



子育て

へらし

教育文化

健康

その他

児童扶養手当(令和7年5月〜6月の2カ月分)の支給日は7月11日(金)です。

くらし

支援

海浜休憩所利用助成

〓7月11日(金)〜8月24日(月)の
蘭島海水浴場の海浜休憩所利
用券、シャワー利用券を交付
〓身体障害者手帳・療育手帳・
精神障害者保健福祉手帳の交
付を受けている市内在住の方
要件を満たすその介護者
〓各種手帳を持って 福祉総

施設

とみおか児童館の移転

新所在地 花園2・10・18
※移転日と移転に伴う臨時休
館日は必ず確認を。
〓子育て支援課 〓416、
〓7031



〓勤労女性センター

者・12組(先着) 〓市内に在
住または通学する小学生と保
護者・12組(先着)
〓1は7月15日(火)まで、2は
7月22日(火)までに
〓の予約フォーム
または電話で健康
増進課へ

〓保健所健康増進課 〓3
110、〓1469
〓保健所健康増進課 〓3
110、〓1469

どさんこ子育てカードの 対象年齢拡大

開始 7月1日から 〓18歳以下(小学
生以下から拡大)
※カードは子育て支援課、こども福祉課、
こども家庭課、駅前・銭函・塩谷の各サ
비스センター等で配布。
〓子育て支援課 〓398、〓7031

合相談室へ
〓福祉総合相談室 〓303、
〓6915

資源回収団体奨励金

〓1月〜6月の回収実施分
7月31日(木)までに申請書等

ゆずります・さがしています

〓探りたい物 〓緑線入り風景画(大)、折り畳みベッド、セミダブルベッド
(マットレス付き)、製パン機(家庭用)、座布団10枚 〓探している物 〓煙
突式ストーブ、バドミントン用具(シャトル・ラケット)、テレビ用ワイ
ヤレススピーカー
〓消費者協会 〓3682、〓7978

シニアスマホ教室

〓〓下の表のとおり。テーマ別の教室(各1時間)と操作に関する個
別相談室(1人30分まで) 〓市内在住の60歳以上の方・各教室10人・
相談室8人(各抽選) 〓開催日の2週間前までに電話で福祉総合相談室
へ。希望する時間ごとに受け付け

とき	教室名	7月25日(金)	7月30日(木)	8月26日(火)
前10時	安全に使うために(詐欺メールの対処など)	LINEの使い方	LINEの使い方	LINEの使い方
前11時	カメラ・QRコードの使い方	インターネットの使い方	インターネットの使い方	インターネットの使い方
後1時	LINEの使い方	アプリの追加	地図アプリの使い方	地図アプリの使い方
後2時	相談室	相談室	相談室	相談室
ところ	生涯学習プラザ	いなきたコミュニティーセンター	駅前ギャラリー(小樽駅前第1ビル内)	駅前ギャラリー(小樽駅前第1ビル内)

〓福祉総合相談室 〓412、〓1128

こども家庭センター「にこにこ」 (ウイングベイ小樽内)の催し

母親・両親教室「にこたまクラブ」

〓7月8日(火)・22日(火)の前10時〜11時30分、
7月17日(火)・24日(火)・31日(火)の後1時30分
〜3時 〓出産の準備や産後の生活、新生
児の抱き方や沐浴の方法を学ぶ 〓妊婦と
パートナー等(1人のみ可)・各日2組
〓開催日前日までにこども家庭課へ

〓おひさまひろば/〓のびのびひろば

〓7月8日(火)・23日(火)、〓7月24日(火)の
各前9時45分〜11時30分 〓自由遊び、保
健師・保育士・栄養士・歯科衛生士による
相談と〓は身体計測、〓は心理相談員による
相談と前10時から育児に関するミニ講話
〓〓おむね1歳6カ月までの子どもと保
護者・各日8組程度(先着)、〓おむね1
歳6カ月〜2歳6カ月までの子どもと保護者・7
組程度(先着) 〓開催日前日までにこども
家庭課へ

