

下登校・ひきこもり イベントのお知らせ

2026年
3/4(水)

石狩市花川南コミュニティーセンター
2階 多目的ホール

第1部

11:00~12:30

まるフェス2026

★プログラム★

- ・まるしぇ2025年度活動報告
- ・まるしぇの居場所紹介
- ・まるフェスバンド2026演奏
- などなど

※内容は変更となる場合があります。

第1部は

入退場自由です

お問い合わせ

石狩市ひきこもりサポートセンター

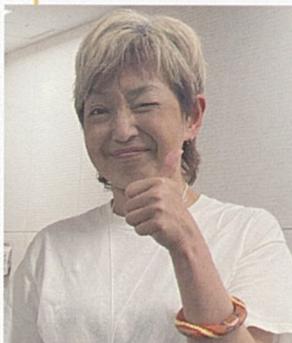
相談室まるしぇ

☎ 0133-77-5763

第2部

14:00~15:00

ミニ講座第3回
家族支援講演会



石狩市内で積極的に家族支援に取り組まれている岩城氏をお迎えし、家族支援の実際や家族支援への思いをお話いただきます。

いわき やすこ
講師 岩城 寧子氏

生活訓練事業所／チウ／生活支援員

- ・特定非営利活動法人イコロン村村長
- ・メリディン版訪問家族支援Practitioner
- ・CRAFT公認ワークショップ修了者
- ・オープンダイアローグトレーニング基礎研修修了者

1部・2部どちらかのみのご参加もできます

どなたもお気軽にお越しください

入場無料・申込不要

第4回ひきこもりセミナー 親亡きあとのお金の話

ひきこもり状態のお子さんを抱えるご家族が、
知っておくと安心な「お金の制度」と、
元気なうちに整えておきたい「お金の準備」について、
日頃から相談を受けている立場からわかりやすくお話しいただきます。

参加費
無料



2026 **2.27** 金 13:00～15:00

対象 当事者・家族・支援者
テーマに関心がある方

会場 花川北コミュニティーセンター
2F会議室B・C

申込 申込不要

主催 石狩市ひきこもりサポートセンター
(石狩市ひきこもりサポート事業)
相談室まるしぇ

問合先 TEL: 0133-77-5763
北海道石狩市花川北3条3丁目1番地

講師

山崎智美さん

石狩市社会福祉協議会
地域福祉課個別支援係 係長
ファイナンシャルプランナー・AFP

講師

齊藤明子さん

石狩市社会福祉協議会
地域福祉課個別支援係 家計相談支援員
ファイナンシャルプランナー・AFP

石狩市社会福祉協議会の家計相談窓口 | りんくる1階
お金のこと、どこに相談していいのかわからずに
一人で悩んでいませんか？
簡単な家計診断で家計の立て直しのお手伝いをして
います。
支出の見直し・滞納等の解消に向けて是非お気軽に
ご相談ください。

石狩市こども・若者支援地域協議会主催

ひきこもり 講演会

参加
無料

3.1(日) 13:30 ~ 15:30
(13:00開場)

石狩市花川南コミュニティセンター

2階 多目的ホール

どなたでもお気軽にお越しください♪

第1部 13:30 ~

ひきこもりについて
～精神科ドクターのお話を
聞いてみよう～

かとう たかひろ
講師：加藤 隆弘 氏

北海道大学大学院医学研究院
神経病態学分野精神医学教室・教授
(ひきこもり研究ラボ)
@九州＆北海道：代表)

【著書】

『みんなのひきこもり：
つながり時代の処世術』
(木立の文庫, 2020年)

『逃げるが勝ちの心得：
精神科医がすすめる
「うつ卒」と幸せな
ひきこもりライフ』
(木立の文庫, 2020年)

他 多数



第2部 14:35 ~

当事者の経験談

ファシリテーター：

くぼ たいせい
久保 太聖 氏

北海道大学大学院医学研究院精神医学教室
公認心理師・臨床心理士

＼お問合せはこちら／

石狩市子ども相談センター

〒 061-3292

北海道石狩市花川北6条1丁目30番地2

☎ : 0133-72-3195

✉ : k-soudan@city.ishikari.hokkaido.jp

石狩市市民活動情報センター
ぽぽらーと通信

総会シーズン
印刷予約受付中

TEL 77-7070 開館日の(10:00~17:00)

ぽぽらーとHP



臨時号

2026年1月発行

石狩市市民活動情報センター
〒061-3213 石狩市花川北3条2丁目(北コミ内)
TEL:0133-77-7070 FAX:0133-77-7071
HP <http://popolart.sakura.ne.jp/>
指定管理者 NPO法人ひとまちつなぎ石狩

