

環境 不法投棄は犯罪です

▼きれいな地域環境を守るため、不法投棄は絶対に許されません！ 河川や道路などの公共地や私有地に不法投棄した場合、個人には5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金、法人には3億円以下の罰金が科せられます。不法投棄を見つけた場合は、下記の通報先へご連絡ください。

通 報 先	電 話 番 号
市・環境保全課	42-1806
留萌振興局環境生活課	42-8432
留 萌 警 察 署	42-0110
留萌開発事務所総務課	42-3126

問 市・環境保全課 ☎ 42-1806

税・年金・保険 新成人の皆さんへ！ 20歳になったら「国民年金」

▼「国民年金」は、加入者が給付年齢に達した場合や病気・けがで障がいが残った場合などに年金を受け取ることができる制度です。

「国民年金」には、20歳から60歳までの方が加入します。国が責任をもって運営しているため安定しており、年金の給付は生涯にわたり保障されます。

「国民年金」には老齢年金のほか、障害年金や遺族年金があります。障害年金は、病気やけがで障がいが残った場合に加入者に給付され、遺族年金は、加入者が死亡した場合にその加入者が生計を維持していた遺族(子のある配偶者や子)に給付されます。

●「学生納付特例制度」「保険料納付猶予制度」

「学生納付特例制度」は学生、「保険料納付猶予制度」は学生を除く20歳から50歳未満の方をそれぞれ対象にしており、加入者(保険料納付猶予制度は加入者および配偶者)の所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予される制度です。

問 市・市民課 ☎ 42-1805

問 留萌年金事務所 ☎ 43-7211

学 ぶ 図書館からのお知らせ

▼1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～・8日(水)「ねずみ」・25日(土)「つめたい」

●映画会

12日(日)	10:30～	「ざんねんないきもの事典」(アニメ・50分)
	13:30～	「三度目の殺人」(邦画・124分)
19日(日)	10:30～	「三度目の殺人」(邦画・124分)
	13:30～	「ざんねんないきもの事典」(アニメ・50分)

●休館日

- ・13日(月・祝) / 20日(月) 月曜休館
- ・12月30日(月)～1月6日(月) 年末年始休館
- ・1月27日(月)～2月3日(月) 蔵書点検休館

問 市立留萌図書館 ☎ 42-2300

ご み 「1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。

●1月の粗大ごみ収集日 日 所

22日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
23日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
24日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
29日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
30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
31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



知りたい情報が いっぱい!

くらしのお知らせ

▲市の木「アカシア」

凡例 →

☑ 日程・日時

📍 場所・会場

👤 対象

👥 定員

💰 費用

📄 内容

📝 申込方法など

🗨️ 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

学 ぶ 寺子屋・るもいっこ「学びのひろば」開催のご案内

▼市では、子どもたちの基礎学力の向上などを目的として、寺子屋・るもいっこ「学びのひろば」を開設しています。元教員らがそれぞれの学習レベルに合わせてながら、楽しく分かりやすく勉強を教えます。

●1月の開催日程

日 1月11日・18日・25日 いずれも土曜日 13:00～15:00 ※自由に出入りできます。

所 市立留萌図書館視聴覚室

対 小・中学生 費 無料(申込不要)

※当日は宿題や問題集などの学習道具をご持参ください。

問 市立留萌図書館

☎ 42-2300

学 ぶ 「Let's! 離乳食」開催のご案内

▼お子さんの成長に合わせて、楽しく離乳食を作りませんか? 詳しくは、下記へお問い合わせください。

●「Let's! 離乳食」～親と子のこころを育てる離乳食教室～

日 1月31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 生後4カ月以上1歳未満の乳児とその保護者

定 10組 費 無料

申 1月23日(木)まで(土・日曜日、祝日を除く)

※当日はエプロン、三角巾、筆記用具、お子さんの飲み物をご持参ください。

問 市・保健医療課(はーとふる内)

☎ 49-6050

暮らし 法律に関する悩みごとはありませんか? (留萌市内無料法律相談会)

▼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、遺産相続や離婚問題、金銭の貸借などの皆さんの相談に応じます。

