

文 学
 〇文学館・美術館1階研修室
 〇市内在住の15歳以上の方・25人(抽選)
 〇8月15日(金)までに市の予約フォームへ
 〇小樽市観光基本計画策定支援事務局(株式会社JTB総合研究所) ☎03(6260)1213

相 談
 〇「たのきば出張相談会」
 〇8月26日(火)前10時〜後2時
 〇済生会ピレージ(ウイングベイ小樽内)
 〇生活に関する相談に応じる
 〇事前に電話で「たのきば」へ当日の受け付けも可
 〇「たのきば」 ☎1124、☎1128

そ の 他
 〇マイナンバーカードの申請と交付
 〇「市役所での申請・交付」
 〇祝日を除く月〜金曜日(8月21日(木)のみ)8時〜18時

要約筆記奉仕員養成講座
 〇9月16日〜11月11日の火曜
 〇9月16日(火)1時〜4時
 〇身体障害者福祉センター(稲穂4)
 〇要約筆記の方法と実技など
 〇9月2日(火)〜11日(月)曜日を除く、に小樽身体障害者福祉協会へ
 〇同協会 ☎4570、☎4571

市民ワークショップ「小樽の観光について考えよう」
 〇9月2日(火)後1時〜4時30分

北方領土返還要求運動強調月間
 〇8月31日(木)まで
 〇市役所別館案内 駅前・銭函・塩谷の各サビースセンター
 〇北方四島の早期返還の実現に向けてポスターの掲示や署名コーナーを設置、〇にも掲載
 〇「生活安全課」 ☎226、☎1345

福祉総合相談室 ☎412、☎1128

ウイルス性肝炎医療受給者証の更新
 〇有効期限が9月30日(火)までの「肝炎治療特別促進事業医療受給者証(B型慢性肝炎・核酸アナログ治療)」「ウイルス性肝炎進行防止対策医療受給者証」を持っている方
 〇8月29日(金)までに申請書を直接または、8月31日(日)(消印有効)までに郵送で保健所保健総務課へ
 ※対象者には案内を送付済み。届いていない場合は、同課へ。
 〇保健所保健総務課 ☎3115、☎1469、☎047-0008・築港11-1 ウイングベイ小樽1番街4階

ゆずります・さがしています
探りたい物 木製折り畳み座卓、電動ウォーカー、折り畳みテーブル(中・小)、バイク用メンズ革ジャンパー・ズボン、ステレオ、CDプレーヤー、CD(昭和歌謡曲ほか)、五月人形、板ガラス(半紙判)、温冷ボックス、草刈機、電動アシスト自転車、アナログテレビ(14インチ)、液晶テレビ(中型・テレビ台付き)、クラシックギター、フォークギター、ドラム(スネア・シンバル)、電子ピアノ **探している物** 剣先スコップ、炭酸水製造機、毛糸
 〇消費者協会 ☎3682、☎7978

生活支援員養成講座
 〇8月26日(火)前10時〜後3時
 〇生涯学習プラザ 〇高齢者や障害者がある方を支援する生活支援員を養成
 〇8月19日(火)(消印有効)までに電話または郵送、ファクス、メールで小樽・北しりべし成年後見センターへ。氏名、生年月日、住所、職業、電話番号、メールアドレス、持っている資格を明記
 ※講座を修了した方は、社会福祉協議会の生活支援員候補者として登録。
 〇同センター ☎1231、☎2575、☎047-0032・稲穂2-22-1、☎kouken@otaru-shakyo.jp
ほほえみフェスタ2025
 〇8月28日(木)・29日(金)の前11時〜後3時
 〇ウイングベイ小樽(築港) 〇市内の障害者団体の作品展示や障害者施設で作った工芸品などの販売
 〇福祉総合相談室 ☎444、☎6915
原爆の日・終戦記念日に黙とう
 〇原爆の日/8月6日(木)8時15分、8月9日(日)前11時2分、終戦記念日/8月15日(金)正午
平和映画上映会
 〇8月17日(水)前10時30分、②後1時30分 〇図書館 〇子ども向け映画
 〇総務部総務課 ☎213、☎1487
小樽市職労者追悼式
 〇8月15日(金)前11時55分〜後0時45分 〇市民センター
 〇福祉総合相談室 ☎301、☎6915
即戦力を目指す!パソコン講座(基礎編)
 〇8月19日(火)〜23日(土)、8月25日(月)〜29日(金)の前10時30分〜後3時
 〇ウイングベイ小樽 〇パソコン検定3級レベルのスキルの取得を目指す **講師** 金井みゆき氏(株式会社フレックスジャパン) ☎15
 〇福祉総合相談室 ☎6587、☎6588
 または商業労政課 ☎262

