



夏の夜を賑やかに

7月29日(土)、夏の風物詩の一つ「るもい呑涛まつり」が開催されました。まつり最大の催し「やん衆あんどんパレード」では、軽快に踊るはねと集団をはじめとするあんどん行列が目抜き通りを練り歩き、マチを活気づかせていました。



今月の主な内容

- ②-③ 特集／みんなで進めるマチづくり
- ④-⑤ 特集／健康について一緒に考えましょう
- ⑥-⑦ 特集／9月10日は「下水道の日」

- ⑧-⑮ 暮らしのお知らせ
- ⑯-⑰ 健康ひろば
- ⑱ 連載／留萌ゆめ・みらい物語⑧
- ⑲ 留萌市情報アンテナ

「市民」「議会」「市」それぞれの役割

◆市民の役割

【市民の権利】

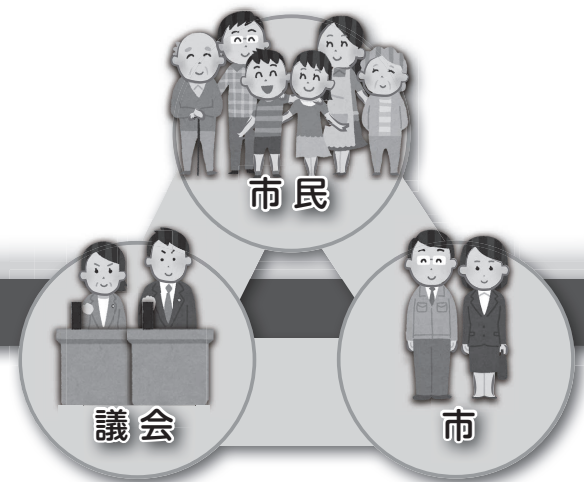
- ①市が保有する情報を知る権利
- ②自治に参加する権利
- ③市の行政サービスを受ける権利

【市民の責務】

- ①主権者として、互いに尊重し、自治に参加すること
- ②参加するときに、自らの発言と行動に責任を持つこと
- ③行政運営と行政サービスに伴う負担を受け持つこと

【コミュニティ（地域共同体）】

- ①市民は、自治の担い手としてコミュニティの役割と責務を認識し、コミュニティを守り育てよう努めること
- ②市は、コミュニティの自主性と自立性を尊重すること



◆議会の役割

【議会の役割・責務】

- ①議決機関として、政策を総合的な視点で審議し、意思決定すること
- ②常に市が市民本位で効率的な市政運営を行っているかを調査し、自らも政策立案などを行い、市民の意思を反映すること
- ③議会活動について市民に分かりやすく説明し、市民・市と連携し、協働により自治の発展と市民の福祉の向上に努めること

【議員の責務】

- ①市民の信託に応え、自己の能力の向上に努め、誠実に職務に取り組むこと
- ②公職選挙法などの法令や「留萌市自治基本条例」の基本原則を守り、政治責任を果たすこと

◆市の役割

【市の責務】

- ①公正で誠実に仕事を進め、内容や進め方を常に見直し、最少の経費で最大の効果を上げるよう努めること
- ②市民への説明責任を果たし、透明な自治に努めること
- ③常に市民の声に耳を傾け、誠実に対応すること
- ④職員が自ら能力の向上ができるように、その機会をつくるよう努めること

【市長の責務、政治倫理】

- ①市政の代表者として、市民の信託に応え、公正で誠実に職務に取り組み、政治倫理を守り、自治の理念の実現に努めること

【職員の責務】

- ①市民の立場に立ち、全力で職務に取り組むこと
- ②自治の課題に適切に対応するため、常に自己の能力の向上に努めること

留萌市自治基本条例の全文は、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) でご覧いただけます。

特集



みんなで進める マチづくり

市では、留萌市自治基本条例に基づき、「市民が主役のマチづくり（市民自治）」を推進しています。

問 市・政策調整課 ☎ 42-1809

留萌市自治基本条例

【留萌市自治基本条例の特徴】

- ◎市民による自治を理想とした「自治の理念」を定めています。
- ◎自治の担い手として「市民」「議会」「市」それぞれの役割と責務を定めています。
- ◎基本原則「情報共有・市民参加・協働」を定めています。
- ◎市が仕事を進めるための「都市経営の考え方」を定めています。
- ◎世の中の変化に敏感に対応するため、条例が正しく実施されているかを定期的に確認し、条例を見直すことができるように定めています。

基本原則

情報共有

「市民」「議会」「市」それぞれが自治に関する情報を互いに提供し合いながら、共有します。

市民参加

市民が積極的に、市の仕事の企画立案や実施、評価などにに関わり、意見や考えを明らかにして行動を起こします。

協働

「市民」「議会」「市」それぞれが役割と責任を分担し、互いに対等な立場で連携し、協力して自治を進めます。

市民自治の促進

「留萌市自治基本条例」は、「市民」「議会」「市」それぞれが役割と責務を持ち、自らの意思と行動でマチづくりを進めるため、平成18年12月に議会で議決され、19年4月1日に施行されました。留萌市自治基本条例では、市民による自治を理想として掲げる「自治の理念」や基本原則「情報共有・市民参加・協働」などを定めています。

条例が掲げる「市民が主役のマチづくり（市民自治）」を進めるためには、市民の自治参加が不可欠です。皆さん一人ひとりが「市民の権利と責務」などについて理解を深めるとともに、積極的にマチづくりに参加することが大切です。

◆ 今後は、さらに市民自治が活発になり、「市民が自治に参加する」から「市民が進める自治を行政機関が補う」へ変化していくことが期待されます。「市民」「議会」「市」がそれぞれが連携して考え、協力し合いながら、みんなでより良いマチづくりを進めましょう。

【マンスリー健康講話】

▼骨粗しょう症予防などをテーマにした健康講話を行います。

日 9月19日(火) 10:00～11:00

所 るもい健康の駅

定 40人程度 費 無料

内 講師：公益財団法人骨粗鬆症財団
森下 芳臣 氏

申 るもい健康の駅へ電話でお申し込みください。(月曜日を除く)

