

除雪車のためのお願い



●**間口の雪処理は適切に**
除雪車を通った後の間口の雪は、各家庭で道路交通に支障がないよう適切な処理をお願いします。

●**排雪作業にご理解ください**
排雪作業中は、間口などに一時的に雪山ができることがあります。出入りに支障がある時は、お近くの誘導員または江別除雪センターまでご連絡を。

●**道路への雪出しはやめましょう**
事故や交通障害の原因となるので絶対にやめましょう。

●**路上駐車は絶対にやめましょう**
車が道路を塞ぎ、除雪ができなくなる場合があります。

●**ごみ出しのルールを守りましょう**
ごみが雪に埋もれていると、除雪でごみが散乱することがあります。

収集日時を守り、ごみが埋もれないようお願いいたします。

●騒音にご理解ください

除排雪作業は深夜から早朝に実施します。騒音などでご迷惑をおかけしますが、ご理解ください。

●子どもたちの安全のために

お子さんには「除雪車には近づかない、そばで遊ばない」ことを徹底してください。

●雪情報の詳細

雪に関する情報は、広報1月号折込の「元気な冬」や市ホームページでも公開しています。

市道の除雪に関するお問い合わせは、江別除雪センター
☎ 381-6622 (24時間対応)
【詳細】土木事務所 ☎ 383-5900

冬の公園

適切な利用をお願いします

道路沿いにできた高い雪山や、雪穴のできやすい大型遊具周辺など、危険と判断される場所には立入禁止テープや注意看板を設置しています。危険な場所で遊んでいる子どもを見かけたら、注意喚起にご協力ください。

また、遊具や芝、樹木の破損や、雪解けの遅れにより春先の公園開放が遅れることにつながりますので、重機での雪の押し入れは絶対にやめてください。

【詳細】公園指定管理者
草野作工(株) ☎ 398-3010
都市建設課公園係 ☎ 381-1045



健康一ロメモ



ストレスと上手に向き合おう

現代はストレス社会と言われていますが、人によって感じ方はさまざまです。

適度なストレスは緊張感を生み出し、生活にメリハリを与えてくれますが、過度なストレスは不安やイライラを起こし、うつ病などのこころの病、心身症、高血圧・心疾患や糖尿病など生活習慣病の誘因となります。

— ストレス対処法 —
① 生活リズムを整え、適度な運動やバランスのよい食事を。こころの健康を保つ上で

【詳細】保健センター
☎ 385-5252

栄養バランスはとて大切です。ビタミンやミネラルなどが不足すると不安になったりイライラしやすくなります。

② 趣味など、自分に合ったストレス解消法を見つけましょう。

③ ストレスの受け止め方は、考え方や物事のとらえ方、周囲のサポートの有無により異なります。ストレスにうまく対処し、自分のこころの状態を自由自在に切り替えるセルフコントロールも大事です。

ストレス対処法のヒント

プラス思考をこころがける
マイナス思考が頭に浮かんだら、「リラックスしよう」、「落ち込むのは当然のこと」など前向きになれる言葉を考えましょう。

考え方を変える
「〇〇しなければならない」と考えるより「なんとかなるさ」と気軽な考え方をしてみましょう。

このような対処法を上手に使えるように手助けする問題解決型のアプローチが認知行動療法です。認知行動療法に関する講演会が3月にありますので興味のある方はぜひ参加ください。(26ページ参照)

住み替え(リフォーム)の事ならお任せください

新築 外装 外構
内装 設備



見積無料!お気軽にご相談ください

☎ 011-384-0288

株式会社 住まいの昭和
江別市野幌末広町32-4

相続・遺言・成年後見・不動産
会社・法人登記・空き家予防(信託)

黒壁健 司法書士事務所

お気軽にご相談下さい

江別市野幌代々木町55-2(学園通沿い)

相談・出張無料

TEL.011-375-1642

みんなの広場

市内団体

フリーマーケット出店者募集

日時 2/25 (日) 11:00 ~ 15:00 会場: 市民会館ホワイエ・小ホール 対象: アマチュアに限る 申込・詳細: 日本リサイクルネットワークえべつ ☎ ☎ 385-2917

国際交流イベント

「冬の集い2018」 無料



プロジェクションマッピング、リコーダー演奏、キューバダンス、茶道お点前、ギターと歌、外国料理作りなど。直接会場へ。

日時: 2/12 (月・振) 13:00 ~ 15:00
会場: 江別国際センター 交流サロン (野幌町 10-1 イオンタウン江別 2階)
詳細: 江別国際センター ☎ 381-1111

手おり体験

卓上織機でマフラーと巾着を作ってみませんか。日時:

2/9、16、23、3/2 いずれも金曜日 13:00 ~ 15:00 会場: 野幌公民館 参加費: 3,000円 (材料費、受講料) 申込・詳細: 日本手芸普及協会 (平野 ☎ 090-7054-6703 または 蔵本 ☎ 090-6998-2304)