シニアスマホ教室
 〇下の表のとおり。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)
 〇市内在住の60歳以上の方・各教室10人・相談室8人(各抽選) 〇開催日の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

	9月4日(木)	9月26日(金)
とき・教室名	前10時 カメラ・QRコードの使い方	前10時 カメラ・QRコードの使い方
	前11時 アプリの追加	前11時 地図アプリの使い方
	後1時 インターネットの使い方	後1時 LINEの使い方
	後2時 相談室	後2時 相談室
ところ	コープさっぽろ小樽南店(入船1)	銭函市民センター

〇福祉総合相談室 ☎412、☎1128

市営・道営住宅の入居者募集

市営住宅
【一般世帯向け】
 〇8月7日(木)後5時20分(消印有効)までに申請書類と同意書を郵送(110円分の切手を貼り、住所・氏名を明記した返信用封筒と持っている方は市営住宅申込記録簿を同封)または、直接、市営住宅管理事務所へ
 ※申請書類は同事務所入り口と建築住宅課に設置。
【特定目的住宅(車いす・高齢者・ひとり親・障害者・低所得者)】
 〇8月7日(木)後5時20分までに印鑑と収入が分かる書類(持っている方は生活保護手帳や障害者手帳等)を持って同事務所へ
【随時募集】
 〇事前に問い合わせの上、印鑑を持って同事務所へ
 ※パートナーシップ宣誓制度利用の方が、パートナーと入居する場合、パートナーシップ宣誓受領カードの提示が必要。
 〇同事務所 ☎5660、☎5680、☎047-0024・花園4-5-8ハイツクラシカ1階

住宅名	間取り	階	戸
入居人数/1人以上			
新光中層	2DK	5	2
〇若竹1	1LDK	3	1
△最上改良	2DK	1	3
祝津	2LDK	2・3	5
塩谷中層	3DK	2	1
入居人数/2人以上			
張楯	2LDK	2・3	2
新光中層	3DK	3・5	2
桜東	3DK	1・3	8
入居人数/3人以上			
〇桜E	2LDK	3	1
最上A	2DK	4	1
最上A	2LDK	2	1
〇オタモイ	2LDK	3	1
入居人数/3人以上			
〇銭函	3LDK	2・8	2
新光中層	4DK	4	1
桜A	3LDK	1・3	3
〇桜E	3LDK	2~4	3
〇若竹1	3LDK	5・7	2
松ヶ枝A	3LDK	3	2
緑A	3LDK	4	2
緑B	3LDK	2	1
入居人数/4人以上			
祝津	4LDK	4・5	2

随時募集(一般世帯向け)

地区名	入居人数
祝津、塩谷地区	2人以上

特定目的住宅(高齢者・ひとり親・障害者・低所得者・車いす)

住宅名	間取り	階	戸
入居人数/単身のみ			
〇〇新光E	1LDK	1	1
入居人数/1人以上			
松ヶ枝A	2DK	1	1
〇手宮公園	2DK	1	1
祝津	2LDK	2・3	6
入居人数/2人以上			
〇オタモイ	1LDK	1・2	2
入居人数/2人以上			
〇銭函	2DK	1・5	2
桜東	3DK	3・4	2
最上A	2LDK	3	1
〇〇勝納	2LDK	1	2
〇手宮公園	2DK	1	1
入居人数/3人以上			
桜A	3LDK	1・2	3
松ヶ枝A	3LDK	2・3	3
緑A	3LDK	1・3	2
祝津	3LDK	5	1

随時募集(一般世帯向け事故空き家)

地区名	入居人数
桜、最上地区	2人以上
松ヶ枝、緑地区	3人以上

道営住宅
 〇8月12日(火)〜14日(木)の後4時までに申込書を直接、または8月14日(木)後4時(必着)までに郵送(110円分の切手を貼り、住所・氏名を明記した返信用封筒と持っている方は抽選カードを同封)で、北海道住宅管理公社小樽支所へ
 ※書類に不備のない場合のみ受け付け。

