

猛暑の夏
球児が熱戦



全 国的に猛暑が続いた、2021年の夏。留萌の球児たちは、連日の暑さにも負けず、懸命に白球を追いかけ、練習に打ち込みました。

市内で開催された野球大会では、球児たちが保護者らの声援を受けながら、一進一退の熱戦を繰り広げ、汗を光らせていました。

市・ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>)

留萌市

検 索



▲市・ホームページ
QRコード

● 今月の主な内容

- ②-③ 特集／道の駅るもいの新たな交流拠点へ
- ④-⑤ 特集／振り込め詐欺にご注意を！
- ⑥-⑦ 特集／9月10日は「下水道の日」

- ⑧-⑱ 暮らしのお知らせ
- ⑱ 連載／災害への備え③⑩
- ⑳-㉑ 健康ひろば
- ㉒ 連載コラム⑤
- ㉓ 留萌市情報アンテナ

道の駅
るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」の愛称を募集します！

■ 3つのデザイン案（正面） ※実際は、カラーのデザインとなります。また、デザインの細部を変更する場合があります。

A 船場公園芝生広場の景観に合わせ、カラフルな木々をモチーフにした、KAZUMO ちゃんのシルエット（3カ所）がポイントのデザイン。



B 小さなお子さんがお絵描きしたような、館内の遊戯ひろばをイメージした、隠れ KAZUMO ちゃん（3カ所）探しを楽しめるデザイン。



C KAZUMO ちゃんを全面に出したインパクトのあるデザインと、KAZUMO ちゃんと一緒に市内各所の写真を撮って楽しめるデザイン。



【募集要件】

▼市では、令和4年春オープン予定の、道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」の愛称を募集します。親子や家族でくつろげる、留萌の新たな交流拠点の愛称を一緒に考えてみませんか。

日 公募期間：9月1日(水)から30日(木)まで

対 募集対象：市内在住の方に限定

内 公募方法：上記のデザイン案から1つを選び、市内公共施設に設置する応募用紙または市ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>) から必要事項を明記の上、ご応募ください。

愛称募集は
9月30日
締め切り！

● 応募用紙を設置する公共施設

留萌市役所／道の駅るもい／中央公民館／市立留萌図書館 など
※詳細は、応募用紙または市ホームページをご覧ください。

◎道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」に関する詳細は、市ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

留萌市 政策調整課

検索



道の駅るもいの
新たな交流拠点へ

市では、道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」の整備に向けた計画を推進しています。

問 市・政策調整課 TEL 42-1809

道の駅
るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」整備事業

くつろぎの「空間」と「魅力」を
発信する新たな「交流拠点」

▼道の駅るもいに新たに整備する「屋内交流・遊戯施設（仮称）」は、留萌インターチェンジから近く、国道の交通結節点に位置するなど、道の駅るもいの立地を生かし、地域や域外からの若い世代や家族連れらが訪れ、新たな賑わいを創出する交流拠点を目指していきます。

市では現在、道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」の、令和4年春の供用開始に向けて、施設建築をはじめ、カフェコーナーの出店者募集、施設愛称の募集などを進めています。

施設整備などのスケジュール

- ◎施設建築／電気等設備（令和3年6月～4年3月）
- ◎カフェコーナー出店者募集（令和3年9月～10月上旬）
- ◎施設愛称の公募（令和3年9月）
- ◎施設愛称の決定（令和3年10月）
- ◎カフェコーナー出店者の決定（令和3年10月下旬）
- ◎施設オープン予定（令和4年春）

カフェコーナー出店者を募集！

▼市では、道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設（仮称）」に設置するカフェコーナーの出店者を募集します。詳しくは、市・政策調整課（電話：42-1809）へお問い合わせいただくか、市ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

対 募集対象：

市内の個人または法人などで出店を目指す方

内 使用可能面積：カフェ総面積 44.24㎡
（厨房約13㎡、飲食約31㎡）

従業員人数：2～3人程度



ちょっと待って！それ詐欺ですよ

注意が必要なキーワード

【オレオレ詐欺】

電話を使い、子や孫、警察官、弁護士を装い、「会社のお金を使い込んでしまった」などと金銭を要求する詐欺

「携帯電話が変わった」「風邪をひいて声が変わった」「今すぐお金が必要」など

【融資保証金詐欺】

はがきやメールで「誰でも融資可能」などと持ちかけ、「保証金」や「手数料」という名目で金銭をだまし取る詐欺

「融資前の保証金」「返済能力を確認したい」「個人情報削除金」など

【架空請求詐欺】

「未払いの有料サイト（インターネット）利用料を支払え」などとかたり、金銭を要求する詐欺

「ウイルス除去費用」「退会手続きが必要」「個人情報削除金」など

【還付金等詐欺】

市の職員などを装い、「還付金があるからATMで手続きしてほしい」と誘い出して金銭をだまし取る詐欺

「医療費の払い戻し」「税金の還付金手続き」「ATMで手続きできる」など

“新型コロナウイルス感染症”に乗じた詐欺が発生しています

現在、新型コロナウイルス感染症が世界的に広がっており、これに乗じた詐欺が多発しています。主な手口は次のとおりです。いずれも社会不安を煽る悪質なものばかりですので、「自分は大丈夫」と侮らず、皆さんも十分に注意しましょう。

【事例1】市役所職員を名乗る男性から「80歳以上の方は、補助金が60万円支払われます。キャッシュカードと印鑑証明書1通を用意してください」との電話があった。

【事例2】〇〇市新型コロナウイルス対策本部を名乗る男性から「コロナウイルスに関する給付金が10万円出ますので、市役所職員が書類を持って伺います。お時間は何時ごろがよろしいでしょうか」との電話があった。

【事例3】女性の声で自動音声ガイダンスが流れ、「コロナの関係で国民に10万円が振り込まれます。その代行サービスを行っています」などの内容の電話が一方向的にあった。

【事例4】保健所職員を名乗る男性から「コロナの検査キットを送りますので、家族構成を教えてください」などの電話があった。

特殊詐欺は年々、手口が巧妙になっています。都市部ではキャッシュカードや、現金を直接受け取るなどの手口が多くみられます。一方、地方ではATMからの振り込みや、コンビニで電子マネーを購入させる手口などが増加しています。

被害に遭わないためにも「電話番号が変わったと言われても、今までの番号に電話してみる」「少しでも不審に思ったら、家族や警察に相談する」といった行動を実践しましょう。

特殊詐欺に関するご相談は、留萌警察署（電話：42-0110）、警察相談ダイヤル（#9110）へ

特集



特殊詐欺にご注意を！

特殊詐欺の被害に遭わないために、未然に防ぐ方法や注意が必要なキーワードなどの知識を深めましょう。

問 市・危機対策室 TEL 56-5005

特殊詐欺の被害は285億円!?