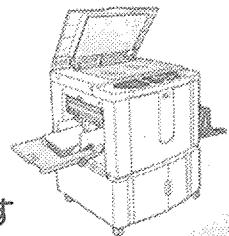
■製版代 A4→50円 B4→80円 A3→100円

■印刷代 市民活動団体 1面→1.5円 市民活動団体以外 1面→3円

・用紙は持込みです。50枚単位で販売もしています

・予約優先です。事前に予約をお願いします

・事務用品(大型ホチキス 穴あけパンチ 紙裁断機)は無料で使用できます

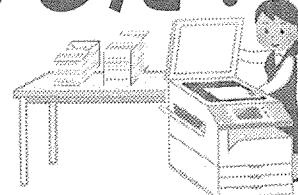


印刷・製本サービス 始めました!

印刷・製本に加え、データ作成サービスもスタート!

町内会の総会資料やその他の印刷物のデータ作成も対応します。

詳しくはお気軽にお問い合わせください



町内会やサークル等の市民活動を支援します

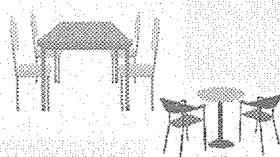
●印刷機(用紙持込み) ●コピー【カラー・白黒】

●長尺印刷 ●ラミネート ●パソコン

●備品貸出(プロジェクター・スクリーン・ワイヤレスアンプ・マイク)

打ち合わせや休憩に

●ミーティングスペース



●カフェスペース

●ホットコーヒー 150円

仕事や学習のためのスペース



パーテーションで仕切られたスペースです
ノートパソコンやタブレットで作業ができます

ぽぽらーと 開館時間

開館時間 10:00 ~ 17:00

休館日 日曜・祝日・第2第4月曜日
(北コミの休館日)

石狩市民図書館と連携しています

●市民図書館利用者カードの発行受付

●予約本の取り返却ができます

●検索機械OPACやスマートでの図書館サービスの利用方法をサポートします!

●ぽぽらーと閉館時は返却ポストに返却可能

日	月	火	水	木	金	土
3/1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	4/1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	5/1	2
3	4	5	6	7	8	9

□開館日

■休館日



誰でも参加できます！会場でお待ちしています！

厚田区ウインターレクリエフェスタ

プログラム

【体験①】スリル満点！！（無料）

雪中バナナボート体験

10:00～10:50

13:10～14:00



【飲食】屋台コーナー

ドリンク・昼食販売提供

9:30～13:00

・Hotコーヒー、搾りたて牛乳

・豚ちゃんセット(11:00～販売)

(豚汁・豚串(朧来豚)・ライス)



【体験②】ティラノレース（無料）

レースに参加して豪華景品GET！

11:00～11:45（予選）

12:30～13:00（決勝）

※子ども・大人の部 共に10名（参加多数⇒抽選）

イベント参加のみなさんへ

～そり乗り体験 同時開催～

※ 犬ぞり連盟主催企画事業

【体験③】そり乗り体験（無料）

犬ぞりに乗って楽しもう！！

11:30～12:15（予定）

- お車でお越しの方は、道の駅石狩「あいいろど厚田」駐車場をご利用ください。
- 会場までは、『シャトルバス』を運行しております。
- 当日は、犬ぞり大会参加者以外の一般の車両は旧スキー場の駐車場は使用できません。

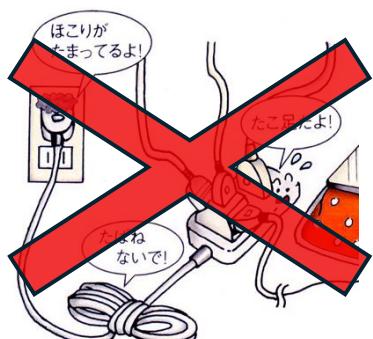
とき 2026年3月1日（日）10:00～14:00
ところ 厚田公園（旧スキー場）

今年に入り、住宅火災が相次いで発生しています！



火災から大切な **いのち** や **住宅** 、**家財** を守るために！

電気



コンセントのほこり、東ね配線、タコ足配線

仏壇



ろうそくの消し忘れ

ストーブ



近くに布団、洗濯物を干す

たばこ



寝たばこ、たばこの不始末

石狩北部地区消防事務組合 石狩消防署 警防課防火推進担当

石狩市花川北1条1丁目2番地3

☎ 0133-74-7165





大人の プレミアム食育講座

食を通じて心身の健康に繋がるエッセンスをこの講座でお届けします。この機会に食について学ぶ学校給食試食付きのプレミアムな時間を過ごしてはいかがですか。皆様のご参加お待ちしております。

