

いざ、国勢調査!



インターネットで
かんたん便利に!

かんたん
ログイン

所要時間
5-10分※

ボクも対象?!

日本に住む
すべての人が
対象

※ひとり暮らしの方の目安

5年に一度、全員参加の統計調査

国勢調査 2025



9月下旬頃から
調査書類を
お届けします

調査期日

10.1 水

<https://www.kokusei2025.go.jp/>

国勢調査2025

検索



⚠ 国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください。



総務省統計局・都道府県・市区町村





「QRコード」は(株)デンソーウェーブの登録商標です

国勢調査は、国や地方公共団体だけではなく
みなさまの身近な暮らしに使われています

子育て支援への利用



防災対策への利用



企業等での活用



日本赤十字社にかかる社資募集運動について

日本赤十字社の事業は、国際赤十字の一員として戦争・紛争の犠牲者への救護活動、また、地震や洪水など自然災害による被災者への救護等を実施しており、国内においても同様に、災害救護・血液事業・義援金募集など人間としての生命の尊厳を守るため、幅広い人道支援事業を実施しております。

その活動の根幹をなしているのが、皆様から寄せられる温かい社費・寄付金でございます。

令和6年度は皆様のご協力により、382,200円の社資が集まりましたことを厚くお礼申し上げます。

つきましては、本趣旨をご理解いただき、本年度も社資募集運動について昨年と変わらぬご協力をお願いいたします。

1,000 円に換算した社資の使い道



災害救護のために 177 円



赤十字奉仕団と青少年
赤十字の事業のために 53 円



救急法・家庭看護法等
の普及のために 38 円



赤十字思想の普及と
社資増強・管理のために 117 円



国際的・全国的な
活動のために 164 円



市町村での赤十字活動と
地域福祉活動のために 150 円



施設（病院・血液センター等）の
管理・指導のために 57 円



支部運営管理業務
のために 244 円

お問い合わせ

日本赤十字社天塩分区
窓口：天塩町 福祉課 福祉係
電話 2-1728

夏休み小学生 水泳教室



水泳指導講師・補助指導者募集

未経験の方も大歓迎！

天塩町教育委員会では、毎年小学生向けに初歩的な泳法の習得と水泳の楽しさを伝えるため、水泳教室を開催しています。

「基礎水泳指導員」等の資格を有する方や見守りなどの初級指導の補助をしていただける方を募集しています。**(経験・年齢・性別不問)**

参加を希望される方は、下記までお問い合わせ願います。

日 時：令和7年7月30日(水)**10:00～11:30**
7月31日(木)**10:00～11:30**
8月 1日(金)**10:00～11:30**

場 所：天塩高校プール

講師料：3,500円/日



ご応募
お問い合わせ

天塩町教育委員会
tel:01632-2-1026

天塩高校プールオープン

開設期間

令和7年7月1日から9月15日まで

開設時間及び 閉鎖日等

裏面のスケジュールのとおり

使用料

無料



【注意事項】

- ① 天塩高校プールへの通路について
 - ・天塩高校正門から入って、プールへ向かってください(教員住宅側の通路は通らないでください)。
 - ・自転車は駐輪場に並べて止めてください。
 - ・自動車は、天塩高校駐車場のプール側に、計10台のスペースがありますので、そちらに駐車願います。
 - ・通行中及び駐車中の事故や盗難等については、一切の責任を負いません。
- ② 幼児、児童(1～3年生)は父母同伴とします。また、小学生は17時以降、中学生は18時以降の利用は父母同伴とします。なお、万一事故が起きた場合は一切の責任を負いません。
- ③ 水泳帽は必ず被ってください。
- ④ 時計・お金・貴重品などの盗難や紛失については、一切の責任を負いません。
- ⑤ 水温22度、室温23度未満の時は閉鎖となります。(11丁目バス停前に赤旗が上がります)
- ⑥ 監視人の指示には必ず従ってください。
- ⑦ 浮き輪の使用は認めます。ただし、体に合ったものを使用してください。
- ⑧ 他の利用者に迷惑のかからないように利用してください。
- ⑨ プールに掲示している使用心得を読んでから利用してください。

