広報ほくと

6
Jun.2026
No.245

【表紙】この写真は、生成AIの機能を用いて作成したものです。

ごみ
分別徹底・減量化
のお願い

ごみ焼却施設「クリーンおしま」の火災により、現在、施設が停止しているため
市民のみなさまのご協力が不可欠な状況です。
ごみの減量化にご協力いただくため、今月号では、あらためて分別方法についてお知らせします。

問 環境課環境係　内 262 ～ 264

4月29日に発生したごみ焼却施設「クリーンおしま」での火災により、現在、燃やせるごみの焼却ができない状態となっています。北斗市では、通常どおり燃やせるごみの収集を行っていますが、最終処分場などにごみを仮置きせざるを得ない状況です。また、火災によるクリーンおしまの被害状況の調査には長期間を要するため、現時点で施設の復旧、運転再開の目途は立っていません。

こうした状況を踏まえ、市民の皆さまにはご不便・ご負担をおかけしますが、ごみ分別の徹底とごみの減量化にあらためてご協力くださいますようお願いします。

分別の徹底を

北斗市では、生ごみを分別するなど循環型社会の実現に向けた取組みを進めていますが、燃やせるごみの中には、まだまだ生ごみが混在しています。また、缶・瓶・ペットボトル・プラスチック製容器など本来資源ごみとして出せるものも多く含まれています。

これらを燃やせるごみに混ぜず、次のとおり分別を徹底してください。

○燃やせるごみと生ごみを分ける。

○燃やせるごみと、プラスチック製容器包装やペットボトルなどの資源ごみ、新聞や雑誌、段ボールなどの古紙類を分ける。

なお、個人および事業者の「燃やせるごみ」「別回収燃やせるごみ」の直接持込みは、現在受付を中止しています。

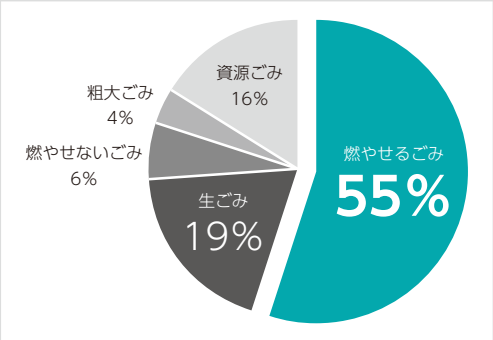
「燃やせないごみ（赤色指定袋）」「資源ごみ（瓶、缶、ペットボトル、古紙、プラスチック製容器）」「粗大ごみ（有料）」は、通常どおり「リサイクリーンほくと」で受け付けています。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

クリーンおしまの火災について

渡島管内１市９町で構成される渡島廃棄物処理広域連合のごみ焼却施設「クリーンおしま」。4月29日の午前5時25分頃、収集されてきた可燃ごみを貯めるピットから出火し、ピット内の広範囲に延焼が広がったため、施設が緊急停止する事態となりました。消防による24時間体制での消火活動が続けられた結果、5月1日午前7時に鎮圧、5月4日午後1時15分に鎮火が確認されましたが、施設の復旧には、いまだ目途がたっていない状況です。

ごみの分別徹底にご協力ください

北斗市における家庭ごみの排出割合



北斗市における家庭ごみの排出割合は、燃やせるごみが55%を占めています。その中には、生ごみや、プラスチック製容器などの資源ごみが混入している場合もあり、燃やせるごみはまだまだ減らせる余地があります。

燃やせるごみに生ごみが混入すると、仮置き中に腐敗が進み、汚水や悪臭の原因となります。また、カラスやキツネなどの野生生物が集まったり、害虫が発生するなど、周辺環境への大きな悪影響につながります。

北斗市では市民の皆さまの協力により、平成19年から生ごみの堆肥化処理を開始し、ごみ減量化に取り組んできました。その結果、ごみ減量に一定の成果が見られる一方で、燃やせるごみには、まだたくさんの生ごみが混入しています。

生ごみの中身と行方

これらは、生ごみの袋に混入していたごみです。

包丁などの鋭利な刃物は、作業員のけがにつながり大変危険ですので、絶対に入れないでください。

また、昨年、市内在住の高校生が生ごみをテーマにした動画を制作しました。

生ごみがどのように処理され、資源として循環していくのかを分かりやすく紹介しています。

YouTubeで配信中!
ぜひご覧ください

意識が変われば、分別が変わる 分別が変われば、ごみも減る

未来環境株式会社　代表取締役　浜西　恵利子さん

生ごみは多い日で1日15トン搬入があります。家庭だけでなく、スーパーや飲食店などから出た生ごみも含まれています。生ごみ分別は機械で行われていると思われがちですが、実際は全て手作業です。生ごみの中には、食品トレーや包装フィルム、さらには、漬物石やおむつ、使用済みの衛生用品などが入っている場合もあり、分別に最も時間がかかっています。中には、包丁などの鋭利な刃物が入っていることもあり、現場での作業は危険を伴う場合もあります。

多くの手間をかけて分別された生ごみは、堆肥として再利用されています。空気を入れながらかき混ぜ、約45日間かけて熟成された後、農家などで肥料として活用されています。興味のある方は、ぜひお問い合わせください。

黄色い生ごみ袋に入れた生ごみは、土に還り、また次の命を育てる循環につながっています。私たちが毎日行う「分別」は、単なるごみ出しではなく、資源を循環させる大切な取組みです。原材料不足などにより、さまざまな資源が限られていく時代だからこそ、循環させることが大切です。

昨年、市内在住の当時高校3年生だった2人が取材に訪れてくれました。

こうした思いを持って作業を続ける中で、昨年は高校生がごみ処理の現場に興味を持ち、取材に訪れてくれました。

若い世代が、ごみや環境問題に関心を持ってくれたことが本当に嬉しく、自分たちの仕事が、このまちの役に立っていると感じました。

このように若い世代が身近なことに関心を持ってくれれば、北斗市のごみの未来も変わっていくのではないかと思っています。

燃やせるごみ対策 3切り運動

燃やせるごみを減らすためには「使い切り」「食べ切り」「水切り」の３つをあわせた**「３切り運動」**が効果的です。

あなたは何点？全部できていたら、ごみマイスター!?