【骨量測定体験会】

▼るもい健康の駅では「コホートピアウィーク」期間中、骨量測定体験会を行います。なお、体験会に参加する場合は、はだしになりやすい格好でお越しください。

日 ①9月19日(火) 10:00～17:00

②9月20日(水) 10:00～20:00

③9月21日(木) 10:00～17:00

④9月22日(金) 10:00～12:00

19日は、午前9時から午後3時まで特製スムージーの無料配布を行います。



【市民公開講座「骨粗しょう症について学ぶ」】

▼骨粗しょう症予防をテーマにした市民公開講座を開催します。

①「骨折を予防して元気な老後を送りましょう！～今からでも間に合う骨粗しょう症予防～」

日 9月20日(水) 13:00～14:00

内 講師：北郷整形外科医院 副院長／札幌骨を守る会 高田 潤一 氏

②「若年から始める骨の健康管理～将来に向けての骨の貯金～」

日 9月20日(水) 17:30～18:45

内 講師：北郷整形外科医院 副院長／札幌骨を守る会 高田 潤一 氏
市・保健医療課 管理栄養士 橋場 美野

◎共通事項

所 るもい健康の駅 定 各40人程度 費 無料

申 るもい健康の駅へ電話でお申し込みください。(月曜日を除く)

特別演奏会を開催！

留萌高校吹奏楽部
生演奏
in るもい健康の駅

日 9月20日(水)
16:45～17:05

所 るもい健康の駅

【ふまねっと健康教室】

●ふまねっとスキルアップ研修会

日 9月21日(木) 18:00～20:00

所 るもい健康の駅

対 ふまねっとサポーターおよびインストラクター

定 24人(定員になり次第締め切り) 費 無料

申 るもい健康の駅へ電話でお申し込みください。(月曜日を除く)

◎ふまねっと無料体験会を開催します

日 9月21日(木) 13:00～15:00

※詳しくは、るもい健康の駅にお問い合わせください。

【BLS・AED体験講習会】

●BLS・AED体験講習会

日 9月22日(金) 9:00～12:00

所 るもい健康の駅

定 10人(定員になり次第締め切り)

費 無料

内 講師：留萌消防署 担当職員

申 るもい健康の駅へ電話でお申し込みください。(月曜日を除く)

問 るもい健康の駅 ☎ 43-8121

ご自身の健康を考えるきっかけとして、「コホートピアウィーク」をぜひお役立てください。イベントの詳細などについては、るもい健康の駅(電話：43-8121)へお問い合わせください。

特集



健康について 一緒に考えましょう

市とNPO法人るもいコホートピアでは、市民を対象にした健康啓発イベント「コホートピアウィーク」を実施します。

問 市・コホートピア推進室 ☎ 49-6060

「コホートピアウィーク～明日の健康を考える～」

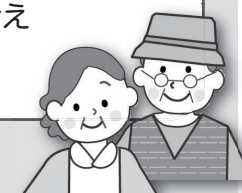
▼健康啓発イベント「コホートピアウィーク」は、「市制施行70年・開港80年」記念事業の一環として実施します。

「コホートピアウィーク」のテーマは「骨粗しょう症」と「地域医療」です。期間は、

9月18日(月・祝)から22日(金)までの5日間となります。

期間中は、シンポジウム「留萌市における医療人材育成と地域医療を考える」をはじめ、骨量測定体験会や市民公開講座などさまざまな健康啓発事業を行います。

皆さんも「コホートピアウィーク」に参加し、健康や地域医療などについて一緒に考えましょう。



主な健康啓発事業

【シンポジウム「留萌市における医療人材育成と地域医療を考える」】

▼シンポジウム「留萌市における医療人材育成と地域医療を考える」では、京都大学名誉教授の松林公蔵氏による基調講演をはじめ、医療関係者や一般市民などによるパネルディスカッションを行います。ぜひ皆さんでご参加ください。

日 9月18日(月・祝) 10:00～

定 150人程度

内 ①基調講演「留萌市における医療人材育成と地域医療を考える」

講師：京都大学 名誉教授 松林 公蔵 氏

②パネルディスカッション

「地域医療の未来を語ろう」

申 るもい健康の駅へ電話でお申し込みください。(月曜日を除く)

問 るもい健康の駅 ☎ 43-8121

所 中央公民館講堂

費 無料

講師プロフィール



京都大学
名誉教授 松林 公蔵 氏

【略歴】・昭和25年生まれ
・佐賀県唐津市出身
・京都大学医学部卒

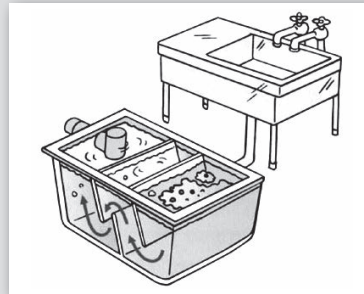
グリーストラップを設置している皆さんへ

▼飲食店などの油脂分を含む排水は、下水道本管を閉塞させる原因となります。グリーストラップの清掃は定期的に行いましょう。

適正な管理を行わず、油脂分を流出させて下水道本管を

詰まらせてしまった場合は、下水道本管の清掃に係る費用を負担していただくことがありますのでご注意ください。

グリーストラップの適正な維持管理を行い、下水道を正しく利用しましょう。



「平成 29 年度北海道排水設備工事責任技術者試験」のご案内

▼市では、排水設備指定工事店の資格要件に排水設備責任技術者制度を導入しています。

北海道地方下水道協会主催の「平成 29 年度北海道排水設備工事責任技術者試験」が次の日程で実施されます。詳しくは下記へお問い合わせください。

●平成 29 年度北海道排水設備工事責任技術者試験

日 10 月 25 日(水) 13:30～15:30 所 旭川市民文化会館(旭川市 7 条通 9 丁目)

費 受験料 7,000 円

申 8 月 24 日(木)から 9 月 4 日(月)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049

留萌浄化センターの役割について



▲留萌浄化センター

▼留萌浄化センターでは、家庭や事業所などから出された汚水を浄化し、きれいな水にしています。

市では、浄化したきれいな水を河川に返すことで、水質の保全や水環境の改善を図っています。河川や海などの水

環境をきれいに保つことは、生態系の保護につながり、美しい留萌の自然を守ることにとなります。

豊かな自然と住みよい生活環境を守るため、今後も皆さんのご理解とご協力をお願いします。

施設の一般公開を実施します

▼留萌浄化センターでは「下水道の日」にちなみ、施設の一般公開を実施します。当日は、担当者が留萌浄化センターの施設を案内しながら、留萌浄化センターや下水道の役割などについて分かりやすく説明します。ぜひご参加ください。

