

るもい⑥

特集 P.2 観光事業を詳しく紹介
留萌の魅力を発信します ほか

連載 P.16 留萌の良さをおすすめ
留萌観光・感動物語

2 〔特集〕
留萌の魅力を発信します ほか

10 暮らしのお知らせ

16 〔連載〕
留萌 観光・感動物語

18 健康ひろば

19 留萌市情報アンテナ



海のふるさと館オープン

黄金岬の高台にある海のふるさと館。今季のオープニングを飾ったのは、留萌高校マーチングバンド Blue Snow の演奏でした。キレのある動きと迫力ある演奏、華やかにそして優雅に演技をするカラーガード。躍動感あふれる演奏が青空の下、響き渡った。

特集 1

留萌観光の魅力を発信します

5月号「特集4」留萌観光・感動物語の展開に掲載した平成24年度重点事業のうち、留萌らしさを活かした新たな観光事業を詳しく紹介します。

「留萌らしさ」で留萌をPR

市では、市民をはじめ、訪れる人々に「留萌観光の夢と感動」を伝える事業に取り組んでいます。

新たな取り組みとして、レトロバス『カズモ号』の運行と『海岸に咲く夏の夜空の花』として留萌海岸花火大会を実施します。

また、留萌港に寄港する大型クルーズ客船の歓迎事業にも取り組めます。

これらの事業は、留萌を訪れる人には、より充実した時間を提供し、市民には改めて留萌の良さを感じてもらえる内容となっています。留萌らしさをアピールすることで、感動の留萌体験を、市内外に発信していきます。

ぜひ、ご参加ください。

レトロバス『カズモ号』運行

夏休み期間中の毎週土日に運行するレトロバス『カズモ号』は、留萌のゆるキャラ「KAZUMOちゃん」をイメージしたバスです。

無料で市内観光施設を周回し、また、さまざまな乗ることが出来ます。

運行日

7月21日(土)
22日(日)
28日(土)
29日(日)
8月 4日(土)
5日(日)
11日(土)
12日(日)
18日(土)
19日(日)

時刻表

始発(お勝手屋 萌)	10:00
	11:00
	12:00
	13:00
	14:00

周回約1時間

※土・日曜日に臨時バス停を設置します



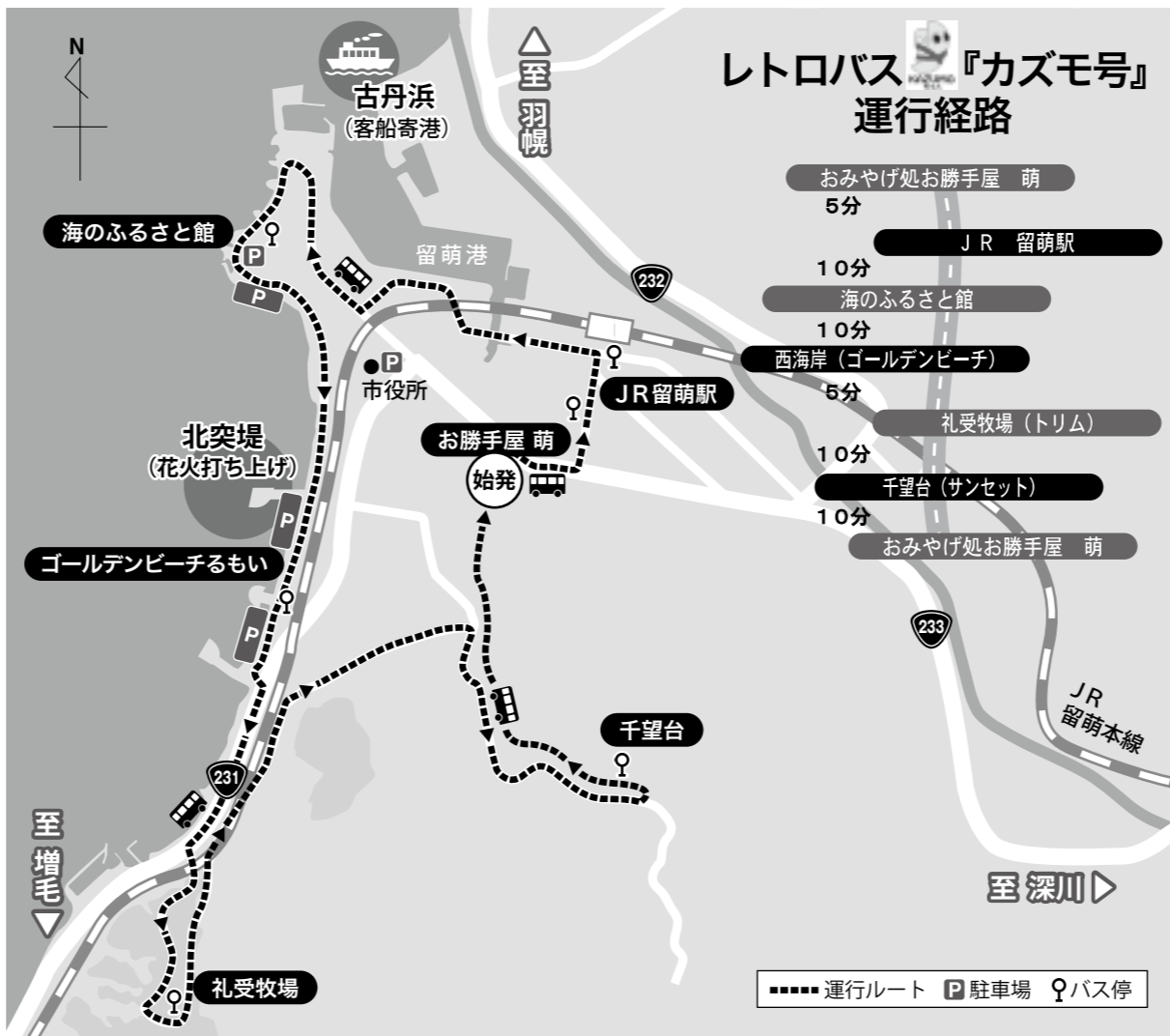
ばしふいっくびいなす

26,594総トン、全長183.4m、幅25m、喫水(海面から船底まで)6.5m、乗客定員644名



につぼん丸

22,472総トン、全長166.6m、幅24m、喫水(海面から船底まで)6.6m、乗客定員524名



客船寄港「ばしふいっくびいなす、につぼん丸」

●ばしふいっくびいなす入港	入港時間	6月28日(木)	午前7時
	出港時間	6月28日(木)	午後5時
係留岸壁		古丹浜	
●につぼん丸入港	入港時間	7月3日(火)	午前8時
	出港時間	7月3日(火)	午後6時
係留岸壁		古丹浜	

客船の寄港にあたり、歓迎セレモニーを行い、管内の特産品や食材を販売します。岸壁からの見学は自由です。車の駐車は係員の指示に従ってください。

なお、市民対象の船内見学を実施します。見学会の参加方法は、市ホームページなどでお知らせします。

皆さんのご参加をお待ちしています。

海岸に咲く夏の夜空の花(留萌海岸花火大会)

日時
7月7日(土)〜8月18日(土)の毎週土曜日 午後8時予定(5〜6分程度)
ただし、7月28日は(土)除く。

場所
ゴールデンビーチるもい
北突堤

駐車場(地図中Pで表示)
ゴールデンビーチ駐車場(1台600円)
黄金岬南側駐車場(約40台・無料)



