

広報 たきかわ

Takikawa city newsletter

8

特集 公園へ行こう！

2021
No.1,728





特集 公園へ行こう！



① 滝川西公園



広いエリアで思いっきり走ることもできれば、遊具がコンパクトに設置されているのでベンチに座りながらお子さんを遊ばせることもできます。晴れた日には堤防の向こうからグライダーの離発着が見えることも。



↑犬のお散歩やランニングをされている方もよく見られます



詳しくはこちら

⑤ 中島せせりぎ公園



広い敷地を使った水路があり、夏の水遊びにおすすめ。休憩にぴったりのあずまややトイレなどの設備も整っている所以安心して遊べます。



↑三方向に滑り台がある複合遊具も設置されています



詳しくはこちら

番外編 民間企業のすてきな公園！

⑦ 木の城ちびっこ公園



↑秋にはさらに広いあそび場がオープン予定！船や天守閣など冒険心を刺激する新作遊具を鋭意制作中とのことです！

建設業者ならではのアイデアあふれる手作りの楽しい遊具が盛りだくさん。うさぎと触れ合えるコーナーも人気です。隣接する無料私設美術館「暮らしの文化館」でゆっくり休憩することもできます。

問合先：木の城しんせつ Tel 0125-26-5096



- おすすめ！ピックアップ公園…面積が広く遊具等が充実した公園で地図の左右でご紹介しています。場所や設備など詳しい情報は二次元コードよりご覧ください。
- 📍 行ってみよう！身近な公園…1～8の公園についてはページ下部で写真を掲載しています。9と10の公園はP5「きれいな公園を守る人たち」で紹介しています。皆さんのうちの近くにはどんな公園がありますか？
- 地域のための公園（街区公園など）…皆

① 北電公園



大小の複合遊具があり、就学前から小学校高学年まで幅広い年齢層のお子さんにおすすめ！広い敷地内はウォーキングコースとしても人気です。冬はチューブ滑りや歩くスキーなども楽しめます。
※冬季の利用については滝川市スポーツ協会へお問い合わせください。



詳しくはこちら



↑坂を利用した「プレイスロープ」が大人気

② 一の坂西公園



子育て支援センターに隣接し、さまざまな設備が整っているため小さいお子さんとも安心して遊びに行くことができる公園です。夏場は水遊びも！昨年「ロックスター」という新しいクライミング遊具も増えました。



詳しくはこちら



↑長い滑り台は大人もスリル満点！

③ 文化公園



幅広い年齢が遊ぶことのできる複合遊具があります。こども科学館や中央児童センターなど親子で楽しめる施設が近いこともポイント！広大な芝生の広場ではピクニックやボール遊びも楽しめます。



詳しくはこちら



↑展示されている本物の機関車に乗り物好きも大満足



③ 広報たきかわ 2021-08



2021-08 広報たきかわ ②



西町フレンド公園を管理している
西町1区町内会の皆さん



詳しくはこちら



近所の子どもたちはもちろん、近くの認定保育所の子どもたちがお散歩に来たり、下校中の中高生の憩いの場になっていたり、幅広い年齢層の利用者が比較的大きく遊びにきてくれている公園です。町内会では担当を決め、月1回ペースのスケジューリングを組んで、草刈りやごみ拾いなどの清掃活動を行っています。草刈りの道具などは、市土木課からお借りするほか、地域の施設も協力してくれているので助かっています。日頃から見るようにしています。が、最近では捨てられるごみが少なくなってきたように思います。大切に使う習慣を持ってもらえて、利用する人にもきれいに使う習慣を持ってもらえていると考えると整備のしがいを感じますね。

今後市では公園の再編なども考えていると聞いており、これから子どもも少なくなっていく中、この公園の役割がどうなっていくのか不安な部分はありませんが、遊びにきてくれる子どもたちに、けがなく楽しく過ごしてもらいたいことが何よりなので、できることを続けていきたいと思っています。

きれいな公園を守る人たち

皆さんの身近にある公園。特に街なかや住宅街の中などにある「街区公園」は、市内に46か所あり、そのほとんどは町内会や地域の方などの手で管理され、きれいで使いやすい状態が保たれています。きれいな公園を守るために活躍されている皆さんの話を伺いました。



江戸乙とん田公園を管理している
江戸乙南1の3町内会の皆さん



詳しくはこちら



江戸乙とん田公園は、屯田兵の練兵場だった場所にあり、戦場に赴く兵士たちの思いが込められた「決死之標」が建てられている歴史ある公園です。公園のシンボルとなっているにれの木も、現在は二代目ではありますが、由緒ある有名な木です。もともとは屯田兵の子孫の皆さんで管理されていましたが、平成21年からは町内会で管理を行っています。園内には、歴史について紹介されたインフォメーションボードがあるので、お立ち寄りの際はぜひご覧になってみてください。

町内会では市のクリーンデーに合せて、草刈りやごみ拾いを行っているほか、日頃からの見回りもこまめに行っています。草刈りなどには地域の皆さんも積極的に参加してくれるのでありがたいですね。草刈りのあとにみんなでお茶を飲む時間も集いの場として大切にしています。

この地域には子どもが少なくなってきたおり、公園の利用者も減っていますが、子どもの声が聞こえることややっぱりうれしいですね。せっかくの公園なので、ぜひたくさんの方に利用してもらいたいと思います。

憩いの場所を
未来につなげる

使いやすいきれいな公園は、目に見えない所でたくさんの方が思いをもつて手をかけてくれています。整備されていて当たり前と思いますが、小さな公園一つとっても、きちんと維持・管理をし続けるということはとても大変なことです。当然のことですが、捨てたごみは勝手に片づきませんし、伸びた雑草が自然と無くなることはありません。手をかけていただいている方への感謝を忘れずに、みんなできれいに、みんなで大事に使うことが大切です。

今回の特集を読んで「自分の家の近くの公園はあまり整備されていない」と感じる方もいらっしゃるかもしれません。住民に愛され多くの方に利用されている公園がある一方、管理しきれいない公園や利用者が少ない公園があることも事実です。子どもの減少と同時に、管理できる人や整備し続けるための予算が少なくなってきた中、どのようにすれば笑い声あふれる憩いの場所・公園を未来につなげることができるのか、今こそ私たち一人ひとりが考えるときなのかもしれません。

