住宅は、北海道が普及促進する住宅基準で、耐震・断熱性能だけでなく、高齢者や敷地内の雪処理に配慮した、北海道の気候、風土を熟知したプロによる、地域に調和した高性能で高品質な住宅の証です。

北方型住宅 2020 は、これまでの北方型住宅（2005 年基準）や北方型住宅 ECO（2010 年基準）より耐震・断熱・省エネ性能を強化したもので、国が定める長期優良住宅の認定基準を上回っています。

補助を受けるには、要件をすべて満たし、工事請負契約や不動産売買契約の前に申請、交付決定を受ける必要があります。事前にご相談ください



申請期限 令和 3 年 12 月 28 日(火)

申請方法 市ホームページでダウンロードした申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて持参

申請先 建築課建築指導係

北海道の気候風土に根ざした、質の高い住まいづくりをしませんか？市は「北方型住宅 2020」基準に適合し、市内の工務店で住宅を新築する場合や建売住宅を購入する場合に補助金を交付しています。

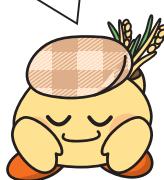
問合先  
建築課建築指導係

# 新築をお考えの方



対象者	対象住宅
●市内で自ら居住するために対象住宅を新築または購入する	●北方型住宅 2020 の基準を満たすものとして、きた住まいのサポートシステムに保管されたもの
●市税、水道料金および下水道使用料を滞納していない	●きた住まいのメンバーに登録された市内建築業者の施工によるもの
●岩見沢市における暴力団の排除の推進に関する条例に規定する暴力団員などでない	●建売住宅購入の場合は、工事完了から 1 年以内かつ人が住んだことがないもの

北方型住宅 2020 は、北海道で 30 年以上培った、快適で豊かな暮らしが続く家づくりの技術が詰まっています



きた住まいのサポートシステム、きた住まいのメンバーの詳細は「きた住まいのランド」のホームページをご覧ください



## 補助金とセットで住宅ローン金利がお得！

住宅ローンの種類	当初 5 年	6 年目から 10 年目まで
【フラット 35】地域連携型	▲ 0.25%	—
【フラット 35】S (金利 A プラン)	▲ 0.25%	
上記 2 種の併用	▲ 0.5%	▲ 0.25%

内：内容 対：対象 曜日：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  
健ボ：健康ポイント対象事業

￥	所	時	日	対
800円	が（会場使用料含む）	もと保護者	1歳から未就園の子ども	1歳から未就園の子ども
5月28日(金)	午前11時から11時40分	イベントホール赤れんが（有明町南1）	イベントホール赤れんが（有明町南1）	イベントホール赤れんが（有明町南1）

### 親子英会話サークル 体験説明会

### 参加者募集

新型コロナウイルスの影響により中止・延期となる場合があります。また、マスク着用などの条件がある場合がありますので、各問合先にお問い合わせください

# みんなの ひろば

7月号の応募期間は、  
**5月6日から31日**です

いろいろなイベントや  
サークルがありますね  
ぜひご参加ください！



申	羽田さんへ	5月20日(木)までに、
問	080-6095-9728	
申	羽田さんへ	5月20日(木)までに、
問	080-6095-9728	
申	羽田さんへ	5月20日(木)までに、
問	080-6095-9728	

### 第14回 街の音楽家による 小さなコンサート

### 催し

### 会員募集

サークル名	内容と連絡先	活動日時	活動場所
硬式テニス ホワイト・ウイング	大人向けの硬式テニス ☎ 22-5973 鈴木さん	毎週火曜日 18:00～21:30	
スペイン語サークル	会話中心のスペイン語 ☎ 25-1425 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）
源氏物語を読む会 「源氏力フェ」	源氏物語を読み、解説します ☎ 090-1308-8860 田村さん	毎月第4土曜日 10:00～11:30	
南町わらべ太鼓	幼児からの和太鼓 ☎ 080-6061-8970 松井さん	毎週火・土曜日 19:00～21:00	志文小学校 (志文町161)
キッズダンススクール	楽しい曲に合わせて体を動かす 小学生向けのダンススクール ☎ 080-4044-0757 能登さん	毎週金曜日 16:00～17:00	イベントホール赤れんが（有明町南1）
岩見沢市富山県人会	富山県出身者や富山県にルーツを持つ方との交流 ☎ 090-2070-0848 宮森さん	詳しくはお問い合わせください	