▼特殊詐欺とは、面識のない人に電話やメール、はがき、ファクスなどを使い、うそをついてお金などを騙し取る詐欺のことを言います。警察省「オレオレ詐欺」「架空料金請求詐欺」など、10種類の手口を総称して特殊詐欺と呼びます。

警察庁がまとめた「特殊詐欺の発生状況等」によると、令和2年の被害総額はおよそ285億円となっています。

特殊詐欺の実例は、市内でも

▼道内の令和2年 特殊詐欺 発生状況は、認知件数183件、被害総額およそ5億円となっています。

【事例1】

息子をかたる男性から「会社の書類が入った鞆が、置き引きの被害に遭った。お金を貸してほしい」などと電話があった。

【事例2】

市役所職員を名乗る男から「介護保険料を返します。銀行に行って手続きをしてください」などと電話があり、この話を信じた被害者は、指示されたとおりに行動したところ、約100万円をATMで振り込み、還付金詐欺の被害を受けた。

すぐに金銭を振り込むのは絶対にやめましょう。電話をいったん切り、冷静になってから本人か確認しましょう。

「会社の書類が入った鞆が、置き引きに遭った。お金を貸してほしい」

「介護保険料を返します。銀行に行って手続きをしてください。銀行に行ったら、電話してください」



市・上下水道課からのお願い

破損した汚水柵は交換しましょう



▲汚水柵のふた（マンホール）

▼公共下水道に接続しているご家庭の汚水柵は破損していませんか。

汚水柵やふた（マンホール）が破損していると、雨水やごみなどが下水道管へ流れ込んでしまう恐れがあります。万が一、雨水が下水道管に流れ込んでしまった場合、

下水道の機能が低下して流れが悪くなったり、マンホールから水が溢れたりします。

汚水柵が破損した場合は、「留萌市排水設備指定工事店」に修理を依頼するか、ホームセンターなどで購入して新しいものと交換してください。

●令和3年度 留萌市排水設備指定工事店

所在地	指定工事店名	電話番号
留萌市	株式会社熱源	42-3081
	株式会社ハチ口	42-3311
	株式会社不二水道	42-1955
	ナリタ設備	49-2355
	北興機械株式会社	42-3615
	株式会社パイプライン	42-8622
札幌市	日南産業株式会社	011-786-7111
旭川市	株式会社原田設備工業	0166-73-5260
	丸信衛生工業株式会社	0166-23-2528
	大建工業株式会社	0166-60-5500
	株式会社エーステック	0166-37-1444
	有限会社コンサル舎・とやま	0116-74-7856
滝川市	株式会社道央ハウジング	0125-24-0357
羽幌町	北日本設備株式会社	0164-62-3592
沼田町	有限会社松尾住設	0164-35-1672
新十津町	株式会社日出開発	0125-76-2055



STOP！ 下水道への不法投棄

最近、公共下水道管への不法投棄により、管が閉塞する事例が多く発生しています。

下水道の汚水管や雨水管に、油脂類や異物（トイレトーパー以外の紙、残飯などの固形物、ごみなど）を流すと、火災や管の詰まり、異臭の原因となるほか、汚水処理施設の機能低下を招くことにつながります。また、油が下水道の雨水管を流れていくことで、河川や海を汚してしまいます。

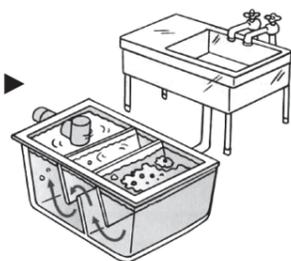
下水道を正しくご使用していただくとともに、下水道管などへの不法投棄は、絶対に行わないでください。

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。

飲食店などの
グリーストラップ▶



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な利用について、皆さんも一緒に考えましょう。

問 市・上下水道課 TEL 42-2049

下水道の役割について

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、令和2年度末で525ヘクタール（事業計画面積に対する整備率73.1%）です。

また、市内で下水道を利用できる地域に暮らす方は1万7,076人（市民全体の85.3%）となっており、このうち約9割の世帯が水洗化しています。

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。

このため、皆さん一人一人が環境改善の意識を持ち、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もなります。

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。

暮らし・手続き 「9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（閉庁日はその前の平日）の午後3時までにご希望の日にお願いします。

●9月の粗大ごみ収集日 日 所

15日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
16日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
17日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
22日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
23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
24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 9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
申 9月14日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)
問 市・市民課 TEL 56-5003

【協力隊コラム】⑨

「インターネット検索、できますか？」

留萌市地域おこし協力隊 野口なな



「〇〇について調べて」そう言われて、スマホでぱっと検索できますか？

スマホをお持ちなら、インターネット検索は習得しておきたい技です。ぜひ、お手持ちのスマホで練習してみてください。

仮に、あなたが「次の冬季オリンピックについて知りたい」

とします。

早速、ネット検索ができる画面を開きましょう。iPhoneならsafari（コンパスのマーク）、それ以外のスマホはGoogleやYahoo!からの検索が一般的です。

細長い「検索窓」に、キーワード(単語)を入力します。ここで、冬季オリンピックの「何」につ

いて知りたいのか、考えてから入力しましょう。例えば、「いつ」行われるのかを知りたいなら「冬季オリンピック いつ」と検索、「どこで」を知りたいなら「冬季オリンピック 場所」や「オリンピック 冬 開催地」などと検索します。

このとき、単語と単語の間はスペース（空欄）を一文字空けましょう。意外に、漢字変換を怠っても機能します。

他にも、モノの値段や歴史、人名、観光地など、さまざまなことを調べられます。

皆さんも、ぜひ挑戦してみてください。



Safari(サファリ)のアイコン



主なインターネット検索



グーグルの検索窓



ヤフーの検索窓

【スマホ操作個別相談会 実施中！】

日 9月7日(火) 11:00～15:00 所 るもいプラザ2階にぎわい広場

▼市の花「ツツジ」 ▲市の木「アカシア」

知りたい情報が いっぱい! 暮らしのお知らせ

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 メールアドレス

暮らし・手続き 市営住宅の入居者募集について

▼市営住宅の入居者を募集します。

- 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 9月1日(水)～3日(金) 9:00～15:00
申込会場 市役所分庁舎 2階分庁舎会議室
※申込会場が例年と異なりますので、ご注意ください。
※申込書は9月3日(金)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って異なります。
※駐車場使用料金、共益費が別途毎月かかります。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11月初旬以降となります。
※申し込みの際は、「印鑑」「住民票」「所得が確認できる書類」などをご持参ください。
※団地によっては、浴槽および風呂釜を各自用意していただくことになります。

