



留萌の熱い夏

7月28日(土)、るもい呑涛まつり最大の催し「やん衆あんどんパレード」が開催されました。

音楽に合わせて軽快に舞う「はねと集団」をはじめとするあんどん行列が目抜き通りを練り歩き、留萌の夜を活気づかせていました。



今月の主な内容

- ②-③ 特集／みんなで進めるまちづくり
- ④-⑤ 特集／こんにちは地域おこし協力隊です
- ⑥-⑦ 特集／「がん検診」受診のすすめ
- ⑧-⑨ 特集／9月10日は「下水道の日」

- ⑩-⑮ 暮らしのお知らせ
- ⑯-⑰ 健康ひろば
- ⑱ 連載／防災コラム④
- ⑲ 留萌市情報アンテナ

「市民が主役のまちづくり」へ

▼条例が掲げる「市民が主役のまちづくり（市民自治）」を進めるためには、皆さんの自治参加が不可欠です。皆さん一人一人が「市民の権利と責務」などについて理解を深めるとともに、積極的にまちづくりに参加していくことが重要です。

皆さん一人一人の役割

【市民の権利】

- 1) 市が保有する情報を知る権利
- 2) 自治に参加する権利
- 3) 市が行う行政サービスを受ける権利

「情報を知る権利」とは、市が発信する情報を受け取ることができるだけでなく、市が所有している情報について提供を求めることもできる権利です。

ただし、保護すべき非公開情報（個人情報など）については、原則提供しません。

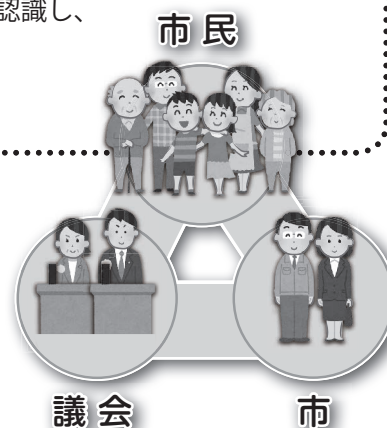
【市民の責務】

- 1) 自治の主権者として、互いに尊重しながら、自治に参加すること
- 2) 自治に参加するときに、自らの発言と行動に責任を持つこと
- 3) 行政運営と行政サービスに担う負担を受け持つこと

【コミュニティ（町内会や市民ボランティアなどの地域共同体）】

- 1) 市民は、自治の担い手としてコミュニティの役割と責務を認識し、コミュニティを守り育てよう努力すること
- 2) 市は、コミュニティの自主性と自立性を尊重すること

区 分	主な役割と責務
市 民	・自治の主権者として、互いに尊重しながら、自治に参加します。 ・自治の担い手としてコミュニティの役割と責務を認識し、コミュニティを守り育てよう努力しなければなりません。
議 会	・市の議決機関として、重要な政策を総合的な視点に立って審議し、意思決定します。
市	・公正で誠実に仕事を進め、常に見直ししながら、最小の経費で最大の効果を上げるよう努力しなければなりません。 ・職員は、市民の立場に立ち、全力で職務に取り組まなければなりません。



「市民」「議会」「市」それぞれが連携・協力し、より良いまちづくりを進めるため、皆さんのご理解とご協力を願います。

◎「留萌市自治基本条例」の全文は、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でご覧いただけます。

留萌市 政策調整課

検 索

特集



みんなで進める まちづくり

市では、留萌市自治基本条例に基づき、「市民が主役のまちづくり（市民自治）」を推進しています。

問 市・政策調整課 ☎ 42-1809

「留萌市自治基本条例」とは



▼「留萌市自治基本条例」は、「市民」「議会」「市」それぞれが役割と責務を持ち、自らの意思と行動でまちづくりを進めるため、平成 18 年 12 月に議会で議決され、19 年 4 月 1 日に施行されました。

留萌市自治基本条例では、市民による自治を理想として掲げる「自治の理念」や基本原則「情報共有」「市民参加」「協働」などを定めています。

【留萌市自治基本条例の特徴】

- ◎市民による自治を理想とした「自治の理念」を定めています。
- ◎自治の担い手として「市民」「議会」「市」それぞれの役割と責務を定めています。
- ◎基本原則「情報共有」「市民参加」「協働」を定めています。
- ◎市が仕事を進めるための「都市経営の考え方」を定めています。
- ◎世の中の変化に敏感に対応するため、条例が正しく実施されているかを定期的に確認し、条例を見直すことができるように定めています。

基本原則

情報共有

「市民」「議会」「市」それぞれが自治に関する情報を互いに提供し合いながら、共有します。

市民には「情報を求める権利」「情報を知る権利」、市には「情報を提供する義務」がそれぞれあります。

市民参加

市民が積極的に、市の仕事の企画立案や実施、評価などに関わり、意見や考えを明らかにして行動を起こします。

市民には「市政に関心を持ち、積極的に行動すること」、市には「参加しやすい環境づくり」がそれぞれ求められます。

協 働

「市民」「議会」「市」それぞれが役割と責任を分担し、互いに対等な立場で連携し、協力して自治を進めます。

市民自治を進めるためには、「市民」「議会」「市」が互いに対等な立場で連携し、協力し合うことが大切です。

地域連携サポート推進員を目指す

平成 30 年 4 月から
活動しています

いんなみ さきと
印南 咲輝人です。



▼印南隊員は現在、地域連携サポート推進員を目指し、「るもい健康の駅」を拠点に「地域包括ケアの推進を軸とした健康づくり関連人材」としての専門知識や技術などの習得に励んでいます。

『私は、陸上自衛隊札幌駐屯地で2年間勤務した後、千葉県内の専門学校で救急救命士の資格を習得しました。

以前から、これまでの経験や習得した資格を生かして健康分野で活躍したいと考えていました。自分が知らない土地で、多くのことに挑戦したいと思い、留萌市への移住を

決意しました。

まだ越してきて日は浅いですが、留萌市は海が美しく、自然が豊かなまちだと感じています。地域の皆さんとのつながりを深めながら、地域のニーズなどを学び、今後の活動に生かしていきたいと考えています』



子どもたちに音楽の魅力伝えたい

▼安西隊員は現在、市内で吹奏楽の指導に関わる活動などの音楽合宿への支援に取り組んでいます。



『私は、これまで吹奏楽指導者の育成などの仕事に携わってきました。

音楽合宿をきっかけに、2年ほど前から留萌市に訪れるようになり、留萌高校吹奏楽部の部員たちに音楽指導する機会がありました。その際、部員たちの音楽に対する誠実さに感銘を受けました。今後

は、市内の小学校、中学校、高校への音楽指導を通して、子どもたちに音楽の魅力を伝えたいと考えています。

音楽合宿については、全国的にも画期的な取り組みと注目されていますが、その開催地の知名度はまだ低いため、広く知られていません。地域おこし協力隊の活動を通じながら、留萌市のPRにも貢献していきたいですね』

平成 30 年 6 月から
活動しています

あんざい ゆうじ
安西 裕司です。



地域おこし協力隊

活気ある地域づくりのため
それぞれの立場で連携

地域住民

行政

活気ある地域づくりを進めるためには、「地域おこし協力隊」「地域住民」「行政」がそれぞれの立場で連携していくことがとても大切です。みんなで協力しながら、活気ある地域を一緒に作りましょう。