日 9 月 7 日(木)、13 日(水) ① 11:00～ ② 14:00～

所 留萌浄化センター(船場町 1 丁目)

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049



▲污水处理の仕組みを学ぶ子どもたち

特集



9月10日は「下水道の日」

「下水道の日」にちなみ、快適な都市生活に欠かすことのできない下水道の適正利用について、皆さんも一緒に考えましょう。

問 市・上下水道課 ☎ 42-2049

下水道の役割について

▼下水道は、皆さんの安全で快適な生活を守り、良好な水環境を創造するために必要不可欠な生活基盤施設です。また、下水道には、河川や海などの水環境を改善し、生態系を守るという重要な役割があります。

下水道を整備することで、家庭や事業所などから出された汚水が河川や海などに直接流れ込むのを防いでいます。

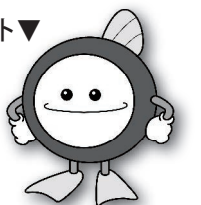
このため、皆さん一人ひとりが環境改善の意識を持って下水道を利用していくことがとても大切です。

「下水道の日」のいわれ

昭和 36 年、台風による大雨に備える趣旨と下水道の大きな役割である「雨水の排除」にちなみ、台風シーズンである「二百十日」から 10 日過ぎた 220 日目に当たる 9 月 10 日が「全国下水道促進デー」と定められました。

その後、平成 13 年に旧下水道法制定 100 年を記念して改称され、「下水道の日」となりました。

下水道マスコット▼
キャラクター
「スイスイ」

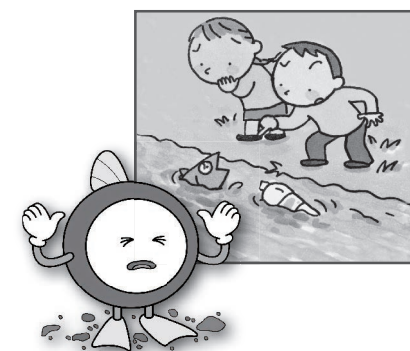


留萌市の下水道整備

留萌市の下水道整備は、昭和 52 年 2 月に始まりました。

市内の公共下水道の整備面積は、平成 28 年度末で 508 ヘクタール(事業区域面積に対する整備率 80.9%)となっています。また、市内で下水道を利用できる地域に暮らす方は 1 万 8,489 人(市民全体の 84.6%)で、このうち約 9 割の世帯が水洗化しています。

下水道は正しく利用しましょう



▼最近、家庭や事業所から出された残飯などにより、公共下水道が閉塞してしまう事態が増加しています。

下水道に油脂類や異物(残飯やごみ、トイレトーパー以外の紙)などを流すことは、管の閉塞や異臭、火災

を招く原因となります。

また、雨水管に油が流れ込んでしまうと、そのまま河川や海などに流れてしまうため、水環境を汚染してしまうことにもなります。

下水道への不法投棄は絶対にやめましょう。

暮らし

「住民票の写し・印鑑証明書」交付予約サービスの案内

▼市では、保健福祉センターは一とふる窓口で「住民票の写し」「印鑑証明書」を受け取ることができる交付予約サービスを行っています。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

費

発行手数料

- ・住民票の写し……………300 円
- ・印 鑑 証 明 書……………400 円

内

利用方法

- ①希望日の前日までに市・市民課へ電話またはファクスで申し込む
↓
- ②希望日の午後に保健福祉センターは一とふる窓口で受け取る

※土・日曜日、祝日は、交付予約サービスの申込受付および窓口での受け渡しは行っていません。

●受け取りに必要なもの

- ①証明書発行申請書
 - ・受取時に配布しますので、必要事項をご記入ください。
 - ②本人確認書類
 - ・運転免許証や個人番号カード（個人番号通知カードは不可）、証明写真付きの住民基本台帳カードなど本人であることが確認できるものをご持参ください。
- ※証明写真付きの本人確認書類がない場合は、本人確認書類として2種類以上の公的機関が発行した書類が必要となります。
- ※本人または同一世帯の方以外が住民票の写しの発行を希望する場合は、委任状が必要です。
- ※印鑑証明書を希望する場合は、印鑑登録証をご持参ください。

問

市・市民課

 **42-1805**  **43-7711**

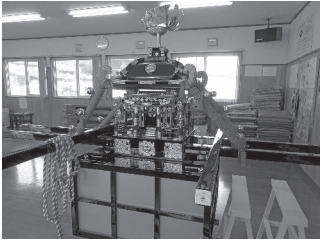
暮らし

「コミュニティ助成事業」について

▼一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、地域社会の健全な発展や住民福祉の向上などを目的に「コミュニティ助成事業」を行い、地域コミュニティ活動の充実と強化を推進しています。

●平成 29 年度活用事例

東雲ランド親交会では、子どもたちの健全育成や会員相互の協力体制の強化を目的にコミュニティ助成事業を活用し、町内会の子ども神輿などを新調しました。



▲東雲ランド親交会が新調した町内会の子ども神輿

これにより、東雲ランド親交会の地域コミュニティ活動がさらに充実することが期待されます。

問

市・政策調整課

 **42-1809**

暮らし

「留萌市内無料法律相談会」のご案内

▼市民を対象にした無料法律相談会を開催します。旭川弁護士会に所属する弁護士が、皆さんの相談に対応します。



相談会に参加するためには予約が必要です。開催前日までに市・市民課へお申し込みください。

なお、参加予約は先着順となります。

 9月20日(水)
13：00～16：00（30分×6枠分）

 保健福祉センターは一とふる1階1号会議室

 9月19日(火)まで（土・日曜日、祝日を除く）

問

市・市民課

 **56-5003**

■「ジェネリック医薬品」について

▼医療機関で処方される薬には、新薬（先発医薬品）とジェネリック医薬品（後発医薬品）があります。

ジェネリック医薬品は、新薬と同等の効果や効能があり、厚生労働省の基準を満たしている安全な薬です。ジェネリック医薬品を利用することで、薬代を抑えることができます。

 市・市民課  **42-1805**

「ジェネリック医薬品」の処方希望される場合は、必ず主治医や薬剤師などへご相談ください。



▼市の花「ツツジ」

▲市の木「アカシア」

知りたい情報が

いっぱい!

