

教育・文化・スポーツ 「こころの健康づくり講演会」開催のお知らせ

▼市では、皆さんが心の健康を維持し、生き生きと暮らすことを応援するため、心の健康づくり講演会（心の健康啓発事業）「こころもからだもリフレッシュ！ チェアヨガ体験」を開催します。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 11月6日(金) 13:30～15:00

所 保健福祉センターはーとふる2階多目的ホール

定 30人（定員になり次第締め切り） 費 無料

内 講師 ヨガインストラクター 加藤美奈子氏
※当日は、水分補給用の飲み物やタオルをご持参の上、動きやすい服装でお越しください。

※新型コロナウイルスの感染対策のため、マスクの着用をお願いします。

申 10月30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

TEL 49-6050

市以外の お知らせ 全国労働衛生週間の実施について

▼10月1日から7日までは「全国労働衛生週間」です。事業場での労働衛生意識の高揚を図るとともに、自主的な労働衛生管理活動の一層の促進に取り組みましょう。

全国労働衛生週間の期間中は、道内各地で関係機関による労働衛生広報資料の作成や配布をはじめ、労働衛生講習会や、事業者間の意見交換を行うワークショップなどを行います。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

令和2年度スローガン

「みなおして 職場の環境 からだの健康」

問 北海道労働局労働基準部健康課

TEL 011-709-2311

教育・文化・スポーツ 「風土工房こさえーる料理講習会」のご案内

▼風土工房こさえーるでは、10月に「めんつゆ・練り味噌づくり」「手打ちうどん」の料理講習会をそれぞれ開催します。ぜひご参加ください。

●めんつゆ・練り味噌づくり

日 10月22日(木) 9:00～ 定 10人

費 1,400円

（めんつゆ 1,300円、練り味噌 100円）

●手打ちうどん

日 10月18日(日) 9:00～

定 10人

費 1,000円

◎共通事項

内 講師：食を楽しむネットワーク「秋桜」

申 10月1日(木)から13日(火)までに下記へお申し込みください。

（月・土・日曜日を除く）

※当日はエプロンや三角巾、マスクをご持参ください。

問 風土工房こさえーる TEL 43-4556

教育・文化・スポーツ 図書館からのお知らせ

▼10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～

※いずれも当日先着10組までとなります。

・7日(水)「うた」

・24日(土)「もぐもぐ」

●映画会

・10月の映画会はありません。

●休館日

・5日(月) / 12日(月) / 19日(月) / 26日(月)

月曜日休館

・30日(金) 館内整理休館

問 市立留萌図書館

TEL 42-2300

▼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 TEL 電話 FAX ファクス HP ホームページ メールアドレス

暮らし・手続き 「令和2年国勢調査の実施」について

▼令和2年国勢調査は、10月1日現在で日本に住んでいる全ての世帯を対象に実施します。調査で得た回答は、生活環境の改善や防災計画など、私たちの生活に欠かせないさまざまな施策に役立てられます。

なお、調査の従事者には、守秘義務が課せられています。皆さんからの回答が外部に出ることはありません。安心して調査にご回答ください。

また、今回の調査のうち、対面での説明が必要な際は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、一定の距離を保ちながら、簡潔に説明します。ご理解とご協力をお願いします。

※調査への回答は可能な限り、郵送またはインターネットで回答ください。ご理解とご協力をお願いします。

問 市・総務課

TEL 56-5002

暮らし・手続き 「10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。

●10月の粗大ごみ収集日 日 所

21日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
22日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
23日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
28日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
29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
30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 TEL 43-2555 / 43-2588

暮らし・手続き 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 10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

申 10月20日(火)まで（土・日曜日を除く）

問 市・市民課

TEL 56-5003

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 山村 晃一

女性・高齢者のご相談も多く受けています。

どうぞお気軽にご相談ください

●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

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

オロロンひまわり基金法律事務所 検索

留萌観光協会 インフォメーション 0164-43-6817

10月11日(日)まで

沖見浜中海浜公園 24時間トイレ・炊事場
黄金岬海浜公園 24時間トイレ・炊事場

10月25日(日)まで

海のふるさと館 入場無料・期間内無休 9:00～18:00
留萌沖三船遭難関連資料を展示中

マチの観光案内いたします♪

観光案内所 お勝手屋 9:00～18:00 無休 (年末年始・一部冬期除く)
お勝手屋 留萌市 観光案内所

1階ロビー 特別展示

KAZUMOちゃん部屋も あります♪

市以外のお知らせ 「北海道立北の森づくり専門学院(北森カレッジ)」出願受付のご案内

▼北海道立北の森づくり専門学院(北森カレッジ)では、北海道の森林づくりへの意欲に溢れた方を募集しています。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

