

式典 成人式



1月13日(日)
受付14:15~ 式典15:00~
文化センター/中央公民館
教育・生涯学習課
☎42・0435

**大人への仲間入り
「平成20年留萌市成人式」**

20歳になられる皆さんの前途を祝福するために「成人式」を実施します。新成人の皆さんの出席をお待ちしています。

留萌市に居住していない方の参加も受け付けていますので、左記の問い合わせ先へご連絡ください。

■対象者 昭和62年4月2日、昭和63年4月1日生まれの方

発行 認定書



市・社会福祉課
☎42・0435
詳しくは上記までお問い合わせください。

**要介護認定高齢者に発行します
「障害者に準ずる」認定書**

介護認定要介護度2〜5を受けている65歳以上の高齢者は障害者と同様の税控除を受けることができますので、「障害者に準ずる」認定書の発行を市に申請してください。

平成19年の所得申告など税控除を受ける手続きの際に認定書が必要となりますので、ご注意ください。

奨学生 希望者募集

詳しくは左記までお問い合わせください。
☎42・3006

平成20年度留萌市奨学生

■対象 大学・専門学校・高校に進学、在学する方(選考基準あり)
■申込期間 2月1日(金)〜2月29日(金)
■貸付金額(1カ月) 大学生18千円/高校生9千円 専門学校生14千円
■利息・返還期間 貸付金は無利息で、貸付終了後10年以内の返還となります。
■申込方法 市内の中学校・高校又は教育委員会にある願書とその他、必要書類を学校を経由して教育委員会に提出してください。

助成 資格取得

季節労働者のみなさんへ資格取得促進助成のお知らせ

教育訓練など、国、道が指定するものを受講して、資格取得した季節労働者の方に最高10万円(費用の1/2)を限度として助成します。

■留萌市内の訓練機関で受けられる教育訓練
大型特殊、小型移動式レール、フォークリフト、玉掛技能など
■対象となる季節労働者の方
雇用保険の短期雇用特例給付(特例一時金)の受給資格を有する方
当協議会に受講を申請し承認された方
詳しくは左記までお問い合わせください。
☎42・2278

地域振興 “留萌の魅力”を全国へ発信します

留萌管内の情報が満載です。
http://lineapp.teacup.com/meienoroni/

留萌する天北オロロンルート
運営代表者会議事務局
☎42・3871 ㊟42・2200
メール:tempku-oronon@meieruim

コラム 留萌ひまわり基金法律事務所

「支払をしないと大変な目に遭う」と脅されるパターンと「手続をしないと利益を逃す」と騙されるパターンとに分けられます。

「支払をしないと大変な目に遭う」このパターンは、ある日突然高額請求が来て、すぐに支払わないと訴訟を起こされるなどと葉書に書いてあるというのが典型的なケースですが、携帯メールなどで届く場合もあります。

また、自分以外の他者(例えば親族など)が大変な目に遭うパターンとして、いわゆる「オレオレ詐欺」のように「すぐに振り込んでくれないと困る」というケースがあります。

◆架空請求詐欺を分析すると
「支払をしないと大変な目に遭う」と脅されるパターンと「手続をしないと利益を逃す」と騙されるパターンとに分けられます。

「支払をしないと大変な目に遭う」このパターンは、ある日突然高額請求が来て、すぐに支払わないと訴訟を起こされるなどと葉書に書いてあるというのが典型的なケースですが、携帯メールなどで届く場合もあります。

