

★市の情報番組★

あなたのラジオ

FM わっかない 76.1MHz



■ハートフルわっかない

日常の行政情報(各種手続きの申請やイベント情報)などをお知らせしています。

平日 8時22分～・12時42分～  
17時40分～

土日 8時22分～・11時30分～

■元気はつらつ稚内

市の事業や、市民の皆さんの生活に役立つ情報を放送しています。

毎週金曜日 14時～

※毎月第3金曜日の14時24分頃に防災ラジオの緊急テスト放送を行います。

■防災・災害ひとロメオ

防災や災害時に役に立つ情報を放送しています。

平日 12時55分～

土日 8時55分～

■市政ふれあい通信

市政運営や主要施策など、毎月テーマごとにわかりやすく説明して放送しています。

毎月第1月曜日 14時～

毎月第3金曜日 18時～(再放送)

☆「市政ふれあい通信」と「学びふれあい再発見(終了番組)」は、ウェブラジオ(インターネット放送)で、過去の放送分も聴くことができます。

市政ふれあい通信

<http://www.wappy761.com/fureai/>

学びふるさと再発見(終了番組)

<http://www.wappy761.com/furusato/>

STVで放送中!

稚内市民ニュース

毎週土曜日 10:25～

市内で行われたイベントや季節の話題などを紹介しています。



市立図書館からのお知らせ

稚内市大黒4丁目1番1号 ☎23-3874 <https://www.city.wakkanai.hokkaido.jp/toshokan/>

移動図書館車「ぶっくん」をご利用ください!

図書館から遠い地域にお住まいの方や、図書館に来ることが難しい方のために、移動図書館車「ぶっくん」が2週間ごとに市内のステーションを巡回しています。

巡回日程は、図書館ホームページや地元新聞の記事でも確認することができます。また、詳しいステーションの場所などについては、図書館へ直接問い合わせください。

今月の新着図書案内

一般書

- ラク旨!無限そうめんレシピ (ソーマン二郎・監修)
- 北海道の国鉄アルバム上巻(函館本線、札沼線、留萌本線、宗谷本線) (安田就視・写真、辻良樹・解説)
- 神よ憐れみたまえ (小池真理子・著)
- 「ほんのひと言」に傷つかなくなる本 (大嶋信頼・著)
- 入浴は究極の疲労回復術 (早坂信哉・著)

児童書

- ぼくらの卒業旅行(グランド・ツアー) (宗田理・著)
- スイカワンときもだめし (澤野秋文・作)
- さよならのたからばこ (長崎夏海・作、ミヤハラヨウコ・絵)
- はじめての夏とキセキのたまご (麻生かづこ・作、酒井以・絵)
- スパイ・バレリーナ (ヘレン・リップスコム・著、神戸万知・訳)

※ここで紹介しているほかにもたくさんの新刊があります。図書館のホームページから新刊案内をご覧ください。

今月のおすすめ本

「おなかの脂肪みるみる落ちて素敵に筋肉がつく最高のやせ方大全」

吉原潔・著(文響社)

いま、ネットやテレビで「〇〇制限」「〇日で簡単にやせられる」などの情報がたくさん紹介されており、おなかの気になる方やダイエットに関心がある方にとってはどれが効果的か迷ってしまうかもしれません。

この本では、元肥満体型の医師がたんぱく質を多めに摂取するための食材やレシピ、簡単な筋トレ等、医学知識と経験から得た長続きする現実的なダイエット方法が紹介されている他、やせ方に関するQ&Aも収録されています。ぜひご覧ください。



図書館 映画会スケジュール

- 8/13 (金) 18:00～ 『モダン・タイムス』
- 8/19 (木) 14:00～ 『硫黄島の砂』
- 8/20 (金) 18:00～ 『北ホテル』
- 8/21 (土) 14:00～ 『樺太 1945 年夏 氷雪の門』
- 8/22 (日) 14:00～ 『樺太 1945 年夏 氷雪の門』
- 9/ 2 (木) 14:00～ 『ビューティフル・マインド』
- 9/ 3 (金) 18:00～ 『黄金狂時代』

※新型コロナウイルス感染防止対策のため、予定を変更する場合があります。

施設のご案内

開館時間 火・水・木・金 10:00～20:00  
土・日・祝 10:00～18:00

休館日 毎週月曜日  
8/26 (木) 月末図書整理休館

生活用品ダイアル市

詳しくはお問い合わせください。市のホームページでも公開しています。

譲ってほしいもの

- 小型鍵盤キーボード ●網戸3枚(80cm×125cm) ●ぶら下がり健康器
- 炊飯器(3～5合炊き)

譲りたいもの

- ドッグケージ(折りたたみ式:80cm×50cm)
- ドッグケージ(小型犬用)
- 回転式ハンガーラック(直径91cm×高さ203cm)
- ひな人形(7段) ●五月人形

◎上記の掲載している品物については、すでに交渉中のももあり、紹介できない場合があります。また、キャンセル待ちの方もいるので、交渉が決まり次第、すみやかに市生活衛生課までご連絡ください。

◎譲ってくださる場合の品物については、本人保管となっております。市ではお預かりしておりませんので、ご了承ください。

◎譲られた品物に関する事故等については、市は責任を負いませんので、ご了承ください。

問い合わせ/市生活衛生課市民生活グループ ☎23-6413

すべて無料です

市政に対するご意見、ご要望をお寄せください!

ご意見箱…市役所1階ロビー、公衆電話横に設置しています。

気楽ックス…市民の声専用 FAX 23-3281

※どちらも回答が必要な場合は、住所・氏名・電話番号の記入をお願いします。



購読の申し込み・広告のご依頼は

☎(0162)23-5010

1ヶ月1,500円 1部80円(税込)月曜休刊 ※地域によって郵送になります。(送料別)

最北の旬な話題が満載。

株式会社 宗谷新聞社 稚内市開運2丁目1番8号

支局 枝幸町・豊富町・浜頓別町・利尻町

交通事故

6月の発生状況

【R3.6月末日現在】

件数 1 ( 15)  
死者 0 ( 0)  
傷者 1 ( 16)

※( )内は令和3年の累計

市内のセイコーマートに「広報わっかない」を配置しています。ぜひご利用ください!

問い合わせ/市企画調整課広報・広聴グループ ☎23-6387