

## = 募集・お知らせ =



### 各種自衛官募集

自衛官候補生、陸上自衛隊高等工学校生徒（一般）を募集します。小樽地域事務所では、説明会を随時行っています。

・採用上限年齢の引上げについて  
自衛官候補生および一般曹候補生の採用年齢が18歳以上33歳未満に変更されました。

問合せ：自衛隊札幌地方協力本部  
小樽地域事務所  
☎0134-22-5521



### 総合体育館健康教室

やさしく簡単にできる健康教室に参加して、体を動かしてリフレッシュしませんか。

①ボディコンディショニング  
簡単な反復動作で、脚・背中・肩周りなど、全身の調子を整えます。アロマや健康情報も発信します。

日時：11月8日・22日（水）  
午後1時30分～3時

②こころと身体を整えるヨガ  
初心者向けのやさしいヨガレッスンで、リラックスした状態での呼吸からの動きで心・身体のバランスを整えます。

日時：11月2日・9日・16日・30日（木）  
午後3時～4時30分

③基礎代謝UPトレーニング  
全身運動を行い、基礎代謝を上げます。基礎代謝が上がっている状態で、ゆっくりとした動作でトレーニングを行うと脂肪燃焼の効果が上がり、効率よく体重減少やサイズダウンが期待できます。

日時：11月10日・17日・24日（金）  
午後1時30分～3時

定員：①～③とも各10名  
（定員になり次第締め切り）

参加料（使用料含む）：  
各1回 500円（①～③）  
2回セット 800円（①）  
4回セット 1,800円（②）  
3回セット 1,300円（③）

その他：  
・体育館窓口または電話で申込み  
・健康状態（発熱・高血圧等）によりお断りする場合があります  
・動きやすい服装・運動靴、タオル、飲み物は各自ご用意ください

・ヨガマットをお持ちの方はご持参ください

・参加料は、その都度徴収します  
・状況によっては、中止になる場合もあります

申込み・問合せ：  
総合体育館 ☎23-5210

### 講演会「考えてみよう エネルギーと環境のこと」

この講演会は、エネルギーや環境などについて分かりやすくお話するもので、私たちの暮らしにエネルギーがどのようにかかわっているかを皆さんとともに考える機会を提供させていただくものです。

日時：11月16日（木）  
午後2時30分～午後4時  
場所：余市経済センター2階  
（黒川町3丁目114番地）  
演題：『脱炭素社会の実現に向けた日本の現状と課題』

講師：公益財団法人地球環境産業技術研究機構 システム研究グループリーダー・主席研究員 秋元 圭吾 氏

参加費：無料  
主催：余市商工会議所 ほか  
申込み・問合せ：余市商工会議所  
☎23-2116

### 生活支援員養成講座の受講者を募集

生活支援員とは、認知症高齢者や精神的障がい者など判断能力に不安がある人に対して、福祉サービスの利用や日常生活の管理をお手伝いする方です。

今年は、次の日程で構成6市町村（小樽市、余市町、古平町、積丹町、仁木町、赤井川村）の住民を対象に養成講座を開催します。

日時：11月22日（水）  
午前10時～午後4時  
場所：中央公民館3階302号室  
受講料：無料

※本講座を修了した方は、小樽市社会福祉協議会に生活支援員候補者として登録していただけます。

申込期間：11月15日（水）まで  
申込み・問合せ：  
小樽・北しりべし成年後見センター  
☎0134-64-1231  
FAX 0134-24-2575  
メールアドレス  
kouken@otaru-shakyo.jp



### 余市消防署からの お知らせ

○救命入門コースの開催について  
救急隊の現場到着前に適切な応急手当が行われることは、傷病者救命率の一層の向上につながります。余市消防署では、いざという時のための「救命入門コース」を次のとおり開催します。

日時：11月25日（土）  
午後1時～2時30分  
場所：余市消防署 3階講堂  
募集方法：余市消防署に来署し受講申請願います。

募集人員：28名  
受付期間：11月1日（水）～18日（土）  
※定員に満たない場合は締切り後でも受講できる場合がありますので、余市消防署まで問合せください。  
※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、変更や中止となる場合があります。

講習内容：胸骨圧迫、AED（電気ショック）の取扱い講習。

○ご家庭でのストーブ火災に注意！  
これからの季節はストーブが原因の火災が増加します。

使用者の注意不足による火災が多く発生しています。次のような対策をして、火災を予防しましょう。

・ストーブの周りは、常に整理整頓をする  
布団などの可燃物を近くに置いていると、ふとしたはずみで出火する危険性があります。

・ストーブの近くでスプレーなどを使わない  
化粧品や塗料、殺虫剤などのスプレー缶などは、引火や爆発の危険があるので、ストーブの近くで使用してはいけません。

・寝るときは必ずストーブを消す  
ストーブをつけたまま寝ると、寝返りをうった際などにストーブに布団が接触し出火の恐れがあります。

・給油をする際にはストーブを消す  
給油をする際には、必ずストーブを消してから行ってください。灯油がこぼれて引火し、火災となることがあります。

問合せ：余市消防署  
☎23-3711



### 余市警察署からの お知らせ

○運転免許更新時のオンライン講習について

運転免許の更新時に、受講しなければならない「優良講習」「一般講習」「違反者講習」「高齢者講習」のうち優良講習と一般講習について、マイナンバーカードとスマートフォンなどを利用して、オンラインで講習を受けることができます。

