

留萌 広報

その美しさに息を呑むほどの夕陽と世界三大波濤のまち



留萌市公式LINE
QRコード

表紙 / 寺子屋・るもいっこ事業 るもいのダム見学会の様子
特集1 / 5つの「核・拠点形成」づくりシリーズ1
特集2 / 留萌市応援寄附の運用状況

2023 **7** NO.784
月号

特集 日本海振興と留萌地域活性化に向けた 5つの「核・拠点形成」づくり シリーズ1

民間企業等と連携した「①アウトドア観光の拠点」「②未来志向型教育の拠点」「③食料安全保障の拠点」「④再生可能エネルギーの拠点」「⑤食品製造の拠点」といった5つの核・拠点形成づくりによる新しい産業の創出と雇用・関係人口増に向けてチャレンジし、本市の持続的な発展を目指します。今月号からシリーズとして特集記事により、連載します。

問 市・経済港湾課

TEL 42-1840

1 アウトドア観光の拠点

■背景

- ①旅行形態、観光スタイルが大きく変化し、アウトドアに視線が集中
- ②海水浴客中心の夏季集中型観光から、本格的なアウトドア観光を軸とした新しい観光ビジネスを創出し「稼ぐ観光」へシフト
- ③旧留萌駅に隣接した「道の駅るもい」を中心とした新たな誘客
- ④地方の活性化に大きく寄与している「株式会社モンベル」との連携



留萌エリアが持つ恵まれた自然環境を存分に活かした道の駅を核とした「アウトドア観光の拠点」づくり

「モンベルアウトドアヴィレッジるもい構想」策定

道の駅るもい内に留萌エリアのアウトドア観光を進める拠点施設を整備し、管内全体のフィールドやツアーなどの観光情報の集積、発信のほか、情報だけでなく実際にアウトドア体験や、アウトドア商品の購入、さらには、休憩や滞在、様々なアクティビティを体験することが可能な環境の整備を目指す。

■期待される効果



アウトドア・アクティビティ拠点施設

今年度
基本計画・基本設計
着手予定



写真は南富良野町の道の駅
複合商業施設のモンベル南富良野店

モンベル直営店の誘致による新たな雇用と交流人口をはじめとした関係人口の増加を図り、市内で大きな消費効果、経済効果を目指します。

具体的な施設機能としては、モンベルのブランド力や世界観を十分に活かし、アウトドア観光案内のほか、登山やキャンプ、カヤック、サイクリングなどのアウトドア関連商品の展示、販売のほか、体験、レンタル、さらには、誘客施設としての複合機能を持たせ、道の駅内での相乗効果を高めるための飲食、休憩など、市民や多くの観光客などが利用できる機能を検討します。

概算事業費 約 12.2 億円

【うち市の負担額 約1.8～3.1億円】

※市の負担額は、「ふるさと応援基金」や「JRからのまちづくり支援金」などを活用し、さらなる軽減を図ります



コテージ棟、ユニット型キャンプ施設
パドル体験施設等

事業規模、事業内容を
モンベルと協議

構想に示した芝生広場内での「コテージ棟」や「キャンプ施設」などの滞在型施設については、資材費高騰の影響もあり、多額の事業費が見込まれることから、今後の市の財政負担も考慮し、事業規模、整備内容をモンベルと協議します。

モンベルと協議



持続的な発展と
廃線後の新たな
まちづくりへ

モンベルには、私たちが気付いていない、私たちには見えていない、この地域のポテンシャルを感じ取り、留萌への進出に向けて前向きに考えていただいています。

アウトドア・アクティビティ拠点施設が核となって、モンベルという企業ブランド、モンベルが持つツールを最大限活用し、若者に魅力のある雇用や、アウトドア人材の集積などの新たな観光ビジネスが生まれ、さらには、大幅な集客増から消費効果や税収効果による地域の経済、観光がけん引されるなど、地域全体の利益に繋がるものと考えています。

留萌市の持続的な発展と、廃線後の新たなまちづくりへの一歩を踏み出すためにも、アウトドア・アクティビティ拠点施設整備の実現を目指します。

2 未来志向型教育の拠点【留萌高校】

■背景

- ①少子化や中学生の市外の高校への流出
- ②教育・子育て環境の充実と子どもたちの夢の実現に向けた施策の充実化
- ③次の時代の留萌を担う人材の育成支援
- ④高校卒業までは地元で家族とともに過ごしてもらえる環境整備



地元唯一の高校である留萌高校の教育振興支援と
進路実現に向けた未来志向型教育の拠点



RUMOI × 河合塾 との連携事業



進路相談会などへの講師派遣

生徒や保護者に対して、全国の受験生の現状や進路を実現するための取り組みなどを情報提供するため、高校で行う進路相談会などに河合塾の講師を派遣します。



学習教材プログラム

AI（人工知能）により、生徒一人ひとりの理解度に応じた出題を行うことで、生徒の学力定着を目指す学習教材プログラム（AIドリル）を使用する費用を補助します。

アセスメントテスト

高校での学びの重要性と進路の選択が実現できるように、生徒自身が、資質・能力による強みと課題を理解するため、経験や知識を活用して、現実的な問題解決する力を測定するアセスメントテストの実施費用を補助します。

大学進学者向けオンライン特別講義

高校では、日頃の学習指導に加えて、同校教員による夏期講習・冬期講習を行い、生徒の希望進路の実現に向けた取り組みを行っています。

市では、高校での学びと連携し、学校や家庭での学習がより効果的なものになるように、大学進学者を対象にした河合塾札幌校の講師によるオンライン特別講義を開催します。



1人1台端末等のICT環境



道立学校では、原則、各家庭で1人1台端末を用意する必要があります。

留萌高等学校教育振興会では、ICTを活用した学習を進めるため、学習用端末（510台）を購入し、令和4年度から留萌高校の全生徒に無償貸与しています。市では、この端末の購入に係る費用の全額を補助しました。

また、AI（人工知能）を活用した学習教材プログラムが利用できるように環境整備を行い、生徒の学力向上に向けた支援をしています。

模擬試験・各種検定の受験

希望する進路の実現に向けて、生徒が留萌高校を通じて受験する模擬試験や各種検定の受験料の半額を補助します。

学びの基礎診断実施

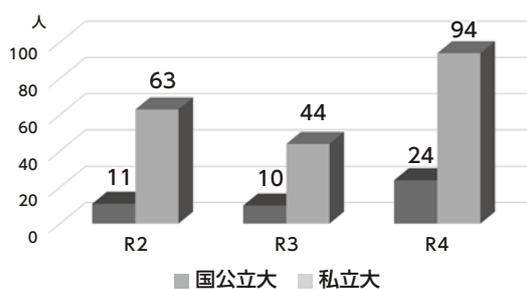
大学入試などの対策として、基礎学力の定着度を把握し、基礎学力の確実な習得と学習意欲を喚起するため、文部科学省が認定する基礎診断テストの実施費用を補助します。

