

大きな雪山も  
元気いっぱい



よ  
「いドン!と、勢いよく駆けだす園児たち。市内幼稚園で、恒例の雪中運動会が開かれ、園児たちが雪国ならではの種目を楽しみました。  
スノーフラッグでは、園児たちが「われ先に」と息を切らしながら、フラッグを目標して園庭の雪山をよじ登りました。」

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／新しい希望や可能性が開ける「るもい」へ
- ④ - ⑤ 特集／後期基本計画策定について
- ⑥ - ⑦ 特集／道の駅るもいの新たな交流拠点へ
- ⑧ - ⑨ 特集／災害情報伝達手段が変わりました
- ⑩ - ⑪ 特集／「快適都市づくり」のための下水道の役割

- ⑫ - ⑬ 特集／纏（まとい）
- ⑭ - ⑲ 暮らしのお知らせ ⑳ - ㉕ 健康ひろば
- ㉖ 連載／災害への備え㉗
- ㉘ 留萌市情報アンテナ



# 新しい希望や可能性が 開ける「るもい」へ

今年2月に留萌市長選挙が執り行われ、中西俊司市長が再選しました。

問 市・政策調整課 TEL 42-1809



特集

Q. 地域づくりの基盤整備と  
特産品開発、ブランド向  
上のための施策をお聞  
きます。

市長 屋内交流・遊戯施設「ちやい  
るも」を中心に、親子の笑顔が広  
がり、くつろぎの空間を提供するほか、  
「道の駅るもい」の機能に、新たに「ア  
ウトドア観光の核」としてのコンセ  
プトを加え、よりアウトドアを身近  
に感じる拠点施設の整備も視野に入  
れながら、「株式会社モンベル」と  
もしっかり連携し、新たな人の流れ  
につなげていきます。

また、ふるさと納税の取り組みの  
拡充・強化を図り、活性化に向けた  
財源を確保するため、新たな組織と  
して「ふるさと納税課」を設置する  
ほか、「JALふるさと納税サイト」  
での富裕層向けの返礼品の開発など  
を通じた、留萌ブランドの強化を進  
めていきます。

Q. 子育て世帯の負担の軽  
減、教育環境やスポー  
ツなどの充実のための施策  
をお聞きます。

## 「5つの実行」を

## 重点的な柱に位置付けて取り組みを推進

1期目の振り返りと、2期目に向け、市政に臨む方針などを中西市長  
にお聞きました。

Q. 市長1期目を振り返り、  
これまで歩んできた市政  
についてお聞きます。

市長 これまでの4年間は、中学生  
までの医療費の無償化や小規模保育  
事業所の開設など、子育て環境の充  
実を図ってきたほか、「道の駅るも  
い」の開業と屋内交流・遊戯施設  
「ちやいるも」の建設、さらには、  
地元企業の支援や市外からの企業の  
誘致を進めるため、2本の条例を制  
定しました。

また、新型コロナウイルス感染症  
に対しても、ワクチン接種や感  
染予防策を、スピード感を持って  
実施するとともに、地元の消費喚起

などの社会経済対策にも精力的に取  
り組みを進めてきました。

Q. 市長2期目を迎え、市政  
に臨むにあたっての方針  
についてお聞きます。

市長 第6次留萌市総合計画のテー  
マのもと、2期目の市政執行にあ  
たっては、「5つの実行」として、「市  
民の生活力向上」、「活気ある元気な  
まちづくり」、「教育・子育て環境の  
充実と子どもたちの夢の実現」、「市  
民が安心して暮らせるまち」、「確  
かな財政運営と信頼」の5項目を重点  
的な柱に位置付け、取り組みを進め  
ていきます。

市内はもとより管内医療圏全体での  
感染症患者の受け入れ体制の整備を  
進めていきます。

また、JR留萌本線存続問題につ  
いては、早期にJR留萌本線沿線自  
治体会議を開催し、協議結果を踏ま  
えながら、バスを中心とした持続的  
でかつ利便性の高い交通体系への転  
換の検討を進めます。

このほか、マイナンバーカードの  
普及の促進や高齢者を含めたスマー  
トフォンの使い方教室などの開催を  
精力的に進めていきます。

Q. 確かな財政運営と市政の  
進め方についてお聞  
きます。

市長 これまでと同様に、中期財政  
計画に基づき、これまで歩んできた  
行政経験を生かし、攻めと守りの堅  
実な財政運営を進めていきます。

Q. 最後に市民に対して一言  
をお願いします。

市長 留萌市の将来を担うリーダー

Q. 地域産業の活性化の強化  
や雇用を創出するための  
施策をお聞きます。

市長 地元事業者の技術や人づく  
り、資格取得機会の拡充など、企業  
進出への新たな支援のほか、頑張る  
地元企業を応援するため、支援内容  
の充実を図っていきます。

また、資源増大機能や活魚出荷に  
よる高付加価値販売体制などを担う  
「水産研究・養殖センター」構想の  
実現に向けて取り組みを進めていき  
ます。

このほか、洋上風力発電につつま  
して、留萌港が洋上風力発電の資機  
材を扱う拠点港として整備につな  
がるよう、国との協議のほか、漁業と  
の共存・共生を目指し、漁業者や関  
係機関、団体とも連携しながら協議  
を進めていきます。

として、私に求められているのは、  
今まで以上に将来のビジョンを明確  
に示し、常に前に一歩踏み出す姿勢  
こそが重要であり、このことが、留  
萌市の活性化と発展という未来をつ  
くるものと思っています。

職員も一丸となって、市民の皆さ  
んの思いに込めるまちづくりを進め  
ていきたいと考えておりますので、  
より一層のご理解とご協力を心から  
お願いします。

### ■中西市長プロフィール



【年齢】 65歳（昭和31年12月29日生まれ）  
【経歴】  
◎市・企画財政部  
企画調整グループマネージャー  
◎市・政策経営室長 ◎市・産業建設部長  
◎副市長（平成22年7月～29年12月・2期）  
◎市長（平成30年3月～現在2期目）

【趣味】 バスケットボール／バレーボール／ゴルフ／映画鑑賞  
【好きな言葉】 置かれた場所で咲きなさい。



## 後期基本計画（令和4年度～8年度）

（基本テーマ）みんなでつくる まち・ひと・きぼう 次の時代へ続く留萌

### 潜在的な地域の価値と強みの発揮

- 都市圏からのU I J ターンや、越境学生の受け入れに向けた住環境を支援します。
- がんばる地元企業の創業支援や、事業が維持・継続できるよう、また、引き継げるよう支援します。
- 留萌への企業進出を応援するため、ニーズに沿った柔軟な支援メニューや、地元企業とのマッチングにより管内にある未利用資源を生かした商品開発を支援します。
- スマート農業の推進や、企業や大学と連携した水産資源を育て、付加価値の高い魚種づくりを進めます。
- 道の駅をもいを核とした新たな観光ランドデザインを描き、拠点にアウトドア観光を進めます。
- 関係・交流人口を増やすため、ふるさと納税の取り組みの強化や、民間企業との「包括連携協定」を進めます。