くらしのお知らせ

▼市の花「ツツジ」

▲市の木「アカシア」

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

問

問い合わせ

☎

電話

FAX

ファクス

HP

ホームページ

✉

メールアドレス

暮らし

市営住宅の入居者募集について

▼市営住宅の入居者および補欠入居申込者を募集します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

-  ①住宅困窮の方で、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
-  9月5日(火)～7日(木) 9：00～15：00
- 申込会場** 市役所1階市民ラウンジ
- ※申込書は8月28日(月)から9月7日(木)まで市・建築住宅課で配布します。（土・日曜日を除く）

●一般世帯向け住宅

団地名	規模・構造	間取（戸数）	階数	住戸面積（㎡）	月額家賃（円）
大 町	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（40戸）	1階～4階	69.8～72.8	15,500～24,900
アザレア	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（1戸）	1階	75.5	20,700～30,900
沖見町あかしあ	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK、3LDK（11戸）	1階～4階	67.6～77.2	16,600～29,900
平和台	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（22戸）	1階～4階	63.4～68.7	13,900～23,300
旭 町	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK、3LDK（2戸）	4階	36.9～57.6	7,600～19,100
藤山町	簡易耐火造 平屋建て	1LDK、2LDK（5戸）	1階	38.2～47.0	6,300～11,500
塩見町	鉄筋コンクリート造3階建て	3LDK（1戸）	1階	59.3	12,500～18,600
春日町S42	簡易耐火造 平屋建て	1LDK（1戸）	1階	39.6	8,400～12,500
幌 糠	簡易耐火造 平屋建て	2LDK（2戸）	1階	43.5	6,900～10,300

●身障者向け住宅

団地名	規模・構造	間取（戸数）	階数	住戸面積（㎡）	月額家賃（円）
沖見町あかしあ	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK（3戸）	1階	81.6	21,800～32,500

 市・建築住宅課  **42-2025**

ちくのう症・慢性鼻炎・鼻づまりによく効きます。

《生薬製剤》

チオセルエース

★鼻のまわりが熱っぽい

★くさい鼻汁、濃い鼻汁が出る

★のどの奥に黄色い鼻汁がおりる

★鼻のまわりに痛みがある

★鼻づまりがとれない

★においがわからない

お問合わせは

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）

留萌市以外からのお知らせ 「オレオレ詐欺」にご注意ください

▼留萌管内でも「オレオレ詐欺」の予兆電話が多発しています。

近年では、犯人はだますための練習を重ねており、電話をかけてくる人物が男性である場合のほか、女性である場合も増えています。あなたも「オレオレ詐欺」の犯人に狙われているかもしれません。

●「オレオレ詐欺」の被害に遭わないために

電話をかけてきた人物があなたの子どもまたは孫、家族などと名乗り、お金の話をしてきた場合は、電話を一旦切りましょう。その後、ご自身から電話がかかってきた相手（あなたの子どもや孫、家族など）へあらためて連絡し、本人か確認しましょう。

「オレオレ詐欺」は家族を思う気持ちに付け込んだ卑劣な犯罪です。家族の絆で「オレオレ詐欺」を撃退しましょう。

問 留萌警察署 ☎ 42-0110
問 留萌振興局環境生活課 ☎ 42-8430

留萌市以外からのお知らせ 「農業者向け融資」のご案内

▼日本政策金融公庫では、経営改善に取り組む農業者を支援するため、事業資金の融資を行っています。詳しくは、下記もしくはお近くの農業協同組合（農協）、銀行、信用金庫などへお問い合わせください。なお、審査の結果により、ご希望に沿えない場合があります。あらかじめご了承ください。

内 金利 年0.30%（スーパーL資金）
※上記の金利は、平成29年7月20日現在、融資期間15年の場合となります。

対象事業の一例
・農地や農業用施設の取得
・農業用機械や家畜の購入 など

問 日本政策金融公庫札幌支店農林水産事業農業食品第二課
☎ 011-251-1265

留萌市以外からのお知らせ 「O A 医療事務科受講生募集」のご案内

▼ハローワーク留萌では、O A 医療事務科（訓練期間は11月21日（火）から2月19日（月）まで）の受講生を募集します。

パソコン操作をはじめ、医療保険制度などについての知識と技能を習得し、資格取得を目指します。

日 募集期間 9月1日（金）～ 10月5日（木）
所 留萌地域人材開発センター（パワスポ留萌）
定 15人
費 受講無料
※テキスト代、各種検定受験料は別途
問 ハローワーク留萌 ☎ 42-0388

留萌市以外からのお知らせ 協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

▼全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部では、ジェネリック医薬品の普及を推進しています。ジェネリック医薬品は、厚生労働省の基準を満たしている新薬と同等の効果・効能がある安全な薬で、利用することで薬代を抑えることができます。

ジェネリック医薬品の処方については、必ず主治医や薬剤師などへご相談ください。

また、協会けんぽでは、禁煙・分煙の普及に向け、さまざまな取り組みを行っています。道民の喫煙率は、全国的に見ても高い傾向にあります。ご自身やご家族の健康のためにも、今日から喫煙対策を始め、禁煙・分煙を推進しましょう。

なお、禁煙・分煙の取り組みなどの詳細は、協会けんぽホームページ（<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>）をご覧ください。

問 全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部
☎ 011-726-0352



留萌市以外からのお知らせ 公証週間をご存じですか

▼毎年10月1日から7日までは公証週間です。

公証役場では、法務大臣によって任命された公証人による公正証書（遺言や大切な契約など）の作成をはじめ、会社を設立する際の定款認証などを行っています。

また、公証人が自宅や病院へ出向き、遺言書を作成することもできます。公正証書遺言は、裁判所の検認が不要な上、公証役場で原本を保管するため、偽造や紛失の心配がありません。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

