

QRの読み取り方

①スマホのカメラアプリを開く

②QRを画面に映す

③表示された文字を押す

3つの手順



くらしのお知らせ



くらし・手続き

秋の特定健診とがん検診のご案内



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кокス症	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症
10月7日(水)	るもい健康の駅	6:30～8:00	○	○	○	○	○	○	×	×	×
	幌糠農業・農村支援センター	10:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
8日(木)	保健福祉センター はーとふる	7:00～10:30	○	○	○	○	○	○	×	×	×
9日(金)		7:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10日(土)		7:00～10:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※ 10月9日(金)は、女性のみが対象のレディースデーです。

● 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	・40歳以上の市民（初回のみ）	500円	500円	無料
エキノкок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）

※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ます。時間ごとに定員があります。

※検診委託業者が独自に実施するオプション検診も同時受診可能です。「ピロリ菌検査」「腫瘍マーカー（消化器・すい臓・婦人科・前立腺）」など項目ごとに受診要件がありますのでお申し込みの際にお問い合わせください。

● 申込先

申 8月18日(火)から9月4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）

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。



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



お問い合わせ TEL 電話 FAX ファックス HP ホームページ メール
日 日程 所 場所・会場 対 対象 定 定員 費 費用 内 内容 申 申込

国民年金の加入手続等は電子申請でも
行えます



国民年金の加入・種別変更、保険料免除等は、マイナ
ポータルを利用した電子申請で行うことができます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。

問 市・市民課 TEL 42-1805

問 留萌年金事務所 TEL 43-7211

るもい定住促進・住環境向上支援助成金のお知らせ



昨年までの住宅改修促進助成の制度内容を見直し、新
たな制度を9月1日より開始します。

申請については、以下の日時及び場所で受付いたします。

詳しい助成メニュー及び対象はホームページをご覧く
ださい。

日 9月1日(火) 13:00 から

所 市役所 分庁舎会議室

問 市・建築住宅課 TEL 42-2025

✉ kenchikushidou@e-rumoi.jp

「児童扶養手当」現況届の提出が必要です



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
者本人が本庁舎1階子育て支援課へご提出ください。

日 8月3日(月)～31日(月)まで

8:50～17:20(土・日曜日、祝日を除く)

対 児童扶養手当を受給されている方

問 市・教育委員会子育て支援課 TEL 42-1808

令和8年度 北海道排水設備工事責任技術者試験が
実施されます

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8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。

受付期間、受験資格等はお問い合わせください。

日 10月14日(水) 13:30～15:30

所 旭川市民文化会館(旭川市7条9丁目)

問 市・上下水道課 TEL 42-2049

市の組織が変わりました



7月から、市の業務担当部署と配置場所が変更になり
ました。主な担当窓口の変更の内容は、次のとおりです。

地域生活課(分庁舎2階)

■市民活動係

複数の課で担っていた町内会助成(防災を除く。)、交
通安全、防犯、市民相談などの担当部署の新設

TEL 56-5003

■環境保全係

墓地、ごみ、空き家対策などの担当部署の課名変更

TEL 42-1806

経済観光課(本庁舎2階に移動)

■経済ふるさと振興係

ふるさと納税、労働相談などの担当部署の統合

TEL 56-5001

このほか部署の統合、部署名の変更、配置場所の変更
を行っています。

ご来庁の際は、庁舎案内図をご確認ください。

問 総務課 TEL 42-1801

「国保人間ドック」を実施します



日 10月以降予定

所 市内医療機関(申込時または問診票送付時にお知ら
せします)

対 国保加入者のうち、昭和27年4月1日から平成9
年3月31日までに生まれた方(令和8年度で30
歳～74歳の方)

※今年度、特定健診を受診済みまたは受診予定の方
は、検査項目が重複していますので遠慮ください。

※後期高齢者医療制度や社会保険に加入している方
は対象外となります。

定 25人(申込多数の場合は抽選)

費 5,000円

内 留萌市国民健康保険(留萌市国保)加入者が対象の
「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。

申 8月3日(月)～14日(金)までに電話で申し込みして
ください。(土・日曜日、祝日を除く)

問 市民課 TEL 42-1805

NPO法人
留萌観光協会



ホームページ
留萌で...