特集



こんにちは 地域おこし協力隊です

「地域おこし協力隊」の隊員たちは、活気ある地域づくりと留萌市への定住に向け、さまざまな活動に取り組んでいます。

問 市・政策調整課 ☎ 42-1809

ただいま、3人の隊員が留萌市内で奮闘中！

▼「地域おこし協力隊」の隊員は、おおむね1年から最長3年までの期間中、委嘱された地方自治体からの支援を受けながら、さまざまな活動に取り組みます。

市内では現在、28年度と30年度にそれぞれ委嘱された3人の隊員が活動しており、それぞれの目標や夢を持って定住・定着の道を模索しながら、活力ある地域づくりの一助として、自身の才能や能力、特技などを生かして頑張っています。

市では、「地域おこし協力隊」の隊員として、これまでに15人（現役隊員を含む）を委嘱しました。

そのうち、委嘱期間を終えた6人の隊員が留萌市に定住し、現在も地域の一員として活躍しています。

わたしたちが地域おこし協力隊です

定住に向けて準備を進めたい

平成 28 年 8 月から
活動しています

あいかわ はるき
相川 春生です。



▼相川隊員は現在、「幌糠農業・農村支援センター」で農作物の試験栽培などに取り組んでいます。また、インターネットを活用し、自分たちの活動や地域の魅力などの情報を全国に発信しています。

『私は今、幌糠農業・農村支援センターの実験ハウスを活用し、春採りイチゴなどの試験栽培に取り組んでいます。平成28、29年度の収穫はますますのことでしたので、今年も良い生育を期待しています。また、今年度

は、情報発信の取り組みとして、ドローン（小型無人飛行機）を活用した映像制作にも挑戦したいと考え、準備を進めています。

今年度は、地域おこし協力隊としての委嘱期間が終了となる年ですので、留萌に定住するための準備を進めていきたいと考えています』



特定健診とがん検診のご案内

◎ 広報るもい 4月号 (NO.721) に折り込みした用紙 (ピンク色) 「留萌市保健予防事業一覧」でもご覧いただけます。

●がん検診など (集団検診) が受診できる日程

日 程	会 場
10月11日(木)	保健福祉センターはーとふる
10月12日(金) (レディースデー)	
10月13日(土)	
10月14日(日)	るもい健康の駅
10月15日(月)	潮 静 住 民 セ ン タ ー
10月16日(火)	幌糠コミュニティセンター
2月14日(木)	保健福祉センターはーとふる
2月15日(金)	
2月16日(土)	

集団検診対象者および料金	
胃 が ん (40歳以上)	1,500 円
肺 が ん (40歳以上)	1,000 円
かくたん 喀 痰 検 査 (必要時のみ)	1,000 円
大 腸 が ん (40歳以上)	500 円
肝 炎 ウ イ ル ス 検 査 (40歳以上)	500 円
エキノコックス症検査 (小学校3年生以上)	無 料
子宮頸がん (20～41歳)	2,200 円
〃 (42歳以上)	1,200 円
子宮超音波検査 (20歳以上)	500 円
乳 が ん (35歳以上)	2,400 円
骨粗しょう症 (40～70歳)	500 円

●がん検診など (個別検診) が受診できる医療機関

医療機関	電話番号	項 目 (特定健診・がん検診)						
		特定	胃	肺	大腸	子宮	乳	
荻 野 病 院	42-1406	○	力	×	×	×	×	
川 上 内 科 医 院	43-6451	○	力	○	○	×	×	
たけうち内科循環器内科医院	42-8820	○	×	○	○	×	×	
西原腎・泌尿器科クリニック	56-1678	○	×	×	×	×	×	
藤 田 ク リ ニ ッ ク	42-1660	○	力	○	○	×	×	
留 萌 記 念 病 院	42-0271	○	カ・バ	×	○	×	×	
留萌セントラルクリニック	43-9500	○	×	×	×	×	×	
わたべ整形外科医院	42-5011	○	×	×	×	×	×	
市 立 病 院	49-1011	○	カ・バ	○	○	○	○	
札幌複十字総合健診センター	011-700-1331	×	×	×	×	○	○	

※カ：胃カメラ検査 バ：バリウム検査

▼ 10月の集団検診へのお申し込みは、9月11日(火) までとなります。なお、集団検診についてのお問い合わせ、お申し込みは下記へご連絡ください。(土・日曜日を除く)

問 市・保健医療課 (はーとふる内) ☎ 49-6080 (受付時間 9:00～17:00)

※特定健診に関するご質問は、市・市民課 (電話:42-1805) へお問い合わせください。

※個別検診をご希望の方は、各医療機関にお申し込みください。

※毎年を受診できない検診もありますので、お申し込みの際にご確認ください。

市では、集団検診 (特定健診・がん検診など) を年3回行っています。また、市内医療機関でも、個別検診を実施しています。がん検診を定期的に受診している方はもちろん、これまで受診したことがない方も、ぜひ家族や友人、身近な方を誘ってがん検診を受診しましょう。

特集



「がん検診」 受診のすすめ

「がん」は誰もがかかる可能性のある身近な病気です。ご自身やご家族を守るためにも、がん検診を定期的に受診しましょう。

問 市・保健医療課 ☎ 49-6050

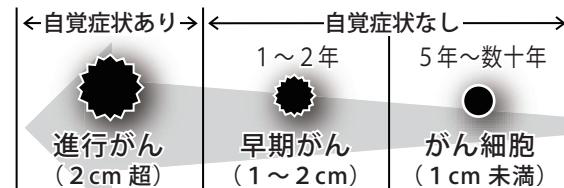
日本は「がん大国」！？

▼現在、全国で年間およそ 37 万人の方が「がん」で亡くなっています。これは、日本人の 3 人に 1 人が「がん」で死亡しているという計算になります。

また、生涯のうちに「がん」になる確率は、およそ 2 分の 1 だと推計されています。

留萌市の主な死因 (平成 26 年 9 月末日現在) のうち、「がんによる死亡」が 90 人、30.2% となっています。

一方で、治療技術や薬などの進歩により、「がん」は不治の病ではなく、治療できる病になりつつあります。ただし、「がん」を治療するためには、早期発見・早期治療がポイントとなります。

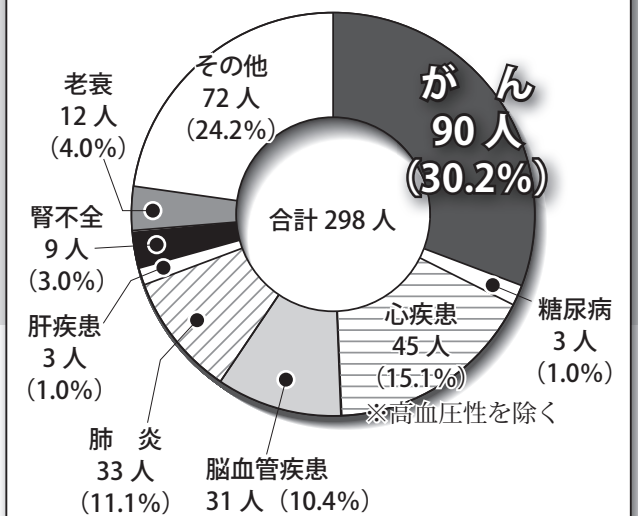


がん細胞が急激に増殖 **がん検診で発見できる**

「がん」は、ほとんど初期症状がないため、気付かないうちに進行する恐ろしい病です。早期発見するためには、がん検診を定期的 (1～2 年ごと) に受診することが大切です。



