

- 8 今年で25周年 まちかどコンサート
- 10 あわてず落ち着いて119番のかけ方
- 11 税金、配偶者控除はパート収入額によってかわります
- 22 【暮らしナビ】消費生活相談Q&A、あなたの声を市政に届けよう
- 26 無料相談窓口【後期】保存版

11月8日は
「いい歯の日」

ママと一緒に
歯みがきが
がんばるよー！

特集

「健口生活」で
目指そう病気知らず！

インタビュー：札幌歯科医師会江別支部
支部長 堀井 豪 歯科医師
「全身の健康と口腔のケアの関係性」

- ▶ 【年代別】口腔ケアのポイント
- ▶ 口腔ケアの気になる話題 など



特集

「健口生活」で 目指そう病気知らず!

バランスのとれた食事や適度な運動など、健康な生活を心がけている方でも意外と見落としがちなのが、口腔環境。せっかく健康に気を遣っていても、お口が不健康だと全身疾患にかかるリスクが高くなるといわれています。健康の第一歩はお口から! 今月は口腔衛生について学びます。
詳細 保健センター ☎ 385-5252 / 介護保険課 ☎ 381-1067

口腔環境と全身の健康の関係性

口腔環境が悪くなると、どんな病気にかかりやすくなるのでしょうか。歯みがきや歯科医院の定期受診といった口腔ケアと健康の関係性について、一般社団法人札幌歯科医師会江別支部支部長の堀井豪先生に伺いました。

— 口腔環境が悪化すると、体にどんな影響が出るのですか

口腔環境が悪化すると、感染症にかかりやすくなったり、がんのリスクが高くなるなど、さまざまな全身疾患にかかりやすくなります。

お口は体の中に食べ物が入る入口ですし、細菌から体を守る関所のような場所です。病気の発症を食い止めたり進行を遅らせるには口腔環境を整えることが重要です。

— インフルエンザや新型コロナウイルスなど感染症予防に口腔ケアは効果がありますか

新型コロナウイルスに関しては現在研究中ですので、はっきりしたことは申し上げられません。これから流行するインフルエンザウイルス

との関係ですと効果があると
言われています。

インフルエンザウイルスの感染力は、歯周病菌が出す酵素に関係しているという研究結果が出ています。

これは一般的なウイルス感染にも当てはまり、歯周病菌が出す酵素がウイルスを活性化させ、症状を悪化させるといふものです。

口腔ケアを行うことで、歯周病菌を減らすことができま
すので、感染症の予防として
歯みがきは有効です。

— 歯周病菌が感染症にも影響するとは知りませんでした

歯周病菌はウイルス感染に関係があるだけでなく、ほかの病気の原因にもなることがあります。

歯周病とは、歯肉炎と歯周

堀井先生に聞いてみた

歯医者さんへの 疑問アレコレ



歯医者さんには、なかなか足が向かない…という方の疑問を堀井先生に聞いてみました！

歯医者さんの治療が怖いです

お子さんなど慣れていない方には、まずお話をして怖がらせないようにするなど、コミュニケーションを工夫している歯科医院も多いですし、痛みを感じさせない治療をしている歯科医院もあります。

お口のことで困っていることや怖いと思うことなど、気軽に先生やスタッフに話してくださると、歯科医院側も色々な工夫ができますのでぜひ相談してみてください。

さまざまな治療方針がありますので、信頼して相談できるかかりつけの歯科医院を見つけてください。

なぜ1回で治療が終わらないの？

小さいむし歯であれば1回の治療で終わりますが、悪くなっていると何回か通わなければなりません。特に歯の根の治療は、根の先にできた病巣に薬を届けなければならず、長い人だと何か月もかかることがあります。

治療に時間がかかりますが、それはむし歯を放置していた結果です。痛みを我慢し悪化してから通うのではなく、定期的に通って、悪い部分ができたらず治療してもらおうほうが治療する回数も費用も少なくなりますよ。

治療した所に仮歯が入りました。 このままで良いのですが…。

仮歯は本物の詰めものと違って、丈夫な材質ではありません。また、接着剤もはずすことを前提に付けていますのでとれやすいです。

とれかかった状態で放置すると、中に汚れが詰まり二次的にむし歯になってしまうこともあります。しっかり治さないと口腔トラブルの元になることがありますので、治療が終了するまで通いましょう。

炎の総称です。歯周病になると歯茎や歯周ポケットが炎症を起こし、周囲の組織が破壊され、弱った歯茎の血管から菌が血液に侵入してしまいます。

大半が誤嚥性肺炎です。誤嚥性肺炎は、飲み込みの際に食べ物や唾液が食道ではなく肺に誤って入ることで、肺炎を発症する病気です。口腔内に菌が多い方は、肺にたくさん菌が入るため、肺炎を発症しやすくなります。

とはいえ、口腔内には悪い菌だけではなく、害のない菌もいます。悪い菌を減らして、良い菌とのバランスを保つことが大切です。

口の周りや喉の筋力が落ちるとどのような影響が出ますか

口の周りの筋肉が衰え、飲み込む力が弱くなると食べこぼしやむせ込みなどの症状が出

てきます。食べ物を飲み込めなくなると栄養をうまく取れなくなり、体が弱ってしまいますし、誤嚥性肺炎の原因にもなります。このように口腔機能が弱ってくる状態をオーラルフレイル（詳細は6ページ）と言います。

口腔内のトラブルやオーラルフレイルなどの症状がある方だけではなく、症状がなくても、かかりつけの歯科医院を決めて、定期的

に受診し、口腔全体の健康チェックをしてもらうことが大切です。

最近では自分の

歯が残っている高齢者も増えており、昔に比べて口腔環境への意識が向上していると思います。

高齢者だけではなく幅広い年代の方に、口腔内の健康を保つことが全身の健康につながることを知ってもらい、いつまでも美味しく食べられる状態を維持してほしいです。



クオレ矯正歯科クリニック院長
一般社団法人札幌歯科医師会
江別支部 支部長

堀井 豪 歯科医師

歯科衛生士と言語聴覚士が教える

口腔ケアのポイント

妊娠期 0歳

意外と知られていませんが、赤ちゃんの乳歯がで始めるのは、つわりの始まる妊娠初期の頃です。この時期の母体の生活によって乳歯の色や形が決まります。バランスのとれた食事を心がけましょう。

▼妊娠期の口腔ケア

ホルモンバランスの変化によって口腔環境が悪化する方もいます。妊婦になる前に治療を終えておくことをおすすめします。

乳・幼児期 0歳～6歳

新生児の口腔内には、むし菌、歯周病菌はいません。大人が使った箸などで食べさせる、口づけすることで感染する可能性があります。むし菌や歯周病から守るには、周りの大人全員が口の健康に気をつけてください。また、おやつ時間を決めるなど、間食は与え方に注意しましょう。

▼乳・幼児期の口腔ケア

歯が生える前は水に浸したガーゼで優しく拭き、歯ブラシを使う準備をしましょう。歯が生えたら上の前歯や奥歯の溝を中心にみがいてください。



妊婦歯科健診を実施しています (詳細 P13)

学童期・青年期 6歳～22歳頃

学生になると部活動の合間など、自由に飲食する機会が増えます。

清涼飲料水には甘味料が多く含まれており、むし菌の原因にもなりますので、食べ方や食後のケアが大切です。

▼学童期・青年期の口腔ケア

10歳位までは保護者が仕上げみがきをしてください。メリハリのある食生活に気を付けて、飲食後には歯みがきや口をゆすぎましょう。

成人期・壮年期 23歳～65歳頃

忙しくなると口腔ケアが疎かになりがちです。歯周病の進行に注意してください。

また最近ではストレスなどによる食いしばりが問題視されています。食いしばりによって負担がかかり、歯が折れてしまい、抜歯せざるを得ない状況になる場合もあります。

歯がすり減ってきた方、歯ぎしり、頭痛などがある方は歯科医院で相談しましょう。

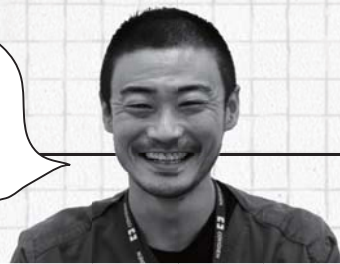
▼成人期・壮年期の口腔ケア

企業健診で歯科検診を実施している会社は少ないため、自発的な定期受診が重要です。

全身の健康状態と密接に関わっている口腔環境。歯科医院での定期健診はもちろんのこと、毎日のケアも重要です。私たちの口腔環境は、年齢によって変わっていきます。各年代に合わせたケアを行うにはどうしたら良いのでしょうか。注意したいポイントをみてみましょう。

マスク生活によって口周りの筋力が低下しやすくなります。口を大きく動かすなど意識しましょう。また、飲み込む力の低下のサインとしてむせ込みや食べこぼし、声が低くなることもあります。自覚症状がある方はシャキア・エクササイズ (左ページ) を試してみてください！

江別谷藤病院 磯崎言語聴覚士



特集
「健口生活」で
目指そう病気を知らず!

自分の口にあわせて選ぼう

歯科衛生士おすすめ
口腔ケア用品



歯ブラシ

自分の口にあったサイズ
を選びましょう!
奥歯の裏までみがけるも
のがおすすめです。
交換目安: 1か月に1回



歯みがき剤

むし歯予防や歯周病予防
など種類によって特徴が
あります。自分にあった
物を使いましょう。

フッ素入りは年齢別に使い分けてください
6歳未満...500ppm以下
6~14歳...1000ppm以下
15歳以上...1000~1500ppm



デンタルフロス

さまざまな形のもの
が売られています。お子
さんや歯の隙間がある
方は、歯間にみがき残
しが出きやすいので積
極的に活用しましょう。

色付きの糸で作られて
いる物だと、取れた歯
垢が見やすいですよ!



洗口液

歯みがきが終わった
後に使くと、みがき残
した菌を殺菌してくれ
ます。
むし歯、歯肉炎、口
臭、ドライマウスに
効果的です。



顎の未発達・筋力の低下～食事を取れない子どもたち

歯科検診で口の状態を診ると、シリアル程度の堅さの物が噛めない子や口の動かし方がわからず、柔らかい物しか食べられない子がいます。子どものうちから口を動かす筋力や顎を十分に発達させることは健康を維持するうえで大切です。

保護者の方は、赤ちゃんのうちから食べるときの口の動かし方を教えてあげましょう。赤ちゃんは大人を見て学びます。食事は向かい合って座り、大人の口の動きを見せながら食べさせると効果的です。

また、離乳食を与えるときに、上あごに食べ物を擦り付けるのではなく舌の上に置くことで、噛む動作や舌の動かし方の練習になります。

良く噛むことは顎の発達を促します。永久歯に生え替わったときも歯並びが良くなりますよ。



保健センター歯科衛生士



飲み込む力を鍛えよう!
シャキア・エクササイズ
1日の目安: 3セット



肩を床につけたまま首を起こし、足の指が見える状態で1分間姿勢を保持する。

1分間休憩



3回くりかえす(1セット)

老年期 65歳以上
歯みがきなどの口腔ケアのほか、口を動かす筋力や必要な唾液量を維持しオーラルフレイル(6ページ)を予防することが大切です。高齢になると、筋力が落ちると同時に、えん下反射も低下していきま。反射の遅れは脳の機能低下が原因となることもありま。気になる場合は専門医へ相談しましょう。
▼老年期の口腔ケア
新聞を声に出して読んだり、歌う、よく笑うと口周りの筋肉を鍛えられます。ガムを噛むことも効果的です。