①使い切り

Check **使い切りチェックシート**

- □ 定期的に冷蔵庫の食材をチェックし、賞味・消費期限切れを気にしている
- □ 食材は使い切れる必要な分だけを購入している
- □ 食材は余らせず使い切るよう心がけている
- □ 同じものを重複して買わないようにしている

②食べ切り

Check **食べ切りチェックシート**

- □ 食べられる量だけ調理している
- □ 外食では残さないように気を付けている
- □ 食べきれなかった料理は、別の料理にアレンジして活用している
- □ 冷蔵庫の中の残り物を使っている

③水切り

Check **水切りチェックシート**

- □ 三角コーナーやネットで水切りしている
- □ 生ごみをため込みすぎないよう心がけている
- □ 野菜くずや茶がらは、乾かしてから捨てている
- □ 生ごみは捨てる前に、ひと絞りしている

ごみの指定袋について

中東情勢の影響を受け、全国的に石油化学製品の原材料の調達が不安定な状況にあり、
北斗市においても、指定ごみ袋の安定供給が困難となっています。
市民の皆さまにおかれましては、過度な購入はお控えいただくとともに、以下の対応をお願いします。

北斗市指定ごみ袋を購入できない場合は、
中身が見える市販の透明・半透明の袋でごみを出すことができます。

ごみの種類を大きく書いて

出してください。

○使用できる袋

中身が見える
透明・半透明の袋

×使用できない袋

中身が見えない
色付きの袋

実施期間　**6月30日までの間**

大きさ
■生ごみ以外　30ℓ～45ℓサイズ
■生ごみ　10ℓまでのサイズ

今年も話題のグルメが集結。人気のお店がやってくる！

あの有名なB級グルメも初出店！

グルメだよ！全員集合 in北斗 2026

初出店10店以上

6.27 SAT ▸ 6.28 SUN

10：00～17：00

新函館北斗駅前特設会場

今回で5回目となる本イベントでは、北斗市誕生20周年を記念し「２０」にちなんだ特別メニューなどを提供します。また、本イベント初出店となる店舗も多数参加します。
会場内のステージでは吹奏楽の演奏やずーしーほっきーなどのキャラクター出演など楽しいイベントが行われます。イベント詳細は、6月25日（木）発行の北海道新聞タブロイド紙や市公式ホームページ、イベントInstagramでご確認ください。

主催／グルメだよ！全員集合 in 北斗実行委員会
構成／（一社）北斗市観光協会・北斗市商工会・新函館農業協同組合北斗営農センター
上磯郡漁業協同組合・北斗市・株式会社北海道新聞社函館支社
問 実行委員会事務局（観光課観光係）内282・283

市公式 HP　Instagram

【無料シャトルバス運行】

北斗市役所と総合分庁舎からシャトルバスを運行します。会場周辺の駐車場は満車となることが予想されますので、北斗市役所や総合分庁舎の駐車場に車を停めてシャトルバスをご利用ください。

往　路

北斗市役所 発 ▶ 新函館北斗駅　行き

北斗市役所 発		北斗市総合分庁舎 発		新函館北斗駅 着
9:00	▶	9:25	▶	9:40
10:00	▶	10:25	▶	10:40
11:00	▶	11:25	▶	11:40
12:00	▶	12:25	▶	12:40
14:00	▶	14:25	▶	14:40
15:00	▶	15:25	▶	15:40

復　路

新函館北斗駅 発 ▶ 北斗市役所　行き

新函館北斗駅 発		北斗市総合分庁舎 着		北斗市役所 着
11:00	▶	11:15	▶	11:40
12:00	▶	12:15	▶	12:40
13:00	▶	13:15	▶	13:40
15:00	▶	15:15	▶	15:40
16:00	▶	16:15	▶	16:40
17:00	▶	17:15	▶	17:40

【通行止めのお知らせ】

イベント開催に伴い、新函館北斗駅周辺で車両通行止めを実施します。

■規制箇所

道道新函館北斗停車場線の一部(右図)

■規制日時／

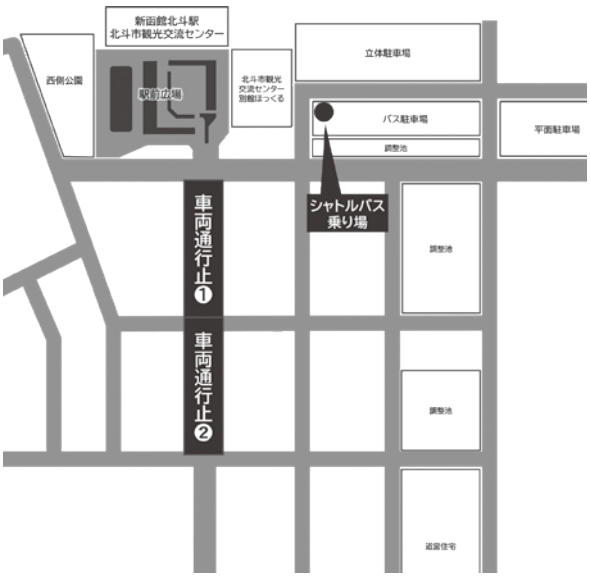
車両通行止①　6/26(金)16:00～6/28(日)19:00

車両通行止②　6/27(土)　7:00～19:00

6/28(日)　7:00～19:00

※通行の際は、案内看板や警備員の指示に従ってください。

※11:00～13:00は駐車場が満車状態になります。
時間に余裕をもってお越しになるか、函館バス･JRなどの公共交通機関やシャトルバスをご利用ください。



※写真は昨年の開催の様子です。

募集

緑の旋風

東京ヴェルディが北斗市にやってくる

キャンプ情報はコチラ

今年度からJリーグのシーズンオフが6月～7月となることから、涼しい北海道でのトレーニングキャンプに注目が集まっています。本市でも誘致活動を進めてきたところ、このたび、Jリーグの名門クラブ「東京ヴェルディ」が本市でトレーニングキャンプを行うことが決定しました。キャンプ期間中は、トレーニングマッチに加え、サッカー教室も予定しておりますので、目の前で繰り広げられるトップレベルのプレー、張り詰めた空気の中で見せる選手たちの真剣な表情や迫力を、ぜひ会場で体感してください。

期　間　**7/10**㊎～**7/20**㊊・祝

場　所　北斗市運動公園フットボール場

トレーニングマッチ

テレビでは伝わらないスピードや音、臨場感に触れられる、またとない機会です。この機会をお見逃しなく、ぜひ会場へお越しください。

日　時　**7/17**㊎

場　所　北斗市運動公園フットボール場

対戦相手　ＦＣ今治

サッカー教室

キャンプ期間中、サッカー教室を開催します。経験の有無は問いません。プロの魅力を体感できる機会です。

日　時　**7/18**㊏

場　所　北斗市運動公園フットボール場

※参加対象や開始時間等の詳細が決まり次第、市公式 HP でお知らせします。

【見学について】
トレーニングスケジュールやトレーニングマッチの開始時間、見学エリア等は、詳細が決まり次第、市公式HPのほか、東京ヴェルディ公式WEBサイトおよび東京ヴェルディ公式Xでお知らせします。

