

# とくほく報広

7

Jul.2026  
No.246

曇天でも水分補給。

救急隊員も実践中



【表紙】 熱中症による救急要請が増える夏。救急隊員も出動に備え、こまめな水分補給を欠かしません。人を助ける側も、まずは自らの熱中症予防からです。

# 熱中症対策

## あなたの命を守る夏の備え



暑さが厳しくなるこれからの時期、熱中症に注意する必要があります。今月号では熱中症から命を守るための対策をご紹介します。



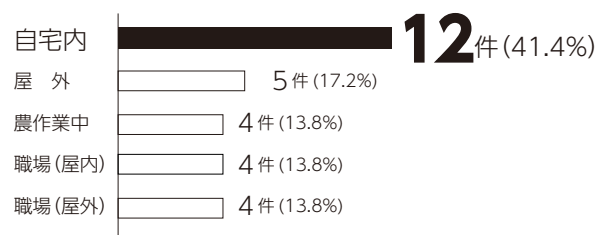
北斗消防署北分署（北斗市本町）にある消防指令センターでは、24時間365日体制で119番通報を受け付け、消防車や救急車の出動指令から活動終了までを一元管理し、市民の皆さんの安全・安心を見守っています。

熱中症は症状の進行が早いことも特徴です。少しでも症状があれば、早めに対処し、のどが渇いていなくても普段から水やお茶でこまめに水分補給を意識しましょう。

熱中症は、体温の調節機能がうまく働かなくなること、体温が上昇し、発症します。昨年度の夏場における熱中症搬送状況を見ると、自宅で過ごしているときに熱中症になった人が約4割で、特に高齢者が多い傾向にあります。高齢になると温度変化やのどの渇きを感じにくくなるので、特に注意が必要です。

### 「家の中だから安心」は危険

#### 発生場所別 熱中症搬送件数



令和7年6月から8月、救急搬送件数706件のうち、熱中症は29件。熱中症で搬送された場所で最も多かったのは、自宅内との結果が出ています。



症状の数字が大きいほど重症です

# 熱中症はこんな症状

身体が熱くなるだけでなく、あまり知られていない熱中症のサインもあります。

<p><b>自覚症状</b> (本人が感じる症状)</p> <p>自分で気づける症状です。「いつもと違うな」と感じたら、早めに対処を</p>	<p><b>1</b> めまい・顔のほてり</p>	<p><b>2</b> 筋肉痛・けいれん・筋肉がつる</p>	<p><b>3</b> ポーっとする・一瞬気が遠くなる</p>	<p><b>4</b> 体のだるさ・吐き気・尿が出なくなる</p>	
<p><b>他覚症状</b> (周りの人が気づく症状)</p> <p>周りの人が「いつもと違う」と感じたら、熱中症の可能性あります。</p>	<p><b>1</b> 元気がない・体調が悪そう</p>	<p><b>2</b> 体温が高い・皮膚が熱い・皮膚が赤く乾いている</p>	<p><b>3</b> 汗のかき方がおかしい・全く汗をかいていない</p>	<p><b>4</b> 水分を飲めない</p>	<p><b>5</b> 呼びかけに答えない・まっすぐ歩けない</p>

## 屋内でも「自分は大丈夫」と思わないで。

夏になると、熱中症による救急要請が増加します。熱中症というところ、炎天下でのスポーツや屋外作業中に発症するイメージがありますが、実際には自宅や職場など身近な場所で発症するケースが多くあります。屋外では暑さを意識して対策を取る方が多い一方、屋内では、気付かないうちに症状が進行してしまうことがあります。庭いじりなどの軽作業中に熱中症となるケースもあり、激しい運動をしていなくても注意が必要です。

搬送された方の多くは、「自分は大丈夫だと思っていた」と話します。「エアコンを使うのはまだ早い」「少し我慢すれば大丈夫」と考えているうちに体調が悪化し、救急要請につながるケースもあります。特に高齢者は加齢により体温調節機能が低下してしまい、暑さやのどの渇きを感じにくくなるため注意が必要です。

実際に、真夏でも長袖を着用したまま過ごし、熱中症で搬送された事例



北斗消防署指揮救急課救急係 係長 森 玄太さん

もありました。また過去には、一人だけの体調不良として通報したものの、その後複数人が搬送され、集団で熱中症が発生したケースもありました。熱中症は自覚がないまま進行することもあり、自分だけでなく周囲の人の体調変化にも気を配ることが大切です。

熱中症は誰にでも起こる可能性があります。暑い日の屋外での作業や運動は無理をせず、体調に異変を感じたら早めの休息を心掛けてください。油断せず、「自分は大丈夫」と思わないことが何よりの予防です。

「限られた時間の中でも、安心してもらえる対応を心掛けています」そう話す森係長。迅速な判断と対応が求められる救急現場において、搬送者や家族の不安な気持ちに寄り添うことを大切にしています。

室内を涼しく



室内や夜間でも熱中症になる可能性があります。冷房や除湿器、扇風機などを適度にご利用し、涼しく風通しのよい環境で過ごしましょう。

気温と湿度をチェック



子どもや高齢者は体温調節が苦手なため、暑さを自覚しにくく、体の反応や暑さ対策の行動が遅れがちです。気温や湿度をチェックする習慣をつけましょう。

お出かけは体に配慮



外出時は、帽子や日傘など服装や持ち物を工夫するほか、不要不急の外出は控えることも視野に入れて行動しましょう。

塩分も、水分も



汗をかくと、水分だけでなく塩分も失われます。水分補給をするときは、状況に応じて塩分も補給し、熱中症を予防しましょう。

公共施設の開放

市では、予想最高気温が30℃以上と見込まれる場合、熱中症対策として空調設備が整っている下記の公共施設を開放します。施設をご利用の際は、無理をせず安全にお越しいただき、飲み物などを持参のうえ、各施設のルールを守ってご利用ください。



施設名	開放時間	休館日	備考
七重浜住民センター 中野通会館	9:00~17:00	なし	利用を希望する方は、まず事務室へお申し出ください。
久根別住民センター 飯生住民センター			
茂辺地住民センター 林業センター			
浜分ふれあいセンター 清川農村センター			
七重浜ファミリーセンター 谷好住民センター			
漁村センター 富川会館			
高齢者センター 石別住民センター			
総合文化センター 図書館本館	9:00~17:00 水曜は19:00まで	毎週月曜(祝日の場合は開館) 祝日の翌日(祝日の翌日が日曜または祝日の場合は、最初の平日が休館)	予想最高気温が30℃以上の日は、エントランスホールの空調も稼働(9:00~17:00・無休)
郷土資料館	9:00~17:00	毎週月曜 (祝日と重なった場合は開館し翌日休館)	
観光交流センター別館	9:00~20:00	なし	