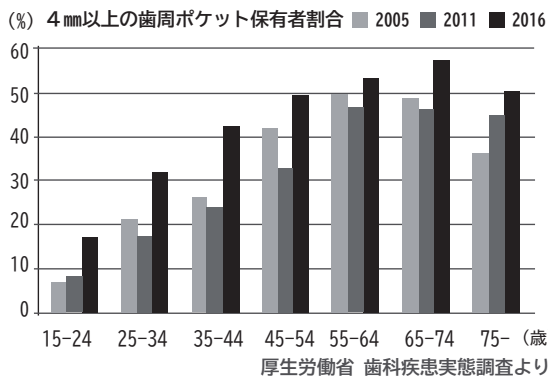
※高血圧の方は無理のない範囲で行ってください

『健口』生活のススめ

専門家が気になる話題をピックアップ

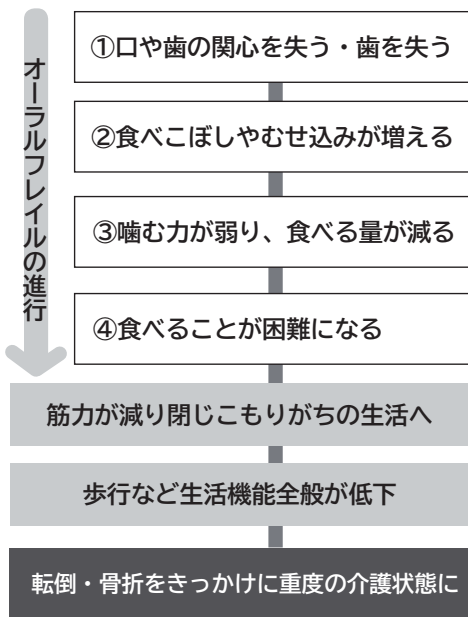
二極化する子どもの口腔環境

今の子ども達は比較的むし歯のない子が多いですが、むし歯がある子は何本もあり口腔環境が二極化しています。口腔環境が悪い場合、家庭全体で口腔への関心が低いことや歯並びが悪くケアが難しいことが原因と考えられます。若者の歯並びの変化に関しては以前から指摘されており、小さいころの食生活が影響し十分に顎が発達しなかったことよって歯並びが悪化していると考えられます。本来、顎は自分の体重と同じくらいの力で噛むことができますが、十分な筋力のない弱い顎で固い物を急に食べると負担がかかり、顎関節症を発生する子も多いです。顎関節症は放置すると、顎の発育に影響を及ぼし、悪化すると不定愁訴や姿勢の悪さにつながることもあります。



また、顎が十分に発達しなかったことによる歯並びの悪化によって、歯みがきが十分にできず、歯周病にかかる子どもも増えています。厚生労働省の歯科疾患実態調査によると、※4ミリ以上の歯周ポケット保有者は全年代で増加傾向にあり、大人だけでなく、子どもも含めて予防が必要と言えます。※歯周ポケットの深さ4ミリ以上の場合には歯周病が認められます。

オーラルフレイルの進行と全身の健康との関係



フレイルは「虚弱」という意味で、健康に生活できる状態から加齢に伴い筋力や心身の活力が低下し、要介護状態に近づく状態です。口腔にもフレイルがあります。①口腔の健康を維持する意識が薄くなり歯周病やむし歯のリスクが高まる段階、②食べこぼしやむせ込みが増える段階、③噛む力が弱り、食事が減る段階、④機能

悪循環のきっかけ オーラルフレイルに注意

能障害により食べられないくなる段階。これらの段階を経てオーラルフレイルが進行します。オーラルフレイルが進行すると体に必要な栄養が摂れず、全身の筋肉が減り、生活機能全般にも影響が出てきます。高齢の方は特に注意が必要ですが、若い方でも気付かないうちにオーラルフレイルが進む場合があります。自分では食べ物を飲み込めている、食べているつもりでも、実はきちんと噛めていないことがあります。食べ物をあまり噛まず

口腔ケアで好きな物が食べられるようになりました

体験者の声



斉藤良一さん(71歳)

以前は歯の状態が悪く、お粥やパンなどのやわっこい物しか食べられず、体重が減っていました。口腔体操をして、入れ歯が入ってからは大好きな唐揚げやりんご、オレンジが食べられるようになりました。仕事も忙しい歯医者は嫌いだから行かなかったけど、今は定期受診しています。何かあると、すぐに診てもらえて相談できるから安心です。病気になって初めて、健康のありがたみがわかったと思います。みなさんも気をつけてください。

に飲み込むと、胃腸に負担がかかり病気の原因になることもあります。オーラルフレイルは、口腔環境の改善に取り組むことで、症状が軽快していくため、自分にあった口腔ケアを歯科医院で提案してもらうことが大切です。

特集
『健口生活』で
目指そう病気知らず!



笑顔で食べられるって、とっても幸せ。

特集への感想をお待ちしています

▼ 郵送・FAX
〒067-8674 高砂町6番地 江別市広報広聴課宛
Fax 381-1149

▼ 市HPアンケートフォーム
市HP内「広報えべつ」を検索するか
右QRコードを読み込んでください。



私たちは「白くきれいに並んだ歯」が良いものと考えがちです。たしかに、美しい歯は見た目にも良いですが、それが健康な口であることは必ずしも一致しません。

美味しく食べるために噛めること、飲み込めること、人と話したり、豊かな表情を作る筋肉を動かせること。これが『健口』の第一歩です。

この特集を読んでいる方の中には今、口の状態が良くない方もいるかもしれません。しかし、適切なケアすることで必ず改善されていきます。

健康で楽しい人生を過ごすために、口腔ケアに取り組んでみませんか。



平成9年8月9日開催

第3回 まちかどコンサート

『絵になるえべつ』
～まきばの音楽祭

当日はあいにくの天気でしたが、会場の旧町村農場には温かい声援があふれました。



平成8年9月28日開催

第1回 街角コンサート

(当時は漢字表記)

多彩なジャンルと心のこもった演奏は、第1回から現在まで変わることがありません。



今年で25周年 まちかどコンサート

市内在住または市内で音楽活動をしている団体や個人の方による、さまざまなジャンルの演奏を、気軽に楽しめる音楽交流の場として平成8年に始まったまちかどコンサート。市民に「まちコン」の愛称で親しまれ、今年で25周年を迎えます。
市内の音楽文化の発展に貢献してきたまちかどコンサートのこれまでの歩みを、実行委員会の佐久間良博委員長と藤井啓代副委員長に話を聞きながら振り返ります。

— 長年、まちかどコンサートが皆さんに親しまれてきた理由は何かと思いますか？

佐久間(写真右) このまちかどコンサートは、さまざまなジャンルの音楽を同時に聴ける市民参加型のコンサートをやりたいという、多くの方の想いや協力があつて実現しました。
長年、親しまれてきた理由は、やはり多様なジャンルがあることではないでしょうか。

邦楽、クラシック、ジャズ、

合唱、ときにはポップスなど、来場される方にとっては、非常に新鮮なものがあると思います。

藤井(写真左) さまざまなジャンルの人が出演する中でも、まちかどコンサートを一つのコンサートとして見せられるように

企画しています。そこも親しまれている理由だと思いますね。

— 今までで印象に残っている回はありますか？

佐久間 僕は、開催初期や周年記念の回、あとは「全国焼き菓子コンペ」などのほかの催しのコラボ開催が印象深いです。
中でも、一番印象的なのは姉妹都市グレスシャム市からジャズミュージシャン

を招いた回です。その流れで、次の日には共演もさせてもらいました！

藤井 私は、当時全然使われていなかった「風はみどり・ふるさと江別」という曲を掘り起



平成23年5月21日開催

第31回 まちかどコンサート

国内外で活躍中のジャズピアニスト今田あきらさんが出演。市内のアマチュア演奏家と共演しました。



平成20年8月23日開催

第25回 まちかどコンサート

F's フェスタ 2008
in 江別 同時開催

環境と農業を活かした地域創生イベントと同時に開催し、多くの方が来場しました。



平成 17 年 12 月 10 日開催



第 20 回 まちかどコンサート 10 周年記念

特別企画「音楽・映像・詩の朗読」『川 - 流れ - そして今も...』を実施しました。

平成 14 年 9 月 21 日開催



第 13 回 まちかどコンサート 菓子祭り 2002 in 江別 同時開催

江別と北海道の小麦を PR するイベントと同時開催。グresham 市からの特別ゲストも参加しました。

こしたコンサートが印象に残っています。

佐久間 「風はみどり、ふるさと江別」は市役所の電話の保留音に使われていますね。

— 25 年を振り返り、まちかどコンサートについて感じたことはありますか？

藤井 まちかどコンサートは、江別市くらいの規模の町だからこそ、まとまったコンサートになつていて感じています。
佐久間 それは周りからもよく言われます。

もつと大きな町になるとイベントが埋もれてしまったり、規模の小さな町だと演奏家のジャンルに限りがあるかもしれないですね。

25 年の間、多様なジャンルの演奏家が演奏するコンサートを開けるのも、文化意識の高い江別だからこそだと思います。

— まちかどコンサートの今後に向けた展望や想いを聞かせてください

藤井 まちかどコンサートを今後も長く続けていきたいです。音楽好きな人が職業の垣根を越え、一緒になつて一つのコン

第 50 回 まちかどコンサート

入場無料

定員 200 名

12 月 5 日 (土) 14:00 開演 (13:30 開場)

会場 えぼあホール

出演者

山本祥人×稲垣早希 (縄文太鼓・ジャンバ・ピアノ) / Lila Stimmen (女声ソロ・二重唱) / アンサンブル・エム with Naoya Rosso (吹奏楽) / こもれび G サウンズ (男声合唱) / 赤川知也 Quintet (ジャズ) ※敬称略

11 月 10 日 (火) から各公民館で入場整理券を配布します (1 人 2 枚まで)

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、200 名に入場を制限します。入場整理券をお持ちでない方は入場できませんので、ご注意ください。

〔詳細〕 まちかどコンサート実行委員会事務局 (生涯学習課内) ☎ 381-1060

コンサートをつくるのがとても魅力的だと思います。いろいろな規制がなく、ともに集まって、ともに歌って、演奏して、聴いてという素晴らしい時間が、1 日も早く来るように願っています。

佐久間 今年の第 50 回まちかどコンサートは規模を縮小して行いますが、来年は野外で小麦パン、れんがや芸術といった江別の良さを広げるような複合的でないイベントとして開催したいですね。

以前、会場に来られた皆さんに歌詞を渡して一緒に合唱をしたときのような、観客とステージが一体になれるような企画をコロナ禍が明けたらやりたいと考えています。

皆さんが楽しめるような企画をたくさん考えていますので、ぜひコンサート会場に足を運んでください。

令和 2 年 8 月から
動画配信



まちかどコンサート 江別 2020

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため第 49 回は中止し、無観客で撮影した市内演奏家の演奏を動画配信しています。

平成 27 年 6 月 27 日開催



第 39 回 まちかどコンサート 20 周年記念

企画「江別のジャズ今昔物語」では、時代や世代を超えてジャズの魅力をお楽しみいただきました。

あわてず落ち着いて

119番のかけ方

11月9日は119番の日です。いざという時のために、119番のかけ方を確認しましょう。

通報で伝えること

「火事」「救急」の区別、場所（携帯電話の場合は市町村名）、氏名や状況などがわかった段階で出動します。

通報時は、指令員の問いかけに答えてください。

電話の受け答えが困難な方は
ファクスやEメールで通報できます

災害情報や病院の問い合わせ
119番を使用せず次の番号へ

● 災害情報：消防本部災害案内 ☎ 384・1199

● 病院について：救急医療情報案内センター ☎ 0120・20・8699

● 携帯電話からは ☎ 221・8699

☎ 382・5453

【詳細】消防署管理課指令係

聴覚や言語機能に障がいのある方が対象

NET 119

● NET 119 緊急通報システムの概要

- ・携帯電話やスマートフォンで、ウェブサイトを使用した画面操作により通報が可能
- ・GPS機能により、現在地の通知が可能

● 使用方法



救急、火事などの
ちらかを選択

通報している場所
（自宅か外出先）を通知

外出先なら、地図
で場所を通知

通報受付後はチャット機能でやり取りが可能です。



具合が悪いのはどこですか？

お腹です

いつからですか？

今朝からです



● 利用をお考えの方は消防署管理課指令係へお問い合わせください。また、詳細は市のホームページをご確認ください。

避難所運営マニュアルを改訂しました

【詳細】危機対策・防災担当 ☎ 381-1407



避難所運営マニュアルとは

主に自治会や自主防災組織などを中心とした組織の立ち上げや、避難所運営のノウハウについて整理し、作成したものです。いざという時のために、避難所運営に携わる方々の手引書としてご活用ください。



改訂内容

「平成30年北海道胆振東部地震検証委員会」からの提言、内閣府（防災担当）の「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考書類」などを踏まえ、改訂しました。主な改訂内容は次のとおりです。

- ・胆振東部地震の検証結果に関するもの（災害情報掲示板の設置や冬季間の対応など）
- ・感染症対策に関するもの（事前受付による健康状態のチェック、避難所内のスペース確保など）
- ・様式に関するもの（受付時健康状態チェックリストなどの追加）

