



小樽市役所

〒047-8660 小樽市花園2丁目12番1号
☎0134④4111(代表)
執務時間：午前9時～午後5時20分

小樽市ホームページ

小樽市



広報番組

- ☐ テレビ
 - 小樽フラッシュニュース(STV)
毎週土曜日：午前10時25分
- ☒ ラジオ
 - 小樽市民ニュース(FMおたる/76.3MHz)
月～金曜日：午前9時40分ごろ
土・日曜日：午前9時53分ごろ
 - 明日へ向かってスクラムトライ！(同)
第1・3月曜日：午後2時
放送翌々日の水曜日：午後7時(再放送)
※FMおたるホームページからも聴くことができます。

住民基本台帳人口

(令和4年7月31日現在)

人口：10万9280人
(うち外国人人口714人)
男4万9339人・女5万9941人
世帯数：6万1724世帯

防災関係の連絡先

小樽市消防本部 ☎②9137
小樽市水道局 ☎②8111
小樽警察署 ☎②0110

当番医の診療時間

	祝日を除く 月～金曜日	祝日を除く 土曜日	日曜日、祝日 年末年始
午前7時	夜間急病センター	夜間急病センター	夜間急病センター
午前9時	かかりつけ医等	かかりつけ医等	当番医
午後0時30分	夜間急病センター	夜間急病センター	夜間急病センター
午後2時			
午後6時	夜間急病センター	夜間急病センター	夜間急病センター

当番病院は、テレホンサービス(録音による案内)☎②4618または小樽市医師会のホームページで確認できます。
○テレホンサービス案内時間
土曜日：午前7時～午後2時
日曜日、祝日：午前9時～午後6時
※医療相談は行っていません。



まちの写真館
スマイル



1 7月22日～24日の3日間、「おたる潮まつり」を3年ぶりに通常開催しました。メイン行事となる「潮ねりこみ」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のためコースを縮小しましたが、52梯団・約2700人が市内を踊り歩き、にぎわいを見せていました。

2 7月30日・31日の2日間、小樽市制施行100周年を記念し、「小樽サマーフェス2022」が開催されました。会場では、ライトアップや音楽ライブ、ビアガーデンのほか、平成6年まで開催されていたサマーフェスティバルのイルミネーションが再現され、当時を懐かしむ大人から子どもまで、さまざまな世代が楽しんでいました。

3 8月6日・7日、「小樽堺町ゆかた風鈴まつり」が開催されました。会場ではヨーヨーすくいや輪投げなどが楽しめることも縁日が行われたほか、和傘で頭上を埋め尽くすアンブレラスカイや、風鈴トンネルが設置されました。訪れた人たちは、風鈴の音色を聞きながら、北海道の短い夏を満喫しているようでした。

「広報おたる」に掲載したあなたの写真を差し上げます。ご希望の方はお申し出ください。

消防体験研修会でロープ渡過を体験する少年消防クラブの男子。消防隊員にサポートされながら、一本のロープを力強く握り締めてゴールを目指していました。

- 02 旧日本郵船株式会社小樽支店 保存修理工事を行っています
- 04 後期高齢者医療制度の医療費の窓口負担割合が変わります
- 06 あなたは大丈夫？ 119番・救急医療の正しい使い方
- 08 第5回まちゼミおたるで楽しく学ぼう！
- 09 減収や物価高騰の影響を受けている事業者の方へ支援金を支給します

- 10 結核は「現代の病気」
- 11 お肉による食中毒に注意
- 12 あなたは何問正解できる？防災クイズ
- 14 情報パレット
- 24 まちの写真館スマイル

この広報誌は、令和4年8月17日に作成したものです。掲載しているイベント等は、新型コロナウイルス感染症の影響により変更となる場合があります。

充実したセカンドライフをお手伝いします！個別相談も承ります！！
参加無料

北海道信用金庫 年金セミナーのご案内

講師	西林社会保険労務士事務所 所長 西林寛昌氏	日時	令和4年9月13日(火曜日) 午後1時30分より約2時間
講演	「お役に立つ年金の知識」	会場	小樽市民センター(マリンホール) 3階研修室 小樽市色内2丁目13番5号

- セミナー終了後、個別の相談を承りますので、ご希望の方は「年金手帳」「ねんきん定期便」をご持参ください。
- セミナーへの参加をご希望される方は、右記の連絡先までご連絡をお願いいたします。
- 感染症の状況によっては、セミナーを中止又は延期させていただく場合がございますので、ご了承ください。



特化営業部 TEL:011(241)2145
後志事業本部 TEL:0134(22)3123
(平日9:00～17:00)

http://www.shinkin.co.jp/hokkaido/

年金セミナーの詳細については
こちら



重要文化財 旧日本郵船株式会社小樽支店 保存修理工事を行っています

旧日本郵船株式会社小樽支店は、令和2年7月より大規模な保存修理工事を行い、6年6月の完工を目指しています。今回は工事の進捗状況と現場見学会についてお知らせします。

修理工事前の破損状態

屋根軒先の破損

軒先の板金や雨水を地上へ逃がす配管(縦どい)は長年の使用で破損が著しく、外壁石材の破損の大きな要因にもなっている。



板金が破損している

外壁石材の破損

屋根からの漏水が石材に浸透し、凍結・融解することにより、石材内部の劣化や表面的な剥がれを引き起こしている。



石もはがれている

金唐革紙の破損

2階の貴賓室と会議室の壁に貼られた金唐革紙は屋根からの漏水が内壁に染み込み、剥がれ落ちている。



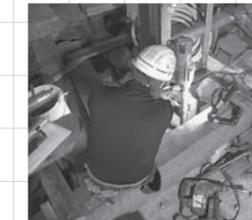
はがれおちている

修理工事の様子



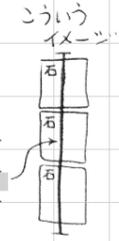
外壁石材の擬石補修

外壁がもろくなっている部分は、石材の表面を削った後、石に似せた擬石材を塗り付けて表面と色調が合うように調整。



外壁石材の耐震補強

外壁石材の変形を防ぐために、石材頂部から垂直に耐震材を挿入し、耐力を向上。



外壁石材の張石補修

外壁の破損が深い部分は、石材の表面を削った後、セメントと水などを練ったモルタルで下地補強し、軟石を加工した板状の石をボルトと接着剤で固定。



小屋組みの耐震補強

屋根の小屋組み付近に補強材を取り付けることで、想定外の揺れに対処。

旧日本郵船株式会社小樽支店の特徴

表玄関を中心に左右対称の背面に張り出したコの字型の外観で、外壁には小樽産軟石と登別産中硬石を採用。
【設計】佐立七次郎(当時の日本郵船株式会社建築顧問、工部大学校造家学科第1期生)
【施工】地元の大工棟梁・山口岩吉ら
【竣工】明治39(1906)年