### 子ども達の夢を後押しする教育の充実

- G I G A スクール構想を進め、タブレットなどのI C T 端末を使った教育環境の充実を進めます。
- 地元高校の教育環境を高めるため、I C T など最先端のテクノロジーを使った教育教材を取り入れます。
- スポーツを応援する企業や、プロチームと連携し、地域で指導者として活躍する人材の招へいや、スポーツ競技力を高める環境をつくります。
- 中学校と高校が連携し、教員や生徒同士の交流を積極的に進めます。



### 今後の政策展開で重視する4つの視点

- 新型コロナウイルス感染症に対応した、重点医療機関として、患者の受入れや検査体制を整備します。
- 感染対策を考えた避難所の見直しや、必要な防災資機材を整備し、女性の目線での防災対策を進めます。
- J R 留萌駅周辺地区を中心に、コンパクトで賑わいを生むまちづくりを目指し、社会教育機能なども兼ね備えた「新たな公共施設」の整備の検討と合わせ、便利で快適な交通環境の整備を検討します。
- 最も適した交通体系の構築と、公共交通事業者の持続可能な運営を目指します。



### 安心で安定した暮らしの実現と社会基盤づくり

- 「脱炭素社会の実現」に向けて、再生可能エネルギーなど新たなエネルギーの導入を研究します。
- 留萌地域にあった、エネルギー導入の可能性や、留萌沖への洋上風力発電誘致を進めます。
- 市役所の手続きをオンライン化し、テレワークのなど地域社会全体でのデジタル化を実現します。
- I C T やA I、I o T などの先端技術による行政サービスの導入を進めます。
- キャッシュレスの推進や市民向けスマートフォン教室の開催など、デジタル化を進めます。



### 社会変革への挑戦

後期基本計画では、新たにS D G s の視点を取り入れることとし、各基本施策が、S D G s のどの目標に結びついているのかを、視覚的にわかりやすく見える化します。



# 第6次留萌市総合計画 後期基本計画 策定について

第6次留萌市総合計画の後期基本計画（令和4年度～8年度）を策定しましたので、お知らせします。

問 市・政策調整課 TEL 42-1809

## 前期基本計画が終了、後期基本計画へ

### 第6次留萌市総合計画の構成と期間

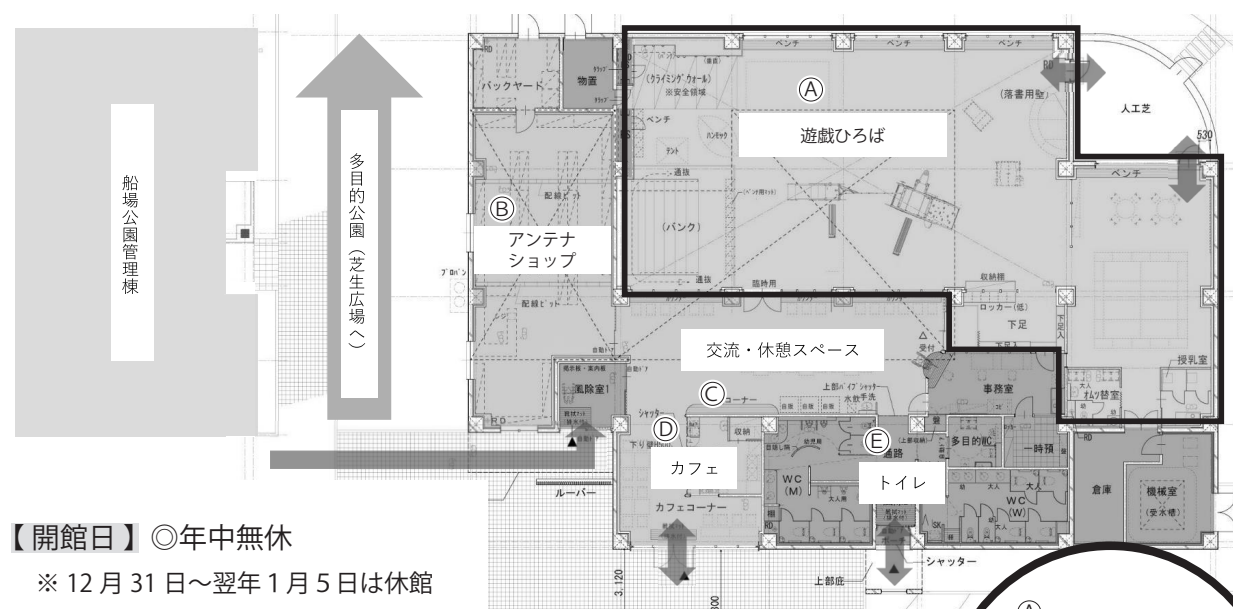
|                        |                                                                                     |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 基本構想<br>（平成29年度～令和8年度） | ・総合計画の最上位に位置するものであり、「テーマ」「理念」「基本政策」というかたちで、市民が描く都市像＝今後進めるべき市政の課題と解決の方向性を示しています。     |
| 基本計画<br>（前期5年間、後期5年間）  | ・基本構想で描かれた都市像の実現に向けて、市役所の基本戦略＝課題の解決に向けての分野別の処方箋となります。<br>・分野別の成果指標と目標を設定しています。      |
| 実施計画<br>（3年計画を毎年度策定）   | ・基本計画に沿って、具体的に市役所の仕事を展開する年度ごとのアクションプランです。<br>・毎年度の予算編成、人員配置と連動し、評価を受け、翌年度の内容を見直します。 |

- |                                       |                               |
|---------------------------------------|-------------------------------|
| ◎後期基本計画の見直しに向けた方針決定（5月）               | ◎市民策定会議との意見交換、まちづくり懇談会（8月～1月） |
| ◎第1常任委員会説明（5月、9月、11月、1月）              |                               |
| ◎後期基本計画策定各課依頼、素案作成、パブリックコメント募集（8～11月） | ◎議会全員協議会（11月、12月）             |
|                                       | ◎後期基本計画完成（1月）                 |

▼後期基本計画の策定にあたり、新型コロナウイルス感染症への対応をはじめ、市政運営の中で顕在化した新たな課題に対応しながら、地域が持つ潜在的な価値や優位性を再認識した上で、強みを発揮するための新たな政策展開や、地域に住む子ども達の夢を後押しする教育の充実、将来に向けた社会・生活基盤づくり、安心で安定した暮らしの実現、さらには、脱炭素やデジタル・トランスフォーメーションといった社会変革への対応など、左記の4つを重視する視点に位置づけ、新たに今後5年間で政策展開する内容を明確化しています。また、新たに総合計画にS D G s の視点を盛り込み、目標と政策展開との関係性についても可視化することとしています。



