

広報

とまごまい

とどけます まちの こえ まちの いいとこ

2019
11
vol.1800



とまごま
©2011 苫小牧市

特集Ⅰ
栄誉をたたえて

特集Ⅱ
市職員の給与と人事

クローズアップ 国際交流員
こんにちは!私CIRです!

苫小牧市公式Facebookは
こちらから



電子版の広報とまごまいは
こちらから

苫小牧市公式
ホームページ

苫小牧市役所 検索

広報とまごまい 令和元年11月1日発行 第1800号
※紙面に関するご意見・ご感想は下記まで

編集・発行/苫小牧市総合政策部政策推進室秘書広報課
〒0144-3261 08(直通) ☎0144-321117

広告

広告

広報とまごまいの電子書籍はこちらから。
www.hokkaido-ebooks.jp

Hokkaido ebooks

北海道内のすべてがそろった「電子書籍」ポータルサイト「ホッカイドウイーブックス」

ホッカイドウイーブックス実行委員会(株式会社 須田製版 内) Tel.011-621-1000(代表)



広報とまごまい・広告のご案内

あなたの会社を広報とまごまいでPRしてみませんか?

申し込みは下記の広告代理店へご連絡ください。(金額は税込み)

●5cm×18.5cm (1枠)44,000円 ●13cm×18.5cm (1枠)110,000円

株式会社 北日本広告社 苫小牧支社 ☎0144(36)7751

印刷/榎須田製版

ブレナンさんにインタビュー



Q1 日本で働きたいと思ったきっかけは何ですか？

高校時代、ティマル市の姉妹都市である恵庭市に短期留学をしてから日本に興味を持つようになり、そして高校3年生の時、交換留学で岐阜県下呂市に1年間ホームステイして、学校に通いました。ニュージーランドに帰国してから、カンタベリー大学で日本語と言語学を専攻していたため、言語や翻訳に興味を持っていて、4年生の時には京都大学で研究を行いました。この留学経験によって、日本における国際化と国際交流に興味を持つようになりました。留学した時の日本での生活と日本語を話すことが好きで、日本で人の役に立つ仕事ができればと思いました。

Q2 日本の変わっていると感じる場所は？

- 電話をかけると声が変わる
- どこにでもかわいいキャラクターをつける
- タクシー運転手は白い手袋を着ける
- 電話の相づちが多い
「ええ、ええ、ええ、うん、うん、うん」
- 上座・下座のマナーや名刺交換など…



Q3 苫小牧市の印象

大まかに言いますと、いい印象です。わりと静かな所ですし、便利な店があります。そして、今まで優しい人しか出会っていないので、住みやすいです。近くに豊かな自然があるため、落ち着けます。

Q4 自分はどんな性格？

「のんびり屋」と言われたことがあります。確かにゆっくりとした生活が好きです。偏見がなく、考え方が柔軟ですので、怒ることは少ないです。一言で言うと、優しい性格です。



Q5 人との交流で一番大事だと思うことは？

一般的な会話から表敬訪問、会議に至るまで最も大切なことは「偏見を持たずに聞くこと」です。自分の意見以外の意見が存在することを思いやり、理解できれば、交流はスムーズにできます。これは日常生活においても大切ですが、国際交流においてはさらに大切です。文化、言語、宗教など、多様な考え方があるので、「私はどうしてこんなことを考えているのかな」と考えてみると、相手の意見を理解しやすくなります。偏見を持たなければ、国籍などを問わず、うまく交流できると思います。



Q6 好きな言葉は？（日本語・英語どちらでもOK）

七転び八起き / Empathy / Where there is a will there is a way / なんでもやねん / 人の振り見て我が振り直せ / Go with the flow / 乾杯、Cheers / よっしゃ / 文武両道 / 華金 / 三連休

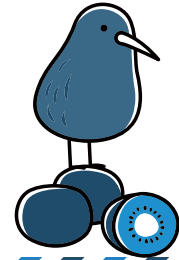
Q7 苫小牧で働くに当たっての抱負をどうぞ！

国際交流員として、苫小牧市にいる外国の方を手伝うこと、日本人の外国人に関する考え方をええ、ウチとソトの間の懸け橋となることが目標です。



こんにちは！
 国際交流員
私がCIRです！

協働・男女平等参画室 TEL(32)6157



今年の8月から、CIR（Coordinator for International Relations：国際交流員）としてガルピン・ブレナンさんが市役所で勤務しています。

CIRとは、JETプログラム*に基づき苫小牧市が海外から招致した外国青年です。市の施策に関するさまざまな国際業務のほか、学校や民間団体などが実施する国際交流事業への協力を行っています。

*JETプログラム：語学指導などを行う外国青年招致事業（The Japan Exchange and Teaching Programme）の略で、外国青年を招致して地方自治体などで任用し、外国語教育の充実と地域の国際交流の推進を図る事業

プロフィール

氏名：Galpin Brennan
 （ガルピン・ブレナン）
 出身：ニュージーランド
 「ティマルで生まれ育って、しばらくクライストチャーチに住んでいました」
 趣味：料理、読書
 特技：極真空手
 好きな食べ物：ピザ、タイカレー、すし

ニュージーランドってどんな国？

日本の南東に位置する、南半球にある島国です。日本からは飛行機で約11時間。一年を通して温暖な気候で、夏（12月～2月）は20℃～25℃、冬（6月～8月）は7℃～12℃ほどです（地域差あり）。
 人口 約495万人。先住民「マオリ」は人口の約15%
 面積 27万534km²（日本の約4分の3）
 観光 テカポ湖の星空保護区、南島の豊かな自然 など
 その他 ラグビーが盛ん
 名産はキウイフルーツ



苫小牧市とネーピア市は姉妹都市盟約を結んでいるよ！

ブレナンさんがあなたの学校や幼稚園、町内会に出張します！
 詳しくは、協働・男女平等参画室（国際交流担当） TEL(32)6157まで！



9月14日(日) / オートリゾート苫小牧アルテン
2019たるまえサンフェスティバル

「2019たるまえサンフェスティバル」がアルテンで開催され、今年も樽前山をバックにパーベキューを楽しむ人たちにぎわっていました。毎年恒例の「鮭のつかみどり」では、子どもたちが水中で大暴れするサケに悪戦苦闘しながらも、一生懸命つかんでいました。

表紙から

- 26 みんなのひろば
緑跨線橋開通に伴うバス路線の一部変更について / 今月の健康インフォメーション / 編集後記 ほか
- 25 市政トピックス
とまこまいマイルミネーションTOMAILLUSQUARE NO.9
- 15 市からのお知らせ
福祉 / 暮らし / 催し / 講座 / スポーツ / 相談 / 募集
- 12 健康ガイド
健康教室 / 健康相談 / 健康NEWS ほか
- 10 カルチャーガイド
おでかけガイド
- 9 市政トピックス
みんなで防ごう高齢者・児童虐待
- 6 特集Ⅱ
市職員の給与と人事
- 4 特集Ⅰ
栄誉をたたえて
- 2 クローズアップ
こんにちは！私がCIR（国際交流員）です！

広報
 とまこまい



栄誉をたたえて



『市政功労者表彰』『自治貢献者表彰』『文化奨励賞受賞者』を紹介します。

詳 秘書広報課 ☎(32)6096
生涯学習課 ☎(32)6752

まちづくりの功績をたたえて

長年にわたり市の発展に尽くされ、活躍が顕著な方の功績をたたえ、表彰を行っています。今年度は市政功労者に1人、自治貢献者に13人を決定しました。



市議会議員や市の執行機関委員を長年務めるなど、市政の発展に尽くされた方の功績をたたえるものです。



市の付属機関の委員や公共団体の役員などを長年務めるなど、地方自治の振興と発展に尽くされた方の功績をたたえるものです。



まき た ひろし
牧田 宏さん
16年の長きにわたり公平委員会委員として公正・中立な人事行政の運営に貢献。



おしもと たけし
押本 武さん
20年の長きにわたりスポーツ推進委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



いとう のぶたか
伊藤 信孝さん
35年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



いしはら ゆきお
石原 幸雄さん
20年の長きにわたり航空機騒音対策協議会委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



やなぎや たけし
柳谷 毅さん
39年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



かわぐち しゅんじ
川口 俊二さん
35年の長きにわたり水難救助員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



にしむら さとし
西村 哲さん
36年の長きにわたり消防団員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



やまぐち たかし
山口 隆司さん
32年の長きにわたり消防団員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



かねもと えいじ
金本 栄二さん
34年の長きにわたり学校歯科医として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



あらや てるひこ
新谷 晃彦さん
29年の長きにわたり学校歯科医として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



にかいどう くみこ
二階堂 久美子さん
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



こがめ いさお
小亀 勲さん
28年の長きにわたり昭和通り商店街振興組合理事長として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



たしろ たつお
田代 龍男さん
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



なかざわ ゆうじろう
中澤 勇次郎さん
20年の長きにわたり民生委員児童委員として従事され、地方自治の振興と発展に貢献。



クラリネット奏者として国内外で高く評価されており、現在、東京に拠点を置く「シエナ・ウインド・オーケストラ」の奏者として活動する傍ら、平成22年から自身が企画・出演する「黒岩真美音楽祭」を毎年開催している。市民に上質な音楽を提供するとともに、後進の育成にも力を注いでおり、本市の音楽芸術の振興と発展に貢献。

photo:K.Miura
くろいわ まみ
黒岩 真美さん

文化向上発展の功績をたたえて

市の文化向上発展に尽くされ、活躍が顕著な方の功績をたたえ、表彰を行っています。今年度は文化奨励賞に1人を決定しました。



市の文化向上発展に関し実績が顕著であり、今後の活動が特に期待される個人または団体に贈られるものです。

H 公平委員会の業務の状況

1 勤務条件に関する措置の要求の状況

平成30年度においては、前年度からの繰り越しを含めた措置の要求はありませんでした。

※職員は給与、勤務時間その他の勤務条件に関し、市の当局から適当な措置が取られるように公平委員会に対して要求ができます

2 不利益処分に関する不服申し立ての状況

平成30年度においては、前年度からの繰り越しを含めた不服申し立てはありませんでした。

※職員は懲戒その他その意に反する不利益な処分に関し、公平委員会に不服の申し立てができます

I 給与の状況

市職員の給与・主な諸手当の支給状況、期末・勤勉手当の支給割合などをお知らせします。

1 職員給与の支給状況

職員給与は、職員に支給される毎月の給料と、扶養手当・住居手当・通勤手当・時間外勤務手当などの諸手当、民間企業の賞与にあたる期末・勤勉手当などを合わせたものです。

(平成30年度一般会計決算)