マナーセミナーへの講師派遣

情報ビジネス科、電気・建築科の3年生を対象として、社会人として求められる行儀・作法を学ぶ機会を提供するマナーセミナーに講師を派遣します。

高校卒業までは 地元で家族とともに 過ごしてもらえる環境を

留萌高校卒業生の大学合格延べ人数



留萌市では、令和3年10月に教育を基軸とした地域振興を掲げている大手予備校の「学校法人 河合塾」と包括連携協定を締結しました。これを受けまして、小中学校はもとより、地元唯一の高校である留萌高等学校との連携・支援をより強固にし、切れ目のない支援を目指し、取り組んでいます。

少子化の影響や親元を離れ、市外の高校に進学する生徒が一定数いる中で、いかに留萌高校の学級数を維持していくかが課題となっています。

市としては、令和4年10月から医療費の無償化を高校生まで拡充するなどの子育て支援策とあわせて、高校までの教育環境を整備することにより、子どもたちが、地元に残り、高校を卒業するまでは親子の大切な時間を共有してほしいと考えています。

留萌高校では、今春、北海道大学などの国立大学に延べ24人が合格し、早稲田大学などの私立大学においても、延べ94人が合格するなど、生徒たちのためまぬ努力と教職員による手厚い支援による成果が表れています。

今後も留萌高校、教育振興会、河合塾などと連携し、地元高校を選んでもらえるよう、魅力ある未来志向型教育の拠点づくりに向けて、取り組みを進めていきます。



留萌市応援寄附の 運用状況について

市では、「ふるさと・るもいの応援団」からの寄附を活用しながら、さまざまな事業に取り組んでいます。

問 市・ふるさと納税課 TEL 56-5001

「若者たちが萌えるまち」留萌市応援寄附

▼令和4年度は、寄附件数が延べ71,794件（個人71,770件、団体24件）、総額11億3,339万4,208円となりました。なお、地域別では、道内226件（うち市内1件）、道外3,767件（非公開67,800件）でした。

【温かいメッセージが応援者から届きました（一部を抜粋）】

昨年いただいた「いくら」がとてもおいしく、家族全員喜んでいました。／父が留萌市出身であり、これまでに留萌市を何度も訪れています。留萌市の益々の発展を心より願っています。／北海道に住んでいたことがあり、黄金岬には家族でよく行きました。美しい海を守ってください。／旅行で立ち寄りました。素朴で、食べ物が美味しくて、優しい方の多い、素敵なところでした。ほか

● 留萌市応援基金の状況（令和4年度実績）

寄附事業の区分（略称）	令和3年度末	令和4年度		合計
	累計額	活用金額	積立可能額	
(1) 萌える若者たちのまちづくり	3,243万4,911円	923万4,241円	1,602万1,811円	3,922万2,481円
(2) ふるさとと海づくり・里山づくり	7,082万6,733円	451万9,755円	3,486万4,280円	1億0,117万1,258円
(3) ニシン文化の継承	1,398万9,273円	35万3,100円	1,043万2,807円	2,406万8,980円
(4) 食のブランド化、食育	2,442万2,195円	26万8,859円	1,137万6,927円	3,553万0,263円
(5) 健康で輝きのある元気づくり	725万6,135円	201万3,820円	427万4,579円	951万6,894円
(6) 安心して暮らせる地域医療づくり	7,069万8,353円	237万2,505円	1,955万1,189円	8,787万7,037円
(7) こどもの健全な育成	9,011万6,978円	1,018万2,484円	5,163万7,027円	1億3,157万1,521円
(8) 市長が特に必要と認める重点事業	2億8,451万1,491円	1億1,073万5,805円	3億0,666万3,322円	4億8,043万9,008円
スポーツを通じて子ども達を応援	1,811万3,509円	656万9,721円	2,586万9,334円	3,741万3,122円
企業版ふるさと納税	1,100万0,000円	600万0,000円	0円	500万0,000円
基金運用益	-	-	9,324円	9,324円
新型コロナウイルス感染症対策	5,508万3,544円	723万4,326円	412万2,235円	5,197万1,453円
基金運用益	-	-	858円	858円
前各号に掲げる事業の他	-	-	7,085万0,208円	7,085万0,208円
合計	6億7,845万3,122円	1億5,948万4,616円	5億5,567万3,901円	10億7,464万2,407円

※令和4年度（2022年度）中の寄附金から、返礼品や返礼品の送付に係る経費を差し引いた金額と基金積立金により得られた運用益を基金への積立可能額としています。

新型コロナウイルス感染症対策、前各号に掲げる事業の他は応援基金とは別に積み立てます。

市では、「留萌市応援寄附金（ふるさと納税）返礼品」への提供を希望する協力事業者（市内に本社または支社などがある事業者）を募集しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

◎「『若者たちが萌えるまち』留萌市応援寄附」の詳細については、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

留萌市 応援寄附

検索



◆令和4年度 活用事業

令和4年度は、留萌市応援基金を取り崩し、40の事業を実施しました。そのうち7つを紹介します。なお、その他の事業については、市ホームページで公表していますのでご覧ください。市では、より良いまちづくりのため、今後も寄附金を効果的に活用していきます。



◎河合塾等との連携による地元高校教育振興支援事業 501万7,415円

留萌高校教育振興会に対する助成により、留萌高校で使用するAIを活用した学習教材プログラムの実装、「高校生のための学びの基礎診断」測定ツールの活用、模擬試験や各種検定科の半額助成などを実施しました。難関大学への進学を希望する生徒に対して、河合塾の講師による夏季・冬季オンライン特別講義を実施しました。

◎寺子屋もいっこ事業 161万2,382円



地域住民のボランティアによる「学習の広場」を47回開設し、延べ253名が参加しました。また、体験事業を13回実施し、延185名が参加しました。市内での様々な体験や工事現場の見学などを通じて地域との関わりを持つことができました。

◎スポーツを起爆剤としたひとづくり・まちづくり事業 47万3,220円



コンサドーレ北海道の河合竜二さんをお招きし、市内小中学生を対象としたサッカー教室を開催しました。また、プロバドミントン選手をお招きし、市内高校生、社会人を対象としたバドミントン教室を開催することで、選手の技術向上、競技に対するより深い理解促進を得ることができました。

◎冬季スポーツ環境推進事業 148万6,318円



圧雪車を活用して神居岩スキー場クロスカントリーコースとゲレンデを整備しました。クロカンコースは2,266名が利用して、練習場所として利用していた留萌高校スキー部の生徒が全国大会で活躍しました。ゲレンデは延1,046名の利用があり、冬季スポーツレクリエーション活動につなげることができました。

