

ちやんと

■千歳・恵庭エリアの生活情報紙「Chanto」
2026.1.16
毎週金曜日発行 71,500部
発行/株式会社メディアコム
https://chanto.biz

■広告の掲載・チラシ折込のお問い合わせ先/ ☎ 0123-27-0911

vol.1007 無料

アパート・マンション お部屋さがしは
アパマンショップ

株式会社 駿河

SURUGA 土地・建物・アパート・マンション・駐車場・売買・賃貸及び管理

■千歳店 千歳市千代田町6丁目7番地 ☎0123-22-1555
■恵庭店 恵庭市住吉町1丁目3番3号 ☎0123-33-1555
■苫小牧中央店 苫小牧市美園町2丁目3番6号 ☎0144-37-1555

https://www.suruga-f.com/

新春のあいさつと交
流を図る新年交礼会
が1月7日、恵庭市民
会館にて開催。原田裕
市長をはじめ、議員や
経済界など各界の関
係者約170人が出席
し、新年の門出を祝
いました。

原田恵庭市長は「今
年は第6期市総合計
画が始まる年でありま
す。また、北海道日本
ハムファイターズ2軍
本拠地の本市への移転
誘致活動が現在も盛ん
に行われております。
このように、さまざま
な事業が展開され、今
年は恵庭市にとって、
大きな転換を迎える年
になるのではないかと

1月5日、ホテルグ
ランテラス千歳にて
千歳市が主催する令
和8年千歳市新年交
礼会が、箏が演奏され
る年始のおごそかな
雰囲気の中行われま
した。

会場には、横田隆
一、千歳市長をはじめ、
池田真紀衆議院議員、
松倉美加千歳市議会
議長、千歳市議会議員
など行政、自治会関係
者、自衛隊関係者など
のほか、千歳市内の経
済を支える企業の代
表者ら、244人が参
加しました。

国歌斉唱から交礼
会が始まると、横田千
歳市長より「明けま

思っています。これか
ら市民の力をいただ
きながら、より住みよ
い、活力あるまちへと
していきたいと思いま
す」とあいさつ。

続いて、来賓の田中
芳憲北海道議会議員
が「市の発展のため
日々努力していただい
ている皆さまに感謝し
ます。今年も議員とし
て恵庭市がさらに活
気あふれるような年にな
るようまい進してい
きたいと思います。市
民の皆さまのご多幸、
ご健康をお祈り申し
上げます」とお祝いの
言葉を述べました。

鏡開きでは、原田恵
庭市長や来賓の自衛

ひやくの年に!

千歳市新年交礼会

しておめでとうござい
ます。本年は市民の皆
さまが安全・安心に
快適にすごせるよう
なまちづくり、ならび
に未来を目指す新し
い一歩を踏み出す飛躍
の年となるように碎
身の努力をしてまい
ります」とあいさつ。

また、「千歳市空港
開港百年にあたる節
目の年、そしてさらな
る飛躍の年にしたい」と
今年の意気込みを漢
字一文字で表した
「百」と書かれた色
紙を手に思い描く市
政を語りました。この
「百」の文字には百
年の「百」を「ひや
く」と読ませ、「飛躍

(ひやく)とかけた
もので市役所内の応募
から選出されたもの
です。

松倉議長や池田議
員など行政関係者が、
年頭のあいさつとし
て、北海道ならびに千
歳市の経済の動向、ラ
ピダスなどの半導体
関連事業の促進、社会
保障や社会福祉事業
の充実をはかるなど、
本年にかける意気込
みを話しました。

会場は、晴れやかな
雰囲気の中、経済界・
企業の代表の方々は、
本年にかける思いな
どの抱負を語り合
いました。

(編集 小西)

恵庭市新年交礼会

地域のさらなる発展願う

乾杯の音頭は藤丸
幸二島松駐屯地司令
が取り、続く歓談の時
間では、ピアノストの
吉田美香さんによる
ピアノ演奏を楽しむな
か、出席者が地域のさ
らなる発展を願い、業
界の垣根を超えた交
流の輪を広げる光景
が見られました。最後
は川原光男恵庭市議
会議長による万歳三
唱で盛大に締めくく
られました。

(編集 佐々木)



1月は新春お年玉キャンペーン

期間限定 1/31 (土)まで

記念硬貨 買取します!
100円銀貨 250円保証
1,000円銀貨 2,500円保証

査定料 手数料 出張料 無料!!

キャンペーン1 買取金額 最大 30%UP!
※買取金額UPは上限5万円 ※ほかサービス併用可 ※金券など一部対象外があります ※1月末まで ※ちとせモール店限定

キャンペーン2 1万円以上のご成約で アークス商品券 500円分 1,000円分 プレゼント!

キャンペーン3 査定だけで 全員にお餅 プレゼント!

おたからや 千歳市勇舞8-1-1 ちとせモール内1階
ちとせモール店 ■営業時間/10時～19時(日曜は18時まで) ■年中無休

0120-111-253 北海道公安委員会 古物免許番号 第101040002318号 R7-5M 173

地図はこちら

季節労働者や求職者のための就職支援セミナー

生きる力と働く力 ― 逆境を超えて見えた未来

入場無料 2026.2.24(火) [開演] 14:00 [開場] 13:30

定員 30名 2/19 締切

千歳商工会議所2階「大会議室」

令和7年度厚生労働省委託事業通年雇用促進支援事業

講師/堀 ちえみ

第6回ホリプロタレントスカウトキャラバンで芸能界入りし、1982年3月「潮風の少女」でデビュー。1983年に出演したドラマ「スチュワーズ物語」が日本中で大ヒット。テレビ出演のほか、教育、健康にまつわるトークショーをはじめ、音楽活動と幅広く活躍している。2019年に半年以上続いていた舌の痛みが耐えがなくなり、都内の大学病院を受診。検査の結果、ステージ4の舌がん、リンパ節への転移が見つかる。自身のようにがんの発見が遅れる人を少なくしたいとの思いからブログで病気を公表。舌の6割超とリンパ節の切除をし、大腿の組織を移植して再建する大手術を受けた。その後、闘病生活についてつづいた著書「Stage For〜舌がん ステージ4から希望のステージへ(扶桑社)」やブログ等で、多くの方に実体験を発信している。

千歳市 City of Chitose

■お申込み

TEL 0123-24-0602
FAX 0123-22-8851
MAIL koyo@city.chitose.lg.jp
WEB 右記二次元コードよりお申込み可能

※応募者多数時は、ご希望に添えない場合がございますので予めご了承ください。

■お問合せ

千歳市季節労働者通年雇用促進協議会
(商業労働課労政係内)
千歳市東雲町2丁目34番地 市役所本庁舎1階

オーラルフレイルって何？

「最近、噛みにくい」「むせやすい」「口が乾く」こんな小さな変化を感じていませんか？こうした口のほんの少しの衰えを、“オーラルフレイル(口の虚弱)”といいます。年齢を重ねると誰にでも起こりやすいものですが、放っておくと体全体の健康にも影響するサインです。

オーラルフレイルが進むと栄養が不足しやすい、筋肉が減って体力が落ちる、歩くのが大変になる、転びやすくなる、肺炎を起こしやすくなるなど体全体に悪影響を及ぼします。

オーラルフレイルを予防しよう！

オーラルフレイルは毎日の生活の中で簡単に予防ができます。簡単にできる予防法についていくつか紹介します。

① パタカラ体操

「パ・タ・カ・ラ」をゆっくり、はっきり10回。口や舌の筋力がつきます。

② 舌の体操

舌を前後・左右にゆっくり動かす。ほっぺの内側を舌で押す。飲み込みやすさの改善に効果的です。

③ よく噛む

一口ずつよく噛むことで唾液が出て、飲み込みやすくなります。

④ 歯や口の清潔を保つ

歯磨き・入れ歯の手入れ・舌の清掃を丁寧に。歯科医院での定期チェックも大切です。

⑤ 人と話す・歌う

会話や歌は、口の筋トレになります。孤立を防ぎ、心の健康にもつながります。

オーラルフレイルは、「気づけば予防できる」やさしいサインです。小さな変化でも気になったら、早めに歯科やかかりつけ医に相談しましょう。口の元気を守ることは、これからの生活の元気を守ることにつながります。

詳細はお近くのたよれーるへお問い合わせください。

たよれーる きた

(恵庭市きた地域包括支援センター)
恵庭市島松本町1丁目11番1 TEL 25-3100

たよれーる ひがし

(恵庭市ひがし地域包括支援センター)
恵庭市末広町125番地1 TEL 29-5541

たよれーる みなみ

(恵庭市みなみ地域包括支援センター)
恵庭市柏木町429番地6 TEL 34-8467

たよれーる 中島・恵み野

(恵庭市中島・恵み野地域包括支援センター)
恵庭市恵み野西2丁目3番地10 TEL 36-0036



漢字読みクイズ

先週号の「漢字読みクイズ」の答え合わせだよ！
全問正解したあなたは、みんなに自慢しよう！

解答

国名編
NO.13

解答1 アル及 アルジェリア

解答2 哀提伯 エチオピア

解答3 蒙古 モンゴル

解答4 以色列 イスラエル

解答5 伊蘭 イラン

次回もお楽しみに



第57回

あすか税理士法人グループの やさしい法律講座

超高所得者層への課税適正化(ミニマム課税)による申告が始まります

高所得者ほど金融所得の割合が高く、所得が1億円を超える水準になると税負担率が低下する傾向があることが指摘されています。このいわゆる「1億円の壁」と呼ばれる現象は、税負担の公平性の観点から長年課題とされてきました。これを是正するため、「極めて高い水準の所得に対する負担の適正化措置」(一般にミニマム課税と呼ばれています)を適用した確定申告が始まります。

1 ミニマム課税導入の背景

現行の所得税では、給与所得などは所得が高くなるほど税率が上がる累進課税(5%から最大で45%)が適用されます。これに対し、上場株式等の配当所得や土地建物・株式等の譲渡所得に対する税率は、一律15%(住民税を除く)と税率が固定されています。超高所得者層ほど、所得に占めるこれら譲渡所得等の割合が高くなる傾向にあるため、所得が一定水準を超えると所得税の負担率が逆に低下するという「逆転現象」が生じていました。ミニマム課税は、このような負担構造を是正し、税負担の公平性を確保するために導入されました。

2 令和7年分からの計算方法

通常の所得税額に加えて、以下の計算式により求められる金額が、通常の計算による所得税額を超える場合に、その差額を追加で申告納税する仕組みです。令和5年度税制改正において導入が決定され令和7年分以後の所得税から適用され、住民税は本制度の計算対象外です。

追加徴収額=(基準所得金額 - 3.3億円) × 22.5% - 基準所得税額

基準所得金額	申告不要制度を適用せずに計算した合計所得金額
基準所得税額	基準所得金額に対して通常の方法で計算された所得税額

■令和8年度税制改正大綱による「大幅な強化」見通し

令和8年度税制改正大綱では、税負担の公平性をさらに確保する観点から大幅な見直し盛り込まれました。

追加徴収額=(基準所得金額 - 1.65億円) × 30% - 基準所得税額

特別控除額の引下げ	基準所得金額から差し引く控除額を3.3億円から1.65億円に引下げ
税率の引上げ	計算に用いる税率を現行の22.5%から30%に引上げ

例えば、所得が株式譲渡や不動産の譲渡のみである場合には、この改正により、所得が約10億円を超えるまで影響がありませんでしたが、改正後には所得が約3.3億円を超えると追加課税が生じることとなり、改正の影響がより広範囲に及ぶこととなります。なお、これらの改正内容は令和9年分以後の所得税について適用される見通しです。

あすか税理士法人

平成22年6月より千歳の地にてあすか税理士法人千歳事務所として活動しております。税や経営支援に関する各分野に精通した社員が10名在籍しております。

お問合せはお気軽に電話ください。TEL 0123-40-1200

2026 千歳稲穂サッカースポーツ少年団 キッズフットサル体験会

新しい仲間を大募集!フットサルから始めよう!

初心者歓迎!! 参加費無料!!

- と き / 1月31日(土)・2月1日(日) (両日参加可) 9:30~11:00(9:15受付)
- と ころ / 末広小学校体育館(千歳市富丘2丁目6-2)
- 対 象 / 年中~小学3年生(他学年応相談)
- 持 物 / 動きやすい服装・上履き・水筒・ボール(貸し出し可)

お申込 問合せ

千歳稲穂サッカースポーツ少年団
TEL 080-1872-2047(森田)
TEL 090-7655-9278(倉田)
ショートメールでのお問合せも可能です

《令和8年》厄払祈願祭ののご案内

一月十七日(土)十八日(日)二十日(火)二十一日(水) 二月一日(日)三日(火)七日(土)八日(日)十一日(水祝)

■午前10時~午後四時まで
《厄払は御予約制とさせていただきます。御予約のない場合、お待ちいただく事もございます。御了承ください。また、付き添いの方は特別な事情がない限り神殿には入れませんのでお車などでお待ちいただきますことを御理解ください。》

一度に入れる人数を制限させていただきますので、御希望に添えないこともございます。御了承ください。

節分祭 二月三日(火)

「豆撒き・餅撒き」は午後五時三十分に行います

人形供養祭

三月二十九日(日) 午後三時

三月一日より三月二十九日午後二時四十五分まで社務所にて受付を致しますのでお人形をお持ちください。

◆供養料ダンボール箱 一箱(四十五リットル程度) またはゴミ袋一ケ 三,000円 ※表札・印鑑等も受付します (各一ケ一,000円)

◆お預かりの際に身代わり御守の授与をいたします。

とよ さか じん じゃ

豊栄神社

恵庭市大町3丁目6番5号 電話 0123-32-3410

※祈願の方には祈禱終了後、授与品(祈禱神札・厄抜の御守り・ミニ鏡欠)の授与をいたします。
※受付では、ほかに交通安全・安産・子宝・長寿・金運・病氣平癒その他・護符・サンリオキャラクター(キティなど)の御守りもお頒ちいたしております。

厄祓いの御案内

千歳神社では厄祓い、ご家族祓い、年祝の御祈願を受け付けております。

厄祓の日程

全てご予約にて承ります

1月17日(土)~2月末日までの土日祝日

時 間 10時・11時・14時

※日によってお受けしていない時間帯もございます。
※上記日程以外でもお受けできる日もございます。お問合せください。

玉串料 お一人様 5,000円(2月末日まで)
家族でのお祓い 10,000円(家族全員)

年祝い

長寿祈願を致します。
長寿を祝い、神の恵みに感謝し神社に参拝致します。

還暦(数え年 61歳) 昭和41年生
古希(数え年 70歳) 昭和32年生
喜寿(数え年 77歳) 昭和25年生
傘寿(数え年 80歳) 昭和22年生
米寿(数え年 88歳) 昭和14年生

厄祓当日、年祝いの長寿祈願も執り行われます。

人形焼納祭

下記の日程でお預かりし、神事は神職のみで執り行います。

日 時 3月1日~7日 午前9時~午後4時まで

場 所 千歳神社社務所

令和8年 厄年早見表

※数え年は、誕生日前の場合二歳、誕生日を迎えている場合は一歳を足して計算します。

男 性			女 性		
前厄	本厄	後厄	前厄	本厄	後厄
24歳 (平成15年生)	25歳 (平成14年生)	26歳 (平成13年生)	18歳 (平成21年生)	19歳 (平成20年生)	20歳 (平成19年生)
41歳 (昭和61年生)	42歳 (昭和60年生)	43歳 (昭和59年生)	32歳 (平成7年生)	33歳 (平成6年生)	34歳 (平成5年生)

ちゃんと かわら版 恵庭



お家にサンタとケーキがきた! 「恵庭のサンタクロース」活動



昨年12月25日、NPO法人陽だまりの家(恵庭町3、古山明美理事長)より、困りごとを抱えた子どもたちにクリスマスケーキやチキンを届ける「恵庭のサンタクロース」活動が行われました。同法人は子ども食堂や

子どもの夏休み期間中、家庭に昼食の配達活動を始めるなど、子どもや家族の交流活動が盛んに行われています。今回の「恵庭のサンタクロース」の活動資金は恵庭商工会議所の会員企業による寄付のほか、北

広島で自動車販売を手掛ける株式会社クレタから寄せられた約40万の寄付を原資としています。当日、サンタクロースとトナカイに扮した市内のボランティアメンバーが、20家庭52人の子どものために、事前に各家庭が選んでいたホールケーキかフライドチキンどちらかと飲み物を届けました。玄関で待ちに待ったサンタたちが登場すると、子どもたちは「サンタさんが来た!」と大喜び。輝く笑顔でプレゼントを受け取りました。中には人見



(編集 佐々木)

知りなのか、恥ずかしそうにプレゼントを受け取る子どももいましたが、サンタたちとお別れするときは皆「サンタさん、ありがとう」と元気な声でお礼を言い、大きく手を振っていました。古山理事長は「この活動を支援、応援してくださる方や企業に深く感謝しています」と話しました。



歌と踊りで サンタをお迎え こども園幼稚園児

昨年12月24日、認定こども園幼稚園児(黄金北4)にて毎年行われている恒例のイベント「クリスマス会」が開かれました。クリスマスのコスチュームを身に付けた先生たち、0歳のひよこ組、1歳のりす組、2歳のうさぎ組の園児たち32人が集まりました。ツリーや、星、雪の飾りなど、園児と先生らが飾りつけをしたクリスマス一色の教室に集まった園児たちは、わくわくと胸を躍らせた。

皆で歌う「あわてんぼうのサンタクロース」で始まり、続いてクリスマスカード探しやスタートです。教室の壁や窓などの随所に隠されたカードを、園児たちは懸命になつて探しました。

「ジングルベル」を皆で歌いながら、先生の振り付けに合わせてダンスをしていると待ちに待ったサンタクロースが登場。園児たちは集めたたくさんのカードを持ってサンタクロースを取り囲みました。見つけたカードは、サンタクロースのプレゼント(お菓子)と交換されます。

サンタクロースが退室した後、もらったプレゼントを両手いっぱい抱えた園児たちが満面の笑みを浮かべたところで、記念撮影が行われました。岩下睦子副園長は「子どもたちが喜ぶことなら何でもやりたいという思いで開園当初から始めました。23年間毎年行っています」と話しました。

(編集 小西)

島松駅開設100周年 記念事業始まる

JR島松駅と島松市街は今年8月21日に開設・開基100周年を迎えるにあたり、その記念として島松駅駅長や地域住民らの有志が集まり、「JR島松駅開設・島松市街開基100周年記念事業」を実施。第一弾の取り組みとして、昨年12月25日からJR島松駅前に記念横断幕を設置しました。島松駅は、当時の住民有志141人による請願

と用地・建設費の無償提供から1926年8月21日に開設され、それからは地域住民にとって欠かせない駅となつています。横断幕は昨年9月に発足した「島松駅開設・島松市街開基100周年記念事業実行委員会(鶴田力実行委員長)が作成し、駅入り口と周辺の2カ所に設置。横断幕には「駅と街約百年」のキャッ

コピーが大きく書かれており、「島松100年の歩み」を象徴するデザインとなつています。また、のぼり旗も駅入り口に立てられ、駅に行き交う人々の目を引かせました。

鶴田実行委員長は「島松地区は今まで歴史を振り返ることが少なく、歴史資料もほとんど残っていない。横断幕を見て地域の方に普段利用している駅が100周年を迎えたことを知ってほしい」と話し、対馬敏樹駅長は「鶴田さんをはじめ、みなさん100周年の歴史を残そうという熱意にあふれています。当時の住

民が費用を出し合つてできた駅なので、ほかの駅に比べて思入れが強いのだと思います」と語りました。

今後は記念誌の発行や記念式典の開催などの取り組みを展開する予定です。

(編集 佐々木)

と用地・建設費の無償提供から1926年8月21日に開設され、それからは地域住民にとって欠かせない駅となつています。横断幕は昨年9月に発足した「島松駅開設・島松市街開基100周年記念事業実行委員会(鶴田力実行委員長)が作成し、駅入り口と周辺の2カ所に設置。横断幕には「駅と街約百年」のキャッ

コピーが大きく書かれており、「島松100年の歩み」を象徴するデザインとなつています。また、のぼり旗も駅入り口に立てられ、駅に行き交う人々の目を引かせました。

鶴田実行委員長は「島松地区は今まで歴史を振り返ることが少なく、歴史資料もほとんど残っていない。横断幕を見て地域の方に普段利用している駅が100周年を迎えたことを知ってほしい」と話し、対馬敏樹駅長は「鶴田さんをはじめ、みなさん100周年の歴史を残そうという熱意にあふれています。当時の住

民が費用を出し合つてできた駅なので、ほかの駅に比べて思入れが強いのだと思います」と語りました。

今後は記念誌の発行や記念式典の開催などの取り組みを展開する予定です。

(編集 佐々木)

と用地・建設費の無償提供から1926年8月21日に開設され、それからは地域住民にとって欠かせない駅となつています。横断幕は昨年9月に発足した「島松駅開設・島松市街開基100周年記念事業実行委員会(鶴田力実行委員長)が作成し、駅入り口と周辺の2カ所に設置。横断幕には「駅と街約百年」のキャッ

と用地・建設費の無償提供から1926年8月21日に開設され、それからは地域住民にとって欠かせない駅となつています。横断幕は昨年9月に発足した「島松駅開設・島松市街開基100周年記念事業実行委員会(鶴田力実行委員長)が作成し、駅入り口と周辺の2カ所に設置。横断幕には「駅と街約百年」のキャッ

4/30まで
新規お申込みで
**基本料金
1年間無料**

電気とセットでさらにお得に!
オカでん
オカモトのでんき

ボックスティッシュ
最大**120箱**プレゼント!
※オカでん新規お申込みと灯油定期配達
新規と契約の場合

ボックス
ティッシュ
60箱
プレゼント!