## 「屋内交流・遊戯施設ちやいるも」開館時間など



【開館日】◎年中無休

※12月31日～翌年1月5日は休館

【開館時間】

① 遊戯ひろば 10:00～16:00

| 9:00  | 10:00 | 11:00           | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00           | 16:00 | 17:00           |
|-------|-------|-----------------|-------|-------|-------|-----------------|-------|-----------------|
| 9:30  | 10:30 | 11:30           | 12:30 | 13:30 | 14:30 | 15:30           | 16:30 |                 |
| 開館／準備 | 受付    | 1クール<br>(上限60人) | 清掃    | 昼休    | 受付    | 2クール<br>(上限60人) | 清掃    | 3クール<br>(上限60人) |
|       |       |                 |       |       |       |                 |       | 清掃              |
|       |       |                 |       |       |       |                 |       | 閉館              |

②③④⑤ アンテナショップ、カフェ、その他施設

9:00～17:00

「遊戯ひろば」をご利用の際は

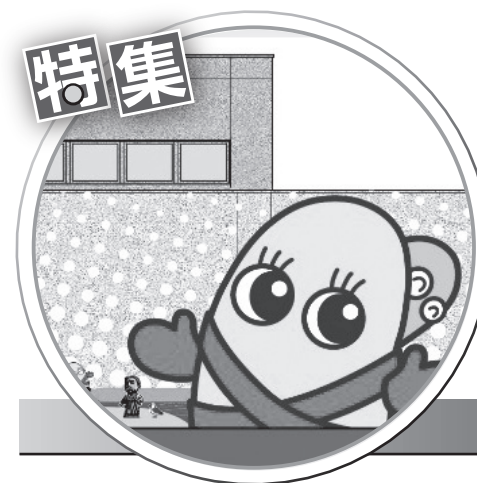
1. 遊戯ひろばは「小学生以下のお子さま」を対象にした施設です。  
※中学生以上の方はご利用できません。あらかじめご了承ください。
2. ご利用の際は必ず保護者の付き添いが必要です。お子さまの安全を考慮し、保護者1人につき、お子さま4人までご利用いただけます（1時間30分を1クールとして、60人程度を上限とします）。なお、事前に予約いただいた方のご利用を優先します。  
※予約方法などの詳細は準備が出来次第、市ホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

## 「屋内交流・遊戯施設内カフェ」主なメニュー

▼カフェ出店者の「有限会社ルモンド」の主なメニューをご紹介します。

【主なメニュー】

- ◎ホイップクリームをのせた「ドーナツだんご」
- ◎道北の牛乳を使った「牛乳プリン」  
※プレーン、チーズ、イチゴの3種類を予定
- ◎アイスコーヒー
- ◎パンケーキ（11月～3月を予定）
- ◎季節のジェラート
- ◎果樹スムージー など



## 道の駅るもいの 新たな交流拠点へ

市では、道の駅るもいに「屋内交流・遊戯施設」の整備を進めています。

問 市・経済港湾課 TEL 42-1840

## 道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設ちやいるも」供用開始

屋内交流・遊戯施設の全体コンセプト：

「親子や家族で時間を過ごせるくつろぎの『空間』と、地域特産品などの『魅力』を発信する道の駅の新たな『交流拠点』」

【3つの基本コンセプト】

- ①親子や家族連れをターゲットとした、遊びの空間を創造
- ②観光客や近隣からの来訪者に、市内の観光、遊び場、飲食、買い物などの情報を提供
- ③カフェ、休憩場所、アンテナショップを併設し、地域住民や観光客との交流の場のほか、子どもイベント広場として開放

屋内交流・遊戯施設  
ちやいるも

4月29日 OPEN!!

金



4月28日(木)は、式典・テープカット後に「自由来館」として一般開放を予定しています。（どなたでも見学できますが、入場者数を調整しながら実施します）  
※新型コロナウイルス感染症の状況により、変更となる場合があります。

◎道の駅るもい「屋内交流・遊戯施設ちやいるも」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。

道の駅るもい ちやいるも 経済港湾課

検索



## ■緊急告知防災ラジオをお持ちではない方へ

▼緊急告知防災ラジオは、災害発生時に自動で起動し、夜中などの寝ている場合でも災害発生を知らせてくれるラジオです。

令和3年度から配布を開始しています。

次の配付対象者のうち、まだ受け取りに来られていない方は、市・危機対策室までお問い合わせください。



▲緊急告知防災ラジオ

### 【緊急告知防災ラジオ配付対象者】

- ・津波浸水想定区域内にお住まいの方
- ・留萌川上流・中流域にお住まいの方
- ・75歳以上の一人暮らしの方

平成29年度および平成30年度にお配りした旧型の防災ラジオは、自動起動いたしませんので、旧型の防災ラジオをお持ちの方は、必ず新型の緊急告知防災ラジオと交換してください。

なお、ラジオの配付申請は印鑑等が不要で、2～3分程度で終わる簡素な手続きですので、お気軽に市・危機対策室までお越しください。

## ■コミュニティFM放送（エフエムもえる）への緊急割込み放送訓練日程のお知らせ

▼コミュニティFM放送への緊急割込み放送訓練は、令和3年6月から毎月1回実施しており、令和4年度もこれまで同様、毎月1回実施します。



▲緊急割込み放送訓練を行う市職員

### ●訓練日程（令和4年4月～9月）

- ◎4月27日（水）10：40～
- ◎5月25日（水）10：40～
- ◎6月29日（水）10：40～
- ◎7月27日（水）10：40～
- ◎8月31日（水）10：40～
- ◎9月28日（水）10：40～