◎浜中陸上競技場整備工事 1,375万0,000円



浜中陸上競技場で必要最低限の整備を行い公認資格を得ることで、中体連標準記録を突破すると全道大会への出場が可能になりました。2,743名の利用があり、練習場としての46日間に加えて、留萌ジュニア陸上競技会、留萌ジュニア陸上競技会記録会、留萌地方中体連陸上競技大会が開催されました。

◎ふるさと納税特設サイト等作成委託料 230万7,800円



留萌市の魅力を十分に発信するため、留萌市ふるさと納税特設サイトを設置するとともに、事業者・返礼品にフォーカスしたPR動画を作成しました。また、特設サイトへの導線を確認するため、留萌市ホームページに総合トップページを設置し、利用者ごとの入り口を分けました。

◎海洋再生可能エネルギー発電等調査研究事業 289万6,500円

将来的に留萌沖の一般海域での洋上風力発電事業の実現に向けて、市職員、



漁業関係者、商工会議所、留萌ゼロカーボン研究会、留萌信用金庫から計14名が参加し、国内で基地港湾に指定されている先進地である長崎県五島市、福岡県北九州港の視察などを行いました。



知りたい情報がいっぱい!

くらしのお知らせ



凡例 → **日** 日程・日時 **所** 場所・会場 **対** 対象 **定** 定員 **費** 費用 **内** 内容 **申** 申込方法など
問 問い合わせ **TEL** 電話 **FAX** ファクス **HP** ホームページ **E-MAIL** メールアドレス

暮らし・手続き 「国民健康保険証」の更新について

▼現在お持ちの国民健康保険証の有効期限は令和5年7月31日までとなります。7月下旬に新しい保険証を郵送いたしますので、ご確認ください。

- ◎世帯主宛に加入者全員分を「黄色の封筒」で郵送します。不在の場合は「不在連絡票」が投函されますので、再配達手続きをお願いします。
- ◎8月1日までに届かない方は、今一度「不在連絡票」または「黄色の封筒」が投函されていないかをご確認のうえ、下記へご連絡ください。
- ◎6月末時点の住所地に郵送します。入院中などで不在の方や、7月以降に転居される方は、郵便局で転送の手続きをお願いします。
- ◎転出、死亡、社会保険加入の際は「国民健康保険の脱退手続き」が必要です。手続きされていない方は、市・市民課へ至急ご連絡ください。
- ◎「限度額適用認定証」は自動的に更新されません。必要な方は、「必要な方の保険証、世帯主と必要な方のマイナンバーがわかるもの」を持参し、8月以降に市・市民課（市役所1階2番窓口）で手続きしてください。なお、マイナンバーカードの保険証利用に登録すると、証の更新が不要となりますので、ご確認ください。

問 市・市民課
TEL 42-1805

暮らし・手続き 国民健康保険税の非自発的失業者軽減について

▼倒産、解雇など会社都合により失業した方や、正当な理由のある自己都合により退職した方で、雇用保険の失業給付を受給しているときは、届出により、国民健康保険税の軽減を受けることができる場合があります。

- ◎対象となる雇用保険受給資格者証・受給資格通知の離職理由
 11、12、21、22、23、31、32、33、34

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

暮らし・手続き 「7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時までにご案内をお願いします。

●7月の粗大ごみ収集日 **日** **所**

19日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
20日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
21日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
26日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
27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
28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、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 国民健康保険の一部負担金減免について

▼事業の廃止、失業などによる収入の著しい減少などにより、一時的に生活が困窮し、医療機関に一部負担金（自己負担分医療費）を支払うことが困難なときは、申請によりその生活状況などに応じて、一部負担金の減額・支払いの免除又は支払いの猶予の措置を受けることができる場合があります。

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

留萌観光協会
 インフォメーション
 ☎ 0164-43-6817
 ホームページ

★ **7月 観光施設情報** ★

状況により内容が変更となる場合がございます

留萌市 海のふるさと館
 9:00~18:00 入場無料
 開催予定
 ☆ラウンジコンサート
 ☆郷土学習講座
 ☆夏休み工作教室

礼受牧場
 9:00~18:00 (月)定休
 ※7月1日~8月31日 無休

千望台休憩施設
 9:00~17:00 期間内無休
 ※Heart♥LandCafe (水)定休

白丸テニールーム
 海水浴期間 7月8日~8月20日
 遊泳時間 9:00~16:00 ※
 ※海水浴期間は有料駐車場となります

黄金岬海浜公園
 △遊泳禁止 △ 24時間トイレ
 炊事場 あります

道の駅るもい
 管理棟 | チャレンジショップ
 9:00~17:00 | 10:00~16:00

ちやいるも
 第1クール 10:00~11:30
 第2クール 12:30~14:00
 第3クール 14:30~16:00

おみやげ処
お勝手屋 萌
 観光案内所
 ☎ 0164-43-4333
 ホームページ

暮らし・
手続き

低所得の子育て世帯への生活支援特
別給付金について

▼食費などの物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯に対し、特別給付金を対象児童1人あたり一律5万円支給します。詳しくは、下記へお問い合わせください。

●ひとり親世帯の方

対象児童を養育し、下記1～3のいずれかに当てはまる方。

1. 令和5年3月分の児童扶養手当を受給している方、令和5年4月分の新規受給の方
→申請は不要です。対象者には、5月末に給付金を支給済みです。
2. 公的年金等受給中で令和5年3月分の児童扶養手当を受給していないが、申請者及び同居親族の令和3年中の収入額が児童扶養手当受給者と同水準の方
→申請が必要です。
3. 物価高騰の影響を受けて、令和5年1月以降の収入が児童扶養手当受給者と同水準になった方（家計急変世帯）
→申請が必要です。

●ひとり親世帯以外のその他の世帯の方

対象児童を養育し、下記1・2のいずれかに当てはまる方。

1. 令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金を受給した方
→申請は不要です。対象者には、5月末に給付金を支給済みです。
2. 児童を養育する父母等の住民税均等割が非課税、または令和5年1月以降に物価高騰の影響を受けて収入が住民税均等割非課税世帯と同じ水準となっている方（家計急変世帯）
→申請が必要です。

対 平成17年4月2日（特別児童扶養手当受給対象児童は平成15年4月2日）から令和6年2月29日までに生まれた児童

問 市・子育て支援課 **TEL** 42-1808

暮らし・
手続き

「国民年金保険料免除などの申請」
について

▼保険料が取れ忘れの状態、万一、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者（50歳未満）納付猶予制度」がありますので、住民登録をしている各市町村の国民年金窓口で手続きを行ってください。申請書は窓口にあります。