強風などにより急遽、打上げを中止する場合があります。中止の場合、エフエムもえるで放送します(76.9MHz)



カズモ号の車体には前後、側面にKAZUMOちゃんのかわいいイラスト。運行日には各施設に臨時バス停を設置します。

特集 1

留萌に「来てもらって」、「おもてなしをする」、新たな観光サービスへの取り組み

経済港湾課

☎42-1840
東分庁舎2階

特集 2 障害者自立支援法の一部改正

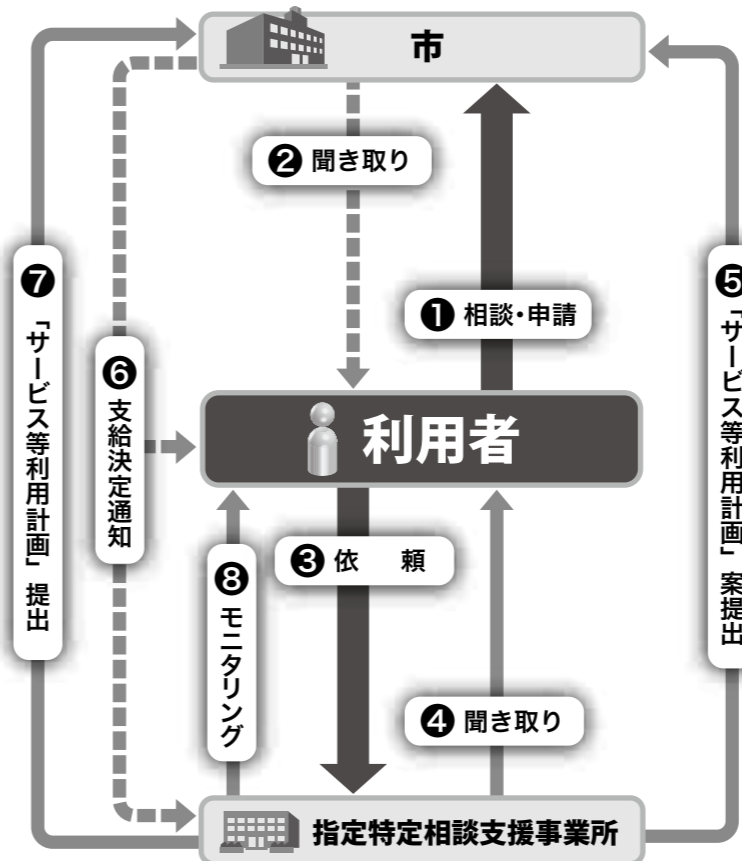
主な改正点

- (1) 障害福祉サービス支給の手続き方法の変更
- (2) 障がい者の地域生活における相談支援強化
- (3) 視覚障がい者の外出支援

(1) 障害福祉サービス支給の手続き方法の変更

障害福祉サービス支給のための手続き方法が変わりました。全ての障がい者が適正な障害福祉サービスを受けるために、サービス等利用計画を作成することが必要となりました。

障害福祉サービス支給決定までの流れ



図の説明 ①～⑧

- ① 利用者が市へサービスを受けるための相談および申請を行います。
- ② 市は利用者へ「利用計画案提出依頼書」を渡します。市は利用者へ聞き取り調査を行い、「障害程度区分」を決定します。
- ③ 利用者は事業所へ「利用計画案提出依頼書」を提示し、利用計画案の作成を依頼します。
- ④ 事業所は利用計画案を作成するため、利用者へ聞き取り調査を行います。
- ⑤ 事業所は障害程度区分と聞き取り調査の内容を元に利用計画案を作成し、市へ提出します。
- ⑥ 市は受理した利用計画案を参考にサービスの支給決定を行い、利用者や事業所に対し、支給決定を通知します。
- ⑦ 事業所は市へ利用計画を提出します。その後、サービス利用が開始されます。
- ⑧ 事業所は、一定期間ごとに利用者へモニタリングを行います。

上記については次のとおり省略して明記しています

- サービスを受けたい障がい者 → 利用者
- サービス等利用計画 → 利用計画
- 指定特定相談支援事業所 → 事業所
- 障害福祉サービス → サービス

「サービス等利用計画」の作成について

現在サービスを受けている方が今後も継続するためには、「サービス等利用計画」の作成が必要になります。平成24年度は障害者施設入所の更新手続きをする方およびサービス新規申込の方が作成の対象です。

今後3年間で段階的に対象者を拡大し、平成26年度には現在サービスを受けているすべての方が対象となります。対象者には、市から連絡します。

また、「サービス等利用計画」を作成するためには、サービス利用者は指定特定相談支援事業所への依頼が必要となります。市内の指定特定相談支援事業所は次のとおりです。

留萌市社会福祉協議会
相談支援事業所 さら
☎42-55530

用語解説

サービス等利用計画

利用者から障がいの状態や生活環境、要望などを聞き、どんなサービスを利用すれば暮らしやすくなるかを総合的に考えた計画です。

モニタリング

支給決定されたサービスが利用者にとって適正か調査し、より最適なサービスを受けてもらうために計画の見直しを行います。

市はモニタリングの期間および回数を決め、事業所は決められたモニタリングを行います。

指定特定相談支援事業所

利用計画などサービス支給決定に必要な書類の作成、モニタリングの実施、サービス実施事業所との連絡と調整、サービスに関する情報の提供などを行い、利用者が適正なサービスを受けられるよう支援します。

(2) 障がい者の地域生活における相談支援強化

地域相談支援として「地域移行支援」と「地域定着支援」が新設されました。

地域移行支援

【対象となる方】

障害者支援施設や精神科病院に入所・入院している障がい者

【サービス内容】

- ・ 「地域移行計画」の作成
- ・ 各種相談（訪問・住居や家財道具の確保）
- ・ 各種施設への同行、関係機関との調整

地域定着支援

【対象となる方】

居宅で単身または家族の状況などにより、同居している家族による支援を受けられない障がい者

【サービス内容】

- ・ 常時の連絡体制確保（夜間を含む）
- ・ 緊急時の迅速な相談などの支援

(3) 視覚障がい者の外出支援

「同行援護」という全国一律のサービスができました。

同行援護

【対象となる方】

視覚障がいにより身体障害者手帳の交付を受けた方で、移動が著しく困難で、国の定める基準に該当する方

【サービス内容】

- ・ 外出時の同行
- ・ 移動に必要な情報の提供（代筆・代読を含む）
- ・ 移動の援護
- ・ 排せつや食事などの介護
- ・ その他外出する際に必要な援助

詳しくは社会福祉課までお問い合わせください。

特集 2 障がい者それぞれに合わせた適正なサービスを提供します

社会福祉課
☎42-1807
本庁舎 1階 右奥

特集 3

使い方は、あなた次第 コミュニティセンター

「コミュニティセンター（通称コミセン）」は、心とこころがふれ合える、市民にとって身近な集いの場です。

コミセンは、地域の皆さんが学習や趣味を通じ仲間と集うことのできる場として、また、地域の福祉、健康の増進、防災などの活動の拠点として、市が設置している施設です。現在市内に6館が開館しています。

コミセンには、集会所や会議室、和室、調理実習室などがあり、地域の集まりや会合などのほか、グループやサークルによる活動など、子どもから高齢者まで、誰でも利用することが出来ます。

