

広報 るもい

2011
7



連載

2 留萌子ども夢物語

特集

4 市立病院 改革プランの進捗状況と運営方針

6 留萌市地域福祉計画

8 地域医療を学ぶ育成フィールドづくりを目指して

10 青少年事業の取り組み

12 留萌市応援寄附の報告

14 後期高齢者医療制度

16 留萌市からのお知らせ

22 暮らしのお知らせ





少年団を代表して、6年生チームの写真を掲載

留萌子ども夢物語



元気いっぱいに取り組んでほしい

少年団の活動にあたっては、学校関係者の協力を深く感謝しております。

今シーズン当初は冬場の練習不足から満足のいく結果が得られず心配していましたが、全道大会出場が決まりほっとしています。

野球は1人ではできないスポーツですので、仲間同士の絆を深め、思い出に残るよう元気いっぱいに取り組んでもらいたいと思っています。

また、子どもたちには色々な人の協力があって活動ができていくことへの感謝の気持ちを忘れず、上級生は下級生の見本となるような人になってもらいたいと語ってくれました。

東光球友スポーツ少年団

団長 毛内 誠



広報 るもい

2011.7.1/No.640

広報るもいは、毎月25日に、町内会などを通じて市内の全世帯に配布しています。もしご家庭に広報紙が届いていない場合は、留萌新聞社総務部かお住まいの町内会の会長宅へお問い合わせください。

監修・発行

留萌市政策経営室

〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地

E-mail/kikaku@e-rumoi.jp

TEL42・1809/FAX43・8778

広報るもいは、再生紙を使用しています。



小学生が運動会で各種競技にハッスル！

6月12日(日)、市内7小学校で運動会が開かれました。

子どもたちは、友達や家族の声援を受けながら、100メートル走、綱引き、騎馬戦などの各種競技に張り切って取り組み、競技結果に一喜一憂していました。また、音楽に合わせて踊る表現種目もあり、練習の成果を発揮していました。

市長とフリートークしてみませんか！

- ◆日時 7月8日(金) 9:00～17:00 ※フリートークに関するお問い合わせは、
- ◆場所 留萌市役所 市長室 市・企画調整課 ☎42・1809までお願いします。

市の情報アンテナ

あなたの声を市政に反映させましょう

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

困ったときは、まず相談しましょう

- 健康相談・栄養相談 ☎49・2558
- 精神保健相談 ☎42・8327
- 教育電話相談室 ☎42・0435
- 市民相談 ☎42・1806

まちの詳しい情報は、ここでチェック！

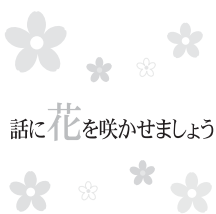
- 留萌市ホームページ <http://www.e-rumoi.jp/>
- 留萌市情報プラザ エフエムもえる76.9MHz

毎週月曜日～金曜日 (朝)午前8:05～8:10、(夕)午後5:05～5:10

人の動き

	平成23年 5月末現在	平成23年 4月末現在
総人口	24,452 (-45)	24,497 (+8)
男	11,737 (-30)	11,767 (+38)
女	12,715 (-15)	12,730 (-30)
世帯数	12,272 (-18)	12,290 (+67)

()内は、前月との増減です。



お茶の間トーク

あなたが知りたい「市政のいろいろ」職員が出向いてご説明します

お問合せは、市役所へ
☎42・1809

改革プランの進捗状況と 運営方針

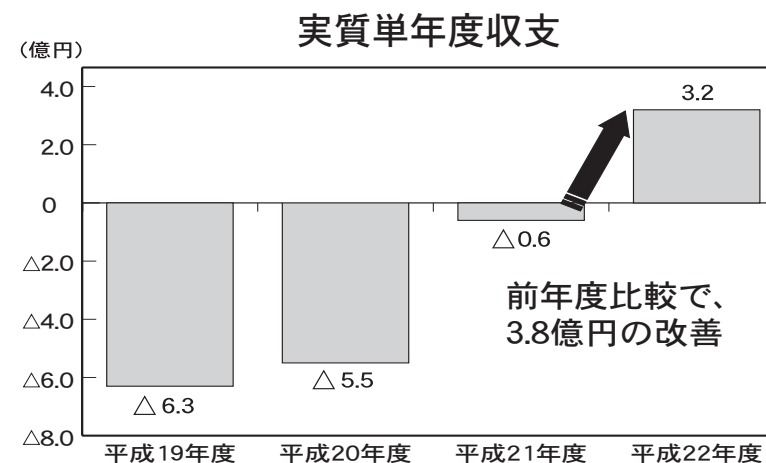
5月27日に留萌市立病院経営改革推進委員会が開かれ、平成22年度の留萌市立病院改革プラン進捗状況について報告を行いました。その概要と平成23年度の運営方針をお知らせします。



実質単年度収支の状況

最大の目標である 実質単年度黒字を達成

平成22年度の実質単年度収支（市からの特別な支援などを除いた病院単独での収支）は、3億2千3百万円の黒字となり、21年度決算の6千2百万円の赤字から大幅に改善されました。改革プランで見込んでいた2千4百万円の黒字、今年1月に見込んだ5千百万円の黒字と比べても、大幅な改善となりました。実質単年度収支が黒字になるのは、平成11年度以来11年ぶりのことで、現在の病院に移転以来初めてのことです。診療報酬が10年ぶりにプラス改



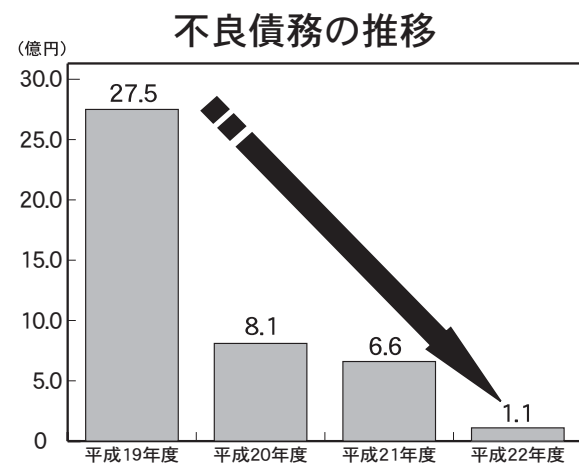
訂になったことに加え、循環器内科、脳神経外科といった救急対応部門での医師確保が進み、将来の地域医療を担う核となる総合内科医が着任し、センター病院としての機能強化を進めたことが主な要因です。また、経営改善のための経費削減としては、職員給与の削減を継続しているほか、後発薬品の採用拡大による薬品費の圧縮、施設の管理経費を削減しています。

不良債務の推移

平成22年度は不良債務の額を1億円まで圧縮

留萌市立病院の不良債務は平成13年度以降、度重なる診療報酬のマイナス改定や、派遣医師の引き揚げによる診療体制の縮小を要因とした収入の激減によって、徐々に増加し、平成20年度末では33億円にまで膨れ上がるところでした。このような状況を踏まえ、単年度収支均衡と平成27年度での不良債務解消を目的とした「留萌市立病院改革プラン」を平成21年1月に策定し、平成20年度は、公立病院特例債（18億2千万円）の発行と、不良債務解消のための市からの特別な繰入金の前倒し（6億6千万円）により、不良債務の額を8億1千万円まで圧縮しました。