窓の防寒対策

板ガラスを二重に入れて複層ガラスとし、隙間風・雨水を防ぎ、気密性を高めるためにピンチブロック(隙間ふさぎ)を使用。



ピンチブロック
今ではゴムパッキン
実際は緑色

金庫室の防火対策

天井には火を通しにくいと言われる波型の鉄板を、壁・床材には石材を使用。金庫扉は約70cmもの厚さ。



よく見ると波型

防火シャッター

アメリカ製のシャッター。竣工当時から変わらない構造で、現在も使うことができる。



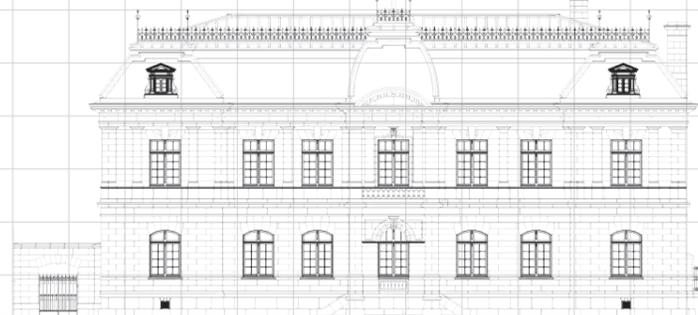
出入口と1・2階の全ての窓に設けた

先代建築と同じ木造ではなく
防火仕様の石造にした

今回の工事でも
当時と同じ石材材料を
使っている
重要!!

北日本随一の経済都市として
幕開けを告げる時期の建築

小樽の
貴重宝!!



現場見学会のお知らせ

とき 10月15日(出)
● 前10時~11時ごろ
● 後1時30分~2時30分ごろ
対象・定員 中学生以上・各回30人程度(抽選)
料金 無料
集合場所 運河公園・休憩棟(色内3)
※駐車場はありません。
講師 近藤展由氏(公益財団法人文化財建造物保存技術協会札幌監理事務所技術主任)他

申し込み

9月9日(金)(消印有効)までに市ホームページ上の申し込みフォーム(下の二次元コード)からお申し込みください。複数で参加の場合は2人まで同時に申し込みできます。インターネット環境が無い方は、ファクスまたは往復はがきで生涯学習課へ



往復はがき

切手貼付 〒047-0034
往信 小樽市緑3-4-1
小樽市教育委員会
生涯学習課 行
ここに
何も書かない

切手貼付 返信
申込者の住所
申込者の氏名 行
旧日本郵船現場見学会
●住所
●氏名(ふりがな)
●年齢
●電話番号(ファクス番号)
●見学時間の第1・第2希望
●一緒に見学する方の氏名・年齢(いる場合)

ファクスの場合も同じ項目を書く

30年以上の劣化を修復して 未来へ
色内3丁目にある国の重要文化財、旧日本郵船株式会社小樽支店は、現在、大規模な保存修理工事を行っています。昭和60年ごろに保存修理工事が行われてから30年以上が経過し、屋根の経年劣化など、外観・内観ともに著しく老朽化しているためです(上の「修理工事の様子」を参照)。
外観の劣化が少くない 貴重な文化財
現在の建物は、明治36(1903)年に手宮で発生した大火で先代の建築が焼失し、明治39(1906)年に再建されたものです。再建に当たっては、先代の建築が火災で焼失したことを教訓に、建物内外の防火対策を徹底したほか、北海道特有の気候に配慮した防寒対策を施しました(3ページの「旧日本郵船株式会社小樽支店の特徴」を参照)。
再建された当時の小樽は、北海道開拓の玄関口として、商業・港湾施設が充実しつつあり、近代建築が次々と建てられました。石造2階建てとなる旧日本郵船株式会社小樽支店は、外観に近世ヨーロッパの建築様式を取り入れており、そのデザイン、構造、防火・防寒対策などは、当時、小樽で近代建築に携わった建築家に影響を与えました。竣工当時から現在に至るまで、外観の改変が少ないため、近世ヨーロッパの建築様式を取り入れた明治30年代の代表作品の一つとして、全国的にも大変貴重な文化財です。
本誌令和4年1月号の特集「小樽、再発掘の旅!」でも旧日本郵船株式会社小樽支店を紹介しています。
下の二次元コードからご覧ください。
10月に行う現場見学会では、旧日本郵船株式会社小樽支店の価値や、工事に至る経緯、施工状況について説明します。文化財の保存修理工事を見学できる貴重な機会ですので、ぜひご参加ください(上の「現場見学会のお知らせ」を参照)。
お問い合わせは、生涯学習課
☎ 4111 内線7531、
☎ 6608 へどうぞ。

重度心身障害者医療制度

9月30日まで

後期高齢者医療制度の窓口負担割合が1割の方

重度心身障害者医療費の助成はありません

1割のままの方

同上

10月1日から

2割になる方

重度心身障害者医療費の助成により、
窓口負担割合は1割へ

●●●●● 1カ月の限度額 ●●●●●

外来のみ(個人単位) 1万8000円※1

外来と入院(世帯単位) 5万7600円※2

※1…1年間(8月1日から翌年7月31日まで)の限度額は14万4000円です。

※2…限度額に達した月が過去12カ月以内に3回以上あった場合は、4回目から「多数回該当」となり、限度額が4万4400円となります。

に料金をお支払いください。
重度心身障害者医療費助成の受給資格者は1割
後期高齢者医療制度の改正に伴い、医療費の窓口負担割合が2割となる方のうち、重度心身障害者医療費助成の受給資格がある方は、改正前と同様、窓口負担割合を1割とします(左の囲みを参照)。また、対象となる方には、9月下旬に受給者証を送付します。
◆お問い合わせは、下のとおり。