【特集】公園へ行こう！おわり

公園

Q & A

マナーを守って安全・楽しいみんなの公園

Q 遊具の破損や、公園内で危険な箇所を見つけました。

A お気付きの際はご連絡ください。現地を確認・調査します。場合によっては使用禁止等の措置をとることもあります。

Q これしても大丈夫？

花火…近所の方や他の方の迷惑にならないように手持ち花火をすることは可能ですが、ロケット花火や打上げ花火、爆竹など周囲や他の人に危険を及ぼすものは使用できません。また、ごみは必ずお持ち帰りください。なお、基本的に公園内でたき火をすることはできませんが、池の前水上公園の「滝川キャンプサイト 北のたまゆら まるごとそらち」ではたき火が可能となっています。（利用料金等詳しくは施設へお問い合わせください）

バーベキュー…公園内でバーベキューを行う際は事前に使用申請が必要です。近隣の状況や公園の規模、開催規模をもって可否を判断しますので、事前にお問い合わせください。
※現在は新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から、公園内での飲食を伴う宴会等の自粛をお願いしています。

Q カラスが攻撃的で危ない！
対策はどうなっているの？

A 子育て期のカラスは気が立っており、人を攻撃してくることもあります。鳥獣保護管理法により駆除することはできません。危険な場合は注意を呼びかける看板を設置していますので、カラスを刺激しないよう気を付けてください。

Q ごみはどこに捨てたらいいの？昔はごみかごがあった気がするんだけど…

A 現在滝川市の公園ではごみかごを設置していません。ごみは各自で持ち帰りましょう。

マナーを守らないのはだれ？

最近、お酒の空き缶やたばこのごみなど、大人が捨てたと思われるごみが目立つようです。子どもたちのお手本になれるよう、きちんとマナーを守るようにしましょう。また、ひとつでもごみが捨ててみると、「誰かがもう捨てているから自分もいいや」と、あとからあとから捨てる人が出てきます。最初の1人にならないよう、そして続く2人目3人目にならないよう、一人ひとりの心がけで、きれいな環境を守りましょう。

Q 公園を使うために申請が必要になるのはどんなとき？

A 公園内でイベントを開催したり、物を設置したりするときは、事前に申請して許可を受ける必要があります。なお、イベントの内容によっては、実施できなかったり、占用料がかかったりする場合もあるので企画するときは、事前に確認してください。それ以外にも、遠足や見学会などの行事や団体で公園を利用する際も、事前にご連絡と届け出をお願いします。

滝川市内の公園について
申請・通報・お問い合わせは
土木課（Tel 28-8037）へ

連動企画 見たいな！あなたの公園フォト ～公園に遊びに行って“広報表紙風”画像をゲットしよう！～

あなたが撮影した公園での一コマを“広報たきかわの表紙風”にしてプレゼントします！
楽しく遊ぶお子さんの笑顔はもちろん、大人の方や可愛いペット、植物や風景などの写真も大歓迎です。

応募方法 今回写真付きで紹介した16か所の公園内に貼られているキーワードを市公式LINEに送信すると写真応募フォームのURLが返ってきます。
※表紙風画像はデータで返信します。
印刷物をお送りするものではありません。

期 間 10月1日まで



ヒントは「公園の名前」
探してみよう！

8月おしらせ

掲載されている各事業については、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮して実施します。また、中止、変更となる場合もありますので、詳しくは各問合先へご確認ください。

人口 39,029人 (▲30人)
男 18,609人
女 20,420人
世帯数 21,308世帯
(令和3年6月30日現在)

募集



市民文化祭の出展作品

10月開催予定の市民文化祭(展示部門)へ出展いただける作品を募集します。

募集内容 絵画、写真、手芸、陶器、書道、文芸などの作品 ※1人1点。

出展料 無料

申込期間 8月2日(月)～31日(火)
申込方法 社会教育課(市役所7階)に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえお申し込みください。

※作品の搬入・搬出および展示は各自で行っていただきます。また、作品の搬入、搬出日については、後日連絡します。

☎社会教育課Tel 28-8046

北海道障害者

職業能力開発校訓練生

対象者 障がいをお持ちの求職者

者

訓練科目 建築・デザイン科

願書受付期限 8月20日(金)

試験日 9月10日(金)

試験会場 北海道障害者職業能力開発校(砂川市)

試験内容 数学、国語、面接

※詳しくはハローワーク滝川(Tel 22-3416)または北海道障害者職業能力開発校(Tel 52-2774)までお問い合わせください。

☎福祉課Tel 28-8022

講座・催し

普通救命講習

日時 9月19日(日) 13時～16時

場所 消防本部

内容 心肺蘇生法(AEDの使用法を含む)

定員 10人

申込方法 電話でお申し込みください。

※講習修了者には「普通救命講習修了証」を交付します。

習修了証」を交付します。

☎滝川消防署警防課Tel 74-4823

美術自然史館の催し

◆2021年奥家秀岳書道展

日時 8月3日(火)～9日(月) 10時～17時(入場は16時30分まで)

※最終日は16時まで
場所 美術自然史館 2階ギャラリー

内容 奥家秀岳さんの作品41点とその創作に影響を与えた恩師の方々の作品を展示します。

入場料 無料

◆ワークショップ「むかしのあそび」

日時 8月14日(土) 10時30分～15時

※時間内に随時行います。

場所 美術自然史館 ロビー

内容 ゴムでつぼうやあやとりなど、昔の遊びを楽しめます。

参加料 無料

◆裸婦デッサン会

申込方法 問合先へ電話でお申し込みください(要予約)。

◆土曜日開放

開放時間内の好きな時間にきて遊ぶことができます。

日時 ①8月7日(土)、21日(土)
②8月14日(土)、28日(土) 各日9時～16時

場所 ①一の坂地域子育て支援センター ②花月地域子育て支援センター

援センター

③地域訪問「みんなあつまれ」

楽器で楽しく遊びましょう。
日時 8月18日(水) 9時45分～11時30分

場所 教育支援センター

④子育て講座「ヨガ教室」

インド式ヨガを体験します。

図書館 出会いといのちの森より

■8月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	⑤	6	7
8	⑨	10	11	⑫	13	14
15	16	17	18	⑬	20	21
22	23	24	25	⑭	27	28
29	30	31				