【留萌市の主な死因】(平成 26 年度)
※参考資料「平成 27 年度版道北地域保健情報年報」



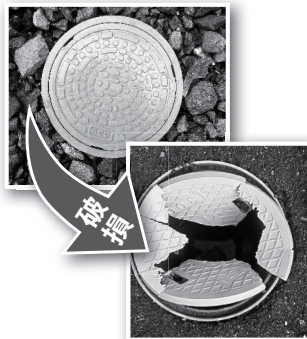
【各種がん検診受診率】(平成 26 年度)
※参考資料「平成 27 年度版道北地域保健情報年報」

項 目	留萌市	全道平均
胃 が ん 検 診	8.3 %	10.3 %
肺 が ん 検 診	9.4 %	11.2 %
大腸がん検診	14.8 %	16.7 %
子宮頸がん検診	28.0 %	36.8 %
乳 が ん 検 診	29.0 %	33.5 %

留萌市のがん検診の受診率は、「胃がん」「肺がん」「大腸がん」「子宮頸がん」「乳がん」のいずれも全道平均を下回っています。

市・上下水道課からのお願い

ご家庭の汚水桝は大丈夫ですか？



▼公共下水道に接続しているご家庭の汚水桝は破損していませんか。

汚水桝やふた（マンホール）が破損していると、雨水が下水道管へ流れ込んでしまう恐れがあります。万が一、雨水が下水道管に流れ込んでしまった場合、下水道の機能が低下して流れが悪くなったり、マンホールから水が溢れたりします。

▲汚水桝のふた（マンホール）

汚水桝が破損した場合は、「留萌市排水整備指定工事店」に修理を依頼するか、ホームセンターなどで購入して新しいものと交換してください。

●平成 30 年度 留萌市排水設備指定工事店

所在地	指定工事店名	電話番号
留萌市	伊藤産業株式会社	43-7789
	株式会社熱源	42-3081
	株式会社ハチ口	42-3311
	株式会社不二水道	42-1955
	ナリタ設備	49-2355
	北興機械株式会社	42-3615
	株式会社パイプライン	42-8622
札幌市	日南産業株式会社	011-786-7111
旭川市	株式会社原田設備工業	0166-73-5260
	丸信衛生工業株式会社	0166-23-2528
	大建工業株式会社	0166-60-5500
	株式会社グラシアス	0166-73-9618
滝川市	株式会社道央ハウジング	0125-24-0357
羽幌町	北日本設備株式会社	0164-62-3592
沼田町	有限会社松尾住設	0164-35-1672

特集



9月10日は「下水道の日」

「下水道の日」にちなみ、快適な都市生活に欠かすことのできない下水道の適正利用について、皆さんと一緒に考えましょう。

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049

下水道の役割について

留萌市の下水道整備

▼留萌市の下水道整備は、昭和 52 年 2 月に始まりました。

市内の公共下水道の整備面積は、平成 29 年度末で 516 ヘクタール（事業区域面積に対する整備率 71.8%）です。

また、市内で下水道を利用できる地域に暮らす方は 1 万 8,489 人（市民全体の 84.6%）となっており、このうち約 9 割の世帯が水洗化しています。

下水道は、皆さんの安全で快適な生活を守り、良好な水環境を創造するために必要不可欠な生活基盤施設です。

また、下水道には、河川や海などの水環境を改善し、生態系を守るという重要な役割があります。下水道を整備す

ることで、家庭や事業所などから出された汚水が河川や海などに直接流れ込むのを防いでいます。

このため、皆さん一人ひとりが環境改善の意識を持ち、下水道を利用していくことがとても大切です。

「下水道の日」のいわれ

昭和 36 年、台風による大雨に備える趣旨と下水道の大きな役割である「雨水の排除」にちなみ、台風シーズンである「二百十日」から 10 日過ぎた 220 日目に当たる 9 月 10 日が「全国下水道促進デー」と定められました。

その後、平成 13 年に旧下水道法制定 100 年を記念して改称され、「下水道の日」となりました。

下水道マスコット▼キャラクター「スイスイ」



留萌浄化センターの役割について



▲留萌浄化センター

▼留萌浄化センターでは、家庭や事業所などから出された汚水を浄化し、きれいな水にしています。

市では、浄化したきれいな水を河川に返すことで、水質の保全や水環境の改善を図っています。河川や海などの水

環境をきれいに保つことは、生態系の保護につながり、美しい留萌の自然を守ることになります。

豊かな自然と住みよい生活環境を守るため、今後も皆さんのご理解とご協力をお願いします。

施設の一般公開を実施します

▼留萌浄化センターでは「下水道の日」にちなみ、施設の一般公開を実施します。当日は、担当者が留萌浄化センターの施設を案内しながら、留萌浄化センターや下水道の役割などについて分かりやすく説明します。ぜひご参加ください。

日 9月6日(木)／11日(火) ① 11:00～ ② 14:00～

所 留萌浄化センター（船場町 1 丁目）

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049



▲污水处理の仕組みを学ぶ子どもたち

「平成 30 年度北海道排水設備工事責任技術者試験」のご案内

▼市では、排水設備指定工事店の資格要件に排水設備責任技術者制度を導入しています。

北海道地方下水道協会主催の「平成 30 年度北海道排水設備工事責任技術者試験」が次の日程で実施されます。詳しくは下記へお問い合わせください。

●平成 30 年度北海道排水設備工事責任技術者試験

日 10月24日(水) 13:30～15:30 所 旭川市民文化会館（旭川市 7 条通 9 丁目）

費 受験料 7,000 円

申 9月3日(月)までに下記へお申し込みください。（土・日曜日を除く）

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049

暮らし「野犬掃討の実施」のお知らせ

▼「留萌市畜犬取締り及び野犬掃とう条例」に基づき、野犬掃討を実施します。

野犬掃討は、野犬などによる市民へのかみつき事故を未然に防ぐことを目的に放たれている犬を捕獲するものです。

このため、登録されている犬や予防注射を受けている犬であっても、放たれている場合は野犬と見なし、捕獲処分の対象となります。皆さんのご理解とご協力をお願いします。



日 実施期間 10月1日(月)～3月31日(日)

問 市・環境保全課

☎ 42-1806

ごみ「9月の粗大ごみ収集日」について

▼収集の申し込みは、収集日2日前（閉庁日の場合はその前の平日）の午後3時までに下記へお願いします。

●9月の粗大ごみ収集日 日 所

12日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
13日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
14日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
19日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
20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
21日(金)	緑ヶ丘町、東雲町、南町、潮静、大和田、藤山町、幌糠町、中幌、樽真布町、南幌、峠下町、東幌

問 留萌南部衛生組合

☎ 43-2555／43-2588

■「間違っただごみの分別」をしていませんか？

▼「ホーロー鍋」「フライパン（テフロン加工されているもの）」の分別区分は、「金属類」に変更されています。ご注意ください。ただし、直径50センチ以上のものは「粗大ごみ」となります。また、「使用済みのスプレー缶」「カセットコン

問 市・環境保全課 ☎ 42-1806

暮らし「留萌市内無料法律相談会」のご案内

▼市民を対象にした無料法律相談会を開催します。旭川弁護士会に所属する弁護士が、皆さんの相談に応じます。

相談会に参加するためには、前日までに下記へ予約が必要です。なお、参加予約は先着順となります。



日 9月19日(水)

