

講演会 心の健康啓発事業「ひきこもり支援講演会」の開催について

▼皆さんの心の健康を維持し、イキイキと暮らしていくことを応援するために講演会を開催します。
今回は「ひきこもり」をテーマにその背景にあるものや対策と予防についてのお話です。ひきこもりを防ぐためのヒントやなってしまった場合の対応方法について学びませんか。

日 9月22日(月) 16:30～18:00 **所** 保健福祉センターはーとふる2階多目的ホール

定 50人 **費** 無料 **申** 9月12日(金)まで(土日除く)に下記までお申し込みください。

内 テーマ 「ひきこもりの理解と支援～今、私たちにできること～」

講師 北海道ひきこもり成年相談センター所長 阿部 幸弘氏

問 市・保健医療課 (はーとふる内) ☎49-6050

医療 「風しん抗体検査」および「風しんワクチン接種」の助成制度について

▼先天性風しん症候群予防のため、市立病院では、妊娠を希望する女性およびその配偶者への風しん抗体検査、東雲診療所では、抗体検査により風しん抗体価が低い方へのワクチン接種を実施しています。ご希望の方は下記まで電話でご予約ください。

●風しん抗体検査 (費用は市または北海道のどちらか一方のみ助成制度を受けることができます)

事業主	日程	場所	負担額	対象者など
留萌市			1,000円	・19歳から49歳までの妊娠希望の女性 ・妊婦(抗体価16以下)の19歳以上の配偶者
北海道	平成27年3月まで	市立病院	5,250円 ※接種後、申請書を北海道に提出することにより全額助成。	札幌市、小樽市、函館市、旭川市以外の道内在住者で、 ・妊娠希望の初産女性 ・妊娠希望の初産で抗体のない女性の配偶者および同居者 ・妊婦(抗体価16以下)の配偶者および同居者 ○過去に風しん抗体検査や予防接種、風しんと判断された方は除きます。

●ワクチン接種 (麻しん・風しん混合ワクチン)

事業主	日程	場所	費用	対象者など
留萌市	平成27年3月まで	東雲診療所	2,000円	・風しん抗体価が低い方(抗体価16以下)

問 市立病院医事課 ☎49-1011

医療 「がんサロン」の開催について

▼市立病院では、月に1度、北海道対がん協会による「がんサロン」を開催し、がん患者さんやその家族などが集まり、交流や情報交換を行っています。詳細は院内掲示板や市立病院ホームページをご覧ください。

日 9月30日(火)、10月21日(火)、11月25日(火)、12月16日(火)、1月20日(火)、2月10日(火)、3月3日(火)

所 市立病院1階地域医療教育研究センター

問 市立病院医療連携室 ☎49-1011

HP <http://rumoi-hp.jp/>

医療 市立病院から「皮膚科外来の診療日」の追加について

▼7月28日(月)から、皮膚科外来の診療日を追加し、第1、3、4、5月曜日にも受診が可能となりました。なお、受付時間や診療時間は変更が生じる場合がありますので、ご了承ください。

診療日	受付時間	診療時間
第1、3、4、5月曜日	8:15～11:30 13:00～14:00	10:00～12:30 13:30～15:00

○上記以外の診察日は従来どおりとなっています。

問 市立病院医事課 ☎49-1011



今も知っておきたい情報が満載です!

問 問い合わせ
☎ 電話 **FAX** ファクス
HP ホームページ
メール Eメール

凡例 **日** 日程・日時 **所** 場所・会場 **対** 対象 **定** 定員 **費** 費用 **内** 内容 **申** 申込方法など

情報公開 平成25年度「情報公開制度および個人情報保護制度の運用状況」について

▼「情報公開制度および個人情報保護制度」は、皆さんと市との間の情報の流れを豊かなものにするためのものです。また、市が保有する個人情報の適切な保護を図ることにより、皆さんの市政に対する理解と信頼を深め、市民参加による公正で信頼される開かれた市政の推進を図ることを目的としています。

この2つの制度の適正な運営と健全な推進を図るため、条例の規定に基づき、両制度がどの程度利用され、どのように処理されたかを公表します。平成25年度の運用状況は下記のとおりです。