住宅名	間取り	階	申し込み番号
入居人数/2人以上			
最上	2LDK	1	①・③
〇最上	2LDK	4	②
〇新光	3LDK	5	④
入船第2	3LDK	1	⑤
〇銭函西	3LDK	2	⑥
〇築港	2LDK	9	⑦
子育て世帯向け			
〇であえろ福北団地(新築)	2LDK	1	⑧
事故物件			
〇最上	3LDK	3	⑨

〇同支所 ☎9698、☎047-0021・入船2-10-13日成ビル2階

小樽市医師会主催 第8回小樽市民病気予防セミナー
RIZAPトレーナーに学ぶ「快眠」
 令和7年8月30日(土)14:00~15:40 | 13:30開場
 会場 小樽市勤労女性センター大ホール
 講師 (株)RIZAP(ライザップ) パーソナルトレーナー 竹田津 瑛信 氏
 筆記用具 + (動きやすい服装) でお越しください!
 参加費 無料
 前中申込 不要
 小樽市医師会 TEL.0134-22-4112(平日9:00~17:00)

空と海に抱かれて永久の安らぎを
 日光院永代供養堂
 「そらうみ」
 一室価格 33万円 二室価格 60万円
 高野山真言宗 小樽高野山 日光院
 〒047-0033 小樽市富岡2丁目22-22
 TEL.0134-22-2989
 MAIL:nikoitotaru@gmail.com

生活習慣病予防には、こんなお弁当が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者の資格を受けております。お問い合わせは当社までご連絡ください。
 〇普通食 おかずのみ 626円
 〇ごはん+おかず 680円
 〇特別食 おかずのみ 734円
 〇普通食+1食、ごはん+おかず 788円
 〇お昼+夜食 9:30~12:30 別の食材のお届け承ります。
 〇お昼+夕食 13:00~17:00
 〇お申し込み先 ☎047-0003 小樽市真田1丁目20番36号
 http://www.sanga-kokini TEL.0134-34-2130

住宅の事ならなんでもご相談ください!
見積無料
 屋根板金工事
 外壁サイディング工事
 ベンキ塗装 住宅の除排雪
 解体 住宅工事全般
 小さな工事もお気軽にご相談ください!
 TEL.0134-68-9025
 もしくは 090-1300-9049
 小樽市沢沢 4-29-28 遠藤板金

子育て
くらし
教育文化

健康
その他

子育て
くらし
教育文化

健康
その他

教育文化

文学館 〇無料展示「小樽の40年をたどる写真展」
〇8月11日(祝)まで

美術館 〇企画展関連事業「高木陽春のポートレート撮影会」
〇8月9日(土)・10日(日)の朝11時〜夜4時
〇編纂 高木陽春氏(フोटोगラファー)
〇各日10人(先着)

〇観覧料(一般700円、高校生・市内70歳以上の方350円、中学生以下無料)とプリント代(2Lサイズ1000円、6切サイズ2000円)
〇事前に電話で美術館へ
〇撮影時間は1人30分程度。
〇常設展関連事業「戦後80年企画来館者センター」
〇8月9日(土)〜17日(日)
①「原有徳著作の競争体験記「裸燈」を来館者に進呈」
②高校生以上・30人(抽選)
〇観覧料のみ

ギャラリー企画展「脇野若術展vol.2」
〇8月15日(金)〜17日(日)の朝10時〜夜5時

連続アートレクチャー第3回「カンディンスキーと抽象絵画」
〇8月30日(土)朝10時〜11時30分
〇講師 若名真(美術館長)
〇40人(先着)
〇5000円(ミュージアムシヨップボランティア登録者は無料)
〇事前に電話で美術館へ
〇美術館 ☎0035、☎2388

〇朝里郵便局での申請
〇祝日を除く月〜金曜日の朝9時〜夜5時
〇持っている方は個人番号カード交付申請書
〇※申請時に顔写真の撮影可。
〇※朝里郵便局は申請のみ。市役所にて交付。
〇戸籍住民課 ☎296、☎4644

