

2020

7
月号

広報

い・ま・か・り



No.812

令和2年7月1日発行 石狩市
代表 ☎0133・72・3111

みんなで手話! ⑦ バケーションハウス



バケーション(遊ぶ)

人差し指を
立てた両手を
顔の横で交互に
軽く前後に振る



ハウス

両手で
屋根の形を
作る

(今月の手話モデル) (一社)北海道古民家再生協会 理事長 江崎幹夫さん

今年の夏は “古き良き”を感じよう



2 古民家の宿「Solii」

3 手作りのフェースシールドを福祉施設へ寄贈

4 新型コロナウイルスの感染を防ぐために

新型コロナウイルス感染症の状況により、イベントなどが中止・変更になる場合があります。各問合せ先へご確認ください

令和2年5月末の人口 58,242人(前月比+23人) 男 28,183人/女 30,059人/世帯 23,016世帯

古民家の宿「Solii」

明治の家×大自然＝タイムスリップ



母屋を改築した棟「yama」



納屋を改築した棟「tani」



ゆるやかな時間が流れるロケーション



100年以上前の大工の手仕事

古民家の宿「Solii」は、田園地帯の八幡町高岡・五の沢地区で明治30年代から農業を営んできた山谷家の母屋と納屋を改修した2棟のパッケージハウス。「Solii」とは、Scene of living in Ishikari(石狩の暮らしの風景)の頭文字を取って名付けたものです。

開拓のころの原風景を伝えたい

古民家の宿 ソリー 「Solii」

明治43(1910)年から開拓農家が4代にわたって暮らした建物を、農林水産省の農山漁村振興交付金を活用して改築し、宿泊施設として令和元年10月にオープン。JAいしかりなど約20団体からなる「いしかり古民家活用地域活性化協議会」が中心となり、イモ掘り、ミニトマトの収穫やそば打ちなどの農村体験メニューも企画しています。

所 八幡町高岡103・3 定 4人/1棟
 図 3LDK(洗濯機・床暖房・エアコン・Wi-Fi完備)
 ▼ 1棟貸し、1泊素泊まり4万円(税抜)～
 問 (一社)北海道古民家再生協会
 ☎ 011・785・7218



私はこれまで道内各地で100軒以上の古民家を見てきましたが、石狩市にあるこちらの建物ほど「残したい！」と強く感じたところはありません。100年以上の月日を経ているにも関わらず、この建物は4年前まで実際に使われていたことから状態が良く、耐震補強のために基礎をコンクリートに変えましたが、柱や梁、天井などはオリジナルのまま残すことができました。ですから、泊まってじっくりと古き良き農家建築の様式を鑑賞していただきたいと思っています。

ところで、この明治建築もさることながら、私が最も感激したのは建物を取り巻くロケーションでした。辺りには電柱も電線も、今様の家も見えず、あるのはこんもりとした山と、風が吹き渡る水田、夜には星々がきらめく大きな空ばかり。それはまるで開拓のころの原風景そのものです。市民の皆さんにも古民家の良さはもちろん、周囲の自然と合わせてこの素晴らしい空間を、ぜひ楽しんでいただきたいですね。



ちような
斬で削った
 梁や、古民家によく見られる差し鴨居、竿縁天井など100年以上前の大工の手仕事を間近でご覧ください！

(一社)北海道古民家再生協会
 理事長 江崎幹夫さん

手作りのフェースシールドを福祉施設へ寄贈

自分の
命を守る

思いやりを
忘れない

地域の
ために



理科など対面で行う授業で使うフェースシールドと、
ケアハウスへ寄贈する分をそれぞれ制作しました

花川小学校の6年生が道徳の授業で、新型コロナウイルスを防ぐためのフェースシールドを製作し、市内の福祉施設に寄贈しました。

「社会の一員として子どもたちにもできることがあるのでは」との発案から取り組んだもので、高橋秀明校長も「丸3カ月にわたり学校が休業となり、子どもたちもずいぶん我慢したと思います。ただ、こういう状況でもできることはある」ということを学んでもらえれば」と、自らフェースシールドを

試作し、授業で指導にあたりました。

完成した物は後日、児童会書記局のメンバーが「いしかり福祉会 ケアハウスりよくえん」へ直接届けました。

同施設長の稲見紫乃さんは「子どもたちとはコロナの影響を受けての交流になりましたが、手作りのフェースシールドをいただき、とてもありがたいです」と思わぬ贈り物に心から感謝していました。



6/12、児童会書記局の皆さんが「いしかり福祉会 ケアハウスりよくえん」を訪れ、約50個のフェースシールドを寄贈しました

クリアファイルとスポンジ、
ゴムバンドを使って制作しました。
簡単そうに見えただけ
意外と大変でした(笑)。感染
予防のために使ってもらえたら
とてもうれしいです



まさとら
児童会 会長 平田真琥くん

一人一人ができる感染予防

新型コロナウイルスは、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に一人一人の咳エチケットや手洗いなどが大切です。感染症対策に努めていただくようお願いします。



換気の悪い密閉空間や手の届く範囲に多くの人がいる密集場所、近距離での会話や発声をする密接場面を避けましょう。また、お互いの距離は2m以上空けましょう。



手洗いは、食事の準備前や飲食の前、トイレの前後、掃除の前後、ドアノブなどの共用部分に触れる前後、マスク着脱の前後、鼻汁や痰(たん)に直接または汚れのついたティッシュに触れた後に行いましょう。汚れた手で顔を触ると感染のリスクが高まります。



マスクを着用して咳エチケットを守りましょう。マスクは一度着いたら首から上(特に目・鼻・口)に触れないこと。マスクを一時的に外した時はテーブルなどに置かず、きれいな袋に入れておきましょう。

毎日の習慣にしたいこと

- 手洗いや手指消毒をする
- 咳エチケットの徹底
- 小まめに換気をする
- 「3密」(密閉・密集・密接)を避ける
- 毎朝、体温を測定する
- 発熱または風邪の症状があれば無理せず療養
- 帰ったら手や顔を洗い、すぐに着替え、できればシャワーを浴びる

効果的な掃除方法

- 掃除の前後には手洗またはアルコール消毒をする
- 拭き掃除は、汚れの少ないところから多いところへ方向に行い、ウイルスを広げない

避けたい共用シーン

- 同じお皿からおかずを食べない
- コップの回し飲みや箸の使い回しをしない
- くし、ひげそり、歯ブラシ、タオルなどを使い回さない
- 携帯電話やタブレット端末を貸し借りしない
※チャック付きポリ袋に入れたり、ビニールなどをかぶせたりして密閉し、使用のたびに除菌シートなどで消毒を。使用前後は手洗いまたはアルコール消毒も欠かさずに

心の健康維持にも努める

次のようなストレスを感じたら、感情を素直に受け止める一方、苦しい状況でも笑顔を保つようにしてみましょう。SNSで人と話したり、動画や映画を見て気分をリラックスさせるのも効果的です。

- 不安を感じる
- よく眠れない
- 物事に集中できない
- イライラする

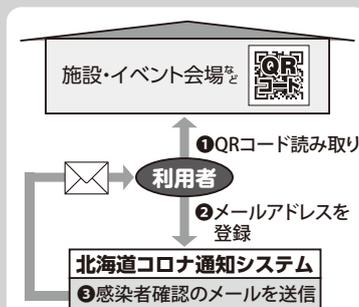
北海道コロナ通知システム

不特定多数の方が利用する施設やイベントなどに参加したとき、会場に掲示されているQRコードからメールアドレスを登録しておく、同施設を利用した方の中から万が一新型コロナウイルスの感染者が確認された場合、北海道からメールで通知が届くシステムです。

市内でも、道の駅石狩「あいろーど厚田」や弁天歴史公園運上屋棟、はまなすの丘公園ビジターセンターなどで導入しています。

登録方法

- ①訪れた施設(会場)に掲示されたQRコードを読み込む
- ②表示された画面から、メールアドレスを登録
- ③登録者と同じ日に同施設を感染者が利用していたことが判明した場合に通知が届く



※通知が届いても感染しているとは限りません。まずは体調管理に注意し、体調悪化時には北海道保健福祉部健康安全局地域保健課 ☎011・204・5020へご相談ください

新しい生活様式

新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」の実践例をご紹介します。
日常生活に取り入れて、新型コロナウイルスを乗り越えましょう。

移動のときは

- 感染が流行している地域へ(から)の移動を控える
- 帰省や旅行を控え、出張はやむを得ない場合に限る
- 発症したときのために誰とどこで会ったかメモに残す
- 地域の感染状況に注意する

買い物は

- 1人または少人数ですいた時間に行く
- 通販や電子決済を利用する
- 計画を立てて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは前後にスペースを作る



公共交通機関では

- 会話を控えめに
- 混む時間帯を避ける
- 徒歩や自転車利用も併用する

外食は

- 屋外空間で気持ちよく
- 料理は大皿を避け、個々で、飲み物の回し飲みはしない
- 対面ではなく横並びに座る
- 料理に集中し、おしゃべりは控えめに
- 持ち帰りや出前、宅配も活用する



娯楽やスポーツなどは

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用する
- ジョギングは1人または少人数で行う
- すれ違うときは距離をとる
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居はしない
- 歌や応援は十分な距離をとるか、オンラインで



新たな働き方を考える

- テレワークやローテーション勤務を行う
- 時差出勤でゆったりと
- オフィスは広々と使う
- 会議や名刺交換はオンラインで
- 打ち合わせはマスクを着用し、換気した中で