問い合わせ

後期高齢者医療制度について

保険年金課 ☎04111内線312、FAX 0120

制度改正の見直しについて

厚生労働省コールセンター ☎0120(002)719

重度心身障害者医療費助成制度について

こども福祉課 ☎04111内線311、FAX 0120

後期高齢者医療制度

1カ月の自己負担限度額

区分	外来のみ(個人単位)	外来と入院(世帯単位)	多数回該当※1の場合
現役Ⅲ	25万2600円 + (医療費 - 84万2000円) × 1%		14万100円
現役Ⅱ	16万7400円 + (医療費 - 55万8000円) × 1%		9万3000円
現役Ⅰ	8万100円 + (医療費 - 26万7000円) × 1%		4万4400円
一般Ⅱ	1万8000円※2	5万7600円	4万4400円
一般Ⅰ			
区分Ⅱ	8000円※2	2万4600円	-
区分Ⅰ		1万5000円	-

※1…限度額に達した月が過去12カ月以内に3回以上あった場合は、4回目から「多数回該当」となり、限度額が引き下げとなります。
※2…1年間(8月1日から翌年7月31日まで)の限度額は14万4000円です。

※月の途中で75歳の誕生日を迎えて、後期高齢者医療制度に加入する方(障害認定を受けて加入する方を除く)は、加入した月の自己負担限度額が2分の1になります。

還付金詐欺に注意!

「還付金を払い戻します」などと偽り、銀行やコンビニの機械(ATM)へ誘導して、お金をだまし取る還付金詐欺が発生しています。市役所や北海道後期高齢者医療広域連合から、ATMを利用した払い戻しは一切行っていませんので、ご注意ください。

配慮措置

窓口負担割合が1割から2割に変更となる方は、次のとおり配慮措置が適用されます。

配慮措置の内容

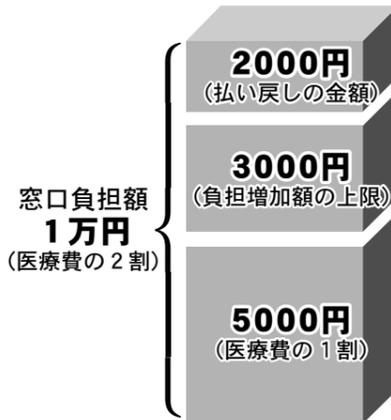
入院医療費を除く外来医療の負担増加額を1カ月当たり最大3000円までに抑えます

配慮措置の期間

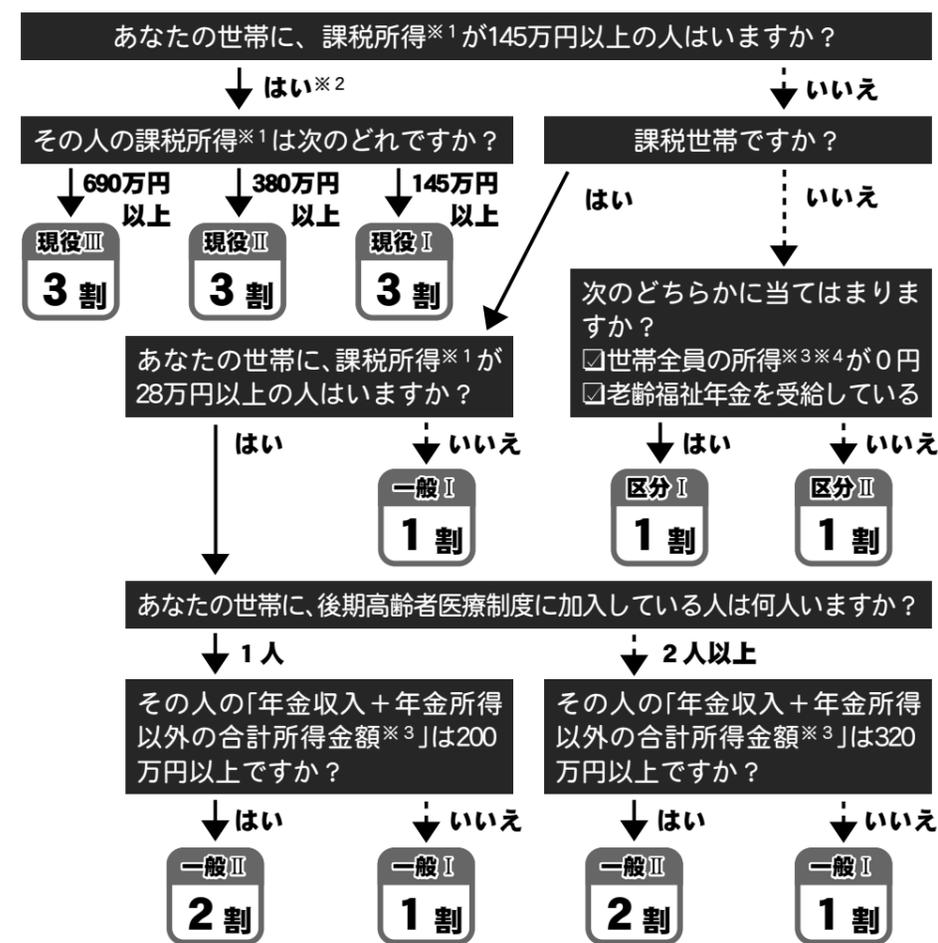
4年10月1日から7年9月30日まで

※上限を超えて支払った金額は、高額療養費として、後日、事前に登録されている口座へ払い戻します。口座を登録していない方は、10月中に北海道後期高齢者医療広域連合から送付される申請書で登録をお願いします。

例) 1カ月の医療費が5万円の場合



4年10月からの負担区分と窓口負担割合



※1…住民税納税通知書の「課税標準」の額(前年の収入から、基礎年金や社会保険料控除といった所得控除や給与所得控除、公的年金等控除を差し引いた後の金額)です。所得税の確定申告書に記載された、課税される金額とは異なります。

※2…生年月日が昭和20年1月2日以降の被保険者および同一世帯にいる被保険者それぞれの方の所得から最大43万円ずつ引いた金額の合計額が210万円以下の方は除きます。

※3…給与所得がある場合は、給与所得金額から10万円を控除します。

※4…公的年金控除は80万円を適用します。

救急医療は こんなときにご利用ください

小樽市発熱者相談センター
☎0120(510)010 (24時間対応)