職員種類	一般職	再任用	合計
職員数(人) A	1,093	104	1,197
給与額(千円) B	給料	271,763	4,100,182
	諸手当	22,219	1,020,768
	期末・勤勉手当	55,109	1,592,853
	計 B	349,091	6,713,803
1人当たり給与年額(千円) B/A	5,823	3,357	5,609

※特別職は含まない
※諸手当には退職手当を含まない

2 一般行政職の初任給と経験年数・学歴別平均給料月額

職員の初任給は、民間企業の水準を考慮して決められている国家公務員の初任給を参考に定められています。経験年数・学歴別の平均給料は次の通りです。

(平成31年4月1日現在)

区別	経験年数	初任給(円)	経験年数		
			10年以上 15年未満(円)	15年以上 20年未満(円)	20年以上 25年未満(円)
大学卒	苦小牧市職員	180,700	273,500	319,200	370,400
	国家公務員	総合職(Ⅰ種)	294,395	334,573	372,173
		一般職(Ⅱ種)			
高校卒	苦小牧市職員	148,600	236,500	283,700	333,400
	国家公務員	148,600	244,004	284,945	328,864

※国家公務員(大学卒)の経験年数別給料月額額は総合職と一般職の平均

D 研修の状況

平成30年度の実施状況は次の通りです。

研修の状況

(平成30年度)

区分		受講者数(人)	内容	
職場外研修	集合研修	341	新採用基礎・継続、一般職員Ⅰ～Ⅲ、監督者Ⅰ～Ⅱ、管理者Ⅰなど	
	特別研修	894	情報セキュリティ、普通救命講習など時宜に合った研修、専門・実務的知識の取得研修など	
	派遣研修	研修専門機関研修	32	市町村職員中央研修所、全国建設研修センター、北海道市町村職員研修センターなど
		その他	6	国内都市派遣
職場研修	集合研修	-	69職場 592件(各職場内で企画実施)	
	派遣研修	696	73職場(道庁、胆振総合振興局など)	
自主研修		40	通信教育、自主研究グループ、eラーニング	

E 人事評価の状況

地方公務員法の改正に伴い、平成28年度から従来の勤務評定制に代わり、職員がその職務を遂行するに当たり、発揮した能力と挙げた業績を把握した上で行われる「人事評価制度」により評価することとなりました。

本市においても、評価基準の明示や評価結果の本人への開示などの仕組みを導入し、評価の観点として「能力評価」と「業績評価」の両面から評価するなど、人事管理の基礎として活用することとしています。

取り組みの状況としては、公正な評価の確保のために評価者を対象とした研修を実施し、評価結果を人材育成や人事異動、勤勉手当(管理職のみ)、昇任・昇格などに活用しています。

F 分限および懲戒の状況

平成30年度に分限および懲戒の状況は次の通りです。

(平成30年度)

区分		人数(人)	区分		人数(人)
分限 処分者数	降給	0	懲戒 処分者数	戒告	2
	降任	0		減給	0
	休職	23		停職	1
	免職	0		免職	0
	計	23		計	3

G 福祉および利益の保護の状況

1 厚生制度

職員住宅の貸し付け、保健室・休養室・休憩室の設置、健康診断の実施、作業服などの貸与をしています。また、苦小牧市役所職員福利厚生会では、メンタルヘルス、人間ドックなどの健診助成、保養所利用助成、港まつりへの参加などを行っています。

2 共済制度

職員とその家族の病気などによる健康保険、退職後の年金給付、住宅資金などの貸し付けを行っています。

3 災害補償制度

職員が公務上で災害を被った場合の補償を行っています。(平成30年度の公務上の災害件数=公務災害7件、通勤災害4件)

「地方公務員法第58条の2」および「苦小牧市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例第6条」の規定に基づき、市職員の給与や勤務状況などと公平委員会の業務状況について、市民の皆さんに概要をお知らせします。

給与の決定

苦小牧市職員の給与は、生計費をはじめ、国家公務員や他の地方公共団体職員、民間企業の従業員の給与などを総合的に考慮した「苦小牧市一般職の職員の給与に関する条例」で定められています。これら給与に関する予算は毎年、市議会の審議を経て決定しています。

職員の適正な配置

市職員の定数は、国が示した定数モデルや他市の状況、市の行政需要を考慮して適正な配置に努めています。

A 任用の状況

職員の定数は「苦小牧市職員定数条例」で定められています。平成31年4月1日現在の職員数は1,777人で、平成30年4月1日と比較して20人の減となっています。

1 職員数

部門	区分	職員数(人)		対前年増減(人)
		31年度	30年度	
一般行政部門	議会	12 (0)	12	0
	総務	223 (20)	220	3
	税務	68 (6)	72	△ 4
	民生	203 (14)	211	△ 8
	衛生	84 (8)	87	△ 3
	労働	2 (0)	2	0
	農林水産	4 (1)	4	0
	商工	22 (2)	23	△ 1
	土木	112 (9)	113	△ 1
小計	730 (60)	744	△ 14	
特別行政部門	教育	105 (17)	108	△ 3
	消防	240 (5)	238	2
	小計	345 (22)	346	△ 1
公営企業等 会計部門	病院	520 (7)	524	△ 4
	水道	77 (11)	76	1
	下水道	40 (3)	41	△ 1
	その他	65 (1)	66	△ 1
小計	702 (22)	707	△ 5	
合計		1,777(104)	1,797	△ 20

() は再任用職員(常勤)で外数

※職員数には、特別職、苦小牧港管理組合派遣職員、臨時職員、非常勤職員は含まない

2 採用者数と退職者数

(平成30年度)

	採用者数(人)	退職者数(人)
一般部局	31 (9)	39 (26)
市立病院	42 (1)	60 (1)
消防	10 (3)	4 (1)
教育委員会	4 (3)	7 (4)
合計	87 (16)	110 (32)

() は再任用職員(常勤)で外数

※平成30年4月1日から平成31年3月31日までの新規採用者および退職者

3 退職職員の再就職状況

苦小牧市では、部次長相当職以上で退職した者が離職後2年以内に営利企業以外の法人、その他の団体の地位に就いた場合(報酬を得る場合に限り)または営利企業の地位に就いた場合には再就職の状況について公表することとされています。平成30年度の状況は次の通りです。

B サービスの状況

平成30年度の服務規律確保の取り組みは次の通りです。

服務規律確保の取り組み

(平成30年度)

取り組み	コンプライアンス	綱紀保持など
内容	「コンプライアンス指針」に基づき、基本的な事項を意識して、信頼される職員を育成することなど	綱紀の保持、安全運転の励行と交通事故・違反の防止などの周知徹底
周知方法など	職員の各階層別実施するコンプライアンス研修と、管理職による職場研修の実施	所属長または職員に対する通知

サービスの根本基準

全て職員は、全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行に当たっては、全力を挙げてこれに専念しなければなりません(地方公務員法第30条)。また、職員には、以下のことが求められています。 ●法令などと上司の職務上の命令に従う義務 ●信用失墜行為の禁止 ●秘密を守る義務 ●職務に専念する義務 ●政治的行為の制限などに関する規定の遵守

C 勤務時間その他勤務条件の状況

平成31年4月1日現在の一般職の勤務時間、平成30年度の年次有給休暇平均取得日数、育児休業・介護休暇取得者数は次の通りです。

1 一般職員の勤務時間

(平成31年4月1日現在)

月～金曜日 週38時間45分	勤務時間	8時45分～17時15分
	休憩時間	12時～12時45分

※本庁勤務の場合。2交代や3交代の場合は週38時間45分を原則に割り振り ※休憩時間は、労働基準法で定められている休憩時間

2 年次有給休暇平均取得日数

(平成30年度)

11.32日	1年度20日付与、現年度分のみ20日を限度に繰り越しが可能
--------	-------------------------------

3 育児休業・介護休暇取得者数

(平成30年度)

区分	男性	女性	計	区分	男性	女性	計
育児休業(人)	1	33	34	介護休暇(人)	0	1	1

みんなで防ごう高齢者・児童虐待

詳細 高齢者虐待に関すること=介護福祉課 ☎(32)6347
児童虐待に関すること=こども支援課 ☎(32)6369



高齢者虐待とは

高齢者虐待とは、高齢者の心や体に深い傷を負わせたり、基本的な人権を侵害することや尊厳を奪うことをいいます。主に介護者など高齢者に身近な人が虐待を行いやすい傾向があり、閉鎖的な家庭環境などで発生する場合があります。また、介護者や家族が無意識のうちに行っていることもあります

身体的虐待 殴る、たたく、つねる、やけどを負わせるなどの暴力を振るう、ベッドに縛り付けるなど

心理的虐待 怒鳴りつける、ののしる、悪口を言う、嘲笑する、無視する、子ども扱いをするなど

介護・世話の放棄・放任 食事を与えない、入浴させない、オムツを交換しない、医療機関を受診させない、劣悪な住環境で生活させ必要な介護をせずにほったらかしにするなど

経済的虐待 日常生活に必要な金銭を渡さない(使わせない)、本人の不動産や年金・預貯金を取り上げて勝手に使うなど

性的虐待 性的接触の強要や性的嫌がらせ、辱めるなど

虐待を防ぐために地域でできること

虐待を防止するためには「虐待をしない、させない、助けてと言える地域づくり」が重要です。地域みんなで見守り支えて、高齢者や児童の虐待を防ぎましょう。また、虐待かもと思ったらすぐに連絡してください。あなたの連絡や相談が虐待防止につながる大きな一歩となります