募集

高校卒業程度(初級)の採用試験を実施します  
**北斗市職員採用試験**

詳細はコチラ



北斗市では、10年、20年先の北斗市を一緒につくっていく職員を募集します。

# 働く仲間求む！ 北斗市職員募集中

## 【第1次試験】

試験区分	一般職(初級)	土木技術職	保健師
年齢要件	平成17年4月2日～ 平成21年4月1日生まれの方	昭和56年4月2日以降の 生まれの方	昭和56年4月2日以降の 生まれの方
受験資格	受験資格の詳細は、市公式ホームページで確認ください。		
試験内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教養試験</li> <li>・事務適性検査</li> <li>・一般性格診断検査</li> <li>・作文試験</li> </ul>	総合適性検査(SPI3) 〈北斗市会場または全国のテストセンター (オンライン会場含む)で受験可能〉	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事務適性検査</li> <li>・論文試験</li> <li>・面接試験</li> </ul>
試験日時・会場	現地試験	申込者に個別に通知	
	ネット試験	—	—
申込受付期間	7/1(水)～7/31(金) 当日消印有効	通年で申込受付中	

## 【第2次試験】

第1次試験合格者を対象に、面接試験を実施します。(保健師は第1次試験のみ実施)

土木技術職は面接試験と土木施工管理に関する技術適正検査を行います。

第1次試験の合格者は1カ月以内に発表します。

■申込方法 次のいずれかの方法でお申し込みください。

## ①インターネット申込

「マイナポータル ぴったりサービス」から申請

マイナポータル▶



## ②窓口・郵送申込

申込書を請求のうえ、総務課へ提出してください。

・請求方法：市役所各庁舎窓口、郵送、市公式ホームページ

申込フォーム▶

・提出方法：窓口または郵送

・郵送時の注意：「特定記録郵便」で送付してください。



☎ 総務課総務係 ☎ 227

新規助成

夢へのチャレンジを支援

## チャレンジ支援事業補助金

詳細はコチラ



市内で新たに事業を始める方に対し、経費の一部を補助します。  
事業計画段階での申請が必要です。申請前に始めた事業は対象外となりますので、ご注意ください。

対象	市内に事務所などを設置し、新たに事業を始める方
補助率	補助対象経費の2分の1
補助内容 および 上限額	<p>①内外装工事費等：200万円(加算措置適用の場合250万円) ※次にあてはまる場合は、加算措置があります。 (各25万円)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・代表者が40歳未満または65歳以上</li> <li>・代表者が女性</li> </ul> <p>②事務所等家賃：月額5万円(最長12カ月で60万円)</p> <p>③雇用奨励費：年額20万円(最長3年間で60万円)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・雇用1人につき年額10万円</li> <li>・1社あたり年間2人まで対象</li> </ul>
申請方法	市公式ホームページをご覧ください。



☎ 水産商工労働課商工労働係 ☎ 285~287

お知らせ

市制20周年記念事業「未来への手紙」を開封します

## タイムカプセル開封式

詳しくはコチラ



広場モニュメントに  
タイムカプセルを収めました！！



平成15年(2003年)10月26日、エイド'03前広場のモニュメントに、旧上磯町内の小・中学生らから寄せられた「将来の夢」や「未来の自分へのメッセージ」をタイムカプセルに収めました。  
そして市制20周年を迎えた今年、北斗市夏まつりでタイムカプセルの開封式を行います。当時メッセージを寄せていただいた皆さんはもちろん、どなたでも参加できますので、ぜひタイムカプセル開封の瞬間にお立ち会いください。

日時 7月25日(土) 14:00~14:30

場所 エイド'03 前広場

## 23年前メッセージを書いた学校

浜分小、久根別小、上磯小、沖川小、谷川小、茂辺地小、石別小、  
浜分中、上磯中、茂辺地中、石別中

☎ 北斗市商工会 ☎ 73-2408

お知らせ

4月からスタートしています  
**こども誰でも通園制度**

申込みはコチラ



保護者の就労要件を問わず、保育施設等を時間単位で利用できる「こども誰でも通園制度」を4月から実施しています。

「同じ年代のお友達と一緒に遊ばせたい」「先生に子育てのアドバイスを受けてみたい」などをお考えの方は、ご利用ください。

対象となるお子さん	保育施設等に在籍していない0歳6ヶ月～満3歳未満	
利用できる日	月曜日～金曜日	
利用できる時間	こども一人あたり月10時間(未利用時間分、翌月繰り越し不可)	
利用料金	こども一人あたり1時間300円(利用する施設へ、利用時に直接支払い)	
北斗市内で利用可能な施設	浜分こども園	ゆうあい幼稚園
対象クラス	0～2歳	2歳
開設時間	9:00～17:00	9:00～14:00
給食費/1回	300円	提供なし
おやつ代/1回	50円	提供なし

## 利用手続きの流れ

全て  
オンライン申請  
です!



お知らせ

大切な体の変化を見逃さないために

## 子宮頸がん・乳がん集団検診

個別検診は  
コチラ

## 7/8(水) 9:00から申込開始

予約方法 受診日をお間違いないよう、お申し込みください。

## ①申し込みフォーム



8/26用



8/27用



8/28用

## ②電話

検診申込専用ダイヤル ☎83-5166

(平日9:00~16:00)

※混雑が予想されるため、電話がつながりにくくなる  
場合がございますのでご了承ください。

## 注意

乳がん超音波検査希望者は電話予約のみです。ご注意ください。

## 申込期間

7/8(水)9:00~7/16(木)16:00 ※定員になり次第受付を終了します。

## その他

- 令和8年度子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券の対象の方には、7月上旬までに無料クーポン券を発送いたします。当日忘れずにお持ちください。
  - 生活保護世帯の方は無料です。
  - 託児も実施しています。希望される方は同時にお申し込みください。
  - 集団検診以外にも函館市内の医療機関での個別検診も実施しています。
- ※詳細は広報6月号もしくは市公式ホームページをご確認ください。