●情報公開制度運用状況

年度	実施機関	対象公文書の件名	公開区分			公開方法		請求方法	
			公開	一部公開	非公開	閲覧	写しの交付		
H25	市長	土地・家屋の現況把握のためにした「地番、家屋番号等の修正(更新)業務委託契約・仕様書」などにより取得した成果品としての地番現況図および家屋現況図データ	1件	0件	0件	不存在	0件	0件	郵送
	市長	平成20～24年度の起債償還表(各会計)および縁故債入札状況など一覧表	1件	1件	0件	0件	0件	1件	郵送
		計	2件	1件	0件	1件	0件	1件	

●個人情報保護制度運用状況

年度	実施機関	請求件数	公開区分				
			開示	一部開示	非開示	不存在	取下げ
H25	—	0件	0件	0件	0件	0件	0件
	計	0件	0件	0件	0件	0件	0件

※個人情報にかかる訂正請求、利用停止請求および不服申立てはありませんでした。

問 市・総務課 ☎42-1801

相談 「自殺予防啓発パネル展」および「こころの健康相談」について

▼9月10日から16日までは「自殺予防週間」です。自殺は、経済問題や家族問題、心の悩みなどさまざまな要因が複雑に関係しており、「心理的に追い込まれた末の死」と言えます。介護や人間関係に疲れている、自分や家族の病気のことで悩みがある、仕事がうまくいかないなど、気持ちが不安定で悩みを抱えている方、そして自殺予防に関心がある方は、ぜひお越しください。

●自殺予防に関する啓発パネル展

日 9月8日(月)10:00～19日(金)15:00
(土日、祝日除く)

所 保健福祉センターはーとふる1階ロビー

●こころの健康相談窓口

・市・保健医療課 (はーとふる内) ☎49-6050
・留萌保健所健康推進課 ☎42-8327
※ともに9:00～17:00(土日、祝日除く)
・旭川いのちの電話 ☎0166-23-4343(24時間)

問 市・保健医療課 (はーとふる内) ☎49-6050

働くことを練習しよう ちゃおは、障がいのある方がさまざまな日中活動をしながら就労を目指す場所です。

北海道知事指定障がい福祉サービス事業所

NPO法人 サポートハウス ちゃお

留萌市見晴町2丁目27番地(中央公民館内)
見学もできます。お気軽にお電話を。☎43-3888 E-mail chao@bz03.plala.or.jp

手だてで淹れた本格コーヒーをお楽しみください

喫茶 クローバー (中央公民館内) 営業時間 10:00～15:00 (月～金曜日)

キートス (市立病院内) 営業時間 10:30～14:00 (月～金曜日)

キートス coffee Kiitos

テイクアウト(持ち帰り)専門です!

本当によかったを形に 優しい気持ちがいっぱいの斎場です

NISHIKIDO HANAZONO FUNERAL HALL
にしきどう 花園市民斎場

安心の24時間 電話対応
留萌市花園町2丁目3-23 ☎0120-43-9000

公正 仏壇公正取引協議会

仏壇仏具専門店 NISHIKIDO 花結 はなむすび

留萌市開運町1丁目4番9号 (AKさし橋向) TEL (0164) 42-8111
■ 営業時間 AM 10:00～PM 6:30 ■ 定休日 毎週火曜日

安心して仏壇をお選びいただくために
正しい品質表示と原産国表示をするこのマークのある 確かな仏壇店でお求めください
※原産国や品質表示を適正に表示をすることなく販売をする仏壇店が増えていますので、ご注意ください

公正 仏壇公正取引協議会

保健 「秋の乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診」の実施について

▼がんの早期発見、早期治療を目的に「秋の乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診」を実施します。
この検診では、「乳がん無料クーポン券」および「子宮頸がん無料クーポン券」を利用できますので、この機会にぜひ受診をして健康チェックをしましょう。

日 10月29日(水) 16:00～19:00
30日(木) 7:00～11:00、16:00～19:00
31日(金) 7:00～11:00、13:00～14:00
11月1日(土) 7:00～11:00

所 保健福祉センターはとふる2階多目的ホール

申 9月18日(木)～10月3日(金)

検診種類	対象者	料金
乳がん検診 (マンモグラフィ 併用・視触診)	40歳以上の 女性市民	2,400円
子宮がん検診	20歳以上の 女性市民	頸部 超音波検査 1,200円 500円
骨粗しょう症検診	40歳以上70歳 以下の女性市民	500円