熱が出たけど
かかりつけ医がない…

小樽市夜間急病センター
新型コロナウイルスの検査(PCR検査等)は実施していません
☎④4618

夜中に急に
具合が悪くなった…

救急当番病院・医院
当番病院・医院の連絡先は、テレホンサービスまたは医師会ホームページで確認できます。当番医の診療時間、テレホンサービスの案内時間は本誌裏表紙をご覧ください

休日に激しい腹痛が…

北海道救急医療・広域災害情報システム
医療機関情報を24時間提供します
☎0120(20)8699(固定電話)
☎011(221)8699(携帯・スマホ)

どの医療機関に相談しよう…

北海道小児救急電話相談
看護師や小児科医が電話で相談に応じます
☎#8000
(家庭のプッシュ回線、携帯電話のみ)
☎011(232)1599
相談時間：午後7時～翌日の午前8時

夜中に子どもがけがをした！どうしよう…

かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医をもつと、健康に不安を感じたときの相談や、病気の早期発見につながります。できるだけかかりつけ医をもち、日中の診療時間に受診しましょう。

119番通報 四つのポイント

1 火事？救急？



火事です

2 場所はどこ？



小樽市〇〇町
△番口●×
マンションの
〇△号室です

3 誰・何がどうなってる？



自宅1階の台
所が燃えてい
ます

4 最後まで電話を切らない



いません。家
族全員、避難
できました

ご理解ください

119番通報時に「サイレンを鳴らさないで来てほしい」と希望する方がいますが、消防車や救急車は緊急車両のため、緊急走行するには、法律上、サイレンを鳴らさなければなりません。ご理解をお願いします。

その119番通報 本当に必要ですか？

数日前から喉が痛い…

今日は日曜日だから
当番病院を教えてください！

歩けるけど足が痛む

手が腫れてきた…

サイレンが聞こえた！
どこで火事？

指先を切っちゃった！

通報前によく考えて！

❖軽い病気やけがは…

かかりつけ医にご相談ください。消防本部では、一般的なけがの応急手当ての方法などが学べる「一般救急講習会」(7ページ下を参照)を実施しています。

❖火事の場所など災害状況の問い合わせは…

災害状況案内ダイヤルをご利用ください
☎②2900 (オタモイ②局の電話番号から発信)
☎⑤2900 (朝里⑤・⑥局の電話番号から発信)
☎③4400 (上記以外の電話番号から発信)

消防本部公式ツイッターで
随時情報を更新しています

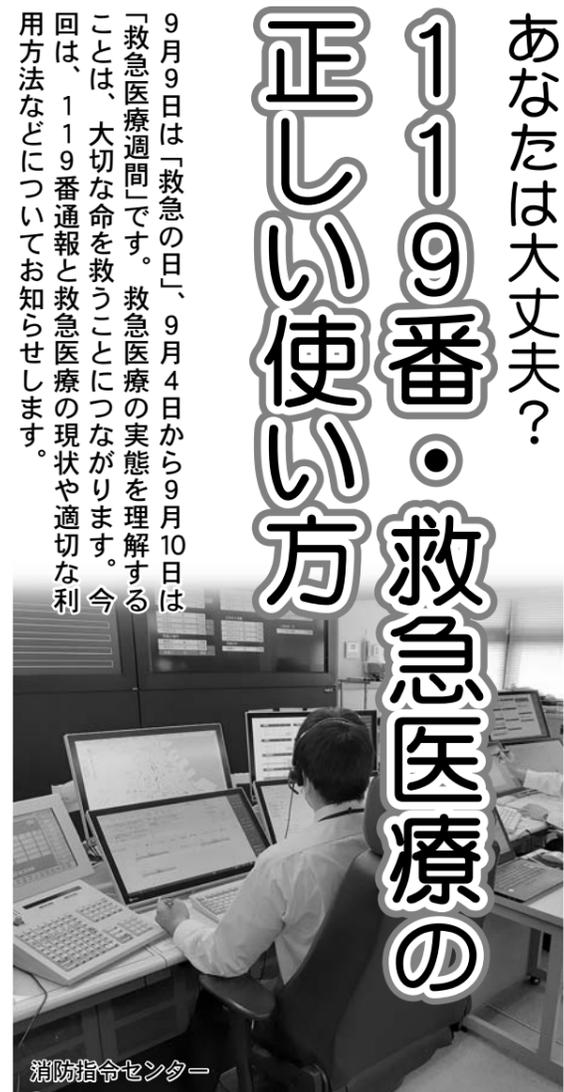


@OtaruFireDept



❖当番病院など、その他の問い合わせは…

消防指令センター☎⑨137へ



消防指令センター

あなたは大丈夫？

正しい使い方・救急医療の

9月9日は「救急の日」、9月4日から9月10日は「救急医療週間」です。救急医療の実態を理解することは、大切な命を救うことにつながります。今回は、119番通報と救急医療の現状や適切な利用方法などについてお知らせします。

ダイヤル利用前に考えて

119番は、消防車や救急車を要請するための緊急通報専用のダイヤルですが、ちょっとした軽い病気やけがで通報する人が後を絶ちません。実際に、救急搬送された人のうち、入院を必要としない人の割合が3割を超えています。本当に必要としている人の命を救うために、ダイヤルを利用する前によく考えましょう。

また、119番通報をするとき、「早く来て！」「火事だよ」などの言葉だけでは消防車や救急車は出動できません。冷静に落ち着いて指令員の質問に答えましょう。

救急医療を守ろう

小樽市夜間急病センターや休日当番病院・医院は、「夜間などに突然発生した急病」への応急処置を行っています。しかし、「日中忙しいから」「待ち時間が短そうだから」などという軽い気持ちで、安易に受診する人が少なくありません。限

りある救急医療を本当に必要とする人へ提供するために、適切に利用しましょう。

応急手当てが命を救う

8分8秒。これは、小樽市消防本部が救急要請を受けてから現場に到着するまでの平均所要時間です。心臓と呼吸が停止してから8分もの間、何もしなかつた場合、命が助かる可能性が約10%低下します。救急車が到着するまでの間に、どれだけ早く応急手当て(心肺蘇生)をできるかが鍵となります。