問 旭川地方法務局
☎ 0166-38-1144
問 旭川公証人合同役場
☎ 0166-23-0098
問 名寄公証役場
☎ 01654-3-3131

留萌市以外からのお知らせ 「無料調停相談会」開催のご案内

▼調停制度は、民事（交通事故や金銭、土地建物など）および家事（離婚や相続関係など）の紛争に調停委員会が介入して当事者間の合意を図り、争い事を解決する制度です。

無料調停相談会では、調停制度の利用などの相談に調停委員が応じます。

事前の予約は不要となりますので、直接会場にお越しください。また、相談内容などの秘密は厳守されます。お気軽にご利用ください。

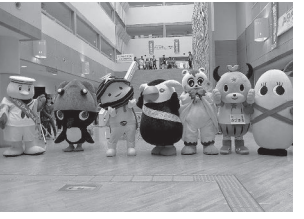
日 10月3日（火） 10:00～15:00
所 保健福祉センターはーとふる2階多目的ホール
問 留萌簡易裁判所
☎ 42-0465



留萌市以外からのお知らせ 「よりみちの駅フェスタ 2017」開催のお知らせ

▼留萌管内の特産品や楽しいイベントが盛りだくさんの「よりみちの駅フェスタ2017」を開催します。ぜひご来場ください。詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 9月10日（日） 10:00～14:00
所 北海道留萌合同庁舎
内 ・住まいのリフォームセミナー
・よりみちマルシェ
・フリーマーケット ・抽選会
・ゆるキャラ大集合 など
問 留萌振興局総合案内
☎ 42-8404



留萌市以外からのお知らせ 留萌ダム「流木無料配布」のご案内

▼留萌開発建設部では、留萌ダムで流木の無料配布を行います。

日 9月25日（月）～10月6日（金） 9:00～16:00（土・日曜日を除く）
※雨天時は中止とします。また、流木がなくなり次第で配布終了となります。

申 流木配布を希望する方は、必ず事前に電話で下記へお申し込みください。当日は、担当者が流木の配布場所まで案内しますので、必ず留萌ダム管理支所で受け付けしてください。

※流木の長さは約1.8m程度です。運搬・積込・切断などについては個人でお願いします。また、事故などが起きた場合は自己責任となります。※営利目的の方への配布は、お断りしています。※節度を持ち、必要な分のみの利用をお願いします。※トラックへの積み込みは、2トン程度までとします。
問 留萌開発建設部留萌開発事務所留萌ダム管理支所
☎ 46-8111

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 日本儀礼文化調査協会 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
※携帯・自動車電話・PHSからもご利用になれます。

●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

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さし様向） TEL (0164) 42-8111
■ 営業時間 AM 10:00～PM 6:30 ■ 定休日 毎週火曜日

仏壇公正取引協会のマーク

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

9/16（土）「ちゃおフェスタ」開催

フリマ・野菜安売り・くじ引き・体験コーナーほか
【時間】11:00～14:00 【場所】中央公民館内 視聴覚室

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。お気軽に電話を。 ☎ 43-3888 E-mail chao@bz03.plala.or.jp

Cafe Clover (中央公民館内)
営業時間 10:00～15:00（月～金曜日）

オンライン テイクアウト キートス (市立病院内)
営業時間 10:00～14:00（月～金曜日）

「情報公開制度および個人情報保護制度」の運営状況

▼市では条例の規定に基づき、「情報公開制度および個人情報保護制度」の運用状況を公表しています。

◎情報公開制度とは

情報公開制度は、開かれた市政を執り行うために定められた制度です。市民は、市が保有している公文書を閲覧したり、その写しを求めることができます。

◎個人情報保護制度とは

個人情報保護制度は、市民の権利を守り、公正で信頼できる市政を推進するために定められた制度です。市民は、市が保有している自身の情報を確認することができます。また、万一誤りがあった場合には、その情報を正すことができる権利が保障されています。

●平成 28 年度「情報公開制度」運営状況

情報公開制度の平成 28 年度運営件数は合計 7 件で、公開区分は全てが公開でした。

対象公文書（実施機関・件数）	公開区分(件数)	請求方法（公開方法・件数）
住居表示台帳 ……………（市長・2 件）	公開（2 件）	郵送（写しの交付・2 件）
地方債起債条件等一覧表 ……（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
地方債起債償還年次表 ……（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
道路維持補修工事内訳書 ……（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
中央公民館等トイレ改修工事内訳書 ……………（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）
生活保護レセプト点検等業務委託に関する 見積書・仕様書・徴収執行記録書・契約書 ……………（市長・1 件）	公開（1 件）	郵送（写しの交付・1 件）

●平成 28 年度「個人情報保護制度」運営状況

個人情報保護制度の平成 28 年度運営件数は 0 件で、訂正および利用停止請求、不服申立のいずれもありませんでした。

請求件数	処 理 内 訳				
	開 示	一部開示	非 開 示	不 存 在	取り下げ
0 件	0 件	0 件	0 件	0 件	0 件

問 市・総務課 ☎ 42-1801

「北海道健康マイレージ事業」を推進しています

▼「北海道健康マイレージ事業」は、健康寿命の延伸や健康格差の縮小などを図る取り組みです。市が実施している健（検）診を受診した際や健康に関する教室への参加した際などに健康マイレージ（ポイントシール）がたまります。

健康マイレージを 6 ポイントためて応募すると、協賛企業から特典がもらえます。

なお、ポイントカードとポイントシールは、市・保健医療課または市・市民課で交付しています。

「北海道健康マイレージ事業」の詳細については、北海道の専用ページをご覧ください。

北海道健康マイレージ

検 索

日 実施期間 平成 30 年 3 月 31 日(土)まで 対 20 歳以上の市民

内 対象項目 ※ポイントカードの発行は 1 人 1 枚までとなります。

項 目	健康マイレージ
（１）健康診断 ◎特定健康診断や職域の一般健康診断、個人受診の健康診断（人間ドック）など	受診 1 回につき 2 ポイント
（２）がん検診 ◎市や職域で実施しているがん検診 ◎人間ドックなどの総合健診で受けたがん検診	
（３）市が実施している検診や健康に関する教室など ◎脳ドック検診・肝炎検診 ◎マタニティスクール ◎エキノコックス検診 ◎成人健康・栄養相談事業 ◎料理教室・運動教室 （特定健診結果説明） ◎北海道メディカルミュージアム ◎高齢者インフルエンザワクチン接種 ◎市民公開講座 ◎特定保健指導	受診または参加 1 回につき 1 ポイント ※「脳ドック検診」「肝炎検診」「エキノコックス検診」は、受診 1 回につき 2 ポイントとなります。
（４）るもい健康の駅が主催する講話や講座など ◎マンスリー健康講話 ◎目のコホート研究 ◎基礎老年医学講座 ◎市民公開講座	

