

広報

とまごまい

とどけます まちの こえ まちの いいとこ

2019
7
vol.1796



とまごま
©2011 苫小牧市

特集Ⅰ
夏休み自由研究NAVI

特集Ⅱ
苫小牧アートフェスティバル2019

市政トピックス 第25回参議院議員通常選挙

苫小牧市公式Facebookは
こちらから



電子版の広報とまごまいは
.....こちらから

苫小牧市公式
ホームページ

苫小牧市役所 検索

広報とまごまい 令和元年7月1日発行 第1796号
※紙面に関するご意見・ご感想は下記まで

編集・発行／苫小牧市総合政策部政策推進室秘書広報課
☎0144(32)6108(直通) ☎0144(32)1117

広告

広告

広報とまごまいの電子書籍はこちらから。
www.hokkaido-ebooks.jp

Hokkaido ebooks

北海道内のすべてがそろった「電子書籍」ポータルサイト「Hokkaido ebooks」
Hokkaido ebooks実行委員会(株式会社 須田製版 内) Tel.011-621-1000(代表)



広報とまごまい・広告のご案内

あなたの会社を広報とまごまいでPRしてみませんか?

申し込みは下記の広告代理店へご連絡ください。(金額は税込み)

●5cm×18.5cm (1枠)43,200円 ●13cm×18.5cm (1枠)108,000円

株式会社 北日本広告社 苫小牧支社 ☎0144(36)7751

印刷/須田製版

第25回参議院議員通常選挙

投票日は、参院選の「案内(全戸配布)」、市ホームページなどでお知らせします



選挙管理委員会事務局
投票所入場券・選挙人名簿について・その他
☎(32)6764
期日前投票・不在者投票について
☎(32)6774

■投票できる方

- ①投票日に満18歳以上の方で、本市に公示日の前日まで、引き続き3カ月以上お住まいの方
- ②①のほか、本市から転出した満18歳以上で、本市において引き続き3カ月以上住民基本台帳に記録され、転出後4カ月を経過しない方

※公示日において、本市に転入の届け出をし3カ月に満たない方は、本市の選挙人名簿に登録されていませんので、前住所地の市区町村で投票または期日前投票をするか、不在者投票の手続きをして苦小牧市で不在者投票ができます

■投票所入場券(はがき)

- 選挙人名簿に記載されている住所に、公示日まで郵送する予定です
- 投票所入場券に記載されている投票所を確認してからお出掛けください
- 投票所入場券の再交付を受けた方は、当初の入場券が見つかったも投票所には再交付を受けた入場券をお持ちください

■投票順序・投票用紙

選挙区選挙と比例代表選挙の2つの選挙の投票をします
初めに選挙区選挙の投票用紙(クリーム色)で投票します。次に比例代表選挙の投票用紙(白色)を受け取り投票します。投票記載所は、選挙区選挙用と比例代表選挙用の2カ所になります

●選挙区選挙については、候補者の氏名と党派別を、比例代表選挙については、政党の名称と略称、名簿記載者(候補者)の氏名を掲示します

■特定枠制度の導入

この比例代表選挙から「優先的に当選人となるべき候補者」(特定枠)が氏名掲示に記載されます

■投票用紙の書き方・書き損じ

- 選挙区選挙の投票用紙には「候補者名」を記載してください
- 比例代表選挙の投票用紙には「候補者名」または「政党名」のいずれかを記載してください

■代理投票・点字投票

●体が不自由で投票用紙に自ら記載できない場合には、投票事務従事者が本人に確認のもと記載しますので、投票用紙が破れるなど汚損したときは、投票所の係員に申し出てください。余分なことを書いたりすると無効投票になりますのでご注意ください

- ① 宣誓書の記載が必要です
- ② 不在者投票

●転出先の市区町村で、不在者投票をする
●転入した方
他市区町村の選挙人名簿に登録されている方が、苦小牧市に転入した場合、次のいずれかの方法で投票できます

- 不在者投票施設の指定を受けた病院や福祉施設に入院や入所している方は、施設などで投票ができます。早めに関係者にお申し出ください
- 不在者投票施設を希望する方は、事前に直接または郵送での投票用紙の請求・交付が必要となりますので、早めに本市選挙管理委員会にご連絡ください

●郵便等投票が利用できる方

●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする

●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする

障がい名	障がいの程度		
	1級	2級	3級
両下肢 体幹 移動機能		○	対象外
心臓 じん臓 呼吸器 ぼうこう 直腸 小腸	○	-	○
免疫、肝臓			○
介護保険の 被保険者証	要介護区分 要介護5		

●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする



●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする

■投票日

●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする

●苦小牧市で不在者投票をする
●苦小牧市に戻って、投票日当日の投票または期日前投票をする

選挙投票区および投票所名一覧

投票区	投票所名	住所
第1	苦小牧東小学校	旭町3丁目3-4
第2	苦小牧東中学校	旭町1丁目7-10
第3	若草小学校	若草町1丁目4-5
第4	新中野総合福祉会館	新中野町2丁目3-14
第5	文化交流センター	本町1丁目6-1
第6	苦小牧西小学校	矢代町3丁目7-16
第7	大成小学校	大成町2丁目3-2
第8	西町総合福祉会館	大成町1丁目3-22
第9	北光小学校	北光町3丁目8-2
第10	啓北中学校	啓北町2丁目12-11
第11	見山町総合福祉会館	見山町4丁目7-4
第12	第八区総合福祉センター	緑町2丁目5-13
第13	清水小学校	清水町2丁目10-16
第14	和光中学校	双葉町1丁目11-3
第15	緑小学校	三光町2丁目6-5
第16	住吉コミュニティセンター	住吉町1丁目3-20
第17	美園小学校	美園町4丁目26-2
第18	新明町総合福祉会館	新明町5丁目11-20
第19	苦小牧地域職業訓練センター	新開町4丁目6-12
第20	明野小学校	明野新町6丁目3-1
第21	光洋中学校	光洋町2丁目5-2
第22	糸井小学校	日吉町4丁目12-6
第23	北星小学校	桜木町3丁目8-6
第24	豊川小学校	豊川町4丁目7-14
第25	啓北中学校山なみ分校	有珠の沢町3丁目9-7
第26	しらかば総合福祉会館	しらかば町5丁目6-8
第27	日新小学校	日新町3丁目1-7
第28	柏木町町内会館	柏木町6丁目3-15
第29	泉野小学校	川治町4丁目5-1
第30	澄川小学校	澄川町2丁目4-6
第31	ときわ町総合福祉会館	ときわ町4丁目22-7
第32	錦岡小学校	宮前町2丁目30-2
第33	のぞみコミュニティセンター	のぞみ町1丁目2-5
第34	明徳小学校	明徳町3丁目10-3
第35	樽前交流センター	字樽前85-3
第36	沼ノ端コミュニティセンター	沼ノ端中央4丁目10-16
第37	沼ノ端中学校	東開町6丁目1-2
第38	拓勇小学校	拓勇東町4丁目8-1
第39	ウトナイ小学校	ウトナイ北3丁目2-1
第40	勇弘公民館	字勇弘33
第41	植苗ファミリーセンター	字植苗40-55

○選挙当日の投票は、入場券に記載された投票所にお越しください
○投票所入場券作成日以降に市内で転居した方は旧住所地の投票所で投票になります

広報 とまごまい



2 市政トピックス
第25回参議院議員通常選挙

4 特集Ⅰ
夏休み自由研究
NAVI

6 特集Ⅱ
苦小牧アート
フェスティバル
2019

8 市政トピックス
美術博物館祭2019

9 イベント・info
苦小牧駒澤大学
2019「北駒祭」
オープンキャンパス
PMF2019 苦小牧
公演・PMFオーケストラ
演奏会 ほか

10 カルチャーガイド
おでかけガイド

12 健康ガイド
健康教室/健康相談/
健康NEWS ほか

15 市からのお知らせ
福祉/暮らし/
催し・講座/
スポーツ/相談/募集

25 市政トピックス
第14回全国高等学校選
抜アイスホッケー大会
ほか

26 みんなのひろば
今月の健康インフォメ
ーション/
はちとまネットワーク
通信/編集後記 ほか

表紙から

運動会

晴天の中、6月1日(出)に明野小学校運動会が開催されました。表紙は5、6年生による全員綱引きの様子。紅組と白組に分かれ、チーム全員で掛け声を合わせて元気いっぱい綱を引く子どもたちに、家族や地域の皆さんが大きな声援を送っていました。



6月1日(出)/明野小学校

待ちに待った夏休み！家族みんなで出掛けよう！

夏休み自由研究

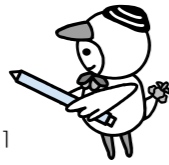
NAVI

自由研究ならおまかせ！君はどれを選ぶ？

調べる学習講座「調べものマスターになろう」

所⑦中央図書館

日7月20日(出) 10時30分～12時
「自由研究をどのように進めたらよいか」
など、作品作りのお手伝いをします！
定小学生とその保護者 定15組 申し込み順
申7月2日(出)から 中央図書館 定(35)0511



夏休み関連資料展示

自由研究や読書感想文に役立つ本、工作に関する本など、夏休みに読みたい本を夏休み期間中展示します。



せせらぎスクール

所①オートリゾート苫小牧アルテン

日7月30日(火) 13時～15時30分
※悪天時は8月5日(月)に延期
覚生川に生息する生物を採取して、
川の水質判定などにチャレンジ！
風車などを自分で作って、自然の力に
ついての体験学習を行います。



▲申し込みは
コチラ

定小学生(小学3年生以下は保護者同伴)
定60人(保護者含む) 申し込み順
申住所、氏名、学年、電話番号、保護者氏名を7月1日(月)～18
日(木)に電話またはファクス、Eメール、申で環境保全課 定(57)
8806 定(57)8809
申kankyo-hozen@city.tomakomai.hokkaido.jp

西町下水処理センター親子見学会

所②西町下水処理センター

日7月30日(火)、8月1日(水) いずれも10時～12時
施設見学とミジンコの観察を行います。
参加者にはミジンコをプレゼント！



定小学生とその保護者 定各日15組 申し込み順 定上靴
申7月1日(月)～25日(木)に電話またはファクスで 西町下水処理
センター 定(73)7528 定(72)2417

夏休み宿題教室 CCS子ども現場見学会

所⑩日本CCS調査(株)苫小牧実証試験センター

日8月6日(火) 12時50分～16時30分
CCSのプラント見学や、二酸化炭素を用いた
楽しい実験を通して、地球温暖化について学ぼう。



集合場所 市役所 定小学4～6年生(親子、兄弟での参加可)
定40人 申し込み順 申住所、氏名、学年、電話番号を電話、
はがき、ファクスまたはEメールで 〒059-1392 真砂町12
日本CCS調査(株)「子ども見学会」係 定(56)3151 定(56)
3177 申info_toma@japanccs.com
申港湾・企業振興課 定(32)6438

