



## おめでとう新成人

1月7日(日)、成人式が文化センターで行われました。

会場に集まった晴れ着姿の新成人たちは、友人との久しぶりの再会に笑顔を弾ませ、二十歳<sup>はたち</sup>の門出を迎えた喜びを分かち合いながら、楽しい時間を過ごしていました。



## 今月の主な内容

- ②-③ 特集／「食育推進計画」の策定に向けて
- ④-⑤ 特集／「観光振興ビジョン」を策定します
- ⑥-⑬ 議会だより
- ⑭-⑲ 暮らしのお知らせ
- ⑳-㉓ 健康ひろば
- ㉔ 連載／健康寿命と骨粗しょう症①
- ㉕ 留萌市情報アンテナ

## 「第3次留萌市食育推進計画（素案）」の概要

▼「第3次留萌市食育推進計画」では、第2次推進計画で取り組んできた食育への推進を継承するとともに、行政や関係団体、地域ボランティアなどで目指す方向性を共有し、連携しながら、各ライフステージに応じた事業を推進していきます。

### ■計画の基本構造

目指す姿	「知食」「共食」「健食」による豊かな暮らしの実現へ		「知食」食の大切さや食文化を理解する 「共食」食卓を囲んで交流を深める 「健食」食を通じた健康づくりを進める
基本方針 (重点目標)	1) 「食育」についての理解と実践	3) 地産地消で豊かな「食・暮らし」の実現	
	2) 地域の「食」を知る体験・伝承	4) 食と健康の推進	
各ライフステージ	乳・幼児期 (0～6歳) 	学齢期 (7～18歳) 	青・壮年期 (19～64歳) 
		高齢期 (65歳～) 	

### パブリックコメント募集要領

▼「第3次留萌市食育推進計画（素案）」をご覧いただき、指定様式で計画に関する意見や提案を提出してください。なお、指定様式は市・農林水産課で配布しているほか、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でダウンロードすることができます。

- 📅 **募集期間** 1月23日(火)～2月22日(木)
- 📍 **公表場所** 市・農林水産課または市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）
- 👤 **対** ①市内に住所を有する方②市内に事務所または事業所を有する個人および法人、その他団体
- 📄 **提出方法** ※口頭または電話での意見は受け付けていません。
  - ①直接提出「市・農林水産課（市役所分庁舎2階）受付時間9:00～17:00」（土・日曜日、祝日を除く）
  - ②郵送「市・農林水産課（〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地）」（当日消印有効）
  - ③ファクス「42-7865」
  - ④電子メール「[nousui@e-rumoi.jp](mailto:nousui@e-rumoi.jp)」

◎詳しくは、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）をご覧ください。

留萌市 農林水産課

## 特集



# 「食育推進計画」の策定に向けて

市では、「第3次留萌市食育推進計画」の策定に向け、皆さんからの意見や提案など（パブリックコメント）を募集します。

問 市・農林水産課 ☎ 42-1837

### 「食育推進計画」とは

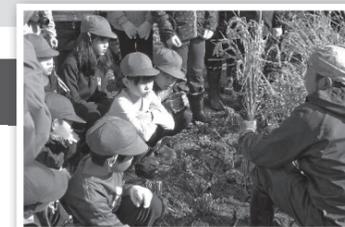
▼人は「食」によって健康を維持しています。このため、全ての世代が食と健康の大切さを自覚するとともに、健康的な生活を維持しながら、豊かな人生を育むことが重要です。

市では、食と健康への関心を高め、食育を通じた豊かな暮らしの実現を目指して「食育推進計画」を策定し、食育環境の充実を図っています。

### 各ライフステージに応じた事業を展開

▼「食育推進計画」では、市民のライフステージを「乳・幼児期（0歳以上6歳以下）」「学齢期（7歳以上18歳以下）」「青・壮年期（19歳以上64歳以下）」「高齢期（65歳以上）」の4つに分類して具体的な推進方策を定め、それぞれの世代に応じた事業を展

開しています。第2次推進計画（平成25～29年度）では、行政や関係団体、地域ボランティアなどが連携しながら、「稲刈り体験学習」や「るもい子ども食・農体験教室」、「親子料理教室」、「高齢者に対する給食サービス事業」などのさまざまな事業を行いました。



▲昨年の秋にそれぞれ実施した「稲刈り体験学習（写真上）」、「るもい子ども食・農体験教室（同下）」

### ■計画の実施期間について

▼「第3次留萌市食育推進計画」の実施期間は、平成30年度から34年度までの5カ年です。



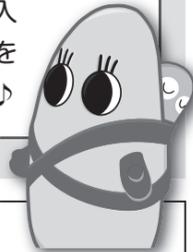
## 「留萌市観光振興ビジョン2018（素案）」の概要

▼「留萌市観光振興ビジョン2018」では、地域の強みである「食」「景観」を生かし、留萌ならではのおもてなしの心を加えながら、「人情港町

留萌のブランド力向上」を目指します。

このため、3つの基本理念に基づいて策定した各事業を推進していきます。

留萌らしい地域資源を生かした体験型観光、外国人観光客受け入れ態勢の整備を進めるMO～♪



### ■3つの基本理念

#### 食と景観に続く

#### 新たな資源の磨き上げ

- ◎物産振興と一体となった観光PRの推進
- ◎埋もれている観光資源の発掘・磨き上げ
- ◎道内外に対する効果的な誘客活動の推進

#### ニーズに対応した

#### 受け入れ態勢と情報発信の強化

- ◎戦略的な情報発信
- ◎インバウンドの拡大
- ◎「地域版DMO」の検討

#### 留萌を支える

#### 人材と受け入れ環境づくり

- ◎観光客受け入れ基盤の整備
- ◎観光客受け入れ体制の整備
- ◎港・海岸部、山間部の各ゾーンでの展開

### パブリックコメント募集要領

▼「留萌市観光振興ビジョン2018（素案）」をご覧ください、指定様式で計画に関する意見や提案を提出してください。なお、指定様式は市・経済港湾課で配布しているほか、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でダウンロードすることができます。

**募集期間** 1月23日（火）～2月22日（木）

**公表場所** 市・経済港湾課または市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）

**対** ①市内に住所を有する方②市内に事務所または事業所を有する個人および法人、その他団体

**提出方法** ※口頭または電話での意見は受け付けていません。

①直接提出「市・経済港湾課（市役所分庁舎2階）受付時間9:00～17:00」（土・日曜日、祝日を除く）

②郵送「市・経済港湾課（〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地）」（当日消印有効）

③ファクス「42-4273」

④電子メール「[kankou@e-rumoi.jp](mailto:kankou@e-rumoi.jp)」

◎詳しくは、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）をご覧ください。

留萌市 経済港湾課

検索



## 特集



# 「観光振興ビジョン」を策定します

市では、「留萌市観光振興ビジョン2018」の策定に向け、皆さんからの意見や提案など（パブリックコメント）を募集します。

問 市・経済港湾課 ☎ 42-1840

### 「観光振興ビジョン」とは

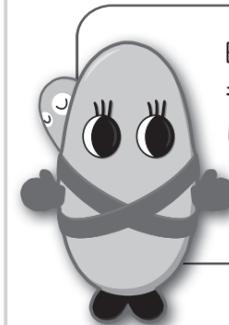
▼「観光振興ビジョン」は、行政や経済団体、NPO法人など地域が一体となって観光振興を進めるための指針です。市では、多様化するニ