児童虐待とは

児童虐待は子どもの心身の成長や人格形成に重大な影響を与えるだけでなく、次の世代にも虐待を起こす恐れがあります

身体的虐待 殴る、蹴る、たたく、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど

性的虐待 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

ネグレクト 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

心理的虐待 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう(DV) など



11月は児童虐待防止推進月間

子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか？

- いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- 不自然な傷や打撲の痕がある
- 衣類や体がいつも汚れている
- 落ち着きがなく乱暴である
- 表情が乏しい・活気がない
- 夜遅くまで1人で家の外にいる
- 地域などと交流が少なく孤立している
- 小さな子どもを家に置いたまま外出している
- 子どもの養育に関して拒否的・無関心である
- 子どものけがについて不自然な説明をする



もしかしら？と思ったら迷わず相談を！

高齢者虐待の相談・通報

※お近くの包括支援センターへ

市介護福祉課 (1階15番窓口) ☎(32)6347

西地域包括支援センター ☎(61)7600

しらかば地域包括支援センター ☎(71)5225

山手地域包括支援センター ☎(71)5565

南地域包括支援センター ☎(71)5005

中央地域包括支援センター ☎(36)3712

明野地域包括支援センター ☎(53)4165

東地域包括支援センター ☎(52)1155

児童虐待の相談・通報

市こども支援課 (1階17番窓口) ☎(32)6111 (市役所代表)

児童相談所全国共通ダイヤル ☎189 (いちばやく)

警察 (緊急時) ☎110

配偶者などからの暴力相談

市こども支援課 (1階17番窓口) ☎(32)6111 (市役所代表)

北海道立女性相談援助センター ☎011(666)9955

NPO法人ウィメンズ結 ☎(32)0100

警察 (緊急時) ☎110



連絡は匿名で行うこともでき、連絡内容に関する秘密も守られます。調査の結果、虐待がなかったとしても、連絡者が責任を問われることはありません

[表1] (平成31年4月1日現在)

勤続年数	苫小牧市職員		国家公務員	
	自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年
20年	19.6695月分	24.586875月分	19.6695月分	24.586875月分
30年	34.7355月分	40.803750月分	34.7355月分	40.803750月分
35年	39.7575月分	47.709000月分	39.7575月分	47.709000月分
最高限度	47.7090月分	47.709000月分	47.7090月分	47.709000月分

[表2] (平成30年度決算)

退職理由	人数(人)	平均支給額(千円)
自己都合	67	1,491
勤奨・定年	34	19,763

※人数は退職手当の該当者数

⑧ 主な諸手当の支給状況

主な諸手当については次の通りです。

(平成31年4月1日現在)

区分	支給基準	月額(円)	
		苫小牧市職員	国家公務員
扶養手当	配偶者	6,500	6,500
	子	10,000	10,000
	16歳から22歳までの子の加算	5,000	5,000
	父母等	6,500	6,500
住居手当	借家など支給対象家賃額(市) 7,001円以上	1,000	100
	(国) 12,001円以上	27,000	27,000
	持家	0	0
通勤手当	自家用車などの利用者	距離(片道) 2.0km以上	2.0km以上
		金額	2,000
	交通機関利用者限度額	31,600	31,600
	交通機関利用者限度額	55,000	55,000

※国家公務員における扶養手当の配偶者、父母等は、行政職俸給表8級以上職員などの場合3,500円

(平成30年度一般会計決算)

区分		全職種	
特殊勤務手当	職員全体に占める手当支給職員の割合	37.8%	
	支給対象職員1人当たりの平均支給年額	31千円	
	手当の種類(手当数)	14種類	
	代表的な手当の名称	支給額の多い手当	出勤待機手当 出勤手当 業務手当
勤務手当(時間外)	29年度	支給総額	309,479千円
		職員1人当たり支給年額	300千円
	30年度	支給総額	363,786千円
		職員1人当たり支給年額	362千円

※出勤待機手当=隔日勤務を命じられた消防職員への手当
出勤手当=消火作業または救急業務に従事した消防職員への手当
業務手当=生活保護、市税の収納などに従事した職員への手当

③ 職務級別平均給料月額(一般会計)

職員の給料月額は、職務の複雑・困難・責任の度合いに応じて級別に分類され、給料表によって定められています。

(平成31年4月1日現在)

職務	給料表の適用級	職員数(人)	(構成比)	平均年齢	平均給料月額(円)
主事・技師	1級	124	(11.4%)	24歳8月	181,510
主事(高度)技師(高度)	2級	335	(30.8%)	30歳7月	235,688
係長・主査・主任	3級	228	(21.0%)	39歳3月	305,394
係長(困難)専任	4級	212	(19.5%)	50歳5月	372,860
課長補佐	4級	61	(5.6%)	46歳9月	365,189
課長・主幹	5級	89	(8.2%)	50歳0月	385,763
次長	6級	21	(1.9%)	54歳4月	403,396
部長	7級	17	(1.6%)	56歳8月	426,717
計	—	1,087	—	39歳0月	296,664

※管理職は課長補佐職以上 ※再任用職員を除く

④ ラスパイレス指数(給与水準)

ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合における地方自治体職員の給与水準を示したものです。本市は、平成30年4月現在98.7であり、平成29年度から0.1ポイント増となっています。下表は全国、道内の市との比較です。(各年4月1日現在)

区分	平成28年	平成29年	平成30年
苫小牧市	99.3	98.6	98.7
道内10万都市平均	98.8	98.6	98.5
全国地方公共団体	99.3	99.2	99.2

⑤ 特別職の給料・報酬

特別職の給料・報酬は市議会の審議を経て「苫小牧市特別職の職員の給与に関する条例」で定められています。

(平成31年4月1日現在)

区分	苫小牧市	月額(円)	道内10万都市平均	月額(円)
給料	市長	980,000	979,028	
	副市長	800,000	806,372	
報酬	議長	520,000	609,444	
	副議長	480,000	548,778	
	議員	440,000	503,778	

⑥ 期末・勤勉手当の支給割合

民間企業の賞与にあたる期末・勤勉手当は、給料と扶養手当の合計を基礎にして定められています。

(平成31年4月1日現在)

区分	苫小牧市職員		国家公務員	
	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
6月	1.525月分	0.7月分	1.30月分	0.925月分
12月	1.525月分	0.7月分	1.30月分	0.925月分
計	3.050月分	1.4月分	2.60月分	1.850月分

※職務の級などに応じた加算措置あり

⑦ 退職手当の支給状況

退職手当の支給割合は、勤続年数や退職理由により[表1]の通り定められています。平成30年度の退職者数と平均支給額は[表2]の通りです。

おでかけ ガイド



お子様と楽しみながら参加できる イベント情報です！

申し込み・問い合わせは、各施設へ電話してください。

アイコンの見方

日 とき 所 ところ 対 対象 内 内容
申 申し込み 詳 詳細 電 電話番号

料 料金(料金記載のないものは無料) 定 定員 持 持参する物
フ ファクス HP ホームページアドレス E メールアドレス



カルチャー ガイド

文化の魅力に触れ、体感することが できるイベント情報です！

申し込みは、各施設へ。

子育て支援センター

☎(33)4751

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
離乳食講習会	月齢に合わせた離乳食作りを学び、親子で食べる	11月20日(水) 10時～11時30分	5～10カ月の子どもと保護者	定15組 申し込み順 持エプロン、三角巾、箸、おしぼり、スプーン、食食用エプロン	11月8日(金) 9時30分から電話で
親子ふれあい遊び	キラキラペットボトル作り	11月21日(木) 10時30分～11時30分	5カ月～1歳6カ月の子どもと保護者	定15組 申し込み順	11月8日(金) 9時30分から電話で
英語で遊ぼう	親子でダンス、歌などを通して英語を楽しむ	11月27日(水) 10時30分～11時30分	1～3歳の子どもと保護者	定18組 申し込み順	11月13日(水) 9時30分から電話で
転勤者集まれ!!	保護者同士の交流、利用者支援員との相談	11月28日(木) 10時～11時30分	0歳～就学前の子どもと保護者(転勤して3年位)	定20組 申し込み順	11月13日(水) 9時30分から電話で
保健師と話そう	トイレトレーニングについて	12月5日(木) 10時30分～11時30分	1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	定10組 申し込み順	11月19日(水) 9時30分から電話で

あけの保育園子育てルーム

☎(57)3576

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
ヨガ講座	講師の方の指導で心身ともにリフレッシュ	11月6日(水)、20日(水) 10時～11時	0歳～就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥600円 当日納入 定各15組 申し込み順 持ヨガマット、飲み物	11月5日(火) 9時30分～15時30分に電話で
いももち作り	ルームで育てたじゃがいもを使って親子でクッキング	11月7日(木) 10時～11時	1歳～就学前の子どもと保護者	定6組 申し込み順 持飲み物	11月5日(火) 9時30分～15時30分に電話で
手形アート	子どもの手・足形をかわいくデコレーション	11月11日(月) 10時～11時30分	0歳～就学前の子と保護者(託児あり)	¥800円 当日納入 定6組 申し込み順 持はさみ、のり	11月8日(金) 9時30分～15時30分に電話で
食育講座	園の人気メニューおかず作り	11月13日(水) 14時～15時	1歳～就学前の子がいる保護者(完全託児)	¥250円 当日納入 定8組 申し込み順	11月8日(金) 9時30分～15時30分に電話で

