

健康運動教室(ストレッチポール・楽しくストレッチーズ・シニア元気体操)

ストレッチポール・ストレッチーズ(伸縮性のある特殊な布)・バランスボールなどを利用し、肩こり・腰痛予防、姿勢改善やウエストの引き締め、骨盤底筋のトレーニング、転倒予防、脳トレを含めたゲームなどを楽しく行う教室です。

コース	日程	時間	場所	対象	定員	受講料
ストレッチポール	5月10日(金) 17日(金) 31日(金)	10時20分～11時 11時20分～12時	滝川市スポーツセンター 第1体育館 会議室	18歳以上	各回8人	1回あたり 300円
ストレッチポール 自重トレーニング	5月18日(土)	10時30分～11時30分		60歳以上		1回あたり 500円
楽しく ストレッチーズ	5月1日(水) 11日(水) 29日(水)	13時30分～14時30分				
シニア元気体操	5月14日(火) 28日(火)					

※受講料当日徴収
申込方法 開催日前日までに、窓口または電話でお申し込みください

い(火)土曜日9時～17時/祝日を除く。
④滝川市スポーツ協会TEL23-4617
文京台ソフトボール場
オープン
期間 5月18日(土)～10月19日(土)
場所 教育支援センター横
使用料 無料(事前申込必要)
④教育支援センターTEL74-4800

生活

ヒグマの被害に 遭わないために

ヒグマによる人身被害は春と秋に多く発生します。春は山菜採りなどで野山に出かける機会が増えることに加え、ヒグマも冬眠から目覚め、エサを求めて活発に行動するようになります。

被害に遭わない一番の方法は、ヒグマに出合わないことです。野山に入るときや家庭からごみを出すときは、次の事項に注意してください。

- 野山に入るとき 食べ物やごみは必ず持ち帰る・一人では入らない・音を出しながら歩く・事前にヒグマの出没情報を確認する・薄暗いときには行動しない・フンや足跡を見たら引き返す

●家庭から出るごみ 後始末はきちんとする・放置したり埋めたりしない・収集日当日の朝に出す
※ヒグマを目撃したときやフンや足跡を見つけたときは、すぐに現場を離れ、速やかに市役所から支援課または滝川警察署までご連絡ください。

ごみの野焼きや 不法投棄は禁止です

野外でのごみ焼却(野焼き)や一定の構造基準を満たしていない焼却炉でのごみ焼却は法律で禁止されています。焼却による悪臭や煙などは周囲の住民に迷惑をかけるだけでなく、ダイオキシン類などの有害物質発生の原因にもなります。

また、ごみを道路、山林、他人の土地に捨てることも絶対にやめましょう。

これらの行為に対しては、法律により厳しい罰則、罰金が適用される場合もあります。ルールを守り、よりよい環境づくりに努めましょう。

④くらし支援課TEL28-8013

人権・困りごと無料相談所

日時 6月1日(土) 13時～15時
場所 滝川市民交流プラザ

相談機関 滝川人権擁護委員協議会

相談内容 いじめ、家庭内の問題、近隣間のもめ事、職場の関係など
※相談無料、秘密厳守

申込期限 5月24日(金)

申込方法 札幌法務局滝川支局まで、事前にお申し込みください。

④くらし支援課TEL28-8012、札幌法務局滝川支局TEL23-2330

人権擁護委員は みんなの街の相談役です

人権擁護委員は、人権についての啓発活動のほか、地域の皆さんから人権に関する相談を受けるなどの活動を行っています。差別やいじめ、虐待などさまざまな相談に応じており、内容についての秘密は守られます。

人権擁護委員

- 丸山 健さん(大町)
- 斎藤 寛さん(有明町)
- 高嶋 弘美さん(黄金町)
- 窪之内美知代さん(江部乙町)
- 深澤 京子さん(大町)
- 岩岬 稔さん(二の坂町)
- 芳賀 伸吾さん(緑町)

なお、法務局でも随時相談に応じています(8時30分～17時15分)。
④くらし支援課TEL28-8012、札幌法務局滝川支局TEL23-2330

5月は「消費者月間」です

令和6年度統一テーマ「デジタルに求められる消費者力とは」

毎年5月は「消費者月間」です。デジタル化やAI等の技術が急速に進展し、そのスピードがかつてなく速くなる中で、わたしたち消費者を取り巻く取引やサービス、コミュニケーションも急速に変化し、利便性が増す一方、リスクも多様化しています。

