

仲間と共に
心身の練磨を



勤

労者体育センターでは、心身の練磨のため、少年少女らが少年団の仲間と共に学び、共に切磋琢磨しながら、剣道修練に励んでいます。この日の稽古では、少年少女らが正面素振りや早素振りといった面を付けない基礎稽古などに打ち込みながら、爽やかな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／確定申告・住民税申告はお早めに！
- ④ - ⑤ 特集／控えてませんか？ 定期的な健（検）診
- ⑥ - ⑬ 議会だより 143 号

- ⑭ - ⑲ 暮らしのお知らせ

- ⑳ - ㉑ 健康ひろば

- ㉒ 連載／災害への備え ㉓

- ㉔ 留萌市情報アンテナ

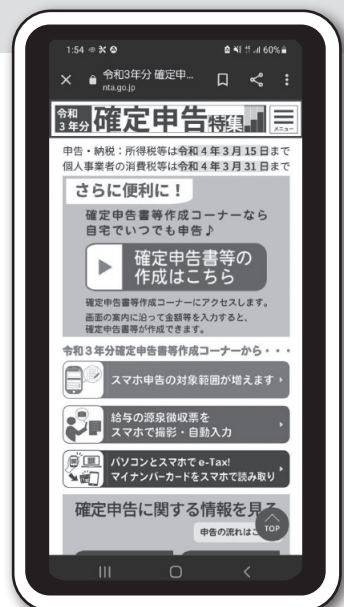
スマホでも確定申告ができます！

▼国税庁ホームページでは、所得税の確定申告書を作成し、電子申告することができます。新型コロナウイルスへの感染対策のためにも、ぜひ電子申告をお願いします。

- ① 必要な書類（マイナンバーが分かるもの、収入が分かるもの、各種控除証明書、医療費のお知らせなど）を準備します。
- ② スマホで国税庁ホームページにアクセスし、各質問に回答します。
- ③ 作成した確定申告書をデータ送信、または印刷し添付書類と共に税務署へ提出します。税務署には郵送またはご持参ください。

【インターネット申告に関するお問い合わせ】

問 e-Tax 作成コーナーヘルプデスク TEL 0570-01-5901



確定申告
特集ページ
(国税庁)
トップ画面



上記 QR コードから、国税庁の確定申告特集ページを開くことができます。

住民税申告の手続きについて

▼1月1日現在で留萌市に住所がある方のうち、確定申告を行わない方は住民税申告が必要です。ただし、下記に該当する方は申告不要となります。

- ①所得が給与所得のみで、勤務先が給与支払報告書を市へ提出している方（※1）
 - ②所得が年金所得のみで、年金支払者が公的年金等支払報告書を市へ提出している方（※1）
 - ③収入がなく、次の条件いずれかに該当する方
 - ・国民健康保険に加入していない
 - ・後期高齢者医療制度に加入していない
 - ・所得証明書、課税証明書、限度額認定証（健康保険、介護保険）を発行することがない
- （※1）各支払報告書の内容に変更がある方、各控除内容に変更がある方は申告が必要です。

▼必要書類を持参の上、下記の受付会場へお越しください。

※必要書類は、確定申告の手続きと同様です。

◎市・税務課 2月16日(水)～3月14日(月)
9:00～11:30 / 13:00～16:00（※いずれも土・日曜日、祝日を除く）

詳しくは、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でご確認ください。

留萌市 税務課

検 索

【確定申告に関すること】問 市・税務課 TEL 56-5004 / 問 留萌税務署 TEL 42-0661
【住民税申告に関すること】問 市・税務課 TEL 56-5004



確定申告・住民税申告は お早めに！

2月から3月は確定申告および住民税申告の期間です。申告が必要な方は、感染症対策の上、手続きをよろしくお願いします。

問 市・税務課 TEL 56-5004

確定申告とは

▼所得税の確定申告は、毎年1月1日から12月31日までの1年間に生じた所得の金額と、それに対する所得税の額を計算し、源泉徴収された税金などの過不足を清算する手続きです。

年末調整できない医療費控除などで、払いすぎた税金が還付される場合もあります。

【確定申告が必要な方】※必要な方の一例

①給与所得がある方

給与を2か所以上から受けており、年末調整されていない給与の収入金額と、給与所得および退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える場合など

②公的年金等に係る雑所得がある方

公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円を超える場合など

ほか

確定申告の手続きについて

▼必要書類を持参の上、下記の受付会場へお越しください。

◎市・税務課 2月16日(水)～3月14日(月) 9:00～11:30 / 13:00～16:00

◎留萌税務署 2月16日(水)～3月15日(火) 9:00～16:00

（※いずれも土・日曜日、祝日を除く）

※感染症対策のため、必ずマスク着用の上お越しください。また、体調の優れない方の来庁はご遠慮ください。なお、混雑を防ぐためにも最少人数でお越しください（家族複数人などのご来庁はご遠慮ください）。

※留萌税務署では、感染症対策のため、申告会場で入場整理券を配布してご案内しています。詳しくは、留萌税務署（電話：42-0661）へお問い合わせください。

【必要書類】

- ◎マイナンバーカード（個人番号カード）、または個人番号通知カード
- ◎顔写真付き本人確認書類
※マイナンバーカード提示の場合は不要です。
- ◎収入金額が分かる書類（源泉徴収票など）
- ◎印鑑
- ◎申告する本人名義の口座が分かるもの
- ◎その他（申告に応じた必要な確認書類）

医療費控除を受ける方へ

▼必ず「医療費控除の明細書」を作成の上、お越しください。領収書だけでは医療費控除の申告に対応できません。用紙は、市・税務課または留萌税務署でお渡ししているほか、国税庁ホームページから作成することもできます。なお、医療費のお知らせをお持ちいただくことで、明細書の記入を簡略化することが可能です。

市の特定健診ってお得！

▼留萌市の特定健診では、市独自の検査項目を含む9項目を自己負担額500円で受診することができます。

また、心電図を希望する方は、別途500円を追加することで受けることができます。

留萌市の特定健診を受診するための自己負担額

500円

※市の補助がない場合
およそ**8,000円**

※がん検診の料金は、別途お問い合わせください。

受診方法は、個別健診、集団健診のいずれかをお選びください。

▼留萌市では、個別健診または集団健診のいずれかを選び、特定健診や各種がん検診を受診することができます。

【特定健診に関するお問い合わせ】

問 市・市民課 TEL 42-1805

【がん検診に関するお問い合わせ】

問 市・保健医療課（は一とふる内） TEL 49-6050

●受診できる医療機関【個別健診】

医療機関	電話番号	項 目						
		特定健診	胃がん	胃カメラ	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん
荻野病院	42-1406	○	×	×	×	×	×	×
川上内科医院	43-6451	○	×	○	○	○	×	×
たけうち内科循環器内科医院	42-8820	○	×	×	○	○	×	×
西原腎・泌尿器科クリニック	56-1678	○	×	×	×	×	×	×
藤田クリニック	42-1660	○	×	○	○	○	×	×
留萌記念病院	42-0271	○	○	○	×	○	×	×
留萌セントラルクリニック	43-9500	○	×	×	×	×	×	×
わたべ整形外科医院	42-5011	○	×	×	×	×	×	×
市立病院	49-1011	○	○	○	○	○	○	○
札幌複十字総合健診センター	011-700-1331	×	×	×	×	×	○	○