なお、改訂した避難所運営マニュアルは各指定避難所、小中学校、自治会、自主防災組織へ配布しています。また、電子データは市のホームページからダウンロードできます。



税金、配偶者の控除は、 パートの収入額によって変わります

【詳細】 市民税課市民税係 ☎ 381-1012

● 税金

パートの給与収入が、年間103万円を超える場合は、その年に所得税がかかり、年間100万円を超える場合は、翌年に住民税がかかります。(扶養控除などの所得控除によって税金がかからない場合があります)



● 配偶者の控除

今年中に夫婦双方に収入があり、一方がパート労働の場合、パートの給与収入が年間103万円以下の場合は配偶者控除、年間201.6万円未満の場合は配偶者特別控除が受けられます。



(参考) 健康保険の扶養配偶者

※税法上の扶養と健康保険の扶養は異なります。

扶養に入ることができる条件は次のとおりです。

- ・自身で健康保険に入っていないこと
- ・収入が年間約130万円（パート先の従業員数が501人以上などに該当する場合は、年間約106万円）を超えないこと

※自身の労働時間、労働日数、従業員数、月額給与などによって異なりますので、詳しくは自身の勤務先にご確認ください。



毎年市民会館で行っている税の申告受付は、今回はコロナウイルス感染防止の観点から一部事前予約制とし、当日は入場制限を行う予定です。
詳細は次号以後にお知らせしますのでご確認ください。
なお、申告書は郵送でも受け付けていますのでご利用ください。

パート給与収入金額	自分自身に税金がかかるか		配偶者控除の対象になるか	配偶者特別控除の対象になるか	(参考) 配偶者の健康保険の扶養になるか	
	住民税	所得税			パート先の従業員数501人以上	パート先の従業員数500人以下
100万円以下	かからない	かからない	なる 控除額 38万円 (住民税 33万円)	なる	なる	なる
100万円超 103万円以下	かかる	かかる	ならない			
103万円超 106万円以下				ならない	ならない	
106万円超 130万円未満						
130万円以上 201.6万円未満						
201.6万円以上						

パート給与収入金額	配偶者特別控除額
103万円超～150万円以下	38万円 (住民税 33万円)
150万円超～155万円以下	36万円 (住民税 33万円)
155万円超～160万円以下	31万円
160万円超～166.8万円未満	26万円
166.8万円以上～175.2万円未満	21万円
175.2万円以上～183.2万円未満	16万円
183.2万円以上～190.4万円未満	11万円
190.4万円以上～197.2万円未満	6万円
197.2万円以上～201.6万円未満	3万円
201.6万円以上	控除なし

左表は控除を受ける本人（パート給与収入がある人の配偶者）の合計所得が900万円以下（給与収入のみの場合1,095万円以下）の場合です。

なお、控除を受ける本人（パート給与収入がある人の配偶者）の合計所得が1,000万円（給与収入のみの場合1,195万円）を超える場合は、配偶者控除・配偶者特別控除は受けられません。

そのほかの場合は市ホームページでご確認ください。



親子であそべるひろば

乳幼児と保護者がお散歩や買い物でたら気軽に寄れるあそびや交流の場です。直接会場へ。混雑状況によって人数制限をする場合がありますので、ご了承ください。



¥ 無料 対 0歳～就学前のお子さんと保護者

江別地区



親子健康相談 11/6(金)・12/4(金)

夢あかり ※中止

介護老人福祉施設 夢あかり

みはらし 11/11(水)、12/9(水)
9:45～11:45

見晴台自治会館

問 子育て支援センターすくすく ☎381-1920

あさひ 11/6(金)・20(金)
12/4(金)・18(金)
9:45～11:45

区画整理記念会館

豊幌 11/27(金)、12/25(金)
9:45～11:45

豊幌地区センター

コープ
「子育てひろば」

毎週火曜日 ※11/3は休み
10:30～11:30

コープさっぽろ えべつ店1階
問 コープさっぽろ ☎641-5571

にじいろ 11/26(木)、12/17(木)
10:00～12:00

江別元町地区センター
問 子育て支援センターどんぐり
☎378-4349

野幌地区



あそびのひろば 11/6(金)・20(金)
12/4(金)・18(金)
10:00～12:00

東野幌青少年会館
問 ☎383-9308(主任児童委員 守屋)

野幌 11/17(火)、12/15(火)
9:45～11:45

野幌公民館

問 子育て支援センターゆうあい
☎384-0332

ぽかぽか 11/13(金)、12/11(金)
9:45～11:45

東野幌体育館

問 子育て支援センターまんまカフェ
☎383-0405

親子健康相談 11/19(木)・12/17(木)

東野幌 11/19(木)、12/17(木)
9:45～11:45

野幌鉄南地区センター

問 子育て支援センターわかば
☎385-9550

きらきらひろば

毎週月曜日
※祝日は休み
10:00～12:00

新栄会館
問 子育て支援
ワーカースきらきら
☎090-9527-5465

今年度は中止

子そでてひろば
「ふわっと」
第二中学校
ふれあいルームぽっぽ



きらきらひろば

大麻地区



親子健康相談 11/10(火)・12/15(火)

にこにこ大麻 11/27(金)
12/18(金)
9:45～11:45

大麻東地区センター

問 子育て支援センターもりのこ
☎387-8819

おおあさ 11/10(火)
12/15(火)
9:45～11:45

大麻西地区センター

問 子育て支援センターすくすく ☎381-1920

文京台 11/5(木)・26(木)
12/3(木)・17(木)
9:45～11:45

文京台地区センター

多世代交流の場

お子さん(小学生も可)からご年配の方まで自由に集えます。直接会場へ。

今年度は中止

きらきらカフェ e-たいむ

あそびの会inまごころ

毎月第4日曜日 13:00～15:30 ※11月は中止
まごころハウス緑町

問 えべつあそび場創造プロジェクト ☎090-5221-8738(金子)
※詳細はホームページをご確認ください

外あそびの会



親子で遊ぼう! わくわく広場

簡単に遊べる遊具やボールなどがあります。上靴持参、当日受け付けへ。

時 9:00～12:00 ¥ 無料 対 就園前のお子さんと保護者



市民体育館	大麻体育館	青年センター	東野幌体育館
11/30(月) ☎384-5001	なし ☎887-6800	11/25(水) ☎383-1221	11/19(木) ☎382-5000

情報図書館

☎384-0202



●子ども映画会 10:30～

11/15(日) ヨーヨーの猫つまみ
猫だってお料理できるもん!

11/22(日) NHK母と子のテレビ絵本
靴はき猫

11/29(日) 素敵で小さなお話 第1集3

12/6(日) いのしうりっ子の
ぼうけん



●おはなし会

江別分館(中央公民館)

11/19(木)・26(木)、12/3(木) 11:00～11:20
11:30～11:50
11/7(土)・14(土)・21(土)・28(土)、
12/5(土) 14:00～14:20
14:30～14:50

大麻分館(大麻公民館)

11/12(木)・19(木)・26(木)、12/3(木) 10:30～10:50
11:00～11:20
11/20(金)、12/4(金) 10:30～10:50
11:00～11:20
11/14(土)・28(土) 10:30～10:50
11:00～11:20

・マスクの着用をお願いします
・工作はお休みです
・参加者がいない場合は中止することがあります

本館(おはなしコーナー)

11/10(火)・17(火)・24(火) 10:30～10:50
11:00～11:20
12/1(火) 11:00～11:20
11:30～11:50
11/12(木)・19(木) 10:30～10:50
11:00～11:20
11/7(土)・14(土)・21(土)・28(土)、
12/5(土) 10:30～10:50
11:00～11:20
11/13(金)(赤ちゃん向け) 11:00～11:20
11:30～11:50

妊婦歯科健診、歯科相談・フッ素塗布

歯科医師・衛生士の健診とブラッシング指導を行います。母子手帳、歯ブラシ、コップ持参。

妊娠期は女性ホルモンの変化で虫歯や歯周病になりやすく、進行しやすい時期です。お腹の赤ちゃんにも影響するため、健診を受けましょう。

日 11/30(月)、12/2(水)

① 妊婦歯科健診 13:00~13:30

② 歯科相談・フッ素塗布 13:30~15:30

申込方法:11/30(月)は11/9(月)~25(水)まで、
12/2(水)は11/9(月)~27(金)までに
電話申し込み

対 ① 妊娠中の方 ② 就学前のお子さん

料 無料(フッ素800円)

所 申 保健センター ☎385-5252



オンラインマタニティスクール

妊娠中の食生活や注意点、出産に向けた知識などを栄養士や助産師がオンラインでお話します。希望者同士のミニ交流会も開催。12/7(月)までに、QRコードから申し込みフォームで送信。

日 12/14(月)10:00~11:20

対 妊娠中の方(夫やパートナーも同席可)

※ZOOMを使用できるパソコンやスマートフォンが必要

料 無料(データ通信料がかかります)

所 申 保健センター ☎385-5252



子育て支援員研修

修了後は地域型保育施設などで保育に従事できます。11/30(月)までに申込先と市ホームページで配布の申込用紙を郵送(必着)か直接申し込み。

日 ① 講義 1/27(水)9:00~18:00・29(金)9:30~16:30、

2/22(月)9:00~16:30・26(金)9:30~16:00

② 救命講習 2/2(火)9:00~12:00(10名)、13:00~16:00(10名)

③ 実習 1/30(土)~2/20(土)の期間に2日間(後日決定)

※①~③全7回

所 ①②市民会館、③市内保育施設

対 18歳以上(学生不可)、先着20名程度 ※市内在住の方を優先

料 3,000円(教材費など)

所 申 子ども育成課 ☎381-1030

子どもの権利条約

子どもの最善の利益を考慮することなどを基本原則とした「子どもの権利条約」では、子どもの「生きる権利」「育つ権利」「守られる権利」「参加する権利」の保障が定められています。

市では条約の理念のもと、子どもの人権が尊重され、自立性や社会性を育みながら健全に成長でき、安心して子育てができる社会の実現を目指しています。

●日本ユニセフ協会「子どもの権利条約について」

HP <https://www.unicef.or.jp/kodomo/kenri/>

問 子育て支援課 ☎381-1408



11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。虐待に気が付いたら児童相談所全国共通ダイヤル「189」または市役所にご連絡ください。

また、厚生労働省では毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定めています。児童虐待問題に対する深い関心と理解を得られるよう、児童虐待防止の広報・啓発活動などさまざまな取り組みを集中的に実施しています。

問 北海道中央児童相談所 ☎631-0301

子育て支援課 ☎381-1236

双子・三つ子などのお子さんと保護者のための さくらんぼひろば

親子で遊んだり、保護者同士の情報交換などができます。直接会場へ。

日 11/5(木)、12/3(木)

いずれも9:30~12:00

対 0歳~就学前の双子・三つ子などのお子さんと保護者、双子などの妊婦の方

料 無料

所 問 子育て支援センターすくすく ☎381-1920



お父さんといっしょにスポーツしよう!

子育てで奮闘中のお父さんに、子どもと楽しめるスポーツや遊び方を紹介します。11/16(月)9:30から電話か直接申し込み。

日 11/29(日)10:00~11:00

対 2歳~年少児と父親、先着10組

料 無料

所 申 子育て支援センターすくすく ☎381-1920

銀粘土でオリジナルストラップを作ろう

託児あり。11/24(火)9:30から電話か直接申し込み。

日 12/8(火)10:00~11:00

対 0歳~就学前のお子さんの保護者、先着8名

料 1,000円(材料費)

所 申 子育て支援センターすくすく ☎381-1920

親子で楽しむアイシングクッキー作り

クッキーとアイシングで小さなおうちを作ります。11/6(金)9:30~16(月)17:00に電話か直接申し込み。

日 11/18(水)15:30~16:45

対 4歳~小学3年生のお子さんと保護者、先着6組

料 800円(材料費)

所 申 子育てひろば ぽこ あ ぽこ ☎378-4411



ハッピー子育て~お母さんの思い伝わっていますか?

