

旭川・札幌・東京 留萌の会開催

▶今年も旭川・札幌・東京において留萌の会が開催されます。各開催場所近郊にお住まいのご家族、ご親戚、知人、友人にお知らせいただき、ぜひ多くの方にご参加いただきたく、ご案内いたします。

○第33回東京留萌の会

- ◆日時 10月16日(日) 13:00~
◆会場 東京プリンスホテル 11階 末広 (東京都港区芝公園3-3-1)
◆会費 6,000円

問 申 東京留萌の会事務局(堀松建設工業株 東京支店総務部:渡邊) ☎03-3373-8075

行政相談

なんでも行政相談所を開設します

▶10月17日(月)から23日(日)は行政相談週間です。相談週間に合わせて「なんでも行政相談所」を開設します。

なんでも行政相談所とは、国の行政全般についての意見や要望などを受け付け、公正・中立の立場から行政の制度や運営の改善を図ります。どうぞお気軽にご相談ください。

- ◆日時 10月21日(金) 13:00~16:00
◆場所 るもいプラザ1階(錦町2丁目)
◆料金 無料

問 市・生活環境課 ☎42-1806

講習会

こさえーる市民講習会

▶手作りそば作り講習会を開催します。新そばの試食も実施しますので、ぜひご参加ください。

- ◆日時 10月23日(日) 10:00~
◆場所 風土工房「こさえーる」
◆講師 幌糠そばうつべえー会
◆参加料 1,000円
◆必要なもの エプロン、キャップ
◆申し込み期間 10月4日(火)~9日(日)



問 申 風土工房こさえーる ☎43-4556

○第4回旭川留萌の会

- ◆日時 10月22日(土) 17:30~
◆会場 花月会館(旭川市3条7丁目)
◆会費 6,000円

問 申 市・企画調整課 ☎42-1809

○第5回札幌留萌の会

- ◆日時 10月28日(金) 17:00~トークショー 18:20~懇親会
◆会場 KKRホテル札幌(札幌市中央区北4条西5丁目)
◆会費 5,000円(懇親会会費)

問 申 市・企画調整課 ☎42-1809

講習会

赤十字健康生活支援講習会

▶家族の健康を守るための「病気の知識」と「介護の知識と技術」を身につけましょう。実技を交えて、わかりやすく指導します。

※電話でお申し込みください。(定員になり次第締め切ります。)
※動きやすい服装でご参加ください。

- ◆日時 10月21日(金) 13:30~16:30(受付13:00~)
◆場所 は一とふる 2階多目的ホール
◆定員 30名
◆締切 10月14日(金)
◆受講料 無料



問 申 日本赤十字社北海道支部留萌市地区事務局(市・社会福祉課)☎42-1807

講演会

市民公開講座「乳がんを学び、乳がん検診を考える」

▶大切な人、自分自身を守るために、乳がん検診のことを学び、考えてみませんか？

- ◆日時 10月2日(日) 10:00~11:30
◆場所 留萌合同庁舎 2階講堂
◆受講料 無料
◆内容 ①講演「近年の乳がん治療の進歩と留萌の現状」講師 留萌市立病院副院長 越湖 進先生
②私たちの町の乳がん検診に関するシンポジウム パネリスト 地域の乳がん検診担当者と市民の皆さん
◆募集人数 100名(当日、会場に直接お越しください)



ピンクリボン運動

問 NPO法人るもいコホートピア(るもい健康の駅内)☎43-8121

⑤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

保健

「大腸がん検診無料クーポン券」の配布

▶市では、大腸がんの早期発見を目的として、特定の年齢に達した方々に、10月初旬までに「大腸がん検診無料クーポン券」を郵送します。

この機会に、ぜひクーポン券を利用して検診を受診して、健康状態のチェックをしましょう。

◆無料クーポン券を郵送する対象者(平成22年度に下記の年齢に達した方)

Table with 2 columns: 年齢, クーポン対象者の生年月日. Rows include ages 40, 45, 50, 55, 60 and their corresponding date ranges.

