

灯油の助成

在宅で生活する低所得の70才以上の高齢者世帯などに、経済的な軽減を図るため、灯油価格値上がり分の差額を本年度限り助成をします。

助成額 1世帯あたり5千円の灯油助成券

基準日 平成20年12月1日
対象 基準日現在、住民基本台帳登録世帯で市税非課税世帯であり、在宅している次のいずれかに該当する世帯

- ・70才以上（昭和13年12月2日生以前の方）の生計が独立した高齢者世帯
- ・障害者世帯（次の方が一緒に暮らしていること）
- ア 身体障害者手帳1級又は2級を有する方
- イ 療育手帳A判定（知的障害）を有する方
- ウ 精神福祉手帳1級（精神障害）を有する方

・ひとり親世帯で生計が独立した世帯（母子、父子世帯）
※ただし、対象者が、基準日から平成21年2月27日までの間、継続して、生活保護世帯、福祉施設入所又は医療機関等に入院の方は除く

受付期間 1月6日(火)～2月27日(金)（土日祝日を除く）

受付場所 市役所保健福祉部

（1月6日(火)～14日(水)）9時～17時は、1階ロビー）、渚滑地区の方は渚滑出張所、上渚滑地区の方は上渚滑支所
特設受付場所

小向地区 1月13日(火)10時～13時

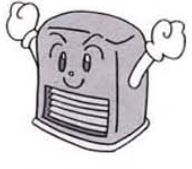
沼の上地区 1月14日(水)10時～13時

申請時に必要なもの

- ・印鑑
- ・平成20年1月1日以降に紋別市に転入した方は、前住所地の住民税非課税証明書
- ※健康上の理由で来られない方は代理申請も可能ですが、世帯構成を承知している方（代理人の印鑑必要）

支給方法 申請書受理後、調査し、該当者には交付します。
灯油助成券使用期限 平成21年3月31日(火)

社会福祉課
☎内線222・223・352番
高齢者福祉課
☎内線273番



生活資金貸付

市内で季節的に働く労働者の方々を対象に、冬期間の未就労期間中、生活の安定を図るため、生活資金の貸付を行います。

貸付額 1世帯25万円以内

貸付利息 年利 1.5%

受付期間 1月6日(火)～3月25日(水)

償還期間 5月～12月までの8か月間

対象

- ・雇用保険の特例一時金受給者
- ・世帯主で扶養家族を有する方
- ・4月以降に再就職が見込まれる方
- ・市税の滞納がない方

※連帯保証人と各種証明書が必要になります。詳細は、問い合わせください。
☎内線242番
図商工労働観光課政係



排水設備工事責任技術者資格登録更新

全道統一排水設備工事責任技術者資格登録更新の受付を行います。

対象 平成16年度に当該試験に合格した方、又は更新を完了された方で、市町村が定めた期間内に登録の手続きを行った方

受付期間 1月19日(月)～23日(金)

更新方法 手続き終了後、更新用テキストを配布します。

手数料 更新手数料3千円（テキスト代含む）、資格認定証交付等手数料2千円

☎水道部事業課下水道建設係
☎内線280・376番

広報もんべつに 有料広告を掲載しませんか



「広報もんべつ」は、月に1回市内全世帯に配布しています。（発行部数12,600部）お店や事業所の宣伝に活用ください。
料金 1枠 縦4.5cm×横8.0cm 12,000円
申込み 2月号 1月6日(火)まで
※詳細は問い合わせください。
☎企画調整課公聴広報係 ☎内線443・218番

有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告 有料広告

紋別法律相談センター開設!!

あなたのお困りごと 弁護士に相談してみませんか?

お気軽に相談ください!

クレジット・サラ金・過払金請求、離婚・相続・売買・借地借家、交通事故・医療事故をはじめ、全般にわたる各種法律問題に対応。相談後の正式な依頼もできます。

| 日時 | 毎月1回 第1水曜日 午後1時～4時 |
|----|---------------------------------------|
| 場所 | 紋別市オホーツク交流センター 紋別市幸町5-24-1(バスターミナル)2階 |
| 定員 | 1人1回 30分 5,000円(要予約) |

法律相談の予約方法 毎日午前10時～午後4時まで電話にて(但し、土・日・祝祭日を除きます) 電話 0166-51-9527 旭川弁護士会事務局へ

旭川弁護士会 ☎(0166)51-9527

フラダンス

幅広い年齢層に、人気のダンスです。基礎からのレッスンですから、初めての方でも大丈夫。本格的なフラを学びながら、優雅に楽しく踊ってみませんか。

- ▼日時/毎月2回 第2・第4火曜日 午後1:00～2:30
- ▼場所/オホーツク交流センター【紋別バスターミナル2F】
- ▼講師/フラスタジオUEDA(遠軽) 北見道新文化センター講師 上田純子
- ▼お問合せ/090-4874-3440