発明工夫工作教室「AM/FMラジオを作ろう」

所⑥科学センター

日7月27日(出) 13時～16時
電波やラジオの仕組みを学びます。
はんだごてなどを使って自分だけのラジオを作ろう！
定小学4～6年生とその保護者
定24組(48人) 申し込み順
申7月2日(出)から電話で
科学センター 定(33)9158
申電気工事西川組 定(72)7917



夏休み子どもスペシャル☆

野生動物を守る！
獣医さんと環境省の
おはしゃぎ

所⑬ウトナイ湖野生鳥獣保護センター

日7月27日(出) 10時～12時30分
野生動物の救護体験やごみ拾いなどを通して、
獣医師や環境省職員の仕事を知ろう。
定小学3～6年生 定15人 申し込み順
申7月2日(出)～25日(木)に ウトナイ湖野生鳥獣保護センター
定(58)2231



小学生子ども国際交流バスツアー

所 ほか いかどう地球ひろば(JICA北海道)、
在札幌ロシア連邦総領事館
※いずれも札幌市

日8月1日(水) 9時～17時(予定) ※市役所集合
施設の見学や体験学習を通して、異文化に触れてみよう。

定小学5・6年生 定昼食代 定30人 申し込み順
申協働・男女平等参画室(申でダウンロード可)で配布の参加申込書を、7月19日(金)までに直接または郵送(必着)、
ファクス、Eメール、申で 協働・男女平等参画室 定(32)6157 定(34)7110 申kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp



今回の特集では紹介しきれなかった、イベントや講座がまだまだたくさんあります。
広報とまこまいの「カルチャーガイド」や「市からのお知らせ」などでご確認ください！



夏休みといえば、毎年苦労している子どもたちの自由研究。
そこで今回の特集では、自由研究テーマのヒントになるような、
さまざまなスポットやイベントをご紹介します。家族みんなで読んでください。

1 オートリゾート苫小牧アルテン

道内最大規模の5つ星オートキャンプ場で、年間を通してキャンプが可能。天然温泉やパークゴルフなども楽しめる。
所 字樽前421-4
申 キャンプ場 定(67)2222

3 北海道大学苫小牧研究林

市街地に近く、散策やバードウォッチングを楽しめる。4～10月の毎月最終金曜日は資料館と記念館の一般開放を行っている。
所 字高丘 定(33)2171

4 消防本部庁舎・防災訓練センター

消防施設の見学や消防の仕事を知ることができる。(平日10時～16時、5人以上の団体)申し込みは、電話で消防本部総務課。
所 新開町2-12-7
申 消防本部総務課 定(84)5014

11 リサイクルプラザ苫小牧

リサイクル品の販売や、ごみ処理施設の見学ができる。また、定期的に体験学習などを行っている。施設見学は自由。
所 字沼ノ端2-25
申 定(55)2970

12 勇武津資料館

江戸時代に存在した勇武津会所や八王子千人同心、アイヌの民具、北前船の歴史資料などを展示。生活体験教室も開催している。
所 字勇弘132-32 定(56)0201

13 ウトナイ湖野生鳥獣保護センター

ウトナイ湖の自然や野鳥についてのさまざまな展示のほか、野鳥観察コーナーなど親子で体験できるブースもある。
所 字植苗156-26
申 定(58)2231

苫小牧中心エリア



5 科学センター

科学の不思議を体験することができる。世界初の長期滞在型宇宙ステーション「ミール」やプラネタリウムの見学も無料。
所 旭町3-1-12
申 定(33)9158

6 白鳥王子アイスアリーナ

スケートリンクで夏の暑さを吹き飛ばそう。また、アイスホッケーの全国大会などレベルの高い試合を観戦できる。
所 若草町2-4-1
申 体育協会 定(37)7100

8 サンガーデン

常緑樹をメインに「葉や花に香りのあるもの」「名前はよく知られているが苫小牧地方で見ることができないもの」など、多数の植物を観察できる。
所 末広町3-1-15 定(33)4411

9 美術博物館(あみゅー)

美術館と博物館の複合施設。地域の歴史文化や芸術に触れることができる。特別展や企画展のほか、関連イベントも多数開催。
所 末広町3-9-7 定(35)2550

※休館日などは各施設または申で確認ください



7/27(土)

多彩なワークショップ

7/28(日)

- はくぶつ型ぬき教室
せっけんねんどを使って、化石などの型をとります
回10時～15時 所 美術博物館 直接会場へ 対 小・中学生
- クラフトバンドでコースターをつくろう 当日受付①
回10時～12時 定 45人
- 似顔絵デッサン教室 当日受付①
回10時～12時 定 40人 対 小・中学生
- バルーンアートを作ってみよう! 当日受付①
回10時～12時 定 60人
- 籐(ラタン)で小物入れをつくろう 当日受付①
回11時～13時 定 40人
- 作って育てて! 芝ぼうやをつくろう 当日受付②
ペットボトルと芝の種でかわいい人形作り
回12時30分～14時30分 定 30人
- フラワーアレンジメント教室 当日受付②
回13時～16時 ¥200円 定 30人
- 鉢をカラフルにチェンジ 当日受付②
回13時30分～16時 ¥300円 定 20人
- 木のはしおきを作ろう 当日受付②
回13時30分～16時 定 30人
- ヒップホップダンス教室 当日受付②
回14時～14時30分 定 15人
- 楽しいフラを! (フラダンス教室) 当日受付②
回14時30分～15時 定 20人

- 子ども俳句教室 事前申し込み
回9時30分～12時 所 中央図書館 定 15人
※小学生限定
- 押し花シャープペンをつくろう 当日受付①
回10時～12時
¥200円 定 40人
- 陶芸体験教室 当日受付①②
オリジナルの湯飲みや皿を作ってみませんか?
回10時～12時、13時～15時
¥200円 定 各回30人
- 機織り機で 当日受付①
コースターを織ってみよう!
回10時～12時30分 定 40人
- とまチョップの紙飛行機をつくろう!
回10時～15時 所 美術博物館 直接会場へ
対 小・中学生
- 絵手紙体験教室 当日受付②
回12時30分～15時30分 定 50人
- マッチラベルで 事前申し込み
豆本を作ろう!
マッチラベルを組み合わせ、
世界に一つだけの豆本を作ります
回13時30分～15時
所 中央図書館 定 20人
※小学3年生以下は保護者同伴

- 両日 展示&カルチャーパーク クイズラリー
回27日(土)、28日(日) 10時～15時 所 美術博物館 ほか 直接会場へ 対 小・中学生
- インスタントカメラで遊ぼう! カメラマンはわたし! 子どもたちがカメラマンとなって、公園内で撮影体験をします
回11時～14時 所 出光カルチャーパーク (雨天時は美術博物館) 定 各日100人 直接会場へ

事前申し込みについて 申込期間: 7月2日(火)から各ワークショップ開催日の前日まで
申込方法: 直接または電話で生涯学習課 ☎(32)6752 中央図書館 ☎(35)0511
当日受付について 各ワークショップ開催当日、「総合受付」テント(中央図書館入口前)で受け付け(①9時30分から ②12時から) ※先着順

プログラム

- 開会式
苦小牧藤幼稚園の園児たちによるダンスや、とまチョップが登場!
回27日(土) 11時30分～12時 所 出光カルチャーパーク (荒天時はサンガーデン)
- ストーリーテリングとギターの夕べ
回27日(土) 18時～19時
所 サンガーデン 直接会場へ
ギタリスト:
たけがたかゆき 竹形貴之氏
ストーリーテリング:
おはなしオルゴールギタリスト 竹形貴之氏▶
- 言葉でつむぐアフタヌーン朗読会 事前申し込み
フリーアナウンサーの田中隆子氏による人気の朗読会
回28日(日) 13時30分～14時30分 (開場13時)
所 美術博物館 定 70人
フリーアナウンサー 田中隆子氏▶
- 本のばくりっこ市
持参した本と図書館の本を“ばくりっこ”できます
回27日(土) 10時～14時
所 中央図書館
えほん
- 一般参加団体ステージ発表
さまざまな音楽発表・パフォーマンスをお楽しみください
回27日(土)、28日(日)
所 噴水ステージ、サンガーデンステージ



苦小牧 アートフェスティバル 2019

さまざまなワークショップやステージ発表など、誰でも気軽に楽しめるプログラムをご用意しています。緑あふれる出光カルチャーパークで気軽にアートに触れてみませんか? 皆様のご来場をお待ちしています!



回 7月27日(土) 10時～19時、28日(日) 10時～16時
所 出光カルチャーパーク
詳 生涯学習課 ☎(32)6752

詳しくはをご覧ください
苦小牧アートフェスティバル |

同時開催!
美術博物館祭
8ページをチェック!

リミン 李珉氏 当日受付①②
ワークショップ
●版画と絵画が合体! パン・タブローを作ろう!
柔らかいスチレンボードを使って版を作り、キャンバスにオリジナルの絵を描こう!
回27日(土)、28日(日) 10時～11時30分、13時30分～15時 ¥300円 定 各回25人 ※小学生以下は保護者同伴

ふじさわ 藤沢レオ氏 当日受付①②
ワークショップ
●鉄たたけます。
火で真っ赤に熱した鉄をたたき、ねじり、みがいて、オリジナルキーホルダーを作ろう
回27日(土)、28日(日) 10時～12時、13時30分～15時30分 (28日は14時30分まで)
¥500円 定 27日=40人、28日=30人 ※小学生以下は保護者同伴
オリジナルキーホルダーを作ろう

事前ワークショップ 事前申し込み
●クレヨンで図書館の窓に絵を描こう!
回7月26日(金) 15時～16時30分
所 中央図書館 対 小・中学生
定 3組 (1組3人まで)

とまチョップの「ふわふわ」
なんと!とまチョップの巨大ふわふわが初登場!! 子どもたちが遊べるふわふわ遊具を設置します(雨天中止)
回27日(土) 10時～17時、28日(日) 10時～15時
回当日「総合受付」テント(中央図書館入口前)で随時 ¥200円

事前ワークショップ 事前申し込み
●出光カルチャーパークの魅力発見! ひとコマ漫画を描こう!
公園を散策しながら写真撮影し、漫画の1コマを描こう!
作品は7月23日(火)～28日(日)に中央図書館で展示します(アートフェス終了後に作品は返却)
回7月20日(土) 13時30分～15時、15時30分～17時
所 中央図書館 定 各回15人 ※小学生以下は保護者同伴

アイコンの見方

対象 料金 (料金記載のないものは無料) 定員 持持参する物
申し込み 詳細 電話番号 ファクス

7月7日 10時～18時 (北駒祭)、
11時～15時 (オープンキャンパス)

苫小牧駒澤大学2019「北駒祭」・オープンキャンパス

会場:苫小牧駒澤大学

苫小牧駒澤大学 電話(61)3100 ファクス(61)3333

北駒祭 主なプログラム
●模擬店 ●フロアカーリング ●子ども向けふわふわ遊具
●ビンゴ大会 ●マーチングバンドパフォーマンス

7月10日 8時 (入港予定)～18時 (出港予定)

クルーズ船「にっぽん丸」を迎えよう!

