



農村活性化センター からのお知らせ

りんごの花 押し花サークル

日時 11月17日(水)
午前9時30分～12時

講師 村山洋子先生

申込み・問合せ・会場

農村活性化センター

☎ 23-5568

FAX 23-2189



各種自衛官募集

自衛官候補生(男子・女子)、陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般・推薦)を募集します。

小樽地域事務所では、新型コロナウイルス感染症予防対策を万全にして説明会を随時行っております。

●採用上限年齢の変更について

自衛官候補生および一般曹候補生の採用年齢が18歳以上33歳未満に変更されました。

※細部応募資格等は、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

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10日・24日(水曜日)
午後1時30分～3時

②体幹バランスUP

体幹バランスを整え、姿勢の矯正、負荷に強い身体づくりを目指します。

日時 11月4日・11日・18日
25日(木曜日)
午後1時15分～2時45分

③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・身のバランスを整えます。

日時 11月4日・11日・18日
25日(木曜日)
午後3時～4時30分

④基礎代謝UPトレーニング

全身運動を行い、基礎代謝を上げます。基礎代謝が上がっている状態で、ゆっくりとした動作でトレーニングを行うと脂肪燃焼の効果が上がり、効率よく体重減少やサイズダウンが期待できます。

= 募集・お知らせ =

日時 11月5日・12日・19日
26日(金曜日)
午後1時30分～3時

定員(①～④とも) 5名
(定員になり次第締切り)

参加料(使用料を含む)

各1回 500円(①～④)

2回セット 800円(①)

4回セット 1,800円(②～④)

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願います。
- ・ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。
- ・コロナウイルス感染症防止対策にご協力をお願いします。
- ・状況によっては、中止になる場合もございます。

申込み・問合せ

総合体育館 ☎23-5210



「余市文芸」 第47号原稿募集

応募作品

- ・創作、評論、体験記…400字詰め原稿用紙30枚以内
- ・随筆…400字詰め原稿用紙4～6枚
- ・詩…一人1編
- ・短歌・俳句・川柳…一人6首(句)

応募上の留意点

・400字詰め原稿用紙に縦書き楷書で書いてください。(枚数厳守)。パソコン可、USBを同封されると大変助かります。

・原稿末尾に住所、氏名、電話番号を記載

・ペンネームの場合は、本名をカッコ書きで。

応募先 余市町入舟町413番地

余市町図書館付

「余市文芸」編集委員会 宛

原稿締切 11月30日(火) 厳守

申込・問合せ 編集委員会事務局

(横澤：☎23-3951)



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27日(土)
午後1時～2時30分

場所 余市消防署 3階講堂

募集方法 余市消防署にて受講申請

募集人員 16名

受付期間 11月1日(月)～20日(土)

※定員に満たない場合は締め切り後でも受講できる場合がありますので、余市消防署までお問い合わせください。※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

心肺蘇生法(人工呼吸・胸骨圧迫)・止血法・異物除去法・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



余市警察署からの お知らせ

～冬の交通安全運動の実施～

夕暮れ時 あなたを守る 反射材

期間：11月13日(土)～22日(月)の10日間

○ドライバーの皆さんへ

・右方からの横断歩行者や交差点とその付近での歩行者、自転車の動きに十分注意する

・思いやりのある運転をする

= 募集・お知らせ =



全国一斉「女性の人権ホット ライン」強化週間のお知らせ

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3年11月12日(金)から11月18日(木)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、土日も対応します。

受付時間 平日 午前8時30分～
午後5時15分(年末年始を除く)

強化週間中の受付時間

11月12日(金)、15日(月)～18日(木)
午前8時30分～午後7時

11月13日(土)、14日(日)
午前10時～午後5時

問合せ 女性人権ホットライン

☎0570-070-810

(全国共通ナビダイヤル)



女性のための居場所「よい ちニコニコカフェ」開催

日時 11月20日(土)

午前10時～午後4時

対象 女性・女児限定

内容 お茶とお菓子を食べながら、日頃のもやもやを話せる場の提供。生理用品を無料配布。ご要望に応じ、訪問によるご相談対応も行います。

申込 事前申込み必要

(受付時間：毎週土曜午前9時～午後5時)

参加費 無料

場所・問合せ

ワーカーズコープ後志事務所

(黒川町3丁目40番地)

☎48-5106

email: shiribeshi@roukyou.gr.jp



よいちニコニコ食堂 (こども食堂)

日時 11月27日(土)

午前11時30分～午後1時

対象 子どもだけでなく、地域の方どなたでも参加できます。

内容 ランチの提供(テイクアウトのみ) 中学生までのお子様には、ワークキットをプレゼント

申込 電話による事前申込み

食事代 高校生まで無料

おとな 300円

場所・問合せ

ワーカーズコープ後志事務所

(黒川町3丁目40番地)

☎48-5106

児童館行事案内

黒川児童館(☎23-4338)

ぬり絵大会

11月14日(日) 午後1時30分～

つどい広場

11月25日(木) 午前10時～

沢町児童館(☎23-5673)

マンカラの会

11月6日(土) 午後1時30分～

つどい広場

11月17日(水) 午前10時～

紙ヒコーキの会

11月20日(土) 午後1時30分～

キッズルーム「あつぷる」 (☎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

午前9時30分～午後4時

※11月30日(火)はお休みです。

◎今月のわくわくタイム

子育て講座『一緒に話そう!親子のふれ

あい子育てについてのおはなし』

(保健師によるお話)

日時 11月4日(木)

午前10時～12時

その他

- ・密集、密接を避け予約制とさせていただきます
- ・定員(10名)になり次第締め切りとさせていただきます

◎新しいミニイベントを開催します

『みんなで一緒に音楽会(ハンドベル他)』

日時 11月18日(木)

午前10時30分～11時30分

『パステルアート』

日時 11月24日(水)

午前10時30分～11時30分

午後2時30分～3時30分

・11月5日(金)から受付

その他

- ・定員(各10名)になり次第締め切りとさせていただきます

◎『ぐんぐんの日』

キッズルームあつぷるで、毎月1回身体測定ができます。身長計、体重計を準備しています。

日時 11月10日(水)

午前9時30分～12時

午後1時～4時

持ち物 母子手帳、バスタオル