

広報 とまこまい

2022
vol.1833

8

とどけます まちの こえ まちの いいとこ



特集

5期目スタート！
市長就任ごあいさし

Cover

キラキラ公園で水遊び

詳しくはP3をご覧ください

広報とまこまい

令和4年8月1日発行 第1833号

※紙面に関するご意見・ご感想は右記まで



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

広告

広告



苫小牧市の情報は
こちらから！



広報とまこ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)



広報とまこまい・広告のご案内

あなたの会社を広報とまこまいで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)48,400円 ●13cm×18.5cm (1枠)121,000円

株式会社 北日本広告社 苫小牧支社 ☎0144(36)7751

目次

- 2 クローズアップ
児童センターへGO!!
- 4 特集
5期目スタート!
市長就任ごあいさつ
- 6 市政トピックス
新型コロナウイルス関連情報/
新型コロナワクチン接種情報/
高額な医療費を支払った場合
(高額療養費)について/
JOCジュニアオリンピックカップ大会
第17回全国高等学校選抜
アイスホッケー大会
- 9 イベントinfo
- 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
- 26 市政トピックス
市長公約4期目の取組状況(概要) /
令和5年度採用 市職員の募集 /
墓参臨時バスを運行します ほか
- 29 とまこまい日記
- 30 みんなの広場
今月のひと / とまこまいレシピ /
編集後記 ほか

cover 表紙から

キラキラ公園で水遊び

7月9日(土)

キラキラ公園の徒渉池にある噴水では、水遊びをする子どもたちでにぎわい、暑さの中、たくさんの笑顔が見られました!



広報とまこまいは市HPより音声でもお楽しみいただけます

児童センターへGO!!

詳細 青少年課 ☎(32)6759



児童センターとは?

遊びを通して、豊かな心とからだを育てることを目的とした施設で、0歳から高校生まで利用できます。(利用可能日は各児童センターで異なります)

どんなことをしているの?

一輪車やボール遊び、ゲームなどいろいろな遊びができます。また、おまつり、お楽しみ会などの行事がありますので、皆さんも遊びに来てください!

乳幼児も利用できます! (保護者同伴)

親子のふれあい遊びを楽しんだり、子ども同士の遊び場、親同士の交流の場として利用でき、子育ての相談窓口にもなっています。

お近くの児童センターはどこかな?

沼ノ端児童センター

沼ノ端中央4-10-34
☎(57)6601

【乳幼児向けイベント】
9月 ぬまちピッツィフェス
12月 親子お楽しみ会
3月 親子ひなまつり
毎月:読み聞かせ、ふわふわボールプール
毎週水曜日:親子ふれあい遊び、制作など

住吉児童センター

住吉町2-5-17
☎(36)1448

【乳幼児向けイベント】
8月 水遊び 9月 すみよしランドミニ
10月 ハロウィンDAY
月~金曜日の間で週1回 11時から:
大型遊具、制作、ゲーム、運動遊びなど
常時設置:電車や車のおもちゃ

あさひ児童センター

旭町2-3-24
☎(35)6393

【乳幼児向けイベント】
10月 幼児ワイワイまつり
12月 幼児おたのしみ会
2月 幼児ニコニコ運動会
毎月2回11時から:幼児対象「ニコニコタイム」
※木のぬくもり&手づくりおもちゃがいっぱい!

日新児童センター

日新町3-6-15
☎(76)6655

【乳幼児向けイベント】
12月 クリスマスお楽しみ会
3月 親子ふれあいひろば
毎月1回:きらきらタイム
毎月2回:わくわくフワフワタイム
他に、手形足形アートなど

錦岡児童センター

宮前町2-29-20
☎(82)7371

【乳幼児向けイベント】
8月 ベビーマッサージ
9月 だっこひも教室 10月 ハロウィン
毎日11時50分から:体操・読み聞かせ
毎週 火・金曜日 10時30分から:親子
ふれあい遊び、ゲーム、制作、遊戯など

北栄児童センター

北栄町3-3-3
☎(82)7069

【乳幼児向けイベント】
8月 スライムづくり
9月 よちよち 10月 絵本の広場
毎日:制作、ぬりえ
月に1回程度:読み聞かせ、親子制作、親子
ふれあい遊び、人形遊びなど

大成児童センター

大成町1-11-21
☎(75)1841

【乳幼児向けイベント】
10月 ハロウィン
12月 お楽しみ会
1月 餅まつり
毎週 月・木曜日:大型エア遊具など
毎月第2・4 木曜日:大型トランポリン

**新型コロナウイルス感染症
拡大防止のため、イベントなどが
中止・変更になる場合があります**

**0歳児向け「とまベビータイム」
(親子交流会)を実施しています**

**小・中学生、高校生向けの行事も
たくさんあります
詳しくは毎月各センターで発行
している「センターだより」や
HPをご覧ください**



5期目スタート!

市長就任ごあいさつ

6月19日に行われた苦小牧市長選挙の結果、岩倉博文市長が再選。5期目の岩倉市政がスタートしました。5期目の任期は、7月9日から4年間です

詳細 政策推進課 ☎(32)6039



苦小牧市長
岩倉 博文
いわくら ひろふみ

5期目スタートにあたって

第19回苦小牧市長選挙の結果を受けて、5期目の市政を担うこととなりました。まことに光榮に存じますとともに、改めてその責任の重大さを実感しております。これからの4年間、生まれ育った苦小牧の明日に向かって誠心誠意、全力で市政運営にあたる決意しております。



① 当選証書授与式
② 初登庁セレモニー
左: 佐藤副市長
右: 木村副市長
③ 当選後初の市長記者会見

岩倉市政 5期目のテーマ

「支えあい 助けあう ふくしのまちづくり」

私は5期目の基本テーマに、「支えあい 助けあう ふくしのまちづくり」を掲げ、5分野25項目、50の施策を公約としてお示しました。これらの公約の実現に向けましては、できるだけ早く市の具体的な施策としてお示しし、市民・企業市民の皆さまとの対話を重ねながら、常にチャレンジする気持ちを忘れず、着実に取り組んでいく所存であります。

行政改革の取組を進め、財政秩序を守りつつ財政基盤のさらなる強化を図り、20年先を見据えたまちづくりの実践にチャレンジしてまいります。さらに、積み残しになっている旧サンプリザビルの問題につきましては、解決に向け全力で取り組む、苦小牧駅前を中心とした「まちなか」の再生に道筋をつけてまいります。

◆ コロナ禍における施策

また、新型コロナウイルス感染症対策につきましましては、「感染拡大防止」「地域経済対策」「健やかな日常」を重点軸として各種施策を行ってまいりました。引き続き、この3つの重点軸のもと、感染状況に応じたスピード感のある取組により、市民生活に支障が生じないよう、万全を期してまいります。

◆ わが国の現状と今後の市政運営

現在は、人口減少と少子高齢化が加速する中、新型コロナウイルス感染症の

◆ おわりに

与えられた4年間、未来につながるまちづくりを目指し、使命感を持って市長としての責任を果たしてまいります。皆さまのお一層のご支援とご協力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

第5期岩倉市政 5分野の公約

- I 行革を進め、無駄のない効率的な都市機能をもつまち苦小牧 築きます! 5th stage
- II 産業流通の活性化、働く人の明るい笑顔あふれるまち苦小牧 導きます! 5th stage
- III お年寄りや子どもたちが安心して暮らせるまち苦小牧 育てます! 5th stage
- IV 自然を生かし、環境と調和のとれた美しいまち苦小牧 守ります! 5th stage
- V 心の通い合う、優しい音楽の流れる暖かなまち苦小牧 愛します! 5th stage

◆ 財政の健全化と旧サンプリザビル問題

特に、1期目から最重要課題として掲げている財政健全化につきましては、



▲初登庁セレモニー

新型コロナウイルス関連情報

第三者認証取得推奨給付金事業

詳細 緊急経済対策給付金室 (32)6445

- 対象者** 市内で飲食店営業許可を受け、北海道の第三者認証制度の認証を取得している店舗を
経営する事業者 ※店舗規模の大小、主たる事業者の住所、法人・個人は問いません
- 支給額** 北海道の第三者認証制度の認証を取得した店舗に1店舗当たり5万円を支給
※同一事業者が複数店舗で認証取得をした場合、各店舗分該当
- 申請方法** 12月28日(水)までに原則郵送(消印有効)で 緊急経済対策給付金室



▲詳細はこちら

水道料金支援事業

詳細 水道窓口課 (32)6679

コロナ禍において、原油や物価高騰の影響を受けた生活者や事業者の負担軽減を図るため、
水道料金(基本料金)2カ月分を減免します(手続き不要)。

- 対象者** 市水道事業と「家事用」「業務用」「浴場用」の給水契約がある使用者
- 減免内容** 6月以降使用分(8・9月検針)の水道料金のうち基本料金1回分
●「家事用」(口径～25mm):基本料金1,958円(税込) ●「業務用」(口径～25mm):基本料金3,982円(税込)
※口径によって基本料金は異なります ※水道料金の超過料金・下水道使用料は対象外です



▲詳細はこちら

事業継続支援事業2022

詳細 緊急経済対策給付金室 (32)6445

コロナ禍により、売り上げまたは利益が大幅に減少した事業者に対し、事業を継続するための
緊急的な支援を実施します。

- 対象者** 市内に主たる事業所がある中小・小規模事業者
- 対象要件** 令和4年4～9月の期間のうち、次のどちらかに該当する事業者●対象期間のうちのひと月の売り上げが、
コロナ禍前からの3年間(令和元～3年)のいずれか1年との同月比で30%以上減少した月がある●対象期
間のうちのひと月の仕入れ額または経費が、コロナ禍前からの3年間のいずれか1年の同月を超え、かつ利
益(売り上げー仕入れ額または経費)が10%以上減少している
- 支援内容** 1事業者当たり10万円を給付
- 申請方法** 11月30日(水)までに原則郵送(消印有効)で 緊急経済対策給付金室

詳細はこちら▶



新型コロナワクチン接種情報

※本ページの情報は、令和4年6月30日現在の内容であり、変更となることがあります。

お問い合わせ先:とまこまいコロナワクチンコールセンター (82)9660 (9時～17時、
土・日曜日、祝日も開設)

- ※受け付け開始直後の9時～11時は電話が集中し、つながりにくい場合があります。昼前や夕方時間帯と土・日曜日は空いていることが多く、
比較的スムーズにご案内できます。
- ※感染拡大防止のため、接種を希望される方はワクチンの種類に関わらず、早めの予約・接種をお願いします。
- ※新型コロナワクチンの接種は、強制ではありません。さまざまな理由で接種を受けられない方もいますので、差別的な言動は絶対にやめてください。

武田社ワクチン(ノババックス)の接種開始について

8月から市内での武田社ワクチン(ノババックス)の接種も開始となります。
希望する方は、インターネットまたはお電話でご予約をお願いします。

武田社ワクチン(ノバ
バックス)について詳し
くは、厚生労働省HPを
ご覧ください



- 対象** 初回接種(1・2回目)、追加接種(3回目) ※4回目接種不可
- 接種対象者** 18歳以上の方 **実施医療機関** 12カ所 ※実施医療機関は、市HPでご確認いただくか、コールセンターにお問い合わせください