申 3 月 31 日(土)までに健康マイレージが 6 ポイントたまった状態のポイントカードを下記へ提出してください。（郵送可・当日消印有効）

問 市・保健医療課（は一とふる内・〒077-0023 留萌市五十嵐町 1 丁目 1 番 10 号）

☎ 49-6050

問 市・市民課（〒077-8601 留萌市幸町 1 丁目 11 番地） ☎ 42-1805

ともに前を向き、ともに歩み、
“豊かな暮らし”を叶えてゆく。

身も心も寄り添って前に進めるのは、
いつも相手のことを考え、どんな暮らしを
実現していきたいのかを理解しているから。
昨日より、ずっともっといい毎日を送って欲しいから、
叶えたい想いに終わりは無い。

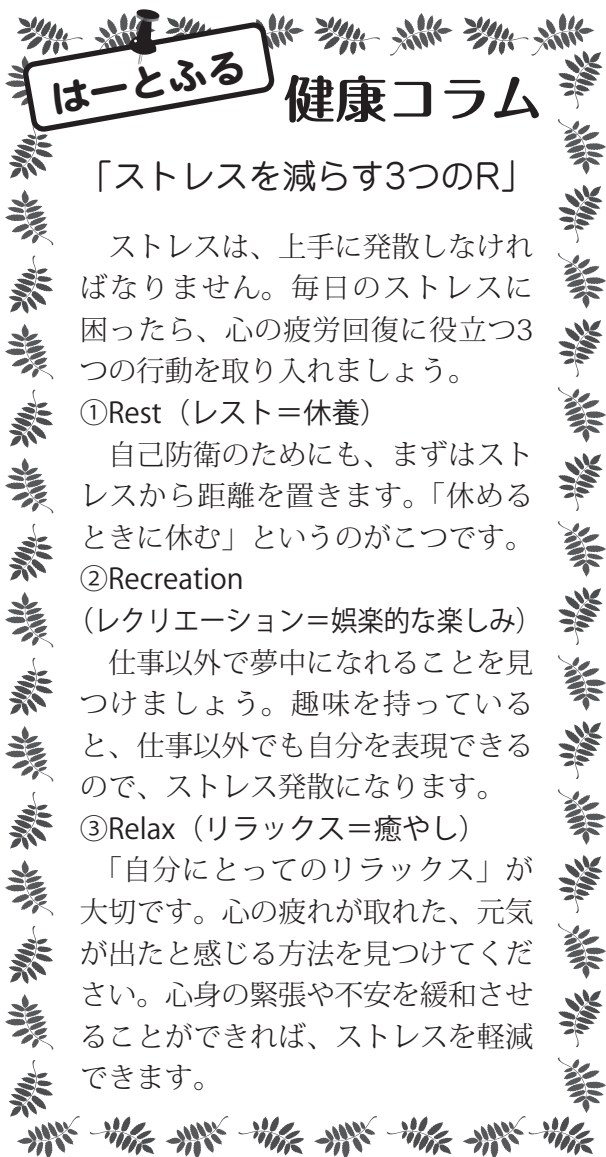


ME
wellfare service

全道に広がる49事業所の
ネットワークで皆様をしっかりとサポート
株式会社
萌福祉サービス

〒077-0042
留萌市開運町1丁目2番1号
TEL 0164-49-2258
FAX 0164-49-2278
http://www.moe-fukushi.com/





はーとふる

健康コラム

「ストレスを減らす3つのR」

ストレスは、上手に発散しなければなりません。毎日のストレスに困ったら、心の疲労回復に役立つ3つの行動を取り入れましょう。

①Rest（レスト＝休養）

自己防衛のためにも、まずはストレスから距離を置きます。「休めるときに休む」というのがコツです。

②Recreation

（レクリエーション＝娯楽的な楽しみ）

仕事以外で夢中になれることを見つけましょう。趣味を持っていると、仕事以外でも自分を表現できるので、ストレス発散になります。

③Relax（リラックス＝癒やし）

「自分にとってのリラックス」が大切です。心の疲れが取れた、元気が出たと感じる方法を見つけてください。心身の緊張や不安を緩和させることができれば、ストレスを軽減できます。

保健福祉センターはーとふる ☎49-6050

【乳幼児健診】◎対象児には事前に文書でお知らせします。

5日(火)	1歳6カ月児(28年 2月生まれ)	【受付】 13:00 ～13:30
12日(火)	4カ月児(29年 4月生まれ)	
	9カ月児(28年 11月生まれ)	
19日(火)	3歳児(26年 8月生まれ)	

※乳幼児健診の日程が一部変更となりました。1歳6カ月児の健診は5日(火)となりますので、ご注意ください。

【フッ化物塗布（予約制）】

◎料金は1回500円です。対象は1歳6カ月以上の幼児です。対象の月齢以下でも上の歯が4本以上あり、フッ化物塗布を希望する場合はご相談ください。

7日(木)	10:00～11:00	13:00～15:30
-------	-------------	-------------

【ピンピンからだ広場】

◎18日(月・祝)は休みです。軽運動や体操などを行います。(時間内の出入りは自由)

毎週月曜日	10:00～12:00	13:30～15:30
毎週金曜日		

【母子健康・栄養相談（乳幼児）】

乳幼児の発育や発達などについてご相談ください。

7日(木)	9:30～11:30	13:00～15:00
-------	------------	-------------

【一般健康・栄養相談（乳幼児～成人）】

健康や栄養などについてご相談ください。

20日(火)	10:30～11:30	寿 児 童 セ ン タ ー
--------	-------------	---------------

※各種予防接種やがん検診は、広報るもい4月号（No.709）に折り込みした用紙（だいたい色）「留萌市保健予防事業一覧」をご覧ください。

るもい健康の駅

休館日 月曜日・祝日

【開館時間】9:00～17:00／9:00～20:30(水・木)

※20:00以降は入館できません

☎43-8121

【9月のイベント】

※各イベントは、事前の申し込みが必要です。詳しくは、るもい健康の駅ホームページ（<http://www.cohortopia.jp/eki>）をご確認ください。

2日(土) 9:30～11:30 ・後期 基礎老年医学講座⑤「骨格・筋疾患（転倒、骨折）」
講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏

