

ほっかいどう健康づくり
ツイッターを開設

北海道では、道民の健康づくりに有益な情報を、SNSを利用する幅広い世代に情報発信するため、今年4月から、ツイッターアカウント「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しました。

アカウントでは、「栄養・食生活」「運動」「休養」「歯科保健」「受動喫煙防止対策」といった健康づくりに関する内容のほか、がんや生活習慣病予防に向けた生活習慣に関する情報を発信しています。



アカウントをフォローしていただき、「見る」ことから健康づくりを始めませんか？

■問い合わせ

苫小牧保健所企画総務課企画係
☎0144-34-4168

11月は労働保険適用促進強化期間

1人でも労働者を雇ったら、労働保険（労災保険・雇用保険）の加入手続きが必要です。

■問い合わせ

厚生労働省労働基準局労働保険徴収課適用係 ☎03-5253-1111（内線5156）、北海

道労働局総務部労働保険徴収課
☎011-709-2311（内線3635）

11月は児童虐待防止推進期間

虐待を受けたと思われる子どもがいたら、児童相談所や市町村の相談窓口にご連絡ください。

■児童虐待とは

（身体的虐待）殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、家の外にしめだすなど

（性的虐待）子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

（ネグレクト）乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、ひどく不潔なままにする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない、他の人が子どもに暴力を振るうことなどを放置するなど

（心理的虐待）言葉により脅かす、無視する、きょうだい間で差別的な扱いをする、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（DV）など

■相談窓口・問い合わせ

お住まいの地域の児童相談所につながる児童相談所全国共通3桁ダイヤル ☎189（いちばやく）

約制です。予約は11月20日（金）までにお願ひします。

■問い合わせ・相談予約

生活就労サポートセンターいぶり ☎0120-09-0783

別具体的な内容の相談は、「相統登記相談専用ダイヤル」をご利用ください。

困りごとや不安を抱えている人を支援します

平成27年から「生活困窮者自立支援法」が施行され、総合相談窓口「生活就労サポートセンターいぶり」がスタートしました。

生活保護を受給されていない方で、経済的な問題や仕事や家族に関する悩みなど、誰に相談してよいかわからない人の相談を受け付けます。

相談者専用フリーダイヤルにお電話してください。相談員がご希望の日時、場所にお伺いして話をお聞きます。

また、11月は出張相談会を実施します。生活費が足りなくて困っている、就職したいけれど決まらない、借金の返済で生活が圧迫されているなど、現在の生活にお困りの方の相談を広く受け付けます。あらかじめ電話で予約してください。

■出張相談会

●開設日時
11月25日（水）13時～14時

●開催場所

総合福祉センター 1階老人室
※出張相談会は、今年度から予

または住民課福祉グループ ☎26-17872

11月は相続登記促進取組強化期間

札幌法務局と札幌司法書士会は、11月を「相続登記促進取組強化期間」と定めています。

不動産（土地・建物）の相続登記をしないで放置していると、相続人の間でトラブル、所有者不明の土地問題、空き家問題などのさまざまな社会問題発生の原因となります。不動産の相続登記が済みでない方は、不動産の所在地を管轄する法務局に申請してください。

次のサービスを利用すると便利です。

●札幌司法書士会の「相続登記相談専用ダイヤル」（11月限定、相談無料）

特設ダイヤル ☎011-522-5576（11月の平日10時～16時）

●法務局の「登記手続案内」（完全予約制）

■予約・問い合わせ

札幌法務局苫小牧支局 ☎0144-34-7403（平日8時30分～17時15分）

※申請様式や必要な添付書類の種類などについてご案内します。個

自衛官等募集

自衛隊札幌地方協力本部 苫小牧出張所 ☎0144-32-3725

自衛官候補生

応募資格▶18歳以上33歳未満の男女（32歳は要連絡）
受付期間▶12月11日（金）まで（締め切り必着）
試験日程▶12月18日（金）か19日（土）のいずれか1日
試験科目▶筆記試験（国語、数学、地理歴史および公民、作文、適性検査）、口述試験、身体検査

高等工科学校生徒（一般）

応募資格▶15歳以上17歳未満
受付期間▶令和3年1月6日（水）まで（締め切り必着）
試験日程▶第1次試験…令和3年1月23日（土）
試験科目▶筆記試験（国語、社会、数学、理科、英語、作文）

※各試験会場では、3密を避ける対策をします。また、試験日程なども急に変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

冬の交通安全運動

11月13日（金）～11月22日（日）

厚真町交通安全推進委員会

運動の重点

- 子ども・高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- スリップ事故防止と全席シートベルト着用
- 飲酒運転の根絶

マチの善意

町税 今月の納期

科目	納期
固定資産税 第3期	11月30日（月）
国民健康保険料 第3期	

お支払いには、便利な口座振替をご利用ください。

問い合わせ 住民課 税務グループ ☎26-7871

12月の運転免許証更新時講習の日程

苫小牧市交通安全センターで行っている運転免許証更新時講習（優良）の日程をお知らせします。その他の講習日程（一般、違反、初回）については、下記までお問い合わせください。

10時30分～11時	1日（火）、2日（水）、7日（月） 10日（木）、11日（金）、14日（月） 16日（水）、18日（金）、22日（火） 23日（水）、25日（金）、28日（月）
13時30分～14時	4日（金）、8日（火） 15日（火）、21日（月）

（一社）苫小牧地区交通安全協会 ☎0144-33-1458

こぶしの湯あつま イベントカレンダー 12月

問い合わせ こぶしの湯あつま ☎26-7126

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		⊗	⊙ 3倍	⊙		
6	7	8	9	10	11	12
⊙ 3倍	⊙	⊗	⊙ 3倍	⊙		⊙ 3倍
13	14	15	16	17	18	19
⊙	⊙	⊗ 2倍	⊙ 3倍	⊙		
20	21	22	23	24	25	26
⊙	⊙	⊗ 3倍	⊙	⊙	⊙ 2倍	⊙ 3倍
27	28	29	30	31		
⊙	⊙	⊗	⊙			

- ⑤毎週日曜▶ちびっこデー：小学生はサービス券2枚
- ②毎週月曜▶シルバーデー：65歳以上はあつまるカードポイント3倍
- ⊗毎週火曜▶メンズデー：男性はサービス券2枚
- ⊙毎週水曜▶高齢者無料入浴券の日：町交付の無料入浴券ご利用でヘルシーセットが750円→550円
- ①毎週木曜▶レディースデー：女性はサービス券2枚
- ⊙最終金曜▶町民の日：誕生月の町民はレストラン利用で入浴無料
- ・2と6のつく日はあつまるカードポイント3倍
- ・5のつく日は町交付の無料券利用であつまるカードポイント5倍
- ・毎月26日は風呂の日：あつまるカードポイント3倍、サービス券2枚

12月1日（火）～1月31日（日）シェフのお勧め季節限定メニュー

※12月31日（木）～1月3日（日）は営業時間を変更して営業します。

※イベントは予告なく、変更となる場合がございます。