また、自分以外の他者(例えば親族など)が大変な目に遭うパターンとして、いわゆる「オレオレ詐欺」のように「すぐに振り込んでくれないと困る」というケースがあります。

**留萌で唯一の「行列ができる法律相談所」
第18回目「架空請求にご注意ください」**

足立敬太弁護士
ひまわり法律相談

わがややくわいやく説明します

第18回

テレビや新聞で連日ニュースになっていますが、相変わらず架空請求詐欺が多発しています。日本だけの現象かと思いきや台湾や中国でも架空請求詐欺が起きているようです。

ここ留萌でも誤って振り込んでしまったとの相談が当事務所に寄せられています。

◆架空請求詐欺を分析すると
「支払をしないと大変な目に遭う」と脅されるパターンと「手続をしないと利益を逃す」と騙されるパターンとに分けられます。

コラムニスト

足立 敬太 弁護士

留萌ひまわり基金法律事務所
☎42・3341

「手続をしないと利益を逃す」このパターンは、税金の還付や年金の払い戻しなど官公庁を装うケースが多いです。

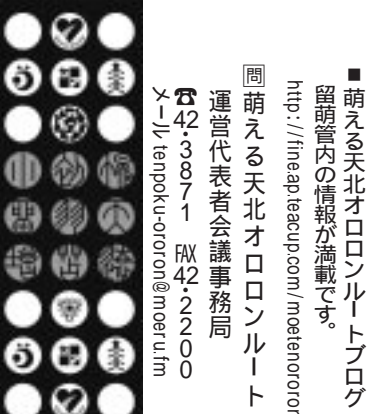
この場合ATMの操作に不慣れな人を騙して操作させてお金を振り込ませるパターンが多いです。

この手の詐欺は常に進化しています。従って必ず撃退できる方法などありません。ただしこの手の詐欺は、騙そうとしている者に考える余裕を与えないために支払などの行動をとにかく急がせます。これが共通する特徴です。

「すぐに支払わなければ取り立てに行く、訴訟をする」と書いてあれば、焦って冷静さを失うかもしれないですが、実際に取り立てや訴訟をされてからでも対処出来るはずですよ。

従ってこの手の詐欺に引っかからないためには、「詐欺グループは急がせること」を常に念頭に置き、「なぜ急がせるのか? おかしいな」と思ったら、一人で焦らず、誰でもいいから周りの人に相談しましょう。焦る必要は全くありません。

地域振興 “留萌の魅力”を全国へ発信します



留萌する天北オロロンルート
運営代表者会議事務局
☎42・3871 ㊟42・2200
メール:tempku-oronon@meieruim

**萌える天北オロロンルート⑬
「手をつないだらここが一番! 見えてきた」**

萌える天北オロロンルートは、シーニックバイウェイ候補ルートに認定されています。今春指定ルートに認定予定です!

■メインイベント
「えんべつ冬まつり」
2月初旬、雪像コンテストや大型すべり台、雪中玉入れなど、子どもたちにも大人気のイベントです。飲食店などの出店もありますので、皆さんぜひ、お越しください。

■場所 生涯学習センター
マナビィ21(予定)
■料金 無料
■問合せ先 遠別町役場経済課商工水産係
☎0163627211

講習会 受講者募集

NPPO法人ウイッシュでは、例年地域還元活動を行っています。今年も、中高年の方々が多く抱えている尿のトラブル、尿漏れや尿が出ずらいなどについて、お悩みの方やご家族を対象に講習会を開催します。

お気軽に参加ください。

■日時 1月19日(土)
午後1時〜午後3時
■場所 消費生活センター2階
■料金 無料
■講師 山下登先生(留萌市立病院泌尿器科診療部長)
■人数 100名
■申し込み締切 1月15日(火)
☎42・7030

「尿トラブルについて」講習会

NPPO法人ウイッシュでは、例年地域還元活動を行っています。今年も、中高年の方々が多く抱えている尿のトラブル、尿漏れや尿が出ずらいなどについて、お悩みの方やご家族を対象に講習会を開催します。

お気軽に参加ください。

■日時 1月19日(土)
午後1時〜午後3時
■場所 消費生活センター2階
■料金 無料
■講師 山下登先生(留萌市立病院泌尿器科診療部長)
■人数 100名
■申し込み締切 1月15日(火)
☎42・7030

消防 講習会

甲種防火管理者新規講習会を開催します。

■日時 2月14日(木)、15日(金)
午前9時〜午後5時
■場所 はりとふる(五十嵐町1)
■対象 ①不特定多数の出入りする対象物に勤務している方
②年齢20歳以上の方
■定員 50名(ただし、受付期間中でも定員になり次第締切です)
■申込み期間 1月9日(水)〜2月1日(金)
■受付時間 期間中の午前9時から午後5時までです。
■受講料 無料
☎42・2296 ☎42・2211