会場:苫小牧港西港区北ふ頭 (キラキラ公園前)

苫小牧港管理組合 電話(34)5905 市港湾・企業振興課 電話(32)6438



クルーズ船「にっぽん丸」が、4年ぶりにキラキラ公園 (北ふ頭)に寄港します。当日は、歓迎セレモニーや名産品販売のブース設置なども行う予定ですので、この機会にぜひキラキラ公園までお越しください

7月15日 18時30分開演 (18時開場)

PMF2019苫小牧公演—
PMFオーケストラ
演奏会

会場:市民会館

生涯学習課 電話(32)6752

第1回PMFにも参加した、世界で活躍する女性指揮者マリン・オルソップ氏を招き、PMFヨーロッパ、PMFオーケストラによる世界トップクラスの演奏を披露します



曲目 チャイコフスキー:ヴァイオリン協奏曲 二長調 作品35 ほか

指定席=3,000円 (当日3,500円)、自由席=2,000円 (当日2,500円)、学生 (高校生以上)=各席1,000円引き、小・中学生=無料 (生涯学習課で配布の整理券が必要)

チケット販売 各コミセン、市民会館、文化会館、アイビー・プラザ、備さいとう楽器、(株)エルム楽器苫小牧店、チケットぴあ、ローソンチケット、生涯学習課、PMF組織委員会 1,564席

8月2日 18時～21時 (予定)

障がい者向け花火観覧スペースの観覧者募集

会場:市役所 障がい福祉課 電話(32)6356

市役所内に特設観覧スペースを設置します ※雨天時は中止

次のいずれかに該当する方 ①18歳未満で障がいの手帳を持っている ②18歳未満で障害福祉サービスを利用している ③日常的に歩行が困難 (常時車いす使用) 定20組 抽選 持車椅子 (必要な方のみ) 田はがきに対象の区分 (①～③のいずれか)、住所、氏名、電話番号、付添人の氏名 (2人まで)・続柄 (18歳未満の方は保護者同伴)、駐車場利用希望 (1台まで)の有無を記載し、7月12日(金)までに郵送 (消印有効)で 障がい福祉課 ※はがき1枚につき1組

8月2日 19時～21時30分

親子ペア花火&産業夜景バスツアー

会場:公設地方卸売市場、西港周辺 苫小牧観光協会 電話(34)7050

とまこまい港まつりの花火大会を間近で観賞し、併せて西港周辺の工場夜景スポットを巡るバスツアー (雨天中止時は夜景ツアーのみ)

保護者1人と子ども1人 (5歳～小学3年生) ※他の組み合わせでは応募できません 定20組 (40人) 抽選 持雨具など 田7月19日(金)までに往復はがき (消印有効)で、往信用裏面に住所、氏名、年齢、電話番号。返信用表面に住所、氏名を記載し 〒053-0022 表町5-11-5 ふれんどビル1階 苫小牧観光協会バスツアー係 ※1枚で2組 (4人) まで応募可能



とまこまいで開催される
イベント情報をお届け!



アイコンの見方

とき 所とところ 対象 料金 (料金記載のないものは無料) 定員 持持参する物
申し込み 詳細 電話番号 ホームページアドレス

美術博物館祭2019 所詳美術博物館 電話(35)2550

「美術博物館祭」は、美術博物館で見て、学んで、楽しむイベントです。夏休みは家族みんなで美術博物館に遊びに来ませんか?

7月26日(金)～28日(日)
※26日、27日は20時まで開館

特別展 一般600円、高大生400円
中学生以下無料
常設展 一般300円、高大生200円
中学生以下無料
※5=当日有効の常設展観覧券 提示で無料

プログラム一覧	26日	27日	28日
みる	①特別展「第一洋食店の100年と苫小牧」 ②中庭展示 Vol.12「半谷学 花降り-Flower Fall-」 ③「資料と映像表現の出会い@ミュージアム」:上映会	● ● ●	● ● ●
まなぶ	④「資料と映像表現の出会い@ミュージアム」: レクチャー&座談会	●	
つくる	⑤「資料と映像表現の出会い@ミュージアム」: ワークショップ		●
ナイトプログラム	⑥ナイトツアー ⑦バックヤードツアー (夜間版) ⑧特別展 解説会	● ● ●	
オープンプログラム	⑨はくぶつ型ぬき教室 ⑩とまチョップの飛行機をつくろう! ⑪展示&カルチャーパーク・クイズラリー	● ● ●	● ● ●

※④⑤は事前申し込みが必要。タイムスケジュールなどの詳細は、
またはイベント案内チラシをご覧ください



注目のプログラムをご紹介します!!

1 特別展 「第一洋食店の100年と苫小牧」

苫小牧の駅前中心街にある第一洋食店は、大正8(1919)年に創業した苫小牧の老舗洋食店です。店の歴史は、王子製紙(株)苫小牧工場創業をはじめとする苫小牧の近代化と歩みを共にしています。第一洋食店の歴史をひもとくと、大正・昭和・平成・そして令和へとつながる苫小牧100年の歴史がみえてきます
展示期間 7月13日(土)～9月16日(月)



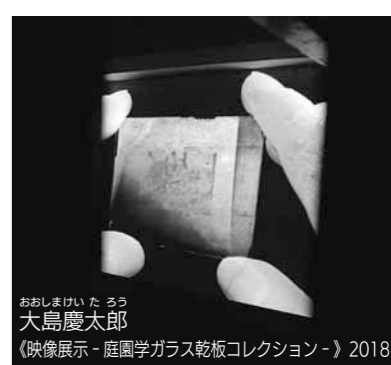
▲第一洋食店



▲第一洋食店 メニュー表

4 「資料と映像表現の出会い@ミュージアム」:
レクチャー&座談会

資料を素材にした映像作品を紹介しながら、その意義や表現の可能性について、研究者と映像作家の双方の視点から考えます



おしまけいたろう 大島慶太郎 (映像展示-庭園学ガラス乾板コレクション-) 2018

7月27日(日) レクチャー=13時30分～14時
座談会=14時10分～15時30分
定80人 田7月2日(火)～26日(金)に電話で

5 「資料と映像表現の出会い@ミュージアム」:
ワークショップ

映像作家の大島慶太郎氏と一緒に美術博物館で動画を作ります

7月28日(日) 10時30分～12時
小学生以上 (小学2年生以下は保護者同伴)
定10人
持 デジタルカメラ (貸出可) ※高校生以上は常設展観覧券が必要
田7月2日(火)～26日(金)に電話で
※成果展示: 10月5日(土)～11月24日(日)

9 はくぶつ型ぬき教室

せっけんねんどを使って化石などの型をとります



おでかけ ガイド



お子様と楽しみながら参加できる イベント情報です！

申し込み・問い合わせは、各施設へ電話してください。

アイコンの見方

日 とき 所 ところ 対 対象 内 内容
申 申し込み 詳 詳細 電 電話番号

料 料金(料金記載のないものは無料) 定 定員 持 持参する物
フ ファクス H ホームページアドレス E メールアドレス



カルチャー ガイド

文化の魅力に触れ、体感することが できるイベント情報です！

申し込みは、各施設へ。

子育て支援センター

☎(33)4751

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
アロマスプレー作り	虫よけスプレーまたはルームスプレーを作る 講師 佐藤理香(さとうりか)氏	7月19日(金) ①10時～10時45分 ②11時～11時45分	①1歳6カ月～3歳 ②0歳～1歳5カ月の子どもと保護者	¥400円 当日納入 定各10組 申し込み順	7月10日(休) 9時30分から電話で
栄養士と話そう	乳幼児期の食について	7月24日(水) 14時30分～15時30分	11カ月～1歳6カ月の子どもと保護者	定15組 申し込み順	7月10日(休) 9時30分から電話で
ふるさと海岸で遊びましょう	海を眺めながら親子で砂遊びを楽しむ ※雨天時は支援センター	7月26日(金) 10時～11時30分	1歳6カ月～就学前の子どもと保護者	定20組 申し込み順 持 着替え、帽子、タオル、飲み物	7月18日(休) 9時30分から電話で

あけの保育園子育てルーム

☎(57)3576

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
手形アート	子どもの手・足形をかわいくデコレーション	7月5日(金) 10時～11時30分	0歳～就学前の子どもと保護者(託児あり)	¥800円 当日納入 定6組 申し込み順 持 はさみ、のり	7月3日(休) 9時30分～15時30分に電話で
食育講習会 手作りおやつ	豆腐を使ったおやつ作り方を学び、試食する	7月9日(火) 14時～15時	離乳食完了後～就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥250円 当日納入 定8組 申し込み順 持 飲み物	7月4日(休) 9時30分～15時30分に電話で
ヨガ講座	講師の方の指導で心身ともにリフレッシュ	7月24日(水)、31日(水) 10時～11時	0歳～就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥600円 当日納入 定各15人 申し込み順 持 ヨガマット、飲み物	7月17日(休) 9時30分～15時30分に電話で
怒鳴らない子育て講座	あけの保育園・小松すみ保育士による子育て講座	7月25日(木) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定6組 申し込み順	7月18日(休) 9時30分～15時30分に電話で
小学生との交流会	水遊びやボディペイント	8月2日(金) 10時30分～11時30分	1歳～小学生の子どもと保護者(託児あり)	定10組 申し込み順 持 着替え、汚れてもよい服装	7月22日(月) 9時30分～15時30分に電話で

錦岡保育園子育てルーム

☎(68)6655

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
手づかみできる離乳食作り	形状や固さから、かむことの大切さを知る	7月24日(水) 14時～15時30分	7～11カ月の子どもと保護者	¥250円 当日納入 定8組 申し込み順	7月9日(火) 9時30分～16時に電話で
コミセン出張講座「ミニ運動会ごっこ」	親子で体を動かして遊ぶ	8月6日(火) 13時30分～14時30分	1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	定10組 申し込み順	7月23日(火) 9時30分～16時に電話で