（10月2日から一般講習も受講出来るようになりました）  
講習のオンライン化のため、モデル事業として道警で試行実施中です。動作環境や必要なものなど詳細は、免許更新時に配付される更新連絡書や道警のホームページを確認してください。



◀オンライン講習はこちらから

○余市署管内でヒグマが連日出没！  
～市街地にも出没しています～

・秋は冬眠のためにエサを探して活発に動き出します  
～ヒグマに出会わないために～  
・鈴等で音を出し、ヒグマに知らせる  
～ヒグマに遭遇したら～

・指が5本あるのは熊の足跡、見つけたら、すぐに引き返しましょう  
・ヒグマの速度は時速50キロに達すると言われています  
・万が一、ヒグマに遭遇した場合は、走らず、落ち着いて行動しましょう

○タイヤの盗難に注意！  
例年、タイヤ交換時期前に盗難被害が増加する傾向にあります。

被害防止のポイントは、  
・鍵のかかる場所に保管して必ず施錠する  
・タイヤは鎖などで連結する

・タイヤに目印を付けておく  
・センサーライトなどの防犯機器を活用する  
です。

大切なタイヤを盗まれないように気をつけましょう。  
また、不審者を見かけた場合は警察に通報してください。

問合せ：余市警察署  
☎22-0110

## = 募集・お知らせ =



### 「住まいのお助けガイド2023」の訂正

「広報よいち」10月号に折り込みした「住まいのお助けガイド2023」について、掲載内容の一部に誤りがございました。皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。お詫びして訂正いたします。

武田塗装店：22-5234  
黒川町20丁目12-20  
正しい取扱い項目は次のとおりです。  
・屋根板金 ・屋根塗装  
・外壁塗装 ・外壁補修工事

問合せ：余市商工会議所  
☎23-2116



### “あずましい余市カフェ”に来ませんか？

～テーマ「かたろうよ」～  
気軽に認知症に関する相談ができ、理解を深めることができる場として継続的に開催している「あずましい余市カフェ」の次回開催日程が決まりました。

このたびは余市紅志高等学校ボランティア局の生徒の皆さんが企画し、運営いたします。高校生と参加者の皆さんで色々なことをかたりませんか？みなさんのご来場、お待ちしております！！

日時：11月21日（火）  
午後1時～3時  
場所：余市テラス  
（黒川町10丁目3番地27）

その他：参加料は無料（飲み物・おやつ代（すべて100円）は別途かかります）

入退場は自由ですが、事前申込にご協力願います。  
締め切りは開催日の1週間前まで。  
お電話で申込みください。  
問合せ：余市町社会福祉協議会  
☎22-3156



### よいちニコニコ食堂 （こども食堂）

日時：11月25日（土）  
午前11時30分～午後1時  
会場：余市テラス  
（黒川町10丁目3番地27）

対象：子どもだけでなく、地域の方など誰でも参加できます  
内容：ランチの提供  
平松先生のおもしろ課外授業を同時開催

問合せ：余市町社会福祉協議会  
☎22-3156

申込：電話による事前申込み  
食事代：高校生まで無料  
大人300円  
問合せ：よいちニコニコ食堂  
☎090-1300-8314

## 児童館行事案内

沢町児童館（☎23-5673）

風船バレーの会  
11月4日（土）午後1時30分～  
つどいの広場  
11月8日（水）午前10時～  
ぬりえの会  
11月18日（土）午後1時30分～

黒川児童館（☎23-4338）

レトロゲームで遊ぶ会  
11月12日（日）午後1時30分～  
つどいの広場  
11月16日（木）午前10時～

キッズルーム「あっぷる」  
（☎48-8850）

対象：概ね3歳までの児童と保護者  
日時：毎週月～金曜日  
午前9時30分～午後4時  
※30日（木）はお休み

○今月のわくわくタイム（予約制）

①親子ヨガ「ベビーヨガ」  
日時：11月15日（水）  
午前10時～12時  
講師：増山 千尋 氏

○ミニイベント  
②パステルアート  
日時：11月29日（水）  
午前10時～12時

※絵はがき作成を希望の方は、はがきをご持参ください。  
お子さん1人につき5枚まで。  
①・② 予約：1日（水）から  
定員：12名

③『ぴよぴよ広場』  
親子で簡単な手遊び、ふれあい遊びをして遊びませんか？  
ふれあい遊び「いないいないな～い」他  
日時：11月21日（火）  
午前10時30分～45分

○『ぐんぐんの日』  
毎月1回身体測定ができます。  
日時：11月7日（火）  
午前9時30分～12時  
午後1時～4時

持ち物：母子手帳、バスタオル