※休館日が変更となる場合があります。HP等でご確認ください。
○=休館日
★=えほんのおはなし会 あかちゃんといっしょ (11時～11時30分)



今月の おすすめ本



8月18日は高校野球記念日

一般書『あゝ夏のおはなし』

早見 和真 著/新潮社

2020年、新型コロナウイルス感染症拡大により選抜に続いて夏の甲子園も中止。夢を奪われた強豪校の球児と指導者は何を思い、どう行動したのか。未曾有の試練に直面した人々に迫るノンフィクション。

児童書『ぼくだけのファインプレー』

あさの あつこ 著/講談社

スポーツの楽しさや喜びを、お話を読んで感じてみよう！小学4年生の球児は野球チームのスーパースター。将来は野球選手になってほしいと期待されているけれど、実は誰にも秘密の夢があって…。

今月の展示

幸運、引き寄せてみる？



『星ひとみの天星術』

星 ひとみ 著/幻冬舎

開運行動は？気になるあの人との相性は？中国に古くから伝わる東洋占星術をベースに、統計学や人間科学、心理的要素などを取り入れて作り上げた、星ひとみオリジナルの鑑定方法「天星術」の全てがわかる開運BOOK。

※お読みになりたい図書がありましたら、リクエストしてください。掲載以外にも入荷本がありますので、市立図書館公式ホームページをご覧ください。

問合先 市立図書館 Tel 22-4646

有料広告

広告

有料広告

広告

市立病院のお仕事体験会

◆看護助手のお仕事体験・見学会

「どんな仕事をするのかわからないから働くのが不安」「働く機会が欲しい」という方を対象に、お仕事体験・見学会を開催します。

日時 8月26日(木)、9月16日(木) 9時～12時30分

対象 介護福祉士の資格をお持ちの方、看護助手として就業をお考えの方

◆看護師のための職場体験・見学会

市立病院など市内で看護師として働きたいと考えている方を対象に、職場体験・見学会を通して就業支援をします。「最近の医療・看護の現場を知りたい」「就業に向けて不安がある」「復職を考える機会が欲しい」など要望に沿った支援を行います。

日時 8月27日(金)、9月24日(金) 9時～12時30分

【共通事項】

場所 市立病院
申込方法 電話でお申し込みください。

1日体験入学
滝西オーブンスクール

中学生の進路選択の一助とし

滝川市スポーツ協会TEL23―4617

健康運動教室(ストレッチポール・楽しくストレッチ・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
①ストレッチポール	8月6日(金) 13日(金) 20日(金) 27日(金)	10時30分～11時10分
②ストレッチポール 自重トレーニング	8月7日(土) 28日(土)	10時30分～11時30分
③楽しくストレッチーズ	8月4日(水) 21日(土) 25日(水)	
④シニア元気体操	8月10日(水) 26日(木)	

場所 滝川市スポーツセンター第1体育館 会議室
対象 ①～③18歳以上 ④60歳以上
定員 各回10人
受講料(1回当たり) ①300円 ②～④500円

て、滝川西高等学校の説明や体験授業などを実施します。

日時 8月21日(土) 9時20分～12時50分
対象 中学3年生
※参加希望者は各中学校で取りまとめます。

滝川西高等学校TEL24―7341

一般住民講座

講座名 初心者のためのワード2019
日程 9月28日(火)～10月28日(木) (火・木曜日/10日間)
時間 18時30分～20時
場所 スキルアップセンター空知

知

対象 文字入力・マウス操作ができる方

定員 12人(6人未満は中止)
受講料 13,500円

申込期限 9月14日(火)

申込方法 電話でお申し込みください(平日9時～17時30分)。

スキルアップセンター空知TEL24―1880

楽器リズムあそび

日時 8月23日(月) 11時～12時
場所 街なかひろば「く・る・る」
内容 音の出る簡単な楽器を作ります。音楽に合わせて楽器を鳴らしてみよう。

生活



空知太墓地の

車両通行止めについて

次の期間中、墓地内の一部道路は混雑が予想されるため、車両の通行止めを行います。ご理解とご協力をお願いします。

期間 8月7日(土)～16日(月)

滝川市スポーツ協会TEL23―4617

お墓参りの供物は お持ち帰りください

供物を放置しておくとかラスなどが食べ散らかし、周りに迷惑をかけるだけでなく、お墓の汚れや悪臭の原因にもなりますので、必ずお持ち帰りください。

滝くらし支援課TEL28―8013

マイナポイントの予約・申込期限が近づいています

マイナンバーカードを、令和3年4月末日までに申請した方

対象 就学前の幼児と保護者
定員 5組

料金 子ども1人 200円
受付開始 8月5日(木) 10時

申込方法 電話でお申し込みください。

街なかひろば「く・る・る」TEL23―0966



北海道

排水設備責任技術者試験

市では、排水設備工事店の資格要件に排水設備責任技術者制度を導入しています。

新規に資格の取得を希望される方の全道統一試験(北海道排水設備責任技術者試験)を次のとおり実施します。

試験日 10月25日(月) 13時30分

場所 ホテルライフオート札幌

手数料 7,000円(合格者は、資格認定証の発行手数料として別途2,000円必要)

受付期間 8月19日(木)～30日(月)

申込方法 土木課(市役所4階)



※詳しくはお問い合わせください。

滝川市課マイナンバーカード交付円滑化推進室TEL28―8014

国民年金保険料免除等の臨時特例手続きについて

新型コロナウイルス感染症の影響により、失業や事業の休廃止に至らない場合でも、所得が急減し、失業等に準じる場合は、国民年金保険料の免除等(全額免除・納付猶予・一部免除・学生納付特例)の申請ができます。

対象 次の両方の条件を満たす方

○令和2年2月以降に新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方

○収入の減少により国民年金保険料の免除等の基準適用相当までの所得低下が見込まれている方

に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえお申し込みください。

※詳しくはお問い合わせください。

滝川土木課TEL28―8035

新型コロナウイルス感染症にかかるとのイベントの開催中止について

次のイベントは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止となりました。

イベントを楽しみにされていた皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解をいただきますようお願いいたします。

