

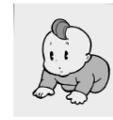
情報パレット



子育て

催し

【催し】
【子育て】
 とき 7月14日～28日の火曜日、(前)10時30分～正午(全3回)
 ところ いなきたコミュニティセンター
 内容 赤ちゃんのお世話やふれあい遊び、参加者交流など
 対象 5カ月までの子どもと保護者・7組(抽選)
 申し込み 7月10日(金)までに子育て支援センター「風の子」へ
 【詳細】「風の子」☎②0822



火曜日(9月22日を除く)、(前)10時30分～正午(全5回)
 ところ とみおか児童館(総合福祉センター内)
 内容 親子遊び、栄養や歯科の講話、参加者交流など
 対象 6～9カ月の子どもと保護者・7組(抽選)
 申し込み 7月10日(金)までに子育て支援センター「風の子」へ
 【詳細】「風の子」☎②0822

相談

【小児歯科相談日】
 とき 7月6日(月)、10日(金)のいずれも(後)1時～3時30分
 ところ 保健所
 内容 虫歯予防のための健診やフッ化物歯面塗布
 対象 9歳までの子ども
 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
 申し込み 事前に保健所健康増進課へ

レジ袋の削減にご協力ください

7月1日から、レジ袋(プラスチック製買い物袋)の有料化が始まります。プラスチックは、海洋プラスチックごみや地球温暖化などの原因になっているとの指摘があります。今回の有料化をきっかけとして、ごみ削減や地球温暖化防止のため、買い物の際はマイバッグを利用しましょう。
 【詳細】ごみ減量推進課 ☎内線323、☎②5032



- 記事についての詳しい内容は、直接お問い合わせください。
- 料金について記載がない場合は、原則無料です。
- 記事中の記号は、次の内容を示しています。
- ☎……電話
- ☒……ファクス
- ✉……電子メール
- 前……午前
- 後……午後
- ☎マーク以下が、
 ▷内線の場合、市役所の代表番号 ☎③24111 につけ内線番号をお申し出ください。
 ▷電話番号の場合、直通電話の番号です。そのままおかけください。

【くらし】
 増進課へ
 ※フッ化物塗布を希望する方は740円が必要です。
 【詳細】保健所健康増進課 ☎②3110、☎②1469

【食中毒の予防】
 夏に向けて気温が上がり、食中毒が発生しやすくなります。次のことに気を付け、食中毒を予防しましょう。
 (火) (消印有効)です。お忘れの方は至急手続きをお願いします。申請書が届いていない方は、ご連絡ください。
 【詳細】定額給付金給付事業実施本部 ☎640

【食中毒予防3原則】

①食中毒菌を付けない、②食中毒菌を増やさない、③食中毒菌をやっつける

【家庭での予防ポイント】

食品を扱う前・食べる前によく手を洗う、購入した食品は帰ったらすぐ冷蔵(凍)庫へ入れる、冷蔵庫に食品を詰めすぎない(7割程が目安)、冷凍品は冷蔵庫で解凍するか素早く解凍する、調理した食品は長時間室温に放置しない、加熱するものは中心部まで十分に加熱する、野菜を水道水でよく洗う
 【詳細】保健所生活衛生課 ☎②3118、☎②1469

【資源回収】

【資源回収団体奨励金の申請】
 資源回収団体奨励金(2年1月から6月までの回収実施分の)の交付申請を受け付けています。申請用紙、案内書類は各団体の代表者(担当者)へ送付しています。7月31日(金)までに申請してください。
 【詳細】ごみ減量推進課 ☎323、☎②5032

【啓発運動】

【夏の暴力追放運動】
 7月21日(火)～8月20日(木)

納付の窓口

【今月の納期】
 固定資産税・都市計画税第2期分、国民健康保険料・介護保険料7月期分および後期高齢者医療保険料第2期分の納期は7月31日(金)までです。
【納税夜間相談窓口】
 毎週木曜日に午後8時まで開設しています。市税の納付に関する相談や納税もできます。お気軽にご利用ください。
【口座振替・クレジット納付】
 口座振替を希望の方は、通帳・届出印・納税通知書を、納税課または市内金融機関・郵便局へ。クレジットカードでの納付を希望の方は、インターネット上の専用サイトへ。
【市税の徴収猶予】
 新型コロナウイルス感染症の影響により、収入に相当の減少があった方は、申請により市税の納付を1年間猶予することができます。
 【詳細】市税については納税課 ☎内線251～255、国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料については保険収納課 ☎内線445・446