①推薦入試

日 試験日：10月26日(月)
所 試験会場：旭川／札幌／帯広／東京
申 出願期間：10月1日(木)～15日(木)

②一般入試

日 試験日：11月16日(月)
所 試験会場：旭川／札幌／帯広／東京／福岡
申 出願期間：10月12日(月)～29日(木)

◎共通事項

対 道内の林業・木材産業関係企業などへの就職を希望する、高卒以上の40歳以下の方
問 留萌振興局林務課
TEL 42-8456

市以外のお知らせ 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。

公証制度の詳細については、下記へお問い合わせください。

問 旭川公証人合同役場
TEL 0166-23-0098
問 旭川地方法務局
TEL 0166-38-1144

市以外のお知らせ 「安全安心なまちづくりの日」「全国地域安全運動」の実施について

▼10月11日は「安全安心なまちづくりの日」です。これにちなみ、「全国地域安全運動」が全国一斉で実施されます。運動期間中は、人と人との絆を強めるとともに、防犯意識を高めて犯罪のない、安心して暮らせる北海道を目指しましょう。

日 運動期間：10月11日(日)～20日(火)

内 運動重点：

●子どもと女性の犯罪被害防止

- ①子どもに関する事項
 - ◎「いかのおすし」の防犯標語での防犯指導をはじめ、登下校の見守り活動を行いましょう。
 - ◎ウォーキングやジョギング、買い物などの中で「ながら見守り」にご協力ください。
 - ◎お子さんに防犯グッズ(防犯ブザーやホイッスルなど)を持たせましょう。
- ②女性に関する事項
 - ◎夜間に移動する際は、できるだけ人通りの多い、明るい道を選びましょう。
 - ◎イヤホンで音楽を聴きながら歩いたり、スマートフォンなどを操作しながら歩く「ながら歩き」はやめましょう。
 - ◎日頃から、防犯ブザーなどの防犯グッズを携帯しましょう。

●特殊詐欺の被害防止

- ◎家族間で連絡を取って詐欺に関する話題などを話し合い、日頃から家族で情報共有をしておきましょう。
- ◎「自分は大丈夫」という思い込みは要注意です。「自分も騙されるかもしれない」という心構えを持ち、実際に詐欺と思われる電話があった際も冷静に対応しましょう。

問 留萌警察署 **TEL** 42-0110

市以外のお知らせ 「ふるさとの魅力再発見! キャンペーン」実施中!

▼北海道では、新型コロナウイルス感染症によって大きな影響を受けた地域経済を立て直すとともに、地域の魅力を再発見するため、「ふるさと魅力再発見! キャンペーン」を実施しています。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

●ふるさと魅力再発見! スマホスタンプラリー

お住まいの振興局管内を巡るスマホスタンプラリーで、獲得スタンプに応じ、振興局ごとに地元特産品などを抽選でプレゼントします。

●ふるさと魅力再発見! ふるさとタイムライン キャンペーン参加は下記QRコードから

ツイッターなどのSNSに(#ふるキャン_留萌振興局)を付けて投稿してください。投稿者には地元特産品などを抽選でプレゼントします。



◎共通事項

日 開催期間 9月19日(土)～11月9日(月)
問 留萌振興局地域政策課
TEL 42-8421

市以外のお知らせ エゾシカ狩猟期間の注意点について

▼令和2年度のエゾシカ狩猟期間は、10月1日(木)から翌年3月31日(木)となっています。入林手続きなどの詳細については、下記へお問い合わせください。

猟銃事故の防止および残滓(ざんし)処理の徹底など、マナーの厳守をお願いします。また、エゾシカ狩猟期間中は、狩猟目的以外の入林を自粛いただきますよう、ご協力をお願いします。

【国有林についてのお問い合わせは】

問 留萌南部森林管理署
TEL 42-2515
HP <http://www.rinya.maff.go.jp/hokkaido/apply/nyurin/syuryou.html>

【道有林についてのお問い合わせは】

問 北海道水産林務部森林環境局道有林課
TEL 011-204-5519

やる気成績共にUP! [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 3,500円(月額)※英語は4,000円
- 中学生…1教科 4,000円(月額)
- 定期テスト対策…5教科 12,000円(月額)
- 会費……………1,000円(年額)

AIアプリ導入! 更なるステップアップしよう!
 「ひとり親応援キャンペーン」
 「授業料半額」実施中!