状況が続いています。平成22年度の黒字を一時的なものにしないために、市民の皆さんの深いご理解とご協力をいただきながら、不良債務の解消と安定した経営を目指します。



平成23年度運営方針 引き続き経営改善に 努めます

留萌市立病院では平成23年度の運営方針を定めました。引き続き経営改善に努め、市民の皆さんの命と健康を守り、信頼される病院を目指して職員一丸となって取り組みます。

平成23年度 留萌市立病院 運営方針

◆テーマ◆ 「私たちは、誇りと優しさを持ち、市民に信頼される留萌市立病院を目指します」

3つの役割

公立病院としての役割	特色ある病院としての役割	公立病院としての付帯する役割
<ul style="list-style-type: none"> 地域センター病院の確立 救急医療体制の維持 小児、産婦人科医療の強化 	<ul style="list-style-type: none"> 消化器病センターの確立 人工透析治療提供体制の安定維持 診療所(在宅療養支援診療所)の機能強化 	<ul style="list-style-type: none"> 災害時における適時適切な対応 予防医療の拡大

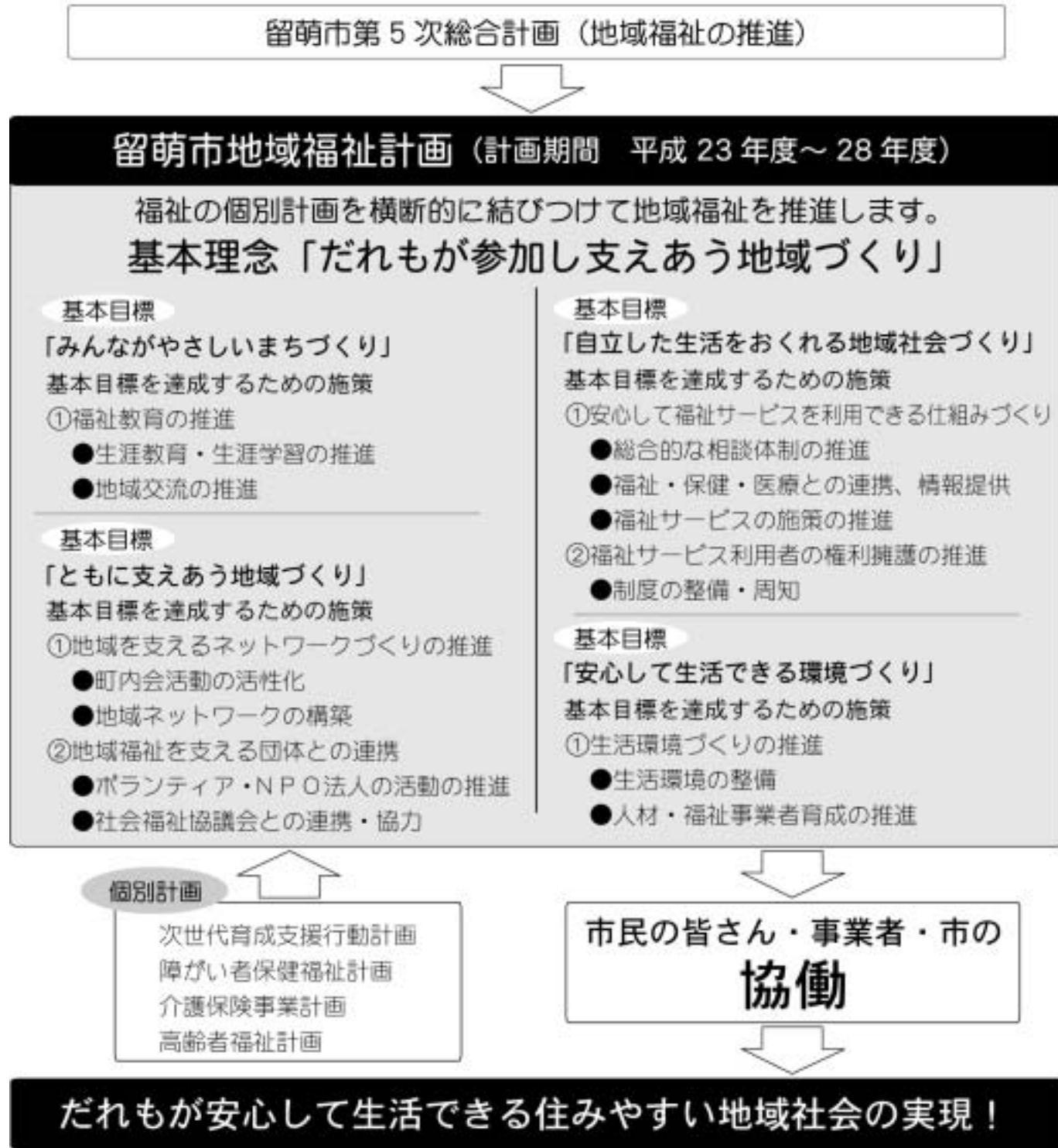
3つの視点による経営改善

次の3つの視点に基づき改革を実施し、着実に経営改善に取り組みます。

経営改善の推進	柔軟で意欲の高い組織づくり	患者中心の医療の推進
〈収入の確保〉 <ul style="list-style-type: none"> 消化器病センターの積極的な営業活動 未収金の発生防止と回収強化 DPCの適切な運用、適切な施設基準の取得 〈費用の抑制〉 <ul style="list-style-type: none"> より効率的な物品管理システムの導入(業務委託の導入) 〈経営管理の強化〉 <ul style="list-style-type: none"> 新医療情報システムの導入(情報の共有化・一元化、経営分析支援) 回復期リハビリ病棟の開設(療養病棟の転換) 新給与制度の導入(平成23年度) 	〈医師及び医療スタッフの確保〉 <ul style="list-style-type: none"> 総合内科医養成研修診療所の運営(東雲診療所での養成研修) 医学大学からの実習生や見学生の積極的な受け入れ(総合内科医後期研修医の確保) 〈組織・要員体制の充実〉 <ul style="list-style-type: none"> 医師負担軽減の推進 〈職員の意識改革及び資質の向上〉 <ul style="list-style-type: none"> 看護師研修派遣事業の実施(沖縄県豊見城中央病院との交流研修) 医療スタッフの研究研修の充実(自主研修制度の活用によるスキルアップ) 職場目標の設定と点検・評価の実施 	〈地域医療機関との連携強化〉 <ul style="list-style-type: none"> 紹介率の向上、逆紹介の推進 地域医療連携バスの導入 開放型病床の利用促進 〈待ち時間の短縮〉 <ul style="list-style-type: none"> 新・医療情報システムの導入による業務の効率化 待合ロビーに情報モニタを設置 〈アメニティ(癒しの環境)の充実〉 <ul style="list-style-type: none"> 病院ボランティア活動との連携 敷地内禁煙に向けての検討 〈わかりやすい広報と市民と協働の病院改革〉 <ul style="list-style-type: none"> ホームページのリニューアル

お問い合わせは 留萌市立病院 ☎49・1011

●留萌市地域福祉計画の位置づけと概要のイメージ図



お問い合わせ先
市・社会福祉課
☎42・1807

留萌市地域福祉計画は市ホームページ <http://www.e-rumoi.jp/> にも掲載しています。

住みやすい地域社会へ

近年、急速に進む少子高齢化や家族形態の変化などにより福祉を取り巻く情勢は大きく変容してきています。そのような中、地域における課題のひとつとして高齢者対策があり、今後一層深刻になることが予想されます。

課題解決に向けては、地域での助けあいや支えあいの重要性を認識し、地域全体で高齢者を見守り、緊急時に迅速な対応ができる見守り体制の構築が不可欠です。

住みやすい地域社会の実現のためには、市民の皆さん、事業者、市の協働で計画を推進し、それぞれの役割を果たすことが必要です。

留萌市地域福祉計画

この計画は、留萌市第5次総合計画と整合性を図り、福祉の個別計画を横断的に結びつけて地域福祉を推進するもので、市民の皆さん、事業者（福祉サービス提供者）、市の協働で取り組むことが重要です。今回の特集では、住みなれた地域で安心して生活できる地域社会づくりのため、それぞれの役割と計画の概要をお知らせします。



