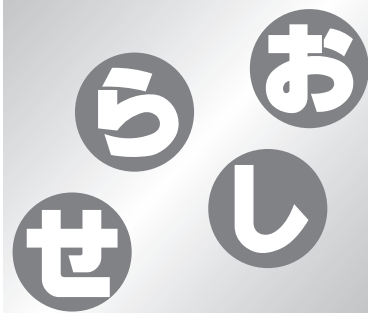




大防止のための電話相談となります。

【申込・問合わせ先】

余市町役場 総務課

TEL 0135-21-2112

※ご利用される方は、事前に申し込みが必要です。

各種自衛官等を募集します

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。

応募資格等の詳しい内容はお問合わせください。

【問合わせ先】

自衛隊札幌地方協力本部

小樽地域事務所

TEL 0134-22-5521

無料法律相談所開設

次のとおり無料法律相談所を開設します。

◆日時 11月17日(水)

午後1時～午後4時

◆定員 6人

◆新型コロナウイルス感染拡大

年金の予約相談実施中

年金事務所では、年金についての予約相談を実施しています。

ご予約の際は、基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書などをご準備のうえ、お問い合わせください。

【問合わせ先】

日本年金機構

TEL 0570-05-4890

11月は「労働保険適用促進強化期間」です

「労働保険」とは、業務又は通勤に起因して負傷等を被った労働者に対して補償を行う労働者災害補償保険（労災保険）と労働者が失業した際に

生活の安定等を図る雇用保険により構成される制度で、労働者の福祉の向上を目的としております。

労働保険は、政府が管掌する強制保険であり、労働者（パート・アルバイト）を一人でも雇用していれば、原則として業種規模を問わず、事業主は加入手続を行い、労働保険料を納付しなければなりません。

【問合わせ先】

厚生労働省北海道労働局

総務部労働保険徴収課

TEL 011-709-2311

今月の納期

- 国民健康保険税 第5期
納期限 11月25日(木)
- 介護保険料 第5期
納期限 11月25日(木)
- 後期高齢者医療保険料 第5期
納期限 11月25日(木)
- 上下水道使用料金 10月分
納期限 11月30日(火)
- 固定資産税 第4期
納期限 11月30日(火)
- 住宅使用料 11月分
納期限 11月30日(火)

(注) 口座振替をご利用の方は、11月25日(木)に引落しになりますので、前日までに残高の確認をお願いします。

また、失業、転職、病気などの理由により納期内納付が困難な方は、放置せず相談してください。そのまま放置すると、督促状が送付され、その後も納付・相談がなければ、滞納処分（預金、給与、不動産等の差押）となりますので、そのような事態になる前に、早めに相談してください。

【問合わせ先】役場税務課 TEL44 - 3384

11月11日(木)～17日(水) 「税を考える週間」です！

国税庁では、国民の皆様に租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、1年を通じて租税に関する啓発活動を行っていますが、今年も11月11日から17日までを「税を考える週間」として、集中的に様々な広報広聴施策を実施します。

◇小・中学生の税に関する作品展を開催◇

余市税務署が主催する「小学生の税に関する書道」、公益社団法人余市地方法人会女性部会が主催する「税に関する絵はがきコンクール」及び北海道が主催する「全道中学生の税をテーマとしたポスター」の作品の展示を次のとおり行います。

日時 11月5日(金)～11月16日(火)

会場 イオン余市店內

(営業時間9時～21時)

【問合わせ先】余市税務署 TEL 0135-22-2095

積丹いろいろ

B & G 海洋センター事業の紹介

今月紹介する事業は、「B & G ウォーキングクラブ」です。新型コロナウイルス感染症の影響により時期が遅くなってしまいましたが、今年度も実施します。

この事業は、町民の皆様が健康増進やダイエット等の共通目的を持って、平日に集まる「歩く活動」で、運動習慣の定着を目指しています。アリーナ内を歩くことや2階トレーニングルームの機械を利用して、「歩く」、「走る」などの運動を続けることで、筋肉量の維持、基礎代謝の向上、体幹の強化といった効果が期待でき、転倒を予防する能力も備わります。日常生活の中での転倒の危険性は常

にありますが、運動習慣の定着で、より安心・安全な生活を送ることが出来ます。

実施期間は11月2日から3月31日の予定です。クラブ員登録の際は、海洋センター内の職員にお声がけください。この期間中に海洋センターでウォーキング・ランニング等の「自主トレ」を行う場合、クラブ員の海洋センター使用料が無料になります。

1ヶ月に1〜2回、健康運動指導士の講師を招き「定例ウォーキング会」を行います。定例活動日は「足腰を強くしたい」「ダイエットしたい」といった希望に沿った運動指導を受けることができます。歩き方の指導だ