接種券の発送 スケジュール	送付対象		配達期間(予定)
	4回目接種券	●令和4年4月に3回目を接種した60歳以上の方 ●令和4年4月に3回目を接種した18歳以上の基礎疾患を有する方など (初回接種時に申請済みまたは令和4年6月30日までに申請済みの方)	
3回目接種券	令和4年4月に2回目を接種した方		

新型コロナワクチンの臨時接種(公費での無料接種)は、令和4年9月30日(金)までです。
接種を希望される方は、お早めにご予約・接種をお願いします。

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金について

詳細 こども支援課 (32)6416

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、食費などの物価高騰などに直面する低所得の
子育て世帯に対し、児童1人当たり6万円の特別給付金を支給します(国5万円+道1万円)。

- 対象者** ●低所得のひとり親世帯で次のいずれかに該当する方①令和4年4月分児童扶養手当受給者②公的年金等受給(障害年金や遺族年金)により、令和4年4月分の児童扶養手当が支給されない③新型コロナウイルス感染症の影響を受け家計が急変し、稼働収入が児童扶養手当対象水準まで下がった
●低所得のふたり親世帯で次のいずれかに該当する方④令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当受給者かつ令和4年度住民税均等割が非課税⑤令和4年3月31日時点で18歳未満(障がい児は20歳未満)の子の養育者かつ令和4年度住民税均等割が非課税⑥新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、稼働収入が非課税水準まで下がった
※どちらか一方の給付金しか受け取れません
※⑤、⑥は令和4年4月以降令和5年2月末までに生まれる新生児も対象です
※対象児童の年齢要件は平成16年4月2日(障がい児は平成14年4月2日)から令和5年2月28日生まれです

- 支給日** ①=6月27日に支給済み ④=7月15日に支給済み
②、③、⑤、⑥=こども支援課で配布の申請書を受理後随時支給

- 申し込み・詳細** ②、③、⑤、⑥の方は、令和5年2月28日(水)までに直接または郵送(必着)で こども支援課 ▲詳細はこちら



▲詳細はこちら

令和4年度分 住民税非課税世帯等臨時特別給付金

詳細 臨時特別給付金受付窓口(市役所9階) (32)6266

- 対象者** ①住民税非課税世帯=令和4年6月1日(基準日)に、本市に住民票があり、同一世帯に属する方全員が令和4年度分の住民税均等割非課税である世帯
②家計急変世帯=令和4年度分の住民税均等割が課されている世帯員全員の住民税均等割が非課税となる水準に相当する額以下の世帯(①に該当しない世帯で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和4年1月以降家計が急変し①と同様の事情にあると認められる世帯)
※①②ともに住民税均等割が課されている方の扶養親族などのみで構成される世帯(単身赴任や学生の1人暮らしなど)は対象外
※①②に関わらず、住民税非課税世帯等臨時特別給付金(家計急変世帯を含む)をすでに受給した世帯(予定含む)は対象外

- 給付額** 1世帯当たり10万円 ※世帯主名義の銀行口座に振り込み

- 申請方法** ①市から対象世帯へ確認書を発送しています。確認書を郵送で回答することで給付されます。
※詳しいご案内は確認書に同封 ▲詳細はこちら
- ②9月30日(金)までに総合福祉課(HPでダウンロード可)で配布の申請書に収入見込額の申立書などを添付して直接または郵送で 臨時特別給付金受付窓口(市役所9階) ※詳しくは市HPで



▲詳細はこちら

貨物自動車運送事業者 燃料価格高騰対策支援金

詳細 緊急経済対策給付金室(工業・雇用振興課) (32)6445

燃料価格の急激な高騰の影響を受けている貨物自動車運送事業者に対し、事業に使用する貨物自動車の台数に応じ、支援金を交付します。

- 対象者** 市内に営業所を有する法人または個人事業者で、一般貨物自動車運送事業、特定貨物自動車運送事業または貨物軽自動車運送事業を営む事業者
- 支援内容** ●最大積載量3トン以上または車両総重量5トン以上=1台当たり4万5,000円
●それ以外の車両=1台当たり2万円 ※1事業者当たり上限200万円

- 申請方法** 11月30日(水)までに申請書兼誓約書、貨物自動車運送事業許可証の写し、車検証の写し、本人確認書類(個人のみ)を原則郵送(消印有効)で 緊急経済対策給付金室(工業・雇用振興課) ▲詳細はこちら

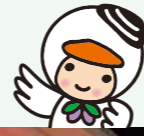


▲詳細はこちら

EVENT INFO



とまこまいのイベントに
お出かけしましょう!!



8/5金
~7日



第67回とまこまい港まつり

~祭りから 再び結ぶ みんなの心~

詳しくはHPやプログラムをご覧ください

夏を彩る港まつりは3年ぶりの開催。メイン会場では、子どもに大人気のアトラクションやビアガーデン、ステージイベントでは、キャラクターショーのほか地元出身の歌手の皆さんによるライブステージを行います。5日(金)には、漁港区(汐見町)で道新納涼花火大会もあります。ぜひ、大人から子どもまで、苫小牧の夏を楽しんでください!

※市民おどり、マーチングフェスティバル、ポートカーニバルは中止となります ※会場入り口での検温、消毒を実施します。また、食べ歩きは禁止とし、新たに飲食スペースを設けます

会場 中央公園(若草町) 詳細 苫小牧港まつり実行委員会事務局 ☎(32)6448

8/6土
7日

苫小牧アートフェスティバル2022

さまざまなワークショップや展示発表、出店など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?



時間 10時~17時 ※7日は15時まで
会場 出光カルチャーパーク
詳細 生涯学習課 ☎(32)6752



詳しくはこちら▶



8/6土
7日

美術博物館祭 2022

参加体験型のワークショップなど、美術博物館を見て学んで、楽しむ2日間!

時間 9時30分~20時 ※7日は17時まで
会場・詳細 美術博物館(あみゆー) ☎(35)2550



6日(出)は、同時開催中のトヨタ自動車北海道株式会社創業30周年事業 特別展「芸術の都ウィーンとデザインの潮流」について、学芸員が解説するスライドトークも開催! クリムト(人生は戦いなり(黄金の騎士)) 1903年 愛知美術館▶

8/6土
~21日

生きもの図鑑を作ろう ~ウトナイ湖で夏の生きもの探し~

夏のウトナイ湖で見られる生きもの図鑑カードを持って、生きもの探しに挑戦!野鳥、植物、昆虫などを見つけて、図鑑を完成させましょう!

時間 10時~16時
※毎週土・日曜日はレンジャーの対応可
会場・詳細 ウトナイ湖野生鳥獣保護センター・自然観察路
対象 小学生以上(小学生以下保護者同伴、就学前の子どもも参加可)
持参する物 筆記用具



高額な医療費を支払った場合(高額療養費)について

詳細 保険年金課 ①~③= ☎(32)6425
④= ☎(32)6418

国保加入者または後期高齢者医療制度加入者で、医療機関に支払った1カ月の自己負担額(保険外医療行為、差額ベッド代、食事代などを除く)が自己負担限度額を超えた場合、高額療養費として差額が支給されます

①自己負担額の計算方法について

1カ月ごとに次の通り計算します

所得区分	旧ただし書き所得※1	1カ月の自己負担限度額(世帯単位)	
		3回目まで	4回目以降※3
上位所得※2	901万円超	252,600円+(医療費総額-842,000円)×1%	140,100円
	600万円超 901万円以下	167,400円+(医療費総額-558,000円)×1%	93,000円
一般	210万円超 600万円以下	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1%	44,400円
	210万円以下	57,600円	24,600円
住民税非課税		35,400円	24,600円

・70歳未満の国保加入者

次の通りに自己負担額を分け、21,000円以上になったもののみ合算できます ●受診者ごと ●医療機関ごと(院外処方箋による調剤分は処方箋を出した医療機関に合算する) ●通院・入院ごと ●医科・歯科ごと

・70歳以上の国保加入者、後期高齢者医療制度加入者

金額に関係なく合算できません(国保と後期高齢者医療制度など、加入する健康保険が別の場合は合算不可。月の途中で75歳の誕生日を迎えることにより後期高齢者医療制度に加入する場合、加入する月の自己負担限度額は国保・後期高齢者医療制度ともに、1/2に調整)

※1 国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得です
※2 所得の申告をしていない方がいるなど、世帯の総所得が確認できない場合は、「上位所得」として取り扱います
※3 同一世帯において、過去12カ月間に高額療養費の該当が既に3回あった場合、4回目から軽減された限度額になります

所得区分	住民税課税所得	1カ月の自己負担限度額	
		外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み	Ⅲ 690万円以上	252,600円+(医療費総額-842,000円)×1%	140,100円
	Ⅱ 380万円~ 690万円未満	167,400円+(医療費総額-558,000円)×1%	93,000円
	Ⅰ 145万円~ 380万円未満	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1%	44,400円
一般	145万円未満等	18,000円(8月~翌年7月までの累計年間上限額144,000円)	57,600円
低所得	Ⅱ 住民税非課税世帯でⅠ以外	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯で所得が一定以下	8,000円	15,000円

②高額療養費支給の手続きについて

診療月の3カ月後を目途に申請書をお送りします(医療機関からの診療報酬明細書の提出状況によっては、通知が遅れる場合があります)。保険年金課、勇払・沼ノ端・のぞみ出張所の窓口または郵送で申請してください

持参する物 保険証、領収書原本(70歳未満の方のみ)、申請者の口座情報分かるもの、高額療養費支給申請書(お持ちの場合)
※後期高齢者医療制度加入者は、初回の申し込みが必要です

③医療費の一部負担金の減免について

国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度加入者で、災害や突然の失業などの理由により、世帯の収入が一時的に生活保護に準じる状況となり、病院や薬局の窓口における一部負担金の支払いが困難な方に対し、「期間を限定して」一部負担金が減免される場合がありますので、ご相談ください
※書類審査に時間を要しますので、病院などにかかる予定の方は早めにご相談ください
※補装具などの療養費、入院時の食事代、保険適用外のものとは対象となりません

減免期間 3カ月以内

持参する物 保険証、印鑑、被災・失業などの状況を証明する書類、世帯の収入状況が分かる書類など

④限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証について

70歳未満の方、70歳以上で「現役並みⅠおよびⅡ」「低所得」に該当する方は、限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証の交付が可能です。入院や高額な外来診療を受ける際に認定証を医療機関に提示すると、その医療機関での自己負担額が、自己負担限度額までとなります



JOCジュニアオリンピックカップ大会 第17回全国高等学校選抜アイスホッケー大会

詳細 スポーツ都市推進課 ☎(34)9601

《 8月3日(水)~7日(日) 5日間 》 氷上の甲子園開幕!!

