

子育て 「木のおもちゃであそぼう 2014 ウッドウィークはーもにい」の開催について

▼キッコロ（木のボールプール）や木馬、滑り台、木のままごとキッチンセット、ドミノや積み木、知育おもちゃなど、たくさん用意しています。木の香りやぬくもりを感じながら親子でたくさん遊びましょう。

日 11月10日(月)～14日(金) 9:00～16:00 **所** 子育て支援センター（保健福祉センターはーとふる1階）
対 乳幼児（保護者同伴）、団体利用（幼稚園児および保育園児とその引率者）

○詳しくは下記へお問い合わせください。

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

環境 「排水設備工事責任技術者資格登録更新」について

▼排水設備工事責任技術者資格の有効期間は5年間で、資格登録者は5年ごとに資格登録更新の手続きをする必要があります。

更新対象者には、資格登録更新実施案内および申込書などを郵送しますので、下記の期間内に手続きを行ってください。

日 平成27年1月9日(金)～16日(金)（土日、祝日除く）
9:00～12:00、13:00～15:30

対 更新の対象者は、平成22年度に北海道排水設備工事責任技術者試験に合格した方、または資格登録更新手続きを行った方で、資格登録期間が平成27年3月31日(火)で満了する資格登録者

費 6,000円
※更新手数料（テキスト代込）および資格認定証交付等手数料が含まれます。

○手続き終了後、更新用テキストを配布します。また、申込会場については実施案内をご覧ください。

問 市・上下水道課 ☎42-2049

留萌市以外からのお知らせ 「やん衆横丁 11月の陣」の開催について

▼寒い季節、炭火を囲んでやん衆浜焼きセットや各種アトラクションが楽しめる、恒例のやん衆横丁を開催します。

日 11月12日(木)、13日(木) 17:30～21:00

所 やん衆特設会場（留萌産業会館向い）

○やん喰い王子選手権、なりきりアナ雪選手権、じゃんけん大会、おたのしみ抽選会などイベントが盛りだくさん。

○初日のみキー無料配布あり。（子ども限定先着順）

問 やん衆横丁実行委員会事務局（市・経済港湾課内）
☎ 42-1840

子育て 「親子料理教室」の開催について

▼親子で料理を楽しく作りながら、食べることの喜びや、食べ物大切さを学びましょう。

当日、会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持参してください。

日 12月13日(土) 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

対 小学生とその保護者

定 15組（定員になり次第締め切り）

費 1人300円

内 子ども向けでおいしいヘルシーメニュー

申 12月5日(金)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

保健 特定健診の「電話勧奨」を実施しています！

▼市では、特定健診受診のお願いの電話を下記の電話番号で実施しています。見慣れない電話番号に不審に思われませんよう、ご理解とご協力をお願いします。

☎42-2301・☎42-2302・☎42-3080

○上記の電話番号は発信専用のため、お問い合わせをいただいてもお答えできません。下記までご連絡ください。

問 市・市民課 ☎42-1805



今も知っておきたい情報が満載です！

暮らしのお知らせ

問 お問い合わせ
☎ 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

医療 「インフルエンザ」の予防接種について

▼市立病院では、「インフルエンザ」の予防接種を11月10日(月)から開始します。事前に電話で予約受付が必要な場合がありますので、予防接種を希望する方は下記をご覧ください。

電話予約 不要	高校生以上で自力歩行 が可能の方	東雲診療所で、月、火、水曜日の8:45から11:30までと13:00から15:00まで（高校生は16:00まで）、木、金曜日は8:45から11:30までに受付の上、接種してください。
------------	---------------------	---

要電話 予約	高校生以上で車いすや 介助を必要とする方	市立病院麻酔科外来（☎49-1011）で、月曜から金曜日までの13:00から15:00までの間に電話で予約受付を行ってください。
-----------	-------------------------	--