令和5年度の免除などの受付は7月3日(月)から開始します。令和5年7月分から令和6年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、平成26年4月から法律が改正され、2年1カ月前の月分までさかのぼり、免除申請を行うことができるようになりました。

問 市・市民課 **TEL** 42-1805

問 留萌年金事務所 **TEL** 43-7211

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 7月19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 7月18日(火)まで（土・日曜日は除く）

問 市・市民課

TEL 56-5003

オロロンひまわり基金法律事務所

●業務時間／9:00～18:00 ●休業日／土・日・祝日

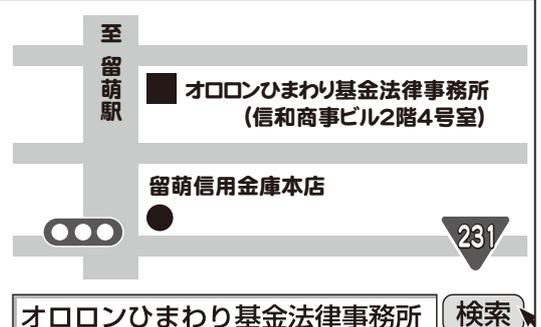
留萌市花園町2丁目2番13号 信和商事ビル2階4号室

TEL. 0164-56-4312

法律相談随時受付 相談料 5,500円（税込）

【相談までの流れ】①電話で事情を説明→②相談予約→③弁護士に相談

※お電話だけで終了した場合は、相談料は発生しません。
※低所得者向けの相談料援助制度（法テラス）も利用可。



▼65歳を迎えた方は第1号被保険者となり、市が定めた介護保険料を納めることになります。誕生月の前月にピンク色の被保険者証を交付しますので、大切に保管してください。

後日、月割計算した介護保険料の納付書を郵送しますので、期日まで納めてください。なお、令和5年度第1期の納期限は7月31日(月)です。

◎例：今年7月2日に65歳になる方の月割計算

年額64,800円（第5段階：世帯の中に市民税課税者がいて、本人は市民税非課税で本人所得と年金収入の合計が80万円を超える方）

※64,800円÷12カ月×9カ月＝48,600円

●年金からの天引きについて

年金からの天引きは、誕生日によって天引き開始月が異なります。また、年金からの天引きになる前は、納付書払いになります。

介護保険料について不明な点は、第1号被保険者の方は市・介護支援課に、第2号被保険者（40歳から64歳まで）の方はそれぞれの医療保険の保険者にお問い合わせください。

	納期限		保険料
	令和5年度 介護保険料 48,600円	第1期	令和5年 7月 31日
	第2期	令和5年 8月 31日	6,000円
	第3期	令和5年 10月 2日	6,000円
	第4期	令和5年 10月 31日	6,000円
	第5期	令和5年 11月 30日	6,000円
	第6期	令和5年 12月 25日	6,000円
	第7期	令和6年 1月 31日	6,000円
	第8期	令和6年 2月 29日	6,000円

令和5年4月2日から令和5年10月1日までに65歳になる方	令和6年4月の年金から開始
令和5年10月2日から令和6年4月1日までに65歳になる方	令和6年10月の年金から開始

問 市・介護支援課（は一とふる内） TEL 49-6070

留萌市栄誉奨励賞を授与しました

市では、留萌市栄誉賞規則に基づき、広く市民に敬愛され市民に明るい希望を与えたものの顕著な功績に対し、その栄誉をたたえています。

令和5年5月23日(火)、各競技の全国大会で優秀な成績を収められました陸上自衛隊第26普通科連隊 奥野和希さん及び斎藤彩花さんに、留萌市長から留萌市栄誉奨励賞を授与しました。

【奥野和希さん功績】

第59回バイアスロン日本選手権大会
個人の部 第2位

【斎藤彩花さん功績】

第67回全日本銃剣道優勝大会
女子の部（北海道選抜）優勝



▲中西市長から賞状を授与された奥野さん（左から3人目）、斎藤さん（左から2人目）

本当によかったを形に 優しい気持ちがいっぱいの斎場です



NISHIKIDO HANAZONO FUNERAL HALL

にしきどう 花園市民斎場

一般社団法人
日本葬礼文化調査協会
JECIA
★★★★★認定

安心の24時間 電話対応

留萌市花園町2丁目3-23



0120-43-9000

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用いただけます。



仏壇仏具専門店
NISHIKIDO
花 結
はなむすび



留萌市開運町1丁目4番9号 (AKさし横向) 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



健康・福祉・子育て

「一般介護予防事業」のご案内

▼「一般介護予防事業」は市内に在住する高齢者（おおむね65歳以上の方）を対象としており、どなたでも無料で参加することができます。いつまでも自分らしく過ごすために、体と頭を動かしましょう！

●「ピンピンからだ広場」

訓練器具を使った運動や軽体操を行います。出席や欠席の連絡も不要で自由に参加ができます。途中退室も可ですので、気軽に遊びに来てください。

日 毎週月曜日 ① 10:00~12:00 ② 13:30~15:30
毎週金曜日 ① 13:30~15:30

所 保健福祉センターはーとふる

●「脳いきいき教室」

認知症予防を目的とした教室で、頭と体を活性化させる楽しいトレーニングを行います。

日 年2回開催（おおよそ9月と11月）

所 市内コミュニティセンターなど

●「介護予防教室」

介護予防などを学ぶことができる教室で、軽体操や脳トレなどを行います。

日 依頼により随時開催

対 町内会や老人クラブなどの団体

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

「いきいきクッキング料理教室」に参加しませんか

▼20歳以上の方を対象にした、「いきいきクッキング料理教室」を開催します。旬の食材を使ったヘルシーメニューを楽しく学びましょう。

日 7月27日(木) 10:00~13:00

所 保健福祉センターはーとふる2階 栄養指導室・調理実習室

定 15名（定員になり次第締め切り）

費 500円

申 7月19日(水)までに下記へお申込みください。
※エプロン、三角巾（またはスカーフ、ハンカチ）、筆記用具をご持参ください。

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

健康・福祉・子育て

「認知症サポーター養成講座、ステップアップ講座」のご案内

▼認知症サポーターは、地域で暮らす認知症の人やその家族を温かく見守る存在です。認知症を正しく理解すると、今よりも優しく見守ることができます。また、ステップアップ講座を受けることで、認知症への理解をさらに深めることができます。支え合いの輪を少しずつ広げていくため、ぜひご参加ください。