## 子宮頸がん検診

対象者 次のいずれにも該当する方

- 検診日時時点で20歳以上の方
- 昨年度、市の子宮頸がん検診を受けていない方

※検診当日の問診により、子宮体部がん検診(800円)が必要となる場合があります。

※検診当日、ご本人の希望で、子宮超音波検査(1,540円)を追加できます。

## 乳がん検診

対象者 次のいずれにも該当する方

- 検診日時時点で35歳以上の方
- 昨年度、市の乳がん検診を受けていない方

※医師の視触診はありません。

検診日	会場	検診項目	内容と料金	受付時間
8/26(水)	せせらぎ 保健センター	乳がん検診のみ	●乳がん検診 ①マンモグラフィー 2,000円 ②マンモグラフィー + 超音波検査 3,000円	① 8:30~ 9:00 ② 9:00~ 9:30 ③ 9:30~10:00 ④10:00~10:30 ⑤10:30~11:00 ⑥12:30~13:00 ⑦13:00~13:30 ⑧13:30~14:00 ⑨14:00~14:30
8/27(木)	七重浜 住民センター れいんぼー	子宮頸がん・ 乳がん 検診同時実施	●乳がん検診 ①マンモグラフィー 2,000円 ②マンモグラフィー + 超音波検査 3,000円	※乳がん超音波検査 の定員は 各時間2名ずつ
8/28(金)	保健センター		●子宮頸がん検診 2,000円	

加入者へ新しい資格確認書等を送ります  
**国民健康保険・後期高齢者医療保険**

詳細はコチラ



国民健康保険と後期高齢者医療制度の資格確認書等の有効期限が7月31日で満了となるため、7月中に特定記録郵便で新しい資格確認書等を交付します。8月1日から差替えてご使用ください。

**新しい資格確認書等の有効期間：令和8年8月1日～令和9年7月31日**

**国民健康保険**

【送るもの】

- ①マイナ保険証を持っていない方→資格確認書
- ②マイナ保険証を持っている70歳以上の方  
→資格情報のお知らせ



現在の資格確認書  
えんじ色

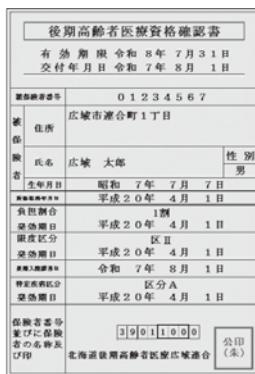


新しい資格確認書  
緑色

**後期高齢者医療保険**

【送るもの】

- ①85歳以上、または84歳以下でマイナ保険証を持っていない方→資格確認書
- ②84歳以下でマイナ保険証を持っている方  
→資格情報のお知らせ



色の変更はありません(黄緑色)

**重度心身障がい者・ひとり親家庭等の  
医療費助成**

現在ご使用の受給者証の有効期限は、**7月31日**です。7月中に新しい受給者証を郵送しますので、8月1日以降受診の際は、新しい受給者証を使用してください。

各種資格確認書等および受給者証は、**発送日が異なります。また発送数が多い**ため、お届けまでに日数がかかる場合があります。あらかじめご了承ください。

**交通事故など、第三者の行為によりケガや病気をしたとき**

相手のある事故やケンカなどの第三者行為によって発生した医療費は、原則、加害者が全額負担すべきものとされており、届出をせずに国民健康保険を使うことはできません。北斗市国民健康保険では、医療機関等からの請求(診療報酬明細書)の内容を確認し、負傷原因の調査を

行っていますので、関係する書類が届きましたら、ご協力をお願いします。また、医療費助成対象の方は、受給者証を使用することはできません。北斗市国民健康保険加入中の方や医療費助成対象の方で、第三者行為による負傷が原因で保険等を使って治療を受けた場合はご連絡ください。

北斗市誕生20周年記念

# 第21回北斗市夏まつり

北斗市誕生20周年を記念し、今年の夏まつりは2日間開催します。

山車行列は「北斗みんなのパレード」として装いを新たに、演奏やダンスなどでまつりを盛り上げます。

**日時** 7/25(土) 13:00~20:15

7/26(日) 10:00~20:00



**場所** 北斗市商業活性化支援センター「エイド'03」、上磯駅前商店街通り

7/25(土) <一部抜粋> イベントの詳細は、広報とあわせて配布のチラシをご覧ください。

13:00 ~ 13:30 開会式  
13:30 ~ 14:00 エルヴィス・トキ ステージショー  
14:00 ~ 14:30 タイムカプセル開封セレモニー  
15:30 ~ 16:00 北海道イエロースターズ トークショー  
& パフォーマンス  
19:40 ~ 20:10 花火大会  
(雨天順延：7/26 20:30 ~)



7/26(日) <一部抜粋>

10:00 ~ 10:30 それいけ! アンパンマンショー①  
13:00 ~ 13:30 それいけ! アンパンマンショー②  
14:00 ~ 14:50 田中あいみ ステージショー  
15:10 ~ 15:40 道警音楽隊・カラーガード隊演奏会  
17:10 ~ 19:20 北斗みんなのパレード  
全てのイベント終了後、もちまきを開催します。

☎ 北斗市夏まつり実行委員会 (北斗市商工会内) ☎ 73-2408

# 北斗の夏がきた!

## 七重浜海水浴場オープン

●開設期間：7/25(土)~8/16(日) ※8/13(木)は休場

**遊泳時間** 10:00~16:00 ※8/16(日)のみ14:00まで  
※悪天候等により休場となる場合があります。

**場所** 七重浜海浜公園

海水浴場を安全に利用いただくため、次の事項をお守りください。

1. 指定区域内で遊泳してください。
2. 魚介類の採取は禁止です。
3. 飲酒・火気使用・バーベキューは禁止です。
4. ごみはお持ち帰りください。
5. お子様から目を離さないでください。
6. 準備体操をしてから遊泳してください。
7. ペット同伴はご遠慮ください。
8. 近隣店舗等への駐車はご遠慮ください。
9. 混雑時は駐車場を制限する場合があります。公共交通機関の利用にご協力ください。

七重浜海水浴場オープン期間中に、北斗市内のキッチンカー等が出店します。出店情報・海水浴場開設状況は市HPをご覧ください。



☎ 観光課観光係 ☎ 282・283

今年の夏は、冒険しよう。

## 社会教育事業 参加者募集

☎教育委員会社会教育課 社会教育係  
☎74-2000

### きっずアドベンチャー



陸上自衛隊函館駐屯地の見学や車両乗車体験、キャンプファイヤー、防災時で活躍するドローン講習などを行います。

- ・開催日：8/8(土)～8/9(日)
- ・場所：公民館 ほか
- ・対象：市内小学4年生～中学3年生
- ・申込期限：7/17(金)
- ・申込方法：申込フォーム



#### 〈事前研修〉

- ・開催日：8/6(木)
- ・場所：総合文化センターかなで～る

小学生 中学生

### ASOBI-lish(アソビリッシュ)



例年、夏冬の年2回開催していた「イングリッシュ・キャンプ」がリニューアルし、年1回の開催となります。英語を使ったクイズやゲームの他、遺愛高校の生徒が考案したプログラムが予定されています。