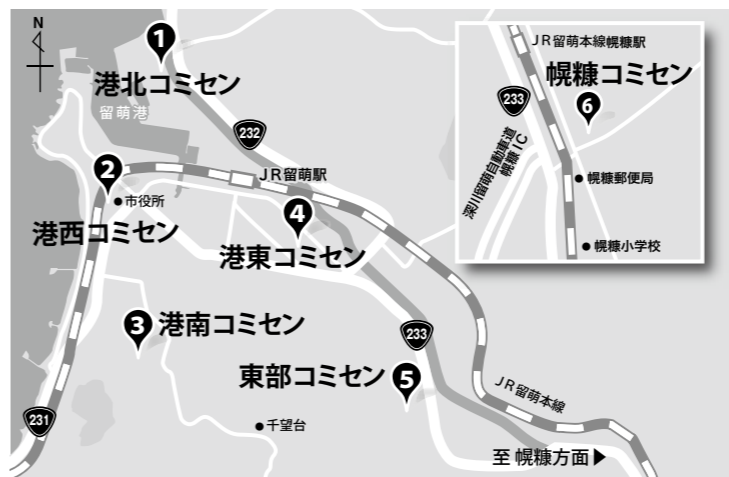
施設はセンターごとに、地域の町内会や各種団体の代表者からなる運営協議会が運営しています。地域の皆さんが気軽にご利用いただけるよう、地域に密着したきめ細かな管理に努めています。利用したい日時、お住まいの地域に関わらず、どのコミセンでも利用できます。全てのコミセンに駐車場が完備されていますので、ぜひご利用ください。

使用料

コミセンごとに決まっていますので、ご確認のうえ予約してください。

休館日（各コミセン共通）

毎週月曜日（祝祭日の時はその翌日）
年末年始（12月31日～1月5日）



1 港北コミセン

平成元年から続く「港北コミセン余興縁日」は、子どもから高齢者まで町内会が一同に揃う場所として留萌神社祭宵宮に開催されています。冬は室内でゲートボールができます。



2 港西コミセン

会議室や和室では、絵手紙、囲碁、詩吟などのサークルの皆さんが利用。大きな集会所では卓球、フォークダンスなども行え、建物は一部バリアフリー機能を備えています。



住所 元町5丁目86
電話 42-2719
駐車 約15台



住所 港町3丁目75
電話 43-0620
駐車 約18台

一部バリアフリー対応

3 港南コミセン

集会所は卓球台3台がおけるスペースがあり、その他にも町内カラオケ大会や各種会合など様々な分野で使用されています。



住所 沖見町5丁目32-1
電話 42-6538
駐車 約50台

4 港東コミセン

広い集会所はゲートボール、卓球、フォークダンスなどの練習に使用可能です。書道や民謡など文化的なサークル活動も行われています。



住所 高砂町2丁目5-2
電話 43-6446
駐車 約32台

一部バリアフリー対応

5 東部コミセン

講堂は、フォークダンス、社交ダンスと様々な団体が使用しています。卓球台も備えています。研修室は、パッチワークなどの創作の場としても使用されています。



住所 南町2丁目373
電話 43-6002
駐車 約3台

6 幌糠コミセン

センター内は書道、カラオケ、軽スポーツなどに使用されています。冬には幌糠地区の雪まつり会場として使用され室内外でイベントを楽しんでいます。



住所 幌糠1854-7
電話 46-1140
駐車 約30台

特集 3

スポーツに、芸術に、会議・会合の他にも使い方どんどん広がる

政策調整課

☎42-1809
本庁舎2階

お茶の間トークメニュー

グループ	メニュー
暮らし・防災・防犯	「賢い」消費者になりましょう！ 「振り込め詐欺」にご用心 町内会防犯灯をLED化します 交通事故から身を守るために 防災意識を高めましょう！ あなたの家は大きな地震に耐えられますか？ 知って得する税の「豆知識」 協働ってなあに？ 「留萌市民ボランティア制度」 民生児童委員の活動と市民の協力について 留萌市国民保護計画について 登録してみませんか 安心情報メールマガジン
環境	市民の豊かな環境意識の向上『留萌市環境基本計画』 市民の恵まれた自然と健康な暮らし『留萌市の環境』 市民の家庭で出来ることがいっぱい！『地球温暖化防止対策』 飲料水はこうして作られる（浄水場） 水道料金で運営しています！ 水道料金のしくみ ここで「きれいな水」にしています～浄化センター～ 下水道に接続しましょう！ 下水道をつくるために・・・ 下水道工事にご協力を！ るもいのごみについて
教育・子育て	子育て支援センターってどんなところ？ ～子どもたちの望ましい教育環境のために～ 「留萌市立小中学校適正配置計画」について 生涯学習ってな・あ・に？ 留萌市民の貴重な財産～留萌市の文化財について～
身近な市政	市民社会への扉 [留萌市自治基本条例] 自治って、ナ～ニ編 市民社会への扉 [留萌市自治基本条例] 教えて！自治基本条例編 留萌市応援寄附（ふるさと納税）について 健全化への取り組み ～留萌市の財政状況～ わかりやすい地方公務員制度 情報公開と個人情報保護 船場公園の整備を進めています 港を知って、みなと・まちづくり ポート・ウォッチング「お茶の間ウォッチング」 飛び出せ！ るもいびと ～市民活動推進条例～ 「市立病院改革プラン」ってなあに？ 地域公共交通活性化・再生総合事業について 沖見配水場の整備事業を進めています 誇りと満足を目指す みなとまち留萌 [第5次留萌市総合計画基本構想] 「漁業振興に向けた産学官連携事業」 なぜ地籍調査が必要か？
保健・福祉	健康を核としたまちづくりとるもいコホートピア 「知って防ごう生活習慣病」 「おいしく食べて、いきいき健康」 留萌市立病院看護部出前講座 どうしてお薬が必要なのでしょう？ 笑顔で健康！「特定健診・保健指導」 おしえて「国民健康保険」 おしえて「後期高齢者医療」 きちんと理解しましょう「年金制度」 介護保険制度について

平成23年度の開催状況

昨年度は町内会、奉仕活動サークルや各種団体などからの申し込みを受けて17回のお茶の間トークを開催し、計524名の皆さんに参加していただきました。
昨年3月におきた東北での震災を受けて防災をテーマにしたメニューが一番多く取り上げられました。

- ・ コミュニティセンター（港東、港西、港南、港北、東部、幌糠）
- ・ 中央公民館
- ・ 市立留萌図書館
- ・ 保健福祉センターはーとふる
- ・ 風土工房こさえる
- ・ 市役所
- ・ 留萌市立病院
- ・ るもい健康の駅

市ホームページ
<http://www.e-rumoi.jp/>

申込書は政策調整課にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

2月26日 瀬幸会でのお茶の間トーク



総務課による『防災意識を高めましょう』を真剣に聴く参加者

市では、皆さんに市の仕事をわかりやすくお伝えし、意見や要望をうかがう、お茶の間トークを開催しています。
お茶の間トークでは、皆さんにとって身近な問題や市が重点的に取り組んでいる事業などをメニュー化しています。
市の仕事について「よくわからない」「もう少し内容を知りたい」ということがありましたら、この機会にぜひご利用ください。

友達同士、町内会、各種団体など5人以上でお申し込みください。社内研修での活用もできます。
1回の開催につき「説明会」は概ね20人まで、「意見交換会など」は概ね15人まで申し込みできます。
定員を超える場合や、メニュー以外のテーマを希望される場合は、お問い合わせください。
なお、お茶の間トークメニューは次の公共施設に設置しています。