錦岡保育園子育てルーム

☎(68)6655

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
栄養士相談日	日頃の食事についての疑問・質問を気軽に聞こう!	11月6日(水) 10時～11時	就学前の子どもと保護者	定なし	直接会場へ
味覚を育てる離乳食作り	素材の味を大切にされた離乳食作りと試食	11月20日(水) 14時～15時30分	3～6カ月の子どもと保護者	¥250円 当日納入 定8組 申し込み順 持おわん2つ、スプーン2本、エプロン(子ども用)、おしぼり	11月6日(水) 9時30分～16時に電話で
クリスマスに飾るかわいいバルーンアート	親子でバルーンアートの体験を楽しむ	12月4日(水) 14時～15時	0歳～就学前の子どもと保護者	¥300円 当日納入 定8組 申し込み順	11月14日(水) 9時～16時に電話で

沼ノ端おひさま保育園子育てルーム

☎(55)0705

行事名	内容	とき	対象	定員・その他	申し込み
授乳(母乳・ミルク)の話	助産師による、卒乳や断乳などの悩み相談	11月20日(水) 13時30分～14時30分	妊婦、0歳～1歳6カ月の子どもと保護者	定8組 申し込み順 持受付時に伝えます	11月6日(水) 12時30分～16時に電話で

施設名	住所	電話番号	利用時間	休館日
子育て支援センター	本幸町1-2-21	(33)4751	9時30分～16時	日曜、祝日
あけの保育園子育てルーム	明野新町5-13-30	(57)3576	9時30分～12時、13時30分～16時	
錦岡保育園子育てルーム	宮前町2-28-15	(68)6655	9時～12時、13時30分～15時30分	
沼ノ端おひさま保育園子育てルーム	沼ノ端中央4-12-27	(55)0705	9時～11時30分、13時～15時30分	
住吉児童センター	住吉町2-5-17	(36)1448	9時30分～14時	土・日曜、祝日
沼ノ端児童センター	沼ノ端中央4-10-34	(57)6601	9時30分～14時	
日新児童センター	日新町3-6-15	(76)6655		
あさひ児童センター	旭町2-3-24	(35)6393	9時30分～12時	
錦岡児童センター	宮前町2-29-20	(82)7371		
大成児童センター	大成町1-11-21	(75)1841		
北栄児童センター	北栄町3-3-3	(82)7069	9時～17時	日曜、祝日

※子育てルームの利用時間などの詳細は、各園にお問い合わせください
※左記の児童センターの利用時間は幼児専用のもので、ただし、児童が学校へ行っている日の施設開放なので、センターによっては土曜日や長期休業日などは幼児の利用はできません



科学センター

☎旭町3-1-12 ☎(33)9158 利用時間 9時30分～17時 休館日 5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
星空観望会	プラネタリウム星空解説と天体望遠鏡で月を見る	11月8日(金) 19時～20時	対一般(中学生以下は保護者同伴) 定直接会場へ ※悪天候時はプラネタリウム室で星座解説のみ
食育・科学教室「ミルクのふしぎ」	ミルクを通して、食への「興味」と「知識」を広げる	11月23日(土) 10時～12時	対小・中学生(保護者同伴可) 定20組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 定11月6日(水)から電話または☎で
プラネタリウム	冬の番組「冬の星空とぎょしゃ座の神話」	11月30日(土)～2月24日(月) 14時、16時(土・日曜日、祝日、冬休みは11時30分も投影)	定84人
科学ふれあい教室	カメラオプスキュラを作る	12月7日(土) 10時～12時	対小・中学生(保護者同伴可) 定12組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 定11月13日(水)から電話または☎で
電子工作教室	LEDミニクリスマスツリーを作る	12月14日(土) 10時～12時	対小学4年生～中学生(保護者同伴可) 定16組(家族、兄弟で1組) 申し込み順 定11月14日(水)から電話または☎で

中央図書館

☎末広町3-1-15 ☎(35)0511 利用時間 9時30分～20時 休館日 11日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
図書館ミニシアター	●11月3日(日)「ハンコック」 ●11月17日(日)「アンストッパブル」 ●11月24日(日)「ムーミン パペット・アニメーション 魔法の巻 飛行おにの魔法」 いずれも13時30分から		対一般(3日、17日)、子ども～一般(24日) 定70人 定直接会場へ
図書館ナイトミニシアター	●11月13日(水)「パッチ・アダムス」 ●11月27日(水)「長州ファイブ」 いずれも17時45分から		定70人(中学生以下は保護者同伴) 定直接会場へ
読み聞かせ	●11月3日(日) 14時～14時30分 秋のおわり冬じたくおはなし会 ●11月9日(土) 11時～11時30分=当日発表 ●11月17日(日) 14時～14時30分=当日発表 ●11月23日(土) 11時～11時30分、14時～14時30分=当日発表		定40人 定直接会場へ
ミニワークショップ	英字新聞Bagを作ろう♪	11月2日(土) 11時～12時	対小学生 定8人 定直接会場へ
おはなし玉手箱～大人と子どもみんなで楽しむおはなし会～	図書館内外で読み聞かせなどの活動をしている各団体による、大人向けの読み聞かせや活動紹介のパネル展示など	11月10日(日) 10時～13時	定70人 定直接会場へ
赤ちゃんを楽しむ絵本ひろば えいごあそび編	赤ちゃん向けの絵本の紹介、絵本と親しむきっかけづくり、交流の場を提供	11月15日(金) 10時～11時	対0～1歳児と保護者 定15組 抽選 持図書館利用カード、バスタオル 定11月1日(金)～8日(金)
ストーリーテリングおはなしの時間	「宝下駄」	11月16日(土) 14時～14時30分	定40人 定直接会場へ
図書館文化セミナー「源氏物語はなぜ読み継がれるのか」	苫小牧駒澤大学教授 林晃平(はやしこうへい)氏による文学講座	11月17日(日) 10時30分～12時	定70人 申し込み順 定11月1日(金)から
図書館de年金セミナー	年金ライフプランFP事務所 中瀬信一(なかせしんいち)氏による公的年金の基本などについての解説	11月30日(土) 10時30分～12時	定30人 申し込み順 持年金定期便、電卓 定11月1日(金)から

美術博物館(あみゅー)

☎末広町3-9-7 ☎(35)2550 利用時間 9時30分～17時 休館日 5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

行事名	内容	とき	対象・定員・申し込み・その他
文化の日・秋の無料観覧日	秋の無料観覧日に合わせて、さまざまな行事を行う	11月3日(日) 10時～16時	定直接会場へ
企画展「NITTAN ART FILE 3: 内なる旅～モノに宿された記憶」	日常や身の回りのモノに着想を得た表現を探索する、4人の現代作家による多様な作品を紹介	展示期間 11月24日(日)まで	¥一般300円、高大生200円、中学生以下無料
中庭展示 Vol.13 坂東史樹「小さくて深い空」	意識下に潜在するイメージを立体模型の制作などにより作品化する美術家 坂東史樹(ばんどうふみき)氏の作品展示	展示期間 11月24日(日)まで	¥一般300円、高大生200円、中学生以下無料
企画展・中庭展示関連イベント「担当学芸員によるギャラリートーク」	担当学芸員が展示概要や出品作品について解説しながら展示室を案内する解説会	11月3日(日) 14時～15時	¥観覧料が必要 定直接会場へ
企画展関連イベント「ルネサンスの技法体験! テンペラ画と油絵具」	企画展出品作家 山田啓貴(やまだけいき)氏による、油絵具の歴史に関する解説と卵を混ぜて描くテンペラの技法体験	11月10日(日) 14時～16時	対小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴) ¥500円 定20人 申し込み順 定電話で
古文書解説講座初級編	当館学芸員と古文書を読むための基礎知識を学ぶ	11月17日～12月22日 毎週日曜日(12月15日を除く) 計5回 13時30分～15時30分	対高校生以上 定30人 申し込み順 定電話で

保健センター(ハスカッププラザ)

●健康教室・健康相談 100とまチョップポイント 詳保健センター 回(35)2800					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
生活習慣病予防教室(血糖編) 知って防ごう!糖尿病(全2回コース)	①14日(木) 13時15分～15時30分、②21日(木) 13時15分～14時30分	15人	①糖尿病の話と運動実技 ②食事の話 (20～74歳で運動制限のない方)	①健診結果(1年以内)、室内用運動靴、タオル、飲み物	事前予約必要(申し込み順) 1日(金)から受付開始
燃やそう体脂肪! ステップエクササイズ(全6回コース)	6日～★12月11日 毎週水曜日 10時～11時		音楽に合わせてステップ台を昇降する有酸素運動が中心(20～64歳で運動制限のない方)	室内用運動靴、タオル、飲み物	
簡単体験! ストレッチボール	11日(月) 13時30分～14時30分		ストレッチボールを使い、姿勢の改善や筋力アップを紹介(20歳以上で運動制限のない方)		
70歳からの健やか体操教室	18日(月) 13時30分～14時30分	7人	体力測定や筋力、脳トレ、ストレッチ(70歳以上で運動制限のない方)		
マシンから始める! からだづくり	毎週月・木曜日 9時30分～11時30分 ※4日を除く	なし	マシンを利用した筋力、有酸素運動(健康教室などに参加された方で、運動制限のない方)		直接会場へ
健康・栄養相談	11日(月) 8時30分～10時30分		保健師・栄養士による相談、血圧・体重測定など(20歳以上の方)	なし	
骨・コツ教室(全3回コース)	①28日(木) 13時30分～15時、②★12月5日(木) 13時30分～14時30分、③★12月12日(木) 13時30分～14時30分	15人	①骨密度測定、骨についての講話 ②骨を丈夫にするための食事のコツ(試食付き) ③運動実技(40～70歳で運動制限のない方。骨粗しょう症で治療中および経過観察中の方を除く)	¥200円 12月5日納入	事前予約必要(申し込み順) 1日(金)から受付開始

