

特定健診 生活習慣病予防のため特定健診を受けましょう！

▶市では、メタボリックシンドロームによる高血圧、糖尿病を原因とする生活習慣病の予防及び早期改善を目的に特定健康診査（特定健診）を実施しています。

特定健診の結果、生活習慣病の危険性があると判断された場合は、市の保健師や栄養士から日頃の食生活や運動習慣改善に向けた特定保健指導を受けていただくなど、特定健診を受けることは、自分のからだが現在どのような状態にあるかを確認し、生活習慣を振り返る良いきっかけになります。

「健康だから大丈夫」「やせているからメタボではない」などと安心してはいけません。元気なときこそ年に1回特定健診を受け、年齢と共に徐々に迫ってくる生活習慣病の芽を早期に摘み取ってしまいましょう。

◆健診日時
平成22年2月20日(木)、21日(金)の2日間で、時間はいずれも7:00～11:00

◆健診場所
はーとふる

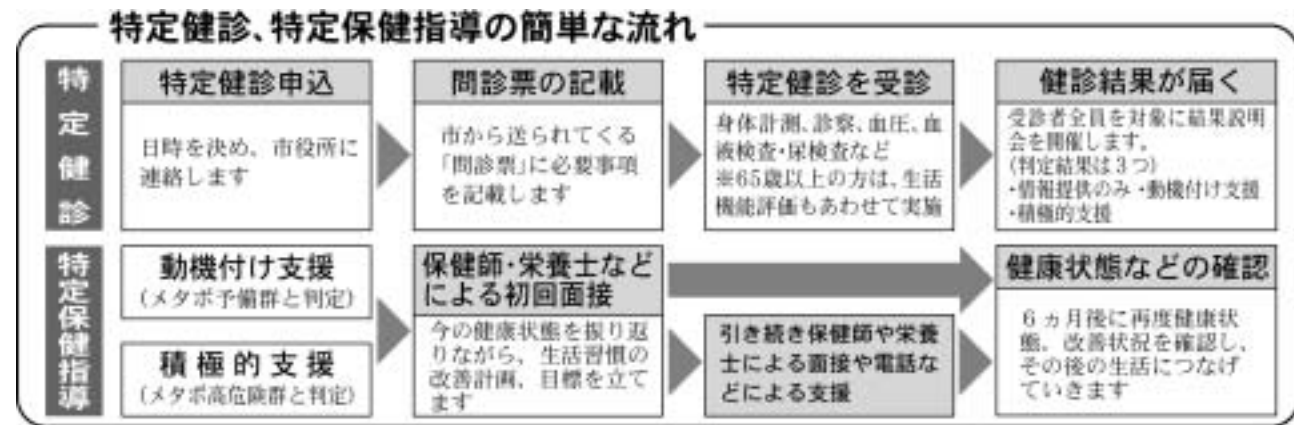
◆対象者
40歳から75歳までの国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者（いずれも6カ月以上の長期入院者は除きます）

◆申込方法
市・市民課窓口または電話（土日祝日を除く 9:00～17:00）

◆申込事項
氏名、年齢、保険証番号、受診希望日時、健診などの種目

◆同時検診
胃・肺・大腸がん検診（65歳以上の方は生活機能評価を同時受診となります）

◆個人負担
特定健診：1人500円
がん検診：1種目500円（ただし75歳以上の方は無料です）



※今年度最後の集団健診となりますので、まだ受けていない方はこの機会に必ず受けましょう。

問 申 市・市民課 ☎ 42・1805

㊤ 記号の読み方 問：問い合わせ先 申：申込先 ☎：電話 ファク：ファックス HP：ホームページ BL：ブログ Eメール：メール

保健医療 冬の胃・肺・大腸がん検診

▶日本人の死因第1位であるがんの早期発見・早期治療を行うために、下記の日程で検診を実施します。

◆日 程 平成22年3月7日(日)
◆受付時間 ①6:30～ ②7:30～ ③8:30～ ④9:30～
◆場 所 はーとふる
◆申込期間 平成22年1月13日(火)～2月12日(金)

検診種類	対象者	料金
胃がん検診	30歳以上の市民	1,500円
肺がん検診 (喀痰検査)	40歳以上の市民 (喀痰検査は必要に応じて行う)	500円 (1,000円)
大腸がん検診	40歳以上の市民	500円

注1 留萌市国民健康保険加入者の料金は、各検診それぞれ500円です。

注2 75歳以上の方と生活保護世帯は無料です。

注3 検診は予約制です。事前に下記へお申し込みください。

問 申 市・保健医療課(はーとふる内) ☎ 49・2558 HP 有

奨学金貸付 平成22年度留萌市奨学生募集

▶市では、次の条件を満たす方を対象に奨学金の貸付を受ける方を募集します。

◆対象者
大学、専門学校、高校に進学し、選考基準を満たす方

◆必要書類
市内の中学校、高校または教育委員会にある願書と次の書類が必要です。

- ①学校長の推薦書
- ②成績証明書
- ③健康診断書
- ④世帯全員の所得課税証明書

◆提出先
在学する学校を経由して教育委員会に提出となります。

◆提出期間
平成22年2月1日(月)～2月26日(金)



