

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



表紙/7月16日アウトドア・アクティビティ拠点OPEN

特集1/アウトドア・アクティビティ拠点施設がOPENしました!!

特集2/様々な災害に備えましょう

特集3/認知症になっても安心して暮らせるまちへ

特集4/留萌高校の教育活動を支援しています

特集5/9月10日は「下水道の日」

2026 **9** NO.822
月号



留萌市公式LINEにて暮らしに役立つ情報を発信中!





特集

アウトドア・アクティビティ 拠点施設がOPENしました!!

問 市・経済観光課

TEL 42-1840



令和8年7月16日、「道の駅るもい」エリアに新しいアウトドア・アクティビティ拠点施設がOPENしました！

休日のお出かけや散策の合間のひと休みに、そして留萌の魅力を再発見する新たなスポットとして、市民の皆様もぜひ気軽にご利用ください。

施設内の詳細については以下をご覧ください。

ビジターセンター

営業時間 9:00~17:00 無休（年末年始除く）

四季折々の自然体験ツアーの予約から、専門道具のレンタル、ロッカーや更衣室まで完備。手ぶらで気軽に楽しめる基地（ベース）が誕生しました！

ロゲイニングの受付やレンタサイクル、SUPボードの貸出等も行っているのでは是非お立ち寄りください！

センター内には大型のデジタルサイネージを完備しており、留萌市内の観光スポットやイベント情報などを写真や動画でわかりやすく見ることができます。

また、留萌管内のアウトドア、観光名所の情報等も発信しています。

体験プログラムやおすすめコース、レンタル情報などは、留萌市のアウトドア観光情報サイト「RUMOI OUTDOOR LIFE」（公式HP）をぜひチェックしてみてください！



◀ RUMOI
OUTDOOR
LIFEのHP QR

HERMOST (ハーモスト)

営業時間 9:00~17:00 無休 (年末年始除く)

テイクアウト&ショップ 9:00~17:00

イートイン 10:30~17:00



“るもいエリア”の旬のおいしさを発信するJAアンテナショップ。

ショップでは留萌管内8市町村の特産品がずらり。

地元の特産品やお菓子、お酒・おつまみまで幅広く取り揃えているほか、イートインで味わえる自慢の品もご購入いただけます。

テイクアウトはタコザンギやソフトクリーム、アイスコーヒーなどを揃えており、ドライブのお供にもぴったり。



イートインでは自慢の「るもい管内産米」を引き立てる、至福のご飯のお供に注目。

ご飯とみそ汁の基本セットが300円となっており、自分で好きな小鉢を選ぶことができます。

ご飯とみそ汁はおかわり無料となっており、何杯でも食べれてしまう美味しさ。

席数は約40席もあるので家族連れでも十分なスペース！

モンベル留萌店

営業時間 9:00~18:00 年中無休



道内最大級のモンベルストア。

店内にはテントや焚き火台などのキャンプギアはもちろん、留萌の豊かな自然を遊び尽くすための機能的なウェアが勢揃い！ 夏季のSUPやカヤックから冬のトレッキングやスノーシューまで、オールシーズン楽しめるギアやグッズを豊富に取り揃えています。アウトドア初心者からベテランまで、専門スタッフが皆様のアクティビティをサポートしますので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。



ここでしか買えない、留萌店限定のご当地Tシャツも販売しており、カラーは赤と紺がありますので、ぜひお買い求めください。

デザインは、留萌で楽しめるアウトドアアクティビティをしている様子をハート型である留萌地域の中に落とし込んでいます。

留萌で「道の駅」シンポジウムが開催されます

全国各地の「道の駅」が地域と手を取り合い、魅力あるまちづくりを支えるための未来について考えるシンポジウムです。全国の先進的な取り組みを参考に、留萌の魅力や価値をさらに高め、次のステップへとつなげていくヒントを探ります。



第14回 全国

北海道
RUMOI

「道の駅」シンポジウムin留萌

「まちぐるみ」道の駅の実現へ

～まちと道の駅が計画的・一体的に目指すところ～

日時 令和8年 10月3日 土 13:30～17:00 会場 12:30

会場 留萌市文化センター 同時開催 企業展示・パネル展示
(留萌市見晴町2丁目27)

同時開催 「道の駅」まつり 会場:「道の駅」るもい 10:00-15:00

13:30 開会式

13:50 基調講演

テーマ1:「地域ぐるみ」道の駅への挑戦

講演者:筑波大学名誉教授／「道の駅」第3ステージ推進委員会委員長 石田 東生 氏

テーマ2:「道の駅」第3ステージを体現する～応援パッケージの取組～

講演者:国土交通省道路局企画課評価室長 竹下 正一 氏

15:20 パネルディスカッション

テーマ:「道の駅」第3ステージを体現する

～まちのすべてとつながる道の駅～

コーディネーター:国土交通省道路局企画課評価室長 竹下 正一 氏

パネリスト:道の駅「るもい」駅長／NPO法人留萌観光協会 会長

留萌市立地適正化計画等策定委員会 委員長

内閣府地域活性化伝道師／(株)エフエムもえる代表取締役社長 佐藤 太紀 氏

道の駅「筆柿の里・幸田」幸田町 産業振興課 主査 伊藤 大地 氏

道の駅「たけはら」駅長 大久保 史代 氏

応援パッケージアドバイザー:北海学園大学工学部 教授 鈴木 聡士 氏

16:40 決意表明

17:00 閉会



▲道の駅シンポ
ジウムHP QR



特集

様々な災害に備えましょう

地震や台風、洪水、津波など様々な災害に備えるための情報を紹介しますので、ぜひご活用ください。

問 市・総務課防災担当

Tel 56-5005

「自助」へのススメ

地震や津波などの自然災害は、時として想像を超える力で襲ってきます。

しかし、日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることができます。

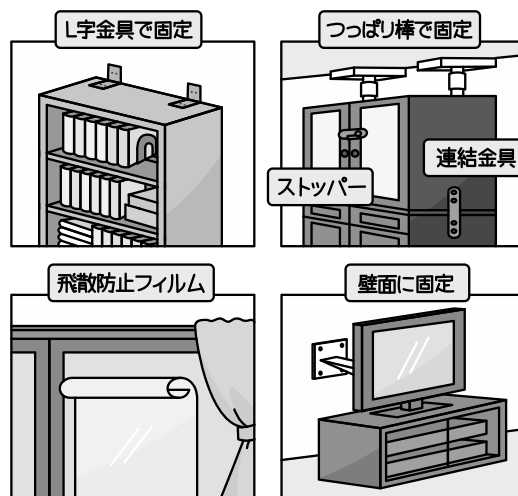
自分の身の安全を守るために一人ひとりが「自助」に取り組み、いつ発生するかわからない災害に備えましょう。