13:00～16:00（30分×6枠分）

所 保健福祉センターはーとふる1階1号会議室

申 9月18日(火)まで（土・日曜日、祝日を除く）

問 市・市民課 ☎ 56-5003

暮らし「リサイクルまつり」開催のご案内

▼第5回「リサイクルまつり」を開催します。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

日 9月22日(土) 13:00～15:00

所 保健福祉センターはーとふる
1階ロビーおよび2階多目的ホール

内 ◎物品販売 ◎フリーマーケット
◎ペットボトル工作教室 ◎ごみの分別
◎ケナフ紙すき教室 ◎抽選会 など
※小学生以下の方にプレゼントを贈呈(先着30人)

●綿50%以上の綿製品を臨時回収します

会場では、綿50%以上の綿製品を臨時回収します。ただし、以下のものは対象外となります。

・スーツ／Gパン／コート／毛糸類／布団／毛布／靴下／ハンカチ／ジャージ／厚手のもの／ペットに使用して臭いが付いているもの など
※送迎バスの運行はありません。

※駐車場が狭いため、ご来場の際はバスなどの公共交通機関の利用をお願いします。

問 市・環境保全課 ☎ 42-1806

ロ用ガスボンベ」も金属類です。

なお、粗大ごみ収集は、収集日2日前（閉庁日の場合はその前の平日）の午後3時までに留萌南部衛生組合（電話：43-2555／43-2588）へお申し込みください。



知りたい情報が
いっぱい!

▲市の木「アカシア」

暮らしのお知らせ

▼市の花「ツツジ」

凡例 → 日 日程・日時 所 場所・会場 対 対象 定 定員 費 費用 内 内容 申 申込方法など

問 問い合わせ ☎ 電話 FAX ファクス HP ホームページ メールアドレス

暮らし 市営住宅の入居者募集について

▼市営住宅の入居者および補欠入居申込者を募集します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

対 ①住宅困窮の方で、市税などの滞納がないこと
②公営住宅法に定める収入基準に該当する方
③入居申込者および同居者が暴力団員でないこと

申 9月4日(火)～6日(木) 9:00～15:00

申込会場 市役所1階市民ラウンジ

※申込書は9月6日(木)まで市・建築住宅課で配布します。（土・日曜日を除く）

●一般世帯向け住宅

団 地 名	規模・構造	間取（戸数）	階 数	住戸面積（㎡）	月額家賃（円）
大 町 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（42戸）	1階～4階	69.8～72.8	15,300～24,900
ア ザ レ ア	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（1戸）	4階	75.5	20,700～30,900
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK、3LDK（11戸）	3階～4階	67.6～77.2	16,200～29,200
平 和 台 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（25戸）	1階～3階	63.4～68.7	13,700～22,900
平 和 台	木造平屋建て	3LDK（1戸）	1階	69.8	15,100～22,600
旭 町 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK（1戸）	3階	36.9	7,500～11,200
元 町	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（1戸）	1階	67.1	15,500～23,000
藤 山 町 団 地	簡易耐火造 平屋建て	1LDK（4戸）	1階	38.2	6,300～9,300
塩 見 町 団 地	鉄筋コンクリート造3階建て	3LDK（5戸）	1階・3階	59.3	12,500～18,600
幌 糠 団 地	簡易耐火造 平屋建て	2LDK（1戸）	1階	43.5	7,000～10,400

●身障者向け住宅

団 地 名	規模・構造	間取（戸数）	階 数	住戸面積（㎡）	月額家賃（円）
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（3戸）	1階	81.6	21,300～31,800
五十嵐町リラB	鉄筋コンクリート造7階建て	2LDK（1戸）	1階	78.7	24,800～37,000

問 市・建築住宅課 ☎ 42-2025

本当によかったを形に 優しい気持ちがいっぱいの斎場です



NISHIKIDO HANAZONO FUNERAL HALL
にしきどう 花園市民斎場

一般社団法人
日本儀礼文化調査協会
JECIA
★★★★★ 認定

安心の24時間 電話対応
留萌市花園町2丁目3-23



0120-43-9000

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用いただけます。



仏壇仏具専門店
NISHIKIDO
はなむすび 結

留萌市開運町1丁目4番9号 (AKきし横町) Tel (0164) 42-8111

■ 営業時間 AM 10:00～PM 6:30 ■ 定休日 毎週火曜日



●安心して仏壇をお選びいただくために
正しい品質表示と原産国表示をするこのマークのある 確かな仏壇店でお求めください
※原産国や品質表示を適正に表示をすることなく販売をする仏壇店が増えていますので、ご注意ください



11

広報るもい 2018（平成30）年 ■9月号

広報るもい 2018（平成30）年 ■9月号

10

学 ぶ 図書館からのお知らせ

▼9月の催しおよび休館日は、次のとおりとなります。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●乳幼児向けおはなし会（おはなし玉手箱）11:00～
・7日（金）「どんなきもち？」

・29日（土）「まる」

●映画会 10:30～

・15日（土）「まんが日本昔ばなし 耳なし芳一ほか」
（子ども向け・アニメ・46分）

・16日（日）「黒澤明監督作品 用心棒」
（大人向け・邦画・110分）

●休館日

・3日（月）／10日（月）／17日（月・祝）／24日（月・祝）
月曜休館

・28日（金）館内整理休館

問 市立留萌図書館

☎ 42-2300

税・年金・保険 「国民年金の任意加入制度」について

▼老齢基礎年金を満額で受給するためには、20歳から60歳までの40年間の全期間、保険料を納める必要があります。要件を満たしていない場合は、60歳から65歳まで国民年金に任意加入することで満額に近づけることができます。

また、老齢基礎年金を受給するためには、10年以上の加入期間が必要です。昭和40年4月1日以前に生まれた方が受給要件を満たしていない場合は、70歳まで国民年金に任意加入することができます。なお、海外に在住する日本国籍を持つ方も国民年金に任意加入することができます。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

問 市・市民課

☎ 42-1805

問 留萌年金事務所

☎ 43-7211

学 ぶ 北海学園大学「開発特別講座」開催のご案内

▼北海学園大学開発研究所では、道内の各自治体と連携して「開発特別講座」を実施しています。留萌市での開催となる今回は、共通テーマ「るもいの未来への投資と都市づくり」の下、留萌のまちづくりについて皆さんと一緒に考えていきます。

受講無料となりますので、ぜひご参加ください。

●第1回

日 10月4日（木） 18:30～20:00

内 テーマ「あるのが当然？なくてはならない？
～公共施設の明日を考える～」

講師：北海学園大学工学部 教授 岡本 浩一 氏

●第2回

日 10月18日（木） 18:30～20:00

内 テーマ「留萌の将来の交通と地域づくりを考える」
講師：北海学園大学工学部 教授 鈴木 聡士 氏

●第3回

日 11月1日（木） 18:30～20:00

内 テーマ「市民主導の生き残り戦略を考える
～訪ねるもいい、移るもいい、くるもいいまち～
づくりのヒント集」

講師：北海学園大学法学部 教授 樽見 弘紀 氏

◎共通事項

所 中央公民館2階研修会議室1号

対 一般市民 定 各60人程度

申 申込書に必要事項を明記した上、いずれも開催日の1週間前までにファクスまたは電子メール、直接持参で下記へお申し込みください（直接持参の場合は土・日曜日、祝日を除く）。