日 程

令和8年2月27日(金)

10:30～12:00

石狩市学校給食での
取り組みを紹介します

内 容

**【食育講話】私たちのまわりにある
アレルギーを知ろう**

【その他】給食センターの施設紹介、給食試食

場 所 **石狩市学校給食センター**

※花川北7条1丁目27番地（石狩市民図書館奥）

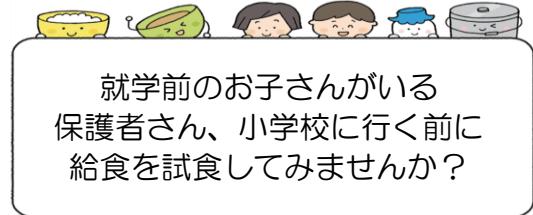
定 員 **30名程度**（先着順）

※4名以下の場合は開催しない場合もあります。中止の場合はご連絡いたします。

受 講 料 **422円**（試食代として）

※受講3日前（土日祝日を含まない）の取消しには受講料が発生いたします。

申込期限 **令和8年2月12日(木)まで**



【申し込み】石狩市学校給食センター

電話 0133-62-8015

(平日8:00～16:30)



石狩市からのお知らせ

物価高騰により影響を受けている市民・事業者の皆様の負担を軽減するため、

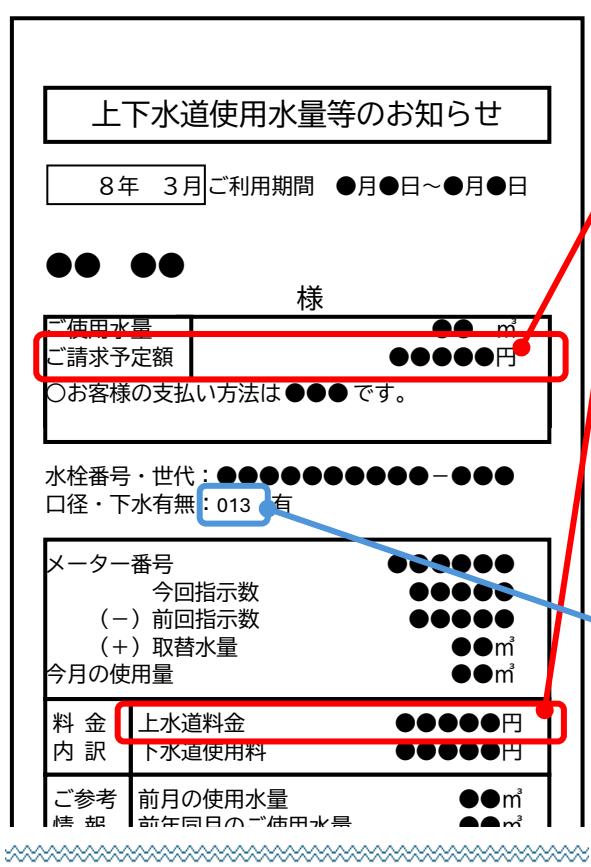
水道料金の基本料金 4か月分 0円

を実施します。

石狩市は、物価高騰により影響を受けている市民や事業者の皆様を支援するため、国の「重点支援地方交付金」を活用し、4か月分の水道料金の基本料金を無償にします。

- 石狩市水道事業と給水契約がある全ての世帯・事業者が対象となります。
※臨時給水を除きます
- 令和8年3月から6月の検針分（4か月分）が対象となります。
水道料金の従量料金（使用水量に応じてお支払いいただく料金）および下水道使用料は減額の対象となりません。
- 今回の減額について、申込手続きは不要です。

検針票の見方



水道検針時に投函する「上下水道使用水量等のお知らせ」の料金には、
水道料金の基本料金を含む金額が表示されます。
請求時に基本料金分を減額した金額で請求します。

請求金額のイメージ



減額となる水道料金の基本料金は
口径によって異なります。
基本料金についてはホームページで
ご確認いただけます。



お問合せ先

石狩市役所 水道部水道営業課

TEL: 0133-72-3133

受付時間: 8:45~17:15(土日祝を除く)

今回の減額の手続きのために、市役所から電話やメール、訪問をすることはありません。
また、銀行やATMへ誘導することもありません。
不審な電話やメールがあった場合は、
警察や市役所まで相談してください。

自宅で安心して受けられる医療

2025年7月に石狩病院に着任した医師が
訪問診療についてわかりやすくお話しします。
ぜひご参加ください。



あらき こうた
講師 荒木 孝太 先生

講師略歴 :