大切な人が倒れたとき

「応急手当ての方法を知っておけば…」と思うことがないように、消防本部で実施しているさまざまな講習会やイベントにぜひご参加ください。

十 普通救命講習会

毎月9日の②1時～5時(事前に応急手当てweb講座を受講すると座学講座が免除)
消防庁舎6階講堂ほか

毎月開催！

基礎を学ぼう！

①効果測定と実技で心肺蘇生法や止血法を学ぶ
②開催日の10日前までに申請書を直接またはファクスで消防本部救急課へ
③救命入門コース
④一般救命講習会
⑤事前に電話で相談
⑥心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の使用方法を学ぶ、⑦ビデオ学習の他、けがの応急手当てや心肺蘇生法を学ぶ
⑧2人以上の団体
⑨事前に申請書を直接またはファクスで最寄りの消防署、支署、各出張所へ

日常生活でも使える

⑩救急広場
9月4日(日)②2時から
ウイングベイ小樽
心肺蘇生法の実践や救急道具を使った体験等

お買い物ついでに体験！

講習会などのお問い合わせは、消防本部救急課
☎⑨139、☎②⑨182、119番通報については、消防本部警防課
☎⑨137、☎②⑤345、夜間急病センター等については、保健所保健総務課☎③117、☎②1469へどうぞ。

☎とき ②午後 ③ところ ④内容 ⑤対象 ⑥申し込み ⑦市ホームページ ※各講習会等は、緊急出動があった場合は中断することがあります。また、各申請書は消防署、支署、各出張所で配布するほか、☎からも入手できます。

講座名	開催日	対象	店舗名
☝ 意外と簡単？植物性のおかしを作ろう！	9月19日(月)・26日(月)、10月3日(月)・10日(月)	どなたでも	野菜とおかしの店ふるさと ☎090(2813)5478
☝ そばのプロと作る「そば団子」！	9月15日(木)・17日(土)・19日(月)・21日(水)・23日(金)・26日(月)	どなたでも	自家製粉手打ちそば なかや ☎02511
☝ 麴(こうじ)を使った発酵食品で健康に	9月22日(木)、10月6日(木)・13日(木)	大人のみ	地酒専門店酒商たかの
☝ あなただけのフレームチェーンを作ろう！	9月21日(水)・29日(水)、10月3日(月)・12日(水)	どなたでも	メガネのサトウ ☎03434
☝ ビーズでおしゃれなリングを作ろう！	9月16日(金)・24日(土)、10月2日(日)	どなたでも	Jun Style ☎050(5472)6268
☝ みんなで篆刻	9月15日(木)、10月1日(土)・11日(火)	どなたでも	松田印判店 ☎08767
☝ オリジナルはんこを作ろう	9月17日(土)・29日(木)、10月3日(月)・13日(木)	大人のみ	松田印判店
☝ 早速作りたくなる！時短ヘルシー昆布料理	9月15日(木)・16日(金)	どなたでも	旬利尻屋みのや ☎04060
☝ テトラポーチを編みましょう♪	9月28日(水)	どなたでも	手芸のぎんざ
☝ こぎん刺しのブローチ	9月21日(水)、10月5日(水)	大人のみ	手芸のぎんざ
☝ 紙バンドで作るペンダント★	9月21日(水)、10月5日(水)	どなたでも	手芸のぎんざ
☝ 和をインテリアに！畳職人と作るミニ畳講座	9月16日(金)・28日(水)、10月15日(土)	大人のみ	東畳工業㈱
☝ ふんわりタオル帽、まごころ届け	9月17日(土)・18日(日)・19日(月)	どなたでも	よろず工房 ☎090(2876)9177
☝ プロが教える太巻の上手な巻き方	9月22日(木)・26日(月)、10月3日(月)・11日(火)	どなたでも	㈱おたる政寿司 ☎0011

対象事業者

- 次の**全てに該当する**事業者
- 1 今後も**事業を継続する意思のある**事業者
 - 2 北海道が実施する「道内事業者等事業継続緊急支援金」(下の囲みを参照)の**支給決定を受けた事業者**
※事業主の所在地が道外の場合は、同支援金の売り上げ要件と原材料等コスト要件を満たしている事業者。
 - 3 原則、**市内に**事業を行うための**専用の事業所または店舗を構えている**事業者

支給金額(定額)

- 中小・小規模事業者 10万円
個人事業者 5万円

道内事業者等事業継続緊急支援金
◆詳細 北海道事業継続緊急支援金事務局 ☎011(350)6711

対象事業者
次の**全てに該当する**事業者

- 1 令和3年11月～4年10月のいずれかの月の**売り上げが**、平成30年11月～令和2年3月の同月比で**20%以上減少**(売り上げ要件)
- 2 令和3年11月～4年10月のいずれかの月に購入した**原材料等の単価が**、2年11月～3年10月のいずれかの月の単価よりも**増加**(原材料等コスト要件)

支給金額(定額)
中小・小規模事業者 10万円
個人事業者 5万円

申請締め切り
10月31日(月)

詳しくは北海道ホームページへ



申請方法

- 次の書類を**12月28日(水)までに産業振興課へ郵送(消印有効)**してください
- 1 **申請書**
市ホームページ(右の二次元コードからアクセス)から入手できるほか、希望者には郵送します
 - 2 北海道が実施する「道内事業者等事業継続緊急支援金」の**給付決定通知書の写し**
 - 3 市内での**事業の実態が確認できるもの**
例)会社概要パンフレット、事業に必要な許可証等の写しなど
 - 4 振込先口座の**通帳の写し**
名義(カナ)や金融機関名・支店名を確認できるもの

新型コロナウイルス感染症の影響による減収に加え、原油価格や原材料・資材等の物価高騰の影響を受けている市内の事業所や店舗の事業継続を支援する「小樽市事業継続緊急支援金」について、申請方法などをお知らせします。