デジタルサービスの仕組みやリスクへの理解、情報に対する批判的思考力、適切に情報を収集・発信する力を身につけましょう。

「気づく・断る・相談する」というこれまでも必要とされた基礎的な力も引き続き高めていく必要があります。

④くらし支援課TEL28-8012

痴漢や不審者に 注意してください

●夜間の一人歩きは避け、人通りの多い明るい道を通る

●イヤホンで音楽を聴きながら歩かない

●防犯ブザーなどの防犯グッズを携帯する

●不審者を目撃したらすぐに110番する

現在配信中の北海道警察公式防

犯アプリ「ほくとポリス」は、防犯ブザーの代わりになるほか、お住まいの地区での不審者情報なども配信されていますので、ぜひ活用ください。

④滝川警察署TEL24-0110

水道メーターの取り替え

計量法に基づく有効期限が満了になる水道メーターの取り替えを行います。

対象となる各事業所、ご家庭には事前に文書で連絡します。

取り替え期間は、5月上旬から11月中旬までを予定しています。

なお、家屋の改造や取り壊しなどを予定している方は、水道企業団にお知らせください。

④中空知広域水道企業団TEL53-3840

令和6年度市・道民税の 定額減税について

令和6年度の市・道民税について定額による減税(特別控除)を行います。減税額は次の合計額です。ただし、合計額が所得割額を超える場合は、所得割額を上限とします。

- 納税者本人 1万円
- 控除対象配偶者または扶養親族(国外居住者を除く) 1人につき1万円

適用された定額減税の額は市・道民税の各種通知書でご確認ください

さい。

①普通徴収の場合 6月中旬頃個人宛てに送付予定

②公的年金からの特別徴収の場合 6月中旬頃 個人宛てに送付予定

③給与からの特別徴収の場合 令和6年5月中旬頃 お勤め先に送付予定

※令和6年度(令和5年分)の住民税の合計所得金額が1,805万円を超える方や令和6年度の住民税が均等割のみ課税される方は定額減税の対象になりません。

※令和6年度(令和5年分)の住民税の合計所得金額が1,000万円を超える方の配偶者分の減税額は令和7年度の所得割額から控除します。

④市立病院TEL28-8019

所得・課税証明書の 交付について

令和6年度所得・課税証明書の交付は納税通知書の発行日以降になります。市・道民税を納付書で納付している方(普通徴収)は6月11日(火)から、勤務先の給与から引き去りしている方(特別徴収)は5月13日(月)からの交付となります。

なお、普通徴収の方については、6月3日(月)～10日(月)の期間は「見込み」として証明書を交付します。

※コンビニ証明書交付サービスにおける令和6年度の所得・課税証

明書の発行開始日は6月11日(火)となります。

④市立病院TEL22-4311

巡回児童相談

今年度の岩見沢児童相談所による巡回児童相談の日程・場所については、次のとおりとなっています。相談料はかかりません。お気軽にご相談ください。

日程・場所

○滝川市民交流プラザ 6月11日(火)、7月30日(火)、8月22日(木)、9月10日(火)、10月10日(木)、令和7年1月16日(木)、2月7日(金)

相談員 岩見沢児童相談所(児童福祉司、福祉専門員)

申込期限 各相談日の1か月前までにお申し込みください。

申込先 こども家庭相談室(保健センター内 子育て応援課)

※学校教育に関わる相談は、教育機関にご相談ください。

④こども家庭相談室TEL23-5217

市立病院の整形外科の 受付時間を変更します

予約されていない方の整形外科の受付時間について、令和6年5月1日から次のとおり変更します。

○午前7時30分～午前11時30分
←
●午前7時30分～午前11時

なお、受付時間以外は緊急性がある場合を除き対応出来ませんのでご承知おきください。

※詳しくはお問い合わせください。

④市立病院TEL22-4311

福祉

所得超過のため児童手当を受給していない方へ

所得上限限度額超過により児童手当を受給していない方で、令和5年中の所得が減少したことにより支給要件に該当する場合は、児童手当の受給のために改めて申請が必要になります。

詳しくは市公式ホームページ(児童手当制度)をご確認ください。

④子育て応援課TEL28-8025

福祉団体への助成について

福祉のまちづくり活動に取り組む団体が行う事業に対して、共同募金と本会会費を元に助成金を交付します。対象となる団体・事業には、該当要件がありますのでお問い合わせください。

申請期限 7月31日(水)
助成金額 ①全市民対象事業の場合対象経費(飲食費や賃金などを除く)の範囲内で20万円まで

②①以外は対象経費の4分の3以内で10万円まで



赤十字活動にご協力を

赤十字は世界に広がるネットワークを生かしながら紛争・災害による犠牲者の救援活動を展開しています。赤十字の活動を支えるため、社員(会員または協力会員)を募集します。

皆さんのご協力をよろしくお願います。

④日本赤十字社滝川市地区TEL24-8640