



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

### 「お墓参りの際」の留意点について

▼お盆の期間は、市営墓地の駐車場が大変混み合います。路上駐車は、交通障害を起こす原因となるほか、お墓参りに訪れた皆さんの迷惑となりますので、絶対にやめましょう。皆さんのご理解とご協力をお願いします。なお、お墓参り後の供物などは、必ず持ち帰りましょう。

**問** 市・環境保全課

**TEL** 42-1806

## 暮らし・手続き

### 「留萌市国保人間ドック」を実施します

▼留萌市国民健康保険（留萌市国保）加入者を対象とした「人間ドック」では、特定健診の検査項目に加え、心電図や各種がん検診（胃・肺・大腸）、詳細な血液検査を行います。

**日** 健診期間 10月予定

**所** 市内医療機関

※問診票を郵送する際にお知らせします。

**対** 国保加入者のうち、昭和24年4月1日から平成6年3月31日までに生まれた方（令和5年度内で30歳以上74歳以下の方）

**定** 30人（申込多数の場合は抽選）

**費** 5,000円

**申** 8月17日(木)から31日(木)までに下記へお申し込みください。（土・日曜日を除く）

※特定健診を受診された方は、検査項目が重複していますので、ご遠慮ください。

**問** 市・市民課

**TEL** 42-1805

## 暮らし・手続き

### 8月は「北方領土返還運動全国強調月間」です

▼歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方四島（北方領土）は、わが国固有の領土ですが、祖国復帰がいまだに実現していません。北方領土の1日も早い返還を実現させるためには、粘り強い返還運動を行っていくことが大切です。

署名を通じて皆さんの意思を北方領土返還実現に反映させましょう。署名にご協力ください。

●署名コーナー開設日

**日** 8月1日(火)～31日(木) 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

## 暮らし・手続き

### 「し尿収集業務」について

▼8月のし尿収集の休業日をお知らせいたします。

・(有)環境衛生サービス

8月14日(月)～15日(火)

・(有)衛生公社

8月14日(月)～15日(火)

休業日の翌営業日からは平常どおりです。

収集の申し込みは、希望日の3日前までに委託事業者へご連絡ください。

●留萌市し尿収集委託事業者

有限会社 環境衛生サービス	<b>TEL</b> 42-6613
有限会社 衛生公社	<b>TEL</b> 42-1727

**問** 市・環境保全課 **TEL** 42-1806

## 留萌観光協会

インフォメーション

☎ 0164-43-6817

ホームページ



## 海のお知らせ

黄金岬 遊泳禁止！泳げません

・高波にご注意ください

・磯ガ二釣りのエサは売店で買しましょう

・釣った磯ガ二は漁に戻しましょう



## ゴールデンビーチるもい

7月8日(土)～8月20日(日)

遊泳時間▶ 9:00～16:00

・泳げるのは期間中の時間内だけです

・波が高い時は 遊泳禁止 となります

・水上バイク、サーフボードなどの乗り入れ / 持ち込みは禁止です

ルールを守って  
楽しい夏を  
過ごすMO



浜中海浜公園 遊泳禁止！泳げません

## おみやげ処 留萌

観光案内所

☎ 0164-43-4333



ホームページ

暮らし・  
手続き

スマートフォン教室の開催について

▼スマートフォン教室は、スマートフォン（デモ機）を使った内容になりますので、初めてスマートフォンに触れる方にも楽しく学べる体験型教室です。この機会にぜひご参加ください。