親子のコミュニケーションを上手に取る方法を考えてみましょう。講師は子育てコーチ 外村春美さん。11/9(月)9:30から電話か直接申し込み。

日 11/19(木)10:00~11:00

対 1~2歳くらいのお子さんの保護者、先着5名

料 無料

所 申 子育て支援センターぽろっこ ☎389-3006

教えて!美容師さん!小さい子どものヘアカットのポイント

美容師さんからカットの仕方やポイントを学びます。11/17(火)9:30から電話か直接申し込み。

日 12/3(木)10:00~11:00

対 0歳~就学前のお子さんの保護者、先着5名

料 無料

所 申 子育て支援センターぽろっこ ☎389-3006

1月から開講の

スポーツ教室

4体育施設で開講する第3期スポーツ教室の受講者を募集します。

対 16歳以上の方 ※制限などを設ける場合があります
申 12/8(火)~10(木)に用紙に記入し4体育施設で申し込み(電話不可)
問 スポーツ振興財団 ☎384-5001

★は夜間開催教室(18:00以降)。料金などの詳細はお問い合わせください。

市民体育館

ヨガ 火曜日14:00/定員32名
ボクシングエアロ 金曜日15:30/定員32名

簡単ダンスエクササイズ
 火曜日16:30/定員32名

大麻体育館

ピラティス 月曜日10:00/定員15名
ステップエクササイズ 木曜日10:00/定員40名

体調改善 月曜日10:30/定員40名
フラダンス 木曜日15:30/定員15名

★おやじエクササイズ 月曜日19:30/定員15名
★ラテンエアロ教室 木曜日19:00/定員15名

背骨コンディショニング 火曜日10:00/定員15名
★ステップエクササイズ 木曜日19:30/定員40名

青年センター

水中ウォーキング 月曜日15:30/定員40名
★エクササイズ 月曜日19:30/定員35名

★ストレッチ&体幹トレーニング 月曜日18:00/定員14名
ヨガ 木曜日11:00/定員14名

東野幌体育館

ピラティス 火曜日10:00/定員30名
ストレッチ&体幹トレーニング 木曜日14:00/定員30名

エクササイズ 水曜日14:00/定員30名
★ボクシングエアロ 木曜日19:30/定員30名

★バランスコーディネーション 水曜日19:30/定員12名
★ピラティス 金曜日19:30/定員30名



情報図書館
イメージキャラクター
「ほんた」

問 情報図書館 ☎384・0202
 必要です。
 とご住所を確認できる書類が
 必要です。

●利用者カードの有効期限と更新手続き
 図書館では利用者の登録内容を確認するため、利用者カードに有効期限を設けています。有効期限が近くなりましたら、カウンターで更新手続きをご案内します。
 なお、更新手続きにはお名前前とご住所を確認できる書類が必要

日 11月24日(火)10時~12時30分
対 先着10名
料 1700円(材料費と容器代含む・申込時支払)
所 野幌公民館 ☎382・2414

伝説のしめ飾り作り講習会
 玄関飾りと輪締めを作りま
 す。11月25日(水)9時30分から直
 接申し込み。
日 12月9日(水)13時~16時
対 先着14名
料 1200円(材料費含む・申
 込時支払)
所 野幌公民館 ☎382・2414

Excel初級~Excelをマスターする!
 11月11日(水)・12日(木)の開館時
 間中に電話か直接申し込み。
日 12月13日(日)13時~16時
対 日本語入力ができる方、抽選8名
料 無料
所 情報図書館 ☎384・0202

初心者パソコン教室
 Windows10を使用した

対	コース	日程	時間
受講日程6回全てに参加	①	12/1(火)・2(水)・3(木)・8(火)・9(水)・10(木)	10:15 ~ 12:15
	②		13:30 ~ 15:30

情報図書館
 Excel初級~Excelをマスターする!
 11月11日(水)・12日(木)の開館時
 間中に電話か直接申し込み。
日 12月13日(日)13時~16時
対 日本語入力ができる方、抽選8名
料 無料
所 情報図書館 ☎384・0202

パソコン教室。館内のパソコンを使用します。基本操作、文書作成、表計算、インターネットの入門、電子メールの送受信など。11月13日(金)~17日(火)の開館時間中に電話か直接申し込み。

●図書館からのお知らせ
●利用者カードの有効期限と更新手続き
 図書館では利用者の登録内容を確認するため、利用者カードに有効期限を設けています。有効期限が近くなりましたら、カウンターで更新手続きをご案内します。
 なお、更新手続きにはお名前前とご住所を確認できる書類が必要

きる満20歳以上(受講日現在)の方、各コース抽選8名
料 2千円(教材費含む)
所 情報図書館 ☎384・0202

●映画会(無料)
●日曜映画会(13時30分)
 15日「星降る夜にしし座大流星群」・22日「ナショナルジオグラフィック 世界を切り取る写真家」・29日「詩人谷川俊太郎、12月6日「生と死の科学」4 マリリン・モンロー、誰が彼女を殺したのか」
所 情報図書館 ☎384・0202

● 建設工事・リフォーム ● 外構工事・除雪 ●

家のことならなんでも! お気軽に電話下さい 0120-666-585

(有)キタガワ
 野幌松並町 5-16

☎0120-666-585
 ☎011-385-2869

電球いごもあくにお願い致します。

雨漏り・スガモリ 修理
屋根のプロにお任せください!

創業52年 屋根・外壁工事の

ご相談・お見積りは無料です

株式会社 藤原板金 江別市江別太686番地10
 TEL.011-383-1293
 http://www.yoiyane.com



11月15日(日)は春をきれいに迎える運動の日。自治会連絡協議会と市民憲章推進協議会ではきれいなまちづくり運動を推進しています。
(市民生活課 ☎381・10018)

体育施設の利用案内

市民体育館	☎ 384-5001
大麻体育館	☎ 887-6800
青年センター	☎ 383-1221
東東野幌体育館	☎ 382-5000

江別市スポーツ振興財団

検索

市民スポーツの日 (個人利用のみの日)

雨なし	☎ 11/23(月・祝)
☎ 11/15(日)	☎ なし

クラブ利用受付

雨 11/17(水) 18:30~	☎ 11/18(水) 9:00~
☎ 11/20(金) 18:00~	☎ 11/19(木) 18:30~

レクリエーション広場

☎ 11/11(水)・18(水)・25(水)、12/2(水)	
※ミニバレーとミニテニス、バウンドテニスの一般開放。体育館使用料は必要	

体育館の休館日

雨 11/ 9(月) 13:00	☎ 11/16(月) 18:00
☎ 11/12(水) 17:00	☎ 11/20(金) 15:30

プールの利用時間

☎ 12:00 ~ 20:00	
※11/12(水)は施設安全点検日のため開放なし	

ワンポイント水泳

☎ 11/17(水) 15:00~16:30
☎ 11/25(水) 15:00~16:30

セラミック アートセンター



第6回中学校・高校 美術部合同展

市内中学校・高校の美術部員による、若々しい感性の美術作品を展示します。



☎ 11月7日(出)~22日(日)9時30分
~17時 ※最終入場16時30分。
初日は13時30分から、最終日は
15時まで

所問 セラミック ☎385・1004
¥ 無料

星空観察会

●天王星と二重星団を観察しよう
10月31日(出)から電話か直接申し込み(9時~17時)。
☎ 11月14日(出)19時~20時
※10分前までにエントランス口
ビー集合

●おうち座の散開星団すばるを観察しよう
11月7日(出)から電話か直接申し込み(9時~17時)。
☎ 11月21日(出)19時~20時
※10分前までにエントランス口
ビー集合

●共通事項
雨天・曇天時は中止。
対 小学4年生以上(小学生は保護者同伴)、先着20名(1グループ4名まで)

所申 セラミック ☎385・1004
¥ 無料

陶芸・絵付け体験

陶芸体験か絵付け体験をお選びください。11月1日(日)から電話か直接申し込み(9時~17時)。
☎ 11月15日(日)10時~12時
※10分前までに受け付け

対 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)、先着30名
¥ 陶芸700円、絵付け800円(いずれも材料費含む)
所申 セラミック ☎385・1004

冬の親子陶芸体験

●パスタ皿を作ろう!

乾燥、釉掛け、焼成はセンターで行い、冬休み中にお渡しします。11月21日(出)から電話か直接申し込み(9時~17時)。
☎ 12月5日(出)・6日(日)のいずれか1日、10時~12時
※10分前までに受け付け

対 小学生親子、各回先着15名

所申 セラミック ☎385・1004
¥ 1人千円(材料費含む)

陶器で干支置物を作ろう

型紙で形を作り、くらと模様で飾り付けます。11月15日(日)から電話か直接申し込み(9時~17時)。



☎ 11月29日(日)10時~12時
※10分前までに受け付け
対 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)、先着20名
¥ 700円
所申 セラミック ☎385・1004

郷土資料館

古文書教室

古文書を通じ、郷土史や文化に対する理解と関心を深めます。講師は北海道立文書館山田正さん。11月1日(日)~13日(金)に電話か直接申し込み。

秘伝の味付 いとうらむじんぎすかん

ラム肩ロース新発売! (味付 500g)

TEL/FAX 0133-23-2941 石狩郡当別町弥生52-53 定休日 火曜日

「税金を 学ぼう 知ろう おさめよう」

税理士会札幌東支部長住佳・野幌中学校 篠崎杏さんの作品

11月13日(金)〜22日(日)は冬の交通安全運動期間。冬道は路面の状況変化に注意し、ゆとりある通行を心掛けましょう。タイヤ交換などは早めに済ませ、本格的な冬に備えましょう。(市民生活課 ☎381・1093)

スポーツ教室の お試し 無料体験レッスン

対 16歳以上
※定員あり。現在受講中の教室は不可

¥ 無料 ※体育館使用料は別途必要

問 スポーツ振興財団 ☎384-5001

- 11/23(月・祝)9:00から市民体育館で電話のみ予約受け付け
- 詳細はお問い合わせください

11/30(月) 青年センター

ヨガ 17:00 ~ 17:45
ストレッチ&体幹トレーニング 18:00 ~ 18:45
エクササイズ 19:00 ~ 19:45

12/1(火) 市民体育館

ヨガ 14:00 ~ 14:45
簡単ダンスエクササイズ 16:00 ~ 16:45
ボクシングエアロ 17:00 ~ 17:45

12/2(水) 東野幌体育館

エクササイズ 14:00 ~ 14:45
ピラティス 16:00 ~ 16:45
ピラティス 17:00 ~ 17:45
ストレッチ&体幹トレーニング 18:00 ~ 18:45
ボクシングエアロ 19:00 ~ 19:45
バランスコーディネーション 20:00 ~ 20:45

12/3(木) 大麻体育館

ステップエクササイズ 10:00 ~ 10:45
ピラティス 14:00 ~ 14:45
フラダンス 15:30 ~ 16:15
背骨コンディショニング 17:00 ~ 17:45
ラテンエアロ 18:00 ~ 18:45
体調改善 19:00 ~ 19:45
おやじエクササイズ 20:00 ~ 20:45

各体育施設

元氣祭り!! 2020
軽スポーツ体験や親子で楽しめるイベントのほか、来場したお子さんには記念品をプレゼント。上靴持参、マスク着用。直接会場へ。

日 11月14日(出)9時〜13時
対 小学生以下のお子さんご家族 ※制限を設ける場合があります

¥ 無料

所 市民体育館
問 ☎384・50001

日 11月21日(出)10時〜12時
所 野幌公民館

対 高校生以上、先着20名

¥ 無料

甲 郷土資料館 ☎385・6466

えべつ地域活動運営セミナー
自治会や地域の活動に興味がある、参加したい方に向け、自治会活動に関する講演と参加者による意見交換を行います。講師は北海道情報大学経営情報学部 藤本直樹准教授。当日はオンラインの生配信も行います。現地参加される方は12月4日(金)までに電話か直接申し込み。オンライン視聴の方向けに市と江別市自治会連絡協議会のホームページに視聴用URLを掲載予定です。

日 12月12日(出)13時30分〜15時45分
所 北海道情報大学松尾記念館 講堂、オンライン生配信あり ※右記のほかセミナーの様子を録画し、後日限定配信します

対 自治会活動に興味のある方、

おしらせ

募集・試験

自衛官
●自衛官候補生(任期制自衛官) 受付期間：年間を通じて受け付け
応募資格：18歳以上33歳未満の方(採用予定月の1日現在)
試験日：受付時にお知らせ

●陸上自衛隊 高等工科学校生徒 受付期間：11月1日(日)〜1月6日(水)
応募資格：15歳以上17歳未満の中学生(卒業見込み含む)
試験日：1次1月23日(出)

●自衛官採用の説明会

先着50名(現地参加) **¥** 無料
甲 市民生活課 ☎381・1018

夜間急病センター
看護師・准看護師(非常勤)
履歴書(顔写真付き)と資格証の写しを郵送か直接申し込み。
業務内容：夜間急病センターにおける急病看護(内科、小児科)
任用期間：採用日〜翌年3月31日
※更新の可能性あり、勤務開始時期は応相談

勤務時間：月4〜8日程度のシフト制(①18時30分〜7時30分、②18時30分〜0時30分)

勤務場所：夜間急病センター

報酬：看護師日給①1万8657円〜②8990円
准看護師日給①1万5797円〜②7612円

※いずれも規定により通勤費支給

応募資格：土日祝日を含む夜間(深夜含む)勤務ができ、看護師または准看護師の資格を有する方

募集人員：若干名

甲 夜間急病センター
〒069-0811 錦町14-5
☎385・4600

日 11月11日(水)18時〜19時
所 大麻公民館 ※江別地域事務所(野幌町4-15 G & Tビル2階)でも毎月第2・第4日曜日に個別説明会を実施。平日16時までに電話申し込み(☎070・6589・0128)

問 自衛隊札幌地方協力本部 江別地域事務所 ☎383・89955
戸籍住民課 ☎381・1020

心触れ合う時を、真気でサポート。

仕出し料理

はやし

ご予約は **TEL.382-3234** 江別市一番町4-1

◎会場費無料
◎祭壇使用料無料
◎光熱費無料

ご法事・ご宴会専用会場です。

■宴会・法要専用会場 **はやし** 野幌店
江別市野幌町55番地の2 TEL.381-8766

■宴会・法要専用会場 **はやし** 大麻店
江別市大麻中町26番地の11 TEL.388-7707

URL <http://hayashi-shidashi.co.jp/>

住まいのことなら 何でもおまかせ!