さらに
灯油20円引き
プランで契約で
灯油配達が11~4月の間
月50Lまで20割

※定期配達期間は10~4月です。
※配達は200L以上の屋外タンクに限ります。
※お支払いはクレジットカード・口座引落のみ。

1月31日(土)まで!
灯油定期配達新規ご契約で
ボックスティッシュ
60箱
プレゼント!

カンタンWEB
申込み受付中

キャンペーンコード
「恵庭」を備考欄
にご入力で適用

※定期配達期間は10~4月です。
※配達は200L以上の屋外タンクに限ります。
※お支払いはクレジットカード・
口座引落のみ。

ただいまの
配達価格は
こちら→

オカでん恵庭営業所 TEL:0120-335-175
〒061-1376 北海道恵庭市恵み野里美1丁目2-9
9時 ▶ 17時 定休日:日曜・祝日

生活情報紙 ちゃんと

営業幹部候補

ルート営業なので仕事がしやすい!

月給 **32~44万円**

期 間▶雇用期間の定めなし
仕 事▶生活情報紙「ちゃんと」の広告
企画営業(既存の取引先の訪問、
顧客管理業務(データ入力)
休 日▶日曜日、隔週土曜日(4週月は3回、
5週月は4回)ほか、年末年始、GW、
お盆休あり

資 格▶要普免、エクセル操作できる方
待 遇▶各社保完備、交通費規定支給、
昇給有、夏期・冬期賞与支給、
車通勤可、試用期間1カ月、
敷地内禁煙、扶養手当有(子ども
1人につき1万円支給)、慶弔休暇、
営業車・携帯電話貸与

〒066-0073 千歳市北斗4丁目13-20
0123-27-0911 (担当:羽生)

千歳・恵庭エリアの生活情報紙発行
株式会社メディアコム



ちゃんと かわら版 千歳



千歳市が掲げる「ゼロカーボンシティ」実現の一步として、千歳市は次世代自動車42台を三菱オートリース株式会社（東京都、高井直哉代表取締役社長、写真左）から導入。レプリカキーの贈呈式が昨年11月25日に千歳市役所にて挙行され、同社の高井社長と北

脱炭素化を目指して 千歳市が次世代自動車を導入

海道・東北エリアの桜川誠一エリアディレクター、北海道支店の三須敦史支店長が訪問しました。



今回導入した自動車はEV車24台、PHEV車9台、HV車9台です。すべての

自動車にドライブレコーダーと走行距離や運転速度などの運転情報がリアルタイムで取得できるテレマティクスが搭載されており、ドライバーの急発進・ブレーキやわき見運転を検知すると、管理者に報告が届くように設定されています。そのため、ドライバーの安全運転の意識向上と事故の削減が期待されます。また、自動車の使用申請がデジタル化され、事務効率が飛躍的に向上しました。次世代自動車はすでに運用が開始されています。

横田千歳市長は「われわれ千歳市が目指してい

る脱炭素化、ひいては環境問題への解決のため、ご協力をしていただき誠にありがとうございます。市民に安心してもらえるような運転を職員一同心がけていきます」と話しました。

（編集 佐々木）

昨年12月15日、恵庭市で発生した盗撮事件の容疑者を確保した水谷好宏さんの感謝状贈呈式が、千歳警察署で行われました。



勇気ある行動で容疑者確保 水谷さんに感謝状贈呈

水谷さんは昨年6月、マックスバリュ恵庭店で家族との買い物中に不審な様子の男を発見、そのまま観察していると男が女子高生のスカートの中をスマホで撮影する様子を目撃。店外に出た男を追いかけて、「盗撮しましたか？」とたずねました。男は答えず、一度逃走しましたが、水谷さんはもう一度戻ってくるはずだと思い、待ち伏せ。読み通り数分後に戻ってきた男を取り押さえました。その後、千歳警察署に引き渡されました。

高橋孝佳署長は「自ら行動を起こし、被疑者を確保するというのは素晴らしい行い。その勇敢さに深く敬意を表すとともに感謝申し上げます。これから一市民として助けが必要な方がいれば援助してほしい」と述べました。感謝状を受け取った水谷さんは「市民の安全

な様子の男を発見、そのまま観察していると男が女子高生のスカートの中をスマホで撮影する様子を目撃。店外に出た男を追いかけて、「盗撮しましたか？」とたずねました。男は答えず、一度逃走しましたが、水谷さんはもう一度戻ってくるはずだと思い、待ち伏せ。読み通り数分後に戻ってきた男を取り押さえました。その後、千歳警察署に引き渡されました。



に貢献できた。インフラの仕事をしているので、自然災害などで困っている人をよく見てきました。自分の力が助けになるのなら、これからもできることはやっていきたい」と語りました。

（編集 佐々木）

北の国へようこそ！ 千歳市・指宿市青少年 冬季交流



指宿市今和泉小学校6年の石神羽萌（うめ）さんは「北海道には初めてきましたがとても寒いですが、支笏湖散策での雪遊びと、ホームステイを楽しみにしています」と心を躍らせた。

昨年12月25日、千歳市・鹿児島県指宿市青少年交流事業「冬季交流事業」が行われ、総合福祉センターに指宿市の児童16人が到着し「歓迎式」が開かれました。

今回の冬季交流では12月25日、28日までの4日間、指宿市の小学6年生が千歳に滞在し、冬の北海道の体験として支笏湖畔の散策活動やサケのふるさと千歳水族館を見学。また、千歳市内の受入家庭でホームステイを行いホストファミリーとの交流も楽しめました。

この事業は、千歳市と鹿児島県指宿市との姉妹都市提携を通じて子どもたちの交流と両市の友好を願い1995年から実施されています。

歓迎式では、昨年の夏季交流で指宿市を訪問した千歳市内の小学生16人とホームステイ受入家庭など関係者が心待ちにする中、指宿市の児童が到着し、半年ぶりに会う千歳市の児童を見て「久しぶり！」と再会をよろこびました。千歳市の児童が「なまら寒い北海道の千歳へようこそ」と手作りのプラカードで来千を歓迎すると、指宿市の児童は一人ひとり自己紹介をし、体験したいことなど抱負を語



（編集 小西）

えこりん村 らくだ軒



～日ごろのご愛顧に感謝を込めて～
新春お年玉クーポン!!

新商品

鉄板厚切りジンギスカンパスタ

希少部位ラム肩ロース使用の「恵庭ジンギスカン」が主役のアツアツの鉄板パスタです。特製のおろしソースをかけてお召し上がりください。

¥1,780 税込

1月クーポン

お食事金額より

20%OFF

※2026年1月末日まで有効
※店内飲食全商品適用 ※他券との併用はできません
※会計前にレジにてスタッフにお渡しください
※会計後はご対応できません ※一会計に限りです
※分割会計はご対応できません

2月クーポン

お食事金額より

20%OFF

※2026年2月1日から2026年2月末日まで有効
※店内飲食全商品適用 ※他券との併用はできません
※会計前にレジにてスタッフにお渡しください
※会計後はご対応できません ※一会計に限りです
※分割会計はご対応できません

新千歳空港シアター

おすすめ映画情報



劇場情報

〒新千歳空港国内線ターミナルビル 4F ☎ 46-4150 ⌚ 9時～22時 料 一般1900円、大学生1400円、高校生以下1000円、幼児(3歳～)1000円、シニア(60歳以上)1200円 ㊟ 駐車場3時間無料(エンターテインメント施設利用で)

予告なく、上映作品が変更になる場合がございますのでご了承ください。

上映中

ズートピア 2 (吹替)



動物たちが人間のように暮らす夢の都市“ズートピア”。頑張り屋なウサギ初の警察官・ジュディと、皮肉屋だけど根はやさしいキツネのニックは、憧れだった捜査官のパディとして事件に挑んでいた。ある日、ズートピアにいないはずのヘビのゲイリーが現れたことをきっかけに、その誕生の裏に隠された驚くべき秘密が明らかに。なぜ、この街には哺乳類しかいないのか？ヘビたちが姿を消した理由とは？ズートピア最大の謎を前に、正反対なジュディとニックの絆が試されるー。

©2025 Disney Enterprises, Inc. All Rights Reserved.
監督：ジャレド・ブッシュ
キャスト：上戸彩、森川智之、下野紘、山田涼介
配給：ディズニー

上映中

劇場版「緊急取調室 THE FINAL」



超大型台風が連続発生し、国家を揺るがす非常事態の最中、内閣総理大臣・長内洋次郎は、災害対策会議に10分遅れて到着する。さらに、その「空白の10分」を糾弾する暴漢・森下弘道が現れ、総理大臣襲撃事件が発生するー。警視庁は、森下の起こしたテロ事件を早急に解決するため、キントリの緊急招集を決定。真壁有希子らキントリチームは取調べを開始するが、森下は犯行動機を語らないどころか、取調室に総理大臣を連れて来い！と無謀な要求を繰り返す。森下の取調べが行き詰まる中、長内総理に“ある疑惑”が浮かび上がる。有希子は真相解明のために総理大臣を事情聴取すべく動き出すが…。

©2025 劇場版「緊急取調室 THE FINAL」製作委員会
監督：常廣丈太
キャスト：天海祐希、田中哲司、速水もこみち、鈴木浩介、大倉孝二、塚地武雅、比嘉愛未、野間口徹、工藤阿須加、中村静香、生島勇輝、丸山智己、佐々木蔵之介、石丸幹二、草刈正雄、でんでん、小日向文世
配給：東宝

1月30日公開

機動戦士ガンダム 閃光のハサウェイ キルケーの魔女



U.C.0105、シャアの反乱から12年——。圧政を強いる地球連邦政府に対し政府高官の暗殺という方法で抵抗を開始した「マフティー」。そのリーダーの正体は、一年戦争をアムロ・レイと共に戦ったブライトの息子、ハサウェイ・ノアであった。不思議な力を示す少女ギギ・アムダルシアにかつてのトラウマを思い出すハサウェイ。彼女の言葉に翻弄されながらもマフティーとしての目的、アデレード会議襲撃の準備を進めるが……。

© 創通・サンライズ
監督：村瀬修功
キャスト：小野賢章、上田麗奈、諏訪部順一、斉藤壮馬
配給：松竹

新千歳空港シアター をご利用のお客様

＼ A・B駐車場入場から ／

3時間無料！

映画を
ご鑑賞で



※駐車券をご鑑賞前にご提示ください。

※エンターテインメント施設内のその他のご利用については、合算3,000円(税込)以上のご利用で「入場から2時間無料」サービスの対象となります。



生活情報紙 ちゃんと 仕分け・梱包・配布

体を動かし、
元気に働きたい
方にピッタリ♪

月 折込チラシの仕分けや
火 チラシの荷受け
水 チラシの折込、梱包

一週間の主な流れ

木 ちゃんと配布
金 300件程度で、配布地域
はその都度変わります。

30代～60代が
和気あいあい
楽しく活やく中！

期 間▶雇用期間の定めなし
仕 事▶チラシの荷受け、折込み、梱包、ちゃんとの配布ほか
※配布のお仕事は、業務委託となります。
時 間▶月・火・水曜日/9:00～17:00の間
※休憩45分
※作業内容によって変動有、応相談
木・金曜日/1地域、2h程度～

給 与▶月・火・水/時給1,100円
報 酬▶木・金/1部配布24ページで10.5円～
(4ページごとに1円アップ)、チラシ折込
手当1枚につき0.8円以上
勤 務▶週4～5日 ※応相談
資 格▶車通勤できる方
待 遇▶交通費規定支給、敷地内禁煙
※委細面談にて

■千歳・恵庭エリアの生活情報紙発行
株式会社メディアコム
〒066-0073 千歳市北斗4丁目13-20

まずはお気軽にお電話ください。
☎ 0123-27-0911

生活情報紙 ちゃんと ポスティング スタッフ募集

木・金のみ!配布の
お仕事です

Wワーク
OK!

期 間▶雇用期間の定めなし
仕 事▶当社に出勤後、当社スタッフと一緒に
エリアをまわりちゃんとを配布する
お仕事です。
配布エリアはその都度変わります。
時 間▶9:00～17:00の間で実働4～5h程度
※状況により時間に変動有

給 与▶時給1,090円
勤 務▶木、金(状況による)
待 遇▶交通費規定支給、車通勤可、
敷地内禁煙

空き時間を有効に
使ってお小遣い稼ぎ♪

■千歳・恵庭エリアの生活情報紙発行
株式会社メディアコム
〒066-0073 千歳市北斗4丁目13-20

まずはお気軽にお電話ください。
☎ 0123-27-0911

スーパーアークス 千歳店・長都店

1/15(木)・16(金)・17(土)
※15日はシニアデーとの併用不可

本券ご持参のお客さま限定
本広告全体を切り取ってお会計前に
レジにてご提示ください。

なまら!
おトククーポン
5%割引
テナント除く、食品コーナー全品
一会計本体価格合計より

★スーパーアークス千歳店、スーパーアークス長都店でのみご利用いただけます。★他の割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★割引除外品は店頭にてご確認ください。★ご利用は、精算レジ係員にクーポンご提示のお客さまに限りま。ご提示後クーポンは回収いたします。

【スーパーアークス 千歳店】 TEL0123-26-6660 千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)
【スーパーアークス 長都店】 TEL0123-23-7667 千歳市勇舞8丁目1-1 ←アマゾンネットスーパーはじめました!

スーパーアークス 千歳店・長都店 なまら!おトククーポン

1/18(日)・28(水) \ テナント除く、食品コーナー全品 /
一会計本体価格合計より

クーポンご持参で
本広告右側クーポンを切り取って
お会計前にレジにてご提示ください。 5%OFF

★スーパーアークス千歳店、スーパーアークス長都店でのみご利用いただけます。★他の割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★割引除外品は店頭にてご確認ください。★ご利用は、精算レジ係員にクーポンご提示のお客さまに限りま。ご提示後クーポンは回収いたします。

【スーパーアークス 千歳店】 TEL0123-26-6660 千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)
【スーパーアークス 長都店】 TEL0123-23-7667 千歳市勇舞8丁目1-1 ←アマゾンネットスーパーはじめました!

1/18(日) おトククーポン

一会計本体価格合計より
5%OFF
スーパーアークス千歳店・長都店

1/28(水) おトククーポン

一会計本体価格合計より
5%OFF
スーパーアークス千歳店・長都店

7

2026年1月16日(金)

ちゃんとう

求人ナビ

千歳・恵庭近郊のお仕事探し応援します！

求人広告のお申し込みはTel0123-27-2611

■発行 株式会社メディアコム 千歳市北斗4丁目13番20号

■Q人ナビウェブサイト <https://chanto.biz/qnavi/>

Q人ナビ Web

毎週木曜日更新

〈雇用形態マーク〉

正 正社員

契 契約社員

準 準社員

派 派遣社員

パ パート

ア アルバイト

委 委託

臨 臨時職員

期 期間社員

嘱 嘱託社員

他 その他

恵庭農畜産物直売所

花 野 菜

かのな

Eniwa Farmers market KANONA

毎週木曜日は 加工品Day!

道と川の駅「花ロードえにわ」敷地内

恵庭市南島松817-18

TEL 36-2700

千歳・恵庭 正 交通誘導

正社員募集

土日祝休み

期間▶雇用期間の定めなし(通年)

仕事▶車と歩行者の誘導

資格▶未経験者歓迎、経験者優遇

休日▶土日祝

給与▶月18万円〜※有資格者優遇

※試用期間2カ月/日給8,600円

時間▶8:00〜17:00 ※実働8h、休憩1h、残業なし

待遇▶各社保完備、交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、昇給年1回、有給休暇、受動喫煙対策有

勤務先▶千歳・恵庭市内近郊

電話連絡のうえ、写真付履歴書を郵送またはお持ちください

090-6216-5678

担当/国分 受付/9〜17時

㈱スタイルメンテナンス

〒066-0023 千歳市寿2丁目4番1号

恵庭 正 バス乗務員、整備士

◆エコバス 正社員

仕事▶市内循環バスの運転業務

資格▶大型二種

時間▶6:30〜23:00の間で早番・遅番有(実働8h) ※休憩2h、残業有

勤務▶シフト制

給与▶基本給 月220,000円

〈月収例〉月22〜24日勤務 320,000〜349,000円

◆自動車整備士 正社員

仕事▶自社所有の自動車整備・板金

時間▶8:00〜18:00(実働8h)

※休憩1h、残業月25h

勤務▶週6日

給与▶基本給 月250,000円

※ほか時間外45,000円

《全体共通項目》

期間▶雇用期間の定めなし(65歳から1年ごとの更新制)

待遇▶社保完備、試用期間3カ月有、喫煙所有

応募 0123-33-6271

担当/金田一

富士交通(株)

恵庭市住吉町2丁目1-3

千歳 正 設備管理

設備管理スタッフ急募

勤務先▶日本高圧コンクリート(株)千歳工場

/千歳市北信濃854番地

仕事▶ボイラー設備の運転・点検整備、コンクリート製品の保温管理

資格▶ボイラーおよび普通第一種圧力容器取扱作業主任者技能講習修了者(必要資格は入社後取得可)またはボイラー2級以上

給与▶時給1,300円

※22〜翌5時/深夜割増有

時間▶7:00〜19:00、19:00〜翌7:00

※休憩1h、残業なし

休日▶土日、工場指定日

待遇▶各社保完備、制服貸与、交通費規定支給、受動喫煙対策有、試用期間3カ月

※60歳からは契約社員となります。

期間▶雇用期間の定めなし

まずはお気軽にお電話ください。

応募 0123-22-5280

採用係

(株)東洋実業 千歳営業所

千歳市千代田町6丁目20 第12ふじやビル4F

千歳 正 受付・発送・レジ

空港の手荷物預かりスタッフ

未経験者大歓迎!!

勤務先▶新千歳空港旅客ターミナル

仕事▶空港内国内・国際線ターミナルビル内に開設する有料の手荷物一時預かりの受付・発送・レジ業務

給与▶時給1,100円

時間▶①7:00〜16:00

②9:30〜18:30

③11:30〜20:30

※休憩1h、状況により残業の場合有

勤務▶①〜③のシフト制

待遇▶各社保完備(勤務による)、制服貸与、交通費規定支給、受動喫煙対策有、試用期間3カ月

※60歳からは契約社員となります。

期間▶雇用期間の定めなし

※60歳〜1年ごとの更新制(長期)

まずはお気軽にお電話ください。

0123-22-5280

(株)東洋実業 千歳営業所

千歳市千代田町6丁目20 第12ふじやビル4F

千歳 正 製造・出荷・メンテナンス作業

◆製造・出荷・メンテナンス作業/1名

期間▶雇用期間の定めなし

給与▶月200,000〜240,000円

※試用期間6カ月(短縮の場合有)/日給10,000円

時間▶8:00〜17:00

※休憩1.5h、残業月0〜7h

仕事▶機械による肥料生産作業と出荷時トラックにフォークリフトで製品を積み込む作業、機械設備・電気設備などのメンテナンス作業

資格▶フォークリフト免許 ※ない場合は会社にて資格取得可能(取得費用50%当社負担)、大型自動車免許、電気工事士・ガス溶接技能者資格 ※あればなお可

資格を活かして働けます

正社員募集!

待遇▶各社保完備、昇給有、賞与有、資格手当、役職手当、精動手当、無料駐車場有、交通費規定支給(10,000円/月、試用期間中300円/日)、受動喫煙対策有

まずはお気軽にお電話のうえ履歴書をご郵送ください。

0123-24-2810

担当/石金

(株)道央養鶏 肥料センター

〒066-0011 千歳市駒里2451-22

恵庭 正 事務・管理

市営住宅の管理者変更に伴うスタッフ募集!!