ズに配慮するとともに、留萌市が目指す観光振興の姿や課題などを整理しながら、「人情港町留萌のブランド力向上」を図っていきます。



▲道内のイベントで地元食材をPRする留萌市の出店

### 観光を取り巻く環境の変化



時代の変化とともに、観光を取り巻く環境も変わってきてるMO～♪

▲市公認かずの子応援マスコットキャラクター「KAZUMOちゃん」

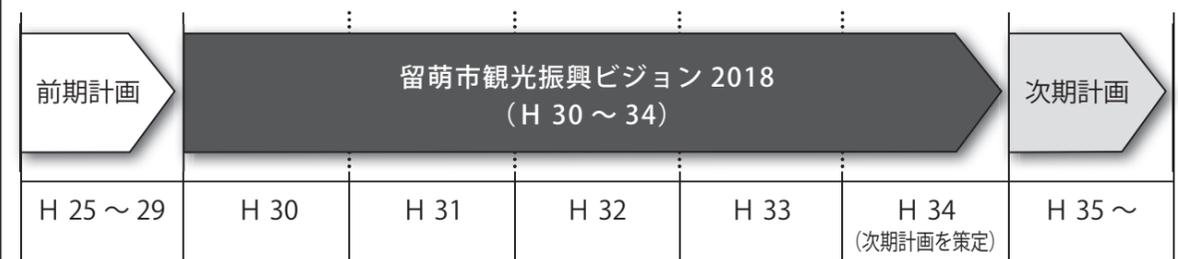
#### 観光客のニーズが多様化

- ◎生活スタイルや目的、需要が多様化
- ◎道内への外国人観光客の増加
- ◎情報通信ツールへの需要拡大
- ◎交通機関の変化に伴った移動手段の多様化 など

それぞれのニーズに応じた新たな観光振興策が必要

### ■計画の実施期間について

▼「留萌市観光振興ビジョン2018」の実施期間は、平成30年度から34年度までの5カ年です。



### ◎留萌市のお金の使い方について

△過去5年間の各会計予算と主な事業について広報をもいを参考に説明しました。毎年的一般会計は、約130億円から約140億円。「市民が主役のまちづくり」を目指し、留萌市総合計画を軸とした重点施策などによって予算が組み立てられます。



### ◎むかし留萌が今より活性化していたときの取り組みは

△平成9年の美サイクル館の建設(約30億円)をはじめ、はーと中学校、留萌市立病院(医療機器含め約120億円)など地域経済の活性化に繋がる、いわゆる大型建築物の建設ラッシュ。この頃、人口は2万8千人から約3万人いました。

### ◎留萌を訪れる人を増やすためのむかしの取り組みは

△留萌港や海をキーワードにした事業が特徴です。「CCZ平成元年に認可された「CCZ計画」ゴールドンビーチ・リゾート・ルモイ構想(159億円)をはじめ「留萌港フェリー就航促進」への取り組みなどがありました。



### ◎むかし人気だった留萌のお店は

△現在のるもいプラザの前身「八幡屋デパート(金市館、ラルズプラザ)」「国井商店留萌店」「サンドール留萌店」のほか、昭和36年頃には映画館7館があった。ボウリング場は、昭和40年代後半から50年代に3店舗あり、賑わっていました。



### ◎留萌市のイベントの費用について

△「るもい呑涛まつり」「うまいよ!るもい市」「オロロンスノーパラダイス」「萌っこ春待里」などの留萌市からのイベント補助金はゼロ。協賛金やチケット収入など実行委員会の自己資金で運営しています。ちなみに平成20年からは財政健全化のため、団体への補助金がなくなりました。



### ◎いま留萌に必要なものは何だと思いますか

△「雇用の場」「宿泊施設」「道の駅」「温泉」「子どもが自由に遊べる施設」など、年代によって必要とするものは違うと思いますが、これからの留萌市の公共施設の建て替え計画に反映できるように市民の意見に耳を傾けます。

### ◎留萌をPRする活動にはどのようなことが必要か

△全国のイベント会場での留萌のPR、物産販売などを行っています。これからはインターネットやフェイスブック、SNSを利用し、留萌の魅力をPRすることも必要です。若い皆さんのアイデアと行動力で留萌をPRしてほしい。



## 留萌市議会だより

第127号

# 議会です こんにちは

#### ●留萌市議会事務局

TEL42-1907 FAX43-6700  
URL : <http://www.e-rumoi.jp/gikai/index.html>  
E-mail : [rumoishigikai@basil.ocn.ne.jp](mailto:rumoishigikai@basil.ocn.ne.jp)

留萌市議会



※左記のQRコードからも留萌市議会のホームページにアクセスできます。

#### 主な内容

- P 6～P 7 留萌中学校が「フィールドワーク」で留萌市議会を訪問
- P 8～P 9 行政視察を行いました!
- P10～P12 第4回定例会一般質問項目  
各常任委員会からの報告
- P13 こんなことがまりました  
森林・林業・林産業活性化推進議員連盟からの報告 …… ほか



留萌中学校が「フィールドワーク」で

留萌市議会を訪問

『こうすれば絶対に留萌の未来はよくなる答え』を探すより、『一歩でも良くなるだろうと思う答え』を仲間と見つけ、考える留萌中学校の総合的な学習における「フィールドワーク」で、3年生10人が留萌市議会を訪れ、質問しました(11月6日)。

留萌市議会では、開かれた議会を目指して市民と議会の意見交換会を開催しておりますが、学校からの意見交換要請は初めてです。この日の留萌中学校総合学習は、平成30年2月までに27時間かけて提言内容決定に取り組むもので、フィールドワークでは、留萌市役所全体で10項目・60の質問がされました。

留萌市議会には、「留萌市のお金の使い方」など7項目の質問に第1・第2常任委員長、広報常任委員長が答えました。

### 議会と意見交換 しませんか!

市民おおむね5人以上(町内会や市民団体など)が集まれば、申し込むことができます。詳しくは、留萌市議会ホームページか、議会事務局へお問合せください。

# 行政視察を行いました！

## 議会運営委員会 行政視察

●視察日程 10月30日～11月1日 ●視察先 ①神奈川県鎌倉市 ②東京都町田市

◆留萌市議会は、市民に「わかりやすく・開かれた議会」を目指すため、議会基本条例を平成26年6月に制定し、議会運営委員会によって議会基本条例を毎年検証しています。直近の28年度の検証によって示された代表的な今後の課題としては、議会のICT化の検討です。パソコンやタブレットを活用した議場におけるペーパーレス化は、全国の議会においても検討されており、経費削減に繋がるものとして注目されていることから、29年10月31日に鎌倉市議会と町田市議会の先進的な事例を学ぶため視察しました。