沼ノ端おひさま保育園子育てルーム

☎(55)0705

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
看護師講座	日常生活での危険回避や対応など	7月12日(金) 13時30分～14時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	定8組 申し込み順 持 受付時に伝えます	7月5日(金) 12時30分～16時に電話で
寒天遊び	感覚遊びとして、寒天に触れて楽しく遊ぶ	7月22日(月) 9時30分～10時30分	0歳～就学前の子どもと保護者	定8組 申し込み順 持 受付時に伝えます	7月8日(月) 12時30分～16時に電話で
水遊び	水に触れて丈夫な体作り	8月2日(金) 10時～11時	0歳～就学前の子どもと保護者	定8組 申し込み順 持 受付時に伝えます	7月26日(金) 12時30分～16時に電話で

施設名	住所	電話番号	利用時間	休館日
子育て支援センター	本幸町1-2-21	(33)4751	9時30分～16時	日曜、祝日
あけの保育園子育てルーム	明野新町5-13-30	(57)3576	9時30分～12時、13時30分～16時	
錦岡保育園子育てルーム	宮前町2-28-15	(68)6655	9時～12時、13時30分～15時30分	
沼ノ端おひさま保育園子育てルーム	沼ノ端中央4-12-27	(55)0705	9時～11時30分、13時～15時30分	
住吉児童センター	住吉町2-5-17	(36)1448	9時30分～14時	土・日曜、祝日
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時30分～14時	祝日
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655		
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393	9時30分～12時	
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371		
大成児童センター	大成町1-11-21	(75)1841		
北栄児童センター	北栄町3-3-3	(82)7069	9時～17時	日曜、祝日

※子育てルームの利用時間などの詳細は、各園にお問い合わせください
※左記の児童センターの利用時間は幼児専用のもので、ただし、児童が学校へ行っている日の施設開放なので、センターによっては土曜日や長期休業日などは幼児の利用はできません



科学センター

☎(33)9158 利用時間 9時30分～17時 休館日 1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
星空観望会	プラネタリウム星空解説と天体望遠鏡で月と木星を見る	7月12日(金) 19時～20時	☎一般(中学生以下は保護者同伴) 申 直接会場へ ※悪天候時はプラネタリウム室で星空解説のみ
科学のびっくり箱！なぜなにレクチャー「もけいひこうき」	飛行機が空を飛ぶ原理や構造を学び、模型キットを組み立て、実際に飛ばす	7月21日(日) 10時～12時	☎小学4～6年生 定40人 申し込み順 申 7月2日(火)からトヨタ自動車北海道㈱ ☎(http://www.tmh.co.jp/nazenani-reservation/)で ※電話不可 問い合わせ ☎(52)3223・3265
夜間開館	本館およびミール展示館の夜間開館、ミニ工作教室やデジタルプラネタリウム、星空観望(好天時のみ)	7月31日(水) 17時～20時30分	☎小学生以上(中学生以下は保護者同伴)
科学ふれあい教室	アイスクリームを作る	8月3日(土) 10時～12時	☎小・中学生(保護者同伴可) 定16組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 申 7月10日(休)から電話または☎で
夏休み工作教室	からくり宇宙飛行士を作る	8月8日(休) 10時～12時	☎小・中学生(保護者同伴可) 定16組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 申 7月3日(休)から電話または☎で
こども環境工作教室	太陽光発電を利用した電子工作を行う	8月9日(金) 10時～12時	☎小学5年生～中学生(保護者同伴可) 定6組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 申 7月4日(休)から電話または☎で

中央図書館

☎(35)0511 利用時間 9時30分～20時 休館日 1日(月)、8日(月)、22日(月)、26日(金)、29日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
図書館ミニシアター	●7月7日(日)「ギフテッド」 ●7月14日(日)「忍たま乱太郎の宇宙大冒険withコスミックフロント☆NEXT火星の段」 ●7月21日(日)「グレイテスト・ショーマン」いずれも13時30分から		☎一般(7日、21日)、子ども(14日) 定70人 申 直接会場へ
図書館ナイトミニシアター	●7月10日(水)「バリの恋人」 ●7月24日(水)「ぼくたちと駐在さんの700日戦争」いずれも17時45分から		☎70人(中学生以下は保護者同伴) 申 直接会場へ
読み聞かせ	●7月7日(日) 14時～15時 しぜんたんけん！おはなし会 ●7月13日(土) 11時～11時30分=当日発表 ●7月21日(日) 14時～14時30分 「じごくのそうべい」ほか ●7月27日(土) 11時～11時30分、14時～14時30分=当日発表		☎7日は出光カルチャーパーク(雨天時はサンガーデン) 定40人 申 直接会場へ
ミニワークショップ	「七夕かざりをつくろう!」	7月6日(土) 14時～15時	☎小学生 定8人 先着順 申 直接会場へ
サトシンさん絵本ライブ「絵本よみまショー」	絵本作家サトシンさんによる絵本の読み聞かせなど	7月18日(休) 10時30分～12時	☎70人 申し込み順 申 7月17日(休)まで 9時30分から
赤ちゃんを楽しむ絵本ひろば みみ先生とえほん編	みみ先生こと松嶋珠子(まつしまけいこ)氏による絵本の読み聞かせや絵本紹介、読書相談など	7月19日(金) 10時～11時	☎0～1歳児と保護者 定15組 抽選 持 図書館利用カード、バスタオル 申 7月2日(火)～9日(火) 9時30分から
調べものマスターになろう!	百科事典の使い方や調べることの楽しさを学ぶ、夏休みの自由研究に役立つ講座	7月20日(土) 10時30分～12時	☎小学生と保護者 定15組 申し込み順 申 7月2日(火) 9時30分から
ストーリーテリングおはなしの時間	「金いろとさかのおんどり」	7月20日(土) 14時～14時30分	☎40人 申 直接会場へ
青空こどもとしょかん	青空の下、公園内の木陰などでの絵本の読み聞かせや紙芝居など	8月1日(休) 10時～11時	☎出光カルチャーパーク(雨天時は図書館) 持 帽子、飲み物 申 直接会場へ

美術博物館(あみゅー)

☎(35)2550 利用時間 9時30分～17時 休館日 1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
中庭展示 Vol.12 半谷学「花降り—Flower Fall—」	「再生」をテーマに植物をはじめ自然をモチーフとする立体作品を制作している半谷学(はんが いまなぶ)氏による展示	☎展示期間 9月16日(月)まで	☎一般600円、高大生400円、中学生以下無料
古文書解説講座中級編(全2回)	特別展「第一洋食店の100年と苦小牧」に関係した資料を読む ※特別展の詳細は8ページ	7月21日(日)、8月4日(日) 13時30分～15時30分	☎高校生以上 定30人 申し込み順 申 電話で
特別展「第一洋食店の100年と苦小牧」展示解説会	特別展を担当学芸員が分かりやすく解説	7月27日(土) 18時、28日(日) 13時30分	☎観覧料が必要 申 直接会場へ
美術博物館祭2019	美術博物館で見て学んで、楽しむイベント ※詳細は8ページ	7月26日(金)～28日(日) ※26日、27日は20時まで開館	☎特別展、中庭展示、常設展示は観覧料が必要
食と音楽を愉しむ 第一洋食店創業100年記念ランチ会	100年前の第一洋食店創業日にちなみ、大正時代から伝わる料理とクラシック音楽を愉しむ	8月10日(土) 12時 ※第一洋食店集合	☎高校生以上 定30人 申し込み順 申 7月14日(日)から電話で

保健センター(ハスカッププラザ)

●健康教室・健康相談 100とまチョップポイント 保健センター 電話(35)2800					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
燃やそう体脂肪！ ステップエクササイズ (全6回コース)	10日～★8月28日 毎週水曜日 10時～11時	15人	音楽に合わせてステップ台を昇降する 有酸素運動が中心 (20～64歳で運動制限のない方)	室内用運動靴、 タオル、飲み物	事前予約必要 (申し込み順) 1日(月)から受付開始
簡身体験！ ストレッチポール	22日(月) 13時30分～14時30分		ストレッチポールを使い、姿勢の改善 や筋トレを紹介 (20歳以上で運動制限のない方)		
70歳からの 健やか体操教室	29日(月) 13時30分～14時30分	7人	体力測定、筋トレ、脳トレ、ストレッチ (70歳以上で運動制限のない方)		
栄養教室 栄養素を捨てない！ 夏野菜の食べ方	25日(木) 13時30分～14時30分	15人	旬の野菜の上手な取り方を知る ※試食付き (20歳以上の方)	¥200円	
マシンから始める！ からだづくり	毎週月・木曜日 9時30分～11時30分 ※15日を除く	なし	マシンを利用した筋トレ、有酸素運動 (健康教室などに参加された方で、運 動制限のない方)	室内用運動靴、 タオル、飲み物	直接会場へ
健康・栄養相談	8日(月) 8時30分～10時30分		保健師・栄養士による相談、血圧、体重 測定など (20歳以上の方)	なし	
健幸レストラン	18日(木) 12時～13時30分	30人	保健センター管理栄養士と料亭於久 仁のコラボランチを食べながら健康 的な食事を学ぶ ※200とまチョップポイント	¥1,000円 ※3種類以 上のがん検診受診者の 方は結果票持参で700円	事前予約必要 (申し込み順) 16日(木)まで受け付け

●健康診断 ※総合健康診断はポイント対象外。特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診は100とまチョップポイント 保健センター 電話(35)0001					
名称	とき	料金	対象	内容	申し込み
総合健康診断 (短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付＝8時～10時	27,540円	希望者	事前予約必要。詳しくは、 問 または保健センターへ (受付時間は個別に案内)	
特定健診(プレ特定健診)・ 後期高齢者健診	11日(木)、18日(木) 受付＝8時～10時 21日(日) 受付＝8時～9時	加入保険により 異なります	該当者 各40人	血液検査 (注)「特定健診(プレ特定健診)・後期高 齢者健診」については各加入保険先か ら送付される案内をご覧ください	

●がん検診 100とまチョップポイント 保健センター 電話(35)0001				
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	16日(木)、★8月6日(木) 受付＝13時～14時30分	保健センター	子宮＝各50人 乳＝各30人	大腸がんは7日前、 その他は前日までに 保健センターへ (申し込み順)
胃・肺・大腸	11日(木)、18日(木) 受付＝8時～10時 21日(日) 受付＝8時～9時		胃・肺のみ 各30人 大腸は定員なし	
胃・肺・大腸・ 特定健診	11日(木) 7時30分 光洋町総合福祉会館集合	ときわ町総合福祉会館	胃・肺・特定健診のみ 各30人 大腸は定員なし	
	18日(木) 7時30分 新中野総合福祉会館集合			
	17日(木) 8時～10時			
	22日(月) 8時～10時			
	★8月2日(金) 8時～10時	しらかば総合福祉会館		
	★8月7日(木) 8時～10時	明野柳町総合福祉会館		