大会日程	会場
予選リーグ(1日目)	8月3日(水) 白鳥王子アイスアリーナ
予選リーグ(2日目)	4日(木) ダイナックス沼ノ端アイスアリーナ
予選リーグ(3日目)	5日(金) 新とぎわスケートセンター
準々決勝戦 準決勝戦	6日(土) 白鳥王子アイスアリーナ ダイナックス沼ノ端アイスアリーナ
決勝戦 3位決定戦 閉会式	7日(日) 白鳥王子アイスアリーナ

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため無観客とし、LIVE配信をします。



おでかけガイド

お子さんと一緒に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



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
親子ふれあい遊び	親子でミニ運動会を楽しむ	8月17日(水) 10時~10時45分、 11時~11時45分	7カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	定各20人 申し込み順	
親子ふれあい遊び	キラキラペットボトルを作る	8月25日(水) 10時~10時45分、 11時~11時45分	3カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	定各20人 申し込み順	8月4日(水) 9時30分から電話で
青空広場	散策後、秋の味覚を味わう ※雨天時は支援センター	9月8日(水) 11時30分 ~13時30分(金太郎の池レストハウス集合)	1歳6カ月~就学前の子どもと保護者	定32人 申し込み順 持飲み物、おしぼり、紙皿、レジャーシート	

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
みんなであそび!	園庭遊び ※雨天中止	8月9日(水) 10時~11時	0歳~就学前の子どもと小学4年生までのきょうだいと保護者	定6~8組 申し込み順 持汚れてもよい服装、着替え、飲み物、タオル	8月1日(月)~5日(金) 下記利用時間内に電話で
睡眠コンサルタント講座	乳幼児ねんねトラブル対処法 講師 山口砂智氏	8月18日(水) 10時~11時	0歳~就学前の子どもと保護者	料500円 当日納入 定5~6組 申し込み順 持筆記用具、バスタオル	8月1日(月)~9日(水) 下記利用時間内に電話で
親子遊び	園庭で水・泥んこ遊び ※雨天時はボールプール	8月19日(木) 10時~11時	1歳以上で自立歩行ができる就学前の子どもと保護者	定6~8組 申し込み順 持汚れてもよい服装、着替え、飲み物、タオル	8月1日(月)~17日(水) 下記利用時間内に電話で
リフレッシュヨガ	講師の方の指導で心身ともにリフレッシュ 講師 uchiyoga Rie氏	①8月24日(水) ②31日(水) 10時~11時	0歳~就学前の子どもと保護者(託児あり)	料700円 当日納入 定各8組 申し込み順 持ヨガマット、飲み物	①8月1日(月)~17日(水) ②8月1日(月)~23日(水) 下記利用時間内に電話で
手形アート	子どもの手・足形をかわいく記念に残す 講師 あべゆきえ氏	8月29日(月) 10時~11時30分	0歳~就学前の子どもと保護者	料1,000円 当日納入 定4~5組 申し込み順 持飾りの写真、のり、はさみ	8月8日(月)~25日(水) 下記利用時間内に電話で
親子で英語触れ合い遊び	英語の手遊び、リズム遊び、ミニ講座など 講師 ホール新香氏	8月30日(火) 10時~11時20分	3カ月(首すわり)~2歳の子どもと保護者	料800円 当日納入 定8~10組 申し込み順 持バスケットボール、飲み物、筆記用具	
マタニティヨガ	講師の方の指導で心身ともにリフレッシュしながら出産に備える 講師 uchiyoga Rie氏	9月7日(水) 10時~11時	5カ月以上の安定期に入っている妊婦の方(託児あり)	料700円 当日納入 定8組 申し込み順 持ヨガマット、飲み物	8月1日(月)~30日(水) 下記利用時間内に電話で

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
感覚遊び	寒天の感触を楽しむ	8月25日(水) 10時~11時	0~3歳の子どもと保護者	定6組 申し込み順 持汚れてもよい服装、着替え、飲み物、タオル	8月18日(水) 9時30分~16時に電話で
秋の散歩&芋ほり	秋の植物を見つけ、芋ほりをする	9月7日(水) 10時~11時30分	歩行確立後から就学前の子どもと保護者	定6組 申し込み順 持飲み物、軍手、ビニール袋	8月30日(火) 9時30分~16時に電話で

みその保育園子育てルーム ☎090(1524)1813

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
親子ふれあい遊び	片栗粉遊び	8月24日(水)、31日(水) 10時~11時20分	6カ月~4歳の子どもと保護者	定各4組 申し込み順	8月1日(月)から 9時~17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	
みその保育園子育てルーム	美園町4-26-10	090(1524)1813	10時~15時 ※水曜日は14時まで	土・日曜、祝日
住吉児童センター	住吉町2-5-17	(36)1448		
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655	9時~12時	
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371		
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時~14時	
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393		
大成児童センター	大成町11-11-21	(75)1841	9時~17時	日曜、祝日
北栄児童センター	北栄町3-3-3	(82)7069		

※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

詳しくは市ホームページをご覧ください



カルチャーガイド

文化の魅力を楽しめるイベント情報です!

申し込み・問い合わせは、各施設へ



科学センター

利用時間 9時30分~17時 休館日 毎週月曜日 所 旭町3-1-12 ☎(33)9158 ※申し込みは、全て8時45分から受け付け開始

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
プラネタリウム	夏の番組「夏の星空とへびつかい座の神話」	8月28日(日)まで 14時、15時30分(土・日曜日、祝日、夏休みは11時30分も投影)	定各20人 申し込み順 持電話で
プラネタリウム	秋の番組「秋の星空とペルセウス座の神話」	9月3日(土)から 14時、15時30分(土・日曜日、祝日は11時30分も投影)	定各20人 申し込み順 持8月2日(火)から電話で
宇宙ステーション「ミール」ガイド	指導員による宇宙開発に関するミールの解説と船内見学	8月20日(土) 14時	定3組(家族で1組5人まで) 申し込み順 持8月2日(火)から電話で
星空観望会	天体望遠鏡で月・土星の観望	9月7日(水) 19時30分~21時 ※1組10分程度	高小生以下(中学生以下は保護者同伴) 定6組(1組6人まで) 申し込み順 持8月10日(水)から電話で ※悪天候時は翌日開催。翌日も悪天候の場合は中止
プレスクール工作体験	ハロウィンの飾りを作る	9月14日(水) 14時30分、16時	就学前の子どもと保護者 定各2組 抽選 持8月17日(水)~26日(金)に電話またはHPで

中央図書館

所 末広町3-1-15 ☎(35)0511 利用時間 9時30分~20時 休館日 毎週月曜日、26日(金)

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	●8月14日(日)「美しい夏キリシマ」 ●8月28日(日)「風になったお母さん」 いずれも13時30分から		所2階講堂 対一般(14日)、子ども(28日) 定各30人 持直接会場へ
読み聞かせ	●8月6日(土) 11時~11時20分、14時~14時20分=当日発表 ●8月7日(日) 14時~14時20分=「たなばた」 ●8月21日(日) 14時~14時20分=「のぞいてごらん」		所6、7日=1階おはなしコーナー前 21日=2階研修室 定各10人 持直接会場へ
ストーリーテリングおはなしの時間	「七羽のからす」	8月20日(土) 14時~14時20分	所2階研修室 定10人 持直接会場へ
青空こどもとしょかん	青空の下、テーマごとにおすすめの本棚が登場し、好きな本を借りる	8月11日(水) 10時30分~11時30分	所出光カルチャーパーク(雨天時は図書館)
ICT講座デジタル伊能図「webで甦る200年前の日本のかたち」	デジタル伊能図で当時の伊能忠敬の足取りを体験し、電子図書館をレクチャー	8月27日(土) 10時~12時	所2階 リラックススペース 定5人 申し込み順 持7月26日(火)から
郷土セミナー「北の出版人」プレゼンツ「ドサンコ出版人たちのホンネトーク」	北海道の出版社6社の編集者が本への情熱を語る	9月3日(土) 13時30分~15時	所2階講堂 定50人 申し込み順 持8月3日(水)から

美術博物館(あみゅー)

所 末広町3-9-7 ☎(35)2550 利用時間 9時30分~17時 休館日 毎週月曜日

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
トヨタ自動車北海道株式会社創業30周年記念事業特別展「芸術の都ウィーンとデザインの潮流」	19世紀末ウィーンの巨匠クリムト、シーレ、ココシュカらの作品と共に、そこを一つの起点として花開いたデザインの潮流を紹介	展示期間 8月28日(日)まで	料無料
中庭展示Vol.18 川上りえ「Yet We Keep Seeking for a Balance 2022」	川上りえ氏による、動きの要素を兼ね備えた彫刻作品を紹介	展示期間 令和5年3月12日(日)まで	
ワークショップ「ワイヤーアートで作ろう! バランスオブジェ」	針金を加工してバランスをとるオブジェを制作 講師 川上りえ氏	8月11日(水) 13時~15時30分	小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 定10人 持汚れてもよい服装、ペンチ 持電話で
美術博物館祭2022	美術博物館を見て学んで、楽しむイベント	8月6日(土)、7日(日) ※6日は20時まで	持HPまたはイベント案内ちらしで
古文書解読講座中級編(全2回)	当館学芸員と古文書を解読し、歴史に親しむ	9月3日(土)、4日(日) 13時30分~15時30分	高小生以上 定30人 申し込み順 持8月2日(火)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 300 とまチョップポイント(オンライン教室、食事診断は対象外)							詳保健センター ☎(35)2800	
名称	とき	定員	内容	対象	持ち物	申し込み		
健康・栄養相談	8月8日(月) 9時~11時(時間予約制)	16人	保健師・栄養士による相談、血圧、体重測定	市内在住で高校生を除く18歳以上の方	なし			
ストレッチ ヨガ(3回コース)	8月31日、9月7日、14日 毎週水曜日 全3回 いずれも9時15分~10時15分	10人	初めての方でも安心して参加できるヨガ					
シェイプアップ エアロ(3回コース)	8月31日、9月7日、14日 毎週水曜日 全3回 いずれも10時45分~11時45分	8人	音楽に合わせて体を動かし、脂肪燃焼、体力UP 簡単な動きで行うので初めての方も安心	市内在住の高校生を除く18歳以上で運動制限のない方	室内用運動靴、タオル、飲み物	8月3日(水) 9時から電話で		
姿勢改善 ストレッチポール	8月29日(月) 13時30分~14時30分	10人	ストレッチポールを使い姿勢改善を体験・実感! 筋膜リリースで硬くなった筋膜を改善					
オンライン教室	詳しい日程は保健センターHPをご覧ください	8~10人	[オンラインフィットネス] [オンライン栄養教室] Zoomからリアルタイムで配信	なし	パソコンやタブレット端末など (Wi-Fi環境推奨)	下記 二次元コードで		
食事診断	随時受付	なし	2日分の食事記録に基づいて栄養士よりアドバイス	市内在住で20歳以上の方	なし	詳細は保健センターへ		

