

暮らし 市民憲章実践旬間のお知らせ

▼毎年5月21日から31日までは「市民憲章実践旬間」です。市民憲章は、昭和48年3月に市民の心の道しるべとして制定されました。

市では、皆さんに市民憲章をより身近に感じてもらうため、啓発事業を行います。ぜひお立ち寄りください。

市民憲章の前文と目標は、広報るもい今月号の31ページ「留萌市情報アンテナ」をご覧ください。

日 5月21日(月)～31日(木) 8:50～17:20
(土・日曜日を除く)

所 市役所1階市民ラウンジ

内 パネル展示(市民憲章の生い立ちと歩み)ほか

問 市・政策調整課

☎ 42-1809

ごみ 「5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時までに下記へお願いします。

●5月の粗大ごみ収集日 日 所

16日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
17日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
18日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
23日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
24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
25日(金)	緑ヶ丘町、東雲町、南町、潮静、大和田、藤山町、幌糠町、中幌、樽真布町、南幌、峠下町、東幌

問 留萌南部衛生組合

☎ 43-2555 / 43-2588

暮らし 犬の登録・狂犬病予防注射について

▼犬の登録・狂犬病予防注射を実施します。狂犬病予防注射は、年1回受けることが法律で義務付けられていますので、必ず受けましょう。

また、登録していない犬を飼っている方は、登録手続き(生後91日以上、生涯1回)が必要となります。犬の登録は、市・環境保全課または予防注射の各会場で受け付けています。



●犬の登録・狂犬病予防注射

日 5月9日(水)～13日(日)

所 市内各会場

※会場や時間などは町内回覧または市ホームページ(<http://www.e-rumoi.jp/>)をご覧ください。

問 市・環境保全課

☎ 42-1806

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 5月16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 5月15日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)

問 市・市民課

☎ 56-5003

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、不動産など...

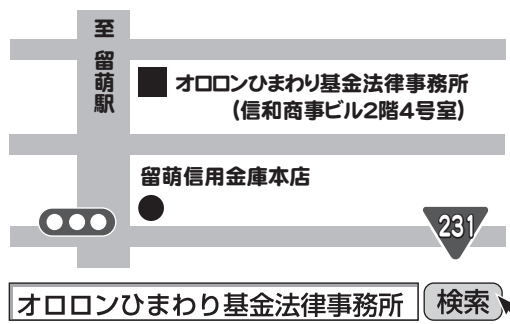
どうぞお気軽にご相談ください

●借金問題の初回相談無料

●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



▼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**

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-MAIL** メールアドレス

暮らし 「21世紀の桜の丘」市民育樹祭・夜桜ライトアップ開催のご案内

▼神居岩総合公園内の「21世紀の桜の丘」で、市民育樹祭・夜桜ライトアップをそれぞれ開催します。皆さんの参加をお待ちしています。詳しくは、下記へお問い合わせください。

【市民育樹祭】

日 5月13日(日) 10:00～11:00

所 神居岩総合公園
(集合場所 グリーンスポーツ管理棟前)

内 桜の植樹・施肥
(桜の苗・肥料・スコップは市で用意します)
※雨天決行となりますので、雨具をご用意ください。

※車でお越しの方は、グリーンスポーツ管理棟前の駐車場をご利用ください。

※送迎バスを右記のとおり運行します。

●送迎バス運行時間

停留場	到着予定時間
① 萌寿園正門前	9:10
② 旧ローソン沖見店前	9:13
③ 港南中学校前	9:16
④ 留萌市役所前	9:20
⑤ 樺沢金物店前	9:24
⑥ J R 留萌駅前	9:28
⑦ モスバーガー留萌店前	9:33
⑧ 留萌中学校正門前	9:36
⑨ 第2南町バス停	9:41
⑩ 神居岩総合公園	9:50

【夜桜ライトアップ】

▼神居岩総合公園では、今年も桜の開花時期に合わせて「夜桜ライトアップ」を開催します。道北電気工業協同組合留萌支部青年部の協力を得て、パークゴルフ場の駐車場からキャンプ場に通じる延長約60メートルの園路沿いの桜約30本に照明灯12基を配置します。日程が決まり次第、市ホームページ(<http://www.e-rumoi.jp/>)やエフエムもえる(FM76.9MHz)留萌市情報プラザなどでお知らせします。