申 受診期間は3月31日(木)までとなりますので、お早めに各医療機関へ直接お申し込みください。

●冬の集団健診【集団健診】 所 保健福祉センターは一とふる

日 程	受付時間	特定 心電 図・ 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24日(木)	16:00～17:00	×	×	×	×	×	×	○	○	○
2月25日(金)	7:00～11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2月26日(土)	7:00～11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2月27日(日)	7:00～11:00	○	○	○	○	○	○	×	×	×

申 2月4日(金)までに、市・保健医療課（は一とふる内・電話 49-6080）へお申し込みください。（土・日曜日を除く）

※予約状況により、申込期間を延長する場合があります。

特集



控えてませんか？ 定期的な健（検）診

生活習慣病やがんの早期発見には健（検）診が不可欠です。健康が気になる今だからこそ、適切な受診が重要です。

問 市・市民課 TEL 42-1805

もしかして、控えてませんか？

▼新型コロナウイルス感染症が気になり、健（検）診を控えている方は少なくありません。

留萌市の健（検）診受診者数の推移（人）を見てみると、令和2年度に受診者数が激減しています（図1）。

- ☒ かかりつけ医への相談
- ☒ 生活習慣病の健診・受診
- ☒ がん検診

生活習慣病やがんは、早期のうちは無症状で自覚症状が表れにくく、早期発見が特に重要となります。

だからこそ、定期的な受診でご自身の健康状態をしっかりチェックすることが健康維持の第一歩です。

定期的な受診で、早期発見！

自覚症状がなくても、年に一度、定期的に特定健診や各種がん検診を受けることで、病気の早期発見、早期治療につながります。

受診前には体温計測するなど、体調に問題がないかを確認しましょう。

帰宅後は、手洗いなどの感染症対策をしっかりしましょう。

項 目	平成30年度	令和元年度	令和2年度
特定健診	1,074	941	671
胃がん検診	470	382	246
肺がん検診	649	621	405
大腸がん検診	701	694	444
子宮がん検診	333	281	256
乳がん検診	353	314	227

▲図1 留萌市の健（検）診受診者数の推移（人）

健（検）診会場や医療機関では、換気や消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症対策を実施していますので、安心して受診することができます。



第1 常任委員会 の報告

道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設」 愛称は、『ちやいるも』に決定！

◎委員長 村山ゆかり ・海東 剛哲 ・珍田 亮子 ・戸水美保子
○副委員長 横田 美樹 ・笠原 昌史 ・野崎 良夫

市民の消費喚起と地域経済の回復のために実施した「プレミアム付商品券発行」は、予想を上回る申し込みに対応し、歳出2,948万9,000円を補正。道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設」の愛称を『ちやいるも』（最優秀賞）に決定した報告がありました。応募総数137点の中から選ばれた愛称は「チャイルド＋居る＋るもい こどもがるもいにたくさんあふれることをイメージしてつけた」。また、外観デザインは、KAZUMOちゃんを前面にインパクトあるデザインに決定しています。



▲道の駅るもい「ちやいるも」外観デザイン

ふるさと応援
寄附が、金額累

計で8億円を越し、予想を上回る寄附件数・金額に対応するため寄附者への返礼品に係る報償費等の増額補正を確認。道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設」カフェ出店者は、選定の結果「有限会社ルモンド」に決定した報告がありました。また、寺子屋・るもいっこは、7月から11月に7回実施。新たな道路や施設への興味・関心を引き出すため、工事現場見学ツアーを実施した情報提供を受けました。令和3年度留萌市除雪計画が報告され、市民雪捨て場の開設で、日曜日を追加する報告がありました。



▲るもいっこ見学ツアー

新型コロナウイルスワクチン接種 体制支援事業 1,109万4千円

◎委員長 鶴城 雪子 ・小沼 清美 ・燕 昌克 ・米倉 靖夫
○副委員長 芳賀 博康 ・小野 敏雄 ・村上 均

12月定例会議案事項として、感染症検査機関等設備整備事業6,494万8千円、発熱外来等設備整備事業309万3千円、院内Wi-Fi設備整備事業550万円、収入として新型コロナウイルスワクチン接種体制支援事業1,109万4千円などの令和3年度留萌市立病院事業会計補正予算の説明を受け確認しました。

また、留萌市立病院では、北海道の修学資金（月額56,000円）を併用できる病院となった



▲市立病院入口の感染症対策

こともあり、看護師等の早期離職防止（人材確保）を図るため、貸付免除就業年数について、貸付を受けた期間に相当する期間の従事

を1.5倍に変更するなど、修学資金貸付条例の改正内容を確認しました。

留萌市子ども発達支援センターが、北海道より市町村中核子ども発達支援センターの認可を受け、児童発達支援や保育所等訪問支援などの事業展開、各関係機関と連携した地域啓発活動を展開するための事業内容の説明を受けました。

また、その一環で、障がいやその理解、支援の内容、障がい児福祉を考える機会とすることを目的とした、計8回におよぶ「市民セミナー」の実施概要の説明を受け、その後、終了の報告を受けました。



▲療育を学ぶ～市民セミナー

第2 常任委員会 の報告

留萌市議会だより

留萌市議会

検索



※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。

議会です こんにちは

第143号

主な
内容

- P 6 ・「議会意見箱」本格実施！
- P 7 ・各常任委員会からの報告
- P 8 ・登別市議会との意見交換会
- P 9～P 11 ・第4回定例会一般質問

- P 12 ・留萌市議会NEWS
・各組合議会からの報告
- P 13 ・こんなことが決まりました
・議会の動向 …………… ほかに

留萌市議会では、市民の声を議会活動に反映させ、議会の広聴機能の充実・強化を図るために、令和2年12月1日から1年間、「意見箱」を試験的に設置しました。この間、14通のご意見をいただきました。投函された意見のうち、回答の希望があったものについては、今後の議