① 市営住宅管理業務

仕事▶市営住宅の日常および定期巡回点検、修理受付および対応

給与▶月240,000円

※技能手当3万円、現場手当2万円、特勤手当1万円含む

② 窓口受付事務員

仕事▶市営住宅入退去における諸手続き

給与▶月230,000円

※技能手当2万円、現場手当2万円、特勤手当1万円含む

お電話のうえ、面接の際に写真付履歴書をお持ちください。

011-726-8161

受付/9〜17時 ※土・日・祝を除く 担当/嶋田

日興美装工業株式会社

札幌市北区北19条西4丁目1-21

千歳 正 助産師、看護師

市立千歳市民病院

正職員

助産師・看護師 募集

◆助産師

資格▶助産師免許、昭和45年4月2日以降に生まれた方で、助産業務経験を有する方

仕事▶助産師業務

給与▶大学4卒者/月275,900円〜短大3卒者/月272,200円〜

※看護職員処遇改善手当、助産師手当別途支給

※採用前の経験などに応じて加算されます。

◆看護師

資格▶看護師免許、昭和50年4月2日以降に生まれた方で、実務経験を有する方

仕事▶看護師業務

給与▶大学4卒者/月270,800円〜短大3卒者/月266,900円〜

※看護職員処遇改善手当別途支給

※採用前の経験などに応じて加算されます。

《共通項目》

期間▶雇用期間の定めなし(市職員の定年の定めによる)

時間▶日勤/8:30〜17:00

準夜勤/16:30〜翌1:00

深夜勤/0:30〜9:00

夜勤/16:30〜翌9:00

※休憩45分(夜勤は1時間)、時間外(残業)月0〜5時間程度

※夜勤(2交替または3交替勤務)が可能なる方

休日▶4週8休 ※シフト制

待遇▶有給休暇、昇給有(毎年1月)、扶養手当、通勤手当、期末手当、勤勉手当、住居手当、寒冷地手当、時間外手当、特殊勤務手当など、制服貸与、敷地内禁煙、深夜帯はタクシーチケットの支給有(公共交通機関利用者)

★千歳市正職員(地方公務員)としての採用となりますので、将来的な身分保障、給与保障のほか、各種休暇制度などの福利厚生が充実しています。

▼詳細はこちら

〔応募〕まずはお気軽にお電話ください。応募書類(市指定用紙)は当院のHPから取得できます。

市立千歳市民病院

千歳市北光2丁目1-1

0123-24-3000

内線8232 総務課総務係

はたらくみんなのユニフォームずかん

販売その他

業務用は機能もスゴイ!

エプロン

仕事で使うエプロンは「プロ仕様」!

機能性に特化したポリエステル混率の高いものが多く使われています。耐久性が高く、頻繁に洗濯・クリーニングしても劣化しにくいです。他に様々な機能を付加しているものもあります。

【撥水・撥油加工】…水分・油性の汚れをはじく。

【退色加工】…塩素系漂白剤による色あせを防止。

【制電加工】…チリやホコリの付着を防ぐ。

配色・柄

どんなユニフォームにも合わせやすいように、無地で汚れが目立ちにくい濃い配色のものが多くです。

機能性

ペン、小物、携帯端末などの持ち運びを考慮し、ポケットのサイズや位置を設計しています。

家庭用エプロンの特徴

・カラフルなプリントやナチュラルテイストなど、おしゃれなデザインがたっさん♪

・耐久性が高くない綿素材が多い

着用する職場の例

スーパー・コンビニ カフェ・レストラン 保育園・幼稚園

千歳 正 事務員

サン石油 株式会社

～創業50年～

地域に根付き、公共事業などの骨材の販売・搬入を一手に手掛けて半世紀

【各種事業】

●ガソリンスタンドの経営 ●土砂・火山灰・火山礫の採取および販売

●砂・砂利・骨材の販売 ●土砂・火山灰・火山礫・砂・砂利・骨材などおよび、骨材の運搬

●一般貨物自動車運送事業 ●砂利採取業 ●産業廃棄物収集運搬業

【資本金】 4,200万円

事業拡大につき事務員募集

賞与有(前年度実績有) ※勤続年数1年以上の方

再雇用制度有 ※70歳まで

燃料手当有 ※規定有

期間▶雇用期間の定めなし

仕事▶売上入力、請求書作成、備品などの発注業務、電話対応、ほか

資格▶64歳以下(定年未満の募集のため)、PC基本操作(メールの送受信、請求書作成など)、受動喫煙対策がないため20歳以上

給与▶月210,000円〜

※住宅手当5,000〜10,000円含む

写真付履歴書をご郵送ください。担当/岩本

0123-24-5447

サン石油 株式会社

〒066-0018 千歳市旭ヶ丘1丁目4番15号

千歳 **正** **嘱** **タクシー乗務員**

日勤タクシードライバー募集

期 間▶雇用期間の定めなし
 資 格▶未経験者歓迎、要普通免許
 ★二種免許取得養成制度有
 時 間▶例5:00～16:00など ※休憩2h
 ※5時～10時の間に出勤できる、
 フレックスタイム制(社内規定有)
 休 日▶①週休2日(公休月10日) ※年間公休日数120日
 ②4勤1休
 給 与▶**完全歩合制**
 ※入社1年間は
 ①月200,000円～ ②月240,000円～
 を最低保証 ※当社規定有
 待 遇▶各社保完備、入社祝い金制度(10万円/規定有)、制服
 貸与、退職金制度、車通勤可(駐車場完備)、喫煙室有

未経験者大歓迎!!

**フレックスタイム制で
時間が作りやすい!!
介護や子育てをしながらでも働ける環境!
女性ドライバーも積極採用中!**

令和6年2月～令和7年1月の日勤者 ●平均給与 月312,024円
 電話連絡のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

応募 ☎0123-22-0866 担当飛永

千歳昭和交通(株) 〒066-0015
 千歳市青葉6丁目14-6

千歳 **契** **パ** **清掃**

空港清掃スタッフ 急募

交通費全額支給 **勤務時間帯相談可**

未経験者歓迎 **Wワークも可能**

勤務先▶新千歳空港国内線旅客ターミナル
 仕 事▶①ゴミ回収など ②スーパーラウンジ
 給 与▶**時給1,100円～**
 時 間▶①7:30～16:30、9:30～18:30、
 10:00～19:30
 ※実働7.5～8h、休憩1.5h、選択可
 ②14:00～19:00 ※実働4～5h、応相談
 ※状況により残業の場合有(パートは残業なし)
 勤 務▶シフト制
 ※パートは応相談(Wワーク・土日祝のみ・扶
 養内勤務OK)
 待 遇▶各社保完備(勤務による)、制服貸与、交通費全
 額支給、受動喫煙対策有、試用期間3カ月
 期 間▶1年ごとの更新制(長期)

まずはお気軽にお電話ください。

☎0123-22-5280

(株)東洋実業 千歳営業所 採用係
 千歳市千代田町6丁目20 第12ふじやビル4F

千歳・ほか **正** **事務** **パ** **送迎**

◆事務/正社員

期 間▶雇用期間の定めなし
 仕 事▶ドライバーの点呼、電話対応、PC入力など
 資 格▶Excel・Wordの基本操作、大型二種・旅客運行
 管理あればなお可
 時 間▶9:00～18:00 ※休憩1h、残業月10h程度
 与 ▶**月22～30万円**
 日▶週休2日 ※年間休日120日
 待 遇▶各社保完備、交通費規定支給、車通勤可、無料
 駐車場有、昇給・賞与有、屋内禁煙

◆送迎ドライバー/パート

期 間▶即日～3月末頃 ※更新の可能性有
 仕 事▶送迎業務(大型バス使用)
 ※クルー送迎・札幌市内、作業員送迎・千歳市内
 資 格▶学歴・年齢不問、大型二種免許
 時 間▶⑤5:00～⑥15:30～ ※4h程度
 ⑥5:30～11:30、⑤5:30～19:30
 ※状況により時間に変動有
 給 与▶⑥⑥⑥一回**8,000円**
 ※⑥は+お茶代1,000円
 ④一回**16,000円+お茶代1,500～2,000円**
 休 日▶日曜日、ほか ※応相談
 待 遇▶各社保完備(勤務による)、車通勤可、無料駐車
 場有、受動喫煙対策有

応募 ☎0123-25-6520 受付/9～18時
 担当/南雲

株式会社友愛観光バス 札幌営業所
 千歳市流通2丁目2-6

千歳 **準** **病棟** **ク** **ラ** **ウ** **ク** **パ** **清掃**

病棟クラーウ

仕 事▶入院病棟での看護師の補助業務
 (事務補助、電話対応、軽介助)
 資 格▶高卒以上、資格不問、医療事務経験あればなお可
 40歳以下(長期勤続によるキャリア形成を
 目的とするため)
 給 与▶**時給1,150円**
 時 間▶月・火・木・金/8:45～17:30
 水・土/8:45～12:45
 ※時間・勤務日応相談 ※休憩45分、残業なし
 休 日▶日曜、祝日、年末年始

**未経験者も
応募可**

清掃

仕 事▶病院内の日常清掃
 給 与▶**時給1,075円**
 時 間▶月～金/13:00～17:00、12:00～17:00、
 12:30～17:00
 土日/8:00～12:00
 ※残業月1h程度
 勤 務▶週5～6日
 《共通項目》
 期 間▶1年ごとの更新制
 待 遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、
 受動喫煙対策有(施設内禁煙)

◎電話連絡のうえ、写真付履歴書をご郵送ください
☎0123-24-4191 こちらでも
 応募可能です▼

〒066-0034 千歳市富丘1丁目618-6
 医療法人社団 豊友会 千歳豊友会病院 人事担当宛
(医)豊友会 千歳豊友会病院
 Chitose Houyukai Hospital

千歳 **正** **パ** **ア** **鶏の食肉加工**

働きやすいクリーンな工場です♪ そのほか単純作業もあります

◆正社員

仕 事▶鶏を捕獲し集荷・搬入作業、屠殺処理や解体業務
 時 間▶7:30～17:00 ※休憩90分、残業は状況による
 給 与▶**月給180,000円～**
 ※試用期間3カ月は**時給1,075円**
 勤 務▶週5日 ※状況により土曜勤務有 **急な休みも
対応可能♪**

◆パート・アルバイト

仕 事▶解体・加工作業やそのほか単純作業
 時 間▶8:30～14:00 ※休憩30分、残業なし
 給 与▶**時給1,075円** ※試用期間3カ月/同条件
 勤 務▶週1日～OK ※ご相談いたします。

株式会社養鶏 〒066-0011
 千歳市駒里2292

《共通項目》
 期 間▶雇用期間の定めなし
 資 格▶未経験者歓迎、要普通免許
 休 日▶日曜、会社カレンダーによる
 待 遇▶各社保完備(時間による)、交通費規
 定支給、車通勤可、駐車場完備、制服
 貸与、受動喫煙対策有(喫煙室設置)、
 [正社員]昇給・賞与有(業績による)

電話連絡のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

☎0123-26-6304
 担当/採用係 受付/8:30～16:30

恵庭 **正** **ケア** **マネ** **ジャー** **パ** **調理** **スタッ** **フ**

◆ケアマネジャー(正社員)

仕 事▶小規模多機能施設でのケアマネジャー業務
 資 格▶介護支援専門員、要普通免許
 給 与▶**月給226,000～263,000円**
 (経験など考慮のうえ決定)
 休 日▶シフト制(土日祝の回数分休みです)
 時 間▶8:30～17:30 (実働8h)
 ※休憩1h、残業なし

◆調理スタッフ(パート)

仕 事▶調理に係る業務を担当
 資 格▶未経験者歓迎、経験者優遇
 勤 務▶週2～5日 ※応相談
 給 与▶**時給1,115円**
 休 日▶シフト制
 時 間▶8:00～17:00 (実働8h) ※応相談
 ※休憩1h、残業なし

その人らしい生き生きした生活が できることを目指します

《共通項目》.....

期 間▶雇用期間の定めなし
 待 遇▶各社保完備、交通費規定支給、車通勤可、試用
 期間6カ月/同条件、施設内禁煙

●電話連絡のうえ、写真付履歴書をご郵送ください。

☎0123-35-2117
 [受付]9～17時 [担当]大友

小規模多機能施設 のりこハウス
 〒061-1417 恵庭市駒場町6丁目1-1

恵庭 **正** **パ** **介護**

介護スタッフ募集

働き方相談 60代の方も頑張ってます

◆介護スタッフ/正社員・パート

期 間▶雇用期間の定めなし
 仕 事▶入居者・認知症疾患がある方の日常生活の
 お手伝い
 資 格▶不問、未経験の方大歓迎、マンツーマンで
 指導させていただきます。
 給 与▶**正/月189,200円 パ/時給1,080円～**
 ※試用期間3カ月/時給1,080円～
 時 間▶①7:00～16:00 ※休憩1h
 ②8:30～17:30 ※休憩1h
 ③10:30～19:30 ※休憩1h
 ④17:00～翌9:00(夜勤/月4～5回有)
 ※休憩1h
 シフト制 ※希望に添います、残業ほぼなし
 勤 務▶正/週5日 ※週休2日(希望休有)
 パ/週2～5日 ※日数応相談(希望休有)

人生楽笑

待 遇▶各社保完備、資格手当(試用期間後)、
 車通勤可、夜勤手当1回5,000円、
 交通費(月25,000円まで)実費支
 給、処遇改善手当当年3回別途支給、処
 遇改善手当(毎月)、正社員登用制度
 有、受動喫煙対策有

まずはお電話ください。

☎0123-37-2985 担当
 小野瀬

グループホーム 北のくになら
 (有)セカンドライフ
 〒061-1353 恵庭市島松本町4丁目8-25

恵庭 **正** **パ** **児童** **デ** **イ** **サ** **ー** **ビ** **ス** **スタッ** **フ**

正社員・パート 同時募集!!

★子どもが好きな方、大歓迎!!★

**未経験の方も子どもたちと一緒に
学びながら覚えていけば大丈夫!**

・保育士・児童指導員
 ・作業療法士・教員
 などの資格をお持ちの方も
 活躍できます!
 もちろん、資格がなくても
応募可能です!

応募 ☎0123-25-5015

**多機能型児童通所支援事業所
ファンふぁーれ** 恵庭市島松仲町1丁目2-12

◆正社員 ★未経験者歓迎

給 与▶**月193,600円～**
 時 間▶9:00～19:00の間でシフト制
 ※休憩1h、残業なし
 休 日▶シフト制

◆パート ★日数・時間応相談

給 与▶**未経験者/時給1,100円**
経験者/時給1,150円
 時 間▶10:00～19:00の間で応相談
 ※短時間OK
 勤 務▶週3～5日 ※日曜日定休日

《共通項目》.....

期 間▶雇用期間の定めなし
 仕 事▶障がいを持つ子どもたちへの
 療育支援、自宅への送迎
 資 格▶要普通自動車免許(AT限定可)
 休 日▶週休2日
 待 遇▶各社保完備(勤務による)、昇給有、
 交通費規定支給、車通勤可(規定有)、
 試用期間6カ月、受動喫煙対策有

千歳 **正** **パ** **介護**

福利厚生が充実

●資格取得支援制度
 ●親族の施設利用優待

令和8年3月 新規オープン

および **開設に伴う増員募集!**

勤務先/①

◆計画作成担当者〈正社員〉

仕 事▶施設管理、入居者のケアプラン作成など
 資 格▶介護支援専門員
 給 与▶**月233,000円～**
 時 間▶9:00～18:00 ※実働8h、残業なし

勤務先/①②③④

◆介護職員〈正社員・パート〉

仕 事▶グループホームでの介護業務
 資 格▶年齢・資格不問
 給 与▶**正/月208,900円～+処遇賞与年2回**
(夜勤手当4回分/24,000円含む)
 ※夜勤手当6,000円/回
 パ/時給1,075円
 ※夜勤手当6,000円/回
 ※介護・医療系の資格保持者は別途手当有
 時 間▶日勤/8:00～19:00
 ※実働8h、3交替シフト制
 ※休憩1h、残業なし
 夜勤/16:30～翌10:00 ※実働16h
 ※休憩1.5h、残業なし

**未経験者
OK!**

◆共通項目

期 間▶雇用期間の定めなし
 休 日▶週2日
 待 遇▶社保完備、交通費規定支給、車通勤可、
 処遇改善金年2回(業績による)、資格取
 得支援制度有、食事社割有、敷地内禁煙

◆勤務先

2026年3月新規オープン!! あおば
 ① 特定施設 ふれあいの里 蒼華
 千歳市あすさ4丁目16-6 ★JR千歳駅から徒歩6分

② ふれあいの里
 グループホームほっ虹
 千歳市北光5丁目4-3
 ★JR長都駅から徒歩15分
 北光6丁目バス停より徒歩2分

③ ふれあいの里
 グループホームほくとの家
 千歳市北斗1丁目19-14 ★JR千歳駅から徒歩7分

④ ふれあいの里
 グループホームせせらぎの家
 千歳市新星2丁目2-3 ★JR千歳駅から徒歩10分

お気軽にお問い合わせください。

グループホーム 3事業所 担当/黒坂
☎0123-29-5617

特定施設 蒼華(あおば) 担当/神田
☎080-6627-4795

TNふれあいケアサービス株式会社
 〒066-0073 千歳市北斗1丁目19-14

恵庭 **正** **パ** **歯科** **衛** **生** **士** **、** **受** **付** **事** **務** **員**

■歯科衛生士(正社員)

給 与▶**月給220,000円～**
 実績/入社1年目で270,000円
 支給しています
 時 間▶10:00～20:00(実働8h)
 ※休憩2h、月2h程度残業有
 勤 務▶週4.5日

■歯科衛生士(パート)

給 与▶**時給1,700円**
 時 間▶18:00～21:00(時間応相談)
 ※残業なし ※扶養範囲内の勤務可
 勤 務▶週2～5日

《衛生士共通項目》.....

仕 事▶院内の歯科衛生士業務全般
 期 間▶雇用期間の定めなし
 資 格▶歯科衛生士免許保持者
 休 日▶日、木、祝、ほか(GW、お盆、年末年始など)
 《全体共通項目》.....

待 遇▶社保完備、昇給有、報奨金有、交通費規定支給、
 車通勤可、制服貸与、院内禁煙、有給休暇有
 [正のみ]賞与・退職金・住宅手当有

医療法人ふあみーゆ
ふあみーゆデンタルクリニック

増員募集

正社員
パート

《全職種》成績により**毎月報奨金有!**
 (上限50,000円)

■受付事務員(正社員・パート)

仕 事▶受付業務、レセプトほか
 資 格▶高卒以上、未経験者可 ※歯科助手経験者優遇
 給 与▶**[正]月給180,000円～**
[パ]時給1,200円 ※扶養内勤務可
 時 間▶[正]10:00～20:00(実働8h)
 ※休憩2h、月2h程度残業有
[パ]15:00～20:00(実働5h)
 ※休憩、残業なし
 勤 務▶[正]週5日 [パ]週3～4日

電話連絡のうえ、下記住所まで写真付履歴書を郵送ください。

☎0123-33-9944 担当
 橋本

〒061-1409 恵庭市黄金南7丁目9-9

求人情報、
お持ちしましたよー♪

＼仕事探すなら／
求人+7

千歳 正バ 常勤介護

2026年3月 新規オープン!!
開設までは既存施設での就業が可能です。
グループホーム しいな暖
千歳市信濃4丁目8番16号(JR千歳駅から車で5分)

福利厚生 が充実!!

- 資格取得支援制度
受講日は勤務扱い、費用会社負担
- 親族の施設利用の優待制度有

◆ 介護職員〈正社員・パート〉

期 間▶雇用期間の定めなし
資 格▶年齢・資格不問
仕 事▶入居者の生活全般のサポート、食事・衣類の着脱・入浴などの介護補助業務など
給 与▶**正/月208,900円～+処遇賞与年2回(夜勤手当4回分/24,000円含む)**
※夜勤手当6,000円/回
バ/時給1,075円
※夜勤手当6,000円/回
※介護・医療系の資格保持者は別途手当有

お気軽にお問い合わせください。
0123-29-5617 担当/黒坂

無資格・未経験OK
パートは時間応相談

定員18名の施設です

笑顔で過ごせる安心の場所を一緒に作りませんか？

休 日▶週2日
時 間▶日勤/8:00～19:00
※実働8h、3交替シフト制
※休憩1h、残業なし
夜勤/16:30～翌10:00 ※実働16h
※休憩1.5h、残業なし

待 遇▶社保完備、交通費規定支給、車通勤可、処遇改善金年2回(業績による)、資格取得支援制度有、食事社割有、敷地内禁煙

TNふれあいケアサービス株式会社
〒066-0033 千歳市北光5丁目4-3

千歳 契ル ート配達

期 間▶雇用期間の定めなし
仕 事▶食料・日用品のお届けや注文用紙の回収、季節・キャンペーン商品のご紹介(配達ルート/千歳市内 ※1.5tトラック使用・運転の適性検査があります。)
給 与▶**月給210,000円～**
勤 務▶週5日勤務 ※週40h(変形労働時間制)
休 日▶原則土・日曜
資 格▶要普通免許(免許取得1年以上、AT限定可) ※長期勤務できる方
時 間▶9:00～18:00 ※休憩1h、残業1h/日程度有
待 遇▶交通費規定支給、制服貸与、有給休暇、車通勤可、社保完備、慶弔見舞金など、共済会、昇給有、受動喫煙対策有

体験同乗OK! 普通免許でOK!
コープ宅配システムドック千歳センター
〒066-0077 千歳市上長都3-1



お電話またはWEBでご応募ください。
0120-502-112
〈受付〉月～金曜/9～21時、土曜/9～18時 ※日曜休み

千歳 契バ 事務員

サン石油 株式会社 ～創業50年～
地域に根付き、公共事業などの骨材の販売・搬入を一手に手掛けて半世紀

事業拡大につき
事務員 募集!!