計画の目的

すべての市民の皆さんが住みなれた地域で安心して生活ができるよう、地域福祉の推進と仕組みづくりを通して、皆さんがともに支えあい、助けあうとともに、市民、事業者、市の協働により、地域福祉社会を実現することを目的としています。

計画の概要

計画を実現するために、4つの基本目標を掲げ、各基本目標に基づいた施策を設けていきます。（左ページ参照）

計画の推進

計画を推進していくためには、地域の実情などを把握しながら、市民の皆さん、事業者、市が互いに連携し、それぞれの役割を果たすことが最も重要となります。（下図参照）

市の役割

- ◆市民の皆さんの福祉の向上を目指して、福祉施策を総合的に推進します。
- ◆市民の皆さん一人ひとりの福祉に対する意識の高揚を図るとともに、福祉活動を行う人材やボランティアの育成を支援・推進します。
- ◆総合相談体制や地域福祉活動拠点の整備支援、さまざまな手法による情報提供を行います。

事業者の役割

- ◆福祉サービスの提供者として、利用者の自立支援、利用者保護、サービスの質の向上、サービス内容の情報提供と公開をすすめ、関係機関との連携により、利用者が納得できる適切なサービスを提供する役割が求められています。
- ◆地域福祉のニーズに基づく新たなサービスや、市民の皆さんの福祉への参加の支援、福祉のまちづくりへの参画に努めることが求められています。

市民の皆さんの役割

- ◆市民の皆さん一人ひとりが、相互支援の考え方に立ち、福祉に対する意識や認識を高め、地域社会の構成員の一員としての自覚を持つことが求められています。
- ◆高齢者や障がい者などへの支援が必要なことから、地域福祉の担い手として福祉施策への意見を言うことや、自らボランティアなどの社会福祉活動に積極的に参加することが求められています。

地域医療を学ぶ育成フィールドづくりを目指して

留萌市医療人材交流拠点形成事業



■地域からの医療人育成

地域医療を支える医療人材の不足と偏在が、地域医療崩壊の大きな要因と考えられています。一方、道内の医育大学で研修を希望する医師の卵が減少する中、地域ぐるみでの魅力のある医療環境づくりや個性のある地域研修づくりが求められています。

留萌市では、るもいコホートピア構想を進めながら、医育大学と

■医育大学の実習フィールドとしての展開

昨年、札幌医科大学を中心とした道内5大学（室蘭工業大学、小樽商科大学、北海道医療大学、千歳科学技術大学）の大学院生が、地域医療実習に訪れ、留萌が進める予防医学と地域医療、介護事業所との医療連携の現状、取り組みなどを学びました。今年は、さらに札幌医科大学の地域医療臨床実習地に選ばれ、留萌地域の取り組みを教材に、将来、地域医療に貢献できる医療人材育成を目指して、地域密着型実習や報告会などが予定されています。

これらの取り組みを通して、今



後引き続き、留萌が地域医療を学ぶための洗練された地域密着型の医療教育の場所となつて、医育大学との間で人材交流や教育成果を地域で実践できる関係を築いていくものと期待しています。

■地域に根ざした病院の「個性」

大学を卒業した医師が、自由に自分の好きな病院を選ぶ研修医制度に変わり、医師確保のためには、魅力を感じる病院としての「個性」が重要な時代となりました。

若い研修医に人気のプライマリケアとは、「家庭医」「総合医」と呼ばれる、広く総合的に対応できる医師像です。

■るもいコホートピア構想による地域モデルの発信

また、家庭医療を目指す研修医にとつて、臨床医学研究に裏付けられた根拠（エビデンス）に基づいて、地域医療を実践することが重要であり、地域住民を対象にした健康調査・研究で得られたデータをもとに、地域に最適な医療を研究し、学術的な論文発表や、地域住民への予防講話の機会を通じて、若い医師がキャリア形成できるように支援しています。

これらの取り組みは、るもいコホートピア構想を進める地域ならではの「個性的」な取り組みでもあり、地域特有の疾病要因の特定



や、早期発見につながる方策など、地域住民の健康づくりを共に展開しながら、個性的な研修プログラムとして発信したいと考えています。



2月に開設した東雲診療所

「最先端の医学を学べる環境に感謝」

留萌市立病院総合内科 白井 丙午郎

私は、現在総合内科医として留萌市立病院に勤務させて頂いています。臨床の最前線での豊富な経験だけでなく、留萌市と連携した疫学調査研究の成果を全国の研究者が集まる学会で発表する機会に恵まれるなど、最先端の医学を学べる環境に感謝しつつ、日々頑張っています。

地域医療再生の鍵は何か。共に考えよう！

参加無料

地域医療再生セミナー

「地域医療再生と異分野連携を考える」

医療、介護を含む地域で安心した暮らしを支える総合的な取り組みや、地域医療再生に向けて、異分野が連携した目指すべき地域社会について、皆さんとともに考えます。

●日時 **7月10日(日)** 13:00～15:00

●会場 留萌市中央公民館 講堂

●基調講演

「社会保障改革案と地域医療再生」

北海道病院協会 理事長 とくだ さだひさ 徳田 禎久 氏

(社会医療法人禎心会 理事長)

「新医師臨床研修制度と北海道の現状」

厚生労働省北海道厚生局健康福祉部医事課 いばやし ゆきひろ 臨床研修審査専門官 伊林 至洋 氏

「地域医療支援を目指した札幌医科大学と留萌市の連携教育の展望」

北海道公立大学法人札幌医科大学 そうま ひとし 医療人育成センター 教授 相馬 仁 氏

お問い合わせ先 市・コホートピア推進室 ☎43・8121 留萌市立病院 ☎49・1011

市では、平成23年度、「子ども夢物語」をテーマに、子どもたちの笑顔であふれ、子どもたちの夢と可能性が育つまちづくりを目指し、さまざまな取り組みを進めています。
今回の特集では、「青少年事業」として「教育委員会」と「健康の駅」の取り組みを紹介いたします。



教育委員会の取り組み

少子化の影響により、年齢が異なる子どもたちの交流が減少しており、思いやりの心や責任感を養う機会が失われています。

また、将来なりたい職業に「正社員」と回答する子どももいるなど、将来に対して夢や希望を持つことが難しいと感じてしまう世の中となっています。

教育委員会では今年度、「少年体験学習事業」を企画し、異なる年齢の子どもたちとの交流などを通じ、将来への夢や自然への関心を持つてもらうことを目指しています。また、「子どもの伝統文化体験教室事業」「子どもの体力アップ推進事業」の実施により、礼儀作法の習得、身体能力の向上を目指します。

少年体験学習事業

自然体験や宿泊体験を通して、集団で生活するための決まりごとやコミュニケーションの大切さを学びます。宇宙開発で有名な植松電機でのモデルロケットづくり・打ち上げ実演を通して、夢を持つことのすばらしさを体験してみませんか？

- 参加対象 小学4年生～6年生
- 日程 8月1日(月)～3日(水)の2泊3日
- 宿泊地 砂川少年自然の家
- 内容 容 モデルロケットづくり・打ち上げ実演、カヌー体験、ホテル観賞とナイトハイキング、ウッドクラフト作成
- 参加料 8,000円
- 募集期間 7月4日(月)～8日(金) (ただし、定員の25名になり次第、募集を締め切ります)