訓練時は、お持ちの緊急告知防災ラジオが自動で起動しますが、訓練放送と実際の災害とをお間違いにならないよう、ご注意ください。



# 災害情報伝達手段が 変わりました

緊急告知防災ラジオやコミュニティFM放送への緊急割り込みなど、新たな災害時の情報伝達手段などについてお知らせします。

問 市・危機対策室 TEL 56-5005

## 留萌市での災害情報伝達手段について

▼留萌市では災害が発生した際に、さまざまな情報伝達手段を用い、皆さんへ災害情報をお伝えしています。

災害時には次の「災害情報伝達手段一覧」を参考に災害情報を入手し、早期の避難に努めましょう。

### 【災害情報伝達手段一覧】

| 情報伝達手段                       | 内容など                                   |
|------------------------------|----------------------------------------|
| ①緊急告知防災ラジオ                   | ラジオが自動で起動し、災害情報を発信。                    |
| ②消防サイレン                      | 15秒吹鳴×2秒休止×3回のサイレンを吹鳴。                 |
| ③コミュニティFM放送（エフエムもえる）への緊急割り込み | エフエムもえるの放送に割り込み、災害情報を発信。               |
| ④広報車                         | 広報車で市内を巡回、避難誘導。                        |
| ⑤テレビ<br>※Jアラート（災害情報共有システム）   | dボタンで災害情報を入手可能。                        |
| ⑥防災メール                       | 各町内会防災連絡員、メルマガ登録者宛にメール送付。              |
| ⑦緊急速報メール（エリアメール）             | Jアラート起動時に自動受信。                         |
| ⑧電話                          | 各町内会防災連絡員宛に電話。                         |
| ⑨ホームページ                      | 災害情報を掲示。                               |
| ⑩各種防災アプリ                     | Yahoo!JAPAN 防災速報、Radimo などにより、災害情報を発信。 |

※令和4年4月1日以降、防災行政無線屋外拡声器による情報伝達は行われません



## 各種補助金制度などについて

▼市では、できるだけ早く皆さんに、水洗トイレへの改造工事などを進めていただくため、補助金制度を設けています。対象者は、自己資金で水洗トイレの改造工事や、排水を公共下水道に接続する（排水整備）工事を行う個人のうち、居住用住宅（新築を除く）の所有者または、その所有者の同意を得た使用者で、「①処理開始の日から1年以内に汲み取りトイレを水洗トイレに改造し、同時に排水設備の設置工事を完了させること」「②市税および受益者負担金を滞納していないこと」の要件を満たしている方となります。

### ●補助金額

- ①汲み取りトイレおよび排水設備の改造を同時にいったとき ..... 4万3,000円
- ②浄化槽から公共下水道に切り替えたとき ..... 1万3,000円

### ●補助金の申請手続き・交付について

市への申請手続きは、指定工事店にご相談ください。補助金は、工事完了後に申請者の銀行口座へ振り込まれます。

### ●前納報償金制度

受益者負担金を2年以上まとめて前納すると、総額に対して次の割合で前納報償金が支給されます（ただし個人が所有する土地に限る）。

- ◎2年分で約1%      ◎3年分で約3%
- ◎4年分で約7%      ◎5年分で約12%

※報償金の対象となる納付期限は、各年度の第1期（7月31日まで）の納期限内です。

## ■融資あっせん制度をご利用ください

▼市では、できるだけ早く皆さんに、水洗トイレへの改造工事と排水設備の設置をしていただくため、工事資金融資あっせんを無利子で行っています。

### ●融資あっせん対象者

個人が所有する居住用住宅（店舗共用住宅などの住居部分含む）または、その所有者の同意を得た使用者で、市内に住所を有し、次の要件を備えている方

- ①所有者または使用者が法人でないことおよび新築住宅でないこと
- ②自己資金のみでは、工事費を一時に負担することが困難であること
- ③市税、受益者負担金の滞納がないこと
- ④融資金の償還能力があること
- ⑤市内居住の連帯保証人があること（上記③④の要件を備えている方）

### ●融資額

- ①汲み取りトイレから公共下水道に切り替える場合：1件につき58万円以内ほか
- ②浄化槽から公共下水道に切り替える場合：1件につき26万円以内

※市への申請手続きは、指定工事店へご相談ください。

### ●令和4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 | 0166-74-7856 |
| 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 |
| 新十津川町 | 株式会社日出開発      | 0125-76-2055 |



# 「快適都市づくり」のための 下水道の役割

下水道は、衛生的で快適な生活環境に役立っているとともに、浸水被害の発生を防いでいます。

問 市・上下水道課 TEL 42-2049

## 「下水道污水管整備工事」にご協力を！



▼市では、平成31年度から南町地区および潮静地区で下水道污水管整備工事を行っています。令和4年度の工事予定箇所は、「潮静1丁目」「潮静2丁目」の一部となります。（左記地図参照）

## ご協力をお願いします

工事期間中は、工事に伴う騒音などで近隣住民の皆さんにご迷惑を掛ける場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

また、歩行者や車両を対象にした交通規制を行っている場合がありますので、現場付近を通行する際は、係員の指示に従ってください。

## ご存じですか？ 「受益者負担金制度」

公共下水道の建設には、膨大な費用と長い年月が必要です。

下水道の建設費の全額を公費でまかなうことは、下水道を利用できない方も負担することとなり、公平ではありません。この観点から、下水道の整備によって利益を受ける方に建設費の一部を負担してもらう制度があり、その負担金を「受益者負担金」と呼びます。

### ●負担金の対象となる土地

市では、下水道が使用できるようになる地域を、「賦課（租税）などを割り当てて負担してもらうこと」対象区域として告示します。そして、区域内の土地保有者には、申請書を送付して土地の地番や地積、受益者名などを申告していただきます。

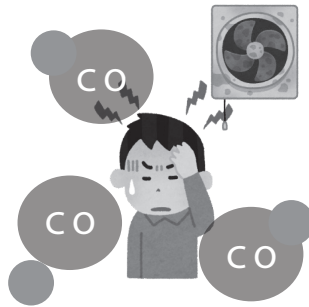
その申告書に基づき、各受益者の負担金額が決定します。なお、申告がない場合は、公簿に基づいて負担金額を決定します。

### ●負担金の額

受益者に負担していただく負担金は、1㎡当たりの単位負担金額510円に面積を乗じた額です。



## 一酸化炭素中毒による事故を防ぎましょう！



▼近年、飲食店や食品工場など業務用厨房施設においてガス機器を使用している際に一酸化炭素（CO）による中毒事故が発生しています。

一酸化炭素（CO）中毒とはガス機器の不完全燃焼などにより、人体に有害な一酸化炭素（CO）が発生することにより起こります。症状は頭痛から始まり、吐き気やめまい、最悪の場合は死に至ることもあります。使用の際は以下の点に、ご注意ください。

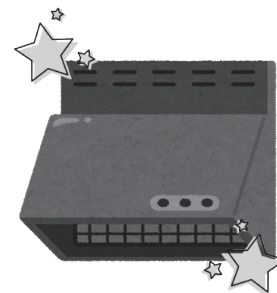
～飲食店や食品工場などガス機器を使用する頻度が高いところ～

【必ず換気をする！】

ガス機器の使用時は新鮮な空気が必要となります。必ず換気を行い新鮮な空気を取り入れましょう。

【ガス機器や換気設備は常にきれいに！】

ガス機器の吸排気口や換気設備に油汚れやホコリなどがたまり、きちんと換気ができなくなり、一酸化炭素（CO）発生の危険性が高まります。日頃から清掃するとともに定期的に点検を行いましょう。