総合博物館の催し

総合博物館本館 ☎2523、☎2678、☎museum@city.otaru.lg.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
〇鉄道歴史体験プログラム「明治風の客車に乗ろう」
〇10月13日(祝)まで/朝11時30分〜夜11時30分/夜3時30分
〇各回120人(先着) 〇入館料のみ ※整備、点検のため、8月4日(月)・13日(火)・18日(日)・25日(日)・27日(火)は全便運休、8月6日(水)・20日(水)は朝11時30分のみ運休。故障時は臨時運休。
〇星空観望会「夏の星空を見よう」
〇8月11日(祝)朝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)
〇8月11日(祝)朝10時45分〜11時、夜0時45分〜1時、夜2時45分〜3時 〇入館料のみ
〇プラネタリウムの投影
〇8月21日(木)まで(火曜日、8月7日(火)・8日(水)を除く)・8月23日(土)〜31日(日)の土・日曜日/正午・夜2時30分、8月22日(金)〜29日(木)までの月・水〜金曜日/夜2時30分 〇各回30人(先着・小学3年生以下は保護者同伴)
〇各投影時間の1時間前から正面窓口へプラネタリウム特別投影「天の川」
〇8月11日(祝)夜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) 〇事前に総合博物館本館へ
〇8月31日(日)夜4時〜4時40分 〇平間さと子氏(ピアニスト)
〇小学生以上・25人(先着・小学生は保護者同伴) 〇入館料のみ 〇事前に電話またはおの予約フォームへ
〇※イベント中の入退場不可。

館外
〇青少年のための科学の祭典小樽大会
〇8月7日(木)・8日(金)の朝11時〜朝11時50分・夜1時20分・夜2時10分・夜3時10分(7日(水)のみ) 〇ウイングベイ小樽 〇科学実験や工作などの体験 〇小学生〜高校生・各回100人(先着) 〇開催日前日までに青少年のための科学の祭典小樽大会ホームページ(https://forms.gle/ugQG22x6svxpmcws9)の申し込みフォームへ

わくわく共育ネットワーク

下記の催しは全て、〇生涯学習プラザ 〇開催日前日までに生涯学習プラザへ
〇家庭教育♥学びカフェ①「子どもの心に届くメッセージ」/②「ハッピーお片付け講座〜心も部屋もすっきり整うコツ」
①8月20日(火)夜〜3時、②9月2日(火)朝10時〜正午 〇講師 ①北博司氏(社会福祉士・精神保健福祉士・相談支援専門員ほか)、②高木有美氏(整理収納アドバイザー) 〇子どもに関わる全ての大人・①20人、②10人(いずれも先着) 〇筆記用具
〇子どもの居場所プロジェクト「子どもカフェ」
〇8月25日(月)朝10時〜正午 〇居場所や学びの場の提供。プログラミング体験なども可 〇不登校や形式卒業の小・中学生、高校生・5人(先着)
〇夏のジオラマ
〇8月16日(土)朝11時30分〜12時 〇レジンや粘土を使って小物入れの時に夏の景色を作る 〇小学生以下の子もと保護者・6組(先着) 〇500円
〇生涯学習プラザ ☎3363、☎3291

催し

子どもフェスティバル
〇8月7日(日)朝10時〜夜0時30分 〇勤労青少年ホーム 〇子どもが楽しめる工作など 〇土靴
①青少年課 ☎0920、☎0909
〇中学卒業程度認定試験
〇10月16日(木) 〇北海道道立民活動センターかでの2・7(札幌市中央区) 〇合格者に高校の入学資格を授与 〇義務教育諸学校に就学させる義務を猶予または免除された保護者の子どもなど 〇8月29日(金)(消印有効)までに出席書類を郵送(書留)で文部科学省生涯学習推進課認定試験第二係へ
〇※出席書類については事前に学校教育支援室にお問い合わせを。
①学校教育支援室 ☎7526、☎6608