ゆずります・さがしています

▶譲りたい物 足踏みミシン、五月人形(3段他)、折り畳み自転車、電動アシスト自転車、コードレス掃除機(スタンド付き)、枝木
 ▶探している物 フィットネスバイク、床暖房用ソフトパネル
 【詳細】消費者協会 ☎③3682、☎③7978

後期高齢者医療の新しい保険証(水色)を送付します

現在お持ちの保険証の有効期限は7月31日(金)です。7月中旬に新しい保険証(水色)を送付しますので、期限の切れた保険証を破棄し、新しいものを使用してください。また、市・道民税非課税世帯の方が対象となる限度額適用・標準負担額減額認定証、現役並み所得の現役I・IIの世帯の方が対象となる限度額適用認定証についても、有効期限は7月31日(金)です。8月以降も引き続き対象となる方には、保険証とともに新しい認定証(黄色・8月から使用できます)も送付しますので、期限の切れた認定証は破棄してください。保険証と認定証はどちらも1年更新です。なお、対象となる方で認定証をお持ちでない方は、保険証と印鑑を持って後期高齢・福祉医療課へ。
 【詳細】後期高齢・福祉医療課 ☎内線312、☎②0120

【障害者】

【海浜休憩所利用券を交付】
 障害児(者)とその介護者に、蘭島海水浴場(7月10日

す。
 なお、ご意見・ご要望はファクス・電話等で承ります。
 【詳細】維持課 ☎578、☎④4469

信頼できる弁護士を探している方へ

お困りではありませんか?
 ・ご家庭の問題(離婚・相続)
 ・借金の問題
 ・交通事故の問題

初回相談料無料

※その他民事一般の相談にも対応しています!

弁護士法人 小樽法律事務所
 札幌弁護士会 弁護士 村越 仁
 ☎0134-61-1440

小樽市稲穂2丁目22番1号 小樽経済センタービル6階(小樽駅から徒歩2分)

あさり Otaru Driver's School
小樽自動車学校
 あなたにあったコースをお選びください!!

- 早朝・夜間コース
- キッズルーム完備
- ペーパードライバー講習

無料送迎バス 運行中!!

手宮・鶴町・色内・稲穂・花園・住吉・堺町・信香町・最上・松ヶ枝・緑・入船・天神・奥沢・潮見台・若竹・桜・望洋台

●学生ローンもお取扱い(高校3年生からお申し込みいただけます。)
 ●各種カード・ローン取扱い

☎0120-24-8131
 http://www.keishin-g.com/otaruds/ e-mail otaruds@keishin-g.com

臨時ゴミの収集運搬はおまかせ

お気軽にご相談ください。

事業系一般廃棄物 産業廃棄物
 引越しのときに出る粗大ゴミ
 大掃除のときに出る粗大ゴミ
 家具・建具などの処分

小樽市許可第17号収集運搬業者
(株)クリーンサービス
 ☎33-2633 FAX33-8937 小樽市天神2-8-1

（金）8月23日（日）の海浜休憩所利用券、シャワー利用券を7月から交付します。

対象 市内に住所を有する身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方と、その介護者（対象要件があります）

申し込み 対象となる各種手帳を持って、障害福祉課へ

☎詳細 障害福祉課 ☎内線303、☎②6915

国民健康保険 被保険者証の更新

新しい被保険者証（8月1日時点で70歳～74歳の方については被保険者証兼高齢受給者証）を7月下旬に発送します。7月末までに届かない場合、または裏面の「臓器提供の意思表示」欄に貼る個人情報保護シールを希望する場合は、国保年金課へご連絡ください。

☎詳細 国保年金課 ☎内線289、☎②6168

限度額適用認定等の申請

住民税非課税世帯の方が対象の「限度額適用・標準負担額減額認定証」および、住民税課税世帯の70歳未満の方と70歳～74歳の方で現役並み所得の現役Ⅰ・Ⅱの方が対象の「限度額適用認定証」の交付を受けていると、医療機関で支払う医療費が世帯の所得状況に応じた一定の額までとなります。