問合せ先：天塩町民プール（天塩高校プール）【TEL：2-2488】

天 塩 町 教 育 委 員 会【TEL：2-1026】

令和7年度天塩高校プール一般開放スケジュール

7月		8月		9月	
1日(火)	12:00～19:00	1日(金)	9:00～19:00	1日(月)	9:00～18:00
2日(水)	12:00～19:00	2日(土)	9:00～19:00	2日(火)	9:00～12:00 15:30～18:00
3日(木)	9:00～19:00	3日(日)	9:00～19:00	3日(水)	9:00～18:00
4日(金)	9:00～19:00	4日(月)	9:00～19:00	4日(木)	9:00～18:00
5日(土)	9:00～19:00	5日(火)	9:00～19:00	5日(金)	9:00～18:00
6日(日)	9:00～19:00	6日(水)	9:00～19:00	6日(土)	9:00～18:00
7日(月)	12:00～19:00	7日(木)	9:00～19:00	7日(日)	9:00～18:00
8日(火)	9:00～19:00	8日(金)	9:00～19:00	8日(月)	9:00～12:00 15:30～18:00
9日(水)	12:00～19:00	9日(土)	9:00～19:00	9日(火)	9:00～18:00
10日(木)	12:00～19:00	10日(日)	9:00～19:00	10日(水)	9:00～12:00 15:30～18:00
11日(金)	12:00～19:00	11日(月)	9:00～19:00	11日(木)	9:00～18:00
12日(土)	クローズ	12日(火)	9:00～19:00	12日(金)	9:00～12:00 15:30～18:00
13日(日)	クローズ	13日(水)	9:00～19:00	13日(土)	9:00～18:00
14日(月)	12:00～19:00	14日(木)	9:00～19:00	14日(日)	9:00～18:00
15日(火)	9:00～19:00	15日(金)	クローズ	15日(月)	9:00～18:00
16日(水)	12:00～17:00	16日(土)	クローズ	・ 通常の開設時間は、9:00から19:00までになります。 ・ 小学校授業の日は12:00まで、中学校授業の日は15:30まで一般の方は利用できません。 ・ 7/12～13は天塩川しじみまつりのためクローズします ・ 7/17は巖島神社祭のためクローズいたします。前日（7/16）は17:00で終了します ・ 8/15～16はお盆休みのためクローズします ・ 9月から18:00で終了になりますが、室内照明がないため日没時間に終了する場合があります	
17日(木)	クローズ	17日(日)	9:00～19:00		
18日(金)	12:00～19:00	18日(月)	9:00～19:00		
19日(土)	9:00～19:00	19日(火)	9:00～19:00		
20日(日)	9:00～19:00	20日(水)	9:00～19:00		
21日(月)	9:00～19:00	21日(木)	15:30～19:00		
22日(火)	9:00～19:00	22日(金)	15:30～19:00		
23日(水)	9:00～19:00	23日(土)	9:00～19:00		
24日(木)	9:00～19:00	24日(日)	9:00～19:00		
25日(金)	9:00～19:00	25日(月)	9:00～12:00 15:30～18:00		
26日(土)	9:00～19:00	26日(火)	9:00～19:00		
27日(日)	9:00～19:00	27日(水)	9:00～12:00 15:30～18:00		
28日(月)	9:00～19:00	28日(木)	9:00～19:00		
29日(火)	9:00～19:00	29日(金)	9:00～12:00 15:30～18:00		
30日(水)	9:00～19:00	30日(土)	9:00～19:00		
31日(木)	9:00～19:00	31日(日)	9:00～19:00		

回 覧

年齢・体力関係なく
誰でも気軽に参加いただけます

裏面もあります

- ✓ 柔軟性の向上
- ✓ 運動不足の解消
- ✓ 爽快感

問合せ

・公式LINE
・天塩町ファミリー
スポーツセンター
2-1873



運動教室

ご案内

運動教室に参加すると運動用品がもらえてハローポイントもつきます

令和7年度

【天塩町運動教室公式LINE】

- 予約や問合せは直接メッセージにて受け付けています
- カレンダー形式での予定表確認や、開催案内が届きます
- 悪天候などにより急遽中止になる場合があります。その場合はLINEにてお知らせいたします