【各種事業】 ●ガソリンスタンドの経営
●土砂・火山灰・火山礫の採取および販売
●砂・砂利・骨材の販売
●土砂・火山灰・火山礫・砂・砂利・骨材などおよび、骨材の運搬
●一般貨物自動車運送事業 ●砂利採取業
●産業廃棄物収集運搬業

【資本金】 4,200万円

期 間▶雇用期間の定めなし
仕 事▶売上入力、請求書作成、備品などの発注業務、電話対応、ほか
資 格▶64歳以下(定年未満の募集のため)、PC基本操作(メールの送受信、請求書作成など)、受動喫煙対策がないため20歳以上
給 与▶**時給1,200円**
時 間▶8:30～17:30
※パートは終了時間要相談
※休憩1h、残業月平均16h
休 日▶日・祝、月1日土曜日休み有、GW、お盆、年始

待 遇▶各社保完備、交通費規定支給、弁当支給、車通勤可、無料駐車場有、制服貸与、試用期間1カ月、有給休暇制度有

写真付履歴書をご郵送ください。担当/岩本
0123-24-5447

サン石油 株式会社
〒066-0018 千歳市旭ヶ丘1丁目4番15号

千歳 契バ 給食調理員

千歳市学校給食センター 千歳の子どもたちに「美味しい笑顔」をお届けするお仕事です
千歳市流通3丁目1-11
契約社員・パート同時募集

急なお休みにも柔軟に対応します! \ パートは扶養内勤務もOK /

給食調理員/契約社員

期 間▶1年ごとの更新制
仕 事▶給食調理業務全般(下ごしらえ、調理、洗浄など)
資 格▶学歴・資格・年齢不問、経験者優遇
給 与▶**月給170,000円～**
時 間▶8:00～16:30(実働7.5h、休憩1h)
※状況によっては延長の可能性有

まずはお気軽にお電話ください。
070-4510-0065
千歳市学校給食センター [担当] 荒川

シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社 千歳営業所 千歳市花園5丁目7-3-103

給食調理員/パート

期 間▶半年ごとの更新制
仕 事▶給食調理業務全般(下ごしらえ、調理、洗浄など)
資 格▶学歴・資格・年齢不問、経験者優遇
給 与▶**時給1,075円～**
時 間▶8:00～15:00(実働4～6h)
※応相談、残業なし
※4h以上勤務で休憩30分～1h
勤 務▶週3～5日 ※応相談

【共通項目】
休 日▶土・日・祝
待 遇▶各社保完備(勤務時間による)、交通費規定支給、昇給有、有給休暇、駐車場有、敷地内禁煙、制服貸与
勤務先▶千歳市流通3丁目1-11



素敵なお仕事、
一緒に探そう。
見つけよう。



ITパスポート

ITに関する基礎的知識を証明する、経済産業省認定の国家資格。
IT関係だけではなく、業種・職種問わず、あらゆる分野で活躍できる資格です。
試験は「ストラテジ系(経営全般)」、「マネジメント系(IT管理)」、「テクノロジ系(IT技術)」の3つで構成されています。

SEや事務で働く方が取得!

あるじゃん。
私に合う仕事。

仕事探すなら/
求人ナビ

千歳 正 事務員 契 送迎ドライバー

◆ レンタカー事務員/正社員

仕 事▶レンタカー事務所での受付・事務・案内など・電話対応あり。ほか、事務所の清掃・買い物など
給 与▶**月23万円(試用期間3カ月/月21万円)**
※英会話可能な方/プラス2万円
勤 務▶4週6休 ※シフト制

◆ 送迎ドライバー /契約社員

★扶養内・Wワーク可、外国人の方、60歳以上の方も歓迎
仕 事▶空港～店舗間のお客さまの送迎、送迎時以外は機械洗車・車内清掃(掃除機使用)、ほか
給 与▶**時給1,100円**
洗車1台につき200円支給
通信費100円/日
資 格▶要普通自動車免許(中型免許有ればなお可)
勤 務▶週2日～ ※日数応相談

2名募集

◆ 共通項目

期 間▶[正]初回6カ月、その後雇用期間の定めなし
[契]1年ごとの更新制
時 間▶8:00～19:00の間で[正]実働8h [契]実働7h
※休憩1h ※予約状況により残業有
待 遇▶各社保完備(時間による)、交通費規定支給、車通勤可、無料駐車場有、屋内禁煙
[正]ボーナス制度有

応募 **0123-21-8457** 担当/チョウ
和信レンタカー 千歳市北信濃871-42

恵庭 正バ 歯科衛生士

歯科衛生士募集!! ★多忙のため増員!!
★子育て中の方も活躍中!

正職員
パート

優しい先輩がサポートいたします。

期 間▶雇用期間の定めなし
資 格▶歯科衛生士資格
仕 事▶歯科衛生士業務
時 間▶月～金/8:50～19:15
土/8:50～13:15
※パートの方は勤務時間応相談
※6h以上の勤務で1h休憩、残業月3～8h程度

給 与▶**正職員/月給236,000円～**
パート/時給1,450円～
※**17:30～時給1,800円**
休 日▶正職員/日曜、祝日、平日1日
※週4、5日勤務
パート/シフト制
待 遇▶社保完備、賞与年2回、昇給、有給休暇、産休・育休有、交通費全額支給、車通勤可、制服貸与、施設内禁煙

時給アップ

応募 **0123-37-2050** 受付/9:30～18:00 担当/福士
高松歯科 医療法人社団 格勤会
恵庭市恵み野西6丁目22-6

千歳 契バ 清掃スタッフ

新千歳空港 ラウンジやオフィスの清掃です
清掃スタッフ募集!
男性スタッフ活躍中!! 賞与年2回あり

勤 務▶下記のいずれかの勤務時間帯をお選びください
①16:30-22:30(実働5時間/休憩1時間)
②21:30-25:00(実働3.5時間/休憩なし)
①②ともに週4～5日(応相談) ※残業なし

給 与▶**時給1,080円(22:00～翌5:00は時給1,350円)**
資 格▶未経験歓迎 ※②の勤務時間帯は自家用車での通勤が可能な方
待 遇▶制服貸与、通勤交通費全額支給(規定あり) ※受動喫煙対策あり
期 間▶年度ごとの雇用契約(更新あり)
応 募▶電話連絡のうえ、写真付履歴書を面接時持参ください
★面接は「新千歳空港内事務所」にて行います

ANA

応募受付先 **070-3933-6244** 採用担当(平日9～18時)
■総合ビルメンテナンス業
ANAスカイビルサービス株式会社 千歳市美々新千歳空港内新千歳空港駅直結

千歳 契 フロント・運営バ コース管理ア バ ポーター

2026年度 勤務開始日
ご相談ください
ゴルフ場スタッフ募集!!

フロント・ゴルフ場運営
コース管理 **ポーター**



ゴルフの知識がなくても大丈夫です

共通項目
資 格▶18歳以上、車通勤できる方
待 遇▶交通費規定支給、クラブハウス内・管理棟内禁煙、屋外に喫煙スペース有、社保完備(時間による) ※働き方応相談

フロント・ゴルフ場運営/契約社員

期 間▶2026年4月1日～更新制
仕 事▶チェックイン・チェックアウト・館内のご案内、顧客管理などの接客業務
資 格▶18歳以上、車通勤できる方、未経験者歓迎
時 間▶6:00～19:00の間でシフト制
※休憩1h、状況により残業の場合有
給 与▶**月235,000円～**
休 日▶シフト制 週6～7日(年間休日105日)

コース管理/フルタイム

期 間▶2026年4月1日～11月29日
仕 事▶コース内のメンテナンス作業
給 与▶**時給1,200円**
時 間▶5:30～15:00
(季節により時間に変動有)
※休憩1.5h、残業月/1～5h
休 日▶月7日

ポーター/フルタイム/アルバイト

期 間▶2026年4月1日～11月24日
仕 事▶ゴルフバッグの積込み、積下ろしなど
給 与▶**時給1,100円**
時 間▶6:00～19:00(交代制)
※休憩1h、残業月/1～10h
勤 務▶週3～5日

勤務時間は季節により変動があります。詳細は面接の際にお尋ねください。

PGM. 新千歳カントリークラブ まずはお気軽にお電話ください。
担当/佐藤
〒066-0005 千歳市協和1392番地 **0123-21-2111**

千歳 契 医療事務、健診事務

事務スタッフ募集!!

勤務開始日ご相談ください

千歳第一病院 勤務先 **新千歳空港クリニック**

◆千歳第一病院

仕事▶健診業務

◆新千歳空港クリニック

仕事▶外来窓口、レセプト、健診業務

《共通項目》

期間▶1年ごとの更新制 ※原則更新
※5年目以降業務評価により
無期雇用転換予定

資格▶年齢・学歴不問、健診業務・医療事務経験
あればなお可、PC操作(Excel・Word)に
慣れている方

時間▶8:45～17:15
※休憩1h、残業月平均5h

問い合わせだけでもOK! 担当/伊藤

0123-23-4111

医療法人同仁会 **千歳第一病院**
千歳市東雲町1丁目11
https://www.dojinkai-group.com/

千歳 契 パ 施設警備

時給 1,200円

施設警備員募集

パート勤務もご相談ください **あと1名!**

勤務先▶千歳市泉沢/TAA北海道会場
期間▶1年ごとの更新制
仕事▶車両の出入庫受付、簡単なPC操作有
時間▶①9:00～18:00 ※休憩1h
②18:00～翌9:00 ※休憩計3h
③9:00～翌9:00 ※休憩計6h
※時間選択可、シフト勤務できる方なお可
※状況により残業の場合有
※月単位の変形労働時間制

勤務▶月14日程度
給与▶時給1,200円 ※22時以降深夜割増有
月収例/①×4日+②×4日+③×6日
=239,100円

待遇▶社会保険完備、有給休暇、制服貸与、
交通費規定支給、受動喫煙対策有

応募 ☎0123-33-8225 [担当]採用係

(株)東洋実業 恵庭営業所
恵庭市黄金中央1丁目13-11 クレール黄金1F

恵庭 契 施設警備員

勤務先▶特定医療法人修道会 本田記念病院
/恵庭市下島松619-1
※断続的労働適用除外許可申請済み

仕事▶施設警備業務(実際の業務は
トータル3h程度の巡回です)

給与▶時給742円
(最低賃金減額特例許可申請予定)
※認可までは時給1,075円
※22時以降深夜割増有
月収例/(夜勤4日×16h)+(24勤務3
日×24h)×742円+深夜割増
(9,093円)=110,005円

時間▶①17:00～翌9:00
②12:00～翌9:00
③9:00～翌9:00(24h勤務)
※基本①③、場合により②も有
※残業なし

勤務▶月7日程度
期間▶1年ごとの更新
待遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、
研修有、受動喫煙対策有

まずはお気軽にお電話ください。

0123-33-8225 [担当]採用係

(株)東洋実業 恵庭営業所
恵庭市黄金中央1丁目13-11 クレール黄金1F

いつでもどこでも **求人ナビ**

毎週木曜日更新

いつもの移動時間でも 外出先でも WEBで手軽におシゴト探し

ちゃんと 求人ナビ

検索

https://chanto.biz/qnavi/

千歳 期 管理運営

期間▶4月下旬～10月末頃
仕事▶美笛キャンプ場の管理と運営
資格▶要普通免許、自力で通勤できる方
時間▶①10:30～翌10:30
※実働10h/日給22,225円
②9:00～19:00の間
※実働5～8h勤務/時給1,400円
※繁忙期は残業の可能性有
※6h以上の勤務で休憩1h

勤務▶月5～15日程度 シフト制
待遇▶交通費規定支給、管理棟内禁煙、屋外喫煙
スペース有

勤務先▶美笛キャンプ場 **シニアも歓迎!**

まずは、お気軽にお電話ください。
写真付き履歴書をご郵送またはお持ちください。

0123-25-8900 受付/9～17時
担当/佐藤

**アウトドア好きな方に
ピッタリのお仕事です!**

一般社団法人 千歳観光連盟
〒066-0019 千歳市流通3丁目4-1

千歳 ア パ ホール

ホールスタッフ募集!

働きやすい職場環境♪

オーダータブレット導入! 海外からのお客様対応も誰でも簡単!

期間▶雇用期間の定めなし
仕事▶ご案内・オーダー取り・配膳・下げ膳・レジなど、簡単な
お仕事からスタート

資格▶未経験者歓迎、主婦(夫)・学生(高校生可)歓迎
時間▶10:30～19:30の間で4～8h
※6h以上の勤務で休憩1h

給与▶一般/時給1,200円～
学生/時給1,150～1,200円

勤務▶週2～6日、希望日応相談

待遇▶各社保完備、交通費実費支給、制服貸与、賞与有(実績に
よる)、食事手当支給、勤務実績により有給休暇有、昇給有、
グループ施設利用割引有、受動喫煙対策有

★日祝勤務で
時給+100円

応募 ☎0123-46-5830

レストランユック新千歳空港店
鹿の湯グループ 千歳市美々新千歳空港ターミナルビル3F

千歳・恵庭 ア 製造

2/3のみ 恵方巻き製造!! 短期アルバイト!

給与▶[一般・学生]時給1,200円
時間▶①7:00～12:00 ※休憩なし
②7:00～14:00 ※休憩1時間
※残業なし
勤務先▶スーパーアークス長都店

応募 ☎0123-23-7667

給与▶[一般・学生]時給1,200円
時間▶①6:00～11:30 ※休憩なし
②6:00～13:00 ※休憩1時間
※残業なし
勤務先▶ビッグハウス恵庭店

応募 ☎0123-33-1122

《共通項目》 Web応募はコチラ▶

仕事▶製造
期間▶2月3日(火)のみ
待遇▶制服付与、車通勤可、施設内禁煙

[応募] 希望の店舗に電話連絡のうえ、
写真付履歴書をお持ちください。担当/店長

(株)ラルズ 札幌市中央区南13条西11丁目2-32

千歳・恵庭 パ 清掃

清掃スタッフ募集

◆千歳市流通3丁目(デイサービス)
時間▶16:00～18:30(実働2.5h)
※休憩・残業なし
勤務▶週2～3日

◆千歳市新富1丁目(デイサービス)
時間▶16:00～19:00(実働3h)
※休憩・残業なし
勤務▶週2～3日

日興美装工業(株)千歳支店
千歳市美々新千歳空港内ターミナル アネックスビル2F

◆恵庭市島松本町4丁目(保育園)
時間▶15:00～18:00(実働3h)
※休憩・残業なし
勤務▶週2日

共通項目

期間▶雇用期間の定めなし
仕事▶施設内の日常清掃
給与▶時給1,080円
休日▶日曜、その他平日
待遇▶各社保完備(法定通り)、
制服貸与、交通費規定支給、
受動喫煙対策有

電話のうえ、面接の際に写真付履歴書をお持ちください。

0123-22-1171 受付/9～17時
※土・日・祝を除く

千歳 ア 宅急便などの仕分け作業、清掃

仕分け スタッフ大募集!

2月～3月の2カ月間 単月もOK

学生・主婦(夫)・フリーター大歓迎!
★便利な送迎バスも運行中!

予約不要

1月開催
お仕事
説明会

千歳ベース 16金 ①・②・⑤
17土 ①・②・⑤
18日 ①・②・⑤

恵み野会館 ー
③・④
②・③

各回とも開始時間の
5分前までに会場へ
お越しください。

千歳ベースで日中開催の説明会には、
末広4丁目バス停(サツドラ駐車場前)からの送迎バス
をご利用いただけます。 ■10:00開催 > 9:12発 ■14:00開催 > 13:12発

持ち物 ●写真付き履歴書
●黒ボールペン

バスルートはこちら >>>

◆宅急便仕分けスタッフ(アルバイト)

期間▶2月～3月の2カ月間 ※単月可
時間▶表参照 ※残業0～30分/1日
給与▶表参照 ※22時以降深夜割増有
勤務▶週3～5日 ※応相談

待遇▶ヘルメット・安全靴貸与、送迎バス有、
車通勤可(時間外の場合交通費規定支給
有)、施設内禁煙(屋外に喫煙スペース有)

応募▶説明会にご参加ください。

	勤務時間	時給	送迎
1	14:00～19:00(実働5h/休憩なし)	1,250円	-
2	16:00～19:00(実働3h/休憩なし)		千歳
3	17:30～21:30(実働4h/休憩なし)		-
4	19:30～23:00(実働3.5h/休憩なし)	1,250円 22時以降 1,563円	千歳・恵庭
5	19:30～翌4:00(実働7.5h/休憩1h)		千歳・恵庭・苫小牧
6	20:00～翌1:00(実働5h/休憩なし)		-
7	21:00～翌1:00(実働4h/休憩なし)		-
8	21:00～翌4:00(実働6h/休憩1h)	1,563円	-
9	23:00～翌4:00(実働4h/休憩1h)		千歳・恵庭・苫小牧

**清掃スタッフ
同時募集**

期間▶2月～3月の2カ月間 ※単月可
仕事▶構内の日常清掃
資格▶車通勤できる方
時間▶5:00～8:00 ※残業なし
給与▶時給1,100円～

勤務▶週3～5日 ※応相談
待遇▶交通費規定支給、施設内禁煙
(屋外に喫煙スペース有)
応募▶下記までお電話ください。

応募 ☎0123-48-3812 担当/
猪狩・越川

恵庭 **ア** 清掃・ベッドメイク

パート 清掃・ベッドメイク

期 間▶即日～3月31日まで
※その後、1年ごとの更新制

仕 事▶日常清掃、宿泊室(客室・ユニット・バス)の清掃・ベッドメイク

資 格▶未経験者歓迎、学生不可

給 与▶時給1,100円

時 間▶①8:00～12:00 ②10:00～14:00
③13:00～17:00
※シフト制、残業なし

休 日▶週休2日 ※シフト制

待 遇▶雇用保険、労災保険、賞与有、扶養・住居・寒冷地手当、制服貸与、交通費規定支給、受動喫煙対策有

応募 ☎ **0123-36-3113**

恵庭リサーチ・ビジネスパーク株式会社
〒061-1374 恵庭市恵み野北3丁目1-1

千歳 **ア** **バ** ホール・調理補助

ホール・調理補助スタッフ募集
土日出られる方歓迎!! 週1日からOK!!

期 間▶雇用期間の定めなし

仕 事▶お客さまのご案内や注文取り・片付け、レジなどのホール業務と簡単な厨房補助です。

資 格▶経験不問

時 間▶①10:00～14:00 ②17:00～21:00
※休憩、残業なし

給 与▶時給1,100円～

勤 務▶週1日からOK

待 遇▶制服貸与、車通勤可、食事補助有、受動喫煙対策有(店内禁煙)

応募 ☎ **0123-24-8083** 担当/太田

ラーメン **さんばち** 千歳店 千歳市北栄2丁目22-2

千歳 **バ** ごみ収集

体を動かすことが好きな方大歓迎!
子育て中の方に人気のお仕事です!

◆千歳市流通(本社)

期 間▶1年ごとの更新制

仕 事▶ごみステーションから収集車への
ごみ袋の積み込み

時 間▶8:30～12:00、8:30～15:30(休憩1h)
※残業なし

給 与▶時給1,300円

勤 務▶週1～5日

待 遇▶交通費規定支給、制服・手袋・安全靴貸与、マイカー通勤可、受動喫煙対策有

応募 ☎ **0123-24-7787** 担当/金子

株式会社 **クリーン開発** 千歳市流通1丁目4-7

千歳 **バ** 施設警備

巡回警備員募集中!

◆TOPPAN(株)千歳工場/千歳市北信濃

期 間▶雇用期間の定めなし

仕 事▶工場の巡回警備
(4～5時間程度の巡回がメインです。)

時 間▶8:00～17:30(実働8h、休憩1h)
17:30～翌8:30(拘束15h、仮眠時間6h有) ※シフト制、残業なし

給 与▶夜間1勤務13,154円
(深夜手当1,379円を含む)、
昼間1勤務8,600円
※最低賃金減額特例許可申請予定

勤 務▶月10～12日程度

待 遇▶社保完備、交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、受動喫煙対策有

お気軽にお電話ください。《受付》9～17時

☎ **0123-24-3771**

東京美装北海道 (株)千歳営業所
千歳市美々新千歳空港内ターミナル アネックスビル1階

千歳 **バ** ラウンジパントリー業務

あなたに合わせた働き方を「プランニング」!

★昇職ステップアップ制度有!

＼ダブルワークOK! / 苫小牧・札幌JR沿線在住の方もぜひ!

新千歳空港 ANA
ラウンジパントリー
スタッフ メロン・新米・卵などの
プレゼントあり!

◆交通費全額支給 ◆扶養内勤務OK

電話のうえ、面接の際に写真付履歴書をお持ちください。
面接は新千歳空港で!

残業
なし!