◆無料クーポン券の有効期限 平成24年3月に実施する定期検診まで

◆無料クーポン券を利用できる検診

- ①10月と2月に実施する集団検診
②10月から毎月実施する定期検診

※定期検診を受診するためには、事前に下記まで予約が必要です。定期検診の受診方法など詳細については、下記までお問い合わせください。



問 申 市・保健医療課(は一とふる内)☎49-2558

保健

成人ポリオ予防接種

▶昭和50年から52年生まれの方は、ポリオ抗体が他の年齢層に比べて保有率が低いことが判明しています。

対象世代が親になった場合、ポリオ予防接種を受けた子どもからごくまれに感染する場合があります。この機会に予防接種を受けましょう。

- ◆日程 10月25日(火)、26日(水)
◆時間 14:00~15:00(受付 13:30~)

◆場所 は一とふる 2階多目的ホール

◆対象者 昭和50年~52年生まれの方

◆接種料金 3,000円

◆申し込み期間 9月26日(月)~10月18日(火)

※乳幼児ポリオ予防接種(申し込み不要、接種料金無料)も同時に行います。

問 申 市・保健医療課(は一とふる内)☎49-2558

保健

「Let's離乳食!」「Happy!おやつ」教室の開催

▶お子さんの成長に応じた離乳食や手づくりおやつを皆さんで楽しく作ってみませんか?食事や育児に関しての保健師、栄養士の講話のほか、調理実習、試食もあります。

○「Let's離乳食」こころを育てる離乳食教室

- ◆日時 11月2日(水) 10:00~12:00
◆場所 は一とふる 2階栄養指導室
◆対象 生後4カ月~1歳未満のお子さんと保護者15組
◆締切 10月26日(水)

○「Happyおやつ!」あったかおやつ教室

- ◆日時 11月22日(火) 13:30~15:30
◆場所 は一とふる 2階栄養指導室
◆対象 1~3歳のお子さんと保護者15組
◆締切 11月15日(火)

※両教室とも、エプロン、三角巾(またはスカーフ)、筆記用具が必要です。離乳食教室では、お子さんの飲み物もご用意ください。

問 申 市・保健医療課(は一とふる内)☎49-2558

市民芸術祭
平成23年度(第37回)留萌市民芸術祭

▶平成23年度留萌市民芸術祭が開催されます。参加団体は、発表・展示に向けて研鑽を重ねてきました。多くの市民の皆さんのご来場を心からお待ちしています。

○合同展示会

- ◆日 程 10月9日(日)、10日(月・祝)
- ◆場 所 中央公民館
- ◆参加団体

藤工芸サークル、川柳集団萌流、茶華道連合会(鍵社中・鳴海社中・横内社中・佐伯社中・出村社中・三浦社中・土井社中)

土地売却
道有未利用地売却情報

▶次の道有未利用地を一般競争入札で売却しますので、購入を希望される方は、お気軽にお問い合わせください。

◆住所と面積

留萌市寿町2丁目4番2、5番1、6番1(土地・宅地)2,283.40㎡

◆入札予定日

平成23年11月上旬

※平成23年10月上旬に最低売却価格などの詳細を下記ホームページでお知らせする予定です。

問 北海道出納局財産管理課 ☎011・204・5056

HP <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/st/zsk/kzi/home/douyuutiirharai.htm>

教室
(財)日本電信電話ユーザ協会 パソコン教室

▶(財)日本電信電話ユーザ協会では、パワーポイントを使用してチラシの作成方法を学ぶパソコン教室を開催します。ぜひご参加ください。

- ◆日 時 11月9日(火)、10日(水) 18:00~20:00
- ◆場 所 パワスポ留萌(南町1丁目)
- ◆定 員 10名
- ◆教材費 1,000円
- ◆締 切 11月2日(火)



問 申 (財)日本電信電話ユーザ協会 ☎0166・20・5400

○合同発表会

- ◆日 程 10月9日(日)
- ◆開場時間 12:00
- ◆場 所 文化センター
- ◆参加団体



レイモミラニ小原フラスタジオ、箏曲・土井社中、留萌黒潮太鼓保存会、泉徳干慧社中、東宴華会、徳踊会、琴城流大正琴琴萌会、アンジュバレエスタジオ、虹の会バレエスタジオ、PL北海道第二MBA留萌教室、民謡佳舟会(順不同)