◆貸付金額（1カ月）
大学生 18,000円
専門学校生 14,000円
高校生 9,000円

◆返還期間・利息
貸付金は貸付終了後10年以内の返還で無利息です。

◆奨学生の決定
次の選考基準により決定します。

- ①現在校の3年間の評定平均が3.3以上であること
- ②世帯の1年間の総所得金額が教育委員会の定める基準以下であること

◆決定後の手続き
奨学金の貸借契約に次の書類が必要となります。

- ①入学する学校の在学証明書
 - ②連帯保証人の印鑑登録証明書と所得証明書
- ※連帯保証人は2名で、市内在住者に限ります。

問 市・教育委員会学校教育課 ☎ 42・3006

㊤ 記号の読み方 問：問い合わせ先 申：申込先 ☎：電話 ファク：ファックス HP：ホームページ BL：ブログ Eメール：メール



統計調査

工業統計調査にご協力ください

▶工業統計調査を平成21年12月31日現在で実施します。統計調査員が対象となる事業者へ訪問しますので、ご協力をお願いします。

○工業統計調査とは

製造業を営む事業者を対象に、その活動実態を明らかにすることを目的として調査するもので、今回の調査は従業員4人以上の事業所が対象となります。

調査結果は、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資料として利用され、企業、大学などの研究資料や学校の教材などに利用されます。

調査を行う調査員は、身分を証明する「調査員証」を携帯しています。調査員証の提示がないなど、不審な点を感じられた場合、即答せずに下記までお問い合わせください。

※調査内容の秘密は厳守されますので、正確な記入をお願いします。

問 市・総務課 ☎ 42・1801



労働相談

職場のトラブルでお困りの皆さんへ

▶職場でのトラブル（解雇、配置転換、賃下げ、いじめなど）でお困りではありませんか。

北海道労働局の各総合労働相談コーナーでは、こうした労働相談に応じて各種情報を提供します。

また、無料・簡易・迅速な紛争解決システムとして、「あっせん」などのサービスをご用意しています。

北海道労働局のホームページに制度に関する概要を掲示していますので、ご覧ください。

<http://www.hokkaido-labor.go.jp/>

◆総合労働相談コーナー

留萌総合労働相談コーナー（留萌労働基準監督署内）
留萌市大町2丁目 留萌地方合同庁舎 ☎42・0463

◆相談時間

9:00～16:30
（土日祝日、年末年始を除きます）

問 留萌総合労働相談コーナー（留萌労働基準監督署内） ☎ 42・0463



会 員 集 募

点字を学ぶ会「あかげら」

▶点字を学ぶ会「あかげら」は、点字という言葉表現を通じて、視覚障害者の方々のお役に立ちたい！と点字図書の作成や点訳などを目標に活動しています。

皆さんもぜひ一緒に活動しましょう。初めての方も大歓迎です。

◆日時 毎週水曜日
10:00～12:00

◆場所 は一とふる2階
点字図書室

問 点字を学ぶ会「あかげら」
☎ 42・5957(能戸) ☎ 54・9048(安達)

問 市・社会福祉課 ☎ 42・1807 HP 有



障害者控除

要介護認定高齢者に対する税法上の障害者控除について

▶介護認定（要介護度2～5）を受けている65歳以上の高齢者で、一定の要件を満たしている場合、障害者控除と同様の税控除を受けることができます。

平成21年の所得申告などで税控除を受ける手続きの際には「障害者控除対象者認定書」が必要となります。

認定書は、市に申請することで発行されます。申請受付は、平成22年1月6日(火)より開始します。

※詳しくは下記までお問い合わせください。

㊤ 記号の読み方 問：問い合わせ先 申：申込先 ☎：電話 FAX：ファックス HP：ホームページ BL：ブログ E：メール

税 務

償却資産の申告

▶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。申告は、平成22年2月1日(月)までです。

○償却資産とは

法人（会社）や個人で、工場や商店などを経営している方が、その事業のために使用している、または、使用することができる機械、器具、備品などのことで、固定資産税の課税対象となります。

○耐用年数が変わりました

平成20年度の税制改正で、機械及び装置を中心に資産区分の見直し、耐用年数の変更が行われました。

平成20年1月1日以前の取得は旧耐用年数表が適用され、同年1月2日以降の取得は、新耐用年数表が適用されます。



講 習

甲種防火管理新規講習の開催

▶甲種防火管理新規講習を開催します。対象者は受講してください。

◆日時 平成22年2月17日(火)、18日(水)の2日間
時間はいずれも9:00～17:00

◆場所 は一とふる2階多目的ホール

◆定員 50名
(ただし定員になり次第締め切ります)

◆申込期間 平成22年1月12日(火)～2月5日(金) 9:00～17:00

◆対象

①不特定多数の人が出入りする対象物に勤務している方

- 福祉施設などで10名以上を収容する施設
- 物品販売、ホテル、旅館などで30名以上を収容する施設
- 事業所、学校、共同住宅などで50名以上を収容する施設

②年齢20歳以上の方

◆講習料 無料（テキスト代として4,500円が必要となります）

問 申 留萌消防組合消防署予防課 ☎ 42・2296



㊤ 記号の読み方 問：問い合わせ先 申：申込先 ☎：電話 FAX：ファックス HP：ホームページ BL：ブログ E：メール