※予防接種当日は、月、水、金曜日です。11:45から12:00までに受付の上、接種してください。

要電話 予約	中学生以下の方	市立病院小児科外来（☎49-1011）で、月曜から金曜日までの9:00から11:30までの間に電話で予約受付を行ってください。
-----------	---------	---

※予防接種当日は、月、水、金曜日です。15:15から15:30までに受付の上、接種してください。また、火、木曜日のワクチン外来でも5歳未満の方のみ、他のワクチンとの同時接種が可能です。（事前に予約、当日の受付は不要）

費 13歳以上は3,240円、13歳未満は2回接種で1回目2,700円、2回目2,268円。65歳以上の方は助成制度により1,300円の自己負担で接種できます。（60歳以上65歳未満の方でも疾病により助成となる場合があります）

問 市立病院医事課 ☎49-1011

暮らし 風土工房「こさえる」料理講習会の開催について

▼留萌産大豆を使った「手作り味噌」と、留萌産そば粉を使った「手打ちそば」の料理講習会を開催します。地元食材を使った料理を学び食すことで、留萌の晩秋を満喫してみませんか。

日 「手作り味噌」・麴作り 11月12日(木) 9:00～12:00 ・味噌作り 11月14日(土)または15日(日)ともに9:00～15:00
※麴・味噌作りは両方に参加していただけます。味噌作りは14日・15日どちらか都合の良い日を選択してください。

「手打ちそば」 11月16日(日) 9:00～12:00

所 風土工房「こさえる」(藤山町)

定 「手作り味噌」20人、「手打ちそば」10人 **費** 「手作り味噌」3,700円、「手打ちそば」1,000円

申 「手作り味噌」、「手打ちそば」のいずれも11月7日(金)まで（日曜、祝日除く）に下記までお申し込みください。

問 風土工房「こさえる」☎43-4556

子育て 「Happy! おやつ教室」の開催について

▼お子さんの食事などで不安なことはありませんか。そんなお母さんにぜひ参加して欲しい教室です。食事や育児に関する保健師・栄養士の講話の他、調理実習、試食もあります。簡単手作りおやつを皆さんで楽しく作ってみませんか。

日 11月21日(金) 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** 1歳から3歳までの親子
定 15組（定員になり次第締め切り） **申** 11月14日(金)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、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

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)

喫茶 **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 Kitos

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

一般社団法人 日本福祉文化調査協会 JECIA ★★★★★ 認定

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

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

仏壇仏具専門店 NISHIKIDO 花結 はなむすび

● 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きますので、ご注意ください

皆さんの安全で快適な消費生活を守るために！
**消費生活センターを
利用しましょう！** ①

今月号から消費生活センターの活動を知っていただくため連載を始めます。

皆さんは、消費生活センターを利用したことはありますか。

国民生活センターが平成25年に実施した調査（全国の20歳代から70歳代まで6,000人対象）によると、全体の3分の1以上の方が、購入した商品やサービスに不満を持ったり、被害に遭っています。

しかし、その苦情を消費生活センターなどに相談したり伝えたりした方は、そのうちの6割程度でした。

どうしてでしょう？

理由の中に「どこに相談してよいか分からない」という方が多くみられます。

初めて消費生活センターを利用するときは、どう説明したらよいかと悩むこともあるでしょう。しかし、大切なことは早く相談することです。

相談は無料で、秘密は守られます。安心してご相談ください。

問 留萌消費生活相談窓口 ☎42-0651

市立図書館 11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 19日(水) 13:00～

【土曜おはなし会】

日 1日(土) 13:30～ **対** 幼児・小学生

日 22日(土) 13:30～ **対** 幼児・小学生

【ちいさいこのおはなしかい】

日 14日(金) 11:00～ **対** 0・1・2歳児

【水曜おはなしかい】

日 26日(水) 11:00～ **対** 0・1・2歳児

【映画会】 ①10:30～②13:30～

日 16日(日)