地震に備える

大地震が発生したとき、死亡や負傷原因の多くを占めるのが、家具や家電等の下敷きになることです。家具は納戸やクローゼットに収納するなどして、生活空間にはできるだけ置かないようにしましょう。

やむを得ず家具を置く場合は、ドアや避難経路をふさがないように家具の向きや配置を工夫しましょう。

家具の転倒・落下・移動対策にはL字金具等でねじ止めして固定することが有効ですが、難しい場合は、突っ張り棒と粘着マット等を組み合わせたり、ストッパーを家具に挟み込むのも効果的です。



台風・洪水に備える

台風は風による被害だけではなく、雨を広範囲に長時間降らせるため、河川の増水による洪水などの水害が発生することもあります。台風発生時は進路や速度など、常に最新の情報をチェックするようにしましょう。

<参考情報>

- ・留萌市ホームページ 避難所の開設情報や各種災害対応状況の確認など
 - ・気象庁（旭川地方気象台） 各種気象警報・注意報や災害危険度分布の確認など
- その他「防災アプリ」や「エフエムもえる」などでも災害情報をご確認いただけます。



台風接近前の行動もチェック！

- ・窓やシャッターはカギをしっかりとかけましょう。
- ・風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定したり、屋内へ移動させておきましょう。
- ・側溝や排水溝は掃除をして水はけをよくしておきましょう。

津波に備える

留萌市は海に面しているため、地震発生時には津波によって被害を受ける可能性があります。津波から身を守るためにも事前に「津波への備え」をしておきましょう。

津波から身を守るためには、以下のことが重要です。

● 家族で話し合う

ハザードマップを見て、家族で避難先や避難経路など、災害時の行動を確認する

→留萌市防災ガイドマップを更新しましたので確認してみましょう



◀留萌市防災ガイドマップ
ページ(市HP)QR



● 非常時に持ち出せるような備蓄を準備しておく

非常食 水、食料



衣類 雨具、毛布など



防災用品 携帯ラジオ、懐中電灯、充電器、携帯トイレなど



救急医療品

常備薬、簡易救急セットなど



貴重品 現金、身分証明書など



● 津波避難の心得を知る

- ① 海岸、河川に近づかない
- ② できるかぎり早く避難を開始する
- ③ 高く、頑丈で安全な場所へ避難する
- ④ 危険な場所は避けて避難する
- ⑤ 避難したら戻らない

ローリングストック法を実践する

ローリングストック法とは、家族がいつも食べている食品を多めに買って置き、普段の食事で消費したら使った分を補充し、常に一定量を備蓄する方法です。

- ① 日頃から食べなれた食品を中心に3～7日分の食品を備蓄する
- ② 賞味期限切れにならないように日常的に消費する
- ③ 食べた分を忘れずに補充し、一定量を常に確保する

ローリングストック法は食品だけでなく、トイレットペーパーやティッシュなどの日用品にも活用できます。





認知症になっても 安心して暮らせるまちへ

9月は「認知症月間」です。認知症は誰にとっても身近なこと。正しく知ることが安心して暮らせる地域づくりにつながります。

特集

問 市・地域包括支援センター

TEL 49-6060

知ってほしい、認知症に関する3つのこと

知って
ほしいこと
①

認知症は誰もがなるかもしれない身近なもの

認知症は特別なものではなく、自分や家族、友人、近所の人…誰にでも起こりうる身近なことです。65歳以上の約4人に1人は認知症またはその予備軍といわれています。

(出典：内閣府令和5年度版高齢社会白書)



知って
ほしいこと
②

認知症になっても“その人”は“その人”

古い認知症観から新しい認知症観へ

× 認知症になったら何もできない、わからない

○ 認知症でもやりたいこと、得意なこと、できることはたくさんある

× 認知症になったらおしまいだ

○ 認知症になっても当たり前、お互い様

× 認知症になったら支えられるだけの存在

○ できることを活かして支える側にもなれる存在

認知症になってもその人らしさや好きなことは変わりません。
「できないこと」ではなく「できること」に目を向けることが大切です。

知って
ほしいこと
③

ちょっとした行動が誰かの安心につながります

特別なことをする必要はなく、時間がかかっていたら少し待ってみる、ゆっくり話を聞く、手伝えることはないか声をかける……など一人一人のちょっとした気遣いや思いやりが認知症の人やその家族の安心につながります。



困ったら地域包括支援センターへ！

留萌市地域包括支援センターは高齢者のためのよろず相談窓口です。「物忘れが増えた」「家族や近所の人の様子が心配」など、認知症や介護のことで不安に思うことや聞きたいことがあればご相談ください。保健師、社会福祉士、ケアマネジャーなど専門職がお聞きします。



▲留萌地域包括
センターの
ページ
(市HP)QR

留萌市地域包括支援センター

留萌市五十嵐町1丁目 保健福祉センターはーとふる
TEL 49-6060

留萌市の認知症に関する取り組み

元気に過ごす 外へ出かけて、心も体も元気に！

・脳いきいき教室

ところ 市内各コミセン

とき 不定期（広報等にてお知らせ）



・ピンピンからだ広場

ところ は一とふる

とき 毎週月曜10:00～11:30
月・金曜13:30～15:00



認知症を知る 9月の認知症月間には各種展示を行っています。

・認知症に関する図書コーナー

ところ 市立留萌図書館

とき 9月1日～9月13日



・認知症月間の啓発展示

ところ は一とふる1階ロビー

とき 9月14日～9月30日



見守る、支え合う

困りごとを一緒に考え、支え合う活動です。

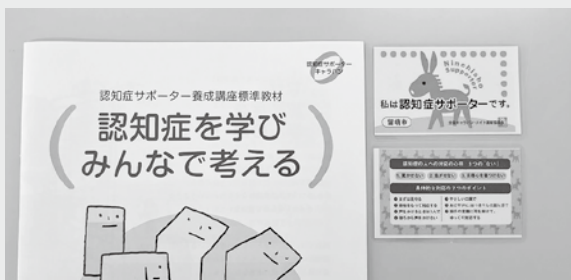
・認知症サポーター養成講座

ところ るもい健康の駅

とき 随時開催（詳細はお問合せください）

※概ね月1回、年に10回程度実施しています

・チームオレンジ



話す、つながる

オレンジカフェ（認知症カフェ）

当事者の方も、そうでない方も集えるところです。

・ほっとカフェ（家族の集い）

・ほっとスペースHuG

・るもい健康の駅

※各オレンジカフェは不定期に開催しています。詳細はお問合せください。





留萌高校の教育活動を 支援しています

市では、高校卒業までは地元で家族とともに過ごしてもらえ環境の充実に向けて、取組を進めています。

問 市・教育政策課

TEL 42-3006

1人1台端末等の整備

道立学校では、原則家庭1人1台の端末を用意する必要があります。

市では、令和3年度に510台を購入し、全生徒に貸与しています。

学習用教材プログラム

AI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教育プログラム導入に必要な費用を補助しています。

各種費用の助成

模擬試験、英語検定、文部科学省認定の民間試験、ベネッセの学力診断テストなどの費用の半額を助成しています。

大手進学塾との連携

進路説明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組などを情報提供するため、高校で行う進路説明会などに河合塾の講師を派遣します。