ベビともサロン

〓7月10日(火)前10時〜11時30分 〓自由遊
び、保健師・助産師・保育士による相談
〓おむね1歳までの子どもと保護者・10
組(先着) 〓開催日前日までにこども家庭
課へ

〓こども家庭課 〓5208、〓8388

もぐもぐひろば(離乳食教室)

〓7月31日(火)前10時30分〜正午 〓栄養士・
歯科衛生士による講話、情報交換 〓お
むね4〜6カ月の子どもの保護者・8組程
度(先着) 〓7月29日(火)までに〓の予約
フォームへ

〓保健所健康増進課 〓3110、〓1469

子育て支援センターの催し

あそびのひろば

〓7月3日(火)、〓7月10日(火)、〓7月
17日(火)、〓7月24日(火)の前10時15
分〜11時45分 〓〓ふれあい桜(桜1)、
〓緑木町会館(緑2)、〓幸会館(幸3)、
〓富岡公民館(富岡1) 〓就学前の子
どもと保護者

かぜのこーるーム

〓7月7日(月)・14日(月)・28日(月)の後2
時〜3時30分 〓富岡公民館 〓3歳
未満の子どもと保護者

かぜのこパーク

〓7月4日(火)・11日(火)・18日(火)の前10
時30分〜正午 〓いなさ
た児童館 〓3歳未満の
子どもと保護者

すくすくひろば

〓7月30日〜8月27日の水曜日、前10
時30分〜正午(全5回) 〓とみおか児
童館 〓親子遊び、栄養と歯科の講
話、参加者交流など 〓6〜9カ月の
子どもと保護者・10組(抽選) 〓7
月9日(火)〜18日(火)(土・日曜日を除く)
に子育て支援センター「風の子」へ

〓「風の子」 〓0822、〓9536

わくわく講座「親子バス遠足」

〓7月16日(火)前10時〜後1時30分 〓
紅葉山公園(石狩市) 〓就学前の子
どもと保護者・4組(抽選) 〓子ども
1人につき500円(弟や妹と一緒に参加
の場合は、1人につき100円加算) 〓
7月10日(火)まで(土・日曜日を除く)
の前9時〜後5時にわくわく広場へ
〓同広場 〓8003、〓1234

子育て講座「どならない子育て〜ほめ ながら子育てしましょう」

〓7月22日(火)前10時〜11時 〓子育て
支援センター「げんき」(奥沢保育所併
設) 〓就学前の子どもと保護者・7組
(抽選) 〓7月9日(火)まで(土・日曜
日を除く)に「げんき」へ

〓「げんき」 〓5039、〓4641

子育て講座「ベビーマッサージ〜親子 でのんびりリラックス」

〓7月25日(金)前10時〜11時30分 〓子
育て支援センター「あそび」(銭函保
育所併設) 〓3歳未満の子どもと保
護者・10組(抽選) 〓7月9日(火)まで
(土・日曜日を除く)に「あそび」へ

〓「あそび」 〓0059、〓2890

遊びだよ!全員集合!!

〓7月19日(土)前10時〜正午、7月24日(火)・31日(火)の後6時〜8時 〓高島小学
校温水プール 〓小樽水泳協会 〓市内在住の幼稚園や保育園の園児・各日
20人(抽選) 〓7月13日(火)までに〓の予約フォームへ
〓生涯スポーツ課 〓7415、〓6608

情報 パレット



●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。

自分らしく生きる いつまでも安心の「わが家」

中央バスグループ
サービス付き高齢者向け住宅

Myラシック塩谷

マイラシック塩谷 検索

管理運営:中央バスグループ マイラシックライフサポート 株式会社 小樽市塩谷2丁目2-21(国道5号線沿い) 定員:84戸88名

中央バスグループがお届けする介護付きホーム
安心・快適・長寿の生活

- 利用料金 132,080円/月(税込)〜 食費含む。(1ヶ月を30日間/3食の場合)
- 入居資格 満60歳以上の方(要支援・要介護の方は60歳未満でも入居可能) 〓