健康診断 総合健康診断はポイント対象外。GOGO健診、特定健診は 100 とまチョップポイント							詳保健センター ☎(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	28,050円	希望者	事前予約必要。詳しくは、市HPまたは保健センターへ(受付時間は個別に案内)				
GOGO健診	12月実施分から予約可	5,500円	該当者	短期人間ドックと同等	お早めにご予約ください			
特定健診	8月22日(月)、9月1日(水)、5日(月) 受付=8時~10時	加入保険により異なります	該当者	各加入保険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					詳保健センター ☎(35)0001	
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み		
子宮・乳	8月20日(土) 受付=8時~9時30分、 9月6日(火) 受付=13時、14時	保健センター	子宮=各50人 乳=各35人	保健センターへ 申し込み順		
胃・肺・大腸	8月22日(月)、9月1日(水)、5日(月) 受付=8時~10時 8月29日(月) 受付=8時~9時	東開町内会総合福祉会館(検診バス)	胃=各25人 肺=各30人 大腸は定員なし			

※子宮・乳がん検診は医師、スタッフも全て女性で実施しています

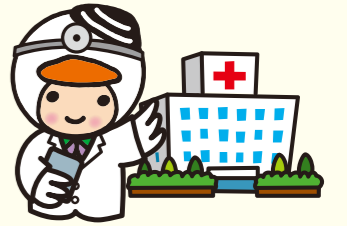
がん検診対象者(令和4年4月1日~令和5年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

検診名	胃がん		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
	50歳以上	偶数歳になる方	40歳以上		40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診 により必要な方	令和4年4月 1日時点で 40歳の方	令和4年4月 1日時点で 20歳の方
対象										
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どちらかのみを受診	
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持参

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診時に、結核健康診断も受けられます



健康ガイド



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 ☎ (32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	8月18日(水) 9時30分~10時45分	令和4年6月生まれの子と親 ☎20組 申し込み順	離乳食の進め方、これからの発達を考えよう	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「6・7か月児」	8月30日(火) 9時30分~11時	令和4年1・2月生まれの子*と親 ☎20組 申し込み順	これからの発達・生活リズムを考えよう、離乳食の進め方、お口のケアと相談タイム	開催日の2日前までに健康支援課へ ※いずれかの対象月齢でご参加ください
「1歳6か月児」健康診査	8月23日(火) 9時30分~10時45分、13時~14時30分 8月24日(水) 9時30分~10時15分	令和3年1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)		対象者に通知 ※24日(水)の午前は、1歳6か月児、3歳児健診の混合枠です。きょうだいで受診を希望される方はご連絡ください
「3歳児」健康診査	8月24日(水) 10時15分~10時45分、13時~14時30分 8月25日(木) 13時~14時30分	令和元年7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 ☎(32)6407	BCG接種は令和4年度から各医療機関での個別接種になりました! ※接種を行う曜日が決まっている場合や予約が必要な場合がありますので、各医療機関にお問い合わせください 【実施医療機関】 ・合田内科小児科医院……………☎(33)9208 ・うとないキッズクリニック……………☎(53)8080 ・王子総合病院……………☎(32)8111 ・さくらファミリークリニック……………☎(55)6526 ・たかやなぎ小児科……………☎(71)2115 ・たくしん小児科……………☎(53)7788 ・とまこまいこどもクリニック……………☎(33)1050 ・苫小牧市立病院……………☎(33)3131 ・とまこまい北星クリニック……………☎(57)8000			

※健診・教室は、子ども1人につき保護者1人まで

8月の休日当番病・医院

ホームページでもご覧いただけます!

8/7日	内科 たかやなぎ小児科 ☎(71)2115	外科 ハート整形ペインクリニック ☎(38)7000	歯科 ほっこう歯科八谷橋正歯科クリニック ☎(71)2580
8/11日	内科 さくらファミリークリニック ☎(55)6526	外科 アーク整形外科クリニック ☎(68)6111	歯科 ファースト歯科クリニック ☎(68)0001
8/14日	内科 たかせ内科クリニック ☎(73)6233	外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221	歯科 松井デンタルクリニック ☎(57)8241
8/21日	内科 とまこまい北星クリニック ☎(57)8000	外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000	歯科 松沢歯科クリニック ☎(82)8205
8/28日	内科 桜木ファミリークリニック ☎(71)2351	外科 みらい整形ペインクリニック ☎(53)7100	歯科 みかみ歯科・矯正歯科医院 ☎(35)3939

診療時間 内科、外科=9時~17時 歯科=9時~12時 ☎健康支援課 ☎(32)6407

夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 ☎(32)0099
診療科目 | 内科、小児科
診察時間 | 平日 19時~翌朝7時
土曜日 14時~翌朝7時
休日 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
☎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
子ども医療電話相談
☎#8000または☎011(232)1599

とまこまい医療介護連携センター

所在地 | 旭町2-4-20 ☎(37)0177
受付時間 | 平日 8時30分~17時

- ▶ 医療と介護の相談窓口
訪問診療を必要とする方はお気軽にご相談ください

広報とまこまい 令和4(2022)年・8月 13

市からのお知らせ

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

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載内容が変更になる場合があります



福祉

特別児童扶養手当・障害児福祉手当・特別障害者手当の現況届

8月上旬に対象者へ書類を送付しますので、提出してください

- ① 特別児童扶養手当**
 対 身体や精神に一定の障がいがある20歳未満の児童を養育している方
- ② 障害児福祉手当**
 対 身体や精神に一定の障がいがあり、日常生活において常時介護が必要と認められた20歳未満の児童
- ③ 特別障害者手当**
 対 身体や精神に一定の障がいがあり、日常生活において常時特別な介護が必要と認められた20歳以上の方

- 支給月額**
- ① 1級障害児(重度) 5万2千400円
 - ② 2級障害児(中度) 3万4千900円
 - ③ 2万7千300円
- 申請 8月12日(金)～9月12日(月)に直接または郵送(必着)で 障がい福祉課 TEL(32)6356

児童扶養手当の継続には現況届の提出が必要です

対象の方には7月29日(金)に書類を送付しますので、提出してください ※手当を受給してから5年以上経過する方は、

8月の献血

日	時間	会場
1日(日)	9:30~13:00 14:30~16:30	マックスバリュ新花園店 桜木ファミリークリニック
2日(月)	10:00~11:30	ビッグハウス光洋店
3日(火)	9:30~11:00 11:45~13:15 14:45~16:30	日胆農業会館 苫小牧栗林運輸株 ガーデンショップ花物語
4日(水)	14:30~16:30	王子総合病院(夜間救急玄関前)
7日(土)	9:00~12:30 14:00~16:30	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
8日(日)	9:30~12:30 14:00~16:30	イオンモール苫小牧
10日(火)	9:30~13:00 14:30~16:30	トライアル苫小牧西店 苫小牧海川病院
13日(金)	9:00~12:30 14:00~16:30	フードD 365 沼ノ端店
18日(水)	9:30~11:00 11:45~13:00 14:30~16:30	苫小牧埠頭株港運事業部 ネットヨタ苫小牧株キテネツ館 同樹会苫小牧病院
23日(月)	9:30~13:30 15:00~16:30	コープさっぽろパセオ川浴店 苫小牧道路事務所
29日(日)	9:30~12:00 13:30~16:30	のぞみコミュニティセンター ビッグハウス明德店

※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でご確認ください (問い合わせ先)北海道赤十字血液センター苫小牧出張所 TEL(61)1715

今月の健康NEWS

Mom'sサロンOasis

日 8月18日(木) 10時30分~11時15分(受付10時15分)
 所 教育・福祉センター 3階 直接会場へ
 対 妊婦、産後2~4カ月の母親と子ども
 持 母子健康手帳、バスタオル、おむつ
 詳 健康支援課 TEL(32)6411

パパママ教室

日 8月28日(日) 10時~11時30分
 所 教育・福祉センター 3階
 対 妊娠4~9カ月の初妊婦(出産予定日が令和4年9月26日~令和5年3月12日)と夫・パートナー
 内 沐浴の方法、妊婦体験、妊娠中の栄養について
 定 30組 抽選
 持 母子・父子健康手帳、筆記用具 ※撮影可
 申 詳 8月8日(月)~12日(金)に電話または市HPで 健康支援課 TEL(32)6411・6410

骨髄バンクドナー登録会の「説明員」を募集

市内のドナー登録会は、令和2・3年の2年間で14回開催し、270の方が新規登録者となりました。関心がある方はぜひご連絡ください
 対 平日に活動できる18歳以上の方
 報酬 1日2千円+交通費
 申 詳 健康支援課 TEL(32)6407

こころの相談日

日 ①8月3日(水) ②9月7日(水) いずれも9時~16時
 対 こころの悩みを抱えるご本人やご家族
 所 申 詳 ②9月2日(金)までに電話で 健康支援課 TEL(32)6410

がん患者交流サロン

日 8月9日(火) 13時30分~15時
 対 がん患者とその家族
 困 困ったときの食事のヒント
 所 申 王子総合病院がん相談支援センター TEL(32)8111
 詳 健康支援課 TEL(32)6407

親子デンタル教室

日 8月17日(水) 13時~14時30分
 所 教育・福祉センター 3階
 対 令和3年2~8月生まれの子どもの保護者
 内 歯科医師の講演、ブラッシング指導、フッ素塗布
 定 20組 申し込み順
 持 母子健康手帳、乳幼児歯ブラシ
 申 詳 8月15日(月)までに電話で 健康支援課 TEL(32)6411

日曜 乳がん検査の実施

日 10月16日(日) 8時30分~12時
 対 40歳以上の女性
 内 マンモグラフィ検査による乳がん検診
 料 ¥8千円(市助成・クーポン利用可)
 定 20人 申し込み順
 所 申 詳 電話で 王子総合病院医事課 TEL(32)8111

「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書」も提出
 申 詳 8月1日(月)~31日(水)に直接または郵送(必着)で こども支援課 TEL(32)6416

介護支援いきいきポイント事業 介護支援ボランティア登録研修会

日 8月26日(金) 13時30分~15時
 所 市民活動センター 3階会議室2
 対 市内在住の65歳以上でボランティア活動を希望する初受講の方
 定 20人 申し込み順
 持 介護保険被保険者証、筆記用具
 申 前日までに電話で 社会福祉協議会ボランティアセンター TEL(84)6481
 詳 介護福祉課 TEL(32)6347

ひとり親家庭日帰り旅行

日 8月28日(日) 9時~16時(予定)
 所 北海道箱根牧場(市民活動センター集合)
 対 市内在住のひとり親(母子・父子)家庭
 料 ¥大人11千2百円、子ども(中学生以下)1千500円 申し込み時納入
 定 30人 申し込み順
 申 8月1日(月)~15日(月)に直接 苫小牧風花の会事務局 TEL(36)7800
 詳 こども支援課 TEL(32)6416

広告

8月10日(水)まで「夏休み子供とふれあい入浴」保護者同伴時小学生以下2人無料 詳 環境生活課 TEL(32)6333

福祉



有償ボランティアによる生活援助サービス

要支援の認定を受けている方などを対象に日常の困り事に対する生活援助サービスを提供しています。利用を希望される方は、担当ケアマネジャーか有償ボランティアアみやまへご相談ください。ボランティアも募集しています
詳社会福祉法人勤医協福祉会有償ボランティアアみやま ☎(73)05555