誰でも申し込めるの？

所要時間や会場は？

原則として午前9時から午後9時までの2時間以内で行います。
なお、会場は市内に限らせていただきます。主催者でご準備ください。

申込方法は？

開催を希望する2週間前までに「申込書」を政策調整課へ提出してください。

市政がわかる!!
きっかけはお茶の間トーク

皆さんからのお申し込みにより、市職員が直接出向き、市の仕事や身近な問題などわかりやすく説明します。



災害時に備え、炊き出し体験も同時に行われました

i 6月1日は人権擁護委員の日

▶人権擁護委員制度をご存知ですか。

人権擁護委員は、いつでも地域住民からの相談に応じています。相談内容についての秘密は守られます。また、相談は無料で事前の申し込みも必要ありません。人権相談は、離婚相談などの家庭内の問題や借地借家の問題、隣近所のもめごとなど、とても幅広く対応しています。

市には、市長から推薦されて、法務大臣が委嘱した次の人権擁護委員がいます。

- | | | | | | |
|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|
| こしの
・越野 | としおき
俊興氏 | あさぬま
・浅沼 | りょうこ
亮子氏 | ほさか
・穂坂 | こうし
孝史氏 |
| むらたに
・室谷 | ゆういち
雄一氏 | ひもり
・檜森 | ひろよし
博仁氏 | ながお
・長尾 | よしこ
佳子氏 |
| げや
・下家 | さちよ
幸代氏 | | | | |

平成24年度「人権擁護委員の日」特設相談所を開設します。

- ❖日時 6月1日(金) 10:00~15:00
❖場所 るもいプラザ(まちなか賑わい広場)

☎ 旭川地方方法務局留萌支局 ☎ 42-0492

i ひとり暮らしの高齢者の栄養に関する調査

対象：65歳～

▶ひとり暮らしの高齢者は、食事や買い物などが不便なことによる、栄養不足などが心配されます。

市内には、1300名余のひとり暮らしの高齢者がいると考えられていますが、日常生活の実態はよくわかっていません。

このことは、地域の連携や行政サービスの実施において大きな問題であることから、具体的な課題を明らかにし、状況の改善に向け、基本情報を入手するための調査を実施します。

調査は、NPO法人るもいコホートピアが市、歯科医師会、市立病院、るもいナースコール結(ゆい)などの協力を得て行います。

地域の支えあいを促進するには、実情を知ることが大切です。調査へのご理解、ご協力をお願いします。

- ❖調査対象 65歳以上のひとり暮らしの全市民
❖調査方法 アンケート用紙の郵送など(6月下旬)
❖調査内容 お口の状態、栄養の状態、心臓の状態などを郵送アンケートや、必要に応じ電話アンケート、訪問にて調査します。

☎ るもい健康の駅 ☎ 43-8121
✉ cohortopia4@gmail.com

i 高齢者福祉サービス「緊急通報システム」

対象：65歳～

▶緊急通報システムをご存知ですか。

「いざというときに救急車や消防車を呼べるか心配」、「何かあったときに家族に連絡をとってほしい」。こんな不安や要望はありませんか。

市では、高齢者が安心して生活できるよう、緊急通報装置および火災報知器の貸し出しを行っています。ぜひ、ご利用ください。

- ❖対象 ①65歳以上のひとり暮らしなどで、病気により緊急時の対応が困難な方
②75歳以上のひとり暮らしなどで、日常生活に不安がある方

❖利用料金 市民税の課税状況に応じて、取付工事費、月額利用料の負担があります。



いざというときに安心な緊急通報システム。詳しくは下記までお問い合わせください。

☎ 市・介護支援課 ☎ 49-2558

暮らし	防災・眠寝	ごみ	環境	保健
医療	届出	子育て	労働	高齢者福祉
障害者福祉	学ぶ	若年・若年	物流	相談
市政情報・広報	留萌市以外からののお知らせ			

くらしの
お知らせ 2012
6月

記号の読み方 問 問い合わせ 申 申込先 ☎ 電話 FAX ファクシミリ HP ホームページ メール

6月23日～29日は男女共同参画週間

『あなたがいる わたしがいる 未来がある』(平成24年度 男女共同参画週間標語)

▶平成11年6月23日に「男女共同参画社会基本法」が施行されたことに因み、毎年、6月23日からの一週間を「男女共同参画週間」としています。

女性と男性が、家庭や、地域、職場、学校などさまざまな場でそれぞれの個性と能力を發揮し、いきいきと自分らしく暮らすことができる「男女共同参画社会」を実現するため、市民一人ひとりの取り組みが必要です。男女共同参画社会とは何か。この機会に一緒に考えてみませんか。

【家庭で】

「男は仕事、女は家事・育児・介護」など、性別で役割を分担し、「男だから、女だから」という理由で、生き方や人生の選択に影響を与えていませんか。家族一人ひとりの考えを尊重し、お互いを認め合いながら、家族みんなが積極的に家事・子育て・介護などにに関わり、家族の夢を支え合い、協力しながら絆を深めていければいいですね。

【地域で】

地域活動においては、古くからの慣行で、男女の役割が決まっていはいないでしょうか。性別や年齢にとらわれず、地域社会の一員として主体的に地域活動に参画できるようになれば素晴らしいですね。男女それぞれの視点で協力しあい、地域活動を進めることにより、誰もが地域社会の一員として、自分のまちの良さを実感できるでしょう。

【職場で】

雇用の場での男女の対等な就業条件や環境整備は進みつつありますが、現実には、女性にとって依然として厳しい状況にあるようです。男女の均等な機会と待遇が確保され、個性、能力、意欲などが発揮できる働きやすい職場が増え、ゆとりと充実感をもちながらいきいきと働けるといいですね。また、男女を問わず仕事と私生活のバランスがとれた働き方も大切ですね。

【子育て・教育の場で】

「男らしさ」「女らしさ」は社会や状況、個人によってもイメージは違ってきます。個人がどのようにとらえるかは自由で、「男とはこういうもの」「女だからこうすべき」と決めつけることは、一人ひとりの能力や個性を發揮する機会を奪うこととなります。性別にかかわらず、子どもたちが「自分らしさ」を大切に、夢を持ってチャレンジできたらいいですね。

☎ 市・政策調整課 ☎ 42-1809

仏壇仏具専門店
NIHIKIDO
花 はなむすび **結**

〒077-0041 北海道留萌市開運町1丁目4-9
TEL 0164-42-8111 FAX 0164-42-8119
Open 10:00 Close 19:00 毎週火曜定休日

にしきどう花園市民斎場
24時間受付の葬儀サービス
0164-43-9000

0164-43-9000

西原 腎・泌尿器科クリニック

留萌市花園町1丁目5-14

花園町に7月2日 新しくクリニックが誕生します!



http://www.web-clover.net/m-nishiclinic/

連絡先：西原 正幸 留萌市住之江町3丁目27
☎ 0164-56-4005

空き地の管理

▶毎年、この時期になると草木が生い茂っている空き地が見られます。



草木が生い茂ると害虫が発生したり、ごみのポイ捨てなどの原因となり、地域の環境衛生の悪化につながります。

空き地の管理者は、草刈りをするなど、定期的に草木を処理し、空き地の適正管理に努めましょう。

☎ 市・環境保全課 ☎ 42-1806

6月は「環境月間」

▶今年も広く環境の保全について関心と理解を深めてもらうため、「環境パネル展」を開催します。環境に関するパネルの展示、環境にやさしい環境石けんなどの展示、試供品の提供などを行います。

