



知りたい情報が
いっぱい!

▲市の木「アカシア」

くらしのお知らせ



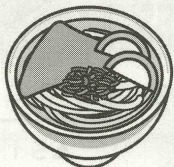
凡例 → **日** 日程・日時 **所** 場所・会場 **対** 対象 **定** 定員 **費** 費用 **内** 内容 **申** 申込方法など
問 問い合わせ **☎** 電話 **FAX** ファクス **HP** ホームページ **Eメール** メールアドレス

学 ぶ

「風土工房こさえーる料理講習会」のご案内①

▼風土工房こさえーるでは、定期的に料理講習会を開いています。10月は2つの料理講習会をそれぞれ開催します。

1つ目は、「手打ちうどん」の料理講習会です。ぜひご参加ください。



日 10月20日(日) 9:00～

定 10人 **費** 1,000円

内 講師：食を楽しむネットワーク「秋桜」

申 10月1日(火)から16日(水)までに下記へお申し込みください。(月・土・日曜日、祝日を除く)

※当日はエプロンや三角巾、マスクをご持参ください。

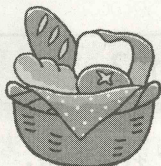
問 風土工房こさえーる **☎** 43-4556

学 ぶ

「風土工房こさえーる料理講習会」のご案内②

▼風土工房こさえーるでは、定期的に料理講習会を開いており、10月は2つの料理講習会をそれぞれ開催します。

2つ目は、「パンづくり」の料理講習会です。ぜひご参加ください。



日 10月26日(土) 9:00～

定 10人

費 1,000円

内 講師：食を楽しむネットワーク「秋桜」

申 10月1日(火)から16日(水)までに下記へお申し込みください。(月・土・日曜日、祝日を除く)

※当日はエプロンや三角巾、マスクをご持参ください。

問 風土工房こさえーる

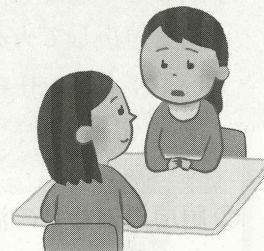
☎ 43-4556

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 10月16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 10月15日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)

問 市・市民課 **☎** 56-5003

学 ぶ

図書館からのお知らせ

▼10月の催しおよび休館日は、下記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～

・2日(水)「のってのって」・19日(土)「まほう」

●ブックリサイクル市 10:00～17:00

・6日(日) 除籍本の無料配布

●休館日

・7日(月) / 14日(月・祝) / 21日(月) / 28日(月)
月曜休館

・23日(水) 祝日振替休館

・25日(金) 館内整理休館

問 市立留萌図書館 **☎** 42-2300

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

旭川弁護士会所属 弁護士
河本 晃輔

どうぞお気軽にご相談ください

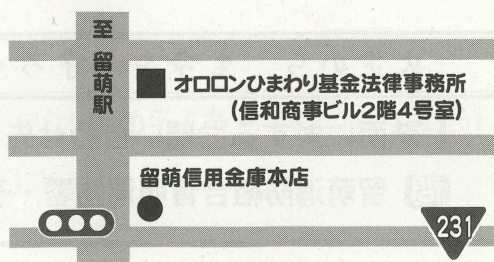
●相続・借金・過払金の相談無料

女性・高齢者のご相談も
多く受けています。

●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



オロロンひまわり基金法律事務所

検索

▼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

その他

「留萌の会」を開催します

▼留萌の会は、留萌にゆかりのある方が交流を深める会です。開催地近郊にお住まいの方にもお知らせください。ご参加をお待ちしています。

●第41回東京留萌の会

日 10月20日(日) 13:00～

所 東京プリンスホテル(東京都港区芝公園3-3-1)

費 8,000円

問 東京留萌の会(堀松建設工業株式会社東京支店)

☎ 03-3373-8075

●第13回札幌留萌の会

日 10月25日(金) 17:20～

所 札幌すみれホテル(札幌市中央区北1条西2丁目)

費 5,000円

問 札幌留萌の会(市・政策調整課)

☎ 42-1809

学 ぶ

「こころの健康づくり講演会」開催のお知らせ

▼市では、皆さんが心の健康を維持し、生き生きと暮らすことを応援するため、「こころの健康づくり講演会」を開催しています。

今回は、椅子に座ってできるヨガをテーマに開催します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 11月8日(金) 13:30～15:00