※介護サービス利用料は別途となります。

TEL.0134-64-1185



教育文化

催し
夏休み子ども体験教室「**材を使ってリサイクル工作**」

〇8月6日(木)後1時30分～3時30分

〇いなぎたコミュニティセンター

〇小学生・20人(先着・小学3年生以下は保護者同伴)

〇事前に消費者協会へ

〇消費者協会 ☎3682、
☎7978

親子企業見学会

〇8月1日(金)後1時30分～5時

〇朝ササキ鉄工場(桂岡・オーエスマシナリー)朝小樽工場(銭函3)

〇市内に在住または通学する小・中学生と保護者・10組20人程度(抽選)

〇7月14日(月)までに郷の予約フォームへ

〇産業振興課 ☎263、
☎7432

総合博物館の催し

〇総合博物館 ☎2523、☎2678、
E3museum@city.otaru.jp

本館

〇一般400円、高校生・市内在住の70歳以上の方200円、中学生以下無料。年間パスポートも利用可
〇鉄道歴史体感プログラム「明治風の客室に乗りよう」
〇10月13日(祝)まで/前11時30分～後1時30分・後3時30分
〇各回120人(先着)

〇入館料のみ
※整備、点検のため、毎週火曜日、7月7日(月)・14日(月)・23日(木)・24日(木)・28日(月)は全便運休、7月2日(木)・9日(木)・16日(木)・30日(木)は前11時30分便のみ運休。故障時は臨時運休。
〇プラネタリウムの投影
〇7月2日(木)～24日(木)の月・水～金曜日/後2時30分、土・日曜日、祝日、7月25日(金)～8月21日(木)(火曜日を除く)/正午・後2時30分
〇各回30人(先着・小学3年生以下は保護者同伴)

〇入館料のみ
〇各投影時間の1時間前から正面窓口へ
〇プラネタリウムの特別投影「月の模様」
〇7月12日(土)後6時30分～7時10分
〇小学生以上・30人(先着・小学生は保護者同伴)

〇7月2日(木)～24日(木)の月・水～金曜日/後2時30分、土・日曜日、祝日、7月25日(金)～8月21日(木)(火曜日を除く)/正午・後2時30分
〇各回30人(先着・小学3年生以下は保護者同伴)

〇入館料のみ
〇各投影時間の1時間前から正面窓口へ
〇プラネタリウムの特別投影「月の模様」
〇7月12日(土)後6時30分～7時10分
〇小学生以上・30人(先着・小学生は保護者同伴)

〇7月2日(木)から総合博物館本館へ
〇星空観望会「月の模様を見よう!!!」
〇7月12日(土)後7時30分～9時(悪天候時は中止)
〇小学生以下は保護者同伴
〇博物館ボランティア展示解説会(鉄道)
〇7月13日(日)前10時45分～11時・後0時45分～1時・後2時45分～3時
〇入館料のみ

〇限定コロナ「蒸気機関車in 機関車庫三号」
〇7月21日(祝)後2時～3時
〇アイアンホース号の機関車庫三号での入庫・出庫の様子を見学
〇入館料のみ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

〇野外
〇昆虫標本を作ろう
〇7月26日(土)前10時～後3時
〇天神浄水場前集合、午後は総合博物館本館(移動は各自で)
〇小学3年生以上・5組(先着・小学生は保護者同伴・1組4人まで)
〇入館料と保険料200円
〇7月2日(木)～23日(木)に総合博物館本館へ