【一酸化炭素（CO）警報器の設置を！】

一酸化炭素（CO）は無色・無臭のため、発生に気付かない間に中毒になることがほとんどです。万が一に備え、厨房や工場に「業務用換気警報器」の設置をお勧めします。

## ～お家でも注意しましょう！～

▼これから暖かい時期になりますが、まだ肌寒い日も続き暖房機器を使用したり、作業等で発電機を使用する場合があります。使用の際はこまめに換気を行い、定期的な点検を実施して異常がないことを確認しましょう。また、近年はアウトドアブームもあり、キャンプなどでガス製品やストーブなどを使用する機会も予想されます。使用の際は十分換気を行い、一酸化炭素（CO）中毒にならないように注意しましょう。

## 火災から 生命を 守ろう

【誌面に対するお問い合わせ先】

問 留萌消防組合留萌消防署・予防課予防係 ☎ 42-2211 FAX 43-5150

## 春の火災予防運動

令和4年4月20日（水）～30日（土）

▼「春の火災予防運動」期間中の4月20日（水）から26日（火）までは、午後8時に防火サイレンを吹鳴します。



……【「春の火災予防運動」関連行事のお知らせ】……

◎火災防御訓練

日 4月20日（水）10：30～

所 道の駅るもい

◎防火広報

日 4月20日（水）～30日（土）

内 消防車両による巡回広報

※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一部行事を変更する場合があります。



春になり、空気が乾燥する季節になってきました。また、この時期は風の強い日が多くなり、家庭での火の用心はもちろん、職場や外出先などでも火の取り扱いには十分ご注意ください。

火災予防運動期間中は各種行事を行います。皆様のご理解とご協力よろしくお願いします。

## 消防車両の通行にご協力を

▼消防車や救急車が向かう先には、到着を待っている方がいます。車を運転している際に、緊急走行をしている消防車や救急車と遭遇した場合には、緊急車両が走行できるように路肩へ寄って停車するなどのご協力をよろしくお願いします。



## 押印が不要になりました！

▼令和4年4月1日より、各種申請書・届出書について、申請者または届出者の押印が不要になりました。また、留萌市ホームページ（<https://www.e-rumoi.jp/>）内の、留萌消防組合消防本部予防課のページにて新様式の申請書・届出書等を掲載していますのでご利用ください。





▼4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。

・6日(水)「ごあいさつ」

・23日(土)「お花（はな）」

●休館日

・4日(月)／11日(月)／18日(月)／25日(月) 月曜休館

・29日(金・祝) 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

第31回YOSAKOIソーラン祭り「市民審査員」募集のご案内

▼YOSAKOIソーラン祭り実行委員会では、本年6月8日から開催する「第31回YOSAKOIソーラン祭り」で、各チームの演舞を審査する「市民審査員」を全国から募集します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 募集期間：4月1日(金)～30日(土)

※締切日必着となります。

対 ①祭りの理念や本募集要綱に賛同し、真剣に演舞を審査できる方

②令和4年6月時点で中学生以上の方

③第31回YOSAKOIソーラン祭り参加チームの関係者以外であること

④6月11日または12日で審査可能な方

定 110人

※定員を超えた場合は抽選となります。

問 YOSAKOIソーラン祭り実行委員会

Tel 011-231-4351

HP <http://www.yosakoi-soran.jp/>



▼犬・猫の放し飼いやフン公害、野良猫への餌やりなどに対する苦情が市に数多く寄せられています。

マナーをしっかりと守り、適切な飼育管理をお願いします。

●飼育管理の注意点

|   |                                          |
|---|------------------------------------------|
| 犬 | ◎リードを必ず付けて散歩しましょう。<br>◎フンは必ず拾って持ち帰りましょう。 |
| 猫 | ◎室内で飼いましょう。<br>◎野良猫には餌を与えないでください。        |

※放し飼いは絶対にやめましょう。

問 市・環境保全課

Tel 42-1806

暮らし・手続き

住宅改修に係る助成について

▼市では、地域経済の活性化などを図るため、「留萌市住宅改修促進助成事業」を実施します。

この事業では、住宅のリフォームに係る経費の一部（100万円以上の工事（消費税および地方消費税を含む）を対象に最高20万円）を助成します。助成の申請は、改修工事が始まる前に必ず市・経済港湾課（市役所東分庁舎2階）で行ってください。なお、改修工事の施工は、「留萌市住宅改修促進助成事業」で登録された市内の企業および事業所に限ります。

※申請前に着工している改修工事は、対象外となります。また、対象住宅は申請者本人が所有し、現在居住している住宅に限ります。

内 受付開始日：4月15日(金) 13:00～

問 市・経済港湾課

Tel 42-1840



▼市の花「ツツジ」

知りたい情報がいっぱい！

▲市の木「アカシア」

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 メールアドレス

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 4月20日(水)13:00～16:00(30分×6枠分)

所 保健福祉センターは一とふる

申 4月19日(火)まで（土・日曜日を除く）

問 市・市民課

Tel 56-5003

暮らし・手続き

「市営墓地（一般墓地・合同墓）の使用」について

▼一般墓地の貸し付けと合同墓の受け付けを行っています。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●一般墓地使用料（管理料を含む）

|                             |
|-----------------------------|
| ①甲・乙・A・B・C地区 ……1㎡につき35,000円 |
| ②D・E地区 ……………1㎡につき56,000円    |

問 市・環境保全課

Tel 42-1806

●合同墓使用料（管理料を含む）

|                                             |
|---------------------------------------------|
| ①焼骨（ご遺骨）1体につき30,000円                        |
| ※合同墓に納骨した場合、二度と取り出すことができません。ご親族で十分にご相談ください。 |

暮らし・手続き

「4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時まで下記へお願いします。

●4月の粗大ごみ収集日 日 所

|        |                                              |
|--------|----------------------------------------------|
| 20日(水) | 大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町                          |
| 21日(木) | 寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台                           |
| 22日(金) | 見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町                            |
| 27日(水) | 三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町                |
| 28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         |
| 29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

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

留萌観光協会

インフォメーション

☎ 0164-43-6817

ホームページ

2022年観光施設オープン情報

※状況により内容が変更となる場合がございます。ご了承ください。

4月23日(土) ▶▶▶ 10月10日(月・祝)（海のふるさと館は10月30日(日)まで）

留萌市海のふるさと館

9:00～18:00 入場無料

※10月30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

千望合休憩施設

9:00～17:00 施設開放

カフェは6月オープン予定

礼受牧場

10:00～18:00

定休日(月)・喫茶あり

ご理解・ご協力をお願いします

新北海道スタイル実施中

おみやげ処 お勝手屋 留萌

観光案内所

☎ 0164-43-4333

ホームページ



市以外のお知らせ

「財務専門官」募集のお知らせ

▼財務省北海道財務局では、財務専門官を募集しています。財務専門官は、財政・金融のプロフェッショナルとして活躍する専門職です。  
詳しくは、下記へお問い合わせください。