- ◎1学期までに次の派遣を行いました。
- 6月1日 3学年 年次分野別進路ガイダンス
保護者（全学年）向け進路説明会
- 7月14日 1学年 進路ガイダンス
- ◎今後の予定
- 11月11日 2年生進路ガイダンス



大学進学希望者向けオンライン個別指導講座



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

市では、高校での学びと連携し、大学進学希望者を対象に、河合塾が提供するオンライン個別指導講座の受講費用の半分の助成します。受講にあたり、指導力向上のための研修を受けた指導員が一人ひとりの学習

状況と到達目標にあわせた使用教材の選定と学習プランの作成を行うことで、自分のペースにあった授業が受けられます。

オープンキャンパス等参加支援

学力向上を目的とした留萌高校の魅力づくりの一環として、オープンキャンパス等に参加する生徒への送迎支援を実施します。



◎8月3日開催の北海道大学オープンキャンパスに2名（1年生）、札幌市立大学・天使大学見学ツアーに15名（3年生5名、2年生7名、1年生3名）の計17名が参加しました。

魅力発信強化事業

学校案内パンフレットの制作費、歩道橋に掲示する横断幕の作製費及び学校PR動画制作費の補助を通じて留萌高校の魅力を発信しています。

JALマナーセミナー

日本航空株式会社の客室乗務員を講師に招き、マナーや接客などのノウハウをレクチャーしていただきます。



部活動充実支援事業

物価高騰を受けて、保護者が負担する体育文化活動後援会費の値上げ分の半額を助成しています。

また、卓球部などの練習場所として、パワスポ留萌の木工系実習室を確保しています。

■間口の維持・確保に向けて

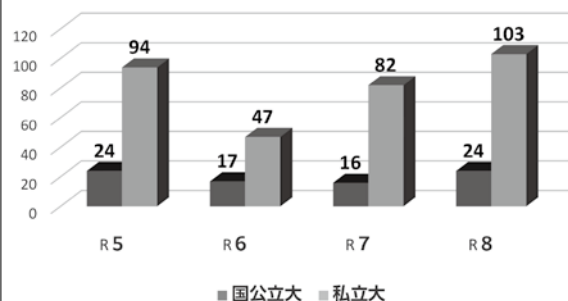
越境入学生の受入れ

留萌市学生移住応援助成金等により、現在、クロスカントリー6名（3年生3名、2年生1名、1年生2名）、バレーボール1名（1年生）の計7名を受け入れし、家賃の助成などを行っています。

大学進学に向けた取組

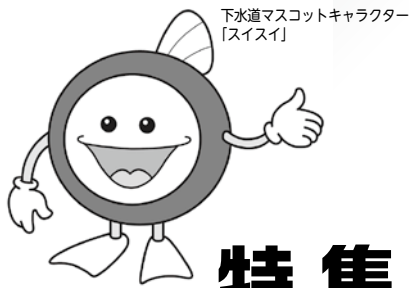
これまで進学ガイダンス、面接・小論文指導などを行ってきました。学校においては単位制の趣旨を生かした学習指導体制の構築、普通科の進学希望者に7時間授業の実施、英語・数学の習熟度別少人数指導による基礎学力の向上などを実施しています。

留萌高校卒業生の大学合格述べ人数



留萌高校の教育活動支援に関するページ（市HP）QR▶





特集

9月10日は 「下水道の日」

9月10日を中心とした前後1週間は下水道の日PR期間となっており、期間中は下水道の普及促進を図ります。

問 市・上下水道課

TEL 42-2049

「下水道の日」のいわれ

▼毎年9月10日は「下水道の日」です。この日は、立春から数えて220日目の台風シーズンに当たり、台風による大雨に備える趣旨と下水道の大きな役割の1つである「雨水の排除」にちなみ、昭和36年に「全国下水道促進デー」として定められました。

その後、平成13年に旧下水道法制定100年を記念し、より親しみのある名称として「下水道の日」と改称されました。

下水道の役割について

▼下水道には、川や海など水環境を改善し、生態系を守るという重要な役割があります。

家庭や事業所から出された汚水をそのまま川や海などに流してしまうと、水質が汚染され、川や海などに暮らす魚や昆虫、植物などの生態系を壊してしまいます。また、汚水の臭いなどが都市の景観を損ねてしまうことから、生活環境にも影響を及ぼします。

下水道を整備する事で、汚水が直接川や海などに流れ込むのを防いでいます。下水道は良好な水環境を創造するために必要不可欠な生活基盤施設です。皆さんの安全で快適な生活を確保し、河川・湖沼・海など公共用水域の水質汚染防止のために重要な役割を果たしています。

留萌市の下水道について

▼市の公共下水道は、昭和52年2月から整備され、令和7年度末の整備面積は551ヘクタール、事業区域面積に対する整備率は76.7%となっており、市内で下水道を利用できる人は、市民全体の89.4%に当たる1万5525人で、このうち88.0%の方が水洗化しています。

しかし、多額の事業費を投じて下水道を整備しても、地域ぐるみで利用しなければ、その地域の環境を良くすることはできません。下水道の目的を達成していくためには、皆さん一人ひとりが環境改善の意識を持って利用していくことがとても大切です。

留萌浄化センターの役割



▲留萌浄化センター

▼留萌浄化センターでは、家庭や事業所などから出された汚水を浄化し、きれいな水にしています。

市では、浄化したきれいな水を河川に返すことで、水質の保全や水環境の改善を図っています。河川や海などの水環境をきれいに保つことは、生態系の保護につながり、美しい留萌の自然を守ることになります。