現在お持ちの認定証の有効期限は、7月末までです。引き続き必要となる場合は、被保険者証をお持ちの上、7月27日（月）以降に、直接または郵送で国保年金課（〒047-8660・花園2-12-1）へ申請をしてください。申請書はホームページで入手できるほか、希望者には郵送します。

☎詳細 国保年金課 ☎内線289、☎②6168

免除・減額 保険料等の免除・減額

新型コロナウイルス感染症の影響に対する国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険の保険料減免制度の申請を受け付けています。

全額免除対象 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯の一部減額対象 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれる世帯の方で、世帯の主たる生計維持者が次の①～③の全てに該当する方

① 事業収入や給与収入等、収入の種類ごとに見た本年の収入のいずれかが、元年に比べて10分の3以上減少する見込み

② 元年の所得の合計額が100万円以下（介護保険の場合を除く）

③ 収入の減少が見込まれない種類の所得の合計額について、元年の所得の合計額が400万円以下

申請方法 事前に電話で確認の上、収入を証明する書類と必要書類を併せて、各担当課へ郵送

※申請書はホームページで入手できます。

☎詳細 国民健康保険については国保年金課 ☎内線289、後期高齢者医療制度については後期高齢・福祉医療課 ☎内線312、介護保険については介護保険課 ☎内線454

国民年金保険料の免除申請

失業等により保険料を納めることが困難な場合、申請により保険料の全額または一部が免除される制度があります。また、保険料を後払いできる納付猶予制度や学生納付

特例制度もあります。申請は、申請時点から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能です。この制度を希望する方は、年金手帳・印鑑などを持って国保年金課年金係へお越しください。その際、学生納付特例制度を申請する方は学生証、離職した方は離職票なども必要となります。

※申請書は日本年金機構のホームページでも入手できます。

☎詳細 国保年金課 ☎内線292、☎②6168

介護保険料の減額申請

低所得世帯で65歳以上の方の保険料負担を軽減するため、市独自の減額制度を実施しています。前年度減額となつた方も、新たに申請が必要です。

対象 次の①～④の全てに該当する方

① 2年度介護保険料の所得段階が第2段階以上

② 居住用以外の不動産を所有していない

③ 預貯金の合計額が、単身世帯で150万円以下、その他の世帯では300万円以下

④ 世帯の総収入年額が生活保

教育文化

生涯学習プラザ
わくわく共育ネットワーク講座

生涯学習プラザを会場に保護者や子ども向けの講座を開催します。申し込みは開催日前日までに生涯学習プラザへ。

【絵本カフェ】

とき 7月6日（月）・20日（月）の10時30分～11時30分

内容 親子で絵本やわらべ歌を楽しみ、絵本貸し出しもあり

対象 就学前の子どもと保護者（祖父母の参加も可）・6組（先着）

【子どもカフェ倶楽部】

とき 7月7日（火）の10時～正午・18日（土）の1時～4時

護基準年額の1・2倍以下申し込み 3年3月31日（木）までに介護保険課（別館1階10番窓口）へ

※7月の午前中は介護保険課窓口の混雑が予想されます。密集をさけるため、混雑緩和にご協力ください。

☎詳細 介護保険課 ☎内線454、☎②6711

総合博物館の催し

※入館料は、本館（運河館）・一般400円（300円）、高校生と市内の70歳以上の方200円（150円）、中学生以下無料。年間パスポートも利用できます。



企画展・トピック展の会期延長

【企画展「歴史と自然が根づく場所 わたしたちが見たなえぼ公園」】
▶とき 8月16日（日）まで▶ところ 本館・企画展示室▶料金 入館料のみ

【運河館トピック展「盛気楼の美術工芸品～高島おばけの時代背景」】
▶とき 9月10日（木）まで▶ところ 運河館・第一展示室▶料金 入館料のみ

【本館】アイアンホース号運行観覧7月の運休日

全便運休	午前11時30分便運休
6日（月）、13日（月）、20日（月）、22日（水）、27日（月）	1日（水）、8日（水）、15日（水）、29日（水）

※当分の間、転車台での方向転換などの運行観覧のみとなり、乗車はできません（Web予約を除く）。

アイアンホース号のWeb予約制体験乗車

▶とき 7月4日（土）・5日（日）の午前11時30分～正午、午後1時30分～2時、午後3時30分～4時▶内容 Web予約（試験的に導入）で人数制限をして体験乗車▶料金 入館料のみ▶定員 各回30人（先着）▶申し込み 7月1日（水）の正午から、運行予約サイト（https://bit.ly/2ARzYeC、または右の二次元コードからアクセス）にて受け付け