子どもの体力アップ推進事業

体力向上のためのプログラムを通し、子どもたちに運動やスポーツへの興味を持ってもらい、コーディネーション能力(どんなス

ポーツにも必要となる、体を上手に動かす能力)を高めるトレーニング方法により、基本的な運動能力の向上を目指します。

■アクティブチャイルド教室(第1期5月～7月、第2期9月～10月、第3期11月～12月)

スポーツセンターで小学3、4年生を対象に、アクティブチャイルド(活動的な子ども)を目指し、「走る、跳ぶ、投げる」の基礎的運動と「運動遊び」を通したプログラムで子どもの体力づくりに取り組んでいます。

●参加料 600円(保険料)

●募集開始日 第2期 7月1日(金)、第3期 9月1日(木)(第1期の募集はすでに終了しています)

推進事業にはそのほか、モデル小学校の体育授業にコーディネーショントレーニングの有資格者を派遣して、基礎的な運動能力の向

子どもの伝統文化体験教室事業

上に取り組むコーディネーショントレーニング学校派遣事業(8月～12月)や、スポーツセンターで親子が楽しみながら体を動かせるスポーツ体験をして、子どもの体力向上や生活習慣の重要性をテーマとした保護者向けのセミナーを行った親子元気アップ事業(5月)もあります。

日本古来の伝統文化を体験しながら礼節を学び、子どもたちの豊かな心を育みます。未経験者を対象とした教室なので、この機会に伝統文化を体験してみませんか？

- 参加対象 茶道、太鼓教室は小学3～6年生、華道、お琴教室は小学1～6年生
- 内容 お琴、太鼓(各定員10名)、華道、茶道(各定員20名)の教室を8月から11月にかけて、月2回(計6回)中央公民館で開催
- 募集期間 6月27日(月)～7月20日(水)(ただし、各教室の定員になり次第、募集を締め切ります)

お問い合わせは

市・教育委員会生涯学習課

☎42・0435

健康の駅の取り組み

るもい健康の駅では、今年度、留萌の子どもたちが科学・実験とふれながら、感性を育む事業、医療・福祉分野で将来を支えるリーダーとなることを期待し、専門家とともに学び、ふれあうプログラムに取り組んでいます。

「実験っておもしろい！科学(サイエンス)にふれるこども実験室」

「科学」の実験を通して科学の持つ魅力や、発見する喜びなど、大学の研究者が子どもたちの感性を養います。

前期は「夏」をテーマに実験を企画します。小学校高学年から中学生の皆さんが対象ですので、夏休みの自由研究などに活用してみたいかがですか？

参加料は無料で、定員は各10名です。



- ①「ドライアイスの不思議」
 - 日時 7月30日(土) 13:30～15:30
 - 講師 札幌医科大学 武井則雄先生
 - 募集期間 7月1日(金)～23日(土)
 - ②「紫外線の有無を調べてみよう」
 - 日時 8月13日(土) 13:30～15:30
 - 講師 札幌医科大学 松木圭代先生
 - 募集期間 7月1日(金)～8月6日(土)
- ※このほか、「冬」をテーマに新しい企画も用意しています。決まり次第、お知らせします。

「医療★介護のお仕事シリーズ」

医療、福祉分野の専門家は大変不足しています。関心とやりがいを深め、将来、この分野で地域を支えるリーダーを育てるために、NPO法人るもいコホートピアのスタッフを中心に、中学生と高校生の皆さんを対象に、生の声で仕事の魅力や内容についてお話します。

参加料は無料で、定員は各20名です。(事前にお申し込みください)

- ①「看護師のお仕事」
 - 日時 7月16日(土) 13:00～14:00
 - 講師 NPO法人るもいコホートピア 山崎洋子(看護師)
- ②「介護支援専門員(ケアマネジャー)のお仕事」
 - 日時 8月20日(土) 13:00～14:00
 - 講師 NPO法人るもいコホートピア 梅田治子(介護支援専門員)
- ③「リハビリのお仕事」
 - 日時 9月17日(土) 13:00～14:00
 - 講師 留萌市立病院 石川哲哉先生
- ④「介護福祉士のお仕事」
 - 日時 10月29日(土) 13:00～14:00
 - 講師 NPO法人るもいコホートピア 小方崇嗣(介護福祉士)

お問い合わせ、お申し込みは るもい健康の駅 ☎43・8121

「若者たちが萌えるまち」

留萌市応援寄附の報告

私たちのまち「ふるさと・るもい」を、誇りを持って未来を担う子どもたちに引き継ぐため「ふるさと・るもいの応援団」とともに、明るい未来を目指したまちづくりを進めています。

平成22年度 寄附の状況

留萌市では、平成20年9月に「若者たちが萌えるまち」留萌市応援寄附条例を制定し、「ふるさと・るもいの応援団」からの寄附によるまちづくりを進めています。



食のブランド化、食育に関する事業

平成22年度 寄附金の活用状況

平成22年度には、道内外の個人31名、団体9件の「ふるさと・るもいの応援団」の方々から、延べ47件4,157,900円の寄附をいただきました。

地域別では、留萌市内が15件、道内（留萌市を除く）が25件、道外では東京都が2件、新潟県、神奈川県が1件ずつ、その他（住所非公表）3件となっています。

平成22年度には、寄附者の想いを市の施策に反映した4つの事業を行い、また、事業化していない寄附金については、「若者たちが萌えるまち」留萌市応援基金や、

その寄附の目的に沿った基金に積み立てました。

【食のブランド化、食育事業】

全国食味分析鑑定コンクールで3年連続金賞を受賞するなど、留萌が誇る「南るもい米」PR事業として、のぼりの作成・配布のほか、子どもたちの農業体験学習を行いました。

【健康で輝きのある元気づくり事業】

いつまでも健康で輝きのある元気づくりを目指して、市民団体などが取り組んでいる「健康づくりの講演会」などの講師費用の助成を行いました。

【学校教育振興事業】

小学校にあるプラズマテレビが電子黒板として活用できる機材を購入し、子どもたちの学ぶ環境の

整備を行いました。

【環境保護事業】

地球温暖化防止など、環境問題の意識を高めるため「環境パネル展」などを行いました。

平成23年度 寄附金の活用

平成23年度は、子どもたちの笑顔があふれ、子どもたちの夢と可能性が育つまちづくりとして「子ども夢物語」をテーマに、寄附金も活用しながら様々な取り組みを進めています。