豊かな自然と住みよい生活環境を守るため、今後も皆さんのご理解とご協力をお願いします。

市・上下水道課からのお願い

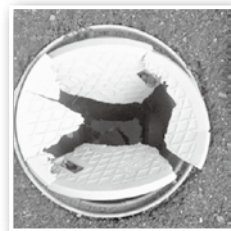
令和8年度 留萌市排水設備指定工事店		
所在地	指定工事店名	電話番号
留萌市	株式会社熱源	42-3081
	株式会社ハチ口	42-3311
	株式会社不二水道	42-1955
	ナリタ設備	49-2355
	北興機械株式会社	42-3615
	株式会社パイプライン	42-8622
旭川市	株式会社原田設備工業	0166-73-5260
	丸信衛生工業株式会社	0166-23-2528
	株式会社エーステック	0166-37-1444
	有限会社コンサル舎・とやま	0166-74-4856
	共栄工業株式会社	0166-73-6922
	株式会社弘谷住宅設備	0166-31-1719
	有限会社アップ	0166-63-0005
	株式会社コーテック	0166-40-0133
	株式会社川向住建	0166-36-3039
滝川市	株式会社道央ハウジング	0125-24-0357
砂川市	オーハシ総合設備株式会社	0125-74-6163
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
札幌市	株式会社日和住設	011-665-1410
	株式会社藤井管工設備	011-591-0252

汚水桧のふた破損時交換をお願いします

▼公共下水道に接続しているご家庭の汚水桧は破損していませんか。

汚水桧のふたが破損していると、雨水やごみなどが下水道管へ流れ込んでしまう恐れがあります。万が一、雨水が下水道管に流れ込んでしまった場合、下水道の機能が低下して流れが悪くなったり、マンホールから水が溢れたりします。

汚水桧が破損した場合は、「留萌市排水設備指定工事店」に修理を依頼するか、ホームセンターなどで購入して新しいものと交換してください。



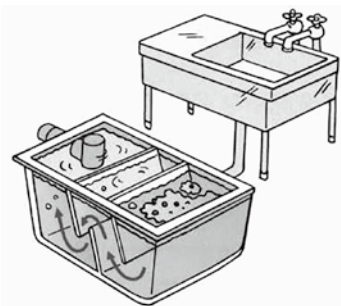
▲汚水桧のふた

グリーストラップを設置している皆さんへ

▼飲食店などの油脂分を含む排水は、下水道本管を閉塞させる原因となります。グリーストラップの清掃は定期的に行いましょう。

適正な管理を行わず、油脂分を流出させて下水道本管を詰まらせてしまった場合は、下水道本管の清掃に係る費用を負担していただくことがありますのでご注意ください。

グリーストラップの適正な維持管理を行い、下水道を正しく利用しましょう。



▲飲食店などのグリーストラップ

マンホールカードってなに…？

▼マンホールカードとは全国各地のご当地デザインマンホール蓋をカード化し、デザインの由来や下水道の役割、地域の情報などを紹介するコレクションアイテムです。

マンホールの蓋には地域の特産品や観光名所などがデザインされ、カードも各自治体でしか入手できないため、観光のアイテムとしても注目されています。

カード
配布に
ついて



配布場所：るもいプラザ2F まちなか賑わい広場（開運町3丁目4番11号）
営業時間：【水曜日以外】午前10時～午後6時
配布場所：留萌市役所上下水道課（幸町1丁目11番地分庁舎1階）
営業時間：【水曜日のみ】午前8時50分～午後5時20分
※注意点：1人につき1枚の配布（無料）です。
配布の予約および郵送による取り扱いは行っておりません。





くらし・手続き

まちづくり懇談会を開催しました



6月30日、留萌市中央公民館で、まちづくり懇談会を開催しました。

第1部で市からの情報提供を行ったのち、第2部で質疑応答を行い、市民のみなさんから、ご意見・ご質問などをいただきました。

市からの情報提供及び質疑応答は市ホームページ及び市公式YouTubeにて、掲載していますので、ぜひ、ご覧ください。

今回は、いただいたご意見・ご質問の一部をご紹介します。

※紙面スペースの都合上、一部省略しています。

質問

温浴施設について、留萌市として今後どのように考えているのかお聞きしたい。

回答

昨年にある程度の構想を立てて、取り組もうというところまで来ているが、市長が変わったことや道の駅の整備の結果で観光客の入込みがどう動いていくのかという見極めもある。

当該企業と話しているが、民間企業のビジネスとしての取り組みのため、その動向をみて、採算性もみながら決断していきたいと聞いている。

民間企業が運営するということで、整備面で市として協力できるところはしていきたいと思っているが、あくまで公共で建てるわけではないため、連携協定を基に民間の施設として成り立つような支援をしていきたいと考えている。

質問

新交流複合施設について、現状、お金がかかりすぎるということで一旦白紙と聞いている。

今後の方向性について、差し支えない範囲でお聞きしたい。

回答

旧留萌駅の跡に現在建設予定の複合施設について、道の駅に隣接し、賑わいや交流の施設として、老朽化が厳しい市役所庁舎や公民館、交通のターミナルのようなものを含んだ複合施設として整備したらどうかということで、市民会議を通じて、内容を整理し、基本計画を進めているところである。

先ほどの財政状況の説明時にお伝えしたとおり、ごみ処理施設や下水道管の更新など、他にもお金がかかってくるということで、財政が健全な状態で借金をし、健全に返済するためにも70数億円という事業費は難しいと判断した。

市役所内部でいくつか案を積み上げて、これまで議論してきた案も含めて、市民会議の方や議会にも説明をして、案を一つにまとめていきたいと思っている。

「高速るもい号（深川経由）」が運行終了します



北海道中央バス（株）が運行する留萌札幌間をつなぐ「高速るもい号」について、10月1日(木)より、深川経由が路線廃止されることとなりましたので、お知らせいたします。

詳細は北海道中央バス（株）のホームページをご覧ください

改正前後のダイヤ

< 改正前（R8.4.1～） >

往路 (留萌⇒札幌)		往復	復路 (札幌⇒留萌)	
深川	滝川・雨竜	経由	深川	滝川・雨竜
	7:57	7時		
		8時		
9:00		9時		
		10時	10:10	
		11時		11:00
		12時		
		13時	13:30	
14:40		14時		
	15:57	15時		
		16時		16:40
		17時		
18:20		18時	18:30	