「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8月1日から4日のものは7月号での掲載となります。



趣味	農業	環境	教育
暮らし	農業	環境	文化
仕事	子育て	農業	スポーツ
税金	子育て	環境	図書館
保険	教育	文化	科学館
年金	文化	環境	職員募集
福祉	子育て	農業	その他
健康	教育	環境	
環境	農業	農業	
農業	子育て	農業	
子育て	教育	環境	
教育	文化	教育	
文化	スポーツ	文化	
スポーツ	図書館	科学館	
図書館	科学館	環境	
科学館	職員募集	職員募集	
職員募集	その他	その他	
その他			

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

教養	内 転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
暮らし	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
仕事	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
税金	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
保険	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
年金	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
福祉	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
健康	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
環境	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
農業	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
子育て	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
教育	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
文化	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
スポーツ	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
図書館	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
科学館	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
職員募集	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。
その他	内 用水路などの転落事故に注意	内 農業用排水路、ため池にたくさんの水が必要な時期となり、子どもが近寄ったり、遊んだりすると大変危険です。お互いに注意し合って、転落事故を防ぎます。

**農業**

**栗沢クライインガルテンの野菜作り講座**

【ストレスをためない野菜作りをしよう（野菜の特性と春の気象を再確認する）】

日時 5月9日(日)  
講師 笹島修身さん（農業指導員）  
申定 200人（申込順）  
内 ¥200円（資料代含む）  
問 5月6日(木)までに、栗沢クライインガルテン（栗沢町由良563）へ ☎ 34-2150

**ペア学級**

**子ども・子育て**

【みんなでお弁当を食べよう】

日時 5月9日(日)  
会場 高校生以下  
申定 100食（先着順）  
内 ¥100  
所会 5月15日(土)  
時 0時30分  
日午前11時30分から午後  
内 ¥25-5540

**シニアのための筋力アップ教室**

【岩見沢保健センター（4階）へ ☎ 25-5540】

内 筋力トレーニングや有酸素運動で、介護予防に取り組んでみませんか。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いる方、階段は手すりがないと上がりれない、歩行中の転倒に不安があるなど、運動機能の低下が気になる方の相談が必要です。

※申込後、ケアマネジャーとの相談が必要です。

【トレーニングセンター（総合担当地区は11ページをご覧ください。）】

**お口いきいき教室**

【西3階へ ☎ 25-5540】

内 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技の発展を学びます。

対 65歳以上で、固いものが食べにくくなったり、お茶や汁物などでむせることがあるなど、口腔機能の低下が気になる方の相談が必要です。

※申込後、ケアマネジャーとの相談が必要です。

**おしゃべりルーム**

【西3階へ ☎ 22-3337】

区分	日程	対象
とことこ	5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	5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

**乳幼児健康診査**

区分	日程	対象
4・5か月児健康診査	5月18日(火)	令和2年12月生まれ
8・9か月児健康診査	5月11日(火)	令和2年8月生まれ
1歳6か月児健康診査	5月13日(木)	令和元年10月生まれ
※1歳6か月児健康診査は、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。		
3歳児健康診査	5月26日(木)	平成30年4月生まれ
会場・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

行っている、または予定している団体および個人

から21日(金)間

に、市教委子ども課子育て支援係で配布または市ホームページからダウンロードし

た申請書類に必要事項を記載し持参

QRコード



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

教養	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	文化
芸術	レジャー
図書館	スポーツ
科学館	職員募集
その他	

# キラリ！その瞬間



市内のできごとをお伝えします！



4月6日(火)  
春の全国交通安全運動 セーフティコール旗の波



4月9日(金)  
はじめての給食(メープル小学校)



4月11日(日)  
サッカー・ボール遊び教室



4月15日(木)  
サケの稚魚放流壮行会

**動画再生** 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(令和3年3月31日現在)

●住民基本台帳 人口	男 36,832 人(前月比 - 154)
	女 42,025 人(前月比 - 139)
	総数 78,857 人(前月比 - 293)
世帯数	41,441 世帯(前月比 + 10)

## 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

障がいのある方もない方も自分らしく安心して暮らすためには、□□な人たちがいることを身近に感じ、その個性を理解することが大切です。□に当てはまる言葉をお答えください。

締め切り 5月20日(木)(必着)

### 応募方法

はがき(住所左記)、市ホームページのフォーム(QRコード右記)、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。4月号の正解は飼い主でした。