●健康診断 ※総合健康診断はポイント対象外。特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診は100とまチョップポイント 詳保健センター 回(35)0001					
名称	とき	料金	対象	内容	申し込み
総合健康診断(短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付=8時～10時	28,050円	希望者	事前予約必要。詳しくは、回または保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診	11日(月)、14日(木)、21日(木)、25日(月)、★12月2日(月) 受付=8時～10時 17日(日)、★12月8日(日) 受付=8時～9時	加入保険により異なります	該当者 定各40人	血液検査 (注)「特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください	

●がん検診 100とまチョップポイント 詳保健センター 回(35)0001					
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み	
子宮・乳	19日(火)、★12月3日(火) 受付=13時～14時30分	保健センター	子宮=各50人 乳=各30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)	
胃・肺・大腸	11日(月)、14日(木)、21日(木)、25日(月)、★12月2日(月) 受付=8時～10時 17日(日)、★12月8日(日) 受付=8時～9時		胃・肺のみ各30人 大腸は定員なし		
	14日(木) 7時40分 第八区総合福祉センター集合				
	15日(金) 8時～10時				
	★12月5日(木) 8時～10時 ★12月9日(月) 8時～10時				
		宮の森総合福祉会館 植苗ファミリーセンター 川沿公園体育館			

検診名	胃がん①	胃がん②	肺がん	大腸がん	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②
対象	平成31年4月1日から令和2年3月31日までに以下の年齢になる方(胃がん内視鏡検査・乳・子宮頸がんは偶数歳になる方)								
	50歳以上	40歳以上	40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方	平成31年4月1日時点で40歳であった女性	平成31年4月1日時点で20歳であった女性	
内容	内視鏡検査	バリウムによる胃部エックス線	胸部エックス線	免疫便潜血検査2日法	マンモグラフィ	頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	乳・子宮頸がん検診は、同年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません	
料金	2,000円	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料
	無料の方 ●生活保護世帯の方 ●市民税非課税世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方 ●一定の障がいがある65～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方								
	無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください								

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます
※がん検診は市内医療機関でも実施しています

子どものための健診・教室 回教育・福祉センター3階 回健康支援課 回(32)6411				
名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	21日(木) 9時30分～11時30分	令和元年9月生まれの子*と親 定40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、簡単ストレッチ	開催日の2日前までに健康支援課へ ※対象月を過ぎたお子さんについてはご相談ください
赤ちゃん教室「7か月児」	8日(金)、22日(金) 14時15分～16時	31年4月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	8日=これからの発達を考えよう、赤ちゃん遊び、22日=離乳食の進め方、お口のケアと相談タイム	
赤ちゃん教室「12か月児」	27日(水) 9時30分～11時	30年11月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会	
「1歳6か月児」健康診査	12日(火) 9時30分～10時45分、13日～14時30分 13日(水) 9時30分～10時45分	30年4月生まれの子(2歳未満の未受診児についてもご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	13日(水) 13時～14時30分 14日(木) 9時30分～10時45分、13時～14時30分	28年10月生まれの子(4歳未満の未受診児についてもご相談ください)		
BCG接種 回(32)6407	5日(火)、18日(月) 接種開始時間=いずれも14時から(受付=13時30分～14時30分) 直接会場へ	1歳に至るまでの乳児	(注)1. 標準的な接種年齢は生後5～8カ月 2. 接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種後6日以上たっていない方 ●37.5度を超える発熱があったり、重い病気の方や以前に予防接種で強いアレルギー反応があった方 母子健康手帳、予防票、バスタオル 保護者同伴。接種後27日間は他の予防接種は受けられません	

市民健康教室 100とまチョップポイント 回健康支援課 回(32)6407			
とき	ところ	内容	その他
7日(木) 13時から	豊川コミセン	他人に聞けない膀胱炎の話 ～どうして私は膀胱炎になるの?～	直接会場へ

対がん協会のがん検診 100とまチョップポイント 回健康支援課 回(32)6407				
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	★12月7日(日) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時～7時20分 のぞみコミセン=7時15分～7時45分 ※札幌の会場まで無料送迎バスで送迎	北海道対がん協会	50人	15日(金)までに健康支援課へ(申し込み順)

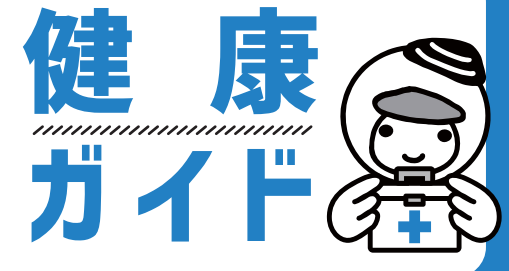
夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 回(32)0099
診療科目 | 内科、小児科
診療時間 | 平日 午後7時～翌朝7時
土曜日 午後2時～翌朝7時
休日 午前9時～翌朝7時

救急時、受診先が分からないときは
☎「北海道救急医療・広域災害情報システム」
回0120(20)8699、携帯電話・PHSの方は
回011(221)8699
夜間子どもが急病にかかったとき
☎「小児救急電話相談」
回#8000または回011(232)1599

とまこまい医療介護連携センター

☎「医療と介護の相談窓口」
回(37)0177



11月の休日当番病・医院

診療時間 | 内科、外科=9時～17時
歯科=9時～12時
ホームページでもご覧になれます
回健康支援課 回(32)6407

- 11/3 日
 - 内科 いまい内科クリニック 回(37)8686
 - 外科 アーク整形外科クリニック 回(68)6111
 - 歯科 勇弘歯科医院 回(56)0648

- 11/4 月
 - 内科 苫小牧病院 回(72)1201
 - 外科 とよた胃泌尿器科クリニック 回(31)2000
 - 歯科 北栄こども歯科 回(53)1331

- 11/10 日
 - 内科 苫小牧呼吸器内科クリニック 回(35)0002
 - 外科 同樹会苫小牧病院 回(36)1221
 - 歯科 若菜歯科医院 回(72)4191

- 11/17 日
 - 内科 たかぎ内科・循環器内科 回(53)7700
 - 外科 苫小牧日翔病院 回(72)7000
 - 歯科 ささ歯科クリニック 回(53)8299

- 11/23 土
 - 内科 合田内科小児科医院 回(33)9208
 - 外科 勤医協苫小牧病院 回(72)3151
 - 歯科 あがた歯科 回(37)8148

- 11/24 日
 - 内科 すがわら内科呼吸器科 回(76)7011
 - 外科 みらい整形ペインクリニック 回(53)7100
 - 歯科 袖井歯科医院 回(74)6800

今月の

市からのお知らせ



- 福祉
- 暮らし
- 催し・講座
- スポーツ
- 相談
- 募集
- とまチョップポイント対象事業

プレミアム付商品券購入引換券交付申請について【対象者限定】

10月1日から販売しているプレミアム付商品券について、購入対象の方に引換券交付申請書を送付しています。購入を希望する方は、申請書に必要事項を記入し、11月29日(金)までに同封の返信用封筒で返送してください

詳細は福祉課 ☎(84)4066

雪かきボランティアを募集しています！

自ら除雪を行うことが困難な高齢者・障がい者世帯などを対象とした「雪かきボランティア事業」にご協力いただけるボランティアを募集しています

除雪期間12月1日(日)～令和2年3月31日(火) 10cm程度の積雪があったとき

甲ポランティアセンター ☎(84)6481

詳細は福祉課 ☎(32)6354

認知症の合図 市民フォーラム

日11月24日(日) 14時～16時

所市民会館

演題認知症を堂々と生きる～認知症になっても最期まで自分らしく生きるために

講師 江別すずらん病院認知症疾患医療センター長 宮本礼子氏

100ポイント

福祉

家族介護支援講座 「家族のために、知っておきたい介護のこと」

日11月28日(木) 13時30分～15時30分

所市民活動センター

対家族介護をしている方、家族介護に興味のある方

講師グループホーム 柏木管理者 大澤道枝氏

定20人 申し込み順

申11月1日(金)～前日に電話で 介護福祉課 ☎(32)6347

障がい者とともに学ぶパソコンボランティア体験講習会

日①11月15日(金) ②20日(水) ③22日(金)

いずれも18時30分～20時30分

所福祉ふれあいセンター

対高校生以上で原則3日間参加できる方

内視覚障がい・肢体障がいがある方へのパソコンボランティア体験講習

定10人 申し込み順

持①iPhoneまたはiPad(お持ちの方)

申11月14日(木)までに電話またはファクス、Eメールで 生涯学習課 ☎(32)6752

fax(32)1233 shogai@city.tomakomai.hokkaido.jp

100ポイント

広告

保健所の相談、検査

所詳 苫小牧保健所 ☎(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	19日(火)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必要
こころの健康相談	21日(木)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	5日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	5日(火) 19日(火)	13時から 30分程度 対18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	19日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	予約は ☎(35)7474
HIV検査 (エイズ相談)	5日(火) 6日(水) 19日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

11月の献血

所詳 健康支援課 ☎(32)6407

6日(水)	9:30～11:30	北海道電力(株)苫小牧支店
12日(火)	9:30～11:00	東日本高速道路(株)苫小牧管理事務所(西IC)
	12:30～16:30	苫小牧工業高等専門学校
14日(木)	9:30～11:30	イオンモール苫小牧
	12:45～16:30	
23日(土)	9:30～11:45	マックスバリュ新花園店
	13:00～16:30	
26日(火)	13:00～16:30	苫小牧警察署
28日(木)	9:30～11:45	フードD 365 Vian店
	13:00～14:30	
	15:00～16:30	
29日(金)	9:30～12:30	消防本部

10とまチョップポイント引換券をプレゼント!
※日時などが変更になる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPをご確認ください

健康 NEWS

歯科健康診査を受けましょう!