市役所ロビー

会運営や市政に反映すべきかなどを協議し、回答してきました。

そして令和3年12月1日からは本格実施しています。

設置場所は、「市役所1階ロビー」と「るもいプラザ2階まちなか賑わい広場」です。

議会に対しての気付きや疑問、改善すべきことなどを記入して、「意見箱」にお気軽に投函してください。回答を希望される場合は、意見用紙に住所、氏名、電話番号をご記入いただき、回答の要否欄の「必要」を選択してください。個人への誹謗中傷、プライバシーの侵害などに当たるものを除き、ご本人へ回答させていただきます。



るもいプラザ

なお、市の行政に対するご意見・ご要望については、担当部署へ直接ご連絡いただくか、「市長への意見箱（市役所1階ロビー）」をご利用ください。

「議会意見箱」 本格実施！



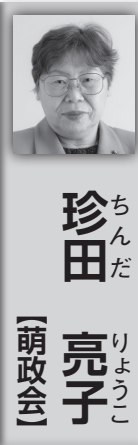
令和3年第4回定例会 一般質問と答弁

①

質問 道路整備事業について
見晴通整備事業における下水道（雨水管）や上水道（送・配水管）の整備状況と留萌市道路整備5箇年計画の第5次計画策定のスケジュール

質問 市政運営について
留萌市第2期中期財政計画の財政見通しで、令和5年度から8年度までに約6億4千万円の収支不足が見込まれ、厳しい財政運営となっているが、市長の見解を伺いたい。
市立病院の新たな病院改革プランの策定をどうする。
SDGs（持続可能な開発目標）をまちづくりにどう役立てるのか。

答弁 収支不足となる財政見通しであっても、圧縮に努めながら財政調整基金、市税や留萌市応援寄附金などを確保し、課題解決や、新たな取り組みに挑戦したい。新たな病院改革プランは、時期は未定であるが、今後、示される国のガイドライン、地域医療構想を踏まえて策定したい。SDGsは、持続可能なまちづくりを進めるためにも市職員への意識浸透を図り、他市の事例も参考に、取り組んでいけるよう周知を図りたい。



ちんだ りょうこ
珍田 亮子
〔萌政会〕



登別市議会との意見交換会

市民の健康づくり等について、行政視察で「るもい健康の駅」を訪れた登別市議会の生活・福祉委員会委員6人と留萌市議会 議会運営委員会委員4人で意見交換会を行いました。意見交換では、留萌市議会が課題としている「議会モニター制度」について研究するため、先進的に議会サポーター制度を設置し、市民意見を把握している登別市議会から導入の経緯や運用方法、課題についてお話を聞きました。また、その他の議会活動の取り組みなどを聞き、今後の参考としました。

開催日：令和3年11月5日（金） 会場：るもい健康の駅

質問 道路整備事業について
見晴通整備事業における下水道（雨水管）や上水道（送・配水管）の整備状況と留萌市道路整備5箇年計画の第5次計画策定のスケジュール

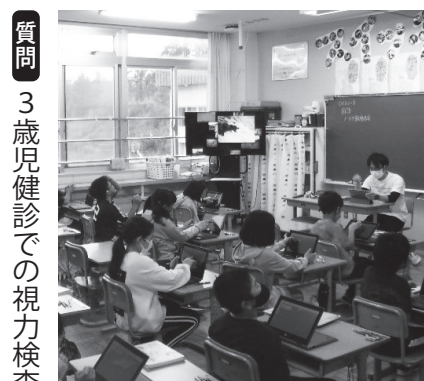
質問 市政運営について
留萌市第2期中期財政計画の財政見通しで、令和5年度から8年度までに約6億4千万円の収支不足が見込まれ、厳しい財政運営となっているが、市長の見解を伺いたい。
市立病院の新たな病院改革プランの策定をどうする。
SDGs（持続可能な開発目標）をまちづくりにどう役立てるのか。



▲配水管工事作業風景

を伺いたい。

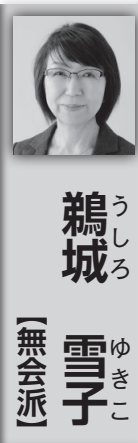
質問 3歳児健診での視力検査について
弱視を発見するため、屈折検査機器を導入してはどうか。



▲学習時、端末を活用する児童

質問 3歳児健診での視力検査について
弱視を発見するため、屈折検査機器を導入してはどうか。

質問 留萌市における墓地のあり方
浜中・礼受町共同墓地など市内8カ所の共同墓地では、管理する住民の高齢化が進み、早期の支援が必要だと考えるが、共同墓地に対する考えを伺う。
合同墓の生前予約は市民の安心のために必要ではないかと考えるが、市長の見解を伺う。



うしろ ゆきこ
鵜城 雪子
〔無会派〕

質問 ブースター接種に向けた準備状況
厳しい冬の場の接種になるが、特に高齢者などが会場に来る方法や体調



▲礼受・浜中町が管理する共同墓地

質問 ブースター接種に向けた準備状況
厳しい冬の場の接種になるが、特に高齢者などが会場に来る方法や体調

サポーター制度は、どのように運用されているのですか。

議会基本条例第3条の「委員会の活動」に位置付け、議会改革の取組の一つとして、市民の意見を積極的に取り入れるために意見交換、議会フォーラムなどを実施している。最終的にはサポーター、フォーラム、視察、個別の意見交換等全てを総合し、当初に定めた重点テーマに対して市長への政策提言を行っている。

オンライン委員会について、現在の検討状況を教えてほしい。

第4回定例会までには、実施できるように進めている。オンライン会議が必要となる場面は、災害時やコロナ禍のような状況と、議員の妊娠、育児、介護、病気といったケースが考えられ、多様性を重視した中で、オンライン会議に参加できるよう条例の内容を検討している。

サポーター制度で市民が議会に関心持つきっかけとなりましたか。また、議員のなり手育成につながっていますか。

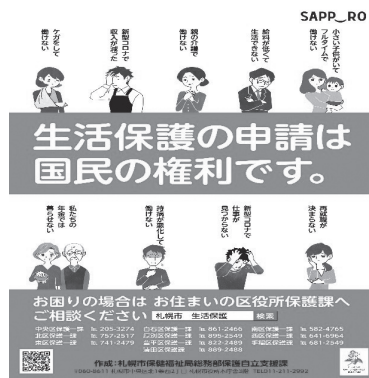
自ら手をあげてくれる方は、非常に僅か。フレッシュな方が入ってきて、議会に興味を持ってもらい、議員のなり手の育成につなげていくという形にはなっていない。課題として、今後は議員のなり手の育成も視野に入れてサポーターをお願いしたい。