●教室内容

①基礎講座

- ・ボタン操作など基本的な操作
- ・インターネットの使い方 など

②実践講座

- ・Wi-Fi の使用方法
- ・生活便利アプリの使い方 など

③マイナンバー講座

- ・マイナンバーカードについて
- ・マイナポイントについて など

●開催スケジュール 日 定

開催日	講座内容	使用スマホ	開催時間	定員
8月2日(水)	基礎講座	Android	9:30～11:30	10名
8月2日(水)	実践講座	Android	14:00～16:00	10名
8月9日(水)	基礎講座	iPhone	9:30～11:30	10名
8月9日(水)	実践講座	iPhone	14:00～16:00	10名
8月17日(木)	基礎講座	Android	9:30～11:30	10名
8月17日(木)	実践講座	Android	14:00～16:00	10名
8月24日(木)	基礎講座	iPhone	9:30～11:30	10名
8月24日(木)	実践講座	iPhone	14:00～16:00	10名
8月29日(火)	実践講座	Android	14:00～16:00	10名
9月5日(火)	実践講座	iPhone	14:00～16:00	10名

所 留萌消費者センター

対 いずれかに該当する留萌市民

- ・スマートフォンを所持していない方
- ・スマートフォンの使用方法に不安がある方
- ・スマートフォンを利用したマイナンバーカードの使い方に興味がある方

費 無料

申 電話にて申込を受付けます

受付時間 10:00～17:00(土日祝日は除く)

※定員になり次第募集終了となります

問 留萌消費者協会 TEL 42-0651

暮らし・  
手続き

「8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下記へお願いします。

●8月の粗大ごみ収集日 日 所

16日(水)	大町、瀬越町、港町、明元町、幸町、本町
17日(木)	寿町、礼受町、浜中町、沖見町、平和台
18日(金)	見晴町、宮園町、錦町、開運町、栄町
23日(水)	三泊町、塩見町、春日町、元町、船場町、花園町、末広町、旭町
24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
25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

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 8月16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 8月15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

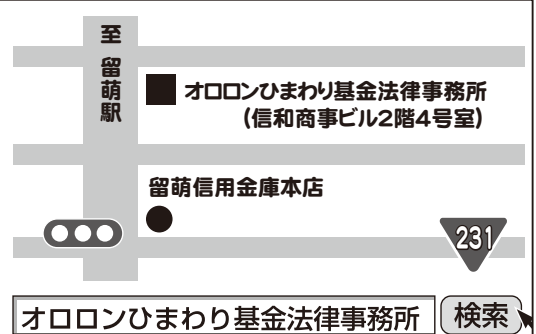
留萌市花園町2丁目2番13号 信和商事ビル2階4号室

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。



オロロンひまわり基金法律事務所 検索

健康・福祉・子育て 「療育を学ぶ～市民セミナー」開催のお知らせ

▼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。また、地域において、特別な支援を必要としている人たちがいます。子ども発達支援センターでは、市民の皆様を対象に、障がいやその内容、適切な対応、社会生活における課題等について学ぶ「市民セミナー」を開催いたします。

●開催スケジュール 日 内

開催日	時間	内容
8月28日(月)	9:30～11:30	「開講式」「放課後等デイサービスの取り組み」
9月22日(金)	15:00～17:00	「療育の実際(センター内見学)」「障がいの考え方」
10月6日(金)	10:00～12:00	「子どもの行動を考える(ワークショップ)」
10月23日(月)	10:00～12:00	「作業療法士の視点から見る発達を促す運動遊び」
11月8日(水)	10:00～12:00	「手の使い方の発達について」「閉講式」

所 留萌市子ども発達支援センター

費 無料

申 電話によりお申し込みください

問 市・子ども発達支援センター

TEL 42-1109

健康・福祉・子育て 「療育相談会」開催のお知らせ

▼発達や成長、障害など、子育てに心配のある方のさまざまな相談や疑問等について、専門的な知識をもった職員が対応します。お気軽にお問い合わせください。

●実施日・会場 日 所

実施日	場所	時間
9月6日(水)	はーとふる	13:00～15:00
9月20日(水)	子ども発達支援センター	14:00～17:00
10月12日(木)	子ども発達支援センター	10:00～16:00
10月13日(金)	子ども発達支援センター	10:00～12:00
11月17日(金)	はーとふる	10:00～12:00
12月1日(金)	子ども発達支援センター	13:00～16:00