とまこまいシルバリーハビリ 体操指導士養成講座

8月23日～10月11日 毎週火・木曜日 全10回 いずれも13時20分～16時30分 ※9月13日、20日、27日、10月4日、6日を除く
所市民活動センター
対市内在住の20歳以上で原則全回出席可能な方
定30人 申し込み順
申詳 8月17日(水)までに電話で 介護福祉課 ☎(32)6347

暮らし



国民年金からのお知らせ

役並み所得の方の一部●限度額適用・標準負担額減額認定証Ⅱ住民税非課税世帯の方
持国民健康保険証、現在お持ちの認定証、世帯主と手続きする方のマイナンバー・本人確認書類 ※住民税非課税世帯の方で過去1年間の入院期間が90日を超える方は、入院期間を確認できる領収書または入院期間証明書
申保険年金課、勇弘・のぞみ・沼ノ端出張所で

■口座振替の利用がお得です
●通常の翌月末振替を当月末振替にする早割制度を利用すると、毎月の保険料が50円割引●2年、1年または半年分を口座振替で前納すると、納付書での前納よりもさらに割引 ※下半期6カ月分は8月末までに申し込み
申基礎年金番号通知書または年金手帳、預貯金通帳、通帳届出印を持参のうえ市保険年金課、年金事務所、口座を持っていく金融機関・郵便局で
■年金を増やしませんか
国民年金加入中の方で、老齢基礎年金に上乗せして年金額を充実させるには「付加年金」「国民年金基金」「個人型確定拠出年金」などの制度があります。これらの制度に加入すると、納付した保険料や掛金は全額所得控除となります

農地の利用状況調査にご協力を

農地法により毎年全ての農地の利用状況を調査し、把握することが義務付けられています。農業委員、推進委員が巡回し農地を調査しますので、ご協力をお願いします
調査期間 8～11月
張所で 詳保険年金課 ☎(32)6418

令和4年度まちかどミーティングについて

令和4年度の開催については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため規模を縮小して開催します
詳協働・男女平等参画室 ☎(32)6152

Jアラート全国一斉情報伝達試験

地震、津波、武力攻撃などの緊急情報を国から伝達するシステムです。試験当日は市内全域の屋外スピーカーや戸別受信機の放送、および登録者に防災メールを配信します。また、テレフォンサービス☎(5865)1569で放送内容の確認が可能です
試験実施日時 8月10日(水) 11時ころ
詳危機管理室 ☎(32)6280

北海道シェイクアウト(地震の安全行動訓練)に参加しましょう



シェイクアウトとは、地震の際の安全確保行動(まず低く、頭を守り、動かない)を身に付ける機会です。訓練時間になりましたら各自その場で訓練を開始してください。詳細および訓練用音源は二次元コードより確認してください。訓練日程が合わなくても、訓練用音源を活用し、別日時に訓練可能です
9月1日(木) 10時
詳危機管理室 ☎(32)6280

8月の自動車運転免許講習

講習区分	講習時間	8月	
優良講習	10:30～11:00	2日(火)	17日(水)
		4日(木)	19日(金)
		5日(金)	23日(火)
		9日(火)	26日(金)
		12日(金)	31日(水)
		16日(火)	
一般講習	10:30～11:30	8日(月)	24日(水)
		10日(水)	29日(月)
違反講習	13:30～15:30	3日(水)	22日(月)
		15日(月)	
初回講習	13:30～15:30	2日(火)	16日(火)
		5日(金)	19日(金)
違反講習	13:00～15:00*	9日(火)	23日(火)
		12日(金)	29日(月)
初回講習	13:30～15:30	4日(木)	25日(木)
		4日(木)	26日(金)
初回講習	13:30～15:30	4日(木)	26日(金)
		18日(木)	

・免許証の受け取りは、更新手続き後おおむね40日後です
・講習は、免許の有効期限までに受講してください
HP
交通安全センター ※は苫小牧中野自動車学校
詳苫小牧警察署 ☎(35)0110



HP

広告

広告

暮らし



毎月勤労統計調査特別調査

常用労働者が1〜4人の事業所における労働者の賃金、労働時間などの実態を明らかにするため、7月31日(給与締切日)がある場合7月の最終給与締切日)現在で実施しています。対象となった事業所に、知事が任命した統計調査員が訪問します。ご希望をお申し込みください。

令和4〜6年度競争入札参加資格審査申請(第5回追加登録)の新規受け付け

資格要件市税および消費税、地方消費税の未納がない①建設工事②令和3年3月2日以降の「経営事項審査」を受け、希

みんなで取り組む ゼロカーボン!

環境保全課 (84)1620

家庭でできるエコ

水を出したままにせずコップに飲んで歯を磨くと、1回あたり1.2gのCO₂削減!

水は止めよう!

絵:アトリエなちこ

ハチの巣の駆除について

自宅や敷地内にできてハチの巣は、市では駆除を行っていません。ハチの巣の駆除は、巣がある場所の土地・建物の所有者または管理者に行ってください。危険です。専門の業者に依頼することをお勧めします(特に、スズメバチの巣の駆除は大変危険です)

水道メーター交換工事

対象となる家屋には、事前に工事予定日をちらしなどでお知らせします。工事中の約20分間は断水になります。ご協力をお願いします

水道課 (32)6695 (平日昼間) (32)6111 (右記以外)

催し・講座

平和祈念式典

戦争の悲惨さと平和の尊さを次世代に伝え、平和を守ることの大切さを考えよう。式典では、清野直子氏によるピアノ演奏の中、献花などを行います

8月15日(月) 11時57分(受付11時) 所 市民会館大ホール 直接会場へ

黙とうをお願いします

●広島市原爆投下の日 8月6日(土) 8時15分 ●長崎市原爆投下の日 8月9日(火) 11時2分 ●終戦の日 8月15日(月)

市が委託した事業者が調査員として、市内の空き家などの外観調査と写真撮影を行います

10月31日(月)まで(予定) 市民生活課 (32)6303

望する工種の「経営規模等評価結果通知書・総合評定値通知書」に平均完成工率高がある ②土木設計③建設コンサルタンの登録を受けている ③建築設計④1級または2級建築士事務所の登録を受けている ④測量⑤測量業または補償コンサルタンの登録を受けている ⑤地質調査⑥地質調査業の登録を受けている ⑦設備設計 ⑦側溝清掃 ⑧物品納入その他⑨法令の規定により必要な許可や免許、登録などを受けている ※①〜⑤については、令和4年9月1日現在で申請を希望する業種の許可または登録を受けてから、引き続き1年以上その事業を営んでいること。⑥〜⑧については、令和4年9月1日現在で営業年数が1年以上あること。⑨については、決算書に希望する業種の業務高があること

「中退共」の退職金制度

中小企業退職金共済法に基づき設けられた中小企業のための国の退職金制度で、事業主が中退共と退職金共済契約を結び、毎月の掛金を金融機関に納付します。従業員が退職したときは、その従業員に中退共から退職金が直接支払われます。掛金は、一部を国が助成し、全額非課税で手数料も不要です。パートタイマーや家

特別講演会 「iPS細胞による新しい医学」

iPS細胞の特徴を利用した新しい治療法についての講演会を開催します



講師 京都大学 iPS細胞研究所 金子新教授

8月31日(水) 14時30分〜16時30分(開場13時30分) 所 市民会館 大ホール 定員500人 申し込み順 申込 8月1日(月)〜26日(金)に 電話または二次元コードで 健康支援課 (32)6410

ヒロシマ原爆資料展

7月30日(土)〜8月21日(日) 所 アイビー・プラザ 内 広島平和記念資料館が所蔵する、原爆が投下された当時の貴重な資料やパネルを展示

被爆体験証言会

広島で被爆した方をお招きし、自身の被爆体験を語っていただきます 8月13日(土) 13時〜14時 所 アイビー・プラザ 定員70人(申し込み順) 申込 8月1日(月)〜5日(金)に電話で 市総務課 (32)6354

水道修理の申し込み、家屋解体時の届け出

水道修理の申し込み 水道修理 かりつけ 検索

水道業者に電話し、修理を依頼してください。アパートや借家にお住まいの方は、まず大家さんなどにご相談ください。事業者名簿はHPからご覧いただけます

家屋解体時の届け出 苫小牧 水道撤去 検索

水道を利用していた家屋の解体を行う前には、別途水道設備の撤去の届出や工事が必要となります。なお、水道設備の撤去は解体事業者ではできませんので、市指定の給水装置工事業者に依頼してください。詳しくは市HPをご覧ください

水道課 (32)6695(平日昼間) (32)6111(左記以外)

ハチ(蜂)にご注意ください

ハチや巣を発見した場合は近づかないようにする ●大声を発したり、大きな身振りや手ぶりをせず、速やかにその場を離れる ●敷地内に不要なものを置かない など整理整頓に努め、巣づくりしやすい場所をなくす ●庭などの植物や樹木は適度に手入れを行う ●特にスズメバチは、夏場(7〜10月ごろ)に凶暴化するのので気を付ける

赤十字救急法基礎講習会

9月11日(日) 13時〜17時30分 所 市民活動センター 対 15歳以上 定 千500円 開講日納入 定 10人程度 申し込み順 申込 8月1日(月)〜19日(金)に直接または電話で 日本赤十字社苫小牧市地区事務局 (総合福祉課内) (32)6354

ファーストスプーン (離乳食用の木製スプーン)作り

8月20日(土) 10時〜12時 対 妊娠中や2歳未満の子どがいる保護者 定 5人 申し込み順 ※託児なし 所 申込 8月1日(月)から サンガーデン (33)4411

佐賀久子先生の アイヌ刺しゅう講習会

9月14日〜10月19日 毎週水・金曜日 全10回 いずれも13時〜16時 ※9月23日を除く 所 生活館(矢代町2-1-11) 内 トートバッグの制作 定 30人 抽選 持裁縫道具 申込 8月1日(月)〜5日(金)に電話で 市総務課 (32)6354 生活館 (72)4297

広告

広告

催し・講座

「ウトナイ湖野生鳥獣保護センター」

① ボランティア体験講座
センターのボランティア活動と夏の自然調査体験
② お気軽ガイドウォーク in ウトナイ湖

所市民会館 大ホール
¥ 全席指定 2千円(当日2千500円)、中学生以下500円(3歳未満は保護者1人につき1人まで膝上で無料、ただし席が必要な場合は有料)

ン、市民会館、文化会館、アイビー・プラザ、一般社団法人苫小牧風花の会(市役所内売店)、生涯学習課で ※なくなり次第販売終了
¥ 全席自由席 4千円
生涯学習課 032)6756

「勇武津資料館」

■ 生活体験教室「藍染めに挑戦」
8月20日(土) 13時～14時30分
特工プロン、ゴム手袋
■ ふるさと探訪「勇弘の歴史散歩」
9月17日(土) 10時～12時