## 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

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



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

救急急救病  
当番医診療 土曜日 午後1時～6時  
時間 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。

4/29 木	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:かまだクリニック (3西4) ☎ 24-8910 歯科:日之出歯科医院 (1西6) ☎ 25-2587  4月29日、5月2日から5日の間は、歯科の当番医を設けています。 診療時間は、午前9時から午後5時までです。  藤本悠平「アカリノミチルベ」4月号P26
4/30 金	
1 土	当番医 内科系:中央医院 (6西6) ☎ 22-0472 外科系:岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎ 32-2188
2 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:6条整形外科クリニック (6西1) ☎ 22-3128 小児科系:出口小児科医院 (7西5) ☎ 22-3570 歯科:幌向ファミリー歯科 (幌向南2-3) ☎ 26-4184  献血 ナビ
3 月	当番医 内科系:北海道中央労災病院 (4東16) ☎ 22-1300 外科系:北海道中央労災病院 (4東16) ☎ 22-1300 歯科:サン歯科クリニック (大和1-9) ☎ 22-5066  市温水プール入館料無料「全入館者」 P18
4 火	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 歯科:美園歯科医院 (美園4-3) ☎ 24-5188
5 水	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 歯科:ノザキデンタルオフィス (日の出北1) ☎ 25-2577  市温水プール入館料無料「小・中学生」 P18
6 木	
7 金	おしゃべりルームとことこ P17 弁護士による法律相談 ナビ
8 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:岩見沢脳神経外科 (8西19) ☎ 20-1001  図書館シアター「おしりたんてい～ププッせいからSOS～」 P20
9 日	当番医 内科系:海老原医院 (日の出台1) ☎ 23-3000 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  市民園芸講座「芝生管理のポイント」 P14 マイナンバーカード・マイナポイント関係手続きの休日窓口 P15 栗沢クラインガルテンの野菜作り講座「ストレスをためない野菜作りをしよう」 P17 ペア学級 P17 市温水プール入館料無料「シニア・一般・大学生の女性」 P18
10 月	
11 火	8・9か月児健康診査 P17 火曜落語上映会「饅頭こわい／稻荷偉」 P20 家事相談 ナビ 行政相談委員による行政相談 ナビ
12 水	工芸教室「手彫りガラス工芸」 P14 北村温泉ホテルの臨時休館 P19 絵本の読み聞かせ P20
13 木	1歳6か月児健康診査 P17 人権困りごと相談 ナビ
14 金	おしゃべりルームばぶばぶ P17 絵本の読み聞かせ P20

15 土	当番医 内科系:すこやかクリニック上幌向 (上幌向南1-4) ☎ 35-1681 外科系:ごうだ整形外科 (大和3-9) ☎ 32-5050  工芸教室「木工体験」 P14 利根別川クリーン・グリーン作戦 2021 P16 こども食堂げんき P17 山内祈信 個展「空気になる日」 P18 米国ポカテロ市との姉妹都市交流「募集説明会」 P18 バドミントン教室 P19 絵本の読み聞かせ P20
16 日	当番医 内科系:松藤医院 (2西5) ☎ 22-3251 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
17 月	行政相談委員による行政相談 ナビ
18 火	クチトレ・フォローアップ・レッスン P15 4・5か月児健康診査 P17
19 水	工芸教室「陶芸」 P14 マイナンバーカード・マイナポイント関係手続きの夜間窓口 P15 Jアラートの情報伝達訓練 P20・21 税理士による税の相談 ナビ
20 木	
21 金	もの忘れ相談会 P15 おしゃべりルームとことこ P17 図書館 de 地元トーク 「いなかのほんね、ができるまで!」 P20 弁護士による法律相談 ナビ
22 土	当番医 内科系:おなかのクリニック (9東1) ☎ 25-5505 外科系:岩見沢北翔会病院 (10西21) ☎ 32-2188  市民園芸講座「ばらゼミ③植え込みと土壤改良」 P14 絵と音の世界「ハンマーダルシマーとアコースティックギターの調べ」 P18 第127回市民歩け歩け大会 P19 図書館シアター「忍たま乱太郎の宇宙大冒険～土星の段・宇宙の果ての段～」「横道世之介」 P20
23 日	当番医 内科系:竹内医院 (6西2) ☎ 22-0134 外科系:北海道中央労災病院 (4東16) ☎ 22-1300 小児科系:さとうキッズクリニック (大和1-9) ☎ 20-0310  コンポスト・ダンボールコンポスト講習会 P16
24 月	献血 ナビ
25 火	健康チェックの日 P16 家事相談 ナビ
26 水	3歳児健康診査 P17 絵本の読み聞かせ P20 家庭生活相談 ナビ
27 木	工芸教室「フラワークラフト」 P14 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、介護保険料の納付相談 ナビ
28 金	はじめてのボランティア講座 P15 ひゃっぴい体操教室（基本バージョン） P16 おしゃべりルームばぶばぶ P17 小児科医による子育て相談 ナビ
29 土	当番医 内科系:得地内科医院 (3西6) ☎ 23-1515 外科系:かまだクリニック (3西4) ☎ 24-8910  市民園芸講座「Only One の寄せ植えづくり」 P14 木津彩・加藤綾 二人展「ヒロインは一人じゃない。」 P18
30 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 小児科系:出口小児科医院 (7西5) ☎ 22-3570  市民園芸講座「知られざるオーキッドの世界」 P14 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
31 月	
6/1 火	人権擁護委員の日 心配・困りごと相談所開設 P14 手話奉仕員養成講座入門編「夜の部」 P15 ログホテルメープルロッジの臨時休館 P19 栗沢B&G海洋センタープールオープン P19 8・9か月児健康診査