●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 ²)	月額家賃(円)
大 町 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	1LDK、3LDK (58戸)	1階～4階	42.2～72.8	10,100～24,900
沖見町アザレア	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK (2戸)	3階～4階	75.5	21,700～32,300
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK、3LDK (34戸)	1階～4階	67.6～77.2	16,200～29,200
平 和 台 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK (40戸)	1階～4階	63.4～69.2	13,700～24,700
錦 町 団 地	鉄筋コンクリート造10階建て	3LDK (1戸)	5階	70.8	18,000～26,900
末 広 町 ポ プ ラ	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK (1戸)	4階	78.5	22,600～33,600
旭 町 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	2LDK (1戸)	1階	46.6	9,500～14,200
元 町 団 地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK (3戸)	1階・4階	67.1	15,500～23,400
沖 見 町 団 地	コンクリートブロック造平屋建て	2LDK (1戸)	1階	37.5	9,400～14,000
春 日 町 団 地	コンクリートブロック造平屋建て	1LDK (4戸)	1階	37.5～39.6	8,200～13,600
アーバン(開運町)	木造2階建て	2LDK (1戸)	1階	53.2	15,600～23,200

●高齢者向け住宅

団 地 名	規模・構造	間取(戸数)	階 数	住戸面積(m ²)	月額家賃(円)
五 十 嵐 町 リ ラ	鉄筋コンクリート造7階建て	1LDK (2戸)	2階～3階	52.6	16,400～24,400

●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 ²)	月額家賃(円)
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造4階建て	3LDK (3戸)	1階	81.6	21,300～31,800
五 十 嵐 町 リ ラ	鉄筋コンクリート造10階建て	2LDK (1戸)	1階	76.8	23,700～35,300

問 市・建築住宅課 TEL 42-2025

留萌観光協会 インフォメーション ☎ 0164-43-6817

黄金岬 海浜公園
・24時間トイレ
・炊事場
・キャンプ場

沖見浜中 海浜公園
・24時間トイレ
・炊事場

留萌市 海のふるさと館
9:00～18:00 入場無料
ラウンジコンサート 9月開催予定

礼受牧場
10:00～18:00 定休日(月) 喫茶あり

千畳台 休憩施設
9:00～17:00 定休日(月) カフェの営業は 9月未定

おみやげ処 お勝手屋 留萌
観光案内所 ☎ 0164-43-4333

9月も!! 各施設ご利用いただけます
※新型コロナウイルス感染状況により内容が変更となる場合がございます

新北海道スタイル実施中
ご理解・ご協力をお願い致します

教育・文化・スポーツ 「留萌市食生活改善推進員養成講座」開催のお知らせ

▼留萌市食生活改善推進員協議会は、健康的な食生活の普及を図るために市が設置した団体です。この度、活動をさらに充実させるため、留萌市食生活改善推進員養成講座を通じて新たな仲間を募集します。養成講座では、栄養のことをはじめ、食品や運動など健康づくりに関する講話や実技を行います。皆さんも一緒に活動しませんか？

- 日** 11月1日(月)～25日(木)のうち5日間
10:00～16:00 ※内容によって前後します。
- 所** 保健福祉センターはーとふる
- 定** 30人(定員になり次第締め切り) **費** 無料
- 申** 10月12日(火)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く)
- 問** 市・保健医療課(はーとふる内)
- TEL** 49-6050

教育・文化・スポーツ 図書館からのお知らせ

▼9月の催しおよび休館日は、次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)「かたち」
・25日(土)「くだもの」
※新型コロナウイルスの感染防止のため、予定している催しを中止する場合があります。あらかじめご了承ください。
- 休館日
・6日(月)／13日(月)／20日(月)／27日(月)
月曜休館
・24日(金) 館内整理休館
- 問** 市立留萌図書館
- TEL** 42-2300

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

▼昨年4月、旭川市に開校した「北海道立北の森づくり専門学院(略称:北森カレッジ)」は、林業・木材産業の幅広い知識と、確かな技術を2年間で身に付けられる専門学校です。

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おり、学院説明会およびオープンキャンパスを開催します。

- ①推薦入試
日 試験日:10月25日(月)
所 試験会場:旭川/札幌/帯広/東京
申 出願期間:10月1日(金)～15日(金)
- ②一般入試
日 試験日:11月15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(火)～29日(金)
- ◎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(または同等の学力を有する者)以上の40歳以下の方
※都合がつかない方は、インターネットなどで個別相談を受け付けています。まずは気軽にお申してください。
問 留萌振興局林務課 **TEL** 42-8117

ヒグマにご注意ください!

▼今年もヒグマの目撃情報が数多く寄せられています。ヒグマの足跡やフンなどを見つけた場合は、市・環境保全課または留萌警察署に連絡してください。

- 問** 市・環境保全課 **TEL** 42-1806
- 問** 留萌警察署 **TEL** 42-0110

●ヒグマに遭遇しないために

- ◎1人で野山に入らないようにしましょう。
- ◎鈴など音の出るものを身に着けましょう。
- ◎薄暗い時間帯の行動は控えましょう。
- ◎足跡などを見つけた際は、引き返しましょう。
- ◎食べ残しやごみは、必ず持ち帰りましょう。

健康・福祉・子育て 「脳いきいき教室」開催のご案内

▼「脳いきいき教室」は、楽しいトレーニングで頭と体を刺激し、脳を活性化することを目的にした介護予防教室です。

どなたでも取り組める内容になっていますので、たくさんのご参加をお待ちしています。

日 所 いずれも 10:00～12:00

日 程	会 場
9月27日(月)	港北コミュニティセンター
9月28日(火)	東部コミュニティセンター
9月30日(木)	港南コミュニティセンター
10月1日(金)	るもい健康の駅