冠婚葬祭などの行事では

- 多人数での会食は避ける
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

災害への備え

- 避難所へ避難するときは、下記の3つの物を持参しましょう
- (1) マスク(なければ鼻や口を覆うハンカチ)
- (2) アルコール消毒液(なければウェットティッシュなど)
- (3) 体温計



北海道スタイル

北海道スタイルとは
新型コロナウイルスとの闘いが長期化している中、国が示した「新しい生活様式」の北海道内での実践に向けた、新しいライフスタイルやビジネススタイル、それが「北海道スタイル」です。

コロナに強い社会へ
「北海道スタイル」を創る

◆「北海道スタイル」安心宣言◆

～事業者の皆さまに取り組みいただきたい7つのポイント～

1. スタッフのマスク着用や小まめな手洗いに取り組みましょう
2. スタッフの健康管理を徹底しましょう
3. 施設内の定期的な換気を行いましょ
4. 設備、器具などの定期的な消毒・洗浄を行いましょ
5. 人と人との接触機会を減らすことに取り組みましょ
 - 一定の距離(2m程度)の確保
 - 間仕切りなどの活用や人数制限、空席の確保
6. お客さまにも咳エチケットや手洗いを呼びかけましょ
7. お店の取り組みをお客さまに積極的にお知らせましょ

新型コロナウイルスに関する



新型コロナウイルスに感染しないために、また感染が疑われたとき、
どのように行動したらよいのかを今一度、ご確認ください。

Q 新型コロナウイルスはどのように感染しますか？

A 主に飛沫や接触で感染します。密閉・密集・密接した中で多くの人と会話をする、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染拡大のリスクがあるとされています。
※世界保健機関(WHO)は一般に、5分間の会話で1回の咳と同じくらいの飛沫が飛ぶと報告しています

Q 感染が見つかった場所(外国・国内)から送られてくる手紙や輸入食品などの物からも感染しますか？

A 現在、中国やウイルスが見つかったそのほかの場所から積み出された物品との接触から人が新型コロナウイルスに感染したという報告はありません。
※WHOも、一般的にコロナウイルスは、手紙や荷物のような物の表面では長時間生き残ることができないとしています

Q 家族に新型コロナウイルスの感染が疑われる場合はどうしたらよいですか？

A ご本人は外出を避け、ご家族や同居の方も熱を測るなど健康観察をし、不要不急の外出を避け、特に咳や発熱などの症状があれば職場などに行かないようにしてください。

【特に注意すること】

- 部屋を分ける
- 感染が疑われる家族のお世話はできるだけ限られた方で
- 熱中症に配慮しながら家の中でもマスクをする
- 手で触れる共有部分を消毒する
- 汚れたリネン、衣服を洗濯する
- ごみは密閉して捨てる

Q 濃厚接触とは？

A 濃厚接触を判断する上で重要な要素として
①距離の近さ ②時間の長さがあります。

【濃厚接触者の判断基準】

- 感染予防策をせずに手で触れた
- 対面で、手を伸ばすと届く距離(1m程度)で15分以上の接触をした

Q 熱や咳があります。どうしたらよいですか？

A 仕事や学校を休み、外出は控えてください。休むことは自身の体を守り、感染拡大の防止にもつながります。

【帰国者・接触者相談センターに相談する目安】

- 息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状のいずれかがある場合はすぐに相談を
- ①高齢者 ②妊婦 ③糖尿病・心不全・呼吸器疾患がある ④人工透析を受けている ⑤免疫抑制剤や抗がん剤を使用している方は、比較的軽い風邪の症状でもすぐに相談を
- 比較的軽い風邪の症状でも4日以上続く場合は必ず相談を

Q 発熱の継続はどのように確認すればよいですか？

A 一般に37.5度以上の場合、発熱とみなしますが、個人差があるため、平熱と併せて判断を。発熱があれば毎日体温を測定し、体温と時間を記録してください。

Q 新型コロナウイルス感染症に感染していないか調べてほしい

A 帰国者・接触者相談センター☎011・204・5020や、かかりつけ医、地域の相談窓口などにあらかじめ電話でご相談ください。感染が疑われると判断された場合には、帰国者・接触者外来などを紹介されますので、そこで検査を受けることになります。

正しい知識で
感染予防だギョ!



新型コロナウイルスに関する電話相談窓口

相談・受診の目安	江別保健所	平日8時45分～17時30分	☎011・383・2111
	北海道保健福祉部健康安全局地域保健課	24時間対応	☎011・204・5020
感染症一般相談	厚生労働省電話相談窓口	9時～21時	☎0120・565・653
こころの健康相談	北海道立精神保健福祉センター	平日8時45分～17時30分	☎011・864・7000
	こころの健康相談統一ダイヤル	平日9時～21時 土・日・祝日10時～16時	☎0570・064・556
差別や虐待などの人権問題について	みんなの人権110番	平日8時30分～17時15分	☎0570・003・110
	子どもの人権110番		☎0120・007・110
	女性の人権ホットライン		☎0570・070・810

市民・医療関係者・事業者の皆さまへ

5/25、特別措置法に基づく緊急事態解除宣言がありました。

市民をはじめ、医療関係者、事業者の皆さまの感染拡大防止へのご協力によるものと、心から感謝申し上げます。

この解除宣言は、新型コロナウイルスの脅威がなくなったということではなく、密閉・密集・密接の「3密」の回避など、国が推奨する「新しい生活様式」のもと、私たちが感染症予防対策をしっかりと行いながら、社会経済活動の回復を進める局面となります。

市では、感染拡大防止と、社会経済活動との両立を図るため、引き続き経済活動への支援を講ずるとともに、学校における感染防止対策の徹底など、適切かつ丁寧に支援・対策を進め、市民生活の再建に取り組みます。

皆さまには、「人との間隔はできるだけ2m以上空ける」「家に帰ったらまず手や顔を洗う」など「新しい生活様式」での行動により、引き続き感染症予防対策に取り組んでいただきますよう、ご協力をお願いします。

石狩市長 加藤龍幸

善意に感謝します

新型コロナウイルス対策として、マスクや消毒液などを寄贈いただきました。※6/22現在、順不同

- | | | |
|----------------------------------|--------------------|---------------|
| ・シンエネルギー開発(株) 様 | ・(株)ニトリホールディングス 様 | ・(有)三愛 様 |
| ・アミーケ・インターナショナル(株) 様 | ・札幌石狩砂利協同組合 様 | ・エーザイ(株) 様 |
| ・中央コンピューターサービス(株) 様 | ・ダイコクグループ 様 | ・オルガノ(株) 様 |
| ・まちフェスいしかり実行委員会 様 | ・(株)酒井機材製作所 様 | ・タカトウ(株) 様 |
| ・オートレーサー岩沼靖郎 様 <small>ほか</small> | ・中国 彭州市 様 | ・(株)三津橋 様 |
| ・各小中学校PTA・保護者 様 | ・(株)チャンピオン商会 様 | ・(株)Kalm 角山 様 |
| | ・寺山ファーム 様 | ・(株)エース 様 |
| | ・岸本産業(株) 様 | ・(株)北谷組 様 |
| | ・にじいる南クラブ 様 | ・(株)ホッコン 様 |
| | ・GELATO LicoLico 様 | ・石狩青年会議所 様 |



たくさんの温かいご支援
ありがとうございます!

お互いを思いやる気持ちを忘れないで

新型コロナウイルスの流行というこれまでにない状況に直面し、私たちは強い不安を感じています。しかし、感染への不安や恐れから特定の人や地域、職業に偏見を持ったり、嫌悪したり、差別するなどの行為は避けなければなりません。

どのようなことが差別につながるの？

- 特定の人、地域、国籍、職業に対し「危ない」「悪い」というレッテルを貼る
- 上記の人などに対し、侮辱する、不快感を与える言動をとる、犯罪者扱いをする、敵意を向ける
- ウイルスの流行を理由に仲間外れにする
- 定かではない情報やうわさを広める

差別を防ぐためにできること

- 確かな情報を取得する
- 差別的な発言に同調しない
- 誰にでもねぎらいの心を持ち、敬意を払う
- 誰もがかかる病気であることを理解する



マスクは100年前から

日本におけるマスクの普及は、100年前に終息したインフルエンザの世界的流行（パンデミック）がきっかけとみられます。

この風邪は、大正7（1918）年の秋から大正10（1921）年の春まで断続的に続き、死者は全国で約38万8千人、道内では1万2千人余りが亡くなり、「スペインかぜ」の名前で知られています。

市内の状況は十分確認できていませんが、石狩小学校が臨時休業したという記録があるので、被害はあったと思われます。この風邪で厚田区の大実業家 佐藤松太郎氏が流行始めの大正7年11月に小樽市で亡くなっています。

大正11（1922）年、内務省衛生局がまとめた「流行性感冒」という報告書では、当時もマスク（呼吸保護器）、嗽（うがい）、不要な外出、今でいう「3密」を避ける、予防接種などが一般に呼びかけられています。下図は当時の啓発ポスターで、黒いマスクをした人々が描かれ、「恐るべしハヤリカゼのバイキン!」「マスクをかけぬ命知らず!」「マスクとうがひ（い）」と書かれています。マスクの需要が高まり、高値を呼びました。各地の裁縫学校や女学校などでマスクを製作させ、一般に原価で提供して収まったという話もあります。



注 図3点は国立国会図書館デジタルアーカイブ内務省衛生局編「流行性感冒」（1922）より転載

ちなみに江戸時代にも計26回の風邪の大流行があり、このうち14回がパンデミックとなり、長崎県經由で入ってきたと考えられます。石狩市付近でも文政10（1827）年に風邪の大流行があり、石狩場所（石狩川流域の交易地）の人口が半分になったそうです。この風邪は当時江戸で「津軽風」と呼ばれたものと同じだと推定されます。（石橋孝夫）



石狩市学芸協力員
石橋孝夫 Takao Ishibashi

専門分野は考古学と石狩史。石狩紅葉山49号遺跡の発掘を手がけたほか、縄文時代から江戸時代に至るサケ漁の方法や文化について研究する。

熱中症に注意しましょう!