当社マスコット
キャラクター
ころがる君

☎ **011-857-1000** または **080-8625-0074** 担当/チカヤ

MOS ANAラウンジパントリー事業部

モス物流プランニング株式会社
千歳・恵庭オフィス
恵庭市戸磯

恵庭 **バ** 清掃

シニア世代も歓迎 Wワークも可

期 間▶1年ごとの更新制

仕 事▶スーパーの店舗内清掃

給 与▶時給1,075円

勤 務▶土・日のどちらか1日と
火～金の間で合計週2～3日

時 間▶15:00～17:00 ※残業なし

待 遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、有給休暇有、受動喫煙対策有

勤務先▶恵庭市恵み野里美2丁目
(JR恵み野駅西側)

まずはお電話ください。面接は勤務先で行います。

☎ **011-241-2580** 担当/畠山

二幸産業株式会社 札幌市中央区北1条東2丁目5-2札幌泉第1ビル

恵庭 **バ** 清掃

期 間▶1年ごとの更新制

仕 事▶学生寮内清掃

給 与▶時給1,095円～

時 間▶8:30～12:30 ※実働4h、残業なし

勤 務▶週4日程度

休 日▶土曜・日曜・祝日ほか

待 遇▶制服貸与、交通費規定支給、車通勤可、敷地内禁煙

勤務先▶恵み野ハイム/
恵庭市恵み野北3丁目1-2

お気軽にお電話ください。

☎ **0123-34-0740**

株式会社道央環境センター
恵庭市本町27番地

千歳 **バ** ホテル客室清掃

■客室清掃責任者

給 与▶時給1,200円

時 間▶8:00～15:45(休憩45分) ※多少の残業有

勤 務▶週4～5日

■客室清掃スタッフ

給 与▶時給1,090円～

時 間▶9:30～15:45(休憩45分) ※多少の残業有

勤 務▶週4～5日 ※扶養内での土日祝のみの勤務も相談OK

期 間▶期間の定めなし

待 遇▶各社保完備(勤務条件による)、制服貸与、交通費規定支給、車通勤OK(無料駐車場有)、有給休暇、喫煙所なし

勤務先▶千歳市幸町5丁目6-1

共通項目

まずはお気軽にお電話ください。面接は現地で行います。

☎ **011-618-0111** 担当/熊谷

協和総合管理(株) 札幌支社
■ビルメンテナンス業 札幌市中央区宮の森1条1丁目1-39

千歳 **バ** 清掃

2026年4月本格スタート!
2月、3月からの勤務もOK

期 間▶雇用期間の定めなし

仕 事▶大学内の日常清掃/モップでの掃き掃除、拭き上げ、掃除機掛け、トイレ清掃(4人チームで実施)

資 格▶年齢不問、未経験者歓迎

給 与▶時給1,075円

時 間▶7:30～11:00
※イベント時、残業の場合有

休 日▶土日祝、夏冬の長期休暇も一部休み有

待 遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、試用期間2カ月、受動喫煙対策有

勤務先▶公立千歳科学技術大学

応募 ☎ **011-271-1749**

【札幌事業部】担当/長谷川

株式会社 **ベルックス** 千歳営業所
千歳市柏台南1丁目3番1(千歳アルカディアプラザ3F)

千歳 **バ** 清掃

期 間▶1年ごとの更新 ※応相談

仕 事▶道の駅サモンパーク千歳の館内トイレと屋外トイレの清掃

資 格▶未経験者歓迎

時 間▶7:30～10:00、13:00～15:00
※時間変動有
※どちらかを選択、フルタイムも可

給 与▶平日/時給1,500円、土日祝/時給1,700円
※研修期間1週間/時給1,200円

勤 務▶シフト制 週3日～※応相談

待 遇▶交通費規定支給、制服貸与、車通勤可、扶養内勤務可

勤務先▶道の駅サモンパーク千歳/
千歳市花園2丁目4-4

まずはお気軽にお電話ください。

☎ **0123-23-2607** 採用担当

【電話受付時間/8:30～17:30】

(株) **タスキン五稜千歳支店**
〒066-0083 千歳市みどり台北1丁目4-8

千歳 **バ** 児童指導員

勤務先

◆児童発達支援通所施設デジューハウス(未就学児対象) 千歳市桂木3-9-28

◆放課後等デイサービスレイディ(小学生対象) 千歳市自由ヶ丘5-2-4

期 間▶6カ月ごとの更新制

仕 事▶個別やグループ活動での、子どもたちの療育サポート、可能な方には送迎業務もお願いします。

資 格▶児童もしくは障がい者施設での業務の経験者、送迎ができる方は未経験でも応募可
※保育士、言語聴覚士、作業療法士、小学校教諭免許以上、普通自動車免許あればなお可

時 間▶①13:00～18:00
②10:00～17:00/18:00
※応相談

給 与▶時給1,100～1,200円
※言語聴覚士・作業療法士/時給1,200円～

勤 務▶週3～5日程度 ※休日/日・祝・ほか

待 遇▶各社保完備(時間による)、交通費規定支給、車通勤可、資格手当(1万～2万円)、処遇手当(5千～3万円)、昇給有、社員登用有、試用期間1カ月、敷地内禁煙

応募 ☎ **090-9524-0243**

株式会社 **キッズハウスオハナ**
千歳市桂木3丁目9-1

WEBも要チェック!



毎週木曜日に更新中!

Q 人ナビ



恵庭 **ア** **バ** ガーデニング作業、ガーデンショップスタッフ、カフェスタッフ

スタッフ募集

春・夏休み、参観日、習い事など、お子さまの学校行事に合わせた働き方ができます!

①ガーデニング作業 4月からスタートも選べます

期 間▶3～6月 ※9月までの延長OK

時 間▶(a)8:00～17:00(フルタイム) ※休憩計90分
(b)9:00～15:00(1日5h以上)
(c)9:00～13:00
※1日3h以上～で勤務時間ご相談ください。
※残業/月平均5h程度

給 与▶(a)時給1,135円 (b)時給1,110円 (c)時給1,085円

②ガーデンショップスタッフ

期 間▶3～7月 ※9月までの延長OK

時 間▶(a)8:00～17:00(フルタイム) ※休憩計90分
(b)9:00～15:00(1日5h以上)
(c)9:00～13:00
※1日3h以上～で勤務時間ご相談ください。
※残業/月平均5h程度

給 与▶(a)時給1,135円 (b)時給1,110円 (c)時給1,085円

③カフェスタッフ ★土日祝勤務できる方

期 間▶3～7月

時 間▶9:00～17:00(5～6h勤務) ※残業なし

給 与▶時給1,085円

④ガーデン管理スタッフ

期 間▶4～11月

時 間▶8:00～17:00(フルタイム) ※休憩計90分、残業なし

給 与▶時給1,135円

電話連絡のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

☎ **0123-36-8050**

【受付/月～金 9～17時】

株式会社サンガーデン
恵庭市西島松561-4

千歳 **ア** **バ** ドライバー兼清掃

送迎ドライバー兼清掃スタッフ募集!

入社祝金3万円(規定有)

期 間▶長期(雇用期間の定めなし)

仕 事▶スタッフの送迎および大浴場の清掃補助(送迎ルート:千歳・恵庭・苫小牧)

資 格▶要普通自動車免許、未経験者歓迎、大型一種免許保持者優遇

給 与▶月給240,000円～

時 間▶7:30～16:30
※実働8h、休憩1h
※ホテルの稼働状況により時間変動有

勤 務▶月22日程度

待 遇▶社保完備、交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、屋内喫煙スペース有

勤務先▶ボルトムインターナショナル北海道(千歳市美々 新千歳空港内)

普通免許があればOK!!
経験者や大型免許があれば優遇

お電話ください。面接は勤務先で行います。

☎ **011-207-1217**

《受付》平日9～18時

Web応募は24時間受付中

◆クリーンコーポレーションでは、スタッフの皆さまが長く働けるようさまざまな改善に取り組んでいます。

(株) **クリーンコーポレーション** 札幌市中央区南22条西6丁目2-25
エムズ南22条 第3ビル4階

恵庭 **訪問介護員**

ホームヘルパー募集! **有給を取得**
時間相談できます♪ **しやすい!**

仕事▶ご自宅を訪問し、買い物・掃除・移動など
期間▶即日～、毎年3月末更新
資格▶普通自動車免許、介護福祉士または介護職員初任者研修修了(旧ヘルパー2級)以上
給与▶**週5日勤務/時給1,395円～**
週4日勤務/時給1,385円～
※いずれも処遇改善手当を含む
時間▶規定による ※残業なし
勤務▶週4～5日(応相談) ※シフト制
待遇▶年1回一時金支給、昇給制度有、介護福祉士手当、通勤・車両借上手当ほか、敷地内全面禁煙

まずはお電話ください。☎**0123-33-1120** 担当/笹川

社会福祉法人 **恵庭市社会福祉協議会** 恵庭市末広町125番地1

知ってるようで、知らない

コトバ

日配

【スーパー】冷蔵、冷凍でしか扱えない商品。食料品(豆腐、漬物など要冷蔵のもの)、ドリンク(牛乳など)、乳製品、パン、和菓子・スイーツ、冷凍食品、アイスなど。

千歳 **店内業務**

扶養内勤務OK! 主婦(夫)さん活躍中 **食事補助有**

期間▶雇用期間の定めなし
仕事▶接客、調理、清掃などの店内業務
給与▶**一般/時給1,150円～**
高校生/時給1,100円
※22時以降深夜割増有
勤務▶週2～6日 ※応相談
時間▶10:00～24:30の間で2h～
※応相談(閉店作業までできる方歓迎)
※6h以上で休憩45分～
※状況により、残業の場合有
待遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、食事補助有、店内禁煙

まずはお電話のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

☎**0123-26-5650**

CURRY HOUSE CoCo壱番屋 千歳中央通店
千歳市富士3丁目6-12

千歳 **空港内のクリーンスタッフ**

1日4h・お昼までの短時間!
未経験OK! 扶養内OK! ブランク歓迎

仕事▶新千歳空港ターミナルビル内のロビーや水回りなどの掃除機がけ・モップがけ・ゴミ回収
期間▶長期(1年ごとの更新)
勤務先▶新千歳空港駅より直結(千歳市美々々)
給与▶**時給1,250円**
時間▶7:00～11:00 または 8:00～12:00(実働4h) ※残業なし
※週4～5日勤務 ※曜日応相談
待遇▶交通費規定支給、社会保険(法定通り)、施設内分煙
応募▶まずはお電話ください。WEB面接OK!

☎**011-271-6111** 採用担当

北日本ビル管理株式会社
〒060-0051 札幌市中央区南一条東1丁目パークウエスト札幌 4階

千歳 **レジ、品出し、厨房**

レジ品出し厨房スタッフ募集

店内見学だけでもOK!

期間▶1年ごとの更新有
仕事▶①レジ、品出し
②厨房業務
そのほか店内業務
給与▶**①時給1,100円～**
②時給1,140円～
時間▶**①25:00～10:00**
①18:00～23:00
※実働5h、相談可
※休憩、残業なし
勤務▶週2日～ ※勤務日数応相談
待遇▶社会保険有、交通費規定支給、制服貸与、敷地内禁煙、その他福利厚生有(規定による)
勤務先▶千歳市祝梅
ローソン陸上自衛隊東千歳駐屯地

電話連絡のうえ、面接時に写真付き履歴書をお持ちください。面接は勤務地で行います。

☎**0123-22-2241**

ローソン陸上自衛隊東千歳駐屯地 千歳市祝梅1016

千歳 **清掃**

空港清掃スタッフ募集!!

◆新千歳空港 **送迎有**

期間▶1年ごとの更新制
仕事▶日常清掃
時間▶8:00～17:00、13:00～22:00、22:00～翌6:00
※休憩1h ※残業なし
給与▶**時給1,100円**
※22～翌5時は時給1,500円
※5～6時は時給1,200円
勤務▶週3日以上、シフト制(固定シフト可)
待遇▶交通費規定支給、マイカー通勤可、制服・手袋貸与、受動喫煙対策有

そのほかのお仕事も多数有! 詳しくはHPへ!▶

☎**0123-24-7787**
担当/金子

株式会社 クリーン開発 千歳市流通1丁目4-7

恵庭 **清掃**

清掃員募集!

勤務先▶恵庭第一病院/
恵庭市福住町1丁目6-6

期間▶1年ごとの更新制
仕事▶院内の日常清掃業務
時間▶**①6:00～8:30**
②7:30～11:30
※状況により残業の場合有
給与▶**時給1,100円**
※試用期間3カ月/時給1,075円
勤務▶週3日程度～ ※応相談
待遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、有給休暇、施設内禁煙

応募 ☎**0123-33-8225** [担当]採用係

(株)東洋実業 恵庭営業所
恵庭市黄金中央1丁目13-11 クレール黄金1F

恵庭 **営業事務**

受付・事務スタッフ募集!!

期間▶3月～11月
仕事▶受発注業務(電話・FAXで受注した内容をPCへ入力、注文確認、伝票発行、在庫確認)・運送会社対応(車両別に地図・伝票をお渡しする)
資格▶PC(Word・Excel)の基本操作ができる方、未経験者歓迎
給与▶**時給1,200円**
時間▶**①8:00～12:00**
②9:00～14:00
※①②選択可、残業なし
※週20h未満
休日▶土曜・日曜・祝日
待遇▶交通費規定支給、車通勤可、駐車場有、受動喫煙対策有

お電話または右記二次元コードから応募ください。

☎**0123-32-2221** 受付/8～17時 担当/山下

(株)よねざわ工業 〒061-1405 恵庭市戸磯596-6

千歳 **介護**

★入社祝金20万円支給(規定有)★日勤のみ・夜勤専従もOK

期間▶長期
仕事▶[日勤]お買い物や医療機関受診同行、身体ケア・食事・入浴介助、食事の調理など
[夜勤]夕食の片付け、就寝準備手伝い、夜間の見守り、朝食準備など
資格▶看護師資格、または介護職員初任者研修修了、介護福祉士資格あれば優遇、無資格者も可
給与▶**看護師/時給1,400円～** ※処遇改善費を含む
介護福祉士/時給1,300円～ ※処遇改善費を含む
初任者研修修了/時給1,100円～ ※処遇改善費を含む
無資格・未経験者/時給1,075円～
時間▶[日勤]①7:00～16:00 ②9:00～18:00 ③10:30～19:30
[夜勤]④18:00～翌9:00
※休憩1h、状況により残業の場合有 **有給休暇100%消化可**
休日▶シフト制
待遇▶各社保完備(勤務による)、昇給有、交通費規定支給、有給休暇、車通勤可(無料駐車場有)、処遇改善費与(年2回支給)、正社員登用制度有、屋外喫煙スペース有

無資格・未経験者も応募可
※初任者研修費用全額当社負担

看護師資格をお持ちの方も募集!

勤務開始日応相談!

応募 ☎**090-3399-5886**
受付/9:00～18:00(人事担当直通)

グループホーム めくもりの里 千歳市住吉
グループハウス めくもりの家 4丁目8番14号

千歳・恵庭 **食肉**

食肉スタッフ募集!

給与▶**【一般】時給1,081円**
【学生】時給1,075円
時間▶**①7:30～11:30 ②13:00～17:00**
※残業、休憩なし
勤務▶シフト制
勤務先▶スーパーアークス千歳店

応募 ☎**0123-26-6660**

(株)ラルズ 札幌市中央区南13条西11丁目2-32 [応募] 希望店舗に電話連絡のうえ、写真付履歴書をお持ちください。担当/店長

給与▶**【一般】時給1,082円**
【学生】時給1,075円
時間▶13:00～17:00 ※残業、休憩なし
勤務▶週3～4日
勤務先▶ビッグハウス恵庭店

応募 ☎**0123-33-1122**

給与▶**【一般】時給1,081円**
【学生】時給1,075円
時間▶8:00～12:00 ※残業、休憩なし
勤務▶シフト制
勤務先▶ラルズマート恵み野店

応募 ☎**0123-36-2980**

はウェーブ応募

苫小牧 **牧場作業**

牧場作業スタッフ募集!!

時給1,250円

長期で勤務できる方歓迎!

事前にご連絡のうえ、写真付き履歴書をご郵送ください。

ノーザンファーム 空港 ☎**0144-58-2771**
〒059-1361 苫小牧市美沢114-2

期間▶1年ごとの更新制
仕事▶①馬が別棟にいる間に、敷いてあるワラを取り替える作業
②エサが入っている器の洗浄
③厩舎および厩舎周辺の掃き掃除
給与▶**時給1,250円**
時間▶6:30～9:30(実働3h) ※残業なし
勤務▶週6日
休日▶日曜定休、夏季・冬季休暇
待遇▶各社保完備(勤務時間による)、車通勤可、交通費規定支給、昇給有、インフルエンザ予防接種、食堂利用可、屋外喫煙スペース有
勤務先▶ノーザンファーム空港(苫小牧市美沢114-2)

千歳 **共用部清掃**

ホテル内共用部清掃スタッフ募集!

◆ホテル内共用部清掃

期間▶長期(雇用期間の定めなし)
仕事▶ホテル内共用部の拭き掃き掃除など
※客室清掃はありません。
時間▶16:00～20:00 ※実働4h
資格▶未経験者歓迎、20歳以上(喫煙可能場所での勤務があるため)
勤務▶月15～16日程度(シフト制)

まずはお電話ください。面接は勤務先で行います。

☎**011-207-1217** (受付)平日9～18時

(株)クリーンコーポレーション札幌
札幌市中央区南22条西6丁目2-25 エムス南22条 第3ビル4階

給与▶**時給1,250円**
※月収例/時給1,250円×1日4h×月16日勤務=月収80,000円
勤務先▶ポルトムインターナショナル北海道(千歳市美々々 新千歳空港内)
待遇▶交通費規定支給、車通勤可、制服貸与、屋内喫煙スペース有

■Wワークの方にもオススメ!
■未経験者歓迎!

クリーンコーポレーションでは、スタッフの皆さまが長く働けるようにさまざまな改善に取り組んでいます。

応募はこちら

千歳・恵庭 **清掃**

◆武田ビル/恵庭市泉町

時間▶6:00～9:00
※実働3h、休憩・残業なし
休日▶土・日・祝日
※勤務日数応相談

◆公立千歳科学技術大学/千歳市美々々

時間▶7:00～10:30
※実働3.5h、休憩・残業なし
休日▶土・日・祝日、学校指定日

お気軽にお電話ください。

☎**0123-24-3771**

東京美装北海道 (株)千歳営業所
千歳市美々々新千歳空港内ターミナル アネックスビル1階

恵庭 **パン・和洋菓子・弁当などの製造補助、仕分け**

ヤマザキ

安心・安定の環境で一緒に頑張りましょう!

期間▶即日～2月末までの間で1日～OK
※延長、長期への切り替え可
仕事▶パン・和洋菓子・弁当などの製造補助、仕分け
時間▶**①昼勤/9:00～18:00(休憩1h)、14:00～18:00**
②夜勤/19:00～翌4:00(休憩1h)
※生産量に応じ、2h程度の残業の可能性有
資格▶未経験者歓迎 ※食品衛生上マニキュア・付け爪・ひげは禁止、貴金属類の着用不可
給与▶**①時給1,180円 ②時給1,240円**
※22時以降/時給1,550円(深夜手当込)
待遇▶交通費規定支給、車通勤可(無料駐車場完備)、勤務日にパンのお土産有、当社製品社内販売有、格安食堂完備(パンの試食有)、制服貸与、近郊エリア無料送迎バス有、受動喫煙対策有

フリーシフト制!!
期間中 1日～OK!
都合のよい日に働けます!
お友達とのご応募もOK!

デザートやお弁当などを製造しています

随時面接いたします
お気軽にお電話ください♪

応募 ☎**0123-34-1128**

恵庭市恵南10-1
★JRサッポロビール庭園駅より徒歩15分
※応募時の履歴書は返却いたしませんので、あらかじめご了承ください。
《受付》9～18時 人事採用担当まで

素敵なお仕事、一緒に探そう。見つけよう。

仕事探すなら!

求人ナビ

千歳

送迎ドライバー

短期 送迎ドライバー募集!

期間

▶即日～3月末まで ※更新も可

仕事

▶マイクロバスやハイエースを使用し、空港⇄札幌市内ホテル、空港⇄ニセコ・ルスツなどのスキー場への送迎業務

資格

▶普通自動車二種、中型自動車二種免許

給与

▶日給例/空港→札幌7,000円+空港→ルスツ10,000円=17,000円 ※エリアにより単価変動

時間

▶5:00～22:00の間で5～8h程度

休憩

▶休憩有、残業可能性有

勤務

▶週5日 ※応相談

待遇

▶各社保完備、車通勤可 受動喫煙対策有

応募

050-8885-5695

受付/10～17時

担当/武田

優駿イノベーション

恵庭市柏木町429

千歳

店内業務

パート募集!