なお、申込書は、市ホームページ（http://www.e-rumoi.jp）でダウンロードできるほか、市内公共施設などで配布しています。

問 市・政策調整課

☎ 42-1809（受付時間8:50～17:20）

FAX 43-8778 E-Mail kikaku@e-rumoi.jp

学 ぶ 「男性のための料理教室」開催のお知らせ

▼20歳以上の男性を対象にした「男性のための料理教室」を開催します。

手軽でおいしいヘルシーメニューを楽しく学びましょう。ぜひご参加ください。

当日は、塩分測定を行いますので、普段食べているみそ汁をご持参ください。

日 9月26日（水） 18:30～20:30

所 保健福祉センターはーとふる2階調理実習室

定 20人（定員になり次第締め切り）

費 500円

申 9月19日（水）までに下記へお申し込みください。（土・日曜日、祝日を除く）

※当日はエプロン、三角巾、筆記用具をご持参ください。

問 留萌市食生活改善推進員協議会事務局

（市・保健医療課（はーとふる内））

☎ 49-6050

学 ぶ 「るもい親子料理教室」開催のご案内

▼市では、農業や地元食材などについて親子で楽しく学ぶ「るもい親子料理教室（ルルロツソを使用したうどん作り）」を開催します。ぜひご参加ください。

日 9月29日（土） 9:00～

所 風土工房こさえる

対 市内在住の親子
（3歳以上の幼児から小学生までが対象）

定 10組 ※定員を上回った場合は抽選を行います。

費 500円（材料費）

申 9月3日（月）から14日（金）までに電話またはファクスで下記へお申し込みください。（土・日曜日、祝日を除く）

問 市・農林水産課

☎ 42-1837

FAX 42-7865

学 ぶ 『『救急の日』応急手当救命講習』受講者募集のお知らせ

▼留萌消防組合では、9月9日の「救急の日」にちなみ、応急手当救命講習を実施します。

①救命入門コース（1時間30分）※参加証有り

日 9月8日（土） 10:00～ 対 10歳以上の方

②救命実技講習（2時間）※普通救命講習修了証有り

日 9月8日（土） 13:00～

対 救命入門コース受講後1年以内の方

③普通救命講習（3時間）※修了証有り

日 9月9日（日） 9:00～ 対 15歳以上の方

◎共通事項

所 留萌消防組合留萌消防署2階会議室

定 5人以上20人以下 費 無料

内 心肺蘇生法、AED（自動体外式除細動器）ほか

申 9月4日（水）までに電話または電子メールで下記へお申し込みください。

問 留萌消防組合留萌消防署消防課

☎ 42-2211

E-Mail rumoi.f.d.119@bz01.plala.or.jp

学 ぶ 「Let's！離乳食」開催のご案内

▼お子さんの成長に合わせ、楽しく離乳食を作りませんか？「Let's！離乳食」では、育児や食事に関する講話、調理実習・試食などを行います。

●「Let's！離乳食～親子のこころを育てる離乳食教室～」

日 9月14日（金） 10:00～12:00

所 保健福祉センターはーとふる2階調理実習室

対 生後4カ月以上1歳未満の乳児とその保護者

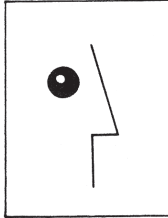
定 10組 費 無料

申 9月7日（金）までに下記へお申し込みください。（土・日曜日を除く）

※当日はエプロン、三角巾、筆記用具、お子さんの飲み物をご持参ください。

問 市・保健医療課（はーとふる内）

☎ 49-6050



ちくのう症・慢性鼻炎・鼻づまりによく効きます。
《生薬製剤》

チオセルエース

★鼻のまわりが熱っぽい ★鼻のまわりに痛みがある
★くさい鼻汁、濃い鼻汁が出る ★鼻づまりがとれない
★のどの奥に黄色い鼻汁がおりる ★においがわからない

江戸薬局

お問い合わせは 留萌市錦町3丁目
☎42-0697

家事のお手伝いからお年寄りの介護まで
皆さんの生活をサポートします

家政婦さんをご紹介します

家政婦さんをご紹介しますために、家政婦さんとして働いてみたい方の登録を受け付けています。

江戸薬局 ハウスキーパーバンク

☎42-0697（江戸薬局内）

オロロンひまわり基金法律事務所

・相続・離婚・成年後見・不動産・交通事故
・企業のご相談・契約書作成・借金・過払金 など

弁護士 河本 晃輔

女性・高齢者のご相談も
多く受けています。

どうぞお気軽にご相談ください

●相続・借金・過払金の相談無料

●業務時間／9:00～18:00 ●休業日／土・日・祝日

留萌市花園町2丁目2番13号 信和商事ビル2階4号室
TEL. 0164-56-4312

至留萌駅

オロロンひまわり基金法律事務所
（信和商事ビル2階4号室）

留萌信用金庫本店

231

オロロンひまわり基金法律事務所 検索

「情報公開制度および個人情報保護制度」の運用状況

▼市では条例の規定に基づき、「情報公開制度および個人情報保護制度」の運用状況を公表しています。

◎情報公開制度とは

情報公開制度は、開かれた市政を執り行うために定められた制度です。市民は、市が保有している公文書を開覧したり、その写しを求めることができます。

◎個人情報保護制度とは

個人情報保護制度は、市民の権利を守り、公正で信頼できる市政を推進するために定められた制度です。市民は、市が保有している自身の情報を確認することができます。また、万一誤りがあった場合には、その情報を正すことができる権利が保障されています。

●平成 29 年度「情報公開制度」運用状況

情報公開制度の平成 29 年度運用件数は合計 8 件で、公開区分は全てが公開でした。

対象公文書（実施機関・件数）	公開区分（件数）	請求方法（公開方法・件数）
オルフィス（印刷機）賃貸借に関する、見積書、仕様書、執行記録書、契約書（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
プリンタ売買に関する、見積書、仕様書、執行記録書、契約書（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
住居表示台帳（市長・2 件）	公開（2 件）	郵送（写しの交付・2 件）
平成 27 年、平成 28 年市長の所得等報告書、資産等報告書訂正届（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
土地・家屋課税台帳や土地・家屋価格等縦覧帳簿等に登録された「所在・地番・地目・地積」等の一覧（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
平成 29 年 1 月 1 日現在の「地番・筆界」等の現況図データ（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
戸籍に関する各種証明書類の発行状況（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）

●平成 29 年度「個人情報保護制度」運用状況

個人情報保護制度の平成 29 年度運用件数は 0 件で、訂正および利用停止請求、不服申立のいずれもありませんでした。

請求件数	処 理 内 訳				
	開 示	一部開示	非開示	不存在	取り下げ
0 件	0 件	0 件	0 件	0 件	0 件

問 市・総務課 ☎ 42-1801

留萌市以外からのお知らせ 公証週間をご存じですか

▼毎年 10 月 1 日から 7 日までは公証週間です。

公証役場では、法務大臣によって任命された公証人による公正証書（遺言や大切な契約など）の作成をはじめ、会社を設立する際の定款認証などを行っています。

また、公証人が自宅や病院へ出向き、遺言書を作成することもできます。公正証書遺言は、裁判所の検認が不要な上、公証役場で原本を保管するため、偽造や紛失の心配がありません。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