新型コロナウイルス感染症の発生に伴い、「新しい生活様式」への行動変容が求められている今、これまでとは少し違う「令和2年度の熱中症予防行動」を確認し、予防しましょう。



「熱中症」かなと思ったら
医療機関へ
相談するギョ!

めまい、
立ちくらみ、筋肉痛、
汗が止まらない

軽症

中等症

重症

頭痛、吐き気、
体がだるい(倦怠感)、
虚脱感

意識がない、けいれん、体温が高い、まっすぐ歩けない、
呼びかけに対して返事がおかしい

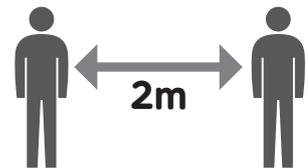
熱中症予防行動のポイント

① 暑さを避けましょう

- ・換気扇や窓の開放で換気をしつつ、エアコンの温度設定を小まめに調整
- ・急に暑くなった日は特に注意する

② 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温や湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合は、マスクをはずす
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を



③ 小まめに水分補給をしましょう

- ・1日当たり1.2ℓを目安に、のどが渇く前に水分補給を
- ・大量に汗をかいたら塩分補給も忘れずに



④ 日ごろから健康管理をしましょう

- ・日ごろから体温を測定し、健康チェックを
- ・体調が悪く感じたら無理せず自宅で静養を

⑤ 暑さに備えた体づくりをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・やや暑い環境で、ややきつと感じる強度で、毎日30分が目安

高齢者と
幼児は
特に注意!

休館日	
6(月)	13(月)
20(月)	27(月)
28(火)	29(水)



Ishikari City Library 石狩市民図書館

場所・申込・問合せ
本館(花川北7・1) ☎72・2000

市民とともに歩む図書館 ～ありがとう20周年、これまで、そしてこれからも～

図書館を使った 調べる学習コンクール 夏休み特別講座

9月の「図書館を使った調べる学習コンクール」や自由研究に向けて、学校図書館司書の特別講座を開催します。

- 対 小・中学生
- 日 8/11(火)・12(水) 10時～11時30分
- 備 筆記用具、ノート

えい・あい館 映画上映会 「心の中のふるさと」

九州天草諸島の文化と自然風土を背景に繰り広げられる親子の葛藤。NHKの朝番組「明るい農村」でも紹介された作品です。

出演:馬淵晴子、室田日出男

- 日 5(日) 14時～14時40分
- 定 15人(先着順)

本館おはなし会

- 日 4(土)・18(土) おはなし会びっくりばこ
12(日) おはなし会「おはなしのんな」
26(日) 図書館司書
- 時 11時～11時30分

おとなも絵本を楽しむ隊「おおきな木」

お気に入りの絵本を持ち寄って楽しむ絵本会です。子どもから大人までどなたでもお気軽にご参加ください。

- 日 25(土) 13時30分～14時30分

≡ 暮らしの知っ得情報 ≡

☎ 石狩市消費生活センター(市役所1階) ☎75・2282

土・日・祝日の相談は「消費者ホットライン」188へ

新型コロナウイルス関連のトラブルに注意!

新型コロナウイルスや給付金などに関連した相談事例が増えています。今後も新たな手口が出てくる可能性がありますので、対処法を学び、トラブルから身を守りましょう。

トラブル事例と対処法

市 役所から「新型コロナウイルス緊急救済措置として、お年寄りのいる世帯に現金を入金します」とのメールが届き、口座番号の入力を求められた。

- ➔ 市役所がメールで口座情報をお聞きすることはありません。届いたメールに返信しないようにしましょう。



実 在する大手薬品会社名で社債発行に関する書類が届き、後日社員を名乗る者から「新型コロナウイルスの治療薬を開発している」と電話があり、高額配当で年金代わりになると勧められ購入した。

- ➔ 大手の会社名を出すことで信用させようとする手口です。いったんお金を支払ってしまうと取り戻すことは困難です。安易なもうけ話はきっぱり断りましょう。

息 子を名乗り「上司に借りたお金がある」と電話があり、その後上司を名乗る者から「新型コロナウイルスで困っているのですぐお金を返してほしい」と頼まれて現金を手渡した。

- ➔ 家族を心配する気持ちに付け込む詐欺の手口です。どんな理由でも知らない人にお金を渡さないようにしましょう。

注 文した覚えのない使い捨てマスクが届いた。家族も心当たりがない。

- ➔ 受け取りを拒否するか、受け取ってしまったとしても慌てて事業者に連絡せず、商品は使用しないで14日間保管してから処分しましょう。商品を受け取るだけでは、売買契約は成立していません。



給付金に関する
消費者トラブルはこちら

新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン

☎ 0120・213・188 (10時～17時)



子育てひろば りとるきっず

函花川北7・1・22(こども未来館「あいぼーと」内)

お父さんと一緒に遊ぼう!

りとるきっずでは、お父さん&お子さんを対象としたイベントをたくさん開催しています。どんなふう楽しんでるのかご紹介しましょう!

土曜も開いているので、お父さんも利用しやすいと思います。一緒に遊びに来てくださいね!

7月の予定
6(月)~11(土) 七夕工作~マーブリングたんざく~
マーブリングしたTシャツ形の短冊に願い事を書き、りとるきっずの窓辺に飾ります。

20(月)~ 水あそび工作~おさかなつり~
発泡トレイで作ったお魚を水遊びプールに浮かべて釣りをします! ※プールには入れませんが、着替えの持参をお勧めします



レールのおもちゃもたくさんそろっています! 汽車や駅などもいっぱい! お父さんも童心に帰ってお子さんと一緒に楽しめるかも?



石岡千佳子先生



川村千秋先生



高橋美帆先生

パパと一緒にカプラで遊ぼう!

フランス生まれの木製ブロック「カプラ」で、タワーや家などを作製



▲親子でミニ運動会

石狩市体育協会の方を講師に招き、子どもとスキンシップを取りながらバルーンなどを使ってたくさん運動



▲パパッとピザづくり

「あいぼーと」の庭にあるピザ釜と、菜園で採れた野菜で作るピザは格別! 大人気イベントです

新型コロナウイルス対策にご協力を!

新型コロナウイルス感染症対策のため、事前予約制としています。

※食事やおやつも食べられません

☑️家を出る前に検温し、熱や風邪症状のない方

☑️月曜~土曜 ※祝日除く

①10時~11時30分

②12時30分~14時

③14時20分~15時50分

☑️各3組まで

☎️76・6225



健診・相談コーナー

所りんくる(花川北6・1) 園保健推進課 ☎72・3124

健診・相談名	対象	日時	持ち物	
乳幼児健診	4か月児健診、BCG	4~5か月児	16(木) 12時30分~13時30分	母子健康手帳
	10か月児健診	9~11か月児	7(火) 13時~14時30分	問診票
	1歳6か月児健診	1歳6~11か月児	15(水) 13時~14時30分	4か月児健診のみ BCG予診票も
	3歳児健診	3歳0~11か月児	21(火) 13時~14時30分	
歯科検診・フッ素塗布	0・1・3歳代	15(水) 10時~11時	母子健康手帳	
	2・4歳代~就学前まで	21(火) 10時~11時	歯ブラシ	
乳幼児健康相談	乳幼児	3(金) 10時~11時30分	母子健康手帳	
発達すくすく相談	幼児	28(火)・29(水) 9時30分~15時	※要申込	

子育て電話相談 平日10時~16時

地域子育て支援拠点では、子育てについての電話相談も行っています。

えるむの森 ☎71・2013

くるみの木広場 ☎73・0773

もくば ☎73・8900

こあらくらぶ ☎66・4500

りとるきっず(土曜も) ☎76・6225

ヘルシーライフ



成人健康相談

生活習慣病の予防・改善、禁煙など健康に関する相談に保健師・栄養士が応じます。体脂肪や筋肉量などが分かる「体組成測定」もできます。

日時 9(木)10時～11時30分
場所 りんくる(花川北6・1) 申込期限 7(火)
申込・問合せ 保健推進課 ☎72・3124

ふまねっと健康教室

網を踏まない、ステップを覚える、手拍子を加える複数の課題を同時に行い、楽しく交流できる学習運動です。

日時 9(木)・23(木・祝)10時30分～12時
場所 学び交流センター(花川北3・3)
持ち物 底の平らな上靴
費用 月2回500円(1回のみ・見学可)
問合せ ふまねっとはまなす
斉藤さん ☎73・5270

