

= 募集・お知らせ =



各種自衛官募集

自衛隊では、18歳から32歳までの方を募集しています。

車両、船、飛行機を扱う仕事から事務や調理など職種は50種類以上あります。詳しくは、小樽地域事務所までご連絡ください。

※応募資格等については、問合せください。

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13日・27日(水)
13:30~15:00

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7日・14日・
21日・28日(木)
15:00~16:30

定員：①~②ともに各10名
(先着順)

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

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

申込み：総合体育館☎23-5210



町民公開講座~介護予防講演・体験会~

フレイルとは、加齢により心身が老い衰えた状態のことです。人生100年

時代に合わせたフレイル対策について介護予防の講演会・体験会を実施します。
講演会：人生100年時代に合わせた今日から始めるフレイル対策

講師：一般社団法人 Wellbe Design
理事長 篠原 辰二氏

体験会：①筋肉量・内蔵脂肪を体組成計でチェック
②握力測定・下肢筋力から伸びやすさをチェック
③血管年齢チェック 他

日時：11月16日(土)
13:30~15:30

場所：余市町経済センター 2階
主催(共催)：
余市町(余市町医療・介護連携推進協議会)、北後志ケア連絡会

参加費：無料
問合せ・申込み：保険課
☎21-2119
地域包括支援センター
☎48-6015



よいちニコニコ食堂 (こども食堂)

日時：11月23日(土)
12:00~

場所：余市テラス
(黒川町10丁目3番地27)
対象：子どもだけではなく、地域の方どなたでも参加できます

内容：ランチの提供
絵本の読み聞かせ

申込み：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



国内での化学物質規制 が見直しされています

国内で取扱われている化学製品には、危険性や有害性を知らなかったことにより、事故につながるケースがあります。令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しとなっています。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。

労働安全衛生総合研究所



問合せ：事業者のための化学物質管理
無料相談窓口
☎050-5577-4862



全国一斉「女性の人権 ホットライン」強化週間

法務局では、女性の人権についての専用相談電話「女性の人権ホットライン」を設置しています。

夫やパートナーからの暴力、ストーカーなど女性の人権に関するお悩みをご相談ください。

また、令和6年11月13日(水)から11月19日(火)までは、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。期間中は、平日の受付時間を延長し、土日にも相談に応じます。

女性の人権ホットライン
☎0570-070-810
(全国共通ナビダイヤル)

受付時間：
平日8:30~17:15
(年末年始を除く)

強化週間中の受付時間：
11月13日(水)~15日(金)・
18日(月)・19日(火)
8:30~19:00
11月16日(土)・17日(日)
10:00~17:00

問合せ：
札幌法務局人権擁護部
☎011-709-2311
(内線2205)



法人道民税等の申告等を 電子で

法人道民税・事業税及び特別法人事業税の申告及び各種申請・届出を電子で行うことができます。ご利用にあたっては、地方税ポータルシステム(eLTAX)のホームページから利用開始の手続きが必要になります。

eLTAX



道税



問合せ：
札幌道税事務所税務管理部課税第一課
☎011-204-5083



余市警察署からの お知らせ

○冬の交通安全運動の実施
~冬の路面は急変化!
スリップ招く 急ぐ心にブレーキを~

11月13日(水)から22日(金)までの10日間、冬の交通安全運動が実施されます。

・ドライバーの皆さんへ
交差点や横断歩道近くでは速度を落とし、横断歩道を横断しようとする歩行者等がいる場合は、必ず横断歩道の手前で一時停止し、手で合図(ハンドサイン)をして横断を促しましょう。また、日陰や橋の上、トンネルなどでは路面が凍結している場合があり、急ブレーキ、急ハンドル、急発進はスリップの原因となりますので注意しましょう。

・歩行者の皆さんへ
ドライバーから少しでも早く見つけてもらえるように、外出するときは明るい色の服装や反射材を身につけて、自分の存在を目立たせましょう。横断歩道を渡る時は、手をあげる等の合図(ハンドサイン)をしてドライバーに道路を横断する意思を伝えましょう。

○冬山遭難防止
~冬山は 装備・計画 しっかりと~
・無理のない計画を立て登山計画書を提出しましょう。

・単独での登山は避け、経験豊富なリーダー等と一緒に登山しましょう。
・万全の装備と余裕ある食料等を準備しましょう。

・万一の遭難に備え、携帯電話を必ず持ちましょう。

・入山前には必ず天気予報を確認し、天候の悪化が予想される場合には登山を中止しましょう。

・スキー場コース外の滑走は、雪崩の発生や立木への衝突などの危険があるので、スキー場の注意事項をきちんと守りましょう。

問合せ：余市警察署☎22-0110



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地域住民の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30日(土)
13:00~14:30

= 募集・お知らせ =

場所：余市消防署 3階講堂
申込方法：余市消防署に来署し受講申請

受付期間：11月1日(金)
~28日(木)

募集人数：28名
※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わせください。
※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ご注意!
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缶などを使わない

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

児童館行事案内

沢町児童館(☎23-5673)

ボール遊びの会
11月2日(土) 13:30~
ゲームの会
11月16日(土) 13:30~

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(祝日除く)
9:30~16:00
※29日(金)はお休みです

①「ベビーヨガ」
講師：neccoayu 小笠原 あゆみ氏
日時：11月20日(水)
10:00~11:00

②パステルアート
日時：11月28日(木)
10:00~12:00
※絵はがき作成希望の方は、はがきをご持参ください
お子さん1人につき3枚まで

①・② 予約：5日(火)~
定員：12名

③『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(木)
9:30~12:00
13:00~16:00
持ち物：母子手帳、バスタオル

④『びよびよ広場』
親子で簡単な手遊び・ふれあい遊びを楽しみませんか?
手遊び「パチパチぐるぐる」他
日時：11月13日(水)
10:30~10:45