芝居公演
「帰ってきたカラオケマン 苫小牧公演」 チケット発売中

本市出身の水谷龍二氏が
作・演出の芝居公演。風間
杜夫によるひとり芝居「牛
山明シリーズ」
9月9日(金) 18時30分(開場18時)
所文化会館 ホール
チケット販売 9月8日(木)までに各コミセ

① コンサート
ピアノの演奏者を募集
10月30日(日)
② ワークショップ
ボディパーカッション、ヴァイオリンのアンサンブルの参加者を募集
9月23日(金)、10月16日(日)

委員会 園田氏 090(2698)7375
生涯学習課 032)6756

合わせ
定15人 申し込み順
持上靴
申請前日までに電話またはファクス、Eメールで 障がい福祉課 032)6356

「あいさポトキッズ講座とポツチャ体験」
8月18日(木) 13時～15時
所福祉ふれあいセンター 体育館
対小・中学生(小学1・2年生は保護者同伴) ※手話通訳が必要な方は要問い合わせ

子育て講座 step (ダイジェスト版)
8月25日(木)までに電話または電話またはファクス、Eメールで 障がい福祉課 032)6356

「普通救命講習会」
9月21日(水)、28日(水) いずれも13時30分
所21日 消防署日新出張所 28日 消防防災訓練センター
内心肺蘇生法とAEDの使用方法など
※eラーニング受講者は座学が免除
定10人 申し込み順
申請 8月31日(水)～9月14日(水) 9時から
電話で 救急課 084)5044

「高齢者交通安全運転体験会」

8月26日(金) ② 9月2日(金) いずれも13時30分
所中野自動車学校
対65歳以上の運転免許所有者
定5人 申し込み順
持運転免許証
申請 ① 8月19日(金) ② 26日(金)までに電話またはファクス、Eメールで 市民生活課 032)6287
siminseikat@city.tomakomai.hokkaido.jp

第74回苫小牧市民文化祭の作品を募集

生涯学習課 032)6756

Table with 4 columns: 短歌大会, 俳句大会, 川柳大会, and 作品. It lists submission details for each category including dates, locations, and contact information.

広告

広告

催し・講座

北海道排水設備工事責任技術者試験

日10月19日(水) 13時30分
所 労働福祉センター
¥7千円
申詳 8月17日(水)〜26日(金)に下水道課で配布の申込書を直接 下水道課 電(32)6604

とまこまいフリーマーケットSの中止について

例年9月に若草中央公園で開催している「とまこまいフリーマーケットS」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します

とまこまいフリーマーケット実行委員会 電(32)6306
i: w3222@gmail.com 市市民生活課

「スペシャルピアノDAY

大ホールのステージでコンサート用のピアノを弾き、ピアノリストになった気分を体験しませんか?
日8月21日(日) 9時30分〜19時20分(1人50分)
対小学生以上のピアノ演奏経験者
¥2千円 申し込み時納入
定10組 申し込み順

対市内在住の子育て中の女性

定セミナーⅡ各回11人(無料託児あり) 研修Ⅱ18人(面談あり) 申し込み順
申ママナビHPで
詳(株)Mammy Pro 電(011)2069150 市工業・雇用振興課 電(32)6432

リサイクル自転車抽選販売会 〜他の施設からも申し込みが可能です!〜

申詳 8月8日(月)〜22日(月)にJFERリサイクルプラザ苫小牧(HPでダウンロード可)、市役所1階市民スペース、各コミセン、植苗ファミリーセンター、勇払出張所で配布の申込書を直接または郵送(必着)、ファクス、Eメールで 〒059-1364 字沼ノ端2-25



※購入者のみ

所申詳 8月1日(月) 9時から直接 市民会館 電(33)7191

北洋大学にてオープンキャンパス

日8月6日(土) 11時〜14時
所 北洋大学(錦西町3-2-1)
内入試の説明や体験授業、在校生によるキャンパスツアーなど
申詳 電話または北洋大学HPで 北洋大学総務・広報センター 電(0120)51504



夏休みだよ!2022 リサイクル自由研究所

日所 8月8日(月)のぞみコミセン 9時30分〜12時、豊川コミセン 13時30分〜16時 8月9日(火)沼ノ端コミセン 9時30分〜12時、ふれあい3・3 13時30分〜16時 8月10日(水)住吉コミセン 9時30分〜12時
内①紙パックからハガキを作ろう②世界に一つだけのスノードームを作ろう③流木アートフォトフレームを作ろう④

対①小学3〜6年生 ②小学生 ③小学4〜6年生
定①各10人(2回実施)②20人 ③各4人(3回実施) 申し込み順
申詳 8月1日(月)から前日までに電話でゼロこみ推進課 電(55)4266

JFERリサイクルプラザ苫小牧 電(55)2970 FAX(55)3455 電(55)7131

とまこまい若者サポートステーション

出張相談
日8月24日(水) 14時〜16時
所 ワークプラザとまこまい ふれんどビル3階
セミナー
日8月22日(月)〜26日(金) いずれも13時30分〜15時
所とまこまい若者サポートステーション 内知っておきたい!パソコン講座

対15〜49歳までの就職を目指している方
申前日までに電話で とまこまい若者サポートステーション 電(84)8670
詳とまこまい若者サポートステーション 電(84)8670 市工業・雇用振興課 電(32)6432

夏だ!海だ!施設見学だ! 親子で環境体験

日8月27日(土) 10時〜12時30分
対小学生と保護者
定10組(1組2人) 申し込み順 ※定



〜移動図書館車〜

とまチョップ図書館号を利用しよう!

とまチョップ図書館号は市内25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、二次元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 電(35)0511



苦小牧で働きたい女性を応援! お仕事不安解消セミナー&研修

わたしらしさ発見!働き方セミナー
日①8月1日(月) ②24日(水) ③26日(金) ④31日(水) いずれも10時〜12時
所 市民活動センター ※オンライン同時開催



対市内在住の女性
内①お子さまと一緒に学べる!親子おこづかい教室 ②人間関係がぎくしゃくしない!ネガティブなことの伝え方(断り方・叱り方) ③社会保障とメンタルの整え方 ④わたしらしく輝き続けるためのマネー・ライフプラン
子育てママ復職支援スキルアップ研修
日座学Ⅱ9月26日(月)〜10月21日(金)の期間で10日間 9時〜15時30分
職場体験Ⅱ10月から随時
所 アイビー・プラザ



スポーツ

2022苫小牧市パラスポーツ体験会

日9月11日(日) 10時〜14時
所 総合体育館 直接会場へ
内車いすバスケットボール、ボッチャ、フライングディスク、パラ陸上、サウンドテーパーテニスをスタンプラリー形式で体験
待室内用運動靴、タオル、飲み物
詳スポーツ都市推進課 電(34)9601



基礎から学ぶ はじめての 弓道教室(一般コース)

日8月23日〜9月30日 毎週火・金曜日 全10回 18時30分〜20時30分 ※9月9日、23日を除く
所 総合体育館弓道場
対高校生以上
定3千700円 申し込み後納入
持白足袋、運動しやすい服装
申詳 8月9日(火)までにスポーツ協会HPで
スポーツ協会 電(37)7100



広告

広告

スポーツ

初心者スポンジテニス教室

日9月1日～29日 毎週木曜日 全5回
いずれも13時30分～15時

対18歳以上(高校生不可)
¥千円 当日納入

定10人 申し込み順

持運動しやすい服装・靴、タオル、飲み物、着替え、ラケット(貸出可)

所申詳 8月6日(土)から 川沿公園体育館
TEL(74)3300



一産休代替保健師を募集

対保健師の資格を有している方

募集人数1人

任期 9月14日(水)から1年程度

申詳電話で 健康支援課 TEL(32)6463

「北海道障害者職業能力開発校」訓練生を募集

訓練期間 10月3日(月)～令和5年3月15日(水)

所北海道障害者職業能力開発校(砂川市焼山60番地)

対身体・精神・発達障がいのある方
訓練科目 建築デザイン科

定10人 ※選考試験(9月9日(金))あり
申 8月22日(月)までに近くのハローワークで

詳北海道障害者職業能力開発校 TEL0125(52)2774 市障がい福祉課 TEL(32)6356

「ビジット苫小牧観光会議」委員を募集

対18歳以上の市民(高校生、市議会議員、市職員を除く)

申詳 8月1日(月)～26日(金)に観光振興課

(HPでダウンロード可)、市役所1階市民ロビー、観光案内所で配布の申込書を直接または郵送(必着)、ファクス、Eメールで 〒053-0022 表町5-11-5 ふれんどビル3階 観光振興課 TEL(32)6448 FAX(32)42000 E-mail: kankou@city.tomakomai.hokkaido.jp

「創意工夫功労者賞」の候補者募集

対鉱工、農林、水産、運輸、通信、建設、保健衛生、電力ガスなどの業務に従事する勤労者のうち、職長以下の工員、農林水産業従事者、医療補助者、研究所における研究補助員、技能職員など

申詳 8月19日(金)までに工業・雇用振興課

(HPでダウンロード可)で配布の調査書などを直接または郵送(必着)で 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

市道除雪業務の新規入札参加資格登録業者を募集

募集人員 7人

任期 10月1日(予定)から2年間

申詳環境生活課(HPでダウンロード可) または各出張所、各コミセン、植苗ファ

ミリーセンターで配布の応募用紙を、8月31日(水)までに直接または郵送(必着)、ファクス、Eメールで 環境生活課 TEL(32)6331 FAX(32)2198 E-mail: kankou-seikatu@city.tomakomai.hokkaido.jp

対市道除雪業務に必要な車両を保有またはリースなどにより調達し、市の指示により除雪業務を行える事業者(建設業以外の事業者も可能)

申詳 8月1日(月)～9月1日(木)に電話で道路管理事務所 TEL(73)5000

「ボランティアスクール(小学生の部)」参加者を募集

日 8月19日(金) 10時～15時15分

所 市民活動センター・ニチイケアセンター 苫小牧

対 市内在住の小学5・6年生 ¥500円(保険・食事代など)

定 15人 申し込み順

申詳 8月12日(金)までにHPまたは電話、ファクス、Eメールで 社会福祉協議会ボランティアセンター TEL(34)6481



「自衛官等募集案内」

募集種目 ①自衛官候補生 ②一般曹候補生

応募資格 18～32歳

受付期間 ①第2回試験 8月19日(金)まで、第3回試験 9月9日(金)まで ②9月5日(月)まで

試験日程 ①第2回試験 8月26日(金)～28日(日)、第3回試験 9月23日(金)～29日(木)