見積り無料!

増改築 塗装 金属・窯業系サイディング 板金 水廻り

株式会社 **αアルファリフォーム**
アルファ塗工部

まずはご相談ください!

☎0120-10-3232 alpha-reform.com
北海道知事許可(般-14)石第17858号 江別市東野幌本町19-22 ☎069-0824



転入・転居などの手続きを窓口で行う際は、本人確認書類に加え、お持ちの方はマイナンバーカードも忘れずに持参してください。
(戸籍住民課 ☎381・1020)



江別市立病院

会計年度任用職員募集

- ①助産師(病棟勤務)
- ②看護師・准看護師(救急診療室勤務)
- ③看護補助者

履歴書(①②は資格証の写しも)とともに直接申し込み。

応募資格

- ①助産師の資格を有する方
- ②看護師または准看護師の資格を有する方
- ③資格要件なし

試験日

- ①②③応募次第随時

その他

- ③1日2～3時間程度の短時間勤務など 応相談

申 市立病院管理課
〒067-8585 若草町6
☎382-5151

HP <http://www.ebetsu-hospital.jp/>



善意に感謝します

今年8月中にご寄付をいただき、公表に同意の皆さまです。

〈一般寄付〉

明治安田生命保険相互会社 様
502,100円

〈物品寄付〉

㈱ロゴスコアレーション 様
使い切りガウン144着

問 契約管財課 ☎381-1147

募集・試験



児童センター 児童厚生員

11月16日(月)までに履歴書(顔写真付き)と資格証の写しを郵送(消印有効)か直接申し込み。
業務内容:児童との遊びや指導・発達援助
任用期間:12月1日～翌年3月31日 ※更新の可能性あり
勤務時間:8時～19時15分のシフト制(週30時間勤務)

勤務場所:児童センター(7か所)
報酬:月額11万6593円(14万6090円 ※規定により) 通勤費・期末手当支給
応募資格:教諭または保育士の資格を有する方
募集人員:若干名
①子育て支援課

代替教員の登録

けがや病気で、出産により休んでいる教員などの代替教員の登録を受け付けています。履歴書(顔写真付き)で直接申し込み。
●臨時的任用教員
内容:長期間休んでいる教員の代替期間:3か月～1年以内
※勤務時間は正規職員と同じ。育児休業代替の場合は、1年以上の場合あり

●非常勤講師
内容:けがや病気で短期間休んでいる教員の代替
期間:2週間～1年以内
※勤務時間は週18時間以内
●共通事項
勤務場所:小中学校
報酬:学歴・職歴により異なる

〒067-8674 高砂町6
☎381-1408

普通救命講習Ⅰ

成人に対する心肺蘇生法、AEDの取り扱いを学びます。
北海道コロナ通知システムの登録が必要です。QRコードを読み取りできる携帯電話など持参。11月9日(月)9時～12月15日(火)17時に電話申し込み。12月19日(出)9時30分～11時30分

所 消防本部
対 10歳以上で事前に「応急手当WEB講習」を受講した方、先着10名
① 消防本部警防課
☎382・5431

① 学校教育課 ☎381・1058
② 市立病院管理課 ☎382-5151
③ 市立病院管理課 ☎382-5151
HP <http://www.ebetsu-hospital.jp/>

第7回危険物取扱者試験 第4回消防設備士試験

●甲種(第1、4類)、乙種(第4、6、7類)
消防本部、消防署出張所で配布の願書による書面申請は11月13日(金)～20日(金)。インターネット申請は11月10日(火)～17日(火)。
12月20日(日) 所 札幌市
試験内容による

① (一財)消防試験研究センター 北海道支部 ☎205・5371
HP <https://www.shoubo-shiken.or.jp>
消防本部予防課 ☎382・5430

暮らし



灯油を使う前に点検を!
毎年、ホームタンの灯油漏れ

Suzukaze Joint Office
すずかぜ合同事務所
(旧 清水基陽事務所)
札幌司法書士会所属 司法書士 土地家屋調査士 大桃 涼 輔
司法書士 落合 亮
創業から40年以上の実績。司法書士2名、スタッフ6名がスピーディーに対応します!
初回相談・お見積りは無料です!
ご自宅への出張相談、時間外・休日相談も可。

不動産・預貯金・株式などの **相続手続** や
遺言作成・生前対策などの **生前対策** など
LINEで相談予約が簡単!
無料相談予約専用ダイヤル
0120-380-255
江別市向ヶ丘22番地1 駐車場有 詳細はホームページをご覧ください。
◆受付時間 9:00～18:00(土・日・祝定休)
2番通 ファミリーマート ●江別法務局
5丁目通 ●江別西郵便局
学園通 学園通
←札幌 国道12号線
ポストンバイク ●からやま

給食センターでは学校給食代替配膳員を募集しています。詳細はお問い合わせください。
(給食センター ☎382-5188 ☎887-8992)

市役所からのお知らせ

各種日程

●ふれあい入浴デー

11/23(月・祝) 花仙湯・清美湯・東の湯・松の湯
問 介護保険課 ☎381-1067

●夜間証明交付窓口 ※20時まで

毎週火曜日 市民交流施設「ぶらっと」

毎週木曜日 市役所戸籍住民課

※税証明は前日までに市民税課へ予約
(☎381-1012)

問 戸籍住民課 ☎381-1020

●夜間・日曜納税窓口

夜間 毎週木曜日(祝日除く) 20時まで

日曜 11/29(日) 10:00~15:00

所問 納税課 ☎381-1013

●給食費夜間納入・相談窓口

11/12(木)・26(木) 17:15~20:00

所問 学校給食会(元野幌741-2 給食センター内)
☎382-5188 ☎887-8992

●献血ひまわり号

11/8(日)
9:30~12:00 イオン江別店
13:30~16:30

11/17(火)
8:00~11:00 江別工業団地協同組合
12:00~15:00

11/17(火)
9:30~11:00 市役所
12:30~16:30

11/22(日)
9:30~12:00 イオンタウン江別
13:30~16:30 ショッピングセンター

11/26(木)
9:00~11:30 江別警察署
12:00~13:00 王子エフテックス(株)
14:30~16:30 溪和会江別病院

問 健康福祉部管理課 ☎381-1090

●図書館で不要になった雑誌の無料提供

正面玄関側(国道側)で提供します。
今回は11/28(土)からの提供を予定しています。

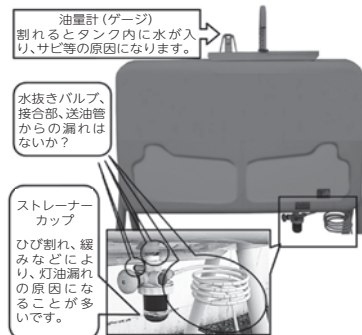
所問 情報図書館 ☎384-0202

事故が発生しています。夏の暑さによる部品の劣化のほか、タンク自体や配管の老朽化で、知らぬ間に少量ずつ灯油が漏れていることがあります。灯油漏れが起こると、汚染土砂の処理や下水道管の清掃などに多額の費用が必要となる場合があります。処理の費用は全てホームタンク所有者など事故の「原因者」の負担になるため、日ごろから事故を未然に防ぐ点検が重要です。降雪でホームタンクの点検がしづらくなる前に行ってしましましょう。

●点検項目

- ①家の周りで灯油の臭いはしないか
- ②油量計のカバーは割れていないか、ゲージは滑らかに動くか
- ③灯油の量が急激に減っていないか
- ④給油時に灯油の「こぼれ」がないか

問 環境課 ☎381-1019



- ⑤接合部からの灯油漏れはないか、水抜きバルブの緩みはないか
- ⑥送油管の折れ曲がりはないか、老朽化していないか
- ⑦ストレーナーカップ(写真)にびび割れや緩みはないか

年度も「花のある街並みづくり
市民憲章推進協議会」では、今

**北海道で
高齢者免許自主返納支援**
運転に不安を感じる高齢者が
運転免許証を自主返納しやすい
環境づくりのため、北海道で10
月1日から「北海道高齢者運転
免許自主返納サポート制度」が
始まりました。北海道在住の

「運動」を実施し、自治会・高齢者
クラブへ花苗の斡旋や、花のあ
る街並みづくり写真展を開催し
ました。当協議会では、花や緑
がある環境をつくり、豊かな自
然環境を引き継ぐため、市内の
事業者や団体などに緑化募金へ
の協賛をお願いします。
募金方法：11月2日(月)~12月末
に原則振り込みで受け付け
【申】市民憲章推進協議会事務局
(環境課内) ☎381-1046

問 市民生活課 ☎381-1093



協賛店ステッカー

65歳以上の方が協賛店で「運転
経歴証明書」を提示すると、さ
まざまなサービスを受けられま
す。協賛店はイラストのステッ
カーが目印です。
協賛店やサービス内容は北海
道または市ホームページをご覧
ください。また、さっぽろ圏や江
別市の取り組みについても、市
ホームページをご覧ください。

認定補聴器専門店・全国補聴器販売店協会会員

札幌 江別 帯広

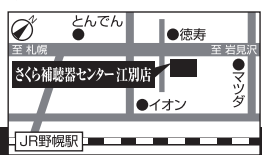
さくら補聴器センター江別店

江別市幸町33-6須藤ビル1階

☎011-383-4133

営業時間 9:30~17:30(土曜日は15:00まで)
定休日/日曜・祝日

http://www.sakura-hochouki.com



体型や体重に合わせて、寝心地が選べる

道央圏初! 西川 敷マットレス FIT LABO シリーズ!