< 改正後（R8.10.1～） >

往路 (留萌⇒札幌)		往復	復路 (札幌⇒留萌)	
深川	滝川・雨竜	経由	深川	滝川・雨竜
系統廃止	7:57	7時	系統廃止	
		8時		
		9時		
		10時		
		11時		11:00
		12時		
		13時		
		14時		
	15:57	15時		
		16時		16:40
		17時		
		18時		

問 北海道中央バス(株)滝川営業所

TEL 0125-24-6191

問 市・政策調整課

TEL 42-1809

FAX 43-8778

E-MAIL kikaku@e-rumoi.jp



▲北海道中央バス
ホームページQR

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



「特急はぼろ号」の経路が変更となります



北海道中央バス（株）が運行する「高速るもい号（深川経由）」の運行終了に伴い、留萌市の中心部における都市間バスの乗車機会が減少することから、10月1日（木）より、沿岸バス（株）が運行する「特急はぼろ号（豊富～札幌）」の運行経路を変更し、市内中心部を経由することとなりましたので、お知らせいたします。

※「特急はぼろ号」は完全予約制です。ご乗車の際は「発車オーライネット」のネット予約・決済又は、お電話でご予約願います。（沿岸バス留萌営業所 TEL 0164-42-1701）

※運行ダイヤの詳細やご予約方法については、沿岸バスホームページよりご確認ください。

改正後のダイヤ

< 改正後（R8.10.1～） >

往路（留萌⇒札幌）					復路（札幌⇒留萌）				
停留所名	1便	2便	3便	4便	停留所名	1便	2便	3便	4便
春日町1丁目	8:40	10:30	14:00	18:00	札幌駅前	9:30	13:00	15:00	17:30
留萌駅前1のりば （新設）	8:45	10:35	14:05	18:05		↓	↓	↓	↓
留萌合同庁舎前 （新設）	8:49	10:39	14:09	18:09	大和田	11:43	15:13	17:13	19:43
元川町1のりば	8:52	10:42	14:12	18:12	東橋	11:47	15:17	17:17	19:47
東橋	8:54	10:44	14:14	18:14	元川町2のりば	11:49	15:19	17:19	19:49
大和田	8:58	10:48	14:18	18:18	留萌合同庁舎前 （新設）	11:51	15:21	17:21	19:51
	↓	↓	↓	↓	留萌駅前2のりば （新設）	11:54	15:24	17:24	19:54
札幌駅前	11:07	12:57	16:27	20:27	春日町1丁目	11:59	15:29	17:29	19:59

問 沿岸バス（株）留萌営業所

TEL 42-1701

問 市・政策調整課

TEL 42-1809 FAX 43-8778

E-MAIL kikaku@e-rumoi.jp



▲沿岸バス
ホームページQR

NPO法人
留萌観光協会



ホームページ
留萌で...

RUMOI 道の駅
るもい

管理棟 営 9:00～17:00

9月開催予定「名もなきマルシェ」
キッチンカーやハンドメイド雑貨などが大集合★お楽しみに！

アウトドア・アクティビティ拠点施設

営 9:00～17:00 ビジターセンター

有料レンタルあります！

ちやいるも 営 9:00～18:00

18:00開館は9月30日まで！
10月1日より開館時間が9:00～17:00に変更となります

営 9:00～17:00 J A るもい

営 9:00～18:00 mont-bell



留萌市海のふるさと館

10月25日まで無休
9:00～18:00入場無料

9月27日まで
KAZUMOちゃんスタンプを集めよう！
留萌市スタンプラリー
キャンペーン

9月13日 開演 17:30

落語会 楽いむ会

入場券（自由席）おひとり2,000円
おみやげ処お勝手屋（本店）にて入場券販売中

9月16日 18:30 受講：無料

郷土学習講座「留萌の鉄道と炭鉱」

まもなく終了となります

9月23日まで 千望台「ハートランドカフェ」

9月27日まで 礼受牧場

※千望台休憩施設は10月12日まで9時～17時開放

「療育を学ぶ～市民セミナー」を開催します



日 10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
18:00～19:30

所 市・子ども発達支援センター

対 どなたでも参加可能

費 無料

内 市民の皆さんを対象に、『知ることから始める、地域でつながる障がい児支援』をテーマに障がいやその理解、実際の支援内容等、留萌地域で受けることができる支援について広く知ってもらいます。

申 QRまたは電話で申し込みしてください

問 市・子ども発達支援センター

TEL 42-1109

国民年金の任意加入制度をご存じですか？



老齢基礎年金は、40年間納めなければ、満額の年金を受給することができませんが、60歳から65歳までの間に国民年金に任意加入し、保険料を納めることで満額に近づけることができます。



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



イベント

「療育相談会」を開催します



発達や成長、障がいなど、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持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	場所	時間
9月29日(火)	はーとふる	10:00～12:00
10月19日(月)	子ども発達支援センター	10:00～16:00
10月20日(火)	子ども発達支援センター	10:00～16:00
10月21日(水)	はーとふる	13:00～15:00
11月11日(水)	子ども発達支援センター	14:00～16:00

対 子どもの成長や発達、障がいについて相談したい保護者、家族など

費 無料

申 QRまたは電話で申し込みしてください

問 市・子ども発達支援センター

TEL 42-1109

「脳いきいき教室」を開催します



頭と体をつかった運動（コーディネーショントレーニング）で楽しく認知症予防に取り組みませんか？

どなたでも笑いながら、楽しく取り組める内容になっています。

ご家族、お友人、近所の方を誘ってぜひご参加ください。

実施日	場所	時間
9月30日(水)	港西コミセン	10:00～12:00
10月1日(木)	はーとふる	10:00～12:00
10月5日(月)	中央公民館	10:00～12:00
10月6日(火)	東部コミセン	10:00～12:00

対 概ね65歳以上の方（65歳未満の方も可）

費 無料

申 各会場の開催日3日前頃までに申し込みしてください

問 市・地域包括支援センター（はーとふる内）

TEL 49-6060

FAX 49-2822

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

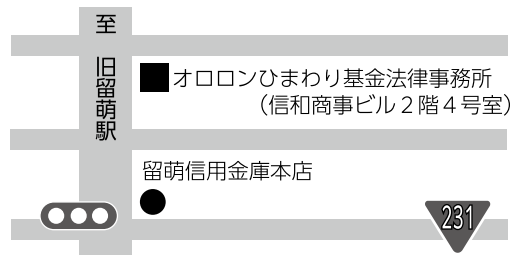
TEL. 0164-56-4312

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

留萌市長との『まちなか対話』にきてみませんか？



「市役所の決定事項を聞く」のではなく、「私たちの暮らしをどう良くするか話す場所」です。
特別な意見でなくていい。挨拶のついでや、井戸端会議の感覚で。市長と直接話してみませんか？
※広報留萌 8 月号特集で市長からのメッセージを掲載しています。ぜひご覧ください。