検診名	胃がん①	胃がん②	肺がん	大腸がん	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②
対象	平成31年4月1日から令和2年3月31日までに以下の年齢になる方 (胃がん内視鏡検査・乳・子宮頸がんは偶数歳になる方)					平成31年4月1 日時点で40歳で あった女性	平成31年4月1 日時点で20歳で あった女性		
	50歳以上		40歳以上		40歳以上 50歳未満	20歳以上	20歳以上で問診 により必要な方		
内容	内視鏡検査	バリウムによる 胃部エックス線	胸部 エックス線	免疫便潜血検査 2日法	マンモグラフィ	頸部(けいぶ) 細胞診検査	体部細胞診 検査	乳・子宮頸がん検診は、同一年度内に①か ②のどちらか一方しか受診できません	
料金	2,000円	1,500円	200円(かくだん検 査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料
	無料の方 ●生活保護世帯の方 ●市民税非課税世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方 ●一定の障がいがある65～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方							無料クーポン券と保険証などの 身分証明書をお持ちください	

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます
 ※がん検診は市内医療機関でも実施しています
 ※女性限定がん検診も実施しています。詳細は14ページをご覧ください

子どものための健診・教室 教育・福祉センター3階 健康支援課 電話(32)6411				
名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室 「2か月児」	25日(木) 9時30分～10時40分	令和元年5月生ま れの子*と親 各40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤 ちゃんの育ち方、簡 単ストレッチ	開催日の2日 前までに健康 支援課へ ※対象月を過 ぎたお子さん についてはご 相談ください
赤ちゃん教室 「7か月児」	12日(金)、26日(金) 14時15分～16時	30年12月生まれ の子*と親 各30組 申し込み順	12日＝これからの 発達を考えよう びょう、赤ちゃん と遊ぼう 26日＝離乳の進 め方、お口のケア と相談タイム	
赤ちゃん教室 「12か月児」	24日(水) 9時30分～11時	30年7月生まれ の子*と親 各30組 申し込み順	元気に遊ぼう親 子遊び、母親交 流会	
「1歳6か月児」 健康診査	16日(火) 9時30分～ 10時45分、17日(水) 9時 30分～10時45分	29年12月生まれ の子(2歳未満の未 受診児についても ご相談ください)	心身の発達状況 の確認	対象者に通知
「3歳児」 健康診査	17日(水) 13時～14時 30分、18日(木) 9時 30分～10時45分、13 時～14時30分	28年6月生まれ の子(4歳未満の未 受診児についても ご相談ください)		
BCG接種 電話(32)6407	8日(月)、22日(月) 接種開始時間＝い ずれも14時から (受付＝13時30分～ 14時30分) 直接会場へ	1歳に至るまでの 乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後5～ 8カ月 2.接種できない方 ●ジフ テリア・百日せき・不活化ポリオ・破 傷風、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種 後6日以上たっていない方 ●37.5度 を超える発熱があったり、重い病 気の方や以前に予防接種で強いアレルギー 反応があった方 ●母子健康手帳、予防票、バスタオル 保護者同伴。接種後27日間は他の予 防接種は受けられません	

市民健康教室 100とまチョップポイント 健康支援課 電話(32)6407			
とき	ところ	内容	申し込み
11日(木) 13時から	住吉コミセン	正しい薬との付き合い方 ～薬の効果と副作用～	直接会場へ
★8月8日(木) 13時から	沼ノ端コミセン	知っていますか？3次喫煙！ ～タバコがもたらす影響～	

エキノコックス症検診 健康支援課 電話(32)6407			
とき	ところ	対象	検査方法
26日(金) 10時45分～11時15分	保健センター (ハスカッププラザ) 直接会場へ	小学3年生以上で、過去5年 間検診を受診していない方	採血による 血清検査

ピロリ菌検査(救済措置) 健康支援課 電話(32)6407		
とき	対象	申し込み
★8月5日(月)～16日 (金)に提出	今年度のピロリ菌検査を受けていない市内の 中学2年生	1日(月)～12日(金)に 電話で

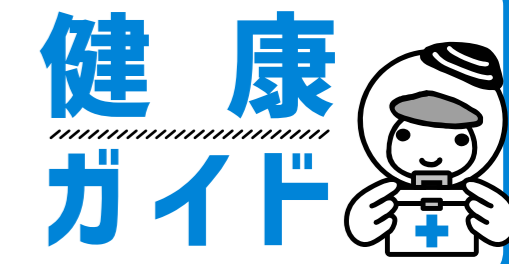
夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 電話(32)0099
 診療科目 | 内科、小児科
 診療時間 | 平日 午後7時～翌朝7時
 土曜日 午後2時～翌朝7時
 休日 午前9時～翌朝7時

救急時、受診先が分からないときは
 ☎「北海道救急医療・広域災害情報システム」
 電話0120(20)8699、携帯電話・PHSの方は
 011(221)8699
 夜間子どもが急病にかかったとき
 ☎「小児救急電話相談」
 電話#8000または011(232)1599

とまこまい医療介護連携センター

☎「医療と介護の相談窓口」
 電話(37)0177



7月の休日当番病・医院

診療時間 | 内科、外科＝9時～17時
 歯科＝9時～12時
 ホームページでもご覧になれます
 健康支援課 電話(32)6407

7/7 日

- 内科 沖医院 電話(32)8870
- 外科 勤医協苫小牧病院 電話(72)3151
- 歯科 くらまざわ歯科医院 電話(61)7711

7/14 日

- 内科 いまい内科クリニック 電話(37)8686
- 外科 同樹会苫小牧病院 電話(36)1221
- 歯科 関歯科医院 電話(32)6400

7/15 月

- 内科 苫小牧消化器外科 電話(51)6655
- 外科 苫小牧消化器外科 電話(51)6655
- 歯科 たかまつ歯科医院 電話(57)2300

7/21 日

- 内科 浪岡内科消化器科クリニック 電話(51)2811
- 外科 苫小牧日翔病院 電話(72)7000
- 歯科 橘歯科医院 電話(75)7527

7/28 日

- 内科 たかぎ内科・循環器内科 電話(53)7700
- 外科 ケーアンドエークリニック 電話(71)2000
- 歯科 田中歯科医院 電話(76)0056

今月の

市からのお知らせ



- 福祉
- 暮らし
- 催し・講座
- スポーツ
- 相談
- 募集
- とまチョップポイント対象事業

8月19日(月)・21日(水) 9時30分～15時

育児の援助を行いたい方向けの養成講習会

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

プレミアム付商品券事業について(対象者限定)

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください

住民税非課税の方(生活保護世帯の方などを除く)を対象に「苫小牧市プレミアム付商品券 購入引換券交付申請書」を7月下旬以降に発送予定です。購入をお考えの方は、申請書を返信用封筒に入れて郵送してください



福祉

地震被害への義援金の第3次配分について

平成30年北海道胆振東部地震被害に対して北海道に寄せられた義援金の苫小牧市への第3次配分が決定し、苫小牧市災害義援金配分委員会において、被災者への配分内容は次のとおりとなりました。●配分額 3千674万円●配分内容 重傷者11人当たり20万円・7件、50万円・1件 住家の半壊11世帯当たり15万円・3件 50万円・1件 住家の一部損壊11世帯当たり8万円・289件、10万円・117件 ※過去の配分残金93万円は今回の配分に含む●配分方法 6月に対象者へ口座振込

障がい者のスポーツレクリエーション教室「ポッチャ教室」

7月20日(土) 10時～12時 所 福祉ふれあいセンター 対 市内在住の障がい者とその援助者、障がい者スポーツに興味のある方 定 40人 申し込み順 持室内用運動靴、飲み物 申 7月1日(月)～17日(水)に電話またはファクス、Eメールで スポーツ都市推進課 011-349-6001 FAX 011-349-7717 sports@city.tomakomai.hokkaido.jp

高齢者交通安全運転体験会

8月21日(水) 13時から 所 苫小牧中野自動車学校 対 65歳以上の運転免許所有者 内 運転適性検査および安全講習会 定 10人 申し込み順 申 7月1日(月)から電話で 安全安心生活課 011-326-287

30分、23日(金)・26日(月)・29日(木) 15時、30日(金) 9時30分～12時30分 所 男女平等参画推進センター 対 20歳以上で保育に熱意をお持ちの方 定 20名 開講日納入 申 2千円 開講日納入 申 身分証明書(運転免許証、健康保険証など)を持参し、7月8日(月)～8月15日(木)に直接 ファミリーサポートセンター(教育・福祉センター) 011-847-266 ※育児の援助を受けた方は随時募集中 詳 子育て支援課 011-326-369

保健所の相談、検査

所 苫小牧保健所 電 (34)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	19日(金)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必要
こころの健康相談	18日(木)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	2日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	2日(火) 16日(火)	13時から 30分程度 対 18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	16日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	予約は 011-(35)7474
HIV検査 (エイズ相談)	2日(火) 3日(水) 16日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

7月の献血

所 健康支援課 電 (32)6407

4日(水)	9:30～12:30	北海道電力苫小牧支店
11日(水)	9:00～12:00	苫小牧地区自動車整備協同組合
19日(金)	9:30～11:40	フードD365見山山彩館
	14:40～16:30	苫小牧港湾合同庁舎
23日(火)	9:30～11:30	苫小牧東
	12:00～13:00	櫛ダイナックス
24日(水)	14:30～16:30	北海道石油共同備蓄機北海道事業所
	9:30～11:30	イオンモール苫小牧
29日(月)	12:45～16:30	
	9:30～12:00	東日本高速道路苫小牧管理事務所(西IC)
30日(火)	13:30～14:30	第1学校給食共同調理場
	15:00～16:30	勤医協苫小牧病院
30日(火)	13:00～16:30	王子総合病院

10とまチョップポイント引換券をプレゼント! ※日時などが変更になる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPをご確認ください

健康 NEWS

Mom's サロン Oasis

7月25日(水) 10時30分～11時30分 (受付10時15分)

所 教育・福祉センター 直接会場へ 対 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども 内 セラピューティック・ケア、おしゃべりタイムなど 持 母子健康手帳、バスタオル 詳 健康支援課 011-(32)6411