対 子どもの成長や発達、障害について相談したい保護者、家族など

費 無料

申 電話によりお申し込みください

問 市・子ども発達支援センター TEL 42-1109

健康・福祉・子育て 「児童扶養手当」現況届の提出について

▼児童扶養手当を受給している方は、毎年現況届を提出する義務があります。

現況届は、8月1日現在で受給要件に該当するかを確認するためのものです。

対象の方には、書類を郵送します。提出がない場合、手当の受給ができなくなりますので、受付期間中に受給者本人が市・教育委員会子育て支援課(市役所本庁舎1階)へご提出ください。

日 受付期間

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

問 市・教育委員会子育て支援課 TEL 42-1808

健康・福祉・子育て 後期高齢者医療制度のお知らせ～歯科健診のご案内～

▼高齢になると「食べ物がかみにくい」「飲み込みにくい」ことが起こりやすくなります。しかし「年だから…」と放っておいてはいけません。

歯や口の働きの衰えは、食べることや話すことにとどまらず、肺炎や生活習慣病、認知症といった全身の健康にも悪影響を及ぼします。歯科健診で、歯とお口の健康チェックをしましょう。

日 実施期間は令和6年3月31日まで

所 歯科健診の受けられる歯科医療機関(五十音順) 伊東歯科医院、いば歯科、えばたデンタルオフィス、おうみや歯科医院、川上歯科クリニック、北出歯科医院、田中歯科医院、寺西歯科医院、のだ歯科クリニック、るもい南歯科クリニック、るもいファミリー歯科

対 後期高齢者医療保険に加入している方

費 無料 ※治療が必要になった場合の治療費用は別途費用がかかります

内 主な健診内容

- ・歯及び歯ぐきの状態の確認
- ・義歯(入れ歯)の状態の確認 など

申 歯科健診の受けられる歯科医療機関へ電話等にてお申し込みください。後期高齢者健康保険証をご持参ください。

問 市・市民課 TEL 42-1805

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きますので、ご注意ください



その他

「救急の日」応急手当救命講習のご案内

▼留萌消防組合では、市民の皆さんを対象とした応急手当救命講習を実施しています。これは、救急車が到着するまでの応急手当が非常に重要であることから、その必要性や有効性について理解してもらうため、平成6年から実施しています。

当組合では9月9日の「救急の日」に伴い、9月9日(土)に救命入門コースを、9月10日(日)に普通救命講習を一般公募にて実施します。講習は無料で受講できますので、多くの方の参加をお待ちしています。講習内容については下記の通りです。

**所** 留萌消防組合留萌消防署2階会議室  
(高砂町3丁目)

●救命入門コース(1時間30分)※参加証有り  
◎心肺蘇生法、AED

**日** 9月9日(土) 9:30～11:00

**定** 先着10名

**対** 10歳以上の男女

●普通救命講習(3時間)※修了証有り

◎応急手当の重要性、心肺蘇生法、AED、異物除去法、止血法

**日** 9月10日(日) 9:00～12:00

**定** 先着10名

**対** 15歳以上の男女

9月1日(金)までに電話またはメールで消防署にお申込みください。

**メ** rumoi.f.d.119@bz01.plala.or.jp

※メールでお申込みの際は、氏名(ふりがな)、生年月日、住所、連絡先を記載してください。

**問** 留萌消防組合留萌消防署消防課 指令救急係

**TEL** 42-2211

その他

令和5年度北海道排水設備工事責任技術者試験のご案内

▼市では、排水設備指定工事店の資格要件に排水設備工事責任技術者制度を導入しています。

北海道地方下水道協会主催の「令和5年度北海道排水設備工事責任技術者試験」が次の日程で実施されます。詳しくは下記へお問い合わせください。

●令和5年度北海道排水設備工事責任技術者試験

**日** 10月18日(水) 13:30～15:30

**所** 旭川市民文化会館(旭川市7条通9丁目)

**費** 7,000円

**申** 8月17日(木)～8月28日(月)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

**問** 市・上下水道課下水道係

**TEL** 42-2049

教育・文化・スポーツ

図書館からのお知らせ

▼8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～

・2日(水)「ひゅ～どろどろ」

・19日(土)「のりもの」

●特別おはなし会(小学生対象、保護者同伴)