時間応相談

期間

▶雇用期間の定めなし

仕事

▶新千歳空港店内での接客、簡単な調理

給与

▶時給1,075円～

時間

▶10:00～17:00の間で応相談

シフト

▶シフト制、状況により時間に変動有

勤務

▶週2～3日 ※応相談

待遇

▶各社保完備(時間による)、交通費規定支給、制服貸与、有給休暇、受動喫煙対策有

勤務先

▶出塚水産 新千歳空港店

0158-23-2012

【受付/9～17時】

担当/安中

出塚水産株式会社

紋別市港町5丁目3-23

千歳

訪問ヘルパー

期間

▶1年ごとの更新制

仕事

▶訪問ヘルパー、サービス提供責任者業務

資格

▶要普通免許、介護福祉士、ヘルパー2級

時間

▶7:00～22:30の間で4h～応相談

シフト

▶シフト制、休憩1h、残業なし

給与

▶時給1,100円～

休日

▶シフトによる

待遇

▶各社保完備(時間による)、交通費規定支給、車通勤可、車両手当て規定支給、受動喫煙対策有

勤務先

▶恵庭市内

まずはお気軽にご連絡ください。受付/9:00～20:00

090-1300-3380

担当/笹谷

恵庭市島松本町1丁目13-2

合同会社ささやか丸

千歳

清掃

週3日、午前中だけのお仕事

◆キリンビール北海道千歳工場

期間

▶1年ごとの更新制

仕事

▶日常清掃(トイレ清掃を含む)

時間

▶8:00～11:30または8:00～12:00のシフト制

残業

▶※残業なし

給与

▶時給1,100円

勤務

▶週3日程度

待遇

▶交通費規定支給、マイカー通勤可、制服・手袋貸与、受動喫煙対策有

まずはお気軽にお電話ください。

0123-24-7787

担当/金子

株式会社 クリーン開発

千歳市流通1丁目4-7

千歳

受付・入力

アルバイト募集

土日祝勤務できる方歓迎!

期間

▶雇用期間の定めなし

仕事

▶受付、入力業務ほか

資格

▶要普通自動車免許(AT限定可)

給与

▶時給1,150円～

時間

▶7:30～19:00の間で3h程度～

日数

▶日数、時間応相談

状況

▶状況により残業の場合有

休日

▶4週8休、ほかシフト制、年末年始

水

▶(水)定休日

会社

▶会社カレンダーによる

待遇

▶車通勤可、カップ式飲料機使い放題、正社員登用制度有、社内禁煙、屋外喫煙所有

まずはお電話のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

0123-21-9318

《担当》

つのだ

繋がらない場合はこちらに

お電話ください▶

090-6447-2088

ニコニコレンタカー

千歳東雲町店

千歳市東雲町5丁目7-3

千歳

清掃

業務拡大につき増員!!

クリーンクルー

期間

▶即日～ ※1年ごとの更新制

資格

▶未経験者歓迎

仕事

▶日常清掃

時間

▶8:30～16:30(実働6～7h、休憩1h)

残業

▶※残業なし

給与

▶週5日/時給1,350円

週3～4日/時給1,300円

勤務

▶週5日、週3～4日 ※応相談

勤務先

▶千歳市美々

待遇

▶各社保完備、交通費規定支給、車通勤可、送迎有、制服貸与、試用期間3カ月(同条件)、受動喫煙対策有

お電話またはメールにてご連絡ください。

011-205-5637

面接は千歳市内で行います。

メール

sapporo@globeship.co.jp

グローブシップ株式会社 札幌支店

戦略FMパートナー

GLOBESHIP

〒060-0005 札幌市中央区北5条西6-2-2 札幌センタービル7階

総合ビルメンテナンス業(国内外約5,400棟の管理実績)

千歳

調理員

調理員募集!!

4月1日より「ぷらす保育園 千歳ことぶき園」

として千歳市寿2丁目13-5に移転します。

扶養内勤務-WワークOK!!

期間

▶雇用期間の定めなし

仕事

▶定員19名の企業主導型保育園での食事の調理全般

資格

▶資格・経験不問、未経験者歓迎、土日勤務可能な方歓迎、主婦(夫)歓迎

給与

▶時給1,100円～

時間

▶8:00～16:00の間で実働5.5h～

応相談

▶※応相談 ※残業なし

勤務

▶週1日～ ※応相談

待遇

▶社保完備(時間による)、交通費実費支給(上限15,000円)、車通勤可、受動喫煙対策有

まずはお気軽にお電話ください。

0123-29-6650

《受付》

8～17時

企業主導型

保育園

ぷらす保育園

ちとせPera園

千歳市柏台南1丁目2-1 千歳アウトレットモール・レラ内 区画1260

千歳

カート整理

スタッフ募集!!

公共交通機関で通勤可能な方

◆新千歳空港/千歳市美々

期間

▶雇用期間の定めなし

仕事

▶国内線カート整理業務

時間

▶7:00～22:00の間で5パターンのシフト制

実働

▶※実働7.5h ※休憩2h、残業なし

給与

▶時給1,100円(日額8,250円)

勤務

▶月16～20日(シフト制)

待遇

▶社保完備、交通費規定支給、制服貸与、受動喫煙対策有

まずはお気軽にお電話ください。

0123-24-3771

東京美装北海道(株)千歳営業所

千歳市美々新千歳空港内ターミナル アネックスビル1階

いつでもどこでも

求人ナビ

ちゃんと 求人ナビ

検索

<https://chanto.biz/qnavi/>

WEBなら

1週間

6,600円

税込

求人広告が掲載できます

★紙面の求人広告に出稿の場合は、WEBにも無料掲載いたします!

申し込みは▶

WEB <https://chanto.biz/qnavi/ad/>

FAX 0123-27-4911

求人ナビ編集部 0123-27-2611

「ちゃんと」紙面とWEBサイトのクロスメディアで求人募集が可能となります。お気軽にお問い合わせください!

千歳

工場内作業

はじめての方も大歓迎です!!

期間

▶3カ月更新(原則更新有)

仕事

▶①アーク溶接(半自動) ②加工機械オペレーター ③吹付塗装

給与

▶①②未経験者/時給1,280円～経験者/時給1,400円

③未経験者/時給1,400円～経験者/時給1,600円

時間

▶8:00～17:00

休憩

▶※休憩1h、残業月0～20h程度

休日

▶土・日・祝日

待遇

▶各社保完備、車通勤可、交通費規定支給、制服貸与、受動喫煙対策有

応募

0123-22-4368

受付(平日)

8時30分～17時

一般労働者派遣事業(派01-301226)

千歳市上長都1061-2

三好梱包商事(有)

(株)IHシアグリテック内

お仕事

決まった!?

お電話ください

千歳

①機内食の運搬補助(軽作業)②空港内の大型ドライバー

日・週払いOK! 週休2日制

①女性活躍中 ②大型免許があればOK

仕事

▶①機内食工場から飛行機までの軽量カートを運搬、機内への横込補助、空港内の移動(普通自動車の運転あり)など ※重い荷物の上げ下ろしなし

②機内食工場(ケータリングビル)から国内線・国際線の各航空機へ機内食などの積み降ろし・運搬業務など ※短距離運転です!

期間

▶期間の定めなし

資格

▶①未経験者歓迎! ブランクOK

②大型自動車免許 ※免許取り立てでもOK

勤務先

▶新千歳空港駅より直結(千歳市美々)

【事業内容】

派遣業(派13-310767)、人材紹介業(13-ユ-309562)

株式会社平山

北海道営業所

給与

▶①時給1,400円～1,750円

②時給1,650円～2,063円

時間

▶①(1)5:00～14:00 (2)8:00～17:00

(3)10:00～19:00 (4)13:00～22:00

②5:00～22:00の間でシフト制

(飛行機の離発着によりシフト調整あり)

※①②ともに実働8時間/休憩60分

①残業なし ②残業が発生する場合あり

休日

▶週休2日制/シフト制

待遇

▶日払い・週払いOK(規定あり)、交通費全額支給、社会保険完備、作業服一式貸与、車通勤OK(無料駐車場完備)、退職金制度(規定)、試用期間2週間(同条件)、研修期間3カ月

応募

▶まずはお電話ください。履歴書不要! WEB面接OK

011-215-1015

採用担当

北海道札幌市中央区北2条西2-34

フージャース札幌ビル7階

ほか

ピッキング

登録だけでもOK!

まずはお電話ください!

千歳・恵庭から「完全送迎!」

ご自宅近くまで伺います!!

期間

▶長期

仕事

▶倉庫内でのピッキング作業

給与

▶時給1,100円～

時間

▶13:00～22:00

休憩

▶※休憩1h、残業なし

休日

▶水、日

待遇

▶各社保完備、送迎有、受動喫煙対策有、週払い制度有

勤務先

▶石狩市新港南

電話連絡のうえ、写真付履歴書をお持ちください。

0120-357-337

(月～金)9～17時

080-5729-7602

(土・日・祝) 随時面接

いたします

一般労働者派遣事業(派01-300285)

千歳市東雲町1丁目9-6

(株)マグナクルー

千歳

製造

期間

▶3/1～6/30(4/1～でも可)

仕事

▶ゼリー、プリンなどの製造業務。容器のセット、箱入れ作業など。

時間

▶9:00～16:00

休憩

▶※休憩1h、残業なし

休日

▶週休2日のシフト制

(週4日勤務や土日休みでも可)

時給

▶時給1,100円

待遇

▶各社保完備、交通費規定支給、制服貸与、前払い制度有、昇給有、退職金制度有、受動喫煙対策有

勤務先

▶千歳市

求人情報は「アスクジョブ」で検索!

登録は来社不要!

電話・WEBで簡単受付OK!

0120-172-642

担当

葛西

株式会社 アスクゲートノース

千歳市朝日町2丁目1-2 ASK GATE BLD 3F

許可番号 派01-300587

当社は「社団法人 日本生産技術労務協会」会員です。

千歳・恵庭

検品・梱包・出荷準備、設備保全・保守

イーワークスで働く! お仕事相談会

派遣という働き方

予約不要

相談のみOK

1/27(火)

13:30～17:00(最終受付16:30)

恵庭商工会議所2Fで開催!

掲載求人以外にも多数求人!

春からのお仕事情報も公開中!

季節雇用のお仕事でもシーズン終了後、短期で他就業先もご紹介中!

派遣だからこその様々な働き方をご提案!

履歴書・身分証明書持参で登録の方に粗品プレゼント!

お気軽にご来場ください!

LINEで

質問・応募ができます!!

HPで求人情報をチェック!

◆派遣/検品・梱包・出荷準備スタッフ

★当社スタッフ活躍中♪ご家庭の都合も柔軟に対応♪

仕事

▶金属部品の検品・梱包・出荷準備業務など

給与

▶時給1,150円 ※4月より1,180円

時間

▶8:30～17:30(実働7.5h)

休憩

▶※休憩1h、残業なし

休日

▶隔週土曜日・日曜日・祝日、年末年始ほか

派遣先

▶派遣先カレンダー有

勤務先

▶恵庭市

◆派遣/設備保全・保守スタッフ

★スキルを活かします! 高時給!

仕事

▶工場内の機械のメンテナンスおよび設備トラブル対応など

給与

▶時給1,500円

時間

▶8:00～17:00(実働8h) ※休憩1h、残業有(毎週水曜日はノー残業デー)

休日

▶土曜日・日曜日・祝日、年末年始ほか

派遣先

▶派遣先カレンダー有

勤務先

▶千歳市

【共通項目】

期間

▶長期(3カ月ごとの更新制)

待遇

▶各種保険完備、交通費規定支給、駐車場無料、室内原則禁煙(喫煙室・所有)

お電話またはE-mailでお問い合わせください。

0123-33-5555

info@eworks-jobnet.com

人材派遣業 派01-300151

職業紹介 01-ユ-300083

有限会社イーワークス

恵庭市京町80番地

恵庭商工会議所ビル1F

道文教大のしあわせレシピ

食育教室2025編②

12月13日、第5回食育教室「お正月料理に挑戦しよう!」を開催しました。今回は、その中から簡単に華やかなレシピをご紹介します!お正月だけでなく、ひな祭りやお誕生会など行事食の時に、ご家庭でもぜひ作ってみてください!

美味監修

人間科学部
健康栄養学科講師
白幡 亜希



お祝いカップ寿司

材料【5人分】

- ・米……………2合
- ・塩鮭……………2切
- ・サラダ油……………適量
- ・きゅうり……………1本
- ・塩……………適量
- ・卵……………2個
- ・ごま油……………適量
- ・すし酢……………適量
- ・いりごま……………適量

【飾り】

- ・きぬさや……………5枚
- ・ゆで卵……………2個
- ・えび(ボイル)……………5尾



●1人分の栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
333kcal	14.7g	7.7g	49.3g	1.2g

【つくりかた】

- ①米を炊く。
- ②フライパンに油をひき、塩鮭を並べて焼く。焼きあがった鮭の皮と骨をとり、ほぐす。
- ③きゅうりを縦半分に切り、薄い半月切りにし、塩をふってなじませる。その後水洗いし、よく水気を絞る。
- ④フライパンに多めのごま油をひき、炒り卵を作る。
- ⑤飾り用のきぬさやは、すじをとり、ゆで、斜め半分に切る。
- ⑥飾り用にゆで卵を作り、輪切りにする。
- ⑦炊きあがったご飯に、すし酢をふって混ぜる。
- ⑧酢飯に、鮭、炒り卵、きゅうり、いりごまを入れて混ぜ合わせる。
- ⑨カップに盛り付け、上にきぬさや、ゆで卵、えびをのせる。



食育教室の様子

ポイント

- 【塩鮭】焼きたては熱いので、他の作業をして冷めてからほぐしましょう。
- 【酢飯】すし酢を混ぜた後、うちわなどであおいで冷ますことで、蒸気がとびつツツヤになります。
- 【飾り】お好みでお刺身やいくらなどのせることでもっと豪華に!ゆで卵は、日の出イメージです!

恵庭市立すみれ保育園からのお知らせ



令和7年度 保育士職場体験会のお知らせ

- 保育士資格をもっていて空白があり、もう一度子どもたちと関わる仕事をしたいけれど復職が少し不安…
- 保育士資格があるけれど保育所に勤めたことがなく、一度働いてみたいと思っている

参加費
無料



対 象

保育士資格があり、現在保育士として就労されていない方、市内保育所等において就職を検討している方

日 時

～令和8年2月までの期間内の1日 9:30～12:00まで

会 場

恵庭市立すみれ保育園(恵庭市柏陽町3丁目24-1)

内 容

9:30～10:00 保育施設、仕事内容の説明
10:00～11:30 保育士体験
11:30～12:00 就職相談会

問合せ 申込

恵庭市立すみれ保育園 担当/副園長 野上
TEL0123-33-3388(9:00～17:00 ※土日祝を除く)

恵庭市子育て支援サイト「えにわっこなび」

えにわっこなびは、市内の子育て情報を掲載しているほか、週1回メールマガジンを配信しています!ぜひあなたも、メールマガジンの登録をしてみませんか? <https://eniwakko-navi.com/>



千歳市市民健康課からのお知らせ

有効期限が
近づいています!

がん検診・肝炎ウイルス 検診無料クーポン券

千歳市では、子宮頸がん、乳がん、肝炎ウイルス検診の無料クーポン券を、それぞれ対象の方に5月下旬に送付しています。**無料クーポン券の有効期限は、令和7年3月31日まで**です。ご希望の方はお早めにお申込みください。(肝炎ウイルス検診は、集団健診での実施となります。**最終実施日は令和8年3月8日です。健診日の3週間前または定員になり次第締切となります。**)

子宮頸がん検診無料クーポン券対象者

■年齢:20歳【平成16年4月2日～平成17年4月1日】

乳がん検診無料クーポン券対象者

■年齢:40歳【昭和59年4月2日～昭和60年4月1日】

肝炎ウイルス検診無料クーポン券対象者

下表に定める年齢で、過去に肝炎ウイルス検診未利用者かつ現在、病院で肝炎ウイルスの治療や検査を行っていない方

- 年齢:40歳【昭和59年4月2日～昭和60年4月1日】
- 年齢:45歳【昭和54年4月2日～昭和55年4月1日】
- 年齢:50歳【昭和49年4月2日～昭和50年4月1日】
- 年齢:55歳【昭和44年4月2日～昭和45年4月1日】
- 年齢:60歳【昭和39年4月2日～昭和40年4月1日】
- 年齢:65歳【昭和34年4月2日～昭和35年4月1日】

千歳市では無料クーポン券以外にも、子宮・乳・胃・肺・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診などを実施しています。市の検診を利用いただければ、自分で検診を受けるよりお安く検診が受けられます。ぜひ、ご利用ください。

無料クーポン券、各種検診などについてご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください。

健診申込専用ダイヤル

電話 0123-24-0617

担 当

千歳市市民健康課市民健康係 電話0123-24-0364

怪盗ちゃんからの挑戦状 解決編

先週号に掲載された
「怪盗ちゃんからの挑戦状」
君は解けたかな? 答え合わせをするよ!

クロスワードパズル

テ	ー	ブル		マ	ケ
ミ		タ	イ	シ	ツ
ヤ	サ	イ		ヨ	ダ
ゲン		ア	ウ	タ	ー
	シ	ア	ワ	セ	ジ
キ	ヨ	ウ		ツ	ク
フ	ウ	ト	ウ		ロ

答え

アイサツ

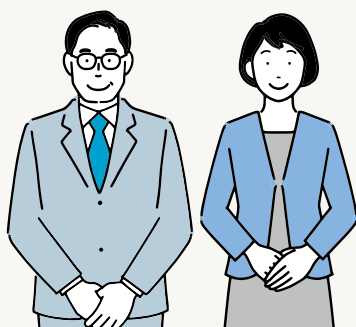
じーまみー

「ピーナッツ」を沖縄弁ではこう呼びます。
沖縄料理のお店へ入った際
ピーナッツのお料理と知らずに食べていた方も
いらっしゃるのではないのでしょうか(笑)



知ってる?
沖縄弁

司法書士
佐藤事務所です。



あなたの身近な
相談相手

相続 遺言書 不動産 成年後見 法律トラブル 法人

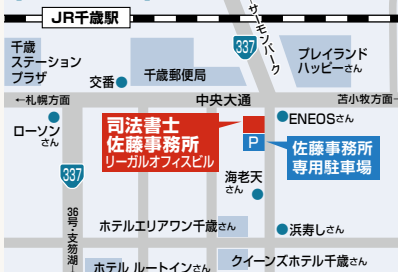
札幌司法書士会会員

司法書士 佐藤事務所

代表者 司法書士 佐藤 大吾 司法書士 有野 弘実

《office》千歳市幸町6丁目14番地9 リーガルオフィスビル2F(駐車場完備)

【交通アクセス】



登記 不動産登記、商業・法人登記・相続 など

公正証書・遺言・内容証明・供託

裁 判 簡裁訴訟代理・訴状・強制執行

まずはお電話ください! tel.(0123)23-0374 fax.(0123)24-4096 ホームページ <https://www.satodh-office.jp/>



生活が楽しくなる

DIY+

ディーアイワイ プラス

■自動車バッテリーを非常用・モバイル用に再利用する。

日常的にモバイル機器などに『バッテリー』を使っていますが、自動車バッテリーの重要さを忘れかけていました。そんな矢先、雪の降り続く夜道を走行中に突然ファンベルトが切れ発電不可能になりました。急激に車の速度が落ち、ライトが暗くなって遂には走行不能状態。自宅まであと2キロほどの所でした。寒く暗い車内で2時間待機。これほどロードサービスが待ち遠しかったことはありませんでした。この時、車を過信していた自分に気づきました。教訓として、交換したバッテリーを再利用することにしました。

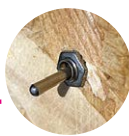
【今回使ったもの】OSB材、自動車バッテリー(使用済み)、バッテリーソケット、ケーブル(自動車用)、USBソケット、トグルスイッチ(写真右)、ほか+思考の転換と備え



【ポイント】①バッテリーは使用前に汚れを拭き取り、しっかり充電しておきます。②バッテリー本体は重量があるので、片手で持てるように手提げを付けます。③ソケットの抜き差しは負担がかかるので、トグルスイッチを装着。④直流なので間違えないように専用ケーブル(赤黒)を使うことをおすすめします。

※バッテリー端子は携帯ポンベのキャップでカバーできます。

※バッテリー専用インバーターで交流に変換できます。



【超高性能なエネルギーって何?】自動車バッテリーからの電流は、エンジン、ヘッドライト、警笛、空調、オーディオなど、人間の心臓のような大切な働きをしています。例えばSF映画の『バック・トゥ・ザ・フューチャー』で登場した自動車デロリアンはドクが開発した高性能の「ミスター・フュージョン」により、生ゴミやバナナの皮などを投入するだけで必要なエネルギーを得ていました。エネルギーで言えば、水や食物だけで100年近く生き続けている人間の『生命力』こそが超高性能ではないでしょうか。