お口の健康を保ち、健康寿命を延ばしましょう!詳しくは、対象者に送付しているお知らせをご確認ください ※受診券を紛失した方はご連絡ください

対 後期高齢者医療被保険者 持 保険証、受診券
詳 高齢者医療課 ☎(32)6414

前立腺がん検診(PSA検診)のお知らせ

早期発見に有効とされているPSA検査を、ワンコインで手軽に受けられます。当日は採血のみで、1週間程度で結果を郵送します(予約不要)

日 月～金曜日(祝日を除く) 10時30分～16時30分
対 20歳以上の男性 ¥500円
所 詳 市立病院医事課 ☎(33)3131

苫小牧難病患者・家族友の会 創立30周年記念 医療講演会

日 11月10日(日) 13時～14時45分(受付12時30分)

所 医師会館
内 医療講演会「笑って健幸大作戦!～笑いは健康の源～」、苫小牧難病患者・家族友の会活動報告、看護学生によるダンス披露

定 100人 申し込み順
申 詳 電話で 健康支援課 ☎(32)6407

Mom's サロン Oasis

日 11月21日(木) 10時30分～11時30分(受付10時15分)
所 教育・福祉センター 直接会場へ
対 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども
内 セラピーティック・ケア、おしゃべりタイムなど
持 母子健康手帳、バスタオル
詳 健康支援課 ☎(32)6411

健幸マージャン大使養成講座

日 11月29日(金)、12月6日(金) 13時20分～16時45分(受付13時)
所 市民会館 ¥2千円 当日納入
定 各50人 申し込み順
申 11月21日(木)までに電話またはファクスで 苫小牧麻雀文化教室 ☎(36)2626
詳 苫小牧麻雀文化教室 ☎(36)2626 市健康支援課 ☎(32)6407

がん患者交流サロン

■王子総合病院
日 11月12日(火) 13時30分～15時
内 がんと食事 ～食べる楽しみ・喜びの見つけ方～
■市立病院
日 11月18日(月) 13時30分～15時
内 感染から身を守る

対 市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ)
詳 健康支援課 ☎(32)6407

福祉

小樽高等支援学校の見学会

日12月5日(木) 8時30分～15時
対小・中学生の子どもがいる保護者
¥千円(昼食代含む)
定25人 申し込み順
申11月20日(水)までに、氏名、連絡先を
電話またはファクス、Eメールで手
をつなぐ育成会 011-371-9678
kuseikai@aria.ocn.ne.jp
kuseikai@aria.ocn.ne.jp
障がい福祉課 011-371-6356

高齢者交通安全運転体験会

日12月11日(水) 13時
所 小樽中野自動車学校
対 65歳以上の運転免許所有者
内 自動車シミュレーターでの疑似体験、
運転適性検査など
定 10人 申し込み順
申 11月1日(金)から電話で 安全安心生
活課 011-321-6287

暮らし

年末調整について

■勤務先に諸控除の申請を
給与所得者の所得税および復興特別所得
税は、通常、事業所が行う年末調整で精
算されます。本年中に扶養親族などに異
動があった方や保険料(生命、地震など)
を支払った方は、諸控除の申告書を勤務
先に提出してください
■年末調整事務担当者説明会
日11月26日(火) 9時30分、13時30分
所 文化会館
内 令和元年分の年末調整の仕方や各種書
類の記入方法の説明
.....
詳 小樽税務署 011-321-3165 市市民
税課 011-321-6253

国民年金保険料の年末調整・確定申告

国民年金保険料を社会保険料控除として
年末調整や確定申告を行うときは、「社
会保険料(国民年金保険料)控除証明書」
が必要です。1月～9月に納付した方に
は11月上旬に、10月～12月に初めて納付
した方には令和2年2月上旬に日本年金
機構から送付されます ※家族の保険料
も控除の対象
お問い合わせ先 ねんきん加入者ダイヤル
0570-003-004 IP電話の方
03(663)2525
詳 小樽年金事務所 011-361-335 市
国保課 011-321-6429

給与支払報告書などの電子申告がインターネットで行えます

事業主の方は、eLTAX(エルタックス)
を利用した地方税の電子申告をパソ
ン

最低賃金改定のお知らせ

道内で事業を営む使用者およびその事業
場で働く全ての労働者(臨時、パートタ
イマー、アルバイトなどを含む)に適用
される北海道最低賃金が次のとおり改定
となりました
最低賃金額時間額81円
効力発生日10月3日
詳 小樽労働基準監督署 011-373-396
市工業・雇用振興課 011-321-6432

冬の交通安全運動

期間11月11日(月)～20日(水)
運動の重点 ●高齢者の交通事故防止 ●凍
結路面などのスリップによる交通事故防
止 ●飲酒運転の根絶
詳 安全安心生活課 011-321-6287

夜間通行規制のお知らせ

■市道緑ヶ丘公園通
期間11月4日(月)～令和2年3月31日(火)
18時～翌朝7時はゲート閉鎖
■緑ヶ丘公園展望台駐車場進入路
期間11月4日(月)～令和2年3月31日(火)
運動区へのゲート閉鎖 ●展望台への進
入路最終日開放 ※展望台への進入
ゲートは、降雪や路面凍結した場合、日
中でも閉鎖することがありますので、ゲ
ート向かいのトイレ付近の駐車場をご利

11月は労働保険適用促進強化期間です
詳 北海道労働局 011(70)2311 市工業・雇用振興課 011(32)6432

コソで行うことができます。利用の際は、
地方税共同機構への届出が必要です ※
個人の市・道民税の申告は利用不可

Table with 3 columns: 税目, 電子申告, 電子申請・届出. Rows include 個人住民税, 法人市民税, 固定資産税.

固定資産税の軽減について

①住宅の耐震改修工事
昭和57年1月1日以前から所在する住宅
に、平成18年1月1日～令和2年3月31
日に、現行の耐震基準に適合する改修工
事を行った場合、改修工事完了の翌年度
分の固定資産税額の2分の1が減額。ま
た、改修工事によって長期優良住宅の認
定を受けたことを証する書類を添付して
申告がされた場合には、改修工事完了の
翌年度分の固定資産税額の3分の2が減
額
詳 地方税共同機構 0570(08)459
HP (http://www.etax.tago.jp/) 市市
民税課 011(32)6254 市資産税課 011
(32)6270

市道の冬期間通行止めのお知らせ

Table with 3 columns: 路線名, 通行止め区間, 通行止め期間. Rows include 市道樽前山観光道線, 市道モーラップ1号線, 市道植苗北1号道線.

落水雪事故を防ぐために

落水雪事故・ツルハシ防止の注意喚起 ●落水雪
の防止に雪止めを設置 ●雪止めが古くな
っていないか点検 ●雪、つらら、氷は早
めに除去 ●軒下では子どもを遊ばせない
●落水雪時は事故が無いが確認
詳 建築指導課 011(32)6527

福祉 暮らし
消費税率軽減税率制度などの説明会
日11月26日(火) 11時30分、15時30分
所 文化会館 直接会場へ

催し・講座 スポーツ 相談 募集
市道緑ヶ丘公園通
期間11月4日(月)～令和2年3月31日(火)
18時～翌朝7時はゲート閉鎖
■緑ヶ丘公園展望台駐車場進入路
期間11月4日(月)～令和2年3月31日(火)
運動区へのゲート閉鎖 ●展望台への進
入路最終日開放 ※展望台への進入
ゲートは、降雪や路面凍結した場合、日
中でも閉鎖することがありますので、ゲ
ート向かいのトイレ付近の駐車場をご利



暮らし

上下水道料金口座振替 キャンペーン



口座振替に新規加入した方とすでに加入している方で、営業課でアンケートにお答えいただいた方に先着で特典をプレゼントします。詳しくは12月発行の「水だより」に掲載

新規加入窓口営業課、勇弘・のぞみ・沼ノ端出張所

期 間 12月2日(月)から

詳 営 業 課 (32)6674

令和元年度・2年度競争入札参加資格審査申請(追加登録)の新規受け付け

市が行う工事または製造の請負、物件の買入れその他の契約に係る競争入札参加資格審査新規申請の受け付けをします

年以上あること ②⑦は、決算書に希望する業種の業務高があること

第45回苫小牧市教育研究大会

「ご存じですか?」「中退共」の退職金制度

中小企業者の相互共済と国の援助で退職金制度を確立し、中小企業の従業員の福祉の増進と、中小企業の振興に寄与することを目的として、昭和34年に「中小企業退職金共済法」に基づき設けられた制度です。

中小企業退職金共済事業本部 (03)69071234

市工業・雇用振興課 (32)6432

タイヤの盗難に注意!