問 旭川公証人合同役場

☎ 0166-23-0098

問 名寄公証役場

☎ 01654-3-3131

問 旭川地方法務局

☎ 0166-38-1144

留萌市以外からのお知らせ 「北海道苦情審査委員制度」のお知らせ

▼「北海道苦情審査委員制度」は、北海道が行った業務や制度に関する内容を審査するための制度です。この制度では、「苦情審査委員」が公正中立な立場で北海道の関係機関に対して調査を実施し、不備や問題がある場合に改善などを求めます。

なお、皆さん自身の利害に関わる苦情であれば、どなたでも「苦情審査委員」へ申し立てることができます。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

申し立て方法などの詳細は、専用ホームページ（<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/dsc/index.htm>）でご覧いただけます。

道政相談センター

検 索

問 北海道総合政策部知事室道政相談センター

☎ 011-204-5523

留萌市以外からのお知らせ 「O A 医療事務科受講生募集」のご案内

▼ハローワーク留萌では、O A 医療事務科（訓練期間は 11 月 9 日（金）から 2 月 8 日（金）まで）の受講生を募集します。

パソコン操作をはじめ、医療保険制度などについての知識と技能を習得し、資格取得を目指します。

日 募集期間 9 月 3 日（月）～ 10 月 4 日（木）

所 留萌地域人材開発センター（パワスポ留萌）

定 15 人

費 受講無料

※テキスト代、各種検定受験料は別途

問 留萌地域人材開発センター

☎ 42-0348



留萌市以外からのお知らせ 「北海道メディカルミュージアム」開催のお知らせ

▼旭川医科大学では、インターネット医学講座「北海道メディカルミュージアム」を開催しています。

講座では、医師や看護師が「病気の最新情報」「健康に暮らすための知識」などについて分かりやすく解説します。なお、講座の受講は無料です。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 9 月 27 日（木） 14:00～15:00

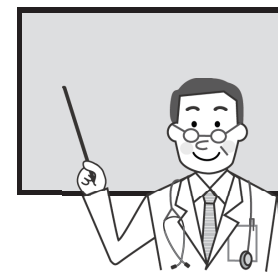
所 視聴会場 保健福祉センターは一とふる

内 テーマ「お酒と上手につきあうためのヒント」

問 旭川医科大学

☎ 0166-65-2111

HP <http://www.asahikawa-med.ac.jp/>



三省堂書店を応援し隊 ★ インフォメーション



おとなのためのおはなし会

日 9 月 11 日（火）18:30～ 所 留萌ブックセンター

こどもたちによるこどもたちへのおはなし会

日 9 月 23 日（日）14:00～ 所 留萌ブックセンター

「こどもたちによるこどもたちへのおはなし会」では、小中学生の読み手を募集しています。また、「こどものための親子（祖父母と孫）によるお話し会」では、親子または祖父母と孫の組み合わせの読み手を募集しています。

問 三省堂書店を応援し隊 事務所（留萌ブックセンター内）☎43-2255

一歩前に踏み出そう！仲間が、仕事が待っている！

「療育手帳を持っていて働いていたが辞めた」「一般企業で働いていたが、対人関係が苦手でうつを発症し、治療中である」「内臓疾患などがあり、身障者手帳を持っている」「障がいがあり、年齢や体力面で一般企業で働くのは無理と考えている」...

まずは一歩踏み出して相談を！

北海道知事指定障がい福祉サービス事業所
NPO法人 サポートハウス

Chao ちゃお

留萌市見晴町 2 丁目 27 番地（中央公民館内）

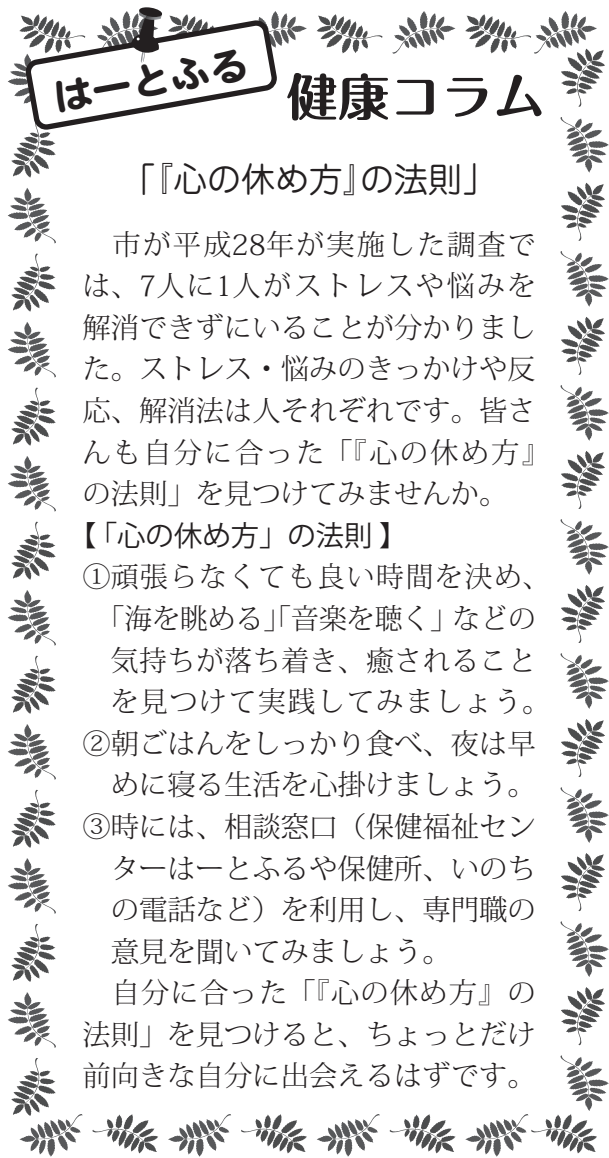
☎43-3888 E-mail chao@bz03.plala.or.jp

ちゃおフェスタ開催

9 月 1 日（土）11:00～14:00

中央公民館 視聴覚室

フリマコーナー
軽食コーナー
できたてトマトジュース
野菜の詰め放題 など



はーとふる

健康コラム

「『心の休め方』の法則」

市が平成28年が実施した調査では、7人に1人がストレスや悩みを解消できずにいることが分かりました。ストレス・悩みのきっかけや反応、解消法は人それぞれです。皆さんも自分に合った「『心の休め方』の法則」を見つけてみませんか。

【「心の休め方」の法則】

- ①頑張らなくても良い時間を決め、「海を眺める」「音楽を聴く」などの気持ちが落ち着き、癒されることを見つけて実践してみましょう。
- ②朝ごはんをしっかり食べ、夜は早めに寝る生活を心掛けましょう。
- ③時には、相談窓口（保健福祉センターはーとふるや保健所、いのちの電話など）を利用し、専門職の意見を聞いてみましょう。

自分に合った「『心の休め方』の法則」を見つけると、ちょっとだけ前向きな自分に出会えるはずです。

保健福祉センターはーとふる ☎49-6050

【乳幼児健診】◎対象児には事前に文書でお知らせします。

4日(火)	1歳6カ月児(29年2月生まれ)	【受付】 13:00 ～13:30
11日(火)	9カ月児(29年11月生まれ)	
18日(火)	3歳児(27年8月生まれ)	
25日(火)	4カ月児(30年5月生まれ)	

【フッ化物塗布（予約制）】 ◎料金は1回500円です。対象は1歳6カ月以上の幼児です。対象の月齢以下でも上の歯が4本以上あり、フッ化物塗布を希望する場合はご相談ください。