■DIYコラム／川筋善夫 【好きなこと】生活が楽しくなるDIY研究、聖書研究、生活デザイン、和食料理、保護猫の世話、野鳥観察、薪割り、など

【注意とお願い】DIY研究は、販売目的で行っておりません。カスタマイズなどはあくまでアマチュアの領域内での造作です。

※このコラムに関心のある方は▶



先週号「まちがい探し お正月延長ver」の答え

一切クレームはお受けできません。



●ゴミ箱 ゴミの数 ●ゴミ箱 高さ ●カップうどん ●広告の顔 ●クマのぬいぐるみ スポン ●FUTON→FOTON ●コンセント ●男性 頭部ねぐせの数



●鉄塔の数 ●中央男性 帽子 ●中央男性 ブーツの長さ ●右男性 帽子OK→NO ●右男性 マフラーの長さ ●右の木の長さ ●雪だるま 顔 ●雪だるま 胴体の長さ

ちゃんと は地域の方々を中心とした独自のポスティングシステムで、毎週各ご家庭にお届けしています。

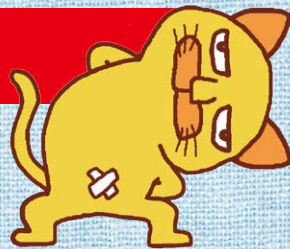
配布地域内でお手元に届いていない場合はお届けしますので、お気軽にご連絡ください。 ちゃんと編集部 TEL.0123-27-0911

脳をリフレッシュ!! 頭の体操

まちがい探し

間違いは全部で8個です。
答えは次週の「ちゃんと」で掲載します。

一切クレームはお受けできません。
ご了承ください。



とき／2月21日(土) ①10時～11時30分②13時～14時30分
ところ／千歳市総合武道館 柔道場
募集人数／各30人
対象／①3歳児②4歳児
申込期間／1月27日(火)12時～月30日(金)17時
②冬のスポーツチャレンジ講習会 5歳児

もうすぐ1年生。小学校の体育が好きになるコツ、あいさつ・集団行動も学びます。参加無料。要事前申込。
とき／2月28日(土)10時～11時30分
ところ／千歳市スポーツセンター 第2体育館
募集人数／30人
対象／5歳児
申込期間／2月3日(火)12時～6日(金)17時
①②共通
持ち物・服装／汗拭きタオル、飲み物
申込方法／千歳市スポーツ協会HPより申し込み
問合せ・申込／TEL 22-4150 (問い合わせのみ)

恵庭書道連盟
*書初め展

会員の日頃の成果を展示しています。入場無料。事前申込不要。
とき／1月15日(木)、16日(金)9時30分～19時、1月17日(土)9時30分～15時
ところ／恵庭市立図書館 展示室
問合せ・申込／金澤 TEL 080-5585-9061

カレーなるバザール

お惣菜、スパイスカレー、焼き菓子、パン、カレーのお供など、カレーやスパイス、ハーブにまつわるおいしい物を販売します。この日だけの特別メニューを販売するかも。入場無料。事前申込不要。
とき／1月17日(土)10時～16時(売り切れ次第終了)
ところ／花の拠点はなふるセンターハウス
持ち物・服装／エコバッグ
その他／カレーはテイクアウトスタイルです。飲食スペースあります。ゴミは各自でお持ち帰りください
問合せ・申込／ヤマグチ TEL 070-8493-4420 MAIL minamina-ichi@hotmail.com

新春「夢創館 LIVE×YOUNG BEATS」2026

バンド、弾き語り、DJ、ダンスなど14組が出演します。駐車場有り(2時間無料券配布あり)。高校生以下無料。事前申込不要。
とき／1月17日(土)13時～19時30分
ところ／夢創館
参加費／1500円
問合せ・申込／竹内 TEL 080-5118-9635 MAIL is.martin.box@gmail.com

第25回恵庭市青少年吹奏楽祭
市内の吹奏楽団体による演奏発表を行います。ぜひご来場ください。事前申込不要。
とき／1月18日(日) 開場13時～、

開演13時30分～16時終演予定
ところ／恵庭市民会館大ホール
参加費／300円(小学生以下無料、全席自由席)
問合せ・申込／恵庭南高等学校 細川 TEL 32-2391

未来の会 例会

不登校やひきこもりのお子さんを待つ親御さんのための情報交換と雑談が中心の会です。悩みや不安を分かち合い、ともに支え合える場所を目指しています。事前申込不要。
とき／1月23日(金)10時～14時
ところ／恵庭市福祉会館2階
参加費／300円
問合せ・申込／村田 TEL 090-1305-0950

えにわ市民・プラザアイル

①映画鑑賞会 だから映画はやめられない
70年代アメリカンニューシネマも波に乗り、アウトロー2人の男と女人の青春像を描いた西部劇の傑作「明日に向かって撃て」(1969)を上映。参加無料。事前申込不要。
とき／1月24日(土)18時～20時
募集人数／25人
②スマホのギモンを解決!相談会
お店のアプリや二次元コードの読み取り、スマホの使い方をお手伝いします。事前申込不要。
とき／1月26日(月)13時～16時
参加費／30分500円
募集人数／7人
持ち物・服装／お持ちのスマホ・タブレット、筆記用具
③初心者ギター講習、交流会
弾ける方によるオープンマイクの時間もあります。アコースティックギター、エレキギターの初心者講習です。バンドメンバーを探している方、ギターを買いいたいけどどんなものが良いかわからないなど気軽にご参加ください。要事前申込。
とき／1月28日(水)19時～21時
参加費／1000円
募集人数／10人
持ち物・服装／持っている方はギター
①～③共通
ところ／えにわ市民プラザ・アイル
問合せ・申込／TEL 39-3355 (10時～16時) 日曜、祝日休館

スタジオルノ

*リズムストレッチクラス特別体験会
身体を動かすのが苦手な子・運動が得意になりたい子・まずは楽しみたい子へ向けた新クラス。ストレッチやリズムトレーニングなど、学年を問わず参加できるレッスンです。参加

無料。要事前申込。
とき／①1月24日(土)②1月31日(土)16時30分～18時
ところ／恵庭市総合体育館2階研修室
問合せ・申込／トマベチ TEL 090-6262-3702

恵庭市郷土資料館

①カリンバ土曜講座
演題「漁太の番屋と船着場はどこにあったのか」千歳川流域に江戸時代にあった番屋と明治時代以降に使われた船着場の場所などについてわかりやすくお話しします。入場無料。要事前申込。
とき／1月24日(土)10時～11時30分
ところ／恵庭市郷土資料館 研修室
募集人数／35人
対象／小学4年生以上
申込期間／～1月23日(金)
②「遺跡を中心とした展示解説」
3月まで毎月1回同館の学芸員がテーマを決めて資料館の展示解説を行います。入場無料。事前申込不要。
とき／1月24日(土)13時～14時
ところ／集合：恵庭市郷土資料館1階ロビー (13時まで)
①②共通
問合せ・申込／長町 TEL 37-1288

恵庭おもちゃクリニック

おもちゃを原則無料で直します。部品交換が必要なときは説明した上で、部品代負担となることがあります。参加無料。事前申込不要。
とき／1月26日(月)9時30分～12時
ところ／恵庭市生涯学習施設かしわのもり(恵庭市大町1丁目5-7)
持ち物・服装／おもちゃ本体、付属品(壊れ外れた部品、取り扱い説明書、入っていた箱など)
その他／メーカー保証あるもの、貴重品、骨董品、コレクション品、自転車・モデルガン等安全性に関わるものは受付不可。返却は翌月のクリニック会場となります。
問合せ・申込／村本 TEL 090-7058-6996



千歳市介護予防センター
*ちとせdeコレクションサポーター募集

5月21日～23日に千歳市民ギャラリーで開催する作品展「ちとせdeコレクション」のボランティアを募集しています。企画準備、会場設営、



今回の掲載は2月20日発行のちゃんと1012号の予定です。お楽しみに!!

開催日の運営補助など。
とき／1月22日(木)13時30分～15時(以降月1回程度実施)
ところ／千歳市社会福祉協議会2階会議室
申込方法／電話またはFAXよりお申込みください
申込期間／～1月21日(水)
問合せ・申込／TEL 23-0012 FAX 23-0022

恵庭気響会会員募集

無理せず、やさしい動きと腹式呼吸で免疫力を高めませんか。見学の際は動きやすい服装でお越しください。詳細はお問い合わせください。
とき／①毎週火曜日10時～12時
②毎週水曜日18時30分～20時
ところ／①和光会館(和光町2-8) ②有明会館(有明5-1-3)
参加費／月500円
問合せ・申込／末岡 TEL 34-7509

千歳市役所だより

令和7年度第2回
千歳市総合教育会議の
開催について

市長と教育委員会は、地域の課題や教育のあるべき姿を共有し、相互に連携を図りながら、より一層民意を反映した教育行政を推進していくため、千歳市総合教育会議を次の日程で開催します。

〈開催日時〉
令和8年1月23日(金)
15時45分から(1時間30分程度)

〈開催場所〉
千歳市役所第2庁舎2階
会議室5・6

〈議題〉
① 令和7年度全国学力・学習状況調査の結果について
② 勇舞中学校校舎増築事業について

※傍聴者の定員は5人(先着順)とさせていただきます。

〈問い合わせ先〉
千歳市役所
企画部企画課企画調整係
電話 0123-240439
FAX 0123-228852

イベント告知やサークル仲間募集など、いろんな情報が盛りだくさん!

タウンニュース



1月30日(金) 発行の
タウンニュース原稿の締め切りは
1月21日(水) 16時
までとなります。

掲載のご依頼はこちらから

【FAX】0123-27-4911

【Eメール】chat@chanto.biz

【掲載依頼書がダウンロードできます】

https://chanto.biz/henshu/

※お電話での受付はしておりません。

こちらの二次元
コードからも
アクセスできます



下記注意事項を必ずお読みいただき、ご理解、ご了承のうえお申し込みください。

- 屋外のイベントについては、悪天候時の開催・不開催について明記ください。
- 情報掲載には審査、抽選がございます。掲載の可否についてのお問合せはお受けしておりません。
- 1回の申し込みで掲載できるイベント数は1団体につき最大3つまでとなります。イベントの説明は最大4行(60字程度)でお願いいたします。文字数が多い場合は編集・短縮する場合がございます。
- 材料費・保険代などイベント参加に係る費用総額が2000円を超える内容については掲載ができません。また、営利目的の情報や開催場所など詳細が不明な場合も同様となります。
- 美容効果や病気治癒をうたうもの(例→美白。若返る。肩凝り腰痛が治る・解消。がんが治る)は掲載できません。

千歳市

千歳市市民環境課 カーボンニュートラル推進係 *ちとせゼロカーボンシンポジウム 2026

市民・事業者・行政が一体となつて地球温暖化を防止するための現状や課題、先進事例について紹介します。参加無料。要事前申込。
とき／2月4日(水) 16時～18時
(開場 15時30分～)
ところ／北ガス文化ホール大会議室
募集人数／100人
申込方法／HPよりお申し込み(「ちとせゼロカーボンシンポジウム2026」で検索)
問合せ・申込／TEL 24-0590

スポーツ&カルチャー

営利目的の教室・体験イベント情報は原則掲載できません。
同じ方からのお申し込みは、続けて掲載できません。

ちとせモール

*道民共済 移動相談会
相談無料。事前申込不要。
とき／1月16日(金) 10時～17時
ところ／ちとせモール1階センター広場
問合せ・申込／TEL 011-611-2456

千歳権利擁護懇談会 (らいとりんく)

*暮らしの法律相談会
遺言・相続手続き、不動産登記・行政手続きに関することなど。相談無料。事前申込不要。

とき／1月20日(火) 13時30分～15時30分
ところ／千歳市社会福祉協議会2階会議室2・3
問合せ・申込／行政書士ふるたたから事務所 TEL 40-7530 伊藤朝康司法書士事務所 TEL 25-3949

チルアート講師 mai

*からだで感じる親子感覚遊び
遊びながら楽しく体を動かす&節分手形アートを行います。当日参加でもOKです。要事前申込。
とき／1月24日(土) 10時～11時30分
ところ／トドックステーション パセオすみよし店(住吉4-14-11)
参加費／2人1組1000円(1人追加300円)
対象／歩ける子～未就学児
持ち物・服装／飲み物
問合せ・申込／TEL 070-9105-2409(ショートメッセージのみ)

フードバンク千歳 すまいるはーと

食材の寄付を受け付けます。社会福祉協議会でもフードドライブ(食材受付)のボックスがあります。参加無料。事前申込不要。
とき／1月24日(土) 14時～19時30分
ところ／まちライブラリー@ちとせ
問合せ・申込／根本 TEL 090-9754-7970

市立千歳市民病院

*市民健康講座
「姿勢による首、肩の痛みについて」の講座を行います。参加者はマスク着用を推奨。入口は正面玄関です。参加無料。事前申込不要。
とき／1月24日(土) 13時～14時
ところ／市立千歳病院2階 講義室
問合せ・申込／地域医療連携課 TEL 24-3000(内線8138)

陽だまりうたごえ喫茶

*着物で歌う季節の歌
歌集を持って生伴奏にあわせてみんなで歌います。着物で参加された方にはプレゼントもあります。警報発令時の場合は中止。事前申込不要。
とき／1月24日(土) 13時～15時
ところ／花園コミュニティセンター2階(花園4-2-5)
参加費／500円

問合せ・申込／星野 TEL 090-9522-6078

千歳つくし幼稚園

*遊びの広場 ひだまりルーム
節分の制作や遊びなど、親子で楽しいひとときを過ごしませんか。参加無料。要事前申込。
とき／1月26日(月) 10時～11時30分
ところ／千歳つくし幼稚園(高台2-3-11)
募集人数／20組
対象／未就園児のお子さまとその保護者
持ち物・服装／動きやすく、汚れてもよい服、飲み物
申込方法／つくし学園HP(千歳つくし学園ひだまりルームと検索)
申込期間／1月19日(月) 10時～
問合せ・申込／TEL 23-0203

ピラティス体験

マットピラティスを行います。ピラティスは姿勢、動きのクセをととのえる運動で、丁寧な呼吸と一緒に行うことが特徴です。参加無料。要事前申込。
とき／1月30日(金) 14時～14時45分
ところ／千歳市富丘コミュニティセンター5号室(富丘4-12-16)
持ち物・服装／ヨガマット
問合せ・申込／フィットネス部 TEL 090-6445-3057

千歳アイヌ文化伝承保存会

*千歳アイヌ文化伝承保存会舞踊披露
古くからアイヌに伝わるウポボイ(うた)やホリッパ(踊り)を披露いたします。みなさん、どうぞご参加ください。鑑賞無料。事前申込不要。
とき／1月31日(土) 12時～12時30分
ところ／支笏湖氷濤まつり 氷の美術館 会場
その他／支笏湖氷濤まつりの入場料は中学生以上1000円、小学生以下無料
問合せ・申込／ちとせアイヌ協会うえの TEL 23-4964

千歳身体障害者福祉協会

*千歳市ボッチャ大会
障がいのある方もない方もボッチャを通じてスポーツの楽しさを体験し、障がい者に対する理解を深めてみませんか。参加無料。要事前申込。
とき／2月1日(日) 10時～12時30分
ところ／千歳市立北進小中学校 体育館(北栄1-2-6)
募集人数／30人(個人戦、団体戦2人1組)
対象／障がい者スポーツに興味のある方
問合せ・申込／TEL 27-2526

千歳市開基記念総合武道館

*親子で運動あそび
親子で楽しく身体を動かしてみませんか?この時期の発達を刺激する運動あそびを行います。要事前申込。
とき／①2月7日(土) ②3月15日(日) 10時～11時
ところ／千歳市開基記念総合武道館

①剣道場②柔道場

①②共通

対象／2～4歳児の親子
参加費／500円
募集人数／各25組
持ち物・服装／汚れていいバスタオル、汗拭きタオル、はだしになれる動きやすい服装、飲み物
問合せ・申込／TEL 22-2100

千歳国際・友好都市交流協会

*外国籍住民による文化祭 Global Chitose Village
各ブースのミッションをクリアしながら、外国籍の方たちと交流します。キッズ向けのコーナーも。おみやげ付き。要事前申込。
とき／2月8日(日) 13時～16時
ところ／北ガス文化ホール4階大会議室
対象／千歳市内に居住または通勤・通学している方(外国籍の方は市外在住でも可)
募集人数／80人
参加費／500円(千歳国際・友好都市交流会会員、未就学児、外国籍の方は無料)
申込方法／メールよりお申し込み
申込期間／～1月28日(水) 17時
申込・問合せ／TEL 24-0482 MAIL kokusai@city.chitose.lg.jp(平日8時45分～17時15分)

千歳市社会福祉協議会

*令和7年度福祉の授業支援講師・ボランティア養成講座
市内の小中学校で福祉教育に関わる障がい当事者やボランティアの方、および福祉教育に関心のある方を対象に「子どもたちに想いが届く・伝わる授業のコツ」を講義します。参加無料。要事前申込。
とき／2月9日(月) 10時～11時30分
ところ／千歳市社会福祉協議会 会議室2・3
募集人数／30人
問合せ・申込／千歳ボランティアセンター TEL27-2526 FAX 27-2528

支笏湖ビジターセンター 運営協議会

*雪の森を歩いてみよう 初めてのスノーシューウォーキング
スノーシューで森をのんびり歩き、野鳥や動物の足跡などを観察します。初心者歓迎です。スノーシュー、ストック貸出ありです。参加無料。要事前申込。
とき／2月14日(土) 10時～12時
ところ／集合：支笏湖ビジターセンター
募集人数／10人
対象／小学生以下は保護者同伴
持ち物・服装／冬用の野外活動着、スノーシューが履ける靴、帽子、手袋、温かい飲み物、軽食、スノーシュー、ストック
その他／悪天候、少雪の場合中止
問合せ・申込／TEL 25-2453

千歳市スポーツ協会

①冬のスポーツチャレンジ講習会 3歳児・4歳児
広い柔道場で冬の運動不足を解消しましょう。参加無料。要事前申込。



■最少乗行:15名 ■添乗員:なし(※同行可) 千歳・恵庭(一部発着)

日帰り・宿泊バスツアー

千歳営業所(流通3丁目3-12) 駐車場予約 利用バス:つたいバス

三笠市立博物館・太古の湯入浴

岩見沢 道産野菜 和食ビュッフェ 宝水ワイナリーお買物

(入館料+入浴料+タオルセット込) **日帰り**

出発日 3/20(金)

集合 ▶千歳営業所9:40発、恵庭駅東口10:25発
帰着 ▶恵庭17:00頃、千歳17:30頃
食事 ▶1昼付(ランチ・和食)

お1人様 9,250円

新千歳～茨城 スカイマーク利用
あしかがフラワーパーク 奇蹟の大龍ライトアップ
ひたち海浜公園ネモ719
笠間稲荷神社と日動美術館

(入館料+入浴料込) **2日間**

出発日 4/23(木)

集合 ▶新千歳空港
食事 ▶1朝1昼付
宿泊 ▶茨城ININ栃木足利駅北口
利用バス ▶茨城交通

お1人様(1～2名1室) 76,500円

静内二十間道路桜並木

新ひだか町博物館
道の駅 新冠・むかわ

出発日 4/28(火)

集合場所 ▶千歳営業所9:40発、恵庭駅東口9:50発
帰着 ▶恵庭16:10頃、千歳16:40頃
食事 ▶1昼付(幕ノ内弁当)

お1人様 79,500円

新千歳～神戸 スカイマーク利用
宝塚大劇場 月組公演 S+席付
～夢の世界へ～ **2日間**

(申込・支払締切:2/27(金))

出発日 4/14(火)

集合場所 ▶新千歳空港
食事 ▶1朝1昼付+OP夕食6,500円(ホテル内和食会席)
宿泊 ▶宝塚ホテル
利用バス ▶阪神観光

お1人様(2名1室) 83,500円

旅行企画・実施 コパル・ツーリスト

北海道知事登録旅行業第2-583号

お申し込み・お問い合わせ **0155-24-2414**

帯広市西1条南26丁目1番地 平日 10～12時/13～15時・土 10～14時(日・祝休)

※契約成立後お客様都合によるお取り消しは、弊社の規定により所定の取消料がかかります。

※詳しくは旅行条件書をご確認ください。 ※全て税込です。 ※イラストはイメージです。

ちとせの介護医療連携の会

介護、医療の現場から シニアライフサポート

株式会社やさしい介護 東地区エリアマネージャー 松田 海斗



皆さまこんにちは。株式会社やさしい介護の松田海斗です。

年を重ねるにつれ、自宅での暮らしや親の生活に不安を感じることあるでしょう。そんな時に考える「施設」ですが、種類はさまざまです。今回は、高齢者が安心して過ごせる施設の特徴と、自分らしく暮らせる場所を見つけるヒントをお伝えします。

高齢者向けの住まいは多くの種類がありますが、今回はいくつかの分類で紹介していきます。

●**介護・リハビリ重視**：24時間体制でケアを受けることができる「特別養護老人ホーム（特養）」や、在宅復帰を目指してリハビリが充実している「老人保健施設（老健）」など。

●**生活のサポートや自由度重視**：賃貸住宅に近い「サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）」や、食事、清掃などの生活支援が整った「有料老人ホーム」など。