相談会に参加するためには、前日までに下記へ予約が必要です。なお、参加予約は先着順となります。

●電話予約から相談会参加までの流れ

- ①相談会の前日までに市・市民課へ電話する。
- ②相談時間を予約する。
※予約する際に相談内容をお伝えください。
- ③相談会当日、会場へ行き弁護士に相談する。

日 1月15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 1月14日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)

問 市・市民課 ☎ 56-5003

その他 「スキー用具募集」のお知らせ

▼留萌市PTA連合会では、小・中学生用のスキー用具を募集しています。提供いただいたスキー用具は、「スキーリサイクル」として市内の小・中学生に配布し、スキー学習に活用します。

提供いただける方は、募集期間内に直接スキー用具を最寄りの小・中学校へお持ち込みください。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

●募集しているスキー用具

- ・リサイクル可能なカービングスキー
- ・ストック・スキー靴(いずれも10年以内のもの)

問 留萌小学校(担当:野口教頭)

☎ 42-1720



「わかった」「できた」その先へ。

NEXT 生徒随時募集中!!

未来を支える青少年の育成と教育を通しての社会貢献
ひとりひとりの「なるほど」「わかった」「できた」を大切に!

- 小学生……1教科3,000円(月額)
- 中学生……1教科4,000円(月額)
- 定期テスト対策……5教科10,000円(月額)
- 会 費……1,000円(年額)

NPO法人 学習支援団体 NEXT

留萌市錦町2丁目3-1(るもいプラザ構)

お問い合わせ(担当) https://next-juku.net/

メンタル心理カウンセラー すがわら 菅原
総合心理カウンセラー 事務局長

☎ 0164-56-1925
☎ 090-9517-5681

腎臓仙

このような症状の方に

- ・急性腎臓炎・慢性腎臓炎・膀胱カタル(膀胱炎)
- ・尿道炎・妊娠腎・妊娠中毒症
- ・感冒その他高熱性疾患後の腎炎・高血圧症

以上の諸症および

- ・脚気に起因するむくみ
- ・動悸・頭痛・肩こり・めまい・耳鳴り



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

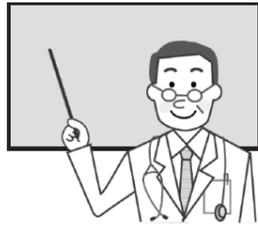
家政婦さんをご紹介しますために、家政婦さんとして働いてみたい方の登録を受け付けています。

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)

留萌市以外からのお知らせ 「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。

☎ 1月23日(木) 14:00～15:00

📍 視聴会場 保健福祉センターはーとふる

📄 テーマ 「高齢者とこころの健康」

📞 旭川医科大学

☎ 0166-65-2111

🌐 <http://www.asahikawa-med.ac.jp/>

留萌市以外からのお知らせ 緊急通報は「110番」、その他のご相談は「#9110」にご連絡を！

▼「110番」は、緊急の事件や事故などをいち早く通報するための緊急電話番号です。

110番通報する際は、警察官の指示に従い、慌てずに落ち着いて、現場到着を迅速にするためにも、事件・事故現場の住所または付近の目印となる建物などの情報を正確にお伝えください。

なお、車内から携帯電話などで緊急通報する際は、安全な場所に車を止めてから行いましょう。緊急通報であっても、車を運転しながら携帯電話を通話した場合は、法令違反となって罰則の対象となります。

このほか、警察への相談（拾得物の届け出や緊急を要さない相談）などは、専用電話「#9110」または下記へご連絡ください。また、メール110番や110番アプリなどもありますので、必要な方はそちらをご利用ください。

📞 留萌警察署 ☎ 42-0110

市政情報・広報 「農業委員の候補者」募集について

▼農業委員の選出方法は、農業委員会法の改正により、平成28年4月1日から「市町村長の任命制」に変わりました。

農業委員の候補者については、市町村が農業団体や地域に推薦を求めるほか、農業経営者や農業事情に詳しい方などが応募することもできます。なお、候補者の募集時期は2月を予定しています。詳しくは、下記へお問い合わせいただくか、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