東京ヴェルディ公式 HP

東京ヴェルディ公式 X

【撮影について】
写真撮影は可能ですが、動画の撮影およびSNS等での公開はご遠慮ください。

知ってる？スポーツの良いところはプレーするだけではありません！

観戦することで得られる
心身の健康効果

喜び・活力　一体感　感動

スポーツ観戦がまちを元気に！

さらに広がる
まちへの効果

にぎわい　つながり　経済の活性化

問 観光課観光係　内 282・283
〈協力〉東京ヴェルディ株式会社

お知らせ

例年、夏場を迎えると水の使用量が増えてきます

できることから、ちょっと節水

上磯ダム貯水量
最新情報はコチラ

上磯ダムは、農業と水道に使用する水を蓄えていますが、夏場を迎え雨が降らない日が続くと、ダムの貯水量が大幅に減少します。
5月22日現在、上磯ダムの貯水率は81.8%ありますが、少雨の影響により貯水量が減少し続けております。
この状況が続けば、今後、水道水の供給に影響が出る可能性があります。
突発的な断水を防ぐためにも、次のようなことを心がけて節水にご協力をお願いいたします。

まずはここから！５つの節水アクション

①食器を洗う時は水を流しっぱなしにせず、容器に水をためて使用しましょう。
②風呂の残り湯は洗濯や散水に再利用しましょう。
③洗面や手洗いの時は、蛇口を小まめに開閉しましょう。
④水洗トイレの水は、大と小を使い分けましょう。
⑤洗車は「バケツ洗い」でしましょう。

一人ひとりの節水する量がわずかでも、みんなの分を合わせると、とても大きな量になります。
節水にご協力をお願いいたします。

問 上下水道課事務係　内 246

お知らせ

令和8年度

後期高齢者医療保険料率の改定

詳細はコチラ

	加入者全員が均等に負担 **均等割**		本人の前年の所得金額に応じた負担 **所得割**		100円未満切り捨て **保険料**	
（医療分）	59,963円	＋	（前年中の所得－最大43万円）×11.61%	＝	医療分の保険料 限度額　85万円	（医療分）＋（子ども分）＝1年間の保険料
（子ども分）	1,364円	＋	（前年中の所得－最大43万円）×0.28%	＝	子ども分の保険料 限度額　2万1千円	

均等割の軽減基準の変更

世帯の所得に応じて、「均等割」には３段階の軽減があります。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合		軽減後医療分均等割額	軽減後子ども分均等割額
	医療分	子ども分		
43万円＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下の世帯	7.2割	7割	16,789円	409円
43万円＋（31万円×被保険者数）＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下の世帯	5割		29,981円	682円
43万円＋（57万円×被保険者数）＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下の世帯	2割		47,970円	1,091円

給与所得者等とは
①給与等の収入金額が55万円を超える方
②公的年金の収入金額が125万円（65歳未満の場合は60万円）を超える方
・65歳以上の方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を差し引いた額で判定します。

問 国保医療課医療給付係　内 124

お知らせ

直接医療機関にお申込みください

個別健(検)診

詳細はコチラ

年に１度の健(検)診(※子宮頸がん・乳がん検診は２年に１度)を習慣にしましょう。
※子宮頸がん・乳がん集団検診につきましては、7月号でご案内いたします。

個別検診対象者・料金一覧

健診内容		対象者	対象年齢	料金
特定健診 (血液検査、尿検査、身体測定、血圧測定など) ※妊産婦、長期入院している方、特定の福祉施設などに入所している方は受診できません。		国民健康保険加入者	・40歳から74歳の方 ・今年度40歳になる方	無料
		後期高齢者医療加入者	・受診日で75歳以上の方 ・65歳から74歳までの方で一定の障がいのある方	
		生活保護受給者	受診日で40歳以上	
がん検診	**胃がん検診(胃内視鏡検査)**	どなたでも受診できます	受診日で40歳以上	2,000円
	大腸がん検診		受診日で40歳以上	300円
	結核検診(肺がん検診)		受診日で65歳以上	無料
	前立腺がん検診		受診日で65歳以上 ※前立腺がん治療中または治療後の方は受診する必要はありません。(正常基準値が異なる場合があるため。)	500円
	子宮がん検診		受診日で20歳以上で、西暦で偶数年生まれの方	【頸部】2,000円 【頸部+体部】2,800円
	乳がん検診		受診日で35歳以上で、西暦で偶数年生まれの方	【マンモグラフィ】2,000円 【マンモグラフィ +超音波】3,000円
胃がんリスク検診 (血液検査でピロリ菌感染の有無や胃粘膜の萎縮度を判定し、「胃がん」になりやすいかどうかを判定することができます。)			受診日で40歳以上でこれまで受けたことがない方 ※胃の手術を受けたことのある方などは、受診できません。	1,000円
肝炎ウイルス検査			受診日で40歳以上でこれまで受けたことがない方	無料

医療機関名・住所・電話番号 (直接医療機関に申し込み、受診してください。)			特定健診	胃がん	胃がんリスク検診	大腸がん	結核(肺がん)	前立腺がん	肝炎ウイルス	子宮がん ※2	乳がん ※1	
			無料	2,000円	1,000円	300円	無料	500円	無料	2,000円	マンモグラフィのみ 2,000円	マンモグラフィ+超音波 3,000円
医療機関名	住所	電話番号／対象年齢	本文のとおり	40歳～	40歳～	40歳～	65歳～	65歳～	40歳～	20歳～	35歳～	
海老沢医院	飯生３丁目	７３－２１３５	○	○	○	○	○	○	○			
おおきた内科胃腸科医院	七重浜８丁目	４９－５７２０	○	○	○	○	○	○	○			
小松内科循環器内科医院	七重浜５丁目	４９－１１５１	○			○	○	○	○			
岡本ひ尿器科医院	飯生１丁目	７４－３９１１				○	○	○	○			
かみいそ循環器内科クリニック	東浜２丁目	７４－３３７０				○		○	○			
たや内科クリニック	久根別１丁目	７３－１２４１	○	○	○	○	○	○	○			
平田博巳内科クリニック	七重浜４丁目	４８－２２００	○	○	○	○	○	○	○			
藤原内科・こころクリニック	追分２丁目	４８－１５５６	○	○	○	○	○	○	○			
増田クリニック	本町２丁目	７７－８１０５	○	○	○	○	○	○	○			
きむらクリニック	本町４９９	７７－７１７１	○	○	○	○	○	○	○			
しいき循環器科内科医院	本町６６５	７７－１２２５	○			○	○	○	○			
函館中央病院	函館市本町	５２－１２３１	○								○	○
函館五稜郭病院	函館市五稜郭町	５１－２２９５	○								○	○
国立病院機構函館医療センター	函館市川原町	５１－６２８１									○	○
市立函館病院	函館市港町１丁目	４３－２０００									○	
函館赤十字病院	函館市堀川町	５１－８８７７									○	○
秋山ウィメンズ・ARTクリニック	函館市石川町	４６－６６６０									○	○
北美原クリニック	函館市石川町	３４－４４６０									○	○
函館市内産婦人科	※２　ご希望の産婦人科へ直接お電話で。(令和8年度は、西暦の偶数年に生まれた方が対象です。)									○		