日 7月21日(金) 13:00~16:45

所 保健福祉センターはーとふる

対 市内在住の方、市内に通勤通学されている方
※過去に認知症サポーター養成講座を受けている方も対象です。

内 前半に認知症サポーター養成講座、後半にステップアップ講座を行います。

講師：(株)ファミリーケアサポート サービス付き高齢者向け住宅ひかり 管理者 本間耕治氏
留萌市立病院 認知症看護認定看護師 吉國美樹氏

定 15名程度 費 無料 申 7月18日(火)まで

問 市・地域包括支援センター（はーとふる内）

TEL 49-6060

健康・福祉・子育て

心の健康啓発事業「こころの健康づくり講演会」について

▼留萌市では、市民のみなさんが心の健康を維持しながらいきいきと暮らせるよう、睡眠をテーマに「こころの健康づくり講演会」を開催します。

心地よい眠りにつくことで、日中の活動性が高まり、充実した日々を送ることができます。眠りが浅い、寝つきが悪い、疲れがとれないといった睡眠に問題のある方はもちろん、特に問題と感じていない方も、より良い睡眠を得るためにこの機会に一緒に学びましょう。

日 7月28日(金) 13:30~15:00

所 保健福祉センターはーとふる

内 「よい睡眠のための睡眠環境」

講師：明治安田生命保険相互会社 旭川支社 市場開発担当 小倉雄一郎氏

定 50名 費 無料 申 7月18日(火)まで

問 市・保健医療課 TEL 49-6050

ラス LAS英数塾 受講生募集 留萌市沖見町3丁目 TEL(0164)42-1743

申し込み 随時!

※対象:大学受験予定の中学生・高校生

※受講料や受講時間などの詳細は面談にて説明します。ご希望の方は、上記までご連絡ください。

● 通年受講、【春期・夏期・冬期】各講習

【中学生：英語・数学】

● 受講体験(英語または数学) 45分無料

【高校生：英語・数学・古典】

市以外のお知らせ

海を楽しむために

▼これからマリンレジャーシーズンの本番を迎えますが、留萌管内でも遊泳者、釣り人の事故が発生していますので、以下のポイントに注意して、マリンレジャーを楽しみましょう。

【お出かけ前】

・事前に気象状況を確認し、荒天が予想される場合は無理せず中止しましょう。「少くくなら大丈夫だろう」の判断が重大事故を招きます。

【海水浴】

・開設された監視員がいる海水浴場に行きましょう。
・離岸流に入り込んだ場合は、慌てずに岸と平行に泳ぎ、流れから抜け出しましょう。

【釣り、プレジャーボート、水上オートバイなど】

・ライフジャケットの着用と連絡体制の確保を徹底しましょう。
・釣りは滑らない靴を履き、突起物や岩場等周りの状況を確認し、海中転落に注意しましょう。
・プレジャーボートや水上オートバイ等は、乗揚げや機関故障等の発生を防ぐため、船体・機関・燃料等の発航前点検、常時適切な見張りを確実にいきましょう。

【緊急時】

・緊急時は118番に通報してください。(海の事件事故は118番)

問 留萌海上保安部交通課

TEL 42-0414

市以外のお知らせ

会員を募集

▼留萌陶芸サークルの会員を募集しています。見学歓迎します。お立ち寄りください。

日 第2・第4 火曜日、水曜日
9:00 ~ 21:00 まで

所 市・中央公民館 工作室

問 中井

TEL 090-3891-1315



教育・文化・スポーツ

図書館からのお知らせ

▼7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 ~

- ・5日(水)「さかな」
- ・22日(土)「やさい」

●休館日

【月曜休館】

- ・3日(月) / 10日(月) / 17日(月)
- ／24日(月) / 31日(月)

【館内整理休館】

- ・28日(金)



問 市立留萌図書館 TEL 42-2300

市以外のお知らせ

東海大学海洋調査研修船「望星丸」寄港と一般公開のお知らせ

▼東海大学海洋調査研修船「望星丸」が寄港し、以下の日程で船上記念講演と一般公開を実施します。事前申込は不要ですので、参加をご希望の方は当日直接会場へお越しください。

所 留萌港南岸

【公開講座】

日 7月8日(土)

船上記念講演 16:00 ~ 17:30

(15:30より受付開始)

定 先着50名

【望星丸一般公開】

日 7月9日(日) 10:00 ~ 15:00

①サイエンスラボ (14:30乗船受付終了)

・タッチプール、ロープワーク体験、実習試料展示など

②「海と日本プロジェクト in ガッチャンコ北海道」(一般社団法人海洋文化フォーラム) 展示コーナー

・「海のクイズ」、「スタンプラリー」(MC 大竹彩加 HBCアナウンサー)、顕微鏡によるプランクトン観察など

問 東海大学札幌キャンパス 広報担当

TEL 011-571-5111 (代表)

一步前に踏み出そう！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」・・・

まずは一步踏み出して相談を！

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



・留萌市開運町2丁目6番3号

☎42-8666 [サポートハウスちゃお]

仕事内容

- ◎各種軽作業 (室内外)
- ◎喫茶業務 (2店舗)
 - ・クローバー (公民館内)
 - ・キートス (市立病院内)

随時、見学受付中！

(要予約)

市以外の
お知らせ 「サマージャンポ宝くじ等」 発売の
ご案内

▼この宝くじの収益金は市町村の環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われ
ます。

- ・発売期間 7月4日(火)～8月4日(金)まで
- ・抽せん日 8月18日(金)
- ・支払開始日 8月23日(木)

●サマージャンポ宝くじ

1等 5億円×24本 (発売総額720億円・24
ユニットの場合)

前後賞各 1億円×48本 (発売総額720億円・
24ユニットの場合)

●サマージャンポミニ

1等 2,000万円×28本 (発売総額210億円・
7ユニットの場合)

前後賞各 500万円×56本 (発売総額210億円・
7ユニットの場合)

問 公益財団法人北海道市町村振興協会

TEL 011-232-0281

市以外の
お知らせ 日本一熱い講演家 大嶋啓介講演会
& 矢野燿大トークショー in 留萌

▼夢や目標を追うことをあきらめかけていません
か？ワクワクしながら自分の可能性を信じ、前向
きに自分の人生を生きる姿勢に必ず変容します。
「大人が変われば子どもが変わる。子どもが変わ
れば未来が、そして地域が変わる」大人も子ども
も可能性の扉が開く講演会です。

日 7月22日(土)

オープニングアクト (管内団体)

開場 11:30 開演 11:45

大嶋啓介講演会 13:30 (90分)

矢野燿大トークショー 15:15 (90分)

所 市・文化センター大ホール

対 小学5年生以上

※高校生以下無料

(一般の方はチケットありお問合せください)