議会改革の根幹は、市民との距離を近くすること。何かアドバイスがあればお聞きしたい。

近年、議員の世代交代が進み、支援者、周囲に若い人が増えることで、新しいことにチャレンジしやすい環境となっている。また、ICT活用としてオンライン委員会の実証実験や議会基本条例が、時代に見合っているか検証している。多岐にわたる角度から議会改革の総点検をしている。

令和3年第4回定例会 一般質問と答弁

③



▲生活保護申請を呼び掛ける
札幌市のポスター

さまざまな関係機関からの情報で該当者を見つけ、見守り実施や、地域ケア会議などで方向性を検討し対処している。市民への周知について調査研究しながら、広報・啓発に努めていきたい。

② 公的医療費助成に係わる証明書交付手数料の減免は、全道市長会で調査が行われる結果を踏まえ、他市の今後の状況を調査して情報収集をしていきたい。

③ 生活に困窮する方が、生活保護を請求することは、全ての国民の平等の権利であり、必要な方に生活保護を行き届かせることは、行政の重要な責務であると考えている。ホームページ、広報誌、出前トークなどにより、生活保護制度の正しい周知と理解を図りながら、保護相談や、保護申請をうながしている。

【答弁】 礼受牧場の風車は、再利用への投資やメンテナンス費用などを勘案し、市内民間事業者からの意向も踏まえ検討していく必要がある。三泊ふ頭の大規模風車は、来年11月に工事完了、令和5年3月から運転開始をしたい。市は、洋上風力誘致に向け、国の可能性調査選定に向け提案



▲礼受牧場の風車と菜の花

【質問】 脱炭素社会に向けた自然エネルギー推進
礼受牧場にある風車9基が解体されるようだが、風車を残すための民間企業と連携協議はできないのか。留萌港三泊ふ頭に設置予定の大規模風車の進捗状況と雇用など経済影響を聞きたい。市における洋上風力の可能性はあるか。ゼロカーボンシティ宣言など、市全体の意識を高める動きが必要。考えを聞きたい。



村山 ゆかり
【萌芽クラブ】

【質問】 市内の中学校の生徒数
市内の港南中学校と留萌中学校の生徒数で、毎年100人から150人の差がある。生徒数が少ないと学習や部活動など、学校生活にいろいろな影響があるが、学校区を見直す考えについてお聞きたい。

【答弁】 中学校間の生徒数に大きな差がある場合、部活動への影響や学校の適正規模を維持していくことが困難になるなど、生徒数のバランスを考慮し、学校区を見直し、均衡となる再編成の検討が必要となるが、居住する場所により、通学距離が長く



米倉 靖夫
【無会派】

【質問】 Aーバス導入の検討
「公共交通市民意見交換会」開催の展開を聞きたい。人工知能(Aー)予約制バスの運行を検討しているようだが、経緯と展望を聞きたい。

【答弁】 市民意見交換会で把握した利用者ニーズを考慮し、令和3年度中に市公共交通計画の素案を作成、4年度中に成案としたい。交通課題に対し、予約型のデマンドAー運行バスが有効な検証し、本格運行に向けた実証実験を検討したい。

【答弁】 市としては、子どもたちのチャレンジする環境や夢を後押しし、優秀な指導者の確保と新たな指導者の育成や、長期にわたって越境学生を受け入れる環境整備については、子どもを受け入れる里親制度のような仕組みを考え、必要であれば、学生寮も考えたい。



▲コーチと卓球の練習に励む子どもたち

【質問】 スポーツ振興
今年度から株式会社VICTASとの包括連携協定を締結し、素晴らしいコーチが留萌に来て「卓球によるスポーツのまちづくりの推進」の取り組みを始めており、他のまちから留萌に進学したい子どもたちが増えると思うが、受入環境の整備についてお聞きたい。

【答弁】 人口統計調査などの客観的データに基づく児童生徒数の推移を見据え、適正な学校区の検討を進めたい。

令和3年第4回定例会 一般質問と答弁

②



笠原 昌史
民主

管理など、どのような対策を考えているかお聞きしたい。

【答弁】 接種希望者全員の接種を終える時期はいつごろと想定しているかまた、第6波への備えとして市立病院の医療体制をお聞きしたい。

【答弁】 高齢者らは身近な医院などでの接種を受けることも可能となり、介護事業者との連携を図る。また、こまめに濡れた床を拭くなど、転倒防止を図る。接種終了は7月末の予定であり、市立病院では今後も病床を確保して現在の状況を継続する。

【質問】 脱炭素社会を見据えた再生エネルギーへの取組について
クリーンエネルギーの成長分野として期待される「洋上発電設備」の誘致を進める考えはあるか。また、三泊ふ頭エリアの将来的な活用拡大の考えについて伺う。

【答弁】 脱炭素社会の実現や地域への経済波及効果を考え、地元漁業者との調整、共存を図りつつ、誘致に向けて進めていく必要があると認識している。国に対し、可能性調査の選定に向け、提案したい。

三泊ふ頭の石炭荷揚げは、脱炭素の動きが活発化する中、今後、石炭

【質問】 防災・減災と女性参画



横田 美樹
【萌芽クラブ】

【答弁】 現在、市出身の文化・芸術関連者を招いて、講演や作品の展示会などの事業は実施していない。文化・芸術関連者に限らず、スポーツ界や企業人など、市出身やゆかりのある関係者の情報を収集し、講演会や演奏会、作品の展示会などの開催の可能性について検討したい。

【質問】 地域の文化・芸術の醸成を図るための施策について
音楽や美術、工芸、文芸など、さまざまな分野で活躍する留萌市出身の文化・芸術関連者の講演や展示などを通じ、地域との関係強化についての見解を伺う。



▲広大な三泊ふ頭エリアを洋上風力発電の拠点の活用に向け

【答弁】 個別避難計画において策定の際には、女性視点を取り入れ、今後自主防災組織における防災活動に市職員が出向き、避難所の運営における女性視点による配慮や啓発、必要に応じ女性専門職員との連携を図りたい。また、集合住宅に対して町内会への加入促進を進めていく考えであり、災害に応じた体制を整え町内会との連携を図っていく。

【質問】 医療・介護職の人材不足
地域の医療・介護を支える人材確保の施策と、職員の処遇改善と、地域医療を支える留萌市立病院の安定的な維持に対する取り組みについて



▲留萌防災備蓄倉庫として整備された十字街西ビル

地域特性を考慮した防災・減災に対する女性参画と、地域内での女性の関わり強化、想定される意思決定の場において女性の参画できる環境の整備や、女性専門職員との連携が図られているのか。町内会加入率低下と、自主防災組織の支援要請に対する対応について伺う。

【質問】 市民が安心して住み続けられる施策について
①セルフネグレクトの市の支援
②指定難病など公的医療費助成の申請、届出などに必要な証明書の交付手数料の免除、③生活保護を申請しやすい市の方策について伺う。