問 NPO法人留萌市文化会議 ☎090・4878・5063(小沼)

花展
池坊留萌支部花展

▶池坊留萌支部では、下記の日程で「550年」花を紡いでをテーマに花展を開催します。支部員一同皆さんのご来場をお待ちしております。

- ◆日時 10月 9日(日) 10:00~18:00
- 10月10日(月) 10:00~17:00

◆場所 中央公民館



問 池坊留萌支部 ☎43・1448

発表会
第31回婦人の家サークル発表会

▶展示、芸能発表、バザーを行うほか、喫茶ではコーヒー、ミルク、こぶ茶、サンドイッチを販売しますので、皆さんのお越しをお待ちしています。

- ◆日 時 10月22日(土) 10:00~16:00
- 10月23日(日) 10:00~15:00

※ただし、芸能発表は10月22日(土)13:00~、バザーは10月23日(日)11:00~となります。

◆場 所 留萌市働く婦人の家(開運町2丁目)

問 留萌市働く婦人の家 ☎43・0440

道営住宅
道営住宅入居者募集

▶道営住宅について、入居者の募集を行います。

- ◆申し込み書配布期間 10月13日(木)~19日(火) ◆受付期間 10月17日(月)~19日(水)

◆募集案内配布、受付場所 留萌振興局建設指導課

◆申し込みの条件 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入居申込者及び同居者が暴力団員でないこと

◆その他 応募が募集戸数を上回った場合は、10月26日(水)に抽選会を行い、入居者を決定します。

※詳細については、下記までお問い合わせください。

○単身世帯向け住宅

団地名	建設(改善)	募集住戸			
		戸数	間取	住戸面積	月額家賃
泉	27号棟 S49(H15)	1戸	2DK	49.9㎡	13,900円~27,400円

○一般世帯向け住宅

団地名	建設(改善)	募集住戸			
		戸数	間取	住戸面積	月額家賃
泉	27号棟 S49(H15)	1戸	3LDK	66.8㎡	18,700円~36,700円
栄	34号棟 H1	1戸	3LDK	72.4㎡	19,500円~38,400円
栄	34号棟 H1	1戸	3LDK	72.7㎡	19,600円~38,500円
高砂	36号棟 H5	1戸	3LDK	74.9㎡	22,200円~43,600円
高砂	37号棟 H6	3戸	3LDK	79.6㎡	24,500円~48,100円
野本中央	A号棟 H9	1戸	2LDK	64.8㎡	20,000円~39,200円
野本中央	C号棟 H10	1戸	2LDK	64.8㎡	20,500円~40,200円

注1 家賃は、その世帯の収入や扶養親族などにより異なります。

注2 駐車場使用料金は、泉・野本中央が月額2,920円、栄・高砂が月額3,490円かかります。

注3 共益費が別途毎月かかります。

注4 入居できる時期は、11月中旬以降となります。

注5 申し込みをされる場合は印鑑、所得並びに世帯を確認できる書類などをご持参ください。

問 留萌振興局建設指導課 ☎42・8451

国民年金
国民年金の退職時の届出と保険料の免除制度

▶国民年金について、退職時の届出と保険料の免除制度についてお知らせします。

○会社を退職されたときは国民年金の届出が必要です!

20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。会社を退職されたときは、厚生年金(第2号被保険者)から国民年金(第1号被保険者)への変更の届出が必要です。

市・市民課、あるいは年金事務所に「国民年金被保険者関係届書」を提出してください。

手続きには、年金手帳が必要です。

○保険料の免除制度があります!

保険料を納めることが困難な場合には、申請によって保険料の納付が免除される制度があります。

また、退職(失業)による特例免除もあります。市・市民課、あるいは年金事務所に「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」を提出してください。

手続きには、年金手帳と雇用保険受給資格者証の写しなどの失業していることを確認できる公的機関の証明の写しが必要です。

※詳しくは下記までお問い合わせください。

問 市・市民課 ☎42・1805 留萌年金事務所 ☎43・7211