**平成20年留萌消防組合
甲種防火管理者新規講習会(2日間)**

甲種防火管理者新規講習会を開催します。

■日時 2月14日(木)、15日(金)
午前9時〜午後5時
■場所 はりとふる(五十嵐町1)
■対象 ①不特定多数の出入りする対象物に勤務している方
②年齢20歳以上の方
■定員 50名(ただし、受付期間中でも定員になり次第締切です)
■申込み期間 1月9日(水)〜2月1日(金)
■受付時間 期間中の午前9時から午後5時までです。
■受講料 無料
☎42・2296 ☎42・2211

コラム 病院の見える風景

留萌市立病院は、地域にねざした信頼される病院をめざします
HPアドレスはこちら→www.rumoi-hp.jp/

新年あけましておめでとうございます。お正月は皆さんのんびりと良いお正月を過ごされたことと思います。

医療界はここ2、3年、激変の時代を迎えており、市立病院のことでは、日ごろ市民の皆様にご心配をおかけして大変申し訳なく思っております。昨年度は、救急医療に欠かすことのできない急性期病床を死守するため、DPC準備病院のデータ提出急性期包括病院(と療養・慢性期)病棟の開設を行いました。

また、10年前から行っていた在宅治療をさらに発展させるため、沖見町に在宅診療所を開設しました。

このことにより、急性期から慢性期そして在宅と3つの歯車が連動して動くことができるようになりました。

「高齢化社会を迎えて急性期入院(約14日程度)のみで自宅に帰るまで回復できない患者さんが増えていまいし、療養病棟はこのような患者さんを医療難民化させないで、在宅へ復帰させるための治療するところです。

療養病棟は、このような患者さんを迎えるため、急性期から慢性期そして在宅と3つの歯車が連動して動くことができるようになりました。

「高齢化社会を迎えて急性期入院(約14日程度)のみで自宅に帰るまで回復できない患者さんが増えていまいし、療養病棟はこのような患者さんを医療難民化させないで、在宅へ復帰させるための治療するところです。

**留萌市立病院は、地域にねざした信頼される病院をめざします
HPアドレスはこちら→www.rumoi-hp.jp/**

病院の見える風景

留萌市立病院
☎49・1011

今月のコラムニスト

院長 笹川 裕

沖見診療所は、在宅に戻っても通院が難しい方を対象として、担当の医師と看護師が病気の状態に合わせて自宅や施設にうかがって治療をします。お薬は調剤薬局から届けてもらうこともできます。必要があれば24時間365日、医師と看護師が対応し往診もできます。

また、いつでも市立病院に入院できるといふシステムをとっています。在宅で治療を受けるときに、最も不安なところは、急に具合が悪くなった時に医師に診てもらえない、看護師に相談できない、必要なときにすぐ入院できないことです。

これらを解決したのが在宅療養支援診療所の存在です。在宅で療養を希望される方は沖見診療所に電話してください。

さて、今年のキーワードは「医療連携」です。医師不足、看護師不足、規模縮小の嵐の中で、地域の医療を発展、保持していくためには、医療機関同士の効率的な役割分担と連携が不可欠と考えます。そのために市立病院は今年もいろいろ改革を予定しております。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

消費者のまど 留萌地域消費生活センター ☎42・0651

あなたの身近に、「現在使っていない」「一度も使ったことがない」そういった品物はないでしょうか？
ダイヤル交換は、家庭や職場の不要品などの交換情報です。
「譲ってほしいもの」「譲りたいもの」は、ココで情報発信、情報収集を！
「譲ってほしいもの」「譲りたいもの」は、3カ月で、リストから削除しますので、よろしくお願ひします。
多くの方々のご利用をお待ちしております。

❖これ、譲ります

- ◆学習机(組立用) ◆食卓テーブル(高さ1m)
- ◆スキー一式(大人用、160cm 靴25cm)
- ◆スタットレスタイヤ(265・R16インチ・ホイール付)
- ◆スキー(婦人用、170cm 靴24cm)
- ◆自動車夏タイヤ新品(215・66・16) ◆ダブルベッド
- ◆家庭用品一式 ◆クリスマスツリー一式(高さ90cm)
- ◆ヤマハエレクトーン ◆机(78cm折りたたみ式)
- ◆スチーム式加湿器(3ℓ・幅26cm 床使用) ◆ワープロ