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 ●突然のしごれ ●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ら  
診療時間 午後6時～午前0時(土・日曜日、祝日を問わず)  
診療科目 内科・小児科(その他の科目はご相談ください)

夜間急救センター

# いきいきナビ

岩見沢保健センター（4西3 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 あえーる岩見沢3階）☎22-3337

健ボ…健康ポイント対象事業

## 各種予防接種

区分	対象	接種料は無料
百日咳・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ	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	●あぐつこどもクリニック (10西4) ☎33-8000
4種混合ワクチン		●さとうキッズクリニック (大和1-9) ☎20-0310
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) ☎22-3570
麻しん・風しん混合ワクチン	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) ☎22-1650
麻しんワクチン		
風しんワクチン		
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	
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		
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	
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、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		

予防接種における未満児とは、誕生日の前日までの子どものことです

- ◆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

## 接種料は無料

## 子宮がん・乳がん検診

女性対象 要事前申込 健ボ

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 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

健ボ

※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。

5月2日(日)	9:30～12:30	大和タウンプラザ(大和1-9)
	14:00～16:00	
24日(月)	9:30～11:30	JAいわみざわ本所(2西1)
	13:00～16:00	
		北海道中央労災病院(4東16)

## 新型コロナウイルス 相談の目安

- 息苦しさ(呼吸困難)
- 強いだるさ(倦怠感)
- 高熱などの強い症状のいずれかがある方

- 発熱・せきなど、比較的軽い風邪の症状がある方

- 高齢者
- 糖尿病、心不全、呼吸器疾患などの基礎疾患がある方
- 透析を受けている方
- 免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
- 妊娠している方

左記以外の方

症状が続く場合

※4日以上続く場合は必ず相談してください。

北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター

フリーダイヤル 0120-501-507 (24時間)

## 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
- 5月7日(金)・21日(金)
- 市役所本庁市民相談室(1日10人まで)
- 各相談日の1週間前から前日午後3時までの間に、市民連携室市民相談・交通事故犯係へ電話予約が必要
- 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

- 5月11日(火) 午後1時～3時
- 栗沢市民センター(栗沢町北本町168)
- 5月17日(月) 午後1時～3時
- 市役所本庁市民相談室
- 5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

- 5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

- 5月11日(火) 午前10時～午後3時
- 市役所本庁市民相談室

- 5月25日(火) 午前10時～午後3時
- 消費者センター(4西3 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

電話相談のみ

- 5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、不当な扱いなど人権について

- 5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 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

- 5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

- 5月27日(木) 午後5時30分～8時
- 5月30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 健ボ

#### 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

#### 精神科医による心の健康相談

- 今月はありません

### 子ども・子育てに関する相談

#### 小児科医による子育て相談

- 5月28日(金) 午後1時～2時
- 子育て総合支援センター

#### 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

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)
- 市青少年センター(☎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(☎23-4111)、各支所(北村☎56-2001、栗沢☎45-2411)までお問い合わせください。



健診は「いつか」じゃなくて  
「今」受けよう!