- 対** おおむね65歳以上の市民
- 定** 各会場15人程度 **費** 無料
9月21日(火)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く)
- 問** 市・地域包括支援センター(はーとふる内)
- TEL** 49-6060

教育・文化・スポーツ 「男性のための料理教室」に参加しませんか

▼20歳以上の男性を対象にした「男性のための料理教室」を開催します。簡単&手軽なおいしいヘルシーメニューを楽しく学びましょう。

皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日** 9月15日(水) 18:30～20:30
- 所** 保健福祉センターはーとふる2階調理実習室
- 定** 10人(定員になり次第締め切り) **費** 500円
- 申** 9月8日(水)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)
※当日はエプロンや三角巾、マスク、筆記用具をご持参ください。
※新型コロナウイルスの感染状況に伴い、内容を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。
- 問** 留萌市食生活改善推進員協議会事務局(市・保健医療課内)
- TEL** 49-6050

暮らし・手続き 「国民年金の任意加入制度」について

▼老齢基礎年金(65歳から受給できる年金)を満額で受給するためには、20歳から60歳までの40年間の全期間、保険料を納める必要があります。要件を満たしていない場合は、60歳から65歳まで国民年金に任意加入することで満額に近づけることができます。

また、老齢基礎年金を受給するためには、10年以上の加入期間が必要です。昭和40年4月1日以前に生まれた方が受給要件を満たしていない場合は、70歳まで国民年金に任意加入することができます。なお、海外に在住する日本国籍を持つ方も国民年金に任意加入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。
- 問** 市・市民課
- TEL** 42-1805
- 問** 留萌年金事務所 **TEL** 43-7211

「Let's! 離乳食」開催のご案内

▼お子さんの成長に合わせた離乳食を楽しく作ってみませんか？

- 日** 9月29日(水) 10:00～ **所** 保健福祉センターはーとふる2階栄養指導室
- 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** 9月21日(火)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日、祝日を除く)
※当日は筆記用具、エプロン、三角巾のほか、お子さん用のスプーンと飲み物をご持参ください。
- 問** 市・保健医療課(はーとふる内) **TEL** 49-6050

▼ヒグマの繁殖期（8～9月）になると、野山などでの人身事故が増加します。野山に入る際には適切な行動を取り、ヒグマによる被害防止に努めましょう。

◎複数で行動し、音で存在を知らせましょう

野山には1人で入らず、複数で行動するようにしましょう。入山する際は、熊鈴やラジオを持ち、会話しながら行動するなど、自分たちの存在を熊に知らせましょう。

◎ヒグマの出没情報などに気を付けましょう

薄暗いときの行動は避け、野山に入る前には必ず、ヒグマの出没情報などを新聞やテレビ、ラジオで確認しましょう。

◎残飯や生ごみの処理には注意しましょう

ヒグマは、いったん人の食べ残しなどの味を覚えてしまうと、それを目当てにごみ捨て場に出没するようになります。ごみを野外に放置したり、埋めたりする行為は、絶対にしないようにしましょう。

◎フンや足跡などを見つけたら、すぐに引き返しましょう

ヒグマのフンや足跡、草木を食いちぎった跡などを見つけた場合は、すぐに引き返しましょう。

◎落ち着いて行動しましょう

万が一、ヒグマに遭遇した場合には、あせらずに落ち着いて行動しましょう。

急いで逃げたり、騒いだり、慌てて行動してしまうと、かえってヒグマを興奮させて襲われる危険があります。ヒグマと遭遇した際は、リュックや持ち物の回収はいったんあきらめ、ゆっくりと静かにその場を立ち去りましょう。



問 留萌警察署

TEL 42-0110

▼協会けんぽ北海道支部では、年度内に一度、加入者の健診費用の一部を補助しており、がん検診を含めた充実した健診項目の「生活習慣病予防健診（35～74歳の被保険者（本人）が対象」、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査（40～74歳の被扶養者（ご家族）が対象」の、2つの健（検）診を用意しています。

また、メタボリスクの高い方に、保健師が生活習慣改善のためのアドバイスなどを行う「健康サポート（特定保健指導）を実施しています。ぜひご活用ください。

問 全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部

TEL 011-726-0352

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

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

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

▼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。事業主が労働者の働いた日数に応じて掛け金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめた際に建退共から退職金を支払うという制度です。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

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：月額 310 円（令和3年10月から月額 320 円）

◎制度に加入し、履行している場合は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、法人は「損金」、個人では「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。

◎インターネットを利用した電子申請での納付も可能です。

◎退職金は、事業主が変わっても企業間を通算して計算されます。

●建退共制度の特例措置について

建退共では、地震などにより、災害救助法が適用された市町村の罹災された共済契約者および被共済者の方を対象に、各種手続きの特例措置を実施しています。

●建退共からのお願い

共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付してください。電子申請方式の場合は、労働者の就労日数に応じて退職金ポイントを適正に充当してください。

退職金の受給資格を有する労働者が、建設業界を引退する際は、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

詳しくは、独立行政法人勤労者退職金共済機構建退共北海道支部ホームページ（<http://www.doukenkyo.jp/kentaikyo/>）でご覧いただけます。

建退共 北海道

検索

問 独立行政法人勤労者退職金共済機構建退共北海道支部

TEL 011-261-6186

「風土工房こさえる料理講習会」のご案内

▼風土工房こさえるでは、9月に「手打ちそば」の料理講習会を開催します。ぜひご参加ください。

日 9月12日(日) 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 9月1日(水)から9日(木)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 風土工房こさえる TEL 43-4556

市以外のお知らせ 「中小企業退職金共済制度」について

▼「中小企業退職金共済制度」は、中小企業の退職金をサポートする国の制度です。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

●中小企業退職金共済制度の特徴

- ①掛け金を助成 ②全額非課税 ③かんたん管理

—— 家族従業員の加入もOK! ——

※事業主と生計を一つにする同居の親族のみを雇用する事業所の従業員も加入できます。

◎詳しくは、「中小企業退職金共済制度」ホームページをご覧ください。

中退共

検索

問 独立行政法人勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部

TEL 03-6907-1234

市以外のお知らせ 広報紙「ほっかいどう」がウェブ版でも読めるようになりました

▼広報紙「ほっかいどう」は、道民に広く道政情報を提供し、情報の共有化と道政参加の促進を図るため、道内の各家庭に配布するとともに、コンビニや金融機関などに設置しています。令和3年度からは、多くの皆さんに広報紙を読んでもらうため、ウェブ版の掲載をスタートしました。広報紙「ほっかいどう」ウェブ版は、北海道ホームページ (<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/>) から閲覧いただけるほか、電子書籍ポータルサイト「Hokkaido ebooks」でもご覧いただけます。詳しくは、下記へお問い合わせください。