❖これ、譲ってください

- ◆ベビーベッド
- ◆自動車タイヤ(195・80・R15)

広報誌がお手元に届く前に交換が成立している場合があります。

イベント コンクール 「若者たち」を奏でるコンクールの開催

郷土が誇る音楽家佐藤勝氏の業績を称え、コンクールを開催します。課題曲は、若者たち。自由曲は留萌出身の作曲家森田公一氏や宮川泰氏などの作品の中から1曲、1団体2曲を楽器やうたで演奏するコンクールを開催します。

- 開催日 2月2日(土)
- 時間 午後6時～
- 場所 中央公民館小ホール
- 人数 先着20組
- 応募締切 1月15日(火)
- 各賞 グランプリ、市長賞、教育長賞、理事長賞、特別賞、参加賞を用意しています。

詳しくは左記までお問い合わせください。
☎NPO法人留萌市文化会議 ☎42・3333

イベント リサイクル フリーマーケットにいこう

フリーマーケットを開催します。古着や雑貨などあなたが求めている品物があるかもしれません。気軽にお越しください。みんなで楽しくリサイクルの輪を広げていきましょう。

- 開催日 1月27日(日)

☎正午～15:00
☎総合福祉センター
☎留萌リサイクル運動の会 杉山 ☎42・4987
☎090・4875・9784

案内 本 大好き

100歳になるための100の方法 日野原重明 著

「ふたりであるすばらしいひろし」文

児童向けテーマ「楽しいほん」100冊

「100歳になるための100の方法」 日野原重明 著

明るい精神で、100歳まで元気に生きるコツを96歳の現役のお医者さんが語ります。

「ふたりであるすばらしいひろし」文

こころの中でゆうしゅうと思ひ込んでいる姉とやんちゃな弟が繰りひろげるたのしいおはなしです。

27日(日) 洋画	13日(日) アニメ	日程
スーパーマン	トムとジェリー 火星へ行く	映画名
144分 13:30	74分 13:30	時間 開始

1月の映画会

- 対象 創業希望者
- 参加費 無料
- 場所 図書館 視聴覚室
- とき 1月26日(土) 午後1時30分

創業支援講座

第1回 経験者のアドバイス

創業するために必要な法律、資金計画などを、経験者や金融機関、弁護士が指導します。第1回は創業者の心意気、失敗談、事前知識の必要性について経験者がお話しします。

●とき 1月12日(土)～2月28日(日)

●場所 図書館 ロビー

●郷土資料展 「平成20年を迎えて」

平成元年から19年までの留萌市の流れを振り返り、発展的な節目の年を迎えましょう。

●とき 1月18日(金) 午前11時

●場所 図書館 視聴覚室

●対象 0・1・2歳児・保護者

●土曜おはなし会

●対象 幼児・小学生

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●場所 図書館 おはなしのへや

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●対象 0・1・2歳児・保護者

Library News 本 大好き

市立留萌図書館ニュース HPアドレスはこちら→<http://opac.library.ne.jp/rumoi/>

1月の休館日は、1日～5日、7日、14日、15日、21日、28日、31日です。特別休館のお知らせ 蔵書点検のため2月4日(月)～2月12日(火)まで休館いたします。