○リサイクルフェア

滝くらし支援課TEL24―8013

○古本もつてけ祭

滝市立図書館TEL22―4646

○そらちワイン×ワインFest 2021

滝たきかわ観光協会TEL23―0030、観光国際課TEL28―8031

スポーツ



滝の川市民プールクローズ

滝の川市民プールは8月31日(火)で今年度の営業を終了します。※天候(気温)により、変更する場合があります。

申請方法 市役所窓口へ備え付けの次の①および②の書類に必要事項を記入のうえ、保険医療課(市役所1階)4番窓口へ提出してください。

①国民年金保険料免除・納付猶予申請書または国民年金保険料学生納付特例申請書

②簡易な所得見込額の申立書(臨時特例用)

臨時特例の免除適用期間

○令和3年度分 令和3年7月～令和4年6月(※令和3年4月～令和4年3月)

○令和2年度分 令和2年7月～令和3年6月(※令和2年4月～令和3年3月)

※学生納付特例申請の場合

滝川保険医療課TEL28―8016、砂川年金事務所(国民年金課)28―9002

福祉



児童扶養手当の現況届

児童扶養手当を受給している方は、受付期間中に「現況届」を提出してください。

この届け出を忘れると、11月分以降の手当を受けることができなくなりますのでご注意ください。

受付期間 8月6日(金)～31日(火) 滝子育て応援課TEL28―8025

有料広告

広告

有料広告

広告

介護者サロン

介護者の心身のリフレッシュや悩みの軽減を目的に、介護者同士が交流したり、介護に関する知識を共有したりする場です。

日時 8月31日(火) 13時30分～14時30分

場所 三世代交流センター

内容 茶話会、ミニレクリエーション

※託老・送迎あり。

対象 認知症等の家族を介護している方、介護に悩んでいる方、家族が認知症ではないかと悩んでいる方

料金 200円(お茶・お菓子代)

申込期限 8月20日(金)

申込方法 窓口または電話でお申し込みください。

関 介護福祉課 地域包括支援センター | Tel 28—8029

上下水道料金の軽減

次に該当する方は、申請により上下水道料金が軽減されます。

なお、市税が未納の方は軽減を受けることができませんので、未納がないことをご確認ください。

- ①生活保護世帯
- ②70歳以上の単身者で、令和3年度の市民税が非課税の方
- ③母子および父子ならびに寡婦

福祉法による母子家庭または父子家庭で、次のア～エのいずれかに該当する子を扶養している令和3年度の市民税が非課税または均等割のみ課税の世帯

ア 満20歳未満の子

イ 身体障害者手帳1級または2級の交付を受けている子

ウ 療育手帳A判定の交付を受けている子

エ 精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている子

申請先 ②介護福祉課(市役所1階)9番窓口、③子育て応援課(保健センター内)

※①の世帯は申請不要です。

※②、③に該当する方は印鑑をお持ちのうえ申請してください。

※江部乙支所でも申請できます。

関 介護福祉課 | Tel 28—8028

子育て応援課 | Tel 28—8025

献血にご協力を

お願いします

日時・場所 8月14日(土)、15日(日) 各日9時30分～16時30分 | イオン滝川店(東町)

関 福祉課 | Tel 28—8024

特別児童扶養手当の現況届

特別児童扶養手当を受給している方は、受付期間中に「現況届」を提出してください。

この届け出を忘れると、9月

に支給される8月分の手当から受けることができなくなりますのでご注意ください。

受付期間 8月12日(木)～31日(火)

関 福祉課 | Tel 28—8022

重度障がい者(児)のための手当支給

重度障がい者(児)に対し、生活の負担軽減を図るために次の手当が支給されます。

【特別障害者手当】

支給要件 日常生活で常時特別な介護を必要とする程度の障がいを持つ20歳以上の在宅の方

支給額 月額27,350円(年4回支給)

【障害児福祉手当】

支給要件 日常生活で常時介護を必要とする程度の障がいを持つ20歳未満の児童

支給額 月額14,880円(年4回支給)

【共通事項】

- 障がいの程度による認定の基準があります。また、次の場合は支給されません。
- ①施設に入所している方
 - ②病院などに継続して3か月以上入院している方(特別障害者手当のみ)
 - ③本人およびその配偶者、扶養義務者の前年の所得が制限を超える場合

※詳しくは、障害者手帳または療育手帳をお持ちのうえ福祉課(市役所1階)11番窓口までご相談ください。

関 福祉課 | Tel 28—8022

里親制度をご存知ですか？

里親とは、親の病気や離婚などさまざまな事情により、家庭で暮らせなくなつた児童を自分の家庭に迎え入れ、愛情とまごころを込めて養育してくださる方のことで、児童福祉法に定められている公的制度です。

家庭のぬくもりを求めている子どもたちのために里親になりませんか。里親制度について詳しく知りたい方、里親を希望される方は、お近くの児童相談所で説明します。

関 北海道岩見沢児童相談所 | Tel 0126—22—11119

健康



料理教室

◆料理づくりのついで

日時 8月27日(金) 10時30分～12時

内容 免疫の強化や夏バテ対策に役立つ成分が豊富な、オクラや納豆などの「ネバネバ食材」を使った料理を作ります。

対象 65歳以上の市民

申込期限 8月25日(水)

◆大人のための健康ごはん教室

日時 9月11日(土) 10時30分～12時

内容 健康のために食事に気をつけたい方やレパートリーを増やしたい方など気軽にご参加いただける料理教室です。今回はカルシウム豊富でカロリーを抑えた「ヘルシーワンプレート骨太ごはん」を作ります。

対象 市民の方

申込期限 9月8日(水)

【共通事項】

場所 まちづくりセンター

定員 9人

参加料 300円

持ち物 マスク、エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具

申込方法 保健センター窓口または電話でお申し込みください。

関 健康づくり課 | Tel 24—5256

よくわかる！

健診結果説明会

健診結果を確認し一人ひとりにあった生活習慣改善のポイントを分かりやすく説明します。

日時 8月25日(水)、26日(木) ①9時15分～11時 ②13時～14時45分

場所 保健センター

内容 健診結果の説明や歯科・栄養についてのアドバイスをし

ます。

対象 40～74歳の国民健康保険加入者で特定健診を受診した方、後期高齢者医療制度加入者で後期高齢者健診を受診した方

持ち物 健診結果、筆記用具

※みそ汁やスープをお持ちいただくと塩分濃度測定ができます。

申込期限 8月20日(金)