9 月 2 日(水)	港北コミュニティセンター
9 月 17 日(木)	港南コミュニティセンター
10 月 1 日(木)	港西コミュニティセンター
10 月 2 日(金)	港東コミュニティセンター
10 月 6 日(火)	市立留萌図書館
10 月 28 日(水) (※10 月 30 日から 変更になりました)	留萌市中央公民館

※時間はいずれも 18：30～20：00 まで

- 対** 市民
申 不要（途中参加・退出可能です）
問 市・政策調整課
TEL 42-1809



図書館からのお知らせ



- 乳幼児向けおはなし会（おはなし玉手箱）
 - ・ 9 月 5 日(土) 11：00～「びっくり」
 - ・ 9 月 19 日(土) 11：00～「かぞく」
- 児童センター出張おはなし会
 - ・ 9 月 11 日(金) 15：30～会場：東光小留守家庭児童会
 - ・ 9 月 29 日(火) 15：15～会場：千鳥児童センター
- 休館日
 - ・ 9 月 7 日(月)／14 日(月)／21 日(月)／24 日(木)／25 日(金)／28 日(月)

問 市立留萌図書館
TEL 42-2300
FAX 42-2303



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** 9 月 16 日(水)
 13：00～16：00（30 分×6 枠）
所 保健福祉センターは一とふる
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 9 月 15 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



一歩前に踏み出そう！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」・・・

まずは一歩踏み出して相談を！

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

chao ちゃお

・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）



募 集

市営住宅の入居者募集について



市営住宅の入居者及び補欠入居者を募集します。下記注意点を確認の上、お申し込みください。

- 対** ①住宅困窮者の方で、市税等の滞納がないこと
②公営住宅法に定める収入基準に該当する方
③入居申込者及び同居者が暴力団員でないこと

内 ・家賃は、その世帯の収入や扶養親族などにより異なります。

・駐車場使用料金が別途毎月かかります。(車を所有する方は駐車場の有無を必ず記入してください。)

・共益費が別途毎月かかります。

・入居できる時期は 10 月中旬以降となります。

・申込みの際は、申込書・印鑑・住民票・所得が確認できる書類等を持参願います。

・団地によっては、浴槽及び風呂釜等、設備を各自用意していただくこととなります。

※募集住戸以外にも、入居及び補欠待ち申し込みを実施しております。

詳細については市・建築住宅課へお問い合わせください。

申 9月2日(水)～4日(金) 9:00～15:00

申込書は 8 月 24 日(月)～9 月 4 日(金)まで、市・建築住宅課にて配布します。(土・日曜日を除く)

問 市・建築住宅課 **TEL** 42-2025

団地名	規模・構造等	募集住宅内容		間取	住戸面積	月額家賃
		戸数	階数			
沖見町あかしあ団地	鉄筋コンクリート造 4 階建	1 戸	4 階	2LDK	67.6㎡	16,000～23,900 円
五十嵐町リラA	鉄筋コンクリート造 10 階建	2 戸	5 階・10 階	3LDK	78.7㎡	22,500～33,500 円
千鳥町メイプルⅠ	鉄筋コンクリート造 6 階建	1 戸	6 階	3LDK	73.9㎡	19,500～29,100 円
千鳥町メイプルⅡ	鉄筋コンクリート造 4 階	1 戸	4 階	3LDK	76.2㎡	20,400～30,400 円
平和台団地	木造平家建	1 戸	1 階	3LDK	69.8㎡	14,000～20,800 円
借上住宅	木造 2 階建	3 戸	1 階	2LDK	53.2～54.8㎡	14,500～21,900 円

郵便局「昼時間帯の窓口業務の休止」を実施します

9 月 7 日(月)以降、留萌市内の下記の郵便局で 12:30～13:30 まで「昼時間帯の窓口業務の休止」を実施いたします。

お客さまにはご不便をおかけしますが、ご理解を賜りますようお願いいたします。

留萌開運郵便局	開運町 3 丁目 6-15	TEL 42-7103
留萌沖見郵便局	沖見町 2 丁目 75	TEL 42-7104
留萌南郵便局	南町 4 丁目 4	TEL 42-7101

※その他の留萌市内郵便局の変更はございません。

※窓口業務を休止する時間帯であっても、ATM は引き続きご利用いただけます。



市以外

令和 8 年度自衛隊 (2 等陸・海・空士、一般曹候補生) の試験を実施します



自衛隊では、2 等陸・海・空士 (男子・女子)、一般曹候補生 (男子・女子) を募集しています。

詳しくは下記へお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

問 自衛隊旭川地方協力本部留萌地域事務所

TEL 42-4650

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】

からだすこやか ところイキイキ 健康ひろば



**9月27日の
日曜当番医院**

たけうち内科循環器科医院 高砂町3丁目 ☎42-8820 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。

9月も油断大敵！

「クーリングシェルター」を活用して残暑を乗り切りましょう

朝夕は少しずつ涼しい風が吹き始め、8月の厳しい暑さと比べると、比較的過ごしやすい日が増えてくると思います。

しかし、9月に入ったからといって熱中症への警戒を緩めるのは禁物です。日中はまだ気温が上がり、厳しい残暑となる日も少なくありません。さらに、この時期は夏の間の疲労が体に蓄積しており、気温の変化に体がうまく対応できず、思わぬタイミングで体調を崩してしまうこともあります。

そこで市民の皆様にご活用いただきたいのが、令和8年7月1日より市内に整備された「クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）」です。

■クーリングシェルターとは？

クーリングシェルターは、危険な暑さから身を守り、どなたでも一時的に暑さをしのいで休息できる場所として市が指定した施設です。冷房設備が適切に稼働しており、熱中症を予防するための休憩所として開放されています。

■9月もクーリングシェルターを積極的にご利用ください！

「真夏じゃないから大丈夫」と無理をしてしまうのが、この時期の落とし穴です。お出かけの際や、ウォーキングなどの軽い運動の途中、または「今日は少し家の中が暑いな」と感じたときなど、少しでも暑さや疲れを感じたら、迷わずお近くのクーリングシェルターで涼んでください。

クーリングシェルター



●指定された施設のみがクーリングシェルターとして利用できます。
●指定された施設以外ではクーリングシェルターとして利用できません。

【こんな時におすすめです】

- ・買い物や散歩の途中で、少し涼みたいとき
- ・日差しが強く、汗が止まらないとき
- ・家のエアコンをつけるか迷うような、蒸し暑い日の日中
- ・ご友人とのちょっとした待ち合わせや休憩に