留萌を愛する皆さんとともに、明るい未来を目指して歩んで行くため、引き続き応援をお願いいたします。

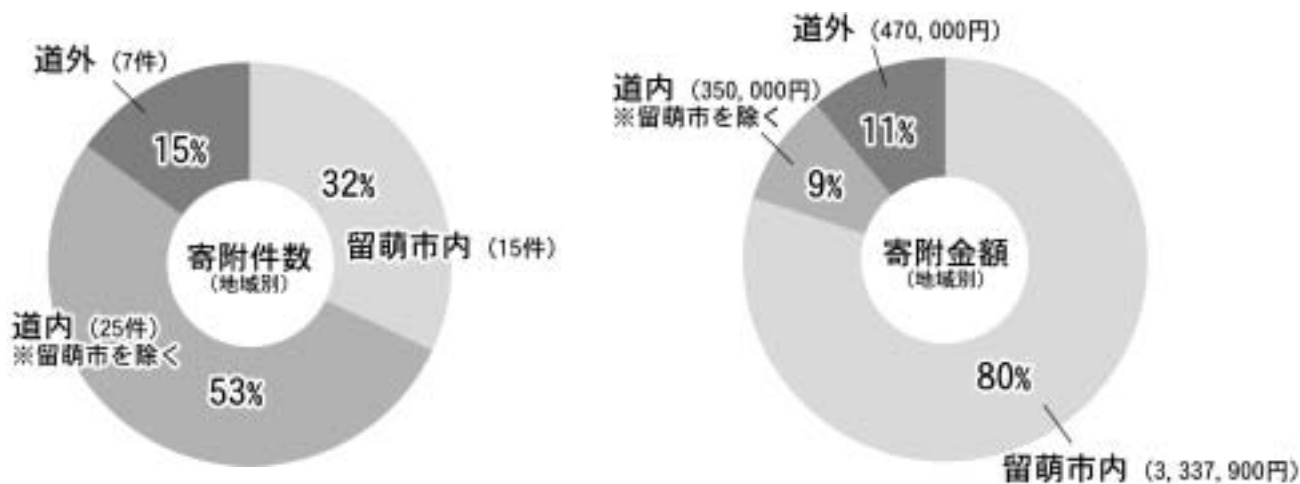
●寄附の概要と使用状況

寄附事業の区分（略称）	件数	基金への積立、事業実施		留萌市応援基金
		金額（円）	基金名、事業名	残額（円）
萌える若者たちのまちづくり	12	582,000	「若者たちが萌えるまち」 留萌市応援基金	15,640,210
ふるさとと海づくり・里山づくり	10	101,000		242,000
ニシン文化の継承	1	3,000		13,000
食のブランド化、食育	5	50,000		4,545,564
健康で輝きのある元気づくり	3	2,012,000		13,923,391
安心して暮らせる地域医療づくり	8	477,000		5,917,000
その他留萌市が推進する事業	8	182,900	社会福祉振興基金	
		300,000	芸術文化振興基金	
		50,000	奨学基金	
		300,000	学校教育振興事業 (インタラクティブユニット購入)	
		100,000	環境保護事業	
合計	47	4,157,900		

●「若者たちが萌えるまち」留萌市応援基金活用状況

寄附事業の区分（略称）	基金への積立分		事業実施（基金取崩）	
	金額（円）	内容	金額（円）	事業名
萌える若者たちのまちづくり	12,210	基金積立金運用益		
ふるさとと海づくり・里山づくり				
ニシン文化の継承				
食のブランド化、食育			541,436	南るもい米PR事業
健康で輝きのある元気づくり			30,000	健康づくり活動講師派遣事業
安心して暮らせる地域医療づくり				

●地域別の寄附状況



寄附に関するお申し込み、お問い合わせは 市・企画調整課 ☎42・1809

保険料の計算方法やお支払い方法をお知らせします！

■平成23年度保険料の計算方法 (保険料率は、平成22年度と変わりません)

均等割【1人あたりの額】 44,192円	+	所得割【本人の所得に応じた額】 (平成22年中の所得-33万円) × 10.28%	=	1年間の保険料 (100円未満切り捨て) 《上限額：50万円》
--------------------------------	---	--	---	--

○年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

■保険料の軽減

①均等割の軽減(年額)《所得に応じて、均等割44,192円が以下のとおり軽減されます》

- 軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	均等割の年額
33万円で被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割軽減	【年額】 4,419円 (39,773円軽減)
33万円	8.5割軽減	【年額】 6,628円 (37,564円軽減)
33万円+(24万5千円×世帯主以外の被保険者数) ※単身世帯の方は該当しません	5割軽減	【年額】 22,096円 (22,096円軽減)
33万円+(35万円×世帯の被保険者数)	2割軽減	【年額】 35,353円 (8,839円軽減)

②所得割の軽減

- 被保険者個人の所得で計算します。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の世帯	5割軽減

③被用者保険の被扶養者だった方の軽減

- この制度に加入したときに被用者保険の被扶養者だった方については、所得割はかからず、均等割が9割軽減となります。

※被用者保険とは、協会けんぽなど、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険などは含まれません。

■保険料のお支払い方法 ※保険料は、確定申告の社会保険料控除の対象となります。

保険料のお支払いは、原則年金天引ですが、
年金天引から口座振替に変更できます。

- 「口座振替」を希望される方は、市民課保険給付係へお申し出ください。
【お申し出の際に必要なもの～ご本人の保険証、預金通帳とお届け印】
- 75才に到達した6カ月間は年金天引ができませんので、忘れずに納付書で納付してください。
- その他の方は、納付書で納入してください。

■保険料の減免

- 保険料のお支払いが困難な場合は、市民課保険給付係へご相談ください。
災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方については、保険料の減免を受けられる場合があります。

お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合
〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
☎011・290・5601

市・市民課 ☎42・1805



後期高齢者医療制度

～保険証の一齐更新と保険料のお支払い～

7月までに一齐更新される後期高齢者医療保険証と保険料のお支払い方法などについてお知らせします。

7月までに保険証と減額認定証が新しくなります！

■新しい保険証に変わります

現在ご使用の保険証の有効期限が平成23年7月31日で満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中旬に新しい保険証を郵送しますので、お手元に届きましたら、お持ちの保険証を破棄し、新しいものをご使用ください。

- 新しい保険証の有効期限は、平成25年7月31日までです。
- 紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、市民課保険給付係までお申し出ください。
- 今回から、うら面に臓器提供に関する意思表示欄がありますので、意思のある方は記入してください。

※保険料の未払いがある方は期限の短い保険証が発行される事があります。

保険証の色は変わりません(黄色です)



■減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)も新しくなります

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成23年7月31日で満了となるため8月以降は使用できなくなりますので、交付対象を確認の上、7月中旬に新しい減額認定証を郵送します。新たに必要の方は、下記の交付対象に該当することをご確認の上、市民課保険給付係まで申請してください。

※有効期間が保険証と異なりますのでご注意ください。

減額認定証の交付対象となるのは、次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方です

区分Ⅱ	●世帯全員が住民税非課税である方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	●世帯全員の所得が0円の方 (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)
	●老齢福祉年金を受給されている方

減額認定証の色も変わりません(オレンジ色です)



地上デジタル放送

アナログ放送は7月24日に終了

▶平成23年7月24日正午にアナログ放送が終了し、地上デジタル放送へ完全移行します。

7月1日からアナログ番組画面に下のような「アナログ放送終了まであと〇〇日!」のスーパーが常時表示され、7月24日正午に「アナログテレビは終了しました」と表示された青い画面に移行し、同日24時までに完全停波します。



地上デジタル放送受信の準備はお早めをお願いします。

問 総務省テレビ受信者支援センター ☎0166・30・0101

地上デジタル放送

地デジ臨時相談窓口開設

▶総務省テレビ受信者支援センター(デジサポ道北)では、「地デジ臨時相談窓口」を開設しています。地デジに関して、少しでも不安なことがありましたら、遠慮なくご相談ください。

ご要望があれば、ご自宅にお伺いして説明します。

日程	時間	会場	住所
6/29(木)まで	10:00~17:00	はーとふる	五十嵐町1
7/ 1(金)~31(日)		るもいプラザ	錦町2
8/ 1(月)~26(金)		はーとふる	五十嵐町1

※6月と8月の土日、8月3日は開設しません。7月の毎週水曜日は開設しません。(土日、祝日は開設)

問 総務省テレビ受信者支援センター ☎0166・30・0101

地上デジタル放送

地上デジタル放送視聴のための低所得者支援

▶総務省では、経済的な理由で地上デジタル放送をまだ視聴できない低所得の世帯に対して、支援を行っています。対象となる世帯や支援内容は次のとおりです。

※申込用紙、必要書類は①と②によって異なります。詳しくは問い合わせ先までお問い合わせください。

①NHK放送受信料が全額免除となっている世帯への支援

生活保護世帯などNHK放送受信料が全額免除の世帯を対象に、地上デジタル放送対応の簡易チューナ

ー(1台)を無償給付し、対象世帯を訪問してチューナーの設置を行います。アンテナ改修などが必要な場合は無償で工事を行います。

問 放送受信料全額免除世帯への支援 ☎0570・033840

②市民税非課税世帯への支援

世帯員全員が市民税非課税の世帯に、地上デジタル放送対応の簡易チューナー(1台)を無償給付し、設置方法や操作方法を電話でサポートします。(チューナーの訪問設置、アンテナ改修などは行いません)

問 市民税非課税世帯への支援 ☎0570・023724

お詫び

広報6月号 医師の着任ご挨拶欄の訂正

▶広報るもい6月号に掲載しました医師の着任ご挨拶欄で医師名に誤りがありましたので訂正させていただきます。西原先生をはじめ、関係者各位に大変ご迷惑をおかけいたしました。



留萌市立病院
泌尿器科部長 西原 正幸

問 市・企画調整課 ☎42・1809

保健

ジュニアクッキング教室の開催

▶お家でもできる簡単なメニューを用意しています。楽しく料理を作って、おいしく食べませんか?