問 オロロンみらいプロジェクト事務局

TEL 080-8163-0840

市以外の
お知らせ 北海道警察官採用試験

▼北海道警察官採用試験を実施します。申し込み
方法は下記までお問合せください。

●受付期間 7月1日～8月18日 17:30まで

●第1次試験日 9月17日

●第2次試験日 10月下旬～11月下旬

●最終合格発表 12月1日予定

●採用予定人数 200名程度

- ・男性A区分 35名程度
- ・男性B区分 115名程度
- ・女性A区分 15名程度
- ・女性B区分 35名程度



●受験資格

【学歴】

・A区分 学校教育法による大学(短期大学を除
く)等を卒業した方。

(令和6年3月末日までに卒業見込みの方を含む)
※高度専門士の称号を取得または令和6年3月末
日までに取得見込みの方を含む。

・B区分 A区分以外の方(令和6年3月に高校
卒業予定の方など)

【年齢】

平成3年4月2日～平成18年4月1日までに生
まれた方。(令和6年4月1日現在で18歳以上
33歳未満)

問 留萌警察署

TEL 42-0110

市以外の
お知らせ 7月は「社会を明るくする運動」強
調月間です

▼7月1日(更生保護の日)から1カ月間は「社
会を明るくする運動」強調月間です。地域住民の
連携を強め、犯罪や非行を抑制する力を増進する
ことを目的として、啓発活動を行います。

●主な活動

・街頭啓発活動、児童生徒「標語・作文コンテスト」

問 留萌地区保護司会(留萌市・増毛町・小平町)
(留萌更生保護サポートセンター)

TEL 42-0055

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎 給付金について

無料個別相談会 を行います。

日程・会場	8/4(金) 滝川市まちづくりセンター 会議室A みんくる 滝川市栄町3丁目6-28
	8/5(土) 芦別市青年センター 第3研修室 芦別市北1条東2丁目4番地
	8/6(日) 旭川市民文化会館 第5会議室 旭川市7条通9丁目

対象者 昭和16年7月2日～ ※ご遺族の方
昭和63年1月27日 生まれ も給付金請求
できます

給付金 50万円～ ※病態に応じ
3,600万円 ます 給付金等の
内容が異なります

弁護士費用 着手金・相談料 無料
成功報酬制 ※訴訟実費別途

完全予約制 ☎
0120-013-621
(ご予約受付時間)
平日 9:00～18:00
個別面談なので、他の方と顔を
合わせることはありません。

弁護士法人 弁護士 齋藤 学一「あいは こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029 東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A【営業時間】平日 9:00～18:00
プレナス総合法律会計事務所 TEL 03-5363-6333 E-mail: info@precious-law.jp
FAX 03-5363-6334 https://precious-law.jp/

無料電話相談も
同時受付中! お気軽にお電話ください

後期高齢者医療制度のお知らせ

～令和5年度の保険料のお支払いについて～

▼令和5年度の保険料につきましては、7月に個別にお知らせします。

●保険料の計算方法

均等割 【1人当たりの保険料】 5万1,892円	+	所得割 【被保険者本人の所得に応じた額】 (令和4年中の所得-最大43万円) ×10.98%	=	1年間の保険料 【限度額66万円】 ※100円未満切捨
--------------------------------	---	---	---	-----------------------------------

※1年間の保険料の上限額は、66万円になります。

※年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

※「所得」とは、前年の「収入」から必要経費（公的年金等控除や給与所得控除額など）を引いたものです。

※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

●保険料の軽減

①均等割の軽減（年額）

- ・軽減は被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- ・被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- ・昭和33年1月1日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

対象者の所得要件（世帯主及び世帯の被保険者全員の軽減判定の所得額）	均等割の軽減割合
43万円+10万円×（給与所得者等の数-1）	7割
43万円+（29万円×世帯の被保険者数）+10万円×（給与所得者等の数-1）	5割
43万円+（53万5千円×世帯の被保険者数）+10万円×（給与所得者等の数-1）	2割

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。

- ・給与等の収入金額が55万円を超える方
- ・公的年金の収入金額が60万円（65歳未満）、125万円（65歳以上）を超える方

②被用者保険の被扶養者だった方の軽減

この制度に加入したとき、被用者保険の被扶養者だった方は、負担軽減のための特別措置として、所得割がかからず、制度加入から2年を経過していない期間のみ均等割が5割軽減となります。（51,892円→25,946円）

※被用者保険とは、協会けんぽ等、主にサラリーマンの方々が加入している健康保険のことで、市町村の国民健康保険等は含まれません。

●保険料の減免

保険料のお支払いが困難な場合は、市民課後期高齢者医療係へご相談ください。また、災害、失業などによる所得の大幅な減少、その他特別の事情で生活が著しく困窮し、保険料のお支払いが困難な方については、保険料の減免が受けられる場合があります。

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

後期高齢者医療制度のお知らせ

～保険証（被保険者証）の一斉更新について～

●保険証が新しくなります（橙色→黄色）

現在、ご使用の橙色の保険証の有効期限が7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら黄色の保険証をご使用ください。

- ・新しい保険証の有効期限は、令和6年7月31日です。
- ・紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、市民課後期高齢者医療係までお申し出ください。

新しい保険証は黄色です

●減額認定証（限度額適用・標準負担額減額認定証）限度証（限度額適用認定証）も新しくなります（青色→黄緑色）

現在、ご使用の青色の減額認定証及び限度証の有効期限が、7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。引き続き交付対象に該当する方は、7月中に減額認定証及び限度証を交付しますので、8月1日からは黄緑色の減額認定証及び限度証をご使用ください。新たに必要となる方は、次の交付要件に該当することをご確認の上、市民課後期高齢者医療係へ申請してください。※有効期間は1年間です。

◆減額認定証の交付対象…次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方

区分Ⅱ	世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方 ○世帯全員の所得が0円の方 ※公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方 ※給与所得がある場合、その金額から10万円を控除 ○老齢福祉年金を受給されている方

◆限度証の交付対象…次の3区分のうち、現役並みⅠ、または現役並みⅡに該当する方

現役並みⅢ	住民税課税所得が690万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅡ	現役並みⅢに該当せず、住民税課税所得が380万円以上の被保険者と、その方と同一世帯にいる被保険者の方
現役並みⅠ	現役並みⅢ・Ⅱに該当しない3割負担の方と、その方と同一世帯にいる被保険者の方

新しい減額認定証及び限度証は黄緑色です

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

「明治安田生命大人の塗り絵コンクール作品募集」

▼明治安田生命では、30歳以上を対象に「大人の塗り絵」作品を募集しています。本コンクール専用「大人の塗り絵」10種類から選定ください。（応募は1人1点です）

問 明治安田生命保険（相）旭川支社滝川営業部
留萌出張所 TEL 42-0783

問 市・地域包括支援センター（はーとふる内）

TEL 49-6060

応募期間	5月26日(金)～8月31日(木)
描画素材	自由（色鉛筆、絵具等）
表彰基準	塗り絵をいかに楽しめたか
表彰	2,000点（金賞5点、銀賞10点、銅賞15点、佳作70点、その他特別賞）
応募方法	専用の「応募フォーム」にて受付（WEB）