📞 市・農業委員会 ☎ 42-2086

市政情報・広報 「競争入札参加資格審査申請」のご案内

▼令和2年度の競争入札参加資格審査申請は、市・総務課契約係へ申請書をご持参ください。

また、物品などについては、3年間の資格期間が終了し、申請の更新年となります。申請漏れがないようご注意ください。なお、建設工事・設計・船舶については、申請の中間年となります。市内事業者は、令和元年度・2年度の登録が済んでいる場合であっても、納税証明書などの書類の提出が必要です。詳しくは、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

📅 受付期間 1月20日(月)～2月14日(金)
9:00～11:30 / 13:00～16:00
(土・日曜日、祝日を除く)

※申請期間は混雑が予想されます。市内業者は、1月20日(月)から24日(金)までの早期申請にご協力ください。

●提出書類

①申請書	・工事など…市町村統一様式 ・物品など…留萌市独自様式
②納税証明書	・留萌市税 ・本店所在地の市町村税 ・消費税
③その他書類	・市税外納付調査の同意書

📞 市・総務課 ☎ 42-1803

税・年金・保険 「償却資産の申告」について

▼償却資産（事業に使用できる機械や器具、備品など）は固定資産税の課税対象となります。申告期限は1月31日(金)までとなりますので、期限内の申告をお願いします。

●申告対象となるもの

- ①構築物（看板や鉄塔、家屋付設備など）
- ②機械および装置（旋盤やベルトコンベヤーなど）
- ③船舶（漁船や貨物船、モーターボートなど）
- ④車両および運搬具（大型特殊自動車など）
- ⑤工具・器具、備品（測定工具や机、パソコンなど）

●申告対象とならないもの

- ①使用可能期間が1年未満の資産
- ②少額償却資産
 - ・取得価額が10万円未満の資産で、法人税法などの規定に基づき、一時に損金として算入する資産
- ③一括償却資産
 - ・取得価額が20万円未満の資産で、法人税法などの規定に基づき、3年間で一括して均等償却する資産
- ④自動車税、軽自動車税の課税対象となる資産
- ⑤無形減価償却資産

エルタックス
「eLTAX（地方税ポータルシステム）」を利用することで、会社や自宅のパソコンでも償却資産状況をはじめ、法人道民税や法人事業税、地方法人税などの申告ができます。利用方法など詳しくは、専用ホームページ (<http://www.eltax.lta.go.jp/>) をご覧ください。

【償却資産について】

📞 市・税務課 ☎ 42-1804

【エルタックスについて】

📞 市・税務課 ☎ 56-5004

📞 留萌振興局税務課 ☎ 42-8416

税・年金・保険 「後期高齢者医療に係る医療費通知」について

▼「後期高齢者医療に係る医療費通知」は、皆さんが利用した医療費総額などをお知らせするもので、対象期間に医療機関などで受診した全ての被保険者へ9月（1～6月分）と3月（7～12月分）の年2回送付されています。

- 一部の受診記録（医療機関で請求遅れのものや請求内容が審査中のものなど）が記載されていない場合があります。
- 市町村の医療費助成などで、記載されている自己負担額が実際に支払った金額と異なる場合があります。
- この通知は受診状況をお知らせするもので、請求書ではありません。また、特に手続きなどを行う必要もありません。

📞 市・市民課 ☎ 42-1805

📞 北海道後期高齢者医療広域連合

☎ 011-290-5601

税・年金・保険 「確定申告会場」設置のご案内

▼市と留萌税務署では、下記の日程で「確定申告会場」を設置します。申告書の作成には、時間がかかりますので、お早めにお越しください。

また、e-Taxを利用してご自宅や事務所などから確定申告を行う場合は、国税庁ホームページ (<https://www.e-tax.nta.go.jp/>) で申告書作成の手順が掲載されています。ぜひご参照ください。

📅 ①市・税務課（市役所本庁舎1階）

2月17日(月)～3月13日(金)
9:00～11:30 / 13:00～16:00
(土・日曜日、祝日を除く)

②留萌税務署（還付申告も受け付けています）

2月17日(月)～3月16日(月)
9:00～16:00 (土・日曜日、祝日を除く)

📞 市・税務課 ☎ 56-5004

📞 留萌税務署 ☎ 42-0661

一歩前に踏み出そう！仲間が、仕事が待っている！

「療育手帳を持ってい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」...