所 保健福祉センターはーとふる2階多目的ホール

定 50人 **費** 無料

内 「こころもからだもリフレッシュ! チェアヨガ体験」

講師: ヨガインストラクター 加藤 美奈子 氏

※当日は、水分補給用の飲み物をご持参の上、

動きやすい服装でお越しください。

申 10月31日(木)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く)

問 市・保健医療課

☎ 49-6050

ご み

「10月の粗大ごみ収集日」について

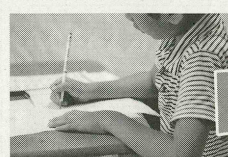
▼収集の申し込みは、収集日2日前(閉庁日の場合はその前の平日)の午後3時までに下記へお願いします。

●10月の粗大ごみ収集日 日 所

16日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
17日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
18日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
23日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
24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
25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



やる気成績共にUP!

未来を支える青少年の育成と
教育を通しての社会貢献
ひとりひとりの「なるほど」「わかった」
「できた」を大切に!

「わかった」「できた」その先へ。
NEXT 生徒随時募集中!!

- 小学生……1教科3,000円(月額)
- 中学生……1教科4,000円(月額)
- 定期テスト対策……5教科10,000円(月額)
- 会 費……1,000円(年額)

NPO法人 学習支援団体

留萌市錦町2丁目3-1(るもいプラザ横)

お問い合わせ
(担当)

メンタル心理カウンセラー
総合心理カウンセラー
事務局長

すがわら
菅原

☎ 0164-56-1925

☎ 090-9517-5681

NEXT -ネクスト-

<https://next-juku.net/>

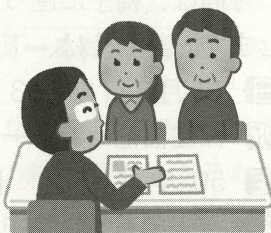
留萌市以外から
のお知らせ

「特設合同行政相談所」開設のご案内

▼10月7日から13日は「行政相談週間」です。

総務省北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センターでは、行政相談週間に合わせて「特設合同行政相談所」を開設します。

行政相談所では、行政制度・運営に関する相談に担当職員が対応します。行政への意見や要望などを気軽に相談ください。



日 10月18日(金) 13:00～16:00

所 るもいプラザ

費 無料

問 総務省北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センター

☎ 0166-38-3011

留萌市以外から
のお知らせ

「留萌くらしのなかの法律相談会」開催のご案内

▼市内の士業などで構成する「六友会」では、暮らしの中で抱える悩みを無料で相談できる「留萌くらしのなかの法律相談会」を開催します。弁護士や税理士、司法書士、土地家屋調査士、行政書士などが皆さんのさまざまな相談に対応します。

なお、相談会は1枠30分で、参加するためには予約が必要です。詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 10月20日(日) 13:00～17:00

所 留萌地域人材開発センター（パワスポ留萌）

申 10月18日(金)までにオロロンひまわり基金法律事務所へお申し込みください。また、六友会ホームページ（<https://rumoirikuyukai.wixsite.com/rikuyukai>）でも予約を受け付けています。

問 オロロンひまわり基金法律事務所

☎ 56-4312

留萌市以外から
のお知らせ

道営住宅の入居者募集について

▼道営住宅の入居者を募集します。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

対 ①住宅に困窮している方

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

④過去に道営住宅での滞納がないこと

申 申込受付期間 10月9日(水)～11日(金)

※申込書は、10月1日(火)から留萌振興局建設指導課（北海道留萌合同庁舎3階）で配布します。（土・日曜日を除く）

◎今回の募集では、単身者の申し込みはできません。

◎募集戸数を上回った場合は、10月16日(水)に抽選会を開き、入居者を決定します。

◎インターネット経由でも申請できます。

※家賃は世帯の収入などで異なるほか、毎月の共益費、駐車場使用料が別途かかります。

※入居は11月上旬以降となります。

※申し込みの際に印鑑や所得証明書などが必要です。

問 留萌振興局建設指導課 ☎ 42-8451

HP <http://www.rumoi.pref.hokkaido.lg.jp/>

留萌市以外から
のお知らせ

G 20 観光大臣会合の成功に向けて

▼10月25日(金)と26日(土)の2日間、北海道俱知安町で「G 20 観光大臣会合」が開かれます。

全国8都市で開催される関係閣僚会合も、残すところ4都市となります。国際的な会合となりますので、開催地はもちろん、開催地以外の地域でもテロ行為などへの警戒を強化し、未然防止のための対策が必要となります。現在、道内でも重要施設や公共交通機関などでの対策を強化しています。