令和3年度

重要

# 健診ガイドブック

がん・高血圧・脂質異常症・  
糖尿病などの生活習慣病は初期には  
ほとんど自覚症状がありません。  
重症化する前に…



協会けんぽ加入  
の被扶養者の特定  
健診も受診可能

未来の安心のために、健診を受けましょう

5月10日(月)から電話受付開始!  
インターネット予約は4月12日(月)受付開始!

☎ 25局5540  
岩見沢保健センターへ

午前9時から午後5時30分まで（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

健診ガイド、  
ネット予約は  
こちらから→

岩見沢市 健診



手洗い・アルコール消毒・咳エチケットで新型コロナウイルスの予防を!

# 岩見沢市民のあなたが受ける健康診査は？

あなたの年齢や加入保険によって異なります。

## 健 康 診 査

40歳～74歳の方

加入している公的医療保険の種類は？

岩見沢市国民健康保険  
協会けんぽ加入の被扶養者

その他の  
公的医療保険

生活保護

75歳以上の方

後期高齢者健康診査

特定健康診査

加入している公的医療保険者が実施する特定健診を受けてください。(加入している医療保険は、健康保険証で確認できます。)

基本健康診査

がん検診等を受けたい方

## がん検診等の対象者

1年間で37万6千人（2019年）が  
がんで亡くなっています。

◆胃がん検診

40歳以上の方（昭和57年3月31日までに生まれた方）

◆肺がん検診

◆大腸がん検診

◆前立腺がん検診

50歳以上の男性（昭和47年3月31日までに生まれた方）

\*前立腺の病気で手術または治療中、経過観察中の方は受診できません。

◆子宮頸がん検診

20歳以上の女性（平成14年3月31日までに生まれた方）\*2年に1度の検診です

◆乳がん検診

30歳以上の女性（平成4年3月31日までに生まれた方）\*2年に1度の検診です

◆骨粗しょう症検査

20歳から70歳までの女性（昭和26年4月1日から平成14年3月31日までに生まれた方）

◆肝炎ウイルス検査

40歳以上の方（昭和57年3月31日までに生まれた方）

\*今までに病院等で肝炎ウイルス検査を受けたことのある方は受診できません

◆エキノコックス症検査

40歳以上の方（昭和57年3月31日までに生まれた方）

◆ピロリ菌検査

40歳以上の方（昭和57年3月31日までに生まれた方）

胃がんの原因の95～99%は、ピロリ菌です



全ての健診は、受診日の3週間前までに予約が必要です。お早めにご予約ください。

# 健診の受け方は、次の4つです。

## 集団健診

- すこやか健診**～「健康診査」と「がん検診」のセット健診
- レディース健診**～「子宮頸がん検診」「乳がん検診」「骨粗しょう症検査」
- 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**～「札幌がん検診センター」(札幌市内)で健診

\* 札幌がん検診センターまで無料送迎バス運行! (5ページ日程表をご覧ください。)

セットで受けたい  
方にお勧めです。

## 市民健康センターの子宮頸がん・乳がん検診

【健診会場】 市民健康センター(8条西7丁目 \*市立総合病院裏)

【健診項目】 子宮頸がん検診、乳がん検診、骨粗しょう症検査

子宮頸がん検診:毎週火曜日

乳がん検診:毎週月・金曜日



## 札幌がん検診センターの健診(個別健診)

【健診会場】 札幌がん検診センター(札幌市東区北26条東14丁目)で実施します。  
送迎はありませんので、ご自身で受診してください。

【申込方法】 ご自身が直接札幌がん検診センターへ  
申し込みください。(☎ 011-748-5522)  
オプション健診も自費で受けることができます。

【健診項目】 集団健診と同じです。(歯科健診を除く)



## その他の健診

### ●医療機関で受ける特定健康診査

40歳以上の岩見沢市国民健康保険加入者が対象です。市内の契約病院で特定健康診査を受診することができます。特定健康診査を受ける場合は「特定健康診査受診券」が必要です。5月中に市医療年金課国保係から送付する予定です。詳しくは同封の案内をご覧ください。



### ●「無料クーポン券」を使って受ける健診

子宮頸がん検診、乳がん検診、肝炎ウイルス検査は特定の年齢に達した方に対して「無料クーポン券」を5月頃に送付します。

## 注意事項

・日時、会場を日程表でご確認ください。

### 【すこやか健診・なでしこ健診等】

- ・市民健康センターで人間ドックを受けた方は、特定健診、胃がん、肺がん、大腸がん検診が含まれているため受けられません。
- ・市の脳ドックを受けた方は、特定健診、後期高齢者健診の項目が含まれているため受けられません。
- ・送迎の日は町内会館等から無料の送迎車が出ます。運行表をご確認の上ご利用の方は申込時にお問い合わせください。