からだすこやか ココロイキイキ

健康ひろば



7月9日の
日曜当番医院

西原腎・泌尿器科クリニック 花園町1丁目 ☎56-1678 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■

【暮らし】移動献血車「ひまわり号」巡回のご案内

▼全国的に、献血をいただいている方の60%以上は50歳未満の方々ですが、若年層（10~30代）の献血者数は減少傾向にあります。また、特に冬場から春先にかけては風邪などで体調を崩す方が多いことなどにより、献血者が不足しがちとなり、手術等に必要な血液を確保することに苦慮しており、血液が不足している状況が続いております。留萌市内においては、下記の日程で献血車が巡回しますので、献血へのご協力をお願いします。

さらに、少ない献血者からの輸血を可能とするため、400ml又は成分献血へのご協力をお願いいたします。

日	時	場 所
8月1日(火)	10:00 12:00	留萌開発建設部前（寿町1丁目）
	13:30 14:30	留萌地方合同庁舎（ハローワーク他：大町2丁目）
	15:00 16:00	株式会社堀口組前（高砂町1丁目）
8月2日(水)	10:00 11:45	市役所前（幸町1丁目）
	13:30 16:00	
8月3日(木)	10:00 11:00	保健福祉センターはーとふる（五十嵐1丁目）
	12:30 16:00	北海道留萌合同庁舎前（住之江町2丁目）
8月4日(金)	10:00 11:00	北海道電力ネットワーク（末広町4丁目）
	12:30 14:30	留萌市立病院職員通用口（東雲2丁目）
	15:00 16:00	留萌開発事務所（堀川2丁目）

※天候や道路状況などで、巡回時刻が変更になる場合があります。

※健康状態などで、献血をお断りする場合があります。

問 市・保健医療課（はーとふる内） TEL 49-6050 HP <https://www.e-rumoi.jp/hokeniryuu/>

三省堂書店を応援し隊 ★ インフォメーション

7月の
催し

大人のお話し会

日 7月11日(火)18:30~

所 留萌ブックセンター

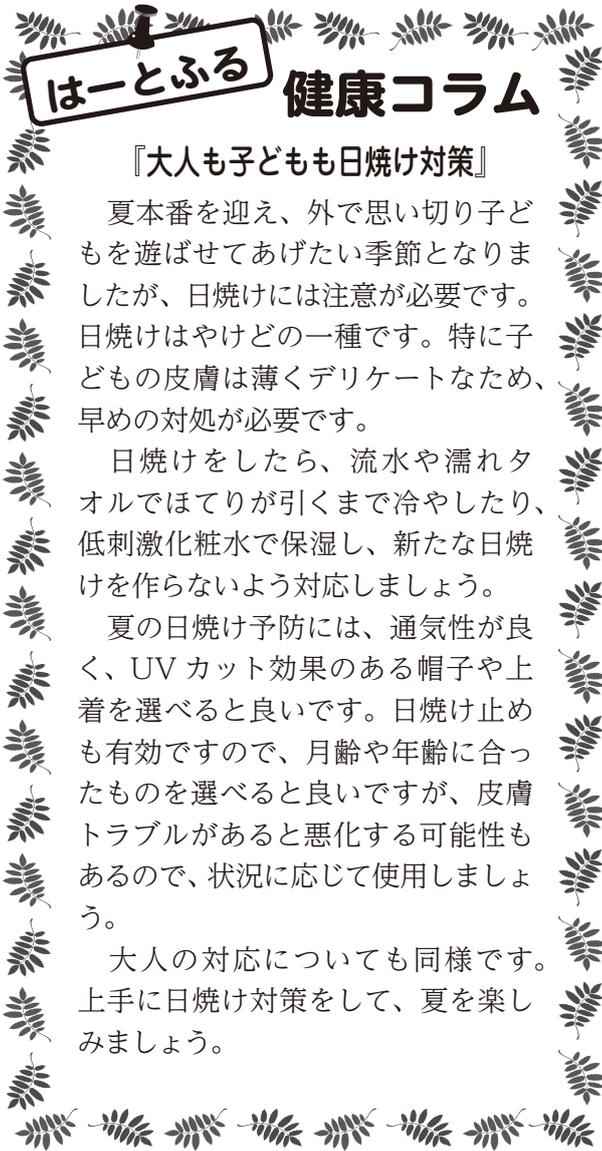
こどものためのおはなし会

日 7月23日(日)14:00~

所 留萌ブックセンター

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、イベントの開催を急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



はーとふる

健康コラム

『大人も子どもも日焼け対策』

夏本番を迎え、外で思い切り子どもを遊ばせてあげたい季節となりましたが、日焼けには注意が必要です。日焼けはやけどの一種です。特に子どもの皮膚は薄くデリケートなため、早めの対処が必要です。

日焼けをしたら、流水や濡れタオルでほてりが引くまで冷やしたり、低刺激化粧水で保湿し、新たな日焼けを作らないよう対応しましょう。

夏の日焼け予防には、通気性が良く、UVカット効果のある帽子や上着を選べると良いです。日焼け止めも有効ですので、月齢や年齢に合ったものを選べると良いですが、皮膚トラブルがあると悪化する可能性もあるので、状況に応じて使用しましょう。

大人の対応についても同様です。上手に日焼け対策をして、夏を楽しみましょう。

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

【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。

6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)】

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。
※ご希望に応じ、別日程での相談も対応しています。

6日(木)		13:00 ~ 15:00
-------	--	---------------

※保健福祉センターはーとふるでは随時、電話や来所での相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

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 ☎43-8121
※20:00以降は入館できません

【7月のイベント】 ※各イベントには事前申込みが必要です。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。

- 1日(土) 13:00~14:30 市民BLS(一次救命処置)とAED体験講習会

- 8日(土) 9:30~11:30 基礎老年医学講座 ①「『老化』とは何か(老化の科学と高齢者の特徴)」
講師:札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏

- 8日(土) 13:00~15:00 ミニシンポジウム
●基調講演13:00~14:00「こんなに沢山くすりを飲んで大丈夫?~多剤併用の不安と弊害について~」
講師:留萌大町薬局 薬局長 管理薬剤師 吉田 龍 氏
●指定発言14:00~14:30「年を取ると変わるくすりの流れ」
発言者:NPO法人るもいコホートピア 理事長 医師 小海 康夫 氏
●パネルディスカッション14:30~15:00
◆指定発言者から ◆フロアから