種目	日にち	時間	場所
ヨガ	7月8日(火) / 8月21日(木) / 9月25日(木)	19:00～ 20:15	社会福社会館和室
ストレッチポール	7月10日(木) / 8月7日(木) / 9月11日(木)	19:00～ 20:00	社会福社会館 大ホール
バランスボール	8月19日(火) / 9月11日(木)		
ストレッチーズ	7月22日(火) / 8月26日(火) / 9月18日(木)		

- 【ヨガ】難しいポーズはなく誰でも気軽に始められます。体が硬い人ほど参加してほしいプログラムです。
 【ストレッチポール】ほぐす動作を中心に姿勢改善や、肩こり腰痛の改善にオススメです。
 【バランスボール】音楽に合わせて動く有酸素運動をメインに後半は筋トレやストレッチを行います。
 【ストレッチーズ】伸縮性のある布に包まれ体の動きをサポートしてくれるながら体を伸ばします。

種目	日にち	時間	場所
雄信内運動教室	7月30日(水) / 8月27日(水) / 9月24日(水)	19:00～ 20:00	雄信内支所

ストレッチを中心に気持ちよく伸ばし体を整えます。お気軽にご参加ください。

種目	日にち	配信時間	視聴方法
オンライン筋トレ	7月16日(水) / 8月12日(火) / 9月19日(金)	14:00～ 14:30	YouTube

YouTube内にて「天塩町オンライン運動クラス」と検索してください。配信時間以外でも視聴できます。

《主催》天塩町教育委員会 《主管》(一社)天塩スポーツ健康づくりラボ

テシオ川エクササイズ

流れる悠久の天塩川のほとりで

利尻富士に煌々と沈む夕日を見ながら

ヨガ

7月11日(火)

担当:中島 まなみ

リズムボクシング

7月15日(火)

担当:石橋 恵

ストレッチーズ

7月22日(火)

担当:河上 耕希

エアロビクス

7月24日(木)

担当:竹本 礼子

19:00 - 20:00

※日没時間により終了時刻が早まる場合があります

■ **ヨガ** ゆったりと自分のペースに合わせて体を伸ばします。
身体が硬い人でも安心して参加できるプログラムです。

■ **リズムボクシング** 音楽に合わせて楽しく動くシャドーボクシング!グローブをつけて
ジャブからストレート、アッパーを決める有酸素運動です。

■ **ストレッチーズ** 伸縮性のある布に包まれて体の動きをサポートします。
運動が苦手な人でも楽しく取組めます。

■ **エアロビクス** 音楽に合わせて楽しく体を動かします。
初めての方でも楽しめるプログラムです。

※雨天時、各クラスの会場は福社会館になります。

【場 所】河川公園（北側端）【参加費】無料

【定 員】20名（用具に限りがありますので事前予約をお願いします）

【問合せ】2-1873（天塩町ファミリースポーツセンター）

予 約 LINEもしくは電話にて（2-1873）

【主催】天塩町教育委員会 【主管】（一社）天塩スポーツ健康づくりラボ

その他教室は裏面

天塩町身体障がい者福祉協会

会員募集



※障害者手帳をお持ちの方なら、
どなたでも入会できます

主な活動

- ・年4回会員同士の交流会(身障サロン・送迎あり)
- ・年1回町外での交流会(ふれあい大会)
- ・年会費2,000円(別途サロン参加費がかかります)

身障サロンとは。。。

高齢者も簡単にできるレクリエーションやカラオケ
などで楽しんだ後は、お弁当を用意していますの
で、みなさんで一緒にいただきます。



◎ ある日のサロン

- 11:00 集合(送迎あり)
レク①スカットボール
レク②わなげ
- 12:00 昼食(用意されたお弁当)
- 12:40 カラオケ
- 13:40 ビンゴ大会
- 14:00 解散

～問合わせ先(事務局)～

天塩町字川口5699番地1 天塩町保健ふれあいセンター 天塩町社会福祉協議会内

天塩町身体障がい者福祉協会 事務局(担当:宮西)

電話:01632-2-3201 FAX:01632-9-2800 メール:tensya@bz03.plala.or.jp