▲鎌倉市議会事務局議事調査担当から説明を受ける視察団

鎌倉市議会の特徴としては、平成26年11月から、議会運営委員会で、パソコンの持ち込みや議会のICT化、ペーパーレス化について協議が始まり、専門部会を立ち上げ、翌年5月の議会運営委員会にて導入することを決定しました。この後の工程として、28年12月定例会から正式に導入され、導入の議論から運用まで約2年間を要しました。

今回導入したシステムの活用方法から見えてくる利点として、①ペーパーレス化の実現により約160万円程度の紙代が節約 ②会議開催通知や執行部からの情報の迅速化 ③紙資料の準備にかかる作業量が軽減

④カラー資料や写真の準備が容易になったなどの効果がありました。

◆町田市議会では議会改革とICTについて視察を行いました。議会改革は、平成10年に傍聴人受付簿の廃止による個人情報保護に配慮することから始まり、12年には議員定数が40人から36人となり、選挙の度に削減の請願が出されているといわれています。インターネットによる議会中継は15年12月から開始し、22年の新庁舎完成を機に、常任・特別委員会のインターネット中継を始め、個人の表決結果を議会だより及びインターネットに公表しています。これらの経過から、町田市議会は新庁舎に移転してから、議会改革を加速させていったことを確認しました。

2つの議会の視察結果、議会ICTを進めるためには、議会運営委員会内部に専門部会を立ち上げることによって、調査研究を進める必要があると考えます。そのためには、①資料のペーパーレス化の試行 ②インターネットの試験放送の実施 ③マイクシステムなどの調査研究の3点を重点項目とし、少なくとも任期期間中には一定の成果を目指すものとして考えています。



▲町田市議会事務局議事担当及び調査法制担当から説明を受ける視察団

市議会では「行政視察」の重要性を認識しながらも、市の財政状況を考慮し予算を要する行政視察は自主的に実施していませんでしたが、各自治体の実情や現状を把握することの必要性から、市の「新・財政健全化計画」の終了を機に平成28年度から再開しました。

※「行政視察」とは、先進的な取り組みを行っている自治体を訪問、研修を行うことで議員の資質、政策能力および政策提言能力などの向上を図るものです。

## 議会広報常任委員会 行政視察

●視察日程 10月4日～5日 ●視察先 ①倶知安町 ②登別市

◆広報常任委員会は、倶知安町が設置している広報特別委員会の活動状況や議会だより、ホームページ、議会報告会、まちなか懇談会などの「開かれた議会を目指す」ため、町民にどのような方法を用いて議会活動の周知や報告を行っているのか視察を行いました。議会広報は、年に4回モノクロ印刷で26ページの議会単行本です。

議会活動が町民に伝わりやすくなるように写真や見出しの工夫がされ、一般質問では1人1ページという十分な誌面を使い、大変分かりやすくなっています。議会中継は、インターネット中継のユーストリームを採用し、本会議の様子を生放送と録画放送の両方を行っています。報告会は、テーマを決めて開催する「まちなか懇談会」と議会の活動を町民に報告し、意見や要望を聴く「議会報告会」が行われています。

以上のことから、留萌市議会でも議会広報誌を読みやすくする工夫、議会中継や議場内へのIT機器の持ち込み、各種書類の電子化を検討したいと考えます。



▲倶知安町役場前で広報特別委員会委員とともに

◆登別市議会は、議会活動を活発化させるために「年間活動計画書」を作成し、市民の声を取り入れる「意見交換会」や「議会フォーラム」を開催。市民・住民参加型の取り組みを基本とした活動を展開していま

す。議会広報誌は、年に4回定例会毎に市の広報誌の最後の6ページを「ぎかいだより」として、2色刷りで発行しているため読みやすくなっています。一般質問、予算、決算、議案の賛否状況、議員自己評価の取り組み状況など市民が分かりやすい情報を提供しています。議会中継は、平成21年から議会中継が行われていますが、議会中継のスマートフォン、タブレット対応については30年度予算要求に向け検討しています。



▲登別市では「ぎかいだより」の作成などについて視察

報告会は、平成19年から継続しており、4地区で参加人数は100人から150人ほど。グループ討議を中心とした意見交換会や講演会を開催しています。12年に「IT促進に関する特別委員会」を設置。調査研究を重ね、21年から議会中継、テレビモニターによる資料提示を開始、IT化を促進してきました。

議会基本条例「チェックシート」は、議会改革の推進と活動の検証として、41項目にわたる実施状況をチェック、議員個人の目標達成度をアップさせています。

以上、先進地の視察から「市民に分かりやすく、開かれた議会」の取り組みを学び、今後の留萌市議会の活動に反映させていかなければならないと考えます。

平成29年第4回定例会

一般質問と答弁



村上 均

留 公明党

【質問】 地域包括支援センター強化について

地域包括ケアシステムの構築に向け、その拠点となる地域包括支援センターが重要である。医療「介護・予防」生活支援・住まいなどサービス全体の調整（コーディネート）だけでなく、保健・医療・福祉などの関係機関と連携を密にしていることが機能強化につながる。その取り組みについて伺いたい。

【答弁】 包括的支援事業の一つの「総合相談支援業務」は、支援センターの全ての事業を展開する基盤的機能を果たしている。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員の3つの職種が、それぞれの専門性を発揮しながら、支援の目標に向かって連携している。

【質問】 認知症施策の取組について

留萌市認知症ケアパス作成に向けたさまざまな取り組みと進捗状況を伺う。

現在概要をまとめたリーフレットを作成しており、地域の実情に合わせた「認知症ケアパス」の策定に向けて、医療機関や介護事業者と連携を図り、平成29年度（3月中）の完成を目指し、作業を進めていきたいと考えている。

【質問】 高橋市政3期の検証と事業の継承について

中心市街地活性化のための新市庁舎移転について伺う。



▲各地で作成が進む認知症ケアパス



土田 悦也

留 公明党

【答弁】 ご当地婚姻届の使用状況は始めてから間もなく、利用者の反応もまだ把握できない。ある程度の期間をおき、作成について判断をしていきたい。

【質問】 情報モラル教育について

神奈川県座間市で起きた事件は、SNSへの書き込みがきっかけと言われている。子どもたちが危険なトラブルに巻き込まれないよう、今一度スマホやSNSの適正な利用方法を学ぶ機会を設ける考えはないか。

【答弁】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。



鵜城 雪子

留 公明党

【質問】 暴風雨被害に対する市の対応について

暴風警報が出され甚大な被害が発生したにも関わらず、市長を本部長とする災害対策本部は設置されなかった。市長はこの間私用で留萌市を離れており、戻ったのは災害発生から3日後であった。

また、平成29年第1回定例会においても同様の質問を行ったが、市長はシンボル性、交流人口の増加、経済効果も見込まれるとの見解であったが、今も変わっていないか。

【答弁】 マチづくりに関係するさまざまな施策と連携し、整合性や相乗効果などを考慮しつつ、総合的な取り組みとして重要であり、この観点を踏まえた進め方が大事だと考える。