○検診は、予約制で時間毎に定員があります。お早めに下記までお申し込みください。

○託児については、申し込み時にご確認ください。

問 市・保健医療課 (はとふる内) ☎49-6050

○子宮がん検診の超音波検査では、卵巣腫瘍や子宮筋腫の有無、子宮内膜肥厚状態がわかります。
○留萌市国民健康保険加入者は、各検診500円です。
○75歳以上の方と生活保護世帯は無料です。
○乳・子宮頸がん無料クーポン券もご利用できます。

今年度から下記の検診も受診することができます

検診種類	対象者	料金
子宮がん検診 (体部)	20歳以上の 女性市民	体部追加 2,500円
HPV検診 (ヒトパピローマ ウイルス検診)	20歳以上の 女性市民	4,500円

○上記の検診は、検診委託業者が独自に実施する検診です。

○健康保険の種類にかかわらず上記の料金となります。

年金 「国民年金(種別変更)の手続き」について

▼20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入することが義務付けられています。本人や配偶者の就職、転職、結婚などで国民年金の加入の種別が変わることがあり、種別変更の手続きが必要となる場合があります。手続きをされなかった場合、病気やケガで障がいが残ったときの障害年金や、死亡した場合の遺族年金が受け取れない場合もありますので、必ず手続きをしてください。

- 加入の種類(種別) 第1号被保険者：自営業者や学生など
- 第2号被保険者：厚生年金や共済組合の加入者
- 第3号被保険者：第2号被保険者に扶養されている配偶者(収入が一定額を超えない方)

こんなときは国民年金の手続き(種別変更)が必要です	被保険者の種別	手続き先
学生やフリーターなど、厚生年金や共済組合に加入していない方が20歳になったとき	未加入→第1号	市・市民課窓口
第2号被保険者に扶養されている配偶者が20歳になったとき	未加入→第3号	配偶者の勤務先
配偶者が就職して第2号被保険者になり、その第2号被保険者に扶養されるようになったとき	第1号→第3号	配偶者の勤務先
第2号被保険者が60歳になる前に、会社などを退職したとき	第2号→第1号	市・市民課窓口
第2号被保険者が会社などを退職し、第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになったとき	第2号→第3号	配偶者の勤務先
第2号被保険者(配偶者)に扶養されていた人で、その配偶者が退職したとき	第3号→第1号	市・市民課窓口
パート収入が130万円を超えたときなど、配偶者の扶養から外れるようになったとき		

問 市・市民課 ☎42-1805 留萌年金事務所 ☎43-7211

認知症の専門医も使用をすすめる注目のフェルラ酸

米糠油から抽出された天然ポリフェノールである「フェルラ酸」には、老化やアルツハイマー病などにより、傷んで減少した脳細胞を修復し、細胞が死んでしまうことを防いでくれる脳細胞保護作用があり、アルツハイマー型認知症に有効との論文がいくつか発表されている今注目の素材です。

お問い合わせは **江戸薬局** 留萌市錦町3丁目 ☎42-0697

家事のお手伝いからお年寄りの介護まで
皆さんの生活をサポートします

家政婦さんをご紹介します

家政婦さんをご紹介しますために、家政婦さんとして働いてみたい方の登録を受け付けています。

江戸薬局 ハウスキーパーバンク
グループ ☎42-0697 (江戸薬局内)

医療 平成26年度「市立病院職員採用試験(看護師・薬剤師)」の実施について

▼市立病院職員採用試験を実施します。詳しくは下記へお問い合わせください。

●採用区分、人数および資格

区分	募集人数	受験資格(資格、免許など)
看護師(助産師)	10人程度	看護師免許を有する方、もしくは平成26年度中に実施される看護師国家試験により資格を取得する見込みの方。
薬剤師	2人程度	薬剤師免許を有する方、もしくは平成26年度中に実施される薬剤師国家試験により資格を取得する見込みで、平成27年4月1日現在35歳以下の方

●試験方法、日時、申込締切、試験場所

試験方法	試験日時		申込締切	試験場所		
個別面接	第1回	10月11日(土)	9月25日(木)	ホテルノースシティ (札幌市中央区南9条西1丁目)		
	第2回	10月18日(土)			10月2日(木)	旭川勤労者福祉会館 (旭川市6条通4丁目)
	第3回	11月15日(土)			10月30日(木)	留萌市立病院 (留萌市東雲町2丁目16番地1)