羽毛ふとんの
リフォーム

(200gの足し羽毛・ふとんの丸洗い)
無料サービス

完全
乾燥 ふとん丸洗い 自宅まで集配
お伺いします

岸本ふとん店

大塚東町13-9(13丁目バス停前)
TEL 386-8322



パブリック コメント

意見を 募集します

共 通 事 項

■ 意見の提出方法

所定または任意の様式に住所・氏名を明記し、郵送(必着)・ファクス・メール・持参。電話不可

■ 意見の公開

個人情報を除いた個人を特定されない形でホームページなどで公開予定(個別の回答は行いません)

■ 計画案の配布場所

担当課窓口、市役所本庁舎1階情報公開コーナー、大麻出張所、水道庁舎証明交付窓口、公民館、市民交流施設「ぷらっと」、豊幌地区センター、総合社会福祉センター(②～④)、体育館・青年センター(②～④)、市ホームページ^{ほか}

①江別市一般廃棄物処理基本計画(案)

発生抑制(リデュース)と再利用(リユース)の2Rを最優先とした循環型社会を構築するため、令和3年度～令和12年度を計画期間とする「江別市一般廃棄物処理基本計画」を策定します。この計画に対する意見を募集します。

募集期間 11/20(金)～12/21(月)

提出先・詳細 廃棄物対策課 〒067-0051 工栄町14-3

☎383-4211 FAX382-7240 ✉seiso-haikibutsu@city.ebetsu.lg.jp

②江別市情報図書館長寿命化計画(案)

情報図書館の長寿命化を行い、中長期的な維持管理経費の縮減と予算の平準化を図ることを目的に計画を策定します。

募集期間 11/24(火)～12/25(金)

提出先・詳細 情報図書館 〒069-0815 野幌末広町7

☎384-0202 FAX385-1129 ✉library@city.ebetsu.lg.jp

③江別市公民館等長寿命化計画(案)

公民館等施設の長寿命化を行い、中長期的な維持管理経費の縮減と予算の平準化を図ることを目的に計画を策定します。

募集期間 11/24(火)～12/25(金)

提出先・詳細 生涯学習課 〒067-0074 高砂町24-6

☎381-1062 FAX382-3434 ✉shogaigakushu@city.ebetsu.lg.jp

④江別市スポーツ施設長寿命化計画(案)

スポーツ施設の長寿命化を行い、中長期的な維持管理経費の縮減と予算の平準化を図ることを目的に計画を策定します。

募集期間 11/24(火)～12/25(金)

提出先・詳細 生涯学習課 〒067-0074 高砂町24-6

☎381-1062 FAX382-3434 ✉shogaigakushu@city.ebetsu.lg.jp

暮らし



集団資源回収のご利用を

新聞や雑誌などの紙類、フライパンなどの金属類は地域の集団資源回収に出しましょう。この場合、指定ごみ袋やごみ処理券を使わずに出せます。回収日は自治会や学校ごとに異なるので、各団体の担当者か問い合わせ先にご確認ください。

廃棄物対策課 ☎383・4211

駐輪場の閉鎖

JR 駅周辺の駐輪場は、11月30日(月)で冬期間閉鎖します。閉鎖後、放置自転車は順次撤去するので、駐輪している方は閉鎖前に必ず持ち帰ってください。

道路管理課 ☎383・5900

健康・福祉



介護予防サポーター講座

地域の皆さんが元気に長生きを目指すために、健康づくりや交流を楽しむ「通いの場」などの活動に取り組み介護予防サポーターになるための講座です。11月2日(月)から電話が直接申し込み。

12月1日(火)・8日(水)いずれも13時30分～15時30分(全2回)

所 市民会館 ☎ 無料

創業59年の信頼と実績
リフォーム・増改築工事店

(有)インテリアナガオ

〈お住まいの事ならなんでもお任せ下さい〉

江別市緑町西1丁目56

フリーダイヤル 0120-933-750
http://www.interior-nagao.co.jp

未来に向け快適な住環境の整備をお手伝いいたします。

地元の会社だから安心・低価格施工

住宅周りの外構工事、補修工事、
大小に拘らずご相談下さい。
係員がお伺いして見積り致します。

見積りは無料です。



見積り無料!!
お気軽にご相談ください

●アスファルト舗装 ●各種ロードヒーティング ●インターロッキング
●ガレージ・カーポート ●化粧塀・土留壁 ●黒土入替

株式会社 石川舗道 TEL.382-0991
江別市見晴台97番地の2 FAX 382-0992

青少年健全育成標語

入賞者決定

江別市青少年のための市民会議では、市内小中学校、高校および一般の方々から青少年健全育成標語を募集しました。応募総数1,591名、2,414編の中から、部門ごとに最優秀賞、優秀賞、佳作を決定しました。

問 青少年のための市民会議事務局
(生涯学習課内) ☎381-1069

小学生の部

最優秀賞 対雁小学校1年 高橋 芽莉さん
「ありがとう こえにだそうよ そのことば こころのなかは きこえない」

優秀賞 大麻泉小学校6年 横山 葵さん
「あいさつで 人とのつながり きもちよく」

佳作 野幌若葉小学校6年 米原 芽研さん
「今日もまた 命がつまった 食べ物に 心をこめて いただきます」

中学生の部

最優秀賞 江別第一中学校1年 鈴木 琉莉さん
「助けよう 気づいてあげよう SOS 見て見ぬふりは もうしない」

優秀賞 江別第三中学校3年 前田 彩希さん
「自分たち 輝けるのは みんなが支えて くれるから」

佳作 江別第一中学校2年 佐々木 英寿さん
「悪口を言うのは一瞬だけど 悪口を言われた心の傷は一瞬で治らない」

高校生の部

最優秀賞 とわの森三愛高等学校1年 田中 陽稀さん
「伝えてみよう 日頃の感謝 ささやかな事でも 感じる嬉しさ」

優秀賞 とわの森三愛高等学校1年 小山 純平さん
「もう消せない スマホに描く前 考えて 誰かが傷つく デジタルタワー」

佳作 野幌高等学校1年 井上 太智さん
「つらいこと 抱えこまずに 伝えよう 一人じゃない 仲間がいるよ」

● 便利で簡単
1回あたりの負担が少なく(毎月払い)、納付忘れもなくなり、従業員にとつて便利。住民税額の計算も不要です(所得税の源泉徴収や年末調整と違い、市から税額を伝えます)。
● 給与天引きを始めるには
来年度からの場合…「給与支払報告書(総括表)」に特別徴収対象者として従業員の人数を記載し、1月末までに市へ提出
年度途中からの場合…「特別徴収切替届出書」を市へ提出。様式は市ホームページから入手可
問 市民税課 ☎381・1012

【対】 介護予防教室「シニアの元氣アップ講座」の受講経験が受講予定があり、地域で運動や会話などの交流を楽しむ「通いの場」の立ち上げや介護予防の普及に興味がある方、先着20名
【申】 介護保険課 ☎381・1067

【認】 認知症サポーター養成講座の上級講座です。認知症の理解をさらに深め、高齢者や家族を支援するボランティア活動の実践を目指します。11月4日(水)～19日(木)に電話申し込み。
【日】 11月26日(木)、12月3日(木)・11日(金)いずれも13時30分～16時30分

【所】 総合社会福祉センター
【認】 認知症サポーター養成講座の受講経験があつて全日程に参加でき、受講後にボランティア活動する意思のある方、先着25名
※ 認知症サポーター養成講座は11月14日(土)10時～11時30分に開催します。受講希望の方はお問い合わせください。 ☎無料
【申】 野幌第一地域包括支援センター ☎381・2940



【令和3・4年度 競争入札参加資格者(物品・役務)の受付】
11月2日(月)から配布する申請書類を持参。受付方法などの詳細は市ホームページをご覧ください。
【申】 契約管財課 ☎381・1066

【対】 市内に主たる事業所を置く事業者(江別市競争入札参加資格者は登録不可)
【申】 契約管財課 ☎381・1066

【対】 製造・卸小売・サービス事業者など
【問】 契約管財課 ☎381・1066

【所】 市民会館
【日】 12月1日(火)～14日(月)(平日のみ) 9時～11時30分、13時～15時30分
【申】 申請書類の配布場所…申込先、市ホームページ

【対】 従業員は原則、パート・アルバイトを含む従業員の住民税(市・道民税)を特別徴収(給与天引き)し、従業員の住む自治体へ納入することが法令で定められており、段階的に特別徴収義務者の指定を拡大しています。

江別の皆様とともに地域の発展に貢献します

EPA 江別印刷業協同組合

〒069-0801 江別市中央町29番地の33 (有)アスカ印刷 内
TEL 011-389-6730/FAX 011-382-6382

印刷業務・広告掲載の御用命は当組合へ

(有)アスカ印刷	藤塗装工業(株)	(有)ア・ノ研究社	笹岡印刷(株)
(有)トラスティプリント	(有)山田印章印刷	(株)のつぼろ印刷	(有)くらしの新聞社 賛助会員

江別の不動産の事なら

創業32年

売買仲介・買取・賃貸・管理・価格査定・その他 相談無料

株式会社 **三信不動産**

TEL 011-382-8111
江別市野幌松並町14-7

国道12号線沿い、時計台と大きな鳩のマークが目印です

消費生活相談Q & A

【詳細】消費生活センター ☎ 381-1026

副業に関するトラブルが急増中 「簡単に稼げる」は要注意！

Q 副業サイトで「広告で収入を得る」という事業者サイトを見つけた。

自分のブログに広告を貼ってその商品が売れば収入が得られ、簡単に稼げると書いてあったので、登録した。

その後、事業者から返信があり、サポートのガイドブックを勧められたので1万円で購入すると、今度は詳細な説明を聞くための電話相談を予約するように言われた。電話相談では、100万円もする6か月サポートを勧められ、断り切れずクレジットカードで決済してしまった。

翌日、事業者に解約と返金を求めたが断られてしまった。

A 相談者には、事業者に書面で解約を申し入れる、また、請求を一時的に止めてくれる場合もあるのでクレジットカード会社にも連絡するように伝えました。

事業者によっては問題を認めないケースもあり、なかなか返金に応じてもらえないことがあります。

なお、こうした副業の多くは、支払ったサポート料を超える利益が得られるようなものではありません。

トラブルを防ぐために

簡単に高額収入が得られるというサイトや SNS の広告・宣伝などを見て連絡したところ、次々と高額な契約を迫られ、クレジット契約や借金までしてしまうトラブルが増加しています。

このようなトラブルに巻き込まれないためには、「高額な契約を勧誘されたり話が違ふと思ったらきっぱり断る」、「クレジットカードでの高額決済や借金をしてまで契約しない」などの点に十分注意することが大切です。

※契約の取り消しやクーリング・オフなどができる場合もありますので、契約について不安に思った場合やトラブルになった場合には早めに消費生活センターにご相談ください。

市政へあなたのご意見・ご提案をお寄せください

【詳細】広報広聴課 ☎ 381-1009

皆さんからのご意見やご提案を市政・まちづくりに反映させるため、Eメール、広聴箱、郵送、電話などで受け付けています。皆さんの声をお寄せください。

ご意見は、氏名、住所などの記入がなくても受け付け、貴重なご意見として市政の参考とさせていただきます。回答が必要な方は、「氏名」「住所」「電話番号」を記入してください。各担当課から回答いたします。

●メール

市ホームページから、「市政へのご意見はこちら」専用の投稿フォームで受け付けています。

江別市 ご意見

検索



●広聴箱

市内5か所（市役所本庁舎1階・市役所大麻出張所・中央公民館・野幌公民館・大麻公民館）に設置しています。備え付けの用紙のほか、任意の様式でも提出いただけますので、ご意見などを投函してください。

●郵送・電話・ファクス

広報広聴課あてにお寄せください。

〒067-8674 高砂町6

☎ 381-1021（広聴担当・市民相談所） FAX 381-1149



アップル車検

感動車検

全国チェーンの総合メンテナンス専門店

アップル車検江別

OPEN!!

軽自動車なら 整備料金+諸費用 あわせて **なんと 44,940円~**

●一般整備 ●車検 ●钣金塗装 (各種保険取扱) ●新車、中古車販売・買取

心の通う サービスが モットーの **江別協同自動車 株式会社**

冬の準備はお済みですか？

スタッドレスタイヤ
バッテリー
ワイパー

お気軽に御相談下さい

江別市一番町1番地
国道12号線沿いのローソン左折、市立病院の手前

お気軽にお電話下さい!!