申込方法 保健センター窓口またはお電話でお申し込みください。

関 保健センター | Tel 24—5256

ワクチン接種証明書の発行について

海外渡航のために新型コロナウイルススワクチンの接種証明が必要な方へ証明書を発行します。

対象 接種時に市民であった方

必要書類 保健センターで交付する申請書、旅券(写し可)、接種券(ない場合は住所の記載された本人確認書類)、接種済証など接種を確認できる書類、委任状(代理人請求の場合)

申請先 保健センター

関 健康づくり課 | Tel 24—5256

歯周病歯科検診

日時 9月1日(水) 13時～14時

場所 保健センター

内容 歯科医師による歯科検診、歯科相談、歯周ポケット測定、歯科衛生士による歯磨き指導、

唾液検査、75歳以上の方には舌や飲み込みなどの機能検査

※使用する歯ブラシ、フロス、歯間ブラシ等は差しあげます。

対象 成人の方(特に40歳、50歳、60歳、70歳の節目の年齢の方)

申込期限 520円(歯ブラシ代を含む)

申込方法 完全予約制で行いますので、必ず前日までに窓口または電話でお申し込みください。

関 健康づくり課 | Tel 24—5256

健康運動指導士が教える「生涯げんき教室」

健康を運動面からサポートする健康運動指導士から、自宅でできる運動について目的や具体的な方法を学びます。

日時 9月17日～12月3日(毎週金曜日／全12回) 10時20分～11時50分

場所 滝川スポーツクラブ「サント」

内容 いすに座って行う体操やストレッチポールで姿勢を整える運動、後半3～4回は水中ウォーキングか屋外ウォーキングのどちらかを選択

対象 65歳以上の方

定員 10人

参加料 1,000円(12回分)

申込期限 9月5日(日)

申込方法 滝川スポーツクラブ

その他の

滝川市平和祈念市民の集い

8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。

滝川市では毎年「平和祈念市民の集い」として平和公園にて不戦を誓い恒久平和を願って黙とうと献花を行っています。

今年は新型コロナウイルス感染予防のため、一般の皆さんのご参加を自粛いただき開催時間を短縮するなど、規模を縮小して実施することとしました。

つきましては、このたびの状況をご理解いただき、一般の皆さんにはご自宅で黙とうをささげていただくなど、それぞれに応じたご参加をよろしく願います。

関 福祉課 | Tel 28—8024

子どもの人権110番 強化週間

8月27日(金)から9月2日(木)まで

有料広告

広告

では、全国一斉「子どもの人権110番強化週間」です。

いじめ、虐待、インターネットを悪用したプライバシー侵害など、子どもの人権に関する悩み事や心配事について、法務局職員や人権擁護委員が電話相談時間を延長して対応し、解決に導きます。

相談用電話番号 0120—007—110(子どもの人権110番・通話料無料)

強化週間中の相談時間 8時30分～19時(8月28日(土)、29日(日)は10時～17時)

※相談無料、秘密厳守。

関 札幌法務局滝川支局 | Tel 23—2330

外国人アンケートにご協力ください

「日本語教室」の開催に向けて、滝川市での生活で困っていることや、コミュニケーション上のサポートなどについてのニーズ調査を実施しています。

対象 滝川市に居住している外国人

受付期限 9月6日(月)

回答方法 電話で質問事項をお伺いします。問合先へお電話ください。

関 滝川国際交流協会 | Tel 74—8580、観光国際課 | Tel 28—8031

郷土館無料開館

8月15日の終戦記念日は、「平和祈念市民の集い」開催に伴い、郷土館を無料開館します。

開館時間 12時～16時

☎美術自然史館Tel23-0502

8月は「北方領土返還要求運動強調月間」です

令和2年度北方領土に関する標語・キャッチコピー最優秀賞「絶やすまい 返還つなぐ 強い声」

択捉島、国後島、色丹島、歯舞諸島からなる北方領土は日本固有の領土です。

ロシアとの相互理解を深め、四島一括返還の実現に向けて粘り強く運動を続けましょう。

☎総務課Tel23-1234

北方領土返還のシンボルの花「千島桜」



個人事業税の納期限・納税相談について

○個人事業税の納期限

8月31日(火)は、個人事業税(第1期)の納期限です。対象者に

は8月10日(火)に納税通知書を送付します。

・納期限は、8月(第1期)、11月(第2期)の2期に分かれています。

※年額が1万円以下の場合、8月(第1期)のみ

・年の途中で事業を辞めた方の納期限については、別に指定します。

○個人事業税の納税相談

新型コロナウイルス感染症の影響により、一時的に納めることができない場合は、納税が猶予される制度がありますので、ご相談ください。

☎空知総合振興局納税課Tel0126-20-0055(直通)

今月納期の税・料金

市・道民税(2期分)

国民健康保険税(3期分)

介護保険料(3期分)

後期高齢者医療保険料(3期分)

☎税務課Tel28-8021



みんなの*伝言板

※掲載希望者は、毎月8日(必着)までに、はがき・FAXで企画課まで送付ください。

FAX 22-7008

◎募集しています

▶筆ペン習字 水彩画&絵手紙サークル「葉月会」 ㊟火・土曜日 13時～15時 ㊤幸町地区コミュニティセンター ㊦仲間と一緒に楽しく勉強しながら、心静かに癒やされる2時間を楽しみましょう。脳トレーニングや習字添削もします。㊦月額3,000円 ㊦詠山(えいざん)Tel090-4871-5388 ※初心者大歓迎。用具無料貸し出しあり。

▶健康ストレッチ・ヨガ ㊟土曜日(月3回) 10時30分～12時 ㊤街なかひろば「く・る・る」 ㊦準備運動に気功体操の「五環養生操」を取り入れています。夏本番に備え、気持ちよく、汗をかける体づくりをしましょう。㊦入会金3,000円、月額3,000円(会場費別途必要) ㊦渋谷Tel090-5985-5260 ※体験無料。