■おわりに

季節の変わり目は、体調管理が重要な時期です。クーリングシェルターを上手に活用しながら、無理のないペースで残暑を乗り切りましょう。

問 市・保健医療課（は一とふる内）

TEL 49-6050

クーリングシェルターに関する
ページ（留萌市 HP）QR ▶



三省堂書店を応援し隊 ★ インフォメーション



大人のためのお話し会

日 9月8日(火)18:30～

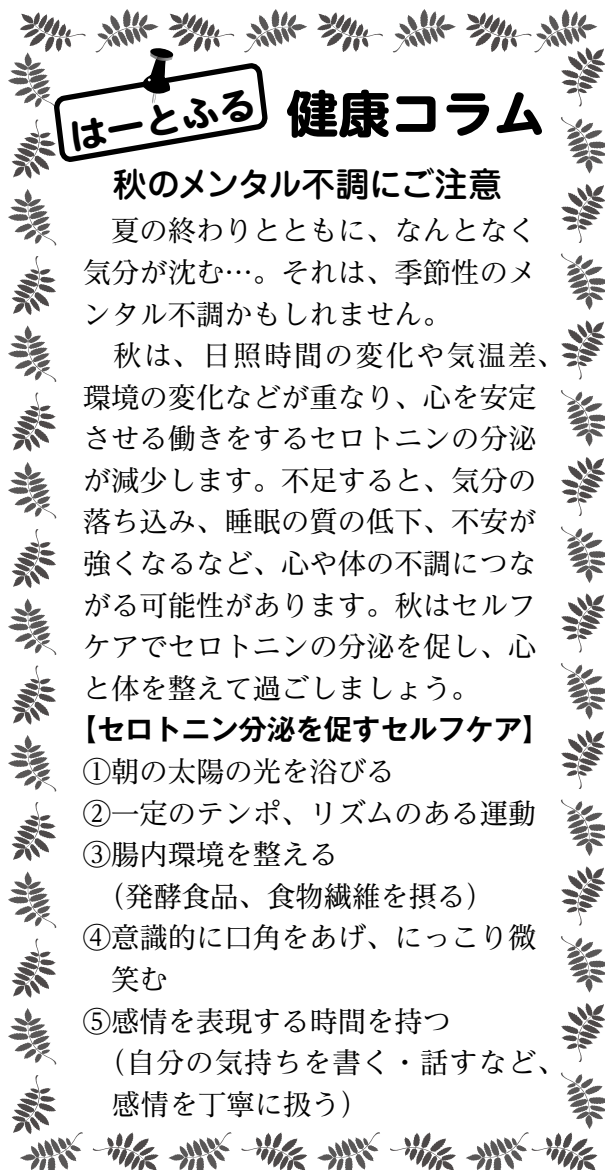
所 留萌ブックセンター

こどものためのおはなし会

日 9月27日(日)15:00～

所 留萌ブックセンター

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

秋のメンタル不調にご注意

夏の終わりとともに、なんとなく気分が沈む…。それは、季節性のメンタル不調かもしれません。

秋は、日照時間の変化や気温差、環境の変化などが重なり、心を安定させる働きをするセロトニンの分泌が減少します。不足すると、気分の落ち込み、睡眠の質の低下、不安が強くなるなど、心や体の不調につながる可能性があります。秋はセルフケアでセロトニンの分泌を促し、心と体を整えて過ごしましょう。

【セロトニン分泌を促すセルフケア】

- ①朝の太陽の光を浴びる
- ②一定のテンポ、リズムのある運動
- ③腸内環境を整える
(発酵食品、食物繊維を摂る)
- ④意識的に口角をあげ、にっこり微笑む
- ⑤感情を表現する時間を持つ
(自分の気持ちを書く・話すなど、感情を丁寧に扱う)

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。

2日(水)	1歳6カ月児(R 7年 2月生まれ)
9日(水)	5 歳 児(R 3年 12月生まれ)
16日(水)	3 歳 児(R 5年 8月生まれ)
30日(水)	4 カ月児(R 8年 5月生まれ) 9 カ月児(R 7年 11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。

3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)】

◎9/21は休みです。

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。

3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

※20:00以降は入館できません

☎43-8121



【9月のイベント】

※各イベントには事前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をご確認ください。

るもい健康の駅の
ホームページ QR ▶

4日(金) 14:00～15:30 認知症サポーター養成講座&駅カフェ

14:00～講座 講師:札幌医科大学 名誉教授 医師 小海 康夫 氏

15:00～駅カフェ ギター演奏「アコースティックギターの世界へようこそ」 奏者:なかじま 氏

5日(土) 9:30～11:30 るもい基礎老年医学講座⑧「高血圧」

講師:札幌医科大学 名誉教授 医師 小海 康夫 氏

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

26日(土) 14:00～15:00 市民公開講座「お口の健康 ～口腔乾燥の予防～」

講師:苫前町立歯科診療所・古丹別歯科診療所 所長 伊藤 修 氏

＜運動教室に参加してみませんか?＞ 予約なしで参加できます。お一人様でも大歓迎!

毎週水曜日	教室名	内容
10:00～11:30	① RAC(るもいアンチエイジングクラブ)	①③は講師のいない自由参加型で、DVD(持ち込みOK)やYouTubeを見ながらストレッチや体操などができます。 ②は動画を見ながら、みんなでラジオ体操やストレッチなどを行います。
13:00～13:30	②ラジオ体操	
18:00～20:00	③夜間DVDエクササイズ	
毎週木曜日	教室名	内容
10:00～11:00	ふまねっと教室(るもねっとサークル)	ふまねっと運動を通じ、介護予防と交流を図ります。

※9/2(水)のRACとラジオ体操はお休みになります。

やまだ しゅうじ
山田 修二

アウトドアライフコーディネーター
北海道留萌市出身

令和 8 年 7 月よりキャンピングカーを中心としたイベントの開催や SUP と組み合わせた体験型ツアーの開発を通じた、関係人口の拡大と地域観光の活性化を目的として活動しています。