- 2009年3月 山梨大学医学部医学科卒業
2009年4月 静岡市立静岡病院 初期臨床研修医
2011年4月 横浜市立大学脳神経外科学教室
シニア・レジデント
2015年4月 横浜市立大学附属病院 脳神経外科病院助教
2017年11月 原宿リハビリテーション病院
2018年4月 汐田総合病院 脳神経外科医長
2020年7月 聖隸横浜病院 脳神経外科主任医長
2022年9月 プライムコストみなとみらいクリニック
訪問診療部
2025年7月より現職 石狩病院 内科医長

日本脳神経外科学会専門医
脳卒中学会専門医
日本神経内視鏡学会技術認定医
脳卒中相談窓口多職種講習会修了
がん診療に携わる医師に対する緩和ケア研修会修了
身体障害者福祉法第15条指定医、難病指定医

2026年3月7日（土）

時間：13:00～14:00（12:45開場）
会場：石狩病院 会議室

問い合わせ先：石狩病院 地域医療連携課 電話：0133-68-5001
後援：石狩市、石狩医師会

回覧

むずかしそう……

自分でできるの？



?はじめての相続登記

～法務局職員がお教えします！～



日時・会場

令和6年4月より申請が
義務化されました！

令和8年2月21日(土)

午前10時～11時

花川南コミュニティセンター

(石狩市花川南6条5丁目27-2)

令和8年2月21日(土)

午後1時～2時

花川北コミュニティセンター

(石狩市花川北3条2丁目198-1)

ご都合のよい会場をお選びください♪

(内容は同じです)



お申し込みはこちら！

☎ 011-700-3311

札幌法務局北出張所(佐々木・池永)

※定員となり次第、
締切りとさせて
いただきます。

地域包括支援センター ニュースレター

Vol. 12
2026年2月号

「地域包括支援センター ニュースレター」は地域包括支援センターの活動のお知らせと、日頃の生活で少しでも役に立つような情報を提供する広報誌です。

こんな時は

しゃふくんに相談



Aさん、また
息子さんに怒
られるわ！

やせてきているし、
毎日同じ服を着てる



数日後…
歩いているAさんを
見かけたけど

それは
虐待の疑いが
ありますね。



もしもし
やつぱり心配…
しゃふくんに
相談しよう。

ご家族の相談にも
対応いたします。



相談者は伏せて
対応しますので、
ご安心ください。

絵:ピヨコクマ

地域包括支援センターは
権利擁護の相談窓口です！

こんなこと、ご相談ください！

- 近所に心配な方がいる等、その他高齢の方に関する総合的なご相談
- 財産の管理に関するご相談
- 消費者被害や悪徳商法に関するご相談
- 物忘れが増えたこと

しゃふくんは
地域包括支援センターの
社会福祉士です！



お問い合わせ

石狩市北地域包括支援センター

TEL: 0133-75-6100

FAX: 0133-75-6161

〒061-3216

石狩市花川北6条1丁目41番地1

【担当地区】

花川北4～7条、花川東(あさ
ひ町内会に属する花川東を
除く)、花畔(花川南第4町内
会に属する花畔を除く)、緑苑
台、中生振、北生振、本町、
親船地区、新港、八幡高岡、
五の沢、緑ヶ原、志美



地域包括支援センター ニュースレター

Vol. 12
2026年2月号

「地域包括支援センター ニュースレター」は地域包括支援センターの活動のお知らせと、日頃の生活で少しでも役に立つような情報を提供する広報誌です。

こんな時は

しゃふくんに相談



Aさん、また
息子さんに怒
られるわ！

毎日同じ服を着て
やせてきているし、



歩いているAさんを
見かけたけど

数日後…

それは
虐待の疑いが
ありますね。



もしもし
なるほど
やっぱり心配。
しゃふくんに
相談しよう。

ご家族の相談にも
対応いたします。



相談者は伏せて
対応しますので、
ご安心ください。

絵:ビヨコクマ

地域包括支援センターは
権利擁護の相談窓口です！

こんなこと、ご相談ください！

- 近所に心配な方がいる等、その他高齢の方に関する総合的なご相談
- 財産の管理に関するご相談
- 消費者被害や悪徳商法に関するご相談
- 物忘れが増えたこと

しゃふくんは
地域包括支援センターの
社会福祉士です！



お問い合わせ

石狩市花川中央地域包括支援センター

TEL: 0133-77-6371

FAX: 0133-77-6372

〒061-3213

石狩市花川北3条3丁目13番地1

【担当地区】

花川、花川北1~3条、花川
南1条、花川南2条2~6丁目、
花川南3条3~5丁目、花川
南4条4~6丁目、あさひ町内
会に属する花川東、花川南
第4町内会に属する花畔