日程	場所
6月1日(金)～4日(月)	中央公民館1Fロビー
6月8日(金)～15日(金)	るもいプラザ1F
6月18日(月)～22日(金)	はーとふる1Fロビー

☎ 市・環境保全課 ☎ 42-1806

狂犬病予防注射

▶狂犬病予防注射はお済みですか。

狂犬病予防法では『飼い犬は毎年1回、6月末までに狂犬病予防注射を受けること』が義務付けられています。犬のため、人のためにも狂犬病予防注射を動物病院で必ず受けましょう！

市内の動物病院

留萌ペットクリニック ☎ 43-7334
はしばトントン動物病院 ☎ 43-5621
るもい南町動物病院 ☎ 42-4208

☎ 市・環境保全課 ☎ 42-1806

蒼い海「ビーチ・クリーン」

▶市民ボランティア団体「蒼い海」と一緒に海辺の清掃を行いますか。

❖清掃日時 6月9日(土)、23日(土)
❖集合時間 8:00 (1時間程度)
❖集合場所 ゴールデンビーチ南側駐車場

◎軍手・火バサミ・ゴミ袋は事務局が用意します。
◎雨天の場合は中止します。

詳しくは蒼い海のホームページをご覧ください。
☎ 代表 鶴城雪子 ☎ 090-2050-6552
http://so-ran.jp/aoiumi.html

6月の粗大ごみ収集日

日程	収集地区
13日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
14日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
15日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
20日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
21日(木)	住之江町、泉町、野本町、千鳥町、元川町、神居岩、堀川町、高砂町、五十嵐町
22日(金)	東雲町、緑ヶ丘町、南町、潮静、大和田、藤山町、幌糠町、中幌、樽真布、南幌、峠下町、東幌

◎収集日前日、午前中(正午)までに申し込みください。

☎ 市・美・サイクル館 ☎ 46-1600

本社 ウェルフェア萌

Moe

豊かな暮らしがここにある

Moe株式会社 萌福祉サービス ☎ 077-0012 留萌市開運町1丁目2番1号
代表取締役社長 水戸康智 代表/TEL0164-49-2258 FAX0164-49-2278

164-49-2258 http://www.moe-fukushi.com

2012年うまいよ！るもい市開催

▶留萌のうまい物が勢揃いする『うまいよ！るもい市』。

留萌地域の農・水産物や特産品の即売のほか、旬の食材のつかみ取り・詰め放題などの各種アトラクションや、子どもも楽しめる企画が盛りだくさん！！

今年度第1回目は、旬の魚介類の即売や、ウニ袋詰め放題などのアトラクションを行います。皆さんのお越しをお待ちしています。

❖日時 6月24日(日) 10:00～14:00
❖場所 留萌市地方卸売市場(留萌港南岸)
❖内容 ウニ袋詰め放題
ホタテ袋詰め放題
タコ串から揚げ販売
港湾業務艇「ゆりかもめ」による港内見学

❖今後の予定 7月29日(日) ウニ袋詰め放題、魚拓体験
10月14日(日) 秋の大収穫祭、元祖ホタテ釣り大会
12月16日(日) 大水産まつり、アワビルーレット



2011年度開催時、ウニ袋詰め放題の様子

☎ 市・農林水産課 ☎ 42-1837

るもい菜の花ウォーキング 対象：小学1年生以上

▶NPO法人留萌観光協会では、「るもい菜の花ウォーキング」を開催します。

爽やかな海風に揺れる菜の花と海を眺めながら歩く楽しいコースです。ゴールでは、あたたかい豚汁と美味しい南もい米のおにぎりでお迎えます。

参加ご希望の方は、参加料を添えて申し込みください。

❖日時 6月3日(日) 9:00 (受付開始8:30～)
❖集合場所 海のふるさと館
❖定員 100人(小学1年生以上対象、小学生は保護者同伴とします)
❖参加料 1人500円(保険料・食事代含む)
❖コース ①らくらくファミリーコース(約8.5km) 礼受牧場往復
②しっかり汗かき健康コース(約13km) 礼受牧場経由、佐賀番屋にて折返し
❖申込先 スポーツセンター、中央公民館、留萌図書館、お勝手屋萌、海のふるさと館
❖その他 少雨決行(雨具持参)、大雨や雷注意報発令時は中止です。中止の場合はおにぎり、豚汁を配布します。参加料の返金はできませんので、ご了承ください。

☎ NPO法人留萌観光協会 ☎ 43-6817

確かな情報・技術・商品をお届けして半世紀→

ビューティ&ヘルスケア **寺西薬局** Teranishi CO., LTD. PHARMACY SINCE1950

留萌市錦町4丁目(神社下商店街) ☎ 0164-42-0260 ☎ 0164-43-6244 (フリーダイヤル) 処方せん専用FAX 0800-800-3788 (24時間受付可能)

テラニシ美容室 ☎ 0120-42-6374

定休日 毎週火曜日 営業時間 9時～18時(18時以降 要予約制)
高齢者や障がい者をサポートするハートフル美容師・常駐。成人式予約受付中
※teranishiメンバーズカード・Gカード・各種クレジットカード・デビットカード取扱店
当薬局ホームページをご覧ください! http://www.myph.jp/teranishi_ph/

医薬品 コンドロイチン硫酸ナトリウム製剤 **コンドロイチン** ひざが痛い! 根本治療を考えたませんか?

椎間板(コンドロイチン)が不足すると、椎間板が薄くなり、椎間板の弾力性が低下し、腰痛や足のしびれの原因の一つと考えられます。

コンドロイチンの不足が、ひざの関節部分にも多く含まれ、潤滑油の役割をします。体の弾力力保持や保水作用も持っています。

i 6月1日～10日は電波利用環境保護周知啓発強化期間

▶電波の利用は、市民生活や社会経済活動に必要不可欠なものです。

しかし、不法無線局による重要無線通信やテレビ・ラジオへの混信妨害事例が多発しています。特に最近では、外国規格の無線機が通信販売やインターネットオークションなどで流通していますが、防災行政無線やテレビ放送などに電波妨害を与えるおそれがあるため、国内での使用は禁止されています。無線機を購入するときは、必ず「技適マーク」がついているかを確認してください。

不法電波は犯罪です。電波はルールを守って使いましょう。

❖電話受付 8:30～12:00
13:00～17:00
(土・日・祝日を除く)

☎北海道総合通信局 ☎011-737-0099
HP <http://www.soumu.go.jp/soutsu/hokkaido/>
✉ soudan-hokkaido@soumu.go.jp



デンバ君
電波利用環境保護
マスコットキャラクター

i 不法滞在・不法就労防止への理解と協力

忍び寄る犯罪組織の国際化 あなたの目が街を守る

▶全国における来日外国人による犯罪の検挙は、過去数年減少傾向にあります。しかし、平成23年の来日外国人犯罪検挙の状況は、平成22年の約3倍と、高い水準で推移しています。

また、近年は、単発的な犯罪から「犯罪のグローバル化」へと進んでおり、在留資格の不正取得を目的とした偽装結婚事案や外国人登録証明書などの偽造、販売事案が多発しています。