※１　令和８年度は、西暦の偶数年に生まれた方が対象です。

問 保健福祉課健康推進係　内 152～155

こんにちは! 管理栄養士です

食事や健康に関するちょっとした疑問や悩みはありませんか？このコーナーでは、身近なテーマを取り上げながら、管理栄養士の視点でアドバイスやレシピを紹介します。
栄養相談の希望は、事前に連絡ください。

朝からたんぱく質が必要な理由

体は睡眠中にもエネルギーを使っているため、朝は不足した栄養を補う大切な時間帯です。しかし、起床直後は食欲が出にくい人も多く、パンとコーヒーだけや、飲み物だけで簡単に済ませてしまう方も多いのではないでしょうか。そんなあなたは、体をつくるもとになる「たんぱく質」が不足しているかもしれません。三大栄養素の１つであるたんぱく質は、筋肉だけでなく、肌や髪など体をつくる大切な栄養素です。炭水化物や脂質とは異なり、体内にためておくことができないため、1日を通してこまめに摂ることが大切です。特に近年では、1日の活動が始まる朝にたんぱく質をしっかり摂ることが、筋肉を落とさないようにしたり、増やしたりする効果があると注目されています。健康で丈夫な体づくりには、朝食というベストなタイミングを逃さないことがポイントです。今回は、忙しい朝でも1品から手軽にたんぱく質を取り入れられる食品をご紹介します。さらに、紹介するレシピ「夏のさっぱり混ぜごはん」では、1膳で約12ｇのたんぱく質が摂れます。ぜひお試しください。

たんぱく質の１日当たりの推奨量

成人男性	18～64歳	65g
	65歳以上	60g
成人女性	18歳以上	50g

（出典）厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2025年版）」
※医師から食事制限の指示がある場合は
その指示に従ってください。

手軽にたんぱく質を取り入れられる食品

（）内はたんぱく質量です

牛乳200ｍｌ（約7ｇ）

ヨーグルト100ｇ（約3.5ｇ）

ゆで卵　1個（約6ｇ）

納豆１パック（約6.5ｇ）

絹豆腐1/3丁（約5.5ｇ）

夏のさっぱり混ぜごはん

不足しがちなたんぱく質と野菜を、炊飯器ひとつで朝ごはんに！

〈材料〉4人分

・米	2合	・鮭	2切れ
・にんじん	1/3本	・ごぼう	1/3本
・しめじ	1/2房	・しょうが	1片
・大葉	2枚	・梅	2粒
・ごま	少々		

調味料

・醤油	大さじ1/2
・酒	大さじ１

〈作り方〉

①米をとぎ、調味料を加えて２合の目盛りまで水を入れて軽く混ぜる。
②にんじん・ごぼう・しょうがは細切り、しめじは石づきを除きほぐし、鮭と一緒に①の上にのせて炊飯する。
③炊き上がったら鮭の骨と皮を取り、混ぜて器に盛り、刻み大葉、たたいた梅、ごまを散らして完成。

問 保健福祉課健康推進係　内 154・155

町内会からの要望結果を公表

町内会から寄せられた地域の課題や改善要望を集約して整理し、その対応状況を公表しました。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

問 市民課市民係　内 112・115

特設行政相談所開設（予約不要）

今回は久根別・東浜地区での開催です。

行政相談員が、行政に対する苦情やご意見・ご要望等をお聞きいたします。直接、会場へお越しください。

- 日時：6/21(日)9:30～12:00
- 場所：久根別住民センター

問 市民課市民係　内 112・115

すずらん無料相談（事前予約制）

函館弁護士会による無料法律相談を開催します。

- 日時：6/23(火)13:00～16:00
- 場所：総合分庁舎
- 申込期限：6/22(月)12:00
- 申込方法：電話、申込フォーム

問 市民課市民係　内 112・115

休日納付相談 納付窓口開設

市税等に未納がある方や納期内納付が困難な方で、平日の相談が難しい方を対象に開設します。来庁できない方は、電話による相談も可能ですのでご利用ください。

- 日時：6/28(日)　9:00～16:00
- 場所：市役所収納課(1階5番窓口)

問 収納課収納管理係　内 142～145

市政スクール 参加者募集

「産業」をテーマに、北海道新幹線トンネル工事現場の見学のほか、農作業体験を行います。

- 開催日：6/26(金)
- 集合場所、時間
  市役所　　9:00集合
  総合分庁舎　9:30集合
- 対象：市内在住の方で2年以内の転入者優先
- 見学場所：つながれーる道南、北海道新幹線トンネル工事現場、六輪村
- 定員：先着40人
- 料金：無料
- 持ち物：昼食、長靴、軍手
- 申込期限：6/19(金)
- 申込方法：電話、申込フォーム

※汚れてもよく、動きやすい服装と靴で参加ください。

※工事現場では、市のヘルメットを着用していただきます。

問 市民課市民係　内 112・115

市民研修 参加者募集

通常は立ち入ることのできないセメント工場と鉱山を見学します。

- 開催日：6/20(土)
- 集合場所、時間
  総合分庁舎　12:20集合
  市役所　　12:50集合
- 対象：市内在住の方
- 見学場所：太平洋セメント上磯工場と鉱山
- 定員：25人(定員を超えた場合は抽選)
- 申込期限：6/12(金)
- 申込方法：電話、申込フォーム

※見学時は、安全確保のため、工場のヘルメットを着用していただきます。歩きやすい服装で参加ください。

問 市民課市民係　内 112・115

お知らせメール便

●連絡先

[開庁時間　平日8:30～17:00]

	(市外局番0138)
北斗市役所	TEL 73－3111
総合分庁舎	TEL 77－8811
七重浜支所	TEL 49－2356
茂辺地支所	TEL 75－2001

●人のうごき（4月30日時点）

人　口	41,806人	(－ 53人)
男	19,695人	(－ 39人)
女	22,111人	(－ 14人)

人口対前月内訳(対前月比)

転　入	200人	(－ 13人)
出　生	17人	(＋ 5人)
転　出	230人	(－123人)
死　亡	40人	(－ 15人)
世帯数	21,985世帯	(＋12世帯)

●休日当番医

[診療時間　9:00～15:00]

㊝＝北斗市　㊐＝七飯町

6/7(日)　小児科ひよこクリニック
㊐大川8-12-15　TEL65－1311

6/14(日)　北斗耳鼻咽喉科クリニック
㊝久根別1-26-8　TEL74－3387

6/21(日)　藤崎整形外科クリニック
㊝開発225-8　TEL77－1010

6/28(日)　ななえ新病院
㊐本町7-657-5　TEL65－2525

7/5(日)　望ヶ丘医院
㊐大川3-5-28　TEL65－8111

夜間診療

●内科・外科(19:30～24:00)
函館市夜間急病センター
函館市五稜郭町23-1　TEL30－1199
函館市総合保健センター内

●小児科(19:00～24:00)
※受付23:30まで
市立函館病院 夜間こども急患室
函館市港町1-10-1　TEL43－2000

※小児のケガ・やけど(外傷)は函館市夜間急病センター外科を受診してください。

●税・料の納期

納期は**6月30日(火)**です

●国民健康保険税	[第1期]
●後期高齢者医療保険料	[第1期]
●介護保険料	[第1期]