第2期はつらつ講座

〇下の表のとおり(祝日を除く・1回1時間30分) 〇生涯学習プラザ
〇子どもhiphop教室は小学生、その他は18歳以上の方(抽選・初めての方を優先) 〇10回講座は3000円、5回講座は1500円、「パソコン」は別に2500円 〇表中「講座名」欄の〇は上履きと靴袋、△はノートパソコン 〇8月12日(火)(必着)までに物の応募フォームまたはメール、直接(85円はがきが必要)、往復はがき(1枚につき1講座)で生涯学習プラザへ、希望講座・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を明記 ※「3 B体操1・2」、「みんなでポップスを歌おう1・2」、「子どもhiphop教室1・2」は重複申し込み可。

回数	講座名	定員	開講期間	曜日	開講時間
10回	〇3 B体操1	20人	9月2日〜11月11日	火	朝10時
	楽しい韓国語入門	20人	9月2日〜11月11日	火	朝10時45分
	やさしいヨガ	20人	9月3日〜11月5日	水	朝10時
	初心者向け楽しいペン習字	20人	9月3日〜11月5日	水	朝10時30分
	〇健康のための社交ダンス	20人	9月3日〜11月5日	水	夜1時30分
	〇3 B体操2	20人	9月4日〜11月6日	木	朝10時
	初心者カメラ講座「写真を素敵にする簡単レシピ」	20人	9月4日〜11月6日	木	夜6時30分
	水彩画の魅力入門	20人	9月5日〜11月7日	金	夜1時30分
	△パソコン1 (Word&Excel)	15人	9月13日〜11月22日	土	朝11時
	△パソコン2 (Excel表)	15人	9月13日〜11月22日	土	夜1時30分
5回	〇みんなでポップスを歌おう1	60人	9月8日・22日、10月6日・27日、11月10日、10月28日	月	朝10時30分
	心を奏でるゴスペル	20人	9月9日〜10月7日、10月28日	火	夜6時30分
	建築博物館への招待	20人	9月3日〜10月8日	水	夜2時
	みんなでポップスを歌おう2	60人	9月11日・25日、10月2日・30日、11月13日	木	朝10時30分
	小樽の歴史と人生を語る 四方山話	20人	9月4日〜10月2日	木	夜1時30分
〇子どもhiphop教室1	30人	9月13日〜10月11日	土	朝10時	
	〇子どもhiphop教室2	30人	11月1日〜11月29日	土	朝10時

〇生涯学習プラザ ☎3363、☎3291、☎047-0033・富岡1-5-1、☎lepjo@city.otaru.lg.jp

健康

シルバースポーツ大会
〇9月24日(日)夜1時〜3時30分
〇総合体育館
〇市内在住の60歳以上の方
〇9月1日(月)までに老人クラブ連合会事務局へ(老人クラブ会員は所属クラブごとに同)

図書館の催し
〇図書館 ☎7726、☎0733
〇「たるびタイム」
〇8月8日(金)・15日(金)・22日(金)、9月5日(金)の朝11時〜11時30分 〇乳幼児と保護者
〇ミニブックフェス
〇8月8日(金)・15日(金)・22日(金)、9月5日(金)の朝11時30分〜夜2時
〇うちよきばあのおはなし会
〇8月20日(火)夜3時30分〜4時
〇夏休み特別企画「めざせ! 図書館マスターレベルアップ編」
〇8月8日(金)夜2時〜3時 〇カウンター業務の体験など 〇中学生、高校生
〇おたる図書館シネマ座「こんにはアン」
〇8月3日(日)夜1時30分〜3時
〇たるばとクラブ①「たるBOOKのかみしばい」、②「たるばと夏祭り!!」
〇①8月9日(日)、9月6日(日)、②8月16日(出)の各夜2時〜3時
〇資料展示「山の日」
〇8月5日(火)〜12日(火)
〇資料展示「戦後80年」
〇8月14日(水)〜28日(水)
〇資料展示「図書館アニバーサリー」
〇8月24日(日)〜9月12日(日)

こんな言葉は詐欺の疑いアリ!

投資すれば必ずもうかる

保険料の還付があるのでATMに行ってください

電子マネーで払ってください

あなたのキャッシュカードが悪用されている

断固 特殊詐欺 阻止

少しでもあやしい・おかしいと思ったら 周囲や家族に相談を!