どんなにささいなことでも「おかしいな？」と思ったら、まずは警察に通報してください。

☎旭川方面留萌警察署 ☎42-0110

i 信用金庫の日「愛の献血運動」

▶留萌信用金庫では、社会貢献事業の一環として信用金庫の日に合わせて「愛の献血運動」を実施しています。献血をされる方は、市内の留萌信用金庫本支店窓口へお申し込みください。

❖日時 6月15日(金)
10:00～16:00
(13時から1時間休憩)

❖場所 留萌信用金庫本店駐車場

◎当日、旭川赤十字血液センター献血車が常駐しています。



☎留萌信用金庫業務推進部 ☎42-1250

i 6月は外国人労働者問題啓発月間

▶就労を目的として入国、在留する外国人は年々増加していますが、その就労状況をみると、社会保険などの未加入や適正な労働条件が確保されていないなどの問題が散見されます。外国人を雇い入れる際は、次の3点をご確認ください。

- ①雇い入れる前に、就労が認められるか、在留資格を確認してください。
- ②外国人の雇い入れと離職の際は、必ずハローワークに届け出てください。
- ③社会保険などの加入をはじめ、適正な雇用管理を行いましょ。

なお、厚生労働省では雇用対策法に基づく、外国人労働者の適正な雇用管理のための指針を定めています。外国人を雇用する際は、ルールを守り適正な雇用をお願いします。

☎ハローワーク留萌 ☎42-0388
留萌労働基準監督署 ☎42-0463

広報誌は各コンビニ店にも設置しています！

市では、毎月1日に広報のものを発行していますが、広報誌がより身近になるよう、各コンビニ店のご協力により市内コンビニ全店に設置しています。広報誌が届かない世帯の方は、市の施設または、右記のコンビニ店まで足をお運びください。

また、店頭での設置は毎月10部限りとしていますので、店頭が無い場合は、市の施設に設置している広報誌をご利用ください。

☎市・政策調整課 ☎42-1809

店名	住所	電話番号
セイコーマートしらとり	三泊	42-2172
セイコーマート住之江店	住之江町1丁目	43-7011
セイコーマート中一すずき	大町2丁目	42-1457
セイコーマート留萌元川店	元川町3丁目	43-6437
セイコーマート留萌沖見店	沖見町3丁目	42-0084
セイコーマート留萌ことぶき店	寿町1丁目	43-4080
セブンイレブン留萌沖見店	沖見町2丁目	42-1288
セブンイレブン留萌開運町店	開運町3丁目	42-0827
セブンイレブン留萌合同庁舎前店	花園町4丁目	43-5377
セブンイレブン留萌南町店	南町4丁目	42-4431
ローソン留萌駅前店	栄町1丁目	43-0527
ローソン留萌千鳥店	千鳥町1丁目	42-2000

i 「Let's離乳食!」「Happy!おやつ」教室

▶お子さんの食事などで不安はありませんか。そんなお母さんにぜひ参加して欲しい教室です。食事や育児に関しての保健師・栄養士の講話、調理実習、試食も行います。お子さんの成長に応じた離乳食や簡単手づくりおやつを楽しく作ってみませんか。

「Let's離乳食!」
～♡こころ♡を育てる離乳食教室

❖日時 6月11日(月) 10:00～12:00
❖場所 保健福祉センターはーとふる
❖対象 生後4ヵ月～1歳未満の親子・15組
❖申込 6月4日(月)まで
❖持ち物 エプロン、三角巾(又はスカーフ)
筆記用具・お子さんの飲み物
(お茶、湯冷ましなど)

「Happy!おやつ」
～あったか手づくりおやつ教室

❖日時 6月27日(水) 10:00～12:00
❖場所 保健福祉センターはーとふる
❖対象 1～3歳の親子・15組
❖申込 6月21日(木)まで
❖持ち物 エプロン、三角巾(又はスカーフ)
筆記用具

☎市・保健医療課 ☎49-2558

i ステップ・エクササイズ会員募集

▶「ステップ・エクササイズ」を始めませんか。「ステップ・エクササイズ」とは、日常生活での階段の昇り降りのような運動で、走ったときに相当する高いエネルギーを消費できます。また、脚への負担も、普段歩いているのと同じくらいしかないという優れた運動です。

❖日時 毎週 木曜日(祝祭日休み)
13:00～14:00
❖場所 スポーツセンター小体育館
❖会費 1回 700円(実費相当分)
❖申込 スマイル・ステップ ☎42-3005
なお、当日会場でも受付可能です。
❖持ち物 運動靴、スポーツタオル、飲料水

◎動きやすい服装で参加願います。
◎インストラクターが指導します。
◎無料体験も可能ですので、ご相談ください。

☎スマイル・ステップ 代表 阿部禮子
☎・☎ 42-3005

i こさえる料理講習会

▶手打ちうどん作り、パン作り講習会を開催します。この機会に手作りの楽しさを体験してみませんか。

手打ちうどん作り講習会

❖日時 6月9日(土) 9:00～
❖場所 風土工房「こさえる」(藤山町)
❖募集人数 10人
❖料金 1人900円
❖申込期間 6月1日(金)～7日(木)
❖講師 留萌そば道楽
❖持ち物 エプロン、キャップ

パン作り講習会

❖日時 6月21日(木) 9:00～
❖場所 風土工房「こさえる」(藤山町)
❖募集人数 10人
❖料金 1人900円
❖申込期間 6月1日(金)～7日(木)
❖講師 食を楽しむネットワーク「秋桜」
❖持ち物 エプロン、キャップ

☎風土工房「こさえる」 ☎43-4556

ラス LAS英数塾 受講生募集

留萌市沖見町3丁目
TEL0164-42-1743

中学生・高校生 申し込み 随時
☆ 数学受講体験 45分無料
小5,6(英・算) 申し込み 随時

中学生・高校生
夏期講習 申し込み期限
7月10日

留萌
観光・感動
物語

ゴトトン、ゴトトン、
ゆっくりのんびり留萌本線



午後6時17分。夕陽を背に、増毛からの列車が留萌駅に到着する。

海沿いの駅

5月の連休期間中、今年も、JR留萌本線をゆっくりと走る「増毛ノロッコ号」が運行し、多くの家族連れや鉄道ファンが列車での小旅行を楽しみました。

JR留萌駅では、市民や観光協会、市職員らが乗客の出迎えと見送りをを行い、笑顔の交流で連日賑わいました。

「地元のパックアップがあり、増毛ノロッコ号の運行は盛り上がりつつあります」。

天塩町出身で親子二代の鉄道マン、JR留萌駅長に赴任したばかりの長能博明^{ひろあき}さんに留萌観光の魅力について聞きました。

「留萌本線の魅力は、車窓間近に迫る海岸線の風景です」。

深川から増毛までの区間を走る留萌本線。留萌から到着の増毛駅までは、四季折々に変化する海岸線の風景を楽しめる路線で、特に、水平線に沈む夕陽は鉄道ファンにも人気です。

長能駅長が海の魅力とともに挙げたのは、食の魅力。留萌の海産物の美味しさに太鼓判を押す。その美味しさを乗客に味わってもらおうと、増毛ノロッコ号では、バーベキュー専用車両で予約制の海鮮バーベキューを提供しています。

「ここ」ならではの魅力

海、夕陽、海産物。どれも当たり前のように「ここ」にあるもの。それ故に、その価値の素晴らしさに慣れてしまっているのかもしれない。

「留萌には、用事がなくても来る価値があります。無理してでも来てもらう魅力があり、決して損はしません」。多くの路線で仕事をし、それぞれの地域の魅力に触れてきたからこそそのストリートな言葉です。