【答弁】 ①セルフネグレクトは介護・医療サービスの利用を拒否するなどにより社会から孤立し、生活行為や心身の健康維持ができなくなっている状態で孤立死のリスクもある。総合相談事業や関係機関の連携により、地域住民や民生委員、介護事業所、医療機関、保健所、警察など、



小沼 清美
【無会派】

お聞きしたい。

【答弁】 地域にとって医療・介護を支える職員の処遇改善などは重要と考え、資金的に就学しやすい環境をより充実し、新規採用者の確保や医療スタッフの実習の受け入れを積極的に行う。

養成する学校訪問や地元高校での説明会などに参加し、地域医療を支え安定した経営を行っていくため、医師・看護師を始め医療スタッフをしっかりと確保していけるよう努めていく。

議会の動向

令和3年9月7日から12月7日まで
の議会の動向を報告します

9.7	令和3年留萌市議会第3回定例会 開会日
9.9	議会広報広聴常任委員会
9.13-14	一般質問
9.14	議会運営委員会
9.15-16	決算審査特別委員会・本会議
9.21	議会広報広聴常任委員会
9.27	第2常任委員会
〃	全員協議会
〃	各派代表者会議
9.29	第1常任委員会
〃	公共施設整備調査研究会
10.8	議会広報広聴常任委員会
〃	議会運営委員会
〃	各派代表者会議
10.12	北海道市議会議長会道北支部議長 会（稚内市）（正副議長）
10.20	公共施設整備調査研究会
10.24	令和3年度まちづくり懇談会（副 議長）
10.25	全国市議会議長会基地協議会北海 道部会総会（名寄市）（議長）
10.27	第1常任委員会
〃	第2常任委員会
10.28	議会運営委員会
10.29	令和3年留萌市議会第4回臨時会
〃	全員協議会
11.1	全国市議会議長会基地協議会第 101回理事会（東京都）（議長）
11.3	留萌市功労等表彰式（正副議長）
11.5	登別市議会行政視察
11.8	全員協議会
11.9	公共施設整備調査研究会
11.10	全国市議会議長会第225回理事会・ 第111回評議員会合同会議（東京 都）（議長）
11.11	議会広報広聴常任委員会
11.12	議会運営委員会
〃	公益社団法人留萌地方法人会提言 書受理（正副議長）
11.15	留萌駐屯地の充実・発展を求める 要望（旭川市）（議長）
11.16	議会広報広聴常任委員会
〃	市民と議会の意見交換会勉強会
〃	各派代表者会議
11.17	第2常任委員会
11.18	第1常任委員会
11.24	留萌駐屯地の充実・発展を求める 要望（札幌市）（議長）
11.25	留萌駐屯地の充実・発展を求める 要望（東京都）（議長）
12.2	第1常任委員会
〃	第2常任委員会
12.3	議会運営委員会
12.7	令和3年留萌市議会第4回定例会 開会日

フェイスブックもチェック

留萌市議会 フェイスブック

こんなことが決まりました

令和3年 第4回定例会 12月7日～15日
令和3年 第4回臨時会 10月29日

令和3年 第4回定例会

諮 問	・人権擁護委員の推薦について …適 任
報 告	・専決処分の報告について（工事請負契約の金額変更につ いて） ・専決処分の報告について（令和3年度留萌市一般会計補 正予算（13号）について） ほか1件… 了
議 案	・令和3年度留萌市一般会計補正予算（第14号） ・留萌市港南コミュニティセンターの指定管理者の指定に ついて ・令和3年度留萌市病院事業会計補正予算（第2号） ・「若者たちが萌えるまち」留萌市応援寄附条例の一部を 改正する条例制定について ・留萌市国民健康保険税条例の一部を改正する条例制定に ついて ・留萌市看護師等修学資金貸付条例の一部を改正する条例 制定について ・留萌市道の駅条例制定について ・留萌市都市公園条例の一部を改正する条例制定について ・留萌市下水道条例の一部を改正する条例制定について ほか8件…原案可決
意見書案	・チルドレン・ファースト実現に資する新省庁設置を求め る意見書 ・気候変動による温暖化対策を求める意見書 ほか3件…原案可決

令和3年 第4回臨時会

報 告	・専決処分の報告について（令和3年度留萌市一般会計補 正予算（第10号）について） ・専決処分の報告について（工事請負契約の金額変更につ いて） ほか2件… 了
議 案	・令和3年度留萌市一般会計補正予算（第12号） ・財産の取得について ほか1件…原案可決

編集後記

▼令和4年の新春をお健やかに過ごさ
れていることをお喜び申し上げます。

市民と議会の意見交換会について実施する予定で作業を進めて
いましたが、新型コロナウイルス感染者が出たため、中止するこ
ととなりました。大変残念ですが、来年度実施できることを願っ
ています。

また、令和3年11月5日に留萌市で登別市議会との意見交換会
が開催されました。内容は、議会活性化の手段として「議会サポ
ーター制度」をはじめ、オンライン委員会の検討などでした。留萌
市議会も議会活性化に取り組みます。（博）

留萌市議会 NEWS

林活議員連盟 の視察

10月26日、留萌市森林・林業・林産業活性化促進議員連盟
で2カ所の視察を行いました。

●藤山幌糠線林道整備事業の視察

当日は議員11名の参加で、幌糠側入口から
管理道路（延長3,720m）の整備状況を見学。
この事業は平成28年から令和3年まで、事業
内容は28年は測量設計、29年から5年間で
林道造成工事が進み、水車の沢まで森林管理道
路が整備されます。

林道開設の効果は、林道の利用区域内の森
林373haのうち、113haほどの森林で間伐な
どの事業が実施可能になると見込まれており、
間伐材としておよそ7,409m³の留萌産木材が搬
出・利用されることが想定されております。

●幌糠更新伐・造林工事整備状況の視察

2カ所の視察では担当課の農林水産課から概
要等の説明を受け
ました。更新伐工
事の概要は伐採面
積5.30ha、伐採方
法は帯状。また、造



林工事概要では植栽
面積は2.65haで植
栽本数はカラマツ
6,630本で、期間は
4月20日から11
月10日までの間それぞれ工事が進められまし
た。



地区の整備概要では、視察地の周辺では林道
を活用し効率的かつ計画的な森林整備が進めら
れており、平成30年から令和2年までの過去
3年間で更新伐5.57ha、間伐23.77ha、造林
6.07haなどの事業が実施されています。

更新伐とは、主伐期を迎えた森林を部分的に
主伐（皆伐）するもの（帯状、群状など）間伐
の目的は森林の育成であるが、更新伐は主伐で
あるため伐採後は植栽が必要になります。