◆詳細 産業振興課 ☎04111内線630、☎07432、☎0478660・花園2-12-1

支援金を支給します

減収や物価高騰の影響を受けている事業者の方へ

第5回 まちゼミおたる

で楽しく学ぼう！

🍴食べる 🍃健康・きれい 🎓学ぶ 🛠️作る

講座名	開催日	対象	店舗名
🍴 クラフトビール飲み比べ	9月18日(日)・27日(火)、10月1日(土)	20歳以上の方	Craft Liquor Bar SHARAKU ☎01155
🍴 コーヒーの美味しい淹れ方、焙煎士が教えます	9月20日(火)、10月4日(火)・11日(火)	どなたでも	コーヒーロースト小樽 ☎06837
🍴 おいしく楽しいお酒の飲み方教えます	9月15日(木)・22日(木)、10月6日(木)・13日(木)	20歳以上の方	地酒専門店酒商たかの ☎01100
🍴 もっと美味しいワインの楽しみ方	9月28日(水)、10月5日(木)・12日(木)	大人のみ	大正硝子酒器蔵 ☎02660
🍴 科学的に正しい筋トレ&ボディメイク	9月17日(土)、10月1日(土)・15日(土)	高校生以上の方	Personal Gym Takku ☎personal.gym.takku@gmail.com
🍴 セっけんとセスキで快適生活始めましょう！	10月5日(木)・13日(木)	中学生以上の方	絵本と環境雑貨ワオキツネザル ☎06355
🍴 見つかる！貴女のパーソナルカラーと眼鏡と旬メイク	9月24日(土)、10月8日(土)	どなたでも	KOMACHIYA メガネのサトウ ☎03434
🍴 マスクメイクとマスクなしのフルメイク	10月3日(月)・14日(金)	大人のみ	KOMACHIYA ☎03014
🍴 コロナ禍でトラブル肌の悩みを解決しましょ！！	9月15日(木)・20日(火)・28日(水)	女性のみ	KOMACHIYA
🍴 簡単！ヘアセット・セルフメイク	9月22日(木)・28日(水)、10月6日(木)	女性のみ	アリスビューティーコンプレックス ☎0983
🍴 ジェルネイル体験&簡単ネイルケア講座	9月15日(木)・21日(水)・29日(水)、10月5日(木)・6日(木)・13日(木)	未経験の方	hair laboratory Mellow ☎05533
🍴 「セブテンバー」を踊ろう！	9月17日(土)・21日(水)、10月2日(日)	大人のみ	So Nice ☎090(2693)0804
🍴 健康寿命を延ばすための体づくり	9月28日(水)、10月5日(水)	どなたでも	㈱丸三三ツ野菜局本店 ☎0145
🍴 足浴と自分で出来る手と足のリンパマッサージ	9月18日(日)、10月14日(金)	大人のみ	エステイメート ☎08525
🍴 運動習慣を身につけよう！	9月18日(日)・22日(木)、10月14日(金)	大人のみ	~unique 運動処方laboratory~ bami ☎080(4044)2408
🍴 自分でできる！！リフトアップヘッドスパ	9月15日(木)・21日(水)・23日(金)・25日(日)、10月4日(火)・8日(土)	大人のみ	Hair&Hawaiian Lomi Lomi salon Hau'oli ☎07174
🎓 お金のプロが伝授！一生役立つ資産形成講座	9月27日(火)・29日(木)、10月1日(土)	大人のみ	サンモールF P事務所 ☎07752
🎓 司法書士に聞く！相続手続！	9月15日(木)・27日(火)、10月1日(土)・5日(水)・7日(金)	大人のみ	司法書士法人レラ・カンテ ☎01467
🎓 楽しく学ぼう英会話	9月20日(火)・27日(火)、10月4日(火)	どなたでも	ヤマイシ石川源蔵商店 ☎080(7947)0810
🎓 堺町商店街の魅力をおもしろトークで伝えます	9月15日(木)	どなたでも	小樽堺町通り商店街 ☎04060
🎓 あなたにおすすめの映画を御紹介します！	9月16日(金)・17日(土)・18日(日)	どなたでも	ZIPレディース ☎06729
🎓 プロが教える！ミシンのお手入れと使い方+(プラス)	10月11日(火)	どなたでも	手芸のぎんざ ☎04141
🎓 リフォームってどんな？	9月17日(土)・24日(土)、10月1日(土)	大人のみ	東畳工業㈱ ☎035555
🎓 サービス付き高齢者向け住宅のあれこれ	9月28日(水)、10月5日(木)・12日(水)	どなたでも	ウィステリア小樽稲穂 ☎01722
🎓 ドクターモリモトの素粒子実験！	9月22日(木)・30日(金)、10月4日(火)	小学生以上の方	㈱北海道時事放声社 ☎02107
🎓 筆ペンで上手に文字を書く	9月19日(月)・23日(金)・26日(月)・30日(金)、10月3日(月)・7日(金)	どなたでも	㈱越後屋陶器店 ☎031633
☝ サンキャッチャーの作り方講座	9月20日(火)・28日(水)、10月6日(木)	どなたでも	EL FARO<ハンドメイド雑貨店> ☎080(6387)7624
☝ 網代編みで、かわいいミニカゴ作り	9月20日(火)・30日(金)、10月7日(金)・11日(火)	大人のみ	貴tattoo ☎080(9039)1870
☝ 履き心地も快適な、布草履を作ろう！	9月23日(金)・27日(火)、10月4日(火)・14日(金)	大人のみ	貴tattoo
☝ たるころ秘伝！いくら醤油漬けの作り方	9月17日(土)・27日(火)、10月6日(木)	大人のみ	おたるの魚料理教室 taru-koroたるころ ☎090(7646)4641
☝ おいしい・かわいい「みそ玉」作り	10月8日(土)・13日(木)	大人のみ	おたる味噌工房花園店 ☎07062

商店街で働く皆さんが講師となり、プロならではの専門的な知識などを伝えます。申し込みは9月5日(月)(休業日の店舗は翌営業日)から電話で各店舗へ。全て1回講座で、受講料は無料です(材料費が必要な場合があります)。なお、講座により定員や開催時間が異なります。

◆詳細 商業労政課 ☎04111内線265、☎07432

結核は「現代の病気」 どのような病気が知っていますか？

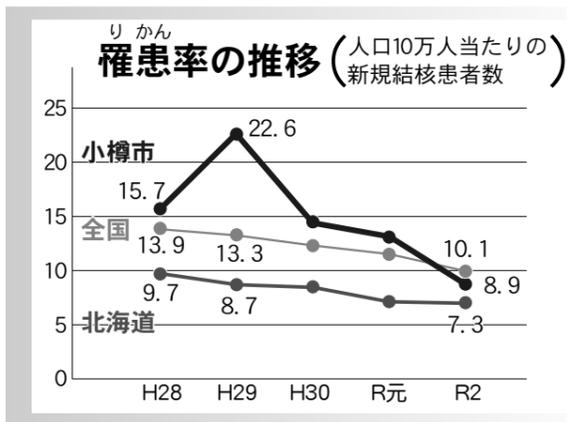
結核は昔の病気と思われがちですが、今でも、全国で1日に平均で35人が発病し、5人が命を落としている重大な感染症です。ここでは、結核の症状や、その予防法などについてお知らせします。