2日(土) 13:00～14:30 ・救急蘇生法とAED体験講習会

9日(土) 9:30～11:30 ・後期 基礎老年医学講座⑥「消化器系疾患（栄養、消化、吸収のしくみ）」
講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏

26日(火) 13:30～15:30 ・認知症サポーター養成講座（13:30～14:30）＋オレンジカフェ留萌（14:30～15:30）

30日(土) 9:30～11:30 ・後期 基礎老年医学講座⑦「泌尿器および皮膚疾患（褥瘡（じょくそう）、疥癬（かいせん）など）」
講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏

るもい健康の駅では、「独居高齢者栄養実態調査」を下記の電話番号で実施しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。るもい健康の駅「独居高齢者栄養実態調査」電話：43-8127

9月10日の 日曜当番医院

たけうち内科循環器内科医院 高砂町3丁目 ☎42-8820 9:00～17:00

※上記以外の日曜、祝日および夜間の診療は、かかりつけの病院（医院）へお問い合わせください。
※市立病院は二次医療病院として、全ての「土・日曜、・祝日」「夜間」に対応しています。

からだすこやか（こころ）イキイキ 健康ひろば



■こんにちは！るもい健康の駅です■

「『第4回認知症フォーラム in 留萌』に参加してみませんか？」

るもい健康の駅では、9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなみ、皆さんに認知症への理解を深めていただくため、今年も9月に啓発活動に取り組みます。

「誰でも認知症になるかもしれない現実があり、 誰もが認知症の人の介護家族になる可能性があります」

～みんなで支えるまちづくり～

「認知症」という言葉を聞かない日はないほど、メディアやまちなかでも日常的に話題に上がるようになりましたが、認知症に対する誤解がなくなり、理解が深まったと言えるのでしょうか。認知症の人の権利や尊厳、介護する家族が抱える問題に対し、世間は気に掛けているのでしょうか。

一口に認知症と言っても、原因や年齢、性

別、環境などにより、抱える問題はさまざまです。「社会の一員でいたい」「できることを見つけてほしい」という願いや期待、声にならない声を数えれば、限りがありません。

現実を見れば、誰もが望む通りに生きられる世の中ではないことは分かっています。そんな中でも、生きる勇気と力と希望がほしいのです。そして、共に生きる家族の幸せにも目を向けてほしいのです。

認知症になっても安心して暮らせる優しいまち、暮らしやすい地域をつくるにはどうしたらいいのか、共に考えてみませんか。

●第4回認知症フォーラムin留萌

日 9月9日(土) 14:00～16:00 所 北海道留萌合同庁舎2階講堂

内 「認知症にともなうBPSDのケア

～せん妄やてんかんとの見分け方も含めて～」

講師：市立病院 脳神経外科 診療部長 多田 光宏 氏

◎その他の催し

・オレンジスイーツタイム ・オレンジカフェ ・ふまねっと（るもねっとサークル）



問 るもい健康の駅 ☎ 43-8121 HP <http://www.cohortopia.jp/eki>

海のふるさと館寄席2017 三遊亭歌る多の落語とそばを味わう

日時：9月24日(日) 17:30～
会場：海のふるさと館 1階ロビー
木戸銭：2,000円
※木戸銭には「そば」代金も含まれます

※「海のふるさと館寄席」は、留萌市の「芸術文化活動振興事業」の助成事業で行われます

海のふるさと館だより

開館時間：9:00～18:00

問い合わせ：☎43-6677

海のふるさと館 ラウンジコンサート (入場無料)

日時：9月16日(土) 14:00～ 共催：留萌観光協会
会場：海のふるさと館 2階ラウンジ オロロンライン
ミュージックサポートクラブ

10th Anniversary (入場無料)

サンセットアコースティックライブ
9月3日(日) 16:00～ 海のふるさと館 1階ロビー
※プレビュー主催の「サンセットアコースティックライブ」は、留萌市の「芸術文化活動振興事業」の助成事業で行われます

留萌市情報アンテナ

留萌市市民憲章

わたしたちは美しい日本海と留萌川にそう山々の緑にかこまれた留萌の市民です。港を中心に栄える産業都市、豊かで健康な文化都市がわたしたちのねがいです。このねがいを実現するため市民憲章をさだめます。

- 1 海の資源や山の緑を大切に美しい市にしよう。
- 1 人に迷惑をかけず公共の物を大切に清潔な市にしよう。
- 1 きまりを守り、みんなでたすけ合う秩序ある市にしよう。
- 1 働くことによるこびをもって、仕事に精を出し豊かな市にしよう。
- 1 丈夫なからだとかかるい心をもち、平和な市にしよう。



▲市の木「アカシア」



▲市の花「ツツジ」

市長とフリートークしませんか？

毎月1回、市長とフリートークすることができます。参加人数や話題、形式は問いません。また、事前の申し込みも必要ありません。開催時間内に市長室へお越しください。

日 9月28日(木) 9:00~12:00 / 12:45~17:00

所 市役所本庁舎 2階市長室

問 市・政策調整課 ☎42-1809

市長とホットライン(FAX) 0120-223-846

市民の声メール koucyou@e-rumoi.jp

お茶の間トーク

気軽にお申し込みください

あなたが知りたい「市政のいろいろ」について、市の職員が直接出向き、分かりやすく説明します。

お申し込み・お問い合わせは☎42-1809まで

困ったときは相談しましょう

■市民相談
市民課 ☎56-5003

■健康・栄養相談
保健福祉センターはーとふる ☎49-6050

■教育相談電話
学校教育に関すること
教育委員会学校教育課 ☎42-3006

■児童福祉に関すること
教育委員会子育て支援課
家庭児童相談室 ☎42-1808

■社会教育に関すること
教育委員会生涯学習課 ☎42-0435

■高齢者に関する相談
地域包括支援センター ☎49-6060

■防災相談
総務課 ☎56-5005



市役所宛ての郵便物は下記郵便番号と宛て名(留萌市役所・担当課)で届きます。
〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地



