

## 6月1日は人権擁護委員の日

▶人権擁護委員制度をご存知ですか。

人権擁護委員は、いつでも地域住民からの相談に応じています。相談内容についての秘密は守られます。また、相談は無料で事前の申し込みも必要ありません。人権相談は、離婚相談などの家庭内の問題や借地借家の問題、隣近所のもめごとなど、とても幅広く対応しています。

市には、市長から推薦されて、法務大臣が委嘱した次の人権擁護委員がいます。

こしの 俊興氏 ・ 浅沼 亮子氏 ・ 穂坂 孝史氏  
としおき 俊興氏 ・ 浅沼 亮子氏 ・ 穂坂 孝史氏  
むろたに 雄一氏 ・ 檜森 博仁氏 ・ ながお よしこ  
げや 幸代氏

平成24年度「人権擁護委員の日」特設相談所を開設します。

❖日時 6月1日(金) 10:00~15:00

❖場所 るもいプラザ(まちなか賑わい広場)

☎ 旭川地方方法務局留萌支局 ☎ 42-0492

## ひとり暮らしの高齢者の 栄養に関する調査

対象：65歳～

▶ひとり暮らしの高齢者は、食事や買い物などが不便なことによる、栄養不足などが心配されます。

市内には、1300名余のひとり暮らしの高齢者がいると考えられていますが、日常生活の実態はよくわかっていません。

このことは、地域の連携や行政サービスの実施において大きな問題であることから、具体的な課題を明らかにし、状況の改善に向け、基本情報を入手するための調査を実施します。

調査は、NPO法人るもいコホートピアが市、歯科医師会、市立病院、るもいナースコール結(ゆい)などの協力を得て行います。

地域の支えあいを促進するには、実情を知ることが大切です。調査へのご理解、ご協力をお願いします。

❖調査対象 65歳以上のひとり暮らしの全市民  
❖調査方法 アンケート用紙の郵送など(6月下旬)  
❖調査内容 お口の状態、栄養の状態、心臓の状態などを郵送アンケートや、必要に応じ電話アンケート、訪問にて調査します。

☎ るもい健康の駅 ☎ 43-8121

✉ cohortopia4@gmail.com

## 高齢者福祉サービス 「緊急通報システム」

対象：65歳～

▶緊急通報システムをご存知ですか。

「いざというときに救急車や消防車を呼べるか心配」、「何かあったときに家族に連絡をとってほしい」。こんな不安や要望はありませんか。

市では、高齢者が安心して生活できるよう、緊急通報装置および火災報知器の貸し出しを行っています。ぜひ、ご利用ください。

❖対象 ①65歳以上のひとり暮らしなどで、病気により緊急時の対応が困難な方  
②75歳以上のひとり暮らしなどで、日常生活に不安がある方

❖利用料金 市民税の課税状況に応じて、取付工事費、月額利用料の負担があります。



いざというときに安心な緊急通報システム。詳しくは下記までお問い合わせください。

☎ 市・介護支援課 ☎ 49-2558

|         |              |       |    |       |
|---------|--------------|-------|----|-------|
| 暮らし     | 防災・国民健康      | ごみ    | 環境 | 保健    |
| 医療      | 届出           | 子育て   | 労働 | 高齢者福祉 |
| 障害者福祉   | 学ぶ           | 年金・保険 | 物流 | 相談    |
| 市政情報・広報 | 留萌市以外からのお知らせ |       |    |       |

記号の読み方 問 問い合わせ 申 申込先 ☎ 電話 FAX ファクシミリ HP ホームページ メール

## くらしの お知らせ

2012  
6月

## 6月23日～29日は男女共同参画週間

『あなたがいる わたしがいる 未来がある』(平成24年度 男女共同参画週間標語)

▶平成11年6月23日に「男女共同参画社会基本法」が施行されたことに因み、毎年、6月23日からの一週間を「男女共同参画週間」としています。

女性と男性が、家庭や、地域、職場、学校などさまざまな場でそれぞれの個性と能力を発揮し、いきいきと自分らしく暮らすことができる「男女共同参画社会」を実現するため、市民一人ひとりの取り組みが必要です。男女共同参画社会とは何か。この機会に一緒に考えてみませんか。