6日(木)	10:00～11:00	13:00～15:30
-------	-------------	-------------

【ピンピンからだ広場（おおむね65歳以上）】

◎17日(月・祝)／24日(月・祝)は休みです。軽運動や体操などを行います。(時間内の出入りは自由)

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）】

乳幼児の発育や発達などについてご相談ください。

6日(木)	9:30～11:30	13:00～15:00
-------	------------	-------------

【一般健康・栄養相談（乳幼児～成人）】

健康や栄養などについてご相談ください。

12日(火)	10:30～11:30	寿 児 童 セ ン タ ー
--------	-------------	---------------

※各種予防接種やがん検診は、広報るもい4月号(No.721)に折り込みした用紙(ピンク色)「留萌市保健予防事業一覧」をご覧ください。

※保健福祉センターはーとふるでは随時、電話や来所での相談を受け付けていますので、気軽にご相談ください。

るもい健康の駅

休館日 月曜日・祝日

【開館時間】9:00～17:00／9:00～20:30(水・木)

※20:00以降は入館できません

☎43-8121

【9月のイベント】

※各イベントは、事前の申し込みが必要です。詳しくは、るもい健康の駅ホームページ(<http://www.cohortopia.jp/eki>)をご確認ください。

1日(土) 13:00～14:30	・市民BLS（一次救命処置）とAED体験講習会
6日(木) 17:00～18:00	・医療・介護お仕事紹介「人の命を守る 救急救命士になるには」 講師：救急救命士 印南 咲輝人 氏
8日(土) 9:30～11:30	・基礎老年医学講座⑤「骨格・筋肉系疾患（骨粗しょう症）」講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏
12日(水) 10:00～12:30	・らくらく介護教室⑩「身体の清潔（足浴・爪切り）」会場：るもい健康の駅ホール
14日(金) 13:30～15:30	・「オレンジカフェ留萌 in 港北コミセン」会場：港北コミュニティセンター(元町5丁目)
22日(土) 9:30～11:30	・基礎老年医学講座⑥「消化器疾患（口腔ケア、虚弱高齢者の栄養）」講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏
22日(土) 13:00～14:00	・マンスリー健康講話「知らないとコワイ！？慢性腎臓病のお話し」 講師：市・保健医療課 保健師 村上 美穂 氏
25日(火) 13:30～15:30	・認知症サポーター養成講座（13:30～14:30）＋駅カフェ（14:30～15:30）
26日(水) 10:00～12:30	・らくらく介護教室⑪「認知症の理解と対応、便利グッズの紹介」会場：るもい健康の駅ホール

9月9日の
日曜当番医院

たけうち内科循環器内科医院 高砂町3丁目 ☎42-8820 9:00～17:00

※上記以外の日曜日、祝日および夜間の診療は、かかりつけの病院(医院)へお問い合わせください。
※市立病院は二次医療病院として、全ての「土・日曜日、祝日」「夜間」に対応しています。

からだすこやか(こころ)イキイキ

健康ひろば



■こんにちは！るもい健康の駅です■

「『第5回認知症フォーラム in 留萌』に参加してみませんか♪」

るもい健康の駅では、9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなみ、皆さんに認知症への理解を深めていただくため、今年も9月に啓発活動に取り組みます。

「誰でも認知症になるかもしれない現実があり、
誰もが認知症の人の介護家族になる可能性があります」

～みんなで支えるまちづくり～

「認知症」という言葉を聞かない日はないほど、メディアやまちなかでも日常的に話題に上がるようになりましたが、認知症に対する誤解がなくなり、理解が深まったと言えるのでしょうか。認知症の人の権利や尊厳、介護する家族が抱える問題に対し、世間は気に掛けているのでしょうか。

一口に認知症と言っても、原因や年齢、性

別、環境などにより、抱える問題はさまざまです。「社会の一員でいたい」「できることを見つけてほしい」という願いや期待、声にならない声を数えれば、限りがありません。

現実を見れば、誰もが望む通りに生きられる世の中ではないことは分かっています。そんな中でも、生きる勇気と力と希望がほしいのです。そして、共に生きる家族の幸せにも目を向けてほしいのです。

.....
認知症になっても安心して暮らせる優しいまち、暮らしやすい地域をつくるにはどうしたら良いのか、共に考えてみませんか。

●第5回認知症フォーラム in 留萌

日 9月8日(土) 14:00～16:00 所 北海道留萌合同庁舎2階講堂

内 「高齢者てんかんと認知症について」
講師：市立病院 脳神経外科 診療部長 多田 光宏 氏

◎その他の催し

- ・るもい健康スムージー
- ・ふまねっと（るもねっとサークル）



問 るもい健康の駅 ☎ 43-8121 HP <http://www.cohortopia.jp/eki>

留萌観光協会

インフォメーション

☎43-6817

海のふるさと館

☎43-6677

開館時間 9:00～18:00

1F ロビー 市民のコレクション『私の宝物』展示中

1F ロビー

留萌市芸術文化振興助成事業

2F 会議室

郷土学習講座 第2講 【受講料無料】

寄席と
手打ち蕎麦を
楽しむ会

春風亭 柳橋

「土に埋もれた大昔の生活」
～小平高砂遺跡～9月19日(水) 18:30～20:00
講師：福土廣志（生涯学習課嘱託）

【開催日】9月24日(祝) 17:30～(17:00 開場)

前売り券 2,000円 当日券 2,500円(お蕎麦代込み) ※協力：留萌手打ちそば愛好会
★チケット販売：海のふるさと館、エフエムもえる、留萌市中央公民館、市立留萌図書館、るもいプラザ

2F ラウンジ

ラウンジコンサート 9月17日(祝) 14:00～
もこもこのおはなし会(絵本読み聞かせ) 9月30日(日) 13:00～

留萌市 情報 アンテナ

留萌市市民憲章

わたくしたちは美しい日本海と留萌川にそう山々の緑にかこまれた留萌の市民です。港を中心に栄える産業都市、豊かで健康な文化都市がわたくしたちのねがいです。このねがいを実現するため市民憲章をさだめます。

- 海の資源や山の緑を大切に美しい市にしよう。
- 人に迷惑をかけず公共の物を大切に清潔な市にしよう。
- きまりを守り、みんなでたすけ合う秩序ある市にしよう。
- 働くことによるこびをもって、仕事に精を出し豊かな市にしよう。
- 丈夫なからだとかかるい心を持ち、平和な市にしよう。



▲市の木「アカシア」



▲市の花「ツツジ」

市長とフリートークしませんか？

参加人数や話題、形式は問わず、市長とフリートークすることができます。ただし、決まった実施日を設けていませんので、ご希望の方は、市・政策調整課（☎42-1809）へご連絡ください。

市長とホットライン(FAX) 0120-223-846 市民の声メール koucyou@e-rumoi.jp

お茶の間トーク

気軽にお申し込みください

あなたが知りたい「市政のいろいろ」について、市の職員が直接出向き、分かりやすく説明します。
お申し込み・お問い合わせは☎42-1809まで

困ったときは相談しましょう

■市民相談
市民課 ☎56-5003

■健康・栄養相談
保健福祉センターはーとふる ☎49-6050

■教育相談電話
学校教育に関すること
教育委員会学校教育課 ☎42-3006

児童福祉に関すること
教育委員会子育て支援課
家庭児童相談室 ☎42-1808

社会教育に関すること
教育委員会生涯学習課 ☎42-0435

■高齢者に関する相談
地域包括支援センター ☎49-6060

■防災相談
総務課 ☎56-5005



市役所宛ての郵便物は下記郵便番号と宛て名（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/>
電子メール kikaku@e-rumoi.jp