キャンピングカーとの出会い

留萌で生まれた山田氏は高校卒業後、札幌市内の木材会社に就職。

その後、様々な職業を経験しつつ最終的に自動車会社に就職。自動車会社では 20 年以上ディーラーを務め店長にも抜擢されました。

そこで出会ったのがキャンピングカーだ。キャンピングカーの販売や修理も担当し自身も夢中になりました。

留萌をキャンピングカーの聖地へ

「留萌にはキャンピングカーが泊まれる場所がない」そう山田氏は話す。キャンパー仲間から留萌に作ってほしいと言われることも多く、その需要は確かである。現在、車中泊禁止である道の駅での宿泊が後を絶たず、設立は必要不可欠である。留萌管内にはホタテ、数の子をはじめとした豊富な海産物やメロン、イチゴといった農産物、そして SUP 等のアウトドア資源が多くある。その魅力をよりたくさんの方に届けるために、一人でも多くの人に留萌に来てもらえるようにキャンピングカーの聖地を目指します。



キャンピングカーで全国を旅する山田氏

アウトドアが楽しめるまちに

留萌の夏は海 (SUP)、冬はスキー、そして念願のモンベルがオープンしたこともあり留萌のアウトドアが転換を迎えています。すべての人がアウトドアを楽しめるまちにしていけることを目標に活動していきます。



【この記事を書いた人】
留萌市魅力発信編集長
篠木 宏明 (ささき ひろあき)

編集長の日常を
noteで発信中!



留萌市地域おこし協力隊 活動日記

VOL.16

SNSで
活動内容を
発信中!



Facebook
(協力隊)



instagram
(アウトドア)

留 萌 市 情 報 ア ン テ ナ

主な電話番号

- 下記以外のお問い合わせ
総務課 ☎42-1801
- 防災ラジオ、自主防災組織など
総務課(防災担当) ☎56-5005
- 戸籍、各種証明、国保・後期、医療費助成など
市民課 ☎42-1805
- 市民相談、町内会、ごみの分別など
地域生活課 ☎56-5003
- 道市民税、固定資産税など
税務課 ☎56-5004
- 道路、公園、除排雪など
都市整備課 ☎42-2010
- 上下水道の料金・トラブルなど
上下水道課 ☎42-5151
- 広報、広聴など
政策調整課 ☎42-1809
- 児童手当、保育園、児童福祉相談など
子育て支援課 ☎42-1808
- 市内の小中学校、学校教育相談など
教育政策課 ☎42-3006
- 不登校支援など
「ゆっくるも」専用携帯電話 ☎090-9005-5338
- 健康・栄養相談など
保健医療課 ☎49-6050
- 介護保険、高齢者福祉サービスなど
高齢者福祉課 ☎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
- 生活保護、障がい者福祉など
社会福祉課 ☎42-1807
- 農業、漁業、林業など
農林水産課 ☎42-1837
- 商工業、観光、ふるさと納税、空き家バンクなど
経済観光課 ☎42-1840
- 市営住宅、住宅改修など
建築住宅課 ☎42-2025
- 社会教育、スポーツなど
生涯学習課 ☎42-0435



市長とフリートークをしませんか？

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。ご希望の方は、政策調整課（☎42-1809）へご連絡ください。

ホットライン(FAX)

0120-223-846

メール

web-master@e-rumoi.jp



お茶の間トーク

気軽にお申し込みください

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。

防災や認知症予防に関する講座など、多種多様なメニューを用意しています。興味のあるテーマをぜひ探してみてください。

お申し込み・お問い合わせは、政策調整課（☎42-1809）へご連絡ください。



「9月の粗大ごみ収集日」

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、東幌

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時までにご連絡ください。

留萌南部衛生組合 ☎43-2555/43-2588

ごみ収集日に関する
ページ(市HP)QR



人口と世帯数 令和8年7月末現在

・総人口 17,285 人 (−17 人)
・男 8,391 人 (−12 人)
・女 8,894 人 (−5 人)
・世帯数 10,219 世帯 (+11 世帯)

※()内は前月比

人口動態 令和8年7月末現在

・出生 …… 4 人 ・転入 …… 68 人
・死亡 …… 20 人 ・転出 …… 69 人

納税について

●今月納期の市税

・固定資産税 3 期
・国民健康保険税 3 期
納期限 9 月 30 日(水)

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》

広報留萌は再生紙を使用しています



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



市HP



電子メール
kikaku@e-rumoi.jp

つぎへ。つぎへ。つぎのイノベーション。
Forever challenge

子どもの頃のあの「できた!」の感覚。
小さな「できた!」が、
やがて大きな「できた!」になっていく。
たくさんの失敗も大切な経験になる。
そして、「できた!」の積み重ねが、
新しいイノベーションを生み出すのだ。

もっともっと、
つぎの「できた!」にチャレンジしよう!

「成功の反対は、失敗じゃない。
チャレンジしないことだと思う。」

NTT EAST GROUP

K25-05658 【2605-2704】

電話網をつなぎ、光ファイバー網を張り巡らせて、コミュニケーションの進化を実現してきたNTT東日本グループ。
いま、IOWNなどの先端技術を活用し、地域とともにさまざまな分野でイノベーションを起こすという新たな挑戦に取り組んでいます。

FM周波数
76.9MHz

マ千の聴こえる回覧板
あなたのエフエムもえる

詳しくは
エフエム
もえるへ! TEL 0164-42-3871

留萌市からのお知らせ

- 「留萌市情報プラザ」
月～金 8:05～8:10
17:05～17:10
- ゴミ出し情報
月～金 8:15頃～
16:30頃～

みんなでかわがりヒーローになろう

**「みんなの防災
インフォメーション」**
月～金 9:05/12:50/17:50

あなたの生命、財産を守る
安心安全情報を楽しく
お伝えしています。

ぜひお聴きください!!

特別番組のお知らせ

9月は防災月間!
FMもえるでは防災訓練の
模様を生中継でお届け!

9月1日(火)
北海道防災総合訓練中継

9月5日(土)
留萌市市民防災訓練中継

※放送時間はFMもえるSNSや
Radimo番組表をご確認ください

エフエムもえる

メンバーズクラブ (FMC)
に入会しませんか?

自分のラジオ番組を
作ってみよう!

自分のラジオ番組を制作放送
することができます。

詳しくは
エフエム
もえるへ!

エフエムもえる FMCページ▲

スマホでエフエムもえるを聴いてみよう!!
無料アプリをダウンロードするだけで聴ける!!

防災通知機能付ラジオアプリ
Radimo (レディモ)

ダウンロード **無料!** 課金 **なし!**

レディモ

<https://musicbird.jp/cfm/radimo/>

(App Store Google Play)

**最新の番組表は
こちらから**

**FMもえる
メンバーズクラブは
ポッドキャストを
始めました。**

- ・スタンドFM
- ・アップルポッドキャスト
- ・スポティファイポッドキャスト