催し

除雪相談会

〇7月17日(木)後2時
〇市民会館
〇昨年度の雪対策状況のお知らせ、意見交換
〇建設事業室維持課 ☎7578、☎4469

〇社会を明るくする運動【街頭啓発】
〇7月5日(土)後2時～3時
〇サンモール一番街
〇吹奏楽の演奏、啓発物配布

〇【作文コンテスト「犯罪や非行について、日常生活の中で感じたり考えたりしたこと」】
〇市内に在住または通学する小・中学生
〇在籍する学校に確認を

〇青少年課 ☎0920、☎0909

〇夏の暴力追放運動
〇7月21日(祝)～8月20日(木)
〇街頭放送による啓発

〇【物品配布】
〇7月25日(金)後2時
〇ウイングベイ小樽(築港)
〇生活安全課 ☎226、☎1345

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇原爆ポスター展
〇8月1日(金)～7日(木)の前9時～後9時(8月1日(金)は正午から)
〇長崎屋1階公共プラザ
〇総務部総務課 ☎213、☎1487

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

〇【市役所での申請・交付】
〇祝日を除く月～金曜日(7月17日(木)のみ8時まで、7月12日(土)前9時～後3時)
〇申請/本人確認書類2点、

納付の窓口

〇市道民税・森林環境税第1期分 納期限は6月30日(月)。未納の方は、至急納付を
〇固定資産税・都市計画税第2期分 納期限は7月31日(木) 納税夜間相談窓口(毎月最終木曜日) 7月31日(木)は、後8時まで市税の納付に関する相談や納税が可
〇口座振替 口座振替を希望の方は、通帳とその届け出印・納税通知書を持って、納税課または市内金融機関・郵便局へ。または、納税通知書に付いている預金口座振替依頼書を郵送で納税課へ

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

〇納税課 ☎251～255、☎5354
〇国民健康保険料・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 納期限は7月31日(木)
〇保険収納課 ☎445・446、☎6168
〇労働課 申告・納期限は7月10日(木)
〇小樽労働基準監督署 ☎7651

国民健康保険

限度額適用・標準負担額減額認定証の申請

〇限度額適用・標準負担額減額認定証(住民税非課税世帯の方)、限度額適用認定証(住民税課税世帯の70歳未満の方と、70～74歳で所得が現役1・IIの方)が引き続き必要となる方 申請 7月15日(火)以降に資格確認書等と申請書を直接または郵送で保険年金課へ
〇※申請書は同課で配布するほか、郷から入手可。希望者には郵送。
〇※マイナ保険証を利用している方は申請不要(過去12カ月でからの期間が90日以上の場合は申請が必要)。

〇保険年金課 ☎289、☎6168、☎047-8660・花園2-12-1

保険料の減額・免除

介護保険料の減額

〇次の①～⑤に該当する方。①65歳以上、②7年度介護保険料の所得段階が第2段階以上、③原則、居住用以外の不動産を所有していない、④預貯金の合計額が単身世帯で150万円以下(その他の世帯は300万円以下)、⑤世帯の総収入年額が生活保護基準年額の1.2倍以下
〇8年3月31日(木)までに介護保険課へ
〇※前年度減額となった方も、新たに申請が必要。

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号が分かる書類(離職した方又は離職票なども)を持って保険年金課へ。マイナバーカードからの申請も可
〇保険年金課 ☎292、☎6168

〇介護保険課 ☎454、☎6711
〇国民年金保険料の免除
〇失業等により保険料を納めることが困難な方 対象期間 申請日から最大で2年1カ月前の分までさかのぼることが可能
〇マイナバーカードが基礎年金番号



市民歩こう運動
 7月6日(日) 9時15分集合
 (雨天中止)
 ●長橋なえぼ公園(森の自然館前)集合・徳源寺(約7km・現地解散)・J.R塩谷駅(約6km)までの参加も可
 ●タオル、飲料水等
 ●生涯スポーツ課 7415、☎6608

自然観察会
 7月13日(日) 10時〜正午
 ●長橋なえぼ公園・森の自然館
 ●20人(抽選・小学生以下は保護者同伴)
 7月11日(金)まで(月曜日を除く)に同館へ
 ●森の自然館 ☎6061

