



暮らし

7月のごみ収集日

燃えないごみの日 8日(水)
みどりのリサイクル 27日(月)
問合せ ごみ対策課
☎72・3126

不法投棄・ポイ捨てはやめましょう

ごみを他人の敷地や道路などに不法に捨てるのは犯罪です。住民、歩行者、車の通行に支障をきたすだけでなく、地域の景観を損ね生活環境を悪化させます。違反すると重い罰則を課せられることがあります。
問合せ ごみ対策課
☎72・3126

7月は「社会を明るくする運動」の強調月です

すべての国民が犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を

原稿の締切のお知らせ
9月号は7/31(金)まで

「情報ひろば」へ掲載希望の方は、上記日付までに秘書広報課窓口(平日)・郵送・ファクス・Eメールのいずれかで提出してください。掲載については、秘書広報課で判断させていただきます。

情報ひろば

- 市役所 花川北6・1・30・2 ☎72・31111
- 厚田支所 厚田区厚田18・1 ☎78・20011
- 浜益支所 浜益区浜益2・3 ☎79・21111
- りんくる 花川北6・1・41・1 ☎72・8343

- 花川北コミセン 花川北3・2・19・8 ☎74・6525
- 花川南コミセン 花川南6・5・27 ☎73・5300
- 八幡コミセン 八幡2・3・32 ☎66・4261
- 市民館 花川北6・1・42 ☎74・2249
- 市民プール 花川北3・2・19・8 ☎74・6611
- 市民図書館 花川北7・1・26 ☎72・2000
- B&G海洋センター 花畔3・3・7・4 ☎64・6010

ハチを見かけたら

ハチの活動が盛んになる時期です。ハチを見かけたら姿勢を低くして、通り過ぎるのを待つか、静かに遠ざかりましょう。ハチの巣は、巣の小さいうちに、専門業者に依頼して駆除してください(有料)。なお、個人の敷地内のハチの駆除費用は、所有者や管理者の全額自己負担になります。法人・事業所・共同住宅なども所有者や管理責任者の全額負担での駆除となります。
問合せ ごみ対策課
☎72・3126

法務局なんでも相談

登記・供託・戸籍・人権について無料で相談をお受けします。市民講座「なるほど教室」も同日開催。
日時 7月11日(土)10時~16時
場所 札幌エルプラザ(札幌市北区北8西3)
申込 不要 ※「なるほど教室」は7月6日(月)までに電話申込
問合せ 札幌法務局
☎011・709・2311

厚田駐在所改築のお知らせ

改築に伴い仮事務所を設置します。
期間 6月下旬~11月下旬
場所 厚田区厚田11・7(厚田中学校グラウンド横 教員住宅)
問合せ 札幌方面北警察署
☎011・727・0110
厚田駐在所 ☎78・2003

不審な声かけに注意!

最近、全国では下校途中の児

童が被害者となる痛ましい事件が相次いで発生しています。市内でも不審な声かけ事案が発生するなど、子どもの安全が脅かされています。
子どもが被害者となる犯罪の多くは、大人の目の届かないところで発生しています。これからは子ども自身の防犯力を高めることも必要です。

子どもが被害者となる犯罪の多くは、大人の目の届かないところで発生しています。これからは子ども自身の防犯力を高めることも必要です。

「声を出す! 逃げる!」
いざというとき明暗を分けるのは「声を出す」と「逃げる」とです。本当に怖い目にあつたとき子どもは足がすくんで逃げることができず、声も震えて出せないものです。普段から実際に練習しておきましょう。
問合せ 札幌方面北警察署
☎011・727・0110
市民生活課 ☎72・3191

石狩ハイスタンプ会

貯めたシールで参加できる各種イベントを企画しています。

〔石狩市税の納税〕

満貼台紙を利用して石狩市税(市道民税・法人市民税 固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税)を本庁収納窓口で納付できます。

〔中央バスカード〕

満貼台紙5冊で中央バスカード1枚(3千円)と交換。先着8人1人1枚。
受付 7月6日(月)10時~

〔緑苑台パークゴルフラウンド券〕

満貼台紙1冊で大人2枚または高齢者3枚のラウンド券と交換。
申込・問合せ 石狩ハイスタンプ会事務所(花川南2・2)
☎72・4575(月~金曜 10時~16時)