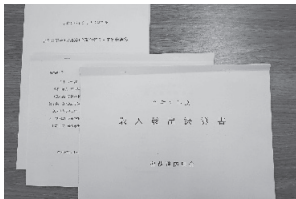
既存の樹木と植栽木により複層林が形成され
る事により、森林の持つ多面的機能が健全に保
たれるようになります。

各組合議会からの報告

留萌消防組合議会

令和3年留萌消防組合議会第2
回定例会を12月22日に開催し、
職員の不祥事について、消防長か
ら報告を受け、令和2年度留萌消防組合歳入歳出決算を審議し、
認定しました。

また、補正予算第1号、留萌消防組合
消防団の定員、任免、給与、服務等に関
する条例の一部を改正する条例制定につ
いて、原案のとおり可決し閉会しました。



留萌南部衛生組合議会

留萌南部衛生組合議会第1回
臨時会が、12月22日に開催さ
れ、補正予算案1件を可決しまし
た。補正予算は、81万7千円を追加し、総
額8億1,310万6千円となりました。

主な内容は「資源化施設自動火災報知設備
改修工事請負費418万円の追加」「一般廃棄
物収集運搬業務委託料255万円3千円の減
額」でした。



公共施設整備 調査研究会

市議会に公共施設整備調査
研究会を設置し、主要公共施
設の社会教育施設および市役
所庁舎などについて議論を
行っています。

議論のポイントとして、①
対象となる施設、②機能と規
模、③立地場所、④運営と財
源の4点について集中議論を
実施。

3月に最終とりまとめを行
い、市へ報告予定。

【開催日】令和3年

8月 3日 第1回調査研究会

8月 25日 第2回調査研究会

9月 29日 第3回調査研究会

10月 20日 第4回調査研究会

11月 9日 第5回調査研究会

12月 9日 中間報告（全議員へ）

健康・福祉・子育て 「令和4年度留守家庭児童会入会児童」募集のご案内

- ▼令和4年度入会児童を募集します。
- 対** 保護者の就労などに伴い、保護されていない時間がある小学生
- ※1年生から3年生までの低学年の児童、障がいのある児童の入会を優先しています。定員を超える応募がある場合、高学年の児童は入会できない場合があります。
- 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1日(火)～15日(火)までに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）

留萌小学校区（寿）留守家庭児童会 （寿児童センター内）電話：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）電話：42-0072
東光小学校区留守家庭児童会 （東光小学校内）携帯電話：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）電話：42-2226
港北小学校区留守家庭児童会 （港北小学校内）携帯電話：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）電話：42-1303

問 市・教育委員会子育て支援課
Tel 42-1808

教育・文化・スポーツ 令和4年度「留萌市あかしあ大学学生」募集のご案内

- ▼同年代の方と一緒に楽しく学びながら、新たな生きがいを見つけませんか？
- 留萌市あかしあ大学では、令和4年度に入学する学生を募集しています。
- 詳しくは、下記へお問い合わせください。
- 対** 留萌市に在住する60歳以上の方
- 費** 年間授業料：2,000円
- 内** 教養や健康を高める講義・講座をはじめ、運動会や野外交流会などの各行事を行います。
- ・おおむね月3回、9：50～14：30
 - ・本科4年と修士・博士課程3年の計7年間
- 申** 4月中旬までに、下記へ入学願書を提出してください。
- ※入学願書については、中央公民館の窓口で配布しています。入学説明会は4月下旬、入学式は5月上旬を予定しています。
- 問** 留萌市あかしあ大学事務局（中央公民館内）
Tel 42-3333

教育・文化・スポーツ 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～
- ※感染症対策のため、先着10組までとなります。
- ・9日(水)「おいしい」
 - ・26日(土)「ぎゅっ」
- 休館日
- ・1月31日(月)～2月7日(月) 蔵書点検休館
 - ・14日(月)／21日(月)／28日(月) 月曜休館
 - ・24日(水) 祝日振替休館
 - ・25日(金) 館内整理休館
- 問** 市立留萌図書館 **Tel** 42-2300



暮らし・手続き 2月7日は「北方領土の日」です

- ▼歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方四島（北方領土）の祖国復帰は、いまだに実現していません。北方四島がわが国へ返還されるためには、粘り強い返還運動を行っていくことが大切です。
- 市では、皆さんに北方領土問題への理解と関心を高めていただくとともに、一日も早い祖国復帰を実現するため、署名コーナーを設置します。
- 皆さんのご協力をお願いします。
- 署名コーナー開設日
- 日** 1月21日(金)～2月18日(金)
8：50～17：20（土・日曜日、祝日を除く）
- 所** 市役所本庁舎1階市民ラウンジ
- 問** 市・総務課 **Tel** 42-1801

市政情報 「第4期留萌市地域福祉計画（素案）」への意見を募集します

- ▼市では、「第4期留萌市地域福祉計画（素案）」への意見や提案など（パブリックコメント）を募集します。計画への意見や提案は、指定様式に記載し、市・社会福祉課へ提出してください。
- なお、皆さんの意見の概要、それに対する市の考え方などについては、市ホームページ（<https://www.e-rumoi.jp/>）などで公表します。
- 詳しくは、下記へお問い合わせください。
- 募集要領
- 日** 募集期間：2月7日(月)～28日(月)
- 所** 資料の公表場所：市・社会福祉課や中央公民館、市立留萌図書館、保健福祉センターは一とふる、各コミュニティセンターで閲覧できるほか、市ホームページでご覧いただけます。
- 対** ①市内に住所を有する方
②市内に事務所または事務所を有する個人および法人、その他団体
- 問** 市・社会福祉課 **Tel** 42-1807

暮らし・手続き 「令和4年度留萌市奨学生」募集のお知らせ

- ▼市では、奨学金の貸し付けを行っています。希望する学生は、市内中学校および高等学校、市・教育委員会学校教育課に設置している願書と関係書類を提出してください。
- なお、願書は、市ホームページ内の教育委員会学校教育課ページ（<https://www.e-rumoi.jp/gakkoukyouiku/>）からダウンロードすることができます。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。
- 対** 留萌市に住民登録しており、市・教育委員会で定めた条件（学業が優良で、性行が善良である方（評定平均3.3以上）など）を全て満たす方
- 内** ●必要書類
- ①願書
 - ②学校長の推薦書
 - ③成績証明書（学校作成の調査書でも可）
 - ④健康診断書（学校で行う健康診断書の写しでも可）
 - ⑤世帯全員の令和3年所得税の確定申告書の写し、または令和3年分源泉徴収票の写し
- 貸付金額（1カ月分）
- ・大学（大学院や短期大学を含む）…1万8,000円
 - ・専門学校……………1万4,000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（無利息）です。
- 申** 2月1日(火)から28日(火)までに必要書類を市・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）
- 問** 市・教育委員会学校教育課
Tel 42-3006

やる気成績共にUP!