大正湯前集合 築港臨海公園(約6km)
 ●ボール。持っていない方には事前予約で貸し出し可
 7月17日(木)までに小樽健康づくりウォーキングサポーターの会へ
 ※1カ月程度のボールのレンタルを希望する方は保健所健康増進課 ☎3110へ。
 ●同会 ☎090(6214)3608

総合福祉センター
 認知症の人を支える家族の会 ☎090(7050)419、☎1469

健康診査やがん検診など

●保健所健康増進課 ☎3119、☎1469、●市立病院 ☎1211、☎4085、済生会小樽病院 ☎4321、●札幌がん検診センター ☎011(748)5522

健診・検診の種類	対象・料金・受診回数	受診可否 ^{※1}			
		1	2	3	4
特定健診等	●加入保険による 受診回数 1年に1回	○	○	○	
胃がん検診	内視鏡検査 ^{※2} ●50歳以上の偶数年齢の方 ^{※3} 3000円 ^{※4} 受診回数 2年に1回	×	×	×	
	バリウム検査 ^{※2} ●40歳以上の方 ^{※3} 1000円 ^{※4} 受診回数 1年に1回	○	○	○	
大腸がん検診	●40歳以上の方 ^{※3} 1000円 ^{※4} 受診回数 1年に1回	○	○	○	
肺がん検診	●40歳以上の方 ^{※3} ●無料(喀痰検査500円 ^{※4}) 受診回数 1年に1回	○	○	○	
乳がん検診	●40歳以上の方 ^{※3} 1000円 ^{※4} 受診回数 2年に1回	○	△	○	
子宮頸がん検診	●20歳以上の方 ^{※3} 1300円 ^{※4} 受診回数 2年に1回	○	△	○	
肝炎ウイルス検査	●過去に受けたことがない方 ●無料 受診回数 1回だけ	×	○	×	

※1…○受診可、×受診不可、△医療機関によって受診可。
 ※2…同じ年度内に内視鏡検査とバリウム検査の両方の受診は不可。
 ※3…職場で受診できる方や、加入する健康保険で受診できる方を除く。
 ※4…70歳以上の方、生活保護世帯、市民税非課税世帯は、次のいずれかを提示することで無料。70歳以上の方へ年齢を確認できる書類、生活保護世帯へ生活保護手帳、市民税非課税世帯へ介護保険課が発行する介護保険料額決定通知書兼特別徴収開始通知書または介護保険料納入通知書、保健所が発行する書類など(「小樽市国民健康保険が発行する特定健康診査受診券」は適用外)

市内医療機関では、特定健診や各種がん検診等を通年で受け付け。特定健診は、健康保険の加入先(受診券を送付してきた事務局)に、各種がん検診等は、医療機関に確認を。下記で受診する場合は右の表を参照。
1) パスツアーけんしん
 ●バス発着場 ①8月1日(金) 前7時40分・ツルハ手宮店前→前7時50分・小樽駅前→前8時・住吉神社前→前8時10分・築港交番前、②8月18日(月) 前7時25分・塩谷サービスセンター前→前7時35分・オタモイ入口→前7時50分・小樽駅前→前8時・住吉神社前→前8時10分・築港交番前 ●札幌がん検診センター(札幌市東区) ●各日50人(先着) ①は7月11日(金)まで、②は7月28日(月)までに郵の申し込みフォームまたは保健所健康増進課へ
2) セットけんしん(特定健診とがん検診)
 市立病院/ 7月23日(木)、8月13日(木)・20日(木) 前9時〜10時30分 ●36人(先着) 7月1日(火) 前8時30分から電話で市立病院(聴覚または言語に障害がある方はファクス可)へ
 済生会小樽病院(子宮頸がん・乳がん検診を除く)/ 7月20日(木) 前6時30分〜8時30分 ●20人(先着) 7月1日(火) 前10時から電話で済生会小樽病院へ
3) 札幌がん検診センター(札幌市東区)
 ①事前に札幌がん検診センターまたは北海道対がん協会ホームページ(https://hokkaido-taigan.jp/reserve/sapporo/)へ