◆日時 7月25日(月) 10:00~13:00

◆会場 はーとふる調理実習室

◆メニュー 簡単ピザ、サラダなど

◆対象 小学5年生~中学3年生

◆参加料 1名 500円

◆持ち物 エプロン、筆記用具、三角巾(スカーフ、ハンカチ)

◆締切 7月19日(水) ※ただし、定員の25名になり次第、締め切り。

問 申 市・保健医療課(はーとふる内) ☎49・2558



るもい呑涛まつり

~夏だ! 祭りだ! 「るもい呑涛まつり」~

▶留萌の夏の一大イベント「るもい呑涛まつり」が7月29日(金)、30日(土)の両日留萌市内で開催されます。

29日(金)は、留萌港南岸地区特設会場において、「残そう! るもい呑涛まつり~2011前夜祭~」を開催します。前夜祭の飲食チケットは市内各所での販売となりますが、詳細はポスター、パンフレットなどでお知らせします。

また、今年度の収益金の一部は、東北関東大震災被災者受け入れプロジェクトへ寄付いたします。

30日(土)は、留萌高校吹奏楽部のオープニング演奏

を皮切りに、大小10数基のあんどん行列と約500人のハネトが乱舞する迫力満点の「やん衆あんどん」が市内目抜き通りを練り歩きます。

7月29日(金)	10:00~	式典/湊神社
	11:00~	在港船慰問/留萌港
	17:30~	前夜祭/留萌港南岸地区特設会場(グルメ屋台、ステージアトラクション、抽選会ほか)
7月30日(土)	18:20~	あんどん出発式/市役所
	18:30~	留萌高校吹奏楽部オープニング演奏/市道北8条通り
	18:45~	やん衆あんどん/市内パレード
	21:30~	フィナーレ

問 るもい呑涛まつり実行委員会事務局(市・経済港湾課内) ☎42・1840

対話

市政懇談会~留萌子ども夢物語~

▶本年度は、市政運営における4つの重点的取り組みの中でも、子どもたちの笑顔があふれ、子どもたちの夢と可能性が育つまちづくりとして「子ども夢物語」をテーマに様々な取り組みを進めています。

未来に向けて、安心安全で子どもたちの笑顔、絆、夢を実現させる留萌を目指して、多くの市民の皆さんから知恵をお借りして、また、情報の共有を進めることを目的に、平成23年度の市政懇談会「留萌子ども夢物語」を次のとおり開催いたしますので、皆様のご参加をお待ちしています。

◆日時 7月2日(土) 13:00~15:00

◆会場 留萌産業会館 2階



昨年の市政懇談会

市政懇談会 開催内容

1 報告事項(予定時間10分)

①財政の健全化の取り組み状況について

2 グループ討議(予定時間60分)

各グループの進行・記録は市職員が行います。職員の進行によりグループ討議を進めます。

①経済の活性化について

食資源を活かした新たな取り組みについて

②子どもたちの夢と可能性を育てるまちづくりについて

地域町内会での子育ての環境や船場公園の芝生広場などを活用した子どもの体力づくりについて

③安心安全なまちづくりについて

まちの防災体制などについて

3 各グループ発表(予定時間30分)

皆さんからいただいた意見やアイデアから、主なものを担当職員より簡単に発表

問 市・企画調整課 ☎42・1809 HP有

③記号の読み方 問:問い合わせ先 申:申し込み先 ☎:電話 ファックス ホームページ メール

広告主になりませんか? 企業のPRにご活用ください!

留萌市では、あらゆる広告媒体を利用して、皆さま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。

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

③記号の読み方 問:問い合わせ先 申:申し込み先 ☎:電話 ファックス ホームページ メール

うまいよ! るもい市

留萌地域の水産業、農業、水産加工業や食品産業などが連携し、今年3回目の「うまいよ! るもい市」を開催します。ウニの袋詰め放逐などを企画していますので、ぜひお越しください。 ※次回は、8月28日(日)開催予定です。

今年3回目 7月31日(日) 10:00~14:00 会場 留萌市地方卸売市場

イベント内容: ウニ袋詰め放逐、タコ串から揚げ販売、ホタテ釣り、キャラクターすくい

お問い合わせ先 「うまいよ! るもい市」実行委員会(市・農林水産課) ☎42・1837

推薦受付

留萌市文化賞・文化奨励賞の推薦受付

▶市では、平成23年度留萌市文化賞候補者と留萌市文化奨励賞候補者の推薦を次のとおり受け付けます。

◆受賞対象

○文化賞 留萌市の向上発展に関し、特に実績が顕著な個人及び団体。

○文化奨励賞 留萌市の向上に関し、特に実績が顕著で、今後の活動が特に期待される個人及び団体。

※いずれも、推薦時に10年以上の活動歴のある個人及び団体で、第三者からの推薦が必要です。

◆対象部門

科学・芸術・教育

◆提出期限

7月29日(金)

◆推薦方法

市教育委員会生涯学習課に備えてある推薦書を提出してください。

団体の場合は定款・規則、または会則などの添付が必要です。

◆表彰の日 11月3日(祝) 文化の日

問 申 市・教育委員会生涯学習課 ☎42・0435



介護保険

65歳を迎えた方の介護保険料

▶介護保険制度では、65歳を迎えると第1号被保険者となり、市が定めた介護保険料を納めていただくこととなります。

誕生月の前月にピンク色の被保険者証が交付されますので、大切に保管してください。

後日、誕生日前日の属する月から月割計算された介護保険料の納付書が郵送されますので、【表1】を参考に期日までに納めてください。

【表1】例:今年の7月2日に65歳になる方の月割計算

年額44,700円(第4段階:本人が住民税非課税で世帯に課税者がいる)の場合

44,700円÷12カ月×9カ月(※)=33,500円

※7月から翌年3月まで

期別	納期	保険料
平成23年度 第1期	平成23年8月1日	8,600円
第2期	平成23年9月30日	8,300円
第3期	平成23年11月30日	8,300円
第4期	平成24年1月31日	8,300円

年金天引きは平成24年4月からの開始

年金からの天引きは、平成24年4月から始まりません。誕生日によって天引き開始月が異なりますので、【表2】をご確認ください。

【表2】今年度65歳になる方の保険料の年金からの天引き

平成23年4月2日～10月1日までに65歳になる方	平成24年4月年金から開始
平成23年10月2日～平成24年4月1日までに65歳になる方	平成24年10月年金から開始