ゴトトン、ゴトトン、海沿いをゆく留萌本線。

心地良いリズムに揺られながら、いつもと違う留萌を発見するひとときが待っています。

JR北海道 留萌駅

船場町2丁目 ☎42-0640

みどりの窓口

7:50～16:20

トラベルセンター

9:00～17:30

※日・祝日・年末年始を除く

パーク&トレイン 10台

予約不要 無料



出発進行、よい旅を！笑顔が交差する瞬間。高橋市長も黄色の法被で、乗客を見送ります。

ホームでは留萌のゆるキャラ『KAZUMOちゃん』と長能駅長が、出発までのひとときを盛り上げました。



お詫びと訂正

2012年5月号P24「留萌観光・感動物語」の記事で、千望台休憩施設の開業期間、10/28までと掲載しましたが、正しくは、10/31までです。お詫びして訂正いたします。

6月

(休館日) 4(月) 11(月) 18(月) 25(月) 29(金) (29日のみ館内整理休館)

9日(土)
土曜おはなし会
11:00~
対象: 幼児・小学生

15日(金)
ちいさいこのおはなしかい
11:00~
対象: 0・1・2才児

20日(水)
ブックスタート
13:00~
はーとふるにて
(9ヵ月児健康診断会場)
対象: 9ヵ月児

23日(土)
土曜おはなし会
13:30~
対象: 幼児・小学生

24日(日) **〔映画会〕**
10:30~
一般向け「キートンの蒸気船」
(69分)
13:30~
児童向け「101匹わんちゃん
GOGO! ダルメシアン」
(67分)

27日(水)
水曜おはなしかい
11:00~
対象: 0・1・2才児

新しい本が入りました (一部ご紹介します)

- | | | |
|------|-----------------|--------|
| 占い | 「厄除開運人生」 | 辛酸なめ子 |
| 人生訓 | 「男の器」 | 桜井章一 |
| エッセイ | 「遺稿」 | 立川談志 |
| 小説 | 「新月譚」 | 貫井徳郎 |
| 時事 | 「北朝鮮のリアル」 | チョユニョン |
| 法律 | 「図説日本国憲法の誕生」 | 西修 |
| 福祉 | 「障害者心理学」 | 梅永雄二 |
| 児童 | 「魔法のハサミがやってきた!」 | 岡田貴久子 |
| 児童 | 「にんじゃべんとう」 | 木坂涼 |
| 児童 | 「いろいろいちご」 | 山岡ひかる |

図書館に行こう!

図書館の開館時間は午前9時30分から午後6時までです。毎週木曜日は午後7時まで開館し、休館日は月曜日です。

中央公民館には見晴分館があります。午前9時から午後9時まで開館しており、日曜日は午後6時までです。休館日は年末年始のみですので、仕事帰りに気軽にお立ち寄りください。より長く開いている図書館で、新しい本との出会いを楽しみませんか。

何でもご相談ください!

いとう のり ひこ

伊藤徳彦司法書士事務所

〒077-0006 留萌市末広町1丁目10番2号 プラネックスヴィラA105号室

☎ 56-4454 ✉ itou.norihiko@brown.plala.or.jp

主な業務

不動産登記
相続、売買等

商業登記
役員変更、
会社設立等

成年後見人
申立て

6月 健康ひろば

保健福祉センター
はーとふる ☎ 49-2558

乳幼児検診 受付 13:00 ~ 13:30

対象児には事前に文書でお知らせします。

	4カ月児		9カ月児	
6月	19日(火)	24年2月生	20日(水)	23年8月生
	1歳6カ月児		3歳児	
	6日(水)	22年11月生	5日(火)	21年5月生

フッ化物塗布 予約制

対象は1歳6か月以上の子どもです。

6月	14日(木)	10:00 ~ 11:00	12:30 ~ 15:00
	21日(木)		13:30 ~ 15:00

ピンピンからだひろば

高齢者対象の筋力アップ体操。時間内出入自由。

6月	毎週月曜日	10:00 ~ 12:00	13:30 ~ 15:30
	毎週金曜日		

母子健康・栄養相談 (乳幼児)

乳幼児の発育・発達や育児などについてご相談ください。

6月	7日(木)	9:30 ~ 11:30	13:00 ~ 15:00
	21日(木)		

一般健康・栄養相談 (乳幼児～成人)

年齢を問わず健康相談を行います。

6月	14日(木)	10:00 ~ 11:30	春日児童センター
----	--------	---------------	----------

マタニティスクール (予約制)

6月 7月	1日(金)	13:30 ~ 15:30	留萌市立病院
	12日(火)	10:30 ~ 13:00	はーとふる
	28日(木)	13:30 ~ 15:30	留萌市立病院
	7月8日(日)	10:00 ~ 12:30	はーとふる

※各種予防接種や集団がん検診は、広報4月号に折り込みしたピンクの用紙「留萌市保健予防事業一覧」をご参照ください。

るもい健康の駅
☎ 43-8121

▶開館時間 9:00 ~ 17:00
水・木曜日
9:00 ~ 20:30
(但し20時以降は入館できません)

▶休館日 月曜日・祝日

▶6月のイベント

2日(土) 「救急蘇生法」と「AED体験講習会」
13:00 ~ 14:30

9日(土) お仕事シリーズ
「薬剤師のなりかた」
あかね薬局 薬剤師 吉田龍先生
13:00 ~ 14:00

23日(土) マンスリー健康講話
「脳卒中について(予定)」
留萌市立病院 多田光宏先生
13:00 ~ 14:00

26日(火) 認知症サポーター養成講習会
13:00 ~ 14:30

お知らせ

ココから体操を始めよう

ココから体操は、ココから(心と体)体操、体の調子を整える体操です。有酸素運動と筋力トレをします。

6月17日の日曜当番医院

藤田クリニック

宮園町1丁目 ☎ 42-1660
午前9時～午後5時

※上記以外の日曜日・祝日及び夜間の診療はかかりつけの病院・医院へお問い合わせください。

※市立病院は2次医療病院として、すべての土曜日・日曜日・祝日・夜間に対応しています。

虫歯を予防!

はーとふる健康「リム

「むし歯」は、むし歯菌が原因の感染症です。むし歯菌は、砂糖などの糖分を栄養として歯の周りに歯垢を作り、その中で繁殖します。そして、糖分から酸を作り、歯の表面のエナメル質を溶かし、むし歯にします。

むし歯を予防するには、歯垢がたまらないようにすることが大切です。基本は、むし歯菌の栄養になる糖分を取り除く歯磨きです。

甘いものを控えたり、食事時間を決めるなど糖分を口の中から減らすことも大切です。

更に、食事の際はよく噛んで、殺菌力や歯のエナメル質を修復する効果のある、だ液を出すのも良いでしょう。

何かひとつでも、できることから始めてみませんか。

留萌市情報アンテナ

主な電話番号

- 下記以外のお問い合わせ
総務課 42-1801
- 市の財政、地籍調査など
財務課 42-1813
- 道市民税など
税務課
市民税係 56-5004
固定資産税など
その他の係 42-1804
- 広報、町内会、市民活動など
政策調整課 42-1809
- 農業、漁業、水産加工業など
農林水産課 42-1837
- 商工業、観光、港湾など
経済港湾課 42-1840
- 社会福祉施設、障がい者、
生活保護など
社会福祉課 42-1807
- 戸籍、印鑑証明など
市民課 42-1805
- 道路、公園、市営住宅など
都市整備課 42-2010
- 水道料金など
上下水道課
上下水道関係 42-5151
- 下水道など
下水道関係 42-2049
- 公衆衛生、市営墓地など
環境保全課 42-1806
- 市内の小中学校など
教育委員会学校教育課
42-3006
- 児童手当、児童虐待など
教育委員会こども課
42-1808
- 社会教育、スポーツなど
教育委員会生涯学習課
42-0435
- 健康づくり、介護保険など
はーとふる
49-2558
- るもい健康の駅など
コホートピア推進室
56-1535