女性の健康相談

女性特有の身体的特徴から生じる健康について相談に応じます。

日時 14(火)13時30分～15時30分
申込期限 13(月)
場所・申込・問合せ 江別保健所
(江別市錦町4・1) ☎011・383・2111

浜益温泉入浴送迎

対象 70歳以上(厚田・浜益区の方除く)
日時 8/20(木)9時～17時
持ち物 お弁当、タオルなど
定員 20人(申込多数時抽選)
費用 入浴料250円
そのほか 詳細は後日郵送でお知らせ
申込期間 1(水)～10(金)
申込・問合せ 高齢者支援課 ☎72・7014

オンライン教室

～身体のV字回復を目指して～

自宅のできる筋力トレーニングをお伝えします。

対象 全身を引き締めたい18歳以上の方
日時 15(水)19時～19時30分

定員 10人(申込順)
費用 1,500円

準備 会議アプリ「ZOOM」をダウンロードしたスマートフォン・パソコン・タブレット、バスタオル(ヨガマット可)、飲み物、タオル

そのほか Wi-Fiなどオンライン環境のある場所をお勧めします

申込期限 11(土)
申込・問合せ (一社)アクト・スポーツプロジェクト
横谷さん ☎090・5223・4478



講師 横谷政一氏

土曜日アクトタイム教室

～ニュースポーツ編～

日程・内容 ①11(土)卓球、ボッチャ
②25(土)バドミントン、3A(スリーエイ)

対象 年長以上
時間 10時～11時
場所 りんくる(花川北6・1)

講師 千葉裕美氏
持ち物 上靴、飲み物、タオル
費用 ACT会員300円、非会員500円
そのほか ラケットの貸し出し可
問合せ (一社)アクト・スポーツプロジェクト
☎62・8162

厚田区 ※費用は要問合せ

問 厚田支所市民福祉課 ☎78・1033

脳健康教室

2(木)・9(木)・16(木)・30(木)
13時30分～15時30分
厚田保健センター

乳がん・子宮がん検診

3(金)8時30分～9時30分
厚田保健センター

断酒会

13(月)18時30分～20時30分
厚田保健センター

いきいきリハビリ厚みの会

14(火)10時～11時30分
厚田保健センター

いきいきリハビリ望の会

15(水)10時15分～11時30分
望来コミセン「みなくる」

いきいきリハビリ虹の会

22(水)10時30分～11時30分
虹が原会館

特定健診・がん検診

28(火)7時30分～9時 聚富会館
29(水)7時30分～9時 望来コミセン「みなくる」
30(木)7時30分～9時 厚田保健センター

浜益区 ※費用は要問合せ

問 浜益支所市民福祉課 ☎79・2112

リハビリ教室

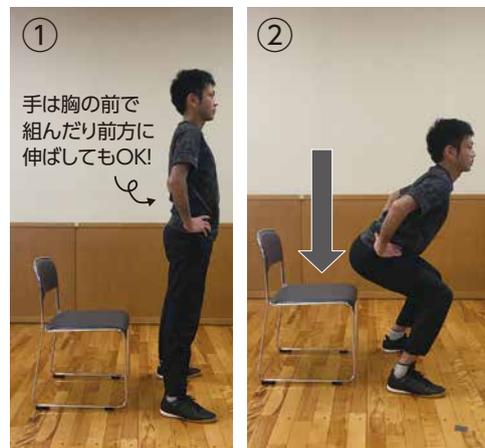
7(火)10時～12時 浜益温泉
28(火)10時～12時 浜益コミセン「きらり」

お家で Let's 筋トレ!

自宅で簡単にできる筋力トレーニングをご紹介します!

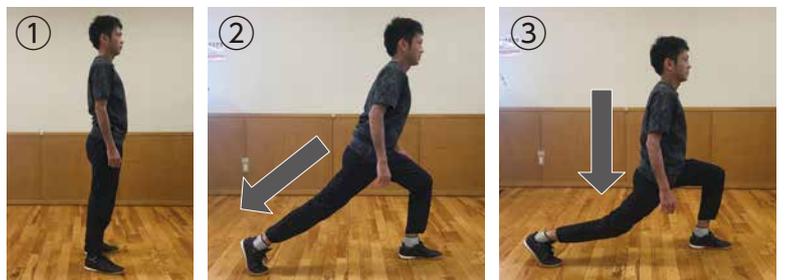
問 スポーツ健康課 ☎72・6123

太ももとお尻を鍛えるスクワット



- ①胸を張り、背筋を伸ばす
- ②いすに座るぎりぎりまでひざを曲げて腰を落とし、ひざを伸ばして①の姿勢に戻る

太ももともも裏を鍛えるバックランジ



- ①胸を張り、背筋を伸ばす
- ②片脚を後方にできるだけ大きく伸ばす
- ③重心を前脚に置いた状態で良い姿勢のまま腰を落とす。後ろ脚を戻して①の姿勢に ※反対の脚も行う

- 1)息を止めない
- 2)ひざとつま先の向きを合わせる
- 3)12回×2セットを目安に

3つのポイントを意識!!



救急当番病院

内科 昼間:日曜・祝日 9時～17時
 夜間:月曜～金曜・祝日 18時～23時
 土曜・日曜 19時～翌朝7時

外科 日曜・祝日 9時～17時

日	月	火	水	木	金	土
石狩医師会のホームページでも 詳しい情報が手に入ります。 ※電話で医療機関に確認の上、受診してください			1 内科 ①石狩	2 内科 ②幸愷会	3 内科 ①石狩	4 内科 ②幸愷会
夜間協力病院(23時～翌朝7時)						
5 内科 昼間①石狩 夜間②幸愷会 外科 ②幸愷会	6 内科 ①石狩	7 内科 ②幸愷会	8 内科 ①石狩	9 内科 ②幸愷会	10 内科 ①石狩	11 内科 ②幸愷会
夜間協力病院(23時～翌朝7時)						
12 内科 昼間①石狩 夜間②幸愷会 外科 ②幸愷会	13 内科 ①石狩	14 内科 ②幸愷会	15 内科 ①石狩	16 内科 ②幸愷会	17 内科 ①石狩	18 内科 ②幸愷会
夜間協力病院(23時～翌朝7時)						
19 内科 昼間③立石 夜間②幸愷会 外科 ②幸愷会	20 内科 ①石狩	21 内科 ②幸愷会	22 内科 ①石狩	23 昼間②幸愷会 内科 夜間②幸愷会 外科 ④はまなす	24 昼間①石狩 内科 夜間①石狩 外科 ④はまなす	25 内科 ②幸愷会
夜間協力病院(23時～翌朝7時)						
26 内科 昼間⑤福島 夜間②幸愷会 外科 ⑥佐々木	27 内科 ①石狩	28 内科 ②幸愷会	29 内科 ①石狩	30 内科 ②幸愷会	31 内科 ①石狩	
夜間協力病院(23時～翌朝7時)						

- | | | | | | |
|----------|---------|----------|------------|---------|----------|
| ①石狩病院 | 〒花川北3・3 | ☎74・8611 | ④はまなす医院 | 〒花畔4・1 | ☎64・6622 |
| ②石狩幸愷会病院 | 〒花川北7・2 | ☎71・2855 | ⑤福島医院 | 〒花川北2・2 | ☎74・3221 |
| ③立石クリニック | 〒花川北6・2 | ☎72・4711 | ⑥佐々木整形外科医院 | 〒花川南8・3 | ☎73・1233 |

夜間協力病院

手稲済仁会病院 札幌市手稲区前田1・12 ☎011・681・8111
 ※6月より診療費とは別に時間外選定療養費5,500円(税込)がかかります

息苦しさ、強いだるさ、高熱など
症状がある場合には
すぐに相談を!

病院へ行く? 救急車を呼ぶ?
迷ったときは

お子さんが急病、
受診に迷ったときは

休日・夜間当番医など
医療機関情報を提供

新型コロナウイルス感染症 帰国者・接触者 相談センター

江別保健所

☎011・383・2111
※平日8時45分～17時30分

北海道保健福祉部
健康安全局 地域保健課

☎011・204・5020
※24時間対応

#7119に電話を!

または
☎011・272・7119

看護師が
救急医療相談に
対応します。



救急安心センターさっぽろ

24時間365日対応

▼外国語対応(通訳:6カ国)
英語・中国語・韓国語・
マレー語・タイ語・ロシア語

北海道小児救急

電話相談 毎日午後7時～翌朝8時

短縮ダイヤル #8000

または ☎011・232・1599

電話相談は、一般的な対処に関し
看護師が助言を行うもので、診断・
治療はできません。より専門的な知
識を要する場合は、小児科医が相
談と助言に応じます。

日本小児科学会

こどもの救急

検索

北海道救急医療・ 広域災害情報 システム

けがや急病などの緊急時
に、受診可能な「休日・夜間
当番医」などの医療機関情
報を、24時間体制で提供し
ています。

☎0120・20・8699

☎011・221・8699

救命講習に行こう!

① 普通救命講習Ⅲ

乳幼児に対する応急手当て
(心肺蘇生法、AEDの使用、気道異物の除去など)

② 普通救命講習Ⅰ

成人に対する応急手当ての知識と技術
(心肺蘇生法、AEDの使用、止血法など)



対 小学5年生以上の市民または市内勤務者
※②は16歳以上

日 ①20(月)9時～12時 ②29(水)18時～21時

所 石狩商工会館(花川北6・1)

持 動きやすい服装、筆記用具

定 各20人

申 16(木)までに電話し、申請書を提出 ※当日受付不可
(一財)石狩市防災まちづくり協会 ☎77・6217

市役所からの お知らせ

市役所(花川北6・1・30・2) / りんくる(花川北6・1・41・1)

より良いまちづくりのため、市長と語り合いませんか

市長室開放

22(水) 15時~17時 ※1件30分
前日17時15分までに広聴・市民生活課へ
☎72・3191



ごみの収集日

燃えないごみ・廃蛍光管等の
収集日 8(水)

みどりのリサイクル 20(月)

問合せ ごみ・リサイクル課
☎72・3126

ハチにご注意!