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!

「わかった」「できた」その先へ。

NEXT 生徒随時募集中!!

- 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)

A I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!

NPO法人 学習支援団体 **NEXT** ネット

留萌市錦町2丁目3-1(旧るもいプラザ横)

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

お問い合わせ(担当) 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**

☎ **0164-56-1925**
☎ **090-9517-5681**

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**

「後期高齢者医療制度」のお知らせ

～高額介護合算療養費について～

▼高額介護合算療養費は、医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度および介護保険から支給されます。なお、手続きには市区町村窓口への申請が必要となります。

◎後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

◎支給額が500円以下の場合には支給されません。

自己負担限度額表

[1年分の自己負担額の計算期間：8月1日～翌年7月31日]

負担割合	区 分		自己負担額の合計（基準額）
3 割	現役並み所得者		【課税所得 690 万円以上】212 万円
			【課税所得 380 万円以上】141 万円
			【課税所得 145 万円以上】67 万円
1 割	一 般		56 万円
	住民税非課税世帯	区分Ⅱ（※1）	31 万円
		区分Ⅰ（※2）	19 万円

※1. 世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方

※2. 世帯全員が住民税非課税で、世帯所得が0円（公的年金受給額が80万円以下）、または老齢福祉年金を受給している方

申請の対象となる方には、3月～4月に北海道後期高齢者医療広域連合から勧奨通知が届きます。

必要事項を記入し、同封の返信用封筒で返送していただくか、市民課窓口まで提出してください。

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

市以外の
お知らせ

「労働安全衛生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」の受講生を募集しています。なお、募集期間や定員、受講料などは各コースで異なりますので、詳しくは下記へお問い合わせください。

●各コースの日程（3月）

5日～7日・玉掛け技能講習

8日～10日・小型移動式クレーン運転技能講習

11日・12日・高所作業車運転技能講習

13日・14日・車両系（整地等）運転技能講習

15日・車両系（解体用）運転技能講習

16日・17日・不整地運搬車運転技能講習

17日・18日・型枠支保工の作業主任者技能講習

26日・27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）

TEL 42-0348

市以外の
お知らせ

「北海道飲食店感染防止対策認証制度」について

▼北海道では、北海道が定めた感染防止対策基準を満たした飲食店を認証する「北海道飲食店感染防止対策認証制度」の申請を受け付けています。

同認証制度を取得することで、感染防止対策への取り組みをアピールできるなどのメリットがあります。制度の詳細や、認証済店舗一覧などについては、認証制度専用WEBサイト（<https://do-safety.jp/>）、または北海道のホームページ（<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/>）をご覧ください。

問 留萌振興局商工労働観光課

TEL 42-8440



▲認証制度
専用WEB
サイト

市以外の
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年間でおよそ1万5,000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 TEL 43-7211

市以外の
お知らせ

「季節労働者向け就職促進セミナー」開催のお知らせ

▼南留萌地域通年雇用促進協議会では、通年雇用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」をオンライン配信します。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 2月10日（木）10：00～12：00

所 留萌地域人材開発センター（パワスポ留萌）またはご希望の場所

対 季節労働者、季節労働者を雇用している事業所および事業者、一般の方

費 無料

内 講演テーマ

「自己分析で自分も相手も理解する心理学をご紹介！」

講師：フリーアナウンサー

青山 千景 氏

問 南留萌地域通年雇用促進協議会

TEL 42-2278



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

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からもご利用になれます。

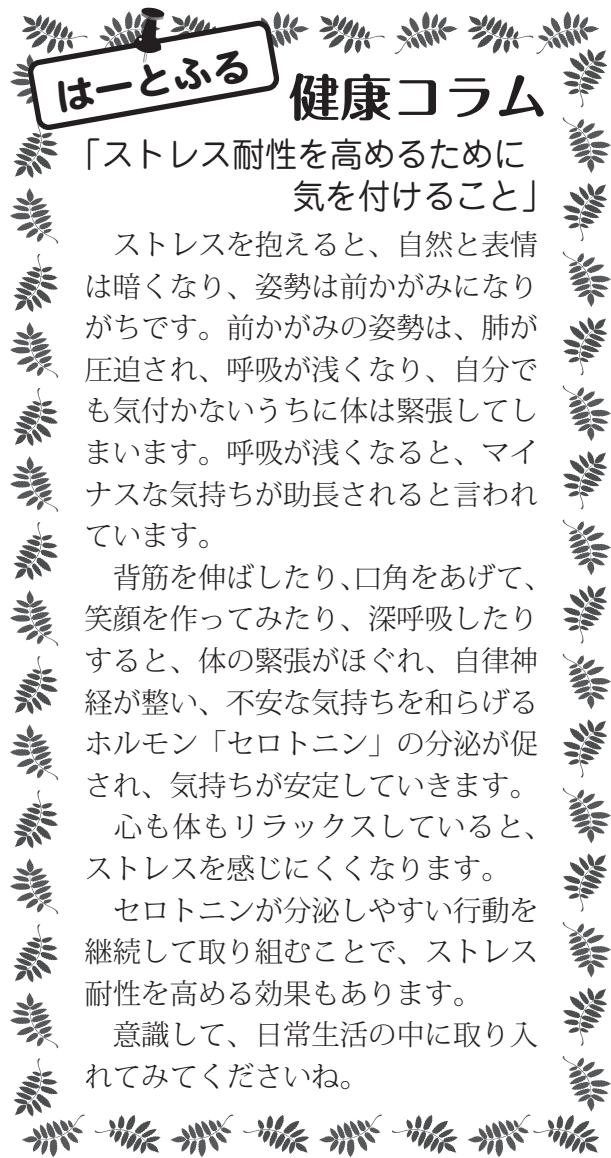


●安心してお仏壇をお選びいただくために
正しい品質表示と原産国表示をするこのマークのある 確かな仏壇店でお求めください
※原産国や品質表示を適正に表示をすることなく販売をする仏壇店が増えていますので、ご注意ください



仏壇仏具専門店
NISHIKIDO
はなむすび

留萌市開運町1丁目4番9号（AK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



はーとふる 健康コラム

「ストレス耐性を高めるために
気を付けること」

ストレスを抱えると、自然と表情は暗くなり、姿勢は前かがみになりがちです。前かがみの姿勢は、肺が圧迫され、呼吸が浅くなり、自分でも気付かないうちに体は緊張してしまいます。呼吸が浅くなると、マイナスイメージが助長されると言われています。