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



- ・留萌市開運町2丁目6番3号 ☎42-8666【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） ☎43-3888【ちゃおピッコロ】

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）

オロロンひまわり基金法律事務所

- ・相続・離婚・成年後見・不動産・交通事故
- ・企業のご相談・契約書作成・借金・過払金 など

弁護士 河本 晃輔

どうぞお気軽にご相談ください

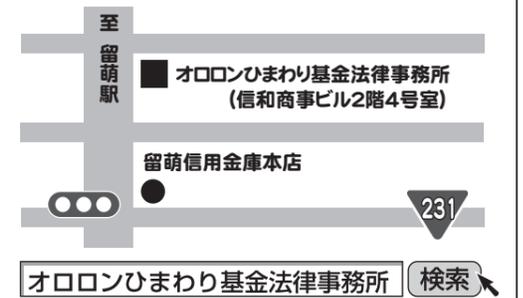
女性・高齢者のご相談も多く受けています。

●相続・借金・過払金の相談無料

●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



オロロンひまわり基金法律事務所 検索

冬の特定健診とがん検診のご案内

※広報るもい4月号（No.733）に折り込みした用紙（水色）「留萌市保健予防事業一覧」でも掲載しています。

▼生活習慣病やがんの早期発見・早期治療などを目的とした健（検）診を実施します。ご自身の健康チェックのため、必ず受診しましょう。詳しくは、下記へお問い合わせください。

健（検）診の実施日程

所 保健福祉センターはーとふる

日 程	時 間	特 定 健 診	胃 がん 検 診	肺 がん 検 診	大 腸 がん 検 診	肝 炎 ウィ ル ス 検 診	エ キ ノ コ ッ ク ス 症 検 診	乳 がん 検 診	子 宮 頸 がん 検 診	骨 粗 しょう 症 検 診
2月20日(木) ※女性限定	16:00～17:30	×	×	×	○	×	×	○	○	○
2月21日(金)	7:00～7:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
	8:00～11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2月22日(土)	7:00～7:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
	8:00～11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○

対 費

項 目	対 象 者	料 金		
		一 般	市国保	75歳以上
特 定 健 診	・40歳以上の方で、国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者		500円	500円
心 電 図	・特定健診を受診する方		500円	500円
胃 がん 検 診	・40歳以上の市民	1,500円	500円	無 料
肺 がん 検 診		1,000円	500円	無 料
大 腸 がん 検 診		500円	500円	無 料
肝 炎 ウィ ル ス 検 診		500円	500円	無 料
エ キ ノ コ ッ ク ス 症 検 診	・小学校3年生以上の市民	無 料	無 料	無 料
乳 がん 検 診	・35歳以上の女性市民	2,400円	500円	無 料
子 宮 頸 がん 検 診	・20歳以上41歳以下の女性市民	2,200円	500円	
	・42歳以上の女性市民	1,200円	500円	無 料
子 宮 超 音 波 検 査	・子宮頸がん検診を受診する方	500円	無 料	無 料
骨 粗 しょう 症 検 診	・40歳以上70歳以下の女性市民	500円	500円	

※子宮がん・乳がん検診は、2年に1回の受診となります。

※乳がん検診はマンモグラフィーのみとなります。

●希望する方は下記の検診も受診可能です

項 目	対 象 者	料 金
ピ ロ リ 菌 検 査	・胃がん検診を受診する方	1,500円
腫 瘍 マ ー カ ー (消 化 器)	・特定健診または胃がん検診を受診する方	1,200円
腫 瘍 マ ー カ ー (す い 蔵)		1,500円
腫 瘍 マ ー カ ー (婦 人 科)	・特定健診を受診する方	1,600円
腫 瘍 マ ー カ ー (前 立 腺)	・50歳以上の男性	1,500円
HPV 検 査 (ヒ ト パ ピ ロ ー マ ウィ ル ス 検 査)	・子宮頸がん検診を受診する42歳以上の女性	4,500円