年金から天引きになる前は、納付書払いになります。

40歳から64歳までの方は、第2号被保険者として、それぞれの医療保険から介護保険料を納めていただいています。

介護保険料について不明な点がございましたら、第1号被保険者の方は市・介護支援課に、第2号被保険者の方はそれぞれの医療保険の保険者にお問い合わせください。

8月1日(月)は、介護保険料第1期の納期限です。



問 市・介護支援課(は一とふる内) ☎49・2558

㊤記号の読み方 問:問い合わせ先 申:申し込み先 ☎:電話 ファックス ホームページ メール

選挙

農業委員会委員選挙

▶農業委員会委員選挙が行われますので、選挙権のある方は忘れず投票しましょう。

◆投票日時

7月10日(日) 8:00～16:00

◆投票できる方

平成3年4月1日以前に生まれ、農業委員会選挙人名簿に登録されている方

◆投票所

第1投票所 南るもい農業協同組合本所

第2投票所 春日住民センター

第3投票所 大和田生活館

第4投票所 風土工房こさえる
第5投票所 幌糠コミュニティセンター
第6投票所 樽真布親交會館
第7投票所 峠下町内會館

※投票日当日、何らかの都合で投票ができない方は、選挙管理委員会事務局で期日前投票ができます。

期間は、7月4日(月)～9日(土)、時間は8:30～20:00となっています。

問 市・選挙管理委員会 ☎42・1908

入学生募集

放送大学 平成23年10月入学生募集

▶放送大学は、テレビなどの放送により授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で、幅広い世代、職業の方が学んでいます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学分野など約300科目の中から、関心のある1科目からでも学べます。

ただいま、平成23年10月入学生を募集しています。詳しい資料を無料で送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

◆出願期間 6月1日(火)～8月31日(火)

◆募集学生の種類

○全科履修生 4年以上在学し、124単位以上を修得すると卒業可能

○選科履修生 1年間在学し、希望する科目を履修

○科目履修生 6カ月間在学し、希望する科目を履修

◆授業料(半年間) 1科目につき11,000円

※別途、入学科が必要で。

資料は市中央公民館に備え付けています。

問 放送大学北海道学習センター

北海道大学構内 ☎011・736・6318

旭川サテライトスペース ☎0166・22・2627

HP <http://www.ouj.ac.jp>

講習会

こさえる市民講習会

▶めんつゆ・練り味噌作り、手打ちうどん作り講習会を開催します。この機会に参加しませんか。

①めんつゆ・練り味噌作り講習会

◆日時 7月14日(木) 9:00～

◆会場 風土工房「こさえる」

◆講師 食を楽しむネットワーク「秋桜」

◆参加料 1名 1,000円

◆定員 10名

◆必要なもの エプロン、キャップ

②手打ちうどん作り講習会

◆日時 7月16日(土) 9:00～

◆会場 風土工房「こさえる」

◆講師 食を楽しむネットワーク「秋桜」

◆参加料 1名 1,000円(試食あり)

◆定員 10名

◆必要なもの エプロン、キャップ



※申し込み期間は、①、②ともに7月5日(火)から10日(日)までとなります。

問 申 風土工房こさえる ☎43・4556

㊤記号の読み方 問:問い合わせ先 申:申し込み先 ☎:電話 ファックス ホームページ メール

啓発

要注意！タケノコ採り遭難！！

▶暑寒別岳近郊などの山岳遭難事故は、6月、7月に集中しています。登山者よりタケノコ採りによる遭難者が多くを占めています。

平成18年から5年間で暑寒別岳や信砂地区での山岳遭難事故発生件数は5件（そのうち留萌市民1件）あり、捜索活動が行われました。

遭難の通報がありますと警察、消防、自衛隊、山岳会などの関係者による捜索活動が行われ、昭和57年から増毛町山岳遭難防止対策協議会では、捜索に

かかった費用の一部を遭難者に負担していただいています。

山菜採りなどで入山する場合は、慣れた山でも事故につながる恐れがあることを忘れずに十分注意してください。



問 増毛町山岳遭難防止対策協議会 (増毛町役場経済課) ☎53・1111

ボランティア

蒼い海「ビーチ・クリーン」

▶市民ボランティア団体「蒼い海」では、4月から9月まで定期的に海辺の清掃を行っています。皆さんも気軽に参加してみませんか？

◆7月の清掃日 毎週土曜日（計5回）

◆集合時間 8:00（1時間程）

◆集合場所 ゴールデンビーチ南側駐車場



○軍手、火ばさみ、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。

HP <http://so-ran.jp/aoiumi>

問 代表 鶴城雪子 ☎090・2050・6552

宝くじ

サマージャンポ宝くじ・2000万サマー発売

▶この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

◆発売期間 7月11日(月)～29日(金)

◆抽選日 8月9日(火)

◆支払開始日 8月15日(月)

※昨年のサマージャンポ宝くじと1000万サマーの引き換え締切日の8月15日(月)が迫っていますので、お忘れのないようご注意ください。

問 北海道市町村振興協会 ☎011-232-0281

啓発

7月は「不正軽油防止強化月間」

▶不正軽油とは、軽油引取税を脱税するために、軽油に灯油や重油を混和するなどした燃料油のことです。

「不正軽油を売らない 買わない 使わない」

不正軽油について、見たり聞いたりしたときは、不正軽油ストップ110番（無料）

フリーダイヤル ☎0800・8002・110



まで情報をお寄せください。

問 留萌振興局税務課 ☎42・8417

講演会 留萌市スポーツ振興基金助成事業 るもい子ども夢物語

▶香田誉士史先生の講演会を開催します。皆さんのご参加をお待ちしております。

◆講師 鶴見大学硬式野球部コーチ 香田誉士史先生

◆演題 るもい子ども夢物語～夢を追い求めて～ 甲子園へ北海道13年のあゆみ

◆日時 7月16日(土) 16:30～18:00（開場16:00）

◆会場 留萌市文化センター 講堂（小ホール）

◆料金 高校生以下無料・大人1,000円（要入場券） ※入場券は留萌市文化センターなどで取り扱っています。

問 オロロンラインミュージックサポートクラブ ☎42・1346

河川愛護月間

留萌川河川敷一斉清掃を実施

▶7月は「河川愛護月間」です。河川の美化を推進するため、留萌川河川敷の一斉清掃を行います。

市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

◆日時 7月7日(木) 9:30～ 小雨決行（荒天の場合は7月8日(金)に延期）

◆清掃場所 ルルモッペ大橋から 東橋までの両岸

◆集合場所 留萌市堀川町2丁目 留萌開発事務所構内



問 留萌開発建設部公物管理課 ☎42・2315

自衛官募集

平成23年度自衛官募集

▶自衛隊旭川地方協力本部では、自衛官を募集しています。次の種目で採用試験を行いますので、ご応募お待ちしております。

①自衛官候補生（男子）

◆応募資格 18歳以上27歳未満

◆受付期間 年間を通じて行っています。

◆試験日 受付時にお知らせします。

◆試験会場 旭川、留萌

◆入 隊 平成24年3月下旬～4月上旬

②自衛官候補生（女子）

◆応募資格 18歳以上27歳未満

◆受付締切 9月9日(金)

◆試験日 9月25日(日)～28日(火)の1日

◆試験会場 旭川

◆入 隊 平成24年3月下旬～4月上旬

③一般曹候補生

◆応募資格 18歳以上27歳未満

◆受付締切 9月9日(金)

◆一次試験 9月17日(土)

◆二次試験 10月6日(木)～13日(木)の1日

◆試験会場 留萌

◆入 隊 平成24年3月下旬～4月上旬

保健

エキノコックス症の感染予防

▶キツネに寄生したエキノコックスが人間に感染すると長い潜伏期間を経て、肝機能障害に至るエキノコックス症を引き起こします。

○感染予防のため、次の4点に注意しましょう！

①キツネに餌付けしたり、触れるのはやめましょう。

②沢水などの生水は飲まないようにしましょう。

③山菜などは、加熱するかよく洗いましょう。

④外から帰ったら、必ず手を洗いましょう。

※市では、10月と2月にエキノコックス症検診を実施いたしますので、心配な方は受診しましょう。

問 市・保健医療課（はーとふる内） ☎49・2558

④航空学生

◆応募資格 21歳未満 高卒（見込含）

◆受付締切 9月9日(金)