日 第1次試験日：6月5日(日)

対 受験資格：①平成4年4月2日から13年4月1日生まれの方  
②平成13年4月2日以降に生まれた方で、大学または短大、高専を卒業もしくは令和5年3月までに卒業見込みの方

申 4月4日(月)までに、国家公務員採用試験インターネット申し込み (<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>) から、お申し込みください。  
※当日受信有効となります。

問 財務省北海道財務局人事課  
TEL 011-709-2311

市以外のお知らせ

クロスボウの所持禁止について

▼クロスボウが使用された凶悪事件が相次いで発生したことを受け、令和3年6月16日に銃砲刀剣類所持等取締法の一部を改正する法律が公布され、4年3月15日に施行されました。  
改正法の施行日以降、クロスボウの所持が原則禁止され、許可制となりました。クロスボウを不法に所持している方は、罪に問われることとなります。  
留萌警察署では、クロスボウの引き取りを行っていますので、お早めにご相談ください。

日 引取期間：9月14日(水)まで

所 引取場所：留萌警察署生活安全課

申 引取手続：所持者は、クロスボウ等および処分依頼書をご提出ください。  
また、委任を受けた方は、クロスボウ等および処分依頼書のほか、委任状が必要となります。  
なお、引き取り手続の際には、本人確認を行います。運転免許書などの身分証明書を  
ご持参ください。

問 留萌警察署  
TEL 42-0110

市以外のお知らせ

「予備自衛官補募集」のご案内

▼自衛隊では、予備自衛官補を募集しています。  
予備自衛官補は、一般公募採用者が3年以内で50日間、技能公募採用者が2年以内で10日間の教育訓練を終了した後、予備自衛官になることができます。  
詳しくは、下記へお問い合わせください。

自衛官募集ホームページ QRコード  
▼



●一般公募

対 18歳以上34歳未満の方  
内 処遇：月額8,100円

●技能公募

対 18歳以上の方で、次の国家資格などを持つ方

●対象資格

・衛生 ・語学 ・整備 ・情報処理  
・通信 ・電気 ・建設 ・放射線管理  
※対象資格など詳しくは、下記へお問い合わせください。

内 処遇：月額8,200円

◎共通事項

申 締め切り：第1回 4月8日(金)  
第2回 9月16日(金)

内 試験期日：第1回 4月11日(月)～17日(日)  
第2回 9月25日(日)～10月10日(月・祝)  
※いずれかの1日を指定してください。

試験種目：筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査

問 自衛隊旭川地方協力本部留萌地域事務所  
TEL 42-4650

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。 NEXト 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)

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!

NPO法人 学習支援団体 NEXト 留萌市錦町2丁目3-1(旧るもいプラザ横) 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

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

ラジオとアプリであなたの暮らしに役立つ情報をお届け!

ラジオで聴ける! エフエムもえる 76.9MHz FM周波数 76.9MHz

スマホでも聴ける! 4000ダウンロード突破! 留萌市の人口当たり5人に1人がダウンロード!! 一般社団法人日本コミュニティ放送協会(JCBA)公認 防災通知機能付ラジオアプリ! Radimo(レディモ) 課金なし!

iPhoneはこちら! Androidはこちら!

ラジオで聴ける! ゴミの分別方法、排出は? 天気、道路情報 急な発熱、日曜当番 医院はどこ? etc...

24時間、365日放送中! ※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! 0164-42-3871



# 春の特定健診とがん検診のご案内

◎今月号に折り込みした用紙（ピンク色）「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。

## 日 所 健（検）診の実施日程

| 日 程      | 時 間        | 会 場           | 特定健診・心電図 | 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 |
|----------|------------|---------------|----------|-------|-------|--------|----------|------------|-------|---------|----------|
| 5月21日(土) | 6:30～7:00  | 港北コミュニティセンター  | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ×     | ×       | ×        |
| 5月22日(日) | 6:30～10:00 | 港南コミュニティセンター  | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ×     | ×       | ×        |
| 5月23日(月) | 6:30～8:30  | パワスポ留萌        | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ×     | ×       | ×        |
| 5月24日(火) | 6:30～10:00 | 港西コミュニティセンター  | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ×     | ×       | ×        |
| 5月25日(水) | 7:00～10:30 | 保健福祉センターはーとふる | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ×     | ×       | ×        |
| 5月26日(木) | 7:00～11:00 | 保健福祉センターはーとふる | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ○     | ○       | ○        |
| 5月27日(金) | 7:00～11:00 | 保健福祉センターはーとふる | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ○     | ○       | ○        |
| 5月28日(土) | 7:00～11:00 | 保健福祉センターはーとふる | ○        | ○     | ○     | ○      | ○        | ○          | ○     | ○       | ○        |

## 対 費 健（検）診の対象者と料金

| 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   | ・40歳以上の市民（初回のみ）                  | 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<br>※5年に1度となります。     | 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。

申 4月5日(火)から22日(金)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

※受付時間は午前9時から午後5時までとなります。

問 市・保健医療課（はーとふる内） TEL 49-6080

# ヒグマにご注意ください！

▼毎年この時期は、冬眠から目覚めたヒグマの採餌活動が活発となるため、目撃情報が市や警察に数多く寄せられます。

山菜採りなどで野山に入る際は、次のことに注意してください。

## ●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。
- ◎ヒグマの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。



※ヒグマの足跡やフンなどを見つけた際は、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

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  
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。



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



## 税金が4月からスマートフォンアプリで納付できるようになります

▼4月8日(金)以降に発行したコンビニ・スマホアプリ用バーコードが印字された納付書について、専用のスマホアプリから納付書のバーコードを読み取ることで、電子マネーや、アプリに登録した口座から納付することができます。

### ●スマホアプリで納付できる市税

- ◎市道民税（普通徴収）
- ◎固定資産税・都市計画税
- ◎軽自動車税（種別割）
- ◎国民健康保険税

### ●スマホアプリで納付するときの注意点

- ・スマホアプリで納付後、領収書は発行されません。アプリ内の「取引確認」でご確認ください。
- ・納税証明書などが早急に必要な場合は、金融機関又はコンビニで納付し、押印済の領収書を市・市民課戸籍住民係の窓口（市役所本庁舎1階）にお持ちください。
- ・重複納付（スマホアプリでの納付に加え別の方法による納付）にご注意ください。スマホアプリで納付後の納付書は、再度ご使用にならないでください。
- ・納付の際の手数料はかかりません。アプリ使用時の通信料は、利用者負担となります。
- ・スマホアプリで納付の場合、一部のアプリで初期登録の際にクレジットカード登録が行える仕様となっていますが、クレジットカードを利用した支払いには対応していません。