【質問】 市内への企業誘致については、どのような考え方と方法により進めてきたのか伺いたい。



▲人口42,000人の頃の十字街付近

【答弁】 市の財政再建への取り組みを優先したため、企業誘致への積極的な行動は難しかった。

【質問】 4年前の大雪に続き、留萌市の防災に対する危機管理の甘さが露呈されたと感じる。市民の生命、身体、財産が脅かされる被害が出ているが、なぜ公務がないのに留萌に戻らなかったのかお聞きする。また、市民に危険を知らせ、注意を促す役割がある広報車を走らせなかった理由もお聞きする。

【答弁】 今回の災害で被害を受けた市民に対し、市のホームページでお見舞いの言葉を述べ、罹災証明書の発行方法など紹介するなどFMもえるや回覧板を使い、被災者の役に立つ情報を迅速に提供するべきだと考えるが、市長の考えを伺いたい。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。

【質問】 留萌市におけるスマホなどの利用率は小学生67%、中学生82%となっており、SNSに関わるトラブルも発生していることから、各校において正しい利用方法を学ぶ機会を設けている。



▲11月11日の暴風雨による市内の被害状況

【答弁】 これまでの災害に対する私の判断で戻らなかったと理解してほしい。市としては、テレビのトップなどで流れている気象情報を市民にしっかりと受け止めてほしい。被災した市民にお見舞いを申し上げることは、もっと大規模な被害にはある。

村山 ゆかり

留 公明党

【質問】 次期市長選への高橋市長の思い「市民が主役」のマチづくりで未来を切り開いてきた市長が、10月に4選不出馬を表明したが、その思いを伺いたい。

【答弁】 3期12年を一つの節目と考え、全力で市政運営にまい進してきた。今の時代は、未来をしっかりと捉えて今を決める発想が大事。これから先の未来を創造し、どんな感性で見つめていくかを真剣に考えたとき、若い世代でなければ未来を感じることはできない。新たな人に新たなマチづくりをしてほしいとの思いに至った。

【質問】 社会教育施設等の建設計画

11月の暴風雨被害による市全体の被害状況、旧佐賀家漁場の復旧に要する費用と期間について伺いたい。市の公共施設や社会教育施設の複合化を検討すべきと考える。市長と教育長の見解を伺いたい。



▲屋根半面が飛散した旧佐賀家漁場の「母屋」

【質問】 市立病院の診療体制充実に市民も参加することについて

二次救急病院として指定されている市立病院の診療体制の充実が重要。医師・看護師をはじめ医療従事者の確保はその要である。

【質問】 留萌市は健康都市宣言の市であり、健康の駅、メタボチェックの開発、コホート研究、医学生を迎えたワークショップ、健康いきいきサポーター委嘱など他都市にない取り組みがある。

【質問】 留萌市は健康都市宣言の市であり、健康の駅、メタボチェックの開発、コホート研究、医学生を迎えたワークショップ、健康いきいきサポーター委嘱など他都市にない取り組みがある。

【質問】 留萌市は健康都市宣言の市であり、健康の駅、メタボチェックの開発、コホート研究、医学生を迎えたワークショップ、健康いきいきサポーター委嘱など他都市にない取り組みがある。

【質問】 留萌市は健康都市宣言の市であり、健康の駅、メタボチェックの開発、コホート研究、医学生を迎えたワークショップ、健康いきいきサポーター委嘱など他都市にない取り組みがある。

【質問】 留萌市は健康都市宣言の市であり、健康の駅、メタボチェックの開発、コホート研究、医学生を迎えたワークショップ、健康いきいきサポーター委嘱など他都市にない取り組みがある。



▲温かな色合いの留萌市の婚姻届



戸水 美保子

留 公明党

【質問】 ご当地出生届について

平成29年10月から、留萌の黄金岬やカズモちゃんを配した「ご当地婚姻届」が使用できるようになった。今後、市からの祝福の気持ちがかもったデザインの出生届を作成する考えはないか。



**学 ぶ** 「いきいきクッキング教室」に参加しませんか

▼20歳以上の方を対象にした「いきいきクッキング教室」を開催します。

生活習慣病予防のための手軽で、おいしいヘルシーメニューを楽しく学びましょう。

なお、当日は塩分測定を行いますので、普段食べているみそ汁をご持参ください。

- 日** 2月21日(水) 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** 20人(定員になり次第締め切り)
- 費** 500円
- 申** 2月14日(水)までに下記へお申し込みください。  
※当日はエプロン、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  
(市・保健医療課 (はーとふる内))
- ☎** 49-6050

**学 ぶ** 市民公開講座「健康づくり講演会」開催のお知らせ

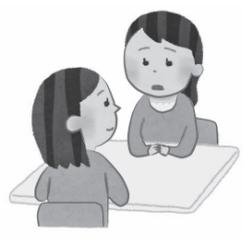
▼市では、市民公開講座「健康づくり講演会」を開催します。講演会では、昨年7月に実施した「食習慣に関するアンケート調査」の結果に基づいた市民の食習慣について、講師が分かりやすく説明します。

調査に参加した方はもちろん、食習慣に関心がある方、ご家族の健康を気遣っている方などなたでもご参加いただけます。「いきいき健康」につながるヒントを一緒に探しませんか。

- 日** 2月22日(木) 15:00～16:00
- 所** 保健福祉センターはーとふる
- 定** 60人 **費** 無料
- 内** 講師：札幌医科大学 フロンティア医学研究所 助教 三上 奈々 氏
- 申** 2月20日(水)までに下記へお申し込みください。
- 問** 市・保健医療課 (はーとふる内)
- ☎** 49-6050

**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。
- 日** 2月21日(水) 13:00～16:00 (30分×6枠分)
- 所** 保健福祉センターはーとふる1階1号会議室
- 申** 2月20日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)
- 問** 市・市民課
- ☎** 56-5003

**学 ぶ** 図書館からのお知らせ

▼2月の催しおよび休館日は、下記のとおりとなります。詳しくは、下記へお問い合わせください。



- 乳幼児向けおはなし会(おはなし玉手箱) 11:00～
    - ・9日(金)「もぐもぐ」
    - ・24日(土)「おやこ」
  - 映画会
    - ・2月の映画会はありません
  - 休館日
    - ・12日(月) / 19日(月) / 26日(月) 月曜休館
    - ・23日(金) 館内整理休館
  - 【蔵書点検休館】
    - ・1月29日(月)～2月5日(月)
- ※蔵書(約10万冊)を点検するため休館します。
- 問** 市立留萌図書館
  - ☎** 42-2300

**三省堂書店を応援し隊★インフォメーション**

2月の催し

おとなのためのおはなし会 **日** 2月13日(火) 18:30～ **所** 留萌ブックセンター

子どもたちによる子どもたちへのおはなし会 **日** 2月25日(日) 14:00～ **所** 留萌ブックセンター

「子どもたちによる子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、「子どものための親子(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。