ホームページ <http://www.e-rumoi.jp/>
電子メール kikaku@e-rumoi.jp

人口と世帯数 平成29年8月末現在

・総人口	21,865人	(-5人)
・男	10,449人	(+11人)
・女	11,416人	(-16人)
・世帯数	11,830世帯	(+19世帯)

※()内は前月比

人口動態 平成29年8月末現在

・出生	22人	・転入	88人
・死亡	30人	・転出	84人

納税について

- 今月納期の市税
 - ・固定資産税 3期
 - ・国民健康保険税 3期
 - 納期限 10月2日(木)
- 夜間納税相談窓口 9月14日(木)、28日(木) 20:00まで
- 休日納税相談窓口 9月24日(日) 9:00~17:00

FM 76.9MHz
エフエムもえる

留萌市情報プラザ

毎週月～金曜日
朝 8:05~8:10
夕 5:05~5:10

災害時は76.9MHz
留萌市とエフエムもえるは
災害協定を結んでいます

主な電話番号

■下記以外のお問い合わせ
総務課 ☎42-1801

■市の財政、地籍調査など
財務課 ☎42-1813

■道市民税など
税務課
市民税係 ☎56-5004

■固定資産税など
その他の係 ☎42-1804

■広報、町内会、市民活動など
政策調整課 ☎42-1809

■農業、漁業、林業など
農林水産課 ☎42-1837

■商工業、観光、港湾など
経済港湾課 ☎42-1840

■生活保護、障がい者福祉など
社会福祉課 ☎42-1807

■戸籍、各種証明、国保・後期、
医療費助成など
市民課 ☎42-1805

■道路、公園など
都市整備課 ☎42-2010

■市営住宅、建築確認申請など
建築住宅課 ☎42-2025

■上下水道の料金・トラブルなど
上下水道課
上水道係 ☎42-5151
下水道係 ☎42-2049

■ごみの分別、公衆衛生など
環境保全課 ☎42-1806

■市内の小中学校など
学校教育課 ☎42-3006

■児童手当、保育園など
子育て支援課 ☎42-1808

■社会教育、スポーツなど
生涯学習課 ☎42-0435

■健康づくり、介護保険など
保健医療課 ☎49-6050
介護支援課 ☎49-6070

■高齢者相談、介護予防など
地域包括支援センター ☎49-6060

■粗大ごみ収集の申し込みなど
留萌南部衛生組合 ☎43-2555



▲サクラマスの稚魚放流に取り組む潮静小学校の児童ら

河川愛護精神の継承

「留萌川を大切にしたい」

甚大な被害を及ぼした「昭和63年の大水害」から30年の月日が流れました。

昭和63年、留萌地方は8月25日夜から局地的な豪雨に見舞われ、留萌川が氾濫して下流域の数箇所で決壊が起きました。堤防からあふれた水が川沿いの住宅街に押し寄せ、市内約3500世帯が浸水しました。

その後、国の河川激甚災害対策特別緊急事業が同年11月に始まり、留萌川の河道掘削や護岸整備などの改修工事が進められ、平成4年10月に現在の留萌川に生まれ変わりました。

ルルモッペ河川愛護の会は、

留萌川の改修工事に携わった市内の民間企業が集まり、平成元年6月に発足しました。会長の原田欣典さんは「私たちは発足当時から今日に至るまで、一級河川『留萌川』を管理する留萌開発建設部の協力を得ながら、環境保全や親水教育の普及などに取り組んでいます」と語ってくれました。

同会では、留萌川の環境保全などを図るため、関係機関と連携しながら、河川清掃や河川点検を年数回行っているほか、市内小学校の児童と共にサクラマスの稚魚放流などの活動を行っています。

「現在までに留萌川へ放流してきたサクラマスの稚魚は、合わせて50万匹となりました。ひとえに参加してくれた児童たちのおかげだと感謝しています」と振り返ります。

「当会は来年で創立30周年となります。それに合わせ、留萌川の歴史などを盛り込んだ記念誌を市内小学校や関係機関に配布したいと考えています。これから、たくさんの方に『留萌川を大切にしたい』という思いを継承していきたいですね」と話してくれました。

ルルモッペ河川愛護の会の活動などについては、左記へお問い合わせください。

問 ルルモッペ河川愛護の会
原田欣典会長(東北建設株式会社)
42-0668

留萌ゆめみらい物語

#8 原田 欣典さん



ルルモッペ河川愛護の会
会長

はらだ よしのり
原田 欣典さん



中堅・中小企業でも、店舗でも。

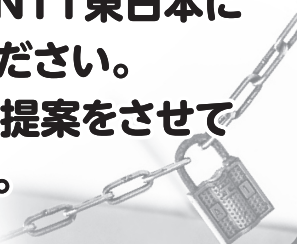
NTT東日本の 情報セキュリティ トータルサポート

Q. ウチの会社のデータ保管・バックアップはどうすれば・・・

Q. 標的型攻撃メールやランサムウェアの脅威にどう対処すれば・・・

Q. Webサイト改ざんや不正アクセスから身を守るには・・・

A まとめてNTT東日本にご相談ください。
最適なご提案をさせて頂きます。



情報セキュリティ被害から事業を守るため、総合的にサポートします

[詳しくはこちら](#)

お問い合わせ
お申し込みは

NTT東日本・北海道 北海道北支店
0120-116-116 通話料無料

営業時間 午前9時～午後5時
年中無休(年末年始を除く)

K17-0008[1704-1710]

三省堂書店を応援し隊 インフォメーション

「三省堂書店を応援し隊」は、本の魅力や楽しさをひとりでも多くの方にお伝えし、地域とのつながりを大切にして、さまざまな活動に取り組んでいます。

今月の
主な活動
ご紹介

おとなのためのおはなし会

- 日時 9月12日(火) 18:30～
- 場所 留萌ブックセンター

こどもたちによる こどもたちへのおはなし会

- 日時 9月24日(日) 14:00～
- 場所 留萌ブックセンター

読み手として
おはなし会に参加しませんか？

「こどもたちによるこどもたちへのおはなし会」では、小中学生の読み手を募集しています。

また、「こどものための親子（祖父母と孫）によるお話し会」では、親子または祖父母と孫の組み合わせの読み手を募集しています。

興味がある方は、下記へご連絡ください。



■お問い合わせは 三省堂書店を応援し隊 事務所（留萌ブックセンター） ☎43-2255