### 【家庭で】

「男は仕事、女は家事・育児・介護」など、性別で役割を分担し、「男だから、女だから」という理由で、生き方や人生の選択に影響を与えていませんか。家族一人ひとりの考えを尊重し、お互いを認め合いながら、家族みんなが積極的に家事・子育て・介護などにに関わり、家族の夢を支え合い、協力しながら絆を深めていければいいですね。

### 【地域で】

地域活動においては、古くからの慣行で、男女の役割が決まっていはいないでしょうか。性別や年齢にとらわれず、地域社会の一員として主体的に地域活動に参画できるようになれば素晴らしいですね。男女それぞれの視点で協力しあい、地域活動を進めることにより、誰もが地域社会の一員として、自分のまちの良さを実感できるでしょう。

### 【職場で】

雇用の場での男女の対等な就業条件や環境整備は進みつつありますが、現実には、女性にとって依然として厳しい状況にあるようです。男女の均等な機会と待遇が確保され、個性、能力、意欲などが発揮できる働きやすい職場が増え、ゆとりと充実感をもちながらいきいきと働けるといいですね。また、男女を問わず仕事と私生活のバランスがとれた働き方も大切ですね。

### 【子育て・教育の場で】

「男らしさ」「女らしさ」は社会や状況、個人によってもイメージは違ってきます。個人がどのようにとらえるかは自由で、「男とはこういうもの」「女だからこうすべき」と決めつけることは、一人ひとりの能力や個性を発揮する機会を奪うことになります。性別にかかわらず、子どもたちが「自分らしさ」を大切に、夢を持ってチャレンジできたらいいですね。

☎ 市・政策調整課 ☎ 42-1809

仏壇仏具専門店  
NI&HIKIDO  
花 はなむすび 結

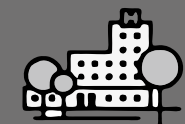
〒077-0041 北海道留萌市開運町1丁目4-9  
TEL 0164-42-8111 FAX 0164-42-8119  
Open 10:00 Close 19:00 毎週火曜定休日

にしきどう花園市民斎場  
24時間受付 葬儀の準備は私達にお任せください  
0164-43-9000

西原 腎・泌尿器科クリニック

留萌市花園町1丁目5-14

花園町に7月2日 新しくクリニックが誕生します!



<http://www.web-clover.net/m-nishiclinic/>

連絡先：西原 正幸 留萌市住之江町3丁目27  
☎ 0164-56-4005





空き地の管理

▶毎年、この時期になると草木が生い茂っている空き地が見られます。

草木が生い茂ると害虫が発生したり、ごみのポイ捨てなどの原因となり、地域の環境衛生の悪化につながります。

空き地の管理者は、草刈りをするなど、定期的に草木を処理し、空き地の適正管理に努めましょう。

〒 市・環境保全課 ☎ 42-1806





6月は「環境月間」

▶今年も広く環境の保全について関心と理解を深めてもらうため、「環境パネル展」を開催します。環境に関するパネルの展示、環境にやさしい環境石けんなどの展示、試供品の提供などを行います。

| 日 程                    | 場 所           |
|------------------------|---------------|
| 6月 1日 (金)<br>～4日 (月)   | 中央公民館 1 F ロビー |
| 6月 8日 (金)<br>～15日 (金)  | るもいプラザ 1 F    |
| 6月 18日 (月)<br>～22日 (金) | はーとふる 1 F ロビー |

〒 市・環境保全課 ☎ 42-1806



狂犬病予防注射

▶狂犬病予防注射はお済みですか。

狂犬病予防法では『飼い犬は毎年1回、6月末までに狂犬病予防注射を受けること』が義務付けられています。犬のため、人のためにも狂犬病予防注射を動物病院で必ず受けましょう！

❖市内の動物病院

留萌ペットクリニック ☎ 43-7334

はしばトントン動物病院 ☎ 43-5621

るもい南町動物病院 ☎ 42-4208

〒 市・環境保全課 ☎ 42-1806



蒼い海「ビーチ・クリーン」

▶市民ボランティア団体「蒼い海」と一緒に海辺の清掃を行います。

❖清掃日時 6月9日(土)、23日(土)