○受験手続の方法や合格者発表および初任給などの詳細は市立病院ホームページをご覧ください。

○地方公務員法第16条の各号に該当する方は受験できません。

問 市立病院総務課 ☎49-1011 **HP** <http://rumoi-hp.jp/>

医療 「第14回 ボランティア・スマイルフェスティバル」の開催について

▼ボランティア・スマイルの活動紹介や会員の手作り品などを販売します。エプロン、袋物、米粉のケーキやパン、手打ちそば、花などのほか、未使用の贈答品や日用雑貨など、たくさんの品をご用意していますので、ぜひご参加ください。

日 9月19日(金) 10:00～13:00

所 市立病院6階展望ラウンジ

問 市立病院総務課 ☎49-1011



環境 「リサイクルまつり」の開催について

▼昨年まで「美サイクル館まつり」を開催していましたが、今年から会場を保健福祉センターはとふるに変更し、「リサイクルまつり」として開催します。フリーマーケットやペットボトル工作教室、ケナフ紙すき教室、ごみの分別教室などを行います。また、抽選会もありますので、ぜひご参加ください。

日 9月6日(土) 13:00～15:00

所 保健福祉センターはとふる1階ロビー
および2階多目的ホール

○送迎バスの運行はありません。

○綿50%以上の綿製品の臨時回収を行います。ボタンやファスナーを取り外して、お持ち込みください。
※スーツ、Gパン、コート、毛糸類、布団、ジャージ、ジャンパー、厚手のもの、ペットに使用して臭いがついているものなどは、回収の対象になりませんので、ご注意ください。

問 市・環境保全課 ☎42-1806

Moe
welfare service

一人ひとりの幸せを見つめる介護です。

心の声に寄り添い、ご自身の意志を反映した「心豊かな生活」の実現に取り組んでいます。

全道20介護施設のMOEネットワーク
<http://www.moe-fukushi.com>

職員随時募集中!
詳しくはお問い合わせ下さい!

株式会社 萌福祉サービス 〒077-0042 北海道留萌市開運町1丁目2番1号 TEL 0164-49-2258 (代表) FAX 0164-49-2278

市議会 「市民と議会の意見交換会」の開催について

▼留萌市議会基本条例（平成26年10月施行）では、「市民にわかりやすく、開かれた」、そして「市民とともに歩む」議会を実現するために、市民の皆さんと議会がさまざまな行政課題などについての情報や意見交換を行い、その結果を議会としての政策立案や提言につなげていきます。

この意見交換会には、①議会から「あるテーマ」について意見交換会を開催し、市民の皆さんに参加をお願いする場合と、②市民の皆さん（団体など）からの申し込みにより開催する場合の2つがあります。

内 ①「平成26年度 市民と議会の意見交換会」を開催します。（日程調整中）

詳細は「広報るもい10月号」および「留萌市議会ホームページ」でお知らせします。

②「議会との意見交換」を希望する団体を募集します。（開催希望日の1カ月前までにお申し込みください）

開催時期 平成26年10月から平成27年2月中旬まで（議会の会期中は除きます。）

問 市・議会事務局 ☎42-1907 **HP**

暮らし 「いきいきクッキング教室」の開催について

▼20歳以上の方を対象に、地元食材や旬の食材を使った手軽でおいしいヘルシーメニューを作れませんか。当日、その場で塩分測定を行いますので、ふだん食べているみそ汁をご持参ください。

日 9月24日(木) 10:00～13:00 **所** 保健福祉センターはーとふる2階調理実習室

定 25人（定員になり次第締め切り） **費** 500円

申 9月17日(木)まで（土日、祝日除く）に下記までお申し込みください。

○エプロン、スカーフ（三角巾）、筆記用具をご持参ください。

問 留萌市食生活改善推進員協議会事務局（市・保健医療課（はーとふる内））☎49-6050



留萌市以外からのお知らせ 「北海道シェイクアウト（自主参加型の一斉防災訓練）」参加者募集！

▼「北海道シェイクアウト」とは、時間のかからないシンプルな訓練で、参加者の防災意識向上に効果的です。また、自主訓練などと組み合わせることで災害リスクマネジメントの向上が期待できます。北海道防災会議（事務局：北海道）では、多くの市民の皆さんの参加をお待ちしています。参加は無料です。