お困りですか

市民相談担当が
新設されました

56-5003

健康・栄養相談

はーとふる
49-2558

精神保健相談

留萌振興局保健環境部保健行政室
42-8327

教育電話相談室

生涯学習課
42-0435

防災相談

総務課
56-5005

あなたと市政をつなぐ

市長とフリートークしてみませんか！

■ 日時 6月28日(木) 9:00～17:00

■ 場所 市長室

■ 市・政策調整課 ☎42-1809

市長とホットライン (FAX)

0120-223-846

市民の声メール

koucyou@e-rumoi.jp

今月の
課長

社会福祉課長
はが ひろやす
芳賀 博康



4月の人事異動で社会福祉課長となりました。社会福祉分野はかなり広い分野で、なおかつ、市民に直接かかわる事業が多くあります。市は人口減と高齢化率の増加により、地域における福祉の推進は、ますます重要な課題となっています。

今後も、市で行うさまざまな施策に対して、適正かつ公明に実施し、市民が安心して暮らしていける社会を創っていきます。

人口と世帯数
(平成24年4月末現在)
※()内は前月比

総人口 24,043人 (+7人)
男 11,552人(+26人)
女 12,491人(-19人)
世帯数 12,176世帯
(+70世帯)

人口動態
(平成24年4月)

出生	15人
死亡	22人
転入	502人
転出	493人

納税

今月納期の市税

市・道民税(普通徴収) 1期
納期限 7月2日(月)

夜間納税相談窓口

6月28日(木)
20時まで

休日納税相談窓口

6月24日(日)
9時～17時

場所 税務課

☎ 42-1804



市役所あての郵便物は下記郵便番号とあて名(留萌市役所・担当課)で届きます。

〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地



ホームページ

<http://www.e-rumoi.jp/>

eメール

kikaku@e-rumoi.jp



『留萌市情報プラザ』

FM 76.9MHz エフエムもえる
毎週月～金曜日
朝 8:05～8:10
夕方 5:05～5:10

FM 76.9MHz エフエムもえる

災害時は76.9MHz
留萌市とエフエムもえるは
災害協定を結んでいます

Facebookページ

『るもい生活』開設しました
るもいの今をお届けします

広報るもいは
再生紙を使用
しています

NTT東日本 月額2,940円から始められて、あとは使った分だけ。(税込)※1※2

2段階定額プラン

FLET'S光ライト

(インターネット接続サービス)

使った分だけの支払いがウレシイ!

月々**2,940円**から
だから気軽に始められる

「使った分だけ」
納得の従量制

たくさん使っても
上限があるから安心

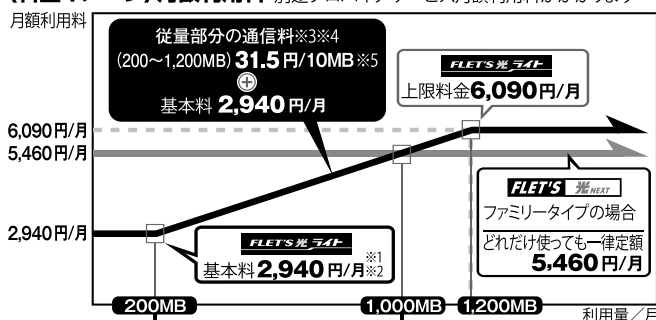
毎月
かかる費用例
(インターネット
ご利用時)

フレッツ光ライト月額利用料
基本料 2,940円～6,090円
上限料金
従量部分の通信料31.5円/10MB

プロバイダ
サービス
月額利用料

別途初期費用(契約料、工事費)がかかります。詳細はお問い合わせください。

【料金イメージ】月額利用料 別途プロバイダサービス月額利用料がかかります



月額2,940円(200MB/月)	月額5,460円(1,000MB/月)
<p>〈ご利用イメージ〉</p> <p>ホームページ閲覧とメールが中心</p> <ul style="list-style-type: none"> ●週に1回程度インターネットを利用 ●インターネット利用は1回あたり30分程度 	<p>〈ご利用イメージ〉</p> <p>ホームページ閲覧とメールに加え、 動画視聴などを月に1時間利用</p> <ul style="list-style-type: none"> ●2日に1回程度インターネットを利用 ●インターネット利用は1回あたり1時間程度

※1 別途、初期費用、プロバイダサービス月額利用料がかかります。利用量により、2,940円(税込)～6,090円(税込)/月がかかります。※2 契約回線ごと1ヵ月あたり200MBまでは通信料無料(基本料のみ)でご利用いただけます。なお、ご利用の端末やソフトウェアによっては、お客様が電子メールの送受信、ホームページ閲覧等を一切行わない場合であっても自動的に通信が行われ、通信料が発生する場合がありますのでご注意ください。※3 通信料は、インターネットへ接続する(ホームページ閲覧、電子メール送受信等)データ通信により課金されます。※4 利用量、通信料については、NTT東日本から送付する請求書または、専用サイトで確認いただけます。※5 10MB未満の利用量は10MB単位に切り上げます。◎集合住宅で「フレッツ光ライト」をご利用いただく場合、光配線方式での提供となります。○「フレッツ光ライト」では、利用できるオプションに一部制限があります。○フレッツ光の各種サービスタイプ(サービスプラン)を変更する場合、一部サービスがご利用いただけなくなる場合や、ご利用機器の交換や再設定等が必要となる場合があります。また別途工事費がかかる場合があります。●「フレッツ光」とは、「フレッツ光ライト」、「フレッツ光ネクスト」および「Bフレッツ」(いずれもインターネット接続サービスの総称です)。●NTT東日本の設備状況などによりサービスのご利用をお待ちいただいたり、サービスをご利用いただけない場合がございます。●インターネットのご利用にはフレッツ光の契約に加え、プロバイダとの契約が必要です(別途月額利用料などがかかります)。●一部「フレッツ光」を提供していない地域のお客様のお手元に届く場合がありますがご了承ください。●表示金額は、特に記載のある場合を除きすべて税込です。

お問い合わせ
お申し込みは

0120-116-116

午後9時まで受付

営業時間

午前9:00～午後9:00
土・日・祝日も営業

<http://www.ntteast-hokkaido.co.jp/> [NTT東日本-北海道 旭川支店]

K11-6140[1204-1207]

広告主になりませんか

企業のPRに
ご活用ください!

市では、あらゆる広告媒体を利用して、みなさんからの広告を募集しています。

既に広告を頂いている媒体もありますが、次回掲載時の申し込みは通年受け付けています。

留萌市ホームページバナー、
広報誌、封筒、公共施設、
ごみ袋、公用車など

詳しくは市ホームページをご覧ください。
URL <http://www.e-rumoi.jp/>

監修・発行 留萌市政調整課

42・1809 FAX 43・8778

編集

株式会社エフエムもえる

印刷

白鷗印刷株式会社