0164-56-1925
090-9517-5681

NPO法人 学習支援団体 **NEXT** -ネクスト- 留萌市錦町2丁目3-1(るもいプラザ横)
 お問い合わせ(担当) **菅原** メンタル心理カウンセラー 総合心理カウンセラー 事務局長

<https://next-juku.net/>

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから

お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP 1 「宝くじ公式サイト」を検索! メールアドレスの登録(仮登録)
 「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録(仮登録)します。

STEP 2 会員情報の入力(会員登録)
 ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
 ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
 ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。
 宝くじ売り場でポイントをつかための手続きは以上で完了

STEP 3 決済情報の入力
 ネット購入をご利用の方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および「当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。
 以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続きSTEP3 の手続きをお願いします。

本件に関するお問い合わせ先 宝くじコールセンター **TEL** 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) **TEL** 011-330-0777 (有料)
 受付時間 10:30～18:30(土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

市以外のお知らせ 「流木無料配布」のご案内

▼留萌開発建設部では、留萌ダムの流木を無料配布します。

日 9月28日(月)～10月30日(金)
9:00～16:00
※気象状況などにより、中止する場合があります。また、流木がなくなり次第、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(平日9:00～16:00)で下記へお申し込みください。

※事前申込後、当日配布場所に直行し、到着しましたら電話にてお知らせください。

※営利目的の方は、お断りしています。
※マスク着用を含む感染症対策にご協力ください。

問 留萌開発建設部留萌開発事務所留萌ダム管理支所
TEL 46-8111

市以外のお知らせ 「日本語学習支援者養成講座 in 留萌」開催のお知らせ

▼北海道では、日本語学習の支援者を養成するため、「日本語学習支援者養成講座 in 留萌」を開催します。講座では、日本語教育の基礎的な知識や、日本語学習のサポートの仕方について、初心者にも分かりやすく説明します。

日 11月7日/14日/21日(全3回)
いずれも土曜日、9:30～16:30

所 留萌産業会館2階大ホール
定 先着30人(定員になり次第締め切り)

費 参加無料
申 10月26日(月)から11月3日(火・祝)までに、メール(nihongoctr@gmail.com)またはファクス(011-664-0773)で必須事項(氏名や住所、電話番号)と任意事項(勤務先)を明記の上、下記へお申し込みください。

問 一般社団法人北海道日本語センター
TEL 011-682-8934

市以外のお知らせ 「ハロウィンジャンボ等宝くじ」発売のご案内

▼「ハロウィンジャンボ等宝くじ」の収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

日 発売期間:9月23日(火)～10月20日(火)
抽せん日:10月27日(火) 支払開始日:11月2日(月)

●ハロウィンジャンボ宝くじ
※発売総額330億円・11ユニットの場合

◎1等:3億円×11本/前後賞各:1億円×22本

●ハロウィンジャンボミニ
※発売総額150億円・5ユニットの場合
◎1等:1,000万円×50本



問 公益財団法人北海道市町村振興協会
TEL 011-232-0281

市以外のお知らせ 「国の教育ローン」をご存じですか

▼「国の教育ローン(教育一般貸付)」は、高校や短期大学、大学などに入学または在学する子どもがいる世帯を対象とした公的な融資制度です。

内 融 資 額:子ども1人当たり350万円以内
金 利:年1.70%
返済期間:15年以内

※「母子家庭」などは、金利年1.30%、返済期間18年以内となります。(令和2年8月1日現在)

詳しくは、「国の教育ローン」ホームページをご覧ください。

国の教育ローン

問 教育ローンコールセンター
TEL 0570-008656(音声案内) / 03-5321-8656

市以外のお知らせ 「特設合同行政相談所」開設のご案内

▼10月19日から25日は「行政相談週間」です。
総務省北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センターでは、行政相談週間に合わせて「特設合同行政相談所」を開設します。

行政相談所では、行政の制度や運営に関する相談に担当職員が公正・中立の立場で対応します。
行政への意見や要望などを気軽にご相談ください。

日 10月15日(木) 13:00～16:00
所 るもいプラザ2階
費 無料
問 総務省北海道管区行政評価局旭川行政監視行政相談センター
TEL 0166-38-3011

市以外のお知らせ 「個別的労使紛争のあっせん」をご存知ですか

▼北海道労働委員会では、労働者と使用者との間で起きた労働問題に関するトラブルなどの解決に向けて支援する「個別的労使紛争のあっせん」と、「労働相談ホットライン」を開設しています。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●「あっせん」窓口(相談・申請)

日 月～金曜日 8:45～17:30
(祝日、年末年始を除く)

所 北海道労働委員会事務局調整課
(〒060-8588 札幌市中央区北3条西7丁目道庁別館10階)
※必ず事前連絡の上、ご来庁ください。

TEL 011-204-5667

●労働相談ホットライン(フリーダイヤル)