### 【レディース健診】

- ・健診バスに入っている間、小さいお子さんをお預かりできます。申込時にお問い合わせください。
- ・令和2年度に子宮頸がん、乳がん検診を受けた方は、今年度は受診できません。

令和3年度  
すこやか健診・なでしこ健診・レディース健診 日程表

月	日	会 場	健診名	受付時間	健診項目							託児	送迎
					特定健診・胃がん 肺がん・大腸がん 肝炎ウイルス ピロリ菌 エキノコックス	前立腺がん	歯科	子宮頸がん	乳がん	骨粗しょう症			
6月	13日(日)	いわみざわ健康ひろば	レディース	9:00~10:30 12:30~14:00				●	●	●		●	
7月	3日(土)		すこやか	7:30~10:30	●	●							
	4日(日)		なでしこ	7:30~10:30 13:00~14:00	●(午前のみ)			●	●	●		●	●
	5日(月)				●	●	●						
	7日(水)		日の出コミュニティセンター		●	●	●					●	●
	14日(水)		南コミュニティセンター		●	●	●					●	●
8月	21日(水)		栗沢市民センター		●	●	●						
	23日(祝)		いわみざわ健康ひろば		●	●	●					●	●
	24日(土)				●	●	●					●	●
	3日(火)	いわみざわ健康ひろば	美流渡コミュニティセンター	8:00~9:30	●	●	●					●	●
	4日(水)		幌向総合コミュニティセンター	7:30~10:30	●	●	●	●	●				●
9月	5日(木)		北ふれあいセンター		●	●	●					●	●
	6日(金)		なでしこ	7:30~10:30 13:00~14:00	●(午前のみ)			●	●	●		●	●
	7日(土)				●	●	●						
	29日(日)				●	●	●						
	30日(月)				●	●	●	●	●			●	●
10月	31日(火)				●	●	●					●	●
	1日(水)	いわみざわ健康ひろば	幌向総合コミュニティセンター		●	●	●						
	10日(金)				●	●	●	●	●			●	●
	11日(土)				●	●	●						
	12日(日)				●	●	●						
11月	1日(金)		レディース	9:00~10:30 12:30~14:00				●	●	●	●	●	●
	23日(土)		すこやか	7:30~10:30	●	●	●						●
	24日(日)		なでしこ	7:30~10:30 13:00~14:00	●(午前のみ)			●	●	●		●	●
	25日(月)				●	●	●						
	6日(土)				●	●	●						
12月	7日(日)				●	●	●						
	29日(月)				●	●	●	●	●				
	30日(火)				●	●	●						
	3日(金)	いわみざわ健康ひろば	すこやか		●	●	●						
	4日(土)				●	●	●						
1月	5日(日)				●	●	●						
	6日(月)				●	●	●						
	28日(金)		レディース	9:00~10:30 12:30~14:00				●	●	●	●	●	
	19日(土)				●	●	●						
	20日(日)				●	●	●						
2月	25日(金)	いわみざわ健康ひろば	すこやか		●	●	●						
	26日(土)				●	●	●						
	4日(金)		北村高齢者福祉センター		●	●	●						
	5日(土)		いわみざわ健康ひろば		●	●	●						
3月	11日(金)				●	●	●						
	12日(土)				●	●	●						

# バスツアーチェンジ日程

## 札幌がん検診センターまで送迎します

●対象者・料金はすこやか健診・レディース健診と同じです。

【申込先】 岩見沢保健センター ☎25局5540

【健診会場】 札幌がん検診センター(札幌市東区北26条東14丁目)

\*送迎場所、出発時間は下記をご覧ください。

【検査項目】 特定健康診査・各種がん検診・骨粗鬆症検査・エキノコックス症検査・ピロリ菌検査  
オプション健診も自費で受けることができます。

事前に札幌がん検診センター(☎011-748-5522)に予約してください。

月	日	送迎場所
7月	9日(金)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
8月	2日(月)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
9月	7日(火)	栄町会館 7:25発 → 日の出コミュニティセンター 7:40発 → いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
	29日(水)	いわみざわ健康ひろば 7:30発 → 美園連合会館 7:45発 → 南コミュニティセンター 8:00発 → 札幌がん検診センター
10月	5日(火)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
	29日(金)	旧保健センター 7:20発 → 岩見沢市役所栗沢支所 7:40発 → 幌向コミュニティセンター 8:00発 → 札幌がん検診センター
11月	5日(金)	北村高齢者福祉センター「えみる」 7:10発 → 北ふれあいセンター 7:40発 → いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
	24日(水)	いわみざわ健康ひろば 7:30発 → 幌向コミュニティセンター 8:00発 → 札幌がん検診センター
12月	8日(水)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
3月	1日(火)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター
	17日(木)	いわみざわ健康ひろば 8:00発 → 札幌がん検診センター