▲広報紙「ほっかいどう」



▲電子書籍ポータルサイト「Hokkaido ebooks」

※「Hokkaido ebooks」をスマホ、タブレットでご覧いただく際は、専用アプリが必要となります。

問 北海道広報広聴課道政広報係

TEL 011-204-5110

市以外のお知らせ 「北海道苦情審査委員制度」のお知らせ

▼「北海道苦情審査委員制度」は、北海道が行った業務や制度の内容を審査する制度です。皆さん自身の利害に関わる苦情であれば、「苦情審査委員」へ申し立てることができます。

「苦情審査委員」が公正中立な立場で、北海道の関係機関に対して調査を実施し、不備や問題がある場合は改善などを求めます。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

申し立て方法などの詳細は、専用ホームページ (<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/dsc/a0002/>) でご覧いただけます。

道政相談センター

検索

問 北海道総合政策部知事室道政相談センター

TEL 011-204-5523

市以外のお知らせ アイヌ関係者の皆さんの、森づくりへのご意見・要望を受付しています

▼留萌管内の市町村、森林組合および宗谷管内幌延町では、るもい森林認証協議会を設立し、森林認証の取得を進めることで、市町村有林、私有林の持続可能な森林経営の取組を進めています。

「森林認証」とは、一定の基準を満たす森林経営を認証し、その森林から生産された木材製品（紙含む）には認証のラベルが付与される制度で、SDGsの目標分野の「15. 陸の豊かさを守ろう」にも貢献するものです。

るもい森林認証協議会では、次の三点を主な方針として定め、森林管理を進めます。

- ①地球温暖化の防止、水土保持、生物多様性の保全などに努め、持続可能な森林経営を目指します。
- ②管理計画等情報を公開し、生物多様性の保全などに関わる研修を充実させ、森林管理レベルの向上を図ります。
- ③アイヌ民族の歴史、文化の保護に努めます。それらを確保するため、アイヌの人々や地域組織と必要に応じて協議を行います。

森林管理の進め方などについてのご意見・ご要望は、10月15日(金)までをお願いします。なお、森林管理計画書や関連するマニュアル、事業予定地などの詳しい内容については、下記へお問い合わせください。

問 るもい森林認証協議会事務局 (遠別初山別森林組合内)

TEL 01632-7-2412

問 市・農林水産課

TEL 42-1837

市以外のお知らせ 「地域住民と創る道有林」開催のご案内

▼留萌振興局森林室では、道民の財産である道有林について、地域の皆さんと一緒に考え、管理していくために現地検討会を開催します。

今年度は、今後10年間の整備管理計画を策定する年度となります。

将来に引き継ぐ森づくりのため、具体的な道有林の整備方法などについて、皆さんのご意見をお聞かせください。

●「地域住民と創る道有林」開催要項

日 9月17日(金) 9:30~15:00

所 集合場所：留萌振興局 2階講堂

現地検討：小平町、初山別村の道有林内(公用車移動)

定 8人 (先着順、定員になり次第締め切り)

費 無料

申 9月8日(水)までに、下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

※当日は、長靴や帽子、手袋、飲み物、雨具をご持参ください。

※昼食は各自でご用意ください。

※小雨は決行します。

※荒天の場合は室内検討となります。

【新型コロナウイルス感染症対策について】

検討会当日はマスクを着用していただくとともに、発熱など、体調不良の場合は出席をご遠慮ください。

新型コロナウイルスの情勢によっては、検討会を中止または日程を変更する場合があります。

問 留萌振興局森林室森林整備課

TEL 42-8462

一般社団法人日本コミュニティ放送協会(JCBA)公認 **スマホからエフエムもえるが聴ける!** **FM 76.9 MHz** **ダウンロード無料** **課金なし!**

防災通知機能付ラジオアプリ Radimo(レディモ)

ラジオがなくても聴ける! スマホからワンタッチで操作も簡単! **地震、津波、風水害...留萌地域の防災・緊急情報も受け取れる!**

24時間、365日放送中! なお、一部インターネットで放送されない番組もありますのでご了承ください。詳しくはエフエムもえるへ! 電話 **0164-42-3871**

エフエムもえるはこちらは留萌市です。令和3年△月△日 午後△時△分、土砂災害警報の発表に伴い、避難勧告を発令しました。

www.moeru.fm

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)

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 **すがわら 菅原**

お問い合わせ(担当) **0164-56-1925** **090-9517-5681**

NPO法人 学習支援団体 **NEXT** **https://next-juku.net/**

「国民健康保険高額療養費制度」について

▼「国民健康保険高額療養費制度」は、医療機関などで支払った医療費が自己負担限度額を超えた場合に、申請することで自己負担限度額を超えた額が支給される制度です。

なお、申請手続きの際は、「保険証」「世帯主と受診者のマイナンバー」「領収書」「世帯主の印鑑、預金通帳」を忘れずに市・市民課へご持参ください。

●「70～74歳」の暦月自己負担限度額の一例 ※条件により、変動する場合があります。

課税所得区分	外来(個人単位)	入院+外来(世帯単位)
現役並みⅢ所得 690万円以上	25万2,600円	
現役並みⅡ所得 380万円以上	16万7,400円	
現役並みⅠ所得 145万円以上	8万100円	
一般所得 145万円未満	1万8,000円	5万7,600円
住民税非課税Ⅱ	8,000円	2万4,600円
住民税非課税Ⅰ 控除後所得 0円	8,000円	1万5,000円

●「限度額適用認定証」の申請について

「限度額適用認定証」を提示することで、医療機関ごとの支払額が自己負担限度額までとなります。利用される方は、「保険証、世帯主と必要な方のマイナンバー」を持参し、市・市民課で申請手続きを行ってください。

※一般・現役並みⅢの方は、保険証のみで限度額が適用されます。

●1,000円以上の支給がある方に「申請案内」を送付します

令和3年5月診療分より、1,000円以上の支給がある方に申請案内と申請書を送付します。郵送などで申請手続きを行ってください。

※市に診療データが届くまで3カ月程度要するため、5月診療分の案内は8月下旬の発送を予定します。

※市が案内した申請の場合、領収書などの提出は不要となります。

問 市・市民課

TEL 42-1805

「ウィズコロナ市民活動支援事業補助金」について

▼市では、ウィズコロナ・ポストコロナ時代を見据え、市民団体などが適切な感染防止対策を講じた上で行う自主活動や、地域・社会に貢献する活動に対して補助金を交付します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●交付対象