特定空家等解体費用補助

倒壊のおそれがあるなど危険な空家等の解体に対して、市では、解体工事の費用の一部を補助しています。

対象者(申請者)

- 市内に特定空家等を所有している方および相続権を有している方
- 市税に滞納のない方
- 申請者及び世帯員が暴力団員でない方

補助金の額

❶住宅、併用住宅
対象費用の1/3(上限300,000円)
❷❶以外の建物
対象費用の1/3(上限150,000円)

その他

- 申請前に特定空家等の認定などの事前確認が必要です。
- 詳細は、環境課までお問い合わせください。

問 環境課環境係　内 262～264

「ごみ」についての出前講座

ごみに関する周知活動として、5名以上の団体向けに、出前講座を実施しています。お気軽にお申込みください。

講座内容

- ごみの分別方法
- ごみの減量のポイントなど

講座内容や時間はご相談に応じます。

こんな団体におすすめ！

- 分別方法を改めて確認したい
- ごみの減量に取り組みたい

問 環境課環境係　内 262～264

ドクガの毛虫にご注意ください

特徴

- 体長約2cm、黒色でオレンジ色の筋模様
- イタドリやハマナスに発生
- 毒針毛があり、触れると強いかゆみや皮膚炎の原因になります。

予防のポイント

- 草むらや空き地にむやみに立ち入らない

触れてしまった場合

- テープなどで毛を取り除く
- 流水でよく洗い流す
- 症状が強い場合は皮膚科を受診

土地所有者の方へ

毛虫は小さいうちの駆除が効果的です。早めの草刈りや駆除など適切な管理をお願いします。

問 環境課環境係　内 262～264

空き地の所有者・管理者の方へ

雑草の草刈りを定期的に行うなど、所有・管理する空き地を適正に管理し、清潔を保つようにしましょう。
なお、遠方に居住しているなど自分で草刈りができない場合、市に草刈りを依頼することができます。

対象

都市計画法に基づく市街化区域の宅地化された空き地

草刈り費用(市が積算)

3.3平方メートル当たり55円(10円未満切り捨て)

申請方法等

市公式ホームページで確認ください。

問 環境課環境係　内 262～264

指定ごみ袋価格改定

中東情勢の影響により、指定ごみ袋の販売価格を6月1日から改定しました。需要急増による混乱を避け、たくさんの市民の皆様への提供を維持するため、必要以上の買いだめをしないなど、ご協力をお願いします。

販売価格(6/1～)

生ごみ(濃い黄色)

3L	188円
6L	222円
10L	265円

**燃やせないごみ(赤)、燃やせるごみ(青)
各種資源ごみ(各色)**

20L	214円
30L	270円
45L	364円

空き瓶(黄色)

10L　183円

燃やせるごみ・事業用

90L　552円

問 環境課環境係　内 262～264

環境影響評価方法書縦覧

- 事業名称:(仮称)上ノ国風力発電事業
- 縦覧場所:環境課、事業者ホームページ
- 縦覧期間：6/1(月)～6/30(火)
- 意見書受付期間:6/1(月)～7/15(水)

※評価方法書についての意見は、書面に住所・氏名・意見(意見の理由を含む)をご記入のうえ、環境課に備え付けの意見書箱に投函または、事業者へ郵送(当日消印有効)

問 環境課環境係　内 262～264

事業者による住民説明会

- 日時：6/19(金)18:00～
- 場所：茂辺地住民センター

問 上ノ国風力開発㈱　担当：長谷川
〒100-6015東京都千代田区霞が関3丁目2番5号　霞が関ビルディング15階
TEL03-3519-7481

ダイソー女子駅伝部 かけっこ教室 参加者募集

- 日時：7/11(土)9:30～10:30
- 場所：運動公園陸上競技場
- 対象：道南地区の小学生(見学可能)
- 定員：先着100人
- 料金：200円(保険代等)

※当日現金での支払い

- 申込期限：6/30(火)
- 申込方法：申込フォーム

※教室風景の写真を各報道機関、ホームページ等へ掲載する場合があります。

問 観光課観光係　内 282・283

小型はかりの定期検査

取引や証明に使用している計量器(はかり)は、計量法により2年に1度の定期検査が義務づけられています。
取引・証明用のはかりをお持ちで市の調査が来ていない方、はかりを新たに使い始めた方は、すみやかに水産商工労働課までご連絡ください。

検査日程

日時	検査会場
6/10(水) 10:00～16:00	北斗消防署車庫
6/12(金) 10:00～16:30	渡島農業改良普及センター車庫
6/18(木) 10:00～16:00	北斗消防署車庫

問 水産商工労働課商工労働係
内 285・286

北斗の杜コンサート

- 日時：6/14(日)
  ▽作品展示11:00～14:30
  ▽舞台発表12:00～14:30
- 場所：総合文化センターかなで～る
- 11時から数量限定で、パンの販売とコーヒーの無料提供があります。

問 北斗の杜コンサート実行委員会(かなで～る内)
TEL 74-2000

ふるさと納税事業者募集

ふるさと納税

返礼品提供事業者のメリット

❶全国の寄附者に返礼品を送るため販路拡大につながります。
❷サイト登録・運用に掛かる費用、品物の配送料が掛かりません。
❸代行業者が間に入ることにより、配送の手配や商品受付など個人情報の取り扱いが不要です。

提供事業者の要件

市内に事業所、店舗、工場などがある法人、または個人事業者であること。

登録できる返礼品

市内で生産、製造、加工、サービスの提供がされているもの、または栽培、採取、育成された原材料を使用しているものであること。

※総務省が定める返礼品の登録基準に基づき、内容を確認します。

問 企画課企画係　内 237

HOKUTOのおシゴト探求フェア 参加者募集

仕事内容や働き方、気になることなどリアルに聞ける、話せる「おシゴト説明会」を開催します。求職者によって、入場時間と対象企業ブースが異なりますので、事前にご確認のうえお越しください。

共通事項

- 開催日：6/15(月)
- 場所:七重浜住民センターれいんぼー
- 参加企業：28社

❶高校3年生

- 時間：13:20～17:00
  (受付終了16:30)
- 対象企業ブース：28社

❷一般求職者(アルバイト・パート)