**問** 三省堂書店を応援し隊 事務所 (留萌ブックセンター内) ☎43-2255

**知りたい情報が いっぱい! 暮らしのお知らせ**

▲市の木「アカシア」 ▼市の花「ツツジ」

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 **Eメール** 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。

- 対** 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
- 申** 2月6日(火)～8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1月29日(月)から2月8日(木)まで市・建築住宅課で配布します。(土・日曜日を除く)

※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。  
 ※駐車場使用料金、共益費が別途毎月掛かります。車を所有する方は、駐車場の有無を必ず記入してください。  
 ※入居できる時期は4月下旬以降となります。  
 ※申し込みの際は、印鑑や住民票、所得が確認できる書類などをご持参ください。

●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(m <sup>2</sup> )	月額家賃(円)
大町	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK(41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(2戸)	2階、4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(12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(24戸)	1階～4階	63.4～68.7	13,900～25,000
旭町	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK、3LDK(2戸)	3階、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
元町	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK(1戸)	1階	67.1	15,600～23,300
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(m <sup>2</sup> )	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

●エレベーター付き住宅

※今回は、エレベーター付き住宅への入居者募集はありません。このため全て補欠応募となります。

**問** 市・建築住宅課 ☎42-2025

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 日本儒教文化研究協会  
JECIA  
★★★★★ 認定

仏壇仏具専門店  
NISHIKIDO 結  
はなむすび

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

留萌市開運町1丁目4番9号 (AKさし横向) 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

留萌市以外からのお知らせ 「オロロン・スノーパラダイス 2018」開催のご案内

▼今年も留萌地域の冬を楽しむイベント「オロロン・スノーパラダイス 2018」を開催します。7回目となる今回は、北海道の命名150年を記念した「150」がキーワードの催しをはじめ、楽しいアトラクションをたくさん用意しています。皆様のご来場をお待ちしています。

日 2月3日(土) 12:00～19:30 / 4日(日) 10:00～15:00

所 留萌合同庁舎

- ・雪のわくわく迷路(ミニゲームなども開催)
- ・けあらしの里(ドラム缶風呂体験やイグルー体験など)
- ・キャンドルナイト～光のファンタジー～
- ・北海道150年事業関連イベント



▲「雪のわくわく迷路」に併設された滑り台を楽しむ子どもたち

◎上記以外にもたくさんのアトラクションを行います。詳しくは、留萌振興局ホームページ(<http://www.rumoi.pref.hokkaido.lg.jp/>)をご覧ください。  
※天候により、イベントが中止になる場合があります。

問 オロロン・スノーパラダイス・プロジェクト事務局(留萌振興局地域政策課) ☎ 42-8421

留萌市以外からのお知らせ 「第9回ダムを灯す雪灯り」開催のご案内

▼るもいエコ村では毎年、冬を楽しむイベント「ダムを灯す雪灯り」を開催しています。



▲留萌ダム管理棟周辺で灯るスノーキャンドル

当日は、るもいエコ村のメンバーや市民などが制作したスノーキャンドルを点灯します。家族や友達と一緒に、スノーキャンドルが創り出す幻想的な風景を楽しみましょう。詳しくは、下記へお問い合わせください。

- 日 2月17日(土) スノーキャンドル作り体験
- 日 2月18日(日) スノーキャンドル点灯 (点灯時間 18:00～20:00)

◎18日はスノーシュー体験も行います。

所 留萌ダム管理棟周辺

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 「小平高等養護学校産業科留萌販売会」開催のご案内

小平高等養護学校産業科の生徒たちが制作した窯業製品の販売会を開催します。会場では、皿や小鉢、カップ、茶わん、とっくりなどの窯業製品を100円前後で販売します。いずれの製品も生徒一人ひとりが大きさや形、色合いなどを工夫しながら、心を込めて制作しました。ぜひ、足をお運びください。



なお、製品は数に限りがありますので、品切れの場合はご了承ください。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

- 日 2月8日(木) 11:00～13:30 ※悪天候の場合は2月13日(火)に延期します。

所 コープさっぽろるもい店内特設会場

問 小平高等養護学校(担当:倉林教諭)

☎ 57-1203

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48事業所のネットワークで皆様をしっかりサポート  
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/>



ごみ 「2月の粗大ごみ収集日」について

▼収集の申し込みは、収集日2日前(閉庁日の場合はその前の平日)の午後3時までにご案内をお願いします。

●2月の粗大ごみ収集日 日 所

14日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
15日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
16日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
21日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
22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
23日(金)	緑ヶ丘町、東雲町、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

問 留萌南部衛生組合

☎ 43-2555

留萌市以外からのお知らせ 「国民年金保険料の2年前納」について

▼「国民年金保険料の2年前納」で納付すると、毎月納付する場合と比べ、2年間でおおよそ1万5千円の割安となります。

口座振替で「2年前納」する場合は、預貯金口座をお持ちの金融機関または年金事務所で手続きが必要です。「2年前納」手続きの申し込みは毎年2月末日が締め切りとなります。

また、現金またはクレジットカード納付でも2年前納をすることができます。詳しくは、下記へお問い合わせください。

※口座振替の手続きには、「金融機関届出印の押印」「基礎年金番号の記入」が必要です。なお、基礎年金番号は、年金手帳や納付書などでご確認ください。

問 留萌年金事務所

☎ 43-7211

税・年金・保険 「平成29年分の確定申告」について

▼平成29年分の確定申告が始まりますので、期間内に申告を行ってください。また、所得税の確定申告書は、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/>)でも作成することができます。

【申告に必要なもの】

- ◎マイナンバーが分かる書類および本人確認書類(マイナンバーカードをお持ちの方は本人確認書類が不要)
- ◎印鑑
- ◎源泉徴収票などの所得が証明されるもの
- ◎社会保険料や生命保険料などの領収書または証明書
- ◎障害者控除を受ける場合は障害者手帳
- ◎配偶者(特別)控除、扶養控除を受ける場合は被扶養者のマイナンバーが分かる書類
- ◎医療費控除を受ける場合は医療費の領収書および明細書(個人・病院・薬局ごとに記載)
- ◎還付申告の際は申告する本人名義の通帳など

※領収書などは平成29年中に支払ったものが対象です。

日 所

●市役所1階 税務課市民税係

2月16日(金)～3月14日(水)  
9:00～11:30 / 13:00～16:00  
(土・日曜日を除く)

●留萌税務署

※還付申告は下記期間以外も受け付けています。  
2月16日(金)～3月15日(木)  
9:00～17:00  
(土・日曜日を除く)

問 市・税務課 ☎ 56-5004

問 留萌税務署 ☎ 42-0661

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 ★鼻のまわりに痛みがある  
★くさい鼻汁、濃い鼻汁が出る ★鼻づまりがとれない  
★のどの奥に黄色い鼻汁がおりる ★においがわからない

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)

## 落氷雪にご注意ください

▼例年この時期は、落氷雪による事故が増えます。屋根に積もった雪や氷、つららをそのままにしていると、積雪の重さや暖気で落ちるおそれがあります。落氷雪によって歩行者がけがをしたり、落ちた雪が自動車の走行を妨害して交通事故を招くなど非常に危険ですので、事故防止のために次の点に注意しましょう。