- ・日時：8/30(日) 9:15～13:00
- ・場所：総合文化センターかなで～る
- ・対象：市内小学3年生～中学3年生
- ・申込期限：7/23(木)
- ・申込方法：申込フォーム



## 七重浜商店会納涼夏まつり

日時 7/11(土) 15:00～20:30

場所 七重浜住民センターれいんぼ～駐車場

フード販売や吹奏楽の演奏を予定しております。

- 15:00～ オープニング/浜分太鼓
- 15:30～ 開会式
- 16:00～ 浜分小学校金管バンド演奏
- 17:15～ ZEELE (ダンス)
- 18:15～ スカバンド スワンキー演奏
- 19:30～ 暁月めぐみ歌謡ショー

☎七重浜商店会(北斗市商工会内) ☎73-2408

## 道南クラフトビアガーデン in新函館北斗駅



日時 8/22(土) 11:00～20:00(L.O.19:30)

8/23(日) 11:00～17:00(L.O.16:30)



場所 新函館北斗駅前イベント広場

道南クラフトビールの販売や飲み比べ、各種フードの販売などがあります。

#### クラフトビール飲み比べチケット

#### 【料金】

- ・前売券 2,000円
- ・前売券オリジナルTシャツ付きセット(数量限定)5,000円
- ・当日券 2,200円
- ・購入方法：オンライン事前販売、会場販売



☎ほっくるの会(一般社団法人北斗市観光協会内) ☎77-5011

## 市の 物価高騰支援対策



### 上下水道基本料金免除

北斗市の水道をご使用のご家庭や事業者を対象に、上下水道基本料金の免除(メーター使用料含む)を行います。

#### 免除対象

水道料金：市内全ての契約  
下水道使用料：業務用・浴場用

#### 免除対象期間

令和8年7月から9月の3か月間

水道使用期間	検針月 (請求月)	請求書 発送時期 (口座振替日)
6月上旬～ 7月上旬	7月	7/27 (8/17)
7月上旬～ 8月上旬	8月	8/25 (9/15)
8月上旬～ 9月上旬	9月	9/24 (10/15)

※免除期間中は、毎月の水道メーター検針の際の「使用水量のお知らせ」に記載の「請求予定額」から、基本料金とメーター使用料を差し引いた金額が、ご請求額となります。

※住宅用の下水道使用料は免除となりません。

問上下水道課事務係 内244～248

#### 井戸水等利用世帯への給付

- 対象：水道基本料金の免除とならない井戸水等を利用している世帯
- 支給額：3,000円(1世帯)

※詳細は、市公式ホームページをご覧ください。

問企画課企画係 内237

## 7/31まで延長 指定ごみ袋 代替利用期間



指定ごみ袋の購入量が急増しているため、6月30日(火)までとしていた「中身の見える市販の透明・半透明袋」でのごみ出し期間を、7月31日(金)まで延長します。

引き続きご不便をおかけしますが、過度な購入はお控えいただくとともに、ごみ分別の徹底、ごみの減量化にご協力くださいますようお願いいたします。

問環境課環境係 内262～264

## 7/1開始 令和8年度分 国民年金免除申請



保険料を未納のままにしておくと、将来の老齢基礎年金や、万一の際の障害基礎年金、遺族基礎年金の受け取りができなくなる場合があります。免除申請をご活用ください。

#### 免除対象期間

令和8年度分(7月～翌年6月)  
※免除期間は、年金の受給資格期間に含まれ、年金額にも一部算入されません。

#### 申請方法

- 1 窓口申請
  - 2 マイナポータルでの電子申請  
(ご自宅で申請可能)
  - 3 郵送申請
- ※電子申請と郵送申請については、日本年金機構のホームページをご確認ください。

マイナポータル▶



#### 必要なもの(窓口申請の場合)

- 本人確認書類
- 基礎年金番号かマイナンバーを確認できる書類
- 離職票か雇用保険受給資格者証(失業による申請の場合)

#### 申請受付場所(窓口申請の場合)

市役所国保医療課、総合分庁舎市民窓口課、七重浜・茂辺地両支所  
問国保医療課国保係 内125

## わんぱく相撲大会



戦没者慰霊祭の奉納相撲として市内の高校生らの協力のもと、わんぱく相撲大会を行います。子ども達が全力でぶつかり合い、白熱した試合を繰り広げますので、ぜひ応援ください。

- 日時：7/11(土)13:00～
- 場所：中野通近隣公園特設土俵(保健センター裏)雨天時は総合体育館

問市民課市民係 内112

## 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(5月31日時点)

人口 41,818人(+12人)  
男 19,680人(-15人)  
女 22,138人(+27人)  
人口対前月内訳(対前月比)  
転入 146人(-54人)  
出生 15人(-2人)  
転出 102人(-128人)  
死亡 47人(+7人)  
世帯数 22,028世帯(+43世帯)

#### ●休日当番医

〔診療時間 9:00～15:00〕  
☎=北斗市 ☎=七飯町  
7/5(日) 望ヶ丘医院  
☎大川3-5-28 ☎65-8111  
7/12(日) 海老沢医院  
☎飯生3-1-36 ☎73-2135  
7/19(日) 宮村内科医院  
☎本町3-10-45 ☎65-5151  
7/20(月) おおきた内科胃腸科医院  
☎七重浜8-17-1 ☎49-5720  
7/26(日) ななえ新病院  
☎本町7-657-5 ☎65-2525  
8/2(日) 岡本ひ尿器科医院  
☎飯生1-2-8 ☎74-3911

#### 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 ☎30-1199  
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 ☎43-2000  
※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7月31日(金)です  
●固定資産税 [第2期]  
●国民健康保険税 [第2期]  
●後期高齢者医療保険料 [第2期]  
●介護保険料 [第2期]

## 石別探検隊 クイズラリー



石別地区観光推進事業実行委員会では、当地区を巡るクイズラリーを実施します。抽選で石別地区や北斗市ならではの特産品をプレゼントしますので奮ってご参加ください。

- 実施期間：7/11(土)～10/4(日)
- 台紙配布場所：石別地区や北斗市内の各観光スポットで配布しています。
- 応募方法

①石別地区にある各応募箱(トラピスト修道院売店、中田商店、当別風の丘、ギャラリー日の丘、NAMIKOI JAPAN)へ投函。

②はがきに応募用紙を貼り付け投函。

※切手代は応募者負担となります。

- 応募締切：10/5(月) 消印有効
- 応募宛先：〒049-0192  
北斗市中央1丁目3番10号

石別地区観光推進事業実行委員会宛

石別地区観光推進事業実行委員会(観光課内) 内283

## 東京ヴェルディ トレーニング キャンプ



### キャンプ概要

- 期間：7/10(金)～7/20(月・祝)
  - 場所：運動公園フットボール場
- ※7/10(金)20(月・祝)は非公開

### トレーニングマッチ

- 日時：7/17(金)12時キックオフ予定
- 場所：運動公園フットボール場
- 対戦相手：FC今治

### スポーツ教室

- 日時：7/18(土)10:00～
- 場所：運動公園フットボール場
- 対象：市内の小学生1～4年生
- 定員：1～2年生の部 25名  
3～4年生の部 25名  
(応募多数の場合は抽選)