- 時間：15:00～17:00
  (受付終了16:30)
- 対象企業ブース：10社

問 水産商工労働課商工労働係
内 285・286

児童手当現況届の提出

公簿等で受給要件が確認できる方は、現況届の提出は不要です。ただし、次のいずれかに該当する方は提出が必要となります。

提出が必要な方

(1)配偶者からの暴力等により、住民票の住所地と居住実態が異なる方
(2)支給要件児童の戸籍や住民票がない方
(3)離婚協議中で配偶者と別居されている方
(4)法人である未成年後見人、施設等の受給者の方
(5)大学生年代の子のうち、学生以外(就職・未就労等)の子を養育している方
(6)その他、北斗市から提出の案内があった方(※別途、案内あり)

提出期限

6/30(火)
現況届の提出がない場合は、6月分以降の手当が受給できなくなりますのでご注意ください。

問 子育て支援課子育て支援係
内 163

男性の料理教室 参加者募集

一人でも簡単に作れるレシピを覚えてご家族や友人にふるまってみませんか？

- 日時：7/6(月)10:00～12:30
- 場所：総合文化センターかなで～る
- 対象：65歳以上の男性
- 定員：先着15人
- 料金：500円
- 持ち物:エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具等
- 申込期限：6/30(火)
- 申込方法：電話、申込フォーム

問 北斗市食生活改善協議会(保健福祉課健康推進係内)　内 155

7/5運動公園内施設 子ども無料開放

無料開放日

7/5(日)

対象

市内在住の幼児から中学生までの子どもと、その保護者

開放施設・時間

❶運動公園フットボール場：
9:00～16:00

❷運動公園パークゴルフ場：
12:00～17:00(午前中は一般利用可)

その他

※用具の数に限りがありますので、お持ちの方はご持参ください。

※幼児は保護者の付き添いが必要です。

※小学生以上の方は、受付時に保護者と連絡が取れる電話番号の記入をお願いします。

問都市住宅課都市計画係内255～257

シュノーミング北斗サークル メンバー募集

泳げない方、水が苦手な方も、シュノーケルやマスク、足ヒレをつけて、水の中で心臓や関節に負担なく、あなたの体力の範囲で全身運動をしてみませんか？

- 活動日：第1、第3日曜
  第2、第4土曜
- 活動時間

期間	時間
6月～9月	16:50～18:00
10月～5月	14:50～16:00

- 場所：市民プールかみんぐ
- 料金：月1,300円(入館料、スポーツ保険代別)

※使用する道具は要相談

※体験・見学も随時受付

問 冨原　TEL 43-1446

水泳教室 参加者募集

市内在住・在勤の方対象

○申込方法：市民プールかみんぐ窓口または電話

問 市民プールかみんぐ
(10:00～17:00)　TEL 73－0858

水中運動教室

水の特性を生かし運動不足解消やシェイプアップを図ります。

- 日時：6/25、7/2、7/9、7/16
  (毎週木曜全４回)12:00～13:00
- 場所：第2市民プール
- 対象：市内在住、 在勤 の16歳以上の方
- 定員：先着20人
- 申込期限：6/24(水)

6/21　市民プールかみんぐ 父の日無料デイ

水遊びを通じて親子のコミュニケーションを図りませんか。

無料開放日

6/21(日)

対象

市内在住・在勤で、ご家族と一緒に来場されたお父さん

問 市民プールかみんぐ　TEL 73-0858

スポーツセンター休館 7/6(月)～9/4(金)

アリーナ床の改修工事のため、休館します。工事の進捗状況により、期間が前後する場合がございます。利用者のみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご了承ください。

体育館からのお知らせ

問 総合体育館(9：00～17：00)
TEL 73-6481
✉info@hokuto-noss.net

ラジオ体操コンクール

- 日時：6/28(日)受付8:20～
- 場所：総合体育館
- 対象：市内在住、在勤者

種別

❶規定の部：ラジオ体操第一

❷フリーの部(2分30秒から3分以内)：ラジオ体操第一、第二の中から最低5つの動きを入れて、自由演技、自由曲、音楽構成をアレンジ可

チーム編成

❶規定の部：1チーム6名以内

❷フリーの部：1チーム人数制限なし

※規定の部、フリーの部ともに服装は自由(仮装・用具持ち込み可)

- 申込期限：6/12(金)17:00
- 申込方法：総合体育館窓口、メール

HTAオープンテニス大会

- 日時：6/14(日)受付8:30
- 場所：運動公園テニスコート
- 対象：道南在住のテニス愛好家
- 料金：1人1,000円
- 募集チーム：
  ❶男子ダブルス24チーム
  ❷女子ダブルス12チーム
- 申込期限：6/10(水)
- 申込方法：電話

ふれあいパークゴルフ大会

- 日時：7/13(月)
  (雨天決行)受付8:00
- 場所：運動公園パークゴルフ場
- 対象：市内在住で高校生以上の方
- 種目：一般男子、一般女子の部
- 料金：1人500円
- 申込期限：6/30(火)
- 申込方法：電話(体育館またはゴルフ場)

問運動公園パークゴルフ場TEL73-6418
八郎沼パークゴルフ場　TEL77-8276

複合型施設いなほ無料開放

４月から、北斗市民向けに温泉プール、リハビリ器具を無料で開放しています。

日時

毎月第2・4日曜

- 10：00～11：45定員10人
- 13：00～14：45定員10人

利用可能

❶温水プール

水中歩行と体操に特化した健康づくり。泳ぐことはできませんが、スタッフ指導のもと体操を実施します。水着をお持ちください。

❷リハビリ器具・トレーニング

自主トレーニングが可能です。

申込期限

利用日前日まで(当日の申込み不可)

申込方法

電話(平日10：00～17：00)

問 介護老人保健施設いなほ

担当：松村　TEL 77-1700

映画『ピア』上映会＆トークショー

北斗・函館・七飯合同で住民公開講座を開催します。上映後は、介護のスペシャリストとして活動している北原佐和子氏のトークセッションを行います。

- 日時：7/4(土)13:30～16:30
- 場所：総合文化センターかなで～る
- 対象：市民および医療、介護関係者
- 定員：250人
- 申込期限：7/1(水)
- 申込方法：電話、申込フォーム

問 函館市医療・介護連携支援センター

TEL 43-3939

寄附

寄附(地域振興)

▽上磯渡島会様・・・・・65,532円

虐待かもと思ったら「189(いちはやく)」

少しでも虐待の可能性を感じた場合は、迷わず「189(いちはやく)」へお電話ください。通告や相談は匿名でも行うことができ、通告者や内容の秘密は守られます。あなたの一報が、こどもの命を守ることにつながります。

こんな時は一報を・・・。

こどものサイン

- 不自然な傷や打撲の痕がある
- 衣類や身体がいつも汚れている
- 表情が乏しい、活気がない
- 夜遅くまで一人で遊んでいる

保護者のサイン

- 地域などと交流がなく、孤立している
- 小さいこどもを家においたまま外出している
- 養育に関して拒否的、無関心である
- ケガについて不自然な説明が多い

迷わず通告を！

- いつもこどもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声が聞こえる
- 車内に放置されているこどもを見かける