▲神居岩総合公園の「夜桜ライトアップ」

問 市・都市整備課 **☎** 42-2010

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 0120-43-9000
留萌市花園町2丁目3-23

仏壇仏具専門店 NISHIKIDO 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

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 6月1日は「人権擁護委員の日」です

▼人権擁護委員は、離婚相談や家庭内の問題、借地借家、隣近所の問題など幅広い内容について相談に応じます。

なお、無料で相談ができ、秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

●「人権擁護委員の日」特設相談所を開設します

日 6月1日(金) 10:00～15:00

所 まちなか賑わい広場(るもいプラザ内)

●留萌市には、法務大臣が委嘱した下記の人権擁護委員がいます

- ながお よしこ 氏 ・ 長尾 佳子 氏
- あだち かよこ 氏 ・ 安達 香代子 氏
- つづき ひとし 氏 ・ 都筑 仁 氏
- まつもと しゅうじ 氏 ・ 松本 衆司 氏
- とみず しょうぞう 氏 ・ 戸水 正三 氏
- なかの とおる 氏 ・ 中野 亨 氏
- いばた ひさえ 氏 ・ 伊端 久枝 氏

問 旭川地方法務局留萌支局 ☎ 42-0492

留萌市以外からのお知らせ 自動車税は忘れずに納めましょう

▼自動車税の納期限は5月31日(木)です。

自動車税納税通知書の発付日は5月7日(月)となります。万が一、お手元に届かない場合は、札幌道税事務所(電話:011-746-1190)にご連絡ください。

なお、自動車税は、各金融機関や郵便局、指定のコンビニエンスストアのほか、公共料金支払い専用ホームページ「Yahoo! 公金支払い」(<http://koukin.yahoo.co.jp/>) を利用し、クレジット納税することもできます。

また、今年度から、納期内に納税すると応援店で特典サービスを受けることができる「自動車税スマイル納税キャンペーン」を実施します。詳しくは、北海道税務課ホームページ(<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/zim/>) をご覧ください。

問 留萌振興局税務課 ☎ 42-8418

学 ぶ 「手話講習会」を開催します

▼市では、留萌手話サークルと連携し、市民の皆さんに手話を普及することを目的とした手話講習会を開催します。講習会では、手話・聴覚障がいなどについて学習し、手話検定試験の合格を目指すとともに、手話で日常会話程度のコミュニケーションができることを目指します。ぜひご参加ください。

日 ・ 6月5日 / 12日 / 19日 / 26日

・ 7月3日 / 10日 / 24日 / 31日

・ 8月7日 / 21日 / 28日 (計11回)

いずれも火曜日 19:00～20:30

所 保健福祉センターはーとふる 定 15人

費 受講料 無料

教材費 3,300円 (昨年参加した方は教材費不要)

※教材は厚生労働省手話奉仕員養成カリキュラムに対応しています。

申 5月25日(金)までに下記へ電話でお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く)

問 市・社会福祉課 ☎ 42-1807

留萌市以外からのお知らせ 行政相談委員にご相談ください

▼行政相談委員は、皆さんと行政とのパイプ役です。行政の仕事(年金や道路、社会福祉など)について、皆さんからの苦情や要望を伺い、改善を図ります。

留萌市には、総務大臣が委嘱した行政相談委員がいます。相談は無料で、秘密は厳守されます。口頭または電話、手紙などでご相談ください。

●留萌市の行政相談委員

やぶた じょうじ 氏 ・ 藪田 譲治 氏
(電話:42-5346 住所:留萌市見晴町1丁目11-3)

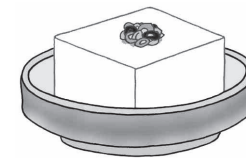
わたなべ たつじ 氏 ・ 渡辺 辰二 氏
(電話:42-5443 住所:留萌市港町1丁目20-1)