「とまちヨップお薬手帳」を「活用ください」

適正な受診やジェネリック医薬品の普及を目的に作成した「とまちヨップお薬手帳」を配布しています。

市役所1階10番窓口までお越しください

中学生主張発表大会

各中学校から選出された生徒が、日常生活の中から得た経験や考えを発表

11月21日(日) 10時~12時

リサイクルプラザ 苫小牧

生活体験教室

シカの角を削って根付を作ります

11月16日(土) 10時30分~12時

石臼をひいてそばがきをつくろう

木育ワールド苫小牧2019 クリスマスリースづくり

交通安全センター ※は苫小牧中野自動車学校

11月5日(火) 21日(木)

11月7日(日) 10時30分~12時

11月の自動車運転免許講習

Table with columns: 講習区分, 講習時間, 11月 (5日, 7日, 13日, 15日, 19日, 1日, 6日, 11日, 14日, 18日, 20日, 25日, 27日, 28日, 29日, 12日, 21日)

交通安全センター ※は苫小牧中野自動車学校 苫小牧警察署 (35)0110 HP (http://www.tomakomai-syo.police.pref.hokkaido.lg.jp/)

対小学生以上 定20人 申し込み順 所 詳 勇武津資料館 (56)0201



催し・講座

シルバー人材センター入会説明会 日11月19日(火) 9時 所労働福祉センター 申シルバー人材センター 電(35)1700 詳工業・雇用振興課 電(32)6432

ボランティア募集説明会&自然案内ちよこつと体験

日11月10日(日) 10時〜12時
対高校生以上
持双眼鏡(貸出可)
定10人 申し込み順
所申前日までに ウトナイ湖野生鳥獣保護センター 電(58)2231

子ども体験教室

日内①学んで知ろうお茶の楽しみ 11月25日、2月1日、15日、22日、29日 ②楽しいいけばな君も芸術家 11月27日、21日、1月25日、2月29日、3月28日 ③指してみよう楽しい将棋 11月25日、2月1日、15日、22日、3月7日 ④世界中の音楽を楽しみながらおどっちゃおうZUMBA(ズンバ) 11月25日、2月1日、8日、15日、22日 いずれも土曜日 10時〜11時30分 対小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴)
¥①千500円 ②3千円 ③千円 ④500円(保険料) ※受講決定後後通知
定①②④20人 ③15人 いずれも抽選
持②花ばさみ(普通のはさみも可)、手拭き、取手付きの紙袋 ④上靴、タオル、飲み物
所申 10月29日(火)〜11月12日(火)に直接ま

第46回みんなの消費生活展

詳安全安心生活課 電(32)6306
日11月9日(出)、10日(日) いずれも10時〜15時
所市民活動センター
暮らしに役立つ情報や展示を楽しみながら体験しましょう
みんなの消費生活展 16団体による体験・実演コーナー、PR展示を通し、暮らしに役立つ知識や情報を提供
福祉・消費者ふれあい市場 6福祉団体による手作りのパン、ケーキ、クッキー、ジャム、農産物などの販売

ステージ	主な出展内容	
9日(出)	●DVD上映「フェアトレード」 ●寸劇「オンラインゲームの落とし穴」 ●山田沙紀さんの「マリンバ演奏」 ●環境問題〇×クイズ	重さ111gを当てよう!、ジャンボよいとまけの重さ当て振り込め詐欺犯人の肉声電話ごみ分別ゲーム、EM活性液を作ってみよう、保冷剤から消臭剤を作ろう 「ほくでん電気教室」、スマホスピーカー制作
10日(日)	●竹内ひとみさんのバルーンアート ●おなか元気教室(苦小牧ヤクルト販売株) ●着物のリフォームショー ●寸劇「還付金サギ」 ●ジャンボよいとまけ重さ発表と試食会	防災グッズの展示、地産地消コーナー、身近な発明品 カレンダーで作るエコバッグ、着物のリフォーム 悪質商法など消費者トラブル相談コーナー

先着50人に「厚真復興のみそばん」をプレゼント!
さらに、スタンプラリー参加で先着55人に厚真産のいもなど野菜(子どもには駄菓子)のプレゼントがあります!さらに紙パック13枚とトイレトーパー1個を交換!(1人1日1回まで) ※いずれも両日

第71回苦小牧市民文化祭 菊花展

日11月2日(土)〜4日(月) 9時30分〜17時(4日は16時30分まで)
所サングァーデン 詳生涯学習課 電(32)6756
対妊娠中や1歳未満の子ともがいる母親 または父親(託児なし)
②ハープ講習会〜クリスマス飾りアロマワックスバー作り
日12月1日(日) 10時〜12時

子育て講座 step(ダイジェスト版)

日12月6日(金) 10時〜12時
所市民活動センター
対育児中の保護者 ※無料託児(3カ月の小学生、11月29日(金)までに要予約)
定20人 申し込み順
申 11月1日(金)から電話で こども支援課 電(32)6369

創業フォローアップセミナーin 苦小牧

日11月13日(水) 16時30分〜19時30分
所グランドホテルニュー王子
対創業してから5年以内の方
定20人 申し込み順
持名刺
申日本政策金融公庫室蘭支店(苦小牧出張所)、市商業振興課、商工会議所で配布の申込用紙を11月6日(水)までに直接または郵送(必着)、ファクスで 〒050-0083 室蘭市東町2-9-8 日本政策金融公庫室蘭支店 電0143(44)1731 FAX0143(43)2075
詳商業振興課 電(32)6447

菊花展が開催されます

丹精込めて育て上げた作品が数多く展示されます
日11月5日(火)〜7日(木) 17時まで
所市役所中央ロビー
詳総務部総務課 電(32)6179

国際理解講座

日11月9日(出) 10時〜15時
所COCOTOMA 電(33)1534

移動図書館車

とまチョップ図書館号は市内26カ所のステーションを巡回し、図書館と同じように使うことができます。巡回表は中央図書館などで配布の他、QRコードからも確認可能です。気軽にご利用ください
詳中央図書館 電(35)0511

英語スピーチフェスティバルの開催

日11月9日(出) 14時〜15時(開場13時30分)
所苦小牧駒澤大学 直接会場へ
内苦小牧市、白老町の小・中学生が身近な話題について考察し、制限時間の中で与えられた課題について、英語でスピーチを行います
詳苦小牧駒澤大学 電(61)3117

子育て講座

日11月22日(金) 18時〜19時
定100人 申し込み順
申電話で とましんイベント担当 電(56)5026
5026

とましん本店

日11月27日(水) 10時〜15時
所とましんイベント担当 電(56)5026
市まちづくり推進課 電(32)6062

美とまるしえwithHIPPO

日11月25日(月) 10時〜15時
所COCOTOMA 電(33)1534

国際理解講座

日11月9日(出) 9時30分〜11時30分
所COCOTOMA
内青年海外協力隊員 渡部宏美氏による中国でのボランティア経験についての講演や、苦小牧国際交流員(CIR)によりニュージールランド文化を紹介
定40人 申し込み順
申 11月8日(金)までに、電話またはEメ

協働・男女平等参画室

日11月22日(金) 18時〜19時
定100人 申し込み順
申電話で とましんイベント担当 電(56)5026
5026

まちなかイベント

日11月5日(火)〜7日(木) 9時〜19時
夜会コンサート

国際理解講座

日11月9日(出) 9時30分〜11時30分
所COCOTOMA
内青年海外協力隊員 渡部宏美氏による中国でのボランティア経験についての講演や、苦小牧国際交流員(CIR)によりニュージールランド文化を紹介
定40人 申し込み順
申 11月8日(金)までに、電話またはEメ

協働・男女平等参画室

日11月22日(金) 18時〜19時
定100人 申し込み順
申電話で とましんイベント担当 電(56)5026
5026

美とまるしえwithHIPPO

日11月25日(月) 10時〜15時
所COCOTOMA 電(33)1534

国際理解講座

日11月9日(出) 9時30分〜11時30分
所COCOTOMA
内青年海外協力隊員 渡部宏美氏による中国でのボランティア経験についての講演や、苦小牧国際交流員(CIR)によりニュージールランド文化を紹介
定40人 申し込み順
申 11月8日(金)までに、電話またはEメ

協働・男女平等参画室

日11月22日(金) 18時〜19時
定100人 申し込み順
申電話で とましんイベント担当 電(56)5026
5026

広告

広告

催し・講座

苦小牧市ワークライフバランス等企業表彰式 記念講演「5年後生き残るための経営戦略」

日11月27日(水) 13時～15時30分



所文化会館 定500人 申し込み順 申詳11月22日(金)までに氏名、参加人数、電話番号を直接または電話、ファクス、Eメールで 協働・男女平等参画室 (84)4052 FAX(34)7110

事業承継セミナー

日11月21日(水) 13時30分～15時30分

所苦小牧経済センタービル 対事業の引き継ぎを考える経営者、後継者など 定50人 申し込み順

申商工会議所 (HPでダウンロード可)で配布の申込用紙を11月14日(木)までに直接または郵送(必着)、ファクス、HPで 053・0022 表町1-1-13 商工会議所 (33)5454 FAX(32)6058 詳商業振興課 (32)6445

日本政策金融公庫主催 女性のための創業セミナー&相談会

日11月29日(金) 10時～12時30分 ②12月7日(土) 10時～15時



講師(株)ティーガイア北海道支店 a u ショ

ツブ苦小牧東 藤井美里氏 定40人 申し込み順 ※小・中学生の同伴は不可、ただし乳幼児は同伴可 申詳電話で 消費者センター (33)6510 安全安心生活課 (32)6306



申詳救急課 (HPでダウンロード可)で配布の申請書を11月27日(水)～12月11日(水)に直接または郵送(必着)、ファクス、Eメールで 053・0052 新開町2-12-7 救急課 (84)5044 FAX(84)5046 shobo-kyukyuu@city.tomakomai.hokkaido.jp

普通救命講習会 日12月18日(水) 13時30分 所消防防災訓練センター 内心肺蘇生法とAEDの使用方法など 定30人 申し込み順

とまこまい若者サポートステーション 出張相談

対就職を目指している15～39歳 申前日までに電話で とまこまい若者サポートステーション 詳工業・雇用振興課 (32)6432

11月の無料相談

Table with 2 columns: 内容・会場, とき・申し込み・詳細. Includes items like 総務省行政相談所, 一日子ども相談, 行政書士会くらしの無料相談会, etc.

今月の納期・夜間納税相談

Table with 4 columns: 納期, 国保税, 6期, 12月2日(月). Includes 夜間納税相談 details.