・6日(日) 19:00～19:40

「夜のこわーいおはなし会」

●平和都市宣言啓発事業 ※7月25日(火)から実施中

詳細は本誌7ページをご覧ください。

●休館日

【月曜休館】

・7日(月) / 14日(月) /

21日(月) / 28日(月)

【館内整理休館】

・25日(金)

**問** 市立留萌図書館

**TEL** 42-2300



教育・文化・スポーツ

「旧留萌佐賀家漁場」一般公開のお知らせ

▼国の重要有形民俗文化財「留萌のニシン漁撈(旧佐賀家漁場)用具」および史跡「旧留萌佐賀家漁場」の一般公開を開催します。

この機会に留萌の重要文化財をご覧いただき、北海道の基幹産業であった鯨漁の歴史をふり返り、その中で留萌が果たしてきた役割を再認識してはいかがでしょうか。

**日** 8月2日(水)～8日(火) 10:00～16:00

**所** 留萌市礼受町 国指定史跡旧留萌佐賀家漁場

**内** ◎史跡内建造物を開放し、史跡及び有形民俗文化財の自由見学

※開放する施設は「母屋」「トク倉」「船倉」「網倉」のみとしますが、職員が誘導できる場合「廊下」の公開も行います。

◎母屋内でDVD「ニシンの軌跡」の上映、パネルによる解説

※解説を希望する場合は職員が可能な範囲で対応します。

**問** 市・教育委員会生涯学習課

**TEL** 42-0435

旧留萌佐賀家漁場  
留萌のニシン漁撈(旧佐賀家漁場)用具  
一般公開します

往時のニシン漁の姿がここにあります。  
この機会に是非ご覧ください。

と き 8月2日(水)～8日(火)  
午前10時～午後4時まで  
場 所 留萌市礼受町  
主 催 留萌市教育委員会  
団体等の観覧希望については事前に下記までお問い合わせください  
お問い合わせ 生涯学習課生涯学習係(42-0435)

市以外の  
お知らせ 毎月勤労統計調査特別調査にご回答  
ください

▼この調査は、常用労働者が1～4人の事業所における労働者の賃金、労働時間等の実態を明らかにするため、7月31日（給与締切日の定めがある場合には7月の最終給与締切日）現在で実施しています。

対象となった事業所には、8月～9月にかけて、知事が任命した統計調査員が訪問しますので、ご回答くださいますようお願いいたします。

なお、調査の内容は、統計以外の目的に使用されることはありません。

問 北海道総合政策部計画局  
統計課労働統計係

TEL 011-204-5146



市以外の  
お知らせ 留萌川河川敷地で伐採した樹木を  
無償で配布します

▼留萌開発建設部留萌開発事務所では、河川敷地内の樹木を資源として有効に利用する観点から、伐採した樹木を燃料や製品の原料などとして活用していただける企業や団体、住民の方を広く募集します。

なお、提供した樹木等については、自家消費などの制約はなく、受領者の判断で使用や加工、販売などをすることができます。

詳しくは、下記へお問い合わせいただくか、留萌開発建設部ホームページ (<https://www.hkd.mlit.go.jp/rm/>) の新着・更新情報をご覧ください。

募集期間：8月1日(火)～8月31日(木)まで

提供期間：9月11日(月)～10月31日(火)まで

問 留萌開発建設部留萌開発事務所 河川課

TEL 42-3132



その他 「留萌市職員採用試験」のお知らせ

▼市では、令和6年度に採用する職員の採用試験を実施します。募集要件・申込用紙など詳しくは、市ホームページ (<https://www.e-rumoi.jp/>) をご覧いただくか、下記へお問い合わせください。