背筋を伸ばしたり、口角をあげて、笑顔を作ってみたり、深呼吸したりすると、体の緊張がほぐれ、自律神経が整い、不安な気持ちを和らげるホルモン「セロトニン」の分泌が促され、気持ちが安定していきます。

心も体もリラックスしていると、ストレスを感じにくくなります。

セロトニンが分泌しやすい行動を継続して取り組むことで、ストレス耐性を高める効果もあります。

意識して、日常生活の中に取り入れてみてくださいね。

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。

1日(火)	1歳6カ月児(R2年7月生まれ)
8日(火)	9カ月児(R3年4月生まれ)
15日(火)	3歳児(H31年1月生まれ)
22日(火)	4カ月児(R3年10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。

10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)】

◎11日(金祝)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。

10日(木)	9:30～11:30	
--------	------------	--

【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。

9日(水)	13:30～14:30	幌糠コミュニティセンター
-------	-------------	--------------

るもい健康の駅 休館日 月曜日・祝日 【開館時間】9:00～17:00／(水)9:00～20:30 ※20:00以降は入館できません ☎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(<https://cohortopia.care/eki/>)をご確認ください。

5日(土) 13:00～14:30 ・市民BLS(一次救命処置)とAED体験講習会

12日(土) 9:30～11:30 ・基礎老年医学講座③「肥満(肥満と生活習慣病の関係)」
講師：札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏

12日(土) 13:00～14:00 ・マンスリー健康講話「強い体づくり 弱らぬ! 転ばぬ! ～運動でフレイル・転倒予防～」
講師：留萌市立病院 診療技術部リハビリテーション科 嶋 寛章 氏

19日(土) 13:30～15:30 ・オレンジカフェ留萌 in 東部コミュニティセンター(南町2丁目373)

22日(火) 10:00～11:30 ・駅カフェ 会場：るもい健康の駅

22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)

26日(土) 9:30～11:30 ・基礎老年医学講座④「脳梗塞(脳梗塞はどんな病気?)」
講師：札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏

毎週水曜日、運動教室開催中!!

RAC
(るもいアンチエイジングクラブ)
10:00～11:30

ココロとカラダ改善教室
14:00～14:30

夜間DVDエクササイズ
18:00～20:00

からだすこやか 健康ひろば



2月27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。

健康ワンポイントアドバイス

「献血で健康になりましょう！」

皆さんは毎年、定期的に健康診断を受診していますか？

国の調査では、過去一年間に健診受診した方の割合は男性72.2%、女性62.9%となっています。また、年代別の未受診状況を見ると、男性は70歳以上の世代、女性では30歳代が未受診の方が多いという結果となっています。会社にお勤めの方は、定期健診の機会があるかも知れませんが、自営業や年金生活者、パート勤務や専業主婦の方などは、つつい受診の機会を見逃してしまいがちではないでしょうか。

健診以外にも自分の健康状態を知る手段として、今回は「献血」を紹介します。献血を行うことで、血液検査を受け取ることができます。

献血時の血液検査には、生化学検査7項目と、血球計数検査8項目があります。特に糖尿病関連を検査する項目もあり、糖尿病予防・早期発見にも役立ちます。

献血バスの巡回は年3回(4月、8月、12月)実施しています。年に1回の健康診断よりも短期周期で血液検査をすることができますので、病気の早期発見・治療につながります。さらに留萌市の集団検診などとも組み合わせることで、より自分の健康状態を把握することができます。

現在、日本国内には、輸血を必要とする人が1日3,000人います。血液は人工的に造ることができず、長期保存もできません。集められた血液の80%以上は、がんや白血病、再生不良貧血などの治療に使われています。

自分の健康のためにも「献血」を利用しましょう！

問 市・保健医療課(はーとふる内) TEL 49-6050

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 2月8日(火) 18:30～ 所 留萌ブックセンター

こどものためのおはなし会

日 2月27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う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^{まち}して美しい市にしよう。
- 1 人に迷惑をかけず公共の物を大切に^{まち}して清潔な市にしよう。
- 1 きまりを守り、みんなでたすけ合う秩序ある市にしよう。
- 1 働くことによるこびをも^{まち}って、仕事に精を出し豊かな市にしよう。
- 1 丈夫なからだとかかるい心をも^{まち}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

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



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12月末現在

・総人口	19,744人	(-30人)
・男	9,506人	(-11人)
・女	10,238人	(-19人)
・世帯数	11,061世帯	(-22世帯)

※()内は前月比

人口動態

令和3年12月届出分

・出生	9人	・転入	18人
・死亡	23人	・転出	36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(月)

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》

災害への備え③

日頃から役立つ防災アプリ・サービスの紹介

近年、スマートフォンが普及し、子どもからお年寄りまで多くの方が利用しています。スマートフォンの機能やアプリケーションにより、私たちの生活の質も向上しています。「防災」の視点から見ても、スマートフォンアプリを活用することで、迅速な緊急情報・防災情報を入手することができ、「もしものとき」に備えることができます。今回は、防災に役立つスマートフォンアプリをご紹介します。

1. Yahoo!防災

～防災情報がリアルタイムに～

「Yahoo!防災速報」は、ヤフー株式会社が提供するスマートフォンのアプリケーションサービスです。避難情報や警報情報等が自動的にスマートフォン画面に表示されます。留萌市からの避難所情報や緊急情報も同様に配信されます。



アプリのダウンロードはこちらから▲

2. Radimo(レディモ)

～防災通知機能付ラジオアプリ～

防災通知機能付ラジオアプリ「Radimo(レディモ)」は、スマホで気軽にエフエムもえるの放送が聴けるほか、地域の防災情報や緊急情報が自動的に通知されます。市内道路の通行止め情報や公共交通に関する情報など、地域の情報をきめ細かく入手することができます。



App Store



Google Play

アプリのダウンロードはこちらから▲

3. ほくでんネットワーク

～LINE公式アカウントによるメッセージ配信サービス～

ほくでんネットワークでは、LINEを活用した停電情報の配信サービスを行っています。本サービスは、あらかじめ登録した「受け取りたい停電情報」、「地域」、「通知時間」に基づいて停電情報を自動的にお知らせするものです。登録方法については、LINEアプリから「ほくでんネットワーク」を検索いただくか、QRコードを読み込んでください。



お友だち登録はこちらから▲

問 市・危機対策室 ☎ 56-5005



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

MOE
welfare service

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



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。

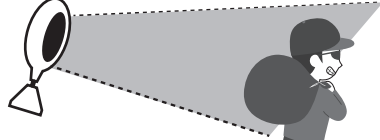


- 個人向けから法人向けギガらくWi-Fiへ
- 来訪者向けWi-Fiの提供も可能
- 365日の安心サポート

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]