## あいのりバスツアーチェンジ

上記バスツアーチェンジの他に、ご希望の日に指定場所まで対がん協会のバスが無料送迎します。

町内会単位やご友人など、5名以上のグループでお申し込みください。

●申込先・健診会場はバスツアーチェンジと同じです。

【健診日】 月曜日～金曜日の午前中(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

【時 間】 岩見沢市内を8時頃出発し、9時頃対がん協会(札幌市)に到着。岩見沢市内に戻ってくるのは12時～13時頃です。

※対がん協会と送迎場所の往復途中で他の施設等には立ち寄れません。



# すこやか健診・なでしこ健診・レディース健診

## 送迎車運行表

下記の健診日は健診会場まで送迎します。送迎車を利用する場合は、申し込みの際にお伝えください。

### すこやか健診

月	日	健診会場	送迎場所・時間
7月	7日(水)	日の出 コミュニティセンター	東自治会館 7:45発 → 栄町会館 8:00発 → 日の出コミュニティセンター 8:15着 栄町会館 8:45発 → 日の出南会館 9:00発 → 日の出コミュニティセンター 9:10着
	14日(水)		志文本町福祉会館 8:00発 → ふじ町内会館 8:10発 → 南コミュニティセンター 8:25着 南町中央会館 8:40発 → 南コミュニティセンター 8:50着
	23日(祝)	いわみざわ健康ひろば	稲穂会館 8:00発 → いわみざわ健康ひろば 8:15着
	24日(土)		北村高齢者福祉センター「えみる」8:00発 → いわみざわ健康ひろば 8:30着
8月	3日(火)	美流渡コミュニティセンター	万字福祉センター 8:00発 → 美流渡コミュニティセンター 8:10着
	5日(木)	北ふれあいセンター 上幌向地区多目的研修会館 駒園連合会館	西川福祉会館 8:15発 → 北盛会館 8:30発 → 北ふれあいセンター 8:40着
	30日(月)		上幌向地区多目的研修会館 8:45発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着
	31日(火)		駒園連合会館 8:00発 → 美園連合会館 8:10発 → いわみざわ健康ひろば 8:20着
9月	10日(金)	いわみざわ健康ひろば	緑が丘連合会館 8:00発 → いわみざわ健康ひろば 8:15着
			利根別会館 8:45発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着
10月	23日(土)		岩見沢市役所栗沢支所 8:30発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着

### なでしこ健診

月	日	健診会場	送迎場所・時間
7月	4日(日)		北村高齢者福祉センター「えみる」8:30発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着
8月	6日(金)	いわみざわ健康ひろば	岩見沢市役所栗沢支所 8:30発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着
10月	25日(月)		幌向総合コミュニティセンター 8:30発 → いわみざわ健康ひろば 9:00着

### レディース健診

月	日	健診会場	送迎場所・時間
10月	1日(金)	いわみざわ健康ひろば	岩見沢市役所栗沢支所 9:00発 → いわみざわ健康ひろば 9:20着
			北村高齢者福祉センター「えみる」12:30発 → いわみざわ健康ひろば 13:00着

#### 送迎を利用される方へお願い

運行表の出発時間の5分前までに必ず送迎場所に来てください。  
申し込みをキャンセルする場合は必ずご連絡ください。



# 対象者および料金 道内トップレベルの低料金!!

協会けんぽ加入の被扶養者の特定健診も受診可能です!