日 10月15日(木) 10:00

対 道内在住の個人および団体（学校や企業など）

申 10月14日(水)までに下記ホームページの申し込みフォームから参加登録してください。

内 それぞれの場所で地震による揺れを想定し、おおむね1分間程度、①姿勢を低くし②手や腕で首や頭部を守り③揺れが収まるまでじっとする行動を実施します。

問 留萌振興局地域政策課 ☎42-8426 **HP** <http://www.shakeout.jp>

留萌市以外からのお知らせ トラブルのより良い解決のための「民事調停」をご存知ですか？

▼民事のトラブル（金銭の貸借や近隣関係、交通事故の損害など）を裁判所で解決する方法は裁判（民事訴訟）だけではありません。「民事調停」という話し合いの制度があります。

「民事調停」は、裁判官1人と一般市民から選ばれた2人以上の民事調停委員により構成される調停委員会が、当事者双方の言い分を聴き、歩み寄りを促し、話し合いによって解決することを目指す手続きです。

詳しくは、裁判所ホームページ（http://www.courts.go.jp/saiban/qa_kansai/index.html）をご覧ください。

問 留萌簡易裁判所 ☎42-0465

「よちよちサークル」に参加してみませんか？

▼「よちよちサークル」は、0歳から幼稚園入園までのお子さんとお母さんの交流を目的とした子育てサークルです。

毎週木曜日を基本に、保健福祉センターはーとふるの高齢者教養娯楽室などを利用して、交流活動を行っています。また、果実狩りや海遊び、ピクニック、お誕生会など親子で楽しめる行事も行っています。ぜひ「よちよちサークル」に参加して、交流の輪を広げませんか。

問 市・教育委員会子ども課 子育て支援センター（はーとふる内）☎42-4150



入居者募集 「市営住宅」入居者募集について

▼市では、市営住宅の入居および補欠入居申込者をご案内のとおり募集します。

対 ①住宅に困窮している方で市税などの滞納がないこと。
②公営住宅法に定める収入基準に該当する方。

③入居申込者および同居者が暴力団員でないこと。

○その他の要件については下記までお問い合わせください。

申 9月2日(火)～4日(木)

※申込書は9月4日(木)まで（土日除く）、市・都市整備課にて配布します。

所 市役所1階市民ラウンジ

●一般世帯向け住宅

団地名	規模・構造など	募集住宅内容				
		戸数	階数	間取	住戸面積	月額家賃(円)
大町団地	鉄筋コンクリート造4階建	32	1階～4階	3LDK	69.9㎡～72.8㎡	15,700～25,800
平和台団地	鉄筋コンクリート造4階建	13	2階～3階	3LDK	63.4㎡～68.7㎡	14,100～23,600
元町団地	鉄筋コンクリート造4階建	1	4階	3LDK	67.1㎡	16,000～23,900
野本町団地	鉄筋コンクリート造4階建	1	3階	3LDK	57.4㎡	12,400～18,400
春日町団地	簡易耐火造 平家建	3	1階	2LDK	37.2㎡	4,800～7,200
藤山町団地	簡易耐火造 平家建	1	1階	1LDK	38.2㎡	6,300～9,300
		1	1階	2LDK	47.04㎡	7,700～11,500
幌糠町団地	簡易耐火造 平家建	1	1階	2LDK	43.5㎡	7,000～10,400
塩見町団地	鉄筋コンクリート造3階建	3	1階～2階	3LDK	59.3㎡	12,600～18,800

●身障者向け住宅

団地名	規模・構造など	募集住宅内容				
		戸数	階数	間取	住戸面積	月額家賃(円)
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造4階建	2	1階	3LDK	81.6㎡	22,300～33,200

○補欠入居申込者とは、上記の募集団地以外の住宅に入居を希望される方です。

問 市・都市整備課 ☎42-2025

子育て 「Let's離乳食！～♡こころ♡を育てる離乳食教室」の開催について

▼お子さんの育児や食事などで不安なことはありませんか。食事や育児についての保健師や栄養士のお話のほか、調理実習、試食もあります。お子さんの成長に応じた離乳食を楽しく作ってみませんか。