問 北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センター ☎ 0166-38-3011

学 ぶ 「風土工房こさえる料理講習会」のご案内①

▼風土工房こさえるでは、定期的に料理講習会を開いています。5月は2つの料理講習会をそれぞれ開催します。

1つ目は、留萌産大豆を使った「手づくり豆腐・厚揚げなど」の料理講習会です。ぜひご参加ください。



日 5月18日(金) 9:00～

定 10人

費 1,000円

内 講師:食を楽しむネットワーク「秋桜」

申 5月1日(火)から15日(火)までに下記へお申し込みください。(月・土・日曜日、祝日を除く)
※当日はエプロンや三角巾、マスクをご持参ください。

問 風土工房こさえる

☎ 43-4556

学 ぶ 「風土工房こさえる料理講習会」のご案内②

▼風土工房こさえるでは、定期的に料理講習会を開いており、5月は2つの料理講習会をそれぞれ開催します。

2つ目は、「手打ちうどん」の料理講習会です。ぜひご参加ください。

日 5月27日(日) 9:00～

定 10人

費 700円

内 講師:食を楽しむネットワーク「秋桜」

申 5月1日(火)から24日(木)までに下記へお申し込みください。(月・土・日曜日、祝日を除く)
※当日はエプロンや三角巾、マスクをご持参ください。

問 風土工房こさえる

☎ 43-4556

学 ぶ 「ピンピンからだ広場」に参加しませんか?

▼「ピンピンからだ広場」は、おおむね65歳以上の方を対象とした運動教室で、健康づくりを目的に通年で開催しています。備え付けの運動器具が利用できるほか、みんなで一緒に体操する時間を設けていますので、一人では運動が長続きしない方や会話を楽しみながら運動したい方にお勧めです。

日 毎週月曜日 10:00～12:00 / 13:30～15:30 (祝日を除く)

毎週金曜日 13:30～15:30 (祝日を除く)

※いずれも時間内の出入りは自由となります。
※上靴をご持参の上、直接会場へお越しください。

所 保健福祉センターはーとふる機能訓練室

費 無料

問 市・地域包括支援センター(はーとふる内)

☎ 49-6060

学 ぶ 図書館からのお知らせ

▼5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～
・11日(金)「おでかけ」 ・26日(土)「ちょうちょ」

●映画会 10:30～

・4日(金・祝) 「トムとジェリー」(アニメ・50分)

・5日(土・祝) 「ドラえもん のび太のねじ巻き都市冒険記」(アニメ・100分)

・6日(日) 「ティファニーで朝食を」(洋画・114分)

●休館日

・7日(月) / 14日(月) / 21日(月) / 28日(月)
月曜休館

・25日(金) 館内整理休館

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



おとなのためのおはなし会 日 5月8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 5月27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

一歩前に踏み出そう! 仲間が、仕事が待っている!

「療育手帳を持って働いていたが辞めた」「一般企業で働いていたが、対人関係が苦手なうつを発症し、治療中である」「内臓疾患などがあり、身障者手帳を持っている」「障がいがあり、年齢や体力面で一般企業で働くのは無理と考えている」...

まずは一歩踏み出して相談を!

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



留萌市見晴町2丁目27番地(中央公民館内)

☎ 43-3888 E-mail chao@bz03.plala.or.jp

仕事内容

◎各種軽作業(室内外)

◎喫茶業務(2店舗)

随時、見学受付中!
(要予約)

「後期高齢者医療制度」のお知らせ

～制度の見直しについて～

▼後期高齢者医療制度の見直しに伴い、保険料の軽減割合などが変更となりました。なお、平成30年度の保険料は、7月中旬に通知書を郵送してお知らせします。

●保険料の計算方法（平成30年4月から）

均等割【1人当たりの額】 5万205円	+	所得割【被保険者本人の所得に応じた額】 (H29年中の所得-33万円)×10.59%	=	1年間の保険料【限度額62万円】 ※100円未満切り捨て
------------------------	---	---	---	---------------------------------

※年度の途中に加入した場合は、加入した月から月割で計算します。

●1年間の保険料の賦課限度額（平成30年4月から）

平成29年度 57万円	→	平成30年度 62万円
----------------	---	----------------

●均等割2割・5割軽減の範囲（平成30年4月から）

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円+(27万5,000円×世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円+(50万円×世帯の被保険者数)	2割軽減