ハチを見かけたら手で払ったり、体を急に動かしたりせず、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。なお、ハチの巣の駆除は専門業者へ依頼してください(有料)。個人・法人・事業所・共同住宅など敷地内のハチの駆除費用は、所有者や管理者の全額

負担となります。

問合せ (社)北海道ベストコント
ロール協会

☎011・788・9288

※10月1日以降は

☎011・671・0192

**ペットボトルのキャップ
回収を始めました!**

市役所、各支所、花川北・南コミセンに「ペットボトルキャップ回収ボックス」を設置し、回収を始めました。キャップの売却益はワクチンとなり、開発途上国の子どもたちを支援します。



問合せ ごみ・リサイクル課
☎72・3126

**マイナンバーカードの
夜間・日曜交付**

「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書」が届いている方を対象に、電話予約にてマイナンバーカードの夜間・日曜交付を行います。予約枠に限りがありますので、お早めにお申し込みください。

日時 ①12(日)10時~12時
②30(木)17時30分~19時

申込期限 ①10(日)②29(水)

申込・問合せ 市民課(市役所1階1番窓口) ☎72・3165

**マイナンバーカード申請
受付臨時窓口を開設**

写真撮影を行い、オンライン申請手続きをサポートします。予約枠に限りがありますので、お早めにお申し込みください。
日時 5(日)10時~12時
場所 花川南コミセン(花川南6・5)

申込期限 3(日)金

申込・問合せ 市民課
☎72・3165

下水道管が詰まったら

公共ますに植物の根が入り詰まる事例が多く発生しています。下水道管の故障や流れが悪くなったり詰まったら、調査をしますのでご連絡ください。なお、直接業者に依頼した場合は、原因が公共ますであっても費用は依頼者の負担になります。

【悪質業者に注意!】

市から依頼されたように装い、宅地内の排水管・ますなどの清掃や点検を言葉巧みに勧誘する訪問業者が増えています。市

市民の声を活かす条例 審議会等のうごき

5月の開催状況		企画課 ☎72・3161
開催	名称(担当課)	主な議題
書面	環境審議会(環境政策課)	(仮称)石狩発電所(風力発電事業)環境影響評価準備書(自主アセス)について(北海道ガス株式会社)
書面	情報公開・個人情報保護審査会(総務課)	令和元年(2019年)度石狩市情報公開・個人情報保護制度実施状況について
書面	福祉有償運送運営協議会(福祉総務課)	更新登録申請について
書面	情報公開・個人情報保護審査会(総務課)	新型コロナウイルス感染症対応地方創生推進事業「ひとり親世帯へ地元食材(石狩産米)の支援」実施に伴うひとり親医療費・児童扶養手当・生活保護データの利用について
書面	障害者総合支援認定審査会(障がい福祉課)	障害者総合支援法に基づく介護給付等申請者の障害支援区分の審査
書面	介護認定審査会(高齢者支援課)	要介護、要支援の審査・判定(5月中6回開催)

児童扶養手当

定時支払日 10(日)金

※昨年8月に送付した児童扶養手当現況届を提出されていない方は、支払いが受けられませんので、至急ご連絡ください
問合せ 子ども家庭課(市役所1階18番窓口) ☎72・3128

**国民健康保険被保険者証
などの更新**

現在お持ちの国民健康保険(以下、国保)の①被保険者証②被保険者証兼高齢受給者証③限度額適用認定証④限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は31(日)金です。

生振小学校 学校説明会

特認指定校の教育活動や入学の手続きなどを説明します。詳細は同校HPをご覧ください。
対象 令和3年度以降、新入学を希望する児童の保護者
※転入学は随時応相談

日時 31(金)18時~19時

場所 りんくる

申込・問合せ 生振小学校
☎64・2018



企画 いしかりこみへらし隊

① 被保険者証
② 被保険者証兼高齢受給者証
 新しい①②は7月下旬に世帯主宛てに送付します(手続き不要)。
【遠隔地用被保険者証の申請】
 施設入所のため市外に住民登録のある方は、被保険者証に同封の申請書に記入し、国民健康保険課に提出してください。
【短期被保険者証・被保険者資格証明書】
 国保税の滞納があると、有効期間が短い「短期被保険者証」や被保険者証の代わりに「被保険者資格証明書」(医療機関の受診時、医療費を全額負担)が交付されます。
【加入・脱退の手続き】
 加入・脱退する場合は、14日以内に届け出が必要で、遅れると

保険が使えない場合があります。また、国保税を加入日にさかのぼって納めていただきます。
③ 限度額適用認定証
④ 限度額適用・標準負担額減額認定証
 ③④は今後も必要な場合に申請してください。現在有効な認定証をお持ちの方は7月上旬までに世帯主宛てに送付する申請書(市HPからも入手可)を提出してください(郵送可)。④の交付を希望し、過去1年間で90日以上入院がある場合は、入院費の領収書(コピー可)など入院日数が分かるものを添付してください。
被保険者証などの相談
 国民健康保険課(〒061-8392 市役所1階10・11番窓口) ☎72・3123
納税の相談 納税課 ☎72・3118

後期高齢者医療制度

現在お持ちの保険証と「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」の有効期限は31日(金)です。7月中に水色の新保険証と、黄色の認定証を送付します。更新手続きは不要です。古い保険証と認定証は、市役所1階国民健康保険課または各支所市民福祉課へお返しください。細かく裁断し破棄してください。紛失や汚れたときは再交付します。
【保険料のお支払い】
 「年金からのお支払い」と「口座振替」から選べます。「口座振替」を希望の方は金融機関での手続きが必要です。災害や失業、新型コロナウイルスの影響などによる所得の大幅な減少、特別

医療費受給者証の更新

な事情で保険料の支払いが困難な方は、減免を受けられる場合があります。令和2年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。
問合せ 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601
 国民健康保険課 ☎72・3125
 厚田支所市民福祉課 ☎78・2886
 浜益支所市民福祉課 ☎79・2112
 現在お持ちの各医療費受給者証の有効期限は31日(金)です。
① 重度心身障害者医療費受給者証
 8月以降の資格を判定するため、令和元年中の所得を審査し、該当する方には7月下旬に受給者証を送付します。

ひとり親家庭等医療費受給者証

8月以降の資格を判定するため、令和元年中の所得を審査します。養育費は8割を所得として計算します(児童扶養手当制度に準ずる)。引き続き該当となる方には、7月下旬に受給者証を送付します。
 ※養育費の申告書(対象の方に送付済み。養育費を受け取っていない方も提出が必要)が未提出の方には、受給者証を送付できませんので早急に提出してください。
③ 子ども医療費受給者証
 該当する方には7月下旬に受給者証を送付します。
問合せ ① 国民健康保険課 ☎72・3125
 ② ③ 子ども家庭課 ☎72・3128

納期限	10(金)	上下水道料金(6月分)
	31(金)	固定資産税・都市計画税(第2期) 国民健康保険税(第2期) 後期高齢者医療保険料(第1期) 介護保険料(第2期) 市営住宅使用料(7月分)
時間外納付・相談窓口	開設日時	26(日)10時~15時 ※上下水道料金除く 30(木)17時15分~20時
	開設窓口	市税と国民健康保険税 後期高齢者医療保険料 納税課(市役所1階15番窓口) ☎72・3118 上下水道料金 水道営業課(市役所2階) ☎72・3133
※上記日時以外のご相談については各課窓口へお問い合わせください ※厚田支所、浜益支所では時間外の窓口を開設していません 石狩ハイスタブ券での納付 平日8時45分~17時15分 ※上下水道料金と時間外の窓口では石狩ハイスタブ券が発行するハイスタブ券での納付はできません		

指定難病など各受給者証の有効期間を延長します

新型コロナウイルスの影響を踏まえ、令和2年3月1日（令和3年2月28日）に有効期間が満了する受給者証の有効期間を1年間延長します。今回に限り更新申請と診断書の提出は不要です。

対象の受給者証 特定医療費（指定難病）、小児慢性特定疾病医療費、肝炎治療特別促進事業肝がん・重度肝硬変治療研究促進事業、先天性血液凝固因子障害等治療研究事業、ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療給付事業、特定疾患治療研究事業

※特定疾患治療研究事業の有効期間が6カ月の受給者証は延長期間も6カ月です

問合せ 江別保健所

☎011-3833-2111

同石狩支所☎74-1142

国民年金保険料免除制度

申請により保険料の全部または一部が免除になる場合があります。また、免除の承認を受けた方が将来受け取る年金額を増額するために、10年以内であれば免除された保険料を納めること

ができます（追納制度）。ただし、免除の承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に納付する場合は、経過期間に応じた加算金が増加されます。

免除が承認されたときの納付額と年金額への反映割合

	納付額 (令和2年度の1カ月分)	年金額への 反映割合*
全額免除	-	1/2
納付猶予 (50歳未満に限る)	-	0
3/4免除(1/4納付)	4,140円	5/8
半額免除	8,270円	3/4
1/4免除(3/4納付)	12,410円	7/8
定額納付の場合	16,540円	1