▶着物着付教室 ㊟水曜日(月2回) 14時～16時 ㊤緑地区コミュニティセンター ㊦月額2,000円 ㊦本間Tel24-5587

◎催し物のご案内

■子育てサロン「ありす」 ㊟8月20日(金) 10時～12時 ㊦5歳未満の子どもとその家族 ㊦あそびテーマ「シャボン玉を楽しもう」 ㊦1家庭100円(保険料) ㊤國學院大學北海道短期大学部Tel23-4111 ※申込期限＝8月19日(木)15時(先着30人)。

■認知症の人と共に歩む家族の会 あけぼの会ひだまりサロン(一日託老) ㊟①8月20日(金) ②9月3日(金) 各日10時～15時 ㊤本町地区コミュニティセンター ㊦①公園散歩、レクゲームなど ②脳トレーニング、あしづみラダー運動など ㊦昼食代500円 ㊦事務局・鈴木Tel090-3779-9223

■第19回滝川文学作品展(「滝川文学」創刊55周年記念) ㊟8月23日(月)～30日(月) ㊤市役所1階 市民ロビー ㊦会員の短歌、俳句、川柳、詩などの作品を展示します。 ㊦滝川市文学懇話会・深田Tel22-2325 ※入会者募集中。

■8月「駅カフェ」 ㊟8月8日(日) 11時～14時 ㊤J R江部乙駅 ㊦ベルクさんの駅カフェ特製パンのほか、ドリップコーヒーや各種ラテを販売。11時30分＝「ゆうべおっと」を國學院短大生が朗読します。12時30分＝「たきかわ車人形ひろみ座」の皆さんの活動紹介、車人形の実演。車に載った人形を操る絶妙な技を堪能してください。 ㊦江部乙まちコミ隊女子部・曾我部Tel090-9088-6284、窪之内Tel090-8274-4248 ※マスク着用のうえご参加ください。

■空き家対策無料個別相談会 ㊟8月28日(土) ①10時30分～11時30分 ②12時～13時 ③13時30分～14時30分 ④15時～16時(各時間枠1組、要予約) ㊤まちづくりセンター ㊦気になる空き家の対策を考えてみませんか。市外にある空き家や古家についてもお気軽にご相談ください。 ㊦空き家・古家とりくみ隊Tel011-838-8611 (<https://www.AkiyaHokkaido.com>) ※持ち物＝ご相談物件の写真や図面など。

新型コロナウイルスの感染状況等により、中止または延期となる場合がありますので、詳しくは各問合先へご確認ください。

合同墓の申込受付を開始します

8月2日(月)より滝川市合同墓の申込受付を開始します。



* 合同墓の場所

滝川市北滝の川 滝の川墓地内

* 使用することができる方

次のいずれかに該当する場合に合同墓を使用することができます。

- ①申請者が滝川市に住所を有している方で、滝川市の一般墓地を使用しておらず親族の焼骨を管理されている場合
 - ②申請者が滝川市に住所を有していない方で、滝川市の一般墓地を使用しておらず滝川市に住んでいたことがある親族の焼骨を管理されている場合
 - ③申請者が滝川市の一般墓地を使用している方で、焼骨のすべてを合同墓に改葬し一般墓地の区画を返還する場合
- ※生前予約はできません。

* 使用料

焼骨 1 体につき26,000円

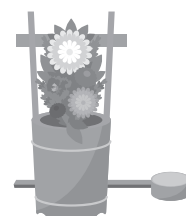
* 申込受付

受付場所 市役所 くらし支援課環境衛生係（3階5番窓口）

受付時間 9時～17時（市役所開庁日のみ）

* 申し込み時に必要なもの

- ・合同墓使用許可申請書
 - ・印鑑（ゴム印やスタンプ印は不可）
 - ・申請者の住民票（本籍の記載があるもの）
 - ・火葬許可証、改葬許可証、収蔵証明書のいずれか
- ※必要書類は申込者ごとに異なりますので、事前にお問い合わせください。



* 埋蔵について

予約制です。

9月1日から11月30日までの毎週金曜日で1日最大6組（9、10、11、13、14、15時）

※令和4年度からは5月1日から11月30日までの毎週金曜日

* 注意事項

- ・係員が立ち会いますが、埋蔵は申請者などご自身で行っていただきます。
- ・滝川市合同墓は、骨つばから焼骨のみを出して納めるため、一度納めた焼骨は取り出すことができません。親族などとよくご相談のうえでお申し込みください。
- ・供物台、献花台はありますが、供物や献花は埋蔵後にお持ち帰りください。
- ・焼骨以外の副葬品は埋蔵できません。
- ・市では宗教的な儀式や供養は行いませんが、個人的に行う場合は周りに配慮して行ってください。
- ・骨つば等の処分はご自身で行ってください。

特定健診・がん検診を受診しましょう

▶秋期検診（保健センターに検診車が来ます）

日時	健（検）診の種類	対象者	料金（市国保）	料金（その他の保険・後期高齢者）
10月15日(金)～18日(月) 6時30分～11時 （感染症予防対策のため 受付時間は15分刻み） 申込締切 9月10日(金)	特定健診	40～74歳	無 料 特定健診受診券が必要	加入している保険者に ご確認ください
	20～30代健診	20～39歳	1,500円	3,300円
	後期高齢者健診	75歳以上	無 料	
	肺がん検診	40歳以上	500円	800円
	大腸がん検診		1,000円	1,600円
	胃がん検診			2,700円
※定員になり次第締め切り	エキノコックス検査	小学3年生以上 (5年に1回)	1,330円	

※そのほか、オプション検査でピロリ菌検査（胃がん検診と併用）、前立腺がん検診、肝炎検査が受けられます。

▶バスツアー検診（旭川がん検診センターまで無料送迎バスが出ます）

日 時	9月28日(火) ※7時30分保健センター出発、13時ごろ帰着予定
場 所	旭川がん検診センター
内 容	特定健診、後期高齢者健診、各種がん検診、その他オプション検査
対象者／定員	40歳以上（1年に1回）／13人
申込方法	保健センター窓口または電話でお申し込みください。

申込締切：9月1日(水)

感染症対策のためバスの
乗車人数を制限しています



※国民健康保険以外の保険証をお持ちの方で特定健診を希望される方は、旭川がん検診センター（Tel.0120-972-489）へ直接予約してください。

問合先 保健センター Tel.24-5256

第6回 滝川市立図書館を使った調べる学習コンクールの作品を募集します!!