日 第1次試験 9月16日(土)

内 募集区分(年齢要件は令和6年4月1日現在)

①初級事務職(高卒、30歳まで)2名程度

②初級土木職(高卒、24歳まで)若干名

③初級消防職(高卒、24歳まで)1名程度

申 9月5日(火)までに申込用紙に必要事項を明記し、市・総務課(〒077-8601 留萌市幸町1丁目11番地)へ郵送(当日消印有効)または、直接持参でお申し込みください。

※建築職、土木職(職務経験者)についても別途、募集しています。

問 市・総務課

TEL 42-1802

市以外の  
お知らせ 「国民年金」20歳になられた方へ

▼日本にお住まいの20歳以上の方は国民年金に加入し保険料を納付する必要があります。

国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続きなどをわかりやすく動画でご案内しています。ぜひ、動画 (<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/20kanyu.html>) をご覧ください。

問 留萌年金事務所

TEL 43-7211

(自動音声案内①→②)



◀日本年金機構  
ホームページQRコード

「第34回 るもい川まつり」開催のお知らせ

▼Eボート体験や釣り大会、ウォーキングなど親水企画や降雨体験や地下浸水体験など水防災企画、ミニ重機のスーパーボールすくいやディスクドックショーもあります。ぜひ遊びに来てください。

※小雨決行、大雨による河川の増水などで中止となる場合があります。

内 Eボート体験、ARによる浸水体験、流木工作、子ども釣り大会、ジャンケン大会など、うまか店

日 8月20日(日) 10:30～14:00

所 高砂公園裏河川敷(高砂公園裏)

問 るもい川まつり実行委員会 事務局 村山ゆかり

TEL 090-7658-6633

# 秋の特定健診とがん検診のご案内

◎広報るもい4月号 (No. 781) に折り込みした「留萌市保健予防事業一覧」(水色) でも掲載しています。

▼生活習慣病や各種がんの早期発見・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に必ず受診しましょう。詳しくは、下記までお問い合わせ下さい。

## ● 健(検)診の実施日程

日程	会場	受付時間	特定健診・心電図	胃がん	肺がん	大腸がん	肝炎ウイルス	エキノコックス	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症
10月4日(水)	潮静住民センター	6:30~8:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
5日(木)	パワスポ留萌	6:30~8:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
6日(金)	保健福祉センター はーとふる	6:30~10:00	○	○	○	○	○	○	×	×	×
7日(土)		7:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
8日(日)		7:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9日(月)		7:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10日(火)	幌糠コミュニティセンター	6:30~8:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×

※10月7日(土)は「レディースデイ」となり、女性市民のみが対象となります。

## ● 対象・費用

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	・40歳以上の市民	1,500円	500円	無料
肺がん		1,000円	500円	無料
大腸がん		500円	500円	無料
肝炎ウイルス		500円	500円	無料
エキノコックス症	・小学校3年生以上の市民	無料	無料	無料
乳がん	・35歳以上の女性市民	2,400円	500円	無料
子宮頸がん	・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	・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	・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となります。

※協会けんぽ(全国健康保険協会)加入者、北海道都市職員共済組合加入者のご家族の方も特定健診を受診できます。(受診券が必要)  
 ※特定健診、胃がん検診を受診する方は、「ピロリ菌検査」「腫瘍マーカー」も追加受診できますので、申込みの際にお問い合わせください。  
 ※生活保護受給者の方は、受給証明書をご持参ください。  
 ※全ての健(検)診は30分ごとの予約制となっており、時間ごとに定員があります。

## ● 申込先

■ 8月22日(火)~9月8日(金)までに下記へお申し込みください。(土・日曜日を除く)

■ 問 市・保健医療課(はーとふる内) TEL 49-6080(受付時間9:00~17:00)