### ●事故防止のための注意点

- ◎屋根に積もった雪や氷、つららが道路に落ちるおそれがある建物には、雪止めを設置するなどの対策を取りましょう。
- ◎屋根に積もった雪は、気温が上昇した際に落下する危険性が高まります。特に気温がおよそマイナス3度からプラス3度に上昇した際などに落ちやすい状態になりますので、小まめに雪下ろしをしましょう。
- ◎交通事故や交通障害を招くおそれがありますので、道路への雪出しはやめましょう。

- ◎ビルの壁や窓枠、突出看板などの高所からの落氷雪は、小規模であっても非常に危険ですので、小まめに取り除くようにしましょう。
- ◎軒下を通行する際は、屋根からの落氷雪に十分注意しましょう。
- ◎大規模の落氷雪があった場合は、事故の有無を確認するとともに、速やかに除雪しましょう。
- ◎雪下ろしの際は、歩行者や自動車などに十分注意して作業しましょう。
- ◎軒下や道路では、子どもを絶対に遊ばせないでください。

※市道は市・都市整備課、道道は留萌建設管理部事業課、国道は留萌開発事務所第1道路工務課へそれぞれお問い合わせください。

※事故などが発生した場合は、速やかに留萌警察署へ通報しましょう。

- 問 市・都市整備課 ☎ 42-2010
- 問 留萌建設管理部事業課 ☎ 42-1849
- 問 留萌開発事務所第1道路工務課 ☎ 42-3168
- 問 留萌警察署 ☎ 42-0110

### 留萌市以外からのお知らせ 「国有林モニター」募集のご案内

▼北海道森林管理局では、国有林の役割や現状などを広く周知し、国有林野の管理経営に役立てるため、平成30・31年度の「国有林モニター」を募集します。

対 国有林に関心があり、北海道に暮らす平成30年4月1日時点で20歳以上の方（国会および地方議会の議員、常勤の国家公務員、森林・林業担当の自治体職員、平成28・29年度の「国有林モニター」などを除く）

定 48人

申 2月23日(金)までに任意の様式の応募用紙に必要な事項を明記し、次のいずれかの方法で北海道森林管理局へお申し込みください。(必着)

- ①郵送(〒064-8537 札幌市中央区宮の森3条7丁目70番 北海道森林管理局)
- ②ファクス(011-622-5194)
- ③電子メール(h\_kikaku@maff.go.jp)

問 北海道森林管理局企画課

☎ 011-622-5228

### 留萌市以外からのお知らせ 相続登記はお済みですか？

▼近年、震災からの復興などに伴い、相続登記されていない不動産が数多く存在していることが報道されるなど、相続登記への社会的な関心が集まっています。相続登記が放置されていると、所有者の把握が困難になるだけでなく、まちづくりに必要な公共事業の進行を妨げることにもつながります。また、適切な管理がされていない空き家が増加している要因の一つにもなっています。

未来につなぐ、相続登記をしませんか。

◎詳しくは、「法務省：未来につなぐ相続登記」ホームページ ([http://www.moj.go.jp/MINJI/minji05\\_00207.html](http://www.moj.go.jp/MINJI/minji05_00207.html)) をご覧ください。

未来につなぐ相続登記

検索

問 旭川地方法務局 ☎ 0166-38-1161

### 留萌市以外からのお知らせ 「季節労働者向け就職促進セミナー」開催のご案内

▼南留萌地域通年雇用促進協議会では、通年雇用化の促進などを目的として、「季節労働者向け就職促進セミナー」を開催します。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 2月20日(火) 10:00～12:00

所 留萌地域人材開発センター (パワスポ留萌)

対 通年雇用を希望する方 ほか 費 無料

内 講演「今なら防げる！通年雇用で立ち向かう『老後破産』」

講師：社会保険労務士 小嶋 亜希子 氏

問 南留萌地域通年雇用促進協議会

☎ 42-2278

### 留萌市以外からのお知らせ 「労働安全衛生法に基づく各種技能講習・安全教育」のご案内

▼留萌地域人材開発センター (パワスポ留萌) では、「労働安全衛生法に基づく各種技能講習・安全教育」の受講者を募集しています。なお、募集期間や定員、受講料などは、各コースによって異なります。詳しくは、下記へお問い合わせください。

#### ●各コースの日程

日 程	コース名
2月24日(土)、25日(日)	ガ ス 溶 接 技能 講習
26日(月)～28日(水)	ア ー ク 溶 接 特別 教育
3月1日(木)～3日(土)	玉 掛 け 技能 講習
4日(日)	車 両 系 ( 整 地 等 ) 安全 教育
5日(月)～7日(水)	小 型 移 動 式 クレーン 運 転 技能 講習
8日(木)、9日(金)	車 両 系 ( 整 地 等 ) 運 転 技能 講習
10日(土)、11日(日)	高 所 作 業 車 運 転 技能 講習
12日(月)、13日(火)	不 整 地 運 搬 車 運 転 技能 講習
14日(水)～17日(土)	フ ォ ー ク リ フ ト 運 転 技能 講習
18日(日)	玉 掛 け 安全 教育
24日(土)、25日(日)	小 型 車 両 系 建 設 機 械 ( 整 地 等 ) 特別 教育

問 留萌地域人材開発センター (パワスポ留萌)

☎ 42-0348

### ■「広報るもい掲載広告」募集のお知らせ

▼市では、「広報るもい」平成30年5月号から31年4月号までの掲載広告を募集しています。詳しくは、下記へお問い合わせください。

問 市・政策調整課

☎ 42-1809

#### ●掲載料金 (1枠当たり)

掲載場所	枠 数	料 金 ( 税 込 み )	
		市 内 事 業 者	市 外 事 業 者
お知らせ下段 (4.5cm×18cm)	6 枠	8,000円/月	10,000円/月
裏表紙 (13cm×18.5cm)	2 枠	25,000円/月	25,000円/月

※お知らせ下段は、発行月によって増枠する場合があります。

## 「情報公開制度および個人情報保護制度」の運用状況 (留萌消防組合)

▼留萌消防組合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。

### ●平成 28 年度「情報公開制度」運用状況

情報公開制度の平成 28 年度運用件数は 1 件で、公開区分は公開でした。

対象公文書（実施機関・件数）	公開区分(件数)	公開方法（件数）
旧店舗図面 (自動火災報知設備等設置位置図、系統図)	公開（1件）	写しの交付（1件）

#### 【情報公開制度とは】

情報公開制度は、開かれた消防行政を執り行うために定められた制度です。市民は、消防組合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。

### ●平成 28 年度「個人情報保護制度」運用状況

個人情報保護制度の平成 28 年度運用件数は 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

#### 【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、公正で信頼できる消防組合を推進するために定められた制度です。市民は、消防組合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。