今月の担当は・・・



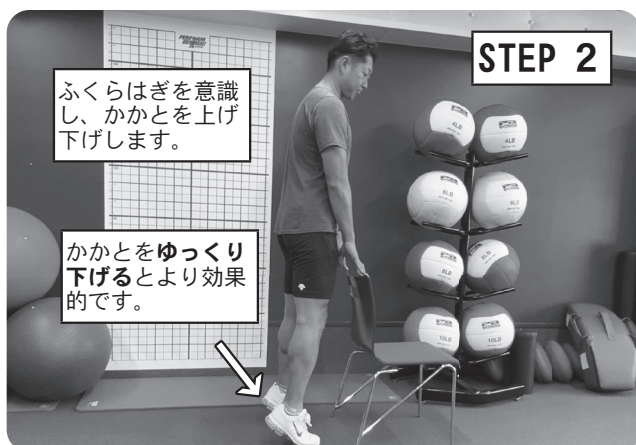
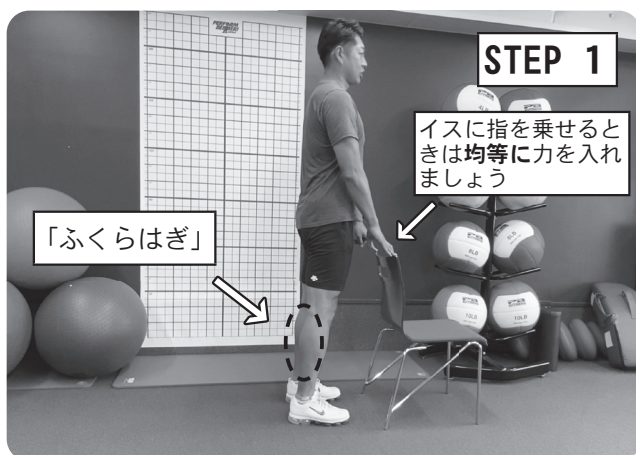
教育委員会生涯学習課
主事 佐々木 秀徳 (ささき ひでのり)

けでなく、スト

レッチや機材を用いた筋肉トレーニングの方法から、家でもできる運動やトレーニングの指導も行っています。今月は、ふくらはぎを鍛える「カーフレイズ(つま先立ち)」を紹介

します。講師から提供いただいた写真をご参考にお試してください。

また、「積丹ぽんき応援Wan歩イント」対象事業として、クラブ員登録の際に2ポイント、定例ウォー



ふくらはぎを鍛えるトレーニング
カーフレイズを紹介します！

キング会参加者へ各回1ポイント進呈します。アリーナ、トレーニングルームで体を動かしたい方、図書コーナーで本を読みたい方など多くの町民の皆様

に、もっと海洋センターをご利用いただき、楽しい時間を過ごしていただきたいと思います。お待ちしています。

11月のこよみ

5 (金)	●巡回はみがき教室①
9 (火)	●B & Gウォーキングクラブ定例ウォーキング会
12 (金)	●巡回はみがき教室②
13 (土)	●冬の交通安全運動 (22日まで)
16 (火)	●高齢者の運動教室「いきいきクラブ」 (9:00～ 総合文化センター)

※開催予定の行事については、新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、中止又は延期となる場合があります。

19 (金)	●バスで行くワンコイン健診 (札幌がん検診センター)
20 (土)	●バスで行くワンコイン健診 (札幌がん検診センター)
26 (金)	●巡回はみがき教室③
30 (火)	●B & Gウォーキングクラブ定例ウォーキング会

文芸だより

— 11月の俳句 —
(美国踏青俳句会)

刈草にいま沈みたる日の匂ひ
ゆつたりと黒き尾を曳き穴まどひ
夫の忌の鮭のあら汁囲みけり
手打ちそば父の好みし夜食なり
秋雨やあいあい傘の老夫婦
刈りおへて田圃に夫婦かかしかな
この町の三角山の紅葉かな
どんぐりの小さな帽子かわいいな

成田智世子
藤原 わ子
戸来 和子
河岸 悟郎
菊谷 知子
福井 新一
板垣千恵子
住出 潤汰

善意に感謝します 社会福祉法人 積丹町社会福祉協議会

神 洋 子 様 (美国町) 30,000円

ふるさと納税の状況

全国の皆様
ご協力ありがとうございました

《令和3年9月30日現在》

805件 25,121,000円

+ 11月の余市管内休日当番病院等 +

診療時間：午前9時～午後5時

日 (曜日)	医療機関名	住 所	電話番号
3 日 (水)	田 中 内 科 医 院	余市町浜中町	22-6125
7 日 (日)	池 田 内 科 ク リ ニ ッ ク	余市町黒川町	23-8811
14 日 (日)	黒川町整形外科クリニック	余市町黒川町	22-2447
21 日 (日)	よいち整形外科クリニック	余市町大川町	48-5000
23 日 (火)	よ い ち ク リ ニ ッ ク	余市町山田町	21-4570
28 日 (日)	森 内 科 胃 腸 科 医 院	仁木町北町	32-3455

※受診される方は、あらかじめ病院等に電話確認をお願いします。

◆ し尿収集の日程・11月 ◆

日 (曜日)	地 区	日 (曜日)	地 区	日 (曜日)	地 区
10 日 (水)	神岬・草内	17 日 (水)	来岸・西河	25 日 (木)	日司・入舸
11 日 (木)	余別	18 日 (木)	野塚	29 日 (月)	入舸・幌武意
15 日 (月)	余別	19 日 (金)	野塚		
16 日 (火)	余別・来岸	24 日 (水)	日司		

交通安全はみんなの願い

(ゼロ)
死亡交通事故 0 の日

847 日達成

(令和3年10月1日現在)

人のうぶき

世帯数/1,068世帯 (+1)

人 □/1,912人 (+1)

男 / 893人 (+1)

女 / 1,019人 (±0)

●転入/5人(-1) ●転出/3人(-1)

●出生/1人(+1) ●死亡/2人(+1)

令和3年9月30日現在、()内は前月比

おくりやみ(死亡)
大石 野宮
サワ ムラ
96歳 96歳
美国町 野塚町

加藤 実琉 良太
くるみ 美国町

こんにちほよろしく(出生)
なまきえ おとうさん
おかあさん ところ

慶 弔 録