支払いの際は、便利な口座振替やコンビニ納付をご利用ください

広告

広告

催し・講座

教育研究所の一般対象研修講座

日11月19日(火) 15時〜17時
所教育・福祉センター
内コミュニケーション・スクールの目指すもの
定40人 申し込み順
申請前日までに 教育研究所 TEL(36)4152

スポーツ

2019-2020 アジアリーグアイスホッケー

日11月2日(土)、3日(日) 15時
対戦相手東北フリーブレイズ
¥自由席(一般) 11千円(当日千300円)
指定席 11千500円(当日千800円)、特別指定席 12千円(当日千300円)、高校生以下無料
チケット販売 苫小牧アイスホッケー連盟 TEL(34)7601
小学生交流試合(はちとまネットワーク)
八戸市との連携事業の一環として、小学生によるアイスホッケーの交流試合を行います。ぜひ「ちちらも」観戦ください!
日11月3日(日) 12時

募集

所白鳥王子アイスアリーナ
詳スポーツ都市推進課 TEL(34)9601

初心者スポンジテニス教室

日12月2日〜23日 毎週月曜日 計4回
10時〜12時
対18歳以上(高校生不可)
¥800円 当日納入
定20人 申し込み順
持運動靴、飲み物 ※道具の貸出可
所申請11月2日(土)〜30日(土)に直接または電話で 日吉体育館 TEL(73)6010

苫小牧市地域情報化計画(案)に係る説明会実施・意見の募集

説明会11月21日(休) 13時〜14時、19時〜20時 市役所7階会議室
申請情報推進課 (HPでダウンロード可)、市役所2階市民情報コーナー、各コミセン、勇弘・沼ノ端出張所、植苗ファミリーセンター、COCOTOMAで配布の意見書を11月22日(金)〜12月23日(月)に直接または郵送(消印有効)、ファクス、Eメールで 情報推進課 TEL(32)6196 FAX(32)2198 joho@city.tomakomai.hokkaido.jp

選挙啓発標語を募集

内きれいな選挙の推進、棄権防止の呼び

掛けを表すもの。一人2作品まで

申請住所、氏名、年齢、電話番号、児童生徒の場合は学校名・学年を記入し、令和2年1月31日(金)までに直接または郵送(必着)、Eメールで 選挙管理委員会事務局 TEL(32)6764 senkan@city.tomakomai.hokkaido.jp

第54回とまこまいスケートまつりプログラム広告の募集

1月下旬〜2月上旬に市内に配布される、とまこまいスケートまつりのプログラムに掲載の広告を募集します
募集枠若干数 申し込み順
掲載枠 4色カラー刷 縦4.5cm 横6cm (変更の場合あり)
掲載料3万円(原稿作成に要する経費などは各自負担)
申請11月29日(金)までに電話で 苫小牧スケートまつり実行委員会(観光振興課内) TEL(32)6448

自衛官等募集案内

募集種目候補生(男子・女子)
応募資格18〜32歳
受付期間11月14日(休)まで
試験日程11月23日(土)、24日(日)のいずれか1日
詳自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所 TEL(32)3725 市民課 TEL(32)6294

市政トピックス

とまこまいイルミネーション

TOMAILLU SQUARE 2019 とまイルスクエア

TEL(32)6062

今年も、JR苫小牧駅前「TOMAILLU SQUARE(とまイルスクエア)2019」を開催します。2年目の今回も、冬のとまこまいを彩るため、音と光のドームでまちなかを明るく照らします。昨年とは違う新たなオブジェも登場し、パワーアップしたとまイルをぜひ見に来てください。

とまイルの見どころ大公開!

見どころ POINT 1 道内最大のドーム状イルミネーション!

とまイルのシンボルとして、昨年駅前に初登場したドーム状イルミネーション(通称:とまイルドーム)は高さ約3.5m、長さ27mと道内最大の規模を誇ります。とまイルでしか味わえない幻想的な空間をお楽しみください。

見どころ POINT 2 ドームの中にも楽しい仕掛けを用意!

とまイルドームの内部には、記念撮影にぴったりのフォトブースを多数設置!今回初登場の「ジュエリーフラワー」は、スイッチを押すと光が変化する仕掛け。昨年よりパワーアップしたブースでインスタ映えを狙いませぬか。

見どころ POINT 3 音楽に合わせて変化! 期間限定プログラムを実施!

とまイルドームは、数分おきに音楽に合わせてさまざまな色やパターンに変化するのが特徴。その時期しか見られない期間限定のプログラムもあるので、何度も足を運んで一瞬のシャッターチャンスを狙ってみて!

期間限定プログラム
*12月1日(日)〜25日(火) クリスマス限定プログラム
*2020年2月1日(土)〜14日(金) バレンタイン限定プログラム

光かがやくまちなかへ
開催期間 12月1日(日)〜2020年2月14日(金)
点灯時間 16:00〜23:00 ※2020年2月1日からは17:00より点灯
場所 JR苫小牧駅南口・駅前広場

OPENING EVENT

点灯式
東小ブラスバンド同好会の演奏など点灯セレモニーを実施!ホットドリンク無料配布や、移動販売車も来るよ!
12月1日(日) 16:00〜16:30
500ポイント
入場無料!!
たくさんのご来場をお待ちしています!



期間中イベント情報

詳細はとまイル公式HP (https://toma-illu.com/)やSNSをチェック!
12月1日の点灯式以降も楽しいイベントを開催!

Table with 2 columns: Date and Event Name/Description. Includes events like 'Tomailu Maichika Drawing Contest', 'SNS Photo Contest', 'Instagram Photo Workshop', 'Stand Light Object Workshop', 'Tomailu Sweets Festa', and 'Finale Event'.

市役所・出張所などの連絡先

- 市役所
〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号 ☎0144(32)6111(代表)
- 勇払出張所
〒059-1372 苫小牧市字勇払33番地 ☎0144(56)0003
- のぞみ出張所
〒059-1272 苫小牧市のぞみ町1丁目2番5号 ☎0144(67)0464
- 沼ノ端出張所
〒059-1304 苫小牧市北栄町3丁目3番3号 ☎0144(55)0979

市政に関するご意見、ご提案などは
(協働・男女平等参画室)
☎0144(32)6152 ☎0144(34)7110
✉kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

苫小牧市役所ホームページ……………
☎http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/

携帯電話対応の情報提供サイト
☎http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index_m.html



今月の 健幸インフォメーション

健康支援課 ☎(32)6407

Smart Check Smart Breath 健診・検診の受診 禁煙

肺がん市民公開講座を開催します!

本市で最も死亡者数の多い肺がんとはこの関係について、分かりやすくお伝えします

☎11月9日(出) 14時~15時30分(受付13時30分)
※希望者には13時30分から肺年齢測定を実施

所 医師会館
内 ●苫小牧市の受動喫煙防止対策について
●すべての人に伝えたい「タバコの本当の話」

講師 栃木県立がんセンター 医師 神山 由香理 氏
定 100人 申し込み順 ☎健康支援課 ☎(32)6410

みんなで健幸大作戦! オリジナルグッズをプレゼント!

Smart Check 健診・検診の受診

無料でカラダ衰え度チェック!

☎11月11日(月)、12日(火)
【第一部】10時~13時(最終受付12時15分)
【第二部】14時~16時30分(最終受付15時45分)

所 11日=住吉コミセン、12日=総合体育館
内 血管年齢・姿勢・脂肪燃焼力・からだの衰え度チェック、肺年齢測定
定 各日100人 直接会場へ

動きやすい服装でお越しください!

Smart Eat 適切な食生活

11月の健幸レストラン

☎11月7日(休) 12時~13時30分
¥1,000円 当日納入
定 30人 申し込み順
所 申 11月5日(火)までに保健センター ☎(35)2800

がん検診を3種類以上受診した方は結果連絡票持参で700円!

Smart Walk 適度な運動

みんなでラジオ体操 in イオンモール

寒くて家にこもりがちな季節は、イオンモールでラジオ体操&ウォーキングに参加して運動不足を解消!

☎11月16日(出) 10時~12時(受付9時30分)
※12月4日(火)、令和2年1月17日(金)、2月2日(日)の全4回開催予定

所 イオンモール苫小牧 直接会場へ
内 ●ラジオ体操のポイント説明、実技指導
●店内ウォーキング
●肺年齢・骨密度測定

みんなで健幸大作戦! オリジナルマフラータオルをプレゼント!

●人口と世帯(9月末)

総数 ▶171,288人 (対前月比:4人減)
男性 ▶83,743人
女性 ▶87,545人
世帯数 ▶89,399世帯

来月号の広報とまこまいもお楽しみに! 秘書広報課

編集後記

とまこまいキッズタウンを取材しました。子どもに働くことの楽しさや大変さを伝えるため、各企業ならではのアイデアも素晴らしかったです。みんな苫小牧に就職してね! (清)

CIRのガルピン・ブレナンさんのインタビューでは、日本の変わっていると感じるところがたくさん出てきました。確かに私も、電話の相づちが多いかもしれない… (志)

特集Iより、表彰・受賞された皆さま、誠におめでとうございます! 長年にわたり市の発展に貢献された方々のおかげで、今の苫小牧があるということを忘れてはいけませんね (池)

寒くなるにつれてイベントごとは少なくなりますが、今月も催し・講座は充実しています。広報とまこまいをチェックして、ぜひ、参加してみてください (高)

ストップ・ザ・交通事故! 交通事故発生状況(11月1日~10月6日)

発件数 278件 (前年比29件減) 死者 6人 (前年比4人増) 傷者 321人 (前年比28人減)

緑跨線橋開通に伴うバス路線の一部変更について

市まちづくり推進課 ☎(84)4071
道南バス(株)苫小牧営業所 ☎(55)7125

工事完了に伴い、市内を運行しているバス路線の一部が、下記の通り変更になります。該当路線の各バス停留所の時刻なども変更になりますのでご注意ください。変更後の時刻などの詳細は、お手数ですが道南バス(株)苫小牧営業所(☎(55)7125)にお問い合わせください

- 変更日 緑跨線橋開通日の翌日から
- 対象路線 ①01 永福三条線
②22 市立病院港町循環線
③30 千歳空港線
④31 苫東工業基地線
⑤苫小牧~静内、平取、日高