結核は「現代」の病気です

市内では、毎年10〜15人の人が新たに結核を発病しており、令和2年の罹患率（人口10万人当たりの新規結核患者数）は8・9となっています。全国の罹患率は10・1と比較すると低い値となっていますが（下のグラフを参照）、これは、新型コロナウイルス感染症の影響により、健診の延期や受診者自身による「健診控え」が生じ、結核患者の発見が遅れたことによる一時的なものと考えられます。

結核は、発見が遅れると重症化することもありますが、健診や医療機関の受診による早期発見・早期治療が大切になります。

患者の年齢構成は、80歳以上が6割と高い割合を占めています。これは結核がまん延していた時代に、すでに結核菌に感染していた人が、免



疫力の低下に伴って発病することが多いとされてきています。ただし、高齢者ばかりではなく、20〜50歳代の働き盛りの年齢での発病もあり、全ての年代にとって身近な感染症で

あることがわかります。

特徴は発病までの期間と 風邪と似た初期症状

結核は「空気感染」する病気です。感染者がせきやくしゃみをするにより、周りの人が結核菌を吸い込み、肺の中まで入ることで感染します。ただし、感染しても必ずしも発病するわけではなく、感染した人のうち、発病する人は1〜2割です。加齢や病気などで免疫力が低下することで、数年〜数十年後に発病する人もいます。

また、結核の初期症状は、風邪の症状とよく似ています。ただし、高齢者は、呼吸器症状（せき・たん）がなく、全身症状（体がだるい、微熱、体重減少、食欲低下など）がある場合があります。

結核から身を守るための三原則

■毎年胸部レントゲン検査を受ける
症状がなくても、毎年定期的に検査を受けることをおすすめします。40歳以上の方を対象に、胸部レントゲン検査による肺がん検診（65歳以上は結核検診を兼ねる）を無料で行っており、「パスツァーけんしん」などで受けることができます（20・21ページを参照）。

■健康的な生活を送り免疫力を高める
適度な運動、十分な睡眠、バランスの良い食事、たばこを吸わない、などが大切です。ただし、免疫力の弱い乳幼児は、結核に感染すると重症化しやすいため、遅くとも生後1歳までにBCGワクチンを確実に接種しましょう。

■症状が出たら受診する
呼吸器症状や全身症状が2週間以上続くときは、医療機関を受診しましょう。また、せきやたんが出る場合は、マスクをして周囲の人につまさないよう心掛けましょう。

完治させるために確実な服薬を

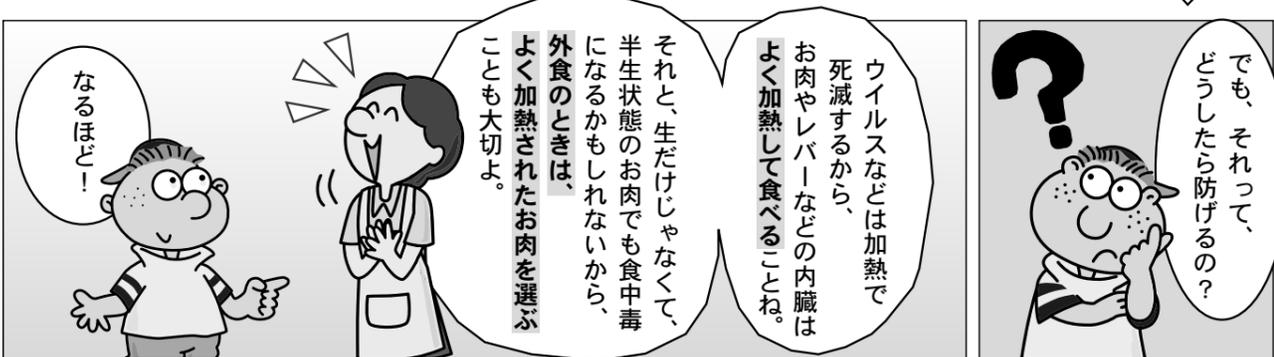
結核は、6〜9カ月間、数種類の薬をきちんと飲めば治る病気です。ただし、症状がなくなっただけからといって、自分の判断で服薬を不規則にしたり、やめてしまったりすると、再発する可能性が高くなってしまいます。さらに、結核菌が薬に対して「耐性」を持ち、治りづらくなってしまうこともあります。

結核を完治させるためには、毎日確実に服薬することが大切です。治療が無事に終わるまで、保健所の保健師が服薬を支援しています。

◆お問い合わせは、保健所健康増進課 ☎③110、☎②1469へどうぞ。

お肉 食中毒 による 注意

動物の体内に潜む細菌やウイルス、寄生虫。これらが付着したお肉等を食べると、食中毒になる可能性があります。ここでは、その症状や食べる前に注意することについてお知らせします。
◆詳細 保健所生活衛生課 ☎③118、☎②1469



カンピロバクター属菌

▷特徴 近年の細菌性食中毒発生件数のトップ。特に生や半生の鶏肉料理に注意！
▷症状 下痢、腹痛、発熱、頭痛、倦怠感。感染から数週間後に神経まひや呼吸困難などを起こす「ギラン・バレー症候群」を発症することも

サルモネラ属菌

▷特徴 主に鶏肉が原因となる。卵がこの菌に汚染されていることも
▷症状 腹痛、下痢、嘔吐、発熱

腸管出血性大腸菌

▷特徴 代表的な血清型はO157。感染力が強く、お肉以外にも汚染された食品が原因となることも
▷症状 激しい腹痛、水様性の下痢、血便。溶血性尿毒症や脳症を起こし死亡することも

E型肝炎ウイルス

▷特徴 潜伏期間は2〜9週間と長く、野生のシカ肉やイノシシ肉からの感染事例あり。豚レバーにも要注意
▷症状 発熱、悪心、腹痛、肝腫大、肝機能低下

トリヒナ(旋毛虫)

▷特徴 あらゆる動物に寄生する寄生虫で、日本ではクマ肉による感染事例あり
▷症状 感染から1〜2週間で腹痛や下痢などを起こし、その後、眼瞼浮腫、筋肉痛、6週目には全身浮腫、貧血、心不全などを起こし重症化することも

あなたは何問
正解できる？

災害から身を守るのは平時の備え

防災クイズ

↑知識がクイズを難しくしてお



近年の気候変動により、北海道でも局地的に激しい雨が降る頻度が高まっており、大雨による災害は決して他人ごとではありません。9月1日「防災の日」を機に、平時の備えや災害時の行動について改めて見直しましょう。