北海道警察では、G 20 観光大臣会合の成功に向け、総力を挙げて警備の万全を期することとしています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

問 留萌警察署 ☎ 42-0110

痛み
出血
はれに



でお悩みの方に...

飲んで治す痔のくすり【第2類医薬品】



生薬
製剤

LENNI

お問い合わせは

江戸薬局

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。

江戸薬局グループ ハウスキーパーバンク
☎42-0697（江戸薬局内）

留萌市以外から
のお知らせ

エゾシカ狩猟期間のお知らせ

▼エゾシカ狩猟期間中(10月1日～3月31日)は、
猟銃による事故を防止するため、国有林および道有
林への立ち入りが規制されています。

期間中の狩猟目的以外での入林は、自粛いただき
ますよう、ご協力をお願いします。入林手続きなど
の詳細については、下記へお問い合わせください。

【国有林についてのお問い合わせは】

問 留萌南部森林管理署

☎ 42-2515

【道有林についてのお問い合わせは】

問 北海道水産林務部道有林課

☎ 011-204-5519

留萌市以外から
のお知らせ

「年金生活者支援給付金制度」に ついて

▼10月1日から、「年金生活者支援給付金制度」
が始まります。年金生活者支援給付金は、公的年金
などの収入や所得額が一定基準額以下の方の生活を
支援するためのもので、年金に上乗せして支給され
ます。給付金を受け取るためには、請求書の提出が
必要となります。

平成31年4月1日以前から年金を受給している
方には、9月上旬から請求手続きのご案内が順次届
きます。31年4月2日以降に年金を受給し始めた
方は、年金事務所または市区町村で給付金の請求手
続きを行ってください。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

**日本年金機構および厚生労働省を装った不審な
電話や案内などにご注意ください！**

※日本年金機構および厚生労働省が口座番号を伺
い、手数料などの金銭を求めることは絶対にあり
ません。

問 給付金専用ダイヤル(ナビダイヤル)

☎ 0570-05-4092

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。

なお、公正証書遺言は、旭川地方法務局留萌支局
でも作成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 旭川公証人合同役場

☎ 0166-23-0098

問 旭川地方法務局留萌支局

☎ 42-0492

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
業務や制度の内容を審査する制度です。

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

「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
場合は改善などを求めます。

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](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

留萌観光協会

インフォメーション

☎ 0164-
43-6817

留萌市海のふるさと館

☎ 0164-43-6677
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

10月6日(日) 秋のお茶会とおはなし会

(1Fロビー) 11:00~ 海を眺めながら ゆっくりと 秋のお茶会

(2Fラウンジ) 13:30~ 図書館ボランティア
おはなしの会 “もこもこ” による おはなし会

郷土学習講座 10月16日(水) 18:30~20:00

「北海道人造石油の軌跡」 講師：福士廣志 【受講無料】
(生涯学習課嘱託)

海のふるさと館感謝祭2019

10月14日(月・祝) (1Fロビー) 海ふるマルシェ(野菜・果物販売)

11:00 スタート! (2Fレストラン) 留萌手打ちそば愛好会

※一部内容が変更となる場合が
ございます。ご了承ください。(2Fラウンジ) 無料ラウンジカフェ

観光施設
閉館情報

礼受牧場・千望台レストハウス ▶ 10月14日(月・祝)まで
留萌市海のふるさと館 ▶▶▶▶▶ 10月27日(日)まで

厚生労働省では、中小企業・小規模事業者の生産性向上を支援することで、事業場内最低賃金の引上げを図るため、「業務改善助成金制度」を推進しています。なお、業務改善助成金の申請・支給窓口は、各都道府県労働局となります。申請する事業場が所在する労働局へお問い合わせください。