※上記の検査は、検査受託業者が独自に実施する検診となります。

※受診を希望する方は、健（検）診を予約する際に併せてお申し込みください。

申 1月20日(月)から31日(金)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

問 市・保健医療課 (はーとふる内) ☎ 49-6080 (受付時間9:00～17:00)

◎協会けんぽ（全国健康保険協会）加入者のご家族の方も特定健診を受診できます。（受診券が必要）

◎特定健診、胃がん検診を受診する方は、「ピロリ菌検診」「腫瘍マーカー」も追加受診できますので、申し込みの際にお問い合わせください。

◎生活保護受給者は、受給証明書をご持参ください。

◎全ての健（検）診は30分ごとの予約制となり、時間ごとに定員があります。

留萌市以外からのお知らせ

「放送大学4月入学生募集」のご案内

▼放送大学では、「令和2年4月入学生」を募集しています。

放送大学は、テレビなどの放送やインターネットで授業を行う通信制の大学で、心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学分野など約300科目の中から、ご自身が関心のあるものを自由に選べ、1科目だけでも学ぶことができます。

ご希望の方には、詳しい資料を無料で送付しますので、お気軽に下記へお問い合わせください。また、放送大学ホームページ（http://www.ouj.ac.jp）でもご覧いただけます。

費 授業料（半年間）1科目 11,000円

※入学金が別途かかります。

申 出願期間 1回目：11月26日(火)～2月29日(土)
2回目：3月1日(日)～17日(火)

※インターネット出願も可能です。

問 放送大学北海道学習センター

☎ 011-736-6318

お詫び

広報るもい12月号（No.741）17ページ掲載のお知らせ「令和2年度『保育園の入園児』募集のご案内」にある「各施設の募集定員・保育対象など」の項目に誤りがありました。正しくは次のとおりです。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫びします。

・留萌保育園 送迎バス※有料（定員18人）

※原則2歳児以上

・沖見保育園 送迎バス※原則2歳児以上

【「保育園の入園児」募集に関するお問い合わせは】

問 市・教育委員会子育て支援課

☎ 42-1808

留萌市以外からのお知らせ

「増毛町営暑寒別岳スキー場無料送迎バス運行」のご案内

▼今年も「増毛町営暑寒別岳スキー場無料送迎バス」を1月と2月の各土・日曜日、祝日の合わせて20日運行します。なお、乗車定員は40人程度となり、乗車できない場合もありますので、あらかじめご了承ください。詳しくは下記へお問い合わせください。

●時刻表

行 き	留萌合同庁舎前発 9:30	→	ス キ ー 場 着 10:15
帰 り	ス キ ー 場 発 16:30	→	留萌合同庁舎前着 17:15

問 増毛町営暑寒別岳スキー場

☎ 53-3002

留萌市以外からのお知らせ

なくそう！望まない受動喫煙

▼健康増進法の一部改正に伴ってほとんどの施設が原則屋内禁煙になり、たばこを吸わない方が受動喫煙に遭う機会が大きく減少しています。

国では、子どもや病気の方らに配慮するとともに、より一層の健康リスクの低減を実現する社会へ向けた整備を推進しています。詳しくは、厚生労働省ホームページ（https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp/）をご覧ください。

- ①多数の方が利用する施設（第二種施設）は、原則屋内禁煙となります。
- ②喫煙可能な設備を持った施設には、指定された標識の掲示が義務付けられています。
- ③20歳未満の方は、喫煙を目的にしない場合（清掃業務など）であっても、喫煙エリア（屋内・屋外を問わず、全ての喫煙室および喫煙設備）への立ち入りが禁止されています。

問 留萌保健所企画総務課 ☎ 42-8326

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
Nishikido

安心の24時間電話対応
留萌市花園町2丁目3-23

☎ 0120-43-9000
※携帯電話・PHSからもご利用いただけます。



●安心してお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さし橋向) Tel. (0164) 42-8111
■ 営業時間 AM 10:00～PM 6:30 ■ 定休日 毎週火曜日