◆募集期間

9月1日(水)～29日(水)

◆対象

市内在住または市立図書館
を利用している小学生
※個人でも、複数でも可

◆作品のサイズ・ページ数

[サイズ]

B4サイズまで

[ページ数]

1ページ以上50ページ以内

※折り畳んでB4サイズに
なれば1枚ものでも可



「滝川記者会賞」新設!

今年から新しい賞が加わりました。
ぜひ、ご応募ください!

詳しくはお問い合わせください

◆募集作品

- ①図書館の資料を使って調べものをしてください。
(テーマは自由)
- ②「見る」「聞く」などの体験を取り入れながら、どのように調べていったのか、その結果何がわかったのかをまとめてください。

※調べたときに利用した資料名および図書館名は必ず記載してください。

◆各賞

低・中・高学年の部門に分けて表彰します。

問合先 市立図書館 Tel.22-4646

市職員を募集します

令和4年4月1日採用予定の市職員候補者登録試験を実施します



- 職 種 一般職
- 登録予定人員 若干名
- 受験資格 平成11年4月2日以降に生まれた方で、高等学校を卒業または令和4年3月までに卒業見込みの方
※大学、短期大学、高等専門学校を卒業または令和4年3月までに卒業見込みの方は受験できません。
- 試験 【第1次試験】 日 程： 9月19日(日)
試験内容： 教養試験・性格特性検査・小論文
結果通知： 10月上旬
【第2次試験】 日 程： 10月下旬
試験内容： 面接試験（予定）
結果通知： 10月下旬
- 提出書類 ①市が交付する願書および履歴書
②最終学校の卒業（または見込み）証明書
③最終学校の成績証明書
④郵便はがき1枚（受験者の住所、氏名を記載したもの）
⑤市が交付する「自己PRシート」
- 受験の手續 【受付期限】 8月25日(水) ※郵送の場合は、同日消印有効
【受付時間】 8時30分～17時15分（土・日曜日、祝日は除く）
- 郵送・問合せ 〒073-8686 滝川市大町1丁目2番15号 滝川市総務部総務課職員係（Tel 28-8002）
※詳しくは市公式ホームページ→「職員採用情報」からもご覧いただけます。

「市公式LINEアカウント」
でも情報を配信しています



友だち登録は
こちらから→



滝川市と友だちになった後にこちらのコードを読み込み、入力されたメッセージを送信してください。（配信希望006）



君の力が必要だ！



暑さに負けない体づくり

診療技術部 栄養管理科 吉田 祐華

北海道にも、短い夏がやってきました。疲れが取れない、だるい、食欲がないなど、体に不調がある方はいませんか？もしかしたら、それらは「夏バテ」かもしれません。夏バテは、体温を一定に保とうとする自律神経が暑さにより乱れ、体温調整がうまくできなくなることで生じます。自律神経は、水分・栄養不足や睡眠不足が原因で乱れるとされています。また、暑い日に冷房の効きすぎた部屋に長時間居続けることも、自律神経の乱れにつながるので注意が必要です。

今回は、夏バテを予防するための具体的なポイントを3つに分けてお話しします。

1つ目は、脱水を予防するため、こまめに水分補給をすることです。「のどが渴いた」と感じたときには既に脱水が始まっているため、水分補給はのどが渴く前からこまめにする必要があります。特に高齢の方はのどの渴きを感じにくくなるため、注意が必要です。飲み物は、日常生活では水が麦茶、運動時はスポーツ飲料がおすすめです。コーヒーやジュースは水分の吸収率が低く、またお酒などは水分を体外に排泄してしまうため、水分補給には適していません。

2つ目は、冷たいものを食べすぎず、バランスの良い食事を心がけることです。夏はアイスクリームなど、

冷たいものを食べたくなりますが、冷たいものを食べ過ぎてしまうと、内臓が冷えてしまい、胃腸の働きが低下し、消化吸収不良の原因になります。冷たい料理を食べるときは、温かい料理と組み合わせたり、食後に温かいお茶を飲んだりするなどの工夫をしましょう。また、暑いと食欲が出ず、のどごしのよい素麺などの単品に頼りがちですが、それだけでは十分な栄養をとることができず、疲れやすい体になってしまいます。そのため、夏バテの予防には体にエネルギーを補給する必要があります。例えば、エネルギーを活用するには豚肉や大豆などに多く含まれているビタミンB1が必要になります。魚や卵などに含まれているたんぱく質は、筋肉の疲労回復や持久力アップに欠かせません。柑橘類や酢を使った料理は、クエン酸による疲労回復効果があり、何よりさっぱりして食べやすいので、食欲がわかない方にもおすすめです。

3つ目は、十分な睡眠をとり、疲れをため込まないことです。暑くて寝付けなときは、体が冷えない程度にクーラーや扇風機を活用するようにしましょう。

夏バテは誰にでも起りえますが、予防することができます。十分な食事と休息をして、暑さに負けず元気に過ごしましょう。

8月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30～翌8:30)	歯科休日当番医 (9:00～12:00)	電話番号	住所
1日(日)	市立病院	もじり歯科クリニック	0125-32-1181	赤平市茂尻本町3丁目2
8日(日)	滝川脳神経外科	あむデンタルクリニック歯科口腔外科	0124-27-7313	芦別市北4条東1丁目9番5号
9日(月)	市立病院	舟山歯科医院	0164-23-2255	深川市文光町12-28
15日(日)	滝川脳神経外科	アヒコ歯科医院	0125-24-8711	滝川市一の坂町東3丁目3番9号
22日(日)	市立病院	田中歯科医院	0124-22-8700	芦別市北4条西1丁目1番地16
29日(日)	滝川脳神経外科	中神歯科医院	0164-35-2456	沼田町南1条2丁目5-8

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町2丁目2-34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町1丁目2-5
休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます(8:30～翌8:30)。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル(Tel 22-2299)でお知らせします。

たきかわら版

顔

永井 稜^{りょう}さん(23歳)