運動機能向上講座 「体いきいき! 若返り講座」

7月24日(水) 10時～12時 所 総合体育館 対 65歳以上の方 定 30人 申し込み順 持 室内用運動靴、飲み物 申 7月1日(月)から前日までに電話で 介護福祉課 011-(32)6347

リレー・フォー・ライフ・ジャパン 女性限定がん検診

子宮・乳・胃・肺・大腸 8月24日(土) 8時～10時 ※胃がんはバリウムのみ 対 13ページ「がん検診」対象に該当する方 子宮・乳 8月24日(土) 午後(時間は個別に案内) 対 ¥乳がん=39歳以下の方、41歳以上で奇数歳の方(年度内)、6,090円～ 子宮がん=19歳以下の方、21歳以上で奇数歳の方(年度内)、3,100円～ 所 申 7月31日(水)までに保健センター 011-(35)0001 ※託児あり(事前予約)

がん患者交流サロン

市立病院 7月8日(月) 13時30分～15時 内 大切な人ががんになったとき～ご家族限定交流会～ 王子総合病院 7月9日(火) 13時30分～15時 内 抗がん剤治療～起こりうる副作用と特徴～ 対 市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ) 詳 健康支援課 011-(32)6407

ニッセイ健康応援セミナー Mrs.QUEEN に学ぶ「健康ウォーキング」

7月27日(土) 13時～14時30分 講師 Mrs.QUEEN2016グランプリ 松田さなえ氏 定 50人 申し込み順 所 申 7月19日(金)までに電話で 日本生命保険相互会社(錦町) 011-(35)6601 詳 健康支援課 011-(32)6407

ライススポーツセミナー “地産地消”で食とカラダづくり教室

7月31日(水)、8月1日(木) 11時～13時30分(受付10時30分) 所 アイビー・プラザ 持 運動靴(子ども用) 対 小学校高学年の子どもと保護者(2人1組) 定 各日35組 抽選(当選者のみ後日案内送付) 申 参加希望日、郵便番号、住所、親子の氏名、性別、年齢(学年)、電話番号を、7月19日(金)までにファクスまたはEメールで 北海道米事務局 011-(222)5555 FAX 011-(261)6428 E kome@prc.ne.jp 詳 健康支援課 011-(32)6407

広告

福祉

RUNととも オレンジ色に染める

認知症の人やその家族、支援者、地域の人... 応援よろしくお願いします！

7月6日(日) 8時30分... 白老社台店(市内2コース)...

暮らし

国民年金からのお知らせ

7月1日(月)から、令和元年度の申請を受け付けます

国民年金保険料免除

本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の方... 免除額全額、4分の3、半額、4分の1のいずれか

国民年金保険料納付猶予

50歳未満で本人、配偶者の前年所得が一定額以下の方... 額以上でも対象となります

夏の交通安全運動

期間 7月11日(木)～20日(土)

実施運動の内容

●居眠り運転などの観光レジャー型の交通事故防止... ●自転車の二輪車の交通事故防止... ●全ての座席のシートベルト・チャイルドシートの正しい着用... ●飲酒運転根絶

7月は子どもを守り心育てる運動の強化月間

7月1日(月) 17時30分... 所市役所中央ロビー... 詳細は電話(32)6148

軽自動車二輪の届出手続き窓口・届出書の様式が変わります

窓口に室蘭運輸支局 室蘭市日の出町3-4-9... HP (http://www.tb.mlit.go.jp/hokkaido/tourku/tourku_top.html)...

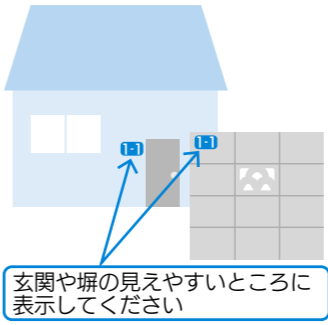
福祉

国民健康保険証は8月更新です

新しい国民健康保険証が7月31日(水)までに届かない場合は、ご連絡ください。なお、期限の切れた旧保険証は、国保課、各出張所・証明取扱所に返却してください

住居番号表示板表示のお願い

住居番号表示板は、住居表示整備が完了している地区の住所を表すプレートで、住居番号の表示義務は法律や条例で定められています。住居番号表示板を表示することで建物の場所が分かりやすくなります。住民課で無料配布していますので、ご協力ください



玄関や塀の見えやすいところに表示してください

情報公開制度と個人情報保護制度の利用状況(平成30年度)

情報公開制度

住居番号表示板は、住居表示整備が完了している地区の住所を表すプレートで、住居番号の表示義務は法律や条例で定められています。住居番号表示板を表示することで建物の場所が分かりやすくなります。住民課で無料配布していますので、ご協力ください

日本政策金融公庫主催 女性のための創業相談会

8月2日(金) 10時～16時

内創業に関する疑問や創業計画書の作り方、融資審査の進め方などに関する相談... 所市役所男女平等参画推進センター

求人情報サイト「とまごJob」

仕事をお探しの方... 求人受付について... 令和2年3月新規高卒者の求人受付について

令和2年3月新規高卒者の求人受付について

地元での就職を強く希望する高校卒業予定者が、早期に就職先を決定することができるよう、早期求人提出をお願いします。新卒求人の提出・ご相談は、ハローワーク苫小牧まで

福祉

システムメンテナンスによるコンビニ証明書交付サービスの停止

7月26日(金)17時～29日(月)6時30分... 市内の病医院・介護事業所などに関する情報公開について

市内の病医院・介護事業所などに関する情報公開について

市内の医療・介護サービス提供機関の連絡先や所在地などを掲載しています。詳しくはとまごまい医療介護連携センターHP (http://toma-renkei.jp/branch/index.php) をご覧ください



熱中症を防ぎましょう

市内を中心とした企業が抱える課題の解決や新規の事業化プロジェクトの構築支援を行い、中小企業の振興を図るため、専門家が企業が抱える課題の解決を支援します

夜間の漏水調査の実施について

腕章および身分証を携帯した調査員が、騒音の少ない23時～5時に漏水音を聞き取る調査を行います。調査員が無断で個人の土地や建物に入ったりすることはありません。ご協力をお願いします

Water utility notice: 水道修理の申し込み、水道撤去工事について. Includes search buttons for '水道修理 かりつけ' and '苫小牧 水道撤去'.



7月17日は「北海道みんなの日(道みんなの日)」です 詳政策推進課 032)6039

各ご家庭への全戸配布のほか、市役所や各「ミセン」でも配布しています 詳健康支援課 032)6407

水道メーター交換工事

10月末まで行う交換工事では、対象家屋に施工予定日や工事完了をお知らせします。また、工事中は20分ほど水が使えなくなります。ご協力をお願いします 詳水道管理課 032)6696(平日昼間) 032)6111(平日昼間以外)

「架空請求」に関する相談が 増加しています!

民事訴訟センターなど公的機関に類似した名称をかたつて、「民事訴訟最終通告書(通達書)」と書かれたはがきや封書が多数送付されています。記載の電話番号には絶対に連絡せずに、警察相談電話番号(09110)や消費者センターへご相談ください 詳消費者センター 033)6510

「いかのおすし」を覚えましょう

「いか知らない人について行かない」「他の車に乗らない」「お大声を出す」「すぐ逃げる」「何かあったらすぐ知らせる」不審者を見つけたら110番しましょう 詳苦小牧警察署 035)0110 市安全安心生活課 032)6287

7月～9月の健康カレンダー(B 4サイズ)を発行しました

催し・講座

CCS市民見学会 ～地球温暖化とCCS～

日7月25日(木) 9時～12時 集合場所市役所 定40人 申し込み順 申住所、氏名、電話番号を電話、はがき、ファクスまたはEメールで 〒059-1392 真砂町12 日本CCS調査(株)「市民見学会」係 056)3151 FAX(56)3177 info_toma@japancs.com 詳港湾・企業振興課 032)6438

サマーキャンプ参加者の募集

日8月5日(月)～7日(水) ※事前研修17月21日(日) 所青少年キャンプ場(アルテン内) 対リーダー養成事業登録者(小学5年生～高校3年生) ※小学4年生も体験参加可 ¥4千円 定40人 申し込み順 申詳青少年課(HPでダウンロード可)で配布の申込書を7月10日(水)までに 青少年課 032)6759 ※随時登録可

対小学4年生以上 ¥300円 当日納入 定10人 申し込み順 所申7月19日(金)～27日(土)に のぞみコミセン 068)6711 詳市民生活課 032)6303

小・中学生のための礼響 親子しおさいコンサート

日8月31日(土) 13時30分開演 (13時開場) 所市民会館 対小・中学生とその家族(親族の同伴可) 定千600人 ※入場整理券が必要 申7月19日(金)までに各学校で 詳生涯学習課 032)6752

スペシャルピアノDAY

ノを弾き、ピアノリストの気分を体験 日7月6日(土) 10時～20時(1人1時間) 対小学生以上のピアノ演奏経験者 ¥1時間2千円 申し込み時納入 定10人 申し込み順 所申料金を添えて直接 市民会館 033)7191 詳市民生活課 032)6303

緑化施設見学会(バスツアー)

日7月11日(木) 9時～16時(雨天決行) 所ノーザンホースパーク(字美沢)ほか 対市内在住の方 集合場所市役所中央ロビー ¥大人1千円、小・中学生500円 当日納入 定40人 申し込み順 持ち物昼食(施設内での食事可) 申詳7月1日(月)から電話で まちを縁に

する会(緑地公園課内) 032)6507

リサイクルプラザ苦小牧

①リサイクル自転車抽選販売会 自転車(大人用、子ども用)の抽選販売 ②素足に気持ちいい!布ぞうり作り 日7月26日(金) 13時～16時 定10人 申し込み順

子ども講座 木工でパズルを作ろう

日8月4日(日) 9時～11時 ¥1千円 ②500円 いずれも開講日納入 定15人 申し込み順 ※初参加者優先 申7月1日(月)～12日(金)に電話で ボランティアセンター 084)6481 詳青少年課 032)6759

7月の自動車運転免許講習

Table with columns: 講習区分, 講習時間, 7月. Rows include 優良講習, 一般講習, 違反講習, 初回講習 with specific dates and times.