1月のおすすめ本

一般向けテーマ「今年も元気で」

100歳になるための100の方法 日野原重明 著

児童向けテーマ「楽しいほん」100冊

1月のおはなし会

土曜おはなし会

●対象 幼児・小学生

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●場所 図書館 おはなしのへや

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●対象 0・1・2歳児・保護者

●郷土資料展 「平成20年を迎えて」

平成元年から19年までの留萌市の流れを振り返り、発展的な節目の年を迎えましょう。

●とき 1月18日(金) 午前11時

●場所 図書館 視聴覚室

●対象 0・1・2歳児・保護者

●土曜おはなし会

●対象 幼児・小学生

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●場所 図書館 おはなしのへや

●とき 12日(土)、26日(土) 午後1時30分

●対象 0・1・2歳児・保護者

税のはなし 償却資産の申告

償却資産の申告は、1月31日(木)までに

償却資産を所有している方は、毎年1月1日現在の資産状況を申告しなければなりません。償却資産とは…

法人(会社)や個人で工場や商店などを営んでいる方がその事業のために使用している又は使用することができ機械器具、備品などを行い、課税の対象となります。

具体的に例示すると、次のようなものがその対象となります。

構築物(広告塔、鉄塔、家屋附帯設備など) 機械及び装置(旋盤、ベルトコンベアーなど) 船舶(漁船、貨物船、モーターボートなど) 車両及び運搬具(大型特殊運搬車など) 工具、器具及び備品(測定・検査工具、機など)

課税対象とならない場合…

次のような場合は、課税の対象となりません。耐用年数1年未満の資産 少額償却資産(取得価格が10万円未満の資産で、法人税法などの規定により一時に損金算入されたもの) 一括償却資産(取得価格が20万円未満の資産で、法人税法などの規定により3年以内に一括して均等償却するもの) 自動車税、軽自動車税の対象となるもの (ただし、の場合でも、個別の資産ごとの耐用年数により通常の減価償却を行っているものは課税の対象となります。)

1月には、国民健康保険税第7期が納付期限です。納付には、便利な口座振替をご利用ください。

☎市・税務課 ☎42・1804

コラム これからの健康づくり

冬は外出がおっくうになり、どうしても運動不足になりがちです。運動不足になると、体に必要な脂肪がたまり、生活習慣病になる危険性が高まります。今回は、そんな不安を少しでも解消する方法をご紹介します。

冬には冬のウォーキング

冬は足の裏全体に均等に体重をかけて歩く「ベタ足歩行」が、転倒予防に効果的です。ベタ足歩行で歩く際、階段を登るのように膝を曲げて足を接地し、太腿とでん部の筋肉を使って重心を持ち上げるようにして歩くと、ほどよい運動効果が得られ、冬場の運動として大変お勧めです。

家の中では二ト(NEAT)を増やそう

二トは、意識的な運動でなくても、日常生活の中で体を動かすことで、自然に消費されている熱量のことです。

二トは、家の中で家事にちょっと手間をかけるとか、あれ持ってきてと他人に頼まず自分で動くなど、簡単な工夫で増やすことができます。

運動施設をもっと利用しよう

留萌市内には、スポーツセンターや、ぶるもなど、設備の整った運動施設があります。自分に合った運動が分からないという方でも、専門スタッフから助言が受けられますので、安心してご利用ください。

留萌の長い冬を、健康的に乗り切りましょう。

☎市・保健医療課 ☎49・2558

生活 めざせ快適環境

みんなで考えよう! エコ・ライフ

みんなで止めよう温暖化

◆マイバックを持って買い物に行きましょう

買い物に行くとき何気にもらっているレジ袋ですが、気が付くと家にレジ袋が溜まっている。家庭はありますか? いったいどのくらいレジ袋が使われているのでしょうか?

レジ袋は年間400億枚以上製造されているといわれています。国民一人当たり1年間で315枚、1週間で5・7枚使っている計算になります。

4人家族だと1週間で23枚もレジ袋が溜まっていき、そのほとんどがごみとして排出されているそうです。

また、レジ袋は石油からできており、レジ袋1枚に約16ミリリットルの石油を使用するため400億枚だと年間約6・4億リットル(ドラム缶320万本分)の石油がレジ袋だけに使われています。

6.4億リットル(ドラム缶320万本) ↓ レジ袋400億枚

限りある石油資源を有効活用するため、家庭でのごみ減量化のためにも買い物に行く時はマイバックを持参し、レジ袋はいりません!!と试试看みましょう。

その一言が地球を救う第1歩になります。

☎市・生活環境課 ☎42・1806

フリーマーケットにいこう

フリーマーケットを開催します。古着や雑貨などあなたが求めている品物があるかもしれません。気軽にお越しください。みんなで楽しくリサイクルの輪を広げていきましょう。

開催日 1月27日(日)

時間 正午～15:00

場所 総合福祉センター

留萌リサイクル運動の会 杉山 ☎42・4987

☎090・4875・9784