- 持ち物：サッカーボール4号球
- 申込期限：7/8(水)
- 申込方法：申込フォーム



※チーム状況により、スケジュールが変更となる場合があります。練習時間や見学エリアについては、市公式HP、東京ヴェルディ公式WEBサイトや公式Xでお知らせしますので、事前にご確認ください。

観光課観光係 内282・283

## 母子保健推進員 募集中



妊婦さんや小さなお子さんを育てる保護者の皆さんが、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、地域で支えてくださる方を募集しています。ご自身の子育て経験を活かしてみませんか？

### 活動内容

#### ①家庭訪問

妊婦さんや乳幼児のいるご家庭を訪問し、見守りや子育て支援を行います。

#### ②教室やイベントの開催

妊婦さんや子育て中のご家族を対象に料理教室や親同士が交流できるイベントを行います。

### 募集要綱

- 対象：市内在住で、おおむね65歳までの方
- 報酬：活動内容に応じて、一定の額をお支払いします。
- 申込み：子育て支援課へお問い合わせください。

子育て支援課母子保健係 内166

## 母と子の ハート・リラックス

家事や育児に毎日忙しく過ごされている子育て中のお母さんに、ほんのひととき育児から離れ「ホッ」とする時間を過ごしてもらおうと、託児体験を開催します。

- 日時：7/16(木)10:00～12:00
- 場所：七飯町文化センター
- 内容

①『耳ほぐし』または『ハンドトリートメント』

②ラミネートMYカレンダーづくり

- 参加費：500円(当日徴収)
- 定員：先着5人
- 申込期限：7/10(金)
- 申込方法：電話
- その他：託児は無料。飲み物、おやつ、着替えなどをお持ちください。

南渡島ファミリー・サポート・センター 内73-9502

## エキノコックス症 検診



エキノコックス症とは、エキノコックスという寄生虫の卵が人の口から体内に入り、幼虫となって主に肝臓に寄生し、肝機能障害などを起こす病気です。早期発見のため、5年以上検診を受けていない方はこの機会に検診を受けましょう。

- 日時：7/30(木)14:00～15:30
- 場所：保健センター
- 対象：市内在住で小学3年生以上、かつ5年以上未受診の方(小中学生の場合は保護者同伴)
- 検査方法：血液検査
- 料金：無料
- 申込期間：7/1(水)～7/24(金)
- 申込方法：電話、申込フォーム

保健福祉課健康推進係  
内152～155

## フレイルチェック 講座



健康と要介護の中間の状態である「フレイル(虚弱)」に早めに気づき、健康寿命を延ばしませんか。講座では、簡単なチェックで自身の状態を確認できます。

理学療法士や言語聴覚士、歯科衛生士、管理栄養士などの専門職が、フレイル予防に大切な「運動」「お口の健康」「栄養」「社会参加」の4つのポイントについて、日常生活で実践できる方法を分かりやすくお伝えします。

- 日時：8/18、9/1、9/15  
(火曜全3回)  
13:00～15:00

- 場所：保健センター
- 対象：市内在住で65歳以上の方
- 定員：先着20人
- 申込期限：7/31(金)
- 申込方法：電話

保健福祉課介護保険係 内157

## 第3次北斗市総合計画 策定審議会委員 募集



まちづくりの基本となる最上位計画「第3次北斗市総合計画」の策定にあたり、市民委員を募集します。

### 応募要項

- 応募資格：①～③全てを満たす方
- ①将来のまちづくりに関し、分野を問わず知識や経験、関心がある方
- ②7月1日時点で満18歳以上、かつ北斗市に住民登録をしている方
- ③平日の日に開催される会議(10回以内)に出席できる方
- 任期：委嘱の日(9月予定)から審議会の答申が終わるまでの約1年間
- 公募人数：若干名  
応募多数の場合は、面接を実施する場合がございます。
- 報酬：会議参加1回につき6,200円
- 費用弁償：会議参加1回につき1,000円
- 応募期限：7/22(水)
- 応募方法：指定様式(市公式ホームページからダウンロード可)をオンラインまたは窓口で提出してください。
- 応募先
- ①オンライン：応募フォームに指定様式を添付して提出
- ②窓口：市役所企画課、総合分庁舎市民窓口課、七重浜支所、茂辺地支所に提出
- ☎企画課企画係 ☎236

## 市税等の納付は 口座振替で



市税等の納付には、納め忘れの心配が無く、「安全」「便利」「確実」な口座振替の利用をご検討ください。

### 手続きに必要なもの

- 口座振替依頼書
- 預貯金通帳および通帳の届出印
- 納税(入)通知書

### 申込先

納付書裏面記載の取扱金融機関各店舗窓口

※依頼書は、取扱金融機関各店舗、収納課、総合分庁舎市民窓口課、七重浜・茂辺地両支所に備え付けています。

※原則、申込月の翌月の納期分から開始となります。

☎収納課収納管理係 ☎142～145

## 令和8年度 自動車税の納付

未納の方には督促状を発送します。納付の確認には10日程度かかるため、すでに納付がお済みの場合でも、行き違いにより督促状が届くことがありますのでご了承ください。

☎渡島総合振興局納税課 ☎47-9403

## 7月は 社会を明るくする運動 強調月間



第76回 社会を明るくする運動

犯罪や非行の防止と更生への理解を深め、安全で安心な地域社会を築く全国的な運動で、今年で76回目を迎えます。今年度のテーマは「保護司をはじめとする更生保護ボランティアを広く知ってもらおう」です。

### 保護司になりませんか

保護司は、法務大臣から委嘱を受けた民間ボランティアです。犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支え、再犯防止や安全・安心な地域づくりに重要な役割を担っています。

### 主な活動

保護観察を受けている人との面談や相談、関係機関との連携などです。一人ひとりの更生を見守りながら、社会復帰を支援します。任期は2年で再任が可能です。

### 要件

- 人の話を親身に聞ける方
- 活動に熱意がある方
- 76歳未満の方

特別な資格は不要です。「地域の力になりたい」「誰かの立ち直りを支えたい」という方のお問い合わせをお待ちしています。

申込フォーム▶

☎市民課市民係 ☎112



## かなで～るチケット情報

☎ 北斗市かなで～る協会 ☎74-2000

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
北斗市誕生20周年記念／北斗市商工会誕生20周年記念 ／北斗市かなで～る協会設立30周年記念事業 梅沢富美男劇団公演2026 ～梅沢富美男 魅力のすべて～	11/3(火・祝) 第1部 14:00～ 第2部 18:00～	4,000円	【かなで～る協会先行】 7/10(金) 10:00～ 【一般】 7/17(金) 10:00～