適切な感染防止対策を実施した上で、広く市民が鑑賞または参加できる自主活動や、地域・社会貢献を目的として活動に取り組む団体で、次の全てを満たしているものとします。

【対象条件】

- ①構成員が3人以上（過半数が市内在住）、かつNPO法人や市民活動団体などの任意団体
- ②活動拠点が市内で、定款などの定めにより、その活動が行われていること
- ③政治的活動、宗教的活動を行う団体ではないこと

●補助額

総額：200万円（1件につき上限20万円）※助成率は10割となります。

●申込期間

2月18日(金)まで ※申請総額が予算額に到達次第、終了となります。

上記の対象条件を満たしている場合、令和3年度中にすでに事業を実施した団体であっても申請することができます。

●申請方法

市・政策調整課（市役所本庁舎2階）の窓口で配布、もしくは市ホームページ（<https://www.e-rumoi.jp/>）からダウンロード可能の交付申請書に必要事項を明記し、「事業計画書・収支予算書・団体の会則および規約・役員名簿」を添付の上、下記へ提出してください。

問 市・政策調整課

TEL 42-1809

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、対人関係が苦手でうつを発症し、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

ちやお

- ・留萌市開運町2丁目6番3号
☎42-8666【サポートハウスちやお】
- ・留萌市見晴町2丁目27番地（中央公民館内）
☎43-3888【ちやおピッコロ】

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 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

●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

家族（子ども）と一緒に災害に備える

災害時に出くわす状況は、一人一人、ひと家族ごとに異なります。災害に備える上で大切なことは「もしもの時」をしっかり想像できるかです。

普段から想像・体験しておきましょう

災害発生後は、「慣れない状況」となることがありますので、大人も子どもも慌ててしまいます。

しかし、「慣れない状況」にうまく対処できないのは当たり前のことです。

普段から野外ですごすなどの経験を、家族で積んでおき、少しずつ「慣れない状況」に対処できるようにしておきましょう。

①キャンプでの経験

災害時には、停電となるケースが多く、建物によっては水道も使えなくなることがあります。まさに、電気・ガス・水道などをほとんど使わずに一晩過ごす「キャンプ」と似た状況です。

家族でキャンプを経験したことがあるご家庭は、その経験が災害時に大いに役立ちます。また、キャンプをしたことがないご家庭や、お子さんが小さい場合は、**家の中で疑似キャンプを行う「家キャン」を試してみましょう。**

電気を付けずに過ごしてみたり、家に保管している保存食を食べてみたりするなど、実際に試してみることで細かい点に気付くことができます。



②暗闇に慣れておく

暗闇が苦手な子は、暗闇に慣れておくことも大切です。キャンプに使用するミニライトやろうそくなどの明かりのもとで過ごすなど経験を重ねていきましょう。

また、ライトなど、停電時に必要となる物をすぐ取り出せるよう、日頃から決まった場所に配置しておきましょう。

③和式トイレを子どもに使わせておく

災害時は和式トイレしか用意できない場合も考えられます。最近は、洋式トイレが多いため、和式トイレの使用方法を知らない、または使用するのが苦手な子どもも多くいることでしょう。

子どもと出掛けた先に、和式トイレがあった場合には、積極的に使わせてみましょう。

問 市・危機対策室 ☎ 56-5005

「療育を学ぶ～市民セミナー」開催のお知らせ

▼子ども発達支援センターでは、市民を対象とした、障がいやその内容、適切な対応、社会生活における課題などについて学ぶ「市民セミナー」を開催します。

障がいやその疑いのある子が増えている現状があります。そして、会社や地域では、特別な支援を必要としている人達があります。

療育や、特別支援療育、福祉、ボランティアに興味、関心のある方のご参加を心より歓迎します。詳しくは、9月1日以降の市ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

日 1回2時間、全8回を予定しています。

受講日	時間	内容
① 9月21日(火)	10:00～	「開講式」「障害とは」「療育とは」
② 9月30日(木)	10:00～	「増えている発達障害」「療育見学」
③ 10月7日(木)	15:00～	「専門職の講話：①(作業療法)」「療育見学」
④ 10月13日(水)	18:00～	「進路」「障害者支援施設の現場から」
⑤ 10月19日(火)	15:00～	「専門職の講話：②(理学療法)、③(言語療法)」
⑥ 10月28日(木)	18:00～	「保護者の思い」「幼稚園教育の現場から」
⑦ 11月6日(土)	10:00～	「基幹相談所の活動・地域の課題」
⑧ 11月12日(金)	15:00～	「留萌の福祉施策」「まとめ」「閉講式」