道の駅
るもい

管理棟 営 9:00～17:00

大人気★無料の貸出遊具を使って
大人も子供も芝生で遊びましょう♪
※芝生整備日の毎週(火)は貸出中止

ちやいるも 営 9:00～18:00

7月27日(月)～8月20日(木)までの
「夏休み期間」は平日もクール制
(完全入替制)となります

アウトドア・アクティビティ拠点施設

8月
無休

営 9:00～17:00 ビジターセンター/イートインスペース

営 9:00～18:00 アウトドアショップ

8月9日(日) 黄金岬イベント開催

エリア一帯
歩行者天国

世界磯ガニ釣り選手権

SUP 試乗体験会

子ども限定
ウニ獲り体験

浜値で
販売予定

ゴールデンビーチるもい
8月16日(日) 営業終了!

期間外の遊泳はできません
黄金岬・浜中海浜公園で遊泳はできません

8月は「北方領土返還要求運動強調月間」です



わが国固有の領土である択捉島、国後島、色丹島及び歯舞群島の北方四島早期返還の実現は道民はもとより、国民の長年にわたる悲願です。

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。

日 8月3日(月)～31日(月) (土・日、祝日を除く)

8:50～17:20

所 市役所1階「市民ラウンジ」

問 市・総務課 **TEL** 42-1801

市以外

市民公開講座 留萌で考える認知症のこれから ～MCIから始める地域での支え合い～

MCIとは軽度認知障害のことで、認知症においてはMCIの段階での早めの対応が大切とされています。

認知症について考えるきっかけとして、ぜひご参加ください。

日 9月5日(土) 12:55～14:00

所 留萌市文化センター大ホール

対 全市民 **費** 無料

内 第1部

100年時代の脳づくり～MCIを学んで備える～

講師 岩田 淳 氏 (東京都健康長寿医療センター
副院長 / 脳神経内科 部長)

※東京会場からのWEB配信

第2部

司会 留萌セントラルクリニック院長 鈴木 進 氏

①運転免許と認知症

講師 松本 傑朗 氏 (北海道警察旭川方面本部
交通課運転免許試験場 北海道警部)

②留萌市の現状と取り組み～認知症になっても住み慣れた地域で暮らすために～

講師 澤向 駿志 (留萌市地域包括支援センター
保健師)

申 不要

問 エーザイ株式会社事務局

TEL 070-7607-4991



イベント

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)



日 8月19日(水)

13:00～16:00 (30分×6枠)

所 保健福祉センターはーとふる

対 どなたでも参加可能

定 6名 (先着順となります)

内 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。

申 8月18日(火)までに電話で申し込みしてください

問 市・地域生活課 **TEL** 56-5003

「男性のための料理教室」に参加しませんか?

日 9月17日(木) 18:30～20:30

所 保健福祉センターはーとふる

対 市内在住の20歳以上の男性

定 15名 (定員になり次第締め切り)

費 500円

申 9月9日(水)までに電話で申し込みしてください

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 (はーとふる内)

TEL 49-6050

図書館からのお知らせ



●特別おはなし会 (幼児・小学生対象、保護者同伴)

・8月2日(日) 19:00～19:40

「夜のこわーいおはなし会」

●乳幼児向けおはなし会 (おはなし玉手箱)

・8月22日(土) 11:00～「おばけ」

●児童センター出張おはなし会

・8月6日(木) 13:30～会場: 沖見児童センター

・8月19日(水) 14:00～会場: 潮静児童センター

●休館日

・8月3日(月) / 10日(月) / 12日(水) / 17日(月) / 24日(月)
/ 28日(金) / 31日(月)

問 市立留萌図書館 **TEL** 42-2300 **FAX** 42-2303

オロロンひまわり基金法律事務所

●業務時間 / 9:30～17:00 ●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

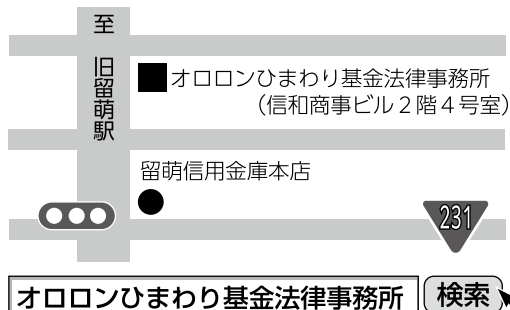
TEL. 0164-56-4312

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