本社・工場 TEL.382-1100 ★ 車輛販売 TEL.384-2888



△新型コロナウイルスの影響により、イベントが中止になる場合があります。気になるイベントは直接主催者にお問い合わせください。

市内団体

筆ペン講座「冬の暮らしの書」



年賀状をはじめ、芳名帳やのし袋などに自分の名前を美しく書くための講座です。
日時：11/21(土)10:00～11:30 **会場**：市民活動センター・あい(東野幌本町6-43市民交流施設6らっと内) **定員**：先着15名 **参加料**：500円(ペン、用紙、お手本、資料含む) **講師**：日本習字 師範 田崎弥生さん **申込・詳細**：江別生涯学習インストラクターの会事務局(松山) ☎・FAX 383-5751 へ。※留守番電話に名前と電話番号を必ず入れてください。折り返しのご連絡で受付完了

ちょっとだけ「体動かし隊」体験会

体力に自信がない方のため健康体操。ほぼイスに座って行う簡単な運動です。ちょっとだけ動いてみませんか。
日時：11/18(水)10:30～11:15 **会場**：東野幌体育館 研修室1 **定員**：先着15名 **参加料**：500円 **講師**：河本結香さん **持ち物**：動きやすい服装、汗ふきタオル、飲み物、運動靴。マスクの着用をお願いします **申込・詳細**：前日までに予約。体動かし隊(河本) ☎ 090-9752-6510



公共機関

国立北海道障害者職業能力開発校 令和3年度入校生募集

訓練期間は6か月から2年です。詳細は能力開発校、最寄りの公共職業安定所(ハローワーク)にお問い合わせください。

願書受付期間：11/2(月)～20(金) 選考日：12/7(月) 対象：求職中の障がい者の方
詳細：国立北海道障害者職業能力訓練校 ☎ 0125-52-2774 FAX 0125-52-9177

税の申告、届出や納税はエルタックスをご利用ください

エルタックスは、法人道民税・事業税・特別法人事業税、法人市民税などの申告、届出や納税をインターネットを利用して電子的に行うシステムで、窓口に出かけずにオフィスなどから簡単にできます。詳細はエルタックスホームページをご覧ください。 **詳細**：北海道札幌道税事務所税務管理部 課税第一課 法人事業税第一係 ☎ 204-5083



第4回刑務所作業製品 展示即売会

全国の刑務所で作製された家具や日常生活用品を販売します。売上金の一部は犯罪被害者支援団体の活動に役立てられます。ご来場の際はマスク着用のうえ、感染予防対策にご協力をお願いします。
日時：12/13(日)10:00～16:00、12/14(月)～17(木)9:30～16:00、12/18(金)9:30～12:00 **会場**：市民会館 小ホール **詳細**：札幌地方事務所 ☎ 780-2472

野幌自然休養林(野幌森林公園) 風倒被害木処理を行います

平成30年の台風21号による野幌自然休養林(野幌森林公園)風倒被害木の処理・運搬は昨年に引き続き本年度も冬期を行う予定です。具体的な箇所、期間、立ち入り規制などは北海道森林管理局のホームページで改めてお知らせします。 **詳細**：石狩森林管理署 ☎ 622-5111



相続登記をお忘れなく

札幌法務局と札幌司法書士会は、11月を「相続登記促進取組強化月間」と定めて相続登記の促進を図る取り組みを行っています。

不動産(土地・建物)の相続登記をしないで放置していると、相続人の間のトラブル、所有者不明の土地問題、空き家などの問題の原因となります。相続登記がお済みでない方は不動産の所在地を管轄する法務局に申請をしてください。なお、相続登記の申請に当たっては、以下のサービスを利用すると便利です。



- 札幌司法書士会の「相続登記相談専用ダイヤル」(11月限定) ☎ 522-5576 11月の平日10:00～16:00
 - 法務局の「登記手続案内」(完全予約制) 申請書様式や必要な添付書類の種類などについてのご案内
- 予約・詳細：札幌法務局江別出張所 ☎ 382-2132 平日8:30～17:15

市民カレッジ

市民カレッジは、市と市内4大学の連携で開催する市民向けの講座です。申し込み方法は各大学へ問い合わせ。詳細は講座一覧(市ホームページ・公民館で配布)をご覧ください。
詳細：生涯学習課 ☎ 381-1062



酪農学園大学(文京台緑町582)
 詳細/社会連携センター地域連携課
 ☎ 388-4131 FAX 387-2805

- ▶体格・体組成の改善に向けた測定と筋トレ実践
- ▶2020年のクマ動向～札幌圏のヒグマを中心に～



北海道情報大学(西野幌59-2)
 詳細/通信教育学部事務局
 ☎ 385-4427 FAX 385-1074
 Email=hiukouza@do-johodai.ac.jp

- ▶スラッシュリーディングとフォニックス～英語を速く正確に読むテクニックと正しく発音するための基礎知識～
- ▶写っているモノはなんですか?～AIによる画像認識のしくみ～

お宅の屋根は大丈夫?プロの技で邸宅長持ち!
 すぐもり・雨もれ・軒先のつらら・隣家への落雪、屋根の葺き替え等
お気軽にご相談を!
 外壁サイディング工事・リフォーム全般
屋根工事 信頼と実績の店 **株式会社 堀江板金工業**
 のことなら **株式会社 堀江板金工業**
 江別市上江別東町10-10 ☎ 382-3534

TOYAMA 江別エリアの土地・建物・マンション・アパート **買取します!!** <http://www.tfinc.co.jp>
 北海道知事免許石狩(第)4734号
株式会社 外山不動産
 〒067-0063 江別市上江別西町3-15
0120-215-915
 TEL 384-5761 FAX 382-5478

健康だより

ちょっと手話

「おはよう」

こめかみ付近に当てた右手こぶしを下におろす



E-リズム “基本編” エンジョイコース 無料

基本編を復習しながら楽しむ経験者向けコースです。
 日時 12月17日(木) 10:00～11:30
 会場 青年センター 定員 先着30名(要予約)
 持ち物 上靴(必須)、汗拭きタオル、飲み物、マスク、動きやすい服装
 申込方法 11月24日(火)から12月11日(金)までに電話で申し込み
 (申込・詳細) 保健センター ☎ 385-5252



◆参加の際のお願い
 当日は体温を検温し、受け付けでお知らせください。
 発熱や喉の痛み、風邪症状がある場合は参加を見合わせてください。
 新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止になる場合があります。

エキノコックス症検診 無料

エキノコックス症の早期発見、早期治療のために採血検診を行っています。予約不要。直接会場へお越しください。
 対象 小学3年生以上の方。過去に異常なしの方の検診は5年に1度
 日時 11月13日(金)、15日(日)、16日(月) 8:00～11:00
 会場 保健センター
 ※レディース検診のため、原則女性のみ
 ※健康保険証をお持ちください
 ※同会場でがん検診を実施しています
 ※会場では体調確認を行います。風邪症状などがあつた場合は受診をお断りさせていただく場合があります
 (詳細) 保健センター ☎ 385-5252



11月 / 12月 休日・祝日当番病・医院(救急・急病)



【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00 / 外科系 9:00～翌朝 9:00 (■印の医療機関は診療時間が異なります) 江別医師会 HP

日程	内科・小児科	外科系
11/1(日)	□野幌病院(内科のみ) 野幌町53 ☎382-3483 □松尾こどもクリニック 高砂町25-11 江別メディカルビル3階 ☎384-8819	□溪和会江別病院 野幌代々木町81-6 ☎382-1111
3(火・祝)	□大麻内視鏡内科クリニック 大麻東町31-1 ☎386-3366	■江別市立病院 若草町6 ☎382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
8(日)	□溪和会江別病院(内科のみ) 野幌代々木町81-6 ☎382-1111 □おおあさ鈴木ファミリークリニック 大麻扇町3-4 ☎386-5303	□溪和会江別病院 野幌代々木町81-6 ☎382-1111
15(日)	□高橋内科医院三番通りクリニック(内科のみ) 大麻ひかり町32-1 ☎387-7788 □ウルトラ内科小児科クリニック(小児科のみ) 大麻栄町11-9 ☎688-8801	□江別谷藤病院 幸町22 ☎382-5111
22(日)	■江別市立病院(内科・小児科) 若草町6 ☎382-5151 (診療時間 8:30～17:00)	■江別市立病院 若草町6 ☎382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
23(月・祝)	□アウル内科クリニック 東野幌本町2-18 ☎383-3456	□溪和会江別病院 野幌代々木町81-6 ☎382-1111
29(日)	□江別内科クリニック(内科のみ) 元江別本町35-2 ☎381-8900 □よしなりこどもクリニック 上江別東町44-17 ☎391-4470	□江別谷藤病院 幸町22 ☎382-5111
12/6(日)	□溪和会江別病院(内科のみ) 野幌代々木町81-6 ☎382-1111 □あずま子ども家庭クリニック(小児科のみ) 野幌住吉町25-10 ☎385-2500	□溪和会江別病院 野幌代々木町81-6 ☎382-1111

※都合により変更される場合があります。詳しくは北海道救急医療情報案内センター(☎0120-20-8699、携帯電話からは011-221-8699)、江別市消防本部(☎382-5453)までお問い合わせいただくか、新聞紙上または江別医師会のホームページでご確認ください。

電話相談

- 北海道産婦人科救急電話相談 <さんぱきゅうきゅう> ☎290-3299 (年間全日対応 19:00～翌朝 9:00)
- 北海道小児救急電話相談 <お子さんの急な病気やけが> ☎232-1599 または # 8000 (年間全日対応 19:00～翌朝 8:00)

江別市夜間急病センター<内科・小児科>

診療時間 19:00～翌朝 7:00 (受付 18:30～翌朝 6:30) 錦町14-5 ☎391-0022

年中無休

市民育場 総合ホール

北野華苑

「セレモニーきたの会」会員募集中!
 3,000円のみで、永久会員に1積立てではありません。
 多数の特典が受けられます。

有限会社北野葬儀社
 江別市2条5丁目 ☎011-382-2332

野幌 江別市 野幌末広町31-2

江別 江別市 一番町4番地2

一般葬・家族葬 社葬・音楽葬など 葬儀のことなら ご相談ください。

江別で創業62年 **ごまかません**

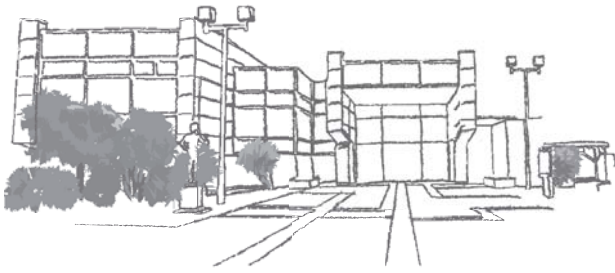
新築・リフォームの船木

創業62年! お気軽にご相談下さい。

特定建設業/1級建築士事務所
船木建設株式会社
 江別市元江別本町20-1(3番通り6丁目角)
 TEL(011)382-3353

江別市Aランク指定業者(建築) 北海道Aランク指定業者(建築)

= 情報図書館開館30周年特別企画 =



あなたの1冊を 見つけよう

最終回

昨年より情報図書館の裏側や利用方法などを不定期でお伝えしてきた特別企画も今回で最終回を迎えました。最終回はこれから始まるイベント情報を中心に紹介します。この機会に情報図書館へ足を運んでみませんか。心に残る素敵な一冊と巡り会えるはずですよ。
【詳細】 情報図書館 ☎ 384-0202

すてきな絵本と新しい出会いを

えほんのじかん展

特別イベントも開催!

11.3(火・祝) ~ 11.8(日) 10:00 ~ 17:00

会場: 本館2階 デモ展示室

可愛いぬいぐるみが登場する絵本や、大人におすすめの絵本、外国語で書かれた絵本など、子どもから大人まで楽しめる3つのテーマで絵本を大特集。展示本は貸出OK! ぜひお越しください。

EVENT 11.7(土) 11:30 ~ 12:00
ヒギンズさんのおはなし会

英語の絵本の読み聞かせ会です。
演目: はらぺこあおむし ほか
対象: 全年齢 (主に小学生以下向け)

EVENT 11.8(日) 13:00 ~ 14:00
大人のおはなし会

大人が楽しめる絵本の読み聞かせ会です。
演目: かしわばやしの子、善光寺お血脈のご印 ほか
協力) 語り・ひとり芝居ぐるーぷ うるうる亭 / シアターとんとん

イベント会場は2階ビデオ視聴室です。
事前申し込みは不要。
直接会場へお越しください。



今後注目のイベント | check!