●被用者保険の被扶養者だった方の軽減割合（平成30年4月から）

所得割	均等割
掛かりません	5割軽減

※所得状況により、均等割の軽減割合が9割または8.5割に該当する場合があります。

●所得割の軽減割合（平成30年4月から）

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	軽減なし

●高額療養費の限度額（平成30年8月から）

区分	1カ月の自己負担限度額	
	外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
現役並み 所得者	課税所得 690万円以上	25万2,600円+(医療費-84万2,000円)×1% ※1【14万100円】
	課税所得 380万円以上	16万7,400円+(医療費-55万8,000円)×1% ※1【9万3,000円】
	課税所得 145万円以上	8万100円+(医療費-26万7,000円)×1% ※1【4万4,400円】
一般	1万8,000円 ※2【14万4,000円】	5万7,600円 ※1【4万4,400円】
住民税非課税世帯	区分Ⅱ	8,000円
	区分Ⅰ	1万5,000円

※1 …… 多数該当（世帯単位での高額療養費の支給に過去12カ月で3回以上該当し、4回目以降の支給該当となる世帯）の場合の自己負担限度額

※2 …… 1年間の自己負担限度額

問 市・市民課 ☎ 42-1805

問 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601

留萌市以外から「夏休み海外研修交流事業」参加者募集のご案内

▼公益財団法人国際青少年研修協会では、「夏休み海外研修交流事業」の参加者を募集しています。

この事業は、参加者や外国の仲間と一緒に親睦を深め、体験を通じて国際性を養うことを目的としています。

参加者の7割以上が一人で参加し、初めて海外へ行く方もたくさんいます。全国各地から参加する仲間との出会いもこの事業の楽しみの一つです。なお、仲間づくりへの協力も行いますので、安心してご参加ください。

詳しくは、下記へお問い合わせいただくか、公益財団法人国際青少年研修協会ホームページ（http://www.kskk.or.jp/）をご覧ください。

日 7月26日(木)～8月16日(木)(8～18日間)

所 研修先の一例

- ◎イギリス ◎カナダ ◎サイパン
- ◎シンガポール など

対 小学校3年生から高校3年生までの児童・生徒

費 25万8千円～63万8千円

内 ホームステイ/ボランティア/文化交流/学校体験/英語研修/地域見学/野外活動など
※「夏休み海外研修交流事業」では、9コースを設けています。日程や研修先、対象などは各コースによって異なります。

※各コースの資料は下記へご請求ください。

申 5月22日(火)および6月8日(金)(コースによって異なる)までに、郵送またはファクス、電子メールのいずれかの方法で下記へお申し込みください。

問 公益財団法人国際青少年研修協会
(〒141-0031 東京都品川区西五反田7-15-4)

☎ 03-6417-9721

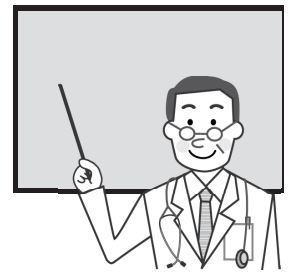
FAX 03-6417-9724

✉ info@kskk.or.jp

留萌市以外から「北海道メディカルミュージアム」開催のお知らせ

▼旭川医科大学では、インターネット医学講座「北海道メディカルミュージアム」を開催しています。

講座では、医師や看護師が「病気治療の最新情報」「健康に暮らすための知識」などについて分かりやすく解説します。なお、講座の受講は無料です。



詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 5月15日(火) 14:00～15:00

所 視聴会場 保健福祉センターはーとふる

内 テーマ「糖尿病から腎臓を守ろう」

問 旭川医科大学

☎ 0166-65-2111

HP <http://www.asahikawa-med.ac.jp/>

留萌市以外から「スマイルステップで「ステップ・エクササイズ」を始めてみませんか？」

▼ステップ・エクササイズは、音楽に合わせて踏み台を上り下りする有酸素運動です。

楽しみながら、一緒に汗を流しましょう。



日 毎週木曜日

13:00～14:00(祝日を除く)

所 スポーツセンター小体育館

費 1回700円(実費相当分)

内 ◎インストラクターが指導します。

◎動きやすい服装でご参加ください。

◎運動靴やスポーツタオル、飲み物などをご持参ください。

※無料体験も可能です。

問 スマイル・ステップ(阿部礼子代表)

☎ 42-3005

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)