❖集合時間 8:00 (1時間程度)

❖集合場所 ゴールデンビーチ南側駐車場

◎軍手・火バサミ・ごみ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。

〒 代表 鵜城雪子 ☎ 090-2050-6552

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



6月の粗大ごみ収集日

| 日 程    | 収 集 地 区                                     |
|--------|---------------------------------------------|
| 13日(木) | 大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町                         |
| 14日(木) | 寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台                          |
| 15日(金) | 見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町                           |
| 20日(木) | 三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町               |
| 21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        |
| 22日(金) | 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 |

◎収集日前日、午前中(正午)までに申し込みください。

〒 市 美・サイクル館 ☎ 46-1600



2012年うまいよ！るもい市開催

▶留萌のうまい物が勢揃いする『うまいよ！るもい市』。

留萌地域の農・水産物や特産品の即売のほか、旬の食材のつかみ取り・詰め放題などの各種アトラクションや、子どもも楽しめる企画が盛りだくさん！！

今年度第1回目は、旬の魚介類の即売や、ウニ袋詰め放題などのアトラクションを行います。皆さんのお越しをお待ちしています。

❖日 時 6月24日(日) 10:00～14:00

❖場 所 留萌市地方卸売市場(留萌港南岸)

❖内 容 ウニ袋詰め放題  
ホタテ袋詰め放題  
タコ串から揚げ販売  
港湾業務艇「ゆりかもめ」による港内見学

❖今後の予定 7月29日(日) ウニ袋詰め放題、魚拓体験  
10月14日(日) 秋の大収穫祭、元祖ホタテ釣り大会  
12月16日(日) 大水産まつり、アワビルーレット

2011年度開催時、ウニ袋詰め放題の様子

〒 市・農林水産課 ☎ 42-1837





るもい菜の花ウォーキング

対象：小学1年生以上

▶NPO法人留萌観光協会では、「るもい菜の花ウォーキング」を開催します。

爽やかな海風に揺れる菜の花と海を眺めながら歩く楽しいコースです。ゴールでは、あたたかい豚汁と美味しい南るもい米のおにぎりでお迎えします。

参加ご希望の方は、参加料を添えて申し込みください。

❖日 時 6月3日(日) 9:00(受付開始8:30～)

❖集合場所 海のふるさと館

❖定 員 100人(小学1年生以上対象、小学生は保護者同伴とします)

❖参 加 料 1人500円(保険料・食事代含む)

❖コ ー ス ①らくらくファミリーコース(約8.5km) 礼受牧場往復  
②しっかり汗かき健康コース(約13km) 礼受牧場経由、佐賀番屋にて折返し

❖申 込 先 スポーツセンター、中央公民館、留萌図書館、お勝手屋、海のふるさと館

❖そ の 他 少雨決行(雨具持参)、大雨や雷注意報発令時は中止です。

中止の場合はおにぎり、豚汁を配布します。

参加料の返金はできませんので、ご了承ください。

〒 NPO 法人留萌観光協会 ☎ 43-6817



本社 ウェルフェア萌

豊かな暮らしがここにある

Moe 株式会社 萌福祉サービス 〒077-0012 留萌市開運町1丁目2番1号

代表取締役社長 水戸康智 代表 ☎ TEL0164-49-2258 FAX0164-49-2278

0164-49-2258 <http://www.moe-fukushi.com>



確かな情報・技術・商品をお届けして半世紀→

ビューティ&ヘルスケア 寺西薬局

留萌市錦町4丁目(神社下商店街) ☎ 0164-42-0260 ☎ 0164-43-6244

(フリーダイヤル) 処方せん専用FAX 0800-800-3788 (24時間受付可能)

テラニシ美容室 ☎ 0120-42-6374

定休日 毎週火曜日 営業時間 9時～18時(18時以降 要予約)

高齢者や障がい者をサポートするハートフル美容師・常駐。成人式予約受付中

※teranishiメンバーズカード・Gカード・各種クレジットカード・デビットカード取扱店

当薬局ホームページをご覧ください！ [http://www.myph.jp/teranishi\\_ph/](http://www.myph.jp/teranishi_ph/)