所 留萌市子ども発達支援センター（留萌市沖見町4丁目62番地8）

定 各回いずれも8人（先着順、定員になり次第締め切り） **費** 無料

※新型コロナウイルス感染症の感染予防、拡大防止のため、参加人数を制限しています。

内 講師：留萌市子ども発達支援センター職員、市役所職員、幼稚園園長、福祉施設職員ほか

申 9月1日 午前10時から参加申込の受け付けを開始しますので、事前に電話でお申し込みください。

・氏名、住所、連絡先、希望回についてお伺いします。

・申し込み完了の後、開催要項を発送します。

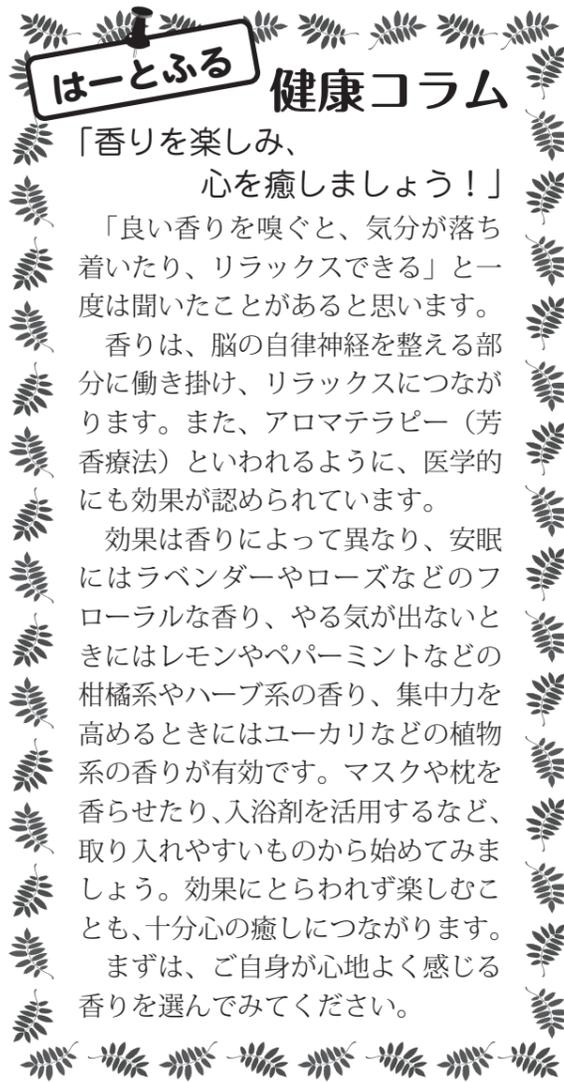
※新型コロナウイルス感染症の予防対策のため、必ずマスク着用でご来場ください。

※セミナー当日は必ず検温し、健康を確認してください。各セミナー開始前は、検温を実施します。

※発熱や風邪症状などがある場合は、参加をお断りする場合があります。

※新型コロナウイルス感染症のまん延状況、緊急事態宣言など発出により、セミナーを中止する場合があります。あらかじめ、ご了承ください。

問 留萌市子ども発達支援センター TEL 42-1109（担当：松下、柳谷）



はーとふる 健康コラム

「香りを楽しみ、心を癒しましょう！」

「良い香りを嗅ぐと、気分が落ち着いたり、リラックスできる」と一度は聞いたことがあると思います。

香りは、脳の自律神経を整える部分に働き掛け、リラックスにつながります。また、アロマテラピー（芳香療法）といわれるように、医学的にも効果が認められています。

効果は香りによって異なり、安眠にはラベンダーやローズなどのフローラルな香り、やる気が出ないときにはレモンやペパーミントなどの柑橘系やハーブ系の香り、集中力を高めるときにはユーカリなどの植物系の香りが有効です。マスクや枕を香らせたり、入浴剤を活用するなど、取り入れやすいものから始めてみましょう。効果にとらわれず楽しむことも、十分心の癒しにつながります。まずは、ご自身が心地よく感じる香りを選んでみてください。

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。

7日(火)	1歳6カ月児 (R 2年 2月生まれ)
14日(火)	9 カ月 児 (R 2年 11月生まれ)
21日(火)	3 歳 児 (H30年 8月生まれ)
28日(火)	4 カ月 児 (R 3年 5月生まれ)

※H平成、R令和

※新型コロナウイルス感染予防に伴って人数を制限して実施しており、対象月の方でも健診を受けられない場合があります。

【フッ化物塗布 (予約制)】 ◎料金は1回510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。

2日(木)	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)】

◎20日(月・初)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。

※新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、予約制です。

※ご希望に応じ、別日程での相談も対応しています。

9日(木)		13:00～15:00
-------	--	-------------

※各種予防接種やがん検診は、5月号 (No.757) に折り込みした用紙 (緑色)「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 / (水)9:00～20:30 ※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 (<https://cohortopia.care/eki>) をご確認ください。

- 4日(土) 13:00～14:30 ・市民BLS (一次救命処置) とAED体験講習会
- 11日(土) 9:30～11:30 ・基礎老年医学講座⑤「骨格・筋肉系 (高齢者の骨格・筋疾患 (転倒・骨折))」
講師：札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏
- 25日(土) 9:30～11:30 ・基礎老年医学講座⑥「消化器系 (高齢者の消化器疾患)」
講師：札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏
- 25日(土) 13:30～15:00 ・新型コロナ市民勉強会～ワクチン編～講師：札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏
- 28日(火) 10:00～11:30 ・駅カフェ 会場：るもい健康の駅
- 28日(火) 13:30～15:30 ・認知症サポーター養成講座 (13:30～14:30) + 駅カフェ (14:30～15:30)
- 30日(木) 13:30～15:30 ・オレンジカフェ留萌 in 港西コミュニティセンター (港町3丁目75)

【るもい健康の駅からのお知らせ】 9月5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日)は、るもい健康の駅が新型コロナワクチン接種会場となります。当日は終日、一般のご利用ができません。ご注意ください。

るもい健康の駅では、**新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入館時に検温と体調チェックを行っています**。また、夜間の利用は水曜日のみとなっています。各イベントは定員になり次第、募集を締め切っています。このため、イベントへ参加される方は、るもい健康の駅へ事前予約もしくはお問い合わせをお願いします。

からだすこやか ところイキイキ

健康ひろば



9月12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

※上記以外の日曜日、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・日曜日、祝日」「夜間」に対応しています。
※日曜当番医院が急きょ変更となる場合があります。受診前に一度、電話でご確認ください。

■こんにちは！るもい健康の駅です■ NPO法人るもいコホートピア
「ワクチンを打ちましょう！感染対策を続けましょう！」 理事長 小海 康夫

新型コロナウイルスのワクチン接種が続いています。首都圏では高齢の重症者がぐっと減りました。反対にワクチンがまだ届いていない若い人たちの中に重症患者が増えています。ワクチンは、新型コロナによる肺炎の恐怖から高齢者を解放します。

首都圏ではあいかわらず感染が拡大し続けています。感染ルートのひとつが家庭内感染です。お父さんが通勤でコロナを拾ってきて、家族に分け与えるという構造です。もしお父さんがワクチンを打っていれば、この経路はぐっと減ります。ワクチンは大切な家族を守ります。

お酒を提供するお店に自粛の嵐、コロナが増えれば飲食店に休業要請、これでは経済がしぼんでしまいます。ワクチンを打った人が増えれば、町に出掛けて会食もできるでしょう。ワクチンは地域も救います。

おっと、ワクチンを打っても感染症対策は忘れたら元も子もありません。



問 るもい健康の駅 TEL 43-8121
HP <https://cohortopia.care/eki/>

三省堂書店を応援し隊★インフォメーション



大人のための朗読会 **開催中止** 日 9月14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 9月26日(日) 14:00～ 所 市立留萌図書館