業務改善助成金に関する詳細については、下記へお問い合わせください。

助成金の概要

事業場内最低賃金を 30 円以上引き上げ、かつ設備投資（機械設備や P O S システムなどの導入）を行った場合、その費用の一部を助成します。

コ ー ス	引き上げる 労働者数	助成 上限額	助成対象事業場	助 成 率
30 円コース (800 円未満)	1～3 人	50 万円	事業場内最低賃金 800 円未満の事業場	4 / 5 〔生産性要件を満たした場合は 9 / 10〕
	4～6 人	70 万円	かつ 事業場内最低賃金と地域別最低賃金の差額が 30 円以内	
	7 人以上	100 万円	および 事業場規模 30 人以下の事業場	
30 円コース	1～3 人	50 万円	事業場内最低賃金と地域別最低賃金の差額が 30 円以内	3 / 4 〔生産性要件を満たした場合は 4 / 5〕
	4～6 人	70 万円	および	
	7 人以上	100 万円	事業場規模 30 人以下の事業場	

※上記の「生産性」とは、企業の決算書類から算出した「労働者 1 人当たりの付加価値」をいいます。助成金の支給申請時直近の決算書類とその 3 年度前の決算書類に基づくそれぞれの生産性を比較し、伸び率が一定水準を超える場合などは、加算して支給されます。

※過年度に業務改善助成金を受給したことがある事業場も、助成対象となります。

※「人材育成・教育訓練費」「経営コンサルティング経費」についても設備投資などに含まれるため、助成対象となります。

問 北海道働き方改革推進支援センター

☎ 0800-919-1073

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
日本葬具文化調査協会
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
花 結
はなむすび



留萌市開運町1丁目4番9号 (AKさし様向) TEL (0164) 42-8111
■ 営業時間 AM 10:00 ~ PM 6:30 ■ 定休日 毎週火曜日



● 安心してお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



「旅立ち応援のためのインフルエンザワクチン接種支援事業」 「留萌市高齢者インフルエンザ予防接種事業」について

▼市では、進学や就職のための試験に臨む児童・生徒などを対象とした「旅立ち応援のためのインフルエンザワクチン接種支援事業」を実施しています。また、65歳以上の高齢者などを対象とした「留萌市高齢者インフルエンザ予防接種事業」にも取り組んでいます。

インフルエンザの抗体は、ワクチンを接

種してから1～2週間で体内に作られます。ワクチンの効果は、接種してから1カ月後が最も高く、5カ月程度効果が持続すると言われています。

インフルエンザは例年1月から2月にかけて流行します。このため、11月から遅くとも12月までにワクチンを接種することをお勧めします。

●旅立ち応援のためのインフルエンザワクチン接種支援事業

■ 実施期間 10月1日(火)～12月31日(火)

■ 実施期間中に「小学6年生」「中学3年生」「高校3年生」の市民

■ インフルエンザワクチンの接種を受けた場合、接種費用の一部を助成

助成回数 ①小学6年生は2回まで ②中学3年生、高校3年生は1回まで

個人負担額 ◎1回につき1,500円

●留萌市高齢者インフルエンザ予防接種事業

■ ①65歳以上の市民

②心臓や腎臓、呼吸器の機能に障害がある60歳以上65歳未満の市民

③ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害がある60歳以上65歳未満の市民

■ 費 1,500円

●対象の医療機関

医 療 機 関	旅立ち応援のためのインフルエンザ ワクチン接種支援事業	留萌市高齢者インフルエンザ 予防接種事業
市 立 病 院	○	○
荻 野 病 院	×	○
整 形 外 科 稲 垣 医 院	○	○
藤 田 ク リ ニ ッ ク	○	○
川 上 内 科 医 院	○	○
わ た べ 整 形 外 科 医 院	○	○
留 萌 記 念 病 院	○	○
富 山 整 形 外 科	○	○
開運町わたなべ耳鼻咽喉科	○	○
留萌セントラルクリニック	○ ※高校生のみのみ	○
たけうち内科循環器内科医院	○	○
西原腎・泌尿器科クリニック	×	○

※医療機関ごとに予約の可否や開始時期が異なります。各医療機関でご確認ください。

■ 問 市・保健医療課（は一とふる内） ☎ 49-6050