医薬品 コンドロイチン硫酸ナトリウム製剤

ひざが痛い！

根本治療を考えませんか？

椎間板(コンドロイチン硫酸(潤滑油))

「潤滑油」の不足が、痛みの原因の一つと考えられます

・骨の間隙部分にも多く含まれ、潤滑油の役割をします。

・体の弾性力保持や保水作用も持っています。

13

12



**i** 6月1日～10日は電波利用環境保護周知啓発強化期間

▶電波の利用は、市民生活や社会経済活動に必要不可欠なものです。

しかし、不法無線局による重要無線通信やテレビ・ラジオへの混信妨害事例が多発しています。特に最近では、外国規格の無線機が通信販売やインターネットオークションなどで流通していますが、防災行政無線やテレビ放送などに電波妨害を与えるおそれがあるため、国内での使用は禁止されています。無線機を購入するときは、必ず「技適マーク」がついているかを確認してください。

不法電波は犯罪です。電波はルールを守って使いましょう。

❖電話受付 8:30～12:00  
13:00～17:00  
(土・日・祝日を除く)

問 北海道総合通信局 ☎ 011-737-0099  
HP <http://www.soumu.go.jp/soutsu/hokkaido/>  
✉ soudan-hokkaido@soumu.go.jp



デンバ君  
電波利用環境保護  
マスコットキャラクター

**i** 不法滞在・不法就労防止への理解と協力

忍び寄る犯罪組織の国際化 あなたの目が街を守る

▶全国における来日外国人による犯罪の検挙は、過去数年減少傾向にあります。しかし、平成23年の来日外国人犯罪検挙の状況は、平成2年の約3倍と、高い水準で推移しています。

また、近年は、単発的な犯罪から「犯罪のグローバル化」へと進んでおり、在留資格の不正取得を目的とした偽装結婚事案や外国人登録証明書などの偽造、販売事案が多発しています。

どんなにささいなことでも「おかしいな？」と思ったら、まずは警察に通報してください。

問 旭川方面留萌警察署 ☎ 42-0110

**i** 信用金庫の日「愛の献血運動」

▶留萌信用金庫では、社会貢献事業の一環として信用金庫の日に合わせて「愛の献血運動」を実施しています。献血をされる方は、市内の留萌信用金庫本支店窓口へお申し込みください。

❖日時 6月15日(金)  
10:00～16:00  
(13時から1時間休憩)

❖場所 留萌信用金庫本店駐車場

◎当日、旭川赤十字血液センター  
献血車が常駐しています。



問 留萌信用金庫業務推進部 ☎ 42-1250

**i** 6月は外国人労働者問題  
啓発月間

▶就労を目的として入国、在留する外国人は年々増加していますが、その就労状況をみると、社会保険などの未加入や適正な労働条件が確保されていないなどの問題が散見されます。外国人を雇い入れる際は、次の3点をご確認ください。

- ①雇い入れる前に、就労が認められるか  
在留資格を確認してください。
- ②外国人の雇い入れと離職の際は、必ず  
ハローワークに届け出てください。
- ③社会保険などの加入をはじめ、適正な  
雇用管理を行いましょう。

なお、厚生労働省では雇用対策法に基づく、外国人労働者の適正な雇用管理のための指針を定めています。外国人を雇用する際は、ルールを守り適正な雇用をお願いします。

問 ハローワーク留萌 ☎ 42-0388  
留萌労働基準監督署 ☎ 42-0463

広報誌は各コンビニ店にも設置しています！

市では、毎月1日に広報のものを発行していますが、広報誌がより身近になるよう、各コンビニ店のご協力により市内コンビニ全店に設置をしています。広報誌が届かない世帯の方は、市の施設または、右記のコンビニ店まで足をお運びください。