日 月～金曜日 17:00～20:00
土曜日 13:00～16:00
(いずれも祝日、年末年始を除く)

TEL 0120-81-6105

問 北海道労働委員会事務局調整課
TEL 011-204-5667

市以外のお知らせ 「建退共制度」をご存知ですか

▼建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき、建設業の現場労働者の福祉増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として、設立された退職金制度です。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

内 加入できる事業主:建設業を営む方
対象となる労働者:建設業の現場労働者
掛け金:日額310円
◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
◎掛け金の一部を国が助成します。
◎掛け金は、法人が「損金」、個人が「必要経費」として扱われるため、税法上全額非課税となります。

詳しくは、独立行政法人労働者退職金共済機構北海道支部ホームページ(<http://www.doukenkyo.jp/kentaikyo/>)をご覧ください。

建退共 北海道

問 独立行政法人労働者退職金共済機構北海道支部
TEL 011-261-6186

三省堂書店を応援し隊★インフォメーション

10月の催し

大人のための朗読会 **日** 10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** 10月25日(日) 14:00～ **所** 留萌ブックセンター

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、イベントの開催を急ぎよ見合わせる場合があります。中止の場合は、留萌ブックセンター by 三省堂書店内で告知しますので、そちらをご確認ください。

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

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 日本葬礼文化調査協会 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

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 ■休休日 毎週火曜日

花 結 はなむすび

仏壇仏具専門店 NISHIKIDO

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

「国民年金（種別変更）の手続き」について

● 20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入することが義務付けられています

本人および配偶者の就職や転職、結婚などで「国民年金の加入種別」が変わるため、**種別変更の手続きが必要となります。**

変更手続きをしなかった場合には、病気やけがで障がいが残った際の障害年金をはじめ、死亡した際の遺族年金が受け取れない場合がありますので、必ず手続きをしてください。

【加入種別】

- ◎第1号被保険者：自営業者や学生など
- ◎第2号被保険者：厚生年金や共済組合の加入者
- ◎第3号被保険者：第2号被保険者に扶養されている配偶者（収入が一定額を超えない方）

●こんなときは国民年金の種別変更手続きが必要です

種別変更例	被保険者の種別	手続き先
学生やフリーターなど、厚生年金や共済組合に加入していない方が20歳になったとき	未加入→第1号	市・市民課 窓 口
第2号被保険者が60歳になる前に、会社などを退職したとき	第2号→第1号	
第2号被保険者（配偶者）に扶養されていた人で、その配偶者が退職したとき	第3号→第1号	
パート収入が130万円を超えたときなど、配偶者の扶養から外れるようになったとき	第3号→第1号	配偶者の 勤務先
第2号被保険者に扶養されている配偶者が20歳になったとき	未加入→第3号	
配偶者が就職して第2号被保険者になり、その第2号被保険者に扶養されるようになったとき	第1号→第3号	
第2号被保険者が会社などを退職し、第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになったとき	第2号→第3号	

- 問 市・市民課
- TEL 42-1805
- 問 留萌年金事務所
- TEL 43-7211

「後期高齢者医療制度」のお知らせ

～障害認定申請について～

▼一定の障がいのある65歳から74歳までの方のうち、申請で北海道後期高齢者医療広域連合の認定を受けた方は、後期高齢者医療制度へ加入することができます。

●一定の障がいとは

- (1) 国民年金などの障害年金1、2級を受給している方
- (2) 身体障害者手帳1級・2級・3級をお持ちの方
- (3) 身体障害者手帳4級をお持ちの方で、次のいずれかに該当される方
 - ◎音声障害
 - ◎言語障害
 - ◎下肢障害4級1号（両下肢の全ての指を欠くもの）
 - ◎下肢障害4級3号（一下肢を下腿の2分の1以上で欠くもの）
 - ◎下肢障害4級4号（一下肢の機能の著しい障害）
- (4) 精神障害者保健福祉手帳1級・2級をお持ちの方
- (5) 療育手帳A（重度）をお持ちの方

●脱退手続きについて

後期高齢者医療制度の被保険者（加入者）となる方は、それまで加入していた健康保険（国民健康保険や健康保険組合、共済組合など）から脱退し、後期高齢者医療制度に加入することになります。

脱退手続きについては、各保険者へお問い合わせください。

●申請先およびお問い合わせ先

申請は、お住まいの市区町村担当課窓口で受け付けています。
詳しくは、市・市民課の後期高齢者医療担当へお問い合わせください。

- 問 市・市民課
- TEL 42-1805
- 問 北海道後期高齢者医療広域連合
- TEL 011-290-5601