所交通安全センター ※は苦小牧中野自動車学校 詳苦小牧警察署 035)0110 HP(http://www.tomakomai-syo.police.pref.hokkaido.lg.jp/)

COCCOTOMA 日7月20日(土)、21日(日) 10時～15時 対5歳～小学3年生 ¥2千800円 当日納入 定16人 COCCOTOMA海越ビュッフェ 日7月28日(日) 12時～14時 ¥2千600円 当日納入 定50人(最少催行人数30人) 美とまるしえ 日7月29日(月) 10時～15時 所申詳COCCOTOMA 033)1534

北海道警察官採用試験情報 詳苦小牧警察署 035)0110 市安全安心生活課 032)6287 受付期間 7月1日(月)～8月20日(火) 受験年齢 昭和62年4月2日～平成14年4月1日に生まれた方 一次試験 9月16日(月) 試験会場 苦小牧警察署 ほか

ボランティアスクール

①小学生の部 高齢者との交流、車いす介助体験など 日7月30日(火)～31日(水) 1泊2日 所市民活動センター、みどりの苑 対小学5・6年生 ②中学生の部 地域の方々との出会いや体験 日8月8日(木)、9日(金) ※宿泊なし 所市民活動センター、福祉ふれあいセンター

広告

広告

催し・講座

7月7日(日)は、よもぎ湯を楽しみませんか 所浴場組合加盟5浴場 環境生活課 TEL(32)6333

夏のウトナイ湖・ウォークラリー

7月27日～8月18日 毎週土・日曜日、祝日 10時～16時 所詳ウトナイ湖野生鳥獣保護センター TEL(58)2231

男女平等参画推進センター

小学生親子料理教室 日お母さんといっしょにパン 所明野小学校 直接会場へ

初めてのヨガ(夏編) (女性限定)

8月28日～9月25日 毎週水曜日 10時～11時30分 定50人 申し込み順 所小牧駒澤大学

危険物取扱者・消防設備士試験 9月1日(日) 所駒澤大学附属苫小牧高等学校

布の申請書に希望日を記入し、7月30日(火)～8月13日(火)に直接または郵送(必着)...

な)、生年月日。返信用表面に住所、氏名を記入し TEL(32)3544

サンガーデン

簡単にできる挿し木、挿し枝 講習会 7月7日(日) 13時30分～15時30分 直会場へ

まちなかイベント

PMFオーケストラの魅力語る 7月2日(火) 17時30分～19時 定50人 申し込み順

ペーパーファッション作品展 7月29日(月)～8月2日(金) 9時～17時

まちづくり推進課 TEL(32)6062

まちなかイベント MOSAIC MARKET (モザイクマーケット)

野菜やグルメなどの販売・提供を通して、苦小牧の魅力発信するマルシェイベントです

公開ケース研究会

7月28日(日) 13時 所明野小学校 直接会場へ

普通救命講習会 8月20日(火) 13時30分 所消防防災訓練センター

危険物取扱者試験 甲種II 6千500円、乙種II 4千500円、丙種II 3千600円

3千800円 いずれも申し込み時納入 消防署および各出張所で配布の願書を

7月の無料相談

Table with 2 columns: 内容・会場, とき・申し込み・詳細. Includes sections like 総務省行政相談所, 行政書士会くらしの無料相談会, 無料法律相談, 女性弁護士による無料法律相談, 困りごとなんでも特設相談所, 消費生活・多重債務についての相談, 無料市民相談.

今月の納期・夜間納税相談

Table with 4 columns: 納期, 固定資産税, 都市計画税, 国保税, 納税課 (市役所2階30番窓口) TEL(32)6274

支払いの際は、便利な口座振替やコンビニ納付をご利用ください

広告

広告

催し・講座

Tomakomai Innovation Matching 2019 (LPMタイプ・ブーン・シモン・マッチング)

7月16日(火)、17日(水) 所市役所11階本会議場 直接会場へ
対企業関係者(一般の方も可)
内企業の課題解決や新規事業の創出を目的に、先進技術などを紹介 ※詳細は「T-IM2019」で検索
申請HPで 政策推進課 TEL(32)6039

赤十字水上安全法救助員Ⅱ養成講習

日①7月27日(土) ②8月4日(日) いずれも9時～17時
所①市民活動センター ②勇払海岸
対赤十字水上安全法救助員Ⅰの認定証を有する方(有効期限内)
¥300円 開講日納入
定5人程度 申し込み順
申請7月12日(金)～26日(金)に 日本赤十字社苫小牧市地区事務局(総合福祉課内)
TEL(32)6189 ※持ち物などはお問い合わせください

とまこまい若者サポートステーション

出張相談
日7月24日(水) 14時～16時

小学生フットサル教室

日(出)、5日(月) 15時30分～16時30分
日7月29日(月)、31日(水)、8月2日(金)、3日(土) 10時～11時
対①小学4～6年生 ②小学1～3年生
¥①千円 ②800円 当日納入
定①30人 ②20人 申し込み順
持運動靴、飲み物、①ラケット(貸出可)
所申請①7月3日(水) ②7月8日(月)から川治公園体育館 TEL(74)3300

夏季小学生スポーツ教室

①フットサル
日7月22日～8月26日 毎週月曜日 全6回 16時30分～18時
②バドミントン
日7月26日～8月16日 毎週水・金曜日

8月のパソコン講習

番号	講習名	開始日	回数
8-1	Word2019で作る文書(初級)	8/1(木)	4回
8-2	Word3級検定対策	8/7(水)	6回
8-3	Word2019で作る文書(応用・ビジネス文書作成)	8/23(金)	6回

所¥申請各講習の10日前までにスキルアップセンターとまこまい TEL(55)6622

所ワークショップとまこまい

セミナー
日7月11日(木)、16日(火)、25日(水)、30日(火) 13時30分～15時 ※16日は14時30分まで
所とまこまい若者サポートステーション
対就職を目指している15～39歳
申請日までに電話で とまこまい若者サポートステーション TEL(84)8670
詳工業・雇用振興課 TEL(32)6432

スポーツ

第2回ウォーキングスタンプラリー ～みんなで歩こう会～

日7月27日(土) 9時30分 ※全回出席者には完全制覇証の交付とパーフェクト賞を、親子(子どもが中学生以下)で全回出席者には、親子パーフェクト賞を贈呈
コース木もれびの道周辺 約5キロ(日新小学校集合)
対4歳以上 ※小学生以下は保護者同伴
持飲み物、雨具(傘は禁止)
申請総合・日吉・川治公園体育館、白鳥王子アイスアリーナ、アプロス日新温水プール、アプロス沼ノ端スポーツセンターで配布の申込用紙を、7月1日(月)～19日(金)に直接または電話、Eメール、HPで スポーツ都市推進課 TEL(34)9601 sports@city.tomakomai.hokkaido.jp

全6回 16時～17時 ※8月7日を除く
③コーディネーショントレーニング
日7月27日～8月31日 毎週土曜日 全3回 9時30分～10時30分 ※8月3日、10日、24日を除く
④ミニバスケットボール
日7月29日～8月12日 毎週月曜日 全3回 19時～20時
⑤タグラグビー
日7月30日～8月13日 毎週火曜日 全3回 17時30分～18時30分
対①②二千500円、③～⑤千500円 当日納入
定20人 申し込み順
持運動靴、飲み物 ※道具の貸出可
所申請7月2日(火)～21日(日)に 総合体育館 TEL(34)7715

ニッポンハムレディスクラシック

日7月11日(木)～14日(日)
所桂ゴルフ倶楽部
内土・日曜日は無料エリアで、家族で楽しめるイベントも開催します。詳しくは大会HP (http://nipponham-t.jp)
詳スポーツ都市推進課 TEL(34)9601

募集

とまこまヨップ水協賛事業者を募集
とまこまヨップ水を自社のイベントや会議

～移動図書館車～ とまこまヨップ図書館号を利用しよう!

とまこまヨップ図書館号は市内26カ所のステーションを巡回し、図書館と同じように使うことができます。巡回表は中央図書館などで配布の他、QRコードからも確認可能です。気軽にご利用ください
詳中央図書館 TEL(35)0511



基礎から学ぶはじめての弓道教室

日8月27日～10月1日 毎週火・金曜日 計10回 ※9月13日を除く
所総合体育館
対高校生以上
¥3千700円 事前納入
定15人 抽選
持白足袋
申請郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、学校名・学年、保護者氏名(高校生の場合のみ)、緊急連絡先、弓道経験の有無を、7月1日(月)～20日(土)にEメールで 体育協会 TEL(37)7100 kyo-situ@tomakomai-taikyo.or.jp

川治公園体育館

①小学生スポンジテニス教室
日7月29日(月)、31日(水)、8月1日(木)、3

などで活用し、PRしていただける協賛事業者を募集します ※次の事業者は不可
●市内に本・支店、営業所などを有していない
●市税などの滞納がある
●苫小牧市広告掲載基準第3条に定める業種
協賛内容①一口(24本入)≡2千400円(最低5口以上)
申請上下水道部総務課 (HP)でダウンロード可)で配布の協賛申込書を、7月1日(月)～19日(金)に直接または郵送(必着)、ファクスで 上下水道部総務課 TEL(32)6628 FAX(37)1661

「みんなの消費生活展&福祉・消費者ふれあい市場」出展団体とステージ参加団体を募集

日11月9日(土)、10日(日) 10時～15時
所市民活動センター
参加資格消費者活動を行う団体および消費生活展の目的に沿った活動をする団体など。ステージ発表は30～45分程度 ※営利活動を除く
申請7月12日(金)までに 安全安心生活課 TEL(32)6306

選挙啓発ポスターを募集

対市内在住の小・中学生、高校生
申請8月30日(金)までに、画用紙の四ツ切(542mm×382mm)、八ツ切(382mm×271mm)もしくはそれに準じる大きさ(画材自由)の作品裏に 学校名、学年、名前(ふりがな)を記入し 選挙管理委員会事務局 TEL(32)6764

広告

広告



募集

特別職員報酬等審議会委員を募集

自衛官等募集案内

人間ドックおよびセルフストレスチェックの追加募集

対人問ドック①申込・受診時に苫小牧市国保の資格がある30歳以上の方 ②受診時に後期高齢者医療の資格がある方 ③セルフストレスチェックⅡ苫小牧市国保加入者で就労している方



▲セルフストレスチェックのみ

成人式実行委員の募集

対平成11年4月2日〜平成12年4月1日生まれの方 申請生進学習課(HPでダウンロード可)で配布の申込書を、8月9日(金)までに直接または郵送(必着)、Eメールで生進学習課

子ども・子育て審議会委員を募集

募集人数 若千名 応募資格 20歳以上で小学生以下の子がいる保護者 任期 9月1日から2年間 報酬 会議一回につき6千100円 ※会議は年2〜4回程度

男女平等参画推進講座(人材育成)受講者募集

8月6日(火) 18時30分〜20時 ※毎月一回 計8回 継続して参加できる方 所 平等社会を推進するネットワーク苫小牧、協働・男女平等参画室、男女平等参画推進センターで配布の申込書を7月26日(金)までに直接または郵送(必着)で

市政トピックス

JOCジュニアオリンピックカップ大会 第14回全国高等学校選抜アイスホッケー大会



今年も「氷上の甲子園」が開催されます! 全国各地から集う若き氷上の戦士たちの熱い戦いを、ぜひ会場でご覧ください!