問 留萌消防組合消防本部総務課

☎ 42-2212

## 「平成 30 年度留守家庭児童会入会児童」募集のご案内

▼留守家庭児童会の平成 30 年度入会児童を募集します。



対 仕事や病気などで日中、保護者がいない家庭の児童（小学校 1～6 年生）

費 月額負担金（1 人分）

- ・ 1 人目……………1,800 円
- ・ 2 人目以降、準要保護世帯……………900 円
- ・ 要保護世帯……………無 料

申 2 月 14 日(水)までに下記の各留守家庭児童会へ直接お申し込みください。  
(日曜日、祝日を除く)

#### 【各留守家庭児童会】

留守家庭児童会名	開設場所	電話番号
留萌小学校区（寿）留守家庭児童会	寿児童センター内 (寿町 3 丁目)	43-1193
留萌小学校区（沖見）留守家庭児童会	沖見児童センター内 (沖見町 5 丁目)	42-0072
東光小学校区留守家庭児童会	東光小学校内 (住之江町 4 丁目 73)	080-1879-2220 090-5077-4571
緑丘小学校区留守家庭児童会	千鳥児童センター内 (千鳥町 3 丁目)	42-2226
港北小学校区留守家庭児童会	港北小学校内 (元町 3 丁目)	090-7514-1203
潮静小学校区留守家庭児童会	潮静児童センター内 (潮静 3 丁目)	42-1303

- ※入会申請書は、各留守家庭児童会および市・教育委員会子育て支援課で配布しています。
- ※低学年児童および障がいのある児童の入会を優先しているため、入会できない場合があります。
- ※各留守家庭児童会の利用時間は、下校時から登録時間(最長で午後 6 時)までとなります。休校日は午前 8 時から利用できます。(日曜日、祝日、年末年始を除く)

問 市・教育委員会子育て支援課

☎ 42-1808

## 「入学準備金の支給時期変更」のお知らせ

▼市では、就学援助費制度に基づいて対象者にランドセルや制服を購入するための入学準備金を支給しています。今までは入学後の4月に支給していましたが、平成30年4月に入学する児童・生徒は支給時期が入学前の3月に変更となります。

☑ ◎留萌市に住民登録があり、平成30年度に市内の小・中学校に入学予定の児童・生徒の保護者で、就学援助認定の基準に該当する方  
 ※入学前に転出した場合は、全額を返還していただきます。転出予定がある方は、申請をご遠慮ください。

【就学援助認定の目安】 ◎収入額については、世帯の合計収入額となります。

世帯人数（世帯構成の例）	年間の収入額
2人（母1人・子1人）	収入 220万円（所得 136万円）
3人（父1人・母1人・子1人）	収入 280万円（所得 176万6千円）
4人（父1人・母1人・子2人）	収入 340万円（所得 220万円）
5人（父1人・母1人・子3人）	収入 380万円（所得 250万円）

※上記の収入額はおよその目安となります。

※上記の収入額を下回っている場合でも、年齢構成などで認定されない場合があります。あらかじめご了承ください。

☑ 2月28日(木)までに申請書を次の該当する方法で、各申請窓口へ提出してください。（土・日曜日、祝日を除く）

①小学校新1年生（支給予定額 40,600円）

・入学指定通知書とともに送付される申請書に必要事項を明記し、市・教育委員会学校教育課へ提出してください。

②中学校新1年生（支給予定額 47,400円）

・在籍する小学校で配布する申請書に必要事項を明記し、在籍する小学校へ提出してください。

◎申請書を提出する際は、平成29年所得税の確定申告書の写しまたは平成29年分の源泉徴収票の写しなどの収入を証明する書類（世帯全員分）の添付が必要となります。

◎申請結果は3月上旬に送付します。

「入学準備金」の支給時期は3月下旬となります。なお、上記期日までに申請していない場合でも、平成30年4月までに認定された方には4月以降に入学準備金を支給します。

☎ 市・教育委員会学校教育課 ☎ 42-3006

## 「平成30年度留萌市奨学生」募集のご案内

▼市では、子どもたちが自らの適性にあった進路を自由に選択できる教育環境を推進するため、奨学金の貸し付けを行っています。

詳しくは、市・教育委員会学校教育課へお問い合わせください。

### ●募集要領

☑ 留萌市に住民登録しており、次の条件の全てを満たしている方  
 ①大学や専門学校、高校に在学している方（平成30年度に新入学する方を含む）  
 ②経済的な理由で就学することが困難な方  
 （1年間の世帯収入が市で定めた基準以下の方に限る）  
 ③体が健康な方  
 （健康診断などで、就学することに支障がないと認められた方に限る）  
 ④優良な成績を修め、善良な性行の方（評定平均3.3以上の方に限る）  
 ⑤本人が属する世帯全員に市税の滞納がない方

### ☑ 貸付金額（1カ月分）

・大学（大学院や短期大学を含む）……………18,000円  
 ・専門学校……………14,000円  
 ・高校（高等専門学校を含む）……………9,000円

※返済期間は貸付終了後10年以内となり、無利息で貸し付けます。

☑ 2月28日(木)までに必要書類を次の該当する方法で、市・教育委員会学校教育課へ提出してください。（土・日曜日、祝日を除く）

①学生は在学する学校を経由し、市・教育委員会学校教育課へ提出  
 ②既卒業者は、市・教育委員会学校教育課へ直接提出

### 【必要書類】

#### ◎願書

※願書は市内の中学校や高校、市・教育委員会学校教育課で配布しています。また、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でも掲載しており、データをダウンロードし、印刷した願書も使用することができます。

#### ◎学校長の推薦書

◎成績証明書（学校が発行した調査書でも可）

◎健康診断書（学校が発行した健康診断書の写しでも可）

◎平成29年所得税の確定申告書の写しまたは平成29年分の源泉徴収票の写し（世帯全員分）

### 【決定後（奨学金の貸借契約）に必要な書類】

◎2人分の「保証人申出書」

◎入学する学校の「在学証明書」

◎連帯保証人の「印鑑登録証明書」「所得証明書」「納税証明書」

※連帯保証人は市内在住で、市税などの滞納がない方に限ります。

☎ 市・教育委員会学校教育課 ☎ 42-3006

# はーとふる 健康コラム

## 「みんなで高血圧予防！」

平成28年度に市が実施したアンケート調査では、高血圧症の方は全体の13.4%となりました。特に60代男性の高血圧症の割合は41.1%にも及ぶことが分かりました。

高血圧症を放置すると、動脈硬化が進み、心臓や脳の血管が詰まったり、破れるなどの恐ろしい病気になる可能性があります。このため、次のような生活習慣を心掛け、高血圧症の予防や改善を進めましょう。

### ●バランスの取れた食事

しょうゆをかけ過ぎないなどのできることから減塩に心掛け、色とりどりの野菜や海藻を食べましょう。

### ●運動でストレス発散

リラックスした状態で、つま先や踵の上げ下ろしを行うなどの下肢を意識した運動を行うと血流を良くなり、降圧効果が得られます。また、運動はストレス発散にもなります。

## 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。

6日(火)	1歳6カ月児(28年 7月生まれ)	【受付】 13:00 ～13:30
13日(火)	4カ月児(29年 9月生まれ) 9カ月児(29年 4月生まれ)	
20日(火)	3歳児(27年 1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6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。