②9月15日(木)～18日(日)のいずれか1日 詳自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所

TEL(32)3725 市窓口サービス課 TEL(32)6294

8月の無料相談

内容・会場	とき・申し込み・詳細
総務省行政相談所 国の行政全般についての相談 市役所2階談話室	日1日(月) 13時～15時 直接会場へ TEL協働・男女平等参画室 TEL(32)6152
行政書士会くらしの無料相談会 遺言、相続、建設・運輸等許可に関する相談 市民活動センター	日20日(土) 10時～12時30分 TEL電話で 山崎行政書士事務所 TEL(36)5633 TEL山崎行政書士事務所 TEL(36)5633 社会福祉協議会 TEL(32)7111
消費生活・多重債務についての相談 消費者センター(市民活動センター 3階)	日月～金曜日=8時45分～17時15分(祝日を除く。第2・4金曜日は20時まで) 直接会場へ TEL消費生活=TEL(33)6510 多重債務=TEL(32)6119
全国一斉「子どもの人権110番」強化週間 法務局では、子どもの人権についての専用相談電話「子どもの人権110番」を設置しています。いじめや虐待など子どもの人権に関する悩みをご相談ください 札幌法務局苫小牧支局 2階	日26日(金)～9月1日(木) 8時30分～19時 ※土・日曜日は10時～17時 TEL電話で 子どもの人権110番 TEL0120(007)110(通話無料) TEL札幌法人局人権擁護部第二課 TEL011(709)2311
あなた 男女の声により添ういのちと暮らしの相談会 離婚、DV、就労(パワハラ)、貧困、女性の健康などの相談 市民活動センター 5階	日27日(土) 10時～12時 日20日(土) 10時～13時に電話で 平等社会を推進するネットワーク苫小牧 TEL(32)3610 TEL協働・男女平等参画室 TEL(84)4052
無料市民相談 市民相談所(市民活動センター)	法律相談 大谷和広 弁護士 日26日(金) 9時30分～12時(1人20分) 定7人 申し込み順 日1日(月)から市民活動センターで内容を話して相談券を受け取ってください。来られない場合はご連絡ください
	夜間心配ごと相談 日9日(火) 18時～20時 直接会場へ 家庭、離婚、相続、金銭貸借などの問題 TEL市民相談所 TEL(33)2345では、平日8時45分～17時15分に心配ごと相談を受け付けています

今月の納期・夜間納税相談

納期	市・道民税		2期	8月31日(水)
	国保税			
夜間納税相談	市税・国保税	8月26日(金)～31日(水) いずれも20時まで	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、クレジットカード納付をご利用ください

広告

広告

令和5年度採用市職員の募集

詳細 ①～⑪行政監理室 ☎(32)6182 ⑫消防本部総務課 ☎(84)5017
※平日8時45分～17時15分

各職種とも全ての要件を満たし、令和4年6月4日～26日に実施した市職員採用試験を受験していない方(同一区分でなければ受験可能)※詳細は必ず試験案内、市HPをご確認ください

募集職種	受験資格
■福祉の部	
①事務職	●学校教育法による高等学校以上を卒業した方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●昭和38年4月2日～平成9年4月1日に生まれた方 ●社会福祉士の資格を有し、社会福祉事業を営む社会福祉法人または医療法人などにおいて1年以上の勤務経験がある方
■社会人の部	
②技術職(土木・建築)	●学校教育法による高等学校以上を卒業した方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●昭和38年4月2日以降に生まれた方 ●受験する職種区分に関連する職務経験(青年海外協力隊での従事経験も含む)がある方
■大学卒の部	
③技術職(土木・建築)	●学校教育法による大学以上(修業年限4年以上の専修学校で、高度専門士の称号を取得できる専門課程を含む)を卒業した方または令和5年3月に卒業見込みの方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●平成5年4月2日以降に生まれた方 ●受験する職種区分に関連する学科を専攻している方
■短大卒の部	
④技術職(土木・建築)	●学校教育法による短期大学(高等専門学校および専修学校【修業年限2年以上で、専門士の称号を取得できる専門課程に限る】を含む)を卒業した方または令和5年3月に卒業見込みの方(大学に2年以上在学して62単位以上を修得している方など、これらと同等の資格があると認められる方を含む。大学卒の部に該当する方は除く) ●平成5年4月2日以降に生まれた方 ●受験する職種区分に関連する学科を専攻している方
■高校卒の部	
⑤事務職	●学校教育法による高等学校を卒業した方または令和5年3月に卒業見込みの方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●平成5年4月2日以降に生まれた方
⑥技術職(土木・建築)	●学校教育法による高等学校を卒業した方または令和5年3月に卒業見込みの方(これらと同等の資格があると認められる方を含む。大学卒および短大卒の部に該当する方は除く) ●平成5年4月2日以降に生まれた方 ●受験する職種区分に関連する学科を専攻している方
■障がいのある方	
⑦事務職	●学校教育法による高等学校以上を卒業した方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●昭和38年4月2日以降に生まれた方 ●次の(1)～(3)のいずれかに該当する方 (1)身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳(1～6級)の交付を受けている方 (2)都道府県知事または政令指定都市市長が交付する療育手帳もしくは児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医または障害者職業センターによる知的障害者であることの判定書の交付を受けている方 (3)精神保健および精神障害者福祉に関する法律第45条に定める精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
■資格職の部	
⑧保健師	●保健師の免許を有する方または令和5年3月31日までに取得見込みの方 ●昭和47年4月2日以降に生まれた方
⑨保育士	●保育士の資格を有する方または令和5年3月31日までに取得見込みの方 ●平成5年4月2日以降に生まれた方
⑩保育士(療育)	●保育士の資格を有する方または令和5年3月31日までに取得見込みの方 ●昭和38年4月2日以降に生まれた方 ●保育所・幼稚園・認定こども園などの保育施設または障害児者入所・通所施設などにおいて3年以上の勤務経験がある方
⑪管理栄養士	●管理栄養士の資格を有する方または令和5年3月31日までに取得見込みの方 ●平成5年4月2日以降に生まれた方
■消防の部	
⑫消防職	●学校教育法による高等学校以上を卒業した方または令和5年3月に卒業見込みの方(これらと同等の資格があると認められる方を含む) ●平成7年4月2日以降に生まれた方 ●採用後、市内に居住できる方 ※性別は問いません

募集人数 各若干名 採用予定日 令和5年4月1日 申込期間・方法 8月1日(月)～16日(火)に市HPから電子申請で
第1次試験日・会場 9月1日(木)～18日(日)に全国のSPIテストセンターで受験または18日(日)に①～⑪アイビー・プラザ、⑫消防本部で
試験科目 総合適正検査SPI3 その他 新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、試験日程などが変更になる場合があります

市長公約4期目の取組状況(概要)

詳細 政策推進課 ☎(32)6039

若倉市長が市民の皆さんと約束した4期目の公約の取組状況をまとめましたので、お知らせします。

I 行革を進め、無駄のない効率的な都市機能をもつまち苦小牧 築きます! 4th stage .. 90%

- 1 新たな行財政改革計画を策定します.....95%
- 2 女性活躍社会の実現に取り組みます.....85%
- 3 人口の減らない街苦小牧をめざします.....92%
- 4 市営住宅管理戸数の適正化や、民間委託を実施します.....100%
- 5 職員の資質の向上、コンプライアンスの徹底を図ります.....80%

II 産業流通の活性化、働く人の明るい笑顔あふれるまち苦小牧 導きます! 4th stage .. 91%

- 1 苦小牧駅前広場を名実ともに苦小牧の顔として復活します.....68%
- 2 中小企業や商店街の活性化と地場産品を活かした農林水産業の振興を図ります.....98%
- 3 苦小牧港のロジスティクス機能の強化に取り組みます.....100%
- 4 様々なツールや苦小牧がもつ観光資源を使って苦小牧をPRします.....97%
- 5 新千歳空港の民営化を見据えた施策に取り組みます.....91%

III お年寄りや子どもたちが安心して暮らせるまち苦小牧 育てます! 4th stage 97%

- 1 「苦小牧版地域包括ケアシステム」の構築を進めます.....92%
- 2 子どもたちの健康と安全を守る施策を実施します.....100%
- 3 子どもたちに必要な施設の誘致、整備に取り組みます.....100%
- 4 市民の生命・財産を守る施策を実施します.....98%
- 5 災害時等における高齢者、被災者の生活を守る施策を行います.....97%

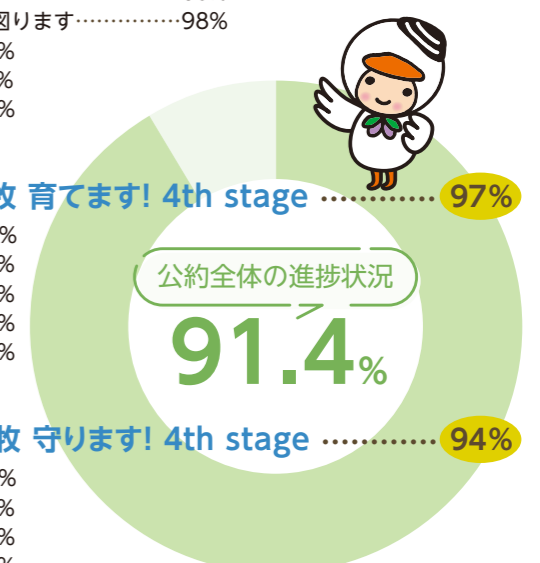
IV 自然を生かし、環境と調和のとれた美しいまち苦小牧 守ります! 4th stage 94%

- 1 受動喫煙防止条例「フレッシュエアー条例(仮称)」を制定します...100%
- 2 空き家、空き地対策に取り組みます.....100%
- 3 クリーンで快適な街苦小牧をつくります.....92%
- 4 霊葬場や霊園の施設整備を実施します.....80%
- 5 環境保全・地球温暖化への対応施策を実施します.....100%

V 心の通い合う、やさしい音楽の流れる暖かなまち苦小牧 愛します! 4th stage 85%

- 1 子どもたちの夢をかなえる施策を行います.....65%
- 2 幼児を持つお父さんお母さんを応援します.....85%
- 3 工業都市苦小牧に文化芸術の花を咲かせます.....85%
- 4 国際化を意識した施策を展開します.....93%
- 5 大学教育への取り組みを進めます.....95%

(令和3年度末まで)



令和3年度に実施した取り組みの一部を紹介します!