※定額の保険料を納付した場合を1とする

○6月分まで免除されていた方でも、一部の方を除き7月以降に再度申請が必要です

○承認を受けても全額免除・納付猶予以外の方は減額された保険料を納付しなければ未納となります

○申請者、配偶者、世帯主の所得によって認められない場合があります

○継続審査を希望した方で、婚姻・離婚・配偶者の死亡などがあつた場合は、年金事務所へ届け出が必要です

免除対象期間 申請月の2年1

カ月前分（翌年6月分）申請月が1月～6月の場合はその年の6月分）までの保険料※免除の申請は郵送可

社会を明るくする運動

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です。犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない地域社会を目指す全国的な運動で、今年で70回目を迎えます。



問合せ 石狩地区更生保護サポートセンター☎62-9136
※平日10時～16時

協力雇用主を募集しています！
→22ページ



新型コロナウイルス緊急支援対策

指定ごみ袋の無償配布

7/1時点で住民基本台帳に記録されている全ての世帯主に指定ごみ袋20ℓを20枚、郵送にて無償配布します。

※発送日までに転出した世帯除く

発送 7月中旬～

ごみ・リサイクル課☎72-3126

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免

次のいずれかに該当する世帯の方は、申請により保険税(料)が減免になる場合があります。

※詳細は市HPや保険料額決定通知書に同封したリーフレットをご確認ください

○新型コロナウイルスにより、世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った方

○新型コロナウイルスの影響により、世帯の主たる生計維持者の収入が前年に比べて10分の3以上減少する見込みである方

国民健康保険…国民健康保険課☎72-3123

後期高齢者医療…国民健康保険課☎72-3125

介護保険…高齢者支援課☎72-6121

新型コロナウイルスに係る傷病手当金

次の要件を全て満たす方に、申請により傷病手当金を支給します。

※詳細は市HPや保険料額決定通知書に同封したリーフレットをご確認ください

○他人に雇用されている方

○新型コロナウイルスに感染または感染が疑われ、療養のため仕事を休んだ方

○仕事を休み始めてからの期間が4日以上に及び、給与が支払われなかった方

国民健康保険…国民健康保険課☎72-3633

後期高齢者医療…国民健康保険課☎72-3125

特別定額給付金(1人10万円)の申請

4/27時点で住民基本台帳に記録されている全ての世帯主宛てに、特別定額給付金の申請書を送付しています(オンライン申請をされた方除く)。届いていない場合はコールセンターまでお問い合わせください。

申請期限 8/21(金)

同石狩市特別定額給付金コールセンター☎72-3116

パブリックコメントの結果

【市営住宅(政策空家4団地)の廃止について】

意見の募集期間 4月30日～5月30日

意見の提出状況

提出者0人

問合せ 建築住宅課

☎72・3144

計画段階環境配慮書の縦覧

(仮称)石狩湾洋上風力発電事業計画段階環境配慮書の縦覧を行います。配慮書に対する環境保全の見地からの意見を提出できます。

※計画段階環境配慮書とは事業者が、事業の位置や規模などを検討する段階で、環境保全のため

めに適正な配慮をしなければならぬ事項を検討し、結果をまとめた図書のこと

縦覧日時 6月(月)～8月6日(木) 9時～17時 ※平日のみ。図書館は休館日除く

縦覧場所

環境保全課(市役所3階)、厚田支所市民福祉課(厚田45・5)、浜益支所市民福祉課(浜益2・3)、市民図書館(花川北7・1)

問合せ シーアイ北海道合同会社

☎080・7390・1215

環境影響評価書の縦覧と事業説明会

(仮称)石狩湾新港洋上風力発電事業に係る環境影響評価書の縦覧と事業説明会を行います。

※環境影響評価書とは事業が環境に及ぼす影響について、事業者自らが調査・予測・評価を実施し、環境保全に関する考え方をまとめた図書のこと

【縦覧】

日時 1日(水)～31日(金) 9時～17時 ※平日のみ。図書館は休館日除く

場所 環境保全課(市役所3階)、市民図書館(花川北7・1)

【説明会】

日時 ①18日(土) ②19日(日) 15時～18時

場所 ①花川南コミセン(花川南6・5)

②花川北コミセン(花川北3・2)

問合せ 合同会社グリーンパワー

石狩 ☎03・4510・2100

戦没者遺児による慰霊友好親善事業

戦没者遺児が親族の戦没地などを訪れ、慰霊追悼を行い、地域の方と友好親善を深めます。

費用 10万円(集合場所までの往復交通費は自己負担)

申込・問合せ (一財)日本遺族会事務局

☎03・3261・5521

宝くじの収益配分金

「サマージャンボ宝くじ」の収益配分金は、市町村が行う公共事業に対する貸付原資となっているほか、市町村の振興事業に幅広く活用されています。

問合せ 財政課 ☎72・3154

北海道苦情審査委員制度

道の業務や制度を審査する「北海道苦情審査委員」制度では、皆さんに代わり苦情審査委員が道の関係機関に対し、調査などを行います。個人情報保護にも配慮します。

問合せ 道政相談センター

☎011・204・5523

✉kuiyou.koueki@pref.hokkaido.jp

市の相談窓口

人権相談

21(火) 13時30分～16時(受付15時30分まで) 广聴・市民生活課 ☎72・3191

行政相談

16(木) 13時30分～16時 市役所1階 广聴・市民生活課 ☎72・3191

弁護士無料法律相談

1(水)・15(水) 13時30分～15時30分 ※相談日前日までに電話申込、各4組(申込順) 广聴・市民生活課 ☎72・3191

家庭生活相談と女性相談

7(火)・14(火)・21(火) 10時～15時 市役所1階
16(木) 10時～15時 花川南コミセン
28(火) 13時～16時 市役所1階
北海道家庭生活カウンセラークラブ石狩地区 广聴・市民生活課 ☎72・3227

子ども・ひとり親相談

平日 9時～16時 子ども相談センター ☎72・3195

ジョブガイドいしかり

平日 9時30分～17時 就業アドバイザーによる相談は(昼休み除く) 月・水・金曜 9時30分～15時30分(受付15時まで) ジョブガイドいしかり(市役所2階) ☎75・8609

消費生活相談

平日 10時～16時 石狩市消費生活センター(市役所1階) ☎75・2282

特別支援・不登校相談

平日 9時～15時45分(金曜は14時45分まで) 教育支援センター ☎76・8000

65歳以上の高齢者の相談窓口

各地域包括支援センターにお気軽にご相談ください。 平日 9時～17時 花川南・花川・樽川地区 ☎73・2221 上記以外の石狩地区 ☎75・6100 厚田区 ☎78・1030 浜益区 ☎79・5111

その他の相談窓口

年金相談

※窓口相談のみ 平日 8時30分～17時15分 毎月第2土曜 9時30分～16時 街角の年金相談センター麻生 ☎0570・05・4890(予約専用)

ひきこもりや不登校などに関する相談

平日 10時～19時 ひきこもりサポートセンター ☎77・5763

労働相談所

※要申込 平日 10時～16時 連合北海道石狩地区連合 いしかり労働相談センター ☎60・4704

イベントカレンダー

9月号の原稿締切

31金

本欄へ掲載希望の方は
22ページをご覧ください。

▲以下に該当する場合は、掲載をお断りさせていただきます。

●営利目的の販売・勧誘、宗教、政治活動 ●公の秩序を乱すような内容のもの ●広く市民に周知する内容と認められないとき

8/1(土)

アートウォームカフェほほほ

ボードゲーム・カードゲームで遊ぼう!

みんなで楽しめるゲームを用意します。出入り自由。好きな時間に親子でお越しください。

時間 10時30分～15時

場所 アートウォーム(花畔1・1)

そのほか 飲み物の注文をお願いします

問合せ 子育て支援ワークスぽけっとママ 宮田さん ☎090・8636・2004

8/9(日)

第13回 石狩オープンパークゴルフ大会
兼 緑苑台チャンピオン大会

運と実力で成績が決まる! ハンディキャップ制のパークゴルフ大会です。

対象 高校生以上 時間 受付8時30分～

場所 緑苑台パークゴルフ場(緑苑台中央3・602)

定員 45人(申込順)

費用 シーズン券あり500円、シーズン券なし800円

申込方法 31(金)までに電話かファクス、または緑苑台パークゴルフ場にある申込用紙に記入

申込・問合せ (公財)石狩市体育協会

☎64・1220 ☎64・1222

①8/25(火) ②8/28(金)

個人向け 大人のプレミアム食育講座

内容 食育講話、給食試食、給食センターの紹介

時間 10時30分～12時 講師 市栄養士

持ち物 筆記用具 定員 各30人(申込順)

費用 422円

そのほか 5人以上のグループ・団体の方は別日程で実施可。希望の方はご連絡ください

申込期限 8/7(金)

場所・申込・問合せ 学校給食センター

(花川北7・1) ☎62・8015

石狩ハイスランプ会

[SAPICA(サピカ)と交換]

満貼台紙3冊+現金300円で無記名SAPICA 1枚を事務局で交換。

日時 6(月)9時30分～ 定員 5人(1人1枚、先着順)

場所・問合せ 石狩ハイスランプ会事務局

(花川南2・2) ☎72・4575

※平日9時30分～12時30分

ソフトボール 大会情報



所 スポーツ広場(花畔337・3)

間 スポーツ健康課 ☎72・6123

5(日)

第41回夏季ソフトボール大会

23(木・祝)・24(金・祝)・25(土)

北海道オープン中学生ソフトボール大会

26(日)