日 9月17日(木) 10:00～12:00 **所** 保健福祉センターはーとふる2階調理実習室

対 生後4カ月から1歳未満の親子 **定** 15組（定員になり次第締め切り）

申 9月10日(木)まで（土日除く）に下記までお申し込みください。

○エプロン、スカーフ（三角巾）、筆記用具、お子さんの飲み物（お茶、湯冷ましなど）をご持参ください。

問 市・保健医療課（はーとふる内）☎49-6050

平成27年度「かもめ幼稚園」見学会のお知らせ

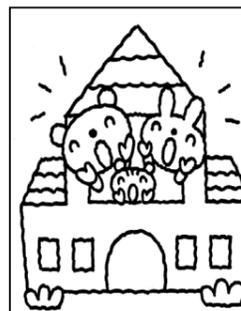
平成27年度に入園を考えている方、幼稚園を見学に来ませんか。

園内自由見学会 10月3日(金)～9日(木)
9:30～10:30

新入園児見学会 10月10日(金)
9:30～11:30

新入園児見学会では、園児が行う「お店屋さんごっこ」に参加していただけます。

詳しいお問い合わせは **かもめ幼稚園** ☎0164-42-1324（担当：藪田、白石）



こんなときは 民生委員児童委員へ④



問 自分の将来のことや家族のことなど、心配や悩みごとがありますが、聞いてもらえる人がいなくて不安です。何か良い方法はありませんか。

答 人は誰でも大なり小なりの、心配や悩みごとを持っています。同じ事柄でも軽く受け流せる人、深刻に悩む人など受け止め方にも違いがあります。

大切なことは、心配や悩みごとを聞いてくれる人がいるかどうかです。

民生委員児童委員の原点は話を聞いて、話し相手になることです。

話をすることで信頼関係を築き、心配や悩みごとを共有し、何気ない会話から気分も晴れて、問題解決に繋がっていくこともあります。

それでも解決できないときには、専門機関や関係機関などを紹介します。

民生委員児童委員は、誰もが安心して楽しく生活できるように、がんばっています。守秘義務もありますので、安心してご相談ください。

問 市・社会福祉課 ☎42-1807

市立図書館 9月のお知らせ

【ブックスタート】 **所** は一とふる9カ月児健診会場

日 10日(水) 13:00～

【土曜おはなし会】

日 6日(土) 13:30～ **対** 幼児・小学生

日 27日(土) 13:30～ **対** 幼児・小学生

【ちいさいこのおはなしかい】

日 12日(金) 11:00～ **対** 0・1・2歳児

【水曜おはなしかい】

日 24日(水) 11:00～ **対** 0・1・2歳児

【映画会】 ①10:30～②13:30～

日 21日(日)

内 一般向 ①たそがれ清兵衛(129分)

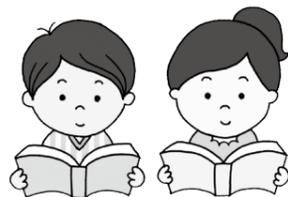
子ども向 ②千と千尋の神隠し(124分)

【休館日】

1日(月)、8日(月)、15日(月)、

22日(月)、29日(月) (月曜休館)

26日(金) (館内整理休館)



問 市立留萌図書館 ☎42-2300

社会福祉コラム ④

「知ってほしい！障がい福祉のこと」

▼精神障害者保健福祉手帳について

統合失調症、気分障害(うつ病など)などのさまざまな精神疾患により、長期にわたり日常生活または社会生活のしづらさを抱えている方に、障がいの程度に応じて1級から3級までの手帳が交付されます。申請先は市・社会福祉課です。

自分の状態が手帳の申請に該当するかどうかは、かかりつけの医師へご相談ください。

▼どのような手帳なのか？

手帳の交付を受けた方に対し、社会参加と自立の促進を図ることを目的として交付されるものです。

また、手帳により、障がい福祉サービスの利用や医療費の助成、NHK放送受信料や税金の減免などの制度を利用できますが、障害程度や所得状況などにより利用できない場合があります。

次回は、障害者手当についてお知らせします。

問 市・社会福祉課 ☎42-1807

田んぼdeレストラン

日 9月21日(日) 10:30～ **所** 佐藤氏ほ場隣接地(東幌糠)

定 20人(定員になり次第締め切り) **費** 1,500円(食事代として)

申 9月16日(火)まで(土日、祝日除く)に電話またはFAX、メールで下記までお申し込みください。

問 市・農林水産課 ☎42-1837 **FAX** 42-7865 **メール** nousui@e-rumoi.jp

▼南るもい米ななつぼしと留萌産の野菜を青空の下で楽しむ「田んぼdeレストラン」を、今年も開催します。稲穂が実る田園風景の中、留萌産の食材をたっぷり使った本格料理を堪能しませんか。会場までは送迎バスを用意しています。