大麻プラスチックバンドコンサート 2018 無料

大麻小学校の児童による金管バンドのコンサートです。徒歩、公共交通機関での来場にご協力を。

日時: 3/3 (土) 13:30 ~ (開場 13:00) 会場: 大麻小学校体育館 (大麻宮町 2)
※上靴持参 詳細: 大麻プラスチックバンド保護者会 (竹谷 ☎ 387-3357)



ふれあい作品展 無料

~江別市特別支援学級作品展~

市内の特別支援学級児童生徒が製作した工芸・木工作品、絵画などの作品展です。20日(火) (13:30 ~ 14:00) は、中学生が自

分たちの作品を販売します。日時: 2/16 (金) ~ 18 (日) 10:00 ~ 18:00、2/20 (火) 10:00 ~ 16:00 ※ 19日(月)は休館日。会場: 野幌公民館 詳細: ふれあい作品展事務局 (野幌中学校 ☎ 384-3339)

第2回えべつカフェ 無料

子育てコーチングでおなじみ石谷二美枝さんの講演会。今回は小学生以上のお子さんの話を中心に学びます。当日参加可、託児コーナーもあります。日時: 2/17 (土) 10:00 ~ 12:00 会場: 大麻公民館 詳細: 生涯学習課 (井上) ☎ 381-1069 主催: 江別市家庭問題研究会



「人間としての生き方を考える」 ~地域で豊かにくらすため~ 無料

野幌地区女性団体協議会主催の学習会。日本理化学工業株式会社 常務取締役 西川一仁氏による「働く幸せ・人に役に立ってこそ幸せになれる」をテーマにした講演会です。24時間テレビで紹介された感動的な会社のお話です。合わせてアンサンブルコンサートを開催します。託児あり (要事前申し込み)。どなたでも参加できます。日時: 2/13 (火) 13:00 ~ 15:00 (開場 12:00) 会場: 野幌公民館 詳細: 野幌地区女性団体協議会 (神保) ☎ ☎ 383-2028

公共機関 など

常設知的財産相談 無料

特許・実用新案・意匠・商標の出願・訴訟・調査・外国での特許取得など、知的財産権全般について弁理士が無料で相談に応じます。電話での相談も受け付けていますのでお気軽にご相談ください。※来訪の場合は要予約。日時: 毎週火・金曜日 14:00 ~ 16:00 会場・詳細: 日本弁理士会北海道支部 (札幌市北区北7条西4-1-2KDX 札幌ビル3階) ☎ 736-9331



4月号の掲載依頼は 2月19日(月)まで
※ 4月7日以降の行事 (申込期限含む) が対象。
※ 紙面の都合上、掲載できない場合があります。

2月の市民カレッジ



市民カレッジとは市と市内4大学などが連携して開催する市民講座です。申込方法は、下記申込先に問い合わせ。詳細は講座一覧 (公民館・市ホームページで配布) をご覧ください。
詳細: 生涯学習課 ☎ 381-1062

申込先



廃棄物対策課

☎ 383-4211

▶ 冷蔵庫の整理術 & 食材使い切りレシピ講習会
※ 会場は野幌公民館
詳しくは 16 ~ 17 ページをご覧ください



子ども相談支援センター 相談窓口

いじめや不登校、体罰などの学校教育に関する悩み、子育て・しつけなど家庭教育に関する悩みなどを相談してください。



● 電話相談 ☎ 0120-3882-56 (無料。毎日 24 時間対応)

● 来所相談: 子ども相談支援センター (札幌市中央区北3西7条庁別館 8階) 10:00 ~ 16:00 土日祝日・年末年始休み
※ 電話相談で予約してください

● メール相談

doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp

※ 急ぎの場合は電話相談を利用

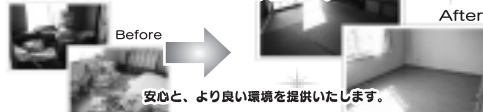


廃家電や粗大ごみなど、
廃棄物の処分に
「無許可」の回収業者を
利用しないでください!



江別市の許可や委託を受けずにご家庭のごみを回収業者が収集することは認められていません。安心できる許可業者へ依頼して下さい。

引越しゴミや、お部屋に溜まった不用品を、
全てスタッフが片付け、適正に分別処理いたします。



安心と、より良い環境を提供いたします。

ご依頼の流れ

- お問い合わせフリーダイヤル
- 現場確認 無料お見積り
- お客様のご都合に合わせて作業開始
- 作業終了後ご請求

株式会社 江別清掃グループ

江別清掃株式会社

〒067-0052 江別市角山69番地27
http://www.ebetsuseisou.jp

■ 一般廃棄物収集運搬業 (江別市許可第10号)

TEL011-383-3261 FAX011-383-3262

フリーダイヤル 0120-973-420