## 水泳教室 参加者募集

市内在住・在勤の方対象

○申込方法:窓口(市民プールかみんぐ、第2市民プール)、電話

☎市民プールかみんぐ

(10:00~17:00) ☎73-0858

第2市民プール

(10:00~20:00) ☎77-6510



### 親子ふれあい教室

水とふれあい、仲間作りや親子のスキンシップを図ります。

- 日時: 8/14、8/21、8/28、9/4 (金曜全4回) 15:00~16:00
- 場所: 市民プールかみんぐ
- 対象: 親子(6ヶ月~未就学児)
- 定員: 先着20組
- 申込期限: 8/13(木)

### 成人初心者教室2

成人を対象とした初級から中級の水泳教室です。

- 日時: 8/20、8/27、9/3、9/10 (木曜全4回) 12:00~13:00
- 場所: 第2市民プール
- 対象: 16歳以上の方
- 定員: 先着20人
- 申込期限: 8/19(水)

### わんぱく水泳教室

水に対する正しい知識や水泳の基礎を学びます。

- 日時: 8/5(水)、8/6(木)、8/7(金)
- 場所: 第2市民プール
- 対象: 小中学生
- 定員: 先着35人
- 申込期限: 8/4(火)

## 教科書展示会

小中学校で使用している教科書の展示会を行います。

- 期間: 7/6(月)~7/20(月・祝)
- 場所: 総合文化センターかなで~る

☎学校教育課学校教育係

☎74-2000

## 2歳から4歳の トランポリン ひろば



親子で楽しめるトランポリン教室です。一緒に大きくジャンプしましょう。

- 日時: 7/14(火) 15:30~16:20
- 場所: 総合体育館
- 対象: 2歳から4歳の未就学児と、その保護者
- 料金: 500円
- 定員: 20組
- 持ち物: 動きやすい服装、飲み物、上靴
- 申込期限: 7/12(日)

## 小学生 トランポリン チャレンジ



普段体験できないトランポリンを通じて、運動の楽しさを体感しましょう。

- 日時: 7/28(火) 16:00~17:00
- 場所: 総合体育館
- 対象: 小学生
- 料金: 500円
- 定員: 20人
- 持ち物: 動きやすい服装、飲み物、上靴
- 申込期限: 7/26(日)

## ファミリー コンサート 参加者募集



赤ちゃんが泣いてしまっても大丈夫! 赤ちゃん連れでも安心して楽しめるクラシックコンサートです。鑑賞には、事前の申込が必要です。

- 日時: 8/16(日) 11:00~
- 場所: かなで~る 小ホール
- 出演: アルトサクソ/木下祐菜  
ピアノ/櫻田佳緒莉  
ドラムス/小林カヅマ
- 定員: 300人
- 申込期限: 8/10(月)
- 申込方法: 申込フォーム

☎社会教育課社会教育係 ☎74-2000

## 体育館からのお知らせ

- 申込方法: 申込フォーム

☎ 総合体育館(9:00~17:00)

☎ 73-6481

## 筋肉自慢 ~北斗の筋~



日頃のトレーニングの成果を発揮し、自分の限界に挑戦してみましょう。

参加賞も用意しております。

- 日時: 8/16(日) 受付8:20~
- 場所: 北斗市運動公園フットボール場駐車場(雨天時: 総合体育館)
- 部門
- ①ヤング部門(高校生~40歳未満)
- ②レジェンド部門(40歳以上)
- 定員: ①②合わせて50人
- 持ち物: パワーグリップ等持ち込み可能、雨天時のみ上靴
- 種目: 懸垂耐久勝負、V字腹筋耐久勝負、車引きレース、錘付きサーキット、バトルロープ
- 申込期限: 8/6(木) 17:00

## リズムトレーニング



すべてのスポーツに必要なリズム感覚を養うプログラムです。

専門講師がわかりやすく楽しく指導します。

- 日時: 7/2、7/9、7/23、7/30 (木曜全4回) 17:30~18:15
- 場所: 総合体育館
- 対象: 4歳~小学6年生
- 講師: 小林優太 氏
- 定員: 20人
- 料金: 1人500円
- 持ち物: 動きやすい服装、飲み物、上靴
- 申込期限: 7/28(火)

## 自衛官等募集

### 2等陸・海・空士(任期制自衛官)

- 受験資格：18歳以上33歳未満の者
- 受付期間：年間通して受付中
- 試験日：8/28(金)～8/29(土)  
9/25(金)～9/28(月)

### 一般曹候補生

- 受験資格：18歳以上33歳未満の者
- 受付期間：7/1(水)～9/1(火)
- 試験日  
(一次試験)9/16(水)～9/27(日)  
(二次試験)10/18(日)、10/19(月)、  
10/22(木)、10/23(金)

### 航空学生

- 受験資格：18歳以上24歳未満の高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)
- 受付期間：7/1(水)～8/28(金)
- 試験日  
(一次試験)9/19(土)、9/26(土)  
(二次試験)10/15(木)～10/22(木)  
(三次試験)

「海」：11/20(金)～12/16(水)

「空」：11/14(土)～12/17(木)

☎自衛隊函館地方協力本部

☎53-6241

## サマージャンボプレミアム12億円

(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

## サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

## サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

プレミアム：1枚 500円

ジャンボ・ミニ：1枚 300円

6月30日 3種類同時発売!