小樽・北しりべし 消費者センター ☎237851 警察相談専用電話 ☎#9110

右脳をきたえる「そろばん学習」ぜひ挑戦してみませんか

生徒募集

8月8日 そろばんの日

〇(幸地区) 五十嵐珠算塾 ☎43-13-27 ☎32-0470
〇(入船地区) 伊藤珠算塾 入船3-11-5 ☎22-4057
〇(長橋地区) 岩波珠算塾 長橋2-16-5 ☎22-8853
〇(若松地区) 榎本珠算塾 若松1-8-2 ☎22-0083
〇(橋ヶ枝地区) 加茂野珠算塾 橋ヶ枝町35-2 ☎22-2808
〇(緑地区) 倉町珠算塾 緑1-2-15 ☎22-3851
〇(新光地区) 瀬川珠算塾 新光町3-11-6 ☎070-1139-3116
〇(板地区) 弥生珠算塾 板2-2-20 ☎54-7835
〇小樽そろばん共栄会(加茂野珠算塾内)

宅配クック123

希望日に1日1食から利用可能
配達料無料
予約・キャンセルは前日17:00まで
昼食 9:00〜12:00
配達目安 夕食 13:00〜17:00

65歳以上の方で小樽市の助成利用をご希望の方はご相談下さい
※カロリー場調整食ややわらか食等の特別メニューもございます

宅配クック123小樽店
小樽市葉路8-4 SYビル1階
0134-64-7511

子育て
暮らし
教育文化
健康
その他

子育て
暮らし
教育文化
健康
その他

- 〇市内に在住または通勤・通学する方・20人(抽選)
- 〇8月11日(祝)までに〇の予約フォームまたは直接 総合体育館へ
- ①総合体育館 ☎3710、☎4334、☎047-0002
- 4・花園5・2・2
- 〇8月24日(日)午前10時〜正午
- 〇長橋なえぼ公園・森の自然館
- 〇20人(抽選・小学生以下は保護者同伴)
- 〇8月22日(金)まで(月曜日を除く)に同館へ
- 〇8月2日(日)・3日(月)・23日(日)の午前10時〜正午
- 〇長橋なえぼ公園・森の自然館
- ①森の自然館 ☎606
- 〇8月3日(日)午前9時15分集合(雨天中止)
- 〇花園グリーンロード(大正湯前)集合(長橋なえぼ公園約8km現地解散) 運河公園(約3km)までの参加も可
- 〇タオル、飲料水等
- ①生涯スポーツ課 ☎7415、☎6608

家族介護教室

〇〇下の表のとおり(各教室1時間30分) 〇各教室20人(先着) 〇開催日の7日前までに〇の二次元コードまたは電話で北西部地域包括支援センターへ

とき	内容	ところ
9月10日(木)	認知症の方とやさしくつなげる対応術	いなきたコミュニティセンター
9月24日(木)	ケアラーを知っていますか	
10月23日(木) 〇2時	ライフスタイルに合わせた福祉用具とケア用品の選び方	
10月29日(木)	大切な人へ『想い』を残す終活のススメ	

①同センター ☎2522、☎2523

HIV検査

〇週1回(土・日曜日、祝日を除く) 〇事前に問い合わせを 〇事前に〇の専用フォームまたは電話で保健所健康増進課へ ※診断書や証明書の発行なし。 ※感染したと思われる日から2カ月未満の場合は、正確な結果を得られない可能性があります。

①保健所健康増進課 ☎3110、☎21469

シニアからだづくり教室

〇〇下の表のとおり(いずれも全12回・1回1時間) 〇①②④ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動など、③水中運動 〇市内在住の65歳以上の方・各教室30人(先着) 〇各回500円 〇初回のみ本人確認書類

ところ	開講期間	曜日	開講時間	申し込み
①フィットネススクラブ・ソープラティコ小樽	8月19日~11月18日	火	前10時	8月4日(日)から前10時~後5時に電話でソープラティコ小樽 ☎3100へ
	8月20日~11月12日	水	後1時	
	8月21日~11月13日	木	前10時	
	8月22日~11月14日	金	前10時	
②総合体育館	8月4日~11月17日	月	前10時	8月1日(日)から前9時~後9時に直接または電話でシコースポーツ北海道 ☎3711へ
	8月8日~11月21日	金	前10時	
③サンフィッシュスポーツクラブ	9月2日~12月2日	火	前10時	8月1日(日)から前10時~後8時に直接または電話でサンフィッシュスポーツクラブ ☎0335へ
	9月3日~12月3日	水	後1時15分	
	9月5日~12月5日	金	前10時	
④メディカルフィットネス小樽(ウイングベイ小樽内)	8月18日~11月24日	月	後1時30分	8月1日(日)から前10時~後7時30分に電話でメディカルフィットネス小樽 ☎67822へ
	8月21日~11月27日	木	後1時30分	