1日(休)	10:00～11:00	13:00～15:30
-------	-------------	-------------

【ピンピンからだ広場(おおむね65歳以上)】

◎12日(月)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。

1日(休)	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。

14日(水)	10:30～11:30	千鳥児童センター
--------	-------------	----------

## 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) ☎43-8121

【2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。

3日(土) 13:00～14:30 ・市民BLS(一次救命処置)とAED体験講習会

7日(水) 14:00～15:00 ・マンスリー健康講話「尿がちかい～頻尿の原因と治療～」  
講師：西原腎・泌尿器科クリニック 院長 西原 正幸 氏

17日(土) 9:30～11:30 ・基礎老年医学講座③「循環器疾患(心不全、BLS)」  
講師：札幌医科大学 教授 小海 康夫 氏

24日(土) 13:30～15:30 ・「オレンジカフェ留萌 in 幌糠」会場：幌糠コミュニティセンター(幌糠町)

25日(日) 13:30～15:30 ・子ども実験室「作って実感、光のふしぎ」  
講師：NPO法人butokuraサイエンスインストラクター 中司 展人 氏

27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)

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

**2月25日の 日曜当番医院** **富山整形外科** 末広町1丁目 ☎42-2030 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■  
「医療・福祉・介護 お仕事紹介シリーズ(多職種連携カフェ)に参加しよう」

## ◎介護分野で働く方、これから働こうと考えている方に役立つ情報をお届けします

留萌地域では、医療・福祉・介護に関わる専門職がとても不足しています。

留萌市の高齢化率は、平成29年3月末現在で35.1%です。これは市民の3人に1人が高齢者ということとなり、「高齢社会への対応」「高齢者を支える人材不足」が地域の大きな課題になります。

今後、医療・福祉・介護に関わるニーズがさらに高まるとともに、認知症患者やひとり暮らしの高齢者世帯が増えてくると、より質の高い専門職の人材が求められるようになります。

るもい健康の駅では、これから社会に羽ばたく皆さんに高齢者を支える大切な人材となっていただくため、多職種連携カフェを開いています。

カフェのような雰囲気です。専門職(医師・看護師・ケアマネジャー・介護福祉士など)と一緒に、仕事の内容・魅力・やりがいなどを気軽におしゃべりしてみませんか。

中・高校生の皆さんの進路選択の参考になる内容となっていますので、ぜひご参加ください♪

## ■「医療・福祉・介護 お仕事紹介シリーズ(多職種連携カフェ)」開催のお知らせ

- 日 3月31日(土) 13:00～14:30
- 所 るもい健康の駅
- 対 中学生・高校生およびその保護者など
- 定 12人(完全予約制・要事前予約)
- 費 無 料
- 内 多職種連携カフェに参加する専門職(敬称略)
- 【医師】小海 康夫 【看護師】山崎 洋子 【主任ケアマネジャー】梅田 治子
- 【介護福祉士/介護予防運動指導員】小方 崇嗣

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

### オロロンひまわり基金法律事務所

弁護士 河本 晃輔

借金や家族関係、相続など…  
● どうぞお気軽にご相談ください ●  
● 借金問題の初回相談無料 ●

土・日、夜間 応相談

● 業務時間 / 9:00～18:00 ● 休業日 / 土・日・祝日

留萌市花園町2丁目2番13号 信和商事ビル2階4号室  
TEL. 0164-56-4312

至 留萌駅

オロロンひまわり基金法律事務所 (信和商事ビル2階4号室)

留萌信用金庫本店

231

オロロンひまわり基金法律事務所 検索

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よ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、みんなですすめ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 丈夫なからだとあかるい心を持ち、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 2月16日(金) 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

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

気軽にお申し込みください

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12月末現在

・総人口	21,760人 (-18人)
・男	10,395人 (-12人)
・女	11,365人 (-6人)
・世帯数	11,763世帯 (-3世帯)

※( )内は前月比

人口動態 平成29年12月末現在

・出生	6人	・転入	39人
・死亡	20人	・転出	42人

納税について

- 今月納期の市税 ・国民健康保険税 8期 納期限 2月28日(水)
- 夜間納税相談窓口 2月22日(木) 20:00まで
- 休日納税相談窓口 2月25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	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
	夕 5:05~5:10	

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

コラム カラダのハテナ？

「今から始めよう！骨粗しょう症予防」

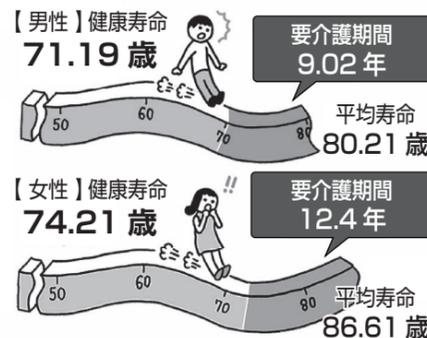
監修 市・保健医療課 管理栄養士 橋場 美野

健康寿命と骨粗しょう症

意外な関係が明らかになる？

第1回 (全4回)

●平均寿命と健康寿命



私たちの寿命は延び続け、今では「人生90年」に手が届きつつあります。平成28年度の調査による男女別の平均寿命では、男性が約80歳、女性が約87歳とさらに延びています。しかしその一方で、自立した生活を送れる期間の「健康寿命」は、平均寿命と比べて男性が約9年、女性が約12年といずれも短いことが分かりました。いつまでも元気に暮らすためには、「健康寿命」をいかに延ばすかが重要だと言えます。

骨粗しょう症による骨折は、「寝たきり」を招く原因に

健康寿命を阻害する大きな原因の一つに転倒による骨折が挙げられ、「寝たきり」の原因の約3割を占めています。

骨粗しょう症による骨折で特に注意したいのが、「背骨」「太もものつけ根」「肩」「手首」の4カ所です。

中でも、背骨の圧迫骨折は、自覚症状が現れにくく、骨が脆くなっても痛みがないまま、静かに進行することが多くあります。

また、自覚症状があっても、単なる老化現象だと考え、治療に結び付かずに放置されることもあります。気になるときは、すぐに骨粗しょう症検査を受診することをお勧めします。



問 市・コホートピア推進室 ☎ 49-6060



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いただきます。

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)

K17-01978(1801-1804)

## 風力発電事業用地を 探しています!

広さ 約300坪(約990㎡)以上

地代 年間最大150円/坪(約3.3㎡)

売却価値 詳細はお問い合わせ下さい。

SOLAR GARDEN ソーラーガーデン 運営会社:平成エレクトリック株式会社

**☎ 0120-333-843**

【受付時間】  
9:00～19:00(平日)

〒532-0003 大阪府大阪市淀川区宮原2-11-9 白鳳ビル2F ホームページ <http://www.solar-garden.com/>  
大阪府知事許可(般-24)第138797号 / 電気工事業(一般電気工作物・自家用電気工作物)