◆一次試験 9月23日(金)

◆二次試験 10月15日(土)～20日(木)

◆三次試験 11月12日(土)～12月15日(木)の2～3日

◆試験会場 旭川

◆入 隊 平成24年3月下旬～4月上旬

⑤看護学生

◆応募資格 21歳未満 高卒（見込含）

◆受付締切 9月30日(金)

◆一次試験 10月22日(土)

◆二次試験 11月19日(土)、20日(日)

◆試験会場 旭川

◆入 隊 平成24年4月上旬

⑥防衛大学校

◆応募資格 21歳未満 高卒（見込含）

◆受付締切 9月30日(金)

◆一次試験 11月5日(土)、6日(日)

◆二次試験 12月13日(火)～17日(土)の1日

◆試験会場 旭川

◆入 隊 平成24年4月上旬

問 自衛隊留萌地域事務所 ☎42・4650



③記号の読み方 問:問い合わせ先 問:申し込み先 ☎:電話 問:ファックス 問:ホームページ 問:メール

③記号の読み方 問:問い合わせ先 問:申し込み先 ☎:電話 問:ファックス 問:ホームページ 問:メール



●渡部整形外科医院（栄町3丁目） ☎42・5011

◆日時 7月10日(日) 9:00～17:00

※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。

図書館からのお知らせ ☎42・2300(図書館)

●休館日

毎週月曜日と29日(金)

●土曜おはなし会（幼児～小学生向け）

日時 9日(土)、23日(土) 13:30～

●ちいさいこのおはなしかい（0～2歳児向け）

日時 15日(金) 11:00～

●水曜おはなし会（0～2歳児向け）

日時 20日(水) 11:00～

●映画会「日本昔ばなし（梨山の犬、へび女房、念仏の鼻、幽霊船）」(46分、児童向け)

日時 24日(日) 10:30～上映

●映画会「マトリックス」(136分、一般向け)

日時 24日(日) 13:30～上映

ごみなどの収集日 ☎46・1600(美サイクル館)

●粗大ごみの収集日

●A地区 20日(水) ●B地区 21日(木)
●C地区 22日(金) ●D地区 27日(水)
●E地区 28日(木) ●F地区 29日(金)

●草の収集日

●A地区 6日(水) ●B地区 7日(木)
●C地区 8日(金) ●D地区 13日(水)
●E地区 14日(木) ●F地区 15日(金)



収集地域

●A地区…大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町
●B地区…寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台
●C地区…見晴町・宮園町・錦町・開運町・栄町
●D地区…三治町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町
●E地区…住之江町・泉町・野本町・千鳥町・元川町・神居岩・堀川町
●F地区…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

納税相談窓口と税納期限 ☎42・1804(市・税務課)

●夜間納税相談窓口

◆日時 28日(木) 17:20～20:00

●休日納税相談窓口

◆日時 24日(日) 9:00～17:00

※夜間・休日納税相談窓口の開設場所は、市役所2階の市・税務課です。

●固定資産税第2期、国民健康保険税第1期納期限

◆納期限 8月1日(月)

7月 暮らしのお知らせ



子どもの予防接種と健康診断

○各医療機関で行う予防接種

●三種混合・麻しん・風しん（乳幼児）

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間 平日 9:00～11:30 13:30～16:30
土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 毎週木曜日 13:30～15:00

●麻しん・風しん（13歳・18歳）

川上内科医院（予約制） ☎43・6451

藤田クリニック（予約制） ☎42・1660

たけうち内科循環器内科（予約制） ☎42・8820

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間（川上内科医院・藤田クリニック）

平日 8:30～11:30 13:30～16:00

土曜日 8:30～11:00

◆時間（たけうち内科循環器内科）

平日 8:00～11:30 13:00～15:30

水・土曜日 8:00～11:30

◆時間（沢住内科小児科）

平日 9:00～11:30 13:30～16:30

土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 毎週月曜日～金曜日8:45～11:30 13:30～16:00

●BCG

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間 平日 9:00～11:30 13:30～16:30

土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 14日(木)、28日(木) 13:30～15:00

○はーとふる（☎49・2558）で行う健康診断

●4カ月児健診（平成23年3月生まれ）

◆日時 26日(火) 13:00～13:30

●9カ月児健診（平成22年9月生まれ）

◆日時 27日(水) 13:00～13:30

※会場で図書館のブックスタートも実施します。

●1歳6カ月児健診（平成21年12月生まれ）

◆日時 6日(水) 13:00～13:30

●3歳児健診（平成20年6月生まれ）

◆日時 5日(火) 13:00～13:30

るもい健康の駅からのお知らせ ☎43・8121

●イベントのお知らせ（要事前予約）

2日(土)	AED体験講習会（13:00～ 定員12名）
9日(土)、23日(土)	るもい基礎老年医学講座（9:30～） ※第2、第4土曜日全12回シリーズです。 （参加料 1講座 500円/全講座の場合 5,000円）
16日(土)	「看護師のお仕事」（13:00～ 定員20名/中高生対象）

23日(土)	マンスリー健康講座（13:00～ 定員40名） 「介護保険制度のしくみと利用方法」
30日(土)	子ども実験室「ドライアイスの不思議」 （13:30～ 定員10名/小中学生対象） ※牛乳・卵アレルギーのある方は、予約時必ず事務員までお伝えください。

●眼底撮影と健康アドバイス（要事前予約/各定員12名）毎週水曜日

はーとふるの保健・介護予防事業 ☎49・2558(市・保健医療課、介護支援課)

※健康・栄養相談（乳幼児～成人）のみ住之江児童センターで実施されます。

●母子健康・栄養相談（乳幼児）

◆日時 7日(木)、28日(木) 9:30～11:30 13:00～15:00

●健康・栄養相談（乳幼児～成人）

◆日時 14(木)10:00～11:30 ◆会場 住之江児童センター

●フッ化物塗布

◆日時 7日(木) 10:00～11:00 12:30～15:00

28日(木) 13:30～15:00

東日本大震災に伴う緊急のお知らせ

☎42・1806（市・生活環境課）

今月号の健康コラムはお休みさせていただきます。ご了承くださいませようお願いいたします。

家庭でできる節電、7つのポイント

東日本大震災の影響により、電力不足が心配されています。地球温暖化防止のためにも、日頃から節電に努めましょう。

1. こまめにスイッチオフ！
照明や電化製品は使わない時にはこまめにスイッチを切りましょう。
2. 待機電力を削減！
年間電気量の6%は待機電力といわれています。使わない時はプラグを抜きましょう。
3. エアコンで節電！
温度の設定や風向きの調節、フィルターの掃除などにより、消費電力が削減できます。
4. 冷蔵庫で節電！
余分な開け閉めをしない、物を詰め込みすぎない、熱い物を入れないようにしましょう。
5. 照明で節電！
リモコンは使わずスイッチの電源を切る、省エネ型の器具を使いましょう。
6. テレビで節電！
消す時は主電源をオフ、画面をきれいにし、音量、明るさなどを調節しましょう。
7. 他にもこんなところで節電！
炊飯器や電気ポットの保温、洗濯はまとめ洗いをするなど、家の中ではいろいろな節電ができます。

※詳しくは、環境省HPをご覧ください。



環境省HPアドレス <http://www.challenge25.go.jp/setsuden/home/>