人口と世帯数 平成30年7月末現在

・総人口	21,432人（－9人）
・男	10,237人（－10人）
・女	11,195人（＋1人）
・世帯数	11,682世帯（＋10世帯）

※（ ）内は前月比

人口動態 平成30年7月末現在

・出生	7人	・転入	75人
・死亡	15人	・転出	77人

納税について

- 今月納期の市税
 - ・固定資産税 3期
 - ・国民健康保険税 3期
 納期限 10月1日(月)
- 夜間納税相談窓口 9月13日(木)／27日(木)20:00まで
- 休日納税相談窓口 9月23日(日)9:00～17:00

FM 76.9MHz
エフエムもえる

留萌市情報プラザ

毎週月～金曜日
朝 8:05～8:10
夕 5:05～5:10

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

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、林業など
農林水産課 ☎42-1837

■商工業、観光、港湾など
経済港湾課 ☎42-1840

■生活保護、障がい者福祉など
社会福祉課 ☎42-1807

■戸籍、各種証明、国保・後期、
医療費助成など
市民課 ☎42-1805

■道路、公園など
都市整備課 ☎42-2010

■市営住宅、建築確認申請など
建築住宅課 ☎42-2025

■上下水道の料金・トラブルなど
上下水道課
上水道係 ☎42-5151
下水道係 ☎42-2049

■ごみの分別、公衆衛生など
環境保全課 ☎42-1806

■市内の小中学校など
学校教育課 ☎42-3006

■児童手当、保育園など
子育て支援課 ☎42-1808

■社会教育、スポーツなど
生涯学習課 ☎42-0435

■健康づくり、介護保険など
保健医療課 ☎49-6050
介護支援課 ☎49-6070

■高齢者相談、介護予防など
地域包括支援センター ☎49-6060

■粗大ごみ収集の申し込みなど
留萌南部衛生組合 ☎43-2555

防災コラム④（全4回）最終回

「自助」「共助」「公助」

それぞれの備えと連携で防災力を高めましょう！

「自助」「共助」「公助」とは

災害対策には、自分自身や家族で備える「自助（一人一人の役割）」、地域で助け合う「共助（地域の役割）」、行政が行う「公助（行政の役割）」の3つがあります。

【自助】

一人一人が
自ら取り組むこと

それぞれの
連携が重要

【共助】

近隣に暮らす人たちが
一緒に取り組むこと

【公助】

国や自治体などが
取り組むこと

【自助】

（一人一人の役割）

災害に備えて自分のできることを考え、対策しておくことを「自助」といい、災害対策の基本となります。まずは、自分や家族の命を守ることが大切です。自分を守ることで、まわりの方にも助けることができます。

【共助】

（地域の役割）

災害時は、地域での助け合いが不可欠です。隣近所や地域全体で力を合わせ、高齢者などの避難行動要支援者の手助けをしたり、避難所の運営に協力するなど相互に助け合う「共助」が重要な役割を果たします。

【公助】

（行政の役割）

国や北海道、各市町村などでは、平素から災害発生に備え、防災に対する「啓発・準備・整備」を進めています。発災時には、状況を把握しながら、迅速な情報提供、的確な災害対応ができるように努めていきます。

「自助」「共助」「公助」の連携の輪を広げましょう

災害対策の基本は、一人一人が防災意識を高め、「自助」の力を高めることです。また、自分一人では対応できなくなったとき、頼りになるのが「共助」です。

そして、「公助」の手を円滑に被災者へ届けるためには、「共助」との連携が欠かせません。

災害は、いつ発生するか分かりません。いざというときに備えて地域が一体となり、みんなで「自助」「共助」「公助」の連携の輪を広げていきましょう。

問 市・総務課

☎ 56-5005



親が働く時間、子供にも有意義な時間を！ 託児所のある職場で 働きませんか？

留萌市内
各施設で
募集

もえっこクラブ留萌は
魅力がいっぱい

- 1 高齢者との関わり
長年の知識や経験、礼儀作法や地域の歴史などを学べます。
- 2 緊急の際も安心
介護施設には看護師在居のため、お子様の急変時に対応が可能です。
- 3 イングリッシュ学習
英語教材を用いて毎日実施し、英語に触れる機会をつくります。

託児所の利用について

もえっこクラブ留萌は弊社事業所で勤務するお子様をお預かりしております

料金	保育料：1日300円 食費：1日300円(昼、おやつ)	時間	時間：AM9:00～PM5:00 ※保護者の勤務時間により変動	年齢	年齢：1才～就学前の児童 ※休所日は保護者の休日
----	--------------------------------	----	------------------------------------	----	-----------------------------

そんな託児所を利用しながら
弊社で働きませんか？

募集施設

①ウェルフェア萌／②グループホーム萌／③ケアセンター・もえる／④デイサービスセンターはーとふる

募集
職種

介護スタッフ／夜勤専属介護スタッフ／起床・就寝介助専門スタッフ
入浴介助専門スタッフ／通院介助専門スタッフ／送迎ドライバー
送迎介助専門スタッフ／調理師／看護師

詳細は
こちら



お電話でも受け付けております

TEL.0164-49-2588 担当 ヤマグチ

株式会社 萌福祉サービス / 〒077-0042 留萌市開運町1丁目2番1号



おまかせサイバーみまもりで 御社をバックアップ！



こんなお悩みありませんか？

情報セキュリティ対策の事で、サポートしてもらえる会社がよくわからない。

NTT東日本にご相談ください！

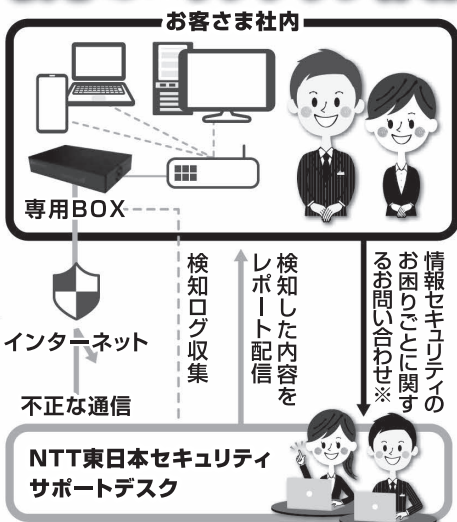
営業担当者の声 端末50台以下のオフィスにオススメの対策！

情報セキュリティ被害を最小限に食い止めるためには、端末セキュリティ対策やネットワークセキュリティ対策を施すだけでなく、通信状況をモニタリングし、問題がある際に適切な対応をすることが重要です。当社のおまかせサイバーみまもりは、「ネットワークの対策」「通信状況のモニタリング」「ウイルス感染時の駆除・復旧支援」を一元的に提供致します。



NTT東日本 北海道北支店営業担当 伊藤 亮太

安心のバックアップ体制



※お問い合わせに対する解決を保証するものではありません。※お問い合わせは専用BOX設置拠点からの場合に限りです。

同様の悩みがあれば下記までご連絡を！
最適なプランをご提案いたします！

お問い合わせ

NTT東日本 北海道北支店
0800-800-6530

受付時間

9:30～17:00
休業日：土・日・休日・年末年始

K18-0471【1806-1903】