① 自分らしさ応援EXPOを開催しました

思い込みや偏見にとらわれず、ひとりひとりの“自分らしさ”に気づき、生かし、大切にできる社会の実現を目指してパネル展とオンデマンド配信を行いました。



② キッチンカー21@トマベイウォーターフロントを開催しました

苦小牧都市再生コンセプトプランの実現に向け、キラキラ公園でキッチンカーによる実証事業を行いました。約45,000人が来場し、ウォーターフロントのにぎわい創出につながりました。



詳細は、市HPで公表しているほか、市役所2階市民情報コーナー、各出張所、各コミュニティセンター、植苗ファミリーセンター、中央図書館などでご覧いただけます。

詳細 市環境生活課 ☎(32)6333
道南バス(株)苫小牧営業所 ☎(55)7125
(無縁仏供養法要について=社会福祉協議会 ☎(32)7111)

墓参臨時バスを運行します

運行 8月13日(土)、14日(日)
運賃 高丘霊園前まで=大人230円、こども120円
高丘第二霊園まで=大人290円、こども150円
市内小中学生はワンコインバス適用
(小学生=50円、中学生=100円、小学生は市スポーツ施設の使用証明書、中学生は生徒手帳などの身分証明書を降車時に提示)
※無料乗車証、高齢者フリーパス、高齢者優待乗車証は利用不可。定期券、昼間カードは利用不可

時刻表	
停留所: 苫小牧駅前	
8:20	8:50
9:00	9:40
10:20	11:00
11:40	12:20
13:00	13:40
14:20	

運行経路
苫小牧駅前(①番乗り場) ⇄ 表町五丁目 ⇄ 王子総合病院前 ⇄ 緑跨線橋 ⇄ 緑町郵便局前 ⇄ 支笏湖通 ⇄ 公園前 ⇄ 高丘霊園前 ⇄ 第二霊園入口 → 第二霊園中央東 → 第二霊園東 → 第二霊園西 → 第二霊園中央 → 第二霊園管理棟前



墓参される皆さんへ

新型コロナウイルス感染予防対策などについて

新型コロナウイルス感染症対策として、以下の対応をお願いします。

- ・咳エチケットにご配慮ください。
- ・他の来園者の方と一定の距離を確保してください。
- ・管理事務所にお尋ねの際は、事務所玄関からお声掛けください。
- ・体温が37.5度以上の発熱、平熱より1度以上の発熱、または体調不良の場合は、墓参をお控えください。



お盆期間中の混雑について

8月13日(土)、14日(日)の9時~13時は特に交通渋滞が予想されますので、混雑緩和にご協力をお願いします。

高丘第二霊園の一部一方通行規制について

8月13日(土)、14日(日)の8時~16時は、園内道路の一部で一方通行規制となりますのでご注意ください。

共同墓の墓参について

共同墓での宗教的な儀式(僧侶による読経など)は行えません。お参りの際は、他の墓参者にもご配慮いただくようお願いいたします。



ごみや供物などは必ずお持ち帰りください

ごみの放置は不法投棄行為となり、不法投棄は法律で禁じられています。また、供物や供花についてもクマやカラスなどに大事なお墓を荒らされるおそれがありますので、必ず持ち帰りましょう。
※霊園内にゴミ箱は設置していません

無縁仏供養法要について

日時 8月23日(火) 13時30分 **場所** 高丘霊園(無縁仏供養碑前) 直接会場へ
送迎バスの運行 市民活動センター前(往路) 13時 ⇄ 高丘霊園(復路) 14時30分
※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、関係者のみでの執り行いになる場合があります

詳細 社会福祉協議会 ☎(32)7111



とまチョップ水モンドセレクション連続金賞受賞

詳細 上下水道部総務経営課 ☎(32)6628

苫小牧のおいしい水「とまチョップ水」が、モンドセレクション2022において「金賞」を受賞しました。2019年に続いての金賞受賞となり、安全でおいしい水であることが改めて国際的に認められました。今後も「とまチョップ水」の原料である安全・安心な水道水を皆さんの暮らしにお届けします。
とまチョップ水は市内各所で販売中です。



▲販売店はこちら



6/25 土 北海道2022 苫小牧会場 ガーデンフェスタ



第39回全国都市緑化北海道フェアの開催に伴い、協賛会場である苫小牧でもオープニングセレモニーが行われました。勇壮千人隊御会所太鼓の演奏や、来場者には記念の花がプレゼントされ、多くの人が緑の大切さや美しさを実感していました。

7/2 土 7/17 日 キッチンカー21 @トマベイウォーターフロント



キラキラ公園では3週間にわたり、土・日曜日で道内最大規模のキッチンカーイベントが開催されました！会場には、親子連れをはじめ、たくさんの方でにぎわっていました。

たくさんの方をお待ちしています!

とまこまい
川柳

夏至待ちの
ひ孫会うのも 二年ぶり
日吉町 村上和子さん

平和こそ
核廃絶と 願う街
有珠の沢町 渡辺満さん

白鳥と
人のオアシス ウトナイ湖
桜木町 入倉彰さん

ヨサコイは
初夏の訪れ 弾ませる
桜木町 菊谷美恵子さん

散歩でも
いつしか違和感 ノーマスク
拓野東町 大谷アランさん

海行きたい!
言うだけ言って 過ぎる夏
新中野町 ラストサマーすぎたさん



Recipe

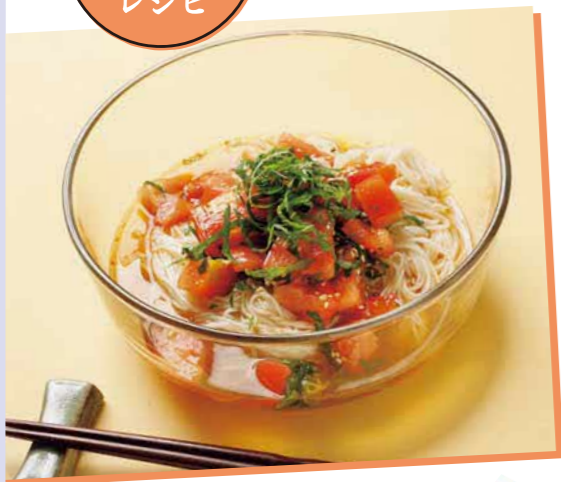
とまこまい
レシピ

トマトの素麺

トマトの酸味と冷やしたそうめんが夏にぴったり!

〜とまこまい産の食材〜

県「ファーム」で栽培しているオリジナルブランド「レッドジュエル」は、甘みと酸味のバランスが絶妙な、まるでスイーツのような高糖度ミニトマトです!
苫小牧市ふるさと納税の返礼品にもなっており、2017年に開催された「野菜ソムリエサミット」で金賞を受賞しました。



- 作り方**
- 1 トマトはさいころ状にカット、大葉は千切りにする。
 - 2 ボウルに★を全て入れて混ぜ、①のトマトと大葉の半量を加えてよく混ぜる。
 - 3 そうめんをゆでて冷水で冷やし、水気をしっかり切り②に入れて混ぜる。
 - 4 器に③を盛り付け、仕上げに残しておいた大葉をトッピングして完成。

材料(2人分)

- トマト(大)・・・1個 ● 大葉・・・6~7枚
- ★ 麺つゆ(濃縮2倍)・・・80cc ★ 冷水・・・160cc ★ 酢・・・大さじ1
- ★ 砂糖・・・小さじ1 ★ ごま油・・・大さじ1 ★ いらごま・・・大さじ1
- ★ にんにくチューブ・・・2cmほど
- そうめん・・・150g

調理時間 10分

広報とまこまいでは、市民の皆さんからの投稿を随時募集しています。選ばれた投稿については、広報とまこまい「みんなの広場」のコーナーに掲載させていただきます!

投稿
大募集!

募集項目 写真、川柳、絵手紙、イラスト **応募方法** 応募作品とともに、①住所、②氏名、③年齢、④電話番号、⑤タイトル(作品名)、⑥作品コメント(ひとこと)、⑦ペンネーム(希望の方)を明記し、Eメールまたは郵送で
宛先 ▶ Eメール kohokanri@city.tomakomai.hokkaido.jp 〒053-8722 旭町4-5-6 秘書広報課 広報担当 ※投稿作品は返却不可



↑詳細はこちらをチェック!

今月の編集後記 秘書広報課

- 苫小牧にも、やっと夏がやって来ました!コロナ禍に負けず、3年ぶりに開催されるイベントがたくさんあり、うれしい限りです。おまつり、おでかけ、バーベキュー...時間と天気との戦いです!(新)
- 熱中症に気を付けなければいけない季節...。そこで大事になってくるのが水分補給!モンドセレクション金賞を受賞した「とまチョップ水」を飲んで、暑い夏を乗り切りましょう!(池)

- 3年ぶりに港まつりが開催されます!!ここ3年はどこか寂しい夏でしたが、やっと「夏が来た!」と今からワクワクしています。皆さんの最高の笑顔撮影させてください!(鈴)
- 夏といえばスイカ!先日、スーパーでスイカがおいしそうだったので、大玉スイカだったので腰をいたわり買うのを断念。今度は小玉スイカがあったらいいな...(石)

人口と世帯(6月末)

総数 ▶ 168,857人 (対前月比:119人減)
男性 ▶ 82,748人
女性 ▶ 86,109人
世帯数 ▶ 90,941世帯

ストップ・ザ・交通事故!

交通事故発生状況(1月1日~6月30日)

発生件数 183件 (前年比12件減)
死者 1人 (前年比2人減)
傷者 214人 (前年比8人減)



みんなの広場



今月のひとインタビュー

朗読サークル「花音の会」代表
いしやま
石山ひろ子さん(80)
街中に朗読の輪を!

声で届ける物語の世界

石山さんが朗読と出会ったのは65歳の時。友人に誘われて参加した朗読会でした。その時聴いたのは好きだった作家、向田邦子の短編小説「大根の月」。情景や登場人物の感情を、頭の中のスクリーンにありありと映し出すような朗読に感動しました。

すぐに朗読教室に入って、基本技術や発声方法などを学びます。加えて、朗読セミナーやボイストレーニングにも積極的に参加しました。

実を結ぶ朗読者の育成

朗読文化を根付かせ発展させた一心で、2015年NPO法人「国際朗読ことば協会」が認定する朗読講師となりました。翌年、朗読サークル「花音の会」を発足。朗読会の定期開催や意見交換、勉強会など活動をさらに活発にしていきます。

して巣立ち、それぞれの道で活躍していることが石山さんの大きな喜びでもあります。

朗読は自己表現の世界

朗読するのは文豪作品だけでなく、時代小説やエッセイ、童話などあらゆるジャンルです。作者の思いや世界観を理解するため、人前で披露する1年以上前から読み込みます。自分のものにして初めて、聴き手に楽しんでもらう朗読となります。以前にはクラシックギタリストの演奏に合わせて朗読したことも。

「今後も多くの人に楽しい朗読を広めていきたい」と石山さん。夏休みには戦争を題材とした童話やエッセイなど、親子向け朗読会を苫小牧中央図書館で開催予定です。



▲「喫茶店やレストランなど、少人数朗読会も開催できたら」と石山さん



とまこまい

検定



○に当てはまる数字は?

8月5日(金)~7日(日)に第〇〇回とまこまい港まつりが開催されます

応募方法 はがきに答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、広報とまこまいへのご意見・ご感想を明記の上、ご応募ください。**宛先** ▶ 〒053-8722 旭町4-5-6 秘書広報課 広報担当 締切は8月31日(日)(消印有効)まで。応募は1人1通まで。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

「広報とまこまい」
限定

竹製お箸5点セット
(箸・スプーン・フォーク・
ストロー・ストローブラシ)
をプレゼント!



デザインは
お楽しみに!!

前月号の答えは ▶ ラムート

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 FAX 0144(34)7110
メールアドレス kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

HPの情報はここから

- 苫小牧市役所ホームページ

https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/



市役所HP
アクセスは
こちらから



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、植物油インキを使用し、環境に配慮しています。