●**専門的なケア**：認知症の方が住み慣れた地域で家庭的な雰囲気のなか過ごすことができる「認知症対応型グループホーム」など。

第98回

千歳で暮らす皆さまへ。 自分に合った「住まいのカタチ」を を見つけるには？

私たち「やさしい介護」でも、有料老人ホームや認知症対応型グループホームを運営しています。また、「共生型ケアホーム」という施設もあり、高齢者と障がいを持つ方が同じ建物で生活をし、多様な人が支え合って暮らす「地域共生社会」の実現を目指す新しい形の住まいとなっています。施設見学をすることもできますので、お気軽にお問い合わせください。

住まいに迷ったときは、地域の専門家に頼って

施設は種類や役割がそれぞれ異なり、どこが自分に合うのか迷われるのは当然です。そんな時には一人で抱え込まずに、地域の専門家を頼りましょう。地域の身近な相談窓口である「地域包括支援センター」、日々の生活を支える「ケアマネージャー」、入院中であれば病院の「医療相談員（ソーシャルワーカー）」や、各施設の相談員も皆さまの不安に寄り添います。

住まい選びは、その人らしい新たな人生の始まりです。市内の施設や機関を活用し、あなたとご家族に最も心地よい住まいを見つけましょう。

今日も元気に！ お達者ライフ

Vol.123
糖尿病の新しいジャンルの薬



古泉循環器内科クリニック
こいすみ たまゆき
古泉 圭透 先生
◇所属学会／内科学会 循環器学会
糖尿病学会心臓病学会
日本透析学会
◇資格／日本医師会認定産業医
日本糖尿病協会登録医

1992年3月：弘前大学医学部卒業
2006年5月：医療法人ピエタ会 石狩病院 内科部長として勤務
2007年4月：循環器科部長兼外来診療部長となる
2014年7月：古泉循環器内科クリニックを千歳市千代田町に開設

ちゃんとをご覧の皆さま、あけましておめでとうございます。2026年が皆さまにとって良い一年でありますようお祈りしております。

さて、新年の第一回目はまたしても糖尿病シリーズです。本日のテーマは「糖尿病の新しいジャンルの薬」についてです。さまざまな効果、利点が多く急速に広まりつつありますが、注意点もありますので詳しくお話ししていきたいと思います。

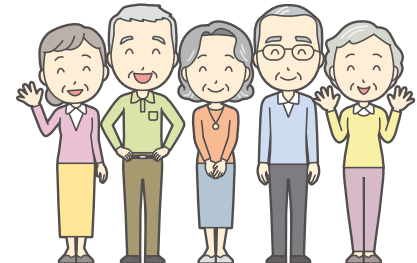
元々、血糖を下げるホルモンはインスリンしかないと思われていたのですが、1930年ごろに腸管内に血糖を下げる物質が存在する事が分かってきました。そしてその名前、現象を「インクレチン」と呼ぶようになりました。そしてその物質は主に2種類存在する事が分かってきました。GIP、GLP-1と言います。（名前がアルファベットで覚えにくいですが、今でもこの名前で呼ばれているのでざっくりと2種類あると覚えてください）ところが、このホルモンは短時間ですぐ壊れてしまうため、薬として世の中になかなか出回りませんでした。その代わりに、このホルモンが壊れるのを防ぐ薬が、世の中に台頭してきました。それがDPP 4阻害薬



です。副作用も少なく、低血糖も起きにくいいため世界中で爆発的に売れます。しかし、長期成績で、あまり血糖効果作用ほど脳心血管障害を予防していないということになり、途方に暮れることになるのです。

一方、GLP-1は壊れやすいため、内服では作ることが困難でした（現在は内服も存在します）。そのため、注射剤として市販されますが、注射剤に対しては患者の抵抗が大きく中々シェアを伸ばすことはできませんでした。ところが、1週間に一回で済むような薬が開発されたことや、GLP-1がインスリン分泌増強だけでなく、血糖を上げるホルモンを抑制すること、胃からの排泄を遅らせることによる血糖上昇の抑制、食欲、摂食の抑制による体重減少などが分かってきて状況は変わります。さらにGLP-1とGIPの合剤が発売されます。これは既存のGLP-1作動薬に比べて血糖改善と体重減少が大きいため、「痩せ薬」として世の中に広く出回ってしまいました。また、腎臓にも良い結果も出ているため、週1回の注射剤ではありますが、肥満型の糖尿病患者にとって魅力的な薬であることは間違いありません。ちなみに欠点として消化器症状がかなり多い（悪心、下痢、嘔吐、便秘）こと、胆嚢炎や膵炎などのリスクが高いことなどが挙げられます。なにより、新薬は、長期成績がないため、10年飲んで何かが起こる可能性は誰にも予測する事ができません。

後、保険診療扱いでもかなりの高額負担な薬ですので、必ず医師と詳しく相談してください。



BEYOND Beautiful

ニューイヤーキャンペーン2026 2025.12/26(金)~2026.1/31(土)

New Year Campaign

第3弾 1/31 土まで

キャンペーン特典

登録手数料 通常税込2,200円	3ヶ月目 月会費	インビテーション カード(施設利用券)
0円	50% OFF	1枚

◀◀◀◀キャンペーン詳細はホームページでご確認いただけます

お子様のチャレンジを全力サポート!

2026. 1.31(土)まで

スタートダッシュキャンペーン

冬の1日体験教室 開催中!

1日体験のおすすめ

お子さまに
ぴったりのスクールを
見つけよう!

キッズスクール 1日体験

かんたんWEB予約 受付中

◀◀◀◀キャンペーン詳細はホームページでご確認いただけます

TEL 0123-36-0077

セントラルフィットネスクラブ24 恵み野

恵庭市恵み野里美1丁目2-1 セントラルフィットネス 検索

スーパーアークス千歳店 限定開催! このマークが目印!

数量限定! 売切必至! 当店のみのサービス!

青森県産 訳あり(傷あり) サンふじりんご

お1人様 6玉限り

500 玉限定

本体価格 1玉

100円 (税込108円)

16:00~18:00

当日は紹介した商品以外にも お得な商品多数!! 「た方の市」のマークを探してね!

ソース焼きそば、味噌、醤油

マルちゃん どんぶりカップ麺

お1人様 6個限り

300 個限定

本体価格 1個

各79円 (税込86円)

【スーパーアークス 千歳店】TEL.0123-26-6660 千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)

※ビッグハウス恵庭店、アークス長都店では実施しておりません。

スーパーアークス長都店 ビッグハウス恵庭店 2店舗同時企画

ウィンターバーゲン

開催期間 1/17(土)~25(日)

お一人様 1点限り

今ついている 本体価格より

4割引

本体1,990円(税込2,189円) 以上の品に限り

★ビッグハウス 恵庭店衣料、ラルズ衣料 長都店のみご利用いただけます。★ほか割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★各種補袋、ご予約品、学生服(長都店)ではご利用できません。詳しくは店頭にてご確認ください。

恵庭店からお知らせ

まとめて買うとお買い得!! 2点以上お買上げで

いろいろ組み合わせ 自由

5% OFF

※レジ精算1回ごと(レシート1枚)のお買い上げ 点数を対象とさせていただきます。 ※デナント商品は対象外となります。

長都店からお知らせ

衣料品コーナー特別催事場にて 令和8年度 学生服 新学期ご予約セール 開催中!

ただいまパンプレットを特設コーナーにてご用意しております ご予約セールの特典もあります!

お取扱い 東千歳中学校、北斗中学校、勇舞中学校

Fresh, Discounting Everyday. BigHouse 恵庭店 恵庭市本町210

2階 衣料コーナー

通常営業時間 あさ10時~よる8時

1/18(日)・25(日) あさ9時~よる8時

TEL 0123-33-1122

【えにわ店頭商品券2025】ご利用できます

ちとせモール CHITOSE MALL 長都店 千歳市勇舞8丁目1-1

ラルズ カジュアル衣料&寝具

通常営業時間 あさ10時~よる8時

1/18(日)は「ちとせモールの日」 あさ9時~よる8時

TEL 0123-23-7021

生えき手芸・クラフトの専門店「カナリヤ」OPEN

恵庭市通年雇用促進協議会からのお知らせ 〈厚生労働省委託 令和7年度通年雇用促進支援事業〉

季節労働で働く皆さんの 通年雇用化を支援します

受講料 無料

えにわ通年雇用

検索

恵庭市通年雇用促進協議会ではこの冬、季節労働者の技能向上や資格取得の機会を提供して通年雇用勤務を支援します。※事業内容に変更があった場合は予めご容赦願います。

事業参加の対象となる季節労働者とは恵庭市に住民票があり、令和7年度に雇用保険短期特例被保険者である(あった)方です。失業保険受給(一律40日給付)の有無は関係ありません。現在勤務中の季節労働者の方も該当します。

1 建設関連技能講習

【受 付】 令和8年3月23日(月)まで受付します。※注意:受講科目によって受付締切日が異なります。

【場 所】 キャタピラー教習所(兼北海道教習センター)/コマツ教習所(兼北海道センタ

1.建設機械運転技能講習・建設業安全衛生・特別教育

- ① 車両系建設機械(整地・掘削)運転技能講習
- ② フォークリフト運転技能講習
- ③ 玉掛け技能講習
- ④ 小型移動式フレーン運転技能講習
- ⑤ 高所作業車運転技能講習
- ⑥ 車両系建設機械(解体用)運転技能講習
- ⑦ 不整地運搬車運転技能講習
- ⑧ ショベルローダー等運転技能講習
- ⑨ ガス溶接技能講習
- ⑩ アーク溶接特別教育
- ⑪ 刈払機取扱者安全衛生教育
- ⑫ 新伐木等の業務(チェーンソー)特別教育
- ⑬ 電気取扱業務(低圧)



- ⑭ フルハーネス型墜落制止用器具業務特別教育
- ⑮ ローラーの運転特別教育
- ⑯ 振動工具に対する振動障害のための安全衛生教育
- ⑰ 足場の組立等の業務特別教育
- ⑱ 職長教育・安全衛生責任者安全衛生教育
- ⑲ 特定粉塵特別教育
- ⑳ 小型車両系建設機械(整地等3t未満)の運転業務
- ㉑ 有機溶剤業務従事者安全衛生教育
- ㉒ テールゲートリフター操作業務特別教育
- ㉓ 巻き上げ機の運転業務
- ㉔ 酸素欠乏・硫化水素危険作業特別教育
- ㉕ 伐木等の業務修了者対象追加講習
- ㉖ 電気自動車等の整備の業務に係る特別教育

※1 玉掛け技能講習と小型移動式フレーン運転技能講習及び、アーク溶接と電気取扱業務(低圧)はセットでの受講が可能です

※2 現在勤務中の方はお申込みを早目に済ませることで、工事終了後の令和8年2〜3月の技能講習の参加が可能です

※3 年度末になりますと技能講習の申し込みが混み合い、研修機関の受付状況如何では技能講習を受けられないこともありますのでご注意ください。

2.建設作業主任者技能講習

- ① 地山掘削及び土止め支保工作業主任者技能講習
- ② 足場組立等作業主任者技能講習
- ③ はい作業主任者技能講習
- ④ 型枠支保工の組立等作業主任者技能講習
- ⑤ コンクリート造工作物の解体等作業主任者技能講習

2 施設管理業務技能講習

1.ボイラー技工士関連講習

①ボイラー実技講習(3日間)

【日 時】 ①令和8年 3月 6日(金)〜 3月 8日(日)

②令和8年 3月25日(水)〜 3月27日(金)

いずれも9:00〜17:00

【場 所】 de AUNE(デアウネ)/

札幌サンプラザ他

※実施月によって会場が異なる場合があります。



②2級ボイラー技工士免許受験準備講習(1日間)

【日 時】 令和8年1月29日(木) 9:00〜17:00

【場 所】 de AUNE(デアウネ)

2.危険物取扱者乙種四類講習

①危険物取扱者乙種四類試験準備講習(2日間)

【日 時】 令和8年2月18日(水)

〜19日(木) 9:30〜17:00

【場 所】 北農健保会館



※1 実施日程や講習の詳細については協議会までお尋ねください。

3 フラワーアレンジメント講習

申 電話または
込 ホームページ

はじめてのプリザーブドフラワー講習

小売業・サービスへの
転職を目的に実施します。

【日 時】 令和8年1月29日(木)

10:00〜12:30

【場 所】 えにあす会議室4

●講師/フラワースタジオ リビングカラーズ 主宰 コノリー 麻紀さん

4 接客・接遇ビジネス英会話

申 電話または
込 ホームページ

仕事で使えるおもてなしの英会話(初級編)

外国人顧客の多いゴルフ場や観光農園、
レストラン等に特化したビジネス英会話
教室です。

【日 時】 令和8年1月29日(木)

13:30〜15:30

【場 所】 えにあす会議室4

●講師/英会話教室講師 山崎 メラニーさん

5 ドローン技能講習・活用セミナー

申 電話または
込 ホームページ

1.ドローン活用セミナー

ドローンの操縦に必要な関連法令や禁止事項、
機材のメンテナンス、業務効率化に成功した
利活用事例をご紹介します。

【日 時】 令和8年3月5日(木)

10:00〜12:00

【場 所】 えにあす会議室4

●講師/HELICAM(株) 代表取締役 丹野 宏柄さん(予定)

※1) 右記「ドローン操縦技能講習」の受講を希望される方は本セミナーを受講して
ください。受講終了しない場合、「ドローン操縦技能講習」は受講できません。

2.ドローン操縦技能講習(基礎トレーニング)

※1) 本講習は上記「ドローン活用セミナー」の受講修了を参加条件とします。

これまでドローンに触れたことのない初心者の方を対象
に実施します。女性の方も多数参加しています。

【日 時】 令和8年3月6日(金)

10:00〜15:40

【場 所】 えにあす会議室4/

福祉屋内運動広場(予定)

【講 師】 HELICAM(株)スタッフ

6 介護福祉関連技能講習

1.介護職員初任者研修

介護サービス事業での就職に必須の技能資格です。

【日 時】 令和8年1月22日(木)〜2月28日(土)

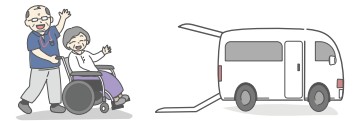
週2回コース

【時 間】 10:00〜17:10 (講習初日は9:30〜16:30)

【場 所】 (株)ニチイ学館札幌支店JRタワー校

札幌市中央区北5条西2-5

JRタワーオフィスプラザさっぽろ18階



2.福祉有償運送運転者講習

介護タクシー、介護・福祉事業所の利用者等を有料にて
車で送迎するための技能資格です。

【日 時】 ①令和8年 2月13日(金)

②令和8年 3月13日(金)

いずれも9:00〜17:00

【場 所】 北海道青少年会館コンパス

札幌市南区真駒内柏丘7丁目8番1号

7 医療・介護・福祉事業合同企業就職説明会

少子高齢化社会といわれる昨今、医療・介護業務は社会的ニーズと貢献度の高い職業です。
医療・介護・福祉サービス事業に特化した就職説明会を実施します。新たな出会いが待っています。

【場 所】 島松公民館1階集会室 ※お間違いなく

【日 時】 令和8年2月14日(土) 10:00〜14:00

【後 援】 千歳公共職業安定所(ハローワーク千歳)

【その他】 入場無料、履歴書不要、入退室自由

【募集職種】 看護師、准看護師、看護助手、介護福祉士、介護職員、
就労支援員、その他業務職員

※参加事業所、募集内容等に変更があった場合はあらかじめご容赦願います。



【皆様へのお願い】感染症等感染防止対策について

当協議会としましては感染症等感染防止を念頭に、季節労働者や事業所の皆様の健康と安全を第一に考
え、徹底した感染防止対策を講じながら事業を進めていきます。感染症の感染状況如何では、事業を延期、
または中止にすることもありますので予めご了承願います。

① 感染状況により、事業に参加される方にはマスクの着用、手指の消毒をお願いすることがあります。

② 体調不良、発熱等のある方は事業への参加をお控え願います。

〈参加企業〉医療機関、介護・福祉サービス業

【順不同・敬称略】

No.	業 種	法 人 名	事 業 所 名
1	介護サービス事業	社会福祉法人いちほつの会	社会福祉法人いちほつの会
2		医療法人社団慶心会	介護付有料老人ホーム ラ・デュース恵み野
3		社会医療法人北農会	介護老人保健施設 恵み野ケアサポート
4		医療法人盟佑会	介護老人保健施設 アートライフ恵庭
5		社会福祉法人恵望会	特別養護老人ホーム 恵望園 ほか
6		社会福祉法人健美会	地域密着型特別養護老人ホーム ふる里えにわ
7		有限会社セカンドライフ	グループホーム 北のくになら
8		株式会社萌福祉サービス	有料老人ホーム フルールハピネスえにわ
9		株式会社GAKUSAN	小規模多機能施設・グループホーム のりこハウス
10		HITOWAケアサービス株式会社	介護付有料老人ホーム イリーゼ恵庭
11		株式会社ビジュアルビジョン	けあビジョンホーム恵庭/恵庭島松/北柏木/千歳
12		株式会社リビングプラネットフオームケア	ライブラリ恵庭 これびの家/めぐみの
13	障がい者福祉施設	社会福祉法人 恵庭光風会	恵庭光と風の里 ほか
14	医 療 機 関	医療法人盟佑会	島松病院
15		社会医療法人恵和会	恵庭第一病院
16		医療法人社団緩和ケアクリニック・恵庭	緩和ケアクリニック・恵庭

お問い合わせお申込みは

恵庭市通年雇用促進協議会

〒061-1498 北海道恵庭市京町1番地恵庭市役所経済部商工労働課内

TEL:0123-33-3131(内線3334) FAX:0123-33-3137

E-mail:eniwa-kisetsu@amail.plala.or.jp



◀問合せメールはこちら

ホームページはこちら▶



北海道まちづくり促進会
千歳・恵庭支部



新春初見学

家族がそろって『新年』がチャンス！
家づくりを始めるなら
新春特典付き見学会開催！

ご予約・各モデル
ハウスへの経路は
こちらから



1/17 (sat) 18 (sun)
OPEN am10:00 — pm5:00

 T061-1449 恵庭市 黄金中央2丁目3-15 ☎0123-32-2440	 T063-0864 札幌市西区八軒 4条東5丁目1番号 ☎0120-406-124	 T061-1444 恵庭市京町7番地2 ☎0120-034-545	 T069-0816 江別市野幌住吉町37-9 ☎011-385-0225
---	--	---	--

家は、性能。
一栄工務 苫小牧支店

層高2.7mの断熱で光熱費を節約！
子供の未来へ投資できる
家づくりを学びませんか？

共働き夫婦に重要な「タイパ」。
家事効率も自分時間も叶える
最新間取りを公開！

ARCHITEC-PLANNING
architectural design office

無垢の床に陽光あふれる空間。
自然素材に触れながら、お子様の
健やかな成長を見守ります。

郷土建設 株式会社

笑顔が増える家づくり。
成長期の子供とママ・パパが
伸び伸び暮らせる秘密を体験！

住まいのクラザワ
SUMANO KIWAZAWA

延床面積以上のゆとりと、
平屋と思えない開放感の秘密を
学びに来ませんか？

住研ハウス
JUKEN

ガレージから家事ラックの最短ルート。
家族の絆と機能美が共鳴する
理想の住まいを公開。

LOGOS HOME
いい家に住み継ごう
札幌市中央区

新年の運試し！すごろくチャレンジ

モデルハウス1棟見学ごとに
商品券をプレゼント！
合計が偶数なら 2,000円分
合計が奇数なら 1,000円分



お菓子の福袋プレゼント！
お菓子の詰め合わせを
プレゼント！

 T059-1374 苫小牧市海町26番地1 ☎0144-57-7720	 T066-0043 千歳市南町3丁目5-1 ☎0123-42-8810	 T066-0076 千歳市あすさ3丁目2番4号 ☎0123-25-6630	 T053-0053 苫小牧市柳町4丁目19-24 ☎0144-55-6711	 T061-1449 恵庭市 黄金中央2丁目3-15 ☎0123-32-2440	 T063-0864 札幌市西区八軒 4条東5丁目1番号 ☎0120-406-124	 T061-1444 恵庭市京町7番地2 ☎0120-034-545	 T069-0816 江別市野幌住吉町37-9 ☎011-385-0225
 T059-1374 苫小牧市海町26番地1 ☎0144-57-7720	 T066-0043 千歳市南町3丁目5-1 ☎0123-42-8810	 T066-0076 千歳市あすさ3丁目2番4号 ☎0123-25-6630	 T053-0053 苫小牧市柳町4丁目19-24 ☎0144-55-6711	 T061-1449 恵庭市 黄金中央2丁目3-15 ☎0123-32-2440	 T063-0864 札幌市西区八軒 4条東5丁目1番号 ☎0120-406-124	 T061-1444 恵庭市京町7番地2 ☎0120-034-545	 T069-0816 江別市野幌住吉町37-9 ☎011-385-0225