- 22日(土) 9:30~11:30 基礎老年医学講座 ②「神経系(高齢者の神経疾患(脳卒中など))」
講師:札幌医科大学 名誉教授 小海 康夫 氏

- 22日(土) 13:30~15:30 オレンジカフェ留萌in幌糠コミュニティセンター(幌糠1854番地の7)

- 25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)

【ボランティアスタッフ募集中!!】
るもい健康の駅では、過去に認知症サポーター養成講座を受講された方や各地域のいきいきサポーターさんなど、ボランティアとしてオレンジカフェ留萌の開催にご協力頂ける方を募集しております。

山菜採りにご注意を

道内において山菜採りのために入山し、道が分からなくなり遭難するという事件が発生しています。

山菜採りに行かれる際は、山菜採りに伴う危険性を事前にご理解頂くとともに、次のポイントを意識するようにしましょう。

■出かける前にチェック

- 家族に行先地と帰宅時間を知らせましたか
- 天気予報を見ましたか
- 友人、知人と一緒ですか（複数人が望ましい）
- 寒さ対策をしていますか
- 携帯電話、ホイッスル、ラジオ、雨具、飲食料などを持ちましたか

■もし、道に迷ったら

- ・むやみに歩き回らず、風雨を避けられる場所で救助を待ちましょう。
- ・ホイッスルで大きな音を出したり、携帯電話のライトで自分の居場所を捜索隊に知らせましょう。

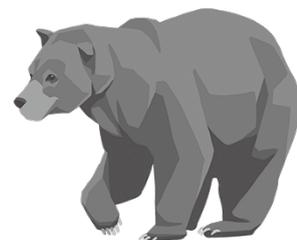
■ヒグマに注意

現在、各地でヒグマの活動が活発化しており、市街地に出没するヒグマも増加しております。

ヒグマの被害に遭わない一番の方法は、ヒグマに遭遇しないことです。

そのためにも、「熊出沒」等の看板がある場所や、出沒情報のある場所には近づかないようにしましょう。

- ・ヒグマの目撃情報をテレビやラジオで確認しましょう。
- ・鈴を鳴らすなど音で人の存在や接近をヒグマに知らせましょう。
- ・早朝、夕方、悪天候時などは入山しないようにしましょう。



問 市・危機対策室 ☎ 56-5005 問 留萌警察署 ☎ 42-0110

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ち、平和な市にしよう。



▲市の木「アカシア」



▲市の花「ツツジ」

■ 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

■ 留萌市応援寄附金など
ふるさと納税課 ☎56-5001

■ 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
教育政策課 ☎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

■ 留萌市議会の情報など
議会事務局
☎42-1907

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。

気軽に申し込みください

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
教育委員会教育政策課
☎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



市役所宛で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5年5月末現在

・総人口	18,894人	(-55人)
・男	9,134人	(-24人)
・女	9,760人	(-31人)
・世帯数	10,795世帯	(-37世帯)

※()内は前月比

人口動態 令和5年5月届出分

・出生	11人	・転入	35人
・死亡	34人	・転出	70人

納税について

- 今月納期の市税
 - ・ 固定資産税 2期
納期限 7月31日(月)
 - ・ 国民健康保険税 2期
納期限 7月31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》

広報もいは再生紙を使用しています



あなたは、その詐欺 気づけますか?



！ 特殊詐欺とは... 被害者に電話をかける等して対面することなく信頼させ、指定した預貯金口座への振り込みその他の方法により、不特定多数の者から現金等をだまし取る犯罪（現金等を脅し取る恐喝および隙を見てキャッシュカード等を窃取する窃盗を含む。）の総称をいいます。

特殊詐欺対策サービスの3つのポイント

ご自宅の電話機に通話録音機能付き端末（特殊詐欺対策アダプタ）を接続すると、その電話機にて行った通話を録音し、通話中に順次クラウド上の特殊詐欺解析サーバ^{※1}に送信、AIで解析します。特殊詐欺等の疑いがある場合は、事前に登録したご本人や親族に対してメールや自動音声による電話で通知することにより注意喚起を促します。

- ポイント1** 通話中の会話から、特殊詐欺と疑われる場合は、ご本人やご親族等に通知することで注意喚起！
通話中に1分単位で、特殊詐欺解析サーバ^{※1}へ通話データが送信、順次解析されるので、タイムリーに事前に登録したご本人や親族等に通知することが可能です。
- ポイント2** 通話開始前に、録音する旨のガイダンスを送出することで、特殊詐欺等の迷惑電話を未然に抑制！
- ポイント3** 許可リスト機能により、親しい方との通話時はガイダンス送出や録音、解析の対象外とすることが可能！
 許可リスト機能: 音声ガイダンス送出、特殊詐欺解析サーバ^{※1}への通話データ送信および解析の対象外とします。
 拒否リスト機能: しつこい勧誘の電話やいたずら電話等拒否リストに登録された方へ、音声ガイダンスを送出後、切断します。

※1 NTTコミュニケーションズ社の提供となります。解析終了後、録音音声等は削除します。

●提供エリアはNTT東日本サービス提供エリアです。（電波状況等により提供できないエリアがあります） ●本サービスのご利用にあたっては、ナンバー・ディスプレイ機能またはナンバー・ディスプレイ相当の機能が必要となります。
●ご利用には、本サービスの月額利用料および初期費用のほか、NTT東日本が提供する対象の電話サービスのご契約が必要です。（別途、初期費用、月額利用料および通話料がかかります。） ●本サービスは特殊詐欺被害の防止を保証するものではありません。お客さまが、特殊詐欺による被害を受けた場合でも、当社はその責を負いません。

お問い合わせ先 お申し込み・料金・契約内容・解約等に関するお問い合わせ

[NTT東日本 特殊詐欺対策サービス受付センター]
☎ **0120-252373** (受付時間: 平日9:00~17:00)
※年末年始(12月29日~1月3日)を除く K23-00346 [2305-2404]

スマホでラジオ聴きませんか? FM76.9MHz



ラジオで聴く!

- 道路の通行止め
- 公共交通機関の運休
- 停電や断水情報 etc...

文字で届く!



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
レディモ
Radimo**



エフエムもえるでは、地域の企業や団体と連携して防災に強いまちづくりを目指しています

毎日放送中!! 「みんなの防災インフォメーション」月曜~金曜 7:55/12:50/18:25 (1日3回5分間)
あなたの生命、財産を守る安心安全情報をお伝えしています エフエムもえる <http://www.moeru.fm>
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! TEL 0164-42-3871

監修・発行 留萌市政政策調整課 TEL 42-1809 FAX 43-8778 編集・印刷 株式会社留萌新聞社