

冬期運動教室参加者募集

体重が増えて困っている、血圧が少しずつ上がってきた、運動不足で腰痛やひざ痛がある、そんなお悩みを抱えているみなさん！

楽しく動いて脂肪を燃焼させましょう！

- 日時 3月4日(木)
10時～11時30分
- 場所 交流プラザみなクル
- 内容 リズムウォーキング、ゆる体操
- 定員 50名
- 申込み 保健センター
☎ 65-2131

寿学級に参加しませんか

講話や健康体操、演芸会を通して、学習の輪、心の豊かさを広げましょう！

- 期間 4月～翌年3月(年11回)
- 対象 60歳以上の町民
- 会場 公民館
- 会費 年500円
- 申込み 老人クラブに所属されている方は、寿学級運営委員が取りまとめます。それ以外の方は、居住している地区の寿学級運営委員、又は教育委員会文化振興係(☎65-5311)へ

海上保安官及び海上保安学校学生(特別)採用試験

令和4年4月採用の海上保安官及び令和3年10月採用の海上保安学校学生を募集します。

- 受験資格
 - ・海上保安官(大卒課程)
平成3年4月2日以降生まれの者で、大学を卒業した者及び令和4年3月までに大学卒業見込みの者など
 - ・海上保安学校(特別)
令和3年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して13年を経過していない者及び令和3年9月までに高等学校及び中等教育学校を卒業する見込みの者など。
- 試験日程
 - ・海上保安官 6月6日(日)
 - ・海上保安学校 5月16日(日)
- 受付期間(インターネット)
 - ・海上保安官
3月26日(金)～4月7日(水)
 - ・海上保安学校
3月26日(金)～4月2日(金)
- ※郵送・持参の場合は、共に3月26日(金)～29日(月)まで
- 申込方法 ホームページを確認

運転免許更新時講習

■優良運転者(30分)

○日時 3月18日(木) 18時～

○場所 文化ホール

※事前に警察署での手続きと受講予約が必要です。

ください。

<https://www.kaiho.mlit.go.jp/recruitment>

○問い合わせ 小樽海上保安部管理課 ☎0134-27-6118

道の「苦情審査委員」制度

北海道が行った業務や制度の内容を審査する制度です。自身の利害に係わる苦情であれば苦情審査委員に申し立てできます。皆さんに代わり、苦情審査委員が公平で中立的立場から道の関係機関に対し必要な調査を実施し、制度等に問題があるときは、是正や改善を求めます。

- 申立方法 苦情申立書に必要事項を記入し提出ください。
- 問い合わせ 北海道総合政策部 知事室道政相談センター
☎011-204-5523

除雪作業中の事故防止！

- 屋根の雪下ろしは、複数人で
- 安全な服装(命綱、ヘルメット、滑りにくい靴)で
- 除雪機を使う際は、巻き込まれないように注意を



なだれに注意

○問い合わせ 札幌管区气象台天気相談所 ☎011-611-0170

冬の北海道では、スキーや雪山登山などのウィンタースポーツを楽しむ方も多いですが、雪山では、なだれに注意してください。

なだれは、斜面に積もった雪が滑り落ちる現象で、真冬に大雪が降った時や、春先に気温が上昇した時、雨が降った時に多く発生します。

なだれは、木々をなぎ倒し、建物を破壊してしまうほどの力を持っており、時には新幹線並みの速さとなるため、目の前でなだれが発生すると、あっという間に巻き込まれてしまいます。

气象台では、なだれが発生しやすい気象状況を予想したときに「なだれ注意報」を発表します。雪山に入る際には、气象台の情報を確認し、地元の関係機関が設けた安全に雪山を楽しむためのルールに従い、滑走禁止エリアや危険地帯には絶対立ち入らないようにしましょう。



3 月 行 事 予 定

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	家族介護を語る ろう会(保セ) 13時～ 対象：町民		行政相談・心配 ごと相談・介 護保険住民相談 (文ホ) 9時～12時 なかよし広場 (子セ) 受付：10時 30分～	【毎週水・金曜日】(事前予約制) 健康運動フロア(保健センター) 対象：20歳以上の町民 受付：9時30分～17時(水曜日) 9時30分～12時(金曜日)			
7	8	9	10	11	12	13	
内科 方波見医院 ☎65-2016 歯科(芦別市) よりもと歯科医 院 ☎(0124) 22-4618	シニアヨガ (保セ)【要予約】 対象：65歳以 上の町民 10時～10時 50分		移動図書 (みなクル) 13時30分～	1.6歳、3歳児 健診・フッ素 塗布(保セ) 受付：12時30分 ～13時00分			
14	15	16	17	18	19	20	
内科 町立国保病院 歯科(深川市) 杉村歯科医院 ☎(0164) 22-2323		移動図書 (南町児童館) 13時30分～	無料弁護士相談 (文ホ) 13時30分～ 15時30分 移動図書 (北町児童館) 13時30分～	ベビースク ール(子セ) 対象：2ヶ月～ 1歳未満児 13時～14時 30分		内科 町立国保病院 歯科(滝川市) あい歯科クリ ニック ☎22-8500	
21	22	23	24	25	26	27	
内科 町立国保病院 歯科(滝川市) 河村歯科 ☎74-6332			移動図書 (みなクル) 13時30分～	移動図書 (健寿苑・やす らぎの家・ご きげん奈井江) 13時30分	移動図書 (向ヶ丘生活館) 10時～		
28	29	30	31	児童館だより ☆南町児童館 ひな祭り 3月2日(火) ☆北町児童館 ひな祭り 3月3日(水)			
内科 町立国保病院 歯科(深川市) 舟山歯科医院 ☎(0164) 23-2255				新型コロナウイルスの感染拡大により中止及び延期となる場合があります。最新の情報は各担当に御確認ください。			

(役) 役場代表 ☎65-2111
 (図) 図書館・公民館 ☎65-5311
 (文ホ) 文化ホール ☎65-6066
 (保セ) 保健センター ☎65-2131
 (病) 国保病院 ☎65-2221
 (子セ) 子育て支援センター ☎74-6117
 みなクル ☎74-5574