◆お問い合わせは、災害対策室 ☎ 4111 内線 441、FAX 9955 へどうぞ。

Q 気象庁が土砂災害警戒情報を発表し、市は避難指示を発令しました。このときとるべき行動とは？

あなたの答え

Q 仕事をしているとき、大きな地震が発生しました。家に帰ろうとしましたが、道路が寸断されています。事前にどんな備えをしておくべきだったのでしょうか？

あなたの答え

Q あなたは常に何ℓのお水を備えていますか？

あなたの答え

Q 大きな地震が起きた後、外のスピーカーから何か聞こえますが、何と言っているのか聞き取れません。この情報を電話で聞くには、何番にかけるといいでしょうか？

あなたの答え

Q あなたは、次の三つのうち、どの情報を信じますか？

SNS

- 知り合いのアカウント @otaru_taro
もうすぐ断水するらしい！
- 知らないアカウント @fake_love
動物園からクマが逃げたって
- 小樽市公式アカウント @OtaruCity
市役所前で食料を配布します

A **全員避難**
警戒レベルに応じたとるべき行動を復習しよう！

気象庁は、大雨など災害に結びつくような激しい現象が予想される場合に数日前から「早期注意情報」を発表し、その後の危険度の高まりに応じて段階的に注意報、警報、特別警報を発表します。市が発令する避難情報は、この防災気象情報を参考にしています。

市が発令する避難指示や高齢者等避難を発令したときは速やかに避難行動をとってください。避難情報が発令されていなくても、防災気象情報が発表されたときは、自らの判断で必要な行動をとりましょう。日頃から気象情報に関心を持ち、早めに情報を入手するようにしましょう。

A **ハザードマップ等で安全な避難経路を把握**
ハザードマップ、知っていますか？

自宅や学校・職場などの周辺にある避難場所や避難所、災害が想定されている区域をハザードマップ等により把握しておき、安全な避難経路を決めておきましょう。

津波・土砂災害・洪水等のハザードマップは、市役所や各サービスセンターで配布しているほか、市ホームページに掲載しています（右の二次元コードからアクセスできます）。

A **1ℓ以下なら、危険かも…**
飲料用として1人当たり最低1日1ℓ必要。1日3ℓあると理想的！

電気やガス、水道などのライフラインが止まった時に備え、日頃から在宅避難用の備蓄品を準備しておきましょう。

在宅避難用の備蓄品の例
最低3日分、できれば1週間分を準備

- 食料：缶詰、レトルト食品、インスタント食品、離乳食、介護食、粉・液体ミルクなど
- 飲料水
- 水用ポリタンク
- 簡易トイレ
- カセットこんろ、ガスボンベ
- 電池点火式ストーブ
- 照明器具：ランタン、懐中電灯など
- その他：寝袋、水のいらぬいシャンプー、ペット用品など

避難時の持ち出し品の例
すぐ持ち出せるよう、リュックサックにまとめておく

- 食料：携帯食（チョコレート、あめなど）、離乳食、介護食、粉ミルクなど
- 貴重品：現金、保険証、運転免許証など
- 避難用具：懐中電灯、携帯ラジオ、乾電池、ヘルメット、軍手、運動靴、笛・ブザーなど
- 衣類：着替え、タオル、雨具、防寒具など
- 医薬品類：薬、お薬手帳、ばんそうこうなど
- 感染症対策用品：マスク、アルコール消毒液、体温計など

警戒レベルに応じたとるべき行動

警戒レベル	とるべき行動
5 大雨特別警報等 =警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難！=	緊急安全確保 命の危険が迫っているため、直ちに身の安全を確保してください
4 土砂災害警戒情報等	避難指示 危険な場所から全員退避してください
3 洪水警報等	高齢者等避難 高齢者や障害がある方など、避難に時間がかかる方は危険な場所から退避してください
2 大雨注意報等	避難に備え、避難先や避難経路を再確認してください
1 早期注意情報	災害状況の悪化に備え、最新情報に注目してください

※市では、災害の種類や規模に応じて開設する避難所を定め、速やかに情報をお伝えますので、13ページの「正確な情報の入手方法」を参考に、市からの情報を常に確認してください。

A **この三つなら市公式アカウント以外の情報に注意！**
インターネット上で、「デマ情報」が広がることも…

市では、ホームページやSNSのほか、複数の手段で情報を発信します。日頃から正しい情報の入手方法を確認しておくとともに、インターネットなどで不確かな情報を発信しないよう注意しましょう。

正確な情報の入手方法

詳しくは、下の「正確な情報の入手方法」の「小樽市防災行政無線」を確認！

正確な情報の入手方法

ラジオ「FMおたる(76.3MHz)」
大きな災害が発生した際は、市が直接緊急情報を放送します。また、発災後は、避難所や支援物資の情報など、地域に密着した生活関連情報などを放送します。なお、インターネットを通じたサイマル放送でも聴くことができます。

小樽市防災行政無線
沿岸地域に設置している屋外拡声子局（スピーカー）から、緊急地震速報、津波警報、避難情報などの災害に関する重要な情報を放送します。聞き取りにくい場合は、☎1199（自動応答）で同様の放送内容を聞くことができます。

緊急速報メール
気象庁が配信する緊急地震速報、津波警報や特別警報のほか、市からの災害・避難情報をドコモ・au・ソフトバンクモバイル・楽天モバイルが市内の電波圏内の受信可能な状態の携帯端末に配信します。

登録制メール
登録した方へ緊急性の高い防災関連情報等をメールで配信するサービスです。登録するには、下記のアドレスへ空メールを送信してください。
☒bousai.otaru-city@raidan3.ktaiwork.jp

小樽市公式SNS (LINE・Facebook・Twitter)、公式ホームページ
災害時は、緊急情報や災害関連情報を発信します。SNSは、右の二次元コードを読み取るか、ユーザー名等で検索してください。

LINE @otarucity
Facebook @otarucity
Twitter @OtaruCity

Yahoo! 防災速報
スマートフォン用アプリを活用して、災害が発生する恐れがある場合や災害発生時に、避難情報や避難所開設情報などの防災情報を配信するサービスです。詳しくは、市ホームページの、防災・安全／防災／災害時の情報伝達／Yahoo! 防災速報をご覧ください。