健診種類	検査内容	対象者	健診料金		
			一般	国保加入者	75歳以上、生活保護、市民税非課税
特定健康診査	血液・尿検査、腹囲・血圧測定、身長・体重測定、診察	40歳～74歳の国保加入者 40歳～74歳の協会けんぽ加入の被扶養者	協会けんぽ加入の被扶養者は無料	無料	無料
後期高齢者健康診査		後期高齢者医療加入者	その他の公的医療保険の方は受けられません。		
基本健康診査		40歳以上の生活保護世帯の方			
胃がん検診	胃バリウム検査	40歳以上 (S57.3.31までに生まれた方)	500円	無料	無料
肺がん検診	胸部X線検査		100円	無料	無料
大腸がん検診	便潜血反応検査		300円	無料	無料
前立腺がん検診(男)	血液検査	50歳以上(S47.3.31までに生まれた方) 前立腺の病気で手術または治療中、経過観察中の方は受診不可	500円	無料	無料
子宮頸がん検診(女)	子宮頸部細胞診検査	20歳以上(H14.3.31までに生まれた方)	500円	無料	無料
乳がん検診(女)	マンモグラフィー検査 (乳房X線撮影)	30歳以上(H4.3.31までに生まれた方)	500円	無料	無料
骨粗しょう症検査(女)	骨超音波検査	20歳～70歳 (S26.4.1～H14.3.31までに生まれた方)	1,000円	1,000円	無料 <small>市民健康センター 健診は1,010円</small>
肝炎ウイルス検査 (B型・C型)	血液検査	40歳以上(S57.3.31までに生まれた方) *病院等で検査を受けた方は受診不可	800円	400円	無料
エキノコックス症検査	血液検査	40歳以上(S57.3.31までに生まれた方)	無料		
歯科健診	口腔内診査・歯科指導		無料		
胃がん予防のための ピロリ菌検査	血液検査	40歳以上(S57.3.31までに生まれた方) *1度検査をされた方は受診不要	1,000円 (生活保護世帯は無料)		
風しん抗体検査(男)	血液検査	S37.4.2～S54.4.1までに生まれた方	クーポン券利用で無料※ <small>(必ずクーポン券をご持参ください)</small>		
対がん協会 オプション検診	肺ヘリカルCT、超音波(子宮、乳、腹部)検査等		全額自費になります <small>(料金は申込時にお問合せください)</small>		

※ 令和元年度または令和2年度に発行したクーポン券をお持ちの方は、令和3年度(クーポン券の有効期限は2022年2月まで)も抗体検査を受けることができます。

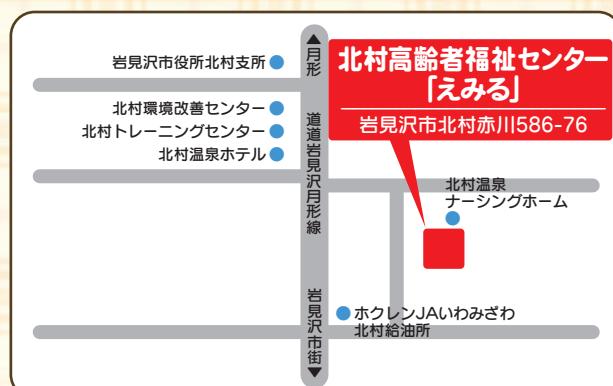
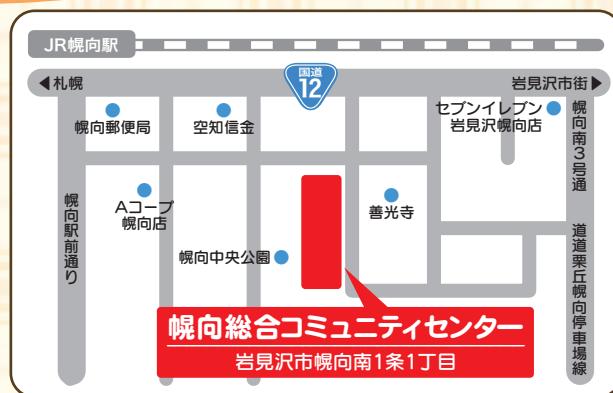
## 注意事項

- 各健診の日時、会場をご確認ください。
- 「いわみざわ健康ひろば」で健診を受ける際は、第2ポルタビル立体駐車場を利用できますが、台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

## 全ての健診は事前予約が必要です

- 健診受診日の3週間前までに申し込みください。  
健診日の1週間前までに健診のご案内と問診票が届きます。  
注意事項を必ず確認してください。申し込みをしたのに届かない場合は、必ずご連絡ください。  
健診結果は、健診後おおむね3週間後に健診結果通知票が届きます。

# 会場地図



〒068-0024 岩見沢市4条西3丁目 であーる岩見沢3階  
岩見沢保健センター

☎0126-25-5540 FAX0126-25-5524