- 1/8 冬休みおもしろ実験教室
- 1/16 読み聞かせ講習会
- 1/23 ~ 31 しかけ絵本と大型絵本展
※詳細は開催月の広報誌でお知らせします

古い本や記念誌など 郷土資料を募集しています

図書館では江別にかかわる資料を収集し、さまざまな調査研究に利用できるように郷土資料として保存しています。本や地図、記念誌、機関紙など江別の歴史や昔の様子がわかる資料はありませんか。特に『江別っ子第1集~第7集』など、図書館が開館した1989年以前の資料を探しています。提供して下さる方は ☎ 384-0202 へご連絡願います。



信用第一 の不動産取引

(株)不動産 **きりん**
ショップ
FUDOSAN SHOP KIRIN

土地・建物・新築

江別市幸町27-2 電話 383-4671

ワガママな **注 文 住 宅**

きりんの家

(株)不動産ショップきりん住宅事業部 TEL 383-4671



無料相談窓口

保存版 後期 11月～4月

[※祝日は休み]

相談内容	日 時	会場・問い合わせ
一般相談	月～金曜日 8:45～17:15	市民相談所 ☎ 381-1021
税務相談	第3水曜日 13:00～16:00	市民税課 ☎ 381-1012 ※要予約 ※各日先着4名まで ※前月1日から受付
家庭生活相談	月曜日 10:00～15:00	総合社会福祉センター ☎ 385-1234
	木曜日 10:00～15:00	市役所大麻出張所 ☎ 382-4855
悩みごと テレホン相談	火・金曜日 10:00～15:00	総合社会福祉センター ☎ 389-7830
	水曜日 10:00～15:00	にこにこ相談室 ☎ 389-7830
消費生活相談	月～金曜日 9:00～17:00	市役所第2別館2階 江別市消費生活センター ☎ 381-1026
くらしの 困りごと相談	月～金曜日 8:45～17:15	くらしサポートセンターえべつ ☎ 375-8987
心の 健康相談	11/13(金)、12/17(木)、 1/8(金)、2/18(木)、 3/11(木) 13:30～16:00	江別保健所 ☎ 383-2111 ※要予約 前々日12:00まで ※精神科受診歴のある方要相談
女性の 健康相談	第2火曜日 13:30～15:30	江別保健所 ☎ 383-2111 ※要予約 前日16:00まで
HIV 肝炎ウイルス HTLV-1 梅毒 検査及び相談	【相談】 月～金曜日 8:45～17:30	江別保健所 HIV相談専用電話 ☎ 383-3449 ※検査費用・詳細はお問い合わせ 7～11月は10:00～16:00 ※要予約 前日12:00まで
	【検査】 原則第3水曜日 7～11月は10:00～16:00 12～2月は10:00～15:00	
へるすあつ相談 (生活習慣病予防)	月曜日 10:00～12:00	保健センター ☎ 385-5252 ※要予約
こころと体の 健康相談	月～金曜日 9:00～17:00	保健センター ☎ 385-5252
乳幼児の 子育て相談	月～金曜日 9:00～17:00	子育て支援センターすくすく ☎ 381-1714
	月～金曜日 10:00～16:00	子育て支援コーディネーター ☎ 381-1126
子どもの 発達相談	月～金曜日 8:45～17:15	子ども発達支援センター ☎ 385-1015・384-3003
家庭児童相談	月～金曜日 9:00～17:00	子育て支援課子ども家庭総合 支援担当 ☎ 381-1236
ひとり親家庭相談	月～金曜日 9:00～17:00	子育て支援課子ども家庭総合 支援担当 ☎ 381-1236
いじめ・ 不登校相談	月～金曜日 10:00～17:00	教育支援課 ☎ 382-4044
子ども電話相談	月～金曜日 10:00～17:00	教育支援課 ☎ 384-7830
教育相談	11/10、24 12/1、15 1/19 2/2、9 3/2、16 いずれも火曜日 10:00～12:00	【会場】青年センター2階 サークル室3 【申込・詳細】教育支援課 ☎ 384-7830 ※要予約

相談内容	日 時	会場・問い合わせ	
認知症の 悩みごと 相談	水・木曜日 10:00～15:00	いきいきセンターさわかち ☎ 387-5657	
	木曜日 10:00～15:00	総合社会福祉センター ☎ 389-7830	
高齢者 総合相談	月～土曜日 8:45～17:15	江別第一地域包括 支援センター ☎ 389-4144	
	月～金曜日 8:30～17:30 土曜日 8:30～12:30	江別第二地域包括 支援センター ☎ 389-5420	
	月～土曜日 9:00～17:40	野幌第一地域包括 支援センター ☎ 381-2940	
	月～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:30	大麻第一地域包括 支援センター ☎ 388-5100	
精神障がい回 復者生活相談	月～金曜日 10:00～15:00	あすか就労継続支援施設 ☎ 382-0660	
障がい 福祉相談	月～金曜日 8:45～17:15	障がい者支援センター ☎ 802-5004	
成年後見制度 の利用相談	月～金曜日 8:45～17:15	成年後見支援センター ☎ 375-8988	
行政・ 法律	法律相談	第2・4木曜日 13:00～15:00	市民相談所 ☎ 381-1021 ※要予約 月初め平日初日 8:45 から電話 受付。各日先着5名
	人権相談	第3水曜日 13:00～15:00	市民相談所 ☎ 381-1021
	行政相談	第4木曜日 13:00～15:00	市民相談所 ☎ 381-1021
そ の 他	金融相談 (中小企業 者向け)	11/10、12/8、1/19、2/9、 3/16 いずれも火曜日 10:00～15:00	江別商工会議所 ☎ 382-3121 ※要予約
	犯罪被害者 相談窓口の紹介	月～金曜日 8:45～17:15	市民生活課 ☎ 381-1093 ※秘密厳守
	若者就労相談	月・水・木曜日 10:00～17:00	申込・詳細…江別・岩見沢若 者サポートステーション ☎ 887-9214 (月～金曜日 10:00～17:00)
若者就労 出張相談	火曜日 12:00～17:00	出張相談 市民活動センター あい	





アイヌ施策広域相談

相談員がアイヌの方たちの生活全般に関する相談を受けます。内容により出張相談も受け付けます。

日時 開催中～令和3年3月31日(水) 9:00～16:00
※土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く
会場 (公社)北海道アイヌ協会(札幌市中央区北2条西7丁目1かでの2・7 7階)
対象 道内でアイヌ生活相談員の所在しない市町村在住のアイヌの方
電話相談 ☎0800-800-2378
メールアドレス kouikisoudan@ainu-assn.or.jp
(詳細) 健康福祉部管理課 ☎381-1090

女性に対する暴力をなくす運動週間

11/12(木)～25(水)は女性に対する暴力をなくす運動週間です。暴力、性犯罪、セクハラ、ストーカー行為などの悩みは、ご相談を。

DV相談窓口	
江別市健康福祉部子育て支援室子育て支援課 子ども家庭総合支援担当	381-1236
石狩振興局保健環境部環境生活課	232-4760
北海道立女性相談援助センター(配偶者暴力 相談支援センター)	666-9955
北海道くらし安全局道民生活課	221-6780
内閣府男女共同参画局(DV相談ナビ)	#8008
北海道警察本部相談センター	241-9110
江別警察署	382-0110
民間シェルター(女のスペース・おん)	219-7012
性暴力被害支援センター北海道 SACRACH(さ くらこ)運営/NPO法人ゆいネット北海道	050-3786-0799
セクハラ相談窓口	
北海道労働局雇用環境・均等部指導課	709-2311(内線 3572)
DV・セクハラ相談窓口	
法テラス札幌(日本司法支援センター札幌地 方事務所)	050-3383-5555
犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079-714

女性の人権ホットライン強化週間

11月12日(木)から18日(水)まで、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。
法務局職員や人権擁護委員が電話で相談を受けます。
相談無料、秘密厳守。

ゼロナゼロのホットライン

専用相談電話 0570-070-810

相談時間 平日 8:30～17:15

※強化週間中※11/12(木)～18(水)8:30～19:00
11/14(土)・15(日)10:00～17:00

子ども相談支援センター相談窓口

いじめや不登校、体罰などの学校教育に関する悩み、子育て・しつけなど家庭教育に関する悩みなどの相談を受け付けます。

電話相談 ☎0120-3882-56(無料、24時間対応)
メール相談 doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp
※急ぎの場合は電話相談を利用してください。
来所相談 10:00～16:00(土・日・祝日、年末年始は休み)
子ども相談支援センター(札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館8階)
※上記の電話相談で予約してください。
※センターのWebページに、「子ども相談支援センターへの相談事例」を掲載しています。



LGBT などの方の相談窓口

LGBT などの方の心の健康や人権、法的トラブルなどに関する主な相談先をまとめています。表の窓口に相談してください。

LGBT などの方の相談窓口	
こころの健康相談統一ダイヤル (北海道立精神保健福祉センター)	0570-064-556
みんなの人権110番(札幌法務局)	0570-003-110
北海道労働局雇用環境・均等部指導課	709-2715
法テラスサポートダイヤル	0570-078-374
よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)	0120-279-338 (ガイダンスが流れたら4番)

※LGBTとは、レズビアン(Lesbian:女性の同性愛者)、ゲイ(Gay:男性の同性愛者)、バイセクシャル(Bisexual:両性愛者)、トランスジェンダー(Transgender:身体と心の性が一致していないため、身体の性に違和感を持ったり、個々の性と一致する性別で生きたいと望む人)の頭文字をとって組み合わせたものです

女性のための無料法律相談



日常生活での悩みごとや法律に関して女性弁護士が相談を受けます。

日時 2月26日(金) 13:30～15:30(1人30分)

申し込みは2月1日(月)～

会場 市民会館

定員 先着4名。要予約

申し込み 子育て支援課窓口か電話で予約受付

(詳細) 子育て支援課子ども家庭総合支援担当

☎381-1236



記事の詳細
Facebook
「いまココえべつ」



10/4 今年はオンラインで開催 市民活動見本市を動画配信!

市民活動団体を紹介するパネル展示やステージ発表が行われました。団体の紹介など各発表は、引き続きYouTubeで公開していきますので、ぜひご覧ください。



10/18 点灯は12月1日から開始されます 防火イルミネーション

江別第二小学校児童と野幌分団員が火災予防を啓発するため、市消防本部前のエゾマツにイルミネーションを設置しました。

9/23 江別の地酒「瑞穂のしずく」原料米「彗星」の収穫が行われました

収穫された「彗星」は、栗山町の小林酒造で年末ごろから仕込みが行われ、特別純米酒「瑞穂のしずく」へと生まれ変わります。

10/1 56名が第48期生として入学 蒼樹大学が開講

新型コロナウイルス感染症の流行により半年間延期されていた蒼樹大学の令和2年度入学式・開講式が開催されました。

えべつベジタブルライフ協力店を紹介!

第6回 PICCATA ピカタ

東野幌本町 6-43 JR 野幌駅南口 ☎ 391-8677
 【朝食】 6:30 ~ 10:00 (9:30ラストオーダー)
 【ランチ】 11:30 ~ 14:30 (14:00ラストオーダー)
 困 朝食: 年中無休 / ランチ: 日曜・祝日休業

野幌駅前にあるホテルリボン内のレストランです。江別産のプロックリーなど野菜をたっぷり使用した惣菜や、野菜のスープなどがビュッフェスタイルで味わえます。写真はランチで人気の和牛のローストビーフ丼と、バリサクじゅわ旨から揚げ、サラダなど。朝食はごちそう野菜の朝ごはんをコンセプトとした洋食メニューが中心で、総支配人いち押しのレストランなどにも味わえます。※朝食、ランチともに宿泊客以外も利用可

店舗ホームページはこちらから→
掲載内容は変更となる場合有り

食事券や特産品などが抽選で200名に当たる!

参加店舗などで台紙を手に入れるかLINE公式アカウントを登録し、商品を購入してスタンプをGET! スタンプを5個以上集めて応募すると特産品などが抽選で当たります。

開催期間 10/28 ~ 1/24
 (詳細) スタンプラリー事務局 ☎ 252-1018 (平日 10時~17時)

人口と世帯 (前月比) 119,883 人 (+59) 58,668 世帯 (+85) 令和2年10月1日現在

フリーローン
ビジネス & ライフ

お使いみち自由!

ローンのおまとめもOK! 個人事業主・法人役員の方の事業性資金(創業含む)もOK!

固定金利 (保証料込) 年**5.8%~13.8%**
 ※金利は審査のうえ決定

[保証会社] クレディセゾン
 ※当金庫及び保証会社の審査結果によっては、ご希望に添えない場合がございますのでご了承ください。
 ※商品内容の詳細等については、ホームページをご覧ください。
 ※上記金利は令和2年9月30日現在のものです。期間中でも金利を見直す場合がございます。

仮審査申込みは

江別支店 / 萩ヶ岡1-5 ☎ 385-3111
 野幌支店 / 野幌町62-11 ☎ 382-2530
 大森支店 / 大森町14-3 ☎ 386-5511
 五丁目支店 / 向ヶ丘2-2 ☎ 385-2511

北海道信用金庫テレホンバンク
0120-865-634

北海道信用金庫
 HOKKAIDO SHINKIN BANK
 http://www.shinkin.co.jp/hokkaido/