7月30日(火)〜8月4日(日) 観戦無料!!

Table with 3 columns: 大会日程, 会場, 試合内容. Includes dates from 7/30 to 8/4 and venues like 白鳥王子アイスアリーナ.



大会詳細はこちら

後期高齢者医療被保険者証更新のお知らせ

●保険証が新しくなります

現在ご使用の保険証の有効期限が7月31日(火)で満了となります。7月下旬までに新しい保険証を郵送しますので、8月からは新しい保険証をご使用ください

桃色の保険証【7月31日まで】

だいたい色の保険証【8月1日から】

●減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)と限度証(限度額適用認定証)も新しくなります

減額認定証・限度証も有効期限が7月31日(火)で満了となります。引き続き交付対象者の方には7月下旬までに新しい減額認定証および限度証を郵送しますので、8月からは新しいものをご使用ください

※新たに減額認定証・限度証の交付対象となる方には6月中旬ごろに申請書を郵送していますので、忘れずに申請してください。また、年齢到達などで交付対象となる方にも、随時申請書を送付します

水色の減額認定証・限度証【7月31日まで】

黄緑色の減額認定証・限度証【8月1日から】

○減額認定証の交付に該当する方

- 区分I 世帯全員が住民税非課税の方のうち、次の①②のいずれかに該当する方 ①世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下) ②老齢福祉年金を受給している 区分II 住民税非課税で、区分Iに該当しない方

○限度証の交付に該当する方

- 次の3区分のうち、現役並みIまたは現役並みIIに該当する方 現役並みIII 住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者 現役並みII 現役並みIIIに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者 現役並みI 現役並みIII・IIに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者

育休代替任期付職員の募集

行政監理室 (32)6182

(※詳細は必ず試験案内、HPをご確認ください)

Table with 3 columns: 職種, 受験資格, 採用予定人数. Includes 事務職, 保育士, 保健師.

※いずれも年齢制限なし

勤務条件 任用期間=令和元年10月1日以降で職員の育児休業などの申請があった期間 ※勤務時間・給与は職種、経歴などにより異なります。詳細は試験案内をご覧ください

申込方法 7月1日(月)〜12日(金)に必要提出書類を持参または郵送(消印有効)で 〒053-8722 旭町4-5-6 行政監理室まで 第1次試験日・会場 7月28日(日) 市役所9階会議室(予定) 試験科目 SPI3を実施

広告

シルバー人材センター入会説明会 7月16日(火) 9時 所 労働福祉センター 申 シルバー人材センター (35)1700 詳 工業・雇用振興課 (32)6432


市役所・出張所などの連絡先

- 市役所
〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号 ☎0144(32)6111(代表)
- 勇払出張所
〒059-1372 苫小牧市字勇払33番地 ☎0144(56)0003
- のぞみ出張所
〒059-1272 苫小牧市のぞみ町1丁目2番5号 ☎0144(67)0464
- 沼ノ端出張所
〒059-1304 苫小牧市北栄町3丁目3番3号 ☎0144(55)0979

市政に関するご意見、ご提案などは
(協働・男女平等参画室)
☎0144(32)6152 ☎0144(34)7110
✉kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

苫小牧市役所ホームページ……………
☎http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/

携帯電話対応の情報提供サイト
☎http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index_m.html




指定管理者の募集

行政監理室 ☎(32)6169

施設の管理を行う指定管理者を募集します。応募資格などの詳細は募集要項をご覧ください。募集要項の配布開始は、7月上旬ごろHPでお知らせします
※個人の応募は不可

募集施設	所管	指定期間
高齢者福祉センター	総合福祉課 ☎(32)6345	令和2年 4月1日から 令和7年 3月31日の 5年間
北光町未来の森公園	緑地公園課 ☎(32)6509	令和2年 4月1日から 令和6年 3月31日の 4年間
児童センター (錦岡・日新)	青少年課 ☎(32)6759	令和2年 4月1日から 令和6年 3月31日の 4年間
児童センター (あさひ・住吉・沼ノ端)		

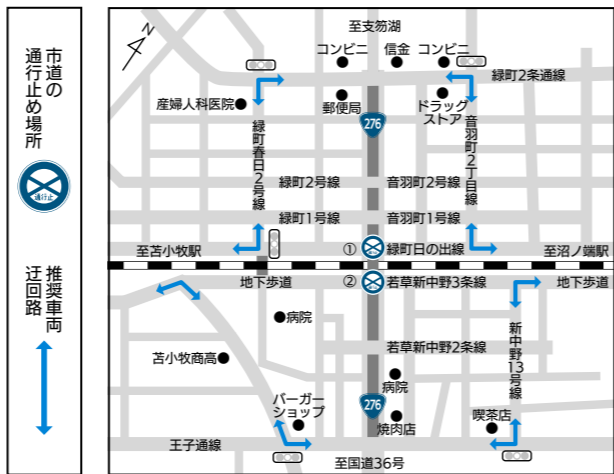


緑跨線橋架替工事による市道の通行止めが始まります

室蘭開発建設部苫小牧道路事務所 ☎(72)5165
市道路河川課 ☎(32)6483

ご不便をお掛けしますがご理解とご協力をお願いします。歩行者は地下歩道をご利用ください。通行止め解除日が決定しましたら、HPおよび現地での看板でお知らせします

- 通行止め期間
- ①緑町日の出線=7月23日(火)から3週間
 - ②若草新中野3条線=8月9日(金)から3週間



今月の健康インフォメーション 健康支援課 ☎(32)6407

平成30年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立し、病院・学校・行政機関の庁舎などは、この7月から敷地内禁煙となりました(全面施行は令和2年4月から)。今月は、みんなで健幸大作戦!の4つのアクションのうち「禁煙」にフォーカスして、受動喫煙防止の取り組みが今後どのように変わるのかお伝えします!



受動喫煙を防止する取り組みは、マナーからルールへ!

令和2年4月
健康増進法の一部を改正する法律が施行

飲食店
オフィス
事業所など
事業者の皆さんが行う受動喫煙対策には助成制度があります
※詳細は健康支援課へお問い合わせください

- 多くの施設において屋内が原則禁煙に
- 20歳未満の方は喫煙エリア立入禁止に
- 屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要に
- 喫煙室には標識表示が義務付けに

- 令和2年4月から原則屋内禁煙になります
- 喫煙専用室、加熱式たばこ専用喫煙室の設置も可能です
- 次の3つ全てに該当する飲食店は経過措置が適用され、店内での喫煙が可能です
 - ①令和2年4月時点で営業している
 - ②資本金または出資の総額が5,000万円以下
 - ③客席面積が100㎡以下

受動喫煙&がん予防フォーラム

☎7月28日(日)
13時30分~16時
所 市民会館小ホール
¥無料 定 200人
☎7月22日(月)までに電話またはファクス、Eメールで氏名、年齢、連絡先を健康支援課へ
☎(32)4322 ✉kenkosien@city.tomakomai.hokkaido.jp

- 基調講演
タバコゼロ社会の実現に向けて
- パネルディスカッション
私達が取り組むがん対策・受動喫煙対策

7月の健幸レストラン

☎7月18日(木) 12時~13時30分 所 保健センター
¥1,000円 当日納入 定 30人 申し込み順
☎7月16日(火)までに 保健センター ☎(35)2800
➡がん検診を3種類以上受診された方は結果連絡票持参で700円!

保健センター栄養士と料亭久仁のコラボランチ!

健幸豆知識 ウォーキングは足し算の法則!

「ウォーキングは1回に20分以上継続して歩かなければ効果がない」と聞いたことはありませんか?実は、近年の研究で「ウォーキングは足し算の法則」ということが明らかになってきました。つまり、20分連続して歩くのも、5分ずつ4回に分けて歩くのも効果は同じ!忙しくてまとまった運動時間を取れないという方も、普段の生活の中で“ちょっと歩き”を積み重ねて、運動不足を解消しましょう!

人口と世帯(5月末)

総数 ▶171,497人
(対前月比:4人増)
男性 ▶83,818人
女性 ▶87,679人
世帯数 ▶89,240世帯

広報とまこまいは、誰もが使いやすいように、ユニバーサルデザインに配慮した色やフォントを使用して作成しています。また、植物油インキ、古紙80%以上の再生紙を使用し、環境に配慮しています。



来月号の広報とまこまいもお楽しみに!

秘書広報課 編集後記

運動会を取材しました。緊張した面持ちの子どもたちの真剣勝負に、保護者でなくてもわくわくドキドキしてしまいました!大人の応援にも熱が入っていましたよ!!(清)

夏休みの自由研究、私は毎回とても苦労した覚えがありますが、今回の特集は子どもたちの知的好奇心を満たす内容になっていますので、親子で読んでみてくださいね(志)

夏がやってきました!夏といえば、少年時代によくクワガタを捕りに行ったことを思い出します。イベントが増えてくるこの季節、ぜひ広報とまこまいをご活用ください!(池)

今月末に開催される美術博物館祭、実はひそかに楽しみにしていたんです。連れがいたら集中できないので、一人でゆっくり作品を堪能していきたいと思っています(高)

ストップ・ザ・交通事故!
交通事故発生状況(1月1日~6月9日)


発生件数	150件	死者	3人	傷者	171人
	(前年比25件減)		(前年比3人増)		(前年比28人減)

はちとまネットワーク通信
苫小牧市と八戸市は、平成30年7月31日に交流連携協定を締結しました。愛称は「はちとまネットワーク」です。今回は、八戸の夏祭りをご紹介します。☎政策推進課 ☎(32)6039

「八戸三社大祭」は、国の重要無形民俗文化財に指定され、ユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」の一つにも数えられています。雅やかな三神社の神輿行列と多彩な郷土芸能、神話や歌舞伎を題材とした華麗な27台の山車の競演は見ものです。山車は毎年作り変えられ、さまざまな仕掛けを施した山車が動くと、沿道は大きな歓声に包まれます。苫小牧市の皆さんもぜひお越しください。

八戸三社大祭 ☎(一財)VISITはちのへ
7月31日(水)~8月4日(日)開催 ☎0178(70)1110

詳しくはこちら VISITはちのへHP 「八戸三社大祭」



5:00	→	13:30
9:30	→	18:00
21:15	→	翌4:45
23:59	→	翌7:30

フェリーでのアクセス
苫小牧港→八戸港(約8時間)