※7月後半からの予約制体験乗車については博物館ホームページでご確認ください。



ちょこっとラボ「発泡スチロールでしおり作り」

▶とき 7月12日（日）の午前11時～11時30分、午後2時～2時30分▶内容 発泡スチロールのトレイと紫外線を当てると色が変化する紙を使ってしおりを作る▶定員 各回10人（先着・小学3年生以下は保護者同伴）▶料金 入館料と材料費100円▶申し込み 事前に総合博物館本館へ

体験工作教室「望遠鏡を作って夜空を観察しよう」

▶とき 8月1日（土）の①午後1時～3時、②午後5時30分～8時30分、③8月2日（日）の午後5時30分～8時30分▶内容 望遠鏡の仕組みを学びながら自分で望遠鏡を作り、実際に天体観望を行う▶講師 旭司益（あさひもりよし）氏（日本天文教育普及研究会）、岩間世界（いわませかい）氏（熊本学園大学）▶対象 小学生以上・各回12人（先着・①小学3年生以下は保護者同伴、②・③小学生は保護者同伴）▶料金 入館料と材料費2000円▶申し込み 事前に総合博物館本館へ

きつとお役にたちます！

公益社団法人 小樽市シルバー人材センター

こんな仕事ができます。

- 屋内外の清掃などの一般作業
- 植木の剪定、冬囲い、除草、草刈りなど
- 毛筆宛名書きなどの筆耕
- 駐車場・建物などの管理
- 掃除・洗濯などの家事援助

会員募集中

お仕事の依頼や会員登録などのお問合せ・お申込み

TEL 33-9850
FAX 33-9854
〒047-0026 小樽市東雲町9番12号（旧堺小学校）
http://www.otaru-sc.jp

すべての相談の相談料が**無料**です。

あなたの悩みに
コタエを出します

相談予約ダイヤル **0134-23-8373**
平日 10:00～16:00（12:00～13:00を除く）

札幌弁護士会 おたる法律相談センター

生活習慣病予防には、こんなお弁当で食事を楽しみましょう。

お食事宅配サービス

週1回、1食300円で利用できる小樽市の給食サービス事業の委託を受けております。お問い合わせは当社まで、ご連絡なく。 ※価格据置

◎普通食	おかずのみ	626円	
	ごはん+おかず	680円	
◎特別食	おかずのみ	734円	
	普通食+1品	ごはん+おかず	788円

施設向けには、真空パックで調理済みの食材のお届け承ります。 ※ご注文は前日の夕方までお願いいたします。

おーしゃんずキッチン ☎047-0023小樽市真栄1丁目20番36号
http://www.sanga-koki.net tel.0134-34-2130

毎日でもお弁当をお届けします！
配達料金は無料です！

子育て

暮らし

教育文化

健康

その他

「ストップ温暖化」クールビズを心掛けて、冷房は控えめにしましょう。

内容 不登校や形式卒業の小・中学生、高校生がいる保護者の情報交換と相談窓口
定員 6人(先着)

【子どもの居場所プロジェクト「子どもカフェ」】

とき 7月7日(火)の午後1時～5時・18日(土)の午後1時～4時

内容 不登校や形式卒業の小・中学生、高校生が安心して過ごせる居場所学習の場を提供。プログラミング体験、クラフト体験、映画鑑賞など
定員 12人(先着)

【第17回子どもなんでも協議会】

とき 7月14日(火)の午後6時30分～8時30分

内容 子どもたちの問題について、自由に話し合う
対象 保護者、子育て、教育に関わる方、地域の大人・12人(先着)

【色であそぼう】

とき 7月18日(土)の午前11時30分

内容 透明水彩絵の具を使って色を楽しむ

対象 小学生までの子どもと保護者・6組(先着)

持ち物 汚れてもいい服

【親子deカフェ】

とき 7月27日(月)の午前10時～正午、午後1時～3時

持ち物 マスク、飲料水等
行き先 ①小樽グリーンパーク(約9km)、天神公園(約3.6km)までの参加可、②からまつ公園(約8km)、小林多喜二の碑(約4km)までの参加可
定員 40人(先着)