北海道オープンチャンピオンシップ大会

18(土)～8/30(日)

テーマ展 石狩とウミガメ

石狩にもウミガメが来る!? 標本や痕跡、記録を展示します。

時間 9時30分～17時

費用 入館料300円、中学生以下無料

場所・問合せ いしかり砂丘の風資料館 (弁天町30・4) ☎62・3711 ※火曜休館

20(月)

ファミサポ 出前っこひろば

おもちゃを用意してお待ちしています。当日の会員登録も可。

※大人はマスク着用のこと。検温と体調の確認あり。昼食を取ることはできません

内容 木のおもちゃ、わらべうた遊びほか

時間 10時30分～11時45分、12時45分～14時

場所 パストラル会館(樽川6・2)

定員 各5人(申込順) ※要予約

申込・問合せ いしかりファミリー・サポート・センター ☎72・5552 ※平日9時～17時

21(火)

フッ素の健康影響など

化学物質から子どもを守るための座談会

時間 10時～11時30分

場所 花川南コミセン(花川南6・5)

講師 フッ素問題全国連絡会事務局 堀弘子さん

問合せ 子ども達のフッ化物洗口を考える会

糟谷さん ☎080・4505・7907

25(土)

風車学習会

洋上風車深掘り情報&油断大敵 小型風車

石狩湾新港洋上風力発電事業を詳しく学びます。稚内小型風車による健康影響についても学びます。※マスク着用のこと

時間 13時30分～15時30分

場所 花川北コミセン(花川北3・2)

講師 石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表 安田秀子氏、

風力発電の真実を知る会 代表 佐々木邦夫氏

費用 300円(資料代ほか)

問合せ 石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表 安田さん ☎090・6211・1602

27(月) ※ほか9回

太極拳教室

年をとってからも続けられる太極拳を始めてみませんか? 足腰を鍛え、バランス感覚を養うのに効果的です。

対象 市民

日時 7/27(月)、8/3(月)・11(火)・17(月)・24(月)・31(月)、9/7(月)・14(月)・28(月)、10/5(月)

10時～11時30分

場所 りんくる(花川北6・1) 講師 森豊貴氏

定員 20人(申込順) 費用 3,000円

申込期限 17(金)

申込・問合せ 高齢者支援課 ☎72・7017

イベントの参加、
実施に当たっては、
十分な感染症対策を
しましょう!



3(金) ※ほか3回

7月のマナビーバ

ひとり親家庭の子どもたちに、大学生の学習ボランティアが分かりやすく教えます。

対象 中学3年生 ※中学1、2年生は要相談

日時 3(金)・10(金)・17(金)・31(金)

18時45分～20時45分

※食事をする方は18時～

場所 ども未来館「あいぽーと」(花川北7・1)

費用 夕食が必要な方は1回250円

申込・問合せ NPO法人ども・コムステーション・いしかり 伊藤さん ☎080・5838・8914

9(木)

手話カフェ

手話が全く分からなくても石狩のろう者とふれあいながら、手話でのおしゃべりを体験できます。石狩在住のろう者の方も、ぜひ遊びに来てください。

時間 10時～11時

場所 コミュニティカフェ あいマルシェ(花川南2・3)

費用 100円

協力 石狩聴力障害者協会会員

問合せ 北海道手話通訳問題研究会道央支部 石狩班 神原さん ☎090・6213・2113

11(土)

サイエンスおしゃべりカフェ

サイエンスの話題や疑問を持ち寄り、コーヒを飲みながらサイエンスアイのメンバーと気楽におしゃべりするカフェ。

時間 14時～16時

場所・問合せ 市民図書館(花川北7・1)

☎72・2000

18(土)・25(土)

文化講座 はじめてのチョークアート

鮮やかな発色と立体感のあるチョークアートに触れてみませんか?

対象 成人

時間 13時～15時

場所 学び交流センター

(花川北3・3)

定員 10人

費用 500円

申込期限 15(水)

申込・問合せ NPO法人石狩市文化協会

☎75・1288 ※火曜休館



チョークアーティスト
後藤真希氏

浜をますます元気に! 浜益キレイ海プロジェクト



5/17、川下海水浴場はまます(ピリカ・ビーチ)で豊かな海を守るため、海の男たちが区民を集め、総勢約70人で海岸清掃を行いました。

開会式・閉会式を行わず、ソーシャルディスタンスの確保など、新型コロナウイルスの感染予防に配慮しながらの清掃となりました。

問 浜益支所地域振興課 ☎79・2111



浜益キレイ海プロジェクトとは?

浜益の海の恩恵を授かって生業に励む浜益の若手漁師たちが、大切な恵みを与えてくれる海に恩返しするために始めました。

世界が新型コロナウイルスで混乱する中、自分たちに何ができるのかを考えた末、浮かんできたのは「まずは目の前に広がるこの海を守る」ということ。海で生きる漁師たちにとって土台になるのが浜益の海。漁師としては珍しい“持続可能な開発目標”SDGsを掲げ、海を守りながら魚を続けていきます。

今、魚の売り上げが落ちている中でも、自分たちにできることはあると考え、このプロジェクトを立ち上げました。SDGsの目標のひとつ「海の豊かさを守ろう」をまずは自分たちで実践することから始めます



石狩湾漁協
浜益地区青年部
鳴海翔さん

イベントの中止

例年7月に開催している右記のイベントは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、本年度は中止します。ご理解いただけますよう、よろしくお願いします。

名称	問合せ
ふれあい広場いしかり	(社福)石狩市社会福祉協議会 ☎72・8184
石狩防災フェスタ	(一財)石狩市防災まちづくり協会 ☎77・6217

児童館の行事



施設名	日時・内容
花川北児童館 ☎花川北3・2 ☎74・2884	4(土) 13時30分～14時30分 こども会議 7(火)～15(水) 15時30分～16時 チャレンジ週間「けん玉」定員:各8人 18(土) 9時30分～11時 プログラミングであそぼう! 定員:8人
おおぞら児童館 ☎花川南1・1 ☎73・4849	11(土) 13時30分～15時 プログラミングであそぼう! 定員:8人
花川南児童館 ☎花川南8・3 ☎72・7311	11(土) 9時30分～11時 プログラミングであそぼう! 定員:8人 ※要申込 25(土) 9時30分～11時 こども会議 対象:小学4年生以上 定員:10人 25(土) 13時～14時30分 チャレンジ・カプラ 定員:10人
こども未来館「あいぽーと」 ☎花川北7・1 ☎76・6688 ☎ http://iport-ishikari.net/	1(水) 17時30分～20時・18(土)11時30分～14時 スタジオ研修 ※要申込 4(土) 14時～14時45分・15(水)15時～15時45分 おもいっきり◎ASOBII「カプラ」 5(日) 10時30分～13時30分 はらべこクラブ ※要申込 11(土) 14時～15時 こども会議 12(日) 14時～14時45分 スポ@レク「バスケットボール3on3」 23(木・祝)～29(水) 14時～14時45分 夏のにじいろ花火 25(土) 15時～16時 ナニツクル「カミパズル」 26(日) 14時～15時45分 プログラミングであそぼう! 定員:8人

句歌歳時記

俳句

雲の中のスーパームーン春みぞれ
童話よむ卒寿つかれ目山笑ふ

短歌

コロナ禍の人影見えぬ公園に
エゾヤマザクラさびしく咲けり
春休み親子おそろい洋服で
薄着気にせず手をつなぎ笑む

八田篤子
国兼勝見

岡田幸枝
鶴屋光枝

親子で

STAY HOME クッキング🏠

新型コロナウイルス感染症対策のため、自宅で過ごす時間が増えているこの機会に、親子で楽しくお料理をしてみましょ。管理栄養士がとっておきのレシピをご紹介します♪

簡単ピザ

〈材料〉1枚分(直径約20cm)

生地 A	強力粉	125g
	ドライイースト	小さじ1/2
	砂糖	大さじ1/2
	ぬるま湯	50ml
	サラダ油	大さじ1/2
のせる具材	ピーマン	1/2個
	タマネギ	小1/4個
	ミニトマト	4個
	ホールコーン缶	大さじ1
	ウインナー	4本
	ピザ用チーズ	60g



管理栄養士
青山真希

袋に入れて作るので
手が汚れず簡単にできます!



〈作り方〉

- ① Aを厚手のビニール袋に入れ、口をしっかり握って振り、粉類を混ぜ合わせる
- ② ①にぬるま湯、サラダ油を加え、袋の上からよくこね、30分程度室温に置く
- ③ ②をねかせている間にピーマン・タマネギを薄切り、ミニトマトは4等分に切る
- ④ オーブンを220℃に予熱しておく。②を丸くまとめて、めん棒で薄く伸ばす
- ⑤ ④にピザソースを塗って③とコーン、ウインナー、チーズをのせ、オーブンで約15分焼く

ピザソースにも挑戦! (1枚分)

- ① フライパンにオリーブ油(小さじ2)をひき、みじん切りにしたニンニク(1/2かけ)、タマネギ(1/4個)を焦がさないように色が付くまで炒める
- ② ①にトマトの水煮缶(1/2缶)、砂糖(大さじ1/2)、塩(小さじ1/4)を加え、分量くらいまで煮詰めて出来上がり

栄養価(1/4枚分)

エネルギー	297kcal
たんぱく質	10.8g
脂質	13.9g
カルシウム	113mg
塩分	1.5g

コーンチャウダー

〈材料〉4人分

ジャガイモ	小1個
ニンジン	1/4本
タマネギ	1/4個
シメジ	20g
ベーコン	20g
水	1カップ
クリームコーン缶	200g
牛乳	1カップ
コンソメ	1個
塩・コショウ	少々
サラダ油	適量



管理栄養士
黒田さとみ

冷蔵庫の余った野菜で
おいしくできます!