日本ボディビル・フィットネス連盟(JBBF)
第50回北海道ボディビル選手権出場

「偶然の出会いが新たな ステージを開いてくれました」

さまざまなトレーニング・マシンを用いて全身の筋肉を徹底的に鍛え、驚異的な筋肉美をつくりあげるボディビル。北海道ボディビル選手権への出場前に永井さんにお話を伺いました。



小学生のころから野球をはじめ、中学時代には空知滝川リトルシニアに所属し、道選抜として台湾でプレーした際には、現在北海道日本ハムファイターズの伊藤大海投手とバッテリーを組んだこともあります。その後、滝川西高等学校では4番を任せられるなど野球に専念し、大学進学後も野球は続けました。3年生の途中からは本格的に筋トレを始めましたが、ボディビルダーを目指すというイメージは持っていませんでした。

ボディビルに興味を持ったのは、昨年就職を機に滝川へ戻ってきてからで、たまたまパーソナルフィットネスジムファクト代表・チーフトレーナーの菅原さんと出会って、ジムをオープンすることとで誘われたのが縁でした。器具の搬入や組み立てと一緒に、そこから毎日の筋トレを始めました。

ただ、そのときは、体重が110kgあったので、ダイエット感覚でやっていたのですが、日に日に体ができてきたことで、選手権に出てみようと思いつきます。それでも今年の1月段階で95kgあったので、朝走り、仕事から帰宅後にトレーニングをし、夜も10km走るといった日々を過ごし、4月以降は食事制限で米を一切食わず、毎日たんぱく質の量やカロリー計算をしながら、鶏肉とプロテインを食べ続けるなどして20kg落としました。おそらく一般の出場者はここまで落とす方はいないと思いますが、自分の場合、急に出場を決めたのでかなり大変でした。

今回、私が出場するJBBFの選手権は、国内の他団体が開催する大会への出場を禁止されているため、道内に限れば年に1回のチャンスです。正直、初めてでただにどうなるかわかりませんが、何でも経験だと思って出場します。もちろん自分なりに努力してきた自負があり、応援してくれている友人もいますので、上位入賞を目指して頑張ります。

8月の各種無料相談日
▼行政相談 16日(月) くらし支援課 Tel 28-8012
▼物忘れ・認知症相談 13日(金) 9時~15時
地域包括支援センター Tel 28-8029(要予約)

8月「みんなのタキカワ」

FMG'Sky (77.9MHz)

毎週金曜日 12時15分~12時30分
(再放送 同日18時~18時15分)

- 6日 広報ひろい読み
- 13日 合同墓の受け付けが始まりました
- 20日 はじめまして! 滝川市役所1年生
- 27日 9月10日は下水道の日

くらし支援課 Tel 28-8013

- ◆譲ります
- ①植木鉢(各種)
 - ②額縁(叙勲用)
 - ③男子学生服(170cm)
 - ④柔道着(170cm)
 - ⑤ひな人形(5段飾り)
 - ⑥剣道防具一式(145cm)
 - ⑦チャイルドシート
 - ⑧灯油用ポリタンク(10個)
 - ⑨シルバークート
 - ⑩学習机(子ども用)
- ◆譲ってください
- ①琴(種類は問いません)
 - ②リヤカー
 - ③じゅうたん(6~8畳)
 - ④そうらつぷち(創刊1号~35号)
 - ⑤江陵中学校ジャージ(上下・L)
 - ⑥江陵中学校ハーフパンツ(0サイズ)
 - ⑦自転車(24インチ/ジュニア用)
 - ⑧バスケットゴール

不用品データバンク

編集後記

◆暑い日は家に籠りゲームをすることが多いです。最近日本中を駆け巡り、物件を買い占めるゲームにハマっていますが全く勝つことができません。やはり天気の良い日は公園で遊ぶのが一番なのかも。

◆ボディビルの永井さんを取材しました。ピークから35kgも落としてあの筋肉はすごい一言です。それに比べて自分は「中年になると痩せにくい」と言いながら夜中にアイスを食べています(汗)。

◆水鉄砲を構えたギャングに囲まれカメヲを必死に守ったり、幼児からやたらと小石をもらいボツケに入れていたのを忘れて大変なことになったりと公園取材は楽しい危険がいっぱい!



「夏だ! 水遊びだ!」
(7月3日/中島せせらぎ公園)

今月の表紙

今月の表紙は特集との連動企画。夏日を記録したこの日は絶好の水遊び日和。みんな思い思いの方法で、ビシヨビシヨになって遊ぶ姿はとっても楽しそう。



取材写真アルバム

市公式Facebookでもまちの出来事や季節の話題をお伝えしています。



▲今年は、4つの庭園で開催された『江部乙オープンガーデン』。バラなどの初夏の花々や、山野草で彩られた美しい空間は、訪れた人々を癒しました（6月27日）



▲水害の歴史やハザードマップの活用方法について学んだほか、クラス対抗で段ボールベッドの組み立て・撤収に挑戦『防災教室』（6月30日／滝川西高等学校）



▲「もしかしたら、僕の手の平より大きいかも…？」地表をザックザック！ホタテ貝などの大きな化石をたくさんゲット！『化石教室』（7月3日／空知川河川敷）



▲江部乙の「ひと・こと・もの」が詰まったみんなの大学『乙なカレッジ』が開学！開学式と、記念講演会が行われました（7月3日／農村環境改善センター）



▲固定電話やテレビなど、実際に陳列されている商品を活用した特殊詐欺防止啓発をスタート「詐欺の被害が1件でも減れば」（7月4日／ケースデンキ滝川店）



みんなの写真館

大好きなたんぽぽの綿毛
近所で撮影しました。大好きな
たんぽぽの綿毛を手に取りとて
もうれしそうにしていました！
（はなちゃん/2021.5/泉町）



「みんなの写真館」のコーナーでは市内で撮影された写真を募集しています！詳しくはこちら↓



「広報たきかわ」をアプリで読めます！

マチイロで検索（iOS・Android 対応）



広報たきかわ
2021年8月号 No.1,728

発行：滝川市 編集：総務部企画課 印刷：(株)須田製版
〒073-8686 北海道滝川市大町1-2-15 TEL：0125-23-1234 FAX：0125-23-5775
E-mail：info@city.takikawa.jp http://www.city.takikawa.hokkaido.jp/