児童相談所虐待通話料無料対応ダイヤル189(いちはやく)	北斗市こどもそうだんフォーム

問 函館児童相談所　TEL 54-4152

子育て支援課相談支援係こども家庭センター　内 182・183

緊急地震速報訓練

- 日時：6/17(水)10:00～
  ※予備日はありません。
- 放送内容

①上りチャイム音

②「ただいまから訓練放送を行います」(緊急地震速報チャイム音)

③「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。(３回繰り返す)

④「こちらは防災北斗です」

⑤「これで訓練放送を終わります。」

⑥下りチャイム音

問 総務課交通防災係

内 212

せせらぎ温泉

今回の変わり湯は、お花畑をイメージした入浴剤を泡風呂に満たします。

実施期間

6/16(火)～6/21(日)

問 せせらぎ温泉　TEL 77-7070

マイナンバーカード夜間窓口開設

- 開設日：6/23(火)
- 申込予約期限：6/18(木)
- 開設窓口：市役所、総合分庁舎七重浜・茂辺地両支所
- 開設時間：17:00～19:30

予約方法

1 電話(平日8:30～17:00)

2 申込フォーム

問・申 市民課窓口係　内 112～116

道営住宅入居者募集のご案内

問 (一財)函館市住宅都市施設公社　TEL30-3122

No.	団地名	建築年など	住戸番号	公募する住戸	家賃(最低～)
1	であえーる新函館北斗駅前団地	平成31年　EV有	1－102	1階　2LDK	17,900円～
2	であえーる新函館北斗駅前団地	平成29年　EV有	1－303	3階　2LDK	17,600円～
3	七重浜団地	平成２年　EV無	5－105	1階　3LDK	21,800円～
4	常盤団地	平成８年　EV無	2－103	1階　3LDK	23,100円～
5	常盤団地	平成９年　EV有	3－403	4階　3LDK	23,300円～
6	本町中央団地	平成11年　EV無	2－101	1階　2LDK	16,400円～
7	本町中央団地	平成11年　EV無	2－203	2階　3LDK	19,400円～
8	であえーる新函館北斗駅前団地	平成31年　EV有	1－402	4階　2LDK	17,900円～

1 No.１～２は子育て世帯向け、No.３は高齢者等世帯向けの条件があります。
2 No.４～８の住戸は、一般世帯向け住宅です。

募集期間　６月１日(月)～６月５日(金)　●申込の詳細についてはお問い合わせください。
申込受付場所　函館市住宅都市施設公社(函館市花園町２４番２号)
必要な書類　お申込みの際は入居者全員の収入を証明できる書類、印鑑
抽選の優遇を受けようとする方は、北海道営住宅抽選カードをご持参ください。
抽選日・場所　６月９日(火)　北海道ハウスタウンプラザ(亀田交流プラザ)　３階 会議室

函館市住宅都市施設公社HP

随時募集する市営住宅のご案内

問 都市住宅課建築住宅係　内 252～254

No.	団地名	建築年など	住戸番号	公募する住戸	家賃(最低～)
1	富川	昭和53年　EV無	3－402	4階　3DK	12,500円～
2	富川	昭和52年　EV無	2－401	4階　3ＤＫ	11,800円～
3	千代田	昭和60年　EV無	1－5	2階　3LDK	13,200円～
4	久根別	昭和59年　EV無	11－305	3階　3LDK	17,900円～
5	久根別	昭和58年　EV無	2－301	3階　3LDK	17,600円～
6	富川	昭和52年　EV無	2－202	2階　3DK	11,800円～
7	本町第２	昭和61年　EV無	10－41	2階　3LDK	16,600円～
8	一本木	昭和61年　EV無	1－5	2階　3LDK	14,100円～
9	富川	昭和53年　EV無	3－104	1階　3DK	12,500円～
10	千代田	昭和60年　EV無	1－1	1階　3LDK	13,200円～

1 No.1～8の住戸は、随時申込みを受け付けております。No.9～10の住戸は、6月22日(月)から受付けを開始いたします。
2 No.1～2、6～7、9の住戸は、単身の方の申込みが可能です。(No.6～7、9の住戸は60歳以上や障がいのある方などの条件があります。)

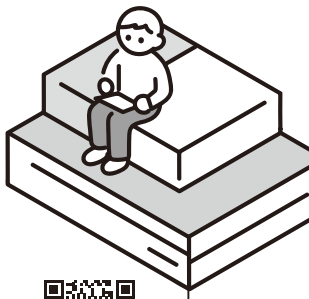
申込先　市役所都市住宅課(2階)　※郵送不可　●申込みの詳細についてはお問合せください。

かなで～るチケット情報

問 北斗市かなで～る協会　TEL74－2000

公演名	日時	入場料	チケット販売日
DRUM TAO SUPER LIVE 2026 北斗公演	9/7(月)18:30～	前売　6,500円 当日　7,000円	好評販売中
ORANGE RANGE LIVE TOUR 026-027	11/23(月・祝)17:00～	一般　7,300円	かなで～る協会会員：6/11(木)10:00～ 一般：6/18(木) 10:00～(予定) かなで～る窓口のみで販売

WAKU WAKU 図書館だより



北斗市立図書館　検索

北斗市立図書館本館　☎74－2071
北斗市立図書館分館　☎77－8640

開館時間：9:00～17:00(水19:00まで)
休館日：本館　毎週月曜日
　　分館　毎週火曜日

6月の特設展示

①　『食べ物はどこから来る？』（本館）

6月は食育月間です。食卓に並ぶ食材は、どのようなルートを経て私達のもとへ届くのか知っていますか？その背景を知る本をご紹介します。

②　『英語をたのしもう！』（本館）

わかりやすい英単語の本やマンガの名言を英会話にした本、日本の小説、昔話を英語に翻訳した本を展示します。楽しく英語にチャレンジ！

③　『MOE　絵本屋さん大賞　２０２５』（分館）

毎年、大好評の展示を分館にて、開催します。

【初開催】映画上映会

かなで～る小ホールの大画面で映画をお楽しみください。
参加無料、申込不要。どなたでも参加できます。

- 日時：6/21(日) 14:00～15:55
- 場所：総合文化センターかなで～る　小ホール
- タイトル：『老後の資金がありません！』(上映時間115分)

垣谷美雨のベストセラーを天海祐希主演で映画化。平凡な主婦が、お金に関する災難に立ち向かう痛快コメディです。▶▶▶▶▶

親子で楽しむ読み聞かせ

■ 6月のおはなし会　　10:30～11:00　★…本館　◎…分館
★7日(日)・21日(日)　◎14日(日)

今月のおススメの本！（一般向け）

一般書

『くらべて発見　食べ物はどこからきたの？』ユリア・デュア／作　木本　栄／訳　藤原辰史／日本語版監修　ほるぷ出版

パンはだれが作るの？卵はどこで生まれるの？牛乳はどうやって届くの？そんな身近な質問に、実際の現場を取材した内容をもとに、豊かな絵とやさしい言葉でわかりやすく紹介します。今月の食育月間に、いのちと食、そして農のつながりを感じられる一冊です。