地域包括支援センター ニュースレター

Vol. 12
2026年2月号

「地域包括支援センター ニュースレター」は地域包括支援センターの活動のお知らせと、日頃の生活で少しでも役に立つような情報を提供する広報誌です。

こんな時は

しゃふくんに相談



Aさん、また
息子さんに
怒られてるわ…

やせてきているし、
毎日同じ服を着てる



数日後…
歩いているAさんを
見かけたけど

それは
虐待の疑いが
ありますね。



もしもし
やつぱり心配…
しゃふくんに
相談しよう。

ご家族の相談にも
対応いたします。



相談者は伏せて
対応しますので、
ご安心ください。

絵:ピヨコクマ

地域包括支援センターは
権利擁護の相談窓口です！

こんなこと、
ご相談ください！

- 近所に心配な方がいる等、その他高齢の方に関する総合的なご相談
- 財産の管理に関するご相談
- 消費者被害や悪徳商法に関するご相談
- 物忘れが増えたご相談

しゃふくんは
地域包括支援センターの
社会福祉士です！

お問い合わせ



石狩市南地域包括支援センター

TEL: 0133-73-2221

FAX: 0133-72-8031

〒061-3207

石狩市花川南7条4丁目376番地1

【担当地区】

花川南2条1丁目、
花川南3条1~2丁目、
花川南4条1~3丁目、
花川南5~10条、樽川全域





ご存じですか？

回覧

石狩市消費生活センター

こんな場合ご利用ください！



身に覚えのない
登録料の請求が
スマホに届いた！



お試しのつもりで
注文したら
定期購入だった…



強引な勧誘に
迷惑している！

断り切れず契約したが
解約したい！



※その他商品やサービスの売買・契約に関するトラブルなどのお悩みもご相談いただけます

<電話相談>

0133-75-2282

受付時間：午前 10 時～午後 4 時（土日祝日・年末年始を除く）

いやや

土日祝日のご相談は消費者ホットライン **188** (局番なし) ハ



<来所相談>

石狩市役所 1 階

受付時間：午前 10 時～午後 4 時
(土日祝日・年末年始を除く)



正面玄関から入って
右側にあります



～最近のトラブル例～

通信販売



① 【定期購入】

動画広告を見て、「定期縛りなし」のダイエットサプリメントを980円の特別価格で申し込んだが、商品が届いてみると2回目から約1万円の定期コースで5回以上の継続が条件だとわかった。業者に解約すると伝えたら、初回も特別価格ではなく定価になるので、差額を支払うように言われた。

◇解約条件や定期購入ではないかなど、契約内容をしっかり確認しましょう

② 【返金詐欺】

ブランド品を格安で販売している通販サイトを見つけたので、バッグを購入することにした。販売者の個人名義の口座に代金を振り込んだが、「欠品のため返金する」と連絡が来た。返金手続の指示をする電話がかかって来て「〇〇ペイ」の決済アプリで返金するという。言われるままに決済アプリを操作したら、返金ではなく自分が相手に送金していた。

◇「〇〇ペイで返金します」と言わされたら詐欺を疑いましょう

もうけ話（副業、投資など）、不審電話



① 【副業詐欺】

SNSで副業に勧誘され、2万円の副業マニュアルの申し込みをした後、会社から「約100万円のサポートだと、必ず150万円以上儲かる」と勧誘された。サポート代を支払えない、と言うと「消費者金融にウソの職業や年収を伝えて、一日のうちに数社から借り入れをして資金を用意するように」と指示された。

◇「必ずもうかるから」と高額なマニュアルの購入や借金を勧められても契約しないようにしましょう

② 【不審電話】

「2時間後にこの電話が使えなくなる。オペレーターと話す方は1番を押すように」という自動音声の電話がかかってきた。1番を押し、オペレーターとつながった。内容を確認してもらうために住所、氏名、生年月日を伝えた。相手に電話番号や会社名を尋ねたが、NTTカスタマーセンターとしか言わず、その後「間違いました」と一方的に電話を切られた。伝えた個人情報を悪用されないか心配。

◇非通知や知らない番号からの電話で個人情報を伝えないようにしましょう

困ったときは、石狩市消費生活センター にご相談ください
石狩市花川北6条1丁目30番地2 石狩市役所1階
電話：0133-75-2282 月～金 10:00～16:00

土・日・祝日の相談は
消費者ホットライン
「188」へ