### ●スマホアプリで取り扱えないもの

- ◎バーコードの印字がされていない納付書
- ◎バーコード部分が汚損している納付書
- ◎1件が30万円を超える納付書

### ●利用できるスマホアプリ

- ◎LINE Pay
- ◎PayPay
- ◎楽天銀行アプリ
- ◎PayB
- ◎au PAY

※詳しい使い方は、各アプリの公式サイトをご覧ください。

※今までどおり、コンビニ・市内各金融機関・市役所本庁舎でも納付できます。

問 市・税務課  
TEL 42-1804

## 「土地・家屋価格等縦覧帳簿」の縦覧が始まります

▼「土地・家屋価格等縦覧帳簿」とは、市内の土地や家屋の価格（評価額）などを記載した帳簿をいいます。

市内に土地や家屋を所有する納税義務者は、価格などを近隣と比較するためにこの帳簿を縦覧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。

日 4月1日(金)～5月31日(火) 8:50～17:20（土・日曜日、祝日を除く）

所 市・税務課（市役所本庁舎2階）

### ●縦覧できる人

留萌市内に土地・家屋を所有する納税義務者

※縦覧の際に、身分証明書の提示を求める場合があります。

※借地人・借家人は、縦覧することができません。

### ●縦覧制度とは

納税義務者本人が所有する土地や家屋の価格などを縦覧帳簿で、近隣の土地（所在・地番・地目・地積・価格）や家屋（所在・家屋番号・種類・構造・床面積・価格）と比較することができる制度です。

なお、償却資産については、縦覧することができません。

### ●縦覧帳簿とは

留萌市内にある土地の「所在・地番・地目・地積・価格」と家屋の「所在・家屋番号・種類・構造・床面積・価格」を記載した帳簿です。

問 市・税務課  
TEL 42-1804



児童生徒の読書活動に関わってみませんか？

## 「学校図書館ボランティア」を募集しています

▼平成 17 年度に発足した学校図書館ボランティアは、今年度で 18 年目を迎えます。

ボランティアの皆さんには、学校図書館の円滑な運営や環境整備などの活動を続けていただいています。皆さんの地道な活動が実り、子どもたちが学校図書館を利用する回数や本を借りる回数が増えています。

学校図書館ボランティアは、学校図書館を主体的に運営する担当教員や児童、生徒たちの運営を補助する仕事をしています。ただし、活動内容や活動日時などは各学校によって異なりますので、年度始めに学校図書館ボランティアと学校で協議し、活動内容を決めています。



▲図書の読み聞かせ

### ●学校図書館ボランティアに参加しませんか

児童や生徒たちは、読書を通じて言葉を学んだり、豊かな表現力や創造力、生きる力などを身に付けます。学校図書館は、児童や生徒たちが成長するために欠かせない施設です。皆さんも学校図書館ボランティア活動に参加し、児童生徒の読書活動のお手伝いに関わってみませんか？

なお、市・教育委員会では、ボランティア活動中のけがなどに備え、ボランティア保険に加入しています。

### ●主な活動内容

- ・図書貸出の補助
- ・図書室や図書スペースの清掃
- ・図書の整理整頓
- ・図書の読み聞かせ
- ・紙芝居
- ・ペープサート（紙人形劇）
- ・図書の補修（古く壊れた本の補修など）
- ・図書室や図書スペースの飾り付け
- ・児童や生徒たちの話し相手
- ・おはじきなどの昔遊びや手遊び
- ・図書室の鍵の開け閉め
- ・各校単位での活動打ち合わせ
- ・学校図書館ボランティア意見交換
- ・学校図書館ボランティア研修会 など

■ 学校図書館ボランティアを随時募集しています。  
詳しくは、下記へお問い合わせください。

問 市・教育委員会学校教育課 TEL 42-3006

### ●学校図書館ボランティアの人数 （令和 4 年 2 月 1 日現在）

|           |      |
|-----------|------|
| 留 萌 小 学 校 | 9 人  |
| 東 光 小 学 校 | 9 人  |
| 港 北 小 学 校 | 10 人 |
| 潮 静 小 学 校 | 6 人  |
| 緑 丘 小 学 校 | 4 人  |
| 留 萌 中 学 校 | 6 人  |
| 港 南 中 学 校 | 4 人  |
| 合 計       | 48 人 |

## 「市民活動振興助成金」をご活用ください

▼市では、市民活動を行う市民活動団体に対し助成金を交付しています。  
対象となる経費など、詳しくは、下記へお問い合わせください。

「市民活動」とは不特定多数の利益の増進につながる活動のことで、以下の経費に対して助成を行っています。ただし、恒例で行われている事業などは対象外となっていますので、あらかじめご注意ください。

### ●申込方法

4 月 1 日（金）から 6 月 30 日（木）までに下記へ申請してください。（土・日曜日、祝日を除く）

※ 申請期間内であっても、助成金の予算額に達し次第、受付を終了します。ただし、予算額に達しない場合は、随時受付期間を延長します。

### ●助成金対象および交付率・交付額

| 区 分                           |                            | 交 付 率     | 交 付 額                  |
|-------------------------------|----------------------------|-----------|------------------------|
| NPO 法人格取得に係る経費                |                            | 2 分の 1 以内 | 10 ～ 30 万円<br>（1 万円単位） |
| 市民活動<br>奨励事業                  | 人材育成事業<br>（リーダー養成講座・講習会など） | 3 分の 2 以内 | 1 ～ 20 万円<br>（1 万円単位）  |
|                               | 調査研究事業（先進地視察など）            |           |                        |
|                               | イベント開催事業（会場費、PR 費用など）      |           |                        |
| 団体の新規立ち上げに係る経費                |                            | 2 分の 1 以内 | 1 ～ 20 万円<br>（1 万円単位）  |
| 既存の事業を拡大および<br>新規事業の立ち上げに係る経費 |                            | 2 分の 1 以内 | 1 ～ 20 万円<br>（1 万円単位）  |

問 市・政策調整課

TEL 42-1809

はーとふる

健康コラム

「『5つの健康習慣』でがん予防！」

がんを発症する主な原因は、生活習慣が30～50%を占め、遺伝は5%程度です。遺伝と思っていたがんの発症も、家族ならではの食事など、実は生活習慣が原因かもしれません。

国立がん研究センターなどによると、「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つの健康習慣を実施した場合、男性43%、女性37%ががんになるリスクが軽減されるというデータが出ています。生活習慣の改善は、がん以外の疾患予防にもつながります。家族や職場の人などと一緒に取り組めると良いですね。