質問を入力すると…
 パスポートの申請

AI Chatbot

手続き等の質問に答えます

24時間 365日対応

LINEはここから↓

市ホームページ 市公式LINE 友だち追加

※個人情報に関するお問い合わせには対応していません。名前や住所など個人情報は入力しないでください。

ひきこもり家族相談会
 7月16日(木) 1時〜3時
 ●生涯学習プラザ
 ●ひきこもり当事者やその家族など
 ●地域活動支援センターやすらぎ ☎6878
催し
 タウンノルディックウォーキング
 7月19日(土) 前9時30分〜正午

献血車巡回

●下の表のとおり ●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) ●初回/運転免許証などの本人確認書類

とき	ところ
7月6日 前9時30分〜後0時30分 後2時〜4時	イオン小樽店屋外駐車場(築港)
7月7日 前9時30分〜11時30分 後0時15分〜1時30分 後3時〜4時30分	小樽警察署(富岡1) 教育委員会庁舎
7月10日 前9時30分〜10時30分 後0時15分〜4時30分 前9時30分〜10時15分	建設部庁舎 小樽医科大学(緑3) 小樽アスコン(塩谷1) 小樽道路事務所(長橋4)
7月23日 前10時45分〜11時45分 後1時30分〜2時15分 後3時〜4時30分	北海道宏栄社(天神2) 済生会小樽病院(築港) 小樽開発建設部(潮見台1)
7月24日 前9時30分〜11時30分 後3時45分〜4時30分	カイゲンファーマ株式会社(奥沢1)

●保健所保健総務課 ☎3117、☎1469

教室・スポーツ大会

トランポリン教室(夏休み)
 8月7日(木)・8日(金) 前9時30分〜11時30分 ●総合体育館 ●市内に在住または通学する小学生・20人(抽選) 7月7日(月)〜27日(日)に郵の申し込みフォームまたは直接、総合体育館へ
女性向けヨガ教室
 7月11日(金)・18日(金) 前10時〜10時45分 ●総合体育館 ●市内に在住または通学する18歳以上の女性・20人(抽選) 7月7日(月)までに郵の申し込みフォームまたは直接、総合体育館へ
 ①総合体育館 ☎3710、☎4334、☎047-0024・花園5-2-2
小学生水泳教室「短期コース」
 7月23日(木)・24日(木)・30日(木)〜8月2日(土) 前10時〜11時 ●フィットネスクラブ・ソプラティコ小樽 ●市内に在住の小学1・2年生(初心者)・30人(抽選・初めての方を優先) 7月1日(火)〜6日(日)(消印有効)に、直接または往復はがきかファクスでソプラティコ小樽へ。「小学生短期コース」と書いて、住所・氏名(ふりがな)・学年・生年月日・電話番号(ファクスの方はファクス番号も)を明記
 ①ソプラティコ小樽 ☎3100、☎0350、☎047-0024・花園4-17-3
ゲートボール大会
 8月4日(月) 前9時〜後3時 ●朝里川公園 ●1チーム(4人以上)3000円程度 7月16日(木)〜25日(金)に福祉総合相談室(ゲートボール協会加盟団体は同協会)へ
 ①福祉総合相談室 ☎412、☎31128

肺がん・結核の巡回検診

7月16日(木) 1時30分〜3時 ●高島会館前(高島5) ●17ページの枠内「肺がん検診」のとおり
 ※金属類の付いた服装は不可。なお、妊娠中の方の受診は不可。
 ①保健所健康増進課 ☎3119、☎1469

子育て応援アプリ母子モには妊娠中から使える 子育てに役立つ機能がたくさんあります!

成長のきろく 妊娠中から育児中まで
 予防接種管理 予定日が近づくとお知らせ
 地域イベント 小樽市のイベント情報や施設検索など

アプリストアからダウンロードしてカンタン登録! ▶

母子モ 検索

Web版▶https://www.mchh.jp