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きょ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

留萌市市民憲章

わたく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く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つて、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？

参加人数や話題、形式は問わず、市長とフリートークすることができます。ただし、決まった実施日を設けていませんので、ご希望の方は、市・政策調整課（☎42-1809）へご連絡ください。

市長とホットライン(FAX) 0120-223-846 市民の声メール web-master@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 危機対策室 ☎56-5005

広報るもいは再生紙を使用しています

主な電話番号

- 下記以外のお問い合わせ 総務課 ☎42-1801
- 市の財政など 財務課 ☎56-0025
- 地籍調査、市有財産など 管財課 ☎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

〒 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

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

人口と世帯数 令和3年7月末現在

- ・総人口 19,964 人 (+ 2 人)
- ・男 9,603 人 (+ 30 人)
- ・女 10,361 人 (- 28 人)
- ・世帯数 11,202 世帯 (+ 13 世帯)

※()内は前月比

人口動態 令和3年7月届出分

- ・出生 …… 11人
- ・転入 …… 91人
- ・死亡 …… 35人
- ・転出 …… 65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 9月30日(休)

留萌市情報プラザ 朝 08:05~08:10 夕 17:05~17:10



エフエムもえる FM76.9MHz 留萌市とエフエムもえるは、災害協定を結んでいます。《災害時は76.9MHz》

連載コラム⑤

こんにちは！
新型コロナワクチン接種案内センターです

新型コロナワクチン接種に関する重要なお知らせ

集団接種は「9月中の2回目接種」
個別接種は「10月中の2回目接種」の
完了をもって終了となります

■各会場の2回目接種 終了日

会場	終了日	会場	終了日
東雲診療所	9月21日(火)	留萌記念病院	10月21日(木)
保健福祉センターはーとふる	9月24日(金)	たけうち内科循環器内科医院	10月22日(金)
るもい健康の駅	9月26日(日)	藤田クリニック	10月29日(金)
留萌セントラルクリニック	10月20日(水)	川上内科医院	10月30日(土)

※各終了日の3週間前が1回目接種日です。それまでに1回目接種を終えられるようご予約ください。

※以降、接種日の追加予定はありません。

■ワクチン接種の予約手続きはお早めに！

ワクチン接種を希望する方は、上記接種終了日までに2回目接種を終えられるよう、お早めに予約手続きしてください。

新型コロナワクチン接種案内センター
フリーダイヤル TEL 0120-603-222

※番号を十分にお確かめの上、お電話ください。



留萌市
新型コロナワクチン
接種予約システム

◎新型コロナワクチン接種に関する情報は、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) でも、ご覧いただけます。

留萌市 新型コロナワクチン

検索





ボーナス
年2回支給

7時間勤務
(正社員の場合)

各種手当で
有り



お給料の
モデルケース

コネットちゃん

介護付有料老人ホーム・介護相談センターで

介護のお仕事

(株)萌福祉サービス入社1年目

介護支援専門員 萌 福子さんの給与明細

※残業は必須ではありません。
※金額は一例となります。

- 基本給 180,000円
- 資格手当 ※介護支援専門員 30,000円
- 職務手当 30,000円~
- 残業代 ※月30時間 39,200円~

支給
総額

279,200円~

正社員 介護支援専門員

- 仕事 ▶ 利用者様の介護業務
- 資格 ▶ 介護支援専門員
- 給与 ▶ 210,000円~240,000円(各種手当あり)
- 休日 ▶ 月7日(有給・忌引休暇あり)
- 時間 ▶ 7時間(休憩1時間)

正社員 介護スタッフ

- 仕事 ▶ 利用者様の介護業務
- 資格 ▶ 介護職員初任者研修あれば尚可
- 給与 ▶ 148,000円~165,000円(各種手当あり)
- 休日 ▶ 月7日(有給・忌引休暇あり)
- 時間 ▶ 7時間(休憩1時間)

待遇

- ▶ 交通費規定支給
- ▶ 車通勤可
- ▶ 制服貸与
- ▶ 各種褒賞制度あり
- ▶ 各種社会保険完備



勤務地 留萌市内事業所

お問合せ ウェルフェア萌
〒077-0042 留萌市開運町1丁目2番1号

受付時間/ 平日9:00~17:00 ※祝日は対応いたしません。

☎ 0164-49-2258

監修・発行 留萌市政策調整課

TEL 42-1809

FAX 43-8778

編集・印刷

株式会社留萌新聞社



こんな事思ったことありませんか?

オフィス機器を増やしても速度が遅くならず快適に利用できたら...

いつでもお店・工場の映像が見れて防犯対策もできたら...

ギガらくWi-Fi

オフィスや店舗で

役立つ機能に加え、プロによる導入から運用までのサポートが付いた、安心・カンタン・すぐに使えるWi-Fiサービスです。

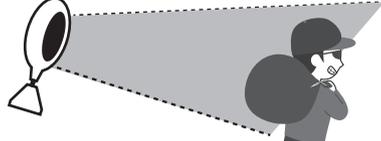


- 個人向けから法人向けギガらくWi-Fiへ
- 来訪者向けWi-Fiの提供も可能
- 365日の安心サポート

ギガらくカメラ

オフィスや工場で

簡単設置ですぐにご使用頂け、インターネットを介して離れた場所からリアルタイムに確認ができるビジネス向けクラウド型カメラサービスです。



- 動きや音に反応して自動で録画
- インターネットを介していつでもどこでも映像が確認できる
- 365日の安心サポート

お気軽にご相談ください!

あくまでも一例であり、すべてのお客さまについて同様の効果があることを保証するものではありません。ご利用時にはインターネット接続サービスおよびプロバイダーサービスの契約が必要です。【ギガらくWi-Fi】インターネットご利用時の通信速度は、ご利用環境(インターネット接続用回線や端末機器の仕様など)や回線混雑状況などにより大幅に低下することがあります。お客さまのご利用環境によって、同時接続端末台数は変わります。【ギガらくカメラ】遠隔確認にはカメラ設置場所と外出先の両方にインターネット接続環境が必要です。お客さまご用意のカメラはサポート対象外です。お問い合わせ内容によっては対応できないこともあります。複数の端末で同時に同一のカメラ装置の映像を確認することはできません。



NTT東日本 北海道北支店 0800-800-6530

受付時間 | 9:30~17:00 休業日: 土・日・休日・年末年始(12/29~1/3)

K21-00222[2105-2204]