〈作り方〉

- ① ジャガイモは皮をむいて1cm角に切り、水にさらしておく。ニンジン・タマネギ・シメジは5mm角に、ベーコンは1cm角に切る
- ② 鍋にサラダ油をひき、ベーコンを炒め、水とジャガイモ、ニンジン、タマネギ、シメジを入れ、ふたをして弱めの中火にかけ、煮立ってから約5分、時々混ぜながら野菜がやわらかくなるまで煮る
- ③ クリームコーン缶、牛乳、コンソメを加え、煮立ったら塩・コショウで味を調える

栄養価(1人分)

エネルギー	128kcal
たんぱく質	4.0g
脂質	4.3g
カルシウム	64mg
塩分	1.4g

本年は市営の海水浴場を開設しません

あそびーち石狩、厚田海浜プール、はまますピリカ・ビーチ



遊泳は開設している安全な海水浴場をご利用ください。
近年、海水浴場以外の海岸で水難事故が発生しています。
離岸流などの海の特性を理解し、十分に注意してください。

問工商労働観光課 ☎72・3167

川下海水浴場
はまますピリカ・ビーチ

中止

厚田海浜プール

中止

厚田ビーチセンター ★

開設期間 7/4(土)～8/23(日)

駐車場 250台

駐車料金 二輪車 200円
軽小型乗用車600円
普通車800円(土・日・祝日は1,000円)

アクセス 車]市役所から約30km
中央バス]札幌ターミナルから
「札厚線」乗車、「別狩中央」下車

問合せ 宮本さん ☎78・2950

望来浜中央海水浴場 ★

開設期間 7/4(土)～8/23(日)

駐車場 100台

駐車料金 二輪車 200円
普通車1,000円

アクセス 車]市役所から約19km
中央バス]札幌ターミナルから
「札厚線」乗車、「望来」下車

問合せ 藤崎さん ☎090・7646・4207

ジェットビーチ石狩 ★

開設期間 7/4(土)～8/26(水)

駐車場 250台

駐車料金 普通車1,000円

アクセス 車]市役所から約20km
中央バス]札幌ターミナルから
「札厚線」乗車、「望来」下車

問合せ (株)スーパースター
☎011・633・2940
金沢さん
☎080・4047・0513

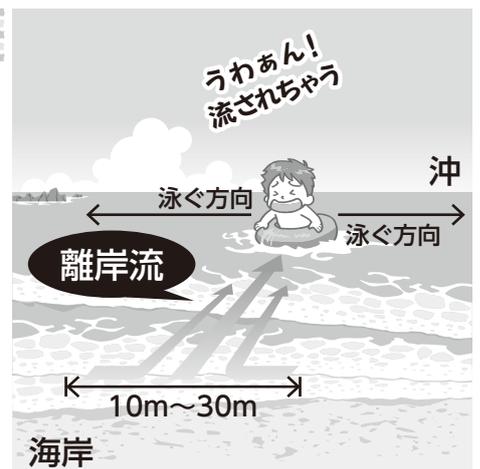
石狩浜海水浴場
あそびーち石狩

中止

水難事故に気をつけて!

5/31、石狩浜で遊泳中の大学生1人が行方不明になる水難事故が発生しました。遊泳をされる方は以下のことに注意をしましょう。

- ・遊泳は海水浴場区域内で楽しみましょう(海水浴場が開設されていない海岸は、監視や救護の体制が整っていないので大変危険です)
- ・お子さんから目を離さないようにしましょう
- ・飲酒後は遊泳を行わないようにしましょう
- ・離岸流(海岸に打ち寄せられた波が沖に戻ろうとする際に発生する強い流れ)や、引き波(船の航行時に後ろにできる波)により沖合に流されることもあるので、水深の深い場所へは行かないようにしましょう



協力雇用主になりませんか？

協力雇用主は、犯罪・非行の前歴のために定職に就くことが難しい刑務所出所者などの事情を理解した上で雇用し、立ち直りに協力する民間の事業主です。全国に約2万人の雇用主があり、2月に石狩市と当別町の22社で石狩地区協力雇用主会が設立されました。これにより保護司との連携や、犯罪のない安全・安心なまちづくりに向けた取り組みが行われています。事業主に対して奨励金を交付する制度もありますので、ご興味のある方はお問い合わせください。

対象 市内の事業主

問合せ 石狩地区更生保護サポートセンター ☎62・9136 ※平日10時～16時



▲ふれあい広場いしかりでの啓発活動

第3回いしかりeco未来会議

第3回「いしかりeco未来会議(第3次石狩市環境基本計画策定市民会議)」では、「教育・パートナーシップ」について考え、目指す環境像のために市民一人一人が取り組むべき行動プランを検討します。第1回からの継続した議論を前提とするため、途中回からの参加はできませんが、傍聴はできます。

日時 31(金)18時30分～

場所 市役所2階201会議室(花川北6・1)

そのほか 傍聴の方はマスク着用のこと。風邪症状がある方はご遠慮ください

問合せ 環境政策課 ☎72・3698

①海上保安学校 ②海上保安大学校

対象 4/1現在、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して①12年を経過していない方、②2年を経過していない方、①②R3/3月までに卒業見込みの方など

申込方法 申込用紙(HPから入手可)を①7/21(火)～22(水) ②8/27(木)～28(金)に郵送または持参。HPからの申込期限は①7/30(木) ②9/7(月)

1次試験日 ①9/27(日)
②10/31(土)、11/1(日)

申込・問合せ 小樽海上保安部管理課 ☎0134・27・6118

募 集

市営・単身者住宅入居者

募集団地 市営住宅 青葉団地2戸(浜益)

案内書配布期間 1(水)～

配布場所 建築住宅課、厚田・浜益支所、各コミセン、本町簡易郵便局

申込期間 7(火)～9(木)

※公募を行い、応募のなかった住宅(親船・厚田・浜益)について随時先着募集。詳細は要問合せ

申込・問合せ 建築住宅課 ☎72・3144

自衛官募集説明会

日時 19(日)10時～12時

場所 花川南コミセン(花川南6・5)

説明種目 ①自衛官候補生(任期制自衛官) ②一般曹候補生 ③航空学生

応募資格 ①②採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の方

③R3/4/1現在、18歳以上23歳未満の方

問合せ 自衛隊札幌地方協力本部 江別地域事務所 ☎011・383・8955

※平日9時～17時

消費生活サポーター

消費生活に関する情報を地域や団体に伝えたり、啓発活動を行うボランティアです。

対象 消費生活に関心のある満20歳以上の市民

申込方法 申請書を郵送・ファクス・メールのいずれかで提出

※申請書は申込先、市HPから入手可

申込・問合せ 広聴・市民生活課 (〒061-3292 花川北6・1・30・2市役所1階17番窓口)

☎72・3191 FAX 72・3199

✉seikatsu@city.ishikari.hokkaido.jp

9月号の原稿締切日は31(金)です

申込書 秘書広報課、各支所、市公民館 ※市HPから入手可

申込方法 秘書広報課へ持参(開庁日)・郵送・ファクス・メールのいずれか ※宛先は裏表紙をご覧ください



必ず連絡先を明記してください。「会員募集」は申込順、掲載は年1回です。

あなたの声を活かすしくみ パブリックコメント

石狩市税条例の改正について

生産性向上特別措置法に規定する先端設備などに係る固定資産税と再生可能エネルギーの水力発電設備に係る固定資産税に関して、地方税法に規定する条例で定める課税標準の特例についての条例改正案です。

意見の提出方法 氏名、住所、連絡先を明記の上、持参・郵送・ファクス・メール・音声ファイル・録音テープのいずれかで提出。意見はどなたでも提出できます。

募集期間 1(水)～31(金)

意見の検討結果 8月中

意見の提出先 企画課 〒061-3292 花川北6・1・30・2(市役所3階)

☎74・5581 ✉kikaku@city.ishikari.hokkaido.jp

※詳しくは市HP、あい・ボード、市情報公開コーナー(市役所1階)、市民図書館、担当課、各支所地域振興課にある資料をご覧ください

問合せ 税務課 ☎72・3119

広告

広報いしかり10月号の表3広告を募集中です。31(金)までにお申し込みください(申込多数時抽選)。
問(株)キューブコーポレーション ☎011・614・1616

石狩市交通安全指導員会

交通事故の被害者になりやすい
幼児・児童・高齢者などを保護・誘導
し、歩行者が安全に通行できるよう
に奉仕活動をする団体です。

現在は40人が所属し、季節ごと年
4回の交通安全運動や道民交通安
全の日の街頭啓発のほか、子どもた
ちの登下校時には通学路での安全
指導を行っています。

また、交通安全指導員向けの講習
会も開催し、指導員同士で研さんに
励み、交流を深めています。

「私たちの活動が皆さんの交通安
全意識の高揚につながり、交通事故
のないまちを実現したいという思い
で活動を続けています」と酒井寛会
長は話します。

皆さんも、まちの交通安全のため
に一緒に活動しませんか？

☎ 72・3191
問 広聴・市民生活課



「旗の波」による街頭啓発



酒井会長▶

広告