申し込み ①7月3日(金)まで、②7月27日(月)～31日(金)に生涯スポーツ課へ(当日の受け付けはありません)

☎詳細 生涯スポーツ課 ☎318、☎6608

ゲートボール大会

とき 7月30日(木)の午前9時～午後3時

ところ 朝里川公園

参加料 1チー ム3000円程度

申し込み 7月8日(木)までに地域福祉課へ(ゲートボール協会加盟団体は同協会へ)

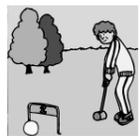
☎詳細 地域福祉課 ☎412、☎26915

【検診・検査・相談】

エキノкокクス症検診

とき 毎週月・火・木・金曜日の午前8時40分～11時

ところ 市立病院
対象 小学3年生以上



健康診査やがん検診など

☎詳細 保健所保健総務課 ☎3115、☎1469

特定健診等(料金表①)

受診できる医療機関、料金などは加入する健康保険により異なります。健康保険証の発行元(受診券を送付してきた事務局)に確認してください

胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診(料金表②・③・④・⑦・⑧)

▶ところ 市内の委託医療機関 ▶対象 料金表に記載の年齢の方

肝炎ウイルス検査(料金表⑨)

▶ところ 市内の委託医療機関 ▶対象 これまで肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

「セットけんしん」(料金表①・③～⑨)

▶とき・ところ・申し込み 下の表のとおり
※胃がん検診はバリウム検査となります。
※市立病院のみ、聴覚または言語に障害のある方はファクス(☎4085)でも受け付けます。

Table with 3 columns: とき, 定員, 会場・申し込み

「バスツアーけんしん」(料金表①・③～⑧)

▶とき・ところ 8月7日(金)・札幌がん検診センター(札幌市東区・無料送迎バスを利用) ▶バス発着時間と場所 午前7時35分(幸会館前) → 午前7時50分(小樽駅前) → 午前8時(住吉神社前) → 午前8時10分(築港交番前) ▶定員 各50人(先着) ▶申し込み 7月16日(木)までに保健所保健総務課へ

Table with 2 columns: 内容, 料金

※②・⑦・⑧は2年に1回の受診です。
※②は年度により対象者が異なります。2年度は受診日に50歳以上、かつ2年4月1日から3年3月31日の誕生日で偶数年齢になる(予定)の方が対象です。
※同じ年度内に②・③の両方を受けることはできません。
※②～⑧は職場で受診できる方、加入する健康保険で受診できる方を除きます。
※がん検診は、以下のいずれかをお持ちの方は無料となります
▷70歳以上であることを確認できる書類▷生活保護手帳▷市民税非課税世帯の方は、小樽市国民健康保険が発行する特定健康診査受診券(負担額が「無料」と記載されているもの)、または限度額適用・標準負担額減額認定証、保健所が発行する「検診費用(自己負担額)が無料となる連絡票(郵送でも申請できます)」など

健康

スポーツ市民歩こう運動

とき ①7月5日(日)、②8月2日(日)のいずれも午前9時15分、花園グリーンロード(大正湯前)に集合(雨天中止)

肺がん・結核の巡回検診

▶とき・ところ 下の表のとおり ▶対象・料金 15ページの枠内「料金表⑤・⑥」のとおり ▶申し込み 直接各会場へ
※金属類の付いた服装は避けてください。なお、妊娠中の方は受診できません。
☎詳細 保健所保健総務課 ☎3115、☎1469

Table with 3 columns: とき, ところ

献血車巡回のお知らせ

▶とき・ところ 下の表のとおり ▶対象 16～69歳の方(65～69歳の方は、60～64歳の間に献血経験がある方のみ) ▶用意する物 (初回)運転免許証などの本人確認書類、(2回目以降)献血カード
☎詳細 保健所保健総務課 ☎3117、☎1469

Table with 3 columns: とき, ところ

Myラシック塩谷 中央バスグループがお届けする 安心・快適・長寿の生活

(仮称)石狩湾洋上風力発電事業計画段階 環境配慮書の縦覧について

20周年 聞こえの特別相談会 補聴器館とメーカースタッフの合同イベント!!