①福祉総合相談室 ☎467、☎1128

献血車巡回

〇〇下の表のとおり 〇16~69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) 〇初回/運転免許証などの本人確認書類

とき	ところ	締め切り	
8月3日(日)	前9時30分~11時15分	ラルズマート桂岡店(桂岡町)	8月8日(金)
	後1時~4時	セブンイレブン小樽桜町店(桜5)	
8月5日(火)	前9時30分~10時45分	北海道電力ネットワーク小樽支店(富岡1)	9月1日(月)
	後0時15分~1時30分	北海道製小樽工場(色3)	
	後2時15分~4時30分	小樽協会病院(住ノ江1)	
8月17日(日)	前9時30分~後0時30分	イオン小樽店屋外駐車場(築港)	8月21日(木)
	後2時~4時	幸会館(幸3)	

①保健所保健総務課 ☎3117、☎21469

ひきこもり家族相談会

〇8月27日(火)1時~3時 〇生涯学習プラザ 〇ひきこもり当事者やその家族など 〇地域活動支援センターやすらぎ ☎6878

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

パスポートは小樽市役所の旅券窓口で手続きをしてくださいます。所定のホームページへ答えが返ってくる!

※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。

市ホームページ 市公式LINE 友だち追加

ママ向けバランスボール教室

〇9月17日(水)・24日(火)の午前11時~11時40分(全2回)

〇総合体育館

〇生後2カ月未満就学児の子どもと母親・10組(抽選)

〇8月18日(日)・9月7日(日)に〇の予約フォームまたは直接 総合体育館へ

ZUMBA 総務課

〇8月15日(金)・22日(金)の午後10時~8時40分、8月24日(日)・31日(日)の午後3時30分~4時15分

健康診査やがん検診など

①②③④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

次の①~④で受診できる健診・検診や、対象者などは右の表のとおり。

①市内医療機関 〇通年で受け付け 〇事前に市内医療機関へ

②地域のけんしん 〇〇下の表のとおり 〇下の表の締め切り日までに〇の申し込みフォームまたは保健所健康増進課へ

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	③加入保険による ④受診回数 1年に1回	△	△	△	○	
胃がん検診	胃内視鏡検査*2	③50歳以上の偶数年齢の方*3 ④3000円*4 ④受診回数 2年に1回	△	×	×	×
	バリウム検査*2	④40歳以上の方*3 ④1000円*4 ④受診回数 1年に1回	△	○	○	○
大腸がん検診	④40歳以上の方*3 ④1000円*4 ④受診回数 1年に1回	△	○	○	○	
肺がん検診	④40歳以上の方*3 ④無料(喀痰検査500円*4) ④受診回数 1年に1回	△	○	○	○	
乳がん検診	④40歳以上の方*3 ④1000円*4 ④受診回数 2年に1回	△	×	△	○	
子宮頸がん検診	④20歳以上の方*3 ④1300円*4 ④受診回数 2年に1回	△	×	△	○	

*1 ○…受診可、×…受診不可、△…受診日・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…年齢を確認できる書類、生活保護世帯…生活保護手帳、市民税非課税世帯…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)

※8月31日(月)は特定健診も受診可。
③セットけんしん(特定健診とがん検診) 市立病院/〇9月10日(水)・17日(火)の午前9時~10時30分 ③36人(先着) 〇8月1日(日)午前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も可)へ済生会小樽病院(子宮頸がん・乳がん検診を除く)/〇9月17日(火)6時30分~8時30分 ③20人(先着) 〇8月1日(日)午前10時から電話で済生会小樽病院へ

④札幌がん検診センター(札幌市東区) 〇通年で受け付け 〇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-tagan.jp/reserve/sapporo/)へ

⑤肝炎ウイルス検査 〇市内の委託医療機関 〇過去に受けたことがない方 〇事前に市内の委託医療機関へ

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