発売期間 6/30(火)～7/31(金)  
公益財団法人北海道市町村振興協会

## 函館バス28系統 7/25～8/18 夏休みダイヤ



学校が夏休み期間のため、函館バス28系統(新函館北斗駅・上磯線)は、7/25(土)から8/18(火)までの期間、1日4便の休日ダイヤとなります。

平日に乗車する場合は、普段とダイヤが変更になっておりますのでご注意ください。

また、清川・文月経由の路線は、8月13日(木)から8月16日(日)までの期間、野崎霊園にも停車いたしますので、ぜひご利用ください。



☎企画課企画係 ☎238

## マイナンバーカード 夜間窓口開設



- 開設日：7/21(火)
- 申込予約期限：7/16(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

☎・申市民課窓口係 ☎112～116

## 道南農業試験場 試験場公開デー



試験場で行っている研究や施設の紹介、お米や野菜の育ち方を楽しく学べる、子どもから大人まで楽しめるイベントです。どなたでもご来場可能です。

- 日時：8/6(木)13:00～15:00
  - 場所：道南農業試験場  
(北斗市本町680番地)
  - 内容：試験田畑の見学、展示コーナー、体験コーナー、栽培技術(水稲、畑作、野菜など)の相談等
- ☎道南農業試験場 ☎77-8116

## せせらぎ温泉



今回の変わり湯は、懐かしいラムネの香りをイメージした入浴剤を泡風呂に満たします。

### 実施期間

7/20(月・祝)～7/26(日)

☎せせらぎ温泉 ☎77-7070

## 寄附

### 企業版ふるさと納税

▽武ダ技建創株式会社 様…100万円

## 会計年度任用職員募集

☎教育委員会学校教育課学校教育係 ☎74-2000

職種名	仕事内容	勤務先	応募資格	報酬	任用期間	勤務形態/勤務時間/時間外労働の有無/休憩時間/休日	募集人数
学習支援員	教育的支援が必要な児童生徒への、生活上の介助や安全確保・学習指導の補助。	市内 小中学校	教員免許状を有する方や取得を目指す方、または活動に関する知識・経験があり、本事業に理解と熱意のある方。	時給 1,203円～	令和8年 8月上旬 ～ 令和9年 3月31日	パートタイム/学校の課業日を基本とし、原則1日5時間/なし/なし/土・日・祝日・他(土曜授業日等を除く) ※8月10日に説明会を開催します。	若干名

受付期間 ～7月31日(金)

面接日 8月上旬まで随時(詳細は申込者へ後日連絡します。)

① 通勤手当(費用弁償)、期末手当は支給要件を満たした場合に支給となります。 ② 加入保険等は加入要件を満たした場合に加入となります。 ③ 履歴書に必要事項を記入し、提出場所へ郵送または直接提出してください。 ④ 履歴書の配付・提出受付場所は、学校教育課のほか、総合分庁舎市民窓口課、七重浜・茂辺地両支所です。

## 定期募集する市営住宅

☎ 都市住宅課建築住宅係 ☎ 252~254

- 入居時期 11月上旬(予定)
- 公募期間 7/21(火)~7/27(月)(必着)※郵送可
- 申込書の配布 7/6(月)~
- 申込先 高齢者世帯向け住宅：本庁舎2階都市住宅課  
一般世帯向け住宅：本庁舎2階都市住宅課、総合分庁舎市民窓口課、七重浜・茂辺地両支所

### ○高齢者世帯向け住宅(60歳以上や障がいなどの入居条件あり)

【申込み多数の場合】住宅困窮状況を調査して入居者を選考

No.	団地名	建築年	住戸番号	公募する住戸	EV	家賃(最低~)	単身入居
1	中野通	平成13年	A-109	1階 2DK	有	16,400円~	○
2	緑ヶ丘	平成22年	2-204	2階 2DK	有	15,800円~	○

- No.1の住戸は告知事項があります。詳細についてはお問合せください。
- 申込みには、身分証明書と収入の分かる書類(源泉徴収票や所得証明書等)の提出が必要です。

### ○一般世帯向け住宅

【申込み多数の場合】8/20(木)本庁舎2階第2会議室にて公開抽選

No.	団地名	建築年	住戸番号	公募する住戸	EV	家賃(最低~)	単身入居
3	久根別	平成元年	7-101	1階 3LDK	無	19,100円~	×
4	久根別	平成元年	7-102	1階 3LDK	無	19,100円~	×
5	富川	昭和52年	2-101	1階 3DK	無	11,800円~	○(※)
6	東前北	平成10年	1-204	2階 3LDK	無	21,600円~	×
7	稲穂	平成10年	1-103	1階 2LDK	無	20,200円~	○(※)
8	稲穂	平成10年	1-303	3階 3LDK	無	23,300円~	×
9	稲穂	平成14年	4-101	1階 2LDK	無	20,600円~	○(※)
10	東前	平成15年	1-102	1階 3LDK	無	23,200円~	×
11	緑ヶ丘	平成21年	2-301	3階 3LDK	有	21,300円~	×
12	茂辺地中央	令和3年	1-101	1階 2LDK	有	18,400円~	○(※)
13	茂辺地中央	令和3年	1-304	3階 3LDK	有	22,400円~	×

- 単身入居が可能な住戸のうち(※)印は、60歳以上や障がいのある方などの条件があります。

## 随時募集する市営住宅

☎ 都市住宅課建築住宅係 ☎ 252~254

No.	団地名	建築年	住戸番号	公募する住戸	EV	家賃(最低~)	単身入居	申込受付
1	富川	昭和53年	3-402	4階 3DK	無	12,500円~	○	随時
2	富川	昭和52年	2-401	4階 3DK	無	11,800円~	○	
3	千代田	昭和60年	1-5	2階 3LDK	無	13,200円~	×	
4	久根別	昭和59年	11-305	3階 3LDK	無	17,900円~	×	
5	久根別	昭和58年	2-301	3階 3LDK	無	17,600円~	×	
6	富川	昭和52年	2-202	2階 3DK	無	11,800円~	○(※)	
7	本町第2	昭和61年	10-41	2階 3LDK	無	16,600円~	○(※)	
8	一本木	昭和61年	1-5	2階 3LDK	無	14,100円~	×	
9	富川	昭和53年	3-104	1階 3DK	無	12,500円~	○(※)	
10	千代田	昭和60年	1-1	1階 3LDK	無	13,200円~	×	
11	久根別	平成2年	9-204	2階 3LDK	無	19,500円~	×	7/21(火)~
12	久根別	平成4年	10-201	2階 3LDK	無	20,000円~	×	
13	稲穂	平成11年	2-302	3階 3LDK	無	23,400円~	×	
14	稲穂	平成14年	4-303	3階 3LDK	無	23,700円~	×	