子どもの健診・教室

対象者には案内を送付します。

問子育て支援課母子保健係　内 166・168・169

●会場：保健センター(北斗市中野通２－18－１)

健診名	対象	日程	時間
赤ちゃん相談	２カ月児	6/25	10:00～11:00
４カ月児健診	４カ月児	6/24	12:50～14:00
10カ月児健診	10カ月児	6/10	12:50～14:00
１才８カ月児健診	１才８カ月児	6/11	12:20～13:30
３才児健診	３才児	6/9	12:20～13:30

●会場：せせらぎ保健センター（北斗市本町４－３－20）

健診名	対象	日程	時間
４カ月・10カ月・１才８カ月・３才児健診	４カ月･10カ月･１才８カ月･３才児	6/23	12:50～14:00

●会場：保健センター（北斗市中野通２－18－１）

健診名	対象	日程	時間
両親学級・栄養教室	妊娠４～８カ月の妊婦とそのご家族	6/5・9/25・12/18・3/12	13:30～15:30
安産教室	妊娠４～８カ月の妊婦	6/12・9/4・12/4・3/5	13:00～15:00
離乳食教室	４～７カ月の子どもとそのご家族	5/29・8/27・10/29・1/29・3/26	10:00～12:00

休館日

市民プールかみんぐ　小中学生無料開放のお知らせ
毎月第３土曜日・10：00～12：00　5/16・6/20

施設名		6月	7月
体育館	総合体育館	8(月)	6(月)・7(火)
	スポーツセンター	休館日なし	6(月)～9/4(金)まで休館
	浜分体育センター	休館日なし	6(月)・7(火)
	久根別体育センター	休館日なし	6(月)・7(火)
	茂辺地体育センター	8(月)	6(月)・7(火)
プール	市民プールかみんぐ	毎週月曜	毎週月曜(20を除く) 21(火)・22(水)
	第２市民プール		
図書館	本館	毎週月曜	毎週月曜(20を除く)・21(火)
	分館	毎週火曜	毎週火曜
郷土資料館		毎週月曜	毎週月曜(20を除く)・21(火)

無料相談

相談種類		相談場所	日程・曜日(祝日除)	時間	連絡先
子育て相談(電話)		ピュアランド(七重浜こども園)	月～金	9:00～17:00	49－2590
		ちいぱっぱクラブ (東前子育て支援拠点施設)	月～土	9:00～17:00	77－7151
		なかよし広場(第二東光保育園)	月～金・土	月～金　10:00～17:00 土　10:00～13:00	73－8154
		ゆめのポケット(大野保育園)		月～金　10:00～17:00 土　10:00～13:00	77－1904
		おひさまクラブ (久根別子育て支援拠点施設)		月～金　10:00～17:00 土　10:00～14:00	73－5567
こども家庭相談		こども家庭センター	月～金	8:30～17:00	73－3111 内167・182・183
教育相談		教育委員会 学校教育課	月～金	8:30～17:00	74－2000
日常生活相談	総合相談 ＊①～③以外で相談先がわからない場合やその他、ご家庭での困りごとなど。	北斗市総合相談支援センター (北斗市社会福祉協議会内)	月～金	8:30～17:00	74－2500
		市役所　地域包括ケア推進係			73－3111 内157・158
	①高齢者関係	地域包括支援センターかけはし (北斗市社会福祉協議会内)			74－2530
	②生活困窮	生活相談支援センター (北斗市社会福祉協議会内)			74－2500
	③障がい関係	障害者生活支援センター ぱすてる	毎日	9:00～18:00	34－2611
法律相談(要予約)		総合文化センターかなで～る	6/2・16	13:00～15:00	73－3111 内112・113 web受付
人権悩みごと・行政相談		総合分庁舎	6/9	9:30～12:00	73－3111 内112・113
		七重浜住民センターれいんぼー	6/9		
		総合文化センターかなで～る	6/9		
消費生活相談		市役所	6/4・11・18・25	10:00～15:00	73－3111 内112・113
		総合分庁舎	6/1・8・15・22・29		
農地相談		総合分庁舎	6/12	9:00～16:00	77－8811 内131・132

集まれ！HOKUTO

ふれあいフォトギャラリー

嬉しいことや地域のこと。
北斗のさまざまな話題を
共有するコーナーです。

↓健康チェックブースでは血管年齢や骨の健康を測定。

健康チェックで見直す習慣

高齢者大学オープンキャンパス

高齢者大学では、「からだのなかから元気にいきいき～血管講座～」と題し、市内在住の方ならどなたでも参加できるオープンキャンパスを開催。講座終了後には、血管年齢の測定や野菜摂取量を確認できる「ベジチェック」などの健康チェックブースも開設。参加者からは、「年齢を重ねるにつれ、改めて健康に気を付けていかなければならないと感じた」との声が聞かれました。

↓一本一本、心を込めて植樹しました。

木を植えて、漁場を維持する

漁協によるお魚殖やす植樹運動

お魚殖やす植樹運動は、植樹を通じて多面的な効果のある森林をつくり、良好な漁場環境を維持していく活動です。今年で31回目をむかえ、これまでに1万本を超える樹木を植えてきました。今年は、水産業の持続的な発展と地域活性化を図ることを目的とした「北海道豊かな海づくり大会」が９月６日に開催される予定です。さらなる取組みの輪が広がることが期待されます。

↓ガラスに顔を押し付け夢中で作業を見学中！

1年生、給食センターへ行く！

市渡小１年生給食センター見学

市渡小学校の新1年生が給食センターを見学しました。小学校に入学してから毎日楽しみにしている給食。お米が炊きあがりベルトコンベアで配膳される様子には思わず大きな歓声が上がり、顔を押し付けるようにガラスにかじりついて見入っている様子は、まさに1年生らしい微笑ましいものです。毎日の給食を作ってくれる人たちへの感謝が、自然とふくらんだひとときになりました。

↓市職員がまちの取組みをわかりやすく紹介しました。

SDGsをジブンゴトに

遺愛高校でSDGs出前講演

5月16日、遺愛女子高校の２年生を対象に、SDGsや地方創生をテーマとした出前講演を実施しました。北斗市の取組事例を紹介しながら行政の施策を学ぶだけでなく、「高校生世代にできる地域との関わり方」についても考えてもらう内容でした。生徒からは「ボランティア活動などにこれまで以上に積極的に取り組みたい」という意気込みも聞かれました。

■発行／北斗市　■編集／総務部総務課広報広聴係
〒049-0192 北海道北斗市中央1丁目３番10号　TEL 0138-73-3111　FAX 0138-73-6970
■印刷／有限会社 すずき印刷

北斗市　広報　検索