コロナ禍により、がん検診、健康診査の受診率が低下しています。早期発見、早期治療、健康で長生きするため、定期的ながん検診、健康診査を受診しましょう！

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。

|        |                    |
|--------|--------------------|
| 5日(火)  | 1歳6カ月児(R 2年 9月生まれ) |
| 12日(火) | 9カ月児(R 3年 6月生まれ)   |
| 19日(火) | 3歳児(H31年 3月生まれ)    |
| 26日(火) | 4カ月児(R 3年12月生まれ)   |

※人数制限により、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。

|        |             |             |
|--------|-------------|-------------|
| 14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)】

◎29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。

|        |            |  |
|--------|------------|--|
| 14日(木) | 9:30～11:30 |  |
|--------|------------|--|

【成人健康・栄養相談】

病気の予防や食生活などについてご相談ください。

|        |             |  |
|--------|-------------|--|
| 26日(火) | 10:00～12:00 |  |
|--------|-------------|--|

※各種予防接種やがん検診は、本号(No.769)に折り込みした用紙(ピンク色)「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

【4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。

|                    |                                                                         |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 2日(土) 13:00～14:30  | ・市民BLS(一次救命処置)とAED体験講習会                                                 |
| 8日(金) 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)                                     |
| 9日(土) 9:30～11:30   | ・基礎老年医学講座⑦「運動不足(スポーツが苦手でも出来る健康づくりの運動を学びましょう)」<br>講師:札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏 |
| 16日(土) 13:00～14:00 | ・マンスリー健康講話「睡眠と正しい睡眠薬の使い方」<br>講師:留萌大町薬局 薬局長 薬剤師 吉田 龍 氏                   |
| 23日(土) 9:30～11:30  | ・基礎老年医学講座⑧「がん(がんとは何か?がんのいろいろと、がんから学べる事)」<br>講師:札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏      |
| 26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)                          |

《運動教室に参加してみませんか?》毎週水曜日、運動教室開催中!!

| 開催時間        | 教室名                 | 内 容                         |
|-------------|---------------------|-----------------------------|
| 10:00～11:30 | RAC(るもいアンチエイジングクラブ) | DVDを見ながらヨガや体操、有酸素運動などを行います。 |
| 14:00～14:30 | ココロとカラダ改善教室         | 心と体を整える体操を行います。             |
| 18:00～20:00 | 夜間DVDエクササイズ         | DVDを見ながら自分の体力に合わせた運動ができます。  |

からだすこやか ところイキイキ

健康ひろば



4月17日の  
日曜当番医院

留萌セントラルクリニック 栄町1丁目 ☎43-9500 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■

「『るもい健康の駅』をご活用ください!」

館内1階

【健康体験室】



今の自分の状態を知り、  
健康管理にお役立てください!

◎体組成計(体内の筋肉量・脂肪量を測定)  
※裸足で測定/ペースメーカーの方は利用不可  
◎血圧計 ◎骨密度計 ※裸足で測定  
◎ロボスキナナライザー(肌のシミ予備軍・色素沈着などを評価する画像解析システム)  
※事前予約/素肌で測定/測定時間30分程度

【より道の部屋】



健康情報を閲覧  
できるよう図書や  
パソコンを設置。  
読書や休憩に。

【健康サロン・厨房】



健康サロン



厨房

【ホール】



毎週水曜日は“自由参加型”の運動教室を開催!  
(定員9名・参加無料)  
▶10:00～11:30  
RAC(るもいアンチエイジングクラブ)  
▶18:00～20:00  
夜間エクササイズ

館内2階

【軽運動室】



ウォーキングマシン  
5台



エアロバイク  
4台



ストレッチルーム



更衣室

●軽運動室の利用について

◎室内履きの運動靴をご持参ください。  
◎運動前に血圧測定をお願いします。  
◎混雑時は30分を目安に交代してください。  
◎ウォーキングマシンは、中学生から利用できます。なお、ペースメーカーの方は利用できません。

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 4月12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 4月24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<sup>まち</sup>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<sup>まち</sup>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<sup>まち</sup>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<sup>まち</sup>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



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4年2月末現在

|      |          |         |
|------|----------|---------|
| ・総人口 | 19,687人  | (-38人)  |
| ・男   | 9,492人   | (-6人)   |
| ・女   | 10,195人  | (-32人)  |
| ・世帯数 | 11,033世帯 | (-18世帯) |

※( )内は前月比

人口動態

令和4年2月届出分

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| ・出生 | 5人  | ・転入 | 34人 |
| ・死亡 | 22人 | ・転出 | 58人 |

納税について

●今月納期の市税 ・なし

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》

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

災害への備え③

自主防災活動助成金について

市では、町内会や自治会が自主的に取り組む地域防災活動を支援する「自主防災組織への助成金制度」を毎年度実施しています。

また、助成金に関する情報は、専用ページ（[https://www.e-rumoi.jp/soumu/page11\\_0053.html](https://www.e-rumoi.jp/soumu/page11_0053.html)）で掲示しています。



▲専用ページ  
QRコード

地域防災活動を支援する2つの助成金

1. 自主防災組織の設置及び運営に対する助成

町内会・自治会による自主防災組織の設置および運営に関する経費を対象に助成します。

(1) 助成申請額：自主防災組織を結成している町内会・自治会に属している世帯数

1世帯につき 100円

自主防災組織を設置していない町内会については、設置届の提出が必要となります。  
詳しくは、市ホームページ（<https://www.e-rumoi.jp/>）をご覧ください。または市・危機対策室へお問い合わせください。

2. 自主防災組織の地域防災活動に対する助成

自主防災組織が独自で行う地域防災活動に要する経費を対象に助成します。

(1) 助成申請額：地域防災活動に要する経費に対し、

10分の10とし、上限金額 30,000円

| 助成の対象となる事業例         | 助成対象経費                                    |
|---------------------|-------------------------------------------|
| 自主防災組織による防災訓練などの実施  | 防災訓練などの実施に係る消耗品費、燃料費、材料費、保険料など            |
| 自主防災組織による研修などの開催    | 防災に関する研修会などの開催および参加に係る消耗品費、会場費、講師謝礼金、旅費など |
| 自主防災組織による防災マップなどの作成 | 防災マップ、啓発パンフレット、チラシなどの作成費、購入費など            |

防災備蓄食料・資機材等を購入する場合は、炊き出し訓練や資機材の使用確認研修などの必ず実働的な防災活動につなげていただきますようお願いします。

（令和4年度から、実働的な防災活動の内容についても実績報告が必要となります）

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。

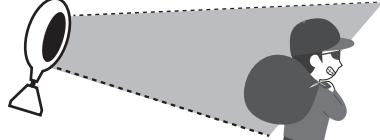


- 個人向けから法人向けギガらくWi-Fiへ
- 来訪者向けWi-Fiの提供も可能
- 365日の安心サポート

### 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]