行事

ロビー展

〔石狩水墨画同好会〕
色紙額、掛け軸、扇子などに身



消費生活相談

悪徳リフォーム工事

高齢者を狙って「水漏れしている」「地震がきたら危ない」などと不安をあおり、リフォーム契約を強引に結ばせる悪質な訪問販売の事例が全国で多発しています。被害に遭わないためには、無料点検と言われてもすぐに玄関を開けない、業者の説明をうのみにせず家族や身近な人に相談する、また工事の契約はすぐにしないことが大切です。本当に必要な契約なのか、また価格については複数の見積もりをとり、比較検討するなどの慎重さが重要です。万が一契約してしまってもあきらめず、クーリング・オフを利用しましょう。訪問販売などでは契約書を受け取ってから8日以内であればクーリング・オフが可能です。また、業者がうそを言ってクーリング・オフを妨害した場合は、その後もクーリング・オフができます。

高齢になると判断能力が衰えたり、物忘れをしたりすることがあり、このような高齢者を狙う悪徳商法も少なくありません。特定商取引法では、訪問販売などについて「高齢者やその他の者の判断力の不足に乘じ、契約を締結させること」を禁止しています。家族や近所の人たちが、見慣れない人の出入りやリフォームの形跡があったら確認するなど、気遣うことが大切です。

気になることがあれば、下記窓口へご相談ください。

- 石狩市消費生活相談窓口 ☎75-2282
- 石狩消費者協会相談窓口 ☎72-2432

ノルディックウォーキングでからだ改善!

3カ月間、ノルディックウォーキングを実践して体の変化を実感しましょう。高精度筋力計で身体各部位の筋肉量や左右バランス、体脂肪率、基礎代謝率等を測定します

対象 40～74歳の市民で、現在、特に運動をしていない方

日時・内容 各自で目標を設定し、万歩計を装着して3カ月間ノルディックウォーキングを実践。実践前後に体力測定等を行い、筋力や体力、体調などがどのように変化したか比較します。

7月17日(金)	18時30分～20時30分	問診、体力・筋力測定
7月24日(金)		ノルディックウォーキング実技指導1
8月28日(金)		ノルディックウォーキング実技指導2
10月16日(金)		問診、体力・筋力測定

場所 りんくる **定員** 20人(申込多数時選考)

費用 2,000円

その他 万歩計をご用意ください

申込・問合せ スポーツ健康課 ☎72-6123

✉ sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

ノルディックウォーキングは、ポールさえあれば、いつでも誰でも手軽にできる運動です。全身の90%の筋肉を使う全身運動で、カロリー消費量も普通に歩くのと比較して20%程度増すとされています。



近な題材を描いた水墨画を出展します。

日時 7月6日(月)～10日(金) 9時～17時(最終日16時まで)

場所 市役所ロビー

問合せ 社会教育課 ☎72・3173

石狩川洪水・治水パネル展

石狩川の洪水記録や治水事業のパネルを展示します。

日時 7月11日(土)～8月9日(日) 9時～17時 ※最終日は13時まで

費用 無料

場所・問合せ 川の博物館(新港南1、月曜休館) ☎64・2507

石狩浜自然観察会

海浜植物や野鳥を観察しながら、ハマボウフウやエゾカワラナデシコが咲くはまなすの丘を散策します。

対象 小学4年生以上

日時 7月11日(土) 10時～12時30分(小雨決行)

講師 ふるさと自然塾 寒河江洋一郎氏

集合 9時50分 はまなすの丘 ヴィジターセンター(市のワゴン車に乗車する場合は9時20分に市役所駐車場 ※先着8人)

持ち物 筆記用具、動きやすい天候に合わせた服装、お持ちの方は双眼鏡

座禅サークルの無料体験

座禅の腹式呼吸による健康法を学びませんか。申込不要。

日時 7月12日(日) 9時30分～11時

場所 りんくる

問合せ 田中さん ☎72・4839

定員 30人(先着順)

費用 300円 ※中学生以下100円

申込締切 7月10日(金)

申込・問合せ 石狩海浜植物保護センター ☎60・6107

※休館日 ☎72・3240(市役所内)

はじめてのスイミング教室

対象 市内小学1～3年生

日時

- B日程 7月13日(月)・15日(水)・16日(木)・17日(金)・22日(水)・23日(木) 15時30分～16時30分
- C日程 7月27日(月)・30日(木)・31日(金)・8月3日(月)・5日(水)・6日(木) 13時30分～14時30分
- D日程 開催日はC日程と同じ 14時50分～15時50分

場所 B&G海洋センター

定員 各30人(先着順)

費用 2500円(保険料込み)

申込締切

- B日程 7月6日(月)
- C・D日程 7月17日(金)



申込方法 電話、ファクス、メールで

申込・問合せ 市体育協会 ☎64・1220

✉ isports@cirocous.oon.ne.jp