また、店頭での設置は毎月10部限りとしていますので、店頭が無い場合は、市の施設に設置している広報誌をご利用ください。

問 市・政策調整課 ☎ 42-1809

| 店名              | 住所      | 電話番号    |
|-----------------|---------|---------|
| セイコーマートしらとり     | 三泊      | 42-2172 |
| セイコーマート住之江店     | 住之江町1丁目 | 43-7011 |
| セイコーマート中一すずき    | 大町2丁目   | 42-1457 |
| セイコーマート留萌元川店    | 元川町3丁目  | 43-6437 |
| セイコーマート留萌沖見店    | 沖見町3丁目  | 42-0084 |
| セイコーマート留萌ことぶき店  | 寿町1丁目   | 43-4080 |
| セブンイレブン留萌沖見店    | 沖見町2丁目  | 42-1288 |
| セブンイレブン留萌開運町店   | 開運町3丁目  | 42-0827 |
| セブンイレブン留萌合同庁舎前店 | 花園町4丁目  | 43-5377 |
| セブンイレブン留萌南町店    | 南町4丁目   | 42-4431 |
| ローソン留萌駅前店       | 栄町1丁目   | 43-0527 |
| ローソン留萌千鳥店       | 千鳥町1丁目  | 42-2000 |

**i** 「Let's 離乳食!」「Happy! おやつ」教室

▶お子さんの食事などで不安はありませんか。そんなお母さんにぜひ参加して欲しい教室です。  
食事や育児に関しての保健師・栄養士の講話、調理実習、試食も行います。  
お子さんの成長に応じた離乳食や簡単手づくりおやつを楽しく作ってみませんか。

「Let's 離乳食!」  
～♡こころ♡を育てる離乳食教室

❖日時 6月11日(月) 10:00～12:00  
❖場所 保健福祉センターはーとふる  
❖対象 生後4ヵ月～1歳未満の親子・15組  
❖申込 6月4日(月)まで  
❖持ち物 エプロン、三角巾(又はスカーフ)  
筆記用具・お子さんの飲み物  
(お茶、湯冷ましなど)

「Happy! おやつ」  
～あったか手づくりおやつ教室

❖日時 6月27日(水) 10:00～12:00  
❖場所 保健福祉センターはーとふる  
❖対象 1～3歳の親子・15組  
❖申込 6月21日(木)まで  
❖持ち物 エプロン、三角巾(又はスカーフ)  
筆記用具

問 市・保健医療課 ☎ 49-2558

**i** ステップ・エクササイズ会員募集

▶「ステップ・エクササイズ」を始めませんか。  
「ステップ・エクササイズ」とは、日常生活での階段の昇り降りのような運動で、走ったときに相当する高いエネルギーを消費できます。  
また、脚への負担も、普段歩いているのと同じくらいしかないという優れた運動です。

❖日時 毎週 木曜日(祝祭日休み)  
13:00～14:00  
❖場所 スポーツセンター小体育館  
❖会費 1回 700円(実費相当分)  
❖申込 スマイル・ステップ ☎ 42-3005  
なお、当日会場でも受付可能です。  
❖持ち物 運動靴、スポーツタオル、飲料水

◎動きやすい服装で参加願います。  
◎インストラクターが指導します。  
◎無料体験も可能ですので、ご相談ください。

問 スマイル・ステップ 代表 阿部禮子  
☎・問 42-3005

**i** こさえる料理講習会

▶手打ちうどん作り、パン作り講習会を開催します。  
この機会に手作りの楽しさを体験してみませんか。

手打ちうどん作り講習会

❖日時 6月9日(土) 9:00～  
❖場所 風土工房「こさえる」(藤山町)  
❖募集人数 10人  
❖料金 1人900円  
❖申込期間 6月1日(金)～7日(木)  
❖講師 留萌そば道楽  
❖持ち物 エプロン、キャップ

パン作り講習会

❖日時 6月21日(木) 9:00～  
❖場所 風土工房「こさえる」(藤山町)  
❖募集人数 10人  
❖料金 1人900円  
❖申込期間 6月1日(金)～7日(木)  
❖講師 食を楽しむネットワーク「秋桜」  
❖持ち物 エプロン、キャップ

問 風土工房「こさえる」 ☎ 43-4556

ラス LAS英数塾 受講生募集

留萌市沖見町3丁目  
TEL 0164-42-1743

通年受講

中学生・高校生 申し込み 随時

☆ 数学受講体験 45分無料

小5,6(英・算) 申し込み 随時

夏期講習

中学生・高校生

申し込み期限  
7月10日