生徒募集

在宅介護支援係から

リハビリ訪問・住宅改修相談
 身体の状態にあつたりハビ
 リや住宅改修の相談、介護の
 相談などに応じます。
 日時 1月15日(木)9時30
 分〜15時30分
 講師 NPO法人地域リハ実践プ
 ロジェクト「りらいふ」
 言語聴覚士 高橋育子氏
 申込み 1月21日(水)まで
 高齢者福祉課在宅介護支援係
 ☎内線451番

ことばのリハビリ相談

ことばを話すこと、書くこ
 と、読むこと、聞いて理解す
 ること等に障害を持った方を
 対象に個別相談を行います。
 日時 1月21日(水)13時30
 分〜15時30分
 場所 保健センター又は相
 談者宅
 講師 NPO法人地域リハ実践プ
 ロジェクト「りらいふ」
 言語聴覚士 高橋育子氏
 申込み 1月14日(水)まで

元気教室(お口コース)

健康を維持するには、口腔
 ケアが非常に大切です。「口か
 らの健康」を考えてみませ

か。
 日時 1月22日(木)13時30
 分〜15時30分
 場所 保健センター
 講師 NPO法人地域リハ実践プ
 ロジェクト「りらいふ」
 言語聴覚士 高橋育子氏
 申込み 1月21日(水)まで
 高齢者福祉課在宅介護支援係
 ☎内線451番

リサイクルバンク

12月10日現在

譲ってください

- ・一輪車(18インチ)
- ・男の子用カービングスキー
セット一式(靴21cm程度)
- ・エアポット
- ・VHSビデオデッキ
- ・CDラジカセ
- ・2段ベット
- ・パイプベット
- ・ソファ
- ・やかん(4ℓ以上)
- ・家庭用冷凍庫(中・大)
- ・パソコン(説明書付・購入
後5年以内)
- 譲ります
- ・ベビーカー(A型)
- ・基盤(新品・厚さ64寸・ま

さ目)
 ・通信講座本(ユーキャン医
 療事務、ビデオ2本付)
 ・スキーキャリア(三菱軽自
 動車MZ535932・MZ
 535887用)
 ・ジュニアシート
 ・学習机(イス付き)
 ・ロフトベット(パイプ・組
 立式)
 ・中学生用女子スカート
 (60・63cm)
 ・座布団(5枚セット)
 ・女児フオーマルスーツ(黒
 系、130cm)
 ・ランドセル(黒・赤)
 ・ソファ

消費者センター情報

食生活・健康の向上に栄養成
 分表示の活用を!!

カロリーの過剰摂取は、生
 活習慣病など身体に悪影響を
 及ぼすこともあります。
 予防のためにも栄養成分表
 示に注意を払いましょう。

交通安全メモ

環境生活課交通安全係
 ☎内線243番

◎1月運転免許更新時講習日程

| 区分 | 日 | 程 | 場所 |
|----|--------|-------------|-------------------|
| 優良 | 7日(水) | 10:00~10:30 | 15日(木)13:30~14:00 |
| | 20日(火) | 13:30~14:00 | 27日(火)13:30~14:00 |
| 一般 | 7日(水) | 11:00~12:00 | 23日(金)13:30~14:30 |
| 違反 | 15日(木) | 14:30~16:30 | 20日(火)14:30~16:30 |
| | 27日(火) | 14:30~16:30 | |
| 初回 | 23日(金) | 15:00~17:00 | |

平成21年度交通災害共済の申込みを2月1日から開始

交通災害共済は、自動車・原動機付自転車・自転車等によ
 る人身事故にあった方に治療等の補助として見舞金が支給さ
 れる制度です。

万が一の被害に備えて、ぜひ加入ください。
 会費 1人500円
 対象 市内に在住し、住民登録又は外国人登録をしている方
 有効期間 平成21年4月1日~平成22年3月31日
 申込み 交通安全係・渚滑出張所・上渚滑支所
 ※見舞金請求には、交通事故証明書が必要ですので、軽微な
 事故でも警察へ届けてください。



【例】即席めん

標準栄養成分表 1食(75g)当たり

| | |
|-------------------------|---------|
| ①エネルギー | 375kcal |
| ②たんぱく質 | 9.3g |
| ③脂質 | 15.7g |
| ④炭水化物 | 44.6g |
| ⑤ナトリウム | 1.7g |
| (めん、かやく 0.7g スープ 1.0 g) | |

チエックポイント

①⑤の含有量は必ず記載
 され、各々g、又は〇△
 gと記載されます。

⑤のナトリウムの数値から
 食塩相当量が計算できます。

「ナトリウム量×2.54」(例の場
 合 1.7g×2.54=4.318g(即席
 めん全体))

その他として、カルシウム
 など他の栄養成分や塩分控え
 めなどの強調表示が記載され
 ているものもあります。

(日本栄養士会発行資料参考)
 消費者センター
 ☎(24)7779番

受付時間 10時~11時45分
 13時~16時30分