- 単身入居が可能な住戸のうち(※)印は、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。

## 7月の特設展示

### ① 『のりもの大好き』（本館・分館）

日常で！旅で！遊園地で！わたしたちを楽しませてくれる乗り物。便利さと、その見た目の良さが魅力的な乗り物の本をご紹介します。

### ② 『第72回青少年読書感想文全国コンクール 課題図書』（本館・分館）

今の時代に必要な視点や未来を創る子どもたちに知ってほしいテーマを入れた、とびきりの18冊。夏休みの読書にも最適です。

### ③ 『知っているようで知らない宗教のハナシ』（本館）

歴史、芸術、社会問題、身近な行事など様々な視点から「宗教」について知ることができる本をご紹介します。

### 日曜ファミリータイム（本館）

図書館本館では、小さなお子さんと保護者の方が、周りを気にせず利用できる「ファミリータイム」を始めます。

読み聞かせや会話もOK！お子さんが泣いてしまっても大丈夫です。ぜひご家族でお越しください。

#### 【開設日】

毎月第1・第3・第5日曜  
9:00~12:00

※7月は、7/5(日)、7/19(日)  
に実施します。

僕たち  
アニマルズールが  
仲間入り  
したよ！



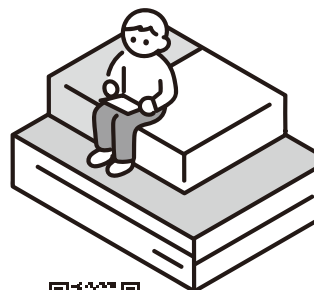
### 親子で楽しむ読み聞かせ

■7月のおはなし会 10:30~11:00 ★…本館 ◎…分館

★5日(日)・25日(土) ◎19日(日)

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

### — 今月のおススメの本！ (児童向け) —

#### 児童書



『サグラダ・ファミリアの謎とアントニ・ガウディ』

鳥居徳敏（神奈川大学名誉教授）  
／監修 岩崎書店

建築が始まってから140年以上たった今も完成していない世界遺産、「サグラダ・ファミリア」。今年は設計者アントニ・ガウディ、没後100年の年でもあります。「未完の聖堂」と呼ばれる建築の構造、謎、ガウディの素顔について、詳しく知ることのできる1冊です。

## 子どもの健診・教室



対象者には案内を送付します。

●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	7/14	10:00~11:00
4カ月児健診	4カ月児	7/15	12:50~14:00
10カ月児健診	10カ月児	7/8	12:50~14:00
1才8カ月児健診	1才8カ月児	7/16	12:20~13:30
3才児健診	3才児	7/7	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	-	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カ月の子どもとご家族	5/29・8/27・10/29・1/29・3/26	10:00~12:00

子育て支援課母子保健係 ☎166・168・169

## 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・10:00～12:00 7/18・8/15

施設名		7月	8月
体育館	総合体育館	7(火)・8(水)	24(月)
	スポーツセンター	6(月)～9/4(金)まで休館	9/4(金)まで休館
	浜分体育センター	7(火)・8(水)	休館日なし
	久根別体育センター	7(火)・8(水)	
	茂辺地体育センター	7(火)・8(水)	
プール	市民プールかみんぐ	毎週月曜(20を除く) 21(火)・22(水)	毎週月曜 13(木)
	第2市民プール		
図書館	本館	毎週月曜(20を除く)・21(火)	毎週月曜・12(水)
	分館	毎週火曜	毎週火曜(11を除く)・12(水)
郷土資料館		毎週月曜(20を除く)・21(火)	毎週月曜

## 無料相談

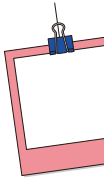
相談種類	相談場所	日程・ 曜日(祝日除)	時間	連絡先
子育て相談(電話)	ピュアランド(七重浜こども園)	月～金	9:00～17:00	49-2590
	ちいばっぱクラブ (東前子育て支援拠点施設)	月～土	9:00～17:00	77-7151
	なかよし広場(第二東光保育園)		月～金 10:00～17:00 土 10:00～13:00	73-8154
	ゆめのポケット(大野保育園)	月～金・土	月～金 10:00～17:00 土 10:00～13:00	77-1904
	おひさまクラブ (久根別子育て支援拠点施設)		月～金 10:00～17:00 土 10:00～14:00	73-5567
こども家庭相談	こども家庭センター	月～金	8:30～17:00	73-3111 ☎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。	月～金	8:30～17:00	74-2500
	北斗市総合相談支援センター (北斗市社会福祉協議会内)			73-3111 ☎157・158
	市役所 地域包括ケア推進係			74-2530
	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)			74-2500
	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
法律相談(要予約)	総合文化センターかなで～	7/7・7/21	13:00～15:00	73-3111 ☎112・113 web受付
人権悩みごと・ 行政相談	総合分庁舎	7/2	9:30～12:00	73-3111 ☎112・113
	七重浜住民センターれいんぼー	7/9		
	総合文化センターかなで～	7/23		
消費生活相談	市役所	7/2・9・16・23・30	10:00～15:00	73-3111 ☎112・113
	総合分庁舎	7/6・13・21・27		
農地相談	総合分庁舎	7/17	9:00～16:00	77-8811 ☎131・132



# 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。



↓練習で多忙な中、訪問いただいた澤野社長（左）と郡主将（右）。



## スポーツの力で地域に活力を 北海道イエロースターズ表敬訪問

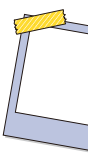
今シーズンより国内最高峰のSVリーグへ昇格した「北海道イエロースターズ」の郡浩也主将と、運営会社の澤野佑介代表取締役社長が市長を表敬訪問しました。チームは、7月21日から本市で合宿を行い、25日の北斗市夏祭りにも登場します。スポーツを通じた地域活性化はもとより、子どもたちに夢や希望を与える存在として、今後ますますの活躍が期待されます。

↓地震体験コーナーで、机の下への避難を体験する子どもたち。



## 地域ぐるみで高める防災意識 令和8年度北斗市防災訓練

谷川小学校通学区の児童や保護者、地域住民を対象に防災訓練を実施しました。津波避難訓練では、指定緊急避難場所となる高規格道路高台等まで走って避難し、その後、谷川小学校で防災体験学習を行いました。参加者からは「こんなに防災グッズの種類があるなんて知らなかった」「地震はいつ発生するかわからないので普段から備えが必要だと思った」などの感想が寄せられました。



↓大型ホイールローダ。人と比べると、その大きさは一目瞭然!



## 地域を支える産業の現場を見学 市民研修太平洋セメント見学

6月20日の市民研修では、通常立ち入ることのできないセメント工場と義朗鉱山を見学しました。参加者は、普段は目にすることのない工場設備や採掘現場を間近で見学し、セメントが製造される工程や地域産業の役割について理解を深めました。この研修は、年に2回開催しており、市内在住者であれば誰でも参加可能です。興味がある方はぜひご参加ください。

↓一眼レフを初めて手にした岡本さん。カメラに興味深々です。



## 高校生が市役所の仕事に挑戦 高校生インターンシップ

インターンシップ実習生として市内の高校生が、市役所の仕事を体験しました。市役所では、生徒の希望職種に合わせた職業体験を実施。将来、編集の仕事に携わりたいという大野農業高校の岡本さんは、広報担当職員とともに写真撮影やインタビュー、記事の作成を体験しました。体験後には、「情報を分かりやすく伝えることの難しさと面白さを学びました」と笑顔で話してくれました。