留萌市以外からのお知らせ 留萌ダムで「流木を無料配布」します

▼留萌ダムでは、大雨などにより流れ出た流木を無料配布します。インテリア雑貨や家具など使い道は自由です。ぜひご利用ください。

日 9月16日(火)～10月10日(金) (土日、祝日除く) 9:00～16:00

所 留萌ダム

○雨天時には配布を中止します。また、流木がなくなり次第終了とします。

○流木の配布を希望する方は、必ず事前に電話で下記までお問い合わせください。流木配布場所まで担当者が案内しますので、必ず留萌ダム管理支所で受付を行ってください。

○流木の長さは約1.8メートル程度です。運搬や積込、切断などについては個人でお願いします。また、事故などについても個人の責任となります。

○営利目的の方には配布をお断りしています。

○必要な分のみ持ち帰るなど、節度を持った利用をお願いします。(積込はトラック2トン程度まで)

問 留萌開発建設部留萌ダム管理支所 ☎46-8111

留萌市以外からの お知らせ 春風亭柳橋師匠が来演！「落語と新そばを楽しむ会」の開催について

▼楽しい落語と美味しい新そばを楽しみませんか。

日 9月15日(月) 15:30開演

所 海のふるさと館1階ロビー

定 70席限定 **費** 2,000円(新そば1枚付)

○新そばは、落語の終演後にお楽しみいただけます。

○チケットの購入は下記へお問い合わせください。

問 NPO法人 留萌観光協会 ☎43-6817

留萌市以外からの (公社)北海道栄養士会留萌支部 食育推進事業 のお知らせ 「“ちゃちゃっとできるひとり飯” かんたん！料理講習会」の開催について

▼20歳以上の方を対象に料理講習会を開催します。道内、留萌管内の食材を使った「かんたん料理」を作ってみませんか。ふだんと違った食べ方や調理のコツなど、新しい発見があるかもしれません。ぜひご参加ください。

日 10月16日(木) 18:30～20:30 **所** 保健福祉センターは一とふる2階調理実習室

定 20人(定員になり次第締め切り) **費** 500円

申 10月6日(月)まで(土日、祝日除く)に下記までお申し込みください。

○当日は、エプロン、三角巾またはキャップ、手ふきタオル、筆記用具をご持参ください。

問 留萌セントラルクリニック ☎43-9508、市・保健医療課(は一とふる内) ☎49-6050

留萌市以外からの お知らせ 「借金・金融一般相談会」の実施について

▼北海道財務局の専門の相談員が「借金の悩み」「金融問題」を親身になってお聴きし、あなたに合った解決方法を提案します。

また、預金・融資、保険などの金融全般の相談も受け付けます。秘密は厳守します。

日 9月9日(火) 10:00～12:00(要予約)

9月24日(水) 9:00～12:00 (予約不要)
13:00～16:00

所 旭川地方合同庁舎(旭川市宮前通東4155番31)

問 北海道財務局 ☎011-807-5144 (相談員直通)
011-807-5145

留萌市以外からの お知らせ 蒼い海「ビーチ・クリーン」参加者募集

▼市民ボランティア団体「蒼い海」では、定期的に海辺の清掃を行っています。

今月は下記の日程で実施します。皆さんも気軽に参加してみませんか。



日 9月13日(土)、27日(土) 8:00集合(1時間程度)

所 ゴールデンビーチるもい南側駐車場
(雨天時は中止)

○火バサミ・ごみ袋は事務局が用意します。

問 蒼い海 代表 鶴城 雪子 ☎090-2050-6552

HP [蒼い海 留萌](#)

ヒグマの目撃情報が寄せられています

▼これからの季節は、ヒグマが冬眠準備のため、積極的に採餌活動を行います。キノコ採りなどで野山に入る際には、ヒグマによる人身被害を防ぐためにも右記の点に注意してください。また、ヒグマのフンや足あとを見つけたときは、市・環境保全課または留萌警察署(☎42-0110)に連絡をしてください。

問 市・環境保全課 ☎42-1806

ヒグマに注意!

●ヒグマに遭遇しないために

- ・野山に一人で入らないようにしましょう。
- ・鈴など音の出るものを身に付けましょう。
- ・薄暗いときには行動しないようにしましょう。
- ・ヒグマのフンや足あとを見つけたらすぐに引き返しましょう。