内 一般向 ①郵便配達二度ベルを鳴らす(117分)

子ども向 ②トムとジェリー 火星へ行く(74分)

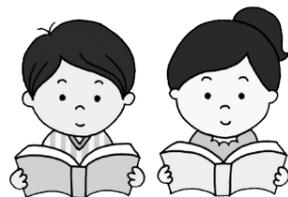
【休館日】

3日(月)、10日(月)、

17日(月)、24日(月) (月曜休館)

28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 ⑥

「知ってほしい！障がい福祉のこと」

▼障害者手帳による交通費割引・助成について

身体障害者手帳および療育手帳をお持ちの方に対する交通費割引・助成制度があります。ただし、手帳の等級により、障がい者本人のみ割引の場合や、本人と介護者が割引になる場合があります。また、等級により利用できない制度もあります。

▼どのような制度があるの？

バスやタクシーの乗車料金や航空運賃の割引制度があります。これは、乗車時や購入窓口で手帳を提示していただくことで料金が割引になる制度です。また、有料道路料金割引や重度障害者ハイヤー利用助成のような、事前に市・社会福祉課で手続きが必要な制度もありますので、ご注意ください。各交通費割引・助成制度の詳細や、身体障害者手帳・療育手帳に関することは下記へお問い合わせください。今回は障害者手帳により受けられる、医療関係の制度についてお知らせします。

問 市・社会福祉課 ☎42-1807

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 グループ ハウスキーパーバンク
☎42-0697 (江戸薬局内)

**留萌市以外から 納めた国民年金保険料は全額が社会保険料
のお知らせ 控除の対象です！**

▼国民年金保険料は、所得税法および地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除として、その年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、平成26年1月から12月までに納められた保険料の全額で、過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

○平成26年1月1日から9月30日までに国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。

年末調整や確定申告の際には、必ずこの証明書または領収証書を添付してください。(平成26年10月1日から12月31日までに今年度初めて国民年金保険料を納めた方には、27年の2月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます)

問 留萌年金事務所 ☎43-7211

留萌市以外から 「お口と歯の健康キャンペーン」の開催について

▼留萌歯科医師会では下記のとおり「お口と歯の健康キャンペーン」を開催しますので、お気軽にご来場ください。

日 11月9日(日) 10:00～13:00

所 北海道留萌合同庁舎1階道民ホール **費** 無料

内 無料歯科検診、無料フッ化物塗布、フッ素洗口体験、口臭測定、咬合力測定、栄養相談コーナーなど

問 一般社団法人留萌歯科医師会(担当 風間歯科医院) ☎53-1166

留萌市以外から 「津波防災地域づくり講演会 in 留萌 ～津波防災地域づくりについて学ぶ～」の開催について

▼万一の災害から地域を守るための講演会を下記のとおり開催します。ぜひご参加ください。

日 12月16日(火) 13:30～16:10 **所** 北海道留萌合同庁舎2階講堂 **定** 150人 **費** 無料

申 12月9日(火) 17:00までに電話、FAX、インターネットにてお申し込みください。

一般財団法人北海道建設技術センター 総務部契約研修課 津波防災地域づくり講演会事務局担当

☎011-711-2300 **FAX** 011-711-2630 **HP** <http://www.hoctec.or.jp/>

内 ①テーマ 「地域防災力向上のために～今できること、今しなければならないこと～」

講師 高橋 清氏 (北見工業大学社会環境工学科教授、NPO法人環境防災研究機構北海道理事)

②テーマ 「大規模災害から地域の守り手(消防団、住民防災組織)を守るために～東日本大震災の検証を急げ～」

講師 松尾 一郎氏 (NPO法人環境防災総合政策研究機構理事、CeMI環境・防災研究所副所長兼地域防災研究センター長)

問 北海道建設部建設政策局維持管理防災課 施設防災グループ ☎011-231-4111

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>

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

職員随時募集中!
詳しくはお問い合わせ下さい!